

モーツァルト効果と教育への提案

—音楽療法に学ぶ—

The Mozart Effect and a Proposal for Education:

A Music Therapy Method

浅田まり子 (Mariko ASADA)

Because of its positive contribution to the health of the mind and body, the study of music is thought to be very important in education. A type of therapy, known as passive music therapy, has been developed using music: most people can perform the therapy by themselves. Don Campbell has written about this method in his book, *The Mozart Effect*, which was a bestseller in America. In *The Mozart Effect*, he examines the technique and explains its benefits. Therefore, I want to propose that we use the Mozart Effect in our educational system as well.

はじめに

ドイツ演奏旅行から帰国以来、筆者の頭に常に流れたのはモーツァルトであった。モーツァルトの作品を聴いたり、ピアノソナタを無性に弾きたくなったりしたことが続いた。なぜだろうと考えていたら、「モーツァルト効果」のことが念頭に浮かんだ。

モーツァルトの音楽による癒しの効果は長年の実験によって、動物や植物だけでなく、人間にも有効であるということが科学的にも証明されている。ドン・キャンベルのモーツァルト効果についての本 *The Mozart Effect* は1997年に全米でベストセラーとなり、またそのCDも200万枚を超えた大ヒットとなっている。そのモーツァルト効果について考察し、モーツァルトの音楽がなぜ効果があるのかを語りながら教育への提案を述べていきたい。

I. モーツァルト効果について

アルフレッド・A. トマトリス (仏) は、モーツァルト誕生から200年後の1956年にモーツァルトの音楽がなぜ音楽療法に有効なのかを科学的に分析した。それによると、「モーツァルトの音楽の反応スペクトル¹は、他のどんな作曲家にも見られないと特性によって独自性を発揮している。まず、第一に音楽フレーズの速いパッセージが、単調さのかけらもないスムーズな音の流れを生み出している。これは試験対象がどんな曲であれ同じである。第二に音の連なりに大きな運動性があるため、モーツァルトの作曲は殊に生命力に溢れ、しばしば茶目っ気あるものとなっている²。」と述べている。また、「モーツァルトの数多くの音楽には非常に高い周波数の音が豊富に含まれている。それによって、自律神経を覚醒させ、脳を刺激して身体の緊張をほぐし、感覚機能を安定化させる作用のあることを見出した。加えて博士は、耳で

聞き取れない音は口では発声できないこと、聴覚を改善させれば発声も改善することなどをトマティス理論として発表している³。正常な耳なら16から20000ヘルツまでの音を聞くことができる。たとえば、ピアノの場合最も低いキーは27・5ヘルツで、最も高いキーは4186ヘルツだ。トマティスの考えでは高周波音(3000~8000ヘルツ以上)は、一般的に脳に反響し、思考・空間知覚・記憶といった認識機能に影響を及ぼし、中周波音(750~3000ヘルツ)は心臓と肺、それに感情を刺激する傾向があるという。低周波音(125~750ヘルツ)は体の動きに影響を及ぼし、持続する低音は気分を悪くさせる。また、低く速いリズムを続けて聴くと、集中力は落ち、じっとしていられなくなる⁴。「最も、刺激的で効果的な範囲は高周波域であると述べている。この効果を発揮させるには低音域と中音域を下げ、高音域の音量を上げる。ヴァイオリンの音楽が最も『栄養価が高い』。2000~8000ヘルツの周波数が最も効果を発揮する。そして右耳をスピーカーに向ける⁵。トマティスは実験を繰り返し、聞き手の好みや、モーツァルトを聞いた経験の有無にかかわらず、モーツァルトの音楽で聞き手は必ず心が穏やかになり、空間知覚が改善される。より明確に自己を表現できるようになり、心と頭の両方で意志の疎通ができるようになることがわかった⁶。」とモーツァルト効果について述べている。

そしてドン・キャンベルは自らの体験を次のように述べている。「視野に走る閃光、視覚障害、頭痛にこういった症状に悩まされながら、不安な3週間をすごしたのち、神経内眼科の専門医にホーナー症候群という病名を告げられた⁷。いまこそ、そのときが訪れたのだ。楽音と音声は身体に及ぼす影響の調査に費やした十年の月日と、例の高揚した自意識を用いて、私自身癒すときがきたのだ。私はハミングを始めた。おだやかに、ほとんど耳に聞こえぬくらい小さく口ずさみ、それと同時に自分の頭蓋の右側に意識を集中させた。(中略)私の場合、楽音を使って血塊を内部から少しずつほぐしていく必要があった。さもなければ、血塊がいきなり血流に流れ込む可能性があり、致命傷になりかねない。(中略)この訓練によって、しだいに呼吸と脈拍と新陳代謝の速度がゆるやかになった。(中略)科学的に言えば、エンドルフィン⁸が放出されて、ホルモンのバランスと神経作用に変化が生じたのである⁹。三週間後、検査結果がでた。四cmあった血塊が三mmほどに小さくなっているとの報告だった。これだけの血塊が縮むには普通、四、五ヶ月はかかるのがふつうだという¹⁰。」

この魔法のようなドン・キャンベル自身の音楽療法は正しい知識のもとで行わなければ、危険が伴い、私たちが簡単にできることではないので、音楽は薬ともなり、毒ともなることを忘れてはならない。しかし、日常の音楽活用法として、治癒力の助力となるこのモーツァルト効果は音楽療法の一つとして有効であるとする。また、ドン・キャンベルのCDも期待通りの快い音で録音されていた。

II. モーツァルトの手紙

モーツァルトの手紙から、その人柄と音楽生活の中には、自然体であることを求めていたことが多く感じられるし、その音楽は自由自在に溢れ出たモーツァルト語法で書かれている。つまり、モーツァルトの音楽は、誰とでも対話ができ、その天分はかけ離れたものを持っていることが理解できる。

手紙 A. 「フレンツルがヴァイオリンで協奏曲をひくのをききましたが、ぼくはとても気に入りました。パパもご存知のように、ぼくはむずかしい技巧がそんなに好きじゃありません。ところが、彼はむずかしいものをひいているが、人にはそのむずかしさがわからない。自分でもすぐまねできるような気がする。これこそ本当なのです。その上彼は非常にきれいなまろい音を持っているし、一音だってぬかさず、全部はつきりきこえます。弓を上げる時も、下げる時も、きれいなスタッカートができます。それにダブルトリルに至っては全部きちっと弾かれています。こんなのはきいたことがない位です。一言でいえば、鬼才じゃなくて、非常に堅実なヴァイオリニストなのです・・・」1777年11月マンハイム¹¹

この書簡内容を換言すれば、「感受性豊かな天才少年モーツァルトは、いつも変わらず、アポロ的な調和の枠の中におさまっている。彼には頑固さや、鋭いコントラストはない。その音楽は小編成で演奏することが可能で、すべてが自然に完全な調和をなしている。¹²」というアーノクール¹³のことばにあてはまる。

手紙 B. 「僕は我慢できませんでした。自然と正反対に歌うなんて、実に、良くないことです。人間の声は自然のままでもすでにヴィヴラートがある。しかし、それは美しくひびく限度に於てです。それが声の天性です。吹奏楽器ばかりでなく、絃楽器にしろ・・・いやピアノでさえ・・・それを模倣する位です。ですが、その限度を越してしまうと・・・自然に反したものとなり、ちっとも美しくなくなります。」1778年6月パリ¹⁴

上記の手紙から、モーツァルトは自然の声を望んでいただけでなく、その技術的な面も現代では考えられないほどの高音域が十八世紀で歌われていたことが検証されている。「なぜ、モーツァルトの声楽曲が器乐的とも言われるのだろうか。(中略)十八世紀の声楽の技術の中で最も喜ばれたのはあのような音階の群れであり、王侯も廷臣もあのような音階を聞いてはしびれたのであった。たとえば、モーツァルトが少年時代に実際に歌うのを聞いたバスタルデッラというソプラノが歌った譜である。今の人間が見るとこの高い音の世界はヴァイオリンの協奏曲のソロの譜であるが、十八世紀には人声の譜であるところがミソである。譜の最高音はC¹⁵であり、夜の女王¹⁶のFより、さらに5度高い とすれば現代の歌手が滅多に歌えない夜の女王なども当時は少しも驚くにあたらなかったのである。この発達した声楽の技術を台無しにしてしまったのは十九世紀である。この時期に声楽は技術を捨てて、情緒の表現の道具になってしまうのである¹⁷。」

手紙 C. 「人間はこんなに怒ってしまつたら、秩序も節度も下心も何もあったものではありません。無我夢中になるほかない。音楽だってそうなるはずです。しかし、情熱というものは、激しかろうとそうでなかろうと、決して人に嫌な気持ちにさすところまで表現されるべきではないし、音楽もどんなに恐るべき箇所でも、決して耳をそこなうようではあってはならず、結局耳を満足させる・・・つまり、どこまでも音楽でなくてはなりませんから、ぼくもへ調(アリアの調性)と異縁な音を避け、関係はあるが、最も近い二短調ではなくて、もう少し遠い短調を選びました。」1781年9月ヴィーン¹⁸

手紙 C のような音楽だから、夜の女王のアリアが、「復讐に燃える夜の女王のアリア」だとは、説明されるまで気づかないことが多い。このアリアは CM など使われていたことがあるが、

筆者の講義に来ている学生は、その曲の場면을説明するとそのような曲には聴こえず、もっと楽しい曲なのだと思っていたという学生が多かった。これは、モーツァルトが節度を保ち、どの曲を聴いても心に深く食い込むことなく、洗練された旋律が絶えず快く音を楽しませてくれること考えている理由からに違いない。

1770年代、モーツァルトはローマのシスティーナ教会で門外不出である「ミゼレーレ」を聴いただけで書き取ってしまったり¹⁹、多くの大家が4～5時間費やして作った試験問題も、1時間で仕上げてしまったりして、ポロニアのアカデミーの会員になった²⁰ということは完璧に音楽理論が理解できていたことがわかる。また、1778年代ではパリでは、オペラの中で劇的契機を重視し、一個の統一体としてのスタイルをとろうとする理論的で急進的なグルックと、あくまでも音楽の旋律美（特に個々のアリアの尊重）を重視する旧イタリア派のピッチーニ派との争いといえようか。モーツァルトはいうまでもなく気質的にピッチーニ派に近かったかもしれないが、元来がこうした論争の空しさに敏感であったし、どちらにも参加しなかった²¹。このことからモーツァルトはよくあるライバルリズムの音楽²²は好まなかったということではないかと推測する。それだけ、モーツァルトは不動の信念を持つ音楽を確立していたに違いない。

Ⅲ. モーツァルトの教育

モーツァルトといえば、父のレーオポルト・モーツァルトの存在が大きいかねがね思っていた。父親の亡くなった時に作曲されたオペラ「ドン・ジョバンニ」の最後、ドン・ジョバンニの悔いる場面は、父親の存在がいかに偉大だったかが理解できる場面でもある。父親の意志に背いたことを後悔していたと思えるモーツァルトの悔いが、その場面で感じられ、重なるのである。しかしそれは悲しくもあり、同時に楽しく興味深いオペラなのである。

あの父、偉大なる音楽教育家レーオポルト・モーツァルトでなかったら、神童モーツァルトは存在しなかったのではないかと思うほど、教育熱心な父親であった。その教育は一体どのようにされていたのであろうかと、常に疑問を持っていた。イタリアの音楽理論の大家マルティーニ神父はじめ、諸国を演奏旅行しながら、諸国の有名な音楽家などに次々とモーツァルトに会わせ、その知識を吸収させている。そして、レーオポルトのその教育の一つの中には、ルソーとの結びつきがあるということが判明した。

「モーツァルトが一家と共に1773年秋から1780年秋にいたる足掛け八年間、ザルツブルグで住んでいた〈モーツァルトの住家〉には、レーオポルトの蔵書の一部が展示されている。その中に、これは厳密な由来は定かではないが、ルソーの『エミール』のドイツ語版第三巻が含まれている。このドイツ語版は、四巻かたちで、はやくも原版のフランス語版が発禁、焚書処分に処せられた1762年に、ベルリン・フランクフルトそしてライプチヒで刊行されている。ドイツ語版が、このように早く、原書と同年に出版されていることは、ドイツ語圏においてルソーの思想がかなりすみやかに普及伝播し、影響を及ぼしていることを物語っている。私たちは音楽のみならず、あらゆる知的な活動分野に強い関心を示していたレーオポルトが、ドイツ語版「エミール」を買い求め、これを読んだことをかなりの確実性をもって推定することができる。（中略）幼児の教育・天才児の教育に対する指針という点ですぐれた教科書を得る要請が、ひしひしと感じら

れていた。(中略)レーオポルトの手紙の中に、繰り返し、〈自然〉なる単語が使われていることに私たちは気がつく。〈自然〉はいうまでもなく、ルソーの哲学思想のそして彼の教育論のキーワードである²³。」また、「ルソーが神童なる現象について語っている文章として『わたしは、ある役人のところで、その息子が、8歳のかわいい坊やが、皿の間におかれたお人形のようにデザートテーブルにすわらせられ、そこで、そのことほとんど同じ大きさのヴァイオリンをひきその演奏によって音楽家たちをさえ驚かしたのを見たことがある²⁴。』と語っている。」さらに、「1764年二月一日から三日7にかけて、パリで書かれたレーオポルト・モーツァルトの手紙の1節と、ルソーの「エミール」(1762年)のいくつかのパスセージにみられる彼らの考え方、感じ方に共通性と親近性があり、そのいずれもが、パリの社交界の類廃ぶりを生きいきと描いているものである²⁵。」「それは、当時の幼児に対する肉体的な束縛、すなわち、産衣でぐるぐる巻きにする習慣に幼児が強いられている現実に関する論議と、母親たちの無分別な行為をめぐる論議を讀んでみると、レーオポルトの文章とルソーのそれとの間には著しい類似、照応関係があるのに気づかざるをえない²⁶。」

モーツァルト親子はその社会状況に荒んだ現実を目撃していたに違いないし、優れた音楽教育家であった父レーオポルトは天才児モーツァルトの教育に、全力を注いでいたに違いない。このような状況で育ったモーツァルト自身も父との旅行中にさまざまな経験を経て、自分の独自の音楽を確立していったと考察する。

IV. モーツァルト効果の実践と結果

A. 犬への効果

筆者の家には犬が3匹いる。その3匹にそれぞれ違う音楽を聴かせて育てて見た。その聴かせた期間は6ヶ月までの間は、一日1~2回30分ほど毎日聴かせた。現在もゴールデンは家の中で、ほぼ毎日聴いている。曲はどれもクラシックであり、ジャズやロックは避けた。

1. ゴールデンレトリバー(♀6歳)

生後一ヵ月半で、我が家に来た時から、モーツァルトを聴かせていた。半年後、警察犬訓練に7ヶ月。警察犬の大会に参加して2回受賞している。

2. 柴犬(♀約5歳)

生後一ヶ月半で我が家に来て以来、ヨハン・シュトラウスのワルツを毎日聴かせていた。500グラムしかなかった豆柴犬である。

3. 柴犬(♂約2歳)

生後一ヵ月半で我が家に来てから、今回はバッハを聴かせた。

結果・・・ゴールデンの警察犬訓練の成果や犬種の性格もあるが、モーツァルトを聴かせたゴールデンが素直で優しく容姿端麗に育った。シュトラウスを聴かせた柴犬は勝気で、よく脱出し、感情の表現として、うれしい時、腹の立つときはショパンの「小犬のワルツ」のように自分の尻尾を追っかけぐるぐる回りだす。バッハを聴かせた犬はオスということもあるが、感が鋭く、とてもエネルギーを感じる。こ

うしてみるとやはり、モーツァルトを聴いて育った犬が一番安定感のある犬に育っている。そして、犬は高音域の音には興味を示すが、低音は嫌うことが判明した。

B. ドイツ演奏旅行後の効果

「マタイ受難曲」は合唱部分が時には 8 声あり、2 オーケストラに分かれ、全部で 68 曲のバッハの難曲である。合唱部分は約 40 曲だが、あまり楽ではない練習の日々を学生たちとともに筆者は 1 年余り過ごしてきた。大きな目標を持つことは良いことに違いないが、かなりのストレスと迷いが生じる中、ただ前進していた。結果としては、各国から集まった古楽器のオーケストラ奏者とすばらしいソリストの感動的な演奏（ゴスラー、デュッセルドルフで 2 回）になり、旅行としても充実していたが、各種の責任から神経はかなり疲れていた。

結果・・・上記の状況の中での音楽療法効果として、帰国してから筆者の頭に流れてきたのはモーツァルトだった。それまではモーツァルトの存在はそれほどの認識がなかったが、筆者の中で、モーツァルトが自然に生きていて、聴いたり、弾いたりすると心がとても軽くなり、すっきりした。半年後、やっと心身が浄化したのか、他の音楽も聴きたくなり、また、バッハの新たなエネルギーも感じるようになった。このように、モーツァルトの音楽を聴き、何気なく弾いていた時代からも、モーツァルト効果は蓄積されていたと考えられる。最近、朝は車の中でモーツァルトのピアノコンチェルトをかける。そのメロディーの指の動きを予測しながら、運転すると、頭も体もほぐれてくるようだ。頭の回転を上げるにはピアノ曲の速い曲、心を休めたい時はチェロなど、弦楽器の速度の遅いゆったりした曲を推薦したい。

C. 高齢者への効果

視覚、聴覚の低下と認知症が見られ、モーツァルトを聴くことと、年代的に理解するには難しいと判断していたが、細胞の活性化のための音楽療法効果を説明して、施設長に依頼した。対象者は最高齢 103 歳のグループホームの 9 人（女性）である。音楽聴取時は毎食事時一日 3 回 30 分ほど聴かせた。このほか、音楽療法のセッションも月に 1 から 2 回行った。

結果・・・加齢とともに、機能は弱ってきたものの、4 ヶ月目の効果として、音楽療法のセッションで、9 人が全員思い出の曲を披露してくれるくらいに自発性と活気が見られるようになり、セッションが終わった後、表情が明るくなり、抱きついてくれたり、握手を求められたり、いつまでも手を振ってくれたりした。このことから、たとえ視覚、聴覚が低下しても、心身の細胞が響きを察知して活性化に繋がっていくことが検証された。

D. 障がい児への効果

3 から 6 歳の 3 人の障がい児らの母親にモーツァルト効果を説明し、家での子どもの音楽療法的一端として、毎日、機嫌のよい時に自然に聴かせてくれるように依頼した。

結果・・・4 ヶ月までに、顕著な効果ということはないが、障がい児の母親から「夜鳴

きがなくなった」「集中力が高まった」とか「しっかりしてきた」と医師から言われたとか、「何か落ち着きがなくどうにもならなくなり困ったときに聴かせたら、よく眠った」と報告があった。なによりも親の音楽療法への理解と受容が好ましい方向に向かっている。音楽療法も月に2回セッションを行っているが、CDを聴かせることも信じて継続してくれることが大切であると思う。

ドン・キャンベルは治療法と治癒例について「音楽は病を癒すが、こうすれば治るといいう法則があるわけではない。音楽の効用は作品、演奏者、聴き手、聴くときの状況、その他の要因によって変化する。そのためこれから挙げる方法は症状を一時的に緩和するものであり、完治を目指すものではないことをおわかりいただきたい。また、病気そのものよりも病気に伴う、不安、痛み、孤独への対処に関する内容も入っている²⁷⁾。」と述べている。このモーツァルト効果は様々な用途にプログラムされているCDがあるので試してみることは決して無意味なことではない。

V. 教育への提案

A. 脳と音楽の関係

ドン・キャンベルは「脳と音楽の結びつき・・・どのように知能は向上していくか」の中で次のように述べている。「1996年、教育学者たちは、11歳頃までには、知覚や感覚の識別を司るニューロンの回路が変化すると報告した。音楽の教育を受けなかった子供は、この年齢以後、音の高さやリズムを一致させる能力を発達させることができない。ピアジェや教育学者らが述べたように、11歳から13歳にかけては、自意識が発達し始め、脳の右半球にアクセスすることが難しくなる。13歳から15歳では少年の声は急に低くなり、それ以前には簡単に使うことができた直感的で感情的な特質を失う場合が多い。この頃には、音楽、芸術、創作的な体育、右脳を刺激するようなものすべてが、心と体を完全に統合する上で重要となるのである。意識は10代を通じて発達し続け、思考はより抽象的となり、音楽の能力もより正確になる。行動をとるときは、自分を意識するようになる。高校の終わり、あるいは10代の終わる頃までには、音楽、芸術、その他のリズムカルな活動は、その仕事をほぼ終える。脳は成人初期に入っても成長を続けるが、潜在能力が神経的にも最も発達する時期は、もはや過ぎている²⁸⁾。」この記述から、13歳までに、基本的な音楽を経験することがとても重要なことで、音楽教育はできるだけ早いほうが良いという結論に達する。

追記すると、「胎児の器官のなかで最初に発達するのが耳だということ、耳はわずか十八週後から機能し始めること、胎児は二十四週から積極的に音を聴くようになることで見解が一致している。(中略)モーツァルトやヴィヴァルディの音楽により、胎児の心拍数は必ず安定し、母親のお腹を蹴る回数も減った。一方、妊娠した母親に他の音楽を聴かせると、とくにロックでは「ほとんどの胎児が落ち着きをなくし、乱暴にけるようになった²⁹⁾」ということである。

そのほか、「アメリカ社会は、ロックンロール全盛期にどっぷりロックに漬かる生活を送

ったことで、現代では自然に聴力が衰え、ストレス、不安、疲労といったものが増大している。(中略)ファンにはほとんど知られていないことだが、ミュージシャンの大半は演奏の時には耳栓をしている。会場によっては耳栓を販売することを認めている。また、声楽家たちも自分自身の声という危険にさらされている。彼らの声は通常110、120、140デシベルに達する。これはジェット機が舗装された滑走路でエンジンをうならせた場合の音量を超える。オペラ歌手のマリア・カラスはかつて自分の歌声のために一時的な難聴になったという³⁰。」現代では電車の中のヘッドホンでの音楽などや、工事現場の騒音などストレスがおこるだけでなく、難聴に繋がる騒音が大変多い。日本でもその傾向は充分にあるといえる。音楽は若者にとっても、一見、派手で素晴らしい世界に見えるようだが、危険も考えられることを学生達に伝えたい。

B. 自然体であること

ドラマを見て涙し、また指揮をしている時、合唱や合奏で期待通りの音楽が演奏できると、胸に迫るものを感じる事が何度もあるが、音を聴いて涙が自然に溢れるほど、その響きに体全体で感動したこともある。

父の亡き後、心の整理のため、単独でウィーンへ行き、ブダペストで知人の演奏会を聴き、そのあとパリに立ち寄った日が日曜日であった。サクレクール寺院にいくと、ミサの最中であった。信者ではないので、後方の席に座りそのミサを聴いていた。牧師はとてもいい響きの声で唱えると、それを大衆が復唱する。その声の響きは音楽にも感じられ、教会中に響き渡る。その音のやり取りのあと、後方からすべての人に分け与えるようなパイプオルガンの音が聴こえ、背中から音が響き渡り、自然に涙があふれたことがある。このようなミサに毎週来ることが出来るなら、やはり筆者自身も信者になってしまうかもしれないと思ったことがある。しかし、筆者にとっては本質的にはそういうことではなく、心や体に感動を与える音の響きの効力であると考えた。その後、ライブチヒのトーマス教会でコープマン³¹のバッハのカンタータを三日間聴いた後、日曜礼拝に参加し、洗礼を受ける子供のためなどの歌と一緒にドイツ語で歌った。それも、人と人とを結びつける音楽としてとても感動的であった。音楽は無条件に宗教を超え、すべての人の心を結びつける素晴らしい力を持っていると改めて思った。音の響きは耳だけで聴くのではなく、人間の体の細胞がすべて聴いているのだ。また自然体で音を聴いている時、初めて感動が生まれるのではないだろうか。音楽に接する時くらいは「自然体」になりたい。

C. 精神の受容の育成

完璧な音楽理論で作曲されているモーツァルトの音楽は、規則正しい音の連続が予測できる音楽として快く心に響いてくる。ライブリズムを感じさせない不動の信念を持つ音楽は争いを避け、限らない愛で人と人を結びつける。中庸といえる節度が保たれた音楽であることが心身のコントロールをよくし、音楽療法や音楽教育にも最適であると思われる。

また、モーツァルトは生涯の3分の1を旅に出ていたため、母国語のドイツ語、フランス語、英語、オランダ語、イタリア語、ラテン語をも理解していたといわれ、さまざまな

各国の民族的な言語や旋律を捕らえ、どんな民族にも愛される音楽を自然に生み出すことができたのではないだろうか。

ヨーロッパ、アメリカ、アジアなどの旅をした時に感じたことだが、語学に対する感覚が、島国の日本人と違う。以前、学生に英語、イタリア語、ドイツ語で歌わせようとした時、拒否されたこともあり、なぜ、受容しないのか不思議に思ったことがあった。海外では語学力が生死に係わることがある。いつか、発声の研究会で起こった現象であるが、ドイツの劇場総監督が東京を訪れた時、はじめはドイツ語であったので通訳がいて、ごく普通に進行していた研究会も、時間がたつと熱がはいり、ドイツ語だけでなく、フランス語、イタリア語、英語も飛び交い、通訳は哑然とし、筆者は楽語（イタリア語）を聞き取り、あとは感覚でその研究会を聞くことに至ったこともあった。歌を聴きながら何をレッスンされているか音楽で聴き取ることで、苦痛は感じなかったが、このように、ヨーロッパなどでは、何ヶ国語も話せることが珍しいことではない。日本も国際化が進んでいる現在、複数言語の駆使は無理としても、さまざまな精神的受容を広く育成していくことは必要なことである。

おわりに

音楽療法には同質の原理³²があり、すべての人にモーツァルトを聴かせねばならないということではないが、基本はモーツァルトから始める事を推薦したい。

市バスに乗って信号で止まった折、思いもかけないモーツァルトのピアノソナタが、聴こえてきた。残念ながら、バスが走ると雑音でそれが消え、間違いかと思ったが、また、信号で止まった時に確かに聴こえてきた。それでも楽しく、何か得をした気分になった。また、テレビで年末の「皇室の一年」という番組でもバックミュージックとしてモーツァルトが流れていた。以前に紀子様が胎教にモーツァルトを聴いていたという話を聞いたこともある。実際に社会でモーツァルトの音楽が使われていないことはないが、気がつかないことの方が多い。

より多くの人の子供や自分のために、好きな時間を少しだけでも利用して、モーツァルト効果に親しみ、馴染んでもらえるようになったら良いと願っている。きっとそれは心身の安定を促し、年代を超えた多種多様な学習能力を高め、現代社会のストレス発散の助力となると考える。これからの教育にもぜひこのモーツァルト効果を念頭に入れることをまず提案したい。

注

- ¹ spectre(フランス)複雑な組成のものを成分に分解し、その成分を特定な量の大小に従って順次配列したもの。新村出編 (2008) 広辞苑 第6版 岩波書店 p.1517
- ² A.トマティス著 窪川英水訳 (1994年) モーツァルトを科学する 日本実業出版社 p.213
- ³ 和合治久 (2005年) 最新・健康モーツァルト音楽療法 CD Part2 解説 p.2

-
- 4 ドン・キャンベル (2002年) 日野原重明監修・佐伯雄一訳 モーツァルトで癒す 日本文芸社 p. 57
- 5 同上 p. 76
- 6 同上 p. 49
- 7 同上 p. 20
- 8 エンドルフィン 哺乳類の脳や下垂体に存在するモルヒネ様作用を持つペプチド。新村出編 (2008) 前掲 p. 339
- 9 同上 p. 24-25
- 10 同上 p. 27
- 11 吉田秀和訳 (1991年) モーツァルトの手紙 講談社学術文庫 p. 86
- 12 ニコラウス・アーノンクール 那須田務/本多優之共訳 (2006年) 音楽は対話である アカデミアミュージック株式会社 p. 121
- 13 アーンクール チェロ奏者 ウィーンフィル, ベルリンフィルなどの指揮者
- 14 吉田秀和訳 (1991年) 前掲 p. 135
- 15 ここでの C は日本音名の 4 点ハで、F は 3 点ヘを示す。
- 16 オペラ「魔笛」夜の女王のARIA
- 17 石井宏 (1990年) クラシック音楽意外史 東京書籍 p. 205
- 18 吉田秀和訳 (1991年) 前掲 pp. 228-229
- 19 同上 p. 8
- 20 同上 p. 39
- 21 同上 p. 164
- 22 ライバリズムの音楽は優劣を競い合う音楽で、それに対して音楽療法はヒューマンリズムの音楽ということ 櫻林仁 (1998年) 音楽療法入門 現代芸術社 p. 21
- 23 海老沢敏 (2000年) モーツァルトとルソー 音楽の友社 pp. 202-203
- 24 同上 pp. 205-206
- 25 同上 p. 199
- 26 同上 p. 200
- 27 ドン・キャンベル (2002年) 前掲 p. 270
- 28 同上 p. 240
- 29 同上 p. 44
- 30 同上 pp. 62-63
- 31 Ton Koopman オランダのオルガン奏者、チェンバロ奏者、指揮者
- 32 その人と同じ気分の音楽が「同質の原理」であり、それに対して反対の気分の音楽が「異質の原理」ハンス＝ヘルムート・デッカー＝フォイクト他編著 阪上正巳他訳 (1999年) 音楽療法事典 人間と歴史社 p. 23