

注意点1

無駄な力みに注意し
きれいに指を立てよう

このフレーズは、弦移動が多いのでポジションを頭で叩き込むことが大切だ。そして、写真②&④のように指をしっかりと立てるようにしよう。ただ、指を立てる時に、指に力を入れ過ぎてはいかんぞ。慣れるまでは指に力が入り、第1関節を反らせて、周りの弦も押さえてしまうかもしれない。それを解消するためには、親指でネックを押してみるイメージで押弦してみると良いだろう。人差し指から小指の4本指とネック裏の親指でネックをしっかりと挟むことを理解すれば、軽い力でもしっかりと押弦できるようになるのだ。何事もバランスが大切だ！

親指の位置をいろいろ研究してみて、写真①&③のような状態にならないように注意しよう。



薬指&小指を押弦する時に、他指が指板から離れないように。



親指の位置に注意して、リラックスして押さえよう。



人差し指と中指が指板から離れ、小指が寝てしまっている。



人差し指から小指の4本指と親指でネックをしっかりと挟もう。

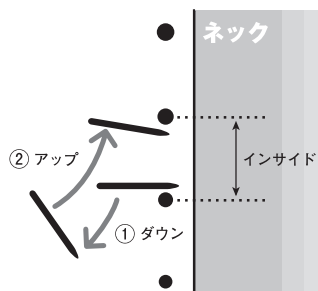
注意点2

ピックを少し浮かせて
ミス・ピッキングを防止！

このフレーズは、注意点1で左手の押弦を理解しただけでは上手に弾けない。右図で示したインサイド&アウトサイド・ピッキングをマスターする必要があるのだ。インサイドで注意することは、高音弦をダウンで弾き、続いて低音弦をアップで弾く際に、高音弦をアップで弾いてしまうこと。これを解消するためには、高音弦のダウン後、少しピックを浮かせる感じで、低音弦をアップで弾くようにすれば良い。続いてアウトサイドでは、低音弦をダウンした後、高音弦もダウンで弾いてしまわないように注意しよう。低音弦をダウンした後、少しピックを浮かせて、高音弦をまたぎ、アップするように弾くと良い。慣れるまでミス・ピッキングが多いと思うが、一度これらの動きを理解してしまえば、自然とできるようになるので頑張っ

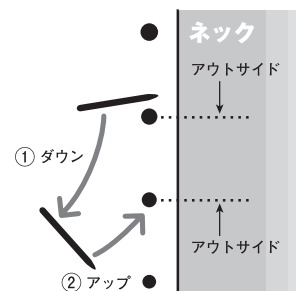
図1 インサイド・ピッキング&アウトサイド・ピッキング

インサイド・ピッキング



高音弦をダウンで弾いた後、少しピックを浮かせる感じで低音弦をアップで弾く。

アウトサイド・ピッキング



低音弦をダウンで弾いた後、少しピックを浮かせて、高音弦をまたぎ、アップで弾く。

～コラム2～

地獄の戯れ言

最初は指を立てようとして、誰もが指に力を入れ過ぎてしまう。そうすることで、逆に関節が曲がったり、指が寝てしまったりし、音は出なくなってしまうんだ(写真⑤)。そのためまずは、指をきれいに立てる癖をつけることが大切だと言えるだろう。指板を左手で押さえながら、写真⑥と異なって見える指を右手で矯正してみるのも良い。どうしても上手にできない人は、ネック裏の親指の位置をいろいろと変えながら、第1関節より先の側面でネック裏を押さえるようにすると良いだろう。人差し指から小指までの4本指と親指でネックをしっかりと挟むようにすれば、5本指すべてが均等な力になり、押さえやすくなるのだ！

指をきれいに立たせる秘訣は親指にあり！



“ギターが弾きたい！”って思いは伝わるが、音には伝わらない……。無駄な力みが、指を反らせる原因となる。



親指まで含めた5本指が、均等な力でバランス良く押弦されているのがわかる。カンじゃダメだ！