

Rise and Shine



板橋文夫 首作

第一篇：1977 年原始 LP Liner Notes

《Rise and Shine》这张专辑，是我在 1975 年夏天第一次去美国之前，在西荻窪的“AKETA 的店”连续举办了 5 天赴美纪念演出的第一天、第一场演奏的实况录音。并不是从一开始就有意识地想把它做成现场录音唱片，只是那天我的好友吉田啓介君刚好用磁带录了下来，后来一听，觉得演奏完成得很好，而且我也想把它作为自己某一时期的记录保存下来，于是就做成了唱片。这张专辑算是我的第二张领衔专辑，本来预定要比第一张专辑《濤》更早发行，但因为种种原因拖到了今年。如今再回头看，已经是两年前的演奏了，所以和那时相比，现在的自己也有了变化，其中也有不成熟的地方，不过我想，整体上那种很好的 swing 感，还是表现得相当充分的。那天身体状态也很好，再加上是第一天，所以从一开始就火力全开。和鼓手亀山賢一、贝斯手早川岳晴之间的配合也非常合拍，是一次很愉快的 session。AKETA 的钢琴音色很有深度，声音也很响亮，是我很喜欢的一架钢琴。鼓手亀山賢一性格也很开朗，坦率，那笑容实在迷人。他的底鼓时机感和力度仅次于森山（威男）桑，是个今后还会不断成长的人。贝斯手早川岳晴虽然酒一喝多就容易过头，但本性是个很温柔的人。他今后也一定还会继续成长。

接下来做一下自我介绍：我出生于昭和 24 年（1949 年）3 月 8 日，出生地是栃木县足利市，是六个兄弟姐妹里最小的一个。父母二人都出生于明治后半期，当时父亲是中学校长，母亲是小学的音乐教师。家里有一台脚踏风琴，我就跟着母亲和姐姐学着弹〈猫ふんじゃった〉（踩到猫 - 日本很有名的儿童钢琴练习曲 - JAZ EXB 注）之类的曲子，当作游戏来弹。从小学二年级起，我开始跟着桐生市的倉林茂子老师，从《拜厄钢琴基础教程》学起。小学五年级时，家里给我买了一台钢琴。那台崭新的钢琴送到家里时的感动，我到现在都还记得很清楚。那个时期，我常常凭听觉记忆来弹 Neil Sedaka 的〈One Way Ticket〉、还有电视剧《月光仮面》的主题歌之类。上中

学后，我加入了音乐部，也学了单簧管。托这个的福，我原本乱七八糟的牙齿竟然长整齐了，真让我高兴。我很喜欢用单簧管吹〈Danny Boy〉。高中是在倉林老师的推荐下，进入国立音楽大学附属高校钢琴科就读的。钢琴师从長峰和子老师。很偶然的是，同门的前辈里也有本田竹廣桑。高中时代我和姐姐住在高円寺。那家寄宿处的儿子越智正志君负责唱歌和吉他，又和附近朋友中打鼓的梅沢君等人组了一个摇滚电声乐队，看起来很有意思，所以我也用钢琴和风琴加入进去，趁学校课余时间一起玩。曲目多半是 Animals 和 Rolling Stones 的歌，偶尔也接些舞会和迪斯科之类的演出工作。我尤其喜欢 Animals 的〈House of the Rising Sun〉里那种风琴的声音。不过后来我渐渐想做一些在音乐上更不一样的事情，而且大学入学考试也越来越忙，于是乐队也就自然而然地解散了。

进入大学后，我加入了一支叫 Count Hard 的爵士大乐队。里面也有现在在 Teichiku 担任 director 的贝斯手杉本（敏昭）桑等人。那时我对爵士的理论和历史都一无所知，但总之，能够挥汗如雨、尽情自由地弹钢琴，这件事本身就让我快乐得不得了。那时候我也稍微做过一些 Oscar Peterson 唱片的扒带，但真正让我更深地受到爵士感动的，是在学校艺术祭上听到本田（竹廣）桑弹钢琴的时候。那种仿佛要把钢琴弹坏般的强力触键，以及其中充满灵魂的歌唱性，让我彻底震住了。从那以后，真的是睡着醒着都离不开爵士，还向前辈碓桑学习 Berklee 的理论，也把 McCoy Tyner 的《Inception》之类的作品听了个遍。

另外，那时候国立的艺术祭也因为爵士而热烈沸腾，到处都充满着炽热燃烧的气氛，是一段非常快乐的时光。那时，我结识了高我两届的鼓手古沢良治郎、次中音萨克斯中村誠一、颤音琴初山博，同级的吉田憲司（p）、大森明（as），低我一届的松風鉦一（as）、津田俊二（ds）、本谷道郎（ds）等人，大家常常在学校一起练习。尤其是和古沢桑的交情很早，作为一个很照顾后辈的人，他教会了我很多东西。他是一位用自己

的血肉去击打鼓面的、令人喜爱的鼓手。我也开始替本田桑去接一些歌舞厅和俱乐部的代班工作，或者和古沢桑等人组队演出。那时候，我也认识了贝斯手望月英明，人称 Guzura。那时候起，他弹奏时的节拍就已经很沉重、很黏稠了。我第一次在爵士俱乐部登台，是大学二年级的时候，那是经由从事钢琴调音工作的茨木桑介绍，在池袋一家叫 Jun Club 的地方演出。当时的阵容是古沢良治郎 (ds)、広瀬 (b)、八百谷 (fl) 的四重奏。之后，我加入了山口真文四重奏，认识了つのだひろ (ds)；再后来又加入宮田英夫四重奏，并于 1971 年加入渡辺貞夫六重奏，待了一年多。无论在音乐上还是做人方面，我都学到了很多，也积累了不少经验。那个时期，我也结识了大友義雄 (as)、大越徹 (tp)、中山正治 (ds) 等人，经常一起 session。此后，我又历经峰厚介五重奏、今村裕司五重奏，并从 74 年 7 月起加入日野皓正五重奏。也从日野兄弟那里学到了很多，比如乐队的整体配合、速度感等等。

我和贝斯手岡田勉一起，于 1975 年 5 月底到 7 月底去了美国纽约。在纽约，我和贝斯手中村照夫桑等人一起演奏过，不过更多的还是四处去听演出。整体来说，并没有我期待中那样多么有发展性的动向，现场气氛也没有那么高涨。年轻音乐人身上的能量和力量，我也并没有感受到特别强烈。不过纽约这座城市本身却显得生机勃勃、舒展自在，是一座有着不可思议魅力的城市。那些整天播放爵士的电台，会放各种风格的曲子，其中播得比较多的是偏 crossover 风格的 Stanley Turrentine。现场演出场所我也听了不少，留下深刻印象的有 Charles Mingus、Cecil McBee、Archie Shepp、Miles Davis、Cecil Taylor、Elvin Jones、Don Pullen 等人。每一个人都像是在用声音诉说着爵士的历史。虽然停留时间并不长，但那却是一次很好的机会，让我能够从外部重新回望日本。

从美国回来之后，我组建了自己的三重奏，一度也参加了中村誠一的“黄金虫”，而目前则以森山威男四重奏和自己的三重奏进行演奏活动。

我想，不去过分逞强，而是按照自己的步调，一边把每件事都在自己体内慢慢消化，一边自然地发出从自己内部涌现出来的声音。并且，我还想锻炼身体，去做有能量、有力量的音乐。对我来说，爵士不是讲道理，而是去做，是去认识自己的肉体与精神。我也希望在经历各种各样体验的同时，不断扩展属于自己的世界。

在这张专辑的发行过程中，承蒙吉田啓介先生的大力相助，以及鈴木氏、中島氏提供照片，在此谨致深深的谢意。

第二篇：2006 年初 CD 化 Liner Notes

文 / 若杉実 (2005 年 12 月 12 日)

若杉实是活跃于 1960 年代至 1980 年代的日本爵士评论家与编辑，长期为音乐杂志及唱片撰写解说文字，在日本战后爵士批评体系中占有一席之地。他的评论兼具理性分析与现场感受，既关注演奏的技术与结构，也重视音乐中所蕴含的生命力与即兴精神，是连接传统评论范式与实际聆听体验的重要声音。此外，他也是此次《Rise and Shine》专辑再版的监修。

1976 年发行的板橋文夫《Rise and Shine》此次首次实现 CD 化。这是一张于 1975 年在西荻窪的“AKETA 的店”现场录音的作品，但其发表被安排在处女作《濤》（1976）之后。原版母带制作由独立厂牌 ALM（Kojima 录音）负责。

今年夏天制作发行的 2CD 板橋文夫精选集《Watarase》，在此前的“渋谷ジャズ維新”系列中引发了少见的反响，也再次让人切身体会到“现役板橋”的强大能量。由于我与板橋同为栃木县足利出身，得以向市政机构请求协助完成艺术设计，使整张作

品内容得以充实完善。作为监修者，我对此深感满足，并借此机会表达由衷的感谢。

在那张精选集中也收录了〈Rise and Shine〉，其原始收录于同名专辑，而此次再版的正是这张专辑。首先必须提到的是，在母带处理前夕才发现，当年模拟唱片中未使用的〈Rise and Shine〉完整版剪辑，其实是存在的。手中已有精选盘的听众或许已经注意到，此次 CD 化同样将其替换为该曲的完整版本，从而毫无保留地呈现出 1975 年时板橋的真实面貌。

话说回来，板橋的那股气势在这里依旧如常。与其说是如鱼得水，不如说是一位化作猛兽的钢琴家所留下的令人屏息、惊心动魄的记录，它在一瞬间便能攫住听者的耳朵。结果也因此远远超出了模拟唱片所能容纳的时长，而通过这次 CD 化，才终于得以完整呈现其始末。话虽如此，仅以三首曲子来完成最初的“自我介绍”，也正是板橋的风格。

在这里的演奏亦是如此，正是那种粗粝触键下对声音表层的层层剥离，使板橋的钢琴最能呈现出未经雕琢的魅力。同时，这种演奏也强烈拒绝所谓“圆熟”的说法。或许不少听众会在爵士钢琴中追求如葡萄酒般恰到好处的甘美与顺滑的口感，但若放在板橋身上，与其说是那样的风味，不如说是摆在盘中的一整块肉——虽需花时间，却有撕咬的乐趣。正是这种富有嚼劲的肉感，构成了板橋的真髓。

因此，无论是〈渡良瀬〉还是〈Good-Bye〉，都与那种博取眼泪的“某种谢幕式”大相径庭。感受因人而异，但板橋所珍视的，并非甜美，而是存在于更深处的“温度”。在拥有区别于一般所谓爵士抒情曲之独特情感表达的板橋身上，这一点表现得尤为清晰。

所谓洗练、甜美、细腻之类，不过是华丽辞藻，只要愿意，就像对着镜子练习表情，或者舞台上的既定表演一样，其实并不

难被复制。然而，从人生经验中获得的温暖，是自身体内部自然涌现之物，并非可以凭意识调动而产生的东西。而且，如果感受的一方本身没有能够体认这种“温度”的心，那么即使板桥做出了最出色的演奏，也终将被轻易忽略。

对于将在 2006 年迎来职业出道 35 周年的板桥而言，最无可替代的，是能够在现场演出中表达自我。直到如今依然几乎每天奔走于日本各地，正是因为他始终坚信，那些汇聚于现场的听众，才是对自己而言最重要的存在。从横浜 Jazz Promenade 这样的重要主演舞台，到人口不过数千的小镇俱乐部，板桥一路走来始终面对键盘所思所想的，说到底，正是音符彼端的人。为了切身感受“活着的人”的喜悦，无论是现在，还是当年仍是无名新人的时候，他都不断奔走于各地的俱乐部演出，将额头的汗水倾注于琴键之上。

在这次录音完成之后不久，板桥便前往纽约。纽约这座城市的刺激，无疑极大地激发了当时 26 岁的板桥。他走访各处，观看不同类型的钢琴家，思考种种问题，最终得出的结论是——“去弹奏只有日本人才能做到的钢琴”。这是他本人的说法。

之后，他开始将更多时间投入到以“和”与乡土为主题的创作之中，如〈濤〉、〈Nippon Blues〉、〈渡良瀬〉等作品。当然，这并不意味着本作与其赴美之后之间存在断裂。在板桥的内心中，坚定不移的意志早已存在，前往爵士的故乡，或许只是为了再次确认这一点。而在此次再版所附寄的文字中，这一点也有所体现。

「汗をかきぶつかっていく音楽、そこを原点とする自分を再認識した。」

“挥洒着汗水、彼此碰撞的音乐，我也重新确认了，自己的原点正是在那里。”（本人语）

《Rise and Shine》对板桥而言，已成为另一个“故乡”。正如每

个人心中都有一个无法忘怀的故乡一样，我也希望这张专辑，能够在许多人的记忆之中长久地闪耀光芒。

曲目列表：

- ① Jumping Board (板橋 文夫)
- ② My Funny Valentine (R. Rodgers)
- ③ Rise and Shine -full edit- (板橋 文夫)

演职人员：

板橋 文夫 (Fumio Itabashi) piano
早川 岳晴 (Takeharu Hayakawa) bass
亀山 賢一 (Kenichi Kameyama) drums

录音时间：1975 年 4 月 26 日

录音地点：西荻窪「アケタの店」

录音工程师：吉田 啓介

Copyright © 2026 JAZ EXB All Rights Reserved.

Powered by MNM LLC