

## 引いて謡う（１）

能楽師が内弟子に対して、先ず、厳しく指導するのは、声量を高める腹式呼吸による発声ですが、それと共に習得を義務付けているのが、「引いて謡う」乃至は「吸って謡う」発声法で。これは息継ぎを長引かせる秘訣です。

これが、どういうことなのか、さっぱり分りませんでした。こんなのかなと思いだめたのが、およそ１５年前（謡を初めて２５年後あたり）、間違いなく習得できたと感じたのが、初めて演能に挑んだ８年前のことでした。

これによって少なくとも３０％ほどは息継ぎが長くなりました。但し、引いて謡っている間、声量は漸減していきます。

発声は、専ら呼気を伴いながら行いますが、時には、吸気とは言わないまでも、呼気を消費しないで発声することが可能です。

人が、「あア～！」とか「えエ～！」とか、思わず、驚いたり、感嘆したりするときに出してしまいがちですが、この時は概ね、吸った発声になっている筈です。

これを意識的に練習することで吸って謡うことが出来るようになります。

試しに、口蓋上部の奥の部分（喉口に近い辺り）に吸気をぶつける意識を持ちながら、「あ、い、う、え、お」の母音の発声をしてみましょう。決して声を出しているときに呼気にならないように気を付けなくてはなりません。

これが出来たら、次に、この母音を伸ばします。それも出来るだけ、発声を長引かせるようにします。即ち、「あ~~~~・・」といった具合にです。

これが出来たら、最早、謡本を前にして引いて謡うことが可能になります。

## 引いて謡う（２）

素謡では「間」を巧みに取ることが上手下手の大きなポイントになりますが。「間」の取り方は、息継ぎ、即ち一息で発声の出来る長さとそのタイミングに大きく関係しています。

「間」のことは、極めて複雑、微妙なので、私が感じていることだけでも簡単に書き尽くせません。稿を改めて書き進めて行きたいと思いますが、今回は息継ぎの問題に限定します。

息継ぎと「間」の関係ですが、一つ言えることはすべての場合に、両者が一致すればよいと言うものではないと言うことです。息の長さは、鍛錬によってかなり長くすることが可能ですが、「間」との関連で言えば、長ければよいと言うものではありません。

拍子合、不合を問わず、「間」を取った方が良い箇所、息の余裕があるあまり、間を取らないで謡ってしまう場合がまま見受けられます。

拍子合（特に、ロンギ）のところでは、お囃子即ち八割（やつわり）との関係もあって、息が続いていても、きちんと「間」を取らなくてはならないところがあります。

これらの箇所は概ね七五調の詞章になっていますから区切りは分かり易いです。例えば「高砂」で言えば十一丁裏から始めるロンギで、「げに様々の・舞姫の、声も澄むなり・住吉の、松影も・映るなる、青海波とは・これやらん」の「・」の部分になります。

一方、間と間の間隔が長いため、息が続かず、変なところで息継ぎをしてしまうケースが沢山見受けられます。つまり、息が短いために、余計な、無くても良い間を造ってしまうケースです。

このような場合の対策には色々ありますが、最も基本的な対策は自分の息の長さを、より長くする工夫乃至鍛錬でしょう。

これを具体的に言えば「引いて謡う」ことを心がけることです。引いて発声すると言われてもすぐには理解しがたいのですが、あたかも息を吸い込むかのように、発声を口蓋の奥の部分に引き込むようにして声を出す技法です。

さながら吸気しながら発声するかのようなので、「吸って謡う」と言う人もおられるようですが、実際には、吸気で発声することは至難の業でしょう。

しかし、引いて謡う、即ち呼気を極力セーブして、声を出すことで私の場合少なくとも20%くらいは息継ぎの時間が長くなったように感じています。（続く）

### 引いて謡う(3)

謡の発声は、所謂「透る声」で且つ「息継ぎが長い」と言う二つの要素が併存することが望ましいという前提で話を進めます。そして、これらの実現に向けて、私なりに考えて、悟り、実践してきたことを整理すると次のようになります。

発声はすべて呼気を伴うものである。「吸って謡う」と言う表現はあくまでも比喩的なものであって、吸気と発声とは相容れないものです。

但し、出来るだけ呼気を節約して、殆ど息を止めた状態で発声することは出来る。

子音の発声は、口蓋の口唇側言い換えれば前歯に近い部分で行なわれ、子音の発声に際して呼気を消耗する。

特にカ行の発声には呼気の消耗度が高く、サ行(中でも擦過音)、タ行、ラ行などのように、発声に際して舌部の動きを伴う音も呼気消耗度が高い。

一方、ハ行、マ行、ヤ行など、柔らかな発音の子音は呼気消耗度は比較的低い。

母音(ア行)の発声、特に長音は口蓋内部の奥即ち咽喉側で生まれ、子音に比べて呼気の消耗度は低い。修練すれば、呼気を止めた状態でも発声が可能となる。

この場合、出来るだけ口蓋奥部の空間を大きく意識を以って発声することが望ましい。これが、所謂「引いて謡う状態」であると理解している。

従って、心得の第一は、子音の発音、特にカ行やタ行の発音に際しては、強過ぎる発声(呼気消耗度が高い)にならないように注意すること。

(私に謡を手ほどきしてくれた大叔父は、「カ行の発声に気配りしなさい」と注意してくれました。22歳の頃であったと記憶しています)

心得の第二は、子音の「生み字」の発声は、口蓋内部の発声域を変えて、意識して呼気消耗度の低い口蓋奥部に移動させること。(例えてみれば、ハイブリッド・タイプの自動車のようなものです)

心得の第三は、母音の発声に当っては最初から意識して発声域を口蓋奥部にするように努めること。まかり間違っても母音の発声を口蓋の口唇側で行なわないこと。

第四の心得は、音量を絞って呼気を節約すること。

即ち、謡の発声による呼気の消耗度は「母音又は子音の種類×口蓋の発声の位置×音量」という方程式で表すことが出来るので、意味や情景に応じて、一本調子の音量でなく、適度に音量を絞ることで息の長さに結び付けることが出来る。

例を挙げます。口蓋内部の発声域について、口唇側をA（呼気消費度が高い）、咽頭側をB（呼気消費度が低い）として、

「高砂」のシテの出（一セイ）は次のようになります。

[た（強くAで）あー（B）か（A）あああ（生み字での回し、B）さ（A）ご（鼻濁音でA B）の（弱いA）おー（B）]

また、一般的な実践しやすい例としては、「引き」特に「三つ引き」とか、ヤオ、ヤオハ、打ち切りなどの引きのときに、意識的にBに持っていくことでしょうか。

以上述べたことはあくまでも私個人の経験則ともいうべきもので、プロが言ったものでもなく、学術的に証明されたことでもありませんが、ご参考になれば幸いです。