

能楽雑感(124)～発声について

謡も仕舞も悩みの種が尽きることがない。

新しい悩みが次々に湧いてくるかと思えば、ある悩みを解決したつもりでたが、その悩みが、しばらくすると、別の形でぶり返してきたりします。

謡を始めてから、続いていた悩みの最たるものは、「発声」と「発音」でした。

両者は密接不可分の関係にあるとはいえ、似て非なるもの。そして、「発音」も奥が深いけれど、「発声」の方がもっと微妙で、それ故に真剣に考える価値がありそうだと思ってはいました。

「発声」の技法について、初めて真剣に取り組んだのは、遅まきながら演能を控えた一年間でした。

何しろ、面を着用した上で声を出して、その声が客席の最後部まで届かなくてはならないのです。しかも、聞く人の耳に心地よい響きで。大いに悩み、考え、実践してみた結果、少しわかったような気がしましたので、それを論理的に整理してみようという気になりました。

以下は私の個人的な考えです。

発声の要素は四つあると思います。

第一の要素～呼吸。これには次の二つの態様があります。

A：呼気（吐き出す力を伴う）

B：呼気を出るだけ節約しながらの発声。これは所謂「吸って謡う」技法ですが、吸気では発声できません。でも息を止めている間だけ発声が可能です。

これは、吸気でもない「滞気」とでも言えましょうか。

息をとめている間だけ発声ができるので、高齢の私でも25秒くらいまでは声を出し続けることができます。

第二の要素～声を作り出す仕組み

声を生み出すのは、勿論声帯ですが、声帯から生まれた音が、口唇から外部に出る際のプロセスが大切です。

それを大別すると、更に三つのそれぞれ独立した要素に分類できます。

即ち、①舌を動かし、②発声のエネルギーを口腔内壁にぶつけた後、③唇の動きで声を調整する。

更に、②のエネルギーをぶつける場所は、大別して、前歯の後ろの部分（口腔内の前歯に近い部分、口腔内の一番高いところ、咽喉に近い場所ということになりましょうか。

以下は余談ですが、私は長い間、「井筒」の前シテの出だしが分からなくて、謡うのが怖くて仕方ありませんでした。

同じ三番目物の「野宮」も、シテの謡い出しは、井筒と同じように「次第」から始まりますが、こちらの「花に・・・」の方は、子音で、ゴマ点が水平なので、比較的謡いやすいのですが、「井筒」は母音で、ゴマ点が右下がり。これが苦手でした。

しかし、前述の B で口腔内の一番高いところで発声してみたところ、何とかいけるようになりました。

別の例を挙げますが、いつも「カ行」の発音には苦勞しています。総じて、力を抜くようにしていますが、場所、場所で発声を変えなくてはならないと感じています。

去る7月22日の川能連で、「頼政」の地頭を割り当てられましたが、修羅ノリに入る冒頭の「くつばみ・・・」の謡い出しは思い切ってぶつけてみました。これで良かったのかどうかは、未だ判断出来ていません。

（本稿は「謡い・仕舞覚書帳」より、修文の上転載）

能楽雑感(127)～発声について(2)

先般、発声の工夫に関して私の所見を記述したところ、会友などからいくつかの質問やご意見が寄せられました。

その一つは、私が仮に名付けた「滞気」即ち、呼気でなく、呼気を止めた状態での発声（所謂、引いた謡～注）の発声は、これをし易い音と、そうでないものがあって、両者を発声の直前に、頭の中で識別しながら謡うのは至難ではないか、というご意見でした。まさにその通りであろうと思っています。

確かに「滞気」で発音しやすい声とし難い声があるかもしれません。

自分の体験から言うと、最も自然に「滞気」で発声し易いのは「あ行」、また、子音の「生み字」でしかないように思います。

次いで、「さ」行、「な」行、「は」行、「や」行などは比較的、引き込んだ、滞気による発声らし易いように感じています。これらは口唇や歯や舌などを動員しなくても発声が可能だからではないでしょうか。

一方、滞気での発声が難しい、「ら行」、「か行」、「た行」、「ま」行など。

これらは呼気を使って、且つ、口唇や、歯や、舌などを動員して、外に向かって発声するからではないかと思えます。

即ち、「ら行」は舌を前歯の裏側でこすりつけながら呼気を発するし、「か行」は前歯の内側に呼気をぶつける、「た行」は呼気と共に舌を前歯の内側に瞬間的に強く打ち付ける、「ま行」とは口唇を使って、呼気により外側に向かって発声する、などの発声のメカニズムに起因しているからかも知れません。

ただ、これらの発声も呼気だけに意識を集中し過ぎるといけなくて、発声と同時に生み字に切り替えて、呼気を止める、言い換えれば、滞気に切り替えて、口蓋の上部に引き込むようにして発声することができます。

こうなると、もう少し発声のメカニズムにまで立ち入って考察しなくてはなりません。私自身、未だ分かっていないので、もう少し時間をかけて考えてみたいと思っています。

注

①滞気は、呼気を止めた状態を指し、引いた謡は行為乃至動作を意味しているので両者の意味合いは異なります。

②本稿は当 HP の「謡い・仕舞覚書帳」に掲載したものを一部修文したものです。 (令和2年1月21日)

2019年 11月 27日

流友のIさんと飲む機会をもって、大いに談論風発の趣がありましたが、その中で発声のことで大変有益なことを教えられました。

私から、近年、発声のことがとても気になっていて、色々と工夫してみていること、所謂、引いて謡うときの声の名称が分からないので、仮にそれを「滞声」と名付けてみたうえで、この発声法のバリエーションを試みていることなどを話したところ、Iさんは、引いて謡う発声を世阿弥は「主音＝しゅおん」と呼んでいる、と教えてくれました。

翌日、メールが届いて、Iさんが参加されている稲門観世会勉強会で、竹本早稲田大学名誉教授のこれまでの講義の要点を、以下のように紹介してくれました。

～世阿弥は、著作「音曲声出口伝」、「風曲集」で、発声についての教えを残しています。

即ち、発声の基本の二つのタイプに「横・おうの声」と「主（または堅）・しゅの声」があり、横は出る息、主は入る息であり、これを織り交ぜれるを、「相音・あいおん」という、とあります。

これを具体的に認識し、著書に帰したのが観世寿夫で、一句謡う間に横—主—横—主と織り交ぜて謡えるのが良い。

横・主を併用することで、声音の変化が加わり、複雑な面白さが表現できる、と説いています・・・と。

以後、仮に名付けた「滞音」はやめて、「主音」と言うことにします。無知を恥じています。

2019年12月18日

世阿弥の言う主音(堅音とも)は、「引いて謡う」発声、つまり、呼気を止めたままの状態での発声ですが。ことさら、呼吸の駆け引きを意識していなくても、年月をかけて、謡を謡い続けていけば、自然に身につけてしまうものではないかと思えます。

しかし、何時、いかなるときに主音で発声するのかを、理論、或いは理屈として説明でき
ません。つまり、発声の法則性の問題です。

以下、小欄の「能楽雑感124」に書いたことと一部重複しますが、今、自分が悩んでいることの一部を記してみます。(まだ分からないことだらけで、多分に誤解と独りよがりがあると思うのですが、自身の備忘のために・・・)

①ア行、つまり生み字の場合は主音が出しやすい。また、全ての子音は、引けば必ず生み字が出るから、引いているときは自然に主音になるけれど、このとき、主音であることを強く意識していた方が呼気の節約に役立つように思われるがどうだろうか。

②最初の発声は常に悩ましいが、最初の発声は概ね黄音(呼気の発声)の方がベターと思われる。

(例外も多いが・・・)

では、最初が母音の場合、全て主音で良いのか。例えば「井筒」のシテの出(次第)の「あかつきごとの・・・」の場合はどうなのか。

この場合、下げゴマか否かという問題とは別個の事のように思われるがどうだろうか。

③「な行」や「ま行」は往々にして、「n」(発音をするのではなくて気概とでも言うべきか)を意識しながら声を出す。同様に、「や行」は強く発声するときは、「i」を意識することが多い。

ともに、いきなり主音での発声は難しいが、主音で発声できない訳ではない。然らば、如何なるときに主音で発声すべきであろうか。

④自分の場合、音をせり上げるとき、つまり上音から上ウキにせり上げるに際して、標準の高さよりも、+又は++に外すようなときは(例えば、狂女の一セイ)、主音が効果的のように思われるが、そう考えて良いのか。

一方、急激に何段も音を下げるとき（例えば、「野宮」のキリにおける3か所とか松風の「お咎め・・・」も、主音でないと声が出ないが、それは一般的なことか。

2019年 12月 26日

去る、12月17日、流友I氏の仲介により、稲門観世会主催の勉強会に参加できました。

テーマは、「世阿弥の『相音』を検証する」で、講師は早稲田大学名誉教授の竹本幹夫先生

それに、能楽師の山本順之師が同席して、師の実演（謡）を聞き、また、録音された観世寿夫師の謡を聴きくことが出来ました。

私が参加したのは、3回目の講義で、既に、過去2回の講義で、世阿弥の発声に関する考えと、その背景にある思想は説明しつくされたようですが、今回も、私としては未知の知見が、随所で披露されて、興味深く、価値あるものでした。

世阿弥の伝書によると「横堅（おうしゅ）足りたるをば、相音という。これよき声なり」（平戸注：能楽師・山本順之の自伝より孫引き。堅は「しゅ」と読む）とあって、所謂、呼気の発声～「横音」と、呼気を止めての発声（堅音）とを、交じり合わせての発声が良いとしています。

そしてこの日の勉強会では、竹本先生より、能楽草創期の謡本に「堅」と注記されている個所が具体的に紹介されました。

一方、現代の能楽師・観世寿夫（故人）が著作の中で記述していることも披露されました。

即ち、「・・・また彼（世阿弥）は発声における基本的な二つのタイプとして「横（おう）ノ声」と「堅（しゅ）ノ声」ということを言います。「横は出る息、堅は入る息」と書いてい

ますが、横ノ声というのは明るく外向的で太い強い声をさしており、堅ノ声は内面的で柔らかく細やかに暗い感じの声をさしています。（中略）呼吸法や器官の緊張状態のちがいに

よる声の事なので（中略）音量も多く力が表面に強く出た発声が横ノ声、力を内に引きこんで閑（しず）かな感じの音が堅ノ声と言えましょう・・・」

更に寿夫によると「・・・世阿弥はしかし、理想的なのは相音（あいおん）と言って、両方兼ね備えた声であり、しかも一句謡う間にも横—堅—横—堅と織り交ぜて謡うのが良いとされています。」と。

たかが発声、されど発声の感を深くする勉強会でありました。

2020年01月03日

竹本先生は、世阿弥時代の謡本に注記されている、「堅～しゅ」の箇所を指摘されながら、
その箇所がどの様に発声されたのか（謡われたのか）を、問題として提起されましたが、
山本師が即答出来るものでもなく、ひとつの謎として、将来解かれるかもしれない課題として残されました。

また、観世寿夫師の謡で、江口クセの一調と定家の一節の連吟が、CDの再生により披露されました。

力強い、メリハリのある謡に聞きほれましたが、その中で、寿夫師は横音と堅音を、目まぐるしく、入れ替えて謡っていて、相音の何かを知るには格好のサンプル曲でした。しかし、これはあくまでも「寿夫謡」における、相音であって、必ずしも普遍的なものではなかろうと思いました。

今回の勉強会で知り得たこと、並びに、それ以前から得ていた経験と知識も含めて、能の

発声について、私なりにまとめてみると次の通りとなります。

(独りよがりかも知れませんが・・・)

1. 謡曲の発声には、呼吸による発声（横音）、引いて謡う、即ち、私が滞気と名付けた息の状態での発声（主音若しくは堅音）の二様があり、この二つの発声を入り混ぜて謡う発声様式を相音という。
2. 謡曲においては、謡、詞の部分問わず、相音を適宜あるいは随時用いることで、音色を変化させたり（例えばハリウキの高さにプラス・アルファを加えたり、柔吟の中音で謡い出すときに、マイナス・アルファの抑え込みをしたり）、多くの引き（例えばヤオハの間）を美しく発声したりすることで、効果的である。
3. 相音は、世阿弥の時代から使われてきた発声法であるが、具体的に、それが、能本（曲）の、どの部分で用いられてきたかについては定説がない。

また、相音は、二つの発声の組み合わせですから、何時いかなる時に、又は、どのような発音のときに、取り入れるかについての規則性はない。

即ち、相音は優れて語る人それぞれの語りぶりに依存するものである。

4. 発声は声帯を源とし、咽喉、口蓋、舌、歯、唇などの器官を駆使して実現させるものであるが、これらの器官と相音との関連について、自分の知る限りにおいては、解明されていない。(部分的にはありそうだが・・・)

能楽雑感(136)～発声について(7)・発声のメカニズム

これまで、謡における発声のし方について、思ったことを書いてみましたが、発声を司る口腔部位のメカニズムについてはどうなっているのだと疑問に思いました。

私が調べた限りでは、このテーマでは文献や情報がありません。

多分、洋楽の分野ではそれなりに研究されているのでしょうが、少なくとも謡曲を含む邦楽の分野では、系統だった、或いは科学的な研究が行われていないのではないかと思います。(単に、私が知らないだけのことなのかも知れませんが・・・)

以下は、謡曲の発声メカニズムに関しての、独断的で、大雑把な感想です。

まず、謡曲の発声には、呼吸法即ち息使いを変えることによる声の出し方と、口腔部位即ち唇、歯、舌、口蓋、咽喉部を使つての発声との、二つの態様があります。

前者の呼吸法に関することは、これまで、小欄で取り上げてきましたが、後者の口腔部位を駆使しての発声も無視できません。

但し、唇、歯、舌に関しては、発声と言うよりは、発音の分野で掘り下げるべきだと思いますので、これらについては、いずれ「発音」をテーマにしたときに考察することにして、以下、口蓋と咽喉部について記してみます。

謡うときに、私が意識している部位は、次の4カ所です。

即ち、①口蓋の前方、即ち上部の前歯に近い部位、②口蓋ドームの頂点、③口蓋の後方から咽喉部にかけての部位、④咽喉部です。

そして、それぞれの部位は、出したい音の高さによって使い分けをおこない、同時にそこにかける気(滞気の圧力、或いは気力とも言うべきか)の度合いを変化させるようにしています。

具体的に言えば、柔吟の中音(例えば、「クドキ」)は①を意識し、音を段階的に高くしていくにつれて、①から②に移行していきます(例えば、一般的に「フリ浮キ」から「ハリ浮キ」へ変化するとき、或いは「放下僧」の小歌とか・・・)、また、柔吟、剛吟共に、「ハル」場合は意識的に②に向けてドームの真下から気を突き上げるようにしています。

更に音を高くする場合、「甲グリ」とか狂女物の一セイ調などで、上ウキ音を更に上に外すような場合は、敢えて②から③へと気を奥へ移行させます。

③の部位では概ね絞った高音を発声しますが、④では一転して下の音を出すときに意識しています。

下げ幅が大きくて出し難い場合（例えば、「野宮」の～「りんりんとして・・・、とか「松風」の「お咎めあれと・・・」などは、④を膨らませるようにして音を吸い出すようにしています。

昨年の12月13日、NHKテレビ番組「チョコちゃんに叱られる」で、「裏声」をテーマに発声法の分析をしていました。

その中で、森山正太郎さんが裏声で語るときの、声帯の動きの映像が紹介されていました。

声帯の周りに、輪状甲状筋という筋肉があって、それで声帯を伸ばしたり厚くしたりして声を出す様子が映し出されていましたが、前述の①から④にかけての気の変化も、畢竟、声帯の動きに連動させるためのものであろうと思います。

能楽雑感(137)～発声について(8)・結び

謡の技法乃至は謡そのものの存在条件のなかでの発声の意味或いは位置づけのことを考えてみました。

能とは舞台上で演じられる詩劇であり、謡はその詩劇を観客に伝達する手段として最も重要な声楽であると理解しています。

強いて言えば、能は、西欧文化に根付いているオペラに近似していて、謡曲は、オペラの中で歌われる歌唱や台詞に相当していると理解しています。

この、声楽であり、台詞である謡曲は次の10の要素から成り立っていると考えます。即ち、

- ①発声
- ②発音
- ③抑揚（若しくは、イントネーション）
- ④強勢（若しくは、語勢、又は、アクセント）
- ⑤強弱
- ⑥高低
- ⑦緩急
- ⑧間（若しくは、タイミング）
- ⑨調子（若しくは、韻律、又は、リズム）
- ⑩旋律（若しくは音程、音色、又は、メロディー）

そして、この10種類の謡曲の要素の中で、最も重視すべきは「発声」であると思わざるを得ず、故に、何とか解明してみようと思いました。

でも、結局のところまだ良く分かっていません。「発声」は、不可解で、神秘的でさえあると思っています。浅学菲才の故です。

能楽雑感(139)～発声について(補遺)・腹式呼吸

発声と呼吸は概念が異なっても、両者の関係は不可分です。

わけても腹式呼吸はこれまで述べてきた堅音（主音）とか相音ので発声するには、息継ぎの間隔を長くすることが効果的なので、息継ぎ間隔を長くし易くするのに効果的な腹式呼吸を体得しておきたいものです。

しかし、この腹式呼吸なるもの、簡単には体得しにくいと言われており、理由は分かりませんが、特に女性が苦手とすると聞いています。

何とか、腹式呼吸のそれを体得するための方法論がないものかと思っていましたが、先日、ネットで、腹式呼吸の体得方法が紹介されていたので、引用しておきます。

「腹式呼吸の感覚をつかむ練習としてよく使われているのが『す』の発声です。長く『すー』と伸ばしてみたり、また、短く切って『す、す、す、す』などリズムを決めてやってみたり。

ここで重要なのは、腹式呼吸なので横隔膜です。肺を下方面に広げるので、横隔膜を下げることを意識して行うことでも効果があります・・・」

確かに、その通りだとは思いますが、実際にこれをやってみると、一、二回は良いけれど、毎日何回も繰り返しているとバカバカしく思えてくるのではないか・・・。

私の場合は、気が付いたら自然に腹式呼吸になっていたのですが、振り返って考えてみると、呼吸法も、声量や音域も、同時に進化してきていて、何故変わってきたかと言うと、声を出すときに楽をしない、少し呼吸器官に無理を強いてきたからだと思います。

楽に謡うというか、軽快に流すように謡うときのエネルギーよりも、10%とか20%くらい負荷を大きくして、「攻撃敵的な謡」を心掛けていれば、自然と謡の幅も、呼吸法も変わってくるのではないか。これが私の経験則です。

40年くらい前に録音した自分の謡をたまに聴いてみると、声に透明感があって、几帳面な謡をしていますが、何となく小じんまりとしていて、面白みのない謡なので、途中で恥ずかしくなり、聞くのを止めてしまいたくなります。

もうひとつ、腹式呼吸に関連して、数年前ほどから意識していることがあります。

それは、引きを長くするため、堅音（正音）で母音を出すとき（例えばヤオハの間）ですが、意図的に下腹部即ち「丹田」に力を入れます。このことで、引きの長さが、少なくとも30%は増えることとなります。

そして、丹田へのストレスを瞬間的にストップしたとたんに、大量の吸気が自然に肺に流れ込んで横隔膜を圧迫することになります。即ち、腹式呼吸の体現です。

発声について（補遺2）・声質～能楽雑感（141）

「声紋」という言葉が示しているように、声は人によって千差万別です。

所謂「悪声」が持ち味と言う人もいれば、鈴を転がすような声の人もいます。発音とか、声域とか、声量とかは本人の努力によって、ある程度は変えることが出来ますが、声質は変えようがありません。

幸いなことに、謡曲に関する限り、声質と謡の上手下手とは何の関係もありません。

所謂「悪声」の持ち主であるプロの能楽師も現に何人かおられます。

しかしながら、私見ですが、声質に関して留意すべき点が、二つあります。

その一つは、声質は年齢と共に微妙に変化するということです。

自分の例で云うと、60歳くらいを境にして、声が濁りはじめ、80歳を過ぎるとこの濁りが定着してしまいました。

多分、声帯で生まれた声を増幅する咽頭部と口腔の構造が、加齢と共に微妙に変化してくるからだと思います。

ただ、このことと、謡の巧拙とは全く関係ありません。

40年前の私の謡を録音したテープがいくつか残っていますが、これらを聞いてみると、実に奇麗な声で謡っているものの、謡としては、聞いていて恥ずかしくなるほどです。

振り返ってみると、60歳を過ぎたころから、声質の変化はあっても、音域が広がり、声量も増大し、聴き取る能力も向上していますので、声の濁りは気にしないことにしています。

もう一つは、「声は錆びつくもの」だと認識すべきことです。

つまり、声を出すことを怠っていると、声が劣化してしまうようなのです。

こちらは謡の巧拙と密接に関係あります。つまり、ここで言う声の劣化とは、声量の縮小、音域識別能力（聴力）の低下などです。

これも、自分の例で云えば3日間ほど声を出さないでいると、その影響が感じられます。

回復はしますが、全力で謡い出しから2時間くらいかけないと復調しません。

海外出張などで、1週間以上も声を出さないでいると、元の調子に戻すために、少なくとも1日は必要とします。

新型コロナウイルスの蔓延で、謡の会が軒並み中止となってしまう、発声の機会が激減してしまいましたが、せめて3日に一度、1時間程度でいいから謡を謡っておかないと、あとで取り返しのつかないくらい、声がさびついてしまうのではないかと心配です。