

鴻上尚史著「発声と身体のレッスンー 魅力的な「こえ」と「からだ」を作るために」ちくま文庫、筑摩書房 2012 年 12 月 10 日刊を読む

声の 5 つの要素

1. (1)「こえ」に自覚的になったあなたに、台詞につなげるヒントを書いておきます。(俳優以外の人には、日常で「こえ」を魅力的にするヒントです)。

(2)感情を変えると、声は変わります。「声はどうしたら変わるの？」という言葉、イライラして怒りながら言ったり、わくわくして喜びながら言ったりすれば、言い方は変わります。

(3)ここで、「感情」ではなく、「こえ」の何を変えれば、「声はどうしたら変わるの？」という言葉の言い方は変わるでしょうか？

(4)ワークショップでは、ここでじっくり考えてもらうのですが、先に答えを言います(5 分は考えてください)。

2. (1)まず、「大きさ」です。「大きさ」を変えれば、「声はどうしたら変わるの？」という言い方は変わります。読んだ後、「なーんだ」と思わないように。

(2)あなたは、ふだん、何種類の「こえ」の「大きさ」を使い分けていますか？

(3)無自覚に、なんとなくしゃべっていませんか？

(4)話す内容ではなく、声の「大きさ」が場に不釣り合いで、周りから浮いている人は知りませんか？それは、「大きさ」に無自覚な例です。

(5)自分が出せる一番大きな声で「声はどうしたら変わるの？」と言ってみましょう。声帯に気をつけてください。では、一番小さな声で「声はどうしたら変わるの？」と言ってみましょう。今出した一番大きい声と一番小さい声の間で、あなたはふだん、何種類の声の大きさを使い分けていますか？では、あなたがふだん出している声の「大きさ」で言ってみましょう。他には、ありませんか？さて、何種類の声ですか？

3. 次は、「高さ」です。
(1)「高さ」を変えれば、「声はどうしたら変わるの？」という言い方は変わります。あなたの一番高い声と一番低い声で言ってみてください。

(2)では、その一番高い声と一番低い声の間で、あなたは、ふだん、何種類の「高さ」を使い分けていますか？「こえ」に自覚のない人は、一種類、多くて二種類です。

4. 次は「^{はや}速さ」です。

(1)「速さ」を変えれば、言い方は変わります。「声はどうしたら変わるの？」という言葉、できるだけ速く、3回、子音^{しいん}が溶けないように、明瞭^{めいりょう}な声で言ってください。

(2)今度は、「こーえーはーどーしーたーらーかーわーるーのー」と一息で、できるだけゆっくり言ってみてください。さあ、あなたがふだん使っている言葉の速さはどれぐらいですか？

5. 次は「間」です。

(1)「速さ」と「間」をあわせて、テンポとカリズムと言います。

(2)どうして、「速さ」と「間」^{べつべつ}を別々にしたかという、言葉が速い人は、自動的に「間」も短くなりがちだからです。

(3)ですが、台詞^{せりふ}(言葉)は速いけど、間^まは長いという言い方は存在^{そんざい}しないのでしょうか？「なんでそんなことするのよっ……信じられないわっ……」^{どういうことよっ……}と言葉は速いのに、間は長いという言い方に、ふさわしい感情やイメージがあるはずですよ。

(4)逆もありますね。言葉のひとつひとつはゆっくりなのに、間^{きよくたん}が極端^{みじか}に短いという言い方です。いろいろ試^{ため}してみてください。

6. 最後が「^{おんしよく おんしつ}音色(音質)」です。

(1)あなたはどれぐらいの音色(音質)を持っていますか？

(2)あなたは知らないかもしれませんが、田中角栄^{たなかかくえい}という政治家の人は、ダミ声^{ごえ}が特徴^{とくちよう}でした。僕はあの声^{しよみんてき}が、「庶民的」だとか「エネルギー」という印象^{あつ}を与えたのだと思っています。もし、田中角栄という人が、NHKのアナウンサーのような声^{そうりだいじん}だったら、総理大臣^{はなごえ}になるようなことはなかったと思っています。あなたはどんな音色を持っていますか？「鼻声^{はなごえ}」「アニメ声^{ごえ}」「バスガイドのような声^{おうえんだん}」「おすもうさんの声」「アニメの女の子のような声」「ドラえもんのような声」まだまだあります。

(3)残念ながら、たいていの人は、一色です。なんともったいない。あなたの「からだ」^{きようめい}の共鳴^{しかた}の仕方やイメージによって、あなたは何十、何百、何千、何万、という音色を持てるはずなのです。モノマネをうまくなれということではありません。似てなくていいのです。「クレヨンしんちゃん」のような声を出してみようと思った時、似てないほうがいいでしょう。それより、あなたは、今まで出したこともない「こえ」を出したということです。その「こえ」にふさわしい感情やイメージはありませんか？逆に、そういう「こえ」を出したことで、ある感情やイメージがわいてきませんか？

7. (1) 駆け足で急ぎましたが、声の要素は、①大きさ、②高さ、③速さ、④間、⑤音色です。

(2) これらを、日常から意識していると、あなたの「こえ」は飛躍的に素敵になります。台詞だけを考えるのではありません。日常から、「こえ」の表現が豊かになると、自然に台詞も豊かになるのです。そして、「こえ」がバラエティーに富んでいて豊かな人は、じつは、表情も感情豊かなのです。

(3) つまり、「感情が豊かな人になりましょう」と思うのではなく、「豊かな声を持ちましょう」と、技術論的に考えるのです。そうすれば、自然に、感情も豊かになるのです。だって感情が単調なのに、声の豊かな人はいないのです。

(4) 教師や政治家、サラリーマンの人も、この5つの視点から、自分の「こえ」をもう一度、チェックしてみてください。「話す内容」にだけ目がいて、この基本的な5つをおろそかにしていませんか？

(5) まったく同じ内容でも、この5つが豊かになると、その話は面白く、素敵に、魅力的になります。「落語」は、話す内容が同じなのに、面白いものとつまらないものにはっきりと分けられるという具体的な例です。

(6) 帰ってくるところはやっぱり同じです。「あなたの感情やイメージをちゃんと表現する声を持つ」ということです。逆に言えば、「豊かな声を持てば、あなたの感情やイメージは豊かになる」ということなのです。

[コメント]

声を出して相手にものごとを伝えることを仕事にする人にとっての必読書。その代表は舞台俳優やアナウンサーだが、学校や学習塾の先生にとっても、とても役に立つ。是非、御一読の上、実行を。

— 2014 年 10 月 9 日 林 明夫 記 —