

GIOACCHINO ROSSINIにおける発声法

笹嶋 眞夫

VOCALIZZAZIONE DI G.ROSSINI

Masao SASAJIMA

声を使う職業は多々あるが、こと声楽家にとっては如何に無理をせず、最大限に効果をあげることが出来るかが最大の課題である。今回のテーマは、声に出す以前の、喉の収縮体操について、GIOACCHINO ROSSINIの示唆した文献より考察した。

はじめに

19世紀前半に活躍したイタリアのオペラ作曲家ロッシーニはベルカントの頂点を築いた最も偉大なる人物である。筆者は37年前、ヴェネツィアのサン・ジョルジョ島で行われた演奏会で、ロッシーニのオペラ「アルジェのイタリア女」を歌っている。また、ティトゴッビによる公開レッスンで「ウイリアムテル」の中のアリアを歌った際に「貴方はロッシーニの歌唱に必要なテクニックを備えている」と言われたことがある。以来、帰国後もロッシーニの歌曲、オペラを歌う機会を得ている。

昨年はロッシーニの生誕地であるペザロに行った。ペザロでは、毎年八月中旬にロッシーニのフェスティバルが開かれる。毎年、上演される演目に喜歌劇「ランスへの旅」がある。これは、新人登竜門の曲である。登場人物の多いのでも知られ、その登場人物の全てに難曲が与えられているのにも拘わらず、楽々とそのPassaggio（装飾音階）を歌えてしまう若者たちを見て驚きを隠せない。さらに、このフェスティバルは、ロッシーニの生涯で作曲された39曲に及ぶ作品中、現在は全く演奏されていないオペラを取り上げて舞台にのせることでも有名で、世界中の音楽家たちからの注目を集めている。

今年九月に、筆者の主催する、声楽アンサンブル研究会「VOCE ALBA」の演奏会を上野の奏楽堂で行った。ロッシーニのオペラの重唱曲を取り上げたことから、日本で初めて出版されたロッシーニの研究書、Fransis Toy著、加納泰訳、『ロッシーニ生涯と芸術』（注1）を37年ぶりに読み返した。今回、改めて熟読して、以前は気付かなかった、ある文章に大変な衝撃を覚えた。それには、次のように書かれている。

ロッシーニが1840年、基本的な練習曲集、（注2）を書いており、その練習曲を、この本の著者Fransis Toyが、数人の専門の声楽家たちに歌わせてみたが、彼らのいずれ

もが手に負えないほど困難を極めた。その練習曲集は、当時のボローニャ音楽院、声楽科の一般学生の、極々標準的な練習曲に過ぎなかった。声楽演奏技術の水準が当時と現在とでは、いかに相違していたかがうかがい知れる。(注1の原注40)

さらに次のように続く。

女性は、最低五年間の修行期間が義務付けられ、男性はさらに二年間、年限が延長されて、最低七年間を要した。この間、一芸に秀でるために、初めの何ヶ月間は、ロッシーニが「喉の収縮体操」と名付けた厳しい訓練を、全く声を出さずにやるのである。その間、歌らしい歌を与えてもらえることはまず無い。もし、歌えることがあったとしたら、母音や子音の発声法や呼吸法、その他の基本的なことが、完全にマスター出来ていた場合に限られたという。このことから我々は当代の演唱技術水準の低下に驚かされる。(注1の原注40)

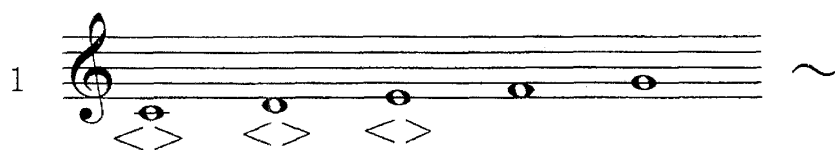
現在、我々が耳にしている、偉大なる歌手たちは、その「喉の収縮体操」なるものを、行っているのだろうか。知りうる限りの声楽に関する教本を調べているが、未だにそのことについての記述は見当たらない。そこで本稿では、その「喉の収縮体操」とはどのようなものであったかについて考察することとする。

1. ロッシーニの出版した声楽のための練習曲集

まず、ロッシーニの残した発声法の楽譜について、それがどのようなものであったのかを看一看することにする。Gorgehggi e Solféggi : Vocalises et Solfeges pour rendre la voix agile et pour apprendre a chanter selon et gout moderne (注2) には、「完璧に喉を鳴らし、声を作り、当代の趣味に合わせて歌うための練習曲である。」と書かれている。そこには、18曲の Vocalizzi と Solféggi の4曲が収められている。ここでは、音符として表されたロッシーニの発声練習曲、Vocalizzi それぞれの楽譜最初の部分を提示する。

18の[Vocalises]

1



2

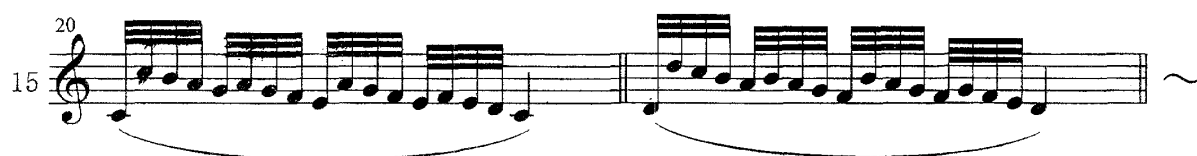
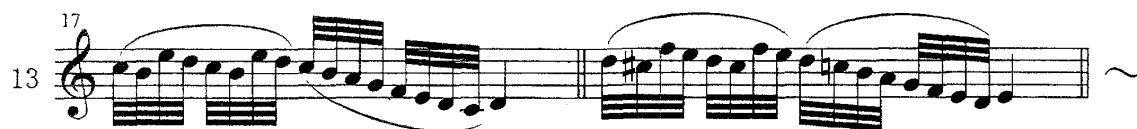
18の[Vocalises]



18の[Vocalises]



3



日本では、このような声楽練習曲の定番にコールユーブンゲンがある。しかし比べてみると、ロッシーニの一曲目から既に、声楽の基本を踏まえていないと取り組むことは不可能である。安定した声を得られてからのCrescendo・Decrescendoの練習曲であるからである。ロッシーニは、この練習曲の冒頭に次のように指示を与えている。

Ces exercices, Sont tres necesaires pour render vix agire. Il faut les executer chaque matin. La premiere fois lentamente et piano, La deuime fois et piano, La troisieme fois tres vite et tres fort. (注2)

訳： これらの練習曲は、敏捷な声を形成するために重要で欠かせないものである。この練習は毎朝行い、最初はゆっくり、そして弱く、二回目は速く、そして弱く、三回目は非常に速く、そして強く。(注2)

しかし、前述の通り、初めのゆっくりと弱く声を出すことからして、初心者には困難を極める。まず、正しい音声が出せているかが問題だからである。正しい音声には、声帯が無駄なく均一に振動していること、そのために声帯につながる筋肉も弛緩させることが必要である。それに加えて、横隔膜の問題もある。呼吸法、胸郭、口腔内部の形成等、全身の機能すべてがからんでくる。そうすると、この練習曲集は正しい発声法をマスター出来ている教師の下で、然るべきアドバイスを受けながらでないと、道を誤る危険性がある。

この18の短い音階練習曲は、Mezza voce（半分の声）から始まっている。そして、三連音、Gruppetto（ターン・装飾音）、Arpeggio（分散和音）、Staccato（断音）、その他、Agilità（機敏性のある歌唱法）、Scala（音階唱法）が続く。それらはBel canto（美しい歌声）へのPassaggio tecnica（経過句の技術）基本である。この訓練をすることによって、基礎が築かれ、常に正確で安定した声を出せるようになる。しかし、この声を出す前に体得しておかなければならないのがControllare il proprio respiro（呼吸法）である。いわゆるロッシーニの「喉の収縮体操」に繋がるための第一歩が、次に述べる呼吸法である。

2. 呼吸法

息をコントロールするためには、支えがしっかり保たれているかどうかが一番重要となる。横隔膜が常に最下部に下りていること、下半身のふらつきをなくすこと、上半身の力が完全に抜けていることである。呼吸は休止符の長短に拘わらず、常に循環させる。ブレスの度に横隔膜が上下することはなく、最下部に置いた横隔膜を感じながら息を循環させる。

呼気、吸気の手速を揃えて、秒単位から徐々に速度を遅くしていく訓練を行う。その間、常に姿勢は正しく、前傾してはならない。どちらかといえば腰を中心に、少し反り身になるくらいが望ましい。体の内部、その中心である横隔膜を意識させ、自然の波が繰り返されるようになると良い。

吸気の殆どは鼻から取り入れるようにする。なぜなら、口から取り入れた空気が声帯を直接通過すると、その声帯に与えるダメージが非常に大きいからである。鼻から吸気することによって、その空気を暖め、声帯、気管を通過、常に声帯を湿った状態に保つことが出来、声帯の働きを活発化させることが出来る。したがって呼吸が意のままにコントロール出来た時、初めて「喉の収縮体操」に入ることが出来る。

3. 喉の収縮体操

私たちは通常何かテーマを持って話をしようとする時、頭の中で構想を練る。そして話を始めるのであるが、話をする前に発声練習をしておかないと、思わぬかすれ声が出ることもあり、声そのものも出ないことがある。実際に発声器官である声帯が十分に働いてくれなければ、その講演の内容がどんなに良いものであったとしても、魅力ある時間は作れない。話術以前に、その人の持っている自然な声があって初めて完璧な時間を作り出すことが出来る。しかし、発声練習をしなくとも、イメージトレーニングで多少は何とかすることが可能である。次にそのためのポイントを列記する。

1. 出来るだけ大きな口を開ける。同時に喉も十分に広げる。その際、後頭部の力を後方に追いやる。目を大きく広げ、耳も、鼓膜の奥から広げるように意識させる。
2. 口を開けたままと、口を完全に閉じたままと、それぞれ顎の筋肉をゆるめておく。何れにおいても口腔内を十分に広げたまま、口蓋垂を前後に揺らす。
3. 母音を意識して息を大きく吸い込みながら、当然、声は一切出さずに、口蓋垂のある部分より奥の喉も含めて、ゆっくりと大きく動かす。母音（A・E・I・O・U）の一つ一つを確実に形作る。息を吸い込みながら出来上がった喉の広がりやを、崩さないように、息を静かに口の中で回しながら、同様に母音の形成を図る。必ず、フレーズ毎に体全体の状態を（余分な力が入らないように）確認しながら、息をゆっくり吐き、少しずつテンポを速めていく。

順次、AA・AE・AI・AO・AU.

EA・EE・EI・EO・EU.

IA・IE・II・IO・IU.

OA・OE・OI・OO・OU.

UA・UE・UI・UO・UU.を形成する。

4. その後、歌唱曲全体を喉頭部で、無論、声を出すことなしに、歌詞をはっきり発音できるように、イメージトレーニングをはかる。
5. 十分に口腔内が柔軟になり、声出しに対応が出来ることが確認できたら、そのままの喉の状態を保持させながら声だしにかかる。

以上、喉と声帯の準備体操を行ってからの発声は、どんな状態でも、例えば、起きがけの声も、それを2, 3分間行うことによって、澄んだ声になる。

次に、これまでの発声における8つの問題点について、その原因を考え、改善方法について述べることにする。

4. 発声上の問題の改善方法

1. ハスキーな声における問題点は、息漏れにある。体全体を感じないで声帯より直接、響きを作らないまま発声していることに原因がある。口の中を縦に大きく広げ、軟口蓋を意識し、姿勢を良く、臍下丹田に支えを感じながらスタカートさせると改善する。
2. 声が硬い場合には、顎の力を取り除き、肩を揺らし、リラックスすることを心がける。
3. 音程がぶら下がるのは、声帯に余計な力が加わっているため、支えをしっかり保ち、顎、及び周辺の力を除かなければ解決出来ない。
4. 発声時、喉に痛みを感じる場合、同様に、顎の力を完全に排除、欠伸の要領で喉の筋肉全体を弛緩させる。
5. 声が思うように響きを捉えられない場合は、口の中が十分に開いていないことと、頭蓋骨の共鳴部分を活用していないことが原因である。これを改善するには、眉のところにある、おむすび状の空洞を意識し、眉を上により上げることにより、共鳴を得ることが出来る。そして、更に、こめかみを左右に広げるように意識する。頬骨の空洞も意識、鼻の中の上鼻道、中鼻道、下鼻道も意識して広げ、共鳴を図ると良い。何よりも顎の力を100%抜くことである。後頭部、背中の力も取り、横隔膜の支えのみで発声すると良い。
6. 作り声のように自然さを失っている場合、様々な箇所にも余分な力が加わっているため、自身の音域の中で一番楽に出る音声を見つけ、歌詞等、楽な気持ちで朗読すると良い。
7. どうしても言葉が不明瞭になってしまう場合、唇を動かす練習をする。十分な母音の発音練習と、子音を含めた言葉、日常使う言葉を基に、体全体の中心を広げ、発声練習すると良い。
8. 高い音域に無理を感じる場合、顎、喉の筋肉が硬く、声帯を働かすことを出来にくくさせているため、その音の振動数を増やすことが出来ず、結果として高い声が出ないのである。

以上、発声上の問題を改善する方法を書いたが、これらは、結果として現れてしまっている状態の改善策である。発生においては、声出しの始まり等、基礎作りが大事である。その点で、原点に戻り、「喉の収縮体操」によって、体の内部の余分な力を解放させることを、徹底させるべきである。

おわりに

声は、pからfまで、どのような歌い方、話し方をする場合でも、その発声した人の体全体から聞こえて来なければならない。声帯より作られた音声は、横隔膜の支えによって、足の爪先から頭の頂点まで響かせるようにする。そのためには、何よりも健康な体と健全な精神状態が維持できてこそ、初めて完成に近づく。

イタリア留学中、多くの先生方の指導を受け、聴講もさせていただいた。今、振り返って見ると、それらのレッスンは教師とピアノ伴奏者と三人で行われ、指導にあたる先生は、顔を生徒の顔にかなり近付き、その時は、かなり抵抗を感じたものだが、説明だけでは理解させにくい外人である我々に対する言葉以上に効果のある実践方法であったのだろう。感情表現云々だけではなく、声を発することは稀であり、専ら大きく開けて見せてくれた口の中にあっただけではなかろうか。今は昔と違い、VIDEO、DVD等、映像による研究も楽になった。出演者の顔もupされ、口の中まで覗ける時代である。映像を通して、また、オペラ上演中にはオペラグラスで、出番待ちの歌手の方に注意を向けると、しきりに口の中を動かしているのが見て取れる。体操競技でも、十分な準備運動無しに競技を行って、怪我をしてしまうのと同様に、無理な発声をして、声帯にポリープや擦過傷が出来、声帯が閉じずにハスキーな声になってしまうこともある。

今回の研究を通して指導を行った結果、発音、抑揚、音量、表情等、全てに良い結果を導くことが出来たという成果を報告して、結びとする。

引用文献

- (1)『ロッシーニ生涯と芸術』フランシス・トイ、著 加納泰、訳 音楽の友社 1970年
- (2)『パエールとロッシーニの声楽教本』水谷彰良、著 全音楽譜出版社 2001年

参考文献

- 『うたうこと』フレデリック・フースラー著 須永義雄・大熊文子訳 音楽の友社 1987年
- 『私の歌唱法』リリー・レーマン著 川口豊訳 シンフォニア出版 1992年
- 『声楽家のためのイタリア語・語法と発声』エベリーナ・コロニ著 石田徹・石田美栄共訳 音楽の友社 1983年
- 『声楽家を志す人へ・発声の基礎とトレーニング』グラハム・ハビット著 村尾睦男訳 音楽の友社 1987年
- 『声楽のコツ・自由な発声法への鍵』エスター・サラマン著 西原匡紀訳 音楽の友社 2001年
- 『声のしくみ・声を使う人のためのやさしい音声学』石井末之助著 音楽の友社 1988年

『ベルカント唱法・その原理と実践』コーネリユース・L・リード著 渡部東吾訳 音楽の友社 1988年

『ヴォイス・トレーニングの全知識』ブレスヴォイストレーニング研究所監修 2003年

『音声学』ベルテイル・マルンベリ著 大橋保夫訳 白水社 1970年

『歌い方のヒント・言葉を考える』中尾和人著 音楽の友社 1989年

『発声の技巧とその活用法』酒井弘著 音楽の友社 1976年

『アプト声楽教本』フランツ・アプト著 須賀靖元訳 龍吟社 発行年未記載