

## 何故？表現のトレーニングが必要なのか？

<そもそも、朗読という行為は一体どんなことなのでしょう？>

### ◆日本語と朗読

作者が創作した文章(文字情報)を、作者以外の人が声を使って作品の内容(文字情報や伝えたい内容)を、声を使って第三者に伝えるという行為です。

ここには、最低 2 段階以上の情報伝達があります。

書き言葉の文字情報と、話し言葉の文字情報と声です。

さて、文章などの言葉は元来、どんな言葉も、あやふやなものです。

日本語自体が単語としては、あやふやな言語です。

例えば名詞で例えると、書き言葉は、昔習った唯一無二の固有名詞ではなく、良くても普通名詞程度の多くの共通認識(大体こんな意味だろう)からなる意味の範囲を持ち合わせています。

また、漢字という、意味を文字のなかに圧縮したような情報過密な会意文字が多いので、更にあやふやになる傾向を持っています。

さらに、もう一点。

その言葉が作者にとって一般の共通認識の範囲ではなく、何らかの経験や年齢、作者固有の状況や人生観で意図的な意味を持ち合わせる言葉であることもあります。

ですから、この段階、つまり、書き言葉の文字情報理解の段階で、朗読をする人（これからは演者は、様々な文字情報の理解と整理をいたします。

それが良いとか、悪いという話ではありません。

### ◆日本語と朗読

次の段階で演者は、その文字情報を自分の声を使って、自分の伝えたい情報として表現しよういたします。

そして、忘れてはいけないのが、後には演者が組み立てた伝えたい情報を朗読を聞いている様々に異なる人が、その声を使って伝達された文字情報を理解しようとする行為です。

#### ◆朗読の持つ行為性

ここまでの行為をまとめると、作品の文章や言葉を受け取り、その文字情報を理解した演者が、声を使った情報として組み替え直し、声を使った文字情報として聞き手に伝え、聞き手は、その演者の声を使って表現された文字情報を、自らの情報として理解するという行為です。

3つのファクターがあります。

作者のファクター、演者のファクター、聞き手のファクターが文章という言葉の文字情報から、話し言葉の文字情報として変化し、伝わる仕組みです。これは多言語であっても同じプロセスを辿っています。

#### ◆表現としてのプラスメソッドとは？

プラスメソッドは、演者がその書き言葉の文字情報を、話し言葉という文字情報に変える際のものです。

その際に余白という書かれていない、割愛された文字情報を付け加え、声の文字情報に感情という方向性をもたせるためのものです。

何故、そんな事をするのか?ということが大切です。

作者は文章作成という行為の中で、細部まで細かな文字情報を付け加えた場合に、読み手が読みにくいと判断し、最低限の少ない文字情報での読み手の自由な想像力を頼りにしているからです。

ここには編集という立場の人間の意見も反映され、時代的にも「どの程度?」という文章表現への幅や言葉選びが行われています。

ですから、作品は展開、リズムなどの読みやすさという観点から考えられ、構成されて言葉選びがなされています。

作品が面白いという感情は、そこから生まれてくることが多いといわれています。

勿論、登場人物が個性的に作られているかも知れません。

### ◆演者の行為について

その前に私達は日本語で、日本語文章を伝える朗読を行っています。

日本語という言語の特徴、多言語との大きな違いですが、一体何があるでしょうか？

「音節」という言葉を知っていますか？

「音節」は連続する言語音を区切る分節単位の数です。

具体的には、母音や子音の組み合わせですが、音節自体の数では英語七千に対して、日本語は六百五十と少ないのです。

如何に同音異義語が多いか！

日本語は1秒間に 7.84 という数値、つまりそれだけの変化数を 1 秒間に

詰め込んでいる言語で、その点が多言語との違いで、あの難しいスペイン語やイタリア語よりも多いとされています。

ちなみに、英語と比べると、日本人は人に何かを伝えるとき、

「短時間で最も多くの言葉を発して物事を伝えようとしている」ということになり  
ます。

別の言い方をすると、何かを伝えることに関して、最も無駄の多い、浪費が多  
い言語だとも言い換えられますね。

滑舌に対しての着眼点も、この音節の多いことに由来しています。

しかし、人間の脳は、一定時間の情報伝達処理速度では、どこの国でも殆どか  
わらないということが立証されていますので、その点をトレーニングする側  
は、スキルが必要な裏付けとして考えていてもいいのかもしれませんが。

上手い人と、上手くない人の朗読の差の要因もこの点にあります。

下手な人は、それぞれの言葉の表現を変えすぎることが  
往々にして多いのです。

一方、上手いと言われる人は文頭から変化するまでの間で一定の感情ベクト  
ルを一定にしています。

それは一つ一つの言葉から受け取る言葉のニュアンスより、何が言いたいのか  
に対して、脳が判断しやすいということになります。

しかし、一定すぎるのも決して良いこととはいえませんが。

この点が、伝える言語スキルの難しさであり、一つの方向性でもあります。

更に、この言語スキルには「バーバルコミュニケーション」と「ノンバーバル  
コミュニケーション」の2点に対しても関心を示すことが大切です。

前者は言語を使うコミュニケーション、

後者は言語を使わないコミュニケーションです。

他の言い方にすると、前者は言葉の意味や内容を伝えること、

後者はそれ以外の非言語。

つまり五感で感じるコミュニケーションで、朗読に関しては感情によって変わる  
声のトーン、口調、表情に当たります。

言語情報の理解はわずか7%、聴覚情報は38%、視覚情報は55%という

伝達方法に対しての数値も判明していて、メラビアンの法則、「7-38-55 のルール」として紹介されています。

つまり、朗読の場合、相手に伝える影響が大きいのは「話す内容」よりも「話し方」で「感情によるわかりやすい声のトーンと口調」更に「表情」なのです。

これは聞き手に伝えたい内容を感情というファクターで「気持ち」を表現することで、安心感を与え、信頼関係を作るということに繋がり、朗読がやりやすいという環境を作ることになります。

最後に朗読の「間」についてもこう言われているという事柄を追記しておきます。

丁度よい「間」の長さ 適切と感じられる「間」は具体的にどのような長さなのか。

驚くことに日本人の間は、先程の音節の特徴からこのように言われています。



スピーチに置いての心地良い間についての統計結果は 0.35 秒前後、0.7 秒前後、1.4 秒前後という調査結果があり、米倉齊加年さんの場合も近似値の 0.4 秒、0.8 秒、1.4 秒前後であったと測定されています。

このことから、丁度よいと感じられる「間」の長さが共通した感性に支配されて、表現として、聞き手が受容のために、必要にして十分な時間」とする「間」の担う役割には、短い「間」から長い「間」まで丁度よい長さには広い幅の 3 種があると考えられています。

さて、体感的に間の数値は何から来るのかということですが、それは「間」の長さ 1.35～ 1.4 秒は、ほぼ半呼吸の長さに一致するという事。この「間」と呼吸波形の関係をみると、両者が同期する傾向が見られます。

具体的な進め方として「間」の部分では、呼吸を調整して、呼気から吸気、あるいは、吸気から呼気への変化点と「間」の終点を一致させるケースが多く

反対に「間」が長すぎると呼吸を止めて、次の音の出るのを待つことになり、規則的な呼吸のリズムを乱すことになる。

一方、聴取者は演者の呼吸をうかがいながら息を止めた状態にあることがわかっていきます。

さらにこの「間」の使い方によっては、間がゆらぎ効果を作り出すことも実証されています。

更に具体的な利用として、聞いてほしい「重要度」の場所では、その理解が上昇する場面の後の「間」を長くする方が、より伝わりやすいとも言われています。

このように朗読者の呼吸の相違は、音量の変化や「間」の取り方の違いに関係して、話者から聴取者への感性伝達に重要な役割を果たし、それだけでなく朗読者の呼吸自体が、聴取者に影響をおよぼす感性情報として強く働くことが確認されています。

◆読解視点と表現視点から考えられたプラスメソッドについて

## <生活様式>

作者の描く物語の作品の世界と、あなたの日常の世界は違います。

突き放した言葉では「赤の他人の生活」で、

その上、生きている時代も、今の時代では無いことが多いでしょう。

「映像や写真では見たことあるけど、違う時代の人がしていた生活なんて考えるの面倒くさい!」と思う人が、殆どではないでしょうか?

そこで、違う時代を繋ぐにはどのような視点で考えるのがアプローチしやすくなるのか?それが「生活様式」です。

「生活様式」に関わる「衣食住」について考えてみるのことも一考です。

## <人物の性格と個性について>

登場人物が「どんな人なのか?」を考える時、

「どんな性格なのか?」と「どんな事をよくしてしまう人なのか?」という2つの考え方に分かれます。

最終的に「そんな性格だから!そんなことするのよ!」となります。

学校で習った国語の勉強では人物の「行動」と、その行動を起こす「心情」を一生懸命、読み解いてきました。

つまり「原因」と「結果」です。

「性格」とは、原因となる「心情」のもともとの「心の形、又はシステム」。

「心のシステム=性格」は、ある以前の「性格」が、何らかの「出来事や環境」からの「影響」を受けることで、新しい「性格」へと姿を変えていくと考えられています。

人物の今の「性格」は、「過去に作られた性格」が、何らかの「出来事や環境」から「影響」を受けて新たに、作られたということになります。

つまり、「出来事や原因からの影響」と「過去のの性格」が合体することで出来るということです。

このようなことから性格という人物の「心のシステム」を考えていくことも大切になります。

さらに、この性格から、その人物の行動が起こった理由は、どんな事が原因で、心の状態は、どのようになっていたのか？という、人物の「個性」をどう理解して、どう判断していくのかに繋がります。

この時の「心理状態」をどういう風に捉えるかが、作品理解にもおおいに繋がります。

### <作品の構成について>

最後にもう一点。

それは作品の構成で「物語の展開、ストーリーを鵜呑みにしない」という新たな視点が大切になります。

物語を作る作家の皆さんは実に多くの作業をし、言葉一つへのこだわりや、言い回しなどにも細心の注意をし、練り上げて、練り上げて作品は完成して行きます。

ですから、その作品は朗読者にとっては大切な題材であり、かつ、朗読のための資料の一部でもあるんです。

今度からは作品は朗読のための台本ではなく、資料でもありと強く、強く、強く思ってください。

その観点はその前後の段落で、細かく人物の「心の動き」や結果としての「行動」と「原因となるモノこと」や、「影響の強弱」です。

その心の動きを注意深く、丁寧に「原因となるモノこと」や、「影響の強弱」を描いていくことです。