

8. 呼吸法に基づいた発声の方法

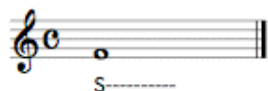
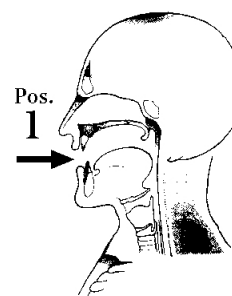
1. 純粹呼気による、息の振動への変換

まず、柔らかい無声子音"S"を発音します。必要以上に息を吸い込んではいけません。つぎにその息の音を保ったまま"U"を発音すると有声子音"Z"が出ます。

1. 無声子音の練習：S——スー

息を前歯の隙間から軽く発音します。あくまでも軽く練習します。お腹は自然にへこんでいきます。力んだり、息が出すぎている人は、音量を下げるとか体の力を抜くとか、あまり一生懸命になりすぎないようにしてください。誰でも簡単にできるはずです。

吹きおぼしの最中に「蝶形骨」を開ける感じで「明るい」音色で練習します。



1. 有声子音の練習：Z——ズー

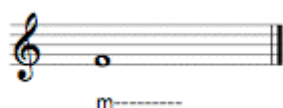
無声子音の「スー」という音が無くなるように声を出します。日本語の「ZU」のように「U」の音が残らないように十分気を付けてください。あくまでも楽に、軽く「純粹呼気」で行います。

A(Sop.&Ten)か F(Alt&Bass)で行います。



2. ハミングの練習

口を閉じ、鼻から息を出しながら「mmm----」とハミングします。



深い音色でトリルの練習をします。



空気に乗せて練習します。



3. HUU—で

空気の流れにのせて練習します。

