

勇気は機関車

第11号平成16年5月28日

編集者 池部 徹

「あなたの本当の声に出会える」に心ひかれ・・・。

今年は何のセミナーに行こうかと検討した結果、皆さんに対して元気なあいさつ・歌の上達等々を目的に某新聞社の「ヴォイス・トレーニング」セミナーに参加することに・・・。
しかし、そこでなにを見たか？



あお向けに寝そべりため息を「ハー」四つん這いになり「ガァー」げっぷやあくびの連続で「ヒー・ウー・アァー・ゲー」等何か異様な団体の如き様子を呈していたのだ！発声というか出産のような動物園のような雰囲気**でびっくり仰天**。そこで講師言わく、人間はストレスや毒素が丹田たんでん（おへその下あたり）を中心に固まっている。それをほぐし、ゆるめることが大切で、それをため息やあくび、汗、排泄物として出すことで本来の健康・そして自分の声に出会えるという。もともと声とは息に音を乗せたものなので、あくびのような深い息ができていいるかがポイントなのだ。

なるほどと東洋的な理論も説かれ、また講師自身は歌のプロ、経験上の力説でとても感銘・納得した次第でした。

セミナー終了の秋頃、池部徹が池部徹の声に劇的出会いをある！



セミナー会場からの風景