

## 声と心ーユング心理学的立場からの検討<sup>†</sup>

宮野 素子\*

秋田大学教育文化学部

声は重要である。人間の声は、その人の年齢や体格、生活習慣、個性までも映し出す。2013年のTEDにおけるプレゼンテーションで、米国の音声学者Rupal Patel はこう語る。2012年、秋田大学教育実践研究支援センター主催で教育実践セミナー「呼吸と声のワーク～授業に役立つ声の出し方～」が開催された。声に問題意識を持ちセミナーに参加した多くが現職教員であったが、彼らから得たワーク後の感想を手掛かりに、本稿では、声の心理学的な意味について考察を進める。かつて臨床の場で筆者が出会った構音障害を持つ7歳男児とのプレイセラピーの一場面は、人間の声と魂について根源的な側面についてあるイメージを与えることになる。発声機能のメカニズムは、個人の自己実現への内的要請と外界からの要請との間に生じる葛藤との折り合いであり、ユング心理学の重要な概念のひとつである「ペルソナ」と声との対比という新たな視点をもたらすことになる。

キーワード：声、魂、ペルソナ

### はじめに

声の悩みを持つ人は、思いのほか多い。その理由はさまざまであるが自分の声が好きになれない、あるいはすぐに声が枯れる、声が小さい、声が割れる、声が震えるなど、言語活動において話される意味内容にかかわらず、いや、もっと根本的な問題として、他者から指摘される以前に、自己が自己の問題として向き合うことを余儀なくされるような問題として、声は「私であること」すなわちその個人のアイデンティティそのものに大きく影響している。声には、音響学的に個人個人で独特のパターンがありーそれは指紋との対比で声紋と呼ばれたりするのだがーその人の「年齢や体格、生活習慣、個性までも映し出す。」(Patel, 2013) 吹き替えの映像でしばしば感じる違和感は、発話している主体の個人的特徴に関する視覚情報と音声から得られる聴覚情報の不

一致に由来する。すなわち自分自身の声に対する違和感は、自己の存在そのものに関する何かしらの不一致の自覚であり、それは根源的な不安の感覚を呼び起こす。

2012年2月、秋田大学附属教育実践研究支援センター主催・第20回秋田大学教育実践セミナー「呼吸と声のワーク～授業に役立つ声の出し方～」が、秋田市青少年交流センターを会場に開催された。ドイツとスイスで呼吸法を学び、ドイツにおける呼吸教師の国家資格を取得した平川明子氏を講師に迎え、おおよそ4時間にわたるワークショップには、授業の声が通らない、一日の授業を終えると喉に痛みを覚えるなど発声に悩みを持つ教師をはじめとして、“話す”ことを職業上の重要な要素とする40名弱が参集した。平川氏が行う呼吸と声のワークの基本となるのは、ミッテンドルフ呼吸学校に学びその後独自の方法論を体系だて、実践によって確立されていった故Maria Heller Zangenfeindの技法である。「マリアの呼吸法」と呼ばれるこの技法は、Atem-Tonus-Ton（ドイツ語で息・緊張・声または響き）を軸として構造化されている。背景にある哲学は、

2015年1月8日受理

<sup>†</sup>Voice and Soul; Understanding from Jungian Stand Point.

\*Motoko MIYANO, Faculty of Education and Human Studies, Akita University

正しい呼吸によって生まれた声こそが、個人がもつ本来の声であり、美しい声であるという考え方である。ワークの中では、つま先から頭まで、筋肉、関節など身体のあらゆる部分の動きによって、さらにあらゆる部分が相互に関連して呼吸が成立することを体験する。すなわち、身体のあらゆる部分の筋肉における緊張と弛緩の状態に意識を向け、呼吸と吸気はその結果生じることを知るのである。呼吸は呼気の、吸気は吸気の際の身体感覚を充分味わった後に、身体の内側から自然に声が生じる。その声は物理的な音響としての声だけではなく、身体に共鳴し、個人の精神性も反映された深い響きを伴っている。

本稿では、教育実践セミナー「呼吸と声のワーク」終了時に得られた参加者の声を手がかりに、人間の声のもつ心理学的意味について考察を進めてゆく。私が治療者として出会った言語に障害を持つ少年との間で展開した印象的な遊びは、声と人間の実存との関連に私たちの意識を向けてゆくことであろう。さらに声とその声を持つ個人との関係性について、ユング心理学の重要な概念である「ペルソナ」と対比させながら検討してゆくこととする。

## 1. 教育実践セミナー「呼吸と声のワーク～授業に役立つ声の出し方～」

2012年2月、秋田市青少年交流センターを会場に秋田大学附属教育実践研究支援センター主催・第20回秋田大学教育実践セミナー「呼吸と声のワーク～授業に役立つ声の出し方～」が開催された。授業の声が通らない、一日の授業を終えると喉に痛みを覚えるなど発声に悩みを持つ教師や、クライアントとのコミュニケーションのツールとして声に関心を持つ臨床心理士など、“話す”ことを職業上の重要な要素とする40名弱が参集した。教師にとって職業上の特異性は、一日のほとんどが「話すこと」すなわち「声を出す」ことである。無理な発声が続いたために、声帯ポリープなど音声障害に悩む教師も少なくない。初任者が声の張り方の調整がうまくゆかず一日の終わりには声を枯らしている姿に、かつての自分を重ねるベテランも多いだろう。同時に、教師は「相手にはっきりと伝わる声」が必要であるがゆえに、職業に適応した声が職業生活の経過の中で作り上げられてゆく。すなわち、外的な要請に自己本来の声が従わざるを得ない事態が生じることになろう。身体の内側から出る自然の声との乖離が生じる

可能性である。実践センターが開催したワーク終了後、参加者に対して任意による簡単な質問紙調査を実施した。ワーク直後の感覚として、「リラックス」や「温かさ」「軽さ」の身体感覚への気付きと変化に関する記述がほとんどであった。また、肩や背中など普段意識することの少ない身体部分に関心を向けるワークは、最終的により身体の奥とつながった「楽な声」の実感となっていた。さらに、「マッサージを受けた後のような」や「カイロをはったような感じ」、「雲に乗っているような」といったイメージは、参加者が独自に選んだ表現として、呼吸と発声によって引き起こされた生理的反応とそれに伴う身体感覚から、さらに、内面すなわち精神活動が活性化された結果といえよう。声と心の問題を考えると、ある面接場面が鮮明に思い浮かぶ。

## 2. Case Vignette (ケンタ) \*注

今から20年も前になるだろうか、私の勤務する教育相談機関にある男の子（当時7歳の少年をここではケンタと呼ぶことにする）が母親に連れられて来談した。不登校を主訴として母親の横に並んで座る少年を見たとき、痩せた小さな肩に人生の根源的な問題を背負って生きる小さな哲学者のようだと、私は畏敬の念に近い感覚を覚えた。彼には、構音障害があった。

ケンタとの1年半にわたる心理面接は遊戯療法が適用された。プレイルームを遊びつくした面接の終結が迫ったある回で、この印象深い“トンネル遊び”は始められた。おおよそ次のようなものである。

ケンタは、プレイルームのソファや箱庭で使用する砂箱を設置する台、ついたてを自分で移動させて、部屋に並べた。次にセラピストである私に指示しながらその上をすっぽりとビニールシートで覆った。シートの下には空間ができ、トンネルのようになった。トンネルの中には空のペットボトルがところどころ立てられており、ケンタはトンネルを這って進みボトルをゴルフパットで倒してゆくのだと説明した。「ついてこい！」の掛け声に、私はケンタの後に続き、入り口になっている箱庭の台座の下へともぐりこんだ。シートを通して青い光が差し込みトンネルの内部は息をのむほど美しかった。狭いトンネル内部を這って前へ前へと進み、汗だくで反対側の別の箱庭の台座をくぐり出ると、ケンタは「ブアーッ」と声を出しながら息を吐いた。続いて外に

出た私も「ブアーッ」と息を吐き、また、ケンタの後についてトンネルへと入る遊びを繰り返すうち、私はいつしか、胎児が産道を通り抜けてこの世に誕生する瞬間はこのようなものかもしれない、と感動にも近い感覚を覚えていた。トンネル遊びについて、象徴論をはじめとしたさまざまな視点から解釈することは可能であろう。多様な可能性の中で、「ブアーッ」と吐き出す息とそこに伴う声は、まさに暗い胎内から外界の光に迎えられ自発呼吸の始まりとともにあげられる産声であり、声が人間存在の根源、すなわち物理的存在としての生命体と精神的存在として“生きることそのもの”にかかわるのだという確信を私にもたらした。

時実（1970）は、著書『人間であること』の中で次のように述べている。「私たち人間は、大脳辺縁系の働きの具現である音声と、新皮質系の働きのシンボルであることばとを巧みに活用して、人間として「たくましく」、「うまく」、そして「よく」生きてゆこうとしているのである。」発話は言葉と音声の組み合わせによって成立するが、音声はさらに大きく二つの要素に分けられる。

### 3. 声と個人性

発声は、吸気時には開いている咽頭下部の喉頭・声門裂（声帯）が狭められ、その間を気管から上がった空気が通ることによって振動し音波が発生する。声帯で作られた音波は、そのままでは声にならない。空気は口腔に導かれ、口腔によって音波は共鳴し、口唇、歯、舌の位置の変化によって声が発生する。（坂井、橋本、2012）すなわち発声は、声帯で生成された音源がその後の過程－Patelの表現によれば、フィルター－をへて音声として認識されるメカニズムを指している。2013年、米国で高い評価を得ている音声学者Rupal PatelはTEDのプレゼンテーションにおいて、彼女をはじめとした数人の音声学者による合成音声製作プロジェクトVocaliD（Vocal I.D.）を紹介した。このプロジェクトは、神経疾患から発話機能が不全となり、コンピュータによる人工音声を使用するコミュニケーションを余儀なくされた人々の、機械から発せられる音声と個人性との違和感から生まれたという。すなわち人工音声という出来合いの声を、使用者は自分の性別、年齢、体格を無視されてあてがわれることへの問題意識である。Patelらは、重篤な言語障害者においても発声の重

要な構成要素となるプロソディを決定する音源の部分が“健在である”ことに着目した。そこで、たとえ僅かでも残されている個人の音源の要素と、その人と同じ年齢や身体特徴を持った他者の発話を構成するフィルター部分の要素を抽出し、二つのカテゴリーに含まれる要素を合成して、個人性に対応した音声の開発に成功したのである。実用化にはまだ時間を要すとのことであるが、このプロジェクトは、私たちが何気なく発している声そのものが、「私である」というアイデンティティの感覚に重大な影響を与えていることに気付かせる。

人の声は個々人に独自である。生後24時間の新生児について、母親と他者の声を認識する脳の活動領域が異なる実験結果（Lossondeら、2011）が報告されている。私たちの日常の体験において、交流が途絶えていた知人と再会した時、たとえ長い年月が容姿を変化させていたとしても、声を聴いた瞬間にその人と同定できることは誰にも覚えがあるだろう。個人が外界に指し示す「そうである自己」も実は、声が大きき要素となっている。個人の行動や精神活動の習慣化されたパターンや特質を心理学では「パーソナリティ」と呼ぶ。本来、演劇で使用された仮面を意味するペルソナという語に由来するが、それを通してper 演者の声が聞こえる sonare ことを意味している。Patelのプロジェクトでは音声を音源とフィルターに分けて、それらを合成し新しい音声を制作するのであるが、フィルターと音源との関係は、まさに仮面と仮面の背後から聞こえる演者の声であり演者そのもの、すなわちペルソナが本質的に内包する二重性に重ね合わせることができよう。フィルターは音声のFaçade外観を形成し、音源は素材そのものであり個人の最奥の存在－個人の魂－である。声は個人の属性も指し示す。前述の教師の発声の問題は、教師として求められる声と個人として本来の声の二重性に関わるのである。ペルソナとの対比についてさらに検討する。

### 4. 声のヌミナス性

ヌミナスnuminousとは、神霊numenの、という意味である。すなわち、人間のコントロールの及ばない、個人の意識的介入の埒の外にあるような超自然的力や靈力であり、名詞として使用された場合、「神との霊的交渉によって感じる恍惚と畏怖の交錯した感情（新英和大辞典・第6版）」とされる。声

の持つヌミナスな力について真っ先に思い出すのは、ホメロスの叙事詩に描かれるオデュッセウスとセイレーンのエピソードである。その甘美な歌声に船乗りは正気を失い、自ら海へと飛び込んでしまうという話に興味を持ったオデュッセウスは、体の半分が人間、もう半分が鳥の姿の海の精セイレーンたちの住む島に向かう。オデュッセウスは、船員たちの耳を蜜蠟で塞ぎ、自分の身体をマストに括り付け、また、決して縄をほどいてはならないと命じる。果たして一行は、セイレーンのこの世のものとは思えない歌声に出迎えられる。海の底へと誘うセイレーンの声に魅了されたオデュッセウスは、縄を解けと叫ぶのだが、耳をふさいだ漕ぎ手の船はただ進んでゆく。オルフェウスとエウリディケのギリシャ神話を素材にしたコクトーの映画「オルフェ」では、詩人オルフェがカー・ラジオから聞こえる奇妙な声に魅了され現実生活を忘れてゆく姿が描かれる。セイレーンは警報を意味する siren の語源であるが、日本にはかつて警蹕<sup>けいひつ</sup>と呼ばれる声の文化が存在した。高貴の人を [ō:] または [f:] といった特殊な音声を発しながら先導し、邪気を払い、道を清めた（木戸、1996）ようである。

ヘルマン・ヘッセの『シッダールタ』の冒頭には、シッダールタが聖音オームを低唱し、ブラフマンと一体のアートマンを自己の内部に観ずる様子が描かれている。古代インド思想がまとめられた『ウパニシャッド』では、氣息プラナー prāṇa を生命の本質、生命原理であり、氣息、語、眼、耳、思考力の人間の機能の最高位であり同時にそのすべてである存在と位置づけている。やがてプラナーは生きものを「いきいきと」させるものとしてのアートマン ātman と同一視されるようになり、諸機能や身体の全体として「人格」を意味する語として使用されることがあるという。服部（2005）によれば、「アートマン」の語源について有力なのは、「この語をプラナーと同じく、an-（呼吸する）から派生したものとみなす説で、呼吸、氣息が原義とされ、ドイツ語の Atem（呼吸）との類縁関係が指摘される」（同上）という。アートマンには、心臓の内部に住む親指大の人間としての普遍的アートマンと、この世の一切である充実としてのアートマンとの二重性（同上）があり、ヨーガは呼吸を調節しアートマンの直観に至る行（同上）をさす。

声の持つヌミナス性は、人間の声が意識の領域だ

けではなく無意識の領域にも開かれていることを私たちに知らせる。声を構成する要素の最も基盤となるのは、身体そのものであり、生命の根源である息（呼吸）であり、それらは意識の活動の外にある。

旧約聖書の創世記では、この世の万物を創造した神が「土（アダマ）の塵で人（アダム）を形づくり、その鼻に命を吹き入れられた。人はこうして生きるものとなった（創世記2.7）」と語っているが、すなわち息の起源は“外から”であるのだ。人間は、息を吐いて（産声）この世に生まれ、“息を引き取る”まで、呼気と吸気の規則正しい繰り返しは継続される。

## 5. 声とペルソナ

仮面を意味するペルソナは、ユング心理学において重要な概念のひとつである。Jung は、ペルソナについて次のように述べている。「ペルソナは、個人的無意識と社会との間の複雑な関係システムである。一方では他者に一定の印象を与え、他方では個人の本当の姿を隠すという、いわば一種の仮面の役割を果たしている。」（CW 7, para305）さらに Jung は、「この世に適応するための個々人の体系、あるいはこの世に対処するために身につけた各自の処世術である。…中略… 少し誇張して言えば、ペルソナとは実際に自分自身ではないにもかかわらず、自分自身も他人も自分はこうだと思っているようなものだと言うことができよう」（CW 9i, para.211）とも述べている。

すなわちペルソナは、外界と心の内面を区切り、かつ外界に向けてその個人の関係性や構えを表明する役割を担っている。周囲や社会といった集合的な期待あるいは要請（仮面の外側）すなわち外的要請と、個としての要請（仮面の内側）との間の“折り合い”（大場、2000）である。人前にもかかわらず自分が裸でいることに気づき当惑したり、サイズが合わなかったり、似合う衣服が見つからず焦ったりする夢は、しばしば分析の場で報告される。夢見手とペルソナとのかかわりに問題が生じていることを示唆している。ペルソナは、内的要請あるいは構えとされる魂 Seele と対をなす。このペルソナが集合的な要請に適応しようとするあまり堅固となったとき、魂とのつながりは失われてゆく。

“声を失う”という表現は、疾患としての失語や失声だけでなく心理的に大きな負荷を生じた際に使



用される。内的要請さらに言えば自己の本質と外的要請があまりに乖離しているとき、それは心理的な衝撃と体験され、私たちは言葉と声を失う。外界の強い要請によって、すなわち現実の圧力によって、“声を押し殺す”ことを余儀なくされた“声なき多数”は、やがて自己の本質に向き合うことになり、自己の生存をかけて、外に向かって“声をあげる”。それは、自己の本来性すなわち個性Individualityである“本当の声”、“魂の声”への希求である。

言葉は私たちの意思疎通の場面において最も重要なツールであるが、同時に概念として差し出されたそれは私たちの“本当の声”から遠ざかる。赤ん坊は声のみでその意志を伝えようとするが、介在する要素のない身体と直接つながった、ペルソナ以前の声である。やがて私たちは言葉を声に乗せ外界に、「私」であることを表明する。しかしその「私」は、いわば内なる声と外への声との折り合いによって指し示された声であり、仮面を通して聞こえる演者の声のように、仮面とのかかわりのいかんによって、個人の声を持つ本質的な響きを多く失うことにもなるだろう。Zangenfeindの目指す「美しい声」とは、個人の身体と精神の深みから立ちのぼる魂の声である。

## 6. おわりに

心理面接の過程でクライアントが深い洞察に向かったとき、クライアントの声が変わる。臨床家としての直観は、私を声と心の関係への探索に向かわせている。今回の論考から、声および心のどのような要素を抽出し、それらの関連を量的に問う実証的な研究へとつなげてゆくことが今後の課題となろう。しかしながら、戸惑いと緊張にうつむき加減で「呼吸と声のワーク」の会場に現れた参加者が、ワークの進行につれて背筋が伸び、顔が輝いている。話し声に明らかな響きの変化が生じている。これもまた事実である。個人の意識がその身体の奥深くに降りてゆき、「私」に出会う瞬間である。それは極めて個人的な現象でありながら、人間の普遍的な心の本質に通じている。

教師にとって声は、職業上必須の道具とも言えよう。そして同時に、声を通して教師はその人間性を生徒に伝えているのである。はっきり伝える、よく通る声というだけではなく、その教師が自分自身とつながった本当の声である。すなわち、声は、教師

と児童・生徒という立場で出会う人間と人間の真摯な対話の中で、未来を支える児童・生徒のより良い人格を形成する営みに影響を与える、教育活動における重要な要素ととらえることができる。教育には、「美しい声」が必要なのである。

\*注 本稿で使用した臨床ケース（ケンタ）について、終了から相当の時間を経過しているとはいえ、個人情報保護の観点から本稿の目的を損なわない形でデータが加工されている。また、論文として発表することについて、過去に承諾を受けていることを記しておく。

## 文 献

- 服部正明（2005）古代インドの神秘主義－初期ウパニシャッドの世界 講談社学術文庫  
Jung, C.G. CW 7, para305  
CW 9i, para.211  
C.G.ユング著作集（CW）の日本語訳については、山中康裕監修 エssenシャル・ユンゲ－ユングが語るユング心理学－、1997創元社（Storr, A. ed., The Essential Jung. 1983 Princeton University Press）を使用している。  
木戸敏弘（1996）『日本の音』第1巻 pp.186-187 音楽之友社  
呉茂一訳『オデュッセイア』岩波文庫 1705-1711  
Lassonde, M., Beauchemin, M., et al. (2011) *Mother and Stranger : An Electrophysiological Study of Voice Processing in Newborns*. Cereb Cortex, 21 (8)  
大場 登（2000）ユングの「ペルソナ」再考－心理療法的接近 日本心理臨床学会・心理臨床学モノグラフ第1巻 創元社  
Patel, Rupal (2013) *Synthetic Voices as Unique as Fingerprints*. <http://www.ted.com/talks>  
坂井建雄, 橋本尚詞（2012）ぜんぶわかる人体解剖図, p.145 成美堂出版  
時実利彦（1970）『人間であること』p.139岩波新書  
新英和大辞典 第6版 第10刷（2012）研究社  
聖書・新共同訳（1993）日本聖書協会

## Summary

Voice matters. Human voice can reflect his/her age, physical size, even our lifestyle and personality. An American speech scientist Rupal

Patel said in her TED presentation in 2013. Inspired by responses from the participants – most of them were school teachers, in the workshop on breath and voice, which was held under the Center for Educational Research and Practice, Akita University in 2012, this paper explores psychological significance of human voice. A case vignette of play-therapy with a seven-year-old boy with dysarthria gives us a certain image about fundamental aspect of human voice

and the soul. A close look at phonatory function leads an idea of human voice to be compared to one of the most important concept to Jungian Psychology, “Persona”, which is considered a kind of compromise of a conflict between one’s inner urge for self-actualization and the outer demands.

**Key Words** : voice, soul, persona

(Received January 8, 2015)