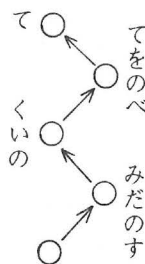


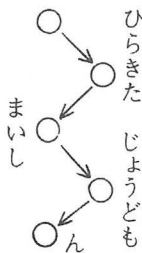
開宗和讃

松 濤 基 作 曲
菊 地 謙 雄 振 付

唱え奉る法然上人開宗		正座のまま静かに合掌
御和讃に		合掌のまま左足をくずして静かに立ち両手をおろす
歌	手	足
じ よ う	両掌を上にして両側から	右足斜右前に出す
う	捧げる(二呼)	左足を右足に揃えと同時に両踵をあげる
あ	両手胸前にて	両踵をおろし両膝軽く屈伸し
ん	合掌する(二呼)	(静止)
ご	「承安」の動作と同じ	左足斜左前に出す
ね ん		右足を左足に揃えと同時に両踵をあげる
の		両踵をおろし両膝軽く屈伸し
ー		(静止)
は	両掌を下向きにして揃え左側下から体前に	右向きとなり右足つま先で前にすり出す
る	伸す その両手を引いて左側下にもどす	その足を左足にもどす
や	更に両手を同じように前に伸す	更に右足を前にすり出す
よ	(そのまま伸している)	次に右足先出したまま体重をそれにかける
い	「春やよ」の動作を右側で行う	「春やよ」の動作を左足で行う
ー	即ち二回両手を出し引き出す	即ち足先で二回前にすり出す
ー		(出し、引き、出す)
(休)		
そ	「承安五年のはるやよい」 の動作を手足、共 16 呼間 で繰返し行って右廻り正 面向きとなる (右図参照)	
し		
は		
お		
ん		
と	春やよい 祖師は御年 四十三 右足から 承安五年の	
し		
じゅ		
う		
さ		
ん	① ↑ ○は顔と足の方角を示す ② 右足を出す時は自然に右斜前となる	
ー		
ー		
ー		
(休)		

歌	手	足
み	両手両側から掌を上にくいあげる(二呼間)	右足右斜面前にふみ出す
だ		左足を右足に揃えると共に両踵をあげる
の	両掌内まわしにパッとひねって親指と人差指で輪をつくり	両踵を下す(膝をまげない)
す	右手頭上に左手右肘に掌を外に向ける(両肘をまげる)	(静止)
く	「みだのす」の動作に反対に行う即ち左足をふみ出し両手クルッとひねって左手上右手左肘の下に掌を外に向ける (両肘はまげる)	
い		
の		
ー		
て	「みだのすくい」の動作を繰り返す(八呼間) (都合四歩前に出たことになる)	
を		
の		
べ		
て		
ー		
ー		
(休)		
ひ	両手両側から掌を上にして	右向きとなり右足一歩右に出す
ら	すくいあげる(二呼間)	左足を右足に揃えると同時に両踵をあげる
き	次に両手掌を下向きにかえして両側に	両踵をおろし軽くひざをまげる
た	おろす(この時顔は左肩即ち正面に向ける)	(静止)
ま	両手「ひらきた」と同様に眼前にすくいあげ	左向き(後むき)となり、「ひらきた」と反対動作
い	両側におろす	を行う、即ち左足一歩左側に出し右足を揃え
し		ると同時に両踵をあげ
ー		両踵を下しかるく膝をまげる



歌	手	足
じよ	「ひらきたまいし」八呼間と同じ動作を繰り返す (都合四歩後退して元の位置にもどったことになる)	
う		
ど		
も		
ん		
―		
―		
(休)		
せ	「摂取不捨のみ光を」以下は今までの 16 小節 (64 呼間) の動作を今一度左廻りに繰り返す、即ち左足より始めて左方へ菱形にまわる	
―		
―		
しゅ		
なむ	両手三呼間にて外側から上にまわして	正面向き右足一歩右に出す
あみ	体前に合掌する	左足を右足に揃えると同時に両踵をあげる
だぶ	体はやや右斜向きとなる	両踵をおろす(軽く両膝をまげる)
なむ	両手合掌を下におろしつつ更に両側から	先の動作を左に行う、即ち左足一歩左に出し
あみ	上にまわして胸前に合掌する	右足を左足に揃えると同時に両踵をあげ両踵
だぶ		をおろす(軽く両膝をまげる)
なむ	両手合掌を下におろしつつ更に両側から上にまわして胸前に合掌する (以上ゆっくり六呼間の動作)	ゆっくり右足一歩
あみ		前に
だぶ		出す(三呼間)
なむ		静かに左足を右足に揃える(膝をまげない)
あみ		
だぶ		
終って正座し合掌する		

ポイント注意

- 【じょうあん】 膝を曲げないでください。
- 【みだのす】 膝と手。(ここは)膝を曲げないでください。手は内側にまわして輪を作り、外へ向けます。
- 【ひらきた】 顔の向き。手を下した時、顔は正面を向きます。
- 【なむあみだぶ…】 最後のなみあむだぶだけ膝を曲げないでください。