

# 知 恩 院 和 讃

松 濤 基 作 曲  
高 倉 美 代 子 振 付

| 唱え奉る知恩院の   |                                                               | 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                                                             | 歌                       | 手                          |
| (半拍休)<br>さ | 右足を前に出しながら                                                    | て                       | 左足を斜め左後に出して                |
| え<br>      | 両手を斜め上に合掌する                                                   |                         |                            |
| ら          | 左足を出して揃え、両手をそれぞれ<br>左右の胸に当て、次に                                |                         | 反対動作をする                    |
| れ          | 肩の前で中礼に捧げる                                                    | (休)                     |                            |
| ぬ          | 両膝を曲げて、両手腹前に右手を下側にし<br>て伏せ、膝を伸ばしながら両手重ねたまま胸<br>前に上げてから左右横に伸ばす | は                       | 左手を斜め左下におろし、右手を            |
|            |                                                               |                         | 左脇の方から大きく頭上を回しながら、<br>右足から |
|            |                                                               | る                       | 小さく歩いて正面に向き、足を揃え           |
| (休)        |                                                               | の                       | 右手を横におろす                   |
| ひ          | 右足を斜め右前につま先を上げて出し                                             | (半拍休)<br>お              | 足を揃えたままで、<br>左手を右脇の方から     |
| <br>か      | 同時に右掌を上向きに斜め上に伸ばし<br>その方を見る                                   | <br>お                   | 大きく頭上を回して                  |
| り          | 右足正面に戻し、右手片手合掌する                                              | た                       | 左横に                        |
| も          |                                                               | に                       | おろす                        |
| あ          | 左足を斜め左前に出して「ひかりも」の動作を<br>繰り返す                                 | (半拍休)<br>華              | 両手を                        |
| る          |                                                               | 頂<br>                   | 両横下から                      |
| を          |                                                               |                         |                            |
|            |                                                               | ざ                       | 斜め前方に高く伸ばす                 |
| (半拍休)<br>お | 右足を斜め右後に出し、膝を曲げながら左手<br>を斜め                                   | ん                       | その方を見る                     |
| し<br>      | 左に掌を下に向けてやや低く伸ばし、右手も<br>掌を下にして                                |                         |                            |
| な          | 横に伸ばし、左手を見る(両足そのまま)<br>両手肘を張って                                |                         |                            |
| べ          | 胸前に左を下にして重ねる                                                  | (休)                     |                            |

| 歌                     | 手                                           | 歌          | 手                                                     |
|-----------------------|---------------------------------------------|------------|-------------------------------------------------------|
| 浄                     | 両手を胸の前方で合わせ                                 | (半拍休)<br>ち | 両足を揃えて正面向きになり                                         |
| 土<br>の                | 左手を伏せ、同時に右手を左手の<br>肘の所に伏せて当てる               | ―<br>お     |                                                       |
| 法<br>―                | 両肘を曲げながら、右手を右足の<br>腿に当てる                    | ん          | 両手を上礼に捧げ                                              |
| もん                    | 膝を伸ばしながら右手を離しつつ、右膝を<br>少し上げ、右手を前方に伸ばし右足「トッ」 | い<br>―     | 上を拝む                                                  |
| は<br>な                | 「浄土の法もん」を左手、左足でくりかえす                        | ん          |                                                       |
| と<br>き                |                                             | ―          |                                                       |
| く                     |                                             | ―          |                                                       |
| (休)                   |                                             | (休)        |                                                       |
| せ                     | 両手を                                         | (半拍休)<br>ち | ゆっくり                                                  |
| ん<br>じ<br>ゆ<br>ね<br>ぶ | 寄せて                                         | お<br>―     |                                                       |
| つ<br>の                | 胸に合掌する                                      | ん          | 合掌の位置に                                                |
|                       |                                             | い          | おろし                                                   |
| 総                     | 合掌の手を                                       | ん          | 合掌する                                                  |
| ほ<br>ん                | 斜めに高く捧げて前方を拝む                               | ―          |                                                       |
| 山                     |                                             | ―          |                                                       |
| (休)                   |                                             | (休)        |                                                       |
| た                     | 両手を打つ用意をしながら右足を                             |            |                                                       |
| ―                     | 少し斜め後に引き、軽く曲げて                              |            | 1 番から 4 番まで同じ舞にて 4 番の終わりに右手で扇を抜き、扇の要が前方になる倒し持ちをして合掌する |
| た                     | 左斜め上を見ながら、右耳と肩の間で                           |            |                                                       |
| え                     | 小さく軽く手をたたく                                  |            |                                                       |
| ま                     | 左足を少し斜め後に引いて                                |            |                                                       |
| ―<br>つ                |                                             |            |                                                       |
| ら                     | 左方に繰り返す                                     |            |                                                       |
| ん                     |                                             |            |                                                       |

| 歌          | 手                                     | 歌          | 手                                    |
|------------|---------------------------------------|------------|--------------------------------------|
| (半拍休)<br>つ |                                       | ひ          | 左手掌を上指を揃えて胸前に近く<br>斜め右向きに出し          |
| き<br>      | 右足を前に出しながら、扇を胸前に水平に開き                 |            | 扇の「親骨」の先に                            |
| か          | 左手袖口を持って横に構え、<br>左足を右足に揃え、右手は         | か          | 右足斜め左向きに出し「表」を<br>左向きにして左手に          |
| げ          | 「親骨」を持って右胸の脇に「表」を正面に向<br>けて立て、少し下げながら | り          | 近づける                                 |
| の          | ゆっくり上げていく                             | (半拍休)<br>か | 右足斜め右後に引き、膝を曲げ                       |
|            |                                       | が          | 扇を右頭上にかざすように上げて                      |
|            |                                       | や          | 左手片手合掌し、左斜め上の方を見る                    |
| (休)        |                                       | く          |                                      |
| い          | 右足を少し斜め右に向け、<br>左足を右足の前に出し、膝をまげる      | (半拍休)<br>華 | 両足を正面向きに揃えながら<br>(左足を少し引き、右足も少し動かして) |
| た<br>      | 左手掌を右上に向け、右の方から                       | 頂<br>      | 扇の「表」が内側になるように<br>左手に渡し              |
| ら          | 前方をながめながら                             |            | その続きに大きく頭上を回して                       |
| ぬ          | ゆっくり                                  | ざ          |                                      |
| 里          |                                       | ん          | 右横におろす                               |
| な          | 左斜めの方へ移す                              |            |                                      |
| き          |                                       |            |                                      |
|            |                                       | (休)        |                                      |
| (半拍休)<br>み | 左足を引いて揃えながら正面に向き                      | よ          | 右足を斜め左向きに出して、両膝を曲げ                   |
| お<br>      | 右手扇の「表」が上になるように<br>胸前におろし             | も<br>に     | 右手で扇の「表」を手前から扇に                      |
| し          | 左手を左の方から胸前に寄せて                        | め<br>ざ     | 触れないように、やさしく左より右になでる                 |
| え          | 扇の上に片手合掌する                            | め<br>の     |                                      |
| の          |                                       | か<br>ね     | 右足浅く斜め右前に出し                          |
|            |                                       | の<br>こ     | 左足を右足の前に出して、右手を耳に<br>近づける            |
|            |                                       | え          |                                      |
| (休)        |                                       | (休)        |                                      |

| 歌           | 手                            | 歌          | 手                                  |
|-------------|------------------------------|------------|------------------------------------|
| せ           | 右手掌を上にし、その方に目を向けて<br>左足を引く   | (半拍休)<br>ち | 正面に向きながら                           |
| ん<br>じ<br>ゆ |                              | お<br>      | 右足を後に引き、両手横に開きつつ<br>右膝をつき          |
| ね<br>ぶ      | 右足だんだん正面向きになるように             | ん          |                                    |
| つ<br>の      |                              | い          | 両手中央に寄せて「要」を右手に、<br>左手下から添えて両手で上礼に |
| 総           | 左足を引く                        | ん          | 捧げるように上げて頭を下げ拝む<br>踵に軽く腰を下ろす       |
| ほ<br>ん      | 右足を引いて揃え(正面向き)               |            |                                    |
| 山           | 右手を片手合掌して頭を下げ拝む              |            |                                    |
| (休)         |                              | (休)        | 正座しながら                             |
| こ           | 扇を両手で広く持ちながら「表」を正面に向け        | な<br>む     | 膝の前で扇を                             |
| <br>と       | 右足先を斜め横に出し                   | あ<br>み     | 両手で中央に寄せながら閉じる                     |
| ほ           | 左足を右足の前に出し、扇を右の方へ            | だ<br>ぶ     |                                    |
| ぎ           | 両膝を曲げる                       | な<br>む     | 扇の「要」を右手に持ち                        |
| ま           | 「ことほぎ」を左の方にくり返す              | あ<br>み     | 左手で受けて                             |
| <br>つ       |                              | だ<br>ぶ     | 膝の前に置き                             |
| ら           |                              | な<br>む     | 合掌して                               |
| ん           |                              | あ<br>み     | 少し高く上げて                            |
| (半拍休)<br>ち  | 膝を曲げたままで                     | だ<br>ぶ     | 拝み                                 |
| お<br>       | 左手を滑らせて、親指で表面の「要」を<br>押さえて持ち | な<br>む     | ゆっくり合掌の位置に                         |
| ん           |                              | あ<br>み     | おろして頭を下げ拝む                         |
| い<br>       | 右手をかざし                       | だ<br>ぶ     |                                    |
| ん           | ゆっくり                         |            | 終ってから両手を膝に置く                       |
|             | 顔を正面に向ける                     |            | 右手で扇を持ち、帯にさしてから                    |
|             |                              |            | 合掌して立ち上り退場する                       |
| (休)         |                              |            |                                    |

**ポイント注意** 総本山知恩院を思い描いてお舞いください。

- 【ひーかり】 視線は手を見ず、遠くの方を見てください。
- 【なべてー】 足の動き。足を斜め後ろに出す動作の時、真後ろに引かない様に注意してください。
- 【はるのおーたに】 足の動き。右から小さく5歩あるいて、正面を向きます。
- 【かーがやく】 顔の動き。扇に顔を向けてから、斜め上の方向を見ます。
- 【めざめの…】 手の動き、そして体全体の動き。右手の動きに対して顔をつけていく気持ちでお舞いください。また、今朝も知恩院の鐘の音を聞くことができた喜びをありがたく感謝の心で舞ってください。