

【表現】^{かしわで} 柏手（神社でなぜ柏手を二度うつのか？）

呼吸&元気：[1]〈裏〉[2] インバーター [3]〈表〉

[1] ^{おねがいて} 御願手

- 0) 立位（両足を閉じる）で目を閉じ、心眼&〈裏〉の呼吸を調える。
- 1) 両手をたかくあげ、〈裏〉の吸い切る呼吸+はらの内間和りに集中して少しずつ手を胸の前に下ろしながら、「^{はら たま のりと}こころの窓は、くもってないか」と念じて「^{はら たま のりと}袂い給え」と祝詞を唱える。
- 2) 「^{きよ}こころの鏡は、にごってないか」と念じて、「^{きよ}清め給え」と唱える。
- 3) 「^{さき}こころの玉は、いのちの火は、くすぶってないか」と念じて、「^{さき}幸わい給え」と唱える。
- 4) ^{しょうめい}合掌の姿勢で召命（“神の声”）を待ち、一度、柏手をうつ〈受容〉。

[2] ^ま 間

インバーター呼吸（吸い切って吐き切る呼吸）に転換して、^ま間をおく（召命に答えるために、自問自答を行う）。

[3] ^{おが} 拝み手

- 1) ^{しめい}使命（神への誓い）をこころの中で唱え、〈表〉の吐き切る呼吸+はらの外間和りに転換して“一步、前へ”と念じながら、一度、柏手をうつ〈表出〉。
- 2) そのまま両手をたかくあげて、我が身^{くもつ}を供物としてささげる。

王府時代に編纂された古い歌謡『おもろそうし』にも現れる、琉球舞踊の基本三手の一つ「^ま拝み手」が、いわゆる気の養成と密接に関係していることがわかってきた。驚くことに、「^ま拝み」の意識の深さが、引き出される潜在能力の度合いに、大きく影響することもわかってきたのである。言ってみれば、想いの深さ、すなわち「自分を中心とする空間の広がり意識」にほぼ比例して、相手への作用はだんだん大きくなっていくようである。（中略）

^ま拝み手は、古来、天地を支配するものへの祈りや、敬意を表す原始的な動作であるが、^ま拝み方にしても、次の二通りがあるので、古手では、一方を^ま拝み手、他方を御願手（ウガンディ）として区別する。

^ま拝み手・外なる大宇宙への^ま拝み。すなわち、自分の外側に存在する宇宙や大自然、あるいは、その心象としての神への祈りや敬意を表す動作。

御願手・内なる小宇宙への^ま拝みであり、自分に内在する小宇宙や神に向けて^ま拝む動作。

^ま拝み手は、両手を上向きに広げて、そのまま頭の所まで掲げる動作であり、御願手は、合掌のように両手を胸の前にもっていき、手の平を合わせるものである。

（宮城隼夫『琉球秘伝・女踊りと武の神髄』海鳴社 pp.28,34-35）