

Ê deixa passar

エー デ イシャ ハ° ッサー アブ° リアホ° フテイラ マーノ
Ê deixa passar, abre a porteira, mano.

通してくれ、門を開けてくれ、兄弟。

エー デ イシャ ハ° ッサー アブ° リアホ° フテイラ マーノ
Ê deixa passar, abre a porteira, mano.

通してくれ、門を開けてくれ、兄弟。

エウ ソウホ° イヤデ° イロ アブ° リアホ° フテイラ マーノ
Eu sou boiadeiro, abre a porteira, mano.

俺は牛飼い、門を開けてくれ、兄弟。

エー デ イシャ ハ° ッサー アブ° リアホ° フテイラ マーノ
Ê deixa passar, abre a porteira, mano.

通してくれ、門を開けてくれ、兄弟。

ホ° イヤデ° イロ
Boiadeiro
コン スア ホ° イア° タ°
com sua boiada

牛飼い
牛の群れと共に

マンジンゲ° イロ
Mandingueiro
コン スア ホ° イア° タ°
com sua boiada

マンジンゲイロ
牛の群れと共に

ヴェイオ° ゲ° ハイロ
Véio guerreiro
コン スア ホ° イア° タ°
com sua boiada

古い戦士
牛の群れと共に

ヴェイオ° メストレ
Véio mestre
コン スア ホ° イア° タ°
com sua boiada

古い師匠
牛の群れと共に

Rei Zumbi de Palmares

ア ヒストーリア ノス エンガーナ

A história nos engana

チゼンド ペロ コントラーリオ

Dizendo pelo contrário

アテ チズ キ ア アポリサアオ

Até diz que a abolição

アコンテセウ ノ メス ジ マイオ

Aconteceu no mês de maio

ア ポルヴァ デッサ メンチーラ

A prova dessa mentira

エ キ ダ ミセリア エウ ナォ サイオ

É que da miséria eu não saio

ヴィヴァ ヴィンチ ジ ノヴェンブロ

Viva 20 de novembro

モメント プラ スィ レンバー

Momento pra se lembrar

ナォ ヴェジヨ エントウレーズィ ジ マイオ

Não vejo em 13 de maio

ナダ プラ コメモラー

Nada pra comemorar

ムイトス テンポス スィ パッサーラン エ オ ネグロ センプリ アルター

Muitos tempos se passaram e o negro sempre a lutar

ズンビ エ ノッソ ヘロイ ズンビ エ ノッソ ヘロイ コレガ ヴェーリョ

Zumbi é nosso herói Zumbi é nosso herói, colega velho

ジ パウマーレス フォイ セニョー

De palmares foi senhor

ペラ カウザド オーメン ネグロ

Pela causa do homem negro

フォイ エレ ケン マイズルトウ

Foi ele quem mais lutou

アペザー ジ トーダ ルタ コレガ ヴェーリョ

Apesar de toda luta, colega velho

ネグロ ナォ スィ リベルトウ カマラーダ

Negro não se libertou, camarada!

イエ エ オーラ エ オーラ

Iê, é hora, é hora

Iêee, é hora, é hora, camará

歴史は私たちを欺く

正反対のことを語り

奴隷制度の廃止さえも

5月に起きたとまで言う

その嘘の証拠は

私が貧困から抜け出せないことだ

11月20日を称えよう

思い出すべき瞬間

5月13日には

祝うべきことは何もない

長い時が過ぎても、黒人は常に闘い続けている

ズンビは我らの英雄 ズンビは我らの英雄、古き友よ

パルマレスの王であった

黒人の大義のために

最も闘ったのは彼だった

あらゆる闘いにもかかわらず、古き友よ

黒人はまだ解放されていない、同志よ！

Iê, vamos embora

Iêee, vamos embora, camará

ヴァモスエンボーラ

Iê, viva meu deus

Iêee, viva meu deus, camará

ヴィヴァメウデウス

Iê, vive meu mestre

Iêee, vive meu mestre, camará

ヴィヴァメウメストレ

Iê, quem me ensinou

Iêee, quem me ensinou, camará

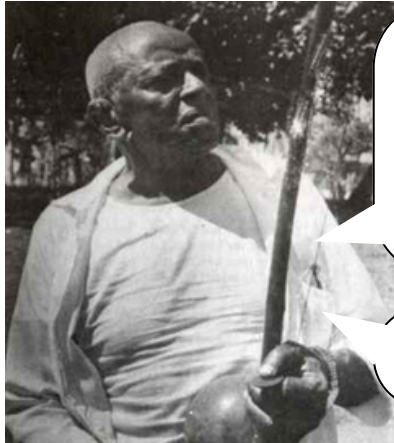
ケンミエンシノウ

YouTube

https://youtu.be/5u_qO9llq30?si=MaT3KdlcdBcvM19T

ストリートカルチャーのカポエイラ

- ・ 厳しい奴隷制の中で護身術として、アフリカルーツのアイデンティティを感じる遊びとして生まれる。
- ・ 広場や集会の場でのお祭りや儀式、遊びのようなもの。
- ・ 当時、身分の低い黒人奴隷の象徴として法律で禁止される。



メストレ ビンバ

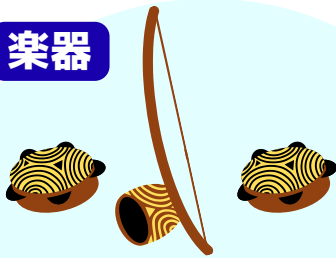
素晴らしい文化であるカポエイラを社会に認めてもらいたい！

ルタ ヘジナウ バイアーナ (カポエイラ ヘジナウ)
を新しく作りました。皆さん学びましょう。

※法律で禁止されていた「カポエイラ」を使わない名前をつけました。

ストリートの遊びではなく格闘技です。練習方法や決まりがあります。

楽器



メイジョ (伸びのあるサウンド)

- ・ ビリンバウは1本、パンティロ2枚で行います。
- ・ 四行詩のクワドラから歌い始め、コヒードへ続く。

特徴・ルール

- ・ 上下白のユニフォームを着用する。
- ・ パトゥーキや空手など格闘技要素が足されている。
- ・ 神聖なホーダには裸足で入る。
(式典等では革靴の場合もある。)
- ・ ネットカチーフ (スカーフ) での昇段システムを採用 (過去)
- ・ フォルマトウーラ (修了式) を経て正式な継承者となる。
- ・ 8つのビリンバウのトーキに合わせてジョーゴを変える。
- ・ 主にサンベント グランジ ジ ビンバ (ヘジナウ) を使う。
- ・ 8つのルールを遵守する。

8つのルール

メストレ ネネウのアカデミアの壁にはルールの書いた額縁がかけられています。

- 1 常にジंगाすべし
- 2 常に避けるべし
- 3 常に相手の近くでジョーゴするべし
- 4 全ての動きに目的を持つべし
- 5 地面に少なくとも1本は土台の手足を保つべし
- 6 ビリンバウのリズムに従うべし
- 7 相手が避けられない場合にも尊重すべし
- 8 相手の身体と心を傷つけないように配慮すべし

習い事として新たに確立

文化の一部だったカポエイラを一新させ格闘技として定め、生徒を受け入れて指導を始めます。

最初のカポエイラ道場 (アカデミア)
を創設し、様々な決まりを設けた。

レクチャーのために練習方法を考案し、

セクエンシア ジ メストレ ビンバ

と名付けられた二人組の練習方法は今も受け継がれています。

メストレ ビンバの功績

州知事の前でカポエイラを披露するなど、

カポエイラの違法化の解除に貢献。

体系化されたカポエイラヘジナウを持って幅広い地域で指導。ブラジルの国技として

当時の大統領の前でカポエイラを披露。

公的にカポエイラ指導の承認を得る。

その後は世界的にカポエイラが広がることを目指し、ショーやパフォーマンスでの披露も行う。

今現在、世界中でカポエイラが学ばれている状況にも大きな影響を与えている。

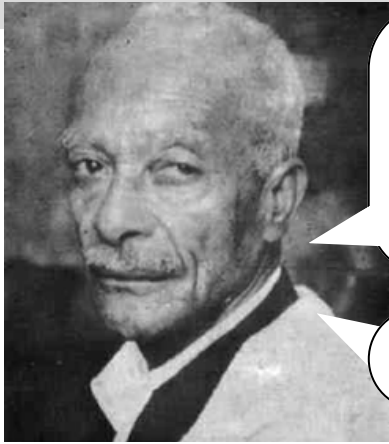
排除された儀礼性

様々な格闘技の要素を取り込み、当時無かった様々な原則が定められたヘジナウだが、奴隷制の時代から受け継がれた儀礼性や一部の文化的要素・音楽性は排除されていた。その点は多くの古くからのカポエイリシタに批判される。

メストレ パスチーニャを中心に伝統的なカポエイラを体系化し、まとめられたのが **カポエイラ アンゴーラ** である。

ヘジヨナウのカポエイラ

様々な格闘技の要素を取り込み、当時無かった様々な原則が定められたヘジヨナウだが、奴隷制の時代から受け継がれた儀礼性や一部の文化的要素・音楽性は排除されていた。その点は多くの古くからのカポエイリシタに批判される。



伝統的なカポエイラを再定義して、保存しよう！と、

カポエイラ アンゴラ運動 を行いました。

アンゴラの形態をまとめたので、学んでください。

※新しく作ったのではなく、受け継がれてきたものと整えた所がポイントです。

カポエイラ アンゴラは口にする全て、人生そのものの糧である。

メストレ パスチーニャ

服装



- ・カミーズは黄色、カウサは黒が多い。(メストレ パスチーニャの好きなサッカーチームゆ由来する配色。)
- ・白のユニフォームを着る瞬間もある。
- ・きちんとした身分であることを表す靴を履くことも大事とされる。

音楽性

ピリンパウ (グンガ・メイジョ・ヴィオーラ) ・パンティロ (2枚) ・アゴゴ・ヘコヘコ・アタバキから編成される。例外もある。

アンゴラのホーダでは最初に、「祈り」「語り」「教訓」「歴史」「警告」など様々な意味を持つ独唱、

ラダイニャ から始まります。そして、お祈りや讃美歌として歌われる

カント・ジ・エントラダ または **ロウヴァサオン** へ続きます。

その後は掛け合いの歌である **コヒード** が続き、ジョーゴが始まります。

シューラ は、長い語りのある歌で、ホーダ中の仕切り直しの際にも歌われます。

特徴

- ・精神性と祖先性がよく語られるキーワード。
- ・口承文化として、師範との時間の中で伝えられる。
- ・技術だけではなく、姿勢、間合い、呼吸、在り方までもが共有され受け継がれることも。
- ・コミュニティと相手への敬意も重要視される。
- ・ホーダは競争の場ではなく、共に場を創るという概念。
- ・一人一人の存在を尊重することを重要視する。

アンゴラ体系化の背景

カポエイラ・アンゴラは、近代化の波の中で失われつつあった伝統を守り、再確認する過程から生まれました。特にアフリカ起源の**儀礼性、音楽性、哲学**を大切に師範たちが、より古い実践を守ろうとしました。

その代表的メストレであるパスチーニャは、アンゴラを単なる古い様式ではなく、祖先性・倫理・敬意に根ざした文化的・哲学的伝統として位置づけました。

アンゴラは新しい創作ではなく、すでに存在していた**伝統的実践に意識的に名前を与え整理したものです。**

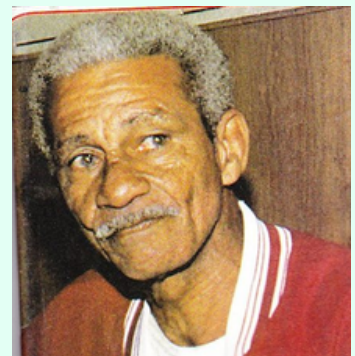
パスチーニャにもピンバにも支持しない ストリートのカポエイラ

カポエイラ・アンゴラは必ずしもメストレ・パスチーニャの直系に限られません。パスチーニャによって体系化される以前のストリートのカポエイラをそのまま継承し続ける人達もいます。

その代表的な存在として支持されるのが**メストレ カンジキニャ**。

アンゴラやヘジヨナウの垣根を越えて、その時演奏されるトーキの意図に合わせてジョーゴしていた先駆者的な存在です。

サマンガなどのトーキとジョーゴのスタイルを作ったり、アカデミー賞などを受賞した「O Pagador de Promessas」という映画に出演するなど、カポエイラの普及にも多岐にわたって活躍した。



メストレ カンジキニャ

私たちの先生の先生

M.Canjiquinha→M.Geni→M.Aristides→M.Ferreira→M.Jean→CM.Matte Leão→各支部の先生→私たち

Tava na beira do mar

タヴァ ナ ベイラ ド マー

Tava na beira do mar

クアンド セレイア カントウ ア マレー デハモウ

quando sereia cantou a maré derramou

ヴォウ カンター プラ ママンィ イエマンジャ

vou cantar pra mamãe lemanjá

Tava na beira do mar

quando sereia cantou a maré derramou vou cantar pra mamãe lemanjá

オドヤー

Odoyá

ヴォウ カンター プラ ママンィ イエマンジャ

vou cantar pra mamãe lemanjá

Odoyá

vou cantar pra mamãe lemanjá

海のほとりにいたとき

人魚が歌い、潮があふれた

母なるイエマンジャに歌おう

オドヤ（イエマンジャへの呼びかけ）

母なるイエマンジャに歌おう

オドヤ

母なるイエマンジャに歌おう

• 「Odo（オド）」＝魚

• 「Yá（ヤー）母. 水の母

※「Odoyá（オドヤ）」は、海の女神イエマンジャを讃える呼びかけの言葉で、「母なる海よ！」というようなニュアンスがあります。

Paranáê

ヴォウ ジゼー ミニャ ムリエー パラナ カポエイラ ミ ヴェンセウ パラナ
パラナよ、妻に言わなきゃ。カポエイラに“負けてしまったんだ。
Vou dizer minha mulher, Paraná capoeira me venceu, Paraná

パラナウエー パラナウエー パラナ
Paranáê, Paranáê, Paraná

ここで俺は強く言い張ったんだ。そんなこと、俺には起きないって。
Eu aqui bati pé firme que isso não me aconteceu, Paraná
Paranáê, Paranáê, Paraná

引け、引け、運べ、運べ、俺の上を越えていけ、パラナ。
Puxa, puxa, leva, leva, joga por cima de mim, Paraná
引け、引け、運べ、運べ、あなたに歌ってほしい、パラナ。
Puxa, puxa, leva, leva, quero ver você cantar
Paranáê, Paranáê, Paraná

俺は潮に流れる舟、果てのない海のうねりなんだ、パラナ。
Eu sou barco de maré, coroa de mar, sem fim, Paraná
Paranáê, Paranáê, Paraná

俺は喜びとともに歩いている、パラナ。大切な若者たちよ、パラナ。
Andando com alegria, Paraná, mocidade estimada, Paraná
Paranáê, Paranáê, Paraná

サウヴィ。あとは君だけだ。言わせてくれよ、船乗りたち(仲間たち)。
Salve, só faltar você, deixa eu falar marujada, Paraná
Paranáê, Paranáê, Paraná

Q1 メストレピンバは「カポエイラ」という言葉を避けて「バイーア地方の格闘技」という名前を付けました。
ポルトガル語の正式名称は何でしょう。

Q2 なぜメストレピンバは「カポエイラ」の名前を使わなかったのでしょうか。

Q3 アンゴラの間ではきちんとした身なりで参加する必要があるため、靴を履くと言われていますが、
ヘジヨナウの間ではどのような理由で裸足なのでしょうか。

Q4 メストレピンバの功績を3つ答えなさい。

Q5 ヘジヨナウにおけるイウーナについて説明しなさい。

キーワード

・意味 ・ フォルマード ・ 3つ

eu não quero barulho aqui não

ポル ファヴォー メウ マーノ

Por favor meu mano

エウ ナオン ケロ ヴァルリョ アキ ナオン

eu não quero barulho aqui não

Eu não quero barulho aqui não

Eu não quero barulho aqui não

兄弟よ お願いします

ここでうるさくしないで欲しい

ここでうるさくしてほしくない

ここでうるさくしてほしくないんだ

Por favor meu mano

eu não quero barulho aqui não

兄弟よ お願いします

ここでうるさくしないで欲しい

Eu não quero barulho aqui não

Eu não quero aqui confusão

ここでうるさくしないで欲しい

ここを混乱させないで欲しい

Por favor meu mano

eu não quero barulho aqui não

兄弟よ お願いします

ここでうるさくしないで欲しい

https://soundcloud.com/lisa-wakabayashi/polfavor?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

por favor = お願いします

meu mano = 私の兄弟 (実際の兄弟ではなくそういう間柄)

Barulho = 雑音 騒音

aqui = ここ

confusão = 混乱

Oa oaê

Oa oaê Quero ver você cair

Oa oaê

お前が倒れる所を見たい

Bate quero ver cair

Oa oaê

当てて倒れるの见たい

já bateu quero ver cair

Oa oaê

もうやった、倒れるところ見たい

Quando eu bato quero ver cair

Oa oaê

俺が当て、倒れるところ見たい

Vou bater quero ver cair

Oa oaê

倒してやる、倒れるところ見たい

Eu já vou beleza

エウジャヴォウベレーザ

Eu já vou beleza

エウジャヴォウミエンポーラ

Eu já vou me embora

私はもう最高の気持ちだ。

私は帰ります。

Eu já vou beleza

Eu já vou me embora

Eu já vou beleza

Por nossa senhora

私はもう素晴らしい。

私の女主人のために。

Eu já vou beleza

Eu já vou me embora

Eu =私 já=既に beleza =最高 美しい 素晴らしい
vou me embora=帰る

https://soundcloud.com/lisa-wakabayashi/eu-ja-vou-beleza?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Boa viagem

アデウス アデウス

Adeus adeus

ボア ヴィアーゼン

Boa viagem

ちょうなら

良い旅を

エウ ヴォウ コン デウス

Eu vou com deus

Boa viagem

神様と一緒に

エウ ヴォウ ミ エンポーラ

Eu vou me embora

Boa viagem

私は帰ります

エ ノッサ セニョーラ

E nossa senhora

Boa viagem

ノッサセニョーラと

アデウス アデウス

Adeus adeus

Boa viagem

さようなら

アデウス

Adeus

Boa viagem

https://soundcloud.com/mjp8jtjlvrd/adeusboaviagem?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

Capoeira mandou me dizer

エー ダリラ イレ イレ ダリラ オー
E Dalila, ile ile Dalila ô

エー ダリラ イレ イレ ダリラ オー
E Dalila, ile ile Dalila ô

カポエイラ マンドウ ミ ジゼー
Capoeira mandou me dizer
タンベン カポエイラ マンドウ ミ シャマー
Tambem Capoeira mandou me chamar

カポエイラが私に伝えてくる
カポエイラが私を呼んでいると

カポエイラ マンドウ ミ ジゼー
Capoeira mandou me dizer
タンベン カポエイラ マンドウ ミ シャマー
Tambem Capoeira mandou me chamar

カポエイラが私に伝えてくる
カポエイラが私を呼んでいると

ケロ ファラー
Quero falar
コン ダリラ ダリラ ダリラ ダリラ
Com Dalila, Dalila, Dalila, Dalila

話したいんだ
ダリラと。ダリラと話したい。

ケロ ファラー
Quero falar
コン ダリラ ダリラ ダリラ ダリラ
Com Dalila, Dalila, Dalila, Dalila

話したいんだ
ダリラと。ダリラと話したい。

ダリラ ダリラ
Dalila, Dalila

エー ダリラ イレ イレ ダリラ オー
E Dalila, ile ile Dalila ô

ヴァモスエンボーラダリラ
Vamos embora Dalila

エー ダリラ イレ イレ ダリラ オー
E Dalila, ile ile Dalila ô

Eu vi o sól , vi a lua clarear

Eu vi o sól , vi a lua clarear
Eu vi meu bem dentro do canavial

エウ ヴィ オ ソウ ヴィ アルーア クラリアー
エウ ヴィ メウ ベン デントロ ドゥ カナヴィアー

Eu vi o sól , vi a lua clarear
Eu vi meu bem dentro do canavial

エウ ヴィ オ ソウ ヴィ アルーア クラリアー
エウ ヴィ メウ ベン デントロ ドゥ カナヴィアー

A estrela do são Cosme
Eu também quero correr
A estrela esta na lua
E é atrás do meu querer

ア エストレーラ ドゥ サオ コスミ
エウ タンベン ケーロ コヘー
ア エストレイラ エスタ ナルア
イ アアトゥラス ドゥ メウ ケレー

Eu vi o sól , vi a lua clarear
Eu vi meu bem dentro do canavial

Menina tu é da Suça
Eu sóu da sóciedade
Namora no tira um
De quem tem capacidade

Eu vi o sól , vi a lua clarear
Eu vi meu bem dentro do canavial

E verdade meu amigo
Escutei o que eu vou falar
Quem é dono no ciuma
Quem não e quer ciumar

Eu vi o sól , vi a lua clarear
Eu vi meu bem dentro do canavial

太陽を見た 月が明るく照らすのを見た
サトウキビ畑の中で見た

https://youtu.be/0W3L75W48Bc?si=1SR-VDYDbCsk__Ve

https://youtu.be/SGmigOeqsKQ?si=_2IEKbnnVCKHTNOM

聖コスメ（サン・コスメ）の星
僕も走りたい
その星は月の中にあって
それは僕の「願い」を追いかけること

https://youtu.be/JILBdMVLUDY?si=XiuXyZzeHbe_Np6e

<https://youtu.be/5ufA4lwyBmU?si=9zSV9efbz3itUvsJ>

娘よ 君は「スーサ」の出身
僕は「社会」の人間
一対一で付き合うんだ
力（器量）のある者と

本当なんだ 友よ
これから言うことをよく聞いてくれ
持っている者は嫉妬しない
持っていない者ほど 嫉妬したがる

Parabéns pra você

パラベンス プラ ヴォセ

Parabéns pra você

ネスタ ダータ ケリーダ

Nesta data querida

ムイタス フェリースィダージス

Muitas felicidades

ムイトス アノス ジ ヴィーダ

Muitos anos de vida!

誕生日おめでとう！

とても大事な日です

たくさんの幸せが

これからも長く続きますように！

キ デウス リエ デー ムイタ サウージ エ パズ

Que Deus lhe dê muita saúde e paz

エ キ オス アンジョス ジガン アーメン

E que os anjos digam amém.

パラベンス

Parabéns

プラ ヴォセ!

pra você!

パラベンス

Parabéns

プラ ヴォセ!

pra você!

ペロ セウ アニヴェルサーリオ

pelo seu aniversário.

Chegou a hora de apagar a velinha

Vamos cantar aquela musiquinha

Rasteirinha

エピーキ エピーキ、エピーキ エピーキ エピーキ

É pique, é pique, é pique, é pique, é pique, é pique

エオーラ エオーラ、エオーラ エオーラ エオーラ

É hora, é hora ,é hora, é hora, é hora

ハ - チ - ブン

Ra-tim-bum

(たんじょうびの人の名前)

〇〇!!!