

Nunca vi casa nova cair

アヴェ マリア メウ デウス

Ave Maria, meu Deus

ヌンカ ヴィ カーザ ノーヴァ カイウ

Nunca vi casa nova cair

ヌンカ ヴィ カーザ ノーヴァ カイウ

Nunca vi casa nova cair

ヌンカ ヴィ カーザ ノーヴァ カイウ

Nunca vi casa nova cair

アヴェ・マリア、私の神様

新しい家が崩れるのを見たことがない

新しい家が崩れるのを見たことがない

新しい家が崩れるのを見たことがない

アヴェ マリア メウ デウス

Ave Maria, meu Deus

ヌンカ ヴィ カーザ ノーヴァ カイウ

Nunca vi casa nova cair

アヴェ・マリア、私の神様

新しい家が崩れるのを見たことがない

エウ ソ ヴィ カーザ ヴェーリャ カイウ

Eu só vi casa velha cair

エウ ソ ヴィ カーザ ヴェーリャ カイウ

Eu só vi casa velha cair

古い家が崩れるのしか見たことがない

古い家が崩れるのしか見たことがない

Ave Maria, meu Deus

Nunca vi casa nova cair

エウ ジャ ヴィ カーザ ヴェーリャ カイウ

Eu já vi casa velha cair

ヌンカ ヴィ カーザ ノーヴァ カイウ

Nunca vi casa nova cair

古い家が崩れるのを見たことがある

新しい家が崩れるのを見たことがない

Ave Maria, meu Deus

Nunca vi casa nova cair

https://youtu.be/mSbixUruLHw?si=aYGM1_RWK-gLI09C

Meu barco, minha canoa

メウ バールコ ミニャ カノーア

Meu barco, minha canoa

ナオン パロ ジ ヘマー

não paro de remar

エウ ヘーモ ア ファ ヴォー ダ マレー

Eu remo a favor da maré

ナオン デイシャ エスタ フォンチ セカー

não deixa está fonte secar

僕の船、僕のカヌー

漕ぐことを止めることはありません

私は潮の流れに乗って漕ぐ

この泉を枯らさないでください

メウ バールコ ミニャ カノーア

Meu barco, minha canoa

ナオン パロ ジ ヘマー

não paro de remar

エウ ヘーモ ア ファ ヴォー ダ マレー

Eu remo a favor da maré

ナオン デイシャ エスタ フォンチ セカー

não deixa está fonte secar

僕の船、僕のカヌー

漕ぐことを止めることはありません

私は潮の流れに乗って漕ぐ

この泉を枯らさないでください

ナオン デイシャ エスタ フォンチ セカー

não deixa está fonte secar

この泉を枯らさないでください

ナオン デイシャ エスタ フォンチ セカー

não deixa está fonte secar

この泉をどうか枯らさないでください

<https://youtu.be/2DIOH4xJMhU?si=dEVNqzbPRMJksUT4>

Só quero paz perto de mim

エウ ヴォウ ペジ プロ ヴェント プラ ヘチラー
Eu vou pedir pro vento pra retirar.
トゥドゥ キ フォジ フィン ポージ レヴァー
Tudo que for de ruim, pode levar.
ソ ケーロ パズ ペフト ジ ミン
Só quero paz perto de mim.
ソ ケーロ パズ ペフト ジ ミン
Só quero paz perto de mim.

ソ ケーロ パズ ペフト ジ ミン
Só quero paz perto de mim.
ソ ケーロ パズ ペフト ジ ミン
Só quero paz perto de mim.

エウトゥ ネッサ カミニャーダ
Eu tô nessa caminhada.
ナア オセイ クアンド ヴォウ シェガー
Não sei quando vou chegar.
ソセイ キアンゴ ライロンジ
Só sei que Angola é longe.
ウンジーア エウ シェゴラ
Um dia, eu chego lá.

Só quero paz perto de mim.
Só quero paz perto de mim.

O vento que venta forte.
Nunca vai me derrubar.
Minha força é ancestral
E vendos meus orixá.

Só quero paz perto de mim.
Só quero paz perto de mim.

私は風に、すべてを持ち去ってくれるように願う。

悪いものは全部、持っていったいい。

私のそばには、ただ平和だけがあればいい。

ただ、平和だけがあればいい。

私のそばには、ただ平和だけがあればいい。

ただ、平和だけがあればいい。

私はこの道を歩いている。

いつ辿り着くのかは分からない。

ただ、アンゴラは遠いということだけは分かっている。

それでもいつか、私はそこへ辿り着く。

私のそばには、ただ平和だけがあればいい。
ただ、平和だけがあればいい。

どんなに強い風が吹いても、
決して私を倒すことはできない。
私の力は、先祖から受け継いだもの。
そして私は、自分のオリシャたちを信じている。

私のそばには、ただ平和だけがあればいい。
ただ、平和だけがあればいい。

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

Balança o corpo, giga do seu jeito

balanço オ コーポ ジンガ ド セウ ジェイト
Balança o corpo, giga do seu jeito,
ボン カポエイラ デッサ フォーマ セン デレイト
bom capoeira, dessa forma sem deleito.

balanço オ コーポ ジンガ ド セウ ジェイト
Balança o corpo, giga do seu jeito

É bom capoeira, dessa forma sem deleito.
Balança o corpo, giga do seu jeito

体を揺らせ、自分のジンガで。
いいカポエイラは、迷いなくそのままやるんだ。
体を揺らせ、自分のジンガで。

いいカポエイラは、迷いなくそのままやるんだ。
体を揺らせ、自分のジンガで。

祈りを捧げろ、ひとつ祈れ。お前の守り神に、
守ってくれるよう願え。

笑顔を見せて、握手をして、仲間を呼んで、
このコーラスと一緒に歌おう。

ファサ ウマ ヘザ ウマ オラサォ パーサ ア セウ サント ブラ チ ダー プロテサォ
Faça uma reza, uma oração, peça a seu santo pra te dar proteção.
Balança o corpo, giga do seu jeito

デウン ソヒーゾ ウン アプレト ジマオン シャミ オアミーゴ ブラ アジュダー コン エッスィ ヘフラオン
Dê um sorriso, um aperto de mão, chame o amigo pra ajudar com esse refrão.
Balança o corpo, giga do seu jeito

Mas o capú, cadê a eira?

エ フィ ヌマ フェシタ ウマ フェシタ ナ ヒベイラ ウマ ホーダ ウマ ホーダ ジ カポエイラ
Eu fui numa festa, uma festa na Ribeira, uma roda, uma roda de capoeira.
エ コニエッスィ ウマ ミニーナ キ ナォ テン エイラ ナォ テン エイラ ネン テン ベイラ
E conheci uma menina que não tem eira, não tem eira nem tem beira.
マス オ カブ カデア エイラ エッサ ミニーナ ナォ テン エイラ ネン テン ベイラ
Mas o capú, cadê a eira? Essa menina não tem eira nem tem beira

マス オ カブ カデア エイラ
Mas o capú, cadê a eira?

ド ボレ ボレ タ ク-チンド ア カポエイラ
Do bole, bole, tá curtindo a capoeira.

Mas o capú, cadê a eira?
Essa menina não tem eira nem tem beira.
Mas o capú, cadê a eira?

ヒベイラの祭りに行ったんだ。カポエイラのホーダが開かれていて、
そこで一人の女の子に出会った。
その子には“よりどころ”がなく、身寄りも境界もない、自由な子だった。
でもおい、どこに“よりどころ”があるんだ？この子には本当に何も無いんだ。
だけど揺れながら、その子はカポエイラを楽しんでいた。

カンドンブレ（Candomblé）とカポエイラ

カンドンブレ（Candomblé）とはアフリカにルーツを持つブラジルの宗教の1つ。カポエイラの実践者である事がカンドンブレを信仰することには全くなりませんが、カポエイラの特徴に大きな影響を与えているので深くカポエイラを理解する上では重要になってきます。

カンドンブレの体系化

アフリカに住むヨルバ族が信仰する土着宗教

1550~ 奴隷としてブラジルへ連行される

カトリックへの強制改宗を迫られる

現地のインディオ信仰や、精霊の憑依的な概念が混ざる

1830~ ブラジル内で多様な文化の混在

ブラジルでカンドンブレとして体系化

カンドンブレの中でも文化の混ざり方によって幾つかの宗派に分かれる。

カンドンブレの儀式

- ・テヘイロと呼ばれる教会の役割を果たす場所で行う。
- ・アタバキを3種類使い分け、オリシャに合わせて奏法を使い分ける。

フン	Rum	最もサイズが大きく、音が低い。 1番バリエーションを入れる。
フン-ピ	Rum-Pi	大きさだけでなく音の高さも真ん中にする。 Piとも呼ばれる
レ	Lê	最もサイズが小さく、音が高い。

- ・オリシャと呼ばれる神々を表現し、各々に振り当てられた、自然現象や色、曜日、好物、持物（アイテム）、リズムなどが儀式で使われたりする。

様々なオリシャ

Oxalá	オシャラ	万物創造、平和を司るオリシャの中の最高神。
Ogun	オグン	金属(主に鉄)と闘いを司る。道を切り開く者。
Iemanjá	イエマンジャ	海を象徴し、水の神の筆頭。オリシャの母。バイアアでは漁師の守り神で人魚の形で描かれることが多い。
Oxum	オシュン	真水を司る。セクシーな女神とされ、 オグン・オショッシ・シャンゴの3柱の男神の妻を務めている。
Iansan	イアンサン	知的で美しい女神。水・嵐と暴風雨、炎や稲光そのもの。 また、亡くなった人の魂を守る神でもある。

アルワンダ

カンドンブレの中では死んだ後に行く楽園を指す。

また、アフリカのルワンダを指す意味を持つとも言われている。

カトリックの一面

カンドンブレはキリスト教への強制改宗を受けて体系化されたため、カンドンブレにおける「オグン」をキリスト教の「聖アントーニオ」に置き換えるなどカモフラージュされた絵影響を受けています。

Santa

聖女（女性のた聖人）を指すときに使われる。Santa Mariaは聖女マリアを指し、Iemanjá イエマンジャを暗示している。

Santo

母音もしくはHから始まる名前の、男性の聖人を指すときに使われる。Santo Antônioは聖アントニウスを指し、Ogun(オグン)を暗示している。

São

子音から始まる名前の、男性の聖人を指すときに使われる。São Bentoは聖ベネディクトを指し、Ossian(オサイン)などを暗示している。

聖ベネディクトは奴隷の家に生まれた黒人の聖人であり、奴隷解放や黒人守護の象徴とされるため、カポエイラとのつながりは深い。

蛇・毒・ずる賢さ

カポエイラにおける、ずる賢さや相手を騙す要素は非常に評価される傾向にあるが、単なる相手を傷つける手段ではない。

置かれた環境の中で生きる強かさのようなものは、蛇や毒、マンジンゲイロと表現される。

サイア ダ ポルタ ミニーノ ヴェーニャ アブレンデー カポエイラ

Saia da porta menino, venha aprender capoeira

ヴェーニャ アブレンデー ア マンジンガ アーチ ダ ジンガ キ エ カポエイラ

Venha aprender a mandiga, arte da ginga que é capoeira

戸口から出ておいで、坊や。
カポエイラを習いにおいで。
マンジンガを学びにおいで。
ジンガの芸術、それがカポエイラだ。

サイア ダ ポルタ ミニーノ ヴェーニャ アブレンデー カポエイラ

Saia da porta menino, venha aprender capoeira

戸口から出ておいで、坊や。
カポエイラを習いにおいで。

ヴェーニャ ダ サウト モルタウ アルマーダ アウー マルテロー エ ハシテラ

Venha dar salto mortal, armada , au , martelo e rasteira

Saia da porta menino, venha aprender capoeira

宙返り、アルマーダ、アウー、
マルテロー、ハステイラ、
いろんな技を覚えにおいで。

ヴェーニャ アブレンデー ア マンジンガ アーチ ダ ジンガ キ エ カポエイラ

Venha aprender a mandiga, arte da ginga que é capoeira

Saia da porta menino, venha aprender capoeira

Jangadeiro, na Bahia de Todos os santos.

Jangadeiro, da terra dos encantos, que faz sua morada, morada no mar.

CORO: Jangadeiro

Oi Sai de manhã para pescar, (CORO)

Pois sai de manhã pra pescar, (CORO)

Capoeira de Angola na beira do cais. (CORO)

O menino maroto que joga demais. (CORO)

Aprendeu capoeira lá em Salvador (CORO)

Foi mestre Pastinha o seu professor. (CORO)

Jangadeiro, na Bahia de todos os santos.

Jangadeiro, na terra dos encantos, que faz sua morada, morada no mar.

(CORO)

Ele sai de manhã, de manhã pra pescar (CORO)

Capoeira de Angola na beira do cais (CORO)

Menino maroto que joga demais. (CORO)

Aprendeu capoeira lá em Salvador. (CORO)

Foi mestre pastinha o seu professor. (CORO)

ジャガデイロ（小舟の漁師）、サルヴァドールの
ジャガデイロ、魅力の大地の生まれで、
住処は海、そのまま海の上。
ジャガデイロ
彼は朝に漁に出る。
そう、朝に漁に出る。
港の岸边ではアンゴラのカポエイラ。
やんちゃな少年が、とんでもなく上手くジョーゴ
彼はサルヴァドールでカポエイラを学んだ。
その師匠はメストレ・パスチーニャだった。
ジャガデイロ、サルヴァドールを望む湾で
ジャガデイロ、魅力の大地の生まれで、
住処は海、そのまま海の上。
彼は朝に漁に出る。
港の岸边ではアンゴラのカポエイラ。
やんちゃな少年が、とんでもなく上手い。
サルヴァドールでカポエイラを学んだ。
師匠はメストレ・パスチーニャだった。

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-ダ°
com sua boiada

牛飼い
牛の群れと共に

マンジン° ソゲ° イロ
Mandingueiro
コン スア ホ° イア-ダ°
com sua boiada

マンジンゲイロ
牛の群れと共に

ヴ° エイオ ゲ° ヘイロ
Véio guerreiro
コン スア ホ° イア-ダ°
com sua boiada

古い戦士
牛の群れと共に

ヴ° エイオ メストレ
Véio mestre
コン スア ホ° イア-ダ°
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 アボリサアオ

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 ナオ 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

ナオ 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 センブリ 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 ヴェーリオ

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 ヴェーリオ

Apesar de toda luta, colega velho

ネグロ ナオ 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

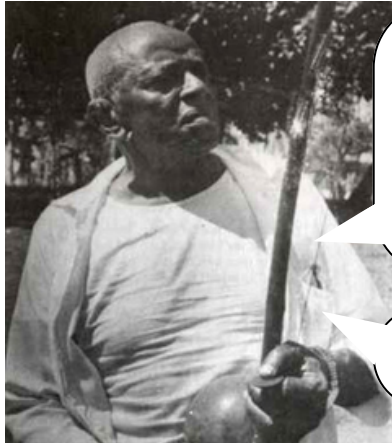
YouTube

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

Jangadeiro, na Bahia de Todos os santos.
Jangadeiro, da terra dos encantos, que faz sua morada, morada no mar.
CORO: Jangadeiro
Oi Sai de manhã para pescar, (CORO)
Pois sai de manhã pra pescar, (CORO)
Capoeira de Angola na beira do cais. (CORO)
O menino maroto que joga demais. (CORO)
Aprendeu capoeira lá em Salvador (CORO)
Foi mestre Pastinha o seu professor. (CORO)
Jangadeiro, na Bahia de todos os santos.
Jangadeiro, na terra dos encantos, que faz sua morada, morada no mar.
(CORO)
Ele sai de manhã, de manhã pra pescar (CORO)
Capoeira de Angola na beira do cais (CORO)
Menino maroto que joga demais. (CORO)
Aprendeu capoeira lá em Salvador. (CORO)
Foi mestre pastinha o seu professor. (CORO)
ジャガデイロ（小舟の漁師）、サルヴァドールの湾で。
ジャガデイロ、魅力の大地の生まれで、住処は海、そのまま海の上。
（コーラス）ジャガデイロ
彼は朝に漁に出る。（コーラス）
そう、朝に漁に出る。（コーラス）
港の岸边ではアンゴラのカボエイラ。（コーラス）
やんちゃな少年が、とんでもなく上手くジョーゴしている。（コーラス）
彼はサルヴァドールでカボエイラを学んだ。（コーラス）
その師匠はメストレ・パスチーニャだった。（コーラス）
ジャガデイロ、サルヴァドールを望む湾で
ジャガデイロ、魅力の大地の生まれで、
住処は海、そのまま海の上。（コーラス）
彼は朝に漁に出る。（コーラス）
港の岸边ではアンゴラのカボエイラ。（コーラス）
やんちゃな少年が、とんでもなく上手い。（コーラス）
サルヴァドールでカボエイラを学んだ。（コーラス）
師匠はメストレ・パスチーニャだった。（コーラス）
Saia da porta menino, venha aprender capoeira
Venha aprender a mandiga, arte da ginga que é capoeira
Saia da porta menino, venha aprender capoeira
Venha dar salto mortal, armada , au , martelo e rasteira
Saia da porta menino, venha aprender capoeira
Venha aprender a mandiga, arte da ginga que é capoeira
Saia da porta menino, venha aprender capoeira
戸口から出ておいで、坊や。カボエイラを習いにおいて。
マンジンガ（技と魔法）を学びにおいて。ジンガの芸術、それがカボエイラだ。
戸口から出ておいで、坊や。カボエイラを習いにおいて。
宙返り、アルマーダ、アウー、マルテロ、ハステイラ、
いろんな技を覚えにおいて。
Balança o corpo, giga do seu jeito, bom capoeira, dessa forma sem deleito.
CORO : Balança o corpo, giga do seu jeito
É bom capoeira, dessa forma sem deleito. (CORO)
Faça uma reza, uma oração, peça a seu santo pra te dar proteção. (CORO)
Dê um sorriso, um aperto de mão, chame o amigo pra ajudar com esse
refrão. (CORO)
体を揺らせ、自分のジンガで。いいカボエイラは、迷いなくそのままやるんだ。
（コーラス）
体を揺らせ、自分のジンガで。いいカボエイラは、迷いなくそのままやるんだ。
（コーラス）
祈りを捧げろ、ひとつ折れ。お前の守り神に、守ってくれるよう願え。
（コーラス）
笑顔を見せて、握手をして、仲間を呼んで、このコーラスと一緒に歌おう。
Eu fui numa festa, uma festa na Ribeira, uma roda, uma roda de capoeira.
E conheci uma menina que não tem eira, não tem eira nem tem beira.
Mas o capú, cadê a eira? Essa menina não tem eira nem tem beira
Mas o capú, cadê a eira?
Do bole, bole, tá curtindo a capoeira.
Mas o capú, cadê a eira?
Essa menina não tem eira nem tem beira.
Mas o capú, cadê a eira?
ヒベイラの祭りに行ったんだ。カボエイラのホーダが開かれていて、
そこで一人の女の子に出会った。
その子には“よりどころ”がなく、身寄りも境界もない、自由な子だった。
でもおい、どこに“よりどころ”があるんだ？この子には本当に何も無いんだ。
だけど揺れながら、その子はカボエイラを楽しんでいた。

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。
- ・ バ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 常にジンガすべし
- 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。

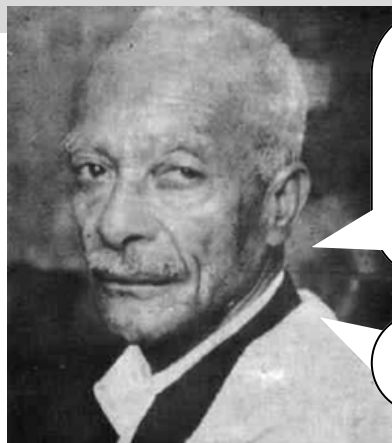
排除された儀礼性

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スタに批判される。



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



- ・カミーザは黄色、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

ビリンバウ (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 **コヒーダ** 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**を大切にする師範たちが、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实践に意識的に名前を与え整理したものです。**

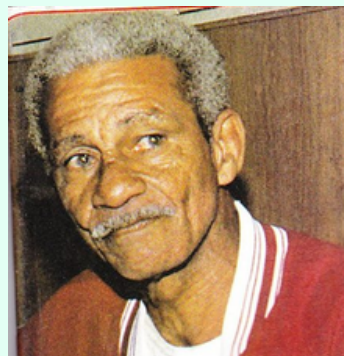
パスチーニャにもビンバにも支持しない ストリートのカポエイラ

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 ムリェー 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

パラナウェー パラナウェー 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 メストレビンバは「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 なぜメストレビンバは「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 メストレビンバの功績を3つ答えなさい。

Q5 ヘジ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

私はもう最高の気持ちだ。

エウジャヴォウミエンボーラ

私は帰ります。

Eu já vou me embora

Eu já vou beleza

Eu já vou me embora

Eu já vou beleza

私はもう素晴らしい。

Por nossa senhora

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

ちょうなら

ボア ヴィアーゼン

エウ ヴォウ コン デウス

Eu vou com deus

神様と一緒に

Boa viagem

良い旅を

Boa viagem

エウ ヴォウ ミ エンボーラ

Eu vou me embora

私は帰ります

エ ノッサ セニョーラ

E nossa senhora

ノッサセニョーラと

Boa viagem

Boa viagem

アデウス アデウス

Adeus adeus

さようなら

アデウス

Adeus

Boa viagem

Boa viagem

https://soundcloud.com/mjp8jtgjlvrd/adeusboaviagem?utm_source=clipboard&utm_medium=text&utm_campaign=social_sharing

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
その星は月の中であって
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!!!

Ee, Mare, ee, da beira mar

Ee, Mare, ee, da beira mar

エー マレー エー ダ ベイラ マー

Ee, Mare, ee, da beira mar

エー マレー エー ダ ベイラ マー

Mare subiu mare desceu,

マレ スビウ マレ デセウ

Mare da beira mar

マレ ダ ベイラ マー

エー、マレー、エー、海辺の潮よ
潮が満ちて、潮が引いた、
海辺の潮よ



Bom Jesus da Lapa

Bom Jesus da Lapa e
Bom Jesus da Lapa

ボン ジェズース ダ ラパ エー
ボン ジェズース ダ ラパ

**Bom Jesus da Lapa e
Bom Jesus da Lapa**

**ボン ジェズース ダ ラパ エー
ボン ジェズース ダ ラパ**

E da Lapa E da Lapa

エー ダ ラパ エー ダ ラパ

E da Lapa E da Lapa

エー ダ ラパ エー ダ ラパ

岩窟に宿る聖なるイエスよ
ラパに宿るイエスよ

岩窟に宿る聖なるイエスよ
ラパに宿るイエスよ



berimbau mando se benzer

Lala e la lele
maginga de angola berimbau mando
se benzer
Lala e la lele
maginga de angola berimbau mando
se benzer

berimbau e quem comandar o jogo
o jogo nao pode para
reza para todos os santos
pede proteção para seu orixá
Lala e la lele
maginga de angola berimbau mando
se benzer

le le le le
berimbau mando se benzer
le le le le
berimbau mando se benzer

ララー エ ラー レレー
アンゴラのマンジンガ ビリンバウは十字を切らせた
(祝福した)

ビリンバウが誰をジョーゴするのか選ぶ
ジョーゴは止まってはならない。すべてのセイントに祈り、
オリシャに守護を願う。

Poder = 英語のcanと一緒に
Protecao = プロテクト 同じ
Olixá = 神様、聖霊の名前

ララー エ ラー レレー
マンジンガ ジ アンゴラ ビリンバウ マンドウ
スイ ベンゼー
ララー エ ラー レレー
マンジンガ ジ アンゴラ ビリンバウ マンドウ
スイ ベンゼー

ビリンバウ エ ケン コマンダー オ ジョーゴ
オ ジョーゴ ナオ ポージ パラ
ヘザ パラ トードス オス サントス
ペジ プロテサオ パラ セウ オリシャ
ララー エ ラー レレー
マンジンガ ジ アンゴラ ビリンバウ マンドウ
スイ ベンゼー

レレレレー
ビリンバウ マンドウ スイ ベンゼー
レレレレー
ビリンバウ マンドウ スイ ベンゼー

Vou aprender a ler

Vou aprender a ler vou aprender a ler
vou aprender a ler
Pra ensinar meus câmara

Vou aprender a ler vou aprender a ler
vou aprender a ler
Pra ensinar meus câmara

私は読み方を学びます
仲間々に教えるために！

ヴォウ アブレンデー アレー ヴォウ アブレンデー アレー
ヴォウ アブレンデー アレー
ブラ エンスイナー メウス カマラ

ヴォウ アブレンデー アレー ヴォウ アブレンデー アレー
ヴォウ アブレンデー アレー
ブラ エンスイナー メウス カマラ

Nessa vida sozinho eu não sei andar

Nessa vida sozinho eu não sei andar

Lêlê ôiaia

Trago a Capoeira pra me acompanhar

この人生を、ひとりきりで歩くことなんてできない

レレオー、オイヤイヤ

だからカポエイラを連れて歩くんだ

ネッサ ヴィダ ソズィーニョ エウ ナオン セイ アンダー

レレオー オイアイアー

トラーゴ ア カポエイラ プラ ミ アコンパニャー

Ela é arte, é luta, é dança

É história pra contar

Ela que me ensinou

É ela que vive a me ensinar

カポエイラは芸術であり、闘いであり、踊りであり

語るべき歴史でもある

カポエイラが僕に教えてくれた

そして今もずっと、教え続けてくれている

エラ エ アルチ エルタ エ ダンサ

エ ヒストリア プラ コンター

エラ キ ミ エンシノウ

エ エラ キ ヴィヴェ ア ミ エンシナー

コーラス

Ela que me ajudou

Desde quando eu era escravo

Se não fosse a Capoeira

Eu não tinha me libertado

カポエイラが僕を助けてくれた

僕が奴隷だった時代から

もしカポエイラがなかったら

僕は自由になれなかっただろう

コーラス

Da minha vida eu não sei

E nem quero imaginar

Eu sem minha Capoeira

E sem o berimbau para tocar

自分の人生を

カポエイラなしに生きるなんて

想像したくもない

カポエイラがなくて

ビリンバウを奏でられない自分なんて

コーラス

Ela é o meu viver

Ela é a minha sina

Agradeço a meu Mestre

Que Capoeira me ensina

カポエイラは僕の生きる道

それは僕の宿命

カポエイラを教えてくれる

僕のメストレに感謝している

YouTube音源です！



Minha sabia

Quem quiser pimenta
Olha Vá na pimenteira
Quem vem longe vem dizendo
Vote a mão na gibira
Roxa
Roxa sol
Roxa
Roxa sol

Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia
Minha sabia

ケン キゼー ピメンタ
オリャ ヴァ ラ ピメンテイラ
ケン ヴェン ロンジ ヴェン ジゼンド
ヴォテ ア マオ ナ ギビーラ
ホーシャ
ホーシャ ソウ
ホーシャ
ホーシャ ソウ

辛いのが欲しけりゃ
唐辛子の木へ行きな
遠くから来た人が言ってる
手を袋に入れな
赤紫
赤紫の太陽
赤紫
赤紫の太陽

私のサビア
私のサビア
私のサビア
私のサビア

「sabia」は「sabiá (サビア)」=鳥の名前(サビアという鳴き鳥)
「pimenteira」は「唐辛子の木」
「Vote a mão na gibira」の「gibira」は北東部の方言で「袋」や「カバン」。「手を袋に入れる」は「手を出せ」「何か取れ」といった命令的表現とも読めます。
「Roxa sol」は直訳では「紫、太陽」「Roxa」は「紫色」または熟した色の果実を表すことも。

ビリンバウ バリエーション2

	●			X X		○		●	
1	●			(X)	●	(X)		●	
2		●		(X)	X	○		●	
3	●			(X)	●	●		(X)	●
4	●			(X)	●	○		●	
パンディロ	ド					ド		パ	

● トン ○ ティン X シアード (X) メイオシアード

Você precisa conhecer

Um camarada, um dia falou para mim,
Um camarada, um dia falou para mim,
Você precisa conhecer
A igreja do Bonfim,
O Mercado Modelo
Tem acarajé e tem dendê
O que tem lá na Bahia, Você precisa conhecer
Bahia, Bahia Tou com saudade de você

Bahia, Bahia

Eu nunca mais vou lhe esquecer

Bahia, Bahia

Terra do Pastinha e Aberré

Bahia, Bahia

ウン カマラーダ ウン ジーア ファロウ プラ ミン
ウン カマラーダ ウン ジーア ファロウ プラ ミン
ヴォセ プレスィーザ コンニエセー
ア イグレジャド ボンフィン
オ メルカード モデーロ
テン アカラジェ エ テンデー
オ キ テン ラ ナ バイーア ヴォセ プレスィーザ コンニエセー
バイーア バイーア トウ コン サウダージ ジ ヴォセ

バイーア バイーア

エウヌンカマイスヴォウリエエスケンセー

バイーア バイーア

テーハドパシチーニャエアベヘ

バイーア バイーア

ある日カポエイラ仲間が、私に話してきた。
ある日カポエイラ仲間が、私に話してきた。
あなたは知る必要がある。
ボンフィン教会、
メルカード・モデーロを、アカラジェーとデンデがあります。
バイーアに何があるか
あなたは知る必要がある。

Salvador da Bahia, tem capoeira ligeira
No mercado na praça,
Lá no cais da ribeira
É morena faceira No samba vem me olhar
Pra roda fica animada
É só você se chegar
Bahia que é terra boa,
Terra do cacau e do dendê
O que tem lá na Bahia,
Você precisa conhecer
Bahia, Bahia
Tou com saudade de você

Vou girar mundo

Esta arte que me encanta
Não quero dela sair
O bendita capoeira Que vem dos ancestrais
Au saudoso mestre bimba
Que nos deixou o abc
Dues lhe pague dues lhe ajude
Nunca mais vou lhe esquecer
E lele cader

Vou girar mundo

vou girar

Vou girar mundo

vou girar

Vou girar mundo

vou girar girar gira eu vou

エスタ アルチ キ メ エンカータ
ナオン ケーロ デラ サイール
オ ベンチーダ カポエイラ キ ヴェン ドス アンセストライス
アウ サウドーソ メストレ ビンバ
キ ノス デイショウ オ アベセ
デウス リエ ペーギ デウス リエ アジュージ
ヌンカ マイス ヴォウ リエ エスケンセー
エー レレー カデー

ヴォウ ジラー ムンド

ヴォウ ジラー

ヴォウ ジラー ムンド

ヴォウ ジラー

ヴォウ ジラー ムンド

ヴォウ ジラー ジラー ジラー エウ ヴォウ

この芸術にうっとりし
それからは抜けたくはない
私達の先祖が来てカポエイラに恵まれ
懐かしきメストレビンバ
私達にアーベーセーを残していった
神が君に与え 神が君を助ける
私はあなたのことを忘れない
あゝどこへ

世界がまわる まわる
世界がまわる まわる
世界がまわる まわる
まわりまわり 私はいく

Balança rede ioio

Eu vou botar minha rede na varanda	エウ ヴォウ ボルター ミニャ ヘジ ナ バランダ
Eu quero ver minha rede balançar	エウ ケロ ヴェー ミニャ ヘジ バランサー
Balança rede ioio	バランサ ヘジ イオ イオー
Balança rede iaia	バランサ ヘジ イアイアー

僕はハンモックをベランダに吊るすよ
揺れるハンモックを眺めたいんだ
揺れるハンモック
揺れるハンモック

Mandar lecô cajueiro

Mandar lecô cajueiro	マンダー レコ カジュエイロ
Mandar loiá	マンダ ロイアー
Mandar lecô cajueiro	マンダーレコ カジュエイロ
Mandar loiá	マンダ ロイアー

Mandar lecô	マンダー レコ
cajuê	カジュエー
Mandar loiá	マンダー ロイア
cajuê	カジュエー

Cajuê : “Caju” (カシューナッツの実) の変化形と思われ、やはり音韻的に使われています。

Cajueiro (カジュエイロ) : カシューナッツの木のこと。
ブラジルではよく登場する自然のモチーフです

Vou Mandar eu vou

が訛って行って、マンダ レコー に変わったと伝えられています。かつて奴隷制だった頃、主人がカジュの木を見て来いと命令して「行きます」というやりとりが歌われている

サオンベント グランヂ チ アンゴーラ (グンガ ヴィオーラ)

	●			X X		○		●		
バンディロ	ド					ド		パ		

サオンベント グランヂ チ アンゴーラ インヴェルチード (メイジョ)

	○			X X		●		○		
バンディロ	ド					ド		パ		

アンゴーラ (グンガ ヴィオーラ)

				X X		●	(x)	○		
バンディロ	ド					ド		パ		

サオンベント ペケーノ (メイジョ)

				X X		○		●		
バンディロ	ド					ド		パ		

ビリンバウ バリエーション

	●			X X		○		●		
1	●			●	(x)	○		●		
2	●	●		●	●	○		●		
3	●	(x)	●	(x)	●	(x)	○	●		
4	●			(x)	●	○		●		
バンディロ	ド					ド		パ		

● トン ○ ティン X シアード (x) メイオシアード

サオンベント グランヂ チ アンゴ-ラ (グンガ ヴィオ-ラ)

ビリンバウ

● || ○ ● ● || ○ ●
トン チチ ティン トン トン チチ ティン トン

パンディロ

ドン ドン パ ドン ドン パ

サオンベント グランヂ チ アンゴ-ラ インヴェルチ-ド (メイジョ)

ビリンバウ

○ || ● ○ ○ || ● ○
ティン チチ トン ティン ティン チチ トン ティン

パンディロ

ドン ドン パ ドン ドン パ

アンゴ-ラ (グンガ ヴィオ-ラ)

ビリンバウ

X || ● ○ X || ● ○
チチ トン ティン チチ トン ティン

パンディロ

ドン ドン パ ドン ドン パ

サオンベント ペケー-ノ (メイジョ)

ビリンバウ

X || ○ ● X || ○ ●
チチ ティン トン チチ ティン トン

パンディロ

ドン ドン パ ドン ドン パ

Oiaia ascende a luz

Oiaia ascende a luz
no terreiro de Jesus
No terreiro de Jesus
oiaia ascende a luz

オヤヤアセンジャルーズ
ノテヘイロジジェズース

**Oiaia ascen de a luz
no terreiro de Jesus**

イエスのテヘイロ（儀式の庭）に明かりを灯しておくれ

ascende

「灯して」「点けて」（acender＝灯す、点火する の命令形

No terreiro

「テヘイロに」＝アフロ・ブラジル宗教（カンドンブレやウンバンダ）で儀式が行われる神聖な場所。「テヘイロ」はアフロ・ブラジル宗教の中心的な空間で、ここに「イエス」というキリスト教の要素が加わることで、宗教的シンクレティズム（融合）が表現されています。

Jesus

イエスの（「イエスに捧げられた」または「キリスト教的」な意味合いも含む）
このフレーズは、霊的な儀式の場に光を灯すように頼む祈りや歌の一節。

meu navio vai navegar

Ai ai meu navio vai navegar

アイ アイ メウ ナヴィオ ヴァイ ナヴェガー

Ai ai meu navio vai navegar

Nas águas doce água do sal
Nas águas doce água do sal

ナズ アグアス ドス アグア ジ サウ
ナズ アグアス ドス アグア ジ サウ

**Nas águas doce água do sal
Nas águas doce água do sal**

Ai ai meu navio vai navegar
ああ、ああ 私の船が航（こ）ぎ出すよ
Ai ai meu navio vai navegar
ああ、ああ 私の船が航ぎ出すよ
Nas águas doce, água do sal
淡水の中へ そして海水へ
Nas águas doce, água do sal
淡水の中へ そして海水へ

“meu navio vai navegar”：船が航海に出るというのは、人生や運命の旅立ちを象徴することもあります。

“águas doce, água do sal”：淡水と塩水の対比が、異なる世界や経験、出会いと別れなどの象徴的な意味を持つことがあります。

Cela meu cavalo

Cela meu cavalo pequeno que eu vou me embora	セラ メウ カヴァーロ ペケーノ
Cela meu cavalo pequeno que chegou a hora	キ エウ ヴォウ ミ エンボーラ

Cela meu cavalo pequeno que eu vou me embora	セラ メウ カヴァーロ ペケーノ
Cela meu cavalo pequeno que chegou a hora	シェゴウ ア オーラ

小さな馬に鞍（くら）をつけてくれ、私はもう行かねばならない
小さな馬に鞍をつけてくれ、時が来た

Cela：命令形で「鞍（くら）をつけて」「馬に支度をさせて」という意味。
Meu cavalo pequeno：直訳で「私の小さな馬」。小さな馬はしばしば愛着や故郷、旅の象徴。
que eu vou me embora：「私はもう行く」「私は立ち去るところだ」
que chegou a hora：「その時が来た」＝何か決断や別れの「運命の時」が来たという意味合い

Jatobá boia na lagoa

Jatobá boia na lagoa	ジャトバ ボイア ナ ラゴア
E Madeira de lei pau pra fazer canoa	エ マデイラ ジ ヘイ パウ プラ ファゼー カノア

Jatobá boia na lagoa
E Madeira de lei pau pra fazer canoa

pau pra fazer canoa	パウ プラ ファゼー カノア
pau pra fazer canoa	パウ プラ ファゼー カノア

pau pra fazer canoa
pau pra fazer canoa

Jatobá boia na lagoa
ジャトバの木は池に浮かぶ
É madeira de lei, pau pra fazer canoa
それは「マデイラ・ジ・レイ（良質な木材）」——カヌーを作るのに適した木だ
Pau pra fazer canoa
カヌーを作る木
Pau pra fazer canoa
カヌーを作る木

Jatobá（ジャトバ）ブラジル産の非常に硬くて重い木で、建材や家具、船などにも使われる
Madeira de lei 直訳は「法の木材」ですが、意味としては「高品質で耐久性のある木材」を指します。

Juazeiro é uma planta

Juazeiro é uma planta (o meu bem)

ジュアゼイロは植物なんだよ（愛しい人よ）

Que resiste o terra enxuta

乾いた土地にも耐えて生きる

O fruto não vale nada

その実にはあまり価値がないけれど

A madeira é torta e bruta

木材は曲がっていて粗いけれど

Mas bondade da sombra

だけど、その木陰のやさしさは

Cobre a ruindade da fruta

実のまずさを覆い隠してくれる

— Câmara

ジュアゼイロ エ ウマ プランタ（オメウベン）

キ ヘジスチ オ テーハ エンシュタ

オ フルーツ ナオ ヴァレ ナーダ

ア マデイラ イ トウタ エ ブルタ

マス ボンダージ ダ ソンブラ

コブリ ア フィンダージ ダ フルータ

カマラ

この詩は、ブラジルの乾燥地帯に生える「ジュアゼイロ（Juazeiro）」という木を例に、人間の価値や優しさの本質を描いているようにも読めます。表面的な価値（実や木材）ではなく、その影（木陰）の恩恵、つまり「内面の優しさ」が本当の価値だと語っている詩です。

Cavalo marinho

Cavalo marinho	カヴァーロ マリーニョ
Galope maracatu	ガローピ マラカトゥ
Catimbó ciranda	カチンボ シランダ
Guarnice meu caboclo	グァウニセ メウ カボークロ
De lança com Jurema	ヂ ランサ コン ジュレマ
Meu caboclo	メウ カボークロ

com Jurema **コン ジュレマ**

Meu caboclo メウ カボークロ

com Jurema **コン ジュレマ**

これは、ブラジル北東部の伝統文化や宗教、舞踊、音楽に深く関わる言葉やイメージが詰まった詩のような一節です。

特に、アフロ・ブラジル文化や先住民の伝統、宗教的实践（特に「カンドンブレ」）と関係があります。

Cavalo-marinho（カヴァーロ・マリーニョ）

直訳すると「タツノオトシゴ」ですが、ここではブラジル北東部ペルナンブーコ州の民俗芸能の名前です。音楽・演劇・ダンスが融合したもので、カーニバルや祭りで行われます。

Galope（ガローピ）

馬の駆け足。リズムカルで勢いのある動きを指しているかも。

Maracatu（マラカトゥ）

アフロ・ブラジル文化に由来するパレード型の音楽舞踊芸能。重厚な打楽器と衣装が特徴的です。

Catimbó（カチンボ）

北東部で信仰される民間信仰／宗教儀式。先住民、アフリカ、カトリックが混ざったもの。

Ciranda（シランダ）

輪になって踊る、伝統的なブラジルのフォークダンスと音楽。

Guarnicê meu caboclo（グアルニセー・メウ・カボクロ）

「武装させる」「守らせる」という意味の動詞（古風な表現）。

Meu cabocloは「私のカボクロ」。Caboclo（カボクロ）は、先住民と白人または黒人の混血の人々、またはスピリット（霊）としての守護者を意味する言葉。

「私のカボクロよ、身支度を整えろ／守れ」という呼びかけ。

De lança com Jurema（ヂ・ランサ・コン・ジュレーマ）

・Lança（ランサ）：槍、または**「カブラ・ジ・ランサ」**と呼ばれるマラカトゥの戦士のようなキャラクター。

・Jurema（ジュレーマ）：北東部の先住民的儀式や宗教で使われる聖なる植物、およびその宗教体系「Jurema Sagrada（聖なるジュレーマ）」。

「ジュレーマとともに槍を持って」＝儀式または戦いの準備。

Eu já vivo enjoado (Ladainha)

Eu já vivo enjoado,
De viver aqui na Terra,
Ó mamãe eu vou pra Lua,
Falei com minha mulher,
Ela então me respondeu,
Nós vamos se Deus quiser,
Vamos fazer um ranchinho,
Todo cheio de sapé,
Amanhã as 7 horas,
Nós vamos tomar café,
Eu que nunca acreditei,
Não posso me conformar,
Que a Lua venha à Terra,
Que a Terra vai ao ar,
Tudo isso é conversa,
Vão comer sem trabalhar,
O senhor amigo meu,
Veja bem o meu cantar,
Quem é dono não ciúma,
Quem não é quer ciumar ?

lêê Galo Cantou,
lêê Cocorocou,
lêê Minino É Bom Camará...

もううんざりだ、
この地球で生きるのは、
ねえ母さん、僕は月に行くよ。
妻にそう言ったら、
彼女はこう答えた：
「神さまが望めば、一緒に行きましょう」
小さな家を建てましょう、
藁（わら）ぶき屋根のかわいい家。
明日の朝7時に、
一緒にコーヒーを飲もうね。
信じたことなんてなかったけど、
今でも信じられない、
月が地球に来るなんて、
地球が空へ飛んでいくなんて。
そんなの全部、作り話さ。
働かずに食べようなんて無理さ。
ねえ、友だちよ、
この歌をよく聞いてくれ。
持ち主は嫉妬しない、
持っていない者こそ、嫉妬するのさ。

「月に行く」という夢想的なイメージは、現実からの逃避や希望を象徴しています。

「地球が空へ飛ぶ」「月が地球に来る」といった表現は、現代社会のナンセンスさやフェイクへの皮肉とも取れます。

最後の部分、「嫉妬するのは所有していない者だ」というフレーズは、社会的な立場や人間関係の心理を巧みに表現しています。

「Galo cantou（鶏が鳴いた）」は、夜明けや何かの始まりを告げる象徴的なフレーズです。カポエイラでは伝統的に使われます。

この歌は、日常の苦しさをユーモアや夢に変えていくカポエイラらしい哲学が詰まっています。

Eu vou voltar para Angola

ヴァイラー チズ プラ エラ キ エウ ヴォウ ヴォルター パラ アンゴーラ
Vai lá diz pra ela que eu vou voltar para Angola

チズ プラ エラ キ エウ ヴォウ ヴォルター パラ アンゴーラ
diz pra ela que eu vou voltar para Angola

ヴァイ ラー チズ プラ ミニャ ヴィオーラ
Vai lá diz pra minha viola

アンゴーラに戻ると伝えてきてくれ
私のヴィオーラに伝えてきてくれ

Maranhão

Menina solta os cabelos Por baixo do limoeiro
Se o limoeiro morrer o o Eu pago com meu dinheiro oi oi
Maranhão Maranhão

マラニャオン マラニャオン オーオー
Maranhão Maranhão o o
キ サウダージ ド メウ マラニャオン オーオー
Que saudades do meu Maranhão o o

No fundo do mar tem um peixe dourado
Menina bonita sou seu namorado
No fundo do mar tem um peixe de escama
Menina bonita sou eu quem te ama
Penteando seus cabelos Com pente de barbatana
Quem me dera ser candeia Pra alumiar sua cama
Maranhão Maranhão

女の子が髪を下ろす レモンの木の下で
レモンの木が枯れたら、私はお金を支払うよ

マラニャオン マラニャオン

なんて懐かしいんだ私のマラニャオン

海の底に金魚がいる
可愛い女の子、私はあなたのボーイフレンド
海の底には鱗のある魚がいる
可愛い女の子、私があなを愛している
ひげ櫛で髪を梳かす
あなたのベッドを照らすランプになりたい

Fro de Juá

フロー フロー フロー ジ ジュアー
Fro fro fro de juá

花。ジュアーの花。

フロー フロー フロー ジ ジュアー
Fro fro fro de juá

ファイ プラ マタ アパニャー フロー
Fui pra mata apanhar fro

森に花を採りに行く。

フロー ジ ジュアー
Fro de Juá

ジュアーとは先住民たちに重用されてきた植物で、果実や樹皮が使われていた

É tanto que peço a Deus

エ タント キ ペーソ ア デウス エ タント キ デウス ミ ダ
É tanto que peço a Deus É tanto que Deus me dá
エ タォ ポウコ キ エウ メレーソ マス ナーダ ミ ファータラ
É tão pouco que eu mereço Mas nada me faltará

たくさんのを頼んだら
多くを与えてくれます
私にふさわしいものは少ない
でも何か欠けているわけではない

Pedi a ele a palavra Ele me deu o cantar
Também pedi poesia Ele me deixou remar

私は彼に言葉を求めた 歌を与えた
詩を求めた 彼は私に漕がせてくれた

Pedi a ele saúde E forças pra trabalhar
Deus me deu a capoeira E um berimbau pra tocar

私は彼に健康と働く力を求めた
カポエイラとビリンバウを与えてくれた

Tem coisas que eu nem pedi Mas ele me viu sonhar
Andei pelo mundo afora Tenho estórias pra contar

私が求めもしなかったことがある
でも彼は私の夢を見ていた
世界中を旅してきた。



GUETO CAPOEIRAのMestre（師範）の紹介



メストレ ジャン・パンゴリン
-Mestre Jean Pangolin

UFBA（バイーア連邦大学）体育学卒業 学校教育分野スペシャリスト（2003）UFBA教育学修士号(2008) UFRB(ヘコンカボダバイーア連邦大学) エクステンション学長 ポルトガルミーニョ大学より教育科学修士号取得(2017) 学生の頃より文化及び教育分野とカポエイラに関して3冊の著書があり、2015年にはカポエイラ界で功績を残した著者に与えられるビルンバウジオーウ口賞を受賞、現在もブラジル各地で公演やワークショップを活動的に行っています。教育の中でも特にインクルージョン教育に力を入れており、カポエイラのみならず、人体文化、監督者指導による、視聴障がい者の体育教育を主にテーマとして研究に取り組んでいる。



メストレ カッシオ・マーゴ
-Mestre Cassio Mago

UFBA（バイーア連邦大学）歴史学卒業(2002) サルバドール軍隊学校歴史学教師。文化連盟GUETO CAPOEIRA代表。

1992年に兄と共にカポエイラを始め、GUETOを立ち上げる。現在はサルバドール本部での活動を管理、指導行っている。常に優しくブラジル本部を訪れた先生たちは、多くの時間をMestre Cassioと過ごす。



メストラ ブリーザ
-Mestra Brisa

UNEB（バイアー州立大学）栄養学卒業 高等教育スペシャリストCCS/UFBA（バイーア連邦大学）国際講師。GUETOアマゴーザでの指導を行っている。パワフルでいつも元気な先生。Mestre Jeanとは夫婦の仲。



メストレ ジャンピ
-Mestre Jump

メストレカッシオの下で長くカポエイラを続けている、バイーア本部所属の師範。2022年のイベントでメストレに昇段し、ゲトの師範の一人になった。

地元の小学校でもカポエイラクラスを開講、指導を続けており毎年多くの生徒の昇段イベントを実施。

Quando a mare baixar

クアンド ア マレー バイシャー
Quando a mare baixar

潮が引いたら

ヴァ ミ ヴィズィター
Va me visitar

彼女の所に行くよ

ヴァ ミ ファゼー カフネ ミ トウラーガ
Vá me fazer cafune me traga

カフネしに来てください

プレゼンチ ド マー
Presente do mar

海に贈り物をするんだ

ノ マー
No mar

海には

モーラ イエマンジャ
Mora lemanjá

イエマンジャが住んでいる

ノ マー
No mar

海には

モーラ イエマンジャ
Mora lemanjá

イエマンジャが住んでいる

Vim no navio de Aruanda

ヴィン ノ ナヴィオ ジ アルワンダ アルワンダ エー
Vim no navio de Aruanda, Aruanda ê

アルワンダから船に乗ってやって来た

ヴィン ノ ナヴィオ ジ アルワンダ アルワンダ アー
Vim no navio de Aruanda, Aruanda á

私はアルワンダから船に乗ってやって来た

ポフケ ミ トロシェーラン ジ アルワンダ
Porque me trouxeram de Aruanda

なぜなら私はアルワンダから連れてこられたから

プラ ケー ミ トロシェーラン ジ アルワンダ
Pra que me trouxeram de Aruanda

なぜ私はアルワンダから連れてこられたのか

ヴィン ノ ナヴィオ ジ アルワンダ アルワンダ エー
Vim no navio de Aruanda, Aruanda ê

アルワンダから船に乗ってやって来た

Ê boiadeiro

エー ボイデー -ロ アマ-ハ オ ガ-トノ クハ-ル ボイデー -ロ
Ê boiadeiro, amarra o gado no curral, boiadeiro.

潮が引いたら

エー ボイデー -ロ アマ-ハ オ ガ-トノ クハ-ル ボイデー -ロ
Ê boiadeiro, amarra o gado no curral, boiadeiro.

彼女の所に行くよ

ジバ イショ ト シヤハ°ウ ジ コ-ロ モー イウ
Debaixo do chapéu de couro, mora eu,
モー メウ パイ モー ア ファミ-リア ト-ダ
mora meu pai, mora a família toda.

カフネしに来てください

海に贈り物をするんだ

ジバ イショ ト シヤハ°ウ ジ コ-ロ モー イウ
Debaixo do chapéu de couro, mora eu,
モー メウ パイ モー ア ファミ-リア ト-ダ
mora meu pai, mora a família toda.

海には

イエマンジャが住んでいる

Eu ouvi o berimbau tocando, aonde vai mano?

海には

Vou ali vadiar...

イエマンジャが住んでいる

Pelo Sinal Da Santa Cruz

(オリャ) ペロ スィナウ ダ サンタ クルーズ
(Olha) Pelo sinal da Santa cruz

ペロ スィナウ ダ サンタ クルーズ
Pelo sinal da Santa cruz

ペロ スィナウ ダ サンタ クルーズ
Pelo sinal da Santa cruz

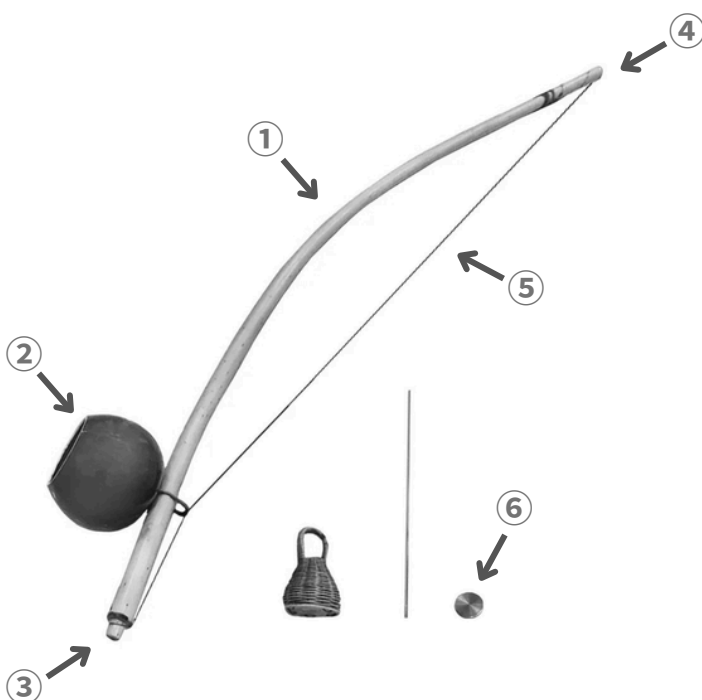
(オリャ) ペロ スィナウ
(Olha) Pelo sinal

ダ サンタ クルーズ
da Santa cruz

Olha Pelo sinal

da Santa cruz

問題 ビリンバウの部位をすべてポルトガル語で教えてください。



①木

②ひょうたん

③木の一番下

④革

⑤はりがね

⑥コイン

Sem capoeira eu não posso viver

センカポエイラエウナオンポッソヴィヴェー
Sem capoeira eu não posso viver
ソウペイシフォーラドマー
Sou peixe fora do mar
パッサリーニョセンヴォア
Passarinho sem voar
ジアセンエスクレセー
Dia sem escurecer

メーズモ ハステジャンド ヴォウ
Mesmo rastejando vou
アガーショ プラ ジョガー
Agacho pra jogar
ペソ アオ ビリンバウ キ トカー
Peço ao berimbau que toca
イ ア デウス プラ ミ オリヤー
E a Deus pra me olhar

ポッソ フィカ セン コメー
Posso ficar sem comer
ネン アグア エウ ベベレイ
Nem água eu beberei
セン カポエイラ ナオン フィコ
Sem capoeira não fico
ポフケー スィ ナオン エウモヘーレイ
Porquê se não eu morrerei

ペイシ フォラ ダ アグア モーヘ
Peixe fora da água morre
オ ジア テン キ エスクレンセー
O dia tem que escurecer
エ エウ セン カポエイラ
E eu sem capoeira
ナオン セイ オ キ ファゼー
Não sei o que fazer

パッサリーニョ セン ヴォアー
Passarinho sem voar
イ エウ セン カポエイラ
E eu sem capoeira
パッサリーニョ バチ アザ
Passarinho bate asa
エウ フィケイ ネットサ トウリスチーザ
Eu fiquei nessa tristeza

カポエイラ無しでは生きられない

魚が海の外にいるように

鳥が空を飛べないように

日が沈んでいかにないように

這ってでも行くよ

ジョーゴするためにしゃがみ

私はビリンバウに演奏を求める

神様に私を見てくださいと

私は食べないかもしれない

水も飲まない

カポエイラが無ければ、私はここにいられない

そうしないと死んでしまうから

水から出た魚は死ぬ

日は暮れなければならない

カポエイラがなければ

私は何をするかわからない

飛べない鳥

カポエイラのない私

小鳥が羽ばたく

私はこの悲しみの中に取り残された

Eu vou encontrar só

エウ ヴォウ エンコントラ ソー カナリーニョ ダ アレマーニャ
Eu vou encontrar só Canarinho da Alemanha
ケン マトウ メウ クリオー
Quem matou meu curió

私はドイツのカナリアを見つけに行くよ

私のクリオーを殺した

エウ ヴォウ エンコントラ ソー カナリーニョ ダ アレマーニャ
Eu vou encontrar só Canarinho da Alemanha
ケン マトウ メウ クリオー
Quem matou meu curió

私はドイツのカナリアを見つけに行くよ

私のクリオーを殺した

Dizem que joga Capoeira,mas o mestre é o melhor
mas o que quero saber é quem matou meu curió,mas eu vou

Procurei nas Alagoas bem depois de Maceió
procurei la na Bahia ,cachoeira e Tororó,mas eu vou

Dizem que a lua tem segredo,mas quem sabe é o clarao do sol se ela não
me responder eu vou perguntar ao Berimbau,mas eu vou

Eh,sei que todo marinheiro,tem que desatar o nó
mas o que eu quero saber é quem matou meu curió,mas eu vou

Eu vou procurar sozinho o rastro do curio sei quem tem fe em deus
nessa vida não esta só,mas eu vou

Ê La la ê

Ê La la ê la iá
Ê la la ê la ê
La la ê la iá

Ê La la ê la iá
Ê la la ê la ê
La la ê la iá

Nego subiu a ladeira
Jogou capoeira, tocou berimbau
No dia dois de fevereiro
Levou oferenda pra beira do mar

Pra lemanjá lelê
Pra lemanjá

Pra lemanjá lelê **プラ イエマンジャ レレ**
Pra lemanjá **プラ イエマンジャ**

Ê La la ê la iá
Ê la la ê la ê
La la ê la iá

Nego que veio de Angola **ネゴ キ ヴエイオ ジ アンゴラ**
Chegou **シェゴウ**

Veio de Guiné **ヴェイオ ジ ギニー**
Chegou **シェゴウ**

Veio de Mozanbique **ヴェイオ ジ モザンビーキ**
Chegou **シェゴウ**

O Nego que a capoeira **オ ネゴ キ ア カポエイラ**
Criou **クリオー**

Não deixou feliz **ナオン デイショ フェリーズ**
Feitor **フェイター**

Não deixou feliz **ナオン デイショ フェリーズ**
Feitor **フェイター**

Ê La la ê la iá
Ê la la ê la ê
La la ê la iá

黒人の彼は坂を上って
ビリンバウを叩いてジョーゴした
2月2日のこと
お供え物を持って海辺に

イエマンジャのために

lemanjá 海や川を象徴する神様
人魚と呼ばれることもある
(セレイア)

que veio de ～から来た
Chegou 着いた

Não deixou feliz 幸せを残すことなく
Feitor 創る

É jogo praticado na terra de São Salvador

オイ メウ マーノ
Oi meu mano,
オ キ フォイ キ トウ ヴィウ ラ
O que foi que tu viu la,
エウ ヴィ カポエイラ マタンド
Eu vi capoeira matando,
タンベン ヴィ マクレレ カポエイラ
Tambem vi maculelê, capoeira

やあ、僕の友達

そこで何を見た？

カポエイラの闘いを見たよ

マクレレも一緒に見たよ

エ ジョゴ プラチカード ナ テーハ ジ サォ サルヴァドール
É jogo praticado na terra de São Salvador

それはサルヴァドールで行われるゲーム

カポエイラ
capoeira

エ ジョゴ プラチカード ナ テーハ ジ サォ サルヴァドール
É jogo praticado na terra de São Salvador

ノ ジア キ エウ アマニエーソ
No dia que eu amenheço
ダナド ダ ミニャ ヴィダ
Danado da minha vida
プラント カナ デスカサーダ
Planto cana descascada
コン セイス ジアス タ ナスィーダ カポエイラ
Com seis dias tá nascida, Capoeira

目覚めた日

自分の人生に怒り

皮をむいたサトウキビを植える

6日後にカポエイラが生まれる

エ ジョゴ プラチカード ナ テーハ ジ サォ サルヴァドール
É jogo praticado na terra de São Salvador

弟子 学ぶ

Mas sou discipulo qui aprende
 レッスン
sou mestre qui da lição

Na roda de Capoeira
一回もしたことが無い
nunca dei um golpe em vão

Olha a pisada de Lampião

エ エ エ トウン トウン トウン
É, é, é, tum tum tum
オリャ ピザーダ ジ ラオンピアオン
Olha a pisada de Lampião

ラオンピアオンの足跡を見る

エ エ エ トウン トウン トウン
É, é, é, tum tum tum

オリャ ピザーダ ジ ラオンピアオン
Olha a pisada de Lampião

ラオンピアオンの足跡を見て

エ エ エ トウン トウン トウン
É, é, é, tum tum tum

ラオンピアオン デセウ ア セーハ
Lampião deseou a serra

エ エ エ トウン トウン トウン
É, é, é, tum tum tum

アマニャ エ ジア サント
amanhá e dia santo



Oi sim sim sim Oi não não não

オイ スィン スィン スィン オイ ナオン ナオン ナオン
Oi sim sim sim Oi não não não

オイ スィン スィン スィン オイ ナオン ナオン ナオン
Oi sim sim sim Oi não não não

マス オーヂ テン アマニャオン ナオン
Mas hoje tem amanhã não
マス オーヂ テン アマニャオン ナオン
Mas hoje tem amanhã não

今日にはある 明日には無い

今日にはあるけど明日には無い

オイ スィン スィン スィン オイ ナオン ナオン ナオン
Oi sim sim sim Oi não não não

オリャ ピザーダ ジ ラオンピアオン
Olha a pisada de lampião
オリャ ピザーダ ジ ラオンピアオン
Olha a pisada de lampião

Quem vem lá sou eu

ケン ヴェン ラー ソウ エウ ケン ヴェン ラー ソウ エウ
Quem vem lá sou eu, quem vem lá sou eu
ビリンバウ バテウ、カポエイラ ソウ エウ
Berimbau Bateu, capoeira sou eu

あっちから来たのは俺だ
あっちから来たのは俺だ
ビリンバウを叩いて、カポエイラは俺だ

ケン ヴェン ラー ソウ エウ ケン ヴェン ラー ソウ エウ
Quem vem lá sou eu, quem vem lá sou eu
ビリンバウ バテウ、カポエイラ ソウ エウ
Berimbau Bateu, capoeira sou eu

エウ ヴェーニョ ジ ロンジ ヴェーニョ ダ バイーア
Eu venho de longe Venho da Bahia
ジョーゴ カポエイラ ジ ノイチ エ ジ ジーア
Jogo capoeira de noite e de dia

俺は遠くから来た
バイーアから来た。
昼も夜もCAPOEIRA をする

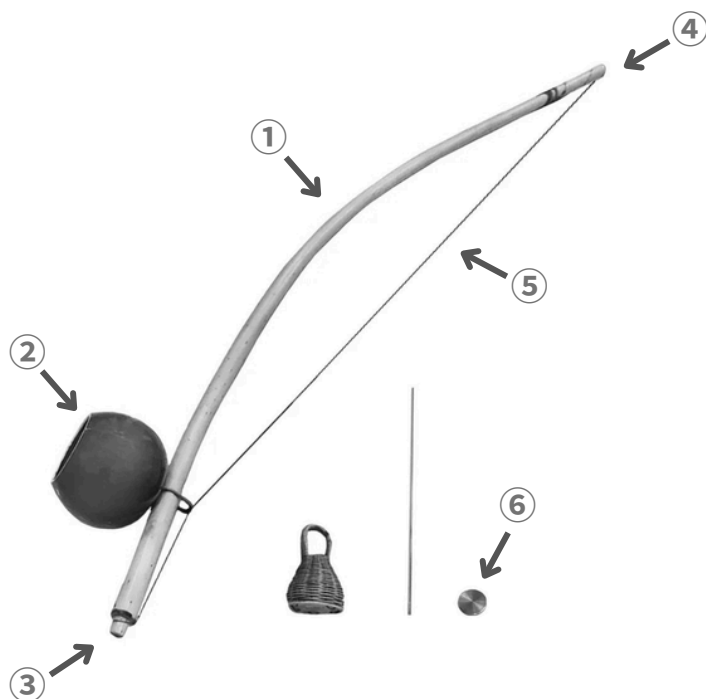
ケン ヴェン ラー ソウ エウ ケン ヴェン ラー ソウ エウ
Quem vem lá sou eu, quem vem lá sou eu
ビリンバウ バテウ、カポエイラ ソウ エウ
Berimbau Bateu, capoeira sou eu

エ ソウ エウ ソウ エウ
E sou eu, sou eu
ケン ベン ラー
Quem vem lá
ソウ エウ プレヴェヌート
Sou eu brevenuto
ケン ヴェン ラー
Quem vem lá
エ モンタード ア カヴァーロ
E montado a cavalo
ケン ヴェン ラー
Quem vem lá
エ フマンド シャルート
E fumando charuto
ケン ヴェン ラー
Quem vem lá

俺だよ、俺
あっちからくる奴は
俺はプレベヌートだよ
あっちからくる奴は
馬にまたがりながら
あっちからくる奴は
葉巻をすいながら
あっちからくる奴は

問題

ビリンバウの部位をすべてポルトガル語で教えてください。



①木

②ひょうたん

③木の一番下

④革

⑤はりがね

⑥コイン

オイ ドーナ アリス ナオン ミ ペーギ ナオン

Oi dona Alice não me pegue não

ナオン ミ ペーギ ナオン ミ ペーギ ナオン ミ ペーギ ナオン

Não me pegue, não me pegue não me pegue não

オイ ドーナ アリス ナオン ミ ペーギ ナオン

Oi dona Alice não me pegue não

Não me pegue não me agarre não me pegue não

Oi dona Alice não me pegue não

Não me pegue não me prenda que não gosta não

Oi dona Alice não me pegue não

アリスさん 私をつかまないで

つかまないで、私をつかまないで

つかまないで、私をつかまないで

つかまないでよ、縛られるのは好きじゃないんだ

※ジョーゴ中に掴まれたりしたり、掴んでいる人がいるとこの歌で伝えたりします。

Venha ver Angola

Venha ver Angola
Venha ver Angola

Venha ver 見に来る

Venha ver Angola
Venha ver Angola

Angola e Angola e

Venha ver Angola
Venha ver Angola

Ai para ver

Angola é para mim
Angola é pra você
Angola é pra todo mundo
Que tem amor para aprender

Angola do seu Traira
De Caiçara e Aberre
Angola de Canjiquinha
É angola de Mucungê

Minha Mãe chama Maria
e lavadeira de Maré
é no meio de santa Maria
minha mae me não sei quem é

Agora sim

アゴーラ スィン キ マタラン オ メウ ビゾウロ

Agora sim, que mataram o meu Besouro

デポイス ジ モールト ビゾリーニョ コルダオン ジ オウロ

Depois de morto, Besourinho cordão de ouro

たった今、彼はわたしのカブトムシを殺した。

死んだ後、ビゾリーニョは金の縄に。

アゴーラ スィン キ マタラン オ メウ ビゾウロ

Agora sim, que mataram o meu Besouro

デポイス ジ モールト ビゾリーニョ コルダオン ジ オウロ

Depois de morto, Besourinho cordão de ouro

ビゾリーニョ ビゾリーニョ

Besouro Besourinho

コルダオン ジ オウロ

Cordão de Ouro

ビゾリーニョ ビゾリーニョ

Besouro Besourinho

コルダオン ジ オウロ

Cordão de Ouro

●ゲトカポエイラについて

ゲトカポエイラ：GUETO CAPOEIRA

貧しい子供達にカポエイラを通じた教育指導を行うプロジェクトが元になっている。

→

Grupo Unido para Educação e Trabalhos de Orientação

→

ブラジルの 州 市に本部を持つグループ。



Me enterre na lapinha

クアンド エウ モヘー ミ エンテーヒ ナ ラピーニャ

Quando eu morrer Me enterre na lapinha

おれが死んだらラピーニャに埋めてくれ

Quando eu morrer Me enterre na lapinha

おれが死んだらラピーニャに埋めてくれ

カウサクローチ パリトー アルモーファデーニャ

Calaca culote palito almofadinha

カウサ・クローチ オシャレな背広も一緒に

Calaca culote palito almofadinha

アデウス バイーア ズン ズン ズン コルダオン ジ オウロ

Adeus Bahia , zum zum zum cordao de ouro

さようならバイーア 金の帯

エウ ヴォウ パルチ ポフケ マタラン オ セウ ビゾウロ

Eu vou partir porque mataram o seu besouro

おれは出ていく なぜならビゾウロが
殺されたから

Adeus Bahia , zum zum zum cordao de ouro

Eu vou partir porque mataram o seu besouro

エ ズン ズン ズン

E zuum zuum zum

エ ビゾウロ

E besouro

E zuum zuum zum

E besouro

●ビゾウロについて

ビゾウロはバイーア州サントアマーロ ダ プリフィカサオン出身のカポエリシタ。一度に何人もの相手や、警察と戦ったという武勇伝を数多く持つ。追い詰められた時にはビゾウロに変身して逃げたというエピソードが有名で、コルダオン ジ オウロとも呼ばれたりしていた。

Mestre について

Mestre Jean Pangolin

メストレ ジャン・パンゴリン



大学の先生で、ゲトカポエイラをつくった人。本を書いたり、最近には弁護士の資格を取るくらい勉強が大好き。学校教育・人間文化・目が見えない人への体育などを研究している先生です。

お肉が大好きで、野菜はジャガイモくらいしか食べられません。日本ではファミレスとビックカメラに行きたい気持ちが抑えられなくなります。

世界のメストレ達の中ではかなり若いメストレですが、古いメストレ達からも認知され、WSなどで世界を回っている。

Mestra Brisa

メストラ ブリーザ



メストレジャンのパートナー。3人の子ども達を子育てしながら世界各地でWSやオンラインでのトークイベント、レッスンを行っている。

栄養学・高校教育に詳しい先生で、大学の国際講師。メストレジャンに野菜を食べさせるためにがんばっています。

カポエイラの絵本も販売し、優しくエネルギーで歌がとても上手な先生です。

ポルトガル語の挨拶

メストラ、メストレにはポルトガル語で挨拶しましょう！

こんにちは = ボア タルヂ

こんばんは = ボア ノイチ

私の名前は = メウ ノーミ エ ○○

元気ですか = トウードウ ベン？

元気です = トウードウ

Mandei caiar meu sobrado

マンデイ カイアー メウ ソブラード

Mandei caiar meu sobrado

マンデイ マンデイ マンデイ

Mandei, mandei, mandei

マンデイ カイアー ジ アマレーロ

Mandei caiar de amarelo

カイエイ カイエイ カイエイ

Caiei, caiei, caiei