

奉神礼基礎講座 16 ポロキメンとアリルイヤ

Slide 1

第16回奉神礼基礎講座「ポロキメンとアリルイヤ」の第2回、今回は実技編として「使徒経の使い方」をとりあげます。これから誦経を始めようという方の参考になるように、聖使徒経の読み方、聖堂での実際の動きの例、司祭や聖歌とのやりとりを解説します。今日1回では終わらないと思うので、次回「歌い方」の工夫を考えます

Slide2

前回の講座でお話しましたが、ポロキメンは使徒経への、アリルイヤは福音経への、これから読まれる聖書の読みへの前ぶれ、ファンファーレ、歓びの知らせです。またポロキメンやアリルイヤで歌われる句の多くは聖詠（詩編）からとられており、旧約に預言されていたことがハリストスによって成就したことを表します。詳しくは前回のビデオをごらんください。QRコードはこちらです。

Slide 3

今日は実技編として、具体的に『使徒経』の使い方、調べ方を学びます。すでに誦経をやっておられる方には物足りないかもしれませんが、『使徒経』の仕組み、成り立ちなども交えながら解説していきます。

『使徒経』。正式には『聖使徒経』はこの赤い表紙の本です。新約聖書のうち、福音書と黙示録以外の箇所、使徒の活動記録、手紙を収録した本文 506 ページと、どこを読むか、ポロキメンやアリルイヤの句などの必要な情報を載せた付録 124 ページの二部構成になっています。

本文の目次

Slide 4

まず、本文の目次を見てみましょう。「聖使徒行実」から始まって、22のタイトルが並んでいます。正教会は一般のプロテスタントの聖書と呼び方が違うだけでなく、収録の順番も異なります。どちらも使徒の活動を記録した「使徒行実」「使徒行伝」「使徒言行録」で始まりますが、一般の聖書では、そのあとに聖使徒パウエル（パウロ）の手紙があって、そのあとにイヤコフ、ペトル、イオアン（ヨハネ）ユダの公書が来ますが、正教会の場合はイヤコフ、ペトル、イオアン、ユダの公書が先になっています。公書というのは、特定の教会宛ではなく、複数の教会で回し読みするように書かれた手紙で



す。

聖使徒パウエルの手紙のうち、「〇〇人に達する書」というのと「〇〇に達する書」とがあります。「人」がついているのは「ロマ (ローマ)」とか「コリンフ (コリント)」とか特定の教会に宛てて書かれたものです。それに対して「ティモフェイ」とか「ティト」などは人の名前です。前書後書は、二通あるうちの1通目、2通目です。

聖堂で読むときは、本文の前に「〇〇の読み」とこれから何を読むかを告げます。使徒経の場合、「聖使徒行実」は「聖使徒行実の読み」、複数の教会宛の公書の場合は、「何々の公書の読み」、聖使徒パウエルが特定の教会に宛てて書いたものは「聖使徒パウエルが何々人に達する書の読み」、たとえば「聖使徒パウエルがロマ人に達する書の読み」、個人宛のときは「誰それに達する前書の読み」たとえば「ティモフェイに達する前書の読み」などと言います。

### 付録の見方

Slide 5

本文の後に「付録」があります。付録はもともと別の本でした。誦経する人にとって、この付録がとても重要で、暦や行事別に7つの項目に分けて書かれています。

Slide 6、7

目次の7項目に、便宜的に番号を付けました。

付録は、その日の奉神礼で使う大きな祈祷書『三歌斎経』『八調経』『五旬経』『祭日経』などから、使徒経を読む、唱える役割の人に必要な情報、ポロキメンやアリルイヤを初めとする聖詠の句や聖歌のことばなど、必要な部分だけ取り出したもの、と考えることができます。だからもとの祈祷書別になっています。

福音経は輔祭以上、使徒経は輔祭あるいは信徒のなかから選ばれ、祝福を受けた誦経者が読みます。誦経者、読む人ですが、もともとは読む人ではなく、「詠う」人、ソロで歌う人でした。聖歌をリードして、聖詠の句を歌ったり、使徒経もただ普通に読むのではなく、フシを付けて読みました。ギリシアでは今でもこんなふうに使徒経を読みます。

<<オルミリア女子修道院、使徒経の読み、最後の部分>

ですから使徒経の付録は、ソロの歌い手でもある使徒経の読み手のために、ソロで歌うのに必要な聖詠の句や歌のことばを大きな祈祷書から抜粋した本といえます。



- 付録で1-7まで
- 1、年中のアンティフォーン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引  
(三歌経 II 三歌斎経十五旬経)
- 2、十二月間の聖暦  
(祭日経、月課経)
- 3、主日の聖体礼儀のポロキメン及びアリルイヤ共に八調 (八調経)
- 4、平日のポロキメン、アリルイヤ及び領聖詞 (八調経)
- 5、聖者に奉事する時のポロキメン、使徒、アリルイヤ及び領聖詞  
(月課経、総月課経)
- 6、諸の聖事の時のポロキメン、使徒及びアリルイヤ (聖事経)
- 7、毎日のアンティフォーン、ポロキメンで聖体礼儀のアンティフォーンを行う場合の句

Slide 8

さて、正教会の奉神礼は、2つの暦、サイクルに従っています。ひとつが復活祭を中心とした暦で、毎年復活祭の日が移動し、それに連なって日付が変わり、移動祭日とも呼ばれます。復活祭から始まり、五旬祭が終わり、八調でひとめぐりする八調のサイクルが30何週か続いて、大斎準備週が来て、大斎があって、受難週があって、また復活祭に至ります。この暦に関係する祈祷書が『五旬経(三歌花経)』、『八調経』、『三歌斎経』です。

1、年中のアンティフォン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引

### 正教会 二つの暦

1. 復活祭を中心とした暦(移動祭日)
  - a. 復活祭期 『三歌花経(五旬経)』  
(含: 復活祭、昇天祭、五旬祭、第1主日まで)
  - b. 通常期(五旬祭後第2主日から) 『八調経』
  - c. 大斎期(含: 準備週)と受難週(含: 聖枝祭) 『三歌斎経』
2. 固定祭日(〇月〇日と日付が決まっている)
3. その他

Slide9

教会にはもうひとつの暦、たとえば降誕祭とか変容祭のように〇月〇日と日付が決まっている祭日や聖人の記憶日があります。固定祭日と言われます。みなさん聖名日というのをご存じだと思いますが、聖人を記憶する日、聖人のお祭の日です。毎日あります。こちらは『祭日経』あるいは日本語にまだ訳されていませんが『月課経』ミネヤという祈祷書に出ています。

2、十二月間の聖暦

### 正教会 二つの暦

1. 復活祭を中心とした暦(毎年日付が変わる)
  - a. 復活祭期  
(含: 復活祭、昇天祭、五旬祭)
  - b. 通常期(五旬祭後第2主日から)
  - c. 大斎期と受難週(含: 聖枝祭)
2. 固定祭日(〇月〇日と日付が決まっている)
3. その他

Slide10

目次の7項目を簡単に説明します。

1番の「1、年中のアンティフォン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引」は復活祭から始まって復活祭に至る暦に関連する日に必要な情報が載っています。日曜日はここに含まれます。『五旬経』と『三歌斎経』がもとになっています。2番の「十二月間の聖暦」には何月何日と日付が決まっている祭や聖人の記憶に必要な情報が入っています。祭日経、それと日本では訳されていませんが、月課経という祈祷書が元になっています。

付録 1-1-2-4 頁

1、年中のアンティフォン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引 (三歌経 II 三歌斎経 十五旬経)

- 2、十二月間の聖暦 (祭日経、月課経)
- 3、主日の聖体礼儀のポロキメン及びア ril イヤ共に八調 (八調経)
- 4、平日のポロキメン、ア ril イヤ及び領聖詞 (八調経)
- 5、聖者に奉事する時のポロキメン、使徒、ア ril イヤ及び領聖詞 (月課経、月課経)
- 6、諸の聖事の時のポロキメン、使徒及びア ril イヤ (聖事経)
- 7、毎日のアンティフォン、ビザンティン式で聖体礼儀のアンティフォンを伴う場合の句

3番「主日の聖体礼儀のポロキメン及びア ril イヤ共に八調」は1番の復活祭を中心とした暦のうち、通常期、つまり8週間で一巡りする季節の日曜日に必要な情報が入っています。『八調経』がもとです。

4番の「平日のポロキメン、ア ril イヤ及び領聖詞」。ここには八調経に基づく日曜日以外の情報がはっています。

5番の「聖者に奉事する時のポロキメン、使徒、ア ril イヤ及び領聖詞」は2番の12月間の聖暦のうち、小さなお祭り、聖人の記憶日のお祈りに必要な情報が、聖人のタイプ別に、つまり、使徒の場合、致命者の場合、克肖者の場合などにわけて書かれています。

6 番は人生の折々に行われる機密や祈祷、儀式のため、たとえば、洗礼式、婚配式、埋葬式などが含まれます。

7 番は聖体礼儀のアンティフォンをビザンチン式で行うための句ですが、日本では主宰の祭日以外には行われないので、とりあえず気にしなくて大丈夫です。

〈復活祭を中心とする暦〉

さて、復活祭を中心とする暦、日曜日について見ていきましょう。

Slide11

復活祭を中心とする暦、それと毎週の日曜日、「第〇の主日」は付録の 1 ページ目、1 番「年中のアンティフォン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引」に書かれています。

実際の写真を見ながら説明しましょう。

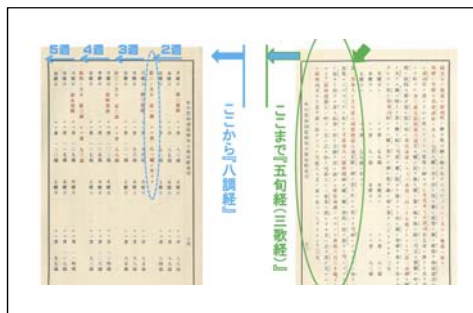
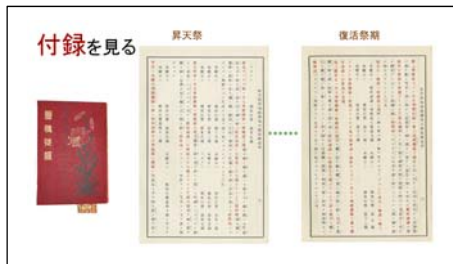
復活祭に関連する暦に関連する日は、付録の 1 ページ目から始まる「年中のアンティフォン及びポロキメン又周年毎日の使徒経の索引」というところから書かれています。パスハ、復活祭から始まっています。パスハの主日についてはアンティフォンとかイパコイとかいろいろ書かれています、この緑の円で囲ったところに、聖体礼儀のポロキメン、使徒経の読み、アリルイヤが書かれています。

Slide12、13、14

で復活祭からずっと繰り返っていきます。復活祭期の日曜日が 5 つ、昇天祭、諸聖神父の主日、聖神降臨祭、聖神降臨祭後の第 1 の主日、衆聖人の主日までは、同じように、ポロキメン、使徒経どこを読むかも、アリルイヤもひとつところに書かれています。緑の円で囲んだ部分です。

ところが、その次の週、第 2 主日からは、左側、水色で示したところで、そっけなく、読む箇所と第〇調だけ書かれています。たとえば第 2 の主日、であれば、「第 1 調」と調が書かれ、読むところは「ロマ書の 81 端のなかばより」とだけです。

じゃあ、ポロキメンやアリルイヤはどこにあるの？ということになります。





Slide15, 16

3 番の「主日の聖体礼儀のポロキメン及びアリルイヤ共に八調」を見ます。

みなさんご存じの通り、ここから先の週は週ごとに、1 調、2 調、3 調、4 調、5 調、6 調、7 調、8 調と廻って、また 1 調に戻るという 8 週間で一巡りの調のサイクルにはいりません。調はギリシア語でエコス、ロシア語でグラス、英語だとトーンと言います。8 つの調が繰り返されるので、8 種類のポロキメンとアリルイヤはまとめてこちらに書かれています。昔は紙が貴重でしたから、繰り返して書かないというのは正教会の祈祷書ではよくあることです。

復活祭から衆聖人の主日までは元になっている祈祷書が『三歌経、五旬経』だけれども、第 2 週以降は 8 週間で一巡りする『八調経』になります。この 8 調でぐるぐるまわるシーズンが終わって、再び『三歌斎経』を使う大斎準備週第 3 週になると、ポロキメンやアリルイヤも記載されています。

Slide17

だから通常期の日曜日の誦経の時は、まず、1 番の「年中のアンティフォン及びポロキメン」のところで、今日は第何の主日だから、どこを読むかをチェックして、次ぎに第何調かを見て、

Slide18

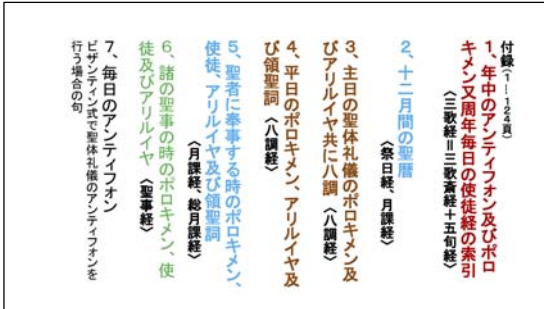
ここ 3 番の「主日の聖体礼儀のポロキメン及びアリルイヤともに八調」のところでポロキメンとアリルイヤのことばをチェックするという二段階になります。

なぜ日曜日だけ別に？、と思われるかもしれませんが、『八調経』はもともと日曜日のために作られました。平日の部分はあとから加えられました。ちなみに、聖書の読みも、日曜日が先に決められたそうです。だから、平日の読みは順番になのですが、日曜日は飛び飛びです。教会が意図的に日曜日の読みを選んだと考えられます。

具体的に、通常期の普通の日曜日の場合、明日、聖神降臨祭後第 10 の主日の場合を例にあげてお話ししましょう。

Slide19

日曜日は復活祭から始まる暦に属しますから、付録の 1 番「年中のアンティフォン及びポロキメンまた周年毎日の使徒経の索引」の項、1 ページからめくって行って、「第十の主日」までたどります。



日曜日は赤字になっています。第十の主日のところを見ると、「第1調、コリンフ書 131 端」と書かれています。この日が1調で、読むのがコリンフ書の 131 端だということがわかります。

「端」というのは耳慣れないことばですが、切れ端の端、ギリシア語でペリコーペ、英語でレクションと言います。教会は4-5世紀から暦に従って聖書を読む箇所を決めてきたとされます。昔は写本ですから、その日読まれる一枚、一枚、切れ端が「端」です。

Slide20

その切れ端を集めて本にしたのが『使徒経』であり、『福音経』です。『使徒経』も『福音経』も最初から一冊の本としてあったのではなく、教会で、奉神礼の中で読まれた端を集めて本になりました。

余談になりますが、ギリシアの『福音経』は、マトフェイ伝ではなく、イオアン伝1章からの編集になっているそうです。教会の奉神礼は復活祭を起点としているからです。だから復活祭で読まれるイオアン伝1章から始まっています。使徒経も復活祭で読まれる「使徒行実」から始まっています。

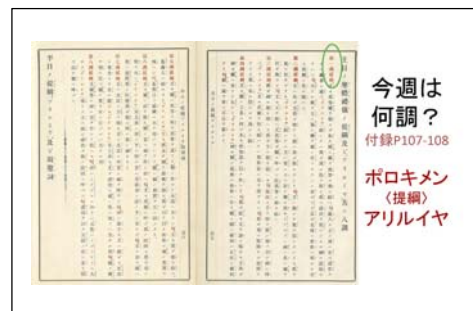
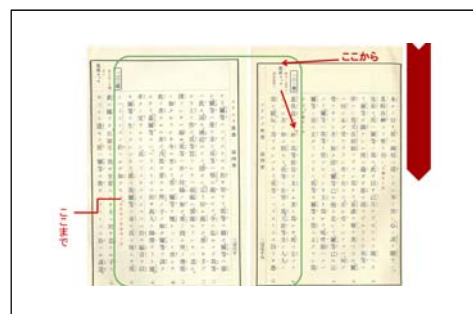
Slide21

話を第10主日に戻します。コリンフ書 131 端と書かれていますから、そこまで本文を繰ってゆきます。『使徒経』の場合は使徒行実から、通し番号になっていて、本文上の欄外に□で囲んで書かれています。131 端を見つけます。緑で囲みました。

教会宛の手紙ですから、読むときは「兄弟よ」(ハリストスにおける兄弟姉妹よ)と教会のメンバーに呼びかけることばを付けます。欄外に書かれています。そこから本文の赤字の★印に飛んで、「神は我等使徒を末なる者となして・・・」と続けて読んでいきます。そこから「主日の終」と書いてあるところまでがその日の読みです。第10主日の場合は使徒の祭日と共通なので「主日及び使徒等の終わり」と書いてある「ハリストスに於けるが如くせよ。」までです。読む場所がわかったら、そこに葉をはさみます。教会で使う葉は長めのリボンのようなものが多いですね。

Slide22

次にポロキメンとアリルイヤの句を確認します。第10主日は1調ですから、「主日の聖体礼儀のポロキメンおよびアリル



イヤ共に八調」の1調のところを見るとポロキメンとア Riluyayaが出ています。

Slide23

- 拡大すると、こうなります。
- ここにも葉を入れます。
- これで準備完了です。



**実際の流れ**

Slide24

次に実際の流れに従って、司祭、輔祭、聖歌隊とのやりとりを見てゆきましょう。輔祭がない場合は司祭が輔祭の部分も行います。細かいことは教会の事情によって異なることでもありますので、ひとつの例としてごらんください。

聖体礼儀が始まって、大連祷、アンティフォン、真福九端の終わりごろ、司祭、輔祭が福音書を持って聖所に出てきます。「来たれハリストスの前に伏し拝まん」が歌われ、王門をくぐって至聖所に入る「小聖入」と呼ばれる儀式、昔は聖堂に入る儀式でした。その後、その日のトロパリ、「聖なる神」が歌われます。「聖なる神」のあたりからスタンバイします。

Slide25

「聖なる神」のなかばあたりで、誦経者は使徒経の表紙を前方に向けて、頭上に掲げて、至聖所に入り司祭の祝福を受けます。司祭は宝座の右奥あたりにこちらを向いて立っています。

Slide26

誦経者は司祭の前に進み「君や、聖使徒経に祝福せよ」と言い、司祭は使徒経の上に手をのせますから、手に接吻します。

Slide27

宝座の向こう側をまわって、北門から出て、中央のアナロイの前に立ちます。至聖所への出入りは原則として右から入って左から出る、反時計回りです。至聖所でぶつからないようにするための交通整理です。

Slide28

誦経が女性の場合は至聖所に入れないので、アナロイの前に立って軽くお辞儀をして、祝福を受けます。

ポロキメンの出ているページ、通常期の日曜日だったら「主

**聖体礼儀**

- ・大連祷
- ・アンティフォン「我が霊よ」
- ・第3アンティフォン真福九端
- ・小聖入「来たれ」
- ・トロパリ
- ・聖なる神——このあたりから準備

**ポロキメンの前に**  
「聖なる神」の歌われている間に

・誦経者  
使徒経を掲げ、至聖所に入って司祭から祝福を受ける。

**ポロキメンの前に**  
「聖なる神」の歌われている間に

誦経者：君や、聖使徒経に祝福せよ。司祭「使徒経」に手を置く、手に接吻する。

**至聖所**  
「聖なる神」の歌われている間に

北門から出て、アナロイの前に立つ。ポロキメンのページを開く。

**至聖所**  
ポロキメンの前に  
「聖なる神」の歌われている間に

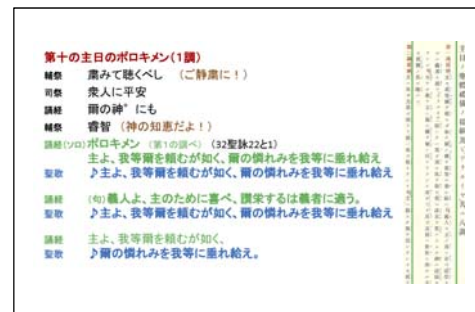
・誦経者(女性の場合)  
使徒経を掲げアナロイの前に立ち、軽く拝礼して司祭の祝福を受ける。

日の聖体礼儀のポロキメン及びア ril イヤ」のページを開いて「聖なる神」が終わるのを待ちます。

Slide29

ポロキメンの前にいくつかやりとりがあります。

前回お話ししましたが、古代教会では聖堂に入ってすぐに聖書の読みでした。騒がしいので、輔祭は「肅みて聴くべし」「ご静粛に」と声をかけます。司祭は集まったメンバーに挨拶。「衆人に平安」「みなさんに平安があるように」「爾の神にも」(あなたの霊にも)と返し、互いの平安を祈り合います。ユダヤ教時代から続く挨拶の形です。



それから「叡智」(神の知恵〜)と、あらためて、輔祭が声をかけ、誦経者は「ポロキメン〜」と告げ、第1句目「主よ、我等爾を頼むが如く、爾の憐れみを我等に垂れ給え」を唱えます。続いて聖歌隊あるいは会衆が同じ聖詠の句を歌います。すると誦経者は次の句「義人よ、主のために喜べ、讚美するは義者に適う」を唱え、聖歌隊/会衆は先ほどと同じ句「主よ、我等爾を頼むが如く、爾の憐れみを我等に垂れ給え」を歌います。次に誦経者は第1句めの前半部分「主よ、我等爾を頼むが如く、」を唱え、聖歌隊/会衆が後半部分を引き継いで「爾の憐れみを我等に垂れ給え」と締めくくります。ここまで聴いてみましょう。(録音)

同じ歌を2回と半分繰り返すのがポロキメンの基本パターンですが、前回お話しした大ポロキメンのように4回半繰り返すこともあるし、主日と祭日が重なった場合などは両方を歌う場合もあります。

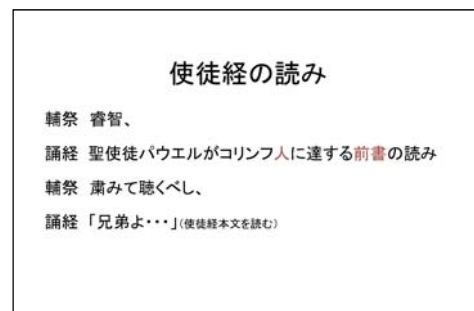
「ポロキメ〜」と告げた後に「第1の調べ〜」と1調であることを告げ、1調のメロディでソロで歌うこともできます。むしろそれが本式ですが、無理してやらないでください。聖堂の真真中で堂々と歌うのには度胸と訓練がいります。

この誦経者と聖歌の掛け合いがなめらかに、生き活きと進んでいく感じがあると、ファンファーレらしくなります。詳しくは次回お話しします。

Slide30

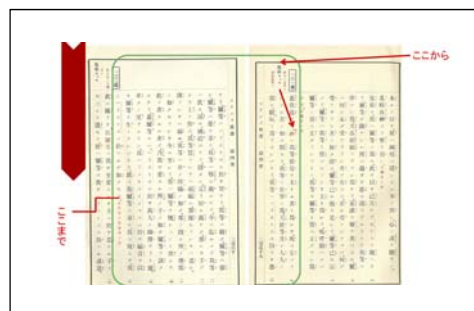
ポロキメンが終わると使徒経の読みです。葉を入れた箇所、指定された箇所を開きます。

再び輔祭が「叡智」(神の知恵〜)と呼びかけます。誦経者は「聖使徒パウエルがコリンフ人に達する前書の読み〜」と何が読まれるかを会衆知らせます。それから輔祭がもう一度「肅みて聴くべし」と唱え、誦経者は「兄弟よ〜」と教会のメンバーに向けて使徒経本文を読みます。



Slide31

欄外の「兄弟よ」から始めて、赤い★印の「神は」に飛びます。ずーっと読んでいって「終わり」と書いてあるところまでです。最後の一語はちょっと伸ばして、「ハリストスに於けるがごとくせーよ」あるいは「ハリストスに於けるが如くせーよ」のように、ちょっとフシをつけて、「終わるよ〜」と







で聞くことは重要と思います。

Slide37

今回は、聖体礼儀全体の流れから、ポロキメンやア ril イヤは「どういう役割だから」「どう歌えばよいか」「歌い方でどう変わるか」を実際に歌ってご紹介したいと思います。

これは以前大阪で作ったパンフレットで、聖体礼儀を旅にたとえて解説したものです。最初に、目的地「父と子と聖神の国」が告げられ、アンティフォンで行進し、聖入で神の国に入って、天使と共に「聖なる神を歌い、「神のことば」を神ご自身から聴きます。ここまでが第一部「ことばの礼儀」です。



Slide38

前回からいろいろお話してきましたが、ポロキメンとア ril イヤ、キーワードは「喜びの知らせ」だと思います。まさに「福音」という喜びを知らせます。

朝の鐘も「ブラゴヴェスチ」と言います。「喜びの知らせ」という意味です。修道院などで朝の鐘が最初ゆっくり、だんだん早く響いてくると、ワクワクしてきます。<鐘の音>

正教会の奉神礼は、繰り返し、繰り返し「喜び」を知らせます。聖体礼儀で喜びの源である神に出会い、交わります。「奉神礼は、神とともに、天使や聖人たちも一緒に「喜ぶ場所」です。私たちが「喜ぶ者」となる場所です。そして「喜びを知らせるために」この世に帰って行きます。

奉神礼の時、「喜び」を表し、分かち合うのに力を発揮するのが「掛け合い」のワザです。



Slide39

「掛け合い」については、オンラインの奉神礼基礎講座では昨年の10月と11月に連祷とアンティフォンを取り上げましたが、もう一度「掛け合いのワザ」の3としてポロキメンとア ril イヤをとりあげようと思います。以前の番組はこちらから見ることができます。



Slide40

今回は10月の15日になります。

