

諏訪の龍神さま年表

この絵本のお話が日本の歴史の中でどの時代のものか、その時代背景をイメージして楽しんでください。 ※赤字はお話に関わる出来事です。

時 代	（日本の様子）	（諏訪地方の様子）
旧石器	・日本列島で人類の活動が始まる	・諏訪産の黒曜石が広く運ばれ始める
縄 文	・土器と弓矢を発明、定住生活が広がる	・蛇の文様が際立つ土器・土偶が多数作られる
弥 生	・大和朝廷の領土が広がり始める	
古 墳	400 ・仏教伝（公式に仏教が伝わる）	信濃には神無月が無い 諏訪が舞台の民間伝承物語
飛 鳥	600 700 ・大化の改新・壬申の乱	・諏訪の神（須波神）が国史に初登場。天候不順のため持統天皇が使いを遣わしてまつた
奈 良	・律令国家が九州から南東北まで広がる ・古事記、日本書紀成立	・信濃の国を分けて諏訪の国が置かれる（721～731）
平 安	800 ・桓武天皇、信濃一国に真・申年の諏訪神社の式年造営を命じる。（御柱の最古の記述） ・天皇が全国の神様に「神階」を授ける ・歌集「山家集」に初めて御渡が歌われる	・上社神宮寺開山 このころ下社も成立？ ・上社・下社「正一位」の神階を賜る
鎌 倉	1200 ・元寇（蒙古襲来） ・諏訪の武士団が鎌倉幕府の中枢に入る ・執権北条氏が諏訪明神を信奉	・御射山祭で武芸を競った全国の武士が諏訪神社を各地に勧請する ・毎冬生き神大祝と神長官（最高神官）が3匹の大蛇とともに御室にこもる神事が行われる
室 町・戦国	1300 ・諏訪の武士団が中心となって鎌倉を一時奪還するも討たれ滅亡（中先代の乱） 蒙古襲来 「諏訪大明神画詞」より 元寇（蒙古襲来）の際に諏訪明神（龍神）が神風を吹かせたといわれる ・京都の諏訪円忠が「諏訪大明神絵詞」を著し諏訪信仰を復権、足利尊氏も信奉する ・甲賀三郎伝説を含む「神道集」が編まれる	・諏訪明神の御師が甲賀三郎伝説と鹿食免で諏訪信仰を全国に広める（仏教の時代でも鹿食免を頂くと肉食ができた） 「甲賀三郎 諏訪縁起」 神道集より 諸神社の起源や 本地仏を説いた中世の説話 ・1443 大祝『当社神幸記』の連続した御渡記録の始まり ・諏訪に侵攻・領有した武田信玄が諏訪明神を深く信奉、社殿や数々の祭を復活させる
江 戸	1600 泉小太郎・信府統記 1724 松本藩主により記録されたお話 ・松本藩主、泉小太郎伝説を含む「信府統記」を編ませる ・国学が盛んとなり古事記に基づき全国の神社が定義される	・1683 八劔神社により現在まで続く「御渡帳」の記録始まる。毎年幕府奉行所に報告 ・宮大工の立川流が興り、今に至るまで多くの寺社に龍神さまの彫刻が残される
明 治～	1800 ・大政奉還・祭政一致・神仏分離令。それまで一体だった神社とお寺を分け、国家神道を興す	・廃仏毀釈運動が高まり、鎌倉時代の上社五重塔はじめ仏教系の貴重な文化財が破壊される ・上社本地仏普賢菩薩像は仏法紹隆寺へ、下社本地仏千手観音像は照光寺へ移される ・御渡りの結果を幕府の代わりに気象庁・宮内庁に報告するようになる

龍神さまのルーツは？

この地球上に生まれた私たちの遠い祖先は、蛇を母なる大地のお使いとして、また死と再生を繰り返す生命力のシンボルとして、恐れながらも敬ってきました。歴史とともに想像力の中でその信仰は大きく羽ばたき、中国で今に見る龍神さまの姿になりました。天に昇っては雲をおこし雨を降らせ、海や大地にもぐっては龍穴を通じて地下水脈を自由に行き来する、大自然の威力そのものを象徴する存在です。

地図・年表監修 / 石埜 穂高（スワニミズム編集長）

～お参りの仕方～

神社参拝

1) 神社参拝の心がまえ

神社では、お参りしたつもりでいても「呼ばれた」と考えます。神様に呼ばれてそこにいるんですね。日々のけがれをはらい、清らかな心で参拝しましょう。また、本来は願いを叶えてもらう場所ではなく、幸せであることや日ごろの感謝を届ける場所です。あるいは、努力することに誓いを立て、成就のためのお力ぞえを願う場所です。神社の正面には鏡がありますが、これは、鏡に映った自分を見て、私利私欲や欲が強すぎないかを内省すること。「鏡（かがみ）の我（が）をとると神（かみ）となる」ということです。正しいご利益がえられるよう心がけましょう。

2) 手水舎（てみずや・ちょうずや）での禊（みそぎ）の仕方

心身のけがれを清めるためにまずは手と口を洗い清めます。

- ・右手でひしゃくを取ります。
- ・水盤の水をくみ上げ、左手にかけて洗います。

- ・ひしゃくを左手に持ちかえ右手を洗います。

- ・再びひしゃくを右手に持ちかえて左手のひらに水を受けて口をすすぎます
- ・左手にもう一度水をかけ、洗い流します。

- ・最後にひしゃくを立てて、柄を洗い流し、もとの場所にもどします。



3) 拝礼の作法

まず神前に進み、姿勢を正します。お賽銭を、投げるのではなく、静かに丁寧に入れます。

二礼二拍手一礼。

- ・背筋をのばし、腰を90度におり、二回深くおじぎをします。

- ・胸の高さで両手を合わせ、右指先を少し手前にずらし肩幅程度に両手を開き、二回打ち、指先を戻しそえます。

- ・最後に、両手をひざまで下げて、もういちど深々とお辞儀をして終了。えしゃくはなれたら少し下がり、再度軽く会釈を。



お寺（一般的なもの）

1. 仏教、お寺では、山門で一礼します。

左右に仁王像が安置されている場合は、両像に手を合わせるとよいでしょう。

2. 手水舎は同じです。

3. お布施（お賽銭）をていねいに入れ、鈴があれば3回鳴らします。両手を静かに合わせて祈願。

この時ご本尊に向けて「南無〇〇」とお経を唱えましょう。

手を合わせたまま、心を込めて深くおじぎします。

手をおろし、功德を積ませていただいた感謝をこめて、最後に一礼しましょう。

きがん