



303号
2025/5

日中文化交流市民サークル'わんりい'
町田市三輪緑山 2-18-19 寺西方
〒195-0055 ☎ : 044-986-4195
<http://wanli-san.com/>
Eメール:t_taizan@yahoo.co.jp



かまど番のおばさん : 「蜀の栈道」というツアーに参加して、「雲台山」という道教の寺院に行きました。寺院に付随したお休みどころが有りました。その建物の中の壁際にかまどが有り、大鍋でお湯を沸かしています。裏に回ると、薪をくべて仕事中的おばさんが居て、かまど番の「かまど奉行」。写真のような火口が4つ並んでいましたが、この時は1つだけに火が入っていました。
(2025年3月 四川省蒼溪县にて 佐々木健之)

中医薬膳の文化的意義

中医薬膳は、中華伝統文化の重要な一部で、単なる食事法にとどまらず、中医学の理論と食文化を融合させ、食材と薬材を組み合わせることで、身体の調和を図り、病気の予防や治療、そして心身の健康を目指します。古代から、中国では人間も自然に調和して生きている(「天人合一」)という基本理念があり、薬膳とは、人体が自然と調和するための方策を見つける努力から生まれた知恵と言えるでしょう。本稿では、中医薬膳の文化的意義について、簡単にみていきます。

1. 先秦時代

中医薬膳の核心的な思想は『薬食同源』という理論に基づいています。食物と薬物は本質的に区別がなく、両者は共に体の健康を調整するものです。

薬膳では、食物の寒熱温涼といった性質に注目し、食物の特性と体の気血、陰陽、五臓六腑の調和を取ることで、全体的な健康の調整を図ります。このように、調和とバランスを重視する思想が中医薬膳文化の中心と言えます。

2. 中医薬膳の養生智慧

中医薬膳の文化的意義の一つは、それがもたらす養生の知恵にあります。古人は「食療為本、薬療為輔」と言いましたが、これは食事による養生が最も基本的な方法であり、薬物療法は病気が発症したときの補助的な手段であると言っています。

季節や環境の変化に応じて、薬膳は食材を調整し、体が外的な変化に適応できるようにサポートします。例えば、寒い冬には陽気が不足しがちなので、温補作用のある食材(羊肉やクコの実など)を摂取して体を温め、エネルギーを補充します。一方、暑い夏には体が熱を持ちやすく、消化器官の負担も大きいため、清涼感のある

食材(緑豆や苦瓜、蓮子など)を摂取し、熱を冷ます効果を得ることができます。

中医薬膳のもう一つの特徴は、

体質に基づく調整です。中医では、個々の体質に合わせた食事法を提案します。それぞれの体質に最も適した食材や薬材を選び、個別に養生することが中医薬膳の特徴です。この個別化されたアプローチもまた、中医薬膳文化の知恵を示しています。

3. 中医薬膳の文化伝統と歴史的背景

中医薬膳の理論と実践は数千年前から形成され、へんじやく かだ そんしぼく扁鵲、華佗、孫思邈など今に名の知れた名医たちによって継承されてきました。

『本草綱目』は中医薬膳文化の中でも代表的な一冊であり、薬材とその効能について詳細に記録しているだけでなく、医学、薬理学、食療学を総合的に記載した百科事典として貴重なもので、世界的にその価値が認められています。中国では、薬膳は国民全般に普及し、人々の健康を守っているのです。

4. 中医薬膳と現代社会の結びつき

中医薬膳は、現代でも依然として重要な文化的意義を持っています。現代社会では、生活が忙しく、ストレスが多く、環境の汚染が深刻化しているため、多くの慢性病や健康問題が生じています。そのため、薬膳は再び注目され、予防と健康管理の手段として広く利用されています。

現代医学でも薬膳の食材や薬材の効果について研究が進み、徐々に科学的な裏付けが得られています。薬膳の現代的な発展が見込まれます。

5. 中医薬膳の社会的・文化的影響

中医薬膳が世界中で広まり、異文化の交流が進んでいます。多くの国々で中医薬膳を学ぶ人々が増え、世界中の健康食として薬膳が認知されています。また、薬膳を提供するレストランや健康食材店が世界中で開店し、中医薬膳文化が普及しています。このように、薬膳文化は世界的に注目され、健康維持の方法として重要な役割を果たしています。

結論

中医薬膳は、古代の知恵を現代に生かし、世界中の人々に健康管理の新たな方法を提供しています。今後も中医薬膳は、さらに多くの人々の健康と生活に貢献し、世界の文化遺産の一部としてその重要性を増していくことでしょう。



李珍時の本草綱目(日本薬科大学所蔵)

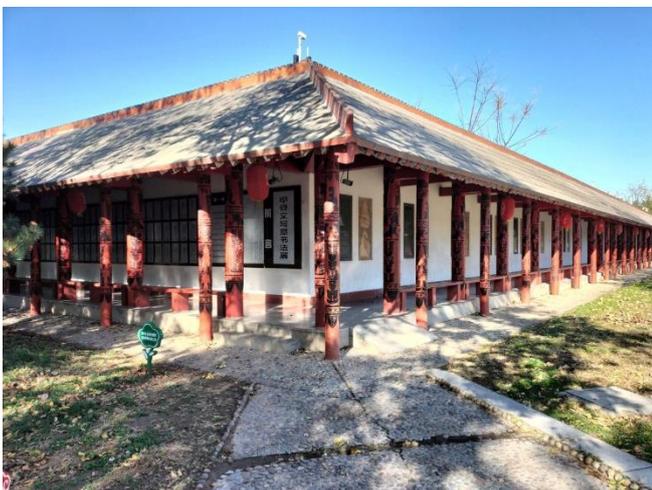
鄭州・安陽の一人旅(つづき3)

文と写真=村上直樹

昨年(2024年)11月26日の午前中、私は河南省安陽市の「殷墟宮殿宗廟遺跡」を見学していた。地下にある「婦好墓」跡から地上に戻り、快晴の下しばらく行くと東西・南北に直角に曲がった回廊(「甲骨碑廊」)に着いた(下の写真)。まず、東西方向には「甲骨文写意書法展」と題して、人体、衣食住関連；天文、地理、動物など自然関連；生産、祭祀、軍事など社会活動関連といった分類別に、個々の甲骨文字についてその字形の由来を紹介している。元となった資料は牛元英『甲骨文写意書法集』である。

一方、南北には代表的な甲骨片(甲骨文字が刻まれた亀の甲羅や牛の肩甲骨など)100余片を選んで、その拓本、摹写(模写)、現代中国語訳と解説、英文による解説の4つを1組としたパネルが並べられている。たとえば、そのうちの1つに「𠄎(樹)」に対応する甲骨文字が含まれた拓本がある。それはたった3文字しか刻まれていない欠片かけらであるが、作物あるいは木の苗を植えることに関する占いであり、殷代人によるそうした行為の記録である。実際「𠄎」に当たる甲骨文字は手で木の苗を土の上に植える様子を示している。東西、南北いずれの方向の展示とも、観光客、小中学生などを対象に甲骨文に対して興味を持ってもらう目的と思われるが、同時に学術的な厳密さも重視していることが窺えた。

さらに歩くと「殷墟宮殿宗廟祭祀坑遺跡」に出た。これは屋外に点在する祭祀坑(祭祀を行ったことを



甲骨碑廊(2024年11月撮影)

示す穴)の発掘跡である。ただし、簡単な解説とともに地面に木枠で囲まれた場所が示されているだけである。私が前回、2008年3月に見学した時には、神に捧げるため犠牲となった人骨・獣骨の復元模型を透明な板の上から覗くことができた(この点は当時自分で撮った写真で確認した)。復元模型は殷墟博物館(新館)等の施設に移されたのであろうか。

建物としては、かやぶき屋根風の「甲骨窑穴展厅」があった。一見、素朴な竹たたずまいであるが、中に展示されているのは殷墟の発掘全体にとって最も重要な発見の1つと言える「YH127 窖穴」である。これは1936年6月12日に殷墟の第13次発掘において発見された穴倉である。中には1万点を超える大量の甲骨片が存在し、甲骨文字および殷代の歴史の研究にとって極めて貴重な資料を提供している。なお、分類記号YH127におけるYは「殷墟(Yinxu)」の、Hは地名「侯家莊(Houjiazhuang)」の頭文字からとられている。

展示物の解説を少し詳しく見ると、当時の国立中央研究院歴史語言研究所考古組安陽殷墟発掘団が小屯北部で発見し、その後の発掘により17,096片の甲骨片が発見された。うち、亀の甲羅はほぼ全ての17,088片を占め、残りは獣骨が8片である。その中には完全な形の亀の甲羅が300以上ある。この発掘の特徴としては、すべて殷朝中興の祖・武丁時代のものである；亀の甲羅がそのままではなく、靴底のような形状に加工されて用いられている；南方に生息する特大の亀の甲羅が含まれている；穴倉の形が整えられており、1万を超える甲骨片が集中して収められていることから、殷代人が意識的に甲骨片を貯蔵したものと思われる(次ページ写真)、などが挙げられている。刻されている甲骨文の内容は占いの記録であり、何に関して占ったかを知ることによって殷代における政治、軍事、経済、科学、文化などを明らかにできる。

この展示施設を出てしばらく行くと、一群の石碑が現れた。これは「甲骨文碑林」と呼ばれ、甲骨文の



復元された「YH127窖穴」(2024年11月撮影)



「司母戊鼎」のレプリカ(2024年11月撮影)

著名研究者、王宇信氏と楊昇南氏が精選した約 30 の甲骨片について、^{おもて}表面に甲骨文そのもの、裏面にその積文が彫られており、石碑の形が多様である点も芸術作品として楽しめた。そばには記念品の販売店があったので覗いてみる。さまざまな関連グッズの中から、私は本物の牛骨に甲骨文を刻した(半)模造品を買った(別に亀の甲羅製もあった)。お決まりの値切り交渉もしたが、まけない代わりに、(私の干支の)「鶏」に対応する甲骨文字が書かれたキーホルダーと、説詞解字辞書研究中心編『甲骨文 500 字』華語教学出版社、という小さな字典をつけてくれた。

昼食を済ませた後「殷墟宮殿宗廟遺跡」を出て、殷墟全体の中でもう一つの重要な見どころである「殷墟王陵遺跡」を目指す。移動には遺跡間の巡回バスを利用した。このバスは殷墟全体の共通入場券を持っていれば無料だが、私のように 60 歳以上で入場無料の場合は 5 元(約 100 円)かかる。1:00 発車。農村地域をかなりのスピードで走り、10 分ほどで到着した。とても歩いていける距離ではなさそうだ。戻りのバスは 1:45 発。

入口正面には、またしても「^{しぼぼてい}司母戊鼎」の巨大なレプリカがあった(上写真右)。ただし、「司母戊鼎」は実際この場所で発掘されており、他に^{あまた}数多あるレプリカとは聊^{いささ}か重みが違う。この「王陵遺跡」には、東西約 450 メートル、南北約 250 メートルの敷地に殷代後期の諸王の墓が集まっている。現在までに 13 の大規模な墓の他、少数の(臣下等を埋葬した)陪葬墓や 2,000 を超える祭祀坑が発掘されている。実際の墓の場所が示されている他、「墓葬展覽館」、「車馬坑陳列館」といったいくつかの施設があり、墓の様子、

埋蔵品などが復元展示されている。その 1 つが「M260 展庁」である。M260 (M は墓 Mu を指す) は 1984 年に全体が発掘された甲の形をした墓の遺跡であるが、1939 年にはすでにこの遺跡から「司母戊鼎」が発見されている。実物の大きさは、高さ 133 cm、横 111 cm、縦 78 cm である。敷地内には発掘作業中と思われる丘のような場所もあった。30 分ほどの見学時間でかなり駆け足になってしまい、案内板に書かれていた瞭望台(展望台)も省略せざるを得なかった。1 時間後の 2:45 発のバスにすればよかったかも、と今でも少々後悔している。巡回バスを「殷墟博物館(新館)」の入り口前で降り、その後は路線バスを乗り継いでホテルに戻った。

今回の旅の目的の一つは 2009 年 11 月 26 日の開館当時から報道等では知っていた「中国文字博物館」を実際に参観することであった。こちらには次の日(27 日)の午後に行ってみた。市内を南北に走る中華路と人民大道の交差点に位置するかなり広い敷地内に 3 つの大きな建物がある。中心は「宣文館」であり、「中国文字発展史」という全体的な展示のほか、とくに甲骨文字に焦点を当てた「一片甲骨惊天下」(一片の甲骨が天下を驚かす)という展示がある。その他ちょうどこの時期には「那些年的刻骨銘心—讓我说与你聽」(あのころの忘れられない記憶—私は語りあなたに聞かせたい)という特別展が 2024 年 11 月 1 日から 2025 年 2 月 14 日まで「安陽博物館」との共催で開かれていた。標題にある「刻骨」の部分は四字熟語の「刻骨銘心」に^く獸骨(あるいは亀の甲羅)に刻まれた文字(甲骨文字)をかけていると思われる。

(つづく)

遣唐使として唐に渡った空海が日本に戻って伝えた大乘仏教の一派の「密教」は、嵯峨天皇の信任を得て「真言宗」として広められた。

ウィキペディアによれば、唐を経由して日本に伝わった、この時期の密教は、その発達史から見れば「中期密教」とされる。新しく興ったヒンドゥー教に対抗できるように、インドにおいて密教理論の体系化が進んだ時期であった。中期密教では、釈尊が説法する形式をとる、それまでの大乘仏教経典と異なり、「大毘盧遮那仏(大日如来)」が説法する形をとる密教経典が編纂され、多様な仏尊を擁する密教の世界観を示す「曼荼羅」が誕生し、そこに示される形で、密教(仏教)における「仏尊」の階層化・体系化が行われた。にも拘らずヒンドゥー教の隆盛・拡大は止められず、それに対抗するため、シヴァを倒す降三世明王(シュンバ・ラージャ)やガネーシャを踏みつける大黒天(マハーカーラ)をはじめとする、仏道修行の保護と怨敵降伏を祈願する「憤怒尊」や「護法神(尊)」を誕生させたという。

一般的に「憤怒尊」とは「大威徳明王(ヤマーントカ)、不動明王(アチャラ)など五大明王」を始め、「愛染明王」、「馬頭明王」などの「10 憤怒尊(経典によって構成が異なる)」を意味する。一方の「護法神」には「梵天(ブラフマー)」や「帝釈天(インドラ)」、「四天王」、「金剛力士」や「十二神将」、さらには「阿修羅、風神雷神、摩利支天、吉祥天、弁財天」などが含まれている。

4月号の記事で採り上げたタンカに「大威徳明王」や、その下の位置に「帝釈天(?)」が描かれていても何の不思議も無かったのである。

■「西寺」の中の仏尊たち

天井や壁が金銀や極彩色で装飾された中であっても、大きな仏像が鎮座し、壁に仏画であるタンカが掛けられていた「中央寺院」には、筆者が慣れ親しんだ仏教的な雰囲気は漂っていたが、「西寺」の中はチベット仏教(密教)色が濃厚であった。

壁のタンカに頻りに登場するのが、「明王」の異形の程度を一段と濃くした、右上の写真のような「仏



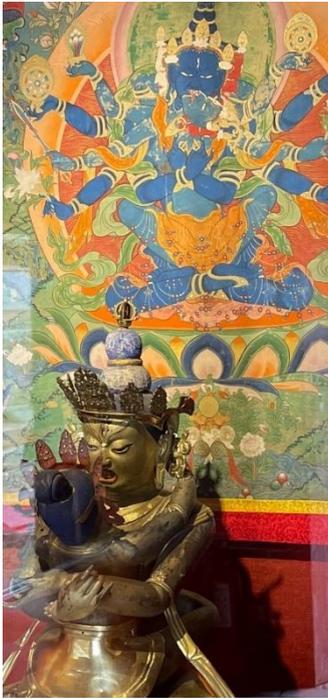
「明妃」を抱擁し異教の神を踏みつける「守護尊」

尊」であるが、タンカ上の位置を見ると、「憤怒尊」や「護法尊」より格が上の「守護尊」と見られる。

青黒い身体で四つの顔を持ち、頭には沢山の顔が飾られた冠を被り、額には第三の目、多数の人間の生首を長い首飾りのように首に掛け、十本の腕がそれぞれ槍や斧の戦闘用の武器、様々な仏具を持ち、そのうちの一本の腕は数人の人間の生首を纏めて掴んでいる。腰に巻き付けた虎の生皮から尻尾が下がっている。左右のそれぞれの足元には、異教徒か異教の神かが踏みつけられている。極めつけは赤茶色の肌をした「明妃」を抱擁していることであろう。

この姿を初めて見た場合は、“何と異形の神だろう”というより、“怪物のようだ”とショックを感じ、仏教ではない、邪教の崇拜対象ではないのかと感じても不思議は無い。これらが日本に入り込んで来なかったのは、中期密教では、未だ、それほど広まっていなかった「仏尊」だったからに違いない。

一見すると皆同じに見える、こうした「守護尊」たちも、身体の色、頭の飾り、装飾品、手に持っている物、ポーズの取り方、「明妃」の様子などを細かく見ると違いが見られ、複数の「守護尊」が存在すること



「ヤブユム」座像とタンカ

が理解される。残念ながら、それらの特徴から各自の名称を特定できるような知識の持ち合わせは無い。

■「ヤブユム(父母仏)」

チベット仏教の絵画や仏像の奇想天外さ、おどろおどろしさは、後期密教を受け入れ独自に発展させたチベットの人の逞しい想像力の産物と言われる。

金色に輝く「ヤブユム(父母仏)」がガラスの向こうに鎮座していた。

さほど大きくはないので、凄みよりも可愛らしささえ感じてしまう座像である。その後ろの壁には天井から床までの巨大なタンカが掛けられ、そこには3体の多面多臂の「守護尊」が、これも多面多臂の「明妃」とそれぞれ「ヤブユム」の形で、座像の後ろにバックダンサーのように控えている。

「『ヤブユム』とはインド、ブータン、ネパール、チベットの仏教美術においてよく見られる、男性尊格が配偶者と性的に結合した状態を描いたシンボルである。男性尊格が蓮華座にて座し、伴侶がその腿に腰かける座位の構図が一般的である。この交合の表現をもって空性の智慧(女性原理、自利)と慈悲の方便(男性原理、利他)との一致を体現した仏陀の境地＝大楽を表している」(ウィキペディア)。

筆者が「ヤブユム」の実物を見たのは、九州国立博物館の特別展が初めてだったと思うが、等身大より大きい金銅製の「守護尊」立像で、意外な造形とその大きさ、圧倒的な迫力に驚かされた。

その後、何度かの博物館展示を観たが、殆どが立像だった。昨年、カトマンドゥの旧王宮で黄金(?)製の小さな「ヤブユム」たちを観る機会があったが、それらも、やはり立像だった。

チベット仏教(後期密教)がともすれば、神秘的で淫靡なイメージを持たれるのは、「守護尊」と「ヤブユム」の所為だと思われるが、「ヤブユム」は後期密教の教義を象徴的に表現したものであり、信仰を成



「東寺」須弥壇の中央仏像と向かって右側の像

就するための修行法を示すものではないのである。

■「東寺」の仏像たち

「西寺」を出て、中央寺院の前を横切って「東寺」に進んだ。午後4時を回っても相変わらず曇り空だが、明るさが残り、雨の心配は無さそうだ。

「東寺」の中も極彩色の世界だが、少しスッキリした感じである。正面の須弥壇に安置されていたのは、大きめのオーソドックスな3体の仏像だった。頭飾りや顔は眩い金色である。右側の像は僧侶の頭巾(金色)を被っているので尊師の像と思われる。

いずれも結跏趺坐の姿勢の筈だが、身体前面は法衣や膝掛けのような布で覆われて隠れている。

驚くべきは金属製の「光背」とも言うべき、仏像をすっぽり取り囲む装飾物の重厚さ、模様の複雑さ、緻密さである。宝石も嵌め込まれ、仏像の周囲の空間はありとあらゆる意匠の細工物で溢れている。

須弥壇横の左右の壁も、「仏尊」や「尊師」の図柄で埋め尽くされている。手前に立っている2本の紫色の柱には図案化された雲や波が描かれ、空に昇って行く竜が螺鈿を施されて巻き付いている。中央の仏像の足元のガラスケース内には「法螺貝」「金剛鈴」「輪宝」など、密教の法具が陳列されている。

ふと、左側の仏像を見ると、掛けられた派手な布に紛れて目立たなかったが、合掌した両手が胸元から覗いている。じゃあ、衣から左右に突き出されている腕は?..4本の手を持つ仏像だったのか。(つづく)

●資料:

- ・佐藤 健「マンダラ探検 チベット仏教踏査」、人文書院、1981。
- ・「チャクラサンヴァラ父母仏立像」文化遺産オンライン <https://bunka.nii.ac.jp/heritages/detail/451131>

昆明湖のお話

訳：一瀬靖子／大槻一枝

頤和園の万寿山はその昔、甕山と呼ばれ昆明湖は甕山泊と呼ばれていた。このありふれたごく普通の山や湖が、どうして有名な皇室の森林庭園になったのだろうか？伝えるところによれば、遼・金の時代、甕山は樹木の少ないはげ山で、山頂にただ一つ小さな寺があり、寺にはただ一人、年齢不詳の年長いた住職が住んでいた。



昆明湖と万寿山(ウイキペディアより)

蒙古が力を得、成吉思汗チンギスハンが兵を率いて北京に攻め入り、海淀一带に駐屯していた。ある日、成吉思汗は文武両将を引き連れて西山に狩りに出かけた。新たに召し抱えられた敵將耶律楚材ヤリツンザイは一目見るなり甕山が気に入り、成吉思汗に人馬を甕山の麓に駐屯するように願い出て、その後山頂の寺を訪ねた。しかし、寺の住職はただ合掌して傍らにじっと立っているのみ。成吉思汗が彼に年を尋ねても、答えは「私は耳が聞こえませぬ」。この山は何という山かと問うても、答はやはり「耳が聞こえぬ」。いくつか問答を交わすうちに、成吉思汗は癩癩を起し、腰の剣を抜いて和尚を斬ろうとした。傍らの耶律楚材が慌ててこれをなだめ、この僧を侮ってはなりませんと目配せを送り、こっそりと人を遣って、甕山の周囲に水も漏らさぬ警戒体制を敷いた。こうして君臣一同は小さい寺からほど近い所に、牛皮のテントを張って駐屯した。夜中、成吉思汗と耶律楚材がまだ四方山話にふけていると、突然一人の将校がテントに入ってきた。「申し上げます。寺の住職は、この時刻になっても未だ寢床に入っていない。手に小さい甕を抱え、涙を滂沱と流しながら念仏を唱えています。どうしたことでしょう」と跪いて奏上した。耶律楚材はこれを聞いて笑みを浮かべ、命じた。「よく報告してくれた。しかし、彼を驚かしてはならない。新たな動きがあればすぐ報告せよ」。

将校が出て行き、君臣二人が横になると間もなく、山が崩れ地が裂けるような轟音が鳴り響いた。目の前は金色の星が乱舞するような光景になって、テントの外も大騒ぎになった。和尚の監視をしていた将校は成吉思

汗のテントに駆け込み、顔色を変え、噴き出す汗を拭いながら、ようやく落ち着きを取り戻して報告した。「五更の時分、住職はよろめきながら寺の門を出ました。彼の胸には石の甕がしっかりと抱きかかえられていて、数人の兵が彼の行く手を阻みま

したが、和尚の力は意外に強く、数十人掛かっても彼を阻止することができませんでした。住職は二、三步で崖を駆け下り、一気に飛び降りると人も甕も共に飛び散りました。轟音が響きましたが、何の跡形も残らず、山の麓には泉が湧き出しました」。

成吉思汗と耶律楚材が駆け付けた時には報告通り、大地は滔々とした大海原になり、波しぶきに洗われていた。成吉思汗は喜び、此処に宮殿を建てるように命じ、湖は甕山泊と称されるようになった。

耶律楚材は石の甕こそが宝で、寺の住職は現世に下った財神だと知っていた。北京に兵を進めたばかりの成吉思汗の国庫はきつと空だろうと推察し、石の甕を住職の手から奪って献上し、功労を立てようとしていた。しかし、住職はその手に乗らなかった。一步手前で宝を甕山に放り投げ、その宝は滔々と流れる清流と化した。のちに耶律楚材は病を得、次第に重篤となり、後継者太宗オゴダイの萬闕台に願い出た「皇帝様にお願ひがあります。私が死んだら甕山泊の傍らに埋葬してください。一つにはあの美しい景色が好きなこと、二つには湖に沈んだ宝物は必ず監視が必要だということです。私は死んだ後にも皇帝のために功をたてたいのです」。萬闕台は耶律楚材の願ひを聞き入れ、彼を甕山泊の傍らに埋葬した。

後の時代、清の乾隆帝は甕山泊を「昆明湖」と命名し、耶律楚材の墓を現在の知春亭という小さな庭に移した。庭に立つ石碑は乾隆帝が自ら建てたものである。

(整理：鐘 哲卿)

編集注：史実では、「乾隆帝が二つの湖を新たに掘削し、三つの湖を合わせ「昆明湖」と命名した。掘削で発生した土砂により甕山を拡大し『万寿山』と改称した」。

私の心に残る旅⑦ – 内モンゴルへの旅(その3)

樊 婷婷 (fán tíng tíng)

8月19日(5日目)

朝9時半、ホテルを出て王昭君のお墓にお参りしました。王昭君は中国古代四大美女の一人で、前漢時代、絵師に賄賂を贈らなかつたため醜女に描かれて、元帝がこの器量なら匈奴に嫁がせてもよかろうと匈奴の王と結婚させました。嫁ぐ時、挨拶に来た王昭君を見た帝は、彼女のあまりの美しさに驚きましたが、今更どうすることもできず、悔やみ続けたという言葉伝えがあります。夫の死後は本妻の子と再婚するという匈奴の習慣に従い、王昭君は異郷の地で生涯を終えました。現在は漢と匈奴の民族友好の象徴とされています。私は彼女の美貌だけでなく、彼女の度胸にも感心しました。

王昭君のお墓を後にして私たちは市内にある明代に完成した大召寺に向かいました。ここは銀の仏像を安置しているので銀仏寺とも呼ばれています。清代に増改築をしましたが、大殿は手つかず明代建築の美しさを伝えていて、銀の仏像も当時のまま残されています。

12時半にフフホト市内から出発して、今回の旅行のハイライトである大草原に向かいバスを走らせました。バスは、果てしない道をひた走りに走って、16時50分にやっと草原に入りました。海拔約1100mの所で、壮大な草原が見渡す限り広がっていて、丸い地平線を感じました。爽やかな風、新鮮な草の香り、無心に草を食んでいる羊の白い群れ、所々に咲いている小さな可れんな花、その先にあるのは果てしない地平線…。

急にバスの中で歓声があがりました。目の前に湖を発見！これはおそらく草原のオアシスでしょう。現地ガイドの話によりますと、この草原には昔99個の湖がありました。今は15個しか残っていないそうです。

17時半頃、宿泊地に到着しました。モンゴル族の皆さんはバスの入り口で、私たちが車から降りるのを待ちながら、歌ったり、お酒を差し出したりして歓迎してくれました。その後、彼らはまたブーツを履いて馬術やモンゴル相撲を披露してくれて、ひやひや、はらはらしながら見物しましたが、とても興味深い体験でした。



王昭君墓陵(chinaviki.comより)

19時から夕飯です。モンゴル料理で、メインは羊肉です。特別なスパイスを使用しているので、羊肉の匂いはあまり感じず、とても美味しかったです。モンゴルの習慣では、貴賓を迎える時の高級料理として子羊丸焼きを出しますが、子羊の丸焼きが運ばれた時、周りから拍手が起り、テープカットが行われました。しかし、目が半開きになった丸焼き子羊の姿は未だに忘れられません。羊に生まれなくてよかったとはその時の感想です。

夜8時頃、周りが真っ暗になって、焚き火パーティーが開かれました。モンゴル族の若い男女が色鮮やかで綺麗な民族衣装を身につけ、歌いながら陽気に踊り、とても賑やかでした。その後、歌手が会場の真ん中で歌い、旅行客はその周りで自然にリズムに乗って踊りだして、会場全体が盛り上がり、まるで歌とダンスの海になったようです。私も皆さんと一緒にワルツやブルースなど休まずに踊り続けました。10時頃になると、音楽は一気にディスコに変わりました。民族衣装を着てディスコを踊っている人を見て、ちょっと違和感を覚えたのですが、とても楽しかったです。焚き火パーティーは11時に終わりました。

大草原の夜は素敵で、満天の星が輝いているとずっと昔から聞いて憧れていたもので、パーティーが終わった後、すぐ皆さんと一緒に野外で星を見ましたが、残念ながら空が曇っているので、いくら数えても星は12、3個しか見えませんでした。

諦めて泊まるパオに入りました。パオとは騎馬民族の住むテントで、移動し易いよう、折りたたみになっていますが、私たちが泊まったのは観光用のコンクリート製で固定式のパオです。中はホテルのコテ

ージのようで、シャワーと水洗トイレが付き、2人1部屋でした。

草原の夜は寒く、8月なのに、気温は5、6度に下がりました。暖房がなく、出るお湯も冷たくて、結局、顔だけ洗って、洋服を着たまま布団に入りました。布団の中も冷めたくて、身体を伸ばせません。簡易カイロを持ってくれば良かったと思いながら、身体を縮めて4時間ぐらい寝ました。

8月20日（6日目）

今まで山の御来光や海での日の出を見たことはありますが、草原での日の出を見たことがなかったので、朝4時頃起きて、4時半に日の出を見に出かけました。当日の日の出の時間は5時10分だそうで、私たちは寒い風の中であちこちと、いい場所を探しながら空を見ていましたが、1時間経っても赤い太陽は見られず、見えたのは赤い層雲だけでした。曇りの日の夜明けだったのです！

仕方なく、またパオ（テント）に戻って暫く寝ました。早朝のパオは昨晚よりも寒く感じて、持っている全ての洋服を着て布団に入りました。

朝ご飯は7時から、チーズと羊乳のお茶です。日本のミルクティに似た味です。食堂は静かで、昨夜の焚き火パーティーと同じメンバーとは思えないほど静かでした。多分皆さん、寒さで寝不足なのでしょう。

8時から騎馬タイムで、皆さんはそれぞれ馬に乗って思う存分草原を走り回りました。もちろん私たちは騎馬技術がないので、現地の人と一緒に乗ってくれました。私が乗った馬は母馬で、後ろに生後3ヵ月の子馬がついているので、草原を走るといふより草原を歩いているようでしたが、とても可愛い子馬で、身体が細くて、目がぱっちりしています。母馬は歩きながら時々振り向いてわが子の様子を見ます。動物にも人間と同じような親子の絆の深さを感じました。

どこまでも続く大草原の中を馬の足の向くままに、ひたすら歩き続けています。見渡す限り青い空、そよ風と共に漂っている白い雲、深緑の芝生に咲いている名も知らない色とりどりの可れんな花、そして、爽やかな空気と草の新鮮な香り、私は大自然の美しさ、素晴らしさに陶醉し、生まれて本当によかった

と思い、日頃、些細なことにストレスを溜めたり悩んだりしている自分のことを本当にばかばかしく思い、自分を笑いたくなるような気持ちになりました。

11時頃、桃源郷のような草原を出て、フフホト市内へ向かいました。草原を出た途端に土砂降りになりました。バスに乗った皆さんは自分たちの日頃の行いがいいからだと認め合いました。

しかし、フフホト市内に戻っている途中、道路が非常に込んでいて、車は全然動きません。そのまま待つとしたら、18時発の上海行きの飛行機に間に合いそうにもありません！ 現地ガイドも運転手も大慌てです。運転手の機転で、バスは急に隣のまだ開通していない竣工したばかりの高速道路に向かいました。高速道路の入り口でガイドと運転手はバスから降りて高速道路の係員に事情を説明しました。私たちはバスの中でははらしながら交渉の結果を待っていましたが、OKです！ 高速道路を走ることが許可されました。皆さんは喜んで、持っているタバコやお菓子を係員に渡し感謝の気持ちを表しました。これは

日本では考えられないことでしょう。

15時に無事フフホト市内に到着しました。空港の近くのレストランでの遅めの昼ご飯は美味しい羊肉のしゃぶしゃぶでした。お腹が空いたせいなのか、今まで食べたしゃぶしゃぶの中で最高の味でした。食後、時間を潰すためにお土

産屋をぶらぶらして、皆さんは現地の特産品であるカシミヤのセーターやマフラーを買っていました。私も安いと思ってセーターを一枚買いましたが、円換算して見ると意外に高かったです。

18時10分発の飛行機に乗って20時35分に無事に上海空港に着きました。翌日、帰国の飛行機出発が早いので、泊まるホテルで夕飯を食べて、それぞれすぐ部屋に戻って、荷造りに取りかかりました。

翌日、旅の7日目（8月21日）の朝、10時発の日本行き飛行機に乗りました。

さらば、雄大な黄土高原！さらば、見渡す限りの大草原！草原での満天の星と日の出は見られませんが、西夏王国の歴史、広大な草原、陽気なモンゴル族の皆さん……、この旅は私の忘れられない思い出です。いつかまた大草原に会いに行きます！



乗馬体験(内モンゴル自治区政府サイト)

〈なぜ、松江が気に入ったのか〉

どうしてハーンは不便な田舎をあえて選び、好きになったのだろうか。曾孫の小泉凡さんは、以下のよう

※-※-※-※-※-※-※-※

ハーンは、日本全部が好きという訳ではありません。松江は当時、都市文明からかけ離れたような町でしたが、ハーンが『神々の首都』と命名したように、神道のメッカであり、民間信仰が沢山残っていて、出雲神話などというものも伝承されています。出雲では、旧暦の10月を日本国中の八百万の神々が集うので、『神在月(かみありづき)』と呼びますが、他の土地では神様が出雲に出かけて留守になるので『神無月(かんなづき)』と言います。そういう場所であった点が気に入ったのだと思います。ハーンが生まれたギリシャのラフカダと言う町と、宍道湖のある松江の風景が大変類似している点も、ハーンが松江を愛した理由だろうと思います。英語教師として松江に赴任した当時40歳のハーンの身の回りの世話をするため、没落士族の娘で、当時22歳の小泉セツが、1891年2月初旬から住み込み女中として働くようになりました。外国人が珍しい時代、世間からの偏見を受けることも覚悟の上でした。セツは、幼い頃からおとぎ話や幽霊話、昔話が好きな女性でした。二人とも怪談話が好きだったのです。

ここでハーンは、人生最大の出来事を経験しています。そう、結婚です。小泉セツと結婚し、3男1女に恵まれました。45歳にして初めて家庭の暖かさを味わえたと言えるのではないのでしょうか。こうして、イギリス人から日本人に帰化した八雲は、日本人以上に日本人的でしたが、日本語の能力は、最後まで小学校低学年並みだったと言われています。しかし、ハーンは日本人を精神構造、社会、政治、宗教などの側面から考察した『心』、『神国日本』という著作を残し、民間説話に取材した創作集『怪談』など文学性の高い作品を英文で書き綴りました。

来日当初は、先ず言葉と衣食住の問題があり、いく

ら経っても日本語が上手にならず、半ば諦めました。日本食を食べ過ぎてお腹を壊したり、近くの一畑薬師というお寺に行って、精進料理を出されたが、何も食べられる物がなくて、他のお店から卵を9つ買って来て、それを炒め



小泉八雲とセツ(ウイキペディアより)

てお昼ご飯代わりにするとか、着物を着たいけれどもなかなか慣れず、そのうち何とか着物は着たけれど、今度はどうしても下駄が履けず、靴を履いていたり、旅館の女中に頼んで、布団を10枚ぐらい重ねてベッドにして、漸く寝ることが出来たりと、生活面ではいろいろ苦勞をしているのです。

※-※-※-※-※-※-※-※

〈東大・早大で教鞭〉

ハーンは1891年11月から第五高等中学校(現熊本大学)の英語教師となり、1894年にはジャパニクロニクル社に就職して神戸に転居した。

ハーンは1896年9月に46歳で東京帝国大学から英文学科講師として招聘された(当時は、入学は4月ではなく、今の中国や欧米などと同じ9月となっていた)。英語と英文学を担当して年俸は4800円で、東大総長の3500円より高かった。

ハーンは易しい英語を使って独特の調子で講義をした。授業開始の第一声に、右手を挙げて“Gentlemen!”と呼び掛けた。悠然と、且つ朗々と英語の詩を読み上げて、“This poem is so wonderful!”と言って、学生達が意味を理解しなくとも、納得させるような心意気を持ったしゃべり方だった。学生達を心酔させるカリスマ性を持っていたようで、好奇心旺盛な学生たちが、ハーンの講義を聞こうとして大勢集まって来た。東大は、6年半後の1903年3月

にハーンを解雇した。

日露戦争が勃発して1か月後の1904年3月、今度は早稲田大学がハーンを招聘した。週六時間で、年俸2000円という待遇だった。大隈重信や高田早苗、坪内逍遙らとも互いに家を訪問し合うほど親しくなったが、一学期が終わり、夏休みが終わり、新しい学期が始まってわずか2週間後、1904年(明治37年)9月26日、ハーンは狭心症で54歳の生涯を閉じた。

亡くなる1週間前、心臓の痛みを覚えたハーンは、『この痛みも、もう大きい、参りますならば、多分わたし死にましよう。そのあとで、わたし死にますとも、泣く、決していけません』と、静かにセツに語ったという。

〈ハーンの後任となった夏目漱石〉

八雲の眠る都立雑司ヶ谷霊園には、夏目漱石を始め、泉鏡花、竹久夢二、永井荷風、金田一京助、ジョン万次郎、サトウハチローなどの錚々たる著名人も眠っている。

熊本第五高等学校と東京帝国大学と、2度に亘って、ハーンの後任になったのが、夏目漱石(金之助)[1867~1916 享年49]である。

漱石は英語がずば抜けて良く出来、東京帝国大学英文科を1893年に卒業し、1900年5月に文部省から最初の海外留学生として白羽の矢が立ち、イギリス留学を命じられた。漱石の乗ったドイツ客船プロイセン号は、1900年9月8日に横浜港から出港し、1ヶ月半かかかって漸くロンドンに着いた。

ロンドンでは物価高のため官給の学費では充分とは言えず、貧窮に悩まされた。漱石のしゃべった英語はうまく通じず、下宿先を転々と変わり、黄色人種だとしてイギリス紳士の間で冷ややかな対応を受けたりして孤独感を味わったので、漱石は軽い鬱状態となった。

1901年2月2日に行われたヴィクトリア女王の御大葬にも遭遇し、下宿の主人ハロルド・ブレッドと一緒に朝早く地下鉄に乗って出掛け、もの凄い人波の為、小柄な漱石はブレッドに肩車してもらい、やっと見物出来た。

漱石は、こう書いている“倫敦に住み暮らしたる二年は尤(もっと)も不愉快の二年なり。余は英国紳士の間であって、狼群に伍する一匹のむく犬の如く、哀れなる生活を営みたり”。

1902年12月5日、テムズ河口にあった埠頭から日本郵船の「博多丸」に乗って、留学地ロンドンを離れた。凡そ2年2ヶ月間のイギリス滞在であった。

留学前と後、松江と東京で2度もハーンの後任として英文学の教壇に立った漱石だったが、ハーンとは両極端の、分析的な硬い講義だったので、学生たちには不評だったと言われている。

〈インターカルチュラルこそ〉

イギリスが好きになれなかった漱石は、日本をこよなく愛し永住したイギリス人のハーンと正反対だったと言える。

現在は、“国際性”を持つ必要があるなどと盛んに言われているが、英語で言う“インターナショナル”より“インターカルチュラル”、すなわち国家と言う政治的・地理的・人種的な実体より、国を超越した異文化間の交流、心の交流こそ大切なのだ、ラフカディオ・ハーンは力説するのではないだろうか。日中文化交流市民サークル“わんりい”の活動も同じ趣旨ではないだろうか。

小泉八雲が、沢山の日本の伝説などを書いたのは、妻セツの、その分野の知識の賜物で、セツの献身的な協力なしには、八雲の作品も出来なかった筈だ。二人の間では、独特の言い方を含んだ日本語の話言葉“ヘルンさん言葉”で意思疎通をしていたようだ。

2025年度後期から、この小泉八雲と小泉セツ夫婦をモデルにしたNHKの朝の連続テレビ小説『ばけけ』が放送される。ヒロインの小泉セツ役を高石あかりさんが、小泉八雲役をイギリス人俳優のトミー・バストウさんが演じる。読者の皆さん、この朝ドラも楽しみにしてください。

搁筆する前に和田宏が詠んだ短歌2首を小泉八雲に捧げたいと思う。

♪敷島の 古き伝承 英語でぞ
雲湧く如く よみがえらせける
♪見損じし 大和の姿 生き生きと
隻眼ゆえに 心で見たり



夏目漱石
(ウィキペディアより)

みんなの広場

▶薬膳料理講習会開催◀

4月18日(金)、麻生市民館で、「春の薬膳料理講習会」を開催しました。連絡が行き届かないという主催者側の不手際もありましたが、総勢12名の参加で、楽しい講習会が開催できました。

当日の献立は、①クコとサンヤク(山の芋)の鶏肉スープ、②ゆり根、アスパラ・エビの炒め物、③パパイヤ(木瓜)と白きくらげのデザート3品。それに、講師の趙さんが美味しい菊茶と、紫芋とカボチャでそれぞれ色付けして巻き込んだ、可愛いマントウを用意してくださいました。

日本ではおせち料理や茶わん蒸しなどで使うばかりのゆり根を、中国の薬膳では常用していること、熟したものを生食にしかしないパパイヤも、中国では若いものを選んで、スープや煮込み料理に使うなど、「一衣帯水」と近い間柄を誇っても、調理方法などには大きな違いもあるものだと感じ入りました。

11月には冬の薬膳料理講習会を予定し、事前の座学も用意してご案内いたします。どうぞ奮ってご参加ください。



ナツメヤクコ入りの美味しい菊茶

◇満柏画伯の漢訳俳句◇

方百里

雨雲よせぬ

牡丹かな

与謝蕪村

bǎi lǐ qíng wú yún
百里晴无云

mǔ dān huā zhèng hóng
牡丹花正红

◆受賞に際して思うこと◆

何媛媛

皆さん、こんにちは！何媛媛です。

お久しぶりです。

今日は皆さんにご報告したいことがあります。

今年の1月初めに、私は日本書道教育学会が主催する「第74回書道学会展」に出品する機会を頂き、嬉しいことに「学会賞」を受賞しました。とても光栄に存じています。

習字を始めてから約10年となり、今回が初めての出品ながら、思いがけぬ受賞で、自分にとっては大きな励みとなりました。

実は書道には若い頃から興味がありましたが、学業や仕事、家事などに追われ、なかなか落ち着いて取り組む時間がありませんでした。

10年前、ようやく生活が安定し、自分の趣味として書道の練習を本格的に始めました。仕事の合間を縫って、ほぼ毎日1～2時間の練習を欠かさず続けてきました。

主に練習しているのは「篆書(てんしょ)」です。篆書とは秦の時代に広く使われていた書体です。皆さんがよく目にする印鑑に使われる文字も、実は篆書が多いのです。

日本では篆書を教えてくださる先生を見つけるのが私には難しく、中国に一時帰国した際、時間を繰り合わせてやっと1回か2回、篆書の先生に教えていただいています。

しかし、3年間のコロナ禍で帰国できず、先生とはオンラインによる連絡を取りながら指導を受けるしかありませんでした。

もうすぐ「古稀之年」の私にとっては、今回の受賞は一つのご褒美であり、大きな励みでもあります。今後はさらなる研鑽をし、精進してまいりたいと決心しています。

日本でも、「好きこそものの上手なれ」・「学問には王道なし」とは良く言われますね。

夢を追いかけるのは若者だけの特権ではなく、誰でもが「愛」を込めて地道に努力すれば、必ず花を咲かせ、実を得ることが出来るものです。

以下に、受賞作品の写真とその意味及び授与された賞杯を見て頂きます。



(上) 入賞作品:文字は篆書で、「釈迦佛境忘我 老子道界無形」(意味は、「仏の教えは無我の境地、老子の説く道は形の無い世界」)

(左) 授与された学会賞のカップ



✿相模原市西門通りの桜✿

皆さま、今年のお花見はどこへお出かけでしたか？ 私は、例年通り車で桜並木の下を通過するだけのドライブスルーお花見でした。

並木の老齢化が心配な、相模原市の西門通りでしたが、今年も見事に咲いていました。

カメラの腕前は未熟ですが、花の美しさは分かって頂けるかと思ひ投稿しました。如何でしょうか？ (M.T.)



【わんりいの催し】

♪ ボイス・トレで日本語の歌を歌おう！

身体の力を抜いて気持ちよく発声しよう！
声は健康のバロメーター！！

*動きやすい服装でご参加ください。

- 会場：玉川学園コミュニティーC 多目的室3
- 日時：5月20日（火） 10：00～11：30
6月17日（火） 10：00～11：30
- 講師：Emme [エメ]（歌手）
- 会費：2,000円（講師謝礼・会場費）
- 定員：15名（原則として）
- 申込：☎042-735-7187（鈴木）

~~~~~

### ∞∞ わんりいの中国語勉強会 ∞∞

- 場所：鶴川市民センター
- 日時：毎週火曜日 14：00～16：00
- 講師：郁 唯（天津師範大学卒業）
- 会費：5000円（会場費・講師謝礼）
- 定員：10名（原則として）
- 申込：柳田 ☎090-4677-7793  
e-mail:yanagita\_hi@yahoo.co.jp



### ■定例会 代表宅

- ▼5月 8日（木）13：45～
- ▼6月12日（木）13：45～

### ■‘わんりい’ 発送 三輪センター

- ▼6月号 5月31日（土）
- ▼7月号 6月30日（月）

## ☆☆ 編集後記 ☆☆

先日、テレビで患者に処方される薬の飲み残し量が話題になっていました。2週間分処方されたお薬を2・3日分飲み忘れて、次の診察時にその分減らしてもらえればと思ったりしますが、テレビの話題は桁の違うお話でした。

話題の主のお薬の管理を近所の薬局が担当することになり、そのお宅から引き取って来たお薬の量は、ひとり分で台車にいっぱい積まれてきました。その中には1錠、数千円もする錠剤もあり、その量と金額にもビックリしましたが、何より患者さんがその薬を飲まなくても無事であることの方が驚きでした。医療費の赤字が大きな話題となる昨今、何の薬なのでしょうね。

~~~~~

‘わんりい’は、新入会をいつでも歓迎いたします

年会費：1800円、入会金なし

郵便局振替口座：00180-5-134011 わんりい

10月以降の入会は、当年度会費1000円

■問合せ：044-986-4195（寺西）

‘わんりい’ 303号の主な目次

- 「中国薬膳の起源と発展」(3)..... 2
- 「中原雑感」(51)鄭州・安陽一人旅（続3）..... 3
- 晩秋のカラコルムにて（4）..... 5
- 「昆明湖のお話」..... 7
- 私の心に残る旅⑦
「内モンゴルへの旅」（その3）..... 8
- 「ラフカディオ・ハーン」(2)..... 10
- みんなの広場..... 12
- ‘わんりい’の催し・お知らせ..... 14