

自然との調和の共生
雲南省少数民族中国伝統養生調査
(2004 8/30~9/3)

岡山理科大学
太田 正和

中国は周知のように多民族国家として知られ、現在 56 の民族が居住し、うち少数民族が 55 を数える。なかでも、雲南省には半数近い 20 以上の少数民族が住み中国で最も民族構成が多い省となっている。しかし、民族数が多いといっても全人口の一割以下で、圧倒的に漢民族が支配する国として知られている。私たち一行はミャンマー、ラオス、ベトナムと国境を接する「雲南省少数民族中国伝統養生調査」をテーマに昆明、麗江、大理を視察しそこでの少数民族の人々と交流をもった。

雲南民族博物館、民族村は雲南の少数民族について学術的に詳しく紹介されており、少数民族の文化や風俗、民族衣装、民具のたくさんの展示があり、少数民族の生活がよくわかるようになっている。



出迎えてくれたイ族(彝族)の若者たち



水遊びする子どもたち



急な坂に並ぶイ族(彝族)の家々



イ族(彝族)農家を訪問

イ族〔彝族〕の老人（男・91歳）と面会の機会を得た、今まで病気をしたことがない、元気で若々しい。健康法についてインタビューしたところ、作業で年中働いている運動。畑で収穫したものを食べる、穀物野菜山菜 栄養。のんびりした生活、散歩、おどりや歌で陽気に暮らす 休養。飲水は清い湧き水（生水）がほとんどで、お湯はあまり飲まない、そして日常の少々の病気なら予防と治療につながる山野草薬（漢方）でこと足りる等々、自給自足・自然のままの生活様式のようなだ。考察を加えると中国人の寿命は70歳位だが78歳の族もあり、85歳と特に高い族もあるようだ。私は失礼ながら素朴ではにかみ屋で、それでいて人懐っこい自然生活を楽しむ少数民族の人たちに惹かれていくものを感じた。



トンパ(東巴)文字

ナシ（納西）族の祭り驢馬会见学では広大な草原での乗馬体験で気分の高揚をはかった。麗江市の世界遺産の街・古城散策は硫石歴史の重みを肌で感じる事ができた。トンパ教の興味深い特有の象形文字、トンパ文字を紹介するトンパ博物館見学後、ナシ族農家を訪問、生活体験、伝統養生法の紹介、素朴なナシ族踊りを鑑賞、我々一向も軽快な踊りの輪の中に入りながら親睦を深め、郷土名物料理を賞味中、一天にわかには掻き曇り度重なる大雷鳴とともに灯も消えその豪雨に肝をつぶす歓迎を受けたことは終生忘れることのできない思い出をつくる事ができた。



麗江 ナシ(納西)族女性のおばあさん
(星の背あて姿)



ナシ（納西族驢馬会で乗馬）



ナシ(納西)族農家で皆で踊った素朴なナシ族踊り

大理でペー(白)族の生活体験、伝統養生調査後三塔寺、大里古城、洋人街訪問といずれも意義深い体験をすることができた。



ペイ(白)族のおばあさん



色鮮やかに、豊富な野菜が並ぶ

昆明郊外の大石林、小石林は奇岩奇峰が林立して、まさに絶景である。2億7000万年前にはここは海底だったらしく、地殻変動により陸地となり、雨や地下水の浸食作用

で今の姿になったそうで、その自然の造形の妙を十分に堪能した。また近くにある闘南村花卉市場にあらゆる種類の花が近隣の農家から運びこまれる市場には、その広大さに驚嘆した。硫石 大国 中国ならではの一面をかいまみた。



中国1番の闘南花卉村市場



密林のように石柱が連なる(石林)

私達のテーマ「養生学」は従来の病気に対する静養を意味する ようじょう といった捉え方でなく 生きる力を養う という観点から「養生 ようせい」という言葉を捉らえており、今回私達の記念すべき10回目の中国訪問の特別判少数民族中国伝統養生調査は今後の「日本養生学」の究明に役立つ貴重な大変意味深いものを得ることができた次第である。

(完)