



## ☆☆ニュースレター☆☆

第154号  
発行日:2018. 1. 12  
(since 2006.2.1)

このニュースレターはメールを登録している正会員および賛助会員ほか当団体が了承した希望者に、随時配信しております。配信中止を希望のかたは右記までご連絡ください。

NPO 法人・クライネスサービス

会長: 稲垣 正彦

発行責任者: 事務局長・桑原 正明

千葉県佐倉市宮ノ台3-2-2

npo-kleines-463@catv296.ne.jp

TEL/FAX: 043-463-1337

<http://www.catv296.ne.jp/~kleines/>

## 平成30年新春特別号

ニュースレター読者のみなさま、新年明けましておめでとうございます。

平成もあと1年数ヶ月を残すこととなりましたが、どんな正月を迎えられたことでしょうか。

本年もわが街がさらに安心して美しい街になるように、地道な活動を続けたいと思います。ご協力よろしく願いいたします。



- ・佐倉・麻賀多神社の正月風景
- ・八社大神 (右上)

本号では、会員・古市庄八郎さんから大作「チベット旅行の印象記」をいただきましたので、ご披露します。簡単には行けない場所でもありますので、ぜひお読みください。

### 会員投寄稿 -44- チベット紀行—神々が住む神秘の国の印象記…古市庄八郎

チベットの話をすると、興味のある人は別として、何故あんな辺境の地にわざわざ？と怪訝な顔をされることが多い。ここはシルクロードとともに、かねてから訪ねたいと思っていた地であり、その主な目的は、次の3点でした。

- ① チベット鉄道に乗り高原の景色を満喫する
- ② ポタラ宮を見物したい
- ③ 巡礼者の五体投地による参拝を見たい

世界の屋根とも称されるチベットは標高 4000m 級の大高原であり、空気が希薄なため、観光客などの外来者は高山



2017.11.04

次頁に続く



病にかかりやすいと言われている。このため、チベット鉄道に乗り込む前に高地順応化を図るべく、初日(2017年11月2日)は中国青海省の省都西寧(海拔約2300m)に1泊。翌日、西寧郊外のゲルグ派の大寺院(タール寺)を見物。少し順応できたところで、チベット鉄道(青蔵鉄道)の旅に出発。

### チベット鉄道(中国語では青蔵鉄道)

3日午後、2006年に西寧とチベット自治区の玄関口ラ薩(ラサ)を結ぶ全長1956キロメートルを1昼夜(21~2時間)かけて走る高原鉄道に乗車。2つ目のゴルムド駅(標高2828m)で強力な馬力の機関車を連結し、タンラ峠(同5072m<鉄道世界最高点>)まで高度を上げる。その後徐々に高度を下げてラサに到着です。

列車は2段ベッド、4人乗りのコンパートメントタイプで1等車とのかたちながら、日本の旧国鉄時代の2等車のイメージ。乗客がイ

ンスタント食品を利用できるよう給湯設備は備えられていたが、トイレ設備はチリ紙持参を要す

ることなど、推して知るべしのレベル。車両内は気圧が調整され、酸素吸入装置も常備されていたが、説明不足もあり十分機能せず不調を訴える人が少なくなかった。



もともと、車窓からの景色は、期待にたがわず壮大で素晴らしい眺めでした。季節的に乾期に入っており、真っ青な空のもと、ヤクや羊の放牧の様子が点々と続く。また、ところどころで湖面が深い青色の広大な湖や地下資源の掘削風景なども見える。遠くに眼を転じると、草木の全く生えていない様々な形の山々が峰を連ねており見飽きない。朝起きると、車窓には一面様々な模様の雪景色が出現。乗客がマッターホルンだと叫んだほどよく似た白銀に輝く山塊が遠くに姿を見せる。ガイドに訊くと、ニエンチエンタンラ山脈の主峰(7160m)とのこと。マッターホルンより遥かに高い標高であるが、車窓自体の位置が4000m近辺にあるので、さほど高山に感じられない。



一昼夜(21時間)の長い列車の旅を終え、神の地を意味するチベット仏教の聖地ラサ(自治区州都)に到着(人口50万人)。

チベット鉄道の開通により、ラサは観光客の流入に伴う観光施設の増加や商機に敏なる漢族資本の積極投資等を背景に、大きく発展しているとのこと。困みに3泊したホテルも空調設備なども申し分ないレベルでした。

降り立つと凜とした空気が肌を刺し気持ちよい。ただ、標高が3760m前後と富

士山頂並みであるため、動くときやや息苦しさをを感じる。長年ラサに単身赴任中という中国人女性ガイドが『酸素が薄いという問題さえなければ、こんなに暮らしやすい街はない』としみじみ言っていたのが印象的でした。低酸素が原因で、ラサでは早死にする人が多いとも話していた。

ラサ入りのこの日は、さらに高地順応を図るためホテルで休息。それでも夜間、現地医師による診察の結果、参加者のうち半数の10名が高山病症状と診断され、日本円で1本4万円(海外保険適用)の点滴を余儀なくされていた。幸い私は酸素濃度が一番高いと褒められ、点滴は免れた。

次頁に続く

## 旅の4日目。今回の旅のハイライト、チベット仏教総本山のポタラ宮訪問

白亜のポタラ宮はチベット文化のシンボリック存在の世界遺産で、総面積41km<sup>2</sup>に及ぶ壮大な規模の建物。代々ダライ・ラマの冬の王宮でしたが、現ダライ・ラマ14世は、チベット騒乱後インドに亡命中です。きれいな衣装を身にまとった仏様がたくさん並んでいたほか、あちこちで修行に励む僧侶の姿が目についた。山上に建つ宮殿は高さ115mで、3760m地点から上ると富士山頂を越える訳であり、空気の希薄さに苦しめられじっくり見物する余裕は余りなかったのが実情でした。



五体投地は、季節的に農閑期、かつ乾期で天候も安定しているので、寺院の敷地内やあちこちの道路などで目の当たりにできた。通行



人が多かろうが少なかろうがお構いなしに、聖地を目指し額と両手、両膝を地面に投げ出し、尺取り虫のように距離を刻む姿に信仰心の深さを覚えずにはいられなかった。固い道路を進むときのスタイルは、下駄のようなもので両手を保護し、腰に

人が多かろうが少なかろうがお構いなしに、聖地を目指し額と両手、両膝を地面に投げ出し、尺取り虫のように距離を刻む姿に信仰心の深さを覚えずにはいられなかった。固い道路を進むときのスタイルは、下駄のようなもので両手を保護し、腰に

は前掛けのようにヤクの皮を巻き付け膝の防御を図る姿が一般的。

1日のうちに四季があると言われるほど、昼夜の寒暖の差が極端に大きく、早朝の朝食時は零度以下に下がるため、皆寒い寒いを連発するが、標高が高いせいで日中は照り返しが強く、半袖シャツのみで過ごせる感じ。

旅の5日目。ローカル鉄道に3時間ほど揺られ、チベット第二の都市シガツエ（人口11万人）へ。ここの観光の目玉は、山を背にしたタシルンポ寺院。参拝客は、チベット服姿の信仰心厚い人々がマニ車を回しながら引きも切らない。宗教の中心地として現在も1000人近い僧侶が生活しているといわれる。

彼ら僧侶は外国語に堪能な人も少なくないそうで、ラサをはじめ立派な面構えの若い僧を多く見受けた。察するに、チベット発展とともに流入した漢族（人口の7～8%）に主要な産業を支配され、ペイの高い良い働き場所を得られないため、やむなく僧侶になっている若者も少なくないのかなあと思われた。

料理は、チベット料理のほかイスラム料理、餃子料理などで、いずれも8～10人掛けのテーブルに所せましと大皿料理が並べられ、味もなかなかのものでした。内容的にはいずれも野菜中心で、肉類は固いヤクと羊のみであり美味とはいえない代物。ヤクは食用に、骨は土産物などの工芸品に、皮は防寒衣類に、糞は乾燥させて燃料にと活用され、捨てる箇所がないのでチベットでは宝物扱いられているそうです。チベットの人々の主食は、コメが生産できないので、ハダカ麦の粉にヤクのバターを練り合わせたものを1日3食摂り、料理に使われる動物はヤクと羊のみということでした。



ラサ旅行の最終日はチベット三大聖湖の一つ、ヤムドク湖の見物。途中川におびただし

いカラフルな旗指物が目についた。ガイドによると、水葬の場所だと言う。

次頁に続く

チベットの葬式は、ダライ・ラマなどの聖人君子用の塔葬（ミイラ化）から、犯罪人を地中に埋める土葬まで5種類あるという。大多数は天葬（遺体をハゲワシに布施）か水葬が一般的で、それぞれ場所が指定されているとのこと。遺体が鳥や魚に食べられることにより、魂は成仏したと見做され、先祖供養の

しきたりやお墓もない。ではマニ車を回すのは、先祖を偲んでいるのかとの訊ねると、単に自分の来世の幸せを願っているのだという。ガイドの説明を聞いて、昼夜の料理の肉類は四つ足のヤクと羊ばかりで、鳥類や魚類がなぜ供されないのか理由が分かったような気がした。

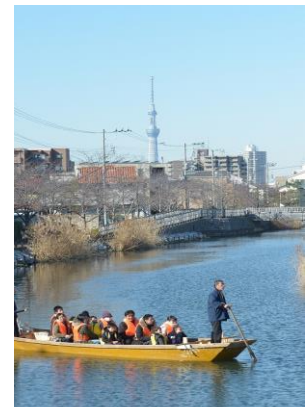
ヤムドク湖に行く途中、標高約4750mのカンパラ峠に差し掛かり小休止。多くのチベット人が露天を並べ、腕輪やネックレスなどを売っている。チベット人はなかなかの商売上手で、値切りの交渉術が欠かせないとのことである。交渉すると半値近くまであっさり下げるがそれ以下はガードが固く、最初のいい値が肝心なようです（マニ車を買ったときの感想）。4998mのヤムドク湖上から眺めると、広い真っ青な湖の遠くには7000m級の純白の雪山が遠望でき、素晴らしい景色です。しかし、空気が極端に薄く、用足しの20段の階段上下もきつく、容量の少ない酸素缶片手に皆フラフラ状態。ゆっくり見物する余裕は残念ながらなかった。



3日間のラサの旅を終え、午後、飛行機でパンダの故郷、成都（標高600m）へ。やっと高山病の心配がなくなり厳命の禁酒からも解放され、飲んだビールの旨かったこと。

それにしても駅や空港での、笑顔もない女子職員のボディチェックは手荒かった。現地男性ガイドが『顔は楊貴妃（？）でも心は冷蔵庫』とか『家事も男性の方がよくやる』といった言葉が領けた。

成田空港からの帰り、京成電車に子供連れの若夫婦が乗り込んできた。車内を子供がちょろちょろ動き回るのに、夫人は素知らぬ顔でスマホに夢中。旦那が何回も連れ戻しあやしているのを見るにつけ、ガイドの言葉が思い出された。（完）



東京・江戸川区の正月風景