



# チベット旅行

ニューヨーク州立大学

伊伊

藤藤

宣博



チベット高原は西をカラコルムとパミール山脈、東を横断山脈で区切られ、その間二千五百キロ。そして北の崑崙山脈から南のヒマラヤ山脈まで千二百キロもあり、面積は日本の六倍半の広さに、人口は約六百万人です。平均高度は

東部は三千<sup>メートル</sup>、西部は五千<sup>メートル</sup>以上もあり、世界に十四座しかない八千<sup>メートル</sup>級の高峰が集中するチベット高原はアジアの大河の水源地でもありません。中国の揚子江、黄河をはじめとして、メコン河、ブラマプトラ河、インダス河の源はすべてこの高原にあります。高地のために酸素が少

ない等の厳しい条件と共に一日で四季を経験すると言われる位昼と夜の温度差が激しく、例えばラサの七月の平均最高温度は二十七度、最低は六度です。政治的な問題を除いても素人が旅をするには最も難しい地域の一つです。

## チベットの歴史

チベットが本格的に世界史の舞台に登場したのは七世紀初めで、ソンツェン・ガムポがチベット高原に割拠していた諸部族を統一して古代チベット王国吐蕃を建てました。彼は軍事国家の

基礎を築き、チベット文字をインド文字に倣って作り、中国とネパールから妃を娶りました。

この二人の妃が熱心な仏教徒でこの国に仏教を伝えました。ソントエン・ガムポの時代に伝えられた仏教は八世紀後半になると国教となり、王室の保護を受けて発展します。大きな寺院が次々と造営され、經典の翻訳が行われました。しかし相次ぐ大規模な寺院建設は国家財政を圧迫し吐蕃王国が傾く一因ともなりました。

九世紀中頃にダルマ王が暗殺され、ここで吐蕃王国も歴史の幕を閉じました。その後しばらくチベットは氏族割拠の時代となり十三世紀に入るとモンゴルの脅威に晒されました。チベットの仏教諸教団はモンゴルに代表を送り、次々に元朝を興したフビライの信任を得る様になり、チベットの支配権を得る様になります。チベットの政治と宗教の両権力を握り栄えました。

元朝が衰えるとそれを後ろ盾にしていた政權

にも翳りが出始め十四世紀前半には別の教派が権力を持つに至りました。この時期にゲルク派を興したツォンカパが出、多くの支持者を集めて当時の仏教界に見られた退廃的な風潮を正すため戒律を厳しく守る事を前提にした仏教修行のカリキュラムを作成しました。十六世紀後半にゲルク派のソナム・ギャムツォがモンゴルのアルタン汗よりダライ・ラマの称号を贈られ、ソナム・ギャムツォ以前にも二人の転生者がいた事が認められ、彼はダライ・ラマ三世となります。

ダライ・ラマ五世の時にチベット全土が統一され、以後三百年に亘ってチベットを支配する政教一致のダライ・ラマ政權が誕生しました。五世は政權を握るとポタラ宮の建設を始め、又この時代に経済や学芸が大きく発達し、チベット文化は黄金時代を迎えました。ダライ・ラマ十三世の時、インドを植民地としていたイギリ

スはチベットとの通商を求めましたがチベット側が応じなかった為に国境を武力突破しました。十三世はモンゴルに亡命します。

一九〇四年のイギリス・チベット間のラサ同盟調印後十三世はラサに戻ります。一九一〇年には清軍に攻められ今度はイギリスに保護を求めてインドに亡命します。一九一一年辛亥革命で清朝が倒れたのでその翌年チベットの独立宣言をしますが、イギリス・中国ともに認めず一九四九年新生中華人民共和国はチベットは中国の領土の一部であると宣言しました。中国支配の進展に伴いチベット各地で次第に抵抗運動が激化して一九五九年にはダライ・ラマ十四世はインドへと亡命しました。

十四世亡命後のチベットでは中国による社会主義国家建設のための政策が推進され、一九六六年に始まった文化大革命はチベットにも及び、宗教否定から多くの仏教寺院が破壊され、チベッ

トの人々の社会と文化に大きな傷跡を残しました。

### チベットの宗教

古来チベットの人達は自分達を取り巻く美しくも恐ろしい自然の中で数々の精霊の存在を感じてきました。それを鎮めるために犠牲や供物を捧げて祈るシャーマニズムの伝統がありました。そのチベットに仏教は紆余曲折を経ながら次第に深く根を下して行きました。秀れた研究教育制度によって学問仏教・僧院仏教を發展させると共に民間習俗と結び付いて人々の隅々にまで浸透して、この高原の国に特異な仏教文明を花開かせていきました。

古来からチベットにあった民間信仰はボン教と呼ばれ、太陽や山、空、様々な自然現象等への民間信仰と呪術や祈禱を行うシャーマニズムがその特徴です。日本の神道のようなものと

も言われます。チベットに仏教が入って来ると  
ボン教は勢いを失い、チベットは仏教の国にな  
りましたが、その影響は根強く残っており、仏  
教儀式の中にボン教的要素が色濃く混じって  
いたり、地方によってはボン教が力を持っている  
所もあります。

チベットにインドの大乗仏教が本格的に導入  
されるのは八世紀後半になってからで、この頃  
から仏教はチベットの大宗教としての道を歩み、  
寺院の建立や仏教経典の翻訳が国家の事業とし  
て行われて行きました。しかし九世紀中頃ダル  
マ王が仏教弾圧を行い、その為に暗殺されると、  
王国は分裂、崩壊の道を辿り、王族や貴族の庇  
護を失った仏教は組織的な形では中央アジアか  
ら姿を消し、個人の信仰としてだけ生き続けま  
した。

十世紀の後半から又各地に種々の仏教教団結  
成の動きが生じ、十七世紀中頃ダライ・ラマ政

権が成立し、ゲルク派主導の教団国家が以後三  
百年間続きます。仏教は千数百年の間チベット  
人の心を深く魅了してきました。少なくとも古  
代国家のチベットは仏教により国を立て、文明  
を築いてきました。しかし仏教への過度の没入  
は彼等の外の世界への興味を鈍らせ文化的孤立  
を招いたようで、肥大した僧院勢力は近代化の  
障害となり、ついには独立を失う原因も作りま  
した。近年亡命した僧達が世界各国で布教活動  
に従事し、異文化の中に地歩を築きつつありま  
す。これがチベット仏教の新たな発展に繋がる  
か今後の動きに注目すべきでしょう。

チベットの仏教僧院は教団の教育研究機関で  
あり、巡礼の聖地、祭礼を行う場所でありま  
す。又同時にその廻りに職人街ができ、金融貿  
易センターとしても機能しています。ここでの  
修学僧は顕業五科目を主に暗記と問答の勉強法  
で習得します。全科目を終了するのに通常二十

年かかると言われます。最後に問答の試験に合格すると博士の学位が授けられ、出身僧院に戻って教師になったり、密教の学習課程に入ったります。一般僧は修学は行わず、僧院の雑役や事務をやったり、様々な職業に従事します。

輪廻は輪廻転生とも言われ、無限に生と死を繰返す事を言い、釈迦が説いた仏教ではこの迷いの状態である輪廻を断ち切る事が悟りであるとされます。しかし他者を救う事を目的とした大乘仏教が広まると菩薩（修行僧）は他者を救う為には自分自身が悟りを開かなくてはならないと説かれる様になりました。この悟りは自分が迷いの世界から抜け出すのが目的ではなく、あくまでも他者をその迷いの世界から救うため、従ってチベットでは菩薩も高僧も悟ったからといって輪廻しなくなる事はありません。全ての人が救われる迄は無限に輪廻を繰り返し、人々を救う為は何度でも生れ変わります。その

代表格が観音菩薩の化身とされるダライ・ラマであり、阿弥陀如来の化身とされるパンチェン・ラマなのです。チベットの庶民は死んだら「あの世」で暮すよりも「来世」に再び生れ出る事を強く信じて祈ります。

もう一つチベット仏教の特徴として転生活仏制というのがあります。この制度では転生活仏と呼ばれる高僧達が没すると、その生れ変りが幼児の中から捜し出され、故人の権利や財産の全てがその霊童により受け継がれます。

研究機関、教育施設としての僧院は經典のサンスクリットからチベット語への翻訳を行い、チベット大藏經と呼ばれる經典集を作り出しています。これ等經典はサンスクリットから直接訳されたものでインドの原点に一番近いと言われてきました。収録した文献の数は併せて四千五百から六千に上ります。チベット人が古代チベット王国時代から営々として取組んでき

た仏典翻訳事業の成果です。初めは手書きでした。後に木版印刷となります。チベット経本の代表的スタイルは長方形の大判紙の表裏に経文を印刷し、その紙を三〜四百枚重ねて板で挟んで一巻としています。大蔵経一セットに必要な版木は約十数万枚と言われます。

### チベットの密教

チベットでは密教が盛んです。密教即ち秘密仏教は神秘主義的な性格の強い大乘仏教の一形態として四世紀頃インドに現れ、インド仏教が滅亡する十三世紀初めまで続きました。その間密教は各地に広まりましたが、この教えが今でもはつきり残っているのは日本とチベットだけです。日本の密教がインドの初期と中期の密教を受け継ぎ、「大日経、金剛頂経、蘇悉地経」を信奉するのに対し、チベット密教はインドの後期密教（タントラ仏教）の教義を伝える無上瑜

伽タントラを最も重視します。密教は大乘仏教で説かれる他人への救済（菩薩の行い）を実践し、戒律を守る者に対して更に高い段階を得る為の仏の秘密の教えで、思想的には空や般若の教えが中心です。実践的には儀礼や瞑想が中心でインドのヒンヅー教のタントリズムの影響が見られる為にタントラ仏教とも呼ばれます。

密教は儀礼の宗教で、中でも曼荼羅の儀礼はその中心をなしており、この図形は一口に宇宙の縮図と言われます。マンダラ図は宇宙の中心にある楼閣を上から眺めた図で、その中に配置された諸尊は宇宙を構成する諸原理に配当され、「輪廻の世界と涅槃とは実は区別がない」という理を表現しています。実践面から言うとそれは供養の際の諸仏の依代であり、入門儀礼である灌頂や護摩の修法など密教の重要な儀礼を行う時に必要な装置なのです。

チベットのマンダラは百種類以上あると言わ

れますが、これを表現形式により分類すると、第一に色砂によって建立される砂マンダラがあります。第二に壁画やタンカ等の図絵マンダラでサキユ寺やパンコルチューデ寺の壁画が有名です。第三に諸尊の像をマンダラ状に配置したり、楼閣の模型を作って安置する立体マンダラがあります。立体マンダラの例としてはポタラ紅宮にある時輪のマンダラが有名です。砂マンダラを建立する時は、先ず導師が地神を慰撫し、諸尊を招いて供養して、金剛槨で魔を釘付けにする等の作法を行い、儀礼が無事に執行される条件を整えます。その後壇上に墨打ちが行われ、そこに彩色した砂で中心部からマンダラの各部分を描かれてゆきます。色砂を角状の容器に掬い取り、砂の出具合を微調整しながら先端の穴から少しづつ出してゆきます。しかしマンダラを構成する諸尊の細かい像容までをこの方法で描くのはさすがに難しく、諸尊をシンボルで表

わす三昧耶マンダラ、あるいは種子と呼ばれる梵字一字で表す種子マンダラが好まれるようになります。砂マンダラの完成には一週間を要し、その後で護摩が焚かれ、本尊を降臨させる儀式などが行われます。全ての儀式が終了すると砂マンダラは壊されます。

### チベット人の生活

チベットの経済は昔も今も農耕と牧畜により支えられています。牧畜民といっても一年中テントで暮らす放牧民もいれば、固定式の家屋を持ち半農半牧の生活を営んでいる人達もいます。しかし高原の牧草地でヤクや羊を連れて移動を繰り返すチベット人は少なくなっています。牧畜民と農耕民の関係は密接で彼等は生産物を交換し、お互いに足りない物を補っています。牧畜民は乳製品、肉、羊毛、毛皮、岩塩、ソーダ、生きたヤクや羊を供給し、かわりに穀物、茶、

豆、干した大根や蕪などの必需品を手に入れます。

放牧地での牧畜民達の住居はダクルと呼ばれる黒いテントです。これはヤクの毛で織った目の粗い布を縫い合わせて作られ、モンゴルのゲルとは構造が異なり天幕を何本もの支柱で支えた背の低い家型のテントです。天幕の四方は張り綱で張りが強化されています。このテントは保温に秀れ、通気性も良く、高原に吹き荒れる暴風にもよく耐えます。

牧畜民が遊牧する高地から標高四千位迄下りてくると広い谷間が開け、緑豊かな農耕地となります。チベット人の多くは農民です。農耕は南部と東部の大河の流域で行われ、これ等の地域は寒冷、乾燥のチベット高原の中では比較的温暖で土地が肥え、モンソンの影響を受けて雨も降ります。主要作物はチベット人が常食とするツアンパ（麦こがし）の材料となる青稞

麦（大麦の一種）をはじめ冬小麦、蕎麦、豌豆、蚕豆、馬鈴薯、蕪、砂糖大根などです。東チベットでは杏、桃、梨などの果物や胡桃もとれます。南東部の比較的標高の低い所では水稻や高粱、大豆、玉蜀黍なども栽培されています。

チベット人は遠路も厭わず、時には何年もかけて聖地を巡る旅をします。「一切衆生の為、来世の幸せの為」に巡礼をしているのは勿論なのですが、巡礼はむしろチベット人にとって無くてはならない人生の一部であり、そこには彼等が無上の喜びとする諸国巡りの物見遊山の要素も含まれています。巡礼者達は観音の真言を唱え、携帯用のマニ車を回しながら寺々を巡り、靈驗譚と奇跡物語に彩られた仏像や仏画、仏塔を礼拝して回ります。巡礼達は全身を使った祈りの姿である五体投地を寺や仏の前で繰り返すだけでなく、寺院の周囲や聖山の周囲をこれだけで回り、又遠く離れた土地から聖地まで何カ月も



かかって五体投地で来る人びともいます。これは全身全霊を仏の前に投げ出して帰依を表す最高の礼法なのです。

もう一つチベット人の生活で特徴あると思われる習慣に鳥葬があります。チベットには鳥葬、土葬、水葬、火葬、塔葬と五種類の葬法がありますが、遺体を秃鷲に食べさせてしまうという葬法はチベットでは最も一般的な遺体の処理方法なのです。チベットでは人が死ぬと遺体は三〜五日間家の中に置かれ、師僧によるポア（転移）の儀式（輪廻から解脱させようとして行う儀式）が行われ、枕経が唱えられます。葬式の朝遺体は白い布を被されて家の角口で鳥葬の請負人に引き渡され、輿のようなもので鳥葬場へ運ばれます。遺族は現場に立ち合おう事は許されず、二〜三人の知人が代理で見届けます。一般のチベット人には私達が考える様な墓は無く、鳥葬は魂の抜けた肉体を他の生物に布施する慈悲の行為



と理解されています。

## ダライ・ラマ

チベットと言えばダライ・ラマを想像するほどダライ・ラマはチベットの象徴でもありますが、一九四九年に中華人民共和国が「チベットは中国の一部である」と宣言して以来、暴動その他の問題が止まず、一九五九年にはついにダライ・ラマ十四世はインドに亡命しました。ダライ・ラマは世襲される事なく、仏教の輪廻思想に基いて選ばれます。一九三三年にダライ・ラマ十三世が没し、一九四〇年に青海で発見された五歳の少年が十四世として即位しました。ラサに移された少年ダライ・ラマは徹底的な宗教、政治両面のエリート教育が施されます。

ダライ・ラマ十四世は亡命後北インドのダラムサラに居を定め、謂わゆる「亡命政府」を作り、一九六三年にはチベットの民主憲法を公布

しました。宗教家としては世界各地で平和活動のための講義や祈願を行い続け、最近は欧米だけでなく、モンゴルや台湾も訪れています。一九八九年にはノーベル平和賞を受賞しました。中国文化大革命の後もチベットは暴動や独立デモが治まらず、中国政府が神経を尖らせている為に、十四世は「私は中国政府の目の届かない所に転生する」と明言し続けています。元ナチ党員ハインリッヒ・ハラーが書いた『チベットの七年』の映画化とそれに対抗する北京の中央電視台の番組『ダライ・ラマ』はチベット論争を再熱させたかに見えます。宗教と政治の板挟みになり、今後もチベットは我々の関心を高めることでしょう。

末筆乍ら、私の旅行を可能にした第一興業印刷の飯泉千尋会長に心よりお礼申し上げます。