

# 孔子学院

CONFUCIUS INSTITUTE

中日版 日中版

No5 2023



## 自行车环湖赛 湖のサイクリングツアー

2023年第5期 / 总第73期 / 双月刊 隔月刊  
国际刊号: ISSN 1674-9693 / 国内刊号: CN 11-5963/C

# 孔子 学院

## 孔子学院

主管：中华人民共和国教育部  
主办：中国国际中文教育基金会

主管：中華人民共和國教育部  
企画・編集：中國國際中文教育基金會

编辑出版：《孔子学院》编辑部  
协办：上海外国语大学  
日语刊合作伙伴：日本早稻田大学孔子学院  
总编辑：赵灵山 李岩松  
副总编辑：张君丽 衣永刚  
主编：张雪梅  
副主编：赵裴 张逸岗  
编辑：傅英 余玲华 张熙华  
主审：高洁 江正殷  
审校：张丽丽 于帆 黄蕾

編集出版：『孔子学院』編集部  
共同編集：上海外國語大學  
日中版編集協力パートナー：早稲田大学孔子学院  
総編集長：趙靈山 李岩松  
副総編集長：張君麗 衣永剛  
編集長：張雪梅  
副編集長：趙裴 張逸崗  
編集：傅英 余玲華 張熙華  
主審：高潔 江正殷  
審校：張麗麗 于帆 黃蕾

美术设计：陈颖 朱浩晔 王艺潼  
排版：南京展望文化发展有限公司  
印刷：上海叶大印务发展有限公司  
国际连续出版号：ISSN 1674-9693  
国内统一刊号：CN 11-5963/C  
邮发代号：80-752

デザイン：陳穎 朱浩曄 王藝潼  
組版：南京展望文化發展有限公司  
印刷：上海葉大印務發展有限公司  
國際標準逐次刊行物番號：ISSN 1674-9693  
中國國內統一發行番號：CN 11-5963/C  
郵便登錄番號：80-752

定价：RMB 16 / JPY 550  
编辑部地址：北京市海淀区学院路 15 号  
邮政编码：100083  
编辑部电话：0086-10-63240631  
网站：www.ci.cn  
上海编辑部地址：上海市虹口区大连西路 550 号  
电话：0086-21-35377068  
投稿邮箱：ci.journal@ci.cn  
刊名题字：欧阳中石  
封面供图：青海体育赛事有限责任公司

定價：16 元 / 550 円  
編集部住所：北京市海澱區學院路 15 号  
郵便番号：100083  
電話番号：0086-10-63240631  
ホームページ：www.ci.cn  
上海編集部住所：上海市虹口区大連西路 550 号  
電話番号：0086-21-35377068  
メールアドレス：ci.journal@ci.cn  
中国語題字（表紙）：歐陽中石  
写真：青海スポーツिंग有限責任公司



# 目录 / 目録

№5 2023

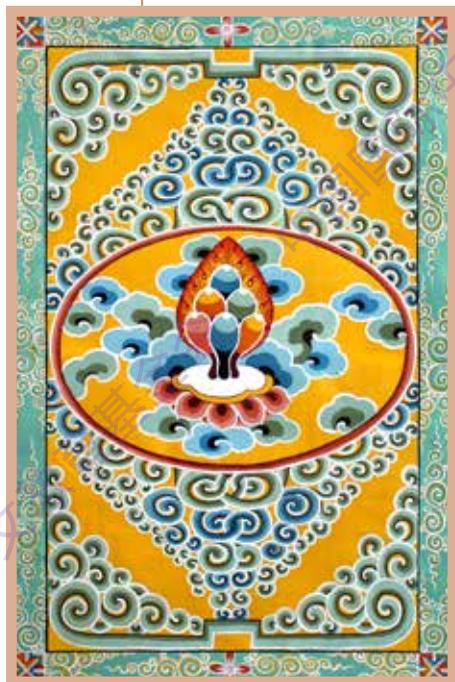
## 文化视窗 文化ウインドウ

- 04 “数字”说青海  
「数字」に見る青海  
作者：王洋帆 王洋帆
- 10 “世界屋脊”的风情——青海的民俗文化  
「世界の屋根」の風情——青海の民族文化  
作者：陌上尘 陌上塵
- 18 “唐蕃古道”青海段  
「唐蕃古道」青海段  
作者：百茶客 百茶客
- 24 扎西尖措与唐卡的故事  
ザヒゼンゾとタンカの物語  
作者：晏如 晏如



## 汉语学习 中国語学習

- 30 我在早稻田大学教《论语》  
早稲田大学で『論語』を教える  
作者：左雯敏 左雯敏
- 34 微信表情器的使用说明  
顔文字のトリセツ  
作者：西田聡 西田聡
- 38 用绘本为中日两国少年儿童造福  
中日両国の子どもたちに絵本で幸せを  
作者：唐亚明 唐亜明
- 44 旅游带火“特种兵”  
旅行にも「特殊部隊」  
作者：刘明奇 劉明奇
- 48 二十四节气之芒种和夏至  
二十四節気  
作者：何芷翌 何芷翌



---

## 当代中国 当代中国

---

- 52 掉落人间的珍珠——青海湖  
この世に落ちた真珠——青海湖  
作者：萝卜丝 蘿蔔絲
- 58 天空之镜——茶卡盐湖  
天空の鏡——チャカ塩湖  
作者：櫻花飘落 桜花飄落
- 64 公园里的故乡  
公園の中の故郷  
作者：龙仁青 龍仁青
- 68 守护高原精灵——藏羚羊  
高原の精霊、チベットカモシカを守れ  
作者：宋雨潺 宋雨潺



---

## 孔院链接 孔院リンク

---

- 72 学中文使她成为联合国青年文化使者  
国連中国語デー「ユース文化大使」、中国語の学習から羽ばたく未来へ  
作者：李昕阳 李昕陽
- 76 采薇的汉语学习之路  
采薇さんの中国語との出会い  
作者：陈采薇 陳采薇
- 79 动态播报  
動向速報

# 数字“说”青海

「数字」に見る青海

作者：王洋帆 王洋帆

翻译：谢秦 謝秦

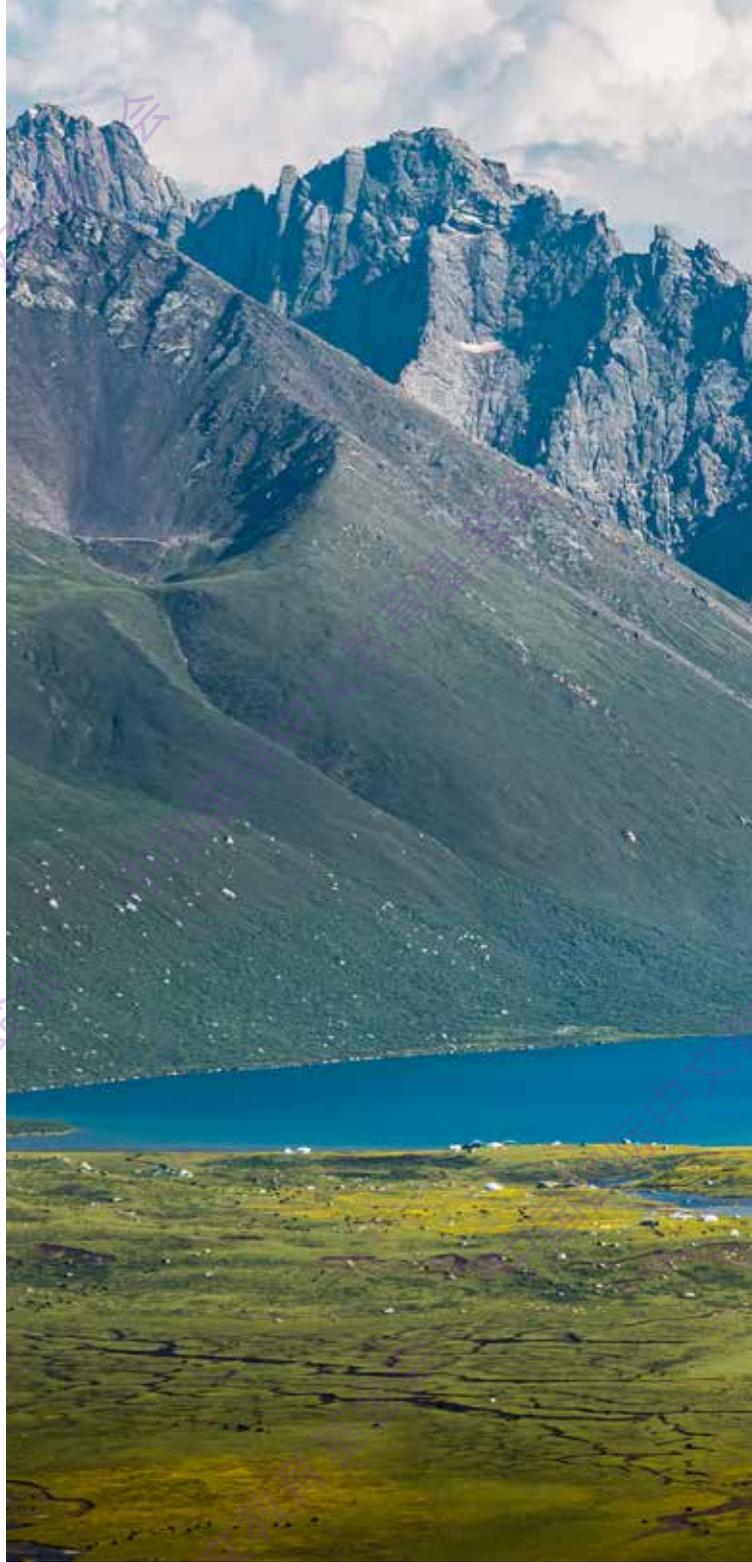
青海省位于青藏高原东北部，地处东部亚洲腹地，全省面积72.23万平方公里。在这片雄踞“世界屋脊”的高天厚土上，大自然以其大手笔、大气魄、独具匠心的设计造化出以“大”为特征的山川风貌，构成了壮美奇绝的生态区域和自然景观。现在，就让我们一起用四个“数字”来认识神秘的青海，走近这片未经“雕琢”的净土，感受它的魅力与风采，同时学习汉语中数字的正确使用方法。

青海省はチベット高原の北東部に位置し、東アジアの奥地であり、72.23万平方キロメートルの面積を有している。「世界の屋根」と呼ばれるこの雄大な地域では、大自然は大きなスケールで迫力ある力を発揮し息を呑むような山川の絶景を織りなしている。まさに広大絶妙な生態や自然景観を併せ持つ壮大そのものを描きだしたのである。これから四つの数字を用いて、「彫琢」が施されることのない神秘的な青海の世界に入り、青海の魅力と風韻を味わってみよう。と同時に、中国語の数字の使い方も勉強しよう。

## 6 860 米——青海的高度 6,860メートル——青海の「高さ」

昆仑山脉在中华民族文化的历史中被誉为“万山之祖”，它气势雄伟，在青海境内的最高峰布喀达坂峰的海拔达到6 860米。围绕着昆仑山脉，演变出了许多传说。中国古代地理名著《山海经》曾描述过一座名为“昆仑山”的神山。据传它坐落于遥远的西方，是神仙在人间历练时的居所，其上有各种奇珍异宝、飞禽走兽。武侠小说《倚天屠龙记》《蜀山剑侠传》《江湖奇侠传》中也都出现了武侠教派“昆仑派”，按故事设定，该教派正是在昆仑山开门立派。

崑崙山脈は中華民族の文化史上では「万山の祖」として敬われてきた。雄々しく威厳のある崑崙山脈のブガダバン山は標高6,860メートルに達し、青海の最高峰を誇るのである。古来から崑崙山脈に多くの伝説が残されてきた。中国古代の著名な地理



書である『山海経』にすでに「崑崙山」の名が見られ、神山と記されている。遙か西方にある崑崙山は、仙人修行の地とも言われ、世界中の珍獣宝物がここに集まっているという。武俠小説の『倚天屠龍記』、『蜀山劍俠伝』、『江湖奇俠伝』に見える武俠教派の「崑崙派」はこの崑崙山脈を総本山としているのである。



昆仑山脉横贯青海全境。唐古拉山、祁连山横亘于青海省南北两翼。这些海拔4 000米以上的大山，雪峰耸立，冰川广布，为中国的江河之源。

崑崙山脈は青海省を横断しており、南部にタングラ山脈、

北部には祁連山脈が並んでいる。これら一連の山系はみな標高4,000メートルをも超えており、数多くの雪山が聳え立ち、氷河が広く分布しているため、中国の河川の源とされている。



## 4 635 平方公里——青海湖的广度 4,635平方キロメートル——青海湖の「広さ」

位于青海省西宁市境内的青海湖是我国水域面积最大的内陆咸水湖泊，也是世界上较为著名的高海拔低温湖泊。近年来，随着青海省环湖地区退耕还林、退牧还草等生态保护措施的实施推进，截至2022年3月，青海湖的水体面积较十年前增加了220平方公里，达到4635平方公里。此外，在青海湖国家级自然保护区内栖息了多达232种鸟类和23种猛禽，生长着445种野生植物，保护区成为了名副其实的“物种基因库”。政府设立了青海湖国家级自然保护区，这是推进水源涵养和生态保护的重要手段，也是建设绿色中国、美丽中国的重要途径。

青海省西寧市に位置する青海湖は我が国最大の内陸塩湖で

ある。標高が高く気温の低い湖として世界でも名高い。近年来、青海湖周辺地域では農地や牧場を撤退させ、元の自然風貌を取り戻すための保護措置が多く取られてきた。2022年3月までには、青海湖の面積は十年前より220平方キロメートルも増加し、4,635平方キロメートルに達したという。また、青海湖国家级自然保护区内では、232種の鳥類と23種の猛禽が生息し、野生植物が445種も確認されている。保護区は名実ともに「生物種遺伝子の宝庫」となっている。青海湖国家级自然保护区の設置は、水源保護や生態保護のための大切な手段であり、緑豊かな中国、美しき中国を建設するための重要なルートでもある。

# 两三万年——青海的历史厚度

## 二三万年——青海の歴史の「重さ」

青海不仅有雄奇壮美的自然景观，还有丰富多彩的历史遗存。早在两三万年前的旧石器时代，青海就有人类繁衍生息，之后的仰韶文化、马家窑文化、宗日文化、乐都柳湾彩陶遗址、民和喇家遗址、都兰吐蕃墓葬群等考古与发掘，见证着青海多民族文化的交融并存。还有举世闻名的陆上丝绸之路（公元前138年，陕西西安至意大利罗马）、唐蕃古道（公元7世纪初，陕西西安至西藏拉萨）、茶马古道（公元6世纪后期，云南普洱一带产茶区至西藏拉萨），东、西方文明的碰撞与交融，在这里形成了独特的高原文化和多元的民族文化。

青海は壮大かつ優美な自然景観のほか、豊富多彩な歴史も擁している。二三万年前の旧石器時代に、青海にすでに人間が生息していた。その後、仰韶文化、馬家窑文化、宗日文化などが発見され、楽都柳湾彩陶遺跡、民和喇家遺跡、都蘭吐蕃古墳などが発掘されたことによって、青海は多民族文化融合の地であることが分かった。更に、著名な陸上シルクロード（紀元前138年、陝西省の西安からイタリアのローマまで）、唐蕃古道（7世紀初期、陝西省の西安からチベットのラサまで）、茶馬古道（6世紀後期、雲南省のプール茶畑一帯からチベットのラサまで）がいずれも青海を通しており、東西文化はこの地で盛んな交流と融合を果たし、独特な高原文化や多民族的文化が生成したのである。





## 两个千万千瓦级——青海的现代速度 千万キロワット級が二か所——青海の現代的「速さ」

青海—河南±800千伏特高压直流工程起于青海省海南藏族自治州，经青海、甘肃、陕西、河南四省，最终到达河南省驻马店市，是世界首条以输送新能源为主的输电大通道。该项目于2018年开工建设，历时两年建成投运。近年来，青海省大力发展光伏、风电和光热产业，建设中国清洁能源示范省，在海西、海南地区打造了两个千万千瓦级可再生能源基地。“绿色电脉”串联起青海、河南、湖北、江苏等多个省份，为促进环保能源资源的优化配置、推动中国现代化高质量发展起到了举足轻重的作用。

青海～河南±800 kV高压直流プロジェクトは、青海省海南チベット族自治州から始まり、青海、甘肃、陝西、河南の四省を

連動させ、河南省駐馬店市を終点とするものである。これは世界初のクリーンエネルギー送電システムである。このプロジェクトは2018年に着工され、二年かかって完成され稼働開始したものである。近年来、青海省は太陽光発電や風力発電などの光熱産業の発展に力を注ぎ、中国クリーンエネルギー模範省を目指している。海西、海南地域において千万キロワット級の再生可能エネルギー供給基地が二か所建設された。「グリーン電脈」と呼ばれる送電システムは青海、河南、湖北と江蘇などの省をつなげ、クリーンエネルギー資源配置の改善、中国の高品質的現代化の発展に重要な役割を果たした。

这四个“数字”成为串联青海自然风光与人文景观的旅游线索，也搭建起人们了解青海悠久历史与现代发展的桥梁。你是否已在其中发现了汉语数字不同情况下的用法呢？接下来，让我们一起来学习一下吧！

以上の四つの数字は、青海の自然風貌と人文景観を結び付けたキーワードとなり、人々が青海の悠久な歴史と現代的な発展を知るための架け橋にもなった。この際、中国語数字の多様な使い方があることにも気付くだろう。これから、一緒に勉強してみよう。

首先，凡是用于计量的数字，即当数值随着计量单位出现，表示高度、面积、体积、温度、重量等，尤其是当数字较为精确时，一般使用阿拉伯数字。例如：“海拔6 860米”“面积4 635平方公里”“重2.18克”，这样可达到醒目、清晰的效果，同时，上下文的体例应保持统一。

まず、計量用の数字について、計量単位がつく数字を使う際に、例えば高度、面積、体積、温度、重量など、特に数字が変わりと正確な時、アラビア数字が使われる場合が多いのである。「標高6,860メートル」「面積4,635平方キロメートル」「重さ2.18グラム」などがその例で、明瞭な表記が望まれると同時に、表記の統一も必要である。

用数字“数”说青海，让我们一起领略大自然在青海造就的绚丽风光，一起感受青海绿色能源发展带来的时代巨变吧！

「数字」を用いて青海を語る。自然に恵まれた青海の綺麗な風景を楽しみながら、これからもグリーンエネルギーの事業展開を通して日々変わってゆく青海に注目していきたいものだ。🌞

其次，当用两个相邻的数字表示概数时，必须使用汉字，同时连用的两个数字之间不使用顿号隔开。例如：“两三万年前的旧石器时代”“三五天后”“六七十岁”等。

次に、二つの連続数字を用いて大概な数を表すには、漢数字を使うのが一般的である。この際、連続数字の間に読点を入れないのが通例である。例えば、「二三万年前の旧石器時代」「三五日後」「六七十歳」などがその例である。

最后，“二”和“两”的用法是汉语学习者很容易混淆的。当作为数目、用作序数时，应用“二”，例如：“二分之一”“第二”“二伯”；当与量词和度量衡单位连用，或表示双方、约数时，应用“两”，例如：“两份蛋糕”“两公里”“两全其美”“过两天”“两句话”等。

最後に、中国語の難点として「二」と「兩」の使い分けに注目したい。ものの数や順番を表す場合には「二」を使うのが普通である。例えば、「二分之一」（二分の一）「第二」「二伯」（二番目の伯父）などがその例である。数量詞や計量単位を表す場合には「兩」を使うのが普通である。例えば、「两份蛋糕」（ケーキ二人分）「兩公里」（二キロ）「兩全其美」（双方に配慮し満足させる）「過兩天」（二三日過ぎる）「兩句話」（二つの文）などがその例である。

供图 / 崔高浩 图虫创意



# 『世界屋脊』の風情 ——青海の民族文化 ——青海的民俗文化

青海雄踞“世界屋脊”青藏高原的东北部，平均海拔在3000米以上，这里长期居住着藏族、回族、蒙古族、土族、撒拉族等多个少数民族。世界五大宗教——佛教、伊斯兰教、道教、基督教和天主教在青海都有传播。长期以来，多民族文化在历史变迁中演绎出独具特色的高原风土人情。

青海省は、世界の屋根と呼ばれる青海チベット高原の北東部を占め、平均海拔は3,000メートルを超え、古くからチベット族、回族、モンゴル族、トゥー族、サラル族など多くの少数民族が暮らしてきました。世界五大宗教である仏教、イスラム教、道教、キリスト教、カトリックはすべて青海省にも伝播している。長い間に渡って、多民族文化は歴史の変遷を経て、高原独特の風習を発展させてきた。

作者：陌上尘 陌上塵  
翻译：小林干夫 小林幹夫

## 祭神

### 祭神

祭祀活动历来是中华文化重要的组成部分。在青海湖周边地区，“祭海神”是每年重要的礼俗活动之一，当地人以此来乞求海神保护，求得一年人畜平安。通常，大型祭祀开始时，祭台上会摆放已经屠宰好的牛（2头）和绵羊（8只），还会准备10余只活羊和一些糖果、点心、酒、哈达等祭品。当主祭官宣布祭海开始时，人们起立行鞠躬之礼。伴随着祭乐响起，主祭人诵读祭文并进香、进帛等。随后，祭祀者会将10余只活羊赶入海中，案板上的祭品也都随之投入海中，以示敬海神。礼毕，参与祭祀的人们开始“祭海盛宴”，并按古老传统进行“抢宴”，抢的都是提前准备好的手抓牛羊肉和糖果等。“抢宴”结束后，人们拿着各自所得物品到海神牌位前行礼谢恩，寄托对一年美好生活的期望。

祭祀は古来より今日に至るまで中国文化の重要な部分であり続けている。青海湖周辺地域では、「海神祭」の行事が毎年行われる重要な儀礼習俗の一つとなっており、地元の人々は海神の加護、人と家畜の安全を祈る。通常、大規模な祭礼が始まると、屠殺された牛（二頭）と羊（八頭）が祭壇に置かれるほか、十頭を超える生きた羊とキャンディー、スナック、酒、ハダなどのお供え物も用意される。司祭が海神祭の開始を告げると、人々は立ち上がって一礼する。祭礼の音楽が流れる中、司祭は祭礼の詔を読み上げ、線香や絹などを捧げる。その後、氏子達は十頭を超える生きた羊を海に追い込み、まな板の上の献物も海に投げ込み、海神への敬意を表



す。儀式の後、祭に参加した人々は「海祭の宴」を始め、古代からの伝統に則って「争奪の宴」を行い、事前に準備された牛肉、羊肉、キャンディーを我先にと奪っていく。「争奪の宴」の後、人々は手に入れた物を海神の位牌前に供え、敬礼と感謝の意を表し、良き一年でありますようにとの望みを託すのである。

除了“祭海神”，每年七月初，土族还会举行“转山节”。当地人会请出在寺庙供奉的神灵，扛着大大小小的旗子，敲着鼓，背着经书开始转山，以求山神保佑一方平安。

海神祭以外では毎年7月初旬、トゥー族が「転山祭」を行う。地元の人々は、寺院に祀られている神様を招き、大小の旗を持ち、太鼓を叩き、経典を背負い、山の神様のご加護と家内安全を祈りながら山中を歩き始める。



## 茶饮美食

### お茶とご馳走

“一日无茶则滞，三日不饮则疾。”青海地区牧民的主食以牛羊肉为主，由于食物都偏酸性，人们就通过茶叶的碱性来调节平衡，解腻化食。一般用铜壶或陶瓷罐熬煮茶，以茯茶为主。按照煮茶时加入的佐料不同，茶分为三种：一是盐茶。藏族谚语有“茶无盐，水一样”的说法。煮茶时加入盐巴，慢火熬煮成色泽红褐、滋味醇厚的茶汁。二是酥油茶。煮茶时加入酥油和盐，相传是唐朝文成公主嫁到西藏时创制的。酥油是牦牛奶的精华，这种奶香浓郁、色泽金黄的酥油茶深受当地人喜爱。三是奶茶。在煮好的茶中加入牦牛奶，搅匀后烧开即可。此外，稍微讲究一点的人在煮茶时还会加入生姜、荆芥，味道会更加地道。

「一日茶を飲まないと身体はどんよりし、三日飲まないと病気になる。」青海省牧畜民の主食は主に牛肉と羊肉だが、食物が酸性に偏るのでお茶のアルカリ性でバランスを調整し、脂っこさを和らげるのである。一般にお茶を淹れるには銅鍋や陶器製のポットが使用され、主に茯茶が用いられる。お茶を淹れる際に加える調味料の違いにより、お茶は三種類に分けられる。一つは塩茶。チベットのことわざに「塩が入っていないお茶は水と同じで味気ない」とある。お茶を淹れるときは、塩を加えて弱火で煮ると、赤茶色でまろやかな味わいの茶湯が得られる。二つ目はバター茶で、お茶を淹れる際にバターと塩を加える。伝説によれば唐の文成公主がチベットに嫁いだ際に創出したとされる。バターはヤクミルクから精製されたエッセンスであり、濃厚なミルクの香りと黄金色のバター茶は、地元の人々に深く愛されている。三つ目はミルクティーで、良く煮出したお茶にヤクミルクを加え、よくかき混ぜ再び沸かして頂く。また、少しこだわりのある人はお茶を淹れる際に生姜やケイガイを加えより本格的な味わいにする。

青海还有很多特色的美食。主食里面就有炒青稞磨成的面粉，当地人称之为“郭日勒”。牧民早上喜欢喝“豆玛”，就是在碗底放少许糌粑，再加奶豆腐和酥油，与茶一起冲泡而成。节日或招待客人时用“德色”或“托日”。“德色”是由大米饭加糖，再浇以融化了的酥油而做成的饭；“托日”是熟面加酥油、糖、核桃仁、葡萄干、奶豆腐及调味品，然后混合在一起做成方块形的食物，最后在食物的四角及中央放上红枣。这些也是本地人招待贵客的美食。

青海省には特色のあるご馳走が沢山ある。主食には、ハダカムギを炒めて挽いた粉で地元の人々が「グオ・リレ」と呼ぶものも含まれる。牧畜民は朝に「ドーマ」を好んで飲む。これはお碗の底に少量のツァンパを入れ、ヨーグルトとバターを加え、お茶を淹れ混ぜ合わせて飲む。お祭りの日や客人をもてなす際は「デーセ」や「トゥオリ」を用いる。「デーセ」は米に砂糖を加え、溶かしたバターを加えた混ぜご飯だ。「トゥオリ」は茹でた麺にバター、砂糖、くるみ、レーズン、ヨーグルトを調味料と混ぜ、立方体に整形した食物で、最後に赤いナツメヤシを四隅と中央に置く。これらも、地元の人々が大事なお客様をもてなすためのご馳走である。







## 塔尔寺三绝

### タール寺の三傑作

青海民间艺术的顶流要数“塔尔寺三绝”了。塔尔寺位于青海省湟中县，是当地藏传佛教的第一大寺院。塔尔寺以酥油花、壁画和堆绣闻名于世，号称“三绝”。其中，酥油花是一种用酥油来塑型像物的特殊技艺，能制作出各种佛像、人物、山水、亭台楼阁、飞禽走兽、花卉树木等艺术精品。酥油花的制作分为扎骨架、做胚胎、敷塑、装盘四道工序。由于酥油花在25℃时就会融化，所以只能在室温0℃左右的房间内制作。每年农历正月十五，寺内制作的酥油花展览都会吸引众多的游人及信徒前去参观、膜拜。塔尔寺壁画是喇嘛教宗教画系，从当地石质矿物中提取颜料，色泽鲜艳，经久不变。画面上展示的有佛经故事、神话故事、姻缘故事、释迦牟尼生平故事等，壁画人物形象立体感强，层次分明，栩栩如生，令人叹为观止。塔尔寺的堆绣艺术，就是在布幔上用各色布块（绸缎）粘贴、堆砌大小佛像，并在周围点缀各种花卉图案，是塔尔寺独有的一种地方民族工艺。堆绣题材丰富，包括人物、山水、花卉等。

青海省で最も人気のある民俗芸術は「タール寺の三傑作」である。タール寺は青海省湟中県にあり、チベット仏教最大の僧院である。タール寺は、「三傑作」として知られるバターフラワー、壁画、堆繡で世に名を馳せ、中でもバターフラワーはバターを使って立体を形づくる特殊な技法で、仏像、人物、風景、楼閣、鳥獸、花木など様々な芸術的傑作を生み出すことができる。バターフラワーの製造は「骨組み作り」「肉付け」「整形」「盛り付け」の4つの工程に分かれている。バターフラワーは25℃で溶けてしまうため、室温が0℃程度の室内で作られる。毎年旧暦の正月十五日、寺院で開催されるバターフラワー展示会には、多くの観光客や信者が訪れ、ひれ伏して参拝する。タール寺の壁画はラマ教の宗教画が描かれ、地元の岩石鉱物から抽出した顔料で色付けされ、色は鮮明で長期間色褪せしない。壁面には仏教説話、神話の物語、結婚の物語、釈迦の生涯の物語などが描き出さ



れ、壁画の登場人物は立体感が際立っており、人格の高低がくっきりと分けられ、その生き生きとした様は息を飲むほどの美しさだ。タール寺の堆繡とは、大きな垂れ幕に、様々な色布（絹織物）を縫い付け、そこに大小の仏像を刺繍し、周りを様々な花模様で装飾したもので、タール寺ならではの民族工芸である。堆繡のテーマは豊富で、人物、風景、花などがある。



## 藏医药浴

### チベット医学の薬湯

作为中华医药学的重要组成部分，“藏医药浴法”是青海当地极具特色的防治疾病的方式之一。药浴主要以五种藏草药为基本方，随症加药，也称为“五味甘露浴”。这五种草药分别是刺柏、杜鹃、白野蒿、藏麻黄和水柏枝。通常是将身体浸泡于药物熬煮的水汁中，通过皮肤吸收或发汗，达到散寒祛风、活血化痰和燥湿止痒等目的。

中国医学の重要な部分である「チベット医学の入浴法」は、青海省における病気の予防とユニークな治療方法の中の一つだ。薬湯はチベットの五種類の漢方薬を基本処方とし、症状に応じて薬を加えて使用するもので、「五味甘露湯」とも呼ばれる。五種類の薬草とは、イブキ、ツツジ、シロヨモギ、チベットマオウ、ミリカリアを言う。通常、沸かした湯に薬草を投げ、そこに身体を浸し皮膚から薬効を吸収させ、或いは、発汗を促すことで、悪寒を取り去り邪気を払う。血行を促して於血を取り去る。また、湿気を乾かし、痒みを和らげるという目的を達成するのである。

当然，除了“五味甘露浴”，藏医传统疗法还有涂擦、木棍疗法、放血、火灸、冷热敷法、拔罐等特色治疗方式。

もちろん、「五味甘露湯」のほか、チベットの伝統医学には擦り付け療法、棍棒療法、瀉血、お灸、温湿布、冷湿布、カッピングなどの独自の治療法も含まれている。





## 玉树卓舞

### 玉樹の「卓舞」

“玉树卓舞”又称“锅庄舞”。玉树藏族自治州一带的传统“玉树卓舞”历史悠久，种类繁多。题材大多以对家乡、自然风光的歌颂为主，完整的演出分为序舞、正部和尾声三部分。由于舞蹈服装的袖子很长，表演时舞者主要通过甩袖来表现。这种舞蹈常常有几十人，甚至上百人共同参与，甩起来的袖子随着舞蹈动作变化多样，场面宏大气派。

玉樹の「卓舞」は「鍋庄舞」とも称される。玉樹チベット族自治州一帯の伝統的な「玉樹卓舞」は長い歴史があり、多くの種類がある。故郷や自然への賛美を主題としたものが多く、作品はプロローグ、主題、エピローグの3部に分かれている。ダンス衣装の袖は非常に長く、ダンサーはパフォーマンスの最中に袖を動かして表現する。数十人、場合によっては数百人が参加することも多く、振り上げられる袖も踊りの動きに合わせて変化し、その光景は気宇壮大だ。

生活在“世界屋脊”青藏高原上的各少数民族，彼此的文化都在历史长河中相互渗透，形成了特色鲜明的青海



民俗。他们传承着历史，也在草原歌舞、藏戏、摔跤和赛马等活动中走向现代，为雪域高原的多彩生活增添了一抹别样风情。

「世界の屋根」である青海チベット高原に住むさまざまな少数民族の文化は、歴史を通じて相互に浸透し合い、青海省独特の民俗習慣を形成した。彼らは、草原の歌と踊り、チベットオペラ、レスリング、競馬などの活動を通じて歴史を継承し現代に向かい、降雪地帯に位置する高原の多彩な生活に独特の風味を添えている。☞

供图 / 中新社 - 马铭言 视觉中国 图虫创意



# “唐蕃古道” 青海段

## 「唐蕃古道」青海段

作者：百茶客 百茶客

翻译：山建国 山建国

距今大约1300年前，文成公主的车队从长安（今陕西西安）出发，一路浩浩荡荡驶向逻些（今西藏拉萨）。史书中没有记载她当时的感受，但不管怎样，文成公主对自己的远嫁及其以后的人生轨迹肯定有着清楚的认识。唐朝和吐蕃（bō）的这次联姻开创了汉藏民族交往的新历史。

今から約1,300年前、文成公主の車列が長安（現在の陝西省西安市）を出発し、果てしない道を進みながら邏些（現在のチベット自治区ラサ市）を目指した。歴史書に彼女の当時の心境がつづられているわけではないが、いずれにせよ彼女が遠方への嫁入り、そしてその後の人生のあゆみをはっきりと認識していたに違いない。そして、唐と吐蕃の政略結婚により、漢族とチベット族の交流の新たな歴史が始まったのだ。

我们通过陪嫁物品可以看出当时朝廷对此次联姻的重视程度——陪嫁物品中除了大量的珍宝，还有纺织品、药物、谷种、蚕种、乐器、书籍等，随行的还有一批从事手工艺的工匠

和乐工。这支队伍一路西行，一路传播大唐文化，跨越了今天的陕西、甘肃、青海、四川和西藏等五个省区，全长约3000公里。其中一半以上的进藏之路是在青海境内，文成公主西嫁对青海地区也产生了深远的影响，后人把这条要道称为“唐蕃古道”。

朝廷が当時この政略結婚をどれほど重視していたかは、その嫁入り道具から見て取ることができる。その中には大量の宝物のほか、織物、薬、穀物、蚕の卵、楽器、書籍などのほか、手工芸の職人や楽師までも帯同させたのだ。そして一行は西へと向かい、道中で唐の文化を伝え、現在の陝西省、甘肅省、青海省、四川省、そしてチベット自治区など5つの省区を超え、その全長は約3,000キロメートルにも及ぶ。また、チベットに入るまでの道の半分以上は現在の青海省の中に位置している。そのため、文成公主の嫁入りはこの地域に大きな影響を与え、後世の人々はこの道を「唐蕃古道」と呼んでいる。

# 丝绸之路

“唐蕃古道”与“茶马古道”“丝绸之路”并称“三大古道”，是唐朝以来中原内地经青海、西藏沟通尼泊尔的重要道路。据《新唐书》记载，唐太宗贞观元年之后的200余年间，汉藏民族沿着唐蕃古道密切交往，唐朝和吐蕃使臣往来多达142次。唐蕃古道成为促进中原地区和青海、西藏民族日常交往、文化交流、贸易往来的重要纽带。双方使节、商人等频繁交会于此，呈现出“金玉绮绣，问遣往来，道路相望，欢好不绝”的繁华场景。

## 唐蕃古道

## 茶马古道

る重要な結びつきとなった。双方の使節や商人などはこの地で頻りに交流し、「金玉綺綉，問遣往来，道路相望，歡好不絶（金・玉・織物、訪ねて去り来りを問う、道路を隔てて向かい合い、喜びが絶えず）」というにぎやかな情景を作り出した。

「唐蕃古道」「茶馬古道」「絲綢之路（シルクロード）」は三大古道と呼ばれ、唐の時代以降に中原地帯が青海、チベットを経由して、ネパールと交流する重要なルートであった。「新唐書」の記載によれば、唐の太宗帝が在位した貞観年間の元年から200年余りの間、漢族とチベット族はこの唐蕃古道の沿線で密接に交流しており、唐と吐蕃の使節の往来は142回にも上る。この道は中原地帯が青海やチベット族との日常的、文化的、そして経済的な交流を促進す



文成公主离开唐朝进入吐蕃，首先要翻越青海西宁的日月山。日月山处于黄土高原与青藏高原的叠合区，是青海省内流河和外流河的天然分界线，当地有“日月山，日月山，海拔三千三，回头看有人烟，向前看青草滩，一望无边”的说法。相传，文成公主经过这里时，只见天地无边无际，思乡之情油然而生，便取出临行前唐太宗所赐的“日月宝镜”，不料镜中出现的竟是长安的繁华景色。公主悲喜交加，不忍细看，毅然将宝镜抛下，希望长安美景能在此地扎根。宝镜摔成了两半，摔在东边的是“日镜”，摔在西边的是“月镜”，化为今天的“日”“月”二山。

文成公主が唐を離れて吐蕃の領土に入ると、まず青海の西寧にある日月山を越えなければいけなかった。ここは黄土高原と青藏高原の合流地点に位置し、青海省の内外を流れる河が自然に分かれる地点である。そのため、現地では「日月山，日月山，海拔三千三，回头看有人烟，向前看青草滩，一望无边（日月山、日月山、海拔3,300メートル、振り返ると人の生活が見える。目の前には青い草原、果てしなく広がる景色）」という表現があるほどだ。言い伝えでは、文成公主はこの場所を通過する際に、果てしなく広がる景色を見ただけで故郷に対するおもいが自然と湧いてきた。そこで、出発前に唐の太宗帝から送られた「日月宝鏡」を取り出すと、意外にもそこに映ったのは故郷の長安のにぎやかな様子であっ

た。彼女の心には嬉しさと悲しさが交わりまじまじと見ることができず、鏡に映る長安の美しい景色がこの地で根を張ることを願い、その鏡をためらわず地面に向かって投げたのだ。するとその鏡は半分に分かれ、東側が「日の鏡」、西側が「月の鏡」となり、日月山の「日」と「月」という2つの山になった。

故唐蕃古道也是一条文化传播的古道。青海处于唐蕃古道的核心地段，唐朝与吐蕃交流的日益频繁，也带动了佛教文化在当地的传播。佛教从内地和吐蕃两个方向分别传入青海，由此出现了汉传佛教和藏传佛教在青海地区的交汇。当时，文成公主的车队就带有释迦佛像、佛学经典等佛教物品，一路前行，遍传佛法，所以当地人把唐蕃古道尊称为“迎佛路”。

ゆえに唐蕃古道は文化を伝承する古道でもある。青海は唐蕃古道の重要な地点に位置しており、唐と吐蕃の交流は日増しに活発になり、仏教文化の伝来をけん引した。青海への仏教伝来は漢族が暮らす地域と吐蕃の2ルートから分かれて伝来したため、漢仏教とチベット仏教が青海地域で交わることになった。当時、文成公主の車列は釈迦の仏像や仏学の経典など、仏教関連の物品を持参しており、旅路を前進しながら仏教を広めたため、現地の人々は尊敬の意味を込めて唐蕃古道を「迎仏路」と呼んでいる。



自唐蕃之道兴盛以来，青海玉树地区，即古河湟地区，便逐渐成为佛教的弘传中心。藏民中享有盛誉的禅古寺便坐落在玉树。每逢禅古寺的盛大节日，都会表演藏传佛教的神秘舞蹈——金刚舞。这种机会很难得，所以每当这个时候，远近村民都会前来观看，场面非常壮观。

唐蕃之道が栄えて以降、青海の玉樹という地域、すなわち古河湟地区は徐々に仏教伝来の中心地となっていく。チベット族の間でその名をとどろかせる禅古寺の所在地は、まさにこの玉樹である。禅古寺が毎回盛大に祝日を迎える際には、チベット仏教の神秘的な舞踊である「金剛の舞」を披露する。各地の村民はこの貴重な機会を一目見ようと、イベントの度に各地から集まり、その光景は大規模かつ素晴らしいものである。

相传，文成公主进藏途中在玉树贝纳沟停留最久，当地的藏族首领率群众为她举行了隆重的欢迎仪式，文成公主颇为感动，在停留的日子里为当地群众传授耕作、纺织等技术。据史料记载，文成公主一行途经玉树时在岩壁上雕刻了九尊佛像，这就是现存的“大日如来佛堂”，也叫“文成公主庙”。该庙坐北朝南，前面是一条流淌的小河，背面是松柏繁盛的山峦，风景非常优美。庙四周的悬崖和面积较大的石头上都刻着数不清的藏经。庙门旁有一块碑石，记载了当年修建庙宇的历史。庙内殿堂正上方的岩壁上刻有九尊浮雕佛像，居中的主佛像便是大日如来佛像。佛像高7.3米，面目慈祥，神态端庄，栩栩如生。

また、言い伝えでは文成公主がチベット自治区に向かう途中で玉樹の貝納溝という場所に最も長く滞在した。そこで、現地のチベット族の首領が率いる人々が彼女のために歓迎の儀式を盛大に執り行ったのだが、文成公主がこれにいたく感動し、滞在期間は人々のために耕作や紡績などの技術を教えたのだ。歴史書の記載によれば、文成公主の一行は玉樹を通過する際に岩壁に9体の仏像を彫ったのだが、これが現存する「大日如来仏堂」であり、「文成公主廟」とも呼ばれている。この廟は北側に位置して門が南を向いているのだが、門の前方には小川が流れ、後には松柏が生い茂る山々が連なり、美しい景色が広がる。その周囲にある大きい石の上には、数えきれないほどのチベット仏教の経典が刻まれている。そして、廟の門のそばには碑石があり、建立当時の歴史が刻まれている。内部の殿堂の真上には岩壁に掘られた仏像のレリーフが9体あり、その中央部にある仏像こそがメインの大日如来である。その高さは7.3メートルであり、心優しい表情、威厳のある立ち振る舞い、そして生き生きとした様子が特徴である。



文成公主这一路走走停停，整整花费了三年时间。从唐蕃古道青海段出土的文物中，我们可以清晰地看到当时文化交流、民族融合的繁荣景象。比如，出土的文物中有大量的胡人俑。胡人是唐朝北方和西方的游牧民族，唐朝实行开放宽容的民族政策，有很多胡人商人往来首都长安，出土的胡商俑等文物有力地证明了当时唐蕃古道上不仅有汉族和藏族的交流往来，还有胡商之间频繁的文化交流。

文成公主はこの道で前進と一時滞在を繰り返し、3年の歳月を丸々費やした。唐蕃古道の青海段から出土した文物の中には、当時の文化交流や民族が交わり繁栄する様子をはっきりと見て取ることができる。例えば、その中には大量の「胡人」の埴輪が含まれる。胡人とは唐の時代に北部と西部で暮らしていた遊牧民族を指すが、当時、唐は異民族に対して非常に寛容的な政策をとっていたため、多くの胡人商人が首都の長安を出入りしていた。出土した埴輪などの文物は、当時の唐蕃古道において漢族とチベット族のみならず、胡人商人の間でも頻繁な文化交流があったという有力な証拠になっている。





“天空最亮的星星是太阳，人间最美的宝物是黄金，汉妃大姐的心灵哟，胜过太阳，胜过黄金。”这是流传在唐蕃古道上人们赞美文成公主的民歌，歌曲中的“汉妃大姐”就是指文成公主。千百年来，斗转星移，朝代更迭，但文成公主的故事早已成为流芳百世的美谈。唐蕃古道在今天依旧发挥着交通运输和文化交流的重要功能，让中原内地和青藏高原紧密相连，在波澜壮阔的变迁中书写着一个又一个传奇。

「天空最亮的星星是太陽、人間最美的宝物是黄金、漢妃大姐的心靈哟、勝過太陽、勝過黄金。（空に最も輝く星は太陽であり、人間の中で最も美しい宝物は黄金である。漢妃大姐、彼女の心は太陽に勝り、黄金にも勝る）」という唐蕃古道に伝わる、人々が文成公主を称える民謡がある。この「漢妃大姐」とは文成公主を指している。文成公主の美談は、たとえ長い歴史の中で季節や王朝が移り変わろうとも、その名声が後世まで語り継がれている。唐蕃古道は今なお交通運輸や文化交流という重要な機能を果たしたことで中原地帯と青藏高原が密接に繋がりに、歴史の荒波の中でも次々と伝説を残しているのだ。❶

供图 / 图虫创意





# 扎西尖措 与唐卡的故事

ザヒゼンゾと  
タンカの物語

作者：晏如 晏如

翻译：谢秦 谢秦

**唐**卡是来源于中国藏族文化的绘画艺术，“唐卡”一词是藏语的音译，意为“填补空白”。唐卡作品通常以藏传佛教题材为主，通过细致的线条、鲜艳的色彩以及生动的人物，描绘出藏族的宗教、社会、文化习俗。

タンカは、中国チベット仏教において発達した独特の宗教画である。「タンカ」は、チベット語の音訳で「空白を埋める」という意味を持つ。チベット仏教を題材とするタンカは、緻密な線と妖艶な色、また具象化された人物像を用いて、チベットの宗教、社会と文化を表情豊かに表現する芸術品である。

青海省の黄南藏族自治州被誉为唐卡的传承之乡，是“热贡唐卡”的发祥地。“热贡唐卡”属于“热贡艺术”，“热贡艺术”作为青海民间艺术的代表，先后被列入中国国家级非物质文化遗产和联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。在青海黄南地区，有很多擅长绘制唐卡的民间艺人，扎西尖措就是在这块土地上成长起来的一位优秀画师。

青海省にある黄南チベット族自治区州はタンカ伝承の地と言われ、特に「熱貢タンカ」の発祥地であると伝えられている。「熱貢タンカ」は「熱貢芸術」のジャンルに属するが、「熱貢芸術」は青海省の民間芸術の代表として、中国国家無形文化財やユネスコ世界無形遺産に登録されている。青海黄南では、タンカ創作に長けた民間芸術家が数多くいる。ザヒゼンゾはこの地に生まれ育った優秀な絵師の一人である。

扎西尖措有“青海省省级工艺美术大师”的称号，担任中国工艺美术协会唐卡专业委员会副主任等职务。

幼时的扎西尖措从村中老一辈唐卡艺人那里开始了他的绘画启蒙课。由于家境并不富裕，买不起好的画材，他便以木棍、树枝、石头和粉笔等为绘画工具，以黄土地为“画布”学习绘画唐卡。高考后，他选择到青海民族大学工艺美术设计专业就读，在学习素描、油画的同时，尝试将它们融入唐卡的绘画之中。毕业时，扎西尖措举办了该校首次学生个人唐卡作品展。

ザヒゼンゾは、「青海省工芸美術大師」の称号を持ち、現在は中国工芸美術協会タンカ専門委員会の副主任を担当している。幼い時から村のタンカ絵師に師事し、タンカ創作の啓蒙を受けたザヒゼンゾのタンカ習得の道は必ずしも簡単なものではなかった。貧しい家庭に生まれたため、専門の絵画道具が買えず、棒や枝、石ころやチョークで地肌を画布にしてタンカを描く技術を学び始めたのである。その後、ザヒゼンゾは青海民族大学に進学し、工芸美術デザイン学科で大学生活を始めた。素描や油絵を習ってから、それらの要素をタンカ創作に取り入れることを試みたという。大学を卒業する際、ザヒゼンゾは大学初としてタンカの学生個展を開いたのである。

扎西尖措的作品注重各地区的文化交融。一次在参观山西太原的云冈石窟时，他注意到石窟中佛像底座上的彩绘与他家乡藏式建筑上的绘画图案，不论是样式还是颜色都十分相似。在他看来，今天在藏传佛教中盛行的很多艺术形式，都是从中国其他地区“引进”的。为了更好地了解这些艺术传播的脉络，他利用到各地参展的机会，开始研究藏式建筑图案与其文化背景，以期了解青海地区文化与中国其他地区文化交流的历史。2018年，扎西尖措根据自己整理的藏式建筑

图案资料创作了百幅系列作品《吉祥彩绘》，让许多唐卡画师从中了解到藏式建筑图案的历史渊源，并开始将其作为唐卡作品的主题进行创作，而不局限于佛像唐卡的绘画。

ザヒゼンゾの作品は、特に地域間の文化融合を心にかけている。山西太原の雲岡石窟見学の際、ザヒゼンゾは仏像の台座に施された色絵が、故郷のチベット式建築に見られる紋様と色彩や様式と非常に類似していることに気づき、今日のチベット仏教を背景とする様々な芸術は他の地域文化を大いに取り入れたのだと考えた。芸術伝播の脈絡を辿るため、ザヒゼンゾは各地に出向き、チベット式建築の絵画や文化背景の研究に励み、青海の文化と中国他の地方文化の交流史を明らかにしようとしていた。2018年、ザヒゼンゾは、長年かけて収集してきたチベット式建築紋様を整理し、自らの作品に融合させながら、作品集『吉祥彩绘』



を仕上げた。百以上もの作品を通して、チベット式建築紋様の歴史的由来を地元のタンカ絵師に物語っただけでなく、今まで仏像を描くタンカの画風を一変させ、チベット式建築紋様を取り入れる斬新な創作理念を披露した。

扎西尖措又尝试对传统唐卡绘画的内容进行革新。他发现，传统的唐卡画面结构基本是以主位的释迦牟尼、两旁的十六尊者和下方的四大天王为定式，众多人物都集中于一幅画面中。扎西尖措尝试将十六尊者从这样的群像中单独拆分出来，又融入青海、西藏和四川三地的藏式绘画风格，创作出《十六尊者》系列作品，这也使他成为第一



位获得中国国家青年艺术创作人才资助项目的唐卡画师。

ザヒゼンゾは伝統的なタンカ創作の革新にも努めた。タンカの伝統的構図では、主位が釈尊、両側に十六尊者、手前に四天王というのが定式となっているが、ザヒゼンゾは一幅のタンカに人物像が集中していることに注目し、十六尊者を群像から抜き出し、青海、チベット、四川のチベット絵画様式を融合させた『十六尊者』シリーズ作品集を創作した。この業績が認められ、ザヒゼンゾは中国国家青年芸術創作人材補助プロジェクトに選定された。これはタンカ絵師初めての当選である。

在追求创新的同时，扎西尖措依旧保留了唐卡绘画传承多年的“本味”。他从黄南地区老一辈的唐卡绘画艺人那里了解到，现代技术生产出的画布通常使用石膏粉来打磨，而传统画布则因为早年间条件限制，通常都是就地取材——将当地的黄土烧制、过筛、打磨后再抹到画布上。扎西尖措按此传统技法来准备画布，呈现出土黄的底色，与矿物颜料融合后创作出的唐卡画有一种复古的味道，颇具古代宫廷唐卡画的风格。

革新を追求しながらも、ザヒゼンゾは長年伝承されてきたタンカ本来の風韻を大事にしていた。黄南地域の民間タンカ絵師によると、現代の科学技術によって作られた画布は、通常石膏粉末で磨かれてから使われるもので、それに対し、伝統的な画布は、技術的制限がかかっているため、焼かれた黄土を研磨し粉末にしたもので地塗りされるようである。ザヒゼンゾは、この伝統技法で作られた画布を用いることで、黄土の地色と絵具の色彩とが見事に相まって、タンカに復古的味わいを持たせ、古代宮廷タンカの画風をうまく演出させたのである。

近年来，唐卡的需求量在不断增长，扎西尖措心中也浮现一个念想，就是培养更多的唐卡绘画人才。毕业后，他在省会西宁市设立了自己的唐卡工作室，到目前为止招收了30多名学生。在当地人看来，学习唐卡绘画是很隆重的一件事。曾经有一名来自贫困地区的学生到扎西尖措的工作室求学，“他们一家子七口人都来送这个孩子学画唐卡，”扎西尖措回忆道。

近年、タンカの需要が急増する中、ザヒゼンゾは新た

な使命感を覚えた。それはタンカ創作人材の育成である。大学卒業後、ザヒゼンゾは西寧市に自分のタンカスタジオを開き、30名ほどの生徒を招いた。地元では、タンカを習うことは非常に名誉のあるものと見られている。貧困地帯からやってきた一人の生徒が、「七人の大家族にスタジオまで見送られたのだ」とザヒゼンゾはう振り返った。

除此之外，唐卡推介会和艺术基金资助项目等帮助唐卡民间艺人打通了个人创作与对外交流之间的通道。通过中国文联的平台，扎西尖措与同期校友一起在青海当地设立了唐卡写生基地，并挂牌“湖南师范大学现代艺术研究中心”。他们邀请来自湖南的画家朋友体验唐卡绘画，这些画家回到湖南后举



供图 / 扎西尖措

办了唐卡展览，相关新闻的浏览量在短短几天内就突破了30万次。“要达到这样的宣传力度，靠我自己是办不到的，”扎西尖措说。有了这样的经历，他目前正在考虑打造“唐卡绘画体验”的新模式，不仅可以让具有专业技能的画家参与其中，还可以让普通人感受到唐卡的别样魅力。

ザヒゼンゾのスタジオのほか、タンカ推奨会や芸術補助基金などを通して、タンカの民間絵師の作品は対外交流の道を歩み始めた。中国文学術界連合会のサポートのもと、ザヒゼンゾは同期生とともに青海タンカ写生基地を立ち上げ、「湖南師範大学現代芸術研究センター」と名付けた。湖南から画家を招き、タンカ創作を体験してもらうことで、湖南に戻り

タンカ作品展を開く画家が輩出した。それがニュースとなり、ネットユーザーによるアクセスは短期間で30万回以上も突破したという。「タンカはこれほど情報発信できたことには、私個人の力ではなかなかできないものだ」とザヒゼンゾは言う。今は「タンカ創作体験」の新しいモデルを考案しているザヒゼンゾは、多くの専門的技術を持つ画家の参与を期待するほか、素人にもタンカの魅力を味わってほしいと考えている。

扎西尖措抱着对唐卡的热爱，除了积极创作大量优秀的唐卡作品，还为唐卡发展作出贡献——深入探寻唐卡奥秘，将唐卡技艺创新融合，推动唐卡走出青海、走遍全国、未来走向世界。从中，我们看到了青海当地艺人对于唐卡艺术的代代传承与不断创新，也看到了中国对非遗技艺的保护与推广。

ザヒゼンゾは、タンカに多大な情熱を抱きながら、数多くの優秀作品を作り上げ、タンカの発展に大きく貢献をしたと言える。タンカの奥義を究め、タンカ創作に新しいアイデアを融合させることによって、タンカはやがて青海だけでなく、全国ないし世界の舞台上に登場するだろう。このように、我が国の無形文化芸術遺産に対する保護と推奨のもと、青海地元のタンカ絵師は新しい要素を配合したタンカ芸術を代々継承していくのであろう。 ㊦



2020年8月，我获得北京大学社会学博士学位，旋即东渡日本，担任早稻田大学国际教养学部讲师，从事社会学的教学与科研工作，如今已是第三年了。

2020年8月、私は北京大学の社会学博士学位を修了してすぐ日本に渡った。そして、早稲田大学国際教養学部の講師となり、社会学を教えながら研究に従事して3年目になる。

我在早稻田大学开设了一门通识教育课程——“《论语》精读”。我和学生们一起细读《论语》原文，主要的阅读参考书包括宋代大儒朱熹的《四书章句集注》和《朱子语类》、明末大儒王夫之的《四书训义》以及民国学者钱穆撰写的《论语新解》。在这门课上，我会要求学生手抄半部《论语》，希望学生逐字理解《论语》，并增强对《论语》的实体感受。此外，我要求学生任选《论语》中的一条原文进行详细讲解（包括翻译成英语或日语），并完成一篇读书报告（从夏目漱石的《心》和曹雪芹的《红楼梦》中任选一本）。这门课得到了学生的认可，选课人数从第一年的20人提升到了第三年的60人，六个学期一共有200多人修过“《论语》精读”课。

私は早稲田大学で「『論語』精読」という一般教養科目を開講した。私と学生たちは『論語』の原文と一緒に読み込み、主な参考文献として宋の儒学者である朱熹の『四書章句集注』と『朱子語類』、明代末の儒学者である王夫之の『四書訓義』、中華民国時代の学者である錢穆による『論語新解』が挙げられる。授業では学生に『論語』の半分ほどを手書きで書き写してもらう。なぜなら、学生たちに文字を追いながら『論語』を理解し、実際に感じてもらうことを強化するためである。このほか、私は学生たちに原文の『論語』から一節を選び、詳細に解説をしてもらうほか（英訳または和訳を含む）、読書レポートを書いてもらう（夏目漱石の『心』または曹雪芹の『紅樓夢』いずれかから1冊を選ぶ）。この授業は学生からも一目置いてもらうことができ、履修者は1年目の20名から3年目には60名にまで増加し、6学期で合計200名以上がこの授業を履修したことになる。



# 我在早稻田大学教《论语》

## 早稲田大学で『論語』を教える

作者：左雯敏 左雯敏

翻译：山建国 山建国

开设“《论语》精读”课主要有以下三方面的考虑。第一，儒家思想对包括中日韩在内的东亚社会具有广泛而深远的影响。早大学生以日本、中国和韩国的学生居多，我希望《论语》中的智慧可以让更多的学生受益。第二，儒家思想诠释了关系社会的人伦之道和君子人格的修养之道，这对于我们理解东亚社会的性质和东亚人的身份认同具有重要的启发作用。身处全球化的现代社会，这种文化自觉的通识教育可以帮助现代人构造健康充实的精神世界。第三，从社会学研究的角度来说，通过“《论语》精读”课把诞生于西欧工业时代的社会学与中国的儒家思想相结合，可以推动中国社会学向前发展。

「『論語』精読」は以下3点の考えから開講した。1つ目は、儒教思想が中日韓を含む東アジアの社会に広域かつ深い影響力を持つという点である。早大生は日本、中国、韓国の学生が多いため、私はより多くの学生たちに『論語』の中の知恵の恩恵を受けてほしいと考えている。2つ目は、儒教思想は社会に関わる人間のあり方、そして優れた人格を養うという概念を説明しているのだが、これは東アジア社会の性質や現地の人々のアイデンティティを理解する際に重要な気づきを与えているという点である。グローバル化の現代社会に身を置くと、このように自分自身で文化を知るための教養教育は、現代人が健全かつ充実した精神の世界を構築する一助になる。3つ目に、この科目は西欧の工業化時代に誕生した社会学と中国の儒教思想を組み合わせることで、中国社会学の発展を、社会学を研究する角度で後押しできるという点である。

从一般的学科分类而言，《论语》和儒学属于哲学学科的范畴，借由《论语》，我们可以把握儒家思想中那一整套具有东方特色的宇宙观、社会观、道德观、人生观和身体观等。在中国哲学研究的基础上，我们可以引入社会学的分析范式来进一步挖掘《论语》的价值。我举两个例子来说明如何从社会学的角度来研究《论语》。

一般的な学科の分類で言えば、『論語』と儒教は哲学の範疇に属するが、私たちは『論語』を通じて儒教思想の中にある東方ならではの宇宙観、社会観、道德観、人生観、そして身体観などを理解することができる。そして、中国哲学の研究を基礎に、私たちは社会学の分析モデルを導入して『論語』の価値をさらに発掘することができる。ここからは2つの事例をもとに、『論語』を社会学の角度から見ていきたい。

例一：让座。在不愿意给别人添麻烦的日本社会，让座并不常见。但是在中国，年轻人在公交车或地铁上给老年人让座是一项约定俗成的社会义务。给老人让座有两种行动逻辑：第一种，让座是尊敬老人、遵守礼貌的美德；第二种，想起自己年迈的父母或爷爷奶奶，希望也有人给他们让座。这两种行动逻辑达到了相似的效果。但是，第一种逻辑是道德教条，颇有“心灵鸡汤”的意味；第二种逻辑是“推己及人”，其基础是家庭伦理。基于家庭伦理的鲜活生命体验，从而激发出敬老孝老的仁敬之心，这样就把家庭伦理推到了家庭之外，这也就是儒家思想所说的“推己及人”。

例1：座席を譲る。他人に迷惑をかけたくないと考える日本社会では、座席を譲る行為は必ずしも散見されるわけではない。しかし中国では、若者がバスや地下鉄で高齢者に座席を譲る行為はごく一般的な社会の義務である。この行為には2つの行動ロジックがある：ひとつは高齢者を敬い、礼儀の美德を遵守する点である。もうひとつは自分の年老いた父母または祖父母を思い浮かべ、誰かが自分の父母または祖父母に座席を譲ってほしいと思う点である。この2点はいずれも最終的に座席を譲るという行為にいたるわけだが、





1つ目のロジックは道徳的な教えであり、ほっこりする（中国語ではこれを「心のチキンスープ」に例える）という意味合いがある。これに対して2つ目のロジックは「推己及人（相手の身になり思いやる）」ということであり、家庭倫理が基礎にある。これに基づくいきいきとした生命の体験により、年長者を敬い、親孝行であるという優しさと尊敬の念を呼び覚ますのだ。こうして家庭の倫理を家庭の外に持ち出すのであり、これは儒教思想で言う「推己及人」でもある。

例二：隔代抚养。在当前中国社会，隔代抚养（老年人帮助照顾年幼的孙子孙女，以减轻年轻夫妇的抚育压力）是一件很常见的事情，但这在美国和日本却不常见。美国的老年人会觉得，即使已经年迈，但自己依然是一个自由的个体，有自由的生活，不应该被绑定在子女的家庭事务之中。从本质上说，这是一个个体主义的行动逻辑。但是，日本的老年人会觉得，抚育子女是为人父母的责任，自己不能阻碍年轻夫妇履行为人父母的责任。从本质上说，这是一个加强“小家庭伦理”的关

系主义逻辑，而不是像美国社会那样的注重个体权益的个体主义逻辑。注重家庭伦理的关系主义逻辑，与东亚社会的儒家思想，特别是“仁”的观念有很密切的关联。

例2：祖父母の子育て。現在の中国社会では祖父母が孫の面倒をみること（中国語では「隔代撫養」という）は日常的な光景であるが、米国や日本ではあまり見られない。なぜなら米国の高齢者は自身が年老いても一人の自由な「個」であり、自由な生活があるため、自分の子どもの家庭事情に縛られたくないと考えるからだ。本質的に言えば、これは個人主義の行動ロジックである。これに対して日本では、子どもを育てることは父母の責任であり、祖父母である自分がその責務を邪魔してはいけないと考える。これは「小家庭倫理」の関係主義ロジックを強化したものであり、米国社会のように個人の権利や権益を重視する個人主義のロジックとは異なる。家庭内の倫理観を重視することは、東アジア社会の儒教思想、とりわけ「仁」の考え方と密接な関連がある。

实际上，我跟学生们的交流从课堂延伸到了课外。每周四下午课后，经常有学生到研究室来跟我讨论问题，然后一起吃晚饭，这似乎已经形成了一个相对固定的“木曜日”。我经常组织学生（包括中国、日本、新加坡等国家的学生）爬山、聚餐或者做社会调查，比如在东京、埼玉、千叶、岩手、熊本等地都做过调查，参加过调查的早大学生有50人左右。此外，还有一些选过我“《论语》精读”课，然后去中国（如北京大学、香港中文大学、台湾大学等）交换、读双学位或读研的日本学生，我从他们的反馈中获悉，“《论语》精读”课对他们理解中国社会和中国人的行为逻辑起到了重要的作用。

学生たちとの交流は教室の外にまで広がっている。毎週木曜日の午後、放課後にしばしば学生が研究室に来て議論を交わし、その流れで夕食をともにする。するといつしか定例の「木曜日」となったのだ。また、私はよく学生（中国、日本、シンガポールなどの国出身者）と山登り、会食、または社会調査を行う。例えば、東京・千葉・岩手・熊本などの場所で調査をした実績があり、参加した早大生は50名前後に上る。このほか、私の授業を履修したことがあり、中国（例えば北京大学、香港中文大学、台湾大学など）に交換留学やダブルディグリープログラムを行う日本人学生からのフィードバックで、「『論語』精読」の授業が中国社会や中国人の行動ロジックを理解するのに大きな役割を果たしたというコメントをもらった。



儒家圣贤孟子曾经说过，“得天下英才而教育之”。早稻田大学是一所国际化水平非常高的大学，来自世界各地的优秀学生汇聚于此。在早大教《论语》，让我找到了“得天下英才而教育之”的乐趣，也鞭策我不断提高自己的教学和科研水平。

儒教の聖賢である孟子の言葉に「得天下英才而教育之（天下の英才を得て、之を教育する）」という一節がある。早稲田大学は国際化水準が非常に高い大学であり、世界各地の優秀な学生が集う。私はそこで『論語』を教えることで、まさにこの一節の醍醐味を知り、自身の教えるスキルと研究のレベルを絶えず向上させている。孔

供图 / 左雯敏 图虫创意



## 微信表情的使用说明

### 顔文字のトリセツ

作者：西田聡 西田聡

翻译：西田聡 西田聡

微信表情经常被用在各种社交软件中，每一个表情都有它独特的意思，而且不同国家的使用者对表情的理解都不同。今天我想给大家介绍日本人不理解的中国独特的微信表情。

「顔文字」はSNSなどでよく使われているが、顔文字にもそれぞれの「意味」が存在し、その意味は国によって大きく異なる。今回は日本人が理解できないであろう中国独自の「顔文字」をメッセージとともにみなさんにご紹介したい。

这是中国人之间经常发的一句话，但日本人看到这一句完全不理解：“考试的结果和狗头有什么关系？”在中国年轻人的语言中，这个狗头被理解为“傲慢，自大”等意思。结合考试结果和狗头表情，我们可以理解为：“这次考试我没什么复习，但我还是考了90分！我是不是很厉害？”一个狗头表情居然蕴含着这么丰富的信息，我的汉语老师都没教过我这些。

これは中国人が日常的に使うたわいもないメッセージの一部だが、日本人が見ると、試験の結果と犬の顔文字に何の関係があるのか理解できない。中国の若者の間では、こ

“你厉害了!” 🐶 ”

“你厉害了! 🐶 ” (直訳: あなたすごいね)

日本人第一眼看到这个表情就会想到打电话，因为“6”的手势在日本是打电话的意思，但是在中国可不是这样。首先，这个“6”和“溜”是谐音，意思是“顺利，流畅”，

第一次看到这个表情时，我以为是表达感动而流眼泪呢！后来才知道这个表情跟感动、悲伤、哭半毛钱关系都没有，而是要表达“尴尬，没办法”等意思。结合文字我们可以理解为：“哎呀，我走错了，我得赶紧给对方发微信打个招呼，我要迟到了。太尴尬了，太难了！”还有一点需要注意的是，微信里还有几个“哭”的表情，但都不是同一个意思，千万不能用错。

“我考试考砸了 🐶 ”

“我考试考砸了 🐶 ” (直訳: 試験でいい点数を取れなかった)

の犬は「傲慢、自慢」を意味し、文章と合わせると、「今回あまり復習しなかったけど、90点も取れた。私すごいでしょ?」というニュアンスになるという。犬の顔文字にこれほどの意味があると私は教わっていないが……

后来引申为“厉害，了不起”等意思。所以，现在无论是在日常生活中，还是在微信聊天中，我们都可以用这个表情来表达“厉害”这个意思。

日本人であれば、なにやら666に電話がしたいのかと思ってしまうが、中国では電話したいわけではない。まず6は“溜”と同じ発音であり、「滑らか、流暢に」などの意味を持っていたが、それが派生し、「すごい、すばらしい」などを表すようになり、これを数字の6で代用している。日常会話であれ、WeChatであれ「君、本当にすごいね」を表現することができる。

“我走错了路了，要迟到了 🤔 ”

“我走错了路了，要迟到了 🤔 ” (直訳: 道を間違えた、遅刻しそう)

パッと見たと嬉しくて泣いているのかと思ってしまふ顔文字だが、嬉しい、悲しい、泣くとは全く関係ない。ここでは「ばつが悪い」「どうしようもない」などを意味し、メッセージと合わせると、「ああ、道を間違

えた挙句、遅刻しそうだ、相手さんに気まずい思いをする。」となる。ちなみにWeChatには複数の泣いている顔文字が存在するが、全て別の意味があり、使い分けが必要な点も注意しなければならない。

这个表情的意思是“失望，失落”等。常用于面对没办法解决的事情而感到失望的场景。“你看下雨了，还下得很大，今天我没带伞，只能被雨淋湿了。”类似这种遇到令人心焦但又没办法处理的事情，在中国就用“裂开”这个表情表达。但在日本人的思维中，即便有什么事儿想不开，总不能把脸裂开吧？您说呢？

日本では目にすることのない顔文字だが、これは「ショックを受ける、ガッカリする」など、ある事象に対してどうしようもできない状況に置かれた場合に使われる。「ああ、やばい。雨、降っているのに傘を忘れ

“今天下雨没带伞 🤔”

“今天下雨没带伞” 🤔 (直訳：今日雨が降っているのに傘を持っていない)

た。もう濡れるしかない」という心の叫びが感じられる顔文字になる。日本人からすると、顔が縦に真っ二つに割れるほどガッカリすることなどあるのかと考えてしまうが、中国ではガッカリするイメージは顔が縦に割れるらしい。

“我都不知道，我当时在吃瓜 🤔”

“我都不知道，我当时在吃瓜” 🤔 (直訳：私は当時瓜を食べてただけで、何も知らない)

我以为终于找到了自己能看懂的表情。日本人看到西瓜会想到夏天，西瓜很贵，所以这也许是表示奢侈、炫富的表情。但我的中国朋友对我说：“你吃西瓜怎么是炫富？”看来我又错了。原来，这个“吃瓜”是一个网络用语，结合文字我们可以理解为：“虽然我不知道真相，但我会围观、观察情况。”这简直是在误导日本人，您吃点别的不行吗？反正我没见过吃西瓜围观的。

やっと理解できる顔文字に出会えた！スイカを食べる＝夏でしょ？日本でスイカは高いから、「贅沢」あたりの意味でしょ？と予想したが、中国人の友達から「スイカでは贅沢したことにならない」と言われてしまった。実際、「吃瓜」(瓜を食べる)とはネット用語で「見守る」を意味し、これが派生して「真実はわからないが、傍観している」という意味になる。「私は当時、傍観していただけで、事の成り行きは全くわからない」と理解する。なぜ、スイカを食べながら見守る必要があるのか、別のものではダメなのか不思議に感じる。

这是抠鼻子的表情，表示“贬低，轻视”等意思。这句话大致的意思是：“通常大学都会有一个健身房，怎么到你们那儿就没有呢？不应该啊！”但我们日本人贬低别人从来不会抠鼻子啊，等会儿，我也不会贬低别人。嗯。

鼻に指を突っ込んでいる顔文字を見てどう理解しろ？と思ったが、これは、「蔑む」「侮る」などを意味するらしく、「普通大学といったらジムなんてあって当然で

“你们大学怎么健身房都没有？👉”

“你们大学怎么健身房都没有？👉”（直訳：君らの大学にジムないの？）

しょ？なんで君たちの大学にはないの？」というニュアンスになるという。人を侮るときに鼻に指を突っ込んだ記憶は私にはないが。そもそも人を侮ったこともないが……



您看，微信表情其实蕴含着汉语的语言因素和文化因素。最后，我还得说一下，今天我在这里举的例子只是一小部分，怎样正确地使用微信表情，还得看使用者的年龄、性别及个人对具体内容的理解和个人的兴趣爱好等因素。要想让日本人学会这些，恐怕是太难了。

このように単に顔文字といっても、一つ一つに中国の言語的、文化的意味が存在する。今回の内容を通じて、中国独自の顔文字に対して理解を深めていただければ幸いです。しかしこれはほんの一例であり、年齢、性別、ネットの流行り、個人の感受性によっても使い方が異なってくるため、日本人がすべてをマスターするのは至難の業である。

我怎么感觉发个表情比学汉语还要难👉！

WeChatの顔文字を送るだけなのに、中国語を学ぶことより難しいと感じるのはなぜだろう、もう嫌だ👉。👉



## 用绘本为中日两国少年儿童造福

中日两国の子どもたちに絵本で幸せを

作者：唐亚明 唐亚明

翻译：山建国 山建国

我进入日本的儿童图书出版界是非常偶然的。1983年8月，我来到日本，进入福音馆书店工作，成为日本出版界第一个外国人“正社员”。

私が日本の児童書出版の業界に足を踏み入れたのはひょんなことからであった。1983年8月、私は来日を果たし、当時日本の出版業界で最初の外国籍正社員として福音館書店に就職した。

刚进福音馆时，我对社长松居直说，“我没有学习过童书”，“我以前没有系统学过儿童心理学、儿童文学等专业知识”。松居直就对我说：“你不能说你不懂小孩的事，每个人都曾经是

小孩。做绘本编辑最重要的是什么呢？想想你小时候喜欢什么？不喜欢什么？这是你的出发点。”

私は入社直後、社長の松居直さんに「児童書について学んだことがない」「児童心理学や児童文学の専門知識を体系的に学んだことがない」と言った。しかし、松居さんは私に「みんな昔は子どもだったんだから、子どものことが分からないなんて言うてはダメだ。絵本の編集で最も大切なことは何か？小さいころ好きだったものや嫌いだったものを思い出してごらん？それが君の出发点だよ」と説いてくれた。

他的话使我豁然开朗。在之后的工作中，我采取了两个办法，一是拼命阅读古今中外的优秀作品，这对我来说也是“补课”；二是靠自己的感觉做书，做自己真正喜爱、真正想做的书。日本编辑是独立的，可以根据自己的想法去做，施展空间比较广阔。我想：我小时候如果有这种书该多好啊！于是我就靠这种感觉来策划、编辑。和日本编辑一起工作，我还能发挥自己特有的优势，做出他们做不出来的书。

松居さんの言葉で私はハッとしました。そして、私はその後の業務の中で2つの方法を実践した。ひとつは時代を問わず中国と外国の優れた作品をむさぼるように読むことであり、これは私にとって「補修」の意味合いもあった。もうひとつは、自分は本当に好きなもの、作りたいものを制作することである。日本の編集は独立しており、自分の考えで作業することができ、自身を表現する場面が幅広く存在する。そこで私は、自分が小さい頃にこんな本があったらどれだけ良かったらうかという考えで企画、編集を行った。日本の編集者とともに汗を流しながら、さらに自分ならではの強みを発揮して、彼らには作れない一冊を作ることができるのだ。

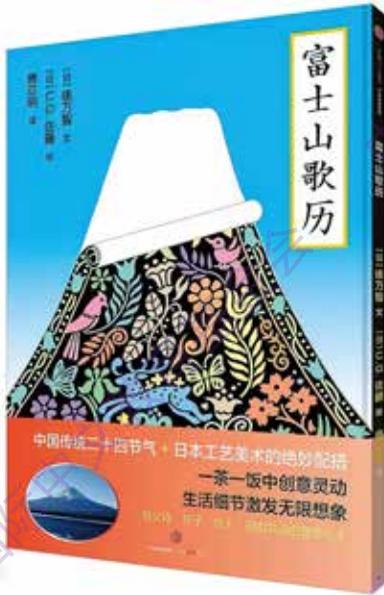
比如说，《鹿啊，你是我的兄弟》。这本书得了两个大奖：一个是“讲谈社出版文化奖”，一个是“小学馆儿童出版文化奖”，这在日本很难得。这本书也与我的人生经历有关。我16岁到中苏边境，那时看到的狼群、黑土地、白桦树等美景，一直深深印在我心里。我看过的这种大自然，日本的孩子没见过，我想让他们知道。但是，做编辑的人不能自己写、自己编、自己出版。我就请日本著名儿童文学作家神沢利子写文稿，她从小生活在库页岛等地，对北方民族很有兴趣，也很有研究。她写好后，编辑会议上有人说这不像绘本。但是在福音馆，

个人意愿比较受尊重，不是说某个人不让你做，你就不能做了。

例えば『鹿よ おれの兄弟よ』という作品は「講談社出版文化賞」と「小学館児童出版文化賞」という2つの大きな賞を受賞した。これは日本でとても珍しいことなのだが、この本は私の人生の経験と関係がある。私は16歳の頃に中国と当時のソ連の国境に行き、オオカミの群れ、黒い土、白樺の木などの絶景を実際に見ており、今なお私の心に深く刻まれている。私が目にしたこれらの大自然は日本の子供たちは見たことがないので、ぜひ知って欲しいと思った。しかし、編集担当者は執筆、編集、出版を一気通貫で行うことはできない。そこで、私は日本の著名な児童文学作家である神沢利子さんに文章をお願いした。彼女は幼少期から樺太などで生活した経験があるため北方民族に関心があり、研究までしていたほどだ。しかし、彼女が執筆作業を終えると、担当者から編集会議の場でこれは絵本ぼくないと言われた。ただ、幸いなことに、福音館では個人の意向が比較的尊重されるため、特定の誰かの一声で作品がボツになるわけではない。

当编辑后我制定了一个原则，即想讲述哪个国家的故事，就由那个国家的画家来画。因为绘画是文化，我想给孩子看真实的东西，所以我想请西伯利亚的画家画这本书。经过无数周折，我终于在哈巴罗夫斯克找到了西伯利亚唯一拥有“人民艺术家”称号的画家，并前后花了五年时间，做出了一本独特的绘本。当我第一眼看到他的原画时，眼泪一下子就流了下来，他画得确实好。编辑做书，也是用自己的心在做，用自己的人生在做。





私が編集担当になると、挿絵は題材となる国の方に絵を描いてもらう原則を定めた。なぜなら絵画は文化であり、子どもにはありのままを見て欲しいと感じているからだ。そこで私はこの作品の絵をシベリアの画家にお願いしようと思い、紆余曲折を経てハバロフスクでシベリア唯一の「人民芸術家」の称号を持つ画家を見つけた。その前後を含めて5年の歳月を費やし、ようやくオリジナルの1冊が完成した。私は最初に原画を見た瞬間に涙がこぼれ落ちるほどその絵が美しいと感じたのだ。編集を担当して1冊を完成させるのは、自分のおもい、そして人生に忠実になることである。

再举一个例子，绘本《富士山歌历》。我对富士山一直有一种特别的向往，想到用富士山做绘本应该挺好玩。我知道，在日本人的眼中，富士山是神圣的，有关富士山的书大都是科普类的。我认识一位著名的装帧家，看到他画的富士山海报很有意思，于是就请他来画这本书。但海报是单幅的，没有绘本所需的连贯性，而我计划做的书是24个画面，48页。我就又想到了中国的二十四节气——用节气来连贯多好啊！孩子们可以从从中把中国的二十四节气再学一遍，这不是好事儿嘛！

もう一例をあげると、『富士山うたごよみ』という絵本がある。私は富士山に対して特別な憧れがあり、富士山を題材とする絵本を制作するのはとても楽しいだろうと感じていた。私は日本人の目には富士山が神聖であり、関連書籍はいずれも科学的な知識の普及を目的とするものだと理解している。そんな時、私の知人にブックデザイナーがおり、彼の富士山のポスターを見た時にとてもおもしろいと感じたので、彼に本の挿絵を依頼した。しかし、ポスターは1枚であり、絵本に必要な連続性がない。そこで、私の計画は24個の画面、48ページという構成である。そして、中国の二十四節気——つまり節気を用いて連続性を持たせればよいと考えたのだ。そうすれば、子供たちは絵本を通じて中国の二十四節気を復習でき、素晴らしいことではないだろうか。



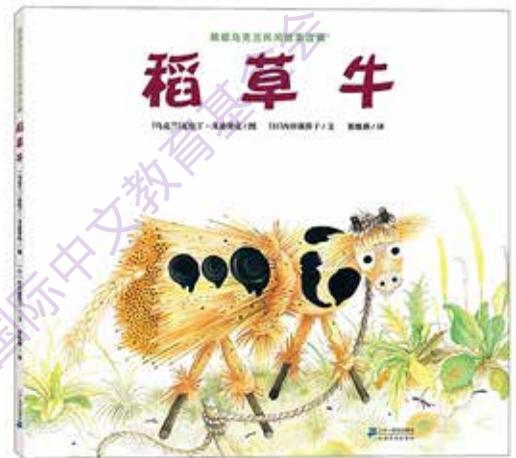


之后，我请诗人俵万智撰文和短歌。这本书的文字分三部分：一是介绍二十四节气；二是短歌；三是文章。孩子和大人读起来都会觉得有意思。绘本文字是用耳朵听的语言，要求通俗易懂、有节奏感和音响感，这本书在这方面做得很不错。

その後、私は詩人の俵万智さんに文章と短歌をお願いした。この本の文字は二十四節気、短歌、そして文章の3部に分かれ、子どもも大人も楽しめる内容になっている。絵本の文字は「聴く」日本語を用いて分かりやすさ、リズム感、そして臨場感を追求したため、これらが作品の特徴にうまく反映されている。

此外，大尺寸的绘本是偶然发明的，在日本的儿童图书出版界还有点名气，人称“唐Size”。我的第一本大尺寸童书是《稻草牛》，这本书里的画是我去基辅请乌克兰画家画的。这位画家之前是画肖像的，我请他画绘本，他特别感兴趣，可是画完一看，没有放文字的地方。一般这种情况会开一个天窗，涂上颜色，再印上文字，但我觉得不好看。我想到中国的“小人书”，不是可以把文字放在下面吗？但是，书得扩大了。于是我找到制作部门商量，他们说纸有一部分是要切掉的，我就咨询成本不上升、价格不上涨，我的书能做多大？他们告诉我一个合适的尺寸，“唐Size”由此诞生。出书以后，幼儿园、小学的反响热烈，因为在读者较多的情况下，“唐Size”看得更清楚。

このほか、大型絵本は偶然思いついたものであり、日本の児童書出版の界隈ではちょっとした評判で「唐サイズ」と呼ばれている。ちなみに、私が最初に手掛けた大型絵本は『稻草牛』である。この本の挿絵は、私がキーウに赴いてウクライナの画家をお願いしたものだ。この画家は以前は肖像画を得意としていたが、私が絵本を描いてほしいと依頼すると、非常に興味を持ってくれた。しかし、完成した作品を見ると文字を入れるスペースがなかったのだ。このような場合、通常ではスペースを追加して色を塗り、そこに文字を入れるのだが、それでは見栄えが悪いと感じた。そこで、中国の「小人書（連環画）」を思いついた。つまり、文字はページ下部に配置すればよいのではないだろうか。しかし、それでは本自体が大きくなってしまふ。そこで制作部門にかけあうと、紙の一部分を裁断しなければならぬと言われたので、間髪入れずコストも価格も据えおくならば本をどこまで大きくできるかを尋ねた。そして、制作部門は私にちょうどよいサイズを教えてくれ、そこから「唐サイズ」が誕生したのである。この本がいざ店頭で並ぶと、この大きさは聞き手が多い場面で見やすいため、幼稚園や小学校からの反響が大きかった。





中国真正出现“绘本热”，大约在 15 年前。当时，我把在日本几乎人人皆知的《活了 100 万次的猫》翻译介绍到中国，于 2004 年出版。开始时卖不出去，一般人都觉得贵且字少，读了没用。首印一万册 5 年都没卖完，但现在这本书在中国 10 年的销量就超过了在日本 40 年的销量。

中国に「絵本ブーム」が本当の意味で巻き起こったのは約 15 年前だ。当時、私は日本ではおよそ知らない人はいない『100万回生きたねこ』を翻訳して中国に持ち込み、2004年に出版した。しかし、一般の人々にとっては高額であり、文字数は少なく、読んでも意味がないと思われていたため、売上は鳴かず飛ばずだった。当初は初版の 1 万冊は 5 年経っても売れ残るありさまだったが、現在では中国の 10 年間の売上が日本の 40 年間の売上よりも多いほどだ。



我在日本出版的第一本自己参与制作的绘本是《哪吒闹海》，由著名画家于大武绘画、我撰写文稿。中国工笔画的人物大小是一样的，不像绘本有近有远，画面不要求连贯性。我的《哪吒闹海》首次用日本的编辑方法，改变了中国画的固有画法，获得了日本读者的好评。

私が日本で最初に制作に携わった絵本は『ナーザの大暴れ』であり、著名画家の于大武さんが挿絵、私が文章という担当だった。中国の密画で描かれる人物の大きさは均一であり、絵本のように遠近感があるわけではない。また、その絵に連続性はない。私はこの作品が初めて日本の編集方法を用いて中国画ならではの画法をアレンジし、日本の読者の好評を博したのだ。

中国是日本的近邻，互相影响巨大。用绘本架设中日友好的桥梁是我多年的愿望和追求。我衷心希望中日两国的少年儿童通过绘本互相了解、互相学习，由此促进友谊与和平。

中国は日本の近隣国であり、相互に与える影響が大きい。その中で、絵本を用いて中日友好の橋を架けることは長年の願いであり、私がまさに追いかけているものでもある。中日両国の子どもたちが絵本を通じた相互理解と相互学習により、友情と平和を促進して欲しいと心から願っている。 ㊀

供图 / 朱浩晔



## 旅游带火“特种兵”<sup>※</sup>

旅行にも「特殊部隊」

作者：刘明奇 劉明奇  
翻译：章胤杰 章胤傑

2023年，春天来临之时，随着各种小长假的到来，人们纷纷走出家门，开启了远远近近的旅游。于是，旅游成为热门话题，“特种兵式旅游”火遍全网。例如：

- (1) 如今，“特种兵式旅游”正成为越来越多年轻人的旅行方式。（《川江都市报》2023年4月13日）
- (2) 热门城市、热门景点开启“人从众”模式，在年轻人群中悄悄兴起了一种很新的旅游方式——“特种兵式旅游”。（《安庆日报》2023年5月29日）

2023年、春が訪れると同時に、人々は連休を使って旅行を始めた。中でも、「特殊部隊型旅行」と呼ばれるものは、インターネット上で大きな話題となった。例えば、

- (1) 現在、「特殊部隊型旅行」はますます多くの若者の旅行スタイルとなりつつある。（『川江都市报』2023年4月13日付）
- (2) 人気の都市や観光スポットには、観光客がどんどん増えており、若者の間では「特殊部隊型旅行」という新しいスタイルが現れている。（『安慶日報』2023年5月29日付）



“特种兵式旅游”是指越来越多的当代年轻人选择在有限的时间和花销内尽可能去多个景点旅游。我们都知道，“特种兵”一词是指单兵作战能力极强、适合在各种恶劣条件下完成作战任务的兵种。为何“旅游”也会搭配上“特种兵”模式？

「特殊部隊型旅行」とは、多くの若者が限られた時間と費用の中で、できるだけ多くの景勝地をめぐるという旅行スタイルのことである。ご存知のように、そもそも「特殊部隊」とは、単独での戦闘能力が高く、あらゆる過酷な状況下での戦闘任務を遂行するのに適した兵士の集団を指しているが、なぜ「旅行」に「特殊部隊」が関係するのか。

“特种兵式旅游”最初是大学生出游时用来自我调侃的一种说法。他们趁双休日去不同城市旅游，立志打卡尽可能多的景点与美食，还要做到准时赶回学校上周一的早课，因时间紧、任务重，所以将旅游安排得像一场特种兵的拉练。例如：

(3) 这种旅游方式行程密集，夜间坐火车，白天可能步行十几二十公里，去十来个景点……大学生们称这种很消耗体力的旅游方式为“特种兵式旅游”。（《杭州日报》2023年4月10日）

(4) 两天三城，一天连刷十几个景点，晚上只睡3小时，日行8万步……最近，大学生“特种兵式”旅游火了。（《劳动者报》2023年4月14日）

「特殊部隊型旅行」という言葉は、もともとは旅に出る大学生が自分たちをからかうために使ったものである。彼らは週末を利用して様々な都市を訪れ、できるだけ多くの観光スポットや食べ物を楽しもうとするが、月曜日の朝の授業に間に合うように学校に戻らなければならない。時間的制約が厳しく、タスクも多いため、まるで特殊部隊の訓練のような旅行スケジュールが組まれる。例えば、



(3) このタイプの旅行はスケジュールがシビアで、夜は列車に乗って移動し、昼は10～20キロ歩いて10数カ所の観光スポットを回る。大学生たちは、この過酷な旅行スタイルを「特殊部隊型旅行」と呼んでいる。（『杭州日報』2023年4月10日付）

(4) 2日間に3つの都市、1日でさえ十数カ所の景勝地を巡る。夜はわずか3時間しか眠らず、1日に8万歩歩く。最近、大学生の「特殊部隊型旅行」が大きな話題になった。（『労働者報』2023年4月14日付）

从认知的角度来看，用“特种兵式”来修饰“旅游”，正是借用了“特种兵”身上的两大特征——体能的高度消耗和时间的充分利用。说话人用特种兵所具有的特征来喻指这场旅行的挑战性与高效性。

認知学の視点から見れば、「旅行」を修飾するために「特殊部隊型」を用いるのは、まさに高い身体的労力と効率的な時間の使い方という「特殊部隊」の2つの特徴を借用したものである。話し手はそれを使って、この旅行スタイルが挑戦的で効率的なものであることを表している。

从修辞的角度来看，用“特种兵式”来修饰“旅游”，是运用了夸张手法，说话人的目的在于突显大学生的两种状态反差——日常状态与旅游状态。在一场旅行中，大学

※ 原文刊载于《咬文嚼字》2023年8月1日第344期，作者授权转载。  
原文は『咬文嚼字』2023年8月1日第344号に掲載されたもの。

生能精密计划并严格执行时间表中的内容，能坚持完成在平日学习或工作中不可能完成的体力活动。

“特种兵式旅游”形象地反映了当代大学生在日常生活与旅行中，身体和精神方面两种完全不同状态的对比。

一方、修辞学的な観点から、「旅行」を修飾するために「特殊部隊型」を使用することは誇張であり、大学生の2つの状態、すなわち日常生活と旅行中の状態の違いを強調している。旅行中の大学生は、普段の勉強や仕事ではありえないようなスケジュールを緻密に立てて実行し、体を酷使する。「特殊部隊型旅行」は、現代の大学生の日常生活と旅先での肉体的・精神的状態の対比をよく物語っている。



“特种兵式旅游”火爆的背后反映了“两个高效”现象——“旅人行事高效+硬件设施高效”。硬件设施的日益完备可以说是“特种兵式旅游”的必要条件，交通体系的日益完善、网络技术的日趋发达、服务业质量的进一步提升，再加上一些热门景点开放了夜间游览模式，一些公共场所24小时营业，为旅游者提供了享用美食与歇脚的场所，这都为“特种兵式旅游”创造了可能性与可行性。例如：

(5) 报道中就有大学生直言，“特种兵式旅游”本身就是为了节省开支，来海底捞吃个火锅顺便休息一晚，很划算。（《德州晚报》2023年5月4日）

「特殊部隊型旅行」の人気には、旅行者が効率的に行動すること、ハード施設が効率的に利用できることという「2つの効率」が反映されている。とりわけ、ハード施設の充実が「特殊部隊型旅行」の必須条件だと言える。交通インフラの整備、IT技術の発展やサービス品質の向上などに加え、人気観光スポットにおけるナイトーの設定、そして一部の公共施設の24時間営業は、旅行者に食事や休憩の場所を提供している。これらはすべて、「特殊部隊型旅行」を実行可能なものにするように貢献している。例えば、

(5)一部の大学生はインタビューにおいて、「特殊部隊型

旅行」自体がお金を節約するためのもので、海底撈に来て火鍋を食べて一晩休めるのは、費用対効果が非常に高いと述べている。(『德州晩報』2023年5月4日付)

随着2023年上半年各种小长假的到来,越来越多的年轻人加入“特种兵式旅游”行列,使得这种旅行方式的主体由大学生扩展为更大的年轻群体。例如:

(6) 今年的“五一”小长假,“特种兵式旅游”的主人公,从年轻的大学生变成了年轻的群体。(《中国妇女报》2023年5月11日)

2023年上半期的連休に合わせて、「特殊部隊型旅行」を実践する若者がどんどん増えており、この旅行スタイルの主体は大学生からより幅の広い若者たちへと変化している。例えば

(6) 今年のメーデー連休において、「特殊部隊型旅行」の主役は若い大学生から幅広い若者変わった。(『中国婦女報』2023年5月11日付)

另一方面,“特种兵式”的修饰对象也从“旅游”扩展到其他领域,例如:

(7) 如果附近的城市定期存款利率比本地高0.4个百分点,你会坐上火车去存钱吗?3月以来,不少江苏人就这样组团去上海存钱,当日往返,被网友称为“特种兵式存款”。(《北京青年报》2023年5月12日)

(8) “特种兵式旅游”结束,“特种兵式学习”来了。“五一”假期后,多名家长在社交平台发文称自己的孩子在返程路上赶作业。(《浙江教育报》2023年5月9日)

また、「特殊部隊型」の対象も、「旅行」だけでなく他の分野にも広がりつつある。例えば、

(7) 近隣都市の定期預金金利が地元より0.4ポイント高い場合、あなたは列車に乗ってお金を預けに行くか?3月以



来、多くの江蘇省の人々は日帰りでお金を持って上海に行き、それがネットユーザーに「特殊部隊型預金」と呼ばれている。(『北京青年報』2023年5月12日付)

(8) 「特殊部隊型旅行」が終わると、「特殊部隊型勉強」はやってきた。「メーデー連休後、多くの親は子どもたちが帰路で宿題を急いでやっていることをSNSに投稿した。(『浙江教育報』2023年5月9日付)

“特种兵式旅游”也衍生出“特种兵式存款/学习/工作”等等。“特种兵式”走出原本的特殊行业,被用来修饰日常生活中的某种高能行为,说明“特种兵式xx”有很强的能产性。我们相信,随着社会的发展,“特种兵式xx”会越来越多,这是社会高效发展的必然结果。

「特殊部隊型旅行」から、「特殊部隊型預金/勉強/仕事」などの応用例も見られるようになった。いずれにしても、「特殊部隊型」がもともとの特殊な業界ではなく、日常生活における特殊な行動を指すために使われているという現実、**「特殊部隊型〇〇」が非常に高い生産性を持っていることを示している。社会が効率的に発展していけば、必然的に「特殊部隊型〇〇」が増えていくだろうと思われる。** 

供图 / 图虫创意

# 二十四节气

## 二十四節氣

作者：何芷翌 何芷翌

翻译：章胤杰 章胤傑



### 芒種

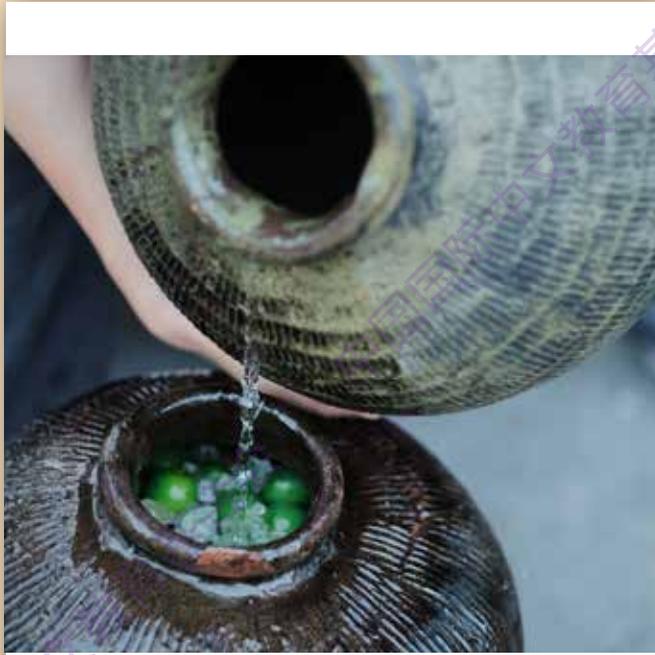
芒种是二十四节气中的第九个节气，夏季的第三个节气。每年的阳历6月5日左右，即仲夏开始的时候，就是芒种。“芒种”的字面意思是“有芒的麦子快收，有芒的稻子快种”。这个时节，气温持续升高，雨量日益丰沛，农民忙着收割冬天播种的小麦，同时还要忙着插秧种稻。这就是人们说的“芒种忙两头，忙收又忙种”。

芒種（ぼうしゅ）は、二十四節気では9番目、夏では3番目の節気となる。毎年、新暦の6月5日前後、つまり仲夏が始まる頃にやってくる。文字通り、芒種は「芒のある麦を収穫し、芒のある稲の苗を植える」という意味である。気温が上がり続け、雨が多くなるこの時期に、農民は冬に蒔いた麦を収穫すると同時に、田植えをしなければならぬ。したがって、「芒種では収穫も田植えも忙しい」という意味で、「芒種」は「忙種」とも呼ばれている。

芒种时节，许多花朵开始凋零。在民俗和神话中，这是花神离开凡间，回到天上“述职”去了。所以，在芒种这天，民间盛行“送花神”的习俗，以表达对花神的感谢。此外，芒种时节也是梅子成熟的季节，一些地方有煮梅的习俗。人们一边欣赏窗外的绵绵细雨，一边品尝刚刚煮好的梅子，颇有几分“青梅煮酒论英雄”的快意。

芒種の季節になると、多くの花が散り始める。民間伝承や神話では、この時期は花の神様が職務





を報告するために人間界を離れ、天に帰る時だという。そのため、芒種の日には、花の神様に感謝の気持ちを込めて見送るという風習がある。また、芒種の頃は梅が熟す季節でもあり、梅の実を煮る地域もある。人々は窓の外の綿々と続く雨を楽しみながら、茹でたての梅を味わい、まさに「青梅、酒を煮て、英雄を論ず」という気分にもなる。

芒种时节最重要的习俗是过端午。端午节在中国已经有2 000多年的历史。每年的这一天，家家户户都悬钟馗像、挂艾叶、吃粽子、赛龙舟、饮雄黄酒、佩香囊等，以拜神祭祖、祈福辟邪。其中，过端午吃粽子，是为了纪念伟大的爱国诗人屈原。战国时期，诸侯争斗，战事频发，忧国忧民的屈原劝说楚怀王联合齐国共同抗秦，可楚怀王不听。屈原一次次谏言无果，反遭奸臣排挤，被流放到洞庭湖边。不久，楚国兵败的消息传来，屈原伤心得放声大哭，在五月初的一天跳进汨罗江自尽了。人们听闻后，为了防止屈原的尸身被鱼虾吃掉，便把米饭包成粽子投入江中，供鱼虾吃。此后，便有了端午节包粽子、吃粽子的传统习俗。

芒種の季節に最も重要な習慣は端午を祝うことである。端午節は、中国で2,000年以上の歴史を持っている。毎年この日、人々は家で鍾馗の像を掛け、艾草を飾り、粽を食べ、ドラゴンボートの競漕を行い、雄黄酒を飲み、香囊

を身につけるなどして、神々や祖先を祀り、加護を祈って邪気を払う。中でも、端午節に粽を食べるのは、偉大な愛国詩人・屈原を記念するためである。戦国時代、家臣が争って戦争が頻発し、国と民を憂えた屈原は、楚の懐王に斉とともに秦と戦うよう説得したが、懐王は聞き入れてくれなかった。度重なる諫言もむなしく、屈原はかえって佞臣たちに排除され、洞庭湖のほとりに追放された。やがて、楚の敗戦の知らせが届き、屈原は悲しみのあまり大声で泣き、5月の初めに汨羅江に飛び込んで命を絶った。それを聞いた人々は、屈原の死体が魚やエビに食べられないように、米を粽にして川に流し、魚やエビに食べさせた。その後、端午節には粽を作って食べるという伝統的な風習が定着した。



# 二十四节气

## 二十四節氣

作者：何芷翌 何芷翌

翻译：章胤杰 章胤傑

夏至

夏至



夏至是二十四节气中的第十个节气，也是最早被确定的节气之一。每年的阳历6月21日或22日，太阳运行到黄经90°时，为夏至日。这一天，太阳直射地面的位置达到一年中的最北端，直射北回归线，北半球白昼时间达到全年最长，之后太阳直射点逐渐南移，北半球白昼逐渐变短。因此，我国很多地方有“吃过夏至面，一天短一线”的说法。



夏至（げし）は、二十四節気の10番目で、最も早く確定した節気のひとつである。毎年の6月21日か22日に、太陽黄経が90度になるが、その日は夏至である。この日、太陽の位置は地球の最も北に達し、北回帰線に直接射し込むので、北半球では昼間の時間が最も長い。その後、太陽の直射日光が当たる位置は徐々に南に移り、北半球の昼間の長さはどんどん短くなっていく。そのため、中国各地では「夏至の麺を食べ終わったら、昼が日に日に短くなる」という言い伝えがある。

此时，长江中下游地区正处在梅雨季，北方黄河下游

平原雨水增多，高原牧区则进入了草肥畜旺的黄金季节。这时全国大多数地方不仅闷热，而且骤来疾去的雷雨很多，尤需注意防洪防涝。这期间庄稼生长很快，但杂草亦如此，还容易出现病虫害，所以整枝打权、中耕除草、防治害虫、清沟排水等田间管理也非常重要。

この時期、長江の中下流域は梅雨の季節に入り、黄河下流域の北方平原は降雨量が増え、高原の牧草地帯は草と動物の繁茂する黄金期に入る。多くの地域では蒸し暑いだけでなく、突然の雷雨も多く、特に洪水や冠水に注意を払う必要がある。また、この時期は作物の生育が早い、雑草も生えやすくなり、さらに病害虫も発生しやすい。そのため、枝打ち、除草、害虫駆除、溝掃除や水捌けなど、畑の管理は非常に重要である。

早在宋代，在水乡江南一带，夏至日便是赏荷观莲的日子。人们在这一天举家来到池塘、湖边泛舟赏荷、消夏纳凉，荡舟轻波、采莲弄藕，好不惬意。在中国，北京圆明园、杭州西湖、济南大明湖等地方都是观赏荷花的好去处，人们可以领略到“红衣翠扇映清波”的美景。

早くも宋の時代に、江南の水郷では、夏至はハスの花を楽しむ日であった。この日、人々は池や湖畔に行き、舟に乗ってハスの花を觀賞したり、レンコンを取ったりして、納涼しながら夏を楽しむ。中国では、北京の円明園、杭州の西湖、済南の大明湖などが蓮觀賞の良い場所であり、人々は「紅衣と緑扇が清波を映す」という光景を目にすることができる。



以前，在我国很多地方，人们还在夏至日互赠折扇、脂粉等消暑避暑物品。折扇用来扇风散热，脂粉涂抹在身上可以防止生痱子。在古代宫廷，夏至之后，会取出“冬藏夏用”的冰块消暑降温。

かつて中国各地では、夏至の日に折扇やパウダーなどの夏物を贈り合っていた。折扇は熱を発散させるために使われ、パウダーはあせもを防ぐのに役立つ。古代の宮廷では、夏至が過ぎると冬に用意した水を取り出し、体を冷やすこともあった。

夏至时节人体出汗较多，盐分损失较大，中医会建议人们多食用一些带有酸味的食物，以达到“固表止汗”的效果。此外，多吃绿豆可以消暑利尿、补充水分和矿物质。

夏至は人体の発汗量が多くなり、塩分の損失も大きくなるため、中医では発汗を抑えるために、酸味のある食べ物を勧める。また、緑豆を多く食べると、夏バテの解消や利尿効果があり、水分とミネラルを補給することもできるのである。☞

# 掉落人间的珍珠——青海湖

この世に落ちた真珠——青海湖

蓝天、白云、草原和牛羊，还有一片片盛开的格桑花，倒映在一望无际的蔚蓝色湖面上，造就了雪域高原独特奇美的风景。这里仿佛是“世外桃源”，只有日落日出时才能感受到时间的流动。这里就是青海湖。

青い空、白い雲、草原と牛や羊、そして咲き誇るガルサン（コスモスに似た花で高原に咲く）の花が、見渡す限りのコバルトブルーの湖面に映り、青藏高原独特の特異で美しい風景を織りなしている。ここはまるで「桃源郷」のようで、日の入りと日の出だけに時の流れを感じることができる。この地がまさに青海湖である。

青海湖古称“西海”，汉代时又称“仙海”，自北魏起改名为“青海”，藏语为“措温布”，意思是“青色的海”。青海湖碧波荡漾，好似一颗掉落在人间的巨大蓝宝石镶嵌在青藏高原东北部。作为中国最大的内陆咸水湖，青海湖面积约4500平方公里，以盛产湟鱼和栖息的鸟禽多样而闻名，是“天然的高原生物基因库”。又因其囊括了冰川、荒漠、草甸、湖泊、湿地等生态系统，而被称为世界高原内陆湖泊湿地类型的典型代表，且被誉为“中国最美的湖”和“中国旅游名片”。

青海湖は古くは「西海」と呼ばれ、漢の時代には「仙海」とも呼ばれ、北魏の時代から「青海」と改名され、チベット

作者：萝卜丝 蘿蔔絲  
翻译：三好雅彦 三好雅彦



語では「青い海」を意味する「措温布」と呼ばれている。青海湖は青い波がゆらゆらと漂い、この世に落ちた巨大なサファイアが青藏高原の北東部に埋め込まれたかのようなのである。中国最大の内陸塩水湖として、青海湖の面積は約4,500平方キロメートルで、豊富に捕れる湟魚（青海湖の固有種であるコイ科の魚）と生息する鳥類の多様さで知られ、「天然の高原生物の遺伝子バンク」となっている。また水河、砂漠、草原、湖、湿地といった生態系を包含しているため、世界の高原内陸湖湿地の類型の典型的な代表と称され、「中国で最も美しい湖」や「中国の観光の代名詞」とたたえられている。

“朝而往，暮而归，四时之景不同，而乐亦无穷也。”每个到过青海湖的人，心中都有自己独特的留恋，甚至同一个人在不同时间，都会感觉是第一次看见青海湖的面貌。一年四季，青海湖都会有不同的美景，甚至一日之中，湖面的颜色也会随着天气和光线的变化，呈现出不同的画面，给人留下“青海湖归来不看湖”的感慨。

「朝に行き、夕暮れに帰ると、四季の景色が異なっている

かのように、その楽しみは尽きることがない」。青海湖に行ったことがある人は皆、心の中で自分だけの名残惜しさを抱いている。同じ人でも異なる時間に青海湖へ行けば、その姿を初めて見たような気がする。四季を通じて、青海湖には異なった美しい景色がある。一日の中でも、湖面の色は天気や光によって変化し、さまざまな表情を見せて、人に「青海湖から帰るとほかの湖を見たくなくなる」という感慨をもたらし。

一般毎年3月左右，青海湖“开湖”，即湖冰开始融化。开湖的方式历来有“文开”和“武开”两种：“文开”是指随着气温升高，整个湖面的冰层逐渐变薄，缓慢融化；“武开”则指青海湖的冰面在大风影响下融解，相互挤压，冰层在湖边堆积成各种形态的冰坝，响声雷动。立于湖边，面对湖面的冰层，“文开”就像一艘巨舰下沉般悲壮，“武开”则有破冰前行般豪迈，这种壮观场面给人带来巨大的震撼，让人不得不惊叹于大自然的伟大。等到全面开湖之后，最热闹的要数鸟岛了——栖息于此的各种鸟类开始筑巢，鸟鸣声也让青海湖变得热闹起来。远远望去，鸟岛上的斑头雁、鱼鸥、棕颈鸥等时而翱翔，时而互



相追逐，时而停驻于水面，“鸟的王国”展现出一派生机勃勃、热闹非凡的景象。

一般に毎年3月ごろになると、青海湖は「開湖」を迎え、湖の水が溶け始める。開湖の形態は昔から「文開」と「武開」の2つがある。「文開」は気温が上昇するにつれて、湖面全体の氷が徐々に薄くなり、ゆっくりと溶けることを指し、「武開」は青海湖の水の表面が強風の影響で融解して、相互に押し合い、氷が湖の岸辺に積み重なってさまざまな形の氷のダムになり、雷のような音が鳴り響くことを指す。湖のほとりに立ち、湖面の氷と向き合うと、「文開」には一隻の巨艦が沈んでいくような悲壮感があり、「武開」には氷を砕いて前に進むような豪快さがあり、このような壮観な場面を目の当たりにすると、人は大きな衝撃を受け、自然の偉大さに驚嘆せざるを得ない。湖が全面的に開かれたあと、最もにぎやかなのは鳥島である。この島に生息するさまざまな鳥が巣作りを始め、鳥の鳴き声が青海湖を活気づける。遠くか

ら眺めると、鳥島にはインドガン、オオズグロカモメ、チャガシラカモメなどの鳥が、時に空を旋回し、時に追いかけ合い、時に水面に止まって、「鳥の王国」が生き生きとして、活気あふれる光景を見せてくれる。

毎年5月至8月，还有“湟鱼洄游”的奇特景观。湟鱼是青海湖一种独特的优势种群，由原来生活在黄河中的黄河鲤鱼经过长期演化而来。这期间，青海湖的湟鱼聚集在周边各大淡水河的河口处，成群结队逆流而上，开始一年一度的洄游，向着世代相传的产卵地进发，繁衍后代。此时，径直入湖的布哈河、泉吉河、伊克乌兰河等流量较大的河流将出现“半河清水半河鱼”的壮观景象，当地也有“清水半河，鱼半河，鱼儿呀倒比河水多”的说法。鱼群逆流而上颇为壮观，远远望去，洄游的河道几乎成了“鱼河”，伴随着水声哗哗，犹如大海起潮。

毎年5月から8月にかけて、「湟魚の回遊」という特異な光景を見ることができる。湟魚は青海湖独特の優勢種群で、もともと黄河に生息していた黄河鯉が長い年月をかけて進化した魚である。この時期、青海湖の湟魚は周辺にある淡水の川の河口に集まる。そして群れを成して川を遡上し、年に1度の回遊を始めて、代々受け継がれた産卵の地に向かい、子孫を繁栄させる。このとき、湖に直接流れ込むブハ川、クアンジ川、イクラン川などの流量が多い川では「川の半分が澄んだ水、半分が魚」という壮大な景色が見られ、現地では「澄んだ水が川の半分、魚が半分だが、魚は川の水より多い」ともいわれる。魚が川を遡上するさまは壮観で、遠くから眺めると、魚が回遊する川はまるで「魚の川」のようで、ザーザーという水音とともに、海に潮が満ちてくるようである。

若是遇到雷雨天气，还有可能看到“龙吸水”现象。所谓“龙吸水”，就是乌云将部分湖水吸到了天上，湖水在上升过程中形成一个巨大的水柱，旋转一段时间后，突然断开落下，强烈地冲击在湖面上，涌起滚滚波涛。用现代科学来解释，“龙吸水”其实是一种偶尔出现在温暖水面上空的龙卷风，但当地人更愿意相信他们代代流传的故事——相传湖底下居住着一条巨龙，是青海湖的“湖神”，每年到了祭祀湖神的时节，巨龙就出来展示“龙吸水”。人们将这种现象视为吉祥的象征。

雷雨に遭遇したら、「竜が水を吸う」現象が見られるかもしれない。いわゆる「竜吸水」は、黒い雲が湖水の一部を空に吸い上げ、湖水が上昇する過程で、巨大な水柱が形作られ、しばらく回転したあと、突然切れて落下し、湖面を強烈にたたいて、逆巻く波が湧き起こる現象である。現代の科学



の解釈では、「竜吸水」は実は温かい水面の上空にたまに出現する竜巻の一種である。しかし、現地の人は代々伝承してきた物語を信じたいと考えている。湖底に巨大な竜が住んでいて、それは青海湖の「湖の神」で、毎年、湖の神を祭る季節になると、巨大な竜が出てきて「竜が水を吸う」現象を起こすという言い伝えである。人々はこの現象を吉祥の象徴と見なしている。

初秋时节，是青海湖一年中最惬意的时候，天高云淡，景色宜人。当朝阳逐渐升起，光泽洒在湖面上，随着湖水一波一波地朝岸边涌现，光波也一轮一轮涌来，仿佛玫瑰色光泽笼罩着海洋。周边还有金黄色的高原草甸、五彩斑斓的山谷，呈现出一派秋天的丰收与喜悦。

初秋は青海湖が一年で最も過ごしやすい季節で、空は青く雲は薄く、景色は素晴らしい。朝日が徐々に昇ってくると、光が湖面に降り注ぎ、湖水がひと波、またひと波と岸に寄せるにつれて、光の波も同じように押し寄せてきて、まるでばら色の光が海を覆っているかのようである。周辺には高原の黄金色の草原や、色とりどりの谷もあり、秋の豊作の喜びに満ちている。

深秋之后，游客来得就少了，欢腾了一夏的候鸟远赴他乡，此时的青海湖褪去热闹，有了一种与生俱来的宁静致远。到了冬至前后，青海湖逐渐开始结冰，进入长达五个月的封冻期。此时，整个湖面结成一个大冰盖，宛如一面巨大的宝镜，在阳光下熠熠生辉。结冰的湖面与白雪覆盖的山脉交相辉映，美不胜收。

秋が深まると、訪れる観光客は少なくなり、ひと夏の渡り鳥も遠くに旅立つ。そのとき、青海湖はにぎやかさを失い、生来の静かさを取り戻す。冬至のころ、青海湖は徐々に凍り始め、5カ月の長きにわたる凍結期に入る。このとき、湖面全体が大きな氷のふたになって、一枚の大きな鏡のように陽光の下でまぶしく輝く。凍った湖面と雪をかぶった山々が互いに照り映えて、驚くほど美しい。

除了四季动人的风景，青海湖还因“环青海湖国际公路自行车赛”（简称“环湖赛”）享誉中外。“环湖赛”从2002年开始举办，每年的6月至8月在青海省环青海湖地区和邻近的甘肃省及宁夏回族自治区举行，赛段串联起黄河、丹霞地貌和戈壁滩等生态，是青海高原风光和人文风情的集中展示。作为亚洲顶级自行车公路多日赛和世界上海拔最高的国际性公路自行





车赛，“环湖赛”每年都吸引众多国际顶尖车队参赛，规模宏大，场面壮观。

四季折々の心を打つ風景のほか、青海湖は「環青海湖国際ロードレース（「環湖レース」と略す）」でも国内外に知られている。「環湖レース」は2002年から開催され、毎年6月から8月の間に、青海省環青海湖地区と隣接する甘肅省および寧夏回族自治区で実施される。コースは黄河、丹霞地形（赤い堆積岩の切り立った崖）、ゴビ砂漠などが組み合わせられ、青海高原の風景や人と文化の風情が集中的に展開される。アジアでトップクラスの自転車のステージレース（数日から数週間にわたって続くレース）、世界で最も標高の高い場所を走る国際的なロードレースとして、「環湖レース」は毎年、国際的なトップクラスの自転車競技チームが多数参戦し、規模が大きく、壮観な場面が繰り広げられる。

近年来，中国不断加强对生态环境的保护，青海湖也迎来了新的发展机遇。2022年6月，青海湖国家公园开始修建。我们期待，在不久的将来，一个目之所及都是壮美悠长的湖光山色，囊括了自然之美、人文之美、发展之美、和谐之美的国家公园，将是青海湖崭新的“名片”。

近年、中国は生態環境の保護を継続的に強化しており、青海湖も新たな発展のチャンスを迎えている。2022年6月、青海湖国家公園の建設が始まった。近い将来、見渡す限りの雄大で悠久の湖と山の風景が広がり、自然の美、人と文化の美、発展の美、そして調和の美を包括した国家公園が、青海湖の新たな「代名詞」になることが期待される。❷

供图 / 图虫创意

# 天空之镜——茶卡盐湖

## 天空の鏡——チャカ塩湖

作者：櫻花飄落 櫻花飄落  
翻譯：橋本和子 橋本和子

“水映天，天接地，人在湖間走，宛如畫中游。”

「水は天を映し、天は地に接す、人が湖間を歩けば、宛も画中に遊ぶが如し」。

这是茶卡盐湖的真实写照。凡去过茶卡盐湖的人，都会为这样一幅美不胜收的“山水画”魂牵梦萦。

これはチャカ塩湖の眞の姿を描写したものだ。チャカ塩湖を訪れたことのある人ならだれでも、どこもかしこもすばらしく見るに尽きないこの「山水画」の世界に心を奪われる。

茶卡盐湖位于青海省柴达木盆地的边缘，面积约 105 平方公里，是世界上盐储量最大的内陆湖。这里平均海拔 3 059 米，气候凉爽，常年干旱少雨。从高处俯视，整个湖夹在祁连山支脉完颜通布山和昆仑山支脉旺尕秀山之间，山上的积雪倒映在湖面上，形成了水天相接、盐湖与雪山相融的独特雪域风光。

チャカ塩湖は青海省ツァイダム盆地の端に位置し、面積約 105 平方キロメートル、世界最大の塩の埋蔵量を誇る内陸湖

である。平均海拔は 3,059 メートルで、気候はさわやかで涼しく、通年降雨量が少なく乾燥している。高所から見下ろすと、湖全体は祁連山の支脈ワンイエントンプ山（完顔通布山）と崑崙山の支脈ワンガシウ山（旺尕秀山）の間にはさまれていて、雪を頂いた山の倒影が湖面に映し出され、水と天が交わり、塩湖と雪山が溶けあう独特の雪景色を創り出している。

“茶卡”是藏语，意思是“盐池”，其蒙古语为“达布逊淖尔”，也就是青盐的海。茶卡盐湖湖面平静如镜，但凡周边的山峦、景色都能被清晰地映射出来，由此得名“天空之镜”。夜里，浩瀚的银河、炫目的流星与整个湖区融为一体，仿佛繁星洒落湖中，故而夜晚的茶卡盐湖还有“夜空之镜”的美誉。在月光下的湖区漫步，别有一番景致。

「チャカ」とはチベット語で「塩の池」を意味する。モンゴル語では「ダブスンナオル（達布遜淖爾）」と呼ばれ、や





はり青塩の海という意味である。チャカ塩湖の湖面は鏡のように静かで、周囲の山々や景色をあますところなくくっきりと映し出すことから、「天空の鏡」の名を得ている。夜の帳が降りると、果てしなく広がる銀河、まばゆい流星が湖全体と溶けあい一色になる。それはまるで無数の星が湖にこぼれ落ちていくような光景だ。そのため、夜のチャカ塩湖には「夜空の鏡」という美しい呼び名もついている。月光の下、湖周辺をそぞろ歩けば、よそでは見られない格別な景色を堪能できること請け合いである。

历史上，茶卡盐湖以盛产“大青盐”出名。“大青盐”是一味中药，明朝的李时珍在《本草纲目》中记载：“西海有盐池，所产青盐可明目、消肿。”这里的“西海”指的就是青海湖，茶卡盐湖就在青海湖西。

历史上，チャカ塩湖は「大青塩」を大量に産出することで有名だ。「大青塩」は漢方薬であり、明朝の李時珍は『本草綱目』にこう記している。「西海に塩池あり、産出される青塩は目によく効き、腫れをとる」。ここでいう「西海」とは青海湖のことを指し、チャカ塩湖はまさに青海湖の西にある。

盐湖の开采史已有3000多年了。西汉时期的史书中已有记载：“金城郡临羌西北至塞外，有西王母室、仙海、盐池。”这里的“仙海”是青海湖，“盐池”就是茶卡盐湖。长期以来，因茶卡盐湖有“渔盐之利”，历朝历代都设置了专门的经营管理部门，这也让茶卡盐湖成为古丝绸之路（青海道）和唐蕃古道的重要站点，同时也成为由中原进入西藏的战略要冲。

塩湖の採掘はすでに3,000年以上の歴史がある。前漢時代の歴史書にはこう記載されている。「金城郡臨羌県の西北から塞外に、西王母石室、仙海、塩池あり」。ここに書かれた「仙海」とは青海湖のことで、「塩池」とはチャカ塩湖のことである。長年にわたり、チャカ塩湖には「漁塩の利」があるため、歴代王朝はいずれもチャカ塩湖専門の経営管理部門を設置した。これにより、チャカ塩湖は古代シルクロード（青海道）と唐蕃古道の重要な通過地点となると同時に、中原からチベットに入る戦略的要衝ともなったのである。

进入茶卡盐湖景区，首先看到的是扑面而来的盐雕群。这些盐雕从2010年开始设计雕刻，年年更新，被世界纪录协



会认定为“世界最大户外盐雕艺术群”。在这些雕塑中，成吉思汗雕像是目前最大的盐雕，仅这一座雕像就用了5800吨原盐。此外，还有穆瑶洛桑玛的雕塑，相传她是茶卡盐湖的守护神，极受当地牧民的尊崇；有卧佛盐雕，表现的是释迦摩尼涅槃时的姿态；有盐帝制盐雕塑，传说盐帝是主管农业的神仙，他右手持青蛇，左手持赤龙，上乘盐水，水出东南，使盐析出而成晶体；还有盘古开天、美人鱼、西王母等诸多盐雕……在这里，人们把自然与艺术的结合发挥到极致，创造了一个由盐构成的艺术世界。蓝天白云与茫茫盐海互相映衬，形成令人叹为观止的独特景观！

チャカ塩湖景観地区に入ると、まず目に入るのは正面にそびえる塩の彫刻群だ。これら塩の彫刻のデザインは2010年から始まり、その後年々更新され、中国世界記録協会によって「世界最大の野外塩彫刻芸術群」に認定された。これらの彫刻群の中で、現在最大なものはチンギス・ハーンの彫像である。この彫像一つだけで5,800トンの原塩が使用されている。この他に、「ムヤオルオサンマ（穆瑶洛桑瑪）」の彫像がある。この女神はチャカ塩湖の守り神だと伝えられており、現地の牧畜民から大いに尊崇を集めている。また、涅槃像もあり、お釈迦様の涅槃のときの姿を表現している。そして、塩を製造する塩帝の彫像もある。伝説によれば、塩帝は農業を主管する神様で、右手には青蛇、左手には赤龍を持ち、上部に塩水を乗せ、水は東南に流し出し、塩の結晶を析出している。他にも、盤古開天（中国の神話）、人魚姫、西王母など多くの彫像がある。この場所で、人びとは自然と芸術の結合を究極まで引き上げ、塩で構成された芸術の世界を創り上げた。青空や白雲は果てしなく広がる塩海と互いに引き立て合いながら、人びとを驚かせ魅了してやまないユニークな景観を作り出している。





初到茶卡盐湖，人们都会被那条通往湖心的铁轨所吸引。这条铁轨始建于20世纪50年代末，是当时为了方便运输盐而专门修建的，其中部分铁轨是1904年沙俄时期生产的，是目前存世较少且仍在使用的寸轨。到了20世纪90年代后期，随着船采船运工艺的成熟，小火车已经完成了运输的历史使命，成为盐湖景区饱含历史价值的经典打卡点之一。2016年，当地在保留原有寸轨火车历史风貌的基础上，对铁路进行了翻新，更好地满足了游客的观光需求。坐在慢悠悠的小火车上，越向湖中走，景色越透亮鲜明，人的思绪也不断飘向远方，仿佛看到了盐湖曾经的热闹，在分不清是盐是雪还是云的镜面里，我们和历史打了一个照面，一面驶向过往，一面驶向未来。

初めてチャカ塩湖を訪れた人は、湖の中心に向かって続く線路に目が吸い寄せられるだろう。この線路は1950年代の末に建設が始まったが、当時は塩の運搬のために作られた。線路の一部は1904年帝政ロシア時代に生産された、世界に現存する数少ない、かつ現在も使用中の狭軌レールである。1990年代後半になると、船による採掘や運搬技術の確立に伴い、トロッコ列車は運搬という歴史的使命を終え、景勝地である塩湖の歴史的価値にあふれた代表的な観光スポットの一つとなっている。2016年、現地では既存の狭軌列車の歴史的姿を残しつつ、観光客のニーズにより応えられるよう、鉄道の改修を行った。悠々と落ち着いて走るトロッコ列車に乗って、湖の中心に行けば行くほど、景色はより明るく透明感を増し、乗客の心持ちも遠くへ遠くへと誘われる。まるでかつての塩湖のに





ぎわいを目の当たりにしたかのように、塩か、雪か、はたまた雲なのかはっきりと見分けがつかない鏡面の中で、私たちは歴史とぼったり出くわし、過去に想いを馳せつつ、もう一方では未来に気持ちを馳せるのである。

小火車の終点站是天鏡碧水站，那里有著名的“浪漫天鏡”。一座小房子伫立在铁轨旁——这里以前是制盐工人的休息室，游客们称它为“世界尽头的小房子”；因为在这茫茫盐滩上，一眼望去天水相接，仿佛万物都在走向一片未知的世界。天鏡碧水站也因此成为人们进入梦幻世界前的最后驿站。

トロッコ列車の終点は天鏡碧水駅で、この駅には有名な「ロマンチックな天鏡」がある。線路の側には小屋が佇んでいる——この小屋は昔塩作りに励んだ職人たちの休憩所で、観光客たちは「世界の果てにある小屋」と呼んでいる。この茫漠たる塩田の砂浜からは、天水相連を一望することができるので、万物はみな限りない未知の世界へと向かって歩いているかのように見える。そのため天鏡碧水駅は人びとが幻想的な世界へ踏み込む前の最後の駅ともなっている。

当然，来茶卡盐湖游玩，茶卡镇也是不能错过的好地方，

它是首批“国家特色小镇”建设试点。茶卡镇战略位置重要，素有“青藏高原第一驿站”的美誉。这里的茶卡羊因色鲜味美，让人久吃不腻，是当地人饭桌上一年四季都不可或缺的佳肴。依托茶卡盐湖带来的游客流量，近年来茶卡镇的茶卡羊、大青盐、枸杞、藜麦等一批高原特产成为运盐古道上的新招牌。

もちろん、チャカ塩湖に遊びに来るなら、チャカ鎮も外せない素晴らしい観光スポットだ。チャカ鎮は第一期「国家特色小镇」という町作りのモデル地区になっている。チャカ鎮は戦略的に重要な位置にあり、かねてより「青藏高原の第一宿場」と誉め称えられている。この地で育ったチャカ羊は見た目もよく美味で、いくら食べても飽きないので、現地の人びとの食卓には一年中欠かすことのできないご馳走である。これまではチャカ塩湖のお陰で多くの観光客がここを訪れているのに加えて、近年はチャカ鎮のチャカ羊、大青塩、枸杞、雑穀のキヌアなど多くの高原特産品が運塩古道の観光客誘致の新たな呼び水となっている。

“天地有大美而不言”，茶卡盐湖一年四季都是美景。有人喜欢她春日里白云与湖水嬉戏的闲适，有人喜欢她夏日里碧

波荡漾的那一抹柔情，有人喜欢她秋日里水天一色的镜面，有人喜欢她冬日里雪花漫飞、天地皆白的苍凉……而我更喜欢日暮时分夕阳余晖洒在茶卡盐湖上那金光闪闪的温馨。每一个茶卡盐湖的镜头，都是独一无二的艺术，就像生命的绚丽，给人以无限的沉思。

「天地は大美有るも言わず」、チャカ塩湖は四季を通じて一年中美しい景観を見せてくれる。春の日にぽっかりと空に浮かんだ白雲や湖水とのんびりと戯れるのが好きな人もいれば、夏の日にゆらゆらと揺れる青い波のおやかさを好む人もいる。秋の日に湖水と空の境目がわからなくなるくらい青々となった鏡面を好む人もいれば、冬の日にあたり一面に雪がひらひらと舞い、天地が白一色になる荒涼とした景色が好きな人もいる……。けれども、私は日暮れどきにチャカ塩湖に注ぐ夕日の残照が放つまばゆい金色の光が醸し出すあの温もりがもっと好きである。チャカ塩湖が紡ぎ出す風景は、どれもみな唯一無二の芸術であり、きらびやかで美しい生命の輝きのように、限りのない物思いに浸らせてくれる。❧





## 公园里的故乡

### 公園の中の故郷

作者：龙仁青 龍仁青  
翻译：小林干夫 小林幹夫

十多年前，《格萨尔》史诗说唱艺人阿贝应青海人民广播电台藏语部的邀请，从我的家乡——青海湖畔的铁卜加草原来到西宁，录制《格萨尔》史诗中的《赛马称王》部。在紧张录制的闲余，他专门来找我，提出了这次来西宁的愿望：带他到“日达康”去转转。

10数年前、「ケサル王」叙事詩の吟遊詩人・アベイは青海人民ラジオ放送局チベット語部門から招待され、私の生まれ故郷、青海湖畔のティエボジア草原から西寧に来て、「ケサル王」叙事詩の中の「競馬王」の語りを収録した。彼は多忙な録音作業の隙間を縫って、わざわざ私を訪ねて来ると、今回の西寧訪問で果たしたい願望を私に語った。そこで私は彼を伴って「リーダーカン」を見て歩いた。

阿贝所说的“日达康”，是指当时建立在西宁人民公园内的动物园。进了人民公园，在一个冷僻的角落，有一座不起眼的大门，门顶上用童稚体书写着“动物园”三个字，在这里购票后，方能进入园内。我带着阿贝走入动物园，迎面一座硕大的笼舍里是一群藏猕猴，它们在笼舍中心用水泥修筑的假山上爬上爬下，还来到笼舍边上，向观光的游客讨要吃食。

アベイの言う「リーダーカン」とは当時、西寧人民公園内に設けられた動物園を指していた。人民公園に入ると、人気の無い一隅には目立たない門があり、門の上には子供じみた字で「動物園」の三文字が掲げられ、ここでチケットを購入すれば、入園できるとある。私がアベイを伴って動物園に入って行くと、目の前には大きな檻が現れた。檻の中にはチベットザルの群れがおり、檻中央のセメントで作られた山を登ったり下ったり、檻の端に来ては観光客に向かって食べ物のおねだりをしていた。

接着是一片封闭了顶棚的人工湖，一些鸟禽被养殖在这里：黑颈鹤、赤麻鸭、斑头雁……作为地处青藏高原上的动物园，这里也有不少来自三江源区、青海湖畔的野生动物：野牦牛、藏野驴、棕熊等，它们各自被关在不同的笼舍里，游客们只能通过笼舍上的铁丝网看到它们。尽管如此，阿贝看着这些动物，显得很兴奋，眼睛里闪烁着亮光。他说：“《赛马称王》里还提到这些动物呢！格萨尔王的坐骑就是一匹驯化了的藏野驴呢！”说着，他便轻声哼唱了起来：

続いて、檻の天井を閉じた人工湖があり、ここでは鳥類の人工繁殖も行われ、グロヅル、アカツクシガモ、ゴマガンなどが飼育され、青藏高原の地に生息する動物の動物園となっている。ここには三江源地区や青海湖畔からの野生動物、野生のヤク、チベット野驢馬、ヒグマなどがある。それぞれ別の檻に入れられており、観光客は檻の金網越しでしかそれらを見ることができないのだが、それでもアベイは目を輝かせ、興奮した様子で動物たちを眺めていた。「これらの動物は『競馬王』にも登場する！ケサル王が跨っていたのは家畜化されたチベット野驢馬だ！」彼はそう話しながら、静かに鼻歌を歌い始めた。

“阿尼玛卿神山下，  
「アムネマチンの聖なる山の麓、

是我故乡吉祥园，  
そこは我が故郷・吉祥の園

这里的野花姹紫嫣红，  
野の花は色とりどりに咲き乱れ、

这里的异兽安然自在。  
珍奇な鳥獣たちは喜び、満ち足りている。

家马和野马一起奔跑，  
飼い馬と野生馬が共に駆け巡り

家羊和羚羊一起觅食，  
家畜の羊と野生のガゼルが共に餌を探し、

麻雀和山雀一起鸣叫，  
スズメとシジュウカラも共に鳴く、

格桑和邦锦一起绽放  
コスモスとリンドウが共に咲く

……”

……」

我知道，这是《格萨尔》史诗《赛马称王》里的唱词，描述了几百年前青藏高原上生机勃勃的景象。然而，随着人们无节制的索取，这样的景象逐渐消沉了。我与阿贝聊起这些，他说：“父辈们还说以前在青海湖畔见过野牦牛、藏野驴呢！现在我们只能到西宁看看它们了。”说着，眼睛里的光亮黯淡了下来。

私は、これが数百年前の青藏高原の活気に満ちた風景を描いた、ケサル王の叙事詩「競馬王」の歌詞であることは知っていた。しかし、人々が金の為に節操も無く動物を獲り始めると次第にこの情景は失われて行った。私がこのことについてアベイに話すと、アベイはこう言った、「私の父親世代は、青海湖のほとりで野生のヤクやチベット野驢馬を見たと言っていた。今では、西寧に来てこれを見るしか無い。」そう語りながら彼の目は輝きを失い、暗転していった。

※ 原文刊载于《光明日报》2022年8月8日第五版。  
原文は「光明日報」2022年8月8日付第5版に掲載。



十几年过去，我和阿贝都已经到了“知天命”的年纪。阿贝依然执着于他的《格萨尔》史诗说唱，在他的倡导和奔忙下，还成立了《格萨尔》史诗说唱艺术团，并得到当地石乃亥镇政府的大力支持，专门修建了演出场地，并拨出专款购置了服装、道具等。阿贝他们也感恩镇政府的关爱，突破重重困难，自己创作剧本，自己排练，先后推出了《阿达拉姆》《辛丹和睦》等《格萨尔》史诗藏戏，并且在当地巡演。阿贝虽然已是两鬓斑白，额头上的皱纹也更深了，但他依然信心满满，不时给我打电话，聊起他的《格萨尔》史诗舞台剧的创作，他说：“我们有什么理由，不把这个世界非遗传承下去呢？”

それから十数年が経ち、私もアベイも「天命を知る」年齢に達した。アベイは今でも「ケサル王」叙事詩の吟遊に夢中で、彼の呼び掛けと奔走により、「ケ

サル王叙事詩吟遊芸術団」が結成され、地元シナイハイ鎮政府の強力な支援を受けて、専用のパフォーマンス会場も建設されたほか、特別資金も割り当てられ、衣装や小道具なども買い揃えられた。アベイらも鎮政府の配慮に感謝し、幾多の困難を乗り越え、自ら台本を書き、稽古を取り仕切り、「アダラム」「シントンの仲直り」など「ケサル王」叙事詩のコンテンツを次々と発表し、地元を巡回した。アベイのこめかみには白いものが混じり、額の皺も深く刻まれたが、それでも彼は自信に満ち満ちている。彼は時々私に電話をしてきて、彼の「ケサル王叙事詩」の舞台劇創作について話してくれる。彼は言う。「この世にこの遺産を継承しない理由なんてあるのかい？」と。



阿贝谈得最多的，还是家乡环境的变化：青海湖畔的普氏原羚，原本是“熊猫级”的濒危野生动物，数量一度比大熊猫还少，如今已经有3000多只了；青海湖湟鱼经过多年的封湖育鱼，数量明显回升，青海湖水位也开始上涨，每年的湟鱼洄游现象经过央视的现场直播，已经成为一种世界奇观了。当然还不止这些，野牦牛、藏野驴的故乡三江源已经正式设立了国家公园，祁连山国家公园试点工作也正在有力有序地推进中，我们的家乡青海湖和昆仑山两个国家公园的设立也在加紧编制当中。那些遗留在《格萨尔》史诗之中的野生动物们又回来了，草原上到处是人与动物和谐共处的祥和景象。

アベイが最も多く語るのは故郷の環境の変化だ。青海湖畔のプシェワルスキーガゼルはもと「パンダ級」の絶滅危惧野生動物で、一時はジャイアントパンダよりも数が少なかったが、今では3,000頭以上の個体数にまで増えた。また、青海湖の湟魚を繁殖させるため、湖を何年も封鎖して養殖した結果、湟魚の数は目に見えて回復し、青海湖の水位も上昇し始めた。毎年、湟魚が湖を回遊する現象は中央電視台で生中継されており、既に「世界珍百景」の一つとなっている。もちろん、これだけに留まらず、野生ヤクとチベット野驢馬の故郷である三江源市は正式に国立公園として設置された。祁連山脈国立公園のパイロット事業も精力的、且つ、計画通りに進んでいる中、我々の故郷である青海湖と崑崙山脈も国立公園設置に向け、急ピツ



チで立案作業に取り組んでいる最中だ。「ケサル王」叙事詩中に述べられた野生動物が再び戻って来れば、草原の至るところで人と動物が調和し、共存する穏やかな光景がもう一度広がるに違いない。

正在写这篇小文时，我接到了阿贝打来的电话，便说起当年和他一起游玩西宁动物园的事儿，他哈哈大笑说：“那时候我要跑到西宁人民公园去看野生动物，如今我们的家乡就在公园里啦！”

私がこの記事を書いていると、まさにアベイから電話があった。そこで、当時、彼と西寧動物園に行った時の事を話すと彼は大笑いしながら、「あの時、西寧人民公園に行って野生動物を見たけど、我々の故郷は今まさに公園の中にあるんだ！」と。❶

供图 / 图虫创意



# 守护高原精灵 ——藏羚羊

## 高原の精霊、チベットカモシカを守れ

作者：宋雨潺 宋雨潺

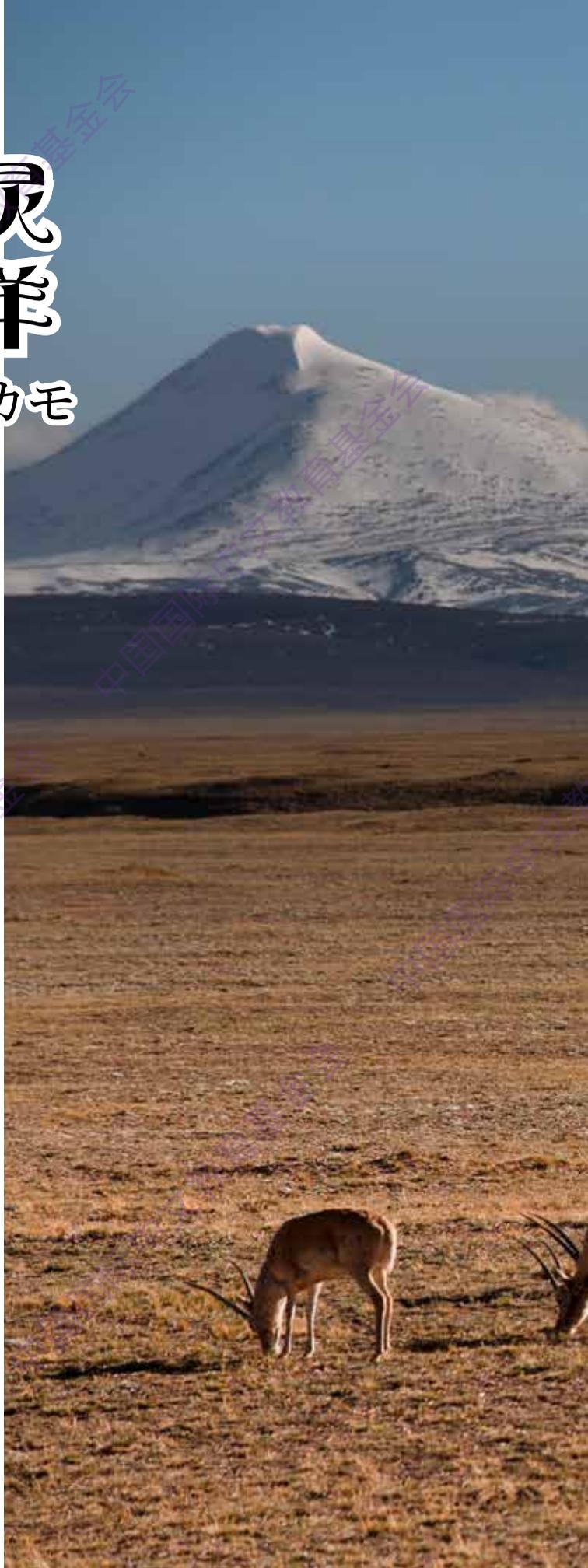
翻译：韩宇 韩宇

清晨，当第一缕阳光洒向可可西里，你会看到一双双乌黑明亮的大眼睛怯生生地转来转去，它们时而低头觅食，享受着生活中片刻的宁静；时而被外面的响动惊扰，开启风一般的奔跑追逐，它们就是“可可西里的骄傲”——藏羚羊。

早朝のフフシル。最初の日差しが差し込むと、彼らは黒くて明るい大きな目を光らし始める。時には頭を下げて餌を探し、ひと時の安らぎを楽しみ、時には外の物音に警戒し、風のように走り出すのは、「フフシルの誇り」ことチベットカモシカという野生生物だ。

每年的5月至7月是藏羚羊迁徙和产崽的季节。雌性藏羚羊需要陆陆续续穿越青藏铁路，迁徙到可可西里的卓乃湖和太阳湖附近“生娃”，然后再带娃返回原栖息地。这场大规模的“出差”活动表面平静，却暗藏着无数危机……

毎年5月から7月にかけては、チベットカモシカの移動と出産のシーズンで、オスは次々と青藏鉄道を横断し、フフシルの卓乃湖や太陽湖に集まり、出産を終えると、また元の生息地に戻ることにしている。この年に一度の大移動は穏やかに見えても、そこには数々の危機が立ちほだかる。



## 保护·用生命致敬生灵 命をかけて守ろう

夜幕中，一只藏羚羊正在急速狂奔，这是一场关乎生命的赛跑，它的身后是举枪的盗猎分子。这一切都与一种叫“沙图什”的羊绒披肩有关——这种披肩风靡国际市场，价格不菲，无数藏羚羊为其付出了生命代价。

真夜中、一頭のチベットカモシカが必死に走り続け、まさに命がけの逃走だ。追いかけてくるのは、銃を構えた密猟者たち。彼らの狙いはシャトーシュと呼ばれるショールの原料となる毛だ。シャトーシュはその希少性から高い価格で売買されているため、多くのチベットカモシカが殺されたのだ。

时任青海省玉树藏族自治州治多县县委副书记的索南达杰再也坐不住了，他要保护这群弱小的生命，要保护可可西里这个野生动物的乐园。他前后12次带领团队深入可可西里。

当時、青海省玉树チベット族自治州治多県共産党委員会の副書記だったソナムダジェ氏は、このような事態に黙ってはいられなかった。小さな命を守りたい、野生動物の楽園であるフフシルを守りたいと心に誓った彼は巡回保護チームを組織し、12回にわたりフフシルの奥地まで密猟撲滅に取り組んだ。

1994年，尖锐的枪声划破了可可西里宁静的夜空，索南达杰的生命永远地停留在追捕盗猎分子的路上。面对盗猎分子的哀求与威胁，他不为所动，只用一句“我不与魔鬼做交易”结束了自己短暂而又伟大的一生，可可西里零下40°C的温度冰封了他的血液，也把他的灵魂留在了这片他热爱的土地上。

1994年のある日、フフシルの夜の静寂を突き破る鋭い銃声と共に、同氏の命は追跡の途中、途切れてしまった。密猟者の懇願や脅迫を受けても、彼は動じず、「悪魔とは取引しない」の一言を残し、短くも輝かしい人生を終えた。マイナス40度の気温は彼の血を凍らせ、愛したフフシルの地に彼の魂を残してくれた。

索南达杰的牺牲唤起了社会各界对藏羚羊的保护意识。1995年，可可西里省级自然保护区成立，两年后升级为国家级自然保护区。

ソナムダジェの死は、チベットカモシカの保護に対する問題意識を喚起し、1995年にはフフシルに省レベルの自然保護区が設立され、さらに2年後には国家級自然保護区へと格上げされた。





## 守护·用爱心连接希望 愛で夢をつなごう

一群藏羚羊小心翼翼地站在公路边，每当汽车呼啸而过，它们就立刻四散而去。来来回回数次以后，公路终于迎来了短暂的宁静，一只领头羊率先越过公路，羊群便随着它飞奔起来，几只小羊却因惧怕未能通过，与母羊走散，消失在茫茫的夜色中……公路尚且如此，铁路更是如同“天堑”一般的存在。2001年，青藏铁路建设刻不容缓，藏羚羊的命运也牵动着所有人的心。一群环保志愿者自发行动起来，一次又一次地观察藏羚羊的迁徙路线，一遍又一遍地划定藏羚羊的迁徙范围，他们希望为藏羚羊提供一条完整的迁徙路线。

チベットカモシカの群れは恐る恐る道路脇に立っている。車がスピードを出して近づいてくると、あっという間に四方八方に散っていく。何回か繰り返した後、ようやく束の間の静けさが訪れる。すると、1頭のカモシカが道路を横断すれば、群れもそれについて駆け出す。ところが、数頭の子どもが恐怖のあまり抜けられず、お母さんとはぐれ、夜に消えてしまった。道路でさえこの有様だから、鉄道となればそれこそ「天城越え」だ。2001年、青藏鉄道の建設が急がれる中、チベットカモシカの運命に人々が関心を寄せるようになった。そこで立ち上がったのは環境保護団体で、ボランティアたちは何度も何度もチベットカモシカの移動ルートを観察

し、その移動範囲を画定、確実に利用可能な移動経路を提供することに努めた。

2006年、举世瞩目的青藏铁路建设完工，人们惊讶地发现青藏铁路居然根据藏羚羊的习性为它们留下了安全的迁徙通道——从铁轨的下面穿过。这一举措为藏羚羊留下了完整的迁徙地，最大程度保护了藏羚羊的正常生活。

2006年、世界から注目される青藏鉄道の建設が完了すると、そこにチベットカモシカの習性に合わせ、安全な移動経路が用意されたことに感動する人が多かった。「架線の下をくぐる」という発想は、確実に利用可能な移動経路を確保し、チベットカモシカの生態を維持する上で最も有効な方法と思われる。

现如今，藏羚羊的迁徙之路仍需跨过一些公路和铁路，每到此时，巡护员们就会为它们铺上黄土，模拟自然环境，帮助它们顺利地迁徙与繁衍。

今でも、移動の途中、道路や鉄道を通り抜けなければならない場面が出てくるが、その際にはパトロール隊員が土を敷いて自然環境を再現し、移動と出産が無事行えるようサポートしている。

## 爱护·用热忱延续生命 情熱で命の火を灯そう

藏羚羊在迁徙过程中，不仅要抵抗恶劣的自然天气，还要躲避天敌的追捕。在这样的情况下，一些幼小的藏羚羊就会与妈妈走散。失去母亲的庇护，这些幼羊又该怎样度过寒冷的夜晚呢？为了救助这些小羊，可可西里自然保护区索南达杰保护站特意建立了救助中心，也就是“藏羚羊幼儿园”。在这里，工作人员一日三次用奶瓶给小藏羚羊喂奶，带它们去温暖而舒适的房间里休息。有些小羊刚到“幼儿园”时身体不好，工作人员就会充当它们的“临时爸妈”，把它们带到宿舍，像照顾自己的孩子一样照顾它们。

移動中、チベットカモシカは悪天候に耐えなければならないし、天敵からも身を守らなければならない。それでは、お母さんとはぐれてしまった子は果たしてその庇護なしで寒い夜を過ごせるのだろうか。このようなチベットカモシカの子どもを救助するために、フフシモ自然保護区のソナムダジェ保護ステーションには特別救助センター、通称「チベットカモシカ幼稚園」が設置された。幼稚園のスタッフたちは1日3回、哺乳瓶で子どもたちにミルクを与え、暖かくて居心地の良い部屋に寝かせている。入園当初、健康状態の悪い子もいたりするが、スタッフは「仮の親」となり、我が子のように寮まで連れて帰り、面倒を見てやったものだ。



如今，可可西里的草原上奔跑着近七万只藏羚羊，在人类的保护下，藏羚羊的数量也在逐年攀升。淳朴的青海人民把藏羚羊当作自己的家人和朋友，在这片神奇的土地上，他们之间上演着绵绵不断的温暖故事。

今日、フフシルの草原には約7万頭のチベットカモシカが生息しており、その数は人間の保護のもと、年々確実に増加し続けている。青海省の純朴な人々はチベットカモシカのことを家族や友人として受け入れているだけに、不思議な光景が広がるこの土地では、暖かい物語がまた新たに刻まれていくことだろう。❶

# 学中文 使她成为 联合国 青年文化使者

国連中国語デー「ユース文化大使」、中国語の学習から羽ばたく未来へ

作者：李昕阳 李昕陽  
翻译：韩宇 韓宇

2023年4月20日，联合国中文日暨中央广播电视总台第三届海外影像节活动在联合国日内瓦办事处万国宫成功举办。

2023年4月20日，国連中国語デーおよび中央広播電視総台(CMG)第3回海外映像祭がジュネーブ国連事務所のあるパレ・デ・ナシオンで盛大に開催された。

活动受到美联社、雅虎、美通社、《泰晤士报》、欧洲市场观察、《欧洲财经》杂志、德国财经新闻等 220 余家西方主流媒体報道，触达受众近 1.3 亿人次。

今年のイベントはAP通信をはじめ、ヤフー、PRニュースワイヤー、タイムズ、マーケットウオッチ、ファイナンス誌「The European Journal of Finance」やドイツのオンライン・メディア「FinanzNachrichten.de」など、220以上の欧米主要メディアに報道され、約1億3,000万人の視聴者に届けられた。

在中央广播电视总台特别节目《共绘繁荣》的视频中，出现了摩洛哥哈桑二世大学孔子学院学生严悠莉（Maroua

Bouayyad）的身影。

CMGの特別番組「共に繁栄を描く」のプロモーション・ビデオには、モロッコのハッサン2世大学孔子学院の学生であるマルア・ボウアヤド(Maroua Bouayyad、中国語名：严悠莉)の姿が映し出された。

在孔院志愿者教师李昕阳的指导下，她的视频作品来自37个国家和地区的939部作品中脱颖而出，她自己也被评为全球六名“总台联合国中文日青年文化使者”之一，并将于暑期前往中国广东开启提升中文、感知中国的圆梦之旅。

孔子学院の中国人ボランティア教師である李昕陽の指導の下、严悠莉の投稿ビデオは37の国・地域から寄せられた応募作品939点の中から選ばれ、彼女自身も6人からなるCMG国連中国語デーの「ユース文化大使」の1人に選ばれることとなった。夏には中国の広東省に赴き、中国語を上達させ、中国を理解する夢の旅も予定されている。



## 一、话中秋，发现中摩文化的共通性 一、中秋節を語り、文化の共通点を発見

严悠莉在投稿视频中首先点明，阿拉伯国家是“一带一路”倡议的重要组成部分，但她观察到这里的人对中文和中国文化的了解还远远不够，她表达了自己想为中阿文化交流作出努力的愿望。

严悠莉の投稿ビデオの冒頭では、アラブ諸国が「一帯一路」構想の重要な部分であるにもかかわらず、アラブの人々は中国語と中国文化について十分な知識を持っていないことに気づき、中国とアラブの文化交流のために貢献したいと表明した。

她用自己擅长的中文、法语和阿拉伯语介绍了中国的传统节日，并选择自己最喜欢的节日——中秋节来展开话题，讲述了中秋节在中国农历的日子、相关的神话故事以及中秋赏月吃月饼的习俗。

彼女は得意な中国語、フランス語、アラビア語の3ヶ国語で中国の伝統行事を紹介し、その中から好きな中秋節をテーマに、旧暦の8月15日に当たることや、それにまつわる昔話、月見を楽しみながら月餅を食べる風習などを説明した。

她喜欢中秋节是因为她觉得中秋所蕴含的文化内涵与摩洛哥人的家庭观念很相似，摩洛哥人也注重家人团圆，对月亮也有着很高的赞美。

中秋節がお気に入りの理由は、その文化的意味がモロッコ人の家族観と重なることがあるという。実は、モロッコにも家族の団欒を大切に、月を好む人が多いようだ。

她的理想是成为中、法、阿三语的翻译，能够作为交流的



严悠莉的“青年文化使者”获奖证书

写真：严悠莉氏の「ユース文化大使」記念賞状

桥梁联结中摩的经贸和文化往来。

彼女の夢は、中国語、フランス語、アラビア語のトライリンガルになり、中国とモロッコの経済、貿易、文化交流をつなぐ架け橋のような存在となることだ。

她说，中摩两国虽然距离遥远，也有很多不同，但在文化的本源上有共通性，如尊师重教、热情好客等，这使得中摩两国人民天然亲近，民心相通。

「両国は遠く離れており、様々な違いがあるものの、教師を敬い、教育を重んじる気風や、おもてなしの心など、文化の根底に共通する部分も多い。その分、両国民は親しみやすくなり、色々と分かち合えるような気がする」と彼女は話した。

## 二、歌舞秀，用艺术搭起中摩交流的桥梁

### 二、歌とダンス、ショーを通して交流の架け橋に



严悠莉参与 2023 年孔院春晚中国舞蹈《采薇》（右二）  
 写真：2023 年孔子学院の春節を祝う公演で、中国古典舞踊の「采薇舞」を踊る（右から 2 人目）

严悠莉同学所在的班级是以 HSK 三级课本作为主要授课教材的，但她在学期初就购买了 HSK 四级的书进行自习。

严悠莉のクラスでは、HSK3級用のテキストを主な教材としているが、学期初めに彼女はHSK4級用のテキストを購入し、独学に励んだ。

在过去的一次 HSK 考试中，她跳级参加了四级考试，如今正期待着考试结果，她表示颇有信心。直近のHSK試験では飛び級して4級に挑戦し、結果はまだ分からないが、かなりの手応えを感じたようだ。

她在孔院的文化活动中表现非常积极，除了多次担任活动志愿者外，在 2023 年孔院春晚活动中，多才多艺的她一个人参加了四个节目——中文歌曲《无与伦比的美丽》和《难忘今宵》的合唱、中国古典群舞《采薇》表演、摩洛哥传统乐器 Luth 演奏及伴唱。

孔子学院のイベントがあると、彼女はいつも積極的に参加し、ボランティアとしても出演者としても大活躍を見せてきた。特に、2023年の春節を祝う公演では、一人で中国語の歌（合唱）の「无与伦比的美丽」と「难忘今宵」、中国古典舞踊の「采薇舞」およびモロッコの伝統楽器「ウード(Luth)」の演奏とハーモニの計4つの出し物に出演し、才能を遺憾なく発揮した。

严悠莉的精彩表演赢得台下的中摩观众一致叫好，可谓是用无国界的艺术搭起了中摩交流的桥梁。

素晴らしいパフォーマンスを見せた彼女には満場の拍手が送られ、まさに「国境なきアート」によって両国の交流の架け橋となった瞬間だった。

### 三、全家都是“汉语人”

#### 三、一家総動員、家族で中国語習得へ

在2023年的春晚活动中，严悠莉全家人都来捧场并全程喝彩。深入交流后我们得知，这一家五口人竟都学过一点中文。

2023年の春節を祝う公演では、严悠莉の家族全員が応援に駆けつけ、会場を盛り上げてくれた。じっくり話を聞いてみると、家族5人がみな中国語を勉強していた事実を発見。

十歳の妹妹 Ritaj 得知孔院将再度为青少年开班时，当即表示要报班上课。她还学着录了一首介绍中国景点的歌，用中文说她以后想去中国旅行。

10歳になる妹のリタジ(Ritaj)は、孔子学院が未成年者向けのクラスを再開することを知ると、すぐに「ぜひ入りたい」と気合十分だった。また、自分で中国の観光名所を紹介する歌を録音し、いずれ中国を旅してみたいと中国語で教えてくれた。

严悠莉还有一个哥哥，也曾是我们孔院的优秀学生。他在学完 HSK 四级的课程后拿到了奖学金，到中国学习了一年。

三人兄弟の兄も、我が孔子学院の優秀な学生の一人。彼はHSK4級コースを修了した後、奨学金を得て、中国に1年間留学していた。

由于家中三个孩子都学习中文，这个家庭的父母偶尔也用孩子们的教材，跟着孩子们自学了 HSK 一级的内容。与孔院



本文作者在严悠莉指导下学习摩洛哥传统乐器 Luth  
严悠莉の指導の下、本記事の著者はモロッコの伝統楽器「ウード」の演奏に挑戦

老师交谈时，他们也努力用中文打招呼，令我们十分感动。

子ども3人とも中国語を勉強しているため、両親も時々子どものテキストを片手に、HSK1級レベルの中国語学習に挑戦する。孔子学院の教師と会話をする際にも、できるだけ中国語を使うよう心がける姿には大変感動したものだ。

获奖后，严悠莉十分惊喜，她连连表示，是因为学习了中文才让她与众不同，才能获得如此高的荣誉，她十分感恩。

受賞後、严悠莉は驚きを隠せなかった。「この名誉ある賞を受賞できたのも、特別輝いて見えるのも中国語を学んだおかげだ」と、心から感謝の言葉を繰り返した。

她表示，将在中国之行结束后与身边的同学和朋友们分享此行见闻，让更多的人了解当下的中国。

彼女は、「中国の旅」を楽しんだ後、同級生や友人・知人を中心に、より多くの人が今日の中国を理解できるよう、自身の経験を共有していきたいと意気込みを見せた。📌

供图 / 李昕阳



严悠莉和她的家人。前排右一为严悠莉，中间为妹妹 Ritaj；后左为哥哥，右为妈妈。

写真：严悠莉とその家族。前列は右から严悠莉、妹のリタジ、後列は左から兄、母親

# 采薇的 汉语学习之路

采薇さんの中国語との出会い



作者：陈采薇 陳采薇  
翻译：谢秦 謝秦

**她**来自巴西圣保罗州立大学孔子学院，中文名叫陈采薇，目前是一名建筑专业的大学生。“采薇”来源于中国最古老的诗歌总集《诗经·小雅》：“采薇采薇，薇亦作止。”“采薇”，作为一个充满诗意的名字，在春风里唤起了对远方友人的思念，也唤醒了一个巴西女孩对遥远中国的向往。

彼女はブラジル・サンパウロ大学孔子学院の学生で、中国語名は陳采薇といい、今は建築学を専攻としている。名前の「采薇」は中国の最も古い詩集である『詩経・小雅』に見られる「薇を採り薇を采る、薇も亦作いたり」から由来するそうである。詩的な名前で、春風が薫るなか遠方の友人を思い浮かべる情景を連想させられるものである。と同時に、このブラジルの女学生に遠い中国に憧れを持たせたものでもある。

## 汉语学习之路

中国語習得の道

采薇是学建筑学的。上大学时，她通过中国建筑接触到了中国的历史文化，还看过许多中国电视剧、电影、小说……在中国文化润物无声的影响下，她越来越喜欢中国。了解一个国家最好的方式就是学习它的语言，因此，从2020年7月起，采薇开始学习汉语。她说，汉语很难学，刚开始决定学习的时候比较冲动，没有做好足够的心理准备，但一位巴西中文老师的视频给了她动力。

采薇さんは建築学を専攻としているが、大学で中国建築の研究を通して中国の歴史や文化に多く触れる機会があった。中国のドラマや映画、また小説などを読み漁っていくうちに、中国に対しますます憧れを持つようになった。2020年7月に采薇さんは中国語の勉強を始めた。最初は難しく勉強が難航することに、自分が十分な覚悟をしていなかったことを反省するが、ブラジルの中国語の先生からの応援ビデオに大いに励まされたと采薇さんは言った。

采薇每天花两到三个小时学习汉语。仅仅学习了五个月，她就通过了HSK三级考试，连她自己都没想到会进步那么快。2021年，采薇尝试用不同的学习方式挑战自己：她看中文原版小说，看有中文字幕的电视剧，甚至连看美剧的时候也会看中文字幕；每次碰到不认识的词语，她就会重复写很多遍……就这样，她积累了不少词汇。同时，为了提高口语，她坚持上中文网课。

以来，采薇さんは毎日二三時間かけて中国語を勉強するよう心がけた。五か月間だけでHSK3級試験に合格し、中国語上達の速さに自分でも驚いたそうだ。2021年、采薇さんは勉

強法の多様化を試みた。中国語の小説を読んだり、中国語字幕付きのドラマを見たり、アメリカドラマでさえ、わざわざ中国語字幕付きのものを選んで見たりはした。分からない単語を見つかるたびに、それを何度も書き写したりもする。このような弛まぬ努力を通して采薇さんは中国語の語彙量が多いに増えたのである。と同時に、彼女は会話力を高めるために、中国語のオンライン授業を受けることも怠らなかった。

在学习汉语的同时，采薇的建筑专业课程学习也出类拔萃。汉语带给她灵感，她的毕业论文也跟中国文化相关。论文写作中，她常常需要查阅中文期刊和书籍。她相信，通过论文写作，她的汉语水平会更上一层楼。

中国語の勉強だけでなく、采薇さんの建築学の成績も抜群である。中国語から大いにヒントをもらったため、大学の卒業論文も中国文化関係のテーマを選んだという。論文を仕上げるために、采薇さんはよく中国の文献や書物を調べるが、これで中国語のさらなる上達につながるだろうと采薇さんは信じている。

## 情 结 汉 语 桥

### 「漢語橋」と絆を結んでゆく

2023年4月、采薇作为圣保罗州立大学孔子学院学生代表，参加了第22届“汉语桥”巴西赛区的比赛。通过自我介绍、主题演讲、听力朗读、才艺表演四大环节的激烈角逐，最终，她从20位选手中脱颖而出，获得季军。“汉语桥”世界大学生中文比赛不仅考查选手听说读的能力，而且要求选手对中国文化有一定的感知力和表现力，更是对选手中国语言文化综合学习能力和实际运用能力的全面考核。

2023年4月、采薇さんはサンパウロ大学孔子学院の学生代表として、第22回「漢語橋」ブラジル大会に参加した。自己紹介、主題演説、ヒヤリングと朗読、ステージショーなど四つの部において選手間で激しい角争が展開された。采薇さんは20名ほどの選手から選ばれ、見事に第三位の好成績を取得した。「漢語橋」は、世界規模の大学生中国語コンテストとして、選手たちの聞き取り、読み取りそして会話力が審査されるほか、選手の中国文化に関する感知力と表現力も要求される盛会である。つまり、選手の中国語及び中国文化に関する総合的な学習能力と実践力などが試されるのである。

当采薇站在第22届“汉语桥”大赛巴西赛区的舞台上，用流利的中文讲述一个建筑专业学生眼中的“天下一家”理念时，谁能相信这是一位仅学习了两年半汉语的学生？

采薇さんは第22回「漢語橋」ブラジル大会の舞台に上がり、流暢な中国語を使い、建築専攻の学生という立場から「天下一家」の理念を語る様子は、二年半しか中国語勉強をしていなかった学生のものとは思えないほどであった。

采薇在“汉语桥”舞台上的演讲，精彩诠释了“天堑之隔变通途”。汉语——这座文化沟通之桥，一桥飞架南北，联系起中国和巴西，让巴西人民亲身体验了中国的文化，增进了对中国的了解，更促进了中巴友谊的发展，使得山高水远变成了坦荡通途！

采薇さんは「漢語橋」の舞台演説において、「天堑之隔变通途」（天然の壑壕を交通の大道に変える）について立派な解積を遂げた。このように、中国語は文化交流の橋になり、南北をつなげ、中国とブラジルを結び付けたのである。この架け橋があるからこそ、ブラジル人民は中国文化の体験ができ、中国に対する理解を深め、中国とブラジルの友好が促進されるのである。山高水遠という逆境もこれで平坦な大道に変わってゆくのだ。



采薇表示，经过赛前培训、赛中淬炼以及与那么多热爱中国文化的朋友的面对面交流，她的汉语水平有了质的飞跃。她认为，我们每个人都是这座沟通中巴友谊之桥的一份子，也希望自己能继续为中巴文化交流添砖加瓦。

采薇さんは、コンテスト前の集中訓練、コンテスト中の様々な試練、そしてコンテストを通して中国文化に興味を持つ多くの友人との交流を通して、自分の中国語がまた飛躍的な進歩を遂げたという。さらに、「私たち一人ひとりが中国とブラジルとの友好の架け橋の一部となり、これからも中国とブラジルのさらなる友好を実現するために頑張りたい」と采薇さんは語っている。

## 两个梦想

### 二つの夢

两年半的汉语学习和“汉语桥”的参赛经历，让采薇心中的梦想得以发芽。

二年半の中国語勉強と「漢語橋」のコンテスト経験を通して、采薇さんにある夢が芽生えたのである。

采薇说，随着对中国的了解愈发深入，她情不自禁地爱上了中国建筑，爱上了中国文化，也爱上了中国。从北京的万里长城到福建的土楼，从唐朝的佛光寺到明朝的琉璃塔，中国建筑在她眼中充满了魅力。

中国の事を詳しく知れば知るほど、采薇さんはますます中国建築に魅了され、中国文化、さらに中国に強い愛着をもつようになった。ペキンの万里の長城や福建の土楼、唐朝の仏光寺や明朝の瑠璃塔、彼女の目には中国建築がみな魅力に溢れたものばかりである。

现在采薇有两个梦想：一是在巴西创建“中国文化中心”——一个让更多巴西人了解中国的地方；二是去中国留学，申请中国古代建筑专业硕士。

采薇さんは今、二つの夢を持っている。ブラジルで「中国文化センター」を設立し、ブラジル人に中国の事をもっと理解してもらいたいのと、中国留学に行き中国の古代建築に関する修士課程に進学することである。

巴西和中国，位于地球的两端，距离16000公里，寒暑与昼夜相反。但一个巴西女孩，却因为学习汉语与中国结下了不解之缘，并致力于成为中国文化的传播使者。

ブラジルと中国は、地球の両端に位置し、16,000キロも離れている。季節も真逆で昼夜さえも逆であるが、采薇さんのようなブラジルの女の子は中国語の勉強を通して中国と強い絆を結び、これから中国文化の伝播役に立とうとしている。

语言，是多么奇妙的桥梁，它是文化的联结，也是文化的传递。言葉は、これだけ不思議な力を持つ架け橋である。また文化交流や文化伝承のカギでもある。

采薇说，学习汉语的道路是艰苦的，但是她相信这条路上一定会有越来越多和她志同道合的朋友。她期待大家携手并肩，共攀汉语峰顶，去到那个神秘而充满魅力的国度，了解更多中国灿烂的历史文化。

中国語の勉強の道は容易いものではないが、この道を歩くことで多くの同志と出会うことを信じてと采薇さんは話した。みんな肩を並べ手をつないで、中国語の高嶺に登ろうではないか。神秘的かつ魅力的な国に行き、中国の絢爛たる歴史文化を体験しようと采薇さんは意気込みを語った。📷

供图 / 陈采薇

# 动态播报

## 動向速報

### 东南亚孔子学院联席会议在京召开 東南アジア孔子学院協同大会がペキンで開かれる

作者：中国国际中文教育基金会  
中国国際中文教育基金会  
翻译：谢秦 謝秦



北京时间 2023 年 7 月 20 日上午，以“协同创新 行稳致远”为主题的东南亚孔子学院联席会议在北京国际会议中心顺利召开，来自东南亚 10 个国家的孔子学院（课堂）及中外方合作院校代表近 300 人参会。

中国時間の 2023 年 7 月 20 日午前、「協同創新、行穩致遠」を主題とする東南アジア孔子学院協同大会がペキン国際会議センターで開かれた。東南アジアから十か国の孔子学院（クラス）及び協定校の代表らは 300 人近く大会に参加した。



中国国际中文教育基金会秘书长赵灵山在开幕式上致辞，对与会嘉宾表示热烈欢迎。

中国国際中文教育基金会の秘書長である趙靈山は開会式で祝辞を述べ、大会参加者に熱烈歓迎の意を表した。



中国国际中文教育基金会理事长杨卫为新建孔子学院授牌。

中国国際中国語教育基金の理事長である楊衛は新しく開かれる孔子学院に招牌を送った。



分组讨论会议上，孔子学院及中外合作伙伴分享了孔子学院的办学经验，讨论了区域内孔子学院协同创新与东南亚孔院的未来发展途径。

グループ討論では、孔子学院代表や協定校代表らは孔子学院の学校運営経験を語り合い、地域内においての孔子学院の協同創新や東南アジアでのさらなる発展について意見を交わした。

### “诗琳通公主杯”第21届亚洲象棋锦标赛在泰国举办 「プリンセスシリントーンズカップ」第21回中国将棋アジア選手権大会がタイで開催

作者：江昊宇 江昊宇

翻译：谢秦 謝秦



2023年8月5日至11日，由亚洲象棋联合会主办、泰国象棋体育总会和泰国朱拉隆功大学孔子学院承办的“诗琳通公主杯”第21届亚洲象棋锦标赛在曼谷举行。共有来自亚洲17个国家和地区的代表队参与本次比赛。

2023年8月5日から11日にかけて、アジア中国将棋連合会主催で、タイ中国将棋スポーツ総会及びチュラロンコン大学孔子学院が協賛する「プリンセスシリントーンズカップ」第21回中国将棋アジア選手権大会がバンコクで行われた。アジア十七か国や地域からの代表が参加した。



亚洲象棋联合会霍震霆会长、中国象棋协会朱国平主席、泰国国家奥林匹克委员会查龙·达凡那信副主席、中华人民共和国驻泰国大使馆文化处常禹萌参赞、泰国中华总商会林楚钦主席、泰国华侨协会余声清主席、亚洲象棋联合会林关浩秘书长、泰国中华总商会李桂雄副主席、泰国象棋体育总会陈思飞会长和朱拉隆功大学孔子学院韩圣龙院长等为本次亚洲象棋锦标赛剪彩。

アジア中国将棋連合会の霍震霆会長、中国将棋協会の朱国平主席、タイ国家オリンピック委員会のチャルンワタシン副主席、中華人民共和国駐タイ王国大使館文化処の常禹萌参事官、タイ中華総商会の林楚欽主席、タイ華僑協会の余声清主席、アジア中国将棋連合会の林関浩秘書長、タイ中華総商会の李桂雄副主席、タイ中国将棋スポーツ総会の陳思飛会長とチュラロンコン大学孔子学院の韓聖龍院長らが今回のアジア選手権大会のテープカットを行った。



比赛分男子团体赛、女子个人赛及少年个人赛三个组别。中国棋手赵鑫鑫、黄竹风和李少庚夺得男子团体赛冠军；中国棋手吴可欣夺得女子个人赛冠军；中国棋手孟繁睿夺得少年个人赛冠军。

大会は男子団体戦、女子個人戦と少年個人戦からなっている。中国棋士の趙鑫鑫さん、黄竹風さん、李少庚さんは男子団体戦の優勝を獲得した。中国棋士の呉可欣さんと孟繁睿さんはそれぞれ、女子個人戦の優勝と少年個人戦の優勝を獲得した。

颁奖会后，主办方组织了精彩表演。

表彰式の後、主催者は精彩なダンスショーを催した。孔

供图 / 江昊宇



## 《孔子学院》征稿函

《孔子学院》由中国国际中文教育基金会主办、上海外国语大学协办，拥有标准国际连续出版物刊号（ISSN）和中国国内统一刊号（CN），该刊为双月刊，有中英、中法、中西、中俄、中德、中意、中葡、中阿、中泰、中韩、中日 11 个中外文对照版，面向全球发行。

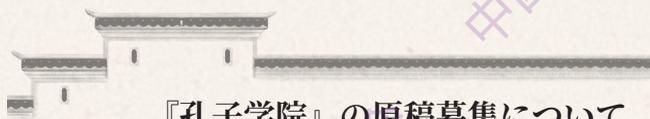
《孔子学院》设有“文化视窗”“汉语学习”“当代中国”和“孔院链接”栏目。“文化视窗”着重介绍中国不同地区风俗民情、特色文化和非遗（物质）文化传承等；“当代中国”旨在展示当地的最新发展，呈现中国百姓的日常生活、流行与时尚。2023 年拟依序介绍安徽省、江西省、贵州省、青海省、黑龙江省和广东省。“汉语学习”关注国际中文教与学的方方面面；“孔院链接”以汉语教师和学习者为主，聆听他们汉语教与学的故事。

### 投稿须知：

1. 文稿完整，包括题目、正文、署名和作者简介及联系方式。
2. 文字简洁，突出叙事性、趣味性和文化性，字数以 800—2500 为宜，中文、外文、中外文对照皆可。
3. 欢迎提供配图和图片说明，图片大小不低于 3MB，分辨率为 300dpi 以上，单独以附件形式发送。
4. 咨询、投稿邮箱：ci.journal@ci.cn。编辑部将在收稿 10 个工作日内予以回复。

免责声明：投稿稿件要求原创、首发，稿件中不得含有任何违法内容，不得侵犯他人名誉权、隐私权、商业秘密等合法权益，否则引发的法律责任由投稿人承担。一经投稿，即视为作者同意将作品多语种的修改权、复制权、汇编权、翻译权、信息网络传播权及电子数码产品版权等著作权（署名权、保护作品完整权除外）在全球范围内转让给《孔子学院》编辑部。

《孔子学院》编辑部



## 『孔子学院』の原稿募集について

『孔子学院』は、中国国際中文教育基金会在上海外国语大学の協力を得て発行する刊行物であり、国際標準逐次刊行物番号 (ISSN) と中国国内統一刊行物番号 (CN) を持ち、グローバルに展開されています。隔月刊行の本誌には、中国語と英語、フランス語、スペイン語、ロシア語、ドイツ語、イタリア語、ポルトガル語、アラビア語、タイ語、韓国語および日本語などの 11 カ国語との対照版があります。

本誌には主に、「文化ウィンドウ」「中国語学習」「当代中国」「孔院リンク」という 4 つのコラムがあります。

「文化ウィンドウ」では、中国の各省に焦点を当てて、それぞれの特色ある文化や無形文化遺産などを重点的に紹介します。「当代中国」では、中国各地の最新の発展状況を紹介することを目的として、主に事実や写真などを通して、現代中国の一般市民の暮らしを呈します。2023 年は、安徽省、江西省、貴州省、青海省、黒龍江省、広東省の順で取り上げて紹介する予定です。

「中国語学習」では、授業実践の事例、授業デザイン、授業中のちょっとしたコツや中国語の学習に関するエピソードなど、国際的中国語教育のあらゆる側面に焦点を当てます。「孔院リンク」では、中国語教師や学習者の気持ちに寄り添い、中国語の教育や学習におけるエピソード、および中国語が彼らにもたらした変化を伝えます。

### 執筆要領

1. 原稿は、タイトル、本文、署名、著者プロフィールと連絡先を含む完全なものであること。
2. 明確なテーマと構成を持ち、簡潔な文章で物語性、楽しさ、文化性を際立たせること。
3. 字数は 800～2500 字が望ましい。中国語、外国語、中国語 / 外国語対照のいずれも可。
4. 説明文付きの写真提供が歓迎。写真はサイズ 3MB 以上、解像度 300dpi 以上のもので、添付ファイルとして送ること。
5. お問い合わせ、投稿用メールアドレス：ci.journal@ci.cn。編集委員会は、原稿受領後 10 営業日以内に、投稿者に返信して原稿の受領を確認します。

免責事項：投稿はオリジナルで初公開のものに限る。また、違法な内容を含んでいたり、他人の名誉権、プライバシー、商業秘密などの法的権利や利益を侵害していたりしてはならない。さもなければ、それらに起因する法的責任は投稿者が負うことになる。原稿が提出された時点で、著者は『孔子学院』編集委員会に、修正、複製、編集、翻訳、ネットワーク上での普及、電子デジタル製品の著作権（氏名表示権と作品の完全性を保護する権利を除く）を含む、複数言語による作品の著作権を譲渡したものとみなされる。

『孔子学院』編集委員会

# 敬请关注 孔子学院媒体矩阵！

## 12种语言说 “你好”



孔子学院  
抖音号



孔子学院  
微信公众号



孔子学院  
微博



孔子学院  
全球网站 ci.cn



孔院人的云上家园

RMB 16 / JPY 550

ISSN 1674-9693



9 771674 969238

0.9>