

みんなのポジトリ

国立民族学博物館学術情報リポジトリ National Museum of Ethnology

モンゴル遊牧世界における睡眠時空

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2015-03-23 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 小長谷, 有紀 メールアドレス: 所属:
URL	http://hdl.handle.net/10502/5631

モンゴル遊牧世界における睡眠時空

小長谷有紀

1 はじめに

現在、モンゴル高原とよばれている地域では、古来より匈奴、鮮卑、柔然、高車、突厥などの人びとが主役の座を交代しながらも、遊牧を基礎とする社会を維持してきた。したがって、この高原において今日まで遊牧を受け継いでいるのがモンゴル人である、と言い換えることができる。

遊牧は、年間の降水量が一〇〇〜四〇〇ミリ程度にとどまるこの内陸部の高原において、きわめて適合的な生業である。飼養されている家畜は、ヒツジ、ヤギ、ウマ、ウシ（ヤクをふくむ）、ラクダの五種類であり、いずれの家畜も群れとして保持され、その放牧地は季節的にうつされる。そうした家畜の季節的移動にもなつて、人びとは自分たちの居住地点である宿営地をも移動させる。

図1 モンゴル国と中国内モンゴル自治区



このように、自ら移動することによって、脆弱な草原の生態を維持する、という生活様式である。言い換えれば、自然環境への適応を最優先することによって成り立っている世界なのである。このような世界において、人びとはどのように眠っているのだろうか。

これまで、私はモンゴルにおける家畜との関わり方に焦点をあてて、その技術と儀礼から特色を描き出してきた。^(注1)とりたてて眠りについて調査をおこなったわけではない。フィールドワークの過程で寝食を共にした経験に基づいて、モンゴル遊牧民の眠りのありようを提示してみたい。

なお本稿ではモンゴル高原として、中国内モンゴル自治区（以下、内モンゴルと記す）とその北に位置するモンゴル国をとりあげ、いずれについても牧畜に従事している牧民について考察する（図1参照）。

国境をまたいで両者のあいだでは、自然環境が類

似しており、牧畜作業の基本的なありかたはそもそも共通していた。しかし、内モンゴルでは一九八〇年代から放牧地が各戸ごと、あるいはコミュニティごとに配分され始めており、季節移動が消えつつある。このように社会環境が異なっており、また物質文化の面でも違いは大きい。以下では、モンゴル人の睡眠環境について、高原全体に共通する現象を一般論として述べると同時に、必要に応じて地域的な差異にも言及しておく。

2 モンゴル牧民の睡眠時間——夏と冬の格差

2-1 夏の睡眠時間

モンゴル高原の夏は、草原の緑がまぶしい。そんな中に牧民宅をおとずれると、多くの女性たちが頭痛をうったえる。彼女たちの睡眠時間をたずねてみると、四時間くらいしか寝ていないという人も多い。概して、夏の睡眠時間は短い。

モンゴル高原は、北緯三五度から五〇度あたりに位置する。ちなみにモンゴル国の首都ウランバートルの場合、夏至の日の出は三時五九分で、日の入りは二〇時〇一分である。^{〔注2〕}日の入り後も一時間はじゅうぶんに明るい。畢竟、夏になると子どもたちでさえも就寝時刻は遅くなる。

モンゴル国の中央部のように、馬乳酒をかもしている地域では、さらに就寝時刻が遅くなる。ウマの乳は、搾乳直後ではウマの体温を反映していて暖かく、冷ましてから攪拌しなければならない、という。



写真1 深夜の馬乳搾ぐり

また、ウマの乳は、一頭から一回あたり二〇〇〜三〇〇ミリリットルと少量しかしぼることができず、一日に何度も搾乳する。そして一日の最後にしぼった乳がじゅうぶんに冷めてから、まとめて攪拌する。攪拌は一日三〇〇回とも五〇〇回ともいわれている。最後の搾乳が午後八時なら、攪拌開始は午後一〇時を過ぎ、作業終了はいきおい深夜となる（写真1参照）。

時刻は一般に早い。日の出前にウシを搾乳し、日の出とともに群れを放牧地に送り出す。モンゴル国がかつてモンゴル人民共和国とよばれていた社会主義時代には、都市近郊に酪農場が建設され、集乳車が手配されていた。車の到着はおおよそ午前六時であり、それまでに各戸で数十頭のウシの搾乳を終えるには、たいいてい午前四時からしほり始めなければならなかった、という。こうしたノルマは現在ではまったくないにもかかわらず、人びとは現在でもおおよそ午前四時に起床して搾乳にあたっている。できるだけ早くウシたちを囲いから放ち、放牧地にいる時間をできるだけ長くする、という牧畜の方針が一貫して認められる（写真2参照）。

モンゴル牧民にとって、夏は乳の季節にはかならない。家畜という資産を減ずることなく食糧を確保

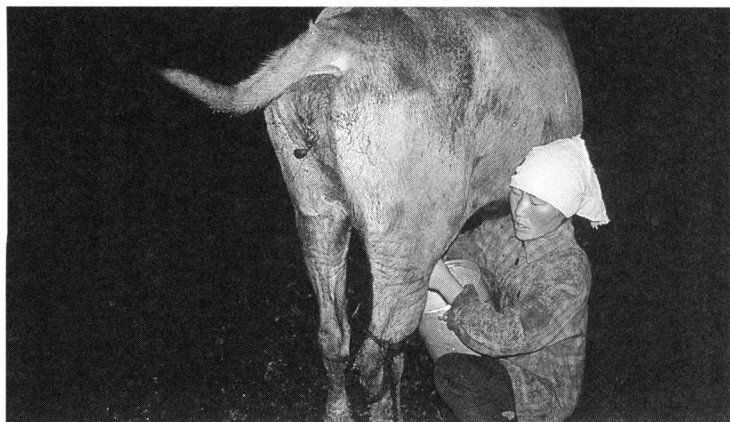


写真2 早朝のウシの搾乳

することのできる機会が到来する季節である。ウシについては、一日二回、日の出と日の入りの前後に搾乳する。ウマを搾乳する地域では、ウシの搾乳を終えた頃に子ウマをつかまえてつないでおき、その二時間後くらいから始めて、二時間おきに一日五回ほどウマを搾乳する。加えて、ヒツジやヤギを搾乳する場合には昼間に一度搾乳する。乳のほとんどをヒツジやヤギに依存する場合は、一日二回搾乳する。なお、ラクダの搾乳については、ウマのようにあつかう地域と、ウシのように朝夕二度おこなう地域とがある。

このように夏のあいだじゅう、文字どおり人びとは、搾乳に明けて、日長一日を乳加工に暮れ、日が没してもなお搾乳と乳加工に従事しなければならない。こうした乳をめぐる作業は、たいてい女性の手にゆだねられる。そのため、とりわけ女性の睡眠時間が短くなっているのである。老若男女を問わずに平均すると、夏の睡眠時間はおおよそ五時間くらいではないか、と推測する。

2-2 冬の睡眠時間

夏の睡眠時間が極端に短いと思われる一方で、冬の睡眠時間は長い。内モンゴルでは一般に風力発電の装置が取り付けられている。モンゴル国でもゴビ地方は近年、中国製の風力発電装置などが普及した。ディーゼル発電機を設置している裕福な家庭もある。しかし、それでも、毎日、贅沢な明るい夜を過ごすわけではない。ちなみに、ウランバートルの冬至の日の入りは一六時一分であり、日の出は七時四九分である。^(注)夜は暗いものであり、暗い時間帯は睡眠にあてられる。

ウランバートルでは、冬の夜長を楽しむために、社会主義時代にオペラやバレエなどの鑑賞が奨励された。一方、草原では、かつて牧民たちは古老の語る民話や専門的な語り手による英雄叙事詩などを楽しんだにちがいない。しかし、現在の一般的な牧民宅では、そのような楽しみは少ない。冬の睡眠時間は平均するとおよそ一〇時間はあるだろう、と推測する。

以上のように、推測される夏と冬の睡眠時間は極端に異なる。私たちが常識として一日の睡眠を八時間が適切とみなしているのとは対照的である。年間を通じて睡眠時間がそもそも一定していない、という特徴をモンゴル人の眠りから見出すことができる。

モンゴル牧民たちは、夏期の睡眠不足を一年のあいだに、冬期において補填しているのであるのか。それとも夜間の睡眠不足として一日のあいだに、昼間に補充しているのであるのか。

実際のところ、睡眠不足で頭痛を来していると思われる女性たちは、いたしかたなく、昼間に横になって身体をやすめることも多い。また、私たち客人が、他人の家でいきなり、身体を横たえてやすんで

もさほど非常識とはみなされない。

家畜を連れて夏期に長距離移動を敢行する場合、昼間に木陰で寝て、夜間に進むという方法もある。さらに、オオカミから家畜をまもるために夜間に見張りにたつことを担当すれば、夜に寝ることは許されないの昼に寝ざるをえない。

内モンゴルでは、中国の習慣に従って昼に寝ることを実践するモンゴル人もいれば、漢族の習慣であるとして昼寝を否定的にとらえるモンゴル人もいる。

こうした状況証拠を勘案するかぎりにおいて、昼寝に関する人びとの見解は一致していないように思われる。ただし、昼寝そのものを禁じる文化的規定はない、とみなすことは可能であろう。

3 モンゴル牧民の睡眠空間——広大のなかの狭小

3-1 睡眠時の密度

一般に、遊牧民の住居はテント形式であり、移動生活に適している。モンゴル人のテント式住居はゲルとよばれる。ゲルは、木製の枠組みを地面に円形に立てて、その外側を羊毛からできたフェルトでおったもので、白い円錐形に似た移動式住居である。フェルトを長持ちさせるべく、さらに綿布などでおおう場合もある。壁はハナとよばれ、折り畳みができるように格子状に結ばれた木で作られている。このハナの大きさはほぼ一定しており、その数でゲル全体の大きさが決まる。通常のゲルは、五つのハ

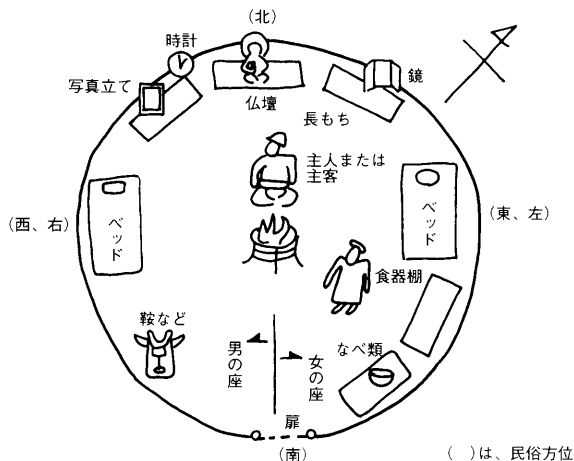
ナから成り、直径がおよそ四メートル余になる。したがって面積は一二―一五平方メートル程度である。モンゴル国のゲルは、かつて五徳がおかれていた位置にストーブがおかれており、その両脇に天窓をささえる棒がたっている。火のまわりにあるこの二本の棒は、大黒柱のようにみえるが、実際に柱としては機能していない。その証拠に、内モンゴルでは天窓をもちあげた作業後にこの棒を除去してもゲルはたおれない。なお、内モンゴルでは五徳の代わりにかまどが一般的にもちいられている。火のまわりでこうした違いがみとめられるものの、基本的な構造や大きさに変わりはない。

この五坪ほどの住居に、ふつう、両親とその子どもたちという家族単位で居住する。子どもの数は、中国では制限されている。少数民族が優遇されているとはいえ、北京のような大都市では一人であり、地方都市では二人であり、草原部でも三人しか許されていない。一方、モンゴル国では、かつて人口増加政策のもとで出産が奨励されていた。四人以上を産んで勤続すると通常より五年早く年金をもらうことができ、五人を産むと第二勲章があたえられ、八人ならさらに第一勲章があたえられた。一九八九年にはじまった民主化以降、この制度は廃止され、現在の子どもの数は三―六人にとどまっている。^{注4} いずれの国にせよ、仮に子どもを三人として計上すると、家族五人で五坪ほどの家に住んでいることになる。

ゲルの内部は、たいてい図のように家具が配置されている(図2参照)。

ゲル入って右側が女性の座であり、ここに母親と乳幼児が眠る。反対に左側は男性の座である。父親は、男性の座か、もしくは奥の座に陣取って眠る。子どもたちは、男女それぞれの座の方で眠る。家族五人であれば、各自それぞれのふとんを広げるスペースを確保することはできる。

図2 ゲルの内部配置



ただし、私自身はもっと窮屈な印象をもっている。というのは、私が訪問することによって家の中の人口密度が増えているからである。モンゴル牧民の家庭にはしばしば来客がおとずれる。親類縁者が訪問して、そのまましばらく同居するということは頻繁にみかけられる。来客があると、睡眠空間の密度は一段と高くなる(写真3参照)。一つのふとんで成人男性二人が抱き合うようにして寝るということも、決して少なくない。

また、一般に、子どもを抱いて寝ると暖かいといわれており、まるでカイロ代わりに好んで他人の子どもであっても抱いて寝る。そのため、小さい頃から抱き合って眠るのが習性となっていて、抱き合っていないと眠れないという人もいる。

また別に、乳児は首がすわるようになった段階で、布でぐるぐる巻きにして、全体を棒状にしたもつ(写真4参照)。悪霊におそわれないようにする、と

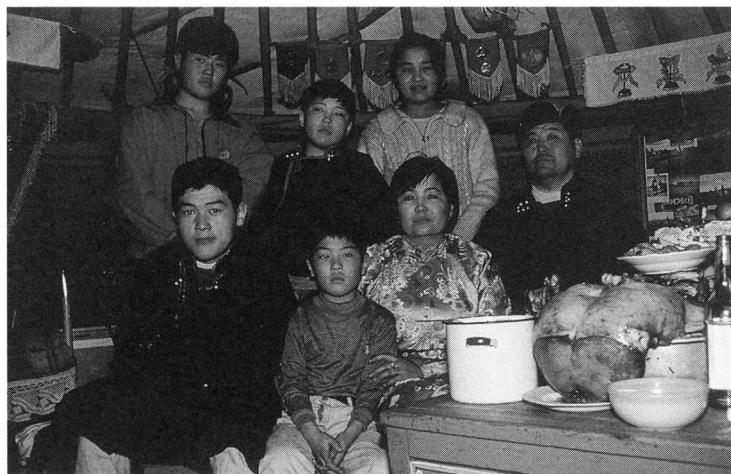


写真3 来客時の混雑

いう古典的な解釈がある一方で、あばれないようにしつける、寒さをふせぐ、足をまつすぐにのぼす、などといった効用が語られている。結果として、乳幼児期から、すでに窮屈さを感じないように訓練を受けていることになるのかもしれない。

なお、牧畜作業上、家畜の群れを連れて宿営地を離れて遠く放牧に出ることがある。また同様に、売却するために家畜の群れを連れて都市部まで長距離移動することもある。こうした場合には、木製の枠組みをもたない簡単なテントをもちいて草原に寝泊まりする。このような移動はオトルとよばれ、簡易なテントはマイハンとよばれる（写真5参照）。内モンゴルでは荷車に幌をかけたものもしばしばみかける（写真6参照）。せいぜい一畳分くらいしかない小さなテントなどに、男が一人もしくは三人くらいで移動する。一人が夜間の見張りをするにしても、二人で眠るにはさぞや窮屈であろうと思われる。



写真4 きつく縛られた赤ん坊



写真5 遠隔地へ放牧するときの草原のすまい



写真 6 幌のある車

もちろん感覚に個人差はあるとしても、私たちから見るといかにも窮屈そうな状態で眠ることを、モンゴル人はそれほど厭わない、ということではできると思う。けだし、それは単に眠るときばかりではない。公共バスの中で満員状態のときも、一台のジープに一〇人以上で便乗するときも、実に楽しそうである。常日頃から、屋外において広大なフィールドにさらされている牧民たちにとって、車内も含めて屋内においては、狭小さをむしろ満喫することによって人間的存在を確かめあう機会になっているのかもしれない。

3-2 寝具類

二〇世紀初頭までの一般的な牧民の寝具は、基本的にヤギの毛皮であった。ヒツジの毛皮が衣に加工されるのに対して、ヤギの毛皮は敷物として利用されていた。この上に寝ころがり、上からデールとよばれる民族衣装をはおった。



写真7 デール

デールは、モンゴル人女性によれば、「草原のトイレであり、寝具である」という（写真7参照）。近年では日常的にデールを着ることはまれになりつつある。それでも、草原に暮らす女性にとってデールは欠かせない。搾乳時には作業着としてはおる。そして、視界のきいた草原で用をたすときに、わざわざ手にもっておもむき、はおる。臨時の、トイレ用視線避けとなるのである。また、オオカミの侵入を見張りつつ、屋外で眠るときに、デールをふとん代わりにする。

モンゴル国ではやがて木製の低いベッドが作られるようになり、現在では鉄製のスプリングのついたベッドが普及している。およそ五〇年のあいだのできごとである。ベッドにはたいいてい一種の目隠しとして装飾的な布がつるされることが多い（写真8参照）。

一方、内モンゴルでは定着化が進んでおり、固定的な泥もしくはレンガ造りの家屋が建設されている場合には、オンドルの仕組みを取り入れるなどした高床が用いられている（写真9参照）。しかし、もはや季節的に移動しない場合でも、ゲルの中にはベッドはみあたらない。定着化していても、ゲルではふとんを敷いて寝る。

ふとんは、敷く方と掛ける方の一組から成る。掛けぶとんには色鮮やかな絹布がもちいられ、たたんでおくことがそのままインテリアになる（写真10参



写真8 モンゴル国のベッドとその装飾



写真9 高床（中国内モンゴル自治区錫林郭爾盟西烏珠穆沁旗）



写真10 インテリアとしての掛けぶとん

照)。たたみかたには、細く三つ折りにする方法などいろいろあるが、いずれのたたみかたであれ、きちんと整頓されることが求められる。

毛布は、内モンゴルでは近年、贈答品としてよくもちいられる。とくに、結婚式や年祝いなどで活躍する。たとえば、数え八〇歳になった老人は、次の正月のときに、無防備に年をとることが危険であるとされ、八一歳にならずににおいて、後日あらためて宴をもうけ、その際に人びとの祝福を受けながら加齢する。このとき、大勢の訪問客をむかえ、たくさんのお贈り物を受け取る。一人ではとうてい使い切れないほどの毛布を何枚ももらうことになる（写真11参照）。すると、老人が入手したこれらの毛布は、若い人たちが結婚するときのお祝いに贈られる。毛布のほかには、ハダクとよばれる儀礼用の絹布や、ダン茶とよばれるレンガ状に固めたお茶が、ぐるぐると現金の代わりに祝いの場をまわるのである。



写真11 贈答品としての毛布

枕については、四角く、中に化学繊維などの入ったものが今日ではどの地域でも普及している。以前のようには、携帯用折り畳み枕、針箱になっていた女性用の枕、中に衣服を入れてプレスを兼ねる細長い袋状の枕などはもはや博物館でしかみられないだろう。

このような寝具をもちいて、あまり寝返りもうたず、小さくかがむように曲げることもなく、どちらかというともつすぐに身体を伸ばすようにして眠ることが多い。

4 モンゴルにおける望ましい眠り

時間と空間とに便宜的に分けて、モンゴル牧民における睡眠環境を述べてきた。このようにみてくると、大きなベッドを一人で占有し、八時間以上たつぷりと眠るという願望は、必ずしも普遍的ではないようである。睡眠のありかたは文化によって異なっており、そ

の意味でまさしく眠りは文化である、といえよう。

それでは、モンゴル人にとって、とりわけ草原で暮らす牧民にとって、望ましい眠りとはいったいどのようなものであろうか。大勢にアンケートをとったわけでもなく、また個別的にインタビューをしたわけでもないの、モンゴルにおける理想型をここに代弁することはできない。しかし、いくらか気になる点があるので、それらを指摘しておいて本稿のまとめに代えたい。

まず第一に、満腹して眠る、という方針がとられている。朝昼はどんなに軽食でもかまわないが、夕食だけはたっぷり摂ることを心がける。仮に私が夕食を摂らずに寝ようとすると、非常にぞんざいなもてなしをしたという気になるらしく、無理をしても食事を作ってくれるので、食べなければ悪いような気にさえさせられる。それがどんなに深夜におよんでも、じゅうぶんに食べて寝なければならぬ。厳寒期にマイナス四〇度にもなる寒冷な土地では、生命維持の手段として必要な方針なのかもしれないが、一般に寝る前に食べるなどされている私たちの常識とむしろ逆転している。

食べてよく眠れる食品として、ヨーグルトがあげられる。モンゴル語でタラグとよばれるヨーグルトは、長期保存が効かないという意味では贅沢品に類する。夏から秋にかけて乳量が豊富な時期にはタラグがつくられる。眠りをささそう、とされているので、馬乳酒をしこたま飲んで酔っぱらう運転手でさえも、タラグを日中食べることはない。

第二に、眠りをめぐる挨拶に欠ける、という特徴をあげたい。現在では、「よくお休みください」とか「よくお休みになれましたか」といった丁寧な会話が来客とのあいだで交わされることもある。しか

し、それでも家庭内で「おやすみ」や「おはよう」に相当するような会話が日常的に交わされることはない。昔からあつて今もまだかすかに残っているのは、「良い夢を見たか」という質問である。これがいわば「おはよう」に相当する。そして「おやすみ」に相当するのは「良い夢を見てください」になる。すなわち、モンゴル人にとって、眠りとは夢を見ることにほかならなかったのである。

それでは、いったいどんな夢がモンゴル風の良い夢なのであろうか。

知人の死や病、殺人、火事、洪水、雪害などといったさまざまな災いは、一般的に良い夢とされる。逆に、ごちそうを食べているようすや、ヒツジの大群に囲まれている姿などの幸福な状態をあらわした夢は、概して悪いとされる。すなわち、現実世界でおきる禍福が、夢の世界では逆転するのである。夢は現実の裏返しという論理が背後にあると思われる。モンゴル人にとって、夢を見ることのできる眠りは、現実を裏返した世界なのであろう。

月と星のかがやく闇のなかで、ヨーグルトという天然の睡眠薬ならぬ睡眠食を飲んで、窮屈なほど肩を寄せ合い、ひつつきあつて、そのためか、やや寝苦しく感じられるほどの災いの夢を見ること、それがどうやらモンゴル人にとっては、一つの理想的な眠りであるようだ。

注

(一) 拙著『モンゴル草原の生活世界』(一九九六年 朝日新聞社刊)などを参照されたい。

(2) モンゴル気象情報研究センターのツールーンツェツェグ氏のご教示による。記して感謝する。

(3) 前注参照。

(4) 人口増加政策および人口動態については、拙稿「草原の国を変えた女性たち」(窪田幸子・八木祐子編『社会変容と女性』所収、一九九九年 ナカニシヤ出版刊)。