



## シルクロード特集

### 旅行の感想 研究科 背戸川 礼子



17, 8, 27 (土)

昨夜 22:01 発 吐魯番より寝台車に乗り、敦煌駅に到着したのが翌 27 日朝 8 時半頃でした。ホテルに荷物を置き 敦煌の旅の始まりです。

一度は行って見たかった敦煌。石窟が少しずつ見えてくると同時に胸躍る思いで入場しました。前には岩泉が流れ、東には三危山が横たわっていて、まさに先人の東西の人々が行き交い 文化の花が咲いた地であることを物語っていました。

窟の数は 1,000 以上あるらしいのですが 492 窟しか発掘されていないそうです。そのうちの 11 窟を見学しました。正面からは奈良の大仏より大きな石仏が座す九層楼が見えました。九層楼は莫高窟の象徴的な建物でした。石窟はインドや西域の影響を受けたもので僧や信者が禅を修行するためのものだそうです。長年の間に数多くの至宝が海外に流出してしまったのですが今もなお敦煌石窟は「砂漠の大画廊」として一千年にわたる人類の信仰をとどめていて 音もなく流れ落ちる砂山の 崖に穿たれた窟の連なりは 深い感動を覚えずにはいられません。小さい頃から日曜学校でお経を暗記させられた私には仏教芸術の宝庫「敦煌」は中国文化と日本文化と深いつながりがあったことを物語っており重ねて深い感動を覚えました。

次にシルクロードの交差点であることを立証する関所 玉門関、陽関を見学し 夕方には 鳴沙山で駱駝に乗って往時の旅人の気分を満喫しました。このような悠久の歴史ある国の豊かな文化にふれ この感激に今もなお胸ときめく思いです。

健康な老後をとの願いから始めた薬膳が素晴らしい中医師の劉先生にお会いすることが出来ましたことは大変光栄に存じます。旅行中にも、お忙しいにもかかわらず私たちの健康酒の処方をしてくださいましたことは又々感激いたしました。どうぞいつまでも私たちにこの歴史ある中医学を教えてくださいますよう心よりお願いしてペンを置きます。どうも有難うございました。

## 有師自遠方来 不亦樂乎

客員教授

南京中医薬大学

謝英彪 教授

### 1. 枸杞陳皮茶

材料: 枸杞子 30g 陳皮 5g

作り方: 枸杞子、陳皮をコップに入れて、お湯を注いで 15 分間蒸らします。

お茶の代わりに常飲します。

3~5 煎飲めます。

効能: 滋補肝腎、行気散瘀。肝腎陰虚、肝気鬱結による目の疲れ、脇肋脹痛



### ミニ情報

#### もりもり農場の“新米コシヒカリ”

長野の東、佐久という海拔 700m の地点で育ちました。化学合成農薬・肥料は一切使用していません。

玄米 500 円/kg; 白米 550 円/kg

連絡先: 長野県佐久市中小田切 594

TEL・FAX: 0267-82-4173

### 2. 昆布山楂茶

材料: 昆布 500g

山楂子 500g

作り方: 乾燥した昆布と山楂子を粉末にし、よく混ぜます。瓶に入れて保存します。

1 回 15g をコップに入れて、お湯を注いで 15 分間蒸らします。

お茶の代わりに常飲します。3~5 煎飲めます。

効能: 清熱化痰利肝、活血消食散瘀。

痰湿内盛、宿食積聚の肥満、便秘



### 漢方素材を用いた健康食品メーカーから人材募集

研究・開発の強化に向けた企画部員と、取引先増加による営業部員の増員

①健康食品の研究・開発リーダー

②健康食品を紹介するライター、広報

③漢方理論に基づく健康食品の企画営業

勤務地: 東京都千代田区霞ヶ関 株式会社シンギ

連絡先: 〒100-0013 東京都千代田区霞ヶ関 3-7-1 大東ビル 8F

TEL: 03-5157-1881 / 採用係

[shingy@shingy.co.jp](mailto:shingy@shingy.co.jp)

<http://www.shingy.co.jp/>

お電話、またはメールにてお問い合わせ下さい。