



# 豊かなネパール料理による多民族の融和を

プルナ・ラトナ・サッキヤ

## “Your Opinion”

このコーナーは、皆さんの意見や情報を掲載できるページです。ネパールやネワー文化、時事問題、社会、言葉についてなど、皆さんのお声をお聞かせ下さい。また、以前に掲載された記事についてのご意見もお待ちしております。投稿下さった記事は後日、NIFJ ウェブサイトに掲載致します。投稿は下記の Email アドレスまでお願い致します。  
Email : nifj@hotmail.co.jp, NIFJ Website : www.newajapan.org

## はじめに

ネパールは多民族国家である。ネパールの首都カトマンドウがあるネパール盆地（カトマンドウ盆地の旧称）も、1769年までは都市国家であり、かつてそこは三つの国家に分かれていた。

この頃、ネパール盆地の中心住民ネワー人は多民族で構成されており、宗教は主に、仏教とヒンドゥ教に傾倒。少数ではあるが、イスラム教徒 [サキヤ「ネワー文明にイスラム文明の影響」NIFJ Home Page, 2007] やキリスト教徒もいた。人種は、インド・アーリヤ系とモンゴロイド系が多数を占め、チベット・ビルマ語系の言語であるネパール語 / Nepal Bhasa (ネパール・バーサ) を母語とする民族を「ネワー人」とするのが定説となっている。

ネワー人が多民族によって構成されているということは歴史的事実だが、何故ネワー人は数種類の民族によって構成されるようになっていったのだろうか。

ネパール盆地は古くからネワー文明の発祥の地であり、政治、文化の中心であり、貿易の中継地点でもあった。ヒンドゥ教徒や仏教徒の聖地として機能していたこともまた、外国人の出入りが絶えなかった大きな要因であると言える。つまり、外国人の一部がネパール盆地に残り、ネワー人となっていったであろうことは想像に難くない。では、何が彼らをネパール盆地に留ませたのか。この小論では、ネワーの食文化が、ネパール盆地に残った外国人を「ネワー人」へと変えていったのではないかという仮説を基に、そのプロセスの分析を試みる。ネワー人が食に費やす時間やお金はとても大きく、食はネワー人にとって大変重要な位置を占めていることが窺える。ネパール盆地において、経済を支えてきたのは、ネワー人の豊かな食文化であると言っても過言ではないのである。

現代ネパールの民族情勢を見ると、ネパール人もネワー人と同じように多民族国家の様相を呈している。しかし、ネパール人はネワー人と異なり、いまひとつまとまりに欠ける。それはこれまで、国家（支配者）が国民を統率する

上で、自らの言語（ネパーリ語）や宗教（ヒンドゥ教）の普及に躍りになってきたことが大きな原因である。国家が自らの保身に囚われる余り、国民を置き去りにし、ネパールが一つになるための「潤滑油」を見落としてきたからではないだろうか。食文化とからめ、国家政策についても課題を示しておきたい。

## ネワーの食文化におけるの新収資料の入手と食生活とその魅力

ネパールは多民族国家であるため、その中心的地位を占めるネワー人の重要性に、ネパールを研究する誰もが気づかされるのではないだろうか。

筆者は近年、特にネワー人の食文化に注目し、それに関する新たな資料を入手することができた。そうした資料を通じて痛感したのは、これまで、多くの学者が主張してきた、「共通言語（ネパール語）を以てネワー人とする」、とした見解を見直さなければならないということであった。ネワー人の融和は<言語>だけでなく、<食文化>もまた、多大な影響力を持っており、その実現に大きな助けとなるのではないかと考える。

この<食文化>は、ネワー人の融和だけに止まらず、多民族国家ネパールの統合にも大きな役割を果たすのではないかと期待しつつ、ネワー人の食文化について、クローズアップしたい。

人間を含む動物にとって、<食べる>という行為は、生存していく上で欠くことのできない営みである。ネパールの食文化で注目すべき点は、食生活がそれぞれの民族の特徴をよく表しているということだ。

ネパールの食文化について、国内でも広く知れ渡っている事実がある。それは、ネワー人だけにバラエティ豊かな食文化が見られるということだ。ネワー人は古くからグルメな食生活を楽しんできたようなのである。

ネワー人の主食は、多くのアジア諸国と同じコメである。

ネワール人とコメの関係は、コメを使ったネワール料理の多さを見れば一目瞭然である。下にネワールのコメ料理の一部を紹介する。

1. ザ：水で炊く。日本の「ご飯」。
2. キール：ミルクで炊いて、粥にして食べる。
3. クワティ：米粉を数種の豆と一緒に煮込んだスープ。日本料理の七草と似たもの。
4. バジ：粳米を蒸して杵で搗いて粳殻を落とし、平たくして焼いたもの。  
種類は、白色の「バジ」、赤色の「ワラバジ」がある。
5. シャーバジ：バジを煎ったもの。
6. ゴーフティ：お米を煎って膨らませたもの。おやつとして食べる。
7. ヨーマリ：米粉を蒸してこね、中に黒砂糖とゴマで作ったペーストを詰め、形成し、蒸し上げる。形は各家庭で異なるが、多くがマンゴーの両端が尖がった様な形をしている。
8. チャターンマリ：米粉を水で溶き、鉄板に丸く薄く伸ばして焼く。クレープに似ている。
9. 名称不明：米粉を麺状にし、油で揚げる。
10. ザキチュウンマリ：米粉で作る団子。正月に蒸して食す。その後硬くなったものは炭火で焼いて食す。形は球状だけではなく、日本の埴輪のような形状のものもある。

以上がネワールにおけるコメ料理の一部である。ただ、ザ、バジ、ゴーフティ以外は、特別な年中行事と通過儀礼の際に食べるものであり、普段は食べられない。

#### \*ネワール人と肉料理\*

ネワール人は意外と肉料理をよく食べる。「意外」というのは、隣国インドと同じようにヒンドゥ教や仏教が普及し、ヒンドゥのカーストや仏教の教えが根付いた宗教色の強い暮らしを送りながら、他方、インド人のような菜食を選択するネワール人は極端に少なく、むしろ肉料理を好む傾向にあるという点だ。それだけネワールの食文化は寛容であり、昔からおいしいものを楽しんでいた様子が伝統食の中で窺える。この肉食文化は、今もネパール盆地に深く根を張り、多くの人が舌鼓を打っている。また、ネワールの食文化で特徴的なのが、肉の中でも水牛肉を古くから好み、コメ料理と同様、水牛料理の数の多さである。しかし、ネワール人に水牛を飼う習慣はなく、水牛は専らネパール南方のタライ地方や北インド地方からの輸入に頼っているのが実情だ。

19世紀始め、ネパールを訪ずれた英印政府の役人がネ

パールを調査し、ネパール人の食生活について次のように述べている。

ネパールでは、命を支える主食は米である。

貧困層は、米と並んで、生のニンニクや生の大根も口にする。彼らは、塩、キャクシクムやターメリックを使い、大根、レンズ豆のカレー等を作る。このタイプの料理には、中流階級の人々は油やギー（牛脂）を加えたりする。富裕層なら肉を加えたりする。貧困層も時にはハト、ニワトリ、あるいはアヒルなどを生贄にする。周知のことながら、この人たちはこの類の鳥肉はよく食す。

ヒンドゥ教徒の人々は生贄となった肉しか食べない。自らが食べるための屠殺は罪となるから、一旦、神前に生贄を捧げ、神の残した生贄を何の罪悪感もなく食べるのである。

また、インドのラージプート族（武士階級）からすれば信じられないほど、ネパールのラージプート族は肉料理に目がない。それは生贄の血まで飲み干してしまうのを見ればよくわかる。

[Buchanan Hamilton, Kingdom of Nepal, re.ed..1990,p.236]

#### 【ネワールの水牛料理】

1. マナチョエラ：ロースやヒレ肉を蒸して角切りし、油やスパイスで和える。
2. ハクチョエラ：ロースやヒレ肉を角切りにしそれを鉄串に刺して墨火や藁火で焼く。それを油やスパイスでまぶして食べる。辛い。
3. ダエクラ：水牛の煮込み料理。スパイスはクミン、生姜、ガラムマスラなどが使われ、あっさりとした味。
4. パルラ：生姜と肉の煮込み料理。
5. プカラ：肺、腎臓などの炒めもの。
6. カチラ：挽き肉にした肉にスパイスと油をまぶした物。生のまま食べる。
7. ラピー：挽き肉をハンバーグ状にして蒸したり、それを炒めたりする。
8. チュンラ：挽き肉を煮込んだもの。
9. トーカー：皮と足骨と一緒に煮込み、煮こごりと一緒に食べる。冬場の料理。
10. ニャクナ：作り方はトーカーと同じ。唐辛子粉と小魚を入れるところが違う。冬場の料理。
11. ネプ：脳みその炒めもの。
12. ショー：髓の炒めもの。

13. ヒ：血を蒸しもの。
14. ソンプ：肺に小麦粉やスパイスをまぶし、細い紐で結んで炒めたもの。
15. メェ：舌の炒めもの。
16. スクーラ：干し肉。
17. モモ：チベット風蒸し餃子。

もとはネワー商人がチベットからネパールへ持ち込んだ料理で、現在はネワー人からネパール全土に普及している。モモ専門店の数もネパール盆地に多い。具は、水牛の挽き肉とラッキョウを刻んだもの。バラモンやチェトリには、水牛肉はタブーだが、中にはこっそり外出中に食べたりする者もいる。

### \*水牛へのこだわり\*

ネワー人の水牛へのこだわりはとても深く、古代よりチベットへ出稼ぎに行く「ラサネワー」と呼ばれる商人集団がおり、彼らは現地チベットで獲れる動物（ヤギ、羊、ヤークなど）では満足せず、水牛ベースの料理であるトーカーやニャクナーなどを作り、出稼ぎの地でも食を楽しんでいた。しかし、チベットで水牛は手に入らないのである。ではどのようにして、ラサネワーは水牛の肉を確保していたのか。

実は、チベットへ輸出する商品の荷袋が彼らの水牛料理に代わっていたのである。“チャラバンディ＝皮で荷造りした荷物”と呼ばれ、雨にも強く、果てはラサネワーの胃袋に入るといふわけである。これほどまでに、ネワー人は水牛へ強烈な思いを寄せていたということだろう。ここで、ラサネワーのチベットでの体験談を一部抜粋する。

ラサネワー（以下、ネワー）：

…お酒もあります。トーカーをこさえるなら、皮、ネパールから皮を持ち込むのです。

質問者：チョエラをこさえるために水牛の皮も手に入れてくるのですか？

ネワー：そうです。ヤークの皮、水牛の皮などをね。大体水牛の皮を使います。

質問者：水牛の皮は何に使うのですか？

ネワー：荷造りをするのに使うのです。荷物がラサに届いたら、荷解きをして、その紐を水で戻して料理に使うのです。それでトーカーをこさえるのです。

質問者：そうか、なるほど！ハハハ！ラサは寒いから、すぐ煮こごりができたでしょうね！

（日本語訳インタビューの一部抜粋）

古くからネワー人は、創意工夫して水牛肉料理を食してきた。今では、ネパール国内だけでなく、外国人にも大変人気のある食材となった。

水牛肉は「硬そう」と思われがちだが、実際はクセがなく、柔らかい。ネパール通の日本人やあるネパールの専門家も、仔水牛は牛肉よりよっぽど美味しいと語っていた。

### \*ネワー料理の危険な魅力\*

正直に言うと、野菜や魚より肉は美味しいと感じられる。何故か。太古の狩猟生活を記憶しているからだろうか。

人間の欲望を抑えるため、人類は宗教的ルールとして、肉食を禁じてきたケースが少なくない。しかし、破戒者はいつの時代にも存在し、この現象がネワー人の肉食習慣にも見られ、「肉」はネパール盆地を訪れる外部の人々をも魅了してきたのである。

例えばこんなエピソードがある。

時代は中世。ネパール盆地では、シバ神が奉られるパシュパティ寺院の世話役として、南インドから菜食主義者の祭司をカトマンドゥへ招くという古い伝統があった。南インドからやってきたバラモン祭司たちは、ネパール盆地の肉料理にどっぷり浸かり、墮落してしまったというのである。また、ネパール史の権威であるバブ・ラーム・アチャルヤ氏は、バラモン祭司についてこう述べている。

西暦 1565 年、ヴィザヤナガル国（現南インドにあった国家の旧称）が解体した時、カルナタカ（南インドの地方の名称）出身のバラモンがネパールへやって来る伝統も同時に途絶えてしまいました。ネパールに留まった彼らの子孫もまた、彼らと同じように肉を食べるようになり、道徳を失ってしまったのです。

それから、カトマンドゥのザガッジャヤ・マッラ王（在位 1722-36 年）たちは、バラナシ（現ベナレス）地方から仙人たちを呼び寄せ、パシュパティ寺院の祭司にするしきたりにしたのです。…しかしこの仙人たちもまた、肉を食べるようになって道徳を失い、ネパールのラゾパディヤ・バラモンやティルホッテ・バラモン（現タライ地方）も、肉を食べるバラモンになってしまったので、マッラ王がバラナシからマハラシュトラ（在インド）出身のバラモンたちを呼び寄せ、祭司にするしきたりを作ったのです。という内容の話をパシュパティ寺院にいるマハラシュトラ州出身の祭司たちから話を聞いたことがあります。

[Acharya, Baburam, Shree Panch Badamaharajadhiraj Prithvi Narayan Shahko Samkshipta Jeevani, V. II., 1967, pp. 212-3]

アチャルヤは、インドのバラモン祭司が肉食から肉食へ変貌し、聖職者の道から墮落したと批判している。ここからわかるのは、ネワールの食文化がバラモン祭司等を虜にし、そこに居留せらせる原因となったということであり、ネワールの多民族構成の過程がここで垣間見れるのである。

ネワールの食文化はその幅広さ故に、現在もなお他民族に強い影響を与え続けている。ネワール人はチベット由来のモモに水牛肉を使用して、モモそのものをネワール料理の一つに数えているし、その美味しさは一般のネワール人家庭にも広く行き渡りつつある。

筆者が、ネワール人のモモ専門店店員にインタビューを行ってきた中で、とても興味深い情報を入手することができた。それは、亡き国王ディペンドラがまだ皇太子であった頃、このモモ専門店へ皇太子自ら、モモを購入しにやって来たのだと言う。

質問者：その時のことは、マスメディアにも大きく取り上げられたのですか？

店員 1：そうですね、確かにその後、店の名前が知られるようになったかもしれません。

質問者：ディペンドラ皇太子は店内で召し上がって行かれるのですか？

店員 1：いいえ。お持ち帰りになりました。

質問者：運転手に来させるのですか？

店員 2：いいえ！あの方は自分でお越しになるのですよ！  
(インタビューの一の部日本語訳)

## 食は人を結ぶ

ネパール盆地で花開いたネワールの食文化を、ネワール人が一所懸命にその幅を広げてきたという事実は非常に注目すべき点であり、また諸外国のいろいろな料理を取り入れ、本来の料理をネワール風に作り変えていった点も興味深い。そうして試行錯誤を重ねた魅力的なネワール料理は、やがて外国人をも虜にし、遂にその一部をネワール人にしてしまった。

現代ネパールは領土が拡大し、ネワール人が多民族であるのと同じように、ネパール人も多民族化した。かつてネワール料理がネワール人をついにしたように、今度はネパール全土で<食>による民族統合が叶わないだろうか。現在もネパールでは様々な民族がネパール盆地に集い、ネワール料理に舌鼓を打つ。ネワール料理があるからこそ、各地からネパー

ル盆地に集まってくるのかもしれない。スクラ、ジャガイモカレー、ウォー、ダエクラ、プカラ、モモ、トン（酒の一種）…。ネワール人の食生活、食文化が、ジャンジャティ（土着の多民族）にとっての魅力であり、羨望的となっているのではないだろうか。

国家が、多民族統合政策に自らの言語や宗教を導入したのと同じように、被支配者側の豊かな食文化にも国家レベルで力を注いでいたならば、今のネパールの姿は違ったかもしれない。<食>が人間の本音を揺さぶるその効果は絶大なのである。

## 【一時資料】

ネパール語（ネパール・バーサ）：

東京外国語大学のCOEプロジェクトのもと、チベット、ネパールの元貿易商からチベット貿易を巡るインタビューを行った。インタビューは2003～2005のに行われた。情報提供者は60人程度。インタビューは主に、ネパールのパタン市とカトマンドゥ市で行われた。インタビューアは石井溥、サキャ・プルナ・ラタナの二名で行った。このインタビューによって、多少なりともネワール人の食文化に関する新鮮な情報を入手することが出来た。当小論文作成にこの資料の一部を活用した。

## 【参考文献】

ネパール語：

Acharya, Baburam, Shree Panch Badamaharajadhiraj Prithvi Narayan Shahko Samkshipta Jeevani, 4 vols. (A Short Biography of Sri Panch Prithvinarayan), Kathmandu: His Majesty's Press Secretariat, 1967-69 (2024-2026V.S.)

英語：

Hamilton, Francis Buchanan, An Account of the Kingdom of Nepal, reprint ed., New Delhi: Asian Educational Services, 1990.