

## 今こそ、シルクロードから世界史を見る

一冊の本を読破する「こつ」は、分かりにくいところは遠慮なく飛ばし読みすることである。これが古稀を過ぎてようやく到達した心境である。人生経験も知的背景も違う他人の考えを、すべて理解できるはずはない。私は専門外の本の場合だけでなく、専門に近い分野の本を読む時でも、遠慮なく読み飛ばして、とにかく読了することを心がけている。

なぜ出し抜けにこんな話をするかといえば、私が前著『シルクロードと唐帝国』（講談社「興亡の世界史」05）を上梓した際、歴史学関係者以外の親しい知人・友人から「お前の本は難しすぎる」「人名が多すぎて覚えきれない」と言われたからである。しかし、このたびの私の二冊目の概説書『シルクロード世界史』（講談社選書メチエ）は、より広く「世界史」をテーマとし、長らく大学の教養課程向けに講義してきた内容をベースとしているので、ずっとわかりやすいはずだと思う。歴史上の人物名もぐっと少なくなりました。

さて、拙著二冊のどちらのタイトルにもある「シルクロード」とは、オアシスの道と草原の道を合わせた陸のシルクロードのことである。そしてそのシルクロードが、近代以前においてユーラシアの

### 森安孝夫



東西南北を結んだ高級商品流通のネットワークであり、同時に文化交流の舞台であった。私の立場からすれば、シルクロード地帯とは「前近代の」中央ユーラシアのことなのである。それゆえ、グローバル世界の交通・物流の中心が中央ユーラシアを離れ、大洋を繋ぐ海路に移ってしまった近現代において、この用語を学問的に使うのは不適切と考える。今回はその理由も、「前近代世界システム論の提唱」という一節を設けて説明した。

ところで世界史における西欧中心史観と中華主義史観を批判しているからといって、私の論著がそれに代わる中央ユーラシア中心史観を主張するものだとみなされるのは、真に心外である。私は中央ユーラシアが世界文明の中心になったと考えたことなど、一度たりともない。今度の拙著の意図は、四大文明の登場と鉄器革命以後、火薬革命と海路によるグローバル化によって近代が始まるまでの四〇〇〇年に及ぶ世界史をごく大まかに把握するために、中央ユーラシアを震源地とする大変革への注目を推奨することにある。

具体的には、中央ユーラシアを起源とする印欧語族とアルタイ語族の動向、とりわけトルコ民族の大移動、及びそれらと表裏一体の

コスモス・ライブラリー  
発売元：星雲社

ジョン・カバットジン (著)  
大野純一 (訳)

## 瞑想はあなたが考えているものではない なぜマインドフルネスがこれほど重要なのか マインドフルネスの世界・ブック1

「瞑想」に新たな光を当じた  
画期的な論考集

「マインドフルネスについての今までで最高の教師の一人」(ジャック・コーンフィールド)と称えられたジョン・カバットジンは、長年にわたり瞑想の利点を教えてきた。その結果、世界中の多くの人がマインドフルネスを日常生活の一部として実践するようになった。が、瞑想とはそもそも何なのか？なぜ、やってみただけの価値があるのか？さらに、すでにマインドフルネスを実践しているなら、それと併せて瞑想を続けていくだけの価値があるのだろうか？

本書は、そうした問いに懇切丁寧に応えている。

## マインドフルネス・マスタークラスへようこそ！

パート1 瞑想はあなたが考えているものではない

瞑想は意気地なしには向かない／瞑想はいるところにある／無執着／瞑想についての2通りの考え方／気づきと自由／倫理とカタルマインドフルネス

パート2 注意のパーと不安心の不安

なぜ注意を払うことがこれほど重要なのか／ドゥウカク／ドゥウカク・マグネット／ダルマ／ストレス低減クリニックと MBSR／注意欠陥障害の国／気づきには中心も周辺もない／空(くう)

◎この本のパート1では、瞑想とは何であり、何でないのか、そしてマインドフルネスの育成には何が含まれているのかを探求します。

◎パート2では、私たちの苦しみと不安心(dis-ease)の根本原因を検証し、また判断を交えず、意図的に注意を払うことそれ自体がいかに解放に資するか、さらにマインドフルネスがどのように医学へと統合されてきたのか、いかにそれがマインドとハートを深く回復させ変容を促す新しい次元を開示してくれるか、検証していきます。(「緒言」より)

46判(予価：本体1800円＋税)

【続刊】ブック2～4

113-0033 東京都文京区本郷3-23-5  
Tel 03-3813-8726 Fax 03-5684-8705  
<http://www.kosmos-lby.com>

馬の家畜化以後における馬車戦車(チャリオット)と騎馬遊牧民・騎馬軍団の登場である。騎馬遊牧民の機動力が銃火器の発達する近代以前において世界史を動かす原動力であったことを知ってもらうだけで、西欧中心史観の打破に極めて有効となろう。

四大文明の時代から近代の開始以前まで、西欧世界は決して世界史の中心ではなかったが、近代以降の世界史はまさに西欧中心である。学習指導要領の改訂により、高校の歴史教育において世界史はまもなく必修ではなくなり、二〇二二年度からは「歴史総合」という近現代史中心の科目だけが必修となる。今でさえ教育の現場やジャーナリズムで語られる世界史には西欧中心史観が強いが、近現代史だけになればその傾向はいっそう強まるどころか、世界の先進文明はすべて西欧に由来するのだといってもいい思い込みを、人々に植え付けてしまうことになる。

日本の漢字文化は、まさに中国の漢文化の踏襲であり、少なくとも平成までは元号を定める時にさえ、漢籍に典拠を求めてきた。「文房四宝」と呼ばれる筆・墨・硯・紙はすべて中国から伝来したものであり、漢文は飛鳥時代から明治維新まで一三〇〇年の長きに

わたって日本の公用語であった。しかし日本の歴史を深く理解するには、中国を中心とする東アジア史に目を向けるだけでは不十分である。近代以後には欧米の歴史も重要になるが、近代以前においてはシルクロードによって世界を結びつけた中央ユーラシア史を知ることが肝要なのである。本書はそのための案内書でもある。

国家体制の違いにかかわらず、二一世紀の地球規模の課題は環境問題と人口問題である。歴史的に見れば戦争と疫病が時々々の人口爆発を抑えてきたという恐るべき事実を踏まえつつも、戦争こそは最大の環境破壊であると認識して、今後は決して戦争を起こさないように、あらゆる軍事的・経済的・政治的軋轢を、国際社会の教養あるメンバーが互いに知恵を出し合って解決する方向に進んでいく欲しい。知恵は何もないところからは生まれず、教養という蓄えがあってはじめて生み出せるのである。歴史という教養を持たない政治家など全く不要である。……という信念をもって本書を執筆したのであるが、まずは、手に取ってくれた方々に、飛ばし読みされずに読み切っていただけることを願うばかりである。

(もりやす・たかお 大阪大学名誉教授・公益財団法人東洋文庫監事)