

京都橘大学女性歴史文化研究所第二五回シンポジウム

「近代ヨーロッパ社会における身体表現と身体ケア ―食とファッションを中心に―」II

一九／二〇世紀転換期ドイツにおける食改革運動と身体イメージ

南 直 人

1

私は、専門はドイツ史で、とくに食という視点から歴史を見てまいりました。私を取り扱う時代は、一九世紀後半から二〇世紀初頭までが中心となります。

はじめに全体像のお話をしておきたいと思いますが、とくに第二帝政期ドイツにおける「生改革」運動を取り上げます。「生改革」運動は、ドイツ語では「Lebensreform」といって、直訳しますと「生活改善」と訳せますが、生活改善運動といいますが、どうしても日本の近代史で、とくに農村の生活を近代化していくというニュアンスが出てまいります。ドイツでの「Lebensreform」という運動は、もちろん生活全体ともかかわりますが、もつと哲学的といえますか、あるいは革新的・革命的なイメージがあります。ですから、大阪大学の竹中

亨先生がこれを「生改革」と訳し直されまして、だいたいドイツ史の研究者は「生改革」という言葉を使います。私もその言葉を使いたいと思います。

この時代は、北山先生がお話しされた一九世紀ぐらいまでと同じで、徐々に身体が国家の統治などと結びついて、管理され、規制されるという流れがあり、それに対する批判的な流れも生まれてまいります。これが二〇世紀につながるわけで、北山先生のお話では、二〇世紀に入って、最後にイサドラ・ダンカンの踊りが紹介されましたが、あれはまさに生改革の理念をダンスにしたようなものかなと思います。すでにフランスのルソーが「自然へ帰れ」と主張して、そういう流れのもとをつくりだしていますが、人工的なものに対して「自然であること」により大きな価値を置くという、大きな意味でいえば近代批判の思想傾向の流れのなかにあるのが「生改革」運動ということになります。人工的なものや、物質文明、産業や科学技術に支えられた近

代社会への反発がその根底にあるわけです。

とくに生改革運動のピークのひとつといえるのは、ヴィルヘルム時代と呼ばれる一九世紀末から第一次世界大戦にかけてのドイツです。

この時代に急速な近代化、工業化、大衆社会化、大衆政治化が起こります。大都市が膨張し、大衆の消費文化が誕生してまいります。そういった都市的な生活様式が拡大する一方で、まだまだ階級格差が非常に大きい社会ですし、貧困の問題もありました。また、そういうものに対する怒りの矛先として、後のナチズムにつながっていく反ユダヤ主義が台頭してくる時代でもありました。

華やかではあるけれども、閉塞感も大きいという時代のなかで、いま申しました反近代的な主張、あるいは自然への志向が拡大してまいります。そうした目標をめざすさまざまな社会運動が出現し、それらをまとめて今日では「生改革」運動という用語が使われるようになっていきます。

この運動は、いろいろな分野を包括しており幅広いものですが、とくに身体に関わる健康や食の分野で大きな影響力を持ちます。たとえば医療(自然療法、水治療、温泉療法、日光・空気を浴び・食事療法等)や衣食住(自然食、菜食主義、禁酒運動、自然農業、集団農業コロニー、住宅改革、衣服改革、裸体運動)、その他の領域(動物保護、景観・自然保護、女性運動、青年運動等)において、さまざまな運動が出てまいりました。そのなかで、きょう私が触れるのは自然療法や自然食、菜食主義、裸体運動ですが、いずれにせよ身体に関わるものが多い運動です。同時に、今日にもつながるような動物保護・動物愛護や環境・自然保護、女性運動、

あるいは日本でもよく知られたワンダーフォーゲルも含まれます。

さらに、人種衛生学や優生学も関係しており、政治的に見ると右から左まで、本当にバラバラな、さまざまな思想傾向を含んでいます。反ユダヤ主義のような極右民族主義(フェルキッシュ思想)で、後にナチズムにつながっていくような流れもありますし、同時に、既成の社会体制に反抗するような、反権威主義的、反体制的で、今日の言葉でいえば「オルタナティブ」な志向までが共存しており、後のナチズムの源流になるものもあれば、現在の緑の党につながる流れもありました。

つまり、二〇世紀のドイツの政治的・思想的なさまざまな傾向が、この生改革運動のなかにぎゅっと圧縮されている、ということがいえるわけです。生改革運動は、あまり世界史の教科書には登場しませんが、私は非常に重要な運動だと思っています。

この運動は、きょうのシンポジウムのテーマである身体とも非常に密接な結びつきがあります。無理やり「身体表現」と「身体ケア」に分けてしまいますと、身体表現の分野には衣服改革、裸体賛美、瘦身志向が関連します。衣服改革には、北山先生も述べられたような、コルセットからの解放があり、もっと極端なほうに行きますと、「衣服そのものが拘束である。衣服を脱ぎ捨てて、自然のなかで」ということで、裸体礼賛運動が出てきます。もうひとつはスリムな身体への志向です。これらとはなかなか分かちがたいですが、身体ケア分野には自然治療運動、あるいは自然食や菜食主義運動などがあります。

無理やり「身体表現」と「身体ケア」の二つに分けましたが、先は

どの北山先生のお話にもありましたように、じつは同じで、根底ではつながっているような動きかなと思います。

なお、私は「菜食主義」という言葉を用いておりますが、英語でいうと“vegetarianism”、ドイツ語では“Vegetarismus”、あるいは“Vegetarianismus”となります。これの訳語には私自身も少し苦労しています。「ヴェジタリアニズム」でもいいのですが、少し長くなりすぎるので、あまりよい訳ではないなと思いつつ、「菜食主義」という日本語にしています。

ただ、誤解のないように申しますと、「ヴェジタリアニズム」という言葉は、野菜を食べることから出てきたものではありません。もとの語源はつながっていると思いますが、英語でいう「ヴェジタリアニズム」は、ラテン語の“vegetare”や“vegetus”が起源です。意味は「健康である」とか「新鮮である」「生命力」「元気」といったことで、そこから「ヴェジタリアニズム」という言葉が生まれました。ただ、ヴェジタリアンの人びとは、だいたい「自然のものを食べなさい」と主張し、その「自然のもの」というのは、肉食を避けて、できるだけ野菜を食べるといふ方向に行きますので、日本語では「菜食主義」と訳されることが多いと思います。

しかし、「野菜を食べる＝菜食主義」ではないということだけ、少しおことわりしておきたいと思えます。もし適当な訳語があれば教えていただきたいのですが、どうしても最適な日本語が見つからないので、便宜的に「菜食主義」という言葉を使います。

2

一八世紀に登場したルソーの「自然へ帰れ」という主張は、ドイツにも大きな影響を与えます。ルソーとはほぼ同じ頃から、とくに自然療法という独特な理論や実践が展開されるようになります。生改革運動の歴史、あるいは第一段階といえるのがこの自然療法運動です。まずこの運動から検討してまいります。

自然療法は、起源は古くさかのぼりますが、その基本原理は「全体論」と「生氣論」という考えにあります。近代医学は、病気を個々の要素に分解して、たとえば「胃の粘膜が炎症を起こしているから、これは胃潰瘍です」となりますが、自然療法は、病気を身体全体の視点で捉えます。人体のあらゆる部分は、他のすべての部分と分かちがたく結びついているので、部分的な不調が身体全体に作用するのだ、というふうに考えます。これは単に身体だけでなく、心も同じで、身体的な不調が心の不調に結びつき、逆に心理面での不調が身体にも影響する……というふうに、身体を全体として捉えるのが全体論的な発想であり、自然療法の最も基本的な特徴のひとつです。

もうひとつの原理である「生氣論」は、身体には自然に内在するような生命力があつて、それが防御反応を導いたり高めたりして、病の克服につながっていくという考え方です。「全体論」も「生氣論」も、近代医学によつて否定された考えではありませんが、近年、近代医学が行き詰まっていくなかで、このような考え方が復活し、声高に主張さ

れるようになっていきます。

したがって、自然療法というのは、自然に即した治療ということですが、結局、人間全体を見ようという方向に行きます。健康とは身体と精神が調和した状態であり、病気になるのは、身体の個々の部位に問題があるというよりも、むしろ不自然な生活様式の結果なのだというふうに見ていきます。

要するに、西洋世界において古代ギリシャから連綿としてある「体液説(病気や健康を人間の血液や粘液等の体液で説明する考え方)」や「養生術」の伝統を引き継ぎ、個別的要素への分解・分析をめざす近代医学に反発し、とくに近代的な医薬を使うことにも反対する方向に行きます。そして、自然に即した生活様式を重視するというのが自然療法のおおまかな特徴かなと思います。

自然療法の全体を説明するのはなかなか難しいですし、私も医学的な知識が欠如しておりますので、この運動の有名な人物をご紹介します。なかで、だいたいのイメージをつかんでいただければと思います。

ドイツ、あるいはドイツ語圏で、自然療法のバイオニアと呼ばれる人が何人かいますが、まずはヴィルヘルム・フーフエラント(一七六一〜一八三二年)から紹介します。この人は、ゲーテの同時代人で、実際にゲーテの友人、侍医でもありました。日本でも最近マクロビオティックが流行りですが、彼の主著は『マクロビオティック或いは長命術』という本です。

フーフエラントは、まさに自然療法の基本的な考え方である「生命力」という概念を導入し、これを「自然の治癒力」と名付けています。

「この力を強めるためには生活を改善し、とくに無節制な大食などは避けねばならない」とし、この時代のひとつの特徴である反文明的な主張に沿って、「文明が発達すると人間は節度を超えて食べがちであるが、身体運動は減少していくので、植物食を中心にしていくべきである」と考えました。

このような考えは、もちろん肉食主義にも結びついていきます。そこで、反肉食の主張をしていくのですが、これも生改革運動の人びとがよく使う論理です。「肉食は腐敗(単に化学的な意味での腐敗ではなく、精神的なものも含めての腐敗)の傾向を有している。しかし、植物食はこうした腐敗を改善する」という考え方です。フーフエラントはまた、近代的な医薬に反対して、十分な睡眠、新鮮な空気のなかでの歩行、乗馬などを行うべきだと主張しました。さらに彼は、水を使った身体洗浄によって健康を維持したり病気を治していくという主張もおこなっています。この水を使った治療法である「水療法」は自然療法の重要な要素となつていきます。

次に紹介するヴィンセンツ・プリースニッツ(一七九九〜一八五一年)は、まさにこの水療法を発展させた人物です。彼は、現在はチェコ領になつているグレーフェンベルクで療養施設を建設し、ここに全ヨーロッパ中から患者が集まり、名声を獲得していきます。いろいろな治療法があつて、冷水による身体の洗浄、湿布療法(プリースニッツの湿布は、現在でも一部には利用されているようです)、部分浴、シャワー、運動治療などを組み合わせた治療法です。最初は部分浴だけでしたが、後に全身浴も取り入れるようになりました。なお、プリースニッツの

治療法に食事療法は取り入れられてはいません。

日本であれば、温泉がありますので、温泉に入って病気を治すという発想は日本人にはわりあいなじみやすいのですが、ヨーロッパの場合、もちろん温泉はありますが、この水治療はあまりなじみのない方法で、自然療法に由来するものと考えられます。北山先生のお話でも、水とヨーロッパ人との微妙な関係が指摘され、一七世紀は水を忌避したけれども、一八世紀から水を取り入れるようになったというところで、水療法は、まさに水を利用して病を克服しようとする考え方で、単純にいえば、冷水によつて身体に悪寒を起こさせ、それによつて病気を引き起こす毒素を体内から排出するという発想でした。

自然療法の人の書いたものを読みますと、はつきり言つて、わけがわかりません。つまり、われわれは近代医学に「毒されて」いますので、読んでみると奇妙に思われることがたくさん出てくるのです。その論理についていくのはなかなか難しいのですが、私なりに理解したところでいえば、冷水をかけて体をブルツとさせて、それによつて病気を引き起こす毒素を体内から排出する…という考え方です。今でも、とんでもないがん治療法などを宣伝する本が出されますが、それに近いような感じといえますか、われわれからするとどうしても二七医学的な感覚がします。しかし、当時の自然科学や医学の知識としては、なかなか最先端のことを言っている部分もありますので、現代のわれわれの目から見るとおかしいと思つても、その論理には付き合つていく必要があると思えます。

さて次に紹介するのは、ゼバステイアン・クナイプ（一八二二～一九七

年）です。彼は、カトリックの聖職者で、バイエルン南部アルゴイ地方のヴェリスホーフエンという場所に療養所を設立し水療法を取り入れました。これは、水を体にかけて、たるんだおなかを引き締めるとか、バスタブに浸かたりして、外部から水をかけることによつて病気を治すという治療法です。鉱泉水を飲むという治療法も、やつていたかもしれません。現在では、「クナイプ」でインターネット検索をすると、クナイプの入浴剤など、いろいろな商品の宣伝が出てまいりまして、世界的にも有名な商標となっています。

自然療法のもうひとつの重要な手法は、日光・空気浴療法です。この療法は、とにかく屋外に出て、日光を浴びながら、よい空気を吸うという手法ですから、当然、大都会ではなく田舎の方に行きます。ヨーロッパ人、とくにヨーロッパの北の方の人々は、日光に対する宗教的と言つていいぐらいの執着があつて、日光があるとみんな裸になつて日光浴をします。フランスではどうかわかりませんが、ドイツ人はとくにそういう傾向があつて、たぶんイギリス人もあるのではないかと思います。じつはこの日光・空気浴療法は、裸体賛美運動へとつながつていきますし、同時に、身体の美的側面を重視する方向ともつながつていきます。これもまた自然療法と身体との結びつきの重要な要因のひとつです。

3

こうした自然療法が一八世紀から一九世紀前半にかけて登場します

が、これは生改革運動の前段階のようなもので、一九世紀半ばからは、食事を改革する食事療法へと生改革運動の重心が移行するようになります。これは生改革運動の第二段階ともいえます。その中核を占めるのは菜食主義ということになりますが、自然療法運動と食改革、とくに菜食主義の境目は曖昧で、きれいに分けることはできません。同じ人が両方の要素を混在させた主張をししばしば展開しているからです。

西洋の菜食主義は、もともと古代ギリシャ・ローマに源があります。定理で有名なピタゴラスが菜食主義を唱えましたが、決して「野菜を食べよう」というような単純なものではなく、「魂の浄化」という宗教的・倫理的な性格が強いものです。こうしたピタゴラスの思想は、もともと東のオリエントの影響であるという主張もありますし、魂の転生ゆえに動物殺しを忌避するということになる、インドの輪廻転生といった考え方も通じるものがあります。ヨーロッパは、後にキリスト教の世界になりますから、「魂の転生」といった考えは姿を消しますが、古代ギリシャの思想家たちはいろいろな考えを展開し、魂の転生ゆえに動物殺しを忌避し、菜食主義の方向に行ったわけです。ただし、インドの影響がどこまであるのかは、なかなか難しい話だと思います。

もうひとつの倫理的な側面で言いますと、禁欲や節制のために肉食を制限するという発想もあります。これは、古代ギリシャ・ローマを通じて支配的な考え方だと思います。ローマ人は、一方ではものすごく享乐的なことをやりつつも、禁欲主義的な思想傾向も非常に強くて、生活を節制することに大きな価値を置いていました。

時代をかなり下りますが、再び身体への関心が高まるのは、中世を経てルネサンス期以降です。一七〜一八世紀には、菜食主義はまずイギリスやフランスで盛んになります。イギリスでは有名な詩人であるシェリー、フランスではグレーズといった人の名を挙げることができます。ドイツでも、先ほども紹介しましたが、すでに自然療法のパイオニアであるフーフェラントが菜食優位の主張をしています。ここでも、自然療法と菜食主義が分かちがたく結びついていることが見いだせます。

こうした古代以来の伝統的な菜食主義と、一九世紀にドイツでとくに広がった菜食主義はどう違うのか。もちろん共通する部分も多いのですが、新しい面もあります。古代の菜食主義は、前述のように宗教的・倫理的な面が強かったわけですが、近代になると社会全体の改革を志向するというような社会改革的な性格がより強まります。その意味で、一九世紀ドイツの菜食主義は生改革運動の一環と位置づけることができるわけです。生改革運動じたいも、中心的には自分の生命や生活に関して改革をしていこうという運動ですが、最終目標はそれを通じて社会全体を改革するところであり、たしかに反近代的方向を向いているけれども、運動そのものは近代的な現象といえます。

近代の菜食主義も、とくに工業化・技術化・都市化といった近代社会の弊害に対する反省という性格が前面に出ており、社会改革という目標を追求したわけです。以下、このようなドイツにおける菜食主義運動のパイオニアを紹介したいと思います。

まずグスタフ・シュトゥルプフェ（一八〇五〜七〇年）という人物が

います。彼は非常に興味深い人物でして、一八四八年から四九年にかけてドイツの革命運動の闘士だったという経歴の持ち主です。この革命は挫折に終わるのですが、シュトゥルフェは最後まで抵抗し、ドイツ西南部のバーデンで武装蜂起を企てます。しかしあつという間に負けてしまつて、彼はスイス、さらにアメリカに亡命し、南北戦争にも北軍側で従軍しています。一八六三年に許されて帰国し、その後は政治ではなく菜食主義の運動に身を投じました。ただ、この人は、すでに若い頃から菜食主義の影響を受けていました、一八三三年二八歳の時にドイツ最初の菜食主義文学とされる『マンガラの遍歴』を出しています。これは、欧州を旅行するマンガラという名前のインド人青年の目を通して肉食を批判したもので、インドの思想の影響を受けて菜食主義に惹かれていくという興味深いプロセスを辿りました。

彼は、帰国してから死ぬまでの七年間に、「シュトゥットガルト菜食協会」を創立したり、『植物食——新しい世界観の基礎』という、ドイツにおける菜食主義の世界観の理論的な基礎になる書物を著したりと、精力的に活動しました。彼の提言は、「肉の食事を避けなさい」から始まつて、とにかく「節制」を強調し、とくに「大地から得られる植物、とりわけ穀物と果実で自らを養いなさい」とか「あらゆる毒物、とりわけタバコと酒は避けよ」「ただ、塩、砂糖、ミルクは良い効果がある」などと言っています。また、「多くの水を飲み、多くの水を浴びよ」、「純粹で新鮮な空気のみを呼吸せよ」と、自然療法と通底するようなことも提言しています。

次に紹介するのは、ドイツの菜食主義思想に大きな影響を与えたテ

オドーア・ハーン(一八二四〜一八三三年)です。この人は、もともと自然療法に携わっていて、そこに菜食主義の発想を取り入れました。フーフェラントの影響で食事を重視する方向に行くわけです。自然療法の中にはプリースニッツのように、食事療法とはまったく無縁の人もありますが、やはり両者には親和性があつて、結びついていきます。ハーンは、一八四九年から水を利用した自然療法の療養所を開業しますが、そこに菜食を導入しました。その後、さまざまな著作を執筆しますが、代表作は『自然に即した食事療法』という題名の本で、この「自然に即した生活様式」という言葉は、その後生改革運動でもひんばんに使われるようになります。その意味でハーンは生改革運動としての菜食主義思想を確立した人といえるのではないかと思われれます。

その次のエドゥアルト・バルツァー(一八一四〜一八七七年)は、まさに菜食主義運動の中心に位置しており、ドイツ最大の菜食主義の理論家、かつ運動の組織者であるといえます。先ほどご紹介したクナイプはカトリックですが、バルツァーはプロテスタントの聖職者でした。ただ、体制に組み込まれた教会に属する聖職者ではなく、無教会派のプロテスタントです。この人も、若いころは政治運動に身を投じ、「光の友」というグループを結成して、やはり一八四八年革命のときにフランクフルト国民議会の議員(自由主義・民主主義陣営)になっています。政治家としても重要なキャリアを積んだ人物です。その後、ハーンの著作に啓発されて政治運動から菜食主義へと転向し、数多くの著作を残しました。主著として『自然の生活様式』があげられます。

バルツァーの最大の功績は、菜食主義の運動を組織化していったと

ころにあります。まず一八六七年に、中部ドイツ・テューリンゲン地方のノルトハウゼンという町で「自然な生活様式のための協会」を設立しました。当初の会員数は一〇六名と少なかったのですが、そこから全国組織をつくっていきます。このバルツァーの組織などをもとにして、全国的に組織が拡大していきまして、ドイツで菜食主義の運動が広がっていきます。ドイツは、フランスと違って、地方分権の国です。で、それぞれの地域で多様な運動がありますが、そうした地域的な菜食主義の組織がどんどん生まれ、ドイツ帝国全体に広がっていきます。ただ、やはりドイツの西のほうの都市化が進んだ地域が中心で、東のほうにはあまり広がっていませんでした。このような反近代主義的・反都市的な運動は、やはり近代化・都市化の影響が強い地域でもおもに展開されたわけです。

ついでに言えば、オーストリアやスイスもドイツ語圏ですので、菜食主義の運動が広がりますし、パリで二組織、イギリスでは一五組織という資料もありますが、フランスやイギリスがどうなっているのかはわかりませんので省かせていただきます。

ドイツの菜食主義運動の支持者数は持続的に増大していきませんが、必ずしも絶対数が多いわけではありません。当時の、たとえば社会民主党などの労働者政党に比べるとごくごく少数で、その意味では生改革運動自体はマージナルな運動とみなされます。ただ、その社会的意義はまた別問題で、このことは後に触れたいと思います。

ドイツの菜食主義の思想的な特徴でいえば、その根底にあるのは近代社会や近代文明に対する反発で、そこから「自然」をキーワードに

して社会改革をしていこう、という流れになります。やはり全体として見ると、宗教的・イデオロギー的な性格が強く、信仰告白的な様相を呈しているともいえます。

菜食主義は、食生活の改革をめざしますが、そこにとどまるのではなく、それによって全体的な調和の回復をめざすものです。しかも、単に物質的な意味での食ではなく、魂や精神の領域も含めた、全体的な“*homo vegetus*”（生命力に満ちた人間）をめざす運動で、単に野菜を食べるというだけでなく、魂や精神も含めた健康な人間をめざすことになります。

いま述べてきました菜食主義が、食改革のいちばんの中心になり、とにかく肉食を批判します。ここから動物への愛という面が強調されると、動物愛護運動という方向に行きます。たとえば生体解剖の禁止といった思想傾向も、こういうなかから出てまいります。

4

菜食主義の運動は、食を改革することによって社会全体を改革していくという動きですが、それと関連してさまざまな分野で食改革の動きが活発に展開されます。

まず菜食主義的な理念を追求する、いわゆるジードルング（居住共同体）運動が出てまいります。その一例が、いまでも続いているエデン果樹栽培共同体です。菜食主義の発想の根底には、人間はもともと果物を食べていたのだ、という考え方があります。これは科学的には

誤っておりホモ・サピエンスは雑食なのですが、彼らはもともと人間の本来の食べものは果物であると考えたのです。キリスト教でも「エデンの園」ということがいわれますから、それにちなんで名づけられたのでしょうか。一八九三年にベルリン郊外のオラーニエンブルクで、一人の創立メンバーが始めた、いわば居住共同体です。

この共同体は、みんなで住んで、果樹園を育てようということで、懸命に果物を育てるわけです。これがだんだん広がっていきまして、単に菜食主義者だけでなく、一般の人も参入して、ヴァイマル時代にはどんどん拡大していきます。オラーニエンブルクは、電車でベルリンから北の方へ一時間ぐらいのところにあります。実はこの町の郊外には、ザクセンハウゼンというナチ時代の強制収容所がありました。

今はその跡が博物館になっています。そこでは、ナチ時代にいかに残酷なことが行われたかが展示されています。たしかザクセンハウゼンだけで一〇万人が殺されています。しかしオラーニエンブルクには、それとはまったく正反対の、果樹栽培をして、みんなで平和的に生活をしていこうという菜食主義の居住共同体が第一次大戦前に設立され、それが現在でも続いているのです。

次に、菜食主義や食改革に関連するいわゆる健康食品などについて述べたいと思います。菜食主義者やその周辺の人びとは、さまざまな健康食品や薬（近代的な医薬ではなく、自然療法に基づいた薬）を開発しています。そうしたなかで最も有名になったのがマックス・オスカール・ビルヒャー＝ペナー（一八六七―一九三九年）という人物です。

この人は、スイスのドイツ語圏の人で、当然、菜食主義とも関係が

深いのですが、「生食(ドイツ語では Rohkost)」による食事療法を確立した人物です。「生食」というと、われわれ日本人はどうしても刺身をイメージしますが、火を通さない野菜や果物、ナッツ類を中心とした食事をとるというものです。乾燥させた食物も利用しますので日本語の「生」の語感に合いません。ですから、ドイツ語の「Rohkost」を日本語に訳すときに非常に苦勞します。さらに、ビルヒャー＝ペナーは、それを近代的栄養学と結合させて、「ビルヒャー・ミュスリ」として知られた、簡単にいえばグラノーラやコーンフレークのような健康食品を開発しました。これは今でもドイツのスーパーマーケット等で販売されております。

彼は、全体としては近代医学を批判しつつ、しかし近代科学的な発想も取り入れて、独特の「光量子理論」といわれる学説を組み立てています。これは、生食・菜食の特別な治癒作用を「科学的」に説明する試みです。彼は、チューリヒ大学できちんとした近代医学も学んだうえで、それに飽き足らずに独自の理論を打ち立てたわけです。この理論は、光合成に関する知識に依拠し、「太陽光のエネルギーが植物のなかで化学的に静止したエネルギーに転換して、この植物内の化学的静止エネルギーが本源的な治癒的な作用をもたらす」とするものとして、そのエネルギーを「生命力」と名づけています。こうしてみると、やはり前に紹介した自然療法に似たような発想であることがわかります。この理論においては、生の植物食材を調理すると、内在するエネルギーが壊れてしまうので、できるだけ加熱せず、生で食べることが推奨されます。自然に乾燥させるのはいいけれども、加熱するとあらゆ

る「日光価」、すなわち「食物内の化学的静止エネルギーの低下」、「栄養・治癒価値の減少」、「健康面での弱体化」につながるとされるのです。

さらにこの「量子理論」によると、エネルギーの貯蔵によって食物は三種類に区別されます。最上のもは「生きた栄養物」、すなわち生の植物体をそのまま食べることで、植物性の食品でも、加熱するとエネルギーが落ちて、第二ランクになります。肉や刺激物、キノコ類は最下層の食物に分類されています。なぜキノコがダメなのかはわかりませんが。

こうした考えに沿って発明されたのが、「ビルヒャー・ミユスリ」です。これの原料として、いちばんよく使われるのはオート麦のフレーク(乾燥燕麦)です。それに乾燥した果物やナッツ類を加えて、そこにミルクをかけます。要するに、グラノーラやコンフレークにミルクをかけて食べるという、今日世界中で広く朝食として受け入れられたスタイルの原点がこれだといえるでしょう。ただ、最初は衛生上の配慮からコンデンスミルクという工業的に加工されたものをかけていたので、批判されたようです。

もうひとつ、生改革運動や食改革の動きとの関連で紹介したいのがレフォルムハウスというものです。これは、直訳すると「改革の家」ということになりましたが、むしろ「健康食品店」とした方がわかりやすいでしょう。もともとは、生改革に関連するさまざまな商品を売る店で、一九世紀末頃から出現してきた新しいタイプの店舗です。最初は自然療法に関連する医療用具なども扱っていたようですが、現在

はさまざまな自然食品を販売する店となつていきます。ドイツに行くときの町にもあるといつてもよいくらいよく見かけます。

5



図1 ルーベンス「三美神」

最後に「食改革」と「身体イメージ」の接点のお話をしたいと思います。ルーベンスの有名な「三美神」の絵では、非常にふくよかな体型の美の神が描かれています(図1)、これは近代以前の美の基準になつた身体ということ。一般的に飢餓の時代は肥満がステイタスシンボルとなる一方で、飽食の時代になると、たとえばツイッギーのような痩身がもてはやされるようになります。ヨーロッパにおける身体的な美の基準がこのように歴史的に変化してきたわけですが、私が言いたいのは、なぜ、そのように変わっていったかということ。普通は、栄養が足りてくると、健康のために痩せたほうがよくなるなどと言いますが、じつはそこに生改革という理念が大きな役割を演じたのではないかと、私は思っています。

先ほども触れましたが、従来は、生改革運動はごく一部のエリートのマージナルな運動であつて、影響力はほとんどないという評価が一

般的でしたが、最近の研究では、生改革運動は後の二〇世紀の身体や生活に関わるさまざまな意識に大きな影響を与えた、と積極的に評価されるようになってきています。とくに私は、ザビーネ・メルタさんの研究にたいへん興味を引かれます。彼女は、生改革運動が展開する中でその大きな要素として「身体」が注目されるようになり、そこから現代につながるようなまったく新しい健康や身体に関わる美意識が出現したのだと主張し、とりわけ肥満が不健康の象徴となり、痩身・ダイエットが社会的に強制されるようになる、「痩身ファシズム」ともいえるような状況が生じていると指摘しております。きわめて刺激的で興味深い議論であると思います。

では、いかにして、こうした身体イメージが形成されていったのでしょうか。なぜ生改革運動で肥満を否定的にとらえる身体イメージが形成されてきたのかということだけ、少し仮説をお話ししておきたいと思います。

メルタさんは、生改革運動の発展を、(1)自然療法、(2)菜食主義、(3)身体への関心、と三段階に分けて説明していますが、これらは本当に混在していて、そう簡単に分けられるものではありません。きれいに発展したわけではなくて混在しています。

そういうなかで、だんだん身体イメージが形成されていくわけですが、とくに自然を志向する理念のなかでの身体の位置づけが問題となります。生改革運動では自然であることが重視され、「自然」に「反自然」が対置されます。工業文明や大都市は「反自然」です。彼らの発想では、「自然＝美しい身体＝痩身」、「反自然＝醜い身体＝肥満」

という二項対立となり、「肥満に対する闘い」が重要な運動目標になるわけです。メルタさんの表現では、「身体への醜い脂肪の集積は反自然的生活様式と墮落した文明の最も明示的かつ直接的な証拠」であり、逆に「痩身は美の本質的要素」であるというように対照されます。こうしたイメージに基づいて、一九世紀にはさまざまな食事療法が提案されています。極端なものとしては、石鹼を飲んで体内の脂肪を洗い流すというようなとんでもない食事療法もあり、今ではとても受け入れられないものです。しかしその他、糖質オファダイエットのようなものも提案されていますし、絶食ダイエットも提案されています。



図2 肉食と菜食の対照的イメージ

菜食主義との関連でいえば、パ

ワーポイントでお見せした「豚肉を食べて、でっぷり太ったおばさん」と「野菜や果物を食べて、非常にスマートな美しい女性」という二項対立がわかりやすい例です(図2)。自然療法との関連でも、でっぷり太ったおじさんに水をかけて脂肪を除去する絵が示されています(図3)。また、日光・空気浴療法でも身体美が注目されるようになり、それは裸体賛美運動とつながっていきます。この運動は、一九二〇年代に非常に盛んになり、ダンスなども結びつい



図3 冷水療法のイメージ

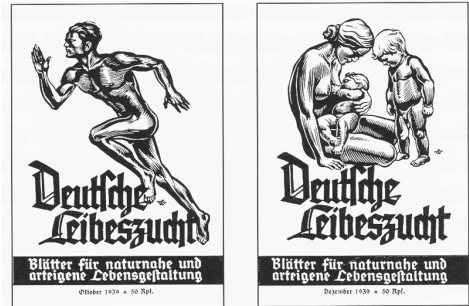


図4 男女のジェンダー差を強調するポスター

ていきますし、一方ではスポーツと結びついていきます。パワーポイントで示される、男性と女性を対照する図はいかにもナチス的であり(図4)、最終的にこの運動はナチス体制に取り込まれていきます。

以上短い時間で紹介してきましたが、一九世紀と二〇世紀の転換期に、生改革運動に関連して、重要な、さまざまな思想傾向や社会的な運動が出現しており、とくに食や身体や健康に関わる観念についてみれば、この時代のドイツには、現在までつながるような、ありとあらゆるものが存在していると考えられます。

最後に、積み残した課題として、詳しく述べる時間はありませんが、ジェンダーに関わる話をしなければなりません。こうした身体イメージには、明らかにジェンダー差があるわけです。肥満を嫌悪し、瘦身にあこがれるという身体的な価値観が形成されていく上では、男女差

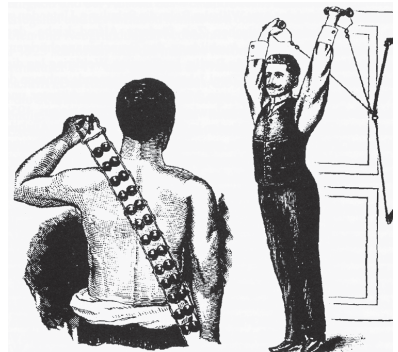


図5 筋肉を鍛える男性



図6 体重計に乗る女性

は大きいのです。男性の場合は、パワーポイントにあるように、筋骨隆々とした姿が描かれておりますが(図5)、女性の場合は、体重計に乗って微笑むスリムな女性のイメージです(図6)。しかし時間の関係で、ジェンダー差の問題を詳しく検討するのは今後の課題としていきたいと思えます。

ご清聴、ありがとうございました。(拍手)