

近世養生論の身体観研究へ向けて

An Introduction to Viewing of Human Body in Early Modern Japan from the Discourse Perspective of Personal Health Care (Yojo)

片 渕 美穂子

KATAFUCHI Mihoko

(和歌山大学教育学部)

2020年10月12日受理

Abstract

This paper is a plan for research that clarifies views of the human body in the using discourse of personal health care in early modern Japan. The basis of this research is the existence of the value of health that supports physical activity such as sports. However, there are many studies that are critical position about the value of health. *Yojo* (traditional personal health care) is fundamentally different from the practices called “health promotion”, and has been proposed as life style that brings physical and mental well-being. Thus, rethinking of *yojo* is proposed, focusing on the view of the human body and the discourse of *yojo* in early modern Japan, including historical research and methodology.

本稿は、近世日本の養生における身体観、言い換えると身体についての認識の布置を明らかにするための序論的検討である。それは、現在身体的活動を言説レベルで支えている健康の観念ではなく、身体についての認識の布置を明らかにすることによって、養生に基づいた身体的活動に対する思考や接近法の可能性を示すための作業の一つとなる。

1. 健康という価値

趣味としてのスポーツ活動、ジョギング、筋トレ、ヨガなど様々な身体的運動は、「健康」という動機づけになされていることが多いのは、言うまでもない。概念的に言えば、近代スポーツを定義づける際に説明される4つの要素(遊戯性、競争性、規則性、身体性)にも、かつてアレン・グートマンが示した近代スポーツの7つの特質(世俗化、平等化、専門化、合理化、官僚化、数量化、記録万能主義)にも健康は含まれてはいない¹。このように理論的なレベルでは、健康がスポーツ活動を成立させる上で必須の何かではないにもかかわらず、現実の身体的運動という現象を支えている観念であることは疑いない。健康という観念自体が目指すべき価値として、幸福の実現されたものとして、個人の社会的権威を保持させるものとして、あるいはその他の肯定的な価値として機能している。健康は誰もが否定し得ない、受け入れるべき価値となっている。周知のごとく、学校教育に関して言えば「生涯にわたって健康を保持増進し、豊かなスポーツライフを実現する」という表現は、小中高の体育、保健体育の指導要

領に数多く登場する。身体的運動だけではなく、それとも関連しながら、食事、睡眠、生活上の習慣、消費行動、美意識など様々な場面において、健康の観念が多かれ少なかれ作用していることも少なくない。我々の日常の世界は否応なく健康をめざす知識と技術に浸されている。意識するとしないにかかわらず自らそれを受け入れている場合も多く、そのことにより実際上の有益さを享受していることも多いだろう。

だがすでに指摘されてきたように、健康の概念は曖昧であり実体的な目標があるわけではない。健康の観念のありように対する批判的な議論、つまり健康への願望、理想としての健康に関する諸言説に対する批判的検討もかなり蓄積されている。すでに1959年に生物学者ルネ・デュボスは、*Mirage of Health*(邦訳『健康という幻想』)を著している²。観念化した健康の現状を指摘する議論はなされてきたが、健康に対して言説分析という方法が多く議論されるようになるのは、M. フーコーの言説分析による生権力批判を経ている³。権力は抑圧するものではなく、生産するもの積極的に行動を起こさせるもの、言説により編み出されるものであり、あるいは言説それ自体もまた権力であるという視座は、健康に関して、規範的、道徳的、さらには価値的に語られる健康の言説分析の研究を導いた。例えば、野村は『健康論の誘惑』第七章「健康の批判理論序説」において、『健康の批判的理論』の方法的戦略を提示したい⁴として、健康は言説でありその「健康言説」を対象とした批判的言説分析の可能性を示した⁴。健康を言説として捉えそれを分析することにより、健康の

観念の価値的な側面は相対化され、強弱の差はあれ結果としては健康言説批判となる。健康に関する言説分析は、社会学や歴史社会学を中心に蓄積されている⁵。近代日本に限定しても、健康を盲目的に価値とするのではなく、健康に関する事象を「いかにして成立したのか」という、成立過程や起源を明らかにする作業も蓄積されてきた⁶。さらにヘルシズム(健康幻想)という表現をとる八木は、健康に関連する事象、例えば喫煙や安楽死などの問題に共通して背後に優生思想があると批判する⁷。

2. 養生への着目

北澤によれば、日本において今日のように「健康」という言葉が頻繁に使用されるようになったのは、明治13年前後だという⁸。有名な近世日本の代表的養生書である貝原益軒『養生訓』には、「健康」という用語は登場してこない。近世日本で使用されていたのは「養生」という用語である。「養性(ようせい)」や「衛生」の言葉も存在していたが、それらは「養生」ほど頻繁に用いられていない。養生は、極東文化圏に特有の文化概念であるとされる。『新選漢和辞典』によると、養生の養は羊と食を合わせた字で、食が形を表し羊が音を示し、養は食事をそなえる意である⁹。生は艹と土を合わせた字で、草の芽が土の上に出で進んだことを示している。生には、草木が芽を出す、生まれる、生む、育てる、発生する、病気になる、命を保つ、いきもの、生命などの意味がある。『新選漢和辞典』では、養生は「①長生きをはかる、②飲食や運動で、からだをじょうぶにする、③病気のてあてをする、保養、④親をやしなう」¹⁰とされる。瀧澤は次ぎのようにまとめている。「『養生』は、その原意を明らかにすれば、生きることやいのち、くらしに養分を与えてあたかも草木が伸びるようがごとく人間の本性を自然に充実させていくことを意味する」¹¹。養生と養性は、日本では同義に用いられてきたが、漢語の養性は本性を立派に育てあげる、自然のままの本性を養うなどの意味を持つ。

この養生の見直しを促す議論がある。後述するように、瀧澤は公衆衛生や健康に関する諸事象に資するような理念的意義、例えば「個人/社会の調和」「健康過剰に抗する「生活」の思想」「生活形成」「人間形成」などを、近世日本の養生論から探っている¹²。他方、「健康増進」の名の下に行われる諸実践とはその在り方が根本的に違うが、心身の安寧をもたらす生きる技法としてその見直しを提案しているのが、寺崎である。寺崎は、そのことをヒポクラテス『サレルノ養生訓』のディアイタ(*διαίτα*、養生法)から導きだし、「養生とは、人間の文化そのものを指し示す語なのであり、生活するときの配慮、何に自覚的に生きていくか、その智慧なのであって」¹³、この次第は東アジアの「養生」も変わるところはないとする。白水は、「教育

education」の語源をプラトンにまで遡り歴史的に再検討し、それが食に支えられた養生の営みだったことを明らかにして、統治手段としての教育という図式に対する批判的企てを行っている¹⁴。実はこれら寺崎、白水の議論は、フーコーが『知への意思 性の歴史1』にて展開した生権力批判の後の、古代ギリシャの養性術についての歴史的論考『快樂の活用 性の歴史2』及び『自己への配慮 性の歴史3』において禁欲的に示された「生存の美学」からヒントを得ていると思われる¹⁵。健康の観念を生権力として批判したフーコーは、古代ギリシャの養性術に或る種の倫理を見出すことになったのである。

そこで近世日本の養生論に目を転じてみたい。近世日本において、特に17世紀後半以降、出版技術の進展も相まって、養生書と呼ばれる安寧な生活と長寿を願う養生に関する書物が出回った。養生書は、平易なことばで記述され、元禄・正徳期と天保期をピークとして、版元が分からないものまで含めると、百種類以上といわれるほどである。日本の10世紀から16世紀までの養生書が10冊程度だったことから考えると、近世日本において生を養うことの語りが大幅に増えたことが分かる。最も有名な養生書である貝原益軒『養生訓』は、正徳3(1713)年の出版以後再版が繰り返され明治期に入っても、そして現在に至るまで読まれている書物である¹⁶。近世日本の養生書の内容は、食餌、養育法、養老法、住居への配慮、簡単な治療法、鍼灸の注意事項や医師の選択法、心の持ちようなど、多岐にわたっており、道徳的な語りの中で記述されていた¹⁷。こうした養生に関する記述は、養生書においてだけではなく、和歌や物語の形式をとってなされることもあったし、錦絵や黄表紙の中にも登場してくる場合もある。またそれは、武家や商家の、近世後期になれば農家の家訓、さらに修養書の中にも登場している。養生書を中心とした養生のテーマを含んだ書物は、まとめて養生論と呼ばれる。明治以降になると、「養生」を題する書物とHygieneの訳語としての「衛生」を題する書物が同時に存在するが、行政機関や医療制度と結びついたのは後者「衛生」であった。

3. 近世養生論における身体観研究の課題と目的

スポーツをはじめとする身体的活動も健康ではなく、養生の視点から見直すことも求められる。それでは、養生という視点から眺める身体的活動とは、いかなるもので、どのようになされるものなのか。養生の視点から、身体性を契機とする身体的活動のその身体は、どのように捉えられるものなのだろうか。そしてその問題の前に問われるべきは、本研究の目的はここに存するのであるが、近世日本の養生論における身体は、どのようにして語りうるものとなっているのかである。現在の身体的活動が語られる場合のその身体とは、常

識的には医学的な説明の対象となる身体である。しかし、近世の養生論における身体は、そうではなかった。養生論を可能にしている身体観、養生論を可能にする身体把握とはいかなるものか。それは、記述もしくは描写物の主体としての作者、イデオロギーあるいは学派といったものに還元されない、同時代を貫くあるいは結果として歴史なるものを形成するようなものである。この問題意識から、近世日本における養生論を対象として明らかにしようとするものである。養生に関して語られたもの、描かれたものを、養生の言説と捉えらるるならば、養生の言説を可能にする、言説とともに成立している身体観、言い換えると、身体の認識的布置を描き出したい。

ここで、本研究におけるいくつかの用語の定義をしておく。本研究における養生論とは、養生に関して記述されたもの、描かれたものを指す。養生書といわれる書物の割合が多いが、養生をテーマとする読み物(黄表紙など)や錦絵などの視覚的資料も含んでいる。養生に関して記述されたもの、描かれたものを養生論とするならば、それを養生の言説と言い換えてもよい。認識的布置とは、知覚や思考をもたらす仕組みとその仕組みのありようである。この仕組みにより身体について「見えるもの」と「言いうること」の組合せである言説が規定されてくる。しかもこの仕組みは、集団あるいは個人の意志や意図に還元されるものではなく、様々な関係の中でいわば力の組立によって成立しており、歴史的に変化するもの、あるいは結果として歴史をつくるようなものである。

4. これまでの近世日本の養生論研究

ここで、従来様々になされてきた近世日本の養生論に関する研究について振り返っておこう。次ぎの四つに分けて紹介していく。(1)本研究に深く関係する身体に焦点つけた研究。(2)近世日本の養生論全般を考察の対象とした研究。(3)研究数としては最も多い、貝原益軒『養生訓』に関する研究。(4)中国思想、中国養生思想から接近した研究。

(1)近世日本の養生論に関して身体に焦点つけた研究は以下のようなものがある。沢山による近世日本の産に関する研究から女の身体に焦点つけたもの、辻本、松村による日本思想史から接近した考察、養老による沢庵の養生書である『医説』および『骨董録』から身体と天地との相似性という身体把握を指摘したもの¹⁸、野村による丹田観の考察、そして解剖学の日本への導入と身体観に焦点をあてた白杉、T.スクリーチらの研究。

沢山は、「問引教諭書」、「赤子飼育法」、「赤子問引取締」、「産科養生論」などを考察の対象とした一連の研究の中で、女の身体が産む身体として関心が持たれ、女自身にもそのことを意識化するようなものだったこ

とを明らかにしている¹⁹。特に「『身持』をよくすることが家の存続に収斂されていく点に近世社会に登場した産科養生論の大きな特徴があった」²⁰という。沢山の研究からは、産科養生論の中で女の身体が家の概念と結びつけられ、「産む身体」として語られていたことが明らかにされた。辻本、松村ともに、宋学、朱子学的思考からの乖離を、貝原益軒『養生訓』の身体把握に見ている。さらに松村は養生の社会性に着目し、論文「養生論的な身体のみなざし」において次のように問題を立てる²¹。「『養生訓』は…近世儒家思想が身体を主題化した最初のテキストである。そこでは身体が中心化され養生の重要性が繰り返されて、その具体的な術が展開されている。身体・養生・術という認識の対象は、ではいかにして新たなかたちで語られはじめたのであろうか。」²²また松村は、近世前期の養生論に共通してみられるのは、「自己による自己の身体の徹底的な管理のみなざし、《自己への配慮》にほかならない」²³としている。さらに、『養生訓』において家業が養生として新たに見出され、養生の知識の有無により町人階層《内部》の階層分化を養生の実践が促されると述べている。辻本は「氣」の思想から貝原益軒を検討し、養生の方法が養心・養徳の方法ともなることを示している²⁴。そして、朱子学の理の根源的実在性を疑った益軒の心身論は、心よりも身体の契機を強めてくるとし、益軒『養生訓』を身体のあり方を主題化した書と位置づけている²⁵。

野村は、近世後期の医家平野重誠による『養生訣』の丹田観を明らかにしている²⁶。医学という分野以外での解剖学的な視線の展開のありように関しては、T.スクリーチ、白杉悦雄などの研究がある。これらの研究において取り上げられるのが、養生をテーマとした近世後期、歌川国芳の作品とされる錦絵「飲食養生鑑」および「房事養生鑑」である。T.スクリーチの『江戸の身体を開く』は、近世日本において身体を開くということの現象を生じさせた知覚のありようを、「飲食養生鑑」および「房事養生鑑」他、多くの視覚的資料を取り上げて描いている²⁷。白杉は、これら養生をテーマとする錦絵について、「江戸庶民が抱いていた体内イメージ」とし、それは黄表紙が採用していたことでもあったと示唆した²⁸。

(2)まず、1950年代から60年代にかけて研究を行っているのが、今村嘉雄である。今村は『日本体育史』及び『修訂十九世紀日本に於ける日本体育の研究』の中で近世の養生を扱っている。内容的にみて後者を今村による養生論研究として代表させてよいだろう。今村はその四編中特に第一章において、武芸と養生の関係、養生書における身体的活動の理解を探っている。そして、「養生思想を研究の対象として取り上げたのは、一中略一健康そのものの合理的な思想や活動の展開は、近世の体育が近代化する上にきわめて重要な側

面であったから」²⁹と述べている。体育史を専門とする今村は、養生法における「身体活動」の価値や意義づけを問題としている。同様の問題意識、つまり「身体活動」もしくは「身体運動」に焦点づける研究は、吉原瑛、鈴木敏夫、杉江正敏らも行っている³⁰。1960年代後半から1970年代前半にかけて、吉原は近世日本の導引図を取り上げて解説を行い、鈴木は近世の養生論の中の身体運動の記述に着目し、近代体育の成立との関連を指摘している³¹。杉江は松平定信の『退閑雑記』を資料とし、薬方・養生・武芸に関する記述を紹介している。樺山紘一は、『『養生論』の文化』において、近世日本の養生論から近世中期以降の医知識と医習慣との諸様相から、医療に関する倫理観、民俗的行動の原理、その時代の知識と習慣の状態を読み取っている³²。樺山の研究では、特定の文献や著者に焦点づけるのではなく、近世日本の社会的背景や習俗から読み解くことの必要性が示唆されている。

近世日本の養生論に関する研究の第一人者は、瀧澤利行である。瀧澤は近世日本養生論に関連して4つの書籍を上梓している³³。瀧澤の問題意識は、歴史的資料である養生論を人間形成論として捉え、養生論から健康教育、公衆衛生活動、健康に関する諸事象に供するための理念、言い換えると、理念に関わる現代的意義を見出そうとするものである。資料集である『近代日本養生論・衛生論集成』の別冊として出版された瀧澤氏の『近代日本健康思想の成立』では、「養生論や衛生論を直接ないし間接の資料としてさまざまな研究を行う際の基礎的事項を明確にすること」³⁴を直接の目的とし、包括的に養生論を整理し「古代から明治三〇年代までの養生論および衛生論の刊行動向をその思想・内容について概観」³⁵を行っている。近世養生論については、近世前期・中期、近世後期に分け、その刊行状況、「基本原理」や「基本的性質」を整理し、実学や洋学との関連を考察している。続く『健康文化論』では第一部第一章「健康文化としての養生論」において、養生論の特徴を整理し、「養生の人間生活における原理的特徴」として次ぎの6つ、①自己統制とそれを通じた自己変革、②欲望との対話、③中庸、④汎化、⑤文化化と自然化、⑥生の存在証明を挙げている³⁶。『養生の楽しみ』では、近世日本の養生論及び養生法、医療事情からいくつかのトピックを選び出し、日常生活における養生の在り方や文献の紹介と概説を行っている³⁷。近世養生論に関する本格的な考察となっているのが、『養生論の思想』である。筆者である瀧澤は『『養生』の本質をできるだけ多角的に接近することをめざしている」³⁸とし、表現形式、近世実学との関連、医学思想上の分類(後世派と古医方派)などを検討し、さらに近世養生論の内容の時代に応じた変化を自然観、生活観、健康観から考察している。その後の論考「養生論の射程…個人・社会の調和の思想」や「養生論再考

…健康過剰社会に抗する『生活』の思想」においては、タイトルが示すように近世養生論に、現代的意義(「生活」の思想としての価値、調和の思想としての再考する提案)を見出している³⁹。

(3)近世養生論の中で最も多く研究対象となってきたのが貝原益軒『養生訓』である⁴⁰。養生の言説を考察しようとする本研究に引き寄せるならば、儉約論として養生訓に接近した塚本の研究をまず紹介したい⁴¹。塚本は、当時の社会的に認識に基づく教訓の特質、他の論者の儉約や養生の諸説と対比して、益軒の教訓書の特質を考えている。近世中期における貨幣経済の浸透による都市化・奢侈化を踏まえて『養生訓』が記述されており、儉約論と養生論の論理的な類似性を指摘する。その他の益軒『養生訓』に関する多くの研究は、現代的な意義を見出そうするもの(A)、特定の事象や概念に焦点づけるもの(B)、に分けることができる。前者(A)の現代的意義とは主に、A-a健康維持の理念としての、あるべき生活を提示しているものとしての意義、A-b養育法、健康教育としての意義である。後者(B)の事象や概念とは、B-a身体運動、B-b嗜好品、B-c漢籍の影響、B-d舞踏、音楽療法、B-e「元氣」、「楽」などである。A-aの代表的な論者は立川昭二である。貝原益軒『養生訓』は、一般に向けた倫理的あるいは道徳的要素を含む養生法を内容とするものであり、人生論的にも読むことが可能である。立川昭二の一連の論考は、医療の社会史的な検討も含めながら『養生訓』に自らの心身に対する道徳でもある養生法に意義を見出している⁴²。謝心範『養生の智慧と気』の思想は、「思」「行」「食」「住」「衣」の5つ観点から『養生訓』を考察している。そして謝は『『養生訓』が、現代人の健康な生活のために役立ち、天寿を有効な術であることを確信したのである」⁴³としている。その他、この立場の主なものとしては、塘添敏文、田中和子の一連の研究、澤田節子、藤井義博の研究がある⁴⁴。A-bの立場の主なものとしては、吉川治、大庭茂美の研究がある⁴⁵。B-aとしては、先に述べた今村嘉雄の他、小田切毅一、bとしては、嗜好品(酒、茶、煙草)に焦点をあてた大河喜彦、cの謝、dとしては、舞と踊に焦点づけた高野暁子、音楽療法の視点から考察を行った光平有希の研究がある⁴⁶。eとしては『養生訓』における「元氣」の概念を検討した工藤、「楽」に着目した福光の研究がある⁴⁷。

(4)中国思想からのアプローチとしては、中国養生文化の伝統から益軒養生論について考察した麥谷の研究、および中国養生思想の代表的研究者坂出による大神貫道著『養神延命録』に関する研究がある。中国思想ということ前面には出していないものの、福永は梅園『養生訓』と益軒『養生訓』に朱子学的思考からの離脱を見出している⁴⁸。近世後期の国学者鈴木朗の『養生要論』における漢籍の影響を明らかにした趙

の一連の研究もある⁴⁹。

上記以外の近世日本の養生論研究としては次のようなものがある。菅野は老いや介護の問題を養生論の観点から整理し、「家」との関連を論じている⁵⁰。幕末の儒者佐藤一斎の『言志四録』の養生の研究もなされている⁵¹。

5. これまでの近世日本の養生論研究の検討

2. 1においてこれまでの近世日本の養生論研究を紹介した。そこで、近世日本の養生の言説を可能にする、あるいは言説とともに成立している身体観、養生論における身体の認識的布置を解明しようとする時、これまでの近世日本の養生論の研究から残された問題はどのようなものか。まず、17世紀中盤以降、養生論がそれ以前に比較して大きく増すわけであるが、それがどのような背景において、どのような身体の認識的布置の変容と結びついていたのか、という問題は明らかにされていない。養老は、沢庵の『医説』および『骨董録』に仏教における身体把握として身体と天地との相似性を指摘したが、おそらくそれは仏教書に限定されるものではなく、程度の差はあれ近世の養生論においてもしばしば展開される身体把握のありようだった。身体と天地との相似性は、近世養生論においてどのような認識的布置において成立していたのだろうか。近世養生論において身体は天地に喩えられるが、近世中期以降は天地だけではなく水田、植物、家、さらには一都市にも喩えられていく。これら身体の喩えを可能にする認識的布置とはどのようなものだろうか。松村は、益軒『養生訓』が読者としては男性武士を想定しており、家長として老いた親、女そして子への養生の配慮が求められていたとする。沢山は、産む身体としての女という見方が、「身持」の観念と絡められながら、産科養生論において形成されていたことを示した。このように、養生が他者に対する生の管理と秩序化のまなざしを通じて、女・子ども・老人なるものを見出し、さらに武士とそれ以外の階層、富裕な町人とそうでない者といった、社会性をおびた身体を形成する政治技術であったことが論じられてきた。では、その産む身体である女から生み出された子どもの身体、また養生の配慮を施されるべき老人の身体が、養生論においてどのように捉えられたのか、という問題も残っている。辻本は益軒『養生訓』を「心をめぐる『修養の書』」⁵²と表現したが、事実そこでは慾への対処法、自己抑制が語られている。自己抑制を語る養生論において語られる身体は、いかなる認識的布置によって生み出されているのか。近世日本の養生論は、慾を恣にするれば、つまり美食や大食、過ぎた飲酒、そして過ぎた房事、さらに慾を追求すれば感情も高ぶってしまいがちである、これらすべては心身に不調をきたすと説いている。その慾の語り方は、近世中期とくに『養生訓』

を基点として変化を見せていると思われる。それはいかなる背景によって、どのように慾をもつ身体が見出されているのか。近世日本の養生論は、当然ながら漢方の医学的知識も踏まえており、養生論においても心理的作用も生み出す物質的エネルギーである気が流れる身体が前提とされている。塚本の研究は近世養生論の社会性を指摘し、具体的には儉約という、当時の経済的な状況を反映した通俗道德の問題を取り上げていた。では、気が流れる身体という捉え方に、当時の社会的なコンテキストがどのように関わってくるのか。気概念による身体把握と通俗道德は、どのように結びついて語られるのか。野村は近世後期の医家平野重誠『養生訣』を取り上げたが、平野は他の著書でも丹田の技法を記述している。さらに、養生論における丹田に着目するならば、丹田の重要視は益軒『養生訓』以降であり、丹田を重要視する身体観がいかにして形成されたのかを問う必要があるだろう。周知のごとくその出版により解剖学の知識の衝撃を与えた『解体新書』の刊行後、時間をおいて養生の言説にもその変容、体内への関心もたらされはじめる。それは、すでにT.スクリーチや白杉が示唆しているように、書物の形態としては養生書よりはむしろ絵入り読物である黄表紙において大きかった。解剖学によって養生論にいかなる身体的布置の変容もたらされたのか、を明らかにする作業も残っている。

6. 「いかにして」を問う。

確認すると、筆者が企てる研究の目的は次のような問題意識である。近世日本の養生論、養生の言説における身体とはどのようにして語りうるものとなっているのか。養生の言説を可能にする身体把握のありよう、認識的布置はいかなるものか。養生の言説における身体認識を明らかにすることは、この時期の養生の言説がいかにして成立していたのかが、見えてくることにもなるだろう。ここでいう身体の認識的布置とは、身体についての知覚や思考をもたらす仕組みとその仕組みよってもたらされるものをいう。この仕組みにより身体について「見えるもの」と「言いうること」の組合せである言説が規定されてくる。しかもこの仕組みは、集団あるいは個人の意志や意図に還元されるものではなく、様々な関係の中でのいわば力の組立によって成立しており、歴史的に変化するもの、あるいは結果として歴史をつくるようなものである。養生という身体について言説を可能にしている、「見えるもの」と「言いうること」を規定する仕組みの成立のありようを明らかにすることが、本研究における方法的視座である。こうした立場で身体の認識的布置を明らかにしようとするため、考察の対象となるテキストへの問いは、養生の言説において身体について何が記述されているのかではなく、養生の言説において身体につい

ていかにして記述が可能となっているのかとなる。このような問いから出発する研究は、考察の対象となるテキストにおける身体についての記述を、生の歴史的事実として可能な限り漏れることなく積み上げ、そのテキストが生み出された時点に立ち返り、身体について何が記述されているのかという視点から、そのテキストを再構成しようとするものではない。あるいはまた、作者の意志や意図から生み出されたものとしてテキストにアプローチするものでもない。

これまでの先行研究から残された課題と上記の方法により、企てる研究の構成は、考察の具体的な視点からなされる。近世養生論の出現が、いかなる身体観の変容によってもたらされたか。近世養生論が理想とする「気ながれる身体」、「充実した丹田」は、どのように語られるのか、また、いかなる身体把握によって可能になっているのか。近世養生論は、社会性をもつ身体をどのように見出していくのか。身体はどのように説明され理解されるのか、身体は何に喩えられるのか、またそれはいかなるメカニズムによっているのか。近世養生論の外部からの解剖学という知識が、どのように身体認識に変更をもたらしたのか。

では、具体的にどのような研究の見通しが立つのだろうか。以下に示しておきたい。

(1) 日本における養生書の歴史を遡ると、前述したように12世紀から16世紀末までに出された養生書は10冊たらずであるが、それが17世紀後半以降になると、とりわけ出版技術の進展、経済的発展、社会的安定と相まって、養生書が相次いで刊行される。内容的にも、それまでの養生論が中国の医書・養生書からの引用、それらに準拠するものが多かったのに対し、平易な言葉で記述され道徳的な語りを含んでいた。また、養生法を内容とする通俗的な読み物や養生法の内容を含む家訓などが登場してくるようになる。17世紀を通じて生命観の変容が起きたことは、すでに塚本学の一連の研究や氏家幹人、モーリス・バンゲにより指摘されている⁵³。子どもを捨てること、墮胎、そしてマビキ、あるいは試し斬り、切腹や自害という「意志的な死」、これらの生を奪う行為に対する心性の変容である。近世養生論の登場には、生に対する感覚、まなざしの変容がその背景にある。養生は「生を養うこと」であり、その養われる生がどのようにして見出されたのかを明らかにすることが必要だろう。

(2) 養生法を一言でいうならば、「気を身体に滞りなくめぐらすこと」である。近世養生論の身体観を論じるにあたって不可欠な概念が気である。気は中国思想の伝統的な宇宙論に由来する基層概念であり、それは宇宙万物を生成する物質と同時にエネルギーでもある。気は天地と人間をとともに貫いており、身体は小天地と捉えられた。気の運行の規則が陰陽五行である。近世養生論において気による身体把握がいかになされて

いたのが問題となる。17世紀の臨濟宗の僧沢庵の『医説』及び『骨董録』などは、陰陽五行の規則から忠実に養生を説明しようとするものであり、その問題解明のために有益な資料となろう。

(3) 近世養生論の代表である貝原益軒『養生訓』に顕著であるが、18世紀以降近世における経済的進展を反映した慾に対する対応が養生に求められ、慾と気が関連づけられて語られる。そして養生のために自らの慾に対処することや自己抑制が求められた。養生論、この慾の言説がどのようにして生まれてきたのか、またいかなる身体を生み出そうとするものであったのだろうか。

(4) 18世紀以降養生論において、老人、子ども、そして女のための養生が説かれる。家の養生の営みは家長の勤めであり、養生論においては老人(実質的には親、もしくは読者自身)、子ども、そして女に対する養生法が説かれているが、それは家長に向けられたものである。生の終わりが近い老人、生の力が未だ弱い子ども、そして生を産み出す女は、養生論においてどのように認識されるものだったのか。

(5) 近世養生論においては、身体はしばしば何かに喩えられる。何にどのように喩えられるのか。具体的には、水田および植物、家、そして都市などの地理的空間である。これらの喩えは、いかなる認識的付置によって可能となっていたのか。身体の水田および植物の喩えは、18世紀以降の農業技術の進展や園芸の流行を反映し、建築物としての家であれ、社会的組織としての家であれ、身体の家を喩えは、家意識の醸成と関係していたように思われる。

(6) 導引及び調気法は養生論において第一の養生法ではなかったが、重要な養生法の1つではあった。意念、調気を組み合わせた身体の動きによって気を導く技法が導引といい、元來導引及び調気法は道術である。気を導き巡らすための身体技法とともに、18世紀後半以降重要視されたのが、丹田である。貝原益軒『養生訓』、白隠『夜船閑話』及び『遠羅天釜』は、養生において丹田への着目を促すことになったと思われる。丹田はいかなる身体認識によって重要視されていたのか。

(7) 18世紀後半以降、身体の内部を明るみに出す解剖学の知的衝撃は、医学以外の領域においても起こった。養生に関するところでは、18世紀後半から19世紀中頃の黄表紙などの絵入り読み物、19世紀中頃以降の養生書に現れてくる。『解体新書』による解剖学の紹介は、医学への衝撃はもちろんであったが、やがて養生論にも影響をあたえ養生論における身体観を変容させていく役割を担う。養生論と関連して解剖学が通俗的レベルにおいてもたらされた体内観、身体観の変容のありようはどのような機序であったのか。

7. まとめ

本稿は、近世日本の養生論における身体観、言い換えると身体についての認識の付置を明らかにする研究のための計画を示すものであった。この研究の企て背景には、スポーツをはじめとした身体的活動の諸実践を支えている健康という価値の存在がある一方で、その健康という価値に対する疑問や批判的立場に立つ研究が蓄積されているためである。さらに、養生が着目されるのは、「健康増進」の名の下に行われる諸実践とはその在り方が根本的に違うが、心身の安寧をもたらす生きる技法としてその見直しが提案されているためでもある。本稿では、近世日本の養生論における身体観の研究へ向けて、これまでの近世日本の養生論を対象とした研究の紹介及び検討、方法、そして7つの手順が示された。

註

- 1 アレン・グートマン『スポーツと現代アメリカ』TBSブリタニカ、1981、特に第2章。(Allen Guttman, *From ritual to record: the nature of Modern Sports*, Columbia University Press, 1978.)
- 2 *Mirage of Health: Utopias, Progress & Biological Change*, 1959, Rutgers University Press 1987(『健康という幻想』紀伊國屋書店、1964.)
- 3 M.Foucault *Surveiller et punir : naissance de la prison*, Gallimard:Paris, 1975(ミシヨエル・フーコー『監獄の誕生—監視と処罰—』新潮社、1977) M.Foucault, *La voloté de savor* Gallimard:Paris, 1976(ミシエル・フーコー『知への意思 性の歴史第1巻』新潮社、1986)
- 4 野村一夫「健康の批判理論序説」(野村他5名『健康論の誘惑』文化書房博文社、2000、pp.203-299.
- 5 例えば、高峰修「健康のファラシー(2)ウォーキングをめぐる健康言説」『体育の科学』53(11)、877-880、2003、佐藤純一、野村一夫「健康言説とメタメディカライゼーション」、佐藤純一「生活習慣病の作られ方」佐藤他『脱メタポに騙されるな』洋泉社、2008、J.Mメツル編『不健康は悪なのか—健康をモラル化する世界』みずぎ書房、2015(Jonathan M. Metzl and Anna Kirkland, *Against Health : How Health Because the New Morality*, New York University Pres, 2010.)なお、本書には言説分析以外の論考も含まれている。
- 6 例えば、鹿野直政『健康観にみる近代』朝日新聞社、2001、安部安成「伝染病予防の言説—近代転換期の国民国家・日本と衛生」『歴史学研究』686号、1996、pp.15-31。成田龍一「衛生意識の定着と『美のくさり』—1920年代、女性の身体をめぐる一局面』『日本史研究』366号、pp.64-89。田中聡『衛生展覧会の欲望』青弓社、1994、田中聡『なぜ太鼓腹は嫌われるようになったのか? : 気と健康法の図像学』河出書房新社、1993、北澤一利『『健康』の日本史』平凡社、2004。奥武則『文明開化と民衆』新評論、1993。(特に第5章) 田中聡『太鼓腹はどうして嫌われるようになったか』、河出書房新社、1993。栗山・北澤編『近代日本の身体感覚』青弓社、2004。
- 7 八木晃介『生老病死と健康幻想：生命倫理と優生思想のアポリア』批評社、2016。
- 8 北澤一利『『健康』の日本史』平凡社、2000、p.14。
- 9 『新選漢和辞典』web版、Shougakukan Inc.

- 10 同上。
- 11 瀧澤利行『養生論の思想』世織書房、2003、p.10。
- 12 瀧澤利行「養生論の射程…個人・社会の調和の思想」『談』92号、2011、pp.11-34。
- 13 寺崎昭昭「養生論の原像とその歴史的射程」『日本の科学者』2001、p.7。
- 14 白水浩信「教育・福祉・統治性」『教育学研究』78巻2号、2011、pp.50-61。
- 15 M.Foucault, *L'usage des plaisirs: Histoire de la Sexualite 2*, Gallimard, 1984. (M.フーコー『快楽の活用 性の歴史』新潮社、1986.) M.Foucault, *Le souci de soi: Histoire de la Sexualite 3*, Gallimard, 1984. (M.フーコー『自己への配慮性の歴史3』新潮社、1987.)
- 16 この『養生訓』に関しては、医療啓発本、自分自身の健康管理術として役立てようとする一般向けの解説書も多い。
- 17 個々に示すことはしないが、例えば、註11、註34、註37、註41~49の研究を参照されたい。
- 18 養老孟司『日本人の身体観の歴史』法蔵館1996、pp.189-212。
- 19 沢山美果子『出産と身体近代』勁草書房、1998。沢山美果子『性と生殖の近代』勁草書房、2005。
- 20 沢山美果子(1998) p.239。
- 21 松村浩二「養生論的な身体へのまなざし」『江戸の思想』6、ペリカン社、1997、pp.96-117。
- 22 松村、前掲論文、p.96。
- 23 松村、前掲論文、p.99。
- 24 辻本雅史「近世における「気」の思想史・覚書」『近代日本の意味を問う』1992、pp.36-76。
- 25 辻本雅史「教育システムの中の身体」『江戸の思想6』ペリカン社、1997、pp.28-47。貝原益軒の思想史研究の代表的研究者である岡田武彦『貝原益軒』(岡田武彦全集23)明徳出版社、2012。には、『養生訓』をテーマとしている箇所はないが、益軒が実学志向であったこと指摘し、益軒の「訓もの」がそのことを示しているとする。他に平沢は近世後期の儒学者、佐藤一斎『言志四録』における養生の身体観の解明を試みている。
- 26 野村英登「丹田であるく—身体イメージがつける哲学、信仰、養生、芸能—」夏目他『からだの文化—修行と身体像—』星雲社、2012、pp.184-222。
- 27 T.スクリーチ『江戸の身体を開く』作品社、1999。この二つの錦絵は、また高山宏『黒に染める』作品社、1997においても取り上げられている。
- 28 酒井シズもこれらの錦絵に関連して、近世日本において支配的であった漢方医学の五臓六腑観に基づきながらも、西洋からの解剖学の知識の導入により変更がもたらされていることを指摘している。酒井シズ『絵で読む 江戸の病と養生』講談社、2003、pp.138-139。
- 29 今村嘉雄『修訂十九世紀日本に於ける日本体育の研究』第一書房、1989、p.13。
- 30 吉原瑛「江戸時代養生書出版年表」『群馬大学教育学部紀要 芸術・技術・体育・生活科学編』33号、1998、pp.119-125。
- 31 鈴木敏夫「江戸時代における養生書の研究—身体運動の価値をめぐる—」『北海道大学教育学部紀要』31号、1982、pp.181-191。
- 32 樺山紘一「〈養生論〉の文化」『ルネサンス周航』青土社、1979、pp.169-208。
- 33 『近代日本健康思想の成立』『健康文化論』『養生論の楽しみ』『養生論の思想』
- 34 瀧澤利行『近代日本健康思想の成立』大空社、1993、p.4
- 35 同書、p.4

- 36 瀧澤利行『健康文化論』大修館書店、1998、pp.39-42.
- 37 瀧澤利行『養生の楽しみ』大修館書店、2001.
- 38 同書、p.20.
- 39 瀧澤利行「養生論の射程…個人・社会の調和の思想」『談』92号、2011、pp.11-34. 瀧澤「養生論再考…健康過剰社会に抗する「生活」の思想」『TASC monthly』472号、2015、pp.6-13.
- 40 この『養生訓』に関しては、医療啓発本、自分自身の健康管理術として役立てようとする一般向けの解説書も多い。
- 41 塚本明「儉約と養生—益軒養生訓の特質と受容」『貝原益軒—天地和楽の文明学—』平凡社、1995、pp.289-314.
- 42 立川昭二『江戸 老いの文化』筑摩書房、1996、特に「『養生』の時代」「いま、養生訓にまなぶ」の部分。立川『養生訓に学ぶ』、PHP研究社、2001、立川『すらすら読める養生訓』講談社、2005.
- 43 謝心範『養生の智慧と気』講談社、2018、p.231.
- 44 塘添敏文「『養生訓』に見る健康観の現代的価値」、亜細亜大学教養部紀要(61)、110-91、2000、田中和子「『養生訓』の現代的意義の考察—貝原益軒のウェルネスの思想」『紀要』(16)、2004、pp.113-121. 「『養生訓』の現代的意義の考察(2)貝原益軒の『食養生』」『紀要』(17)、2004、pp.103-113. 「『養生訓』の現代的意義の考察(3)—貝原益軒の「病と医」「老・幼の養生」論—」『紀要』(18)、2005、pp.101-111. 澤田節子「貝原益軒の『養生訓』にみる健康術—セルフケアをめぐって」『東邦学誌』40(1) 2011、pp.87-100. 藤井義博「貝原益軒の養生術—栄養療法の知的枠組みについての研究6—」『藤女子大学紀要』第2部(46)2009、pp.43-51.
- 45 古川治「貝原益軒の『養生訓』と教育論」『甲子園大学紀要』6号、1978、pp.29-37. 大庭茂美「貝原益軒の養生教育論と現代の健康論1、2」『九州女子大学紀要 人文・社会科学編』26巻1号、1991、pp.97-112. 及び27巻1号1992、pp.1-12.
- 46 大河喜彦「『養生訓』における飲酒、飲茶及び烟草について」『たばこ史研究』(100)、2007、pp.4391-4397. 謝心範「『養生訓』の分析研究：漢籍の影響」(学位論文、国際コミュニケーション、武蔵野学院大学)2015、舞と踊に焦点づけた高野暁子「延命としての舞・踊の歴史の変遷：貝原益軒養生論を中心に」『教育学研究』72(3)、2005、pp.334-345. 光平有希「貝原益軒の養生論における音楽」日本研究 52、2016、pp.33-59. 光平有希「『いやし』としての音楽：江戸期・明治期の日本音楽療法思想史」臨川書店、2018.
- 47 福光由紀「貝原益軒『養生訓』に見られる「養生」と「楽」」『芸術研究(21・22)』2009、pp.73-85.
- 48 福永光司「益軒の『養生訓』と梅園の『養生訓』」『道教と日本文化』人文書院、1982、pp.127-132. また、三浦梅園の養生論(『養生訓』)の根底にある「全自然哲学」を考察した名倉の論文1編、名倉正博「三浦梅園の養生思想」『中国古典研究』53号、2008、pp.22-35.
- 49 趙菁「『養生要論』をめぐって」『言語文化論叢』12号、2008、pp.169-186. 趙菁「鈴木胤の養生論における人間形成：『養生要論』の『貧窮下賤の身のうへに倣(ならふ)』あり』の真意を追求して」『言語文化論叢』17号、2013、pp.141-153.
- 50 菅野則子「養生と介護」林玲子編『日本の近世15』中央公論者、1993、pp.371-403.
- 51 近藤正則「佐藤一斎「言志四録」の養生説」『岐阜大学紀要』34号、2005、pp.95-106.
- 52 辻本雅史『思想と教育のメディア史』ペリかん社、2011、p.26.
- 53 モーリス・パンゲ(竹内信夫訳)『自死の日本史』筑摩書房、1992(Maurice Panguet *La Mort Volontaire au Japon*, Paris:Gallimard, 1984)塚本学『生類をめぐる政治』平凡社、1993. 塚本学『生きることの近世史』平凡社、2001. 氏家幹人『大江戸死体考』平凡社、1999. 氏家幹人『大江戸残酷物語』平凡社、2002.