

ロバート・バートン
『憂鬱の解剖』
第1部 第2章 第2節

岡 村 眞紀子
川 島 伸 博 訳

第1項

原因としての悪しき食事。実質。食物の質。

ここまで誕生時に被る副次的原因を明らかにしてきたので、次に、これまでのやり方に則り、誕生の後におこる外からの付随的原因へと論を進めねばなるまい。これには、眼に見える外からの遠因と、個人がもっている内からの近因すなわち連続因がある。前者、外からの遠因は、さらに「必然的原因」と「非必然的原因」の二つに分けられる。憂鬱症の主たる原因で、医者たちのあいだでもよく話題になる生得的でない六つのものは、「必然的原因」である（その用、誤用によって必ずや我々に変化を及ぼすのでそう呼ばれる）。というのも、医者たちは診察においてつねに原因を口にするものだが、ほぼいつも、その過ちが見つかり、生得的でないこの六つにおいて過ちを冒したと、患者は注意を受ける。モンタノスは、憂鬱症のユダヤ人についてこの言葉を当てはめている（『診察』22）。モンタノスの同箇所でも引用されるフリゲメリカも同様のことを言っている。モンタノスは憂鬱症の兵士を咎めて、その病の原因を「生得的でないこれら六つの事柄、つまりこの内的障害を生ずる外的原因のすべてにおいて過ちを冒したこと」（『診察』244）だとしているが、同様の記述は他の箇所にもある。

これら六つの生得的でない事柄は、まず食物の摂取、そしてその保持と排泄であり、これらは他の原因より物質的である。というのもこれらは新たな物質を作ったり、あるいは鬱滞や排出に関わるからである。その他の四つは、空気、運動、睡眠と覚醒、そして心の不安で、最後の不安だけが物質を変質させる。まず第一には食事で、食物と飲物がこれに含まれる。これが、実質的にせよ付随的にせよ、つまり量的に質的になどなど害を為すとき、憂鬱症を惹き起こす。物質的原因と呼ばれるのも宜なるかな、フェルネルが言うように「食事は病を惹き起こす力を有し、病の実質と滋養分となる。というのも身体組成と体液調合の変調がなければ、空気や心の不安、ま

たその他上述の明らかな原因が生じて、効果を発揮することにはならないからである。この食事こそ病の母、産みの親と言えるかも知れない、父親が何であれ。そしてここからのみ憂鬱症は起こり、他の病もここからよく発症する」。あらゆる種類の食物の特徴や質という、この一点に関しては、多くの医者が広範な著書を物している。すなわちガレノス、ユダヤ人イサークス、ハリアッバス、アヴィケンナ、メスエ、それにあの四人のアラブ人。さらにド・ゴルドン、ヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥス、ヴェッカー、ジャン＝バプティスト・ブリュアラン（『飲食物の栄養学』）、ミケーレ・サヴォナローラ（2. 8）、アントニオ・フマネッロ（『老いについて』）、クリオ（サレルノ派注解）、ゴットフリート・シュティーギウス（『医術』）、マルシリオ・カグナーティ、フィチーノ、ランツァウ、フォンセカ、レイス、マイノ・デ・マイネリ（『健康指南』）、フライタク、ヒューゴ・フリデヴァリウス等々。そしてその他多くの医者たちが英語でも著し、ほとんどの医者がそれぞれ、その憂鬱症についての章で個々の食物について詳細に論述している。とはいえ、それらの著が誰の手元にもあるわけではないので、私も、それぞれの食物にわたって、どれがこの気質を生じさせるか、よってどれを避けるべきかを、簡単に述べておこう。いかにしてそれらの食物が物質を変質させるのか、すなわち、まず我々を構成する精気を、次いで体液を変質させて、身体の組成を変えるかについては、フェルネル等を読めばわかるだろう。それゆえ、私としては食物自体に論を急ぎたい。まずその実質が害を及ぼす食物について。

牛肉は、重たくて滋養過多の食物で、ガレノスは第一レベルの冷、第二レベルの乾と述べ（『滋養機能』3. 1）、他の著述家ともども、濃い黒胆汁を生ずるとして忌避している。牡牛の肉も（どんな肉でも去勢された牡の肉は最上とされるので）、若い肉で塩漬けされるなど正しく調理されれば、健康な人や、強靱な肉体を持った人、働き盛りの人には良い。若くない肉なら、労働でしっかり筋肉を使ったものが望ましい。ハンス・ベームやサベリコはポルトガル牛を、もっとも風味が良く上質で、消化にも良いと奨めている。我々はイングランドのものを推奨する。だが、どんなものであれ、ものぐさな生活を送っている者にはよろしくなく、ふさわしくもない。ガレノスが考えているように「そういった人は憂鬱症に罹りやすく」、気質も乾いているのである。

豚肉は、あらゆる食物の中でそれ自体もっとも滋養価の高いものであるが、安逸に生きている者、身体的にまた精神的に不健康な者にとっては、まったくもってふさわしくない。体液横溢で湿り気が高く、それゆえ、「消化力の弱い胃には害を為し、摂取しすぎると四日熱を惹き起こす」とサヴォナローラは言う。

山羊肉はサヴォナローラが拒否していて、ブリュアランも汚れた臭い動物とし（13. 19）、臭く汚れた実質を醸し出すと考えている。しかし、若くて柔らかい仔山羊肉は、イサークスが認め、ブリュアランとガレノス（『滋養機能』1. 1）も容認している。

「牡鹿肉と赤鹿肉は悪名高く、劣悪な滋養を生じ」、馬肉に次いで粒子が粗く、重たい食物である。韃靼人とか中国の民とかいった、これらを食べる国もあるが、ガレノスは忌避している。若い仔馬肉は赤鹿肉同様、スペインではよく食べられる。特にマラガ辺りでは海軍への補給に使用される。ただし、そういった肉は、食べられるようにするには、よく焼いたり、香辛料を使ったりする必要があり、それでもすべての部位を食べられるわけではない。

鹿肉はすべからず憂鬱気質を醸し、悪血をなす。肉としては美味。我々は（イングランドには、ヨーロッパのどの地よりもパークがあるので）祝祭ではおいおいに賞味する。他の動物よりよく獲れ、調理もしやすいが、概して悪しき肉で、滅多に食用には供されない。

兎肉は黒く、憂鬱症を招く食物で、消化も悪い。食べ過ぎるとインキュバスが増え、恐ろしい夢を見させたりするが、鹿肉もまた然りである。兎肉は医者者の審判によれば忌避されている。マルティアヌスがエピグラムでゲリアに証言するように、人を美しくするとする者もいるが、兎肉は、人を陽気にさせる肉だとミザルドゥスなどは言う。しかしそれはたまたまであって、兎肉は狩りの良い対象となり、陽気な社交や、楽しい会話をもたらしてくれるからである。楽しい会話が兎肉を食べるときにはつきものだということであって、それ以外には考えられない。

穴兎肉も兎肉の性質をもつ。マイノ・デ・マイネリは、これを牛肉、豚肉、山羊肉と比較している（『健康指南』3.17）。ただし、若い兎肉は誰もが良いと認めている。

概して消化の悪い肉は憂鬱症を生じる。アレテウスは、消化の悪い部位として、頭から脚、臓、脳、腑、髓、脂、血液、皮膚、さらに心臓、肺臓、肝臓、脾臓等の内臓を挙げ（7.5）、イサークス（2.3）、マイノ・デ・マイネリ（3.17）、プリュアラン（12）、サヴォナローラ（32.2）もこれらを悪しき食物としている。

乳や、バター、チーズ、凝乳などの乳製品も憂鬱症を助長する（乳清だけは例外で非常に身体に良い）。驢馬の乳を例外とする者もいる。それ以外は、健康な人にとっては滋養になり身体に良く、とりわけ幼い子供には良い。だが、腐りやすいので、胃が綺麗でない者、頭痛持ちの者、生傷のある者、結石のある者などには良くない。チーズの中ではバンベリ・チーズと呼ばれるものを最上、古くて臭いがきつく硬いものを最悪、と私は考える。これについてはランゲ（ミザルドゥス引用のメランヒトン宛の書簡）、イサークス（5）、ガレノス（3「良き飲み物」）が述べている。

鳥のなかでは、孔雀や鳩、そしてあひる、鶯鳥、白鳥、鷺、鶴、オオバン、カイツブリ、クイナなど湿地に棲む鳥、それにコガモ、ホオジロガモ、ツクシガモや斑色の鳥といった、一年の半分は雪に覆われていたり凍っていたりするスカンジヤやモスクワ、グリーンランド、フリースラ

ントから冬に渡ってくる鳥は食べてはいけない。これらの鳥は、羽は綺麗で味も良く、偽善者よろしく見かけも良くて、羽毛は白くて柔らかだが、肉は硬くて黒く、有害で危険、憂鬱症を惹き起こす食物である。鳥肉は「胃に重たく、腐らせる」、若い肉ならまだしもだが、鳩に関してはいかなるものも駄目だとイサークス（5「翼あるもの」）は言う。

ラーゼスやマイノ・デ・マイネリは、魚はすべて良くないとする。魚は「粘性物質」、ぬるぬるの滋養分となるが、その実まったく栄養とならず、体液を作りもしない。さらにサヴォナローラは冷たいと言い、イサークスは湿っていて粘液質と言う。それゆえ、冷たく憂鬱症の気質にはすべからく有害である。清流にいる魚のうち鰻、テンチ、ヤツメウナギ、ザリガニ（これらについてブライト（6）は良しとしている）、その他、泥の停滞している水のなかで育っていて、泥臭い味のするもののみを否定して、区別する者もいる。フランソワ・ブシュエが「水に棲まうもの」で詩に書き表すように、

なんとならば、水淀む池や湖に集う魚はみんな
いつも悪しき水分や栄養分を醸し出す。

パオロ・ジョヴィオが34章「川魚について」でヤツメウナギについて大袈裟に褒め、これを駄目だと言うのは愚か者か細かい人だと言っている。しかし33章では彼は鰻を嫌い、「何時いかなる時にもいかなる場所でも医者たちは鰻を嫌悪し、特に至のころは忌避する」と言う。ゴメス（1.22「塩について」）は、過度なまでに、海水魚、たとえばメルルーサ、燻製イワシ、燻製ニシン、アンチョビ、干し鰯、塩漬け鰯、塩干しヘイク、貝全般を特に称揚するが、逆に同じぐらい貶す者もいる。ティモシー・ブライトは海老や蟹は別だとしている。マッサリアは鮭を推奨し、それをブリュアラン（22.17）は否認し、マイノ・デ・マイネリはアナゴ、チョウザメ、カレイ、鯖、エイを拒否している。

鯉は、私にはどう結論すべきか解らない魚である。フランソワ・ブシュエは泥臭い魚だと考えている。イッポリト・サルヴィアーニはその著『魚類の特質と調理法』（美しい挿絵付きで1554葉もの大部なものとしてローマで印刷された）で、鯉はぬるぬるの水っぽい食物にすぎないとしている。一方パオロ・ジョヴィオは、テンチは認めないものの、鯉は認めている。ドゥブラフキも池の魚についての自著で同様の意見を述べている。フライタクは鯉を優れた食物として褒め、最上級の魚群のなかに入れている。イングランドの地方郷土の多くは、この見解と同じで、自分たちの池にほとんど鯉しか飼っていない。しかし、私の判断では、ブリュアラン（22.13）を参照すれば、この問題は簡単に決着をつけられる。これらの見解の相違は、池のある場所とその池の水質から生じている、つまりある池は泥深く、ある池は水が綺麗、というように。魚は、漁獲された場所と同じ味がするのである。他の淡水魚についても同様に考えることができる。ロンドウ

ル、ブロン、オリバシウス（7.22）、特に彼一人で全ての人の書物に匹敵するイッポリト・サルヴィアーニを読めば、さらに一層よく解る。しかしたとえ良質で容認されるものだとしても、摂りすぎは良くない。ピーター・ファン・フォレストはその医学所見において、魚ばかり食べて暮らしているカルトゥジオ修道士たちが、他の修道会の者より憂鬱症に羅りやすく、このことは、オランダのデルフトで彼らの医者を務めていたときに、経験して知ったと述べている。例として、カルトゥジオ会のブスコドゥケンシスとかいう赤ら顔でよく太っていた修道士が、孤独のうちに魚を食べて暮らし、ひどい憂鬱症に陥ったことを挙げている。

野菜のうち、瓢箪、胡瓜、ケール、メロン類は良くないが、キャベツはとりわけ悪い。これらは悪い夢を見させ、黒い発散気を脳に昇らせる。キャベツは、ガレノス（『患部について』3.6）によればすべての野菜の中で最悪であり、イサークス（2.1）によれば「魂を愚鈍にする」。ウシノシタグサとレタス以外は、どんな野菜も生で食べると憂鬱体液を醸すと考える者もいる。クラト（2.診察21）は、野菜類はどれも良くないが、ルリヂサ、ウシノシタグサ、ウイキョウ、パセリ、イノンド、ミント、チコリは例外だとする。マイノ・デ・マイネリ（『健康指南』3.13）は、「すべての野菜は食すればそれだけで良くない」と考えている。ブラウトゥスに登場するあの皮肉屋の料理人も同様に考えた、

——俺の料理法は、他の料理人連中のやり方とは違う、
奴らは野原まるごと皿にてんこ盛りで出しやがる。
客人を牛とでも思ってたろ、山盛りの野菜を食わせてやがるのさ。

当世のイタリア人やスペイン人は野菜とサラダだけの料理（ブラウトゥスによると土の料理、ホラティウスによれば血のない料理）をつくることがある。つまり、上述の料理人が続けて言うように、

だから、ここでは人の寿命が短い、
この種の野菜を腹に詰め込んでるんだから。
食べるだなんてもってのほか、言うだに恐ろしい。
家畜だって口にしない草を人が食ってるんだ。

こういった野菜はガスを生じるので、人が生で食べるのには向いていないが、油で調理したり、そうでなくてもスープに入れたりすれば食べることができる。こういった野菜についての詳細は農学者や草本学者を参照されたい。根菜類は、ブリュアラン曰く、「国によってはそれだけが資源であり」それ以外に食べるものがないところもあるが、ガスを生じる悪質なもので、頭に害をなす。たとえば玉ネギやニンニク、ポロネギやカブ、人参や大根、パースニップの類である。ク

ラトは根菜類をすべて却下している (2. 21)。ただパースニップとジャガイモに関しては認める者もいる。マイノ・デ・マイネリはクラトと同意見で、「これらは脳に濃い煙を送り、心を惑わし、人を狂わせる」とする。特にニンニクと玉ネギが有害で、続けて一年ふんだんに食べると狂ってしまうという。グアイネリオは論攷15の2章であらゆる種類の根菜類について不平を述べ、ブリュアランも同様で (9. 14)、根菜類の中で最良とされる「パースニップでも食用すると有害な体液を生じる」とする。クラトは2巻診察21であらゆる種類の果物、たとえば梨や林檎、プラムやチェリー、イチゴ、木の実、カリンやオウショウナナカマドといった果物をすべて厳しく禁じている。ヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥスによると「**果物は血液を害する**」。マイノ・デ・マイネリは、血液を腐敗させ、それゆえ、「**食べ物として、あるいは大量に**」口にしてはならないと主張する。カルダーノはアフリカのフェッサで頻繁におこる病の原因を果物であるとしているが、「その理由は彼らが一日に三度も果物を食べ、果物に依存して暮らしているからである」。デュ・ローランはその憂鬱症論で、否定されることもある果物の多くを認め、そうでないものでも、リンゴ（これについては同様に認める人もいる）については、スィーティングにしる、ペアメインにしる、ピピンにしる憂鬱症に対して効果があるとしている。しかし、ニコラ・ル・ボワはその診療において、とにかくこの病気に罹りやすく、または実際に罹っている者に対しては、ガスを生じるものとして果物を禁じ、少なくとも控えめに食べるべきで、生で食べてはならない、としている。ブリュアランはガレノスを典拠にその他の果物の中から葡萄とイチジクを例外視しているが、これら二つも同様に拒絶されているのを読んだことがある。ソラマメ、エンドウマメ、カラスノエンドウといった豆類はすべて有害である。イサークス曰く、これらは濃い煙で脳を満たし、血液を黒く濃くし、厄介な夢を見させる。ゆえにかつてピタゴラスが弟子たちに言った「**豆は差し控えなさい**」という命令は今でも憂鬱症の人に当てはめることができる。しかし、どうしても食べなければならないという者に対しては、果物やハーブや根菜類や豆類の食事法や調理法について、ヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥスとフライタクが処方している規則にしたがって料理することを奨めておく。

香料は熱性の頭部憂鬱症を生じるので、この病気に罹りやすい人々が食べることを医者たちは禁じている。コショウ、ショウガ、シナモン、クローブ、ナツメグ、ナツメヤシなどや、ハチミツと砂糖である。冷たい気質の人にはかなり良い効果をもたらすとして、ハチミツを例外とする者もいるが、「**甘い物は胆汁となり**」、鬱滞する。それゆえクラトは憂鬱症の教師に対する診察で、「**香辛料すべてと血を焦がすものは何であれ**」禁じている。フェルネル（診察45）、グアイネリオ（15. 2）、メルクリアーレ（診察189）も同様に禁じている。さらに、刺激が強くて酸っぱいもの、甘露で甘すぎるもの、あるいは油のような脂肪、酢、酸味果汁、カラシ、塩を加えてもいいかもしれない。というのも甘いものが鬱滞性であるのと同様に、こういったものは腐食性であるからである。ゴメスは『塩について』（1. 21）で塩を大いに推奨している。同様にコドロスキも「ニガヨモギの塩について」の論攷で、またレメンスも『自然の隠された神秘』（3. 9）で推奨

しているが、塩や塩漬けの肉がこの病気の大きな原因となっていることは、日々の経験からわかる。恐らくエジプトの司祭たちが塩をとること、しかもパンに含まれる塩さえとることを控えたというのは同様の理由のためであろう。私が典拠とする著作家は、「魂が乱れることのないように」彼らが塩を控えたのだとしている。

エンドウマメやソラマメ、カラスムギやライムギといった質の低い穀物から作られたパンや、焼きすぎてカチコチのパン、ポロポロくずれやすく黒く焦げたパンも、黒胆汁やガスを生じるとしてしばしば批判される。ただし、ジョン・メイジャーはスコットランド史1巻でカラスムギパンの健全さを大いに主張している。当時パリに住んでいた彼は、フランス人からスコットランド人がカラスムギなど悪質な穀物を食べていることを不名誉だとされ、巧妙に言明したのだという。スコットランドとウェールズ、そしてイングランドの三分の一がカラスムギのパンを食べているのであり、カラスムギは他の穀物と同様に健全なもので、栄養価の高いものだ、と。しかしヴェッカーはガレノスを典拠に、カラスムギを人間が食べるよりも馬が食べるのに向いているとし、馬の食物と呼んでいる。穀物とパンのことをより広く論じているガレノスの1巻「飲物の良し悪し」を読んでみるといい。

マスカテルやマルムジー、アレガントやラムニー、茶バスタードやメテグレンといった黒ワインは、熱く強く濃い混合酒（モスクワでは三十種類もあるという）で、こういった混合酒は全て、この場合、熱い気質の人、または多血質で胆汁質の人、若い人、あるいは頭部憂鬱症に羅りやすい人にとって有害である。というのもワインを飲むだけで憂鬱症になったというケースが何度もあるからである。『ラーゼス第九書簡注解』（16）でアルコールニはワインを大きな原因とし、度を越して飲む場合は特にそうであるとしている。ガイネリオの論攷15の2章には二人のオランダ人の話が載っている。ガイネリオは自分の家でこの二人をもてなしたのだが、「一月たつと、どちらもワインを飲むことで憂鬱症になり」、一人は歌ってばかり、もう一人はため息ばかりつくようになったのだという。ガレノスの『病の原因』（3）、マッティオリの『二つの心』、とりわけアンドレア・バッチは3巻18、19、20章でワインによってもたらされる不都合を数え上げている。しかし、それにもかかわらず、冷たい気質の人や緩慢性憂鬱症の人にとっては一杯のワインがいい薬となり、メルクリアーレも診察25でそう認めている。気質が冷たいのであれば（憂鬱症の人の場合は大抵そうだが）、度を越さない限り、ワインは大いに推奨される。ただしサイダー酒とペリー酒は冷たくガスを生じる飲物であり、それゆえ避けられるべきであり、同様に熱くスパイスのきいた強いお酒も奨められない。

ビールは、新しすぎたり、気が抜けすぎたり、強すぎたり、煮沸してなかったり、樽の臭いがしたり、刺激が強すぎたり、酸っぱかったりすると、非常に不健康で、飲むといらいらしたり、かっかしたりする。ハインリッヒ・アイレルは下肋部憂鬱症を患う男を扱う診察で、ビールを飲まな

いよう奨めている。同様にクラトは2巻、診察21の優れた診察で、ホップのためガスを生じすぎるからとビールを認めない。しかし、恐らくここでクラトが意図しているのは、ドイツ各地で飲まれている濃くて黒いボヘミア・ビールのことであろう。

飲まれるときにこれほど濃いものではなく、
出て行くときにこれほど薄いものはない。
となれば、導き出せる結論はただひとつ、
多くの滓が身体の中にたまるということ。

古の詩人が、このように馬鹿にしながら、「泥々のスティクス川にも似た怪しき飲物」と呼んだのもこのビールであろうが、そういう人には好きに言わせておけばよい。ビールを飲むのを習慣とする人にとっては、ポリドーレ・ヴェルジルが言うように、ビールは「とても健全で愉快的飲み物」であり、浄化するホップのおかげでより繊細で、おいしくなるのである。また草本学者が言うように、憂鬱症に対する特別な力があり、そのことはフックスも『医学綱領』(2. 2. 11)で認め、他の多くの著作家も同様である。

麻が生えていたり、ぬるぬるした魚が泳いでいる水溜りや濠からとられたような濃く不快な色に淀んだ水は、非常に不健康で、腐敗していてダニやムシが多く、ぬるぬるでどろどろ、不潔で腐っていて、不純であるが、その理由は太陽に温められ、常に淀んでいることにある。こういった水は人間の体と心を汚らしく乱す原因となるので、飲んだり、調理につかうのには向いていない。また人間に関していえば、摂取してはならないだけでなく、体を洗うのにも使ってはいけない。淀んだ水が適しているのは、馬を洗ったり、家畜に水をやったりといった家事での使用である。人が体を洗ったり飲んだりするのは、どうしても必要にかられたときであり、それ以外の場合には使ってはならない。ただし、煮沸すると純化するので、濃く淀んだ水からは、最良のビールができるという人もいる。カルダーノも『精妙さについて』(13)で「煮沸することで中身と風味はよくなる」と言っているが、それは逆説としてである。そのようなビールは他のビールよりも強いかもしれないが、健康的ではないだろう。というのも『逆説集』(1. 5)でガレノスを典拠にジュベールが正しく示しているように、不純な水を煮たところで、浄化したり、純化したりはしないからである。プリニウス(31. 3)も同じ主張を示し、ピエトロ・デ・クレスケンツィ『農業大全』1巻と4巻11章と45章も同様である。パンピルス・ヘリラクスは『水の性質』(4)で、そのような水は有害で、使われるべきではなく、ガレノスの証言を引き、「瘡、水腫、肋膜炎、気難しく憂鬱な感情を惹き起こし、目を傷つけ、気質を悪化し、すると身体全体のバランスも崩れ、嫌な色になる」としている。ジュベールも『逆説集』(1. 5)でこのことを頑なに主張、淀んだ水を使う者は、目がかすみ、肌の色がくすみ、多くの忌々しい病気に罹るという。それも宜かな、と彼らは言う。というのも、地理学者の記述に従えば、アストラカンの水はそれを飲む

人の中に虫を生じるといふ。またマケドニアでもっとも美しい川で、現在バルダル川と呼ばれるアキアス川はその水を飲む家畜の色を黒くし、テッサリアに流れる別の川、現在ベレカ川と呼ばれるアリアクモン川は、そこに家畜を連れて行って飲ませると、大抵が白くなるとのことである。ハンス・ベームはバイエルン人やシュタイアーマルク人にみられる「甲状腺腫」の原因は彼らが飲む水の性質にあるとし、ミュンスターもアルプスのロンバルディア人の「甲状腺腫」について同様に考えている。エルベ川付近のアクイタニアに住む家系に吃音がみられる原因についてもボダンと同様に考え、「汚れが川から来て、人体に入った」としている。汚れて、淀み、嫌な色の、濃い、泥水を使う人の身体は、すべからず、どろどろで、嫌な色で、不純で、不健康なのである。そして身体は心に作用するので、こういった人たちは理解力が悪く、精気も鈍重で、ぼんやりとし、鬱屈し、あらゆる種類の病気に罹りやすいのである。

仕立屋が我々の服装についてさまざまなファッションを提供するように、料理人は我々に非常に多くの種類の料理を提供する。このように数限りない複雑な料理が調理されるが、これも今まで述べてきた有毒品目に単純に還元すればよい。プディングであれば血詰めのもの、その他の調理法によるもの、肉であれば蒸し焼き、干し肉にソースをかけるもの、焼いたり、焙り焼きにしたり、バターで調理するもの、酢漬けにして、香辛料をかけ、過乾燥するものも然りである。バターと香辛料でできたシムネルやバン、クラックネル・ビスケットなどお菓子にもさまざまある。フリッターやパンケーキ、パイやソーセージといった調理法もあり、ソースにも刺激的なものから甘ったるいものまでさまざまある。セネカが「料理屋の知識」と呼ぶこういった知識は、美食家のための料理を生み出し、料理にさまざまな香りを与えてきたかもしれないが、教皇ハドリアヌス6世は前任者であるレオ10世の帳簿を見て驚愕したというし、現代におけるあきれるほどの放蕩、馬鹿騒ぎを生み出したのもこういった料理である。このような料理を食べると総じて体液は濃くなり、胃には粗雑なものが満ち溢れ、五臓六腑に鬱滞する。ダ・モンテは診察22でユダヤ人の憂鬱症患者を例に挙げている。その人は酸っぱいソース、凝った料理や塩漬けの肉を食べることに過剰なほどの喜びを見出し、そうすることで憂鬱症になり、悪影響を被ったのだという。こういった例はよく知られており珍しくない。

第2項 原因としての食物の量。

食物そのものの実質や、調味料や調理法が悪しき故の質に由来する害は、摂取量、時間や場所の不規則、時期を逸した食事、過多過少といった節度のない食べ方に由来する害に較べれば、それほど大きなものではない。「大食らいは剣より人を殺す」とか「何でも食らう胃は人を殺す胃」とは至言である。プリニウスの「質素な食事は最良、多種多様な食料を積み上げるのは有害、調味料を使うはさらに有害、量が多いと病も多い」の言葉はさらなる至言。アヴィケンナは「大食

ほど有害なものではなく、食事時間を通常より長引かせると身体に病を生じる。大食はあらゆる病の源泉であり、そういった病は粗悪な体液への拒否反応から起こる」と声を大にして言う。フェルネルによれば、その結果、不消化、ガス、消化管閉塞、体液不良、体液過多、消化不良、「そこから、突然の死や知らない間の老化」などが起こる。

油を注ぎすぎるとランプが消えるように、また小さな火に薪をくべすぎると消えてしまうように、身体の中に本来ある熱も食べ過ぎると窒息状態で消える。飽くことなき胃は有毒の汚水溜め、肉体、精神双方の病の泉とも言われる。メルクリアーレは食べ過ぎを、この引き籠もった病の原因とし、ソレナンデル（『診察』5.3）は、このメルクリアーレの説を、「時期を違えて食べたが故の」憂鬱症患者で例証している。クラトも同様に、あの良く引用される2巻、診察21で、食べ過ぎを主たる原因として明言している。これで充分であろうが、さらなる証拠を求めるならば、ヒポクラテスその人の次の言葉に耳を傾けるがよからう、「浄化されない身体には、滋養を与えれば与えるほど害となる。不良体液でその滋養が腐敗するからである」（『箴言』2.10）。

暴飲暴食が招くと思われる、こういった害悪に関しては、人がいかにこの種の快楽に耽り、欲するままに振る舞うか考えてみればいい。この問題についてはヨハン・シュトゥックが近年、大著『古代の宴』に著している。これは今の時代にも当てはまることで、「なんと豪華な食事だろう」、「そこに誘う者は、墓場に誘っているのだ」。現代のファゴス、エピキュロス、アピキウス、ヘリオガバルスの著作も参照するがよからう。ルクルの亡霊は今なお歩き回り、誰もがアポロンの間で食したがるが、そこではアイソプスの贅沢な料理が普通に饗されるのだ。

— 高くつくものほど、欲びも大きい。

高価な美食は最上。一皿に二十か三十クラウン、一コースのディナーに何千クラウンもかけるのは普通。フェスとモロッコの王ムリー＝ハメットは雄鶏料理のソースに三ポンドかけたという。今の時代なら当然で、我々も安いものを軽んじる。「我々はあの太陽の光さえ嫌う（たとえばセネカのように、そう言う人もいる）、ただで手にはいるからであり、太陽熱が害ともなるから。かといって涼しい風も嫌う、お金で手に入れるものではないからである」。我々が呼吸している空気は当たり前の存在で、「大切に思わない」。高くつくものしか快ではないのである。何においてであれ物知りだというのなら、それは喉で知っているのもであり、学ぶというのであれば、それは贅沢を学んで、口蓋を悦ばせ、腸を満足させるに至ることである。「古の料理人は低い身分の者であったが、昨今は引っぱりだこの立派な者。料理は芸術、貴い学術となり、料理人は紳士となった、その腹こそが彼らの神」とリウィウスは嘆く。アグリッパが彼の時代の太鼓もちを非難して言うように、「腹に脳、頭に腸が」あり、まるで剣の刃の上を走るがごとく、己を減ぼす道まっしぐら、日がな一日、また夜を徹して「破裂するまで食らう」。彼らの行為が危険に直面していて、

恐ろしい病に今にも取りつかれそうだと、医者が言うのも構わず、「食うために吐き、吐くために食う」とはセネカの言。これではディオンのウィテリウスについて言うように、「栄養をつけるとは単に食べものが通過すること」、すなわち食べたものが通り過ぎて排出されるだけ。さらに言えばまた破裂するだけ。「そういう輩は腹に屠った動物を詰めこみ」、食欲の奴隷、腹の神を称える輩、地を這う蛇となって世界中から口に入るものをかき集めるが、その腹を満たすには全世界を以てしても事足りない。「海、地、川、湖などを以てしてもその猛る腹を充たすことはなからう」。この欲求を充たして飲み尽くすには、至る所でどれほど飲んでも際限がない。オウィディウス曰く、「酔っぱらいの老婆が酔っぱらった老夫を連れて行ったものだ」。居酒屋に酔っぱらいが詰めかける様といったらない。「生きている間、飲んでるか垂れ流しているかだった」という、かの有名なローマの太鼓もち、オフィリウス・ビプルス（オウィディウス）の如く、まるで「地の実りを食いつくすだけのために生まれてきた」かのようである。いくら葡萄酒を入れても痛まない樽が一個あるより、葡萄酒を仕込む樽がわんさかある方がずっと始末が悪い。このたくさんの樽のように痛飲する者たちは雄々しいとされ、酔神シレノスだってそれには及ばなかったのだ。「かつて悪徳であったものが今は皆がする行為」ゆえ、栄誉とされるから。クリソストモスが『エペソ人への手紙5章について』の説教30で述べるように、「今では、飲まないのは女々しく軟弱と笑われるべきと見なされるようになった」。みごとに酔っぱらう者だけが、今の世では勇氣ある者とされ、街を千鳥足で歩いたり、わめいたりしても、汚名ではなく名声となり誉れとなる。プラウトゥスの作品におけるエピディクスと召使いテスプリオとのやりとりでは、一人が「まちがいなく悪行だ」と言いつのるのに対し、もう一人が「他にも同じ事をしたやつがいるが、そいつは褒められるぞ」と返す。大酒を飲むのは、今では過ちではなく、果敢とされることが多い。それは強靱な脳を有す証とされ、酒をうまく消化しているとされる。誰が一番酒に強くて、仲間を真っ先に泥酔させてしまえるかがいつも争われる。これこそ、職人の目指すところ、至福、生命にして魂。「彼らは嬉々として競い合い、これ以上の人生の至福を見いだすことはない」、とプリニウス（14. 22）は言う。彼らの主たる快樂は酒場や居酒屋で楽しく集うことであったが、今の時代のモスクワ人がミード・インに集まったり、トルコ人がカフェに集まったりするのと同じようなもの、それらはイングランドでのバブみtainなものである。彼らは昼間一生懸命働き、夜には酔っぱらい、ちびちびやりながら、「一年働いた分を」（とアンブロシウスは付け加えて言うが）、散財してしまうのである。セネカが非難する同時代人のように、「夜と昼とが逆転し」、みなが起きるときに、通常床につく。「昇る太陽が、息を切らせる馬に引かれて、最初に我らのもとに息吹を投げかけるとき」、まるで地球の裏側にいるかのように、

彼らには夕焼けの日暮れがタベの光を放つ。

タキトゥスでのペトロニウスも、ランプリディウスでのヘリオガバルスもまた然り、

——よもすがら夜明けまで起きていて、
 昼間はひねもす𦵏をかいていた——

シバリス人のスニムディリスは二十年の間一度たりとも、太陽が昇ったり沈んだりするのを見なかった。キケロが痛烈に非難したウェレスは、冬には家から、そしてベッドからすらほとんど出ることはなく、いつも娼婦と寝ているか酒を飲んでいるかだった。そんな風にウェレスは時を過ごしたが、当世の多くの御仁も同じように時を過ごしている。彼らは「酒飲みアカデミー」を主催し、集まりたむろする。これらケンタウロスとラピテースどもは、ボールを廻すかのごとく、ジョッキや酒杯を廻し、ソーセージ、アンチョビ、煙草、キャビア、牡蠣のピクルス、ニシン、燻製イワシなどといった新しい料理の秘訣や、食欲を増進するような数知れない塩漬け肉類を考案し、解毒剤の摂取がいかに身体を損なうかを身を以て学びつつ、「ますます酒を飲む。他に料理がなくても、どんどん飲む。もう一度戻ってきて飲むために、吐きに出て行く」。酒飲みの過ちを阻止するなどという狂った法律を作っておきながら、飲んだくれると大口をたたき、他の者より真っ先に酔っぱらった奴に王冠を授ける。それまでの大酒飲みの先達と同じである。——「私がの眼にしているのは何だ」と問われ、「酔っぱらっちゃまって冠をいただいたプセウドルスめにございます」と答える——そんな輩が死ぬと、老女マロニスのように墓に葡萄酒の杯を刻んでもらうのである。というわけで彼らは己の悪行を勝ち誇り、弱さを正当化する。フランスのルキアノスと称されるラブレーも、深酔いは医学より体に良い、老齢の医者より老齢の酒飲みの方が大勢いるのだから、と言っている。そういった空虚な議論で、他人を誘い、勧めて、自分たちと同じようにさせ、自分たちを愛させる（これほど堅い仲間の絆などありはしない）。ギリシアのアルキビアデス、ローマのネロ、ボノスス、ヘリオガバルスあるいは（エグナティウスが古銭から見つけた）昔の呼び方で言えばアルゲバルスも同じであった。ヘレスバッハが言うように、現代でも多くの人が同様に振る舞っている。詩人に歌われたピティアスが

——（葡萄酒で泡立っている盃を
 飲み干した）——

ように、君主が瞳孔が開いてしまうほどに飲みながらも意識がはっきりしていたら、トランペットやファイフやドラムが鳴り、観客は拍手喝采する。その言葉に嘘がないなら、「司教そのひとも王室牧師と共に君主に侍って立ち、しこたま飲む、君主のごとき飲みっぷり」。「当世のドイツ人はふんだんな酒や料理で客人をもてなし、漏斗のごとく盃をすっかり飲み干し、怪物盃から怪物のように飲む様は怪物のごときで、その腹を樽にしたてる」。「話すも信じがたいが、このいとも不謹慎な国民は、なんと大酒を飲み……、泥酔する輩を好み、大酒ゆえに褒め称え、杯を挙げようとしない者を嫌い、刺し殺しもするが、酒を断るのは耐え難い罪で、許されるものではない」と同邦人ですら託ち、そのミュンスタが言うには、ザクセン人にとっては、「一緒に飲まない男

は大敵」なのである。ポーランドにおいてもまた然りで、アレクサンデル・グワグイニの言葉によれば、「主人の名誉を祝して挙げた杯をもっともよく飲み干す」者は、最良の従者で、忠実なる臣下。その者は、良き従者として報償を与えられる。どんな頑強な酒飲みでも飲み干せないほどの酒を酒屋の馬が持ってきたとしても、それを一番たくさん飲み干した者が、もっとも勇敢なる者だと見なされるだろう。というのも、その気高い功績で、彼はこの種の最も勇気ある者と考えられる、「戦におけると同様、宴においても、勇者となれるゆえに」。我々がシティ指揮官や宮廷騎士にも、これをやってのけて、勇者となるものがある。かくして彼らは幾度となく、みずから進んで、体の良き節制を崩し、知力を抑制し、本性を窒息させ、獣へと落ちぶれる。

ある者はまた別の方向へと極端に走り、あまりに堅苦しく厳格な食事をするので、同じ過ちを我が身の上に引き寄せてしまう。食物や食事の時間を考えるのに、かの『食餌療法』の記述に従い、過度に厳密で、神経質で気難しく、昼食にライスが処方した量だけを食べ、夕食にまた指示どおりの時間に指示どおりの食物を、指示以上でもなく以下でもなく食べる。朝には鶏スープやサルサスープといったスープ類、昼食にはブラムスープに鶏、兎、骨付き羊肉、雄鶏の手羽肉、雌鳥の叉骨など。これらはもっと健康な体には繊細すぎて極めて馬鹿げている。また他には断食しすぎて体をこわす者もある。ガイネリオが言うには、現代でもムーア人やトルコ人が、日々やせ衰え、夜も眠らず、健康を害したりする。「隠者、修道士、その他迷信に関わる人たちには、過ぎた断食で気の触れることもよくあった」（ガイネリオ自身が、彼の時代にでも実際に起こるのを見たと言う）。そういった者については、「好きなだけ食べる飽食の者よりも、過度の断食の者のほうが、もっと健康を害し、体をこわすことが多い」と、ヒポクラテスも言っている（『箴言』1.5）。

第3項

原因および抑制作用としての食習慣、嗜好、食欲、必要性。

いかなる規則も総体的にはなりえず、ある程度の例外が認められるものである。よって、ここまで述べてきたことにも例外はあり（さもなくば、ほとんどの人たちが食事につけなくなってしまふ）、食物の実質や、食物に関する不節制、時期はずれの摂取から生じる不都合は、ヒポクラテスの言葉によれば、習慣がある程度減じてくれ、また修正してくれる。「我々が長く慣れ親しんできたものは、本来悪質なものであっても、あまり害をなさない」（『箴言』2.50）。そうでないとするれば、医者への課す厳格な規則に従って生きろと言われても、暴論にすぎないと反論が起きて当然である。習慣は本質を変容するものである。習慣によって、慣れた人たちにとっては、悪質な食物も健全となり、時期を逸して食べたとしても変調をきたすことはない。リンゴ酒とペリー酒はガスを生じる飲物で、ガスを生じる果物がそうであるように、たいてい冷たいのであるが、イングランドの諸州、フランスのノルマンディ、スペインのギブスコアでは、普通に飲まれ、そ

こに住む人たちがそれによって害されることは全然ない。スペイン、イタリア、アフリカでは、根菜類、生野菜、らくだの乳を主食とし、土地の者でない者が食すると大変な苦しみを生じるのであるが、土地の者には適している。ウェールズでは「**乳製品を主食としている**」と、自身ウェールズ人のハンフリー・ロイドが、アブラハム・ウォルテルス宛の優雅な書簡で述べている。オランダでは、ほとんど肉は食わず、魚と根菜類とバターを主食とし、ピエール・ブロンが述べるようにそれは今日のギリシアでも同様で、彼らは肉よりも魚を多く食している。我々とはといえば、ポリドーレ・ヴェルジルが指摘するように、「**主食の大部分は肉にあり**」，これは北方の国々でも同様である。もし我々が彼らの食習慣に従って生きるとすれば、非常に害があり、また彼らが我々の食習慣に従ったとしても同じであろう。我々はビールを飲み、彼らはワインを飲む。彼らがオイルを使うところ、我々はバターを使う。我々北方の人間は大食いであるが、暖かい国々に住む彼らの多くは小食である。しかし、彼らも我々も、各々の習慣に従っているものであり、どちらも幸せなのである。かつてエチオピア人は、ヨーロッパ人がパンを食べるのを見て、「**どうして糞を食べて生きていけるのだろう**」と驚いたという。また我が作家たるスイダスが言うように、彼らと我々の食生活はあまりに異なるので、「**彼らが我々の食生活を真似たいと望んでも**」，ドクニンジンやトリカブト、ヘレボルス根などの毒を食べるのと同然のこととなるだろう。また中国に長い間住んでいたイエズス会士のマテオ・リッチが述べるところによると、今日の中国では、庶民は根菜類と野菜を主食とし、富裕階級は、馬やロバやラバ、犬猫の肉を他の肉同様に喜んで食べるのだという。また韃靼人は、かつての遊牧民と同じように、生肉、特に馬肉をよく食べ、その乳と血を飲む。ウェルギリウス曰く、

馬の血で凝まった馬乳をしこたま飲む。

彼らはヨーロッパ人がパンを食べることをあざ笑い、それを雑草の穂先であり、人間が食べるのには向かない馬の餌だと呼ぶ。しかし、スカリジェは彼らのことを健全で賢明な民族で、百歳まで生きると考えている。こういった国々の中でももっとも礼節ある国でさえ、同様の食生活である、とムガール宮廷から陸路で北京にいたる旅行記を記したイエズス会士のベントー・デ・ゴイスが述べているが、このことは契丹のカブールでも同様であるとリッチも論じている。スカンジアの食事は普通、干物の魚であり、シェトランド諸島でも同じである。彼らが食べる他のものはデイトマルス・ブレフケニウスが言うように、アイスランドと同様、バターとチーズと魚であり、飲物は水、住まいは土の上である。アメリカでは多くの地方で、根菜類が主食であり、キャベツやシ、パイナップル、ジャガイモ、その他の実を食べている。彼らの中には、生涯にわたって普通に海水を飲み、生で肉と草を食する人々もいるというが、しかもそれをすすんでするのだという。魚や蛇や蜘蛛を食べる処もあるというし、人肉を生で食べたり、焼いて食べたりする処もある。アステカ帝国で皇帝モンテスマ自身でさえ人肉を食べていたという。また沿岸地方には、一本の木から食物と飲物になるココナッツがとられ、火、燃料、衣料にも使われているところもあ

る。その葉は、油となり、酢となり、家の覆いなどになる。しかし、ここに住む人たちは、裸で出歩き、粗末な食生活をしているが、普通、百歳まで生き、決して（罹ったとしても減多に）、病気になる。我々の医者たちが禁じている食事をしているにもかかわらず、である。ヴェストファーレンでは、多くの人々が脂身肉と麦芽汁を食し、ユピテルの脳と呼ばれるチーズに夢中である。ネーデルランドでは根菜類を食べ、イタリアでは蛙と蝸牛が使われている。ブースベック曰く、トルコ人は炒め肉を非常に好む。モスクワではニンニクと玉葱が日常的に食べられ、ソースとしても使われている。これも不慣れな者にとってはひどく有害なものだが、そうでない彼らにとっては喜ばしいものとなる。その理由は、彼らがこれらを食べて育ってきたからに他ならない。農夫や労働者たちは脂身のベーコンや塩気の多いひどい肉、固いチーズなど（刈り入れ人たちの胃袋のなんと強靱なこと！）、粗末な食事をいつでもとり、満腹のまま眠ったり、働いたりすることができるが、これは柔な人たちにとっては即、死につながる可能性があり、医者の方針に反している。しかし、概して習慣とはそういうものである。このことは、我々の旅行者たちも、遠い国々へ出かけて現地の食事を摂り、突然病気になるという共通の経験から知っている。オランダ人とイギリス人がアフリカの沿岸や、インドの岬や島に到着すると、しばしば現地の果物を食べたのが原因で熱射病や赤痢に悩まされたり、ひどい病気に罹るが、これも同様である。「外国の食物は、たとえおいしそうに見えても、食した者たちにしばしば激しい病状をもたらす」。しかし、慣れて習慣となれば、害は和らぎ、すべてよしとなる。プリニウスが驚嘆とともに伝えているが、ミトゥリダーテスは何度も使うことで、毒を飲むことができたという。またクルティウスの伝えるところによれば、ポロス王からアレクサンドロス大王に送られた少女は、小さいときから毒を使って育てられたとのことである。ピエール・ブロン曰く（3. 15）、トルコ人はあたり前のように阿片を一度に1ドラム（4グラム弱）吸引するという。我々はグレイン（0.065グラム）単位でも吸引するのをためらうというのに。ガルシア・デ・オルタが記すところによると、インドのゴアで彼が見たという人物は、三日間で10ドラムの阿片を吸い、「慣れれば、大概のことはできるのだよ」と、思慮深く言ったという。テオフラステスはヘレボルス根をそのまま食べることができたという羊飼いの話をする。それゆえカルダーノはガレノスを典拠に「とんでもなく悪いものでない限り、習慣はいかなる場合も守られるべきものである」と結論づけ、古い習慣を守り続けるよう人々に忠告している。またヒポクラテスを典拠に、「時節と年齢、地域と習慣次第では、何でも可となることがある」とし、それゆえ、その習慣が食事に関することであれ、入浴に関することであれ、運動などに関することであれ、何でもあれ、始めたとおりに続けると奨める。

もう一つの例外は、さまざまな食物に対する嗜好、食欲である。消化しづらく、黒胆汁質であっても、フックス（『医学綱領』2. 6. 2）が例外としているように、「我々が好み、喜ぶ食物を、胃は容易に消化し、すすんで享受し、我々が嫌う食物を忌避する」。このことはヒポクラテスも『箴言』（2. 38）で認めている。食わず嫌いで、チーズが耐えられないという人もいるし、アヒルの

丸焼きを見るのが耐えられないという人もいるが、これらを喜ぶ人もいるのである。

最後の例外は必要性、つまり貧困、欠乏、飢えであり、しばしば人は、そうでなければ嫌なことを、耐えられないことをし、感謝してそれを受け容れるはめとなる。たとえば船上における飲物、大都市が包囲攻撃を受ける際、犬や猫や鼠、そして人間すらも食べざるを得なくなる状況である。ヘクター・ボイスが例としてあげる三人の無法者たちは、ヘブリディーズ諸島のある島で数ヶ月間、究極の手段を取ることを余儀なくされ、自分たちで捕まえた魚や鳥の肉を生で食べたという。こういった状況では、これまで憂鬱症の原因となる食物について語ってきたことも和らげられ、打ち消され、より許容可能になる。しかし、裕福で贅沢で気楽な暮らしをしている人には選択の余地があり、望むのであれば慎むことができる。健康に配慮するのであれば、憂鬱症の傾向があったり、その疑いがある場合、こういった食品は避けるべきである。そうせずに不節制で、食習慣を乱してしまえば、自ら憂鬱症に羅する危険をおかすことになる。忠告するのは愛あればこそ。御機嫌よう、お大事にされたし。

第4項

原因としての鬱滞と排出、その原理。

鬱滞と排出には、さまざまな種類があり、多くの場合、憂鬱症の付随因、副次作用因、あるいは主要因となる。ガレノスはこれを欠乏と過剰という項目のもと論じる。「身体から分離されるもの、身体に保持されるもの」という分け方をする者もいる。鬱滞と排出の代表は便秘である、としてもよからう。すなわち日々の糞便が体内に蓄積することである。便秘はしばしば他の病の原因ともなるが、特に、この憂鬱症を惹き起こす。「便秘は頭部の炎症、鈍重、緩慢、頭痛等を生じる」とケルスス（1. 3）は言う。「黒胆汁注解」でプロスペロ・カラーニは、便秘が身体器官の調子を狂わせるだけでなく、「その変調によって精神自体にも病をきたす」と論じる。また便秘は狂気の主要因となることもあり、この例はシェンキウスの医療診断集第1巻にある。ドイツのネルドリンゲン市に出かけた若い商人は、^{ストックホルム}便所に十日間行けず、戻ってくると、ひどく憂鬱になっていて、金を盗まれたと思い込み、どんなに説得しても、全財産を無くしてしまったと言ってきた。友人たちは、何か媚薬でももらったのだらうと思っていたが、そこに呼ばれた医者クネリウスは、単に便秘がその原因であることを見抜き、すぐさま浣腸を施すと、それによって急速に回復したのだという。トリンカヴェッラも『診察』（1. 35）で憂鬱症の法律家について詳しく語っているが、彼は患者に下剤を処方したという。ロドリゴ・ダ・フォンセカの『診察』（2. 85）にも、八日間、便が出ず、それゆえ憂鬱症にかかった患者について書いてある。便秘の他にも鬱滞と排出には種類があるが、必ずしも憂鬱症を惹き起こすわけではなく、その頻度は低い。フェルネルは『医学大全』（1. 15）で、この種のものとして、痔血、経血、鼻血の抑止、性器の過剰使用、あるいは無使用、その他、体液のよくある流出に関するものを列挙する。

ヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥスの『診療概略』(1. 18), 『ラーゼス第九書簡注解』(16)のアルコラーニ、ベネデット・ヴィットーリの『診療大全』(2. 15), プルエレ等で、痔血や経血の滞りは憂鬱症のよくある原因とみなされる。フックス(2. 5. 30)は一步論を進めて、「痔を治す時期を間違えて、憂鬱症にかかった例が多い。まるで岩礁^{スキュラ}を避けようとして、渦巻^{カリュプティス}きに呑み込まれるようなものだ」と言う。ガレノスは『体液論注解』(3. 26)で、自分が治療にあたった患者から、同じ理由で狂気に陥ったルキウス・マルティウスを例に挙げ、このことを示す。他にもシェンキウスに二つ例があるが、それは月経の停止が原因で、憂鬱症になった女と、狂気に陥った女である。同じことは、鼻血の場合にも当てはまり、鼻血が習慣になっている人の出血を急に止めると憂鬱症になる、とヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥスも力説する。またフックス(2. 5. 33)は、「このような出血を止めるのには、大きな危険が伴う」と頑強に主張する。

性行為^{ウエヌス}を怠っても、同様の結果が生じる。マッティオリは『医学書簡』(5. ペヌルティマ)で、「恥じらいから性交を控えたため、非常に鈍重となる者や、臆病になったり、憂鬱となったり、深い悲嘆にくれる者がいた」と、自分の知るところを主張する。オリバシウスも『医学選集』(6. 37)で「性交を行わないため、常に重苦しさで頭痛に悩まされている人、またしばらく性交をしないことで同様の症状に陥る人」について語る。性交を行わないために害を被る者は多く、『ラーゼス第九書簡注解』(16)のアルコラーニとマイノ・デ・マイネリは、それによって「脳と心臓に有毒の瘴気が巡るから」とする。またガレノスその人も「この生来の種が体内に保持される期間が長すぎると、毒となる(場合がある)」と主張する。ジロラモ・メルクリアーレも憂鬱症を論じる章で、このことをこの病気の格別な理由として挙げる。持続勃起症、男子性欲亢進症等も同様。ハリアッバス(5. 36)は、このことと他の多くの病気とを論じている。『診療概略』(1. 18)でヴィラ・ノーヴァのアルナルドゥスは、「深刻な憂鬱症に悩まされている多くの修道僧と未亡人を知っているが、その原因はまさにこの一点にある」と言う。ルイス・メルカドの『婦人病論』(2. 4)とロドリゴ・デ・カストロの『婦人医学大全』(2. 3)は、この問題を大いに論じ、老女や、修道女、未亡人に特殊な憂鬱症を惹き起こすとする。「月経が遅れたり、性行為を怠ると、怯え、憂鬱、不安になり、恥じらったり、疑い深くなったりし、また衰弱し、目的を失い、人生とよりよいことにすっかり絶望して、云々」。彼女たちはもっともひどい憂鬱症であり、その理由はすべて、夫の不在にある。エリアオ・モンタルトもまた『憂鬱症論』(27)で、ガレノスを典拠としてこれを確証し、ヴァリエルも同様、またクリストバル・デ・ヴェガは『治療術』(3. 4)で、同様に憂鬱症となった多くの男性、女性を例に挙げる。フェリックス・プラターは『症例』1巻で「アルサティアの老紳士」の話をする。「彼は若い妻と結婚したのだが、長い間、あれこれ病に罹っていたので、この種の義務を果たすことができなかった。すると妻は、性交を抑制されたため、ひどい狂乱状態に陥り、彼女のところに来るすべての男に欲情し、言葉や、視線、身振りをつかって、男たちと交わろうとした云々」。医者 ベルナルド・パテルノも、「謹厳実直で

敬虔な司祭が、結婚するのを嫌がり、また娼婦と交わることも避けたため、深刻な憂鬱症の発作に襲われたこと」を知っているという。同様にヒルデスハイムも『拾遺集』(2)で、1580年に診察した憂鬱症のイタリア人司祭を例に挙げる。ヤーソン・ヴァン・デ・ヴェルデが挙げるのは、既婚男性で、「結婚したものの」妻の死によって性生活を営むことができず、「過度な憂鬱症になった」という。ロドリゴ・ダ・フォンセカは『診察』(2.85)に、同じ理由で発症した若い男の例を挙げる。この項目には、フランチェスコ・ポッジオが記しているユダヤ人の奇抜な話、同じように発症し、治療されたというあのユダヤ人の話を加えてもいいかもしれない。

度を越した性行為も、あらゆる放縦が悪であるのと同様、全くの悪である。ガレノスは『世俗の病』(6.5.26)で、性行為によって悪化する病に憂鬱症を数え上げる。アヴィケンナ(2.3.11)、オリバシウス(前述)、フィチーノの第2巻「健康維持」、マルシリオ・カグナーティ、モンタルト(27)、グアイネリオ(15.2)も同様。マイノ・デ・マイノリ(5.3)は、その理由を「性行為は身体を冷たくし、乾かせ、精気を消耗するから」とし、「それ故、冷たく乾いた人は、性行為に注意し、それを大敵として避けるよう」忠告する。ジャッキニーの『ラーゼス第九書簡注解』(15)も同じ説明をし、例として、炎暑の夏に若い女と結婚した患者を挙げる。「寝室の仕事で彼はすっかり乾燥してしまい、ほどなく憂鬱症となり、狂気に陥った」。ジャッキニーは、この患者を湿潤療法で治したという。同様の例は、グッピオのレリオ・ダ・フォンテの『診察』(129)にも見られ、ヴェネチアの紳士が、同じきっかけで、まず憂鬱症となり、その後狂気に陥ったという。詳細は原典にあたってほしい。

排出が止められると、上述以外の場合でも、それが胆汁であれ、膿であれ、血膿等であれ、憂鬱症を生じる。エルコレ・サッソーニア(1.16)とド・ゴルドンは、このことを経験から実証する。彼らが見たというのは、頭部を負傷した憂鬱症患者で、傷口が開いている限りはしばらく**明晰**なのだが、傷口が癒えると**憂鬱症の発作が戻った**という。

蒸し風呂、入浴、瀉血、下剤といった人為的排出も、時期を間違えたり、過度にやりすぎたりすると、同様の結果をもたらす。入浴を極端にしすぎると、自然のものであれ、人工的なものであれ、乾きすぎてしまう。またその水が熱すぎたり、冷たすぎたりしても害をなす。熱すぎる場合は、乾きすぎ、冷たすぎる場合は、冷えすぎてしまう。モンタルトは『診察』(237)で、入浴は肝臓を熱くしすぎる、とする。ヨーゼフ・シュトルースは『脈拍論』(4.9)で、「通常より長く入浴したり、何度も入浴しすぎたり、時期を間違えたりすると、体内の体液が腐ってしまう」と論じる。これと同趣のことを、マイノ・デ・マイノリ(3.5)も書いている。グアイネリオ(15.21)は、黒胆汁が焦げるゆえ、熱い風呂に入ることを厳しく禁じる。「痛風に苦しむある男が、その病を治そうと温泉に来て、その病はすぐに治ったのだが、さらに悪い別の病気である狂気に陥ったのを私は見たことがある」というのだ。しかし、この判断は体液が熱いか冷たいかによっ

て異なる。入浴は憂鬱症患者にとって、いい場合もあり、悪い場合もある。ある患者には治療につながっても、別の患者では害をなすかもしれない。

瀉血も、あきらかに悪質な体液や黒胆汁が溜まっている場合、それを何度も怠ると、身体に大きな害をなすことがある。こういった体液が熱を帯び、煮えたぎると、時期を得て瀉血を行わなければ、その患者は、燃えたぎり、狂気に陥る危険に大いにさらされる。しかし、瀉血も、軽率に、しつこく、度を越して行えば、身体を冷やし、精気を鈍化し、消耗するので、同様に大きな害となる。血を抜くというようなことは、益になるよりも害となることの方が多い、とヨハン・クリオ (10) は非難する。「体液は血を抜く前より荒れ狂い、瀉血は憂鬱症を避けるどころか、さらに重症とし、視力も弱めてしまう」。プロスペロ・カラーニも瀉血を大いに論じるが、瀉血後にきちんと食事をとるのを大前提とする。まったくその通りで、レオナルト・ジャッキーニが経験から述べるように、「多くの人の場合、血は瀉血後、もとよりも黒くなる」。同様の理由で、サルスティオ・サルヴィアーニ (2. 1) は、血液が原因となっているのが明らかでない限り、この病気の治療に瀉血を利用することを徹底して許さず、聞き入れない。その本に書かれた言葉からすると、どうやらサルヴィアーニは狂人病院の院長をしていたらしく、「長い経験から、頭部であれ、腕部であれ、いかなる場所であれ、この種の排出療法は害にこそなれ、益にはならないとわかった」と言う。フェリックス・ブラターはこの見解に真っ向から反対する。「憂鬱症に瀉血を使うことについて、目をつぶったり、許容しなかったり、反対する人もいるが、私の長い経験から言えるのは、数え切れないほどの人が、20回、いや60回の瀉血を行い、救われ、その後、幸せに暮らしているということだ。かつてガレノスの時代には、そういった患者から一度に6ポンドの血を抜くのが当たり前であった。最近ではオンス単位で瀉血することすら、我々は怖気づいているが」。しかし、この件に関しては医者にまかせよう。この問題についてはすぐれた著作が書かれているので。

下剤であれ催吐剤であれ、悪質な体液が溜まるがままになっている場合、最悪の事態になるのを避けるため処方される。しかし、前述の例と同様に、下剤の量が多すぎたり、回数が多すぎたり、やり方が激しかったりすると、患者の体力をかえって弱めてしまうのだ、とフックス (2. 2. 17) は言う。また、たとえ強靱で、下剤に耐えることができるとしても、癖になる危険もあり、これでは薬局同然薬まみれ、身体がよくなることはない。この病気、そして同種の病気には、必ず医者の指示が必要なのである。

第5項

憂鬱症の原因としての悪質な空気。

空気は呼吸を通して、体内につねに入り、さらにその内奥に入っていくので、この病気や他の

病気の極めて重大な原因となる。「空気が不純で霧がかっていると、精気が不活発となり、心臓に感染することで、さまざまな病の原因となる」とはパウルス（1. 49）の言葉。その他にも、アヴィケンナ（1）、ガレノス（『健康維持』）、メルクリアーレ、モンタルト等参照すべし。フェルネルは「濃い空気は血と体液を濃くする」と言う。レメンスは身体にもっとも有益で、かつもっとも有毒なものとして、空気と食物の二つを挙げる。そしてジュベールが主張するように、「我々が生きるために呼吸する空気ほど」憂鬱症をすぐさま惹き起こすものはない。空気の性質に従って我々の精気はあり、その精気の性質に従って我々の体液はある。一般に空気が害となるのは、熱く乾燥、あるいは、冷たく乾燥しすぎている場合、濃く、煤け、曇っている場合、吹きすさび、荒れている場合の三つである。『共和国論』（5. 1, 5）でボダンが史実を述べて示すように、暑い国々では、憂鬱症にひどく悩まされ、スペインやアフリカや小アジアには狂人が多くいる。その数はあまりに多く、有名な都市には、それぞれ狂人収容病院を建てねばならないほどである。「退廃した町」（3）のジョヴァンニ・レオーネとヴォルテルス、またツヴィンガーも同じように確証し、暑い国に住む人々は通常、話すとき怒りっぽく、普通に話していても、二言目には毒づき罵り、通りではよく口論になる、と言う。「気をつけよ、寒い国よりも暑い国の方が、憂鬱症に罹りやすい」、とド・ゴルドンは注意を促す。なるほど、ここまで述べてきたことが当てはまらない場合もある。事実、アコスタが言うように、赤道直下にも、非常に温暖な居住地があり、空気は健全で、まさに快樂の樂園、木々はいつも緑で、降る雨も涼やかに心地いい。しかし、度を越して暑い場所、ジョス・ドゥ・メガンがキプロス島に、他の者がマルタ島、アクイラや聖地に見いだしたような場所には当てはまる。聖地エルサレムでは、一年のうち、砂埃ばかりになる季節があり、川は干上がり、空気は焦げつくように熱く、地面も燃えるように熱い。その熱さは凄まじく、多くの巡礼は、勤行としてヤッファからエルサレムまで熱砂の上を素足で歩くが、しばしば狂ってしまう。また、狂わなくても、アフリカやアラブの砂漠、バクトリアや今で言うホラーサーンでよく起こるように、砂中深く沈む。さらに、西風が吹き荒れると、そこを横切る者たちは砂に巻き込まれ死ぬ。ヴェネチアの学者エルコレ・サツソーニアも、ヴェネチアの女性に憂鬱症が多い理由を、この点から説明し、「日の下に長くいすぎるため」とする。ダ・モンテは『診察』（21）で、ユダヤ人患者が狂気になった原因を考えるのに、数ある中から、この原因を選び、「熱気と冷気にあまりにさらされたため」と説明する。夏の正午頃、ヴェネチアの煉瓦敷舗道からほとんど人影が消えるのも、これが原因で、この時期、彼らは屋内で寝ているのだが、それはちょうど、ムガル帝国やインド全域で行われているのと同じである。ルドヴィコ・ディ・バルテマの旅行記によると、アラブのアデンでは、厳しい暑さを避けるため、夜中に市を開き、ホルムズでは、さまざまな人たちが、一日中、牧場の牛のように、あごまで水につかっているらしい。ポルトガルのブラガ、カスティリアのブルゴス、シチリアのメッシーナ、その他、スペインとイタリア全域で、通りの多くが狭いのは、日射しを避けるためである。トルコ人が大きなターバンをするのも、太陽光をよけるため。イギリス人が航海中に逗留するジャワ島のバンタムの熱気も厄介で、あまりに暑いので、「痘に罹った連中が、その傷口を乾かすため、よく寝転がり、日の下に患部

をさらしている」。これと似たような不満は、赤道から14度のところにあるカボヴェルデ群島の記述にもみられる。この群島は評判が悪く、気候の不健康さは世界一とされることもある。というのも、そこに立ち寄る水夫たちが、その暑く不順な天候のため、よく、赤痢や熱病、熱狂や^{カレンチュフ}熱射病に襲われるからである。『農耕論』(2.45)でカッシアヌスが断言するように、いかに強靱な男もこの熱気にはやられ、いかに頑強な村男もそれに耐えることはできない。ネグリがメソポタミアの現在ディアルバキルと呼ばれる地域について記述するように、こういった空気のもとに生まれついた人でさえ、その熱気に耐え切れないことがある。「ある場所では、凄まじい熱の猛威にさらされ、太陽と空気の熱で多くの動物が死ぬ」、そして人も死ぬ。アラブの猫と称されるファン・アドリケムの見解によると、そこに生える没薬や乳香の木、辛い香辛料の草のため、その空気は脳に極めて有害となり、住人も耐え切れなくなることがあるほどで、病弱者や旅人は言うまでもない。デ・カステロ・ブランコは『百の治療法』(1.45)で、若い娘の例を伝える。ヴィンセントという御者の13歳くらいの娘で、七月の炎天下、洗った髪を日射しで乾かし「黄色くしようとしたところ、そのため太陽熱に長くさらされすぎて、頭に炎症を起こし、狂ってしまった」という。

正反対の冷たい空気も、熱い空気と同じくらい悪質で、モンタルト(1)も、冷たい上に乾燥している場合は悪質であると考える。それゆえ、北方の国々では、概して人々は鈍重で、魔女が多い(先に引用したように、サクソ・グラマティクスとオラウスとバティスタ・デッラ・ポルタはそれを憂鬱症ゆえとする)。しかし、寒い天候のもとでは、(人為的ではなく)生まれつきの冷たく乾いた黒胆汁質が生じやすい。おそらくジョセフ・ホールが憂鬱症の人々は北極付近に住む、とするのは、このためであろう。先に挙げた三つの中で最悪なのは、濃く、曇っていて、霧や霧の出る空気、あるいは沼地、荒地、湖、堆肥塚、峡谷、汚水溝、汚い死骸や腐肉が置かれた場所から漂う空気、またはどぎつい鼻をつく臭いのするところから来る空気である。ガレノス、アヴィケンナ、メルクリアーレ、古今さまざまな医者たちが、このような空気は不健康で、憂鬱症や疫病を生じる、と主張する。地中海の港町アレクサンドレッタとノヴァ・ヒスパニアの港町サン・フワン・デ・ウルワは空気が汚いとよく非難される。同様に空気が汚いので有名なのは、アルパニアのデュルラス、リトアニア、デイトマルシェン、イタリアのポンティノ湿地、ピサとフェラーラ近郊、イングランドのラムニー湿地帯、エセックス湾岸諸郡、リンカンシャの沼地である。カルダーノは『もろもろの事物について』(17.96)で、ブリュージュ、ヘント、アムステルダム、ライデン、ユトレヒトといった低地三国の裕福で人口の多い都市のある場所を、空気が悪いと非難するが、これはスウェーデンのストックホルム、イタリアのレッジョ・ディ・カラブリア、イングランドのソールズベリー、ハルヤリンにも該当する。こういった場所は、広くて航行しやすく、新種の砦となり、他にも重要な用途を満たすが、果たして、健康にいい場所と言えるだろうか。古きローマは、丘の上から峡谷へと降りてきたが、今、新しい都市があるのはまさにそういった場所で、川を利用するため、平野に建設するのが一番だと考えられている。レアンデル・アル

ベルトゥスは、(浅瀬には黒い泥土が姿を見せるような場所ではあるが) ヴェネチアの空気が良しと主張する。海と火と煙によってヴェネチアの空気は上質になる、と彼は考えるのだ。また、イタリアのピサのように、濃くて霧深い空気は記憶力の助けとなる、と考える人もいる。我々がカムデンはプラトンを典拠に、沼地に近いという理由から、ケンブリッジを奨める。しかし、こういった土地の場所に関する議論はそのままにしておこう。問題なのは、素晴らしい場所にあり、空気も心地よく、自然に恵まれているにも関わらず、住民たちの不潔さ、だらしなさ、汚らしくむさ苦しい生活態度が原因で、空気が腐敗し、息を詰まらせている場合であり、救いようがない。トルコの多くの都市は、この意味で評判が悪く、そもそもコンスタンチノーブルからして、通りには腐肉が普通に置かれている。同種の非難はスペインになされることもある。王の座たるマドリッドは、空気は素晴らしく、最高の立地だが、住民たちがだらしく、通りはいつも汚い。

不穏な嵐の空気は、不純で、荒れた、ひどい天候、しつこい風、曇ってどんより暗い昼と同様に悪質である。こういった天候は我々にはありふれたもので、ポリドーレによると、「空気は見た目に汚く、すぐに雲を生じる」。キケロの弟で、当時ブリタニアの審問官だったクイントゥスも、ローマの兄に宛て同様のことを書いている。レメンズ曰く、濃く曇った空気のもと、「人々は厳格で深刻、そして怒りっぽい。西風が吹き、美しく穏やかに晴れると、人々の心に、ある種の敏活さが生じ、人も獣も元気になるが、不穏に荒れ、日の射さない嵐の天候になると、人々は悲嘆にくれ、悄然となって意気消沈し、怒り、短気となり、鈍くなって、憂鬱症となる」。これこそ、かつてウェルギリウスが示したこと。

たしかに、天候と大気中の不安定な湿度、
そして南風に濡れた^{ユピテル}天空が変転すると、
生き物の魂の相が変化して、それらの胸に
異なる動きを生じる。

惑星のさまざまな合の影響を受けず、悪天候にも動じず、嵐の季節に鈍重にならない者など、どこにしよう。「水瓶宮は冬を陰気にする」。時が要請し、秋が育み、冬はその嵐に倣って、醜く、汚く、荒れ、その空気は、多かれ少なかれ、全ての人々に作用するが、特に憂鬱症の人、あるいはその傾向のある人に影響する。レメンズが主張するごとく、「憂鬱症の人こそもっとも嵐の影響を受け、すでに狂っている人々は、嵐の中、あるいは嵐に向かって騒ぎ立てる。しかも、嵐の時には、しばしば悪魔がその機会をうかがう。その空気によって体液が乱されると、悪魔は体液に入り、精気をすっかりかき乱し、魂を悩ませる。我々の精気と体液は、海の波のように、吹きすさぶ風と嵐とに翻弄される」。よってダ・モンテは『診察』(24)で、憂鬱症の人は、嵐の荒れた空気を避けるよう指示し、『診察』(27)では、夜の空気も避け、晴れた昼以外は散歩かないよう注意する。レメンズ(3.3)は南風と東風を避けるよう言い、北風を奨める。ダ・モンテは『診

察』(31)で「夜中は窓を開けてはいけない」とし、『診察』(229, 230)では、特に南風と夜の空気を危険視する。プルタルコスも同意見で、夜と闇は人を深刻にするとする。地下納骨堂、洞窟や岩場の暗室も同様。人気のない場所も、瞬時に憂鬱症を生じるが、特にそういった場所に不慣れな人、人の多い場所に慣れている人が発症しやすい。空気についてさらに読みたい人は、ヒポクラテス、アエティウス(3. 171-75)、オリバシウス(1-22)、アヴィケンナ(1. 2. 2. 1-11)を参照されたい。

第6項

原因としての過度な運動とその原理。孤独、怠惰。

善しとされるものは、すべからく悪用される危険がある。適切に行うのであれば、運動ほど身体保持に有益なものはないが、時期を逸したり、激しく、過度にやりすぎると、これほど害をなすものもない。『医学総論』(1. 16)でフェルネルがガレノスを典拠に言うように、「過度な運動を行い疲労すると、精気と実質が消耗し、身体が冷たくなる。自然に調合され、体外に排出される体液も、過度な運動を行うと、かき乱され、荒れ狂うこととなる。その狂乱のさまは凄まじく、身体と心にさまざまな形で影響し、害をなす」。満腹時や未消化時といった、時期を誤って行われる運動も同様であり、フックスは『医学綱領』(2. 2. 4)で、ドイツ学童に疥癬が多いのは、食後すぐに運動をさせられるからだとして激しく非難する。ビエロは満腹時の運動に警鐘を鳴らす。というのも、レメンスが言うように、「胃の中の食物が腐り、その未消化で生のままの食物の汁が静脈に運ばれ、そこで腐敗し、動物精気をかき乱す」からである。食後の運動にはクラトも『診察』(2. 21)で反対しているが、それは、あるべき体液の調合を大いに阻害し、体液腐敗の原因となり、憂鬱症やその他多くの病気を惹き起こすからだとする。よって、サルスティオ・サルヴィアーニ(2. 1)、レオナルト・ジャッキーニ(『ラーゼス第九書簡注解』)、メルクリアーレ、アルコラーニなど多くの者が、過度な運動を憂鬱症の非常に強力な原因としているのも、故なきことではない。

運動の対極には、(ジェントリーの証たる)怠惰、すなわち、運動不足がある。これは身体と心の禍の元凶、邪悪の乳母、規律の義母、あらゆる災厄の生みの親、七大罪の一つであり、それだけで憂鬱症やその他多くの病を惹き起こし、ヴァルテル曰く、悪魔のクッション、あるいは枕、つまりは悪魔の休らうところ。「というのも、なにか当然なすべきことに従事していない限り、心は決して休まらず、つねに何がしかについて考えてしまい、自ずから、あつという間に憂鬱症になってしまうからである」。またクラトによると、「過度で激しい運動が害をなす一方で、怠惰な生活も有害となる。身体が粘液や粗悪な体液、粘膜分泌物、カタルといった閉塞の原因となるさまざまなもので満たされてしまうからだ」。『大全』(1. 9)でラーゼスは、これを憂鬱症の最大要因と説明する。「何にもまして怠惰が原因でこの気質が生じるのを私は何度も見てきた」と。

モンタルトは自分の経験から、1章でこの見解を支持し、「怠惰な人は、なんらかの作業や仕事に関わり、従事している人と比べると、はるかに憂鬱症に罹りやすい」と述べる。プルタルコスは怠惰を魂の病の唯一因とし、「心の病に罹ったものは、他ならずこれが原因である」と言う。ホメロスが『イーリアス』の冒頭で唄うのは、戦わないために怠惰となり、心を食べアキレウスの姿である。『診察』(86)でメルクリアーレは、ある若い男性の憂鬱症について、怠惰を主要因であると主張する。なぜ憂鬱なのか、という問いの答えは、怠惰だからだ、に尽きる。怠惰ほど急速にこの病を生じるものではなく、また怠惰ほど頻繁にこの病を昂じさせ、持続させるものはない。憂鬱症は怠惰な人に必ず付き添う病、安逸に暮らす人々には切り離せない伴侶、暇で安楽な人たち、天職や普通の職をもつことも、それに従事することもない人々、用事の少ない人々に付きものの病気である。こういった人たちは、仕事をするとしても、怠けたり、愚鈍であるばかり。彼らは為すべきことでも本腰を据えることなく、たとえば服を着たりとか、手紙を書いたりといった必要不可欠で簡単な仕事にも耐えることができない。ちょっと運動したり動いたりすれば解決しそうな寒さに凍えても、じっと震えたまま座り込み、不平は言うが、ほんの簡単ですぐできることをして状況を改善しようとすることもなく、それゆえ、憂鬱症にいつも苦しんでいる。特に仕事に従事してきた人、あるいは多くの仲間にもまれていた人が、突然、無為の生活を送るようになると、すぐさま怠惰が彼らの魂を捕え、苦しめる。なんらかの形で行動し、会話し、仕事や遊戯、娯楽に打ち込み、気の合う仲間たちと一緒にいれば、彼らは健全なのだが、独りになったり、怠惰になるとまたすぐさま苦しむ。一日の孤独、ときには一時間の孤独でさえ、一週間の運動、労働、交友から得られる益よりも多大なる害をなす。憂鬱症は独りになるとただちに襲い、その苦しみは激しく、セネカの至言にあるごとく、「怠惰でいるくらいなら病気になったほうがましだ」。この怠惰は身体と心、両方に関わる。身体の怠惰は、ものぐさ、運動不足に他ならず、フェルネルを信じるならば、「未消化の原因となり、障害物や無用な体液を生じ、生来の熱を消し、精気を鈍らせ、何もできなくさせてしまう」。

放置された野には羊歯が生い茂り、焼き払わねばならない。

耕していない大地に羊歯や、あらゆる雑草が茂るように、怠惰な身体には悪質な体液が生じる。余暇は身体を怠惰にし、損なう。厩舎から決して外に出ない馬、籠に閉じこめられて飛ぶことのない鷹は、ともに病気がちだが、外に出してやると、そういった病には罹らないものだ。怠けた犬は疥癬だらけ、となれば、怠けた人間がそれを回避できるはずもない。心の怠惰は、身体の怠惰よりもはるかに深刻である。使われない知性は、それ自体が病気であり、魂の青錆、知性の錆、悪疫、地獄そのもの、ガレノス曰く、魂に対する最大の害。淀んだ水溜りには、虫や汚い生き物が増える（また水が動かないと水自体が腐敗する。あるいは、空気も同様で、風によってつねに廻っていなければ腐ってしまう）。それと同じで「怠惰な人には、邪悪な、そして腐敗した考えが生じ」、魂が汚染されてしまう。国家の場合は、公然たる敵国がないと内戦状態になり、国民

同士が憎みあう。この我々の政体も、怠惰になると、身をもてあまし、心配ごと、悲しみ、杞憂、不満、疑心暗鬼などで衰退、混乱し、自らその五臓六腑を餌食とし、決して休らぐことがない。ここで敢えて言っておきたいことがある。怠惰なる者は、どんな状態にあっても、決して豊かになれず、うまく付き合うこともなく、幸福で幸せになることはない。たとえ彼らの心行くまま、望むままに、あらゆる富と幸福を与えたところで、怠惰である限り、彼らはこの満足に喜ぶことなく、また心身ともに満たされることもなく、いつも疲弊し、病気がちで、悩んでいる。常に毒気を吐き、泣き、ため息をついては、悲しがり、疑い、世界とあらゆるものに傷つき、消えてしまいたい、死にたいと望む。あるいは、馬鹿げた妄想で、恍惚状態となっている。淑女の方々、これこそ、田舎であれ、都会であれ、多くのすぐれた殿方がこの病気に苦しんでいる理由なのであります。というのも、怠惰こそ貴族に付きものであり、働くことは不名誉とされ、貴族の方は、遊戯や、娯楽、楽しみごとで日々を過ごし、苦勞しようとしな。手に職をつけず、ふんだんに食べ、気ままに生き、運動も、行動も、仕事もしない（働くことに耐えられないからだ）、付き合いも気の向くまま、よって身体は汚い体液とガス、未消化物に満たされ、心も乱され、鈍重となり、心配事や、嫉妬心、病気に対する恐怖心、塞ぎこむ衝動、泣きたい衝動にしばしば襲われる。というのも、怠惰な身体において、恐怖と妄想にかられないことがあるだろうか。異状の原因とならないことがあるだろうか。イスラエルの子らがエジプトのファラオに対し、陰口をささやくようになったとき、ファラオは家臣たちに命令し、イスラエル人の仕事を二倍にし、藁を取って来させた上で、さらにたくさんの煉瓦作りに従事させた。謀反を企てる原因、安易に悪に走る唯一の原因は、「彼らを怠惰にさせておくこと」と考えられたからだ。行く先々で多くの人々が不満のうちに悲しみ、無駄な不平をかこち、恐怖をいただき、疑心暗鬼になっているとしたら、その状況を打破する最良の手段は、その人たちを働かせ、その心を忙しくすることである。実にそういった連中は怠惰なのだから。最初のうちは単に空想にふけり、想像上の愉快的な楽しみで慰みを得るかもしれない。しかし、終いには彼らは苦しみ始め、声を大にして言いたいが、つねに、満たされず、疑心暗鬼で、畏れていて、嫉妬深く、深刻で、自分のことでやきもきし、いらいらするようになる。およそ怠惰であるかぎり、心楽しむことはできないのである。アウルス・ゲリウスが言うように、「余暇の使い方を知らない者は、あくせく働く者よりも、苦しむことになる」。また彼は続けて言う。「怠惰な心は、その望み（どうしたいのか、何が欲しいのか、どこに行きたいのか）を知らず。どこに行っても喜ばず（何事も嫌で、楽しくなく、人生に倦み）、家にいても外にいても満たされず、彷徨い、心ここにあらずで生きている」。怠慢と怠惰がもたらす悪影響の何たるかについては、何より喜劇詩人がピロラケスに語らせる詩行が正確に表現している。美文ゆえ、一部分ここに引用したい。

人はこの世に生まれたとき、新しい家に似ていると

僕は思うのです。そのわけを説明しましょう。

家が新しく寸分の狂いもなく完成すると、

誰もがその大工をほめ、見本にしたいと言います……。
しかし、そこにもものぐさで怠惰な男が住み始めると……、
嵐が来て、屋根や瓦を壊してしまい、
大工の仕事は台無しになってしまいます……。
次に家と人との共通点について説明します。
大工たる両親は子どもの土台を作り、
磨き上げ、読み書きを教え、出費を惜しむことはありません。
ところが僕は、大工の力のもとではまじめだったのに、
自分の性格に身をまかせるようになった途端、
大工の努力をまったく台無しにしてしまいました。
怠け心が芽生えたのです。それは僕にとって
まるで嵐のようで、やってくるなり雹や雨が降って、
僕の道徳観はゆさぶられてしまいました……。

若者は美しく新しい家のようなものだ。大工がつくったときは完璧で、状態もよく、堅固なものだ。しかし、その住人がひどいと、雨が漏り始め、修理を怠るゆえに腐り始める……。我々の両親や教師や友人は、努力を惜しまず、若者をすぐれた教育のうちに育てようとする。しかし、我々は自分にまかされると、怠惰が嵐のごとく心からあらゆるすぐれた動機を追い出し、突然、その緩慢な行動やそれに類するひどいありさまによって、無に帰するのだ。

怠惰の従兄弟にあたり、怠惰と関連して起こる付随因たる**過度な孤独**は、医者たちがそろって証言するように、憂鬱症の原因であり、かつその症状である（ただし、ここは原因論なので、その側面のみ論じる）。原因としての孤独は、無理強いされるもの、つまり強制的なものと、自発的なものとに分けられる。強制的孤独は、学生、修道士、托鉢僧、隠遁者に広く見られるもので、彼らは生活上の規律と方針によって、あらゆる付き合い、他人との社交を避け、独り部屋に閉じこもらねばならない。ペイルとホスピニアンがたくみに表現しているように、彼らは「**無為を盲信して引きこもり**」、我々の時代のカルトジオ会修道士がそうであるように、（規律によって）肉を食べず、つねに沈黙を守り、外に出ることはけっしてない。また牢獄暮らしをする者、あるいは、英国の田舎紳士の多くが人気の少ない屋敷に住むように、人里離れた場所、人付き合いのできない場所に住む者もこれにあたる。彼らは付き合いなく独りでいるか、逆に、客人を迎える者の多くがそうであるように、財力以上の暮らしぶり、訪れるすべての人をもてなすかのどちらかである。あるいは、話し相手がいたとしても、自分とは身分が異なり、劣っていて、正反対の気質である召使や使用人だけという状態。また、孤独を避けようと、宿屋や居酒屋で下卑た連中とつるみ、そこから、よからぬ娯楽や放縦な生活に身を落とす人もいる。この他にも金銭不足のため、病気に感染したため、不名誉を被ったため、恥ずかしさのため、無骨な性格のため、愚鈍

なためと、さまざまな理由から、人は孤独という岩場に投げ込まれ、他人と交わることができない。「不幸な人間にとって孤独ほど嬉しい場所はない。というのも、そこには彼の惨状を非難する人がいないからである」。強制的孤独に陥ってすぐさま症状が出るのは、たとえば、真っ当な娯楽や、楽しい付き合い、あるいは、大家族や、人口稠密都市で楽しく過ごしてきた人が、突如、人里離れた田舎の小屋に閉じ込められ、自由を奪われ、いつもの付き合いができなくなる場合である。こういう人にとって、孤独は非常に鬱陶しく、退屈で、重大な不都合を急激に惹き起こすこととなる。

自発的孤独は、憂鬱症に馴染みの状態であり、じわじわと、サイレンのごとく（実は近づいてはならない声なのだが）、あるいは、スフィンクスのように、憂鬱症という取り返しのつかない渦巻きへと誘う。ル・ボワは、これを憂鬱症の主要因とする。なるほど、憂鬱症になった人にとって、一日中ベッドに横になったり、部屋に閉じこもったり、人気のない森の中や木々や水の流れの間、川の畔を一人で散歩したり、自分の好きな何か楽しく愉快なことを瞑想したりするのは、最初のうち、とても快いことである。楽しき妄想、快き心の迷妄。憂鬱になり、砂上の楼閣を築き、さまざまな役柄を無数に演じ（自分で演じるどころ、あるいは他の人が演じるところを思い描き、想像し）、独りほくそえむのは、たとえようのない楽しさである。レメンスも言うように、楽しいことを思い描いたり、瞑想したりするのは「確かに最初のうちは快い」。またラーゼスが言うように、瞑想の内容は「現在のことであったり、過去のことであったり、未来のことであったり」する。こういった戯れ事は、始めた頃は非常に楽しいものなので、彼らは瞑想や空想（それはほとんど夢のようなものだが）のうちに、ひねもす、また一睡もせず夜もすがら、ひどい場合は何年も独りで過ごしてしまい、その世界からほとんど戻ってこず、自分で中断することもない。彼らが空しく考えることがらは、あまりに心地よく、日々の雑事や、なすべき仕事の妨げとなり、何事にも集中したり、打ち込んだりすることができなくなる。こっそり、執拗に、激しく、持続的に、この種の幻想的で、魅惑的な空想は始まり、忍び寄り、巧みに入り込み、取り憑いて、征服し、注意を奪い、虜にするので、より重要な仕事に取りかけられなくなり、考え事を止めてそこから出ることができなくなって、ただ、ずっと空想し、憂鬱でいることになる。そして我を忘れ、あたかも夜中の荒野を（伝承によると）妖精パックに引き連れまわされる人のように、この不安と心配に満ち満ちた憂鬱な瞑想の迷宮の中を必死に走りまわることとなり、うまく自制できなくなり、たとえば時計仕掛けのように、巻いたり、ゆるめたりすることで、自分から抑制したり、その妄想を簡単に止めたりすることができなくなってしまう。それでも彼らの気質には心地よいままなのであるが、しまいには、悪いことを突然考えるようになって舞台は暗転する。すると彼らは、長い間、空しい考えごとや、孤独な場所に慣れてしまっているものだから、人と一緒にいることが耐えられず、不快でつまらないこと以外、思いを巡らせることができなくなってしまう。ある瞬間に、恐怖、悲しみ、疑い、野暮な恥じらい、不満、心配、人生への倦怠が彼らを襲い、そうなるといつも疑うようになり、ほかに何も考えられない。目が覚めるとすぐ、憂鬱症の地獄の苦しみに襲われ、頭に恐ろしいものが浮び、魂がおののく。そして、この頭に浮ぶ

恐怖は、もはやいかなる方法、いかなる努力、いかなる説得によっても、避けることができない。「致死の矢が脇腹に残る」。もはや拭い去ることも、それに抗することもできない。とはいっても、瞑想や観想やある種の孤独な生活を行うことが、有益にもなりうることは否定できない。この点ではヒエロニムス、クリュソストモス、キプリアヌス、アウグスティヌスら教父が、その論攷で高く推奨し、またペトルカやエラスムスやディエゴ・デ・エステラなどもその著で大いに称讃し、孤独はうまく使えば、樂園、あるいは地上の天国となり、身体によく、魂にはなおさらよいとされる。昔の修道士がよくやったように、たとえばハドリアナスの時代の宮廷人シムルスや、皇帝ディオクレティアヌスは聖なる観想へと引きこもった。ローマ人が田舎暮らしを推奨するときによく口にした「生き方を知っているのはウァティアだけである」という言葉も、この意味である。あるいは、デモクリトスやクレアンテスなど優れた哲学者が行ったように、知識向上のため、喧騒の世から引きこもる孤独も役立つ。はたまたラウレントゥムの屋敷にこもった小プリニウス、トゥスクルムの屋敷にこもったキケロ、書斎にこもったジョヴィオのように、「**学問に打ち込み、神に仕える余裕をもつ**」ための孤独も有益である。それゆえ、私は思うのだが、我々の時代の宗教改革者は、修道院や宗教的建築物の取り壊しにおいてあまりに熱狂的であり、その点であまり賢くなく、すべてを十把一絡げに破壊してしまったと言わざるを得ない。こういった建物に忍び入るおぞましき悪弊を取り除き、そういった不都合を正すのに、なにも美しい建物自体に目くじらを立てて怒る必要はなかったわけで、我々の祖先が信仰に身を捧げ、敬虔な場所として神聖化した不滅の記念碑が打ち壊されてしまったのは嘆かわしい。修道院や大学内の小修道院のいくつかは残し、その資産を転用すればよかったのであり、適切な街や都市に、少なくとも一つが保持されていれば、あらゆる種類の男女が、さまざまな目的で、世の喧騒や心配事から引きこもって住むのに利用できたと思う。たとえば、結婚する気がない、あるいは結婚するのに不適切な人、日々の事柄に煩わされるのを好まない人や、どこに身を処したらいいのかわからないでいる人が、より便利な暮らし、よい教育、すぐれた仲間を得るために、離れて生活し、公共の利のため学芸を完成させるべく、学問に打ち込んだり、かつて真に信仰深い修道士がしたように、自由にそして本当の意味で神に仕える場所として使えばよかったのである。というのも、こういった人は、孤独でも怠惰でもないからである。ちょうどイソップ寓話で、自分のことを怠け者だと非難する農夫に向かって詩人が答えたように、人と一緒にいるときと同じで、独りでいても怠けているわけではない。あるいはキケロのスキピオ・アフリカヌスが言うように、「**独りでいるときよりも孤独であり、怠けているときよりも怠惰である**」こともある。愛についての対話におけるソクラテスへの惜しめない称讃の中でプラトンが伝えるところによると、ソクラテスは、深い瞑想に襲われると、朝から晩まで、**考えに耽ってひとつ処に立ちつくし**、それでも瞑想が終わらない場合は、夜まで立ち尽くして考えていたという。兵士たちは——そのときソクラテスは従軍していた——驚嘆して彼を眺め、一晚中、彼を見張ることに決めたのだが、ソクラテスは「翌朝、太陽が昇るまで」身じろぎひとつせず、夜が明けると太陽に挨拶してその場を去ったという。じっとしていたソクラテスの体液はどうだったのか、あるいはどんな影響を被ったのか、与り知るところでは

ないが、凡人がこんなことをすれば、害となるであろう。ソクラテスがどんなこみいった考えに没入していたかについても、実際のところ簡単には察することはできないが、これこそ怠惰なる怠惰、常人の場合は有害で、セネカによれば、「我々を悪へとかりたてる孤独であり、社会生活をできなくする」破壊的孤独である。こういう人々は孤立すると悪魔となるわけで、諺にもあるように、「孤独な人間は神か悪魔となり」、「その人の心は萎えたり、膨れ上がったりする」。「禍なるかな、孤独なる人」とはこの意味である。この哀れな者たちは、しばしば、人間、社会的存在から墮落し、獣や怪物、非人間、見るもおぞましきもの、つまり人間嫌いとなり果てる。自業自得だが、彼らは自分に心地いい気質に耽りすぎることで、自分自身さえ忌み嫌い、多くのティモンやネブカドネザルのごとき人たちがそうであるように、人との交わりを嫌うようになる。ある憂鬱症患者に対するメルクリアーレの諫めの言葉（『診察』11）は、とくに孤独で怠惰な人にあてはまる。「自然が君について不平を言ったとしても当然のことだ。君は自然から健全な気質の健康な身体を与えられ、神からは神聖ですぐれた魂と、すぐれた役割、有益な才能を与えられたというのに、これを軽蔑し、拒絶するのみならず、腐敗させ、汚染し、気質をだめにし、叛乱を起こしたり、怠けたり、孤独でいたり、さまざまな方法で、与えられた才能を台無しにした。君は神と自然に対する裏切り者、自分自身と世界に対する敵だ。君は、君自身によって破滅した。君自身が、今の惨状の効果観面の原因なのだ。感染力の高い空しい考えごとに抗することなく、それに身をゆだねてしまったのだから」。

第7項

原因としての睡眠と不眠。

睡眠を論じるにあたり、先ほど運動について述べたことを、ここで繰り返してもかまわないだろう。適切な睡眠ほど有益なものはないが、極度にとりすぎたり、時期を逸したりすると、これほど有害なものもない。ただ、広く認められているように、憂鬱症の人は長時間眠ることができず、この場合、**長めの睡眠は有益で、唯一の治療薬となる**。また、この病気の場合、病状を悪化させ、発症のきっかけとなるのは不眠である、というのも通説である。しかし、睡眠が益よりも害となる場合もあり、メラニトンは論じている粘液質で、不潔で、冷たく、愚鈍な憂鬱症の場合、患者は水のことを考え、四六時中、ため息をついていたりするのだが、ちょうどフックスがヤマネのように仰向けに寝る人々について言っているのと同じように、睡眠をとりすぎると、精気と感覚が鈍くなり、頭部に劣悪な体液が満ち、脳や身体中に分留物や粘液や老廃物が大量に留まることとなる。また昼間や、満腹時に寝たり、疲れをとるのに不適切な体勢で寝たり、固い食事をとった後すぐに寝たりすると、恐ろしい夢や悪夢を見たり、夢遊病になったり、叫び声をあげたり、動き回ったりする。こういった睡眠によって、身体は「多くの危険な病気に」罹りやすくなってしまい、と主張する者もいる。しかし、先に述べたように、過度な不眠の方が、憂鬱症の症状であり、広くみられる原因である。「眠らないでいると、脳が乾き、狂乱と毫碌が生じ、

身体も乾燥し、痩せこけ、固くなって、見るも無残に醜くなる」とレメンスは言う。「脳の気質は腐敗し、体液は焦げ、両の目は窪み、黄胆汁が増え、全身が熱を帯びる」。さらにガレノスの『健康維持』(3)とアヴィケンナ(3.1)を典拠にすれば、「寝ないでいると、生来の熱が乱れ、消化が阻害され、調合が損なわれ」と果てしなく続けることができる。よって、『診察』(2.21)のクラト、『拾遺集』(2)「狂気と熱狂について」のヒルデスハイム、ジャッキニー、ラーゼス論のアルコラーニ、グアイネリオ、そしてメルクリアーレが、この不眠を憂鬱症の主たる原因として考えているのは、故なきことではない。

* 太字表記は原文がラテン語であることを示す。

テキスト

(底本) Burton, Robert. *The Anatomy of Melancholy (Oxford English Text)* (6 Vols.).

Ed. by T. C. Faulkner, N. Kiessling and R. L. Blair. Oxford: Clarendon Press, 1989-2000.

(参考) Burton, Robert. *The Anatomy of Melancholy (Facsimile) (The English Experience)*.

Amsterdam: Theatrum Orbis Terrarum, 1971.

Burton, Robert. *The Anatomy of Melancholy, What It Is, with All the Kinds, Causes, Symptoms, Prognostickes & Severall Cures of It*. Ed. with an Introduction by Holbrook Jackson. New York: Vintage Books, 1977.

Burton, Robert. *The Anatomy of Melancholy: now for the first time with translation and embodied in an All-English text*. Ed. and trans. by R. Jordan-Smith and F. Dell. London: Routledge, 1931.

既訳

「第1部第1章第1節」	『京都府立大学学術報告 人文・社会』 第59号 2007 所収
「第1部第1章第2、3節」	『京都府立大学学術報告 人文・社会』 第60号 2008 所収
「第1部第2章第1節」	『京都府立大学学術報告 人文』 第61号 2009 所収

(2010年9月10日受理)

(おかむら まきこ 京都府立大学文学部文化学教授)

(かわしま のぶひろ 大阪学院大学准教授)