
スウェーデンにおける「自然的方法」の展開と「Frivillig Gymnastik」 との関係についての一考察

頼住 一昭

名古屋自由学院短期大学非常勤講師

A Study on the Development of "The Natural Method" in Sweden and
its Relationship with "Frivillig Gymnastik"

Kazuaki YORIZUMI

NAGOYA JIYU GAKUIN JUNIOR COLLEGE

Abstract

A Study on the Development of "The Natural Method" in Sweden and its Relationship with "Frivillig Gymnastik"

It is said that P. H. Ling's Swedish Gymnastics were primarily conventional, formal, physical exercises, and were different from natural and sportive physical movements of today's Swedish Gymnastics. However, a new form of Gymnastikbewegung, different from anything in the past and inclusive of women and children, gradually began to emerge toward the end of the 19th century and the beginning of the 20th.

As preceding researches point out, the reform movements in 1919 and later, particularly Nordische Gymnastikbewegung, had a great influence on the subsequent advent of modern physical education systems such as Nat rliches Turnen and New Physical Education. This Nordische Gymnastikbewegung originates from "The Natural Method," generally called "frivillig gymnastik," developed after the death of P. H. Ling.

"The Natural Method" was developed by the movement's leaders, principally V.G. Balck, and the concept of "frivillig gymnastik" was said to have been integrated into the development of Nordische Gymnastikbewegung. The present research was undertaken to study what Nordische Gymnastikbewegung actually was and how "frivillig gymnastik" and "The Natural Method" were related to each other.

As the result of the research it was acknowledged that "frivillig gymnastik" and "The Natural Method" have certain common elements. "Frivillig gymnastik" was an exercise performed by students whenever they wished under the guidance of teachers, and its movements were freely expressed without strict forms. This precisely agrees with the "The Natural Method" concept emphasizing natural physical movements without many rules.

Moreover, as a practical promoter of "frivillig gymnastik," V.G. Balck himself was active in introducing Swedish Gymnastics to foreign countries as the leader of an elite team and by giving demonstrations. From this it is clear that a profound relationship exists between "The Natural Method" and "frivillig gymnastik" and that after the death of P.H. Ling "The Natural Method" (mainly developed by V.G. Balck and his team), one of the two main trends of Swedish Gymnastics, exerted great influence on the development of "Nordische Gymnastikbewegung."

はじめに

P.H. リング (Per Henrik Ling, 1776 - 1839) の
スウェーデン体操は、今日みられるような自然的

でスポーティブな要素をもつ動きとは異なり、い
わゆる形式的で堅苦しい体操が主体であったとい
われている。しかし、特に 20 世紀初頭になると

このような人為的・形式的な体操に対する改革運動は、子どもや女性への配慮とともに従来のそれとは違った新しい活動内容を生み出していった¹⁾。このような新しい体操の転機を迎えるようになったのは、19世紀末から20世紀初頭にかけて起った改革運動がその一つの起点と考えられる。また、これらの体操改革運動は、①生理的機能の向上をめざしたグループ。②表現体操の名のもとに「表出」を主張したグループ。③リズム的な方向を指向したグループ。④古典バレエの固定図式を打ち破り、モダン・ダンスの確立を目指したグループ。といった大きく四つのグループに分けることができ²⁾、先行研究が指摘するように特に1919年以降、それらの体育改革を推進した一つである北欧体育運動(Nordische Gymnastikbewegung)は、その後の自然体育や新体育運動といった現代体育の登場に大きな影響を与えることとなる。この北欧体育運動の源流とは、P.H.リング以後の「自然的方法」(The Natural Method)であり、一般に「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」(frivillig gymnastik)と表現されるものであるといわれている³⁾。

そこで本稿では、V.G.バルク(Viktor Gustaf Balck, 1844 - 1928)らを中心として発展した「自然的方法」が「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」という考え方と一体となり北欧体育運動を導いたといわれるが、その実態はどのようなものであったか、そして「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」と「自然的方法」は、どのようなところにつながりを認めることができるのかを考察することを本研究の目的とした。

本論

1. スウェーデンにおける「自然的方法」について

1839年にスウェーデン体操の創始者であるP.H.リングが他界し、王立中央体操研究所(Kungliga Gymnastiska Centralinstitutet. 以下「G.C.I.」と略す)の校長職を引き継いだのは彼の教え子でもあるL.G.ブランディング(Lars

Gabriel Branting, 1799 - 1881)であった⁴⁾。スウェーデン体操の四つの柱である教育体操、隊体操、医療体操、芸術体操の中の特に医療に力点を置いていた。そのため彼が1839年から1862年までの長期にわたってG.C.I.の校長に就いていたことが結果としてその他の分野に力が注がれなかったということになり、そのまゝG.C.I.内部の論議につながっていくことになる。このような中で、教育体操を発展させ体系化に努めたのはP.H.リングの息子であるHj.リング(Hjalmar Fredrik Ling, 1820 - 1886)であった。しかし、Hj.リングの教育体操は、個々の運動の生理学的な観点の厳密性を要求するものであり、その保守性を高める結果を招いた。このような考え方は後に「リング主義」(The Lingianism)と呼ばれることとなる。しかし、当然この考え方に反対する意見もあらわれることになり、G.ニュブレウス(Gustaf Nyblaeus, 1816 - 1902)やV.G.バルクらを中心として発展する「自然的方法」が生まれることとなる。この「自然的方法」とは、体操にあまり規定を加えるのではなく、動きの自然な方法を強調するものであった^{5) 6)}。P.H.リング以後、このような二つの潮流は、スウェーデン体育・スポーツ史研究の第一人者であるJ.リンドローツ氏(Jan Lindroth)により以下のように整理されている。

「リング主義」の考えの基礎をなすものとして「部分的に重なり合っているが」と前置きされた上で、個々の動きの明確な効果は分析され細かく決定されなくてはならない。・あいまいな効果をもっている動き、あるいは明確に生理的目的を示さないものは望ましくない。・すべての身体教育は非常に器用に、そして調和に基づいたものでなくてはならない。それは、からだの全ての部分がよく訓練されているということと同じである。・コントロールされていない、また、孤立しあらかじめ定めることのできない運動の訓練は生理学的な観点から無用である。・楽しむことの要素は特に重要ではない。等をあげている⁸⁾。

一方、箇条書きにはされていないものの「自

然的方法」の要点を次のように示している。

「システムや方法を念入りに仕上げたというよりは、態度というべきものであり、そして彼の考え方の一部には多くの体操を制限しないということがある。G. ニュブレウスの必須の要素は、いわゆる動きの自然な方法、主に歩、走、跳躍である。また彼は、なによりもランニングを要素とした訓練を好んだ。彼の基準の一つは古代ギリシャの五種競技の形態である。」⁹⁾ このように、G. ニュブレウスはリング主義派の最も栄えた時の体操の動きや器具そして考えには特に興味を示さず、歩、走、跳躍など自然な運動を基本的な要素とした「徒手体操」の概念を構成したのである。

こうしたことから、P.H. リング没後、G.C.I. 内部は「リング主義」と「自然的方法」という二つの主張が誕生し、この二つの論議は後に Hj. リングの後を継いで G.C.I. の教育体操部の主任になった L.M. テルングレン (Lars Mauritz Törngren, 1839 - 1912) と G. ニュブレウスの後継者で軍隊体操部の主任になった V.G. バルクの二人に引き継がれていくことになる。しかし、これらの動きは考えの衝突だけではなくスウェーデン体操内部の指導者争いにまで発展することとなる¹⁰⁾。

以上のような経緯で登場した、G. ニュブレウスや V.G. バルクらを中心とし発展した「自然的方法」は、人為的で厳格な形式を重んずる体操とは異なり、自然的でスポーティブな形式を重んずるものとして発展することとなる。その後、このような「自然的方法」の考えは学校よりも地域の活動の中でまず具体化していくことになる¹¹⁾。

2. 「frivillig gymnastik」について

今日の市民スポーツの基盤になったと考えられる「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」は 1860 年代に登場したといわれ、その原動力はメンバーのボランティアな力であり、その初期においては技術的な高まりを求めていこうとするところに大きな特徴があったといわれている¹²⁾。また、これらの最初の動きは、中等学校における義務的な“gymnastik”に対して、活力のあふれた生徒たちが教師の指導の下に、自由な時間に行う

ようになったのがその始まりであろうと言われている。自由な時間楽しさを求めた彼らの動きは、跳馬を跳ぶにも姿勢を気にせず、あるいは跳馬の背に数人が伏せ、その上を跳び越すなど、それまでの“gymnastik”では考えられなかったような、自由な発想によるものであった¹³⁾。この特徴から時には健康のためという目標さえも放棄する場合があり、より高い技術の追求の過程では困難や危険に対しても挑んでいく姿勢、つまり技術化を求め「競技的」に、あるいは演技として出来栄を「見てもらう」ことに重点を置くような方向性も持っていたということである¹⁴⁾。これらの動きについては、1907 年から 1909 年の間 G.C.I. の校長を努め、またスウェーデンにおける「近代スポーツの父」といわれた V. G. バルクが 1888 年に著した著書“ILLUSTRERAD IDROTTSBOK III”¹⁵⁾にもその一端を認めることができ、「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」と「自然的方法」の考え方に共通するものを認めることができる。それゆえ、「自然的方法」と「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」を分けて考えることは難しい。

なお、V.G. バルクと「自然的方法」との関わりについては、すでに上述した通りである。

このような、余暇時間に自由な意志に基づいて行われた体操は、結果的に 19 世紀末から 20 世紀初頭にかけての人為的な運動の考え方に対する反省や、人間の動き自体の形成をめざす運動教育への試みといったいわゆる改革運動につながり発展していったととらえることができよう。また、このスウェーデンにおける「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」の“フリーヴィリグ”(frivillig)とは、「自由意志の」、「自発的な」という意味であり、この運動は自由意志で種々の可能性を求めて行う体操の総称として用いられている。主にその活動内容は、E. ヴェスターグレン (Erik Westergren, 1909 - 1967?) らによれば重要なものとして次の四つをあげている¹⁶⁾。

① Motionsgymnastik

種々の運動欲求を満たすことをねらいとした

体操で、座りがちな人や偏った作業姿勢を強いられているような人にバランスの良い身体刺激とレクリエーションな楽しみを提供するものであり、これに属するものとしては家庭婦人のための体操や現業の職場に適した体操、または事務の職場に適した体操などをあげることができる（図1）。

② Elit och tävlingsgymnastik

技術的に優れた者ないしは、これを目指す者たちのための体操をさし、競い合い評価されることによって技の可能性を追求するものである（図2-1）。また tävlingsgymnastik とは、競い合い評価されることによって技の可能性を追求するものである（図2-2）。

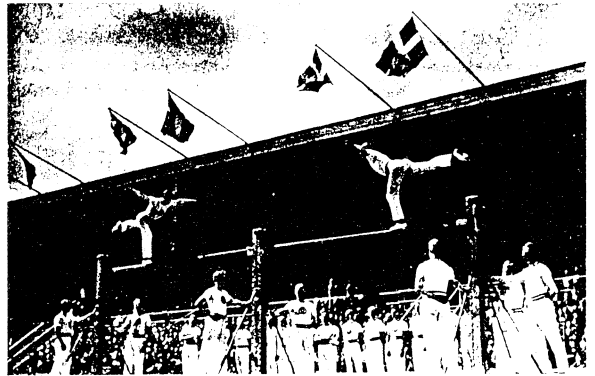
③ Ungdomsgymnastik

青少年のために配慮された体操で、楽しみや満足が得られるように特に工夫されたものである。それによって彼らの健全な身心の発達を促そうとしている（図3）。

④ Specialgymnastik

一般にコンディショニング体操といわれているものである。スウェーデン語においては、fotbollsgymnastik, brottningsgymnastik, skidgymnastik などのようにサッカー、レスリング、スキーといった固有名詞に“gymnastik”をつけてこの種の体操や運動を表現している（図4）。

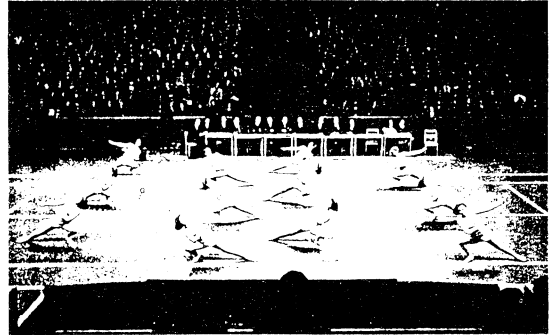
図2-1



NORDISK FAMILJEBOKS SPORTLEXIKON (I).

NORDISK FAMILJEBOKS FÖRLAGS AKTIEBOLAG. (1939)

図2-2



Holmström, A.

FRÅN LING TILL LINGIADEN, SOHLMANS FÖRLAG. (1949)

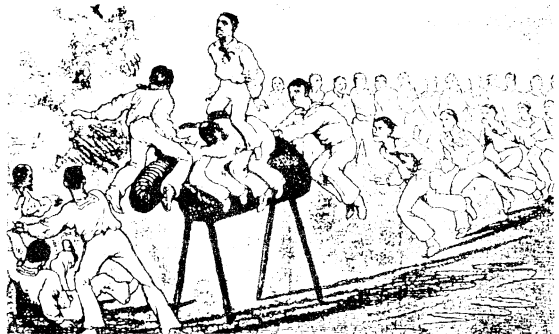
図1



NORDISK FAMILJEBOKS SPORTLEXIKON (II).

FÖRLAGSAKTIEBOLAGET A. SOHLMAN & CO. (1949)

図3



Holmström, A., SVENSK GYMNASTIK 1904-1929.

SVENSKA GYMNASTIKFÖRBUNDETS PRESS OCH LITTERATURUTSKOTT. (1930).

なお、図に例示した体操は1920年代後半から40年代のものであり③の "Ungdomsgymnastik" においては、現在のところこのような体操が "Ungdomsgymnastik" であるといったはっきりとしたいわゆる「絵」としての資料が見つかっておらず、そのため "Ungdomsgymnastik" の場合、その体操内容を検討しこのような動きが "Ungdomsgymnastik" ではなかったかと考えられるものをここでは例示した。

このように「フリーヴィリグ・ジムナスティック」は、以上四つの領域にまとめられているが、これらの四つの領域は発生当初から網羅されていたわけではなく、時代を経ることによって次第に領域を拡大してきたものである¹⁷⁾。

また、この「フリーヴィリグ・ジムナスティック」の時代的特徴については、同様に E. ヴェスターグレンが指摘するように、1860 - 70年代は身体的能力の優れたエリートを強調する②の *Elit och tävlingsgymnastik* が主流であったといわれ¹⁸⁾、V.G. バルクが1870年代から90年代にかけてスウェーデン体操の紹介のために各国で実演を行ない「見せること」に重点が置かれた体操にその典型を認めることができこのことを裏づけるものであろう。また、このような背景の中、1877年に V.G. バルクが初めて率いて遠征を行ったストックホルムの体操組合のチームは、熟練したエリート体操集団による演技披露であった。このような遠征がひいては、1906年のオリンピック中間大会や1912年の第5回オリンピック・ストックホルム大会での男女の集団体操演技に大きな影響を及ぼし、スウェーデン体操の世界的名声を高めることになったのである¹⁹⁾。そして、この第5回オリンピック・ストックホルム大会でのデモンストラレーションは、「オーストリアの自然体育の創始者」と言われる K. ガウルホーファー (Karl Gaulhofer, 1885 - 1941) に強烈な印象を与えたと言われている^{20) 21)}。また、野々宮氏は「E. ビョルクステン (Elli Björkstén, 1870 - 1947) が女子体操によって国際的な名声を高め、スウェーデンにおける女子体操の幕開けとまでいわれるよう

図4



NORDISK FAMILJEBOKS SPORTLEXIKON(1).

NORDISK FAMILJEBOKS FÖRLAGS AKTIEBOLAG. (1938).

な機会をこの1912年のオリンピックで得ることとなる^{22) 23)}と述べ「フリーヴィリグ・ジムナスティック」が改革運動に与えた影響の大きさについて述べている。

なお、V.G. バルクが体操チームを引きつれ遠征し実演を行った国々は、・1877年ブラッセル・1880年ロンドン、ブリュッセル、コペンハーゲン・1889年パリ、ロンドン・1894年ヘルシンキ・1900年パリ、ベルリン・1909年ペテルスブルグ等であり、これらの遠征で彼らは「フリーヴィリグ・ジムナスティック」の実演を行いその普及に努めたのであった^{24) 25)}。

まとめ

「自然的方法」は現状においては、その全体像をとらえることは難しいが、V.G. バルクの推進した体操に手がかりを求めるならば、「フリーヴィリグ・ジムナスティック」と「自然的方法」の考え方には共通性を認めることができる。すなわち、「フリーヴィリグ・ジムナスティック」は生徒達が教師の指導の下に自由な時間に行い、その内容も厳格な形式にこだわらず自由な発想によって行われたものであり、これはまさに体操にあまり規定を加えることなく動きの自然な方法を強調する「自然的方法」の考え方と一致するものである。さらに、V.G. バルク自身がエリート・チー

ムを率いて国外で実演を行ないスウェーデン体操の紹介に努めたように、彼が「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」の実践・推進者であったことからするならば、「自然的方法」と、「フリーヴィリグ・ジムナスティーク」の関係はさらに深かったことが理解でき、P.H. リング没後 G. ニュブレウスや V.G. バルクらを中心として発展したスウェーデン体操の二つの流れの一つである「自然的方法」は、「北欧体育運動」に大きな影響を与えたと考えられよう。

引用文献および註

- 1) 野々宮徹：現代体育の源流とスポーツの国際的動向，岸野雄三編，体育史講義，pp.108-109，大修館，1989.
- 2) 野々宮徹：上掲書，p.110.
- 3) 野々宮徹：スウェーデン体操，岸野雄三編，最新スポーツ大事典，p.475.1987.
- 4) NORDISK FAMILJEBOKS SPORTLEXIKON (I)，pp.1075 - 1076，Nordisk Familjeboks Förlags Aktiebolag，Stockholm，1938.
- 5) Lindroth J.: LINGIANISM AND THE NATURAL METHOD ~ THE PROBLEM OF CONTINUITY IN SWEDISH GYMNASTICS 1864 - 1891, 8th International Congress for History of Sport and Physical Education, p.25.
- 6) 野々宮徹：スウェーデンにおける外来スポーツ，中村敏雄編，スポーツの伝播・普及，p.53，創文企画，1993.
- 7) 頼住一昭：スウェーデン体操のわが国への受容過程に関する一考察，体育史研究・第9号，pp.3-5, 1992.
- 8) Lindroth J. : op.cit., 26.
- 9) Lindroth J. : op.cit., 27 - 28.
- 10) Lindroth J. : op.cit., 28.
- 11) 野々宮徹：前掲書 6), p.55.
- 12) 野々宮徹：スウェーデン現代体育の源流，岸野雄三教授退官記念論集刊行会編，岸野雄三教授退官記念論集・体育史の探求，pp.167 - 171，岸野雄三教授退官記念論集刊行会，1982.
- 13) 野々宮徹：上掲書，p.169.
- 14) 野々宮徹：上掲書，p.176.
- 15) Balck, V. : ILLUSTRERAD IDROTTSBOK III，C.E.Fritzes K.Hofbokhandel，1888.
- 16) Westergren, R.O.E. : Motionsgymnastik, p.7, Ehrlins，1958.
- 17) 野々宮徹：前掲書 12), p.171.
- 18) 野々宮徹：前掲書 12), p.172.
- 19) 野々宮徹：前掲書 6), p.56.
- 20) 稲垣正浩：現代学校体育の源流；自然体育，岸野雄三編，体育・スポーツ人物思想史，pp.580-588 - 589，不昧堂，1979.
- 21) E.W.ブルガー .H. グロル（稲垣正浩・訳）：体育の教授学，p.67，不昧堂，1981.
- 22) 野々宮徹：E. ビョルクステンとその著書について，日本体育学会第31回大会号，p.153, 1980.
- 23) E. ビョルクステンは、1893年から1895年の間、G.C.I.でスウェーデン体操を学び、指導者資格を取得している。
- 24) AGNE HOLMSTRÖM : SVENSK GYMNASTIK 1904-1929, SVENSKA GYMNASTIKFÖRBUNDETS PRESS-OCH LITTERATURUTSKOTT, p.48, 1930.
- 25) 1911年のドイツ、デンマークの遠征から K.F. U.M. (Kristliga Föreningen av Unge Män) が行うこととなる。

(平成6年7月15日受付)