

夜話

ちかいと おきて

ボーイスカウト奈良県連盟

本資料はボーイスカウト日本連盟の機関紙「スカウト」に  
連載された 中村 知 先生の「ちかいとおきて」について  
の論文をコピー集録したものです。

ボーイスカウト日本連盟の許可を得て、今回の進歩研究会  
の資料として活用させて頂きます。みより多き研修成果の得  
られんことを念じます。

目次

20.	19.	18.	17.	16.	15.	14.	13.	12.	11.	10.	9.	8.	7.	6.	5.	4.	3.	2.	1.
徳を養いますとは	徳を養いますとは	心すこやかにとは	体を強くしとは	体を強くしとは	体を強くしとは	体を強くしとは	体を強くしとは	体を強くしとは	ちかいとおきて	ちかいとおきて	ちかいとおきて	ちかいとおきて	ちかいとおきて						
(2)	(1)	(7)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	(6)	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)
.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....	.....
59	56	52	50	47	44	41	38	36	32	30	26	24	21	17	13	10	7	4	1



△夜話▽第一夜

ちかいとおきて

中 村 知

R 君 青年スカウト

S 君 年長スカウト

B 君 少年スカウト

C 君 年少スカウト

L 氏 リーダー

「ちがい」と「おきて」の関係について

L S君。もう、それでよろしい、そのくらいの大まかさのかがり火が、ちょうどいい……

S はい。(座席にもどる)

B あの……ぼく、質問があります……。

L そう、どんなこと?

B ちかいとおきては、どういう関係になっているのですか?

L ふむ、これは、いい質問ですね。で、君の隊長は、なんといいていました?

B 目標と方法の関係だと説明されました。

L そうですね。上級班長の経験をもつS君、君はどう思う?

S ぼくも、その解釈でいいと思います。

L なるほど……目標と方法……ね。R君はどう思いますか?

R よわったなあ……

L よわったとは?

R いや……ぼくは大学で、ちよっと哲学をかじったので、ぼくはぼくなりには、考えたことがあるのですが、そんな話ここでしても、みんなは、わかってくれるかしら……。

L いいですよ。いってください。考えることは、人生でいちばんたいせつなことだから……考えなかったら人間じゃない、と哲学者もいったなあ。

S そうだ、「人は考える尊である……」とね。

L そうですね……

R 哲学で、よく、ザインとゾルレンということばをつかいますね。ぼくは、ちかいのほうはザインを、おきてのほうはゾルレン……これはドイツ語のSEINと、SOLLENです……

B へえ……むずかしいなあ、なんということ?

R ザインとは、実在とか本質とか、本体とかいうこと。存在という意味もあります。ゾルレンとは、当分だとか、道徳的義務を守るとか……つまり実践、そしてそのあらわれ……現象でもある。ザインに対してゾルレンする——ということ……

L さて、みんなはわかるかな? もっともC君には無理だけど。

S すると、目標、および、それに向かっていく当然あるべき行動律ってことか?

R うむ、まあ、そうだ……

B ぼく、思うのですが、ちかいの第二に「いつも他の人々を援け

ます」とありますね。ところがおきて第三に「スカウトは人の力になる」とあるでしょう。これは、同じことを二度いつていると思うのです。なぜ、同じことがダブルっているのか？ そういう疑問からちかいとおきての關係について質問したのです。なるほど、そうだったのか……R君、あなたは以前、班長だったのだから、B君に、よくわかるように説明してあげたら……はい。つまり、目標というか、「いつも他の人々を援けます」というのはスカウトの本体、あるいは実体、または存在……生き方を示したものの、いいですか？ 自分が、そう、示したものですよ。自発的にね。それがちかいね。その「ちかい」に、そうように努める行動の基本として「人の力になる」と、自分で自身をいつも励ます、これがおきてなのです。だから、ダブルみたいだけど、実はダブルっていない。ね？ わかりましたか？

B だいぶん、わかった……（ほほえむ）

S なるほど、いい説明だな。そこで、ぼく、考えるに、ちかい第一の末尾に「おきてを守ります」とありますね。この一語は、ちかいとおきてとを密接に結びつけ關係つけた大事な立言だと思えます。もし、この一語がなかったらちかいとおきては、バラバラで、別々のものになる……

L S君、きみ、なかなかいい点をついたね。すばらしい分析だ！ いや、どうも……（頭をかく）

R 全く、その通りです。ある隊長が、この「おきて」について、これは法律や国法、いっさいのキマリだと、スカウトに説明したという話を耳にしましたが、ぼくは、この解説は、まちがいだと思えます。これは、スカウトローつまり、スカウトのおき

てをさすものだと、しばらくねばなりません。

L その隊長は、法科出身だったんだろうなあ……（一同、笑声）  
S君、どう考えますか？

S 国法を守る——ということは、「国に誠を尽し……」という、すぐその前のことばにふくまれていきます。だから、このおきては、国法ではなくて、スカウトのおきてですよ。そうでなかったら、ちかいとおきての關連がつかなくなる……。

L よろしい。その考え方でいいと、私も思いますね。さて……話の核心にもどりましょう。ちかいとおきての關連を、こう、考えたら、だれにもよくわかるのじゃないかな。（間を少しおいて……）「あるべきところに、あらしめる」ということばがありますね。これは、教育という文化現象の意味そのものズバリいきったことばです。むろん、自発的、自主的にあらしめるのだが、その「あるべきところ」を示したのがちかいの立言、それを「あらしめる」自発活動の細目がおきてなのだ——と。なるほど……そう分析するとハッキリしますね。

なぜ、いらがなで書くのか

B はい（手をあげて……）もうひとつ質問！

L は、どうぞ……

B なぜ、誓いの擬という漢字にしないでヒラガナで、ちかい、おきて、と書くのでしょうか？

C （今までだまっていたのが勇気を出して……）、漢字にすると読めない子もいるから……

（ここで、みんなは、C君の発言にびっくりする。にこにこす

る者あり……)

L B君自身、なにか考えたことない？

B 自信ないのですが、漢字制限のせい、かもしれない。

L S君は、どう思う？

S さあ……

R ぼくは、ほかに、わけがあると思います。

L と、いうと？

R あのう……戦前、日本連盟は「ちかひ」を「宣誓」といい、漢字でした。「おきて」の方は、今と同じヒラガナでした。その説明を読むと、神明に誓うから「宣誓」というきびしい表現をとり、おきての方は、心のおきどころ、その、おきと行手の「て」をとって「おきて」と表現する。つまり、心のおきどころと、方向づけ……だと。

L よく、しらべましたね…。

R いやいや……で、今「ちかい」とヒラガナで書くのも、わけがあるからだと考えます。

L さすがローパスカウトらしいね。それとも講習会の講義をきいたからですか？

R いいえ、講習会には出たことありません。ローパーたちが、討論したとき、そんなことをいいあったので戦前の連盟規約を調べただけです。

L そうですか。けっこう、けっこう。おきてとヒラガナで書く理由は、今も昔と同じです。心のおきどころ、そして心がはたらく方向づけです。

B はい！（手をあげて）おきて——とヒラガナにしたのに合わせ

て、ちかい——と、ヒラガナにした、と考えていけませんか？

L ははあ……おもしろい……

S ぼくは、こう思います。誓とか掟とかいう漢字は、ウエから命ぜられたサシツみたいです。ことに掟の方は、ナニナニしてはナラヌというように禁止的、消極的、他律的です。ぼくたちは自発的、自主的、積極的にやるのだから、そういうアマクダリ的な漢字を排除する。漢字には、押しつけるみたいなニュアンスが濃いですね。だから、ヒラガナにし日本的にした。

L なるほど、シニアースカウトらしい。筋がとおっていて……

R ぼくは「ちかい」という日本語は古代からの日本語、つまり古語だと考えるのです。そして、その意味を表現するにさいして、漢字の「誓」ではあらわせないナニカがあるのではないか待った待った！ これは重大だぞ（微笑）。だが、その洞察はよろしい。R君、古語辞典で調べたことがありますか？

R いいえ。

L それにしては、頭が鋭いなあ……

R とんでもない……（頭をさげる）

L S君、S君！

S はっ。

L 君「ちかい」という古語を研究してみませんか？

S 大役ですね……何か、ヒントを授けてください……

L よろしい。ひとつだけ……ね。いいですか？「ちかい」は「ちかひ」の音便である……以上！

S わかりました。要するに「ひ」という古語の研究ですね……？

△夜話▽第二夜

ちかいとおきて

中村 知

「ちかい」とは？

- L 君、古語の「ちかひ」を調べましたか？
- S はい。「大言海」で調べました。たいへんよい勉強になりました。やはり「ちかい」は「ちかひ」の音便でした。「ちかひ」の「ひ」は、発音上「い」となったので、書く場合も発音通り「ちかい」と書くのが、戦後のカナづかいなのでですね。
- L 時として「び」となりますよ……。
- B へえ……？ ほんとう？
- L なります。「むすび」（結び）は本来「むすひ」ですが、音便でむすびとなった……。
- B なわむすび——の、むすび——ですか？
- L そうです。「むす」は、漢字「蒸す」、つまり熱を加える……。「ひ」に熱を加えるのです。古語「むすび」は、生産とか生成の意味です。産うぶと書いた。
- S 「ひ」……すなわち「火」「日」は、熱源ですね……？
- R うむ。エネルギーだ……。

- L そうです。生物はみな、宇宙エネルギーによって生命力を持続する。
- B すると、「ひ」とは、生命力ですか？
- S 辞書によると、「ひ」は漢字「靈」の字をあてています。
- R 宇宙靈だね？ それにしても、古代日本人は、そんな哲学を生み出したのでしょうか？
- L そうだな。体系化した哲学ではなかったとしても、生成という現象の靈妙さについてはその力は人間以上のナニカのちからわが、天地にひそんでいると考えたらしい。超人的のモノを。
- R 古代の神話、特に農耕生産の神をまつるといふ民俗などをみるとわかりますね……。日本人だけの考え方なのでしょうか？
- L シナ（中国）では「天」だの「太極」、インドでは「梵」といいて、宇宙靈を考えていたからね。キリスト教の「聖靈」というのはこの類型にはいるのかな？
- B それは、神や仏と関係ありますか？
- B それは、むずかしい問題だね。
- R キリスト教では、神は万物の造物主、クリエーターだと考えるが、仏教のホトケは創造者ではありませんね？
- L そう……。ホトケは覚者、サトリをひらいたもの……。
- S 日本の神は？
- L 日本人は、森羅万象は、神々のあらわれだと考えました……。山の神、海の神、田の神、木も水もみな神としてね。また先祖をもカミといった。
- R 多神教ですね？
- L うむ。古事記は神話だといわれます。天地万物は、宇宙靈の

「ひ」によって生成されたと考え、いろいろの神を描いています。高皇産靈神とか、神皇産靈神とか……。それはみな宇宙靈の神格化ですね。産靈は前述べたように生産、生成ということ。要するに「ちかひ」とは、靈(ひ)にちかづく、アプローチするということですね？

L とにかく、宇宙エネルギーなしには、生きてゆけないからね……。これは科学者も認めている。迷信ではないですね。アトムも「ひ」の同族かな？

B 太陽をおがむ拝日教、火をおがむ拝火教などは、それが宗教化したわけですか？

L うむ。宇宙エネルギー、宇宙靈を信じ、その作用に感謝しその力を尊崇する。それは、信仰という段階にまで発展しているということ……。。

R ベーデン・パウエルは、「ローパーリング・ツィ・サクセス」に、大自然は真理の聖書であること、それを解読し、そこに「美」と「驚異」を発見することがウッドクラフトの狙いで、そこに神のみわざを知り、そのみわざに、奉仕するとき人は幸福になる、と説いていますね……。

B 「最後のメッセージ」もそれを説いていますよ。

L そうです。そうでなかったら、「奉仕」という行動真意はつかめない。単なる善行だの、親切運動におわってしま……。そういう意味から、無神論者はスカウトでないといっています。無信仰とは、何かの宗教、そのどれにもはいていないということですか？

L それはね、既成宗教のどれをも信じない、ということではなく

人間以上の絶対者——神とか仏——または、その他の宇宙靈の存在を信じないというのを無神論者といい、そのあらわれを無信仰という……。

S 絶対者の存在を知らない、または、信じない者は、動物で、それは、人間ではないという説もありますね？

R 「人間は、絶対者との関連において人間である」——といったのは、たしか、カントでしたかね？

L そう。このコトバは、名言中の名言ですね。人間がもし、絶対者の存在を認識しなかったり知覚しなかったら、ひとりよがりの、こわいものなしの、むちゃくちゃの、わからず屋になってしまう。

B 謙虚の心もない、無責任、無反省、そして自制力のない、無情残忍な人間になる……。

S うむ。まあ一種の兇器だね……。  
C あばれダンブカーみたいな……。 (みんな、このC君の発言にふき出し、そのほうを向いて、うまい、うまいとはやす)

R 少なくとも、それは公民じゃないな。  
S すると絶対者との関連を結んだ人間のみが「公民」か……？

L なるほど。そいつは「公民」の定義になる！  
R そういう意味の公民こそ、基本的人権に値する人間……。

S そうだ。それが「基本的人間」だ！  
L 基本的人間——とは、うまい新語だ！ 公民というコトバと同義語になるね。

S そうでしょう？ もし、基本的人間でない、つまり、絶対者との関連を結んでいない兇器みたいな者に対しても、基本的人権

を与えたら世の中はいったいどうなります？

R 事実、現在の日本は与えていますね。だから、交通事故や、時限爆弾さわぎや、不良飲料事犯がたえない……。

L よろしい。こちらで、まとめよう。つまり、われわれは、公民性を育てる……。そこで、基本的人間をつくることになる。その基本的人間とは絶対者との関連を結んだ人間をいう……。故に、絶対者との関連をむすぶことが第一歩。それはちかかいてよってする……。こういう三段論法は、どうだろう？

S はつきりしますね……。

R ぼくら、そんなこと考えずに、ちかかいたてました。シニアへの上進、ローバーへの上進の「ちかかい」再確認式のときだつて、うかうかとすぎてきました。はずかしいな、全く……。

L だけどね、そう考えなかったら、まちがいだの、いけないなどと思つたらとんでもないことになる！

S なぜですか？

L そりや、君、他律的となるじゃない？ そして、定式化したらことによると、命令になる……。

S なるほど……。

R しかし、スカウト精神、スピリットなるものは、そこから来るのでしょう？

L うむ。スピリットとは、タマシヒ。タマシヒのヒは、宇宙靈のヒ。漢語「魂」は、宇宙靈が人体に宿つたものだとは私は考えています。

R スピリットは「氣」ですね？

L シナの宋代の儒学によると「氣は理の用なり」といった。つま

り、天の理のはたらきだとね。宇宙靈、宇宙エネルギーの作用……。これが「氣」であり「精神」でしょう……。

R 普通、精神というコトバは、そんなことを考えずに、つかわれていいますね。

S そうだな。いわく、「スカウト精神」だのナニナニ精神——と宇宙靈とは無関係に濫用されている……。

L 君たち、「うけひ」という古語を知っていますか？

R 「うけひ」……。その「ひ」も宇宙靈ですか？

L そうです。神におうがかいし、神を祈誓することと「大言海」にありますよ。

S 日本書紀に出ていましたね？

L 君、よく、おぼえているね。神武紀に出ています。神武天皇が大和の川で神を祀り、戦勝を祈つた。そして神意をうけ、「われ、必ず克たん」と「うけひ」した、とあります。神話かもしれないが……。

R そう考えると、英米の「ちかかい」すなわちプロミス（約束）と多少ちがった日本のスカウトらしい考え方が、あるわけですね

S 米国は、プロミスまたはオースといっています。オース（OATH）は宣誓だから「ちかかい」に近い……。

B なんといつても日本ふうなモノを考えることは、はじめてです。いい勉強になりました。

C カブは、なぜ、「ちかかい」としないで「やくそく」としたのでしょうか？

L ふむ。この問題は、宿題にしましょう。まようはこれで閉会。

ちかいとおきて

中 村 知

だれに誓うのか 何に誓うのか

- L さて「ちかい」は、だれに誓うのか、何に誓うのか？ について、考えましょう……。
- B はい！ 絶対者との関連を結ぶのですから、神とか、仏とかに誓うのだと思います。
- L ほかに？
- S 「ちかい」を立てる自分が主体ですから、何よりもまず、自分が自分に誓うということが前提です。
- L なるほど……。
- R スカウティングは、世界的なものですから、世界のスカウト仲間にも誓うことになりませぬ……。
- C カブのやくそくの場合、隊長にもデンマザーにも、また、親にも約束します。
- L ふーむ。君は、いいカブですね。（C君、ちょっと、てれる、）それから、隊旗の柄に手をかけて誓うから、隊、すなわち、その隊の伝統に対しても誓うことになりますね……。
- S そうか……。

- R こう考えてくると、簡単じゃありませんね。
- B ぼくは、そんなこと、ひとつも考えないで、ちかいをたてた……。（頭をかく……）
- S ぼくもそうだったな……。
- R ぼくだって、そう、ハッキリ意識していません……。
- L そうですか……。正直に言ってくださったよかったです……。このことだって、きまった規則はない。ただし、英国あたりには、一つの型を示した本がありますが、日本にはそれもない……。
- R そうであればあるほど、考えてみるべきですね？
- S うむ、そうだ……。
- R 「ちかい」というものは、こう、いうものである——というサインがわかったら、それがそうであるように、あらしめるゾルレンのありかたがあるはず……。
- L R君らしいな。サインとゾルレン……ね。いいですよ。その基本は……。さ、そこで、いま、みんなが発言したもう一つの意見を整理してみましょう。まず第一は？
- S はいっ！ 自分が自分に誓う。
- L よろしい。自分が自分に誓う必要は、どこから来ると考えますか？
- S はいはい……。まず、第一声として「ちかい」の前文に「私は……。」とありますね。これは、自分が自分の心に誓わねば出てこない発言です……。
- L うむ。「彼」でもないし、「君」でもない。「われわれ」でもないし、「吾人は」——でもない。これは、絶対、自分だけだ。一人称の単数……。

R それが、たいへん重要な点ですね。つまり、自発活動のスタート。始動！

S ある国では、「私は」の前に、自分の姓名をとなえるそうですね。たとえば「ヘンリー・スミス、私は名譽にかけて……」とそれは、ハッキリしていますね。

L そうね。日本でも、やってみるか……。

S 年長スカウトや、青年スカウトに上進する場合、ちかいの再確認の式をしますね。その式のと、これをやったらいいと思います。そのくらの、勇気というか、自信、自覚がなかったら、シニアでもローバーでもない……。

R いいね、その考え方……。

L さて、第一には自分が自分に誓う……それに問題はないとしてはい……。第二には、絶対者に対して、絶対者との関連を結びます、と、誓う……。

R 神とか、仏に対してだね？

S そうです。これが、「ちかい」「ちかひ」の核心ですから、順序としては第二だけれども、ちかひの主体でしょう？

L うむ。さっき試みた分析をもとにすれば、そうなる……。

B そうですね。ぼくたち、いままでこの点を、ハッキリ、つかんでいなかった……。もっとも、小学六年ぐらいの子どもだったから、わからなかったともいえますが……。

L 隊長は、そこまで、ふかく説明しなかったかもしれないな……。

R そういう隊が多いようですね。ただ、ちかひをたてることに夢中で、わけがわからずに、誓うらしい……。

S すくなくとも、ぼくの場合、そうでした。早く、ちかひをたて

て、ユニホームを着たかったな……。

B ぼくだってそうでした……。

L それを実際だろうな……。さて……以上ですか？

R さっき、いったように、スカウト仲間に対しては、誓う……。

S そうだ……。それには、リーダーもふくむし、仲間のスカウト、自分の班の班長や班員……もふくむ。

R 世界のスカウト兄弟に対してもね。君たちと同じように、ぼくも絶対者に誓った——だから仲間になります、とね。

L その点で一言したいね……。これはね、世界会議で提案されたのです。ちかひの式のと、隊長はちかひをたてたスカウトに、きみはこれによって世界スカウト兄弟の仲間入りをしたのですよ……と、おごそかに宣言すること、決議したのです。

R そうですか……。いい決議ですね。

S 日本の隊では、あまりやっていませんね……。

L ふむ。そうかもしれない……。この点、改めるとして、いまの仲間へのちかひ——、これが第三ですね……。

R はい。そうなります……。よろしい。ペーデン・パウエルは、「神のチームにはいつてゲームするのだ」といいました。その意味がこれではつきりする……。そのほかに？

S はいはい……。(手をあげて) 隊の伝統に対しても誓う——というのを加えてください。

L 異議ありませんか？

B R 異議どころか大賛成！

C あのう……両親や先生にも誓うのだということも加えて……。

L これも、いいですね。さ、そこで、整理してください。R君！

R はい。ちかいの相手……対象を三段にわけます。いいですか？

第一段——自分が自分の心に誓う

第二段——絶対者に誓う

第三段——スカウト仲間、隊、親に誓う

この三つを、心に意識して誓います。

これでハッキリしました。

S だから、三本のサインをするのかな？

B よせよ……。三本あげるのには、三か条あるからたせ……。

S それは、わかっています。ちょっと、ふざけてすみませんでした……。(頭さげる)(一同、ふき出す)

L さて、ここで、この第三段目なのだが、ちかいをたてる当人からは、仲間、つまり先輩、自分より以前に、ちかいをたてた人たち、ぼくも、みなさんのように、いま絶対者との関連を結びました、という一種の報告の心をあらわす、と考えます。むろん、ちかいを破りません、という決意をもふくめてね……。

R なるほど……。それでこそ同志ですね……。

L さあ、そこで、列席のスカウトたち、リーダーたち、つまり、すでにちかいをたてている人たちは、その場で、どうしますか

L ただ、無言、無動作で立っているか、どうか？

S 何もせずにですか？

S はい。

R ぼく、アメリカのスカウトの入隊式に参列したことがあります

L が、列席の人たちは、起立したままでした。

L ほほう……。イギリスでは、その場に列席するリーダー、スカ

ウト全員は、その人がちかいをたてているあいだじゅう、スカウトサインをあげます。ただし、イギリスの、この場合のサインは、日本やアメリカのスカウトサインと形がちがいます。半敬礼といって胸のところに三指をあげます。ちかいの文言が終

わると、そのサインをおろします。だから、もし五人ちかう者があれば五回、あげるわけです。

R そのやり方はいいですね。さっきおっしゃったように、ちかいをたてた人、つまり先輩への報告に対する受け答えにもなる。

S 以前、自分が、ちかいをたてたときの、忘れぬ感激を、思い出すよすがともなりますからね……。

L そうです。日本でも、戦前はそうしていたのですが、戦後、アメリカのやり方のせい、かわったようです。もともとスカウトサインをあげるよう指示している隊にもありますよ。

R そういうセレモニーに関して、日本には規定がないようですね

L まだ、ありません。だから、こうしなければいけない、とは、いえません。

C はい、しつもん！

L どうぞ……。

C あの……人間が絶対者に対して約束するのがちかい、人間が人間同士するのがやくそくなのですか？

L やあ、これは、まいったな。この前からの宿題だったな……。

R さっきの第三段は、「やくそく」になるかもしれない。人間同士だから……。

S カップの段階では、まさにやくそくですね……。規約上……。

L ふむ。(考えこむ)

△夜話▽ 第四夜

ちかいとおきて

中 村 知

B この前の、ちかいの話は、むずかじかったですね……。

L そうね。少年スカウトの君や、年少スカウトのC君には、わからなかったかもしれませんね。今日は、ローバーのR君も、シニアのS君も欠席しましたから、君と、C君だけ……。それで、二人にわかるような問題にしましょう。

なぜ、カブは、ちかいといわないでやくそくというのか？

L こういう問題を中心に考えてみましょう。まず、B君、君は、どう考えますか？

B そうですね。カブは、まだ、子ども、やあ失敬々々、ぼくだって子どもですが……ちかいというような、たいしたことはまだできない。神さまや、仏さま、というようなことは、わからないので、人間同志のあいだのやくそくという程度にしたのだと思います。

L ふむ。C君は、どう思いますか？

C ぼくも、Bさんのように考えます。

L なるほどね……。

B イギリスや、アメリカのカブは、どういうやくそくをしているのですか？

L いい、質問ですね。では、そのことから話しましょう。イギリスは、少年スカウトのちかいと、まったく同じ文句でします。イギリスでは、少年スカウトもやくそく（英語でプロミス）といえます。それには、神と女王に誠をつくす、ということばがあります。アメリカのカブでは、神と国とに誠をつくす、という。ですから、神さま、というものを第一にあげているのです。

B そうすると、日本のカブだけが、神さま、または、仏さまということばをとり去っているのでしょうか？

L そうなりますね。  
B イギリスや、アメリカのカブたちは、神というものがわかっているのでしょうか？

L これも、なかなか、いい質問ですね。実はね、イギリスのあるカブリーダーが、ペーデン・パウエルに質問したのです。その要点は、九才や十才のカブに、神だなんて、ほんとうは、わかっていない。だから、このやくそくは、無理ではないか、と、ね。そうしたら、ペーデン・パウエルさんは、わからないことを、わからせるのが教育というものです、と、キッパリ答えたという、有名な話があるのです……。

(B君、C君、顔を見合わせて驚く)

L とにかく、キリスト教徒は、生まれると教会におまいりして洗

礼をうけて、クリスチャン・ネームを授かります。そういう習慣もあるから、神について、わかるように教えることは、親や先生や、リーダーの義務なのです。……

B 日本と、だいぶ、ちがいますね？

L そのです。教育という仕事は、宗教と結びついているのです。

スカウティングもカビンクも、教育である以上、その例外ではないのです。イギリスやアメリカではね……。

B 日本の教育は、それとは、ちがいますか？

L それは、むずかしい問題ですね。まあ、いえることは、日本は、明治時代から、教育と宗教とを別々にあつかってきたので、宗教団体がたてた学校以外の学校では、宗教にふれてはならなかった。精神上的の教育は、宗教でなく道徳でやってきたのです。国民道徳というもので……。

B ぼくたちの学校の道徳の時間——は、それにあたるのですね？

L そのです。ただし今は国民道徳とはいいませんよ。小学校にもあるでしょう？道徳の時間が。

C はい。

L ところがね、最近、道徳教育だけでは、じゅうぶんでない、ということになって、宗教的情操の教育……君たちにはむずかしい名まえだが……を加える必要があるというので、先生がたが、そのやり方を研究しています。

B そのですか……。

L カブの課程にだって、修得課目の「たしなみ」に出ていますね……。

C あっ、あります。

(1) 神さまや、仏さまをうやまう。

L (2) 神さまや、仏さまの、お祭りにはおまいります、と。

L うむ。それです。ですから、イギリスやアメリカのようによくそくの簡条には出ていないが、カブは、神さま、または、仏さまについて、関心をもたねばなりませんね。

B そのです。けれども、カブの年令なら神仏をうやまうこと、お祭りにまいること、というような原始人みたいな程度でいい

L かもしれないが、少年スカウト、それも一級になり、さらにシニア・ローバーになると、そんな程度ではダメですね？

L 君、ほんとうに、そう思いますか？

B そのような気がします……。そのために宗教章の制度があるので

L しょう。

B そのとおりです。

L そうだ。きょうの話は、カブのやくそくが中心でした。ぼく、

L 少し、いいすぎたかな？

C いや、そんなことはありません。

L カブのやくそくというものは

C 僕はまじめにしっかりやります。

L 年少隊のさだめを守ります。

L の二カ条ですから二指の敬礼をするのですが、まじめに、しっかりやりますということが中心ですね？

L そのです。ふざけたり、なまけたりしないこと……ね。

L 年少隊のさだめについて

B これは、「カブのさだめ」ではなく「カブ隊のさだめ」なので

L

B

L

B

すね？

L そうですよ。

B 少年スカウト以上のおきては、「隊のおきて」ではなしに「スカウトのおきて」です。

L そうです。

B なぜ、スカウトのさだめでなくて隊のさだめなのですか？

L これも、いい質問です。隊のさだめ——ということは、いいかえると「仲間のさだめ」ですな？

B ははあ……。

L これはね、英語でいうとパック(pack)ロウ(Law)で、パックとは、「獣の群れ」です。カビンクの原義は、「獣の仔ごつこというゲームです。それは獣群(パック)できめたルール(さだめ)に従ってあそびます。つまり「仲間ごっこ」なので、その点スカウティング(少年スカウトおよび、それ以上)と、ちがうのです。いいかえると、まだ、仔であるから一本だちになれない。自分の判断で、自分をコントロールできない。「ジャングル、ブック」に出ている「森のおきて」に従うのです。そういう考え方です。それを、日本語「隊のさだめ」といいかえたわけです。森のおきてですな。

B よくわかりました。

L ですから、さだめの五カ条は、目上、自分、自分の左右の同輩、目下、そして全体——という五つの人間関係に対するあり方を示しています。

目上の者に対しては、「すなおであります」

自分、自身に対しては、「自分のことを自分でします」

同輩の者に対しては、「たがいにたすけあいます」

目下の者に対しては、「幼いものをいたわります」

全体の人々に対しては「進んでよいことをします」

というように上、自分、横、下、全体に対する人間関係を教える学ばせて、世の中は自分だけではないことを自覚させます。公民教育の第一歩ですな。

C これを、体操みたいに上、中、左右、下、全体と身体を動かして、やったことがあります。

L それは、いいアイディアですな。

B やはり、どことなく、カプらしいですね。なごやかで……。

L B君たちが、ちかいをたて、おきてをとなえる場合の充実した空気と、だいぶ、ちがうでしょう？

B そうですな。おもしろそうです。

L おもしろいですか？

B ええ……。

L では、B君、デンチーフを志願しませんか？

B へえ？デンチーフですって？

L あんな、やりがいのある役目は、ありませんよ……。

B ふーん。

C Bさん、やってください。うちのカプ隊のデンチーフを……。

B まいったな。うちの少年隊長と相談してみます……。

C うれしい！

X

X

X

X

△夜話▽ 第五夜

ちかいとおきて

中 村 知

戦前のちかいとおきて

R 君 青年スカウト

S 君 年長スカウト

B 君 少年スカウト

C 君 年少スカウト

L 氏 リーダー

R 今夜は、カブのC君と、少年スカウトのB君が欠席なので、シニアのS君とローバーの私だけです。それで、日本の戦前のちかいとおきての話をききたいと思えますが……。ね、S君、いいでしょう？

S けっこうです。ぼくたち、日本のスカウティングの歴史を知りたいのです。そういう機会が、なかなか、ありません。

R そうですね。そういう意味からも、ぜひ、おねがいします。

L よろしい……。では、今夜のテーマをそうきめましょう。ところで、戦前は、ちかいといわなかったのですよ。

S へえ……？

L 宣誓といいました。

R むずかしい、いいかたですね。

L まあね……。なにしろ、制定されたのが大正十一年です。そのころの子どもは、このような、むずかしい漢語の中で育ったので、その意味を感じとっていたのです。

S そうですか……。今なら、宣誓ということばは、スポーツ関係の開会式の時にしか、つかいませんね？

L そうね。時代が変わるとことばも変わるものだな……。で、何か条でした？

R 三カ条です。それは今のと変わりありません。

S おきてのほうは？

L ちかいのほうは宣誓といいましたが、おきてのほうは今と同様におきてとひらがなでした。

R なぜでしょうか？

L それはね、漢字で「掟」と誓くと他律的になっていけない、という理由、いまひとつは、「心のおきどころとその方向」という語意をあらわすためだという説明がついていました。

R 現在の「おきて」という表現にもその精神は伝わっているわけですね？

L そうです。「おき」は「心のおきどころ」、そして「て」は方向。「ゆくて」の「て」と同じです。

S 昔のおきては何カ条でしたか？

L 十カ条でした……。

R なぜ？

L イギリスのが十カ条だったのでそれにならった……。アメリカ

は別として、たいていの国はみな十カ条でした。たぶん、今でも……。

S そうすると、今、日本が十二カ条をあげているのはアメリカにならったわけですか？

L そうです。大戦後、再建のとき、そうしないならばマッカーサー軍政府が許可しなかったといういきさつがあった……。

R なるほど……。

L もっとも、イギリスは、最初、九カ条だったが……。

R へえ……それは初耳……。

L 一九一一年に第十條が付け加えられたのです。「スカウトは純潔である」と……ね。

R そうですか……。

S さあ、そこで、戦前の宣誓というのを教えてください。

L はいはい……。板書（びょうしょ）しましょう。（黒板に書く……）

### 宣誓

私は神聖なる信仰に基づき名譽にかけて次の三条を誓います

一、神明を尊び皇室を敬います

一、人の為、世の為、国の為に尽くします

一、少年団のおきてを守ります

L 君たち、現今のと見くらべて、どう、思いますか？

R まず第一に、「神聖なる信仰」ということ、これは子どもには、とても、むずかしいですね？ 子どもの全部が信仰、それも神聖なる信仰をもっているとは考えられませんか……。

S おとなだって、そうですね……。

L なるほど。それから……？

S 「神明」ということば。

L ふむ。これはね「神や仏などを総称して神明という」と解釈されていた……。

R 「皇室を敬います」ということ、これは、今のちかいはない……。

L うむ。当時、日本の国は立憲君主国だったから天皇中心、今は民主国家。その変わり方によりますね……。

S 「少年団」ということば。なぜ「ボーイスカウト」といわなかったのでしょうか？

L その当時、世人にわかりやすくするため少年団といったのです。人々は「少年団」といえばボーイスカウトのことだと思ってくれた……。

R 今、もし、少年団——といったらそれで通用するでしょうか？

L そうね……。少年団という概念の中にボーイスカウトもふくまれるという見方をする人と、ボーイスカウト以外のものを少年団だと考える人と、さまざまだと思う。たとえば、スポーツ少年団。あれなんかボーイスカウトではない……。

S それだけ、少年団体が、分化してきたと見るべきでしょうか？

L たしかに、分化する時代になったとみていいでしょう。

S それにしても、「人のため、世のため、国のため」という三段がまえの対句的表現は効果的ですね

L なるほど……。となえるときの口調もいいね……。

R 美文ですよ……。

L 当時、はやった美文調です……。 (どっと笑う)

S おきてのほうは？  
L これが、また、漢語でいっばい……。  
板書しましょう。

一、健児は忠孝を励む

二、健児は公明正大、名節を生命とする

三、健児は有為、世を益することを務とする

四、健児は互に兄弟、総ての人を友とする

五、健児は常に親切、動植物を愛する

六、健児は長上に信頼し、団各長に服従する

七、健児は快活、笑って困難に当たる

八、健児は恭謙、礼儀正しい

九、健児は勤儉、質素である

十、健児は心身、共に清い

L どうですか？

S ひずかしいなア……。

R やはり、美文ですね。名文かな？

L ところで「健児」ということばわかりますか？

R 昔、いや、戦前はスカウトという英語をなるべく使わないこと

L にし「健児」と意識したのでしょう？

L そうです。よく知っていますね……。

R いやどうも……。

L この「健児」は「けんじ」と漢音よみもするが、呉音（南方の発音）で「こんでい」とも発音したことが古文にあるのです。大宝令に「諸国に防人、健児を置く」とあります。こんでいま

たは、こんでいと、義勇兵みたいなものでした。つまり英語ポランティヤー。それと関連があるというわけ……。

L そうだったのですか……。

S 当時の少年スカウトは、こんな、ひずかしい漢字、漢語がわかったのでしょうか？

L ええ。これくらいの表現がわからないと中学の入試にパスできなかったのですよ。

S へえ……？ 名節だの、有為だの、恭謙だの、勤儉だの、現代あまり目にふれないことばですね……。

R ぼく、それよりも、忠孝を励む——ということに旧時代を感じます……。

L ふむ、そうかな……。

R いや、字句の解釈でなしに、日常生活の上での忠孝に……。

L いかにも……、今は家族制度も変わったし、君主政体でもなくなつたので、今いうところの「忠節」の忠と異質な忠……。

S 今の、ぼくたちシニアどもは、昔のスカウトたちにくらべて、ある点で低下していますね……。

R それはどういう意味？

S 戦前のおきてよりか、ずっと、平易な用語でつづられている今のおきてであるのに、ぼくたち、その理解が浅い、と思うのです。ただ、口ききで、となえるだけ……。

R ふーむ。いい反省だな……。

L それはね、リーダーにも、ひとつ、反省してもらいたいな……。

R と、いいますと？

L つまり、ちかい、おきてを通じての、精神的教育が、不じゅう

S ぶんだということ。

S 具体的にいうと、どういうことですか？

L たとえば、班長訓練、班長集会などの場合、ちかい、おきてについての教育がおろそかになって、技術的な訓練が主になっていやしないか？

S なるほど……。

R まあ、初級のころは、どの子どもも、一心になってちかい、おきてを暗記するが、二級や一級になると、そんな科目は、もう卒業したかのように考えている……。

S シニアのとき、もう一度、ふりだしに戻って、うんと、かみしめてみなければいけませんね……。

L 戦前は、シニアはなかった……。いきなりローバーになった……。その点、今はちがう……。

S そうです。だから、ぼくたちシニアは、さかんにディスカッションして、ちかい、おきてへの理解を深め、たえず、実践を怠らないように反省せねばなりません。

R ローバーだって同じことだ……。

L リーダー、これまた同じ……。たとえば「からだを強くし」という一句だけをとりあげても、その実践は、とても広範にわたりますよ……。

S (だまりこむ)

L 考えてみよう、ね。「からだを強くし……」「ふーむ……」。



△夜話▽

## 体を強くしとは (一)

中 村 知

ちかいの第三に

体を強くし、心をすこやかに、徳を養います。

とありますね。隊長から、いろいろ、わけをはなしていただいたと思いますから、そのうえ、私が、説明する必要もなからうと思いますが、外国のスカウト、たとえば、アメリカのスカウトは、どのような説明をうけているか、それを、私が勉強したので、みなさんに、その大要を、おつたえしたいと思えます。

まず体を強くし——という部分からはじめます。これは、「フィールド・ブック」というアメリカのスカウト用の本の旧版と新版の両方からのぬき書きです。

実をいうと私は、それを読んで、たいへん感心しました。「からだを強くするぐらい、ぼくよく、わかっている。そんなこと、わざわざ教えてもらわなくてもいい……」と思うかもしれせん。私もそう思っていた一人なのでした。ところが、この本を読んで感心したのです。

何に、感心したか？ それはね、アメリカのスカウト教育のありかたが、いたれり、つくせりというか、ほんとうにゆきとどいてい

ることに感心したのです。

それで、それを伝えたいと思うのです。

はじめ、旧版の本、その書き出しをみると、まず、自分の体を、毎日、ていねいに、点検しなさい——と書いています。それはパイロットが飛行機をとばす事前に、エンジンや、翼や、プロペラなどいろいろの細部の点検をするようにと、いうのです。これは整備士の助けをかりることもあるので、年に一回は定期に全身の点検を医師にしてもらいなさい、と書いてあります。

その次に、現在の君たちの身体がどういう段階にあるのかを、よく、考えなさいといい、まだ一人前の男性の身体になっていない点を注意してきます。筋肉と骨格とはもっか成長中であること、心臓と肺臓とは着々、そのはたらきを増大しつつあること、体内の臓は日々、変化しつつあることをのべ、その成長中の自分を、よく理解したうえで意志の力と、常識とをはたらかせてしんぼうよくそだて、多量のエネルギーをたくわえた身体に作りあげるのだ、と説明しています。

私は、これだけを読んで、あかるい気もちになったのです。白状すると、私の少年時代は、ただ、強い身体をつくればそれよいのだと教えられ鍛練ということが強調されたのです。学校で「生理」について教わったけれども、本を暗記して考査にパスさえすればそれでよい、というしだい。点検は、年一回、学校の校医や、体操の先生のある身体検査をうけるだけ。それも身長、胸囲、体重を測り聴診器でざっと調べるだけ。しかも、検査をやらされる——という受身的なもので、自発的に自分が自身をしらべる、というような、まじめなものではなかったのです。

この、自発的でなかった点、これはいけません。スカウトは、特に、そうなのです。このアメリカの本は、さすがに、急所をついているのです。そうしておいて、次に、健康についてのルールを、説明しています。

第一のルールは、栄養について

それには、どのような栄養が必要なのか、それは、どのようにして摂取すればよいのか……という説明に始まります。摂取の仕方として、節制の必要(つまりコントロール)それに、バランスのとれた取り方をあげています。

栄養については、たんぱく質、脂肪、炭水化物、ビタミン、ミネラルをあげ、旧版本には一覽表がのっています。また、さし絵(写真)がのっていて、アメリカの少年食として次の食品があげられています。日本の少年も近ごろは、これとほとんど同じ給食ぶりですね。

一、牛肉、馬肉、鶏肉、魚肉のうち

毎日一食またはそれ以上

卵——少なくとも一週間三〜四個、調理法は任意

または寄せ集め料理。

二、野菜、草類、葉っぱ、黄葉、ナマまたは料理したもの、あるいは缶詰。日々、一もり一皿またはそれ以上。

三、ミルク。少なくとも一日一パイント(約〇・四七リットル)

またはチーズか、濃縮牛乳か、乾燥ミルク。

四、オレンジ、トマト、グレープフルーツ(ザボン的一种)の内どれか一日一回

五、ポテト、リンゴ、バナナその他のくだものを毎日。

六、パンとセリアル(穀類、オートミール、コーンフ레이크ス)——

強化パン、強化麦粉、穀粒製品、マカロニ、スパゲッティの類

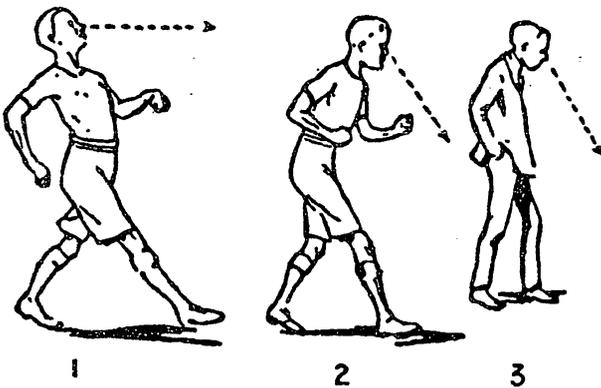
七、バター、ファット(油脂) 甘味品、——すきな味付品、

そして「アメリカは君の強壯を要求する(必要とする)」と付記してあります。

このほかに、水は、食物の消化に必要であり、体温を維持するうえにも排泄にも必要だから、食事の時以外に五〜六ばい飲みなさい。特に朝食前、コップに三ばい飲むと便秘しないとあります。

第二のルールは、排泄について。

胃、腸は、栄養を吸収するという仕事を終えると、むだな物質を排出します。そのある物は腸を経由して押し出されます。一部分は



WALKING FOR EXERCISE

1.—The right way.

2.—A common way.

3.—A usual and very bad way

——→ Direction of eyes.

尿（小便）となる。日々きまった時刻に排泄するのが理想である。一日一回または二回、大便所で腸運動をする。毎日、時刻をきめて食べるならば、便所に行くのも定期がよろしい。便意をもよおしたなら、すぐ、便所に行くこと。それをのばしておくとは腸は変になり、頭が重くなり、時として頭痛がする。これを、「便秘」といいます。新鮮な生野菜や果物や水を摂取しないと起こるのです。また運動をする。それは腸に刺激を与えます。

参考に——これは、イギリスのスカウト用語ですが「KYBO」ということばがあります。「Keep Your Bowel Open——」のカシラ文字をとったもので「君の腸を開きなさい」（腔門は腸の一部、末端）。野営中、便秘しやすいので、便秘をいまいめるための合言葉につかいます。「キポー」と大声でさけぶのです。やってごらんなさい……。

第三のルールは、「運動」です。

この「フィールド・ブック」は、運動について、おもしろいことを書いています。それは、——

君たちは、五分間、じいっと、動かないで立っていられるか？  
という質問です。そんなこと、できません、と、いうだろう。自然というものは、賢明な老女で、若い動物たちを二本足または四本足にした。その足によって動きまわったり、走ったり、はねたり、登ったり、ひっくりかえったり、戦ったりせざるを得ないようにした。それは、筋肉をはたらかせることによるのであって、命令通りに動くからである、と書いています。

そこで、強い筋肉がほしいならば、その筋肉を使えばよい。引っぱったり、伸ばしたり、押したり、けったり、あるいたり、ハイク

したり、ふんだりする。

足以外の筋肉だって、それは使えば使うほど強くなります。これが、「運動」を必要とする三理由なのです。と、なかなかわかりやすく書いてあるのであります。

スカウトがするゲーム、ハイキング、水泳、ボート、伐木、信号、結索などみんな、この筋肉を強くする方法といえますね。野球、蹴球、卓球、スキー、スケート、テニス、陸上競技、相撲、体操なども、同様です。

さて、「運動」の基本、それは何でしょうか？ それはね、「直立」なのです。しせいを正しくして、まっすぐ立つことです。背骨が、前後、左右に曲らないようにして立つのです。普通、「らくなせい」のほうが健康的だと思いがちです。で、少年たちは猫背になりたがる。それはまちがいです。両肩の肩胛骨をたいらにして両肩をいからせないで自然のしせいにし、胸をはり、自動的に腹をひっこめます。これは、血行を正しくし、呼吸を自然にします。すわったときも、上体をのばし、まっすぐすわります。

この「直立」にたいせつなことは、両脚が正常であることの必要性です。そうでないと、正しいしせいはとれません。人間の骨の四分の一は、脚（足）にあるのです。これによって全身をささえ、あるけるのです。

足には、つまさき、と、かかとがあります。靴やストッキングはあるきやすいようににはける物を選びなさい。靴ずれしないよう。

正しい歩行——これは足が、たいらに地につくことです。

足は、きれいに保ち、爪はきらねばならない。汗ばんだ足はよく洗います。

競技するときは、足に、ニパーセントのヨードを、綿棒でぬるとよろしい。ぬれた足は、水気をとって、よく、かわかすこと。できれば天花粉（シッカロール）をふりかける。

第四のルールは、太陽熱の摂取——です。

いうまでもなく、太陽のエネルギーを受けなかったら生きていけません。それは、どこへ摂取するのか？ 皮膚です。だから太陽熱で皮膚をやくことを必要とします。

日本のみなさんは、夏、海水浴のときだけ日にやきますが、外国では、一年中、つとめてやきます。特に北欧の人々は、わざわざ南歐に出かけてやくのです。

太陽光線の光波は、皮膚をとおして体内にはいり血液となります。

皮膚だけでなく全身が健康になるのです。

その方法は——第一日、十五分間。それ以上はいけない。翌朝見ると、皮膚は赤くなっているでしょう。そこでその赤味が消えるまで待つのです。赤味が消えたら、十分〜十五分さらします。こうして、だんだん、皮膚を強くします。皮膚がならされたら、一日に十五分ほど時間をふやし「深やき」します。そうしてゆくうちに一日の大部分を日にさらすようになります。

スカウトの野営のとき、はだかになるほうが、ほんとうはよいのです。一日に十五分ぐらい全員ハダカになる。一日中、ユニフォームを着たなりでキャンプするのは、おきようぎは満点でも、健康上は失点だと思いませんか？

## THE PROMISE

ON MY HONOUR  
I PROMISE  
THAT I WILL DO  
MY BEST

- (1) To do my duty to God,  
and the Queen.
- (2) To help other people  
at all times.
- (3) To obey the Scout Law.



## THE SCOUT LAW

- (1) A Scout's honour is to be trusted.
- (2) A Scout is loyal to the Queen, his Country, his Scouters, his parents, his employers, and to those under him.
- (3) A Scout's duty is to be useful, and to help others.
- (4) A Scout is a friend to all, and a brother to every other Scout, no matter to what country, class or creed the other belongs.
- (5) A Scout is courteous.
- (6) A Scout is a friend to animals.
- (7) A Scout obeys orders of his parents, Patrol Leader, or Scoutmaster, without question.
- (8) A Scout smiles and whistles under all difficulties.
- (9) A Scout is thrifty.
- (10) A Scout is clean in thought, word and deed.

〓夜話〓

## 体を強くしとは (二)

中村 知

アメリカのスカウトが、どういう教育をされているか、そのお話のつづきです。

### 呼吸のし方

空気を吸わなかったら三分間で人間は死んでしまいます。生きたり、成長していくためには、昼夜、休みなく酸素をとり入れねばなりません。その空気を、鼻から吸うか、それとも口から吸うか。これは、むろん、鼻からです。鼻は空気を吸うためにあるから……。口は、食物をとるため、声を出すためにあるので、空気を吸うためではありません。

鼻の中の、しめりけは、空気をしめらすためだし、鼻のあなの温度は空気をあたためます。そこにはバイキンを防ぐため小さい鼻毛がいっぱいあります。それで空気中のバイキンをふせいで、しかも空気をあたためて肺の中へ送りこみます。口には、そういう、しかかけがありませんから、気をつけてください。しかも、口から吸う空気は冷たいからのどをいためます。バイキンも、やすやすとはいりません。呼吸するとき口はふさぐのですよ。

鼻をかかるときは、片方ずつ、かみます。両方のあなで一度にかんではいけません。耳にひびきますから。

鼻呼吸が、しにくいならば、医者にみてもらいなさい。

こんな、こまかい点にもスカウティングはあるのです。ちかいを守るべきです。

「スカウティング・フォア・ボーイズ」日本語版の三三二ページを、読むと、ベーデン・パウエルの説明が出ています。鼻呼吸は、スカウト呼吸だといえますね。口呼吸をするならば、夜、ねてからイビキをかく。それによって敵に発見される。そんな斥候（スカウト）は役にたちません。

### 清潔を通じて

清潔な身体、それは紳士のしるしです。

ベーデン・パウエルは、そういいました。またそれは、病気になるのを予防します。バイキンを防ぐ、よろい、かぶと、それは皮膚です。皮膚は、人間のからだの中で、いちばん大きな機関です。だから、それをきれいにすると、しないのでは、たいへんながいになるでしょう。

### 水 浴

毎日、時刻をきめて水浴しなさい。もし、シャワーなどで全身の水浴ができなかったら、ぬれた布とか、ぬれたタオルで全身を毎日ふくといひ。そして皮膚がヒリヒリするまでこすりなさい。

週二回、お湯とせっけん、からだを洗うこと。ハイクや、はげしいゲームをしたあとかならず、お湯をつかって汗やあかを洗いお

とすのです。

ほんとうは、まだあるのです。顔や手は、一日に何回も洗うし、歯もみがく、頭のかみの手入れもする。耳も眼も、きれいにします。それから足のうらも。

## 手

自分の手をよく見なさい。どんな手をしているかによって、人はその性格を判断されます。爪が切っており、手がきれいであれば、人によい感じを与えます。食前とか便所から出たときは、かならず手を洗うこと。洗ったあとは、よく、ふいてかわかすのです。

## 爪

爪のすきまは、バイキンの、かくれがになります。仕事をするたびに、そこに、ごみがたまる。ですから、仕事をする前に、爪の外に石けんをぬっておきます。仕事がすんだら洗いおとす。そうするならば洗いやすいでしょう。

爪は、日をきめて切ります。のばしておくのは危険であるし、バイキンを養うことになります。

## 頭髪

週に一回は頭を洗うこと。毎日、ブラシをかけ、指先でマッサーシします。これは頭の皮の運動になります。君たちは、そのうえ、ヘアートニックをふりかけたいと思うでしょうね。

## 歯

「たのしくさせる笑い」、「不快にさせる笑い」ということばがあります。

きれいな歯並びを見せる笑いは、人をたのしくさせるが、またない歯並びを見せる笑いは人を不快にさせる。という意味です。

毎日、朝と晩の二回、歯をみがくこと。歯についた食物のかすは、それによって、とりのぞけられます。そのてん、晩の歯みがきほたいせつですね。

もし、かすがついたまま寝るならば、一晩中、そのかすは、唾液と同盟して歯を攻撃します。長いあいだに、歯はやつけられて降参します。

野外にいるときでも歯をみがくこと。ペーデン・パウエル式のブラシを、ごぞんじですか？ それは枯枝を、約十五センチの長さに切つてその一端をこまかく、ブラシのように割つた即製ブラシです。歯みがきには、食塩かフクラシ粉を代用します。

一年に一度は、歯科医にみてもらうこと。これは歯だけのためではなく、全身の健康上から必要なのです。歯が悪いと病気にかかりやすいからです。

一つここで付言します。

人間の歯に、門歯・犬歯・臼歯の三種ありますね。犬歯は肉をかみきり、臼歯は穀類をかみつぶし、門歯は野菜類をかむためにあるのだそうです。したがってこの三種の食料が人間には必要なわけで、偏食

しないように神さまは三種の歯を作りたもうたのだということですが、また、朝鮮のことわざに、よい歯の人は長命だ、というのがありません。今は、義歯という人造の歯があるが、昔は天然の歯しかなく、それを失なうと、かめません。そのため栄養がとれなく早死するわけです。

## 眼

最悪の不幸は、眼からくる、といえます。その眼は、たった、二つしかありません。失明しないよう気をつけましょう。

自身の視力を、視力表によってしらべることです。光りは二〇〇ワット（一〇〇ワット二個）で見ます。

また、鏡で、瞳をしらべます。

黒いか、濁っているか、澄んでいるか

充血していないか、涙もろくないか

寝不足や、眼の過労がないか

弱視ではないか

眼科医と相談するといひ。

テオドール・ルーズベルトは、少年時代、たいへん臆病でした。十三才のとき、友人とハイクに行きました。「通りぬけ禁止」と書いた掲示板が、遠くから見えますでした。何も書いてないと思いましたが、これで彼は、眼の異状に気づき、父にせがんで眼鏡を買ってもらいました。すると、世の中がはつきり見えるようになり、とうとう狩猟家にまでなり勉強して大統領になりました。

## 耳

耳のそとがわは、きれいにふきます。

内耳については無理な手入れはしない。

導管（耳のあな）には、油状のものをぬり、それによってごみをふきとり、のぞくのです。

固いものが耳につまったときは、医師にとってもういなさい。勝手にやると鼓膜を破る危険があります。

飛びこみ台からの潜水によって、鼓膜が破れることが、よくあります。水中にとびこむときは、鼻をつまんでするのがいいです。すなわち、鼻から入る水の勢で耳をいためるのを防ぐために。

水泳中、耳のあなに水がはいらないようゴム状のつめものをするといひです。

日本の子どもは、指につばをつけて耳のあなをしめして泳ぎます。万一、水がはいっても、水を出しやすいくからです。

耳鳴り、耳だれ、耳痛がおきたら医師にみてもらうこと。

スカウトは、感覚の鋭いことが武器ですから、視、聴、触、嗅、味の五感覚の本源の、眼、耳、皮膚、鼻、舌をたいせつにします。これによって、観察が成立し、観察したことはすべて大脳にレポートされて、判断（推理）の材料となります。これは、後の章のべますが、心理のはたらきにつながるのです。心をすこやかに——という部分に移って行くわけです。

みなさん、そのつもりで読んでください。体についてのお話は、あと、もう一回あります。

△夜話▽

体を強くしとは (三)

中村 知

「体を強くしとは」のシリーズは「フィールド・ブック」とい  
うアメリカのスカウト用の本から取り出して編纂したものです。

じゅうぶんな睡眠

アメリカの「フィールド・ブック」に次のような会話が出ていま  
す。「六十才の人なら二十年は、ベッドにねているね。そんな無益  
な話つてないな……」

「いや。無益じゃないよ。睡眠は、新しいエネルギーを体につけ  
るんだぜ」

すなわち、眠ることは、体の中の、新しい物質の入れかえなので  
す。これは、いいかえれば成長ということ。じゅうぶんな睡眠をと  
らなかつたら成長はとまるのです。昼間は力いっぱい活動し、夜  
は、健康な眠りに沈むのだ、と、書いてあります。

スカウトは、できるだけ戸外で眠れ——  
と、ベーデン・パウエル卿はいました。そのためにキャンプに行  
くのだといつてもいいでしょう。

何時間、眠ればよいか？

その本には、次の表があります。

(年令)	(適量)	(それ以上) (の適量)
十二才	十時間半	十時間半
十三	十時間	十時間
十四	九時間半	十時間半
十五	九時間半	十時間半
十六	九時間	九時間半

そして

「諸君は、この表を見  
て、びっくりするだろ  
う。けれども、おどろく  
ことはない。この年令の  
者は、成長の幅が最大で  
あるから睡眠の量も多量  
を必要とするのだ。自分でよく考え睡眠をじゅうぶんにとったかど  
うか、毎日、しらべなさい」と書いています。

日本の少年は、この表にある時間のように眠っていませんね。受  
験勉強をする者は、特にそうです。

眠ることについて次の注意をあげています。  
○ベッドが、やわらかすぎると、よく眠れない。○かけぶとんは  
軽く、そして温かいこと。○きれいな空気の中で眠ること。○しば  
しば戸外で眠ること。青てんじょうの下で。テントの中で。テント  
のドアは、しめなさい。○家では、窓をあけて眠る。

ただし、直接の風は入れない。

この注意は、原則としてはわかりませんが、緯度や高度、風土、気  
温によってそのとおりにはいきませんね。  
病気に對する予防

ある人が、かぜをひいて、鼻や口をおおわないでくしゃみをし  
た。その近くに立っていた人が、二、三日あとかぜをひいた。こ  
ういう話がありますね。また……かぜをひいた人が、ハンカチで鼻  
や口をおおってせきをした。そのハンカチをポケットにしまった。  
彼は、ときどき、ポケットに手をつっこんでハンカチにさわる。そ

の手で友人と握手した。友人は握手した手で自分の鼻や口にさわった。その結果、かぜひきが一人ふえた——。水のみコップから、かぜが、うつった話もある……。病気に對抗して勝つためには、強い体になるほかに方法はありません。それでも、正しい注意（心くばり、英語で *care*）をしなければならぬ、じゅうぶんとはいえません。伝染性の病人に近づかないことです。せき、くしゃみをする人に近づかない。

他人がつかった飲食器を洗わないでそのままつかうのは危険

口にあてる品物——号笛、ハーモニカ、ラッパについての注意。

タオルは、自分のタオルをつかう。ハンカチも、自分のものをつかう。キャンプでは、はえをやつつける。

タプーについて

南海諸島の酋長たちは、何か悪いことがあるとタプーをかかけるといふ決議をします。タプーという土人語は「避けられるべきもの」という意味で「この者に近寄るな。近寄ったら病気になるぞ」というときは、その病人にタプーをかけます。タプーは、場所にもかけます。「この場所は他人のためあけてあるのだから、つかってはいけない」という意味。このタプーは、不健康なくせに対してもかけられました。「そのようなことをしてはならぬ」と。

君たちの成長と健康のため、タプーとなるものが、いくらあかあります。なんの役にもたない有害な、不自然なくせは、タプーと考えていいのです。そんなことから遠ざかることができます、と考える者と、そうでなく、そのわなにかかるもの、とがあります。スカウトなら、そんな馬鹿さは知っているから、わなにはかからないはず

興奮剤（酒類）と睡眠薬はタプーです

興奮剤は神経系統を興奮させる薬です。それは、心臓の活動を早めます。コーヒー、紅茶にもその作用があるのです。

睡眠薬は、心理作用と肉体活動とを低下させます。にぶくさせるのです。タバコや、アルコール飲料にもこれに類する作用があります。

コーヒー、紅茶を飲むと、ミルク（牛乳）を飲まなくなるせがつく。ミルクは栄養豊かなのに、コーヒー、紅茶には栄養分はない。そこで問題になるわけです。習慣には、善い習慣と悪い習慣とがあります。タバコのみでも、それをよい習慣とは考えません。それなのに、なぜ、やめないのか？

よっぱらいは、頭がにぶっている。自分のしていること、いっていることがわからない。筋肉のコントロールができないから、よろめく。自動車事故は大半、よっぱらい運転からおきますね。

有害な薬剤をさげましょう。

君たちのように少年から年長に成長する者にとって、いちばん、急速に、増大しつつあるところは心臓なのです。ですから、心臓に有害なものは、それがどんなに小量であっても、避けねばなりません。タプーです。

心臓は、日々の生命の源です。

肺の呼吸は、人為的に、自分の意志で、停止させることができますが、心臓の鼓動は、人為的に、意志の力で、とめることはできません。それは特殊な筋肉で作られているからです。そういう貴重品を、人為的にこわしてはなりません。

〈夜話〉

## 体を強くしとは (四)

中村 知

「体を強くしとは」のシリーズは「フィールド・ブック」とい  
うアメリカのスカウト用の本から取り出して解説したものです。

### 体力の保存

十三才または十四才、あるいは十五才になると、君たちの身体は、たいへん、変化します。肩幅は広くなり、音声も変わるし、顔や、わきのしたや、性器のまわりに毛がはえます。性器も大きくなります。これらの変化は、すべて性腺と睾丸の機能からくるのです。これらは液体または分泌物を作ります。この作用こそ、君が、完全に一人前の男性に発育した証拠なのです。

血液を通じて筋肉や神経や頭脳を作ります。これはみな、君の「男性づくり」なのです。

時として性腺は、その分泌物を性器を通じて放出することがあります。それは、たいへい、睡眠中におこります。こういうことは、全く自然的な健康的な作用だから心配することはありません。少年の中には、この、自然的でない不自然な放出をおぼえる者があります。これは、極端なくせにならない限り肉体的に害になるものではありませんが、精神的に弱い人間にさせる例があるので、自分の行

動を意識的に、とりもどすコントロールの努力を必要とします。

少年は、ほとんど例外なく、だれも、そういうレッスンを、自然から受けるものです。このレッスンは、結局、誘惑に勝つというレッスンになるのですから、なるだけ早めに修了したほうが賢明です。そのほうが男らしい。この誘惑に勝つ方法として、性器の清潔、はげしいゲーム、スポーツやハイキングがあげられ、趣味とか余技にしたしむとよろしい。

次の七問につき自問自答しなさい。

1 過去六カ月間に身体検査したことについて自分で記録を作ったか？

2 姿勢について自分を自分で点検すること

直立——このため耳のうしろに測鉛線を友人に持ってもらう。その線が肩の関節を通り膝小指から脚(足)の中ほどを通ること

3 色のよい「日やけ」(皮膚焼き)を作る

4 視力検査

5 障害物とび(裏庭で)

6 班スタンツ(これは別記)

7 技能章の次の二つをとること 個人健康章 公衆健康章

(アメリカにある技能章)

### 強健法

本誌四十二年十一月号に、山梨大学の飯田貞雄先生が「からだを強くするために」と題して五ページにわたる、よい記事を書いてくださいました。その終わりのほうに、ベーデン・パウエルベイトンの書いた本から、次の三つのゲームを紹介してありました。それは

おしくらべ  
手くびおし  
杖のトス

でした。みなさん、やってみましたか？

私は、アメリカのスカウト書に、このようなゲームが、たくさん  
のっていることに興味をもっていたので、かねがね、まとめてみた  
いと考えました。アメリカでは、この種のゲームを、フィジカル・  
フィットネス (Physical Fitness) という名で呼んでいます。

フィットネスということばは、日本語にいいかえることがむずか  
しいようです。適応性——とでもいいますか？ その内容は、だ  
いたい体力を強化する運動です。ゲームといってもよいが、身体運動  
なのです。アメリカでは、このような運動(ゲーム)が、たいへ  
ん、よく、研究されています。専門的な本まで出ています。私は、  
わかりやすく「強健法」としました。

いま、これから、ご紹介する三十二種のゲーム運動——強健法は  
ボーイスカウト・アメリカ連盟発行の「フィールド・ブック」の旧  
版本および新版本から、ぬき出したものです。さし絵と対照するの  
に便利なように番号をつけておきます。原本のさし絵は、全部写真  
なのですが、ここではつごう上、略画にしました。

## 一 けんすい (懸垂)

両腕・両脚をのばしてクロッスバー(鉄棒でよろしい)に、ぶら  
さがる。両脚を曲げないで、腕の力でアゴがバーにふれるまで、体

をあげ、そしてさげる。(何回せよとは書いてない。個人対抗でも  
班対抗でもする。一種の体力テストです。腕力を強くします)

## 二 ロープのぼり

直径二・五センチのロープ、その長さは五・五メートル以上とす  
る。このロープを手と足をつかっている。のぼったら足をはな  
し、手だけでぶらさがる。(何秒間、がまんせよとは書いてない。  
もし、ストップウォッチでタイムをはかって個別または対班で競点  
するならばおもしろいでしょう。これも腕力テスト)

## 三 かきねとびこえ

かきね(垣根)——となっているが、実は横木です。みじかい助  
走をして、片手をかきねにあて、体を、水平にふって、かきねを、  
とびこえる。これは、すばしこさ(敏しょう性)の訓練です。(か  
きねの高さについてはなんとも書いてありません)

## 四 ひざの体操

イスに腰をかけて目かくしする。右足のひざを、左足の、ひざこ  
ぞうの上ののせる。それを三回くりかえす。そのたびに、のせたほ  
うの足は、床につけてふみつける。こんどは左の脚で同じことを三  
回する。(ここまでしか書いてない。たぶん、うけるほうのひざは  
折っていることになろう。この運動は、目かくしするので、筋  
肉の運動のほかに神経の運動にもなります。もし、うまく、ひざこ  
ぞうの上ののっからなかったら、どこかに、故障があると思われるま  
す。自分をテストするのに役立ちます)

## 五 うでたて（腕立て）

両腕を曲げず、手のひらとつまさきまで、地上に身体をうかせる。そして胸が地面にふれるまで両腕を曲げる。（ここまでしか書いてありません。これは、たぶん、もとの、うでたてにもどし、何回もくりかえすのでしよう。何回以上するか、それは、君たちが相談してルールをつくれればいい）

## 六 直線あるき

地上または床の上に長さ三メートルの直線をかく。その線上をふつうにあるき、末端まで行ったら、まわれ右してスタートにもどる。つぎに、目かくしして、同じことをする。目かくししても、正しくあるけるかどうか？ 自己テスト。（もし、まがったら、右まがりか、左まがりかをしらべる。それは、足のふみだしとのズレと、ほはば（歩幅）のちがいで、まがるのです。自分のくせを見出しなさい）

## 七 力をぬく練習

一方の腕を曲げ、前腕を水平にたもち、その手さきを、友だちにもってもらってもらう。自分は腕の力をぬいて、友だちにすべてをまかせた気もち。友だちは、なんの合図もなしに、ふいにその、ささえていた手をはなす。はなされた君の腕は、すうっと、下におちる。（おちなかったら、君は力をぬいていないことになる。さて、これは、何をねらった運動でしようか？）

（付記・君は目かくしでするほうがよいですね）

## 八 鼻にさわる

目かくしする。右腕を横にのばす。その腕を折って、その手の人さし指で自分の鼻のあたりにさわる。その運動を、つづけざまに、すばやく、四回くりかえす。つぎに、同じことを左手でします。（なあんた、つまらない……と思うだろうが、できない子どもがいる……。それは、運動神経の不完全によるのでしよう）

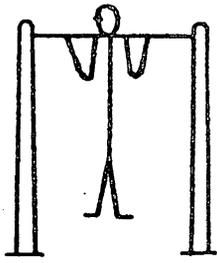
## 九 バランス立ち（片脚立ち）

目かくしして立つ。右脚を地面からはなす。それをおろさないで左脚だけで、バランスをとって十五秒立つこと。つぎに、左脚で十五秒立つ。（両手で、バランスをとるようなことはしない。この平均運動は、カブ年令者に重要な体育です）

## 十 指つき

目かくしする。両腕を左右にのばしあげる。そのし、せいから両手の人さし指を顔の前で三回つきあわせる。つきあわす時、腕と腕との間隔をちぢめてはいけない。（なんと、へんな運動だなあ、と思うだろうが、百発百中うまく、つきあうことは、あながい、むずかしい）

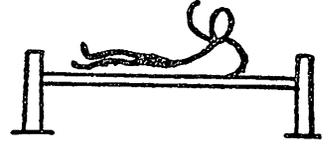
ここまでの、旧版本に出ているものです。次回は新刊本から……



一  
けんすい



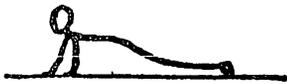
二  
ロープのぼり



三  
かきねとび



四  
ひざの体操



五  
うでたて



六  
直線あるき



七  
力をぬく練習



八  
ハナにさわる



九  
バランス立ち



十  
指つき  
人さしゆび

〈夜話〉

## 体を強くしとは (五)

中村 知

「体を強くしとは」のシリーズは「フィールド・ブック」とい  
うアメリカのスカウト用の本から取り出して解説したものです。

### ＝強健法のつづき＝

これまでの部分はアメリカの「フィールド・ブック」の旧版本から  
の紹介でした。これからの部分は、同書の新版本(一九六七年改訂)  
からとったものです。

みなさんは、アメリカのスカウトが、どんな体育をやっているか  
を、これによって学び、そして、ちかいの第三にあるように体を強  
くしてください。

### 十一 上体おこし

せなかを下に、あおむけにねます。だれかに左右の足首をおさえ  
てもらおう。または、だれもないならば、おもい物を足首にのせま  
す。両手は、首のうしろでにぎりあわす。こうしておいて上体をお

こすのです。そのとき右ひじを左のひざにつけます。つぎに上体  
をおこすときは、左のひじを右のひざにつけます。

### 十二 けんすい

これは前の(一)にもありました。新版本にはつぎのような説明があ  
ります。

手のひらを前方にさし出し、頭の高さよりも高いバー(横木)を  
にぎってぶらさがる。両腕、両ひざは完全にのぼすこと。つぎに上  
体を、ゆっくり上方につりあげる。このとき、両脚で蹴ったり体を  
ふりまわしてはいけない。あごが、バーにとどくまであげる。そこ  
まで一回です。それから上体をもとのようにおろして何回かくり  
かえします。

### 十三 はばとび

これは、走幅跳はしりばとびではありません。助走たすきなしですから、ふみきり線  
上に、両脚をらくらくひらいて立ちます。そして、呼吸をとめ、ひざ  
を曲げ両腕を前後にふって勢いをつけてとびます。距離のはかりか  
たは、ふみきり線からカカトまたは体が地面にさわった地点までの  
長さです。

### 十四 五十ヤード、ダッシュ(またはウォーク)

五十ヤードのコースを測はかっておきます。だれかがストップパウオッ

チをもつて、フィニッシュの地点に立ちます。この者がスターターを兼ねます。片手をあげて「ようい」をかけ、手をスマートにおろして、ももをたたたく。その音でスタートする。

十五 六十ヤード、ラン

六十ヤードのコースをつくっておきます。スターターのあいずで、そのコースを走ります。タイムを測る。ときとして競歩(ウォーク)にしてもよい。

(二ヤードは〇・九メートル)

別表

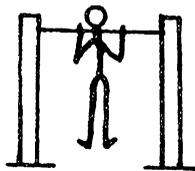
この数字は、アメリカの男子のものです。体の条件のちがう日本のスカウトのみなさんと、どう、ちがうか？興味ふかいと思います。まだ、実験してみたことがない私は、みなさんからの、ご報告を、たのしみにしていきます。

年齢	上体おこし		けんすい		はばとび		50ヤード走		60ヤード走(歩)	
	優	秀	優	秀	優	秀	優	秀	優	秀
11	50回	67回	4回	5回	160 (cm)	175	7.9 秒	7.3	2.24 分 秒	2.12
12	51	78	4	7	170	185	7.5	7.0	2.19	2.5
13	54	83	5	8	180	200	7.2	6.5	2.13	2.0
14	60	99	6	10	198	215	7.0	6.5	2.5	1.50
15	60	99	7	10	210	230	6.7	6.2	1.59	1.43
16	63	99	9	12	218	240	6.4	6.1	1.51	1.40
17	63	99	10	13	230	250	6.3	6.0	1.51	1.36

十一 上体おこし



十二 けんすい



十三 はばとび



十四 50ヤード走



十五 60ヤード走歩



△夜話▽

体を強くしとは (六)

中村 知

四月号からつづく強健法で、その内容は、アメリカのフィールド・ブック(新版本)からとりました。たいへん、おもしろいので、ぜひ、このろみてくください。

十六 あおむけ橋

背なかを下に、あおむき、両脚を立ててねる(ひざを折って)。肩と尻をもちあげる。このとき、頭をたてます。上体のそりばし(橋)を作るわけ。これを何回もくりかえします。腕はたださきえとなるだけ。



16. あおむき橋



十七 ちようちよ

うつむけに地上に伏し、腹を支点として、両腕と両脚と胸とをもちあげます。そのしせいのまま、両腕と両脚を十回ひろげるのです。十回したら、

二十 単独上体おこし

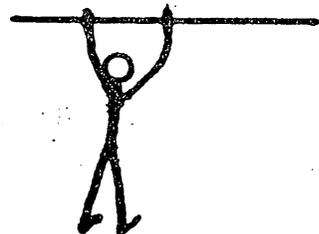
前にあげた(十一)の上体おこしは、だれかに足首をおさえてもらったのですが、これは、単独でします。あおむけにねます。両手は頭の上をこえ

十九 ひざまげ

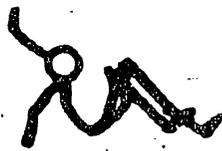
あおむけにねます。ひざがあごにつくまで静かに上体を巻くようにまげます。そして、口の中で一から五までの数をかぞえる。そうしたら、もとのしせいにもどる。これを何回もくりかえすのです。

十八 水平棒越え

身長よりも高いところにある横棒を、手でつかみ、腕力などをはたらかせて乗りこえるのです。鉄棒でやってもよろしい。はしごやパイプをつかってもよろしい。パイプは車庫のてんじようから、しっかりつておく。



18. 水平棒越え



19. ひざまげ



20. 単独上体おこし

て地上にのびします。そうしたし、せいで腕も脚も曲げないで上体をおこし、上体を前方にかがめて両手で、両かかとにさわる。これをくりかえします。

### 二十一 半ひざ折りかかと立ち

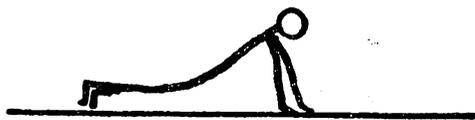
はじめ両腕を腰にあてて直立します。腹と尻とをひっこめる。かかとをあげてつまさきで立ち、ひざを半分折り曲げて、ゆっくりとしゃがみます。両腕は前方にのびしてあげてバランスをとる。もとの直立にもどり、何回となくくりかえします。



21. 半ひざ折りかかと立ち

### 二十二 脚のばし

両手を床にべったりつけて腕を立てます。上体は「腕立て」のしせいになるよう、両脚をうしろにのびします。うんと伸ばします。もとの直立にもどってくりかえすのです。これは、「腕立て」と同じ形ですが「脚のばし」のほうに目的をおくわけ。したがって、



22. 脚のばし

これから、(三十一)までは二人一組でするものです。そのためには、同じ程度の体力の者が一組にならねば、おもしろくありません。力が、あまりちがうと、効果が出ないので。

### 二十三 棒引き

身長も体重も同じくらいの者でします。用具は、木または竹、あるいは鉄のパイプ一本あればよい。テントの支柱でもよいです。

両ひざを折って地上に対座する。二人とも両手で棒をにぎります。靴の底をかちあわせて棒を引いて相手の者を自分のほうへ引きよせるゲーム。脚力と腕力の勝負です。

### 二十四 うですもう

インディアン式だと書いてありますが、日本でもやっています。

二人相対して、腹這いになり、どちらかの肘をまげて、相手の者の手をつかむ。自分の肘を上げないで、相手の手を地面に押えつける。または、相手の肘を地面からあげさせたほうが勝ちです。

左、右と手を変えてする。

### 二十五 アヒルずもう

二人とも、しゃがむ。両腕で自分の両ひざを抱きかかえてアヒルのかっこうになる。



23. 棒引き



24. 腕ずもう

頭または肩でぶつかって、そのいきおいで相手の腕を、ひざから、ときはなさせる。

相手を、ころがすだけでは、ため。

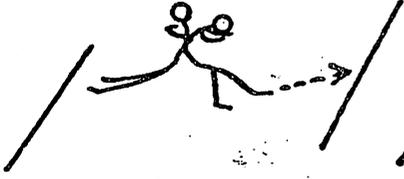
### 二十六 胸押し

三メートルの距離を置いて二本のラインをひいておきます。その中央、つまり、ラインから一、五メートルの内がわの地点に、二人立ちます。たがいに胸をあわす。両胸は伸ばして脇腹に接します。したがって手は使用禁止。こうして、胸で押しまくり、相手を、手がわのラインの外に押し出します。

この胸押しは、心臓を強くするいちばんよい方法だと、ベーデン・パウエルも本に書いています。(日連版「スカウティング・フォア・ボーイズ」三四五ページ参照)

### 二十七 せなかずもう

二人とも立ったままで、背中を合わせる。両腕は、肩越しに、相手の手とつかみあう。相手を自分の背中に、つりあげおんぶして三メートル運ぶのです。



25. アヒルずもう

26. 胸押し

27. せなかずもう

### 二十八 棒ひねり

対面して立ちます。一本の棒をたがいに両手でにぎる。にぎったら、せつたいに、はなさない。その棒を、ひねりあって、相手の左手が地面につくまで、ねじりあうのです。したがって、にぎった手は、棒から、せつたい、はなされないわけ。もし、はなしたらやりなおし。

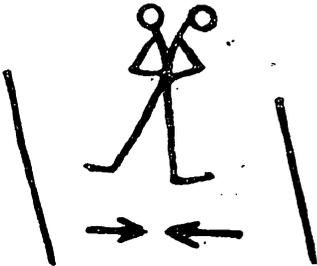
### 二十九 脚ずもう

頭を、たがいに反対方向にして、あおむけに地上にねます。そして、たがいに、右ひじをかけあいます。ここまですが、しきりです。

めいめい、脚を、三回、折りまげる。その三回目のカウントで相手のかかとをとらえ、相手の脚を、はじきあげた者の勝ち。

### 三十 せなか押し

間隔、六メートルをあけ、二本のラインをひいておきます。その中央に、たがいに、腕をかけあって、うしろむきに立ちます。つまり、せなかを合わせるわけ。そして相手のラインのそとへ、相手を押し出すのです。



28. 棒ひねり

29. 脚ずもう

30. せなか押し

以上で二人対抗のものは、おしまい。原本のフィールド・ブックには、次の体力ゲームがのっています。

### 三十一 縛材リレー

これは、縛材法と体力作りとを合わせたものです。角縛り、すじかい縛り、はさみ縛りそれに樽縛りなどから試合のテーマを作っておき、リレーで競争する。テーマは、体力作りになるようなものを選びます。(私筆者は滑車作業もこれに加えるとよいと思います)(縛材法のページをごらんください)

### 三十二 弾丸よけ

円陣をつくる。その中心に一人立つ。この者は、なにか重い物をはしに結びつけた長いロープを、まるく、ふりまわします。他の者は円周上に立っていて、その重い物(弾丸)が自分にあたらないよう、その場で、とびあがる。もしも、あたったら罰点ひとつ、ある時間やり、罰点の少ない者の勝ち。(みなさん、これは体力作りになるでしょうかね? ちょっとおかしいようです)

### 三十三 綱引き(戸外)

ロープは直径二、五センチ以上のもの。

チームは体力(体重)が平均して同じぐらいに編成すること。時間に制限を設けること。

これは、日本の綱引きと同じ要領です。

### 三十四 三人綱引き

一本のロープを、そのはしでくくって輪とし、その輪の中に三人はいり、正三角形に位置します。つまり、三つのコーナーができるわけ。そのコーナーのそとがわに、めいめい自分が手でつかむ物(ナイフとか号笛とか)を置いておく。置く地点は、コーナーの三角点から一定の距離(例、一メートル)とする。めいめい、ロープを自分の腹にあて、ヨイ、ドンで、たがいに前進して、置いてある物を早く、つかんだ者の勝ち。

### 三十五 せんめつ

距離、十五〜二十三メートルをおいて、二チーム対面します。ヨイ、ドンで、開始。相手をとらえてその肩を地面につけあう。これは、一対一でします。もし、二人がかりで一人をやっつけたらファールで、やっつけられた者は生きかえる。

相手を全滅させたチームの勝ち。

一対一、という点に妙味があります。そのかわり、チームの体力にあまり差があるとおもしろくない。

これで、新年号からつづいた「体を強くしとは」のシリーズを終わります。これは、アメリカのフィールド・ブックを参考にしました。そのわけはアメリカのスカウトは、どんな方法でちかいの第三の「体を強くし」を実行するか、しているか、を、日本のスカウトたちに、紹介するためのものでした。

他山の石——ということばがあります。よその国のスカウトイングにも、学ぶべき点がたくさんあると思います。

次の夜話「心をすこやかに」についてお話しします。

△夜話▽

心をすこやかにとは (一)

中村 知

ちかいの第三の

心をすこやかに

とは、どんなことをいうのだろうか？

これは、なかなかむずかしいと思います。口で、となえているときには、なんにも考えずに、となえているのですが、そのわけを説明することになると、問題がたくさん、出てくるのです。

まず第一に、心とは何か？ そのような物質があるのか？ あるとしたら、からだのどこにあるのか？ どんな形をしているのか？ 眼で見えるかどうか？

昔の人は、眼には見えないが、心というものがある、と、考えました。からだの中にあるのだと。どこにあるのか、と、いうと、ある人は、心臓の中にあるとか、肝(肝臓)の中にあるとか、おへそのあたり、丹田たんでんというところにある、などと、いろいろな説明をしました。

日本語の「ころ」というのは、ころころして休むことなく、昼も夜も、はたらいている、その作用(はたらき)から来たことばだ、といわれます。すなわち、作用につけた名で、物質としての名ではない、というわけです。この考え方は、近代の考え方と一致しているようです。つまり、心理作用なのです。

ですから、心をすこやかにというのは、実は、心のはたらきをすこやかにと、いいかえたほうが、ピンとくるのです。アメリカでは、Mentally Awake といいます。これも、心理的に心のはたらきの眼をさます、という意味です。

心を物質であるかのように考えたのは、中国の考え方のようです。心、肝、胆だの、精神だの、魂、魄だのという漢字は、心というもの、またはその宿る場所をあらわします。

この考え方は、生理学や、心理学、特に一九〇七年以来、発達した大脳生理学によって今日では過去の考え方となりました。心という物質はないのです。

以上で、おわかりのように、これは、心のはたらきを、すこやかにする、鋭くする、ということになります。ほんやりしてはだめだ、ということなのです。

ほんやりしない——ということとは、何か考えていること、何かをいっていることです。いいかえれば、何かを経験しつつあることです。何かを学びつつあることです。

そうしているうちに、観察力と推理力（判断力）が強くなるので  
す。

考えるということは、人間だけがもつ能力です。他の動物にはあ  
りません。犬や猫が、いかにも考えているかのごとく見えるときが  
あるけれど、それはほんとうに考えているのでなく、祖先代々伝わ  
った習慣や、本能のあらわれで、ひとつも考えずに行動にうつして  
いるにすぎません。だから、考えることからくる進歩というものが  
ない。何千年、何百年昔の犬や猫と変わらないのです。

動物にも観察力はあります。ある点では人間より鋭敏です。けれ  
ども、それは本能からくるだけで、本能さえ満足させればそれで目  
的を達したことになります。それは自己を防衛する本能や、食物を  
狩りする本能、闘争本能、繁殖本能などによる感覚のせいです。

人間は、考える力をもっているから、外を観察することとならん  
で、自分を、内から観察する力をもっています。これを反省とい  
います。それがあから、観察力は推理、判断力と結びついて同居し  
ます。つまり、自分をコントロールできるのです。

他の動物には、自分をコントロールする力は、ほとんど、ありま  
せん。野性そのものです。

このことは、大脳生理学の進歩によって、はっきりしました。大  
脳には、古い皮質と新しい皮質があります。古い皮質は動物的皮質

ともいい、本能的なもの、人間が、大昔の動物時代からひきつづき  
持ち伝え来た皮質です。新しい皮質というのは、学習により、修  
得により、経験により、教育により生れてからあと積みかさねたも  
ので、これが、野性的、本能的な、古い皮質のあばれるのをコント  
ロールして、より高度な人格を、築いてゆくのだという学説であり  
ます。

それを、さらに、磨くのが前頭葉ぜんとうえつといって頭の前のほう、つまり  
額の、すぐ上の部分、そこは情緒じょうじよくをはたかせる役目をもっている。  
他の動物は、すべて前頭葉が未発達または欠けているから、残忍性  
をあらわします。

今日の心理学は、この大脳医学を組んで人間の心のはたらきを、  
説明するのです。前にいったように人格、性格は、そういう作用に  
よって作られるのです。

その点で心をすこやかにするには、前の体を強くしと、大きな関  
連があるわけです。ですから、眼や耳などの感覚器官が正常でない  
と心も、しっかりはたけられません。

みなさんが、しているスカウト訓練が、どのような仕組みで心を  
すこやかに——心のはたらきを、するどくしつつかあるか、しらべて  
みましょう。

△夜話▽

## 心をすこやかにとは (三)

中村 知

### スカウト作業の中で

スカウト作業の中で、特に、心をすこやかにすることをねらっているものを、さがしてみましよう。少年初級から一級にいたる進級課目をごらん下さい。

#### ○結索、縛材、組継法(スプライシング)

これら一連のロープ作業は、考える力と、精神(心)を集中させる作用をねらっている。そして建設の意欲をおこさせる。

#### ○救急法、安全および健康、衛生

これは、こまかい点まで、心をくばるといふ周到さを要求します。心に科学性をもたせる。

#### ○キムスゲーム

#### ○サイン追跡

#### ○計測

#### ○手旗、モールス

#### ○地図、方位

以上のものは、観察力と推理力および注意の集中、そして思いやり、正確性をつくる基本の訓練です。ですから、手旗ができるというような、単なる技術の勉強だけをねらっているのではありません。

#### ○奉仕

これは、心のはたらきを自分でテストし、ためいてみる、絶好のチャンスなのです。

みなさんの、だいすきな、野営やハイキングは、これらのスカウト技術を組み合わせた技術総合訓練であると同時に、体と心との、総合訓練とみてよいでしょう。

技能章課目の全部は、一応、「技術」を身につけさせることをねらってはいるが、「技」だけではなく「心」をも育てるということを忘れてはなりません。もし、心が技と別々であったなら、修得した技能を悪用するかもしれない。技能というものは、それを善用して、社会に役だたせて奉仕するための能力なのです。

#### 課目以外にもある

前回のところ

○いつも何かをして学んでいること

○いつも何か新しいことを考えていること

が、心をすこやかにする第一の方法であるといいました。

そして、今、それらが、進級課目や技能章課目に、むすびついて、示しました。けれども、それだけでは、まだ、じゅうぶ

んではないのです。課目以外にも、心をすこやかにする道が、いろいろ、あるのです。

その、ひとつは知ることです。

### 知ること（知覚）

知ることと、学ぶこととは、同じようですが、実は、ちがいます。また考えることだけでも、不じゅうぶんです。

それは、知るといふこと、知りたがるのが、心のはたらきの上に、たいへん、重要だからです。

求知心——つまり、知らないことを知りたい、と、いう意欲……。これが心のはたらきを、増幅するからです。そこに、自発活動が生まれるのです。

少年たちは、知りたくてたまらない意欲のかたまりのはずで、未知心や好奇心がなかったら、もう、おしまいです。

この、知ること、つまり、知識というものは、何から得られるでしょうか？

幼い時は、父母から、そして兄弟から、長じて学校の学友、教師から、そして社会から知識を得るのです。

つまり、人と人とのつきあいから、受けるのです。この点が、だいじです。

みなさんはスカウトですから、班のスカウトや班長や、リーダーたちからも知識を受けとります。スカウトでない少年よりか、大福に、心のはたらきは、増幅されるはずで。

この点から——

### 班活動

というものの班別制度というものを考えてみましょう。

班には、班の心、つまり班精神があります。これは作ったものでなく、生まれたものですから生命があります。

それが、班の伝統を生みます。班に根がはえたわけです。

こうして——

班生活は、

いつも学び

いつも考え

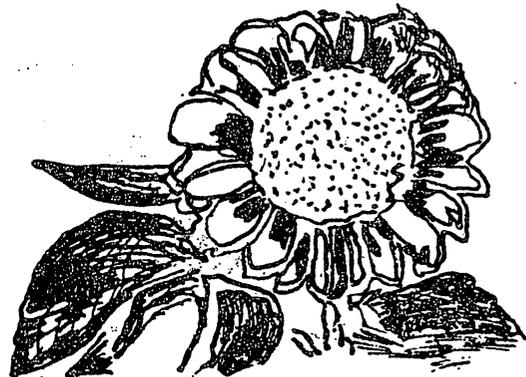
いつも知る

という、三つの作用を、かなえてくれるから心は、すこやかになります。班のプロシエクトというものは、こういう要素をもつのです。

### 読書、旅行、余技

この三つも、心のはたらきを、すこやかにします。ベーデン・パウエル卿は、スカウトの書物の中で、なんども、そう、書いています。

読書は、知識を与えます。読書する人は、ものを考えます。です



から「学ぶ」「考える」「知る」の三要素をかなえます。求知心の大きい人ほど、よく読書します。そして、読み出したらわれを忘れて、心を集中します。

読書する人は、老年になってもボケません。それは、大脳の新皮質が、常に、新鮮な刺激をうけるからです。

旅行は、本で読んだことを実現し、実地に学び、考え、探知するのに役立ちます。視野を広くし、見聞をひろくするので、心の拡大になり増幅になります。

余技(Hobby)については、ベーデン・パウエル卿は、特に奨励しました。余った時間をぼんやり見のがさないで、自分の、すきなことをすることを余技といえます。たとえば、工作をしたり、コレクションに夢中になったり、絵をかいたり、金魚を飼育したり、花を育てたり、自分の趣味、オハコを楽しむことです。これによって「学び」「考え」「知る」という喜びを得るので心をゆたかにします。

たぶん、同好の友ができるでしょうから、知識の交換を通じて友情をも深めます。

作文を書くことも「考える」よい機会です。



〈夜話〉

## 心をすこやかにとは (三)

中村 知

### 心と言語

言語というものは心と密接な関係があります。動物にも言語のよ  
うなものがあるようですが、それは一種のサインだといわれます。  
言語も、実は、サインなのです。声で表現します。心の思うとこ  
ろ、つまり意思を伝えるものです。こう考えてみると、言語は、意  
思の表現でその作用としては心の伝達です。

すこやかな心は、すこやかな言語となつてあらわれるし、不健全  
な心は不健全な言語を作ります。

この道理を、逆用して、すこやかな言語を身につけることによつ  
て、心をすこやかにするという手が考えられます。

ベーデン・パウエル卿は、弁舌を練習することを、青年スカウト  
に、すすめています。それは、単に、雄弁術をさしていったのでは  
なく、人間をつくる人間形成Vの、ひとつの方法として、自分の  
経験から説いたのです。

言語は、考える——ということに発します。それは、「思想」と

いうような、むずかしい内容に関連をもつこともあるけれども、そ  
うでなく、日常の会話や対談においても、考えるという心のはたら  
きがなかったら口からことばは出ません。

人生は、対話の連続である——と、ある哲学者は、いいました。  
一人ぼっちの孤独の人間というものはおそらく一人もいないでしょ  
う。

人と人とのつきあい、ほとんど全部が言語を媒介とします。つ  
きあいとは、はなしあいです。はなしあいということは、民主的な  
生活のカギです。それがなかったら暴力によって、やりとりするほ  
かありません。暴力は動物的な、意思表示なのです。

文字は、言語のワツシであつて眼から眼へと、はなしあうわけ  
です。

### 芸術的表現も心をそだてる

文字による作文、それによる文学の作品や思想の表現。または絵  
画、彫刻、建築、工芸、劇や映画や舞踊や音楽などの芸術に接する  
ことも心を育てるのに、よい方法です。それを自分でやってみる。  
そうするうちに、あなたの心は、今まで知らなかった新しい世界  
を発見するでしょう。

情操、情緒といわれる心のはたらきは、人間にとって、大切なも  
のです。動物にはない作用です。前にいったようにそれは、大脳の  
前頭葉が、つかさどるもので、その部分が発達しているのは人間だ  
けです。

心をすこやかに(心の、はたらきを、すこやかに)するのに、た



いへん、関係があるのは、前頭葉の作用なのです。

それで、ベー

デン・パウエル卿は、スカウトに、芸術的な表現を、大いに奨励しました。

このことは、創造というはたらき（人間の能力）を伸ばす、

と、いう偉大な目的をもっています。ベーデン・パウエル卿は、たいへん、絵が、じょうずでした。劇も、なかなか、とくいでした。しろうとばなれていました。特に、スケッチ、動物のスケッチは、傑作ぞういです。

## 感覚訓練の必要

情緒とは感情の集積から形成されるものとみるならば、感情は常に外界からの刺激に左右されるから、外界からの刺激を受けつけるまで、である感覚器官の訓練をまずもってとりあげ、それを鋭敏にすることが必要となります。そして、これは、心のはたらきを鋭く、すこやかにする直接法だといえます。

この感覚訓練が、重要であるもうひとつの理由は、感覚器官は、

すべて、からだの一部分であるから、からだと心の両方の同時訓練を意味するということです。ですから体を強くしということにむすびつくだのです。

この感覚訓練というものは、十八世紀に、ロックだの、コンディヤックだのという教育哲学者が、その必要を叫びだしたのですが、その訓練方法までは示さなかったのです。

訓練方法を、実に、くわしく、しかも、おもしろく、考案したのは、ベーデン・パウエル卿なのです。それは自分の少年時代の森あそびと、軍隊での斥候術の経験から創作したのです。

## 感覚にはどんなものがあるか

普通、五官といって眼、耳、鼻、皮膚、舌の五つの感覚器官をとおしてくる外界からの刺激をいいます。それを視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚とよびます。

そのなかでも、視覚は、日々の生活の大半を占めます。ですから盲人は、読書もできず、テレビも見えない。きれいな風景も見られません。物の形も色も、ぜんぜん、わからないので、文化や文明からとり残されたみたいで、ほんとうにお気の毒です。

聴覚も、生活上、必要です。耳のきこえない人は、音楽がわからない。人のことがきこえない。交通事故にかかりやすい。現今、補聴器が発明されたので便利になったけれども、鼓膜が破れたのは、それきりです。

触覚、嗅覚は、自分の身を守ったり、食物を獲得するに必要です。赤ん坊は、まっさきに嗅覚から発達します。それは、オッパイ

の匂いを嗅ぐ必要からです。

味覚は元来、食物が有毒かどうかを、しらべること、よい栄養をとるためのものなのです。味つけをして、おいしくするのは味覚の応用だといえます。

このほかに、心理学、医学、生理学、理学、工学などの上から、次のような感覚が名づけられています。

温覚、冷覚、圧覚、筋覚、聴覚、光覚、色覚、痛覚、統覚、特殊感覚、部位感覚、平衡感覚、明覚、それに覚錯、幻覚……。

また、運動感覚、時間感覚、方位感覚、距離感覚、地理感覚……世界感覚、社会感覚、美的感覚リズム、感覚などと拡大されたものもあります。

一般的にセンス sense  
といえます。

あの男はセンスが低い。

あんなセンスでは、  
お話にならん。

など、日常会話にもいわれます。これらのいいかたは、その人の感受性の高いか低いかを批判した意味です。



ベーデン・パウエル筆



〈夜話〉

## 心をすこやかにとは (四)

中村 知

### センスの訓練

センスの訓練というだいな教育を、日本の学校教育では、今まであまりしていないようです。昔は、たしなみの教育という形で行っていたようです。たとえば、茶道とか花道とか香道(香木をたいてその香を楽しむこと)とか、礼儀作法とか服飾とかを通してその一部をしていました。

近ごろは、エチケットだの、流行におくれるな、という外国流のたしなみが、とりいれられています。

これらは、やはり、心のあらわれとして、また、教養のためとして、必要なのです。

スカウト教育におけるセンスの訓練は、だいたい、二種あると思います。それは

・ 感覚を鋭くする訓練

・ スマートネスの訓練

です。スマートネスのほうは、たしなみの部類に属します。たとえ

ば、ハットやベレーのかぶり方、敬礼の仕方、旗の持ち方、歩き方、制服の着方、靴の手入れなどをよくみます。  
みなさん、この、感覚を鋭くする訓練およびスマートネスの訓練——を、学校でしているか、していないか？  
もし、学校でしていないのなら、ぼくたち、スカウト訓練でがんばりましょう。

ベーデン・パウエル卿は、先に相手を見つけたほうから、敬礼するのだ——と書いています。で、もし、リーダーのほうからスカウトを先に発見したらリーダーのほうから敬礼することになります。世の人は、それはおかしいといった。上の人から下の人に敬礼するなんて、逆ではないか？ と、いいました。すると、ベーデン・パウエル卿は、スカウトの敬礼は、階級による上、下の敬礼ではない。感覚の早い、鋭い者のほうから敬礼する。あとで敬礼するものは自分の鈍感に気づく。それが教育というものである——といったそうです。このことは、さきあげた二種のセンス訓練の両方をよくめたやり方なのです。

心をすこやかに——ということには、このような意味もあるのです。

### 心のみだれ

心とは、ころころして静止することなくいつも動くものです。刺激に左右され、誘惑にさそわれやすいものです。心の平靜——ということは、むずかしいものです。



昔の人は意馬心猿  
という熟語を作りました。その意味は、  
心というものは馬や  
猿みたいに、あばれ  
まわってつかまらな  
いものだ、と、いう  
わけです。

この言葉は、心と  
いうものは動物的な  
ものだ、と、いうこ  
とになります。コン  
トロールしなかった

ら、なにをするかわからん、というわけです。

また、心は欲のために迷うものだといわれます。物をほしがるのは人間および動物の本能だからです。所有欲だの、名譽欲だの、支配欲だの、いろいろあります。食欲のようになくはならない欲もあります。欲には限りがないからコントロールしないといけません。勉強欲だってそうです。勉強しすぎるとからだをこわします。

心には――

不安定

アンバランス

の、二つの問題があります。

不安定にも、いろいろあります。

そわそわして、おちつきがない  
おどおどして、自信がない

気が散って心が、さんまんになる

くよくよして、決断がにぶる

おそろしくて、ふるえる

ショックのため、ぼーっとなる

睡眠不足できげん悪く、おこりっぽい

などです。

これらのことは、修養がたりないからだ、と、昔からいわれてきました。坐禪をくんだりして修養せよ、と、いう人もありました。修行の方法がたくさん考えられました。

スカウトの作業やゲームの中に、これをとり入れたものが、相当あります。どんなゲームがあるか、どんな作業が心の安定に役だったか、みなさん、考えてみてください。

アンバランスのほうは、もっと、複雑な問題があります。それは、からだの発育と心の発育とが、そろわないことから起きるのです。

ある年令では、からだのほうは、ひじょうに発育して心の発育はおくれる……。その例は少年二級の後半から始まって、シニア年令いっぱい年の年令です。これは、こどもからおとなに移りかわる時期だからです。

この時期が、人生で、もっとも、ピンチです。非行少年になりやすい。

それに加えて、前にいった、心の不安定がこの、アンバランスにつけてむと、悪い誘惑に敗けます。



すべてが自分の思うようにならない。

すべては敵であつて味方がない。

すべてはおれを見すてている。

というように、すべてを疑い、不信でいっぱい、否定したくなる。

そして、自分を正当化せんがために反抗する。

そのくせ、自分を過小評価したり過大評価したり、劣等感と優越感とを、くりかえしてよろこんだり、悲しんだり、悲観したり楽観したりする。

つまり、相対世界にふりまわされて、自己を失っていることになります。

自己を失っているという自覚もない。けれども、失いつつあるように思うらしく、自分を認めてもらいたいたために、変わった服装をしたり、奇行を演じたりして、自分の存在をPRする。(フーテン族みたいな……)

中年以上の人なら、みんな、多かれ少なかれそういう経験をしたはずです。

そして――

「あのところが、花だったナア……」  
と、苦笑します。

### 「コントロールのむすかしさ」

そういう現象は、生物進化の過程であつてさけることはできません。

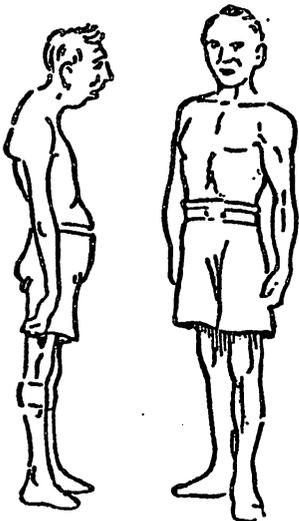
それはまた人間と動物との、わかれめでもありません。賢明に、舵をとり、コントロールしなかつたら沈没します。

ベーデン・パウエル卿は、それを、急流をくだるカヌー漕ぎに、たとえて「ローバリング・ツィ・サクセス」という本に書いています。

そして――

自分のカヌーは、自分で漕げ！

と、はげましています。





## 心をすこやかにとは(五)

中村 知

### コントロールの(一)

コントロールに、二種あります。

その(一)としてつぎのやり方が考えられます。

要するに、紀律の中に自分を、自分の意思で、従わせる……従わせるというよりは、むしろ適応させる……ことです。

ここで、注意を要する大事な点は、従わさせられたり、適応させられたりしてはならない点です。もし、させられるのであったら、それは「飼育」です。動物は飼育されても不平はいわないが人間は不平をいうはずで、不平をいわなかったら、それは、どれい(奴隷)です。どこまでも、自分の選択において自由意思によって、進んで適応したいということです。

ちかいをたてるのも

おきてを守るのも

それが日本連盟で定められているからしかたなしにするのではありません。定められている内容に自分が同感であり、自分の考えと一致するから、それを選んだ——ということから、自分の意思で、参加するのです。

カブのやくそくも、そうなのですが、

さだめのほうは、自分のさだめではなくて

カブ隊のさだめ となつてゐるのは、また自分の意思が、じゅうぶんに発達してゐない年令なので、隊の紀律に、従わさせるといふ他律的な力が、いる時期だといふ見方、考え方によるのです。

カブの訓育の第一歩は紀律にあります。この年令の者には、自分が自分にブレイキをかけ、コントロールする能力がない。そこで叱らないで、たのしく、紀律の中に、とけこませるアイデアを必要とします。

ベーデン・パウエル卿は、まことにうまい方法を考えました。それは「ジャングルブック」のストーリーにあるオオカミの集会の時のセレモニーを、そのまま、カブの集会セレモニーにとり入れたのです。

グランド・ハウル(Grand Howl)と名づけるのがそれです。日本のカブでは、カブコールを合唱してセレモニーにしています。

紀律というものは、リズムをはさんで、からだと心に音波を送り、その共鳴によって調律するのが、いちばん、効果が大いからです。

セレモニーというものは、すべて紀律の形です。ですから秩序がたいせつです。そして音楽のリズムを不可決とします。セレモニーは公民教育にねらいがあるのです。昔から神社の祭礼は公民性を養うセレモニーでした。

昔の学校には、式とか儀式とかいうセレモニーが重んぜられましたが今の学校では入学式、卒業式ぐらいしかありません。

スカウト教育は、セレモニーを、おもく、考えています。公民教育だからです。

スカウトソング——スカウトの歌——も心のコントロールに、大いに役立ちます、それは、学校教育でいうところの情操の教育に役だっただけでなく、リズムを間において紀律を音感させるという、いまひとつの、ねらいをもちます。



要するに、他律のよ  
うなものを自律におき  
かえてコントロールす  
るという方法です。  
前にも述べたように  
コントロールすること  
は、なかなか、むずか  
しいことですが、リズ  
ムの力をかりると、と  
ても、しやすいので  
す。

## コントロールの(二)

この(一)のほうは、他律のようなものを自律におきかえる形をとったコントロールですが、(二)のほうは、はじめから自律に発するものです。すなわち自発活動に発します。

その順序としては、反省という自己観察からスタートします。足跡やサインの観察には熟達できても、自分が自分を観察できなかったら、よいスカウトとはいえません。自分を知っている者は自分です。また、自分をそだてる者も自分です。

もちろん、他の人の忠言も、たいせつです。それを受け入れるだけの寛容(ひろい心)と、謙虚(つつしみ深さ)も「心のはたらき」として必要です。

つぎに必要なのは勇氣です。

これがなかったら中途でくじけます。そして悪いさそいに敗けます。

さらに必要なのは最善(ベスト)を尽くすという努力です。全力投球しなかつたら心は満足しません。いいかげんでかたづけられるならば心は承知しないものです。

自分が自分に誠実でなかったら人にも誠実になれません。

自己コントロールには、いまひとつ、ふしぎなものが必要です。それは、何でしょうか？

ユーモアという心の笑いです。

この「わらい」によって心は、案外、安定するものです。

ベーデン・パウエル卿は「笑い」というものが人間にとって、大きな栄養であることを説きました。これは、全力投球すればするほど、自然にわいてくる、と、私は思います。それは、人間だけのもつ特性で、そういう、自律的、生理的な機構が人間の大脳系統に発達しているのだと考えます。

### コントロールされた心はどうなるか

これは、大問題です。

そして、考えねばならない問題です。

また、自分で解かねばならない問題です。

ある哲学者は、それを良心だといった。

また、ある人は良識ともいった。

また、そういうセンスをコモンセンスといった。日本で常識というけれども実は良識なのだ、といいました。

私は、それを、精神であると考えています。

心と精神とは同じものでないか？

と、いわれたので私は、「ちがいます」と答えました。

どこが、ちがうのか？

それは、あとでのべます。





## 心をすこやかにとは(六)

中村 知

### 心と感情

心をコントロールするとき、それは、良心とか、良識の力によるといいますが、ふつうには、理性の力によるのだといわれます。この理性とならんで、むしろ、その反対の力とされるものが感情というものです。

人間は感情の動物だ——と、よく、いいます。したがって、心というものは感情に、しごく、作用されるものです。

よろこんだり、悲しんだり、おこったり、笑ったり、おそれたり、さわいだり、すねたり、しんみりしたり……。これらは、感情であります。そのことはまた心のはたらきでもあります。

そこで、人間の心には、理性とか知性、あるいは良心、良識によってコントロールできるものと、感情をコントロールして、感情に暴走しないようにするものと、二つある点に気づくでしょう。

### ベーデン・パウエル卿のやり方

「スカウティング・フォア・ボーイズ」や、「ローパーリング・ツィ・サクセス」という本によると、ベーデン・パウエル卿は、心をすこやかに、コントロールする方法を、自分で考えて実行したと書いています。

その一つは、最期のメッセージにもあるように、物ごとの暗い面を見ないで、明るい面を見る——という方法です。

雪どけや、雨で、ぬかるんだ道があるとき、人間は、かわいている地面ばかり見て足を運ぶならばよいはずなのに、どういものか、水たまりに気がとられて、じゃぶんと、くぼみに足を入れる傾向がある——と、書いているのは、なかなか、おもしろいことです。人間の弱点をよくついています。

これはよくない、悪い——と知りながら、そのほうに引き込まれるものです。だから社会の、明るい面ばかり見出し進みなさい、と、教えているわけです。

いまひとつは、どんな不幸や逆境や、苦境に立っても、自分の想像力で、よい前途、あかるい未来ばかりを想像して、一種の暗示・催眠術を、自分が自分にかける、と、いう方法。ベーデン・パウエル卿は、この実験談を本に、たくさん、書いています。

彼が、アフリカで、ひどい高熱病でたおれたとき、「お前は、数日後、重大な任務について、ジャングル旅行をすることになる。だから、早く、病気をなおせ」と、自分が自分に暗示をかけたそうです。それはまるで、でたらめな想像なのです。ところが、この想像は、ふしぎなことに、その通りに実現した。彼はまもなく退院でき



元氣いっぱい出発した……。それに反して、「オレは、もうだめだ。三、四日したら死ぬ」と、悲観ばかりしていた兵士のほうは、その想像通りに四日後に死んでしまった……。と、書いています。

「やまいは、気から」と、日本の、ことわざにもありますが、心のもちかた、心のはたらきで、病気をなおした実例なのです。

みなさん、これを学んでみませんか？

こういう点で、ベーデン・パウエルという人は、楽道家だったと思います。どんなことがあっても決して悲観しない。メーフキングの、二百十四日間の籠城戦のときでも「苦戦」だという顔を人に見せなかったそうです。

明るい想像で、八十四年の一生をのり切った人ですね。

これは、自発活動の最高のお手本だと思います。いかなる不況の中においても可能性を信じて、疑わなかった人だと思います。

来春、上級学校を受験するスカウト諸君。「自分は、きっと、入学できるんだ」と、自己催眠をかけ、希望を大きくして、進みなさい。自信をなくしたらおしまいです。

想像力、Imagination という心のはたらきを、このような生活

経験にあらわして、語った人は、古今東西に、ベーデン・パウエル以外あまりその例がないのではあるまいか……。こういう、心の段階、あるいは次元のことを、精神と、よぶのだろうと思います。

そう考えるとき、前回に述べたように心と精神とは同格でない、ちがう——ものだとは私は、思います。

心には可能性を、まだ、信じきれない状態があります。可能か不可能かを、あやしむ弱さがまだある……。

精神には可能性を疑うような弱さは全然ありません。むしろ、可能性と一体です。それは神と一体であるごとく万能力なのです。精神には信仰が、やどっている、私は考えます。

そのことは、つぎで、くわしく述べましょう。





## 心をすこやかにとは(七)

中 村 知

### 心と精神についての考え方

心と精神とは、同じ意味に用いる例があります。たとえば、日本人の心を、日本精神ともいいます。武士道の心を武士道精神といえます。心の病気を精神病というなどです。

これとはまったく別に――

心と精神とは、ちがうものだという説があります。この説は、最近の哲学者の説です。この説によると、心は、体からだによって左右されたり、たがいに影響しあったりするため、安定しない。つまり、ふりまわされたり、迷ったりする。だか

ら、自信がもてないものだ、と。つまり心と、体とは同級生だという説なのです。

精神――は、心のように、体からの条件に左右されない、安定したものだ、というのです。

これが、英語でいうスピリットにあたるものといわれます。このスピリットという英語は、日本では「精神」と、訳わけされますが、もともと、スピリットには、信念、信仰心、生命力というような意味があって、宇宙のエネルギー、生命力と結びついた、電波みたいな力を、ふくんでいることばなのです。

この電波は、他からの妨害をうけない。心のように、かま

まわされる電波とちがうのです。

私は、スカウト精神（スカウト・スピリット）と、いうものを、このように考えています。

そして、これは——

心のはたらきから、生まれるものだと考えます。しかも心のはたらきの到達点（ゴール）だと思えます。

この、精神によって「徳を養います」という作用（はたらき）が、おこるのです。

## 「ちかい」第三は三段とび

みなさん、三段とびというスポーツを、知っていますか。

それは——

ホップ

ステップ

ジャンプ

の三つから構成されます。

私は

体を強くし——ホップ

心をすこやかに——ステップ

徳を養います——ジャンプしてからと、考えます。

徳を養う（ジャンプしての）ためには、心をすこやかに（ステップ）しなければなりません。心をすこやかにするためには、体を強く（ホップ）しなければならないのです。

ステップによって、フミキリをし、そしてジャンプするのです。

このフミキリは、自信なしにはできません。迷っていたのでは足がみだれます。勇気も必要です。何も考えずに、無我<sup>むが</sup>な、澄<sup>す</sup>んだ心でないと成功しません。これは、スピリットの力（精神力）によります。心の力の段階ではだめです。心にはまだまよいがあるから……。

心のはたらきは、まだ助走の段階

私は、心をすこやかに——ということについて、すでに、七回にわたって、おはなししてきましたが、結局、それは、徳を養うための、ジャンプが、うまく、できるための助走で



ある、と、いうことを、考えてほしいかなのです。

## どうすれば、心は精神に発展するか

たとえていうと、心は精神の幼虫です。カエルの例をとると、それはまだおたまじゃくしなのです。それが、カエルという成虫（つまり、精神）になるためには、宇宙のエネルギーのはたらきによるほかありません。

学校の教育では、主として、道徳の教育によって、精神を生む教育をしています。スカウトの教育でも、カブ年令の者にはこの道徳による教育をしますが少年スカウト、それも、二級以上になると、宇宙エネルギーについて考えるようになるので、それとの関連において教育する方法が考えられます。

ベーデン・パウエル卿は、この方法をとりました。それは最期のメッセージに――、

自然研究というものは、この世界が、美と驚異とにみちみちていることを教えるでしょう。それは神さまが、そういう世界を君たちがたのしむために贈ってください。たつことを示します。

と、書いています。

美や驚異（おどろき）を感じるのは、君たちの体の感覚器官がそれを感じ、そして心のはたらきに電波でおくるのです。ここにおいて、君たちは、神（または仏）というものを、大自然の、宇宙エネルギーの中に、感じとるか、あるいは、感じないか、と、いう大きな問題になります。

かりに、神とか仏とか、名づける存在を感じないとしても、大自然、宇宙のエネルギーは感じとるでしょう。それは、まことに、ふしぎな電波です。光波です。

この電波、光波は私たちに、いろいろのサインを通信しているのです。それは、いってみれば、宇宙モールス……ですね。

このモールの一部は、道徳というキイによって解説できますが、それは一部分だけで、しかも、時として誤受しかなない。道徳というキイは人間が作ったものなのであり、一方交通だから……。けれども、信仰、宗教心という心で組み立てた精神というキイ（人間と神仏との相互交信）で受信すれば、あやまりなく解説できると思います。



ST. GEORGE

このことは、いいかえると、スカウティングというキイによって解説しなさいと、いうことです。

スカウトが、大自然を教場とし、ハイキングやキャンピングや、サインの追跡をしたり、観察、推理の訓練をするのは、どれもみな、心を精神に脱皮させる（幼虫を成虫にかえす）ための、ベーデン・パウエル方式なのです。

きみたちはスカウト訓練のなかで知らず知らず、それをやっているわけです。

これらは、結局、徳を養うための、準備運動、または助走路なのです。

さて徳を養いますとは、どんなことでしょうか？ つぎにおはなししましょう。

☆

☆

☆

☆



## 徳を養いますとは (一)

中 村 知

徳とは

ために、漢和辞典などで徳という字をひいてみると、たいていの辞典に

「他人の幸福をはかることを徳という」

と、出ています。

ベーデン・パウエル卿の「最後のメッセージ」の、おわり  
のほうに、

「けれども、幸福を得るほんとうの道は、他の人々に幸福  
を<sup>あた</sup>与えることによつて得られるものです」

と、あります。日本連盟発行の「スカウティング・フォア・  
ボーイズ」の四九三ページに出ているからごらん下さい。

幸福というものは、自分から、つかむもののように思いや  
すいですが、それは実は、ひとから与えられる場合が多い  
ものです。

人間からだけでなく、天地、自然から、植物や動物、鉱物  
までから受けています。すなわち、いろいろのものからのご  
恩をうけているので幸福を感じるのです。

むずかしくいうと、宇宙のエネルギーによって、もたらさ  
れる「めぐみ」なのです。

もし、そういう恵みやご恩を感じなかったり、感謝しな  
かったら、よろこび、という心がおこらないから、不平、不満で  
いっぱいになります。それは、不幸のもとです。

そういう人は、他人は不幸でもかまわない、自分さえ幸福になればいいのだ、と、いう考えになりやすい。その結果は争いがおこり、ますます不幸になるばかりです。

ここで考えかたをかえて、他の人々が幸福になるようにしてあげたとします。そうするとその人は、たいへんよろこびます。お礼をいうでしょう。すると、自分も、うれしくなり幸福になります。心が、はればれします。つまり、二人分の幸福が一度にうまれるわけです。こういうことを、一生かけてする人のことを徳のある人（有徳の人）といいます。

ベーデン・パウエル卿は、そういう有徳の人になりなさいと、教えたのです。

### 徳を養うには

これには、二つの方法があると思います。

みなさんは、これまでの夜話で、心をすこやかにする方法を学びましたね。で、その心のはたらきとして徳を養う方法があります。

いまひとつは、このまえ話した精神——この精神のはたら

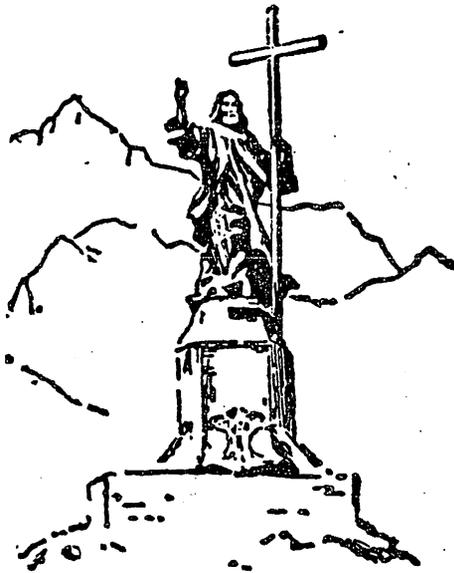
きとして徳を養うのです。

ただ、こういっただけでは、何のことかわからないでしょう。少し、むずかしいですね。それで、次に、わかりやすく説明しましょう。

心のはたらきによる方法は……

これは、初級、二級のスカウトの年齢の者に適した方法です。その土台はおきて（つまり心のおきどころおよびその方向）によるのです。すなわち心を

誠実に、忠節に、人の力になるように



友誼に、福儀に、礼切に  
従順に、快活に、質素に

勇敢に、純潔に、つつしみ深く

の方向に伸ばして信頼される人間になり、相手の人がきみの与える幸福を安心し喜んで受け入れてくれるよう、自分を育てるのです。そのことは、きみのからだの中に、徳の種子をまくことです。そういう強い体にしておく。

これは、心をすこやかにするということと一致します。が徳へとジャンプする助走路だともいえます。

この助走は、日々の善行というエネルギーによって、毎日毎日、練習できます。



時にスタートをきった人もいます……。進んでよいことをしますと、いつて、スタートしました。

組とか班とかいうグループも、こういう、心のはたらき

——徳への助走を練習するた

めの組織だともいえます。グループに、加わらない一人ぼっちでは、この練習をする相棒がないからできない……。

以上の方法は、だいたい、学校でしている道徳の時間のとき学ぶ方法と同じようなやりかたで、心——つまり道徳心を養い、そのはたらきによるものです。

わかったかな？

わかったとしても、これは、やさしいものではない。いざ実行となると、なかなか、むずかしいですね。なまけたり、よくない心にさそわれたりします。

だいたい、心というものは、前にもいったように、コロコロして、じつとしていないもので、おちつかないものです。迷うこともあります。いうことをきかないときもあります。暴走することもあります。

では、どうすればいいか？

心が成長して、精神という段階になって、もう、迷わなくなる日までまつほかないでしょう。

そのために、きみたちは、日々、成長しつつあるのです。そう考えませんか？



# 徳を養いますとは（最終回）

中 村 知

## 精神のはたらきによる方法

心と精神との、ちがいについてお話してきました。普通、この二つは同じもののようにいわれる場合が多いのですが、私は、よく考えると、それはちがうと思うのです。近ごろの哲学でもそういう見かたをしています。

心には、まだ、迷いがあつて、外からの刺激しげきに敗けることがあるが、精神には迷いが無い。この点が、いちばん大きなちがいです。

信念ということばがありますが、それと同じように思いま

となります。

他の動物には、信念とか信仰とかいう高度のものはありません。人間だけが、そういうはたらきをもつのです。ですから、人間に生まれた以上、ここまで到達とちたつするように自分を育てなければなりません。

そのためには、スカウトの教育が、たいへん役だつということ、私は信じます。

昔、二宮尊徳（金次郎、一七八六—一八五六年）という人がいました。この人が残した本の中に、次のような、よい夜話があります。

おふろのお湯があつたとき、水をうめるが、たいていの人

は、その水を自分のほうにかきよせます。それは、あやまりで、水を自分のほうとは反対に、むこうのほうに、おしやるのがよい。そうすると、水は、ふるおけのふちにあたって、はねかえってきます。その、はねかえってきたとき、お湯のかげんは、ちようどよい温度になるものです……と。

このお話には、次のような教えをふくむと思います。

人間は、欲ばりだから、なんでもかんでも自分のほうにかきよせるくせがある。それで、よい気持ちになれるかという、なかなか、なれない。そのために苦しんでいる。それとは反対に、ひとのほうへあたえるならば、それは、はねかえって自分のほうへもどってくる。そのとき、ああ、いい気



もちだなあ……と、満足できる、と。

みなさん、どう思いますか？

私は、さきに記したベーデン・パウエル卿の「さいご最期のメッセージ」に書かれた「ほんとうの幸福とは他人の幸福をはかること」という説明と、まったく同じだと思っています。

ベーデン・パウエル卿も、やはり、心を育てて精神にまで発展させた人であります。この場合、キリスト教の信仰が、大きなエネルギーとなって、この発展にはたらいたのだ、ということです。

### 信仰ということ

きみたち、若いスカウトには信仰ということは、むずかしいかもしれませんが、今は、わからなくても、一級スカウトになる年令になると、だんだん、考えるようになるでしょう。

私は、信仰とは、宇宙の大エネルギーを感じ、それがはたらくことを信じ、その力がわが体と心に宿って生命となっていくことを感謝し、生きがいのある人生を送りたい、という発見をする、それが信仰の人口であると思っています。

人それぞれに、考えかたもちがうし、何を信仰するかも、さまざまです。これを、信仰の自由といいます。

### スカウトは 信仰をもつよう

スカウトイングは、ベーデン・パウエル卿の信仰から芽を出した人道主義の運動であります。彼の信仰は、キリスト教の信仰だったのですが、一九二四年のコペンハーゲンの宣言書によって、キリスト教に限らず、どのような宗教にもスカウトイングはあてはまること、そして、それぞれの信仰を強め

こそすれ弱めるものではない、と、決議されました。

それで、日本連盟の規約第十四条にも

「本連盟は凡ての加盟員が、それぞれ、明確なる信仰をもつことを奨励する」

とさだめてあります。

これは、ちかいの第一に

「神（または仏）と国とに誠を尽し」と、あることから、当然、そうなるわけです。

私は、宇宙エネルギーということばで説明しましたが、神も仏も、そのはたらきにおいては、宇宙エネルギーと同じものと考えています。

### 徳は 信仰から

ひとの幸福になるようにする、と、いうと、自分は損をするような気がするでしょう。そう考えるのは、まだ、精神の段階にまで発育していない心の迷いです。利己主義というものです。さきにのべた、はねかえりという原理を知らない状態です。この原理がわからないあいだは、徳ということも、わからないのです。

電波でも音波でも光波でも、みな、はねかえるものです。エネルギーはみな、はねかえるのです。これを、うたがうことはできません。絶対のもので、真理です。

神とか仏とかいうものは、その絶対のものを、あがめて、そう名づけたのです。したがって神仏は、徳の本源なのです。神徳とか仏徳ということばがある……。



人間が、神、仏と一体になったような（一体になれるといわれるけど、なかなか、なれないが）気がするときに、損も得もない、そんなものに迷わない姿勢になる。それが、精神であり信仰であると考えます。

そう考えると、徳というものは、自分をすてた、つつしみぶかい人、つまり、信仰をもった人にならないと、できないことになります。おきて第十二は、それです。

さみたちは、まだ若いから、そこまでいっていない。いまは、そういう精神を養いつつある段階です。徳を養う段階にいる。それを、もうひとつ、いいかえると信仰を養いつつある段階ということになります。

### おかえしのはねかえり

けっきょく徳とは

宇宙の大エネルギー、大自然の生命力、神、仏、そして国、世界、先祖、父母、先生、友人、時としては未知の人、動植物などからのめぐみに感謝しておかえしとして、他の人々が幸福になるようなことをする。そしてそのはねかえ

りのよろこびをいただいて感激し、自分をささげる。これが奉仕なのです。

エネルギー不滅のはたらきを信じ、それに日常生活のルールを見い出すのです。

信仰をもつならば、この、自分から出るエネルギーを、いっそう強くするでしょう。

こう考えると人間は徳の蓄電池のようですね。

ただ注意すべき点は、少しの損をして、えさをあたえればはねかえって、大きな獲物が、もうかる、というような、打算的、物質的、功利的な考え方で、それは精神の幸福にはなりません。徳とは、ちがうのです。ドク（毒）です。

ベーデン・パウエル卿が善行のことを、おかえしといい、

日々の善行 Daily good turn（日々の善きおかえし）という新語をつくって世人をおどろかせた話は有名です。ターン（turn）とは、水泳競技のターンと同じです。世人は

「ボーイスカウトは、毎日トンボガエリをするのか……」と、びっくりしたそうです。

これで、長かった、ちかについての夜話を、おわります。おやすみなさい。

## 参考資料

### 現在のおきて

1. スカウトは 誠実である
2. スカウトは 友情にあつい
3. スカウトは 礼儀正しい
4. スカウトは 親切である
5. スカウトは 快活である
6. スカウトは 質素である
7. スカウトは 勇敢である
8. スカウトは 感謝の心をもつ

### 戦前のちかい・おきて

#### 宣誓

私は神聖なる信仰に基づき

名誉にかけて次の三条を誓います

- 一、神明を尊び皇室を敬います
- 一、人の為、世の為、国の為に尽くします
- 一、少年団のおきてを守ります

#### おきて

- 一、健児は 忠孝を励む
- 二、健児は 公明正大、名節を生命とする
- 三、健児は 有為、世を益することを務めとする
- 四、健児は 互いに兄弟、総ての人を友とする
- 五、健児は 常に親切、動植物を愛する
- 六、健児は 長上に信頼し、団各長に服従する
- 七、健児は 快活、笑って困難に当たる
- 八、健児は 恭謙、礼儀正しい
- 九、健児は 勤儉質素である

### 以前のおきて

1. スカウトは 誠実である
2. スカウトは 忠節をつくす
3. スカウトは 人の力になる
4. スカウトは 友誼(ゆうぎ)に厚い
5. スカウトは 礼儀正しい
6. スカウトは 親切である
7. スカウトは 従順である
8. スカウトは 快活である
9. スカウトは 質素である
10. スカウトは 勇敢である
11. スカウトは 純潔である
12. スカウトは つつしみ深い

(この夜話が書かれた頃は、

この「おきて」であった)

- 十、健児は 心身共に清い

②

当用漢字・新かなづかいを使用した。