

中等修身教科書 卷一

K220.1
22
1.

K220.1

22

1

文學博士桑木嚴翼著

中等修身教科書卷一

明治圖書株式會社發兌

朕惟フニ我方皇祖聖宗肇興
 德ヲ樹ツルコトニシテ世々厥ノ美ヲ濟セル
 臣民克ク忠ニ克

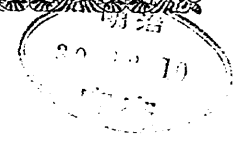
ク孝ニ億兆心ヲ一ニシテ世々厥ノ美ヲ濟セル
 ハ此レ我カ國體ノ精華ニシテ教育ノ淵源亦實
 ニ此ニ存ス爾臣民父母ニ孝ニ兄弟ニ友ニ夫婦
 相和シ朋友相信シ恭儉己レヲ持シ博愛衆ニ及
 ホシ學ヲ修メ業ヲ習ヒ以テ智能ヲ啓發シ德器
 ヲ成就シ進テ公益ヲ廣メ世務ヲ開キ常ニ國憲
 ヲ重シ國法ニ遵ヒ一旦緩急アレハ義勇公ニ奉

シ以テ天壤無窮ノ皇運ヲ扶翼スヘシ是ノ如キ
 ハ獨リ朕カ忠良ノ臣民タルノミナラス又以テ
 爾祖先ノ遺風ヲ顯彰スルニ足ラン

斯ノ道ハ實ニ我カ皇祖皇宗ノ遺訓ニシテ子孫
 臣民ノ俱ニ遵守スヘキ所之ヲ古今ニ通シテ謬
 ラス之ヲ中外ニ施シテ悖ラス朕爾臣民ト俱ニ
 拳々服膺シテ咸其德ヲ一ニセンコトヲ庶幾フ

明治二十三年十月三十日

御名 御璽



例言

一、本書の結構は中學校教授要目に基きて、間々私意を加へ中學校修身科の教科用書として、適當なる範圍内に説明を施したるものなり。

一、本書各卷は各學年に配當する如く編述せり、即ち第一卷及び第二卷は人倫道德に關する一般の説明にして、第一學年及び第二學年に課すべく、第三卷及び第四卷は同一事項をや、組織的に説明せるものにして、第三學年及び第四學年に課すべく、第五卷は倫理學の大要を述べて第五學年に課すべきものとす。

一、本書は全く抽象的の説明に止めて、具體的の事例を省略し、講述の際時宜に適するものを撰擇するの餘地を存せり。

一、本書の章節は、大體一學年の時間に應ずる如く分割し、而して各章節の聯結に意を用ゐ、修身上の知識を整合せんことを圖れるも、時によりては適宜に合併分離して講述するの要あるべし。

明治三十九年十一月

著 者 識

中 等 修身教科書 卷一 目次

第一章 生徒の心得

第一節 生徒の本分……………一

第二節 學校に對する心得……………三

第三節 教師に對する心得……………六

第二章 修學に關する心得

第一節 立志……………八

第二節 專心……………二

第三節 勉強……………三

第四節	忍耐	二六
第五節	進取	二八
第六節	興味	三〇
第三章 衛生に關する心得		
第一節	健康	三三
第二節	飲食	三六
第三節	飲食(續)	三八
第四節	運動	四〇
第五節	清潔	四三
第六節	休息	四五

第四章 起居動作に關する心得

第七節	鍛練	五九
第八節	遊戲	六一
第四章 起居動作に關する心得		
第一節	言語	六四
第二節	容儀	六四
第三節	禮儀	六九
第四節	規律	七〇
第五節	秩序	七五
第六節	慎重	七五
第七節	快活	七八

第八節 娛樂……………六

第五章 朋友に對する心得

第一節 朋友……………六

第二節 朋友(續)……………七

第三節 信義……………七

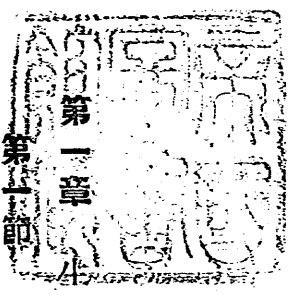
第四節 親愛……………七

第五節 協力……………七

卷一目次終

中等修身教科書卷一

文學博士 桑木嚴翼著



第一章 生徒の心得
第一節 生徒の本分

中等教育は、社會の中流以上に位する有爲有用の人物を養成するを、目的とするものなれば、已に初等教育を了へ、進んで中學の門に入れるものは、その心して學業にはげみ、他日成業の曉には、家の

中學生徒の位置

中學生徒の
重任

ため、國のために、大に盡すの覺悟をかるべからず。況して、世の少年の多くは、はやく實務につき、父母を扶けて、衣食の計をなさざるべからざるに反し、衣食の憂はなく、身體健にして、中學生徒となれるものは、その幸福なる境遇にあるを知ると共に、従つて報ゆべき責任の益、重大なることを、深く感銘せざるべからず。

中學生徒の
本分

されば、苟も中學生徒たるものは、常に能く校則を守り、教訓に遵ひ、學友互に扶け、智を磨き、徳を修めて、善良なる生徒となるに心かくべき事を、一日

も忘るべからず。これ中學生徒の本分にして、やがては中流社會に立ちて、有爲有用の人物となり得る基なり。かくて入學の目的は達せるものと謂ふべく、又以て師父の志をなし、その鴻恩に報ゆるものと謂ふべし。

校則

第二節 學校に對する心得

生徒の本分を盡さんために、まづ心得べきは、校則を守る事なり。校則は、生徒として守るべき道を掲げ示し、以てその行狀を一樣に規則正しく、かつ

善良なるやうに導かんとて、設けられたるものなれば、これに従ふは、即ち己の道を行くものと心得て、學友互に戒め、苟にもこれを破り、これに背く行あるべからず。加之規則をよく守る事は、善良なる習慣を養成する本なれば、既に生徒として、校則に違ひ、學校を重んぜざるものは、出でては、國法に背き、國家を重んぜざるものとなるやも測るべからず。あに思はざるべけんや。

學校は、恰も第二の家庭の如く、日々に一堂に會して、相敬し相親み、共に學び、共に遊ぶ所なれば、學

愛校の心

校を愛するは、猶我が家を愛するが如く、學校の評判は我が家、我が身の上の如く思ひて、校則は必ず心よりこれに従ひ、學友互に戒め、善良なる校風を作るに心がけざるべからず。

己が學校の事を、あしざまに人に語り、又は相謀りて反抗するが如き、或は又校舎器具機械を破損し、樹木を折り、校庭を汚すが如きは、生徒としてあるまじき行なり。只能く能く愛校の念を以て、校命に従ひ、校則を守り、學友相戒め、皆悉く善良なる生徒となり、完善完美の學校となすの心掛をかるべ

からず。これ實に生徒たるもの、道にあらずや。

師恩

第三節 教師に對する心得

父母は家庭に於ける教師なるが如く、教師は學校に於ける父母なりと謂ふべし。教師が生徒に對することは、猶我が子に於けるが如く、その智徳を進めて善良ならしめんとて、日夜心身を勞するものなれば、生徒たるものは、師に事ふること、猶父母に於けるが如く、これを敬しこれに従ひ、一日も師の大恩を忘るべからず。

尊敬と服従

教場に在つては、學業にはげみ、解せざる所あれば、質問してその教を受け、尋ねらるゝ所あれば、明確に答辯して、つとめて師の教導を受くべし。然れども、常に尊敬の念と服従の心とを以て、姿勢を正して應對し、決して體を崩して師を侮り、或は師に反抗して、以て教場の神聖を汚す等の言行あるべからず。これ子弟の禮を缺くの罪、淺からざるものなり。又教場外にありても、師おますも、おまさざるも、子弟の分を能く守りて、決して無禮の言行あることなく、その受けたる教訓には、固く服して、日々

師恩に報ゆる道

身に實行し、以て善良なる生徒となるに心がくべし。かくの如きは、實に亦師の切に望む所なり。
されば、智を磨き徳を修めて、善良なる生徒となり、他日有爲の人物となる基をなすは、生徒の本分にして、又實に師恩に報ゆる最上唯一の道なり。この故に、卒業の後と雖も、この鴻恩を心に記して、末長く忘るゝことあるべからず。

第二章 修學に關する心得

第一節 立志

立志の要

志立たざるの弊

進んで中學に入り、學を修めんとするものは、必ず心の向ふ所を定めざるべからず。譬へば猶矢を射んには、的を定むべく、道を行かんには、行先きを定めざるべからざるが如し。これを立志と謂ふ。
己は、いかなる人となり、いかなる業に就くべきかの心も定まらず、單に流行を追ひ、或は一時の感情に任せて、學を修めんとするが如きは、あてどなく歩み、的なく射るが如し。遂に過を起すの本となりて、修學も畢竟徒勞に屬すべし。かの徒に諸方に轉學し、或は成業半にして濫りに廢學し、志す所屢

迷ひて遂に一生を過つもの、如きはもと立志堅く明ならざるが故なり。これを薄志弱行の徒と謂ふ。あに深く省みざるべけんや。されば、苟も進んで學を修めんとするものは、必ず心の向ふ所を定めて、學業大成の決心をかるべからず。

されど、志を定めんには、知識あり經驗に富む父兄先輩に謀りて、熟考の後に、これを決すべし。齡足らず、經驗乏しき少年の、濫りに獨ぎめにすべからざる事なり。只一旦志を決したる以上は、堅忍不拔飽くまでこれを貫くの覺悟をかるべからず。これ

立志の用意

を眞の立志と謂ふ、即ち成業の大本なり。この故に古人も言へり、志立てば、學半なると。

第二節 専心

専心

一度志を立て、學を修め業を習はんとするものは、専心一意、學課に勵み、身體を鍛へ、その目的を達するに心がくべし。

専心の本義

例へば、英語を學ぶ時は英語に専心し、數學を學ぶ時は數學に専心し、かの時にこれを思ひ、この時に彼れを想ふ等の事あるべからず。教場にありて

は静肅に勤勉し、運動場にありては活潑に運動し、運動すべきに因循し、書見すべきに放心するが如き事あるべからず。總じて、なすべき時、なすべき處に、全心を注ぎて、なすべき事を必ずなして、決して餘事に心を奪はるべからず。これ専心の本義にして、成業の秘訣なり。

倦怠と放心

かの常に氣倦みて、何事にも心至らず、書を見て學ぶに心なく、庭に出て遊ぶに心なく、或は常に何事にも氣散り心放れて、精しからざるが如きは、共に成業の道にあらず。諺に曰ふ、心こゝにあらざれば、見れども見えず、聞けどもきこえず、食へどもその味を知らずと。又曰く、二兎を追ふものは、一兎を得ずと。この事を謂ふなり。一は常に注意足らず、他は常に注意惑へるなり。共に専心の義を得たるものに非ず。志を立つるもの、あにかゝる愚を學ぶべけんや。

第三節 勉強

それ、歲月は流るゝが如く、少年は復び來らず、一日學ばざれば、一日の損なり。已に志を立て學に專

勉強の要

勉強の法

らならんとするものは、必ず亦勉強するを要す。一步も止まざれば千里に達すべく、雨滴も断えざれば石を穿つべし。勉強努むるに於て、何事か成らざるべき。知と不知とは、多くはつとむと、つとめざるに由つて分たる。怠惰にして成業するものありとは、いまだ嘗て聞かざる所なり。

この故に、日々の課業は怠らず、規則正しく修了し、不明なる所は師に質してこれを去り、師の試問は必ずこれに答へて、濫りに、能はずと言はぬやう、心がくべし。かく言ふは、不勉強の證明となるのみ

過度の勉強

ならず、又男子の恥づべき所にあらずや。

されど、勉強も度を過ぐれば、身體に害ある故に、餘りにあせりて、度外になさざるを可とす。宜しく日課は必ず勉強めて、急がず弛まず、不斷に進み行くべし。これを眞の勉強と謂ふ。平常は怠りて、試験前にのみ、過度に勉強するが如きは、譬へば、盜を捕へて後に繩をなふが如し。効果覺束なきのみならず、屢、身體を害ふ事あり。慎まざるべからず。

自負

又或は才を恃んで自ら負ひ、日課を等閑にするが如きも、嘉すべき事にあらず。名刀も用ゐずんば

錆を生じ、才力も勵まざれば廢る事あらん。かの兎も龜に負くるの諺あるにあらずや。省みざるべからず。

第四節 忍耐

忍耐の意義

古語に曰ふ、「艱難汝を玉にす」と。これ忍耐の功を謂ふに外ならず。忍耐とは、自己の目的本分のためには、如何なる困難不便をも耐へ忍びて、決して意を枉げ、逸きに就かざるを言ふ。大丈夫には必ず備はらざるべからざる精神なり。

忍耐の要

想へ、一日の旅に於てさへ、若干の不便と困難とはあるものを、況して、我が一生の旅路に於て、幾多の困難災厄の生ずべきは、言ふまでもなし。然るを一難毎にこれを避けて、道を左右にせんか、何れの日にか目的地に達し得べき。志を高きに立つるもの、須らくその用意と修養とをなかるべからず。

薄志弱行

入學より卒業までの幾年の間には、また多少の不便、困難は起るべし。或は風雪、或は大雨、その他、天然人事の數多き故障と不幸とあらん。しかもこれが爲に氣挫け意衰へて、業を休み學を廢するが如

鍛錬

きは、勇氣あり忍耐心あるものと言ふべからず。これ薄志弱行の徒にあらずや。

されば、我が志す目的のためには、かゝる困難不便は、少しも意とせず、一難毎に志を固うし、一災毎に意を強うし、以て中學の課程を了ふると共に、意志強固なる性格を鍛へ得て、他日百難に耐ふるの人物たらざるべからず。これ眞に艱難汝を玉にするものにあらずや。

第五節 進取

進取の氣象

志を立て、專一に勉強し、いかなる困難にも耐へ忍び、その目的を達せんとするものは、必ず亦進取の氣象あるを要す。日進月歩は世の狀態なれば、日に氣を新にし、意を旺にして、向上進歩せざれば、忽ち時世に後るゝに至るべし。

進まざるは退くなり

譬へば、並び馳する二の汽車あり。一の尙進むに、他は止まらば、その進まざるは、即ち退くにも似たらん。學業亦これと同じ。只過去を顧みて徒に固守するのみにて、更に進んで研學止まざるの元氣をくれば、劣者は益々劣り、優者もやがて劣りて、遂には

その舊位地をも保ちがたく、遂に人後に落ちて、再び立つべからざるに至らん。これ進まん程の心なきものは、また守るにも堪へ得ざればなり。

小成に安んずべからざること

されば、知識に於ても品性に於ても、日々に進歩發達し、決して卑きを尋ね、陋しきを見ては、己をなぞらへ比べ、かくて自ら甘んじ侮り、元氣なく向上心なく、碌々として小成に安んずるが如き事あるべからず。自ら侮れば、人亦必ず侮る。これ自重心あり進取の氣象あるものと言ふべからず。

それ、世は活動と知れ、進まざれば則ち退くなり。彼れも人なり、我れも人なり。男子世に生れて志を有するもの、あに長へに努め進まざるべけんや。

興味と上達

第六節 興味

凡そ何事も興味を持ちて、樂し面白しと思ひてなせば、その上達は著しかるべし。好きこそ物の上手なれ」と言ふ諺もあり。故に面白き遊戯には、人直ちに熟達し、面白からず思へる事には、中々に上達せず。これ一は従つて熱心となり、他は従つて不熱心となればなり。されば學業もこれを樂しく思ひ

て、勉強するに至れば、その上達は期して待つべきなり。學問に興味なきものは、必ず不熱心になりて勉強せず、勉強せざれば更に益、學問の興味を失ひ、やがては、これを苦痛となすに至り、到頭學事成らざるの人となる。さるを、學問に興味あるものは、益、熱心に勉強す、而して熱心に勉強すればこそ、従つて愈、その面白味を覺えて、遂に大に上達するに至るなれ。

故に、學問に興味を持ち、我が智を磨き、我が徳を修むる事を、樂しと思ひて、勵み進み行くは、また學

學問の興味

業大成の行路なり。古人は言へり、天下讀書の樂に若くものなしと。單に快樂のためとして見るも、然るものを、況して、同時にその上達を得るに於てをや。學問に興味を有する事は、學業を上達せしむる所以にして、亦趣味を高尙にする所以なり。

第三章 衛生に關する心得

第一節 健康

夫れ、健康は萬事の母なり。身體健なれば、我が知識・藝能は能ふ限りに、用ゐ得べく、又いかなる艱難

健康の必要

辛苦をも耐へ忍びて、その目的に勇み進む事を得べし、然るに身體健ならざれば、少しの困難にも耐へがたく、進んで事をなし得ざるは勿論、退いてはその才藝も用ゐるに處なかるべし、健と不健とは、實に幸不幸の別るゝ所以なりと知るべし、殊にかの常に病床に呻吟し、藥餌に親み、一切の希望を廢して、空しく一生を了るが如きは、實に人生の一大不幸なり。

不健康の損
失

不健康は、常に身體の衰弱を來すのみならず、必ず精神も衰へ勞れて、快活なる元氣を失ひ、幽鬱に

して神經過敏となり、只徒に思ひ煩ふこと多くして、靜思深考する事は難く、心或は亂れ、或は偏して、中正健全の思想に遠かるに至るものなり。これ亦實に悲むべき事にあらずや。こゝに於てか、語あり、「健全なる精神は、健全なる身體に宿る」と。

攝生

此の故に、健康は萬事の基、人生の至寶と心得て、常に攝生怠りなかるべし。殊に少年は發育盛にして、變化著しきものなれば、不健康者が注意すべきは勿論、健康者なりとて、身體を粗末にして、衛生の道に背き、望ある身を空うするが如き事、決してあ

るべからず。實に攝生の道をよく守るは、成業の第一歩にして、家のため國のために、他日の重任を負ひ得る基なり。

第二節 飲食

節制

健康を圖るために、まづ第一に注意すべきは、飲食の節制にあり。飲食は身體を保存發育せしむる所以なれば、一日も缺くべからざるものなれど、その度を失する時は、却って健康を害ふ事あり。されば、飲食の慾を節制して適度ならしむるは、健康を

増進する道と知るべし。

飲食に對する誤解

昔、或は只管に制慾を以て、貴しとなしたるものあれど、必ずしも正しき事にあらず。要は、只我が身に適するにあり。その量は必ずしも多きを可しとせず、さりとて少きも可ならず。その質は必ずしも美味なるを要せず、さりとて、又不味なるも可ならず。要は、己が胃量に適して、滋養に富み、消化能く、味も佳きを可となす。又その時は一定になして、濫りに間食する事なきを道とす。

かの飢渴に由り、嗜好に任せて、暴飲暴食し、或は

不節制の害

時を計らず、間食するが如きは、營養機能を害して、不測の禍を招く基なり。世間多くの胃腸患者は、大概皆この故なり。殊に胃腸を病めば、身體必ず瘦せ衰へて、餘病を起す原因となる故に、心あるものは、必ず口腹の慾を節せざるべからず。

第三節 飲食（續）

飲酒喫煙の害

飲食の内、殊に慎むべきは、飲酒と喫煙となり。飲酒及び喫煙は、既に校則の禁ずる所なるが如く、心身に及ぼす害毒恐しきものなれば、つとめてこれ

を避くべきなり。是等は腦を刺激し、神經を麻痺せしめて、頭腦の明敏を缺くの原因となるのみならず、その中毒のためには、屢重患を起す事あり。加之、酒に溺れては、是非を辨ぜず、前後を知らず、ために過失・罪惡の本をなす事夥し。況んや酒煙草の荒飲の結果は、禍を子孫に遺傳して、許多の疾病の基をなすことあるを知らば、洵に慎まざるべけんや。

飲酒喫煙は、誰れしも最初より嗜むにはあらねど、何時となく、人の口にのせられて、その風を模倣し、やがて度重りて習慣を作り、遂に滔々として所

初を慎むべきこと

謂飲酒家・喫煙家と成り了るなり。これ皆所謂生意氣のためならざるはなし。しかも一度陋癖に染めば、容易に去り難く、いたく害毒を感じるに及びても、又自ら如何ともなしがたし。されば少年いまだこの陋習を知らざるものは、深く慎み恐れて、苟にも生意氣をもて、これを模倣すべからず。

第四節 運動

飲食の攝生と共に、健康に必要なは、適宜の運動にあり。運動は身體の各部を充分に活かしめて、

運動の效

一様に發達せしむる效あり。しかも殊に發育盛なる少年に於ては、その效著しきものなれば、勉學と共に、一日も廢すべからざる事なり。加之、常に適度に運動する時は、心氣自ら輕快にして、元氣何となく充ち溢れ、又翻つては心よく勉學する事も得べし。かくて心身共に圓滿なる男子たる事を得ん。

かの或は胃腸を病み、或は肺を犯され、或は身體薄弱にして、顔色蒼然、元氣常に銷沈せるもの、如きは、素より體質の然らしむるによる事あらんも、又多くはこゝに意を用ゐざるがためなり。抑も養

運動不足の害

運動過度の害

生は單に口腹を養ふのみにあらず、全身の機能を活潑ならしめては、いかでか強健なる事を得べき。されど、運動も度に過ぎて耽る時は、心臓その他疾病を起すことあり。さなくも身體餘りに疲れて、勉學の時を失ひ、自然にこれを疎んじ遠かり、遂には得る所、只運動家の名なるのみに至る。これ運動の弊に走れるものなり。省みざるべからず。

運動の法及び種類

故に、運動も一定の時を限りて、規則正しく行ひ、その種類は、人々の嗜好もあるべけれど、なるべくは、萬遍なく體の各部を活かしめ、兼ねては共同の念を助長し、勇氣を鼓舞するが如きものを撰ぶべし。

清潔の要

第五節 清潔

疾病は、飲食の不注意、又は運動の不足等より來る事多しと雖も、亦不清潔より來る事も尠からず。殊に傳染流行病の如きを著しとなす。住居も衣服も身體も不潔なれば、身體の代謝機能を妨げて、病内にこもるは勿論、微菌は機に乗じて犯し來り、不測の疾病を醸す事あり。注意せざるべからず。

身體衣服等の清潔

身體は常に怠りなく入浴するか、或は水にて拭ひて清潔に保ち、汗ばみ汚れたる體を、その儘にすておくべからず。その他、耳、目、口、鼻等の各機關、爪、頭髪等も、注意して塵垢等の滯る様になしおくべからず。衣服特に襯衣等は、折節着更へて、汗ばみ汚れたるを、久しく用ゐるべからず。さりとして、常に新しく華美なるを用ゐるを要せず。只能く洗濯して清潔となれるものを用ゐるべし。華美と清潔とは、別事なり。華美は生徒の分にあらず、注意すべし。

住居の清潔

うし、充分に採光換氣の法をとるべし。又寢具の如きは、時々日光に曝らして、常に清らかになしおくべし。又學校も己が住居なれば、その心して互に汚さざるやう注意すべし。

清潔の餘效

總じて、清潔は衛生に宜しきは勿論、心持も甚だ宜しく、不潔は衛生に害ある上に、頗る不快のものなれば、萬事を清潔にするは、衛生上のみならず、又社交上にも必要の事なり。

第六節 休息

休息の要

人の精神身體の力には、一定の限りあれば、勉學或は運動に、心身を使役したる後には、必ず一定の休息を要す。その能力の限度を超えて、強ひてこれを用ゐれば、必ず、腦を痛め、身を害ふに至る。

勉強も運動も、長時間に過ぐる事なく、時々適宜に休みて、心身を息め、而る後再びこれを續くべし。しかも一日の裡、一定の適度あれば、その度に過ぎてなせば、心身を害するは勿論、讀書も心に入らず、運動も快味なく、なすは猶なさざるが如くなるべし。殊に睡眠は、休息の重要なものにして、晝間の

睡眠

休息の誤用

心身の疲勞は、全くこの間に恢復せられ、腦髓は靜に養はれ、四肢五體は充分に伸び息み、明日の清明なる頭腦と、元氣ある體力とを與ふるものなれば、睡眠不足の患なきやう、充分眠るべし。かの深夜讀書に熱し、或は娛樂に耽りて、睡眠不足のため、頭腦を痛ましむるが如きは、遂に神經衰弱症を起す大原因なれば、深く注意せざるべからず。

然れど、徒に口を休養にかりて、休息を恣にし、睡眠を貪りて、安逸に耽り、惰容をなすが如きは、決して眞に休息の何たるかを解するものにあらず。

鍛練の要

第七節 鍛練

健康を圖らんとために、意を養生に用ゐるは可なるも、注意これに過ぎて、常に疾病ならん事をのみ恐れ煩ひ、只豫防・保護にのみ忙しく、進んで身體の鍛練を圖らざるが如きは、却つて健康を増進する道にあらず。譬へば、室咲きの花は脆きが如し。

庇護に過ぐるの不可

些少の寒さ暑さにも、或は火を擁し、或は涼を追ひ、又は風を厭ひ雨を嫌ひて、庇護保養至らざるなきが如きは、肌膚を只薄弱にするばかりにして、遂

鍛練と習慣

には、習慣性をなして、少しの寒暑にも犯され易き羸弱の身とならん。かくの如くにして、いかでか他日の困難に耐へ得る大丈夫たり得ん。

元氣盛なる少年は、養生の道を慎むと共に、又寒暑苦難に對して、容易に犯され難き體質となるやうに、鍛練せざるべからず。鍛練は固より一時に出來得る事にあらず。漸を追ひて習慣を養ふによりて、成し得るものなれば、酷暑・嚴寒に對しては、初夏・初冬より、他日の大困難に對しては、今日の小困難より心掛けて、鍛練の效を積むべし。冷水浴或は冷

水摩擦、或は各部の筋肉を活かす運動をはげみて、皮膚、筋骨を鍛へ、艱難に耐へ得る身體となるべし。かの涼を追ひて、濫りに惰眠を貪り、或は早く衣を重ね、襟巻をするが如きは、老衰者の事なり。

第八節 遊戯

遊戯と遊戯

遊戯とは、特に自己に興味ある運動にして、身體の發育とかねて、心の愉快を覺えしめ、以て自然に精神の疲勞をも、恢復せしむる效ある類をいふ。

遊戯の效用

運動は、健康のために、一日も廢すべからざるも

のなるも、これを面白しと思ふ心なくして、強ひてつとむれば、氣力を勞する事多きが故に、面白しと思ひて、なすものよりも、その效劣れりといふべし。勉學も興味を持ってば、その效著しきが如く、運動も面白く思ひ、遊戯としてこれをなせば、その心身を補益すること、洵に尠からざるべし。固より健康のためには、嗜好を持たぬ運動とても、つとめてなさざるべからざるも、なるべくは、これを面白しと思ひてなすやうにすべし。これ心に面白くして、身體の運動となり得る遊戯は、勿論健康に益あるのみ

ならず、又精神の疲勞をも、自然に癒す效あるものなれば、宜しく遊戯の間に、快樂と運動とをかねて、心身の休養發達をはかるべきなり。

第四章 起居動作に關する心得

第一節 言語

言語の大切なること

言語は、人の思想感情を傳ふる主要の方法なれば、常に明確に語り、靜に述べて、他人に誤解なからしむるやう、注意すべし。言語明確ならざれば、己れの思想感情を、明瞭に他人に通ずることかたたく、語

調靜平ならざれば、同一語も異様に誤解せられ、自他に禍を招く事あり。

虚言妄語

又特に慎むべきは、虚言妄語なり。虚構の言を弄して、人を迷はし、傲慢の語を吐きて、人を侮るが如きは、聞くものをして、不快の念を懷かしむるのみならず、又己の人柄の卑きも見透さるゝに至るものにて、恥づべき次第なり。

多辯寡黙

その他、或はせわしく、或はまだるく、或は激するが如く、或は媚ぶるが如き、又は多辯なるも寡黙なるも、共に中正の言ひ振りにあらず。言ふべき時は、

言語と品性

臆する事なく語り、黙すべき時に、堅く口を緘づるは、勿論の儀なれど、只常に多辯、常に寡黙なるは、當を得たるものにあらず。尤も言語は人の種々の感情につれ、又はその人品に従つて、色々に言ひなせるものなれば、只言語のみ、正しく品ある様にはなし難き事なれど、なるべく自ら省みて、その用語を正しうすべし。しかも更に猛省して、その品性より修養し來れば、一段の進歩は容易の事なり。

第二節 容儀

容儀と人品

言語がその人柄を表はすが如く、容儀も以てその品定めをなすに足るものなれば、事外形に屬すとはいへど、亦慎むべき事なり。殊に服装は常に我を包むものなるが故に、自ら装へる體容に應じて、何時か己の精神も似通ふに至るものなれば、尙更に注意すべきことなり。

容儀に就きての弊風

時の流行を追ひて、邊幅を飾り、華美事とするが如きは、心も形に似せて、輕薄遊惰の人たるを示し、又故らに、敝衣、破帽、髮を亂し、脛を顯はして、大道を濶歩するが如きも、その氣一見壯なるには似たれ

ども、又一種誇張の心見え透きて卑しむべし。俱にこれ形のため、に心役せられて、體容をつくらふに、氣を致すの過ぎたるものなり。

要は、人々地位身分、又は年齢に依りて、各相應の容儀あれば、學生は學生としての分に相應なるやうに、質素にして清潔なる装をなすべし。かくて又その心端正にして、純白なるにもふさはしからん。

學生の容儀

第三節 禮儀

禮儀の用

これ、百金も足を以てこれに投ずれば、賤夫も怒

るべく、靴を拾はんにも、禮を以てこれに求むれば、貴人も肯ずべし。これ一は禮を以てし、他は禮を以てせざるが故なり。禮儀は人々互に尊敬する心を、言語動作に表はすものなれば、互に譲り合ひて、一致和親するを得る所以なり。故に曰く、禮の用は和を貴しとなすと。

かく、禮あるとなきとは、人の感情を或は和げ、或は害ひ、自他の和親調和に大影響あり、かつはその心根の程も、推し測らるゝものなれば、己が言語動作は、充分慎みて忽にすべからず。

非禮

粗暴の言語舉動もて長上に逆ひ、或は弱少を虐ぐる等は、人の尊きを思はざる無禮の甚しきものなり。さりとして、只他人長上に媚び諂ひ、その意を迎ふるに急なるも、眞の禮法にあらず。これ自らを卑うし、又人をも詐るものなり。

禮儀の養成

かく、禮儀は一見形式に過ぎざる如く見ゆれど、元來は、人の尊さ愛しさを思ふ眞情の、自ら發してなせる體容なれば、まづ己の心を端正にして實義あるやう、人たるの禮儀を盡すべし。尙禮儀は習慣と相まつものなれば、殊に少年の内より能くわき

まふべし。かくて他日、起居動作、自然に禮に適ひて、品位ある人物となるを得ん。

第四節 規律

規律の意義

規則に従つて事を行ひ、時間を正確に守りて、動作悉く法にかなひたるを、規律ありと言ふ。これ殊に多人數集りて、共同の事をなす場合には、最も必要なれば、規律は軍隊に於ては、大に重んずる所に於て、又學校に於ても、その生徒の規律正しかるべきは、一日も缺くべからざる事なり。

されば、規律ある動作は、一致和合に最も都合好く、人々その分を守りて、その責をつくすを得べし。教場に於て規律なければ、己が課業に専らなる能はざるばかりか、又他人に迷惑を及ぼし、運動場に於てこれなければ、自ら充分に身體を練る能はざるのみならず、他人の遊戯運動を妨害する事あるべし。家に居てこれなければ、家事澁滞し、人に交はりてこれなければ、屢約束を違背し、衣食住にこれなければ、健康を害ふべく、生徒として校則に違ひて、規律正しからざれば、成業の覺束なきはおろか、

規律の効果

学校の綱紀亦振肅せざるべし。これその本分を忘れたるの甚しきものならずや。

故に、規律あるは、一般共同の利益を増し、又時間の正確、専用、經濟等を來すものなれば、徒勞なく己の本分をつくし得べし。又かくて養ひ得たる善良なる習慣は、我が品性を高うする基とならん。

第五節 秩序

常規に適ひ、時を正しうして、規律ある様に、ふるまふべきは勿論、事には本末あり、物には大小あれ

秩序を重すべきこと

ば、更に秩序ある様に行動する事も、極めて肝要なり。宜しく、事物の緩急、輕重に従つて、その先後を正して行ひ、小にして輕く、末にして緩なるものを先きにする等の事あるべからず。秩序なければ混亂、錯誤あり、而して又必ず徒勞あるべければなり。

日々の課業の復習も、時間正しくなすは勿論、常にその緩急に従つて、秩序正しくこれを行ひ、好惡に任せて、縮りなくなすべからず、これ學を進むる道にあらず。又己の周圍の事物も、秩序正しく整頓し、己の所有物の所在をも知らぬが如き、亂雜の行

秩序と公德

状なかるべし。これ用を便ずる法にあらず。

或は多人數集れる時は、殊に意を用ゐて秩序を正しうし、先後各自に順次を守りて、決して混亂して先きを争ひ、人を排する等の事あるべからず、これ公德心の缺乏を示して、洵に見苦しき事なり。

秩序と習慣

秩序ある動作と習慣とは、親しき關係あれば、少年の時より、よく心を用ゐて、規律あり、かつ秩序ある動作を常にして、他日の善き習慣をなす基となすべし。かくて、規律あり秩序ある大國民は生れん。

第六節 慎重

慎重

何事にも軽卒ならず、慎み重んじて事に當るは、過なき所以なり。急いで、事を仕損ずるとか、急がば廻れと言ふは、皆慎重なるべきを勤むる諺なり。

軽卒不注意

軽卒なれば、思慮至らず、思慮至らざれば、必ず過起る。ざるを慎重なれば、思慮充分に用ゐるべく、思慮充分に用ゐれば、過生ずることもなかるべし。世間大概の過失、錯誤は事を視る事、軽卒不注意にして、自ら慎み重んじて、前後左右をはかり考へ、然る後に事に處せざればなり。而して後、悔ゆとも眞に

慎重と威儀

及ばざるは、臍を嚙むが如けん。洵に事に當りて、慎重ならざれば、大事も速了して甚しく誤解し、或は氣忙しく心落付かず、口吃り手迷ひて、何事も處するに道なき事あらん。生徒として慎重ならねば、誤つて校則を犯し、生徒の分を破る事あるべく、或は試験場に臨んでは、心譟ぎて答案を誤ることもあらん。

凡て、態度慎重ならざれば、智能綿密に活かずして、事を仕損ずること多く、又動もすれば、他人に禮を缺き、或は軽々しく見下げられて自然に威儀を

失ひ、遂には人の侮を受くるにも至るべし。故に古人も言へり、君子重からざれば威あらずと。

第七節 快活

快活の氣象

態度慎重なるべきは、かくの如しと言へど、心を用ゐる事過ぎて、却つて臆病となり、因循となり、幽鬱に陥り、快活を失ふに至るは、又嘉すべきことにあらず。これ慎重の一のみに拘泥して、その本義をも誤れるものなり。

因循姑息

何事にも因循姑息にして、言行活潑ならずば、事

に當つて常に迷多く、果斷決行の勇なし。かくて心も陰暗・幽鬱に陥りて、氣分何時も清明を缺き、人に對しては、氣劣りして進まず、又人これを見れば、不快の感情を起すべし。かくの如くして、事をなして他人に後るゝのみか、他人・社會よりは遠かりて、孤立の生活を送らざるべからざるに至らん。これ益、心身の憂鬱・衰弱を起す基なるべし。

舉動快活なるものは、その氣分も爽にして、事に當つて明察を得、果斷に富み、常に進取の氣象充ち溢れて、見るからに洵に頼母しきものなり。特に少

年は元氣盛にして、自然に快活の氣象にも適したれば、心常に潔くて、能く勤勉し、能く運動し、活潑進取の男子たるべし。かの因循・姑息、心閉ぢ形伸びざるが如きは、少年の事にあらず。

快活と慎重

されど、快活も、一面には慎重の態度と伴はねば、粗暴・輕卒に陥るべし。されば、心爽にかつ細に、行敏くして密なるこそ、眞に兩者をかねたるものと言ふべけれ。

第八節 娛樂

娛樂の要

長時間の間、業務にはげみて、氣疲れたる後に、何等かの娛樂を求むるは、人の自然の状態なり。されば、娛樂も、適宜の時には、心を慰め、疲勞を癒すものとして、必要の事なり。されど、樂しきに任せて、常に終日これにのみ耽るが如きは、宜しからず。これ業務を妨げ、時間を空費し、かつ怠惰の氣風を長ずるに過ぎざればなり。

娛樂の時

故に、娛樂は、己の本分とする業務を了へて、氣倦み無聊に苦しむ際になすべく、濫りになすべからず。かく時を定めて、業務を了りたる後になせば、娛

娛樂の種類

樂も眞に心から面白くなし得べく、又面白くなし得れば、その元氣を以て、亦再び業務に勇みかへることとも得べし。これよく遊ぶものは、また能く學び得る所以なり。

されど娛樂を求むるにも、なるべくその種類に注意して、不健康になり、品位を害し、人と争を起すが如きものをなすべからず。趣味に適するは勿論、かつは健康を進め、心情を高尙品雅に導き、共に樂み得るものを撰びてなすべし。例へば各種の戶外運動、旅行、天然讀書、繪畫、音樂等の如し。

朋友の重すべきこと

第五章 朋友に對する心得

第一節 朋友

父母、兄弟を外にして、最も力となり得るものは、朋友なり。艱難辛苦は俱に忍びて、喜びあれば共に喜び、悲みあれば互に慰め勵まし、陰となり陽となりて、互に一生を扶け行くものは、朋友なり。故に朋友の善きと悪しきとは、以て我が一生の行路を左右し得べし。交友の事、洵に慎まざればあるべからず。諺に「朱に交れば、赤くなる」とは、朋友の感化の甚

益友

しきを言へるなり。友は親密の間柄なる故に、その善きと悪しきとは、直に己に染むものなれば、少年志いまだ堅からざる間には、特に心を用ゐて悪友を避け、良友を選ぶべきなり。

朋友の内、最も有益なるは學友に若くはなし。單に遊樂・飲食の友、或は單に偶然に相會せるものとして、友たるにあらず、同一の目的を以て、同一の業に勵み、師を同じうし、校を一にし、共に學び共に遊び、以て切磋琢磨の効をつむ間に、相友とするものなればなり。かゝる間には、師の教化薰陶以外に、互

に補益する所尠からず、智増し徳秀づることを得るなり。かくて後、卒業して社會に出づるに及んでは、艱難を共にして、以て協力事に努むるを得べし。されば、學友たるものは、長を敬し、幼を慈み、共に能く學び、能く遊び、智を磨き、徳を修めて、互に良友となるの心掛なかるべからず。

第二節 朋友 (續)

同窓學友間の交際が、師の教化訓育の外に、大に益する所のあるは、互に學を上げ、み業にいそ

競争の利弊

しみ、かれ奮發すればわれも奮發して、互に短を補ひ長を養ひて、切磋琢磨の裡に、知識品性共に進歩鍛鍊することを得ればなり。

然しながら、茲に注意すべきは、切磋琢磨も、流れては卑劣なる競争となることなり。初めは、學を進めて、實力を養はんとする心も、やがては友を凌ぎて、徒に先きを誇らんとする虚榮心となり、遂には友の長を忌み、才を嫉むの卑劣心を起し、或は自ら多少得る所あれば、なるべくその知識を、他人に分たざらんとして、秘めかくし、表には故らに愚を装

眞の切磋

ひ、内私に知を貪るが如き態度あるべからず。

固より、學業に勵みて、出來得るだけ、實力の進歩をはかるは、これに超したる心がけはなけれど、それがために、他人の進歩を忌み嫉むに至るは、卑劣根性と言ふものなり。友もわれも、互に扶け進み、長短相補ひて、實力の至るべきに至るこそ、眞に頼母しき心がけなれ。

信義

第三節 信義

朋友の道は、信義を大切となす。これなきは眞の

求友の道

朋友にあらず。互に心より誠を致して、信を守り、義を立つるによりて、友誼永く渝らざる事を得。

されば、初め友とする時に、私利快樂をのみ念頭におき、これを得んとて、甘言諛辭をもて媚び諂ひて、交際を求むる等の心根なくば、必ずその信あり義ある人柄に感じて、友誼を厚うするに至るべし。然らざれば、友を賣ることもあるべく、又友に賣らるゝこともあるべし。

猜疑陥罪

既に友としながら、或は私にその言行を怪み、或は背約して意とせず、或は友の艱難あるも顧みず、

友道

友の不義に陥らんとするも諫めず、只ひとり友より利する事のみ圖り、利をければ、却つて友を賣り、友を陥れ、單に富貴に交つて、落魄に棄つるが如きは、決して信義ある良友にあらず。かゝる交際は、久しきを得ず、かゝる人は必ず世間の卑みを受けん。一度友となるからには、濫りに疑はず、疑はしくば、必ず眞偽を問ひ明し、約は必ず履むべく、故障起れば、豫め告げて、我が意を致し、不幸艱難は、慮り助けて、遺憾なかるべく、義にはこれをすゝめ、不義にはこれを諫め、富貴に媚びず、貧賤に棄てず、信と義

とを致して、友誼渝らざるは、良友の良友たる所以なり。この故に勅諭にも「朋友相信」と宣へり。

第四節 親愛

親愛の情

信義あるもの、固より親愛なるに相違なかるべきも、偶、相互の友情深からざるがために、信義も充分に行はれざることあり。故によく信義を守らんとするもの、亦必ず親愛の情深きを要す。

親愛なれば表裏なし、表裏なければ疑なし。かくて心の奥より打解けて、友誼深く永き事を得べし。

寛恕

親愛ならざれば、心表裏あり、従って疑生ずべければ、大事に臨みて役に立たず、動もすれば些少の利害間違にも破綻を生じ、互に理を附會して反目するに至る。これ朋友の道にあらず。

されば、親友は愛を以て交はり、少しの利害間違等により、争ふなどの事はなく、互にその過は寛く視て、只常に將來の改善をはかるべし。徒に過去の過失をのみ責めて、未來の善からん事を大切に思はざるは、却って友の悪感情を招くのみならず、親愛の情の深からぬを示すものにして、厚誼ありと

狎友

言ふべからず。

固より又只情にのみ流れて、相狎れ相許すのみにして、互に義とし善とする所に向ふやう、誠をこめて諫めざるは、これ背ひて惡に誘ふもの、これを狎友と言ふ。信義なく又眞の愛もなし。

協力の用

第五節 協力

一致共同は大事をなす道なれば、朋友は宜しく相謀り、力を協せて、事に當るべし。一人宛これをなせば容易ならざる事も、協力すれば事を早くなし

獨立心

得るばかりならず、又多く、且つ大になし得べし。例へば、束ねたる五六の棒を折らん、一人宛これに當れば遂に能はざるも、數人協力すれば容易なるが如し。今の世は益、複雑多様に進み行きて、許多の協力關係をまたねば、何事もなし得ざれば、一日に協力の必要を感じるなり。尙學校に於て學を修め業を習ふにも、自ら究むる外に、又互に能く聞き討ねて、長短相補はば、知識を啓發し、徳器を成就するに、一段の進歩あるべし。

然しながら、協力を重んずる極、或は依頼心を増

附和雷同

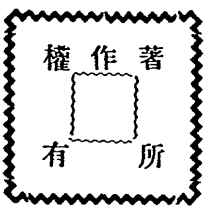
長し、又は雷同附和を事とするが如きは、大に不可なり。協力は單に他人の力を恃むにあらず、自ら出来る丈は勉めて、かつ互に力を協せ用ゐるを言ふ。然らざれば、徒に他人の厄介物となるのみ。又雷同附和は、自信なく、獨立心なく、他の勢力につき添ひ、理も非もなく、徒黨をなすものなれば、事協力に似たれど、實は卑屈にして、善惡を辨へず、衆を恃んで寡きを脅す兇行なり、省みざるべからず。

中等修身教科書卷一終

(卷一、二、三、四)

修身	卷一	定價	金貳拾貳錢
修身	卷二	定價	金貳拾貳錢
修身	卷三	定價	金貳拾貳錢
修身	卷四	定價	金貳拾貳錢
修身	卷五	定價	金貳拾貳錢

明治三十九年十二月四日印刷
 明治三十九年十二月七日發行



著者 桑 木 嚴 翼

發行兼印刷者 東京市神田區南乗物町九十番地 明治圖書株式會社

專務取締役 坂 本 嘉 治 馬

印刷所 東京市神田區三河町一丁目十四番地 丸利印刷合資會社

販賣所

東京市神田區南乗物町九十番地
 明治圖書株式會社
 (長電話本局八九二番
 電話本局一六四番)

