

# 育兒の經驗

光藤泰次郎

## 九 冷水摩擦

子供を積極的に強健ならしむる他の一つの方法として、冷水摩擦をやらせませす。此の冷水摩擦の効能あるとは、明治廿八年の頃、國の師範に居つた時、三島通良博士の講演によつて始めて承知いたしました。爾來冷水摩擦の信者となりまして、十餘年殆ど一日も缺かしたとはありません。その効顯は非常に顯著でありまして、殆ど感冒を惹いたとはありません。よしや感冒をひくことがあるにしても、極めて輕微であつて、床に就くやうなことはない。他の人の經驗をさいて見ても亦さうである。それ故に子供健康を増進して、諸種の病氣を誘發する感冒を豫防しようと思つて、數へ年三つに於ける夏の頃から冷水摩擦をはじめませす。はじめた當坐はソツトこすりませすけれども、幼い小供の事としてヘンヘン泣き聲を立てるとがありませす。老人なんかは忽ち不憫になるかして、可愛相だか

ら止めた方がよからうといふ。冬になりませすと風は寒く、空氣はつめたく、汲み立ての水も手拭にぬらしませすと、いと冷に感ずるやうになりませして、素裸にいたしますと、泣き聲をあげるをが少くありませせん。老人や世間の人は可愛相だから御止めになつた方がよからうといふ。尤も世間一般の人といふものは、かういふ事におまり注意を拂つて居りませんから、私共が冬冷水摩擦をやる時、感冒をひきはしないだらうか、寒くはなからうかなといひませすし、夏井戸水をかぶつても喫驚する位で、冬の朝にやらうものなら、何か心願があるのだらうか、唯ではあんなとは出來まいなど、評する人達があるから、一切耳を貸す必要はない。どしどしと所信を實行して來ました。此の頃は起き出づるとすぐ自分の冷水摩擦をする。次に長男のをしてやる。長男ははじめた頃には、幾分泣きもし、ペそをかくやうなこともありませましたが、今ではすつかり馴れかつて居りますので、喜んで裸になり、進んで力づよくしこませませす。皮膚が餘程丈夫になつたと見えまして、私が力一杯にす

つても痛いとも申しませんが、又紅くなるのが餘程  
 遅くなりました。お蔭であまり風邪をひかぬせん。  
 次に長女をこすります。女のよとして幾分忍耐力は  
 弱いやうですが、兄さんのやうに出来ないかと申  
 しますと随分我慢いたします。これも泣くやうな  
 事はもうありません。其の次に二男のをしてやり  
 ます。二男は數へ年で四つの正月を迎へたばかり  
 でありますから、一日がはりに泣きます。しか  
 し私は泣けば泣く程強くこするといふ憲法を定め  
 ておきますし、我慢してやり遂げれば、強いとい  
 ふ褒詞を與へますので、苦笑をしながらこらへる  
 とも多いのです。さて宅の子供はいづれも皆強壯  
 で健全の方であります、しかし誰が一番丈夫で  
 あるかと申しまするに、長男、長女、二男と順次  
 になつてゐるやうに思はれます。一躰の生れ立ちか  
 らいへば、體格は長女は長男よりもよく、二男は  
 長女よりも好いのであります、今日實際の丈夫  
 さは年齢に比例して居ります。普通子供は成育す  
 れば成育する程丈夫になる筈であります、私の  
 宅では確に前にのべた運動の方法や、冷水摩擦や、

すべて鍛鍊的の仕方が効果のつたものと思はれ  
 ます。

○ 家庭教育の根本主義

子供の身軀を強健ならしむる方法に就いては、以  
 上申し述べておきましたが、これは福澤先生のい  
 はゆる獸身をなすといふのであらう。扱これから  
 は私の執り來つた家庭教育の根本主義をいべて見  
 ませう。私は最初子供は干渉せずに放任しておく  
 がよい、抑へつけずにのんびりさせるがよい、盛  
 んにいたずらさせて、叱らぬがよいといふやうな、  
 謂はゆる放任主義、自由主義、不干渉主義にかぶ  
 れて居まして、危く此の主義を實行しかゝりまし  
 たが、不圖徳川家康の書簡を見て、すつかり主義  
 を一變させました。一頃自由主義、放任主義の思  
 想が流行しまして、之を實行したが爲に、我が子  
 の行末を誤るといふ人もなくはなかつたやうに覺  
 えて居ります、その際であつたから一篇の手紙が  
 よく私の思想をかへるゝが出來たのであります。  
 今參考の爲に其の手紙をのせて見ませう。  
 (上略) 一、幼少の者利發に候とて、それをほ

め立て、氣儘に育て候得ば、成人の勢つき、終には我儘者と成り、後後は親の申すことも聞かぬ物にて候。親の申す事さへ聞かぬやうに成り候へば、召し仕ふ者は猶以ての事に候。左候へば國郡を治むる事はさて置き、身の立ち申さぬやうになり申し候。幼少の節は何事も直成る物に候まゝ、いかやうにさうくつに育て候ても、最初より仕付次第にて、外より存ずる程大儀にはなく候。是を植木にてたとへ申し候得ば、初め二葉にかゝわり候節は、人の産れ立ち候と同じ事ゆゑ、随分養育致し、最初一二年も立ち、枝葉多く成り候節、添木を致し、直く成り候様にゆゑ立て、其の内に悪しき枝は芽を出し候と聞き、年々右の通りに手入致し候と、成木の後直なるよき木と成り申し候。人も其の通り、四五歳よりは、添木の人を附け置き候て、悪しき枝の我儘をそだたぬやうに致し候へば、後前に能き人と成り申し候。幼少のうち、そだちさへ枝せばよきと心得、我儘に致し置き、年頃になり、急に異見致し候ても、我儘なる悪しき枝は

かり茂りそだち、本心の本木はほそり候事ゆゑ、直成り申さず候。是には今以て存じ出し候事有之候。三郎出生の節年若にて子供珍らしく、其の上ひかすゆゑ、育ちさへすれば能きとて、氣のつまり候事は致させず、氣儘に育て、成人の上にて、成人の上にて、急にいろいゝ申し聞かせ候へども、兎角幼少の節、行儀作法ゆるやかに捨て置き、親を敬ふ事を存せず、心安だてれば、其ゆゑ何ゆゑと申す譯はかり存じ、後には親子のあらそひのやうに成り候て、毎度申しても聞き入れず、却て親を怨み、親よりは一躰の生れ悪しきと存ずるやうに成り行き申し候。われにこり申候まゝ、外の子供は、幼少より、我等の前にて行儀作法能く申しつけ置き、若し少しも不行儀我儘の事は、我等へかくし申さずて、申し聞かせ候様に申しつけ置き候て、承け給はらせ置き、前へ出で候節、毎度或は叱り、又は、是はか様には致さぬものと、能く能く申し聞かせ候故、影日向なく直かに育ち申し候。第一、親をこはく存じ候へば、つゝしみよく、

親へ奉行を致し候事を覚え申し候、其の上、小  
 身と違ひ、召仕ふ者の申す事、よく承り候様に  
 申し候事、專一に申し聞けべく候。事にて候。  
 親の有るうちは慎み候ても、親の居ぬ時節に成  
 り候へば我儘に成り、國郡を失ひ候者、昔より  
 多くこれ有之候、兎角常の側召仕ひの者、第一  
 孝行と、天命と、下へ慈悲を掛け、武家の事、  
 幼少より申し聞かせ候得ば、自然と身持よく成  
 る物に候。君臣と申す事は定まり事にて候へど  
 も、君たる者は臣君と心得申す事專一のよし、  
 我が幼少の節、安部大藏、毎度申し聞かせ候  
 尤も臣として君へ仕へ候事ゆゑ、如何様に無理  
 の事も、是非なくうけ給はり、無道の君にも仕  
 へ候へども、夫にてはまさかの用に立たぬ物に  
 て、兎角上よりは、何事によらず、慈悲もかけ、  
 最負へんばなく、賞罰を正しく、臣を君のごと  
 く心得候へば能く候。臣あつての大名なれ。召  
 仕ふ者なくては大名のせんはなく候。兎角に幼  
 少の者には、召仕ふ者の申す事、能く聞け能く  
 聞けと常に御申し教へなさるべく候事專一の事

にて候  
 人は人を鏡として、身を正しく致す外はなく候  
 一、我儘にては、願望の叶ひ候事、決してなき  
 事にて候  
 第一、我儘にては、親を忘れず親に見かざられ、  
 第二、親類にうとまれ  
 第三、朋友にうとまれ、  
 第四、召仕ふ者もうとみ、  
 第五、我が身のこと、悉く望叶はず。  
 右五箇條の通り成り行き候へば、身で身を恨み、  
 天道をうらみ、人を恨らみ、後は煩はしく心亂  
 る、より外これ無く候。  
 幼少より物事は自由ならぬ事、能く能く心得申  
 すべき事にて候。(下略)  
 此の手紙が動機になつて、私の思想は一變いたし  
 ました。今までの自由主義の代りに、私は悪いと  
 は嚴重にとめると共に善い事は自由にやれといふ  
 主義をとりました。放任主義の代りに、悪いとは  
 びしびしとめる、しかると共に、善い事は進んで  
 やれといふ主義をとりました。簡単な言葉でいつ

たならば何といつてよからうか、折衷主義といはうか、勸善懲惡主義といはうか、適當な言葉はわかりませぬ。

一一、從順

勸善懲惡主義を取つてから、先子供に要求し、養成しやうと努めた徳は何かといふに、第一が從順の徳であります。平易な言葉でいへかへたならば、よく親のいふ事さき、よく親のいひつけを守り、よく親の命令を實行する事でありませぬ。幸に長男は生れつきも至極まつすので、素直に生ひ立ちましたので、割合に此の徳は實行が出来てるやうに感じます。一体總領は大人しいと世間で申します。が、どういふ理窟があるか知りませぬが、他の子供に比較して大人しく育つたやうに見受けられます。極幼少の頃に、よく演説なり説教なりを聴きゝに參る時、連れ參りました。分りもせぬ事を聴いて居る子供、つらさはどれ程であつたでしょう。しかし一段も、聲を立て、妨害になるやうなととか、泣き聲あげて傍聴者の注意を亂すととか、左様のとはしたとはありませぬ。活動を生命とす

る子供の事として随分つらくはあつたらうが、よく父母のいふ事をさきました。長男や二男や二女あたりは、少々趣は違ひますし、取扱ひも少々手加減を要しましたが、大躰こちらの思ふ通りに從順に仕立てる事が出来たかのやうに見受けられます。

一二、正直

第二に養成しようとしたのが正直で、何でも正直にせなければならぬ、虚言を吐いてはならぬと教へて居ります。それ故に若し虚言を吐くといふやうな事があれば、容赦なく叱り懲らしめて、からき目にあはせませぬ。けれどもこれも幸に實行が出来たらしくて、叱り懲らす必要は殆どありませぬでした。

一三、意氣を鼓舞す

子供を失つた人は、怖氣がつくと見えて、十分に子供を仕込むといふをしないので、唯無事に育てばよいとごく其の慾望を最低減度においてあるのを見受けませぬが、甚だお氣の毒に存する次第であります。多勢ある内に一人なくすといふのな

ら左程でもないでしようが、よく世間には、生れては死に、生れては死に、少し育つては死にして、随分子供に不仕合の人を見受けます。かやうな境遇の人は、たとひどんなであらうとも、育つて呉れさへすれば善いと、子供の教育に對する慾望が低下するのは、人情の自然であるのだからと思ひます。私はさういふ境遇に立つ人に非常に同情を寄せないのであるが、しかし其の教育の主義には御賛成申すとは出来ない。私はつまらん子ならばはしくはない。苟も子である以上は十分持つて生れた性能を發揮させてやりたい。よしや中道にして斃れても、子供の本分を盡したならばそれで満足であるとかやうに思つて居る。それ故に私の教育主義はちと嚴しい方である。自ら子の爲に善い事であると思ひましたらば、子供が泣かうが、痛からうが、辛からうが、決して容赦はしません。斷然實行いたします。前に申しました冷水摩擦の如き此の二月の寒空では、四才の小兒には随分つらからうと思ひますが、しかし眞に身體の爲めになるとの確信がありますから、敢然實行して、決して中

途手をゆるめるとはありませぬ。さうしてかういふ場合には、「お前は弱虫かチャンチャンか、なに日本人だ。日本男兒なら、此の位のとを我慢しろ。此の位の我慢が出来ねば日本男兒ではないぞ」といひひします。子供心にもチャンチャンとか弱虫とかいはれるのは、不名譽のと、意氣地がないと承知して居るのか、大へんに嫌ひまして、大抵は痛いのを我慢して、私は日本男兒だ、此の位は我慢出来るかと、半分は泣きながらも我慢するものである。其の他何をやらしても私は此の流儀を持ち出して、子供の意氣を鼓舞して居ります。さうしますと子供の我慢心はだんだん強くなりまして、随分堪へ難い事まで随分我慢する事が出来るやうになります。(まだある)

▲色を白く肌を滑かにする法

風呂に入った時肌を逆さに洗ふやうにする。色が白くなる。例へば襟袋で洗ふ時も上から上へこき上げるやうにして洗ふのである。また葛粉と糠とをキヤラコに入れて、半分蒸氣立て夫れを小桶に一抔ほどづつ入れて入浴を二週間程もづづける。色が白く肌が滑かになる。巴豆香か燕麥の引割をフランネルの袋に入れ入浴する五六分前に湯の中で揉出し入浴するもよい。入浴後の化粧には薄荷サルピヤ、迷迭香シタルタンなど各一オンスと化粧用の醋六合とを混ぜたのを刷毛で塗り、其のあとを奇麗に拭き取ると肌がツルツルとして非常に美しくなる。