

## 大学体育で何を教えるか？ － 1.5 流の体育教師の回想から －

遠藤卓郎<sup>1)</sup>

はじめに

大学体育では何を教えたらいのだろうか？  
体育教師に成り立ての頃から今までいまだに  
スッキリとした答えを見い出せないでいる。約  
40年に渡る大学体育教師生活を振り返って  
みて、退職というこの時点で、それなりの答え  
だけでも出しておかねばと思う。

幸いにもここ10年でほんの少しではあるが  
解決のための手がかりのようなものを見つける  
ことができた。その手がかりを経糸とし、体育  
教師として遭遇してきた幾つかの印象的な出来  
事や課題をエピソードという形で紹介すること  
を横糸にして、体育を志してから今日までの約  
40年間の流れを辿り直してみたい。経糸が切  
れずに太く流れてくれることを期しているが、  
時に切れそうになったり、ズレてしまったりす  
るかも知れない。その所の所は読まれる方の想像  
力で糸を紡ぎ直していただけたらとお願いして  
おきたい。

これを読まれる方は、どのエピソードでも気  
の向いたものから読んでいただけたらと思う。  
それぞれがある程度まとまった内容になってい  
るので、前後に拘らず好きなものから目を通し  
ていただけたらと思う。この独白のような拙文  
がこれからの大学体育を担って行く若い先生方  
に少しでも役に立つことがあれば望外の幸せで  
ある。

エピソード1: スポーツを教えるのか、スポー  
ツで教えるのか？

体育教師を志して最初に受けた衝撃は大学1  
年生の冬、ある講義で聴いた一言だった。「体  
育は運動を教えるのではない、運動で教えるの  
だ」。佐々木久吉先生の体育原理の授業だった  
ように憶えている。とても大切なことを仰って  
いるように思えたが、その時の心情には抵抗が  
大きかった。「運動（スポーツ）を教えないで、  
一体何を教えるのだろうか？」器械体操に青春を  
賭けていた当時の自分には、体操という運動を  
教える以外に何を教えたらいのか、皆目検討  
もつかないというのが実際のところであった。

この難問はその後、20年近く解決できない  
でいた。そしてわからないままに体育教師をや  
り続けていた。「やっていればその内にわかっ  
てくるだろう」という思いもあったが、ただ授  
業をやっているだけではやはり解決の糸口さえ  
見つからなかった。正直に言えばそんな問題を  
無意識のうちに避けようとしていたようにも思  
える。

ふとした偶然から解決の切っ掛けは訪れてく  
れた。結論から言えば、二者択一の問題ではな  
かったのであるが、詳しいところはエピソード  
－ 4: 三段ロケットで述べたいと思う。

1) 筑波大学体育系

## エピソード 2：亀と狐と猿の話

### ○亀と狐の話

この寓話は学生の時にある先輩から紹介していただいた話である。聞いた当時はいささか衝撃を受けたことを覚えている。その衝撃の意味もわからないままに、友人達に同じ話を伝えたところ同じように彼らも衝撃を受けていた。体育やスポーツを行う上での深い示唆が含まれているように思われる。

共通体育の授業でも授業の初めの頃に紹介している。体育やスポーツを行う上で、＜考えること＞と＜実行すること＞をどのように位置づけたら良いか、現実的にはそれらがどうなっているかについて、学生自らがじっくり確認できるように紹介している。

亀が狐を見つけてこの間は兎に勝ったのだから、また競争がしたくなり、「向うの小山のふもとまで、どちらが先にかけ着くか競争しよう」と言いました。狐もこれは面白いと引き受けました。

向うの小山からは小川が流れていました。狐は亀に「亀さんあなたは泳げることに特徴がある。この小川を泳げばもっと早く着くよ」と申しましたので亀もそうだと思い、「ヨーイ、ドン」でさっそく泳ぎはじめました。亀はどんなに遅くても、勤勉に泳げば勝てると思い、何時間もせっせと泳ぎました。ところが、川の流れの速さより速くは泳げなかったのです。もとのところを一生懸命に泳いでいました。亀は自分が一歩も進んでいないなど考えてもみませんでした。

狐は、兎が負けたのは居眠りをしたからだ、居眠りさえしなければ大丈夫と思い、亀が泳ぐのを見ていました。しかし、自分で歩いて行くのは面倒くさいので、馬でも来ればうまく馬をだまして乗って行こうか、それとも飛行機に化けて飛んでいこう

かなどと、寝転んで考えてばかりいました。

こうして、とうとう夕暮になってしまい、二匹ともとの所にいたことがわかり競争をやめてしまいました。さて、一体どっちが愈けものでしょうか。……

これは物理学者、武谷三男の『文化論』（勁草書房、1969年）の中にある寓話の一部である。学生達にはペアを組んでそれぞれに意見交換を行って貰っている。寓話なので単純な構成になっているが、それ故か時には議論が白熱してきたりする。結果的に、授業のときの意見分布（クラスや年度によって違って来るが）は、最近では大体ほぼ3等分される。狐が愈け者だという学生が1/3、亀が愈け者だという人が1/3、両方とも愈け者（もしくは、愈け者でない）という人が1/3くらいである。ここ10年くらいは、亀が愈け者だとする割合が増加してきている。クラスにもよるが、多いクラスでは7割くらいになる。考えることが大切だと思っているようである。それならば良いのだが、どうもこうした傾向を生み出している原因の一つに、身体的実践が物理的に少なくなってしまうことがあるような気がする。バーチャルな世界に遊ぶ能力に価値と意味を見つけやすい現状と関係しているのではないだろうか。

一方、筆者がまだ学生するとき（45年前）、同じ話をクラス会（約80名）で仲間の学生たち（体育専攻）に紹介したことがある。そのときの反応は、かなり違っていた。仲間の90%以上は「狐が愈け者だ」と言っていた。時は学園紛争の真っ最中、それこそどのような立場であれ、個々人がリアリティの真ん中に居たことは間違いなかった。時代と共に、学生の考え方もまさに移り変わっていくものだと実感せざるを得ない。

さて、この寓話を作った当の武谷さんの考え方はどうなのだろう。筆者自身の解釈も少し盛り込んで表にしてみた。

武谷さんは「亀は思考の怠慢、実践の勤勉、

表1 亀と狐の話

	思 考	実 践	結 果
亀	×	○	×
狐	○	×	×
人間	○	○	○

狐は思考の勤勉、実践の怠慢」だと言っている。武谷さんが言いたいその心は、良い結果を出すには、よく考えて、よく実行することが必要だということだろう。まさに単純明快な答である。

このことを学生たちに確認した上で、次にさらに以下のように問いかける。

「体育やスポーツをしているとき、あなたは亀型ですか？それとも狐型ですか？」

学生たちの分布は、人間型だ、狐型だというものがやはり2/3くらいになる。中にはこの寓話の答えを聞いたあとでも「自分は亀型だ」とする者が1/3くらいはいる。この割合は、学生たちがこの寓話に接していろいろと考えたあとの時点での結果である。学生たちの多くは自分が「人間型」、「狐型」だと判断したわけであるが、実際のところはどのようなのだろうか。本当に注意が必要なのはここのである。大切なのは実際の運動場面でどのようなか、実態はどうなっているのか、ということである。そこで学生たちに再度度問いかけてみる。

- ・あなたたちが実際に体育やスポーツをするとき、その都度の目標や課題を確認してからやっている人は手を挙げてください。
- ・やる前に、その目標を達成する為の方法を考えてから、実践に移している人は手を挙げてください。
- ・やっている最中に「今どうなっているかな?」「これで良いのかな」とチェックしながら実践している人は手を挙げてください。

- ・やり終わったあとに良かったことと、悪かったことを確認し、その原因の分析などを行っている人は手を挙げてください。

最初の内はちらほらと手を挙げる学生もいるが、質問も後半ともなると手を挙げる学生はほとんどいなくなる。実際の現場ではどうか、ということになると、やはり亀型の人が多いのである。体育実技の授業の中で学生たちを観察していてもそう感じる。7割以上もの学生が「亀が怠け者だ」としていたクラスの学生たちですら、実際には9割以上が亀型である。体育教員としての40年の経験からしても断言できるが、やはり圧倒的に亀型が多い。頭では「よく考えて、よく実践している」と思っている学生でも、実際には「亀型」がほとんどである。それが現実である。

ここで問題にしたいのは、どちらが良いか悪いかということではない。大切なのはここでも気づきである。考えることと実行することが、バランス良く組み合わせられていた方が良いということはわかっている、実際は亀型になってしまっている、状況に埋没しながら行動してしまっていることが多い。私たちは好むと好まざるに関わらず、そうなってしまうがちである。大切なことはそのことに「気づいている」かどうかということである。実際の、現実の自分のあり方に気づいているか、自覚的であるかどうかということなのである。そのところを学生たちに自覚してもらいたくて、この寓話を提供してきた。

#### ○猿の次郎君の話：主体は誰？

さて今度は反省する猿の話。机の角に片手について頭を下に向けて、反省のポーズをとる猿の次郎君を知っている人は多い。次郎君は、猿使いの太郎さんと絶妙のコンビネーションで反省のポーズを取り、観客の笑いと喝采を得ている。まさに絶妙のタイミングで反省のポーズを取るが、実際に彼が反省的思考を行っているわ

けでないことは、観客の殆どが承知している。猿の次郎君にこのポーズをさせているのは、猿使いの太郎さんである。太郎さんが観客からは見えないようにして、あるいは気づかれないようにして何らかの合図を送っているのだと思われる。

この話の要点は、「主体」は誰なのかということである。先述の話の枠組みを利用して考えてみたい。実行する主体は誰か、考える主体は誰か。反省する猿の演技の場合、考えているのは猿使いの太郎さんで、実行しているのは猿の次郎君である。次郎君には考える能力もあるし（多分！）、行動する能力もある。しかし、猿回しの猿には悲しいことに、自分の行動を決定するために考えることは許されていない。

この話が単純な構成である。しかし、その示唆しているところの問題性は決して易しくはない。こんな経験はないだろうか？うまくできない自分のために、熱血先生が自分の問題点や欠点を丁寧に分析してくれたこと。その解決のためには、このようにすれば良いのだと教えてくれたこと。ついには手を取り、足を取りながら動き方を教えてくれたこと。こんなに極端なことは少ないかもしれないが、これによく似た光景はしばしば見ることができる。筆者自身もそれに近いことをやってしまったことがあるし、今でも時と場合によってはやることがある。

これらの場合、考えている主体は熱血先生である。そして、実行している主体は学生である。こうすることで、実行している主体に何かがもたらされるのだろうか。実行している主体に何が育まれていくのだろうか。教育する側の人間は、このことを一度じっくり考えてみる必要があるように思う。

学校教育を受けた人が、特に理性の府である大学を卒業した人が、何かを学びたいと思ったときに、もしもこのように「教えられて学ぶ」という方法だけに頼っているとしたら、これは問題ではないだろうか。自分一人で開発しなければならぬときに、無力になってしまわないか。いずれひとりで立ち向わねばならないとき

が必ずやってくる。そのときに誰かに頼る習慣だけを身につけていたとしたら、きっと困ってしまうに違いない。昨今の「先生、どうすればいいんですか？」とすぐに聞きたがる学生たち、「やり方を教えてください！」と答えを要求してくる学生たちの現状を見るにつけ、その必要性は更に強くなっているように思えるのだからだろうか。

猿回しの猿ではなく、亀でもなく、狐でもなく、人間として自己開発を図れるようになって欲しい。できれば理性に基づいてそれをやって欲しい（折角、大学で学ぶことができたのだから）。自分の成長・開発を自ら図れる能力を身につけている人こそ、真に自立した人と呼ぶに相応しい。

この「考えることと実行すること」の考え方を実際の体育の授業に適用した実践例が、「頭でっかちの体育」である。筆者の体育実技の授業にはすべての授業において基本的構造として採り入れてきたが、典型例としては「ウインドサーフィンの授業報告」<sup>1</sup>や図書館情報大学の体育に結実している<sup>2</sup>。

- 1 「ボードセーリングの集中授業－頭でっかちの体育を目指して－」、『大学教育改革と保健体育の未来像』所収、不昧堂、1991
- 2 筆者は今でも「図書館情報大学の体育は、日本の大学体育であった」と思っている。優秀な同僚達と共に築き上げたものだが、小さな大学だったからこそできたことだと思う。大学設置基準が大綱化される前後、図書館情報大学でも自由化によるカリキュラムの見直しが行われ、結果としてカリキュラムは大きく変わる事となったが、その結果として保健体育科目は卒業要件として必修4単位、選択8単位となった。当時の大学体育を取り巻く社会情勢は大学体育に対して非常に厳しいものがあった。必修が外される、選択単位数が減らされる、卒業要件から外されるという縮小の脅威が渦巻いていた。そのような大学教育改革情勢の中でのことであった。今から見れば奇跡的なことのように思える。体育に関する改革案を提示したとき他の教科の教員達から反対の声は殆ど上がらなかったと記憶している。それは開学以来10年以上にわたる保健体育科目の充実（体育教員の努力と学生達の真摯で情熱的な取り組み）が他の科目の教員達の目からも明かであったからであろうと思う。

### エピソード 3：筑波山登山

#### ○スポーツと感じることの意味

運動やスポーツについて、偏った見方をしている可能性はないだろうか。スポーツをやっている学生たちに「スポーツにとって一番大事なことは何だと思う？」と聞くと、大抵は「勝つことです。そのためにはパワーと技術ですよ！」という答えが返ってくる。学生たちは運動することやスポーツにおいて大切なことは体力や技術だと思っているようである。こうした考えは学生ばかりではないだろう。筆者自身もそう確信していた。建前でなく本音で、本心でそう思っていた。体力と技術力に恵まれていない自分自身を恨んでいたりもした。そんな時、図らずも次のような出来事に遭遇した。

筆者が28才の時であった。筑波山に登った時のことである。それは登山というよりはハイキングであったろうか。筑波山の中腹のつづじヶ丘から女体山山頂までのハイキングコースがその舞台であった。普通の人であれば、30～40分で登れるコースである。そこを3時間余りかけて登った時の話である。

当時の高名な先生からの依頼でその奥様とお子さん達をエスコートした。40歳前後の色白で美しい、少し足に不自由そうなところがある方であった。3才と5才の娘さん達は都会育ちらしく、どこかひ弱そうな感じも受けた。

駐車場で車を降りると準備運動もそこそこに登り始めた。とてもゆっくりとした登り方であった。5分も歩かないうちにいつの間にか3才の女の子が道ばたにしゃがみ込んでいる。5才の姉が「Yちゃん何してるの？」とその横にしゃがみ込む。続いてお母さんも。3人で何かを見つめている。道端に咲いている小さな野の花を見ていたのである。「きれいねえ！」「かわいいねえ！」と3人で喜んでいた。当時まだ強健さ保っていた若い筆者は少し苛立ちを感じていた。「早くしてくれないかなあ！」と心の中。しかしそこは恩師の家族である、「そんな

花はこれから先いくらでもありますよ、それにそんなちっぽけな花じゃなくて、もっと綺麗で大きなものがありますよ！」と先を急ぐよう丁寧をお願いした。しばらく野の花を眺めた後、ようやく腰を挙げた3人は再び歩き始めたが、「あっ、こっちにもあるよ！」「こっちには黄色い花があるわよ！」、しばし同じことが繰り返された。

その道草は道端の花に限らなかった。大きな岩に頬をつけて「冷たくて気持ちが良いわよー！Tちゃん、Yちゃん、いらっしやい、ほら！」「ホント、ひんやりしてる」……。祠の所でも、わき水の所でも起きた。「ねえ、聞こえる？木が水を吸い上げている音が聞こえるわよ！」と大きな樹に抱きついて耳を当てている。「ホントだー！ゴーっていつてるよ、スゴイねー！」

その都度、頃合いを見計らっては先を急ぐように促していたが、次第にイライラは募ってきていた。しかし同時に諦めのようなものも現れてきていて、心が少し変化し始めていた。段々と催促の音が少なくなっていった。何も言えないというよりは、何も言いたくなくなってしまっていた。もう彼らのペースで行くしかないし、何よりもその方が良いようにさえ思えてきたのであった。

山頂に着いた頃、もう陽射しはかなり傾いていた。すでに夕刻と言って良い時間であったので、帰りはロープウェイに乗って帰った。ゴンドラの中でも母と幼い娘達はまたゴンドラからの景色を見て楽しそうにはしゃいでいた。一方、筆者はというとションボリして不思議な疲れにゲンナリしていた。何となくではあったが、軽いショックを受けた感じであった。

どこにでもあるような話である。どのようにも解釈できるが、問いと答えの形でそこに潜む問題性を浮かび上がらせてみたい。

問い：スポーツ、特に近代スポーツの標語に使われた有名な言葉、“より速く、よ

り強く、より高く”だったと思うが、筆者はこれに“より美しく”を加えて考えてみたい。さてどちらが速く登れたでしょう？

答え：明らかに筆者である。意味のない問いである。

問い：どちらが強かったでしょう、遅しかったですか？

答え：これもわかりきっている。

問い：どちらが美しかったですか？

答え：この質問になると、答えは少しばかり難しくなる。歩き方について、これは多分、筆者の方が美しかったであろう。登る姿や姿勢についても同様である。

少し問いの方向を変えて見たい。

問い：どちらが深く筑波山に触れたのでしょうか？

答え：筑波山に触れたのは明らかに彼らであろう。若かった筆者は筑波山を荒らしまくっただけである。もし筑波山に人格があったなら、聞いてみればすぐわかる。きっとこう言うに違いない。「触れ合えたのは、女の子達の方だよ、お前は俺を汚しただけだ。」

問い：どちらの山登りの方が豊かだったのでしょうか？

答え：登った本人の感想からすると圧倒的に、彼らである。

さてショックの原因の一つがここで見えてきた。この豊かさである。3時間の登山で彼らは豊かな時を過ごし、豊かな経験をした。筆者は貧しい経験しかできなかった。それを見せつけられたのである。静かなボディーブローであった。今までの自分が否定されたような感じがし

た。これがショックの原因のひとつであったに違いない！

問い：では28歳の青年には、何が欠けていたのでしょうか？

答え：「感じること」が欠けていたのだ、今になってみるとそれがよくわかる。

明らかに、筆者は筑波山を感じようとはしていなかった。野草や大きな岩や祠や大樹が目に入らなかったわけではない。目には入っていた。しかし、それを感じようとはしなかった。ましてや交流しようなどとは思いつかなかった。

どれほどの開きがその間にあるだろうか？道端の花は確かに筆者の視界にも入っていた。意識もその花に向いてはいた。子供たちの行為によって筆者の注意は花の方に向かされていたが、それをどれだけ自分に受け入れられたかということになると疑問である。そこに価値や意味はまったくと言って良いほど見出しはなかった。まして、交流することなど思いもよらなかった。体も意識もその花に向いてはいた。しかし、肝心の「私」（私自身）が向いてはなかったのである。

同じ花を目の前にしても、ピカソやセザンヌ、横山大観等の画家が見ているものと筆者が見ているものとは多分大きく違うに相違ない。単に表現する技術の差があるだけとは思えない。どれだけ深く豊かに感じているのかという差が歴然とあるように思えてならない。あの小さな女の子たちが素直に見入って感じていたことと傍観者的に彼らを見下ろしていた筆者が感じたことの間に、どれほどの違いがあったのか。いま思うと想像することさえ怖くなる。子供たちがまるごと全体で感じ取っていること、交流し合っていることの豊かさは、どれほどであったのだろうか。

しかし、筆者自身にもあのような時代はあったに違いない。どこで失われてしまったのだろ

うか。いや、まだ失われてしまっていないのだと思いたい。なぜならそれに気づくことができたのだから。ただ忘れてしまっているだけなのであろう、覆い隠されてしまっているだけなのであろう、と思いたい。

### ○感じることとパフォーマンス

登山を例にしているので若干意味合いがずれているように感じられるかも知れないが、スポーツでも「感じる事が大切だ」ということは同じであらう。

当時の筆者には以下のような強い観念があった。

- ・スポーツは勝たなければ意味がない。
- ・スポーツは動くから良いんだ。動くことが大切なんだ。汗をかかなければだめだ。
- ・パフォーマンスが大切なんだ。体力があれば良いんだ。技術（技能）がなくっちゃ。

確かにそれらはすべて大切ではある。しかしそのすべての根底に「感じる事」が不可欠に関わっていることも見逃してはならない。

技術も同様である。これも感じるという要素をなくしては考えられない。運動技能は身体操作能力だけで構成されているわけではない。例えば、ボールを見る力、これなくしてはボールにバットを当てることすらできない。「感じる力」と「動かす力」がお互いに助け合って初めて運動技能は効力を発揮する。運動技能は身体操作能力と感覚能力の統合的総合能力だと言って過言ではない。例えば、かつてバットの神さまといわれた川上哲治選手が「ボールが止まって見える！」と言ったのは有名な話だが、それも見る力、即ち感じる力が優れていたことを表している。体育やスポーツの世界では体力や技術、パフォーマンスが大切だとされているが、それらにはコインの裏表のように「感じる事」が前提されている。

ここで誤解を招かないために確認しておきたい。スポーツにおいて技術や体力が無意味だと言っているのではない。むしろ、スポーツを更

に豊かにしてくれるものが、実は体力や技術なのだということも確認しておく必要がある。体力や技術はより豊かな運動の世界を開示してくれる。例えば、エベレストの山頂の眺望はそれだけの体力と技術を持った人にだけ開かれてくる世界である。並の体力や技術の持ち主にその世界を体験的に実感することはできない。これほど極端なことにはないにしても、同様なことは大なり小なり日常のスポーツ場面で生じている。スポーツの世界がその体力や技術に応じて開かれてくるということも確認しておかねばならない。

それでもなお、次のことは言うておく必要がある。豊かさにとって本質的に大切なのは感じる事だと！どれほど体力や技術が有ったとしても感じる事なしには、それらはその真の豊かさ、素晴らしさを現してはくれない。

### ○感じることと生きることとスポーツと

この「感じる事」の大切さは、体力や運動技術の話だけに関わることではない。感じる事の対象は、あの小さな女の子たちが感じていた周囲の環境であったり、対戦相手であったり、チームメイトやパートナー、道具や用具、そして自分の体や自分自身など、ほとんどすべてと言っても良い。そして、そのそれぞれに対してどのように感じているのか、どれだけ深く豊かに感じているのかということが要点になってくる。

運動やスポーツの世界において、そこに豊かな領域が存在しているとしても、それに気づいていないとそれが開示されてくる機会は偶然に任されてしまう。そういう豊かな可能性を一人ひとりが秘めていることに気づくことが必要である。気づくことができればそれを開発してゆくこともできる。

パートナーやライバルを大切に思える人達は、その人達の豊かさをリアルに感じているに違いない。その人達と自分の間に展開される関係の掛け替えのなさを感じているからこそ大切

にするのに違いない。

自分の体や、自分自身についてもそうである。自分の体の豊かさを感じ取れるから、自分や自分の体を大切に思える。自分や他人の命を粗末にする人達は、粗末に扱っても気にならないほどにしか自分や他人を感じ取れていないのではないだろうか。

環境についてもそうである。周りの世界の豊かさを感じ取れないときに、汚してしまったり壊してしまったりしてしまうのではないだろうか。多分、壊してしまっても大した変化とは感じ取れないからなのではないだろうか。

ともあれ誰でも本当は周りの環境と深く影響し合っているのだが、そのことを感じられないだけなのであろう。そのことに気がついていないだけなのだろう。筆者自身も、感じられていない、未だ気づいていないというこの傾向は、お恥ずかしい限りだが、日常生活のあらゆる場面でいまだに気づかされ続けている。

#### ○豊かに感じるためには

ところで、どうしたら豊かに感じるができるのであろうか。その疑問に対する答えのヒントは筑波山登山の少女達の在り方に有るように思う。

我々はあの女の子たちのように、周りの生き物や岩と向き合っているだろうか、相手に向き合っているだろうか、パートナーと共に喜んでいるであろうか、そして自分の体や自分自身に向き合っているであろうか。

彼女たちのように無心に向き合うことはできないとしても、我々自身にその要素が全くないわけでもない。たとえほんの少しかも知れないがその要素はあるに違いない。それでなければ彼女たちとの違いを認知することすらできないはずである。問題はそれに気づいているかどうかということである。自分が感じていることに気づくことがその可能性を開いてくれるような気がする。

ところで後段で詳述するが、文化を身に付け

て行くことは、その文化圏での生存の基盤と自由を獲得することになる。しかし、同時にそれは鎖や鎧を身に纏うことにもなっている。感じ方についてもその論理を免れることはできない。我々大人は現代の日本社会に生まれ育ち、自分の中にすでにしっかりとした生存基盤を形成している。それ故にこそ安定した生活と一定の自由を手に入れているが、それと引き替えにものの見方や感じ方も一定の形や型にしたがってでしかできないようになってしまっている。すでに型に嵌ってしまっている「感じ方」の枠組みを越えるには、そのことに気づくことが鍵になる。もし「感じているということ」自体に自覚的になることができれば、鎧や鎖ともなっている枠組み性を緩和・溶解させる鍵を手に入れたことになる、少なくともその可能性を手に入れたことにはなるであろう。

#### エピソード４：三段ロケット（体育目標の志向的階層構造化）

先に「運動を教えるのか、運動で教えるのか？」疑問に思ったまま時が過ぎてしまった、と述べたが、その解決の切っ掛けは思わぬ所からもたらされた。大学設置基準の大綱化に伴い大学体育の必修がはずされるという問題が浮上してきた時のことである。大体連の大学審議会対策委員会で意見書の草案を若手研究者仲間とともに作っていた時であった。その当時までの基本構想では、この難局を乗り切れないとの判断があり、基本構想を早急に改訂することとなった。その改訂委員となって作業を進めている時のことであった。

全国の大学の「大学体育の理念や目的・目標」を調査した時に次の２点に気がついた。

##### \*理念と目的と目標の間の階層性

一つ目は各大学の大学体育の理念や目的・目標には、何か差がある、あるいは違いが有るということであった。今となっては当たり前のことと笑われてしまいそうだが、当時はよくわ



かっていなかった。結論的に言えば、それらの間には相対的な階層性があった。

#### \*多種多様な目標とその平面性

二つめは、各大学の体育目標には実に多くのそして多様な目標が掲げられていたが、それらは網羅的ではあったが、平面的、羅列的に取り扱われていた。

そこである着想を得た。多種多様な目標自体の中にも階層性があるのではないか。一見したところ同じレベルの目標に見えても、よく見ると理念に近いものから、当面の課題に近いものまであることに気づいた。そこで体育目標に3段階の階層を設定して考えて見たところ、その時点での大学体育目標をうまく整理することができた。そればかりか大学体育の独自性や大学教育としての意味についても無理なく導出することができた。またかねてからの自分自身にとっての課題であった「運動を教えるのか、運動で教えるのか」という問題も上手く解決することができた。

以下にそれを紹介したい<sup>3</sup>。

基本的な考え方を一言で述べると「目標を志向的階層構造として捉える」である。上述のように大学体育には多種多様な諸目標が掲げられているが、それらを分類し階層化してその各層に理念・目的への志向性を持たせている。体育目標群を平面的にではなく、階層化して構造的に考えることで目標間の関係を整合的に捉えようとしている。そうすることによって、大学教育における大学体育の意味や役割、独自性や特殊性を明確に示すことができる。具体的には、基盤的目標、発展的目標、目的的目標の3層で考えている。各層は、それぞれに理念・目的を志向しながら、その実現に向かっていることが要求される、そのことを志向的と呼んでいる。以下に、各層を簡略に紹介したい。

#### ○基盤的目標

体育の課題的目標とも言うことができる。少なくともこれがなければ（十全に達成されるかどうかは別にして、）体育とは言えないと言っても良いような目標群である。謂わば必要条件的目標群である。したがって大学教育の中で大学体育独自の目標を為すものとして位置づけられる。体育にとっては本源的目標である。この基盤的目標は、単に個々の目標が達成されればよいというものではなく、個々の目標が達成されながら、同時に発展的目標も目的的目標も達成されるよう志向されている必要がある。このことが大学教育としての大学体育の特質を形成することになる。

喩えれば、三段ロケットの一段目ロケットにあたる。一段目ロケットだけであれば重量も軽くなるであろうし、速く飛ぶこともできるかも知れない。どこに飛んでゆくかを問われなければである。例えば、「体力をつけさせる」という目標だけであれば達成は比較的容易であるが、体力に関する科学的知識と考え方を提供すると共にそれに基づき（二段目）ながら、それらを批判的に検討し得る能力を身につけさせつつ（三段目）、実践力を育成しよう（目的）とすれば、一段目の在り方や実現の方向性は自ずから定まってくるであろう。単純な繰り返し努力によって力を付ければ、それで良いなどという安易なイメージは払拭されるであろう。また<体力に関する科学的知識を吸収しつつ、理性的にそれらを吟味し、身体的側面からの自主・自立能力を育成し、実践力を身につける>という体力に関わるこうした能力の育成は大学体育を以てして初めて達成される類の課題であることも自明であろう。

\*健康と体力の維持増進

\*スポーツ等の基礎的技術を習得させる

\*体育・スポーツに関する基礎的知識を伝達する

\*コミュニケーション力を高める

\*スポーツ等の世界を体験させる

3 この考え方は後に全国大学体育連合の基本構想に反映されることになった。

## ○発展的目標

発展的目標は、基盤的目標を経て目指されるべき目標である。これも基盤的目標と同様、これが目指されるときには、目的的目標も同時に志向されている必要がある。身体を経験や運動的世界の経験においては、単なる体験ではなく体験そのものを認識の対象とすることによって体験からの理性的認識力を養成することが目指されている。この発展的目標の達成には、大学生レベルもしくはそれ以上の知的能力を必要とされるものも多く含まれており、内容的に高いレベルの教養教育の一部として位置づけられてよい。

- \* 健康や体力に対する科学的認識力の育成
- \* 運動技術に対する観察力、分析力、洞察力の育成
- \* 自己対峙力の育成（意志力、克己心、忍耐力、決断力等）
- \* 他者関係の理性的認識力の育成
- \* 環境の世界との関係の理性的認識力の育成

## ○目的的目標

この各目標は、大学教育の目標そのものに似通ってくる。このことは大学体育の目標の独自性を損なうものではなく、むしろ大学体育の大学教育における重要性と可能性を示すものである。目的的目標が、基盤的目標と発展的目標を媒介にして目指されることにこそ、大学教育における大学体育の独自性と存在意義が認められる。

- \* 自主・自立能力の形成<sup>4</sup>
- \* 自己認識力・探求力の育成<sup>5</sup>
- \* 自己開発に関する方法的能力の育成
- \* 理性に基づく実践力の育成

4 例えば、自分の体の健康を人任せにしないで、自ら責任をもって維持・増進できる

5 例えば、自己対象化力、自己分析力、自己省察力

ここにおいて、このように体育目標を志向的階層構造化して捉えることによってかねてからの課題であった「運動を教えるのか、運動で教えるのか？」という当初の困難は解決されたように思える。運動を教えることを基盤としながら、そのことを通して更に教えるべきことが幾重にも重なっているということが明示されたように思う。二者択一の問題ではなかったのである。

## エピソードー5：気功との出会い

筆者のこの時点までの大学体育に関する考え方を簡略に記せば、「学生が理性に基づいて自己を身体的側面から開発してゆく力を身につかせてゆくこと」となるが、丁度その考え方が固まりかけたときに、それを根底から覆えすような経験することとなった。

気功との出会いであった。

出会いそのものは偶然であったが、見えない糸に導かれていたように思えないでもない。詳しい事情は拙著「体と気の世界探訪」<sup>6</sup>をご覧いただきたいが、気功の体験はどのように考えても、筆者がそれまで培ってきた自然科学を基本とする世界観や人間観では理解不能なものであった。理性的に理解することはできなかったが、一方で圧倒的なリアリティで世界観や人間観の変更を求められているように感じられた。なかならず体育の意味を変更するように求められているように感じられて仕方なかった。

特に激しい影響を受けたのは「体」に関する見方であった。自らの身体観が落ち着きを取り戻すにはかなりの時間を要したが、ようやくある程度のまとまりを以て納得できる考え方を持つことができた。それを以下に紹介したい。

6 「知の銀河系」第10巻、「図書館情報学・新たな旅立ち」所収、勉誠出版

## ○体の見方

同じひとつのものも、見方を変えると様々にその様相は変わって見えてくる。体もそうである。従来からの見方を振り返りながら、新たな視点を提案してそこから見えてくる体のあり様を確認してみたい。

### \* 肉体と身体

人間は肉体をもって生まれてくる。肉体は生物としての体と言って良いであろう。人間の体も医学（解剖学、生理学等）においては犬や猿と同じレベルで扱われる。肉体という言い方はそうした体の側面を表している。自然科学が研究の対象としている体の側面である。肉体という言葉は、生物としての人間の層を表しているとも言えるし、生命の基盤を形成している層を表していると言うこともできるだろう。

その肉体も人間として成長するにつれて、人間の体として形成されていく。言うまでもなく、人間は社会的な動物である。社会的な存在として初めて人間であり得る。人間は基本的に社会的、歴史的な存在としてでしかあり得ないが、体も同様に基本的には社会的、歴史的な存在としてのあり方から免れるわけにはいかない。私たちという存在が体によってこの世界に投錨されていることを思えば、社会・歴史的な洗礼を初めに受けるのはむしろ体の方だと言うことができるだろう。

体は肉体的な存在を基盤にして、人間的な体へと変化していくと言って良い。この文化性や歴史性を引き受けて徐々に形成されていく体のことを身体と呼んでおこう。身体は文化人類学や社会学が研究対象とするところとなる。教育の意味を強調しようとするとき、しばしば例に出される野生児（人間社会から隔絶した環境で育った子ども）を例に考えて見たい。オオカミ等に育てられたと見られる人間の子どもが発見されたとき、彼らは人体をもっていながら、オオカミの動き（オオカミのように歩き、吠え、寝ていた）をしていたと伝えられている。事の

真偽については色々と議論もあるようであるが、これが事実であるとすれば、この例は、肉体と身体の構図をよく表している。すなわち彼らは人間の肉体を持ち、オオカミの身体で生きていたと言うことができるだろう。

体は人間の文化をその中にしみ込ませて、はじめて人間の体（身体）になっていく。そして、このしみ込んでいった文化性は体に定着したとたんに、そこで命を獲得してゆく。身体はそれ自身を基盤にして、さらに新たな文化を吸収し積み重ねてゆく。かくして、まさに身体は宇宙と言っても良いほどに複雑多岐な様相と広がりをもってくる。このようにして文化的に形成された体こそが身体と呼ばれるにふさわしい。

このようにして生まれ育ったところの風土や慣習・文化を身につけた体は、この世で生きていくための能力を獲得するわけだが、そのことは同時に体に歴史的、社会的な鎧や鎖を身につけることにもなるわけである。この鎧や鎖はその社会・歴史的な世界における生存のための基礎を形成して、その世界における安全と自由をもたらしてくれている。しかし、その故にこそ、その社会・歴史的な世界を越えたところでは、不自由性の元凶ともなってしまう。このような自由と限界を私たちの身体は産み出しているわけである。同じひとつの体でも視点を変えて見ることで、肉体と身体という重層的な構造的性が見えてきたことと思う。

ところで、「今、自分の体を感じますか？」と聞かれたとしよう。そのときに感じようとしている体は肉体であろうか、それとも身体だろうか。きっとそのどちらでもないと感じられるかと思う。今、感じようとしている体は、内側から感じようとしている体である。肉体も身体もどちらかと言えば体を外から見たあり方である。では、このように体を内側から見るということはどういうことなのであろうか。

### \* からだ：内側から見た体、感じている体

自分の体を内側から見ると言われても、何の

ことだかよくわからないと感じている向きもあるだろうと思うが、何も特別なことではない。むしろ、普通の感覚と言った方が良い。日常生活をしている中で私たちが体験している普通の体の感じのことである。

たとえば、スポーツをして汗を一杯かいて爽快な気分になったことはないだろうか。その爽快に感じているのは何であろうか？自分の体である。しかも内側から感じている自分の体である。同じように、山登りなどをしていて「しんどくてかなわない早く休みたい」と感じている体も自分の体である。マッサージや按摩をもらって、疲れや凝りがほぐされて癒やされていくとき、心地よく感じている体もそうである。森の中を散歩しながら深呼吸をしたとき、体の中まで浄化されたような、体中が新鮮になってゆくように感じている体である。好きな人にやさしく撫でてもらったとき、心地よくてとろけていくように感じている体である。大嫌いな人に近寄られたとき、怖がるように感じている体である。気持ち悪いものに出くわして全身に鳥肌が立ってしまったときの体である。

少し極端な例を挙げてしまったが、こうした体こそ自分の体である。これこそリアルな自分の体である。この生きている・感じつつある体のことを「からだ」と名づけておきたい。

ここで肉体と身体とからだの見え方の違いを

確認しておきたい。様々な観点からの違いを表にしてみた。

### ○からだといのちと自分

次に挙げる例も少し極端に過ぎる例かも知れない。口を塞いだり、水に潜っていたりして、無理にでも呼吸を止めていると、体は何としてでも息をしようとしてくる。それはまさに生き続けようとする体の働きである。命の働きである。死んでしまった人の口をいくら塞いでも、抗いは起きて来ない。命を感じられるのは、どの体であろうか？呼吸を止められると無理にでも息をしようとしてくるこの自分の体である。自分を感じられるのは、どの体であろうか？この自分の体である。そしてその自分が感じているこの体こそが「からだ」である。

からだを感じることで「いのち」が具体的にリアルに感じられてくる。からだを感じることによって、いのちを感じるによって、自分を感じられてくる。生きているということの実感を得るのには、このからだを感じることを除いてはあり得ない。こう書くと、なにやら特別な話のように聞こえるかも知れないが、むしろ当たり前の常識的な話である。「自分のからだを感じる」そのこと自体は至極当たり前で常識的、日常的なことである。ただ、それに気づいてこなかっただけのことである。体のほうで

表2 体の見え方とその徴表

	肉 体	身 体	か ら だ
見る立場	客観的	客観的	主観的
英語で言えば	physical body	cultural body	feeling body
対象とする科学	解剖学、生理学	文化人類学、社会学	宗教学、哲学
意識との関係	対象視	対象視	内観（内感）
所与性	先天的	後天的、形成的	開発的
基本的帰属性	普遍的	特殊的	個別的
基本的性格	生物的 物質的	社会的、歴史的 文化的	現存在的 実存的
対応する体育目標	健康、体力  強い体	運動技術、運動文化 社会性、意志・勇気 できる体	自己認識(気づきとわかり)  気づく体

は、すでにちゃんと感じている。ただ自覚的な意識にもたらされてこなかっただけの話である。自分のからだを感じるということが意識的に為されて来なかったからだけの話である。

気功との出会いによって、「からだ」の存在に気づかされたわけだが、同時にその深さと広がり、果てしなさに気づくことができた。またそれが自分自身やいのちの自覚にもつながっているという認識をも得ることができた。

従来の体育目標の多くは肉体や身体に関わるものがほとんどであった。体ほぐしの運動の導入によって、ようやく「からだ」へも関心が向けられつつあるが、大学体育においてもこの「からだ」に関わる体育目標がさらに開発されていくことを強く望んでおきたい。

## エピソード6：「□□□□」：教えるから、学びのお手伝いへ

最後に、また思い出話で申し訳ないが、ちょっと辛かったことを紹介したい。それは次のような小話に出会ったことから始まった。

弟子のひとりが、人々に《真理》を教えたという旨を明らかにすると、師はそれでは試験をしてみようではないかと提案した。

「何か講話をしてみなさい。わしもそれを聴いて、教える準備がもうおまえにできとるかどうか、判断しようじゃないか。」

その講話は人々を充分に感激させるものであった。講話の終わりに、ある乞食が話し終えたばかりの弟子のところまで歩いてきた。弟子はすかさず立ち上がり、その男に自分の上着を与えた。――

彼は列席の人々の前で徳を高めようと思ってそうしたのであった。

後になって、師は言った。「おまえのことは、まことに熱意のこもったものじゃった。だが、まだまだ修行が必要じゃ。」

「なぜですか？」弟子は気をそがれて、そう尋ねた。

「理由は二つある。まず、おまえは、あの男がほんとうに必要としていたものを自分の口で言わせなかった。次に、おまえは自分の徳をもって人々の心を動かそうとしているにすぎないからじゃ。」

「沈黙の泉」、アントニー・デ・メロ、  
女子パウロ会、p.277

これを読んだ当初、何を言いたいのがよく分からなかった。自分の徳を高めて、それで人々の心を動かすのがなぜいけないのか。まったくもって分からなかった。

気がついたのは、謎が解けたのは何日も経った後であった。何回目かの解説トライアルの後で、「やっぱりわからん！」と諦めかけたとき、目が何となくその標題の方に行った。

「ガーーン！」であった。

目に飛び込んできたのは「見・せ・び・ら・か・し」という文字であった。衝撃であった。「自分の徳をもって人々の心を動かそう」とするの、自分を見せびらかすためであるとしたら、たしかに大問題である。それでは何のために徳を積んでいるのか分からなくなってしまう。乞食に自分の口で言わせなかったことも合点が行く。

人ごとではない。自分が体育で「教える」ことを欲していたのは事実であるが、その「教える」ということの中に「見せびらかし」の要素はなかっただろうか。そんなことのために教えられたのでは、学生は堪ったものではない。

正直に告白せねばならないだろう。私が体育教師を志した時も、現実にも何十年も教師面して、体育の授業をやってきている間も、今日こうし

てここに、こうしていることの中にも・・・、その要素はあったし、今も厳然としてここにある。

それに気づいた当時は、とても辛かった。立ち直るのに少なくない年月がかかってしまった。ありがたいことに今ではかなり立ち直ることができている。だが今でもしばしばハッと気づかされることがある。根はかなり深いようである。しかし、時によってではあるが、そうであるのを自覚できるようになってきてはいる。大きな学びであった。今でも筆者の大事な誠めとなっている。

この説話によって、筆者は3つのことを学んだように思っている。

・自分の「教えたい」という動機には、下らないことが含まれていた。

まさに「見せびらかし」であった。私が教師家業をやりたい動機の中に確かにこれがあった。しかし、名誉のために確認しておきたい。教育への純粋な情熱があったことも事実であるし、現在もそれを持ち続けていることも事実である。ただ「見せたかった」、「良いカッコしたかった」ところが少なからずあったことも確かであった、そして現時点でも少なからざる割合で確かにあると白状しておこう。救いはそれに気づけたことである。

・教えるためには、自己研鑽が必須であること（見せびらかすためでなく）

「学ぶことを止めた時は、教えるな！」という格言に通じるように思う。確かに教師としての必要最低条件ではある。

・「教える⇒学びのお手伝い」の自覚化

◀「教える」⇒「学生の学びのお手伝いをする」⇒「学生の学びのプロセス」から学ぶ▶ この構図を自分の中で確認することができた。これこそは「教えることは学ぶこと」という格言の意味の一つではないかと思いついた。この自

覚によって、「教えるということ」を、延いては「体育教師であるということ」を、自分の人生の意味の探求に、自己認識の深まりに、自己実現にそのまま繋げることができた。

ここまで見えない経糸に導かれてエピソードを連らねてきたが、当初の「大学体育で何を教えるか？」という問いに対するスッキリした解答は依然として見い出せないでいる。けれども、経糸の正体は少しばかり見えてきたように思える。それを一言で言うとなれば「何のために教えるのか？」であろうか。問いは、経糸に乗って、さらに先に進んで行くのであろうが、1.5流の体育教師としては、ここら辺が限界である。

おわりに代えて：遺言的提言

切れたり繋がったりしてきた経糸の最後に絡まる横糸として、筆者の希冀的提言を述べてエピローグとしたい。

＊パフォーマンス（外から見える力）の追及から、感受性（内から感じる力）の開発へ

これまでの体育は「動くこと」に関わる能力の開発を中心にしてきたように思う。「動く」力を育ててはきたが、「感じる」力を育ててはこなかったように思えてならない。体を「動かすこと」だけではなく、体を「感じること」を大切にしたとき、自身の体を再発見すること、自分自身を感じることに、他者を感じることに、周りの世界を感じることに繋がってゆく。「感じること」を大切にするによって、体育に新たな可能性が見えてくるように思える<sup>7</sup>。

＜動くこと＞と＜感じること＞と＜考えること＞を一人ひとりの中で統合し、調和して行くということこそが、現代の若者達に必要なことだと思えてならない。そしてその機会を提供できる最も効果的な場が「大学体育」だと思えるのだがどうだろうか。

感じる能力も他の諸能力と同じである。開発に適した時期がある。また、使われなければ、ましてやその存在に気づかれなければ、廃用されてしまうであろう。大学体育においても、この「感じる」ということの意味が見直されることを願ってやまない。

#### \*ナンバー 1 から、オンリー 1 へ：個別体育のすすめ

大学体育には学習指導要領がない。筆者はこれを極めて好ましいことと思っている。大学体育は誰にでも当てはまることを教える必要はない。その人に必要なことを教えるべきである。指導法の例がわかりやすい。受講生 40 名の授業における（教師）：（学生）の関係は、1：40 の関係になるのではなく、1：1 の関係が 40 本ある方が望ましい。

個を全体の中で意味づけようとする体育の考え方がある。代表的なものに、底辺とトップという考え方がある。スポーツの側から体育を見ている立場のように思う。この考え方を体育の場に持ち込むこと自体に大きな危惧を覚えてしまう。なぜならこの考え方は、強いトップ（理念的には一人：金メダルは一人）を作るためには、底辺の拡大が必要だという考え方である。そのような考え方の下で、学生達は一切何を学ぶのだろうか？大学体育は個別体育が基本である。個別体育の考え方では、一人ひとりがトップである。かけがえのない唯一の存在である。オンリーワンである。その一人ひとりにおいて最高のもの（トップ）を引き出して実現させることが大学体育の在り方であり、考え方であろうと思う。

7 次の文は学生のレポートからの引用である。「しかし、ボディワークを通して必ずしも相手を打ち負かすような剛の動きや派手な運動のみが体育なのではなく、自身の身体と向き合い、内面から見つめ直し感じ取ることが、体育においてももっとも根底に在るものではないかと感じるようになった。」(2013, 火 2, F)

#### \*体を育てる体育へ

体には、見方によって肉体、身体、からだという側面があることを確認したが、そろそろ「体育は何かのために体を開発するのではなく、体そのものを育てることが目的なのだ」と言っても良いのではないだろうか。体を感じることで、体に聞きながら動くことが、体とともに考えることが、自己実現や自己認識の深化に、生きる意味の探求に繋がって行くような体育を志向しても良いのではないか。そのための教材開発や指導法の開発を推し進めて行く時ではないだろうか。

「体の深まり」や「奥行き」を実感することは、他の教科ではできない、まさに体育にしかできないことである。体を通して、自己や他者、世界との親和性を得ることで、そして、＜動くこと＞＜感じること＞＜考えること＞をバランスよく行なうことで人間観・世界観の変革がもたらされたりもする。そうした体験を通して自己統一性を得ることもできるということは、人格陶冶の可能性を示してはいないだろうか？

これらのことは大学体育への新しい可能性を提示していると言って良いだろう。近年の学生達の自己喪失感、疎外感、閉塞感を見るとき、こうした「体を育てる体育」が大学教育において見直されて良いように思えてならない。

最後の最後に、筆者の夢を短くまとめてみた。

体育の授業で学生が学び、教師が学び、周りが学ぶ。

体育の授業で学生が気づき、教師が気づき、周りが気づく。

体育の授業で学生が幸せになり、教師が幸せになり、周りが幸せになる。

そんな体育の授業を夢みながら筆を置きたい。