



「下村満子の生き方塾」ニュース

vol.31 2022.09

—2021年10月 定例会特集号—



自分を振り返る「人生の正午」を大切に

————コロナ禍で生き方考える



応援団の香山さんを紹介する下村塾長

「下村満子の、生き方塾」は2021年10月31日、東京・四谷の「スペース天夢」で10月例会を開きました。この日は、就任したばかりの岸田文雄総理がコロナ禍小休止の間隙をぬって行った衆院解散に伴う総選挙の投開票日。気ぜわしく感じる中での例会で、下村塾長は「経営の神様」と呼ばれたナショナル電気（現パナソニック）創業者の故・松下幸之助さんとの出会いから晩年までの交流を、講話として語りました。応援団講話は精神科医の香山リカさんが「利他の精神でコロナ禍を乗り越える」と題して行いました。香山さんが強調されたのは、ユングの「人生の正午」という言葉でした。コロナ禍が一段落した今だからこそ、人生の正午の意味をかみしめようとの問いかけは納得いくものでした。今回の例会も出席できない塾生向けにズームによる中継を行いました。（文・構成/皆川猛）

輪読

環境を考えると良い遺伝子が目覚める

若い男女2人がオブザーバー参加した例会は、氏家範昌事務局長が担当し、佐々木文雄さんが10分間坐禅の開始を告げる点鐘をしました。常松景子さんのリードの下、全員で塾生五訓を唱和し、輪読に入りました。

輪読は第1章「遺伝子が目覚めるとき」の9節「遺伝子に書かれてある以外のことはできない」、第2章「環境で遺伝子が変わる」の1節「環境の変化で遺伝子が目覚めるときがある」2節「今日は大学教授でも明日はタクシー運転手」3節「ヘンな出会いから一生の研究テーマにぶつかった」を行いました。



坐禅開始の点鐘をする佐々木さん

ここでの要点は①体のなかでは遺伝子に書かれていないことは起こらない②人間や高等動物の遺伝子は膨大な遺伝情報を持ちながら、ほとんどはOFFの状態にある③「こうあってほしい」と望むことは、ほぼ100%可能性の範囲内にある④頭で考えると不可能と思えることも可能である。その可能にする能力を私たちの遺伝子は持っていると考えられる⑤人間の奇跡的なできごととも遺伝子の働きなしには考えられない。誰もが「奇跡の人」の可能性

を持って生まれてきている⑥ある環境に巡り合うと、それまで眠っていた遺伝子が「待っていました」とばかりに働きだすことがある。そういう時、人は変わることができ⑦心を入れ替えるとは心の変化により、今まで眠っていた遺伝子が活性化することである⑧行き詰まりを感じている時、環境を変えてみるといい。動くとは人は伸びる⑨新しいものに触れることは、OFFになっていた良い遺伝子を目覚めさせる絶好の機会である—です。

塾長
講話

松下幸之助と私—出会いから永久の別れまで

●「幸せはお金で買えまへん」

下村塾長は「松下幸之助と私—出会いから永久(とわ)の別れまで」と題して、次のように講話をしました。

—中東オマーンでの大スcoopの後、私は国内外の各界著名人とのインタビューをして、それを記事にしていきました。こうした中で特に印象に残っているのは、ナショナル電気の創業者で経営の神様と呼ばれた松下幸之助さんでしょう。その松下さんとの出会いから始めたいと思います。

第2次大戦後戦後、日本の経済成長はすさまじく、米國に次ぐ世界第二の経済大国になりました。しかし、1973年から74年にかけて発生したアラブとイスラエルの戦争によって、原油生産が停滞するオイルショックが起き、中東の原油に頼る日本は大きな打撃を受けました。週刊朝日の記者をしていた私は、この時「減速経済を生きる財界指導者たち」という企画を出しました。これは6ページにわたる大型企画です。財界のビッグたちとのインタビュー記事は大うけで、特に雑談をコラムにまとめたものが面白いと、好評でした。下村満子の署名記事で、業界では男性記者が女性名で記事を書いているのでは、というほど話題になっていました。

ある日編集長が正月号は松下幸之助をやるぞ、担当は下村記者だと言いはじめました。私は今さら、松下さんを取り上げてどうするのか、と抵抗しましたが、編集長命令とあっては仕方ありません。やむなく応じましたが、松下さんの記事は腐るほど出ています。何も聞くことも、書くこともないと思いました。

松下さんに電話をしたら、どうして女性記者が来るのか、などと秘書の嫌みあふれる返事です。その後秘書とデスクがやり取りし、私が本を出していることなどを告げると、ようやく取材OKとなりました。

初めて松下さんを取材した75年当時、松下さんは80歳、私は30代と、おじいさんと孫みたいな年回りでしたが、松下さんは全くぼけていないし、答えもしっかりしており、明快そのものでした。話は弾み、雑誌と同じようなことを聞いても仕方ないので、松下さんが質問に答えると、どうして、なぜそうなのか、と食い下がります。どんどん突っ込んで質問するので、後ろに待機している広報部長たちはハラハラしているのが手に取るように分かりました。

減速経済の話聞いた後、雑談をしました。奥さんとの出会い、イレブンPM(深夜の人気お色気番組)は見るのか、お金の困った話など話題は硬軟取り交ぜたものでした。雑談でも松下さんは本気で答えてくれました。最後



松下さんとの思い出を披露する下村塾長

に、『お金はあなたを幸せにしましたか』と聞きました。こんなことを聞いた人はこれまではいなかったと思います。すると松下さんは『お金で解決できるものは多いが、幸せをお金で買うことはできまへん』と答えました。

終わりの挨拶をしたら、私に部屋まで来てほしい、と自室に案内されました。すると、松下さん自著の『人間を考える』を差し出し、すぐ読んで、感想を聞かせて欲しいと言うのです。部屋の外には15人くらいが松下さんに会うために並んでいます。とりあえず前書き、後書き、目次を読んでから本文を斜め読みしました。感想は、と言うのです。共感できる内容だったので、素晴らしい本だと思う、と答えました。すると松下さんは、そうでっか、と嬉しそうに返事しました。で、なぜ初対面の私に意見を求めるのですか、と聞いたら、松下さんは『周りは宗教臭いからやめたらいいと反対していたから』と答えました。松下さんは、本は出したが、内容はそれでいいのかと心配していたようです。このように彼は決して自信満々の人ではなかったのです。私が帰った後、松下さんは私を、利発なお嬢さん、と印象を語ったらしいです。

その時のインタビューでは松下さんの人間味や個性、場の雰囲気分かるように配慮しました。かまへん、そやな、そうでっかなど、大阪弁をそのまま文字にしました。秘書は標準語でやってほしいと主張しましたが、大阪弁は直しませんでした。

●「素直な心が一番大事」

松下さんのPHP研究所が『ボイス』という評論雑誌を創刊することになり、編集会議の席上、松下さんは、カバーインタビュー記事は下村さんをお願いしようと発言し、私もその要請を受けました。宮澤喜一、河野洋平、田英雄ら、当時の政界のエースとインタビューしました。これ

をきっかけに、定期的に松下さんと対談することになりました。

79年松下政経塾が誕生しました。松下さんは日本の行く末を心配しており、以前から新しい時代を担う政治家を要請する塾が必要だと言っていました。発足の少し前、政経塾のパンフレットをいただきました。立派なものでしたが、塾生は男性に限るとありました。それに気づき私はすぐに、門戸開放が大事なのに、女性を入れないというのは、明治生まれの古い人の発想でしかない、と少し厳しく言いました。普通の人なら、ムカッとするでしょうが、松下さんは直ちに作り直せと、と取り巻きに行ったのです。結果的に女性も入塾できたのですが、女性政治家は高市早苗さんのような人ができましたので、果たしてそれでよかったのか、首をひねります。

松下さんは、『素直な心が一番大事』が口癖でした。ニューヨーク特派員の時、松下さんが訪米すると必ず、私と会って、アメリカの現状を聞きました。ハワイで、松下さんが有名なアメリカ人経営者と対談する時には、同席して欲しいと頼まれたこともありました。私はそばでじっと松下さんを見ていました。

松下さんの人となりをお話しましょう。彼は飾らない、ありのままの人、普通の人です。とっさに判断でき、心が丸い角角していない人であり、一種の天才でした。私はプレジデント社から『誰が松下幸之助を経営の神様にしたのか』という記事を出版しました。

松下さんが亡くなるまで、親交を深めました。時には病室から私のもとに電話をかけてきて、会って話をしたいというのでした。時間があれば、私も会いに行き、世間話もしました。ダイヤモンド社から『松下幸之助 根源を語る』が出版されましたが、これは私と松下さんとの対談をつづったものです。彼は日本の行政の在り方についても考えていました。それは『無税国家論』というものでした。行政は単年度決算主義の予算執行ですが、これを民間と同じように、余剰金を内部留保にして、貯めた分の10%は使う。これを100年やっていたら、無税になる。要するに行政の無駄を省くことの重要性を訴えたのです。

松下さんは89年、94歳で亡くなりました。今でも彼の会話を思い出しは、すごい人だった、と振り返るので—

香山さん
応援団講義

利他の精神でコロナ禍を乗り切る

● 自我と自己の調和を図れ

塾長講話に引き続いた、「利他の精神でコロナ禍を乗り切る」と題して香山リカさんが行った応援団講義の要旨は次の通りです。

・コロナの影響を受けない人はおりません。皆、自分を守ることに精一杯でした。今は、コロナ禍が一段落して、どうやって自分を、社会を立て直すか、考える時が来たように思います。コロナ前に戻るのか、コロナがなかったことにできるのか、コロナ後の社会を全く違ったところに持っていけるのか。いろいろ考える手掛かりはあります。

・ともに精神学者でフロイトと同時代を生きた人物にユングがいます。そのユングですが、かれはチベット仏教の曼荼羅に心の理想を求めました。彼は曼荼羅の「全体性」に魅かれたのです。西洋のものの考え方の基礎は「自我」にあります。自分は外からどう見られているのか、社会からどう見られているのか、です。でもこれは自分の半分です。

・残りの半分は、心の中にある自分、寛いだ時に出ず、他者を気にしない自分、つまり「自己」です。

・自我は外に見せるこうありたいと願う自己であり、自己は無意識下にある自分と言い換えられます。曼荼羅はこの自我と自己を包括した全体性を表現しているから、ユングは魅かれたのです。自己を含めた自己を実現させれば良いと考えました。

・眞子さんと小室さんに対する異様なバッシングを見てください。皇族の結婚は国民にとって関心事でしょうが、マスコミは少しやりすぎだと思います。結婚報告の記者会見の際、一度きりの人生を愛する人と一緒に自分らしく過ごしたいと、小室さんは言いました。この感想に対し記者から批判めいた質問が出た際、小室さんは「あなたは一度きりの人生を自分らしく生きていますか」と切り返しました。多くの方はこう聞かれると、痛いところを突かれた、腹が立ち怒りのスイッチが入ります。



「人生の正午」を語る香山さん

・ユングが言っているのは、自我を優先し我慢して生きている人は、逆に「自己」の声を聞いていないからではないのか、ということです。ユングは言います。「まじめに生きている人は、いい加減に生きている人を、秩序を乱す輩、和を乱す輩と、憎しみを燃やす」と。つまり、自分の心の中に、自由にやりたいという願望があるから、それを実現している人を見ると、いい加減な奴と、腹が立つというわけです。

・だからユングは心にある「自己」を考えるべきで、やりたいことを振り返る時がある、と主張しました。この振り返る時を、ユングは「人生の正午」と表現しました。人生の午前は自我だけの自分で、午後は、心の中に自我とは違う自分がいることに目を向ける。違う自分に光を当てる。ユングは曼荼羅にはこれがある、と言いました。自我と自己の全体性が個性だということです。

・自我優先のこれまでの日本では、人生の正午が許されていませんでした。特に女性は、枠に嵌められた生き方を強制されてきました。今でも、明治憲法の根幹をなしていた「家」という枠が生きています。地方では今でも、選挙の際は「家」の考えで投票しなければなりません。大学では初めは女性の方が元気ですが、就職活動になる

と、女性らしさを求められるようになります。周りの状況を見てから、発言したりします。・自我の部分では生き生きとすることはできないのです。

・コロナはいいチャンスとなりました。日本はじめ全世界が「正午」を迎えた、と言えるでしょう。成長・発展で豊かになれば幸せになれると考えていましたが、「ちょっと待てよ」と考え直すことができる時間と状況があります。

・北海道の先住民であるアイヌの人たちは、明治以降入植した和人により土地や家、生活習慣、言葉を奪われましたが、生活の内地化を喜んだとも言われていました。しかし、大事なものはアイヌとしてのアイデンティティではなかったのかと、気づき始めました。アイヌの人たちはアイデンティティと引き換えに便利さを手に入れましたが、考え直しています。これも「正午」です。

・日本人は電気の便利さと引き換えに、安全な暮らしを差し出しましたが、東日本大震災と原発事故によって、原発を止めて自然エネルギーを電源にするシフト換への動きが出ています。これも「正午」です。全世界では地球温暖化が「正午」のきっかけとなっています。化石燃料を増やして便利になったけれども、これでいいのかと見直しが急激に進んでいます。

● 利他とは我慢ではない

・では利他とは何でしょうか。利他とは我慢することではありません。先ほど言った全体化の先にある「一人一人が個人として自立し個性化する社会」。個人を実現することは他人の足を引っ張ることと真逆のことです。自分らしく生きられない人生は人生の価値がありません。これこそが利他なのです。

・「人生の正午」は50～70代になったら、私の生き方は、これでよかったのかと立ち止まって、考えることが必要です。これをしないと、心が反乱を起こし、いつかクラッシュするとユングは言っています。

・コロナは地球の「正午到来」の証です。アメリカは、自国の民主主義が世界の救世主となると信じていましたが、その民主主義は格差拡大を生みました。その傲慢な考え方が間違っていたと、洞察できるならハッピーでしょう。コロナ前に戻すというのはおろかな発想です。何のために生きるのかを、「正午」を機に考え直すのです。

・恐竜は7000年前、ピークになった時、隕石によって絶滅しました。この絶滅は外的要因によるものです。人類の絶滅は、このままでは人類の贅沢な傲慢な生き方によって生まれた温暖化という隕石によって起きるでしょう。

・しかしこの隕石襲来を先延ばしはできません。膨れ上がった生活を少し小さくするだけでいいのです。人道的に考えれば、困っている人たちに手を差し伸べる。コロナはパンデミックですから、ワクチンは全世界に配らなければなりません。自国さえよければ、と考えていたらコロナ禍は長引くだけです。

・本当に人間は身勝手な生物です。コロナに怯える21世紀なっても、ワクチンの世界平等の配布ができないのですから。繰り返しですが、地球も「正午」を迎えています。地球の全体性を取り戻さないと、人類は絶滅します。

・コロナによって、皆「人生の正午」を迎えています。これまでの価値観は壊れています。一人一人が個人としてどう生きるのか。今だからこそ、隠れている自分に光を当て

てほしいと思います。「生き方塾」が行っている坐禅は、全体性を取り戻すいい方法です。

受講塾生のひとこと

● 塾長の「聞く力」を実感

○…輪読では、環境を変えると、遺伝子のON・OFFが発生するとありましたが、それは他人との新しい出会いが生まれるからだと思います。塾長講話では、松下幸之助さんのナマの姿を知ることができました。松下さんは神様ではなく、普通の人だった、と知り、身近に感じました。(氏家範昌さん)

○…松下さんがイレブンPMを見ていた話は、最高に面白いエピソードでした。「お金で解決できることが多いのは事実です。でも最終的にお金では幸せは買えまへんな」と、松下さんがしゃべったのは納得です。松下さんは塾長との対話が楽しかった様子で、塾長の「聞く力」はすごいと思います。(崎山恭子さん)

○…香山先生の自我と自己、個性化の話は興味深く聞きました。ユングが語った「人生の正午」という言葉はとても意味深く、なるほどと思いました。(常松景子さん)