令和２年 11 月 21 日

北関東フォーラム

於：シムックス

中斎塾　北関東フォーラム
令和２年度 第７回

おはようございます。

「おはようございます」の挨拶も、口ごもりながらの言うのと、胸をはって元気よく言うのでは、大分印象が変わります。私が印象的だった挨拶は、シムックスで研修会をした時のこと、普通は「おはようございます」と言って入って来ると教場で一礼をして自分の席に着くのですが、一人の警備員さんが入って来て私が座っている席の前で立ち止まり、しっかり姿勢を正し、メリハリのきいた声で「おはようございます。よろしくお願い致します」と挨拶をしてくれました。私は思わず立ち上がって「おはようございます」と挨拶を返しました。挨拶の仕方ひとつで、人さまに与える印象がまるで違います。言葉の出し方、声の大きさ、動作等を一括りで考えると、たった一つの挨拶だけで、まるで意味が違ってきてしまうとお考え下さい。

本日の塚越参事の開会の挨拶は、瞬間的に塚越ワールドにテレポートするような感じがしました。やはり、会場におられる方の年代層や知識の程度等々を考えながら、かなり練って話を纏めてこられたのだなと感心しました。

急に振られて頭が真っ白なまま前に出て話をするような時は、支離滅裂で自分でも何を話しているか分からないという体たらくが時々あります。そういう場合、中斎塾フォーラムで学んだ中でこれは良いなと思う台詞が一つだけあれば、それを常時頭に置いておくとよいでしょう。或る会員さんは、結婚式で急にスピーチを指名されて頭が真っ白になったけれども、フォーラムで覚えた言葉がすっと浮かんで、役目を果たすことが出来たそうです。ですから今日は、フォーラムの中でこれは良いなと思う言葉を一つは見つけてお帰り戴きたいと存じます。

ちなみに私は「利に放（よ）りて行えば、怨多し」という言葉が好きですので、扨て何をご挨拶しようか･･･ と考える時は、この言葉を必ず出します。「利に放りて行えば怨多し、という言葉が論語の中にございます」と一言申し上げ、あとは会場におられる人たちの顔つきを見て、すっとそれに合わせた話をすることが出来ます。例えば、会社を作りたての人や経営者であれば、「利に放りて行えば、怨多し」をこう説明します。とても良い条件の取引話が持ち込まれたとします。これはいいぞ！ とパクっと飛びついてしまうと、後で

不渡り手形を掴まされたり、お客さんが夜逃げをしてしまったりする。目の前の小さな欲にはすぐ飛びつかないで、ちょっと待って考えなさい・・・という具合で話をします。

皆さんも何かの機会に話を振られた時、何か一つ頭の中に台詞を置いておくと、その時の状況に応じて、いくらでも変化させられます。基本がしっかり身体の中に浸み込んでいれば、臨機応変にいくらでも話を広げられるわけです。そして話をしていてピンとこないなと思ったなら、まるで違う話にポンと飛ばせばよいのです。これには経験を積む必要がありますが、肝心なことは、自分がこの言葉は良いと思うものを論語の中から選んで身体に浸み込ませていただくと良いでしょう。今日の素読の中で、そういう言葉を見つけられると良いなと思います。

今日もズームでオンライン配信をしています。これからはオンラインで新しい会員さんを増やしていこうという意見が幹事会や理事会で出ているため、それに合わせて講話の内容も変えています。前半で浅く広い話を出して、後半で解決策を話して貰いたいとの注文がありました。なるべくそういう方向で話をしたいと思っています。

前半は論語の素読をベースにして、そこから時代の流れを申し上げ、その中にフォーラムの基本的なものの考え方「知足」や、個々に判断する場合の本質・歴史・大局の見方・考え方、その応用で個々の問題についてお話します。

では、論語の解説を致します。今日は微子篇 9～11 です。

【九】大師（たいし） 摯（し）は斉（せい）に適（ゆ）き、亜飯（あはん） 干（かん）は楚（そ）に適（ゆ）き、三飯（さんぱん） 繚（りょう） は蔡（さい）に適（ゆ）き、四飯（しはん） 欠（けつ）は秦（しん）に適（ゆ）き、鼓（こ） 方叔（ほうしゅく） は河（か）に入（い）り、播鼗（はとう） 武（ぶ）は漢（かん）に入（い）り、 少師（しょうし） 陽（よう）・擊磬（げきけい） 襄（じょう） は海（かい）に入（い）る。

素読をして戴いた田島監事はベテランですから、息継ぎを意識して読んでいました。テキストを見ると文字の間が少し空いています。これは官名と人の名前を開けているわけです。

大師、亜飯、三飯、四飯、少師とは、天子が食事をとる時に心地よい音楽を流す職名です。大師は楽団長で、少師は第一の職位、亜飯が第二、三飯が第三、四飯が第四です。この文章は、魯の哀公の時に国が乱れ、文化人はちりじりになってしまった様子を書いています。

楽団長の摯は斉の国に去って行き、第二の干は楚に行き、三番目の繚は蔡に行き、四番目の欠は秦に行ってしまった。太鼓係の方叔は黄河流域に行き、でんでん太鼓の武は漢に行った。第一の奏者の陽と石楽器の襄は海に行った。

菅内閣が誕生した時、学術会議の候補者６名の方を任命拒否したことが問題になりました。なぜそのようなことが問題になったのか分からなかったのですが、月刊「文藝春秋」に裏話が書いてありました。学術会議については、共産党が政治家同士の争いの種にしているわけです。共産党に屈するわけにはいかないということで、学術会議の中身について前から問題にあるものが表面化したとの事です。本音が言えないから、ぐずらぐずらと訳の分からない説明をしているのだ、と書いてありました。共産党から見れば良い種を見つけたのだろうと思います。

ちなみに、共産党はまだ武力闘争をして天皇制を打倒するという旗印を降ろしていません。その旗を降ろせば、共産党のものの考え方が日本の国の中に根付くのだろうと私は思っています。中国共産党をみると、中国の軍人達の中に明確にあるのは、日本に軍隊を派遣して天皇陛下を捕え、戦争責任を負わせる。つまり天皇陛下を処刑することが日本に対する軍事攻撃の第一歩となる、という軍事教育をしているようです。その旗を降ろしたとは、まだ聞いていません。今の中国は日本に対して柔らかい対応しかしていないので、こういう話は出て来ません。尖閣諸島の対応等は、まだまだ小出しの部分だとお考え戴ければよいでしょう。

論語から話が広がりましたが、このように日本に対して云々する国があちらこちらにありますから、今、日本の中で文化人と言われる人たちは、日本の国が乱れて滅びそうだと思った時、何処の国に行くのかな・・・とこの論語を読みました。

【十】 周公 魯公に謂いて曰く、君子は其の親を施てず。大臣をして以いられざるを怨ましめず。故旧は大故無ければ、則ち棄てず。備わることを一人に求むる無しと。

周公が魯の国に赴く息子の魯公に、君子の心構えを言いました。

君子は親族を見捨ててはいけない。・・・日本の場合は少子高齢化で親族がばらばらになっていく流れですが、中国の場合は、一族の中で誰かが出世すると、黙っていてもお金がどんどん入って来る仕組みですから、親族が皆寄って来るわけです。何かあった時に助けてくれるのだから、粗略に扱わず大切にしなさいと言っています。

ちなみに、習近平さんが頭角を現した時は、長老たちは中国の体制を資本主義にソフトランディングさせる、いわばゴルバチョフのような役割をする人間として相応しいと考えたわけです。長老に楯を突かず私腹を肥やさない人物だと見込んで、どんどん出世をさせて、一番トップになったという流れがあります。中国が今、デジタル通貨の発行をどんど

ん進めている理由の一つい、中国の長老や習近平さんをはじめとした今のトップ層が、アメリカ等に貯め込んだお金を失いたくないという考えがあると思っています。

大臣の中できちんと力が出せずにバトンタッチをしたとしても、くれぐれも君子を恨むような手を打ってはいけない。

古い付き合いの者は、とんでもない失敗をしなければ見捨ててはいけない。・・・定年退職をした途端に年賀状が来なくなったという話もありますが、縁のあるものをバサッと切るようなことはしないで、少しずつにしなさいということです。

一人の者に全てを求めてはいけない。・・・会社でもそうですが、一人に何でもかんでも要求してはいけません。出来ることは任せる。上に立つ人間は、誰が何を得意としているか承知していなければいけないということです。

【十一】周(しゅう)に八士(はちし)有(あ)り。伯達(はくたつ)・伯适(はくかつ)・仲突(ちゅうとつ)・仲忽(ちゅうこつ)・叔夜(しゅくや)・叔夏(しゅくか)・季隨(きずい)・季騧(きか)。

周には、伯達・伯适・仲突・仲忽・叔夜・叔夏・季隨・季騧という八人の賢人がいた。

周の国の始めの頃は、人材がどんどん湧いて出たようです。「八」は大勢とか沢山という意味が入ります。

八人の賢人については、詳しいことは不明です。その当時としては有名だったのでしょうが、時代が移り変わり分からなくなってしまったのでしょう。今の総理大臣にしても、数十年経てば「さて誰だったかな？」ということになりますね。

心の健康・身体の健康

では後半に参ります。本日のテーマは、「身体の健康・心の健康」です。紹介書籍として安岡正篤先生の書かれた『養心養生を楽しむ』を回覧致します。

それから、東京フォーラムの谷口さんから戴いた本で『本当は怖くない「新型コロナウィルス」』という本です。コロナウィルスに関する本は色々出ていますが、まともなことが書いてあると思いましたのでご紹介致します。

もう一つ、先日行われた中曽根康弘元総理大臣の合同葬で戴いた冊子です。写真ばかりが載っているのですが、その中に中曽根元総理が座禅をしている写真がありました。北関東フォーラムでは、フォーラムが始まる前に山﨑先生が棒術を教えて下さるのですが、その中で正座をして呼吸法をする時間があります。目を閉じて正座をして、息をゆっくり吐いてゆっくり吸う呼吸法を繰り返すと、身体中がどんどん沈んでいく感覚があります。中曽根さんも、「座禅をすると地中深く沈み込むのを覚える」と話されたと読んだことがあ

りましたので、持って来ました。

　では、恒例の質問を致します。期間を問わずにお尋ねします。

　○　このところ良い日が比較的続いていると思う方

　先ほど挨拶の中で、暗いニュースが多いと言っておられましたが、自分の心持ちでいい日が続いていると思えればよいですね。

　○　このところ嘘をついていないという方

　○　このところ有難うと言い、有難うと言われることが増えている方

　毎日がおざなりに過ぎている時は、有難うと言われることが少なくなります。またコロナ禍ですから、人と相対することが少ないと、残念ながら有難うと言う相手がいませんね。

　○　このところ毎日健康法を実践している方

　若い時は考えられませんが、年をとると、“年をとったなあ”と実感することがいくつも出て来ます。私が実感したのは、60 歳が一つの区切りです。干支で考えても 60 年経つと一回りで、還暦です。60 年経って自分の身体を振り返ってみると、まだまだ若い時と同じだと思う人が多いと思いますが、その際、健康について考える癖をつけるとよいでしょう。健康を維持するための努力を始める、そういう年回りが 60 歳だと実感しています。

　それから 5 年経って 65 歳になったら、朝 30 分くらいは身体の手入れをすることを習慣づけるとよいでしょう。70 歳になったら 1 時間くらいの手入れが要ります。色々な方の話を読んだり聞いたりすると、80 歳になると 2 時間くらいは手をかけているようです。皆さんも 60 歳を過ぎたら、身体の手入れをしましょう。

　女性は 25 歳を過ぎるとお肌の曲がり角と言われます。男性も同じです。先ほどご紹介した安岡先生の台詞ですが、若い時に美人で周りからちやほやされても、何も心を磨かなければ年をとればとるほど見るに堪えなくなり、心を修養し続ければ、年を重ねるにつれてますます美人になるのだそうです。

　○　このところ自分磨きを一所懸命やっていると思う方

　○　昨晩、明日以降の出来事を過去形でイメージして眠れた方

　私は最近これにプラスしたものがありまして、心の健康・身体の健康に繋がるものなので申します。私は今、赤城山に籠って中江藤樹の原稿を書いています。朝、目が覚めてカーテンを開けて外を見ると、緑が飛び込んできます。その時、ああよく寝た！　幸せだなと思うのです。それから、自分でご飯を炊いて味噌汁を作るのですが、これが美味しいのです。美味しいなと思って食べると、また、幸せだなという言葉が続いて出ます。それか

ら気持ちよくお通じがあれば、幸せだと感じます。一言で言うと、快眠・快食・快便です。これが気持ちよく出来ると、幸せという言葉がついて来ます。心の健康と身体の健康とは密接に繋がっているので、一つの判断基準です。

では、本日のテーマ「心の健康・身体の健康」に参ります。先月の「コロナ禍Ⅲ」も併せて申します。

政治家で総理大臣になりたての時は皆、明るく希望に満ちて、とても良い色つや、目の輝きだと感じます。それが時が経つにつれて目の輝きがなくなって、皮膚の色つやも悪くなって、どんどん悪相になります。嘘をつき過ぎるから、こういう顔つきに変わって来るのだと思います。したがって心の健康・身体の健康を保つことは大変大事なことだと思います。安倍さんは7年8ヶ月ですから、よく長くもったなと感じます。お互い自分の顔を見て悪党面になったなと思ったなら、心の健康を考えて戴くと良いと存じます。

来年の干支は辛丑（しんちゅう）です。「辛」は辛い・むごい・苦しい。「丑」は一つ一つ進んで行くという意味です。今年の季刊誌「知足」１月号に、「一年経ってみたら、こんなに変わってしまったと驚くほどの変わり方を示す」と書きました。実際にそういう状況だと思いました。また今年の年賀状には、「訳の分からないものが爆発的に広がる」ということも書きました。どちらも原稿を書いたのは昨年の今頃です。一年間、だいたい思ったような流れだったなと感じます。ただ、コロナ感染症という所までは分かりませんでした。

それを踏まえて来年の辛丑を考えると、相当荒れる年、辛い年、酷い年になると思っています。来年はどうなるか、本質・歴史・大局の観点で大きな流れをみます。

本質は、人類が増え過ぎたということです。特にアフリカや東南アジアの人口が爆発的に増えているので、100億を超すのは時間の問題でしょう。人類が増えれば増えるほど、コロナが宿主にしている野生動物がどんどん減っていく。そうすると、その代わりにウィルスが宿るのは人間しかいないわけです。人類が意識的に人口を減らさない限り、ウィルスは人間に取り付くだろうと思います。

歴史で考えれば、ペストやスペイン風邪、ホンコン風邪、その後に起きたサーズやマーズ等々をみると、100年・200年単位でウィルスが人間に感染症をもたらしてきました。それが最近は50年、30年、10年となり、来年以降は毎年だと私は思っています。新型コロナウィルスが出たことによって、毎年新しいウィルスが発生し、人間に取りつくだろうと思っています。地球の観点で見れば、その中で生きている動物・植物・ウィルス（細菌）

の中で、これからはウィルスがどんどん勢力を増大させると思います。そうなると宿主は共存共栄を考えなければいけません。したがって来年以降は、新しいウィルスとの共生に入るとお考え下さい。

今のコロナウィルスはワクチンが出来、薬が出来るということですが、これは氣休めだと思っています。なぜならば、どんどん変異株が出ています。現在は 3 つほど強毒性が生まれているようですが、強毒性の特に凄いウィルスが日本に来た場合、新型鳥インフルエンザが日本に蔓延した場合は 64 万人の日本人が亡くなると厚労省が予測をしましたが、それと同じことが来年起きる。日本人の 50 万人や 60 万人は死んでもおかしくない状況になるのが、来年以降だと思っています。それが起きたら、もう無茶苦茶な状況になりますね。ただ、社会のインフラに関わる人たちが生き延びる可能性が高いと私は思います。私は医者ではありませんから、どういう年齢や症状の人が云々とは言えませんが、いずれにしてもマクロで見ると大勢の人が死ぬ年回りになるということは非常に強く感じています。

したがってコロナウィルスに関しては、巣ごもりを真剣に考えて実行せねばならない年回りだと思っています。ちなみに私は、食糧は保冷庫を買って玄米を入れていますし、缶詰は賞味期限が 22 年、23 年の刻印のものを買っています。皆さんも今年は、命をつなぐものを少しずつ買い足しをして下さい。家庭菜園も少しは強化しなければいけないだろうと思っています。自宅のベランダのプランターでも、結構野菜が育ちます。来年は辛く・苦しい年回りだと自分で受け止めて、自分なりの対応、家族への対応をすべきだと思います。

それから、人類が多くなった結果、気候変動が起きていますから、大災害が起きる可能性が高まっています。ちなみに太田市のこの辺りは、渡良瀬川が氾濫すると水が押し寄せて来ると太田市のハザードマップに出ています。皆さんもご自分の地域のハザードマップを見ておくことをお勧めします。渡良瀬川が氾濫した場合、この建物も水につかるということなので、私はゴムボートを注文し先日届きました。今週、実際に利根川に浮かべて訓練をすることに致しました。

マクロで見て、本質的に人類が増えた。結果として地球はどうなるのか、世界はどうなるのか、自分自身の家族はどうなるか、所属している組織や会社はどうなるか・・・という具合に、マクロからミクロに縮めて考える必要があると思って下さい。

次に大局として、現状の把握を見る必要があります。今年は辛い・酷い・苦しい年回りと申しました。メディアを見ると、倒産だの廃業だの、売り上げが落ちたのと、暗い話ばかりが多い。黒字の微増も若干は出ていますが、赤字の流れが増えています。

ここ数年、中間層がごっそりなくなって貧困層の方にどんどん動いています。時の政府は、年収いくらまでが中間層という数字をはっきり言いませんが、私は以前から200万円がボーダーラインだと言っていました。その200万以下の貧困層も、これからどんどん細分化が始まって、貧困層・超貧困層・超々貧困層という具合になると思っています。

先日、政府が75歳の後期高齢者の医療費の窓口負担を上げるという検討案が出ていました。そこに「383万円以上の年収がある老人は現役並みと見なして医療費負担を上げる」と書いてありました。つまり、400万前後を中間だと政府は見ていると感じました。また、「270万円以上の所得がある人は115万人で、その人たちを1割負担から2割にすると270億円の税収増。170万円以上の人は520万人で、1220億円の税収増。155万円以上は945万人いて2230億円の税収増になる」とも書いてありました。細かい所に目をつけて税金を沢山取ろうとしているわけです。これは明らかに国が滅びる兆候です。国民が苦しい時に税金を多くとれば、国は潰れます。それは歴史が証明しています。

ちなみに今、経済を回すためだけにＧＯＴＯトラベルを進めています。ＧＯＴＯトラブルだと皮肉って呼ばれていますが、こんなに大盤振る舞いをしたら、後で税金を沢山取られるなと感じました。瞬間的に浮かんだのは、終戦直後と同じ状況が本当に起きるということです。終戦直後、日本の国は増税しました。その時の最高税率は、富裕層からは92%取りました。一般の人は年収に合わせての税率でしたが、今の世の中に当てはめると年収155万円以上の人（非課税世帯）ですら、推測するに、1割や2割は税金をとるのではないかと思っています。

そういう時代が目の前に来ている。目の前とは、渋澤栄一さんが最後の新しい1万円札で登場する頃だと思っていますが、それはこれからの経済変動やコロナによっても変わって来ます。ただ世界は今、デジタル通貨発行合戦を水面下でやっていますし、日本も負けず劣らずでどんどん進めています。

来年は、国民に凄い税金をかけるのがいつ頃か、どれくらいかが見えて来るでしょう。それからキャッシュレス社会と現金社会が両方出現して、両方一回閉じると思っています。ですから、色々な様相が滅茶苦茶に表れて、目を白黒する時代になると思っています。

その中でもどうしてもやっておかねばならないのは、自給自足です。自分で生きていくための手配だけはしておかないと、こんなはずではなかった！　ということになりますから、どうぞ生き延びるための方策を実行して戴きたいと思っています。

お時間が参りました。本日の講話を終了致します。