



どきどきの面談

本多先生には、25年程前に一度お会いした事がある。都心のある駅から12分ほど歩いたところの、古びた3階建ての建物。細い階段を上っていくと、踊り場の左右にドアがあり迷っていると、先生の声が奥の方から飛んできた。「いらっしゃい。こちらですよ。」私の姿を見ていないのに、分かったらしい。靴を脱いで部屋に入っていくと、陽に焼け古びた畳の間に、コタツが置かれ、そこで先生は重ねた厚い座布団に座って、書き物をされていた。ほぼイメージどおり（著者写真や本の内容からの）の、白髪を頂いたはにかんだ笑顔で、私を迎えてくれた。挨拶を済ませると、さっそく相談が始まった。私はその頃、職場での人間関係に悩みつづけていて、あと1年余でその機関の年金の資格が取れるので、そこまでは何があっても頑張るが、その先の進路について教えを受けたかったのだ。事前に手紙を出して予約を取り、この日の夕方に決めたのだ。

100分程でほぼ相談は終わり、もう一度生きてお逢いする事は難しいな、と思いながら退室した。予約を取れば逢えるのだが、私は、私よりもっと悩んでいる人達のために、先生の時間を、あまり奪いたくなかったのだ。

最後のほうで、先生は私に言われた。「貴方も将来、出来るときがきたら、お仲間を助けてあげて下さいね。」と。その頃の私は、自分ひとり生き抜くのがやっとの日々だったので、まったく自信がなく、最後までハイと答えることが出来なかった。あれから25年が経ち、私はようやく自己実現にいそむ日々を送っている。けれど、好き嫌いが激しく、小心で神経質な私は、いまだに自分ひとり生き抜くのがやっつとで、先生の願いをまったく叶えていない。器のひどく小さい私には、他者の苦悩を受け止めることなど、これからも出来ないことだろう。他力本願になるが、先生の助けや教えを受けた方のなかで、その意思を少しでも継げる方は、ぜひチャレンジして欲しい、と切に願うのだ。先生の活動も、年齢を考えると、あと何十年という訳にはいかないだろう。ぜひ、志を継ぐ方を。

さて、この10年で、私のいちばん感動したエピソードをひとつ。5年程前、テレビの深夜のドキュメンタリーで、浅草の隅田川べりに住むホームレスの特集がありました。4、5人の人の生活を紹介したのですが、その内の一人がカラスを一羽ペットにして暮らしていました。隣接する公園で、巣から落ちたらしい3羽のヒナを拾って、餌を与えて育てたとか。その内の2羽は、すでに少し前に巣立っていったとか。残ったこのカラスは、大きさはすでに普通のカラスに近いのですが、飛ぶのが下手で、高く上がることも、遠くへいくことも出来ないのだ、と。

女性のインタビュアー「この鳥は、これからどうなさるんですか？」

ホームレスの男性（60才前後？）「いいじゃないの。自由に飛べるようになるまで、ここにいれば。追い立てるように、巣立ちさせなくたって。飛べるようになるまで、俺のそばにいればいいさ。」

私は、深く感動した。ホームレスという厳しい状況を、毎日、生き抜いているオッチャンが、こんな素晴らしい人生哲学を持っているなんて。そう、飛べない小鳥（大鳥もOKです）は、けして巣立ちを急がせてはならないのだ。いま、悩んでいる方々も、焦ることはない、じっくりと、

自分の道を探せばいいのだ。その道しるべとして、本多先生や、佐藤愛子（やや賑やか）、加藤泰三（やや幅せまく、浅いが）、寂聴（規範が、宗教だが）、などが用意されているのだ。まず、好きな人、自分に合いそうな人を選べばよいのだ。

*本多 信一（ほんだ しんいち、1941～ ）は、日本の著述家、コンサルタント（中小企業診断士）。東京生まれ。1965年、中央大学法学部卒。時事通信社を経て、1971年、現代職業研究所を設立。「内向的な性格の人は繊細でよく考える点や、他人の気持ちを思いやることの出来る点などを利点として活かせば、周囲からは誠実な人間として信頼を得られるものである」と、内向型人間のプラスの面を説く。趣味は散歩。

主な著作

会社を辞めて幸せになる本 ぶんか社
食べていくための自由業・自営業ガイド 岩波書店
内気な人の生き方にはコツがある！ PHP研究所
話べたな人の自己表現の本 成美堂出版
「先生のお言葉集」

*ほら、人間ってね、どのような人も三要素があります。息をして生きる。食べて排泄して生きる。それと、もう一つは愛情を求めたり与えたりする気持ち。これは赤ちゃんも老人も、日本人もアフリカ人も同じことです。ですから、人生ってこの三要素、イキをしてメシを食べて、他の存在を大切に、そのうえで自殺しないで生き抜けば、それで百点満点の八十点ですよ。社会的にエラくなって成功すれば、そう八十一点かな。失敗して挫折しても、生き抜くなら七十九点くらい。大差ないんですよ。

*どのようなタイプであれ、人の頭の中身は同じ機構からできているわけで、他人との対話の中では、相手の話に触発されて百も千もの思いが浮かび上がっているものだ。ただ、浮かび上がってきた思いを、そっくりそのまま口に出すのが雄弁家やおしゃべりの人であり、厳密に選択して口からポツリポツリと出すのが無口な人。

*いつもいつも自分のことばかりを考え続けたとしても、例えば、（自分とは・・・）（自分の本当の適職とは・・・）と具体的な自己像に迫ろうとすると、とたんにワケが分からなくなる。分からないから無我夢中で目の行動に就くけれど、うまく行かぬことも多い。恋人探しや友人づくりでも、うまく行かぬのが、内気な二十代男女の特性。「彼は彼なり。我れは我れなり。されど仲良き」内気な人々よ。自分と考え方の一致する友人を、望んでも無理ということを知ろう。

*無理に性格を変えなくていい、内向型のいいところを生かしていけばいい。外向的、積極的が善で内向的は悪という風潮がある。先生自身も、あくまで参考にして自力で、ということを強調。

*先生の考え方は仏教と老荘思想がメインにある。自力で行なう。つまり、自分で立派になる考え方です。釈迦もイエスも孔子も老子も同じという考え方、ニューエイジ思想に立っている。

*内向型が悪で外向型が善という、誤った風潮に苦言を呈す。それぞれにいいところもあり、悪いところもあるので、無理に性格を変える必要はない。

*職業研究や人間関係について、いろいろな見方を教えてくれる。

先生の基本理念など

本多先生は、すでに何万人という相談者の魂を、極力、救われてきた方です。先生に敬愛の念をもって日々を送っている人は、全国にたくさんいらっしゃると思います。勿論、いちぶに、先生の提唱（アドバイス&人生訓・哲学など）を、まっすぐに受け止めずにいる人もいますが。ここで先生の、要となる言葉をいちぶ引用します。

*無理せず、いつでもありのままの自分で居て（暮らしていて）いい、ということ。

*ありのままの自分で生きて、寿命まで全うできれば、基本的にはそれで十分、ということ。それだけでも、神と親から、生命を頂いた責任は果たしたことになる、ということ。

*四苦八苦（生・老・病・死+愛別離苦（愛するものと分かれなければならない苦しみ）・怨憎会苦（おんぞうえく：憎んでいる対象に出会う苦しみ）・求不得苦（ぐふとくく：欲しいものが得られない苦しみ）・五蘊盛苦（ごうんじょうく：心身の機能が活発なため起こる苦しみ）は、ほとんどの人間に、平等に与えられているもの。それらと、うまく付き合っていく智恵やノウハウを知れば、苦悩はかなり軽くなる。

*欲望は人間であれば、誰にでもあること。恥と思わずに、じょじょに飼い慣らしていくこと。

*小さな動物でも、自分で餌を採って生きている。人間であれば、生きていくために、ある程度の、努力は必要ではないか？

*反社会的なことでない限り、思いついたことは、色々と試して（ただし、お金はあまりかけずに）みるといい。たとえ失敗しても、そこから得たもの（ノウハウ・考え方・人間観察など）は、真に身につく。

まだまだありますが、詳しくは先生の著作を読んでください。新刊を買うのが辛い方は、図書館などでの利用か、ネットか大きめの古本屋で200円前後でたまに見かけますので、そちらを。

先生は自分でもよく言っていますが、「私は、聖人でも宗教家でもなく、ただの市井の凡人に過ぎない。多くのことを期待されては、本当に困る。基本的な提唱を理解して貰ったあとは、それぞれがそれなりの自助努力で、自分の道を見つけて行って欲しい。」と。

勿論、ゆっくりゆっくりと、でいいのです。先生の要点は、たとえもしも何も見つからなくても、それはそれで結構。反社会的なことをしない限り、ありのままの自分で、寿命までひっそりと生きていけばいいのだ、ということ。

どうでしょう？ここまででも、ほんのすこしだけれど、気が楽になっていませんか。

とはいえ、この20年、ニート・フリーター等が、社会問題になっているのは、自立して（つまり親から巣立ちして）食べていくのが難しい、という懸念が主因であるのも確かだ。先生は、サラリーマンやOL、ひきこもり、ニート・フリーターなどの人々に、幾つかの生き方を提唱している。それは、まずは、今ある自分のありのまま（精神的・物理的な、見栄や装飾と、我欲を捨てた後の、ほぼ素直な自分）で生きていくのを基本とする。反社会的なことをしないのが、前提だが。そして、コンプレックスやつまらない優越感は、徐々に捨てていく。これは、根本的に持つ必要のないものだから。人生は長くても、わづか100年前後。そのうち生産的・社会に貢献的に生きれるのは、普通レベルの人は70年程度（15才までと85才以降を除く）。この70

年を、華々しく生きれる人もいるが、それは、ごくごく一部の人。100万人に、1人もいないだろう。それらの人々の、参考になる部分は取り入れても構わないが、引け目を持つ必要はまったくない。それよりも、自分のあるがままに、他者に出来るだけ迷惑をかけないようにして、寿命まで生きれば、それだけでも十分に素晴らしいことなのだ、と。勿論、趣味として、絵や書、イラストを描いたり、文章を書いたり、陶芸や工芸、ボランティア等に取り組むのは、さらにOKということである。

私の推定では、現在の日本には悩み多き人が、1000万人以上いるであろう。全世界では、何億人以上という悩み人が。その一人一人の悩みを考えると、まさに気が遠くなるが。さて、あるがままに生きる、というのは判ったが、困るのは人間はカスミを食べて生きていくことは出来ない、ということだろう。2014年・現在、医療費を除いても、衣食住のすべてを超シンプルに生きても、月に10万円は掛るだろう。つまり、基本生活費だけでも、年に120万円、30年で3600万円、必要ということだ。

*家に、ある程度の資産がある人。

この立場の人は、そう悩まなくていいだろう。親が亡くなっても、ごく質素に生きる限り、年金が貰えるまでを凌ぐのは、そう難しいことではないからだ。ただし、多少のノウハウは必要だが。

*困るのは、自分の経済力で生き抜かねばならない人。

私も、経済的には頼れる人がほとんどいないという状況だったので、その辛さ、悩みの深さがよく判るのだ。勤めに出てみると、驚くほど底意地の悪い人が、何十人といた。すこし意地悪なのは、数多とっていいほどに存在する。果てしなく悩んでいるときに、偶然手に取った雑誌で出会えたのが、本多信一先生である。図書館や本屋で著書を探して、むさぼるように15冊位をよんだ。そして、ある程度の、精神的安らぎを得ることが出来た。それは嬉しいことだったが、当然ながら勤めを辞めることはできなかったから、悩みは続いた。本多先生を批判する人の多くが、具体的な進むべき道の指示・明示に乏しいことをあげている。これは、先生の基本理念に、一定の教えを理解したあとは、出来るだけ自力救済を心がけるもの、という信念があるからだが。私は、どちらがベターなのか、いまだに判断出来ないでいるのだが。

先生の教えで、その基底をなすひとつが「すべてに無理をしない」ということ。例えば、努力は必要だが、出来るときに出来る範囲でいい、というような。これは民間の企業では、通用しない論理だけれども。民間企業は当然ながら、雇い人に、少しでも売上げや利益を持ってくるように、要求する。これは、企業の論理としては、当然のことで、非難は出来ないだろう。先生も、これについては、反社会的なことや、特別の無理じいでない限り、否定していない。このせめぎ合いには、多くの問題が含まれていると思う。そして、その多くは解決出来ないことでもある。

それをすこしでも解決する、ひとつの方法として。それは、自分の持っている、（全部でなくていいから）幾つかの何かを捨てることによって、すこし目的の達成に近づくことができる、ということ。例えば、世間体（世間的な価値観や貧富の立場、金銭の多寡など）やプライド（人間としての最低限の、矜持等は除く）など。衣食住についても、命をつないでいく程度のものであれば、それほど無理せずに、世間から獲得してくることが出来るであろう、という。職業は何万種類もあり、誰でもその一つ位は、何とかこなせるものがあるのだから。神は、人間をそのように作っているのだから、という。先生は、それをほぼ実践してきているのだから、強いリアリティーがあるだろう。

私自身、この主張を知ったとて、少し気が楽になった程度で、現実の悩みはまったく解決されたわけではない。それどころか、日々、私の周囲の状況は悪化していくばかりだった。ただ、こういう考え方をすると、本多先生の主張を知り、少しだけ気が楽になったということ自体が、重要な事実なのだ。それは長い間、常に私の心の糧となり、救いとなって、ごく小さなものだが灯りとなってくれた。

そして、8年後、私は、本当に、出来るときに出来る程度の努力を重ねたところ、運よく中立的資格のひとつを取ることができた。その後も、さまざまな意地悪や苦難はつづいたが、やはり資格というものは強く、それからは、年に2、3センチという感じではあったが、少しずつ周囲の状況は好転してきた。

最近になって、先生の教え（というか理念・主義・提唱）に、反発している人々の、批判的なブログもたくさん読んだ。けれど、それはそれでいいのでは、と私は思う。先生自身、人は百人百様どころか、万人万様であり、それぞれが、出来るときに出来る努力をしていけば、それでOK、という主義なので。先生は、何より、平穩に生きつづけ、与えられた寿命をただ生き抜くだけで、人間として合格なのだ、と説いているのだから。

私は、ある時期、新聞や雑誌に、茨城や福島、伊豆や山梨などの、大衆むけ別荘（高級とはほど遠いが）の広告がよく載っているもの。いわゆる、田舎暮らしのお勧めをメインにした、700万円前後で、100坪前後の敷地と築10年前後の小さな家を買え、庭畑やガーデニング、海や山の遊びが楽しめる、という。写真では、まあまあよく見えるが、実際はどうなのだろうか？20年ほど前、私はこれらの物件を、かなり真剣にチェックしていた時期があった。勿論、アレルギーがひどく、花粉症がひどく、虫が超苦手、暑さにもひどく弱い私が、現実に移住できる

訳がないのは、うすうす分かってはいたが。これらの別荘情報は、私にとって、一種のトランキライザー（30年前ごろにはごく一般的だった、精神安定剤）のような役目を果たしてくれていた。悩みがあまりにも重いときは、保存しておいたこれらの広告を読み返す。すると、何の根拠も無いのだけれど、そこでなら、生命力の乏しい私でも、何とか生きていける気がして、すこしだけ安らぎと希望を得られたのだ。

現代、その置かれている状況は様々だが、深刻に悩んでいる人は多い。すでに医者の手によらなければ、という方もいる。けれど多くは、適切なカウンセリングや、サポート団体（首都圏の青年ユニオン、ニュースタート、などの適切なNPO等）の支援、豊富な人生経験のある方のアドバイスや参考意見などで、多少は光明を見出せる状況なのでは、と感じる。この所、世の中も、やっこの問題に、本腰をいれて動き出そうとしている。まあ、遅ればせというよりも、遅れすぎ過ぎるけれども。勿論、これらの活動は、個々の問題の根本的な解決にはならないが。本多先生の場合、この三番目に当るわけだが、教えを受ける立場の私たちの礼儀として、もとより他者に多くのものを期待してはならない、と私は思う。私が相談に伺ったのは、40才の頃。100分ほどの面談で、1ヶ月後、振り返っての感想は、やはり根本的な解決はあまり無かったという事実。しかし、先生に直接お話できたという喜びと、先生がいまこの激しい世に存在するという安堵感、それだけでもかなり励みとなった。見ず知らずの者の悩みを、何の見返りも求めずに無料で聞いてくれる人がいる。それは、この世知辛い世の中で、とても有難いことではないだろうか。

先生は、多くの知識も、豊富な人生経験も持っていらっしゃる。先生とのご縁、それを有効に生かすには、私たちの側の進化・成長も不可欠であろう。ただし、現実の社会で、それがどんなに困難なことであるかを、私は実際に経験してきた。だから、悩みのある方は、けして無理はしないで欲しい。先生の持論のように、この世に生まれた者の基本的な義務は、あまり人に迷惑をかけないようにして、あとはただ寿命を全うすれば良いのだから。

あえて、自分を晒すが、私も、さえない外見と、慢性病（主にアレルギーによる、呼吸器系、皮膚系、等の）、ひどい社交下手というハンデに、青春と中年のほぼすべてという長い時間もがいて来た。が、そうこうする内に、なぜか名のある新聞や雑誌に、たまにはあるが、自分の作品が載るようになって、ほんのちょっぴり自信がついて来た。そして、多少の努力で、中型資格も手にすることが出来た。勿論この半分以上は、実力ではなく運が良かったのだ、と私は思っている。それまで、ほとんど運に恵まれなかったもので、神様がまとめて下さったのかも知れない、とあとになって思ったりもした。

つまらない私史を語ったのは、いま深い悩みを持っている方に、すこしでも参考にして頂ければ、という考えから。私の約64年の経験では、世の中には、犯罪者のような人や驚くほど底意地の悪い人も多いけれど、たまに驚くほど優れた人間性を持つ方もいる。そのような方に、稀に出会えたとき、私はこの世に生きる喜びを感じるのだ。私は実社会では一人前の仕事をこなすのがやっとならったけれど、二人前の仕事をスマートにこなせる方も、わづかではあるけれど実際に見て来ている。生まれつき人に与えられたものは、確かにあって、無いものを得るには、山のような努力がいる。それらを知って、それはそれとして、自分のいま持っているもので、静かに自

分の道を歩いていく。そこを人生の基本として、これからの自分をゆっくりと考えてみる。そのような生き方を、先生は推奨しているのだ。

私を含めて、ひどく世渡り下手・ひきこもりがち・生きていく能力に乏しい人、そんなエキセントリック？な人たち。この方たちに向けて、私のお伝えしたいこと。

*私たちの悩みの多くは、子供の将来に悩んでいる親も含めて、経済的なことと、それに関する事だろう。自分（子供）は、世の中や人、公的援助にあまり頼ることなく、寿命をまっとうできるのであるか？けれど人生は、延びたとは言え普通約100年とみていい。現在（2014）は、保険料を25年以上納めた方は、65才から死亡までは国の年金があり、ごくシンプルで基本的な生活は、まずカバーできる。つまり経済的なゴールは、取りあえずそこと見ていい。つまり貴方がいま、35才であれば、あと30年の世間（この世）との勝負（戦い）なのだ。そう認識することで、すこし気が楽にならないだろうか。悩みにはまっていると、その悩みが果てしなく終りがないように感じるから。終りの時期を知ることによって、ひとつの目やすが出来るはずだ。頼れる人がいてもいなくても、出来れば自力でその権利を獲得する。世の多くの人たちが、それを推奨し、お尻を叩くのは、それが正道であるだけに、仕方のないことであろう。私は、世渡り下手な人等にとって、それがどんなに大変で、困難を極めることなのかが、お仲間であるだけによく分かるのだが。とって、自助努力以外に、この世に、これといった対処方法はないのも確かである。ただ、一時的に生活保護等を受けることは、けして恥ずべきことではない。隆盛を誇った人でも、華やかなスターだった人でも、誰であっても、そのような状況に陥ることはあるのだから。現実には、そういう方を、私は何十人も見てきている。私の経験では、経済的な問題に見通しがつくと、他の悩みもぐんと軽くなるし、自己実現に取り組む気力も徐々に出てくるものだ。ここからは、グループ？分けして、それぞれのケースについて考えていこう。

*まず、親の財産が、ある程度ある方。

ごく少数派であろうが、こういう方は、先行きをそう悲観することはないだろう。まずは、国の年金の保険料を、最大限納付しておくこと。次に、親がアパートや駐車場等を持っている人は、運営のノウハウを聴いておくこと。出来れば、習っておくこと。今は、嬉しいことに7%前後の手数料を払えば、管理のほとんどすべてお任せできる会社が、たくさんあるので、その利用もいい方法であろう。ただし、信頼できる会社でなければならないが。業界の大手、2、3社に絞ること。

*次は、かなり困難なケースで、該当者は多いケース。

親がすでに亡くなっていたり、破産者だったりして、頼れる人が乏しく、自分で生きていくしか道がないという方。ともあれ、年金の支給がはじまる年齢まで、そこをゴールとみて、ライフプランを立てること。俗に言ういわゆる、その年まで食い繋ぐということ。言葉で綴るのは楽だけれど、それがどんなに困難を極めるか。すこし勇気を出して、公的窓口やサポート団体等に相談して、公的な援助等を知ることから、はじめてもいい。本多先生は、この世には数万の職種があり、誰でもそのひとつやふたつは何とかこなせるようになるものだという。だが、事実を見たわけではないので、私も確信はもてない。が、とにかく生きていく意思があるのなら、反社会的な仕事でない限りは、何百でもいいからあれこれと試してみたいと思う。そして、出来るだけ

努力してみて、それでも駄目だったら、一度退いてみる。すこし休んで、また気力が出てきたら、次の出来そうな仕事にチャレンジしてみる。それも駄目だったら、また他の出来そうな仕事にチャレンジしてみる。私は、それでいいと思う。勿論、周囲には「根性なし」「そんな事で、どうする?」とか、何やかんや意見する人は、多いと思うが。それは、気にしなくていい。そういう人には、「よかったら、これを見て」と、本多先生の本を渡して読んで貰うといいだろう。*いま定職や、それに近い職をもっているが、毎日が辛く暗く憂鬱で、出来れば辞めたいという人たち。

私もかつてそれらを、溺れそうになるほど、永く深く経験したことなので、出来れば楽観的なことをいって、励ましてあげたいと思う。でも、辞めて新しい道を探したら、などと無責任なことは絶対にいえない。日本の社会のように、ほぼ完成に近づいている社会では、エリート級の頭脳や才能、高学歴、大型資格、水準以上の対人交渉力などがなければ、いま手にしている仕事や職場を越える持続的な職を得られることはまずない。よほどの幸運がない限りは。多くは、ビックリするほど惨めな職になってしまう。現に、大型資格をもっているが、収入を得るのに四苦八苦している人を、私はたくさん知っているのだ。

では、どうするべきなのか。まず、ごく普通レベルの頭脳をもっている人たちのケース。ひとつの選択肢として、自分に出来そうな資格を取ること。何百とあるが、現実に食べていけるものは、極めてすくない。その中で、ブリザーブドフラワーの販売・作成・教習等は、すこし有望だろう。通信教育（がくぶん、ユーキャンなど。全用具付きの総合コースで、7万円前後。）もあるし、集中講義なら、カルチャーセンター（NHK、朝日カルチャー、よみうり文化等）などで、10日くらいで基本的ノウハウを得られる。見本のグラビアがたくさんあるので、普通ていどのセンスがあれば、大丈夫。花の需要は、一年を通してあるし、訪問・お見舞い・冠婚葬祭等に欠かせない。きちんとした商品なら、生産後2年は販売（美しさの寿命は、2014現在・7年前後とか）できるから、焦らずにすむ。店は自宅の玄関やサンルームを自分ですこし改装したり、安く済むなら2坪前後のスペースを借りてもいい。ただし、利益率は低いので、基本は食べて行くと心得たほうがいい。用具・飾りなどは、出来るだけ自分の持っている物でカバーするか、リサイクル品を利用すること。（あとは、個性等に合わせて、このケースのアレンジで。なお、必ず並行して本多先生の著作を参考にしてください。）

次は、中型国家資格をとること。ここではA税理士、B行政書士、C宅地建物取引主任者が、ベスト3。現実の求人はあるし、ノウハウを身に付けたら、注意深く管理すれば、自営もできる。ただしAは、脱税などの違法行為をする企業に注意がいるし、Bは相手を行政関係等にしぼること、Cは賃貸の仲介にしぼること。私達にとって、土地の取引はリスクが大き過ぎるので。A、Bも相手によっては、違法行為を強要されるリスクがあるので、注意が必要。

まだあるのだが、あとは上記のアレンジと、本多先生の職業関係（15冊以上ある）の著作を読んで、研究して頂きたい。

日本のバカロレア、高卒程度認定試験について。

退学を考えている人、すでに退学されている方、などにお勧めの試験です。国の行う試験ですが、ある程度の努力で合格できる、といわれています。私は以前から、この制度が広がることによって、不登校やイジメ、ひきこもり、などがすこし改善されるのではないかと、考えています。束縛や人間関係が、どうも辛い、という方が自由に生きながら、ある程度の努力で、道を拓くことができる。自己実現のための勉学や、社会へ出るためのリハーサルをたくさん試すことができる、などなど。この認定を得ることによって、得られるメリットは数多あると思います。ここで、保護者、教師、サポート等の方々への、お願いです。いままでの主流であった、子供の頃からの進学・学歴競争、これを卒業して、もっと柔軟な思考を持って欲しいのです。セオリーが、この子には合わない、と感じたら、ほかのノウハウも、取り合えず試してみる。パン・ピザ・おやき作りを習う、硝子工芸、プリザーブドフラワー、陶芸を習うなどなど。長い人生に比べたら、50、100のお試しをする時間など、何ぼのものでもない、ということ。結果が得られなくても、お試しのプロセスの半分くらいは、のちの人生に必ず役立ちます。

義務教育との整合性のためか、あまり華々しくPRされたことがなく、詳しく知らない方が多い制度です。フランスでは、多くの方が利用しており、華やかなイメージまであります。日本でも、この試験がもっと華やかに拡がっていくことを、期待しています。適切と思われる概要を集めました。ここを入り口に、詳細は自分でリサーチしてください。一年ごとに、細部は変化しますから。公的な配布物、参考文献、ウィキなどが、入手しやすい情報ソースです。

*高等学校卒業程度認定試験（こうとうがっこうそつぎょうていどにんていしけん）は、[高等学校](#)を卒業していない者等の学習成果を適切に評価し、高等学校を卒業した者と「同等以上の学力」があるかを認定する試験のことである。[文部科学省](#)が実施している。一般に高認（こうにん）と呼ばれる。かつては大検（大学入学資格検定）と呼ばれていた、[国家試験](#)の一種である。

#高等学校卒業程度認定試験に合格した場合、以下の効果が発生する。

1. 公的に「[高等学校](#)を卒業した者と同等以上の学力がある」とみなされる。（高等学校卒業程度認定試験規則第1条）
2. [大学](#)・[短期大学](#)・[専門学校](#)・[公務員試験](#)・[国家資格](#)の受験資格を得ることができる。
3. 就職の際、地方自治体・民間企業の一部から高等学校卒業者と同等に扱われることができる。

合格者は高等学校を卒業した者と同等以上の学力があると認められるが、高等学校の課程を修了してはいないので、大学に進学しない限り最終学歴は中学校卒業のままになる。『高卒』の学歴が欲しい場合、夜間高校や[通信制高校](#)などを卒業するというルートも用意されている。

現在では、合格者に対して高卒と同等の扱いが与えられるようになったことや、受験のチャンスが年2回へと変更されたことなどにより、受験者数が毎年増加する傾向となっている。最後の[大学入学資格検定](#)（大検）が行われた平成16年度の時点では、出願者が2万4,960人であった。これに対して、平成20年度に実施された高認試験においては3万3,264人の受験者数があり、受験者は4年

間で33%の増加を見せた。

高認試験の試験会場は、各都道府県に一か所ずつ設けられている。[東京都](#)など受検者の多いところでは国立大学を使用しているが、他の道府県では公立高校を使用するケースが多い。受検者の少ない県では、県庁会議室などを会場として使用する場合。

高認試験の解答はすべて[マークシート](#)方式で行われている。40%程度の正答率があれば、高認試験の合格ラインを超えることができる。

高認試験の合格者が大学・短大や専門学校等への進学を希望する場合、[学習塾](#)や[予備校](#)などで補習することが望ましい。高認の試験勉強では「最低限の基礎的な知識」を学習するだけなので、大学・短大等の入試問題を解く程度の学力を身につけることができないためである。

履歴書資格欄（学歴欄）記入例（文部科学省推奨）「平成〇〇年〇〇月 高等学校卒業程度認定試験合格」

受験資格

受験する年度末までに満16歳以上になる者。

従来の大学入学資格検定では、高等学校の[全日制](#)課程に在籍する者（高校を[休学中](#)や[不登校](#)状態を含む）は受験できないなどの制限があった。高等学校卒業程度認定試験では、この試験を受験する年度中に満16歳以上になる者で大学入学資格を持たない者であれば、すべて受験可能になった。但し、16歳・17歳の時点で合格しても、合格証書には「18歳の誕生日になるまで（日本の学校教育法に基づく設置である）大学の受験資格がない」旨の条件が付記され、例外を除いて満18歳になる年度まで大学に入学する事はできない。

受験日及び出願期間

- 受験日:8月初旬及び11月中旬、各2日の日程
- 出願期間:5月中及び9月中、各約13日間

*文部科学省認定 高卒認定試験

高校に進学しなかった人、高校中退などで大学入学資格の得られない人に対し、高等学校卒業者と同等以上の学力を認定する試験です。平成16年までは大学入学資格検定（大検）として行われていた文部科学省の試験です。

大検とは異なり、満16歳以上で、高校卒業資格のない人ならだれでも受験可能、全日制高校に在籍中の人でも、受験出来るのが特長です。受験科目は8科目、若しくは9科目で、高校で取得した所定の単位であれば、科目免除を受けることができます。不登校や高校中退者の増大から、近年では毎年2万人以上が受験し、定時制高校、通信制高校に加えて、大学進学への第3の道となっています。

高卒認定試験の特徴

- 国が高校卒業を認定する試験です。

- 全日制高校在籍中でも受験が可能です。
- 全ての大学・短大・専門学校や各種国家試験等の受験可能です。
- 就職の際にも高卒同等として扱われます。

* 大学入学資格検定

([英 the University Entrance Qualification Examination](#)) とは、2004年度以前の日本で実施されていた、大学に入学する学力の有無を判定していた試験のこと。通称大検と略称。現在は廃止され、2005年度より[高等学校卒業程度認定試験 \(高認\)](#)に移行している。

* バカロレア資格

「Baccalauréat」は、[フランス](#)における[大学入学資格](#)を得るための統一国家試験のこと。フランスではバカロレアを取得することによって原則としてどの大学にも入学できる。大学の定員を超えた場合にはバカロレアの成績や居住地などに応じて、入学できる大学が決まる。

参考* 一般バカロレア

理系 (Scientifique、通称S)、文系 (Littéraire、通称L)、経済・社会系 (Economique et sociale、通称ES) と分野別に分かれている。3つのうち理系が最難関であると一般的に考えられており、理系セクション卒業者は全ての分野の職業に就けるとされている。その結果、明確な将来像がない若者は理系進学を希望し、近年理系セクションの生徒数増加、そして経済・社会系の生徒数減少という現象が見られる。一方、文系セクションは別格の存在として位置づけられており、弁護士やジャーナリストまたは作家など、明確な将来図を持っている生徒が集まるとされている。1808年に[ナポレオン・ボナパルト](#)によって導入され、2005年の時点では18歳に達したフランス国民の62%がバカロレアを取得している。

10年間(さらに、10年)、早く引退する方法

勤めていたとき、定年以降も働きたい、という人は、周囲に、思ったよりずっと多くいた。また、政治家などで、70を過ぎてもエバっていたい、という著名人も多い。私は、選択定年にたどり着くのも、やっとこさという感じだったので、色々と感じ心した。けれど、何かやりたいこと（田舎暮らし、海辺の町暮らし、カフェオーナー、ギャラリー、作家、画家、木工作家、陶芸家など）がある人は、出来るだけ早く引退したいだろう。しかし、先のことを考えると、年金にたどり着くまでの資金が不可欠。それについて、考えてみたい。ただし、不可欠で共通する基本費でもある、生活費（食費・水道光熱費など）に限る。

◎医療費と住居費は除く。基本費として、大きい位置を占めるので立案のときに注意がいる。

*住居費の参考：不動産会社のネット等で調べてみると、2014年現在、大都市郊外で、築15年以上の、1Kか6畳程度のワンルームなら、3万5千円前後で、まともな物件は多数ある。築25年前後なら、3万円以下でも結構出ている。詳しくは、ネットで調べることに。

*医療費の参考：年収の額による規制や、他の規制もあるので、ここでは、ごく一般的なケースとして。（2014年現在。月収53万円以下の人について。）月に約8万円を超える高額医療費（保険適用のもののみ）は、超えた分はあとで（通常、4ヶ月前後）返ってくる。詳細は、ネットの検索で、すぐに調べられます。ワードは、医療費、介護費など。

*安心のため、万一のとき「ある程度のフォローのある」、主に医療・傷害をカバーする掛け捨ての保険は、不可欠。掛け金は、月に2、3千円と低額で、私の経験では、なかなか良心的。別に、貰えなくてもいいのだ。この、提供される「ある程度の安心」が重要なので。県民共済、都民共済、全労災などがお勧め。すでにどこかに入っている人は、そのままでもいいし、余裕のある人は、一般的な保険でもOK。

◎すでに所有している物で、出来るだけ間に合わせる。どうしても新たに必要な物は、仕方がないが。出来るだけ、リサイクル、フリマ、100均、激安店等を活用する。

◎私の場合で、概算してみる。（物価水準は、主に2010年前後の実勢とする。）

食費は個人差が大きい。高価な食材好きや、大食いの方は、量を減らす努力が必要だろう。私は、多くのものにアレルギーなので、食べれる物は、割と安いものが多い。これは、助かる？昼と夕飯のどちらかは、ガスト、王将、サイゼリア、満州、回転ずし、マック、ドトールなどが御贔屓、というとってもエコノミーな食生活を過ごしている。支払いは、平均700円前後。朝は、昨日の残り物か、菓子パンかトースト。それに、コーヒーか紅茶。これだと、平均100円ていどで済む。残り一食は、玉子いりの即席ラーメンか、残り物やありあわせを添えた、そば、うどんなど。これらから計算すると、一日、平均1000円ていど。つまり、月約3万円ていど。

次に、水道光熱費。私は、寒さ暑さに弱いので、ついエアコンを使うし、水も豊富に使うタイプなので、毎月かなり掛かっている。平均1万5千円ていどだろうか。これは、すこし節約すれば、1万円以内で済むかも。

通信費が、月に1万円前後。本や新聞などが、やはり1万円前後。ほかに、雑費として1万円

。

これらから推計すると、月約7万5千円となる。年額では、約90万円になる。

これだけでも、10年間で、900万円が必要となる。もっとも、あと30%は絞れる、という方も多いだろう。その場合は、630万円。こんなチープな暮らし、やってられんわ、という方は、お小遣いとして年額30万円足し、1、200万円。

この数値に、医療見込み費（個人差が大きいですが、一般的には10年間で500万円くらいだろう。丈夫な人は、その半分かくらい）と、住居費を足す。総合的に、住居費が安く済む、実家暮らしの人は、ぐんと有利だろう。これが、いちおうの概算予定費用。まあ、人生には、予定外の費用も、ときにあるが。その場合は、この予定費用から、削るしかないだろう。お金については、人はまったく当てにならない、という事実を、肝に命じておく必要がある。それぞれの、才と節約で、何とか年金にたどり着くしかないのだ。頑張っ、というより辛抱をつづけて、ぜひゴールを目指して欲しい。私のようなナイナイ尽くしでも、ギリギリたどりつけたのだから、それを励みとして。

あと、これは普通、言及しないことだけれど、宝くじが当たったり、思いがけず遺産や補償金などが入ったときなど。この自己計算から、その分を引いてみる。つまり、その分だけ早くリタイアしてもいい、ということ。ただし、社会から身を引くときは、出来るだけ、あなたの居る場所の規則どうりか、労働基準法の決まりどうりに。これは、立つ鳥あとを濁さず、の諺が私は正しいと思うから。でも、もう心身の限界がきていて、という人は、辞表提出時の話合いでいいだろう。

*補追「さらに、あと10年早く、リタイアしたい、という方に。」

基本は、上記の予定額、の2倍でいいだろう。ただし、長期化の場合は、必ずインフレ、デフレの問題がでてくる。私の、長い人生経験からいって、デフレは、収入は減るが、物価も下がるので、そう心配することはないが、問題は、インフレである。庶民の給料は、あまり上がらないまま、お米やうどん、ラーメンが、5%、10%と、次々と、当然のように値上がりしてゆく。医療費は、3年で30%も上がり、家賃も同様、そんな時がいままで、7、8度あった。こんな時は、私は人知れず、恐怖を感じた。それらを考慮すると、予定額の、15%増しで、考えたほうがいいだろう。

*「さらに、あと10年早く、という方へ。」

この場合、さらに難しさは、増してゆく。現在、ごく一般的なコースとして、20歳前後から、定年の60歳まで、40年前後、働くという、社会的なコンセンサスがある。（一部のエリートは除いて）これは、年金の支給開始年齢や、世代間の交代の円滑化などを考慮した、社会の暗黙？のルールであろう。とはいえ、これはあくまで私見だが、お金の準備が出来ているならば、そう心配することはないだろう。10年の予定額に、3を掛け、その30%増しの金額。それが、見込み予定額である。もちろん、これは、私の長い経験から割り出したものだから、あくまで参考として、活用して欲しい。

私は、勤めで悩んでいたころ（というより、初めから、選択定年の2年前ごろまで）、ときどき宝くじを買った。そのころ、一等賞金が、すでに1億円になっていたが、私は、一等よりは、

当たりやすいであろう、3等か組み違いの2000万円前後の賞金で、十分だった。というのは、私は45歳でのリタイアを考えて、準備を進めていたからだ。退職金も多少は出るし、何とか年金にたどり着けるだろう、という甘い考えだった。その先の、自由な日々を、陶醉するように夢みることによって、何とか、辛い現実を耐えていたのだった。宝くじで当たったのは、なんと最高で3千円。現在までのトータルで、マイナス3万円程度。私が自由を手にしたのは、他の諸事情もあって、実際は、それから10年もかかってしまったが。

*シンプル・ライフ、厳選適合テスト。

次の10の質問に「はい」が8以上あれば、合格といえる。もちろん、足りなかった人も落ち込むことはない。努力して、クリアしてゆき、「はい」を増やせばいいのだ。

- 1 シンプルな暮らしが、好きか？
- 2 見栄をはらないで、生きれる性格か？
- 3 粗食（そして、簡素な衣・住）に、耐えて生きれるのか？
- 4 タバコ無しは無論、お酒も、月1度、バーゲン品の発泡酒や焼酎の、1000円程度の物で、済ませられるか？
- 5 水道光熱費を、月に7000円（ひとり分）以内に、抑えられるか？
- 6 テレビの、ドキュメントやレポート、教養番組、などから、知識を得ることがあるか？
- 7 ゲームなどの遊びは、月に1000円以内に抑えられるか？
- 8 恋人や親族などの、保証人の依頼を、断る決意はあるのか？
- 9 資金は、低金利でも安全な、預金、国債などに限ることが出来るか？
- 10 人の噂や、世間の目を、あまり気にしないで生きる程度の精神力はあるか？（実際にリタイアしてみると、以外とハードな事項なのだ。）

*ともかく、世間の人には危ぶみ続けるけれど、そう深刻に考えることはないと思う。ただし、働いてお金を貯めるというのは、予想以上に困難をとこなう。それを、しっかり認識してゆくのも、有意義な経験となるだろう。

保護者、またはサポート的、立場の方へ。

テレビなどで、東日本大震災の惨状を見ていると、「無常ということ」などという言葉が、自然に浮かんでくる。人々の営々とした努力も、大津波は、わずか20分足らずで、ほとんどの物を破壊し、2万人近くもの、尊い命を奪っていく。天災なので、抗う術はないが、人間は、ただ茫然とたたずむしかない。節約を重ねて、やっと手にしたであろうマイホームも、自然はあっけなく破壊し、連れ去ってゆく。人間は、生きている限り、労働や努力を求められるものだが、こういう現状を見ていると、何だか馬鹿らしくなってしまう。そう言わずに、そこから立ち上がってゆくの、これまた、人間なのだ。

こう書いてきたのは、そう、これから取り上げる問題について、大きく被さってくることだから。今回の、大震災によって、人生観が変わった人は、かなりいらっしゃるのでは？概念や、頭の中だけの仮想体験では、人は、その本質が、なかなか変わらないものだ。けれど、これだけの天災に遭遇すると、多くの人は、体内に化学変化を起したように、その人生観や思考法が、微妙に変化していく。

ニート、ひきこもり、フリーターなど、1990年頃から、一般的になったフレーズとっていいのだろうか。その親族の方たちの、不安や心配について、私も、かなり判るつもりだ。というのは、私自身も長い間、社会との軋轢に深く悩んでいたし、生活の不安や心配ごとは絶えず、暗く長いトンネルを歩くように、苦悩は年ごとに巨大化していくばかりだった。

私はその後、かなりの我慢を、延々と重ねて、何とか年金生活にたどり着いた。いま、ようやく、好きな仕事が存分に出来る日々。現在、やりたい仕事の、80%前後は出来ていると思う。だから、出来ればひとりでも多く、自由に生きれる日々に、たどり着ける方が増えて欲しいと願う。まあ、現実的には、さまざまな困難があるけれど。

先日のY新聞の、人生相談の欄に、アラフォーの息子を心配する、母親の相談が載っていた。大学を卒業して以来、たまにアルバイトを2週間くらいしては、あとは家の中で、ゲームやPCに明け暮れていたという。この5年は、アルバイトもしなくなり、ほとんどを、家で過ごしているという。両親は、すでに70歳代。自分たちの亡きあとの、息子の行く末が、心配でならないという。まあ、この問題の標準的な事例の、ひとつといえるだろう。

私は、この問題について、5つのカテゴリーに分けて、考えている。4つめは、専門的事例で、5つめは、特殊な事例、これらは多様な分野の学者の方が、力をあわせて扱うしかない世界。なので、ここでは、3つめまでを取り上げる。仮に、A、B、Cとする。

Aグループ。

保護者の方に、これといった財産がなく、自己の年金で、自分たちが生活してゆくの、という方々。このケースは、確かに心配は多い。両親または保護者（そして、サポートの方々）のないのち、子供たちは、どうやって生きていくのだろうか？出来れば、世間とのトラブルや、生活保護は避けさせたい。当然の願いで、多くの人の持つ、不安と苦しみであろう。

深刻な事例に接するたびに、何とか有益なプラン（*程度くらい）を、と思うのだが。すでに創案されているものを超えるプランが、今の所、なかなか探し出せないのだ。

*私が提唱している、廃校・廃施設等を利用した、技術習得所の設置プラン。本書の、「これからの日々に」参照のこと。

まずは、基本となる、国民年金のプラン（Cグループ欄内・参照のこと）を、実行すること。

Bグループ。

AとCのグループの、中間あたりに位置すると、思われる方々。実は、このグループの方への、プランの提示が、一番難しいのだ。

まずは、基本となる、国民年金のプラン（Cグループ欄内）を、実行すること。

Cグループ。

これは、ある程度（そして、それ以上）の財産（土地、家、預金、国債など）が、家にある方。そして、その多くを、子供（ニート、フリーター等の）に残せるであろう、という方。ほかでも書いたけれど、このグループの方は、そう心配することはない。

*まず、子供の国民年金料を、自動振り替えで、必要年数（2014現在では、60歳まで。ただし、今後延びる可能性大なので、最後まで払えるようにしておくこと）払う手続きをしておくこと。統一したフォームはまだないと思うが、各銀行や郵ちょ銀などで、自動振り替えが自動継続できる、という手続きが、あると思う。10年限度、の規定がある場合も、多くは期限のすこし前に送られてきた書類に、名前を書き印を押して送り返すだけで済むはずなので、記録しておけば簡単に出来ると思う。

*2013年になって、社会保障の下限ネットのひとつとして、10年払いの年金（一括払いが出来ると、なおいいと思う。金額は少ないが、生涯支給の予定）プランも出て来ている。反対論も多いが、私は社会的に有益なプランだと思う。理由は、ふたつ。ひとつは、現在のニート、フリーター等の親の世代が、すでにかかなり高齢化して来ていること。この年金制度が出来れば、すこし安心を得られる親達が、何十万人もいると思う。あとひとつは、この年金制度が成立しない場合、生活保護に頼らざるを得ない方達が、今後、たくさん出て来ることが予想される。金額的には、生活保護のほうが有利かも知れない。けれど、生活保護では、人間としての矜持を保ちにくい、というのも事実ではないだろうか？金額は安くても、年金生活であれば、誰にでも堂々と表明できるし、社会活動のうえでの実質上の制限もないから。

*このことに限らず、すべての事案は、本人への教示とともに、面倒ではあるが必ず、親族とサポートの方々、知人等の複数(出来れば5人以上)の人々に頼んでおくこと。情報の収集とともに、相手に、私達はこういう事を考えている、という事を知ってもらうのが大切なので。これからは、金融機関の倒産、といった事態もありえるので、出来れば「メガ」のつく機関やゆうちょ銀、がお勧め。年金は、すべてのプランの基本となるので、絶対に忘れずに。

その他、マンションやアパート、駐車場などの、子供に残せそうな財産があるという方。これらは、現在、売り上げ収入の7%前後の手数料で、運営のほぼすべてを代行してくれる会社がたくさんある。はじめに契約すれば、あとは3年前後の自動継続が普通。また、アパートやマンションなどを新築・購入する際に契約する、30年一括借り上げなどの利用もいい。これらの大手の会社に、委託するのが一番、トラブルに巻き込まれずに済むのでいい。実名をあげるのは、大

人の事情？で無理なので、ネットでの検索（不動産 賃貸 管理・駐車場 管理、などのキーワード）や、公的機関への電話（トラブル等で行政処分を受けた事はないか？など）周囲の友人・知人（この場合、かなり面倒でも必ず5人以上に聴くこと）に、評判を聴いてみることに。ここでも、倒産のリスクを考えて、その業界の3位までがお勧め。ただし、賃貸業務の委託であって、所有権は自分が保持したままなので、きちんとした業者であれば、そう心配はないだろう。ただし、不快を感じる業者は、避けること。

現代では、本多先生の理想である、山里でひっそりと静穏に暮らす、ということは、精神的にも経済的にも難しい。が、現代でもごく一部、ほぼ実現している方が、存在していらっしゃる。4、5名、紹介したいと思う。（各ケースは、2005前後の例です。プライバシー保護のため、細部にアレンジを施しています。）

まずは、北海道の森のなかで、廃材を貰ってきて小屋を建て、暮らしていた70歳くらいの方。45歳くらいで勤めを辞め、妻子と別れて、日本のあちこちを放浪。52歳くらいで、知人の所有するこの森にたどり着いたとか。哲学が好きで、その関係の本を読んだり、著述をしたりして、ゆったりと日々を過しているそう。生活は、小屋の周囲の菜園での自給自足が基本。近所の農家の収穫期に手伝いをし、バイト代代わりにその作物を貰う。現在は、月約6万の年金を貰っていて、半分は貯金できるという。その後の情報で、この方はなんと、近くの街の未亡人と再婚して、その方の家で、円満に暮らしているとか。

次は、屋久島に住んでいる、アラフォーの陶芸家。隣家まで500メートル、夜になると人けがなく真っ暗な、超田舎である。彼は京都出身で、高校卒業後、有名陶器メーカーに7年勤務。貯めたお金（推定、200万円程度）を持って、1990頃、来島。ある村のはずれに、約1,200坪の土地を82万円で購入。そこに残っていた、農機具収納のためのボロ小屋に住み着く。以来、囲炉裏で作品を焼く傍ら、小屋の増築や、菜園での自給自足をのんびりペースで続けているという。1995年頃から、テレビや雑誌などの各メディアで、ときどき紹介されるようになったので、茶碗や花瓶がたまに売れ、それが貴重な生活費になるとか。

それにしても京都のような大都会に住んでいた人が、よくこのような暮らしができる？と思うが、それには理由があるようだ。彼が子供のころ、父親の店が破産し、一家は離散。彼は、祖母に引き取られたという。そのときに体験した、苛烈な取立てや脅迫が、強いトラウマとなり、人への恐怖心がいまだに取れないのだという。だから、彼にとっては、ここが一番心地がいいとのことだ。私は、とても感心した。我慢して勤める内に、必要なお金を貯め、生業のノウハウを身につける。大きなトラウマを抱えながらも、自力で道を開いたのだ。

次は、札幌から車で2時間ほどの村で、カフェを開いている方。といっても、可愛げのあるお間抜けな、小柄な55歳位の方。カフェといっても、土間を改築したような簡素な10畳ほどの店内。清潔とは言い難い、狭い厨房。自作カリサイクル品のような、素朴なテーブルと椅子。インスタントの珈琲が350円、ボンカレー使用のカレーライスが700円と、グレードに比較して??なメニュー。特に名所とかはない村なので、観光客はめったに来ず、村人や近くに工事に来た人達がたまに寄ってくれるという。売上げは、年に40万円程度。粗利益は、半分くらいでは？

彼がこの村に来たのは約15年前で、500坪の敷地はあるものの、ボロボロの空き家だったこの家を、年1万円の家賃で借りる。札幌で勤めていたらしいのですが、人間関係などですこしノイローゼ気味になって、移住したようです。8年後、家主からの申し出で、家と敷地を、100万円で購入。500万円かけて、リフォームしカフェを併設したとのこと。周囲に作った菜

園や、食べれる野草を収穫して、生活の足しにしているそうです。姉が札幌にいるそうで、その息子達のお下がりの、Tシャツや半ズボンを、ニコニコと嬉しそうに着ていました。

次は、50才を前にして、生き方を変えようと一大決心をして、海辺の別荘地に越して来た、女性の方。東京の下町に住んで専業主婦だったらしいけど、35歳ごろに夫が女を作って出て行ってしまふ。それからスーパーや工場、居酒屋などで働いて、何とか食べていたらしいけど、あるとき自分の生き方に疑問をもち、「田舎暮らしの本」などを読んで、自分が楽しく生きれる場所を模索する。そして、茨城にほど近い千葉の海辺に中古の別荘（敷地約100坪、築15年の2LDKの平屋。約500万円。）を購入。残ったギリギリ1年暮らせる程度のお金を持って、移住。片付けその他に、二ヶ月間かかり、その間に毎朝の海辺の散歩で、若いサーファー達と知り合う。そして現地で、スーパーや店員のパートの仕事をみつけて、働き始める。サーファー達との交流は続き、面白そうだと、自分も教わってボディボードなどに乗り始める。その内に、近隣から車で来ているサーファー達に、持ち帰りが面倒なので、サーフボードを物置に置いてくれるように頼まれ始める。仕切ってくれるサーファーがいて、月5千円の場所代を貰えるようになる。いまでは経費を引いても、年に100万円くらいの収入になるという。彼女のさり気ない好意が、生活費を生んでくれたのだ。彼女は、パートは4、5年で辞め、庭に50種を超える野菜やハーブ類、花木を育てていて、料理や切り花に利用して、豊かな暮らしを楽しんでいる。近所の主婦達とも、庭でお茶会を開いてお喋りを楽しんだり、地域のゴミ拾いや、公共スペースへの花植えなどの共同作業を通して親しく、いまではその地域の準リーダー的な存在になっている。ごく平凡な人ながら、気さくで明るい性格と、その行動力で、自分の道を切り開いた、素晴らしい方といえよう。たまにメディアで見かけるが、まもなく70歳になるのでは。

ほかにあと80人位のケースを知っているけど、また別の機会に。ご紹介したのは、多少でも参考にして頂ければ、ということ。この方々の生き方を参考にし、自分にあわせてアレンジしたり、応用・改変すれば、かなり利用できるのでは。

現代では、自分の引退の時期を見極める、ということはとても難しい。情報が溢れ、親族の思惑が重く、自分自身もまた将来を見通す自信などまるで無い。私もまた、かなり悩んだ。結果的には、あと5年早くリタイアできていれば、新しい取り組みも、もっと迅速にもっと広く深く、実現できたのでは、などとすこし悔やんでいる。でも、その場合は経済的に危うく、落ち着いて自分の活動に取り組めたのか？という不安は残ったろう。だから、良し悪しの判断は、いまも出来ないでいる。

サブプライム問題、それによる世界的金融危機、世界的不景気、ギリシャ危機、派遣切り、政権交代、激しいリストラ、相撲界のトラブル、などこの3年ばかり、日本も世界も、打ちひし枯れ困迷している様子だ。弱者的立場にある人々にとって、いっそう辛い時代といえよう。さらに、近頃の世相を見ていて嘆かわしいのは、日本のマス・メディアは、叩くばかりで、育てることを知らない、ということ。折角芽生えたものも、完膚なきまでに摘み取ってしまう。

さて私は、地味でいいから出来れば楽しく生きたいし、自己実現もやり遂げたい。だから、ほかの人達も、ぜひそうあって欲しい。でも現実というものは無情にも、平凡な願いをも、拒否したり壊したりする。本多先生は、このような小なる悩みも、政治・民族などの大なる悩みも、総

てを平静に受け止め、日々の流れるままに、あるがままの自分で、必要なときに必要なことに対処していけばよい、という。私も基本的には、それがベストと思う。もちろん、細かくはケースバイケースになるだろうが。

カウンセリング、内観法、セルフコントロール、森田療法、ノート記述法、など。悩み多き日は、私も何十というノウハウを試みた。いずれも決定打にはならなかったが、それぞれそれなりの、小さな安らぎは与えてくれたし、その技術や方法を知ることが、その後の人生にとって大変勉強になった。これらの方法論は、その後の人生の指針となったし、悩みをこれらに当て嵌めて（置き換えて）みることで、ほんのすこしではあるが、心が安らいだ。まだ残りある実人生に、あれこれと応用もできるし。だから、いま悩みの深い人は、これらの内、自分に向きそうなものを一つか二つ試してみたらどうだろうか？やってみて向かなければ、そこで止めればいいのだし。ひとつでもそのノウハウを知ることが、人生の扉は、ほんのすこしではあるが、ちょっぴり開けやすくなると思う。

私の在職中、知人のひとり（仮にA氏）が、職場の人間関係に悩んで、死を選んでしまったことがあった。まだ29歳の若さだった。職場が離れていたのだから、私はAがそんなに悩んでいることは、まったく知らずに、訃報を聞いたとき、てっきり原因は失恋か哲学的な苦悩だったのでは？と感じてしまった。ところが、あとから噂を聞くとまったく違う理由（いわゆる、職場の古株たちによるイジメ）で、ただただ驚いた。Aは、知人といっても、仕事上の4、5回のやり取りと、その流れの短い雑談が2、3回と、知人とはいえ近い存在ではなかった。Aは、私の見る限り、精神の強い、頭のいい、しっかりした人であり、ナイナイ尽くしが服を着たような私と違って、一流大学出身のエリートで、容姿もまっすぐと、悩みは少なくて当然の人のはずだった。噂では、私の書く物に懐疑的で、けして私のファンではなかった。あるとき、発信者の無い白い封書が届いて、開けてみると、私の書いているものへの、懐疑的なオマージュだった。私は、誰が寄越したのか、その時は見当がつかなかったが、ややムツとしてしまった。私は、訳が分からなかったのだから、その封書は間もなく破り捨ててしまったが。

遠い知人であったAが、ここまで心に残っている理由。それは、彼が亡くなって間もなく、忘れていたある事を思い出したからだった。彼は、自殺する8日ばかり前に、私に会いに来ていたのだ。私が遅番で外に夕食を取りに出かけ、職場に戻るため、坂道を降りて来たとき、ふと私を呼ぶ声を聞いたのだ。その時は、すでに薄暗かったし、Aが壁に寄り過ぎていて、誰だかよく分からなかったのだから、いちおう手を挙げて「今晚は」と応えたが、私に用事がある人がいるなどとは思ってもせずに、そのまま職場に入ってしまった。これがAとの、最後の邂逅である。私は、あとから話を聞いて、ひどく後悔した。あの時、たとえ5分でも話を聞いてあげていたら、と。その頃の私は、職場に数人の友人はいたが、人間関係には全く自信がなく、自分ひとり日々を生き抜くのがやっとの心身、といった状況で、私を頼ってくる人がいるなんて、全く考えられない状況だった。しかし、私は後悔した。不遜な考えかも知れないが、自分の殻を破れずに、その事で、もしかしたら救えたかも知れない人を亡くしてしまった、と。ご両親の心中を思うと、いまだに残念でならないのだ。

人生を、勝ち負けで構成しようとする人は多い。というより、大半とっていいだろう。受験

戦争、就職戦争、会社や自営業での、出世・拡大・上昇戦争。これは、日本だけではなく、世界的にもかなり共通することだろう。神の与えた、人間の性と言ってしまえば、それまでだが。私は、生きていくならそろそろ、世界の多くの人々が、自分とは何かを追求すべき時期では、と思うが。本多先生は、そういう人は、そういう生き方でよい、という。反社会的なことでない限り、人はどのように生きてもいいのだと。

勝ち負けの視点から見ると、恥かしながら私は10万戦3勝くらいの、かのハルウララもビックリの戦績である。だから、という訳ではないのだが、私は基本的には、人生は勝ち負けにそうこだわらなくてもいいのではという主義である。未勝利でもいいし、何とか食べれるだけの収入があれば、あとはひっそりと自分の好きな生き方をする。それで、基本的にはいいのではないかとと思う。もちろん、それが軌道に乗ったあとは、若い人であれば、それぞれの夢や自己実現にむかって、準備しゆっくりとノウハウを学び、トライして欲しいが。

私は、やっと年金生活に辿りついたので、人間関係の戦いはほぼなくなったのだが、アレルギーが悪化していて、自然との戦いに毎日苦勞している。皮膚が常に荒れていて、花粉症の時期になると、まさにボロボロになる。呼吸器が、急に反抗しはじめて、吸入器が手放せない。またときどき、勤めていたときの嫌な思い出が、急に甦り、悔しかったり苦しかったり。現実、予想以上の苦味や波乱、障害を含んでいて、お気楽に、消しゴムで消すようにはいかないのだけれど。

私は、20歳くらいまでは、普通の人5分の1くらいしか、なぜか人に興味（親近感）を持たれない人だった。いわゆる、影の薄い人。ところが勤めはじめると、私自身は進歩も変化もないのだが、なぜか多くの人に興味を持たれはじめた。いつか80人（多くは、ある政党系の方。実名は、NGが適切。）以上と思われる方々に（友人が聞いた話では、主因は私がコネで入ったため、とか。）、常に監視されているような感じを、受けるような日々になった。その息苦しさと言ったら、経験のある方にしか理解できないことであろう。私はそのとき初めて、20歳までの状況が、どんなに有難いことだったことに気付いた。多少、寂しくはあるが、ひとりでコントロールできる静かな日々と、その大切さを。そう、失って見ないと、人はあまり気づかないものなのだ。

いま悩んでいる若い方々に、私が出来る唯一のアドバイス。それは、人間は何百年も生きる訳では無い、通常は100歳前後までということ。普通、成人までは親を頼ってもいいわけだし、65歳の年金に辿りつくまで、自力で生きなければならない期間は、40年前後。基礎年金は、確かに少額（2010現在、年額79万程度）だけれど、贅沢をいわなければ、郊外の古いアパートでひっそりと暮らすくらいは、何とか賄える額である。遊びたい人は、その分社会に出て働くか、持っているものを売ればいいのか。つまり40年前後を何とか乗り切れば、多くの悩みや問題は、かなり解決してしまうということ。もっとも、哲学的苦悩や愛や恋の悩みは解決しないけど、それは個々人が何とかすべき問題であろう。

しかし、その40年前後が、どんなに困難を極めるかは、私自身の経験から、あまりにもよく判るのだ。私は、基本的には、勤めに経済的なもの以外求めたことは無いのだが、それでも組織（非営利の教育関係なのだが）のあらゆる思惑に利用されて、リタイアの頃には心身はもうボ

ロボロだった。ある年、7日過ぎの遅めの初詣に、地元のお寺に行ったときなど、つい無意識にフラフラと夢遊病者のように歩いていて、ハッと気づくと、周囲の初詣の人々が、訝しげに私を見ていたことが、ときどきあった。もう、心身の限界が近づいていたのだろう。

だから、いま引きこもっている人や、ニート、フリーター、失業中の人々の、状況も心理もかなり分かるのだ。頑張れなど月並みなことはとても言えないし、とはいえ、成人は衣食住を自分で調達するのは、古来、当然のことであるし。私は、精神的な延命はすこしサポートできるが、物質的なフォローは出来ない。この命題は、本当に難しいのだ。

現在の世の中は、精神的にも肉体的にも、人を急がせ、大きなノルマを与え、周囲と競わせ、過剰な期待で煽りたてる、といった圧迫的・脅迫的手法が多い。それが、いかに有為な人を（また、普通の人々も）破壊していくかを、私は数多く見てきた。今の私なら少しは、歯止めをかける事もできるが、その頃の私は、日々を生き抜くのがやっとという状態。で、志は有っても、傍観者という立場の確保さえ、ままならぬ毎日だった。

人間は、長くても100年前後で、この世から去っていくのだから、そんなに必死にならなくてもいいのでは？私が、人に投げかける、第一の疑問である。勿論、人生のなかで1度や2度は、誰も懸命に必死にならざるを得ない、ターニング・ポイントはあると思うが。それ以外は、人に譲れるものは譲り、避けれる競争は避け、人生の長期的な計画を練る日々をもつことこそ、全人类的に有意義で、社会にも役立つのでは、と厳として思うのだ。

人間関係など、について

私たち、ニート・引きこもり系の人間にとって、とっても難しく、切り抜けるのが困難なのが、この人間関係なのだ。私は、現在は、数人の友人と、6人の親族、そして20人くらいの知人（関係の深さは、さまざまだが）がいる。社交的な人であれば、何と少ない数だろうと思うかも知れないが、私にとっては、必要十分で有難い人々なのだ。勿論、この先、疎遠になる人もあるだろうし、新たな近づきもあるだろう。けれど、以前の私は、もっと薄い人間関係しか持っていなかった。小学生の頃はずっと、友人というより知人（それも、週に2、3度、会話する程度の）が、5、6人だった。中学生のときも、同様。でも、今もそうだが、私はいつも、様々なことをあれこれ考えているような人だったので、あまり淋しさは、感じなかった。高校に入っても、2、3ヶ月は同様だったが、理由は今でもハッキリしないが、いつの間にか、4、5人の友が出来ていた。ポツンとぼんやりしているのを、哀れに思ったのかも知れない。友人と言えるレベルの人を、ほぼ初めて得た日々だった。ただ、今度は、それを維持して行くことの困難さを、ときどき経験した。有難いことに、徐々に疎遠になりながらも、卒業まで何とか維持出来たのは、今から考えると、私にとって奇跡的なことだったかも。

ここまでは、スポーツや色恋には縁遠くても、何とか普通の学生生活だったといえる。そして、進学の時節。4年制大学に行きたかったのだが、私は家の経済的な都合で、推薦の短大に進んだ。苦学（アルバイト等）して4年制大学を卒業するという道も、そのころすでに一般的になっていた。けれども、平凡な年月さえ、日々を生き抜くのがやっと、という私の心身では、それはまったく無理な話だった。そのことは、周囲の人の思いよりも百倍、自分で判っていることだった。

家から、凄まじいラッシュのなかを、2時間半（当時、順調に行って）もかかる、東京の無名の短大に通いはじめてみると、4、5人の知人は出来たが、高校のときと違って、それ以上の知り合いが、なぜか出来なかった。まあ、私も不遜な部分があったし、やや郊外とはいえ大都市の一部という環境、さまざまな境遇を経てきた学生たち。と、未知なものが驚くほど不得手な私には、すべてが心身に過剰な負担で、1学年目が終わる頃には、私は体調をすっかり崩してしまっていた。そこに、慢性の盲腸の悪化による手術が重なり、私はとうとう2学年目を休学をすることになった。

どう明るく考えても、敗北感は拭えなかったが、間もなく私は、この1年を、それなりに有効に使ってみよう、と思いはじめていた。まず、本命である、文学のための素養作り。多くの本を読み、視野を広げてゆくこと。そして、他人の言動に流されがちな、生活態度の見直し。その、主要ないくつかへの、自分なりの対策を考えてみることにした。

軌道には、なかなか乗らなかったが、それでも幾つかは、多少の成果が見えてきた、と思う。また、怖気づく心を叱咤して、アルバイトも2、3してみたが、体力もなく、サービス精神に乏しい私には、お恥ずかしい結果ばかり。すっかり、自信を喪失して、残りの8ヶ月は、はじめに決めたプランに、力を注ぐことにした。

こうして、人生の厳しさ・過酷さを知り、短大に戻った私は、（授業ごとに、教室が変わるシ

STEMなので)席を出来るだけ前にとるように心がけ、熱心に授業に参加するようになった。新しい知人は、2、3人出来たが、やはりそれ以上の交流にはならなかった。私は、すべてにすっかり自信を喪失していたし、また人間関係の面倒な部分がうざいこともあって、私から特に交流を持つとうという気にはならなかった。

私の略歴は、今回はここまでとする。凡庸な過去をあえて披瀝したのは、このようなナイナイ尽くしの生き方でも、何とか生きてきた私のような者がいる、ということを知って頂きたかったから。私が、すこし浮上出来たのは、何とここから15年も経ってからのこと。半年くらいの間のことだったが、いまから思えば、そこが私のターニングポイントだった。運よく、あるまじくまずの中型公的資格が取れた。そして、その4ヶ月後くらいに、思いがけず、私の作品を、ある有名な文学誌に載せて頂いた。出来ない人、駄目な人の、見本のような私への、周囲の評価は激変した。音を立てて、という言葉があるが、その形容が、ゆっくりと静かに拡がっていくのが、側頭葉に感じられる日々だった。私はなぜか、特に嬉しくもなかったし、そのことに動揺していたわけでもなかった。それは、見下されているのよりは、よほど良かったし、ホッとした気持ちや、多少の嬉しさはあったが。この主因としては、私は多分、他者の状況に、あまり左右されない人なのだろう。私は、自分で言うのも何だけれど、基本的に、あまり他者への興味の淡い人で、あまり意識したことはないが、これが生きていく上での、私の唯一の強味なのだろう。私は、どちらかと言うと(言わなくても)、他者よりも、自分をじっくりと磨いていくことに、興味のある人なのだ。

かなり以前(1995年頃?)だけれども、テレビの昼番組の司会で有名なT氏が、友人や友情について、Y新聞の広告のなかのインタビューで答えていた。「終生の友情、なんて不気味。現代に、有り得るのだろうか?小学生なら小学生、大学生なら大学生、青春期なら青春期、晩年なら晩年、その時々、楽しくやれる、それなりの友人が何人かいれば十分では。」私は、T氏のような社会的大成功者が、このような生活哲学を持っていることに、感動した。私も、無理に友人や恋人を求める必要は、全くないと思う。メディアには、親友に借金を背負わされたり、金銭のトラブルで恋人に殺されたり、という記事や報道が、数多出てくるのではないか。評価についても、同じこと。人は人なり望みもあるが、というのが、自分は自分らしく、でいいと思うのだ。ただし、そこは本拠地であり、いつ戻ってもいいけれど、自分に役立つと思われることや、自分を取り巻く状況からのステージアップにつながることは、あれこれと試してみるといいのでは。行き詰ったら、すぐにリセット。スタートに戻ればいい。多少でも、学んだり覚えた技術などは、私の経験からいって、その30%くらいは、その後の人生に有益となっているから。人によっては、80%も役立っている、ということもあるようだ。費用対効果的には、とても優秀。まあ、0%の人もあるかも知れないけれど。

このように、いま友人・知人があまりなく、周囲の評価が低いという方でも、あわてる事は無い。私は、無理に浮上したいとは思わないが、もうすこしアップを望む方へのお勧め。とりあえず、じっくりと、自分を育て、ゆっくりと磨いていくこと。そして、そこが、この先の人生への、リ・スタートなのだと思う。その辺りのアドバイスは、親族か、周囲の信頼できる人に、相談して求めること。ただし、面倒でも必ず5人以上の方に、求めること。人によって、さまざま

まなノウハウや、考え方があるので。

現代の世相について

新聞やテレビで、毎日のように報道される、自殺や人間関係のトラブルによる殺人。私はいつも、何とか半分でも、うまく解決できないものだろうか、などと思ってしまう。

さえない外見と、ナイナイ尽くしを絵に描いたような私。育った年代が、あと5年遅れていたら、私は30歳までも生きてはいけなかっただろう。私の子供から高校時代までの頃は、街や社会が、戦後の名残りを、まだあれこれと引きずっていた時代。まだガキ大将や番長が、各学校や地域（町内や隣接の町など）に、本当に存在していた。そして、ワル餓鬼たちの縦社会が出来ていて、目立たず、礼儀をかかさず、彼等の利益を害さない限り、そう酷いことはされなかった。私も、全部で4、5回は、ごく少額のお金を取られたことはあったが、友達からよく聞いていたし、いわばお布施のようなもの、と割り切っていた。現代のように、残酷に暴行されたり、何万・何十万円も、取り上げられることなど、ほとんど無かった。もっとも、社会全体がお金も物資も、乏しく貧しく、街という共同体を、皆が見渡せるような時代だったから、とも言えるけれど。

現代は、驚いたことに、頭や容姿、体力が優れている人でも、イジメや殺人に遭っている。たとえば、千葉の、ある消防署では、新人を訓練にかこつけてしごき、耐え切れなくなった4、5人が、辞職したという。この方たちが労働関係の行政局に訴えて、問題が明るみに出たとか。そもそも、消防官の試験って、人並み優れた体力と、強い精神がなければ、受からないはずだけど。そんな、明るく熱い日々を送ってきた方々でも、そのような理不尽なめに遭うとは。すこしでも気を抜くと、すぐに餌食にされるような怖い時代に、なったものだ。

テレビのドキュメンタリーで見たのだが、海上自衛隊のある基地。ここの軍艦（潜水艦？）に乗っていた、28歳の隊員が、ある日、駅のホームから、電車に飛び込み自殺をした。後日、分かったことを、いま掻い摘んで記すと。

- 1 Aは、20歳以上年上の、ある古株の先輩隊員Bに、よくお金を要求されていた。
- 2 Bは、人目のすくない場所を選んで、Aを日常的に暴行していた。
- 3 自殺の数日前に、AはBから、50万円を用意して、Bに貸すように言われていた。
- 4 他にも、執拗にあらゆるイジメを繰り返していたという。

真に許せないオジジだが、B以外にも、そういう不埒な隊員は何人もいて、新入りや大人しい隊員を、サラ金のCDや、銀行のATMに連れていき、お金を用意させて、奪い取るように借りていくという。（もちろん、返す気は全くない。）そして、ギャンブルや風俗でたちまち消費してしまう、という。何だか、恐ろしい。恐喝罪が、成立するのでは。でも、訴えるのは、難しい。

Aのご両親の、嘆きは深く、辞めさせてあげなかったことを、とても悔やんでいた。Aは、もともとは、ひょうきんな明るいスポーツマンで、高校野球でも有力なメンバーだったという。

その後、両親の訴えにより、内部調査が施行され、Bは懲戒免職、ほかの素行不良者5、6人も、停職や減給の処分になったという。でも、これは、氷山の一角で、自衛隊では、年間100人前後の自殺者が出るという。まあ、他の国の軍隊でも、同様のことがあるようだから、根本

的な解決は、極めて難しいのだろう。

私の勤めていた、教育機関BD。（大人の事情で、実名はNG）。2003年前後、私は選択定年までの最後の5年ほどを、ここの付属高校に、職員として出向していた。いわゆるエリート高で、外から見れば、お金持ちの子供で、頭もいい、幸福なお坊ちゃんたち、というのが通り相場。でも中にいると、それが、あくまでイメージに過ぎないのを実感する。バブル（1988年前後）崩壊後の成り行きで、親の会社が潰れ、学費を払えずに、退学していく生徒たちが、毎年4、5人いた。（この子たちは、いまどうしているのだろうか？）そこまで行かなくても、家庭が窮迫しているのを感じさせる生徒も、かなり居た。

そして、一番、印象に残っていること。その生徒Aは、私が出向して間もないころ、資料について質問してきた。まだこの職場のノウハウを、あまり把握していなかった私は「えーと、これは、えーと、あそこにあったっけ。」などと言って、何とか質問に答えていたが。このAは、私同様に、小柄でさえない外見。そして、その1年後くらいに、退学して行った。

Aとは、彼が去るまでに、何度か（たしか5、6回）質問に答えたことがあった。3度目くらいのときに気づいたのだが、彼がいつも、ひとりで居ること。その雰囲気から、どうやら彼は、クラス内で孤立しているらしいこと。そうと気づいてから、私は自分から声を掛けたり、質問を処理したあとに「今度、ここに、新しい鉛筆削りがきたんだよ。」などと、差しさわりのないようなことを、話し掛けていた。ただ、この学校では、生徒を指導するのは、教員の仕事という不文律があり、私もそれ以上踏み込むことは出来なかった。肉体的なイジメは、幸い、ほぼ無かったようだ。彼の「孤立」は、当然、担当の教員が、私の百倍も把握しているだろうし。大学に行けば、自由もぐんと増えるのだから、あと1年半、何とか我慢して、ここを卒業しようよ、という思いだった。

ときどき、彼を思い出すのだが、いま元気を取り戻しているといいのだが。まあ、頭がいいのだから、大検（現在の、高卒程度認定試験）や通信制の高校を経て、大学へ行ってくれたと思うのだが。

このような世相のなかで、私の出来ることは、本当に小さな事だけ。でも、それが私の、いまの役割なら、それはそれで良いと思う。時間の余裕のあるときに、すこしづつ積み上げていけば良いのだ。

現実の、脆さと危うさ。人間関係に、そう重きを置くことはない。

人間関係というのは、誰にとっても困難が付き纏うものだと思う。そして、一般的に信じられているよりも、ずっと壊れやすく、はかないものだと思う。私は、幼年時代を除いて50年余り、たくさんの人間関係を、周囲に見てきた。私自身の経験は、わずかしかないので、そこがちょっと何だけど。

私は、9年前まで、ある教育機関に勤めていた。もっとも、短大卒者なので、仕事のほとんどは下働き、あとは、いわゆるドサ回りだった。人間関係は、私の限界を超えたハードさで、在職中、その苦悩は、増すことはあっても軽減されることはなかった。それでも、自分にムチを打って、何とか選択定年に倒れこんだ。そのあと、心身のある程度までの回復に2年かかった。そのお陰？で、たくさんの人間関係を間じかに受け止め、また数多見聞した（させられた？）のだ。ここから、実際に4、5例再現してみよう。

① 37歳で、結婚のため退職したOL。彼女は、同じ高卒の多くのOLたちと、職場でグループを作っていた人だった。職場への入り口付近で彼女を見かけたのは、その1年半後くらいだった。何と、乳母車に赤ん坊を乗せていた。3、4人の、かつての同僚OLに囲まれ、彼女は幸福そうだった。通りがかりの知り合いも、にこやかに赤ん坊を覗いていった。次に、彼女を見かけたのは、その1年後くらいだった。やはり、乳母車に赤ん坊が乗っていた。ひとりのOLが、彼女の相手をしていたが、明らかに困った感じで、早く職場に戻りたい様子だった。通りがかる人たちは、挨拶は軽く交わすが、足も止めずにそそくさと職場に戻っていく。そして、あとから聞いた噂が。赤ん坊の泣き声が、煩かった。職場に、赤ん坊を連れて来るなんて。といった、非難の数々。それ以来、彼女の姿を見たことがない。彼女が20年近くかけて築いた、と思われたものは、3年足らずで消えてしまったのだろうか？

②私は、わりと草花やハーブが好きで、近くの3、4軒の花屋さんに、天気の良い日などは散歩がてら訪れることがあった。まあ、買うのはときどき安いものを2、3点ていどだったが。その内の一軒の花屋の店頭で、私はある日、紅葉の苗やミニ薔薇の花鉢を選んでいたら、店の中から2人の店員の会話が。

「Aさん、辞めたんだって。」すると、突然涙声で。「送別会もなかったんだぜ、5年も勤めたっていうのによ。」相手は、無言。「Aさん、笑顔で帰っていったけどよ。俺、悲しくってさ。」

気に入った物がなかったこともあって、そのあと1、2分で、そこを立ち去ったが、私は気が重くなっていた。その頃、私は、職場の人間関係に苦しんで、ノイローゼ気味になっていた。生きてゆく厳しさと悲しさを、また新たに突きつけられたようで。

③私の勤めていた所（大きな敷地）には、裏通りに出られる裏口の門があって、裏手の方面から来た人々や、用事で出て行く人々で、一日中かなりな往来があった。五月のある日、私は昼ご飯をその辺りの食堂で食べようと、その門に向かっていった。門の傍まで来たとき、小さな声で挨拶されて、気づくとそこに最近までアルバイトで来ていた、背の高いKという青年がいた。優しい眼をした、登山を本格的にやっている、まもなく卒業予定の方だった。気の毒なことに、見た目が

ひどくモッサリした人という評価だったが、心の優しい、柔らかな人間性を感じさせる人だった。近況をすこし話し合っている内に、Kは暇がありそうだし、私はその辺の食堂で、お茶か定食を奢ってあげたい、という気が起きてきた。けれど、その当時、人間関係に全く自信を失っていた私は、とうとう誘うことが出来ずに、そのまま別れてしまった。

その後、四ヶ月が経ち、二週間の夏休みを終えた私は、残暑のなかを青息吐息出勤した。そこに、悲しい噂が流れてきた。Kが、山で遭難死したというのだ。エベレスト登山隊の、サポート隊員として同行していた彼は、支援基地（普通6、000m前後に設置されるという）の近くで、滑落死したという。詳しく聞くと、何とKは、私と裏門で出会った日の、わづか二ヶ月後くらいに天に召されていたのだ。私は、何とも言えない気持ちになった。そして、あの日、勇気をふるって誘っていれば、せめて小さな思い出が、という後悔に苦しんだ。もちろん、いまさら、どうにもならないことだが。周囲の人達は冷めていて、山が命の人だったのだから、山で死ねたのは、ある意味Kにとって幸せだったのでは？と言うのだった。確かに、それに一理はあることだが。だが、あったであろう、彼の未来は、どうなるのだ？そして、彼の親族の嘆きは？

④私は、人間関係が乏しく薄いのだが、それでも私の周囲で、長年付き合っていて、あるとき関係が拗れ、それ以来犬猿の仲に、という方達が、何組かいる。すこし前まで、まるで金魚のフンのようにくっ付いていた人たち（2人～4人程度）が、顔をそむけ合うような仲に。当時は判らなかったが、こういうケースの半分くらいは、誰かの隠れた画策によるものでは、と考えるようになってきた。まあ、私もそれなりの人生経験を重ねて、という事だが。

ある物はあるがままに、無い物はないがままに、あまり拘らずに、取りあえずは、穏やかに平凡に生きていけばいい、というのが、本多先生の教えの根幹にある。読むだけで、すこし気が楽になる、といった効用があるのが、本多先生の特徴なのだ。勿論、多くの人が求めている、その先の救い、といったもの。それらについて、先生は他の論者と違って、取るべき方法や、具体的な道をあまり示していない。それは、出来るだけ自助努力・自力救済すべき、という先生の確とした基本理念なのだ。雑誌やネット上で、その点に反発する方々が多いのは確かだ。私は、すべてを教えに頼るのではなく、そこから先は、自分の考えや意志を、先生の教えに取り混ぜながら、ゆるやかでいい、ポツポツと歩いて行けばいい、と思うのだが。

人をサポートしようという、あらゆる仕事（特に、精神面）のなかで、一番デリケートで難しいのが、この「その先の救い」なのだ。多くの人々は、日々の暮らしに疲弊し、あるはずが無いこととは分かっているが、ハウツー本のような簡単な救いを求めている。しかし、長い時間とともに過した親族でさえ出せないものを、他人が出せるはずがないし、また出すべきものでもないのが正しいだろう。

テレビや雑誌などで、時々特集される、ニートやフリーター、さまざまな悩みをかかえる方々の、レポートや対談。私も、自分が辿ってきた道なので、その苦悩はかなり分かるのだが、それにしても、言動や自己プランに、人頼りの方が多い、というのが実感だ。現実の世の中は、「頼ると逃げていく人」がほとんどだ。まず、それをしっかりと認識して欲しい。勿論、それはそれとして、落ち込む必要はなく、そこから（そこをスタートとして）また歩きはじめればいいのだ。本多先生も、そのような笹や竹に似た、揺り戻しの出来るしなやかな強さを持つことを強く薦めている。

いままでの人生で、私は数多のいわゆる「業の強いひと」を見てきた。仕事上関わった方で、そのような方も数多い。その方が、ずば抜けた実力を持っているとか、優れた容姿を持っているとか、ならば我慢もしやすいが。実力もないのにえぼり、人を貶める碌でもない人間だったり、ヒステリックで教養も浅く、センスのまるで無い方だったり、という人が98%以上だった。けれど、現実の社会では、これらの人に、ペコペコしなければならないときも山のようにあり、針のように気を使いながら仕事を進めなければ埒があかないときも数多ある。更には、罵りや屈辱に耐えなければならないことも、たびたび。

私は、60代になって実感として分かってきたことだが、人生は、本当にそう長いものではない。だから、いま貴方が置かれている状況が、果てしなく暗く思えても、そう落ち込むことは全く無いのだ。20歳前後から60歳までの40年間前後、ここを何とか乗り切れれば（一例として、気が乗らなくても、急ぎのものを優先的に済ませる、など。）。また、多少の貯金などが出来たときは、終点を55歳、50歳、と繰り上げてもいい。万がいち、遺産などが入った場合は、さらに繰り上げられる。国民年金等は、必ず納付しておくこと。2014年現在、支給開始は65歳からだが、5年間まで前倒しできる。（ただし、1年当り6%増で、終身減額{3年間の前倒しならば、18%の減額。5年で30%の減額。}されるけれど）。

年金があれば、誰でも、ごくつましくなら世間並みに生きることは出来る。病気がちの方などは、医療費のみの扶助申請、という方法もある。また、日常のなかで、あと一步が踏み出せないときは、まず身の回りの自分の不要品を、片付けることから始めること。私の場合、リタイア後1年休養したあと、思いついて、身の回りの片付けをはじめた。ホコリの積もった雑貨品、古いレシート、カタログ、古雑誌、古ノートなど、ゴミ用の黒い大袋に、4、5袋も出た。少しづつでいい、作業しつつ、過去にサヨナラを告げながら、進めてみる。そういった作業を、あれこれ自分で見つけながら進んで行くと、いままで見えなかった道が見えてくることもあるのだ。私の、体験からいって。

広い世界の状況などを見れば、日本に生まれた人は、それだけでかなりラッキーなのでは？人間としての役割は、それを有難く受け止め、そこからスタートしていくこと。高速で飛び出していく人もあれば、私のようにゆるゆるノロノロ、右へいたり左へいたり、の人生もある。どう生きるか、実際にはどう生きれるのか？といった事は、誰にとっても本当に苦しく難しい。でも、本多先生の持論によれば、けして急がなくていいという事だ。人は、反社会的なことをしない限り、どう生きてもいいのだ、と。

かなり以前になるが、関西の方で、自然酵母を使ったパン屋を開いた夫婦の、日常を描いた作品を読んだことがあった。その夫（当時35歳ぐらいの方）が、サラリーマンを辞めて、知人の自然酵母パンの店に、頼み込んで2ヶ月ばかり住み込ませてもらい、一応のノウハウを習得。1ヶ月後、200万円を元手に、何とか小さな店の開店に漕ぎ着けたという。築30年以上の古家で、一階が改装した3坪ほどの店と、奥にパン工房など。2階が住居で、2間と納戸。たしか借家で、頼み込んで特別に安くして貰い、家賃が当時5万円くらいだったか。ということは、生活費も入れて最低限、月に35万くらいの売上げがないとやっていけないことになる。粗利益は、40%くらいということだから。けれど半年たっても、売上げが20万くらいの月が続く。売れ残りのパンをアレンジして食事を賄い、両方の両親に、交代で泣きつき、何とか遣り繰りを続けたという。そうこうする内に、近隣の人々に、だんだんと自然酵母の良さが認められて、1年半後にやっと35万前後の売上げを確保できるようになったという。ここの奥さんが、明るくたくましい精神の持ち主で、お店を開きたいけれど、うまく行かなかつたらと、二の足を踏んでいる人達への、贈る言葉。「開店にさいしては、必要なものを、出来るだけリサイクル品で揃えること。店の飾りなどは、いま自分のもっている雑貨を並べれば十分。」「やってみたかったら、始めてみればいいじゃない。失敗したら、やめればいいだけのこと。やってみたぶんだけ、必ず智恵が身につくし。それで、またお金が貯まったら、もう一度チャレンジしてみたらいい。」

この件の事案となるが、全国で毎年のように20前後出る廃校。自治体や、ゆとりのある篤志家、富裕者等の方々に。ここを利用して、いわゆるB級グルメの、訓練と実践の施設を作って欲しいという、お願いである。ここに1ヶ月間、このプランに賛同する、失業中の方たちやニート、フリーターなどの人々に集まって貰う。そこで初めの1週間、お好み焼きやタコ焼き、タイ焼き、各地方の、ソバ、うどん、おやき、焼きソバなどの、作り方やノウハウを、その道のベテランから指導して貰う。また、簡易なアクセサリやブリザーブドフラワーなどの作成・販売等も。1回の訓練期間につき、ひとり2種類まで。次に、施設内に設置した大型フードコーナー

のミニ屋台店（20台前後以上）で、世間相場の60%程度で、実際に販売させる。勿論、4、5人の指導者（経験のある定年退職後等の方々に、ボランティア価格でお願いするといひ）に、管理をお願いして。超不器用な私だが、予測では、約80%の人は、ここで一応、商売と言うもののノウハウを、ある程度掴むことが出来るであろう。いまいち身に付かなかつた、という方は、もう2、3回申し込んで、訓練を受ければいい。

家に戻つた研修者たちは、さっそく何処かで試してみるといひ。募集があれば勤めてもいいし、商店街や公的施設などの、2坪前後のスペースを借りたり。一軒家の方なら、小屋を建てたり、軒先を改造したりしてもいい。ここで肝心なのは、開店に際して、けして見栄を張らないこと。指導者に相談して、どうしても必要なものだけを、リサイクル等で安く揃える。ただ最低限の飾りは要るので、自分の手作業（ニスやペンキ塗り、フック、吊りカギ、無料配布のポスターなど）で行ひ、自分のすでに持っているもので総て済ませること。当たり前すぎて、かえって、守り難いことなので、特に肝心なのだ。この基本が守れない人は、他もきっと不可。

私は、物事に対して欲望の果てしない人は、あまり好きではない。勿論、私とて人のことは、そう言えないのだけれども。ただ、すべてに対して、あまり拘りが無いのは確かだ。そう、自然は何億年という月日を経ようとも、基本的にそう変わらない。けれど、人は長くても100年前後で、この世を去っていく。自然や流れて行く日々に抗つても、勝てるはずがないのだ。それよりも、一応の見通しがついたら、次のステージに進むこと。まあ「見通しがつく」までが、ひ弱な私たちには、あまりにも辛く過酷なのだけれど。普通？の人々には、想像もつかないくらい。

先生は基本的な教えの先は、なるべく自助努力でやっていくべき、という考え方で、基本的には、私もそれでいいと思う。しかし世の中には、そこで困惑して立ち竦んでしまう人々や、その先の救いにも具体的な指導が欲しい、という方が圧倒的に多い。また、実践となるとただ足踏みになってしまう人や、機転や応用のまるで利かない方も、私は実社会でたくさん見てきている。私も含めてそのような人々の、半分くらいは、ちょっとしたアイデアやノウハウ、物事の進め方をマスターするだけで、5、6歩は進むことが出来るのではないだろうか？前をお願いした、廃校等をリサイクルした施設での、実践的なノウハウの伝授は、この点で即効性があるだろう。勿論、この程度の施設でも開設には、最低数千万円はかかる。自治体や富裕者、大きなNPOでない限り、無理な話ではあるだろう。そして、そこで学んでも、なおも足踏み状態という人も、数多出てくるだろう。けれど、そこで毎年、何千人もの人々に、明日を開くノウハウを与えられるメリットを考えれば、有効な予算の使い方のひとつとなるのではないだろうか。

実人生は、必要でない限りけして急がないこと。何事も、優先順位をあらかじめ決めて対処していけば、誰でもやりやすいし、トラブルも減っていく。これも先生の教えのひとつである。勤めていたあるとき、ある有名大学の学生と電話で話す機会があつた。彼はあと1時間後にはアルバイト先に到着しなければならないというのに、これから自転車に乗って、大学に書類を届け、郵便局でお金をおろし、クリーニング屋により、マックで昼ご飯を済ませ、他にも2、3件の用事を済ませるのだという。私は物理的に不可能なのでは、と思つたが、頭のいい子だから半分くらいはやれるのかもと感じ「ふーん、そうなの、大変だね。」と答えておいた。このときふと、

この子、事故を起こさないといいけどな、と思った。こういう思考法でいると、いつか必ず何かの事故やトラブルに遭遇するだろう。無駄な時間は、出来るだけ排除したい、というのは現代では正論だが、この子のように、何かに追われるように行動しているのは、何かおかしいのではないか？私は、この事に深く引っ掛かった。と言って、人の事に口を出す資格など私には無いし、本人が気づくしかない事だろう。

次は現在、映画・テレビドラマに主演級で活躍する美人女優のKさんの話。確か現在28、9歳の方だと思うが、テレビの2、3のバラエティ番組で語ったこの方のひとつの体験談が、私にはとても有意義だった。普通、このクラスの方は、半年程度の芸能レッスンのあとは、華々しく売り出されるものだが、彼女は何故か1年半の間に、なんと100回前後も各種のオーディションに落ち続けたという。落選が50回を超えたころには、もはや自信をすっかり失って、この業界を去ることを、真剣に考えたという。それでも、周囲の人々の励ましや自分の意地で何とか立ち直り、さらにレッスンにも励んで、100回目ごろのオーディションで、やっとある映画の準主演級の役を掴んだのだという。私だったら、10回目位で、もう自信を無くし果て、しばらく家に籠っていただろう。Kさんの強靱な精神に、敬意を表したい。そして、いま深い悩みを持っている方に、少しでも参考にして頂ければ、と思うのだ。

人生や人生論・哲学論を突詰めていくと、心が空中分解しそうになる。私は、最近では否定論者も多いが、「マズローの欲求段階説」は、いまだに有効だと思っている。この下から2、3段目前後を、私は長い間さ迷っていた訳だが。まあ、70%位の人間は、この段階の前後で終わるのだから、私はまず焦らないことを決めた。私に与えられている身心では、無理や過度は絶対に出来ない。お金を貰っている以上、まず勤めを最優先し、勤めの休みの日だけ、しかも元気のある日だけ、各種の勉強や創作活動を試みる、ということ。私に最もむく戦略は、長い時間をかけて、じょじょにステップ・アップしていくこと。それからは、上の段階を望みつつも、私はまず徐々に実力を養っていくことを考え、大まかなプランを立ててみるようになった。まず多くの本を読み、多くの音楽を聴き、テレビも出来るだけ見て、さまざまな知識を得ること。

とはいえ、現実のハードさのなかでは、そんな淡いプランなどたちまち壊されてしまうのも事実だ。私もまた現実に何度も溺れそうになり、長い日月、一進一退を繰り返した。光明はまったく見えず、果てしない暗い年月が、先に続いていた。

*自己実現理論とは、アメリカ合衆国の心理学者・アブラハム・マズローが、「人間は自己実現に向かって絶えず成長する生きものである」と仮定し、人間の欲求を5段階の階層で理論化したもの。また、「マズローの欲求段階説」とも称される。

マズローは、人間の基本的欲求を低次から、

- A 生理的欲求
- B 安全の欲求
- C 所属と愛の欲求
- D 承認の欲求
- E 自己実現の欲求

の5段階に分類した。このことから「階層説」とも呼ばれる。「生理的欲求」から「承認の欲求

」までの4階層に動機付けられた欲求を「欠乏欲求」(deficiency needs)とする。生理的欲求を除き、これらの欲求が満たされないとき、人は不安や緊張を感じる。「自己実現の欲求」に動機付けられた欲求を「成長欲求」としている。人間は満たされない欲求があると、それを充足しようと行動(欲求満足化行動)するとした。その上で、欲求には優先度があり、低次の欲求が充足されると、より高次の欲求へと段階的に移行するものとした。例えば、ある人が高次の欲求の段階にいたとしても、例えば病気になるなどして低次の欲求が満たされなくなると、一時的に段階を降りてその欲求の回復に向かい、その欲求が満たされると、再び元に居た欲求の段階に戻る。このように、段階は一方通行ではなく、双方向に行き来するものである。また、最高次の自己実現欲求のみ、一度充足したとしてもより強く充足させようと志向し、行動するとした。

* 本多信一先生の御著作

本多流内気な自分の活かし方 ぱる出版
がんばらなくてもいい こう書房
自宅で始める自営業ガイド PHP研究所

日本も、格差社会と言われて久しいが、そう気にすることはないと私は思う。本多先生は、まずはありのまま自分であることが大切で、そこからのスタートは、その自分を見据え、熟知してからが良いという。先生は、例によって具体例をあまり示していないので、ここからは、具体的に補足していこう。

私の場合、60数年も生きてると、リアルタイムで色々な人や世相をみて来ている。若い頃、とても美しくかった女優や歌手が、今では大半がコメディアン風のタレントになっている。あるいは、ミイラや骸骨を連想させるオババに。わづかに、吉永小百合が健闘しているが、あと10年は苦しいだろう。男のほうも同じで、とろけるようなハンサムだった俳優が、いつしか変哲もないオジジに。太陽のように華やいでいた歌手が、いつしか小太りのオッサンに。と、これから先は、言わずもがなだろう。これは容姿についてだが、次は経済格差について。これはまあ、時間の流れが平等でない分野。格差は、リアルに響いてしまう世界。それでも、まあ恵まれた人が富や地位を享受出来るのは、普通40年前後、長くても70年がいいところ、だろう。15歳までは、誰でも子供、と言っていいし、85歳を過ぎれば、ほとんどが単なるオジジとオババだ。差はぐんと縮まり、どんな人であっても、実質的にそう大差はなくなる。なかには奇蹟的に、それらをクリアする人もいるが、そんな人は、1億人に3、4人くらいだろう。

この世で、主要と思われる2要素についてお話ししたが、つまり初めに戻るが、大局的にみれば、格差はそう気にしなくていいということなのだ。それは、誰しも出来れば、社会的にいい地位にいたいし、経済的にも豊かでありたいだろう。容姿だって、出来ればハンサムや美人にこしたことはない。それは、優越感を味わいたいという気もあるだろうが、無意識のより強いリビドーは、自己の生存に有利だからだろう。動物としての人間は、無意識のうちにそれらを敏感にわきまえているのだ。けれど、そんな恵まれた人は、この世に1%もいないだろう。大半の人々は、与えられているものが、アラフォーならぬアラ平凡かアラ凡庸。でも、これらは神から与えられたもの。私は、修行と思って、受け止めている。というか、それしか対処法が、浮かばないから。

ニュースやドキュメンタリーでみる、ニートやひきこもり、フリーターの人々。多くの人が、けなげに努力しつつ、この40年、いっこうに希望や出口は見えてこない。私も、かつての途方もなく弱い立場だった私を思い出して、辛くなってしまう。けれど、こればかりは、自己の運と力量で、切開いていくしかないことだろう。ただ、私が言えるのは、何があってもそう焦ることはない、ということ。日本には、不完全でも、セーフティネットがある程度はあるし。家族関係に頼れる人は、ある程度は甘えていいと思う。アジア諸国では、昔からの大家族制が、いまでも機能しているのだから。

速成・即戦力が喜ばれる時代、累積してゆくような苦しいことが多いが、私は誰でも、ゆっくりと力を蓄えて、ゆっくりと飛び立てばいいと思う。ぼんやり過し、じっくり悩み、自己ととことん向き合ってから。そして、無理と思ったら、無理に飛び立たなくてもいいのだ。

次なるステージのために

人生というものには、誰にとっても、生きている間に、次々と難問が降りかかってくるものなのだ。これは、当たり前のことと置いていい。いま、たまたま順風で生きている人にも、長い時間の間には、いつか難題が降りかかってくる時が必ずある。何億人かにひとり、それをスルーする人もいるかも知れないが、99.9%以上の人々は、実は大差はないのだ。私たちは、それを自覚することが、ときに重要となる。日常のどこかに、そういう意識を潜めることによって、私達は、自己に降りかかる難題に、すこしうまく対処できるのでは、ないだろうか。

前に書いたことだが、多くの方々の人生論を読み、瞑想法、内観法、森田療法、ノート記録法、などの数十の理念と実践を、「試し」でいいからひとつずつ実行してみる、ということ。これは、ぜひやってみて欲しい。明日へのドアが、もしかしたら潜んでいるかも知れないから。気乗りしたもの、ひとつか、ふたつでもいい。きっと、多少の手がかりは掴めると思うから。もちろん、何も共鳴出来なかった、という方もいるだろう。その場合も、試した経験と、そこからの知識は、多少身に付いたのでは？

いま自分がいる場所、いる立場、まずは、そこを確認（100%は疲れるから、90%前後でいい。メモ・ノート等への記入は、あとで役立つ）すること。そこから、すべてはスタートする。そこが、どんなに居たくない・居づらい場所であっても、そこを見据え、検討し、分析することから、すべてははじまるのだ。

上記の2つが済んだら、いまいる場所からの、引っ越し（脱出ではない。理念上の住み替え、でもいい。）を考えること。この先も手助けを求める方が多いが、ここからは、手探りでいい、出来るだけ自分ひとりで、道を歩いていくべきだろう。ゆっくりでもいいのだ、年に1、2歩でもいい。小さな動物でも、自分の力で生きているのだから、チョッピリの勇気は持とうではないか。

この辺りのノウハウは、対象が万人万様のため、有能な専門家・人生論者であっても、非常に難しく、また定型も確立していない。私にとってもまた、未知で漠然とした領域、というしかない。だから、自助努力・自力救済を、すこし試みて欲しいのだ。焦らなくて、いい。すこし歩いて駄目だったら、すぐにスタートに戻ればいいのだ。そして、また2、3歩けそうになったら、心や気分をリセットして、試してみればいい。そう、この「試す」という言葉は重要で、いままでの学術系テキストに乏しかった概念で、本多先生の基本的提唱・理念にも、深く理解しないと得られない概念といえよう。皆様においては、ぜひ前向きに活用して欲しい、と思う。

私はいま、目標の80%は活動できているし、その結果にそれなりに満足しています。しかし、この所、メディアが煽る、孤独死、老老介護、無縁死、無縁社会、エンディングノートなど、やはり考えさせられることが多いのです。若い頃は、歳をとったらヨーロッパにロングステイしようなどと、語学に弱い私としては、途方もない夢を持っていたのですが。

さて、読んで頂いた方達に。私に出来るのは、ほんの少しのお手伝い。けれど、この本の刊行によって、すこしだけ本多先生に、ご恩返しが出来たように思っています。他の方へ、バトンをつないで頂ければ、と切に願っています。なお、この本をボランティアで、英訳して頂ける方を探しています。私には、その能力は、まったく無いので。ヤフー「ハーブの名歌」・ゲストブック・内緒に、連絡して頂ければ有難いです。高度なプレミアムを求めている訳ではないので、平易であれば十分、なのでお気軽に。本多先生の提唱は、欧米圏（英語圏？）の方々にも、きっと役立つと思うので。なお下の詩は、自動翻訳機がライティングしてくれた、英語圏の方へのご挨拶です。

「Scarborough fair of sea」 @2009 by jyunn sinogawa

That was an opening of the dreams

A small town along the seashore

The rustic old castle street of deep blue sea slightly elevated hill is filled with people

The street vender links several hundred houses, too

The festival of a field poppy getting more like an ancient rite

In there needing Poe of depression

I am white, and you smile at truth noon

When was the sorrow out of arrival?

Fried corn and the coffee that it is covered in the Beatles and the light melody of the Bob Dylan
sound of silence now

The smell of the lemonade hot dock

The noise of Dixieland

The cheerful clothes of a coming and going person

Happy showy gesture

The youth forms a pair

I sing, and a child and the old man begin to dance, too

The sound still continues

I put cheeks to the window of the mansion which was about to die, and when did the sorrow come?

With eyes without the dirt

I dissolved in the dazzling beauty to hold that breath of the blue sea and was going to enter as it is
On that day - - - - -

20世紀の大仙人 本多信一先生について ①

<http://p.booklog.jp/book/13225>

著者 : fb92745e

著者プロフィール : <http://p.booklog.jp/users/fb92745e/profile>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/13225>

ブックログ本棚へ入れる

<http://booklog.jp/item/3/13225>

電子書籍プラットフォーム : ブクログのパー (<http://p.booklog.jp/>)

運営会社 : 株式会社ブクログ