

## 冗談を交えながら 語ることの必要性～『為せば成る 為さねばならぬ』～

2026年2月10日 新渡戸稻造記念センター(中野駅)に寄り、第133回『がん哲学外来メディカル・カフェ@よどばし』(淀橋教会に於いて)(大久保駅)に赴いた。今年は12周年である。継続の大切さを痛感する。恒例の『365日の紙飛行機』の熱唱で始まった。今回、初参加の方も複数居られた。

筆者は、20年以上前に知った宝塚音楽学校の舞台裏に貼られている『バスの25箇条』(画像)と、若き日、故郷(鵜崎)に居た時、出雲大社の土産店で見つけた『つもり違い10カ条』(画像)をさりげなく語った。大爆笑である。

【『バスの25箇条』のような人間には ならないように】と、冗談を交えながら 語ることの必要性を 実感する今日この頃である。今回、1)『笑顔が無い』 6)『ぐちをこぼす』 11)『何でもないことに傷つく』 12)『他人に嫉妬する』 17)『悲観的に物事を考える』 19)『他人につくさない』 25)『存在自体が周囲を暗くする』】を強調した。また、【人生の『つもり違い10カ条』を『高らかに語る人物になれ!』】と話した。

いろいろな 繋がりが生まれる『がん哲学外来メディカル・カフェ@よどばし』は、大変有意義な時である。筆者が、2007年から東久留米で毎月行っている読書会に用いる内村鑑三(1861-1930)著『代表的日本人』に 取り上げられている上杉鷹山(1751-1822)の『為せば成る 為さねばならぬ 何事も為らぬは 人の為さぬ成りけり』が、今回は、鮮明に蘇ってきた。

人生の『人生の心構えについて』(画像)も語った。今回、50歳代、60歳代、70歳代の参加者が複数おられたので、下記を強調した。

- ◎ 50歳代 “積極的に周りの人の面倒を見る”
- ◎ 60歳代 “自分のことしか考えていなかったら恥と思え”
- ◎ 70歳代 “自分のことを語る”

会場から、質問も頂いた。定例の『糸』を合唱して終えた。

終了後で、今度(2月28日)お茶の水で、朗読劇(画像)を企画されている水澤心吾氏、山本みどり氏、並木秀夫氏と喫茶店で会談した。大変、充実した貴重な一日となった。

清く正しく美しく

## 「ブスの 25 箇条」

宝塚音楽学校の舞台裏に貼られていた有名な言葉

樋野興夫先生より

1. 笑顔がない
2. お礼を言わない
3. おいしいと言わない
4. 精気がない
5. 自信がない
6. グチをこぼす
7. 希望や信念がない
8. いつも周囲が悪いと思っている
9. 自分がブスであることを知らない
10. 声が小さくいじけている
11. 何でもないことにはつづく
12. 他人にシットする
13. 目が輝いていない
14. いつも口がへの字の形をしている
15. 責任転嫁がうまい
16. 他人をうらむ
17. 悲観的に物事を考える
18. 問題意識を持っていない
19. 他人につくさない
20. 他人を信じない
21. 人生においても仕事においても意欲がない
22. 謙虚さがなくゴウマンである
23. 人のアドバイスや忠告を受け入れない
24. 自分が最も正しいと信じている
25. 存在自体が周囲を暗くする



## つむり違ひ十ヶ条

- 一 高じつもつで低いのが教養  
二 低いつもつで高いのが氣位  
三 深いつもつで浅いのが知識  
四 浅いつもつで深いのが欲望  
五 厚いつもつで薄いのが人情  
六 薄いつもつで厚いのが面の皮  
七 強いつもつで弱いのが根性  
八 弱いつもつで強いのが自我  
九 多いつもつで少いのが分別  
十 少ないつもつで多いのが無駄

## 「人生の心構えについて」

- 0歳から10歳  
"愛情豊かな動物＆老人に育てられた子供は大成する"
- 20歳代＆30歳代  
"人に感われたことを黙々とがむしゃらにやる"
- 40歳代  
"自分のやりたいことや好きなことに専念する"
- 50歳代  
"積極的に周りの人の面倒をみる"
- 60歳代  
"自分のことしか考えていなかつたら恥と思える"
- 70歳代  
"自分のことを語る"
- 80歳代  
"自分の人生をプレゼントする"
- 90歳代  
"天寿を全うする"
- 100歳  
"天国でカフェを開く"

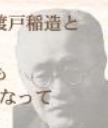


布花と朗読劇

脚本:さらだたまこ

## 稻造とメリー 2月28日(土) ～太平洋の愛の架け橋～ 15:00開演(14:30開場)

世界平和のために奔走した新渡戸稻造と  
その妻・メリー。  
どんな苦境に遭っても  
夫婦の絆が、愛の架け橋となつて  
未来への扉を開く…



山本みどり

水澤心吾

TBSホールテレビ小説  
「夫婦ようそろ」で主演  
デビュー。  
「水戸黄門」シリーズや  
翻訳劇「殺しのリハーサル」など舞台やテレビ  
ドラマを中心に活躍。  
1977年「天守物語」より、  
本格的に俳優の道を進む。  
以後、テレビドラマ、  
映画、舞台を中心に活躍。  
ライフワークとして一人芝居「決断命のビザ杉原千秋  
物語」を全国で公演中。

### 第2部『新渡戸稻造を語る』

16:15-16:45

植野興夫

順天堂大学名誉教授  
新渡戸稻造記念センター長  
一般社団法人「がん情報外来」  
名譽理事長として、患者と家族の  
心に寄り添う対話を場を、全国で  
広める活動を続けている。  
新渡戸稻造に関する著作の執筆や  
講演活動も行う。

◆会場 お茶の水クリスチャンセンター  
8階ホール (03-3296-1001)

◆活動募金あり

ヴィジョン企画 TEL 070-6962-4141 メール misawa.shingo@gmail.com

