



Rotary International District2650 Nara Japan

奈良大宮ロータリークラブ

# Club Weekly Bulletin

■創立：昭和54年1月23日 ■例会：毎週火曜日17:30  
 ■事務所：奈良市大宮町6丁目2-1 南都銀行大宮支店内 電話0742-33-8583  
 ■例会場：奈良市高畑町1096番地 奈良ホテル本館 電話0742-26-3300(代)  
 ■会長：福本良平 ■副会長：植村将史 幹事：高辻良成

発行日 / 2014年8月26日

2014-2015/7

## Vol.36

No. 1707

hp: <http://naraomiya-rc.jp>  
 E-mail: [info@naraomiya-rc.jp](mailto:info@naraomiya-rc.jp)  
 2014-15年度当クラブテーマ

『ロータリアンとしての誇りをもって』



国際ロータリー第2650地区

ガバナー 北河原 公敬

「ロータリーは心くぱり」



### 四つのテスト

1. 真実かどうか
2. みんなに公平か
3. 好意と友情を深めるか
4. みんなのためになるかどうか

## 本日のお客様

萩生田 徹 様 (横須賀RC)

## 会長報告

・今月8月9日、本当に残念ですが、淀川花火大会が中止になりました。100人以上の方のお参加がありましたが、残念なことです。大雨で台風でしたので、諦めも少しはつくかと思っております。花火のことに對して未練がましくなりますが、今回の淀川花火大会は、近畿の花火大会でベスト10というのがあります。この淀川花火大会はベスト3に入っております。そして奈良県宇陀市榛原町の花火大会もベスト10に入っております。9日は雨で中止になりましたが、10日の夜にテレビを観ておりましたら、この花火は中止になると結局使われなくなるのですが、導火線を触ってしまうと直ぐに使えばいいのですが、そのまま放っておくということは出来ないということで、花火を水に浸けて火薬を溶かして処分をするというような話をしておりました。淀川の場合、9,000発程花火があったんですが、実に勿体ないことだなと思います。来年度以降また例年素晴らしい花火大会がありますので、親睦活動委員会の方で企画して頂ければ有難いかと思います。

・奈良少年刑務所より、毎年矯正行政に関する広報活動に関して行われております「奈良矯正展」が9月6日・7日に少年刑務所構内で行われます。受刑者の書や絵画、或いは工芸品・日用品等の作業製品の展示等もあるようです。ご出席いただける方はご出席して頂ければ、と思います。

・昨年度の件ですが、昨年度の米山奨学部門のガバナー賞を頂いておりますので、その賞状が届いております。後で回覧しますので、ご覧頂ければと思います。

## 例会プログラム

第8回 8月26日

通算1707回

1. 開会の点鐘
2. ソング  
「大宮ロータリーソング」
3. お客様の紹介
4. 会務報告
5. 卓話  
奈良市観光大使交流会  
会長 村内俊雄様  
「観光と教育」
6. 閉会の点鐘

## 例会状況報告

第7回 8月19日

通算1706回

◎会員数 78名  
 ◎出席規定免除者数 1+25名  
 ◎出席義務者数 52名  
 ◎欠席者 6名  
 ◎出席者 67名  
 ◎出席率 91.78%

第5回 7月29日

通算1704回の修正

◎会員数 76名  
 ◎出席規定免除者数 1+24名  
 ◎出席義務者数 51名  
 ◎欠席者 10名  
 ◎補填者 2+10名  
 ◎出席者 67名  
 ◎出席率 100%

## 委員会報告

### 親睦活動委員会：中奥委員長

・台風を呼んでしまった男、中奥でございます。大変楽しみにして頂いていたところ、花火大会が中止になってしまい、申し訳ございませんでした。また、連絡が当日ギリギリになってしまいまして、前日より心配して頂いておりました会員の方もいらっしゃいました。重ねてお詫び申し上げます。日頃の行いがこれだけ大事なのかというのを痛感致しております。今後は心を改めて真面目に暮らしながら、いまから案内するイベントが晴れになることを願っております。

・第一回親睦ゴルフコンペの案内をさせていただきます。9月25日ムロウ36G.C. という所で行います。ここは、新入会員の河野君のホームコースということで、河野君は日頃の行いも良いだろうと思いますので、この日は晴れるだろうと思います。是非多数のご参加をお待ちしております。

・県下の親睦ゴルフ大会の案内が来ております。少し先ですが、11月12日（水）シプレc.c. で行われます。10月1日が登録期限ですので、いまから回覧致します。いま当クラブはゴルフの達者な方がどんどん増えて来て、またここで大活躍して頂きたいと思いますので、多数ご参加頂きますよう宜しくお願い致します。

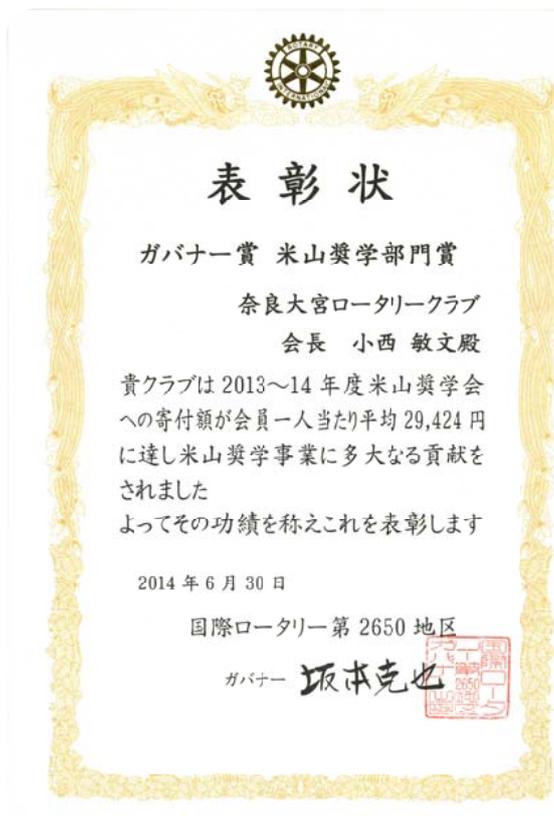
### RID2650：土谷会計長

ちょっと費用が皆さん嵩んでおられますので、お願いをしたいと思います。今日だいぶ大勢の人に中嶋さんから現金を配って頂きました。なかなか費用の請求というのは難しくそれにも対応できませんので、一定の法則でなんとかしたいと思います。実は受付の古川さんの方で20セットばかり費用請求の方法を書いたものと用紙と、地区で決めております交通費の一覧表など置いております。出張が出ましたら、皆さんそれで一つ処理をして頂きたいと思います。地区委員の皆様は委員会から費用が出ますが、その他の皆さんが委員会に出席されるとか出張されるという時は、自己申告以外はお支払しないという風に統一致しました。それからもう一つ、幹事長・副幹事長の皆さんは、来月のニコニコや請求用紙を今日お配りしたいので、10分程残って頂きますよう宜しくお願い致します。北河原さんも一緒に残って頂きたいと思います。

## 幹事報告

米山梅吉記念館からの賛助会員募集の案内を入れております。ご希望される方は宜しくお願い致します。

## ガバナー賞 米山奨学部門賞



## 8月お誕生日・結婚記念日

### ★お誕生日★

2日	楠木重樹	君
3日	小原靖浩	君
4日	武藤廣茂	君
14日	北神徳明	君
15日	高木伸夫	君
15日	麴谷 漣	君
17日	門脇伸幸	君
22日	藤川保雄	君

### ★結婚記念日★

16日	藤野城市	君
-----	------	---



## 卓話

### 正暦寺住職 大原弘信様

「東洋の知恵に学ぶ」＝体は理性を持っている＝

配ったプリントですが、松岡さんの方から、何かをお話しするように、というご案内をいただいて作ったんですけども、それは、実は、空腹時にすること、それからお酒が入っていないときにすること、というような色んな決まりがありまして、それを全部破っていますので、今から、それは非常に話がしにくい思いですね。この場の様子が全く分からず作ったプリントですので、誠に申し訳ございませんでした。だから、いただいた時間で、そのことも話しながら、ということに中味を変えさせていただきたいと思います。

私がこれの話を何故するかというと、私は、正暦寺という寺を守って次の世代に渡さなあかんわけですね。それで、寺やから当然、仏教のこととか勉強するのは当たり前だと思うのです。それから、お釈迦様とか教祖の方のお話を皆さんに分かり易くお話しして、仏教っていいものだと思ってもらうのが基本だと思うのですが、山に居りますと、色んな観点で、守っていきたいということがあり、その話の中に、この呼吸法のことが出てきたわけです。それでちょっと入れておいたわけです。なぜかと言いますと、私の居る寺は、本当に山の中で、わざわざ来られても、道標がなかったから道を間違えて途中で分からなくなったと。戦争が終わって一息したときに、“ああ、奈良ってええ所やなあ”って言うて、あの入江泰吉さんが、写真を撮り始めたそうです。あの頃、やはり、戦争終わってねえ、“ああ、しんどいな”っていう人が、ぶらりと奈良を旅したのです。そして、私のところへ来られた方が言いました。「かつてね、40年ほど前に、この正暦寺に来た」と。「奈良を旅して、あの和辻哲郎さんのような本が出てくる時に、奈良を旅したいなと思って来た。正暦寺の山門をくぐって」、あの当時は南大門がまだありました、今はないですけど、「山門をくぐって、歩いたが寺はなかったので帰りました。もうこの寺は滅んだと思って」と。その人が、最近また来られて、「やっぱり寺はあったんですね」って言われるのです。その辺のことで、自分の色んな心の整理をするときに、私自身が、いったいこの寺に、何をしているか、この寺で私の残った人生、あと何をするのかということ自分で整理する歳になったのです。60を超えてくると、あと残っている時間、何をせんなんかということ自分で思うようになったわけです。そのときに、まず寺の創建の部分を引きつともう一回見てみようと、それから寺の創建のときに何があったかっていうことをもう一回よく見てみようと、そうしないと、何をしたのかということが今とつながってこないです。

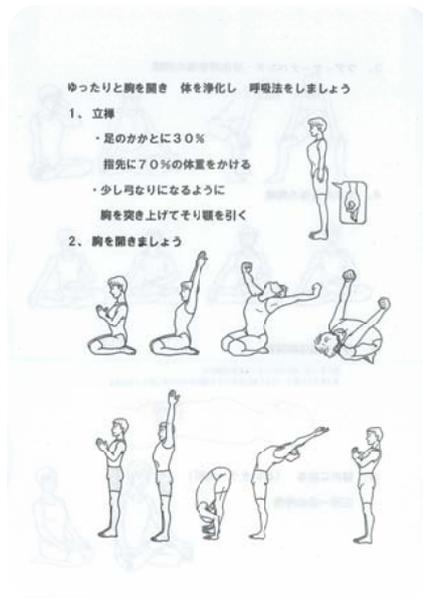
平安時代の有名人として出てくるベスト3が、藤原道長、それから紫式部あと清少納言とか出てきます。藤原道長の娘の彰子という方が一条天皇の皇后になり、その前の藤原道長のお兄さん藤原道隆さんの娘の定子っていうのが一条天皇の皇后になり、そこに仕えた女御が清少納言、彰子さんに仕えたのが紫式部です。全員が生きていた時代が正暦一年から五年です。一条天皇は体が弱かったのです。今なら体が弱かったら病院へ行きますが、あの当時は神様頼みです。あの方は、藤原家の関係の方の偉い方ですから、奈良に来られたら、必ず春日大社に来られます。藤原家の氏神様ですから、そこに寄られて御祈願を受けられるわけです。そのときに



夢をご覧になり、春日の宮から東南の地に、すごく良い光を放つきれいな湧水の地の夢を見た。その夢のおりの場所があるならば、自分の生きていた時代の証として寺として築きたい。それで調べに行ったのが藤原道長です。あの頃、藤原道長はずっと下の身分でした。何故かという、彼は五男で、摂政や関白などそんな政治の場所が回ってくるとは考えてなかった時代です。ところが、彼は、幸運なことに、あの道隆さんが亡くなった後、次の人が伝染病で死に、その次の人は政治の不審なことをやりました。次を継ぐはずの人が消えていき、道長に役職が回ってきました。見に行ったら、夢でご覧になったような場所はここではないかと思うと報告したわけです。それが正暦寺でした。正暦寺という寺が建ったというのが今までの僕の感覚だったのですが、この感覚は間違っていると思いました。何が間違っているか言うと、正暦寺ができたのではなく、宗教都市・菩提山ができたということです。高野山ってありますよね。現在、高野山金剛峯寺ってありますけども、高野山金剛峯寺ってほとんど言いません。「ちょっと、高野山、行ってくるわ」って言いますね。山全体が一つの宗教都市なので、そこへ行かれるっていう意味ですね。同じことで、菩提山っていう宗教都市を造られた。だから、そこは一つの宗教都市ですから、そこに、色んな国の願い、それから当時の人々を吸収する場所。何かと言いましたら、藤原家が大きくなると、大きな勢力のど真ん中で、居てもらったら困る人を、坊主にするのです。要するに兄弟がいて、弟に能力があり過ぎると、お兄さんをトップに据えたいのに弟に能力があるから、弟を推す人がいるので、政治の争いが起らないように、弟を坊主にすれば、政治の世界から消えます。でも、もしお兄さんに事故が起こって死んでしまったら、弟を還俗させて、また政治に戻せば良いわけです。そういう藤原家の能力の高い方の吸収場所としての正暦寺が、国家事業の学問所を含めて、あそこに巨大な寺があったというイメージが全くないのです。ところが、色々見てみると、恐らくそうだったと思うほど山は広く、寺跡も残っています。その立派な寺をあそこに築こうと、国家事業で築こうと思ったということは、そこにすごく良いものを見たわけですから、何があったかという宗教性みたいなものを、人に伝える役をしなければいけない。そうしたときに、まず迫ってくるのが、開発という波です。静かなものがあつたら、企業が入ってきて、山を開拓すると、山が水をふさがなくなり、増水してきて、川が氾濫します。それで、一番大事に思うのが、山は静かで残したいと思います。それから、静かな山に流れる川はきれいなもので残したいと思います。ところが、水を守ろうと思っても、先程言ったように、事業をやっていたら、水の流れが変わるとか、必ずあるのです。例えば、私のところで、お酒のことをやっていますが、私が参加したのは、お酒が飲みたいのではなく、水を守る、水文化を守る手助けのためです。

それから、もう一つ、今の正暦寺は広くて緑豊かですごくきれいです。でもね、そのきれいさが分からないのです。何故かという、作られたきれいさを見ているからです。何でそれに気付いたかという、3月11日震災がありました。震災の4日後に、僕たちの真言系のお坊さんの研修会があったのです。ところが中止になったので「この研修会に行こうと思った人だけ寄りなさい。ささやかな研修をしましょう。」と言いました。まず京都へ出て行って、「今日どこかでやっている寺の行事に参加しましょう。参列して拝んで帰りましょう」と言ったら、東福寺で涅槃会が行われていました。そして拝んだ後で、紅葉で有名な通天橋に行きました。そこでこの紅葉が違ふと分かりました。正暦寺の紅葉は散ると、目の前に広がる景色は、幹が白いのですが、東福寺の紅葉は、幹が黒いです。戦後開発された、新しい庭園用の紅葉です。改良を重ねて、肌が黒いです。そのまま電車乗って移動しました。銀閣寺それから法然院に行きました。皆、同じで黒でした。だから、紅葉が散った後、広がる景色は黒い木立です。私は白い紅葉の木肌を見ているので、異様な世界を見た感じがしました。庭師さんに聞いたのですが、京都のあの紅葉は、京都府から出さないように造園業者で協定されているから外に出てこないそうです。だから京都の紅葉は、肌の黒い紅葉ばかりがあちこちに、配られています。正暦寺が自然のままにあるがために、それが分からなくなってしまった。反対に言うと、正暦寺に来られたら、本当の意味の自然の美しさが分かっていただけ。私の一番遠い所にいる弟子は北海道の別海にいます。そこに行ったときに、ずっと北海道の景色を見ながら帰ってきました。やはり一緒です。あれ見て帰ってくると、寺に帰ったら、何と呆けた緑だと思いました。この緑は何かという、ジャガイモ畑の緑、その横に広がる牧草地の緑、あれには肥料をやっています。コテコテした、ものすごい色の濃い緑を見て帰ったのです。それが頭に染まって寺に帰ったら、何と呆けた緑だと思いました。自然の緑を見ているのに呆けてしまって。これが何か変な緑とってしまったのです。そういうことがあり、私は自然のままに残る山里を守らなあかん。その中で皆さんに宗教的な何かをお渡しせなあかん。祈るとか、よくあることはそうかもしれないけど、正暦寺ができることは、この呼吸法なのです。あのきれいな空気の中で、皆さんにお伝えしなあかんのは呼吸法だと思いました。この呼吸法の話全部できませんが、一般的ではないものを紹介します。一つは、胸を開くとか色んなことが書いてあるのですが、私の師匠が教えてくれた言葉で頭に残っているのは、「体は理性を持っている」です。禅寺へ行きましたら、丹田呼吸法で座ります。丹田呼吸法言われても、どこが丹田かよく分からないので

す。寝て、両手の指を内側に入れて組んで、親指同士が重なった親指をへそに当てると、指の部分が丹田にあたるのです。指を内側に入れて、指が内側に入るように手を組んで、それで三角になった親指をおへそに当てると、指の部分が丹田の部分にあたります。仰向けになりまして、寝るときにやって下さい、特に冷え性の人は、足がホクホクしてね、10回やっているうちに寝てしまいます。体が安らぐし、心が安らぐし、血の巡りがよくなって、そして丹田が鍛えられます。それで法螺の先生が、特別に教えて下さったのです、「横になりなさい。」って言ってね。だから、座っているのは、なかなか感じがつかめないから、寝て習得して、分かったら初めて座ってしなさいと。丹田呼吸法、寝てやったら、下腹が膨らむという感覚が非常によく分かるので家でやって下さい。今、ちょっと当てますと、軽く吐いて入れて、普通の状態になったときに、へそから下だけを膨らめますのです。うーっと膨らみます。そして吐きます。実は、呼吸は、最初吐いて、軽く入れたらゼロに戻りますけれども、更に入れると、お腹を膨らますと、更にプラスの方にグッと入ります。それで軽く吐くとゼロになります。ゼロからもう一回、吐き切ってまた入れます。グーと上に膨らますときだけ下腹を膨らめますのです。それをゆっくり最低10回やります。2回目は、そこから始まって、吐いて、入れて、普通に帰って、ここゼロです。こうすると丹田がはっきりと意識されてくるのです。それで、私の師匠が、「直径20ミリメートルのものを探せ」と。ペットボトル、ビン、ありますね。「丹田を鍛えたかどうかを確かめようと思ったら、法螺の一番高い音が出たら、それで丹田が鍛えられたと分かる」と。「そのときに法螺の練習を家ですれば、隣近所から文句言われるので、そこで、直径20ミリのものを探して、それで練習せい」言うわけです。これで音が鳴ったら、山の中に行って法螺を本当に吹いたら、きれいな音で鳴る。そしたら実際に丹田が鍛えられたかどうか分かる、というわけです。「ボーという音が出て、次の高い音が出たかどうか、というのは、丹田がしっかりしてないから、バンドが切れるくらいまで下腹を膨らませ、それぐらい程度まで頑張れ」言いました。それがその図です。是非、やってみて下さい。これは物腰据わるだけじゃなくて、自分の健康と血の浄化、呼吸法は血の浄化です。毎日歯を洗うように体を洗う。この呼吸法をすれば血が洗えるというわけです。体は理性を持っておりまして、呼吸で血を浄化する、また、丹田を鍛えてですね、腰の据わりを良くするっていうんですかね、気持ちを静めて生きる、力を付けるっていうようなことで、是非、今回はプリントの5番しか言えませんでしたけれども、これは止むを得ないということで、お許し下さいませ。どうも有難うございました。



☺☺☺☺箱

本日計 105,000円 累計 503,000円

- 萩生田 徹 様 (横須賀RC) 奈良が好きで、今年3回目の奈良です。貴クラブには2度目の訪問です。
- 楠木重樹 君 大原弘信様本日の卓話有難うございます。誕生日のお祝い有難うございます。
- 松岡弘樹 君 大原住職 本日の卓話楽しみにしています。
- 楠原忠夫 君 8/8 母 楠原良 94才で天寿を全うし永眠いたしました。尚 父 豊98才は健在です。これからも親孝行していきたいと思ひます。粗供養といたしまして。

有井邦夫 君	ガバナー公式訪問、大和高田RCに訪問致しました。24/97経過致しました。
中奥雅巳 君	親睦家族例会が台風で中止になり、楽しみにしていた皆様申し訳ございませんでした。
高木伸夫 君	城陽ゴルフ親睦会には多数の皆様にご参加頂き有難うございました。親睦は奉仕の原点であると考えます。一助になれば幸に存じます。本日は、誕生日のお祝いを頂き重ねてお礼を申し上げます。満77才になりました。
河野里志 君	先日城陽カントリーで行われた高木杯では、ハンデも多く頂き良い成績を頂きました。次回もよろしくお祈りいたします。
麴谷 漣 君	誕生日に、会社から健康保険証を返納せよと通知があり、後期高齢者になったのだと実感しました。まだまだ気だけは若いのです。今後どうぞよろしくお祈りいたします。
北神徳明 君	今月70数回の誕生日を迎えました。あと2年で後期高齢者という呼び名が付きます。男子平均寿命が80才となり80才末期高齢者？にむかって精進いたします。
藤川保雄 君	誕生日を祝っていただきありがとうございます
小原靖浩 君	誕生日のお祝いありがとうございます。
森 完二 君	2番目の子供の結婚が決まりました。ニコニコ
中條章夫 君	うれしい事がありました。ニコニコ
金星 昇 君	残暑御見舞申し上げます
弓場裕史 君	おかげ様で入会3年目を迎える事ができました。ありがとうございました。
宮西正伸 君	ニコニコ協力
矢追家麻呂 君	ニコニコ協力
水野憲治 君	ニコニコ協力
山本尚永 君	ニコニコ協力
西本隆一 君	ニコニコ協力
鈴木 讓 君	ニコニコ協力
森山斗福 君	ニコニコ協力
山口尚紀 君	ニコニコ協力
植倉一正 君	ニコニコ協力

### 例会変更のお知らせ

9 月

#### ■やまと西和ロータリークラブ■

- ・ 9月9日（火）・・・創立35周年記念例会の為、時間場所変更。  
場所：大阪マリオット都ホテル（あべのハルカス）  
創立35周年記念例会  
時間：18時
- ※ビクター受付：9月9日（火）12時～12時30分まさごビルにて受付のみいたします。
- ・ 9月16日（火）・・・例会場所変更。  
場所：河合町「廣瀬神社」  
時間：12時45分より
- ※ビクター受付：廣瀬神社にて行います。
- ・ 9月23日（火）・・・定款第6条1節(c)により、休会。
- ※ビクター受付：行いません。

#### ■平城京ロータリークラブ■

- ・ 9月11日（木）・・・会長幹事他訪台の為、休会。  
（クラブ創立30周年記念例会に中和扶輪社招聘の為訪台）
- ※ビクター受付：行いません。

### 次週の例会

平成26年9月2日（火）

クラブ討論会（青少年奉仕委員会担当）  
国際ロータリー第2650地区  
地区ローターアクト代表ノミニー 山本真菜様  
演題 「ローターアクトについて」