



新津中央ロータリークラブ週報

NIITSU CHUO ROTARY WEEKLY REPORT



国際ロータリー第 2560 地区 新津中央ロータリークラブ

創立：1978 年 10 月 2 日

事務所：新潟県新潟市秋葉区新津本町 3 丁目 1 番 7 号
新津商工会議所内 TEL22-0121 FAX25-2332

例会場：新潟県新潟市秋葉区新津本町 2 丁目 7 番 10 号
一楽 TEL22-3155

例会日：毎週火曜日 12:30～13:30

会長：渡邊 嘉子

幹事：草野 満 クラブ会報委員長：保坂 勝志

2014～2015 年度

国際ロータリー会長

ゲイリー・C. K. ホエン

(台湾・台北 RC)

ロータリーに輝きを



2014～2015 年度 国際ロータリークラブ第 2560 地区ガバナー 佐々木昌敏 (小千谷 RC)

テーマ 「ロータリーはあなた自身から」

☆☆☆第 1670 号 (28) 2015. 1. 20☆☆☆

職場訪問移動例会

<会長挨拶>

皆様こんにちは。

今日はクラブメンバーであります阿部様のご厚意により観音寺様への職場訪問移動例会になりました。よろしくお祈りします

観音寺様、また関係者の皆様にはお手数をおかけしますが、よろしくお祈り致します。

そして、今日は座禅をするわけですが、私も坐禅するのは、初めてです。

無の境地とか煩惱が…とか言われていますが…。

どんななのか楽しみにしています。

皆さんもそれぞれに、それぞれの坐禅を体験してみましょう！

それでは今日もよろしくお祈りします。



担当は青柳敏明国際奉仕委員長です。(挨拶概略)

昨年ライラの話をしていたときに生徒達を坐禅させるとか話が出まして、たまたま忘年会の時にご住職に坐禅をお願いしたところ快く引き受けて頂き、寒い中皆で坐禅をしようと思ったのですが、今日は大寒なのにとっても環境が良く楽しみにしています。

方丈様今日は手加減しないでよろしくお願いします。(笑い)

阿部正機君(観音寺住職)挨拶

お越し頂きありがとうございます。今日は職場訪問移動例会ということですが、時間の許す限りごゆっくりと有意義にお過ごし下さい。観音寺は2015年おかげさまをもちまして開祖400年を迎えさせて頂き、

一番初めの行事がロータリーの移動例会が事業ということで有り難く思っています。

<お食事>



精進料理の食事前に

観音寺住職 阿部正機 様より食事前のことば

『五観の偈』(食前のことば) 全員で唱和

一には功の多少を計り、彼の来処を量る。
(多くの人の苦勞を思い、感謝していただきます。)

二には己が徳行の、全欠をはかって供に応ず。
(自分の行いを反省し、静かにいただきます。)

三には心を防ぎ過を離るることは、食等を宗とす。
(好き嫌いせず欲ばらず、味わっていただきます。)

四には正に良薬を事とすることは、形枯を療ぜんが為なり。
(健康な身体と心を保つため、良薬としていただきます。)

五には成道の為の故に、今此の食を受く。
(円満な人格完成のため、合掌していただきます。)

『普回向』(食後のことば)

願わくばこの功德をもって普く一切に及ぼし、我らと衆生と皆共に仏道を成ぜんことを。 【合掌】

<点鐘>

本日の例会を終わります。

その後本堂にて坐禅を体験する。

☆☆☆坐禅のすすめ☆☆☆

曹洞宗の教えの根幹は座禅にあります。それはお釈迦さまが坐禅の修行に精進され、悟りを開かれたことに由来するものです。禅とは物事の真実の姿、あり方を見極めて、これに正しく対応していく心のはたらきを整えることを指します。そして坐ることによって身体を安定させ、心を集中させることで身・息・心の調和をはかります。

曹洞宗の座禅は「只管打坐」、ただひたすらに坐するという事です。何か他に目的があつてそれを達成する手段として坐禅をするものではありません。坐禅をする姿そのものが「仏の姿」であり、悟りの姿なのです。私たちは普段の生活の中で自分勝手な欲望や物事の表面に振り回されてしまいがちですが、坐禅においては様々な思惑や欲にとらわれないことが肝心です。

『帰家穩坐』

私たちの目。「見よう」として見えているわけではありません。見ようとする以前に、もう既に見えています。これが無為（自然のままに任せて、手を加えない）の活動です。自分の好きな人の姿も、嫌いな人の姿も、目は平等に映し出しています。美しいものも美しくないものも、男性も女性も、目はえり好みなしに映し出しています。見えているものにあれこれ注文を付ける「私」がまだ登場する前の世界。「見よう」とする「私」が発生する以前の世界です。例えば私たちの耳。「聞こう」として聞いているわけではありません。聞こうとする以前に、もう既に聞こえています。これも無為の活動です。こも見ようとする以前に見えている処、聞こうとする以前に聞こえているいる処、そんな無為の処に坐するのが坐禅です。私たちは無為になれていないから、ああでも無いこうでも無いと悩んだり苦しんだり・・・本当に安らぎのない毎日を送っていることに気づきます。

しかし、しばし我慢してとどまっていたかどうかうちに、とても自然な、本当の自分の家に帰り着いたような心地が湧き出てきます。坐禅することを「帰家穩坐する」とも言うのです。

前大本山永平寺貫首宮崎禅師は「朝起きたら3分でもいいから、仏壇の前で背筋を伸ばして坐って下さい・「一寸坐れば一寸仏」仏様のお姿に調えれば心が正しくなります。心が正しくなれば物事の見方が正しくなり、そうすると行いが正しくなります。」と。

前大本山永平寺貫首板橋禅師は「坐禅の本来の目的は「身心の鍛錬」のためではない。背筋を伸ばし、下腹部で呼吸をすると自然に精神が安定する。軒先につるされている風鈴は、その時の風の流れに応じて、チリン・チリン…と鳴る。ああでもない、こうでもないどグチグチ考え込まない。坐禅は「身心すこやか道」であると。」

臨済宗の平井正修老師は「父は喩えとして「泥水はずっとかき混ぜていても泥水だけど、どこかに5分でも置いておけば、水と泥が分かれる」と言っていました。私たちが心を自分自身で引っかき回している。そして心が濁り悩んでいるのです。そっと静かに坐るだけのことで、心のオリのようなものを沈めることができるのではないかと。現代社会では「立ち止まる場所」が求められている。」と。

観音寺住職 阿部正機 合掌



第8回 理事会議事録

開催日時：2015年1月20日(火) 18:30～

出席者：15名

次 第

1. 会長挨拶
2. 本日の協議事項
 - ① 2・3月の例会行事について
 - ② クラブ内、地区、地域行事について
 - ③ その他
例会用名札について
特別会費より 財団ポールハリスフェロー、
米山功労者選出について

【2月の例会行事】世界理解月間、ロータリー創立記念日・
世界平和の日 2/23、
世界理解と平和週間 2/23～3/1、
家族週間 2月の第2週

- 第1例会 2/ 3 会長・幹事
第2例会 2/10 副会長・会長エレクト
山田道夫副会長担当
外部講師：地区米山奨学副委員長 田中雅史様
第3例会 2/17 ロータリー情報委員会
川名一弘委員長担当
第4例会 2/24 プログラム委員会
小林国夫委員長担当

理事会 2/24(火) 18:30～

【3月の例会行事】識字率向上月間、
世界ローターアクトの日 3/13、
ローターアクト週間 3/13～1週間

- 第1例会 3/ 3 会長・幹事
第2例会 3/10 副幹事・青少年奉仕委員長
小川信正副幹事担当
第3例会 3/17 新津RCとの合同夜例会
新津中央RC主催
第4例会 3/24 会計監査
川崎松雄会計監査担当
第5例会 3/31 出席委員会
押味弘一委員長担当

理事会 3/31(火) 18:30～

クラブ内行事

- 3/17(火) 新津RCとの合同夜例会
一楽 18:30～
会 費 4,300円
個人負担 3,000円
クラブ負担 1,300円

地区行事

- 2/ 7(土) 第2回 米山奨学委員長セミナー
会場：万代シルバーホテル
時間：13:00～16:00
山田道夫委員長出席
- 2/ 8(日) 2015-16年度
第2回地区運営会議
会場：ホテルイタリア軒
時間：14:30～17:30
渡邊嘉子次期地区運営委員出席
- 2/14(土) 第2回ロータリー財団セミナー
会場：東映ホテル 13:00～16:00
2015-16年度会長、ロータリー財団委員
長に出席要請
山田道夫エレクト、風間啓一郎次
期財団委員長出席
- 2/21(土) 2015-16年度 P E T S
会場：ホテルオークラ新潟
時間：10:00～17:00
山田道夫エレクト、齋藤嘉昭次期
幹事、渡邊嘉子次期地区運営委員
出席
- 3/ 7(土) 米山奨学生修了式、歓送会
会場：ANA クラウンプラザホテル新潟

地域行事

なし

その他

- ・例会用名札について
- ・特別会費より 財団ポールハリスフェロー
米山功労者選出について

以上