



THE ROTARY CLUB

OF YAMATO-NAKA

大和中ロータリークラブ会報

Discover a New World 見つけよう

of Service

奉仕の新生面

1984~'85 R.I 会長 カルロス・カンセコ

猪熊会長 クラブターゲット 見なおそう 出席・親睦・そして奉仕を・・・

第307回例会 59年8月9日 第313号

出席報告

会員数	出席数	出席率	前回の修正
46名	35名	79.55%	100%

欠席者

(9名) 病欠(芦田、伊藤(宣))

二見、橋本、金井、古田土、三浦、寺田、富沢、土屋、辻

本日のプログラム 8月19日
第1回家族会 於 中津川河原

次週予定 8月23日
赤坂大輔氏 (元読売新聞運動部長)
「オリピック裏話」

司会 SAA 古木勝治君

ソングリーダー 中西 功君「我等の生業」

ビジター

池田升雄君(横浜瀬谷)

橋本昌明君、島田裕巨君(綾瀬)

星 幸男君、奥岨宏一君、宮沢義武君

渡辺宜信君、安野 守君(大和)

小倉 武君、曾根徳次君、屋代勝雄君(大和田園)

会長報告

①この処、連続の100%出席、ご協力ありがとうございます。

②例年きておりますが、ロータリーカレンダー(前原勝樹氏制作)への名言、格言募集の案内がきておりますのでご希望の方はご応募下さい。

幹事報告

①次回16日の例会は、19日(日)の第1回家族会に振り替えとなりますのでご注意ください。

②地区大会へは全員参加ということで当クラブは皆様にご協力いただいたのですが、大会事務局より、ご婦人の参加とゴルフ大会への参加の要請が再度きておりますので宜しくお願ひします。

③本日例会後、定例理事、役員会を開催致しますので理事、役員の方々お残り下さい。

委員会報告

プログラム委員会 委員長 種ヶ島 実君
プログラムの変更をお知らせ致します。

8月23日の元建設事務次官 井上孝氏のご都合に

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

事務所：大和中央1-5-40
大和市商工会館内
☎0462-63-7926
例会場：大和市大和南1-4-4
八千代信用金庫大和支店4階
☎0462-64-3654

例会日：毎週木曜日12時30分より
会長：猪 熊 唯 夫
会長イクト：上 田 利 久
副会長：藤 田 重 成
幹 事：伊 藤 英 夫
会報委員：松本(三)・上村・伊藤(宣)

より延期となり、元読売新聞運動部長の赤坂大輔氏に変更となります。尚卓話は1時間を予定しておりますので宜しく願います。

親睦活動委員会 委員長 後藤 定毅君

前回もお知らせ致しましたが第1回家族会を19日(日)(先週相模川と申し上げましたが)中津川河原で行います。多数の方々のご参加をお願いします。尚、今年度親睦委員は3名しかおりませんので、恐縮ですが橋本さん、山中さん、土屋さん、北砂さんにご協力をお願い致します。集合は午前9時30分大和市役所です。

お 祝

お誕生日	古木勝治君 (8月12日)
	種ヶ島実君 (8月13日)
	上村幹雄君 (8月15日)
御夫人お誕生日	竹之内弘美君孝子夫人(8月18日)
創業記念日	前原一男君 (8月13日)
入会記念日	中西 功君 (53年8月17日)

卓 話

【英語(英会話)に強くなる方法】
北砂 富三君

日本の学校で英語がとり入れられるようになったのは明治の初期で以来、現代に受けつかれているのですが、昔と今で英語の学習の仕方は多少の変化はあるにしても基本的には少しも変わっていません。しかもその方法は間違っていて、いくら英語を習っても、話す、聞く事は出来ないようになっています。しかしその中で読み、書き、聞く、話すことの出来る人はそれなりに努力している人達であると思います。

普通日本では中学一年になってThis is a pen 主語+ be 動詞+名詞といったように文法ではじまり、入試もありますが英語の時間のほとんどを文法でつぶしています。従って中学、高校、大学と合計10年間勉強しても話す、聞くことが出来ないのですから、このような方法で、たとえ20年、30年勉強しても同じことだと思います。これがどうして間違っているかはち

よっと考えていただければすぐ解る事だと思いません。皆様が日本語が今のように流暢に出来るようになったのは、母親から生まれて現在になるまでの経過を考えていただきたいのです。日本語を習うのにアメリカ人に教わりましたか? 英語を勉強するのはやはり米国人か英国人に教わるのが一番良いのですが、中学生になって教わるのは日本人の先生が一般的な訳で、それもやはりまずい訳です。そして、読む、書く、聞く、話すという順が普通です。しかしこれは間違っており、聞く、話す、読む、書くということにならなければ話せる英語は学べません。英語で聞かれたことに対して、それを和訳しないで、英語で応答出来るようにするには、英語を充分消化する必要があります。

現在、世界中で英語の通じる国は80%とされており、その中の80%が米語です。英語と米語の違いは、「あなたはペンを持っていますか?」という言葉の場合、Have you a pen? (英語) Do you have a pen? (米語)となりますし、発音も勿論違ってきます。

英語も日本語からの直訳となると大変おかしくなります。例えば、トイレを借りる場合、直訳しますと「借りる」は“borrow”ですので Please toilet borrow me となるのですが、こういう英語はないわけです。直訳ではなく意味をつかんで話せば通じる英語になります。即ち「トイレはどこですか」“Where is the toilet?” という言い方でよいわけです。

会話の場合は中学の英語の単語で十分通じることが出来ます。しかし一番簡単に相手によく解るのはただToilet? で結構で、つまり短かければ短かいほど通じるということです。

— という具合で、この他外国旅行の際の入国手続の所で「何しにきたのか」を聞かれた時、観光というのが一般的な返事だが、観光即ちSightseeingという言葉を「サイトウシングテン」とおぼえておくとよいこと。

一つの言葉が発音、イントネーションのつけかたによって意味が違ってくこと、など、独特の巧みな話術で話され、聞いているうちに英語に強くなり、実際に話してみたいような錯覚?におそわれてしまいました。—

「機械工学からみた人体構造」

(7月20日 清水洋三君卓話つづき)

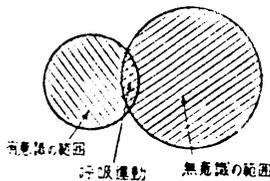
6. 自分でもわからない自分

体を意志のとおり自由になる部分と、自由にならない部分に分けて考えて見よう。ここでは前者を有意識の範囲、後者を無意識の範囲と呼ぶこととする。

無意識の範囲は完全自動化の範囲、あるいはあなたまかせの範囲とも言うべきで、一歩お医者様と神様の領域にふみ込まないと理解することも、コントロールすることもできない。

呼吸運動はこれまで述べてきた現象だけについても、この無意識の範囲にかなり深く根を張って強い影響を与えているように見える。その理由は次のように考えている。

すなわち呼吸運動は有意識でも行うことができるし、無意識に反射運動として行うこともできる性質をもっている。これは無意識の範囲と有意識の範囲との双方が呼吸運動で重なっていると考えてよい。この関係を平面に展開して図示すると図



3となる。機械的に解釈すれば、もし呼吸運動が通路としての役割を果たすならば、呼吸を通じて有意識の範囲から無意識の範囲に話しかけることができるということなのである。

健全な心身であれば有意識の範囲がバラバラではない同じように、無意識の範囲もバラバラではないはずだから、呼吸の通路をうまくくぐれば、体のすみずみまで影響を与えることが可能となっ

てくるはずである。

古い歴史をもっている坐禅にも同じような考え方があって、ここでは調息調身調心と説かれている。すなわち息をととのえることによって、心身がととのうというのである。

心身一如というから、心のほうにも有意識と無意識の範囲があって、これを息が橋渡しをしているとも言えるし、心と身の間に息があって、これらを結びつけていると考えてもよからう。

自分の自由になる自分の力などは、きわめて小さなもので、限られた一部分にすぎない。自分でもわからない自分というもの、自分の大部分を構成していて、本当は自分がどのくらいの能力や可能性をもっているのかもわかっていないのだ。自分にもわからない自分の範囲が、うまく開拓できれば、たいへんな可能性があるということにもなる。安積得也氏¹¹⁾は、これを「未見の我」と表現しておいでになる。もし「未見の我」の一部分でも、その開拓が息をととのえることによってできれば、こんなありがたいことはない。

そこで息をととのえるとはどのような呼吸をすることなのか、本当に真剣に研究する必要が生じてくるのである。

呼吸のととのえ方は、ずいぶん古くから発見されている。近世では白隠禅師が「夜船閑話」で説いている。「漆園¹²⁾曰く、真人の息は是れを息するに踵を以てし、衆人の息は是れを息するに喉を以てす」、「又蘇内翰¹³⁾が曰く、己に飢えて方に食し未だ飽かずして先づ止む、散歩逍遥して務めて腹をして空しからしめ、腹の空なる時に当たってすなわち静室に入り端坐黙然して出入の息を数えよ。一息より数えて拾に到り拾より数えて百に到り百より数え放ち去って千に到りて此身兀然として此の心寂然たる事、虚空と等し」などである。

しかし、このことは彼の釈尊が2600年も前に明らかにしているところで、「身は寂、語も寂、心も寂かにして能く定に入る」と表現されている。

語も寂かとはゆっくり息を吐いていることで、このようにすれば、身も心も定に入れる状態になるということである。

釈尊はこれを5人の弟子に教えて、自分もふくめて六阿羅漢となったということだが、紀野一義氏¹⁴⁾によれば阿羅漢とは悟りを開いた賢い人という意味である。これより前釈尊は6年間の空しい苦行の後、ブダガヤの菩提樹の下に坐り、入息出息に心をこめること90日にして、正覚を成じたとあるから、コロンブスの卵のような発見であったのかも知れない。

7. 結 言

心の問題となると、必要な酸素が正しく配給されたかどうかというような単純な問題ではないであろう。悟りを開くなどという高尚なのみはしばらくあずけるとして、私は単純に次のように解釈している。

腹腔の中で消費される酸素の量は全体の1/2で、頭脳の中で消費されるのは1/4である。これによって腹腔からは肉体のエネルギーが生産され、頭脳からは精神力が生まれる。

肉体労働で額の外側に汗が出るように、精神労働では額の内側に知恵が出るのだ。

給料は会社まかせ、体はお医者様まかせ、命は仏様まかせという生き方もあるが、勝手なことばかりやっていてあとはよろしくと言われると、まかせられたほうも忙しくてたまらない。

自分の知恵と努力で何とかなる範囲はやってみるということと、何とかなる範囲をなるべく広げて大きくするということが、自滅を防ぐ方法ではなからうか。

一般に心身の健康を向上させる方法としては、少し好いことを長年月づつやってやるのが秘けつである。たいへん栄養のあるものを一度に腹いっぱい食べてもだめ、高僧のお説教を一度聞いただけでもだめである。少し栄養のあるものを腹八分目に食べ、平素お念仏を唱えたりしてつとめて出る息を長くすることが必要なのだ。更に金がかからずやっかいでないという条件もある。その意味で丹田呼吸は万人に向いている。これで心身の健康を確保すれば岡田虎二郎氏¹⁵⁾のことばのごとく粗食も山海の珍味となり、こじ

き小屋も金殿玉楼と化するのである。

日本は資源的には恵まれていないけれども、幸いに四方の大海から吹いてくる大量の新鮮な空気がある。物が豊富でも心の貧しい人々の国ではなく、心広く体胖な人々の美しい国を作る条件はそろっている。

(おわり)

スマイルボックス

副委員長

菊地 康公君

横浜瀬谷RC 池田升雄君

本日も又、お世話になります。

綾瀬RC 橋本昌明君 お世話になります。

大和RC 星 幸男君 本日も宜しく……。

大和RC 奥岨宏一君 お世話になります。

大和RC 渡辺宜信君 お邪魔します。有沢先生にはお世話になっております。

大和RC 宮沢義武君 先週に引き続きお世話になります。尚、地元光ヶ丘中学校バレー部が全国大会出場が決定致しました。

大和RC 安野 守君

はじめまして。宜しく……。

大和田園RC 小倉 武君

いつもお世話になります。

大和田園RC 屋代勝雄君

本日も宜しくお願い致します。

大和田園RC 曾根徳次君

本日はお世話になります。

伊藤英夫君 連日の猛暑でもうかっています。

古木勝治君 盛大にお誕生日を祝っていただきありがとうございます。

種ヶ島 実君 誕生日のお祝い有難うございます。

竹之内弘美君 可愛い女房の誕生日を祝っていただき有難うございます。プラスアルファしました。

上村幹雄君 48才になります。しっかり生きていきたいと思ひます。

中西 功君 入会后早くも6年が過ぎました。この分なら20年30年はすぐに来ると思ひます。

前原一男君 創業を祝っていただきありがとうございます。