



# 国際ロータリー第2790地区 千葉南ロータリークラブ会報 THE ROTARY CLUB OF CHIBA SOUTH

〔創立〕1964年3月2日 〔例会日〕毎・金曜日12時30分 〔例会場〕オークラ千葉ホテル  
 〔会長〕竹尾 白 〔幹事〕橋口 徹 〔会報委員長〕松尾 博之  
 〔事務局〕〒260-0027 千葉市中央区新田町12-1 トーシン千葉ビル7階 (☎043-245-3204)

2014-2015年度

## 第2492回



平成27年4月17日(金)点鐘12:30 《晴れ》

- ◆◆ロータリーソング『手に手つないで』
- ◆◆四つのテスト ～言行はこれに照らしてから～
  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

### ◆◆ お客様紹介

・本日のゲストスピーカー  
 (株)おぼうさんどっとこむ 代表取締役 林 和馬様

### ◆◆ 会長挨拶及び報告 竹尾 白会長

皆さん、こんにちは。  
 瀧川会員、入会おめでとうございます。  
 今日は、特に報告がないので、昭和30年の初めの頃、マグロ船に乗った時の経験を話します。ハワイから北西に150マイル位行ったところにミッドウェイ島があります。そこでメバチマグロ、いわゆるバチマグロを獲りに行った時の話です。海がものすごく時化るんですね。149トンのマグロ船で、釣れたものを引き揚げるときに波にあおられてそのまま海に放り出されてしまったのですが、次の波で帰ってこれたのができたのです。胴長合羽を着ていますから水が入ってこないで、浮いて帰ってきたという経験をしました。

### ◆◆ 入会式

**瀧川 誠会員** 《総合警備保障(株)千葉支社 支社長》  
 (紹介者:北原俊彦会員、塩谷邦昭会員)

私は、出身が岡山県でございます、家族は家内と社会人になった子ども3人です。昨年長男が結婚し、今はなんとか落ち着いているような状況でございます。私の



前任地は神奈川県相模原市でして、そこで相模原南ロータリークラブに入会し活動させていただいておりました。こちらでも皆さんとの繋がりを大事にして、いろいろな奉仕活動をして参りたいと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。

### ◆◆ 委員会報告(伊藤 和夫会長エレクトより)

来週24日の例会が終わった後、次年度の理事・委員長会議を開催しますので、宜しくお願い致します。

### ◆◆ ニコニコボックス報告

《竹尾 白会長・橋口 徹幹事》  
 「禅を通して経営を考える」とは、難しい議題です。困った時の神頼みの凡人には頭が痛くなるような難問です。林さん、凡人にも解りやすく説明をお願いします。

《植松 省自会員》  
 嬉しいことがありましたので！

《江沢 一男会員》  
 孫が小学校に入学しました。下の孫も保育所に入り、楽しみにしています。

《金親 博榮会員》  
 今年、12回目となる県域イベント『里山シンポジウムin山武』を5月17日に開きます。  
 今回はスタジオジブリの高畑監督の映画も見られます。木質バイオマスの先進例の発表もあります。

是非ご家族でお越し下さい。  
 《北田 城児会員》

「ホテルオークラ東京」での移動例会、ご苦労様でした。さすが東京！と思うところもありましたが、使いやすさとコストパフォーマンスでは、やはり、「オークラ千葉ホテル」であると再認識致しました。

《向後保雄会員》  
 皆様のご支援により、目標通り、6,354票をいただき、中央区でトップ当選をすることが出来ました。

有難うございました。  
 《斎藤 昌雄会員》

劉さん、先日の入会式するときには休んでしまいました。ご入会おめでとうございます。

本日のニコニコボックス	21,354 円	累計	750,354 円
金の箱	930 円	累計	23,890 円

## ◆◆ 出席報告 (会員数53名)

出席者数44	欠席者数 9	ビジター 1	修正出席率67.31 %
--------	--------	--------	--------------

千葉市内例会変更のご案内 [メールキャップにご利用下さい。](#)

千葉RC	月	—	三井ガーデンホテル千葉
千葉西RC	火	4/28・5/19	センシティタワー「東天紅」
千葉幕張RC	火	4/28・5/19	アパホテル&リゾート東京ベイ
新千葉RC	水	5/20	京成ホテルミラマーレ
千葉北RC	水		ホテルポートプラザちば
千葉中央RC	木	4/30・5/14	三井ガーデンホテル千葉
千葉港RC	木	4/30・5/14	京成ホテルミラマーレ

## 本日の卓話

演 題⇒ 「禅を通して経営を考える  
～お蔭様と感謝に尽きる～」  
卓話者⇒ 株式会社おぼうさんどっとこむ  
代表取締役 林 和馬様



“禅とはいったい何ぞや”

まずは文字の意味から、何を表そうとしているのかを考えてみます。

禅の文字の成り立ちから  
◇「示」字は、自分の考えや物を見せることを意味します。

◇「単」字は、ただ一つ、重なっていない、複雑でない、さらには、広くて大きい、ことごとく、尽くす、誠、厚いなどの意もあります。

そして、「禅」の文字の意味としては、

①(1)ゆずる

- ア. 天子が位をゆずり与えること。「禅譲」
- イ. 伝える。授ける。

(2)祭りの名。昔、天子が地を払い清めて天の神や山川の神をまつた祭り。「封禅」

②(仏)

- ア. 梵語 dhyana の音訳。禅那の略。静座して精神を統一し、無我寂静の境地に至り、真理をさとること。
- イ. 座禅の略。
- ウ. 禅宗の略。

(出典:大修館書店 新版 漢語林)

①天子が位をゆずること。譲位。「一を受く」

②(仏)(梵語 dhyana の音訳。禅那とも)心を安定・統一させることによって宗教的叡知に達しようとする修行法。禅定(ゼンジョウ)。六波羅蜜の第5

③禅宗の略。

(出典:岩波書店 広辞苑)

と、されています。

何とも分かりづらく回りくどい解説になるのは、禅の持つ特性で達磨大師の四聖句にも次のように表されています。

「不立文字」・・・ 悟りと言うものは、言葉で表現したり、解説したり、理解できるようなものではない。

「教外別伝」・・・ 悟りは、釈迦の言葉を学ぶものでなく、悟りを得た師からの直接伝えられるものである。

「直指人心」・・・ 人間は本来、仏であるということを、言葉や文字に頼らず、直接指し示して体験させる。

「見性成佛」・・・ 人間の心の真ん中に在る仏性を見定め、己れの真の姿を知ることにより、悟りに至るのである。

ここからもお分かりいただけるように、文字や言葉でお伝えするのは非常に難しいことではあるのですが、文字の成り立ちやその意味の解説から考えてみるに「禅」とは、

※本当の自分の気づき、自然や宇宙とのつながりを体験する唯一の法。 と、言えるのではないのでしょうか。

《「禅」が伝える三つの修養法が経営に生きる。》

禅が教える三つの修養法には、「調身」・「調息」・「調心」とあります。

これは座禅を修するとき、身体の状態、呼吸の状態、心の状態を調えることを教えるものですが、この考え方は会社や組織の経営、運営にも活かすことのできる考え方であるとも考えます。

①会社や組織にとっての「身」は、社員・スタッフ、役員、社長等の「人」であります。

その人の健康状態、能力、スタッフ相互の協力や連絡系統などが正しい形で調べば、次は息。

②会社や組織にとっての息、出入りするものは「お金」であります。

呼吸を止めたら迎えるのは死。生きて行くために、させてもらっているのが呼吸。

「出入り」、「呼吸」と呼ぶように、出る、出す、吐く、呼吸が先、入る、吸うは後。

そして、余計に吐けば苦しくなるが、吐き切れれば、必ず入ってくる。吐き切って、必要なだけ吸う。

さすれば生きる上で意識しない息のように、乱れることなく、必要なだけ吐き、必要なだけ吸う、が解ってくる。会社や組織がそう。人様の、お客様のお金をお預かりするのであって、余計な利益や旨味を目指すのではなく、必要最低限を行い続けるでも苦しくなる。よって適正、最適を調べて、お金を廻す。

それが、会社にとっての調息であると考えます。そして息が整えば続いては心。

③会社や組織の「心」とは何か。

向かうべき目的をきちんと定めなければ、その会社、組織の在るべきが、真なる姿がはっきりしません。目指すべきを調えることが会社や組織の心を調えるにつながる

ことだと思えます。「企業理念」、「コーポレートアイデンティティ」を調えることで、会社、組織はその役割をしっかりと認識することができ、社会の一員としての担いを行い続けてゆくことができると確信します。

**※このうち一つでもバランスを欠いたら、健全な経営は出来なくなると考えますが、いかがでしょうか？**

**《椅子でも出来る「禅」を体験してみる。》**

禅が教える三つの修養法、「調身」・「調息」・「調心」。これがいかに難しく、いかに自分の思うままにならないかを体験してみましょう。

それでは、私の指示通りに、身から調べ、順に息、心と参りましょう。

①まず身体。腰が背もたれに付き、背筋が真っ直ぐになるように深く腰掛け、鼻の先とへそが一直線になるように姿勢を正す。

②両足は靴底が全て床に着き、膝が直角に折れてグラグラとしないようにし、両膝の間が握り拳2つ分になるように調節する。

③肩の力は抜き、両手は両膝の上に軽く握って安置する。  
\*身体を以上のように調べたら、次は息を調べます。

④あくまで体験版の椅子座禅ですが、健康につながる丹田呼吸法によって息を調べます。「出入り」、「呼吸」と呼ぶように、出る、出す、吐く、呼気が先、入る、吸う、は後です。

⑤口から身体に溜まっていた息をすべて吐き切るように、身体を前に倒しながら息を吐きます。吐き切ったなら、鼻から新しい空気を身体いっぱい吸い込みながら身体を起こし、調身の際に正した姿勢に戻します。

⑥上記⑤を3回繰り返し、3度目に正しい姿勢に戻ったなら、そこから次の要領で呼吸をしてください。(1)まず8秒で息をすべて吐き切ります。⇒(2)次に4秒かけて息をへそ下(丹田)へと取り込むように吸います。⇒(3)続いて4秒間息を止め、へそ下(丹田)に気を止どめます。⇒(4)また8秒かけて息をすべて吐き切ります。

⑦上記⑥の(2)⇒(3)⇒(4)を1周とし、1周するごとに「いち」「に」「さん」「し」・・・と数を数えます。

\*息を以上のように調べたら、最後は心を調べます。

⑧今、自分が感謝すべきヒト、コト、モノ、チエなどを1周するごとに考えます。

\*なお、1周するまでにその感謝が終わらない場合は、引き続きその感謝を考え続けていただいても構いません。

実際には、その一つの感謝を深く深く考えつめていただくといいでしょう。

⑨次に、その感謝をきちんと伝えているか？ 行動に変えているか？ 即ち、感謝に報いているか？ を己に問います。

⑩その答えにたどり着いたら、それが自己満足や自己都合、見栄体裁になっていないか今一度、自分の真心に問います。

よろしければ、弊社で開催しております座禅会にお越しになってみてください。

**※このわずかな時間で、あなたは何に気づき、何に感謝しましたか？**

**最後にみなさまに伝えたいこと**

座禅をして  
何かを得ようとすれば  
何も得ないを  
得ることができる

よって座禅を修することが出来れば  
今の自分に気づくのである

傲慢で執着から離れず  
自己都合で不安を生じ  
想像ばかりで創造なく  
直感を信ぜず体裁を気遣う  
愚かで欲深く怠惰にして楽を求む

そういう己に気づくこと  
そういう己を手放すこと

そして穢れに触れても  
穢れを得ることなく  
真芯の善を発現させること

それが禅の目指すべきであり  
経営の目指すべきでもある

**第2493回例会**

日時⇒ 平成27年4月24日(金) 点鐘12:30  
卓話⇒ 『安心・安全な暮らしのために』  
卓話者⇒ 千葉県国民健康保険団体連合会  
常務理事 戸谷 久子様

**第2494回例会**

日時⇒ 平成27年5月8日(金) 点鐘12:30  
卓話⇒ 『会員ミニ卓話』

<会報当番：廻 辰一郎会員>