



# CLUB BULLETIN

R. I. 第 2530 地区

いわき勿来ロータリー・クラブ

会長 鈴木修一郎  
幹事 鈴木 雅之  
SAA 矢代 昭雄  
会報小委員長 児玉 健二

2010～2011年国際ロータリーのテーマ

○例会日 毎週水曜日(12:30～13:30) ○事務所 いわき市植田町中央一丁目6番地の9  
○例会場 ホテルミドリ 〒974-8261 ホテルミドリ内  
TEL0246-62-3737

第 2388 回 例会 平成 22 年 12 月 8 日(水・晴)

## ゲスト

北茨城ロータリークラブ

幹事 篠原 裕治様

## 会員卓話

坂本 博文会員

## ロータリーソング

ー今月は家族月間ですー

4つのテスト  
櫛田 幸雄 会員



## ◎会長報告－鈴木修一郎会長

皆さん、今日は。阿武隈の山が今日薄らと白くなっておりました。その影響もあり風が冷たく感じられるようになってきました。冬の到来かなと思います。一昨日は暖かい日でした。温度差がありますので皆さん体には十分気を付けて下さい。それでは本日のお客様をご紹介致します。北茨城ロータリークラブ幹事の篠原裕治様です。後程ご挨拶を頂戴したいと思いますので宜しくお願いします。それから12月3日に第3回いわき分区会長・幹事会がありました。内容はロータリー財団のお願い、交換留学生のブレンダさんが体調不良で帰国、2月6日の勿来ロータリークラブ主催のIMの件、交換留学生の為の賦金について話がありました。私からは以上です。

## ◎ゲスト挨拶 北茨城ロータリークラブ



篠原 裕治 様

北茨城ロータリークラブの篠原と申します。前から鈴木雅之幹事さんより是非メーキャップに来て欲しいと言われておりましたのでお邪魔致しました。勿来クラブさんとはスポーツ大会、3クラブ親睦ゴルフ大会等交流がありますし、私は平潟で民宿をやっている関係で生活圏は植田方面になっています。観光協会からポスターを預かって参りましたので今後共宜しく願います。

## ◎幹事報告－鈴木雅之幹事

・勿来ひと・まち未来会議より10周年記念講演会の案内が届いております。  
・いわき四倉ロータリークラブより12月のプログラムが届いておりますので回覧します。  
・国際ロータリーよりロータリアンが届いておりますので回覧します。

## ◎各委員会報告

### ◇出席委員会－越田和小委員長

本日の出席状況は下記の通りです。それと本日は出席奨励賞をお渡し致します。生駒祐健会員、佐藤政司会員前の方へどうぞ。おめでとうございます。



### ◇スマイルボックス委員会－鈴木副委員長

・本日は勿来ロータリークラブさんの研修に参りました。御指導宜しくお願い致します。



北茨城ロータリークラブ  
幹事 篠原 裕治様

・北茨城ロータリークラブ篠原裕治様の御来訪を歓迎して。鈴木、川中、児玉、生駒、越田和、金成、富岡、渡辺(勉)、押田、渡邊(國)各会員及び鈴木(修)会長、高萩副会長、赤津会長エレクト、鈴木(雅)幹事

・坂本会員の卓話を歓迎して。 押田、佐久間各会員  
・前回例会休んでごめんなさい。矢代、生駒、斉藤、佐野、清水、荒川、後藤、佐藤(次)、本間各会員  
・本日早退ごめんなさい。 斉藤、吉野各会員  
・誕生祝いありがとうございました。矢代、馬上各会員  
・出席奨励賞ありがとうございました。

生駒、佐藤(政)各会員

### ◇親睦活動委員会－佐藤政司小委員長

いよいよ12月22日クリスマス家族例会です。大勢のご参加を戴きありがとうございます。親睦活動委員として頑張りますので宜しくお願い致します。時間は6時30分からです。遅れないように願います。

## ◎メーキャップ報告－川中正二会員



日本橋ロータリークラブの友人と29日に会食しましたら翌日30日火曜日は例会日なので是非メーキャップして欲しいと頼まれ出席して参りました。日本橋ロータリークラブは会員数230名、例会場はロイヤルパークホテル、出席人数は180名でした。大きな例会に初めてメーキャップしましたが会員の皆さんは全員ネクタイ、パッチ着用で生き生きと楽しく参加されていることを感じて参りました。バナーを頂戴して来ましたので会長に渡し致します。

## ◎会員卓話－坂本 博文会員

皆さん、今日は。ロータリアンになりたての坂本です。今日は医療保険の難しい話はやめて「氣」についてお話をしたいと思います。

### クンバハカ腹式呼吸



中村 天風先生

肩の力を抜く(横隔膜神経叢を安定)  
K { 肛門を締める(骨盤神経叢を安定させる) =>  
丹田に気を込める(太陽神経叢を安定させる)

1. “K”をしてゆっくり息を吐く。
2. 吐き切って“K”をする。
3. 積極的な感情をもって、静かに深く長く息を吸う。
4. 息を吸ったら息をとめて“K”をしてゆっくり息を吐く。

以上の動作を朝日に向かって目をとじて数回行う・・・と宇宙のエネルギー(光のシャワー)が印堂(眉間)に注入される。

◎朝日-冬は午前6時頃。春・秋は午前7時頃  
夏は午前6時頃

## 宇宙エネルギーとしての氣(波動)

◎医者や薬では病気はなおらない

・病気発生の根本的要因

1. 感情のマイナス波動  
怒り、悲しみ、恐れ、ねたみ、不安、恨み、不満、不信、迷い、こだわり、わがまま、威張る、ストレス
2. 過労、風邪
3. DNA異常
4. 食事・・・過食(食とは人を良くするという意味)、よくない食事
5. 不調和な波動

レントゲン、放射能、土地のマイナス波動、人からの恨み、霊的障害  
これらに直接的原因(ウイルス感染や発症)が加わると発病する

◎「氣」という波動、生命エネルギーが肉体を動かしている

病気とは肉体の変調であり、ゆがんだエネルギーが表面化したもの  
身体(細胞)分子(DNA、ウイルス、病原菌)原子(ガン、エイズ)原子核(陽子、電子)超微粒子(ニュートリノ、クォーク)→たえず回転して振動している→波動

\*宇宙エネルギー=人間も含め宇宙は波動でできている。

不安・ストレスに気を使っている。即ち、病気になるために気をつけている。

人生を楽しく生きるコツ→病気を気にしない、健康を気にしない

\*氣という生命エネルギーを上手につかう

○難病が治るケース

1. 病気をあきらめる人
2. 病気を忘れた人
3. 他人の為につくした人

\*病気のためにエネルギーを使わなくなった人  
病気を作るエネルギーを他のものに転換する

\*氣のバランスがとれている→プラス思考・物事を前向きに良い方向へとらえる人

○病気の原因は過去にあり

今を変えれば過去も病気も変わる

「過去とは、記憶の中の現在であり未来とは、想像された現在である」

・・・過去という記憶は、生きている我々が現在つくっている思いで、絶対的なものでなく、今の意識を変えれば変わる

\*全てのことは、その人が思ったことが実現した姿である。

○その人の心が病気を作っている

病気も「思ったことは実現する」

心で否定したことで、イメージ化されたものは思ったこととして、現実の方向へと向かう→だから、病気になるにくい人は「病気を意識しない人」なのだ  
\*あらゆる病気の原因は、自分自身が作り出している・・・(その人の考え方が原因)

○病気とは、内に溜まった「氣」が病気にむけられることなので、なるべく「氣」を外に出す必要がある→出して、入れれば氣のバランスはくずれない

\*人間、健康で長生きするには

とってもしもちがいい!、とってもしもおいしい!という瞬間、ひとときをたくさん得られるようにすること→ボディ、細胞、分子、原子が喜んでしまうことをする

1. 氣功を実践する

・・・逆腹式呼吸を早朝に行うととても気持ちが良い  
2. 相性・波長の合う異性ととのセックスによるエクスタシー

・・・思いやりをもって、やさしく包むようなセックス自分のエゴを少なくして、相手ととけ合うイメージ<合体して射精するのが、すべてではない>  
「三じる」

1. 信じる 2. 念じる 3. 感じる→想念も波動である  
【腹式呼吸】

・息をとめ

・息を吐く・・・a波が出る、宇宙のエネルギーが入ってくる、自然=宇宙と一体になるイメージ→無我→武道(柔道、剣道、空手、合気道、すもう)の間の合い  
・・・相手が吐いているときはスキがない(力が満ちている為)

・息を吸う・・・新しい酸素が入ってくる→自分の肉体を自覚できる→自我自然・宇宙に対立した存在になる(弱い)→武道ではスキができる状態相手が息を吸っている時、こちらから技をかければ必ず相手を倒せる。

## 出席状況

正会員数 56名  
本日の出席率 82.00%

修正出席率 94.00%