

出す方法は、現実的な方法論としては無いのです。

脳内甘露という考え方は何千年も前から伝えられて来たヨーガの中にある考え方です。脳天の所から脳内甘露がふんだんに溢れ出る、全身に健康をもたらして幸せに成るという考え方が何千年も前にヨーガにあるのです。そしてその方法がキチンと確立されている。

梨本さんと今井さんが私の所へ来て下さって、5年もヨーガをしているそうだけど皆さんにどんな事ができるのか、やって見せてくれと言われても、全んど見せることはなく、何も見せるものがないのです。これが雄弘ヨーガの特徴なのです。

ヨーガというと皆さん写真を見たり本を見たりすると人様の真似のできない形をしている。ああいうものがヨーガだと思っていらっしゃる人が多い。私共の雄弘ヨーガはそういうことは全然問題にしません。このビンドービシャルガを中心にしていまして、そのビンドービシャルガが度々出るか、というのを課題にしています。ですから梨本さんに聞きますと3年前、5年前と今のヨーガをした後の心地良さがどう違うかというのを聞いて頂きますと、かなり詳しくお話しなさると思います。その心地良さは何かと言うと、この脳内甘露がふんだんに出るようになってきているという意味なのです。

私が挨拶状に書きましたね、心のコントロール、心のコントロールとは、これから明るく考えて生きようとか、人を愛して生きようとか考えてはなから考えて生きようなどと人間でできていないのです。そんな上等に人間はできていないのです。ただヨーガをするしかないのです。

〇ー157の騒ぎが起きていますね。我々が生長してきた時代、戦後の三、四十年というのは、ペニシリンの発見から始まって抗性物質で全んど伝染病対策が見事に除去できたのですが、これから出てくる病気は全んど抗性物質がきかない、お医者さんに駆け込んでも助からないという病気が大勢を占めてくると思います。

これからの病気はビンドービシャルガによらなければいけない。私共の脳内甘露がふんだんに出るようにコントロールしていく、そういう事ができれば免疫性が非常に高まってきます。ヨーガの考え方は現代科学の考え方と違いまして、物質を取り扱うものでない。基本的な考え方は“はたらき”なんです。命のもっている働きの考え方です。ちょうど空気と風のようなものです。風という物質はない。つまり、ビンドービシャルガという物質はないのです。ビンドービシャルガという働きがあるだけです。風が猛威を振るって台風を起こすと同じように、ものすごい力があります。

9月10日例会： クラブフォーラム（IM報告）

9月17日例会： 会員卓話 小島茂男さん

9月24日例会： 会員卓話 大竹保男さん

10月1日例会： 職業奉仕月間 職業奉仕委員

10月8日例会： ライラ研修発表 ライラ委員会

10月15日例会： 米山月間 米山奨学委員会



## 三條北ロータリークラブ週報

築け未来を  
行動力と先見の眼で

例会日  
1996. 8 . 27  
累計 No 477  
当年 No 8

国際ロータリー会長 ルイス・ピセンテ・ジアイ 第2560地区ガバナー 吉田昭平

会長／堀川正幸

幹事／佐藤義英

SAA／長谷川恵慈

例会日／火曜日 12:30～13:30

例会場／三條ロイヤルホテル ☎34-8111 FAX 34-8114

事務局／三條市西四日町3-15-34

ヒューマン・ハーバー内 ☎35-7160 FAX 33-8972

行事： 納涼 夏忘れ夫人同伴例会 於 嵐溪荘

卓話「ヨーガ」 雄弘ヨーガ公認講師 青木敬文様

出席： 本日の出席 56名中46名（内記帳22名）

先々週の出席率 56名中46名 82.14%（前年同期98.18%）

先週のメイクアップ： 8月22日 見附RCへ 淵岡 茂さん

23日 吉田RCへ 大野新吉さん、山上茂夫さん

26日 三條南RCへ 羽賀一夫さん、山上茂夫さん、米山忠俊さん

江口 悟さん、芦田義重さん、中條耕二さん

坂本勝司さん、布施 勲さん、佐藤啓策さん

高橋彰雄さん

ビジター： 加茂RCより 山川裕士さん

三條RCより 外山一郎さん、佐原勇次郎さん、五十嵐晋三さん、渡辺勝利さん

三條南RCより 船久保孝志さん、丸山徹夫さん、小林博久さん、池田 繁さん

馬場信彦さん、田中孝幸さん、近藤鉄也さん

会長挨拶： 堀川正幸

皆さん今晩は、ご挨拶を申し上げます。

今日はプログラムさん、親睦さんのお陰で、少し涼しくなりましたが、夏忘れということで美しい奥様方と一緒に楽しく過ごせるのではないかと予感がしております。又、ヨーガの講演ということで青木先生よろしくお願いします。

ここのところすっかり涼しくなるとい、夏忘れという感じではないのですが、行く夏を惜しむということで楽しくやりたいと思います。ご挨拶を終わります。

幹事報告： 佐藤幹事

・分水ロータリーより 9月例会案内 9/3 ガバナー公式訪問 記帳受付

- ・越後魚沼RCより 残暑お見舞い、チャーターナイト案内  
平成8年10月13日 大湯温泉
- ・村上RCより 地区大会案内、当日列車時刻の案内
- ・2560地区吉田ガバナー、財団委員長、財団増進委員長より  
ロータリー財団寄付実績について
- ・国際ロータリーより 国際ロータリー1996年アジア地域大会  
「クラブおよび地区の未来を築くプロジェクト展示会」参加のお願い  
日 時 1996年10月25日～27日  
会 場 タイ国 バンコク
- ・直前ガバナー重田政信より 10周年記念誌（ビデオ）送付お礼
- ・館林西RCより 例会場及び点鐘時間変更のお知らせ  
新会場 邑楽共同福祉施設  
点鐘時間 12:30（第四例会 18:30）

ニコニコボックス： 27日現在累計 200,000円

- 羽賀一夫君 先日の北クラブの北海道ゴルフコンペでまたまたベスグロ優勝をしてしまいました。もう感激もありません。皆さんもとうまくなって下さい。
- 布川和雄君 家内の不参加をおわびして
- 小林満君 納涼例会楽しみにしていました。親睦委員会の皆様に感謝致します。ありがとうございます。
- 平松利朗君 きれいな、元お嬢様方と楽しい夜を過ごせることに感謝して
- 布施勲君 ボックスに協力して
- 梨木建夫君 大変涼しい納涼例会ですが、最後までリラックスして楽しい集いにしたいと思います。奥様方には、ようこそいらっしゃいました。ありがとうございます。
- 西村護君 納涼例会がすばらしい夜例会になりますように
- 馬場直次郎君 秋来ぬと目にはさやかに見えぬとも風の音にぞ驚かれぬ。山深い温泉での例会楽しみにしていました。
- 堀川正幸君 プログラムさん、親睦さんありがとうございます。大竹さんお世話になります。青木先生、今日講義をよろしくお願いします。
- 久保博君 仲良き事は美しきかなにあてられています。
- 今井克義君 青木講師に御礼申し上げます。皆様ヨーガを楽しみましょう。
- 柄沢憲司君 ボックスに協力して
- 落合益夫君 大竹さんお世話になります

山崎勲君

松永昌一君 ひさしぶりの夜例会お世話になります

卓 話： 「ヨーガ」 雄弘<sup>ゆうこう</sup>ヨーガ公認講師 青木敬文様



私の先生、番場ガズオ先生はインドの政府から感謝状を頂いていて、インドの政府から認められているのは雄弘ヨーガだけです。NHKでやっているのは番場先生、雄弘ヨーガだけです。去年は中国の“きこう”に招かれまして、北京大学を中心に全国の“きこう”の組織に講演に回られて、北京大学の名誉博士号（哲学と医学）をもらわれました。

来春から番場先生の3人の御子息は長男は音楽家です。番場先生も元々は音楽家ですが、長男はニューヨークでプロの音楽家活動をされています。そして現在はドイツに居られます。次男の方がヨーガを我々と一緒にやっています。

来年の4月よりは早稲田大学と東洋大学でヨーガ科ができます。ヨーガクラブではありませんよ、正式な授業が行われる事になりました。ヨーガが正当な評価を受けています。

今日は皆様が御夫人同伴ということで、私もあつかましくも家内を連れてまいりました。私の実際のヨーガの効果として今、梨本さんが全んど言うてくれましたので、全んどそれにつきますのですが、私の家内は交通事故により肋骨から鎖骨にかけて16本骨を折っています。全んど助からない命が助かっています。それがヨーガで今皆さんが御覧になっても分かりますけど身体障害者手帳をもらっています。今から御覧になっても全んど分からなく成っています。ヨーガで見事に鍛えた実例ですから、皆さんに見本として持って来ましたので、細かい話は聞いて下さい。

私の代理を2～3箇所してもらっています。呼吸なんかは皆さんとトントン位だと思います。

時間もあまりないのでヨーガの正当なと言うか、プログラムを話をする時間もないし、気もありません。

ビンドービシャルガという言葉がありますので覚えておいて下さい。脳内甘露と訳しています。今トップセラーの脳内革命のことかと思って頂いて結構です。脳内革命は私は不勉強で読んでいません。プラスの発想をすると健康になると聞いております。あれを読んで幸せに成ったり、健康に成ったりした人がいらっしゃいますか、人間はそういうことはできないのです。そういう事は3,000年も前から分かっていたのです。

人間が頭の操作でプラスに発想を変えとか、明るくものを考えようとか人間の力ではできないのです。皆さん良くお考えに成って見て下さい。

上司で会社で好きになれない人が居る、好きに成れと言っても好きに成れないでしょう。脳内ホルモンがふんだんに出れば健康になる、と言うのは事実でございます。脳内ホルモンをふんだんに