

## 投稿コーナー

## 一枚のコピー用紙

東海中部地区 鈴木 修三郎

鈴木修三郎さんは昨年、早朝研修に皆勤されました。前々号に「皆勤の記事」をいただきましたが、さらに追加して記事をいただきましたので掲載いたします。

「毎朝決められた所へ5時に行く」という修行は簡単なようで、身に付くまでに年月がかかります。そのこと自体がすでに、苦難克服へ向かう道の始まりかもしれません。体が強靱になり、精神力が鍛えられます。難問に対処することが、結果はともかく、最善の策と考えます。

研修の開始が5時ですから、その少し前に座っていることが理想です。数日、数週間、数ヶ月と足の痛みにも慣れ、特別な事情のある日は別として会場到着時間を決めます。実はそこがポイントです。自分で時間を設定し、それを貫くとき、自分との約束を果たす一日のスタートが実を結ぶと考えられます。自分との約束を果たした瞬間が、心身ともに鍛錬の効果増幅の機会になっていると思います。

問題が大きければ大きいほど、精神力も体力も必要とします。余力があればこそ大きな問題に集中することが出来るのです。

社団法人 スコール家庭教育振興協会はこの7月に創立30周年を迎えました。

30年のスコール活動を記念して11月3日(祝)に東京・中野サンプラザにて「スコール30周年記念大会」を開催いたします。全国各地からのご参加を希望します。



マスターズメンバー北澤雅章氏  
埼玉ゴールドシアター公演で活躍

マスターズで朗読研修の指導を担当する北澤さんは、蜷川幸雄氏の主催するシルバー演劇集団に応募。合格採用され、今や埼玉ゴールドシアターの代表的俳優となっています。平均年齢71歳、42人の劇団の第4回公演が下記により開催されます。

日時：9月14日(火)～26日(日)

場所：彩の国さいたま芸術劇場 小ホール

チケット前売：7月10日開始

問合せ先：彩の国さいたま芸術劇場

0570-064-939

早朝研修への参加が3年続いたとき、次は1年に何人の早朝実践者を自分がお誘いできるか、目標を定めます。早朝実践にお誘いするとき言葉を選び、気を使います。つい言い過ぎて興奮し失敗するときもあります。滑り出しがうまくいってもおそろおそろ見守らねばならないときもあります。順調に行っているのに言葉のあやで数ヶ月続いた人がばったり参加しなくなることもあります。

しかし、苦渋をなめながら人との関わり方を身に付け、自分の愚かさや気付かぬまま生きていかねばならないのが人生です。その繰り返される人間模様を支えてくれるのが自分との約束を果たす早朝実践だと思えます。

人生大方のことは「人に勝つより自分に克つように」といいます。その一部始終を早朝実践は体験させてくれるのです。一朝の早朝実践だけを見て、その価値を見出せない人は多勢います。一枚のコピー用紙を見ているようなものなのでしょう。ところがそれが2千枚に積み重なった時どうでしょう。重たくて持てなくなります。

精神力とは、見えにくいために軽視しがちですが、誰にも訪れる難問の解決のベースとなるものは心身の逞しさなのです。一枚一枚積み重ねられるコピー用紙をイメージしてズシリと重くなるような人格を目指したいものです。

## 当面の行事予定

8月1日 「心身開発コース」(スコール会館3階)

8月22日「人生学コース」(スコール会館ホール)

9月5日 「心身開発コース」(スコール会館3階)

9月12日「人生学コース」(スコール会館ホール)

10月3日 「心身開発コース」(スコール会館3階)

10月17日「人生学コース」

(スコール会館ホール)

11月3日 「スコール30周年記念大会」

(中野サンプラザ)

真夏日、猛暑日・・・と毎日暑い日が続いています。皆様方におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。今号より、編集を担当させていただきます菊地と申します。見やすい誌面を心掛けてまいります。どうぞ、よろしく願いいたします。(菊地 啓)

編集：社団法人 スコール家庭教育振興協会  
スコール・マスターズ 広報委員会  
発行人：小俣富雄  
〒252-0206 相模原市中央区淵野辺4-37-17  
TEL：042-707-4500  
http://www.schole-masters.org

## スコール・マスターズ通信

第39号  
平成22年7月29日

## 平成22年度会員総会・宿泊研修 箱根に50名が集う

## 会員総会

新幹事に霜田(中央)細見(近畿)両氏



今年も箱根湯本ホテルにて6月12日・13日の一泊二日の日程で総会&宿泊研修が開催されました。

昨年の総会で代表幹事が三橋氏から小俣氏にバトンタッチされましたが、今年は永池会長から幹事会メンバーとして霜田千代松さん(中央)細見周造さん(近畿)の二人が新たに任命され紹介されました。平成22年度活動計画としては、

会員数は前年度末現在450名。今年度末は500名を目指す

「自己開発システム・ノート」の運用開始  
地区別「ミニ学習会」の推進

などが決議され、22年度予算案も全会一致で決裁承認されました。(マスターズの組織図を2頁に掲載しています)

研修：心身開発トレーニング  
心身をリフレッシュ

トレーニング前半は「リラクゼーション禅」。50名の男性が向き合い、小川本部長講師のもと調身・調息・調心を意識しながら座禅を組み、線香一本が消えるまでの静寂な時間を共有。その間本部長と小俣補佐役の打つ警策の音がピンとした場内の雰囲気を作りました。

後半は「ボイストレーニング」でした。特に普段大声を出す事がない初参加の男性にとって腹式呼吸による発声は非常に新鮮な印象でした。全体の皆さんの感想は「久しぶりにリフレッシュ、爽快な気分になれた」とのことでした。

懇親会：交流のひとつ  
大いに飲み語る

トレーニングでかいた汗を温泉で流した後は楽しい交流の場「懇親会」。菊地啓さん、白石英樹

さんの司会で、今年の新人4名が紹介され、石川和彦(神奈川)平井孝行(千葉)富永一史(多摩)中川和郎(多摩)の皆さんが元気な自己紹介をされました。今年は懇談の時間帯を多く取り入れた企画でしたので、いつになく皆さんは大いに飲み、会話が弾んだひとときとなりました。

早朝研修：演壇・講話・広間座談  
4名の演壇に感動と共感

今年は 小野功さん(近畿) 渡邊旬さん(長野) 渡部潔さん(城南) 白石英樹さん(町田相模)の4名が演壇に立ち、家族でのスコール学習、親子の絆づくり、仕事の悩みなどの話は、強い共感と感動を与える内容でした。広間座談では、数名の方が質問され、永池会長から指導を受けました。今号に渡邊さんと小野さんの演壇を掲載しました。

研修：分科会  
自己開発ツールを説明・評価

膨大な資料となった試作品「自己開発システム・ノート」を基に、男性にとっての自己啓発の必要性や、生き方の検証としての自分史作成の意義などを4グループに分かれた分科会で意見交換。熱心な討議結果を1班・平田保則さん(近畿)2班・細見周造さん(近畿)3班・近藤浩二さん(東海)4班・

長久保定夫さん(城西)の4名が報告をしました。



最後に永池会長は、箱根二日間の総括として、宿泊研修がマスターズの自立した企画で運営されていることを高く評価し、自己愛を深め生きるエネルギーを生む方法としての学習とその実践の大切さを訴えられました。

日常生活を離れた密度の濃い会員総会・宿泊研修は、成功裡のうちに無事閉講しました。



マスターズ宿泊研修 「早朝演壇」より

スコールと私

京滋ブロック 小野 功

早朝研修で精勤賞

スコールに入会させていただいてから、1年半が経ちました。22年前、妻がスコールと出会い7年間ほどお世話になっておりましたが、その時私は妻のスコール活動に反対していました。今から思うとなぜあんなに反対したんだろうと思います。反対の理由は、妻が騙されているのではないか？朝も昼も何処で何をしているのかわからず不安で仕方がなかったのだと思います。

私の入会のきっかけは、長女が幼い孫を連れて早朝研修に参加するのが大変なので、休みの日だけでも世話をしたいと頼まれ、軽い気持ちで始めました。典型的な夜型人間である私にとって、早起きはとてつらい事でしたが、可愛い孫の顔を見たい一心で続ける事が出来ました。帰宅時間が深夜になった時も妻が協力してくれ、昨年は精勤賞を頂く事が出来ました。早朝研修に参加するまでの私は、寝つきが悪く、仕事が上手い出来ない時等、眠れない事がよくありました。また、失敗をいつまでも引きずる方でした。しかし今では、寝つきも良く、よくよくなりました。スコールで学んでいるお陰であると感謝しています。



マスターズ研修での貴重な体験

昨年のマスターズ研修に参加する

までは、スコールに男の居場所はないと感じておりましたが、皆さんが真剣に学んでおられる姿に感動し、私もこのままではいけない、学ぶからには、真剣に学ぼうと思いました。

実践者研修で、永池会長より「チャレンジする事で、成長し続ける事が大事」とご指導頂き、消極的な私も滝行に参加をさせて頂きました。最初は頭が強烈に痛く、我慢大会のようでしたが、2回目、3回目と挑戦するうちに呼吸も安定し、快感へと変って行く貴重な体験をさせて頂きました。

兄達に自分を“合わせる”

さて、人生は合わさか合わせてもらうか、どちらかであるとご指導いただきます。出来る事なら、合わせられる自分になる

と昨年ある事にチャレンジしました。私の妻は、兄2人、姉1人の4人兄弟で、3人とも団塊の世代です。私は核家族で育ち、田舎の大家族の中で育った妻とは、たびたび意見の衝突がありました。春と秋の農繁期には、皆が集まり、田んぼの手伝いに参加します。正月、祭り、盆、

法事と皆が集まり、酒を交わすのが妻の家族の常です。今まで、育った環境の違いを、素直に受け入れる事が出来ませんでした。このままで良いはずがない、と思っていた時、妻の兄の定年退職慰労会の誘いを受け、夫婦で参加しました。前回もホテルに一泊の慰労会でしたが、私が嫌がるので、私達だけ日帰りの参加でした。スコールの、「共感の大切さ」と、「何事も学びと心得」の学びにより、今回は皆と共に一泊で参加することにしました。

一次会、二次会、三次会と遅くまでそれぞれの人生を語りながら、共に唄い、飲むことが出来ました。今までは、義理で付き合いをしているだけで、心を合わそうとはしませんでした。私が兄達に寄り添った程度、兄達も寄り添ってきてくれる事を肌で感じる事が出来、最後に兄から、10年後は「お前の慰労会を盛大にしてやるから楽しみにしておけよ」と温かい言葉も頂きました。

家族と共に真摯に学ぶ

スコールの学びのお陰で、2日間皆と共に

感出来た事に、大変感謝しております。学び始めた頃、娘から「あれだけ朝寝坊のお父さんが早朝研修に行くなんて、不思議で仕方ないわ。お父さんに出来るのなら、誰でも出来ると思うわ」とまで言われた私ですが、今では、妻、長男、長女の家族、次女の家族と大勢で学ばせて頂いている事に、大変感謝しております。

全てを学びと心得、その時その場に取り組める私になれるよう、家族皆で真摯に学ばせて頂きます。有難うございました。

マスターズ組織図

Table with 4 columns: 代表幹事, 幹事, 会計監事, and sub-headers for 幹事 (小侯富雄, 横田将良, 近藤 悠, 霧田千代松, 藤田和弘).

Table with 2 columns: 事務局 (事務局長: 金井 繁, 事務局員: 大島 尚, 渡部 潔) and 委員会・委員長 (企画推進: 金井 繁, 研 修: 大島 尚, 広 報: 藤田和弘).

Table with 4 columns: マスターズ地区割り・リーダー (地区名, リーダー, 地区名, リーダー) listing regions like 北関東, 中央, 北陸, 近畿 and their respective leaders.

生き方を振り返って

長野ブロック 渡邊 旬

父母と別れて信州へ

私は東京の板橋で男4人の次男として生まれました。26年ほど前に亡くなった父は国鉄の職員を定年まで勤め上げたとてもまじめで几帳面で子煩悩でしたが、人付き合いは苦手でした。母は裕福な家庭に育ちプライドが高く自分の考えを頑として曲げない性格でした。いつも父は酒を飲むと必ず母への不満を口にし、そのことで夫婦喧嘩の絶えない家庭でした。

そんな家庭がいやで高校を卒業するとすぐに群馬県にある会社へ就職し家を出ました。ほどなく高校時代の同級生から長野県の上田市でおじさんと会社を興すので一緒にやらないかと誘いがあり、上田へ住むことになりました。こちらでの生活が心地よく正月にもめったに家には帰らないで信州の生活を楽しんでいました。その後家内と知り合い初めて彼女の家へ遊びに行ったときにお母さんが心から喜んでくれ歓迎してくれました。私の母には感じたことがなかった大きな母性のようなものを感じて親子共々好きになり25歳で彼女と結婚しました。

長男の苦しみと悩み

2人の女の子と末っ子の男の子の3人の子供をもうけました。私の両親のことがあったので、子供の前で夫婦喧嘩だけはしないように気をつけましたが、会社勤めのときも35歳で自営で独立してから私は父と同じようにひたすら仕事に打ち込むだけで子育てのことは真剣に考えたことなどなく、家内に任せきりでした。特に男の子は私と同じように大きくなれば自分で勝手に生きていく道を見つけて歩いていくものだと思っていて疑いませんでしたので、長男が高校に入ってから苦しいことが起きて登校を渋っていても話をしっかり聞いてやることもせず「多少いやなことがあったくらいでなんだ、もっとちゃんとやれ」という気持ちでしか接することをしませんでした。

5年ほど前に長男夫婦と同居していた介護寸前の老いた私の母親を引き取りました。しかし母親の性格から家族が振り回され、それまでの生活とは一変してしまいました。間に立たされた私はどう対応してよいか判らず、また挫折から立ち直り新しい環境で心機一転大学受験を目指していた息子が、これを境にそのころから私と言葉を交わさなくなり、自分の部屋へこもってしまいました。

スコールとの出会い

息子とどう向き合っよいか精神的に行き詰っていた時にスコールとの出会いがあり家内と2人でスコールに入会することが出来ました。入会した時にお借りした永池会長の『子どもたちの危機』という本を読ませていただき子供に起きている様々な問題の根底に親



の生き方が深く関わっており根本的な家庭、親の生きる姿勢から改めなければいけないことを教えられ、この本で頭を殴られたような大変なショックを受けました。スコールから出版されている全ての書籍を購入して読ませていただき、自分の生き方を振り返って、親の家庭でのあり方が不満で家を出た自分が知らず知らずの間に家内や子供の心に鈍感な生き方をしていることを思い知らされました。

妻の変化に自身の心境も

家内は結婚当初は素直で私の後ろを黙ってついてきていましたが、いつのまにか私より一歩前、母を引き取ってからは三歩ぐらい前を歩いていたのが急に五歩ぐらい下がってしまいました。朝も「おはよう」から「おはようございます」と頭まで下げて挨拶をしてるのでとまどってしまいました。がその姿を見て自分が一家の主としてしっかりしなければと強く思うようになりました。その後、長野スクールの金子主幹からはマスターズで勉強する機会をいただき永池会長のカウンセリングを受けたことで「今の息子の苦しい思いがあるがままにすべて受けとめよう。とにかく息子を信じて待とう」と胎をきめました。胆をきめたそのときから不思議と不安な気持ちやいらいらも消えて家の中のピリピリした気配もいつのまにか消えていきました。

スコールに入会してからのことを振り返り家内と私の心境は激変しました。金子主幹のアドバイスから気持ちも固まり家内と相談して、母に納得してもらい完全介護施設併用の高齢者専用賃貸住宅に入所してもらいました。新築したばかりの設備の整ったきれいな施設は母の性格に合いプライドも保たれて満足しています。窓の外に千曲川の流れるきれいな景色を自分の部屋から眺められ、同年輩の同居者と茶飲み友達もでき、田舎暮らしにあこがれていた母は様子を見に行くたびに「よくこんな良いところを見つけてくれた。ありがとう」と感謝してくれています。

生かされて生きるいのちの営み

スコールに入会した当初は早朝研修での道標の「父母の恵みによりて生を享けたり」のところが唱和するたびに母のことを思い出し胸が痛くなりましたが、スコールで学んでいく課程で自分の生きてきた過去を振りかえり、母親に対する気持ちの整理をすることができました。そして『こころの添木』に書かれている「生かされて生きるいのちの営み、それが人間の生きる本質です。生かされているということは愛されていることであり祝福されているのだ、ともいえるのです。」のところを読んで自分をこの世に送り出してくれた両親に対し感謝することができるようになりました。スコールに出会えたことを振り返り、家内ともども支えていただいたことを思うと感謝の思いでいっぱいです。このご縁を大切に、これからも学びの道を歩き続けていきます。