内観ニュース
第26号
発行所
日本内観学会
〒565-0871
大阪府吹田市山田丘1－2
大阪大学人間科学部

「内観療法へ向かわせるものは何か
――人間学的考察の試み――」
村田忠良博士の教育講演を聴いて

第二十五回日本内観学会大会（太田耕平大会長）は、本年、五月十六～十八日、北海道大学学術交流会館にのべ千名を超える参加者を集めて盛会のなかで開催された。

大会最終日には教育講演が行なわれ、講師は、イタリアへの留学経験をもち、昭和四十五年には、彼国からメリット勲章の勲三等を授与された村田忠良博士であった。

「私には内観療法というものが不思議でならないのです」

村田博士は、講演のはじめをこう切り出した。その理由として、「なぜ、内因性精神病やアルコール依存症、あるいは思春期の挫折症候群とか生活態度異常といった精神科領域のさまざまな病態にまで内観療法が立ち向かえるのか不思議です」と素朴な疑問を率直に述べた後に、表題の講演に入って行った。

なるほど、身体拘束性が強く、修行的色彩を帯びた内観療法を自ら進んで受療する患者さんがいることに、さらには繰り返し幾度となく内観に誘う臨床現場を目撃し、驚き、不思議に思ったようなのであるが、それが機縁になって、今回の人間学的考察は生まれている。

「私の内観療法への知識は太田先生の著作と札幌太田病院で垣間見た内観臨床の場面に限られたものですが…」と、大家にしては、否、大家だからこそ率直に自身の内観療法への不案内を開示した上で、四十五年という精神科臨床医としての豊富な経験を背景にした思索（スペキュレイション）を語られた。

講演に先だって、村田博士が敬虔なクリスチャンであることは司会の長島正博先生によって紹介されたが、悩み多き青春時代を過ごし、一方で座禅にも通じ、書物を友として、十九歳のとき、迷いの渦中でゲーテのファウストに出合ったくだりは、村田人間学の萌芽が青春期にさかのぼって感じられた。

「人間は努力する限り迷うものだ」

ファウストのなかでその言葉に出合った村田青年は、心の底からこみ上げてくる痛快さを抑えることができなかった。

ところが、思索の青年は、そこにとどまることなく、「その後、しばらくは、なぜそうなのか考え続けておりました」という。

そして、導き出した結論はこうである。

すなわち、すべての「生」あるものは、ひたすら「死」へ向かい、形ある「有」は「無」へ突き進んでいる。ところが、「努力」とは「無」から「有」へ向かう、いわゆるベクトルでいえば逆方向である。その両者の逆ベクトルの重なりが「迷い」なのだ、と当時の青年哲学徒は一つの結論を得た心地であった。

その後、臨床精神科医としてのスタートを切った青年医師は、アルコール臨床に取り組むことになった。臨床の現場に携わったことは、ちょうど地に足が着いたときのような、思索に深まりと幅をもたらしたように思われる。

「私がアルコール依存症の患者さんやその家族から学んだことは大きかった」と述べつつ、「イタリアに留学した日本人は多いけど、彼国の患者さんを診察した日本人の医者は私がはじめてだったようですね」と語るとき、臨床医であることへのこだわりと誇りを感じさせた。その誇りは、昭和五十七年に東京で

開催されたシンポジウムに仏教学者の玉城康四郎氏をはじめ著名な学者と並んで出席したことを話題にしたときの、「私以外はみな一流大学の先生方でしたが、どういうわけか一介の臨床医である私がはいっていました」という言葉に最もよく表れている。

シンポジウムは一年前に依頼があり、「生命とは何か」というテーマが宿題として出され、一年がかりで準備して臨んだ。

「私は、人間の生命と動物のそれはどう違うのか、精神科臨床を通して学んだことを基に〝生命エネルギー仮説〟なるものを提示しました」というその仮説とは、以下のようである。

村田博士は、生命エネルギーには四つの側面があると言う。

①身体的生命エネルギー ②精神的生命エネルギー
③社会的生命エネルギー ④宗教的（霊的）生命エネルギー

たとえば、アルコール依存症の患者は、連続飲酒によって体を壊し、精神的にも滅入っていて、無断欠勤が続いたために職業生命まで危なくなっているとき、①②③が減衰している状態であり、その三つのエネルギーがゼロになった状態が「死」だという。そのとき、④の宗教的エネルギーは最高潮に達する。

そのあたりの説明は、講演時の語り口そのままを伝えた方が分かりやすく、味わいがあるのでそうしよう。

「不思議なことに、アルコール依存症から回復して断酒を続けている私の患者さんに〝何がきっかけで酒を止める気になりましたか？〟と訊いても大抵、〝わからない〟という答えが返ってきます。なかには、〝これ以上飲むと命が危ないと先生に言われたので止めました〟と言う人がいますが、それは嘘です。私は三年も前からそう言い続けていたのですが、止めなかったからです。

けれども、断酒会の仲間は、〝あの人はどん底に陥ったから断酒に踏み切った〟と言います。私は、三つの生命エネルギーが減衰し、限りなくゼロに近くなった状態がどん底なのだと思います。そのとき、霊的生命エネルギーが昂まって、いわゆる回心、コンバージョンですね、それを私は、生活座標軸の変換と呼んでいますが、人間性を取り戻すのだと思います」

そして、村田先生はこうも言う。

「断酒して人格が向上するのではなく、生活座標軸の変換があって、人格が向上するのです」と。

かつてイタリア留学の動機を訊かれて「ルネッサンスがなぜフィレンツェで起こったのか、知りたかった」ことを挙げたようであるが、ルネッサンスを語る口調は情熱を帯びてくる。

「ルネッサンスを文芸復興と訳す人がいるが、あれは大間違いですね。あれは、人間性の復権、あるいは再生ですよね」と言った後に、「アルコール依存症の患者さんは酒の奴隷です。その人たちが断酒をすることによって人間性の復権を勝ち取っている。だから、私は、断酒会を現代ルネッサンス人の集まり、とそう呼んでいるんです」この言葉には臨床家・村田医師の病める者への畏敬と限りない愛着を感じさせる。

体を病み、精神まで不安定になり、社会からも見離されてしまったアルコール依存症の患者さんたちが、内観療法によって回心し、再生した姿を見せたとき、村田先生は「彼らを内観療法へ向かわせるものは何か」と呟いたにちがいない。

講演の締めくくりは、内観療法へのエールであった。

「二十一世紀は再び精神性の時代になるだろう。でなければ、二十一世紀はありえない」と語ったフランスの哲学者・アンドレ・マールローの言葉を紹介した上で、「二十一世紀の科学は、心を前頭葉の働きとして解明してくれるかもしれないが、それはしかし、何か冷たく感じられる。何かもっとしっとりとした心の解明を、私は内観療法に期待したい」と述べて終わった。

講演を聴いたのは五月。すでに五ヶ月を過ぎたはずなのに、筆者の心の中では、いまなお村田博士の言葉が残響音のように鳴り続けている。それほど感動的な講演であった。

（文責・真栄城輝明）

【学会印象記】

第二十五回内観学会に参加して

東京国際大学大学院 臨床心理学研究科 平野 大己

第二十五回日本内観学会大会が、五月十六日から十八日までの間、緑豊かな北海道大学の学術交流会館で開催された。今回は、十一年ぶりの北海道での開催ということで、事務局である札幌太田病院を始め、関係者の方々のご尽力により大盛況の学会となった。特に、第二日目には、会場内の大小二つの講堂（収容合計五一八名）が、終日ほぼ満席に近い状況であったことから、内観法に対するますますの関心の高まりが伺われた。

今回の総合テーマは、「親子のしあわせのための内観」と題され、とりあげられたテーマは多岐にわたっていた。いじめ・不登校、家庭・学校教育、心身症・パニック・食行動異常、アルコールと薬物、精神分裂病などの問題に対する内観法の適用や、さまざまな講演および体験発表が行われ、あらゆる分野において内観法の適用に取り組まれている様子が伺われた。私は内観法は、人格や症状の改善に要する時間、コスト、効果の大きさなどの点で、最も優れた心理療法の一つであるということを今回あらためて感じた。しかし、竹元会長が「内観療法の普及状況」の中で提唱されていたように、今後医学会や心理臨床の分野に心理（精神）療法として普及率を高めていくためには、理論化は不可避の課題なのかもしれない。シンポジウムでは、認知行動療法の枠組みによる内観法解釈の紹介があり、私は参加できなかったものの、とても興味を惹かれた。個人的には、存在の本質への気づきによって意識の深層部分（価値観、世界観）が変容し、それとともにポジティブな認知が生じうるという可能性を考慮すると、内観法は認知行動療法を超えるものではないだろうか、という期待をもっている。

ところで、昨年九月に発行された文芸春秋の臨時増刊号「新幸福論―ほんとうの幸せとは？」に、生命科学者の柳澤桂子さんが、「苦しみの極みの歓喜」というテーマの中で、ご自身の闘病体験から「病が重くて、まったくベッドから起きられなくなり、水しか飲めなくなってしまったとき、私はそれまで私に関わってくださったたくさんの人々に感謝した。暖かい柔らかい布団に寝ていられることに感謝した。与えられていない事柄に不満を持つのではなく、与えられているものに感謝するのが、幸せをつかむ唯一の方法であると思う。どんな人にも、生きている限り、一つや二つの幸せはあるであろう。」と述べておられる。私はこの部分を読んだとき、柳田鶴声先生がおっしゃった「愛情の落穂拾い」を連想した。つまり、幸福になるための〝コツ〟は、過去や現在のネガティブな事柄に不満を持つのではなく、これまでに与えられた、そして今与えられていることに喜びを見出すことにあり、この意味において、内観法は我々が幸福に暮らしていくための〝コツ〟を伝授してくれるものではないかと感じたのである。今回学会に参加して、このことを改めて認識したとともに、〝自己を見つめなおすこと〟は、我々心理臨床家にとっても、常に自分たちに求められている重要かつ不可欠な課題であることを身につまされて感じた次第である。そのせいだろうか、大阪大学の三木教授が講演の中で述べられた、「効果があがっても自分ひとりの手柄としないこと、あがらなくても絶望しないこと」が、とても心に染みるのである。

プログラム最後の特別講演は、青山学院大学の石井光教授による「ドイツの内観」であった。日本では欧米から輸入した心理療法が普及している現在、その流れとは逆に、日本の風土で生まれた内観法が、精神分析を産んだオーストリアやドイツに受け入れられ普及しつつあることは、歴史的なロマンを感じさせるものであった。内観法は、文化の違いを超えた普遍性を有しているのではないだろうかと思われた。

【内観研究】

大学における集中内観

札幌国際大学　鈴木　義也

二〇〇二年に札幌で開催された第二五回日本内観学会大会において、筆者は石井光先生と共同発表させていただいた。詳細は抄録集に譲るとして、発表をしての所感を述べたい。

今回は大学において学生相談室主催で集中内観の合宿を行った。このプロジェクトの意義としては、まず、大学という場において組織的に集中内観が行われたことがあげられる。大学や教育機関はもとより、ある特定の集団に対して集中内観の参加を募ることは、学会等のワークショップや入院治療を除いてあまり見られなかったように思われる。集中内観を集団プログラムとしての観点から施行する可能性を模索し、原法としての型はそのままに、集団に対して集中内観を適用した。内観は集団に対しても施行が可能であるといえるのではないだろうか。今後、学校や会社などを対象に学生や社員がまとめて集中内観に参加できるようなプログラムを充実させていくことが望まれる。

このプロジェクトのもう一つの特徴は学生相談室の主催であるということである。学生相談はややもすると、学校の中で深刻な問題や病理ばかりを扱う所というイメージで捉えられがちであるが、学生生活の些細な日常事や勉学から人格的な成長まで、その守備範囲は案外広いものである。今回の集中内観の参加者は、参加に至る経緯においても、参加者自体の心理的健康水準においても、大きく二分化していた。つまり、大学の講義で内観に触れて、内観自体に関心を示して参加してきた動機付けが高くて心理的健康度の高い集団と、学生相談室で継続してカウンセリングを受けていて何らかの自己改善目標を持っていて、その達成手段としてカウンセラーからの勧めで集中内観に参加した比較的心理健康度の低い集団である。あえて言うなら「成長のための内観」群と「治療のための内観」群の二つが存在していたと言える。もちろん、治療も広い意味での成長であるが、ここでは狭い意味での治療目標があるかどうかという観点から二分している。そして、両者を比較して、後者の内観の進行度が前者と比較すると遅いことが見受けられた。

さて、ここからが問題であるが、心理的健康さのある人とそうでない水準にある人では、どちらが内観が進みやすいのかという疑問が浮かんでくる。条件も異なり、両者の心理的スタート地点も異なるのだから両者を単純比較はできないが、今回を見る限り前者に対しての集中内観の方がよりやりやすいという感じを受けた。この点に関して皆様からのご鞭撻を請う次第である。ただ学生相談室主催であるので「病気治し」に効果的な内観というイメージより「人格的成長」に効果的な内観というイメージを大切にしていきたいところである。そういう意味で、今回の集中内観は、学生相談の一つの治療技法として内観を用いたというよりも、大学教育の一環として内観を用いた、もしくは、内観を大学教育に取り入れたということに力点が置かれている。「病気治し」だけに目的を絞らず、幸せになることや青年期を生きることや内観することそのものに目的を設定し、内観が本来持っている広さや深さに触れることができることも大学教育にとって有益なのではないだろうか。特に、内観によって今までの人生を再認識することは学生が人生を深めていく良い機会となったことが内観後に書いてもらった感想からもうかがえる。

内観という宝を多くの人に味わってもらうためにも、成長目的の内観プログラムを多方面で展開していく一試行として今回の集中内観プロジェクトがあったように思われる。

【ワークショップ印象記】

総合テーマ「援助者側の資質の向上」

奈良内観研修所　臨床心理士　三木　潤子

十月五日、少し早歩きをすると、汗ばむ陽気であった。白金台内観研修所の大きな玄関の脇に丸い蚊取り線香が吊り下げられていた。それを見て、大都会の真中の洒落た建物の前で、どこかなつかしさとホッとするものを感じた。玄関の扉を開けると、四人の女性がずらりと並んで「こんにちは」と笑顔で出迎えて下さった。青山学院大学の学生さん達が受付けや参加者のお世話をしてくださっていた。

村瀬嘉代子先生の講演

石井光先生の『内観への招待』の講演の後、堀井茂男先生の司会で介護者、弁護士、教育者、臨床心理士、医師の立場から、『援助者としての体験的効用』を語った。中でも臨床心理士の久田満先生は「内観後は、自分がやってやるのだ、という態度がなくなって自然に力を入れなくて済んでいる」。先生の話は会場に和みと笑いをもたらし、同じ心理士としてエールを送っている自分がいた。

夕方六時から夜十時まで内観実習があり、三七名の方が自分を見つめる有意義な時間を過ごされた。

翌日九時から本山陽一先生の司会で「内観Q&A」のセッションがあり、参加者からの三十余の質問に三名の回答者が要領よく、簡潔に答えていた。

その後『心理臨床における内観療法の意義と課題』と題して村瀬嘉代子先生の講演があった。先生の講演には心理臨床において、面接者として、内観するものとして、人間として大切と思われる事柄が、ちりばめられていた。『吉本先生の前に吉本先生なく、吉本先生の後に吉本先生はおいでにならない』『臨床というのは矛盾したことを、いかに自分の中でバランスを取りながらやっていくのか』『何気ない日々の暮らし、日々の生活が安定せずして、その上に理屈や自分を振り返るということはない』『事業家として成功された吉本先生が自分の資産を投げ打たれた。そういうことが出来ない私達が「内観してよかった」と思っていただけるようにするにはどうしたらよいのか』『内観研修所では、建物が贅沢でなくても、彩り、味付けなどいろいろ配慮された食事など全体が安定して、「しっかり自分を見つめてください」ということをメッセージにされていることが内観の意味である』『内側から湧くように、面接する側はどういう自分として介在したらいいのか、ということがこれからの課題』など。

さらに村瀬先生は、これは忘れてくださいとおっしゃったが、私も常々思っていることなので、忘れずに書いておきます。『日常のさりげないやり取りの中のある場面を、くっきりと取り出して意味付けして体系化したものが、それぞれの心理療法だと私は思う』『現実に人と相対して起きていることは、相手がこちらを選んでいらっしゃるかどうかで成り立っている。根本は選ばれる自分かどうか、ということを抜きにして心に関わる資格というのが、本当の意味で成り立つか』『面接者と内観をしている人との関係という観点から考えると、これほどその人の主体性や自尊心が大事にされる方法は他にはないのではないか』『内観における生活の保障ということを意味付けし、守っていくことで、たくさんある心理療法の中で他のものと違う内観は残る』『内観は自分の事実を見つめて、上質の帰納法のプロセスで自分を発見していく。しかもそれを自分が

やったと思えるところが大切』『内観の面接者が何を感じ考えながら数分間そこにおられるのか。それは相手にどのような意味を及ぼすのかということは、あまり議論されなかった』『しかし、第二、第三世代が内観の本当の特質を受け継いで発展させ広めていく時には、そこを考えないと、自分も経験したから面接をするということだけで、本当にいいのかどうか、それが課題である』私達への厳しい大きな問いかけでした。

【各地だより】

「信州内観懇話会」の発足

信州大学医学部精神医学教室　巽　信夫

信州は、もともと内観とは縁の深いところである。故吉本伊信師が、はじめて内観研修を実践されたのが信州（大町市）であり、師自身、〝内観のふるさとは信州である〟と述べておられた。

その後、信州大学教育学部の故竹内硬教授を中心に、昭和三十九年頃から、教育界で内観へのとりくみが活発に重ねられ、やがて、昭和五十九年、松本市での第七回日本内観学会大会開催へとつながってゆく。

ただその後の約十五年、組織的な活動は影をひそめ、個々に地道なとりくみが継続されてはいたものの、表だった動きはいわば休火山のような様相を呈してきた。

しかし、この数年来、不思議なめぐり合わせにより、内観をめぐる活動が再始動し、ひいては、「信州内観懇話会」の発足という新たな展開をみるに至った。

そこでこの機会に、そのいきさつを報告しつつ、信州での近況を紹介してみたい。

まず、新たな歩みの発端となったのは、平成十一年九月、当地における第二回内観医学会の開催である。この時期に前後して、信州大学精神医学教室の原田謙、高橋徹といった若手医師や臨床心理士が、五～六名、集中内観を体験し、内観への関心が広がりはじめる。そして、このような動きと軌を一にするかの如く、中野節子氏が郷里飯田市に〝信州内観研修所〟を開設されている。松本市と近距離での研修所実現は、内観への更なる関心を醸成する上で、有形無形に貢献していただくものでもあった。なお、この頃、内観に強い関心を寄せつつも、一時信州をはなれていた精神科医、喜多等氏が、信州にもどってきたのも予期せぬことであった。

一方、長野市の教育学部でも、あらたに筒井健雄教授が、自らも集中内観を体験され、独自に内観療法の実践、研究に意欲的にとりくんでこられてきた。

このように、様々な偶然の動きが重なり、内観活動への気運が高まるなか、平成十二年、長野市での第十二回内観ワークショップ開催へとつながってゆく。この集いは、とりわけ県内臨床心理士界や教育界に新たな波紋を投げかける機会ともなった。

更に、翌平成十三年一月には、信州大学病院で、石井光氏（青山学院大学教授）による〝医療の場における心の癒し〟という講演会が催された。この企画は、心の医療の必要性が求められ出している大学病院で、病院長、看護部長をはじめ、職員全体に内観療法の存在とその意義を知っていただく上で、きわめてタイムリーであった。

そして、ひきつづき、平成十三年六月、第二十四回日本内観学会大会を、第十四回心医連学術大会との併催形式で、松本市において御世話させていただくことになる。

その準備は、数年をかけ継続的に培われてきた諸内観活動を通じてのネットワークを背景に、多くの方々の積極的な御協力により、まさに手づくりで進められた。

その際、奇しくも心の世紀の幕明けというめぐり合わせとも重なったため、新しい時代に拓かれた刷新の集いとしていただくことを念じ、「学際性」と「国際性」をその基本指針とさせていただいた。

幸い、終了後、多くの参加者から、身に余る御賛辞をいただき、一同準備の疲れも癒される思いであった。

さらに、この大会後、間もなく臨床心理士、宮崎忠男（長野市　上松病院）の著書「内観法と吉本伊信」（近代文芸社刊）が発刊され、そこで、信州における内観普及の歴史をつぶさに紹介していただけることにもなった。

なお、この大会を契機に、長野県厚生連安曇総合病院精神科で、橋本章子氏（臨床心理士）、南方英夫氏（看護師）を中心に、院内内観を積極的に導入されるようになったことも、申し添えておきたい。

以上のような潮流のなかで、信州内観懇話会が、おのずと発足する運びとなったのである。

初回は、平成十三年師走、信州各地から十余名が参加され、信州大学病院で開催された。当日のプログラムの骨子は、次の通りである。

○相談室紹介　伊藤圭介（長野市〝心の灯〟所長）
○事例報告　立花良之（信州大学精神科）
○事例報告　中野節子（信州内観研修所長）
　　喜多　等（国立小諸療養所）
○講演「古い科学から新しい科学へ」―実と虚、道徳性の問題―　筒井健雄（長野県臨床心理士会会長）

その夜の懇親会では、くつろいだ雰囲気に包まれつつ、老若男女が一堂に会し、世代をこえ、立場をこえて心のおもむくままに語りあかし、ふだんうかがえないような〝秘話〟や〝目から鱗のおちるような話し〟に花が咲き、時のたつのも忘れるひとときであった。

以上が、信州内観懇話会発足の経緯とそのあらましである。筆者自身、この間、導かれるかの如く、多くの方々にめぐりあい、触発され、更には促されつつ、今後の内観にむけての道筋を示唆していただいた思いである。

さいごに、人間の普遍的な癒しの法としての内観が、「学際性」及び「国際性」の観点からあらためて照射され、ますますの展開、普及してゆくことを願い、〝内観のふるさと〟信州からの発信の言葉としたい。

第一回国際内観療法学会・第六回日本内観医学会のご案内

【日　時】平成15年10月10日（金）～12日（日）
【会　場】米子コンベンションセンター鳥取県米子市末広町74
　　（JR山陰本線米子駅下車徒歩3分）
【主　催】日本内観医学会
【大会長】川原隆造（鳥取大学医学部附属病院精神科・心療内科教授）
【事務局】第一回国際内観療法学会・第六回日本内観医学会
　事務局
　〒683―8504　鳥取県米子市西町36―1
　鳥取大学医学部附属病院心理療法室
　TEL0859―34―8355
　FAX0859―34―8097
【大会テーマ】東洋の智恵を世界へ（仮）

プログラム委員会では魅力的な学会に致したいと努力しておりますので、日本内観学会の皆様の積極的なご参加をお願い致します。

第26回日本内観学会大会のご案内

第26回日本内観学会大会は、下記の要領で開催予定です。
四国で初めての内観学会です。内観・内観療法の基本に帰って、研鑽、討議し、親睦も深めたいと思います。皆様のご参加（演題発表も初夏の四国路・瀬戸内海観光も兼ねた参加も）をお待ちしています。

第26回日本内観学会大会

テーマ：内観の原点にかえる

大会長：香川医科大学精神医学講座教授　洲脇　寛

会　期：平成15年5月15日（木）～16日（金）（14日夕に事例検討会）

場　所：香川県民会館（中ホール：主会場）

事務局：香川医科大学精神科（渡辺岳海 医局長）

〒761-0793　香川県木田郡三木町池戸1750-1

Tel.087－891－2167　Fax.087－891－2168　E-mail：psy@kms.ac.jp

〈主なプログラム（予定）〉

1.特別講演　村瀬嘉代子（大正大学カウンセリング研究所所長）

2.パネルディスカッション「内観法と内観療法の原点を探る」
司会：巽　信夫（信州大学）
洲脇　寛（香川医科大学）
パネリスト：長島　正博（北陸内観研修所）
長山　恵一（法政大学）
真栄城輝明（内観研修所）
洲脇　寛（香川医科大学）

3.シンポジウム

1）シンポジウムⅠ「精神医療における内観」
司会：横山　茂生（川崎医療福祉大学）
シンポジスト：貫名　秀（鳥取大学）
高口　憲章（みさき病院）
吉本　博昭（富山市民病院）
指定討論：青木　省三（川崎医科大学）

2）シンポジウムⅡ「内観の精神を現代に生かすために」
司会：本山　陽一（白金台内観研修所）
シンポジスト：池上　吉彦（多布施内観研修所）
石井　光（青山学院大学）
井原　彰一（聖ドミニコ修道院・キリスト教神父）
木村　慧心（米子内観研修所）

広報編集委員
石井　光（青山学院大学）
木村秀子（米子内観研修所）
真栄城輝明（内観研修所）

原稿の送り先
〒639-1133
奈良県大和郡山市高田口町九－二　内観研修所
TEL（〇七四三）五二－二五七九
FAX（〇七四三）五四－一三七六
E-mail naikan3@nifty.com

編集後記

この内観ニュースは内観学会員全員に郵送されます。これをお読みになって、学会やワークショップに参加してみようと思って下さる方が増えれば嬉しいなと思っています。初対面の方とも気軽に話ができるのが内観の集りの良い所です。参加するだけでも価値があります。是非おいで下さい。　Ⓚ