

内観ニュース

第28号

発行所

日本内観学会

〒657-0015

神戸市灘区篠原伯母野山町
神戸松崗女子学院大学心理学科
三木研究室 ☎078-882-8764

「内観倫理シンポジウム」の講演

神谷信行弁護士の「内観における倫理」を聴いて

堀井茂男（慈恵病院）

第二十七回日本内観学会の前日、平成十六年五月二十一日に学会員の話し合いとして、内観倫理シンポジウムが開かれました。倫理問題については、ここ数年連続して話し合いの機会を持ち続けていますが、本学会の倫理・資格検討委員会の方から、これまでの経過と、今回内観の指導や教育に関わる方たちに、倫理に関わる問題のアンケート調査をさせて戴いた結果の報告をしました。そして、内観者の守秘義務、内観指導者―内観者の関係性の問題（性的問題を含む）、内観中の事故（中断、病気など）、内観者の不平・不満、内観指導者の問題、指導者の資格・資質の問題の六グループに分かれてグループワークを行い、活発な論議が行われました。最近の問題としては、インターネットを介した守秘義務の問題や強制的な内観の問題などがクローズアップされており、特に後者の件では、今回の学会総会において、強制的な内観（療法）は本来の内観（療法）ではないという声明が出されたのは皆さんもご存知のとおりです。

さて、グループワークの時間が充分でない面はありましたが、続いて神谷信行弁護士から、「内観における倫理」についてお話をうかがいました。氏は第一東京弁護士会に所属、少年

犯罪の付添人活動をしてこられ、平成十一年

NHKのE TV特集「NHKチャイルドライン」

に出演、子供を支えるメンタルサポート・ネットワークや自立援助ホームに関わってきておられる弁護士です。

神谷弁護士は自身が関わってこられた少年事件から話を始め、弁護をしていく弁護士の立場に

ついて説明され、倫理問題の重要さとともに、それ以前の基本的な人間的な心の問題に言及されていきました。ここではできませんが、少しでも神谷弁護士の心がお伝えできれば、と思います。

倫理問題そのものについては、守秘義務の問題、内観指導者の資格認定の必要性などについて話されましたが、私が一番興味を持ってお聞きしたのは、神谷弁護士がいくつもの少年事件に関わってこられた話の中でその体験から、弁護をする際にもこころの配慮が大切であると話されたことです。

氏の弁説された事件の代表的なものの中に「東京の女子高校生コンクリート詰め事件」があります。女子高生を四十二日間監禁し、ドラム缶に詰めて捨ててしまった事件です。そのとき、氏はこう考えていたそうです。「……どうしてこの事件がおこってしまったのか、それを徹底的に解明して次の事件の抑止にすること、少年が自分の犯した罪について向きあい、自分の行為の重大性を実感することです。この「罪の実感」を実現せずに、単に加害者を死刑にするだけで果たして問題は解決するのかというのを、常に心に置いて弁護していました」そして、この少年は弁護士との関わりの中で重い事実を告白できるようになり、周囲に支えられながら公判を迎えることとなりました。

丁度その頃、名古屋アベック殺し事件の十九歳の少年に対し死刑判決が下されました。その報道にショックを受け、「自分も死刑になるのではないかと考え、ガタガタに震える字で「死刑は恐くてたまらない……」と書いてきました。この十八歳の少年に神谷弁護士は、「君が書いてきた『生きて、生きて、生きて、生きて』というのは亡くなった被害者がそう思っていたことだ。「いのち」はかけがえのないものだ、被害者もそう思っていたことをよく考えて欲しい」という返事を書きました。こうした「死と直面」するギリギリの局面をへて、初めて「修復的司法」が可能になるのだというのです。さらに神谷弁護士は言います。「マニュアル的に被害者のことを考えさせたり、被害者と対面させたりしても、悔悟はその場限りの「恐怖悔悟」（怒られるから反省する）という他律的反省であって、心深くに定着しません。「修復的司法」ということは、本人に付き添う私の全人格をかけなくてはできないことです。これは言葉で言えば簡単なようですが、たいへんな覚悟だと思えます。氏は、判決後七年以上経過していますが、年一回彼に会いに行っているそうです。

そして、「神戸小学生連続殺傷事件」にも触れ、資料として用意されていた「審判決定要旨」を参考に、井垣判事の審判をこう述べ

ました。判事は、「この少年は『学んで変わる』ことができる、『一対一の人間関係』を持てる少年になってくれる」と判断しました。それにはいろいろな意見があります。が、大切なのは、判事はこの決定を出しつばなしにはしていないで、一年に一回、ちゃんとこの少年に会うていることです」と。

犯した罪に向きあうこと、罪を裁きながらこの重大さにきちんとして目を向けていくようにすることを「修復的司法」というのですが、この視点の大切さについて、神谷弁護士は、灰谷健次郎の「せんせいけらいになれ」（灰谷健次郎著、理論社）の中の「チュウインガム一つ」（村井安子ちゃん）も引用しています。チュウインガム一個盗んだ自分を反省する大切さとその思いに共感して一緒に悩み、反省することの難しさ、大切さについての話です。詳細については参考資料を参照していただきたいと思えます。(3)

神谷弁護士は、自分が自分自身やったことに向き合っていく、直面化していくことが大切だけれども、その際に犯罪者の自殺念慮、自殺衝動に気をつけなくてはいいけないとも言います。加賀乙彦の死刑執行された人の残した言葉の本、千葉大女子事件の犯人が自殺をした例を挙げて、「犯罪者はかなりのパーセント自殺願望を持っている、しかし、死にたいと思うのは自分とさちんと向き合っていない、死ぬのは逃げた、生きて償わなくては罪をかぶることにほならない」と明確に主張されます。この背景にはたいへん深い氏の宗教的な素養がおありのようなのですが、内観（療法）についても触れられ、この「修復的司法」を行うのに、内観（療法）が有用で、実際に内観的に少年（コンクリート事件）と関わるることによってこの重要な場面を乗り越えてきたというお話でした。

神谷弁護士の講演をお聞きしての感想的な話になりましたが、先生の話は感動的で、たいへん人間的で、私たちの内観（療法）の基本についても考えさせられるものでした。できればまたお話をお伺いする機会を持ちたいと思います。なお、この報告に際して、神谷弁護士著書の参考資料にさせて頂いたことを申し添え、神谷弁護士を紹介して下さった村瀬嘉代子先生に感謝したいと思います。

参考資料

- (1) 神谷信行著「少年事件の臨床」、明石書店
- (2) 神谷信行著「犯した罪に向き合うこと—少年事件の臨床(2)—」、明石書店
- (3) 村瀬嘉代子「青木省三編「すべてをこころの糧に」(神谷信行弁護士)の「犯した罪に向き合うこと」収載」、金剛出版

第二七回日本内観学会講演

「道は目的ではない」



積 与光 II ヨゼフ・ハルテル

(エッチャーランド内観研修所)

・ 専光山懺悔念仏堂)

私自身内観面接者ですから、内観面接者というのはたいがい変わった人だということを知っています。これは事実です。内観の面接のようなくことを主たる仕事にする人が普通なはずはありません。例えば学校を卒業する時に「私は内観面接者になりたい」という人はいません。職業として選ぶようなものではないのです。内観面接者というのは内観から生まれるのです。

私は一九九三年と一九九六年に吉本キヌ子先生をお訪ねしました。そのときキヌ子先生は「あなたはヨーロッパの橋口勇信さんですね」と言ってくれました。

内観のことが話題になるとき、よく吉本伊信先生のことを話されますが、研修所の奥様は研修所にとって大切な存在です。

内観研修所の多くは、奥様がいらっしやなければ存在しなかったでしょう。もちろん私の研修所もそうです。キヌ子夫人は多くの方々の為に料理を作ってくださいました。ですから人々は内観をすることができました。おいしいお食事をいただき、よい内観をすることができたのです。

さて面接者のことです。面接者というのは内観から生まれるものであって、議論から生まれるものではないと思えます。

内観に来られる人は、どんな動機で来られても、すなわち病気の治療のために来られても、知的な好奇心から来られても、自己実現のために来られても、あるいは悟りを求めて来られても、皆、今自分のいるところからさらに内観を深めることができるのです。

精神的(スピリチュアル)なものを求めて内観をする人もセラピーとして内観をする人を尊重することが大事でしょう。また、内観療法を行う人も内観の精神的な面を尊重せねばならないと思えます。「よりよい内観」というものはありません。「内観」があるだけです。内観が内観として存在するならばそれは自動的に精神的ですし、同時に療法的効果があるでしょう。内観自身が癒すのであってセラピー

ストが癒すわけではありません。

私は内観の発展途上国に住んでいます。そして、日本で内観がどのようなにおこなわれているかに注目しています。

私が大事だと思うのは、それは日本でも大事だと思のですが、お互いが他の立場を尊重することが大切ではないかと思うのです。ですからお互いの立場から批判し合ったり、争ったりするのはよくないことだと思えます。

私のセンターには三つの違った動機から人々がやってきます。一つは自己体験や病気の治療のため、一つは私の主催する指圧のコースから、もう一つは悟りを得るためにです。しかし、どの動機でやって来ても、皆、伝統的内観からはじめるのです。内観のそれぞれの立場から、他の立場への批判というのがあり得ることは存じております。しかし私がそのような批判を心の中に持つていたら、三つ同時にやっているわけですから、三重人格になってしまいます。ですから、今ここで私がお話しできることは、色々な道があるけれども本質的には全部同じで、本当の目的は人を助けることにあるということです。自分のエゴで内観を実施していくということではありません。

さて、内観面接者の資質向上についてお話ししましょう。ただ私は内観の途上国から来た人間として自分の考えを述べるだけです。私が内観をしたのは、精神的に病気があって、依存症で犯罪者だったからです。現在も自分が精神的に健康かどうか私にはわかりません。でも私は十一年間内観の面接をしております。私は家内に内観の場に出会いました。そして後に結婚いたしました。家内は私の内観の面接者でした。それはセラピストの視点からみると奇妙に見えるでしょう。しかしそうやって私の内観研修所はできあがり、すでに千人以上が内観をしています。そして多くの方が人間関係のもつれを解決していききました。ですから私が内観面接者として本当に内観の為に内観の面接をしているならば、私が精神的に病気がどうかということとは、そんなに大きな問題ではありません。

人前でうまく話せる人が委員会を作って色々ディスカッションをするとうい内観面接者が生まれると人々は信じがちです。しかし、それは非常にバカげたことです。私達はワクを作って、その中で内観を深め、もし何か問題があったら、その中で話し合うという、そういうワクを作ることができるだけなのです。

ここにおられる内観面接者の方で、人間的な問題とか家族の問題とか、そういうことが全くない人がいたら、どうぞ立ち上がってください。

（誰も立ち上がらない）。私達は、そういう問題をかかえているにもかかわらず内観の面接をしているのです。よく、内観面接者が、例えば、これ以上内観の面接をしてはいけないとか、どれだけ内観の体験をしなければ面接をしてはいけないとかいうことが話されます。しかし、私自身が精神的な問題があったような時でも内観者の皆さんはよい内観をされました。ですから、自分自身が問題を持っているような内観面接者のもとでは内観できないというのは恥ずかしいことです。

例えば、誰かが倫理綱領に反したとして、もう内観面接をしてはいけないと言えるのは吉本先生だけです。でも吉本先生は内観面接を続けなさいと言われました。吉本先生にどうして反対することができましたか？吉本先生はただ「内観を続けなさい、続けなさい」と言いました。ですから、そのことに矛盾することをするのは悪いことだと思います。

人とうまく話ができるということがよい面接者であるということにはなりません。人々とよく話せなくてもよい面接者であり得ます。内観面接者にとつては心の発達が重要であって、コミュニケーション能力は内観面接者としての必要条件ではありません。

よいセラピストだからといって、よい面接者であるとは限りません。よい面接者は、普通、よいセラピストでありたいとは思わないでしょう。大切なことは、「内観とは何か」ということが明確にされていないといけないということです。セラピーとしての内観が内観であって精神性を求める内観は内観ではないとか、あるいはその逆とか、そういうことを言うのは正しくないと思います。

吉本先生は内観を、悟りを得て悟りに生きる道として作り上げました。内観面接者は自分が十分に内観をしているかどうかを自らに問わねばならないと思います。内観の面接をさせていただくようになつて、私は以前よりも内観をするようになりました。少なくとも年一回は内観をしています。

心理療法では、セラピストはスーパービジョンを受けるのが普通です。内観面接者の場合は定期的に内観をすることが普通にならなくてはならないでしょう。内観面接者としての資質の向上は内観を通してのみ可能なのです。

内観は道で目的は悟りです。目的に達しなければその道を行つたのは無駄だったということになります。なぜならば道は目的ではないからです。

〔内観研究〕

内観療法とQOL

塚崎 稔 (三和中央病院)

第二七回日本内観学会神戸大会において、表記の演題で発表させていただく機会を得ましたことを大変嬉しく思っております。世界保健機関(WHO)は近年、医療・保健・福祉の分野においてクオリティ・オブ・ライフ(QOL)の重要性をアピールしています。私が大病院時代に学んでいた医局はWHOの協力センターに指定されており、当時私もその方面の研究ばかり行っておりましたので、QOL研究については関心を持っていました。

WHOによるQOL研究は一九八〇年代から行われてきていますが、本格的なプロジェクトは、世界十五カ国の共同研究として一九九〇年から開始されました。その背景には医療技術の発展に伴い、癌患者の精神的ケアや全人的ケアの必要性が叫ばれるようになったことがあります。それまでは治療者は西洋医学一辺倒の、治療法の効果や症状の除去、延命に技術を費やすことだけに関心が集まり、患者さんの人間としての尊厳や幸福感とか満足感という包括的なとらえ方についてはあまり考えてこなかったという医療者側の反省がまず第一にあげられます。また、この時期にWHOは非物質的なものやスピリチュアルなもの(霊性や宗教性、個人的信念)が健康の保持増進やQOLの向上に重要な役割を有するかどうかを討議するために、これらの概念構造に関する国際調査研究を開始しました。これらの研究プロジェクトによって信頼性、妥当性のある包括的QOL評価法が可能となり、現在さまざまな疾患、治療法に対してのQOLの評価が始まっています。

私は自分の病院で内観療法を実践するようになってから、患者さんの内観療法後の生活態度を見て、日本で生まれた内観療法は患者さんのQOL向上にとって優れた治療法であると確信するようになってきました。内観は東洋的思想に立った心身両面からの包

括的人間観を私たちに教えてくれます。

今回、内観学会で発表させていただいた内容は、アルコール依存症の患者さんを対象としてQOLという健康概念を通して、内観療法前後の彼らの主観的な安寧について調査をしたものです。その結果は1.患者さんは内観を体験することによって健常者と同程度のQOLになり、内観を体験していない患者さんよりもQOLが高くなっていたことから、内観療法は患者さんのQOL向上に寄与していたことが示唆されました。特に身体面、心理面、社会関係、環境面において内観体験群は内観療法前と比較しQOLが高い結果であり、内観療法はこれらの面においてもQOLの向上に寄与していると考えられました。2.内観の深さは身体的QOL及び心理的QOLの向上と関連がありました。内観の心理過程に伴ってまず身体的満足と心理的満足が内観者に強く感じられることが示唆されました。3.内観療法はアルコール依存症者のQOL向上にとって優れた治療法であり、アルコール依存症に対する治療計画として内観療法の選択が重要であると考えられました。

私たちは患者さんに行う治療はなるべく短期間で副作用が少なくQOLを高くする治療方法を選択しなければなりません。その点からも内観療法はこれからの医療に大きな貢献をするものではないでしょうか。これからは従来のテクノロジーを駆使した西洋医学の流れとは異なる新しい医療への考え方が私たちに求められてきていると思います。しかし、内観療法は何も病氣治しの道具ではありません。健康な人たちに對しても心の病氣の予防的な作用も持ち合わせていると思います。今後は一般健常者に対する内観によるQOLの変化を調査していく予定です。

(本文は、第二七回日本内観学会大会にて一般演題として発表後、日本内観医学会の研究誌(内観医学第六巻)に投稿し、採用された論文の抜粋です。詳細は上記の研究誌を参照下さい。)

〔海外だより〕

内観のセッション

李 大云（韓国カトリック出版社）

「内観」とは何か？集中内観を体験したからと言って、内観の全てを理解しつくすのはむづかしい。しかし、一週間の内観体験での感想を述べるとするならば「内観」とは文字通りに自分の心の内側を観ることだといえるでしょう。

この世のことから離れ、神さまの前で自身の過去を告白するとき、先ず、自身を顧りみる姿勢と全くおなじではないかと（私がカトリックの信者でもあること）おもわれます。

私に内観を導いてくれた方々

午後五時頃外には夏のあらしが急にものすごく降っていました。四方が真っ暗らで陰鬱でした。傘もなく、どうして家に帰るのかと一人言をいっていました。どういうわけか心が憂鬱になり孤独が襲ってきた。私はいま何をしているのか？何をすればいいのか？はたして、私は何なのか？年も多くなるし、なん年の後は定年退職もしなければならぬし、このような生活でおわるのか？それよりも私は神さまに、この世でなにをしようと言ったらよいのか、このような雑念に落ち込みたまらないほどつらくなりました。いつも親しく会うてくれる許嬢 神父（カトリックアルコール司牧センター）の所へ面談にいきました。許嬢 神父はいつも同じようにあなたかく私の話を聞いてくれたあと、私に一冊の内観案内書を手渡ししてくれました。

内容は、日本の「瞑想の森内観研修所」の紹介と内観の体験談（洪裕碩氏の翻訳）でした。

そこで、気付いたのが、自分がいままでは人生の先だけをみながら走ってきたようで、内観によって、自分の過去を一度顧りみ、今後はどう生きていけばよいのか、また、価値のある生き方とは何なのか？事実、このような事に対して、いままで深く考えたことが一度もありません。また、一日二十四時間中、化粧室に座わっている時間の外にはなにかを考えてみる時間も別になかったようです。

自分も一度内観をしてみよう、そう思いながらも内観体験の申

請をする前に、内観研修所を一度訪問し、見学してみたいと思いをした。

それで、会社に一週間の休暇をとり、日本産業カウンセリング協会の研究大会に参加した後、大阪のカトリック内観瞑想の家と奈良の大和内観研修所を訪問し、内観の体験が、はたして自分の一生にどのような変化が期待できるのか、まず、心の準備をしておきたかったのです。勿論、朴理鎬（カトリック大学教授）と洪裕碩（大真大学教授）二人の同行と案内をお願いしての訪問でした。

カウンセリング研究大会の翌日の午前中、最初にカトリック内観瞑想の家（マリア修道院）で、藤原神父を訪問することにしました。

藤原神父は私達が訪問するとの連絡を受けていたので、わざわざ近くの売布駅まで迎えにきて下さいました。また、藤原神父のとて謙虚な姿勢におどろき縮まりました。藤原神父は大阪教区所属の司祭で教会の司牧と、神学校の指導神父を歴任したあと、約10年前から内観研修の担当司祭として各地域（主に修道院を内観の修練所に利用）の聖職者、修道者、および、平信徒の内観研修を指導していました。修道院内の内観研修室を案内すると共に内観研修時の面接の実施もしていただきました。

高さ約一米程の和紙で作られた屏風の内でした。藤原神父は面接前後に屏風の外で正座の姿勢で日本語がよくわからない私にしても、その雰囲気がとても厳肅であることをしみじみと感じられました。特に平信徒の前に正座しておじきするとは、信者の一人として此の世に生まれて初めての光景なので私が受けたおどろきと衝撃は大きいものでありました。

私の内観体験

まず、私の内観研修の動機ですが、私は今まで何をしてきたのか？いまは何をしているのか？また、これから何をすればよいのか？そして、自分は何を探し求めているかについて知りたかったからです。勿論内観の動機については私の生い立ちがなによりも不可欠なことです。私の家庭環境は曾祖父時代から熱心なカトリック信者の家系でした。それで、私も幼児洗礼をうけましたし、小学校三年のときに霊聖体もうけました。そのあと、母の勧めで中学、高校もカトリック系統で、大学も神学校に入学し、卒業後、神父になるのが目的で勉

強しました。しかし、神学校の卒業直前に思いもつかない突然の事故で神学校を退学させられたのです。その衝撃と私を追い出した教会に対する反発で、アメリカに留学し神学の勉強を続けましたが、結局結婚をして今は、妻と二人の子供をもうけているので、これも神さまのおかげではないかとおもいます。けれども、神学生時代の事と神父になれなかった当時の心の傷はまだまだにうずいていて、その心の傷の治癒ができればと思ったのが内観研修の動機でした。

内観研修手続

二〇〇二年七月七日(日)内観研修の為、ソウルの仁川空港から大阪の関西空港を経由、空港からJR線で奈良に到着したのは、私を含め一行4名でした。その中の一人は、高等学校の校長を退職後、今は養老院を経営している方で、もう一人は個人事業の自営者で、また一行の日本語の通訳として随行した金相文氏(内観に関心が高くソウル家庭法院の調停委員の経歴)でした。

奈良の大和内観研修所に着いたときは、私達のことをきいて、わざわざいらした、青山学院大学の石井光教授に「あいさつをかわしました。石井教授は法学部の教授なのに内観の著書も多い有名な方でもあります。

まず、研修申請書には、住所、姓名、年齢、健康状態、食事の準備の為の参考事項と又研修を受けることになった動機、内観の紹介者を書く欄があり、内観に入る前に、家族、会社の同僚親友など自分に影響をあたえたと思える人達を列挙しました。

内観研修中の感想

指定された屏風のなかには静坐するにはせまい空間でした。四方が屏風でかこまれて、外部とは完全に遮断されます。それは、自分を深く観る事に専念するためだとおもいます。ただ天井をみることでできないので、一分もたたないに窮屈がまんできないうほどになりました。一週間をどうして耐えられるのが心配でした。自分を知らずに、精神病者になるのではないかと、はたして期待するほどの効果があるのか、又、宗教を持たない面接者からの影響で自分の信仰心も喪失するのではないかと、はじめはいろいろな雑念と、身体の苦痛と不便が増してきました。

目を閉じて内観に集中しようと努力しました。今までは目を開けているのは、なにかを観るためでした。すくなくとも、一日の十六時間は外観をしていたのです。ここでは、反対に十六時間の内観をすることになりました。今までの私の判断はおもに外観によつてでした。他人があのような行動をするなら私もそのように行動をし、相手方の欠点や短所を批判しながら、自分の行動はいつも正当化していました。内観では静かに、自分の過去をふりかえることになりました。一、二日すぎたころからは、心が落ち着きはじめて、なにかが見えるようになりました。せまいところだと思つていた屏風の中が、今は海のように広く、心ゆくまで水泳ができるような気持ちになつていました。

また、この中には、私の生涯があり、父母があり、妻があり、子供があり、今まで共に暮らしてきた人達があり、うれしいこと、悲しいこと愛と憎しみは勿論ですが平和と不安もありました。

(訳・洪裕碩)

(印象記)

第二七回日本内観学会大会についての感想

羽鳥 裕明 (真言宗智山派浄蓮院住職)

今回の大会のテーマは「面接者の資質向上」ということでしたが、正直言つて最初にこのテーマを聞いた時は多少違和感を感じました。何故なら私は、最初このテーマを「面接者の倫理を問う」というように解釈してしまつたのです。そして私は大会一日目の夕方までそれが誤解であることに気づきませんでした。

学会員は当然内観経験者でしようし、内観をして自分を見つめているはずの面接者に対して倫理を問うこと自体が理解できなかつたのです。もちろん、なぜ倫理を問いたいのかは理解できます。内観を紹介する立場の人からすれば安心して任せられる面接者を紹介したいでしょうし、いい加減な面接をする一部の者の為には当然の誤解されてしまう心配もあるでしょう。これは一般的には当然のことかと思いますが、内観学会においてこれが問題となることに違和感があったのです。つまり、誰が誰に対して倫理を問うているのか

が分からなかったですし、いわゆるこれは「内観」ではないと感じたのです。吉本伊信先生は一度しか集中内観を経験していない者が内観を広めることに對して、どのようなリスクがあるのか位のごことは十分ご承知だったことでしょう。そしてその上で内観経験者を100%信じ、内観の生みの親としてそのリスクを全て背負う覚悟があったのではないのでしょうか。それはあたかも親である吉本先生が、子供である私達を100%信じてくれているように感じます。しかしそれに対してその子供達が、自分の兄弟姉妹を100%信じていないか、お互いが疑心暗鬼になってしまっていたり、他者を批判したり、排除しようとしているのではないかとさえ思ってしまったのです。親は万一子供が不始末を犯してしまった時、その責任を全て負う覚悟で子供を産んだのに、そうして産んでいただくことができた子供同士が信頼関係を築けないというのは、親にとつてどんなに辛いことだろうかというところで考えていました。そんな時聴いたヨゼフさんの講演は、集中内観直後ということもあり大変な迫力で共感する所が沢山ありましたし、まるで自分の気持ちを代弁してくれているかのようにさえ感じたのです。

しかし、その後のシンポジウムの時間に私は自分の愚かさを嫌というほど思い知らされました。それまでの自分は他者ばかりをみており外観をしていたということに気づいたのです。その時の私は身の震える思いでした。いいえ、実際に私の手は震え、その震えは全身に広がっていました。私は、吉本先生だったらこう考えるだろうという自分流の解釈・正論というフィルターを通して周りを観ていたのです。そしてその対象は自分を含めた「面接者」という大きな枠であり、更に言えば他者に対して面接者としての資質を問うている自分がありました。その私の姿は、内観者に対して「あなたのは内観になっていない」と言い放っている面接者のようであり身が震えたのです。面接の場面では、このように思うことは決してないにも拘わらず、日常生活の中で同じ学会員に対して私はそれがまったく出来ていませんでした。なぜ私が自分自身の問題としてだけで捉えられなかったのかといえはまさに内観が出来ていなかったからであります。そのことに気づき改めて周りを見渡してみると、そこには素晴らしい学会員の方々の姿があったのです。時間を費やし皆の前で発表するということはそれなりのリスクを伴いますが、自分のリスクよりも今後の内観の発展の為に情報を共有しようとする発表者や、その情報を

元にして内観の発展に繋げようと全国から集まった人達や、大会を成功させようと準備や運営をしてくださった人達など、立場は違っても様々な形で内観に関わり内観を世に広めようと活動されている人達を観る目を持つことが出来ました。もしこれが内観学会の大会でなければ日常内観の出来ていない自分に気がつくことがなかったかもしれません。内観学会大会は、それぞれ立場の異なる人達が内観の発展の為に集まる大変貴重な場であり、そこに存在する全てに価値があり不必要なものなどないのだと改めて感じます。

今、抄録集を見直しているのですが、前夜祭のシンポジウムIで時間が短く十分な討論が出来なかったのは残念でしたが、面接者としての自分を素直に客観的に分析した発表や病院という環境の中での内観の発表や重い精神病理を持つ人の具体的内観風景が感じ取れる発表、そして内観の誤解への積極的対応や集中内観前後の具体的変化の発表等々、その全てが内観を世に広めようとしている素晴らしい人達の発表でありました。

大会終了後、私は帰りの夜行バスの中で面接者について色々と考えてみました。私は僧侶ですので私には仏様という面接者がいらっしやいます。もちろん肉眼で仏様を見ようとした時は仏様となるのですが、仏像のお顔は大変表情が豊かでして一瞬一瞬表情が変わり一時として同じ表情をされる場合がございます。もちろん仏像の表情が物理的に変化している訳ではなくて、私の心の変化が仏像の表情を変化させるのですが、この仏像を前にして内観をいたしますと、物理的に言葉が発することも、姿勢を変えすることも、表情を変えすることも、感情を持つこともないにも拘わらず、私にとつてはとても怖い面接者であったり、逆にとても優しい面接者であったりするのであります。

そう考えると面接者によって自分の内観が左右されるとしたらそれこそ内観になっていない、内観をしていないということになるのではないかと感じました。自分を振り返り、軟弱な内観者としての自分が恥ずかしく思え、どこまでも自分自身を観るといふ内観の奥深さを、揺れるバスの中で改めて感じる事ができました。ヨゼフさんの講演の中で「内観から内観面接者は生れる」というお話がありました。また、その通りで、内観はどこまでいっても内観をしているその人自身のものであると痛感いたしました。

第16回内観療法ワークショップ

テーマ 心理臨床・精神医療における内観療法の有効性

日 時 平成16年11月6日(土)～7日(日) 主 催 日本内観学会
 会 場 鹿児島県市町村自治会館(鹿児島県庁前) 大会長 竹元隆洋(指宿竹元病院院長・
 〒890-0064 鹿児島市鴨池新町7-4 日本内観学会会長)
 TEL 099-206-1010

11月6日(土)

12:00 受付

12:50 開始

	入門コース<401号室>	専門コース<403号室>
13:00	座長:真栄城輝明 (奈良・大和内観研修所) 「内観療法入門」 講師:三木善彦 (神戸松蔭女子学院大学教授)	座長:笹野友寿 (第一福祉大学教授) 「内観療法の有効性」 講師:巽 信夫 (信州大学精神科助教授)
14:00	座長:本山陽一 (東京・白金台内観研修所) 「内観への招待」 講師:石井 光(青山学院大学教授)	座長:吉本博昭 (富山市民病院) 「絵画と内観療法」 講師:草野 亮(北陸メンタルヘルス研究所)

15:10 内観実習<大広間>

希望者は事前に申し込みを
してください。

担当:指宿竹元病院
内観指導者

18:00

休憩

18:30 懇親会<403号室>

20:40 ナイトセッション「内観とは何か」自由な質疑応答Q&A <402号室>

座 長:三木善彦 (神戸松蔭女子学院大学) 吉本博昭 (富山市民病院)
 回答者:石井 光 (青山学院大学) 笹野友寿 (第一福祉大学) 本山陽一 (東京・白金台内観研修所)

11月7日(日)

8:30 受付

講演<401号室>

9:00 座長:巽 信夫(信州大学精神科助教授)
「内観療法の治療機制」 講師:川原隆造(鳥取大学精神科教授)10:10 座長:堀井茂男(岡山・慈圭病院)
「全人的認知行動療法としての内観療法」 講師:竹元隆洋(指宿竹元病院)

11:20 体験発表

12:30 閉会

第28回 日本内観学会大会

～一般演題募集～

会 期 平成17年5月20日(金)～22日(日) 主 催 日本内観学会
 会 場 鹿児島県医師会館 大会長 竹元隆洋(指宿竹元病院)
 (鹿児島市中央町8-1) 演題申し込み期限 平成16年11月30日

第16回内観療法ワークショップ及び第28回日本内観学会大会
 事務局は 指宿竹元病院 〒891-0304 鹿児島県指宿市東方7531
 TEL 0993-23-2311 FAX 0993-23-2518
 E-mail sein@po.synapse.ne.jp

広報編集委員

真 木 石
 栄 村 井
 城 輝 秀
 輝 明 子 光
 明 (大和内観研修所) (米子内観研修所) (青山学院大学)

原稿の送り先

〒 6 3 9 - 1 1 3 3 奈良県大和郡山市高田口町九一二 大和内観研修所
 T E L (〇七四三) 五二二五七九 F A X (〇七四三) 五四一三三七六
 E-mail naikan3@nifty.com