内観ニュース
第18号
発行所
日本内観学会
〒565
大阪府吹田市山田丘1－2
大阪大学人間科学部
教育心理学研究室

柳田邦男氏の講演
「医の倫理と現在」を聴いて

大正大学 勝田 麻津子

大正大学に於いて五月二十六～二十八日に開催された第十八回日本内観学会にて、ジャーナリストである柳田邦男氏より「医の倫理と現在」と題しての特別講演を頂くことができた。現代社会で議論となっているインフォームド・コンセントのあり方、尊厳死の理解という大きな問題を取り上げながら、事実に基づきつつ、患者・家族の視点、人間としてという深い視点からとらえられての講演内容であった。概要を以下のとおりご報告したい。

まず、厚生省の中央審査委員としてわが国ではじめての遺伝子治療の実施にあたっての検討をした経験の中から、治療の展開およびその後の医療のあり方に影響のある問題として「倫理の問題」――具体的な治療の安全性や副作用の説明、同時にどのように患者・家族に説明し、そのことが患者・家族に理解され、納得された上で治療が進められるか――があり、実例をあげながら患者や家族の視点がおざなりになっている日本の現状に言及。

そのことから、今までの医学の常識として考えられてきた「患者・家族に対してそこまで詳細に話さなくても…書面化しなくても…」という現在の医療を根本的に変革していかねばならない過渡期にあるのが日本の倫理審査の現状である。かけがえのない個人の人生ということを考え、治療を受けることに同意するか否かを医者が共に悩み考えていくことが、医療界に反映するようなインフォームド・コンセントの基本的な考え方として必要である。そして、それを広げるためには、どういうことが医療界なり一般国民の関心・理解にとって必要かということを考えながら、現在、自らが様々な関連委員会の委員として取り組んでいるという具体的内容について述べられた。

その中で、インフォームド・コンセントという言葉だけが先走りするのではなく、患者家族の立場に立って、新しい科学技術が進歩する今後の医療の中にあって、医者・患者関係を新しく作り、「理解の上に立った良い医療というものが進んで行くにはどうすればよいか」という展望が広がるような形で、この問題を捉えなければならないのではないかと提言された。

次に、「尊厳死・安楽死」の理解についても、どういう条件なら尊厳死として認められるのかという発想ではなく、医者・患者・家族関係の展開の結果として出てくるものではないかと問題提起。人間にとってどういう死に方が尊厳死なのかということはきわめて個別的な問題である。欧米にみられる例は、医者は患者の人生観なり、生活などを知りつくした上で、しかも死なぬように繰り返し話し、最後にどうしてもこれは無理だという段階で安楽死に同意するというプロセスを取っている。その十数年におよぶコミュニケーションの深さと積み重ねが大切といえよう。

さらに日本における例をとおして、医学的に正しい判断であるかどうかということだけではなく、そこに人間が生きて行く固有の人生があるという事実を考慮にいれることが重要であるという実例――大学卒業前にあと二～三年しか生きる望みがないという不治の病におかされた学生が、博士論文を書く事で自

分の人生を完成させようとした。その後クリスチャンになった彼は、最後と思われるイースターの参加を強く希望したが、病気併発の恐れの強いことから医者の外出許可が出なかった。そこに大学院進学に際しても、またこの時にも「彼の人生をまとめる」という視点から援助された医者の存在があった。その医者の援助の結果、念願のイースターに参加できた彼は以後顔が別人のように輝き、それから一年生き抜いて博士論文を書き上げることができた――を説明された。そして、患者という一人の人、あるいは家族を込みにした人々がどういう歩みをしていて、そこに技術や知識や経験を持っているプロフェッショナルの医者がかかわって、その患者の人生をより良くするためには何が提供できるのかという視点から考えると、全く違った答えが出るはずであると。その全体が尊厳死ではないかと述べられた。

最後に、どのような問題にしても、条件をいくつか並べることではなく、患者や家族の人生というものを見て、その前で悩み考えていくことに本質がある。それが科学技術の進歩が著しい時代の、もう一つの新しいなすべきことではないかとして講演を結ばれた。

講演を拝聴して、内容はテーマのとおり医療に関する事柄ではあるが、人と関わる仕事をしている一人として、根本において共通する本質的な姿勢を学んだ思いであった。

特別講演に先立って紹介される柳田氏

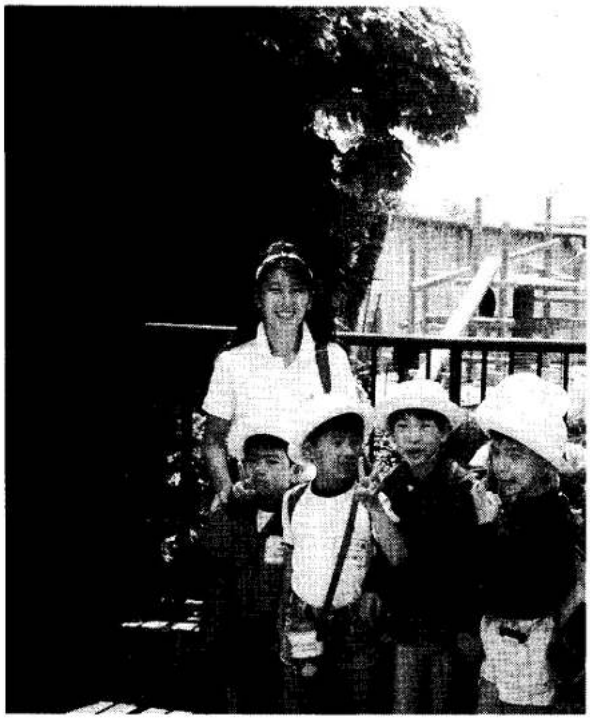
【教育現場からの実践報告】

集中内観と子供たちとの日常内観

晃華学園小学校教諭 村上 彰美

この夏、二年ぶりに十回目の集中内観をさせていただいた。思えば十三年前のちょうど同じ頃、生まれて初めて屏風の中に座っていたんだなあと、時の流れの早さを感じる。『よし、やるぞ！』と、屏風の中に腰を下ろすとやる気だけは湧いてくるのだが、そこに至るまでは正直なところ腰が重い。しかし今回はもう何とかしなくちゃいけないと追い込まれるような思いがあった。

いよいよ今年三十才を迎えたが、振り返れば二十代はひた走りにただ突っ走ってきたようなものであった。二年前に結婚もし、最もやりがいがあると言われている高学年の担任も経験さ


クラスの子どもたちと共に

せてもらった。この二年間は特に充実過ぎるほどに充実していた。限られた時間の中で仕事と家事と遊びをギュウギュウにつめてこなす事に快感さえ感じていた。しかし、それがいかに自分の心の軌道からはずれていってしまっていたか、この八日間で痛いほど思い知らされた。

何回座っても、取ったと思っていた心のもやを払いのけるかのようだった。〝そうだった……〟と何度ため息をついたことか。

どこの研修所を訪れても必ず私のためにかけて下さるテープがある。同職種の三十六才の女性のテープだ。自分の内観ではなかなか涙がこぼれないのに、『お、またかかったな』と懐かしさ半分で聞いていたのが、しだいに涙が止まらなくなってしまった。穴があったら入りたい…。まるで自分の代弁しているかのようだった。気づかぬうちに、私がやらなければ…私が何とかしなければ。挙句の果てには『私がやってやっている』と思いこんでいた。そしてそんな自分の心のクセがついには自分の体をも傷めつけていた。卒業生を送り出しホッとしたのも束の間進学期早々に体調を崩してしまった。「働き過ぎ」「共働きの宿命」などと冗談めかして笑っていたがとんでもない。病人に追い込んでいったのは、仕事でも主人でもなく正にこの私の心のクセだったのである。不思議である。三日目ぐらいから、足先のしびれが取れ、指先までポカポカとしてきた。

本題からそれてしまった。こんな劣等生の私であるが、何とか日常内観を続けていけるようにとクラスの子供たちを巻き込んでホームルームの時間に細々とであるが取り組んでみた。二年生、五・六年生との比較を今回の学会では発表させていただいた。集団の中で「自分を振り返る」という作業は、少し集中内観とは性質が異なってしまうようにも思うが、児童の中には大きな気づきを得た者も多くいた。シンポジウムでは、集団の中でオープンに発表し合っていくことのプラス面をいろいろとご指導いただいた。ぜひそれを生かしながら二学期からも進めていきたいと思う。

〈小学生におけるH・R内観の実際〉

一、目的

これまで小二、小六を担任した際にH・R（ホームルーム）の時間を利用して分散内観を実施してきた。学生による方法や効果の相違、また反省などを紹介し、効果的なH・R方法を検討していきたい。

二、方法

小学校二年生児童　43名　週二～三回　10分～15分
小学校六年生児童　41名　週一～二回　10分～15分

＊二年生には二～三分間黙想をして静かに思い起こし、その後全体で発表する形をとった。

六年生には記録内観の方法をとり、実施の前半は発表させたが後半は記録内観だけとした。

二年　昨日のできごとを振り返らせた。お手伝いを進んでしたことなどを積極的に発表し合えた。

六年　昨日のできごとを振り返らせた。一年づつさかのぼっていったが短時間では難しかった。女子の方が進んで取り組む傾向があった。

三、経過

① 二年生　内観導入前と後にエゴグラムテストを実施してみると内観前に比べ、心のバランスがより理想的に変化・成長しているということがわかった。また、子供たちにも落ち着きが見られるようになった。

＊詳細は「小学生におけるH・R内観の効用」を参考

参照されたい。

② 六年生　時間に追われてしまい、あまりコンスタントに実施できなかったことが第一の反省点であるが、それでも真剣に取り組んでいた児童の中には深い内観をする子供が出てきた。限られた時間のため、断片的にしか思い出せない児童もいたが、母親・友達に対して調べていくなかで客観的に自分を見つめるという心の作業が習慣づけられていったようである。

四、気づいた点

実施方法について

・学年とその発達段階に応じて方法を変えた方がより効果的であるということがわかった。また年齢が上がるにつれ、形式的になってしまう面もあるので、導入における意識づけの大切さを痛感した。

・H・Rの短い時間のなかでは一日前を思い出すのが精いっぱいのようであった。前日のことを振り返ると、感情的になってしまうこともあり十分に深めていくことが難しかった。

集中内観の一、二日目を繰り返しているような手ごたえしか感じられず、効果的な方法がないものかと悩んだ。（六年）

・クラスの中で『内観しよう』という言葉はしだいに生活の一部となっていった。学級経営においてやはり大切に感じた。

五、反省点

二年　・「迷惑をかけたこと」では生活の断片的なことで終わってしまう児童が多かったように思う。どこまで気持ちの上で「ああ悪かったなあ…」と感じていたかは疑問点でもある

・「お返ししたこと」は主にお手伝いであったが、発表させた分周りに刺激されて、たくさんお手伝いをすることに精を出す児童が多かった。

六年　・子供たちは頭では理解できている分、いかにそれを心で感じさせるかがうまくできなかったように思う。思春期にさしかかり、特に中学受験を控えた男子には内観を受け入れる心の余裕を持たせる難しさを痛感した。

・最初は二年の時と同様、発表させていたが恥ずかしさも出てくる年齢であるため、途中から記録内観に切り替えた。（ほかの先生からのアドバイスも多くあった）

【国際内観会議に参加して】

三年後に再びこの感激を!!

北陸内観研修所　長島　正博

九月五日、ウィーンの会議場を後にバスで新世界内観研修所へ向う。地名が新世界というそうで、日本生まれの内観が西洋という新しい世界へ伝えられたことを象徴するに相応しい田園地帯にある。ゆったりとした敷地に二棟の建物があり、いくらでも増設可能だ。ただ私も昨年、新築してローンを抱える身であり、リッター所長のご苦労が偲ばれる。

グラーツ経由で北イタリアのブリュネック泊。深夜にもかかわらずレインボー協会のフェルダー事務局長が迎えて下さる。

九月六日、日中は南チロルの観光。平和の像の前で全員で内

観。夕方からレインボー協会の内観体験者の方々に郷土料理店で熱烈歓迎を受ける。宴後、レインボー協会を訪問。日本のカルチャーセンターのようなものだが公的援助も受け、環境問題にも取り組んでいる。この協会が中心になって三年後、南チロルで国際内観学会開催の話が進められており、期待したい。

ここでの話で驚いたのは、こちらでは精神病院は廃止され、障害児も健常児と一緒に教育を受けているとのこと。

即興ダンスも飛び出す

九月七日、ブレンネロ峠を越えてスイスのルッツェルン泊。途中、遊覧船の旅。ここからは石井先生の学生だった田中順子さんが添乗員として参加して下さる。ＪＴＢのプロ。会社に無理言って休暇を取り、駆けつけて下さった由。感謝。

スイス内観者との集いでも、皆すぐに旧知のように打ち解ける。言葉が通じなくても内観者同士というだけで、こんなにも心が通じ合うものか。（写真参考）

九月八日、フランスのストラスブールで昼食。ドイツに入ってハイデルベルクへ寄り、ハイブロン泊。ホテルの近くでちょうど収穫祭があり出かける。ここの内観者に、私が初めて禅の手ほどきを受けた故ラサール神父のお弟子さんがおられ、縁の不思議を感ず。ヨーロッパの内観者は禅をやっておられるせいか、内観に対する理解がとても深い。仏教が発祥の地インドで滅びたように、内観も日本から無くなる日が来てもヨーロッパで発展して行くであろう。

九月九日、ロマンチック街道のローテンブルクを経てミュンヘン泊。ホフグロイハウスで1ℓジョッキーでビールを飲みながら内観の集い。三木先生の手品、ついにチップを獲得す。

九月十日、ノイシュバンシュタイン城を見てザルツブルグ泊。古城での夕食とコンサート。時間が無くて全員正装できず。

九月十一日、午前中、ツアーを代表して山田真弓さんの通訳で六名がディック先生のザルツブルグ内観研修所を訪問。先生のお母さんの手作りケーキを腹一杯ご馳走になる。次に全員合流後、エーレンホフ麻薬リハビリセンターへ。ここはキリスト教の社会事業として行われ、そのゆとりある施設にツアーの医療関係者から羨望の声。社会復帰した人の三分の一が再発。現在は内観者はディック先生の研修所へ依託しているとのこと。

最後に訪れたのが、ヨーロッパの集中内観の発展の端緒となったシャイプス仏教センター。禅堂で内観してから夕食をご馳走になる。禅の作法に則り、身の引き締まる思い。

ウィーンのホテルに着いたのが夜十時過ぎ。解散パーティーで全員が一言づつ感想。皆さん、石井先生とリッター先生のかゆい所に手の届くようなご配慮に感謝感激。

九月十二日、ウィーン空港でリッター先生の見送りを受けて機上へ。眠りに眠って、十三日全員無事帰国。このツアーを蔭で支えて下さった石井先生夫人に深謝。

【海外特別寄稿】

留学医師の内観体験記

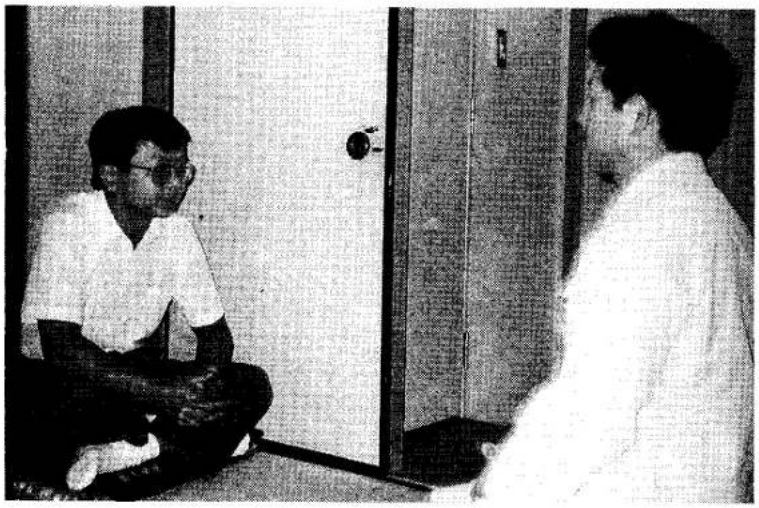
上海第二医科大学精神医学教室
張　海　音

私は中国上海第二医科大学精神医学教室から日本の浜松医科大学精神神経医学教室に留学しております。精神科医として、非常に心理療法に興味があって特に日本独特の心理療法である森田療法と内観療法を勉強したいと思っております。日本に来る前は、一九八九年の頃、王祖承教授の総説によって、はじめて内観療法を知りました。その後、真栄城輝明先生は上海にお出でくださいまして、すばらしいご講演をなさいました。この度、「せっかく日本に来ているのですから内観を体験してみませんか」ということで、八月二十一～二十三日まで真栄城先生のご好意で内観を体験させていただきました。

静かな内観室に入って、まず日記の形で自分の母親に対して小さい頃から調べました。調べているうちに、集中力がだんだん強くなってきました。半日ぐらいの記録内観（生い立ち）をして時間の都合で、さっそく屏風の中で内観を始めることになりました。内観をさせていただく前に、畳の上でうまく座れるかどうかとずいぶん心配していましたが、意外におちつきました。小さい頃の事を少しづつ思い出してきましたが、勿論母親に対してしてかえしたことはなくてすべてしてもらったことと迷惑をかけたことです。一日目は過ぎましたが、何か心の変化が起きたというよりも、ちょっと驚いたことに自分の過去のことが、思いのほかいきいきと浮かべることができたことです。二日目は頭がちょっと混乱してきていました。あまりにも多くのことが同時に頭に写し出されていて、一つに集中できなくて拡散しましたが、スピーカーに流された吉本先生のご講話やいろいろな内観者の感想を聞いて、なんとか頑張ってきました。今回時間の都合で内観は二泊三日で終りましたが、ほんとうにたいへんいい体験になりました。

ふだんは、自分の過去に対して反省する暇はあまりないですが、あるとしても瞬間的なものです。なにかのきっかけで自分の人格を変えたい、あるいは、成熟させたいという意欲があって内観を受けることになるわけなんです。一週間から、二週間位、静かな内観室で自分の過去をきちんと反省するという内観はきっと自分のこれからの仕事に役立つだろうと思います。

去年、上海市精神衛生中心では、王祖承教授の指導のもとで、四人の人間関係障碍を伴う精神障碍患者に対して内観を導入しました。なかなかいい効果が出たそうです。私は中国に帰って日本で体験した経験を生かして、ぜひ内観療法も試みてみたいと考えています。



内観体験中の筆者

最後に真栄城先生はもとより、ひがし春日井病院の大崎修院長先生や食事などのお世話をいただいた看護スタッフの方々に感謝申し上げます。

【学会印象記】

第十八回日本内観学会に参加して

農林水産省　松田　泉

今回の内観学会の参加で私の内観学会参加は四回目になります。いつも参加する度に、新たな発見があり、内観に対する理解が深まってゆくように思います。

私の活動の主な学会は植物病理学会で、その他の関連学会として、日本癌学会、日本獣医学会、日本農薬学会などの会員でした。これらの学会にはあまりみられない特徴がこの内観学会にはいくつかあることに気づきましたので、それについて記してみたいと思います。

まず始めに、大正大学の巣鴨校舎の門をくぐると大正大学の学生の暖かい笑顔に迎えられ、内観中面接者からおじぎをされた時、自分が大切にされていると感じたように、幸せな気持ちになりました。このとき、あの学生さんはたぶん内観をなさった方に違いないと思いました。受付では、多くの方に親切に案内され、心がなごみました。

学会は多くの場合、自分の業績を認めてもらうこと、他の研究者のデーターを評価することが目的であり、研究者同士しのぎを削る舞台であることから、参加者は研究者に限られ、参加者の出身大学、経歴、地位などによって評価が異なったり、注目される研究をしている人はスターのような雰囲気であったりして、緊張感が漂っていることが多いものです。

しかし、内観学会では、参加者のひとりひとりが等しく価値あるものとして大切にされ、和やかな雰囲気であり、心理学者、精神科医、内観研修所の先生、学校の先生など内観が自分の職業と関係のある人ばかりでなく、内観に興味がある人、内観をした人なども参加しています。発表の中で、精神科の先生、心理学の先生が職務上内観を体験したところ、ひとごとではなく自分自身のために大きな体験となったと話されているのが印象的でした。

「内観を内と外から考える」というシンポジウムがありましたが、内観を体験しているか、そうでないか発表者の雰囲気ですぐわかり、内観が発表、発言にも影響していることがわかりました。また、内観が深いか、浅いかはその発言でわかってしまいますが、深い、浅いという表現も他の学問分野ではあまり聞かない表現で興味深くうかがいました。

私が特に印象に残った講演、発表として、柳田邦男氏の特別講演「医の倫理の現在」のなかで、人間の尊厳を守るためには、医者は患者に医療を行使しさえすれば良いわけでなく、使わないことも大切であり、その患者の人生をより良くするために、医者は――その患者の人生を前にして　悩んでほしい――と結ばれ、柳田氏が身近な方の死を体験されたこともあり、その言葉に奥深いものを感じました。また、弁護士の波多野二三彦氏は「犯罪者援助としての内観」の発表で、ある犯罪者が五〇〇日間の内観で三三一〇個の悪事を拾い出し、改心して出所したが、再び犯罪者となってしまった例をお話下さり、ここでも日常内観の難しさが論議されました。さらに、刑務所職員の方から「オウム真理教の麻原のような人でも内観できるでしょうか」という質問があり、その唐突さに、一瞬会場は戸惑った雰囲気でしたが、三木先生から「本人がその気になればできると思います」「どうしたら内観に導くことができるか」などの発言があり、そして波多野氏が「私はオウム真理教幹部の誰かの弁護人になるつもりです、そして内観によって彼らが改心すれば、内観を多くの人が知り、もしかしたら内観研修所が一杯になるかもしれません」とお話しされたときには会場が拍手で満たされました。今回も新たな発見を得て帰途につきました。

第十九回日本内観学会大会のご案内

奈良での第八回大会以来、久しぶりに関西で大会を開きます。会場は大阪の新都心として開発が進むベイエリアに新築された大きな研修施設で、学会発表に必要な最新の機器を完備しています。併設の宿泊施設も一流ホテル並でシングルが基本ですが、ご希望ならツインの部屋もあります。ですから、昼間の学会発表に対する質疑応答をロビーや談話室で続行したり、夜更けまで懇親の輪を広げることもできます。

多数の研究発表や参加をお待ちしています。

一、会　期：平成八年五月二十四日(金)～二十六日(日)
二、会　場：コスモスクエア国際交流センター
　大阪市住之江区南港北一丁目七番五〇号
　TEL（〇六）六一四－八七一一
三、大　会　長：大阪大学人間科学部教授　三木　善彦
四、大会事務局：大阪大学人間科学部三木研究室
　〒五六六　大阪府吸田市山田丘一－二
　TEL（〇六）八七九－八一〇五
　FAX（〇六）八七九－八一〇六
五、事例研究会のコメンター：京都大学・**山中康裕教授**
　（事例提供者は大会事務局で依頼します。）
六、講　演：大阪大学・**柏木哲夫教授**
　「生と死の精神医学―ターミナル・ケアーを巡って」
七、一般演題発表希望者は、後日郵送の用紙に必要事項を記入の上、大会事務局にお申込み下さい。
八、演題申込み期限：平成七年十二月末日
九、抄録提出期限：平成八年二月末日

編集後記

本誌は、現在、年二回の定期発行を続けているが、奇しくも第十八号となった今号は、第十八回大会（大正大学）の内容を伝える記事が中心となっている。柳田邦雄氏の「医の倫理と現在」と題する特別講演は、勝田麻津子氏が伝え、松田泉氏は印象記を、村上彰美氏は教育場面での実践報告を寄せてくれた。

残念なのは、その他に予定していた原稿が未着のため、紙面を縮小せざるを得なかったことである。余裕をもった原稿依頼を心掛けなくては、と編集委員一同で反省しているところである。そんな折に、長島正博氏がヨーロッパの国際内観会議の様子を、そして中国から日本へ留学中の張海音氏は内観体験記を寄稿してくれたことで、紙面に彩りを付けることができたように思われる。

最後に、本号から木村秀子氏が編集委員に加わったことによって編集力がアップしたこともご報告しておきたい。

（真）

広報編集委員

青山学院大学　**石井　光**
米子内観研修所　**木村　秀子**
ひがし春日井病院　**真栄城輝明**

原稿の送り先

〒四六六　愛知県春日井市下原町字萱場一九二〇
ひがし春日井病院内観療法室
TEL（〇五六八）八二－五五〇〇
FAX（〇五六八）八二－〇六九七