

内観ニュース

第 22 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

教育心理学研究室

村瀬孝雄前会長逝去

鳥取大会で偲ぶ会を



故 村瀬 孝雄先生

本学会の初代会長として十九年の間、その重責を全うされた村瀬孝雄氏は、四月十五日午後四時五十四分に逝去された。第二十一回の鳥取大会（河原隆造大会長）は総会後に嘉代子夫人の出席を得て、第一回日本内観学会賞の授与式を行い、引き続き偲ぶ会に移った。本号は特集を組んで、その様子を伝えることにした。

会員を代表して、竹元隆洋学会長と三木善彦事務局長が壇上にて、そして瞑想の森の柳田鶴声氏は健康上の理由からテープによって故人の功績を称え、別れを惜しんだ。夫人の大正大学教授・嘉代子氏は「亡き主人、村瀬孝雄にかわって」と題し、お礼を述べられたが、本紙には当日の内容ではなく、改めて執筆されたものを寄せられた。

司会進行は真栄城輝明（ひがし春日井病院）が務めた。

「素直」と「清々しさ」を残して逝かれた

村瀬孝雄先生の生涯と研究の足跡について

指宿竹元病院院長 竹元隆洋

日本内観学会の前会長であられた村瀬孝雄先生の訃報に接した時、私は腰がくだけるような愕然とした。平成十年四月十五日午後四時五十四分のことであったと聞く。四月十八日告別式が執り行われたのであったが、私はその時、沖繩の内観研究会に頼まれて、一般市民向けの講演をしなければならぬことになっていたため、葬儀に参列することもできず、講演の最中に、心を東に向けて深々と合掌することであった。

吉本伊信先生が内観の生みの親なら、村瀬孝雄先生は内観の育ての親かも知れない。日本内観学会にとっては紛れもなく育ての親として、第二回日本内観学会から会長として十九年間の永きにわたり、内観研究の活性化と学会の発展に尽くされた功績はまことに大きいものでありました。

村瀬先生ご自身の内観研究は昭和四十二年に吉本伊信先生のもとで内観を体験されて以来のライフワークのひとつでありました。その素晴らしい多くの業績が評価されて、昨年は、『日本心理臨床学会賞』を受賞された。そして、昨年の第二十回本学会では受賞記念講演として『素直と清々しさへの道―内観研究三十年を振り返って―』という演題で講演されたのだが、その時は、すでに病状が思わしくなく、会場に登壇することもかなわず、妻、嘉代子先生の説明の後録音テープを拝聴することになった。

このたび、日本内観学会は村瀬先生の内観に関する研究業績と学会の発展に尽くされた功績を称えて、『第一回日本内観学会賞』をお送りすることになりました。

先生は昭和五年（一九三〇年）にオーストラリアのメルボル

ンで生まれ、小学校入学前まで幼児期を英語圏の文化の中で生活したことが、後に日本文化と欧米文化との比較文化論や内観研究に大きな影響を与えているようであり、ご自身もそれを自覚しておられた様子である。

昭和二十八年、東京大学文学部（心理学専攻）を卒業され昭和三十一年三月には東京大学大学院人文科学研究科修士課程に進まれ、その後助手の席につかれました。

昭和三十六年には米国カリフォルニア大学バークレイ校研究員として二年間の研究生活の後、昭和四十二年には国立精神衛生研究所心理室長に栄転された。それからの先生のご活躍はめざましく、心理学の世界ばかりでなく、精神医学の領域でも、その名を馳せる勢いであった。その間、慶応大学大学院（社会学）や東京大学大学院（医学系）の非常勤講師などもこなしながら昭和五十二年には立教大学文学部教授となられた。この年、日本内観学会が誕生して、その翌年から先生には会長に就任していただいて平成九年まで十九年間、お力添えをいただいた結果、今や内観療法が日本の精神療法として揺るぎない位置を占めることができるようになった。

昭和五十三年刊行の『現代精神医学大系第五卷A精神科治療学I』（中山書店）には先生が執筆された『精神療法総論（二）』や『内観療法』『患者中心療法』の三篇の論文が掲載されている。先生の活躍は東京女子大学文学部や信州大学人文学部の非常勤講師など、いよいよ広がりを見せ始めた。研究業績書としては、昭和五十七年『Sunao: A Central Value in Japanese Psychotherapy』を執筆し、『素直』というキーワードとその背景にある日本の文化的特質について考察している。

昭和六〇年には日本心理臨床学会常任理事及び日本精神衛生学会理事に就任された。

昭和六十二年にはついに東京大学教育学部教授として母校に

返り咲かれました。

昭和六十三年には放送大学非常勤教授に就任と日本臨床心理士資格認定協会常任理事及び同認定協会認定臨床心理士となられた。

平成元年には『異常心理学講座第九巻治療学』（みず書房）では『内観療法』を執筆。

平成二年には日本心理学会理事に就任。

平成三年には学習院大学文学部教授に就任し、日本心理臨床学会会長に就任された。同年『臨床心理学体系第十六巻臨床心理学の先駆者たち』では『ロジャーズ』を執筆。

平成五年には『内観法入門』（誠信書房）を編集。

平成六年には国際内観学会会長に就任された。

平成七年には『フォーカシング事始め』（日本・精神技術研究所）を分担執筆。

平成八年には『内観—理論と文化関連性—』を世に出し、過去に発表した内観についての研究論文と日本文化との関連性を中心に考察したものを収録した。これは、先生の内観に関する研究の集大成とも言えるべき労作である。これら二十四に及ぶ単行本以外にも専門紙に出された論文は数え切れないほどである。

平成九年には、日本フォーカシング協会会長に就任された。

平成十年四月発行の『内観研究第四巻第一号』に掲載された『素直と清々しさへの道—内観研究三十年を振り返って—』は先生の内観研究に関する最後の遺言となった。そのタイトルそのままに、先生は『素直』と『清々しさ』の人であった。先生は日本文化の中心的価値であるこの二つのキーワードを大切にしながら生きた人生を私達に示してくださったように思われる。あのやさしい瞳を細めながらニッコクとして笑われるあどけないまでの表情は『素直』で『清々しい』赤児の顔そのままであった。しかし、こと研究面の討論になると厳しかった。甘えを許さな

い父親のような瞳が奥の方で光っていた。それだけに、先生から誉めていただいた時、私は赤児のように『素直』に『清々しい』気分になれて嬉しかった。しかし先生はもうここにいません。

村瀬孝雄先生、どうぞ遠くから日本内観学会の今後の発展を静かに見守ってください。

〈合 掌〉

「心の中ではいつまでも」

大阪大学人間科学部教授 三 木 善 彦

一、弔電を打ったとき

村瀬先生を失ったことは、内観学会としても私個人としても、まことに残念で悲しいことです。お葬式に際して日本内観学会事務局の任務として、嘉代子夫人へ弔電を打ちました。

『孝雄先生のご逝去の報に接し、まことに残念に思います。日本内観学会会長として十九年間、学会の発展に寄与して下さったことは、感謝に耐えませんが、遺された者達は先生の遺志を継いで、研究と実践に励みたいと思います。安らかに眠り下さい』
電報を打つとき、電文を短く区切って伝えると、NTTの女性係員がそれを丁寧に繰り返して確認してくれましたが、彼女も悲しみに同感してくれたような気がして、不覚にも涙がこぼれました。

二、村瀬先生との最初の出会い

たしか昭和四十三年だったと記憶しますが、私の修士論文『心理療法としての内観法の一研究』（内観研修所、昭和四二年）を吉本伊信先生に出版していただきましたが、それを読まれた村瀬先生から「上京の折りに一度会いたい」との連絡がありました。

当時、村瀬先生は千葉県市川市にある国立精神衛生研究所（現在の国立精神・神経センター精神保健研究所）に勤めておられ、研究室を訪問しました。先生はご存知のように日本の臨床心理学の歴史の証人の一人で、第二次世界大戦後の日本の臨床心理学の黎明期から活躍されてきました。そしてロジャーズのクライエント中心療法を学び実践され同時に、日本生まれの内観にも早くから関心をもっておられました。

その夜は、ご自宅に泊めていただき、嘉代子夫人の手料理をご馳走になりました。奈良の仏像のような顔だちの夫人は、おだやかに歓待して下さい、心がほぐれました。

後年、私の父が死んだとき、孝雄先生に電話したら「ご不在で、代わりに夫人が出られ、私が「父を失ってとても悲しい」と話すと、やさしい静かな声で「いくら高齢で亡くなられても、唯一のお父様ですもの、悲しくて当然ですよ」と慰められた。こちらの身になって共感して下さる言葉がうれしくて、ノイローゼになったときは、ぜひとも嘉代子夫人にカウンセラーになってもらいたいと密かに思ったものです。

内観を縁に、村瀬先生ご夫妻の知己を得たのは、私の人生にとって大きな宝物です。

三、内観学会や心理臨床学会での活躍

一九七八年、日本内観学会が結成される時、村瀬先生も大いに賛成して下さい、学会規約を定めた第二回大会からは初代の会長になっていただきました。それから今日までいろいろ問題がありましたが、ご相談すると大所高所から、柔軟な発想の答をいただけました。

また先生は日本の心理学界では最大の会員を擁する日本心理臨床学会の理事長としても活躍され、内観研究のかたわらフォーカシングの実践的研究にも取り組まれました。これらの功績を称えて、一九九六年に日本心理臨床学会の学会賞を受けられた

ことは周知のことです。

ご病気になるからでも、先生は残された時間と競争するかのよう、内観の論文をまとめて『内観―理論と文化関連性―』（誠信書房）を出版し、VTR『フォーカシング―心とからだに耳をすまます―』を製作するなど精力的に仕事をなさり、旅立っていかれましたが、私達の心の中ではいつまでも生き続けてくださることでしょう。

ご冥福をお祈り申し上げます。

村瀬先生を偲ぶ

瞑想の森内観研修所 柳 田 鶴 声



私の最も尊敬する村瀬孝雄先生は、ご家族に看取られながら、ただ一人黄泉の国に旅立たれました。心からご冥福をお祈り申し上げます。先生が日本を代表する心理学者であることは衆目の一致するところであり、今更申し上げる必要もございません。しかし先生が厳しい求道者であり、また深い内観の実践者であることにお気づきになっていらっしゃる方々は意外に少ないようです。そこで私は、この席をお借りしまして皆様に先生の内観者としての一面をご報告したいと存じます。今から十年前、先生が五七歳の夏、昭和六十三年七月十四日から二〇日まで、一週間の内観面接をさせていただく光栄にあずかりました。まづ屏風を開けて驚いたことには、純白のはちまきをして端然とお座りになっていらっしゃる姿です。声も凜として気迫あふれる求道者のお姿でした。私は引き込まれるような思いで面接をした十年前のその一週間が、つい昨日のような気がしてなりません。問答の内容も今でも殆ど記憶に残っております。鋭い洞察力、豊富な語彙で語る反省と懺悔の告白は、一篇の詩や歌を聴いて

いる感じで、私はこの一週間魅了されっぱなしでございました。まず先生の内観直後のご感想を聞いてください。

「引っかけた親との関係、とりわけ母親との関係に明るい目処がたったというか、そうだったのかと、原因は全部自分だったじゃないかと、そういう思いがしみじみとしております。ですから、これからの生きていくひとつの光が明るくなってきたと言いますか、別に暗かったというわけではないのですけれども、何か違った質の、こう、味わいのある暖かい静かな光がさしてきたとも言いますか、そんな思いがしております」

次に十日後の講演の声でございます。

「すいません。ちょっと感情が激しまして。八十年にわたってです、生き抜いてきた、そして母親が背負ってきました過去の、主にそのものが背中の方に現われていたのではないかと。しかもその八十年の大部分、四十五歳の時に私の父を失いました、その後私たち兄弟三人を育て上げました。そしてその苦労は殆ど誰にも母は語ってこなかったと思うんですが、その辛さが、その苦労がああの中になって出ていたと。こんな当たり前なことが五十七歳にもなって私は内観するまでは殆ど思ったことがなかったのです。屏風の中で私は泣きふせていた時間がありました。それから死ぬ前日には、家内が一晩母と枕を並べまして、添い寝をして話を一晩中聞いてくれたんですが、殆ど母は眠ることはなく、来し方行く末を様々なことを話し続けて、そして、もうこれで任せられるというようなことを言っていて、いわば母自身が内観をしていた節もあるんですね」

こうして一週間後にはお母様がお亡くなりになり、またその四日後には吉本伊信先生がお亡くなりになるという、わずかな時間の中に人生の大恩人を二人失ったわけです。

先生は後日、「人間は何か自分の目に見えないところで生かされているのでしょね」としみじみとおっしゃったことがございました。まさに無常を深く感じ取った御言葉でございました。

そして五年後には御自分も病気になる、その後わずかな間に、何かに導かれるように精力的に沢山の御著書を書き、自分の集大成を揺るぎないものにして、後進に道を開いてくださいました。

最後にこの機会を与えてくださいました竹元先生はじめ皆様
に心から感謝申し上げますと共に、つたない一句を献上すること
をお許しください。

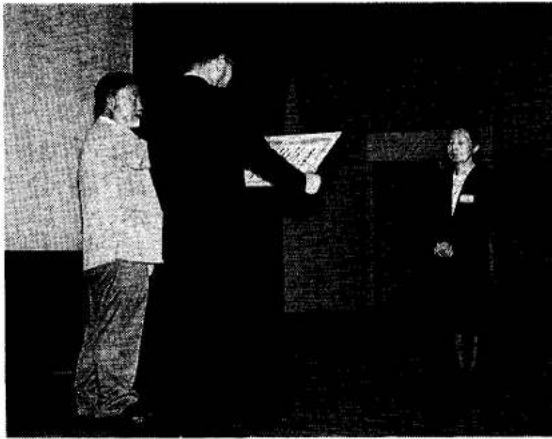
「花衣 無常の風や 賢者行く」

「花衣 無常の風や 賢者行く」 柳田鶴声

内観学会賞受賞のお礼

――亡き主人、村瀬孝雄にかわって――

大正大学教授 村瀬 嘉代子



第1回 内観学会賞の授与式

この度第一回日本内観学会賞を亡き村瀬孝雄が授与されます栄誉をいただきますことを、故人に代わりまして、文字通り有り難く、心よりお礼申し上げます。主人は心の半ばでは素直に喜び感謝しつつ、半ばでは含羞の微笑みを浮かべて、「内観学会がここまで発展し、内観が世に知られるようになったのも、内観を創始された吉本伊信先生とそれを

支えられた吉本キヌ子先生をはじめとして、内観の実践・研究に携わってこられた皆さまの真摯な営みの積み重ねの結果だからなあ・・・、この賞は皆さまのもので、僕はたまたま代表者ということだと思ふ」と申しているのが聞こえる心地が致します。生来病弱で、思いの程には活動出来ない村瀬が、皆さまと一緒にこの道を歩み、なんと例外的なことに、十九年間も学会長を大過なく務めさせていただけたのも、学会員の皆さまのお力添えの賜と感謝致しております。

昭和四十二年、村瀬は初めて吉本伊信先生にお会いし、内観を先生からうけました。吉本伊信先生五十一歳、村瀬三十七歳でした。その時の印象を後の季刊精神療法、十五巻第二号にこう記しております。「先生は、およそそれまで私が見知った人たちの誰とも全く違う、まことに不思議というか、とらえどころのない方でした。しかし、それでいて、こちらが警戒するといった気持ちはみじんもおこさせない方でもありました。(中略)と一緒にテレビで懐かしのメロディーを見ておられる時の天真爛漫、無邪気そのものに見えた先生が、一度、内観者に向き合うや、そこには盤石の重さをもって、いい加減な甘さを許さない厳しさを秘めた先生があらわれるのでした。また、内観者がおのれの業に直面しておそれおののく姿に、大悲の涙を思わず示される先生の姿をかいま見たこともありましたが、先生の複雑な底の深さは、身近のごくわずかの人々以外は容易にうかがい知れぬところだったと想像しています・・・」

当時、主人が語りましたことや、吉本伊信先生のご本で強く印象付けられましたことは、次の三点でございます。

第一に、方法が簡潔明快、簡素、しかし、面接者が内観者に向かって豊に深々と頭を下げてお辞儀する、等という面接技法は世界で唯一ではないか。内観する人への絶対的信頼と尊敬！

第二に、吉本先生は内観普及のために発展途上にある会社を人に譲り、私財をなげうたれた、という。それをされる先生はも

ちろん、それを支え、ついて行かれるキヌ子夫人はどんな方であらう、お会いしたいような、でもまぶしいような、並一通りではない行為への感嘆と敬服の念。

第三に、村瀬が再三強調したのは、キヌ子夫人の手料理がおいしいこと（内心の声、これなら、凡人の私の努力目標にできそう・・・）。

吉本先生から、村瀬のもとへ内観者の面接録音テープや記録が次々と送られて参りました。吉本先生の「どうぞ研究してください。そして世に広めてください。お手伝いしますよ。」というご熱意が伝わって参りました。私どもは面接の途中で、この方は内観を受けられたら良いのでは、という局面が訪れると、ご紹介し、実際、内観されて効果を得られる方が現われてきました。

一九七四年頃から、わが家で月一度、心理療法の事例研究を行い、後半の時間には自由に素直に懇談する、という会が開かれておりました。その席で、村瀬が内観法の紹介をしますと、ある著名な精神科医の先生が「それ新興宗教でしょ、そんなのに関心もって大丈夫？」とご厚意からではありませんが、危ぶまれたのです。主人はいつものように微笑していて、敢えて反論も弁明もいたしませんでした。でも、この時、内観の特質を公共性をもって伝えるには、やはり学会を作って、皆の成果をもちより検討を積み重ねなければならぬ、と決意したようです。内観の適用範囲が広がり、当初に比較すれば世に知られるものとなったこと、実証的研究の蓄積ができあがってきたこと、ことに国際学会までが結成されるに至った、この展開を振り返りますと、感慨深いものがございます。

メルボルンに生まれ、英語環境で育った村瀬が帰国子女のはしりとしての異文化体験とその負担を超える試練を通して、ここと体の関係に注目する理論と技法——体験過程理論とフォーカシング——に関心を抱いたのはまことに必然でございました。

そしてまた、日本の文化的特性、日本人の精神風土に適合した方法論は何であろうか、という問いにとって、村瀬が「内観」に出会わせたことは、幸福なことでもございました。「ありがとう、有り難い」という言葉の実存的意味とそれを実感する喜びを、村瀬は内観との出会いによって知ったようでもあります。

一九九四年春、難病に指定されている間質性肺炎に罹患し、生存率の低い事実を知った後も、闘病という言葉を好まず、病とともに生きる、と申し不平や愚痴を申しませんでした。終わりの日々、自分の仕事は出来なくなり、文庫本一冊持つことも息切れが激しく難行になりました。入学、就職、出版、内観研修所の発足など、村瀬は人様の幸せを文字通りわがこのように素直に喜びました。人は何かを作ったり、行う、という目に見える、見るからに生産的な行いをしなくても、「在ること」に尊厳と意味があることを、篤い病の床にある村瀬から私は学び、観念的なお題目としてではなく、こころの底から得心致しました。

共に暮らしました日々、村瀬から一番繁く聞いたことばは、「ありがとう」でございました。私も残る日々、慎ましく誠意をもって精進致したいと存じます。この度は本当にありがとうございました。内観学会の一層のご発展と皆さまの御多幸を心からお祈り申し上げます。



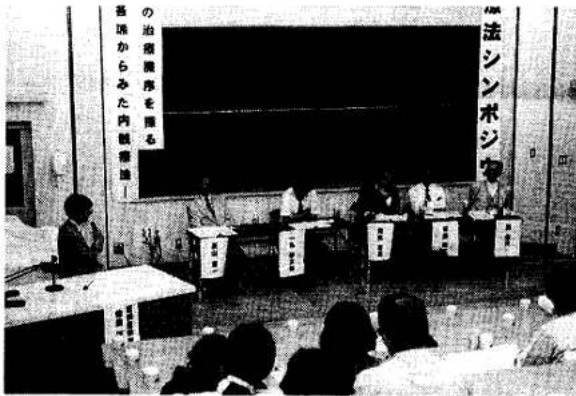
「学会印象記」

第二十一回日本内観学会に参加して

オックスフォード大学 小澤 慈子

五月二十九日、三十日の二日間わたる内観学会と三十一日の内観療法シンポジウムに参加させていただいた。参加者の多さと会場の米子コンベンションセンターの立派さにまず驚かされた。私は、何やらもっと小規模な集まりを想像していたのだ。私が内観学会に参加したのは今回が初めてだが、今回の総合テーマが「内観の科学的進展を求めて」であったためか、発表の多くは内観療法について、つまり内観を心理療法としてどこまで活用できるか、そして理論化できるかについて論じられたものが多いように思われた。

とにかく、二日間とも朝から過密ともいえる程盛り沢山の講演・発表があり、それに対する参加者の積極的な発言が非常に印象的だった。発表者が一方的に論じるばかりでなく、発表に対する意見交換が活発にあったのが、この大会を一層盛り上げることになったように思う。



鳥大で開催された内観療法シンポジウム

鳥取大学の川原先生による会長講演、指宿竹元病院や札幌太田病院のグループ発表のお陰で、病院で内観がかなりの効果を上げていること、そしてアルコール依存症、アダルトチルドレ

ン、うつ状態、精神分裂病者に対しての内観の有効性も証明されたことで心理療法としての内観の可能性の大きさを示してもらった。まだまだ一般的な普及には及んでいない内観療法ではあるが、すでに大手の書店でも、小さいながらも「内観療法」のコーナーが設置されはじめている。この調子で病院における内観療法が広がってくれば、もっと多くの人々に内観を知ってもらえることになる日も近いかもしれない。

「内観療法と森田療法」のシンポジウムも非常に面白い企画だと思った。何かと比較対比することで、時として物事の本質が浮かび上がってくる。比較対象として森田療法は最適だし、何より森田の専門家の先生方の発表を内観学会の場で聞くことができたのは、内観参加者にとってはめったにない貴重な機会であったにちがいない。欲を言うともう少し突っこんだ内観と森田の相違点についてのディスカッションがあっても良かったと思うが、限られた時間の中でよくこれだけ盛り沢山のテーマをこなせたな、というのが正直な感想だ。

「病は気から」と古くからことわざにもあるように、心の状態が体調におよぼす影響は大きい。最近よく耳にするようになった心身症などその良い例だ。このことについて、九州大学の久保先生による特別講演など、いかに心と体の結びつきが強いか、生理学的観点からくわしく説明してくれた。木村先生の教育講演も、内観による心身の調和についてとても興味深いものだった。学会の後で、参加者の方々が口をそろえてとても良かった、とおっしゃっていたのがシンポジウムB「仕事と内観体験」における、石井先生、長田先生、湯通堂さんによる三人の内観体験談だ。皆、ユーモア一杯の語り手で、会場から何度も笑いと共感を引き起こしていた。

三十日の昼食後におこなわれた村瀬先生の追悼も非常に印象に残り、心をうたれた。私は残念ながら先生に直接お会いする機会はなかったのだが、私が内観に出会い、しかも自分で七日

間座ってみるきっかけをつくってくれたのは、氏の「内観療法と文化関連性」という著書だった。先生御自身が内観の真髓を肌で分かっているという著書なんだ、ということが、本を読みながらひしひしと伝わってきたのをよくおぼえている。内観を、一つの側面にとらわれることなく、文化面、現象面、精神医学的側面、と多角的な方面から捉え、理論化なさった貢献ははかりしれない。又、先生のことを語る竹元先生、三木先生、柳田先生などのお話しにも非常に心を打たれた。

一般演題にも多くの興味深い発表があって、すべてについて語りたいくらいだが、きりがなくなるのでここでやめておく。

三十一日の内観療法シンポジウムも非常に興味深く、五人の発表を楽しんで聞かせてもらった。法政大学の長山先生や信州大学の巽先生の発表など、本当に鋭いところを突いていらっしゃる、いろいろ学ばせていただいた。

本当に充実した三日間をすごさせていただいたことを大会の主催者、発表者、そして参加者すべての方々に感謝させていただきたい。



鳥取大会に参加して考えたこと

名栗の里内観研修所 本山 山陽 一

第二十一回日本内観学会大会は、会場も一つにし内容も充実したい大会で、私には得ることがとても多かった。

その中で特に私の興味をひいた場面があったので、今回はそのことについて書いてみたい。

それは大会一日目のシンポジウム「内観療法と森田療法」の中で、各シンポジウムの発表後に座長のレスノルズ氏が、各シンポジウムに質問の形式で投げかけた言葉から始まった。私が特に興味を持ったのは、高口氏とのやりとりであった。正確な表現は忘れたが私の理解では、高口氏の発表の中に森田療法を實踐するには、知的な意志が必要でその過程にはしばしば苦痛を伴う、というような意味の言葉があった。それに対してレイノルズ氏は高口氏に「森田療法の実践は苦しいですか？」と質問した。その言葉には高口氏の考え方に否定的な響きが感じられた。高口氏はとまどったような顔で「私自身、若い時とても苦しかったです」と答え、そのまま時間切れとなった。

私がこの場面に興味を持った理由は、以前より抱いていたレイノルズ氏の考え方に対する私の疑問が重なったからである。レイノルズ氏の洞察力には普段より敬服し、ほとんど共感できるが、一点だけ違和感を覚えることがあった。それは「感情はコントロールできないが、行動はコントロールできる」という考え方である。この考え方だけは、いくら納得しようとしても私の体験がそれを許さなかった。私の人生が、自らの意志の弱さに苦しんできた体験の積み重ねだからである。何をやらなければならぬかがはつきり分かっているのに、それができずに苦しみ、悩み、後悔するのである。今度こそは、と思うのだが、又同じことの繰り返しで自分に絶望し、その度に何とか自分を

変えたい、と願ってきた。そんな自分にとって「行動をコントロールできる」人は、本当にうらやましい存在で、自分には無理だと思っていた。私が想像するには、レイノルズ氏はもともと理論的で意志の強い人格を備えていたのではないだろうか。レイノルズ氏の人格と私の生来の人格との差が、両者の考え方に違いを与えたのかも知れない。

私のような行動をコントロールできない意志薄弱な人間にとつては、最初に必要なものは行動のコントロールではなく、生きる基本的な感情を「感謝、素直」とかの肯定的な感情に変えていくことだと思われる。少なくとも私はそうだった。そして、そうなるための努力を継続するためには、具体的な喜びの体験が必要だった。真理を見抜く洞察力、つまり、事実をありのままに見る能力を養成することは、森田療法も内観療法も同じであろう。内観法が私にとってありがたかったのは、その途中で私に喜びを与えてくれ、基本的感情が肯定的な感情に近づいたため、常にそれなりの喜びが伴奏し続けることを容易にしてくれたことである。

ところで、今回の「内観療法と森田療法」のシンポジウムを聞いて私が一番強く感じたことは、双方の療法とも適応できない若者が増えていくということであった。その主な理由は、これらの療法には、患者の一定の意志力、忍耐力、自立性を要するからであろう。現代のように欲望を抑える意志力、忍耐力にあまり価値を認めない時代にあつては、若者達が幼児化、自己脆弱化するのとは当然のことであろう。その結果として社会適応できなくなった若者達にとって、内観療法、森田療法とも耐えられない苦痛を伴う療法として映るのは仕方ないことであろう。

このような若者達に対して、内観療法のとる立場は一つある、と私は考えている。一つは従来の方法に固持し、それをこなせる人々のみを内観療法の適応症例と考え、症例数が減少しても

徹底して守備範囲を守る立場である。もう一つは、脆弱した若者達のためにバーを下げ、導入部を工夫して入りやすくする立場である。

どちらの立場も一長一短だが、後者の立場をとるには一つ忘れてはならないことがある。それは工夫している間に内観法の本質的な精神を忘れないことである。どこへ向かって導くか方向を忘れないことである。

内観法創始者吉本伊信先生が、内観法に工夫に工夫を重ねてきたことは有名な話である。ただ忘れてはならないのは、最後の一点については寸分も変えていないことである。工夫したのは、どうしたらできるだけ効率的に、楽に内観の軌道にのせられるかという部分、つまり導入部分ばかりである。身調べの苦行を現代のスタイルに変えたのも、三つのテーマを作ったのも皆そうである。最後の部分は、何百年の間全く変っていない。このことを忘れた改良は短期的には成功しても、歴史の中でやがて腐っていくであろう。

私自身の立場から云えば、私は間違いなく内観法で救われた一人である。そしてその過程を振り返れば、この意志の弱い自分をいろんな人々に我慢していただき、いろんな人々の愛情で、私のできることを少しずつ積み重ねられるよう温かく育てていただいたことが、今日までこれた最大の理由と云える。

そのことを考えれば、内観療法の工夫に期待し、できるだけやさしく、しかも方向性を間違わずに、誰でもが生きる喜びを味わえるような方法に近づくことを願わずにはいられないのである。



第十回内観療法ワークショップ イン沖縄のご案内

平成十年十月十八日(日)、午前九時～午後五時、沖縄県女性総合センター「ていりる」に於いて第十回内観療法ワークショップが開催されます。体験発表や事例検討会の他、「家族と内観」というテーマでシンポジウムが持たれます。また特別講演は昨年、東京の第二十回日本内観学会大会で好評であった神渡良平先生(作家)に「心の中の永遠の泉」というテーマでお話いただく予定です。

【事務局】

沖縄鋳鉄工業株式会社

内観ワークショップ準備委員会

電話 (〇九八) 九四五―五四五三

FAX (〇九八) 九四五―五九二四

第二十二回日本内観学会大会(沖縄)の予告

平成十一年五月二十二日(土)、二十三日(日)の両日、沖縄県那覇市で第二十二回日本内観学会大会を開催予定。詳細は未定ですが、鳥取大会に続いて実りある発表や討議ができる大会になるよう計画中です。初夏の沖縄への旅を是非ご検討下さい。沖縄には観光名所は多数ありますが、それよりも学会では、地元の会員による歌や踊りの披露、楽しい交流等を計画しています。ワークショップと違い、学会の成功は会員の皆さまの参加に負うところが大きいので、学会員の積極的な参加を期待しています。

(文責 長田 清)

編集後記

オーストリアのウィーンで第二回国際内観会議が開催された折、村瀬先生御夫妻も来ておられ、親しくお話をさせていただきました。一緒に写真を撮らせていただいたりしました。その後はお目にかかる機会もあまりなく寂しく思っておりましたが、鳥取大会で村瀬先生を偲ぶ会をすることになったのは夢にも思いませんでした。先生が内観に注いで下さった情熱を忘れることなく先生の残して下さったものを大切に行きたいと思えます。

「素直と清々しさへの道―内観研究三十年を振り返って―」という村瀬孝雄前会長の日本心理臨床学会賞受賞記念講演録が長島正博氏によって本紙に寄せられたのは前号のことである。よもや本号が追悼集になろうとは誰が予想したであろう。紙面の都合もあって「村瀬先生を偲ぶ会」の全容を伝えることはできなかったが、鳥取大会の総会後に嘉代子夫人の出席を得て、参加者一人ひとりが「素直と清々しさ」を実感した会となったことだけは報告しておきたい。

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

〒 486-0819 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