

## 吉本伊信先生の面接学

## 内観ニュース

第25号

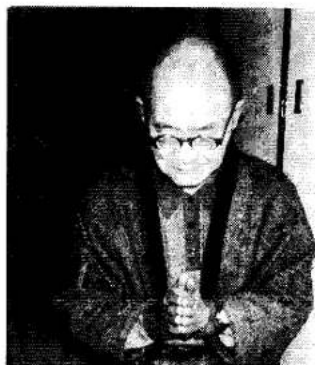
発行所

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



面接中の吉本先生

上松病院 宮崎忠男

吉本伊信先生の面接は、時にはやさしく、時には非常に厳しいものであった。私は、昭和三十九年の十月に十日間初めて集中内観を体験させていただいた。その当時、長野から奈良の研修所まで行くのに汽車に揺られて八時間以上もかかった。

奈良に着くと、融通の利かないコチコチ人間だった私は駅から真っ直ぐに研修所に向かった。

「遠路ご苦労さまでした。まあ、お茶でも飲んでからほちほち始めましょう」という具合にでもなろうと、甘く考えていたが、研修所に着くと、「では、さっそく内観に入りましょう」と言っていて、先生は私の先に立って二階の法座に案内された。これには驚いた。ここでは世俗の常識が通じないのだとショックを感じた。まさしく、ここは修行の道場なのである。

このようなことは、他の方々に対しても同じであったようである。北陸内観研修所長の長島正博先生が倉敷でされた講演のテープによれば、ある時、大分県から来られたアルコール依存症の方に対しての吉本先生の対応であるが、その方は夜行で来

られて「昨夜は汽車の中でよく眠れなかったので、疲れているし内観の前にひと眠りさせて貰えませんか」とおっしゃった。そうしたら吉本先生が言われることに「うちは旅館ではありません。内観する気のない方はすぐお帰り下さい」と。言われた方はびっくりされ、すぐシャンとなってすぐに内観された。

この方は、たまたまその時にいた臨床心理士の見立てでは、「こんな人はいくら内観でもむりでしょう。性格異常者のようでもあるし、まあ改善しませんでしょう。もしも改善したら私も内観を見直します」というものだったようである。ところが、一週間の内観で文字通り驚くほど顕著な改善がみられた。吉本先生の一言が転機になったと思われるようである。

このような厳しい指導ばかりかと思うと、まったく別なアプローチをされる。次には吉本先生の編著『内観の体験』より引用してみたい。

（あの家でもめごともおこさず円満に暮らしているのは嫁さんが賢い、などと言われて私自身もそんな気になっていました。ですから姑に対する自分こそ、こちらに非はないと思っていました。長女が産まれた時、退職して育児に専念したいという私の願いに反対した姑。次女を出産した後、三番目の子を生むのに反対した姑。私は姑の被害者であると考え、心の隅で姑をずっと恨み続けておりました。また、姑に心の底から孝行することとは、母親を裏切ることになる、愚かな感情を持っておりました。こんな私でしたから、姑に対する内観はすっきり入る訳はありません。そこで私は吉本先生に、「姑に対する内観はどうしてもできません」と申し上げました。すると先生はとても静かな声で「素直に、していただいたこと、お返ししたこと、ご迷惑をかけたことを思い出してみてくださいませんか。お願いします」とおっしゃいました。先生に、「お願いします」と頭を下げられて、ハッと我に返りました。（中略）私が孝行しなければならぬのは実家の両親なのだとして強く考えていました。こ

うした気持ちのため、結婚したその日から、私は夫の両親に対して固く、こころを閉じていたことに、初めて気がつきました。(中略) まったく自己中心的な考えで結婚生活をスタートしたことに気づきました。内観してみても初めて私の心に、固く閉ざされた扉があったことに気づき、それを開いて中のものを洗い出したような思いがしました。そして、心を開いたことによって、これからは今までよりずっと、楽な気持ちで生きられるように感じられてきたのです。)

\*

吉本先生の面接法には、決まりきったパターンはないようであった。その人、その人を見て、また、その時、その時の心の様子をご覧になって、自在に変化していったように思われる。しかし、根底にはあくまでも『謙虚』の二字が脈々と生きていた。長島先生の質問に対して吉本先生が答えられたものに、内観の奥行の深さがある。内観の世界ではとても有名な実践者であった橋口勇信氏(故人)の内観でさえ、いや、それどころか死刑囚であった戸田直儀氏の内観でさえも、まだまだ浅いのだからである。そして内観の奥義というものは、面接者が「ひっぱり」ることによって到達できるものではないようである。

面接者のコツは、ひたすら「ついていく」「同伴する」のであると語っておられる。したがって、内観の途上において内観者が「帰りたい」とか「やめたい」と言うと、「どうぞお帰り下さい」と言っ、決して引き止めないのだという。では、それが鉄則かという、そうでもない。次にその例をあげてみよう。これは女性のTさんのケースである。

〔四日目の朝、とうとう家に帰りたくなくなり、吉本先生に「一度、このまま続けていいものかどうか主人に尋ねてきます」と申しました。すると先生は「じゃあ、お帰りなさい」とおっしゃったので、荷物をまとめて帰りかけました。しかし奥様(注：キヌ子夫人)にお礼を申したくて、お台所へご挨拶に行きますと、

奥様は「奥さん、つらいでしょうが、もう五日辛抱してご覧なさい。あなたは何かをつかみ取れますよ。今帰れば離婚問題にもなりかねません。もう一度座ってご覧なさい」と、観音様のようなお声で私を諭してくださいました。(中略)とにかく、吉本先生にすべてをお任せしてみようという気持ちになりました。それからです。私の内観はすらすらと進んだのです。今までわからなかった自分というものが、いかにたくさん迷惑を義父母にかけていたことか。調べていくうちになんととも言えない申し訳ない気持ちになりました。

こんな私をも義母、義父は見捨てず、我が娘のように可愛がって下さった。病気になるればひどく心配していただき、学校勤めの時は(注：この方は教員)少しでも勤め易いようにと、ご飯炊きから洗濯までして下さっていた義母。この温かい恩に、私はなんの感謝もせず、ただ当たり前のように学校へかけて、お給料をいただいていたのです(後略) (吉本伊信編『悩み  
の解決法(改訂版)』)

\*

このように、吉本ご夫妻は時には内観者に「ついていく」ことにもこだわることが無かったようである。ここで考えられることは、Tさんがキヌ子夫人に敢えて「ご挨拶をして帰りたい」と欲したことである。本当に帰りたいのなら、吉本先生に別れを告げただけでも帰れたはずである。敢えてキヌ子夫人に挨拶をしたと欲したのは、状況のさらなる展開を無意識のうちに願っていたのかもしれない。この無意識の願望をキヌ子夫人はこれまた無意識のうちに洞察されたのではないだろうか。

また、伊信先生の父性性とキヌ子夫人の母性性の適切な統合であった、と言うこともできる。吉本ご夫妻の働きの偉大さであろう。さらに、キヌ子夫人の陰の働きを見逃すことができない。夫人の働きがあつたの吉本先生の面接学であつたと思う。私はこのお二人の働きにただただ驚いている。

## 【学会印象記】 第二十四回日本内観学会・第十四回日本心理 医療諸学会連合大会に参加して



青森県立浪岡高等学校教諭 阿 部 明 美

この度、第二十四回日本内観学会・第十四回日本心理医療諸学会連合大会に参加させていただき、大変貴重な体験ができたことを感謝しております。

私は本校の委員会活動の一環として、この春から「教育相談係」という役割を頂きました。これまで、一担任として生徒と関わったわずかな経験の中で、生徒との面談の大切さを痛感することが何度かはあったものの、改めて、「教育相談係」という立場に立って、果たして私の存在は何なのだろうか？役目は何なのだろうか？と、丁度思いあぐねていて一人悶々としていたときでした。元同僚であった「ひろさき親子内観研修所」の竹中哲子先生から、今大会のご案内を頂きました。一時は、私が参加しても難しくついていけないだろうし、まったくの畑違いで何の意味があるのだろうか、参加を辞退しようと思っておりました。しかし、竹中先生と本校校長の励ましの言葉に、参加せずに後悔するより、どんなものか好奇心で参加してみてもいいのかもしれない、津軽から参加させていただくことにしました。

六月六日、飛行機・列車を乗り継いで降り立った松本市では、まず、すがすがしい「空気」が印象的でした。それが何なのかは、翌日からの会場である長野県立松本文化会館から眺める山々の緑美しい風景が教えてくれました。

六月七日、すっかり竹中先生に甘えての大会参加という初めての経験。私にとってはすべての演題が未知のものであり、ただ、同じ教師としての立場から上越教育大学院高畑先生の「小学校高学年における内観法の適用について―友達を内観の対象

とするものの効果に着目して―」という演題が目をはききました。しかし、どの内容を伺っても、初めての私には目から鱗が落ちる思いで、内観法のさまざまな有効性・活用法をうかがい驚きと感動ばかりで、一日の中身の濃さとともに一日の短さを感じていました。中でも、シンポジウムで、真栄城輝明先生がスクールカウンセラーとして実体験されているというお話をなさり、「教育現場では、子供たちの内観以前に教師の内観が必要である」との言葉や具体的な内容は、身につまされる思いがしました。現在の私の教師という立場で省みれば、失礼ながら、私も含めて、ぜひ、同僚の方々にもお聞かせしたいお話でした。

六月八日、心医連の報告等もあり、この日はさまざまな心理療法に触れることの出来た貴重な体験の日でした。実は、この日の午後は、せっかく松本市に来れたのだから、松本城も見たいし、少し観光もしたいものだと考えておりました。しかし、演題を聞き、講演を伺っているうち、「この場を立つのももつたいない、せっかくだから、全部聞いてみよう」と思い、結局この日もすべてのプログラムを伺いました。その中で、特に印象に残っているのが、村瀬嘉代子先生のご講演の中で、自閉症児の担当者への接し方の具体的なお話でした。先生が、施設の中で、数名の担当者とすれ違うときの自閉症児の接し方に三つの違いがあることに気づかれたとのこと。一つ目は彼が相手に鼻をつけて「家の匂いがする」との言葉をも発していた人。二つ目は匂いをかいてもその後何もなく通り過ぎる人。三つ目は何もせず、ただ通り過ぎる人。この接し方で、彼は、家という安らぎの場を覚えてくれていること。それは、担当者のそれぞれの人となりや問われているのであり、先生は更に、担当者のみならず、その人を含みまわりの建物全体が安心できるところでありたいとお話なされていたことが、自分の立場に置き換えて深くうなずかされたことでした。

六月九日、前日の懇親会にも参加し、その時の松川村響岳太

鼓の体の芯から奮い立たせてくれるような響きの余韻に浸りながら、三日目も出席致しました。ここまで来たからには、すべてのプログラムを聞いてみようという不純な動機で、一日目の受付で学会への入会もさせていただき、全プログラムに出席致しました。午前のシンポジウムでは依存症というものの実態を初めて伺い大変勉強になりました。また、この日は、何より午後のお二人の体験発表に、心が洗われ涙がただあふれてくるばかりでした。そして、内観のすばらしさが一番心に沁みてくるお話を伺うことが出来ました。ただ一つ今回残念だったのが、最後のご講演で語られる専門用語に、勉強不足の私については聞くことができずに終わってしまったことでした。

三日間のプログラムの一つ一つどれをとっても自分には初めて耳にすることばかりで、本当に中身の濃い、これまでにはない貴重な体験の日々でした。

余談ですが、この三日間泊まった温泉で、いつも寝るときも家族と一緒に私が、一人でいることの不安や自分を見つめ直す時間を感じる事ができたこと、露天風呂で、川のせせらぎと草木の緑の香りにリフレッシュさせてもらったこと、そして、帰りに念願の松本城を拝見してその美しさに見とれたこと、ブラッと寄った松本市内の縄手通りの昔乍らのたたずまいに、幼い頃祖父母と過ごした懐かしい日々を思い出したことなど、普段感じ得ないことを体感させていただいたことも貴重なことでした。そして、何より、前後の移動日も含めて五日間御一緒させていただいた竹中先生には、移動時間の長さをまったく感じなかつたさまざまなお話を交わしていただいたこと、真栄城先生や多くの方々と出会わせていただいたことなど言い尽くせないほどの心から感謝しております。これから先、「教育相談係」としてどのようなようにしていけばいいのか、まだまだ迷いの多い私ですが、私自身、集中内観を受ける機会を一日でも早く作りたいものです。また、今大会三日間で頂いた多くの貴重な体験が、少なくとも

これからの私の生き方に影響を与えてくれたような気がします。五日間もの間、現場を離れて勉強させていただく機会を与えてくださった、本校校長はじめ職員の方々、そして家族に心からありがとうを言いたいと思います。

また、今大会に関わったすべての皆様には、本当にお疲れさまでした。ありがとうございました。

「ワークシヨップ印象記」

## 第十二回内観療法ワークシヨップ(長野)印象記

新潟県立療養所悠々荘 加藤 佳彦

第十二回内観療法ワークシヨップが、筒井先生のもとで、平成十二年十月十四日(土)、十五日と長野駅から車で約三十分のアゼイリア飯綱で開かれた。

第一日目は入門者コースと初心者・体験希望者コースに別れて研修がおこなわれ、私は後者の初心者・体験希望者コースに参加した。はじめに長島先生が「内観の方法」ということで内観のやり方を説明された。本の写真に載っていない、初めてみるものも多く、集中内観の経験もなく、内観研修所を知らないものにとっては、内観研修所の雰囲気を感じ取ることができた。その後八名ずつ一つの部屋に別れて内観実習を行った。面接は、長島、本山、竹中、中野、真栄城先生がされ、私は本山先生のところまで内観実習をおこなったが、なかなか過去のことかと思いつけず苦労した。体験発表を聞いたり、体験談を読んだりして知ってはいたが、自分が体験して初めてその事が実感できた。その後、座談会形式で各自が感想を話し、さらに内観についての質疑応答が行われ終了した。私がこのワークシヨップに参加した一番の目的はこの内観実習に参加したかったからである。というのも私は約400床の単科の精神病院に勤務しているが、

職員の中でも内観という名前を知っている人は数名程度で、ましてや集中内観を経験した人はいない。また、本やビデオテープ、カセットテープを参考に記述内観を治療に取り入れているが、何か物足りなさを感じていた。一方で、集中内観を受けるとなると、時間の問題や、自身の集中内観への抵抗もあり、そこまで踏み切れないでいた。

この度、内観実習に参加することができ、もちろん集中内観全体を体験できたわけではないものの、本やテープでは得られない場の雰囲気を感じられ、私自身には非常にいい経験であった。入門者コースは、三木先生が「内観への招待」、太田先生が「思春期・青年期の問題と内観」、三木、石井、吉本先生が「内観Q&A」とそれぞれ講演された。私は残念ながら参加できなかったが、参加された人の話では、現在内観学会などで中心的に活躍されている先生方の、ポイントを押さえたわかりやすい解



筒井健雄大会長による開会のあいさつ

説で好評とのことであった。その後懇親会が開かれたが、他の学会などの懇親会と違い、はじめてお会いした方とも楽しくお話しすることができた。内観実習を受け持ってくださいました本山先生に気さくに話しかけていただき、研修所の様子などについて教えていただいた。また、長野県の中島先生ともお話ができ、以前より、隣県でありながら、新潟県ではあまり知られていない内観療法が、なぜ長野県で盛んなのか疑問に思っていたが、それについて信州大の巽先生が若い人たちをいろいろな治療施設、研修に連れて行かれたからとのお話を聞き納得した。さらに、中島先生自身の奈良での集中内観の体験の様子をうかがい、参考になった。

二日目は体験発表があり、その後「自分さがしの道—内観療法を通して—」として、真栄城先生の司会により、集中内観を体験された方が内観をどのように実際の生活に取り入れているかなどの話を聞くことが出来た。主婦の小林さんは、自分の子供が不登校になり、集中内観を受けた後の自分自身の変化などを話され、体験発表のような感動があった。また、山田先生は、中学校で実際に学級内で行っている内観（内観という用語は誤解を受けるといけないので使っていないとの事であったが）の様子を非常に具体的に話され、学級内の様子が生き生きと伝えられた。さらに長田先生は、自分の集中内観体験を話された上で、父親との葛藤などについて触れ、ご自分の心の動きをユーモアをまじえて詳細に話され印象に残った。

また、会場にも多くの方々に参加されていたが、聞くところによると宿泊の関係で参加をお断りした方も多くあったとのこと、長野県での内観療法の普及、関心の高さが感じられた。過去のワークショップの開催地を見ると、準備、学会員の関係で内観療法の熱心な県に開催される傾向があるようだが、しかし、その普及の面からは、内観療法があまり普及していない県での開催が望まれる。

〔内観研究〕

## 吉本伊信関係者の証言集めに取り組み

元NHK・ディレクター 塩崎 伊知朗

筆者は一九九七年以来吉本伊信先生にゆかりの深かった方々を訪ねて証言を伺い録音して記録する作業を続けている。その一端は『証言集・吉本伊信と内観法1』（竹元隆洋との共編・日本図書刊行会刊）として出版した。このたび日本内観学会二十四回大会においても『内観史研究の課題―なぜ証言なのか―』というテーマで研究発表もさせていただいた。

## 北川源太郎さんの証言

研究発表の際、吉本伊信が四度目の身調べで転迷開悟（身調べによって得られる大きな心の転換。宿善開発ともいう）を遂げた奈良県吉野郡大淀町の北川家の長男、北川源太郎さんの証言をテープで流したところ好評だったので証言の具体的実例ということで採録させていただきたい。

北川さんは大正七年生まれ。昨年三月、惜しくも亡くなられた。吉本伊信に先立って自ら身調べ、転迷開悟を体験し、吉本の転迷開悟の瞬間を見守った数少ない一人であった。

―― 先生の転迷開悟のご様子は外から見てもどう感じましたか？

北川 そら…、何ちゆうたらいいか…、ほんまに我々、そらもうほんまに涙が皆出てね。

―― まわりの人が？

北川 はあ、感激でしたな。

―― それはなぜですか？

北川 やっぱりね、自分たちも通ってきた人生の最大岐路の

大事さを、御師匠様の大きな導きで知らされる。感激ですね。もうそんな感激的な瞬間。

(中略)

―― 吉本先生ご自身の様子はどうでしたか？

北川 やっぱり常人とちがいますもん、あの方は。そらあ、駒谷（諦信）老師も真剣の場ですからね。尊いで、そりゃ。我々が通ってきたものよりもはるかにまたね、何ちゆうたらいいか、口では言いあらわせんぐらいの感激でした。

北川さんの証言から明らかになった事実をいくつか挙げてみたい。まず大和郡山からかなり離れた吉野の山間で四度目の内観を行った理由は身調べに反対していた父・伊八の目をはばかったことがあったという。それを決めたのは福本義乗、岡山栄次郎、それに源太郎さんの父・北川源一郎らであった。身調べは北川家の離れの八畳の客間の一角に屏風を立てて行われ、不定期に行われる開悟（面接）の際には既に転迷開悟を経験している信者たちが息を潜めて傍聴したという。それ以外の時間は吉本はたった一人で身調べし、師匠や信者たちは本宅の座敷に控えていた。離れで身調べしている吉本に雑談が聞こえないように配慮したのだという。

このように具体的に証言を聞いてみると、『内観四十年』などにも書かれていなかった身調べの様子の一面も明らかになってくる。

## 急がれる証言の収集

生きた人間の記憶は無常である。証言を頂いていた柳田鶴声先生、吉本キヌ子先生も去年、相次いで逝去された。関係者は時々刻々高齢化している。亡くならないまでも健康を害される事もあり、記憶自体の風化も無視できない。証言者の発掘、聞き取り、記録、公開が急がれている。

## 【学会だより】 内観医学会の現況と 第四回大会報告

信州大学精神科 巽 信夫

内観医学会は、川原隆造氏（鳥取大精神科教授）の呼びかけで、医療的側面からの内観研究を趣旨に設立され、様々なとりくみと検討を重ねつつ今日に至っている。その第四回大会が九月二十二日、日大精神医学教室主催で開かれた。当日の学術交流の模様、及び学会活動の現況を紹介させていただく。

一般演題は、不登校、家庭内暴力、摂食障害、強迫性障害、不安抑うつ障害、依存症といった今日的課題から自己内観体験を通しての内観療法研究といったテーマに至るまで、多彩であった。又、臨床セミナーでは具体的事例を介し、思春期心理臨床、精神分析、森田療法を代表される各コメントーターを招いての討論が重ねられた。いずれも内実を伴い、活発で学ぶことの多い集いであった。

なお、生物学的研究が専門である大会長の小島卓也教授自身、内観の効用に強い関心を示され、自ら実施された記録内観の臨床成果の発表は、医療界における内観療法の認知普及という面からも大きなはずみとなった。

次に学会の動向につき、字数の都合上、そのあらましを簡条書き的に述べる。

- 学術誌「内観医学」第3巻1号、発刊準備段階にある。
- 内観用語の解説シリーズを学術誌に連載していく。
- 広報活動として心医連加盟決定、及びホームページ作成中。
- 会員資格につき、より広い各層からの参加を検討。
- 学会認定医、認定心理療法士制度設置に向け、審議継続する。
- 平成十四年度事業計画として第五回大会を、九大心療内科（久保千春教授）で開催予定。

## 【各地だより】 九州内観懇話会 第十五回大会を開催

二〇〇一年八月二十六日、水前寺共済会館を会場に第十五回目の九州内観懇話会（池上吉彦会長）が開催された。その様子を編集部へ知らせてきた菊陽病院・生活療法指導員の上村慶子さんによれば、参加者は八十名余。菊陽病院の赤木院長をはじめ、職員が実行委員として活躍したとのこと。

プログラムは、昼食を挟んで、午前十時から午後三時まで行われ、午前中に日本内観学会の竹元隆洋会長による「現代人のストレスと内観―あなたのいのちと人生をよく生きるために」と菊陽病院の今村達弥医師による「アルコール症者の霊的回復支援における内観法の活用」と題する講演が聴衆を魅きつけ、予定の時間を一時間も延長したという。そのあとに続いて、三名の体験発表があった。その中のひとり、上村芳信さんは「煮ても焼いても食えない自分の発見」と題して、涙で声をつまらせながら自分を語ったようであるが、その会場には高校生の息子さんと妻の慶子さんが参加していて「改めて夫の偉大さ、すばらしさを感じました」と、その感想を述べている。また、アルコール依存症で入院していたO氏は、内観によって家庭崩壊寸前の状態から見事に回復したことを発表している。

そして、今回の懇話会で新鮮だったことは、熊本御船高等学校の内観クラブのみなさん（顧問の先生と生徒たち）が受付を手伝ってくれたことであり、会場には、若いエネルギーがみなぎっていて、参加者を喜ばせたようである。

九州では着実に内観が根を下ろし、見事に花を咲かせているようである。

## 第12回世界精神医学会横浜大会のご案内

【日 時】 2002年8月24～29日

【会 場】 パシフィコ横浜

1.レクチャー (教育講演) : 三木善彦 (大阪大学人間科学部教授)

2.シンポジウム「内観療法の国際化に向けて」

司 会 : 川原隆造 (鳥取大学医学部神経精神医学教室教授)

王 祖 承 (上海市精神衛生中心院長)

シンポジスト : 真栄城輝明 (内観研修所所長)

竹元隆洋 (指宿竹元病院院長)

邴 凤 卿 (天津市中医学研究院附属医院神経精神医学部部長)

肖 泽 萍 (上海市精神衛生中心教授)

3.ワークショップ「日本文化の中で生まれた内観療法」

司 会 : 川原隆造 (鳥取大学医学部神経精神医学教室教授)

洲 脇 寛 (香川医科大学精神神経医学教室教授)

演 者 : 巽 信 夫 (信州大学医学部精神医学教室助教授)

貫 名 秀 (鳥取大学医学部神経精神医学教室大学院生)

長 山 恵 一 (法政大学現代福祉学部教授)

一般演題の締切は12月1日です。内観療法を世界に発信する良い機会ですので多数ご応募下さい。応募の際は150ワードの英文沙録が必要です。何かありましたら下記までご連絡下さい。

〒683-8504 鳥取県米子市西町36-1 鳥取大学医学部神経精神医学教室内  
「内観医学会」事務局 松嶋香澄 TEL 0859-34-8107 FAX 0263-36-1772

## 第二五回日本内観学会大会のご案内

日時 / 平成十四年 五月十六日(木)・十七日(金)・十八日(土)

\*ご注意! 以前に報告済みの日程(五月二十五・二十六日)は変更されました。

会場 / 北海道大学 学術交流会館

〒060-0808 札幌市北区北八条西五丁目

TEL 011-706-2141

懇談会のみ / 札幌アスペンホテル (学人会会場まで徒歩二三分)にて催します。

〒060-0808 札幌市北区北八条西四丁目

TEL 011-700-2111

FAX 011-700-2002

## 総合テーマ / しあわせに生きるための内観

## 編集後記

教師や医師のような、その人の人間性が回りの大勢の人達に影響を与えるような仕事をしておられる方々には、是非内観を知って、体験して頂きたいものです。この内観ニュースが一人でも多くの方々に読んで頂けて、内観との御縁となるよう願っています。

®

## 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

奈良県大和郡山口市高田口町九一二

内観研修所

〒639-1133

TEL (0743) 541-1376

FAX (0743) 551-4755