



「生まれ変わった」日本内観学会

日本内観学会事務局 塚崎 稔

平成29年7月7日(金)～9日(日)に岡山市の三木記念ホールで第40回日本内観学会大会・第20回日本内観医学会大会が併催で開催されました。その席でかねてより両学会が準備をすすめてきました統合が正式に決定し、新たな「日本内観学会」が発足しました。新体制は、新理事長に堀井茂男先生(慈生病院)、副理事長に長山恵一先生(法政大学)、真栄城輝明先生(佛教大学)の三人の先生方が決定しました。事務局は塚崎稔(三和中央病院)が担当することになりました。

日本内観学会は、平成27年5月15日開催の評議員会でご報告、承認されましたように、平成28年度より日本内観医学会と大会を併催開催し、平成30年をめぐり両学会の統合をめざす方針で、両学会から統合委員を選出し、今後の日本内観学会のあり方を討議してきました。その中で討議されました主な議題は次の3点です。①本学会でこの10数年討議してきた学会認定資格制度の実施、②日本内観学会主催内観研修制度の具体案、③統合後の新組織体制と学会の安定的な運営です。

①学会認定資格制度につきましては、倫理・資格認定委員会(真栄城輝明委員長)のなかで、新たに「認定内観面接士」を学会が認定することが話し合われました。これは、時代に合った内観面接者のあり方を学会として示すことで、面接者が社会的な責任を持ち、内観者との信頼を得て、内観したい一般の方が安心して内観できることを保証するものです。そのために、②内観研修制度を具体的に実施していくことが条件です。面接者として最低限の倫理と内観面接技術を身につけていることは社会から求め

られる義務とも言えます。日本内観学会では、設立当初から事例検討会、内観面接実習等内観研修会が行われてきましたが、資格制度とリンクできていなかったため、研修システムとして確立されてこなかった経緯がありました。内観研修会につきましては、平成28年9月30日に開催されました評議員会で研修制度案を示しました。これは、研修を受けた会員が資格制度のポイントとすることで、認定資格を得ることができる制度です。具体的な研修実施案は、平成29年7月7日開催の評議員会ならびに同日行われましたパネルディスカッション「資格認定制度について」で、研修委員の塚崎より概要を提示いたしました。

この討議に先立ち、平成29年3月に突然、日本精神神経学会専門医制度委員会において専門医研修項目から「内観療法」を除外するという情報が入ってきました。内観療法は森田療法と同様に日本生まれの貴重な精神療法として日本精神神経学会で認められてきたので、堀井理事長、竹元前理事長以下、私たち会員にとって大きな危機に遭遇しました。今まで当学会で長年討議してきました資格制度や研修制度、更には内観療法のバックボーンを失うことになるからです。この点は役員執行部の迅速な対応と日本精神神経学会前理事長の小島卓也先生はじめ、内観に理解のある各方面の著名な先生方のご尽力で内観療法が研修項目として存続できるようになりました。これに伴い、「認定内観面接士」に加えて、「認定医師」「認定心理療法士」の3領域で資格制度を実施し、研修委員会で内観研修のためのEラーニングを含めた研修制度を来年から実施することとなりました。

今回私たち日本内観学会の役員は、あらためて各方面の先生方の日本内観学会への熱い期待を感じるとともに、新しい日本内観学会を後押しする機会と捉えて頑張っていきたいと思えます。そして、③これからの当学会の研修制度を含めた発展的な学会運営を実現するために、新役員の選出を統合委員会において検討しました。統合後の日本内観学会の役員は、常任理事10名(理事長、副理事長、事務局長の3役含めて)、理事19名、評議員23名、監事2名の合計54名で平成29年7月より新しくスタートすることとなりました。そして、平成30年度開催の第41回大会(真栄城輝明大会)から、新役員のもとで新しい日本内観学会が始まります。

このように、当学会の諸活動の充実をはかっていく上で、どうしても支出が多くなり、また会員数の減少から安定的な学会運営が困難となってきます。平成28年度の評議員会で承認されましたように、来年度より会員の年会費は「200円」とさせていただきます(学生会員は300円)。会員の皆様には大きな負担をおかけ致しますが、どうぞよろしくご理解の程お願い申し上げます。

「新たな序章を迎えた日本内観学会」



日本内観学会理事長 堀井 茂男
(慈圭病院院長)

第40回日本内観学会と第20回日本内観医学会の合同大会が平成29(2017)年7月8〜9日岡山市で開催され、両学会が改めて合併し、一つの学会「日本内観学会」として新たに出発することが承認されました。思えば、吉本伊信氏を顧問に、村瀬孝雄理事長のもと、昭和53年京都の御香宮にて第1回大会(三木善彦大会長)が開催され、会場が熱気で溢れていたことを思い出します。内観のさらなる利用、応用の拡大や臨床効果・効能の機序の研究、研鑽が論議されながらの出発でした。村瀬先生が十数年頑張り、内観の適用例数の増加とともに治療機序に関する知見の研究、それと共に一般企業や学校での内観の応用研究発表がなされるようになり、ドイツなど西欧、中国での内観の利用が拡がり、村瀬先生に次いで竹元隆洋理事長になり、巽信夫先生、そして堀井と引き継がれて今日を迎えています。日本内観医学会は、第21回日本内観学会の平成10(2000)年、内観の医療での応用のさらなる拡大を、と、故川原隆三先生(元鳥取大学教授)が設立されたものです。川原先生は、「内観医学第一巻一号」の「創刊にあたって」の中で、「約50年前に開発された内観法を、医療の場で研究し活用する目的で：創刊：。：内観療法の理論研究にあたっては：欧米の学説だけで解析することは困難がある：シルクロードの最終地である：この日本から世界に向かって発信：世界の心理療法としてその役割をになうことを念願する：」と記しておられます。そして、実際に、担当教室の病棟の一部を内観療法室に改変し、うつ病などの気分障害や神経症性障害の患者さんに適用し、精神医学の分野に内観療法をと大きな効果を収めました。吉松和哉、越野好文、人見一彦、小島卓也教授ほか全国の大学、医学臨床分野に内観を広め、同時に国際化を進められ、平成15(2003)年、第6回内観医学会を米子で担当(大会長)をされたときに国際内観療法学会を設立、第1回大会を開催されました。国際内観療法学会は中国、韓国内観療法家と

数年毎に各国で開催して行こうというもので、今も中国と日本で続いています。川原先生は、鳥取大学退官後、故郷の鹿児島県で開業し内観の普及を計画されておりましたが、肝臓癌のため、残念ながら平成19(2007)年に逝去され、学会は九州大学心療内科の久保千春先生が継承され、久保先生が九州大学総長になられた後、長山恵一先生が理事長を務めて今日に至っていました。

内観学会と内観医学会は、多くの会員が両方に属しており、もとより互いに協力してまいりましたが、両学会の歩み寄り、平成28年度より日本内観医学会と大会を併催開催し、平成30年をめぐりに両学会の統合をめざす方針で、両学会から統合委員を選出し、今後の日本内観学会のあり方を討議してきました。そして、内観療法を精神科医療に具体的に応用する発端を作られた奥村二吉先生の活動の場であった岡山で、今年、平成29(2017)年二つの学会は統合し、新たな出発をすることになりました。

新しい内観学会は幾つかの大きな課題を抱えて出発します。一つは日本で生まれた貴重な精神療法として、名前だけではなく、医学的な価値ある治療法としての確立、つまり学術団体としての学会になる必要があります。そのためには研修体制、学会認定制度をきちんと制定し、日本のそして世界に通用する精神療法の基本を確実なものにしていく使命があります。二つ目に内観学会設立当時から課題である、治療機序のさらなる解明と内観の効用の統計的な集積をしていくこと、三つ目に内観・内観療法の医療だけではなく、学校(教育)、企業(ストレス対策など)、よりよい生き方(生き甲斐)の獲得に結びついた内観の普及があります。四つ目は集中内観の体験に結びつく日常内観、簡易内観の工夫をしていきながらそれらを研修の中に組み入れて学び易くしていくこと、そして内観の普及・啓発を図ることです。これらを達成するには会員全員の力とエネルギーが必要です。改めて会員の皆様のご協力をお願いする次第です。

第40回を迎えた日本内観学会は、日本内観医学会のパワーを併せて、新しい序章を迎えることになりました。吉本伊信が成立させた内観・内観療法を村瀬孝雄、竹元隆洋、川原隆三、久保千春先生はじめ多くの先生に育てて戴き、私達(長山恵一、真栄城輝明両副理事長はじめ理事・評議員の先生方)が名誉会員や会員の皆様のご協力を得て、皆様と共に新たな道を切り開いていきたいと思っています。新たな序章の開拓、展開に向けて会員の皆様の参加、ご尽力、ご協賛を重ねてよろしくお願いいたします。

青木省三先生の

「人が繋がる」という感覚と、心理療法」

をお聴きして

NPO法人マザーリーフ

理事長 藤 恵子

40回目の大会テーマ、「さらなる内観の普及・展開を求めて―感動を届ける内観―に心が動かされ、地元「岡山」での開催という事で、使命的なものを深く感じての参加でした。青木省三先生のご専門は、思春期・青年期・発達障害などである事、専門著書や講演も多数です。内観療法・精神学などの著名人がつらなる今回の講演の中では、青木先生の6つの例題は理解しやすく、一般の日常内観実践者達に取って、近づきやすいお話でもありました。①関係を作る力 ②助けを求める力 ③情報を集める能力などは、他人と繋がるという体験や感覚の中で培うものだと言われました。

例題1、大学中退・引きこもりに対して、微かなうなづきの中の手掛かりとして話しかける。例題2、40歳の女性の混乱状態には、その人の話をとことん受け止める。例題3は、人の中にも繋がっていない孤独の苦しきから、身体を崩す問題には、一緒に悩みをとことん共有する。例題4の20代後半女性、統合失調症での孤独・孤立の問題には、孤独の辛さを共有する。例題5、不登校から慢性うつ、死にたい願望には、辛い体験を共に想像しながらねぎらう。事例6、40代後半男性・抑うつ状態に対して、傾聴者として、相手と丁寧に向き合うやり方を話されました。粘って聴き続けるなど、事例ごとに、面接者としての青木先生の人柄を感じました。内観実践者の青木先生は、例題6を通して、クライエントの過去を丁寧に想

像しながら寄り添い、「大変だっただろうな」と気持ち繋げ、親身になりながらも、冷静であり、相手との距離を一步づつ近づけること、と話されました。筆者が日頃から感じて居る事として深く共感できました。傾聴者が内観体験者で有って欲しいと強く思います。自分が何者でもないという謙遜さと、赦されながら、生かされている感謝の心は、内観でしか体験できません。私たちのNPO法人マザーリーフの内観目的は、普通の人々と共に、出来事に振り回されるのではなく、過去の見直しから、認知の歪み、とり違いなどに気づき合い、愛情の再発見を体験し合い、どんな状況でも生きる知恵を、分かち合いながら、感謝の心で満たされる生き方に育ち合う事です。解放された自由人として、内観法・内観道は普及して欲しいと強く願います。筆者のグループの強いところは、集中内観体験後、日常内観実践者同士、各10名程のグループとして、毎月テーマを決め、エンカウンターをしている事です。内観が私たちの核です。独自の展開として、8年続けているグループが、5つあります。日常内観エンカウンターは2グループ。絵本内観心理は3グループあります。その中の岡山刑務所受刑者に、月2回絵本内観講座として7年続いて居ます。いつか、その成果を発表出来る事を願ひ祈ります。一般の方々が内観に接し、生き方が楽になり、生き生きしている姿を、この8年間で沢山見せて頂きました。日常内観を続けながら、感動を届け合う小さなグループとして、特に、人に影響与える人々やリーダー達に、内観を体験して頂きたいと切に願ひ祈ります。今回、20名程の仲間が大会に参加しました。内観学会員の希望者も増えました。嬉しい事です。岡山には内観の専門家が多く恵まれていると言われています。諸先生方、よろしくご指導お願い致します。感謝の内
に・・・。



「仏教から生まれた精神療法：内観・内観療法と

マインドフルネス」をお聴きして

金沢工業大学大学院 貫井 慎也

クラーク・チルソン先生は、ピッツバーグ大学で教鞭をとっておられ、日本の文化や宗教に造詣が深い。そして集中内観を4度も体験されている。筆者は、4年前の日本内観学会和歌山大会の帰路、偶然クラーク先生と電車の中で1時間ほどお話しさせていただく機会を得ていた。その際は、諦観庵や身調べの話で盛り上がり、筆者は「米国にもこんな研究者がいるのか」と感銘を受けたことを憶えている。そのときから、ぜひとも先生のご講演を聴いてみたい思っていたが、今回その念願が叶った。母国語ではない日本語を、流暢に操りながらの講演はとても素晴らしいかった。

クラーク先生は、内観とマインドフルネスの異同を、歴史的観点から説明された。両者の共通点は、セルフコントロールの訓練法であること、そして仏教にルーツがあるが、寺院ではなく、民間から生まれてきたことである。相違点は、取り扱うのが「過去」か「今ここ」か、他者とのかわりか自己感覚か、判断や思考が必要か否かを挙げておられた。内観とマインドフルネスは、その開発過程で宗教性を排除してきたとはいえ、両者を「療法」として実践するならば、仏教から学べるものが2つあると、先生は話を続けた。

一つは、仏教的な瞑想法は大きく「止」と「観」に分けられ、互いに支え合う関係にあることである。「止」は呼吸法などを用いて、心を落ち着かせるための瞑想法であり、「観」は現実を正しく観察するための瞑想法である。「止」は「観」のための準備なのだ。臨床場面で用いられるマインドフルネス療法は、主に心を落ち着かせるために利用されているので、

「止」に近い。また内観療法が、思考の癖や歪み等の気づきのために利用されるなら「観」と同様である。したがって、クラーク先生は、マインドフルネスを内観の準備段階で利用できる可能性を示唆された。

もう一つは、仏教史上、瞑想を継続していくには仲間が必要であり、共同体の存在が大事であるとされている。だが、内観やマインドフルネスは一人で実践できると紹介する書籍は非常に多い。吉本伊信は、「集中内観は基礎訓練であり、日常内観が本番である」と述べたが、この日常内観の継続は大変難しいとされている。日常内観が続かない原因についてクラーク先生は、「一緒に内観を継続していく仲間が作れないからではないか。」と考察された。そして今後の内観実践において、定期的に集まる場や機会、および、参加者を増やす方法を再検討する必要性を示唆された。

この仏教から学ぶことができる2つのことから、クラーク先生は、米国の各地でマインドフルネスのグループ活動を実施している。また北米内観推進会も立ち上げられており、内観も継続的な小グループ活動をもっと行うべきだと力説された。

クラーク先生との出会いから4年の間に、米国では北米内観推進会が発足し、日本では自己発見の会が再始動したことは意義深い。自己発見の会は、内観経験の有無にかかわらず、広く一般の人達に内観を普及することを目的に発足された。現在、筆者を始めとする内観関係者の若手たちが、運営、および、活動をしている。

その昔、吉本伊信は日本内観学会大会に集まった人々を見て、「ここに来る時間を内観の実践に充ててくれたらいいのに」と述べたそうだ。また、「内観に同窓会はいらない」とも述べたようである。

米国と日本の其々の会が、継続して内観者の集まる場や機会を提供するのみならず、内観実践が伴ったものになるよう、筆者も努力していきたい。

North American Naikan Council © HP <http://naikan.world>

自己発見の会のHP <http://www.n-classic.net>

第39回日本内観学会・第19回日本内観医学会併催 大会特別講演

「柳田邦男先生『人生の文脈と内観体験』」

を拝聴して

東京福祉大学 佐藤 篤司

2016年10月1日・2日に行われた日本内観学会・日本内観医学会併催大会の特別講演として、作家・評論家として著名な柳田邦男先生（以下、「先生」とする）のご講演を拝聴した。

そのご講演の中で、先生が52歳の時に受られた集中内観での体験を語っておられた。先生が集中内観を受けてみようと考えられたその経緯は、先生の奥様とご息のご病気と関連したものであったようだ。ご講演の中では、その当時の先生が置かれていた状況のみならず、ご講演のタイトルにもあるように先生ご自身の生い立ちにも深く触れておられた。あのような大観衆の中で、ともすればあまり語りたくないであろう内容もあつたのではないかと思われるが、率直にご自身の姿を語っておられる様子にまず感銘を受けた。

先生の集中内観体験の中で、大きく学んだという体験について語られていたが、そのエピソードは非常に興味深かった。それは小学校6年生のころの修学旅行をサボったというものであった。もちろんそのサボりとは先生が仰っていたものの、その内容は決してサボっていたというものではなく、女手ひとつで子育てをしながら手内職をやり、経済的に不自由している先生の母親に配慮した結果として、お金のかかってしまう修学旅行に行かないという決断を先生がされたものであった。母親は「修学旅行に行け」と言ったものの、理由も言わず頑なに拒んだという。それは母親に迷惑をかけないで助けてあげたいという、子どもながらも健康な気持ちからの

ものであっただろう。しかし、それが集中内観をやっている最中にハッと思い当たったとこのことであった。自分がその母親の立場であったとしたら、それをどのように思うか、と。母親は、子どもが何で修学旅行に行かないのか、その理由もわからずに辛い思いをしたのではないかと思いがたつたというのである。これは「迷惑をかけたこと」だと。自分だけの思いで、いいことをやっていたと思いがついていたと感じ、人生の意味付けを大きく変えた体験であったと仰っていた。このエピソードは、まさに集中内観で起きる自己への洞察と認知の変容を物語っていると思われる。筆者自身も柳田先生が集中内観を体験された瞑想の森内観研修所にて集中内観を体験したことがあるが、同様の洞察的な体験をしたことがある。無論、先生の深い自己洞察には及びもつかないような浅いものであったが、そこでの体験の中では「今迄自分が見てきた世界、自分が見えていたものはなんだったのだろうか」と思えるほどの認知的な変化であった。こうした体験によって、その後の人生の意味づけが変化したというお話は、筆者の体験と照らし合わせてみても、深く納得のできるお話であった。

また先生は、この集中内観を体験した結果として「因果律思考からの解放」が起きたということも仰っていた。元来科学的なものに興味関心をお持ちであり、秩序立てて論理的に物事を考える癖があったという。こうした思考からの解放というのは、筆者も強く共感するものであった。恥ずかしながら筆者は、「感謝」を知的に理解していた傾向があった。すなわち、他者からこれこういうことをして頂いたので、それはありがたいことである、頭の中での思考による理屈付けで理解していたのである。筆者自身の集中内観の結果として、「感謝」とは理屈ではなく感情であると気付かされ、温かい被愛感と感謝の感情が自然と湧き起こってきた。こうした体験は、筆者のその後の心理臨床に大きく影響を与えていると考えている。

先生のご講演を拝聴しながら、筆者自身の集中内観体験や内観療法の知識を想起し照合していたが、その中で共感や理解できる部分も多かった一方で、筆者自身の知識不足と内観の浅さを痛感させられました。こうしてまた自身を振り返る機会を作ってくださいました柳田先生に深く感謝を申し上げます。

合同シンポジウム②を聞いて

上山法律事務所事務局 佐藤 静佳

「内観の原点と展開」をテーマに掲げた第39回日本内観学会、第19回日本内観医学会が平成28年10月1日から2日にかけて法政大学多摩キャンパスで行われました。会場となった法政大学多摩キャンパスは校舎が木々に囲まれる自然豊かなとても静かな環境で、都会の騒音から隔離されたそのキャンパスは、まるで屏風の中で自分を見つめる内観の様子と同じように感じられました。学会1日目は朝10時より日本内観学会、日本内観医学会それぞれの所属の諸先生方による研究発表が行われました。研究発表の内容からだけでなく、研究発表をされる方のバックグラウンドも多種多様であり、プログラムの構成自体からも今回の大会のテーマである「内観の原点と展開」を伺えるものでありました。本大会プログラム・抄録集の冒頭で本大会大会長の長山恵一先生・小野純平先生（法政大学現代福祉学部・人間社会研究科教授）は本大会のテーマをこのようにした理由として「心理療法として内観が今後さらなる発展をとげるためには、臨床応用と原点重視という車の両輪が大切だからと考えたからである」と述べられています。大会1日目の終盤に行われた合同シンポジウム②の「死に臨むことと内観」は内観の両輪の一つを為している「原点」についてより深く考えさせらる研究発表であるのだろうと心待ちにしていきました。

シンポジウムの第一演者でありました久永貴之先生は「死に臨むことと内観」緩和ケア医の立場からと題し、筑波メディカルセンター病院の緩和医療科において実際に行われた臨床現場でのがん患者のケースを入れ込みながらの発表となりました。がん治療現場において患者が抱くスピリチュアルペインに対して内観がいかに効果的かが述べられました。発表されたケースでは、がん患者が死を目の前にして内観をすることで家族に対し謝罪と和解することができ、それにより新たな家族型が見出され、家族との面会が増えた、またその人自身の人生に新たな意味を持たせることができたというものでした。この講演により緩和ケアとしてはもちろんの事、比較的まだステージの早い癌患者にも抗がん剤や放射線治療等の特性を踏まえると内観を治療と併用されることが広がることを個人的に期待をしました。

白金台内観研修所の本山陽一先生は第二次世界大戦時のドイツ・アウシュビッツの強制収容所の悲惨な状況をフランクルの著書「夜と霧」から取り上げつつ「死に臨むことと内観」について話されました。現代において多くの人がお金や欲しい・名誉が欲しいといったことを生きる目的としている一方で、アウシュビッツではその悲惨な状況にも関わらず政治的・宗教的関心

を持ち今日一日・今をどう生きるのかというのが目的とされていたとし、その違いは死を意識し考えられるかどうかであるということでした。生物としての「死」は体験できないものであり、概念としての「死」はこの世との別れの不安や恐怖を抱くことと述べた上で、「死」とはつまり生の問題であり、どのように生きたかを問うことで、生物としての死をも受け入れる準備ができる、そして、現代において死を意識すること、今をどう生きるかを問うことを内観を通して行うことで被愛感・過去を愛する力・未来への希望の獲得・絶対的価値観の獲得をすることができるとしその有用性を強調されました。

最後の演者でありました瞑想の森内観研修所の清水康弘先生も何故生きるのか人間共通の命題であるとしました。死を受け入れられるためには秘密や罪の意識をもつこと、永遠の命であると感じること、また生かされている自分を知ることが必要あり、偶然の死・必然の死を受け容れることで死という未知なるものへの不安を取り除くことができると話されました。発表の中で流された内観を行った女性の録音テープの音声からは、内観した前と後の違いははっきりとして聞き取れ、そこからは今この一瞬に生きるといふ人間共通の命題についての答えが導きだされたようでありました。この時間の質疑応答では内観することがすべての人の死を受け入れられると言いつつよいのかという質問がなされ、そこから「あの世」の話まで繋がりました。現在の科学では証明できないことを巡って討論される生きることの奥の深さ、また内観の今後についての大きな可能性を示唆した発表となりました。

死について望むことは、今、この瞬間どのようにして生きるかということであり、それに対して内観とは、してもらったこと、ご迷惑をおかけしたこと、して返したことを通して自分と見つめ合うことで新たな人生観・人生の目的が宿り、体験したことのない未知なる死をも乗り越えることができる、ということなのではないかと講演を通じて考えました。また内観を行うことは世代継承性という点においても死を控えた人にとつて、また残される人にとつても重要だということも共通して述べられていました。余談にはありますが現在筆者は法律事務所の一職員として人々の争いを日々見つめています。こうした人々にも是非、内観を行なっていただき「生きる」とは「死」という原点に立ち返っていただき心の落ち着きを取り戻してほしいと感じました。

今回のこのシンポジウムでは誰もが避けて通れない死について、原点に立ち返り改めて向き合うことの重要性を示唆しただけでなく、死を取り扱うことのできる内観の奥の深さ、また更なる可能性をも提示した「内観の原点と展開」という本大会を象徴するシンポジウムでありました。諸先生方、貴重なご講演をいただきありがとうございました。

(第39回日本内観学会、第19回日本内観医学会併催東京大会プログラム・抄録集)

「第二十八回内観療法ワークショップ in 沖縄」を終えて

沖縄内観研修所 平山 二元

平成28年、11月19日から20日にかけて、那覇市にある沖縄県男女共同参画センター「ていりる」にて第28回内観療法ワークショップを開催いたしました。沖縄で内観療法ワークショップを開催したのは平成10年の第10回大会以来で、実に18年ぶりの開催となりました。「内観ってなに？」初歩から学ぶ内観」と題して開催した今大会ですが、18年ぶりの開催ということもあって、沖縄県内の方々（特に若い世代）に内観というものを普及しようとの想いから、初歩的で分かりやすく、興味を引くようなプログラム構成にし、2日間で延べ200名以上の方々にお越しいただきました。

基調講演1・2は「内観入門」「内観の実際」と題して、白金台内観研修所の本山陽一先生、瞑想の森内観研修所の清水康弘先生にそれぞれ講演していただきました。全国の研修所の中でも多くの内観者を受け入れている先生方ならではの、論理的かつ実践的な立場からの講話は、実例も交えながら非常に分かりやすくお話しいただきました。今回のテーマでもあるように、内観に初めて触れる一般参加者の方々に大変好評だったと伺っております。

その後「それぞれの体験から」と題し、シンポジウム形式で5名の体験発表を行いました。発表者はそれぞれ家庭や生活に課題を抱えた中で内観体験や、精神科医・カウンセラー等の職能者の立場からの内観について発表していただきました。中でも眞眞悟嗣さん、洋子さんはご夫婦で登壇し、自身のアルコール依存による苦悩と家族に対する内観の発表、その夫を苦しみながらも支えてきた妻としての体験を語られ、聴講者の中には涙を拭う姿も見られました。

一日目の最後の特別講演は長田クリニック院長・沖縄内観研究会会長の長田清先生が「内観に求める癒しとは？現代の癒し」と題して、まさに内観が心の癒しになるということを分かりやすく講話して下さいました。ユーモアを交えながら客席との掛け合いもあり、会場全体が和やかな雰囲気

気で講演を進められ、近年話題になっているマインドフルネスと内観が結びつくような非常に興味深いお話でした。

二日目は会場を二つに分けて、「教育講演」と「ミニ内観体験」が行われました。教育講演では慈恵病院の堀井茂男先生が「治療と内観」というテーマで精神科治療における内観の実践と効果について話され、その後「教育と内観」というテーマで佛教大学特任教授・大和内観研修所の真栄城輝明先生がスクールカウンセラー時代の取り組みと、大学の授業で内観をテーマにした取り組みをお話されました。また、別会場のミニ内観体験では奈良内観研修所の三木潤子先生による内観体験が行われ、会場に入りきれないほど多くの方がご参加下さいました。

二日目の最後に「ゆんたく内観」（※沖縄の方言で「ゆんたく」とは「おしゃべり」のこと）では長田先生がファシリテーターを務め、参加者同士のグループセッションが行われました。教育講演の参加者、内観体験の参加者が相互に気づきの共有・落とし込みをし、さらにお互いの気づきから学べる事が多くあったようでした。

前回沖縄でワークショップを開催したのが18年前。当時は亡き父が事務局を担っており、18年越しに私が事務局をしている縁、目には見えない大きな支えを感じ、大変感慨深く思います。18年前と言えば私はまだ中学生で「内観」という言葉すら理解できず、家業を継ごうというとは微塵も考えていない年齢でした。そんな私が今大会の事務局として参加させていただき大会を無事に終えることが出来たのも、これまで内観普及の為に尽力してきた沖縄内観研究会をはじめとする多くの諸先輩方のお力添えのおかげです。また、速くはるばるこの南国の島国にお越し下さった全国の先生方、特に日本内観学会事務局の塚崎先生、馬場先生には一から事務局の仕事内容をご指導いただき、大変感謝しております。

これからは新しい世代への内観継承・普及に貢献していきたいと考えておりますので、今後ともご指導の程、宜しくお願ひ申し上げます。

今回は事務局・司会・進行をしながらということもあり、講演中に度々会場の裏方へ席を外すことがありました。講演を拝聴出来ず、具体内容を記述出来なかったことをお詫び申し上げます。

第二十九回内観療法ワークショップ in 大阪のご案内

【テーマ】「思いやりを育てる」 青少年育成

【日時】2017年9月30日(土) 12:00~18:00 10月1日(日) 9:00~12:00

【会場】ホテルアウイナ大阪(公立学校共済組合)

【主催】大阪市天王寺区石ヶ辻町19番12号 TEL:06-6772-1445

【後援】国際内観療法学会 日本保健医療行動科学学会 大阪府臨床心理士会

大阪府教育委員会 大阪市教育委員会 日本産業カウンセラー協会関西支部

【協力団体】ナラティブ研究会 大阪コスモスライオンズクラブ 大阪内観研究会

【実行委員長】榎木美恵子(大阪内観研究所所長)

【運営】大阪内観研究会(外国語・中国語・上田若菜 英語・仏語・榎木久実)

【事務局】大阪内観研究所(榎木道晴・榎木章人)

〒537-0013 大阪府大阪市東区大今里南6丁目14-15

TEL:06-6975-2131 Fax:06-6974-2139 E-mail:omcc@nonadline.jp

Url: <http://www.nonadline.jp/~omcc/>

【アクセス】会場最寄私鉄駅は近鉄大阪上本町駅(徒歩3分)

同駅まで関西国際空港よりバス55分 伊丹空港よりバス35分

会場最寄地下鉄は谷町線谷町9丁目駅(徒歩9分)

同駅までJR新大阪駅より20分

(新大阪より地下鉄御堂筋線難波まで15分、のち乗り換え地下鉄谷町線にて3分)

プログラム

(9月30日(土) 1日目)

12:30 開会挨拶 堀井茂男(日本内観学会理事長)

12:30 講演1「内観への招待」講師・本山 陽(白金台内観研究所所長)

13:20 講演2「育観内観」榎木美恵子(大阪内観研究所所長)

14:10 基調講演 ナラティブセラピー「自分史」中川晶(なががわ中ノ島クリニク院長)

15:10 個別内観実習(日本語面接・中国語面接) 集団内観実習(担当:大阪内観研究所)

伝統文化茶道(コスモスライオンズクラブ)

(10月1日(日) 2日目)

9:00 招待講演「青少年育成―社会に生きる」王祖承(上海交通大学医学院教授)

9:40 内観シンポジウム「親」司会:榎木美恵子

吉本清信「父母 吉本伊信・キヌ子」井原彰二「内観の師 吉本伊信」

真栄城輝明「吉本内観研究所を引き継いで」

11:20 音楽と講演「引きこもり支援」司会:みちる(ラジオ・パーソナリティー)

講演 美馬有規子「それでも私は生きていく」

音楽グループ「ネットバンド」Swing MASA 美馬千里 肥下千夏 込山直明

※Swing MASA:ジャズロック・ジャズ・ロック・米田永住権取得。大阪府よりプリムラ賞受賞。

引きこもり支援バンドを結成(2012年)して日米で活躍する。

第四一回日本内観学会・第七回国際内観療法学会

このたび第41回日本内観学会大会・第7回国際内観療法学会大会(実行委員長 真栄城輝明/佛教大学特任教授)が京都の佛教大学紫野キャンパスを会場にして、平成30年5月18日~20日の3日間に開催される運びとなりました。同会は日本内観学会と日本内観医学会が統合された、新生日本内観学会として初めての記念すべき大会となります。また、第7回国際内観療法学会も併せて開催されます。

総合テーマは、「こころの平安と社会―心理療法としての内観を考える―」を掲げました。メインシンポジウムには「内観の本質と多様性を考える」(仮)とし、特別シンポジウムには「中国の内観」(仮)を予定しております。

この他に特別講演、招待講演、教育講演、一般演題に加えまして、本大会では日本内観学会認定の内観面接士が初めて誕生し、その養成研修会(入門講座・内観面接体験、事例検討会)も開講されます。かなり充実したプログラムになると思いますので是非、来年の5月は佛教大学紫野キャンパスにお越しください。準備委員一同、お待ちしております。

日時 平成30年5月18日(金)~20日(日)

プログラム(予定)

学会認定内観面接士養成研修会(ビギナー・アドバンスコース)

メインシンポジウム「内観の本質と多様性を考える」(仮)

特別シンポジウム「中国の内観」(仮)

※講師及び演者は決まり次第、公式ホームページにてご案内します。

会場 佛教大学紫野キャンパス(京都市北区紫野北花ノ坊町96)

京都駅から地下鉄「国際会館」行乗車約12分、「北大路」駅

下車、市バス乗換約10分「千本北大路」下車、徒歩約3分。

大和内観研究所(実行委員長 真栄城輝明)

電話:0743-52-2579

FAX:0743-54-1376

メール: info@naikan7.com公式ホームページ: <http://naikan7.com>

(文責 橋本俊之/ふうや内観研究所)

広報編集委員

木村秀子(米子内観研究所)
田中櫻子(こころの相談室 DD 夙川)
本山陽一(白金台内観研究所)

原稿の送り先

〒108-0071 東京都港区白金台3-13-18 白金台内観研究所
TEL 03-5444-2705
FAX 03-5444-2706
E-mail zan25224@nifty.com