

自分をさがす 旅にしよう

# やすら樹

No.

83

2004 JAN.

特集・年のはじめに



発行 自己発見の会

## 内観とは



五十の児に 七十の母あり

この福 人間得ること まさに難かるべし

南去北来 人 織るがごとくなるも

誰ひとか わが児母の 歎びに如かん

頼 山陽※

※儒学者・歴史家 (1780-1832)

内観とは、身近な人々(母または母親代わりに育ててくれた人、父、配偶者など)に対する自分を見つめるために、①していただいたこと②してさしあげたこと③迷惑かけたこと、について、具体的な事実を過去から現在まで調べる方法です。

内観は新しい自己を発見し、人生をリフレッシュする自己啓発の方法として役立っています。

さらに非行、不登校、夫婦の不和、うつ状態、アルコール依存など心のトラブルに対する心理療法としての価値が認められています。

現在、日本各地やヨーロッパに内観研修所が開かれ、一週間の研修の世話をしています。また一日内観や二泊三日の短期内観、家庭や学校で行う記録内観などいろいろな形態の内観が開発され、内観法は新たな展開を見せています。

## 原点にかえる

自己発見の会会長  
北陸内観研修所所長

長 島 正 博

あけましておめでとうございます。

みなさまのお蔭で本会も発足以来はや十五年目を迎えることができました。心より感謝申し上げます。

この節目の年に、今一度その原点を振り返ってみたいと思います。

本会の発足にあたり、日本内観学会初代会長の村瀬孝雄先生が寄せて下さいました祝辞に次の一節があります。

「吉本伊信先生亡き後の正しい内観理解を周知させていくためにも、自己発見の会の意義は

日とともにその重みを増していくものと期待されます」

現学会長の竹元隆洋先生は「吉本先生が内観の生みの親なら、村瀬先生は内観の育ての親かもしれない」と述べられました。

現在、国の内外において吉本先生が確立された、いわゆる内観原法を応用した変法が多様に行われています。それによって内観のすそ野も広がっています。しかし、中には一変法を内観法そのものだと思い込んでいる人も増えているようです。また原法は時代遅れだという意見もあります。果たしてそうでしょうか。

村瀬先生は「内観研究三十年を振り返って」と題する講演の中で次の様に述べておられます。

「現在の学会の今の時点で私達は内観の原点、吉本先生が大切に育てられた原型としての内観というものを、しっかり確認し保存し後世に伝えて行く義務があるのではないかと思っております。これは何も西洋という意味ではなくて、

実は日本の中でも既に内観の様々のバリエーションというものが起こっており、現在の日本の文化に適應するように内観がある意味では変えられつつあるといえます。たとえば「へしていただいたこと」に重点をおいて「迷惑をかけたこと」は余り調べないといったように、吉本先生の強調されたこととは反対のことも起こっています。それはそれで意味があるかもしれないませんが、やはり本来の内観はそうではないというところもしっかり確認しておく必要があるかも知れません。これは将来のために非常に重要なことではないかと思えます。—— 中略 ——

私は内観というのは、これから探索して行く未知の世界、未知の問題が非常に豊かに隠されている、いわば発掘を待っている金剛石（ダイヤモンド）の原石が無尽蔵に隠されている宝の山だと言いたいわけです」

村瀬先生はこの講演の後、一年も経たない内にお亡くなりになりました。

文化庁長官の河合隼雄先生（日本臨床心理士会会長）と共に日本の臨床心理学の草分け的存在であった村瀬先生の遺言ともいうべきこの言葉を、私達は重く受け止めねばならないのではないのでしょうか。

私自身は内観の世界は逆三角形の様なものだと考えています。逆三角形の一番下の頂点に在って内観の世界を支えているのが原法です。内観のすそ野が広がり、底辺が大きくなればなる程、内観に縁のある人が増えて行くわけでありがたいことです。しかし、いったん原法を失えば、内観の世界は崩壊してしまいます。

私は吉本先生から直接教えを受けた者の一人として、この原法を次世代に伝えるパラボラアンテナの様な役割を果たしたいと願っています。ただ大変性能の悪いアンテナなので、正しく伝わるかどうか、甚だ心許ないかぎりです。

本年もご教導の程、何卒よろしくお願い申し上げます。

## 読書の楽しみ

白金台内観研修所 本山陽一

あげましておめでとうございます。

我が白金台内観研修所も一九八四年に名栗の里内観研修所として開設して以来、今年の三月で丸二〇年を迎えます。振り返ってみれば、ここまで続けてこられたことが不思議で不思議で仕方がありません。考えれば考えるほどそう思うのです。

人の出会いに恵まれたことは確かです。今想い出しても、この二〇年間出会った人々の中に嫌な記憶を抱かす人は一人もいません。これは私にしては奇跡的なことです。たぶんこれも内観に従事していたからだろうと思っています。

内観という特殊な世界が、世の中の生存競争とは違う人生を私たちに与えてくださったのでしよう。いろいろな人々にお世話になりましたが、中でも吉本伊信先生、正信先生親子には二代にわたり本当にお世話になりました。伊信先生は今でも私の生きる指針であり、正信先生には後ろから私たち家族を支えていただいております。まさにおんぶに抱っこ状態で何のご縁か不思議でなりません。

二〇周年といっても、もともと不精で派手なことが苦手な私たち夫婦のことですから、特別なイベントをやる予定もなく、今年もいつもと同じような一年を過ごすことになりそうです。

私は今から二四年前に内観に出合ってからというものの、どういうわけか内観に関する本以外はあまり読まなくなりました。たぶんそれは内観を体験してからはいろいろなことを観察したり、自分で考えたりすることのほうが楽しくなってきたからだろうと思います。ところが最近

また本を読みたくなくなり、二〇年ぶりぐらいにいろいろな本を買って暇を見つけては読むようになりしました。その読み方は若いときのように知識を得ようとして一気に読むようなものと違って、ゆっくり本当にゆっくりと一文字一文字を味わい、愉しみながら読む読書です。これが実に愉しいのです。一行読んだら他の用事をして、暇ができたなら又読むといった具合です。一冊を読み終えようという意志もなく、極端なことを言えば読んでも読まなくてもいいやと思いつながら言葉を拾っていくのです。だから一冊あればしばらく愉しみが尽きません。

そういつた本の読み方でも思いがけない出会いを体験します。最近は『夜と霧』で有名な精神科医ヴィクトル・フランクルとの出会いです。若い頃に『夜と霧』を読んだことはありましたが、今回ふとしたことで彼の著作を読み始めて驚きました。私が内観で気づいたことと同じことを彼はすでに五〇年ぐらい前に書いてい

たのです。西洋人でも内観の本質と同じことを感じている人がいたことに私は感激し、彼の著作を読んでいる間中共感と興奮の時間の中にいました。そして、精神と心理の違いを感得させていただき、長い間わからなかったことを一つ自分の中で整理させていただきました。

また、最近のベストセラーになっています養老孟司氏の『バカの壁』も面白かった本の一つです。自分の体験や訪れた内観者さんを見ていて常々内観は意識の世界を拡げる効果があると思っていましたので、この本を読んで内観は、「バカの壁」を一つ一つ壊していることだと思わせていただきました。そして何よりも私が参考になったのは、養老氏の学問に対する姿勢です。この未知の世界に対する姿勢に私は大きく刺激されました。今年も内観者さんのお世話をベースとした生活だと思えますが、秘かに今年の私はちよつと違う……かも、と愉しんでいます。今年もよろしくお願い致します。

◆特集—年のはじめに◆

# 真の幸せ探し

瞑想の森内観研修所 清水 草 露

皆様、あけましておめでとございます。

今年も、瞑想の森は、厳寒の中、内観者の皆様の、静かにそして厳しく内心を問う気迫に充ちて、新年の夜明けを迎えました。

お一人お一人の内観が、新たな歓びに溢れた人生の幕開けになりますよう、心から願って止みません。諸々の事物、関わってくださる皆様に生かされて、お陰様で私も、また新たな年を迎えさせていただくことが出来ました。有り難うございます。

温かい家族に囲まれ、内観者様に囲まれ、もったいないような有り難い日々を過ごさせていただけいておりますことは、最悪最低な根性がな

かなか直らぬ私のような者にとりましては、何とも不可思議な、奇跡とでもしか思えぬ歓びでございます。欲深く「このままの日々が続いて欲しい」と願っておりますが、そうは問屋が卸さないのですねえ。

歳を重ねていくにつれ、出来ないこと・親しい方との別れが増えて参りますことは、火を見るより明らかです。そして、ついには、私自身全てと別れる日も必ず参ります。その時々こそ、自身の「内観」が問われることでしょう。

面接をさせていただく度に、また日常の様々な場面で、「おまえはどうか」と刃の切っ先を突きつけられ、身の縮む思いをしております。内観を重ねて重ねて、出来ることなら喜んで明日来るかも知れぬその時を迎えたい、大きな夢ながら切に願っております。

内心の探求は、自身の「真の幸せ探し」に他なりません。今年も一人でも多くの方が内観され、幸せになられますようお祈り申し上げます。

◆特集―年のはじめに◆

## 非婚・少子化

内観センター 吉本 正信

結婚しない人・結婚できない人の中に、独身より結婚した方が得か損かと考える人がいます。損得で結婚を決めることができるのでしょうか。

惚れた相手が喜んでくれることが嬉しい、得ることよりも与えることが先にある、損得を離れたところにもっと大事な価値がある。親世代がそういった価値観を示すことができないければ、子世代は理解することができない。損得で結婚して、要求し合う生活が幸福である筈がない。

「私は幸せになる係」「あなたは幸せにする係」という夫婦関係では長続きしない。自分は相手に何をしてあげたいのか。お互いに「相手を幸せにする係」でなければ長続きしない。

「して欲しかったのにしてもらえなかったこ

と」はいつまでも覚えていのに「してもらったこと」はすぐに忘れてしまう。「して返したこと」は忘れずに覚えていてその何倍もある筈と勘違いしている。本当は「してもらったこと」は多く「して返したこと」は少ないのに、そのことに気づかず「まだ足りない」と要求して不幸になっている。客観的に事実を事実として観ることができ、「足るを知ること」ができれば、毎日を幸せに暮らすことができると思います。

少子化も、損得を離れた価値観の欠如が本質的原因であり、経済的補助・援助がないことが原因ではない。「自分達の子供が欲しい・育てたい」という気持が先にあり、自分達にできる範囲で精一杯のことをすればいいのである。

親世代が「結婚して幸福であること、子供を授かって幸福な家庭を築くことができたことに満足していること」を子世代に示すことが、根本的な非婚・少子化対策であり、子世代への責任でもあると思います。

◆特集—年のはじめに◆

## いのちの感動

「やすら樹」編集長 市川 富雄

道ばたの土めづらしやお正月

一茶の句ですが、ひかえめな言葉の中に、新年を迎えた喜びがこめられていて、かえって強い感動が伝わってきます。

ところで、お正月の喜びというものが、昔にくらべて、今の子どもにあるのだろうか、ふと考えてしまいます。新年になって年齢が一つふえることもないし、お飾りやお雑煮という風習もかなり簡略化されてしまい、お年玉だけが喜びなのでしょうが、戦前世代の者としては、去年から今年への時の流れのなかを生かされてきたことに感謝し、いのちのふしぎを思いま

す。一茶も初日出に輝く足もとの土の中に、自

分と同じいのちの躍動を感じとったのでしょうか。

いのちとは何か、と考えてみます。人間の終末期の心身の変容として、①肉体の苦痛・②意識（心理）の苦悩（恐怖・悔恨）・③死の受容（死後についての思念）の三つのプロセスがあると考えられています。人はターミナルにおいて、真剣に自己を見つめ、いのちについて考え、その人なりの悟りに到達するのでしょうか。つまり、①と②において「肉体のいのち」（意識も肉体の機能と考えられる）、③において、「自己のいのちは目に見えない大きなもののいのち（宇宙のいのち・大生命）によって存在している」ことに気づき、死後には大生命と一体化するとの確信を得て、死を受容し、真実のやすらぎを得ると考えます。まことに、人間は、「死をとりつめる」時に真実の自己を発見するのでしょうか。究極の時まで自己発見の旅は止むことがないのです。

※

ここで思い起こされるのは、奇跡の人と讃えられているM・ガンジーが、『自叙伝』に記している次の文章です。(蠟山芳郎訳『自叙伝』)

わたしはこれまで深い自己省察を続けてきたし、徹底的に私自身を調べまわった。あらゆる心理的な場面も検討し、さらに分析してきた。それでもなお、そうして得られた結論は、とても、これでもう決まったとか、これでまちがいはないとか、主張できるものではない。しかしわたしは、たった一つ言っておきたい。それはつぎのことである。

すなわち、わたしにとって、それが絶対に正しいと思われ、しばらくは最終的のものであるとも思われることである。

文中の「深い自己省察」とか「私自身を調べまわった」などの言葉から、内観のイメージを強く受けますが、更にその結果「絶対に正しい」という自己肯定の確信となるのですが、それは「しばらく」のものであって、やがて次の内観

が誘発されるという、日常内観のダイナミズムがみごとに書きこめられていることに驚きます。

ガンジーにあっては、今日、表看板のように言われている不殺生・非暴力は単に独立運動のための戦術として考えられたのではなく、内観的省察の結果、生まれた謙虚さや博愛、言い換えればすべてのいのちあるものへの優しさが、銃口の前に無抵抗で立つ不転の行動となったと思われ、いのちのふしぎな発現に驚嘆します。

※

卑近なニュースの中にも、心打たれることがあります。イラクの戦場で「英雄」とされた米軍の女性兵士が、「私は一発も撃たず、おびえていたのに英雄にされた」と真実を告白したTVを見て、その勇氣ある発言に驚くとともに「人間は虚偽に耐えられない。真実の自己を求める以外に生きようがないのだ」と深く共感しました。新春を迎え、内観によるいのちの感動の益々の高まりを慶賀し、ブラヴオー！

## 中国から韓国、そして大和へ

大和内観研修所 真栄城 輝明

まるで演歌のタイトルのようであるが、表題のフレーズには、少しばかりの説明が要る。

昨年の一〇〇三年十月十日から十三日まで、第一回国際内観療法学会（川原隆造会長）が鳥取で開催された際に、中国と韓国のゲストを迎えて晩餐会があった。

その宴席で司会を務めることになった筆者は、皮切りの言葉に頭を痛めた。両国のゲストに配慮しつつ、しかも内観療法学会にふさわしい言葉を探そうと思ったからである。

会場へ向かうバスの中で考えようと思っていたのだが、話しかける人がいてそれどころではなかった。ついにバスは会場に到着してしまっただけというのに始めの言葉が見つからない。

会場となったホテルのロビーで、思案のさなかに背中を叩かれて振り向いたところ、韓国からのゲストが筆者に挨拶してきた。

「カムサ ハムニ ダ」（ありがとう）

晩餐会の招待状へのお礼であった。

「カムサ」は「感謝」の韓国訛りである。

今は韓国語になっているが、元々は中国語の漢字を輸入した言葉なのだ、と傍らの中国からのゲストに気を遣ってのことだと思いが、韓国のゲストがそう解説してくれるのを聞きながら、柵から牡丹餅とはこのことだと思いつつ、その言葉をありがたく頂戴して、冒頭にこう述べた。

「内観のキーワードのひとつに、『感謝』という言葉があります。それは、元々は中国語のようですが、韓国に輸入されて『カムサ ハムニ ダ』という韓国の大切な日常語になりました。そして、その言葉は大和（唐時代の日本の異称）へきて、内観のキーワードになりました。中韓両国の皆様に感謝を込めてありがとうございます」と。

ところで、大和と言えば奈良の別称でもある。

そして、奈良という言葉はどうやら元々は韓国語で「国」という意味であり、かつて韓国からの帰化人が奈良に居を構えたとき、自国を思っ  
てそう名付けたのだ、とその韓国のゲストは酒が入ってますます饒舌になった。

さて、宴たけなわというのに、おそらく、学会会期中の宴会ということもあつてか、ゲストの話は、突然、学会調になって、「内観が目指す人間像はあるのか？」などと訊いてくる。

まさにシンポジウム（饗宴）であつた。

それには拙著『こころの不思議』（朱鷺書房）で述べたように、「中国の達磨大師をかたどつた『だるまさん』がそれです」と応えた。「たとえ人生の荒波に幾度となく倒れて転んでも起きあがることが大切」と説明し、納得して貰つた。

その達磨からの連想が發展し、以前に読んだ『人麻呂の暗号』（新潮社）の中から筆者が興味を引いた内容を紹介した。

「だるまさんがころんだ」という遊びがある。子どもの頃よく遊んだが、遊びの内容とかけ声がどうもしつくり来ないと感じていた。

ところが、その本を読んで目から鱗が落ちた。中国禪宗の始祖、菩提達磨は面壁九年、壁に向かつて九年間座し、悟つた。座り放しの人が転ぶというのは変だ、と思つていたら、「コロオnda」というのは韓国語では「歩いている」という意味だということではないか。

神妙に座禅を組んでいるはずの達磨が、急に歩き出したとしたらどうだろうか。誰だつて驚かすにはいられない。それを見た人もびっくりであるが、見られた達磨の方だつて驚いたに違いない。この遊びもおそらく韓国から大和に伝わってきたものだと言者藤村由加氏は言う。

話しは飛躍するが、内観のルーツもまた中国や韓国に違いないと思つてしまった。

そうやって考えると、今後、内観は親元の彼の国で相当に發展しそうな気がする。

## 医療と内観 (第十七回)

富山市民病院精神科

吉 本 博 昭

### 一期一会の心

トム・ハンクスが主演しアカデミー賞六部門を受賞した「フォレスト・ガンブ 一期一会」を視聴されたことがありますか。心身のハンディキャップを負ったガンブが、数奇な運命をたどる話で、走ることに目覚め、フットボール選手で活躍してケネディ大統領から激励され、軍人としてベトナム戦争に出征してその功績で大統領から榮譽勲章を贈られ、卓球選手となり世界選手権大会に出場、そしてエビ採り船の船長になり大成功をおさめたアメリカン・ヒーローの話である。ここで疑問なのは、邦題の副題と

してなぜ一期一会が選ばれたのでしょうか。

一期一会（いちごいちえ）を調べると、二つの説明があり、一つは茶会に臨む際には、その機会は一生に一度のものとして心得て、主客ともに互いに誠意を尽くせ、の意で一生に一度だけ出る茶の湯の会。もう一つは、一生に一度だけの機会で、一般には後者の意味がよく使われます。

この語句は、井伊直弼による茶道の奥義を著した「茶湯一會集」の巻頭に出てくる言葉で、後世に茶道から離れて人生の名訓となった訳ですが、単に一生に一度だけの機会という意味だけでなく、その裏に誠心を傾けて物事や人生への取り組みが隠れているのではと思うのです。その意味では、ガンブが素直な心でその時、その時の機会を誠心をこめて生き抜いた生き様に感動して副題を加えられたのだと思います。

さて、北陸で定期的に開催される通称「さわやか会」の席で、北陸内観研修所の長島正博先生より、森川りうについて聞く機会がありました。森川りうは、内観の創始者、吉本伊信の妻

のお母様で、内観の求道者でもありました。吉本伊信は、もつとも内観が深い人は森川りうと述べています。このりうが内観と出会い、まさに一期一会の心で生き抜いた人ではと思つたのです。りうの没後にみつかった、雑記帳に書き残された「道のうた」というのがあります。一文を紹介しますと、

これから通る

今日の道 新しい道

通りなおしのできぬ道

苦しいことから逃げていると

楽しいことから遠ざかる

(中略)

ああして

こうして

計画満点

実行せぬは玉に傷

(中略)

豊かだから与えるのではない

与えるから豊かになる

笑顔でお早う

感謝でお休み

希望と感謝と反省の日を重ねつつ

我が生涯を意義深く

紙面の都合で全文を紹介できないのが残念ですが、平易ながら内観の神髄が書かれています。素直で誠意を持って生きたいと考えているのですが、それに合致した行動がなかなかとれないのです。私のような人間には、りうやガンプのような生き方は難しそうです。

最後に、私の診療場面で一期一会の心が取り入れられているかといえますと、五分診療になりがちな日常医療の中では不十分です。ただ、いつもという訳にはいきませんが、患者さんや家族の方にその心で臨まなければならない機会を見逃さない、そんな医師になりたいと思うこの頃です。

◆伯耆の国から 41◆

## 韓国で思ったこと

米子内観研修所 木村 秀子

二〇〇三年十月に米子で開催された第一回国際内観療法学会に韓国から参加された四人の方が、米子内観研修所の見学に来て下さった。施設を一通りご案内した後、研修所の一室で内観についての話が始まった。と言っても、ほとんどが韓国の方からの質問に、私と、その時一緒に見学に来ておられた滝野功先生、上野ミユキ先生の三人がお答えするという形で、次から次へと出てくる質問に韓国の方々の内観に対する熱意や意気込みがひしひしと伝わってきた。

毎年一回、日本内観学会から発行される『内観ニュース』の「海外だより」というコーナー

に、今年は「韓国への内観普及の第一歩」という記事が掲載され、それによると、大和内観研修所の真栄城先生達のご尽力で、韓国にも内観の普及が始まったということである。

実は私達も数年前より韓国の方々との交流を始めていた。事の起こりは数年前、主人の知合いのインド人医師から、ソウルでヨーガ療法講演をしたから手筈を調べてくれないかという連絡が入り、知人の韓国の方にご協力をお願いして何とか講演会の開催にこぎつけたが、土壇場でインド人医師からソウルには行けなくなったと連絡が入った。今更中止というわけにもゆかず、主人がスケジュールを調整して代わりに講演したのがきっかけで、それ以後、ヨーガの日韓交流が始まったというわけである。特に韓国ヨーガ教師連盟会長のチュング・ガンジュさんとは幾度かお互いに往き来しており、今年の十月末にも主人と私を連盟の大会に招待して下さい、主人にはその大会で講演して欲しい

との連絡が入っていた。

大会前日の夜七時関西空港発、九時ソウル着の便で行くことになり、搭乗手続きを済ませ六時半頃には待合室に入ったが、一向に搭乗案内がなく、聞けば飛行機の整備に時間がかかり出発が遅れるとの事。仕方なく待っていたが、八時になり八時半になっても出発する気配がなく、このまま飛ばないということになったら翌日の講演には間に合わなくなるかもしれないと心配していると、二時間遅れの九時にやっと出発することになった。二時間かかるところを一時間半後の十時半にソウル到着、急いでタクシ―に乗って十一時半頃ホテルに着いた。

私達がタクシ―から降りるとホテルのロビーから顔見知りの連盟の事務長さんが飛び出してきた。聞けば、会長のチュングさんは私達を出迎えるために空港に行かれてまだ空港にいらっしやるとのこと。すぐ電話で私達がホテルに着いたことを知らせ、もう今日は遅いので挨拶は

明朝にということになった。私達はまさか翌日に大会を控えた会長さんご自身が空港まで出迎えて来て、一時間半も遅れた飛行機を待つて下さっていたとは夢にも思わず、出迎える人達の方を見ることもなくさっさとタクシ―に乗り込んでしまったというわけである。

主人の講演も終り、帰りの飛行機便の関係上大会の途中で失礼させていただくことになったが、沢山の関係者の方々が私達を見送ってくださり、これまた沢山のおみやげを次から次といただいて、またの再会を約束してお別れした。

主人と共に海外に講演に行くことは時々あるが、出迎えや見送りの時など隣国韓国の人ほどの情を感じることはない。それに韓国の方々と一緒にいると、一昔前の、まだ日本人が思いやりや礼節や心の豊かさを十分に持っていた頃の人情味を感じるのである。こういう元々内観的素地のある韓国の人達の中に内観がどんどん普及してゆくことを期待している。

## 今までの人生で最大の転機

瞑想の森内観研修所

清 水 草 露

今回は、最近集中内観された方からいただいたお便りを載せさせていただきます。

彼は、経営コンサルタントです。ご自分で選んだ転機に臨み、内観を体験されました。

先週は本当にお世話になりました。

東京に帰ってすぐにでもご連絡を差し上げるつもりだったので、職場に戻ったとたん雑事に追われまして、御礼が大変遅くなってしまいましたこと、お詫び申し上げます。

東京に帰る道すがら電車に乗って風景を眺め

ていたのですが、世の中が、とても自分を優しく迎え入れてくれているという、これまで持ったことのない感慨にふけておりました。

職場の同僚や上司にも、特に内観に出かけたというようなお話はしていなかったのですが、月曜日に辞令を受けに出社しましたところ「どうしたの？ 顔が妙に優しげで澁刺としているねえ」と人事部長に言われました。「そんなにうちの会社イヤだったのか？」とも言われまして、あわてて否定した次第です。

あらためて東京に帰りまして、私は世の中や他人を見る目が変わっている自分に驚いております。時間があまり取れないので、朝の通勤電車の中で、日常内観（のよなもの）を繰り返してはおりますが、常に意識のベクトルが上に向いている自分に愕いております（とはいっても、柳田先生のように、電車の中で手を合わせるといふことまでは、できないのですが…）。今回、コンサルタントという仕事を辞して、事

業会社の営業企画の仕事に就きますが、内観をコンサルタントになる前に受講していれば、もっとよい成果、クライアントの為の仕事ができたのではないかと考えたりもします。

経営コンサルティングという仕事は、冴え冴えとした頭の切れや最新の経営理論をクライアントに教えるというだけでは納得していただけません。コンサルタント側に、「人間的な温かみ」がないと、クライアントは安心してこちらのプロポーザルを受け容れられないのです。

経営者は経営戦略立案のみならず、リストラなど社員の生活に関わるシビアな提案をも受け容れるか否かという判断を迫られます。それを伝えるコンサルタントに、計算高く人間味のない冷徹さしか見えなかつたら、経営者はとても、高額な費用を支払い、自分がその実行者になるという覚悟は持てないと思うのです。

しかし現在のコンサル・ファームにおける研修制度は、いかに経営理論や論理性を構築する

か、あるいはディベート能力を上げるか、といった点ばかりに注目して研修を行っておりません。私もこの五年間に、高額なそのような研修を何十と受講しました。しかし、そのようなものは、実は本屋へ行けばいくらでも揃っており、ますし、仕事を通じて自然に学べていくものです。

それより私はもっと人間的な内面性を、コンサルという仕事を完遂する為に磨く必要があるのではないかと思いました。現状、企業の経営企画部などには欧米の大学のMBAホルダーも大勢おりますし、経営理論に関する専門書も必要ないほど出版されている状況下、従来型のコンサルティング内容を、ただありがたがる経営者も少なくなってきました。

これは日本の事業環境にとっては本当はよいことなのですが、そこで簡単にお金になるITソリューションに手を出すコンサル・ファームも増えました。

なので、今後戦略系のコンサルティング事業を継続していくためには、本や理論では学べない、経営者と接する為の「人間性」を磨いていかないことには、組織として生き残れないのかもしれない…。とそう思い始めているところで

です。実はうちのファームの研修担当者  
と社長に、事例も交えて内観のことをお伝えしました。興味は持っていたらいて、ホームペー  
ジなどもチェックしているようです。ただし、  
「自分から受講するという最低限の意思が無ければ、あまり効果は期待できないかもしれない」という旨も伝えておきました。

長々と書いてしまいましたが、これまでの私の人生には様々な転機がございましたが、先週一週間ほどの転機はありませんでした。本当に感謝しております。

常に今と未来に全力で向かい合うという姿勢を、たまには休むことも必要でしょうが絶やす

ことなく続けていきたいとそう思います。  
本当にありがとうございます。

集中内観は基礎訓練  
日常内観こそが本番

①

(内観日めくりより)



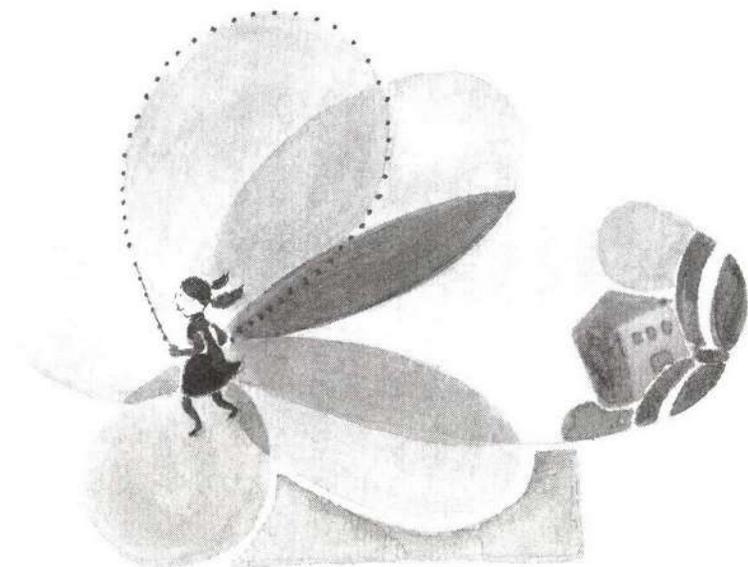
# 池上吉彦 湯の里分校の内観者たち(77)

めったに校長先生の来られない分校の校長室は、来客の応接室であり、生徒たちの相談室でもあります。今日は、集中内観の済んだM美とI先生が話をしています。

I先生は、こんなに生き生きと笑みを浮かべて話すなんて、内観前には考えられなかったなあ、と眩しい思いでM美に向かっていました。M美は言いました。

私は、父母から解放されて、自立して自由になりたいといつも思っていました。その自立する力を得たいと思って内観しました。

私の家は、ほとんど年子で七人の子どもができて、その一人一人を父が母に「墮ろせ」と言ったということを聞いて、私は不要の者という思いが離れなくなり、そのために母の愛情を異常なほど求めたので、幼児期に兄が重い病気で入院したとき、兄のことばかり世話をする母をこつちにむけようと、病気の振りをして幼稚園を休んだりしました。また、よその人が何番目のお子さんですかと聞き、母が五番目ですと答えると、私は番



号でしか呼ばれないんだと思って死んでしまいたいと思つたものです。そういうことをいっばい思い出してゆくと、自分が、嫉妬深く、僻みっぽく、大変な欲張りに見えてきました。入院の子を心配するのが当たり前で、何人目と聞かれれば五番目と答えて当然です。曲がった感受性だなあと我ながら呆れました。

それと父のことですが、幼稚園のとき、縄跳びができなくて自分でお父さんに頼んで教えてもらったことがありました。一日中つきあつてくれて跳べるようになって、翌日一位になりました。私のために大切な休養の時間を使つてくださったことは忘れて、母から聞いた言葉だけで父を悪い人と決めつけて、恨むために、父のしてくれたことは意識の奥に皆しまいこんでいました。そして最も驚いたことは、養育費を調べたときでした。私一人にこんなにお金を使つたんだから、七人の子どもにすつごくお金が要つて、父は必死で働いたんだなあって、感謝の念が湧きました。

父に感謝するなんて思つてもみませんでした。母にも周りの人、皆にも感謝することが自立の始まりという気がしています。

I 先生は、今日も思う。内観つてすごい！

(筆者は元高校教師)

