

自分をさがす 旅にしよう

やすら樹

No.

10

1991 NOV.

特集・第1回内観国際会議

発行 自己発見の会

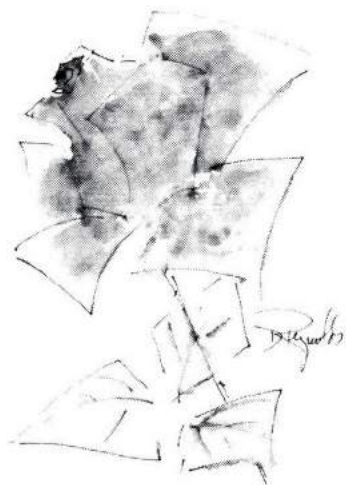


何も成し得なかつたけれども

己をみつめ 人生を考え

人間そのものを深くみつめた人は
尊敬されるべきである

吉田 弦二郎



内観とは

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
自分を調べるために、①していただきたいこと
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。

世界に内観の泉、湧く

・「やすら樹」編集長

市川 富雄

第1回内観国際会議の感動

はじめてのものとなる内観国際会議は、合掌づくりのやすらぎを感じさせる新装なった青山学院大学国際会議場で開かれた。

開会十分前に会場に入る。ブラインドをおろした和やかな照明の光の中に、宇宙感覚のBGMが流れている。そこにもここにも、遠来の客人の姿が見られ、静かな緊張の中に、世界が一同に集い会った華やかさが漂う。ひとりひとり、胸に熱い思いを抱いて待ち望むうちに、いま、午前十時十分、国際会議は始まった。

石井光大会長の挨拶は、参加者の母国、五カ国語の言葉で始められた。

つづく第一声——「吉本先生の夢が、いま更なる一步をすすめようとしています」

吉本伊信先生の内観の姿がスライドで上映され、冥福を祈る黙とうののち、「ただいまから第一回内観国際会議を開催いたします」の開会宣言が行われた。

F・リッター氏がオーストリアで内観研修会を開いたのが一九八〇年、D・レイノルズ氏がアメリカで内観セミナーを開いたのが一九八七

年、その後つぎつぎと世界各地に広まった、この十一年間の歩みの尊さを思う。

「はじめて井戸を掘った人」を中国では生涯の友とするというが、内観の井戸を掘った世界の友が、ここに集い、その喜びをかみしめている。井戸は更に深く、また、その数は増え、幸福の水をもたらし続けるだろう。

□ □

すばらしい会場の機能に応えるように、会議の進行もスムーズに流れた二日間だった。

研究や体験の発表があり、パネル・ディスカッションや活発な質疑もあった。国が違い、とりくむ課題は異なっているけれども、発言のすべてに一貫しているのは、内観への信頼であり、そこから生まれた内観への愛と賛嘆であった。心に残る珠玉の言葉を記してみる。



■感謝について

「自己主張の強いアメリカで、感謝するとうことが始まった。それはアメリカに必要なことなのだ」(P・マドソン氏)

そして、お世話になった人への感謝にとどまらず、物や道具、場所にも及び、けがをした自分の体にも向けられた。

「体さん、ありがとう。私に体を意識することを教えてくれたのね。……という手紙を書いた婦人もいた」(G・ウィルムス氏)

「離婚するかも知れない夫と妻が、一日十回ありがとうを言いあい、プレゼントをしいあい、秘密のサーピスをしいあい、離婚をとりやめた」(G・クリーチ氏)



■真実と自由について

「本当の先生は現実だ。内観は現実のすべてを見る」(D



・レイノルズ氏)

「現実が真理であり、

真理が解放する」

(井原彰一氏)

「真実のみが自由にする」

る」(G・シユタインケ氏)

そして三木善彦氏は「内観すれば自由になる。PTA会長になり、挨拶の代わりに歌を歌った。三年目からは手品をした」とし、パネラーとしての話を、ユーモラスな手品で締めくくり喝采を博した。

■創造性について

「私はマネージメント・トレーナーをしている。内観をして自分の中のブロックがとり除かれると、新しいことが生まれる。徐々にではあるが、奇跡のように生まれる」(F・リッター氏)

「演劇の指導の中で、立ったまま、内観する

ことを試み、それによって創造性を経験させる」(P・マドソン氏)

ここに語られていることは、どれ一つをとっても、身につけることは極めて難しいことであるのに、会議の中で、当然のこととして、無造作に報告されているのだ。

それは、真正の意味において不可思議としか言いようがない世界である。



もう一つ心をひかれたのは、内観と宗教の問題である。『やすら樹』七号の「内観Q&A」で、「内観は宗教ではない」と明確に回答してあるが、キリスト教の伝統の強い国々では、既成の教団とのかかわりの中に、いろいろな摩擦が生じているようだ。

日本でも「大阪の弁護士会で、『法律活動に宗教が入るのは好ましくない』として、内観をやめるように言われた」という座席からの発言

があった。(井門氏)

カトリックの強い
イタリアでは、「教
会が内観を新興宗教



演奏の合間の
会議のクラシック

者の言葉を伝え、「人間はとことん落ちて、そこから溢れ出るものがある」と味わい深い言葉を述べた。

宗教についての認識や理解が多様化している現状では、十分な問題整理が必要と思われるが、吉本先生が完成した「三つの問い」が客観的な方法論として、宗教の境地にも達しうることが、世界的に認められてきた証しではなからうか。

観はコンフリクトを解消して生きる手段であり、
宗教的修行でもある」と述べた。

G・シュタインケ氏も「内観は、既に宗教の中に
いるから必要ないという人がいるが、教会や心理療法の中に、
確実にとり入れられる必要がある。人間を不安から解放し、
毎日の生活をよりよくする方法であって、
仏教の一つではない」と明言した。

ドミニコ会所属の井原彰一氏は宗教者の造詣
に基づいて「キリスト教は浄土真宗に近い」と
述べ、ベラニウス、アウグスチヌスなどの聖職



ドイツで機械製造会社を営んでいるL・シ
アホルツ氏が提起した問題も印象深い。「東京
へ来て考えたこと」として、次のように話した。
「今日の機械文明をなくすことはできない。な
くさないまま、人間は
自分自身の本質・根っこ
にもどらなければなら
ない。内観はそのための重
要な道具なのだ」



山田 裕道 氏

皮を脱ぐことができませんでした。ありがとうございました」

拍手は暫く続き、会参加者が深い感動に包まれて、大会のすべての日程は終了した。

この会のために作られたかのようなすばらしい会場、それを見事に使いこなし、支障なく会を運んだスタッフの方々へも、熱烈な感謝の拍手が送られた。

地の利、人の和、そして天意のままに、第一回内観国際会議は実るべくして実ったのである。

最終日の掉尾を飾る体

験発表「天意のままに」

を、山田裕道氏は次のよ

うに静かに結んで降壇し

た。「私は昨日警察へ行

ってきました。……内観

によって私はけだものの



第1回内観国際会議に

出席して

フリーライター

秋塚 和夫

内観が世界的に広がっているということは雑誌などで知ってはいましたが、実際に外国からたくさんの方々が出て来たのを目の当たりにすると、その広がりを実感しました。

いろいろな海外の発表者のうち、中には内観を体験してはいるものの吉本先生を知らない人もおられました。日本でも、これから吉本先生のことを知らないで内観を体験し、新たな目覚めをする人がどんどん増えてゆくだろうと思います。その時に私は、吉本先生の言われた言

葉を思い出したのです。

「もし、今、自分が死んでも、内観の灯は：永遠に……消えない……」

私の三度目の集中内観の時でした。吉本先生は亡くなりましたが、この言葉の通り内観の灯は消えないどころか、どんどんと広がっていったのです。海外からの体験者の話を聞きながら、私は先生のその言葉を何度も反芻していました。

国際会議がおこなわれた会場の天井には陽光をとりいれる装置がっていました。私が吉本先生の言葉を思い出している時、その装置が開いて天井から明るい陽光がさしてきたのです。その光とともに吉本先生の霊というか、思いというか、それが会場一杯に広がっているように思えて、思わず、熱いものがこみあげてきました。吉本先生の思いがこの会場一杯に偏在していると思ったのです。

ことある毎に私は内観の話を知人たちにします。もちろん辟易される場合もありますが、し

かし、何人かの人は集中内観に行ってくださいました。その変化のすさまじさ。勧めた私が信じられないくらいでした。こんなに素晴らしい内観法と出会えたことに私は感謝しています。そして今回の国際会議。内観法がはっきりと世界的に有効なものであるということがわかり、新たな自信になっています。本当にありがとうございます。



レセプションにて

やすら樹

ネットワーク



つどいの場

奈良内観研修所・三木 潤子

当研修所は、今年で九年目を迎えました。お陰様で、毎年一五〇人ほどの内観体験者が生まれています。その後のアフターケアができず、どうしたものかと苦慮していました。ですから、去年の四月に「自己発見の会」が誕生し、会報「やすら樹」が発刊されたのは、うれしい出来事でした。

そして、ちょうどそのころ当研修所の体験者

の一人である肥田進さんの提案で、五名の人が世話人になり、「つどいの場」が発足することになりました。特に肥田さんは社長業のかたわら、労を惜しまず名簿作りや案内の発送などの仕事をしてくださいました。この紙面を借りてお礼申し上げます。

つどいの場の案内は当研修所の内観体験者で二時間以内で来られる人や、カウンセリングを受けている人、見学に来られた人など当研修所に関係のあった人たちに出しています。最初の案内には、次回からの案内の要・不要のアンケートを取っています。

つどいの場は三カ月に一回の割合で、これま