

日本仏教心理学会 ニュースレター

Vol.18 2018 年 4 月 1日

目次

巻頭語・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ケネス田中

第九回 学術大会より

1. 第九回学術大会(12月10日)を終えて・・・・・・・・吉田 悟

2. 第九回日本仏教心理学会実行委員を終えて・・・・・・・・松永 博子

3. 公開シンポジウム「仏教と心理学の視点から見た日本的意識」に参加して・・加藤 博己

4. 「第九回仏教心理学会に参加させて頂いて感じたこと、学んだこと」・・・・菅原 圭

ブックレビュー Book Review 『元良勇次郎著作集』(全14巻 別巻2)・・加藤 博己

著書紹介 『幸せになるための心身めざめ内観』・・・・・・・・千石 真理

お知らせ ケネス田中先生 第27回中村元東方学術賞を授賞

ケネス田中先生、井上ウイマラ先生 NHKこころの時代ご出演

編集後記・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・千石 真理 ・ 松村 一生

巻頭語

仏教と心理学の融合を目指す「仏教心理学」

学会長退任にあたって

ケネス田中

2018年3月31日

An Integration of Buddhism and Psychology Toward a “Buddhist
Psychology” :

In Leaving the Office of the President

Kenneth K. Tanaka

March 31, 2018



本学会は、今年で10年目を迎えることとなります。私は8年前、初代会長・恩田彰先生の後会長役を継がせて頂きました。そして、4月からは井上ウィマラ先生にバトンタッチすることとなります。井上先生の下で、本学会がさらなる発展を遂げていくことを確信しています。

私としては、本学会の組織と学術の土台を敷くことに、少しでも手助けすることができたことを嬉しく思っています。しかし、まだやるべきことは山積しています。その目標に向かって、井上先生・運営委員会・評議委員会の指導の下、会員の皆様が丸となってさらなる発展を遂げてくださると信じています。私も運営委員会の一員として務めさせていただきます。

最近、我が学会の目的について考えることが増えています。その目的とは、「仏教と心理学の研究のための日本学会」という学会名称の英訳が示していると思います。つまり、我々は、仏教と心理学の協力と交流を広い視野を持って追求することを目指しているのです。この総合的な目的は常に念頭に置き、学会員の幅広い興味に対応しなければなりません。

しかし、岡野守也先生も長年主張されているように、正に「仏教心理学」という二つの分野の融合をより積極的に追求しても良いのではないかと、強く思い初めているところです。多分、融合には一つではなく、多数の形が可能でしょう。中には、「既に内観療法、森田療法、そしてゲシュタルトがあるではないか」という意見が出るでしょう。そのような意見は合っているかもしれ

ませんが、これらは主に心理療法ですので、仏教側からすると、仏教の要素をより強く重視する融合があってもいいのではないかと思います。

したがって、今後、私なりにこの融合という意味での仏教心理学の構築に務めたいと思っています。より多くの会員の皆様がそれに賛同して頂くことを期待しています。

最後になりましたが、長い間、ご支持とご協力誠にありがとうございました。

We have entered the 10th year of our academic association. Eight years ago, I followed in the footsteps of the first president of our association, the late Prof. Akira Onda. Now, I will be leaving my office for Prof. Vimala Inoue to assume the office as the third president starting April, 2018. I have full confidence in Prof. Inoue to lead our association to further growth and development.

I feel that I have been able to help lay the organizational and academic foundation of our association, but there is much to be done. I believe that our members, lead by Prof. Inoue, Steering Committee and Advisory Committee, will make further progress in these areas. I, too, will continue to participate as a member of the Steering Committee.

In recent days, I have been thinking more about the objectives of our association, which is reflected in the English translation, “The Japanese Association for the Study of Buddhism and Psychology.” In other words, we aspire to pursue the broad areas of cooperation and interaction of Buddhism and Psychology. This overall goal needs to be kept in mind in order to encompass the many areas of interest that our members have.

However, as Prof. Moriya Okano has long asserted, some of us can focus on the integration of the two to formulate what can be called “Buddhist Psychology.” Perhaps, there is no one form but many forms for this integration. Some might say, “We already have Naikan Therapy, Morita Therapy and Gestalt Therapy, which integrate aspects of both

psychology and Buddhism.” They may be right, but in my view from the Buddhist side, we need approaches that take more of the Buddhist elements than these established therapies, which are strongly psychological in nature and aim.

I hope to work more intently on that integration toward my version on “Buddhist Psychology.” I look forward to more of your joining that endeavor. Finally, thank you for all your support and cooperation during my tenure as president.

第九回学術大会より

第九回学術大会（12月10日）を終えて

吉田悟（文教大学人間科学部心理学科 教授）

大会長として、一言御礼申し上げます。

開催校を私・吉田（文教大学人間科学部）がお引き受けした際、とても不安がありました。

なぜならば、私は本学会の役員の方とほとんど面識がない上、指導する大学院生（本学大学院臨床心理学専攻）の中に本学会会員が一人もいないからです。会場などの事前準備などは、本学既卒者で本学会会員である大島裕子さん（北里大学大学院医療系研究科博士課程）と私の二人で行うという全く心細いものでした。

大会当日ですが、基調講演の前に、ケネス田中会長の中村元東方学術賞を授与に対して、花束贈呈がありました。基調講演（ペルソナ心理学と日本的意識の起源：ユング心理学で読むイザナギ神話）は、本学教授でユング派分析家の高尾浩幸先生に担当いただきました。この講演を基調講演として企画した意図は、大会前のニューズレターに書きましたので、それをご覧下さい。仏教伝来以前の日本的意識の起源（日本神話）の影響は現代においても強いと私は元来感じていた

ので、仏教を含めてその後流入した主要思想との相互関係を一度本学会で検討する必要がある、と感じていました。基調講演後のシンポジウムの企画は、山口豊先生と梅津礼司先生がされました。シンポジストは、葛西健太先生、加藤 博己先生、岡本有子先生です。私は、大会業務でほとんど拝見できず失礼いたしました。基調講演を踏まえた発表と意見交換が行われたとお聞きしています。シンポジストの先生方、本当にありがとうございました。

夜の懇親会は本学食堂で行いました。本学側からは人間科学部長の益田勉先生にご挨拶いただきました。参加者は少なかったですが、その分参加された諸先生と、ゆっくりお話する機会を得ました。

最後になりましたが、本大会の準備委員を担っていただいた松永博子先生(大会準備委員長)、山口豊先生と梅津礼司先生(シンポジウム企画)、小笠原亜矢里先生(プログラム作成)、渡辺昇先生(ポスター作成)、渡邊美由紀先生(会計)、木内敬太先生(当日会場担当)には、大変お世話になりました。衷心より御礼申し上げます。もちろん、ケネス田中会長には諸処監督していただき、大変お世話になりました。

最後になりましたが、皆様のご健勝を心よりお祈り申し上げます。今年度より、学部・大学院ともに、公認心理師カリキュラムが始動いたします。ともかく諸処の対応、頑張りましょう！



第九回日本仏教心理学会実行委員を終えて

自殺総合対策推進センター
研究員 松永博子

12月10日に無事、第9回学術大会を終えて、ほっとしています。というよりも、少し、気が抜けている状況と言ってもいいかもしれません。実行委員を終えてという題目で、このように皆様に拙文をお見せするわけですが、私自身、仏教に明るいわけではありません。それこそ、「縁」と言うべきだと感じています。皆様にとっては、あまり興味がないかと思われそうですが、私と仏教心理学会のこれまでにについて、少し書かせていただこうと思います。

昭和60年4月に田舎から上京し、武蔵野女子学院短期大学部に入学すると同時に、現在の7号館にありました雪香寮に入寮いたしました。当時は、まだ共学でなく、女子大でしたので、田舎から上京した生徒の安全のためにも、大学の敷地内に寮があったのです。4人1部屋で在寮していた2年間は、青春そのものといった密度の濃い記憶となっています。門限10時という厳しい規則も今は本当に懐かしく思い出されます。その寮生活の中で、毎朝6時45分でしたでしょうか、仏間に集合し、朝の点呼があり、その後、三帰依文を唱えるのですが、その意味を深く痛感したのは、ずいぶん経ってからのことでした。私自身は、浄土真宗の家に生まれたわけではありませんが、夫の家が浄土真宗であり、主人の叔母は新潟の浄土真宗の寺に嫁いでおりました。これも、何かのご縁なのかもしれないとその時感じたのを覚えています。その後、しばらくは摩耶祭に訪れていた位でした。実は、親の許しを得られず、短期大学に進んだものの、大学に行きたいという思いは消えず、下の子供が中学校に入るのを機に、武蔵野大学の通信教育部の3年次に編入いたしました。私が高校の当時はまだ、男女雇用機会均等法もなく、女性は結婚したら仕事を辞め、

家庭に入るという時代でした。ふと、中央線の車内のポスターに武蔵野大学があり、通信教育部がある事を偶然知り、よく知っている、懐かしい武蔵野の扉をたたいたという訳です。学部修了間際に、大学院の通信教育部が創設されることになり、どうにか合格して武蔵野大学大学院通信教育部に入学が叶いました。大学院の授業で、日本仏教心理学会の現会長であるケネス田中先生の「浄土思想特講」を選択したのが、学会に関わるきっかけとなり、よくよく考えれば、寮生時代に唱えていた三帰依文のお力でもあるように感じています。今回を含め、第2回学術大会、第5回学術大会、第7回学術大会でも受付を担当させていただいています。その後、別の大学の大学院で博士号を取得し、今、自殺総合対策推進センターという国の機関で命の尊さを広めていくということも、私に下さった縁だと深く感じています。

今回の第9回学術大会も盛況に終わり、日曜日にも関わらず、当日参加も含めて延べ42名の方が参加して下さいました。大会の内容は、ケネス先生や吉田先生からご報告があると思いますので、私からは控えさせていただこうと思います。そのように申し上げますのも、受付係というのは、何か困った、資料が欲しい、少し話したいという様々な対応を想定して、常に待機する役割であると感じているからです。この役割の中でも特に嬉しいのは、久しぶりだけれども定期的に実行委員・運営委員・評議員の先生方、勉強会の友人、そして大会で出会えた方々と会えるということです。皆様のお元気な姿、そして少しお話が出来ること、このような機会がなければ、なかなか会うことはかないません。その上、新しく参加してくださる方々にお名前を伺い、名札を手渡したり、資料を手渡したりする時も新しい縁となります。基調講演やシンポジウムの内容も大変重要だと思いますが、学会の第1印象は受付で決まるとも感じています。このひと時ひと時

を大切に、日本仏教心理学会のために自分ができることをしていきたいと大会を終えた今、ひしひしと実感しております。

最後に、分科会について少し書かせていただきます。私の所属している分科会はいくつもの会がある中で、ケネス田中先生をリーダーとする教育（仏教教育、道徳・倫理）分科会に所属しています。正直に申し上げれば、所属する分科会を考えたときに、深層心理や瞑想はきっと難しいに違いないと考え、恩師であるケネス田中先生の分科会にあまり深く考えないで所属したわけなのですが、ふとセッションの最中に、非常勤講師を務めている専門学校でも、自殺総合対策推進センターでも、「いのち」を題材にした授業や介入研究を行っていることに気づきました。多くの先生方を前にこのように申し上げるのは生意気かもしれませんが、私にとって、仏教こそが「生きる知恵」であり、「生きていくこと」であると日々感じています。信仰を持つということが、生きることと死ぬことに真剣に向き合うことに他ならないのではないのでしょうか。分科会でのテーマを基に、教育という場面から「いのちの大切さ」を伝えていくことを今後も続けていきたいと思いを新たにいたしました。

次回の大会につきましても、日時と場所が確定いたしました。平成30年度の記念すべき、第10回日本仏教心理学会大会は、12月1日土曜日に鶴見大学会館で行われます。皆様のご参加を心よりお待ちしております。決定事項はHPに随時アップいたしますので、どうか、時折アクセスを頂ければと存じます。

最後に、実行委員として私を支えてくださったケネス田中先生、片岡秋子先生、梅津礼司先生、山口豊先生、渡邊昇様、渡邊美由紀様、小笠原亜矢里様、文教大学の吉田悟先生、大島裕子様、

木内敬太様、当日手伝いをして下さった、常世田朋子様、中澤優希様に心より御礼申し上げます。

公開シンポジウム「仏教と心理学の視点から見た日本的意識」に参加して

駒澤大学

加藤 博己

日本仏教心理学会第9回学術大会の公開シンポジウムは、2017年12月10日（日）に文教大学にて行われました。企画は東京情報大学山口豊先生とカウンセリングルームのほほん梅津礼司先生、司会は梅津先生で、シンポジストは、宗教情報センター・上智大学グリーンケア研究所葛西賢太先生、わたくし、東京情報大学・和光大学・ネパール密教舞踏家岡本有子先生の順に3名が務めました。

葛西先生は、「現代日本仏教における仏教と心理学：寺院の内外に」というテーマでお話しをされました。驚いたのは、そのお話しの中ででてきた「陣僧」の存在でした。この言葉自体、私は初耳だったのですが、葛西先生によれば、陣僧とは、従軍僧（従軍チャプレン・教誨師）のことで、戦場で武士の臨終に居合わせて極楽往生を祈り見届ける存在で、少なくとも1333年には踊念仏で知られる時宗の僧が十念（「南無阿弥陀仏(なむあみだぶつ)」の名号(みょうごう)を十遍念ずること）を唱えさせて臨終を助けた事例があるとのことでした。もともとは戦場ではなく在所で要請を受けて戦死者の菩提を弔うものだったようですが、時宗本山の清浄光寺（遊行寺）に入りする武士たちが戦場で自他の菩提を祈ることを支援するようになったそうです。このように、僧が寺社に居て法要を営むのではなく、戦場というアウェイに僧が自ら出向いて、生前に極楽往生を助ける行為を営んでいたということに驚きを禁じ得ませんでした。現今、仏教はもっぱら葬式・

法要といった形式的役割を営むものになりつつありますが、陣僧のように生前に衆生済度に資する活動は、今後、宗派を超えて再び見直されていくのではと思いました。

わたくしは、「禅心理学研究・臨床実践から見た日本的意識」というテーマでお話しをさせていただきました。もともと日本は外来文化を取り入れ独自に消化することがうまく、それこそが日本的意識だと思うのですが、仏教という外来宗教を飛鳥時代から日本の宗教として同化させ、禅を開花させました。近年アメリカでは、Google社、Apple社、Intel社、Yahoo社、Facebook社、Nike社などの著名な企業の社内研修やエクササイズとして「マインドフルネス」が用いられ、矯正施設や学校教育での応用も試みられています。日本でもまた、2014年11月6日にNHKニュース「おはよう日本」でマインドフルネスの特集が組まれて以来、2015年1月号“日経サイエンス”の「瞑想する脳」や、2016年4月4号“President”誌の「心を整える『禅・瞑想』入門」のような特集が生まれ、マインドフルネスという宗教色が薄い外来仏教が、再び日本に同化され始めているのかもしれない。

岡本先生は、「ネパール密教 金剛乗」というテーマでお話しをされました。お話しの導入は、「仏教はほんとうは宗教ではない？」という刺激的な問いかけに始まりました。そして、仏教は、キリスト教、イスラム教、ヒンドゥー教といった他の宗教のように、人とは別に存在している神を求めるのではなく、自身が苦から解放されることを目指すものであるという仏教の根本を示した上で、仏教の奥義である金剛乗への道の一端としての真言（マントラ）やマンダラ（曼荼羅）、ヤントラ（仏たちのサイン）といった手順を資料にて紹介されました。そして最後に、通常お寺の一室で鍵をかけて舞われ、公に見せることはないチャルヤー・ヌリチャと呼ばれるネパール密

教舞踏を先生自ら実演されました。名称は「舞踏」となっていますが、チャルヤー・ヌリテャは、単なる踊りではなく、ポーズや動きの一つひとつに深い意味があり、熟達者のそれは人々を救う力を備えているとのこと。もともと門外不出のものであり、継承者不足により一層目にするのが困難となっているチャルヤー・ヌリテャを短時間でも見ることができたのも、本シンポジウムの企画、コーディネートを司ってくださった山口先生、梅津先生のご尽力であり、それを惜しげもなく披露された岡本先生に深く感謝する次第です。また、このような多彩な仏教&心理学に触れて学べる場である本学会学術大会に今後も期待したいと思います。時間的な制限により、フロアから各先生方に質問する時間があまりなかったのは残念でしたが、それだけシンポジストの先生方のお話を長く聞くことができ、一参加者として私も楽しむことができました。

「第九回仏教心理学会に参加させて頂いて感じたこと、学んだこと」

京都文教大学大学院

博士後期課程1年 菅原 圭

今回、初めて仏教心理学会に参加させて頂いた、京都文教大学大学院 博士後期課程1年の菅原 圭と申します。今回、このようなニュースレターのご依頼を頂き、大変嬉しい思いと、恐れ多い思いと、2つの思いが入り混じっております。拙い文章ではありますが、お付き合い頂けると幸いです。

私自身、臨床心理学を専攻しておりますが、寺の生まれということもあり、仏教というものが当たり前に日常にある中で育ちました。しかし、しっかりとした学術的な知識はなく、“何となく知っている”というのが現状です。そんなこともあり、参加する前は、大変緊張しておりました。

どのような職種の方が多いのか、どれくらいの規模なのか、どのような雰囲気なのか…など、わ

からないことが多く、不安が高まった状態でした。しかし、行ってみると、スタッフの方、参加者の方ともに優しくあたたかい方ばかりで、とても安心しました。また、受付にて「お名前見て男性の方だと思ってました！」と声をかけてくださり、そこから会話が生まれ、緊張が解れたのを鮮明に覚えています。このとき私は会話のきっかけをくれたこの名前にとっても感謝しました。

基調講演では、高尾先生より「ペルソナ心理学と日本的意識の起源—ユング心理学で読むイザナギ神話—」を聞かせて頂きました。日本人はペルソナで生きているというお話にハッとさせられました。自分自身、ありのままの自分を生きているつもりでも、気づかないうちにペルソナを生きていることを振り返ることができました。また、自分の僧侶の研究でも、僧侶は僧侶として生きている、ペルソナを生きているという感触を持っていました。その感触が日本人の特色ではないかというご意見を聞くことができ、今後の研究に活かしていきたいと思いました。そして、高尾先生のスイスでの体験の中で、「スイスの方々に文化のルーツを尋ねると、皆口を揃えて『ギリシャ神話だ』と答える」というお話がありました。それに対し、日本はそういった感覚が薄いことを改めて感じました。しかし、高尾先生のお話を聞く中で、古事記神話はしっかりと日本人の心に根付いているように感じました。この、しっかりと根付いているにも関わらず、意識していないということが日本人らしさの1つなのかなと思いました。また、そういった“日本人らしさ”は、やはり西洋に出て、その土地の文化に触れることで初めて見えてくるものなのだろうと感じ、異文化と触れることの重要性にも改めて気が付きました。

シンポジウムでは、「仏教と心理学の視点から見た日本的意識」という内容で、葛西先生、加藤先生、岡本先生のそれぞれの分野から見た仏教と心理学との接点や、日本的意識というものを聞

かせて頂きました。仏教の学術的な知識のない私でも、丁寧に説明して頂けたことで、楽しく聞くことができました。そして、改めて仏教と心理学とは接点が多いものなのだと気づくことができました。寺生まれの私が、臨床心理学に興味を持ち、学び始めたのも、私のベースに仏教というものがあつたからこそだと、自分自身の人生を振り返るきっかけになりました。また、仏教と心理学を繋ぐための活動をされている方がこんなにいらっしゃることを知れたことも、私にとってとても大きかったです。これから私も頑張って先生方のように、その接点を広めていく人間になればと思います。

個人発表では、初めての口頭発表だったので、本当に緊張した状態で自分の番を待っていました。発表会場が大きかったことや、心理学よりも仏教に携わっている方の方が多い印象もあり、自分の発表が受け入れられるのか、言いたいことをしっかりと伝えることができるのか、心配と不安で押しつぶされそうになっておりました。そんな時、スタッフの方々が「私も初めての発表はこの学会だったよ！」「みんなしっかり聞いて意見くれるよ！」「楽しみにしてるよ！」と声をかけてくださり、本当に心強かったです。発表では、参加者の皆様が興味を持って聞いてくださり、様々な意見を頂くことができました。また、仏教に携わる方が多い中での発表だったので、その方々に肯定的に私の意見を聞いて頂くことができ、自信に繋がりました。発表後も個人的に意見を仰ってくださる方も多く、本当に仏教心理学会のあたたかさを体感しました。そのような場所で発表できたことは私にとってとても有意義で、貴重な体験になりました。初めての口頭発表が仏教心理学会で本当に良かったです。

分科会・交流タイムでは、様々な方と交流することができました。その中で、心理学について

お聞きして頂けることや、仏教について教えて頂けることが凄く楽しく、嬉しかったです。私は1つのグループに留まっていたのですが、他のグループの方ともお話したかったなと帰りの新幹線で考えていました。京都に帰る関係で、懇親会は参加できず、とても残念だったのですが、「また来てね!」と声をかけて頂いたことが本当に嬉しかったです。これは仏教心理学会ならではのあたたかさだなと感じました。このアットホームな雰囲気を守られながら、勉強ができた1日だったと思います。その中でも、仏教と心理を繋ぐ作業、自分自身を振り返る作業など、心の作業がたくさんできたように思います。

この1日を通じて、特に感じたことが“ご縁の中で生かされている”ということです。当たり前のようなことですが、この感覚を取り戻せたことは私にとってとても大きいことでした。今回、仏教心理学会に参加させて頂き、ご縁が広がったように思います。このご縁を大切にしながら、自分自身、精進していきたいと思いました。参加者の皆さま、スタッフの皆さま、あたたかく迎え入れてくださって本当にありがとうございました。





ブックレビュー Book Review

加藤 博己 (駒澤大学)

大山 正 (監修), 「元良勇次郎著作集」刊行委員会 (編: 大泉 溥主幹)

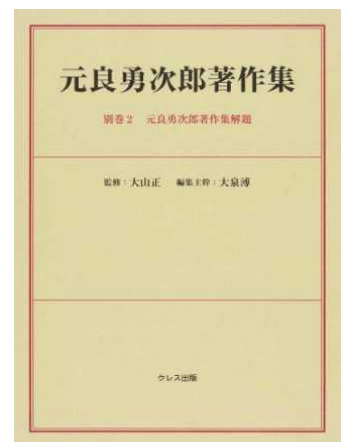
『元良勇次郎著作集』(全14巻 別巻2)

クレス出版

2013年4月～2017年12月刊行

本体8,000円～17,000円(税別)

参考: <http://www.kress-jp.com/pdf/901.pdf> (出版社パンフレット)



元良勇次郎 (もとら ゆうじろう) をご存じだろうか? 元良は1888年(明治21年)に(東京)帝国大学文科大学にて「精神物理学」を講じ、1893年(明治26年)に「心理学・倫理学・論理学第一講座」教授となった人物で、いわば、日本における初めての心理学者である。

元良は生来の勤勉さと博学ぶりを遺憾なく発揮し、実験心理学、生理学的心理学、教育心理学は言うに及ばず、人格心理、異常心理、精神療法、児童心理、青年心理、女性心理、家族心理、さらには、社会、政治、経済、民族、哲学、倫理、宗教と、極めて広範な分野にまたがる論稿を

残した。本著作集は、元良の没後 100 年を記念して、こういった元良自身の著作をわかりやすい現代語訳として復刻させたものである。その上、元良の友人・知人、弟子など、元良を知る者が元良の人となりや著作について述べた記事、エッセイ、解題などの二次資料をも収録した。これにより、本著作集は、元良像と彼の著作のみならず、日本への「心理学」導入期の詳細や、明治期の学問事情、社会情勢を知る意味でも、歴史的に価値ある出版物となった。たとえば、別巻 1 を読めば、元良が耕教学舎（後の青山学院大学）や正則予備校（後の正則高等学校）の創立に参画した経緯を見て取ることができるだろう。別巻 2 には、最近発見された「佐久間ノート」が CD-ROM にて収録されるという望外の付録が付いた。佐久間ノートとは、元良の弟子であった佐久間^{かなえ}鼎（後の九州帝国大学初代心理学教授・主任、東洋大学長）が、元良の講義を受けた際にとった直筆ノートである。これは初代心理学者である元良の「心理学概論」の講義を知る上で、第一級の資料である。

ところで、元良は儒学者の父の元で幼少期を過ごし、10 歳の時に明治維新を体験した。そして、激変する社会情勢の中で、プロテスタント組合派（会衆派）にて洗礼を受けた（後に結婚を機に妻と同じメソジスト派に改宗）。その後、新島襄が創立した同志社英学校（現 同志社大学）1 期生となり、西洋の学問に触れる貴重な機会を得て、カーペンターの『精神物理学』を愛読して、科学としての心理学を志すことになった。それとは裏腹に、キリスト教への信仰心が薄れていった。そのような折、1894 年（明治 27 年）の暮れに、学問的興味から鎌倉の円覚寺にて、夏目漱石らと 10 日間の参禅体験を持ち、管長の釈 宗演の元で公案を通過した。この時の詳しい経緯を“参禅日誌”（本著作集第 6 巻収録）として公にしたところ、短期間での見性体験の表明に対して

物議をかました。しかし、元良自身は「私はとにかく悟ったのである」と公言し、師もこれを認めた（本著作集別巻1収録 内藤, 1913）。このことをきっかけに、元良は禅を教育に応用することに強い関心を抱くようになり、複数の論稿を著し、1905年（明治38年）に第5回国際心理学会議（於：ローマ）で、「An essay on eastern philosophy: Idea of ego in eastern philosophy（東洋哲学に於ける自我の観念）」を発表した。ところが、民衆教化のために、はぐらかすような詭弁を弄する仏教から気持ちが離れ、実験や調査、実体験を通して得られる科学的な理解を目指すコント教（オーギュスト・コントの思想）、あるいは、実験教と元良自身が呼んだ科学的な立場を生涯貫いていくことになった。ちなみに、元良（1900）「日本現時学生の宗教心に関する調査の報告」（本著作集第9巻収録）は、学生の宗教心についての本邦初の大々的な調査研究であり、実に4,561通の質問紙を配布し、諸宗教や仏教各宗派についての意識調査を行い、内容を細かく分類し、表にして示したものである。

本学会の会員には、初代日本の心理学者である元良が行ったこのような諸宗教、仏教各宗派、禅に関する萌芽的な研究の存在を知って欲しい。恐らく最初で最後となるこの『元良勇次郎著作集』について、ご所属、ご出身の大学図書館や研究所、お住まいに近い図書館等での購入を促して頂き、一読頂ければ、翻刻者としてこれに勝る喜びはない。



著書紹介

千石 真理（心身めざまめ内観センター）

『幸せになるための心身めざまめ内観』

佼成出版社

2017年10月30日発行

本体 1,600円（税別）

呼吸法、気功法を導入した、心身めざまめ内観で、心と身体が癒



され、いのちがめざまめる一ウツや依存症、家庭内不和などへの効果も…ハワイでマインドフルネス瞑想や坐禅を取り入れた新しい内観療法を確立した著者の第一弾！（本書 表紙帯より） 内観法は1950年代、浄土真宗僧侶、吉本伊信師によって開発された自己発見法で、臨床の現場では、森田療法と並び、日本を代表する心理療法と称されています。内観は、「してもらったこと」「お返しをしたこと」「ご迷惑をかけたこと」の三つの命題に沿って自己内省をすることによって、認知の転換が起こります。対人関係の問題や精神症状の原因になっていた自己中心的な心が感謝の心になり、その後の人生が好転していきます。内観は、教育、矯正、企業の研修、医療の現場等で適用され、効果をあげてきましたが、7日間という治療・研修期間が必要とされ、多忙な現代人には敬遠される傾向にありました。

著者は、日米の寺院、精神科、心療内科等で内観療法を実践してきましたが、従来の内観療法に呼吸法、気功、ヨガを導入することによって、3日間で同様の成果が得られることを確信いたしました。本書では、内観の源である仏教思想を織り交ぜながら、心身一如をコンセプトとした、心身めざまめ内観の理論と実践法について説明しています。

以下、目次の要旨です。

- 第1章 心身めざまめ内観とは（心身一如、呼吸法—自律神経、脳内ホルモンの働き、気功—心身を浄化する蓮華功、臓器に感謝し心身を整える合臓功、対機面接法、内観の方法 他）
- 第2章 心身めざまめ内観七つの実例（母親への心身めざまめ内観、父親への心身めざまめ内観、親を知らずに育った男性の心身めざまめ内観、子供への心身めざまめ内観、憎い人への心身めざまめ内観、企業での心身めざまめ内観、シニア世代の心身めざまめ内観 他）
- 第3章 スピリチュアルケアとしての心身めざまめ内観（人間として生まれたということ—人間として生まれる確率、意味、誰もが避けて通れない死の問題、人生の終わりの手助け 他）

内観を通して、一般の方に仏教について理解を深めていただきたい、という思いで執筆いたしました。ご笑覧いただけましたら幸いです。



お知らせ

祝 ケネス田中先生が第27回中村元東方学術賞を授賞

本学会の前会長、ケネス田中先生が第27回中村元東方学術賞を授賞されました。授賞式は2017年10月10日（火）、九段下のインド大使館において開催されました。中村元東方学術賞は、東洋思想・文化の分野における学術研究ならびに文化活動に対し、財団法人中村元東方研究所とインド大使館が共催で授与する賞です。ケネス田中先生の国境を越えた仏教学研究とその普及活動への貢献が評価されての受賞となりました。ケネス先生、おめでとうございます！！

祝 NHKこころの時代にケネス田中先生、井上ウィマラ先生がご出演

本学会の前会長、新会長の両先生が、それぞれNHKこころの時代にご出演されました。以下、番組の紹介より放送の内容を掲載いたしました。

2018年2月25日放送 こころの時代～宗教・人生～「ブッダの教えを社会に生かす」

高野山大学の井上ウィマラさんは、終末期医療で疲弊する医療関係者や子育て中の母親などにマインドフルネス瞑想の指導をしている。かつてはミャンマーで修行をするなど20年間僧侶をしてきたが、生まれたばかりの甥を抱っこしたことが人生の転機となった。深く生命を感じられる俗世でも修行をしようと、僧侶をやめたのだ。日本、ミャンマー、カナダと修行の場を変え続けてきたウィマラさんの人生を伺う。

2018年4月8日放送 こころの時代～宗教・人生～「アメリカで生きる仏教」

僧侶のケネス田中さんは、日本におけるアメリカ仏教研究の第一人者。家族と共に10歳で渡米し、13歳の時に北カリフォルニアの仏教会で浄土真宗に出会った。激動の60年代、アメリカで青春時代を過ごし、生涯を仏教に捧げることを決意。以後、アメリカ人と日本人を見つめながら、現代的な仏教のあり方を探求してきた。ケネスさんが説くのは、人生を肯定する、明るく楽しい前向きな仏教。その真骨頂をお話しいただく。

編集後記

春は変化、移動の時期ですね。日本仏教心理学会も、新会長に井上ウィマラ先生がご就任され、新体制に移行いたします。

それにしても、時の経つ早さ、諸行無常を感じます。今年楽しんでいた桜を、来年も見られるとは、限りません。いつ死んでも後悔のないように、感謝の心で毎日を送りたい、と思います。

明日ありと思ふ心の仇桜、夜半に嵐の吹かぬものかは（親鸞聖人）

千石 真理（心身めざめ内観センター主宰）

4月8日は、はなまつり（灌仏会）ですね。昨年同日の自分のFace Bookを見ると、こんな狂歌を詠んでいた。

ありがたや 花の蔭から法を説く鳥 法華経 法華経 ホーホケキョ

我ながらバカなことを書いていたものだが、ちょうど昨年3月に父を亡くし、まだまだ整理にあたふたしていた頃、自分の境遇を笑い飛ばそうとしたものだろうと思いついた。

今年はといえば、つい先日まで「ねえねえ、ケキョ ケキョって鳴く鳥が来たんだよ」と家内（祖母）に話していた孫娘が、小学校に進学することとなった。別れと出会いの春、しかし我（じいじ）は「子煩悩」という煩悩から、今生ではまだしばらくは解脱できそうにない。

松村 一生(シニア産業カウンセラー)