はじめに …… 5

第一部 生活倫理相談の概要

第一章 苦難観の理解を深める

第二章 個人指導から生活倫理相談へ

3. 苦難は美しい・・・・・・ 21

1. 苦難には意味がある・・・・・・・ 10

2. 苦難には原因がある・・・・・・ 17

1. 個人指導の下地……… 26

3. 「倫士」の誕生……… 36

2. 個人指導の成立条件・・・・・・・ 31 4. 個人指導の問題点………

38

第三章 生活倫理相談とは何か

3. 生活倫理相談について ……… 33 1. 倫理運動の再確認 ******* 45

2. 生活サポート事業を担う資格……… 50

4. 生活倫理相談Q&A ······· 67

第一部 聴く力を養う

第一章 心の法則とカウンセリング

3. 自己受容を深める ******** 88 1. 心の生活法則 78

第二章 アクティブ・リスニングの意義

1. 他者受容は「聴く」ことから・・・・・・・ 95

2. 共感をもって聴く・・・・・・・ 100

2. カウンセリングの特色・・・・・・ 84

第三部 狭き門より入る	5. 丸山敏雄に学ぶ聴く姿勢・・・・・・・ 115	3. [純情の陰]の実践・・・・・・・・ 104
		4. 応答の仕方で会話が変

第一章 明朗の極意

- 5. 月と[明朗] 150 3. どうしたら「明朗」になれるか・・・・・・・ 146 1. 「明朗」という徳目 ……… 133
- 第二章 「捨てる」生活 1. 式年遷宮は「捨てる」祭事・・・・・・・ 154

3. 「捨てる」実践・・・・・・・ 167

4. さらなる 「明朗」の境地へ・・・・・・・ 148

2. 「明朗」を損なうマイナス感情・・・・・・・ 37

2. 何を捨てるのか・・・・・・・ 159

4. 応答の仕方で会話が変わる 109

第三章 「いま・ここ」に生きるために

3. 小我から大我へ ……… 185 1. 0」に立つ 173

4. やり残したことを片づける……… 195

2. [0]からの始まり・・・・・・・ 77

■付録1 純粋倫理の基本実践リスト……… 208 ||付録2「生活倫理相談士・感謝の言葉]....... 211

おわりに 206

カバー写真 アフロ 装丁・本文デザイン 保坂美季子(AMI)

はじめに

みました。 は還暦に当たるその年を期して、「創生」(創造的な再生)を合い言葉に、 以来七十年以 般社 団法 上が経過しています。平成十七(二〇〇五)年には六十周年を迎え、 人倫理研究所が推進している倫理運動は、 戦後の日本の歩みと同じく、 組織 の改革に挑 人間で 創始

生していることを嬉しく思います。 上が経過し、 組織創生と併せて、個人会員組織で長く行われてきた「個人指導(生活指導)」を廃止 新たな「生活倫理相談」の制度を定めました。それを実施に移してからすでに十年以 この制度がようやく組織内に定着してきて、年々新しい生活倫理相談士が誕

ました。それは、これからの課題の一つです。 方々のレベルアップに応じて、さらに進化させていきたいと願って発足したものでもあり に機能しているとはまだ言えません。もともとこの資格制度は、有資格者である相談士の しかしながら定着してきたとはいえ、 生活倫理相談が倫理運動を支える活動として十分

それよりもまだ、生活倫理相談を受けようとする人が少ないのが現状です。「受けても

ちっとも変わらない」という声も少なくありません。

った性質のものです。そのことの理解が不十分であったり、誤解もあるのは残念でなりま あとで詳しく述べるように、生活倫理相談は一般の人生相談や、カウンセリングとは違

せん。

かなガイドブックを書いて発刊しました。あれから十年が経過し、このガイドブックを改 筆者は生活倫理相談の制度が始まるときに、『答えはあなたの掌の中に』というささや

訂する必要を、強く感じるようになりました。

な箇所がありました。ここ十年間の様子を見ていて、補足して強調したい事柄も見出しま もとより、生活倫理相談の制度が変わるわけではありませんが、前著では説明が不十分

て、これまでお伝えしてきたことの中で、一度はまとめておきたいと思うものもあります。 さらに相談士を対象とした現地研修会や富士教育センターのセミナーのすべてに携わっ

そこで前著の内容を踏まえつつ、大幅な削除や加筆を施し、『苦難は幸福の門――

倫理相談ガイドブック』として刊行する次第です。ゆえに本書が対象とする読者は、

②すでに生活倫理相談士の資格を得ている方々 ①これから生活倫理相談士の資格にチャレンジしようとする方々

③生活倫理相談を受けようとする(どういうものか知りたい)方々

となります。③の対象者は、第一部だけでもお読みいただけたら、受ける心構えがまっ

たく違ってくるでしょう。

恵にはなりません。「いざ、実践!」の契機になるのが、さまざまな苦難です。 知識だけを身につけても、実践が伴っていなかったら、飾り物が増えただけで、 純粋倫理の学びは奥が深く、一生かかってもマスターできそうにありません。 生きた知 欲張って

苦難は幸福の門。

びとする」(『万人幸福の栞』第十条)という境地を実感できるに違いありません。そうな 活倫理相談士の方々は、「まことの働きにより、人を助け、人を救い、人の喜びをわが喜 その真の意味の理解は、生活倫理相談を受けて実践することで深まるでしょう。また生

っていただくことを願って、本書を著しました。

平成二十八年四月

と、喜びも悲しみも、悦楽も苦難も、千変万化しつつ織りなされている様子がわかります。 なお、本書のカバーには万華鏡の模様の一つを使いました。人生という円筒を覗き込む

著者