

ヒューマンバリュー総合研究所

2016年 活動報告書

一般社団法人 ヒューマンバリュー総合研究所
Human Values Institute

■ ご挨拶

日頃よりヒューマンバリュー総合研究所の活動に深いご理解とご支援を賜り心より御礼を申し上げます。日本含む世界の大部分において元旦に始まった新年、世界も大きく動いていくことを予感させる幕開けとなりました。また当研究所所長Dr.バリー・カーズィンが深くかかわるチベット文化では2月頭に新年を迎えます。改めてあげましておめでとうございます。足元からまた私たちひとりひとりの心から、さらに充実した幸せを感じられる一年にしていきたいと思っています。

2016年も、ヒューマンバリューではひとつひとつの活動を通して、「自分自身や他者に対する慈しみ」を育み、また「自分自身や世界を正しく認識する智慧」をより一層理解する、それらを個人の日常生活に生かすことによって、ひとりひとりのウェルビーイング（健康と幸せ）の向上とそれが生み出す組織や社会の平和に貢献できればと考えてきました。皆様のご支援とご協力によって、徐々に活動の裾野を広げていくことができました。とくに「ケアfor ケアギバー」プログラムとして、燃え尽きの防止、幸せを育むこと、癒しを高め合う人間関係（医療者同士、また医療者と患者や家族）についてのご要望にはできる限りお応えしてきました。とくに春と秋のDr.バリーの講演や継続的な研修プログラム、そして年間を通して瞑想会、プラクティスグループを不定期ながら行うことができましたこと、心より感謝申し上げます。

今年はDr.バリーも、アメリカの古巣ワシントン大学で客員教授として教え始めたこともあり教育と医療における活動がさらに広がりました。全米Family Medicineの学会でドクター600名ほどに瞑想の研修を行い、ケンタッキー州ルイビルで大学や地域の学校など、世界的にとくに医療の分野において多数の地域での取り組みが明らかに広がっています。そのような世界の流れの中で、日本でも先駆的に取り組んでいる医療機関や教育機関の皆様とご一緒に活動する機会も増えてきました。2016年は、関東の医療機関としては、聖路加国際病院、横須賀共済病院、聖マリアンナ医科大学病院や、横浜市立大学医学部同窓会などで講演のご縁をいただきました。

本格的な心の訓練のご要望に応え、とくに、瞑想も含む慈悲のトレーニングである「ロジョン・トレーニング」を医療の専門家向けに開始したことは、世界的な大きな流れに沿った動きであり、またDr.バリーだからこそ提供できるプログラムであると考えています（2016年から聖路加国際病院にて、すべての医療者向けに開催）。

また、企業やビジネスの分野での慈しみや瞑想への関心も高まっており、教育者やビジネスリーダー向けに（ユニリーバ・ジャパン協賛）グローバル・リーダーシップ・プログラムを2回行い、また東京のカナダ・マギル大学同窓会のフォーラムにて「慈悲と成功」というテーマで講演を行いました。

さらに、空海を心から尊敬し深い心の本質に触れるリトリートのような環境を希望するDr.バリーの強い思いで、4回目の四国巡礼も実現できたこと、また1300年前の経典であるシャーンティデーヴァの教えから心についての理解を深めるプログラムを継続的できていることも意義深いことと思っております。

来年も、Dr.バリーは5月GWから3週間来日し、様々なプログラムを行い（再びGWに医療関係者向けにロジョン・トレーニングを行います）、秋は10-11月に来日予定です。

その他活動の詳細は、ヒューマンバリュー活動報告書をご覧くださいませ。

本年も皆様にとって、意義深い充実した一年でありますよう、心よりお祈り申し上げます。そして、ともに活動を進めさせていただきたく、ご協力よろしく願いいたします。

一般社団法人 ヒューマンバリュー総合研究所
共同代表理事 丸山 智恵子
理事 藍原 繁樹
理事・統括コーディネーター 大類 隆博
office@humanvalues.jp

この場を借りまして、皆様に、新理事のご紹介をさせていただきます。

当研究所の理事として、医療関係に精通している歯科医・藍原繁樹氏（二期目）に加え、今年より新たに大類隆博氏に加わっていただいたことを報告させていただきます。これまでも企業に勤めるの会社員でありながら長年、熱心に禅やチベット仏教などを学び、心の訓練や瞑想に真摯に取り組んで来られ、Dr.バリーのプログラムにも毎回熱心に参加されるだけでなく、陰に日向に協力をしてきて下さいました。ここ数年、さらに様々な方面でより中心的に深くヒューマンバリューの活動を支えていただいたおかげで、2016年のリーダーシップ、ロジョン・トレーニング、四国巡礼など新たな形の取り組みが実現にこぎつけました。皆様とプログラムの際にお目にかかることも多いかと思えます。この機会に会員の皆様へ大類理事からご挨拶申し上げます。

一般社団法人 ヒューマンバリュー総合研究所
共同代表理事 丸山 智恵子

.....
.....
この度、新たに理事に就任させて頂きました大類です。
どうぞ宜しくお願い致します。

2016年は、2015年に引き続き、お蔭さまで、ご縁を頂くプログラム提供の広がりと共に、より継続的に実践を深める場づくりにも更に力点を置くことができました。これまでも、Dr.バリーの講演は、多くの方々により難い評価を頂いておりますが、私たちの人生において、また、私たちの社会において、学びを力に変えていくためには、日々の継続的な実践が必要となってきます。自分自身や他者への深く大きな慈しみの心、内なる幸せ、物事、存在に対する深い洞察、智慧を、Dr.バリーの講演による一時の感動の出逢いに終わらせることなく、困難を抱える人生に私たちが真に向き合う力を育み、様々な課題を抱える社会に働きかけるためにも、皆さまと一緒に、Dr.バリー来日時以外の時においても、より一層、実践も深めて参りたいと考えております。そして、2017年は、毎月定期的な瞑想実践会を開催したいと考えております。引き続き、どうぞ宜しくお願い致します。また、2017年は、様々な会員向けのコンテンツの更なる充実も図って参りたいと考えております。

こうした活動が広がりつつあるのも、各種プログラムにご参加頂く皆様様々な専門スキル、知識をお持ちの方々のご協力のお蔭です。ここであらためて、こうした皆さまのご支援にも感謝申し上げます。医療、教育、ビジネスの現場、また、人生の困難にどう向き合うか等、様々な分野にて、私たちの活動に対する更なるニーズを感じるなか、私たちとしても、引き続き、出来得る限り、貢献していきたいと考えております。ただ、その一方、活動の継続性として、いかに持続的な財政基盤を整えるかは、2016年は、やや改善してきたものの、引き続き、難しい課題でもあります。お一人おひとりの幸せを育む灯、様々な課題を抱える社会の進むべく道を照らす灯をより大きく育むため、活動の趣旨にご賛同頂ける皆様には、ご無理のない範囲にて、財政的な支援（会員登録）も頂けましたら、幸甚に思います。

私どももまだまだ力不足で、至らぬ点もあるかと思えますが、皆さまと一緒に、スタッフ一同、この新たな年も、内なる幸せの開拓者であると共に、しっかりと力強い歩みを進めて参りたいと思っております。

引き続き、今後ともどうぞ宜しくお願い申し上げます。

一般社団法人 ヒューマンバリュー総合研究所
理事・統括コーディネーター 大類 隆博

■ News

<所長Dr.バリー・カーズィン 海外での活動について>

- ・2016年にDr. バリー・カーズィンがワシントン大学客員教授に就任

<その他の2016年の海外での活動>

- ・イギリス・オックスフォード大学およびケンブリッジ大学などイギリスの医療関係の教育機関にて講演（2016年春）
- ・アメリカ・ピッツバーグ「The Family Medicine Education Consortium」において800名の医師を対象に基調講演および瞑想研修（2016年秋）
- ・アメリカ・ルイビル大学メディカルスクール 新入生への白衣授与式（2016年9月）

<「物質と心—脳と内なる心—の関係を探す、二人のノーベル賞受賞者による対話」刊行>

「物質と心—脳と内なる心—の関係を探す、二人のノーベル賞受賞者による対話」

ダライ・ラマ法王14世・テンジン・ギャツォ・利根川進・我喜屋まり子・バリー・カーズィン 著、丸山智恵子訳
<サンガ出版刊>

新たに書籍やDVD、オンライン映像といったメディアを通して広く伝えることも目指してきたところ、多くの方にお世話になりました、2012年にダライ・ラマ法王と利根川進教授（MIT）という二人のノーベル賞受賞者をお迎えしたシンポジウムがようやく書籍として刊行されました。当日のお二人の講演の様子も生き生きと描かれています。

よろしければ書店やアマゾンなどでお手にとってご覧ください。

<2017 ヒューマンバリュー・カレンダー 「Meditation and Life」 >

2017年ヒューマンバリュー・カレンダーが出来上がりました。

大切なメッセージに日常の中で触れていただきたいという想いから、昨年初めて制作しましたところ、様々な個人、教育機関、医療機関の方々に、「心洗われる」「温かい気持ちになる」「今年もぜひ使いたい」と仰って頂き、お役に立て大変嬉しく思っております。

今回もDr.バリーのメッセージに、3名の写真家の方に写真の提供という寛大な協力を頂きました。ありがとうございます。

2016年 活動報告

< 4月～5月 >

● 4月29日～5月1日 / 5月3日～5日 「ロジックトレーニングプログラム」
Lojong Training Program

< 東京 > 中央区 聖路加国際病院
主催：NPOハートシェアリングネットワーク
後援：聖路加国際病院精神腫瘍科
一般社団法人ヒューマンバリュー総合研究所

「ロジック・トレーニング・プログラム」では、6日間に渡る皆さまの熱意ある学びと実践を感じる時間となりました。ご参加の皆様の印象に残ったトピックとして「瞑想の実践」や「現実と思っていることは現実ではない」ことなどが挙げられていました。この、「現実と思っていることは現実ではない」というテーマや「空」については、一晩でわかるものでも知的に頭だけでわかるものでもなく、忍耐強く時間をかけて、何度も講義を聞き、テキストを読み考え、実践と体験を重ねながら、ゆっくりと徐々に理解していくものだとして、Dr.バリーは繰り返し話しています。今後、さらに皆様と学びを深めてゆきかけとなる時間となりました。

● 5月8日（日）「春季グローバルリーダーシッププログラム」
Global Leadership Training

< 東京 > ユニリーバ・ジャパン
主催：ヒューマンバリュー総合研究所
協賛：ユニリーバ・ジャパン

「グローバル・リーダーシップ・プログラム」では、瞑想を通じたマインドフルネスの実践を行い、さらには参加者同士の「思い」と「気づき」のディスカッションとシェアを経て、豊かな時間となりました。「グローバル・リーダーシップ・プログラムで得た感動は、心の中に今でも温かく存在している」、Dr.バリーの講話からは慈悲（Compassion）を深く感じる事ができ、さらには、慈悲はビジネスの世界においても、学校や教育の現場にも、そして家庭においてもどんな場所、どの瞬間にも世界をよりよくする源泉となることを、頭ではなく心で理解できるような体験をすることができた」などのお声を頂きました。本プログラムは、2016年11月にも継続して開催いたしました。継続してご参加の皆様と、そして新たにご参加の皆様にとって、お一人おひとりが関わる生活において、より現場に実践可能なプログラム開発ワーキングチームのスタートポイント、発足の場になればと思います。

● 5月21日（土）「医療における思いやりの心」
Compassion in Medicine

< 神奈川 > 横浜市立大学へボンホール
主催：横浜市立大学医学部医学科 同窓会 倶進会

倶進会医学会合同総会特別講演として、「医療における思いやり」をテーマに講演を行いました。Dr.バリーの講演及び質疑応答では、「共感から慈悲へ」「慈悲の心を育む方法」「マインドフルネス」「瞑想の科学的側面」などについてお話いたしました。正直さは信頼に繋がり、信頼は医師と患者にとって極めて重要であること。しかし、他者の痛みを自分の痛みとして感じ続けると、その共感に圧倒され、燃え尽きることがあること。そのため医師として、共感から慈悲へ、そして慈悲の心を育む方法を学ぶことが重要であることに言及しました。

●5月22日(日) 「シャーンティデーヴァ『入菩薩行論』」
Learning “Shantideva, A Guide to the Bodhissatva’s Way of Life”

<東京> 台東区

「慈悲心」を育むためのチベット仏教の古典「シャーンティデーヴァ『入菩薩行論』」から、Dr.バリーが、現代に生きる私たちにも分かりやすく智慧を伝えるよう心がけており、今回は、第8章(瞑想)～第9章(智慧)について学びました。

「入菩薩行論」について 約1300年前に、インドのナーランダ僧院大学の学僧であったシャーンティデーヴァによって教えられた古典。周囲からはブスクと呼ばれ、怠け者のように思われていた賢者が、後世に残した名著。貴重な言葉は、全世界で読み継がれています。少しずつ心にしみ込ませていくように、この古典テキストは、慈悲心をもつ菩薩のような生き方とは、「怒り」「忍耐」「慈悲」とは何かを、現代の私たち実践できることとして、具体的に教えてくれます。

今日では、学校や家庭でも学ぶ機会の少ない希少な智慧を、医師でありチベット仏教僧侶でもあるDr.バリーの解説によって学びます。また、現代の私たちの生活でも実践できるように、瞑想もあわせてプラクティスします。毎回、解説をしながら英語テキストを読みすすめています。

知識としての理解だけでなく、身体と心で感じながら実践と体験を通して、体得することを目的とし、レクチャー、メディテーション、そして質疑応答により成り立っています。Dr.バリーの質疑応答では、実際の日常生活で起きる様々な問題に関する具体的なディスカッションが行われます。

●5月23日(月) 「慈しみのレッスンⅡ ～人生の難問に答える～」
Lesson of Compassion : Facing Life Issues

<東京>水道橋 全水道会館
主催：NLPリーダーズコーチング株式会社
協賛：ヒューマンバリュー総合研究所

「慈しみのレッスンⅡ ～人生の難問に答える～」では、誰にでも起こる人生の困難、人間関係で悩んでいるとき、また私たちはどのようにすれば良いのか出口が見えないとき、そこで慈しみの心を持つことがどのようにしたらできるのか、そのテーマに向き合いました。そして、「自分は何者なのか深く観ていく」ことや、他者や自分の幸せについて、また、「共感と慈しみの違い」などについて、Dr.バリーがお話をしました。ご参加の皆様との質疑応答では、「裏切りや騙される経験をしたときに相手を『先生』と考える」ことや、「何の価値判断も持たずに一緒に居ること～慈しみとうこと～」についての質疑応答が行われました。

<11月>

●11月6日(日)
「秋季 グローバルリーダーシッププログラム」
Global Leadership Training

<東京> ユニリーバ・ジャパン
主催：ヒューマンバリュー総合研究所
協賛：ユニリーバ・ジャパン



2016年春季グローバルリーダーシッププログラムに引き続き、秋季グローバルリーダーシッププログラムでは、「真のグローバルリーダーシップとマインドフルネス」というテーマで、実践と、参加者同士のディスカッションの時間をより多く取り、私たちが社会にできることを具体的に提言・アクションしていく一歩となる場として、多くの方々にご参加いただきました。

また、ご参加の皆様からは、「とてもレベルの高いディスカッション内容で、自己の価値観や日頃のプラクティスに反映できる内容が多かった。」「瞑想などマインドフルネスの自分の内側と社会と会社での行動の両面から学ぶことができた。」など、多くのご感想をいただきました。

●11月23日（水・祝）～27日（日）

「Dr.バリーと歩く空海の道・四国巡礼 ～心の変容の旅～」

Shikoku Pilgrimage

<四国> 高知県・徳島県

旅行企画・実施：(株)JTB関東 法人営業宇都宮支店 法人事業チーム



2016年11月に、ヒューマンバリュー第4回目の四国巡礼を企画致しました。

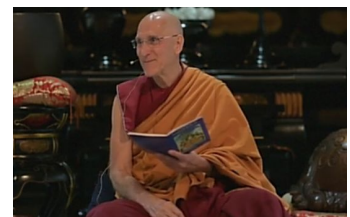
今回の巡礼では、土佐の国（高知）から阿波の国（徳島）にかけて、空海（弘法大師）が修行をした道をたどって行きました。特に空海が悟りを開いたという室戸岬の洞窟前を訪れ、空の瞑想や、海に沈む夕陽を見ながら慈悲の瞑想を実践、空海が存在を体で感じながらプラクティスを行うことができました。四国巡礼では、外側の巡礼と同時に、内なる巡礼、心の変容について学ぶ機会となりました。ご参加の皆様からも、「Dr.バリーが愛と慈悲そのものを常に体現されている姿に触れて感動しました。」などのご感想を頂いております。



●11月29日（火）「シャーンティデーヴァ『入菩薩行論』」

Learning “Shantideva, A Guide to the Bodhisattva’s Way of Life”

<東京> 長安寺



長安寺様のご厚意により、素晴らしい環境の中、「慈悲心」を育むためのチベット仏教の古典「シャーンティデーヴァ『入菩薩行論』」を、Dr.バリーが、現代に生きる私たちにも分かりやすく智慧を伝えています。今回は、特に難解である第9章（智慧）について、ご参加の皆様と共に学びを深める時間となりました。

当日は多くの方々にご参加いただき、継続してのご参加の方、また、初めてご参加の皆様とも一緒する機会となりました。

下記のプログラムは、今回Dr.バリーが講演のため招聘していただいたプログラムです。
今回も、様々な分野の皆様と一緒に学びを深められましたことに、感謝申し上げます。

● 11月18日（金）「Compassion and Success」マギルフォーラム（一般参加あり・英語のみ）
主催：マギル大学（カナダ）同窓会Japan

マギル大学同窓会フォーラムとして、「ビジネスの成功における慈悲の実践とは何か」をテーマに、Dr.バリーがお話しました。ビジネスにおける慈悲の必要性について、皆様と共有する時間となりました。

● 11月21日（月）「慈しみ」を育てるレッスン -燃えつきを防ぎ幸せを育む-
主催：横須賀共済病院（医療関係に勤務の方のみ対象）

医療関係者を対象とし、大変多くの方にご参加いただきました。参加の皆様からは、「Dr.バリーからいただいた示唆をひとつでも実践できれば、必ず良くなると感じました。」「涙が出て心が洗われるようでした。」「Dr.バリーのお話を聞いていると、いつのまにか自分の中に愛があふれてくる感覚がありました。」などのご感想をいただいております。

● 12月1日（木）「医療における思いやりの心」
主催：聖マリアンナ医科大学病院（医療従事者および患者・ご家族など）

医療関係の方々をはじめ、患者・ご家族、教育関係の方など、様々な方にご参加いただくことができました。参加者の皆様からは、「医療に携わる者として、人間として、慈悲の心に気づくとても良い時間でした。」「科学的根拠も鋭角にされていて良かったです。」「ターミナル医療についての考え方を聴くことができ、メディテーションの実践もできて良かったです。」などのご感想をいただいております。

■ メディア掲載情報

・ 2015.12.25 サンガジャパンVol.22 特集「瞑想を語る」に、インタビュー・研修会のレポートが掲載されました。

・ 2016.5.12 サウス・チャイナ・モーニングポスト 「バークレーのヒッピーからダライ・ラマ法王の専属医になるまで ~バリー・カーズインの旅」(英語 English)
South China Morning Post "From Berkeley hippy to Dalai Lama's personal physician - Barry Kerzin's journey"
<http://www.scmp.com/magazines/post-magazine/article/1943991/berkeley-hippy-dalai-lamas-personal-physician-barry-kerzins>

・ 2016.5.21 「METROPOLIS」メトロポリス 教育者向けグローバルリーダーシップ・プログラムのレポートが掲載されました（英語 English）
"Global Leadership for Educators and Teachers Dr. Barry Kerzin on how honesty and altruism cultivates

responsible leadership”

<http://metropolisjapan.com/global-leadership-educators-teachers/>

・2016.11.30別冊サンガジャパン「マインドフルネス 仏教瞑想と近代科学が生み出す、心の科学の現在形」に、インタビューが掲載されました。

■ 教育ツール関係

<https://jp.humanvaluesinstitute.org/library/booksdvds/>

<NEW>

●書籍「物質と心—脳と内なる心—の関係を探す、二人のノーベル賞受賞者による対話」

ダライ・ラマ法王14世、テンジン・ギャツォ、利根川進、我喜屋まり子、バリー・カーズィン 著
丸山 智恵子 訳

ダライ・ラマ14世（ノーベル平和賞）と利根川進（ノーベル医学・生理学賞）。2人のノーベル賞受賞者による心と意識をひらくことについての対話が書籍となりました！

※来日ワーク会場・紀伊國屋Web・Amazonなどからご購入いただけます

<NEW>

●DVD 「医療における瞑想の実践」全4巻

2015年に聖路加国際病院で2日にわたり行われた、Dr.バリーによる医療従事者向けの研修会の内容を充実の4枚組のDVDにまとめました。医療者や対人援助職の皆さんが日々患者さんと向き合う中で出てくる疑問に、医師であり僧侶でもあるDr.バリーが答えています。

- ・どのように患者さんの身体面だけではなく心に寄り添い、サポートをすることができるのか？
- ・治療経過が難しいとき、どうすれば医療者自身が自分の内面を見つめ心の平安を保つことができるのか？
- ・共感と慈悲との違いとは
- ・仕事でのバーンアウトをどのように防ぐのか
- ・瞑想の効果の科学的検証
- ・医療における瞑想実践の方法など

医療者にとっての知的な理解を深める実践的な講義が含まれ、瞑想の体験など、日常での継続的な実践ができます。医師・看護師といった医療者の方や介護関係の方はもちろん、一般の方でご家族のケアをされている方にもおすすめの内容です。

<NEW>

●DVD「慈しみのレッスン」

2016年5月に開催された「慈しみのレッスン」の質疑応答（プライバシー的な部分は除く）を含めたDVD、そして講義録を書き起こした電子書籍（無料ダウンロード）が完成しました。

誰にでも起こる人生の困難や人間関係で悩んだとき、出口が見えないとき、どのようにしたら慈しみの心を持つことができるのか、そのテーマに向き合いました。

慈悲とは何か、またどのように慈悲を育むのかを学び、その実践のためにも、ぜひ活用していただけたら嬉しく思います。

<NEW>

●電子書籍「慈しみのレッスン」

こちらは、ヒューマンバリュー総合研究所のホームページより、無料ダウンロードが可能です。

◇「慈しみのレッスン」電子書籍（無料ダウンロード可能）の詳細はこちらのURLをご覧ください

<https://goo.gl/mGJnxz>

<NEW>

●2017 ヒューマンバリュー・カレンダー「Meditation and Life」

毎日の生活の中で、慈しみや思いやりの心をどのように育むか、ストレスを感じたら、呼吸をどのように思い出すのか、せかせか歩かず、今この瞬間にどう気づくのか。

そのような小さな実践を忘れないようにしたい・・・

瞑想も毎日5分でもやりたいが、つい忘れてしまう・・・

ヒューマンバリューでは、そんな声にお応えして、毎日、目に触れるものとして昨年にカレンダーを制作したところ、美しい写真とDr.バリーのメッセージが自宅、職場、みなさんが集まる場所などでの「日常での実践に役立った」という声をいただきました。

そこで、今回も新たに来年のカレンダーを制作しました。

ご自分のために、大切な人への贈り物に・・・

ぜひご活用くださいませ。

●書籍「チベット仏教からの幸せの処方箋」

アメリカ人医師のDr.バリーは、身近な人の死をきっかけにチベット仏教の道に入り、ひとりの僧として生きてきました。自分の人生を通じて、人生を問い直すきっかけにしてほしいという想いのもと、日本各地で行ってきた講話の一部が、この一冊になっています。

ダライ・ラマ法王から30年近く直接学び、修行を続けることで得た、困難に向き合い、正しく対処するための智慧が、ふんだんに散りばめられています。親しみやすさとユーモア、日本で誰もが体験している、〈新しい現実〉をみつめ、生きていくための道しるべです。

●DVD「看護における尊厳と介護における慈悲」

旭川ウェルビーイング・コンソーシアムの招聘で旭川大学など5大学の学生達に向けて講演を行った講座「看護における尊厳と介護における慈悲」の内容を記録したもの。命について、死について、そして自分自身と人への慈悲の育み方・・・ケアワーカーを目指す方にも、そうでない方にも、現代の社会を生きる中で大切な教えが詰まっています。

●DVD「スピリチュアルな生と死」

Dr.バリーが旭川ウェルビーイング・コンソーシアムの招聘で講演を行った市民講座「スピリチュアルな生と死」の内容を記録したもの「死」とは何か、肉体が死んでも続いていく微細なマインド（意識）とは？そして、私たちがより幸せに生きていくためには、何が大切なのか？アメリカ人医師であり、チベット仏教僧でもあるDr.バリーが古代よりチベット仏教で培われてきた叡智を、分かりやすい言葉で伝えています。

●クリアファイル「心のマップ」

心には、第一次的な心と第二次的な心があり、このマップはその詳細を示しています。私たちが心の分類を理解し始めるならば、ネガティブな側面を、ポジティブな側面に変容することに取り組むことができます。このマップがそれに役立つ見取り図となっています。

■ メンバーシップ（会員）登録 ヒューマンバリュー総合研究所 会員についてのご案内

ヒューマンバリュー総合研究所は、「ヒューマンバリュー：人間の内面の価値」について、また人間としてさらに意味ある人生を生きることについて、共に学び、考え、実践するために、現在その活動を継続し広げています。そのため慈悲や智慧を育むためのレクチャーとメディテーションを含む「心のトレーニング（訓練）」を通じて、ひとりひとりの心と身体の健康を増進し、また健全な社会を育むことを目的として活動中です。

そこで当研究所の理念に賛同し、「心の訓練」について一緒に学び、実践し、また実際の社会で活用する活動を持続可能にするためのサポートをして下さる方々は、当研究所の会員登録をお願いいたします。会員の皆様からのサポートが、継続的な活動支援になります。

<会員種別と入会費・年会費> *2016年11月—新システムへ移行

・個人会員：入会費1万円（任意）＋年会費1万2千円（月1千円）

1. 一般会員（どなたでも個人で会員になることができます）
2. 教育および福祉関係、
3. 学術関連（大学教員、研究者の方）
4. 医療関連、それぞれ該当する分野での研修や国内・海外における研究などの活動、プロジェクトへの参加についてお知らせおよびご招待させて頂くことがあります。（公費、研修費などにも対応致します）

・賛助会員：入会費1万円（任意）＋年会費一口3万円（1口以上）
会員の皆様からのサポートが、継続的な活動支援になります。個人および法人いずれも会員になることができます。

・法人会員：入会費1万円（任意）＋年会費一口5万円（1口以上）
団体・法人企業・医療機関・教育機関・公的機関などを含みます。団体内研修や共同プロジェクト等、個別の相談にも応じております。これまで本研究所が医療機関、大学、団体などで行なってきた活動など、詳細はお問い合わせ下さい。

※入会をご希望の方は、下記の項目をご記入の上、メールにて office@humanvalues.jp までお知らせください。確認の上、事務局より詳細をご連絡させていただきます。

- ご希望の会員タイプ（上記の中から選択してください）
- お名前（フリガナ）
- ご住所電話番号
- メールアドレス（必須）
- 性別（任意）
- 職業／所属（任意）

ヒューマンバリュー総合研究所WEBサイト内「メンバーシップ（会員）登録」からもお申し込みいただけます。

<https://jp.humanvaluesinstitute.org/contact/membership/>

■ メルマガ登録（無料）

ヒューマンバリュー総合研究所からの最新情報などご希望の方は、ヒューマンバリュー総合研究所WEBサイト内の「メルマガ登録フォーム」よりご登録いただけます。

<メルマガ登録フォーム>

<https://jp.humanvaluesinstitute.org/contact/mail-magazine/>

Dr.バリーの来日情報など「ヒューマンバリューからのお知らせ」がメールで届きます。
楽しみにお待ちしております。

■ サポートのお願い

ヒューマンバリュー総合研究所の活動をご理解およびサポートして頂き、誠にありがとうございます。

チベット仏教の伝統に基づき、医師であり僧侶でもある講師（所長）個人は講演料などをまったく受け取っておりません。皆さまからの参加費、会費、ご寄付などは、講師来日のための経費も含めた国内外の移動宿泊などの経費、プログラム運営費、情報発信、および過去に開催したプログラムからの資料や、日本では未発表の世界的研究成果などの共有、そして教育ツール開発費などに充てさせていただいております（おかげさまで昨年は教育や医療の分野で充実したプログラムを実現し、DVD やカレンダーなどを新たに制作することができました）

さらに幅広い教育・研究・啓蒙活動を続けるため、皆様の温かいご支援をお願いしております。ご寄付も随時受け付けておりますので、どうぞ宜しくお願い致します。

また翻訳（和訳・英訳）・編集・事務作業などをご一緒にできるボランティアサポートも随時受け付けております。ご興味のある方は、どうぞご連絡ください。

またご質問などはお気軽にお問合せください。折り返しご連絡さしあげます。

一般社団法人 ヒューマンバリュー総合研究所

〒103-0011

東京都中央区日本橋大伝馬町 13-7 日本橋大富ビル 2F BCノースポイント

所長・代表理事 バリー・カーズィン

共同代表理事 丸山智恵子

理事 藍原繁樹

理事 大類隆博

事務局 玉利香里 内田裕子 他