

レイルズ氏の略歴

現在 :Constructive Living Center 所長、生活の発見会顧問、メンタルヘルス岡本記念財団評議員
過去 40年間、飛行機恐怖症でありながら、講演やCL指導のために日米間を毎年 2回往復している。

- 1940年 オハイオ州生まれ。心理学的文化人類学者、建設的な生き方」創始者、
- 1959年 海軍兵として米国軍艦で来日した際、墨絵に興味を持ち、日本人との関わりから自分とも共通する、日本人の心が理解できれば自分の心もわかると考え、帰国後、UCLAで心理学を学ぶ。その後文化人類学に転向。
- 1964年 浜松医科大名誉教授・大原建士郎と出会い、同氏の勧めで日本で森田療法の実践、調査研究を行う
- 1966年 日本国立衛生研究所で研究中、同研究所所長・加藤正明氏に薦められ、大和郡山で七泊八日の集中内観を実践し、「内観療法」をも研究する。森田・内観療法を取り入れた新しい生き方教育法 - Constructive Living 建設的な生き方 (CL)」 - を創案。
- 1969年 森田療法研究博士論文でUCLA文化人類学の博士号を取得。
- 1970~ 7年 UCLA公衆衛生学部助教授
- 1974~ 79年 南カリフォルニア医科大学 精神医学部助教授
米国政府からの依頼で自殺予防体制の研究のため、自ら自殺願望の鬱患者となり
体験調査を行う「内からみた自殺」共著を出版。
- 1979~ 80年 ヒューストン大学 人類学部助教授、准教授
- 1980~ 現在 春秋 3ヶ月づつ日本に滞在、夏冬 3ヶ月づつ在米
- 1988年 世界医療協会の顧問として中国に滞在。
- 1980~ 9年 ロスアンジェルスに東道研究所を設立、所長
- 1992年 森田療法学会 第一回高良賞受賞
- 1997年 森田療法学会 森田賞受賞

CL教育研究会 TEL 047-333-5830
FAX 047-335-3084
mail mtolma@rb.infoweb.ne.jp
http://www.cl-life.com/

建設的な生き方」は、日本の森田療法と内観療法という精神療法の理念、手法を基にD. K. レイルズ博士によって創案されたものです。

森田療法の教えからは充実した人生を送るために、自分が生きているこの世界をありのままに受け入れ、なすべきことをしていくことを学びます。

内観療法からは事実を具体的に捉えることで、自分がいかに他の人、自然、回りの世界に支えられているかを学びます。

CLはこの両療法の法則を日常の生活の中で取り入れ、実践しやすとした方法です。これらの実践が自分と回りの世界、人との関係に良い効果をもたらす、充実した生き方を容易にします。

著書 日本語

内からみた自殺・共著	1984/2	(当研究会で販売)	星和書店	現在絶版
悩みを活かす	1986/7	菊地真理訳	創元社	
行動的な生き方	1989/12	山本桂子訳	創元社	
この一瞬に自分を変える	1994/7	遠間美保子・小木晴代訳	産能大学出版部	
自分を生かす行動革命	1996/12	小木晴代・遠間美保子訳	海竜社	
人生は行動を待っている	1998/7	遠間美保子・小木晴代訳	KKベストセラーズ	
建設的に生きる	1999/4	吉阪忍・遠藤博因訳	創元社	
生活オンチにならない	2000/6	本多岩夫・遠間・小木	白揚社	

中高生向けサイドリーダーとして...・Constructive Living for Young People 朝日出版

原書 英語

The Family Shadow	内からみた自殺」	1981	UCLA出版部
The Quiet Therapies		1980	Hawa ick 学出版部
Constructive Living	悩みを活かす」	1984	"
Playing Ball on Running Water	行動的な生き方」	1980	William Morrow社
Even in Summer the Ice doesn't Melt		1986	"
Water Bears No Scars		1987	"
Pool of Lodging for the Moon	建設的に生きる」	1988	"
A Thousand Waves	この一瞬に自分を変える」	1990	"
Thirsty Swimming in the Lake	自分を生かす行動革命」	1991	"
Rainbow Rising from a Stream		1992	"
A Handbook for Constructive Living	人生は行動を待っている」	1995	"
Plunging Though the Clouds		1993	New York 大学出版部
Tao Te Chin		1993	"