

「関係性—それは敬意だし、愛なんだ」

あれもこれもつまるところ、つきあい方、関係性の問題でしょう。
あ 思いどおりにならないことは、自身の抱えている問題を増幅して迫ってきます。苦しい時はなおさら。どれも単なるひとつの現象として受け止めたらいのですが、そうはなかなかいかないものです。はあ…トホホ、どうしたものか。

ところで、関係性に対する判りやすいシンプルなストーリーにはご用心、と僕は思います。例えば、ポジティブシンキングでいこうとか肯定的に見るべしとか、親がワルイとか、過去のトラウマがとか等々です。そして僕は昨今、教育も政治も社会もカウンセリングもこういったシンプルなストーリー、二元論的に関係性を捉え、判りやすい物語にはめ込もうとする傾向の強まりを感じています。

ひとと物事も複雑で、すべて理解するなんてできないし、ほんと多様でいろいろで…思いどおりにならないものです。それは今夏、連続に起こった豪雨や地震、未曾有の大災害が示す自然が思いどおりにならないということと同じことなのでしょう。

「思いどおりにならない」「すべては、理解できない」ということを起点にすえた見方、ひとと物事に対する姿勢—それは「敬意」ということではないでしょうか。

NHK 朝の連ドラ「半分、青い」主人公の^{にれのすずめ}榎野鈴愛が電話でおじいちゃんにつぶやく

「おじいちゃん、すずめ まーあかんかもしれん（岐阜弁でもうダメの意）」

中村雅俊演ずる祖父、仙吉の返事はまるで風のような。「おお。まーあかんか」

鈴愛「ほんだけか、なんや、軽いな」

仙吉「ほーか。まあそんなもんや、上等や」

そして鈴愛のリクエストに応え、電話口で唄う。「いのーちかけてと、ちかーった日からー」つま弾くギターのスリーフィンガーに中村雅俊いや、仙吉の渋い唄声。鈴愛のほほをつたう、いく筋もの涙。

僕は…号泣。トシ喰った！？オイオイちがう、違う。この感じさっぱり判らんでも判ってもらわんでもええ。こういうことなんや。敬意やし、愛なんや。

みんなで共に歩んでつくってゆくワークショップもかくありたいと思います。

このワークショップの4日間は、単にカウンセリングのスキルを学んだり、悩みや問題の答えを提供する場ではありません。自分と出会い、他者と出会う。また、他者を通して、自分を見つめる。エンカウンターグループやプロセスワーク、サイコドラマやゲシュタルトセラピー…トエックならではの手づくりの遊びに満ちたムードの中、メンバーのニーズとイセタツロウの直感でデザインされていく場は、涙と笑いの人生劇場。

深刻じゃないけど真剣に、重くないけど深あく。「今、ここ」を生ききって、共にワークしていきましょう。

ワークショップ世話人・カウンセラー 伊勢達郎（自然スクールトエック代表）

トエック TOEC 春の カウンセリングワークショップ

日時：2019. 3月14日（木）～17日（日） 3泊4日

会場：徳島県阿南市柳島町伊勢はんク ※宿泊場所でもあります。

参加費：それぞれ43,200円 学割あり 定員：高校生以上 12名



お問い合わせ、お申し込みは…

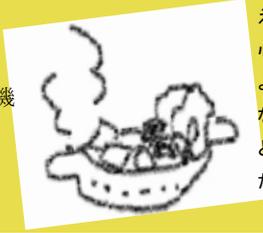
主催：NPO法人自然スクール TOEC（水曜定休 10:00～19:00）

電話：0884-24-9201 email:toec@asahi-net.email.ne.jp

面倒くさい自分を、
おもしろがりた。

プログラム概要

初日	2日目 3日目	最終日
14:53 徳島駅発→JR→15:25 西原駅着(390円) 西原駅から送迎バスで会場へ ※交通の詳細については下記をご参照ください。 15:45 会場：伊勢はんく 着 着後 必要あれば部屋（2～3人の相部屋）にて動きやすい格好など着替え 16:00 セミナーのコンセプト説明・オリエンテーションなど 16:30 身体ほぐし、心ほぐしのボディワーク 18:30 タごはん 20:00 チェックイン・ミーティング 今、ここにいる自分の声に耳をすまそう。動機や今抱えているテーマなど聴きあいます。 21:00 終了 自由交流	7:30 ごろ 朝ごはん 9:30 セッション 12:30 昼ごはん 14:00 セッション 18:30 セッション終了 19:30 夕食 自由交流 近くのスーパー銭湯へ（希望者）。 宿泊施設にもお風呂はあります。	7:30 ごろ 朝ごはん 9:30 セッション 12:00 チェックアウト・ミーティング 12:45 昼ごはん 14:30 終了 送迎バスにて西原駅へ 15:15 西原駅発→JR→16:03 徳島駅着 (時刻表は2018年10月時点のもの)



ワークショップは、車座になって、語ったり、聴いたり。身体を動かしてみたりしながら、時間をかけて丁寧に自分の身体や心に焦点をあてていく作業をします。頭で「考え」、よい悪いや正解を求めて判断している日常から、ちよびり立ち止まって、身体や心の「声」とか「言い分」を聴く。グループで取り組むことで、ひとりでは発見できないような思わぬ自分に出会うきっかけにかもしれません。そのことにより、自分に少し優しくなれたり、自分の取り扱い方が少しわかったり。よりよく生きたい私へのヒントが見つかるといいなと願っています。無理なく、参加者の皆さんにフィットしたプログラムを展開するために、場の流れやメンバーの状況などによりプログラムを変更することがあります。

交通手段について

①徳島駅まで

*関西圏からは高速バスが頻繁に出ていて、便利！
大阪（大阪駅・なんば・梅田など）から
神戸（三ノ宮・新神戸・神戸空港など）から 名古屋駅からも
*東京方面から羽田空港～徳島空港 約1時間
夜間高速バス 東京・新宿・品川・浜松町～
毎日運行*詳細、お問い合わせ下さい

②高速バスで会場最寄駅まで

会場がある阿南市は徳島駅より車で1時間ぐらい南下した場所にあります。

以下、送迎に対応できます。早朝着便なので待ち合わせ。
南海なんば、ハービス大坂、高速舞子より阿南駅 15:28 着（徳島バス）
品川・浜松町・新宿から阿南駅までの夜間高速バスもあります。

お申し込み方法

ウェブサイトの申し込みフォームまたは、メール・電話・FAXにて
①下記項目をご連絡下さい。
*お名前（年齢・性別）、お電話番号、ご住所、ご職業・ご所属先があれば、どのような活動をされているか
*参加するにあたって、期待すること
*食事のアレルギーや生活上、注意してほしいこと
②参加のてびきが届いてから1週間以内に郵便振込みにて（所定の用紙同封）申込金 15,000 円をご入金ください。
*お申し込み後、何らかの事情があつてキャンセルされる場合は、どなたかに権利をお譲り頂いても構いません。

NPO 法人 自然スクール トエック

〒774-0043 徳島県阿南市柳島町高川原 6（水曜日休 10時～19時）
電話：0884-24-9201 FAX：0884-24-9202
e-mail:toec@asahi-net.email.ne.jp
URL:https://toec.jp
FB では、トエックの日常をご覧いただけます。
「自然スクールトエック」で検索してください。

自然スクールトエックは、1985年よりカウンセリング理念に基づいた教育観を軸に、子どもとのフリー（自由な）キャンプやフリースクールの運営などを中心に活動しています。
活動のベースである TOEC 農園では、四季折々の果実や野菜も有機農法により、スタッフの手で育てられ、ワークショップでもふんだんに使います。

ご一緒するスタッフより

→ のワークショップに長いこと携わっています。ひとりで悶々としていることでも、グループで座ることで心になぜか風が通る、そんな体験を重ねています。受け入れがたい自分や思いがけない自分に出会い、そこへ優しいまなざしを向けられるようになることで子どもたちとの現場（フリーキャンプの企画・運営をしています）でのたまたまいが変化したのも実感しています。情熱のあまりついやりすぎて疲れてしまったり、貢献したい意欲が健全に届かず孤立してしまったりしている方たちに、自分のあり方を磨く場としても活用してもらいたいと願っています。

と、エラそうにしているワタクシではありますが、まだまだ道の途中。情けない意地をはったり、つついいい人をやって疲れたり、勝手に落ち込んだり…。相変わらずトホホ、な自分とつきあって生きています。今回も、みなさんとの出会いの中で、普段置いてきぼりにしている自分の気持ちを丁寧に感じて、観ることに努めたいと思っています。肩のチカラをなるべくゆるませ、そのままのワタクシで取り組みたいと思います。みなさんとの時間を楽しみにしております。

事務局 自然スクールトエックスタッフ 渡辺有紀