

*in focus*

The newsletter of

**The International Focusing Institute**



12月です。カナダは寒いです。アルゼンチンは暑いです。あなたがどこに住んでいるかによって、1年のうちこの時期は多くの意味があります。

ここニューヨークでは、日没は午後4時30分ごろになります。最近は光よりも暗闇がたくさんあります。しかし、人々は暗闇に自分の光を加えています。市内のいたるところには、盛り上がり喜びを感じさせる華やかなディスプレイがあります。

それは魔法の時です。暗闇の時期の中で光の祭典を創ることは、人間の精神にとって大切なことです。私たち一人ひとりの内面の光を引き出すことが、フォーカシングにおいて大切なことでもあります。あなたの伝統が何であっても、あなたにとって愛と希望の時となることを願っています。

インターナショナル・フォーカシング・インスティテュート (International Focusing Institute) では、私たちは皆さんに光をとるために一年中働いており、フォーカシングの光を私たちの世界にもたらすことが共にできます。私たちはあなたとのつながりを知ることができる以上に感謝しています。この特別な季節に、私たちはあなた、あなたの家族、そしてあなたが大切にしているすべてのもののために最善を尽くすことを願っています。

新年あけましておめでとう！

国際フォーカシング研究所のあなたのチームより

## Note from Catherine



Dear friends,

先月お送りした私の年末の手紙を見る機会があったと思います。インターナショナル・フォーカシング・インスティテュート（International Focusing Institute）では、毎年末に寄付をお願いしており、とても必要としているものです。the International Leadership Council（国際リーダーシップ評議会）は、認証に関する問題を積極的に検討しています。理事会は全体的な戦略と財政的な問題で常に忙しい状況です。the Membership Committee（メンバーシップ委員会）は、メンバーとのよりよいつながりを見つける新しい方法を探っています。2016年について、強く健全なところの中のように、強く健全な財政のためにもご援助ください。

私は世界の難しい状況について、ずっと前に数人の友人とおしゃべりをしていました。彼らはヨーロッパ人で私はアメリカ人です。私たちの国々にはそれぞれに問題がありますが、私たちは世界における政治的、社会的傾向に関する深刻な懸念について話していました。そのうちのある一人が「私たちには信仰（faith）することが必要だと思う」と語りました。しかし、私の中から「いいえ、信仰は必要ないわ」という言葉が飛び出してきました。彼らはびっくりしたし、私もそうでした。それは自ずと内側から出てきたものであったので、私はこれが何の意味なのか内側をチェックしました。

「信仰は信頼しているわ」と私は説明しました「でも、私の疑いをだまらせる方法ではないわ」と説明しました。それはそういうものでした。私の友人が「信仰しなさい」と言った瞬間、それは私にそのような打撃を与えたのです。その発言は、疑いと恐怖が私たちに聴かせる警告に、私たちの耳をふさぐ方法のように感じました。

私が家において、火災警報が消えたら「信じてください、火はありません」と自分自身に語るのは愚かなことでしょう。私は警報が鳴っている理由について、あわてて好奇心をもって調べることはずっと賢明でしょう。私が調べても答えが見つからない場合は、「どうしてそれが消えたのだろう？ 警報の原因は何だろう？」と問い続けます。同じように、私が、状況や不快感に怯えていると感じると、私がフォーカシングから学んだことは、そこにいくつかの知恵があるということです。聞きたいと思っている内部からのメッセージがあります。だから、もし「信仰する」ことが、私が煩わされたり恐れたりしていないことを意味するならば、それはまったく信仰ではありません。そのような「信仰」は本当に「信じられない」ものです。なぜなら、「静かで小さな声」を信じていないからです。

もちろん、お互いに「信仰」を促進する別の方法があります。そのやり方とは、それぞれの警告音やそれぞれの内側の経験には、言うに値するものがある、という信念を持つことです。このような信仰は、自分自身や他人の中で育てようとする類のものです。私の自己や私の社会の中で批判されそうな部分でさえ、貢献する価値あるものがあるということを信じることです。

北半球の私たちにとって、1年の中で一番暗い時期です。ハヌカメノラやクリスマスツリー、ユールログなどの光を祝うことは、多くの人にとって暗闇の中でも光が消えないということを象徴する方法で

す。おそらく今年、私たちは暗闇も自分自身へ贈り物をもたらすという信念を持つことができるでしょう。また、たぶん、私たちは疑念と恐怖、悲しみと混乱をも、信じることができます。

あなたは、冬至の祝いをするとしても、または1年の終わりと次の始まりの終わりを祝うとしても、あなたは周りにある暗く疑わしいことのすべてを信じることができます。そして、私たちが両者を包み込むことになるので、私たちは同じくらい（それ以上！）またたく光を楽しむことでしょう。

敬具

Catherine

-Catherine Torpey, Executive Director,  
The International Focusing Institute

### Writings From the Edge

Featured: Poems by Birrell Walsh

エッジから書く

特集：Birrell Walshの詩

*Birrell Walsh* は、ベテランの *Focusing* 実践家です。彼のカトリック・タントラの小説と彼の詩は [btwreviews.com](http://btwreviews.com) で読むことができます。

### Wolverine Ears クズリの耳

March 6, 2008

"Small Mind," "Critic," "Ego" "小さな精神" "批評家" "自我"  
no one likes you, sharp friend, だれも君のことが好きでない、とがった友人、  
but I do. でも私は好きだよ。

You are welcome in my lap 私の膝の上では歓迎だ  
and I will rub your wolverine ears. そして、クズリの耳をなでる。

For you, like the softer parts, 君にとって、よりやわらかな部分のように、  
enjoy a place to rest, ゆっくりと、賞賛されるための場所を楽しんでくれ  
& admiration.

Space of Value, Space of Loss 価値の空間、喪失の空間

September 27, 2009

Focusing, フォーカシング、  
he found a pot being thrown 彼はろくろの上に投げられたポットと  
on a potter's wheel  
and a space arising with it それによって生じた空間とその中の空間  
and within it. を見つけた。

Space of value, space of loss? 価値の空間、喪失の空間？

In a few minutes, in a few words 数分間、数語の間、  
he unbottled all 彼は2つの半球の哲学のすべてがでてきて、平和が訪れた。  
of two hemispheres' philosophy  
and came to some peace,  
so I think; それで私は  
he came to some peace. 彼に平和が訪れた、と考える。

この新しいニュースレターのセクションである Writings From the Edge は、国際フォーカシングコミュニティのメンバーによる投稿を特集しています。投稿のオプションについて詳しく知りたい場合は、Scott Will 宛、[scott@focusing.org](mailto:scott@focusing.org) までお問い合わせください。

### Board of Trustees – Introducing Susan Rudnick

*Susan Rudnick*は、今年から *International Focusing Institute* の理事会に参加し、2019年の夏まで活動する予定です。

私は、すでに精神分析の訓練を受け熟練した心理療法家だった2000年ごろに、フォーカシングに出会いました。私は、Mary Hendricks によるフォーカシング・オリエンテッド・セラピー (FOT) 入門の研修会に参加し、彼女の絶妙な傾聴を経験し、5分で涙を浮かべました。私は、魅了され、すぐに私が彼女の元で勉強するためにすぐに申し込み、ニューヨークでの2番目のトレーニンググループに参加しました。



フォーカシングは、私の人生だけでなく、セラピストとしての私の仕事においても要（かなめ）のも

のです。私は、フォーカシングをセラピーの中に統合する方法を広げ、それを明確に表現することに主な関心があり、貢献をしてきました。これまでの10年間、私はLynn Prestonが率いるFORP（フォーカシング指向関係心理療法）のリーダーシップ・グループの一員でした。私は、ニューヨークと南アフリカの両方で、そのプログラムの中で、スーパーバイズし、教え、ワークショップの運営をしました。私の主な熱意は、私たちがクライアントとの関係をどのように体験しており、そしてクライアントと何が起きているのかについてフェルトセンスを得るという体験をしつつ、セラピストがセルフケアの実践としてフォーカシングをどのように使えるか、ということでした。私は月例の立ち寄り型ピアスーパービジョングループをファシリテートし、Joan Lavenderと協力してFOTカンファレンスの最後で、スタディグループの基礎となったモデルを開発しました。

私はまた、プログラム委員またはホスピタリティ委員会委員のどちらかで、3つのFOTカンファレンスにそれぞれに密接に関わってきており、1年間はJoan Klagsbrunとのカンファレンスを共催しました。すべてのセラピストのみなさんが、2017年6月に開催される次回のFOTカンファレンスに出席することをおすすめします。

私の人生と仕事のもう一つの重要な要は、禅の練習です。私は現在Twining VinesというWestchesterのサンガで座っています。スピリチュアリティとフォーカシングと精神療法の接点を探求することが好きです。Ruth Rosenblumと私は様々なFOTイベントでそのテーマに関するワークショップを開催しました。私はまた、ジェイソン・アロンソン著「マウンテン・ストリームへ：精神療法と仏教体験」（2007年）の中の「全体の中に戻る」という章を執筆しました。また、私は俳句の詩人でもあります。

私はまた、私自身28歳のかわいい娘の母親であるという事実がとても大事なものだと思っていて、その仕事はすべての人生の最も重要な変化のプロセスでした。

スーザン・ルドニク

## Focusing Conversations

Join us for the Focusing Conversations series, hosted by Serge Prengel!



November: Javier Romeo-Biedma

### *How to Work Experientially with Violence*

どのようにして暴力を体験過程的に取り扱うか

[Listen to this conversation here](#)

子どもや青少年、リスクの高い人々、また社会環境において、治療中のクライアントと一緒にと取り扱うとき、私たちは彼らの人生において暴力の影響を見ることがあります。この対話では、暴力の状況を予防し検出するための第一歩として、私たち自身の生活の中で暴力の扱いを見つけるために経験的にどのように作業するかを探っています。暴力を識別する方法について、最初に認知的概念から、そしてその後は、フォーカシングと具体化の観点から話し合います。いったん暴力という名前をつけることができれば、私たちの周りの暴力を変容させることができます。

### The 12th Annual Focusing Institute Summer School (FISS 2017)

August 14th – 19th, 2017 at the Garrison Institute in Garrison, New York

第12回サマースクールはニューヨークのギャリソン・インスティテュートで行われます。ニューヨークから列車で1時間のところにあります。参加者は、2017年8月14日（月）午後に受付し、5泊、2017年8月19日（土）にプログラムを終了します。



詳細

#### 誰が参加できますか？ 参加条件はありますか？

サマースクールは皆に開放されています！ 初心者や経験豊かなフォーカサーも大歓迎です。事前のフォーカシング経験は必要ありません。このプログラムは、あなたがフォーカシングの初心者でも、何年にもわたってフォーカシングをしていたとしても、豊かなリトリートになるように設計されています。

#### 何が期待できますか？

昨年のサマースクールプログラムについては、[ここをクリックしてください](#)。これにより、プログラムの一般的な形式を知ることができます。

## Thinking at the Edge (TAE) and Everyday Living – A Shared Exploration Live and Online (no special computer skill or equipment required)



### [接続](#) > [対話](#) > [コミュニティ](#)

TIFI メンバーシップ委員会は、TIFI メンバーのために、特別にこの新しいシリーズのフォーカシングラウンドテーブルを継続することを喜ばしく思います。このプログラムが、フォーカシング関連の関心を共有する他のメンバーとカジュアルな仲間同士の会話に参加する貴重な機会を会員に与えてくれることを願っています。

#### 誰が参加するのですか？

このトピックに対して、経験、好奇心、興味を持っているメンバーです。

#### 何が期待できますか？：

それぞれのフォーカシングラウンドテーブルは、インフォーマルな仲間同士の会話を促進するようにつくられています。ホストは、専門性の高いプレゼンターとして参加するのではなく、参加者自身の視点から話題を共有したり探索したりするための、対話の司会者としての役割を果たすこととなります。すべての参加者のシェアリングは、そのトピックに関する経験や知識のレベルにかかわらず、大歓迎で貴重なものです。インフォーマルな会話の性質を保持するために、プログラムはライブでのみ提供され、録音は利用できません。登録は先着順で 20 人に制限されています。参加者は、ラウンドテーブルの後につながるためのフォローアップの機会をもつことが期待されます。



This conversation is hosted by Heinke Deloch with Co-Hosts, Francesca Castaldi, Hanspeter Mühlethaler, and Wendi Maurer

日付：2017年1月24日（火曜日）

時間：正午から午後2時（東部標準時間）（アメリカ）

（ヨーロッパとアフリカの午後から夕方まで、アジア&オーストラリアの深夜 - あなたのタイムゾーンに変換）

このラウンドテーブルは、多くの魅力的な側面をもつ TAE の経験を自由に共有するための空間を開きます。私たちが一緒に探索する可能性のあるいくつかの質問は・・・

TAE の何に引き寄せられますか？

TAE のエキサイティングな/驚くべき/刺激的な体験は何ですか？

TAE はどのようにあなたの考えを変えましたか？ あなたのフォーカシングですか？ あなたの毎日の生活ですか？

TAE の要素（ステップ）はあなたのお気に入りですか？ あなたはどちらと格闘しますか？

TAE は知識人だけのものですか？ それを学んで実践する「軽い」方法がありますか？

これらの質問または関連する質問が興味をそそる場合は、このラウンドテーブルに参加することを願っています。あなた自身の経験、質問、好奇心をお持ちよりください。

## Connections and Crossings – The Advanced and Certification Weeklong 2017

October 15 – 20, 2017 at Mercy by the Sea in Madison, Connecticut

ウィークロング（現在5泊）は、コーディネーター、経験豊かなフォーカサー、新しく認定されたフォーカシング・プロフェッショナルが集まり、フォーカシングの練習を深める場所として、フォーカシング界の多様性を賞賛します。

最初のウィークロングは1979年にイリノイ州シカゴで開催されました。当時、ウィークロングは認定の要件でした。現在の認定では、出席することは必要ではありませんが、私たちは新しく認定されたみなさんに素晴らしい認定授与式を行うという伝統を継承しています。以下の2016年





のウィークロングのレポート、ウィークロングの参加者 Mary Armstrong の記事をお読みください。

### 誰が参加するのですか？

- コーディネーター – 教え子と一緒に参加し個人的に認定を与えるか、または、自分自身が大規模なコミュニティとつながり、深く有意義なリトリート週間の中でフォーカシング実践を活性化させるために参加します。
- 経験豊かなフォーカサー – 高度なスキルを持つフォーカサーも歓迎されます。毎年世界中の人々が学習を進め、世界中のフォーカサーと交わって交流しています。
- 新たに認定されたフォーカシング・プロフェッショナル（またはほとんど認定の準備ができている方）  
– トレーナー、FOT または認定フォーカシング・プロフェッショナルとして認定されている方は大歓迎！  
世界中の他の国の人たちと出会い、学びます。

### 私は何を学びますか？

- フォーカシングの継続的進化と世界中のフォーカシング・コミュニティにおいて、あなたの特別な場所をより深く理解する
- あなたのパッションと関心を共有し、次のステップを踏むための継続的なサポートとコンタクトを提供できる、世界中のフォーカサーとの深い一生のつながり
- フォーカシングの練習を職業的、個人的に深めるための実践的なスキル
- あなた自身のやり方や文脈で、自分の才能を世界に向けてどのように提供できるかについての明快さと自信

[Learn more](#)



The Focusing Institute のメンバーであることは、International Focusing Community とその最新動向つながっておくための 1 つの方法です。インスティテュートは、人間コミュニティがフォーカシングをさまざまな生き方・働き方の中に統合するのを助け、フォーカシングとフォーカシング教育の繁栄と進化を見るための支援の母体です。

私たちはすでに行われていることをオーガナイズして、人々がそれにアクセスできるようにします。暗黙の哲学を中心とした盛んな哲学的コミュニティを支援します。

フォーカシングをだれかに紹介するには、次のような多くのレベルに到達する必要があります：広報；リソースをアーカイブする。学校、医学、教会、企業、その他の分野の中にフォーカシングをもたらす。これらの分野でフォーカシングが導入されるにつれて、世界中のお互いを知る必要がある人々がつながります。メンバーシップは私たちの仕事を支援する方法であり、私たちが非営利団体であるため、あなたの寄付は税額控除が可能です。

インターナショナルコミュニティのそれぞれのメンバーは、私たちにとって特別なものです。私たちは、トレーニング、個人的な成長、プロジェクトのオーガナイズ、お金、その他の形で、わたしたちと一緒にあなたの人生にエネルギーを注ぐためのこの仕事について、十分ケアしていただくことに深く感謝します。

## The Unfolding Weeklong by Mary Armstrong

私はちょうどハドソン川のギャリソン・インスティテュート (*The Garrison Institute*) のフォーカシング・ウィークロング (*Focusing Weeklong*) から機嫌がわるく戻ってきました。どうしてでしょう？私は自分の体の下のほうに、大きな空虚な場所にむかっていたような不安なフェルトセンスがありました。私は自分の目を閉じて、それが何であるかを尋ねる必要さえありませんでした。1週間にわたってお互いをサポートし、世話しあった、アメリカ、オランダ、メキシコ、アルゼンチン、メキシコ、イタリア、チリから集まったグループの親密さと気遣いがなくなってしまう、さみしくなっていたからでした。

私は以前にもこのフェルトセンスを感じたことがあります。約35年前、80年代初頭、私はシカゴ郊外にある *Villa Redeemer Roman Catholic Retreat Centre* で、初めての *Focusing Weeklong* に参加しました。私たちのうち6人はすべて女性で、お互いに非常に親密に過ごしました。Mary McGuire はリトリートを主導していました。ジーン・ジェンドリンは毎日私たちと一緒に活動するために毎回午後に来てくれました。それは絶対的に変容的なものでした。その後の私の人生は決して同じではありませんでした。今、悲しい部分がやってきます。私がトロントに戻った後、私はそれらの他の女性がいらない喪失感を悲しみました。

私が当時住んでいたトロントで、*Focusers* のコミュニティーをつくるという動機を与えたのはそのフェルトセンスでした。それまでずっと、私は知っていました：あなたの中に悪い感情が存在することは、あなたの体が、何が間違っていて何が正しいかを知っているという証拠となります。それは完璧を感じることに、または、あるいは誤りの感覚を呼び起こすことができないが何であるかを知ることの違いありません (フォーカシング、76 頁)。それは、私の授業に来て、認定に向けて訓練を受けた人たちに、このライフスキルを長年教えてくれました。

2016年の3人のウィークロングのリーダーの1人であるJan Winhallが、学生としてフォーカシングセンターに来て、後にGendlin氏がFocusing Professionalとして認定しました。彼女は現在、トロントのボーデンのフォーカシングセンターを主催するディレクターです。Janは、フォーカシングの基本的なトレーニングから、女性のための専門的なグループ、そして依存症に苦しんでいる人々に至るまで、豊富なプログラムを持っています。彼女は、フォーカシングを通じて、物理的/情緒的調節不全から自己制御に移行することを人々に教える専門家です。Janがトロントでこの美しい癒しの園を育てるのを目撃することが、私が感じる誇りを想像することができます。

今年の多くのウィークロングの参加者が、認定を受けるためにそこにいました。フォーカシングの年表は、講堂の木の床に沿って伸びていって、長年のフォーカシングにおける重要事項を示しました。私にとって、それは豊かな記憶を振り返っていくことができました。これらのイベントの多くは私の人生の中心でした。この紙の年表に沿って歩いていくと、私はこの世界に入った最初のころのどきどきを追体験しました。

私はもはやプロフェッショナルとして、フォーカシングを教えたり使ったりしていません。私は私の人生の舞台にいます。私が他人と学んだことを分かち合うことは、私の目的にとって重要です。ですので、認定フォーカシング・プロフェッショナルとして証明書を受け取る若い男性女性に立ち会えることが、どれくらい私の心を打つのか、想像することができますと思います。彼らはフォーカシングティーチャーやFocusing-Oriented Psychotherapistsとしてそれぞれの旅を始めようとしています。彼らのキャリアは、からだの気づきを通して深い知恵にアクセスするフォーカシングの方法を発展させ、誰かに教える際に、先だって体験したすべてのものによって形作られるでしょう。

## A Report on Connections and Crossings

### Weeklong 2016: "The best ever!"ウィークロング2016: "今までで一番!"

by Aaffien de Vries

“私の内側の太陽が輝き始めました” –これは2016年のウィークロングの参加者からのコメントでした。私たちはたくさんの光を経験しました。ウィークロングは、あなたが誰であれ、あなたがどこ出身でも、あなたが慣れ親しんだフォーカシング・アプローチが何であれ、あなたの内側の太陽を輝かせるのによい場所です。接続して交差させることによって、Gene Gendlinが言っているように、私たちは自分達



の中にこれまでなかったものを創造します。そしてそれが起こったのです。参加者は、このウィークロングは次の様だったと語っています：純粋な幸福、深い学習、私の世界の拡大、癒し、癒し、癒し、実現、エネルギーの供与、宝石のように豊かな、豊潤、満たされた、大きな冒険、すばらしい体験・・・

Jan Winhall (カナダ)、Jeffrey Morrison (アメリカ)、私、Aaffien de Vries (オランダ) が2016年のウィークロングを準備し、ファシリテートしました。Edgardo Riveras (チリ)、Emanuela Fonticollì

(イタリア)、Monica Iturraspe (アルゼンチン) の3名のコーディネーターに協力してもらいました。イタリア、チリ、アルゼンチン、アメリカ、オランダ、カナダから25名が参加しました。我々はアジアからの人々がいなくて残念でしたが、彼らは地域開発のために体験忙しいのです！ もう一度、Janet Klein Fundから奨学金の一部（1人には全部、数人には一部）を払うことができました。

名前の通り、ウィークロングとは接続と交差です。世界のさまざまな地域のフォーカサーと、異なるフォーカシングの“学派”の人々とのつながり。寸劇では、さまざまなフォーカシングスタイルについての誤解や不一致について表現しました。陽気で、(とても!) 打ち解けてました！ 幸いにも、我々は多様性からどのような恩恵を受けることができるのかについても経験しました。



また、言語間の接続についてもあります。私たちは、たとえあなたが他の人の言葉を理解していないときでも、異文化間のパートナーシップにおける親密で効果的なフォーカシングがいかにあるかを経験しました。後で参加者の一人は“私はパートナーと素晴らしい友達となりました”と語っていました。

知識と経験を交差させつつ、私たちは成長し学びます。私たちは様々なフォーカシングスタイルと、人々がそれらをどのように使うかについてのワークショップを提供しました。ここでは、クラシックシックス・ステップス、インナーリレーションシップ・フォーカシング、バイオスピリチュアリティ、インタラクティブ・フォーカシングなどのワークショップがあります。それは、あれかこれかではなく、誰もが混ぜ合わせて工夫したり、自分のものに何か追加することすべてから利益を得ることができます。

“私は、世界にフォーカシングをもたらす新しい方法や楽しい方法を学びました。それは私が望んだことです！”



3人のファシリテーターは3回の朝のワークショップでの経験と専門性を共有しました。プレゼンテーションは経験する機会と交互に行われました。Jan Winhallは依存症に関するワークショップを行いました。彼女のアプローチは、依存症がプロセスを飛び越える一形態であり、感情を調節する方法であると強調しました。彼女は、処理のための出発点を見つけることの重要性を強調しています。

Jeffrey Morrisonは、トラウマと、私たちのユニークさを顕在化することによって対処メカニズムをもたらすことができる力に関するに関するプログラムを提供しました。Aaffien de Vriesは、服従パ

ターンを理解・認識し、これらのパターンの背景にある癒しと新しい人生を見つけるための旅に、参加者を導きました。

午後には、ホームグループで集って、プロフェッショナル・プロジェクトや個人的なプロジェクトに取り組むとか、休憩、個人的なフォーカシングセッションを整理したりしました。これらのグループは、協力コーディネーターによって導かれました。私たちは、協力コーディネーターと参加者が彼らの経験と知識から分かち合うことができるオープンスペースを提供しました。それによって、豊かな交流、学び、経験をもたらされました。子供をめぐるフォーカシング、フォーカシングとコンステレーション（星座）のワーク、フォーカシングと意思決定、そして魅力的なフォーカシングのウェブサイトの作成などのプレゼンテーションがありました。



認定式の日には、フォーカシングと暗在性の哲学の豊かな歴史を理解するためのプログラムを作成しました。Catherine Torpeyは、草創期からのフォーカシングの年表を通して伝えました。長年にわたり関わってきたMary ArmstrongとEdgardo Riverosは、年表に沿って歩きながら彼らの経験をシェアしました。その後、すべての参加者は年表を共有し、教師を敬い、フォーカシングを世界に持ち込む独自の方法を見つけることができました。

フォーカシングを包含する哲学を概観する為に、Aプロセスモデルの第8章の最初のページを読むことで、いくつかの哲学的実践を行いました。この章では、Gendlinが、ダンサーのIsadora Duncanが静かに立ち、内側からダンスを生じさせるような必要な時間をとっている経験について記述しています。私た

ちは、ゆっくり、ゆっくり、ゆっくりと、体験的に読むことが重要であることを感じました。言葉を取り入れて、彼らのことを考えているのではなく、意味を感じるということが重要です。この体験的なアプローチは、“フォーカシングプロセスに基づいて、理論を超えて経験および身体が優先するもの”と高く評価されました。

私たちに大きな喜びをもたらしたのは、私たちが Gene Gendlin に電話をかけることができたことでした。多くの人々がフォーカシングと Gene の仕事に感謝しました。ジーン氏は、何を言いたいのか分からなかった参加者の一人に「何も言わなくてもいい」と語りました。私たちは皆、それに続く素晴らしい沈黙を感じることができました。それは貴重で動きのある出会いで、“自分自身や他の人にとって大きなプレゼント”でした。

ウィークロングは、主に新しいフォーカシングトレーナーの認定を目的としていますが、経験豊富な Focuser にとっても、刺激的で、教訓的で、再拡大的で、有益なイベントであることが証明されています。何人かの人々は認定のために初めて来ました。また他の人たちは、“再活性化して再接続する”ために、“フェルトセンスの海で泳ぐため”、“フォーカシング体験を共有してみせるため”、“大きなフォーカシング・コミュニティの一部であると感じるため”、“フォーカシング体験を深めるため”“、”フォーカシング的生き方“のためにやって来ました。

私は 4 年間のファシリテーションチームのメンバーでした。毎回ウィークロングの後、チームは「このウィークロングが最高だった」という結論に至りました。閉会式の間、私は「この 2016 ウィークロングは今まで最高でした」と思いました。しかし、ゆっくりと、私はこれが去年よりも良かったというわけではないことが分かってきました。このユニークな場所と時間で、参加者とチームがコネクションし交差することができたのは、最高のものだったということです。参加者の一人の言葉を使えば、「愛、学び、つながり、楽しさ、遊び、ユーモア」をもたらしました。

ウィークロングのファシリテーションチームの一員となって、私のビジョンであるフォーカシングの出会いを実現する機会を得たことは、大きな名誉と大きな喜びでした。それらは以前のすべてのウィークロング講師、特に 2011 年 Asilomar の Doralee Grindler Katonah (Crossing Support Group の前身) によって開始され提供された Living Weeklong Vision の仕事に基づいています。私は、Shaun Philips、Suzanne Noel、Eunsun Joo、Tomeu Barcelo、Jan Winhall、そして Jeffrey Morrison の皆さんのチームへの協力に感謝しています。

フォーカシングに何年も関わってきた Edgardo Riveros 氏とファシリテーションチームで交替します。来年の新しいチームが、今までのベストウィークロングを味わってくれることを祈っています。

## From the TFI Office

### Translation and Interpretation (通訳)



できるだけ多くのコミュニケーションを可能な限り多くの言語に翻訳することが重要です。書面による資料を英語から母国語に翻訳したい場合は、[info@focusing.org](mailto:info@focusing.org) までお問い合わせください。あなたの言語を教えてください。貴重な時間を費やしてボランティアできる時間を教えてください。

あ サマースクール (FISS) や上級・認定ウィークローンなどのイベントがあるときには、通訳を提供することも重要です。4人以上の人に通訳が必要なときは、通訳の代金をお支払いします。あなたが通訳になろうと思っている場合、またはうまくやる自信がある場合は、私たちに連絡してください。

### Air Miles (航空マイル)



私たちは非常に国際的な組織であり、共にあることができれば非常に意味があります。しかしながら、イベントの費用に加えて航空運賃も非常に高いため、コミュニティのメンバーがフォーカシング・インスティテュートのイベントに参加できないことがよくあります。寄付を希望する航空マイルがある場合は、お問い合わせください。あなたの航空会社は、理事会メンバーと国際リーダーシップ評議会のメンバーが会議に出席したり、またはウィークロンに参加する資格を持つ

人を支援したり、またはFISSに参加するFocuser (Focusing Institute サマースクール) を支援できます。誰かにこれらの意味のあるつながりのチャンスを与えるのを支援してください！