

国際フォーカシング研究所ニュースレター **in Focus**  
(イン・フォーカス)

2017 年 9 月



## キャサリンからの手紙

Note from Catherine



皆様

ジーンの生涯を讃える記念会に来場あるいはオンラインで参加された方々、想いを語られた方々、当日の運営が滞りなく進行するようご尽力、ご協力いただいた方々に心から感謝します。当日は「ジーンにふさわしい (Gene-worthy)」一日に感じられたと私に直接、感想を述べら

れた方もいらっしゃいました。記念会の報告や記録媒体へのリンクはニュースレター今月号の記事で取り上げます。

ジーンなしに前進する今、私は、フォーカシング研究所が「ジーンにふさわしい」ありかたで機能し続けることを望んでいます。つまり、おそらく、半直観的に、私たち自身の手で、新しく生じるに任せて、物事が凍結しそうな傾向をもつときそれがゆるみ解けよう努めることです。私が理事会と国際評議委員会と共に『今後の展望：戦略的プラン』([www.focusing.org/mission](http://www.focusing.org/mission) をご覧ください) のための目標の策定に取り組んでいたころ、このようなバランスをいかに明確に表現するかということに奮闘していました。それは私たちの第三の目標「フォーカシングの完全性を保全し、その発展を推進する」に表現を見

目次： この号では・・・

- キャサリンからの手紙
- 発表
- ジーン・ジェンドリンの生涯を讃える記念会
- FISS を祝う
- 第1回アジア・フォーカシング国際会議
- 2017年フォーカシング指向心理療法国際会議：一参加者の視点から
- 聚焦把自然还给我们
- 不思議さに触れて
- フォーカシングの対話
- これから行われるイベント
- リソース
- メンバーになる
- TFI 事務局より
- 遺贈
- ディスカッション・リストにご参加ください

出しました。そう記載したとき、私たちは、「フォーカシングの完全性を保全する」とは何を意味するのか、定義しなければなりません。私たちは、何がフォーカシングであり、何がそうでないかを知っていますが、では、新鮮な展開を押しつぶさずにその違いに印をつける方法をどのように見出すことができるのでしょうか？ それには物事を見抜く力が必要であり、そのためには会話とフェルトセンシングを要します。こうした会話とフェルトセンシングは、ジーンがその生涯にわたり開発・展開させたその哲学の理解と、その批評とその詳述に基づく必要があります。

国際フォーカシング研究所が「戦略的プラン」に明示された目標を達成するために機能する方法は多数あります。直近の優先事項のひとつは、ジーンの生涯を適切に讃えること、彼のレガシーを讃え、そこに依拠することです。この優先事項は、最も重要なこととして、体験的な哲学と心理学の研究のための国際フォーカシング研究所「ユージン・T・ジェンドリンセンター」(Eugene T. Gendlin Center for Research in Experiential Philosophy and Psychology of the International Focusing Institute)の創設によって成し遂げられつつあります。「ジェンドリンセンター」構想は、ジーンの哲学に関する著名な研究者／専門家グループの主導で進められています。Dr. Kevin Krycka (当研究所理事会のメンバー)は、8月12日に開催されたジーンの生涯を讃える記念会の席上、この創設計画を正式に発表しました。ジェンドリンセンターの初年度に500ドル以上を寄付された方々全員がチャータードナーとして永遠に名を連ねることになります。ぜひ、[www/focusing.org/donations](http://www/focusing.org/donations) をご覧いただき、ご検討ください。

戦略的プランに明示された第二の優先事項は、当研究所のためのコーディネータとしてふさわしい人を当研究所が選考する最善の方法を検討することです。国際評議委員会の先導により、コーディネータ間の一連の話し合いが行われました。フォーカシングティーチャーとして認定する人たちを判定する役割を担うコーディネータは、私たちが機能する上で必須不可欠な存在です。コーディネータの活動は、「フォーカシングの完全性を保全し、その発展を推進する」上で鍵となります。

それは、フォーカサーが特に得意とする素晴らしいチームワークに満ちた、豊かで、報われる夏でした。私は、記念会だけではなく、Helene Brenner, Larry Letich と素晴らしい

チームのリーダーシップによる FOT 会議，ナダ・ルー（Nada Lou）とアン・ワイザー・コーネル（Ann Weiser Cornell），そして今年はグレン・フライシュ（Glenn Fleisch）と Tobian von Shculthess が講師陣に加わったフォーカシング研究所サマースクール。そしてエキサイティングなアジア・フォーカシング国際会議のことを振り返っています。

この秋，多数の文化が新たな年を祝います。本当に，私たちが生<sup>せい</sup>と思考を推進するとき，当研究所では物事が新鮮に感じられます。

心を込めてご挨拶申し上げます。

キャサリン

ーキャサリン・トルピー，国際フォーカシング研究所 事務局長

### 理事会と国際評議委員会（ILC）の新メンバーを紹介します。

ハンスピーター・ミューレタラー（Hanspeter Muehlethaler，スイス）は理事会のメンバーに就任します。

クロード・ミシアン（Claude Missiaen，ベルギー）は国際評議委員会のメンバーに就任します。

新任メンバーの最終決定はニュースレター今月号の発行直前に行われましたので，正式発表についてはお手元に届く e メールをご確認ください。

ハンスピーターとクロードのお二人を歓迎します。快く役目を引き受けてくださりありがとうございます！

私たちの『今後の展望：戦略的プラン』は9ヵ国語で掲載中です。[詳しくはこちらより](#)

### ジーン・ジェンドリンの生涯を讃える記念会

アン・ワイザー・コーネル

Memorial for Eugene Gendlin

by Ann Weiser Cornell

世界各地から 250 名を超える人々が 2017 年 5 月 1 日に逝去されたフォーカシングの創始

者ユージン・ジェンドリンの生涯を讃える記念会に参加しました。

メモリアルは、8月12日、ニューヨーク市のヘブルユニオン大学において、国際フォーカシング研究所の主催で催されました。約120名が列席、130名がYouTubeチャンネルへのライブストリームを通じて参加しました。

厳粛なメモリアルサービスは2時間続き、キャサリン・トルピーがアンカーを務めました。アリソン・マイケルソン (Allison Mickelson) がピアノの生演奏を行いました。

[詳しくはこちらより。](#)

(上の画像をクリックするとさらに写真をご覧いただけます。メモリアルのライブストリームレコーディングはこちらより)

## フォーカシング研究所サマースクール (FISS) を讃える Celebrating The Focusing Institute Summer School (FISS)

### メインイベント

The Main Event

Taj Manley

長年ワークショップに参加し学んだことのひとつは、「メインイベントとは必ずしもメインイベントでなくともよい」ということです。私は当初、FISS2017に参加しようと決めて、まだ馴染みのないフォーカシングの2つのアプローチ、Thinking At the Edge(TAE)とホールボディフォーカシングを体験することができました。

本当に、毎年、FISS が提供する講師陣の優秀な資質に親しく触れることはとても特別なことです。朝の全体グループでのアチューンメントは、素敵な一日の始め方でした。午前中は主にナダ・ルーの TAE クラスに参加、その内容とナダ・ルーがスペシャルな人であるという発見の両方を楽しみました。午後は、トビアスの Playback Theater とグレンのホール

ボディフォーカシングに参加し、充足した時間を過ごしました。アン・ワイザー・コーネルのことはよく知っていますが、アンのお話を聞くたびに貴重な学びを得ます。夕刻のセッションはフォーカシングの基線を理解する上で啓発的です。「様々なフォーカシングのアプローチに共通するもの」といった素晴らしいテーマや、ジーン・ジェンドリンの探究を精選したビデオを視聴する機会もありました。素晴らしいプレゼンテーションに感銘を受け、それに続く Q&A セッションは大いに役立ちました。私は公式なメインイベントを堪能しました。しかし、さらにもっと...

残照も薄れるとき、他に何を私は好ましく思い出すだろう？ 昨夜のフォーカシング愛好者たちとのサウナでの会話。世界各地から集う仲間と交流しながらの早朝の散歩。食堂に会した講師、生徒の熱心な談話、その余韻。ヨガやダンスの動きといった「余分ではないエクストラ」がワークショップの前後に都合よく企画されていました。そしてもちろん、最後の夜の「何でも歓迎」の Follies の盛り上がり。

ハドソン川を臨む美しい敷地に立って、帰路の車を待つ間、静かに歩きながら、私は自問しました。「私にとって何がメインイベントだったのだろうか？」確かに、フォーカシングの他のアプローチの体験が広がったことをありがたい。また、新しい仲間とフォーカシングを交換し、そこから友情が芽生えることが大好きだ。事実、私たちのつながりの力で私を動かした「試金石」的な会話がいくつもあった。あー、これは黄金の宝だ。今にいて、深くつながるといふありかたで協調しあう人々と接する機会は、フォーカシング研究所サマースクールの私にとってのメインイベントです。

## FISS 2017, そしてさらに

ナダ・ルー

FISS 2017 and more...

Nada Lou

今年 8 月、第 12 回フォーカシング研究所サマースクールのためにハドソン川沿いに位置する美しいガリソン・インスティテュートに戻ってきました。毎年、FISS の多くの特徴は同一でありつつ、それぞれがとても異なりながら、12 回を重ねてきました。最大の違いは、

各自の人生を探究し、豊かにするフォーカシングの存在を発見する新しい参加者が常に存在することです。また別の大きな違いは、各講師が新鮮で進化するフォーカシングの知恵をもたらしてくれることです。

今年のグループは12年前よりも少人数でしたが、参加者は例年通り多才な顔ぶれとなりました。ビザがおりるかどうかが最後の最後まではっきりしなかった7名の若い中国人学生が参加できたことはとても嬉しいことでした。Folliesの夕べでは、通訳も交えて、パフォーマンスを披露し、大いに盛り上げてくれました。西洋世界を探究する韓国の若いカップルの姿も印象的でした。別のカップルは初日の朝、女性はブルカを男性はサウジアラビアのビジネススーツで会場に現れました。ふたりが他の参加者と共にリラックスするにつれ、そのフォーマルな装いもリラックスしていきました。多くの米国人参加者と共にイスラエル、日本、カナダからの参加者の姿もありました。

今年は、4名が講師を務めました：アン・ワイザー・コーネル (Ann Weiser Cornell)、グレン・フライシュ (Glenn Fleisch) とナダ・ルー (Nada Lou) が午前中のコースを担当。初日の午後は、Tobias von Schulthess が Playback Theater という FISS にとって斬新なテーマで全体グループを鼓舞しました。毎日、午後の彼のセッションには、アートと社会的インタラクションという印象的な組み合わせに関心をもつ参加者が多く参加しました。[詳しくはこちらより](#)

[FISS の10年を祝うナダ・ルーの2015年ビデオはこちらより](#)

## 第1回アジア・フォーカシング国際会議

(池見陽先生からのご報告は、日本フォーカシング協会ニュースレターにて報告されていますので、そちらをご覧ください。従って、ここでの翻訳は省略させていただきます。)

The First Asia Focusing International Conference

by Akira Ikemi

## 2017年フォーカシング指向心理療法国際会議：一参加者の視点から **A Participant Perspective on the 2017 International FOT Conference**

ベス・マーラー (Beth Mahler)

ガリソン・インスティテュートは、国際フォーカシング研究所の成長とともに、多くのフォーカシングイベントのために会場を提供してきました。そして、フォーカシング研究所サマースクール、上級認定ウィークロング、数々のユージン・ジェンドリンとメアリー・ヘンドリクス・ジェンドリンの来訪や話に集う何千人もの参加者にとって長年、心落ち着く、ゆったりとした空間でのリトリートとなっています。国際フォーカシング研究所主催の FOT 会議には世界 8 カ国から 83 名が参加しました。世界各地から旅をし、集まった参加者は、フォーカシング指向心理療法コミュニティとして、共に、自分自身を内側に包み込んでいました。興味深いことに、セラピストやヒーラーとしての仕事に別々に携わりつつ同時に惹きつけられて、私たちは人間として一緒にリトリートし、体験的に参加することを通じて FOT の実践を学び深めるという機会を得ました。フォーカシング指向心理療法のアート、数学、歌、サイエンスは、このサービスの提供者である私たちが時間を取り、各自の仕事における人間性を自分自身の中に深めていくときに最適に表現されます。老子がかつて言ったように、「全人類を覚醒させたいと思うなら、まずはあなた自身のすべてを覚醒させなさい。世界の苦悩をなくしたいと思うなら、あなた自身の暗く否定的なものをすべてなくしなさい。真実、あなたが与えるべき最大の贈り物はあなた自身の自己変革という贈り物なのです。」国際 FOT 会議は、私たちの人間性を体現し、自己変革し、帰国後フォーカシング指向心理療法のアート、数学、歌、サイエンスを再び外に向けて提供するチャンスを与えてくれます。

私たちは、親や教師、メンターが「練習あるのみ！」と強調する言葉をどれほど耳にしてきたことでしょう。国際 FOT 会議に参加する人々の生き生きとした、エネルギー溢れる美しさにおいて、フェルトセンシングの練習はすぐ感じられます。私は、自分の心が相手の心と話をした瞬間を思い出すことができます、でも、それをあなたに説明する言葉はみつかりません。それでも、フォーカシングを実践しているフォーカサーにとっては、今私が説明したことは各自の体現された経験として理解されることでしょう。ある空間にいること、自分自身のために、フェルトセンシングのために、内側に、そしてフェルトセンサーのコミュニティに向かって外へと、空間を創ることにどこか魔法のような感じがします。この魔法は国際 FOT 会議で起こりました。それは、「あの甘くて美味しくてヘルシー



でノンカロリーな魔法をもっと堪能したい！」とあなたに言わせるような味わいでした。

FOT 会議はジーン・ジェンドリンの逝去後僅か数週間後に開催されました。開会式ではジーンを追悼し、それに続くメモリアルサービスでは、各自がジーンへの想いや思い出を共有しました。ジーンがガリソン・インスティテュートで教えてくれたすべての時間に敬意を表し、彼の探求が生き続けることを確認し、ガリソンの敷地にハナミズキを植樹しました。まもなくその樹の近くに記念の銘板を付けたベンチが置かれる予定です。

国際 FOT 会議についての記事は、多数のボランティアとスタッフの皆さんのご尽力に感謝して、巨大サイズの「ありがとう」を虹色で飾ってお送りせずには終えることはできません。コーディネータの Larry Letich と Helene Brenner のリーダーシップのもと、その献身と労力のおかげで、深遠で、活気あふれる、体験的な FOT 会議という成果が生まれ、83 名の FOT 達は世界の癒しに向けて各自の仕事を続けるべく、帰路につきました。Gracias, Grazie, Namaste, Dank je, Thank You. また会う日まで...

当研究所は、コンテンツとして多言語での記事を充実させる方法を模索中です。以下では、Wang Xiaofang が彼女自身のことと中国語での論文（「フォーカシングは私たちが<sup>せい</sup>生に回帰させる」と翻訳）の内容について一言共有しています。

## 聚焦把自然还给我们

王（●）芳 （Wang Xiaofang）



私は、中国 Fujian 県から来ました王（●）芳, 41 才, フォーカシング指向心理療法家(FOT),

国際フォーカシング研究所の会員です。

心理療法家である私は、フォーカシングを学んでからは、クライアントと向き合い関わる時に、より適切にクライアントに共感を寄せることができるように、私自身の感じをとらえることに一層、敏感になりました。セラピストとして、私は時々、よりやさしく、共感的になる努力として、自分自身のインナースペースをフォーカシングを使って整理します。

2016年3月、フォーカシングコーディネータの池見陽さんが日本で開催された「青空フォーカシング」に参加し、大いに啓発されました。その後、陽さん、フォーカシングコーディネータの李明 (Li Ming) さんと共同研究を進め、「The Turned-over Cap-How Meaning is Created」という論文を日本フォーカシング協会の抄録集に掲載していただきました。その経験が私のフォーカシングの学びをさらに助けてくれました。

私は時々、地方の学校、病院、企業、刑務所に出向いて、フォーカシングデモンストレーションを行う活動をしています。フォーカシングを体験した人は皆、それが気に入り、「生きるってこんなふうにもあり得るのか!」という発見に驚きます。私は中心となって国内の心理療法家達がフォーカシングを学ぶ場を創り、フォーカシング学習者のグループを立ち上げました。また、上海の Nanjia Psychotherapy Institute が運営するフォーカシング研修コースのティーチングアシスタントを務めています。私は、徐● (Xu Jun) さんと李明さんからフォーカシングを教えることについて多くを学びました。おふたりとも中国のフォーカシングコーディネータです。また、私ともう一人の中国人フォーカシングトレーナーが中心となって活動しているオンラインフォーカシング体験グループは、画期的な成果をあげました。これらの体験と成果については私の論文 (中国語) で共有しています。この8月に開かれるアジアフォーカシング国際会議 (Asia Focusing International Conference) でも活動を報告する予定です。

## 不思議さに触れて

Billana Dearly

Touched with Wonder

by Billana Dearly



私は、フォーカシングと心理療法を実践する中で、長年、繰り返し「Focusing attitude」と「therapeutic presence」と「therapeutic environment」について自問しています。どうしたらジェンドリン（1981）が「friendly listening」と呼ぶものを、アン・W・コーネル（2002）が「Self-in Presence」と名づけるものを、自分が真に体現しているとわかるのだろうか？そして、私が Karen Whalen から学んだ「Wholebody Grounded Presence」と同一のものなのだろうか？簡単に聞こえるけれど、しかし、一見簡単ということなのか...

[詳しくはこちらより](#)

### フォーカシングの対話ーサージ・プレンジエルが聴く

Focusing Conversations Series

Listen to conversations Focusers, hosted by Serge Prengel!



やさしい打たれ強さの感じ

### A Gentle Sense of Resilience

Caterina Carta

\*\_

カテリーナが<sup>せい</sup>生と共に流れ、人生の課題、病気、化学療法、私たちが意味によって意味す

ることとは何か、より大きななにかとのつながりを感じるというに取り組むに **reflect on** しながら、カテリーナとサージはマインドフルな瞬間を過ごします。

### エイリアンな感じを人間化する

スザンヌ・ノエル

#### Humanizing Alien Feeling

Suzanne Noel

困難な感じに取り組む、それらを変容させるスザンヌの体験を探究します。

### マインドフル リスニング パートナーシップ

#### Mindful Listening Partnership

ベアトリス・ブレイク (Beatrice Blake)

ベアトリスとサージが **how to think out of the box**, **linear logic** に頼る代わりに、いかにしてマインドフルな方法で自分の資源をすべて活用できるかについて対話します。

## Upcoming Conferences, Retreats and Workshops

### これから行われる会議やリトリートやワークショップ

#### Introduction to Focusing Level Two

9月30日～10月1日

#### Two Year Focusing Certification Program

2018年2月9日～

講師は Charlotte Howorth, LCSW。

#### 2017年上級認定ウィークロング：「コミュニティにおける帰属とつながり」

2017年10月15日～20日。コネティカット州マジソン，マーシィ・バイ・ザ・シー

#### フォーカシング基礎

10月18日～12月6日

## フォーカシング研修中級～上級

2018年4月25日～6月13日

講師は Ruth Hirsch (ルース・ハーシュ), MSW, MPH, CMP。

## Resources

8/2017 ユージン・ジェンドリンの生涯を讃える記念会とシンポジウム。ビデオをご覧ください。

8/2017 August 2017 in Focus Newsletter2017年8月号, ウェブサイトに掲載

7/2017 2017年7月理事会議事録

6/2017 2017年6月理事会議事録

## Become a Member

### メンバーになる

[詳しくはこちらより](#)

## From the TFI Office

### TFI 事務局より

## Translation and Interpretation

### 翻訳と通訳

私たちにとってできるだけ多くのコミュニケーションをできるだけ多くの言語にしていることが重要です。もし、皆さんが英語の素材を母国語に翻訳したいというお気持ちをお持ちでしたら、[info@focusing.org](mailto:info@focusing.org)にご連絡ください。そして、ご自分の母国語と、この重要な課題にどのくらいの時間をボランティアとして提供できるかをお知らせください。

またサマースクール (FISS) や上級認定ウィークロングなどのイベントで (話しことばの) 通訳を提供できることも私たちにとっては重要なことです。通訳を必要とする人が4人以上参加している場合には、私たちが通訳のための経費をまかさないです。通訳として働

いてもいいという方。あるいは上手に通訳をしてくれそうな人をご存じの方は[私たちに  
ご連絡ください](#)。

## Air Miles

### 航空マイル

私たちはとても国際的な組織です。そして私たちが一堂に会することができる機会は非常に貴重です。しかし、しばしば、私たちのコミュニティのメンバーたちは、フォーカシング研究所のイベントに出席できないのです。それは、イベントの費用だけではなく、非常に高い航空運賃のためです。もし皆さんの航空マイルが貯まっていて、それを寄付してもいいとお思いでしたら、ご連絡ください。皆さんの航空マイルは、理事会や国際評議委員会のメンバーがお互い顔を合わせての会合に参加したり、認定を受ける人たちがウィークロングに参加したり、フォーカサーたちが FISS (フォーカシング研究所サマースクール) に参加したりするために使われます。誰かにこのような有意義なつながりを持つ機会を提供するためにご協力をお願いします。

## Bequests

### 遺贈

皆さんは遺言で研究所のことを触れようかと検討したことがありますか？ 遺贈は、将来にわたりフォーカシングを推進し続ける方法のひとつかもしれません。関心のある方、既に実行された方は[私たちに  
ご連絡ください](#)。

(日本語版 翻訳：キダアソシエイツ・木田満里代、編集：望月秋一)