



The newsletter of

The International Focusing Institute

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

2018年2月

フォーカシングにご支援を

## Note from Catherine キャサリンからの手紙



皆様

2017年は、国際フォーカシング研究所にとって大きな節目の年でした。

最も重要な出来事は、もちろん、ジーン・ジェンドリンの逝去でした。そのことが理事会に影響を与え、経験哲学及び心理学研究のためのユージン・T・ジェンドリンセンターの創設につながったのでした（下記のKevin Kryckaの記事を参照）。

ジーン逝去の悲しみには、喜びが混ざります。去年は、彼の主著である『プロセス・モデル(A Process Model, APM)』がノースウェスタン大学出版から出版された年でもあるからです。同時に、ノースウェスタン大学出版は、ジーンのエッセイ集を出版しました。ドナタ・シェラーとエド・ケイシー編集の『Saying What We Mean (言いたいことを言うこと)』という本です。これらの本が、優れた学術出版社から手に入るようになったことは、ジーンの業績をこれからも学術界で見られるようにするための大きな一歩です。ジーンはそのことを知って非常に喜んでいました。APMの正式な出版を記念して、理事会メンバーの一人が、数々の偉大な学者の知恵を生かして、哲学のオンラインコースを作成しました。

昨年の中頃、理事会と国際評議委員会 (ILC) との間の2年間の慎重な議論の後、研究所はその戦略的プランを発表しました。皆さんからの意見とともにです。年末には、ILCは研究所のコーディネーター指名のための新しいシステムのパイロットプログラムを発表しました（詳細は以下の記事を参照してください）。

2017年には、ある「天使」が、ウェブサイトの再設計を始めるために、2万5千ドルの助成金を提供してくれました。このような主要なウェブサイトの再設計には膨大な時間と資源が必要です。この驚くべき寛大



目次： この号では・・・

- ・ キャサリンからの手紙
- ・ 理事会：ハンスピーター・ミュレター
- ・ ユージン・T・ジェンドリン体験的哲学・心理学リサーチセンター
- ・ 国際リーダーシップ評議会：クロード・ミシアン
- ・ ILCコーディネーター文書の最新版を公表
- ・ What is Focusing and Why Does It Work?
- ・ フォーカシングとは何か、なぜ役に立つのか  
など

さのおかげで、研究所にふさわしい、洗練されたウェブサイトを得ることができます。新しいウェブサイトでは様々な点で効率が改善される予定です。コース登録も効率化されますし、優れた多言語機能も持つようになります。1年間を費やすに値する優秀なプロジェクトマネージャーによる分析の後、昨年の秋に、サイトを構築する開発者を迎えたことを非常に喜ばしく思います。今後数ヶ月間、必要な資金の残りを調達する予定です。

これらが主要な成果ですが、まだ他にもあります。私たちはコースの提供を拡大し続けてきました。幅広い教師がその知識とスキルを世界と分かち合えるような、「フォーカシングハイライト」のクラスなどのプログラムです。精力的なメンバーシップ委員会は、ラウンドテーブルや、カフェ・チトス、トレーナー・トークを通じて、会員を互いに繋げる方法を生み出しました。数多くのクラスが（そしてこれまでに1つのラウンドテーブルが）英語以外の言語で提供されています。もちろん、カフェ・チトスはいつでもスペイン語です。私たちは、私たちの世界規模のコミュニティが持つ多文化性と多言語性が真に反映されるよう努めています。

これら全ては、皆様が共有してくださった膨大な時間と、財産と、才能という贈り物によるものです。会員である全ての皆様に私たちは深く感謝申し上げます。長年の皆様の誠実さは、私たちが構築し、成長し、適応するための基盤です。上記のもの、また会費以上のものを下さることが可能であった方々には特別に感謝申し上げます。私たちはご寄付くださった方々の寛大さを謙虚に受け止めております。さらに11月、私たちは皆様にフェイスブックで募金活動をお願いしました。30名の方が活動してくださり、100名以上の方が寄付をしてくださったのです。皆様本当にありがとうございます。特別な「Giving Tuesday」の取り組みにより、およそ1万1千ドルを集めることができました！また、新しいジェンドリンセンターのためにも資金を調達しました。私たちはチャーター・ドナーの方々と、この重要なイニシアティブの立ち上げにかかわった全ての皆様に深く感謝申し上げます。

研究所における偉大な仕事のすべては、会員や財政的な支援のほかにも、130人以上ものボランティアによって支えられました。皆さんの人数を数えながら、本当に驚きました！

私は個人的に、またいつも、私たちの素晴らしいコミュニティに感謝しています。あなたが、会員であれ、ドナーであれ、ボランティアであれ、あるいはそのすべてであったとしても：**ありがとうございます。**

2018年もこの勢いを維持できますように。

真心を込めてご挨拶申し上げます。

— キャサリン・トルピー、フォーカシング研究所 事務局長

## Board of Trustees: Hanspeter Mühlethaler

理事会：ハンスピーター・ミュレタラー

インタビュー：ドーン・フリン (Dawn Flynn)

ハンスピーター・ミュレタラーは、国際フォーカシング研究所理事会 (Board of Trustees) メンバー。

ニュースレター「In Focus」のこの記事のためにハンスピーター・ミュレタラーにインタビューできたことは、楽しく、名誉なことでした。ハンスピーターは理事会の一番新しいメンバーです。彼は博士号を持つ物理学者であり、原子物理学と天体物理学を専門とし、電力と鉄道産業の分野で数年の間エンジニアとして仕事をし



ていました。彼は認定フォーカシング・トレーナーであり、フォーカシングとTAEの両方を学んできています。彼はドナータ・シェラー (Donata Schoeller) とともに、フェデラル技術研究所とチューリッヒ大学 (University of Zurich) でTAEを教えてきました。彼は現在、オンラインでTAEのコースを教えています。

ハンスピーターと私が会って話をした時、私たちは異なる標準時に属する、互いに遠く離れた場所にいました。彼はスイスに住んでおり、私は合衆国に住んでいるのです。しかし私は私たちのつながりに温かい喜びを感じました。まるで、スイスのアルプスにいて、暖炉のそばで熱いココアをすすりながら一緒に午後のひとときを過ごしているようでした。私たちは、量子物理学、芸術、数学、哲学といった深く興味深いトピックに触れました。しかもそれは、笑いながらの愉快的な時間だったのです。



[記事の全体を読むには、こちらをクリックしてください \(英文PDF\)](#)

ドーン・フリンは、ワシントン州シアトル地区の自然療法医、鍼師、認定フォーカシング・プラクティショナー。

## Eugene T. Gendlin Center for Research in Experiential Philosophy and Psychology

### ユージン・T・ジェンドリン体験的哲学・心理学リサーチセンター ケビン・クリスカ (Kevin Krycka)

ケビン・クリスカは、ジェンドリン・センター運営委員会議長。2014年6月から2017年12月まで国際フォーカシング研究所理事会の会計 (treasurer) を務めた。

2017年5月10日、ジーンの死の少し後に、インスティテュートの理事会はジーンを讃え新しいリサーチ・センターを創設する決議案を承認しました。それが、ユージン・T・ジェンドリン体験的哲学・心理学リサーチセンター (Eugene T. Gendlin Center for Research in Experiential Philosophy and Psychology) です。その会議で理事会は決議案に従い、事務局長キャサリン・トルピー (Catherine Torpey) に、「アイデアを進展させる (move the idea forward) べく、ジーンの考えに精通した」研究者のグループを招集するよう求めました。



キャサリンは、ジェンドリン・センターの最初の運営委員として私たち5人を世界中から集めました。

- ・ ケビン・C・クリスカ (Kevin C Krycka) 、議長、シアトル大学心理学教授、アメリカ
- ・ 池見陽、関西大学、心理療法教授、日本
- ・ マリー・ジェーン・ララビー (Mary Jeanne Larrabee) 、デポール大学、哲学教授、アメリカ
- ・ ロブ・パーカー (Rob Parker) 、個人開業、ホワイト・プレインズ、アメリカ
- ・ ドナータ・シェラー (Donata Schoeller) 、教授資格 (Habilitation) 、コ布林ツ (Koblitz) 大学、スイス

この決議案が承認されてから7ヶ月が経ち、いま私は、私たちがどこまで来たか、最新の報告を取り急ぎ皆さんにお伝えするためにこの文章を書いています。第一に、私たちは毎月会議を開いています。現時点では私たちは、ミッション・ステートメントを作り、ジェンドリン・センターとインスティテュートがジーンの哲学と心理学をプロモートする方法を明確にするために時間を使っています。私たちの第二の主な活動は

ジェンドリン賞の創設で、これは一つは哲学領域、もう一つは心理学領域で与えられます。現在、運営委員会の2つのサブグループが、これらの賞の焦点を明確にすべく励んでいます。近いうちに、それぞれの賞の範囲や、申し込みの基準、賞の額 (award amount) 、タイムラインなど、賞の詳細をお知らせできるようにしたいと思います。第三に、ジェンドリン・センターとセンターがこれから担う任務をソーシャルメディアやウェブなどでどのように示していくのかを考え始めたところです。最後に、私たちはシアトル大学と共同で、秋に開催される「思っていることを言葉にする (Saying What We Mean)」と題された2日間のシンポジウムのスポンサーとなっています。正確な開催日とコストは確定させる作業の最中ですが、おそらく2018年10月のどこかになる見込みです。

私は2017年にジェンドリン・センターと2つの賞に寄付・寄与して下さった全ての方に、特別な感謝の意を表明したいと思います。これまで、皆さんの寛大な寄付は総額で9,151ドルとなりました。私たちは、私たちの活動や成果、予算、賞を分析する年次レポートを作成してインスティテュートのウェブサイトに掲示する予定です。この重要な取り組みの始まりにあたり、皆さんからのいいアイデアや援助をお待ちしています。

直接ジェンドリン・センターに寄付したい方は、[focusing.org/donate](https://focusing.org/donate)のサイトで、「direct my donation to a special program (特別プログラムへの寄付)」をクリックしてください。

---

## International Leadership Council: I: Meeting Claude Missiaen 国際リーダーシップ評議会：クロード・ミシアン (Claude Missiaen) との会談 ジョスリン・ジャックス・カーン (Jocelyn Jacks Kahn)

クロード・ミシアンはインスティテュートの国際リーダーシップ評議会 (ILC) のメンバー。

私はいつも、人が最初にフォーカシングにひかれた経緯に興味を持っているので、クロードになぜフォーカシングに関わるようになったのかを尋ねました。結果わかったのは、大部分は偶然だった、ということでした。

ルーヴェン・カトリック大学で臨床心理学を学んでいたクロードは、修士論文のためのトピックを選ばなければならなくなりました。1984年のことです。



クロード： 私はフォーカシングというトピックを見つけました。それが何なのかは知らなかったのですが、面白そうだなと思いました。でも、そのトピックに興味を持って志願した人が他にも何人もいたので、最終的にはくじ引きで決めるようなことになったんです。そして、私が勝ち取ったというわけです！

それで私はフォーカシングについての修士論文を書いたのですが、私のプロモーターになってくれたのがミア・ライセン (Mia Leijssen) でした。彼女は当時は教授で (というは今では退職したのですが) フォーカシングに深く関わっていました。彼女は私の教師として、彼女のフォーカシングへの熱意を私に伝えてくれました。そして私はすぐに、それがいかにパワフルなものかを知りました。

その頃にはジーン・ジェンドリンもルーヴェンにいて、私は彼のワークショップに参加する機会を得ました。またサイコセラピストとしてのトレーニングの中で、私はクライアント中心療法やいくつかの体験的なワークも学びました。

フォーカシングは決して私を見捨てませんでしたーそして私も決してフォーカシングを捨てませんでした！

[記事の全体を読むには、こちらをクリックしてください \(英文PDF\)](#)



ジョスリン・ジャックス・カーンは認定フォーカシング・トレーナーで、内なる関係のフォーカシング (Inner Relationship Focusing) とホールボディ・フォーカシングの流れを受け継いでいる。また、リアライゼーション・プロセス (気づきのプロセス) という、非二元性を体現したスピリチュアルな実践のインストラクターでもある。

## ILC Releases Update to "Proposal for the Naming of Coordinators" ILC、「コーディネーター指名に関する提案」の最新版を公表

国際フォーカシング研究所において、コーディネーターは教師の教師であり、フォーカシングとその基盤にある哲学を普及させる責任を負っています。2014年に国際リーダーシップ評議会 (ILC) が創設され、インスティテュートとフォーカシングの未来にとって重要な種々の事柄について検討する広い権限を付与されました。コーディネーター指名の現行システムは、コーディネーター個人に新しいコーディネーターを任命することを認めています。ILCは、新しいコーディネーターの指名にコーディネーターのコミュニティがより広く関わるよう求めることで、このシステムを補強できると感じました。2年以上にわたり、ILCは現在のコーディネーターたち (そしてコーディネーターとコーディネーターになるべくトレーニング中の人たち) に声をかけ、提案について議論しより良いものとするプロセスを進めてきました。2017年12月に公布された彼らの作った文書は以下のような任命プロセスを設計しました。コーディネーター・イン・トレーニングのトレーニングでは、3人のコーディネーターが「支援チーム」を構成することが求められ、そのうちの1人が主たる「メンタリング・コーディネーター (助言をおこなうコーディネーター)」を務めます。ILCはこの新しいシステムがどのように機能するかコーディネーターおよびトレーニング中のコーディネーターの体験から学ぶべくパイロット・プログラムを開始しており、これは少なくとも2018年中は継続します。彼ら (ILC) はどうすればサポートチームがもっともよく機能するかについてのフィードバックを待つこととなります。望むらくは、この新しいやり方に参加することを選択した人たちの体験が、次のようないくつかの質問への答えを見つける助けとなればと願っています：コーディネーター・イン・トレーニング (CiT) がどのぐらいの頻度でチームのメンバーと個別に会うのがいいか？ チーム全体とCiTはどのぐらいの頻度で集まるのがいいか？ 支援チームはどのようにしてCiTが正式なコーディネーターとなる準備ができていると決めるか、そしてチームのメンバーの意見が互いに一致しない場合にはどうするのが最善か？

パイロット・プログラムの期間中、現行のシステムの方を好むコーディネーターとCiTはその基準にのっとってプロセスを進めることができます。もし2018年の終わりの時点で、すべてのコーディネーターが新しいシステムに従うよう求める前にさらなる情報と体験を蓄積することが有用だと思われた場合には、パイロット・プログラムは延長されるかもしれません。このプロセス全体を通じて生まれる多くの有意義な対話には、わくわくさせられます。このプロセスのために大変な労力を割き思慮深く物事を進めてくれたILC、そして参加してくれたすべてのコーディネーターとCiTに感謝します。ILCはこれからも皆さんの考えやフィードバックを歓迎します (ilc@focusing.orgまでどうぞ)。

## What is Focusing and Why Does It Work?

### フォーカシングとは何か、なぜ役に立つのか

#### エドガルド・リベロス (Edgardo Riveros)

エドガルド・リベロスはチリの認定コーディネーターで、現在、フォーカシング・ウィークロングのファシリテーション・チームのメンバー。Traducción al inglés de la versión original en español a cargo de James Doga, Focusing Trainer en Costa Rica .

現象としてのフォーカシングは学術領域でほとんど耳にすることがありませんが、メソッドとしてのフォーカシングは、国際的なフォーカシング・コミュニティの並外れた普及活動のおかげで世界中に広まりました。この国際的なコミュニティは、ユージン・ジェンドリンとメアリ・ヘンドリックスがシカゴのフォーカシング研究所の最初のディレクターと一緒に作ったものです。この広がりには、1981年のフォーカシングの誕生、つまり今や歴史的な出来事とも言えるポケットブック『フォーカシング』の出版以来、その言葉を広める役割を担った個々人の努力によるものです。現在フォーカシングは53の国で実践されており、206人のコーディネーターと50人を超えるコーディネーター・イン・トレーニングがいます。



このエッセイの中で、現象としてのフォーカシングとは私たちの中で生じ私たちを変化させるもののことを言います。メソッドとしてのフォーカシングとは、人が他者に寄り添い、その他者が現象としてのフォーカシングを体験できるようにするためのメソッドのことを言います。このメソッドとしてのフォーカシングは、その効果と手続きでよく知られています。体験過程 (experiencing) は、それを解き明かそうとする (divulge) 人たちの新しい文化的・個人的適用 (appropriation) によって変化しますが、それが最初に世界にもたらされた本質的な形式にはなお敬意が払われています。この形式は1962年に、『体験過程と意味の創造』の出版とともに、ジェンドリンの体験過程の理論の中で創始されたものです。

記事の全体を読むには、こちらをクリックしてください (英文PDF)

## Upcoming Events and Workshops

### 今後のイベントやワークショップ



#### フォーカシング・ラウンドテーブル・シリーズ in イタリア

リア (オンライン、イタリア語)

2月15日、3月14日、4月18日



#### フォーカシング・ベーシックス (オンライン)

2月22日~4月12日

#### フォーカシング・トレーニング、中級・上級 (オンライン)

7月25日~9月12日

講師：ルース・ハーシュ (Ruth Hirsch)



ホールボディ・フォーカシング：心からつながりながらの傾聴  
(オンライン)  
2月23日～3月23日



Implicitの哲学と、衝突（葛藤）を傍らでともにいること (オンライン)  
バーヌ・イバオグル・ヴォーン (Banu Ibaoglu Vaughn)  
2月25日



フォーカシング1、入門 (オンライン)  
3月24日～25日  
2年間のフォーカシング認定プログラム (オンライン)  
5月6日に開始  
講師：シャルロット・ハース (Charlotte Howorth)



あなた自身の流れに従う：カナダ、ナイアガラの滝のそばでのフォーカシング・リトリート  
6月15日～17日  
初心者および上級者フォーカサーのためのワークショップ

## Resources 資料

1/2018 A new colorful manual on community wellness by Pat Omidian: [Reaching Resilience: A Training Manual for Community Wellness](#)

1/2018 A new Wholebody Focusing book by Alex Maunder: [Wholebody Focusing: Neural Pathways to Prosperity, Health and Wisdom](#)

12/2017 [Minutes of the Board of Trustees Meeting](#), December 13, 2017

12/2017 Gendlin's [A Process Model](#) is back in stock.

12/2017 Gendlin's new book [Saying What We Mean – Implicit Precision and the Responsive Order](#) is now available.

11/2017 [Minutes of the Board of Trustees Meeting](#), November, 2017

11/2017 Kjell, Ripert (2017). [Despertando al lingüista interno](#). [PDF]



### International Focusing Events

This section of the Institute's website has a sortable list of major International Focusing events.

## Become a Member



The Membership Committee has created a checklist of member benefits. [Please check it out here.](#)

## From the TIFI Office TIFI事務局より

### International Volunteers Needed

Volunteers have been at the heart of the Institute since its inception. Our wonderful volunteers make up our Board and all our functional committees, support us through teaching online classes, organize conferences and produce media, translate and fundraise, and help with countless little projects to which we feel infinitely indebted. We would love you to join one of our teams. Currently, we are looking for additional volunteers for:

- Translating our communications into your native language;
- Editing our website in your native language;
- Producing and curating media for our website and social media;
- Copyediting articles that are submitted to our newsletter;
- Creating a Focusing app;
- Creating guided Focusing recordings.

Please contact Henry at [henry@focusing.org](mailto:henry@focusing.org).



### 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、理事会や国際リーダーシップ評議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。

### Join our Discussion Lists! ディスカッション・リストにご参加ください

TIFIは、フォーカシングに関するいくつかのEメールでのディスカッション・リストを運営しています。皆様のご参加を歓迎します。[私たちのリストに参加するにはここをクリックしてください。](#)

### Bequests 遺贈

皆さんは遺言で研究所のことに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。感謝いたします。

フォーカシングにご支援を

(訳：小坂淑子・久羽康，編集：堀尾直美)