

in focus

The newsletter of

The International Focusing Institute

2018年12月

フォーカシングにご支援を

キャサリンからのお知らせ



親愛なる皆さま

フォーカシングは重要です。

フォーカシングは健全な状態へと近づくための強力な方法です。なぜなら、このシンプルな実践に取り組むことによって、私たちはより完全に私たち自身になることができるからです。

私たちの個人的な、そして社会的な生活の中では、自分の行動の理由が自分の視界から隠れて見えないことがよくあります。

・よく分からない何かが、私たちが書きたい本を書くのをやめさせるかもしれません。

・内側に潜む何かが、私たちがタクシー運転手やウェイトレスに対して無礼な話し方をするように仕向けるかもしれません。

・受け入れがたい内側の何かのせいで、私たちはある民族や政治的なグループの一員として、他の民族や政治的なグループに対して不当に過酷な人生を強いてしまうかもしれません。

私はジーンが以前口にした「不確かなものは、確かなものよりも強力だ」という言葉を聞いたのを覚えています。なんという真理でしょう。不確かな動機は、個としても社会全体としても、私たちの人生を支配する可能性があります。

フォーカシングは、私自身の内側のことであれ、あるいは大きな社会問題に出くわしたときであれ、何か恐ろしいものに向き合うための、私の知る限り最も強力な方法です。フォーカシングが私を安全で、しかも勇敢にしてく

目次

- ・ キャサリンからのお知らせ
- ・ [年末のお願い](#)
- ・ [理事会と ILC からのお知らせ](#)
- ・ [ウェブサイト委員会アップデート](#)
- ・ [USABP](#)
- ・ [夢とフォーカシングの研究](#)
- ・ [ロール・コルベイ、オーストリアのフォーカシング・コーディネーター](#)
- ・ [間の空間を探求すること](#)
- ・ [フォーカシング対話シリーズ](#)
- ・ [開催されるコースとワークショップ](#)
- ・ [リソース](#)
- ・ [フォーカシングとつながろう](#)
- ・ [TIFI を援助するには](#)

れるのです。

フォーカシングは重要です。そして、公共の生活の中にもっともっとフォーカシングを持ち込むに当たって、国際フォーカシング研究所は重要な場所です。私たちは、より多くの人々が健全性と共感性を備え、より完全に自分自身になることができるように、フォーカシングを世界に知られ敬意を表される実践にしていくことを決意しています。

今年も終わりに近づいています。[研究所に年末のご寄付をお願いいたします。](#)

少し前に、フォーカシングを知っている友だちが、最近トランスジェンダーだと告白した彼の友人に関する事で、彼の居心地の悪い感じを私と共有しました。「2、3週間前まで、僕の友人は僕にとって兄弟みたいだったんだ。それが、今や突然、『彼』は『彼女』なんだ。僕は友達に幸せでいてほしい。だから、もちろん彼女をサポートする。でも……僕はそれが好きじゃない」彼は当惑して自分自身を笑いました。彼にとって、一般的なトランスジェンダーのコミュニティを支持することは重要です。そして彼のトランスジェンダーの友人を支持することはとりわけ重要です。しかし、彼は知っています。心からそうするためには、彼は「そのことで僕は居心地の悪い感じになる」ということを敢えて言葉にしなければならないのです。「僕はそれが好きじゃない」というその感じが、心にわだかまったり、黙り込んだり、潜伏したりしないためには、それをどう扱えばいいのか。フォーカシングのおかげで彼はその扱いを知っています。彼は友人を愛し、サポートすることができ、しかも彼の内側にある居心地の悪い感じに対しても共感することができるのです。多くの個人的・社会的な問題は、私たちの居心地の悪い感じに対してどのように忍耐し共感するかを知らないことによって生じるのです。

もし私たちがこの一個人の体験を何千人・何百万人もの人々に広げることができれば、世界はどんなに違っていることでしょう。いったいいくつかの個人的・社会的な問題が、穏やかで忍耐強い、愛のこもったやり方で扱ってもらえるのでしょうか？

だからフォーカシングは重要なのです。

国際フォーカシング研究所で私たちは、フォーカシングが世界の中で——可能な限りたくさんの言語、可能な限りたくさんの文化、そして可能な限りたくさんの生活の舞台において——然るべき役割を確実に果たすようにと専心しています。

[研究所に対する皆さんの経済的支援](#)は、私たちにとってはフォーカシングが世界の中で確固たる存在感を持つことを確実にしてくれるものであり、フォーカシングがよりよく知られ利用されるようになるための援助として位置付けられています。

だからこそ、私たちは特別募金キャンペーンを「[ステッピング・アップ](#)」と呼ぶのです。私たちが勇敢に然るべき場所に立ち上がる（step up）ときが来たからです。あなた方には、私たちと一緒にそこにいていただきたいのです。

この夏、第一期に参加して下さった皆さん、ありがとうございます。約 65,000 ドル集まりました！

この勢いを止めないでください。年の終わりに、あなたができる限りの金額で構いませんので、[ご寄付](#)をお願いいたします。

フォーカシングは重要です。あなたの貢献は重要です。

継続的なご支援をありがとうございます。

温かい気持ちを込めて

キャサリン

(訳：松尾 秀寿)



私たちのステップアップ募金活動は続いています。この夏の第一弾にご参加くださった皆様、**ありがとうございます**ました。65,000 ドルほどの募金が集まりました！

この勢いをそのまま保って進みましょう！研究所は、次のレベルに段階を上がっています。そのレベルでは、私たちの存在が世界に見えるようになりますし、私たちの方も世界をより見えるようになります。

この運動の重要点は、研究所の旗艦行事であるウィークロング（上級一週間ワークショップ）をチリで開催したことに体现されています。この動きが、ラテンアメリカのフォーカシング・コミュニティにどれだけ熱気をもたらしたかを私たちは見てきました。私たちは、フォーカシングが本当に必要とされている新しい領域にフォーカシングを広めている人たちには、できるだけこの行事に参加してもらいたいと思っています。その人たちが、フォーカシングの理解を深め、国際的なつながりも強めてもらいたいからです。ジャネット・クライン基金はエルサルバドル・ペルー・ボリビア・ウルグアイやその他の、フォーカシングがまだ知られ始めたばかり国々から参加する人々への奨学金を提供していますが、その基金にはかなりの支援を必要としています。アルゼンチンやブラジルなどのより確立されている国のフォーカサーや、もちろんチリのコミュニティからの参加も援助できるよう最善を尽くしています。

- ・ 10,000 ドルはすべて、2年間のジャネット・クライン奨学金の資金に充てられます。
- ・ 5,000 ドルは、通訳・世話役・協力コーディネーターたちの参加費用です。
- ・ 1,000 ドルをウィークロングに参加する資金のない人のための資金です。
- ・ 一人の参加者の一日参加に 100 ドルを助成します。
- ・ 1 ドルでも 99 ドルでも、すべて合わせれば、この行事を実現できます。そして、将来、この行事を世界の別の

地域で開催する助けになります。



2017年ウィークロング
マリア・オロズコ（スペイン語）



ウィークロング奨学金で参加した
エルサルバドルからの参加者たち

しかし、フォーカシングがこれから普及していく地域のすばらしいフォーカサーたちがウィークロングに参加するのを支援することは、私たちが一段上がるための活動のごく一部でしかありません。

この募金活動への皆さんの寄付は、次のような方向の資金にもなります。

- ジェンドリン・センターを通じて、フォーカシングの研究を促進します。
- 私たちの使命を実現できるような新しいウェブサイトを新たに立ち上げ、認定フォーカシング・プロフェッショナルの皆さんがそれを最大限に活用できるようにお手伝いするスタッフの給与を支払います。
- 定期的ないくつかの言語で提供しているラウンド・テーブルなど、会員限定の機会にスタッフがお手伝いすることを通して、フォーカシング・コミュニティ間でのつながりを強めます。

[私たちのステップアップをご支援ください！](#)

（訳：日笠 摩子）

理事会と国際リーダーシップ評議会からのお知らせ

- うれしいお知らせです。理事会は、指名委員からの推薦に基づき、ナンシー・フォールズを一番新しいメンバーとして選出しました。
- ILC 国際リーダーシップ評議会はドナタ・ショラーが2年間評議会メンバー仲間として務めてくださったことに感謝いたします。彼女は活気があり賢明な存在でした。そして、常にグループがもっとも重要な事柄に立ち戻ることを本当に助けてくれました。名残惜しいです。今までありがとうございました。
- もう一つうれしいお知らせです。理事会は、国際リーダーシップ評議会の新しいメンバーとして、エベリン・フェンダー・リーを選出しました。これも指名委員会からの推薦に基づくものです。



ナンシー・
フォールズ



エベリン・
フェンダー・リー

（訳：日笠 摩子）

ウェブサイト再設計委員会によるアップデート

ウェブサイト再設計委員会は2年以上のあいだ毎週話し合いを持ってきました。www.focusing.org の再開発という膨大で重要な仕事を先導するためです。早い段階で\$25,000 という寛大な寄贈を頂いたおかげで、私たちはプロジェクト・マネージャー (PM) を雇って、複雑な組織と複雑なサイトに何が必要かを理解する助けを得ることができました。PM は献身的な私達のウェブマスター (スコット・ウィル) の傍で働き、サービスを格安で提供できる素晴らしいデベロッパーを見極めてくれました。

サイトのプラットフォームは Drupal 8 と CiviCRM となる予定です。デベロッパーの仕事はこの2つのプラットフォームが一体となって働くような方法を創り出すことです。それによって私たちは、多様なボランティアに彼らの領域・言語のコンテンツを自分自身で管理してもらえるようにすることができますでしょうし、そうすれば私達のグローバルなコミュニティをよりよい形でサポートしてもらえるでしょう。また新しいサイトでは、メンバーがメンバーシップのステータスを確認したり、プロフィール情報を変更したり、他のフォーカサーとよりコミュニケーションを取りやすくすることも可能になるでしょう。そしてもっとも重要なことは、新しいサイトでは認定メンバーが自分の (ワークショップ等の) クラスの情報をアップロードすることも可能になるということです。

ウェブサイトの大半は完成しており、今は開始に向けた準備の最終段階です。次のステップは、2ヶ月ほどかけてサイトのテストをし、2019年初めの公開までにできるだけ多くの「バグ」を解決することです。私たちはサイトを確実に、強力で、信頼できる、多言語に対応した、ダイナミックなものにして、将来にわたり役立つものにするべく一生懸命に取り組んできました。もし私たちがここまでたどり着くために費やしてきた長く緻密なプロセスに興味がおありでしたら、ぜひチェックしてください。

メアリー・ジェニングス、レニー・ラ・ロイ、ジェナ・シュヴァリエ、メアリー・デュークエイン、
キャサリン・トーペイ、スコット・ウィル、マリアナ・ピスラ、ヘンリー・チェン
(訳：久羽 康)

ユージン・ジェンドリンに敬意を示して 「フォーカシングにフォーカスする」

去る11月3日、米国ボディ・サイコセラピー協会 ([USABP: The US Association for Body Psychotherapy](http://www.usabp.org)) の年次大会で、ユージン・ジェンドリンへの賛辞が述べられ、TIFIの理事のレスリー・エリスと、ソマティックセラピストであるダーシー・ルバースによる次の2つのプレゼンテーションが行われました。

- ・ ダーシー・ルバース (心理学博士) によるプレゼンテーション
身体地図プロトコル：トラウマをもつ成人に対するセラピーにおいて、アートセラピーとフォーカシングを統合する
- ・ レスリー・エリス (心理学博士) によるプレゼンテーション
ボディ・ドリームワーク：フォーカシングを利用して、夢と悪夢の中のクライアントの生きる力を引き出す

(訳：榊原 佐和子)

夢とフォーカシングの研究

レスリー・エリスへのインタビュー

バーバラ・ディッケンソン

レスリー・エリスは現在、TIFI理事会の副会長です

抜粋：

レスリーは、今取り組んでいる仕事について情熱をこめて語ってくれました。彼女が心を躍らせている仕事というのは、ウェールズにあるスワンシー大学でトップレベルの研究者の一人が、悪夢に悩む人々へのフォーカシング指向の夢ワークを博士号取得後の研究課題に取り上げ、その研究に彼女も関わっていることです。

彼女の説明によると、コントロールされた2つの条件の比較、つまり、夢ワークの前と後で、前頭葉前部皮質がある作業に反応して起こす活動を量的に比較する研究です。他の尺度には、睡眠の質、悪夢の頻度、関連する苦痛が含まれるとのこと。

レスリーの話しぶりから、いかに彼女がこの研究にわくわくしているかが感じ取れます。彼女は研究者達に1か月のオン・ラインコースで教えた後、最近1週間ウェールズに滞在して直接トレーニングをしてきました。協会認定のフォーカシング・プロフェッショナルになりたいと強く願っているチームメンバーには、これからもトレーニングが継続されることでしょう。夢の研究グループが組織されたので、さらにフォーカシングの研究が続けられることを、彼女は期待しています。

TIFIの理事会と体験哲学および心理学の研究のためのユージン・T・ジェンドリン・センターとのつなぎ手として、レスリーは双方にとってまさに時機を得た適材で、今後研究者たちの間でフォーカシングに関する意識が広まっていく上でも、新しいセンターと研究界をむすびつける大切な人物だと言えます。

[記事全文を読むにはここをクリック \(英語\)](#)



レスリー・エリス



バーバラ・ディッケンソンは、認定フォーカシング・プロフェッショナルで、個人・非営利組織を対象に戦略的計画のコンサルタントをしています。

(訳：前田 満寿美)

人間性としてのあり方

ロベルト・ラリオスへのインタビュー

バニユ・イベグル・ヴォーン

ロベルト・ラリオスは、*TIFI* の [国際リーダーシップ評議会 \(ILC\)](#) のメンバーで、コーディネーター、そして、インスティテュート・メンバーシップ委員会のメンバーです。

抜粋：

ロベルト：ある困難が、私にとって、自分の最も偉大な発見のひとつへのきっかけとなりました。人は、医師として、消化器外科で医療手術を専門として学ぶと、専門家になります。そして、専門家として考え始めます。メキシコの人々が医師だからという理由で、その人にたくさんの質問をし始めます。そして（専門家として）そのすべてについて知っているわけではないにもかかわらず、彼はまだ何か話そうとします（笑い）

ですから、心理療法を学び始めて、人々に耳を傾け、その人々にはおびたしくたくさん知恵と知識があるのだと気づいたことは、私にとって素晴らしいことでした。それは、私にとって、とても大きな発見であり、それで私の世界の中での在り方が変わりました。何かの専門家であるとき、ほんの少しの「無知」があります。人々から多くのことを尋ねますが、専門家は専門的な知識や技術以外の多くのことをあまりにも知らなさすぎるのです。ですから、私にとっては、謙虚になろうとすること、他の人々の知っていることに耳を傾け、知ろうとすること、そしてそこから学ぼうとすること、それらのことが私には魅力的であったのです。専門家から学ぶ側になること、そしてみんなの話を聴きながらすてきなことを知るのすごいことでした。そう。みんなですよ！スーパーマーケットであなたに「こんにちは！」とあいさつするひと、バスやタクシーの運転手さん、ただ、聴いて、聴いて、聴いて・・・それが私には素敵なことだったので。

そこにある生き生きとした何か、そして私はけっしてそれについての専門家ではない何か・・・毎日、それが驚きなのです。その「生き生きとしたもの」への入場券は謙虚になることと、沈黙であり、専門家であることではないのです。ただ、他の人から漂ってくるものなら何でも受け取ろうとする好奇心のみなのです。



ロベルト・ライオス

[記事全文を読むにはここをクリック \(英語\)](#)



バニユ・イベグル・ヴォーン *PhD* は、心理療法家、フォーカシング *TNT* で、トルコと *US* で心理学を教えています。彼女はフォーカシングの深さの定式化と、生き生きとした現実生活の哲学という文脈からのフォーカシングの研究に時間を費やしています。

(訳：仁田 公子)

ロール・コルベイ

オーストリアのフォーカシング・コーディネーター

マーリス・メイフィールド

ロール・コルベイは、TIFI のコーディネーターです。ウィーン出身で、ジーンの本『フォーカシング』のロシア語翻訳に熱心に関わりハンガリーやルーマニア、ウクライナ、モスクワで仕事を続けています。

[ドイツ語訳はここをクリック \(Klicken Sie hier für die deutsche Übersetzung\)](#)

TIFI のニューズレター9月号には、1990年にジーンが故郷ウィーンを再訪した時についてロール・コルベイが書いた2つの新しい記事が、翻訳されて載っています。ロール・コルベイは、オーストリアの2人のコーディネーターの1人で、パーソン・センタードのセラピストでもあります。

ロールの多大な努力のおかげで、まだ、認知度が低かったジーン・ジェンドリンの預言者的存在とその業績が、彼の生地オーストリアで注目を浴びるようになりました。そのことは、フォーカシング・コミュニティにとってもありがたいことでした。



ロール・コルベイ

ロールは、1983年に初めてフォーカシングを学び、その数年後にはジーンと手紙のやりとりを始め、その後もずっと彼の生涯にわたって交流を続けました。その文通の一部には、ジーン自身によるナチスのオーストリア併合時代からオランダへの逃避行に至るまでの家族生活に関する記述も含まれています。

ジーンの生涯及び業績に関する一章が『ウィーンでこそ！精神分析とその学派の発達』(*Vienna Where Else! The Origin of Psychoanalysis and Its Schools* (1994)) という本に加えらるべきだとロールが最初に提案したのは1990年代初めでした。ロールが担当したその章には、上記のジーンによる記述も含まれており、[TIFI のウェブサイトで](#)読むことができます。

この本の成功によって、オーストリアとドイツの多くのセラピスト達の関心が高まり、ロールはジーンにウィーン来訪を説得しました。それが実って遂に1996年に実現し、ジーンがフォーカシングおよび彼の哲学を小・大グループで教える運びとなりました。

1997年、ジーンはロールにオーストリア初のコーディネーターになるよう求めました。間を置かずしてヨハネス・ウィルチコが2人目のコーディネーターとなり、彼がジーン・ジェンドリンとの共著、『臨床実践におけるフォーカシング：心理療法と日常生活を交差する手法』(1999) (*Focusing in der Praxis: Eine schulübergreifende Methode für Psychotherapie und Alltag*) (*Focusing in Clinical Practice: a Crossover Method Between Psychotherapy and Everyday Life*) を著したことで、ドイツ語圏におけるジーンの知名度は飛躍的に上がりました。

1996年には、これもロールの発案により、ジーンのオーストリアへの貢献を讃えてウィーン市が銀メダルを授与しました。

さらに2007年には、ロール・コルベイとウィーン大学のユルゲン・クリツの推薦によって、ジーンはヴィクトール・フランクル賞を受賞しました。(ヴィクトール・フランクルは、第二次大戦後ウィーンに戻った数少ないユダヤ人セラピストの一人ですが、ナチスのユダヤ人大虐殺を生き延びた人としてより広く知られています。ベストセラーとなった『生きる意味』を求めて(1946年)をこの地で書き、ロゴセラピーを考案しました。) このように、彼の生涯の遅くなってからではありますが、ジーンはオーストリア社会から名誉ある偉大な賞のみならず、必要とされていた20,000ユーロも授与されたのです。

ロールはまた、ジーンが亡くなった1年後の昨5月、ジーンが12歳頃に通った学校に、彼の栄誉を讃える記念銘板を掲げることをオーストリア・パーソンセンタード心理療学会が働きかけるようにと最初に提案した人です。まさにこの学校から、ジーンは他のユダヤ人の子どもたちと共に追い出されたのですから、銘板の除幕式という償いともいえる行為を目の当たりにした人々は、喜びと同時に深い悲しみをも味わったのでした。さらに、ウィーン新市長、ミカエル・ルードヴィヒが参列したことで、名誉回復の意味が加わりました。また、ジーンが書いた上記の出来事に胸を痛める雰囲気もその場に漂っていました。『ウィーンでこそ』には、26名余のユダヤ人心理療法家のウィーンでの生活が要約されていますが、ナチス弾圧から逃れるために彼らが個々に経なければならなかったであろう体験の様子が描かれていたのは、唯一ジーンの記述だけでした。(その他の寄稿者には、アルフレッド・アドラー、シグモンドとアナ・フロイト、メラニー・クライン、マーガレット・マーラー、ヤコブ・モレノ、オットー・ランク、ウィルヘルム・ライヒが含まれていました。)

さらにつけ加えておきたいことは、ロール・コルベイの長年にわたるオーストリア・パーソンセンタード心理療学会のメンバーとしての活躍ぶりがあったからこそ、彼女がフォーカシングをオーストリアで教えることが可能になったことと、それのみならず、1994年以降、東欧でのロジャーズの心理療法やフォーカシングの普及も可能になったことです。(ウクライナ、ルーマニア、モスクワでの彼らの活動については、TIFIの2011年1月号のニューレター「[東ヨーロッパでの広がり](#)」というタイトルの投稿をお読みください)

この2018年7月、私はカリフォルニア在住のフォーカシング・トレーナーであることと、第二次大戦後ウィーンで暮らした体験の持ち主ということで、ロールに招かれてウィーンで開催された第13回世界パーソンセンタードと体験的心理療法及びカウンセリング学会の大会(WAPCEPC)に参加しました。会場では、ロールは毎日エンカウンターグループのファシリテーターをしていました。彼女が参加者たち、特に彼女から教わり恩恵を受けたオーストリア、ルーマニア、ウクライナ、ロシアからの人たちと抱擁を交わし合う姿を何度も見て、いかに彼女がこのコミュニティで慕われているかを実感しました。

この会議には、彼女をよく知る日本、南アメリカ、オーストラリア、カナダ、スカンジナビア、ギリシャ、その他ヨーロッパからの参加者もいました。フォーカシング関連では、日本の池見陽(観我フォーカシング)、ドイツのハイケ・デロホ(TAEを用いた個別カウンセリング)、そして私自身の「第二次世界大戦以降のウィーンにおける集団的感情体験としての希望(「希望」は大会のテーマ)」のプレゼンテーションがありました。



マーリス・メイフィールドは、1994年以来のフォーカシング・トレーナーで、学生向けの「批判的考え方」の先駆的教科書でよく知られています。英語とヒューマニティーズ分野の大学教授でしたが、現在は退職しています。

(訳：前田 満寿美)

間のスペース (the Space Between) を探求すること

ベス・マーラー & セルジュ・プレングル



抜粋：

「間（あいだ）のスペース」(the “space between”) について考えるための、もう一つの方法は、時間という側面ではなく、空間という側面を考えることです。視覚的に考えてみてください。すなわち、クライアントあるいはフォーカサーが座る椅子を想像してください。それに向かい合っているもう一つの椅子、それにはセラピストあるいはリスナーが座っています。そしてその2つの間には、あまりに当然で気づくことさえない何か、すなわち「間のスペース」があります。

そのスペースとは一体何でしょうか？ そこにあなたがいます。私があります。そして、あなたと私の中で生じる何かがあります。この「あなたと私の中で生じるもの」というフレーズがいかに刺激のお気づきでしょう。それはあなたと私の間にある物理的なスペースということだけではありません。それはプロセスであり、相互作用です。ですから、私たちがあなたと私の間にある何かについて話すときには、単にあなたに生じること、あるいは私に生じることだけに注意を払うのではなく、その相互作用そのものに注意を向けて話すことでしょう。

[記事全文を読むにはここをクリック \(英語\)](#)

(訳：酒井 久実代)

フォーカシング対話シリーズ

フォーカサーとの対話を聴く——ホスト役：セルジュ・プレングル (Serge Prengel)

[ジェフリー・モリソン](#) — 2018年12月

フォーカシングはどのようなものでしょうか。ジェフリーがある最近のセッションの様子を語ります。フォーカシングを知らないあなたの友達にシェアするのに好適です。



[ロブ・フォックスクロフト](#) — 2018年10月

この対話で、クラシックのミュージシャンでありフォーカサーであり作家であるロブリスニングのたくさんの層のうちのいくつかを明らかにします。



は、

開催されるコースとワークショップ



[フォーカシング・ラウンドテーブル・シリーズ in イタリア](#)

(イタリア語でのラウンドテーブル)

2018年11月から2019年3月

中央ヨーロッパ時間 19:00-21:00 (イタリア)



[すべてをホームに持ち帰る](#)

セラピストとしてのあなたのチャレンジの瞬間を、フォーカシングがどのようにして光り輝くものにし、変形するか

12月14日、メンバーは自由に参加可能



[癒しのプロセスにおけるライフ・エナジー](#)

with イリット・テッセル

12月19日、払える範囲で払っていただくクラスです



[コミュニティでのつながりとクロッシング](#)

上級者と認定のためのフォーカシング・ウィークロング、2019

2019年1月13日~18日

リトリート・ハウス (La Casa de Ejercicios)

チリ、プンタ・デ・トラルカ (Punta de Tralca)

リソース

11/2018 [理事会議事録](#) 2018年10月10日

10/2018 [2018年9月 In Focus ニュースレター](#) ウェブサイト上にあります

10/2018 [理事会議事録](#) 2018年9月13日

10/2018 国際リーダーシップ評議会 (ILC) [議事録がここで見られます](#)

ブックストアで以下のものが入手できます：

- ・ [サディは耳を傾ける：内なる旅](#) ジェームス・スティーラー
- ・ [フォーカシングは人生につながる](#) ローラ・マリア・タラモーニ（イタリア語）
- ・ [カレイドスコープ](#) アンナ・ウィルマン
- ・ [信頼を創造する：ソーシャルワークを人々の魂を破壊することなくおこなうには](#) アンナ・ウィルマン

[国際フォーカシングイベント](#)

国際フォーカシング研究所ウェブサイトのこのセクションには、主な国際フォーカシングイベントのソート可能なリストがあります。



フォーカシングとつながろう

たくさんの [Eメール・ディスカッション・リスト](#) のどれかに参加しませんか。いろいろなフォーカシング関連のトピックについて話し合う場です。メンバーは、私たちの [フェイスブック・フォーラム](#) に参加することもできます。



フォーカシング研究所のメンバーになる特典をチェックするには、[ここをクリック](#)。

TIFI を援助するには

国際的なボランティアを必要としています

私たちはあなたが、私たちのミッションを援助するために、あなたのエネルギーや熱意や技術を提供してくれたら、とても嬉しく思います。私たちのニーズのいくつかをあげると…



- 私たちのオンライン・ウェビナー（ウェブ・セミナー）やワークショップの技術的なホスト役となる
- あなたの言語でクラスやオンラインでの対話を提供する
- TIFI からの発信をあなたの母語に翻訳する、他の言語のコンテンツの英語版を作る
- TIFI のウェブサイトやソーシャルメディアのために、すべての言語でコンテンツを製作したり編集したりする
- あらゆる言語で TIFI のニューズレターに投稿された記事を整理編集する
- あらゆる言語でのフォーカシング・ガイドの録音を作る

ぜひ[ご連絡ください](#)。あなたの力が私たちの助けとなります！

フォーカシングの写真

あなたが持っている、フォーカシングに関連する高解像度の写真を[私たちに送ってください](#)！送ってくださることと、あなたがその写真の権利を持っていることを確認したものとみなします。また、その写真を編集しウェブサイトや情報伝達において用いることを私たちに許可したことになります。

航空会社のマイル

もしあなたがお持ちの航空会社のマイルを寄付して下さるお気持ちがあれば、どうかご連絡ください。あなたのマイルはさまざまな目的に役立ちます。たとえば、理事会や国際リーダーシップ評議会のボランティアメンバーが直接に顔を合わせてミーティングをするための援助として使われたり、誰かがウィークロングに参加して認定を受けるのを援助するのに使われます。誰かが意味あるつながりを作るチャンスを持つよう、ご援助ください！



遺贈

ご自分の遺言に、研究所への寄贈について触れることを考えてみたことはありますか。遺贈を残すことは、フォーカシングを将来に向けて促進しつづけるひとつの方法です。もしあなたにそのお気持ちがあれば、あるいはすでにそうされているという場合には、[ご連絡](#)をいただけたらと思います。ありがとうございます！

(訳：久羽 康)