

TVPJ News

* 第 19 号 *

- * 1. コラム 理事長より
も 2. 第2回 TVPJ スキルアップ&メンタリングご案内 / 第1回感想
く 3. FT 養成 WS 延期のお知らせとお願い / 「小学3年生の教室にて」
じ 4. VP 体験会報告 / 「孤独と和」
* 5. 会員+αのひろば「ヴァーチャーズと私」 / 「初めてVPに触れて」
6. 美徳のシェアリレー / 事務連絡 / 下半期の予定



VP ファシリテーターは職人だと思うのです

TVPJ 理事長 市川美紀子

TVPJ 会員の皆さま、いかがお過ごしですか？

With コロナの生活が続く中で、スタート時と今とでは状況も情報も随分と変わってきています。感染規模は大きくなり、感染源なる正体も威力を増しているかもしれません。物事はいいにつけ悪いにつけ変化するのですね。

私が中学校に勤務し始めた遠い昔、先輩教師から『莊子天道を読んでごらん』と勧められました。読み進めると、偉いお殿様と車輪大工の寓話に出会いました。座敷で本を読んでおられた殿様と庭先で車輪を造っていた職人の対話です。

職人：その本には何が書いてあるのですか。

殿様：これは昔の聖人の教えじゃ。

職人：じゃあ、それは昔の偉い人の考えの粕（かす）を読んでおられるのですね。

わたくしが車輪を造るとき、微妙な勘どころは実地で身につけるしかありません。口で説明することはできません。子どもに教えることもできません。

昔の聖人も、その考えのいわく言いがたい部分を文字にすることはできないはずですから、お殿様が読んでおられるのは、大切な部分を除いた粕の部分なのでしょう。

『職人』の言葉は極端な解釈とも取れますが、神髓を極めた言葉とも受け取れます。

今は、マニュアルなるものが大手を振って歩いているような時代です。それを作った人は充実感を得ますが、多くの人達は考えることをしなくても済む環境にあります。実際にマニュアル通りに進めなければ事故を引き起こすこともあるのですが、とにかく、人との関りの中で、何となく味気無さを感じる時というのは、その人の発する言葉に思いが感じられない時です。

マニュアル通りなので、本人は最終的に責任を取らなくてもいい方法です。「だって、マニュアルに書いてある通りに言ったんだもん」的にですね。聞く側としては、つらいものがありますね。

私たちも、『内なる美徳を呼び起こすWS』を開催する際には、ファシリテーター養成WSでの研修内容を紐解きながら、また、他のファシリテーターが開催するWSに参加しながら、そういった経験を開催フローに構成して、マスターファシリテーターまでご相談いただいています。自分で考えに考え抜いたものには責任が伴います。

『実践者たれ』の言葉が意味する2つ目は、ファシリテーターとして自分を錆びつかせないことです。

裏面につづく→

右上につづく▶

>>おことわり<<

* 記事の文末、氏名の後の（ ）には、ファシリテーター取得年、主な活動地域、呼ばれたい名前を記載しています。交流のきっかけになりますように☆

* 限られた紙面、ヴァーチャーズ・プロジェクト VP、ファシリテーター FT、マスターファシリテーター MF、ワークショップ WS、ホームページ HP、メールマガジン MM、トレーニング TR と略して表記し、改行を ▶ 記号で表す場合があります。

スキルアップ&メンタリングより

(表紙のつづき)

つまり、VPファシリテーターは職人の一面を持ち合わせるとも言えます。

職人が、一から積み上げたものは盤石な『腕』を持つに至ります。私たちも基本線を遵守しつつ、『わたくし』の味を醸し出す。そんなWSを提供したいですね。

時節柄、お大事にお過ごしください。

祈りと喜びと感謝とともに・・・。

(巻頭文 以上)

2020年度 第2回 TVPJ スキルアップ&メンタリングのご案内

水路を作る者は水を支配する。
矢を作る者は矢を真すぐに作ることができる。
大工は材木をコントロールする。
神聖な存在は魂をコントロールする。

『法句経』10 「100枚の内省カード: 自制心」より

今回のテーマは「境界線」 自分づくりに取り組みます

自分を知らなければ、相手を知る手掛かりは薄れてしまいます。

自分を見つめなければ、相手のことも見つめることが難しくなります。

あらゆる状況において正直に勇気をもって真実と直面するということです。

そうすると、試練の風雨に折れることなく教訓を学び、新たな叡智と自覚をもって前進することができます。好ましくない習慣を変容させ、注意深く自分の人格を涵養します。

日 時 2020年 ①10月10日(土)
または ②10月17日(土)
いずれも10:00~15:30

場 所 ご自分のお気に入りの場所

参加料金 5,000円

定 員 各日とも6名

トレーナー 市川美紀子 鈴木るみ子

申込み/問合せ先 TVPJ ホームページのボタンより

※右枠に前回のご感想を載せます。詳細とお申込みはHPをご覧ください。市川宛にご連絡ください。



6月参加者の声



今年の2月から1.5時間を月一回のペースで、内なる美德を呼び起こすWSの内容をミニワークで行っていました。

私自身のブラッシュアップの為に参加しました。故大内博理事長が、『境界線は、ありとあらゆるものに設定できます』と仰っていました。以来、私は、場所、物、時間、お金、人 etc、意識して生活をしていました。

スキルアップ&メンタリングの当日、私はやすらぎの美德を携えて臨みました。内省のカードのパワフルさと、マスターファシリテーターのサポートと参加メンバーのお力で、深い変容を体験しました。そして、支援のボタンをそっと渡すことができました。

私が、色々な場面で発揮しているやすらぎの美德の効果を直にファシリテーターから聞くことができ、これからも実践していこうと決意しました。最善の学びに感謝を申し上げます。ありがとうございます。

高橋 寿子 (2007 関東&東北 ひっさ)

ファシリテーター養成WSから約5年。メンタリングに参加したいという気持ちはつねに持っていたものの、遠方(北海道・釧路)ということや、子育て世代ということもあり、なかなか参加できずにいましたが、今回、オンラインでの開催ということで、喜び勇んで参加しました！

私は今、刑務所でヴァーチャーズをベースにしたプログラムをファシリテートさせていただいていますが、今回のテーマであった「承認のあり方」では、承認するより“感じる”ことの大切さ、そして「境界線」については、権威(威厳)をもって境界線を引くことの大切さなど、忘れかけていたものを思い出すことができました。

また、オンラインではあっても、心に染みるようなシェアリングができたことが、とても嬉しかったです。またの機会を楽しみにしています！

門間 伸 (2015 北海道 じん)

ファシリテーター養成ワークショップ延期のお知らせとお願い

11月1・2・3日に予定していましたファシリテーター養成ワークショップ（以下 FT 養成WS）は新型コロナの状況がもう少し落ち着くのを期待して、来年2月12日（金）・13日（土）・14日（日）に延期いたします。

それに伴い、2月同日に予定していたリトリートは中止させていただきます。どうぞご了承ください。

新型コロナの影響は計り知れない変化を私たちの生活や社会にもたらしました。「ソーシャルディスタンス」という言葉が定着し、今まで当たり前だった人と人との触れ合いが、感染という不安と恐怖の対象になるという悲しい事態が起きています。

一方で、リモートであっても、共に話し合ったり歌ったり、飲み会までしたりして、触れ合いや一体感を感じることがどれほど大事だったかということを改めて実感してもいます。

一人の経験がネットを通して世界中の人々と共有され、何度でも追体験されたりもします。私たちの関係は時空を超越することが日常になりました。

つづく

たとえどのように生活や社会が変わろうともヴァーチャーズ・プロジェクト（以下 VP）の真髄は変わりませんが、新しい時代へと変化する中、VPの展開方法はその波に乗っていかねばならないことでしょう。

すでに一部で Web を利用するなど工夫しながらVPのWSを開催されているファシリテーターもおられます。どうぞVPの原理原則を尊重しながら、スピリットとともに、創造力を発揮なさってください。その知恵を分かち合ってください。そして FT 養成WSに人々をいざなってください。

みなさんが呼び起こしたハートをもつ人たちが FT 養成WSに来られたなら、きっとVPの深遠な真理に触れ、5つの戦略の有効性を実感し、VPの必要性にコミットしてくださることでしょう。なにとぞよろしくお願いいたします。

●お問合せ・申込み担当：鈴木 るみ子
HP 表紙のボタンよりメールフォームでご連絡いただけます。

MF 鈴木 るみ子(2005 福井 RUMIKO)

Episode

小学3年生の教室にて



休み時間のことでした。女兒Aさんが、「オルガンを弾いていたら、Bくんが来て、オルガンのふたを無理矢理閉めようとしてくる」と、困った顔で先生（T）の所へ来ました。Bくんは、教室の中の「気になる子」として見られていた男児。そこで・・・

T：何があったの？

B：オルガンの音が嫌だったから「うるさいから、やめて」と言ったけど、やめてくれなかったから。しめようとした。

T：自分の思いを友達に正直に伝えただね。「オルガンを弾きたい」と思っている友達がいるけど、どうすればいいと思う？

くしばらく考えて・・・

B：もう少し音が小さかったら弾いてもいいよ。

T：自分でどうすればいいかを、よく考えたね。みんなでも楽しく遊ぶためにはどうすればいいか、しっかりと考えて協力しようとしてくれてありがとう。

A：Bくん、大きな音が苦手だったんだね。わかった。音を小さくするね。

T：Bくんのことを考えて協力してくれてありがとう。AさんもBくんも安心して過ごせるね。

私自身が、VPと出会ったばかりの頃、「とにかく同伴して、美德を見つけよう」と、心に決めて対応したのを覚えています。

Aさん、Bくんの、自己主張、気転、協力、理解等の美德が散りばめられた素敵な言動、行動に感動し、「VPってすごい！」と改めて感じる事ができたエピソードです。

3年生の最終日、Bくんに、『あの時は、「しかられる！」と思ったけど、「思いを正直に伝えただね」と言われてびっくりした。どうすればいいか、落ち着いて考えることができた。先生、ありがとうね。』と、言われました。

私自身の教員人生、VPの実践を支える大切な思い出の一つです。

田口 晃（2011 宮城 あきら）

VP 体験会より



喜びと感謝をキーワードに 「小さな幸せ」を思い出す

今年第 1 回目の VP 体験会。今年になってから利用される方も増えている Zoom を活用して開催しました。おおよその内容は次のとおりです。

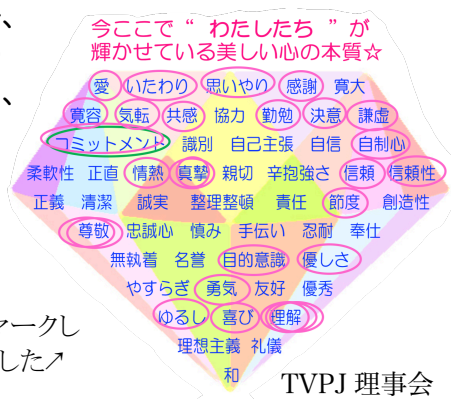
- ・体験会へようこそ VP の説明と TRUST
- ・市川理事長のお話「小さな幸せ」
- ・喜びの体験談の中に美德を見つける
- ・感謝の体験談の中に美德を見つける
- ・ヴァーチャーズ・カードを使ったシェアワーク

計画がまとまってから広報までの時間が短かったこともあり、今回はこじんまりとした会でしたが、その分、参加された方々の物語にじっくり触れることもできたと思います。ワークごとに「3 つの質問」をはさみながらの 2 時間はあっという間に過ぎていきました。

今回ご参加の方からは、右のようなメッセージをいただきました。ありがとうございます。

次回は、12/6（日）に開催します。

今回ご都合のつかなかったみなさんも、ぜひ、初めて VP と出会う方をお誘いいただき、一緒にできることを願っています。



この日の発見や承認を美德のダイヤモンドにマークし参加者全体で共有しました。

TVPJ 理事会



8 月 22 日(土) Zoom 開催



<ご感想>

「過去の体験が語られ、それがあからこそ今があるんだなと思い、過去も大切にしようと思いました」

「内省のカードに書かれている言葉が心に響きました。そして、満足出来る今があることに、とても幸せな気持ちになりましたし、感謝したいと思いました」

「日々の小さなことから、人生を変えるターニングポイントのようなときにも色々な美德が輝いていて、受け取り手の受け取り方によっても変わってくるのを改めて感じました」

<リクエストやご希望>

・息子がいるので、子どもでも参加出来るようなイベントがあったらいいと思います。

・初めて参加された方が、よりカードに親しめるものや、Zoom など定期的に参加出来る会を。

Episode

孤独と和



昨年知人に誘われて始めた低山登山。

暮れに喘息を発症するまで、30回を数えた。治療中に薬による胃潰瘍とコロナの流行で、7月の再開までに実に8ヶ月の引きこもりを余儀なくされた。

私は足が悪く登山路を見て、身体や呼吸と相談し自分を振り返りながら孤独に歩く。ある日、腕にギブスをつけた登山者が急に立ち止まり、気になって目を向けると、

つづく

そこに可憐な山紫陽花が咲いていた。

「人は人の中で生きている、人の中で育ちあう、一人では見つけられないものを補い合いながら生きているのだ」と感じ、生きて生活している所にいつも美德を実践する出来事や教材が隠れていると感じさせられる。

そんな小さな喜びに気づくためにも、忙しさの中に「わたし時間を意識して作ろう」と改めて思った夏の一日のひとこま。

渡邊 康子 (2011 北海道 やすこ)

会員+αのひろば

当ページは、会員同士がつながり、協力や発信の手助けになることを目指し、豊かな活動の実践を中心にご紹介しています。
今回は+αとして、WS参加者からのシェアもご紹介します♪ 素敵なお寄せありがとうございます♥



ヴァーチャーズと私

私がヴァーチャーズに出会ったのは、転職がきっかけでした。前職に疲れ、結婚すると思っていた彼氏とも別れ今後自分の人生がどうなっていくのか不安で生活していたなか出会ったヴァーチャーズ。

その時引いたカードは“ゆるし”このカードを引いた時、色々な事から解放された感覚を今でも覚えています。

職場で教育の一環として使っているので仕事を通し段々と興味を持つようになりもっと学んでみようと思い、講座を受講しました。学びを深めるなかで当たり前の中に気付きは沢山ある事、私の目の前にある幸せに気付く事ができました。また承認とは沢山の気付きをくれる事など学べば学ぶほど心が落ち着いて幸せな気持ちになれました。

この学びを今は子ども達に伝えている日々です。私がヴァーチャーズから沢山の気付きがあったように、子どもたちにも何か感じる一手になってもらえたらと思って伝えています。子どもたちとヴァーチャーズに触れたり、私自身も毎回カードを引いて感じる事を大切にしています。

ヴァーチャーズを通して、当たり前の中にある幸せを感じられた事に感謝しています。

そして、これからも大切にしていきたいです。感じ方は人それぞれですが、これから受講される方にこの文面を通して何かお届け出来ていれば嬉しく思います。

永野 智美（東京 ともみ）



初めてVPに触れて

初めてVPに触れたのは、5年前に出産し育児をするにあたりずっと蓋をしていた私と母との関係を置き去りにはできないと思い、いざ！向き合うべくカウンセリングを受けたときでした。

長きにわたり幾度となくくじいてきた心にカードピックにて（信頼）という美德の力を得ました。その言葉の持つ意味を少しずつ理解したときに乾いていた心がじわ〜と潤っていくようで、苦しい局面であった過去たちもまだ見えぬ未来もフワッと暖かい光に灯された様でした。

その後WSがあることを知り何度か参加させていただきました。

VPがどのようなものかを知ること、ずっと触れていたい！もっと学んでいきたい！身につけていきたい！とおもいました。子供を育てる上でとても心強い道しるべを得られるとともに、私自身が抱えている問題に一つ一つ気付く事ができました。

親である私、娘である私、女性である私が明確な境界線を設定し、本当の自分をちゃんと尊重してキラキラしていきたいな〜♪と思います。今は毎日ポジティブのサンドウィッチを試みています。

つい「～しなさい」などと指図してしまいがちですが、何があってもどう感じているのか、どうしたらよかったと思うかを尋ね最後に「お話聞いてくれてありがとう」と伝えると息子はニコッとはにかんで「どういたしまして。ママもお話ししてくれてありがとう」と返してくれます。

なんて素敵なんだ☆

VPに出会えたことに心より感謝申し上げます。

釘秀 路望（神奈川 ろみ）



※3,4ページの下には、ファシリテーターの実践エピソードも掲載しました。併せてご覧ください。



このコーナーでは、日常でピックアップした気づきをリレー形式でシェアいただきます。千葉のようちゃんからバトンは埼玉県へ♥ちづるちゃん、カード紹介の素敵な写真もありがとうございます。

今年の7月から毎週一枚、英語の内省のカードをピックアップし、日本語のカードと合わせて味わうチャレンジをしています。インターネットの辞書サイトと翻訳サイトを駆使しながら英語のカードを読み、自分なりに意味を理解してから日本語のカードを読みます。毎回、故大内博先生の日本語表現の選択の素晴らしさに感銘と感動を覚えます。

今週ピックアップした美德は『Mercy』。日本語で『慈悲』。

人を赦し、慈しむ、力強い美德です。私にとって慈悲とは観音様のような大いなる存在が人間に対して施すものというイメージの言葉。はてさて、この大いなる美德が自分の中にあり、それを涵養できるのだろうか、と戸惑う私。その瞬間、「カードをピックアップして、この美德は私にはない、という方、自分に厳しすぎますよ〜！」とWSの参加者に伝えている自分が浮かんで来て、思わず苦笑い。そうだった。私の中にも慈悲の種はある、育もう。そう決意したのでした。

内田 千鶴 (2011 埼玉 ちづる)



バトンは次回一気に北上！海を渡り北海道の鍛冶裕之さんへ☆多ムック、日ごろのカード・ピックアップによる気づき、感じたことなどご寄稿よろしく願います♪
(400字以内)



事務連絡



*当紙はHPで一般公開し、会員には郵送と【会員ページ】にバックナンバーも掲載しています。

*本NPOの活動にご賛同いただける方のご入会歓迎です。HP表紙のボタンからご連絡ください。

*会員のみなさま、会費納入ありがとうございます。お振込み時には当年度会費納入（1年分）以外は、会費と修了証の別を事務局までお知らせください。

みずほ銀行 厚木支店

普通預金 1672483

トビ ヴァーチャーズ・プロジェクト・ジャパン

※会費の領収については、ご自身の振込記録を以って、それに代えさせていただきます。

*当紙へのご連絡は、HP 問合せフォームまたは、本ページ右下にある【連絡先 E-mail】宛、件名に「美德新聞」とご明記の上、送信ください。

今秋以降の事業予定



*第2回スキルアップ&メンタリング

日時 ①10月10日(土) ②10月17日(土)
いずれも10:00~15:30

場所 ZOOM 参加料金 5,000円

定員 各日とも6名

トレーナー 市川美紀子 鈴木るみ子

お申込み担当 市川美紀子 ※2ページ参照

*第2回 VP 体験会

日時 12月6日(日) ZOOMにて
詳細決まり次第ご連絡します。

*ファシリテーター養成ワークショップ

下記日程に延期しました。

日時 2月12日(金)~14日(日)

詳細決まり次第ご連絡します。

新コーナー Episode はじめました♪

会員メルマガは2020年8月より構成を変えて、本格始動しました。配信済みのシェアエピソードから当紙にも2話ご紹介します。※3,4ページ掲載



会員専用メルマガ

TVPJ 会員限定の情報共有や連絡は、主に月初配信の会員専用メルマガ（MM）でお知らせしています。アドレス更新などは、件名に「メルマガ担当」と明記の上、代表 E-mail 宛ご一報ください。
(担当：田口)

寄稿募集

地域での美德の実践、日常でみつけた素敵な出来事、美德の仲間と作りたい企画などなど。
【タイトル】【お名前】【内容 500 字程度】を右のQRコードより受付フォーム（またはHPの会員ページ）からご寄稿お待ちしております♪

