

TVPJ News 26



- * 1. コラム 理事長より
- も 2. VP 体験会報告
- く 3. TVPJ 15周年
- 4. 元気アップミーティング報告
- じ 5. 会員のひろば「そのままの私で」 / 「家族で伝え合う美德」
- * 6. 美德のシェアリレー / 事務連絡 / R5年度 TVPJ 総会のご案内



人生の旅

TVPJ 理事長 市川美紀子

令和5年を迎えました
 本年もどうぞよろしくお願いたします
 皆さまと世界中の人々の心の平安をお祈りいたします

令和という清新な響きにその漢字が意味することを知り「なるほど!」と納得したことを昨日のこのように記憶しています。人々が美しく心を寄せ合う中で、文化が生まれ育つ…つまり、一人ひとりが大事にされる、一人ひとりが自由にものを言える、そういう時代を願っての令和であるということを知りました。私たちは、間もなく『新型コロナ』の中でそのことを試される日々を送ることになります。そして、今があります。

奇しくも 2022 年を表す漢字一文字は『戦』でした。コロナとの闘い、ロシアのウクライナに対する侵攻、某宗教信者2世の戦い、真理を求める裁判での戦い等、どちらかと言えば気持ちが重くなるような事柄が浮かんできます。しかし、それだけではありません。『挑戦』…挑むという前向きな行動を日々積むことも含まれています。

ワールドカップサッカーでは正に攻めの姿を見せてくれた日本チーム。その中でチームプレーにおける個々の主体性が示されていたと感じました。決してスタンドプレイではないのです。同じ方向を見つめているアスリートたちの主体的なチャレンジが、点から線へ繋がっていったという感じでした。大きな壁を乗り越えることは難しくはあったものの、皆が同じ景色を脳裏に刻み込んで挑戦に挑戦を重ねた姿は、見ている者に希望を与え、人や物ごとを信頼することの強さを体験させてくれました。

年末に訪れた倉敷は、その昔、クラボウ（倉敷紡績）が名を馳せていた街です。栄えていた中で生まれたのか否かは分かりませんが、

つづく

『挑戦をやめることは諦めること』と書かれた看板を目にしました。ただそれだけ。何の説明もありません。道行く人たちはどういう思いでその言葉を受け止めているのでしょうか。挑戦を続けている人はこの言葉に背中を押され、いい意味で前のめりになるかもしれません。そして、何かをあきらめようとしていた人は、胃の辺りをグイッと掴まれたような感覚を覚えるかもしれません。心と言葉の相互作用とでも言いましょうか、同じ言葉でもその人の心の在り方によって捉え方は違ってきます。

同様に『現状維持は後退』という言葉は、アスリートや常に成果を求められる立場にある人達の間でよく聞かれます。私自身もこの言葉をタイトルにエッセイを書いたことがあります。ふと立ち止まり人の在り方を思った時に、現状を維持することは停滞しているわけではない。見えないところで行われていることに心を向けたならば、何かが見える。見えないことに心を働かせるという姿勢を持ち続けていくなれば、『失敗は失敗ではない』し、『優越感は劣等感の裏返し』だという事に気づくかもしれません。

ヴァーチャーズ・プロジェクト・ジャパンは、美德を個々人のリソース＝資源（強みや可能性等）として気づき（源にあったものが、再び価値あるものとして日の目を見るというニュアンスです）、実践する道筋をお示しします。自分を癒し、自分を認め、多くの課題解決に役立てていただけることを願ってやみません。

祈りと喜びと感謝とともに 🌈



VP 体験会報告

今年度の VP 体験会、これまで2回、Zoom を利用して開催されました。「体験会ってどんなことやっているの?」というみなさまに、簡単ではありますがご報告を。



VP体験会 1 9月17日(土)開催

8人の方が参加し「心がつなぐ 私とあなた」というテーマで開催しました。よりよい人との関係のために何が出来るか。今回の進行を担当した門間伸さんによれば「相手ではなく、相手に対する自分の行動に目を向けてもらうにはどうしたらよいか、それを VP を使ってできないだろうか」そう思ったのがこのテーマを設定した理由とのこと。

この体験会では、参加者が「否定的なことをたびたび言われるが、それに何もできない自分」「周りとの自分の意見の違いを感じるもやもや」「自分の中でできていないことを指摘された時のこと」などの体験をシェア。それらをもとにフリートーク形式で時間を共にしました。そこには、心に残る言葉がいっぱい。

「美德はすべての人に生まれながらに備わっている、だから、自分とあわない人と思っても、その人にはその人なりの良さがある。そういうふうに思って、どうすればその人と通じ合えるかを一緒に考えてみよう」

「あなたは自分が正しくありたいのか、それとも幸せにありたいのか」

「コミュニケーションでは、その人の一番得意な部分が表に出てくると思います。その得意な部分が出すぎて、逆にバランスを欠くのかな」

私たちにとって大切な学びは、安心・安全な対話の中から得られる、そう感じるひと時でした。



VP体験会 2

12月4日(日)開催



第2回目の体験会は「美德の言葉で自分自身を見つめてみよう」がテーマ。会の進行は田口晃さんで、参加者6人が自分の長所・短所と感じているところとそれにまつわるエピソードをシェアし、そこに発揮されている美德を発見していきます。

体験をシェアし、そこに見える美德を承認する行為は、私たちの学びの基本形ですが、この体験会では、参加された方々がありのままの自分そのままその場にいたことで、いろいろな側面を携えながら今を生きる「生のその人」を目の当たりにすることができました。そこに、穏やかな田口さんの進行が醸す温かさも加わり、内容的にはシリアスな部分がありながらも、お互いを慈しむ時間を過ごすことができました。

「ご自身の大変な体験を通して、ただ体験したというだけでなく、自分はどうしたいのか、どうされたいのかということをよく咀嚼しながら人と接しているんだなということが、手に取るようにわかりました」

「振り返りの言葉を聞いて、私は、初心に帰ることができました。ああ、ヴァーチャーズ・プロジェクトってこういうものなんだなあっていうことが再認識された、そんな感じです」

みなさんにも体験会に参加いただき、初めて VP と出合ったときのあの感じを味わっていただけたらと思っています。

2022 ヴァーチャーズ・プロジェクト
(52の美德 教育プログラム) 体験会 (9月)

テーマ: 心がつなぐ 私とあなた

私たちは、家族をはじめ、友人・知人、職場の同僚や顧客など、多くの人たちとのつながりの中で生きています。その関係を円滑にするため、きつと生まれる、心豊かな関係を築いている相手がいれば、付きあうのうちにちょっと気遣ったり、どうもうまくいかないなあ・・・というように悩む方もいらっしゃいます。

今回は、みなさんの「よりよい人との関係性」の願いをもとに、いろいろな人とよりよい関係を築っていくためのアイデアや方法・行動について、一緒にお話ししながら考えていきたいと思います。

世界中の教育機関や組織・家庭で活用されているヴァーチャーズ・プロジェクト、はじめてのあなた、Zoom を使って一緒に学びましょう。
ご参加を、心より歓迎いたします。

2022 ヴァーチャーズ・プロジェクト
(52の美德 教育プログラム) 体験会 (12月)

テーマ: 美德の言葉で自分自身を見つめてみよう

「幸福の自分」の扉を開くと...

みなさん、「自分自身を見つめてみよう」と聞いてかかれたら、どのようなことが浮かびますか? 見つめ方の一つとして「長所・短所」とか。

自分の長所は〇〇で、短所は〇〇。つまり自分にはこんな人間」と、回答されることもあてはまっています。

でも、本当にあなたは「そのよう人」でしょうか? 特に、「自分はこんなことが苦手だ」、「〇〇ができないから、〇〇だ」となど思い当たる「短所」は、本当に「短所」なのでしょうか? 他人の人は、別の見え方で見えているかもしれません。

今回は、自分の長所・短所を持ち寄りシェアし合いながら、美德の言葉でキーワードに自分を見つめていきます。自分が短所と捉えていたことに、もしかしたら美德が隠れているかも。それ他の方が発見してくれるかもしれません。これまで自分が思っていた以上の「幸福の自分」に出会える機会、ワクワクしながら参加してください。

次回は、3月5日(日)10時~を予定しています。HPにて受付けますので、ぜひお誘い合わせてお申込みください。お待ちしております(´▽`)/

15 周年を迎えて

『現状維持は後退』として、試行錯誤を続けてきたヴァーチャーズ・プロジェクト・ジャパンは、NPO (特定非営利活動法人) として、その果たすべく役割を粛々と行ってまいりました。

ヴァーチャーズ・プロジェクトを多くの方に体験していただくために、ファシリテーター養成の一環としてファシリテーターの資質の向上を目指したワークショップ並びに、一般の方向け VP 講演会～体験会を続けています。また、お伝えする手立てとして『美德新聞』を年3回発行し『ホームページ』は都度更新を続けてきました。当初は A4 判1 ページからスタートした『美德新聞』は、今や6 ページにまでなりました。多くは会員の皆様からの寄稿文や参加されたワークショップでの体験・感想で彩られています。今年度新たに着手した『仮称 実践記録・体験集』は令和5年度内に出版の予定です。

『心の教育』の推進が言われている昨今ではありますが、これは学校教育だけに限ったことではなく、大人社会でこそ問われていることです。言葉の力、心の働き方を明確に表わしているヴァーチャーズ・プロジェクトです。今こそ出番なのだと思っています。



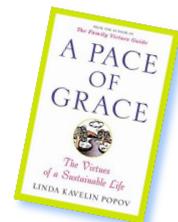
『スキルアップトレーニング&メンタリング』

Vol.1 「境界線」、Vol.2 「スピリットの尊重」、Vol.3 「スピリチュアルな同伴」をテーマに毎年 Zoom 開催をしてきました。内容は同じでも、そこに集うメンバーによって創り出される場は全く違います。ですから、何度参加しても新鮮さを失わないのです。これこそがメンタリングの醍醐味です。メンタリングとスキルアップトレーニングは表裏一体となって働きます。

2023 『リトリート～天の恵みのペース』

新型コロナの終息を見ないまま、Zoom 開催を計画していましたが、今一度リトリートが意味すること(日常生活から離れてリフレッシュする十分な時間を持ち、心身の疲れをリセット)を再考し、自然の中に身を置くことは不可欠ということに至りました。都心から3時間以内の場所を提供します。

- 日 時 2023 年 4 月 29 日(土)11:00～5 月 1 日(月)16:00(予定)
- 場 所 箱根(神奈川)・下田(静岡)・茅野(長野)のいずれか
- 定 員 8 名
- 参加費 33,000 円(別途、宿泊費がかかります)
- 申込先 Email: im.counseling8888@gmail.com Tel:080-6511-8734/市川美紀子



元気アップミーティング報告

10月16日(日)、会員の皆様13名が参加し、令和4年度元気アップミーティングが開催されました。

発表者及び発表内容

釘秀路望さん(神奈川県)

《子育てにおける実践》

美徳のサンドイッチや傾聴、カードピック等、息子さんと「尊重しあえる家族」を目指して日々実践されているVPについて

志波環恵さん(佐賀県)

《仕事・依頼講座・主催講座での実践》

高校の授業や大人向けのキャリアコンサルティング、公民館や教育委員会から依頼を受けた事業担当者や保護者、高齢者向けのWS等、そしてご自分が主催した地域の方向けのWSやイベント出展の中でなど、様々な場面におけるVPの実践について

添田純子さん(東京都)

《職場における子ども向けVPの実践》

まだ言葉が分からない0・1・2歳児の保育園の子どもたち向けの発達段階に応じた美徳のカードの作成・活用、他の先生方にもVPを知っていただくための研修会の実施等について

様々な場面における実践の発表はもちろん、発表後の質疑応答や感想発表も活発に行われ、発表者・視聴者共に「VPについての学びをより深め合うことができ、充実した時間を過ごすことができました」等の、うれしい感想をたくさんいただきました。

また、初のオンライン開催となったことで、海外在住の会員の方の参加もあり「参加しやすいのでありがたい」との感想も多数いただきました。

6年ぶりの開催となりましたが、今回のような形で毎年継続して開催することで、会員の皆様の日頃の活動の活性化(元気アップ)につなげていければと考えております。

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。

来年度、より多くの皆様のご参加をお待ちしております。

ご感想



【視聴者より】

- 発表内容が、日常、仕事、多方面での実践とバラエティに富み良かったです。
- 皆様の活躍されている様子に感銘を受けました。
- 生活の中で子育ての視点での活用に着目したことは、意義深かったと思います。
- 今の世の中のニーズを、発表から感じ取ることができました。

【発表者より】

- 発表に対してたくさんの方々から感想や思い、エールをいただけたことで、皆さんの力で更に内容のあるものになったなぁと感謝でいっぱいです。
- 初めてお目にかかる方たちとの出会いもうれしく、確実な力となりました。
- 美徳新聞等でそれぞれの記事を読むことも楽しみですが、顔を見ることで、より身近に感じることができて良かったです。
- 安心して発表できました。事前の準備、発表者への心遣いどれも感謝です。
- オンラインなので、いろいろな所の方と繋がれ、皆さんからの意見を頂け、皆が元気になれたとてもいい会だったと思います。



そのままの私で

2013年にハワイへ移住し「内なる美德を呼び起こすワークショップ」へは此処ハワイ島ヒロからオンラインにて参加させていただきました。また先日は Virtues International^{※1} 主催のカンファレンス 2022 VPIA Global Mentorship へも参加させていただき、世界各地から集うヴァーチューズの仲間たちとモニター越しとはいえ初めてお会いする機会をいただきました。

この Mentorship では、各プレゼンテーションの後にブレイクアウトルームに分かれての意見交換の場が設定されていました。いつまで経っても英語に自信のない私ですが、ブレイクアウトルームではヴァーチューズの先輩方が優しく耳を傾けてくれ、そのお蔭で私も最後まで「伝えよう」とする気持ちを持ち続けながら発言することができました。コンプレックスを抱えた存在でも、そのままの私がそのままの私でその場に居られた、という感触はとても居心地の良いものでした。国も文化も越えた「美德」という同じ言語を話す者同士の温かみ、安心感を体感させていただきました。

ハワイには、私のように日本から移住された方が数多く暮らしていらっしゃる。自ら選んだ場所とはいえ、言語も文化も違う異国で暮らし、働き、家族を作り、そしていずれは老いてゆくということ。そんな中で VP と出会えたことは私にとって大きな恵みでした。ちょっと大げさかもしれませんが、世界中に仲間ができる(た)ような、そんな安心感です。これからも VP と関わりながら、いずれは私も美德による安心の和を広げてゆく一助となれば、とそんなことを夢見ています。

トウシグナント 知佐子 (ハワイ ちーちゃん)



※1 「Virtues International」

VPIA と略される Virtues Project International Association (ヴァーチューズ・プロジェクト国際協会) のこと。VPIA は、1988年創設した The Virtues Project の活動を継続するために、ヴァーチューズ・プロジェクトの原則、実践、戦略を世界中に広めること等を使命として 2013年に設立された。



家族で伝え合う美德

12月に結婚して30年を迎えました。私の中で夫は、家族の中で文句を言いたい人 No.1、私を怒らせる人 No.1、尊敬できる人 No.1、自慢できる人 No.1 など、どの方面でも話のネタになる夫です。

子供達も成人し、ここ数年、結婚記念日はホテルで過ごし、年に数回旅行に行ったりと二人で出かけることが多くなりました。旅先でもお天気には恵まれる方だと思いますが、先日、奇跡のような出来事がありました。

娘が沖縄で式を挙げた時、雨予報が続き、当日はもちろん雨、朝から雷や警報も出ていました。心配する娘に夫は「絶対オレが晴れさせるから大丈夫!」と励ましてました。すると式が始まる前に晴れてきて、教会の扉から娘と夫が入場した時に光が注ぎ、全面ガラス張りの教会だったので、なんとも言えない美しい空間になりました。あの光景は今でも目に焼きついています。

最後に両親への手紙を読んでくれて、夫への感謝の言葉の中に、父の尊敬するところは、色々な事に興味を持ち、いつまでもチャレンジ精神を持っていることなどがあり、普段私が感じていた事を娘も感じ取っていたことが嬉しかったです。

そして、長男は、あんなに嫌がっていた夫そっくりの酒飲みになっていました。仲良く一緒にお酒を飲む姿は、反抗期の時を思い出すと感慨深いものです。次男は、逆に父のような酒飲みにはならないと、しっかり反面教師にしています。子供達には家訓のような、大切な事を何か言葉にして伝えていませんが、夫婦でお互い感謝と尊敬の気持ちを忘れずに過ごしてきたことは、子供達の成長の中で伝わってきてるのかなと感じています。

K.W (2021 神奈川県 kozu)





美德のシェアリレー vol.013

私が見つめる美德『信頼』

私のサロンは心と体と気(エネルギー)3つのバランスをとりながら、自分らしく幸せに生きるサポートをしています。通ってくださる生徒さんは、人生のチーム。12月には出来事ベスト3を書き出して、年間で自分がいちばん発揮した美德を選んで発表。その後、同席したメンバーで美德の承認も行っています。

一年を振り返るとできたできないのジャッジや反省が多くなりがちですが、発揮した美德を自分で決めることは「自分を認める」こと。変化を感じ、自分は「何を大事にしたいか」に気づき、内なる自分の力を取り戻していただく大切な時間です。

日ごろ、考え方ひとつで「気が落ちる」ことも体感していましたが、美德のことだまのパワーでその人に「軸が入る」のもまた実感します。年始には、願い事や叶えたいことを書いた後「頑張んなきゃ」と力むことなく進んでいけるよう、ピックアップした美德で方向性を掴んでいただきます。こうして自分軸への信頼を深める体験は、やがて自信に繋がると確信します。

角田 花美 (2011 長野県 みなみ)



直接お会いする機会も減り、バトンの送り先を迷われたら編集部にご相談ください。

引き続き、日ごろのカード・ピックによる気づき、感じたことなどご寄稿(400字以内)お待ちしております♪



事務連絡



*当紙はHPで一般公開し、会員には郵送します。
*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、いつもご協力ありがとうございます。新年度会費納入のお知らせは、令和5年度総会後にお送りします。

編集後記



今回の編集会議で引いた美德【真摯】

編集会議ではお互い近況報告をするのですが、今回はまるで真摯の内容に沿ってリレーするかのよう、お互いの内容が繋がっていました。

内省のカードに書かれているように、真摯はすべての美德の土台となる言葉だなと実感する時間となりました。(校正担当 日高)

R5 年度 TVPJ 総会のご案内

2023年を迎え、より軽やかに次年度に向けての準備もスタートしています🌈🌟

記

🌟日時：2023年4月23日(日)
10:00~12:30



🌟会場：Zoomにてあなたの好きな場所

Zoomによるオンラインリモート開催もはや4年目。遠方から、また、久しぶりの会員のお顔も見られ、ありがたく嬉しい機会になっています。

希望に焦点を合わせ、柔軟性を発揮しながら真摯に歩むTVPJの“今”をライブで感じていただけますように。

詳細が決まり次第、会員メルマガで詳細ご連絡します。どうぞ日程ご予約ください💖

おまわり

*記事の文末、氏名の後に(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と略して表記し、改行を▶記号で表す場合があります。



会員専用メールマガジン

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。アドレス変更等、件名に【メルマガ担当】と明記の上、代表E-mail宛に随時ご一報ください。(担当：田口)

TVPJホームページ

最新情報・イベント詳細や申込
各種ご連絡はこちらから👉

[会員ページ]のグッズ申込・
寄稿フォームも活用ください♪

