

セルフ・エンカウンターとは？

他ならぬ私たちの人生の善し悪し - たとえば、幸せか、心が平和か、人間として成熟しているかと言ったもの-を決める根本は一体何でしょうか？間違いなく次のように言えるでしょう。「人生の善し悪しは私たちがかかわる隣人 - たとえば、家族の一人一人あるいは自分の生きる場の人 - との関係の善し悪しによって決まる」と。

何年来にわたって、多くの夫婦や子供さらに家族・司祭・婚約者らが「人間関係をよりよいものにしたい…」と痛感し「自分の生きる場で人間関係をよりよく深められないか・・・」と探し求めてきました。FIRESのさまざまな「エンカウンター（出会いと発見）」プログラムは、この切実な需要に応えるため、彼等と協力しながら誕生したものです。

さて、それら需要のなかでも近年顕著だったのは、「個人で参加できるプログラムをつくってほしい！」との声でした。各々に違った生き方・場を選ぶ人から、このような声が高まってきたのです。その声の中でも特に目だったのは「今自分が一緒に暮らしている共同体で、それぞれが、自分なりの生活や隣人との関係を深められる体験ができれば理想」というものでした。ここでいう「隣人」とは家族のメンバーかもしれませんが、所属している教会の仲間、お隣さん職場の同僚などあらゆる場合を指します。もちろん、信仰者ならばここに神も含まれてきます。

彼等にとって「自分との深い出会い」は心からの求めであり、しかも「自分の内面を心置きなく分かち合える共同体の中で、そうできれば…」との夢でもありました。つまり、「恥ずかしい」「バカにされるのでは」「拒絶されたいやだ」と恐れることなく、むしろ「受け入れられている」「励まされている」「尊重されている」「愛されている」と実感しながら「自己との出会い」を体験するわけです。

心からのこのような願いを満たす道具として、皆さんに「セルフ・エンカウンター（自己との出会い）」をご紹介いたします。「自己との出会い」に関心をいただく方ならだれでも参加できます。これをきっかけに、

他の「エンカウンター」に参加される方もありますし何らかのエンカウンターをすでに体験されたことのある方には「自己との出会い」を一層深めるチャンスともなります。あるいは、人との関わりという次元ではなく、単に各々が個人の状況とニーズを発見することもありえます。

世界中の多くの人々が、より豊かに・より幸せに・より多く実りを得ようと人生を歩んでおられます。「セルフ・エンカウンター」がそんな皆さんの力強い助けになれば…と深く願ひ祈っております。皆さんが自己を発見する第一歩として適切な機会を得、自分にとってかけがえのない人との関係、さらには神との関係をより深めていかれることが、わたし達の希望です。

誰のためのものですか？

▼結婚・独身・配偶者をなくされた方・離婚経験のある方など、どのようなみちを歩んでおられる方でも、個人として「自己との出会い」を体験したい成人ならば、誰でも参加できます。

▼男性・女性・信者であるなしを問わず参加できます。

セルフ・エンカウンター(SE)の概要

参加人数の上限は大体 30 名です。カトリックの司祭と、SE をすでに体験したことのある個人数名が「チーム」として参加する皆さんのお世話をします。国民の祝日や連休を利用して実施する場合を除き、ふつう金曜日の晩から日曜日にかけて行われます。プログラムは、具体的には以下の流れに沿って進行します。

1) チームの講和、実生活に基づいた分かち合い自己との出会いに関する 10 の講和があります。チームの司祭から各段階ごとの目的や重要ポイントについて導入があり、その後チームの方がそれぞれ自分達の実生活の体験を分かち合います。単なる知識に終わらず、実体験に基づいた話を中心ですから参加者の皆さんの心に響くものです。

2) 個人的内省

各々の講和の後、参加者の皆さんに課題が配布されます。課題にはいくつかの質問がのっています。各々が今の自分にピンと来る質問を 1 つ 2 つ取り上げ、個人で内省してからそれをノートに書きます。課題の質問が問いかけるのは一般論を求めるものではなく、個人の生活に踏み込んだ具体的な内容です。

3) 小グループでの分かち合い

小グループ（4-5 人。SE の最初に小グループを決め最後までこのグループで分かち合いをします）に別れ、個人的内省で発見したことを深い信頼とオープンな心をもって分かち合います。小グループのメンバーが正直に分かち合っている姿を見、心から受け入れられているとの安心感から、「ありのままの自己」を発見する大きなチャンスとなります。そのためにもこの時間は、相手にコメントしたり、議論したりに費やすものではありません。

参加者の皆さんの自発的な参加によって、この SE が豊かなものになることは間違いありません。

年 月 日 - 月 日			セルフ・エンカウンター参加申込書	
ふりがな 氏名	(男・女)	所属教会(あれば)	紹介者	
住所〒	電話番号		備考	

チームの役割は知識を提供することではなく、自己との出会いに役立つ事柄を皆さん自身が発見できるよう、そのきっかけを与え、自由に分かち合える雰囲気を作る手助けをすることです。

セルフ・エンカウンター(SE)とは次のようなものではありません。

▽グループ・トレーニングではありません。

▽グループでの話し合いでもありません。

▽SEの理念をはっきり表明することはあっても参加者の皆さんの自由や考えを無視したり強制したりするようなことは決してしません。

▽過去の失敗や欠点をほじくり返すようなものではありません。

▽黙想会、研修会、訓成会、カウンセリングなどはありません。

▽ここで学ぶことは、実生活に直接役立つことばかりです。つまりSEは、まったくオリジナルな体験ですから、他の集いを通して説明することができません。

参加するために宗教が必要ですか。

SEは、カトリック教会で始まったものですが特にカトリック信者のため、あるいは信仰を深めることを主目的として作られたものではありません。(参加した結果信仰が深まることは事実ですが)ですから、参加するために宗教を持っている必要はありません。

むしろ参加する皆さんが、個人としての生活の意義をより深く見つめるために作られたものです。

その歴史と広がり

SEは、「主において一致した家族」をその目的とするFIRESプログラムの一つです。FIRESはマリッジ・エンカウターの創始者ガブリエル・カルボ神父様によって創立されたプログラムで、「主において一致した家族」をその目的に掲げています。FIRESは「家族」「通じ合い」「人間関係」「体験」「奉仕」の英語の頭文字を取ったもので、家族が深く通じ合えば人間関係はより深まり、その体験のおかげでより奉仕するようになることを意味しています。夫婦・家族・若者・婚約者・司祭など各々のためのエンカウンターが、

FIRESのプログラムの中にすでにありました。しかし、個人のためにもそのような体験が必要ではないかという切実な要望に応え1996年日本でSEは生まれました。他のエンカウンター・プログラムと同様世界に広がりつつあります。

効果的ですか？

参加者からの声の代表的なものを以下にまとめてみました。

- ▽「個人・夫婦・家族それぞれの道(召命)の大切さを実感した」
- ▽「親子・夫婦・家族・隣人・自分自身さらに神との和解を体験し、和解の大切さを実感するとともに分裂の危機を実際に乗り越えた。」
- ▽「人生・結婚などに関する正しい価値観を発見することで、自分の生き方・生活を見直し再評価できた。」
- ▽「信仰を新しい日で見直すことができた。」
- ▽「自己との出会いを体験し、自分自身・家族・仲間などの素晴らしい可能性に気付いた。」
- ▽「親子・夫婦・家族・隣人などの人間関係における危機は、必ずしも絶望をもたらすものではなく、むしろ成長の素晴らしい機会であると知った。」

費用は？

行われる地域や使う施設によって多少の差はありますが、原則として12000円前後です。ただし、お金がないという理由で参加をお断りすることはありません。

セルフ・エンカウンター(SE)に関する申し込み・お問い合わせは下記までご連絡ください。

FIRES (ファイアーズ)
106-0032 東京都港区六本木 4-2-37
フランシスカン・チャペルセンター
電話:03-3401-2141 FAX: 03-3401-2142

home page: www.holistic-family.org
e-mail: donnon.murray@holistic-family.org



セルフ
エンカウンター