

## 【これまで講座を受けられた方の感想】

岡部明美さんのHP より抜粋しています。 <http://anata.se.net/index.htm>  
「カウンセラー養成講座」のページに、たくさん掲載されていますので、ご興味のある方は、ご覧になってください。



●二度と同じことは起こらない。京都二期、名古屋三期を受けて一番強く思ったのは、これでした。人生と同じく、いのちの現場では一つとして同じセッションはなく、あろうことか、宿題と受講内容までもが進化していました。どの宿題もなかなか歯ごたえがありました。中でも毎回提出するセッション記録は、あまり振り返ることのない生のセッションをきちんと細部に至って腑に落ちるまで身につけるまたとないものだったと思います。

セラピストは自分が癒されているところまでしか帆走できない。これを実際の現場で嫌と言うほど体験しました。だから、とことん、自分につきあったこの8か月は、テクニックを学ぶと言うより、どこまで自分自身、とりわけ陽の当たらない、自分が無自覚、もしくは隠していた嫌いな部分までを自分の一部として抱合できるかという挑戦だったと思います。

それを知った上で、嵐に巻かれるなじんだ反応から初の応答へ。それは、本当に勇気のいる挑戦でしたが、セラピーを癒しに終わることなく、現実の世界を変えていくことに使うのは、とても怖くて楽しいことでした。

たくさんの心や身体の癒し手があります。

でも、その先の、私たちがこの肉体が減するまで身を置く現実への橋渡しをするファシリテーターはなかなかいないのではないのでしょうか。あけみちゃんは、そういう稀なファシリテーターです。生き馬の目を抜くビジネス界にいた人でなければ持ち得ない現実感覚と土木建築系セラピスト(地に足がついた、と解釈してくださいませ)の繊細かつ大胆な要素を併せもつ妙な姉さんです。

そして!その人の下で育っていく私たちは例外なくその個性をのびし、一人ひとりがそのままonly oneとしてのびのびと特殊性を際立たせていくのを感じました。いろいろ書きましたが、とにかく、めちゃくちゃ面白かったです。全員がそれぞれのエッジに立って、バンジージャンプを余儀なくされたこの講座は。終わってみるとまるで祭りのようでした。一人ずつがみな主人公で、個人でありながら、多くの人たちの共通の課題をもっていました。とても不思議です。

第四期東京では何が起こるのでしょうか。今からワクワク楽しみです。保証できるのは、きっとまた初めてのことが多いだろうなあということだけ。きちんと印刷されたテキストとノウハウが決められた講座にはない、いのちそのものの躍動がここにはあります。今、生きて動いているそれ自体が生命をもつもののような不思議な場所です。名古屋三期8ヶ月間、ありがとうございました。奇跡の場を共に体験した旅の仲間と、地下足袋ファシリテーターあけみちゃんに深く感謝を捧げます。

★愛知県在住・セラピスト・女性・40代

●第3期名古屋養成講座の8ヶ月が終わってしまった。今の気分・・・1つの宝物を見つけた感じ。スタートラインに立った時の様な緊張感と清しきも感じる。8ヶ月前の私の心は、人間不信だった。人が怖い・自分が嫌い・好意なんて受け取れなかった・信じられなかった。人とつながりたい・自分を好きで居たい・愛を感じ、伝えたいと人一倍思っていたのに・・・

多分5～6歳頃からずーと感じていた。'自分らしくしたら怒られる・叱られる・人を不機嫌にさせる。私は人から嫌われているんだ。私はこの家の子じゃない。'という思い。このコアビリーフは長年私を苦しめた。

顔を変え、形を変えいつも私を監視し自由にさせてくれなかった。いつか私の心は幾重にも幾重にも扉がで、硬く硬く閉ざされてしまった。

自分ではどうしようもないほどになっていた。

私はどうにかして楽になりたいと切望していた。いつか学びにも行ったが、私のコアビリーフを揺らすものには出会えなかった。その私が8ヶ月終わったらこれからは愛を発信する生き方をしていくんだ!と決めている!今はまだ発信の仕方もぎこちなく、手探りだし、素直になりきれない所もあるけど、怖れを味わいつくした私だから、しなやかに戻れる強さも手に入れた気がする。

いつか自分が喜ぶような人との繋がり感・愛を発信し受け取る充実感を存分に味わえる時が来ると感じてる私がいる。8ヶ月前・講座途中でもこんな思いで終われると思わなかった。今回の講座では私は変わらないと思っていた。でも、上級まできたら激震がきた。古いものを手放し、新しい物に手を伸ばす勇気を携えて。あけみちゃんパワーの魔不可思議、魔法。講座仲間のエネルギーの共有。知らず知らずのうちに私の体に溶け込んで、心の扉がいつしか緩んでいたんだ。

自分が愛を送るから、相手の愛を感じられる。自分が赦すから、相手も緩む。すべてが自分発信なんだった事が、頭じゃなく、腹で感じられたのが大きな学び。まだまだ現実に変化してこない。まだ何かたりないのかも・・・進化途中と言う事だな。今度あけみちゃんやみんなに会う時は、進化した私を見てもらえるといいな。んな～～～ありがとうね～～～。そして、これからもよろしく～～～。

★愛知県在住・看護師・女性・30代・

●たくさん手を握り合い、たくさん目を見つめあった。溢れる涙をどうすることも出来ずに、声をあげて泣いた。怒りを堪えられずに、爆発した。

お腹がよじれるほどに、笑い転げた。昨年9月から始まったセラピスト養成講座・・・この講座名は今となっては似合わない。この言葉では入りきれない八か月があった。

講座は昨年の9月からスタートした。大好きなあけみちゃんとの講座は毎回楽しかった。そこで語られる内容は、あけみちゃんの人生をかけた集大成だと気がつくのはしばらく後のことだった。あけみちゃんがワークで繰り出す、様々な手法を実践を通して学んだ。田舎のこの地ではお目にかかれない、聞いたこともない話がどんどん飛び出してくる。こんな怪しい手法が人の心の扉を開くのか・・・面白くもあり不可思議でもあった。

あけみちゃんは手法を教えていながら、自分を超えて行けという力強いメッセージを発信し続けた。これはセラピスト育成の根幹をなす重要どころであり、セラピストを越えた「人間賛歌」でもあった。

自分を越える・・・。時には厳しかった。甘えも許されない。その度に、自分にある依存心を殴られるほどに感じた。相手ではない、自分なのだ。その上で、あけみちゃんは言う。今までの世界はうまくいかない人間と切れて来た。「あいつが悪い」としておけば簡単なのだ。平和の世界をみんなが欲しいと思っている。これからの世界は「統合」へ向かうようにならなければ地球は本当に死んでしまう。

たくさんのお会いがあった・・・。思いは深く巡る。個性が強く、擦れてお互いが痛いこともあった。親兄弟よりも深い付き合いになっている私たちは、講座を離れてどんな会話をするんだろう。今わかるのは、やはりここで生きて行くだろうということ。ここが私の生きる場所で、地域の面倒くささもあるけれどすぐ近くにある自然に触れ合いながら、地に足をつけて生きていきたい。

やりたい・・・呼びたい。そんな自分の気持ちだけで動き出したあけみちゃんとの出会い。肩の力もたくさん入っていたし、自分の問題でぐさぐさしてたし、主催を忘れて思い切り参加者だった。それでよかった。そうさせてくれたみんなに感謝している。「ありがとう」この言葉でも表わせない、足りない、みんなとの出会い。忘れない、忘れない、濃い日々。ありがとう。

★岐阜県在住・レイキティーチャー／セラピスト・50代・女性

●あけみちゃん、養成講座の皆さん 8ヶ月間ありがとうございました m( )m 5月の2days 後「自分をもっと深く知りたい方に…」というフレーズに引かれ、養成講座を受けますと手を挙げていました。それから気付きの旅が始まりました。講座や自主練習・シェア・何気ない会話から、気付きをもらいました。

今どう感じているのかを全然無視して、役割だけで生きていたこと。今いきいきと自分の人生を生きられないのは、この環境のせい、あの出来事のせいと、悲劇の主人公にすることで、自分を見つめることから逃げていたこと。忘れていた資質に気付かせてもらい、自信を取り戻すことができたこと。自分のイヤな部分に向き合い、嫌いな部分も含めて自分を認めることが、少しずつできるようになったこと。ハートにスペースができたら、日常の風景が変わって見えるようになりました。そして何よりも、深い部分で皆さんと繋がることのできたことを、とても嬉しく思っています。ありがとうございました。濃〜い 8ヶ月でした。

★岐阜県在住・主婦・女性・40代・

●8ヶ月、本当にありがとうございました。あけみちゃんが「寝ていてもいいから、いていいよ!」って 言ってくれたこと、本当に嬉しかったです。「セラピスト養成講座」なので、きっと、他の先生なら、「あなたには、またいい時期がくるよ」って、受け入れてもらえなかったと思うの。でも、あけみちゃんは違った。「いていい」って言ってくれて、さらに、「コミットして、セラピストになりな」って 言ってくれて、迷いが吹っ飛びました。ムリはしないけど、本気でやってみようと思っています。自分をおもしろがらないとね〜! 本当にありがとう、あけみちゃん。

★愛知県在住・セラピスト志望・女性・20代・

●なんとお一人お一人がすばらしい命でしょうか!一つ一つ一人一人が個性であり、精一杯生きていらっしゃる。誰一人として同じ人は居ないということをしっかり刻みつけることが出来た講座でした。その個性と個性が出会ってそこに始まる波波波・・・その波のそこは一つであり空でありスペースである。その波同士がぶつかったり、同調したり、粉々になり霧になったり、人間とは出会いでこうやって切磋琢磨していくのだ!と感涙しています。

ただただありのままの存在をお互いが尊重し愛し慈しみ、共に在ることがどれだけ滋養になるかということを受け取らせていただきました。人が人を変えることは出来ないと言うことにはっきり知りました。変わるはその人の意識であって、その意識の海に何か投げかけていだけで、その投げかけはその人の人生を変えようとはしていない。ただありのままのその人と愛でつながっている。自分を慈しみ愛することは、他の方々を愛するエネルギーなんだということも実感しました。

本当に色々な気づき起きた講座でした。個人個人の大事な思いを拝見することに本当に傷つきやすい部分や、人には絶対言わないと決めていることなど、勇気を持って開示されていく姿にまた、人と人の繋がり信頼というものを感じました。信頼を生むには沈黙なども大事な事も痛感しました。

余計なお節介という物は、人のためではなく、自分のエゴを満足させる物だと言うことも色々見聞きしてはっきりと理解しました。エゴという物はこういう講座であっても、そのエゴを知らず知らず育てていると言うことを認識して居ないと、とんでもない人間に育っていくんだと気がついたときに、日々の瞑想が本当に大事なんだと、深い理解が起きました。

明美ちゃんから頂いたプリントを読み返していますが、やはり、毎日の瞑想は大事だとそこに戻りました。二極性、二元性を一つとしてみていくには、瞑想でうまれる、明晰性、ありのままに観る力が不可欠だと感じています。感情やマインドで人のことを観ていこうとすると、なんとその人にとってはた迷惑な事になるのだろうか?ということも観ています。

明美ちゃんの講座に参加させていただいて起きたことは、何層にも別れている色々な層にある、考えや思考や感覚に飲み込まれない私という不動の内側の物と繋がる事が起きました。その不動のもの繋がりそこから物事を感じたり、観たり、聞いたりしていると、私自身が一番が何か?という今まで持ったことのない、私に対するケアの思いが生まれているのに気がつきました。自分自身をこれからは大事にしようと思っています。ありがとうございました。皆様との出逢いは宝物です。これからも宜しく願いいたします。

★福井県在住・セラピスト・女性・40代・

● 大好きなあけみちゃんとそこに偶然の必然かのように集った仲間達をお手本にお互いが切磋琢磨し学び合う。するとグループに不思議なダイナミックなうねりが生じ、私なんかでもあれよあれよと一緒に底上げされ巻き上げられて「あがる」かのような、人生を見つめ直しリメイクする 8 ヶ月間の双六探検のような旅でした。

他ではなかなか学べない魅力的で多彩な援助のメソッドや、体当たりのあけみちゃんそのものを学び味わえるだけでなく、自分の立ち位置を確認し修正することの出来るのがこの講座。

おかげさまで 1 年半前の 1day ワークでお世話になった時の自律神経失調症からのふらつきや太陽光の眩惑はすっかり改善され感謝感謝の私でした。

「自然なプロセスがクライアントの変容を促す (by あけみちゃん)」

「最初からゴールを目指すとは不自然になる (by あけみちゃん)」

「私たちは何か変わらなければ、何かを変えなければと思ってます。しかし生命の本質は変化そのものです。私たちはその変化に気づき、それと共に自由に動いていだけで良いのです (あけみちゃんからいただいた資料にあったハコミメソッドのロン・クルツ氏の言葉)」

★滋賀県在住・産業カウンセラー・男性・50代・

● 今回、強く感じたのは、いかに子供時代に無条件の愛が必要かということでした。また言葉や態度について、細やかなところ使いがどれほど要求されるか。この講座受講前から、結婚や出産を迎える方に、大切なことを伝えたいと思ってましたが、準備を整えてスタートしようと決意しました。

8 ヶ月間を振り返ると、毎回毎回、想像を絶する体験が繰り広げられただけでなく、参加者全員が、それを傍観者としてでなく、自分の人生として受け止めたのです。男女、老若関係なくです。そして、その人生の悲しみ苦しみがともに癒やされたのでした。他人のセッションなのに、そのまま自分のセッションとなったのです。

一人一人の人生を体験するたびに、自分の人生が深まるっていく、そして、この人生の意味に目覚めていく、いのちの大切さに気づいていく、自分の人生をいとおしく抱きしめていくと同時に、こころに深く刻まれた悲しみ苦しみを、このおかげでと自然に楽に言える自分に出会えるようになる、そこから、あらたな、生まれてきてよかったと言える人生が開かれて、顔つきが明るく輝いていく、そんな顔に出会える講座でした。

明美ちゃん、まこちゃん、やっちゃん、お一人一人の参加者様、濃い深い時間をありがとうございました。言葉に出来ない、素晴らしい仲間たちへ。感謝と尊敬と愛と喜びをこめて、ありがとうございました。

★岐阜県在住・僧侶・男性・40代・

●この講座に参加したことで、良かったことがたくさんありました。現実には事を進めていく力、アイデア、情報、作品を人につたえてゆく力がわいてきました。それをじゃましていたもの(さまざまな思い込み、自己否定の思いなど)の正体の見極め方、それとの付き合い方をしっかり学べたことが良かったです。

一人ではできないことも、人とつながってゆけば可能になるということを心に刻むことができました。それは、この講座で仲間と深く交流し信頼関係を築くことができたからです。私の中にあつた心を開いてゆくことへの恐れがこの講座に参加したことでかなり薄れてゆき、一步を踏み出してゆくという気持ちになれたのはとても得難いことです。それによって、これからの人生がどれだけ豊かで充実したものになるのか、はかりきれません。

縁があって、機が熟して、この講座に参加できて、本当に良かったです。自分を生きたいとおもっている人に自信をもって、お勧めしたい講座です。

★シンガーソングライター・ボディワーカー・50代・女性・愛知県在住

## ●第4期東京講座主催 片海邦男



5年前には、1クライアントだった私たち夫婦が、一昨年、僭越ながら岡部明美さん(以下、あけみさん)のワーク主催をさせて頂く様になった。

幾つかワークショップの主催をさせて頂き、そして昨年9月から4期東京の養成講座が開催されております。あけみさんの知名度も基より、東京という場所柄もあって、当初予定の倍以上のお申し込みがあり、主催者側も驚きました。

すでにカウンセラーやセラピストをしている方がより自分のスキルアップのために受講したいと言い、これから援助職の仕事をしていきたいという方も多数参加。経営者の方も7名受講しています。カウンセリングマインドを持った経営者になるために、社員一人ひとりを輝かせる人材育成のためにと学んでいらっしゃいます。東京4期はあけみさんと感性論哲学の芳村思風先生がやっていた研修のスタッフだった福島康司&みちえ夫妻と、私ども片海夫婦の4人の協同主催で始まりました。

初回の開催の時、これだけ多くの方々に一体感を持って講座進行ができるのだろうか?との不安も頭をもたげました。しかし、全員でレクチャーに耳を傾け、セッションに参加して、互いにトレーニングし合い、既に午前中で全体の一体感が生まれていました。これは驚きとともに、大きな安堵を感じました。

それまでの主催者さん・体験者の方からは「あけみさんの講座はどても濃いよ!」と聴かされていました。なんとなく、そうかな?とは感じる一方、「2daysワークが8回繰り返すだけ」とも考えていました。しかし予想に反して、その「濃さ」は、半端な物ではありませんでした。講座内でのセッション(大まな板とも言う)をする度に、全体の気づき、そして各自に共通する癒しが起こってくる。それで、それぞれが癒され、そこからの気づきが生まれる。実際にその「気づき」を活かし、会社のキャッチコピーに具現化された経営者の方もいらっしゃる。そのキャッチコピーで社員の方々のモチベーションが上がり、実際の売り上げも向上したとのお声を戴き、スタッフとしても大変嬉しく感じています。

あけみさんは「カウンセラーやセラピストは、自分自身が癒されていないと、他人を癒す事なんて出来ない。自分が超えたところまでしか、人をサポートできない。」さらに「癒しだけで終わってはもったいない。いままでの人生の試練や困難を肥やしにして生かしてこそ、自分の人生を肯定し、愛することができる。あらゆる学びは、実生活で生かされなければ意味が無い」と仰る。更に、人を援助するための様々な手法、素材(メソッド)を私は提供するけれど、それをどう料理するのは、皆さん次第。自分の個性と感性とこの講座の受講目的に沿って自分らしい仕事をクリエイティブしてほしい。私の真似をする必要はなく、『それぞれがオンリー・ワンであって欲しい』とも仰る。

現在8回のうちの6回終了し、残すところ上級の後2回となったが、今月の上級一回目の朝から、全体の一体感が角の無い完璧な「輪」となり、更に皆さんの眼差しが変わって来ている。それぞれが益々真剣な眼差しとなり、それぞれが切磋琢磨し合っている。長いようで短い8ヶ月。「同じ釜の飯を食う」とまでは行かないが、自分自身がサラリーマンなので感じるのだと思うが、表面では「仲間」のような顔をして実際は「隙在らば・・・」と企んでいる輩が多いこの世の中で、これだけ「心」から繋がる「心友」が出来る環境もまた稀有と思う。あと2ヶ月、どんな素晴らしいミラクルが起こるか、楽しみである。