

## 『 H. R. P 研修に参加して 』

去る、7月10日から7月14日まで伊豆高原で行われた、第42回「ヒューマン、リフレッシュ、プログラム」(H. R. P)に参加しました。

コースコーディネーターは、牛島日出男先生、参加者は全11名で、内男性4名、女性7名です。参加者の年齢は30才後半から50才前半でしょうか？ 私は7月21日、71才の誕生日を迎えましたから、親子程の違いのあるメンバーとの研修となりました。

この種の研修は、30年程前に1度経験したことがあります。

久方ぶりに臨む研修にとってもワクワクして、事前に紹介されていた、ダニエル・ゴールマン著、土屋京子訳「EQ、こころの知能指数」を読破して参加しました。

研修は、朝9時頃から夜は、夕食後の10時～11時と続き、かなりハードなものでした。

また、参加者互の先入観を持たせない為、事前に参加者の職業を聞かない、勿論、名刺交換もしない約束でスタートしました。

初日、メンバーが2つのグループに分かれ、グループ名を付ける頃から、2日目のグループ診断のあたりまでは、つい日頃の職業柄や個性が出てしまい、メンバーから強烈な批判を受けました。

私としては、グループの為、メンバーの為と思って発言していたことも、つい自己中心的になっていたらしいのです。また、メンバーとの会話中、腕組みをしたり、足組みをしたり、日頃の姿勢が出て、相手に対して横柄な不愉快感を与えていたようです。

若いメンバーからの遠慮のない指摘には、正直言ってかなり落込みました。

然し、考え直せば有難い忠告で、誰でもそんなこと教えてはくれません。それを直せば私の魅力がupするということです。素直に受入れることにしました。

そうすると、どうでしょう、3日あたりから、メンバーの話をとても素直に受入れることが出来るようになってきたのです。

確か3回目のことと思うのですが、メンバーそれぞれが、自分を振り返る場面がありました。メンバーの一人が、たどたどしい要領の得ない話し方で自己反省されたのですが、その中で「自分は、これまでの仕事や常識にとらわれなくて、もっと肩の力を抜いて自由な気持を大事にしたい」というような意味のことをおっしゃったのです。

その話を聞いていて、何か私のことをおっしゃって下さっているように思われました。そして、暗い闇の中から抜け出たように目の前がいきにくく開けて明るくなり、肩の力が抜けてとても気持が楽になったのです。ほっとしたら、訳もなく涙があふれてきました。

同じ話しであっても、聴く側の姿勢によってその価値が大きく変ることを実感しました。

これも3日目と思うのですが、メンバー2人が1組となり、1人が目かくしをし、他の1人が目かくしの人の手を引いて公園を案内する実習がありました。これを交互に、それぞれ30分間づつ行います。実習中は決して会話をしない、互いに唾者であることが条件です。

これは、簡単な実習ですが多くのことを学びました。まず第一に、人を信頼することの重要性です。私は案内役になった時、これをゲームとして務めるのではなく、本当に相手の方が唾者なんだという想定で実践しました。それには、二人の間で言葉に代わる約束事を早く作ることでした。手の握り方、足の運び方によって、それぞれその場の状況を伝えることが出来ます。また、唾者になったからといって、消極的な暗い気持ちになって欲しくないと思いました。それで、健常者と同じ経験をし、リスクに挑戦することで気持ちの張りを失わないで欲しいと思ったのです。

プールの水にしゃがみ込んでさわってもらったり、テニスコートの審判台に乗ってテニスプレーを想像してもらったり、また、花を摘んで髪にかざして、ロマンチックな気持ちにひたってもらったり、自分で考えられることを精一杯尽しました。

自分が唾者になった時は、目が見えないということはこんなに想像力を高めるのかを知り、同時に目が見えることの有難さ、人は1人では生きていけないことを学習しました。

研修を終えて二人は、思わず抱き合って感激したものです。

これは4日目と思うのですが、牛島先生が「聴く」(listen)とすることについて、先生の体験談を話されました。(この内容については次回で詳しく紹介させていただきます。)

老人保健施設に入居している高齢のおばあちゃんとの話です。聴くということは、こういうことかと本当に感動しました。涙が止まりませんでした。先生は、それまでの研修期間中、頭で考えるな!!と、繰り返しおっしゃっておられました。その意味がこの話を聴いて初めて解りとても嬉しかったです。大きな財産を頂いた気がしました。私はこの話は生涯忘れないでしょう。

私はこれまで、いかに「聞」(hear)いていたことか、はずかしい限りです。

私達は、グループ名を「Kid's, Heart」と名付けました。これまでの長い社会生活の中で心に習著(じゅうじゃく)した薫習(くんじゅう)を取り除いて、子供のような純粹無垢な心で生きようという願いが込められています。

そして、この基本コンセプトは、「忘己利他」(もうこりた)です。自分を忘れて、反対給付を求めないで、他人(相手)の為に尽す、という意味です。

瀬戸内寂聴さんは、忘己利他は慈悲の極めであるとおっしゃっておられます。慈悲とは仏心で犠牲奉仕の精神です。

そして、メンバーの合言葉は、「all, ok」です。今後、メンバーに何か困ったことが起こったら、お互いに、いつでも、何でも、その人の為に全力を尽すということです。

研修初日、よそよそしい自己紹介から始まったメンバーが、わずか4日間の研修を終えた懇親会の席では、正に年令、性別を越えて親友となりました。この時の写真は正に、皆さん「Kid's, Heart」そのものでした。

71才にして学んだ今回の研修は、人生の後半に大いに役立ちます。

また、若い友達をいっきに10人も得て、私はとても心豊かになりました。

学ぶということは、いくつになっても大事なことだと実感した研修でもありました。

合掌

平成19年7月31日

アイクス税理士法人

代表社員 飯田 昭夫