

ベーシック1での出来事

フィールドクリエイター 篠田信暁

12月ベーシック1の土曜日午後のワークは、京子さん抜きでワークをすることになりました。

京子さんが用事で居ないということを知り急遽行ってから聞かされたので頭は思考停止しました。

さぁ困ったぞ。

朝夜行バスで来て眠いし、京子さんが居ないということは自分が一緒にワークする人も増えるし、ベーシック1でみんなまだ慣れてないからしっぴりせんといかんし、と頭の中はパニックに陥りました。

そして午後のワーク、考えが定まらず、先ずマインドフルネスから始めました。

お腹に声をかけるワークでしたが、僕は実際ベーシックでやったことがないワークでした。

だから同じグループのインターンのAさんやベーシック2のRちゃんに聞きました。やり方は分かりましたが、何か自分の中でモヤモヤしたものがあり、ぎこちない始め方で二人に助けてもらいながらワークは進んで行きました。

ワークは進んでいるが何かモヤモヤするし、このモヤモヤは何か感じてみると、自分はフィールドクリエイターやからしっぴり出来ないとかバカにされる、自分はフィールドクリエイターやからしっぴりしないとベーシックの人達に悪い、自分はフィールドクリエイターやから・・・とフィールドクリエイターやからどんなときでもしっぴりしないとイケないと思ってる自分がいました。(何を偉そうに、何様やねん)

これは以前フィールドクリエイターとか偉い人になればなるほど、人前ではしっぴり完璧にしないとイケない、示しがないと思っていたことでした。

この事はワークで気づき自分の中で昇華したはずでしたが、たまにこんなところで出たりするんですね。

自分の中に奢る気持ち(優越感)、失敗を恐れる気持ち

(恐怖心)、しっかり出来なくて悪いなぁ(罪悪感)、自分はダメやなぁ(劣等感)が複雑に絡み合っていました。

そこで、フィールドクリエイターという自分自身を取っ払って普通のしのやんに戻りました。

そして、自分は何も出来なくてもこのフィールドに任せよう、AさんとRちゃんに任せようと思いました。助けてもらうのではなく心から信頼して任せようと思いました。

人を信頼して任せる、簡単なようで難しいです。

自分が任せることにより自然とワークが流れ出し、最終的にYちゃんの簡単なワークへと発展していきました。

自分が如何に自分自身を、フィールドを信頼しきれていなかったか気づかされました。

フィールドクリエイターがいつも何をするわけでもない、只いま起こっていること、フィールドを信頼さえすれば、自ずとその時に必要な何かが動き出すのだと改めて感じました。

「自分の感情を粗末に扱わない。」

「自分の感情を誤魔化さない。」

「自分のその時出てきたものを全て認めてあげる。」

そうすることで、自分への信頼が出てくる。」

自分への信頼無くして人を信頼することは出来ない。

全ての信頼がフィールドをつくり上げる。

そのフィールドが新たな何かを運んでくる。

これからも、このようなことをいっぱい重ねて経験し、信頼や自信を獲得していきたいと思います。