

2017年12月19日

出会いと出来事

この観の目的

これまでを出来事や人や風景、小説、映画などの出会いという観点から振り返ります

進め方

- 1) 自身の年齢を4で割って、4つの時期に区分し、「出会いと出来事曼荼羅」に記載します
- 2) それぞれの時期で、記憶に残っている出来事を記入します
 - ・家庭での行事
 - ・学校や会社での行事
 - ・社会的な事件
 - ・ふとした出来事
 - ・何気ない日常の一コマ、1シーン
- 3) また、その時期に出会った、人、あるいは記憶に残っているさまざまなものとの出会いを記入します
 - ・小説
 - ・映画
 - ・テレビの番組
 - ・絵画
 - ・演奏／演奏会
 - ・バンド、アーティスト
 - ・レコード
 - ・写真集
 - ・風景
- 4) 周囲の枠の中には忘れてしまいたいことを記入して、なかったことにしておくこともできます
- 5) 4つの時期に自分なりの時代名をつけます
 - ・幼少期、学童期、学生期、社会人期
 - ・ジュラ期、サル期、人間期、神期
 - ・青春時代、盛夏時代、枯れ葉散る期、こたつ期
 - ：
 - ：
- 6) 中央にテーマを記入します
 - ・全体を見渡してみても共通していること、特徴的なこと
 - ・前提をみて連想されること、思いついたこと
 - ・語句でも構いませんし、絵でも構いません
- 7) 振り返りシートを作成します
 - ・観を通じて分かったこと、気づいたことをまとめておきましょう

以上