

平和のトーラスを作ろう

レクリエーションプログラム

全30～60分

平和のトーラスとは、握手、ハグ、ハイタッチ、などのパフォーマンスと同じような、いわば指のハイタッチのようなもので、お互いの指先を合わせる事で相手の気持ちをしっかりと受け止め、自分の思いもハッキリとアピールする、という「思いやりの精神が大事」という事を象徴するパフォーマンスです。これをコミュニケーション活性化が期待できるプログラムとして以下の順に実行します。



1. 始めの挨拶（例 毎回様々な話題を取り入れてレクチャーする。）

トーラスとは円環、という意味でたとえば地球で発生した磁場は北極から出てそれが宇宙空間に拡散した後にもたまたま元の地球へ戻ってきて、全体で円環状＝トーラス形態を形成しています。この様な形は世界中に沢山あります。

例えば、バイオリンの弓と弦とはとても小さい場所で接触したところから発生したエネルギーが、バイオリンの弦、バイオリンの本体、左腕、体、右腕、弓、という風に拡散してから元のバイオリンの弓と弦とが接触した場所へ戻ってきて、全体で円環状＝トーラス状に伝わる事で美しいメロディーを奏でる事が出来ます。

さあ、お互いが弓と弦になって、お互いの指と指の先を合わせて二人で平和の音楽を奏でてみませんか？

相手の事を思いやり、自分の意見もハッキリ言う、そのバランスが取れた時に平和のトーラスが完成します。指と指の間で発生したエネルギーはお互いの体の中を通過して新しいメロディーが始まります。そしてこのメロディーは永遠に続きます。

2. 簡単なヨガ風体操、発声練習をする。

3. 集まった人全員で男女ペアを作る。人数が多かったら白組と紅組に分れる。

4. 声に出す言葉を例えば、トーラス、ハッピーバースデー、グッドラック、と決めて、あるいは自己紹介をしながらまずは各ペアでパフォーマンスを行う。

5. 目隠しゲーム（ポッキーでするとより難しく時間も長く出来ます。）

お互いが目隠しをして向かい合い、周りの人の応援でトーラスを作る。

人数が多かったら、グループに分けてしたり、競争でやったりして勝ち抜き戦とする。最後に勝った組の女性が、参加費全額をゲット可とすると盛り上がります。

6. 最後に全員で一つのトーラスを作る為の形態を組み、これを完成させて人数を記録し、次回の数と比べたり、ゆくゆくはギネスを目指し、打ち上げとする。