

自己探求ワークシート

～ サンティアゴ巡礼の旅に寄せて ～

旅の前後にこの問いと向き合い、心に浮かぶ言葉を自由に書き留めてみてください。
このシートが、あなた自身の深い変容を記録する大切な旅の記録となりますように。

巡礼前（Before the Pilgrimage）

 なぜ私は歩くのか？

 巡礼に期待することは何ですか？

 現在の人生で手放したいものは何ですか？

 巡礼を通して、どのような自分になりたいですか？

巡礼後（After the Pilgrimage）

 最も印象に残った出来事は何ですか？

 身体や心にどのような変化を感じましたか？

 出会った人々から学んだことは何ですか？

 今日の自分に感謝したいことは何ですか？

 巡礼を通して、あなたの価値観や人生観はどのように変化しましたか？

 巡礼で得た学びを、どのように日常生活に活かしますか？