

資料5 分かち合いの推進

1. 分かち合いを進め、深めるもの

☆信頼	<ul style="list-style-type: none"> ・ 相手に対する信頼感、安心感 ・ 自分が聞いてもらえるという信頼感 ・ 自分の無防備な姿を、相手があるま会を持って受け入れてくれることを、まず単純に信頼する ・ 親近感をもって心を込めて話す、心を込めて聴く ・ 神を信じ、仲間を信じようとする決心 ・ 尊敬と愛に満ちた心で相手の分かち合いを心に収めておき、それについて誰にも話さない (軽々しく他人に漏らすことは、分かち合ってくれた人の信頼を裏切る)
☆開かれた心	<ul style="list-style-type: none"> ・ 完全に、相手の前に開かれた状態の自分をおく ・ 本心を語る、本音のレベルで関わる ・ はだかになる、ありのままの自分で誠実に接する ・ 自分自身を相手へのプレゼントとして差し出す ・ 互いに体験的に身近にある話題を選ぶ
☆受容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 相互に、相手をまるごと受容する ・ 何でも自由に、無条件に受け入れようとする広い心 ・ 開かれた心で、心の中の判断を差し控え、ただ、いただく姿勢で相手をそのまま受け入れる ・ 言葉にも体にも、受容の心が現れている ・ 分かち合っている人の態度の奥にある心を、単純にただ味わおうとする。感動の心 ・ 相手の話に同意できるような場面。状態の中に、自分を置いて聴く ・ 優しさ、思いやり、理解しようとする努力、集中心 ・ 相手の言葉の中に、霊の動きを感じ取ろうとする姿勢
☆場所・雰囲気	<ul style="list-style-type: none"> ・ 静けさ、静かで閉ざされた部屋 ・ 沈黙を大事にする雰囲気、祈りの雰囲気 ・ 互いに相手の顔が見えるよう、近づいて座る ・ 互いに、聞き入る姿勢で ・ 楽な気持ちで、全員が積極的に話し合える態度、また雰囲気 ・ 柔らかい雰囲気、うちとけた柔軟な気持ち ・ 受け入れられていると、実感できるような雰囲気 ・ 分かち合いを深めるために、1にも2にも祈ること (心を開けるように、あなたの耳で聴き、あなたの心で話せるように) ・ 日常生活の中で祈りつつ、意識の糾明をしていること ・ 日常生活の見直し(生活の中で、キリスト・自分・他人をどれだけ意識しているか)をしていること
☆チャレンジする態度	<ul style="list-style-type: none"> ・ 主なる神さまに憧れ、心を開いて、仲間とともに、本当にクリスチャンライフに生きようとする姿勢 ・ はずかしめないで、救いの喜びに至るという確信に満ちた態度 ・ キリストを(分かち合い)のリーダーとする
☆その他 (方法的なことなど)	<ul style="list-style-type: none"> ・ 初めに感情を書き留めておく ・ 他の人によく伝わるように、言葉に工夫をこらす ・ やり方のルールを決め、その通りにやっけていけるよう練習する ・ 姿勢を整えて、一緒に祈りをしてから始める ・ あらかじめ、分かち合いの範囲を限定し、可能性を狭めないこと ・ 人を自由にするルールを知っている、プロセスパーソンのような人が存在していること

2. 分かち合いをさまたげるもの

<p>☆自分を開かない</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 無難な線にとどまり、それ以上を開くことから逃げる ・ 自分の気持ちに誠実でない、自分を隠す、あいまいな態度 ・ 照れ、劣等感、臆病 ・ 先のことを心配する ・ 感情を打ち消そうとする態度 ・ 批判されるのではないか、あの人に悪い、立場を考えると、などの恐れ ・ 人の評価を気にし、人の気に入った言葉を探す ・ ずるずるべったりの依存性、他人に振り回されつつ依存する ・ 互いに相手に対する不信感を持つこと
<p>☆自分中心</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人を説得したり、教えようとする態度や言葉 ・ 他人を打ち負かそう、変えようとする態度 ・ 自己顕示、自己主張、押し付け、傲慢 ・ 全員が同じくらいずつ話すのを妨げる多弁 ・ 無責任な態度、いたわりのなさ ・ 愛の無いチャレンジ、対決、批判 ・ 議論、討論、公論、世間話に終始すること ・ 分かち合いの裏に、他の意図や動機をもつこと ・ 分かち合いをコントロールして方向づけてゆくこと
<p>☆相手を受け入れない</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ フィーリングを裁く、判断するという態度 ・ 相手の話や気持ちを途中でさえぎる ・ 言葉や身振り、態度などによって相手への意見や判断を見せつける ・ いい加減な態度、落ち着きのなさ、興味本位の好奇心 ・ その人の感じたことを、まちがえているとは決して言えない ・ 感情・感覚を否定すること ・ 分かち合われた事について、批判・観想・コメントをつける ・ 謝った判断や批判 ・ 他人の言葉を勝手に解釈してしまうこと、先入観、偏見、決めつけ ・ 自分はどうか.....と、自分中心に他人の発言を反省する心 (相手の言葉をありのままに聞かず、自分のために教訓にしてしまうこと) ・ 人の個性・ユニークさを無視すること ・ 他人を評価しているように感じさせること ・ 聴くということができないこと ・ すべてをその場で十分味わわず、他のとき、他の場所まで持ち運ぶ ・ ただグループに来さえすればよいという態度
<p>☆場所・雰囲気など</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ 分かち合いの内容が、外に聞こえるような場所 ・ うるさい部屋、騒音 ・ 沈黙(祈り)の雰囲気がないこと ・ 仲間としての雰囲気がないこと ・ 心を開いて話せないような、堅苦しい雰囲気 ・ 社交的で、サロンの雰囲気 ・ 馴れ合い、軽々しさ、興味本位な好奇心