

「聖書の集い」ガイド

幸田和生司教

聖書の集いが目指しているもの

1. わたしたちの現実のなかで神がともにいてくださることを発見する。
2. とともに信仰の道を歩む仲間作り。
3. 霊的成長。

気をつけるべきこと

「安心」は、分かち合いが成り立つための前提条件です。参加者が安心して分かち合いをすることができるために、次の点に注意します：

1. 集いの場で聞いたことを他の場で話さない

そこで話されたことが他の場所で他の人に伝わるならば、誰も安心して話すことはできません。「分かち合い」で聞いたことはわたしたち一人一人の胸の中に収めることを、約束します。言った本人に対しても、別の場で「あのときあなたはこう言いましたけれど…」というような言い方はすべきではありません。秘密を守ることができないグループは、簡単に崩壊してしまいます。

2. 支配するのは神の霊

人が集まるところに「人を支配したい」という誘惑が生まれます。「教えたい」、「コントロールしたい」、「自分が一番になりたい」－ その誘惑に打ち勝つことが必要です。限られた人だけが長時間話すのも禁物です。司会者やグループの代表は、奉仕者であるという意識を徹底しなければなりません。

誰かが聖書の箇所について質問をしたとき、それについて知識を持っている人が教えることは、簡単です。しかし、解説を始めた瞬間に「分かち合い」は終わってしまいます。この点に注意が必要です。何もすべてを理解する必要はないのです。話が途切れたとき、沈黙を埋めようとして話す必要もありません。そのときは、神が沈黙のうちにわたしたちに語っていることを聞けばよいのです。なお、終了時間を守ることも大切です。

聖書の集いは、誰か人間が支配する場ではなく、すべての参加者が一人一人の心に働きかける聖霊の導きに従おうとする場なのです。

3. 相手を批判しない，議論しない

自分の発言が人から批判されると，ある場合には非常に傷つき，もう二度と話すまい，と思うようになります。安心のためには「批判しない」という原則も大切です。大切なのは，人の言葉に耳を傾け，人の思いをそのまま受け取ろうとすることです。わたしたちは，議論するために集まっているのではなく，霊的に成長するために集まっているのです。

「聖書の集い」の進め方

1. 短い自己紹介（皆が知り合っている場合は必要ありません）

2. はじめの祈り（司会者が唱えます）

主イエス，あなたは福音書をとおして，今日もすべての人に語りかけてくださっています。
「疲れた者，重荷を負う者は，誰でもわたしのもとに来なさい。休ませてあげよう。」
わたしたちは，このあなたの呼びかけに答えてここに集まりました。

あなたは，御自分のもとに来たすべての人を歓迎してくださいます。
わたしたちも，互いに心から歓迎しあうことができますように。

（今日は，〇〇さん，〇〇さんが，この集いに初めて参加してくださいました。新しい仲間を与えてくださったことを心から感謝いたします。）

主イエス，
わたしたちは福音書をとおして伝えられたあなたの姿を見つめます。
あなたの声に耳を澄まします。
あなたとともに時を過ごそうとしています。
わたしたちがあなたの心といのちに触れ，
お互いのことばに耳を傾け合い，
共に祈ることをとおして，
新たな力をいただくことができますように。アーメン。

3. 次の日曜日のミサの福音の箇所をゆっくり読む（参加者のひとり）。

4. 「福音のヒント」を読む（別の人。席順で段落ごとに分けて読んでいく）。

5. もう一度、福音の同じ箇所を読む（また別の人）.

6. 5分間ぐらい、各自が沈黙のうちに福音の言葉を味わう.

7. 心に響いたことを分かち合う.

（席順に、なるべく一言でも話してください。ただ、無理に話さなければならないという圧迫を感じないように、一週目は3分以内を目安に話してください。残った時間で、さらに分かち合いを続けます。）

8. 神が今日のわたしたちに何を呼びかけておられるかを受け取るために、しばらく沈黙のうちに祈る。（3分ぐらい）

9. 参加者が自由に自分のことばで祈りをささげる

（祈りの結びに「アーメン」と言い、皆で「アーメン」を繰り返す。）

（最後は、主の祈りで結ぶ）。

天におられるわたしたちの父よ、
み名が聖とされますように、み国が来ますように、
みこころが天に行われるとおりに、地にも行われますように。
わたしたちの日ごとの糧を今日もお与えください。
わたしたちの罪をお赦してください。わたしたちも人を赦します。
わたしたちを誘惑におちいらせず、悪からお救いください。

10. 結びのことば（司会者が読みます）

これで聖書の集いを終わります。
わたしたちは、この集いの中で、福音書の言葉とともに味わい、ともに祈るというすばらしい恵みをいただきました。
最後に一つだけわたしたちは約束をします。
それは、今日ここで聞いたことをわたしたち一人一人の心の中にだけ収め、ほかの場所で話さないことです。
それぞれの生活の場に戻っていくわたしたちを、神様が豊かに祝福してくださいますように。
どうもありがとうございました。

靈的成長とは？

I. 無力さの中での神との出会い

自分の無力さ（限界）に気づいた。「すべてを自分でしなければならぬ」、「わたしが頑張ればなんとかなる」という考えが自分を行き詰らせていたことを知った。

自分を越えたもの（神）に心を向けた。「神」、「永遠」、「目に見えないもの」とのつながりを感じた。それでもなお自分を生かしているものに気づくことができた。神の愛を体験的に知ることになった。

II. 自分についての新しい見方

自分のすばらしさを知った。「よいものすべてが失われたわけではない」ということに気づいた。自分を大切にするとはどういうことかが分かってきた。

人との比較の中で自分を見ることをやめ、自分との比較の中で人を見ることをやめた。わたしは、自分の価値を確認するために他人を利用する必要がない。

III. 人との新しいかかわり方

わたしは、自分の人生の主人になった。自分の人生を人のせいにするのがなくなった。神の前に立つ者として周囲に振り回されない生き方を見いだした。

人とのつながりを再発見した。いかに人から愛されてきたかということを発見したし、どう人に向かっていけばよいか分かってきた。

IV. 困難の中で前向きに生きる

現実をありのままに見つめ、受け入れている。現実がどんなに悲惨なものであっても、希望を失わず、前向きに生きることができる。

死に直面してなお、いのちのすばらしさを信じている。この世のものをいとおしみ、かつこの世のものに縛られないと感じている。

V. 祈りと愛と奉仕に生きる

祈りのなかで、いつも自分を見つめ、神のみ旨を見つめている。神のみ旨の実現と自分の靈的成長を何よりも大切に考えるようになった。みことばと聖体によって生かされるということの意味を知った。

わたしは神に遣わされたものだと感じるようになった。日々の生活が輝きに満ち、愛と奉仕に生きる喜びを感じている。