

シノドスハンドブック

日本カトリック司教協議会シノドス特別チーム



シノドス
2021
2024

ともに歩む教会のため
交わり | 参 加 | 宣 教

目 次

はじめに.....	3
シノドス Q & A	4
「シノダリティ」について	4
「シノドス的」な教会となるために	9
「霊における会話」について	11
宣教について.....	15
付録.....	16
シノドスのための祈り.....	16
「霊における会話」についてと祈り	17
A) 始める前のところがまえと準備	17
B) 「霊における会話」の実際	18
まとめ.....	22
祈り.....	25
参加者に求められるもの.....	25
ファシリテーターに求められるもの.....	26
「霊における会話」分かち合いプログラム (タイムキーパー、ファシリテーター用) の例	27
「霊における会話」のためのシート (参加者用) の例	30

はじめに

「今、わたしたち司教と民はこの旅路を歩み始めます。すなわち、愛において全教会を主宰するローマ教会の旅路を歩み始めます。それは兄弟愛とわたしたち相互の信頼の旅路です」

2013年3月13日、選出されたばかりの教皇フランシスコは全世界に向けて、このように語りかけました。教皇のころにあるのは、旅路を歩む教会でした。それは、すべての兄弟姉妹と「ともに歩む」教会なのです。

それ以来、教会は歩み続けてきました。そして、今も歩み続けています。なぜなら「沖に漕ぎ出しなさい」(Duc in altum. ルカ5章4節)というイエスの呼びかけが、いつも教会の中に、信者の一人ひとりのころの中に響いているからです。

「ともに歩む」教会の姿は、神から与えられた教会の美しい特質です。「ともに歩む」、これこそが「シノドス的」な教会なのです。そして、わたしたちは、神の愛の御手へと歩む旅人、巡礼者なのです。ともに支え合い、ともに耳を傾け合い、毎日小さな一歩を社会の中に刻んでいきます。その小さな一歩の積み重ねこそが、深い闇が支配する現代社会に希望を生みだし、神の救いのご計画の実現へとつながるのです。

「沖に漕ぎ出しなさい」とは、「深いところへと進みなさい」というメッセージです。そのためには勇気が必要です。このシノドスハンドブックを通じて、歩みのさらなる一歩が生まれることを願っています。

2024年7月

東京大司教区 タルチシオ菊地功大司教
日本カトリック司教協議会シノドス特別チーム

シノドス Q & A

「シノダリティ」について

最近、「シノダリティ」という言葉を聞くようになりました。「シノダリティ」とは何ですか？

「シノダリティ」とは、教会の特性を表す言葉です。「シノドス」という言葉に由来します。「シノドス」はもともとギリシャ語で、「ともに」を表すシンと「道」を表すオドスから成り立っています。ですから、「ともに歩む」が「シノドス」の意味です。「シノダリティ」は、比較的新しい言葉で、「ともに歩む」教会の姿を指しています。

「シノドス」は教会の大きな会議を意味すると聞いたことがあります。本当ですか？

教会の長い歴史の中で会議での話し合いを「シノドス」と呼んできました。「教会会議」と訳します。あるテーマについてみんなで考えるのは「ともに歩む」教会の特徴となります。教区全体の会議も「シノドス」と呼びますし、国や地域全体の教会の会議も「シノドス」になります。

定期的に「シノドス」を開催してきたと聞きました。

1965年から定期的に世界代表司教会議を開催してきました。これは「司教たちのシノドス」とも呼ばれています。通常総会はおおむね4年に一度開催され、それ以外に臨時総会、特別総会もあります。司教たち

の代表が、その時々教会が直面するテーマを話し合います。

現在（2024年）も、「シノドス」は開催中だそうですね？

2021年10月に教皇フランシスコは世界代表司教会議第16回通常総会を招集しました。半世紀におよぶシノドスの歴史の中で、特に今回の通常総会は「シノダリティについてのシノドス」と呼ばれています。教会の特性である「シノダリティ」、すなわち「ともに歩む」について、理解を深めているからです。そして、さらに「ともに歩む」教会となるために、いろいろな側面から話し合いがなされています。

今回の「シノドス」は今までとは違うと聞きました。どんなところが違うのですか？

まず、期間が違います。今までは一か月ぐらいで終わりましたが、2021年10月に開催して、2024年10月末まで続く長い会議となります。

次に、意見の集め方が違います。これまでは各国あるいは各地域の司教協議会に質問状を送り、その答えを待つて討議のための資料（討議要綱）が作成されました。今回は、2021年10月から2022年8月までは教区ステージとして、それぞれの教区での話し合いがなされました。2022年8月から翌年の3月までは大陸ステージとして、大陸ごとに話し合いがなされました。この二つのステージで話された内容が教皇庁シノドス事務局に送られ、討議のための資料（討議要綱）が作成されて、2023年10月にシノドス総会第一会期がローマで開催されました。そこで話し合われた内容を各教区で、各司教協議会で深め、さらに話し合いを重ねました。その内容もシノドス事務局に送られて、第二会期の討議のための資料（討議要綱）が作成されます。そして、最後に2024年10月にシノドス総会第二会期が開かれます。

第二会期の終了で、世界代表司教会議第16回通常総会は閉会します。シノドス後に教皇が重要な文書（使徒的勧告）を発表するのが通例です

から、2025年には教皇からのメッセージが全世界と全教会に向けて発信されるでしょう。その年は、ちょうど第二バチカン公会議閉幕60周年となります。

今回の「シノドス」では、会議も独自のものだったそうですね？

確かに、第一会期の進め方もユニークなものでした。教会の将来の会議の姿を先取りするかのようでした。というのも、今回は世界中から司教、司祭、奉献生活者、宣教者、信徒が参加したからです。女性も数多く参加して、総勢400名以上の参加者でした。そして、皆で丸テーブルを囲んで一か月間におよぶ話し合いを重ねました。そこで使われた手法が「霊における会話」というものでした。

なるほど、ずいぶんと様変わりした「シノドス」なのですね？

そうです。準備の段階から世界中の多くの人々が何らかの形で参加しました。そしてシノドス総会では、具体的な課題について自由に話し合いを重ねました。まさに「シノダリティのためのシノドス」を実践しています。「シノダリティ」とは「ともに歩む」ことですので、多くの人々が参加するのはよいことです。

なぜ、今、「シノダリティ」について考えなければならないのでしょうか？

「シノダリティ」、「ともに歩む」は、三位一体の神が教会に与えてくださった特性です。父と子と聖霊の神は「交わり」の神です。教会の中にはいつも「交わり」があります。聖霊の恵みの中で御子キリストを通して生まれる父なる神との交わり、そして、聖霊の働きで生まれる人と人との出会いと交わりです。教会は「交わり」の教会なのです。そして、教会が多くの人との「交わり」を実現するようにと神から使命をいただいているのですから、「ともに歩む」を深める必要はあるのです。

何か具体的な問題や課題があって「シノダリティ」に目覚めるのでしょうか？

教会はその初めから「ともに歩む」ものでした。「すべての人に対してすべてのものになりました」（一コリント9章22節）と使徒パウロが語るように、教会は偉ぶることなく数多くの人々と歩みをともにするのです。

変化する現代社会を批判して、教会が世界に対して背を向けるのは簡単です。しかし、教皇フランシスコが求めているように「出向いて行く教会」になるためには、教会が神からいただいた「シノダリティ」、「ともに歩む」という特性と、その美しさに気づく必要があるでしょう。

今回の「シノドス」で何かが変わるのでしょうか？

具体的に何が変わるのかは、はっきりとは分かりません。しかし、教皇フランシスコの次の言葉は大切なものです。

「このシノドスとはシノダリティについてのものであり、他のあれこれのテーマについてではありません。……重要なのは、考察する方法、つまりシノドス的方法です」。

教会がたくさんチャレンジや課題を抱えているのは確かです。しかし、問題解決のために結論を急ぐのではなく、教会が備えている「シノダリティ」、「ともに歩む」という美しい特性を多くの人々と共有し、それから「シノドス的」教会へと歩んでいくようにと努力することが求められているのです。

日本のカトリック教会は「シノダリティ」のために何をするのでしょうか？

救いはもう「すでに」到来していますが、しかし「まだ」完成していません。教会は救いの完成に向けて歩むのです。この考え方に従えば、すでに日本のカトリック教会は「ともに歩む」教会となっています。

もう「すでに」、わたしたちの教会は1980年頃から、言葉の違う人々、文化の違う人々と歩む教会を目指してきました。また、社会の中で置き去りにされている人々に寄り添う教会となりました。しかし「まだ」完全ではありません。

そこで、より「ともに歩む」教会となっていくためには欠かせないものがあります。①立場の異なる人を尊重し、ともに共同体を作る。②ともに祈り、祈りを分かち合う。そして分かち合ったものをともに聞く。③神が望んでおられることにともに気づく。この三つです。

シノダリティをよく表し、それを生きるために、「霊における会話」という方法が有効であるという事実を、第一会期を通じて知りました。そのため、日本のカトリック教会は、この「霊における会話」を多くの方々に体験してもらいたいと考えています。

「シノドス的」な教会となるために

争いが各地で生まれ、経済格差が大きくなり、将来への見通しが立ちにくい今の世にあって、教会はどのようになつたらよいのでしょうか？

この問いかけを、みんなで考えるのが大切だと思います。それが「シノダリティ」が実現していく「シノドス的」な教会です。何かを一方的に決めるのではなく、ともに祈り、ともに語り合い、ともに識別していくことが求められています。

教皇フランシスコは、教会にとっての三つの大切な要素があると考えています。

1. 教会とは神の民です。誰をも排除せず、ともに地上を旅する神の民です。
2. すべてのキリスト信者は、洗礼の恵みによって信仰の感覚（センス）をいただいています。だから、キリスト信者は誰もが尊いのです。
3. 洗礼がキリスト信者を宣教へと駆り立てます。洗礼によって神の子とさせていただいて、神のいのちを生きるようになります。同時に、洗礼によって教会を通して新たな「交わり」を生きるようになります。

「シノドス的」な教会には特徴がありますか？

「神の民」、「信仰の感覚（センス）」、そして「宣教」という三つの土台の上に、「シノドス的」な教会の特徴がはっきりとします。

1. ともにある教会：神の民の教会は、性別や役割の違いを越えて、ともにある教会です。すなわち、「集い」や「共同体」を大切にする教会です。
2. ともに担う教会：信仰の感覚（センス）は、共同責任、すなわちみんなで一緒に責任を担うということを大切にする教会になるよう導きます。

3. ともに考え、祈り、識別する教会：現代社会の必要性に応えるために、ともに考え、祈るよう招かれます。そして、これまでの習慣や取り決めにとらわれない識別をともにするよう呼ばれています。これを共同識別と呼びます。こうして、洗礼に基づく宣教の使命を果たせるようになるのです。

「シノドス的」な教会はどこへと向かうのでしょうか？

信仰が歩みであるように、教会もまた歩みます。父なる神の救いの想いへと、教会は少しずつ、しかし、確実に歩んでいきます。これまでの堅固でどっしりとした教会のイメージから抜け出すのは難しいことですが、教会は歴史の流れに合わせて、しなやかに成長していくのです。教会は時代と地域に寄り添いながら歩んでいくのです。

しかも、その歩みは直線を描かないかもしれません。何度も同じようなチャレンジや課題に直面しながら、まるでらせん階段を上るかのようになり、成長するのです。

教会には改革が必要なのでしょうか？

いのちが神秘であるように、そして、信仰が神秘であるように、教会もまた神秘です。ですから、今、この時代に目に見える教会の姿だけが、教会なのではありません。いつも、教会の新たな横顔を発見し、喜び祝うことが求められています。教会の改革とは、このようなことです。

「シノダリティ」という視点から、すなわち「ともに歩む」という立場から、教会は改革される必要があります。どのように変わらなければならないかは、神ご自身が教えてくださいます。結果を先取りするのではなく、変わっていくプロセスにキリスト者が加わっていくことが大切だと思います。

「霊における会話」について

グループでおこなう霊における会話は「シノドス的」な教会に必要ですか？

「ともに歩む」教会となるためには、人とのつながりである共同体、共同体による共同責任、そして、聖霊の働きを見極める共同識別が求められます。

霊における会話は、三つのステップを踏みながら、聖霊の助けのもとに、「シノドス的」な教会を作りあげていくための手助けとなります。

1. 第1ステップは「わたし」の段階です。一人ひとりの祈りを大切にします。一人ひとりに働きかける神の呼びかけに気づきます。「わたしは、このように祈りました」と分かち合います。

2. 第2ステップは「あなた」の段階です。一人ひとりの祈りに耳を傾けながら、相手を尊重し、祝別します。「あなたの祈りは、わたしにとって大切なことばです」という気持ちで、相手の祈りをこころに響かせます。

3. 第3ステップは「わたしたち」の段階です。聖霊の助けを願いながら、「わたしたちは、このように考えます」と意見を集約していきます。その際に、グループの人の意見がよりよく反映されるよう注意します。

霊における会話はどのように活用されますか？

教会にとって欠かせないのは「交わり」が生まれるための「集い」であり、「共同体」です。キリスト者は、共同体を通じて神に出会い、人に出会います。共同体のおかげで信仰が育まれます。

霊における会話は、こういった信仰の共同体をさらに豊かなものとしていきます。特に、共同体が向かう方向性を明らかにするパストラル・プランを作るためには、霊における会話の実践は役に立ちます。

パストラル・プランとは「計画」のことですね？

確かにパストラル・プランは「司牧計画」と訳せます。しかし、計画にはいくつかの種類があることに気がついてください。

第1に「デザイン」です。これは、神が救いの想いの中でお考えになっている未来へと向かうビジョンです。

第2に「プラン」です。デザインを人間の知恵と知識を使ってより具体的にしたものです。

そして、第3に「プロジェクト」です。さらなる具体的な行動の指針です。

「デザイン」については、人間が勝手に思い描いてはならないでしょう。信仰の共同体の中で祈りのうちに感じ取るものです。

「プラン」は、神の想いを反映して、みんなで一緒に考えていくものです。その時に信仰の感覚（センス）が求められます。

「プロジェクト」は、行事など近い将来に実現、実行する活動に必要なものです。

霊における会話は、「プラン」を作る際には欠かせないものだと思います。

信仰の共同体がどこへと向かうのかを吟味するのがパストラル・プランなのですね？

そうです。パストラル・プランを作るためには、神のみ旨の中にあるデザインを感じなければなりません。また、プランなしにプロジェクトの作成だけを信仰の共同体で重ねてしまうと、行事や活動に追われてしまいます。

パストラル・プランを作りあげるにはとてもエネルギーが必要ですね？

確かに、目の前の実行計画（プロジェクト）を実施するほうが楽です。

しかし、同じことを何も考えずに繰り返してしまう危険性が生まれます。「思いのままに吹く」(ヨハネ3章8節) 風である聖霊は、いつも教会に、そして信仰の共同体に新しい風を吹き込んでくださいます。霊における会話を通じて、聖霊の息吹に生かされる信仰の共同体を目指しましょう。

パストラル・プランを作るうえで注意しなければいけない点はありませんか？

いきなりプランを作りあげるのではなく、次の三つの視点から考えてみたらよいでしょう。「わたしたちはどこから来たのか」、「わたしたちは、今、どこにいるのか」、「聖霊はわたしたちをどこへと導こうとしているのか」。

過去を振り返ると、神がともにいたことに気づきます。今を見つめると、困難の中にも聖霊の働きを感じます。未来について祈ると、神のいつくしみを実感できます。

過去、現在、未来の視点ですね？

エマオの弟子たちのお話(ルカ24章13-35節)を思い出してください。過去にとらわれて田舎へと帰ろうとした彼らと、復活した主イエス・キリストはともに歩んでくれました。ともに食事をして、パンを裂いたとき、今、主がここにいてくださることに彼らは気がつきました。そして、この出来事を伝えるために、エルサレムに向かう歩みを始めるのです。「あのとき、わたしたちのころは燃えていたではないか」(ルカ24章32節参照)という弟子たちのことばを、わたしたちも求めたいものです。

信仰の共同体で、霊における会話を積み重ねながら、「かつておられ、今おられ、やがて来られる方」(黙示録4章8節)である主イエス・キリストをとともに感じる事ができたら、シノドス的な教会の歩みをしていることになるのです。

霊における会話を実際にするうえでの注意点がありますか？

教皇庁シノドス事務局は「聞く教会」という点を強調しています。シノドス的な教会になるためには、相手の発言に対してこころを込めて聞くことが求められます。霊における会話でも発言者にこころを開いて、聞き取らなければなりません。

また、霊における会話は、祈りを基本にしてなされますから、個人の祈り、グループの祈りを大切にしましょう。そのためには、沈黙の時間をしっかりと設ける必要があります。

宣教について

「シノダリティ」と宣教の関係について教えてくださいか？

「ともに歩む」教会は、現代世界を生きるすべての人とともに歩みます。わたしたちの隣人は、すべて兄弟姉妹なのです。誰も排除されないで、誰に対しても「いっしょに歩みませんか？」と呼びかけるときに宣教は始まります。なぜなら、この歩みにいつも主イエス・キリストがいてくださるからです。

洗礼を目指すだけが宣教ではないのですか？

社会では、すでにイエス・キリストのように生きている人々がたくさんいます。そんな方々と出会って、喜びをともにするのも宣教です。

また、ケアという他人に寄り添う生き方は、宣教の一つの姿だと言えるでしょう。弱い立場におかれた人と「ともに歩む」とき、十字架のキリストが歩みをともにしてくさるのです。

キリスト教諸派、他宗教の方々への宣教はできますか？

ともに生きる家である地球を大切にするために、「履物を脱ぎなさい」(出エジプト3章5節)という神の命令に従って、立場の象徴である靴を脱ぎ、裸足という無防備な状態で兄弟姉妹と出会う姿勢は、宣教となります。こうして多くの方々と知り合い、語り合い、学び合うことで、神が誰とでも「ともに歩む」方であることを示すことができるでしょう。

また、隣人に「福音をささやく」ことは大切です。すなわち、誠実にイエスの福音を生き、隣人を尊敬し、よりよい社会のために「ともに歩む」ことです。

シノドスのための祈り

Adsumus Sancte Spiritus

(聖霊よ、わたしたちはあなたの前に立っています)

聖霊よ、わたしたちはあなたの前に立ち、
あなたのみ名によって集います。
わたしたちのもとに来て、とどまり、
一人ひとりの心にお住まいください。
わたしたちに進むべき道を教え、
どのように歩めばよいか示してください。
弱く、罪深いわたしたちが、
一致を乱さないよう支えてください。
無知によって誤った道に引き込まれず、
偏見に惑わされないよう導いてください。
あなたのうちに一致を見いだすことができますように。
わたしたちが永遠のいのちへの旅を続け、
真理と正義の道を迷わずに歩むことができますように。
このすべてを、
いつどこにおいても働いておられるあなたに願います。
御父と御子の交わりの中で、世々とこしえに。
アーメン。

「霊における会話」についてと祈り

「このシノドスとはシノダリティについてのものであり、他のあれこれのテーマについてはありません。……重要なのは、考察する方法、つまりシノドス的方法です」。(教皇フランシスコ)

A) 始める前のところがまえと準備

「(「霊における会話」は) 第1ステップ、第2ステップ、第3ステップとありますが、そのときの状況等に応じて、いろいろ適応していくことも勧められています」。(『討議要綱』41項)

目的を明確にする

どんな理由で「霊における会話」をおこなうのかを、グループのメンバーに前もって伝える必要があります。特に何かを決定しなければならないパストラル・プランを作りあげていくには、「共同識別」が必要不可欠となります。「みんなで一緒に祈って、考えましょう」という呼びかけは、参加者一人ひとりのところに聖霊の働きを促す言葉となります。

責任の所在をはっきりとさせる

「霊における会話」を実行した後で、最終的には誰がその審議・決定を行うのかを事前にグループのメンバーで話し合う、あるいはメンバーに伝えることは欠かせない準備となります。

すなわち、決定が求められる内容について小教区共同体、信仰の共同体で「霊における会話」をおこなう場合には、最終決定者が誰なのか(グループのメンバー、あるいは、そこでの合意事項をもとに検討する別の委員会など)を事前に明らかにしておくことが必要です。

グループの意見が反映されるように

最終決定者が「霊における会話」のグループではない場合、「霊における会話」において出された合意事項を最大限に尊重することが保証されているのは、非常に重要です。

あきらめないところ

「霊における会話」のグループが審議・決定をおこなう場合は、一度きりの「霊における会話」でなく、時間をおき、何度か「霊における会話」をおこなうことが勧められています。それは、話し合った内容を再度祈りのうちに思い巡らし、そこから得られた光を新たに差し出すことによって、よりすべての人が納得のいく合意に達することができるようになるためです。

信頼とゆだねるところ

また最終的な合意の際に、真っ向から対立する意見があるような場合、審議・決断する人たちは、対立意見があることを充分理解した上で、決断することが求められます。グループのメンバーも、決断する人たちを信頼しながらゆだねることが重要です。この意味では、疑いのところではなく、「霊」の導きにこころを開かせてもらえるような、信頼できる雰囲気づくりは必要になるでしょう。

B) 「霊における会話」の実際

個人の準備

与えられたテーマについて、個人的に祈ることから始まります。具体的には、聖霊の導きを願いながら、グループのメンバーそれぞれが識別

するように呼ばれている問いに対して自分の答えを準備します。

グループの準備

グループは「霊における会話」が始まる前に祈るよう勧められます。この祈りはグループで行う沈黙の祈りです。これから話し合うテーマについて、また、今ここに聖霊の恵みがよく働くようにと願って数分間、沈黙のうちに祈ります。グループによる沈黙は、メンバー一人ひとりの結びつきを豊かなものとしします。

メモを用意して

沈黙の祈りをした後に、第1ステップを始めますが、集中して相手の話を聞くため、また制限時間内に分かち合うことができるように、自分が分かち合う内容を事前にメモしておくことが大いに勧められます。

沈黙、祈り、みことば

最初に、沈黙の祈りと、聖書の言葉を朗読して耳を傾けることは大いに勧められます

第1ステップ：「わたし (I)」

発言し、聞く：第1ステップは、メンバーの一人ひとりが祈りのうちに得られたことを分かち合い、その発言をグループにいる一人ひとりが注意深く聞くことに専念する時です。

敬意：聞き取れない言葉について質問することはできますが、相手の語った内容についてコメントしたり、自分なりの賛否を述べたりしてはなりません。一人ひとりが語っていることに敬意を示しながら、言葉一つひとつを受けとめることが求められます。

ここに刻む：一名もしくは数名が分かち合ったのち、その内容をメンバー一人ひとりがここに深く刻むために、30秒から1分間の沈黙

の祈りをはさみながらグループ全員の発言を聞きます。

沈黙と祈り：全員の発言を聞き終えたのち、数分間の沈黙の祈りをします。ここでは、グループの一人ひとりの語りを聞く中で心に浮かび上がったこと、その中でもっとも響いたこと、もっとも抵抗を感じたこと、大きな課題と感じたことや霊が働いていると感じたことについて、祈りのうちに思い巡らします。

第2ステップ：「あなた (You)」

他者と神にスペースを開く：グループのメンバーは第1ステップで聞いたこと、そして、沈黙の祈りのうちに思い巡らしたことを分かち合います。その際に、第1ステップで自分が発言しきれなかったことを追加で話してはなりません。グループの一人ひとりから聞いたものを祈りのうちに思い巡らす中で、自分のところに浮かび上がったものを発言します。

第1ステップ同様、相手に敬意を表しながら相手の話を聞き、一名もしくは数名が分かち合ったのち、30秒から1分間の沈黙の祈りをはさみながらグループ全員の発言を聞きます。

尊重：もし、意見がまったく異なっていたら、第1ステップで聞いたことがらに賛成していないと、相手を尊重しながら発言することができます。ただし、異なる意見を攻撃する、あるいは自分の意見に賛同させるような発言をしてはなりません。

質問の時間：グループのメンバーすべてが発言し終わってから、もし、内容について確認したい点や情報として明確にしておきたい点などがあつたとすれば、時間を設けて質問をすることはできます。しかし、発言の時間制限と沈黙の祈りは、グループ内で大切に守られなければなりません。

沈黙と祈り：グループのメンバーがすべて発言し終わってから、再び沈黙の祈りをします。ここでは「霊における会話」の成果を識別するた

めに、第2ステップで各自の発言を聞く中で浮かび上がったことをふり返りながら、聖霊がどのように自分たちのグループを導いているかを明らかにしてもらえような祈りをします。

第3ステップ：「わたしたち（We）」

ともに形づくって：聖霊の導きのもとに、グループとして浮かび上がった重要なポイントを明らかにして、その中で互いの分かち合いの内容において一致している部分を見いだします。それとともに、一致し難い部分や新たな発見も見いだしながら、これまでの共同作業を通して得られたものをグループでともに分かち合います。

声を響かせる：このときに大切なのは、この作業に自分の声が反映されている、とグループのメンバー一人ひとりが感じられることです。すなわち、グループのもれなくすべての人が納得のいく形で、このセッションのまとめについて合意が得られることです。

新しい一歩へ：第3ステップは、グループのメンバーが同じ意見を持つという合意形成ではありません。お互いに「尊重しながらも賛成しない」部分、一致しがたい部分があることを確認する必要があります。そして、メンバーの誰もが自分の声が反映されていると感じられる共同作業をおこなうのです。こうして、新たな一歩を踏み出せるようになります。

感謝のための終わりの祈り：ともにいてくださった三位の神への感謝の祈りを、グループで一緒にささげます。

グループ発表をおこなう場合

第3ステップの分かち合いの後、発表をおこなう場合、発表を誰がおこなうのか、何を発表するのか等を話し合う、追加の時間が設けられます。

聖霊の働きを確認する：一人ひとりの分かち合いをまとめるのではな

く、第1ステップ、第2ステップ、第3ステップを通して聖霊がどのように働いてくださり、どのように導いてくださったかを確認します。そのためにグループのメンバーで会話し、合意し、発表することになります。

思いがけない導き：第1ステップから第3ステップまで、聖霊を主役にして神の望みは何であるかを探し求めながら、グループの他の人たちの意見を、敬意をもって聞いていると、しばしば予期しない導きがあることに気づかされます。第1会期のための『討議要綱』33項には、次のように書いてある点に注目してください。

「具体的な行動を指し示す、正確で、しばしば予期せぬ方向へ向かう一歩がなければ、それは霊における会話ではありません」。、『討議要綱』33項)

こころの動きに誠実に：もし、最初から最後まで何のこころの動きも変化もなく、抽象的な事柄に終始しているようであれば、それは「霊における会話」とは言い難いでしょう。「霊における会話」は、なにかしらの動き、それも具体的な動きを促してくれるのです。

チャレンジ：その意味で、聖霊はわたしたちに自分たちの快適な場所（コンフォートゾーン）から離れ、柔和なところで、変化を恐れずに、不安定さの中で、信頼して新たな一歩を踏み出すよう招いているのです。

まとめ

「霊における会話」の方法はすべての人に開かれたものです。特定の人のものではありません。この手法によって、平等に発言する機会と、こころ静かに相手の話を聞く機会が与えられています。高位聖職者である枢機卿、大司教、司教、そして聖職者である司祭、助祭、教会で預言

的な働きをする奉献生活者と宣教者、教会の主人公である信徒、さらには他教会の人々、他宗教の人々、男性であれ女性であれ、高齢者であれ青年や子どもたちであれ、みなが同じテーマ、同じ時間を与えられ、同じテーブルで交わりながら分かち合うことができる。これが「霊における会話」のすばらしさなのです。

このように教会内のさまざまな立場の人が同じテーブルで分かち合うことは、これまでほとんどなかったと思います。そのため、お互いが理解し合えず、お互いに傷ついていることもあったと思います。この方法を実践しながら、実際に教会のさまざまな現場に取り入れることによって、少しずつ「ともに歩む（シノドス的）教会」になっていくのです。

霊における会話

シノドスの教会における識別のダイナミズム



沈黙し、祈り、
みことばに耳を傾け

個人の準備

御父に自らをゆだね、主イエスと祈りの中で会話し、聖霊に耳を傾けることによって、各自、自らが識別するよう呼ばれている問いに対して自分の答えを準備する。

「発言し、耳を傾け」

各自、順番に、自分の体験と祈りについて語り、他者の発言に注意深く耳を傾ける。



沈黙と
祈り

「他者と神のために スペースを開いて」

他者が語ったことから、各自、もっとも響いたこと、また自分の中でもっとも抵抗を感じたことを分かち合う。その際、聖霊の促しに自らをゆだねる。「聞いていて、いつわたしのこころは燃えていたか」



沈黙と
祈り

「ともに形づくって」

わたしたちはともに、霊における対話の成果を識別し、まとめるために、すでに明らかになっていることを基礎として対話する。つまり、直観と意見の一致を評価し、不協和音・障害・新たな問いを特定し、預言者的声が現れてくるのに任せる、重要なことは、その作業の成果物に自分の声が反映されている、とあらゆる人が感じられること。「聖霊は、わたしたちをともに、どの段階へと招いているか」



感謝のための終わりの祈り

祈り

- 「霊における会話」では「祈り」が大切な要素となります。個人の「祈り」、グループのメンバーとともにする「祈り」です。定型句の「祈り」ではなく、こころに浮かんだことを思い巡らすような「祈り」です。
- 「霊における会話」は「祈り」を基調になされます。この点がこれまでの「分かち合い」とは異なるでしょう。
- 突然「祈ってください」と沈黙の時間を与えられると、戸惑いが生じるのは確かです。しかし、こころを落ち着かせ、目を閉じて、息を整えて、祈りの雰囲気醸成していけば、自ずとこころに浮かんでくるものがあります。それが聖霊の促し、聖霊の働きです。
- 第1ステップでも、第2ステップでも、祈ったことを分かち合います。自分のこころの中に生まれたものを自分だけのものにしないで、グループのみんなに明け渡していくのです。
- 特に第2ステップでは誠実さが求められるでしょう。メンバーが分かち合ってくれる祈りの内容に対して、付け加えたり、展開したりする誘惑が必ず生まれます。それを抑えて、自分が祈りの中で感じたものをポジティブなものであれ、ネガティブなものであれ、語るのです。
- 第3ステップは、グループによる識別の段階です。神の霊への信頼が求められます。聖霊はそれまでの二つのステップを通して働いてくださいました。ですから、困難を極める第3ステップでも働いてくださるのです。

参加者に求められるもの

- 最初に書記の人、そして発表の人を決める。
- 祈った内容をあらかじめメモに残す。それをもとに分かち合う。最長

でも3分間。

- グループへの信頼、そのための開かれたところ。
- わたし→あなた→わたしたちのダイナミックな展開
- 第1ステップでは「わたしは」を主語にして語る。
- 第2ステップでは「あなたは」を主語にして語る。
- 第3ステップでは「わたしたちは」を主語にして語る。
- 秘密の保持：「霊における会話」での個々の「分かち合い」の内容は口外しない。

ファシリテーターに求められるもの

- テーマについてよく祈る。先走って考えない。
- グループをコントロールしない。ただし、時間のコントロールは必要（キッチンタイマーが有効）。
- それぞれの発言をメモする。
- ファシリテーターは司会者ではない。
- それぞれの発表は順番にする。最初にある人を決めて、時計回りといったように。
- ファシリテーターもまた一人の参加者なので、発言してもかまわない。
- 課題の他に「み言葉」を提示することも可能。
- 第2ステップから第3ステップへの移行が難しい。こころの変化に気づくような黙想の時間を取ってもよい。

実際に「霊における会話」をおこなう場合のプログラムの例を、次のページに用意しました。参考にしてください。この例では、ファシリテーターとタイムキーパーをそれぞれ別な人が行っています。

「霊における会話」分かち合いプログラム (タイムキーパー、ファシリテーター用) の例

(1 グループ 6~8 人前後の場合)

1. 準備するもの

- 「霊における会話」参加者用シート

(付箋を使用する場合) :

- 付箋 (1 人 3~4 枚)
- A3 の紙 (各グループに一枚)
- マーカー (各グループに数色)

2. 事前の準備に関して

1. 参加者：_____人

2. グループ分け：タイムキーパーも含め、一つのグループが 6~8 名程度になるようにする。さまざまな立場の人が混ざっているグループをつくる。

3. ファシリテーターがいる場合：グループに 1 人。タイムキーピングもする。

4. ファシリテーターがいない場合：グループの一人にタイムキーパーを依頼する。

5. 第 3 ステップの時に、1 人数枚の付箋を配る場合、グループとして浮かび上がった重要なポイントを 1 枚につき一言ないしは一文にして書き、読み上げたあと、A3 の用紙に貼っていく。

3. 当日の流れ

時間	項目	注意点
	<ul style="list-style-type: none"> ・(ファシリテーター、タイムキーパー打ち合わせ) ・(各自グループに分かれる) 	<ul style="list-style-type: none"> ・説明する人：
約 10～20 分	<ul style="list-style-type: none"> ・「個人の準備」：テーマについて沈黙のうちに考え、思い巡らす。 ・テーマ： 	<ul style="list-style-type: none"> ・説明する人： ・「個人の準備」：10～20 分程度。
約 5 分	(直接グループに分かれる場合) <ul style="list-style-type: none"> ・流れの説明 	<ul style="list-style-type: none"> ・説明する人： ・分かち合い（特に第 1、2）では、最初の発言者から席順に発言することが勧められている。第 3 では自発的でも可。 ・第 1 の分かち合いは、1 人 3 分。 ・第 2 の分かち合いは、1 人 2 分。 ・第 3 の分かち合いは、1 人 1 分。 ・発表する内容の話し合いの時間を設ける。その中で、発表者も決める。 ・(全体会をする場合) 各グループ 1～2 分で発表。
約 20～30 分	<ul style="list-style-type: none"> ・祈り：シノドスの祈り、み言葉の朗読、主の祈り、アヴェマリアの祈り等 ・第 1 の分かち合い（第 1 ステップ） ☞ それぞれが沈黙の祈りの中で感じたことを話す。 ・沈黙のふり返り：グループの一人ひとりの語りを聞く中で心に浮かび上がったこと、その中でもっとも響いたこと、もっとも抵抗を感じたこと、大きな課題と感じたことや 	<ul style="list-style-type: none"> ・ファシリテーター、タイムキーパーが祈りをする。 ・メモを取ることを勧める。 ・ファシリテーター、タイムキーパーは時間を超過したら知らせる（お勧めとして、スマートフォンのタイマーもしくはキッチンタイマー）。 ・1 人 3 分話す。 ・2～3 人話すと 30 秒から 1 分沈黙。それを 3～4 回繰り返す。 ・全体が終了した後、2 分程度もしくは設定の時間まで沈黙の祈り。

	<p>霊が働いていると感じたことについて祈りのうちに思い巡らす。</p>	
約 15～20 分程度	<ul style="list-style-type: none"> 第 2 の分かち合い（第 2 ステップ） ☞ 第 1 の分かち合いを聞いて感じたことを話す。 ☞ 第 1 ステップで自分が発言しきれなかったことを追加で話すのではなく、グループの一人ひとりから聞いたことを祈りのうちに思い巡らす中で浮かび上がったことを発言する。 	<ul style="list-style-type: none"> 1 人 2 分話す。 2～3 人話すと 30 秒から 1 分沈黙。それを 3～4 回繰り返す。 全体が終了した後、2 分程度もしくは設定の時間まで沈黙の祈り。
	<ul style="list-style-type: none"> 沈黙のふり返り 	<ul style="list-style-type: none"> （付箋を使う場合）1 人数枚の付箋を配り、グループとして浮かび上がった重要なポイントを一枚につき一言ないしは一文にして書く。
約 10 分程度	<ul style="list-style-type: none"> 第 3 の分かち合い（第 3 ステップ） ☞ 第 1、第 2 を通してグループとして聖霊が導いてくれていると感じた気づきを分かち合う。 沈黙のふり返り 	<ul style="list-style-type: none"> 1 人 1 分程度話す。 発言は、席順でも自発的でもかまわない。 その場の雰囲気、沈黙の祈りをはさむか、はさまないかは、各自で判断。 （付箋を使う場合）付箋に書いたことを読み上げる形で発言し、A3 の用紙に貼っていく。分かち合いの内容において一致している部分を見極め、それとともに、一致し難い部分や新たな発見も見いだしながら、共同作業をする。
約 5～10 分程度	<ul style="list-style-type: none"> 発表の準備 	<ul style="list-style-type: none"> 発表者は各グループで決める。
	<ul style="list-style-type: none"> 感謝のための終わりの祈り 	<ul style="list-style-type: none"> ファシリテーター、タイムキーパーが誰かに頼むか、自分自身でおこなう。
	<ul style="list-style-type: none"> （休憩） 	<ul style="list-style-type: none"> 時間があれば各自休憩する。
	<ul style="list-style-type: none"> 全体会 ☞ 各グループ発表 	<ul style="list-style-type: none"> 発表時間：各グループ 1～2 分
	<ul style="list-style-type: none"> 閉会 	

「霊における会話」のためのシート (参加者用) の例

<第1ステップのために> 沈黙の祈りの中で、心に残ったことをここに書きとめます。

第1ステップ：「発言し、聞く」 1人最大3分

一人ひとりが祈りのうちに得られたこと、上に書きとめたことを分かち合い、その発言を小グループにいる一人ひとりが注意深く聞くことに専念するときです。聞き取れない言葉について質問することはできますが、相手の語った内容について、コメントや賛否を述べることはしません。一人ひとりが語っていることに敬意を表しながら、受けとめます。分かち合いの時間は1人最大3分です。

<第2ステップのために> 沈黙の祈りのうちに思い巡らします

沈黙のうちに第1ステップの分かち合いをふり返ります。

グループの一人ひとりの語りを聞く中で心に浮かび上がったこと、その中でもっとも響いたこと、もっとも抵抗を感じたこと、大きな課題と感じたこと、聖霊が働いていると感じたことをここに書きとめます。

第2ステップ：「他者と神にスペースを開く」 1人最大2分

書きとめたことを発言します。分かち合いの時間は1人最大2分です。

第1ステップ同様、敬意を表しながら相手の話を聞きます。

<第3ステップのために> 沈黙の祈りのうちに思い巡らします

沈黙のうちに第1、第2ステップの分かち合いをふり返ります。グループの発言を聞く中で浮かび上がったことをふり返りながら、聖霊がどのようにグループとしてのわたしたちを導かれているのか、その重要なポイントを、短い言葉で1人が付箋数枚に書きとめます。

第3ステップ：「ともに形づくって」 1人約1分

聖霊の導きのもとに、分かち合いの内容において一致している部分を見極め、それとともに、一致し難い部分や新たな発見も見いだしながら、共同作業を通して得られたものをともに分かち合います。

(付箋を使う場合は、1人数枚の付箋を読み上げて発言し、A3の用紙に貼っていきます。)

<発表の準備>

<感謝のための終わりの祈り>

事前に当協議会事務局に連絡することを条件に、通常の印刷物を読めない、視覚障害者その他の人のために、録音または拡大による複製を許諾する。ただし、営利を目的とするものは除く。なお点字による複製は著作権法第37条第1項により、いっさい自由である。

シノドスハンドブック

【非売品】

2024年7月31日 発行

著 者 日本カトリック司教協議会シノドス特別チーム

発 行 カトリック中央協議会

〒135-8585 東京都江東区潮見2-10-10 日本カトリック会館内

☎03-5632-4411(代表)

<https://www.cbcj.catholic.jp/>