CORE
Metadata, citation and similar papers at core.ac.uk

牧会者とグリーフケア
文献研究と牧会の現場から

林　優実

キリストと世界 30 号抜刷　2020.3.1

牧会者とグリーフケア

文献研究と牧会の現場から[1]

林　優実
（東京基督教大学神学部神学科）

Ⅰ　はじめに

本研究のテーマは「牧会者とグリーフケア」である。近年日本では、地震などの多くの災害を経験した被災者の存在から、社会全体においてグリーフケアに対する関心が高まっている。しかし被災地以外においても、グリーフケアはキリスト教会で意識されるべき課題のひとつである。なぜなら教会員の高齢化が進んでおり、教会員および教会員の家族の死は、従来に増して教会が必ず経験する出来事となっている。そのため、死別の悲しみを抱える遺族や教会の群れに対して牧会者がどのように関わっていくべきなのかという研究は重要であると考えられる。

1　本研究の構成と方法

本研究では、キリスト教会の牧会者[2]が、死別の悲しみを抱える教会員またはその家族、そして教会の群れ全体に対して行うグリーフケア[3]に着目し、質的研究の

1　本稿は、東京基督教大学神学部神学科神学専攻の卒業研究論文を、一部要約・加筆・訂正したものである。

2　本研究における「牧会者」という用語は、按手礼を受けた牧師に限定せず、牧師の配偶者も含んだ「牧会に関わっている人物」を指して用いられている。それは、牧師家庭に生まれ育ち、両親の牧会の姿を見てきた筆者が、グリーフケアに限らず様々な牧会の働きには牧師の配偶者の役割が大きく影響していると考えているからである。現状として、牧会における牧師の配偶者の役割について取り上げている研究は多くないが、筆者は今後の研究でさらにこの点に焦点が当てられるべきだと考える。したがって、本研究で実施したインタビューには、特にグリーフケアにおける配偶者の重要性や役割を明らかにすることを意図した設問も取り入れている。

3「悲しみの回復のための第三者からの援助・ケア」を指して一般的には用いられている。また近年は、災害地域の被災者や自殺遺族へのグリーフケアなどを特に取り上げた文献も多く存在するが、本研究では「家族を亡くした教会員および教会の群れが抱える死別の悲しみに対する、牧会者のケア・具体的な取り組み」に焦点を当てている。なお、グリーフケアについての定義や種類に関しては、文献を参考にしつつ次節で言及する。

アプローチに基づいてデータ収集と分析を行う。すなわち、グリーフケアに関する一般文献とキリスト教文献を参考にしつつ牧会者のグリーフケアの定義づけを試みたうえで、現職の牧会者へのインタビューを行う（第１章、第２章）。さらに各回答者のインタビューの結果を比較して共通点や相違点を発見するとともに、それらを文献の内容とも比較して分析する（第３章）。最終的には分析の結果から、牧会者がグリーフケアを行う際に持つべき意識、取るべき言動などについてまとめ、現職の牧会者のみならず将来の牧会者に向けた提言をすることを目標とする（第４章）。

2　グリーフケア研究の背景と定義

本研究での「グリーフケア」とは、いわゆる「悲しみからの回復のための援助・ケア」を指している。そのケアの対象であるグリーフ（悲嘆）は、高木[4]によって「人が大切な人や大切なものを喪失したときに体験する、複雑な心理的・身体的・社会的反応」と定義される。それは人が何かを喪失したときの「正常な反応、ごく自然な人間の感性」でもある。

死別者がグリーフから回復するまでには様々な段階[5]があり、その期間や程度は死別者個人の性格や故人との関係などによって多岐にわたる。また、日本看護協会の宮林・関本は、グリーフケアの種類に関して、死別者が抱える不安や身体的症状が、段階的で自然なものであるという情報を死別者に提供する「情報的介入」、傾聴と共感を求める死別者の感情を受け入れ寄り添う「情緒的介入」、死別者の生活面に対する具体的な手助けを与える「道具的介入」、睡眠障害や食欲不振などの身体的症状に対する専門的なケアを意味する「治療的介入」に分けることが出来るとしている[6]。

なお、宮林・関本は「看護師が行うグリーフケアは、現段階では情報的介入と情緒的介入に、ひとまずとどめておくべき」とし、「ケアをする人間が介入の範囲を

4　高木慶子『グリーフケア入門―悲嘆のさなかにある人を支える』勁草書房、2012年、2頁

5　キリスト教カウンセリングセンター相談所長の斎藤は、死別・生別をはじめ、あらゆる喪失経験に共通する悲嘆のプロセスとして、精神的打撃と麻痺状態、否認、怒りと敵意、罪意識、孤独感と絶望、思慕と探索、あきらめと受容、希望と回復という８つの段階を示している。（斎藤友紀雄『キリスト教カウンセリング講座ブックレット４―悲しんでいる人へのケア』キリスト新聞社、2010年、50-56頁）

6　宮林幸江・関本昭治『はじめて学ぶグリーフケア』日本看護協会出版会、2012年

定める[7]」ことの重要性を示している。筆者は、情報的介入と情緒的介入が牧会者の働きに取り入れやすいケアであること、また牧会者が共依存や燃え尽き、共感疲労などから自身を守る必要があることから、牧会者のグリーフケアにおいても同様のことが言えると考える。

これらのことを踏まえ、本研究で扱うグリーフケアの定義（範囲）は、「死別の体験をした人々が直面する様々な悲嘆の段階を理解し、必要に応じて適切に情報を与えること、また、彼らの感情を受け止め、話を傾聴し、寄り添うこと」としたい。このことを前提として、牧会者ができるグリーフケア・牧会者だからこそできるグリーフケアにはどのようなものがあるか、牧会者へのインタビューの結果から考察する。

Ⅱ　インタビュー調査

本研究では「牧会者とグリーフケア」というテーマの元に、質的研究のアプローチを用い、グリーフケアの現状に関するインタビューを、現職の牧師４名を対象に実施した。この章では実施したインタビューの質問内容と回答者を紹介する。

1　質問内容

インタビューでは本研究のテーマと目的を説明したうえで、５つの中心的な質問を用いて、対象者が考える「牧会者とグリーフケア」について尋ねた。なお、対象者にはインタビュー実施日までにあらかじめテーマの概説と質問内容を提示し、理解を得たうえでインタビューを実施している。インタビューの対話状況により、必要に応じて追加の質問を行っている場合もある[8]が、以下が中心的な５つの質問の内容であり、各質問の意図は脚注に記す通りである。

(1)　グリーフケアを行うにあたり、心掛けておられることはありますか。あれば、どのようなことですか（訃報を聞いてから葬儀を行うまで、また葬儀終了後の数週間、それからさらに数か月後など）[9]。

7　宮林・関本、前掲書、29-30頁

8　A・B・C牧師への（3'）、D牧師への（2'）などがその具体例である。

9　質問(1)では、インタビュー対象者が持つグリーフケアに対する意識や心がけを抽象的に尋ねている。また、訃報を聞いた直後から葬儀まで、葬儀後数週間、さらに数か月後、などの時系列

⑵　現在牧会中の教会（もしくは以前牧会していた教会）において、個人に向けて、また教会に向けて どのようなグリーフケアを行ってこられましたか（可能であれば いくつかの事例とともに 具体的にお聞かせください）[10]。
⑶　葬儀、召天者記念礼拝などの際に気を付けておられること、意識しておられることは何ですか（故人がクリスチャンの場合、ノンクリスチャンの場合ではどのように違いがありますか）[11]。
⑷　グリーフケアに関して、個人または教会に対して 特に牧師夫人の賜物、立場が用いられる場面はありますか[12]。
⑸　グリーフケアに関して、牧会者が気を付けるべき・意識するべき点は何だと思われますか[13]。

2　インタビュー回答者

本研究では、現職の牧師４名に対しインタビューを実施した。回答中には教会員に関係する具体的な事例（個人情報）も含まれているため、彼らをそれぞれＡ牧師、

を例示し、その時々において行われるグリーフケアに差異があるかどうかを尋ねている。

10　この質問では、（1）よりもさらに具体的な取り組み、経験について尋ねている。（1）で回答したグリーフケアに関する意識や心がけに基づいて、牧会の経験のなかで実際にどのような事例に遭遇しどのようなケアを実施してきたのかについて聞くことを目的としている。さらに、特にこの質問において、個人に向けられるグリーフケアの他に、教会の群れ全体に対するグリーフケアの取り組みがあるかどうかについて尋ねている。

11　通常、牧師が司式を執り行うのはキリスト教式の葬儀であるため、仏教など他宗教式の葬儀についての回答はここでは想定していない。設問中の「召天者記念礼拝」とは、キリスト教会で行われる、先に天に召された教会員を偲ぶプログラムを含んだ礼拝式、もしくは墓前礼拝のことを指している。

12　注２で既述した通り、筆者は教会における牧会的な働きには牧師の配偶者の役割も大きく関与していると考えるため、このような問いを設けている。また、牧会的なグリーフケアについて取り上げている先行文献のうちでも、そこにおける牧師の配偶者の役割について言及しているものは見当たらなかった。したがって、グリーフケアにおける牧師の配偶者の働きについての研究を深めるために、この設問は有効であると考えられる。なお、インタビュー対象者が全て男性の牧師だったために「牧師夫人」という単語を用いているが、これは女性教師の存在を否定する意図を含んでいないことを補筆しておく。

13　この質問では、回答者の具体的な経験や現在の考えについて尋ねた上記の４つの質問と比べ、より客観的な視点に基づいた回答を求めている。すなわち、これまでの経験をふまえ、将来の牧会者たちへのアドバイスとして、もしくは回答者自身の今後の牧会において気を付けるべき指針が何かについて尋ねることを目的としている。

B牧師、C牧師、D牧師とするが、そのうちB牧師は配偶者もインタビューに同席したため、B牧師夫妻と表記する。なおB牧師夫妻のインタビューでは、配偶者の回答は任意としていたため、全ての設問に対して夫妻として回答しているわけではない。

また、各回答者のインタビュー内容と牧会経験の関係性を分析するため、それぞれの回答者の牧会年数も記載している。なお、現在牧会している教会を牧師の名前と呼応させてA教会、B教会、C教会、D教会とした。また各教会における回答者の牧会年数は以下の表の通りである。

回答者に共通する特徴は、30-60歳代の男性であることと、いわゆる福音派の神学校を卒業し、福音派の同じ教団に属していることである。

表1　インタビュー回答者概略

呼称	牧会経験年数	現在の教会での牧会年数
A牧師	1-10年	A教会　4年目
B牧師夫妻	11-20年	B教会　6年目
C牧師	21-30年	C教会　2年目
D牧師	21-30年	D教会　4年目

3　インタビュー内容

1人目：A牧師（1-10年／A教会4年目）

(1) グリーフケアを行うにあたり、心掛けておられることはありますか。あれば、どのようなことですか。

数か月前、研修も兼ねて東北地方の被災者支援の取り組みに参加してきました。そのなかで、教会全体として、また牧師として、人々に「寄り添う」ことの大切さを教えられました。その被災地域での取り組みを通して感じたことは、被災された方だけでなく傷を負って悲しみのなかにある人たちのケアのためには、その人たちが自分のところへ来るのをただ待つのではなく、その人たちのもとへ自分から行って、寄り添って話を聞くことが本当に大切なんだと思いました。

そして、ちょうどその研修が終わった翌週に教会員の方が亡くなられて。突然のことだったわけではなく、亡くなられる前からずっと闘病されていた方だったのですが。その方が亡くなられたという訃報を聞いたとき、被災者支援を通して学んだ、「寄

り添う」「その人のもとへ行く」という意識をすぐに思い出しました。

(2) 現在牧会中の教会、もしくは以前牧会していた教会において、個人に向けて、また教会に向けて どのようなグリーフケアを行ってこられましたか。可能であれば、ぜひ具体的な事例とともにお聞かせください。

先ほどの質問で答えた、研修後に亡くなられた教会員の方のケースが一番記憶に新しいですね。今になって思い返してみると、その方が亡くなられる前から私が頻繁にお見舞いに伺って、一緒に祈るということを何度もしていたんです。そのことに対して、ご家族が驚かれて、また非常に励まされたと言ってくださいました。

また、ある朝6時頃、ご家族から「今日中に亡くなるかもしれない」と連絡を受けたことがありました。そのときは、朝でしたがすぐに対応して病室に駆けつけました。病院に着いて何ができる、というわけでもなかったのですが……駆けつけたこと自体をご家族がたいへん喜んでおられました。正直その当時はこれがグリーフケアだ！ と特別に意識して行動していたわけではないのですが、あとになってから、寄り添うこと、駆けつけることが、自分が想像する以上にご家族に励ましを与えているんだなぁと認識しました。

しかし、「寄り添う」というのは、どうしてもこちらが相手に「してあげる行為」というイメージになってしまいがちだと思います。寄り添ってあげる、祈ってあげる、という風に、教会員やご家族との関係が対等じゃなくなってしまうんです。ですから、できるだけ関係をフラットにしたうえで寄り添う、ということがとても重要だと思います。非言語的な部分でも自分の意識からにじみ出るものがあると思いますし。「してあげる」という意識をできるだけ頭の中から排除したうえで、変なアドバイスをしようとするよりも、その人[遺族、関係者]の悲しみや痛みが何なのかを聞くことに徹すること、そもそも話してもらえる環境、関係性を築くことが重要だと思います。

(3) それでは、教会に対しての気遣いや、葬儀、召天者記念礼拝などを執り行う際に 気を付けておられること、意識しておられることはなんですか。

教会へのグリーフケアということからは少し逸れてしまうのかもしれませんが、じつは現在牧会している教会で行われる葬儀は、あまり暗い雰囲気がないんです。あまり湿っぽくないと言いますか、時々笑みがこぼれたりもして。それは私の前任の牧師先生の方針で、終末を意識した教会教育がなされてきたことによって、教会

員が「終わりへの希望」を持っているからだと思います。普段の説教から終末的なこと、終わりへの希望、死に対することについて教会で語っていくことが人々の慰めへとつながって、葬儀に限らず様々な苦難に対しての意識も変わっていくのだと思います。

(3') ノンクリスチャンの方が亡くなられた場合の葬儀についてはどうお考えですか。

まだノンクリスチャンの方の葬儀の司式は経験がなく、正直不安ですね……亡くなられた方がノンクリスチャンであった場合、その葬儀の説教はどのように語るべきか、難しいですね。ぜひ今後の課題としたいと思います。

(4) グリーフケアに関して、個人または教会に対して 特に牧師夫人の賜物、立場が用いられる場面はありますか。

それはもちろん、大いにありますよ！ 私は教会員の方のお見舞いに行く時でも、必ず家内を連れて行くようにしています。お見舞いの相手が男性の場合でも女性の場合でも。やはり、女性が持つ交わりの力、良い雰囲気と会話を自然につくっていく力は、男性にはない女性の賜物だと思います。私がなかなか気づけない細かいところにも気が付いてくれますし、そもそもその場に女性がひとりいるだけで、なにかあたたかい、良い雰囲気が生まれるように思います。

(5) グリーフケアに関して、牧会者が気を付けるべき・意識するべき点は何だと思われますか。

やはり、寄り添うことがはじめの一歩、ということですね。例えば入院している人のところへ自分から行くことが話を聞き出すきっかけになります。イエス様も、足がなえて動けない人のもとへご自分から行かれましたよね。そのイエス様の姿に倣いたい、倣う必要があると思っています。どうすればいいかわからないときは、イエス様はどうされたか、イエス様ならどうされるか、という風に考えるようにしています。

2人目：B牧師夫妻（11-20年／B教会6年目）

(1) グリーフケアを行うにあたり、心掛けておられることはありますか。あれば、

どのようなことですか。

牧師：訃報を聞いたときは、他の様々な働きがあるなかでもそのことの優先順位を高くして、いえ、最優先でそのために動きます。しかし、牧会者自身が疲れてしまうこともあるので、あんまりべったり関わりすぎないこと、過度に何か慰めの言葉を言おうとしないことを意識しています。

また、葬儀が終わった数か月間も、ご遺族がどういう状態にあるのか気にするようにしています。表向きが元気に見えても、やはりダメージは大きいでしょうし。そのような悲しみの体験のあとは、「いつも明るいですね」や「もう大丈夫ですよ」などとは言わず、本人にとって悲しいことを、悲しいこととしてしっかり悲しませることが大事ですね。しかし、その一方で、ご遺族への寄り添い方の難しさも感じています。というのは、表に出ている表情と、心の内で何を考えているのかということが異なる場合も多いですし、慰めてほしいのか、ひとりで静まりたいのか読めず、難しいなぁと感じることはありますが、とにかく「もう悲しんでいないだろう」、と決めつけることはしないようにしています。

夫人：夫婦で決めているのは、訃報を聞いたら夫妻ですぐに駆けつけるということです。葬儀をするために、また遺族の方々のために、初動がとても重要になると思います。ご遺族の方がパニック状態になっている場合が多いので、牧師たちがかけつけてくれると安心し、心が少し楽になると思います。

(2) 現在牧会中の教会、もしくは以前牧会していた教会において、個人に向けて、また教会に向けて どのようなグリーフケアを行ってこられましたか。可能であれば、いくつかの事例とともに具体的にお聞かせください。

牧師：ちょうど現在、グリーフケアの真最中にある教会員の方がおられます。ご主人を４月に亡くされた方です。じつは葬儀のときも葬儀の直後も、彼女は泣きもせず、しっかり振る舞っておられました。その背景には、ご主人が亡くなられる直前に信仰を告白して病床洗礼を受けられたということもあるのでしょうが、「いまは悲しみよりも嬉しさがいっぱい」と笑顔で話されるほどで……少し、不自然さというか、これからガクッとくるんじゃないかなあとは思いました。そして、やはりそれからしばらくして様子が少しずつ変わっていくのが見られました。亡くなられたご主人についての証しを母の日の歓迎礼拝（５月中旬）にしたい、という申し出があったんです。普段そのように自ら積極的に証しをしたいです、なんて申し出たりすることのない方なので私たちも驚きました。また、ご主人が生前過ごしておられ

たご自宅の２階に行くことができない、というお話も伺いました。やはりご主人の死という「現実」に向き合うことは簡単なことではなかったようです。

しかし、彼女は教会の取り組みを通してグリーフケアを少しずつ受けられたようでした。Ｂ教会では「がん哲学外来カフェ」の取り組みをしていて、彼女はそのスタッフをしてくださっていたのですが、そのなかでがんで家族を亡くされた遺族で集まる機会があり、ご本人から心を開いて思いを話しておられました。がんで家族を亡くされた、似た境遇にある人々とともに悲しみの経験を共有し、分かち合うことができたのがとても良かったようです。そのことから思わされたのは、牧師夫妻で全てを担う必要はないんだな、ということです。教会が「家族」として、その悲しみを一緒に担うことがグリーフケアになるんだ、ということがよく分かりました。

ちなみにその後は、ご主人が亡くなられてちょうど半年後の命日にお花をもって夫妻でご自宅を訪問いたしました。ちゃんと覚えてますよ、と示すためです。そのことを彼女は非常に喜んでくださいました。

(3) 葬儀、召天者記念礼拝などを執り行う際に 気を付けておられること、意識しておられることは何ですか。

牧師：Ｂ教会では年に２度、霊園での墓前礼拝を行っていました。私たちが赴任する前からの取り組みです。しかし、教会から遠く離れた墓地への行きづらさから墓前礼拝に参加できる方が限定されてしまう、という問題があり、今回初めての取り組みとして、召天者記念礼拝のあとの午後の時間を使って礼拝堂で故人の思い出を分かち合う、という時間をもちました。礼拝堂ということもあってか、みなさんリラックスして、先に亡くなられた教会員の方々の写真を見ながらいろんな思い出を語ってくださり、とても良い時間でした。そのような機会が必要なんだと感じました。

また、7、8年前にクリスチャンの息子さんを亡くされた未信者のお母様が、毎年彼の召天記念日に必ず墓前礼拝を希望されるんです。私たち牧師夫妻も毎年その日は極力予定をあけて、墓前でともに礼拝を行っています。その方は息子さんが亡くなられてから初めて教会に足を運んでくださって、その後も何回か来られましたが、いまもやはり深い悲しみがあるようです。

(3') ノンクリスチャンの方の葬儀の司式をされたことはありますか。

牧師：教会員の方のご主人が亡くなられたときに、亡くなられたご本人はノンクリ

スチャンで、でも奥様の希望があって教会で葬儀を執り行った、という経験はあります。奥様が福音を伝えていらっしゃいましたね。でも結局目に見える信仰告白などはありませんでした。しかし、ご主人が天国に行けたかどうかということは、結局は誰にも分かりませんから。救いとは何なのか、改めて考え直す機会になりました。

しかし、その葬儀のときに「残念だったね」って声をかけられた方がいたようでして。その奥様やご家族の方々に向かって、です。教会員の方で……悪気はなかったのだろうと思うのですが、「ご主人は未信者のまま亡くなられて、残念だったね」と。それを聞いて、ご遺族の方々、特に奥様はひどくダメージを受けて……落ち込んでおられましたね。人が救われたかどうかは人間にはわかりませんよ。牧師としても難しいところでした。必ず天国に行ったという断定は決してできませんでしたが、「希望がありますから」と言って慰めたのを覚えています。

(4) グリーフケアに関して、個人または教会に対して 特に牧師夫人の賜物、立場が用いられる場面はありますか。

牧師：牧師夫人の働きは、多々あります。そもそも教会というのは女性の教会員の割合が高いものです。そうすると、必然的にご主人が亡くなられるケースのほうが多いので、やはり女性を慰める能力に関しては女性が抜群だと思います。また、どなたかが亡くなられたとき、牧師は通常の牧師としての働き、説教準備などに加えて、前夜式や葬儀の準備、説教の準備などが一気に入りますから、ご遺族との細かいやりとりや状況の把握は、正直牧師夫人ありきで成り立っているようなものですね。

そして訃報を聞いたときだけではなく、その後ご遺族を訪問する場合であっても牧師夫妻で訪ねるほうが良いと思います。慰めや励ましのために。男性だけでは他の人の気持ちを汲むなど、どうしても細かい配慮が行き届かない部分がありますので。

夫人：一般的な牧師夫人の賜物というよりも、私自身の賜物に関することになるのですが。私は若いときに父親を亡くしていて。そのときの経験が今の牧会でのグリーフケアに用いられているように感じます。というのは、当時牧師だった父を亡くした私は泣くことができなかったんです。「お父さんは天国に行ったんだから、大丈夫でしょう？」という教会の暗黙の雰囲気と言いますか、牧師家族に対する期待みたいなものがあって……泣くことができなかった。泣く姿を見せられなかったん

です。あの悲しいときに、悲しむことができなかった、許されなかった、という状況は……本当に良くなかったなぁ、と感じます。愛しているからこそ、その人が不在になったときに深い悲しみを感じるのは当然のことです。たとえ亡くなったのがクリスチャンであっても、牧師であっても。私はそのときちゃんと悲しみに向き合うことができなかったので、その後、本当の意味でその悲しみに対する解決を得るまでにすごーく長い時間がかかりました。その経験を通して不在の悲しみに向き合い、ちゃんと泣くことの大切さが分かりましたし、その経験を生かして今はしっかり伝えることができます。

特にその経験が用いられた、と思ったのは、数年前に教会員の方が亡くなられたとき、その娘さんと関わったときです。その方ががんで亡くなられたのは、彼女が高校生で、ちょうど彼女が洗礼を受けた翌日のことでした。若くして父親を亡くす、という同じ境遇を経験した者として彼女の気持ちを理解し、同じ立場に立つことができました。やっぱり彼女も葬儀のあと教会で見かける姿は、強がっているような、無理して笑っているような、そんな感じで。そんな彼女の姿を見て、私と彼女とふたりっきりで話す時間をもちました。他の人たちがどうかではなく、彼女自身がどのように感じているか、どういう思いなのか、よく聞くように心がけました。なにしろ彼女がいろんな思いをひとりきりで抱えこんでしまうことがないように、です。

グリーフケアにおいて牧師夫人の働きが必要だと思うのは、家族が亡くなられたとき、感情の起伏が激しくなっていまの気持ちを誰かに話したい、誰かに聞いてもらいたい、と思われる方が多いからです。ご遺族の方々に傾聴する作業が初動のときに重要です。かと言って、葬儀社との打ち合わせなどのように実務的なことも同じく必要です。だからこそ牧師１人ではなく夫妻で協力し、役割分担することがとても大事だと思います。私たちもこれまで、葬儀までの数日の期間に葬儀準備を牧師が行い、訪問は牧師夫妻で行うなど、夫妻で協力して対応したケースがいくつもありました。

(5) グリーフケアに関して、牧会者が気を付けるべき・意識するべき点は何だと思われますか。

牧師：天国への希望はありつつも遺族は現実的な悲しみを抱えていますから、「大丈夫ですよ」とは絶対に言わないようにしています。その悲しみを一緒に受け止めてあげる作業がとても大切なので、「いつまでも悲しんでいちゃいけません」などとは絶対に言いません。絶対に言わないほうがいいですね。召天者記念礼拝などで

の説教のなかでも、天国への希望を語ると同時に、しかし地上においては残された者たちには深い悲しみがある、という「両面」を必ず語るように意識しています。またキリスト教は、天国に行けるという希望があり、ある意味での問題解決はされているという良さがありますが、葬儀のあと遺族がほったからしにされがちなんですね。仏教では四十九日など、グリーフケアのための儀礼や儀式が何度もありますよね。個人的には遺族のグリーフケアのためには、キリスト教にも仏教のそれに代わるようなものがもっと必要なのではないかと思います。

夫人：訃報を聞いて葬儀を行うまではもちろん、その後のケアに関しても言えることですが、教会員の方が亡くなられるというのは牧会者自身にとっても非常に大変な、つらいことです。ですから、グリーフケアの全部を自分たちだけで担う必要はないんだと心得ておくことが大切だと思います。また、やはり「キリストのからだ」の一部が取られる、取り去られることに対して、遺族だけではなく牧会者も、教会全体も悲しみを感じているということを認識しておくことです。牧師たちはその期間にはぜひ自分のことも大切にしてあげてほしい。自分自身の状態にもよく注意しておくってことですね。そして、普段からそうですが、教会員が亡くなられて葬儀の準備などが必要なときは特に、牧会者のためにぜひ祈ってもらったらいいと思います。

3 人目：C 牧師（21-30 年／ C 教会 2 年目）

(1) グリーフケアを行うにあたり、心掛けておられることはありますか。あれば、どのようなことですか。

これをグリーフケアと呼ぶのか分かりませんが、私は訃報を聞いてからご遺族に最初にかける言葉というのを決めています。それは、「寂しくなりましたね」という言葉です。もちろん絶対にこれ！っていうことじゃありませんが、基本的にはやはり、たとえクリスチャンの場合でも地上での別離の悲しみがありますからね。天国への希望はありつつも。何しろ、「ご主人は天国に行かれたから大丈夫ですよね」とか「悲しまなくていいんですよ」とか、不用意な言葉がけをしないようにしています。遺族が直面している現実的な悲しみをまず大事にしてあげるために、です。それはノンクリスチャンの方が亡くなられた場合ももちろんですね。

また、すごく細かいことではありますが、駆けつけるときに服装を整えすぎて行かない。というのは、訃報を受けたら夜中であっても必ずすぐに駆けつけますが、

スーツのようなきちっとした服では行かない。そりゃそうだと言われそうですが、まるで牧師がその方が亡くなられる知らせを待っていたかのような印象を駆けつけたときに決して与えないようにするためです。また、いつ何時誰に何が起きてもすぐに知らせに反応できるように、普段から寝る時は携帯電話の着信音、電話の着信音を切らずに、鳴るようにして寝ています。

それから、悲しみに同調する以上に段取りを優先しないということですね。これは個人的にとても重要なこととして意識しています。牧師ってのはどなたかが亡くなられたとき、その後の葬儀の内容や段取りについて遺族と迅速に打ち合わせしたくなるんです。というか、打ち合わせする必要があるんです。でも、ご遺族がまだ泣いていたり、放心状態になっていたりするときに、こちらが葬儀のことについてそわそわ気にして落ち着かず、なにかご遺族を急かすような、そんな様子・雰囲気を出さないように注意しています。葬儀の打ち合わせはご遺族の方の心がパニックから少し落ち着いて、葬儀について考えられるようになって、向こうから声をかけられたら、丁寧に少しずつそういう実務的な話をするようにしています。

(1') それでは、たとえば葬儀が終わってから数週間、数か月間などの期間において、ご遺族との関わり方で気を付けておられることはありますか。

葬儀などが一通り終わってから数か月、数年のうちは、「この人は、最近身内を亡くされた方なんだ」ということを頭の片隅にでも必ず覚えたうえで接するようにします。そうじゃないとやっぱり、例えば「近頃やっと元気が出てきました」と言われたときなどに、なんのことか思い出せなくて不用意な返答をしてがっかりさせてしまうことが起こりうるからです。そういう意識が少しでもあればちょっとしたことに気づけたりできますし。そうやって、牧師先生は自分のことをいつもどこかで分かってくれている、自分のこの悲しみを覚えてくれている、と感じさせることは、本人のグリーフケアのために必要なことだと思います。

(2) 現在牧会中の教会、もしくは以前牧会していた教会において、個人や教会に向けて、どのようなグリーフケアを行ってこられましたか。可能であれば、いくつかの事例とともに具体的にお聞かせください。

これまでに牧会していた教会でのことを思い返すと、何か教会に向けて意識したこととしては、正直特別なことは何もできていなかったかもしれません。でも、教会員や教会員家族の命日は可能な限り覚えて、声をかける努力はしています。人数

が多い教会のときは大変でしたが。

それから、信徒には普段からその人の誕生日に合わせて誕生日カードを送るのですが、ご家族が数年内に亡くなられた方の場合、特に人生の中途で召された家族がおられる方の場合は、カードのなかでそのことについて一言短く触れるように心がけていました。

また、教会員や教会員のご家族などが亡くなられたときは、礼拝で配られる週報に記載してお知らせの時間に報告したり、葬儀があった週の次の礼拝のお知らせの時間にご遺族から一言挨拶をいただいたりしますね。もちろんご遺族から了承を得てのことですが。あとは、ちょうど礼拝の日が教会員の方の命日だったりする場合は説教の冒頭や説教の中でそのことについて少し触れたりもします。そうやって教会全体としてご遺族の悲しみを共有できるように、しかし大袈裟になりすぎないように、意識しています。

(3) 葬儀、召天者記念礼拝などを執り行う際に 気を付けておられること、意識しておられることは何ですか。

１つ目の質問の回答でも言いましたが、葬儀の段取りなどの具体的･実務的な「すべきこと」をあまり優先しないようにしています。葬儀屋さん、もしくはご遺族のほうから葬儀についての声掛けが無い限り、ご遺族が悲しんでいることを無視して実務的なことを優先しているような発言は避けます。

(3') ノンクリスチャンの方が亡くなられた場合については、どのように考えておられますか。

私は、私たち人間にはノンクリスチャンの方が天国に行ったとも行けなかったとも言うことはできないと思っています。イエス様を信じたかどうか、その方が人生のどこかのタイミングで福音を聞いていたかどうかは私たちには分かりませんから、故人の魂の救いについては神様におゆだねしましょう、というスタンスをとっています。その場合の葬儀の説教では、その人が天国に行ったかどうかということよりも、その人の生前の歩みを覚え、偲ぶことを中心としていますね。

(4) グリーフケアに関して、個人または教会に対して 特に牧師夫人の賜物、立場が用いられる場面はありますか。

そうですね、私も含め、一般的に牧師はあまり泣かないことが多いですよね。そ

の点牧師夫人は遺族とともに涙を流して、遺族の悲しみに寄り添う役割を果たしてくれていると思います。亡くなられた直後だけではなく数週間後などでも、礼拝後にご遺族の女性の方とともに涙を流して抱き合って祈っている姿をしばしば見かけました。

(5) グリーフケアに関して、牧会者が気を付けるべき・意識するべき点は何だと思われますか。

なにしろ、実務的なことを優先しすぎないことですね。段取りを決める必要もあるのですが…あ、特に牧師になりたてのときなんかは経験がないので分からないことばかりで焦る気持ちが大きかったことを覚えています。でもそこはうまくバランスをとっていかなければいけません。まずはしっかりとご遺族の方の現実的な悲しみに寄り添って、向こうから葬儀の打ち合わせの話を持ちかけてくるまではそのような雰囲気は出さないし、言わない。じつはそういう話を実際に聞いたことがあるんですよね。まだ葬儀のことなんて考える気になれないのに、牧師先生がやたら葬儀の打ち合わせをしたがっていてすごく悲しくなった、という話です。それを聞いて私自身も特に意識するようになりました。

また、葬儀が終わってから数か月、数年間は、この人は最近家族が召された人なんだ、ということを必ず頭の片隅に置いたうえで接することが重要だと思います。自分の悲しみを牧師先生も分かってくださってるんだ、覚えてくださってるんだ、と思わせ、安心させることがグリーフケアのひとつだと思います。

しかしこれらのことは、誰かに教わったわけではなく、牧会をするうちにだんだん身についてきた意識ですし、実際グリーフケアの現場でのちょっとした言動なんかは牧会者本人のセンスにもだいぶ左右されるように思います。

4人目：D牧師（21-30年／D教会4年目）

(1) グリーフケアを行うにあたり、心掛けておられることはありますか。あれば、どのようなことですか。

私は長い牧会経験のなかで、本当にいろんな方の様々な死の悲しみに関わってきました。クリスチャン夫妻のご長男が自死されたケース、一人暮らしをしていた私の妻の弟、つまり私の義理の弟が突然亡くなったケース、若くして奥様を亡くされたご主人のケースなどです。ご高齢で、ご長寿で亡くなられた方のご遺族の場合は、

ともに「死を見つめる」ということを考えながら関わりますが、先ほど挙げたような突然の死におけるグリーフケアは「ご遺族のショックと喪失感へのケア」ですよね。種類が違うとまでは言いませんが、関わり方に多少の違いが出る気がします。

訃報を聞いてからのグリーフケアとしては、教会員夫婦のご長男が自死されたときは、両親から夜中３時頃に電話がありました。電話越しにご両親も戸惑い、葛藤されている様子で、正直そのときはかける言葉が見つかりませんでした。詳しい事情は分かりませんでしたが、一報を聞いたときにすぐ電話越しに祈り、その後は両親をどうやって支えるか考え、ひたすら話を聞きました。私の義理の弟が亡くなったときは、分からないことが多いなか、主の御手にゆだねつつ、寄り添うことを意識しました。知らせを受けたときによく傾聴することを心がけています。

他に心掛けていることとすれば、短くゆっくりと祈ることですね。ご遺族と祈るときは、もっともらしい言葉で長ったらしく祈ることは避け、正直に、短く祈るようにしています。「主よ、私たちにはこの状況が分かりません」という風に、正直に祈ります。それから、気が動転している方と話すときは、こちらは意識的に間をおいてゆっくりと話すようにしています。彼らは不安と戸惑いを抱えてどうしたらいいかわからない状況にありますから、羊飼いとしてはまず彼らを落ち着かせ、一緒にいることを示してあげることですね。こちらもどうしたらいいか分からなくても、彼らを受け止めるために大きくどっしりと構えておくことが必要だと思います。また、訃報を聞いてかけつけられるときはすぐに駆けつけ、ご家族の肩に手を置くなど何かしらのスキンシップをするよう意識しています。もちろん同性の方にのみですよ。「触れる」という行為によって安心感を与えるためです。

それから、葬儀後の数週間などは、毎週ではなくても一緒に祈る機会を何度ももちます。牧会者の雰囲気や賜物、人柄にもよりますが、この時も私は同性のご遺族の肩に手を置いて祈るようにしていますね。

(2) 現在牧会中の教会、もしくは以前牧会していた教会において、個人に向けて、また教会に向けて どのようなグリーフケアを行ってこられましたか。可能であれば、いくつかの事例とともに具体的にお聞かせください。

１つ目の質問で答えたことの他には、例えばご高齢で伴侶を亡くされた方の場合なんかは、電話で話を聞いたり、なにかお手伝いできることがないかと尋ねたりして、こちらが関心を持っていること、覚えているということを示します。また最近では伴侶を亡くされてお一人暮らしの高齢者が多くいますので、葬儀や記念会の際

に遺族の方と連絡先を交換してコンタクトをとり、ノンクリスチャンのご家族を巻き込んで一緒にその方のサポートをするようにしています。

(2') 教会に向けてのグリーフケアとしては、何か意識しておられることはありますか。

はい、グリーフケアは、起こってからはもちろんですが、起こる前からもすることができると思います。たとえばいま話題の「終活ノート」を利用して、死というものに向き合い、備えをさせることなんか良いですね。生きているうちに自分の死や周囲の死について考えておくことは、結果的に悲しみの期間が短くなることにつながります。D教会では以前、教会の修養会で終活について取り上げ、みんなで終活ノートを書く取り組みをしました。

また、説教で語ることですね。と言っても、復活の希望や死についての単なるhow-to的なことを語るのではありません。悲しいことや苦しいことの意味について普段の説教から語り、聖書から教え、教会の群れを備えさせておくよう心掛けています。

(3) 葬儀、召天者記念礼拝などを執り行う際に 気を付けておられること、意識しておられることは何ですか。

最近は直葬と呼ばれる、前夜式や葬儀を省いて火葬のみを行うケースが多くなってきているようですね。しかしそのような場合であっても故人の人格的な尊厳を覚えるとともに、その人の死における主の計画を覚え、主の備えへの希望を語るよう意識しています。

まったくのノンクリスチャンの葬儀を司式した経験はありませんが、家族や親族にノンクリスチャンがいる場合は、終活ノートに書かれた故人の信仰の証しや家族への言葉が伝道となることもあるようです。

召天者記念礼拝については、D教会では通常の礼拝の時間に記念礼拝を行い、午後に墓前礼拝と愛餐の時間を持ちます。毎年ご遺族の方に写真または何かしらの遺品を持ってきていただいて思い出を語ってもらうのですが、毎年とてもいい時間となっています。教会の群れのいいところは、同じ主にある兄弟姉妹として一緒に故人を偲ぶことができることですね。故人の生きた証しを共有し連帯感を持てることが、遺族への慰め、グリーフケアになるのだと思います。

(4) グリーフケアに関して、個人または教会に対して 特に牧師夫人の賜物、立場が用いられる場面はありますか。

もちろんですよ！ 大いにあると思います。やはり悲しみの中にある人にとって、女性の存在、働きは大きいですね。自然と安心感を与えることができます。ですから訃報を聞いてご遺族のところに行くとき、牧師夫人も一緒にそこに行くと良いと思います。牧師が事務的に葬儀の準備や打ち合わせをする間、ご遺族の方に何気なく寄り添っている、それだけで全然違います。女性は人々の感性を拾うことができる、と言いますか、いっぱいしゃべることが重要なのではなく、その場に存在するだけでも良いんです。

葬儀後のグリーフケアに関しても、牧師よりも牧師夫人が遺族に寄り添って一緒に悲しむ在り方が、やはり女性の賜物として大きいですね。男性がうまく表現しきれない悲しみや感情を牧師夫人が拾ってくれることで、母親的な役割を自然にしているのではないでしょうか。

個人的にはグリーフケアに限らず、牧会をするうえで女性の働きは非常に大きいと思っています。次にやるべきは何かとすぐに考える男性と、感情的な部分をうまく受け止められる女性とは、やはりできること、向いていることの種類が違いますから。

(5) グリーフケアに関して、牧会者が気を付けるべき・意識するべき点は何だと思われますか。

あまり感情移入しすぎないこと、でしょうか。牧会者自身が疲れてつぶれてしまわないためにです。ご遺族は最終的には牧会者ではなく主イエスによって真の慰めを受け強められていくのだ、牧会者はそのお手伝いをする働きなのだ、ということを知ることです。最近は、様々な理由があるのだと思いますが、牧師や牧師夫人の先生方が倒れてしまったという話もよく聞きます。それを防ぐためにも、ご遺族がイエス様によって慰められるように、それができるように、うまく距離をとりつつお手伝いをすることが大切です。

それから、3年が経つくらいまでは、その人が亡くなられた日にご遺族にメールか電話で連絡をとります。亡くなられてから1年から3年ぐらいが、手続きなどの忙しい日々が終わって喪失感を改めて感じて一番寂しい、つらい時期だと思いますから。葬儀が終わったあとも、ご遺族に寄り添い、その悲しみをともに覚える。そしてそのことを表現することが大切だと思います。近頃は訪問や電話を少し重たく

感じられる方もいるようですから、そのような方にはLINEやメールで軽く連絡を取るなど、何かしらのかたちで気にかけていることを伝えるようにしています。

高齢者が多い今後の教会では、葬儀の機会はこれからますます増えていくと思います。仏教なんかでは、法要などで故人を供養することでグリーフケアをしていますね。遺族自身がその供養に関わり手をかけてやることにより、自身の悲しみも少しずつ和らいで、時間とともに死を受け止められるようになるようです。その点で言うとキリスト教は、葬儀の後はほったからしというか、あっけなく終わってしまいがちです。遺族がきちんと死を受け止められるように、葬儀のあとも悲しみに寄り添って、ともに時間をかけてグリーフケアを行うという意識が重要だと思います。

Ⅲ　インタビュー分析

この章では、前章で提示した現職の牧会者のインタビュー内容を分析する。その分析方法として、それぞれのインタビュー対象者の回答を比較して共通点や相違点を発見する内部分析に加え、先行研究文献をもとにインタビューの内容を検討する外部分析を用いる。以下にまとめられる７つの点は、分析の結果抜粋された、牧会者のグリーフケアにおいて重要であると考えられる事柄である。

1　訃報を聞いたらすぐに駆けつける

インタビュー回答者全員は共通して、訃報を聞いたとき、もしくは亡くなる可能性の知らせを受けたときは、時間に関係なく、すぐにその人のもとに駆けつけることが重要であると語った。斎藤が示すグリーフの８つの段階にあるように、死別の現実を目の前にした遺族たちは、死別のショックから茫然自失の状態やパニック状態に陥っている場合がある[14]。したがって、平常時から彼らの霊的な指導者の役割を担っている牧会者がその場に姿を現すことは、彼らに安心感を与えるための初動として非常に重要なのである。そのような迅速な対応をするためには、普段から緊急の事態や知らせの可能性を意識した備えをしておく必要がある。

2　言葉がけに注意を払う

訃報を聞いたときや病室に駆けつけたとき、さらには葬儀を終えてしばらくした

14　斎藤、前掲書、50-56頁

あとも、死別者にかける言葉には細心の注意を払う必要がある。この点についてインタビュー回答者全員が言及していること、またグリーフケアに関する多くの文献でも取り上げられていることからも、その重要性は明らかである。

宮林・関本は情緒的介入のグリーフケアに関して、「死別者に対し、特定の条件下以外では、叱咤や激励、教示は必要ではありません」としている[15]。また高木は、悲嘆者を支える際の注意点として、「アドバイスをしない」こと、「『がんばろう』などの励ましの言葉を言わない」こと、「相手を理解しているかのような発言を安易にしない」こと、「気休めを言わない」こと等を挙げ、グリーフケアを行う者たちができることは「最大限にその人の気持ちを理解しようと努め、傾聴するよう努めること、とにかくその人をそのまま受け入れることである」と述べている[16]。

さらに斎藤は、信仰者が不条理に思われるような死別に直面した場合に関して、信仰者が聖書のメッセージをもって自身を慰め励ますことは可能だが、それを他人に対して安易にすべきではないと断言している[17]。すなわちクリスチャン同士の関係性であっても、当事者の悲しみは当事者にしか分からないということを認識し、言葉がけに注意を払うべきなのである。これはグリーフケアに限らず言えることであるが、グリーフケアの現場においては特に、牧会者は箴言 12 章 18 節[18] を意識し、知恵をもって言葉を発するよう注意すべきである[19]。

死別という悲嘆の現実に直面したときから死別者の頭の中は様々な感情や考えであふれかえり、パニック状態になることがある。その後、死別者は長い期間をかけて少しずつ死別の現実に向き合い、様々なグリーフの段階を経験する。したがって牧会者は、死別直後だけでなくその後の長い期間において、死別者への言葉がけの内容や方法に注意を払う必要がある。すなわちグリーフケアを行う牧会者に求められるのは、軽率な言葉で励ますよりもむしろ、忍耐をもって死別者の声に耳を傾ける、ヤコブの手紙 1 章 19 節が教えるような「聞くのに早く、語るのに遅い」姿勢なのである[20]。

15　宮林・関本、前掲書、26 頁

16　高木、前掲書、13-17 頁

17　斎藤、前掲書、44 頁

18　箴言 12:18「軽率に話して人を剣で刺すような者がいる。しかし、知恵のある人の舌は人を癒やす」。以下の聖書の引用は、新日本聖書刊行会『聖書―新改訳 2017』（いのちのことば社、2017 年）による。

19　伊藤順造『グリーフケア―心の痛みに寄り添う』雄峰舎、2012 年、91 頁

20　ヤコブ 1:19「私の愛する兄弟たち、このことをわきまえていなさい。人はだれでも、聞くのに

3　悲しみを受け止め、寄り添う

インタビュー回答者によると、「寄り添う」こととは物理的に死別者のそばに存在することであるとともに、「悲しみを一緒に受け止めてあげる（B牧師）」、「その悲しみをともに覚えること（D牧師）」である。

宮林・関本は、「寄り添うというプレゼンス」[21]という表現を用いて、寄り添うことが遺族に対するケアの基本であると説明する。物理的、情緒的に寄り添ってくれる人の存在（プレゼンス）によって、死別者の孤独感がやわらぎ、癒やされ、死別者は少しずつ生きる勇気や活力を取り戻すことができるのである。

また、ウェストバーグは著書の中で、様々なグリーフの段階を経験する死別者に対して周囲の人々が一貫して寄り添い続けることの重要性を説いている[22]。すなわち、C牧師・D牧師のインタビュー回答にもあるように、葬儀から数か月、数年が経って死別者が少しずつ現実的な生活に目を向け始めた段階においても、周囲の誰かがその出来事・悲しみを覚え、関心を示して寄り添い続けることが、孤独感や新しい現実とのギャップに苦しむ死別者を励まし、慰めることにつながるのである。

4　クリスチャンとしてのアプローチ

さらに、インタビューの結果から分かる重要な点として、死別者がクリスチャンである場合や、故人が生前にクリスチャンだった場合でも、死別者が抱える悲しみを否定しない、ということが挙げられる。インタビューの回答者たちは、たとえ故人がクリスチャンであった場合でも、死別者が感じる“地上における別離の悲しみ”を尊重し、そのまま受け入れて寄り添うという姿勢を重要視している。これは先述の言葉がけに注意を払うこと、悲しみを受け止め、寄り添うことにも関連しつつ、キリスト教の立場からグリーフケアの事例研究を扱っている文献[23]においても言及されており、信仰と悲しみの関係を正しく理解するために牧会者が特に留意しておくべき点である。

ウェストバーグは、クリスチャンが陥りやすい誤解として、「強い信仰を持った

早く、語るのに遅く、怒るのに遅くありなさい」

21　宮林・関本、前掲書、82頁

22　グレンジャー・E・ウェストバーグ『すばらしい悲しみ―グリーフが癒される10の段階』水澤都加佐・水澤寧子訳、地引網出版、2007年

23　藤掛明・小渕朝子・村上純子『牧会相談の実際―カウンセラーと共に考える』あめんどう、2014年、41頁

人間は悲しまない」「悲しみなどの感情を超越している」、などという一部の人々の考えを例示する[24]。このような、信仰と悲しみの関係を誤解した考え方が、B牧師夫人の「悲しむことができなかった」経験の原因であると言えるかもしれない。B牧師夫人のように死別の悲しみを周囲から直接的もしくは間接的に否定された場合や、事故や自死など衝撃的で急性の悲嘆に直面した場合、死別者は「病的な悲嘆」[25]に陥る可能性がある。したがって、死別者はクリスチャンであっても地上の別離という悲しみにしっかり向き合い、周囲もそのことを理解してサポートする必要があることが分かる。

特に、B牧師夫人の例のように故人がクリスチャンであった場合、地上での死別という現実よりも天国への希望があまりにも強調されすぎてしまうことがある。例えばヨハネの黙示録21章4節[26]などは、しばしば悲しみを抱える人々を励ますために引用される。しかしこの箇所は悲しみや苦しみから人々を解放する神の究極的な慰めについて語っているのであり、死別者が抱える現実的な悲しみを否定するための箇所ではない。また聖書のなかには、ヘブル人への手紙5章7節[27]のように、キリストがその地上での生涯において人として悲しみを経験し、神に叫び求めたことを示す箇所も存在する。

これらのことからも、クリスチャンが天国への希望を持っていたとしても、死別者の悲しみは誰によっても否定されたり軽んじられたりするべきではないと考えられる。むしろ地上での別離の悲しみにしっかり向き合い、そのなかで主の慰めを受け、死別者が自発的に希望を持って天に思いを馳せることができるようになることが重要である。グリーフケアに関わる牧会者はこの点を留意すると同時に、このような誤解やトラブルが起こらないよう、教会内で共通の認識を持たせる努力をする必要がある。

24　ウェストバーグ、前掲書、12-13頁

25　病的な悲嘆とは、段階を追って少しずつ悲しみから回復していく正常な悲嘆反応がゆがみ、死別者に身体的、精神的に大きなダメージを長く残すような状況を意味する（斎藤、前掲書、70-74頁）

26　ヨハネの黙示録21章4節「神は彼らの目から涙をことごとくぬぐい取ってくださる。もはや死はなく、悲しみも、叫び声も、苦しみもない。以前のものが過ぎ去ったからである」

27　ヘブル人への手紙5章7節「キリストは、肉体をもって生きている間、自分を死から救い出すことができる方に向かって、大きな叫び声と涙をもって祈りと願いをささげ、その敬虔のゆえに聞き入れられました」

5　教会の群れ全体へのグリーフケア

本研究では一般のグリーフケアとは異なる取り組みの例として、牧会者による教会の群れ全体に対するグリーフケアに関してもインタビューを実施した。この点は本研究における独自の項目であり、各インタビュー回答を比較する質的な内部分析のみを行った結果、その取り組みは以下の２つの点にまとめられた。

１つ目は、平常時からの取り組みである。A 牧師や D 牧師が言及するように、牧会者が普段の説教から死後の希望や人生における苦難の意味などについて聖書から語ったり、「終活」[28] を教会全体で取り組んだりすることによって、自分や周囲の死について意識を向けさせ、死や悲しみに対する心の準備をある程度させる、ということである。

２つ目は、教会内で誰かが亡くなられたあとから実施される取り組みである。B 牧師や C 牧師、D 牧師の回答にあるように、礼拝のプログラムのなかでの報告や召天者記念礼拝（墓前礼拝）を通して死別の悲しみを教会の群れ全体で共有することが、遺族にとっても、また教会全体にとっても慰めとなるのである。しかしその際にも、死別者の悲しみを否定したり、かえって悲しみを助長させたりしないよう、用いる言葉や態度に注意が必要である。

6　牧師の配偶者の役割と必要性

さらに本研究独自の項目として挙げられるのは、グリーフケアにおける「牧師の配偶者の役割、必要性」である。本研究におけるインタビュー対象者は男性牧師が中心であったためインタビューでは「牧師夫人」という表現のみを用いているが、本節では便宜上「牧師の配偶者」と「牧師夫人」の両方の表現を用いる。

なお、この点に関するインタビューの回答は、牧師の配偶者が牧会に関わっている度合いや配偶者自身の賜物によって多少の差異がある。しかしどの回答者も共通して、牧師と牧師の配偶者による役割分担が可能であるとし、配偶者の存在がグリーフケアにおいて積極的な意味を持つと認めているのは明らかである。

訃報を受けてから葬儀が終わるまで、牧師は平常時の教会内外での働きに葬儀に関する実務的な働きが加わって非常に多忙になり、遺族に寄り添う時間的・精神的な余裕が失われがちである。そこで例えば牧師の配偶者が、牧師に代わって遺族に

28　終活とは、人生の終わりに備えるための活動の略である。すなわち、死と向き合い、最後まで自分らしい人生を送るための準備のことである。

寄り添うことができれば、牧師の負担は軽減され、遺族も必要なグリーフケアを受けることができる。当然、牧師の配偶者の負担は大きく、あくまでも非常時の対応のオプションとしてである。B 牧師が語るように、一般的にキリスト教会では女性の割合が高く、また男性の平均寿命の方が短いことをふまえると、必然的に教会内では夫を亡くした女性がグリーフケアを必要とする場合が多くなる。そのため牧師の配偶者が女性である場合は、教会内の多くの女性死別者のグリーフケアに関してより現実的な助け手とならざるを得ない可能性が高いと言えよう。

加えて、インタビュー回答者全員が直接的に男女の着眼点や感性の違いについて言及している点は留意されるべきであろう。彼らの回答によると、多くの牧師夫人は女性ならではの賜物として交わりの力や、良い雰囲気と会話を自然につくっていく力を持っている（A 牧師）。また、牧師夫人は、涙を流すことの少ない男性の牧師と異なり、葬儀が終わってからも遺族とともに涙を流して遺族の悲しみに寄り添うことができる（C 牧師）。男性だけでは他の人の気持ちを汲むなどの細かい配慮が行き届かない部分があるが（B 牧師）、牧師夫人は遺族が男性の場合であっても、うまく表現しきれない悲しみや感情を拾い、自然に母親的な役割を果たす（D 牧師）。このように、インタビューで回答した 4 名の牧師は共通して、女性の賜物として持つ感受性の豊かさと気配りの細かさから、牧師夫人が教会内のグリーフケアにおいて重要な位置づけにあるという意識を持っている。

これらを踏まえると、グリーフケアの現場における牧師の配偶者の存在は、牧師の役割を共に担うための実用的な助け手となりうることだけではなく、死別者の悲しみの感情に寄り添い、細かい配慮や気配りができる女性ならではの賜物という 2 点において非常に重要であることがわかった。

7　牧会者自身の悲しみにも意識を向ける

ここまで、愛する者との死別を経験した遺族や教会員に対する牧会者からのグリーフケアについて見てきた。しかし当然ながら、牧会者自身も死別を経験する人のひとりである。本節では、B 牧師と D 牧師が言及した牧会者自身のための意識について、本研究における重要な点として分析し、以下のようにまとめる。

牧会者は一般的に、その役職ゆえにグリーフケアをされる立場よりもグリーフケアをする立場として認識される場合が多い。しかし牧会者は、血縁の家族や神の家族との死別を経験した場合、自分自身もグリーフケアを受ける必要があることを自覚し、自らの悲しみの感情に正しく向き合う心がけをする必要がある。

またＢ牧師が言及するように、教会におけるグリーフケアとは牧会者によってだけではなく、教会全体による悲しみの共有や、死別体験者のグループの働きなどを通しても行われるものである。さらには、真のグリーフケアとは最終的には慰め主なる神から受けるものである。したがって牧会者は、自分自身の働きは「死別者が悲しみに向き合う中で神に目を向けることができるように手助けをすること」であることを心に留め、自分たちだけでその重荷を抱え込みすぎない意識が必要である。

Ⅳ　提言

本章では結論として、グリーフケアの基本的な事柄や定義、牧会者ならではのグリーフケアに対するアプローチについて再度まとめ、現在の、そして将来の牧会者への提言とする。

1　グリーフケアのありかた

一般的なグリーフケアの定義とは、「悲しみの回復のための第三者からの援助・ケア」である。宮林・関本は、グリーフケアには情報的介入、情緒的介入、道具的介入、治療的介入の４つの在り方があるとするが[29]、牧会者はそのうちの情報的介入と情緒的介入の２つにケアの範囲を留めておくべきである。この２種類のグリーフケアを行うために、牧会者はまずグリーフの段階とそれに伴う死別者の感情の変化を正しく理解しなくてはならない。

多くの遺族は、死別を目の前にした自分の心境がどのように変化するのかを知ることが難しい。また、死別というあまりにもショッキングな現実のゆえに、身の回りの様々なことをネガティブにとらえてしまい、さらに自分の心境がいつまで続くのかと不安を感じてしまいがちである。

そこで、牧会者がグリーフの段階について理解していることにより、死別者が抱える孤独感や罪責感や思慕、身体症状が決して異常なものではないと伝えることが可能になり、不安をやわらげることができるのである。またこの点は、教会内で死別者の状態を心配している他の人々にも、必要に応じて状況を説明し、安心させることができる。

29　宮林・関本、前掲書、25-27頁

しかし、グリーフの現れ方には個人差が大きいため、牧会者はグリーフの段階を絶対視するのではなく、死別者の現状をそのまま受け入れる姿勢を持つ必要がある。死別者が経験する様々なグリーフの段階を理解した上で、次に重要な点は、牧会者が死別者のグリーフケアに継続的に関わり、寄り添い続けていくことである。インタビュー回答者に共通するグリーフケアの重要な点として、すぐに駆けつけること、言葉がけに注意すること、悲しみを受け止め、寄り添うことがあげられるが、これらは全て死別者に対する継続的な情緒的介入において特に留意するべき点である。すなわち牧会者は、長い期間をかけて様々なグリーフの段階を経験する死別者が、自らのペースで死別の現実と感情に正しく向き合い、新しい生活へと向かっていけるよう、傾聴と共感をもって継続的に関わり、支えることが重要なのである。

2　クリスチャンだからこそ注意すべきこと

教会に集うクリスチャンは、人間のいのちが創造主なる神の主権の中にあること、またイエスキリストを自らの救い主として信じ受け入れた者には、肉体の死後にも希望があることを信じている。しかしどんなに敬虔なクリスチャンであっても、愛する者との地上での別離、ことに突然の死別は受け入れがたいものであり、深い悲しみを感じるものである。しかし、クリスチャンであるがゆえに死別の悲しみが周囲から認められず、死別の現実に正しく向き合うことができない場合、病的な悲嘆が起こりうるのである。これが教会におけるグリーフケア最大の落とし穴であり、牧会者が特に注意すべき点である。そのため、牧会者は、自身の言動だけではなく、教会内にそのような誤解がないかどうか意識し、間違った認識があれば教え、教会全体で死別者の悲しみを受け入れることができるよう配慮することが重要である。

3　牧師の配偶者の働き

牧会者が行うグリーフケアの特徴の一つは、牧師の配偶者の存在である。インタビュー回答者は共通して、グリーフケアにおける牧師夫人の働きを積極的に認めており、グリーフケアのみならず牧会の様々な働きにおいても牧師夫人の存在、役割は重要であるという回答もあった。したがって、本研究における「牧会者」の定義に牧師の配偶者を含ませたことは妥当であると考えられる。

牧師の配偶者は、現実的な助け手として牧師とともにグリーフケアの働きを担うことができる。また、感情表現が難しい死別者へのグリーフケアにおいて、牧師夫人のコミュニケーション能力や感情表現の豊かさなど女性ならではの賜物が用いら

れ、重要な役割を果たしうるのである。もちろんこの点は、牧師夫人自身の性格や賜物によって差があるが、男性牧師が多い一方で女性信徒が多い日本の教会の現状においては、教会内の多くの女性に寄り添い共感できるということ自体が、牧師夫人に与えられた賜物の一つであると考えることも出来るだろう。

Ⅴ　最後に…

第３章においても言及したが、キリストの教会を牧する働きに召されている牧会者は、教会員の死別を目の前にしたとき、その役職と働きの必要性から、自分自身も死別者のひとりであることを忘れがちである。牧会者の目が牧会者自身よりも他の死別者に対して開かれ、意識が向けられるとすれば、それは神の配慮と導きによるものだと考えられる。しかし牧会者は、グリーフケアをする立場にあるからこそ、死別の悲しみに向き合い、誰かに話を聞いてもらうなど、自分自身に対してもグリーフケアを行う必要があるのである。また教会内に死別が起きた場合には、教会員全体が平常時以上に牧会者のために祈り、その働きを支える姿勢を持つことが重要である。

また牧会者は、自らも含む死別者全員が、最終的には主キリストから真の慰めを受けるべき存在であることを知る必要がある。すなわち、究極的に牧会者がグリーフケアとして行うこととは、死別者が悲しみの中から神に目を向け、神の慰めとあわれみをさらに体験できるように、その手助けをすることなのである。これは、牧会者がグリーフケアという深刻かつ重大な働きの全てを自分の責任だと思い込み、重荷を負いすぎてしまうことを防ぐために非常に重要な意識である。したがって、グリーフケアに携わる牧会者はこの意識を深く心に刻み、自分自身も神からの慰めを受けながら死別者に寄り添い、ともに主を見上げていくという姿勢をもってグリーフケアに臨んでいくことが重要なのである。

本研究を通して、グリーフケアの難しさと必要性を学ぶと同時に、神がこの働きを人間にゆだねておられることの意義を改めて感じることができた。本研究に協力してくださった方々に感謝の意を表すとともに、この働きを通して神の栄光と慰めがさらにこの社会において証しされることを願う。