Jak się dzielić?

Niniejszy skrypt wskazuje propozycje i zasady, na których opiera się dzielenie w naszej Wspólnocie. Wiele poniższych myśli pochodzi od ks. Krzysztofa Grzywocza.

Czym jest formacja?

Dzielenie jest sposobem formacji. Oto jedno z możliwych analitycznych rozróżnień trzech (głęboko powiązanych) procesów:

– wykształcenie – zwiększa naszą wiedzę i rozumienie świata;

– wychowanie – to poznawanie przyjętych norm zachowania, które mają chronić określone wartości; to pomoc człowiekowi w odkrywaniu jego potencjału;

– formacja – najgłębszy proces w nas, kształtujący serce.

Formą, która kształtuje osobę, nie jest ani wiedza, ani normy zachowania, tylko druga osoba. Tylko osoba uformuje osobę. Formacja to „stawanie się osobą przy drugiej osobie". Celem formacji jest spotkanie i więź z Bogiem, z drugim człowiekiem i ze sobą samym – to jest właśnie istota dzielenia i cel Duszpasterstwa. Jeśli zaś człowiek się formuje, tzn. ma doświadczenie miłości, w której staje się sobą, wówczas i wykształcenie, i wychowanie, też mogą formować, bo pomagają w budowaniu więzi i spotkań.

Na czym polega dzielenie?

1) Dzielenie polega na przyjęciu i akceptacji drugiego człowieka takim, jakim jest, a nie takim, jakim nam się zdaje, że powinien być. Przyjęcie i akceptacja drugiego przychodzi tym łatwiej, im głębsze jest moje przyjęcie i akceptacja dla samego siebie.

Nie uczestniczymy w dzieleniu, by pokazać, że jesteśmy od kogoś lepsi, ani by kogoś zmienić, ale dlatego, że każdy człowiek jest bezcenną wartością.

2) Dzielenie polega na słuchaniu – które nie jest ani trochę mniej ważne od mówienia. Słuchanie, wbrew pozorom, nie jest czymś oczywistym, ale jest umiejętnością, której uczymy się przez całe życie.

– Słuchanie jest sposobem spojrzenia na człowieka i w człowieka. Nie jest przygotowaniem do mówienia, ale ma własny samodzielny sens i swoją świętość. Jeśli głęboko słucham, to przemienia to nie tylko mnie, ale także mówiącego. Doświadczenie słuchania oraz bycia wysłuchanym jest kluczowe w formacji, bo jest kluczowe w miłości.

– Kluczowym jest to, by nie próbować w żaden sposób zanegować, zwalczyć inności drugiej osoby, która ma zawsze inną historię, trochę inaczej przeżywa, interpretuje, ma inne doświadczenie życiowe. Słuchanie i dzielenie to zainteresowanie drugą osobą, jej innością. Musimy unieść w sobie lęk przed odmiennością drugiego człowieka, przed odmiennością jego myśli i poglądów. Eva Røine: „Jeśli nie wierzysz, że historia człowieka, który stoi przed tobą jest święta, to daj mu święty spokój".

– Ważna jest umiejętność odróżnienia, co rzeczywiście komunikuje druga osoba, a co ja sam sobie do tego dopowiadam. Cudze dzielenie może wywołać w nas myśli, uczucia, przyzwyczajenia, jakieś echo naszego doświadczenia życiowego – i można mieć wrażenie, że to wszystko pochodzi od osoby mówiącej, choć w rzeczywistości jest przede wszystkim naszym przeżyciem cudzego dzielenia. Dobrze jest więc mieć zdrowy dystans do swojego odbioru cudzego komunikatu (czasem nawet te same słowa różnie rozumiemy).

– Czy podczas dzielenia można wchodzić w dialogi, zadawać sobie pytania, prosić o jeszcze jakieś rozjaśnienie wypowiedzi? – Tak, wszystko w wolności i miłości. Oczywiście bez przerywania – przerywanie to często znak, że kiepsko słuchamy.

– Przykładowe błędy w słuchaniu dzielenia:

a) osądzanie, dawanie etykietek, szufladkowanie człowieka;

b) skupienie na dawaniu rozwiązań i pouczaniu – jak gdybym to ja wiedział lepiej, jak rozumieć cudze sprawy;

c) bagatelizowanie spraw mówiącego – w tym naiwne pocieszanie („wszystko będzie dobrze") lub przemądrzała logika („no wiesz, takie jest życie").

3) Dzielenie polega na wypowiedzeniu naszego świadectwa – dzieląc się, mówimy o naszych doświadczeniach; co dany fragment Ewangelii znaczy w moim życiu, z czym z mojego życia to kojarzę, jakie to rodzi we mnie uczucia, jakie znajduję wypełnienie tych słów, a jakiego nie znajduję. Mówimy o tym, co jest naszym autentycznym doświadczeniem w sferze rozumu, psychiki, ducha, doświadczenia życiowego – w przestrzeni relacji z Bogiem, drugim człowiekiem i z sobą samym. Generalnie może to być wymagające.

– Do dzielenia należy się przygotować przed spotkaniem, poprzez samodzielne rozważenie fragmentu Ewangelii (najlepiej w kontekście pozostałych czytań dnia). Próby nadrobienia tego już w czasie spotkania grupki kończą się tym, że nie słuchamy innych (a myślimy nad swoim dzieleniem), zaś nasze dzielenie może być dużo płytsze.

– O jakości dzielenia wcale nie muszą decydować ciekawe, oryginalne spostrzeżenia, ale przede wszystkim autentyczność oraz to, w jakim kontakcie człowiek jest z Bogiem, z drugim człowiekiem i z sobą samym. Zdolność do efektownego formułowania myśli na tematy religijne może zaś mieć się nijak do relacji, miłości i głębi życia wewnętrznego.

– Dzielenie nie polega zasadniczo na mówieniu o ogólnospołecznych tendencjach (np. „ludzie mają tak i tak", „z człowiekiem to jest tak i tak"). Oczywiście można mieć autentyczne abstrakcyjne przemyślenia, ale problemem jest, gdy stają się one naszym podstawowym sposobem dzielenia – wówczas może to być raczej sposób na uniknięcie podzielenia się własnym życiem. Ponadto może to budzić sprzeciw osób, które wcale nie odnajdują się w zastosowanych uogólnieniach.

– Nie chodzi o to, że prawdziwe dzielenie jest sentymentalne i nierozumne – chodzi zaś o to, by dzielenie było z serca, z autentycznego doświadczenia (również intelektualnego) i by zarazem nie wmawiało nikomu, że wszyscy powinni tak rozumieć i przeżywać jak ja.

– Cisza nie przerywa spotkania, tylko jest jego częścią – nie ma konieczności, by ją na siłę wypełniać słowami. Cisza pomaga m.in. przeżyć to, co już zostało powiedziane, i odnajdywać nowe treści do dzielenia.

– Uczestnicząc w grupce, staramy się o własne pełne zaangażowanie. Jeśli korzystamy z Ewangelii na telefonie, dobrym pomysłem jest np. włączyć tryb samolotowy, żeby przez czas dzielenia nie dostawać połączeń czy sms-ów.

– W jednej wypowiedzi najlepiej jest dzielić się jedną rzeczą – w przeciwnym razie słuchaczom będzie trudniej uchwycić, zrozumieć i zapamiętać nasze dzielenie.

– Nie powinno się mówić zbyt długo, bo przez to inni gubią się w wątku, czują się zmęczeni, może chcieliby posłuchać już kogoś innego lub samemu się podzielić. Streszczajmy się, na ile umiemy i na ile pozwala na to temat naszego dzielenia.

Jaka jest rola moderatora grupki?

Rolą moderatora jest zadbać o przestrzeń, w którym ludzie będą mogli się dzielić i słuchać nawzajem. Nie obejmuje to jednak ciągłego animowania spotkania, którego przebieg i dynamika zależy od wszystkich uczestników grupki.

oprac. Michał Pawłucki
Rebecca Fava