

## イグナチオの霊操 第5回目 テーマ “原理と基礎”+「助け」と「妨げ」

前回の私の講話で ビジョンが生き方に影響するというお話をしました。

生活のビジョン：どのようにこの世を見るか？

働きのビジョン：どのように自分の人生を見るか？

英神父さんも紹介されましたが、怪我からの回復を待つベッドでイグナチオは夜空を眺めていました。この体験はとても大切なので続きを紹介します。

イグナチオは、ベッドで怪我からの回復を待つ間、騎士物語を回想したり、聖人伝を読んで、2つの想像の世界を行ったり来たりしていました。

「一番大きな慰めを受けたのは、天を仰ぎ、星たちをじっと眺めることでした。そうすることで、主に仕えるための とても大きな気力を自分の内に感じました。たびたび天を仰ぎ、それに長い時間を掛けます。

前に立てた決心（聖人たちよりもっと厳しい苦行をする、エルサレムに巡礼に行く、決心）を何度も思い起こし、それを実行するためにも一日も早く全快したいと願います。」（その時の生きる目的）

そして、イグナチオは星空を眺めながら、万物を創造された神へと想いを馳せます。この時、大きな慰めと霊的な力を神からいただきます。

イグナチオは星空を眺めるこの観想をととても愛しました。怪我から回復して 険しい巡礼をしている時も、20年経ってイエズス会総長になってからも、ローマの小さなベランダから 夜空を眺め続けました。怪我をしてから 35年間、彼は夜空を仰ぎ観ます。

この星空の観想から、イグナチオはビジョンを描き始めました。

生活のビジョン：神の創造のわざが被造物に続いている、今も私を通しても続いている。

働きのビジョン：主に仕える人生を生きたい。

続いては、**ビジョンがない時に“原理と基礎”に出会った私の体験をご紹介します。**

・私はプレハブ住宅の営業マンをしていました。中でも印象的なお客様との体験です。残金が数千万円ある100坪のお宅の引き渡しの前の日。お客様は「残金の支払いは、出来を見てから決める」とプレッシャーのかかる言葉を言われます。専門業者のクリーニングが入っていましたが、さらにきれいにしようと、私は仕事が終わってから深夜まで、翌朝出勤前、合わせて8時間近くかけて床とガラスを磨き、棚の中、引き出しの中まできれいに雑巾掛けをしました。幸い、残金もただけて、建物にも喜んでもらえました。でも、精一杯働いて、これが、いい時の限界だと感じます。→ほっとしながらの運転の帰り道「あなたの仕事は他にある」という声を聞いた気がしました。

・毎月のノルマを果たすためにエネルギーのほとんどを注いでいる。この先働いて何が残るだろう？ ビジョンが持てません。

・もっと別の生き方がないだろうか？

・営業の仕事の他には、休日に身障者の入浴介助のボランティアをしていました。営業の世界とボランティア（無償の奉仕）2つの世界を行ったり来たりしていました。

・そして、司祭の召し出しを考え始め、イエズス会の召し出しの担当、英神父さんを訪ねたところ、上石神井の黙想会を紹介されます。

その時“原理と基礎”に出会います

## # 23 原理と基礎 『靈操』ホセ・ミゲル・バラ訳

人間が造られたのは、主なる神を賛美し、敬い、仕えるためであり、こうすることで自分の靈魂を救うためである。（人間が造られた目的の話 冒頭の部分です）

わたしは この 「人間が造られた目的」にショックを受けます：これまで偏差値の高い学校に進学して、社会に認められる仕事をして、家庭を持ってそこそこ成功することが生きる目的と思ってきた。そのためにエネルギーに注いでいました。 人間が造られたのは、主なる神を賛美し、敬い、仕えるためであり、こうすることで自分の靈魂を救うためである、こんなことを考でもみませんでした。

・神に仕えて自分の靈魂を救う、「生きる目的・ビジョン」を見つけます。

・「人間が造られた目的」に沿って生きてみたい！ エネルギーをこのために注いでみたい。それができたら、人生の終わりに「これをやれた！」と納得がいくように感じたのです。

・でも、躊躇する自分もいます。その時もう 34 歳、司祭になるのに 10 年はかかる。途中で挫折するかもしれない。働き盛りの 10 年を勉強に費やすのはどうなのか？ ハードルが高すぎる。現実的じゃない。やめておいた方がいいという思いも湧きます。

次の黙想で出会った聖書箇所

### イザヤ書 49 章 1～9 節 「ねぎらう神・励ます神のビジョン」

島々よ、わたしに聞け／遠い国々よ、耳を傾けよ。主は母の胎にあるわたしを呼び／母の腹にあるわたしの名を呼ばれた。わたしの口を鋭い剣として御手の陰に置き／わたしを尖らせた矢として矢筒の中に隠してわたしに言われた／あなたはわたしの僕、イスラエル／あなたによってわたしの輝きは現れる、と。（ここからが大事です）

わたしは思った／わたしはいたずらに骨折り／うつろに、空しく、力を使い果たした、と。

しかし、わたしを裁いてくださるのは主であり／働きに報いてくださるのもわたしの神である。

主の御目にわたしは重んじられている。

（12 年の営業マンの努力は徒労だったのか？ 全部やり直しなのか？ 気が遠くなる遠回りをしたのか？ イザヤ書の言葉から、いや、そんなことはない、と神様がねぎらって下さるのを感じ

ました。励ます神様に会います。これまでも神様は計らって下さった。これからも計らってくださる。前に進んで倒れたら骨は神様が拾って下さる。前に進もうと**決心**します。後から、イグナチオの言う**決心**とは、神の計画を受け入れる決心だと知ります。)

“原理と基礎”で生きるビジョンが見つかり、イザヤ書 49 章で後押しする神様に会いました。

霊操の特徴は、「神様が私に働きかけていることに気づくこと、そしてそれに応えていくこと」です。

“原理と基礎”から 2 つのキーワードを取り上げます。

### 1. 仕える： イグナチオは騎士として仕えてきました

軍人として「仕える」精神が、「キリストに仕える、キリストの騎士」に変わります。

この「キリストに仕える」「奉仕」の精神がイグナチオの特徴です。

### 私の場合：

会社とお客様に仕えました。そのエネルギーを、神のため、靈魂の救いのために注ぐように変わります。

## 2. 自分の靈魂を救う

ある本には、靈操する人は、自分に対する神の御意志を知り、使命を果たすことでキリスト教的な「真の自分」に導かれる、とあります。

英神父さんの本では『靈的生活入門』ではもう少しわかりやすく書かれています。

自分の本当の望みに生きている人が、本当に幸せな人と言えます。たとえどんな困難に出会っても、自分のいのちを賭けても惜しくない、そのことを実現しようと思うと充実感が湧いてくる、それが心からの望み（神様の私への望み）です。

真（本当）の望みには3つの要素があります

1. **自分が本当に幸せ、と言えること。**自分が謙遜に素直になっている喜びがある。
  2. **周りにも幸せがもたらされること。**ドイツの詩人ゲーテは「人を幸福にすることが、もっとも確かな幸福への道である」と言っています。
  3. **神も確かに喜んでおられると、感じられること。**聖書の登場人物の中には、モーセ、マリア、ヨセフ、パウロのように自分ではなく神からの望みで人生を変えた人たちがいます
- 神の望みを自分の望みに出来る人ほど、本当に幸せな人です。

振り返りの質問

Q. 何に多くのエネルギーを注いできたでしょうか？

Q. “原理と基礎”から、これまでとは違う生きるビジョンが見つけれられるでしょうか？

Q. 真の望みはどこにあると思いますか？

“原理と基礎”の続き、「助け」と「妨げ」の話に移ります

また地上のもの（すなわちすべての被造物）が造られたのは、人間のためであり、人間が造られた目的を達成する上で、人間に助けになるためである。従って人間は、そのものが 自分の目的に助けとなる限り、それを使用するべきであり、妨げとなる限り、それから離れるべきである。

**自由意志と選択の問題です**

**助け**（生きるビジョンに沿うものを選ぶことです。私は人の助けになることを選んでいます。）

召し出しのきっかけは、筋ジストロフィーの方の入浴介助のボランティアでした。

・営業の仕事の他に、休みの日に人のためにできることをしていました。

・今は、2週間に一回のペースで成分献血をしています。いい状態で献血できるように体と心を整えます。元気に2週間過ごせたことに感謝しながら献血して、終わったら次の献血に備えます。

園長先生をしていたときに心掛けていたことがあります。

・励ます言葉をよく使う

：幼稚園のお友達に お弁当を全部食べられたら、すごい ！よくやったね！ ！おめでとう！

：かけっこで勝てなくても：もうちょっとだったね！ ！惜しかったね！

このような言葉を使っていると、自分にも同じ言葉をかけられるようになります。・

## 妨げ

・営業マン時代、私がボランティアをしていたとき、同僚はよくパチンコに行っていました。時には5万円儲けて自慢していました。どちらが得したでしょう？ その時はわかりませんでした。

さほど深くは考えていませんでしたが、ボランティアを続けるうちに大きな違いを生みます。

・今の時代は、多くの情報が入り乱れています。原理と基礎の「本当の生きる目的」に行きつかないように、いろいろなものが働きかけます。

・例えば、電車の広告を見ると、きれいになる・美味しいものを食べる・賢くなること・お金持ちになる・・・上手な謳い文句で誘ってきます。それ自体、もちろん悪くはありません。でも、このようなことに夢中になると、生きる目的、神を敬い、賛美し、仕える、意識は薄くなってしまいます。

・また、私が「妨げ」の1つと見るのは人を採点する心です。あの人のしてることはどうも？と疑問に思う時があります。そんな時には、活動している人の動詞の数と割いた時間を見るようにします。そうすると、活動していることを素直に認められるようになり、人間関係も良くなります。

「助け」と「妨げ」のヒントになるのが、イエズス会のマルティナーニ枢機卿のお話です。「課題のリスト」より「恵みのリスト」を作りなさい、と言われます。

・話し合いの時に「できてない課題のリスト」を先に作ることが多いものです。でも。良い進め方ではないです。なぜなら「課題」は探せばいくらでも見つかるからです。「あれもしなければ、これもしなければ」と課題が増えて気力が削がれます。それよりも、神様が働いてくださった「恵みのリスト」を先に作る方が健全です。「神様は、また次も働いてくださる」という信仰の確認が良いスタートです。グループだけでなく、個人についても同じことが言えるでしょう。

「助け」と「妨げ」の基準は自分で編み出さなければなりません。そのためにも、自分の生きる目的をはっきりさせることが大切です。

Q. 日頃、自分の「助け」となっていること「妨げ」になっていると感じることはあるでしょうか？

・いきなり神様が望まれるものはわかりません。

まずは、より、悪くないものを選ぶことから始めましょう。

そのうちに、生きる目的に近づく「助け」と選び、「妨げ」を遠ざけるようになるでしょう。私もそうでしたが、「助け」と「妨げ」の選択が人生を変えていきます。

でも、すぐではありません。イエズス会に入ってから「大丈夫だろうか？」と不安になることが何度もありました。そうすると、働いていた時の夢を見ていました。10年くらい見続けて、今はそのような夢は見なくなりました。

見つけたビジョンを生きられるようになるには時間がかかります。諦めないで、生きるビジョンを生涯追い求めましょう。

## まとめ

星空の観想から、イグナチオはビジョンを描き始めます。

生活のビジョン：神の創造のわざが今も私を通しても続いている。

働きのビジョン：主に仕える人生を生きたい。

イグナチオは、生涯このビジョンを追い求めました。私たちも、生きるビジョンを見つけて生涯  
追い求めましょう

私が造られたのは・・・・・・・・・・のためなのか？ 考えてみましょう。

それがはっきりしたら、「助け」と「妨げ」の識別もしやすくなるでしょう。

補足資料に、被造物に関する霊操の黙想箇所を挙げています。少し難しいかもしれませんが、できそうな方はチャレンジしてみてください。

また『息吹を受けて』からも創世記から黙想箇所を取り上げました。黙想してみましょう。

終わりの祈り「聖イグナチオの自分をささげる祈り」

主よ、わたしの自由をあなたにささげます。わたしの記憶、知恵、意志をみな受け入れてください。わたしのものはすべて、あなたからいただいたものです。今、すべてをあなたにささげ、み旨に委ねます。わたしに、あなたの愛と恵みを与えてください。わたしはそれだけで満たされま  
す。それ以上何も望みません。

## 補足資料

### イグナチオの創造のビジョン

「1つの輝くもの」のイメージは、強烈な創造のエネルギーがイグナチオの全身を包んだ神秘的な出来事の象徴である。「そこから数条の光線が発する」イメージは創造作用が、「上から」下降する光り輝く「活き」であることを象徴する。

「輝くもの」から創られた「光」は、天地創造の第1の業の象徴であると共に、万物を代表的に示すシンボルである。この体験の後、万物が1つ1つの光であり、尊いもの、深い尊敬と愛をもって接するものとなった。この体験から、神と全被造物は深くつながっていることを悟り、神はもはや超越の神ではなく、全被造物の中に現存し、働く者と理解した。

### 霊操 # 235 要点第二

神がいかに被造物のうちに住んでおられるかを見る。つまり、物質の元素には存在を与えながら、植物には生長を、動物には感覚を、人間には思考力を与えながら住んでおられる。従って、私を存在させ、生きさせ、感じさせ、考えさせながら、この私のうちにも神が住んでおられる。  
同様に、主なる神の姿に似せて造られた私を自分の神殿として、私のうちに住んでおられる。第

一要点に述べた方法、またはより良いと思われる他の方法で同じことにつき自分に目を向ける。

あとに続く各要点についても同様にする。

### 霊操 # 236 要点第三

あらゆる被造物において神がいかに私のために活動し、働いておられるかを考察する。つまり労働する者のように見える。たとえば、存在させ、保持し、生長させ、感じさせるなどして、天と物質の元素や植物、果実、家畜などにおいて働いておられる。次いで、自分に目を向ける。

### 霊操 # 237 要点第四

すべての良い物と賜物がいかに天上からくだるかを見る。たとえば、私の限られた能力が天の限りない最高の能力から下り、正義と善良さ、思いやりと憐れみなども同様である。あたかも太陽から光線が、泉から水が流れ出るとくである。ついで、前述の通り（# 235）、自分に目を向ける。 対話と主祷文一回で終わる。

## 『息吹を受けて』 P14 より

### 創世記 1 : 1 ~ 2 : 3

初めに、神は天地を創造された。地は混沌であって、闇が深淵の面にあり、神の霊が水の面を動いていた。神は言われた。「光あれ。」こうして、光があった。神は光を見て、良しとされた。神は光と闇を分け、光を昼と呼び、闇を夜と呼ばれた。夕べがあり、朝があった。第一の日である。神は言われた。「水の中に大空あれ。水と水を分けよ。」神は大空を造り、大空の下と大空の上に水を分けさせられた。そのようになった。神は大空を天と呼ばれた。夕べがあり、朝があった。第二の日である。神は言われた。「天の下の水は一つ所に集まれ。乾いた所が現れよ。」そのようになった。神は乾いた所を地と呼び、水の集まった所を海と呼ばれた。神はこれを見て、良しとされた。神は言われた。「地は草を芽生えさせよ。種を持つ草と、それぞれの種を持つ実をつける果樹を、地に芽生えさせよ。」そのようになった。地は草を芽生えさせ、それぞれの種を持つ草と、それぞれの種を持つ実をつける木を芽生えさせた。神はこれを見て、良しとされた。夕べがあり、朝があった。第三の日である。神は言われた。「天の大空に光る物があって、昼と夜を分け、季節のしるし、日や年のしるしとなれ。天の大空に光る物があって、地を照らせ。」そのようになった。神は二つの大きな光る物と星を造り、大きな方に昼を治めさせ、小さな方に夜を治めさせられた。神はそれらを天の大空に置いて、地を照らせ、昼と夜を治めさせ、光と闇を分けさせられた。神はこれを見て、良しとされた。夕べがあり、朝があった。第四

の日である。神は言われた。「生き物が水の中に群がれ。鳥は地の上、天の大空の面を飛べ。」神は水に群がるもの、すなわち大きな怪物、うごめく生き物をそれぞれに、また、翼ある鳥をそれぞれに創造された。神はこれを見て、良しとされた。神はそれらのものを祝福して言われた。「産めよ、増えよ、海の水に満ちよ。鳥は地の上に増えよ。」夕べがあり、朝があった。

第五の日である。神は言われた。「地は、それぞれの生き物を産み出せ。家畜、這うもの、地の獣をそれぞれに産み出せ。」そのようになった。神はそれぞれの地の獣、それぞれの家畜、それぞれの土を這うものを造られた。神はこれを見て、良しとされた。神は言われた。「我々にかたどり、我々に似せて、人を造ろう。そして海の魚、空の鳥、家畜、地の獣、地を這うものすべてを支配させよう。」神は御自分にかたどって人を創造された。神にかたどって創造された。男と女に創造された。神は彼らを祝福して言われた。「産めよ、増えよ、地に満ちて地を従わせよ。海の魚、空の鳥、地の上を這う生き物をすべて支配せよ。」神は言われた。「見よ、全地に生える、種を持つ草と種を持つ実をつける木を、すべてあなたたちに与えよう。それがあなたたちの食べ物となる。地の獣、空の鳥、地を這うものなど、すべて命あるものにはあらゆる青草を食べさせよう。」そのようになった。神はお造りになったすべてのものを御覧になった。見よ、それは極めて良かった。夕べがあり、朝があった。第六の日である。

天地万物は完成された。第七の日に、神は御自分の仕事を完成され、第七の日に、神は御自分の仕事を離れ、安息なさった。この日に神はすべての創造の仕事を離れ、安息なさったので、第七の日を神は祝福し、聖別された。

Q. 神が良しとされたこの世の被造物をそれぞれ（光・大空・海・植物・動物など）味わう。

Q. 人間を造られたとき「きわめてよかった」と言われる。

Q. 自分のどこをご覧になって「きわめて良い」と言われるのでしょうか？ 神様の前での自分の賜物はなんのでしょうか？

## 参考資料

『息吹を受けて』英隆一朗著 2001年 夢窓庵

『道しるべ 霊的生活入門』 英隆一朗著 2002年 新世社

『イエズス会 黙想会』 カルロ・マリア・マルティーニ枢機卿指導 松本紘一神父訳 2000年

『霊操』聖イグナチオ・デ・ロヨラ著 ホセ・ミゲル・バラ訳 新世社 1986年

『ある巡者の物語 イグナチオ・デ・ロヨラ自叙伝』 門脇佳吉訳・注解 岩波文庫 2000年

『祈りの友』カルメル修道会編 1980年