

テーマ 罪のゆるし

悔い改めの祈り（例）

父よ、わたしは、あなたに対して罪を犯しました。もう、あなたの子として呼ばれる資格はありません。罪人のわたしをあわれんでください。（ルカ 15：18 参照）

カトリック儀式書 「ゆるしの秘跡」 カトリック中央協議会 1978 年

導入 “罪”と“恵み”

キリスト教は「罪」を「罰」を結びつけるのではなく、「罪」と「恵み」をセットで考えます。

「罪」を意識することは、「神の恵み」に近付くことです。「回心」の目的は、「自分の罪」に打ちひしがれるのではなく、「信仰の恵み」を実感することです。

1. ルカ 15 章 放蕩息子のたとえ話（大黙想での自身の体験から）

ファリサイ派の人々や律法学者たちは、イエス様が罪人たちと一緒に食事をしていることへの不満を持ちます。これがきっかけで3つのたとえ話をします。見失った羊、なくした銀貨、放蕩息子の3つのたとえ話が続きます。これらのたとえ話は、一連のものです。

2000 年 3 月 イエズス会に入会（広島 長束） 修練1年目の秋の大黙想（1ヶ月の霊操）

第1週 まとめの黙想 「放蕩息子のたとえ話」

- ・これまで真面目に働いてきたので、兄の要素が強いと思って黙想していた。
- ・余り心は動かず、このまま第一週（罪からの清めの黙想）が終わるのかと思っていた。
- ・信者さんの家族なら歓迎される？ でも、自分は家族の期待に反している（親不孝）ことがず

っと心の中にありました。

反対の理由

- ・社会にとどまって、家庭を持ちながら生きる方が立派じゃないか。
- ・ボランティアは働きながらでもできるじゃないか。
- ・宗教は、社会を変えてないじゃないか。

“家族への申し訳なさ”と10年の司祭養成が続くかわからない“不安”

イエズス会の入会に反対していた父が最後に言ってくれた（送り出してくれた言葉）。

心が翻らない私に、父は畳を叩きながら「ここがお前の家だからいつでも戻ってこい」と言ってくれた。黙想でそのときのことを思い出します。

自分は、まさに「放蕩息子」だと気づいた。私も父の元に帰るのか？ 司祭は諦めるのか？

- ・司祭を志すのは親の真意ではない。でも、続かなくても「戻ってこい」と言ってくれる父
- ・親の望みに反することをして失敗しても受け入れてくれる父。
- ・“罪”から“恵み”へ 自分の至らなさ、父を通して神の愛の大きさを知った。
- ・父からは受けることしかできませんでした。

父の言葉は、司祭への思いを強めてくれた

- ・親が払ってくれている犠牲の大きさを忘れてはいけない。無駄にしてはいけない。
- ・父は「宗教は社会を変えてないじゃないか」と言った。
- ・親には直接返せるものがないけど、神様に、社会に返すことで報いたい。

具体的には（司祭叙階後）

東日本大震災の東北ボランティア、幼稚園の園長先生、防災、難民支援、社会で認められることを頑張ろう。

「罪とは神への“忘恩”」（霊操第14回のテーマ）→家族への“忘恩”

直接、家族には返せない（申し訳なさ・罪深さ）→神様に、社会に返そう

放蕩息子の再出発（霊操 第1週 「罪からの清め」の黙想の締めくくり）

- ・人生の賭け：35歳の放蕩息子の再出発
- ・イグナチオが望む会員の姿：惜しみなく神様に自分を委ねる

神様に全てを差し出す覚悟で第2週以降の大黙想を続けることに。

Q. 神様からのゆるしと励ましを身近な人から感じたことがありますか？

Q.どのように応えていますか？

2. 放蕩息子の兄の足りない面

『宣教者を育てるイエス ルカ福音書による黙想』

カルロ・マリア・マルティーニ著 今道瑤子訳 女子パウロ会 1988 年

第八黙想 イエスが十字架からさし出される救い （表現を一部変えています）

意外に思われるかもしれませんが、ルカ 15 章の三つのたとえ話は、ルカ 23 章の回心して救われる強盗のエピソードと関係があります。十字架にかかっている時でさえ、罪人を救うイエスさまに神様の愛を感じます。けれども「救われたのはたった一人じゃない?」「あとの人はそのまま家 に帰ったしじゃない?」と疑問を持つかもしれません。 どうして、たった一人の救いのためにイエスさまはむごい死を遂げたのでしょうか？ 釣合が取れなかったのではないのでしょうか？

たとえ話では、1 匹の羊、1 枚の銀貨、1 人の息子という具合に、どれを取っても「1 つ」なの
が強調されています。羊の場合は、100 頭のうちの「1 頭」が大事、という常識はずれに不釣り合いです。

「どうしてたった 1 匹を探すために 99 匹を残していくのか?」という疑問が湧きます。この羊飼いは行き過ぎているようにも感じます。ところが羊飼いは、見つかった羊を肩に乗せ、大喜びで家に帰り、自分と一緒に喜んでくれるように友人や近隣の人々を招きます。

この箇所は、神様がたった一人の人間、しかも一番小さな人間をどれほど大事にしているかを示しています。同じことが、他の 2 つのたとえ話でも強調されています。そしてその姿は、イエスさまが十字架上で、人々から見捨てられた強盗を救う神さまのイメージと重なります。たった一人でも、救いが必要な人のために、神さまはどんなことでもされます。どのような努力・犠牲もいといません。もったいないことではなく、一人の救いが神さまの喜びです。これ

こそが“よき知らせ”を伝える神の姿です。

聖書では、救われた人の喜びがいつも強調されています。「いっしょに喜んで下さい。」「祝宴を開くのは当たり前ではないか?」と人々と祝おうとします。これが“よき知らせを伝える神”の姿です。神さまは、世界万物を創り、全てを治めておられる方ですが、たった一人のために何もかも忘れ、たった一人が救われるまで安心されないのです。（一方、ファリサイ派＝兄にはそんな心は全くありません）

神様のこのようななさり方は、一律や平等を求める態度とは違います。全体的な結果より、一人の救いを優先させます。

これに対して、私たちのものの見方はどうでしょうか？ 全員だったり、多くの人に気を配る
ことを優先しすぎる場合があります。また、多くの人に奉仕している時には、喜びが湧きにく
いものです。たった一人でも大事、大きな価値がある、そんな神様の心を忘れがちです。

“よき知らせを伝える神”は、平等とは違う基準で私たちを見ておられます。私一人を探し、弱
い人一人を探し、見つけたら喜ぶ、これが神様の心です。

Q1.「失われた一人」を探す神と「十字架上の強盗」に救いを与えた神が一致しますか？ 神様
の思いを感じられるでしょうか？ 自分にはファリサイ派、兄の要素が強いでしょうか？

Q2.一律・平等にとらわれていないでしょうか？ 「小さな者の救い」を神様のように喜べるで
しょうか？

3. 赦しの秘跡の受け方 “三つの告白”

『パウロの信仰告白』から

カルロ・マリア・マルティーニ著 今道瑤子訳 女子パウロ会 1988年 （一部表現を変えています）

『イエズス会黙想会』カルロ・マリア・マルティーニ指導 松本紘一訳 2000年 （一部表現を変えています）

告白の改善について

ある人々にとっては、昔からの頻繁な告白がしっかりとした意味をもっています。毎日の罪から私たちを清め、救いは無償の恵みである気づきを与えてくれます。この方法に慣れていて、問題なく続ける人にとっては、それは一つの恵みです。

しかし、告白が気重になっている人もいます。形式的で、あまり役にも立たず、生活も変わらないと感じています。

私は逆説的に考えました。短い告白をするのがこんなに苦痛なら、どうしてもっと長い告白を試みないのか？ ただ罪を列挙する短い告白よりももっと広がりのある神との和解を経験してもらおうとしました。

まず、ゆるしの秘跡の定式文が、勧めているように聖書の1つの箇所の朗読、自分の魂の状態に見合う詩編の朗読から始めます。次に、真実な雰囲気を作り出すような祈り、自然に心に浮かぶ祈りを唱えます。その後、賛美の告白、生活の告白、信仰の告白を続けます。

賛美の告白

ゆるしの秘跡の問題点は、気が重くなることです。「自分のどこがまずかったか？」「何を怠ってしまったのか？」と考え始めると、気がめいてきます。「これだけ頑張ってるのに、神様はさらに要求されるのか？」と身構えてしまう人もいるかもしれません。そうではなくて、ゆるしの秘跡の最初は、「神様への賛美・感謝」から始めます。「私の人生に神様がどう関わって下さったか？」 最近、神様がどう私を助けたり励ましたりして下さったのか、を振り返ります。感謝

も賛美も全くないという方は、特別苦しい状態か、神様からの恩を何も感じなくなっているのです。神父さんに相談して下さい。でも、多くの方は感謝することを見つけられると思うので、ゆるしの秘跡を「賛美と感謝の告白」から始めて見て下さい。

生活の告白

続いては「生活の告白」です。日頃の生活の中で重荷になっていること「自分はダメだ」とか縛っているくびきを話します。心に重くのしかかっていることに、自分の弱さや至らなさも絡んでいたならそのことをありのままに打ち明けましょう。私たちは、くびきに縛られて「恵み」から離れて「罪の状態」に陥ってしまいます。神様は、ゆるしの秘跡を通して私たちを自由にしようとされていますが、この苦しい部分がそのままだとゆるしの秘跡を受けても生活は変わりません。

「罪」に陥り「恵み」から離れるには、人によって大体パターンがあります。たとえば、「人と同じことをしないとダメ」とか「完璧でないとダメ」とか、このようなくびきに知らず知らず縛られていきます。無気力になって前に進めなくなります。そこから脱するには「妨げ」と「助け」を見分けることが鍵になります。「妨げ」は「やらないとダメだという使命感」かもしれません。あるいは「自己はいくら頑張ってもこの程度」という投げやりな気持ちかもしれません。では、反対の「助け」があるのでしょうか？ 幼稚園で働いていた私にとっての「助け」、前に進ませてくれるのは、子どもたちの柔らかくて小さな手です。「一緒に遊ぼう！」「一緒にご飯食べよう！」と誘ってくれる小さな手です。その感触を思い出すと「自分はダメだとか」という縛りから解かれて「もう少しやってみようか！」という気持ちになります。「助け」をよく見て「妨げ」を脇にやることです。

信仰の告白

最後は「信仰の告白」です。「神様、私はこんなに弱いですが、どうか受け入れて下さい。あなたに最後までついていきたいのです。どうか私を自由にして下さい」と神様に願います。

「安心して行きなさい。私はあなたの罪、心配、労苦、悩み、重荷をすべて引き受けました。私が背負ったのは、あなたを自由にするためです」

告白は義務ではありません。進んで探すはずの喜ばしいチャンスです。役立てば「またしたい」という意欲が湧いてきます。

4. ミゲル・メンディサバル神父 ゆるしの秘跡について「福音宣教」2001年3月号より ～神の道と神への道～ （表現を一部変えています）

メンディサバル神父様は、1920年にスペインに生まれ、16才でイエズス会に入会。

31才で司祭叙階、3年後の34才で来日。

60才から10年間は南米エクアドルで院長・修練長。

70才から84才までイグナチオ教会の協力司祭（主にゆるしの秘跡）

2011年2月21日、90年の生涯を終え、帰天されました。

<https://www.himekuri.net/d31/sghpweekly/201612/18.html>

ゆるしのみわざへの奉仕

叙階された時から、司祭の奉仕の中でゆるしの秘跡を授けることはとても大切な役目だと考えていました。言葉は十分でなくても、移り住む場所で告解を聴きました。

時々、「長い間座って告解を聴くのは大変でしょう」と言われます。しかし、負担やストレスには決してなりません。人々の中で神様が働いていらっしゃる素晴らしい体験を聴きながら、誰が疲れましょうか。ゆるしの秘跡は、神様と私たちの信頼を回復する出会いの場です。

Q. 最近「ゆるしの秘跡を受けない信者が多くなっている」と言われますがどう思われますか？

A. 私はそうは思いません。信徒たちは求めていると思います。

告解を聴くとき、司祭に求められていることは、罪の告白を聴くこと、審判者としての役割です。

同時に、霊的な医者、善き牧者の態度が大切です。

苦しんでいる人には「よきサマリア」の役割、

後悔の気持ちを持つ人には「放蕩息子のお父さん」の温かく迎える心。

司祭は、その時々で自分の役割を的確に知ることも忘れてはいけません。

Q.ゆるしの秘跡の実際面で、工夫されていることはありますか。

A.ゆるしの秘跡には、本当に価値があると思いますが、工夫すべきこともいっぱいあります。私は、一人一人の必要に応じて時間を使います。やって来る人はまず自分のことを全部話したいのです。途中で「もう終わりです」というわけにはいきません。ゆっくりと静かに聴かないとダメだと思います。そして、さらに時間が必要な場合は、後で時間を取って話します。待っている人

のことを考えなければならないからです。(メンディサバル神父からゆるしの秘跡を受けたいと何時間も並んでいました)

ゆるしの秘跡の奉仕は、人間を知るという点でも、大変素晴らしい仕事だと思います。この秘跡を受ける方々よりも、授ける私の方が学ぶことが多いかもしれません。確かに、カウンセリングの要素も入ります。しかし、いくらはっきりした答えを出しても、それは私の勧めに過ぎません。問題解決の1つの方法にすぎないのです。ですから、こう言います。「よく考えてください。私の言葉を聴いた後、あなた自身の祈りの中で、また、聖霊の光に照らされて考えた上で、違う答えを見つけたら、そうなさってください。私の言葉が唯一の答えではないのです。」

信者の求めるもの

信者たちは、洗礼のときにいただいた“命の恵み”を育てることを求めています。私がゆるしの秘跡の本質と考えているポイントは、次のことです。

いただいた命を生かす“神の道”を知ることです。

“神の道”は神様が導いてくださる道です。

それに心を開いていくのが“神への道”です。

Q. ゆるしの秘跡に向かう心構えとは何でしょうか？

告解は、報告ではありません。報告は「リストを作ったらもうおしまい」と負担を下ろして安心します。でも、まだ考えるべきことがありますか？ どうすればキリスト者としてもっとイキイキとできるのでしょうか？ どのように社会に影響を与えられるのか？ 何をすべきなのか？

その根本に回心があります。

戻ってくる人々

Q.信者たちの罪の告白とゆるしに関して、日本という風土が関係している点があるとお考えですか？

A. 確かにどんな環境で生活しているかは、この秘跡の生かし方にも影響があります。現代社会は、信者として生きることが非常に難しい状況だと思います。それは私たち司祭も認識すべきことです。

南米の貧しい人々は、貧しさのうちに生活していても、神様にはあまり文句は言いません。忍耐深い人たちで、何度政治家にだまされても、生活できるだけのギリギリのお金しか持っていないくても、その人たちの中に、神様は深く入っているのです。麴町教会に来る南米の人たちも同じです。どんなに辛いことがあっても、神様は文句を言う“相手”ではなく、生活の中で共に生き、一緒に苦しんでくださる“お父さん”なのです。(メンディサバル神父は60～70歳のとき南米エクアドルで10年間、院長・修練長を務めています。)

日本は、あまりキリスト教的な環境ではないということかもしれません。毎年新しく洗礼を受ける人はいるのですよ。でも、洗礼を受けた人々はどこへ行ってしまうのでしょうか。修友のスペイン人の一人の神父が「信者たちは教会の入り口から入り、そして窓から逃げていくのではないのでしょうか」と言いました。

しかし、ちゃんと戻ってくる方もいるのです。告解を聞く時にそれがわかります。神様は本当によき牧者です。見つけるまで探しているのです。(一人を探し出すまで安心しない神様)

神の導きに心を開く

Q.秘跡を受ける信者のために、アドバイスをいただけますか？

A.信者さん自身が「識別」をするようにすることが大事です。「こうしなさい」と言われたからするのではなく、自分自身が現場を識別することです。どんな小さな問題でも司祭に全てを任せ、言われた通りにするのではなく、自分で学んだり聴いたりしたことを使って、自分自身の分別をもって、何ができるかを考え、その判断に従うことも必要です。それでも行き詰まった時には、どうすればいいのか悩みを打ち明け、心を開いて司祭と共に考えていけばいいのです。

神様は黙っていると云われますが、そんなことはありません。神様は本当は、いろいろなしるしを通して語りかけてくださっているのです。人間は何事も慣れがちで、すぐに機械的になります。そうすると、神様のしるしにも気づかなくなります。心を鎮めて反省をし、識別をしないと“しるし”に気づけません。

「まことに主がこの場所におられるのに、わたしは知らなかった。」旧約聖書のヤコブの言葉ですね（創世記 28：16）気がつくようになるためには、心の敏感さが大切です。そして、それを目覚めさせることが教会の仕事だと思います。

ヨハネの黙示録 2 章のエフェソの教会にあてた手紙の中でも言われています。「あなたは初めのころの愛から離れてしまった。だから、どこから落ちたのかを思い出し、悔い改めて初めのころの行いに立ち戻れ」（2：4～5）私たちはすぐに、どこから落ちたのかを忘れてしまうのです。

(カトリック信者でない方が告解室に来られて)「どうしてここに来ましたか？」と尋ねると「ゆるしてもらいたい」と言われます。皆さん立派な方です。少し話して、興味を持っていれば、そして続けたいならば「もう少し勉強してはいかがですか」とお勧めします。それが信者になったきっかけ、という方もいます。ここに、神様が導いて下さる“神の道”があるのです。

ありのままを受け入れる

Q. 信者にとって「罪」という言葉が重く、告解に行くことが負担、という声も聞きますが・・

A. “罪”とは“神への道”を探すための“妨げ”となっているものにすぎません。「何か妨げがある」とすれば、それを「取り除けば」いいのです。“妨げ”を見るのではなく、“妨げ”を取り除いて“道”を見る。その“道”を歩き出すための出会いが“告解”なのです。

“罪”という言葉にしばられ、告解が重たい仕事になってしまっている人に、私はいつもこう言います。「心の中に一番引っかかっていること、あるいは心配していることはありませんか。それを一つ一つ取り除いていくなれば、神様の光が心の中に差し込むのです」(生活の告白)

長い間、告解していない信者の方が一番心配していることは、「自分がキリストに受け入れられるだろうか?」「自分は変わることができるだろうか?」ということです。でも、大丈夫です。私たちは皆、告解をとおしていつでもキリストに出会うことができるのです。

それからよくあるのですが、自分がなかなか進歩しないといって悩まないでください。進歩ということばかり気になりだすと、自由がなくなります。

また、決心しても、いつも同じことに落ちたという人もいます。自分が決心するのはいいことですが、自分の力だけに頼るならば、同じ間違いを繰り返すでしょう。神の助け、イエスの支えと一緒に歩いていくことが大切なのです。

デ・メロ神父の『小鳥の歌』の中で「あなたは変わらなさい」と書いてあるその少し後に「変わってはいけない」と書かれているところがあります。そして面白いエピソードが出てきます。

ある人に欠点があり、そのため皆にいじめられたそうです。ある友達が「私はあなたをありのままに受け入れます。あなたは変わらないでください。」と言いました。すると、その人はその時から変わり、周りからも受け入れられた、というのです。

イエス様は「あなたをありのまま受け入れる」とおっしゃいます。いいことをしているから、いい仕事をしているから受け入れられるのではありません。

そして、“ありのまま”の第2段階は、私も自分を受け入れる、ということです。自分をごまかし
たり、自分を飾ることで相手に受け入れられようということではありません。

“ありのまま”、それは一番難しいこと。本質が変われば“ありのままの自分”も変わりますが、飾ることとは違います。変わってはいけないということと、変わらなさいということは決して矛盾

しないのです。

ゆるしの秘跡を通じて、キリストと出会う体験をした人は、その喜びと平和を他の人に伝え、分かち合わずにはいられないでしょう。キリストのゆるしの体験は、罪びとを神様の子に変えていくのです。

ですから、真の告解は、ただ私が救われて良かった、というものではありません。神様は、初めからゆるすとおっしゃっているのですから、神様からゆるされている私たちが、これから行うべきことを探すためにあるのが、ゆるし秘跡なのです。

今回のまとめ

ゆるしの秘跡のモデルは、放蕩息子のたとえ話にあると言われています。家で待つお父さんは、まだ遠くにいる息子を見つけてゆるして、祝宴までしました。(たった一人の回心を喜び祝う神)同じように神様は、はじめから私たちにゆるすと決めていらっしゃいます。神様は、私たちが心の重荷から解かれて自由になることを願っています。ゆるしの秘跡を授ける司祭も、神様の励まし、あわれみ深さを感じ直して、生活が変わることを願っています。

振り返りの質問

Q. 人生を変えるような“ゆるされた体験”があるでしょうか？

Q.“ゆるされた体験”でどのように人生は変わってきているのでしょうか？

第1週 まとめの質問 霊操 #53

罪を黙想した後、イグナチオはイエスの十字架を自分の罪と照らし合わせて眺めさせ、3つの質問を私たちに投げかけます。

「キリストのために私は何をして来たのか？」

「キリストのために私はこれから何をしようとしているのか？」

「キリストのために私は何をすべきなのか？」

終わりの祈り カトリック儀式書 「ゆるしの秘跡」 カトリック中央協議会 1978 年

罪のゆるし（悔い改めの祈りに続いて司祭は、ゆるしを求める人に頭の上に両手、または右手を延べて言う）

全能の神、あわれみ深い父は、御子キリストの死と復活によって世を、ご自分に立ち帰らせ、罪のゆるしのために聖霊を注がれました。神が教会の奉仕の務めを通して あなたに ゆるしと平和を与えてくださいますように。

みなさんが 神様から 罪のゆるしの言葉を聞けて恵みに戻れますように。 アーメン

参考文献

カトリック儀式書 「ゆるしの秘跡」 カトリック中央協議会 1978 年

『宣教者を育てるイエス ルカ福音書による黙想』 カルロ・マリア・マルティーニ著 今道瑤子訳 女子パウロ会 1988 年

『パウロの信仰告白』 カルロ・マリア・マルティーニ著 今道瑤子訳 女子パウロ会 1988 年

『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 松本紘一訳 2000 年

「福音宣教」 2001 年 3 月号 M・メンディサバル神父

『小鳥の歌 東洋の愛と知恵』 アントニー・デ・メロ 著 谷口正子訳 女子パウロ会 1985 年

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