

聖イグナチオの生き方にみる 人とのつながり ～ 希望の扉を開くために

2021年11月23日(火) 11:00~11:50 担当 柴田神父

1. イグナチオがどのように仲間を募ったか？

『ある巡礼者の物語 イグナチオ・デ・ロヨラの自叙伝』イグナチオ・デ・ロヨラ著 門脇佳吉訳(一部表現を変えています)

第7章 サラマンカでの受難—取り調べ、投獄、宗教裁判

霊動弁別によりパリ行きを決定する

サラマンカの監獄にいた時、「靈魂を助きたい」というあの願望が一層大きくなった。・・・そのために、まず勉強し、同じ意向を持った人たちを募り、今までの同志を守ることを望むようになった。

最高学府のパリ大学で、優秀な学生から同志を募ろうとする動機が、パリ行き決定の重要な要因となっている。

第8章 花の都パリでの隠れた活動

3人に霊操を授け、3人とも回心して清貧の生活を始める。・・・彼らは大きな内的変化を成し遂げた。間もなく、持っているものすべて、書物さえも貧しい人たちに与えてしまい、パリの物乞いをはじめ、聖ヤコボ慈善病院に移り住んでしまった。

やがてその3人は離れてしまう

スペインで同志に授けた霊操は、まだ完成していなかったし、30日の大黙想ではなかっただろう。

また、3人はスペイン人だけの同志で、そこには狭さがあったと思われる。また、3人の資質がパリの同志に較べて劣っていたことが考えられる。

イグナチオは博士ペトロ・ファーブルと博士フランシスコ・ザビエルと話し合うようになり、2人

は靈操を通して、神への奉仕に献身する同志となった。

ザビエルは、24歳の若さで大学教員となった。彼は浪費家で、野心家でもあった。イグナチオに対して、最初は防衛的な態度を取っていた。イグナチオは、彼のために聴講生を獲得して彼を陰で助けた。イグナチオは彼を同志にするために忍耐強く待った。1533年に彼はとうとう決定的な回心を経験し、「靈魂を援助」するという理想の元にイグナチオに従った。

モンマルトルでの誓願

もしエルサレムに留まる許可が得られないならば、教皇に謁見して、より大いなる神の栄光と靈魂の利益のためになると判断されたところへ、自分たちを遣わしてくれるように願うことを決定した。

第11章 永遠の都で靈的活動

この種の個人的靈操は、イグナチオが大切にした方法であった。当時の靈操実践者の中には多くの重要な人物がいた。その中には、シエナの大使ラタンチオ・トロメイ、イニゴ・ロペイ博士（後にはイエズス会の公式医師）、バチカンの教会革新聖庁長官ガスパレ・コンタニーニ枢機卿がいた。

「靈魂を助ける」という明確な目標に向かって同志を募った。神の栄光に貢献してくれそうな人には個人的に30日の靈操を授けた。

“What is Ignatian spirituality?” 『イグナチオの靈性とは?』

David L. Fleming, SJ著 Loyola Press A Jesuit ministry出版 2008年発行 (私訳)

8. God communicate in many ways 神はあらゆる方法で私たちと交わる

彼は、16世紀にしては珍しいほど様々なメディア（媒体）を駆使しました。恩人や友人に頻繁に手紙を書きました。会員たちにも活動の報告を求めました。

『聖イグナチオ・デ・ロヨラ書簡集』 イエズス会編 平凡社 1992年

イエズス会の創始者イグナチオの珠玉の書簡集。総計7,000通を超える手紙の中から、彼の霊的な教えを代表し、その人と思想、時代の息吹きを生き生きと伝える103通を収める。

17. Working with others 他者とともに働く

自叙伝に「彼の周りに何人かの仲間が集まった」とあり、彼らが最初のイエズス会員になりました。この時点から、彼はいつも他者と働くようになります。また、イエズス会は、働く使徒職は異なっても、“協働”の霊性が形成されます。

使徒職は、キリストとの、また他者との“協働”で成り立ちます。「二人または三人が私の名によって集まる場所には、私もその中にいる」（マタイ18：20）にもとあります。イグナチオ的奉仕は、人々の知恵と力の結集で成り立ちます。

イグナチオも、初めは同志が離れる経験をし、その失敗の経験を生かし、同じ思いで奉仕した同志たちが聖人（フランシスコ ザビエル、ペトロ ファーブルら）福者となりました。

初めうまくはいかなかった体験から「何を学ぶか？」

今回の黙想会は、聖イグナチオの「識別」をヒントに、教会内の人間関係をテーマにしました。

*参考資料「目からうろこ キリスト者同志の人間関係」来住英俊著 女子パウロ 2006年 800円（一部表現を変えています）

キリスト者の疲れ

1. キリスト者同志の人間関係

日本の教会は、潜在的に力を持っていますが、その力が十分に発揮されていないように感じます。その原因は、資金や人材不足ではなく、教会内の人間関係ではないでしょうか。小さなきしみで楽しくなくなる。最初に期待したほどには発展しない、ということが繰り返されているような気がします。

2. 「愛」だけでは疲弊する

きしみの原因は「愛」の不足でしょうか？ 確かにそうでしょう。しかし、「愛」というものは、自分で足りないことが分かっている、今すぐ思い通りに増やせるものではありません。自分では一生懸命やっているつもりでも批判を受ける。「なぜ？」と腹が立ちつつも「愛が必要だから」と、我慢を続けるうちにだんだんと疲れてします。「一区切りしたら今度は身を引こう」となりがちです。真面目なキリスト者は、「もっと愛をもって、もっと祈りを込めて接すれば必ず事態は打開できるはず」と考えがちです。しかし、少なからぬ人たちが行き詰まり、自分の至らなさに失望してないでしょうか。

3. 識別と選択

「愛と祈り」だけでは打開できないとすれば、他に必要なものは「識別と選択」です。「愛」の不足を認めるとしても「何に対して」「もっと愛をもって行うのか」を考えなくてはなりません。既定の路線に縛られず、進む方向そのものを識別し、しっかりと選択することが必要でしょう。

これまでに行き詰まった経験がなかったか振り返って下さい

Q.折角参加したグループで居心地が悪くなって、何となく消えていったことはありませんか？

Q. 人の言動に対して意見や苦情があるとき、それをはっきりと言えなかった(遠慮というよりも期待薄だから・・・自分が我慢しようという態度で)ことはありませんか？

Q.批判的意見に、耳を傾け過ぎて(毒舌までも受けてしまう)、自分のやる気を失っていませんか？

Q.会議中に「ここで言うか言わないか？」「強く主張すべきかどうか？」で判断ミスをして無用な反発を引き起こしたことはありませんか？

Q.ある人にグループから退去してもらおうかどうかの判断の際、「愛」を掲げる教会としては、はっきりした態度が取れず悩み続けたことはありませんか？

4. 教会の疲弊

このような場面で、しっかりとした「識別」と「選択」をせず、あいまいな気持ちのままに行動すると疲労困憊してしまいます。心の疲れが教会を弱めてしまいます。

一方で、真の理由を明かさず黙って退いた方は目立ちません。グループとしては存続して活動しても、トラブルの記憶は関係した人たちの心に残り、活動のエネルギーをそぎ続けます。このような疲弊を防止できれば、教会の歩みはもっと進歩したのではないのでしょうか？

そのような損失、疲弊を少しでも防ぐことを考えましょう。

「蛇のように賢く、鳩のように素直になりなさい。」(マタイ 10:16)

自分が選択する

1. 「識別」と「選択」

わたしたちは、「識別」と「選択」をあまり区別せずに使っているようです。何かを決めたときに「わたしはこう識別しました」というべきではなく、「識別の努力をした後、わたしはこれを選択しました」と言うべきです。

「わたしの願いではなく、御心のままに行ってください。」(ルカ 22:42)の聖句との関係はどうでしょう？ 「わたしの願いではなく」というのは「自分は選択しない」という意味ではありません。
自分で「識別し」神の御心に沿うように自分が「選択する」のです。

イエスも、ゲッセマネの園で、血の汗が滴り落ちるほどの祈りを捧げましたが(ルカ 22:44)、御心がどこにあるかを判断した後、エルサレムを離れて別の地域で宣教するなどの選択肢を捨てて、甘んじて逮捕される道を選択されたのです。

「わたしの願いではなく、御心のままに行ってください。」という祈りは、「識別を助けてください」という祈りで「何も選択しない」という意味ではありません。

人間関係で悩む場合、成り行きに任せるのではなく「自分が選択するのだ」という意識をしっかりと持たなければなりません。

迷っている人が一番聞きたいのは「正しい道」を識別する方法でしょう。しかし、まず「選択するのは自分」だという気概を持たないと、いろいろな話を聞いてもあまり役に立たないでしょう。また、間違えることばかりを心配し結論を後回しにするとより大きな痛手を引き起こします。

自分では決めにくい日本人にとっては難しい注文かもしれませんが、最終的に選択するのは自分だという意識が大切です。

2. 選択すると、実行できる

腰を据えて、目標に向けてひた走るには「自分がこう決めた」という自覚が必要なエネルギーを与えてくれます。

「身を引かざるを得ない状況に追い込まれた」という受け身での結論ではエネルギーがそがれています。「自分が離れることを選択した」という自発的態度はその後の行動にも選択肢ができます。

環境に流された結論は、これからの生き方も中途半端になりがちです。人間に間違いはつきものなので、選択が結果的に誤りだったということもあるでしょう。決断し実行してこそ、間違いも分かります。「ああ、あの時、わたしはここで間違っただ」という反省もできます。

イエスの受難予告に際して、ペトロはイエスを脇にお連れして一言申し上げています。(マタイ 16: 21~23) 他の弟子たちは、何かありそうだと感じつつも黙っていましたが、ペトロは積極的に発言したおかげで叱られるという得難い体験をし、後に使徒の頭となります。失敗体験を体に刻みつけていたでしょう。

3. 決定後の祈り

間違いが分かるためには、選択し、実行した後、その結果を「神のみ前で祈ること」が必要です。

神からの「示し」を待つのです。

決断する前だけでなく、決断を神にささげ祝福と励ましを願い、その後の経過を神様に報告するのです。神様抜きで一人で進もうとはしないことです。状況がうまく進んでもいなくても、神様との共同作業だという意識で進めましょう。そうできれば、軌道を修正するにも時期を逸することも避けられます。また、次の識別の際にも体験を活かすことができます。やがて、識別の精度は上がってくるでしょう。キリスト者は、生涯ずっと何かを識別し続けます。一つ一つのことで一喜一憂するのではなく、長いスパンで考えましょう。

識別のために考えておくべきこと

識別のために、今の自分の出来る努力を最大限にしなければなりません。助けになることを考えましょう。

1. 「神の国」という視点に立つ

P3の質問のように、わたしたちは堂々巡りをします。「周囲に波風立てず、人に嫌な思いをさせず、他人から悪く言われたい方法はないか？」と欲張りなことを考えています。

「事態が紛糾しているのではなく、体面を保とうとする欲が事態を紛糾させる」こともあります。自分を非難から守りたい欲望から自由になることが大切です。

よい選択をするには、大きな視点、聖書に基づく「神の国」という視野は助けになります。

「神の国」の完全な実現は、来るべき終わりの日まで待たなければなりません。地上で進展しているプロセスでもあります。一進一退があっても神様ご自身が「神の国」の実現のために心を砕き、

働いておられます。この信仰があれば「周囲に波風を立てる」「人に嫌な思いをさせる」ことへの過度の恐れやこだわりから自由になれます。恐れが小さくなれば、選択(決断)しやすくなります。

2. 「神の国」は動いている現実である

「神の国」は、抽象的な理念やスローガンではありません。イエスによって始められ、今ここに存在し、完成に向かって動いている「現実」です。

どんなに複雑な状況でも、神様が働かれ、「神の国」の実現に向けて少しずつ動いている。このような見方が、私たちの荷を軽くします。

たとえ今困難でも、「神の国」の実現に一役買っている？ という視点が力を与えてくれます。

3. 「理想か」「現実か」ではない

人間関係で迷った時、思い込みから自由になることが必要です。他の人なら当たり前のことに自分は気づいていないこともあります。自分の・思考・行動パターンをよく見るのが大切です。

また、自分では「こうすべきだ」という理想っていて、それを実行できないと「妥協」と捉えることもあります。このように「あるべき自分」を基準にすると辛くなります。「今の自分」に神が求めていることは何か？ という視点から識別しましょう。

将来の自分に限界をおいてはいけませんが、今の自分には限界があります。

「理想を貫くか?」「妥協するか?」という二者択一ではなく、「今の自分」からスタートすることを心がけましょう。

4. 自分の内面だけにこだわってはいけない

思い悩む原因は、自分の内面にこだわっていることもあります。自分の心がどうかだけではなく、目で見える利益にも目を向けることが必要です。

ボランティア活動をする場合に、動機の純粋さを追い求めて「偽善者になりたくない」「だから何もしない」ということが果たして正しいでしょうか？ たとえ動機が純粋ではなくても、行動には効果があります。内面を重視して、相手が不自由になることは避けなければなりません。現実的な効果を重視するたくましがキリスト者には必要です。

5. 「神の業」という言葉

私たちは「愛」「謙遜」という言葉から自分の内面を問題にしがちですが、この傾向を正すために、聖書に基づいた「神の業」という言葉を心に止めることが大切です。それができたら、見える現実、自分の行動がもたらす結果に目を向けやすくなります。人間関係の対処に当たってもこの言葉で考えてください。

「この苦情を彼に言うことによって何が起きるだろうか？」 「“神の業”が行われるだろうか？」と考えると、どちらを取るべきかがわかってくるのではないのでしょうか。

また、活動の中には、「わたしの感受性と合わない」と反発することもあります。でも、その活動の成果と直接関係のない場合もあります。他人のちょっとした欠点を活動の反対理由にあげないように注意しましょう。この判断ミスを防ぐためにも「神の業」という言葉が有効です。「一緒にはできないけれど、協力はしていこう」と考えやすくなります。

イエスも次のように語られました。

もし、私が父の業を行っていないのであれば、わたしを信じなくてもよい。しかし、行っているのであれば、わたしを信じなくても、その業を信じなさい。(ヨハネ 10：37～38)

6. 独創性

「辞めるか？ 辞めないか？」「言うか？ 言わないか？」という、二者択一で考えると、重苦しい気持ちになってしまいます。しかし、他に選択肢があるかもしれません。

昔は、お姑さんが財布と家事を独占して、お嫁さんに渡そうとしなことがありました。お嫁さんは「お母様、わたしにさせてください」か「いじけて引っ込む」かの、どちらかの選択になりがちです。しかし、何もさせてもらえないお姑さんに「お母様、ありがとうございます。わたしは奉仕活動に精を出します」と元気に言うこともできます 「あれか？ これか？」で煮詰まったら、他に選択肢がないか？ 「独創性」を求めましょう。

独創性を育てるには、

- 1) 遊び心－「こうしたらあの人はどうするか？」と反応を楽しみにする心
- 2) 勇気－思いついたことを実行する勇気
- 3) 謙遜な心－失敗しても腐らない。「今回は駄目だったけど、次はこうやってみよう」という態度。

度。軽やかさはキリスト者の特徴であるはずです。

霊の動きの識別（理論）

訓練が必要ですが「霊の動きの識別」が役立ちます。「ものの見方」として理解するだけで参考になります。

1. 発想の転換

「どちらが正しいのか？」と堂々巡りになったとき「霊の動きの識別（以後 霊動識別）」という方法を取ります。

霊動識別の知恵は「こうしよう」と考えたときに自分の中に起こった「源」を識別するということです。例えば、「このグループを退会しよう」という考えが起きたとします。このとき、この考えは「悪い源」から来たのか「善い源」から来たのか？ と探るのです。「悪い源」からのものならそれを退け、「善い源」からのものならばそれに従うのです。

そう考えた「源」に、保身、他人からの強い後押し、勢力争いがあれば従ってはいけません。

具体例－修道者になるかどうか？

悪い源：教会の皆が勧めるから、親が勧めるから、自分の適性が生かせそうだから・・・

良い源：心からの望みだから、神様から呼ばれていると感じるから、イエスの十字架を共に担いた
いから

2. 心の奥で働く霊の識別

「彼に苦情があるが、ここでは言わないでおこう」という気持ちがあるとします。それは、良い源「相手を寛大に見守ろうとする善意」から発しているか、それとも悪い源「自分が悪く思われた

くない臆病さ」からきているのか。あるいは、何かトラウマがあるのか。それをあれこれ反省するのが靈動識別ではありません。このような自己分析は、無益ではありませんが、今ここでの選択のためにはあまり役には立ちません。

靈動識別とは、自分自身の靈のひそかな動きと、さらにその奥で働いている靈の動きを識別することです。これからの説明は、善い靈と悪い靈を対比させて行います。

3. 悪霊は存在するのか？

悪霊というと、人間にとりつき奇怪な行動を取らせる存在をイメージするかもしれませんが。しかし、ここで問題とするのはそういうものが実在するかしないかの話ではありません。

一人の悪魔というより「神の国」の実現を阻む力のようなものです。善を行おうとする人たちの間にスルリと入って来て、気付かれないうちに心変わりや減退感を与えるものです。悪霊が人間世界に悪影響を与えているという考え方です。

悪霊は、物理的な力ではなく、巧妙な策略で亀裂を引き起こす「もの」です。「神の国」の進展を妨害することを目的にしています。悪霊は、よき活動を妨害し、挫折させようとその機会を虎視眈々と狙っています。

過去を振り返ってみると、仲たがいしたグループには、巧妙な手段で神の国の実現を阻む活動があったと考えられませんか？

4. 悪霊は策略を持っている

自然災害には、意図はありません。しかし、悪霊は、わたしたち一人一人の弱点がどこにあるかをよく知っていて、そこをうまく突いて来ます。大きな失敗よりも、こまめに妨害して進展を阻止

するのが悪霊のやりくちです。もっと豊かな実りをもたらすはずだったものが細々と続くだけになっ
ていることがあります。これも悪霊の仕業でしょう。

5. 自分の弱点と悪霊

「自分の弱点」と「悪霊の働きかけ」は区別しなければなりません。欠点そのものは悪ではありません
ん。しかし、悪霊がこの弱点を利用して悪事を働こうとするとき、問題は深刻になります。悪事と
は、信仰生活をむなししいものにする、それを通して教会共同体を弱めることです。

わたしたちは、自分の弱点に対して柔和でなければなりません。急いで力づくで改善しようとする
のではなく、気長に構えるのです。弱点のある隣人に柔和でなくてはならないのなら、自分に対
してもそうあるべきです。人にしてあげたいことは、自分にもそうするべきだからです。

しかし、自分の弱点を利用して神の国に害を与えようとする悪霊の力には断固闘わなければなり
ません。悪霊から来たと思われる考えは、すっぱり退けなければなりません。

6. 悪霊なら容赦なく戦える

悪霊とは、「人間自身の内部の暗い部分」だという人がいますが、聖書的な見方ではありません。
聖書では、悪霊とは縛り上げ、追い出すべき存在です。

「まず強い人を縛りあげなければ」(マタイ 12:29)とイエスが言われているのは悪霊のことです。
悪霊は、自分の一部ではなく、「神の国・神の業」を侵略する者です。自分の目的を誤らせるだけで
なく、「教会・神の国」全体を妨害しようとしています。容赦なく、決然とした態度で闘わなくて
はなりません。

7. うわさ、批評

どう自分が見られているか？ 人のすることは気になるものです。しかし、それに気を取られて「神の国」という大きな目的を見失ってはいけません。

霊の動きの識別（実践）

1. 霊の動きを識別する

霊動識別とは、頭で道徳的に善悪を判断するものではありません。今「これを言いたい」というような衝動の奥にどちらの霊が働いているかを識別するのです。悪霊の働きを敏感に感じ取ったらそれを避け、善霊の後押しがあれば断行することです。どちらの霊が自分を動かしているかを見分けるのです。

2. 霊動識別の対象

識別の対象となるのは「ある行動を実際に起こそうとする心の動き」です。ただ、ぼんやり迷っているだけのときは、まだ霊動識別はできません。

いざ、一つの方向へと具体的に心が動いたときに、霊動識別のプロセスが始まります。その心の動きがどちらの霊から来ているか、あるいは後押しされているかを識別します。

3. 感情の味わい

識別は「感情の味わい」によって行います。いろいろな事情があって『この活動から離れる』ときに、大体ある感情が含まれています。その感情の味を「味わい分ける」のです。

「悪霊からの味がするか？ 善霊からの味がするか？ どちらでもないか？」 見知らぬ営業マ

ンに商品を勧められたとき、その話が信用できるかどうかは、名刺や紹介状などの道具ではなく、その人の雰囲気や直観的に判断します。理屈抜きにこの人は怪しいか？ 信用できるか？ を判断するでしょう。そのように、その時々の「感情」を味わい、霊の善悪を見抜くのです。

しかし、理屈抜きと言っても、先ほどの営業マンなら「目を合わせない」「契約を急ごうとする」といった場合、信用できるか否かを経験から判断できるポイントもあります。これから、いくつかの見分けるポイントについて考えます。

4. 悪霊が自分を動かしている場合

一般的に「荒み（すさみ）」という言葉で表現されます。「暗い、孤独な、行き詰まった」ような感じですか。このような感じが強く伴っている場合は、悪霊の促しである可能性が高いです。もう少し詳しく具体的な兆候を挙げてみましょう。

- ① 他人について、勝手に悪い想像をして暗くなってしまう。つまり、相手が実際に言ってもいないことを想像の中で言わせて、それでさらに腹を立て反撃のようなことをしてしまう。悪霊は、想像力を利用することが多い。
- ② 周囲の人の同情や理解を求めたい気持ちが強い。
- ② 思わせぶりの気取りがある。自分の行動に実際以上の深い背景や理由があるように思われたい。
- ③ 物事を秘密にしようとしている。人に知られることを望まない。
- ④ 自分の方が理屈にあっていてという感じが強い。

5. 善霊が自分を動かしている場合

一般的に「慰め」という言葉で表現されます。「平和、喜び、希望、穏やかさ」などで表現されます。具体的には次のようなものです。

- ① 悪い方へ想像が勝手に走らない。気持ちが動じないで安定している。
- ② 人に知られても構わない。(知らせたい、とは違います)
- ③ 「窓が開いて、風邪が抜けている」ような感覚。
- ④ 「一人でも大丈夫」と協力者探しにあくせくしない。

善霊の働きは、単純率直なので、あまり言うべきことはありません。悪霊は、いろいろ画策するので、ある意味で手掛かりが豊富です。初心者は、悪霊を見分ける方から始めるといいでしょう。

6. どちらでもない場合

霊動識別をしたが、悪霊も善霊も関わっていないと感ずることがあります。このような場合、客観的に利害得失を比較して決めます。もちろん「神の国」の利害を考えるのです。判断を「善悪」ではなく「高低」の問題に切り替えます。疲労困憊になることを避けて、次の機会のために自分の力を温存するのも「神の国」の利益の一つです。いつまでもぐずぐず迷うよりは、どちらかをさっさと選び、実績を積む方が得策です。

7. 感覚を訓練する

善霊と悪霊を見分けるポイントをいくつか挙げましたが、同じ言葉で両方の特徴を表現することもあり、微妙なケースも少なくありません。

例えば、「周囲の理解を求めたい気持ち」は、やみくもに誰でもいから賛同者が得たい場合は悪霊の兆候です。しかし、信頼できる人がいて、その人に分かって欲しいという気持ちなら必ずしもそうではありません。

また、「自分一人でやるしかない」という思いは、善霊に導かれた自立心の場合と、孤立無援の中で絶望に至る可能性もあります。両者をよく識別するには、やはり感覚そのものを磨く必要があります。その手段をいくつか挙げておきます。

8. 過去の経験

窓が閉まってもエアコンが入っていれば、それなりに快適です。もし、一度も窓を開けたことがなければ、実際に窓は閉まっているのに、自然の風が通っていると誤解してしまうかもしれません。しかし、自然の風を体で感じた経験があれば、今は窓が開いているか閉まっているか目を閉じていても感じ取ることができます。このように過去の選択の中で、「あれは確かに善霊の働きだった」と確信できる経験を思い出して下さい。その時の感情を味わってみると、今働いているのが悪霊かどうかを識別する助けになります。

9. 日々の練習（事後の識別）

寝る前に、その日の気になる行動を一つ（厳しく苦情を言った、あるいは言いたいのを抑え込んだ）取り上げて下さい。しかし、道徳的・理論的に判断しないでください。

その時に起こった感情をもう一度呼び起こし味わってください。そして、それが善い霊の促しだったのか、悪い霊の促しだったのか、感情の味わいで判定してみてください。

同じ「怒り」という言葉でも、味わいが違うことが分かるでしょう。実際の現場では、瞬時に判

断し行動しなければならぬことが多いのでいちいち感情を味わうことはできません。しかし、ある程度時間が経ってその場のプレッシャーから解放されたら、識別しやすくなります。

その体験を積むと次第にその場でも判定ができるようになります。瞬時の判断をより確かなものとするために「寝る前の祈り」をする習慣のある方は、一日の振り返りの中にこの訓練を取り入れたらいかがでしょう（意識の究明）。

10. やってみよう

霊動識別の訓練には時間がかかります。また、上達に限りはありません。しかし、「難しそうだ」と尻込みしないでください。はじめははっきりした結果が出なくても、試すうちに感覚がつかめてきます。また、識別をしようと覚悟を決めた人から悪霊は遠ざかるでしょう。いつまでも、そのような姿勢を持たない人には面白がって近づいて来るでしょう。

繁華街を歩いているとき、目的を持っていたら声を掛けられにくいですが、何の気なしに歩いていると声を掛けられます。悪霊の働きを識別できるよりも、そもそも近づけないのが一番よいのです。

参考文献 「霊の動きに識別」について分かりやすく解説した本

英隆一朗著 『道しるべ』（新世社） 第12話から第21話 900円＋税

イシドロ・リバス著 『二人の自分－心の動きを見つめて』（女子パウロ会） 500円＋税

神のあわれみ

1. 「神の国」において

霊動識別は、具体的な方法なので、しっかり習得すればいつでも正しく識別できると思われるかもしれませんが、しかし、人間がすることなので100%正しく識別はできません。その時の自分で判断するしかないため、当然誤りが含まれます。

「取り返しのつかないこともあるのではないか?」とわたしたちは恐れます。しかし、たとえ誤った判断によって人を傷つけることがあったとしても、「神の国」のためを思ってしたことが、人を傷つけたままで終わるでしょうか?

神のあわれみに委ねることを忘れてはなりません。いつまでも、自分の手の中に責任を握り続けることは神のみ旨ではありません。今の自分で精一杯判断し、それを実行し、後は神に委ねる。それしかありません。誤りがあっても、神はただ責めるような方ではないはずです。主の前に首を垂れて、心からの神のあわれみを願いましょう。「神の国」では、取り返しのつかないことはない信じましょう。

2. 間違っているかもしれない

自分には何もやましいところはないが、それでわたしが義とされているわけではありません。

わたしを裁くのは主なのです。ですから、主が来られるまでは、先走って何も裁いてはいけません。(I コリ 4:4~5)

異なる意見の相手の方が正しいかもしれない、とはなかなか思えません。「彼にも一理ある」とはなかなか認められません。けれど一瞬でも「相手の方が正しいかもしれない」と思えたら、新しい光のもとに捉え直しができるかもしれません。

祈り、精一杯の見識で今を識別し、選んだことを確信をもって行う。それでも、反対意見に理があるかもしれないという思いを秘めている。このような人こそ、謙遜で柔和な人と言えるでしょう。真のキリスト者の香りを放ち、周囲に良い影響を与えるでしょう。

黙想会の振り返り

1.教会内の人間関係で、問題を抱えたことがありますか？ 原因と改善の糸口が見つかりましたか？

2 「希望の扉」の実現のために「とりなしの祈り」からヒント

カルメル会のシスターの祈り

私がイエズス会に入会した（2000年）ことをある方が京都カルメルのシスターに祈りの依頼をされた。私はお祈りしていただいていることを知りませんでした。

叙階する（2010年）ことになって、その方がカルメルのシスターに伝えてくださいました。

すると「祈りが聞き届けられました」と伺うまで祈り続けます、とのこと。

すごいお祈りの仕方：どうしたらできるのでしょうか？ →とりなりの祈り

導入

苦しんでいる人のことを話し合った後「あの人のためには祈ることしかできない」という結論になっても、わたしたちは本当に祈っているでしょうか？ 祈っているつもりが、単に「どうなるんだらう？」と心配ごとで足踏みしていることはないでしょうか？ 「とりなしの祈り」は、自分が神の前にしっかり座って、その人を神のみ手の中に置く、自発的で積極的な行動です。

やさしいことではありませんが、やりがいのあることです。

「思い煩いではなく、このことのために神に祈ろう！」と思い起こすことが大切です。

○継続性

とりなしの祈りは、あることのために継続して祈る必要があります。その日その日に、心にとまった悲しい出来事のために祈ることも大切ですが、自分がそのことについて愛をもって引き受ける
自覚と責任がとりなしの祈りには求められます。

○名前を書きつける

「誰のために」祈るのか、何かにきちんと書きつけておくことが継続のために役立ちます。カードや短冊に、目に留まりやすい場所に置いておくのもよい方法です。件数が多くなると、ノートに書き込み「誰のために祈り、今どうなっているか？」を日付けと共にメモすることをお勧めします。毎日全部を祈れない場合、1つずつ、2つずつという風に、順番で祈っていきます。

ある人のことが、全部解決できなくても、どこかでひと区切りついたと思ったら、一度赤線で消し

て神に感謝と書いておきます。

祈りの対象のリストは、自分も苦しみを共に担う人の一人なので増やし過ぎるとよくありません。

祈りの手順

○イメージで祈る

「あの人は今こういう状態ですが、こうなりますように」「あの人の手術が成功しますように。早く良くなりますように」というように言葉を使った祈り方は、すぐにその人が回復できればいいの
ですが、そうならない場合長続きしないこともあります。

自分が思い浮かべているその人が今何をしているか思い浮かべ、その後に神が柔らかい光の中で包
んでくれる、神が共にいてくださることをイメージしながら祈ることで、とりなしの祈りが定着し
ます。(私へのカルメル会のシスター方の祈りもそうでしょう)

また、聖書の癒しの場面の中に、大切な人を登場させる方法もあります。

例：マルコ 1：40～42 では、重い皮膚病を患っている人にイエスが深く憐れみながら手を伸ばし、その人に触れ「よろしい、清くなれ」と言われ、その人が清くされる場面が描かれています。この箇所にあるイエスの病人への態度、癒される場面をイメージしながら祈ると、継続性が生まれます。

○イメージで祈る理由

毎日続く祈り方が、正しい祈り方なので「言葉で祈る」ことが決して間違っているわけではありません。しかし、5年、10年とある人のために祈るとなると言葉はむなしくなりがちです。病状や

状況が変化しないとむなしさを覚え、祈り続けることが難しくなります。失望して、いつの間にか祈らなくなってしまうことがあります。これに対し、イメージで祈るとむなしさを感じにくくなり長続きしやすくなります。

また、仲たがいをしている人、憎んでいる人に対しても言葉で祈ろうとすると理屈がもたげ、「回心すべきは相手だ」というように考えがちですが、イメージで神のみ手にあることを祈れば、自分の思いを脇に置きやすくなります。(難しい人間関係へのアプローチ)

○イメージを持続させる

心の中で、友人を神のみ手の中に置く時間は、数秒ではなく少なくとも 1 分は取りたいものです。ある程度時間を持続させてはじめて「わたしはこの人のために祈った」という実感や充実感が生まれ、祈りが聞き届けられる予感が湧いてきます。このような、祈る喜びがないと祈りに力が伴わず、途中で祈らなくなってしまう。

イメージを持続させるには、ロザリオ(1 連が 3~4 分)が効果的です。唱え慣れた祈りであれば、言葉に意識を取られることなく、イメージを保ちながら祈ることができます。

○祈りを継続させるには？

祈りを長く続けるためには、一日当たりの祈りの量を決めておく必要があります。とりなしの祈りも同様で、その日の気分次第だと、いつの間にか祈りを放棄してしまいがちです。ロザリオならば、一日何連という形で決めることができます。時計を見るより、暖かみがあり現実的です。また、何人かで一緒にある人のために祈る際にも助けになります。

具体的手順

1) 1件の手順

- ①祈ってあげたい人の姿をイメージします。
- ②イエスがその人のもとに来て、共にいてくださる、あるいは、神の柔らかい光(み手)の中に包まれている様子をイメージする。
- ③そのありさまを見つめつつ、ロザリオを1連唱える。

2) 1日の手順

- ・自分の生活に無理なく継続的に組み込める範囲で、一日に何件か祈ります。
- ・とりなしの祈りが、ある程度身につくまで、手を広げずに同じ人のために毎日祈ることがいいでしょう。
- ・とりなしの祈りは、祈りが決して無に帰するものではなく、神のもとに集積して聞き届けられる日がやがて来る、期待・希望を与えてくれます。

○もっと、とりなしの祈りを！

「祈るだけではいけないのではないか」「自分の手で何もしていないのではないか」と疑問や後ろめたさを感じている人もいます。行動派の人からは、キリスト者は何もしないで言い逃れをしていると思われるかもしれません。しかし、とりなしの祈りは、信者のれっきとした使徒職です。一つの事柄のために毎日、毎週イメージを用いながら祈ることは、なかなか大変なことで、単に挨拶程度に「お祈りしてます」というのとは全く違います。本気でとりなしの祈りをしていれば「祈るだけ」でいいのです。

カルメル会は観想修道会です。修道院から直接会うことのない方たちの為に祈り続けておられます

○教会のリーダーのために祈る

教会のリーダーたちのためにも真剣に祈るべきです。教皇、司教、司祭、また教会の評議員のために祈りましょう。具体的状況の中では、判断に迷うこともしばしばです。ただ、彼らが神の民のリーダーとして負っている責任を思い、その人たちのために真剣に祈らなければならないことは確かです。

信徒代表、各活動グループの責任者、施設・財務、広報、教会祭、教会学校のリーダー、青少年、その他の教会役員とスタッフに対しては、仕事への評価に終始して、その人たちのために真剣に祈ることがまだ少ないのではないのでしょうか。働きに感謝すると同時に、彼らのために祈ることが信徒の時代が実現するためにも必要です。

○とりなしの祈りは労苦である

とりなしの祈りの後「疲れるものですね」と述べる方がいます。祈りには、安らぎや平和という言葉を連想しますが、とりなしの祈りは困難を抱える人のためなので、労苦があるのが通常です。毎日祈ろうとすれば、一つの意向だけロザリオ 1 連(4分程度)でも続けるのは容易ではありません。しかし、覚悟をもって、労苦にひるむことなく、当然のこととして受け入れ続けて下さい。寝る前にしようとする方がいますが、へとへとの状態では難しいものです。元気のある時間にするように一日のスケジュールの中に取り込みましょう。

○とりなしの祈りは使徒職である

「洗礼を受けているのに、宣教もしていない。苦しんでいる人たちのために何もしていない」と後ろめたさを感じている人がいます。それなら、とりなしの祈りを是非お勧めします。特に、病気や

高齢で活動がままならない人に検討していただきたいです。とりなしの祈りは、キリスト信者のれっきとした使徒職です。まず、意向を記入するノートを作りましょう。そして、身の回りの出来事、新聞などで知る世界の出来事に関心を持ちながら祈って下さい。

○とりなしの祈りは人との関係を正しくする

とりなしの祈りは労苦ですが、確かに平和をもたらしてくれます。その平和は、情緒的なものではなく、人との正しい関係に基づくものです。人のために一生懸命になるほど「私は、あなたのために何ができるのか」という意識が強くなります。しかし、結局は「何もできない自分」に打ちひしがれることが多いものです。何もできない負い目から、助けようとした当の相手から遠ざかってしまうことさえあります。これに対し「神はあなたのことを思ってくださっている。わたし以外にも、いろいろな人を通して神はあなたのために計らってください。わたしの働きは、神の働きの一部に過ぎない」という意識が人との正しい距離・関わり方でしょう。人の労苦を一人で背負うかのような悲壮感から逃れましょう。その人を贖われるのは神様以外にありません。とりなしの祈りを続けると、「わたし」「あなた」「世界」そして「神」との正しい関係が分かってきます。

○とりなしの祈りは品位と落ち着きをもたらす

願いと祈りととりなしと感謝をすべての人々にささげなさい。王たちやすべての高官のためにもささげなさい。わたしたちが常に信心と品位を保ち、平穏で落ち着いた生活を送るためです。(テモテ 2：1～2)

「自分に何ができるか？」を中心に考えれば、自己満足と失意の間を揺れ動き、落ち着きが得られません。しかし、とりなしの祈りをする人は「品位」と「落ち着き」を得られ、周囲にもそれが伝わります。神の大きな働きの業に、わたしが参与するというつつましい位置づけができます。

キリスト者の共同体が、世にどのような「あかし」となるのでしょうか？ 正義と平和への熱意などが考えられます。同時に、暖かい人とのつながり身の程をわきまえつつも積極的な「品位」と「落ち着き」もその一つです。それらは、精神的・霊的に渴く今の社会が望んでいるものではないでしょうか？

黙想会の振り返り

2. 人間関係を築きにくくなっても「とりなしの祈り」は実践できます。黙想会からヒントが得られましたか？