

P 3

巡礼というものは、来世における永遠の生命の世界を、自分の真の故郷と確信するところから、この世における自分を一種の旅人、他国をさすらう人と考え、そのため定住の安楽さや住み良い家の快適さを捨てて巡礼生活を選ぶ人々である。旅の生活に伴う無数の不自由、艱難辛苦に耐え忍びながら、真っ直ぐに天国に向かって努力を続ける人たちです。彼らは旅の間を、まず何よりも熱心な祈りや霊的読書、その他の霊的修業に当てようとつとめました。そして、至る所の教会、修道院、有名な巡礼地を訪問することをならわしとしていました。

P19 邪魔をする霊の働き

P24～25 隠修士は、わたしの話をじっと聞いたのち、こう答えた。

「あなたがこのお祈りを、たのしみとしやすやす唱えることができるようになったのは、まことにめでたい、幸せなことです。・・・けれどもそれは、もっぱらあなたの勤勉と熱心によって得られた、自然的な恵みに過ぎません。たとえば、ある機械を動かそうとして、その歯車を回せば、機械は回転します。そして、歯車を回している限り機械は自然に動き続けますが、その運動が止まらないように、時には油をさしたり、またその機械に始終新しい力を加えてゆくことがもちろん必要です。人間の性質もこれによく似ています。あなたご自身いま体験されたように、神様は、人間の感覚的性質にさえ、すぐれた能力を備えてくださいました。そのおかげで、あなたは今のよう、特

別に神様の恩恵に頼らず、また、まだ積みからすっかり清められた靈魂を持っていないにもかかわらず、いろいろ不思議な感覚を体験することができたのです。しかし、もし神様がこの自然的な祈りにはるかに越えた、自動的な内的祈りの奥義を示してくださって、その人の心をすべて悪欲から清めてくださったとすれば、それはどれほど素晴らしい、言語に絶した、幸福に満ちあふれた、ただ神のみに満たされた状態となるでしょう！　そしてこういうお恵みは、ただ、単純質朴な心をもって主を尋ね求める人だけが、いただけるものです。

ではこれから、わたしはあなたに、あなたの思うがままに、このイエズスへの祈りを唱える許しをあげましょう。どうぞ、昼の間は始終このお祈りを唱えてみてください。そして神様の思し召しに素直に身を委ね、またそのおん助けを願いながら、何回となくイエズス　キリストのみ名に呼びかけなさい。主はきっとあなたをお忘れになることなく、いつもあなたの歩む道をおさめ導いてくださると、わたしは固く信じています。」

P 25 夏の終わりまで、番小屋で、心の欲するままにこの祈りを唱え続けた。そして非常に落ち着いた気持ちになっていった。たまに人に接することがあれば、たとえそれが親しく付き合っていない人であっても、非常に愛すべき人であり、まるで懐かしい自分の肉親であるかのように思われた。またわたしは、この祈りばかり考えていた結果、他の考えが自然に消えてしまい、それと共に、自分に知性も、この祈りばかり注意を向けるようになった。そして心の中には、時々得も言われぬ快い暖まりと、気持ちよさを感じた。修道院の聖堂へ行くことがあっても、その長い祭式は、元のようには退屈になるどころか、むしろ短いようにさえ感じられた。わたしの貧しい番小屋も、まるで、豪華な邸宅のように思われた。そして、あの隠修士のような、立派な助け手でありかつ指導者であ

る人を遣わしてくださった神様のおん恵みに、どう感謝してよいかわからないくらいであった。

P 27 1 日に 100 キロ、唱えながら歩く

P 31 イエスの祈りが心臓で祈るようになる

P 34 強盗に取られてガッカリする

P 37 聖書と大切な本が戻ってくる

P 39～41 聖書の力、禁酒に導いた話

P44 聖ペオリプトはこうすすめている。「あなた方が食卓についている時は、からだには栄養を、耳には読書の言葉を、そして精神には祈りの糧を与えなさい」。わたしは楽しかったゆうべの団欒で、自分はこのすすめをそっくりそのまま実行していたことをはっきり思い出した。そして、それと同時に、人間の心と知性というものは決して同じではなく、互いに相違があるということもまた悟った。

P 45 強盗にお金をあげた話 痛悔を願う

P 51 苦業を始めた理由 公審判への恐れ

「神の罰を恐れることからのみ、罪を避けようとする態度は、完全でもないし、また効果のあるものでもありません。有害な罪になるような考えから自分を守るためには、いつも警戒して心清く保っておくことが必ず必要です。そして、このことは、内的祈りによってのみ実行できます！」

それからわたしは続いて話した、

「善業はもちろん、聖なる成果でさえも、もし地獄を恐れるという態度から行ったものなら、それは雇人のすることであり、奴隷のわざの値しかないと、聖なる師父たちは断言しています。私たちは奴隷でも雇人でもなく、神の子であり、従って神の子にふさわしい態度、つまり信頼を愛とをもって聖なる生活を送り、神さまに近づくようにつとめなければなりません。こうしてこそ、キリストの救いにあずかり、主との親しい一致を、心の中に味わい楽しむことができるようになります。またいくら多くの思い苦業や苦労のわざを果たしても、始終神さまを念じ、イエズスさまへの祈りをたえず心の中であることができなければ、ほんのささいな事でもあなたを罪に陥れる原因にもなりますし、敵の悪い考えから、無事に自分を守り通すこともできません。ですから愛する兄弟よ、どうぞこの『イエズスへの祈り』を実行し、いつも唱えてみてください。これはたしかにあなたにも、こういう淋しい隠遁のうちにあるあなたにも、できることです。これを実行してゆけば、まもなく、この祈りの有益なことを体験されるでしょうし、そうすれば、不信の雲はもうあなたを襲わなくなり、イエズスさまへの信仰と愛とが、あなたをとらえて、すっかり満たすことになります。その時あなたは、もう、死者のよみがえりを疑うこともなくなりますし、公審判もやはりありのままにあなたの精神に示されて、よく理解されるようになります。要するにこの祈りこそは、あなたの心を驚くべき大きな喜びと気力で満たし、いっさいの疑念と憂いとを追い払い、信心生活を感謝

すべきものにしてくれる結果になります」。

P62

最後に、黙示によって示されるということであるが、これは、知恵が明らかに照らされて、聖書の意味や世界を創造された目的が、手に取るように明らかになってくることである。こうなると心は世間に対する興味を失い、落ち着いてきて同時に、内的生活の甘美さや、神の近くにいること、神に愛されていることなどを体験するようになる。

P 69～70

「新約聖書にもしるされてあるように、この世界では人間ばかりではなく、自然界自体までが、自分の望みに反する不安な状態におかれてあり、すべてのものは生まれながらに吐息をつきつつ、選ばれた神の子たちの自由を望み、また、それに向かって努力しているのです。この被造物の神秘的な憧れ、人間の心に備えられたこの生まれながらの望みというものが、すなわち、わたしたちの言う内的祈りなのです。従ってそれは、すべてのもののうちにあり、すべてにすべての人のうちにあるものですから、今さら特に学ぶ必要はありません。」

P123～124

“神の名を呼ぶことは呼吸よりもひんぱんに、また、どんな場所、どんな時、どんな場合、どんな動作においてもしなければならない。聖パウロも”絶えず祈れ“と言っている。この言葉は、”いついかなる所で何をしていても、神を思うべし“という意味である。何かしている時は、万物の創造

主を思え。光を見た時は、それを与えてくださった方を思え。天や地や海や、その中にあるものを見たなら驚嘆せよ。そして、それらのものの創造主を賛美せよ。衣服をまとう時は、それがどなたかの贈り物であるかを思うと共に、人間の生命にかくも心を配ってくださる方に感謝せよ。要するに、どんな行いでも、神を思い神を賛美する機会にせよ。そうすることによって、あなたは絶えざる祈りを唱えることになる。そしてその祈りがあなたを、大きな喜びで満たす。

『こういうわけですから、絶えず祈るということは、どんなに便利であるかご覧ください。本当にやさしいことなのです。少しでも善意があれば、誰でもきっと学ぶことができます。』

P137

わたしはこの言葉を聞いて「修徳の実践」に中にあるニキタ・ステファタの次の名言が念頭に浮かびました。 人の判断は心の内的傾向によって左右される。 つまりわたくしたちは、自分の心の良し悪しに従って、人を善人あるいは悪人と評価する、という意味です。同じ著者はまたこうも言っています。 正しい祈りを学び、また神の愛に生きる人は、善人悪人を見分ける資格を失う、そういう人は、善人の上にも太陽を上らせ雨を降らしてくださる神にならって、善人をも悪人をも一様に愛している。

P149 そういう気分から判断すると、この見える世界さえも、私は不思議なほどに美しく見えてくるのでした。すべてのものは、わたくしの、神様を愛し賛美する心をあおり励ますのでした。人間はもちろんのこと、草木や動植物までが、私には言いようがないほど親しく思われました。体が何も持たないような気分が軽くなり、歩くどころか、空中を楽しく飛んでいるようにも感じました。