opusdei.org

節制と克己(Ⅱ)

「自分自身の主人である人物は、神と隣人への奉仕に身を捧げることによって、この地上で可能な限りの幸福と平りを得ることができる素晴らしています。」

2022/10/01

思春期には、節制の徳を身につける ための新たな機会が提供されます。 青春期の若者は、急速に成熟してお り、それによって徳を身につけるこ とが容易になっていきます。徳と は、行動や動機の習慣を内面化し、 良いことを行うよう自由に決めて実 行することを求めるものです。幼い 子どもたちも良い行いを習慣化する ことはできますが、知性や感情の面 である程度まで成熟しないと、自身 の行動のもつ意味を深く理解し、行 動がもたらす結果を評価できるよう にはなりません。

若者が単なる形式上の問題として認 識していると考えられるある種の行 動の仕方や、単なる禁止事項として 認識しているような行動の制限の理 由を、彼らに説明することが重要で す。突き詰めると、節制に価値があ る理由をしっかりと説明する必要が あるということです。例えば、将来 のキャリアでの成功を確実なものに するためには(とりわけ勉強の邪魔 になる娯楽の分野で)、節制する必 要があるという話をしても、ほとん どの場合、説得力がないでしょう。 確かに合理的な理由ではあるのです が、多くの若者にとって当面の関心 事ではない遠い現実に焦点を当てているからです。

より効果的なのは、節制の徳が現在 どれほど魅力的なものであるかを示 すことです。貧しい人々への寛大さ や友人への誠実さなどの高潔な理想 が、彼らの心と大きな愛を満たすよ うに。節制して自分をコントロール できる人こそが、他人を最も良く助 けることができるのだと指摘しなけ ればなりません。自分自身の主人で ある人物は、神と隣人への奉仕に身 を捧げることによって、この地上で 可能な限りの幸福と平和を得ること ができる素晴らしい可能性を持って いるのです。

さらに思春期は、節制して自分をコントロールできるようになる新たな機会を与えてくれます。人生のあらゆる可能性に気づいた人の自然な好奇心は、自分が自分の将来を決めることができるという新たな感覚に

よって強化されます。何でも経験してみたい、試してみたいという熱望が生まれ、それは容易に「自由」と同じ意味であるとみなされます。の年齢の若者は、どうにかしてまり、下のら解放されたいと考えております。とを話題にされると、「不当なましくけ」とみなすことさえあります。

その上、このようなものの見方は、 今日では広くはびこっており、しば しば、そこから儲け話を生みだそう とする商業的な関心によって助長さ れ、強化されています。

こうした不利な状況に直面していて も、親たちはそれに圧倒されてしま わないようにしなければなりませ ん。むしろ、前向きに考え、創造的 な解決策を求め、子どもたちと一緒 に論理的に答えを導き出し、真の内 的自由を求めて子どもたちに同伴 し、彼らのために辛抱強く祈る必要 があります

幸せへの鍵

西洋社会の広告の多くは、近年購買 力が格段に高まっている若者をター ゲットにしています。様々なブラン ドが流行してはすぐに廃れていきま す。特定のブランドのものを「所有 する」ことは、いくぶんかの社会的 包摂感を育みます。人が特定のグ ループに受け入れられ、包摂されて いると感じるのは、自身が何者であ るかによるのではなく、何を持って いるか、他人の目にどう映るかによ るのです。思春期の消費行動は、幼 い子供たちとは異なり、より多くの ものを所有したいという欲求に駆り 立てられることはあまりなく、友人 たちの中で自分の個性を表現し、こ の世界における自分の立ち位置を はっきり示したいという熱望による のです。

このような動機に加えて、消費社会 は、人々がすでに持っているものに 満足するのではなく、最新のものを 試してみるように駆り立てます。コ ンピュータや車を毎年買い換えた い、最新の携帯電話や決して着るこ とのない洋服を手に入れたい、CDや 映画、あらゆるコンピュータプログ ラムを単に持っているという満足感 のために集めたい、というような欲 求が醸成されていきます。このよう な圧力に影響された人は、買うこと や消費することによって産み出され る満足感に振り回され、自身の欲望 をコントロールできなくなってしま います。

明らかに、すべての責任が広告や環境による圧力にあるわけではありません。それはまた、より熱心に教育すべきであった人々の責任かもしれません。したがって、親、そしてより一般的には何らかの形で養成に献身している誰もが、子どもたちを教

育するというこの重要な仕事をどのようにしてよりよく実行していくか、頻繁に自分自身に尋ねてみるのは良いことです。未来の世代の幸福、社会の正義と平和は子どもたちの教育にかかっており、それゆえ最も重要なことの一つなのです。

この分野での健全な価値観を徐々に教え込んでいくためには、家庭の知知のであるということをませいが重要であるといればなりませるというなければなず生活をできません。何社会の社会に見合った生活をいるとは、消費をしたものというな出費を子どもたちには、幼いということは、幼い頃からの良いおきです。

例えば、いくつかの国では「パンは神様からのものだから、無駄にしてはいけない」ということわざがあります。これは、「目で食べるのでは

なく、お腹で食べるべきだ」「世界 では多くの人が飢えているのだっているでは多いで食べるでは多いできれたものはするでは、 お皿に盛られたものはに。子ののできた。 自分が引きたるのでは、それですができた。 でするでは、ないのののであるです。 かっているでは、ないのののであるです。 かっているが大切にあるです。 かっているが大切にあるでは、ない「贈り物」であるには、 かんだもは、 かんだいるというである。 でするというである。 でするというである。 でするという。

ほかの子どもが持っているものやもの子ども時代に不足していといったとしたいともなって、子どもたっといったがあるといったがあるということにないようにないように、とないというに、子どもはいと、子どもは物質主義である。さもないと、子どもは物質主義である。

的な考え方へと導かれてしまう可能 性があります。

私たちが生きている社会には、ラン キングや分類、統計等があふれてい て、私たちを周りの人との競争や比 較へと駆り立てます。しかし、私た ちの主は比較をしません。主は言い ます。「子よ、お前はいつもわたし と一緒にいる。わたしのものは全部 お前のものだ。| (ルカ15・31) 主 にとって、私たちはみな特別に愛し ている子どもであり、主から同じよ うに認められ、愛され、大切にされ ているのです。ここに、幸せのため の教育の鍵の一つがあります。それ は、御父の家にはいつも私たちのた めの場所があるという実感、私たち 一人ひとりは御父の子どもであり、 それぞれ異なるけれども平等で、そ のままで愛されているという実感を 私たち自身と子どもたちの中に養っ ていくことです。そして、それを母 のような教育方法と正義とでもって

行うのです。それはつまり、それぞれ異なる子どもたちを、異なったやり方で扱うということです。(聖ホセマリア『拓』601参照)

さらに、節制はただ否定的なものと して教えるべきではありません。肯 定的に教え、子どもたちが自分の持 ちもの、服やおもちゃ、その他のも のをどのように保管し、適切に使う べきかを理解できるよう助けるので す。それはつまり、部屋の整理整 頓、弟や妹の世話、家庭内の物質的 な什事(朝食の準備、パンの購入、 ゴミ出し、食卓の準備……)など、 それぞれの年齢に応じた責任を子ど もたちに持たせることです。私たち の模範によって、時折何かが不足し ていても文句を言わずに喜びをもっ て受け入れる方法を理解させ、貧し い人々への寛大さを育んでいくこと です。

聖ホセマリアは、彼の父親が経済的な打撃を受けた後でさえも、いつも寛大に施しをしていたことを嬉しそうに思い起こしていました。こういった家庭での日々の状況はすべて、物よりも人を大切にする雰囲気を醸成するのに役立ちます。

世界を所有する

「どんな場合にも身を慎み(なウロス・ウロース・シー)」(二テモテ4・5)。聖パウベのアモテムの簡潔な指示は、これにする。と場所で有効でする人でする人ではなりませんが、ませんが、とはでもありませんが、とはでもありませんが、とはでもおける。 している原則のではなりませんが、はでもま況し、のきませんが、はなりませんが、とはや出しる、原則の意味を見出し、に、のき者にかかっています。 といるの原則しています。 でもおかっています。 といるでもない。 でもおけるには、 でもおけるにないない。 でもないない。 でもないない。 でもないないます。 のには、 のには、 とに、 を見いるのには、 のにないる。 のにない。 のにないる。 のにないる。 のにないる。 のにないる。 のにないない。 のにないない。 のにないない。 のにない。 のにない。 のにないない。 のにないない。 のにない。 のにない。 のにないない。 のにないない。 く行動し、助言を求める必要があり ます。

そして、あらゆる努力にもかかわら ず、少女や少年が何らかの基準の妥 当性をはじめは理解せず抗議したと しても、彼らは後になって、その価 値を認め感謝するようになるでしょ う。ですから、忍耐と不屈の精神で 武装しておく必要があります。時代 の風潮に逆らうことが重要な領域も あるからです。何かが広く行われて いるからといって、自分もそのこと を行う正当な理由にはならないとい うことを、私たちはみな心に留めて おかなければなりません。「あなた がたはこの世に倣ってはなりませ ん。むしろ、心を新たにして自分を 変えていただき、何が神の御心であ るか、何が善いことで、神に喜ば れ、また完全なことであるかをわき まえるようになりなさい。| (ロー ₹12:2)

このような点から、子どもたちに何 かを与える際には、過度に寛大にな らない方が良いでしょう。自分の持 ち物をどのように管理すべきかを知 ることによって、人は節度を身につ けていくからです。とりわけお金に ついて、聖ホセマリアは親たちに次 のようにアドバイスしています。 「過度の『愛情』は、子どもたちを 軟弱にしてしまいます。それは、父 親でなければ母親です。そして、そ のどちらでもない場合は祖母です。 ときには、3人がそれぞれこっそり やっていることもありますが、この ようなことが子どもの霊魂を損なっ てしまうのです。ですから、子ども への対応方法を一致させるようにし てください。子どもたちを惨めな状 態にしないように。それぞれが管理 できること、対処できることを決め てあげて、自己管理能力を身につけ させてください。自分自身で稼ぐよ うになるまでは、あまり多くのお金 を持たせることのないようにしてく

ださい(聖ホセマリア、1972年11月 27日、スペイン・バルセロナのIESE 「ナバラ大学ビジネススクール」に まける団欒にて)。子どもたちに管理することを上手に管理すること、も は、お置を上手にこと、も りてお金を使うというのだというこ 電話代のようなものだというこ 電話代ければなりません。「買お金を 教えなよろこび」のためだけに気づ をするように。 それに気づく うに。

いずれにしても、お金はここでは一つの側面に過ぎません。似たよりません。似たりません。似たりまでも起こでも、スポーツに費をを変えないです。とはいることがですることができるがあるがあるというのであるというである。 いずれにしても、おもことはいうでもよります。 いずれにしても、おもことは、ません。 はいたちのでででいるのでるというがです。 もった人ちのででででいるというががあるといけれどもよりがあるといけれどもよります。 になります。 節制は、私たちが自分 の殻から出て、家庭生活や友情に自身を差し出すことによって、人生を豊かにするように助けてくれます。 自分の時間やお金を必要な人に捧げることを可能にする節制は、子どもたちがとても幼いときから育んでいくのに適した習慣なのです。

好奇心を抑え、羞恥心を育む

「節制によって、飲食にはひかえめ で、慎み深く、包容力のある人にな れる。魅力ある慎みが自然におもて にあらわれる。その人の行動は知性 に導かれているからです」(聖ホセ マリア『神の朋友』84)。聖ホセマ リアは節制がもたらす実りをこのよ うに要約し、慎みと羞恥心のひとつ の側面である特別な徳「抑制」に結 びつけています。「羞恥心」と「慎 み」は、節制の徳と一体をなす部分 であり(『カトリック教会のカテキ ズム』2521参照)、それはこの徳に 含まれるもう一つの領域がまさに性

的衝動の抑制であるからなのです。

「羞恥心は人間およびその愛の神秘にべていた掛け、愛のなりりにあが見とを促し、男が尽きない。またですることはできる。 ないに与え条件が満たとははいるではという。 をはいかですることははいるです。 をはいるでするのはできるのです。 はいます。の選択にあたが現したが現したが現したが現上であるのは、 はいます。ののカテキズムは、は、は、くりとなるのカテキズム。 (『カトリック教会のカテキズム。 2522)

子どもたちが幼少期から意志を強く して思春期に至れば、いざという 時、本当に人間的な方法でセクシう アリティを容易に理解できることで 自然な抑制を身につけているの美しな しょう。しかし、人間の愛もたちで と説明するためには、子どもまで それを理解できるようにな をれる場合は く親が、娘の場合

は母親が、彼らの信頼を勝ち取って いることが重要です。聖ホセマリア は次のように勧めていました。「父 親は息子たちの友だちにならなけれ ばなりません。父親はこの点で努力 をしないわけにはいきません。少年 が生命の起源について、部分的には 理にかなっているものの部分的には 不健康な好奇心を持って尋ねはじめ るときが来るのです。もし父親が息 子と話をしないままなら、息子は恥 知らずな友人に質問し、それから嫌 悪感を持って両親を見ることになる でしょう。けれども、幼少期から子 どもを見守っていれば、神の助けを 求めつつ生命の真実を伝えるときが 来たことが分かるはずです。そし て、そのようにすれば、その子は、 母親のすばらしさのゆえに駆け寄り 抱きしめることでしょう。息子はあ なたにキスをして「ご自身の創造の 力を両親に分け与えてくださるなん て、神様はなんてすばらしい方なん だろう!」と言うでしょう。もしか

したらそのようには言わないかもしれません。十分に理解してことがいなとが感じとるこのでも彼は感じで両親のではないです。ですないではならではならになるではならになるではならになるではならになるではならにない。は知りない。は発する疑問を理解したない。は容易になるでしょう。

ここでも、食事の節制と同じように、模範が重要であることがわかります。ことばだけでは十分ではなく、「欲しがるべきでないものは、見てはいけない」(大聖グレゴリオ、Moralia 21)ことを私たちの行いで示し、家庭内のすべてのものがナザレの聖家族の家と同じ雰囲気になるように気を配らなければなりません。

人間のセクシュアリティの矮小化が 広く行われている今日においては、 テレビ、インターネット、本、ビデ オゲームなどには特に注意を払う必 要があります。このようなメディア に対しては、「疑いを伴った恐怖 心 トを助長するのではなく、むしろ これらのメディアを教育の機会とし て活用し、子どもたちに肯定的かつ 批判的な使い方を教えていくことが 大切なのです。霊魂を傷つけたり、 歪んだ人間観を発信したりするもの を、私たちは恐れず拒絶しなければ なりません。「子どもたちは生まれ た直後から、両親の生活を絶え間な く見続けています。親はそれに気づ いていませんが、子どもたちは親の すべてを評価し、時には悪い光の中 で裁いています。ですから、家庭で の出来事は良くも悪くも子どもに影 響を与えるのです」(聖ホセマリ ア、1972年11月12日、スペイン・ヘ レス・デ・ラ・フロンテラのポソア ルベロにおける団欒にて)。

ニュース番組に下品なものが出てき たとき、低品位なコマーシャルが流 れたとき、映画番組で不適切なシー ンがあったときに、両親がテレビの チャンネルを変えるのを子どもたち が見たら、あるいは映画を見たり本 を読んだりする前に、その映画や本 の道徳的な内容について、両親がき ちんと自分たちに知らせていること に気がついたら、それは子どもたち に純潔の価値を伝えていることにな るのです。自分の両親や教師が路上 で不快な広告を見ることを拒否し、 このような場合には償いの行為をす るよう彼らに教えるなら、子どもた ちは心の純潔の偉大な価値と家庭の 雰囲気に反映されているこの徳を守 る必要性を、心に刻みつけるでしょ う。「子どもや青少年に羞恥心を教 えることは、人間の尊厳に目覚めさ せることです。」(『カトリック教 会のカテキズム』2524)

とはいえ、自分がさらされている道 徳的環境に注意を払うことは、正確 に言えば、節制の教育ではありませ ん。それはキリスト教的生活に必要 不可欠な条件ですが、節制の徳は 「悪を避ける」だけで形成されるの ではありません(悪を避けるのは間 違いなく恵みの生活のために根本的 なことではありますが)。原理的に はそれ自体善である楽しみを控えめ にすることが、節制の本質なので す。ですから、子どもたちが利用で きるすべての道具や手段を、どのよ うに節制して使うかを教えることが

家族であっても、思慮に欠けるテレビ鑑賞は、家庭環境を壊してしまいます。さらに良くないのは、部屋ごとにテレビがあり、各自がそれぞれ好きな番組を見るために「自分の中に閉じこもる」ことです。携帯電話やパソコンの無制限な使用や抑制の

より重要なのです。

きかない使い方にも同じことが言えるでしょう。

他のすべてのことと同じように、親 や教育者の側で節度をもってこれら のデバイスを使うなら、子どもたち にも同じことをするように教えるこ とになるのです。親が何時間もテレ ビの前に座って、何であれ放映され ているものをすべて見ていると、子 どもに悪いお手本を与えるだけでな く、育児放棄をすることにもなりま す。なぜなら、子どもは親が自分よ りも、知らない人に注意を向けてい るのを目の当たりにするからです。 節制は自分自身を支配することです から、次のことばは何度も思い起こ す価値があるでしょう。「人々のた め自ら仕えることを知るほど、優雅 な自己支配はない。これが、天と地 の両方で、素晴らしい名誉を得るた めの方法である。」(聖ホセマリア 『鍛』 1045)

節制は真の幸せへの鍵となる「隣人 に対する奉仕上に、私たちが心とエ ネルギーを使うことを可能にしてく れます。聖アウグスティヌスは、自 らの人生において放縦の誘惑と断固 として闘わなければならなかった人 物ですが、次のようなことばを残し ています。「節制の徳について調べ てみよう。これは、われわれを神に 結びつける愛を、ある意味で無傷に 保ち、腐敗しないようにまもること をわれわれに約束するものである。 この徳の役めは、欲望――すなわ ち、神の法とそのいつくしみの果 実、簡単にいえば「幸福なる生命」 からわれわれをそむけるものを渇望 せしめる欲望――を抑制し、静める ことである。その幸福なる生命のも とには、真理の座がある。われわれ はその真理の瞑想にふけり、それに まったく付着して、疑いもなく幸福 になるのである。しかしその真理か ら離れ去る人々は、大きな誤謬と苦 痛の中に巻き込まれていく。」(聖

アウグスチヌス『カトリック教会の 道徳』19章35)

J. De la Vega, J.M. Martín

「節制と克己 (I) 威厳と自由」 へのリンク

pdf | から自動的に生成されるドキュメント https://opusdei.org/ja-jp/article/ Sessei-to-Katsuki-ii/(2025/12/16)