opusdei.org

## 黙想の祈り:年間第 22主日(B年)

黙想のテーマ:「心と業で神を愛する」「自己の感受性を 形成する」「豊かな内的世界 を持つ」

心と業で神を愛する

自己の感受性を形成する

豊かな内的世界を持つ

モーセの法は、神に近づくべき人に 必要な霊的清さを意味する一連の習 わしを指示しています。後年、この 慣習は、あらゆる行動に宗教的な意 味を与えようと、他の領域にも広が りました。例えば、食事前にユダヤ 人は丁寧に手を洗い、盃など食器も 同じようにしました。こうして、こ の外的な清さは、内的な清さを象徴 するものだったのです。しかし、キ リストの時代には、あるところで儀 式規定を尊重するあまり、神に対す る真の崇拝の邪魔になるほどでし た。内的な態度よりも外的な振る舞 いを重要視していたのです。ある 時、幾人かのファリサイ人が、手を 洗わずに食事するイエスの弟子たち を非難したことがありました。する と主は、それを真実の清さについて 話す機会になさったのでした(マルコ 7·1-23参照)。

「イザヤは、あなたたちのような偽善者のことを見事に預言したものだ。彼はこう書いている。『この民は口先だけではわたしを敬うが、そ

の心は私から遠く離れている』 | (マ ルコ7・6)。キリストは、あるファリ サイ人たちの生活に一貫性のないこ とを注意されます。彼らは、善を為 す喜びを味わう心を育むよりも、外 見を保つことに心を傾けていまし た。時代の習慣を熱心に守っていま したが、それは、人々から尊敬され るためだったのです。つまり、自分 自身という盃の外側を洗いながら、 飲みものいれる内側をきれいにする という、より重要なことを忘れてい ました。このようにファリサイ人は 自身のうちに深刻な分離を抱えてい ます。一方、申し分のない振る舞い を続け、生活に有用な計画を持ち、 理論上は神の近くにいます。しか し、他方、行動の真の目的を隠し、 神から離れた感情を育て、自己のア イデンティティーと調和しない望み を増幅させています。

主は、業だけではなく、何よりも心で愛するようお望みです。私たち

は、一体性を持った存在として生き ています。望みや期待、感情によっ て成り立っている内的生活が伴って いないなら、価値ある人生のプロ ジェクトは実現不可能です。ですか ら聖ホセマリアは、堅忍の秘訣は愛 である と言っていました。これが 私たちの行動基盤であるなら、神と の親しさ、他者への奉仕、掟の遵守 などを喜びにすることを学びます。 自身の過ちさえ、自分を変え、主と の関わりを強化するための機会にな るでしょう。「忠実を保つなら、や がて勝利者を名乗ることができるだ ろう。生涯を通じて、戦闘に負ける ことがあっても、戦いそのもので敗 北を喫することはないだろう。確信 しなさい。正しい意向と神のみ旨を 果たす熱意を持って働く人に、失敗 はあり得ないのだ。となれば、成功 か失敗は別にして、常に勝利を得る だろう。神を愛する心で戦うからで あるー図

ユダヤ人の習慣によると、ある食べ 物は不浄だから食べることができま せんでした。しかし、主は多くの人 を、自分の心を見るよう招きます。 神から離れるよう導くかもしれない 感情や望みが育つのは心の中だから です。「人から出て来るものこそ、 人を汚す。中から、つまり人間の心 から、悪い思いが出て来るからであ る。みだらな行ない、盗み、殺意、 姦淫、貪欲、悪意、詐欺、好色、ね たみ、悪口、傲慢、無分別など、こ れらの悪はみな中から出て来て、人 を汚すのである | (マルコ7・20-23)。

ですから、イエスが強調されるのは、悪い行いは外に現れる前に一人ひとりの内心に前もって生じるということです。そこで重要なことは、主の近くにいるために自己の感受性、つまり自己の感情、望みや好みの総体としての感受性に気を配るこ

とが重要になります。心を喜ばせる ものや悲しませるものに気を配らな いならば、自分自身を知ることが難 しくなり、価値ある内的活力を、人 生を善きものにする様々な理想に向 かわせることができなくなります。 日々の選択によって、私たちは自己 の感受性を少しずつ培っていきま す。その選択が召し出しに適ったも のである時、その選択を通して私た ちは祈りのひと時や、よくできた仕 事、奉仕活動を喜びとすることを学 んでいきます。しかし、もしその選 択が私たちを神から引き離すなら ば、それは私たちのアイデンティ ティーと調和せず、内的な活力は、 私たちが望みもしない方へ向かって いきます。つまり、召し出しに反対 する望みや感情を強め、将来の行動 にも影響を及ぼすことになるでしょ う。例えば、友人たちのグループで よく見られるために、嘘をついたと します。そうすると、その後同じよ うな状況に遭遇すると、同じやり方

で対処しようとする傾向がより強く なってしまうことでしょう。

主と共にする祈りの時間や、夜の良 心の糾明で、毎日その日の出来事を 振り返ることができます。神は、私 たちの望みや悲しさ、何よりも、幸 せへの渇望を満たそうと求めている ものを見つけ出すことができるよ う、助けてくださいます。「それに よって、心は、知らぬまにすべてが 動いていく流れとは違うものだと分 か」ります。「そういうものではな いのです。確認しましょう。今日ど んな思いが浮かんだのか。心に何が 起きたのか。何に反応したのか。何 を悲しく思ったのか。何をうれしく 感じたのか。何が悪かったことで、 他者を傷つけたのか一。要は、その 日心に浮かんだ気持ちや、魅了され たものを振り返ることです!痰、内 的に経験したことを具体的に名指し することは、自己をよく知るのに役 立つでしょう。これは、私たちを神

から引き離す全ての事柄から、心を 自由にするための第一歩です。

悪い行為が人間の内心から出て来る ことは事実ですが、だからといっ て、外的なことには何の重要性もな いというのではありません。実際 に、意味深い影響力があるもので す。例えば、もし私たちの日常が刺 激的なイメージや物音で満ちあふれ ているなら、静寂は居心地の悪いも のとなり、多分祈りにおいて、「静 かにささやく | (1列王記19·12)神の 声を聞くのが難しくなるでしょう。 感覚の要求を絶えず満足させると、 私たちの内的世界は外的事物によっ てコントロールされるようになりま す。これは必ずしも外的世界が私た ちに悪いこと唆すというという意味 ではありません。しかし、それはあ る外的事物が私たちを神に近づける

のか、そうではないのかを見分ける ことを、難しくしてしまいます。善 の外見のもとにある、罪によってこ の世にもたらされた不秩序を、見抜 くことは簡単ではないからです。

「このように、これらのものの魅力にやられて魅了されてしまうのですが、それらは美しいけれどもはかないもの、終束しないもの、それゆえに後には虚無感やうら寂しさを残すものなのです。このような虚無感やうら寂しさは、正しくない道を歩んでいるしるし、方向を見誤っているしるしです」[4]。

聖ホセマリアは、内的な世界と関連づけて外界を見るように勧めていました。「心の中に〈あなたの世界〉があるのに、なぜ外の世界を見つめなければならないのか」で、、自分の召し出しに関連する全てのこととといい評価を下すのを助けてくれます。もしそのことによっ

て、後で、もっとよく働いたり、 もっとよく祈ったりすることの助け になるのなら、音楽を聴き、ビデオ を見、あるいは、あるニュース見る 楽しみを後回しすることができま す。そして霊魂に害をあたえるもの を単に悪いものとしてではなく、醜 いもの、不快なもの、場違いなもの として感受することができます。も ちろん、なんらかの点で私たちを魅 了することはあるでしょう。しかし その誘惑をより容易に退けることが できるでしょう。なぜなら、それは 内的な調和と美しさを壊すことにな るからです。誰も聖マリアのよう に、豊かな内的世界を持っている人 はいません。聖母は、私たちに起こ る事柄を心に留め、私たちが、御子 と共に生活を楽しむことができる感 受性を育むのを助けてくださるで しょう。

- [1] 聖ホセマリア『道』999番参照。
- [2] 聖ホセマリア『鍛』199番。
- [3] フランシスコ、2022年10月5日一 般謁見。
- [4] 同。
- [5] 聖ホセマリア『道』184番。

pdf | から自動的に生成されるドキュメント https://opusdei.org/ja-jp/meditation/mokusou-nenkann-22shujitu-b/(2025/12/16)