黙想:灰の式後の金 曜日

黙想のテーマ:「人生における神との歩みを思い出す」 「断食は内的望みの表れ」 「イエス、断食の意味を示す」

人生における神との歩みを思い出す

断食は内的望みの表れ

イエス、断食の意味を示す

「神よ、いつくしみ深く私を顧み、 わたしの助けとなってください| (詩編30・11)。きょうのミサの始 めに、入祭唱のこの言葉が読まれま す。聞いてほしいと叫び求める詩編 作者の言葉は、神により頼む人間の 本質をよく表しています。彼は語り 続けます。「わたしの神、主よ、叫 び求めるわたしを/あなたは癒して くださいました。/主よ、あなたは わたしの魂を陰府(よみ)から引き上 げ/(…)わたしに命を得させてく ださいました。 (…) 泣きながら夜 を過ごす人にも/喜びの歌と共に朝 を迎えさせてくださる」 (詩編30・ 3-4,6)。詩篇作者は、私たちが謙 虚に神に呼び求めるとき、神は助け に来てくださるという、誰にでもあ る経験を描いています。この四旬節 は、主のそのような助けを実感した ときを思い起こすのにふさわしい機 会となるでしょう。「わたしたち は、わたしたちに対する神の愛を知 り、また信じている| (一ヨハネ4・

16) なら、主が私たちを助けに来てくださった時のことを思い出して、 現在と将来のための力を得ることで しょう。

イエスが私たちに啓示された聖霊の 働きのひとつは、まさに私たちが神 のあわれみを思い出すのを助けて、 不確かな記憶を補強することです。 聖霊が「あなたがたにすべてのこと を教え、わたしが話したことをこと ごとく思い起こさせてくださる| (ヨハネ14・26)。「聖霊は記憶の ようなもので、私たちを目覚めさせ てくださいます。"あのことを思い出 せ、ほかのことも思い出せ"と。聖霊 は私たちを主の事柄に目覚めさせ、 また自分の人生を思い出させてくだ さいます。"あの時のことを思い浮か べ、主に出会った時のこと、主のも とを去った時のことを思い出しなさ い"(…)と。これは良い祈り方で す。主を見つめ、主にこう語りかけ るのです。"私は以前と同じ私です。

たくさん歩み、多くの過ちを犯しま したが、私は変わりません。それで も、あなたは私を愛してくださって います"。人生の道のりの記憶。聖霊 はその記憶を通して導いてくださる のです | 「」。二日前、司祭は私たち に灰をかけることで、私たちの起源 と行方を思い起こさせたことでしょ う。私たちが塵から生まれ、塵に 還っていくということを。四旬節の 始めにあたり、神が私たちの人生を 通られたことを思い起こせば、回心 のためのよい励ましとなるでしょ う。

ユダヤ教では伝統的に、償いの一つとして断食が行われてきました。しかし預言者イザヤは、断食を単に見せかけとして表面的に行うだけで、あわれみも伴わず、神にまなざしを向けて生きたいという真摯な願いも

ないなら、そのような断食にはほと んど意味がないと指摘しています。 預言者によれば、主が望まれる断 食、内なる回心の実りとは、むしろ このようなものです。「悪による束 縛を断ち、軛(くびき)の結び目を ほどいて/虐げられた人を解放し、 軛をことごとく折ること。/更に、 飢えた人にあなたのパンを裂き与え /さまよう貧しい人を家に招き入れ /裸の人に会えば衣を着せかけ/同 胞に助けを惜しまないこと」(イザ ヤ58・6-7)。真の断食は、自分自身 から離れ、神と他者をより深く愛す るように導くもの。つまり、私たち の周りに実りをもたらす〈感覚の祈 り〉なのです。聖ペトロ・クリソロ ゴは述べています。「断食はあわれ みによって潤わされなければ実を結 ばず、水を与えなければ干からびて しまう。雨水が大地のためにあるよ うに、あわれみは断食にとって必要 である | 1210

「放棄する体験としての断食は、純 粋な気持ちでそれを行う人が、神の 恵みにあらためて気づけるように し、さらには、自分たちは神に似せ てかたどられた被告物であり、神に おいて充足を見いだすということを 理解できるようにします | 図。教会 が勧める節制は、内面的な態度の現 れでなければなりません。実際、こ れが最も重要なことです。聖ホセマ リアは、あらゆる節制は次のようで なくてはならないと教えました。す なわち、節制は「心が被造物に満足 せず、創造主を熱望し、神の愛に満 たされることを望んでいることの表 れ 一回であるべきだと。断食を通し て空腹を経験すると、神だけが真の 糧であり、良いものはすべて神から もたらされることを思い知らされま す。「わたしたちの日ごとの糧を今 日もお与えください」と、「主の祈 り」で願います。外面的な断食は、 神に満たされたい、再び神に立ち返 りたいという私たちの内なる願いの 現れであるはずです。

主はこの機会に、断食と償いの意義を示してくださいます。それは、私たちを神により密接に結びつけるためです。したがって、もし神ご自身が彼らと共におられるなら、この習慣は意味がなくなります。弟子たち

にとって、神の現存に満たされるのは良いことなのです。だから主はこうも言われます。私が彼らと一緒にいないとき彼らは断食し、その時にこそ、神に専心することを学ぶためにその修練が必要になるのだと。

私たちはしばしば、自分が神から遠 く離れていることを経験します。し かしそれは、御父の住まいに向かっ て歩み続ける私たちにとって普通の ことです。キリストが地上に来られ たのは、まさに罪人を招くためでし た。だからこそ教会は、断食すなわ ち身体の祈りの大切さを思い起こさ せるのです。それは断食が天の御父 を仰ぐための助けとなるからであ り、それこそただ一つ大切なことな のです。か弱い自分の状態を考えれ ば、聖ホセマリアが毎晩唱えていた 詩編の次の言葉を私たちも唱えたく なるでしょう。「わたしの咎(と が)をことごとく洗い/罪から清め てください。/あなたに背いたこと

をわたしは知っています。わたしの 罪は常にわたしの前に置かれていま す」(詩編51・4-5)。私たちのため に教会が特に設けたこの回心にふさ わしい時期に、聖マリアに向かっ て、私たち罪人のために祈ってくだ さるように、一日に何度でもお願い することができます。

- <u>[1]</u> フランシスコ、説教、2020年5月 11日。
- [2] 聖ペトロ・クリソロゴ、「説 教」43。
- [3] フランシスコ、2021年四旬節教 皇メッセージ、2020年11月11日。
- [4] 聖ホセマリア『対話』(Conversaciones) 110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-shijyunsetsu-hainoshikigo-kinyou/ (2025/12/17)