

## サダナについて一神さまのいのち、その善さ・その豊かさにあずかる ——レジュメへの補足資料——

### 〔8〕のために

『靈操』のテキストにあふれるほど、「想像を働かせる」ようにと指示が出される。(以下の引用は、川中仁師訳。)

(No53) 対話。眼前に十字架につけられているわたしたちの主キリストを思い浮かべ対話する。

(No57) 第三は、わたしが誰なのかを見る。その際に、具体例で自らを小さな者とする。……第四、すべてのわたしの墮落と肉体の醜さを見る。  
第五、自らを傷とただれとして見る。

(No60) 第五は、より大きくなった感動をともなう感嘆の叫びである。……また、天、太陽、月、星、諸元素、果実、鳥、魚、動物、また地上が、なぜ永遠に苦しむために新たな地獄をつくりながら、わたしを飲み込むために開かれなかったのか。

(No65) 第五靈操は、地獄の黙想である。……  
第一前備は、組み立てである。ここでは想像力の目で地獄の長さ、広さ、深さを見る。…

(No66) 第一要点は、想像力の目で、激しい炎、燃えさかる肉体にあるかのような魂を見る。

(No67) 第二、耳で、嘆き、悲鳴、叫び、わたしたちの主であるキリストとそのすべての聖人たちに対する冒瀆を聞く。

(No68) 第三、嗅覚で、煙、硫黄の石、汚水だめ、腐ったものを嗅ぐ。

(No69) 第四、味覚で、涙、悲しみ、良心の虫などの苦いものを味わう。

(No70) 第五、触覚で触れる、つまり、炎が魂に触れ、焼くように。

(No91) 第一前備は、場を見ることである。ここでは、想像の目でわたしたちの主であるキリストが説教していた、会堂、村、城を見る。

(No92) 第一要点は、人間的な王をわたしの前に置く。……第二は、この王が彼のすべての家臣たちに語りかけているのを見る。

(No102) 第一前備では、わたしが観想すべきことの歴史をもってくる。ここでは、どのように神の三つのペルソナが人びとで満ちた世界のすべての平面と地球を見られたか、また、どのように、すべてが地獄へ墮ちるのを見ながら、第二のペルソナが人類を救うために人となられることを永遠のうちに定められたか、こうして、時が満ち、天使聖ガブリエルを聖母に遣わされたかを見る。

(No103) 第二、場を見ながら、組み立てる。ここでは、大きな丸い世界を見ることである。そこにはかくも多くの、またかくも多様な民族がいる。同様に、その後、特にナザレの町とガリラヤ地方にある聖母の家と部屋を見る。

(No106) 第一要点は、いろいろな人びとを見ることである。まず地上の面にいる人びと、かくも多様で、服装においても所作においても、白人や黒人、平和のうちにいる戦争のうちにいる人びと、泣いている人や笑っている人びと、健康な人びとや病気の人びと、生まれる人びとや死ぬ人びと等。

第二、神の三つのペルソナを見て、考察する。どのように神の王座と王位にあり、どのように地上の平面と球面全体を、またかくも盲目的人びとを見ているか、また、どのように彼らが死に、地獄に墮ちるかを見ているか、等。

(No107)

第二要点：地上の人々が話しているのを聞く。すなわち、どのようにお互いに話しているか、どのように誓い、冒瀆するか等。同様に、神のペルソナが語っていること、すなわち、「人類を贖おう」等。そして、その後に天使と聖母の話していること、それらの彼らの言葉から益を得るために振り返る。

(No108)

第三要点：その後、地上で人びとが行っていることを見る。傷つけ、殺し、地獄に墮ちる等。同様に、神の三つのペルソナが行われること、すなわち、聖なる受肉をされること等。また同様に、天使と聖母が行っていること、すなわち、使者の務めを行う天使、また、謙遜で、神に感謝する聖母。

(No112)

第二、場所を見ながら、組み立てる。ここでは、想像の眼で、ナザレからベトレヘムまで

の道を見る。その際に、長さ、幅、またその道が平坦なのか、谷や坂を通るのかを考察する。同様に、誕生の場所や洞穴を見る。どれくらい大きいのか、どれだけ小さいのか、どれだけ低いのか、どれだけ高いのか、そしてどのように準備されていたかを見る。

(No114)

第一要点は、人びとを見ることである。すなわち、聖母とヨセフと下女、そして誕生した後の幼子イエス。その際、自らを小さな貧しい者、取るに足らない僕とし、彼らを見て、観想し、必要に応じて彼らに奉仕する。そこに居合わせているかのように、できる限りすべての畏敬と尊敬をもって。それから、何らかの益を得るために、自己自身を振り返る。

(No115)

第二：彼らの話していることを見て、注意し、観想する。そして自己自身を振り返り、何らかの益を得る。

(No116)

第三。彼らの行っていること、歩いていることや働いていることなどを見て、考察する。主がこのうえない貧しさのうちに生まれ、そして、飢えと渇き、暑さと寒さ、侮辱と辱め、そのような数多くの労苦の果てに、十字架上で死ぬために、このすべてはわたしのためである。その後、振り返り、何らかの霊的な益を得る。

## 〔9〕のために

アントニー・デ・メロ『何をどのように祈ればいいのか』(270頁~280頁)

イグナチオはサクソニーのルドルフの著作のなかで引用されている、ボナベントゥーラの言葉に強く心を引かれたのだった。

「黙想することによって益を得ようと望むならば、……心に浮かび、わき上がる一切の感情のうちに、思いをこめて、愛情深く、また観想のうちに主イエスが言われたこと、されたことをそのままに現前させなさい。今ここであなたの耳で聞き、あなたの目で見ているかのようにである。……

イエスの人となりに触れたいと熱望し、もっとよく味わおうとして、主の言動を観察することにじっととどまる。……

では聖地へ赴こう。懐かしいイエスが立っておられた、まさにその大地に万感の思いをこめて口づけしよう。主イエスが今あなたの眼前におられると想像し、かつそれを実感する。主がどのように話し、弟子たちや罪びとたちとつき合っておられるか、何を教え話しておられるか、歩き、休んでおられるか、起き、食べ、しるしを行っておられるか、じっと見つめ、また心をこめて聞く。……」

イグナチオはボナベントゥーラのこの勧めを読むや、さっそく自分の祈りにこれを取り入れた。……

歴史上の事実よりも、ずっと重要な秘義にかかわる真実をもたらすのに、幻想はまさに大きな力となる。幻想は私たちに働きかけて、イエスにじかに触れさせる。……アシジのフランシスコはアルヴェルナ山で、十字架上のイエスについての幻視の恵みを受けた、と伝えられている。彼はこの神秘体験のなかで、イエスを十字架から抱き下ろした。……フランシスコが心からの愛情をもってイエスを十字架から抱き下ろしたとき、また、苦しむイエスの傍らに立っている間、愛の深い秘義が再現されていたのである。幻想のなかで起こっているものであるにもかかわらずである。……

神学的な省察や研究を通してよりも、この幻想によってこそ、より大いなる深みにおいてイエスをとらえることができる。多数の聖人たちは幼子イエスを腕に抱き、やさしく子守することを喜んだのであったが、パドワのアントニオは、そうした聖人の一人であった。……彼はこうした幻想の背後に神秘的な現実を体感し、この幻示、つまり“幻想が生み出す現実”に完全にわが身をゆだねることができるほどの神秘家であった。

純真な幼子のごとく、幻想を用いる祈りをもって、福音を味わうなら、あなたはきっと他のどのような方法をもってしても見いだせない、隠された宝をさまざまに発見できよう。たとえばナザレの聖家族と共に、一日を過ごしてみたらいい。質素な暮らしを共にしてみる。仕事やら、手作業を手伝う。この一家の生活、抱えている問題、またあなた自身のことについてイエス、マリア、ヨゼフに打ち明けてみよう。……

この種の観想は何にもまして、アピラの聖テレジアが推奨した祈りであった。終日キリストがあなたの傍らにいてくださると想像する。そして愛情をこめ、彼と語り続ける。ある学者はこれを、想像を働かせた信仰の実践、と呼んでいる。

## 〔10〕のために

### ベテスダの池（38年間寝たきりだった人の癒しと自分もまたイエスに癒される）

アントニー・デ・メロ『何をどのように祈ればいいのか』 pp270～272

アントニー・デ・メロ『東洋の冥想とキリスト者の祈り』 pp120～125

上記の2書に、ヨハネ5；1～9を観想するガイドが叙述されている。

#### 【ベトサダの池】（『東洋の冥想とキリスト者の祈り』より）

知覚、呼吸、音のいずれかを意識するエクササイズをおこなって気を静め、観想の準備としてください……。

さて、ベトサダの池を想像してください、五つの回廊、池、周囲の情景……十分時間をかけて、できるかぎり鮮明に全景を想像し、こうして自分を整え、場所を見ます……その場所はどのようになっていますか、きれいに掃除してありますか、汚れていますか、広々としていますか、狭いですか……どのような造りになっていますか……天気はどうでしょ

う……。

これだけの準備ができれば、いよいよこの場面に生気を吹き込んでください……池の近くにいる人たちを見てください、何人いますか……どのような人々でしょう……どういう服装をしていますか……彼らはここで何をしていますか……どういう病をわずらっていますか……何を語り合っているのでしょうか……何をしていますか……。

映画を見ているようにこの場面を観察するのではなく、そこに参加しなければなりません。あなたはそこで何をしていますか……ここへ来たのには、どういうわけがあったのですか……この情景をまのあたりにし、この人々を間近に見て、あなたの胸にどのような感情が湧き上がっていますか……あなたは何をしていますか……だれかに話しかけてみませんか、だれに話しかけますか……。

福音が語る当の病人に注目してください……群衆の中に紛れこんでいるはずですが、どこにいますか……どういう身なりをしていますか……だれかといっしょにいますか……彼のところへ近寄って、話しかけてください……どういうふうに話しかけますか……何をたずねますか……あなたに答えて、何と言うでしょう……彼のこれまでの経歴、その人となり、できるかぎり詳細に知ってください……彼からどのような印象を受けますか……彼と話しているあいだ、どういう感じを抱きましたか……。

この男と話しているあいだに、イエズスがここにやって来られたのが視界に入ります……イエズスの行動、動きの一部始終を観察してください……彼はどこへ行こうとしておられますか……何をしておられますか……。

イエズスがあなたと男のほうに歩み寄って来られます……イエズスがこの男に話しかけようとしているのを察知して、あなたは脇へ身をよけます……イエズスは彼に何を話していらっしゃいますか……この男はイエズスに何を答えていますか……そのやりとりに耳を傾けてください……。

治りたいのか、イエズスのこの問いかけにしばらく留まります……さて男に向かって発せられるイエズスのみ言葉を聞きましょう……「起き上がりなさい。床を担いで歩きなさい」……男の反応に注目しましょう。起き上がろうとする……立とうとする……そして不思議が起こる……この不思議に対して、この男はどう反応していますか……イエズスの反応は、あなたの反応はどうですか、見きわめてください……。

やおら、イエズスはあなたに向きなおり、あなたと話しはじめられます……今起こったばかりの不思議について、イエズスに感想を述べてください……。

今、何かわずらっている病がありますか、体の病、感情の病、霊的な病でしょうか……イエズスにそれを話してください……彼は何を語ろうとしておられますか、耳を傾けてください……治りたいのか……癒してほしいと願っているが、自分で言っていることの意味がわかっているのか……治ったあとのいっさいの結末を引き受ける覚悟はできているのか……さあ、今あなたにとって恵みの時です……イエズスには私を治すことがおできになる、

彼は私を癒すつもりでおられる、との信仰をもっていますか……ではイエズスがあなたの上に癒しの言葉を宣告されるのを聞いてください。あなたの上に手をおいて、イエズスが話される力強い言葉を聞いてください……何を感じますか……今耳にした主のみ言葉が、たしかにあなたの上に効力を及ぼしはじめていると信じていますか、当座は何もはっきりと手応えを覚えなくても、すでにあなたの中に効力を及ぼしはじめていると確信していますか……。

イエズスとともに、しばらく静かに祈ります……。

### 〔11〕のために

苦しかった体験の中にイエスが来てくださる。

アントニー・デメロ『東洋の冥想とキリスト者の祈り』pp110~112

かつて苦痛・悲嘆・傷手・恐怖・悲痛などを覚えた、その場面へもどってください。…その出来事を再体験してください……その時と違って、このたびはその出来事の中に、主イエズスの現存を捜し、見いだしてください……主はどのように現存しておられますか……。

あるいは、主イエズス自らその出来事に参与しておられると想像します……主はどの役割を果たしておられますか……主に語りかけてください、この出来事の意味をたずねてください……答えて何と言われるか聞きましょう……。

### 〔14〕のために

『サダナⅡ』エクササイズ No 9 「イエスのみ名」 (25分)

これから想像力を使ってイエスのみ名による祈りをします。最初は『聖書』の朗読を聴き、その後指導者による導きが語られますから、導きに沿って祈って下さい。進行中、3回ほど十字架の聖ヨハネの詩文が読まれます。

準備として、5分間、音を聴きます。その後20分間祈ります。

〇〇さんコロサイ人への手紙、1；15-20 を読んで下さい。では、『聖書』を聴きましょう。

『聖書』の朗読が終ると、背中を伸ばし、目を閉じて出来るだけ沢山の音を聴きます。注意深く、かすかな音でも意識するように。注意深く忍耐強く平静に。… (5分)

音をすべて聴き、出来れば音の中に調和のあることを意識して下さい。… (1分)

風が森の木を動かしていることを想像して下さい。森の音を聴きなさい。(1分)

山の中の谷川の流れの音を聴きなさい。… (1分)

海岸の波の音を聴きなさい。… (1分)

(十字架の聖ヨハネのことは)「私のいとしい人は聳える山々、奥深いひそかな谷間、不思議な島々、音を立ててゆく豊かな流れ、愛を伝える風のそよぎ」… (1分)

宇宙に入ってその静けさを見なさい。星の動きの静けさと調和を想像して下さい。

山の夜の静けさを感じて山の音を聴きなさい。…（1分）

十字架の聖ヨハネ「暁をはらんで満ちわたる夜、音もなく沸き上る音楽、瞭瞭と鳴る鼓笛、愛の火を燃え盛らせる真夜中の鉄火」……（1分）

山の夜の静けさの中にイエスのみ名を聴きなさい。…（2分）

人間の技術で作られた機械の音を聴きなさい。例えば、車、飛行機、工場の機械の音など。…（1分）

その音響の中にイエスのみ名を聴きなさい。……（1分）

音楽を聞きなさい。大きなオーケストラ、コーラスの音楽を想像して下さい。（1分）

その中にイエスのみ名を聴きなさい。……（2分）

イエスのみ名はあなたの心の奥底に響きます。…（1分）

宇宙万物はイエスのみ名を呼んでいます。賛美しています。イエスは宇宙のかしらです。…（1分）

（十字架の聖ヨハネのことは）「数多のお恵を撒き散らしながら、急ぎ足でこの森を行かれました。あの方が一目見つめて下さるとお顔の照り映えが映ただけで私はこんな美しい姿に成りました。」 …（1分）

神の霊は天地万物によって語ります。人間によって、自然によって語ります。（1分）

イエスのみ名はあなたの心の奥底にメロディーのように響きます。…（1分）

### 【参考】 現行のサダナの具多的な実施形態

