

# Dobrotolubie

フェオファン・ザトヴォルニクによる翻訳

目次:

|                                                                   |            |
|-------------------------------------------------------------------|------------|
| <b>第1巻</b>                                                        | <b>15</b>  |
| 序文                                                                | 16         |
| <b>聖アントニオ・マグヌス</b>                                                | <b>18</b>  |
| 聖アントニオ・マグヌスの生涯と著作について                                             | 18         |
| 聖アントニオ大聖人の教訓。                                                     | 23         |
| 1. キリストにおける生活に関する教訓。これらは、聖アファナシオスの伝記、20通の手紙、および20の言辭から抜粋されたものである。 | 23         |
| 2. 善良な道徳と聖なる生活について、170章                                           | 46         |
| 3. 隠遁生活の規則                                                        | 62         |
| a) そのような生活の外的様相と規則                                                | 62         |
| b) 内面生活の基盤                                                        | 68         |
| 結論                                                                | 73         |
| 4. 聖アントニオ大聖人の言葉と彼に関する伝承                                           | 74         |
| 世を捨てることについて                                                       | 74         |
| 「では、どうすればよいのか」という問いに対する一般的な答え：                                    | 75         |
| 偉業へと駆り立て、その過程で支える力                                                | 76         |
| 熱意の指導者たち                                                          | 76         |
| 嫉妬をどのように煽ればよいのか？                                                  | 79         |
| 特に、功績と善行については                                                     | 82         |
| すべての最終目的であり、至高の完全性                                                | 85         |
| 聖アントニオの完全性と天における栄光                                                | 86         |
| 5. 聖アントニオ大聖人の死後、ある長老によってなされた、彼のいくつかの言葉の解説                         | 86         |
| <b>聖マカリオス大聖人</b>                                                  | <b>93</b>  |
| 聖マカリオの生涯と著作に関する情報                                                 | 93         |
| 聖マカリウス大聖人の『キリスト教生活に関する教訓』——その対話集より抜粋                              | 94         |
| 1. 輝かしい原初の状態                                                      | 94         |
| 2. 墮落した者の陰鬱な状態                                                    | 96         |
| 3. 救いの御手配者である主                                                    | 100        |
| 4. 主において救われるという確固たる決意の形成                                          | 103        |
| 5. 労苦の状態                                                          | 114        |
| 6. 聖霊の働きを現した者の状態                                                  | 127        |
| 7. キリスト教徒の至高の完成度                                                  | 145        |
| 8. 来世                                                             | 149        |
| <b>聖アッバ・イザヤ</b>                                                   | <b>152</b> |
| 私たちの聖なる父イザヤ、ニトリアのアッバ、およびその著作に関する概要                                | 152        |
| 1. 尊者アッバ・イザヤが弟子たちに向けた言葉                                           | 154        |
| 1. アッバ・イザヤが共に暮らしていた兄弟たちへの戒め                                       | 154        |
| 2. 自然法について                                                        | 155        |
| 3. 初学者とケリオットの状態について                                               | 156        |
| 4. 修道院に住む者たちの旅について、そして良心について                                      | 160        |
| 5. 信徒への戒め、および互いに平和に共に生きたいと願う者たちの家庭生活について                          | 168        |
| 6. 善き沈黙を保とうとする者たちについて                                             | 172        |
| 7. 美德について                                                         | 174        |
| 8. 格言                                                             | 176        |
| 9. 世を捨てた者への戒め                                                     | 180        |

|                                                        |            |
|--------------------------------------------------------|------------|
| 10. 別の言葉（背教者たちへの）                                      | 181        |
| 11. からしの種について                                          | 182        |
| 12. ワインについて                                            | 183        |
| 13. 奮闘し、その業を立派に成し遂げた者たちについて                            | 184        |
| 14. 嘆きの行い                                              | 186        |
| 15. 世からの離脱について                                         | 187        |
| 16. 神に仕えようとする魂に宿る喜びについて                                | 188        |
| 17. 世を捨てて巡礼の旅に出る際の心構えについて                              | 195        |
| 18. 恨みを抱かないことについて                                      | 198        |
| 19. 情欲について                                             | 200        |
| 20. 謙遜について                                             | 201        |
| 21. 悔い改めについて                                           | 201        |
| 22. 新しい人の生き方について                                       | 208        |
| 23. 完全さについて                                            | 212        |
| 24. 無執着について                                            | 216        |
| 25. 弟子アッペ・ペトロへ                                         | 216        |
| 26. イザヤの弟子アッパ・ペトロが伝えた言葉                                | 229        |
| 27. 「自らに注意せよ」（申命記 15:9）について                            | 233        |
| 28. 悪の枝について                                            | 235        |
| 29. 嘆き                                                 | 236        |
| 2. 初心者の修道士への規則と助言                                      | 241        |
| 3. アッパ・イザヤの格言                                          | 246        |
| 4. 心の保ち方について：27章                                       | 248        |
| 5. 修道生活と沈黙に関する章                                        | 251        |
| <b>聖マルコ・アスコエティス</b>                                    | <b>253</b> |
| 聖マルコの生涯と著作に関する情報                                       | 253        |
| マルコ・アスコエティスの霊的生活に関する教訓                                 | 253        |
| 1. 修道士ニコライへの書簡                                         | 253        |
| 2. 修道士ニコライによるマルコ・ポドヴィシュニクの書簡への回答                       | 261        |
| 2. 聖マルコの教訓、彼の他の言葉から抜粋したもの                              | 262        |
| 3. 霊的な律法に関する200の章                                      | 280        |
| 4. 行いによって義と認められようとする者たちについて、226章                       | 290        |
| <b>アッパ・エヴァグリオス・ポンティウス</b>                              | <b>304</b> |
| アッパ・エヴァグリオスの生涯に関する情報                                   | 304        |
| 修道士エヴァグリオスによる修道生活に関する教訓                                | 307        |
| 1. アナトリオスへの「活動的な生活」に関する章                               | 307        |
| 2. 修道士エヴァグリオス著『活動的な生活について』百章                           | 315        |
| 聖なる長老たちの格言                                             | 317        |
| 3. 修道士エヴァグリオスによる修道生活の模範。そこには、いかにして精進し、沈黙を守るべきかが教えられている | 318        |
| 4. 修道士エヴァグリオス著『33の類比、あるいは擬人』                           | 322        |
| 5. 霊的生活に関する彼の言葉（アルファベット順）                              | 323        |
| 6. 同著者のその他の格言                                          | 324        |
| 7. アナトリーへの「八つの思い」について                                  | 325        |
| 8. 八つの思いに関する条項と結びついた、彼の考え                              | 326        |
| 9. キノヴィアや宿舎に住む兄弟たちへの訓示                                 | 327        |
| 10. 処女たちへの教え                                           | 330        |
| 11. さまざまな邪悪な思いについて、第○章                                 | 332        |
| 12. 修道士エヴァグリオスの言葉                                      | 342        |
| <b>第II巻</b>                                            | <b>343</b> |
| 序文                                                     | 343        |
| <b>聖ヨハネス・カッシアン・ローマ人</b>                                | <b>343</b> |
| 彼に関する簡単な紹介                                             | 343        |
| 霊的戦いに関する概観                                             | 345        |

|                                                       |            |
|-------------------------------------------------------|------------|
| 1. 修業の目的と終着点 .....                                    | 345        |
| 2. この目的を踏まえて、私たちの世俗からの離脱がどのようなものであるべきかを定める必要がある ..... | 346        |
| 3. 肉と霊の戦い .....                                       | 347        |
| 4. 情欲の概要とそれとの戦い .....                                 | 349        |
| 5. 八つの主要な情欲との戦い .....                                 | 351        |
| 1. 暴食との戦い .....                                       | 351        |
| 2. 淫乱の霊との戦い .....                                     | 357        |
| 3. 貪欲の霊との戦い .....                                     | 363        |
| 4. 怒りの霊との戦い .....                                     | 367        |
| 5. 悲しみの霊との戦い .....                                    | 372        |
| 6. 落胆の精神との戦い .....                                    | 374        |
| 7. 虚栄の精神との戦い .....                                    | 377        |
| 8. 傲慢の霊との戦い .....                                     | 380        |
| 6. 思いとの戦い、そしてそれを通じて悪霊との戦い .....                       | 386        |
| 7. 災いや逆境によるあらゆる種類の苦難との戦い .....                        | 393        |
| 8. 神の恵みと自由意志について .....                                | 402        |
| 9. 祈りについて .....                                       | 404        |
| 10. 霊的生活における導きについて——経験豊かな者たちとの議論と助言 .....             | 410        |
| 11. 霊的生活の完全性の段階について、それへの動機付けに基づき .....                | 412        |
| 12. 悔い改めの行いの終わりについて .....                             | 414        |
| <b>聖イシキオス、エルサレムの長老 .....</b>                          | <b>416</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                         | 416        |
| テオドゥロスへの、節制と祈りに関する魂に有益で救いをもたらす言葉 .....                | 416        |
| <b>聖ニル・シナイ .....</b>                                  | <b>440</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                         | 440        |
| 禁欲的な教訓 聖ニロス・シナイの .....                                | 441        |
| 1. 祈りについて .....                                       | 441        |
| 序文 .....                                              | 441        |
| 153 祈りに関する章 .....                                     | 442        |
| 2. 八つの悪霊について .....                                    | 454        |
| 1. 暴食について .....                                       | 454        |
| 2. 淫行について .....                                       | 456        |
| 3. 貪欲について .....                                       | 458        |
| 4. 怒りについて .....                                       | 464        |
| 5. 悲しみについて .....                                      | 466        |
| 6. 気落ちについて .....                                      | 468        |
| 7. 虚栄について .....                                       | 469        |
| 8. 傲慢について .....                                       | 473        |
| 3. 勧告の章 .....                                         | 475        |
| 4. 人を朽ちるものから遠ざけ、朽ちないものに結びつける思い .....                  | 480        |
| 5. 聖ニロスが他の聖書から引用した、前述の考えや訓戒に類似したもの .....              | 484        |
| 6. 修道士たちへの訓戒 .....                                    | 493        |
| <b>聖エフREM・シリア人 .....</b>                              | <b>494</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                      | 494        |
| 聖エフREMの修道者への訓示 .....                                  | 496        |
| 1. 悔い改めと救いの獲得への勧告 .....                               | 496        |
| 2. 悔い改めについての教訓 .....                                  | 511        |
| 3. 主に仕えることに身を捧げた者たちの生活に関する概説 .....                    | 521        |
| 4. 美德と情欲について .....                                    | 526        |
| 精神的な美德 .....                                          | 526        |
| 肉体的徳 .....                                            | 526        |
| 精神的な情欲 .....                                          | 527        |
| 肉欲 .....                                              | 527        |
| 5. 八つの主要な情欲との戦いについて、総論 .....                          | 529        |
| 1. 食欲との戦いについて .....                                   | 530        |

|                                                         |            |
|---------------------------------------------------------|------------|
| 2. 淫らな情欲との戦いについて .....                                  | 532        |
| 3. 金銭への執着との戦いについて .....                                 | 541        |
| 4. 怒りとの戦いについて .....                                     | 542        |
| 5. 悲しみとの戦いについて .....                                    | 545        |
| 6. 気落ちとの戦いについて .....                                    | 549        |
| 7. 虚栄との戦いについて .....                                     | 552        |
| 8. 傲慢との戦いについて .....                                     | 553        |
| 6. 修道生活に関する一般的な教訓 .....                                 | 558        |
| 7. 修行者への助言 .....                                        | 581        |
| <b>聖ヨハネ・クライマコス .....</b>                                | <b>587</b> |
| 聖人に関する概要 .....                                          | 587        |
| 聖ヨハネ・クライマコスによる修道生活の教訓 .....                             | 588        |
| 1. 修道生活の一般的な原則 .....                                    | 588        |
| 2. 悔い改めについて .....                                       | 590        |
| 3. 美德と情欲について——そして、後者との闘いについて——一般的に .....                | 592        |
| 4. 八つの主要な情欲との戦いについて .....                               | 600        |
| 1. 暴食との戦い .....                                         | 600        |
| 2. 淫行との戦い .....                                         | 602        |
| 3. 金銭愛との闘い .....                                        | 607        |
| 4. 怒りとの戦い .....                                         | 608        |
| 5. 悲しみとの戦い .....                                        | 611        |
| 6. 落胆の霊との戦い .....                                       | 613        |
| 7. 虚栄との戦い .....                                         | 614        |
| 8. 傲慢との戦い .....                                         | 616        |
| 5. 無情について .....                                         | 620        |
| <b>聖なる敬虔な父たち バルサヌフィオスとヨハネ .....</b>                     | <b>621</b> |
| 彼らに関する簡単な紹介 .....                                       | 621        |
| 修道的な訓示 .....                                            | 623        |
| <b>聖アバ・ドロフェイ .....</b>                                  | <b>644</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                           | 644        |
| 修道者の訓示 .....                                            | 644        |
| <b>聖イサク・シリア人 .....</b>                                  | <b>665</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                        | 665        |
| 修道者の教訓 .....                                            | 666        |
| <b>第III巻 .....</b>                                      | <b>718</b> |
| 序文 .....                                                | 718        |
| <b>イリュリアのエピロス地方フォティカの司教、至福のディアドコス イリリアのエピロスにて .....</b> | <b>719</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                        | 719        |
| 至福のディアドコスによる、主要な美德の究極の限界、すなわち完全性の頂点についての示唆 .....        | 720        |
| 百の章に分けられた修道者の言葉。各章は、霊的な知識と考察に満ちた実践的な内容である .....         | 720        |
| <b>私たちの尊い父、ヨハネス・カルパフス .....</b>                         | <b>751</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                        | 751        |
| インドに滞在し、彼に手紙を送ってきた修道士たちへの、百の訓戒の章 .....                  | 751        |
| <b>至福のアッバ・ゾシマ（パレスチナ） .....</b>                          | <b>765</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                        | 765        |
| 至福のアッバ・ゾシマの対話集 .....                                    | 766        |
| <b>聖マクスィムス・殉教者 .....</b>                                | <b>780</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                        | 780        |
| 1. 修道者の言葉——弟子の問いと長老の答え（） .....                          | 782        |
| 2. 愛に関する四百の章 .....                                      | 797        |
| エルピディオへの序文 .....                                        | 797        |
| 愛に関する第一百章 .....                                         | 797        |

|                                                           |            |
|-----------------------------------------------------------|------------|
| 愛に関する第二の百篇 .....                                          | 804        |
| 愛に関する第三の百篇 .....                                          | 814        |
| 愛に関する第四百篇 .....                                           | 823        |
| 3. 『ギリシャの慈愛』の七百章から選ばれた、観想的および実践的な章 .....                  | 831        |
| <b>至福のアッバ・ファラシオス .....</b>                                | <b>861</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                             | 861        |
| アッバ・ファラシオによる、愛、禁欲、そして霊的生活に関する、長老パウロへの書簡 .....             | 861        |
| 第101篇 .....                                               | 861        |
| 第102章 .....                                               | 865        |
| 第103篇 .....                                               | 868        |
| 祈り .....                                                  | 872        |
| 第104番 .....                                               | 872        |
| <b>聖テオドール、エデスの司教 .....</b>                                | <b>877</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                             | 877        |
| 私たちの尊き父、エデスのテオドールによる、魂に極めて有益な百の章 .....                    | 877        |
| <b>聖テオドール・エデス .....</b>                                   | <b>891</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                             | 891        |
| 我らの尊き父テオドロスの思弁的な説教 .....                                  | 891        |
| <b>尊者アッバ・フィリモン .....</b>                                  | <b>897</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                             | 897        |
| アッバ・フィリモンに関する大いに有益な物語 .....                               | 898        |
| <b>聖なる父テオグノスト .....</b>                                   | <b>905</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                          | 905        |
| 活動的な生活と瞑想的な生活、そして聖職について論じた章の .....                        | 906        |
| 聖職について .....                                              | 907        |
| 聖職について .....                                              | 912        |
| 聖職について .....                                              | 916        |
| <b>シナイのフィロフェイ聖人 .....</b>                                 | <b>917</b> |
| 彼に関する略歴 .....                                             | 917        |
| 私たちの父、シナイのフィロフェイ聖人の『節制に関する40の章』 .....                     | 917        |
| <b>イリヤ長老兼エクディク .....</b>                                  | <b>927</b> |
| 彼に関する簡単な紹介 .....                                          | 927        |
| イリエ、最年少の長老、およびエクディクによって精選された『花集』 .....                    | 927        |
| <b>第IV巻 .....</b>                                         | <b>937</b> |
| <b>聖テオドール・ストウディテス .....</b>                               | <b>937</b> |
| 修道者への教訓『』 .....                                           | 938        |
| 序文 .....                                                  | 938        |
| 聖テオドロス・ストウディテスの生涯概説 .....                                 | 939        |
| 1. 修道生活がいかに崇高であるか .....                                   | 947        |
| 2. 自分について高慢になってはならない .....                                | 947        |
| 3. 目を覚ましていなさい。敵は眠らないのだから——これは、慰めとして、また牧者への言葉である .....     | 948        |
| 4. 死と清算を心に留め、誓いを熱心に守りなさい .....                            | 949        |
| 5. 善において互いに競い合い、悪においては競い合わない .....                        | 950        |
| 6. 情欲に対して。この火によって永遠の火が燃え上がるからであり、その最中に死が襲いかかるかもしれない ..... | 951        |
| 7. 地位は尊い。誓いを守ることに感謝せよ .....                               | 952        |
| 8. 弱気になってはならない。労苦は小さく、報いは計り知れない .....                     | 953        |
| 9. 魂の畑を清め、種を蒔き、水をやり、霊的な実を結ばせること .....                     | 954        |
| 10. 主が降りて来られる——耐え忍びなさい——そして、何によって力を得るのか .....             | 955        |
| 11. 敵は情欲をかき立てるが、それに立ち向かえば打ち勝つことができる。主は助け手である .....        | 956        |
| 12. ここから去ろう.....すなわち、情欲の領域から、腹、目、舌、耳、手、足による節制を通じて .....   | 957        |
| 13. 起床；早課；第一時；仕事 .....                                    | 958        |

|                                                                                                                         |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| 14. 神へと心に向け、それ以外のことはすべて無に帰せ.....                                                                                        | 960 |
| 15. この世からは逃げ出したが、敵によって煽られる情欲の動揺からは逃げ出していない。これに注意を払い、立ち向かわなければならない.....                                                  | 961 |
| 16. あなたがたの進歩を見て、私は喜んでいる。しかし、あなたがたが立ち止まってしまわないか心配している。どうか、不適切なものをすべてから遠ざかり、なすべきことすべてに熱心に取り組むことで、その流れを絶やさないでほしいと願う。.....  | 962 |
| 17. なぜ世を離れたのか。清められるためである。そして、この生活の精神、とりわけ修道院長への信仰のうちに生きる者は幸いである。.....                                                   | 963 |
| 18. 共同生活は称賛に値する。その精神をもって生きる者は幸いである.....                                                                                 | 964 |
| 19. 各自、ますます自らの美德において精進せよ。従順な者は従順において、謙遜な者は謙遜において、勤勉な者は勤勉において.....                                                       | 965 |
| 20. あなたがたの成功は私を喜ばせます.....ある者は謙遜を、ある者は.....                                                                              | 965 |
| 21. 善に留まりなさい——そして敵を自分たちのそばに近づけてはならない。そうすれば、敵は「皆が悪くなった」と叫ぶことになるだろう.....                                                  | 966 |
| 22. すべては神から来るものですが、それでも、守られ、前進し続けるためには、私たちの努力も求められます.....                                                               | 967 |
| 23. 敵、すなわち情欲を煽る者に立ち向かえ.....                                                                                             | 968 |
| 24. 情欲の高ぶりに対しては、神の言葉、感覚、とりわけ視覚の自制、そして肉体に安らぎを与えないこと：自制せよ。洗礼後に堕ちたとしても、修道誓願の後には堕ちてはならない。.....                              | 968 |
| 25. 情欲に打ち勝つ者には冠が、情欲に屈する者には苦しみがある。もしあなたが前者の部類に属するのなら幸いだが、後者であるなら、速やかに改心せよ。.....                                          | 969 |
| 26. 修道生活の高みからこの世を見下ろせば、虚栄の海が波立っているのが見えるでしょう。それからは解放されたことを喜びなさい.....                                                     | 970 |
| 27. 日々の教会礼拝には多くの労苦と忍耐が求められ、生活は質素であり、共同生活の規則の遵守、罰金や悔悛の行いもある。しかし、これらは救いにつながり、その報いとして冠が与えられるのだから、勇気を出しなさい.....             | 971 |
| 28. あなたがたは、まるで肥沃な大地のように、ある者はこうであり、ある者はあめでありながら、美德の実を結んでいる.....                                                          | 972 |
| 29. もうすぐ、ここから旅立つ時が来ます。しかし、その旅立ちが、私たちにとって幸いなものとなりますように.....                                                              | 973 |
| 30. 気まぐれさを避けるために、共同生活の規則に従うこと。この規則は、兄弟たちの中でのあらゆる孤立を排除し、すべての者を行いにおいて平等に保ち、それによって墮落から守ってくれるものである.....                     | 975 |
| 31. ここでわたしが耐え忍ぶことはすべて、あそこで言い表せないほどの報いがあるでしょう。ですから、私たちも怠けずに、聖人たちの足跡をたどり、彼らと同じような人間であった聖人たちが歩んだ困難な道を歩み続けましょう。.....        | 976 |
| 32. 王の道とは、すべてを規定通りに行うことである。それから逸脱する者は、過度に傾くか、あるいは過小評価に傾くかのいずれかである。逸脱も許されるが、それは修道院長が承知している場合に限られ、そうでなければ良い結果には至らない。..... | 977 |
| 33. 神の御言葉から、いかに生きるべきかを導き出す際には、神への畏れから始まり、深い謙遜で終わるまで、それを行いで全うした聖人たちの生涯を思い起こすべきである.....                                   | 977 |
| 34. 規律に対する騒動を防ぐためには、誰かが陰謀やストライキを企てていることに気づいたら、直ちに院長に報告しなければならない.....                                                    | 979 |
| 35. 私たちの中に働く神の霊と、欺く霊の働きの現れについて、それらを知ることで、前者には熱心に励み、後者からは遠ざかるようにと示されている.....                                             | 979 |
| 36. 善行は必要である。しかし、あらゆる行いにはそれぞれの報いがあるため、それらは賢者たちの成功を妨げるものではない.....                                                        | 980 |
| 37. わたしへの信仰と愛をもって、勤勉でありなさい。仕事の責任者は賢明に指揮し、部下はそれを忠実に実行しなさい.....                                                           | 981 |
| 38. 従順の生活様式はすべてに優る。主もまたそれを選ばれたのだ.....                                                                                   | 982 |
| 39. 主を目の前に置き、いかなる悪事にも心を動かされないようにしなさい。終わりの日、とりわけ恐ろしい審判とその裁きを心に留め、善を行うよう自らを奮い立たせなさい。.....                                 | 983 |
| 40. 神への畏れは、私たちの敵の剣を退ける.....                                                                                             | 983 |
| 41. 経済官を独立した権力として扱うことは、二重統治と分裂を招く。しかし、権力が分裂すれば、王国は存続し得ない.....                                                           | 984 |
| 42. 四旬節は、肉体的な節制だけでなく、精神的な節制も求める.....                                                                                    | 985 |
| 43. 共同生活を送る勤勉な者たちは祝福される：喜びなさい！.....                                                                                     | 986 |
| 44. 修道院長職に関する自己への恐れ.....                                                                                                | 988 |

|                                                                                                                |      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 45. 悪魔たちは情欲を煽って人を誘惑し、滅ぼす。戦わなければならない.....                                                                       | 989  |
| 46. 私たちは高潔な生き方に召されている。しかし、果たして私たちは、自ら決意した通り、また他者が期待する通りに生きているだろうか。.....                                        | 990  |
| 47. 受け入れた生き方に堅く立ち、自分自身の前にある喜びを自ら奪ってはならない.....                                                                  | 991  |
| 48. 死は目前です。情欲から身を清め、備えなさい.....                                                                                 | 993  |
| 49. 私たちのために苦難を耐え忍ばれた救い主の御姿：御方に栄光と感謝を！.....                                                                     | 994  |
| 50. 死者を目の当たりにしての教訓：肉体ではなく、天国を気につけよ.....                                                                        | 996  |
| 51. 修道院の者たちは皆、それぞれの献身を共同の利益に捧げて働いている。それなのに、なぜ修道院で行われたことが誰のものでもよいとされるのか.....                                    | 996  |
| 52. 兄弟愛が保たれますように。皆、自らを清めて救われなさい。無駄話や笑い声を避けなさい。あなたがたの中に何か不適切なことがあるのを聞くのは、私にとって痛ましいことです。.....                    | 998  |
| 53. 私は去りますが、魂はあなた方と共に残します。私がいなくても、私がいいた時と同じようにいてください.....                                                      | 1000 |
| 54. 神に喜ばれるようにしなさい。互いに気遣い、自分自身の満足を求めないでください。自分自身の知恵に頼らず、心をつたえてください.....                                         | 1001 |
| 55. 熱心な勤労者たちへの好意を表し、霊的な行いにも、修道院の従順にも熱心に取り組むよう求めている.....                                                        | 1002 |
| 56. 初心者は、残存する罪深い情欲や習慣のために、強い誘惑にさらされる.....                                                                      | 1004 |
| 57. 戦いの最中である。私は、軍司令官として、言葉をもってあなた方を奮い立たせる。「立ち続けよ」.....                                                         | 1005 |
| 58. 私は死と、その時に起こるすべてのことを思い起こし、清められ、火の試練に遭わずに済むよう祈ります。あなたがたは、たとえ今の状況が悲痛であっても、報いを仰ぎ見て喜びなさい。.....                  | 1006 |
| 59. この世の虚栄の中に身を置いた後、私は、私たちがそこから逃れ出せたことを神に感謝した.....                                                             | 1007 |
| 60. 立ち上がり、万物の医者である主の癒やしを求めなさい.....                                                                             | 1008 |
| 61. 大斎の折り返し。努力を重ね、その実りを見出しています。それは神の憐れみです。感謝を捧げ、さらに前進しましょう.....                                                | 1009 |
| 62. あなたがたの秩序は整えられている。それを守りなさい.....                                                                             | 1010 |
| 63. 過越祭を祝った後、四旬節の精神をもってさらに歩みを進めましょう。そうすれば、その期間中に得た恵みを実にすることなく、むしろ増やしていくことができるでしょう。.....                        | 1011 |
| 64. 私たちは高貴な召しを授かった。喜び、感謝し、あらゆる労苦をそのために引き受け、あらゆる試練に耐えながら行動しよう.....                                              | 1012 |
| 65. 預言者たち、使徒たち、そして他の聖人たちが天の御国のために耐え忍んだことを思い起こし、彼らに倣おう.....                                                     | 1013 |
| 66. あなたがたは神によって私に託されたのです。だからこそ、私は熱心にあなたがたを教えようとしているのです.....                                                    | 1014 |
| 67. あなた方を愛する者として、あなたがたが繁栄する時には喜び、あるような気風を見る時には悲しむ.....                                                         | 1015 |
| 68. 虚しい世の平和など取るに足らない。しかし、私たちの目標は高く、その労苦は実り多い.....                                                              | 1016 |
| 69. 遭遇するあらゆる不快な事柄に耐えなければならない。そして、殉教者たちの列に加わるにふさわしい者となろう。.....                                                  | 1017 |
| 70. 神はあなた方に何を求めておられるか。自分の意志を捨て、修道院長のただ一つの意志に従順であることである。それゆえ、いかなる事においても、たとえ善いことであっても、他者から抜き出ようと決してしてはならない。..... | 1018 |
| 71. 罪の原因は、高慢と不従順であり、それらからあらゆる苦難が生じる。それとは対照的に、謙遜と従順からは.....                                                     | 1019 |
| 72. 懺悔やその他の矯正措置は、いかに救いとなるか？それらは天国への道である.....                                                                   | 1019 |
| 73. 道は重く、悲しみに満ちている。しかし、その代わりに計り知れない慰めが待っている。耐え忍ぼう.....                                                         | 1020 |
| 74. 王が夕食に招くと、皆は急いで駆けつける。私たちが招かれたのは天の王である。あらゆる困難を乗り越えて、どうして急がないことができようか。だから、気弱になつてはならず、あらゆることに勇敢に立ち向かおう.....    | 1021 |
| 75. 私たちの規律に従った善き生活の果実を見たら、それをより厳格に守りなさい。そうすれば、あなたは三位一体の神の住まいとなるでしょう。.....                                      | 1022 |
| 76. 聖なる生活を送る者には、常に祝日がある。これを望むか。神に喜ばれることを熱心に求め、そのためにあらゆることを耐え忍べ。.....                                           | 1023 |
| 77. 人生は波乱に満ちている。しかし、まず第一に、あなたがたの舵取りが冴え、賢明であるよう祈りなさい。そして、良い結末にたどり着くという希望をもって、心を慰めなさい.....                       | 1024 |

|                                                                                                                               |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 78. アラブ人が迫ってくると、彼らの手に落ちないようにあらゆる手段を講じて用心するように、私たちもまた、霊的な武器を身にまとい、心の敵から身を守らなければならない .....                                      | 1025 |
| 79. 時は過ぎゆく。あなたがたが今行っているように、特に謙遜と柔和を重んじ、キリストに倣うよう、注意を払わなければならない .....                                                          | 1026 |
| 80. あなたがたの従順さを称賛する。そのままであり続けよ。また、必要物や奉仕を配る者も、それを受ける者も、神を畏れて行動せよ .....                                                         | 1028 |
| 81. 剣よりも恐ろしい情欲の反乱に警戒し、戒めによって身を守り、罪に対する嫌悪を武器としよう ..                                                                            | 1028 |
| 82. 兄弟は去ってしまった。なぜか。自分自身に耳を傾けず、惑わすような思いに屈してしまったからだ。もし自分自身に耳を傾けていれば、詩篇の教えが彼を正してくれただろう。そして、その意志は堅固ではなかったのだ。 .....                | 1029 |
| 83. 何ものも、私たちを神の愛から引き離してはなりません。しかし、キリストの完全さに達するまで、私たちは善行と徳に励み続けましょう。 .....                                                     | 1030 |
| 84. 誰がこのような不敬虔な者ではないのか。悪しき生活を送る者すべてである。とりわけ、誓願に反して、修道院の質素な生活環境に不満を抱く者たちである。 .....                                             | 1031 |
| 85. さらに二人が去ってしまったのは悲しいことだ .....                                                                                               | 1033 |
| 86. 私はあなたがたの堅固さと不変の姿勢に励まされています。さらに、自らを奮い立たせて前進し続けてください。そうすれば、神の祝福があなたがたの上にあります。しかし、そうでない者たちは、神の者ではありません。 .....                | 1034 |
| 87. 世を捨てておきながら、またそれに目を向ける——それは愚かであり、破滅を招く行いです。どうか正気を取り戻してください .....                                                           | 1035 |
| 88. あなたがたが順調に過ごしていることを喜んでいる。しかし、それは私の功績ではなく、神の賜物である。私が喜ぶのは、私たちがあなたがたと一つになっているからである。主があなたがたを守り、あなたがたが繁栄するよう助けてくださいますように。 ..... | 1035 |
| 89. 神の召しに応え、アブラハムのように、あなたがたはすべてを捨てました。ですから、嘆くことなく、希望に励まされて、あらゆることを耐え忍びなさい。先には冠が待っています。 .....                                  | 1036 |
| 90. 私が、常にあなたがたを戦いに奮い立たせる義務を負っているのと同様に、あなたがたもまた、常に霊的な武装を万全に整えて立ち、戦わなければならない .....                                              | 1038 |
| 91. 春が訪れました。用心してください。私は、酒を控え、腹いっぱい食わず、街へ出かける際は注意深く行動し、そこから世俗的なものを修道院に持ち込まないよう勧めます。 .....                                      | 1039 |
| 92. 自らの意志を断ち切ることで、それが私たちの第一の美德である .....                                                                                       | 1039 |
| 93. あなたがたは、あらゆる点において善に励んでいる。労苦は大きいけれど、報いはそれ以上に大きい。だから、ますます励みなさい .....                                                         | 1041 |
| 94. 私たちが修道院に来た理由は、皆さんご存知の通りです。それとは相反するようなことは決して許さないでください .....                                                                | 1042 |
| 95. 私たちはキリストの軍勢である。見よ、あなたがたの全武装は整っているか。敵は眠っていないのだから——そして戦え .....                                                              | 1044 |
| 96. 私たちが以前どのような者であったか、どのように召されたか、そして今どのような者であるかを思い起こそう。そして、言葉をもって、とりわけ正しい生活をもって、神に感謝しよう。 .....                                | 1045 |
| 97. あなたがたは、この世を捨てたこと、殉教的な従順、そして情欲や目に見えない敵との戦いによって、間違いなく永遠の至福を相続するでしょう。ですから、しっかりと立ち続けなさい .....                                 | 1046 |
| 98. 私たちは貧しい。しかし、神は私たちを養ってくださる。神に感謝しよう。しかし、私たちも怠けていてはならない。各自が自分の務めに従って働くべきである。そうすれば、神は私たちのわずかな働きをも増やしてくださる .....               | 1046 |
| 99. 教えは無駄ではない。それは眠る者を目覚めさせ、目覚めている者を強め、導くものである .....                                                                           | 1048 |
| 100. 統治することは困難である。しかし、主のため、すなわち私たちのために十字架の死に至るまで苦しまれた方のために、私は耐えている。あなたがたも耐えなさい .....                                          | 1049 |
| 101. 私たちは、労苦、欠乏、そして苦難によって罪から清められるよう召されている .....                                                                               | 1049 |
| 102. 共同生活の行いに誠実かつ成功裏に取り組んでいるあなた方を祝福する .....                                                                                   | 1050 |
| 103. この世における思考や感情、言葉や行いは、私たちのものとはまったく異なっている。私たちは、まるで楽園にいるかのように、これらすべてを受け止めている。 .....                                          | 1051 |
| 104. 私に語る義務があり、あなた方には聞く義務がある .....                                                                                            | 1052 |
| 105. 今は誘惑の多い季節（春）である。体をしっかりと制御せよ .....                                                                                        | 1055 |
| 106. 聖パウロの言葉と模範に従い、永遠の至福を望みながら、すべてに耐え忍びましょう .....                                                                             | 1056 |
| 107. 今や四旬節である。それゆえ、一人ひとりが、この季節が求める通りに身を整えよ .....                                                                              | 1057 |
| 108. 私たちが神のために働いていることを心に留め、怠惰を許してはならない。神は、その熱心さと熱意に応じて報いてくださるからである。 .....                                                     | 1057 |



|                                                                                                |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 109. 熱心に、そして全力を尽くして、この世のものを求めないでください。神は祝福してください                                                | 1059 |
| 110. あなたがたの交わりによって、一人ひとりの善はすべての人に伝わり、すべての人々の善は一人ひとりに伝わる                                        | 1060 |
| 111. 教訓は、あなたがたがそれを聞いて改心するために語られているのに、あなたがたは皆、相変わらずのままである。それゆえ、これほど注意を払わず、行動も伴わない態度をやめなさい       | 1061 |
| 112. 私たちには霊的な競走がある：観客は誰か？走る者たちは何に注意を向けるべきか？誰が模範的に走っているか？                                       | 1061 |
| 113. あなたがたは善き決意を固めました。しかし、それだけでは、あなたがたが今まさに経験している敵の誘惑から逃れることはできません。                            | 1062 |
| 114. 農夫が自分の畑を耕すように、霊的な意味であらゆることを行い、自らの魂を耕そう                                                    | 1063 |
| 115. あらゆる情欲と怒りを捨て去り、主に固くすがり、修道者としての務めにおいて、偽りなく主に仕えよう。                                          | 1064 |
| 116. ある者たちが逃げ出したことを受けて：立ち止まり、自らを磨き上げなさい。たとえそれが善いことであっても、自分の意志で行動することをあらゆる点で警戒しなさい              | 1065 |
| 117. 再び逃げ出した者たち。——このような転落を避けるにはどうすればよいか？                                                       | 1065 |
| 118. 苦行は短い、それによる報いは永遠である。罪の快楽はつかの間だが、それによる苦しみは果てしない。不注意な者は、これを免れることはできない。                      | 1067 |
| 119. 私たちは世から出たのだ。世で苦しむのは、何ら不思議なことではない。しかし、それは私たちにとって害ではなく、むしろ助けとなるのだ                           | 1068 |
| 120. 私たちの霊的生活において、地上で肉体をまとして生きた主の生き様を映し出そう                                                     | 1068 |
| 121. 誰も自分を特別だと思わず、自分の父への信仰を失ってはならない。また、悪を巧みに企む敵の言うことを聞いてはならない                                  | 1069 |
| 122. 旅人たちは、道の終わりを見据えて、道中で遭遇するあらゆる困難を喜んで耐え忍ぶ。私たちもまた、天の御国のために、あらゆることを耐え忍ばなければならないのだ。             | 1069 |
| 123. 互いに何を競い合い、互いに何において優れ、互いに何において調和すべきか                                                       | 1070 |
| 124. 内面においても外面においても、あらゆる点において整えられよ                                                             | 1071 |
| 125. 神の戒めと私たちの規則を守り、古の人々に倣って、皆がひとりの人のように行動しなさい                                                 | 1071 |
| 126. 地上のものを捨て、天上のものへと向かい、とりわけ怒りと情欲と戦いなさい                                                       | 1071 |
| 127. あなたがたが散らされていたところから再び集まり、あるべき姿に整えられたことを喜ぶ                                                  | 1072 |
| 128. あなたがたは善く生きている。あなたがたの中に、道徳的に墮落した者が一人もいないように。                                               | 1073 |
| 129. 牢獄から救い出されたことを、皆で神に感謝するよう招く                                                                | 1073 |
| 130. それゆえ、私たちは神に喜ばれるためにすべてを捨てた                                                                 | 1074 |
| 131. 修道院へ向かう道中、自分自身のために祈りを捧げ、彼らの労苦において神の助けを願う。なぜなら、収穫の時期だからである                                 | 1075 |
| 132. ソフロニオスに、教父たちの規則の遵守を見守るよう促す。なぜなら、そこからあらゆる善が生まれ、その反対からはあらゆる悪が生まれるからである                      | 1076 |
| 133. 私たちの労苦はさほど大きくないが、報いは計り知れない                                                                | 1077 |
| 134. あらゆる点において模範となり、あなたがたの後に修道院に入る者たちにとって良き種となるようにしなさい。神を目の前に置き、死と神の裁きの判決を心に留めなさい。去るにせよ、来るにせよ。 | 1078 |
| 135. 最後の審判と裁きを心に留めて、精進しなさい。その際、有益な行いが示され、とりわけ、肉欲との戦いにおいて何が必要であるかが示される。                         | 1078 |
| 136. 彼らの立場がどのようにあるべきか、また誰かが不適切な方向へ逸れてはいないかについて問いかけることで、義務ある生活の全構造を思い起こさせる                      | 1079 |
| 137. 収穫の時期に、どのように礼拝を行い、食事で体力を補い、休息を取り、夜を過ごし、そして全般的にどのように振る舞うべきかについての指針                         | 1080 |
| 138. 兄弟たちに関する良い知らせを聞くと喜び、指導者たちがどのように行動すべきか、またすべての兄弟たちがどのような者であるべきかを示しながら、さらに励み、成功するよう促す。       | 1081 |
| 139. 神への畏れと愛は熱意を燃え上がらせ、正しい道に留まらせる。しかし、それらを持たない者は、怠惰に陥り、墮落する                                    | 1082 |
| 140. 誓いを破り、修道院を去る者たちを嘆き、あらゆる方法で彼らに正しい道に戻り、修道生活に堅く留まるよう説得する                                     | 1083 |
| 141. 正しい生活において確固たる成功を収めるために、自分の思案や意志を捨て、信仰をもって導きに身を委ねるよう説く                                     | 1084 |
| 142. 世俗のすべてを捨て、苦行の労苦の中で、欠乏と悲しみに満ちた乞食のような生活を送っていることを喜びなさい。なぜなら、それこそが天の御国の相続へと至る確かな道だからである       | 1084 |

|                                                                                                                                                   |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 143. 修道生活を競技場での走りに例え、この走りを成功裏に終え、報いを受けるための詳細な指針を与える                                                                                               | 1085 |
| 144. あらゆる美德を熱心に追い求め、あらゆる悪からは身を守ろう。とりわけ、善のように見える悪からは特に警戒しよう                                                                                        | 1086 |
| 145. 共同生活における従順な忍耐の生活；これこそが真の殉教である                                                                                                                | 1087 |
| 146. 地震を機に、最後の日に天と地が揺れ動くことを想起させ、それにふさわしい訓戒を与える                                                                                                    | 1088 |
| 147. あらゆる徳において、ますます進歩し、熱心に努め、あらゆる悪を避け、聖なる父たちの模範に従い、偉大な約束を待ち望みながら、天使のような共同生活の行いで身を飾ろう                                                              | 1089 |
| 148. 善は私たちに根付きにくい、悪は受け入れやすい                                                                                                                       | 1089 |
| 149. 敵の誘惑に屈し、墮落する者たちを戒め、主の助けを約束して、彼らに立ち向かうよう説得する                                                                                                  | 1090 |
| 150. 私たちが何者か、なぜここにいるのか、どこにいるのか、そしてどこへ去っていくのかを明確にすることは、最後の審判の裁きと、右側と左側の人々の運命を描き出し、教訓を導き出すものである                                                     | 1091 |
| 151. 世俗の競技会への準備の様子から、目に見えない霊的な戦いに励む者たちへの教訓を導き出す                                                                                                   | 1092 |
| 152. 農夫、水泳者、商人、旅行者の例を挙げて、霊的な恵みを獲得することに熱心になるよう促す                                                                                                   | 1093 |
| 153. 主に仕えることがいかに至福であることを示し、兄弟たちもこのためにすべてを捨てて修道院に入ったことを思い起こさせ、主の御言葉をもって彼らを励ます。「求めよ、そうすれば与えられる」                                                     | 1094 |
| 154. 修道院長としての重荷がいかに重い、とりわけ一人ひとりの責任を思うと、その重荷がいかにのしかかるかを思い起こし、助けを求めている。何によってか？ 修道生活における成功によって                                                       | 1094 |
| 155. 勇敢な市民が、王から褒賞を受けるために召されたとき、喜びを覚えるように、ここからの主の召しを受けた私たちの兄弟ハルトンもまた、修道院での功績と労苦の報いとして、今や言葉に尽くせない天の恵みを味わいつつ、喜びを覚えている。                               | 1096 |
| 156. ダルマチアの修道院では、他の何ものでもなく、ただ謙遜という一点のみを理由に、新しい院長が選出された                                                                                            | 1097 |
| 157. 断食の時期が訪れ、外的なものも内的なものも整えられた                                                                                                                   | 1097 |
| 158. 修道士たちを称賛し、彼らが世俗を捨てたことによって、肉欲の祝祭に似た快樂や慰めから離れ、敬虔と真実をもって神に仕えるよう召されていることを述べた。そこには真の喜びと絶え間ない祝祭がある                                                 | 1099 |
| 159. 自らを戒めよ。敵が突然襲いかかり、あなた方を滅ぼすかもしれないからである                                                                                                         | 1100 |
| 160. 兄弟たちの規律の正しさ、そして彼らがすべて規則通りに物事を進め、修道院での生活に皆が満足していることを喜びつつ、彼はこう付け加える。「しかし、それはこの次だ。最も重要なのは、死後に神の安息に入ることができるよう生きることであり、すべてのことをその方向へと導かなければならないのだ」 | 1101 |
| 161. 私たちは歌う。「救いの杯を受けよう」。この杯とは、殉教を受け入れることであり、それは私たちにとって、情欲との苦痛に満ちた闘いである。                                                                           | 1101 |
| 162. 故人の姿を記述し、納骨堂で目にするものについて触れ、また故人の善き生涯を簡潔に概説した上で、キリストにふさわしい花嫁となるために、肉体と魂の清さを保つことについての教訓を導き出す。                                                   | 1102 |
| 163. 悪意の霊たち、そしてその首領である悪魔に対する私たちの戦い                                                                                                                | 1103 |
| 164. 神の人、真の修道者の外見についての記述                                                                                                                          | 1104 |
| 165. 「今こそ好機である」という使徒の言葉を引用し、使徒がこれによって、救いを得るための熱意を私たちに喚起していると述べている。                                                                                | 1104 |
| 166. 生活において堅固であり、あらゆることを耐え忍びなさい。なぜなら、あなたがたが後に授かることになる永遠の至福のために、もっと耐え忍ばなかったことを後悔することになるからです                                                        | 1105 |
| 167. 悪霊たちとの戦い                                                                                                                                     | 1106 |
| 168. 自らの道を歩むにあたり、私たちは地上の、はかないものに目を向けるのではなく、天上の、永遠のものに視線を定めます。なぜなら、前者は人を怠惰にさせ、後者は人を勇気づけるからです。                                                      | 1108 |
| 169. あなたがたはキリストの戦士である。そして、絶えず完全な武装を保たなければならない——その姿とは、次のようなものである                                                                                   | 1109 |
| 170. 魂の世話とブドウ畑の世話とを比較する                                                                                                                           | 1111 |
| 171. 敵があらゆる手段を尽くして私たちを突き落とそうとする戒めの道から逸れないよう、注意を払わなければならない。このことに成功するためには、我々は感覚を慎まなければならない                                                          | 1112 |
| 172. 私たちの務めは、修道生活の規則と修道院の服従の秩序に従って生き、天の父の御心を行うことである                                                                                               | 1113 |
| 173. 魂の耕作は、土地の耕作のように特別な時間や準備を必要としない。それはいつでも行えるものであり、必要な準備とは、あらゆる悪を抑制し、あらゆる善を助長しようとする願いと決意に尽きる。                                                    | 1114 |
| 174. 世を捨て、誓願を立てて修道院に入るために、神に喜ばれる生活を送る力を授かったならば、あなた方をこれに招かれた主を、言葉ではなく、あなたがたが選んだ生き方という行いによって感謝しなさい。これこそが、世に対する勝利である。                                | 1114 |

|                                                                                                       |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 175. 一時的に離れるにあたり、上司や部下に対し、規則に従って行動し、生活するよう求め、その具体的な方法も指示する.....                                       | 1116 |
| 176. 勇ましく立ち、高みを見上げ、神聖な瞑想を矢のように用いて、救いの敵を撃退せよ.....                                                      | 1116 |
| 177. 敵の仕業によって、多くの情欲が私たちを襲う。霊的な全武装を身にまとったまま、戦わなければならない。.....                                           | 1117 |
| 178. あなたがたは今、聖なる四旬節を立派に全うし、霊的な実を豊かに得ました.....どうかそれらを大切にし、自分自身に厳しく注意を払いなさい.....                         | 1119 |
| 179. 敵の唆しには耳を貸してはならない。私たちの先祖はそれに耳を傾け、樂園から追放された.....                                                   | 1120 |
| 180. 断食は、心と体の両方を節制するとき、神に喜ばれる。もし体だけなら、それは神に喜ばれない。.....                                                | 1120 |
| 181. 神の戒めと共同生活の誓いを果たすことに励みなさい。そうすれば、主から言葉では言い表せないほどの喜びを授かるでしょう.....                                   | 1121 |
| 182. 私の教えも、父なる者の訓戒も、神の言葉も聞き入れず、改心しないままである。その原因は、あなたがたの肉欲への追従と、救いに対する無関心にある。.....                      | 1122 |
| 183. あなたがたのうちの多くは、あるべき姿である。では、なぜ全員がそうではないのか。.....                                                     | 1123 |
| 184. 共同生活における修練生の修業のあり方は、他のいかなるものよりも優れている。それはキリストに倣うものである.....                                        | 1124 |
| 185. 精進する者たちを実り豊かなぶどうの木に例えることで、徳の実を結ぶことへの熱意を掻き立て、.....                                                | 1124 |
| 186. 私たちがなぜこの世を離れ、修道院に入ったのかを心に留め、経験によって示されたつまずき避けつつ、その境地に至ることに熱心でありましょう。.....                         | 1125 |
| 187. 私たちは皆、調和を保ちながら歩み、それぞれが自分の美徳において成功を収めつつ、しかし自分の利益を求めず、いかなる労苦も拒まず、それによって間違いなく天の御国を受けると確信して進もう。..... | 1126 |
| 188. 敵が私たちの先祖を惑わしたように、私たちもまた、悪を善であるかのように偽って見せかけ、惑わされているのです。.....                                      | 1126 |
| 189. 自己満足の欲望を満たすことによる悪い結果の経験が、私たちにこれを控えることを教えてくれないのであれば.....                                          | 1127 |
| 190. 私たちにとって困難なことです。敵は至る所で、私たちを惑わそうと策略を巡らせています。しかし、このことを知っているのも、自分自身に注意を払い、それに立ち向かいましょう.....          | 1128 |
| 191. 忍耐をもって敵に打ち勝ち、殉教者たちが苦痛に身を委ね、聖人たちがあらゆる厳しい自己犠牲に身を捧げた、そのために与えられる言い表せないほどの恵みにあずかることができるように。.....      | 1129 |
| 192. 叫び求めよう。そうすれば、主は私たちを罪と敵の奴隷状態から救い出してください.....                                                      | 1129 |
| 193. 私たちの生涯がどのように終わるかを心に留め、先人たちに倣って、神に喜ばれることを熱心に求めよう.....                                             | 1130 |
| 194. あなたがたは、良き庭園のように、さまざまな美徳の実を実らせています。どうか、自分たちが枯れてしまわないように気をつけなさい.....                               | 1131 |
| 195. あなたがたは、霊的な父たちの名によって呼ばれ、定められた規則に従って、修道者としての統一された精神の中で生活しなければならない.....                             | 1132 |
| 196. 教訓は、最も重要な事柄、すなわち魂の救いについて語っている。それゆえ、それらには全神経を集中させ、熱意を持って耳を傾けるべきである.....                           | 1133 |
| 197. 戦争中、兵士たちは戦っている間は安らぎを得られず、家に帰ってから初めて安らぎを得る.....                                                   | 1134 |
| 198. 私たちは闘技場の競技に立っている。力を尽くさなければならない。さもないと、何も得られない.....                                                | 1135 |
| 199. これらの格言には、修道者の美徳と功績が示されており、それらに励むよう促している.....                                                     | 1136 |
| 200. 厳格な修道生活を送る兄弟たちを称え、その中に殉教の資質を見出し、将来、殉教者たちと共に.....                                                 | 1137 |
| 201. 兄弟たちをあらゆる修道者の行いにおいて完全な者として描いた後、こう付け加える。「私たちはいつまでもそのままであり、それぞれが自分の務めを、その時に応じて果たそう」.....           | 1138 |
| 202. 自分の意志を断ち切り、自分自身を神へのいけにえとしてささげなさい。常に、あらゆる事においてそのようにありなさい。そうすれば、神の憐れみが必ずあなたたちと共にあるでしょう。.....       | 1139 |
| 203. あなたがたはすべてを捨てて、進んで狭い道を歩んでいることを称賛する.....                                                           | 1139 |
| 204. 不純な情欲をかき立てる恐れのあるものからはすべて遠ざかり、あらゆる不快なことに耐えなさい。それに対する報いは大きいからである.....                              | 1140 |
| 205. 肉断食期間には、節制を怠るのではなく、読んでいる福音書に深く入り込み、それに応じてより聖なる生活を送る決意を固め、天の御国を受け継ぐようにすべきである.....                 | 1141 |
| 206. 私たちは常に断食を続けているが、それでも、誰もが何かを捧げ、さらに来るべき断食の期間にも.....                                                | 1141 |

|                                                                                                                                       |      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 207. ある者はこれを行い、ある者はあれを行うが、規則に従って、すべての人にとって共通の原則はこうである。自分の意志で何事も行わず、思いに注意を払い、敵が思いを通じて自分の中に入ってくるのを許さず、あらゆる善において妨げられることなく前進することである。..... | 1142 |
| 208. 断食の行いは、習慣と忍耐と不変の心によって容易になる。とりわけ、神への黙想によって、その対象が示されるのである.....                                                                     | 1143 |
| 209. 何よりもまず、神に感謝しなければならない——存在そのものに対して、聖なる洗礼による神の子としての地位に対して、修道生活に対して、そして偶像破壊者たちに対する殉教に対して.....                                        | 1143 |
| 210. 断食という重荷を担うための励みとなるのは、その有益さ——ただし、平和で愛に満ちた心持ちを保ちつつ——であり、また、その労苦を担う者たちへの偉大な約束である。.....                                              | 1145 |
| 211. 平和と調和について；神への熱烈な愛について；救いの実現に向けた熱心な働きについて；そして、修道生活にふさわしい生き方全般について.....                                                            | 1146 |
| 212. 私は義務として説教を行っていますが、実りあるものとなるよう、説教に協力し、あなたがたの成長によって私を助けてください。.....                                                                 | 1146 |
| 213. 死は近い。備えなければならない。どのように？すべてを神の栄光のために行うこと.....                                                                                      | 1147 |
| 214. 神を思うとき、死も思い起こせ.....                                                                                                              | 1148 |
| 215. 主は私たちに平和を与えてくださった。それは、外的にはすべての人と平和に接し、内的には情欲や良心の呵責から自らを解放して、内なる平和を保つことを私たちに義務づけるものである。.....                                      | 1148 |
| 216. 教えに耳を傾け、それを信じて、その教えが示すことを実行しなければならない.....                                                                                        | 1149 |
| 217. 世俗的、この世的な、そして罪深い束縛から解放された私たちは、再びそれらに立ち返ることを許してはならない.....                                                                         | 1150 |
| 218. 神の御言葉に注意深く耳を傾けなければならない。なぜなら、そこからあらゆる霊的な心構えが生まれるからである。.....                                                                       | 1151 |
| 219. 私たちは、単に外見上だけでなく、霊的にも追悼の儀式を執り行おう。その際、私たち自身もこの世を去ることを心に留め、そのことに励まされて、この世を去る準備をしよう。.....                                            | 1152 |
| 220. 四旬節の終わりは、私たちを復活祭の御前に立たせる。しかし、私たちの生涯そのものもまた、一時的なものではなく、永遠の、計り知れないほど素晴らしい復活祭の御前に立っているのだ。.....                                      | 1153 |
| 221. 冬が過ぎると植物界が花開き実を結ぶように、魂もまた、苦難、悲しみ、困難を経て霊的に花開き、霊的な実を結ぶ。主はその実によって喜び、養われるのである。.....                                                  | 1154 |
| 222. 断食において誰かが特に秀でていた修道的な美德を列挙した後、次のように付け加えている。「時の移り変わりに左右されることなく、いつまでもそのままであり続けなさい」.....                                             | 1155 |
| 223. ある出来事、すなわちすべての人にとっての試練であり、皆がうまく乗り越えたことを思い起こさせる.....                                                                              | 1156 |
| 224. 情欲に捕らえられないよう、主の受難と復活を絶えず思い起こそう.....                                                                                              | 1157 |
| 225. 復活祭は過ぎ去り、受難の時期も過ぎ去った。しかし、復活祭の喜びと主の受難の記憶は、私たちのうちに生き続けなければならない。そうして、生きている間、私たちは自分自身のために生きるのではなく、私たちのために死んで復活された主のために生きるためである。..... | 1158 |
| 226. 世にあっては、私たちの生き方を誹謗しようとする者たちの口を塞ぐように、自らを律しよう.....                                                                                  | 1159 |
| 227. 断食によって、あなたがたは霊的な恵みを蓄えました。今こそ、それらを大切に守り抜くよう努めなさい.....                                                                             | 1160 |
| 228. 油断してはならない。死は常に身近にあるからである。そして死の後には裁きと報いがある。.....                                                                                  | 1161 |
| 229. すべての被造物は、花に覆われ、芳香を放ちながら、キリストの復活を祝っている。私たちもまた、あらゆる美德を自らに備えることによって、霊的な芳香を放ち、この祝祭中の祝祭を祝うべきである。.....                                 | 1162 |
| 230. 昇天された主によって、私たちの性質がいかに高められたかを思い巡らし、それにふさわしくない生活によってその性質を曇らせることを許してはならない.....                                                      | 1163 |
| 231. 主の昇天において、私たちの性質もまた昇天したのです。この賜物の偉大さを尊び、あらゆる美德をもって身を飾りましょう.....                                                                    | 1164 |
| 232. 主は別の慰め主をお遣わしになると約束された。それはペンテコステに成就した。これは偉大なことである.....                                                                            | 1165 |
| 233. 諸聖人の祝日。——彼らは誰か。すべての殉教者たちである。ある者は血の殉教者であり、またある者は自己犠牲の偉業を成し遂げた者たちである.....                                                          | 1166 |
| 234. 日曜日には、主がご復活によって私たちに与えてくださった恵みを思い起こすことが、私たちへの教訓となるように.....                                                                        | 1168 |
| 235. ある人が死の床で、「不意を突かれた」と叫び、言葉を言い終える間もなく息を引き取ったことを思い起こし、そこから教訓を導き出す。すなわち、常に死に備えて生きることである。.....                                         | 1169 |
| 236. 私たちは、神の御言葉と、主の突然の来臨への期待によって、目を覚ましていよう。その時、目を覚ましている者たちは、主を迎えに天へと引き上げられるのである。.....                                                 | 1170 |

|                                                                                                                          |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 237. 散らされた者たち。このことについて喜ぶよう促す                                                                                             | 1171 |
| 238. 今こそ収穫の時である。私たちの霊的な収穫も、これと似ている。                                                                                      | 1172 |
| 239. 収穫。皆、疲れを知らずに働いている。私たちもそうあるべきだ——各人が自分の務めに励むべきである                                                                     | 1173 |
| 240. 一般信徒は、死ぬ際に遺言を残す。修道士からも遺言があることがあるが、それはどのようなものか？                                                                      | 1174 |
| 241. 忍耐は最も偉大な美德であり、それは聖人たちの道である。私たちもまた、その道において成長していこう                                                                    | 1176 |
| 242. 変容——来たるべき世の姿……私たちは、当初創造されたときと同様に、そのような輝きと美しさへと定められている                                                               | 1177 |
| 243. シナドのミハイル大主教、祝福された方が天に召された。その御記憶を称えよう。なぜなら、この方は今もなお、私たちのために祈ってくださる方だからである                                            | 1178 |
| 244. ハルクドンの聖ヨハネの葬儀から戻った彼は、兄弟たちがいつものように秩序正しく整っているのを見て称賛し、彼らが常にそのままであることを願った。                                              | 1181 |
| 245. 祝祭には日常的なものと、霊的なものがある。買い物にも日常的なものと、霊的なものがある。                                                                         | 1181 |
| 246. 神は、御自身の独り子をお遣わしになり、私たちの霊的および肉体的あらゆる病を癒やし、あらゆる恵みを与える者としてこの世に遣わされました。主が地上におられた時も、今も、その御業を行っておられることは、誰もが身をもって知っている通りです | 1182 |
| 247. 今こそぶどうの収穫の時である。これこそが私たちへの教訓である。なぜなら、私たちもまたぶどうだからである                                                                 | 1183 |
| 248. 聖化の賜物を受けた私たちは、それを守り、とりわけ肉の欲望から逃れよう。なぜなら、それは恵みの状態に反し、奴隷の状態へと陥らせ、恐怖に満ちたものにするからである。                                    | 1184 |
| 249. 畑に種を蒔く様子を見て、霊的な心構えの種を自分自身に蒔くという教訓を学びましょう                                                                            | 1185 |
| 250. キリスト・イエスにある私たちへの恵みがどれほど大きいかを示している                                                                                   | 1186 |
| 251. 自身の病から——死への思いへと移り、病による苦しみから——永遠の苦しみへと至る                                                                             | 1187 |
| 252. 主の顕現は、主が肉体を帯びてこの地上に来られたことによる恵みの偉大さを思い起こさせる                                                                          | 1189 |
| 253. 荒野を旅したイスラエルには安息が約束されていたが、すべての者がそこにいったわけではない                                                                         | 1190 |
| 254. 貞潔は結婚生活よりも尊い                                                                                                        | 1190 |
| 255. 私たちの中には、聖像崇敬のために追放され、また拷問の末に亡くなった兄弟たちがどれほどいるだろうか。彼らは正教の真理の証人である。                                                    | 1192 |
| 256. 祝祭日は霊的な慰めの中で祝うべきである                                                                                                 | 1193 |
| 257. 聖なる先達たちに倣うべきである。しかし、自分と同じ生き方をしている者たちに倣うべきである。そうでなければ、害が生じる。                                                         | 1194 |
| 258. 修道士とは何かを指摘した上で、現代の修道士たちがかつての修道士たちに比べてどこで遅れをとっているかを描き出している                                                           | 1195 |
| 259. 受肉による救いの業によって私たちに与えられたものを心に留め、その御霊に従って、新しいいのちの中で生き、古きものを捨て去ろう                                                       | 1196 |
| 260. 聖なる父たちの生涯を考察することが、いかにして私たちの中にすべての善を蘇らせ、あらゆる悪から遠ざけるかを示した上で、それぞれの従順の在り方に応じて、すべての人に彼らに倣うよう招いている。                       | 1197 |
| 261. 世の精神によって望まれるものはすべて儚い。ただ一つ的美徳のみが永遠の至福である                                                                             | 1198 |
| 262. 荒野からここへ移り住むにあたり、主から多くの恵みをいただいた。感謝は言葉だけでなく、行いによっても表さなければならない。                                                        | 1199 |
| 263. すべての人は、神の御前でそうするように、心を尽くして自分の務めを果たしなさい                                                                              | 1201 |
| 264. 喧嘩をした：非難する                                                                                                          | 1201 |
| 265. さらに、争った者たちを戒め、聖体拝領からその動機を引き出して、すべての人を和解へと招く。                                                                        | 1203 |
| 266. 熱心な者は、悪事からだけでなく、思いからも身を遠ざける。それによって神の平安を得て、神聖な観想に浸る。                                                                 | 1204 |
| 267. 従順は互いに結びついている。それゆえ、互いに助け合い、常に、拒むことなく、ためらうことなく、指示者たちの命令に従わなければならない。                                                  | 1205 |
| 268. 謝肉祭における肉欲の享樂は、キリスト教の精神に反する                                                                                          | 1206 |
| 269. 門前で迫害：神の助けを信頼し、信仰のために迫害に耐えることに対する約束に励まされ、それを快く受け入れよう                                                                | 1207 |
| 270. 再び、オリーブ祭の放蕩や、一般に世俗的な生活に対する戒め、そして神が修道者たちをこれらから救ってくださったことへの感謝                                                         | 1208 |
| 271. 四旬節は喧騒や噂を断ち切り、信徒たちを敬虔な生活へと招いた                                                                                       | 1209 |

|                                                                                                                               |      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 272. 魂の住まいは、この世の住まいよりも大きな配慮をもって築かなければならない.....                                                                                | 1210 |
| 273. 断食の週が過ぎました。肉体を制し、魂に徳を培いました。そうして、花婿であるキリストに喜ばれるように。.....                                                                  | 1212 |
| 274. 聖像破壊派からの猛攻があった。耐え抜いた.....                                                                                                | 1213 |
| 275. 異端者とは交わってはならない.....                                                                                                      | 1213 |
| 276. ブルガリアにおいて、忠実なキリスト教徒たちが、聖.....                                                                                            | 1214 |
| 277. 受胎告知は、受肉による神の家造りの始まりであり、私たちに霊的にこれを祝うことを義務づける.....                                                                        | 1215 |
| 278. 受胎告知の日に、貞潔を称える.....                                                                                                      | 1216 |
| 279. 待ち望まれる過越——祝祭日。しかし、霊的な過越.....                                                                                             | 1217 |
| 280. キリストと共に苦難を分かち合うことは幸いである。さあ、心を奮い立たせ、苦難に備えよう.....                                                                          | 1218 |
| 281. 主の受難を顧みて、共に苦難に耐える心に奮い立たせよう.....                                                                                          | 1219 |
| 282. 主がそのようなお方であるにもかかわらず、これほどまでに苦しまれるとは、なんと驚くべきことか.....                                                                       | 1220 |
| 283. あなたがたの善における進歩を喜びます.....                                                                                                  | 1221 |
| 284. 傷を負った私は、治療を受け、こうして皆さんと語り合っている.....                                                                                       | 1222 |
| 285. 異国の地にあっても、あらゆる恵みをもって彼らを憐れんでくださる神に感謝するよう招く.....                                                                           | 1223 |
| 286. 人間による外的な誘惑は、軽微なものである.....                                                                                                | 1224 |
| 287. 私たちの本性は眠気で怠惰である。約束についての御言葉は、それを奮い立たせる。.....                                                                              | 1225 |
| 288. 現在の迫害は以前より弱い。しかし、それでも耐え忍ばなければならない。そして、今の世代は、この点において称賛に値する。.....                                                          | 1226 |
| 289. 迫害は賜物である：この賜物にふさわしく迫害の中で生きなければならない。その具体的な方法が示されている.....                                                                  | 1227 |
| 290. 私が目撃したその人は死んで去っていったが、私たちにも同じことが起こるのだ。それなのに、なぜ肉体を慈しむのか？.....                                                              | 1228 |
| 291. 救いは絶え間なく、そして進んで熱意をもって成し遂げなければならない.....                                                                                   | 1229 |
| 292. すべての人に、救いについて絶えず熱心に努めるよう命じる.....                                                                                         | 1230 |
| 293. 耳を傾け、気高く戦おう。敵は多く、また休むことを知らないからである.....                                                                                   | 1231 |
| 294. 神は試練のために苦難と迫害をお送りになるが、試練が終わればそれらを断ち切られる.....                                                                             | 1232 |
| 295. どんなに罪深い者であっても、悔い改めることはできる：例.....                                                                                         | 1232 |
| 296. 世俗の人々は、取るに足らない利益のために多くの苦難に耐えている。それならば、私たちこそ、永遠の利益のために耐え忍ばなければならないのではないか。.....                                            | 1233 |
| 297. 旅人たちは皆、安息への希望をもって耐え忍んでいる。私たちもまた、永遠の安息への希望をもってすべてに耐え忍び、神が私たちによって栄光を受けられるようにしよう.....                                       | 1234 |
| 298. いくら説いても、あなた方のうちの一部からは、常に世俗的な心がにじみ出てしまう.....                                                                              | 1235 |
| 299. 聖テオドロスは、偶像破壊の異端を悔い改めた者たちが修道院に送ってきたものを、その後再び背教した者たちによるものであるとして受け入れなかった.....                                               | 1236 |
| 300. 私たちは、外的なものも内的なものも、あらゆる苦難に耐え忍び、そのために私たちに慣れ親しんだ手段、とりわけ揺るぎない信仰による祈りを用いていこう.....                                             | 1238 |
| 301. 敵は私たちを取り囲み、いつでもどこでも不意に襲いかかってくる。身を守る必要がある.....                                                                            | 1239 |
| 302. 心が空虚になったり、罪深い思いに支配されたりしないためには、神への思索——すなわち、神の属性や御業、天使の位階、聖人の住まいやこの目に見える世界への黙想——の中に心を留めておく必要がある。これによって、魂の美しさが守られるのである..... | 1240 |
| 303. 修道院を去り、その後異端に陥り、墮落してしまった者たちについて言及し.....                                                                                  | 1241 |
| 304. 特に迫害の時には、警戒を怠ってはならない。なぜなら、そこでは敵がより激しく襲いかかってくるからである.....                                                                  | 1242 |
| 305. 律法と福音の戒めを、その相違点を示しつつ指摘し、そのいずれも守らない者は神の国を相続することはできないと述べた後.....                                                            | 1243 |
| 306. 従順を、最も実り多い功績として称え、従順に生きない者たちを戒める.....                                                                                    | 1244 |
| 307. 教えの有益さを想起し、すべての人を互いに協力し合って神の住まいを築き上げるよう招く.....                                                                           | 1245 |
| 308. 私たちの生活は、海を航海することに似ている.....                                                                                               | 1246 |
| 309. 昨日、王から遣わされた使者がやって来た。王が私たちに好意的ではないことを知っていたため、私たちは皆、動揺した.....                                                              | 1247 |
| 310. さあ、前進せよ——徳の道を歩んで.....                                                                                                    | 1248 |
| 311. 称賛に値する人物が亡くなった：彼に倣うべき教訓が与えられる.....                                                                                       | 1249 |
| 312. 真の修道士たちだけが喜ぶことができる。それは、世俗の事柄を気にかけることなく、ただ神に喜ばれることのみを心に留め、また貞潔を守っているからである.....                                            | 1250 |



|                                                                                                                                                     |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| 313. 地上の生活は移ろいやすいものであり、最初の不従順によってそのようになったのである                                                                                                       | 1251 |
| 314. 兄弟が突然この世を去った。これを受けて、死への備えを怠らず、常にそれを心に留めつつ、神に喜ばれる行いに励むよう、熱意を込めて勧める。                                                                             | 1252 |
| 315. 信仰を守りつつ、善き生活においても励まなければならない。とりわけ貞潔において、敵は私たちの間にあって、これに対して最も激しく戦いを仕掛けてくるのである                                                                    | 1253 |
| 316. 修道士たちを「選ばれた民」であり、「キリストの軍勢」であると称え、その尊さを讃える                                                                                                      | 1254 |
| 317. ある兄弟は亡くなり、別の兄弟は死の床にある。私たちに不死があるというのか？——さあ、この時を心に留めよう                                                                                           | 1256 |
| 318. 信仰による新たな迫害が準備されているという噂を聞き、あらゆる苦難に耐え抜くという意気込みを表明する                                                                                              | 1257 |
| 319. ビフィニアに二頭のヒョウが現れ、人々をさらっている。これを機に、私たちを食い尽くそうと至る所でうろついている目に見えない獣たちについて、改めて皆様にお伝えしたい。                                                              | 1257 |
| 320. 世の人々は世俗的な事柄に忙殺されているが、私たちは、それらすべてに勝る自らの務めに専念する                                                                                                  | 1259 |
| 321. 最後の時が近づいている。怠ってはならない                                                                                                                           | 1260 |
| 322. 時は過ぎ去り、死が近づいている。なぜ私たちはむなしくもがくのか？                                                                                                               | 1261 |
| 323. 高潔な生涯を送った長老が亡くなった。その苦行と、偶像破壊者たちからの苦痛に耐えた忍耐を称えた後……——兄弟たちに教訓を与える——死を念頭に置き、この世のあらゆるものから身を遠ざけ、あらゆる美德を追求する熱意を奮い立たせるよう促した。                           | 1263 |
| 324. 目に見えない敵の攻撃に遭ったとき、私たちを救うことのできる力ある方に頼りましょう。そうすれば、主は私たちを守ってくださいます                                                                                 | 1264 |
| 325. 普通の旅人と同様に、この地を旅し、天の故郷を目指す私たちも、この世の何ものにも執着してはならず、何ものにも自分を縛られてはならず、あちらの計り知れない恵みに心を奮い立たせ、もしそこへたどり着けなければ待ち受ける恐ろしい運命を思い描きながら、まっすぐに目指すものへと突き進むべきである。 | 1265 |
| 326. 敵の罠から逃れる避難所はどこにあるのか。あらゆる罪深いもの、邪悪な思いや欲望から遠ざかることにある。                                                                                             | 1266 |
| 327. 無条件の従順を説く：従順がいかに有益であり、不従順がいかに有害であるかを、例を挙げて証明する                                                                                                 | 1267 |
| 328. 受肉による家造りの教えによれば、キリスト教徒にとって死は、もし彼らが死を迎える準備ができているならば、喜びである。                                                                                      | 1268 |
| 329. 自らの意志を断ち切ることは、キリストに倣い、使徒たちにも通じる最も偉大な功業であるが、現在、その高みを誰もが理解しているわけではない                                                                             | 1269 |
| 330. 目に見えない霊的な戦いにおいて、恐れを知らず、熱意に満ちた希望をもって敵と対峙する者は、常に勝利を収める。敵は、そのような者たちから逃げ去るのだ。                                                                      | 1270 |
| 331. 他の事柄にはそれぞれ時があるが、救いの業は常に成し遂げられなければならない                                                                                                          | 1271 |
| 332. 修道生活の目的と務めは、他のあらゆる身分や地位よりも高きものであり、また、その苦難にもかかわらず、すべての人を惹きつけるものであることを指摘しつつ、修道生活に恵まれた者たちは喜び、主に感謝し、真の修道士となるよう努めるよう招いている                           | 1272 |
| 333. 死を頻繁に思い起こす者は、死の記憶を確固たるものとする。死の記憶とその関連事項は、神への畏れを心に植え付ける。神への畏れは、心を情欲から清める                                                                        | 1273 |
| 334. 心を打ち明けることをやめたことを叱責する                                                                                                                           | 1274 |
| 335. 兄弟たちを愛していると述べ、彼らも自分を愛していると確信した上で、そのような結びつきに対して神に感謝し、もし彼らを厳しく戒めなければならない時が来ても、忍耐するよう呼びかけている                                                      | 1275 |

## 第1巻

## 序文

靈的な読書を楽しむ方々に、誰もが知る『フィロカリア』のロシア語訳を提示するにあたり、これに付記して、『フィロカリア』とは何であるかについて、いくつか言葉を述べることを義務と感じている。

この言葉は、そのギリシャ語の原題である「フィロカリア（Φιλοκαλία）」を訳したものであり、これは「美しく、崇高で、善なるものへの愛」を意味する。最も直接的には、そこには「主イエス・キリストに秘められたいのちの解釈」が込められている。

私たちの主イエス・キリストに秘められた真のキリスト教的生活は、父なる神の御心により、キリスト者に宿る聖霊の恵みの働きによって、また、常に私たちと共にいると約束された主キリストご自身の導きのもとで、一人ひとりに応じた程度において、始まり、開かれ、そして完全へと至っていくのです。神の恵みはすべての人をそのような生活へと招いておられる。そして、それはすべての人にとって、単に可能であるだけでなく、義務でもある。なぜなら、そこにキリスト教の本質があるからである。しかし、招かれた者すべてがその恵みに与るわけではなく、実際にその恵みに与る者たちも、皆が等しくそれに与っているわけではない。選ばれた者たちは、その中に深く入り込み、その段階を登って高く昇っていく。その現れは、それが現れる領域の豊かさと同様に、日常の生活の現象と同様に豊かで多様である。

そして、もしそこで起こるすべての事柄——敵の攻撃や誘惑、闘争や克服、墮落や立ち直り、靈的生活の様々な現れの萌芽や定着、全体的な進歩の段階、そして各人に固有の心と精神の状態、あらゆる事柄における自由と恵みの相互作用、神との親近感や疎外感、摂理的な全能性への感覚、そして自分自身を——決定的かつ取り返しのつかない形で——主の右の手（ ）に委ね、自らのあらゆる行動様式を捨て去りつつ、絶え間なく、全力を尽くして行動すること——もしこれらすべて、そして、主における真の生活と切り離せないその他多くのことが、明確かつ分かりやすく描写され得たならば、それは魅力的であると同時に教訓的な絵図——世界一周の旅に似た絵図——を呈することになるだろう。

旅行者たちは、旅の途中で注目し値するあらゆるものについて旅行記を綴る。神に選ばれた者たちもまた、靈的生活のあらゆる道をさまざまな方向から辿り、この困難に満ちた旅路で遭遇し、経験したすべてについて、自らの記録を残してきた。しかし、これらの記録の運命と役割は同じではない。旅をする手段を持たない者でも、その場から動かないまま、他の旅行者の旅行記を読むことで、異国の地についてかなり大まかな概念やイメージを築くことができる。なぜなら、あらゆる生き物の生活様式は、どの国で現れても、多かれ少なかれ互いに似ているからだ。

しかし、靈的生活の体験に関してはそうではない。それらを理解できるのは、この人生の道を歩む者だけである。その道を歩み始めていない者にとっては、それは全く未知の学問であるが、歩み始めた者であっても、全員がすぐに理解できるわけではない。彼らの概念や認識は、靈の領域へと歩みを進め、深く入り込むにつれて、次第に明確になっていくのである。靈的生活における自らの経験が積み重なるにつれて、聖なる教父たちが書物の中で指摘した経験の指針も、次第に明瞭で理解しやすいものとなっていく。

とはいえ、聖父たちの著作に込められた靈的生活の様々な現れに関する描写は、すべてのキリスト教徒にとって無駄な賜物ではない。それは、誰もが、もしこの記述で語られていることをまだ経験していないのであれば、たとえその人のキリスト教的な良心がそれに納得しているとしても、その人が確立した生活様式は、これ以上望むべきものもなく、これ以上高みへ進むこともできないような、完成された完全さではないということを理解させてくれる。そう理解させることで、この記述は、向上への熱意を掻き立てずにはおらず、自分が今持っているものよりも優れた何かがそこにあることを示し、前へと誘わずにはいられない。

より良く、より完全なものへと向かう道を歩み始めた人々にとって、それは、手元には経験に基づいた指針がなく、またその指針自体も解決不能な問題に直面し、歩む者のあらゆる迷いを払拭するような最終的な決断を下すことができないような、疑わしく困惑するような状況において、必要な指針を与えてくれる。特定の状況において、過ちを犯さないために、どのように、



そしてどこへ足を踏み出すべきかを知ることが極めて重要である。そしてまさにそこで、ある教父の言葉が闇を払いのけ、真夜中の稲妻のように輝きを放つのである。

概して言えば、これは霊的な温室のようなものであり、信者は霊的生活の現象に関する指針を読みながら、意識と心をそこに委ね、そこで喚起された瞑想の顕著な影響を受け、その瞬間、光に満ち、生命に満ちた、ある種の異質な大気の中に漂っているのを感じるのです。これらは心躍る瞬間であり、そうした瞬間の継続の中で、通常、霊的生活の木にさまざまな実が芽生え、実を結んでいくのである。それゆえ、これを体験した者が、ひと息つける時間ができ次第、霊的生活の体験的な記述へと急ぐのは、何ら不思議なことではない。それは、利益を愛する者が利益を約束する場所へ、快楽を愛する者が安らぎの場所へと急ぐのと同じである。その際、彼はしばしば、活力を与え、勇気づける霊的な空気を吸い込みたいと願うのである。

しかし、これは単なる好奇心ではない。いや、これは私たちの霊の繁栄と幸福のために不可欠な事柄なのである。だからこそ、真のキリスト教徒の間では、霊的生活に関する教父たちの著作を手元に置いておく必要性が、昔から今も変わらず存在しているのだ。しかし、そのような必要性を感じることは称賛に値する一方で、その義務と能力を持つ者たちが、その必要性を満たすことも同様に不可欠である。実際、それは常に満たされてきた。例えば、聖マカリア、聖イサク、聖エフREM・シリN、聖『梯子』の著者らをはじめとする多くの聖父たちの著作を全巻出版する形でも、またそれらを収録した選集という形でも、同様に満たされてきたのである。

そうした選集の一つに、誰もが知る『ドブロトリュピエ』があり、それは中でも最も優れたものである。『ドブロトリュピエ』とは何か、今や明らかである。この書は、聖なる節制に関する言葉と要旨、すなわち、内なる霊的生活について、それに特有のあらゆる現れや行いを含む、完全な論考や簡潔な格言を私たちに与えてくれる。これは、霊的な成長を熱望する信徒たちの霊的欲求を満たすために編纂された書物である。これを読む人々は、『ドブロトリュピエ』にどのような霊的知恵の宝が秘められているかを知っており、読みながらその喜びを味わっている。

しかし、その読書に喜びと教訓を得つつも、彼らは本書の多くの部分が理解できないことへの深い残念さを隠そうとはしない。それは内容の高度さや深みによるものではなく、翻訳が時代遅れであるためである。したがって、本書の新たな翻訳が必要であることは明らかである。この必要性はかねてより認識されており、創刊当初から『キリスト教読本』に掲載されていた翻訳や、『ドブロトリュピエ』を構成する個々の記事の出版——例えば、聖マクシムス（愛について；これはギリシャ語版の『ドブロトリュピエ』に収録されている）、イシヒア、ペトロス・ダマスキノス。

本アンソロジーの編纂者は当初、すでに翻訳された部分を再確認し、未翻訳の部分を翻訳し、読者にギリシャ語版と同じ構成で完全なロシア語訳の『ドブロトリュピエ』を提供することのみを念頭に置いていた。しかしその後、彼は、私たちににとって『ドブロトロウピエ』を、ギリシャ語版が持つ分量を超えて増補する必要があるという確信に至った。というのも、ギリシャ語版の『善意』はスラブ語版よりも充実しているとはいえ、聖なる教父たちが霊的生活の指針として私たちに授けてくれたすべてを含んでいるわけではなく、また、そのような読物を愛する人々に益と慰めをもたらしたいと願う内容もすべて網羅しているわけではないからである。そこで、本アンソロジーは、同じ『善意』を収録しつつ、その内容を拡充したものである。

この新しい叢書は、以前の『ドブロトリュピエ』の足跡をたどっている。しかし、そこに記事が収録されている教父が他の記事も執筆していることに気づくと、それらに目を向け、もし自分の趣旨に合致すると判断すれば、それらも取り入れている。また、記事が引用された教父たちのほかにも、霊的生活に関する著作を私たちに残した他の教父たちがいることに気づき、それらによっても自らを豊かにしている。例えば、聖アントニオについては、以前の『ドブロトリュピエ』では170章にわたる彼の訓示のみが採用されていたが、この新しい選集では聖アントニオのその他の著作も取り入れている。聖マカリオスはここでは省略されている（彼からは、メタフラストによる150章にわたる訓示の言い換えが収録されており、当書では7つの言葉のみを掲載している）。ここでは、彼自身の言葉で、ある程度の体系的な順序に従って、その訓示が紹介されて

いる。『隠者イザヤ』からは、そこには27章——簡潔な格言——しか収録されていない。ここでは、彼の知られている29の言葉すべてを、ギリシャ語からの新訳で掲載している。エヴァグリオスおよび聖マルコ・アスコティストについても同様である。今後の論文集においても、この方針が踏襲される予定である。

これが、新しい『ドブロトリュビア』の編纂方針である。本書は以前の版に倣うが、神にかなう生活への指針として有益なものを、この書物を愛読する者たちから一切奪わないよう、内容を補足する。記事の掲載方法については、すべての著作が全文掲載されるわけではないことをあらかじめ申し上げておく。多くのものは、抜粋として提示するほうがはるかに適切である。これは、時には何らかの体系的な順序に従って行われ、時にはそれなしに個別の格言の形で提示されることもある。しかし、教父たちの教えそのものは、常に彼らの自身の言葉のまま提示される。読者の皆様に、新たな構成となった『ドブロトリュビア』の第1巻を捧げる。その内容は以下の通りである：

1) 聖アントニオの著作；2) 聖マカリオスの談話からの抜粋；3) 隠遁者イザヤの言葉；4) 聖マルコ修道士の教訓；5) 修道士エヴァグリオスの著作。ギリシャ語版の『ドブロトリュビア』においても、記事はこの順序で並んでいる。当書では、エヴァグリオスと聖マルコの間にある聖カッシアヌスは、次の巻に繰り下げられている。私たちは、この選集に、霊的な読書を楽しむ人々が、編者が彼らのためにここに込めようとしたものを、この書物の中に見出してくれることを心から願って、これを世に送り出す。

## 聖アントニオ・マグヌス

### 聖アントニオ・マグヌスの生涯と著作について

隠遁生活という修道生活の礎を築いた聖アントニオ・ザ・グレートは、その生涯を通じて、この種の神への奉仕の理想を示すと同時に、あらゆる魂が望むならば、キリスト教が示す、この地上で私たちに可能な完全性へと至るべき道をも示している。聖アントニオの生涯は、聖アタナシオス大聖人によって記述されており（同氏の著作集第3巻を参照）、ほぼ省略なく、我々の『チェティ・ミネイ』の1月17日の項に掲載されている。その詳細を知りたい方は、そちらを参照されたい。ここでは、その概略のみを述べる。聖アントニウスが神に選ばれ、その使命を果たすことは、彼がまだ幼少の頃からすでに明らかであった。物静かで心温かく、孤独を好む気質は、彼を子供らしいはしゃぎや仲間とのいたずらから遠ざけ、両親の目の届く家の中に留まらせた。両親は彼を瞳の如く大切に守っていた。こうして彼は、人々から隔絶された生活の中で、家を出るのは教会に行く時だけという状態で成長した。このような心構えと生活様式の中で、洗礼によって授かった神の恵みは、彼の側からの特別な努力を要することなく、精神の形成に妨げられることなく作用した。聖アタナシウスが述べているように、彼が早くから神に依る生活の甘美さを感じ取り、神聖な渴望に燃え上がったのはごく自然なことであった。家庭内でそのような生活を送る上での障害はなかった——両親も同じ精神を持っていたからである——ため、聖アントニオスは、両親が存命である限り、また が彼を避けられない世俗の心配事から解放してくれていた限り、その生活を離れるという願望を一切示さなかった。しかし、両親が神のもとへ旅立ったとき、長男として残された彼は、家の管理と妹の養育という責任を引き受けざるを得なくなった。これにより、彼は神に生きる生活と、多くの心配事を伴う世俗的な生活との間に大きな違いがあることを直ちに実感し、すべてを捨てて神のためだけに生きたいという願望が確固たるものとなった。そのような心境で教会で耳にした主の御言葉、「もし完全になりたいのなら、行って、あなたの持ち物を売り払い、貧しい人々に施しなさい。そうすれば、天に宝を持つことになる」（マタイ19:21）——そして、もう一つの御言葉、「明日のことを心配してはならない」（マタイ6:34）——これらは、その願いに神の印を刻み込んだ。なぜなら、彼はそれらの言葉の中に、自らの

良心の問いに対する神の答えを聞き、同時に、心の奥底にある願いや憧れを実現するための神の命令と祝福をも感じたからである。——彼は揺るぎない決意を固め、すべての財産を施し尽くして、ただ唯一の神のために生きることを始めた。世を捨てた生活の最初の数年間、聖アントニオは、当時知られていた他の修道者たちと同じように過ごし、彼らからあらゆることを学んだ。世俗を捨てた修道生活とは、あらゆる世俗的な心配事から離れ、「いかにして主に喜ばれるか」（Ⅰコリント7:32）という唯一のことに心を注ぐものであり、神の教会においては、その設立当初から、教会の構造における不可欠な要素として確立され、聖使徒たちから最初の根本的な律法が授けられた。しかし当初、アスケート——世や世俗の煩わしさから離れ、この種の生活に身を捧げる人々の呼称——たちは、自宅に留まり、ただ人目につかない隅っこに身を隠して、そこで祈り、神への黙想、断食、徹夜祈祷、そしてあらゆる修行に専念していた。時が経ち、キリスト教が信者の範囲と数において広がると、多くの修道士たちは家族を離れ、町や村を離れて、人里離れた場所で、自然の洞窟や廃墟となった墓、あるいは意図的に設えられた小さな修道室などで、隠遁生活を送るようになった。聖アントニオの時代になると、最も熱心な修道士たちは、主にこのような生活を送っていた。聖アントニオ・マグヌスもまた、彼らに倣おうと熱望した。修道生活の始まりは「見習い期間」である。聖アントニオは、それらの修道士たちに倣い、彼らに従うことで、この期間を過ごした。——見習い期間の本質は、最も経験豊かな指導者たちの導きのもと、心にキリスト教の美德を確固たるものとし、修道生活の規律を身につけることにある。聖アントニウスは、キリスト教の美德を育ちの中で身につけていた。今、彼に残されていたのは、神のうちに生きることを志す者にとってどのような行いが不可欠であり、それをどのように実践すべきかを学ぶことだけだった。そのために、彼は当時著名な修道者たちの元を訪れ、何をどうすべきかを尋ね、それを学び、その得たものを戦利品のように抱えて、自らの隠遁の地へと戻った。このように、聖アタナシウスが指摘するように、彼は賢いミツバチのように、至る所から霊的な蜜を集め、それを自分の心という蜂の巣に蓄えていた。ある者からは、食事の厳格な節制、裸の地面での睡眠、長時間の徹夜祈りを学び、別の人からは、祈りにおける倦むことのない姿勢、心の動きへの注意、そして神への思索を学び、三人目からは勤勉さ、規則への忠実さ、そして忍耐を模範とし、そしてすべての人から、主キリストへの揺るぎない信仰と、万物への兄弟愛という同じ精神を取り入れ、自ら一人の中で、彼が見た各長老たちが特に際立っていたすべての特質を調和させようと努めた。他者の人生と自らの生活を照らし合わせることなく、また外部からの指導なしに、誰も修道生活の最高段階に到達することはできなかった。聖アントニウスは、前述の長老たちに自らの生活を委ね、彼らの指導のもと、完全性へと向かう揺るぎない道を歩んでいった。この修練期間において、彼は15年間で村の外れの墓所で過ごした。当初はそれほど遠くない場所にあったが、やがてさらに遠くへ移り、そこへ彼を心から慕う一人の村人が訪れ、聖アントニオの唯一の糧であるパンを届けてくれた。——そして手仕事を持ち帰っていた。というのも、聖アントニウスは自らの手による労働で生計を立てていたからである。彼はすべての時間を、この手仕事、祈り、そして聖書の神聖な真理についての思索に割いていた。ある時、落胆の念に苛まれていた彼に現れた神の天使は、まさにこうした行いにおいて彼を確固たるものとしたのである。この頃の彼の生活がどのようなものであったかについて、ソゾメノス（『教会史』第1巻第13章）の証言を引用する。彼は聖アントニウスについて次のように記している。「善き生活は、最初は困難であっても、習慣になれば快いものになることを悟った彼は、ますます厳しい修業の試練を自ら考案し、日ごとに節制を深め、あたかも常に新たな始まりであるかのように、その熱意に新たな力を注ぎ込んだ。肉体の快楽を労苦によって抑え込み、心の情欲に対しては、神に由来する知恵による憎悪をもって武装した。彼の食事は塩を添えたパン、飲み物は水であり、食事の時間は日没時であった； もっとも、しばしば二日以上も食事を摂らないことがあった。彼は、いわば一晩中目を覚まし、祈りの中で新たな一日を迎え、たとえ眠りに就くとしても、それはわずか一分間だけだった。ほとんどの場合、裸の地面に横たわり、大地だけを寝床としていた。また、油を塗ったり、体を洗ったり、その他の快適さを享受したりすることも、体が甘やかされてしまうとして、決して許さなかった。怠惰を許さず、仕事の手を休めることは、ほぼ一日中」な

かった。聖アントニウスは、このように過酷な道を歩んだ。しかし、周知の通り、そのような生活は闘いなしには成り立たず、影のない光など存在しないのと同じである。もし私たちの中に罪がなく、敵がいなければ、善だけが私たちの中に現れ、妨げられることなく育っていったことでしょう。しかし、その両方が存在し、どちらも私たちに対して権利を主張する以上、誰もそれらとの闘いなしには済まされません。「自由に先へ進むためには、それらを無力化し、打ち負かさなければならぬのです。そうでなければ、彼らは、正しく歩もうとする者——それが誰であれ——の手足をすべて混乱させてしまうだろう。だからこそ、聖アントニオの霊の中に働きかけた神の恵みは、彼を試練の戦いに導いたのである。それは、炉の中の金のように彼を試すことで、彼の道徳的な力を強め、その力が発揮される余地を与えるためであった。敵には攻撃の機会が与えられたが、修道士は秘められた助けによって支えられていた。聖アファナシオスは、この闘いを詳しく記述している。彼は、敵の矢は非常に鋭敏であったが、勇敢な戦士は微塵も動じることなくそれらを撃退したと語っている。まず敵は、世俗を捨てたことを後悔させて彼を動揺させようと試みた。一方では——貴族としての身分（まるで必要もなく軽んじられたかのように）、少なからぬ富（まるで無駄に失われたかのように）、そして生活のあらゆる快適さ（まるで役に立たないかのように拒絶されたかのように）——、——とりわけ、彼自身の支えや見守り、慰めもなく、何も持たずに他人の手に委ねられた妹——を想起させ、一方で、始めたばかりの希望のない生活の過酷さと残酷さ、そのような苦難に耐えられないかのような体の不慣れさと脆弱さ、そしてこの生活の長期化、——その終わりはまるで見えぬかのように——人々から遠く離れ、いかなる慰めもなく、絶え間ない自己犠牲の中にある。敵はこうした囁きによって、激しい思考の嵐を巻き起こした。しかし、その意図と決意を揺るぎなく貫いた聖アントニウスの堅固さによって撃退されただけでなく、彼が捨て去り、耐え忍んだすべてのものは、神から世を捨てた勤勉な者たちに用意された果てしない恵みと比べれば何でもない、という彼の偉大な信仰によっても打ち砕かれたのである。神に喜ばれるには、あらゆる世俗的・物質的な束縛から解放されているほうが適している——そして、彼の絶え間ない祈りによって、その心には最も甘美な霊的な慰めがもたらされ、敵は塵に打ち砕かれたのである。この面では打ち負かされた敵は、別の側面から若き闘士に襲いかかる。それは、彼がすでに若者を陥れるのに慣れ親しんだ側面であり、肉欲を用いて戦いを始め、夜には心を乱し、昼には不安を煽った。その闘いはあまりにも熾烈かつ長期にわたり、部外者の目にも隠しようがなかった。敵は不浄な思念を植え付けようとしたが、聖アントニウスは祈りによってそれらを退けた。敵は肉体を燃え上がらせようとしたが、聖アントニウスは断食、徹夜祈祷、そしてあらゆる自己鍛錬によってそれを鎮めた。敵は夜、女性の姿をとって、あらゆる手段を尽くして誘惑的な情欲を掻き立てようとしたが、聖アントニオは苦難に喜びを見出し、あの世の美しさを瞑想するとともに、主イエス・キリストにおいて私たちの本性が与えられる高貴さを鮮明に自覚することで、その欺瞞的な魅惑を払いのけた； 呪われた者は快樂から甘美な感覚を呼び起こしたが、至福の者は、永遠の火と休むことのない虫による恐ろしい苦痛の苦悶という対極の感覚を立て、無傷のままであった。執拗で醜惡な攻撃は、ついに戦う者に、あらゆる不浄な衝動に対する嫌悪と、強い苛立ちを伴う怒りを抱かせた。それにより、敵は彼に近づくことも、遠くからでさえこの方面で彼を誘惑し、動揺させることもできなくなった。なぜなら、情欲的な衝動に対する嫌悪と憎悪の感情こそが、敵を焼き尽くす炎の矢だからである。こうして、情欲に満ちた肉体をまとったあの「あらゆる悪の者」である若さは、この点においても打ち負かされ、恥をさらして退いた。なぜなら、私たちのために肉体をまとい、その肉において敵のすべての力を打ち砕かれた主ご自身が、神のしもべを助けてくださったからである。これは、すべての真の修道者が使徒の言葉に倣って告白している通りである。「私ではなく、私と共にいる恵みである」（Ⅰコリント15:10）。しかし、人間を憎む者の矢はまだ尽きてはいなかった。若い闘士の上に神の御加護があるのを見て、それが謙遜な者にのみ注がれることを知っている敵は、彼の中に高慢と自惚れを煽り立て、この御加護を奪おうと企む。そのために、敵は小さな少年——黒人の姿——として現れ、偽りの謙遜を装って聖アントニウスにこう言う。「お前は私を打ち負かした」——聖アントニウスが勝利を自分の手柄とし、自分を過大評価して、彼を助けてく

ださる神を怒らせてしまうだろうと考えたからである。しかし、聖アントニウスは彼に尋ねた。「お前は一体何者だ？」すると、その者は答えた。「私は淫乱の霊だ。私の役目は、情欲を煽り立て、人を肉欲の罪へと陥れることだ。」「私は、貞潔の誓いを立てた多くの人々を惑わせ、長い間肉体を死なせてきた多くの人々を墮落へと導いた。しかし、あなたによって私の罫はすべて破られ、矢は折られ、私は打ち倒された。」そこで聖アントニウスは、救い主である神に感謝して、こう叫んだ。「主は私の助け手である。私は敵を見下ろす（詩編117:7）」、そして恐れることなく敵を見つめ、こう言った。「わが神は、あなたの邪惡な企みの黒さを示すために、あなたを黒い姿で私の前に現れさせ、またあなたの無力さを暴くために、少年として現させたのだ。それゆえ、お前はあらゆる輕蔑に値する。この言葉を聞いて、その霊は火に焼かれるかのように逃げ去り、もはや至福のアントニウスに近づくことはなかった。情欲への勝利は無情に近づける。そして、無情がどれほど確固たるものとなるかによって、それに見合った心の平安がもたらされる。そして、祈りと神への思索によってもたらされる甘美な 感覺を伴う心の平安は、心に靈的な温もりを呼び起こす。その温もりは、霊と魂と体のすべての力を自身に集め、人を内なる世界へと導き入れる。そこに落ち着くと、人は唯一の神と二人きりになりたいという抗いがたい欲求を感じるのだ。この、神の御前へと内なる世界へと向かう抗いがたい引力は、靈的成長の第二段階である。そして、聖アントニオは今まさにその段階に到達したのだ。それまでは、彼は主に一人で過ごしていたが、村から心からの友人が訪ねてくることも珍しくなかったし、彼自身も、時には長老たちの元へ、時には村の教会へ礼拝、特に聖体礼儀に参加しに出かけていた。これらすべては、いかに切り離そうとしても、ある種の氣晴らしと結びついていた。内面において深まりつつあった聖アントニオの精神は、何も見ず、何も聞かないための断固たる隠遁を求め始めた。前述の通り、魂は修道生活というまっすぐな道を通じて、自ずとこの境地に達するものであるが、ある種の強い自己犠牲の衝動が、この転機を早め、決定的な後押しを与えるのである。聖アントニウスにそのような衝動をもたらしたのは、惡魔たちによる彼への明白な攻撃という出来事であった。惡魔たちは、清められた魂に対して思考を通じて作用する機会を失うと、外側から作用し始め、目に見える形で現れ、修道者に、彼を傷つけたり、その善意を揺るがせたりできると期待するものを仕掛けるのである。——しかし、神の恵みは、修道者の成長を目的としてこれを許容し、それを通じて彼に最高位への道を開くと同時に、後に誘惑の靈たちそのものに対する支配権を得るための一定の権利も与えるのである。聖アントニウスにもまさにそれが起こった。この出来事において最も重要な点は、聖アントニオが村の教会の玄関で目を覚まし、かろうじて息をしている状態で、友人に「私を再び私の隠れ家へ連れて行ってくれ」と言った瞬間である。なぜなら、彼はそれによって、自らの内に神にのみ喜ばれるものと自覚していた「命」のために、自らを死に委ねることを表明したのである。これは、主のために実際に死ぬことと同じ意味を持っていた。なぜなら、その覚悟は完全なものだったからである。主のために、そして主に喜ばれるために死を覚悟することは、あらゆるものを打ち破る武器である。なぜなら、その覚悟を持つ者を、他に何をもって誘惑したり、脅かしたりできるだろうか。この覚悟こそが、修道生活の原点であり、その全過程における強固な支えとみなされている。主であり救い主、すなわち私たちの模範となられる方は、この世での生涯のすべての日々、死を目前に見ておられたが、ゲツセマネの園で祈りの闘いを繰り広げられた際、御自身の人間性をもって死を完全に打ち負かされた。苦しみと十字架上の死は、そこで語られたことを成し遂げたのである。その後、栄光に満ちた復活に先立つ三日間の安息が続いた。この道を、主に従うすべての魂が歩むのである。その第一歩は自己犠牲である。しかし、それがどれほど小さな始まりであっても、そこには常に死への覚悟が少なからず含まれている。その後、自己犠牲が深まるにつれて、この覚悟も深まっていく。あるいは、この覚悟こそが自己犠牲の真髓なのである。救い主が園で示されたような覚悟の境地に達した者には、直ちに靈において十字架への昇り、そして靈的な安息が待ち受けており、その後、主イエスの栄光における靈的な復活が続くのである。——まさにこれが今、聖アントニウスの靈において成し遂げられたのである。かつて彼を酷く苦しめたあの場所へ、友への言葉をもって再び彼を導くことで、彼は、園での祈りの後、弟子たちに「行こう。見よ、わたしを裏切る者が近

づいてきた！』と言われた時の救い主と同じものが、自身の霊の中にあったことを示したのである。—これに続いて、彼は直ちにさらに奥深い荒野へと退き、そこで二十年間、沈黙のうちに過ごした——それは、彼の「十字架の苦しみ」と「安息日」の守り——が、霊において行われたのである。聖アントニオは、悪霊たちによって引き起こされた苦しみから立ち直るやいなや、居住地から二、三日の道のりにある荒野へと向かい、そこで古い廃墟となった神殿に身を閉じこもった。そこには水のある井戸があり、パンは彼の友人が半年ごとに届けてくれた。彼がここでどのような労苦と偉業を成し遂げ、何が起きたのか——誰も目撃しなかった。しかし、彼が隠遁生活から出てきた様子を見る限り、それは聖霊によって彼の精神が築き上げられた時期であったと結論づけざるを得ない。ここには、イモムシが繭に包まれる時に起こるのと同じことが起きていたのだ。その間、彼女に何が起きているのか、誰も目にすることはない。まるで動きを止めたかのようだ。しかしその間も、自然の生命を吹き込む力が彼女の中で働いている——そして時が来ると、繭から美しい色とりどりの蛾が飛び出すのである。聖アントニウスも同様であった。彼に何が起きているのか、誰も見てはいなかった。しかし、神の御霊は、誰の目にも見えず、ほとんど知られず、アントニウス自身にとってもほとんど知られぬまま、彼を創造された方の御姿に倣って、彼の中に新しい人間を造り上げていた。その造り上げの時期が終わると、彼は信者たちのために奉仕に出よう命じられた。そして彼は、聖霊の多様な恵みの賜物に包まれて、世に出たのである。キリストが父の栄光のうちに死からよみがえられたように、聖アントニウスもまた、今や霊によって刷新された人生へと歩み出した。こうして、聖アントニウスの霊の形成は完結した。その後の彼の人生はすべて、人生の最初の二つの時期に蒔かれた種から実を結んだものに他ならなかった。これが第三の時期、すなわち教会の益となる奉仕の時期であり、まるで彼の使徒職のようであった。この奉仕がいかに実り豊かで広範なものであったかは、聖アファナシオスによる彼の生涯の記述から誰の目にも明らかである。彼はあらゆる恵みの賜物をもって奉仕した。彼に欠けていた賜物などあっただろうか？——奇跡を行う賜物、悪霊や自然の力、動物に対する支配の賜物、人の心を見通す賜物、遠くで起きていることを見る賜物、な啓示と幻視の賜物があった。しかし、すべての賜物の中で、最も実り豊かで、その用い方において最も広範だったのは、言葉の賜物であった。——そして、彼は他のどの賜物よりも、この言葉の賜物をもって、自分の弟子の兄弟たちに奉仕したのである。聖アファナシオスは、神が聖アントニオに、心の奥底まで届く力強い言葉を授けたと記している。そして彼は、誰に対してもその人のためになるような言葉を、これほどまでに力強く語る術を心得ていたため、軍人や文官といった高貴な人々や、裕福な人々の多くが、世俗の重荷を捨てて修道士となった。また、悲しみに暮れて彼の元を訪れた者が、元気を失ったまま帰ったことがあっただろうか。死者を悼んで涙を流しながら彼の元を訪れた者が、その場で泣き止まなかったことがあっただろうか。怒りに満ちて訪れた者が、その怒りを柔和さに変えなかったことがあっただろうか。怠惰に陥っていた修道士で、彼の元を訪れて、再び熱心で堅固な修行者にならなかった者がいたでしょうか。聖アントニウスを見て、その言葉に耳を傾けた若者で、世俗の快樂を捨て、貞潔を愛し始めなかった者がいたでしょうか。すでに婚約者がいた乙女たちのうち、遠くから聖アントニウスを見ただけで、キリストの花嫁の列に加わった者はどれほどいたことか。この証言から、聖アントニウスが神から授かった知恵の泉を閉ざしていなかったことがわかる。そして、人々は主に、その言葉を聞き、真理の御言葉を受け入れ、自らにふさわしい導きを見出すために、彼の元を訪れたのである。そして彼は、使徒の教えに従い、すべての人を教え、戒め、懇願した。時には、聖アファナシウスがその伝記に記録したように、彼の言葉は豊かな流れのように溢れ出た。また時には、彼の「20の簡潔な言葉」のように、それほど長くない演説をすることもあった。しかし、彼は主に、意味と力に満ちた簡潔な格言に留まることが多かった。これらの簡潔な格言は、数え切れないほど多く、後に口から口へと伝えられ、いわば修道生活の生きた規範を成し、ついには教父たちの名言集に収められることとなった。時折、聖アントニオスは、自身の霊的な子供たちや、様々な修道院の修道士たちへの手紙も書き送った。そこでは、キリスト・イエスにあって生きる生活の一般的な特徴を描き出すこともあれば、兄弟たちの個々の弱さを癒やすこともあった。聖アントニオの口から発せられ、文



字に記されたもの、そして彼が書き残したすべてのものは、教訓を求める魂に豊かな糧をもたらすだろう。伝記に収録された長文の説教に加え、修道士たちへの20通の手紙、美德と悪徳に関する20の簡潔な説教、道徳に関する170の章、修道士のための規則とそれに付された2つの補遺、そして様々な教父文献に散在する、常に啓発的で教訓に富んだ彼の格言や逸話の数々が、私たちに伝わっている。彼の書簡と説教はロシア語訳として『キリスト教読本』の初期の号に掲載されており、各章は『ドブトロリュビヤ』に収録され、格言や逸話は『記憶に値する逸話』の第一編を構成している。これらすべては、原典である『Patrologiae graecae』第40巻（ミグネ）に収録されており、本選集に掲載されているものはすべてそこから翻訳されたものである。ここでは、こうした読み物を愛好する読者の皆様に、以下の内容をご紹介します：

1. 書簡および説教からの抜粋。そのうち1～15項は、聖アタナシウスによる聖アントニオスの伝記から引用されたものである。16～68の教訓は、聖父の書簡から抜粋されたものである。69～82の教訓は、修道士たちに向けた彼の20の説教から抜粋されたものである。

2. 善き道徳に関する170の章。

3. 隠遁生活の規則。ミグネ編『Patrologiae graecae』第40巻の1065ページには、80項からなる『アントニオスの教訓（Praecepta Antonii）』が掲載されている。その後、同じく彼による『規則に付随する霊的文書（Spiritualia documenta regulis adjuncta）』および『様々な訓戒と文書（Admonitiones et documenta varia）』が続いており、これらはいずれも、明らかに前述の規則に対する補足として位置づけられている。これらの見出しの下に収められているすべての格言は、内容も表現様式も同一の性質を持つため、ここではそれらを一堂にまとめ、隠遁生活の自然な流れに従って、特別な項目ごとに分類し、「隠遁生活の規則」という見出しの下に配置している。

4. 聖アントニオス大聖人の格言と彼に関する伝承。こうした格言や伝承は、『ドストパム』に多数収録されている。伝承集に収められているが、これら以外にも、同じ『Patr. graec.』第40巻や、当書の『アルファベット順パテリコン』に収録されているものがある。また、カッシアンによって引用されているものや、教父集の様々な項目に散見されるものもある。それらを単に発見した順に並べるのではなく、前述の規則と同様に、ここでは一定の順序に従って配置されている。冒頭には、世を離れて修道生活が始まることにまつわる伝承を置き、その後、隠遁生活の順序に従って、その他のすべての格言や伝承を並べています。

5. 聖アントニオ大聖人のいくつかの格言に関する弟子たちの質問と長老の回答。

## 聖アントニオ大聖人の教訓。

1. キリストにおける生活に関する教訓。これらは、聖アファナシオスの伝記、20通の手紙、および20の言辞から抜粋されたものである。

1. 皆が共通して、何よりもまず、一度始めたら労苦の中で弱まったり落胆したりせず、「私たちはすでに長い間、この修行に励んできた」などと言わないように努めるべきである。むしろ、あたかも毎日新たに始めるかのように、自らの熱意を増し加えるのがよい。人間の生涯は、来たるべき永遠の世と比べれば極めて短く、私たちのすべては永遠の命の前では無に等しい。この世ではあらゆるものがその価値に応じて売買され、誰もが等価のものを等価のものと交換するが、永遠の命の約束は、ほんのわずかな代価で得られるのである。なぜなら、こう記されているからだ。「私たちの生涯は、せいぜい七十年、力ある者でも八十年に過ぎず、労苦と病がそれに加わる」（詩編89:10）。したがって、たとえ八十年、あるいは百年もの間、私たちがこの戦いに身を捧げたとしても、百年に相当する期間だけ統治するのではなく、百年の代わりに、世々限りなく統治することになる。さらに、地上で戦いを繰り広げた後、私たちが受け継ぐのは地上の遺産ではなく、天上の遺産であると約束されている。さらに——朽ちるこの肉体を脱ぎ捨てた後——朽ちない体を受け継ぐことになる。だから、落胆してはならない。また、私たちが（信仰の戦いを）長く続けたとか、何か偉大なことを成し遂げたなどと考えてはならない。「なぜなら、



今この時の苦しみは、私たちの中に現れようとしている栄光に比べれば、取るに足りないものだからである」（ローマ8:18）。

2. 同様に、この世を見つめながら、あたかも私たちが何か偉大なものを捨てたかのように考えてはなりません。なぜなら、この地全体も、天全体の前では極めて小さいからです。したがって、たとえ私たちが全地の主であり、全地を捨てたとしても、それにはやはり、天の御国に匹敵するものは何一つないのです。なぜなら、一ドラクマ分の銅を捨てて百ドラクマ分の金を得る者と同様に、全地の主でありながらそれを捨て去る者は、わずかなものを残すだけで、百倍ものものを得るからである。もし全地が天国に匹敵しないのであれば、数デシタンを手放す者は、まるで何も残していないようなものだ。たとえその際に家や多くの金も残したとしても、その者は自慢したり、気弱になったりしてはならない。その一方で、もし私たちが（持っているものを）徳のために残さなかったとしても、死の際には、結局のところ、コヘレトがすでに述べているように（コヘレト4:8）、望まない相手でさえにも残してしまうのと同じように、あらゆる形でそれを残してしまうことになるのだと考えるべきである。それならば、なぜ私たちは美德のためにこれらを手放し、その見返りとして（天の）御国を受け継ぐようにしないのだろうか。

3. 同じ理由から、私たちのうち誰も、物を手に入れようとする欲望を抱いてはならない。なぜなら、自分と一緒に持ち去ることのできないものを手に入れることに、いったい何の益があるだろうか。それならば、私たちが持ち去ることができるもの、すなわち、分別、正義、貞潔、勇気、思慮深さ、愛、貧しい者への慈しみ、キリストへの信仰、怒りを抑えること、他者への愛などを、なぜ私たちが手に入れるべきではないのでしょうか。これら（美德）を身につければ、私たちはそれらの先にある場所で、地上の柔和な者たちのための住まいを私たちのために備えてくれているのを見つけるでしょう。

4. このような考えをもって、誰もが臆病にならないよう自らを奮い立たせるべきである。とりわけ、自分が主のしもべであり、主のために働く義務があることを自覚しているならばなおさらである。しもべが、「昨日は働いたから、今日は働かない」などと言うことを敢えてしないように、過ぎ去った（労働の）時間を数え上げても、その後の日々も（労働を）やめることはなく、福音書に書かれているように、主人に喜ばれ、災いに遭わないために、毎日同じ熱意をもって努めるのです。私たちもまた、一日でも怠慢に過ごせば、（主は）過去の（労苦）のゆえにそれを赦してくださるのではなく、この怠慢のゆえに私たちに怒りを向けられることを知って、毎日忍耐をもって務めに励むべきである。エゼキエル書（エゼキエル18:26）にもこう記されている：「義人がその義から迷い出て、罪を犯して死ぬならば、その犯した罪によって死ぬ」。こうして、ユダも一夜にして、これまでのすべての労苦を台無しにしてしまった。

5. それゆえ、私たちは奮起して、落胆してはならない。なぜなら、このことにおいて、私たちには主が助け手となってくださるからである。次のように書かれている通りである。「善を選ぶ者すべてに、神は善のために協力してくださる」（ローマ8:28）。このため、すなわち、私たちが気弱にならないためには、使徒の次の言葉も心に留めておくのがよい。「私は毎日死んでいる」（Iコリント15:31）。なぜなら、もし私たちが毎日死ぬかのように生きれば、罪を犯すことはないからである。この言葉の意味は、次のようなものです。すなわち、私たちが毎日目を覚ますたびに、その日の夕方まで生きられないかもしれないと考え、また、眠りにつこうとするたびに、二度と目を覚まさないかもしれないと考えることです。なぜなら、本来、私たちの命の限界は知られておらず、神の摂理が毎日、私たちの命にどのような定めを与えているのかも分からないからです。このように心構えをし、毎日そのように生きていけば、私たちは——罪を犯すことも、何かに欲望を抱くことも、誰かに怒りを燃やすことも、地上の宝を蓄えることもないだろう。むしろ、毎日死を待ち望む者として、貪欲にならず、すべての人をすべて許すようになるだろう。また、妻への情欲や、その他の不純な快樂については、一瞬たりとも心に留めることなく、まるで過ぎ去るもののよう即座にそれを拒み、常に（死を目前にした）ような闘いのうちに身を置き、審判の日を見据えていよう。なぜなら、強い恐怖と苦しみへの恐れは、快樂の心地よさを打ち砕き、墮落へと傾きつつある魂を立て直すからである。

6. さて、(救いの業を)始め、すでに徳の道に踏み出した以上、私たちは(フィリピ3:14)に到達できるよう、ひたすら前へと進もう。そして、ロトの妻のように、誰も後ろを振り返ってはならない。とりわけ、主がこう言われたからである。「だれも、鋤に手をかけ、後ろを振り返ってはならない。そうする者は、天の御国に入る資格がない」(ルカ9:62)。後ろを振り返るということは、すなわち、(世俗を捨てたことを)後悔し、再び世俗的な知恵を働かせ始めることに他ならない。

7. 美德という言葉聞いて恐れることなく、この名に戸惑うこともない。なぜなら、このことは私たちから遠く離れたところにあるわけでも、私たちの外にあるわけでもなく、私たちの中にあるからである。そして、私たちが望むならば、それは容易なことである。ギリシャ人たちは学問を修めるために異国の地へ赴き、海を渡る。しかし、私たちには、天の御国のために異国の地へ赴く必要も、徳のために海を渡る必要もない。主は、「天の御国はあなたがたのうちにある」(ルカ17:21)と仰せになり、それを防がれたからである。したがって、徳を得るために必要なのは、ただそれを望むことだけである。なぜなら、徳は私たちの中にあり、私たちの中から生まれるからである。理性ある魂がその自然な秩序にあるとき、同時に私たちの中には徳があるのだ。(魂は)創造されたままの姿のままであるとき、その自然な秩序にある。そして、魂は極めて善く、正しいものとして創造されたのである。なぜヨシュアは戒めを授ける際、民に「あなたがたの心をイスラエルの神、主に向け直せ」(ヨシュア記24:23)と語り、またヨハネは「正しい道を整えよ」(マタイによる福音書3:3)と言ったのか。魂が正しいのは、その理性がいわば自然な秩序の中に置かれているときである。しかし、それがそこから逸脱し、自然が求める秩序を乱すとき、それは魂における悪と呼ばれる。したがって、このこと(徳)は難しいことではない。なぜなら、私たちが創造されたままの状態に留まれば、徳のある状態にあることになるが、もし悪を企てれば、私たちは当然「悪」と呼ばれるからである。もしこの行い(徳)を外部から借りなければならぬのであれば、それは確かに困難なことでしょう。しかし、それが私たちの中にあるのであれば、ただ邪惡な思いから身を守り、主から授かった担保として自分の魂を主の御前に守り抜くだけでよいのです。そうすれば、主は、その魂が御自身が創造された通りのものであることをご覧になり、それを御自身の創造物として認めてくださるでしょう。

8. 怒りが私たちを支配したり、情欲が私たちを支配したりしないよう、(自分自身と)戦おう。なぜなら、「神の義の人の怒りは、罪を犯さない」と書かれているからである。また、「情欲は宿ると罪を産み、罪は犯されると死を産む」(ヤコブ1:20,15)とも書かれている。しかし、そのような生活を送るにあたり、しっかりと自制し、また、「あらゆる守りをもって自分の心を守れ」(箴言4:23)と書かれているように努めよう。——なぜなら、私たちには恐ろしく、あらゆる点で狡猾な敵、すなわち邪惡な悪魔たちがいるからである。

9. そして、私たちには彼らとの戦いがある。聖使徒が言ったように、「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者、天の下の悪意の霊たちに対するものである」(エフェソ6:12)。私たちを取り巻く空気の中には、彼らの大群がおり、彼らは私たちからそう遠くない場所にいる。また、彼らの間には大きな違いがある。しかし、彼らの本質や違いについて語るには非常に長い話になるだろうし、そもそもこのことについて語ることは、私たちよりも位の高い者たちの方がふさわしい。私たちにとって今、先延ばしにできない切実な必要は、ただ彼らが私たちに対して仕掛ける策略を知ることだけである。

10. さて、まず第一に、悪魔たちは、悪魔と呼ばれるような状態で創造されたわけではないことを知っておくべきである。なぜなら、神は悪なるものを何一つ創造されなかったからである。彼らもまた善として創造されたのである。しかし、天の知恵から墮落し、すでに地を巡り回っている彼らは、ギリシャ人を幻影で惑わせ、私たちキリスト教徒を妬み、私たちが天へと昇ることを妨げ、彼らが堕ちてきた場所へ私たちが上らないようにと、あらゆる手段を講じているのである。それゆえ、御霊から「霊的な分別」という賜物(1コリント12:10)を受け、彼らについて、どれがより悪く、どれがより悪くないか、それぞれがどのような事柄に關与しているか、そしてそれぞれをどのように打ち倒し、追い払うことができるかを、見極められるよう、多く祈り、

精進する必要がある。なぜなら、彼らには多くの策略があり、中傷のための狡猾な手段も数多いからである。——祝福された使徒とその弟子たちはこのことを知っており、こう語った。「私たちは、その企みを理解できないからである」（Ⅱコリント2:11）。——私たちが彼らからどのような試練を受けたか、その点において互いに戒め合わなければならない。——そこで私も、自ら（彼らの策略を）ある程度経験した者として、子供たちに話すように、あなたがたに語るのである。

11. 彼らは、労苦に励み、成功を収めているあらゆるキリスト者、ましてや修道士を見るやいなや、まず第一に、その道に誘惑を仕掛けようと企て、試みる。——彼らの誘惑とは、すなわち邪悪な思いである。——しかし、私たちは彼らのこうした唆しを恐れてはなりません。なぜなら、祈りと断食、そして主への信仰によって、敵は即座に打ち倒されるからです。とはいえ、打ち倒されても彼らは諦めず、すぐにまた狡猾さと策略をもって襲いかかってきます。明らかに不浄な欲望で心を惑わすことができないときは、また別の方法で襲いかかってくる。すなわち、恐怖を与えるために様々な幻影を仕組むのである。そのために、彼らは様々な姿に変身し、妻や、獣、這うもの、巨人、そして大勢の戦士といった姿をとる。しかし、そのような幻影も恐れる必要はない。なぜなら、それらは無に等しく、信仰と十字架の印で身を守れば、たちまち消え去るからだ。——とはいえ、彼らは厚かましく、極めて恥知らずである。——なぜなら、たとえそれによって打ち負かされたとしても、彼らは別の方法で襲いかかってくるからだ。すなわち、占い師の姿をとり、数日後に何が起こるかを予言したり、また、誰かを思念で惑わせ、たとえそのような幽霊であっても捕らえられないように、高慢な姿を見せたりするのだ。しかし、私たちとは無縁の存在である悪魔たちの言葉に耳を傾けてはならない。たとえ彼らが私たちを祈りに駆り立てようとも、断食について語ろうとも、彼らの言うことを聞いてはならない。むしろ、私たちの修行の目的をより注意深く見つめ、あらゆることを狡猾に行おうとする彼らに惑わされてはならない。——たとえ彼らが私たちに襲いかかってくるように見えようとも、死を脅かそうとも、彼らを恐れてはならない。なぜなら、彼らは無力であり、脅すこと以外には何もできないからだ。

12. すべての配慮は、肉体よりもむしろ魂に向けられるべきであり、肉体には必要最小限の時間だけを割き、残りの時間はすべて魂に捧げ、その益を求めなければならない。そうして、魂が肉体の快樂に惑わされることなく、むしろ自ら肉体を服従させるようにすべきである。これこそが、救い主が言われた「あなたがたの魂について、何を食べるか、また、あなたがたの体について、何を着るかを心配してはならない」（マタイ6:25）という意味である。「また、何を食べるか、何を飲むかを求めたり、高ぶったりしてはならない。これらすべては、この世の異邦人たちが求めているものである。あなたがたの父は、あなたがたがこれらを必要としていることを知っておられる。それよりも、まず『神の御国』を求めなさい。そうすれば、これらすべてがあなたがたに与えられる」（ルカ12:29-31）。

13. 主を信じ、主を愛しなさい。不純な思いや肉欲の快樂から身を守りなさい。また、箴言に書かれているように、「腹を満たすことに惑わされてはならない」（箴言24:15）；虚栄を避け、絶えず祈り、眠る前と目覚めた後に詩篇を歌いなさい。聖書に与えられた戒めを学び、聖人たちの行いを心に留めなさい。そうすれば、戒めを心に留めるあなたの魂は、聖人たちの熱意を自らの模範とすることができるでしょう。とりわけ、使徒の教え「怒りのうちに日が暮れてはならない」（エフェソ4:26）という使徒の教えを遵守するよう努めなさい。そして、これはあらゆる戒めに関して一般的に言われていることだと考えなさい。すなわち、怒りだけでなく、私たちの他の罪においても、太陽が沈むことがないようにするためである。なぜなら、昼間の過ちに対して太陽に、夜間の罪や、さらには邪悪な思いに対して月に、私たちを裁かれないようにすることは、善であり、また必要だからである。

14. これを防ぐためには、使徒の言葉「自分自身を吟味しなさい」（Ⅱコリント13:5）をよく聞き、心に留めておくことがよい。それゆえ、誰もが毎日、昼も夜も自分の行いを振り返るべきである。もし罪を犯したなら、罪を犯すのをやめなさい。もし罪を犯さなかったなら、それを誇らず、善に留まり、怠惰に陥らないようにしなさい。隣人を非難せず、自分自身を義人だと思

わず、「主が来られるまで」（Iコリント4:5）、隠されたことを試みられる方をお待ちなさい。——私たち自身の行いさえ、私たち自身には隠されていることが少なくありません。しかし、私たちがそれを知らなくても、主はすべてをご覧になっています。— それゆえ、裁きは主に委ね、互いに思いやりを持ち、「互いの重荷を担い合い」（ガラテヤ6:2）しましょう。また、自らを律し、自分たちの足りないところを補うよう努めましょう。

**15.** 罪から身を守るために、さらに次のことを守りましょう。あなたがた一人ひとり、互いにそれを伝え合うつもりで、自分の行いや心の動きに気づき、書き留めてください。そして、それが知られることを恥じることで、必ずや罪を犯すことをやめ、さらには心に悪いことを抱くことさえもやめるようになることを確信してください。なぜなら、罪を犯すとき、それを人に見られたいと願う者がいるのでしょうか。あるいは、罪を犯した者が、その罪を隠すためなら、むしろ嘘をつくことを望まない者がいるのでしょうか？ 互いに見守り合うことで淫行を犯さなくなるのと同様に、互いに伝え合うつもりで自分の考えを書き留めておけば、それが知られることを恥じて、不純な考えから身を守ることがより容易になるでしょう。——それゆえ、書き留めることが、私たちにとって仲間の目代わりとなり、書き留める際に、人に見られているときと同じような恥を感じ、心の中に悪いことを抱かないようにしましょう。このように自分を鍛えれば、自分の肉体を支配し、主に喜ばれ、敵の策略を打ち砕くことができるようになるでしょう。

**16.** 神の御霊の恵みは、心を尽くしてこの戦いに身を投じ、最初から、敵に決して一步も譲らず、いかなる戦いにおいても、敵を打ち負かすまで立ち続けることを決意した者たちを、より早く満たすものだとは私は考える。とはいえ、彼らを召された聖霊は、まず彼らのためにすべてを円滑に進め、それによって悔い改めの戦いに踏み出すことを容易にし、その後、その道のりをありのままの真実（困難さも含めて）で彼らに示してくださる。— あらゆる面で彼らを助けながら、聖霊は彼らの中に、悔い改めの労苦がどのようなものであるかを刻み込み、肉体に対しても魂に対しても、彼らをその創造主である神への完全な回心へと導くまで、その限界と様式を定めてくださる。— そのために、主は絶えず彼らを奮い立たせ、自らの肉体と魂の両方を鍛え上げるよう促される。そうして両者が等しく聖化され、等しく永遠のいのちの相続にふさわしい者となるためである：（鍛える）とは、身体については絶え間ない断食、労働、そして頻繁な徹夜祈りによって、魂については霊的な修行と、身体を通じて行われるあらゆる奉仕（および従順）における勤勉さによって行われるものである。これについて（何事も怠慢に行わず、すべてを神への畏れをもって注意深く行うこと）、もしその行いが実を結ぶことを望むならば、肉体を用いて行うあらゆる事柄において、努めなければならない。

**17.** 悔い改める者をその業へと導く際、彼を悔い改めに招いた神の御霊は、彼に御自身の慰めを与え、後戻りせず、この世のいかなる物にも執着しないよう教え導く。— そのために、御霊は魂の目を開き、悔い改めの労苦によって得られる清さの美しさを魂に見せ、それによって、魂の中に、肉体とともに自らを完全に清めようとする熱意を燃え上がらせ、両者が清さにおいて一つとなるようにする。— なぜなら、聖霊の教えと導きの目的は、彼らを完全に清め、墮落以前にあった原初の状態へと立ち返らせ、悪魔の嫉妬が混じったものをすべて根絶し、彼らの中に敵対的なものが何一つ残らないようにすることにあるからである。— そうすれば、肉体はあらゆる点において精神の命令に従うようになり、精神は食事や飲酒、睡眠、そしてあらゆる他の行動において肉体を力強く導くようになる。そして、聖使徒パウロの模範に従い、聖霊から絶えず教えを受けながら、「自分の肉体を死なせ、従わせ」（Iコリント9:27）るようになるのである。

**18.** 身体には三種類の肉的な動きがあることは周知の事実である。— 第一は、身体に生まれつき備わっている自然な動きであるが、これは（罪深く、良心を重くするような）何ものも生み出さない——魂の同意なしに、ただそれが身体にあることを感じさせるだけである。— もう一つの動きは、食物や飲み物による過度の栄養摂取に起因するもので、それによって生じる血の熱が、体内で魂に対して戦いを挑み、魂を不純な欲望へと傾かせる。— それゆえ、使徒はこう言っている。「酒に酔ってはならない。そこには淫行があるからだ」。同様に、主も福音書の中で弟子たちにこう命じている。「注意しなさい。食べ過ぎや酒にふけて、あなたがたの心が重くなら

ないように」（ルカ21:34）。また、修道生活において完全な聖さと清さを達成しようと熱望する者たちは、とりわけ常に、使徒の言葉「私は自分の肉体を打ち砕き、従わせている」（Iコリント9:27）と語れるように振る舞わなければならない。第三の誘惑は、悪霊によるものである。彼らは嫉妬から、すでに清さを追求している者（すなわち修道者）を誘惑し、その決意を緩めさせようとしたり、あるいは清さの門（すなわち、まだ修道生活に入ったばかりの者）に入ろうとする者をその道から逸らそうとしたりする。

**19.** しかし、もし人が忍耐と、神からの戒めに対する揺るぎない忠実さをもって武装するならば、聖霊はその心に、そのような誘惑から魂と体を清める方法を教えてくださる。もし彼が感情に流されて気を緩め、聞いた戒めや命令を軽んじてしまうならば、悪霊たちは彼を圧倒し始め、全身にまとわりつき、その衝動によって彼を汚し続けるだろう。その結果、苦しめられた魂はどこへ逃げればよいのか分からなくなり、絶望の中で、どこから助けが来るのかさえ見失ってしまうだろう。そして、彼女が正気を取り戻し、再び戒めの側に立ち、その重荷を受け入れ（あるいは義務の重みを自覚し）、神の御霊に身を委ねて初めて、彼女は再び救いの心境に満たされるのである。その時初めて、彼女は平安を神のみに求めなければならないこと、そしてその方法によってのみ、彼女にとっての平安が可能であることを悟る。

**20.** 完全な清らかさを求めて、魂と肉体の両方で、悔い改めの労苦を等しく、かつ調和して担うことが必要である。そして、心が、自己憐憫や甘えなしに情欲との戦いに臨むような恵みにあずかる時、そこには御霊の啓示、導き、そして支えが宿り、その助けによって、心は心の欲望から生じるあらゆる不浄な付着物を、魂からうまく払い除け始めるのである。この御霊は、知性（あるいは人の霊）と結びつき、認識された戒めを厳格に遵守するという決意のもと、身体から混入してくる情欲も、身体とは無関係に心の中に存在する固有の情欲も、すべてを心から追い払うよう、知性を導くのである。この霊は、頭から足先まで、身体全体を整えるよう彼に教える。目は清らかに見つめるように。耳は平和（あるいは穏やかなもの）に耳を傾け、中傷や噂話、誹謗中傷に心を奪われないように。——舌は、一つひとつの言葉を慎重に吟味し、善きことのみを語り、不純で情欲的なものが言葉に混じらないようにすること；手は、まず祈りの手振りや、慈悲と寛大さのための行いにのみ動かされるようにすること；腹は、食事や飲酒を、ただ体を維持するために必要な分だけに留め、欲望や快楽に駆られてその限度を超えてしまわないようにすること；足は、正しく踏み出し、神の御心に従って歩み、善行に奉仕する方向へと向かうこと。このようにして、身体はあらゆる善に慣れ、聖霊の御力に従って変容し、ついには、義人の復活において授かることとなる霊的な身体の性質を、ある程度は共有するようになるのである。

**21.** 魂には、前述の通り、独自の情動があり、それらは、高慢、憎しみ、嫉妬、怒り、落胆、その他類似のものである。魂が全力を尽くして神に身を委ねるとき、全き慈愛に満ちた神は、彼女に真の悔い改めの霊を与え、これらすべての情動から彼女を清め、それらに従わないよう教え、それらを克服し、絶えず彼女に障害を仕掛け、誘惑によって再び彼女を自分たちのものへと連れ去ろうとする敵に打ち勝つ力を与えてくださる。そして、もし彼女が回心において、また悔い改めを教える聖霊への善き従順において堅固であり続けるならば、慈悲深い創造主は、長い断食、頻繁な徹夜祈祷、神の御言葉による教え、絶え間ない祈り、あらゆる世俗の快楽からの断念、純粋な心からすべての人への奉仕、謙遜と霊的な貧しさ——これらすべてにおいて堅固であり続けるならば、至慈愛なる方は、憐れみの眼差しをもって彼女を見守り、あらゆる誘惑から彼女を救い出し、御自身の憐れみによって敵の手から彼女を引き離してくださるであろう。

**22.** 父なる神は、その慈しみにより、御自身の独り子さえも「惜しまず」（ローマ8:32）、私たちの罪と不義から私たちを救うために、御子を捧げられた。また、神の御子は、私たちのために御自身を低くされ、私たちの心の病を癒やし、私たちの罪からの救いを備えてくださいました。そこで、私は、私たちの主イエス・キリストの御名によって、あなたがたに願います。この神の偉大な御計画、すなわち、神である御言葉が、私たちのために、罪を除いては、あらゆる点で私たちに似てくださったという事実を、知り、常に心に留めておくように。理性に恵まれた者たちには、このことを理性をもって理解し、主が私たちのもたらされた力によって、（罪から

）真に自由となることを切に願うことがふさわしいのです。この御計画を正しく活用した者たちは、神の僕である。しかし、この称号はまだ完全さではない。完全さは子としての地位へと導くものであり、それは時が来れば与えられる聖化である。このように、私たちの主イエス・キリストは、弟子たちがすでに子としての地位に近づき、聖霊に導かれて御自身を認識したのをご覧になり、彼らにこう言われました。「もはやあなたがたを僕とは呼ばない。友であり、兄弟である。父から聞いたことはすべて、あなたがたに告げたからである」（ヨハネ15:15）。そして、キリスト・イエスにおいて自分たちが何者となったかを悟った者たちは、こう声を高めて言った。「私たちは、恐れのための奴隷の霊を受けたのではなく、子としての霊を受けたのです。その霊によって、私たちは『アッバ、父よ』と叫んでいるのです」（ローマ8:15）。もし（罪から）立ち上がるための完全かつ熱心な準備を示さない者がいるなら、その者は、救い主である主の来臨が、自分にとって裁きとなることを知っておくべきである。なぜ、シメオンは当初からこう謳ったのか。「この子は、イスラエルの多くの人々のつまずきと立ち上がりとなり、また、論争の的となるしるしとなる」（ルカ2:34）と謳ったのだろうか。そしてその後、使徒たちもこう宣言した。「私たちは、ある者にとっては死への死の香りであり、またある者にとっては命への命の香りである」（Ⅱコリント2:16）。

**23.** 真理の敵たちが絶えず真理を滅ぼそうと躍起になっていることは、あなたがたにも周知の事実である。しかし神は、世界の創造の初めから、常に御自身の被造物を顧みられ、心を尽くして創造主に近づいた者たちに、いかにして神を崇めるべきかを教えられた。しかし、肉の情欲と、私たちと戦う敵たちの悪意によって、魂の善き志が力を失い、人々が、単に罪から解放されて原初の状態へと立ち返るだけでなく、自らの本性と使命にふさわしいものを理解することさえできなくなったとき、その時、神は彼らに憐れみを示し、書かれた律法を通じて真の神への崇敬を教えられた。しかし、それさえも役に立たなかったとき、神は傷が拡大し、断固たる治療を必要としているのを見て、御自身の独り子——すなわち、私たちの唯一の医者である方——を遣わすことを定められた。

**24.** イエス・キリストへの愛に打ち勝たれ、私はこの時代を見つめながら、喜びと嘆きと涙を交互に感じている。私たちの同胞のうち、非常に多くの者が敬虔（修道）の衣を身にまとっている。しかし、そのうちのほんの一握りだけが心からそうし、主イエスの再臨によってもたらされる救いを受けるにふさわしい者とされた。これこそが、私が喜びを感じる人々である。一方、ある者たちは（自らの誓いの）力を軽んじ、肉の欲望や心の傾きに従って行動し、それゆえに主の再臨は彼らにとって非難の的となってしまった。これこそが、私が嘆く人々である。さらに、ある者たちは、この歩みの道のりの長さを思い巡らし、気力を失ってしまった。それゆえ、敬虔の衣を脱ぎ捨て、まるで言葉を失ったかようになってしまった。これこそが、私が涙を流して嘆く人々である。なぜなら、私たちの主イエス・キリストの再臨が、彼らにとって裁きとなったからである。

**25.** 私は全力を尽くして、あなたがたのために神に祈っている。主イエス・キリストが地上に燃え広げるために来られた（ルカ12:49）その火を、神があなたがたの心に注いでくださるよう。そうすれば、あなたがたは自分の意図や感情を正しく統制し、善と悪を見分けることができるようになるだろう。

**26.** 風が穏やかに吹いているときは、どんな船乗りも自分を過大評価し、自慢したくなるものです。しかし、風向きが突然変わって初めて、熟練した舵取りの技が発揮されるのです。

**27.** 主を畏れ、その戒めを守る者は、神のしもべである。しかし、私たちも置かれているこの「しもべ」の状態は、単なる奴隷状態ではなく、子としての地位へと導く義なのである。私たちの主は、の使徒たちを選び、彼らに福音の宣教を託されました。彼らを与えた戒めは、私たちがあらゆる情欲に打ち勝ち、美德への素晴らしい奉仕を成し遂げることができるよう、私たちのために素晴らしい「奴隷」の状態を確立したのです。しかし、私たちが恵みにさらに近づくとき



、私たちの主イエス・キリストは、御自身の使徒たちに言われたように、私たちにもこう言われるでしょう。「もはや、あなたがたを僕とは呼ばない。友であり、兄弟である。なぜなら、わたしの父から聞いたことはすべて、あなたがたに話したからである」（ヨハネ15:15）。恵みに近づいた者たちは、聖霊の働きを体験的に知り、自らの霊的な構造を理解する。そして、これを理解し知った上で、こう叫び求める。「私たちは、恐れをもたらず霊ではなく、子としての霊を受けただのです。その霊によって、私たちは『アッバ、父よ』と叫び求めているのです」（ローマ8:15）。

**28.** 神は御自身の恵みによって、すべての者の行いを導いておられる。それゆえ、怠けたり落胆したりすることなく、昼も夜も神に呼び求め、父なる神の慈しみを懇願し、あなたがたがどのように振る舞うべきかを悟るための助けが天から下されるよう祈り求めなさい。「あなたの目に眠りを、あなたのまぶたにうたた寝を許してはならない」（詩編 131:4）とあり、神ご自身を仰ぎ見るために、自らを清い供え物として神に捧げることに熱心であれ。使徒が言うように、清さなしには、だれも神を見ることはできないからである（ヘブライ 12:14）。

**29.** すべての聖人たちは、私たちが怠けて不精であるのを見ると、悲しみ、泣き、嘆きます。しかし、私たちが改心し、完全さへと成長していくのを見ると、喜び、その喜びと歓びのうちに、多くの聖人たちが絶えず私たちのために創造主へ祈りを捧げてくださいます。そして主は、そのとき、私たちの善行や、聖人たちの証言や祈りによって慰められ、あらゆる賜物をもって私たちに恵んでくださる。

**30.** 物質的かつ地上の肉体に固有のもの、そしてそのあらゆる動きや行為に対して、心から憎悪を抱かず、またその心をすべての父なる方への悲しみに燃え立たせない者は、救いを受けることはできない。しかし、これを行う者には、主は彼の労苦に憐れみを示し、目に見えず、物質的でもない火を授けてくださる。その火は、彼の中に存在するあらゆる情欲を焼き尽くし、彼の心を完全に清める。そうして、主イエス・キリストの御霊が彼の中に宿り、彼と共に留まり、父へのふさわしい礼拝を彼に教え導いてくださる。しかし、私たちが物質的な肉体に耽溺している限り、私たちは神と神の御使いたち、そしてすべての聖徒たちにとって敵であり続けるのです。それゆえ、私たちの主イエス・キリストの御名によって、あなたがたに懇願します。あなたがたの命と救いについて無頓着であってはなりません。また、この一瞬の時間が、終わりなき永遠をあなたがたから奪い去り、この肉体が、無限で言葉に尽くせない光の王国からあなたがたを遠ざけることを許してはなりません。まことに、私の魂は動揺し、私の霊は凍りつきます。なぜなら、私たちには聖なる行いを選び、行う自由が与えられているにもかかわらず、私たちが情欲に酔いしれ、まるで酒に酔った者のように、心を高みへと向け、至高の栄光を求めようとせず、聖人たちの行いに倣おうとせず、彼らの足跡をたどろうともしない。そうして彼らの業の相続人となり、彼らと共に永遠の遺産を受け取ることを望まないのです。

**31.** あなたがたは、自分たちの中にある恵みを受け、偉大な恵みにあずかるに至った。しかし、あなたがたは、「高き所から東より」あなたがたを「訪れられた」（ルカ 1:78）御方の御名のために、怠ることなく奮闘し、御方に聖く、汚れのないいけにえとなるべきである。私たちは、私たちの本性がその高みから屈辱と貧しさの深みへといかに堕ちたか、また、慈悲深い神がモーセや他の預言者たちの手を通じて御自身の律法をもって、いかにその本性を訪ねられたかを知っています。しかし、終わりの時代には、御自身の独り子を通してこれを行われました。その御子は、私たちの大祭司たちの最高長であり、私たちの真の医者であり、私たちの病を癒すことのできる唯一の力ある方であり、私たちの肉体をまとい、私たちと私たちの罪のために御自身を捧げられた方です。その御子の死によって、私たちは救われたのです。それゆえ、私たちが理性を持ちながら、敵であり、悪人であり、偽りの父である者の意に傾いたために、理性を失ってしまった後、私たちの創造主の御計画と、外なる人と内なる人に対する御訪れを、深く考察し、注意深く吟味しなさい。

**32.** 惡しき惡魔の数はどれほど多く、その策略の種類は数え切れないほどである！彼らは、私たちが自らの情欲と恥を自覚し、彼らが私たちを誘い込む悪行を避けようとし、彼らが吹き込む惡しき助言に耳を貸さなくなったのを見てさえも、諦めることなく、むしろ、自らの運命がすでに決定づけられ、その極度の惡意と（神からの）背きゆえに、彼らの行く末が地獄であることを知りつつ、必死の努力をもって行動に乗り出したのである。主があなたがたの心の目を開き、惡魔たちの策略がいかに数多いか、そして彼らが毎日どれほど多くの惡を私たちにもたらしめているかを見させてくださいますように。また、あなたがたに倦むことのない心と分別ある靈を授けてくださり、惡魔たちの嫉妬や、彼らの隠された策略や表に出ない惡意、欺瞞に満ちた嘘や冒瀆的な思い、毎日私たちの心に植え付けられる巧妙な唆し、そして彼らが私たちを煽り立てて互いに中傷し合い、自分たちだけを正当化させようとする怒りや誹謗中傷、他者を非難して互いに惡口を言い合うように仕向けたり、甘い言葉で私たちの心に秘められた苦味を隠させたり、隣人の外見を非難させながら、内面には自らを貪る捕食者を潜ませたり、互いに争い、互いに逆らって、自分の主張を通し、最も正直であるかのように見せかけようとするのです。罪深い思いにふける者は皆、敵から植え付けられたものに喜び（共感）を感じ、外見上の行いだけで自分を正当化しようと考えるとき、自発的に墮落する。その内面には、あらゆる惡を教える惡靈が宿っているからである。そのような者の体は恥ずべき恥辱に満ちる——なぜなら、そのような者には、自ら追い払おうとしない惡魔的な情欲が支配するからである。惡魔は目に見える肉体ではない。しかし、私たちの魂が彼らから闇の思いを受け入れるとき、私たちは彼らにとっての肉体となる。なぜなら、これらの思いを受け入れることで、私たちは惡魔そのものを受け入れ、それを肉体の中で顕在化させるからである。

**33.** 知性ある不死の性質は、朽ちるべき私たちの肉体の中に隠されており、その中において、またそれを通して、自らの働きを現すためである。それゆえ、この肉体を香を焚く祭壇として、あなたがたのあらゆる思いや邪惡な計略をその上に捧げ、それらを主の御前に置き、心と知性を以て主のもとへ昇り、主が天よりその非物質的な火をあなた方に注ぎ下され、この祭壇の上にあるすべてのものを焼き尽くし、それを清めてくださるよう懇願しなさい。そうすれば、あなたがたの敵であるバアルの祭司たちは恐れおののき、預言者エリヤの手によって滅ぼされたように、あなたがたの手によって滅びるであろう（列王記下18章25節以下）。その時、あなたがたは、神聖な水から現れる一人の人を見るであろう。その人は、あなたがたの上に靈的な雨、すなわち慰め主の御靈の注ぎを降らせるであろう。

**34.** 傲慢のゆえに天の位から墮ちた惡魔は、心から主に近づこうと願う者たちすべてを、自ら墮ちたのと同じ道、すなわち傲慢と虚栄への愛によって、絶えず墮落へと引きずり込もうと躍起になっている。惡魔たちはまさにこのことで私たちと戦い、このことや他の同様のことで、私たちを神から遠ざけようとしている。さらに、兄弟を愛する者は神をも愛することを知っているため、彼らは私たちの心に互いへの憎しみを植え付け、ある者は兄弟を見ることも、一言も交わすこともできなくなるほどにまで至らせる。多くの真に偉大な人々が徳を積むために努力を傾けたが、自らの無知ゆえに自らを滅ぼしてしまった。例えば、行いに冷めてしまい、自分の中に徳が備わっていると考えるようになれば、あなたがたの間でも同様のことが起こるのは不思議ではない。なぜなら、あなたがたはすでに、神に近く、光の中にいると思いついてはいるが、実際には闇の中にいるという、この惡魔的な病（自惚れ）に陥っているからだ。私たちの主イエス・キリストが、御衣を脱ぎ、腰に帯を締め、洗面器に水を注ぎ（ヨハネ13:4以下）、ご自身より身分の低い者たちの足を洗われたのは、私たちに謙遜を教えるためでなければ、何のためでしょうか。そうです——主は、当時なされたその行いによって、私たちに謙遜の模範を示されたのです。そして確かに、第一の位に受け入れられたいと願う者は皆、謙遜によってのみそれを達成することができます。なぜなら、初め、人を天から追放したのは、高慢の心だったからです。したがって、もし人に極限の謙遜、すなわち心全体、知性全体、靈全体、魂全体、そして肉体全体による謙遜がなければ、その人は神の御国を相続することはできない。

**35.** もし私たちが心から私たちの創造主に近づきたいと願うならば、霊的な律法に従って、私たちの魂を情欲から解放するために努めなければならない。なぜなら、私たちの悪行、情欲への耽溺、そして数多くの悪魔の誘惑によって、私たちの知性の力は弱まり、魂の善き動きは停滞してしまっただからである。私たちは、陥っている情欲のゆえに、もはや私たちの霊的な本性の美しさ（およびその要求）を知ることができません。そして、使徒パウロが「**アダムにおいてすべての人が死ぬように、キリストにおいてすべての人が生き返る**」（Ⅰコリント15:22）と記しているように、私たちの主イエス・キリスト以外に、私たちを救う者は誰もいません。私たちの主イエス・キリストは、御自身の姿に似せて創造されたすべての理性ある被造物の命そのものである。

**36.** 私たちは聖徒たちの名を与えられ、彼らの衣をまとい、それを不信者たちの前で誇りとしているが、彼らの行いに倣おうとする熱意は持ち合わせていない。使徒が言った「**敬虔の外見は持っているが、その力は捨て去っている者たち**」（Ⅱテモテ3:5）という言葉が、私たちに当てはまるのではないかと恐れている。主が、あなたがたに、受け入れた命とは何かを理解させてくださいますように。その精神に従って行動することで、目に見えない御国を受け継ぐにふさわしい者となるためです。私たちに与えられた力の限り、主の御心に従って自分の行いをなすこと——これこそが私たちのなすべきことです！なぜなら、それは私たちの本性にかなうものであり、それ以上のことを私たちの徳に求めるべきではないからです。——神に仕え、心を尽くして神を求める者は、自らの本性にかなって行動する。一方、いかなる罪を犯す者も、非難と罰に値する。なぜなら、それはその者の本性に反するからである。

**37.** 主が御自身の恵みによって、私の心を死の眠りから目覚めさせて以来、私は過度の涙と、慰めようのない嘆きに苛まれてきた。私は心の中でこう考える。主が私たちのためにしてくださったすべてのことに、私たちは何をお返しできるだろうか。主は御自身の天使たちに私たちに仕えさせ、預言者たちに預言させ、使徒たちに福音を宣べ伝えさせた。しかし、これらすべてよりもさらに大きなこととして、主は御自身の独り子をお遣わしになり、私たちを救ってくださったのである。さあ、あなたがたの心を神への恐れへと奮い立たせなさい。洗礼者ヨハネは、私たちの主イエス・キリストの洗礼に備えるため、悔い改めの水による洗礼を受けたことを知ってください。主イエス・キリストは、聖霊と火によって洗礼を受けられます。その火とは、善行への熱意の火なのです。さあ、私たちは肉体と霊において自らを清めるための熱心な準備を示し、私たちの主イエス・キリストの洗礼を受け、善行に熱心な者となり、自分自身を主への喜ばれるいけにえとしてささげましょう。洗礼において受け入れられる慰め主である御霊は、私たちに聖く行動する力を与え、私たちを再び最初の栄光ある状態へと導き、永遠に続く御国を受け継ぐにふさわしい者にしてくださいます。使徒が言うように（ガラテヤ3:27,28）が述べているように、キリストにバプテスマを受ける者はキリストに身を包むのです——聖霊の恵みを受けるのです。しかも、奴隷であろうと自由人であろうと、男性であろうと女性であろうと、この恵みを受けるやいなや、これらの肉적인区別は直ちにその力を失います。そして聖霊は、彼らにとって永遠の天の御国の相続の保証となるのと同時に、霊と真理をもって父を礼拝すべきことを彼らに教え導くのである（ヨハネ4:23）。

**38.** 私はあなたがたのために祈りました。あなたがたもまた、私が受けたあの偉大で燃えるような御霊を受けられるよう願って。もしあなたがたが、その御霊を受け、御霊があなたがたの中に留まることを望むなら、まず肉体の労苦と心の謙遜を捧げ、昼も夜も思いを天に向け、心の正しさをもってこの燃えるような御霊を求めなさい。そうすれば、御霊はあなたがたに与えられる。テスピのエリヤやエリシャ、そして他の預言者たちも、このようにして御霊を受けたのである。この修練（示された行い）によって自らを鍛える者には、この御霊が永遠に、そして世々限りなく与えられる。あなたがたの心のすべてを尽くして、痛切な願いをもって祈り続けなさい——そうすれば、あなたがたに与えられる。なぜなら、その御霊は正しい心の中に宿るからである。そして、その御霊が受け入れられたとき、あなた方に至高の秘義を啓示し、人や獣に対する

恐れをあなた方から追い払い、昼も夜も天の喜びがあなた方にあるようになる。そして、あなた方はこの肉体の中にありながら、すでに（天の）御国にいる者たちのようになるであろう。

**39.** もし人が神の愛を得たいと願うなら、神への畏れを抱かなければならない。その畏れは涙を生み、涙は勇気を生む。これらすべてが魂の中で熟すとき、魂はあらゆる面で実を結び始める。そして神は、その魂の中にこれらの素晴らしい実を見出されると、選ばれた者の香の香りへと引き寄せ、天使たちと共に常にその魂を喜び、その魂をも喜びで満たし、そのすべての道において守り、安息の場所に無事にたどり着けるようにしてくださる。その時、悪魔は、彼女を取り囲む至高の守護者を見て、彼女に襲いかかることはない。この偉大な力のゆえに、悪魔は彼女に近づくことさえ恐れるのである。この力を自らに得よ。そうすれば、悪魔たちはあなたを恐れ、あなたが担う労苦は軽くなり、神聖なるものがあなたにとって甘美なものとなるであろう。この神の愛の甘美さは、蜜の巣よりもはるかに甘い。共同生活を送る修道士や処女たちの多くは、この神の愛の甘美さを少しも味わわず、神の力も得ていないにもかかわらず、すでにそれを手に入れたと思い込んでいた。しかし、彼らはそれを得るために何の努力も払わなかったため、神は彼らにそれを授けられなかった。しかし、それを得ようと努める者は、神の御慈悲によって確かにそれを達成するであろう。なぜなら、神には人を見分ける目がないからである。人が、自分の中に神の光と神の力を持ちたいと願い、この世の侮辱も栄誉も軽んじ、すべての世俗的なものと肉の安らぎを憎み、自分の心をあらゆる邪惡な思いから清め、絶えず神に断食と昼夜を問わず流す涙、そして清らかな祈りを捧げるならば、その時、神はその力をその人に与えてくださる。そのような力を得るよう努めなさい。そうすれば、あなたがたはすべての行いを穏やかに、そして容易に成し遂げ、神に対する大きな大胆さを得、神はあなたがたのすべての願いを叶えてくださるでしょう。

**40.** 神は、神を愛し、心を尽くして神を求める者たちの声に耳を傾け、彼らのあらゆる願いを聞き入れてくださる。しかし、心を尽くして神に近づくのではなく、心が二分され、何をするにしても人間の栄光や称賛を得るために見せびらかしている者たちの願いについては、神は聞き入れず、むしろ彼らに怒りを抱かれます。なぜなら、彼らの行いは見せかけに過ぎないからです。そして、彼らには詩篇の言葉が成就する。「神は、人に媚びる者の骨を砕かれる」（詩篇52:6）。このため、神の力は彼らの中に働かない——なぜなら、彼らが取り組むあらゆる行いにおいて、心が堅固ではないからである。そして彼らは、神の甘美さ、その静けさと喜びを知らない。私たちの仲間の中には、魂に甘美さをもたらし、日ごとにますます大きな喜びと楽しさで満たし、その中に神の温もりを燃え上がらせるような力を得ていない者が多くいる。彼らは、人々の前で見せびらかすために自分の行いを行うため、悪霊に惑わされているのだ。しかし、あなたがたは、自分の労苦の果実を主の御前に捧げるにあたり、虚栄の霊から遠ざかるよう努め、絶えずそれに対して戦いを繰り広げなさい。そうすれば、主はあなたがたが御前に捧げる果実を受け入れ、選ばれた者たちに与えられる力をあなたがたに授けてくださるでしょう。この邪惡な霊に立ち向かうことを決してやめてはなりません。なぜなら、人が善行や立派な行いに取り掛かろうとすると（ ）、この霊も駆け寄ってきて、その行いに加わろうとしたり、あるいはそのような試みから完全にそらそうとしたりするからです。この霊は、誰かが正しく振る舞うことを許さず、主に忠実でありたいと願うすべての人々に敵対します。多くの人々を美德に近づくことさえ許さず、また他の人々に対しては、彼らの行いの間に割り込み、その実りを台無しにする。彼らに美德を実践し、慈悲の行いを行うよう教えつつ、そこに虚栄心を混ぜ込むのである。人々は、そのような者たちについて、彼らが美德の実に満ちていると思い込むが、実際には彼らはそれを全く持っていない——それは、遠くから見たときは甘い実がたくさん実っていると思われたイチジクの木に似ている。しかし、近づいてみると、そこには何も見つからなかったのだ。神は、彼らに何の善き実も見出せないがゆえに、彼らを枯らし、ただ御自身の神性の比類なき甘美さから彼らを奪うだけにとどまらない。しかし、あなたがたは、この奮闘に乗り出した以上、虚栄の精神に立ち向かうよう努めなさい——それに抵抗し、それを克服しなさい。神の力が訪れ、あなた方に助けをもたらし、あなた方と共にあり、いつでも、何ものにも代えがたい熱意と温もりを与えてくだ

さるでしょう。もしあなた方のうち、この温もりに恵まれていないと感じる者がいれば、それを求めようと努めなさい——そうすれば、それを求める者のもとへ、それはやって来るでしょう。それは、人々が少量の油を沸騰させたいとき、燃え上がるまで吹き込み、燃え上がるとその自然な力を発揮して、上へ昇りながら熱を放ち、沸騰させる火のようなものです。同様に、怠慢や怠惰によって自分の魂が冷めつつあるのを見たら、急いで涙を流して魂を奮い立たせなさい。間違いなく、その火はやって来て、あなたの魂と結びつくでしょう——そして、その火を得た者は、善行によって沸き立つことになるのです。ダビデもまた、自分の魂が重くなり冷め切っていることに気づいたとき、こう言いました。「私は古き日を思い起こし、あなたのすべての御業を学び、あなたの御手の御業から教訓を得ました。私はあなたに向かって両手を挙げ、私の魂は、水の無い地のようにあなたに渇き求めています」（詩編142:5,6）。ご覧の通り、ダビデは心が重くなったとき、そのことに深く心を痛み、やがて心に再び炎が燃え上がり、「神よ、私の心は整いました。私の心は整いました」（詩編107:2）と叫ぶに至ったのです。そして、この夜を徹した御配慮と御心遣いによって、彼は再び本来の地位に回復された。あなた方も同様に振る舞い、神の光と炎の助けを借りて、心を整えることに心をつにしてください。

**41. 祈りなさい**——神が、あなたがたにすべてをはっきりと見抜き、理解する恵みをお与えくださるように。そうして、善と悪を正しく見分けることができるように。使徒パウロは、「完全な者には堅い食物がある」（ヘブライ人への手紙5:14）と記しています。これこそ、長きにわたり入念な努力によって、善と悪に関する自らの感覚と意図を鍛え上げ、御国の子となり、神の養子として認められた者たちである。そして神は、彼らを、人も悪魔も惑わすことができないよう、あらゆる行いにおいて知恵と分別を授けられた。あなたがたは、敵が善の装いをもって信者たちを誘惑し、分別と知恵に欠けるために多くの人々を惑わしていることを知っておくべきである。それゆえ、聖パウロは、信者たちに定められた、その偉大さに限りがないこれらの知恵の富を知ったとき、エフェソの信徒たちに次のように書き送った。「神が、あなたがたに知恵と啓示の霊をお与えになり、あなたがたの心の目を照らして、あなたがたの召しの希望がどのようなものであるか、また、あなたがたの相続分としての栄光の富がどのようなものであるか、さらに、聖徒たちにおける神の相続分としての栄光の富がどのようなものであるかを、あなたがたに悟らせてくださいますように」（エフェソ1:17,18）。彼は彼らに対する並外れた愛ゆえにこうしたのです。もし彼らがこれに達すれば、何事においても苦労することはなく、何の恐れも抱くことはなく、主の喜びが昼も夜も彼らを慰め、彼らの労苦は常に彼らにとって甘美なものとなることを知っていたからです。キノヴィアに住む修道士や処女たちの多くは、この境地に達していない。そして、あなたがたも、もしこの境地——すなわち完全さの頂点——に到達したいと望むなら、そのような名称、すなわち修道生活や処女性を名乗るもののうち、このことを明確に認識せず、分別も持たない者たちすべてから離れなさい。なぜなら、もしあなたがたが彼らと交われば、彼らはあなたがたが成長することを許さず、むしろあなたがたの熱意を消し去ってしまうだろう。彼らには熱意などなく、冷たさしかないからだ。それは、彼らが自分の欲望のままに歩んでいるからである。それゆえ、もし彼らがあなたがたのところに来て、自分の欲望に従って世俗的な話を持ちかけてきたら、それに応じてはならない。なぜなら、使徒パウロはこう記しているからだ。「御霊を消してはならない。預言を軽んじてはならない」（Iテサロニケ5:19,20）。御霊は、何よりもまず、虚しい会話によって消されてしまうことを知っておきなさい。

**42. あらゆる理性ある被造物**——それが男性であれ女性であれ——には、愛の器官があり、それによって彼らは神聖なものと人間的なものの両方を抱きしめることができる。神的な（霊的な）者は神性を愛し、肉的な者は肉的なものを愛する。神性を愛する者は、この過ぎ去る世のあらゆる不浄や行いから自らの心を清め、世と自らの魂を憎み、十字架を背負って主に従い、すべてにおいて主の御心に従って行動する。それゆえ、神は彼らの内に宿り、魂を養い、満たし、成長させる甘美さと喜びを彼らに授けるのである。木が自然の水で潤されなければ成長できないのと同様に、魂も天の甘美さを受け入れなければ成長することはできない。御霊を受け入れ、天の甘美さで満たされた魂だけが、成長していくのである。

**43.** あなたがたは罪人であると認め、怠慢のゆえに犯したすべての過ちを嘆き悲しみなさい。そうすれば、主の御好意があなたがたと共にあり、あなたがたの中で働かれるであろう。主は慈愛に満ちておられ、主に向き直る者、それが誰であれ、その罪をすべて赦し、もはやそれを思い起こされることはないからである。しかし、主は、赦された者たちが、これまで犯してきた罪の赦しを自ら心に留め、それを忘れて、すでに赦された罪についてさえも説明を迫られるような行いを、自らの振る舞いの中で決して繰り返さないようにすることを望んでおられる。——それは、主人が彼に負っていた借金のすべてを免除したあの僕に起こったことと同じである。なぜなら、この慈悲を忘れて同僚の僕に不当な扱いをしたとき、主人は彼に、すでに免除されていた借金の全額を請求したからである。——それは、彼が同僚を憐れまず、百ディナリを赦さなかったためである。その額は、彼自身が赦された額に比べれば、取るに足らないものだった（マタイ18:23など）。預言者ダビデの例を見てみよう。彼がウリヤの妻と不義を犯した後、預言者ナタンがそれについて、また彼女の夫に対して行ったことについて彼を非難したとき、彼はその非難を聞き、直ちに悔い改め、謙虚な態度を示した。なぜ預言者ナタンは彼に、「神はすでにあなたの罪を赦された」（列王記下12章13節）と言ったのでしょうか。しかし、ダビデは罪の赦しを受けた後も、そのことを忘れず、その記憶を子孫に伝えました。これは、すべての世代、代々へと続く記憶としてなされたのである。「不義な者たちに、あなたの道を教えよう」（詩篇50:15）と彼は言う。それは、すべての罪人が彼の例から学び、彼のように自分の罪を悔い改め、赦された後もそれを忘れず、常に心に留めるようにするためである。神ご自身も、預言者イザヤを通して次のように語られた。「わたしはあなたの罪を消し去り、もはやそれを思い起こさない。しかし、あなたはそれを思い起こせ」（イザヤ書43章25節、26節）。また、預言者エレミヤを通じて、「イスラエルの家よ、わたしに立ち返れ……わたしは憐れみ深い者であるから、あなたがたに顔を向けず、永遠にあなたがたに怒りを抱くことはない。しかし、あなたの不義を見よ。あなたはあなたの神、主に対して背き、あなたの道を踏み外したのだ」（エレミヤ3:12, 13）。このように、主が私たちの罪を赦してくださる時、私たちは自分自身でそれを赦してはならず、常にそれを心に留め、悔い改めを新たにし続けなければならない。

**44.** 霊的な修行は尊いものだが、それには多くの敵がいる。その中で完全になりたいと願う者は、いかなる悪にも従属してはならない。いかなる悪にも従属する者は、完全さの境地から遠く離れている。

**45.** 私たちの主イエス・キリストは、その測り知れない謙遜によって、ご自身の神性を人間性で覆われた。それゆえ、すべての人は彼を単なる人間として見なしたが、彼は単なる人間ではなく、受肉された神であった。それは、「御言葉は肉となり、私たちの間に住まわれた」（ヨハネ1:14）と書かれているとおりである。しかし、主は、私たちの救いを成し遂げるために必要であった受肉によって、御自身の神性を失うことはなかった。

**46.** 多くの者は、その愚かさゆえにこう言う。「私たちも、使徒たちと同じように主イエス・キリストを見た」と。しかし、彼らは自己欺瞞と惑わしの中にあり、使徒たちが主を見たように主を見る目を持っていない。使徒パウロは、主が地上を歩まれていた当時、群衆に囲まれ、人々から単なる人間として見られていたにもかかわらず、主と共にいた使徒たちや、その時に主を信じた者たちと同じように、主を見ました。出血の病を患っていた女性が、心の目で主を見て、主こそが神であると信じ、信仰をもって主の衣の端に触れたとき、たちまち病から解放されました。主は「誰がわたしに触れたのか」と尋ねられましたが、それは知らなかったからではなく、彼女の信仰を明らかにしたかったからです。使徒ペトロは「民があなたを苦しめているのに、あなたは『誰がわたしに触れたのか』とおっしゃるのですか」と言いましたが、その女性自身が名乗り出て、どのように癒やされたかを告白しました。すると主は彼女に、「行きなさい。あなたの信仰があなたを救ったのです」と言われました（ルカ8:45-48）。ピラトも、アンナも、カイアファも主を見ましたが、他の群衆と同様に、使徒たちが主を見たのとは異なり、信仰なくして主を見つめていました。それゆえ、主を見たことによる何の益も得られなかったのです。しかし、



使徒パウロは、心の目と揺るぎない信仰をもって主を見た。それは、出血の病を患っていた女性が、信仰をもって主に触れ、癒やされたのと同じようにであった。

47. 人の内から罪の支配が消え去るとき、神は魂に現れ、魂を体とともに清めてくださる。しかし、もし罪の支配が体の中に生き続けているならば、人は神を見ることはできない。なぜなら、その人の魂は体の中にあり、神を見るという光がそこに宿る余地がないからである。ダビデはこう言っている。「あなたの光の中で、私たちは光を見る」（詩編35:10）。では、人が光を見るといふその光とは、いったいどのような光なのでしょう。それは、私たちの主イエス・キリストが福音書で言及されている光、すなわち、人が全身が光に満ち、その中に暗い部分がないようにすること（ルカ11:36）です。主はまたこうも言われた。「父を知っているのは、子だけであり、子がそれを明らかにしようと望む者にのみ、父を明らかにする」（マタイ11:27）。しかし、子は闇の子らに御父を明らかにするのではなく、光の中に留まり、光の子である者たち、すなわち、御子が戒めの知識によってその心の目を照らした者たちにのみ、御父を明らかにするのである。

48. 詩篇にはこう記されている。「私は、驚くべき住まい、すなわち神の家へと歩み入る」（詩篇41:5）。この「歩み入る」という言葉は、さらなる歩みを意味し、魂が完全な成熟に達したことを私たちに示している。なぜなら、ここでは魂はすでに神に近づいているが、以前はその道が神からまだ非常に遠かったからである。私たちの道が極めて遠いとしても、驚く必要はない。なぜなら、私たちはまだ霊的な幼年期にあるからだ。あの偉大な預言者エリヤでさえ、「立ち上がって、食べて、飲んで、力を付けなさい。あなたの道はまだ長いからである」（列王記上19:7）と言われたことがわかる（彼は神の御顔を見るために歩んでいたのである）。この「道の長さ」について、ダビデもこう語っています。「誰が私に翼を与えてくれるだろうか。そうすれば、私は深みへと飛び立ち、安らぎを得られるだろう」（詩篇54:7）。だからこそ、この道を、不注意や怠慢、怠惰をもって歩むのではなく、注意と熱意をもって歩まなければならないのです。宇宙の師であるパウロは、私たちに「そのように走って、目標に到達しなさい」と助言し、さらに「私は自分の肉体を打ち負かし、従わせている」と語っている（Iコリント9:27）。さあ、この肉体に宿っている間に走り続け、聖パウロ自身が成し遂げたように、完全さに達しよう。彼はこう言っている。「私は善き戦いを戦い抜き、走り終え、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私に用意されている」（テモテへの手紙第二 4:7,8）。

49. 魂が宿っている間、肉体は三つの段階、すなわち、若さ、壮年期、老いを経るように、肉体に隠されている魂もまた、三つの段階、すなわち、信仰の始まり、信仰における成長、そして完全さを経る。第一の段階、すなわち魂が信じ始める時、魂はキリストにあって新たに生まれ変わる。福音書に記されているように、使徒聖ヨハネは、この新生、また中間の段階、そして完成の状態の特徴を、次のように述べて示してくれた。「若者たちよ、あなたがたに書き送った。子供たちよ、あなたがたに書き送った。『あなたがた、父たちへ』と書いた（Iヨハネ2:12-14）。このように、彼は肉적인友人たちではなく、信者たちに向けて書き、霊的な領域へと向かい、完全さを達成し、完全な恵みにあずかるために進む者たちが経る三つの段階を描き出したのである。

50. 霊的な生活を愛する者は、ヨセフの清さと節制に倣わなければならない。また、瞑想によって自らを律し始め、狡猾な敵の支援によって強められているあらゆる邪惡な欲望に対して武装し、ヨブが彼について語った言葉、「その強さは腰にあり、その力は腹のへそにある」（第40章11節）。だからこそ、通常は過度の飲食によって煽られるこれらの肉欲に対して奮闘し、武装する者は、清さを保つために、厳格な節制をもって腰を締めなければならないのである。ヤコブと格闘した天使は、彼の太ももの筋を強く握りしめたと記されており、それによって彼の肉体は衰え、弱まり、彼は「イスラエル」、すなわち「神を見る者」と呼ばれるようになった（創世記32:25,32）。同様に、私たちも、情欲を死滅させ、消し去るために、自らの肉体を衰えさせなければならない。なぜなら、肉の衰えこそが、清らかさの美德において完全さに至ることを可能にするからである。肉体がつき果てたとき、魂は強靱となる。それゆえ、私たちは自分自身を律す

る力を得るために、肉体を鍛え上げよう。なぜなら、もし私たちが肉体を服従させ、それを魂の奴隷とすれば、神に対する敵意である肉欲的な思いは、肉体の死によって滅ぼされるからである。そうすれば、魂は照らされ、神の神殿となる。すべての肢体において清くあらうと努める者こそ、真に霊的な修行者である。その者こそ、自らのすべての感覚を訓練し、それらに自分を支配させず、むしろ抑制し、偉大な清らかさをもって主のくびきの下に服従させる者である。彼は自分の目に悪いものを見させず、また女性を欲望の眼差しで見つめることを許さない；耳には、悪口や悪魔の助言、悪魔が植え付ける思いに耳を傾けさせず、口には封印を施し、舌が空虚な言葉を語るのを許さない。彼は両手を差し伸べて、慈愛と援助という美しい行いを行い、その足は主の御言葉を実行するために素早く動く。「もし誰かが、力のある者なら、あなたを一人分の距離だけ引きずって行こうとするなら、彼と共に二倍の距離を行きなさい」（マタイ5:41）；彼は自分の腹と胸を、それらが原因で倒れたり、腹や胸を地面につけて這う蛇のように、地を這い回るようなことのないよう、しっかりと制御している。兄弟たちよ、これこそが修行者の生き方である。

**51.** 真に霊的な修行者になりたいと願う者は皆、騒がしい人混みから身を遠ざけ、それに近づかないよう努めなければならない。そうしてこそ、肉体も、心も、精神も、人々の混乱や喧騒の外に留まることができるのである。なぜなら、人のいるところには、必ず混乱があるからだ。私たちの主は、一人で祈りのために山に登られたとき、人々から離れ、孤独に身を置く模範を示してくださいました。また、荒野においても、主は、あえて主と戦おうとした悪魔に打ち勝たれました。もちろん、主は人混みの中でも悪魔に打ち勝つことができなかったわけではありません。しかし、主は、孤独と静寂の中でこそ、私たちが敵に打ち勝ち、完全さに達しやすいということを、私たちに教えるためにそうされたのです。また、主は人々の前で御自身の栄光を弟子たちに示されず、山に導き上げ、そこで御自身の栄光を彼らに示されました。洗礼者ヨハネもまた、イスラエルの民の前に現れるその日まで、荒野にいました。この世において、敵は自らの武器——外的なものも内的なものも——を用いて、私たちを追い詰めるのが容易である。そこで、敵は自分に従順な人々を共犯者や手先として引きつけ、彼らを介して信者たちに対して戦いを仕掛ける。例えば、ある恥知らずな女性 は、敵にとって非常に強力な武器となり、その誘惑の網を広く張り巡らせるのである。エゼキエルは、それぞれ四つの顔を持ち、すべてが神の栄光を現していた四つの生き物を見たとき、都市や集落の中にいたのではなく、外、すなわち野原にいました。なぜなら、神は彼に「野原に出て行けば、わたしの栄光を見るだろう」と言われたからです（エゼキエル書3章22節）。そもそも、この種の幻や啓示は、山や荒野においてのみ、聖徒たちに示されていたのである。預言者エレミヤもまた、神が孤独をいかに好まれるかを知っていたため、こう言った。「若き日に軛を負い、一人で座して沈黙を守る者は幸いである」（エレミヤの哀歌3:27, 28）。また彼は、神に喜ばれようとする者たちに、世間の噂がどれほど多くの害をもたらすかをよく知っていたため、こう言わずにはいられなかった。「誰が私に荒野に最後の住処を与えてくれるだろうか。そうすれば、私は民を捨て、彼らから離れていくのに」（エレミヤ書9章2節）。また、預言者エリヤも天使たちから食物を授かる恵みにあずかったが、それは民衆の群れの中でも、都市や村でもなく、荒野でのことだった。聖人たちに起こったこれらすべてのことや類似の出来事は、孤独を愛した人々に倣うよう私たちを説得するために記されている。なぜなら、孤独こそが私たちをも主のもとへと導くことができるからである。それゆえ、あなたがたは、それが神の御姿を見ることに至るよう、すなわち最も霊的な観想に至るよう、ふさわしい形でそこに堅く立つよう努めなさい。

**52.** また、神の火が宿った魂がどのようなものか、あなた方に伝えたい。それは、天の空を高く舞い上がる二翼の鳥に似ている。すべての被造物の中で、翼を持つのは鳥だけである。それが鳥の特質である。神に従う魂の翼とは、神の炎の奔流であり、それによって魂は天へと高く舞い上がることができるのです。もし魂がこれらの翼を失えば、その高みへと昇る炎に無縁であるため、高く舞い上がることはできず、翼を失った鳥のようになるでしょう。その鳥は、翼を失ったがゆえに、もはや飛ぶことができないのです。さらに、人間の魂は、鳥が生まれる原因が「温

かさ」であるという点でも、鳥に似ている。なぜなら、鳥が卵を温めなければ、そこから生きている雛は孵化しないからである。卵は、温かさによってのみ生命を宿することができるからだ。同様に、神もまた、御自身に従順な魂を抱きしめ、温めることによって、それらを霊的な命へと目覚めさせられるのである。このように、神に寄り添い、神に従順な魂が、その存在の源を温かさに求める鳥に似ていることを理解したならば、決してこの炎の力を失うことのないようにしなさい。知っておきなさい。神からあなたに授けられたこの火を奪うために、悪魔は多くの戦いを仕掛けてくるのです。なぜなら、悪魔は、あなたの中にこの火がある限り、決してあなたを打ち負かすことはできないとよく知っているからです。

**53.** 悪魔に立ち向かい、その策略を見抜くよう努めなさい。悪魔は、その正体が露見しないよう、通常、苦味を甘美さの仮面に隠しており、一見魅力的に見えるが、実際には全く異なる様々な幻影を仕組んで、本来は十分に魅力的な真理を巧妙に模倣することで、あなたがたの心を惑わそうとする。彼のすべての術は、神のために善き働きをするあらゆる魂に、全力を挙げて抵抗することに向けられている。彼は、すべての力の源である神聖な炎を魂の中から消し去るために、多種多様な情欲を魂に植え付ける。とりわけ、肉体の安らぎや、それに伴うものを利用して襲いかかるのである。しかし、ついに、彼らがそのようなものすべてを警戒し、彼から何も受け入れず、いつか彼の言うことを聞くという希望を全く示さないのを見ると、彼は恥じて彼らから退く。その時、神の御霊が彼らの中に宿る。そして、神の御霊が彼らの中に宿ると、彼らに安らぎを与え、あらゆる行いにおいて平安を味わわせ、神のくびきを負うことを彼らにとって甘美なものとする。それは、福音書に「あなたがたの魂は安らぎを得る」（マタイ11:29）と記されている通り、彼らは神のくびきを背負いながらも、安らぎを味わうのである。そうして彼らは、徳の実践においても、従順の実行においても、また夜の徹夜祈りにおいても、疲れを知らなくなる。人々の不当な非難に対しても怒らず、人間であれ、獣であれ、霊であれ、誰をも恐れない。なぜなら、主の喜びが昼も夜も彼らと共にあり、彼らの知性を活気づけ、養っているからである。この喜びによって魂は成長し、あらゆることに適した、すなわち完全な状態となり、それによって天へと昇っていくのである。

**54.** 私たちは、子供が成長する様子を見ることができる。最初は母の乳を飲み、次に他の何らかの食物を摂り、最後には、通常すべての人が食べるあらゆる食物を摂るようになる。こうして子供は強くなり、たくましく成長し、敵が襲いかかろうとも、その心は勇敢に立ち向かう。しかし、幼少期に何らかの病に襲われると、その栄養摂取や体力の強化はうまくいかず、弱々しいまま成長し、あらゆる敵に打ち負かされ、敗北してしまう。健康を取り戻し、敵を打ち負かす力を得るためには、経験豊富な医師の助言と手当てを受ける必要がある。それと同様に、人間の魂も、そこに神の喜びがなければ弱くなり、多くの傷を負うことになる。もしその魂が、霊的な治療に熟達した神の僕である人物を見つけ出し、彼に寄り添うよう努めるならば、その人はまずその魂を情欲から癒やし、次に蘇らせ、神の助けによって、その魂の糧である喜びを得る方法を教えてくれるだろう。そうして初めて、彼女は悪霊である敵に立ち向かい、彼らを打ち負かし、その助言を踏みつけ、さらに完全な喜びに満たされるだろう。

**55.** 邪悪な悪魔が、あなた方を惑わし、欺くために、真実を語る者の姿で現れたとき、その助言に気をつけなさい。たとえ彼が光り輝く天使の姿であなた方のところに来ようとも、彼を信じてはならず、その言葉に従ってはならない。なぜなら、彼は通常、忠実な者たちを、真理の魅力的な外見で魅了するからである。未熟な者たちは、悪魔のこうした狡猾さや、彼が絶えず彼らに仕掛ける策略を知らない。しかし、成熟した者たちは、使徒が言うように、「成熟した者たちには、堅い食物が与えられている。彼らは長い訓練によって、善悪を区別する感覚を養われている」（ヘブライ人への手紙5:14）ことを知っている。敵はこうした人々を惑わすことはできない。しかし、自分自身にあまり注意を払わない信者たちに対しては、一見甘美に見える餌で巧みに誘惑し、釣り人が釣り針の先を餌で覆って魚を捕まえるのと同じように、彼らを捕らえてしまう。魚は、その餌で釣り針が隠されていることを知らない。それゆえ、近づいてきて餌を飲み込み、たちまち捕らえられてしまう。もし魚が、この餌によって捕まることを知っていたなら、疑い

なくそれに近づかず、逃げ出していただろう。同様に、私たちが述べたように、未熟な信者たちも敵に捕らえられます。その理由は全く同じであり、ソロモンが言うように、「人は自分の道を正しいと思うが、その終わりは地獄の底である」（箴言 16:25）； 預言者アモスにもこう記されている。「アモスよ、何が見えるか。」彼は答えた。「鳥捕りの罟（網）」（8:2）。鳥は、地上に捕まることを恐れて空を飛び、休息や睡眠のために最も高い場所に巣を作る。そこでは、誰も自分を手に入れられないし、捕まえることもできないと知っているのだから、気兼ねなく眠るのだ。しかし、鳥捕りがどのようにして鳥を騙すかは周知の事実である。その場所へやって来て、網を張り、目立つ場所に種を撒く。この餌で鳥を高い場所から誘い出し、鳥は降りてきて罟にかかるのである。悪魔も同様に、未熟なキリスト教徒をその狡猾さで罟にかけ、彼らをその高みから引きずり下ろす。彼は蛇の姿を装い、エバにこう言ったときもそうであった。「あなたがたは決して死なない……その日、あなたがたがそれを食べれば、あなたがたの目は開かれ、あなたがたは神のようになるだろう」（創世記 3:4,5）。この言葉を聞いたエバは、心を彼に傾け、そこに真理があると思い込んだ。それは、彼女がそのことを正しく見極められなかったからである。しかし、彼女自身がそれを味わい、アダムにも味わわせたとき、彼らにはあの大きな不幸が降りかかった。二人は共にその高みから堕ちてしまったのである。悪魔は、未熟なクリスチャンに対しても同じように振る舞う。彼らは善と悪を見分ける方法を知らず、自分の気まぐれに従い、自分の判断や意見に満足してしまう。善と悪を正しく見分けることのできる完全な父たちに尋ねることなく、自分たちもすでに完全さを達成し、父たちからの祝福を受けたと思い込んで、心の欲望に従うときです。そのような者たちは、高く巣を作ったものの、地上に舞い降りて鳥捕りの罟にかかり、捕らえられてしまった鳥たちに似ている。彼らにこのようなことが起こる理由は、自己過信のあまり、常に心の衝動に従って行動し、自分の欲望を満たそうとし、父たちの言葉に耳を傾けず、彼らと相談もしないからである。それゆえ、悪魔は彼らに幻や幽霊を見せ、彼らの心を高慢で満たす。時には夜に夢を与え、それを昼間に実現させて、彼らをさらに深く惑わそうとする。それだけでは足りないかのように、時には夜に光を見せ、彼らがいる場所を明るく照らす。彼はこのようなことを数多く行い、まるでしるしのようにも見せかける。悪魔がこれらすべてを行うのは、彼らが悪魔に対して安心し、悪魔を天使だと考えて受け入れるようにするためである。彼らがその意味で悪魔を受け入れるやいなや、悪魔は彼らをその高みから転落させる。それは、彼らを支配する高慢の霊によるものである。彼は、彼らが霊において多くの人々よりも偉大で栄光に満ちた存在となり、父たちに頼ったり、彼らの言葉に耳を傾けたりする必要はないという確信を、彼らに抱かせようと努める。しかし、聖書が示すように、彼らは確かに輝かしいぶどうの房ではあるが、未熟で渋いものである。父たちからの教えは彼らにとって重荷となる。なぜなら、彼らは自分たちがすでにすべてを知っていると確信しているからである。

**56.** しっかりと知っておきなさい。もしあなたがたが父たちに従わなければ、成功することも、成長して完全になることもできず、善と悪を正しく見分けることもできないのだ。私たちの父たちも、まさにそのように行動した。彼らは自分の父たちに従い、その教えに耳を傾けた。それゆえに彼らは成功し、成長し、自らも教師となったのである。シラフの知恵の書にこう記されている通りである。「長老たちの教えから離れてはならない。彼らは自分たちの父たちからそれを学んだのだから。彼らから知恵を学び、必要な時に答えられるようになるためである」（シラフ 8:11-12）。それゆえ、あなたがたは、父に服従し、あらゆることに従った者たちに倣わなければならない。彼らの父たちは、神の助けにより、自分たちが自分の父から学んだすべてのことを彼らに教え、その教えに従順な息子たちに伝えたのである。こうして、イサクはアブラハムに従い、ヤコブはイサクに従い、ヨセフはヤコブに、エリシャはエリヤに、パウロはアナニアに、テモテはパウロに従った。これらすべての人々、および彼らに似た者たちは、それぞれの父に従い、その御心を行い、その助言に従った。それゆえに真理を知り、正道を学び、ついに聖霊に満たされ——こうして、預言者エゼキエルに記されているとおり、あらゆる事において真理の伝道者となった。「わたしはあなたをイスラエルの家の見張りとして立てた。わたしの口から出る言葉を聞き、わたしに代わって彼らに告げよ」（3:17）。それゆえ、もしあなたがたが成功し、よ

り完全に成長し、心の中で動揺することなく、いかなる点においても悪魔に嘲笑されることのない者になりたいと願うなら、あなたがたの父たちに従い、彼らの言うことをすべて聞き入れなさい——そうすれば、永遠に倒れることはないでしょう。

**57.** 人を善において堅固にし、初めから終わりまでその状態を守り抜く唯一の行いを、あなたがたに示そう。すなわち、全霊を尽くし、全心を尽くし、全知性を尽くして神を愛し、神のみに仕えなさい。そうすれば、神はあなたがたに大きな力と喜びを与え、神のすべての業はあなたがたにとって蜜のように甘くなり、肉体的な労苦、知的な活動、徹夜祈祷、そして神の軛全般が、あなたがたにとって軽く、甘美なものとなるでしょう。しかし、人々への愛ゆえに、主は時に彼らに試練を送り、彼らが驕ることなく、奮闘し続けるようにされる。そして彼らは、勇気の代わりに重苦しさや弛みを感じ、喜びの代わりに悲しみを感じ、平安と静寂の代わりに動揺を感じ、甘さの代わりに苦味を感じる。主を愛する者たちには、他にも多くの同様のことが起こります。しかし、これと戦い、打ち勝つことで、彼らはますます強くなっていきます。そしてついにこれらすべてを完全に克服したとき、あらゆることに聖霊が彼らと共にあり始め、もはや彼らはいかなる悪も恐れることはなくなるでしょう。

**58.** 聖霊は絶えず、人間の言葉では言い表せないほど、最も心地よく、最も甘美な香りを漂わせている。しかし、聖霊のこの心地よさとその甘美さを知っているのは、聖霊が自分の中に宿るという恵みにあずかった者たち以外、誰がいるだろうか。聖霊は、悔い改める者の魂に、多くの苦労を経て初めて宿るのである。この世においても、同様のことを多く見ることができます。例えば、宝石は、多大な苦労を伴わなければ手に入れることはできません。聖徒たちはこの御霊を求め、ついに御霊を見出しました。そして、御霊こそが、聖なる福音書（マタイ13:45,46）で言及されている、真に貴重な真珠そのものです。それは、良質の真珠を探していた商人のたとえ話に登場し、その商人は一つの貴重な真珠を見つけると、行って自分の持ち物をすべて売り払い、それを買いました。また、畑に隠された宝のたとえ話にも、当然ながらこの御霊が示されている。ある人がその宝を見つけ、それを隠し、喜びのあまり持っていたものをすべて売り払い、その畑を買ったのである（マタイ13:44）。聖霊を受けた者ほど、誘惑にさらされる者はいない。また、私たちの主は、洗礼を受けた際、鳩の姿をした聖霊が御身に降りた後、聖霊によって荒野に導かれ、悪魔による試練を受けられました。悪魔はあらゆる誘惑をもって主を試みましたが、ルカによる福音書に記されているように、何一つ主を陥れることはできませんでした：「すべての誘惑を終え、悪魔はしばらくの間、主から離れた」（ルカ4:13）。主イエスは、御霊の力によってガリラヤに戻られた。同様に、御霊を受け入れ、戦い、勝利するすべての人々を、聖霊は強め、あらゆる誘惑に打ち勝つ力を与えてくださる。

**59.** 預言者エゼキエルが見たセラフィム（エゼキエル書1,4,9）は、完全さを達成するために奮闘する忠実な魂たちの象徴である。彼は、目であふれる六つの翼を持ち、また四方を見つめる四つの顔を持っていた。一つの顔は人の顔に似ており、もう一つは子牛の顔、三つ目は獅子の顔、四つ目は鷲の顔であった。セラフィムの最初の顔、すなわち人間の顔は、この世に生きながら、自分に課せられた戒めを果たす忠実な者たちを象徴している。もしその中から誰かが修道生活に入れば、その者は子牛の顔に似るようになる。なぜなら、修道規則を遵守するために重労働を背負い、より肉体的な功業を成し遂げるからである。共同生活の規律を極め、隠遁の生活へと移り、目に見えない悪魔たちとの戦いに身を投じる者は、野獣の王である獅子の顔に喩えられる。そして、目に見えない敵に打ち勝ち、情欲に打ち勝ち、それらを自分に従わせたとき、その者は聖霊に満たされ、神聖な幻視を見るようになる。そこで、その者は鷲の顔に似るようになる。その知性は、六方向から自分に起こりうるあらゆる事象を見通すようになり、それは、目であふれた六つの翼に喩えられるのである。こうして彼は完全に霊的なセラフィムとなり、永遠の至福を継承するのだ。

**60.** 清さ、絶え間なく不変の平安、完全な慈悲、そして祝福をもって冠されるその他の素晴らしい美德——これらが神の戒めの本質である。これらの御霊の御命令を果たすよう努めよ。それによって、あなたがたの魂は生き返り、またそれを通じて、あなたがたは主を自らの内に迎え

入れることになる。それらは安全な道である。肉体と心の清さなくして、神の前で完全である者など誰もいない。それゆえ、聖福音書にはこう記されている。「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:8）。完全さは心の清さから生まれる。心の中には、自然な善と不自然な悪が存在する。悪からは、非難、憎しみ、傲慢、その他類似したような心の情動が生まれる。一方、善（心の自然な部分）は、神への認識（神への畏れ）と、あらゆる情動から解放された魂の聖さ、すなわち清さ（良心）を生み出す。もし人が改心を決意し、あらゆる悪を避け始め、それに対して涙、悔い改め、嘆息、断食、徹夜祈祷、貧しさ、そして神への数多くの祈りといった行いをもって武装するならば、主はその恵みによってその人を助け、からすべての心の情動を解き放ってくださる。多くの人々は、長い間修道生活や貞潔の生活を送りながら、この清らかさの教えを学べなかった。それは、彼らの父たちの教えを軽んじ、自分の心の欲望に従ったからである。そのため、悪霊——魂を滅ぼす者たちが彼らを支配し、昼夜を問わず隠れた矢で彼らを襲い、いかなる場所でも安らぎを与えない。その結果、彼らの心は、時には高慢に、時には虚栄に、時には不敬虔な嫉妬に、時には非難に、時には怒りと激怒に、時には争いやその他数え切れないほどの情欲に占められている。— そのような者たちは、五人の狂信的な乙女たちと同じ運命をたどることになる。なぜなら、彼らは自分の時間を無分別に過ごし、——舌を制御せず、目と体を情欲から清く保たず、心を不浄やその他の嘆きに値する事柄から守らないからである。彼らは不浄であり、——ただ処女の象徴である一枚の亜麻の衣に満足しているからだ。それゆえ、彼女たちは自分のランプを灯すための天の油をも失っている。そして、花婿は決して彼女たちに御自身の宮殿の扉を開くことはなく、愚かな乙女たちへのたとえ話で言われたように、「まことに、あなたがたに言う。私はあなたがたを知らない」（マタイ25章）と告げるだろう。私は、あなたがたが救われ、自由で忠実な者となり、すべての魂の花婿であられるキリストの清らかな花嫁となることを願って、これを記す。使徒パウロが言うように、「あなたがたを、ただひとりの夫、すなわち清らかな処女として、キリストに献げるために婚約させた」（Ⅱコリント11:2）。

61. 金は、最も厳しい精錬を経てより良くなるよう、火によって何度も精錬されます。同様に、私たちの主は、その慈しみによって、多くの試練をもって人を清め、試み、心の戦いを戦うことに熟達させ、そうして、人がかつて他者から受けた不正や屈辱に、もはや思いや記憶を戻すことがないようにされるのです。むしろ、神の御前でへりくだり、すべての希望を神に委ね、預言者ダビデが言ったように、神の御前であらゆる善行を行う準備を常に整えているのです。「神よ、わが心は整っています。わが心は整っています。私は喜び歌い、私の栄光を讃えます」（詩編107:2）。あなたがたは、ある兄弟たちから侮辱や不当な扱いによって試練に遭ったり、同僚たちから屈辱を受けたりするかもしれないということを心に留めておきなさい。そのようなことがあなたに起こったとき、なぜ堅く立ち、恐れたり、落胆したりせず、これらすべてについて主に感謝をささげなさい。なぜなら、主なしにはそのようなことは起こらず、主がそれを許されるのは、神のしもべたちが試練に耐えることが必要だからである。なぜなら、神の慈しみによって試練や労苦、悲しみ、災難に試されず、あらゆる状況において忍耐をもって善に立ち続けることを学ぶまで、その人は神から栄誉を受けることはないからです。

62. あなたがたに降りかかる災いや悲しみを忍耐強く耐え忍び、それらに対して大いなる謙遜をもって主に感謝を捧げなさい。そうすれば、あなたがたの労苦から喜びを味わうことができるでしょう。——戦いに勇敢な聖スザンナのように。彼女はあの二人の不法な老人の好色な誘惑に打ち勝ち、彼らの虚偽の中傷によって多くの災いと悲しみを被ったが、神はその忍耐と揺るぎなき信念ゆえに、彼女の功績の終わりに彼女を高め、敵を屈服させた。また、フェクレーのように、さらに気高き精神の持ち主であるフェクレーのように——彼女は両親から受けた傷も、火も、肉体の引き裂きも、猛獣も恐れず、その勇敢な信仰によって燃え盛る炎を消し、血に飢えた獅子の口を塞ぎ、すべての敵を恥じ入らせたとき、神はついに彼女に心の喜びと労苦の報いを授けられました； また、ヨセフのように——神と人々の前で謙虚であった彼を、父から受けた寵愛を妬み憎んだ兄弟たちが、彼を追いかけ、その血を流そうとしたとき、神の助けによって死から守られた。嫉妬に駆られた兄弟たちは彼を奴隷として売り飛ばした。そこで、彼が仕えていた主人



の妻は、彼に多くの苦難を与え、ついには彼を牢獄に投じさせた。しかし、神は彼を見捨てなかった。彼は節制を重んじ、柔和で、心も体も清く汚れがなく、神の御心により、それらのあらゆる不幸の重荷に屈することなく、主に希望を置き、忍耐強くそれらを耐え抜いたからである。そして神はついに彼を高く上げ、エジプトとそのすべての地方の支配者とし、彼を憎んでいた兄弟たちをすべて、彼の足の下に服従させた。これらの人物や彼らに似た者たちは、決してその功績や闘いの初期の段階で神から栄誉を受けたのではなく、神が彼らを試み、災難や苦難によって清め、戦いの最中にいかに立ち向かうべきかを教えられた後に、初めて栄誉を受けたのである。そして、彼らが災いや苦難を勇敢に耐え忍び、すべての希望を主に託しているのを見て、神は御自身の神聖な助けによって彼らに栄光を与え、彼らを憎む者たちを恥じ入らせ、彼らに従わせたのである。

**63.** 忍耐を保ち、災いの最中に心を緩ませてはならない。むしろ、それらに対して感謝を捧げ、主からの報いを受けられるようにせよ。あなたがたすべてに、平和、真理、神への愛、そして互いへの好意がありますように。また、あなたがたの間には、不和も、中傷も、対立も、悪意ある嫉妬も、不服従も、高慢も、人への恨みも、嘲笑も、虚栄心も、憎しみも、互いへの敵意もありませんように。どのような修道院であれ、そのような行いがあれば、そこには神の怒りが宿ります。また、この世での私たちの命は極めて短いことを知ってください。それゆえ、その命を大切にし、怠惰に費やしてはなりません。そうすれば、互いに怒り合っている最中に、この世からの旅立ちの時が訪れ、聖書の言葉「兄弟を憎む者は皆、人殺しである」(Iヨハネ3:15)。互いに慈しみ合いなさい。そうすれば、主もあなたがたを憐れんでくださいます。なぜなら、主ご自身が、「赦しなさい。そうすれば、あなたがたも赦される」(ルカ6:37)と語っておられるからです。もしあなたがたのうち、誰かが中傷を受けたなら、それを喜びをもって受け入れ、すべてを、義なる裁き主であり報い主であられる主に委ねなさい……そして、隣人に対して中傷を口にした者は、急いで主の御前で自分を謙遜にし、隣人に許しを請い、主がその人を憐れんでくださるようにしなさい。聖書が教えているように(エフェソ書 4章26節)、怒りのままに日が暮れるのを許してはならない。互いに対して抱いている、心を蝕む悪しき思いは、その根源から心の中から引き抜かなければならない。そうすることで、憎しみと嫉妬を根源とするあらゆる不和の芽を断ち切ることができるのだ。この二つの情念は、神にとっても人にとっても最も邪悪で忌まわしいものであり、信者や神の僕である者の誰の中にあっても、決して相容れることのできないものです。ですから、私たちのうちの誰も、自らの愚かさのあまり、「私は兄弟に打ち勝った。彼には容赦はない」などと自慢してはなりません。そのようなことを口にし、心に思う者は、自らの魂を死の手に委ねたことを知らなければなりません。その者の受け継ぐものは、泣き叫びと歯ざしりの場所、休むことのない虫、そして消えることのない火である。

**64.** まだこの肉体の中にいるうちに、眠りから目覚め、自分自身を嘆き、昼も夜も心を尽くして自らを悼もう。そうして、終わりのないあの恐ろしい苦しみ、嘆き、泣き叫び、そして切なさを免れるためである。滅びへと導く広い門や広い道には、たとえ多くの人が通っていても、決して近づかないようにし、むしろ、命へと通じる狭い門や狭い道を進もう。たとえそれを歩む者がごくわずかであっても。この後者の道を歩む者こそが、真の行い手であり、彼らは喜びをもって労苦の報いを受け、御国を相続するであろう。まだそこに立つ準備が完全には整っていない人よ——時が過ぎ去る前に怠らないよう、切に願う。そうすれば、必要な時に油を持っていない状態にならず、しかもそれを売ってくれる者が誰もいないという事態を避けることができるからだ。なぜなら、油を買う相手を見つけられなかったあの五人の愚かな乙女たちに、まさにそのようなことが起こったからである。その時、彼女たちは泣き叫んで言った。「主よ、主よ、私たちに開けてください。」しかし、主は答えて言われた。「まことに、まことに、あなたがたに言います。私はあなたがたを知りません」(マタイ25:11,12)。そして、彼女たちにこのようなことが起きたのは、他でもない、怠惰のせいだった。その後、彼女たちはようやく目を覚まして慌てて動き出したが、もはや何の役にも立たなかった。なぜなら、聖書に書かれている通り、家の主人は立ち上がり、扉を閉ざしてしまったからである。これと似た別の例を挙げよう。ノアが箱舟に

入ったとき、自身と息子たち、その妻たち、そして彼と共にいたすべての者たちを連れて箱舟に入り、悪を行う者たちに下された大洪水のゆえに箱舟の扉を閉ざした後、もはやその扉を開くことはなく、息子たちにも、不義な者たちへの懲罰として現れたあの恐ろしい光景を見ることを許しませんでした。ましてや、扉が閉ざされた後、これらの悪人たちは、義人たちと共にいるためにそこに入ることはできず、自らの怠惰と不従順のゆえに、大洪水の水によって皆滅びてしまったのである。なぜなら、ノアは箱舟を建造していたその百年の間、絶えず彼らにより良い生活を送るよう呼びかけていたが、彼らは彼に耳を傾けず、従わなかったため、滅びてしまったのである。

**65.** 兄弟愛を一つにまとめ、平和、一致、謙遜、神への畏れ、そして祈りの中でそれを築き上げなさい。そうすれば、神の家の恵みがあなたがたのうちに完全に現れ、あなたがたは喜びと楽しみをもってそれを享受することになるでしょう。さらに、信仰、希望、愛、謙遜、畏れ、分別、敬虔、平和、兄弟愛が、あなたがたを飾るようになさい。なぜなら、これらすべてを備える者は、婚礼の衣をまとい、御霊の戒めに従って歩む者だからである。あらゆる謙遜と忍耐のうちに留まり、情欲があなた方から去るようにしなさい。

**66.** 蜜よりも甘く、あらゆる喜びに満ちた神の御心に従って歩む者には、御心そのものが助けとなり、彼を強め、その魂に驚くべき業を成し遂げさせ、主の御心に適うすべての道をその前に備えてくださる。そして、彼が神の御心に従って歩んでいるゆえに、いかなる敵も彼に立ち向かうことはできなくなる。しかし、自分の意志に従って歩む者には、神は何も助けを与えず、むしろ彼を悪魔たちに委ねる。悪魔たちは昼も夜もその心の中を飛び回り、彼に何事においても安らぎを得させず、外的な事柄にも内的な事柄にも、あらゆる行いにおいて彼を無力で弱々しい者とし、さらに、彼らは彼に多くの破滅的で有害なことをもたらすだろう。悪魔は時に彼らに喜びや楽しさを与えようとするが、そこには喜びなどなく、ただ憂いと悲しみがあるだけである。たとえ喜びに似たものがあったとしても、そこには真実はなく、ただ幻に過ぎない。それは神からのものではないからだ。真の喜びは神から発し、自らの意志を拒み、あらゆる事において神の御心を全うするよう絶えず自らを奮い立たせる者にのみ与えられる。人の心の中で働く意志には三つの種類がある。第一は悪魔から来るもの、第二は人間から来るもの、三つ目は神から来るものである。神は最初の二つを喜ばれないが、神から来るもの（ ）のみを喜ばれる。どうか自分自身を見つめ直し、あらゆる異物を拒み捨て、ただ神の御心のみを愛しなさい。なぜなら、人があらゆる事において絶えず神の御心を悟ることは、極めて重要だからである。断言しますが、もし人が自分の心のすべての意志を捨てず、あらゆる事において自己を否定せず、すべての富と財産を自らから遠ざけず、霊的な父たちへの従順を通じて主に服従しなければ、神の御心を悟ることも、それを果たすこともできず、最後の祝福を奪われてしまうでしょう。

**67.** 主は、この世に報いがあるとはおっしゃいませんでした。しかし、この世には試練、苦難、困窮、悲しみがあり、あの世に報いがあるとおっしゃいました。この人生は、奮闘と試練の道なのです。

**68.** もしあなたがたが忍耐強く、従順で、両親に服従するならば、主はあなたがたに素晴らしい報いを与えてくださる。それこそが、主の御前で記憶される行いである。両親に従う者は主に従うものであり、主に従う者は両親にも従うのである。

**69.** 何よりもまず、私たちの主イエス・キリストを信じ、主に礼拝し、従い、あらゆる時と瞬間に主の御心を行うようにしよう。

**70.** 主を畏れる心をもって歩もう。なぜなら、私たちには「恐れと震えをもって、自分の救いを成し遂げなさい」（フィリピ2:12）と命じられているからである。主を畏れる心は、魂からあらゆる悪巧みと罪を根絶する。神を恐れない者は、多くの悪に陥る。主への畏れは、人がこの肉体を脱ぎ捨てるまで、人を守り、護ってくれる。次のように書かれている通りである。「あなたの恐れゆえに、私たちは胎内で受け入れ、苦しみ、救いの霊を産み出した」（イザヤ26:18）。

**71.** 悪意を持たない者は、完全であり、神に似ている。その人は喜びに満ちており、神の御霊の安息の場である。火を放置すれば大きな森を焼き尽くすように、悪意を心に許せば、それは

あなたの魂を滅ぼし、あなたの体を汚し、多くの不義な思いをもたらし。争い、不和、噂、嫉妬、憎しみ、そして同様の邪惡な情念を煽り立て、それらは肉体そのものを重くし、病をもたらしのである。聖人たちの悪意のなさや純真さを早急に身につけなさい。そうすれば、私たちの主イエス・キリストがあなた方を御自身のもとに迎え入れ、あなた方一人ひとりが喜びをもってこう言えるようになるでしょう。「主よ、あなたは私の悪意のなさを御覧になり、私を御前に永遠に堅く立たせてくださいました」（詩編40:13）。

**72.** 神は預言者を通してこう言われます。「わたしが目を留めるのは、柔和で、静かで、わたしの言葉に震える者だけである」（イザヤ書 66:2）。また、私たちの主は福音書の中でこう言われています。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜であるから。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るであろう」（マタイ11:29）。それゆえ、謙遜を身につけ、悪魔に特有の心の高慢をもって歩んではならない。心の高慢をもって歩む者は、悪魔の仲間である。高慢な人は誰からも憎まれる。その行いは自慢げであり、それゆえに多くの罪に陥るのである。すべての罪は神の御前で忌まわしいが、中でも心の高慢ほど忌まわしいものはない。高慢な者に戒めたり助言を与えたりする者は、穴の開いた器に水を注ぐ者、あるいは空を飛ぶ鳥に語りかける者のようだ。心の高慢な人々は神の御前で輕蔑されるが、謙遜で碎かれた心を持つ者たちを、神は辱めることはない。天から私たちのもとに降りてこられた神の愛そのものが、極限まで謙遜な姿をとられた。それゆえ、私たちは謙遜を愛そう。そうすれば、「私の謙遜と労苦をご覧になり、私のすべての罪をお赦しください」（詩編24:18）と叫ぶことができるだろう。

**73.** 目の欲望に従って歩んではならず、心を緩めてはならない。悪しき欲望は心を墮落させ、知性を曇らせるからである。それからはるかに遠ざかりなさい。そうすれば、あなたがたの内に住まわれる神の御霊が、あなたがたに怒りを向けることはないだろう。死に至るまで清さを守るために奮闘し、あらゆる手段を尽くして不純な欲望から身を守ろう。そのために、女性の美しさを見つめることを慎もう。神が憎まれる不純な情欲や恥ずべき欲望の奴隷になってはならない。神の御名を心の目の前に刻み込み、あなたの内から絶えずこう叫ばれるようにしよう：「あなたがたは生ける神の教会である」（Ⅱコリント6:16）と、「聖霊の住まう所」と。不純な情欲に溺れる者は、詩篇の作者である聖ダビデ預言者の言葉（詩篇48:13）の通り、神の前では、あらゆる理性を失った家畜のようだ。それゆえ、その不品行な目を憎み、清さを求めましょう。なぜなら、清さは神の御使いたちの栄光だからです。しかし、もし悪魔のささやきによってつまずいてしまったとしても、悔い改めによって立ち上がり、罪の中で迷い出た羊を探し求めて来られた御方の元へ近づこう（ルカ 15:4）。

**74.** 口と舌を慎むことができない者は、少なくとも「言葉が多くならないように」（ヨブ記 11:3）と心掛けるべきである。人よ、自重し、自分の舌を制し、罪を増やさないう、言葉を増やしてはならない。指を口に当て、舌に手綱をかけよ。なぜなら、おしゃべりな人は、自分の中に聖霊のための場所を残さないからである。もし、まだ初心者の誰かが、あなたと語り合う中で、自分の魂の救いになることについて尋ねてきたら、答えてやりなさい。しかし、その人に何の益もないことについて尋ねてきたら、聞こえない耳を持つ者のように、また、話せない口の者のように振る舞いなさい。

**75.** 誰かの悪口を言わないよう、自分の口に嚴重な番人を置くよう努めよう。悪口はあらゆる毒よりも恐ろしいからだ。あらゆる傷は癒えるが、言葉による傷には治療法がない。悪魔に操られた輕率な中傷者の舌は、蛇の舌よりも毒が強い。なぜなら、それは兄弟たちの間に争いや激しい敵意を煽り、平和な人々の間に反乱や悪行をまき散らし、大勢の集まりを分裂させるからである。それゆえ、他人を非難することを避け、沈黙を重んじなさい。沈黙を愛する者は、神とその御使いたちの近くに留まり、天上の座に就く。主はこう言われている。「あなたが自分の口を慎むとき、主はあなたの道を保ってください」（箴言 13:3）。

**76.** 聖書は、恥には二種類あることを証している。一つは罪を生むものであり、もう一つは栄光と恵みをもたらすものである（シラ書 4, 23-25）。罪を犯すことを恥じることは、真の、救いをもたらす恥である。一方、罪を生む恥とは、神の戒めを実行することを妨げる恥である。

神の御心にかなうことなら、何をするのも恥じる必要はない。また、真理の業において隠れてはならない。主の教えや知恵の言葉を宣べ伝えることを恐れず、自分の罪を霊的父に打ち明けることを恥じてはならない。

77. 私たちの主は、私たちの魂への憐れみに動かされて、聖福音書の中でこう言われています。「あなたがたが人々から称賛され、賛美されても、神の栄光を求めないなら、あなたがたは災いだ」(ルカ6:26、ヨハネ5:44)。それゆえ、滅びに至ることのないよう、虚栄とその最も邪悪な派生形に立ち向かい、死に至るまで奮闘しよう。虚栄から逃げなさい。多くの者がそれによって滅びてきたからだ。虚栄は人を多くの行い——断食、祈り、度重なる徹夜、人々の前で施す施し、その他多くの類似した行い——へと駆り立てる。しかし、これらすべてによって、人は恥と侮辱以外の何ものも得られない。このために滅びたり、虚栄の無数の分岐に迷い込んだりしないよう、自分の中に何か、とりわけ偉大なものを示そうとは努めてはならない。なぜなら、虚栄の悪魔は極めて多いからである。むしろ、聖人たちの栄光と、彼らの貧しさを熱心に追い求め、神からのその甘美な称賛を得よう。「*霊的に貧しい者は幸いである。天の御国は彼らのものだからである*」(マタイ5:3)。

78. 私たちの主イエス・キリストは、御自身の福音書の中でこう言われました。「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」(ルカ21:19)。また、「最後まで耐え忍ぶ者は救われる」(マタイ10:22、24:13)とも。それゆえ、天国で私たちに用意されているものに到達するために、私たちはどれほど熱心に真摯に努力し、忍耐しなければならないだろうか。とはいえ、血を流す段階に至るまでは、自慢してはならない。なぜなら、いかなる芸術家も、作品が完成する前にそれを自慢することはないからだ。忍耐によって勝利を勝ち取った者を、幸いな者と称すべきである。その者は、やがてラザロのように、天において栄光を受けるであろう。

79. 詩篇の作者ダビデはこう言った。「あなたの御言葉は、私の喉にとって甘く、私の口には蜜よりも甘い」(詩篇118:103)。また、「主の御業は、多くの尊い宝石よりも望ましい」(詩篇18:10, 11)とも。主イエス・キリストの戒めを堅く守り、主を真に知るに至るまで、その戒めを全うする者は、まことに幸いである。そうして、「あなたの知恵は、わたしにとって驚くべきものである」(詩編138:6)と語ることができるのだ。不信仰になることを恐れよ。そうすれば、私たちを創造された方が、あなたに怒りを与えることはないだろう。真理を信じない者に説教し、叱責し、あるいは教える者は、最も貴重な真珠を海の深みに投げ捨てる人に似ている。それとは対照的に、水が傾斜した地面を流れ下り、勢いよくそこへ駆け下るように、主の御言葉は信者の魂に流れ込むのである。

80. 私たちは目を覚まし、心の内に善き熱意を絶えず燃やし続けよう。そうすれば、怠惰で無気力だと言われることはないだろう。熱意と儉約心に満ちた者には、情欲が決して打ち勝つことはない。もし、誘惑者の策略によって一度倒れたとしても、その熱意と儉約心が直ちに彼を立ち直らせるのだ。しかし、不注意で無頓着であり、神に喜ばれることへの熱意を持たない者は、悪魔の誘惑によって倒れたとしても、自分が犯した罪にさえ気づかない。なぜなら、その心は石のように硬く、彼は手なずけられ、手綱を付けられたロバのようで、誰もが彼の上に乗る、彼からは何の抵抗も受けないからである。この種の人々において、悪魔は自らのあらゆる欲望と完全なる墮落を遂げ、その不義が満たされるまで、一人ひとりを好きなように引きずり回し、その人は嘆きと泣き叫びの中で死ぬことになる。不注意な者は、住人たちに放棄され、崩れ落ちた家のようなものである。それは誰にとっても何の価値もなく、まるで呪われたかのように、エヒドナやサソリ、獣たちの住処であるかのように、すべての人から嫌悪される。誰も、崩れ落ち、荒れ果てた家のように、それを気にかける者はいない。これこそが、不注意な者の状態である！ 熱意を保つよう心がけ、決してそれを後回しにせず、敵の支配下に陥らないようにしなさい。人の内にこの素晴らしい熱意と配慮があるとき、それはあらゆる転落や傷からその人を立ち直らせ、戒めを与える。そうして、そのような人は聖霊の安息の場となり、幸いにもその道を全うして、この世において聖徒たちの安息に加わるにふさわしい者とされるのである。

81. 私たちは、聖パウロが貞潔について論じた際、次のように述べたという話を聞いた。「主からの命令は持たない」（Iコリント7:25）。彼がその命令を持っていなかったのは、すべての人がこの重い軛を負うことができるわけではないからであり、それゆえ、それを負う力のある者たちの自由な選択に委ねられているのである。貞潔を保つ者は、誰もそのことを誇ってはならない。なぜなら、それは神ご自身の恵みだからである。貞潔は、女性的な感情、肉欲的な思い、心の高慢、そして悪魔に属するあらゆるものへの愛を遠ざける。また、せっかちな不平、人への憎しみ、世の栄華をも遠く追い払う。それは礼拝に専念し、舌を慎み、断食によって腹を律する。これらすべてに彩られたとき、それは欠点も汚れもない犠牲となる。もしあなた、処女の魂よ、多くのご馳走を気にかけ、自分自身に驚嘆しながら（自己に没頭して）歩むならば、あなたはすべての行いにおいて恥をかくことになる。もし自分の舌を慎まなければ、あなたは生涯を通じて空虚であり、大きな労苦を無駄に費やしたことになる。

82. 聖人たちが歩んだその道を、正しく歩もう。彼らについてこう記されている。「その歩みが清く、主の律法に従って歩む者は幸いである」（詩編118:1）。すなわち、体の清さ、言葉の清さ、目の清さ、手の清さ、耳の清さ、足の清さ、神の御前で正しい思い、そして互いに対する清い心をもって歩むことである。私たちが祈りの中でこう言うように、「神よ、私のうちに清い心を造り、私の内なる霊を新しくしてください」（詩篇 50:12）

## 2. 善良な道德と聖なる生活について、170章

1. 人々は通常、この言葉の誤った用法に基づいて「賢い」と称される。賢いとは、古代の賢人たちの格言や書物を学んだ者ではなく、魂が賢く、何が善で何が悪かを判断でき、悪や魂を傷つけるものからは逃げ、善や魂に有益なものには理にかなって喜び、それを神への大きな感謝をもって行う者たちのことである。これらの人々こそ、真に「賢い人」と呼ばれるべきである。

2. 真に賢い人は、ただ一つのこと、すなわち心を尽くして神に従い、あらゆる面で神に喜ばれることだけを心に留めている。それゆえ、彼は自分の魂に、いかにして神に喜ばれるか、また、人生においてどのような状況にあらうとも、神の善き御摂理に感謝することを、ただそれだけに心を注いで教えるのである。なぜなら、医師が私たちに苦く不快な薬を処方したとしても、身体の回復に対して感謝しないのは不適切であるのと同様に、私たちにとって喜ばしくないと思われることに対して、すべてが神の摂理によって、私たちの益となるよう定められていることを理解せずに、神に対して感謝しないのは不適切だからである。このような理解と、神へのこのような信仰の中にこそ、魂の救いと平安があるのです。

3. 節制、悪意のなさ、貞潔、堅忍、忍耐、そしてこれらに類する偉大な美德は、あたかも神から授かった（戦いの）力のように、私たちが遭遇する苦難に立ち向かい、それに抗い、その最中に私たちを助けてくれるものである。したがって、もし私たちがこれらの力を鍛え、常に備えておけば、私たちに起こるいかなることも、私たちにとって重荷たり、苦痛たり、破滅的たり、耐え難いものたりはしない。なぜなら、それらすべては、私たちの中に存在する美德によって克服されるからである。このことを心に留めていないのは、知恵に欠ける者たちである。彼らは、すべての出来事が私たちの益となり、それによって私たちの美德が輝き、神からその美德ゆえに報いを受けるのだと信じていないからである。

4. もし、富とそれによる完全な享樂を、ただの一時的な幻のような虚しさであると見なし、また、徳に満ちた神に喜ばれる生活が富よりも優れていることを知っているのであれば、その確信を固く持ち、それを心に留めておけば、たとえ自分より劣る者たちが雄弁さや学識、富によって称賛されているのを見ても、ため息をついたり、嘆いたり、誰かを非難したりすることはなく、すべてについて神に感謝するだろう。富や快樂への飽くなき欲望、真実を知らないままの虚栄心や自惚れこそが、魂の最も邪惡な情欲である。

5. 賢明な人は、自分自身を見つめることで、自分が何をすべきか、何が有益か、何が自分の魂にふさわしく救いとなるか、また何が魂に馴染まず破滅をもたらすかを悟る。そして、そのようにして、魂に害を及ぼすものを、魂に馴染まないものとして避けるのである。

6. 生活が節度あるほど、その人はより穏やかになる。なぜなら、奴隷や農民（雇い人）、家畜の取得といった多くの事柄を気にかけることがないからである。しかし、私たちがこれに執着すると、それによって生じる不幸に見舞われ、ついには神に対して不平を言うことさえある。このように、私たちの自発的な（多くのものへの）欲望は、私たちを混乱で満たし、私たちは自分自身を知ることなく、罪深い生活の闇の中をさまようことになる。

7. 人間が徳ある生活を送ることが不可能だと言うべきではなく、それが容易ではないと言うべきである。そして確かに、これは誰にでも区別なく容易に達成できるものではない。しかし、敬虔であり、神を愛する心を持つ人々だけが、徳ある生活に親しむのである。一般的な（平凡な）心とは、世俗的で移ろいやすい心である。それは善悪両方の思いを生み出し、気まぐれで物質的なものに傾きやすい。一方、神を愛する心は、人々の恣意的な不注意から生じる悪を断ち切るものである。

8. 無学で素朴な人々は、学問を滑稽なものに見なし、それを聞こうとしない。なぜなら、それによって彼らの無知が暴かれるからである。そして彼らは、すべての人が自分たちと同じようになることを望む。同様に、生活や道徳において節制を欠く者たちも、多くの悪が存在するという事実によって自分たちの罪を免れようとして、すべての人が自分たちよりも悪くなることを切望する。魂は、罪の悪によって滅び、墮落する。その悪は多面的であり、淫行、高慢、貪欲、怒り、傲慢、狂乱、殺人、不平、嫉妬、強奪、略奪、焦燥、嘘、快樂追求、怠惰、悲しみ、臆病、憎しみ、非難、弛緩、迷い、無知、惑わし、神への忘却といった要素を併せ持つ。これらや類似の悪によって、神から遠ざかる哀れな魂は苦しめられるのである。

9. 誰が真に修道者らしく、徳高く称賛に値する人生を送っているかについては、偽って装った気質や、虚偽に満ちた生活の外見によって判断すべきではない。むしろ、熟練した画家や彫刻家のように、あらゆる快樂を毘のように避けつつ、実際の行いによって自らの徳高く神に愛される生き方を示しているかどうかに基づいて判断すべきである。

10. 心の教養も徳のある生活も持たない、裕福で高貴な生まれの人は、分別ある人々の目には不幸に見える。それに対し、貧しく身分の低い者であっても、教養と徳を備えていれば、幸福である。旅人が道に迷う（そして命を落とす）ように、徳ある生活を顧みず、欲望に流される者たちは滅びてしまう。

11. 教養のない人々の気性を和らげ、彼らに学問と教養を愛させることに成功した者を、「人間を造り出す者」と呼ぶべきである。同様に、節制のない生活を送る人々を、徳ある、神に喜ばれる生活へと導く者たちもまた、「人間を造り出す者」と見なすべきである。なぜなら、彼らはまるで人間を新たに創造しているかのようだからである。柔和さと節制こそが、人間の魂にとっての幸福であり、良き希望である。

12. まことに、人々は自らの生活と品性を適切な形で整えるべきである。これが正されれば、神もまた容易に知ることができる。心を尽くし、全き信仰をもって神を崇める者は、神から知恵ある助けを受け、怒りや情欲を鎮めることができる。情欲と怒りは、あらゆる悪の根源である。

13. 「人間」とは、（第一項に則り）賢明な者、あるいは自らを改めようとしている者を指すべきである。改められない者を「人間」と呼ぶべきではない。なぜなら、それ（すなわち、改められないこと）は人間らしい行いではないからである。そのような者からは遠ざかるべきである。悪と共存する者は、決して不死者（すなわち、至福の不死）の仲間入りをするのではない。

14. 私たちの中に宿る知性（第一項による）こそが、私たちを「人間」と呼ばれるにふさわしい存在とするのである。そのような知性を持たなければ、私たちは、体の構造と言葉の才能という点においてのみ、言葉を持たない動物と異なるに過ぎない。それゆえ、理性ある人は、自分が不死であることを悟り、人々の死の原因となるあらゆる恥ずべき情欲を憎むべきである。

15. あらゆる芸術家が、自ら選んだ適切な素材——ある者は木、ある者は銅、またある者は金や銀——を美しい形に加工することでその芸術を示すように、私たちもまた、単に肉体がそう構成されているからではなく、魂において真に知性的であり、——すなわち、善き生活、すなわ



ち徳高く神に喜ばれる生活という法則に従うことによって、私たち人間であることを示さなければならない。真に知性豊かで神を愛する魂は、人生において何がふさわしいかをすべて知っており、愛をもって神をなだめ、心から神に感謝し、すべての願いと想いを神へと向けるのである。

**16.** 舵取りが、水中の岩や岩礁にぶつからないよう注意深く船を前進させるように、徳ある生活を熱心に求める者たちもまた、何をすべきか、何から逃れるべきかを慎重に見極め、真の神聖な律法が示すものだけを自分にとって有益なものとして尊び、魂から邪悪な想いを切り捨てなければならない。

**17.** 舵手や御者が、機転と勤勉さをもってその務めを立派に果たすように、正しい徳ある生活を熱心に求める者たちもまた、を注意深く考え、いかにしてふさわしく、神に喜ばれるように生きるかを心に留めなければならない。なぜなら、これを望み、かつ望みを達成できると確信した者は、信仰によって朽ちることのない（清らかな生活）に到達する。

**18.** 自由であるとは、身分上自由な者ではなく、生活や品行において自由な者を指す。例えば、高貴で裕福な者であっても、邪悪で節制を欠いているならば、真に自由であるとは言えない。なぜなら、そのような者たちは感覚的な情欲の奴隷だからである。魂の自由と至福は、真の清らかさと、この世の一時的なものへの軽蔑によって成り立つのである。

**19.** 常に賢明であることを示さなければならないが、それは善良な生き方と実際の行いによって示すべきであることを、自らに言い聞かせよ。そうしてこそ、病人もまた、言葉ではなく行いによって、医師を救い主であり恩人であると見出し、認めるのである。

**20.** 真に賢く徳高い魂を持つ者——それはその眼差し、立ち居振る舞い、声、微笑み、会話、そして人への接し方に現れる。その魂の中ではすべてが変容し、最も立派な姿をとっている。神を愛するその心は、儉約な門番のように、邪悪で恥ずべき想いの侵入を遮断している。

**21.** 自分の周囲をよく見渡し、支配者や権力者たちは肉体に対してのみ権威を持ち、魂に対しては持たないことを知れ——そして常にこのことを心に留めておきなさい。なぜなら、例えば彼らが人を殺せ、あるいは不適切で、不正で、魂を傷つけるような他のことをせよと命じたとしても、たとえ彼らが肉体を苦しめたとしても、彼らの言うことを聞くべきではないからだ。神は魂を自由で自律的なものとして創造され、魂は善であれ悪であれ、望むままに行動する自由を持っている。

**22.** 賢明な魂は、放蕩、傲慢、高慢、惑わし、嫉妬、窃盗、およびそれらに類するものを排除しようと努める。こうした行いは、悪魔と邪悪な意志によるものである。それでもなお、低俗な快楽に心向けない人は、入念な努力と慎重な熟考によって、成し遂げることができるのである。

**23.** 些細で取るに足らない行いに人生を費やす者たちは、危険から免れ、特別な予防措置を講じる必要もない。そしてあらゆる欲望に打ち勝つことで、彼らは神へと導く道を容易に見出すのである。

**24.** 賢明な人々は、あらゆる種類の会話に耳を傾ける必要はなく、ただ有益であり、神の御心を知ることにつながるものだけに耳を傾けるべきである。なぜなら、それこそが、人々が再び命と永遠の光へと立ち返る道だからである。

**25.** 徳高く、神を愛する生き方を心がける者たちは、自惚れやあらゆる空虚で偽りの名声から離れ、生活と心を正しく改めるよう努めなければならない。神を愛し、揺るぎない心こそが、神への導きであり、道である。

**26.** 魂が善く、神に喜ばれる生活を送らなければ、学問を修めることに何の益もない。あらゆる悪の原因は、迷い、惑わし、そして神を知らないことにある。

**27.** 善き生活についての深い思索と、魂への配慮は、善き、神を愛する人々を生み出す。神を求める者は、絶え間ない祈りによってあらゆる欲望に打ち勝ち、神を見出す。そのような者は悪魔を恐れない。

**28.** 地上の恵みに惑わされ、善き生活を送る者が何をなすべきかを言葉一つまで熟知している者たちは、薬や医療器具を手に入れたものの、それらを使う術を知らず、さらにはそれらを気

にかけることさえしない者たちに似ている。それゆえ、私たちが犯した罪について、私たちの生まれや他人を責めるのではなく、ただ自分自身だけを責めよう。なぜなら、もし魂が自ら進んで怠惰に身を委ねるならば、打ち負かされないはずがないからである。

**29.** 善と悪を見分ける術を持たない者が、人々のうち誰が善人で誰が悪人かを裁くのはふさわしくない。神を知る者は善人であり、もし善人でないならば、それは（神を）知らず、決して（神から）知られることもないということである。なぜなら、神を知る唯一の道は善であるからである。

**30.** 善良で神を愛する人々は、人々の悪しき点を、その人が目の前にいる時に指摘するが、不在の者に対しては、自ら非難するどころか、その者について何かを語ろうとする者に対しても、それを許さない。

**31.** 会話においては、いかなる無礼もあってはならない。なぜなら、賢明な人々は、通常、処女たち以上に謙虚さと貞節によって飾られているからである。神を愛する心は、太陽が身体を照らすように、魂を照らす光である。

**32.** あなたを襲うあらゆる心の情欲に直面する際、正しく知恵を働かせ、自らの運命を適切かつ堅固な基盤の上に築こうとする者たちは、朽ちゆく富の獲得ではなく、真の栄光（天における）こそを自らの喜びとしていることを心に留めよ。これこそが彼らを至福たらしめるものである。富は盗まれたり、強者によって奪われたりすることもあるが、心の美德こそが、唯一安全で盗まれることのない財産であり、しかも死後にその所有者を救うものである。このように考える者たちは、富やその他の快樂の幻のような輝きに惑わされることはない。

**33.** 気まぐれで未熟な者は、賢明な人々を試すべきではない。賢明とは、神に喜ばれ、多くを語らず、あるいは語るときも、必要最小限で、神に喜ばれることだけを語る者のことである。

**34.** 徳高く神を愛する生活を目指す者たちは、心の徳を、自分たちの不可侵の所有物であり、永遠の慰めとなるような財産として、熱心に追い求める。一方、彼らはこの世の物事については、必要な分だけ、また神が与え、望まれる通りにのみ享受し、たとえそれがごく控えめなものであっても、喜びとあらゆる感謝をもってそれを受け入れる。なぜなら、豊かな食卓は肉体を養うに過ぎないが、神への認識、節制、慈愛、慈善、敬虔、そして柔和さは、魂を神聖なものにするからである。

**35.** 不適切で魂を傷つける行いを強要する支配者たちは、自律的に創造された魂を支配することはできない。彼らは肉体を束縛するが、意志を束縛することはできない。その意志の主は、あらゆる権力や強制、あらゆる力よりも強い、創造主からの賜物によって、知性ある人がその座に就いているのである。

**36.** 金銭や子供、奴隷、あるいはその他の財産を失うことを不幸とみなす者たちは、まず第一に、神が与えてくださるものに満足すべきであり、そして、それを返す必要が生じた時には、その喪失や、あるいはむしろ返還されることに対して悲しみに苛まれることなく、喜んで快く（返すべき）であることを知るべきである。まるで、他人のものを一時的に利用した後、それを再び返す者たちのように。

**37.** 高潔な人間は、たとえ手に入る富がどれほど莫大であっても、富を得るために自らの自由を売ってはならない。なぜなら、この世の富は夢のようで、富にはただ幻のような輝きがあり、それは不確かで、つかの間のものであるからである。

**38.** （前述の意味における）真に人間らしい美德を備えた人々は、神を愛し徳ある生活を送るよう努めなければならない。そうすれば、その徳ある生活は、白い衣服の上に装飾としてかけられた小さなポルフィラが際立ち、誰の目にも留まるように、他の人々の間で輝きを放つことになる。そうすることで、彼らの精神的な美德に対する熱意は、より確固たるものとなるからである。

**39.** 賢明な人々は、自らの力（軍勢）を点検し、心にある美德を秩序正しく整えておくべきである。そうすることで、神から自然に授けられた、心の中に存在する力（美德の軍勢）をもって、襲い掛かる情欲に常に立ち向かう準備ができるのである。その本質とは、美しさやあらゆる

心に害を及ぼす欲望に対しては節制、困窮や貧困に対しては忍耐、苛立ちや怒りに対しては悪意のなさ、そしてこれらに類するものなのである。

**40.** 善良で賢明な人間になることは、一朝一夕にはできない。しかし、それは注意深い考察、訓練、経験、継続的な努力、そして（何よりも）善行への強い願望によって達成されるものである。善良で神を愛する人は、神を真に知っており、例外なくすべてを神の御心にかなうように行い、決して安住することはない。しかし、そのような人はめったにいない。

**41.** 生まれつき善への傾向を持たない人々は、自分自身を絶望して手をこまねき、たとえそれが自分たちにとってどれほど手の届かない、達成不可能なものであっても、神を愛し徳のある生活を軽んじてはならない。彼らもまた、自分自身について考え、力の及ぶ限り配慮を尽くすべきである。なぜなら、たとえ彼らが徳と完全性の頂点に達することはできなくとも、あらゆる面で自分自身について考え、気を配ることで、彼らはより良くなるか、少なくとも悪くなることはないだろう——そして、これは魂にとって少なからぬ益となるからである。

**42.** 人間は、知性においては言い表せない神の力と触れ合い、肉体においては動物と親和性を持つ。しかし、真の人間として、知性ある者として、神と救い主へと思いを向け、神との親和性を保とうとし、そのことを行いや徳ある生活によって示す者は、ごくわずかである。一方、魂の知恵に欠ける人々の大部分は、その神聖で不滅の神の子としての地位を捨て、死んだような、貧しく、はかない肉体との親和性に傾き、言葉を持たない者たちのように、ただ肉体的なことばかりを思案し、情欲に燃え上がり、自らを神から切り離し、魂を天から肉体的苦悩の深淵へと引きずり下ろすのである。

**43.** 賢明な人は、神との共在と交わりを心に留め、決して地上のものや卑しいものに執着することはなく、天上の永遠なるものへと心を向ける。神の御心——あらゆる善の源であり、人々のための永遠の恵みの泉である——は、人が救われることにあると知っているからである。

**44.** 議論を好んで、真理や明白な事実に反してあなたと争おうとする人に出会ったなら、議論を打ち切り、その心はすっかり石のように固まってしまったその人から遠ざかりなさい。なぜなら、質の悪い水が最も優れたワインさえも台無しにしてしまうように、邪悪な会話もまた、生活や品行において徳高い人々を墮落させるからである。

**45.** もし私たちが肉体の死を避けるためにあらゆる努力と手段を尽くすのであれば、なおさら魂の死を避けるよう努めなければならない。なぜなら、救われようとする者にとって、その妨げとなるものは何もないからである——ただ、魂の怠慢と倦怠を除いては。

**46.** 自分にとって有益なことや、善とすべきことを知ろうとしない者たちについては、彼らが健全ではないと言える。一方、真理を知りながら、恥知らずにもそれに反論する者たちについては、理性は死んでいる。彼らの気質は獣のようになっており、神を知らず、その魂は光に照らされていない。

**47.** 神は、私たちのために御言葉によって様々な種類の動物を創造された。あるものは食糧として、またあるものは奉仕のために。そして、神は人間を、御自身の御業を観察し、感謝をもって解釈する者として創造された。人々は、言葉を持たない動物のように、神とその御業を見ず、理解することなく死んでしまわないよう、このことに努めなければならない。人は、神が全能であることを知るべきである。全能なる方に対しては、誰も逆らうことはできない。神は、御自身の御心で望むすべてのものを御言葉によって創造されたように、（今なお）人々の救いのために万物を創造しておられる。

**48.** 天上の存在たちは、その本質的な善さゆえに不死である。一方、地上の存在たちは、彼らの中に存在する自発的な悪のために死すべきものとなった。この悪は、理性を欠く者たちにおいて、怠惰と神に対する無知によって増大する。

**49.** 死を理解する者にとって、死は不死である。しかし、それを理解しない愚かな者にとっては、死そのものである。この死を恐れるべきではなく、（恐れるべきは）神を知らないことによる魂の滅びである。これこそが、魂にとって恐ろしいことなのである！

**50.** 罪は物質的なものに足場を見出し、肉体はその座となった。しかし、賢明な魂はこれを悟り、物質的な重荷を自らから振り払い、その重荷の下から立ち上がって、万物の神を知り、肉体を敵であり対立者であるかのように注意深く見守り、それを信用しない。こうして、魂は邪悪な情欲と物質に打ち勝ち、神から冠を授かるのである。

**51.** 罪は、魂によって理解されると、最も悪臭を放つ獣のように、魂によって憎まれるようになる。しかし、理解されない罪は、それを理解しない者によって愛され、その愛好者を隷属させ、自らをその囚人として縛りつけるのである。しかし、その不幸で哀れな者は、自分にとって何が救いとなるかを見ず、それについて考えることさえしない。むしろ、罪が自分を美しく飾ると信じ込み、それを喜んでいるのである。

**52.** 清らかな魂は、善良であるゆえに、神によって聖別され、照らされる。そうして、心は善について思い巡らし、神を愛する意図と行いを生み出す。しかし、魂が罪によって穢されると、神はその魂から背を向けられる。あるいは、むしろ魂自身が神から離れてしまうのである。そして、悪意ある悪魔たちが思考に侵入し、魂にふさわしくない行い——姦淫、殺人、窃盗、およびこれらに類する悪魔的な悪行——を吹き込むのである。

**53.** 神を知る者たちは、あらゆる善き思いに満たされ、天上のものを渴望して、世俗的なものを軽んじる。しかし、そのような者たちは多くの人々に好かれることはなく、そのため、彼らは憎まれるだけでなく、分別のない多くの人々から侮辱を受けることさえある。彼らは、多くの人にとって悪に見えるものが自分たちにとっては善であることを知っており、極度の貧困にも耐える覚悟がある。天上のことを思う者は、神を信じ、すべての被造物が神の御意志によるものであることを知っている。しかし、それを思わない者は、この世界が神の御業であり、人間の救いのために創造されたものであることを決して信じない。

**54.** 罪に満ち、無知に酔いしれる者たちは、神を知らない。なぜなら、彼らの魂は清くないからである。神は知的なお方である（すなわち、明晰な心によってのみ知ることができる）。神は目には見えないが、目に見えるものの中に極めて明確に現れている。それは、肉体の中の魂のようなものである。肉体が魂なしには生きられないように、目に見えるすべてのもの、存在するすべてのものは、神なしには成り立たない。

**55.** 人間は何のために創造されたのか。それは、神の被造物を知ること、神ご自身を仰ぎ見、人間のためにそれらを創造された方を賛美するためである。神への愛によって神に結びつけられた（神を愛し、神に愛される）心は、善き生活を送るにふさわしい者たちに神から与えられる、目に見えない恵みである。

**56.** 快樂（感覚的な喜び）の奴隷とならず、理性を働かせ、節制をもって肉体を支配し、たとえそれがごく控えめなものであっても、神が与えてくださるものに心からの感謝をもって満足する者こそ、自由な者である。神を愛する心と魂が互いに調和したとき、肉体は従順になり、反抗しなくなる。なぜなら、そのとき魂は、心の働きによって、あらゆる肉欲的な衝動を鎮めるからである。

**57.** 生命を維持するために必要なものに満足せず、それ以上のものを求め続ける者は、情欲に自らを奴隷にしてしまう。その情欲は魂を乱し、ますます悪しき思いや空想を魂に植え付ける——「すべては不完全であり、したがって、新しく、より良いものを手に入れなければならない」と。旅人の歩みを妨げるほどに長すぎる衣服がそうであるように、度を越えた財産への欲望もまた、魂が奮闘し、救われることを妨げる。

**58.** 人が不本意で、やむを得ず置かれている状況は、その人にとって牢獄であり、刑罰である。それゆえ、自分が持っているものに満足せよ。さもなければ、（その状態を）感謝することなく（不満を抱き、不本意に）耐え忍ぶことで、自覚することなく自分自身を虐げる者となってしまうだろう。しかし、それへの道はただ一つ——世俗の富を軽蔑することである。

**59.** 私たちには、目に見えるもの——何が白く、何が黒いか——を識別するために、神から視力が与えられているのと同様に、魂にとって何が有益で（何が有害か）を区別するために、神

から理性が与えられているのである。——理性を捨てた欲望は、感覚的な快樂への執着を生み出し、それは魂が救われること、あるいは神との交わりに入ることを妨げる。

**60.** 自然の法則に従って行われることは罪ではないが、自らの意志で悪を行うことは罪である。食物を口にすることは罪ではないが、感謝もせず、敬虔さもなく、節度なくそれを口にすることは罪である。ただ見ることは罪ではないが、嫉妬深く、高慢に、飽くことなく見ることは罪である。穏やかに聞くことは罪ではないが、怒りを込めて聞くことは罪である。舌に感謝と祈りを強いることは罪ではないが、舌に中傷や非難を許すことは罪である。手を施し——施し——に労する事は罪ではないが、窃盗や殺人を許すことは罪である。このように、私たちの自由な意志によって、神の御心に反して善の代わりに悪を行うとき、それぞれの肢体は罪を犯すのである。

**61.** もし、あなたのあらゆる行いが神の御目に見えているのかと疑うなら、こう考えてみよう。あなたもまた、人間であり、塵に過ぎない存在でありながら、一度に、同じ瞬間に、あなたが知っているすべての場所を心の中で見渡し、それらについて思いを巡らせることができるではないか。それならば、ましてや、すべてのものを、からし種のように見通す神——御自身の御心によってすべてのものに命を与え、養ってくださる神——は、なおさらすべてを見通しておられるのではないだろうか。

**62.** 住まいの扉を閉じて一人になったとき、神によってすべての人に定められた天使——ギリシャ人が「家の精霊」と呼ぶ者——が、あなたに寄り添っていることを知れ。その天使は決して眠ることなく、常にあなたのそばにいて、すべてを見通している。その天使を欺くことはできず、聞もその目から隠すことはできない。彼と共に、あらゆる場所に神がおられることを自覚しなさい。なぜなら、神がおられない場所や物質など存在しないからである。神は万物の中で最も偉大であり、すべてを御手の中に収めておられる。

**63.** もし兵士たちが、王から食糧を支給されるがゆえに王への忠誠を保つのであれば、人間のために万物を創造された神に、絶え間なく感謝を捧げ、絶えず神に喜ばれるよう努めるべきではないだろうか。

**64.** 神への感謝と善き生活こそ、人間から神に喜ばれる実である。しかし、地上の果実が一瞬にして熟すわけではなく、時間と雨と手入れを必要とするように、人間の果実もまた、その輝きを完全に現すに至るまで、努力と思慮、待ちの時間、節制、忍耐を必要とするのである。とはいえ、それらの実のために、時折誰かの目に敬虔な人として映ったとしても、この肉体の中にいる限りは自分を信じてはならず、自分の行いの何一つを完全に神に喜ばれるものとは考えてはならない。なぜなら、人間が最後まで罪のない状態を保つことは困難であることを知っておくべきだからである。

**65.** 人にとって、言葉ほど誠実なものは他にない。言葉はそれほど重要であり、私たちは言葉と感謝をもって神を崇めるのである。不適切な言葉や不名誉な言葉を用いることは、自らの魂の墮落を露呈することになる。分別のない人間は、自発的に悪しき言葉を使ったり、悪しき行いをしたりした際、自分の罪を自分の生まれや他の何かに責任転嫁しがちである。

**66.** もし私たちが、共に過ごす人々から嘲笑されないようにと、他の肉体の病を治そうと努めるのであれば、なおさら、神の御前で——その御前で裁きを受けることになるのだから——不名誉な者となり、嘲笑に値する者とならないよう、心の病を治すことに全力を尽くす必要がある。なぜなら、私たちは自己支配の力を持ち、望めば、たとえそれを渴望していても、悪事を働かないようにすることができるからだ。また、神に喜ばれるように生きることも私たちの力にあり、私たちが望まない限り、誰も私たちに悪事を強いることは決してない。このように努めることで、私たちは神にふさわしい者となり、天の天使たちのように生きることができるのである。

**67.** もし望めば、情欲の奴隷となることもできるし、もし望めば、情欲のくびきに屈することなく、自由であり続けることもできる。なぜなら、神はあなたを自己決定権を持つ者として創造されたからである。肉欲に打ち勝つ者は、朽ちることのない冠を授かる。もし情欲がなければ、美德もなければ、神からふさわしい人々に与えられる冠も存在しなかったであろう。

**68.** 自分にとって何が有益かを見ず、何が善であるかを知らない者は、魂が盲目であり、その理性も曇っている。彼らを見ないほうがよい。さもなければ、私たちも予期せず、まるで盲人のように、必然的に同じ状態に陥ってしまうからである。

**69.** 罪を犯す者に対して怒ってはならない。たとえ彼らの過ちが罰に値するものであったとしても。罪ある者たちは、正義そのもののために、必要であれば自ら、あるいは他者を通じて、正しい道へと導き、罰すべきであるが、彼らに対して怒りを抱いたり、憤ったりしてはならない。なぜなら、怒りは情動によってのみ作用し、裁きや正義によるものではないからである。過度に慈悲深い者を是認してはならないが、悪人を罰することも、善と正義そのもののために、自らの怒りの情熱のためではなく、行わなければならない。

**70.** ただ一つの心の富だけが安全であり、盗みではない。それは、徳高く神に喜ばれる生活、善行を実践し、善行を成し遂げることである。富は盲目の導き手であり、無分別な助言者である。富を悪用し、ただ自分の快樂のためだけに使う者は、自分の曇った魂を滅ぼしてしまう。

**71.** 人々は、余計なものを一切手に入れないか、あるいは手に入れたとしても、この世のあらゆるものは本質的に儂く、奪われたり、失われたり、破壊されたりする可能性があることをしっかりと確信し、それゆえ、何かが起こったとしても、気弱になってはならない。

**72.** 肉体の病気は、朽ちゆく物質的なものとして、肉体に本来備わっているものであることを知れ。したがって、そのような病気に見舞われた際、善に鍛えられた魂は、感謝の念をもって勇氣と忍耐を示すべきであり、なぜ神が肉体を作られたのかと神を責めてはならない。

**73.** オリンピック競技大会で奮闘する者たちは、一人、あるいは二人、あるいは三人を打ち負かしたからといって冠を授かるのではなく、自分たちと競い合うすべての者を打ち負かした時に初めて冠を授かるのである。同様に、神から栄冠を授かりたいと願う者は皆、肉体の情欲に対してだけでなく、貪欲、他人のものを奪いたいという欲望、嫉妬、快樂追求、虚栄心、非難、死の危険、およびこれらに類する誘惑にさらされたときにも、自らの魂を節制するように鍛えなければならない。

**74.** 私たちは、人間の称賛のためではなく、魂の救いのために、善く、神を愛する生活を熱心に追求しよう。なぜなら、死は日々私たちの目の前にあり、人間のすべては頼りにならないからである。

**75.** 貞潔に生きることは私たちの力にあるが、富を得ることは私たちの力にはない。では、どうすべきか。私たちには得る力のない、一時的で幻のような富の輝きを望むという理由で、私たちの魂を非難すべきではないだろうか。ああ、私たちはすべての富を望むことで、なんと愚かな行いをしていることか！ すべての美德の中で最も高いものが謙遜であり、すべての情欲の中で最も強いものが食欲と、この世の富に対する飽くことのない欲望であることを、私たちは知らないのだろうか。

**76.** 分別ある人々は、この世でささやかで一時的な労苦を背負うことによって、死後には最大の慰めと永遠の至福を得られることを、絶えず心に留めておくべきである。——情欲と戦い、神から冠を授かりたいと願う者は、たとえ倒れたとしても、気弱になってはならず、自分自身を絶望してその倒れたまま留まってはならない。むしろ立ち上がり、再び戦い、冠を得ることに努め、最後の息を引き取るまで、起こる転倒から立ち上がり続けなければならない。肉体の労苦は美德の道具であり、魂にとって救いとなる。

**77.** 勇敢な人々や闘士たちから世俗の安楽を奪うことは、彼らを神からの冠にふさわしい者とする。それゆえ、この人生において、あらゆる世俗的なものに対して自らの肢体を死なせなければならない。なぜなら、死んだ者はもはや世俗的なことなど何一つ気にかけないからである。

**78.** 賢明で精進する魂は、悲しい出来事が起きたとしても、すぐに気落ちしたり恐れたりしてはならない。そうしなければ、臆病さゆえに嘲笑されることになるからだ。世俗の華やかさに惑わされる魂は、そのべき道から外れてしまう。心の美德は私たちを永遠の恵みにふさわしい者とするが、人間の自発的な罪こそが、永遠の苦しみをもたらす原因である。



**79.** 賢明な人間でさえ、理性ある生き物に備わっている（肉体的）感覚を通じて、心の情動に翻弄されることがある。肉体的感覚は五つある。すなわち、視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚である。これら五つの感覚を通じて、自らの四つの情動に囚われることで、哀れな魂は捕らわれてしまう。この四つの心の情欲とは、虚栄、快樂への渴望、怒り、そして恐怖である。しかし、人が知恵と分別をもって、しっかりと戦い、情欲を克服し打ち負かすとき、もはや情欲に翻弄されることはなく、魂は安らぎを得て、勝利者として神から栄冠を授かるのである。

**80.** 宿に泊まる人々のうち、ベッドを与えられる者もいれば、ベッドがなく床に横たわり、ベッドで眠る者たちと同じように深く眠りにつく者もいる。夜が明けるのを待ち、朝になると、どちらの者もベッドを離れ、持ち物だけを携えて、皆等しく宿を後にする。同じように、この人生の道を歩むすべての人々——節度ある生活を送った者も、栄華と富に浸った者も——は、この世を宿屋を出るように去っていく。世の快樂や富を何も持ち去ることなく、ただこの世で自ら成し遂げた行いだけを携えて、——それが善であれ、悪であれ。

**81.** 大きな権力を持っているからといって、すぐに誰かに死を脅かしてはならない。あなた自身も本質的には死に定められていること、そしてあらゆる魂が、最後の衣のように、自らの肉体を脱ぎ捨てることを知れ。このことをはっきりと理解した上で、柔和であるよう努め、善を行い、常に神に感謝せよ。慈悲のない者は、その内に美德を持たない。

**82.** 死を避けることは不可能であり、その方法もない。このことを知っており、真に賢明な人々は、徳と神を愛する心について経験を通じて熟達しているため、死を嘆きや恐れ、涙なしに迎える。彼らは、死は一方では避けられないものであり、他方では、この人生で私たちが直面する悪から私たちを解放してくれるものである、と心に留めているからである。

**83.** 善き、神に喜ばれる生き方を忘れ、正しく神を愛する教義に従わずに振る舞う者たちを、憎むべきではなく、むしろ、判断力が乏しく、心と理性が盲目になっている者として憐れむべきである。なぜなら、彼らは悪を善と見なすため、無知ゆえに滅びていくからである。そして、三つの罪を犯し、魂が愚かな彼らは、神を知らないのである。

**84.** 敬虔さや善き生き方について、誰とでも語り合うべきではない。私がこう言うのは嫉妬からではなく、最も分別のない者の前では、あなたは滑稽に見えてしまうだろうと思うからだ。似た者同士は共感し合うものだが、そのような会話に耳を傾ける者はほとんどいない、あるいは、むしろ極めて稀である。それゆえ、そのような話は控えたほうがよい。なぜなら、神が人間の救いのために望んでおられるのは、それではないからだ。

**85.** 魂は肉体に同情するが、肉体は魂に同情しない。つまり、肉体が切り裂かれるとき、魂も共に苦しみ、肉体が強健で元気なとき、魂の感覚もそれに合わせて喜びを分かち合うのである。——しかし、魂が悔い改めるとき、肉体も共に悔い改めるわけではなく、それとは別に、後れを取ったまま（動かない）でいる。なぜなら、悔い改めとは魂の痛ましい感情であり、同様に、無知、高慢、不信仰、貪欲、憎しみ、嫉妬、怒り、臆病、虚栄、野心、不和、善への無感覚、およびこれらに類するものも、すべて魂によって生み出されるのである。

**86.** 神について考えるとき、敬虔であり、嫉妬せず、善良であり、貞潔であり、柔和であり、力の及ぶ限り寛大であり、社交的であり、争いを好まず、その他同様の心持ちであれ。これらすべてをもって神に喜ばれることは、魂の朽ちることのない富である。また、誰をも非難せず、あるいは誰についても「あの人間は良くない」「罪を犯した」などと言わず、むしろ自分の悪行を探し求め、自分の人生を自分自身と向き合ってみつめ、それが神に喜ばれるものかどうかを吟味するほうがよい。他人が良くないことなど、私たちに何の関係があろうか。

**87.** 真の人間は敬虔であろうと努める。敬虔とは、自分とは無関係なものを望まない者のことである。そして、人間にとって無関係なのは、すべての被造物である。それゆえ、あなたは神の像であるのだから、すべてを軽んじなさい。人は、正しく、神に喜ばれるように生きる時に、神の像となる。しかし、人があらゆる情欲から離れない限り、そうなることは不可能である。神を愛する心を持つ者は、魂を救うあらゆる事柄と、自分に求められるあらゆる敬虔さにおいて熟

達している。神を愛する人は、自分自身が罪を犯していることを知っているため、他人を責めたりはしない。これこそが、救われる魂のしるしである。

**88.** 一時的な富を得ようと必死に努力し、死や自らの魂の滅びを忘れ、悪行への欲望を愛し、自分たちにとって救いとなることには関心を払わず、死後に人々が悪によってどのような苦しみを味わうかなど、想像すらしない哀れな者たちである。

**89.** 神は悪の加害者ではない。神は人間に理性、善悪を区別する能力、そして自己決定権を授けた。しかし、邪悪な情欲は、人々の怠慢と不注意から生じるものである。神は決してそれらについて罪を問われることはない。自由意志による選択の結果、悪魔たちは邪悪になったのであり、人々の大部分も同様である。

**90.** 敬虔に生きる人は、悪が魂に入り込むことを許さない。そして、魂に悪がないとき、その魂は安全で無傷である。そのような人々に対しては、邪悪な悪魔も、偶然の出来事も権威を持たず、神は彼らを悪から救い出し、彼らは神に似た者として、無傷のまま守られて生きる。もし誰かがそのような人を称賛しても、彼は心の中で称賛する者たちを笑う。もし誹謗されても、彼は誹謗する者たちの前で自らを弁護せず、彼らが自分についてそう言うことに対して憤りもしない。

**91.** 悪は、鍔が銅に、汚れが肉体に付着するように、本性に付着する。しかし、銅細工師が鍔を生み出したわけでも、両親が汚れを生み出したわけでもないのと同様に、神が悪を生み出したわけではない。神は人間に良心と 理性を授け、悪が自分にとって有害であり、苦痛をもたらすことを知って、それを避けるようにされたのである。だから、力と富に恵まれた幸運な者を見かけたときは、どんな形であっても、悪魔に惑わされて彼を称賛してはならない。その代わりに、常に死を目の前に思い描くようにしなさい。そうすれば、決して悪いことや世俗的なものを欲しがることはないだろう。

**92.** 私たちの神は、天にいます者たちに不死を授け、地にいる者たちを変化しうるものとして創造された。また、他のすべてのものに生命と動きを授けられた——そのすべては人のためである。それゆえ、悪魔があなたの魂に邪悪な思いを抱かせようとしても、世俗の誘惑に惑わされてはならない。その瞬間、天の恵みを思い出し、自分自身にこう言い聞かせよ。「もし望めば、この情欲の反乱を打ち負かす力も私にある。しかし、もし自分の欲望を満たそうと望むなら、私は打ち勝つことはできない。」このように、あなたの魂を救うことのできる功業に励みなさい。

**93.** 生命とは、知性（霊）、魂、そして肉体の結合であり調和である。そして死とは、これら結合された（部分）の滅びではなく、その結合の解消である。これらすべてを、神は解消後も守っておられる。

**94.** 心は魂そのものではなく、魂を救う神の賜物である。神に喜ばれる心は魂に先立って流れ、魂に、一時的で物質的かつ朽ちるものを軽んじ、永遠で朽ちることなく非物質的な善を愛するよう助言する。そうして、人は肉体に生きながらも、心をもって天上のもの、神聖なものを思い描き、観想するようになるのである。このように、神を愛する心は、人間の魂の恩人であり救い主である。

**95.** 魂は、肉体に甘んじると、快樂によって曇らされ、滅びてしまう。神を愛する心はこれとは反対に働く。それは、肉体に苦痛を与え、魂を救う。まるで、肉体を切開し、焼灼する医師のように。

**96.** 理性によって抑制されず、また、その情動、すなわち悲しみや喜びを鎮め、抑え、正しい方向へと導く知性によって統制されない魂は、理性を欠いた動物のように滅びてしまう。なぜなら、そのような魂の理性は、従順さを失った馬に御者が翻弄されるように、情動に翻弄されてしまうからである。

**97.** 魂の最大の病、究極の災い、そして破滅とは、人間のために万物を創造し、理性と言葉を授けてくださった神を知らないことである。それによって、人は高みへと昇り、神と交わり、神を仰ぎ見て賛美することができるのだ。

98. 肉体の中に魂があり、魂の中に理性があり、理性の中に言葉がある。これらによって、神を仰ぎ見て賛美する者は、魂を不死のものとし、朽ちることのない永遠の喜びを授かるのである。なぜなら、神は御自身の唯一の慈愛によって、すべての存在に存在を授けられたからである。

99. 神は、人間を、嫉妬を知らず（至慈愛に満ち）、善なる存在として、自己決定権を持つ者として創造し、もし望むならば、神に喜ばれることができるよう、その機会を与えられた。神の御心にかなうのは、人間の中に悪が存在しないことである。なぜなら、人々が聖なる神を愛する魂の善行や美德を称賛し、恥ずべき行いや悪を非難するならば、人間の救いを望まれる神は、なおさらそうされるのではないだろうか。

100. 人は、善なる方である神から善を受ける。しかし、悪にさらされるのは、人自身の内にある悪、すなわち情欲や無感覚によるものである。

101. 本質的に不死であり、肉体の主である無分別な魂は、感覚的な快樂のために肉体の奴隷となってしまう、肉体の快樂が魂にとって破滅であることを理解していない。しかし、無感覚に陥り、野蛮化して、その魂は肉体の快樂を熱心に追い求めるのである。

102. 神は善であり、人は悪である。天には悪はなく、地には真の善はない。しかし、賢明な人は最善を選ぶ。万物の神を知り、神に感謝し、神を讃える。そして、死の前に肉体を忌み嫌い、その邪悪な感覚（要求、欲望）が、その破滅性と悪影響を知りつつ、実現されることを許さない。

103. 罪を愛する人は、富を貪ることを好み、正義には無関心である。人生の不確実性、移ろいやすさ、そして儚さを顧みず、死の不可避性と不可抗力を忘れてしまっているのだ。もし老いてなお、これほど恥ずべき愚かな者があるならば、その者は腐った木のように、いかなる事にも役立たない。

104. 私たちは、悲しみを経験した後初めて、喜びや楽しみを感じるものである。なぜなら、渇きを味わったことのない者は飲み物を甘く感じず、空腹を経験したことのない者は食べ物を美味しく感じず、強い眠気に襲われたことのない者は眠りを心地よく感じず、かつて悲しみに暮れたことのない者は喜びを深く感じないからである。——それと同じように、一時的なものを軽んじなければ、私たちは永遠の恵みを楽しむことはできない。

105. 言葉は知性の僕である。知性が望むことを、言葉は表現する。

106. 知性はすべてを見通す。天にあるものさえも。そして、ただ一つの罪を除いて、何ものもその視界を曇らせることはない。清らかな者にとっては、その言葉——言い表せないもの——ほど理解しやすいものはない。

107. 肉体において人は死すべき存在であるが、知性と言葉においては不死である。あなたは沈黙の中で思索し、思索しながら心の中で語る。なぜなら、沈黙の中で知性は言葉を産み出すからである。そして、神に捧げられる感謝の言葉こそ、人にとっての救いである。

108. 無意味に語る者は知恵を持たない。なぜなら、何も考えずに語っているからである。しかし、魂の救いのために、自分にとって何が有益であるかをよく考えよ。

109. 賢明で魂に有益な言葉は、神からの賜物である。それに対して、天と地の広さや距離、太陽や星々の大きさを定めようとする空虚な言葉は、むなしく労苦する人間の作り出したものであり、その者は空しい自惚れによって、自分にとって何の益ももたらさないものを求めている。それはまるで、ふるいを使って水を汲もうとするようなものであり、なぜなら、人々がそれを見つけることは不可能だからである。

110. 天を見る者は誰もおらず、そこに何があるかを知ることもしない。ただ、徳ある生活を熱心に追求し、人の救いといのちのためにそれを（天を）創造された方を知り、賛美する者だけが例外である。そのような神を愛する人は、神なしには何もないこと、そして神は、何ものにも制限されない神として、至る所に、あらゆるものの中に存在することを疑いなく知っている。

**111.** 人が母の胎から生まれるように、魂もまた裸のまま肉体から出る。ある魂は清らかで輝き、ある魂は墮落によって汚され、またある魂は多くの罪によって黒く染まっている。それゆえ、賢明で神を愛する魂は、死後の苦難や極限の状態を思い起こし、それについて熟考しながら、裁かれることなく、またそれらにさらされることのないよう、敬虔に生きる。しかし、不信仰な者たちは、そこに待ち受けているものを軽んじ、魂が狂っているかのように、何も感じることなく罪を犯し続ける。

**112.** 母胎から出てきたとき、母胎の中にあったことを覚えていないのと同じように、肉体から出たとき、肉体の中にあったことを覚えていない。

**113.** 胎内から出て、体がより良く、より大きくなったように、清く汚れない状態で体から出て、天国に留まるあなたは、より良く、朽ちることのない存在となる。

**114.** 胎内で完全に成長した体が生まれる必要があるように、魂もまた、神によって定められた肉体における寿命の限界に達したとき、肉体から抜け出さなければならない。

**115.** 魂が肉体の中にいる間に、あなたが魂に対してどのような態度をとるかに応じて、魂もまた、肉体から離れた後に、あなたに対して同じ態度をとるだろう。この世で自分の肉体に尽くし、あらゆる快楽を与えた者は、死後、自分自身に不利益をもたらしたことになる（金持ちとラザロのたとえ話で知られているように）。なぜなら、その者は無分別な者として、自らの魂を裁きにさらしたからである。

**116.** 母の胎内から未完成の状態に出てきた肉体が生きられないのと同様に、善き生き方を通じて神を見る境地に達することなく肉体から離れた魂は、救われることも、神との交わりを持つこともできない。

**117.** 肉体は魂と結びついて、胎内の闇から光の世界へと現れる。一方、魂は肉体と結びついて、肉体の闇の中に閉じ込められる。それゆえ、肉体を憐れむのではなく、魂の敵であり対立者であるとして、それを抑制しなければならない。なぜなら、多くの食事や甘味は人々の邪悪な情欲を煽るが、節制された腹は情欲を鎮め、魂を救うからである。

**118.** 肉体の視覚器官は目であり、魂の視覚器官は心である。目を持たない体は盲目であり、大地と海全体を照らす太陽を見ることができず、その光を享受することもできないのと同様に、善良な心と善き生活を持たない魂もまた盲目である。すべての（被造物）の創造主であり恩人である神を知らず、賛美することもできず、神の朽ちることなき喜びと永遠の恵みの中に入ることもできない。

**119.** 神を知らないことは、魂の無感覚と狂気によるものである。この無知から悪が生まれ、神を知ることは人々に善をもたらし、魂を救うのである。したがって、もしあなたが、冷静さと神への認識を保ちつつ、自らの欲望を満たそうとしないよう努めるならば、あなたの心は美德に向けられる。しかし、もし神への無知に酔いしれ、自分の快楽のために邪悪な欲望を満たそうと努めるならば、あなたは言葉を持たない者たちと同様に滅び、死後に待ち受ける苦難を顧みることなく終わるだろう。

**120.** 神の摂理とは、神が世界のために定めた不変の秩序に従って起こる事柄、例えば、太陽が毎日昇り沈むことや、大地が実を結ぶことなどである。これらすべては、人間のために創造されたのである。

**121.** 神が善なる者としてなされることは、人のためになされるものであり、人がなすことは、善であれ悪であれ、すべて自分自身のためになされるのである。悪人たちの繁栄についてあなたが困惑することのないよう、知っておいてほしい。都市が死刑執行人を抱えているのは、彼らの最も邪悪な気まぐれを称賛するためではなく、彼らを通じてそれに値する者を罰するためであるのと同様に、神もまた、悪人たちがこの世で優勢になることを許しておられるのは、彼らを通じて不義な者たちを罰するためである。その後、神は彼ら自身をも裁きに付される。なぜなら、彼らは神に仕えるのではなく、自らの悪意に卑屈に迎合し、人々に害を及ぼしてきたからである。

**122.** もし偶像を崇める者たちが、自分たちが何を崇めているのかを心で知り、見ることができていたなら、あの不幸な者たちは敬虔の道から迷い出ることなどなかっただろう。むしろ、神によって創造され、存在するすべてのもののの中に現れる美しさ、秩序、そして摂理を仰ぎ見ることによって、これらすべてを人のために創造された方を悟ったはずである。

**123.** 人は邪悪で不義であるため殺すこともできるが、神は値しない者たちにも絶えず命を与えておられる。神は嫉妬せず（すべての人に寛大であり）、本質的に善であるため、平和があることを望まれ、それゆえに平和は生じ、今もなお人のため、そして人の救いのために続いているのである。

**124.** （真の）人間とは、肉体とは何か——すなわち、それが朽ちゆくものであり、一時的なものであることを理解した者である。そのような者は、魂についても（正しく）理解している——すなわち、魂が神聖で不死であり、神の息吹として、試練と神に似た者となるための昇華のために肉体と結びついていることを。そして、魂を正しく理解した者は、肉体を信賴せず、また甘やかすこともなく、正しく、神に喜ばれるように生きる。自らの心で神を仰ぎ見ながら、彼は神が魂に授ける永遠の恵みを、知恵をもって見出すのである。

**125.** 神は、善であり、妬みを知らない（寛大）お方として、人間に善と悪に関する自由を与え、理性という賜物を授けられた。それは、人間が世界と世界にあるものを観照し、人間のためにあらゆるものを創造された方を認識できるようにするためである。しかし、不義な人はこれを望みながらも理解できず、自らの不幸にも、真理を信じず、真理に反して考えることもある。これこそが、善と悪に関して人が持つ自由なのである！

**126.** 神の定めとは、肉体が成長するにつれて、魂が知性で満たされていくことである。それは、人が善と悪の中から知性にかなうもの（すなわち善）を選ぶためであり、善を選ばない魂には知性がないからである。なぜならば、すべての肉体には魂があるものの、あらゆる魂に知性があるとは言えないからである。神を愛する知性は、貞潔な者、敬虔な者、義なる者、清く善良な者、慈悲深く敬虔な者に備わっている。知性の存在は、人間が神と関わる上で助けとなる。

**127.** 人間にとってただ一つ不可能なことがある。それは、不死であること（死を免れること）である。神との交わりを得ることは、それがいかにして可能かを理解すればできる。なぜなら、信仰と愛のために（行いを）望み、理解し、かつ善き生活によってそれを証しするとき、人は神の対話者となるからである。

**128.** 目は見えるものを捉え、心は目に見えないものを悟る。神を愛する心こそが、魂の光である。神を愛する心を持つ者は、心によって啓発され、自らの心をもって神を仰ぎ見る。

**129.** 善き者は誰一人として恥じることはない。善くない者は、当然ながら悪であり、肉を愛する者である。人間の本来の美德とは、肉を軽蔑することである。一時的であり、朽ちゆく物質的な恵みから、貧しさゆえではなく自らの意志によって離れることこそが、私たちを永遠で朽ちることのない恵みの相続人とするのである。

**130.** 知恵ある者は、自分自身について、すなわち、自分が何者であるか——つまり、朽ちゆく人間であることを知っている。また、自らを知った者は、万物が神の創造物であり、人間の救いのために造られたものであることも知っている。このようにすべてを理解し、正しく信じることは、人間の力に委ねられている。そのような人は、世俗の恵みを軽蔑する者たちの労苦はごくわずかなものであり、死後には神から永遠の慰めと平安を受けることを、確固として知っている。

**131.** 魂のない体が死んでいるように、知性のない魂は不活発（実を結ばない）であり、神を自分のものとすることはできない。

**132.** 神はただ一人の人の声に耳を傾け、ただ一人の人の前に現れる。なぜなら、神は人を愛しておられるからであり、人がどこにしようとも、そこには神もおられる。ただ一人の人こそが、神にふさわしい崇拜者であり、神は人のために姿を変えるのである。

**133.** 神は人のために星々で飾られた天を創造し、人のために地を創造された。そして人々は自らのためにその地を耕す。このような神の摂理を感じ取れない者は、魂において無知である。

**134.** 善は、天にあるものが見えないのと同じように見えないが、悪は、地にあるものが見えるのと同じように見える。善は比類のないものであり、知性を持つ人は、最も善きものを選ぶ。ただ一人、神とその被造物を知ることができる者がいる。

**135.** 魂の中では理性が働き、肉体の中では自然が働く。理性は魂を崇め、自然は肉体を腐敗させる。あらゆる肉体には自然が働いているが、あらゆる魂に理性があるわけではない。それゆえ、すべての魂が救われるわけではない。

**136.** 魂は、生まれたものとしてこの世にあり、理性は、生まれざるものとしてこの世を超越している。この世とは何かを理解し、救われようとする魂には、刻一刻と自らの内において、「今まさに（死を招く）試練と（行いによる）苦痛が訪れ、審判者の視線に耐えられず 審判者の視線に耐えられないような（死を伴う）試練と苦行が今まさにあり、まるで魂が滅びてしまうかのようだ、と。このように思い巡らすことで、魂は取るに足らない恥ずべき快樂から身を守るのである。

**137.** 地上には神によって誕生と死が定められており、天には万物の完全さと不変性がある。しかし、すべては人間とその救いのために創造されたのである。いかなる恵みも必要としない神は、人間のために天と地と四元素を整備し、それらを通じてあらゆる恵みの喜びを人間に与えておられる。

**138.** 死すべきものは不死のものに従属し、それに仕えている。すなわち、自然界は人間に奉仕している。これは、創造主である神の愛と本質的な慈愛によるものである。

**139.** 害を加える力を持たない貧しい者は、積極的に敬虔な者の数には数えられない。しかし、害を加えることができるにもかかわらず、その力を悪用せず、弱者を慈しむ者は、神の前での敬虔さゆえに、死後も善き報いに与る者となる。

**140.** 私たちを創造された神の愛により、魂を回心させ、天へと導く救いへの道は極めて多い。人間の魂は、徳に対して報いを受け、罪に対しては罰を受ける。

**141.** 御子は父の中に、御霊は御子の中に、父は両者のうちにおられる。人は信仰によって、目に見えず、心で思い描くことのできないすべてのものを知る。信仰とは、神から告げられることを魂が自由に確信することである。

**142.** 何らかの必要や事情により大きな川を渡らざるを得ない者たちは、もし正気であれば、命を守ることができる。たとえ激しい水流に襲われようとも、たとえ舟に水が掬い上げられようとも、彼らは岸边に通常ある何かにしがみついて助かるからである。しかし、酔っている場合は、たとえ何十回も対岸へ泳ぎ着こうと試みたとしても、酒に打ち負かされて波に飲み込まれ、生者の輪から外れてしまう。同様に、もし魂が、人生の波や流れの渦に飲み込まれ、自ら肉欲の下から立ち上がらず、自分自身を知ろうとしない——すなわち、神聖で不死であるにもかかわらず、物質的な肉体と結びついていること、その肉体は、試練のためにのみ、信仰心が薄く、情欲に満ち、死すべきものであることを——そして、自らを破滅へと導く肉欲に身を任せてしまうならば、そうすれば、自分自身を軽蔑し、無知に酔いしれ、自らを顧みない者として、滅び、救われる者の輪の外に取り残されることになる。なぜなら、肉体は川のように、しばしば私たちを不道德な快樂へと引きずり込むからである。

**143.** 賢明な魂は、その善意を揺るぎなく保ち、馬を手綱で制御するように、怒りや情欲——すなわち、自らの最も愚かな情欲——を抑制し、それらと闘い、それらを鎮め、克服することで、天国に留まる栄誉と資格を与えられ、それを、自分を生み出した神からの、蒔きと労苦に対する報いとして受け取るのである。

**144.** 真に賢明な魂は、悪しき者たちの幸福や、それに値しない者たちの繁栄を見ても、この世での彼らの享樂を思い巡らして動揺することはない。それは、無分別な人々がそうであるように。なぜなら、そのような魂は、幸福の儚さ、この世での滞在の不確実性、また、この世の命

の短さ、そして裁きの公平さをはっきりと知っており、神が自分の生計に必要なものを顧みないことはない、と信じている。

**145.** 肉欲的な生活や、この世における富や権力による享樂は、魂にとって死となる。それに対し、労苦、忍耐、感謝を伴う貧しさ、そして肉体の抑制こそが、魂の命であり、永遠の慰めへの道である。

**146.** 賢明な魂は、物質的な蓄積やはかないこの世の生活を軽んじ、天の慰めと永遠の命を選び、善き生き方によって神からそれを授かるのである。

**147.** 汚れた衣を身にまとっている者は、自分に触れる者の服をも汚してしまう。同様に、気性が悪く、行いが正しくない人々は、素朴な人々に接し、彼らにふさわしくない言葉を投げかけることで、まるで泥のように、彼らの魂を耳を通じて汚してしまうのである。

**148.** 罪の始まりは情欲であり、それによって知性ある魂は滅びる。一方、魂にとっての救いと天国の始まりは、愛である。

**149.** 放置され、適切な手入れもされずに放置された銅が、束に縛られたまま長期間放置され、何にも使われなかったために生じた錆によって傷つき、それによって粗悪で役に立たないものとなるのと同様に、何もしないで過ごし、善き生活や神への回心を顧みない魂も、自らの悪行によって神の庇護を失い、肉体の不注意から生じる悪に蝕まれ、それゆえに粗悪で、救いにふさわしくないものとなるのである。

**150.** 神は善であり、無情であり、不変である。もし誰かが、神が不変であることを祝福すべき真実であると認めつつも、神が（そのようなお方でありながら）なぜ善を喜び、悪を忌み嫌い、罪人に対して怒りを示し、彼らが悔い改めるときには彼らに慈悲を示すのかと不思議に思うならば、これについては、神は喜びも怒りもなさらない、と答えるべきである。なぜなら、喜びと怒りは情動だからである。神性が人間の行いのために善いとか悪いとか感じるなどとは、ばかげた考えである。神は善であり、ただ善のみをなされ、誰に対しても害を与えることはなく、常に変わることなくおられます。一方、私たちが善であるときは、神との類似性によって神との交わりに入りますが、悪になると、神との不類似性によって神から切り離されます。徳ある生活を送る時、私たちは神の者となるが、邪悪になると神から拒絶される。これは、神が私たちに怒りを抱いているという意味ではなく、私たちの罪が、神が私たちの中に輝きを放つことを妨げ、むしろ私たちに苦しめる悪魔たちと結びつけてしまうからである。もしその後、祈りや善行によって罪の赦しを得るとしても、それは私たちが神を喜ばせ、神の心を変えたという意味ではなく、そうした行いや神への回心を通じて、私たちの中に存在する悪が癒やされ、再び神の恵みを味わうことができるようになるということである。したがって、「神は悪しき者から背を向けられる」と言うことは、「太陽は目が見えない者から姿を隠す」と言うのと同じことである。

**151.** 敬虔な魂は、あらゆる面において神を知っている。なぜなら、敬虔であるということは、神の御心を行うことに他ならず、これこそが神を知ることだからである。すなわち、嫉妬せず、貞潔であり、柔和で、力の及ぶ限り寛大であり、社交的で、偏見を持たず、神の御心にかなうことをすべて行おうと努めることである。

**152.** 神を知るとは、また神を畏れることは、肉の情欲に対する治療薬である。なぜなら、魂の中に神を知らない状態があるとき、情欲は癒されることなく残り、魂を蝕むからである。魂は、その中に宿る悪によって、長期間にわたる害のように腐敗していく。しかし、神はこれについて非難されることはない。なぜなら、神は人々に知識と理性を授けてくださったからである。

**153.** 神は、情欲や自発的な悪を清め、ご自身の慈愛によって、死すべきものを不死へと変えようと望まれ、人間に知恵と理性を授けられた。

**154.** 清く神を愛する魂にある心は、生まれず、目に見えず、言葉に表せない神——清き心のみが知ることのできる唯一の清き方——を真に仰ぎ見る。



**155.** 朽ちることのない冠、美德、そして人間の救いとは、不幸を感謝をもって耐え忍ぶことである。また、怒り、言葉、食欲、そして快樂への執着を抑制することは、魂にとって極めて大きな助けとなる。

**156.** 世界を支えているのは神の摂理であり、この摂理が及ばない場所はない。この摂理とは、自らを成就させる神の御言葉であり、この世界を構成する物質を形成する者であり、あらゆる事象の設計者であり、創造主である。物質が、神の御言葉の分別ある力——それは神の御姿、知性、知恵、そして摂理そのものである——なしに、その美しい構造を受け入れることは決してあり得ない。

**157.** 記憶によって煽られる情欲は、闇に属する情念の根源である。この情欲に満ちた記憶の中にいるとき、魂は自らが神の息吹であることを自覚せず、死後に陥ることになる極限の災いについて考えることもなく、狂ったように罪へと身を投じるのである。

**158.** 魂の最も大きく、治ることのない病であり、その破滅は、神を忘れることと虚栄心である。悪を欲することは善の喪失であり、私たちの善とは、あらゆる点において神に喜ばれるあらゆる善を喜んで行うことにある。

**159.** ただ一人の人間だけが、神を受け入れることができる。なぜなら、神はこの唯一の生き物と、夜は夢を通して、昼は知性を通して語りかけ、神にふさわしい人々に対して、あらゆる方法で将来の恵みを予告し、前兆を示されるからである。

**160.** 信仰を持ち、望む者にとって、神を知ることは少しも難しいことではない。もし神を仰ぎ見たいと願うなら、万物の秩序と、神の御言葉によって過去にも現在にもなされているすべての事柄への御摂理に目を向けるがよい。これらすべては人のためである。

**161.** 聖人とは、悪や罪から清められた者を指す。なぜなら、人の内に悪が存在しないことこそが、魂の至高の完全性であり、神に極めて喜ばれる行いだからである。

**162.** 名とは、多くのものの中から一つを指し示すものである（一般名詞）。しかし、唯一無二である神に、ご自身と同じ名を持つ者がいると考えるのは不合理である。なぜなら、「神」という言葉は、始まりがなく、人のために万物を創造された方を意味するからである。

**163.** もし自分に悪い行いがあることに気づいたら、善を期待して、それらを自分の魂から切り離しなさい。神は義であり、人を愛しておられるからである。

**164.** 常に神から離れないよう努める人こそ、神を知り、また神から知られているのである。そして、あらゆる点で善であり、あらゆる肉欲の快樂を控えている人こそ、神から離れない者となる。それは、そのための手段が不足しているからではなく、自らの意志と自由な節制によるものである。

**165.** あなたを傷つける者に感謝すれば、神を友とすることができる。決して、自分の敵について誰かに悪口を言ってはならない。愛、貞潔、忍耐、節制、およびそれらに類する徳に励みなさい。なぜなら、謙遜やそのような美德を通じて神に従うことこそが、神を知るということだからである。しかし、そのような行いは誰にでもできるものではなく、賢明な魂にのみ備わっている。

**166.** 植物や草に魂があると大胆にも主張する者たちに対して、私は最も素朴な人々のために、この章を記した。植物には物理的な生命はあるが、魂はない。人間は、知性を持ち、知識を獲得する能力があるゆえに、理性ある動物と呼ばれる。一方、声を持ち、呼吸と魂を持つ他の動物——地上のものも空中のものも——は、すべて成長し、衰えていくものは、生きているから「生き物」と呼べるが、そのようなものすべてに魂があるとは言えない。生き物には四つの異なる種類がある。そのうちのいくつかは不死であり、靈魂を備えている。天使がそれにあたる。また、知性、魂、そして呼吸を持つものもある。人間がそれにあたる。さらに、呼吸と魂を持つものもある。動物がそれにあたる。そして、生命のみを持つものもある。植物がそれにあたる。植物の生命は、魂も、息も、理性も、不死もなしに維持されているが、それ以外のものはすべて、生命なしには存在し得ない。あらゆる人間の魂は、常に動き続けている。

**167.** 何らかの感覚的な快樂への想いを抱いたときは、すぐにそれに引き込まれないよう気をつけ、それを少し距離を置いて、死を思い起こし、その快樂への執着に打ち勝ったと自覚することの方が、どれほど素晴らしいことかを考えてみよ。

**168.** 神は、人間に知性、知識、理性、そして善悪の区別を授けることで、最もふさわしい形で人間の内なる悪に対する障壁を設けられた。それは、悪が私たちに害を及ぼすことを認識し、そこから逃れるためである。しかし、愚かな人は悪を追いかけていき、さらにはそれを誇りさえし、まるで網にかかったかのように、その中に絡め取られてもがいている。そして、人間の救いと神化のためにすべてを創造された神を見出し、知るために、その網から抜け出す力を決して持ち得ないのだ。

**169.** 死すべき者は、死が待ち受けていることをあらかじめ知って、自らを顧みなければならない。なぜなら、敬虔な魂は善であるとき、至福の不死を授かるが、悪であるときは永遠の死を迎えるからである。

**170.** 寢床に就くとき、感謝の心をもって、神の恵みと摂理を心に思い起こせ。そうすれば、この善き思いに満たされて、あなたは霊において大いに喜び、肉体の眠りは魂の覚醒となり、あなたの目を閉じることは神を真に見ることに変わり、そして善の感覚に満ちたあなたの沈黙は、魂と力のすべてを尽くして、天へと昇る賛美——万物の神への心からの栄光を捧げるであろう。なぜなら、人の内に悪がないとき、感謝こそが、いかなる高価な犠牲よりも、神に喜ばれるものだからである。神に、世々限りなく栄光あれ。アーメン。

### 3. 隠遁生活の規則

**1.** 私は、主が私の口を通して語られるままに、隠遁生活の重い軛に身を委ねようとする者たちのために、これらの規則を定める。これらの戒めに従わなければならない。もし誰かがそのうちの一つでも破るなら、その者は「天の御国において、私よりも小さい者と呼ばれる」であろう（マタイ5:19）。

#### a) そのような生活の外的様相と規則

ア) 世からの離脱と人々との共同生活からの離脱。

**1.** （世を捨てた生活様式において）救われようとする者は、自分の家に留まらず、かつて罪を犯したその町に住んではならない。また、両親や血縁の近親者を訪ねてはならない。なぜなら、それによって魂に害が及ぶし、生活の果実が失われてしまうからである。

**2.** かつて神の前で罪を犯した町には、決して戻ってはならない。

**3.** 親族がどのように暮らしているかを見に行かないでください。また、彼らにあなたの暮らしを見に来ることを許さず、彼らとは一切会わないようにしてください。

b) 隠遁生活の選択。

**4.** 私たちの霊的指導者たちは、荒野こそが死について熟考するのに最もふさわしい場所であり、肉体を安らげる世俗的な物事への執着から逃れるための確かな避難所であると断言している。

**5.** 荒野に住み、沈黙を守る者は、三つの戦いの苦しみから解放される。すなわち、耳を通じた戦い、舌を通じた戦い、そして心を傷つけるような光景を目にすることによる戦いである。

**6.** 荒野は涼しい場所である、と囁く思いに惑わされないよう気をつけなさい。

c) 独房での隠遁

**7.** 世間の噂から離れ、独りになりなさい。そうすれば、あなたは旅人となる。小部屋に座っていることは、あなたにとって、異郷へ旅立つことと同じである。

**8.** どこかへ出かけたときは、あらゆる手段を尽くして、できるだけ早く自分の隠れ家に戻り、祈りに専念するように努めなさい。

**9.** 収穫の作業に出かける時は、そこで長居せず、速やかに自分の隠れ家へ戻りなさい。

**10.** 兄弟の誰かを訪ねる際は、その部屋の滞在を長く引き延ばしてはならない。

*d) 独房での活動と規則。*

11. 自分の独房にいるときは、次の三つの行いに専念しなさい。手仕事、詩篇の朗読、そして祈りである。

12. 独房にいるときは、聖書の朗読、神への祈り、そして手仕事に励みなさい。

13. 土曜日と主の日を除き、毎日9時までは断食しなさい。9時になったら、自分の（最も内側の）独房へ行き<sup>1</sup>、食事をする前に祈りを捧げなさい。食事を終えたら、聖書の朗読と祈りを交互に行いなさい。

*d) 祈りの言葉とひざまずき。*

14. 定められた時間に祈りを捧げ、一つも欠かさないようにし、そのことで問われることのないようにせよ。

15. 夜には、教会へ行く前に祈りを捧げなさい<sup>2</sup>。

16. （そして常に）教会へ行く前には、自分の独房で祈りなさい。

17. （一般的に）兄弟たちとの共同の祈りの前後には、常に自分の部屋でも祈りを捧げなさい。そして、決してそれを怠ってはならない。

18. 頻繁にひざまずき、これを怠ってはならない。そうすれば、不義の死を免れることができる。

19. 祈るときは、怠惰を許してはならない。怠惰な者の祈りは、空虚な言葉に過ぎないからである。

20. 祈り、神を想うときは、修道誓願とあなたの衣の意義にふさわしく、軽やかに高く舞い上がる鳥のようでありなさい。

*e) 聖書の朗読と神を想う黙想*

21. 聖書の読解に励め。そうすれば、それらはあなたを不浄から引き離してくれる（あるいは：不浄な思いを一掃してくれる）。

22. もし絶えず熱心に聖書の読解に励み、戒めを守るならば、神の憐れみはあなたと共にあり続けるであろう。

23. 神の御業について深く考え、祈ることを怠ってはならない。

24. 自分の独房に座り、口を閉ざして神を思い起こさない修道士は、町の外にある荒れ果てた家のようなものである。その家は常にあらゆる不浄に満ちている。なぜなら、自分の家から不浄を取り出そうと企む者は、そこにそれを運び込むからである。（すなわち、口は黙っているが、心では空想にふけり、思いに流され、心に夢中になっている——これらはすべて、悪霊によって魂に投げ込まれる罪の屑である）。

*(7) 手仕事および労働全般。*

25. 肉体は、長い労働によって服従させ、疲れさせなければならない。

26. 独房での行いとして、何らかの適度な労働を自分に課せ——そうすれば、あなたの心は謙虚になるだろう。

27. 手仕事の労役に自らを駆り立てよ。そうすれば、神への畏れがあなたの中に宿るだろう。

28. 手仕事の労苦に勤勉に取り組めば、神への畏れがあなたに降り注ぐだろう。

29. 独房に座っているときは、手仕事の労役に励みなさい。しかし、その際、主の御名を自分から離さず、絶えず心の中で主を思い巡らし、心の中で主に学び、口で主を賛美しなさい。こう言いなさい。「わが主イエス・キリストよ、私を憐れんでください」；あるいは「主イエス・キリストよ、私に御助けをお与えください」；あるいは「わが主イエス・キリストよ、あなたを賛美します」。

<sup>1</sup> それまでは、ひさしの下や玄関で作業を行っていたが、そこを「外修道室」と呼ぶこともあった。

<sup>2</sup> 聖サヴァ修道院では、早課の1時間前に鐘が鳴らされ、皆が各自の独房で、イエスの祈りを唱えながら、定められた1500回の腰までの礼拝と150回の地面への礼拝を行う。

z) 食事。

30. 食事の時間を（常に同じ）一時間と定め、自分の体を養うためであり、快樂のためではないことを心に留めて、食事をとること。

31. 最も質素で安価な食事を摂りなさい。

32. パンは沈黙と節制をもって食べ、食卓での座り方が質素であるように気をつけなさい。

33. 満腹になるまで食べてはならない。

34. 食欲になったり、食べ物に執着したりしてはならない。そうすれば、かつての罪が再びあなたの中に蘇ることはないだろう。

35. 水曜日と金曜日には断食を解いてはならない。

36. 肉は一切食べてはならない。

37. 酒を醸す場所には近づいてはならない。

38. 集会や会食（共同の食事）には、急いで参加してはならない。

39. 共同の食事が設けられている場所<sup>3</sup>に来たなら、一口味わい、神に感謝を捧げなさい。

40. 三杯のワインに、四杯目を追加してはならない。ただし、何らかの重病の場合を除く<sup>4</sup>。

41. 差し出されたものに対して、すぐに手を伸ばしてはならない。

42. 若いうちは、他の人より先に手を伸ばしてはならない。それは謙虚ではないからである。

イ) 睡眠。

43. 睡眠は短く、適度な量にとりなさい。そうすれば、天使たちがあなたを訪ねてくるでしょう。

44. 健康なときは、腰帯を外してはならない。

45. 寝るときは、知らず知らずのうちに罪を犯さないよう、両手を（おそらく胸元など）にしまわないようにしなさい。

i) 衣服。

46. 昼も夜も、囚人や収監者のように、あなたの頭巾とマント、そしてすべての衣服を身にまとうがよい。

47. 自慢したり誇ったりするような服を着てはならない。

48. 裁きの日に、他の者たちの群れの中で裸になることのないよう、自分の衣服を大切にせよ<sup>5</sup>。

k) その主な特徴が貧困であるすべての内容。

49. 必要な分以上は、何も蓄えてはならない。

50. 貧しさとは、何と言っても、あらゆる事柄における節度、すなわち、わずかなもので満足する状態である。

51. 称賛よりも侮辱を、安らぎよりも肉体の労苦を、そして（必要な）物の不足を、過剰よりも愛しなさい。

l) 教会の礼拝<sup>6</sup>。

52. 教会の務め（教会と礼拝の管理）は、忠実で神を畏れる者に委ねられなければならない。

<sup>3</sup> つまり、誰かがすべての隠者たちを集め、教会のそばで彼らをもてなした時のことである。

<sup>4</sup> これは独房内ではなく、共同の食事の場で行われる。ワインは通常、自家製のブドウ酒で、アルコール度数はそれほど高くない。

<sup>5</sup> これにより、その装いが課す通りの生き方を心がけるよう促される。

<sup>6</sup> 隠遁者たちは荒野に点在して暮らしており、彼らが占める空間の中央には教会があり、そこへ集まって共同の祈りを捧げていた。教会の管理は、選ばれた一人または数人に委ねられていた。マカリオス大聖人は、ある時、聖アントニオを訪ねた後、スキートに戻り、兄弟たちから「偉大なるアッパは何を命じているのか」と尋ねられると、「私たちには捧げ物、すなわち聖体礼儀がないのは良くない」と答えた。そこで、彼らは急いで教会を整備した。これは、聖アントニオが隠遁者たちの生活をどのように整えていたかを示す一例である。

53. 鐘が鳴り響いたら、すぐに教会へ行くのを怠ってはならない。

54. 礼拝を欠かしてはならない。それがあなたにとってつまずきや罣とならないように。

55. 教会では決して話してはならない。

56. 教会では、大勢の人が集まる場所にいるときのような態度をとってはならない（すなわち、心の中に雑音や、多くの思いが渦巻くような騒ぎがあってはならない）。

57. 教会で自分の死者を葬ってはならない（すなわち、自分の世俗的な事柄をどう処理するかといったことに心を奪われてはならない）。

*m) 関係性:*

aa) 第一に、そして最も重要なことは、アッバ、霊的父、長老たち、そして一般的に霊的に成熟した人々に向き合うことである。

58. どのような事柄であれ、修道院のアヴヴァと相談せずに、いかなる事にも着手してはならない<sup>7</sup>。

59. あなたのアヴヴァや、自分より位の高い人々の前では、余計な言葉を口にしてはならない。

60. 自分の父に従うことを常に心にしっかりと留めておきなさい。そうすれば、神への畏れがあなたの中に宿るだろう。

61. あなたの行いの完成は従順にある。人は若き日から主の軛を負い、仕え、従うならば、それはその人にとって良いことである。

62. 不従順であってはならない。さもないと、あなたはあらゆる悪と不正の道具となり、器となってしまおうだろう。

63. 謙虚さと涙をもって、父に願い求めよ。そうすれば、父はあなたがまだ知らないことを教えてくれるだろう。そうすれば、あなたは恥をかくことはない。

64. あなたに良い教えを授けてくれる人を常に心に留め、その人から命を与える戒めを学ぼうと努めなさい。そうすれば、祝福された使徒パウロが記したように、主の御心に従って実りある人生を送ることができるでしょう。「これらに励み、これらに留まりなさい。そうすれば、あなたの進歩がすべての人々の前で明らかになるであろう」（テモテへの手紙I 4:15）。

65. もしあなたが心から従順の軛に首を屈めたのなら、あなたに語られることを注意深く聞き、その後、戒めの全力を尽くしてそれを誠実に実行しなさい。

66. 自分が犯した罪を、師から隠してはならない。

67. 毎日、年長者たちから良い品性を学べ。

68. 肉親の両親よりも、霊的な父たちをより深く愛しなさい。なぜなら、彼らは神のためにあなたのことを気遣ってくれているからである。

69. あなたを霊的に生み出した修道院の父たちが、聖人たちの群れの中であなたの栄光を喜び祝うような生き方をしなさい。

70. 修道院の長老たちの祝福があなたの上に留まるよう、あらゆる手段を尽くして努めなさい。

71. 自分の思いはすべての人に打ち明けるのではなく、あなたの魂を癒やすことのできる人たちにのみ打ち明けなさい。

72. 兄弟を誘惑することのないよう、自分の思いは誰にでも打ち明けてはならない。

73. すべての人に対して友好的であるように心がけよ。しかし、すべての人を助言者としてはならない。

bb) 相互に——すべての人をすべての人に対して。

74. すべての人から祝福されるよう努めなさい。

75. 兄弟を気遣い、彼に親身な思いやりを示しなさい。

---

<sup>7</sup> 隠遁者たちはそれぞれ他者から離れて暮らしていたが、彼らの分散した集落は全体として一つの統一体であり、例えば、スキートや独房、ニトリアにおいて、二人のマカリオスやアンモンといったように、一人の指導者を有していた。

**76.** もし兄弟が熱心に助けを求めてきたら、その日は一日中、彼と共に働け。

**77.** 友人はまず試練にかけてみよ。すべての人を親しい者にしてはならず、すべての人に心を許してはならない。この世は偽りに満ちているからだ。しかし、主を畏れる兄弟を一人選び、兄弟同士のように親しく付き合え。そして何よりも、息子が父に寄り添うように、神に寄り添うのが最善である。なぜなら、ごく少数を除いて、人々は皆、偽りに陥っているからだ。この世は虚しさ、苦難、悲しみで満ちている。

bb) 年長者から他者へ。

**78.** もしあなたが罪の行いをやめたのなら、主の御名によって語り、主の御名が冒瀆されている者たちを戒めなさい。彼らはまるで死者のように、生ける主から切り離されているのだから、彼らが死んだ行いから離れ、生き返り、栄光を受けるにふさわしい者となるよう努めなさい。

**79.** 自分の（霊的な）子供たちを容赦なく戒め（そして正し）なさい。なぜなら、彼らの裁きはあなたに問われることになるからである（すなわち、彼らが恐るべき審判において裁きに値すると判明した場合）。

**80.** 容赦なく、しかし神への畏れをもって戒めよ。相手が誰であろうと、誰の顔色もうかがわず、真理の言葉をもって断じよ。

**81.** もし兄弟があなたのところに来て、自分の思いを開き示したなら、注意せよ。それを誰にも話してはならない。むしろ、自分自身と彼のことを祈り、主があなたたち二人を救ってくださるように。

**82.** キリストへの信仰を求める者を拒んではならない。

**83.** あなたの教えを受け入れない者には、その教えを語ってはならない。

**84.** 自分自身がそれを実践するまでは、誰に対しても規則として何かを提案してはならない。

**85.** あらゆる不品行の中で最も甚だしい不品行とは、自分自身が実行していないことを他人に命じることである。なぜなら、他人の行いからは何の益も得られないからである。

gg) 病者への言葉。

**86.** 毎日朝起きたら、あなたの周りにいる病人の世話をしなさい。

**87.** 病人のところへ行き、彼らの水瓶に水を満たしなさい。

**88.** できる限りのこと、余分なものはすべて、修道院の病人に分け与えなさい。

**89.** もしあなたのアッバが病人の世話をしよう命じたなら、心から彼らに仕えなさい。そうすれば、神から二重の報い、すなわち愛に満ちた従順に対する報いを受けることができる。

dd) 旅人について。

**90.** たとえ時機外であっても、兄弟があなたのところに来たら、喜んで迎え入れなさい。そうすれば、彼は神に感謝し、あなたに対して不満を抱くことはないだろう。

**91.** もし兄弟があなたのところに来たら、彼の前ではあらゆる点で謙虚になり、主のために彼に親しみを示し、高慢になって高ぶることのないように気をつけなさい。

**92.** あなたの顔は常に悲しげであるべきだが、巡礼の兄弟たちがあなたのところに来るときだけは、喜びに満ちた表情を浮かべなさい。

n) 互いの接し方。

**93.** あらゆる行動において謙虚であれ。

**94.** あらゆる振る舞いにおいて、また他者との交わりにおいて、貧しい物乞いの態度を身につけよ。会話を交わすときも、神への賛美歌や賛美の歌を歌うときも、決して偉ぶってはならない。また、兄弟たちと集まるときは、あなたの言葉は飾り気のないものであれ。

**95.** 少年や若者とは会話を交わしてはならない。ましてや親交を結んではならず、また、悪魔に隙を与えないよう、そのような者たちを同居させてはならない。

**96.** 少年とは全く話してはならない。さもないと、彼はあなたにとってつまずきの原因となるからである。

97. あなたのそばに立っている兄弟の手を握ってはならないし、その頬に触れてはならない。相手が年上であろうと年下であろうと。

98. 理性と助言を欠いた人々からは、全力を尽くして遠ざかりなさい。

99. 静かな生活を愛するなら、虚栄のことばかりを気にする者たちの輪に入ってはいけない。もし偶然彼らの間に迷い込んだとしても、あたかもそこにいないかのように振る舞え。

o) 会話および言葉の使い方全般。

100. 声を荒げたり（声を上げたり）してはならない（独房では常に沈黙を守れ）。ただし、規則で定められた祈りの時は例外とする。

101. 悪口を避けよ（舌を慎め）。

102. 神の御霊があなたから離れてしまわないよう、喋りすぎないようにしなさい。

103. 沈黙を守ることは、ヘロデの権威にもかかわらず沈黙を守られた主に倣う、尊い行いである。

104. 自分と同じような信仰者たちと集まる時は、他の人たちの言葉を聞き、その意味を理解し、救いとなることを喜んで実行するよう心がけなさい。それは、自分自身が話すことよりもはるかに良いことである。

105. 誰かのところへ行くときは、心に神への畏れを抱き、口を慎み、平穩のうちに自分の修道室へ戻れるようにせよ。

106. 賢明な人は、どう振る舞うべきかをよく知っている。それゆえ、急いで話すことはなく、どこで話すべきか、どこで聞くべきかをよく見極める。それに対し、戒めを受けていない人は、舌を制御し、抑制するという、秘められたこの教えを守らない。

107. 兄弟たちの間に座しているときは、あまり多くを語ってはならない。もし彼らに何か尋ねるなら、謙虚に簡潔に言いなさい。

108. あなたの言葉は、甘美であり、また教訓となるものであれ。言葉によって栄光も屈辱も生じることを忘れるな。

109. 苛立ちを込めて語るな。あなたの言葉は、沈黙と同様に、知恵と分別をもってあるようにせよ。私たちの賢明な先人たちを見習え。彼らの言葉は常に知恵と分別に満ちており、沈黙もまた同様であった。

110. あなたの舌は常に理性に従うようにしなさい。なぜなら、理性からかけ離れた言葉は、とげや針のようなものだからである。

111. 偽りを避けよ。さもないと、それはあなたから神への畏れを追い払ってしまう。

112. あなたの口は、常にただ一つの真実を語らなければならない。

113. あなたの会話の主題は、至高の神の恵みであるようにしなさい。そうすることで、あなたは神からさらに大きな恵みを受けるにふさわしい者となるだろう。

114. 悪事について尋ねてはならない。むしろ、そこから注意を遠ざけよ。

115. 空虚な言葉を口にしてはならない。また、そのような言葉を口にする者たちの話に耳を傾けてはならない。そうすれば、あなたの魂がそこから悪を吸収することはないだろう。

116. この世にあるあらゆるものについての無駄話を憎め。

117. できる限り、冗談や滑稽な言葉を控えるようにしなさい。

118. 叫んだり、大声で早口に話したりしてはならない。なぜなら、「言葉を多くする者は、罪から逃れられない」（箴言・伝道の書 10:14）と書かれているからである。

119. 頑固になってはならず、自分の言葉に固執してはならない。そうすれば、悪（怒り、憤り）があなたの中に入らないようにするためである。

120. 決して恐れを抱いてはならない——疑いのない事柄においても、ましてや疑わしい事柄においても。

p) 外出の際の注意。

121. 必要に迫られて町へ行かなければならない場合は、一人で行ってはいけない。

122. 水を汲みに行くときや、旅をするときは、（詩篇を暗唱して）読み、思索にふくれ。



123. 兄弟たちと旅をする時は、沈黙を守るために、彼らから少し距離を置け。

124. 道を歩いているときは、左右を見回さず、注意深く自分の詩篇を読み返し、心で神に祈りなさい。そして、どこにしようとも、その土地の住民と親しくならないようにしなさい。

125. 世俗の人々の群れに加わるな。しかし、すべてを人目につくように行っていたパリサイ人のようにはならない。

126. 女性に自分に近づかせたり、彼女があなたの住まい（部屋）に入ってくることを許してはならない。なぜなら、彼女の後には、情欲の嵐が追いかけてくるからである。

127. 女性とは一緒に食事をせず、少年とは決して親密な関係を結んではならない。

128. どこかで泊まることになったら、他の人と同じ服を掛け合わせないように気をつけなさい。

129. 自分より年下の者とは、同じ藁マットの上で寝てはならない。

130. 二人で同じ藁マットの上で寝てはならない。ただし、やむを得ない事情がある場合は別である。たとえそれが父や兄弟であっても、それを許す際は大きな恐れを抱いて行え。

131. 修道院の宿舎には長居してはならない。

## **b) 内面生活の基盤**

ア) 生活の原点——熱心さ。

1. 美德を積むことに熱心であれ。そうしなければ、怠惰を招いてしまうからだ。

2. 神への愛が冷めることを恐れよ。

3. 一度始めた善行からは、決して後戻りしてはならない。

4. あなたの隠遁の道から後戻りしてはならない。

5. 美德のために担っている労苦を放棄してはならない。そうしなければ、怠惰で無気力になり、最期の時に罪を犯すことになるからだ。しかし、最後まで主を愛し続けよ。そうすれば、恵みを受けるであろう。

6. 町の外にある廃墟が、すべての人にとって悪臭を放つ不浄物の溜まり場となるように、怠惰で気だるく隠遁生活を送る者の魂は、あらゆる情欲と罪の不浄の溜まり場となってしまう。

b) 生活の指針——戒めにおける神の御心。

7. もしあなたが自分を神に委ねたのなら、神のすべての戒めを守り、命じられたことは、何も省略することなく、入念に実行しなさい。なぜなら、もし何かを省略しようと思うなら、あなたの過去の罪は赦されないが、もし（命の限りまで）すべてを堅く実行しようと思決心するなら、あなたの過去の罪はすでに赦されていると確信してよい。

8. あなたの思いは常に神の戒めに注がれていなければならない。それらを全力を尽くして守り、一つも省略しないように努めよ。さもないと、あなたの魂はあらゆる不浄の溜まり場となってしまうからだ。

9. 何かを取り掛かろうとして、そこに神の御心が見えないならば、決してそれを行ってはならない。

c) 目的——神の栄光。

10. あらゆる手段を尽くして、（あなたを通して）天におられるあなたの父が栄光を受けるように努めなさい（マタイ5:16）。

d) 記念——熱意を喚起し、維持するものである。

アア) 誓いと最初の熱意について。

11. 儚いもののために神から離れてはならない。むしろ、神に喜ばれることを切望する情熱があなたの中で燃え上がっていた時に、あなたが誓ったことを思い起こしなさい。

12. 当初に身にまとっていた衣の意義を忘れないよう努め、当時流した悔い改めの涙も心に留めよ。そして、密かに忍び寄る（邪悪な）思いから速やかに身を引け。そうして、それらに流されて公然とした行いに至ることのないようにせよ。

13. 絶えず、誠実に悔い改めを捧げなさい。そうすれば、一瞬たりとも怠慢や怠惰に陥ることはないだろう。

bb) 模範となる熱心な信者について。

14. 自分より弱い者ではなく、自分より優れた者を模範とせよ。

15. 心を尽くして主を愛し、絶えず善行に励む人々を、あなたの模範としなさい。彼らは徳において完全であるから、彼らに人生の教訓を求めることを恥じてはならない。

16. この世の快樂を追い求める者たちを真似てはならない。そうすれば、何事においても成功することはない。むしろ、主のために山や荒野をさまよった（そして今もさまよっている）者たち（ヘブライ人への手紙 11:38）と競い合いなさい。そうすれば、天からの力があなたに臨むであろう。

bb) 約束された祝福について。

17. もし（命じられた）すべてを全うするなら、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心が思い描いたこともないような嗣業を受けることになる（Iコリント 2:9）。

18. まだ時間があるうちに、知識の光を、義人の一員となるために用いなさい。

gg) 死と裁きについて。

19. あなたの若さは過ぎ去り（力は尽き）、衰えが増し、すべての行いについて説明を求められるあなたの最期の時はすでに近づいていることを心に留めなさい。そして、そこでは兄弟が兄弟を贖うことも、父が息子を救うこともできないことを知れ。

20. 常に肉体を離れることを心に留め、永遠の裁きを忘れるな。そうすれば、永遠に罪を犯すことはない。

21. 心の中でこう考え、こう言いなさい。「私は今日を過ぎても、この世に留まることはない」と——そうすれば、神の前で決して罪を犯すことはないだろう。

22. 毎日、心の中で「この世に残されたのは、今日という一日だけだ」と確信しなさい。そうすれば、罪から身を守ることができる。

23. 自分の部屋を牢獄に変えよ。すべてはすでに終わっており、今にもこの世から引き離される時が訪れるのだと心に留めておきなさい。

24. 来世で拒絶されないよう、自らを慎め。怠惰な者たちは悲惨である。彼らの終わりは近づいており、彼らには助け手も、救いの希望もないからだ。

d) 成功をもたらすものは、神の恵み深い助けと、自らの努力と功績である。

aa) 祈りによって招かれる天からの助け。

25. 私たちの主イエス・キリストが、私たちがすべてを主の御心にかなうように行えるよう、助けを与えてくださいますように。

26. 何よりもまず、絶え間ない祈りを捧げ、あなたに起こるあらゆる事柄について、常に神に感謝をささげなさい。

27. 神があなたを憐れみ、古き人をあなたから取り除いてくださるよう、涙を流しながら絶えず祈りを捧げるよう努めなさい。

28. （祈りの）涙を流すことをやめないでください。そうすれば、神はあなたを憐れみ、あなたのすべての苦しみ（あなたの魂が痛むすべてのもの）を和らげてくださいます。

29. もし神に喜ばれたいなら、主イエス・キリストに身を委ねなさい。そうすれば、主はあなたを救い、守ってくださる。

bb) 自分の功績や努力全般について。

30. 私があなたに勧める次の行い——労苦、貧困、放浪、欠乏（何一つ持たないこと）、そして沈黙——を実践するよう努めなさい。それらはあなたを謙遜にし、その謙遜があなたに罪の赦しをもたらすだろう。謙遜とは、人が自らを罪人であると認め、神の前では何一つ善い行いをしていないと考えること、沈黙を重んじ、自分を無に等しいと見なすこと、誰に対しても頑なにならず、自分の言葉を押し通そうとしないこと、自分の意志を脇に置き、顔を伏せ、死を常に心に留め、嘘を避け、空虚な言葉を口にせず、上長に異議を唱えず、侮辱を忍耐強く耐え、あらゆる

る困難や悲しみを穏やかに受け入れるよう自らを律することである。兄弟よ、あなたの生涯が無益なものとならないよう、これらの規則を守るよう努めなさい。

**31.** 私たちの肉体に安らぎをもたらすものをすべて取り除き、この世の命を軽んじ、神のうちに生きよう。裁きの日に、神は私たちにこう問われるであろう。「我々のために飢え、渇き、裸を耐え忍び、心を砕き、心の底から嘆き、自らを試し、神にふさわしい者であったか」と。それゆえ、神を見いだすために、罪に対する悔い改めと嘆きに励み、私たちの魂を救うために、肉体を軽んじよう。

**32.** 自ら労苦を選びなさい。そうすれば、それは断食、祈り、徹夜禱と共に、あなたをあらゆる汚れから解き放ってくれるでしょう。なぜなら、肉体的な労苦は心の清さをもたらし、心の清さは、魂が実を結ぶようにするからです。

**33.** 慈悲を愛し、信仰を身にまといなさい。自分の心が悪を企むことを許さず、悪に対して善で報いるよう心を促し、善行と平和を求め、あらゆる美しい行いに熱心になりなさい。

e) 成功を左右する魂の在り方。

アア) 畏れと、冴えた注意、そして罪と世への嫌悪をもって、神の中に留まること。

**34.** あなたの魂は常に主と共にあり、あなたの体は、まるで彫像や偶像のように、この地上に留まるようにせよ。

**35.** 常に正義をもって、主の御前に立ち続けよ。

**36.** 神への畏れは常に私たちの目の前にあり、また死を思い起こし、この世とすべての世俗的なものに対して敵意と嫌悪を抱かなければならない。

**37.** 生きるために、毎日死ぬ。神を畏れる者は、永遠に生きるからである。

**38.** 怠惰や無関心に陥らないよう、絶えず警戒しなさい。

**39.** この世のあらゆるものを憎み、それを自分から遠ざけよ。さもないと、それ自体があなたを神から遠ざけてしまう。

**40.** あなたの魂に害となるものはすべて憎め。

bb) 忍耐。

**41.** 何をするにせよ、忍耐をもって行いなさい。そうすれば、神はあなたのすべての行いにおいて、またあなたに起こるあらゆる事において、あなたを助けてくださる。

**42.** 気弱になってはならない。

**43.** 神の御心に従って行うすべてのことに、穏やかな心で臨みなさい。

**44.** 独房で襲ってくる思いに悩まされてはならない。主は、あなたが（主のために）費やした労苦を一つとして忘れ去ることはないことを知れ。それはあなたの繁栄につながり、神の恵みがあなたを助けてくれるだろう。

**45.** 勇気とは、真理に堅く立ち、敵に立ち向かうことに他ならない。あなたが彼らに屈しなければ、彼らは退き、二度と姿を現すことはないだろう。

bb) 悔い改めと涙。

**46.** 昼も夜も、自らの罪を嘆き悲しめ。

**47.** 涙の油であなたの灯を灯しなさい。

**48.** まるで自分の独房に死者がいるかのように、絶えず自分の罪を嘆きなさい<sup>8</sup>。

**49.** 神への畏れがあなたの中に宿るよう、あなたの顔は常に悲しげであるべきだ。

**50.** 自分を何者とも思ってはならない。ただ、自分の罪を嘆き悲しむことに身を委ねよ。

gg) 謙遜。

**51.** 謙遜を愛しなさい。そうすれば、それはあなたのすべての罪を覆ってくれる。

**52.** 生涯を通じて謙遜であり続け、あらゆる美德に励みなさい。

**53.** 徳において自分より劣る者を、自分と同等と見なせ。徳において自分と同等の者については、その完全さにおいて自分よりはるかに優れていると敬え。

---

<sup>8</sup> また別の例では、家に死者がいる者が泣く様子が挙げられる。

54. 出世する者を羨んではならない。むしろ、すべての人々の中で自分こそが最も高き者であると見なせ。そうすれば、神ご自身があなたと共におられるだろう。

55. 高慢な者たちとは交わらず、謙虚な者たちと交われ（これは模範と交わりについてである）。

56. あらゆることにあって謙虚であれ——姿勢、服装、座り方、立ち方、歩き方、寝床、修道室、そしてそのすべての備品において。

57. もし自分の行いについて称賛されることがあっても、それを喜んだり、それに浸ったりしてはならない。できる限りそれを隠し、誰にもそのことを話させないようにし、人々があなたを称賛しないようにあらゆる手段を尽くして努めなさい。

58. 自分の行いのどれかによって知られてしまうことを恐れよ。

59. もし誰かが、あなたが何の罪もないのに、ある罪について非難したなら、謙虚になりなさい。そうすれば、冠を受けることになる。

60. 自分の舌に「許してください」と言うことを習慣づけなさい。そうすれば、謙遜があなたのもとに来るだろう。

61. あらゆる場面で、いつでも、どの兄弟に対しても、口から「許してください」という言葉が出るように習慣づけなさい。なぜなら、常に「許してください」と言い続ければ、すぐに謙遜に到達するからである。

62. 耳にする（非難的な）言葉の一つひとつに対して、「許してください」と言う準備をしておきなさい。そのような謙遜こそが、敵のあらゆる策略を打ち砕くからである。

63. 謙遜とは、他の人々すべてを自分より優れた者に見なすことに他ならないことを知れ。あなたは多くの罪を犯しているということを心にしっかりと留め、頭をうつむかせ、あなたを傷つけた者に対して「お許しください、主よ！」と口にする準備をしておきなさい。そして、死を常に心に留めておきなさい。

64. 労苦を愛し、すべてに服従し、口を閉ざしておきなさい——そうすれば謙遜に達するであろう。そして、その謙遜が、あなたのすべての罪の赦しをもたらすであろう。

65. 何よりもまず、自分を何者でもないものと思え。そうすれば、あなたの中に謙遜が生まれ、謙遜は知恵（経験と健全な判断）を生み、知恵は信仰を生み、信仰は希望を生み、希望は愛を生み、愛は従順を生み、そして従順は揺るぎない不変性（善への堅固さ）を生むのである。

g) 罪との闘いの功績。

アア) まず第一に、思いとの戦いである。

66. 邪悪な思いから遠く離れ、神に身を委ねなさい。そうすれば、神は御右の手であなたを守ってくださる。

67. 自分の思いのままにすべてに従ってはならない。

68. 自分の思いや欲望を、むやみに実行してはならない。

69. 注意せよ。かつて犯した罪の記憶に心が引きずられないようにし、それらが再びあなたの中で繰り返されないようにせよ。

70. かつて犯した罪を心の中で反芻してはならない。そうすれば、それらが再び繰り返されることはない。あなたが神に身を委ね、悔い改めたその時点で、それらはすでに赦されていると確信し、そのことを少しも疑ってはならない。

71. 怠惰だった頃に耽っていた快樂や楽しみについては、思い返したり、「私はあれをした」「これを破った」などと口にしたりしてはならない。それはあなたにとってつまずきの原因となるかもしれないからだ。

72. 世の中であなたが耽っていた情欲については、決して思い起こしてはならない。そうすることで再びその欲望を掻き立て、それがあなたにとって誘惑とならないようにするためである。

bb) さまざまな邪悪な欲望について。

**73.** 使徒ヨハネは、三つの事柄にすべての人間の欲望をまとめ、こう述べている。「世にあるものはすべて、肉の欲望、目の欲望、そしてこの世の誇りである」(Iヨハネ2:16)。肉の欲望とは、多種多様な料理で腹を満たすことであり、その後には不品行という不潔さが続く。目の欲望は物質的な富を対象としており、それを手に入れると、目は高ぶるか、あるいは心に不純な光景を植え付ける。高慢とは、騒がしい名声に対する世俗的な愛(自己過大評価、自画自賛、そして他者からの称賛への渴望)であり、それは何らかの虚しく儂い外見的な長所を理由として、私たちの心の中に巣くっている。

**74.** 情欲と不従順、とりわけ過食を避けよ。そうすれば、あなたは自分の欲望の網に絡め取られることはない。なぜなら、それらは心から神への畏れを追い出し、顔から恥じらいを奪い、その愛好者を卑しく恥ずべき行いに陥らせ、神から遠ざけるからである。

**75.** 怒りを脱ぎ捨て、柔和さを身にまといなさい。墮落した目を捨て、純真な(子供のよう、清らかな)目を持ちなさい。

**76.** 怒りから遠ざかり、情欲から身を守り、あらゆる罪深い欲望からも遠ざかりなさい。

bb) 特に、快楽追求について。

**77.** 快楽を追い求める者(ただ快楽のみを求める者)は、いかなる事柄にも適さない。

**78.** 快楽を追い求めてはならない。なぜなら、快楽を追い求める者たちの声に、神は耳を傾けないからである。

**79.** 肉体とその快楽を憎め。それらは悪に満ちているからである。

**80.** 自分の体を、病床に横たわる者の体のように見えるほどに衰えさせよ。

gg) 怒りと、その生み出すものについて。

**81.** もし怒りがあなたを襲うなら、速やかにそれを自分から遠ざけなさい。そうすれば、あなたは生涯のすべての日に喜びを得ることになる。

**82.** 決して誰に対しても怒ってはならず、すべての人を赦しなさい。

**83.** もし誰かが不当にあなたを責めても、怒りを露わにしてはならない。

**84.** 賢明であり、あなたを悪く言う者たちの口を、沈黙をもって封じよ。

**85.** 誰かがあなたの悪口を言っても驚いてはならない。それは、私たちの最も邪悪な敵たちの策略の一つであり、彼らはそれによって、人が真実を知ることを妨げようとしているのだ。

**86.** 怒りをすぐに露わにせず、あなたを怒らせた者に対して恨みを抱いてはならない。

**87.** もし侮辱を受けたとしても、それを加えた者に敵意を抱くのではなく、「私はすべての兄弟たちから軽蔑されるに値する者だ」と言いなさい。

**88.** 不平を言わず、誰に対しても侮辱を与えてはならない。

**89.** 悪に対して悪で報いず、侮辱に対して侮辱で報いてはならない。なぜなら、あなたが自ら謙虚になれないのを見て、主ご自身があなたを謙虚にされるからである。

**90.** 年下も年上も、祈りなさい。そうすれば、怒りの暴虐に陥ることを許されないであろう。

**91.** 片方の頬を打たれた者が、もう片方の頬を差し出す者は、その侮辱の中で喜びを見出す。我らの主イエス・キリストは決してその者を見捨てない。主は慈愛に満ちておられ、主のために耐え忍び、主を求める魂たちを助け、彼らが(情欲からの)平安に確固たるものとなるまで、力と強さを与えてくださるからである。それゆえ、苦難や動揺に直面したときは、喜びなさい。その後には、甘美な実が訪れるからである。

**92.** 人々からの侮辱を恐れてはならない。

dd) 成功を妨げる他の邪悪な心の動き: 非難。

**93.** もし、ある兄弟が罪を犯しているのを見ても、彼を軽蔑したり、彼から背を向けたり、彼を非難したりしてはならない。さもないと、あなた自身が敵の手に落ちてしまうからである。

**94.** 誰に対しても悪を行わず、誰をも非難してはならない。

**95.** (他者についての) 悪事を聞くために耳を傾けてはならない。むしろ、人々に寛容で慈悲深くあれ。そうすれば、あなたは生き続けるだろう。

96. 誰をも非難してはならない。それこそが、あなたの破滅となるからである。

97. たとえ兄弟がすべての戒めを破っているのを見ても、彼を責めてはならない。さもないと、あなた自身も敵の手に落ちるだろう。

98. 神があなたの祈りを嫌悪されないよう、いかなる人間をも非難してはならない。

99. いかなる理由であれ、誰の欠点も公にさらしてはならない。

100. 誰に対しても、その弱さを責めてはならない。

) 虚栄心と自惚れ。

101. 施しを行うときは、それを人前にさらしてはならない。

102. もし霊的な行いに励むなら、それを自慢してはならない。

103. あなたがしようとしている善行については、誰にも事前に話さず、ただ実行せよ。

104. 徳のある行いをしたとき、高慢になってはならず、心の中で「私はこれこれをした」と言ってはならない。そうすれば、賢者とはなれないからである。

105. 名声を好んではならず、心の中で「私はこれこれをした、あれあれに成功した」と自画自賛してはならない。そのような考えは虚栄に満ちており、それに満ちた者は、不浄な霊の住处となってしまふ。

жж) 人に媚びる心と偽善。

106. 人の意志を叶えるために、神の意志を犠牲にしてはならない。

107. 人間同士の友情を重んじるあまり、神の戒めを破ってはならない。

108. 偽善者や見せかけの人、ましてや嘘つきになってはならない。

109. 人々の前だけで義人であるのではなく、内面においても、賢く、柔和で、温厚で、忍耐強く、熱心で、人を愛する者であれ。

zz) 傲慢について。

110. 自分の行いがどのようなものであれ、それを誇ってはならない。

111. 誇り高ぶったり、自慢したりしてはならない。

112. 高慢を自分から遠く追い払い、隣人、そしてすべての人々を自分よりも優れた者として敬いなさい。

113. 誰かに悲しみを与え、他者より自分を優位に置くことほど、不義なことはない。

114. 自分を賢い者だと思ってはならない。さもないと、あなたの魂は高慢に高ぶり、あなたは敵の手に落ちるだろう。

115. 自分を全知で賢い者だと思ってはならない（すなわち、「自分は知っている、自分是可以する」と言ってはならない）。さもないと、あなたの労苦は無駄になり、あなたの船はこれまで無駄に走ってきたことになる。

## 結論

1. ここに記されたすべてを遵守しない者は、神の怒りを招くことになる。わたし、アントニウスは、あなたに真実を告げている。それゆえ、わたしの言葉に耳を傾け、それを心に刻み込まなさい。そして、これらの戒めによって、わたしがあなたを創造主にお委ねすることを知れ。もしあなたがこれらを守り通すならば、すべての天使たちと共に喜び、すべての悪霊たちを悲しみに打ちのめすことになるだろう。さあ、これらの戒めに従って歩みなさい。そうすれば、神はあなたと共にいてくださり、神の天使たちもあなたのもとに降りてくるだろう。あなたの魂は聖徒たちの芳香に満たされ、あなたの顔は至福の光に輝き、あなたはすべての聖徒たちと同様に神の聖所となり、ついに喜びと 歓喜をもって主と出会い、その御声がこう告げるのを聞くであろう。「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入れ」（マタイ25:21）。

2. これらの教えのどれ一つからも逸れてはならない。そうすれば、私たちの主イエス・キリストはあなたに平安を与え、あなたが着手した業を平和のうちに成し遂げてくださるだろう。



私たちの完全な先人たちは、また彼らに倣った者たちは、その教えを実践することによって完全なものとなったのである。

3. もし、ここに述べたことに何か善行を加えたいと思うなら、加えてよい。そして、絶えず私たちの主イエス・キリストに感謝を捧げなさい。

4. 毎夜、涙で寝床を濡らし、寝具を濡らし、主キリストの御前で自らをへりくだりなさい。そうすれば、主はあなたの罪を消し去り、あなたを新たにされ、善行を成し遂げるための助けを与え、御自身の永遠の御国を嗣業として授けてくださいます。主には、全き善なる父と聖霊と共に、今、常に、そして世々限りなく、賛美と誉れと栄光と礼拝がありますように。アーメン。

#### 4. 聖アントニオ大聖人の言葉と彼に関する伝承

##### 世を捨てることについて

1. 修道生活の業を成功裏に成し遂げようとする者は、この世と完全に決別し、そのすべての恵みを捨て去り、この世から実際に離れ、この世の物事に対するあらゆる執着を断ち切らなければならない。聖アントニオは、ある兄弟にこの真理を力強く説いた。その兄弟は、世を捨て、持っていたものをすべて貧しい人々に施したが、万が一の必要に備えてわずかなものを手元に残し、聖アントニオのもとを訪れたのである。長老は彼を見て、その内情を見抜き、こう言った。「もし修道士になりたいのなら、あの村へ行き、肉を買って、それを薄く切り分け、衣を脱いで肩や腕に掛け、その姿のままここへ来なさい。」その兄弟は長老の指示通りにした。すると、犬や鳥、スズメバチが彼を取り囲み、全身を傷だらけにした。彼が再び長老のもとへ戻ると、長老は「命じられたことを果たしたか」と尋ねた。彼は嘆きながら、自分の傷を見せつけた。すると、聖アントニオは彼にこう言った。「世を捨てながら、たとえわずかな財産でも手元に留めておく者には、このように起こるのだ。悪魔たちがその者を傷だらけにし、傷だらけになって、彼は争いの中で倒れることになる」（『伝承集』20；『ギリシャ教父集』第40巻、1099頁）。

2. カッシアンによって伝えられている次の物語も、同じ主題に関するものである（Coll. 24, 第11章 10）。ある兄弟が聖アントニオのもとを訪れ、世を離れる必要など全くないと考えて、こう語り始めた。「都市や村で精進し、霊的な完全性を達成するために必要なことをすべて果たしている者の方が、より価値がある。」聖アントニオは彼に尋ねた。「では、あなたはどこで、どのように暮らしているのか。」その男は答えた。「両親の家に住んでおり、両親が私に必要なものをすべて与えてくれています。「それによって、私はあらゆる心配や気遣いから解放され、外部の何ものにも心を奪われることなく、ただ読書と祈りに絶えず専念しています。」聖アントニオは再び彼に尋ねた。「教えてくれ、わが子よ。あなたは彼らの悲しみに共に悲しみ、彼らの喜びに共に喜んでいるのか？」彼は、その両方を感じていると告白した。すると、長老は彼にこう言った。「知っておきなさい。来世においても、あなたはこの世で喜びや悲しみを分かち合っている者たちと同じ運命を共にすることになるのだ。」そして、あなたが選んだ生き方は、日々の生活における出来事の絶え間ない変化によって、あなたの心をこの世の事柄への絶え間ない思索に沈めさせるという点だけでなく、使徒パウロの模範に従い、自らの手で自分と共にある者たちの必要を満たしていた——彼がエフェソの信徒たちにこう語ったように：「あなたがたもご存じの通り、私の要求に応じて、私と共にある者たちのために、この私の両手が働いたのです」（使徒行伝 20: 34）。彼は、私たちを励ますために、また模範を示すためにそうしていたのです。テサロニケの信徒への手紙で彼が書いたように：「私たちはあなたがたのところで無作法な振る舞いをせず、また誰かのところでただ飯を食べることもありませんでした。むしろ、労苦と奮闘のうちに、昼も夜も働き、あなたがたのうちの誰にも負担をかけないようにしました。それは、私たちにその権限がなかったからではなく、あなたがたに模範を示すためであり、私たちに倣うようにするためです」（テサロニケの信徒への手紙第二 3:8,9）。だからこそ、私たちも、親族からの援助を受けることができるにもかかわらず、親族から生活費を供給してもらうよりも、自らの汗水垂らして生計を立てることを選んでいるのです。もし後者の方がより有益であると判



断できたなら、喜んでそちらを選んだでしょう。さらに、健康であるにもかかわらず他人の負担で生活しているなら、それは貧しい者や弱者の財産を食い荒らしていることになるのだと知っておいてほしい。

**「では、どうすればよいのか」という問いに対する一般的な答え：**

世俗を離れた者は、まったく新しい人生の領域に足を踏み入れる。その領域は、もちろん彼にとって全く未知のものではないにせよ、多くの側面が、思わず「 」と問いかけたくなるような疑問を喚起する。「一体どうすればよいのか、どう生きるべきなのか？」という疑問である。聖アントニウスには、このような質問が何度も寄せられたが、彼の答えは次の通りである：

1. アッバ・パムヴォが彼にこのことについて尋ねると、彼はこう答えた。「自分の義に頼ってはならない。過去の罪を心から悔い改め、舌と心と腹を律しなさい」（Patr. Graec. t. 40, p. 1093. ドストポリオン第6章）。

2. 彼は同じ質問について、アッバ・ピメンに次のように語った。「人が成し得るすべての行いの中で最も尊い行いとは、神と自分の長老たちの前で自分の罪を告白し、自らを非難し、最後の息を引き取るその瞬間まで、あらゆる誘惑に立ち向かう覚悟を持つことである」（Patr. ib. 1084: 聖人伝集 第4巻）。

3. ある人が彼に尋ねた。「神に喜ばれるためには、どうすればよいでしょうか」。聖アントニオは答えた。「どこへ行こうとも、常に神を目の前に置きなさい。何をするにせよ、それについて聖書に根拠があるようにしなさい。そして、どこに住んでいようとも、安易にそこを離れてはならない。この三つの戒めを守れば、あなたは救われるだろう（『伝記』3；『教父集』同上 1083）。

4. 彼はまた別の弟子にこう諭した。「自分の腹、この世の要求、邪悪な欲望、そして人々の称賛を嫌悪せよ。あたかもこの世に自分が存在しないかのように生きよ。そうすれば、平安を見出すだろう」（Patr. Lat. t. 73, p. 1049）。

5. 聖アタナシウスが記しているように、アバ・アントニオスは彼を訪ねてきた兄弟たちに次のように語った。「常に自分の目の前で畏れを抱き、死をもたらし、生を与える方を思い起こしなさい（サムエル記上 2:6）。この世と、その中にあるすべてのものを憎み、あらゆる肉的な安らぎを憎み、神のために生きるためにこの世の生活を捨てよ。あなたがたが神に誓ったことを忘れるな。なぜなら、裁きの日に、神はあなたがたにこれを問われるからである。渇き、渴望し、身を裸にし、徹夜祈りを捧げ、泣き、嗚咽し、心の中で嘆き、あなたがたが神にふさわしいかどうかを自ら試み、自分の魂を救うために肉体を軽蔑しなさい（『聖人の言行録』33および『聖人伝』）。

6. 修道士がすべきことについて、これと同様の詳細な指針を聖カッシアンが述べている。「古くから」と彼は言う、「至福の聖アントニウスの素晴らしい教えが伝えられている。アントニオによる驚くべき教えが古くから伝わっている。それによれば、修道士は至高の完全性を追求するにあたり、成功を収めた先人のうちの一人にのみ倣うことに限定されてはならない。なぜなら、誰一人としてあらゆる種類の美德を完全に備えている者はいないからである。ある者は知識に優れ、ある者は健全な判断力に長け、またある者は揺るぎない忍耐の強さを持ち、ある者は謙遜に、ある者は節制に、またある者は恵み深い心の純朴さに優れ、ある者は寛大さで他者を凌ぎ、ある者は慈悲で、ある者は不眠の祈りで、またある者は沈黙や勤勉さで際立っている。それゆえ、霊的な蜜の巣を作ろうとする修道士は、賢いミツバチのように、あらゆる美德を、それを最も熟達している者から学び取り、自分の心の器に蓄えなければならないのか。誰にも備わっていないものには目を向けず、その人がどのような美德で際立っているかに注目し、それを熱心に自分の中に取り入れようとするのである（Inst. c. V. 1. 4）。

## 偉業へと駆り立て、その過程で支える力

これらすべてを列挙してみれば、偉業のための場はかなり広大であることがわかるだろう。そこで問われるのは、どのような力が勤勉な者をその偉業へと駆り立て、その労苦の中で支えているのか、ということである。その力とは、神の御名の栄光のために、救いへの熱意であり、あらゆることに備えているものである。この熱意があれば、修道士にとってあらゆる偉業は順調に進む。それがなければ、すべては停滞してしまう。

1. かつて、この熱意に欠けていたある兄弟が聖アントニオのもとを訪れ、自分のために祈ってほしいと頼んだとき、偉大な長老は彼にこう答えた。「もしあなたが自分自身を顧みず、神に祈らないならば、私も神もあなたを憐れむことはないだろう」（『聖人の行跡』16）。

2. 同じ理由から、彼は常に神に心を向け、倦むことなく神に仕え、生涯を通じて絶え間なく主に奉仕し、最期の息を引き取るまで誘惑者の策略に対して警戒を怠らない者を、偉大な徳として称賛しつつ、常に神への注意と倦むことのない心を持つよう勧めた（『ギリシャ教父集』第40巻、1083頁）。

3. それゆえ、彼は何事においても自分を甘やかさず、忍耐をもって常に同じ熱意を保つよう説き、次のように語った。「数日間精進した後、自分を甘やかし、また精進し、また怠けるような修道士は、何もしないのと同じであり、熱意と忍耐の持続性に欠けるため、決して完全な生活には到達できない」（Patr. Lat. t. 73, p. 1049）。

4. なぜ彼は、特権を求める者を、自らの修道生活やその目的を理解していない者と呼び、修道士たちのあらゆる失敗は、修行に対する熱意の欠如に起因するとしたのか。それは、と彼は言った、私たちが自らの修道生活を知らず、着手する務めが何を要求しているかを理解せず、労苦なしに徳を成し遂げようとしているからである。それゆえ、自分のいる場所で誘惑に直面するとすぐに、別の場所へと移り、どこかに悪魔のいない場所があると思い込んでしまう。しかし、戦いが存在することを悟った者は、自らを緩めることなく、神の助けを借りて絶えず戦いを続けるのである（Patr. Gr. t. 40, p. 1093）。

5. この件に関して、聖アントニオが「あることは望まず、またあることはできない」人々に向けた言葉は実に素晴らしい。ある日、ある兄弟たちが聖アントニオのもとを訪れ、彼にこう言った。「私たちに、どうすれば救われるか、教えを授けてください。」長老は彼らに答えた。「聖書を読んだことはあるか？ それだけで、あなた方にとっては十分である。」しかし、彼らは言った。「父よ、あなたからも何かお言葉を聞きたいのです。」そこで長老は彼らに言った。「福音書にはこう書かれている。『もし誰かがあなたの右の頬を打つなら、もう一方の頬も向けなさい』（マタイ5:39）。」彼らは言った。「私たちにはそれができません。」長老は言った。「もしもう一方の頬を差し出すことができないなら、せめて片方の頬への打撃に耐えなさい。」「それもできません」と彼らは答えた。「もしそれもできないのなら」と長老は言った。「せめて、打撃に対して打撃で報復してはならない。」兄弟たちは言った。「それもできません。」そこで聖アントニオスは弟子に言った。「彼らに少し食事を用意しなさい。彼らは病んでいるのだ。」もしあなたがたが一つはできず、もう一つはしたくないというのなら、私はあなたたちに何をしてあげればよいのか？ 彼ら自身、あるいは他者が彼らのために祈り、彼らの中に熱意の精神——道徳的なエネルギー——が呼び覚まされるようにする必要がある（『聖アンソニーの言行録』19）。

## 熱意の指導者たち

しかし、熱意そのものは時に盲目となり、始めた生活の目的と相容れない方向へと向かうことがある。だからこそ、指導者によって守られなければならない。では、その指導者とは誰か。聖アントニウスは、その指導者として二つを挙げている。すなわち、自身の判断と、経験豊富な者たちの助言である。

### a) 独自の考察

1. かつて、聖アントニオのもとへ修道士たちが集まり、どの美德が最も完全であり、どの美德が修道士をあらゆる敵の罠から守ることができるかを論じ合った。彼らはそれぞれ、自分にとって正しいと思われることを述べた。その中で、ある者たちは断食と徹夜を称賛した。それらは思考を整え、心を研ぎ澄まし、人が神に近づくことを容易にするからである。また、他の者たちは貧しさと地上の物事への軽蔑をより高く評価した。それによって心はより穏やかになり、清らかになり、世俗の心配事から解放されるため、神に近づくことがより容易になるからである。また、ある人々は、すべての美德の中で特に慈悲を最優先すべきだと主張した。なぜなら、主は慈悲深い者たちにこう言われるからである。「わたしの父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意された御国を受け継ぎなさい」（マタイ25:34）。他の人々はまた別のことを語った。そして聖アントニオはこう言った。「あなたがたが挙げたすべての美德は、神を求め、神に近づきたいという強い願いに燃えている者たちにとって、極めて救いとなり、また極めて必要なものである。」しかし、私たちは、多くの者が過度な苦行や徹夜、荒野への隠遁によって肉体を酷使し、また熱心に労働に励み、貧しさを愛し、世俗の安楽を軽蔑し、一日に必要な分さえも自分に残さないほどであったのを見てきました。持っているものはすべて貧しい人々に施していた。それにもかかわらず、これらすべてを経た後でも、彼らは悪に傾き、墮落し、それらの美德の成果をすべて失い、非難に値する者となってしまったことがあった。その原因は他でもない、彼らが分別と賢明さという美德を欠き、その助けを借りることができなかったからである。なぜなら、分別と賢明さこそが、人を正しい道へと導き、分かれ道で迷うことなく歩むよう教える美德だからである。もし私たちが王の道を歩むならば、決して中傷者たちに惑わされることはないだろう——右へ、つまり過度な禁欲へと、あるいは左へ、つまり怠慢、不注意、そして怠惰へと。分別は魂の目であり、その灯である。それは、目が体の灯であるのと同じである。したがって、もしこの目が澄んでいれば、私たちの行いのすべてである体もまた澄むが、もしこの目が曇っていれば、体全体もまた曇ってしまう。主が聖福音書（マタイ6:22,23）で言われた通りである。人は分別によって、自らの欲望、言葉、行いを吟味し、神から遠ざけるあらゆるものから身を引く。分別によって、人は自分に向けられた敵のあらゆる策略を打ち砕き、善と悪を正しく見分ける。（Patr. Gr. t. 40, p. 1096; ドスト・スク.8）。

2. 同じ主題について、次の格言も指摘している。鍛冶屋は鉄の塊を手にとると、まずそれを何にするか——鎌か、剣か、あるいは斧か——をあらかじめ見極める。それと同様に、私たちも、無駄な労力を費やさないために、どの美德に取り組むべきかをあらかじめ熟考しなければならない（『聖人言行録』35）。もちろん、もし自分の判断力が常にあらゆる事柄やあらゆる人に対して十分であれば、それに従うのが最も望ましいだろう。しかし、そうは言えない以上、より確実に安全な指針は次の通りである：

#### b) 経験者の助言。

3. この意味で、聖アントニオは次のように述べている。「私は、多くの労苦の末に倒れ、狂気に陥った修道士たちを知っている。彼らは自分の行いに頼り、『あなたの父に尋ねよ。そうすれば、彼はあなたに告げてくださる』（申命記32,7）と仰せになった方の戒めを軽んじたからだ」（『徳行集』37）。

4. また、聖書はこう述べている。「導きのない者は、葉のように落ちゆく」（箴言11:14）。そして、助言なしに何事も行わないよう命じており、人の心を喜ばせる霊的な飲み物でさえ、助言なしに飲むことを許していない。「助言なしに何事もなしてはならない」（シラ書32,21）と述べ、また「助言を得てから酒を飲め」とも説いている。——助言なしに自分の行いをなす人は、城壁のない町のようなもので、そこへは誰でも自由に入り込み、その宝物を略奪してしまうのである（Patr. Gr. t. 40, p. 1098）。

5. 聖アントニオは、他者に尋ねることをこれほど救いとなる行いだと考えていたため、すべての師である彼自身でさえ、すでに優れた成果を上げていた弟子に質問を投げかけ、その弟子が言った通りに実行した。というのも、アバ・アントニオスがコンスタンティウス皇帝からコン

スタンティノーブルへ来るよう書面による招待を受けた際、パウロス・プレプロストスに「私は行くべきでしょうか」と尋ねたという伝承があるからだ。すると、パウロは「行けばあなたは『アントニウス』であり、行かなければ『アッバ・アントニウス』である」と答え——これはその旅を是認しない意味であった——そこで彼は平然とその場に留まった（『尊者伝』32）。

6. 彼は他のすべての人に対しても同様に振る舞うよう助言し、こう語った。「修道士は、可能であれば、自分の独房で行うあらゆる行動や、飲む一滴の水についてさえ、長老たちに尋ねるべきである。」私は、自分一人で、自分自身の判断で神に喜ばれようとしたために墮落してしまった修道士たちを何人か知っている（『ギリシャ教父集』第40巻、1082頁；『信頼すべき物語』38）。

7. このように、聖アントニオスは自らの判断を過信することを是としなかった。聖書の一節に関する質問に対して「知らない」と答えたアバ・ヨセフを、彼が称賛したのは、この言葉が謙遜であるだけでなく、自らの知性への不信をも表していたからではないだろうか。その経緯はこうである。長老たちが聖アントニオのもとを訪れ、その中にはアッバ・ヨセフもいた。ある長老は彼らを試そうと、聖書の言葉を一節提示し、年少者から順に、この言葉の意味を一人ひとりに尋ね始めた。皆、それぞれの力の限りで答えたが、長老は誰に対しても「いいえ、見抜かなかった」と答えた。全員が答えた後、彼はアッバ・ヨセフに言った。「この言葉について、あなたはどう思うか？」ヨセフは「分かりません」と答えた。アッバ・アントニオスは言った。「アッバ・ヨセフは『分かりません』と言ったとき、正しい道に踏み込んだのだ」（『聖人の言行録』17）。

8. とはいえ、彼は他者を信頼することについても、無条件に勧めていたわけではない。まず、その長老の正しい信仰と経験の深さを確かめる必要がある——そうして初めて、その言葉に信頼を置き、その助言を無条件に受け入れるべきである。これを識別する基準は、その言葉が神の御言葉と一致しているかどうかである。「命じられていることに注目すべきだ」と彼は語った。「もし誰かが、私たちの主の戒めに沿ったことをあなたに示すなら、それを謙虚に受け入れ、それを守るよう努めなさい。そうすれば、使徒の言葉『神を畏れて互いに従いなさい』（ガラテヤ5:13；エフェソ5:21）という使徒の言葉が、私たちの中にも成就するよう努めなさい。逆に、もし誰かが神の戒めに反することをあなたに指示したなら、その指導者にこう言いなさい。「神に従うよりも、あなたに従うほうが正しいのでしょうか」（使徒4:19）。「神に従うべきであり、人に従うべきではない」（使徒行伝5,29）。また、主の御言葉も心に留めよう。「わたしの羊はわたしの声に耳を傾け、見知らぬ者のところへは行かない。見知らぬ者の声を知らないからである」（ヨハネ10,5）。同様に、聖パウロも次のように説き、私たち、あるいは天からの天使でさえ、私たちがあなたがたに宣べ伝えたものよりも優れた福音を宣べ伝えるならば、その者は呪われよ、と語っている（ガラテヤ1:8）。（Patr. gr. t. 40, p. 1083）。このような制限が設けられたきっかけは、おそらくアリウス派によるものであった。彼らは敬虔な装いで人々を惹きつけ、その後、自らの偽りの教えという毒を飲ませたのである。あるいは、自ら多くの経験を積んでいないにもかかわらず、他者を指導しようとする者たちがいたことも、その一因となったのかもしれない。この件について、彼は次のように語るのが常であった。古の教父たちは荒野へ赴き、そこで多くの労苦によって自らの魂を癒やし、他者をいかにして癒やすべきかを悟った。それゆえ、そこから戻ると、彼らは他者にとって救いの医師となったのである。しかし、私たちのうち誰かが荒野に出たとしても、自分自身が癒される前に他者の世話を引き受けてしまう。その結果、以前の弱さが私たちに戻ってきて、最初の弱さよりもさらに辛い目に遭うことになる。だからこそ、「医者よ、まず自分自身を癒せ」（ルカ4:23）という言葉が私たちに与えられているのである。（Patr. lat. t.73, p. 1053）。



## 嫉妬をどのように煽ればよいのか？

人の心には、決して一定のものなどなく、強くなったり弱くなったりするものだ。嫉妬もまた、燃え上がったたり、消えかかったりするものである。後者の場合、完全に消え去らないよう、それを煽る必要がある。では、何を使って、どのようにすればよいのか。第一に、死の記憶である。聖アントニウスは、私たちが生きているこの日が最後の日であることを、皆の心と魂に刻み込むよう、繰り返し説いていた。

1. 第二に、死後のことを心に思い起こさせることである。弟子たちの魂にこの考えを刻み込むため、彼は、アタナシウス大司教が彼の伝記で語っているように、自分自身が啓示を受けたことを彼らに語った。ある時、食事の前に、九時頃、に立ち上がって祈りを捧げようとした聖アントニウスは、自分の心が恍惚状態に陥っているのを感じ、さらに驚くべきことに、まるで自分の外から自分自身を見ているかのように、まるで誰かが彼を空中に持ち上げているかのようにあり、その空中には、彼の昇天への道を阻もうとする、不気味で恐ろしい顔をした者たちが立っていた。アントニオスの案内人たちは彼らに抵抗したが、彼らはまるで正当な権利があるかのように迫り、アントニオスが何らかの点で彼らの支配下に置かれるべきではないかと問い詰めた。譲歩せざるを得ず、彼らは清算の準備を始めた。しかし、聖アントニウスの誕生時から清算を始めようとしたとき、彼の案内人たちはこれに反対し、こう言った。「誕生時からあったことは、彼が修道誓願を立てた時に主が消し去ってくださった。彼が修道士となり、神に誓願を立てた時から清算を始めてください」と。しかし、この点に関して、告発者たちは彼を何一つ立証することができなかった。それゆえ彼らは引き下がり、アントニウスの昇天への道は自由で、何ものにも妨げられないものとなった。その後、聖アントニオは再び自分を取り戻しつつあるのを感じ、やがて完全に以前のアントニオに戻った。しかし、彼はすでに食事のことを忘れており、その日の残りの時間と一晩中を、ため息と祈りに費やした。私たちがいかに多くの敵と戦わなければならないか、また人間が空を歩むにはどれほどの苦労を伴わなければならないかを、驚嘆しながら。その時、使徒パウロの「**空中の権威を持つ支配者**」（エフェソ書2:2）という言葉が彼の記憶に浮かんできた。なぜなら、敵は空中で、そこを通り過ぎる者たちと戦いを交え、彼らの行く手を阻もうとする権威を持っているからである。だからこそ、使徒はとりわけ次のように勧めたのである。「**神のすべての武具を身に着けなさい。そうすれば、激しい日の戦いに立ち向かうことができる**」（エフェソ6:13）。そして敵が恥をかき、「**私たちについて非難すべき言葉を何も持たない**」（テトス2:8）ようにするためである。

2. 聖アタナシウスはこのように伝えているが、その後、聖アントニウスがこのことを他の人々に語ったという記録はどこにも見当たらない。しかし、それについて疑うべきではない。なぜなら、その幻視について知る必要があったのは、彼自身のためというよりは、むしろ他の人々のためだったからである。同じ主題に関する別の幻視については、彼がそれを他の人々に語っていたことが記録されている。聖アファナシオスは次のように記している。ある時、聖アントニオスは、彼を訪ねてきた兄弟たちと、死後の魂の状態や、その魂がどこに留まるかについて語り合っていた。その翌夜、上の方から誰かが彼を呼びかけ、「起きなさい、外に出て見てごらん」と言った。アントニオスは外に出た（誰が命じたのかを知っていたからである）。そして目を上げると、醜く恐ろしい巨人が雲に頭が届くほど高くそびえ立っており、そこへ、地上から何らかの鳥たちが舞い上がってきた。巨人はそのうちの一羽の行く手を阻んでいたが、他の鳥たちは巨人の上を飛び越え、彼を通り過ぎると、すでに安らかに上空へと舞い上がっていた。巨人は後者の鳥たちに向かって歯ざしりし、前者の鳥たちには喜びを見せた。その時、目に見えない声がこう言った。「アントニウスよ、この光景の意味を理解せよ！」すると、彼の心は開かれ、これが地上から旅立つ魂たちの姿であり、この巨人は我々の古くからの敵であり、怠惰でその唆しに屈した者たちを引き留め、彼らが進むことを妨げているが、熱心でその言葉に耳を貸さなかった者たちを止めることはできず、彼らは巨人の頭上を通り過ぎていくのだと悟った。聖アントニオはこの幻視を、いわば自分自身への戒めとして受け止め、あらゆる敵対的なものに対する抵抗の業において、さらに一層の努力を傾けるようになった。同じ目的、すなわち清らかな生活への熱意を

さらに高めるために、彼はこの幻視について他の人々にも語った。 アッバ・クロニオスは、ある時、聖アントニオが大勢の集まりの前でこの幻視について語ったと述べている。 その際、彼は次のように付け加えた。聖アントニオはこの幻視に先立ち、死後、義人と罪人の魂に何が起こるのかが明らかにされるよう、丸一年間祈り続けていた。巨人の両手は空に向かって広げられており、その下には海ほどの大きさの湖が広がり、巨人が手で叩き落とした鳥たちがその湖に落ちていったという（ラヴサイク、第24章）。『ラテン教父集』におけるこの物語の記述では、鳥たちが巨人に打たれて湖に落ちていくのは、彼の手より下の空中で止まり、その手より上に上昇する力がなかった場合に限られ、一方、巨人の手や頭より上に上昇する力を持っていた鳥たちに対しては、それらに対しては、彼がただ歯ざしりをするだけで、それらがその後空へと舞い上がり、天使たちに迎え入れられるのを見守っていた（Patr. Lat. t. 73, p. 1044）。

3. この話を聞いて、人々の魂はどれほど激しい恐怖に満たされたことか！しかし、ここに慰めの幻視があり、それは「希望」という明るい境地によって、熱意を力強く奮い立たせる。この幻視は、聖アントニオの弟子というよりは、むしろ友人であり対話者であった聖アモンに関するものである。聖アフアナシオスは、ある時、聖アントニオが山の上に座って空を見上げると、誰かが炎の帯となって空へと昇っていくのを見、その上空からは、喜びに満ちた天使たちの群れが彼を迎えに降りてくるのを見た、と記している。これに驚いた聖アントニオは、主がこれにどのような意味があるのかを明らかにしてくださるよう祈り始めた。すると、声がかかり、それはニトリウスの修道士アモンの魂であった。このアモンは、老齢に至るまで厳格な修道生活を送っていた。彼は聖アントニオのもとを訪れ、聖アントニオもまた彼のもとを訪れていた。ニトリ山から聖アントニオの山までの距離は、13日間の旅路（650ヴェルスト）である。彼と共にいた兄弟たちが、なぜそれほど驚いているのかと尋ねると、彼はアモンについて見聞きしたと答えた。30日後、ニトリドから兄弟たちがやって来て、アモンのことを尋ねたところ、彼がまさにその日、その時刻に亡くなったことを知った。それは、長老が彼の魂が天へと昇っていくのを見たのと同じ日、同じ時刻であった。

4. 聖アントニオ自身が語る次の幻視も、怠惰を追い払い、活力を奮い立たせる点で、これと同様に力強いものである。「私は神に、修道士を包み守っている覆いがどのようなものかを見せてくださるよう祈った」と彼は言う。すると、私は、炎のランプに囲まれた修道士を見ました。そして、多くの天使たちが、まるで瞳の瞳のように彼を守り、剣で彼を護っていました。その時、私はため息をついて言いました。「これこそが修道士に与えられたものなのだ！」しかし、それにもかかわらず、悪魔は彼を打ち負かし、彼は倒れてしまいます。すると、慈悲深い主からの声が私に届き、こう言われた。「悪魔は誰をも打ち倒すことはできない。私が人間の性質を身にまとい、その権威を打ち砕いて以来、悪魔にはもはや何の力も残されていない。しかし、人は自ら怠惰に身を任せ、欲望や情欲に甘んじるとき、自ら倒れてしまうのだ。」私は尋ねた。「すべての修道士に、そのような守りが与えられるのでしょうか？」すると、そのような守りに守られた多くの修道士たちが私に示された。そこで私は叫んだ。「人間という種族、とりわけ修道士たちの軍勢は、これほど慈悲深く、これほど人を愛する主をお持ちであるとは、なんと幸いなことか！」さあ、私たちは自らの救いを熱心に求め、あらゆる怠惰を追い払い、熱心に務めを果たし、私たちの主イエス・キリストの恵みによって、天の御国にふさわしい者とされましょう（Patr. Graec. t. 40, p. 1083）。

5. 別の機会には、聖アントニオは弟子たちに、熱意が薄れることで修道生活が弛緩し、その栄光が失われていくことを明かした。彼の弟子たちの中には、荒野に数え切れないほどの修道士たちがおり、彼らは多くの美德に輝き、聖なる隠遁生活における成功を熱心に追い求めているのを見て、アブ・アントニオにこう尋ねた者がいた。「父よ、この熱意と、孤独、貧しさ、謙遜、節制、そして今、この多くの修道士たちがこれほど熱心に励んでいるその他のあらゆる美德への愛は、いつまで続くのでしょうか？」神の人は、ため息と涙を流しながら彼らにこう答えました。「愛するわが子らよ、やがて時が来れば、修道士たちは荒野を離れ、その代わりに豊かな

都市へと流れ込むだろう。そこでは、これらの荒野の洞窟や狭い修道室の代わりに、王の宮殿にも引けを取らないような誇り高き建物が建てられ、貧しさの代わりに富を蓄えることへの愛が募り、謙虚さは高慢に取って代わられ、多くの者が知識を誇りに思うようになるが、それは知識に見合う善行を欠いた空虚なものであり、愛は冷め、節制の代わりに貪食がはびこり、そして、彼らのうち非常に多くの者が、一般の信徒に劣らず豪華な饗宴を重んじるようになり、修道士たちは、衣と頭巾以外には一般の信徒と何ら区別がつかなくなる。世の中に暮らしているにもかかわらず、自らを「隠遁者」（修道士とは本来、隠遁者のことである）と呼ぶようになる。その上、彼らは「私はパウロ派だ、私はアポロ派だ」（Iコリント1:12）と豪語し、あたかも彼らの修道生活の全力が先人たちの威光に由来するかのようには振る舞うだろう。彼らは、ユダヤ人が先祖アブラハムを誇ったように、自分たちの先達を誇りとするだろう。しかし、その時には、私たちよりもはるかに優れ、完全な者たちも現れるだろう。なぜなら、「罪を犯すこともできたのに犯さず、悪を行うこともできたのに行わなかった者」（シラ書31,11）は、善を求める熱心な人々の大群に引き寄せられた者よりも、はるかに幸いだからである。なぜ、悪人たちの間で熱心な生活を送ったノア、アブラハム、ロトが、聖書においてこれほどまでに称賛されるのは当然のことである（Patr. Graec. t. 40, p. 1095）。

6. 死や死後の世界について思い起こすことは、「神への畏れ」を掻き立てるものであり、これが熱意を喚起する第三の要因である。聖アントニウスは、すでに見たように、次のような多義的な格言の中で、神への畏れを呼びかけている。「常に神への畏れを持ちなさい。死をもたらし、生を与える御方を恐れなさい」（上記7項参照）。別の簡潔な格言では、彼は神への畏れこそが、あらゆる美德に対する準備と適性の源であると指摘している。神への畏れは、と彼は言う、すべての美德の始まりであり、知恵の始まりである。光が暗い家に入ると、その闇を追い払い、家を照らすように、神への畏れもまた、人の心に入ると、闇を追い払い、あらゆる美德への熱意をその心に灯すのである（Patr. gr. t. 40, p. 1084）。

7. それゆえ、彼はこの畏れを失うことに対してあらゆる手段で警告した。「小部屋から出てはならない」と彼は言った。「さもないと、神への畏れを失ってしまうからだ。なぜなら、水から引き上げられた魚が死ぬように、修道士が小部屋を出て外をさまようならば、その心の中の神への畏れも死んでしまうからだ」（同上）。

8. しかし、これらの熱意を支えるものはすべて、外から引き寄せる強制的な働きをするものであり、たとえ内面に根ざしていても、外から作用する。熱意が心の泉のように、自ら心から湧き出るようになるよう、内なる原動力を獲得しなければならない。心をその境地へと導くものは、1) 神にかなった生活の「甘美さの感覚」である。この感覚が形成されるまでは、私たちの熱意は不安定なままである。ある兄弟が聖アントニオにこう尋ねたとき、なぜ聖書全体を通して神が魂に最高の恵みを約束しているにもかかわらず、魂はそれらを追い求めることに常に堅固でいられず、はかないもの、朽ちるもの、不浄なものへと逸れてしまうのか？——と問うと、聖アントニオはこう答えました。「まだ 天の恵みの甘美さを味わっていない者は、まだ心を尽くして神に固く結びついていない。それゆえ、朽ちるものへと立ち返ってしまうのだ。」しかし、そのような完全さに達するまでは、神の聖なる御意志への服従から神に仕え、預言者と同様に「私はあなたの前で家畜のようであった」（詩編72:23）、すなわち、轡を負わされた家畜のようにあなたに仕えた（Patr. lat. t. 73, p. 1056）と語れるようにしなければならない。

9. ここから2) 神への「愛」は、嫉妬をさらに強く掻き立てるものである。聖アントニオは、愛が恐れよりも強いことを自ら知っており、こう語った。「私はもはや神を恐れてはいない。ただ神を愛しているのだ」（すなわち、どのように振る舞うべきかについて、恐れによってではなく、愛によって動かされている）。なぜなら、「愛は恐れを追い払う」からである（Iヨハネ4:18）。（『聖人伝』32）。

10. また、彼は他の人々に対しても、何よりもまず、神への愛を、打ち碎かれることのない、決して失われることのない力として、自らの内に育むよう説いた。ある時、兄弟たちが「神に最も喜ばれる行いとは何でしょうか」と尋ねたとき、彼はこう答えた。「神に最も喜ばれる行い



とは、愛の行いである。」それを成し遂げるのは、神への思い、約束された恵み、そして神が私たちのために成し遂げてくださったすべてのことを思い起こすことによって掻き立てられた清らかな思いの中で、絶えず神を賛美する者である。これらすべてを思い起こすことから、次のように命じられているような完全な愛が生まれるのである。『あなたは、心を尽くし、魂を尽くし、力を尽くして、あなたの神、主を愛さなければならない』（申命記6:5）、また、「鹿が水の泉を慕うように、私の魂はあなたを慕います、神よ」（詩篇41:2）と記されている通りである。これこそが、私たちが神に喜ばれるべき行いであり、使徒の言葉が私たちの中にも成就されるようにするためである。「誰が私たちが神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮地か、迫害か、飢えか、裸か、危険か、剣か」。何ものもできない（ローマ8:35, 38）。（Patr. gr. t. 40. p. 1094）。

11. これによって、あるいはこれと共に、3) 善行を行い、神の秩序の中に留まることによる「喜び」がもたらされ、それが今度は熱意の原動力となる。ここに、聖アントニオの次の言葉が当てはまる。ある人が彼に尋ねた。「主における喜びとは何ですか？」彼はこう答えた。「神の栄光のために、喜びをもって何らかの戒めを果たすこと——これこそが主における喜びである。なぜなら、私たちが主の戒めを果たすときは喜ぶべきであり、逆に、それらを果たさないときは悲しむべきだからである。それゆえ、私たちは心から喜びをもって戒めを果たすよう努め、主において互いに慰め合いましょう。その際、喜びによって高慢に陥ることのないようあらゆる点で警戒し、すべての希望を主におくべきである（Patr. gr. t. 40, p. 1095。同様の考えは、バシレイオス大主教の『簡潔な教理問答』第193問にも見られる）。

### 特に、功績と善行については

このように導かれ、燃え立たされた熱意は、肉体的・精神的な苦行や、あらゆる善行へと向けられる。

1. 自分の「肉体をどれほど疲弊させる」べきかについては、聖アントニオが、苦行に関する一般的な教訓（第7項参照）および情欲の動因の列举（抜粋第18項参照）の中で示しており、その中には肉体を十分に養うことも含まれている——そこで（そのような衝動に対する手段として）、断食による身体の消耗が示されている（『聖アンソニーの教訓』22）。聖アンソニーは、身体に対して非常に厳格であるよう命じ（上記第7項参照）、あらゆる甘やかしを非難した。それゆえ、彼は風呂に行く者たちを快く思わなかった。彼はこう語った。「私たちの先人たちは、顔さえも決して洗わなかったのに、私たちは世俗の風呂に通っているのだ」（『アルファベティコス・パテル』第4条）。

2. 肉体を制した後、彼は「舌を制すること」を非常に重要視した。彼はこの修行を巡礼と同列に置き、「我々の巡礼とは、口を閉ざしておくことにある」と語った（同上、4ページ頃）。

3. 頭に浮かんだことを何でも口にする者たちは、門のない庭のようだ。そこへは誰でも自由に入り込み、飼葉桶に近づいてロバの綱を解く。この考えは聖アントニウス自身によるものではないが、彼の面前で述べられ、当然ながら彼によって承認されたものである（『伝記集』18）。

4. また、彼は「独房に留まること」を非常に重要視していた。魚が長く陸上にいると死んでしまうように、修道士も長く独房の外にいたり、世俗の人々と共に過ごしたりすると、沈黙への愛を失ってしまう、と彼は述べている。それゆえ、魚が海へと駆け戻るように、私たちも修道室へと急がなければならない。そうしてこそ、修道室の外にいても、内なる祈りを忘れることがないのだ（『聖人言行録』10）。

5. 概して、修道士にとって独房が、その内なるすべての不浄を焼き尽くすバビロンの炉となるよう、独房での生活を極めて厳格に守るよう勧めていた（Patr. gr. t.40, 1086）。

6. しかし、彼は、狩人への返答からも明らかなように、修行の厳しさにおいてある程度の寛容さも認めていた。ある者が砂漠で野獣を狩っている最中、アバ・アントニオスが兄弟たちと

冗談を交わしているのを見て、誘惑に駆られたと伝えられている。長老は、兄弟たちに時折緩みを与える必要があることを彼に納得させようと、こう言った。「弓に矢を番えて、弦を引きしめなさい。」彼はその通りにした。長老は言った。「もっと引きしめなさい。」彼はさらに引きしめた。長老は再び言った。「もっと引きしめなさい。」狩人は答えた。「もし弓を度を越して引きしめれば、弓は折れてしまいます。」すると、長老は彼にこう言った。「神の御業においても同様だ。もし私たちが兄弟たちの力を度を越して酷使すれば、彼らはすぐに疲弊してしまう。それゆえ、時には兄弟たちに多少の休息を与える必要があるのだ。」——狩人はこれを聞いて心を打たれ、教訓を得て長老のもとを後にした。そして兄弟たちは、その言葉に励まされて、自分たちの場所へと戻っていった（『聖人の行跡』13）。さらに、成功を左右する精神的な奮闘や心の在り方を示すような格言や逸話も数多く残されている。それらは以下の通りである。

7. 忍耐。これは修行者にとって極めて必要であり、それがなければ、その者自身にも何の価値もない。ある時、兄弟たちは聖アントニウスに、ある修道士を称賛した。その修道士がやって来たとき、聖アントニウスは彼が侮辱に耐えられるかどうかを試そうとし、耐えられないのを見て、彼にこう言った。「お前は、表は美しいが、裏は強盗に荒らされた村のようだ」（『聖人伝』第15章）。

8. 忍耐が必要な理由は、私たちににとって誘惑が必要だからである。聖アントニウスはこう語った。「誘惑なしに天の御国に入る者はいない。もし誘惑がなければ、誰も救われることはないだろう」（『聖人伝』第5章）。

9. 祈り。彼は自らの模範をもってこれを教えた。なぜなら、彼がどれほど長く祈っていたか、誰もが知っていたからである。「私たちは知っている」と弟子たちは語った。「祝福された長老は、時に祈りに深く没頭し、一晩中その状態にとどまっていた。そして、昇る太陽が、恍惚とした心で燃え上がる彼の祈りを遮ると、私たちは彼がこう言うのを耳にした。『なぜ私を邪魔するのだ、太陽よ？ まるで、神の知的な光から私の注意をそらすために、昇ってくるかのようだ』（Patr. lat. t. 73, p. 848）。

10. 涙。ある時、兄弟が聖アントニオに「私の罪をどうすればよいのでしょうか」と尋ねた。彼はこう答えた。「罪から解放されたい者は、泣き叫び、嘆き悲しむことによってそこから解放される。また、徳を身につけたい者は、涙を流して泣くことによってそれを身につけるのだ。」詩篇を歌うことそのものが、泣き叫ぶことである。ユダ王ヒゼキヤの例を思い起こせ。預言者イザヤ書（第38章）に記されているように、その嘆きによって病から癒やされただけでなく、15年の寿命を授かり、さらに、彼に襲いかかった18万5千の敵軍を、彼が流した涙のゆえに神の力が打ち倒した。使徒聖ペトロは、キリストを否認して罪を犯したことについて、嘆きによって赦しを得た。マリアは、救い主の足に涙を注いだことにより、このことが福音の宣教とともに至る所で宣べ伝えられることを聞く恵みにあずかった（Patr. lat. t. 73, p. 1055）。

11. 聖アントニウスは、修道者の生活において笑う余地を見出さなかった。弟子たちが「私たちもいつか笑ってよいのでしょうか」と尋ねたとき、彼はこう答えた。「主は、『今笑っている者たちよ、災いだ。あなたがたは泣き叫び、嘆き悲しむことになるからだ』（ルカ6:25）と語られるとき、笑う者たちを非難しておられるのだ」。したがって、真摯な修道士は笑ってはならず、むしろ、神の御名を冒瀆する者たちのために泣くべきである。彼らは神の律法を犯し、生涯を罪にまみれて過ごしているからである。私たちは嗚咽し、泣きながら、神に絶えず懇願しよう。神が彼らを罪の中で頑なになることを許さず、悔い改める前に死が彼らを襲うことのないよう（Patr. gr. t. 40, p. 1096。同様の記述は、バシレイオス大主教の『簡潔な教訓』31にも見られる）。

12. 謙遜は、天からの覆いを招き、あらゆる転落から守ってくれる。聖アントニオはこう語った。「ある時、私は地上に張り巡らされた敵の網をすべて目撃し、ため息をついて言った。『果たして誰がそれらを逃れられようか？』すると、ある声が私にこう告げた。『謙遜である』（『聖人の言行録』7）。

13. なぜその後、次のように説いたのか。「もし私たちが善き行いに励むならば、主の御前で極度に謙遜でなければならぬ。そうすれば、私たちの弱さを知っておられる主が、御右の手

で私たちを覆い、守ってくださるからだ。なぜなら、もし私たちが傲慢に高ぶれば、主は私たちから御自身の覆いを取り去られ、私たちは滅びてしまうからである」（『ギリシャ教父集』第40巻、p. 1090）。

14. また別の機会に、彼は次のように語った。「高慢と心の驕りが、悪魔を天の高みから深淵へと突き落としたように、謙遜と柔和さは、人を地から天へと高めるのである」（同上、1081頁）。

15. 例えば沈黙といった修行が驕りにつながらないように、彼はそれに自嘲的な意味を持たせるよう勧めた。もし誰かが、と彼は言った、沈黙という修行を自らに課すなら、何らかの美德を実践しているなどと考えるはず、話すに値しないからこそ沈黙しているのだと心に留めておくべきである（Patr. lat. t. 73, p. 1051）。

16. また、聖アントニオは、主ご自身が私たちを内面から導き、私たちを謙虚な心持ちに保つために、私たちの善行を私たちから隠しておられると説いた。彼はこう語っていた。「もし製粉業者が、車輪を回している動物の目を覆わなければ、その仕事はうまくいかないだろう。その動物はめまいを起し、倒れてしまい、働くことができなくなってしまうだろう。——私たちもまた、神の御計画により、自らの善行が見えないよう覆い隠されているのです。そうすることで、それらを自画自賛して高慢になり、すべての労苦の果実を失うことがないようにするためです！これは、私たちが不純な思いに翻弄され、自分自身や自分の考えを非難せずにはいられなくなる時に起こります。そして、そのような状況では、自らの善行について考える余地はなく、その結果、私たちのささやかな善行は、これらの不純な思いによって覆い隠され、見えなくなってしまうのである（『ペリフラーズ』、同上、1037ページ）。

17. 傲慢がいかに有害であるかは、ある若き修行者が奇跡を成し遂げた後に墮落してしまった出来事によって、痛切に示された。この若者が修行していた場所のそばを、長老たちが聖アントニオのもとへ向かって歩いており、ひどく疲れていた。彼は野生のロバを呼び寄せ、そのロバに長老たちを背負わせて聖アントニオのもとへ運ぶよう命じた。長老たちがこのことを聖アントニオに告げると、彼はこう答えた。「この修道士は、私の思うに、貨物を満載した船のようだ。しかし、彼が埠頭にたどり着けるかどうかは分からない。」——そして実際、彼は自分自身に驕り高ぶった結果、しばらくして墮落してしまった。これを看破した聖アントニオは弟子たちに言った。「今まさに、あの若き修行者が墮落した。」行って、見てこい。」彼らは行って、彼が藁の敷物の上に座り、犯した罪を嘆き悲しんでいるのを見た（『聖人伝』94）。

18. しかし、傲慢がどれほど有害であるかといえば、それとは対照的に、自己卑下はそれと同じくらい救いとなる。これについては、聖アントニウスが天から示唆を受けたある靴職人の例が挙げられる。聖アントニウスは自分の修道室で祈っていると、ある声が聞こえてきた。「アントニウスよ、あなたはまだアレクサンドリアにいるあの靴職人の域には達していない！」聖アントニウスはアレクサンドリアへ行き、その靴職人を見つけ出し、彼の生き方に何が特別なのかを明かすよう説得した。その靴職人はこう言った。「私は、これまで何か善行をした覚えなどありません。それなのに、なぜ朝、ベッドから起き上がり、仕事に取り掛かる前に、『この街の者たちは、老若男女を問わず、皆、善行のゆえに神の御国に入るだろう。私だけが、自分の罪のゆえに永遠の苦しみを受けることになるだろう』と言うのでしょうか。」そして、夜、寝る前にも、心の底から同じことを繰り返しているのだ。」これを聞いた聖アントニウスは、自分はまだその境地に達していないことを悟った（Patr. lat. t. 73, p. 785）。

19. これこそが、彼がその後頻繁に次のような教えを繰り返すきっかけとなったのではないか。すなわち、「私たちは常に、あらゆる事において自らを責め、非難すべきであり、それを誠実に為さなければならない。なぜなら、自らを責める者を、神は正当化し、称賛されるからである」（同上）。

20. 互いに仕え、助け合うこと。兄弟たちは聖アントニオに尋ねた。「もし誰かが『私は兄弟たちから何も受け取らず、自分からも何も与えない。私にとっては自分の分だけで十分だ』と言ったとしたら、それは良いことでしょうか？」聖アントニオは答えた。「わが子らよ！ その

ような者は心が冷酷であり、その魂は獅子の魂である。その者は、すべての善良な人々の共同体から疎外された者とみなすべきである」(Patr. Graec. t. 40, p. 1095)。

21. 別の機会に、また彼にこう尋ねられた。「兄弟たちにどのように仕えるべきか」。彼は答えた。「兄弟たちよ、兄弟たちに仕えたいと願う者は、しもべが主人に仕えるように彼らに仕えなさい。また、主がペトロに仕えたように——主は彼の創造主でありながら、彼に最期の奉仕を捧げられたのだ」。これにより、主は、自分たちに施される奉仕を拒む者たちが非の打ち所がないわけではないならば、なおさら、兄弟たちに奉仕することを卑しいことだと考える者たちは非難に値することを示された。もし前者が、主がペトロに言われたように、主との交わりを持たないのであれば、後者については何と言えようか？(同上)。

22. そして彼は概してこう語った。「隣人からは、生も死も生じる」。なぜなら、もし私たちが兄弟を得れば、神を得るものであり、もし兄弟を誘惑すれば、キリストに対して罪を犯すことになるからである(『聖人言行録』9)。

23. 堕ちていく者たちへの憐れみと寛容。アッバ・イライアの修道院で、ある兄弟が試練に遭った。彼はそこから追い出され、山のアッバ・アントニオのもとへ向かった。アッバ・アントニオは、しばらくの間彼を自分のもとに留めた後、彼が来た修道院へ送り返した。しかし、兄弟たちは再び彼を追い出した。彼は再びアバ・アントニオのもとへやって来て、こう言った。「父よ、兄弟たちは私を受け入れてくれませんでした！」すると、長老は次のような言葉を添えて彼を送り出した。「嵐が海上の船を襲い、船は積荷を失い、船長自身もかろうじて助かった。それなのに、あなたたちは岸辺で助かったものさえ沈めようとしているのか。」兄弟たちは、アッバ・アントニオがその兄弟を自分たちのところへ送ったと聞くや、直ちに彼を受け入れた(『聖人伝』21)。

24. ある修道院で、ある兄弟が淫行の罪で誹謗中傷され、彼はアッバ・アントニオのもとへやって来た。その修道院の兄弟たちも、彼を諭して再び自分たちのところへ連れ戻そうとやって来た。彼らは、なぜそのようなことをしたのかと彼を非難し始めたが、その兄弟は、自分はそんなことは何もしていないと弁明した。そこへ、アッバ・パフヌティオス・ケファロスも居合わせた。彼は彼らに次のようなたとえ話をした。「川のほとりで、泥に膝まではまって動けなくなっている人を見かけた。助けに来たいいくつかの人が、その人を首まで泥に沈めてしまった。」アッバ・アントニオスはその後、こう言った。「これこそ、魂を癒やし、救うことのできる人である！」——兄弟たちは、長老たちの言葉に心を動かされ、その兄弟に頭を下げ、父たちの助言に従って、再び彼を仲間に迎え入れた(『聖人伝』29)。

25. 誰が真の兄弟愛を持つことができるかについて、聖アントニウスの考えは注目に値する。彼はこう語った。「たとえどれほどそれを望もうとも、神が人の内に宿らなければ、人は決して真に善良になることはできない。なぜなら、善なる者は誰もおらず、ただ神のみが善なる方だからである」(Patr. lat. t. 73, p. 785)。

### すべての最終目的であり、至高の完全性

1. この「神の宿り」、すなわち神の中での生活こそが、あらゆる修道者の労苦の究極の目的であり、完全性の頂点である。神ご自身が、聖アントニオが荒野でそのような啓示を受けた際に、これを示された。すなわち、「町には、あなたに似た者が一人いる。その者は医師という職業にあり、自分の余剰を貧しい人々に分け与え、毎日天使たちと共に『三聖歌』を歌っている」(すなわち、隣人への愛が完全であるとき、神の中に生き、神の前を歩んでいるのである)。(『聖人伝』24)。



## 聖アントニオの完全性と天における栄光

1. アッバ・アントニオスについては、彼が予知能力者であると噂されていたが、世間の噂を避けるため、そのことを公言しようとはしなかった。彼には、この世の現在および未来の出来事が明らかにされていた（『聖人伝』30）。

2. ある長老が、神に（栄光のうちに）教父たちを見られるようお願い、アッバ・アントニオを除くすべての教父たちを見た。彼は、自分に見せてくれた者に尋ねた。「アッバ・アントニオはどこにいるのか？」すると、その者は答えた。「アントニオは、神がおられるところにいるのだ！」（『聖人伝』28）。

## 5. 聖アントニオ大聖人の死後、ある長老によってなされた、彼のいくつかの言葉の解説

1. 修道士たちの質問。聖アッバ・アントニオが、世を捨てて彼の元で暮らしたいと願った弟子パウロに語った次の言葉を、どのように理解すべきでしょうか。「もし修道士になりたいのなら、多くの兄弟たちがいて、あなたの弱さを支えてくれる修道院へ行きなさい」と。

長老の答え。この言葉から、私たちは、老いて衰えた者、病者、盲人、麻痺した者をも修道院に受け入れ、彼らが喜びと熱意をもって徳の修養に身を捧げている限り——たとえ体の弱さゆえにあらゆる労苦に耐えられなくとも——彼らを愛すべきであることを学ぶのである。それゆえ、年老いて体の不自由な人々を、彼らが非常に善良な人柄であることが知られているにもかかわらず受け入れず、一方で、修道院内の様々な奉仕や用事をこなすために、生意気で恥知らずな若者を喜んで受け入れるような修道院の院長たちは、少なからぬ非難に値する。このような修道院長たちについて、至福の解説者<sup>9</sup>は、『（修道院の）統治の完全性』という書物の中で厳しく非難し、次のように述べている。「彼らは弟子たちが徳の行いにおいて怠惰なままでいることを許し、一方で肉体的な事柄や世俗的な事柄へと強く駆り立てている。」徳に専心するために修道生活を選んだ者たちに対し、彼らは世俗的な事柄から休息や安らぎを与えることなく、絶えずそれらを遂行させ、また、罵り、嘲り、非難する。たとえ彼らが霊的な事柄において非常に思慮深く熱心であったとしても、体力の衰えや、時には熱意の弱まりによって、任された仕事を特に急いで遂行しない場合であってもである。それとは対照的に、彼らは、徳を積むことには怠惰でありながら、すべての労力と関心を世俗的な事柄に向ける者たちを、大いなる称賛をもって持ち上げる。そして、彼らのこの勤勉さは、従順という美德から生じているのではなく、世俗的なことに没頭することを好むからに他ならない。しかし、何よりも悪いのは、彼らが怠惰であろうと勤勉であろうと、奴隷のように扱われていることである。アッバ・ピメンはこう言った。「もし三人のキノヴィトのうち、一人が見事に沈黙を守り、もう一人が病気でありながらも神に感謝し、三番目が喜んで従順を果たしているならば、彼らは皆、一つの功德を分かち合っているのだ。」この言葉によって、この聖人は、多くのキノヴィトが集まる修道院には、様々な従順の務めを遂行するために必要な、体力の強い者だけでなく、絶え間ない沈黙に身を委ねる体の弱い兄弟たちもいなければならないことを示した。そうでなければ、彼らの労苦はすべて虚しいものとなる。

2. 質問。アバ・アントニオスは、なぜ弟子であるパウロに、「行って、孤独の中に座し、悪魔たちから生じる戦いを学ぶがよい」と言ったのでしょうか。

答え。（彼に完全さを望んでのことである）。なぜなら、修道士の完全さとは、自らの内なるすべてを霊によって統制する習慣にあるからである。しかし、そのような霊的な自己統制は、心の清らかさと共に訪れる。そして、心の清らかさは、心が理性によって統制されるときに生じ、理性は絶え間ない祈りによって統制されるのである。一方、悪魔からの戦いは、思いや幻影を通じて起こり、それらは孤独と沈黙の中でより強く煽られるのである。

<sup>9</sup> 確かに、格言や規則全般については……言及されている書物は、私たちには伝わっていません。

注記。応答の力。隠遁生活は、悪魔によって植え付けられる極めて微細な思いとの戦いの絶え間ない機会をもたらす。この戦いは、神の中に存在し、心に耳を傾け、心を治めておられる神に向かって、祈りを込めて理性によって行われる。この霊的な奮闘を絶え間なく続け、多様な戦いの経験を積むことで、霊的な自己統制が身につく、その習慣が形成される。そして、そこにこそ、修道士およびあらゆるキリスト教徒の霊的な完全性がすべてあるのである。

3. 質問。アバ・アントニオスが「水から引き上げられた魚が死ぬように、自分の独房の外で長く滞留する修道士にも同じことが起こる」と述べたのは、どういう意味でしょうか。修道士はどのようにして魚のように死ぬのでしょうか。

答え。魂の命とは、絶え間ない愛に満ちた神への思索にあり、それは心と精神を包み込み、結びつけるものであり、まさに「魂の命」と呼ぶにふさわしいものである。したがって、もし修道士が町々をさまようならば、目に見えるものや会話に気を取られて、霊的な命を失い、死んでしまう。なぜなら、彼は神から離れ、神を忘れ、独房で沈黙を守っていた時に多くの労苦を経て自らに培ったキリストへの愛を、自分の心から追い出してしまうからである。さらに、苦行や困難に対する愛が彼の中で緩み、彼は肉の安らぎや快樂に身を委ねてしまう——そして、視覚、聴覚、触覚、味覚、嗅覚といった感覚や言葉を通じて出入りする、心を乱すイメージの動きによって、彼の心の清らかさは乱される。これらすべてが、彼を淫行やその他の情欲へと誘い込み、それらは修道士にとって真の死であり破滅である。それゆえ、至福のアントニオスは正しくこう述べた。「陸に引き上げられた魚が死ぬように、修道院を離れて町や村で時を過ごす修道士もまた死ぬのである。」

4. 質問。アッバ・アントニオスはこう言っています。「孤独の中で暮らす者は、三つの戦いの束縛から解放されている。すなわち、言葉、視覚、聴覚による戦いからである。では、彼に残されるのは心の戦いだけなののでしょうか？」どうか、この至福の者の言葉を説明してください。

答え。彼がそう言ったのは、沈黙と隠遁における戦いが、視覚、聴覚、言語によって心が散漫になる兄弟たちの集まりで巻き起こる戦いよりも少ないからではなく、隠遁生活を送る者たちには、他の人々がより強く苛まれる感覚からの戦いがなく、むしろ彼らの中に悪魔が引き起こす心の戦いの方が重要であることを、この言葉で示しているのです。私たちの先人たちは、心の葛藤が視覚、言語、聴覚による葛藤によって助長されないようにするために、沈黙の生活へと身を引いたのです。なぜなら、出たり入ったり、修道院を出たり入ったりする（共同生活を送る）兄弟たちは、心の葛藤に肉体の感覚からの葛藤が加わるため、いかに容易に墮落してしまうか。同様に、沈黙の中で暮らし、心の戦いにのみ悩まされている修道士たちも、もし肉体の感覚からの戦いが彼らに迫れば、容易に墮落してしまうのである。これは、隠遁生活を送っていた兄弟たち（隠者たち）の事例によって十分に裏付けられている。彼らのもとには、何らかの機会に女性が訪れ、それゆえに心の葛藤に加え、肉体や顔の美しさという視覚的刺激が加わった。彼らは、強まる心の葛藤に即座に打ち負かされ、墮落してしまったのである。隠遁生活を送る者たちにとって、精神的な情欲による戦いが、肉体的な情欲による戦いよりも強く、また熾烈であるということは、至福のエヴァグリオスの言葉からも見て取れる。彼は、隠遁生活を送る修道士たちに対して、悪魔たちが自ら直接、いかなる仲介者も介さず、直接に戦いを仕掛けてくる。一方、修道院に住み、徳の向上に熱心な者たちに対しては、彼らは放蕩な修道士たちを煽動し、扇動する。彼らほど残酷で、厄介で、狡猾な者は他にいない。

5. 質問。聖アバ・アントニオスが語った次の言葉は、どのような意味を持つのでしょうか。「修道士の独房はバビロンの炉であり、その中に神の子がいた三人の若者の場所であり、また、神がモーセに語りかけた火の柱である」とは？

答え。火には二つの性質があり、その一つは痛烈に焼く熱であり、もう一つは喜びをもたらす光であるように、修道室での忍耐強い生活にも二つの作用がある。その一つは、沈黙の中で修道見習いを苦しみ、不安にさせるものであり、時には極度の疲労によって、時には叱責によっ



てそうさせる。 もう一つは、進歩によって喜びを与え、情欲を乗り越えて清らかさに至り、輝かしい幻視に恵まれる者たちを安らかにする。また、三人の若者が神の御子を見たという彼らの言葉の意味は、次の通りである。アナニア、アザリヤ、ミサエルが、バビロンで火の炉に投げ込まれた際、焼かれることも、火傷を負うことさえなかったのは、彼らに神の天使が遣わされ、束縛を解き、火の破壊的な作用から救い出したからである。同様に、隠遁生活を送る兄弟たちにとっても、当初、悪魔たちによって仕掛けられる情欲との戦いは極めて困難なものです。私たちの主であり神の子である方の恵み深い助けは決して彼らを見捨てず、明らかに彼らを訪れ、彼らと共に住まわれます。それは、この助けによって彼らが情欲や敵に打ち勝ったとき、完全な愛と御自身の輝かしい栄光という恵みに彼らをあずからせようとするためです。

6. 質問。アバ・アントニオの次の言葉、「悪に対して悪で報いてはならない。もし修道士がまだこの境地に達していないならば、沈黙と静寂を守れ」とは、どういう意味でしょうか。沈黙を通じて、いかにしてこの（怒りを抑えること）を達成できるのでしょうか。

回答。もし、弱く、言葉で兄弟を傷つけ、心の中に兄弟への憎しみを抱いている兄弟が、自分の独房に留まり、人との会話を控え、その間、邪悪な考えを抑え込み、絶えず祈りと聖書の読誦に励むならば、平和の恵みが彼を訪れ、——その心は照らされ、その霊は神において喜び、情欲からの解放を得るでしょう。なぜなら、この人は主の十字架を見つめ、主への愛に燃え上がり、それを口づけして、聖書にあるように、神が世をこれほどまでに愛し、御独り子さえもそのために死に渡されたこと（ヨハネ3:16）、そして、神は「私たちがまだ罪人であったとき、キリストが私たちのために死んでくださった」（ローマ5:8）という事実によって、確かに私たちへの御愛を示されたのだ。——もし神が御子を惜しまず、私たちのために彼を死に渡し、しかも十字架というそのような恥ずべき死にまで渡されたのなら、「神は、御子と共に、すべてのものを私たちに賜ってくださる」（ローマ8:32）のですから、他に何を私たちに拒むことがあるでしょうか。キリストの私たちに対するこの偉大な憐れみと愛は、私たちが決して自分の欲望のために生きるべきではなく、私たちのために死んでくださった方のために生きるべきだと考えるように促すだけでなく（Ⅱコリント5:14,15）のために生きるべきだと考えるだけでなく、私たちのために十字架の死を背負い、そのような辱めを耐え忍んで、再び神の右の座に就かれたイエスを、忍耐の源であり模範として仰ぎ見るよう促しているのです。それゆえ、もし彼と共に苦難を受けるなら、彼と共に栄光を受ける（ローマ8:17）し、もし彼と共に耐え忍ぶなら、彼と共に王となる（2テモテ2:12）のである。なぜ使徒パウロは、「兄弟たちよ、私たちの主の十字架を仰ぎ見よう」（ヘブライ人への手紙12:2）と私たちに勧めるのでしょうか。ご自身を敵と見なしていた罪人たちのために、主がどれほど多くの苦しみを耐え忍ばれたか、よく見てください。ですから、主への愛ゆえに、あなたがたが耐えなければならない苦難、不当な扱い、侮辱、そして死という試練に直面しているからといって、落胆したり、心を緩めたりしてはなりません。あなたがたに不快な思いをさせる者たちのために、祈りの中で赦しを願い求めなさい。主がご自身を十字架につけた者たちのために、「父よ、彼らをお赦しください」（ルカ23:34）、また、聖ステファノが、自分を石打ちにした者たちのために、主なる神に赦しを請い、「主よ、この罪を彼らに負わせなさい」（使徒7:60）と語ったように。もしその修道士が、自分の独房にひっそりと座ってこのように思索を重ねるならば、その霊は強められ、主においてあらゆる情欲を制し、誰かを傷つけたり、誰かに怒りを抱いたり、悪に対して悪で報いたりすることはないばかりか、もし侮辱や不当な扱いを受けることがあっても、それを大きな喜びとして受け入れ、自らの栄誉とみなすようになるだろう。このように、修道士は、沈黙と自己省察、そしてキリストの戒め——すなわち、断食、祈り、神への黙想、そして沈黙の中で実践されるその他の美德——を忍耐強く実行することによって、自分の独房においてこれほどの道徳的強さを獲得するのだ。それゆえ、至福のアッバ・アントニウスは、次のように極めて適切に述べた。「もし修道士が、侮辱や不平、多弁を口にしないよう舌を慎むことができず、また、そのような過ちから心を遠ざける力がなければ、少なくともできる限り、沈黙と静寂に専心すべきである。」

7. 質問。かつて、兄弟たちがアバ・アントニオのもとに来て、彼にこう言った。「私たちに、守れる戒めを与えてください。」——彼は彼らに言った。「福音書にはこう書かれている。『もし誰かがあなたの片方の頬を打つなら、もう片方の頬も向けなさい』（マタイ5:39）。」 彼らは答えた。「私たちには、到底これを実行することはできません。」長老は彼らに言った。「もしもう一方の頬を差し出すことができないのなら、片方の頬への打撃を忍耐強く耐え忍びなさい。」彼らは言った。「それもできません。」彼はさらに言った。「もしそれもできないのなら、少なくとも、あなたを打つ者に対して、打撃で報復してはならない。」彼らは言った。「それもできません。」そこで、偉大な長老は弟子にこう言った。「この兄弟たちに少しの食事を用意しなさい。彼らは病んでいるのだから。」この聖なる父の言葉は、どのような意味を持つのだろうか？

答え。彼は、そのような者たちには、食事を与えて見送る以外に手立てはない、と言いたかったのです。しかし、長老が最後に「あなたたちには祈りが必要だ」と言ったことから、彼が「食事」という言葉で長老たちの祈りを指していたと考えられます。いわば、「もしあなたがたがどちらのこともできないのなら、あなたたちのために祈りが必要だ」と言っているようなものです。なぜなら、病人は胃が弱くあらゆる種類の食物を受け入れられないため、特別な食事が必要であるのと同様に、思考が弱く、私たちの主の戒めのほんのわずかな部分さえも守ることができないあなた方にとっても、魂の癒しと治療、すなわち、あなた方のためにそれを祈り求めてくれる長老たちの祈りが必要だからです。

8. 質問。聖アバ・アントニオスはこう言われました。「私は、全地に張り巡らされた悪魔の網を見た。それを見て嘆き、こう言った。『ああ、人類よ、悲しむべきことだ。誰がそこから逃れられるだろうか？』すると、私にこう告げられた。『謙遜 がそこから救う。なぜなら、悪魔たちは謙遜な者を縛ることはできないからだ。』聖人は、この網を感覚的に見たのでしょうか、それとも心の中で見たのでしょうか？ また、「謙遜こそがそこから救い出す。なぜなら、謙遜な者を悪魔は縛りつけることができないからだ」と彼に告げた者たちは、一体誰なのでしょう？

答え。エジプトの偉大なるアッバ・マカリオス——アッバ・アントニオスの弟子——は、スキティの最も奥深い荒野において、アッバ・アントニオスが見たのと同じ時期に、敵のあらゆる策略を目撃したが、その姿は異なっていた。聖マカリオスは、二人の人間の姿をした悪魔たちを見ました。そのうちの一人は、穴の開いた服を着ており、その服には色とりどりのパッチが縫い付けられていました。もう一人の体は、すり切れた服で全身が覆われており、その上には泡のようなものがぶら下がった網のようなものがかけられていた。さらに、覆いのような翼に包まれた別の者が、彼らに近づいてきた。アッバ・マカリオスは、これらを肉体的に——肉眼で——見たのに対し、聖アッバ・アントニオスは、幻視を見るように心の目で、悪魔が常に修道士たちに対して張り巡らせ、彼らを絡め取り、捕らえ、徳の道を無事に歩み終えるのを妨げようとする、あらゆる悪魔の網を見たのである。それは次のように記されている通りである。「高慢の網が私の上に張り巡らされ、罌がすでに私の足を阻んでいる」（詩編139:5）。こうして、彼は、悪魔の罌が、獣獵師が仕掛けるのと同じように、地上に張り巡らされているのを見たのである。これを見て、彼は驚き、戦慄した。なぜなら、そこには無数の罌や網があり、もし獣がそこに引っかかったとしても、多種多様な罌や束縛の多さゆえに、自らを解き放つことはできなかったからである。このようにして、アバ・アントニオには、悪魔たちが修道士たちを苦しめるあらゆる肉体的・精神的な情欲の姿が示された。そして彼は聖なる天使たちを見ました。彼らは、各情欲の網を一つひとつ名指しで彼に示したのです。すなわち、暴食の網、金銭への執着の網、淫行の網、虚栄の網、高慢の網、そしてその他の情欲の網です。さらに、彼らは敵が兄弟たちに障害を設け、彼らを罌にかけ、神の愛という偉大な道への歩みを阻むために、いかにして罌や待ち伏せを仕掛けるか、そのあらゆる術と策略を彼に示した。罌の姿を見て恐怖に打ちのめされた彼は、嘆き声を上げて言った。「ああ、私たち修道士は悲惨だ！」 どうすれば、これらの罌から

逃れ、それに絡め取られることなく救われることができるのか？」と尋ねると、天使たちは彼にこう告げた。「謙遜こそがそれらすべてから救うものであり、謙遜を持つ者は決して罠に絡め取られることも、倒れることもない。」しかし、天使たちは、謙遜だけで情欲や悪魔に打ち勝つことができるとは言っていない。謙遜に加えて、他の行いや功德もまた必要とされるのである。謙遜そのものは、それだけでは何の益ももたらさない。同様に、謙遜を伴わない行いも何の意味も持たない。なぜなら、謙遜のない行いは、塩で味付けされていない肉や土のようなものであり、容易に腐敗し、無に帰してしまうからである。したがって、肉体の労苦、内なる精神の奮闘、沈黙、そして絶え間ない祈りが、完全な謙遜と相まって、あらゆる情欲と悪魔を克服する。その結果、天使たちがアバ・アントニオに告げたように、それらを備えた修道士を、悪魔たちは手出しすることさえできなくなるのである。

9. 問。アッバ・アントニオスはこう言いました。「もし私たちが善き行いに励むならば、神の前で深く恐れ、極度に謙遜すべきです。そうすれば、私たちの弱さを知っておられる神が、御右の手で私たちを覆い、守ってくださるからです。なぜなら、もし私たちが傲慢に高ぶれば、神は私たちから御自身の覆いを取り去られ、私たちは滅びてしまうからです。」この聖人の言葉にはどのような意味があるのでしょうか。

答。私たちは、苦難や悲しみ、戦いの時だけでなく、平和で戦いのない時にも、常に謙虚でなければならない。私たちは常に謙遜を必要としている。なぜなら、戦いの時には謙遜が助けとなり、忍耐の重荷を担う力を与えてくれるからであり、また、戦いのない平和と安息の時には、謙遜が私たちを高慢から守り、墮落から遠ざけてくれるからである。また、私たちの怠惰や、私たちを囚える神への忘却のためにも、私たちは謙遜でなければならない。なぜなら、ここに見られる私たちの明らかな無力さは、それ自体で謙遜へと導き、あらゆる高慢を追い払うことになるからである。神は、私たちが常に危険や不安の中にいることを望んでおられるわけではありません。むしろ、ご自身の慈愛と人間愛によって、私たちを覆い、情欲の戦いや悪魔の猛威を鎮めてくださるのです。したがって、もし私たちが戦いや奮闘のさなかに、危険や困難ゆえに謙遜に訴えつつも、平穏で戦いのない時には神を忘れ、高慢にふけるならば、神は間違いなく私たちから御自身の覆いを取り去られ、私たちは破滅と絶望の中で滅びてしまうでしょう。なぜならば、謙遜を必要としない時などないからであり、あらゆる場所、あらゆる行動において、私たちは常に謙遜を必要としているのである。

10. 質問。ある長老が、すべての教父たちを見せてくださるよう神に祈ったところ、聖アバ・アントニオを除くすべての教父たちを見ることを許された。彼らを見せた者は言った。「神がおられるところ、そこにアバ・アントニオがおられる」。なぜ彼はすべての教父たちを見ることのできたのに、アバ・アントニオだけは見ることはできなかったのか。

回答。その長老の心が天国へと引き上げられ、そこで教父たちを見たか、あるいは教父たち自身が彼の元へやって来たか、あるいは天使が幻視を通じて彼らを見せたかのいずれかである。一方、アバ・アントニウスが彼には見えなかったのは、二つの理由による。一つは、聖アバ・アントニウスの栄光の偉大さを示すためであり、もう一つは、その長老を謙虚にさせ、すべての教父たちを見たということに驕り高ぶらないようにするためである。なぜなら、神は彼の願いを聞き入れ、この教父たちの幻視を通じて、彼に彼らに倣うよう命じられたからである。そして、彼が聖アントニオを見るに値しないとされたのは、その長老には彼に倣うほどの力がなく、それによって高慢を抑え、謙虚になるよう促されたからである。

11. 質問。ある日、処女のアッバ・アモンがアッバ・アントニオのもとを訪れ、彼にこう言った。「私にはあなたよりも多くの務めがあるように見えます。それなのに、どうしてあなたの名は私よりも人々の間でより称賛されているのでしょうか？」聖アントニオは彼に答えた。「それは、私があなたよりも神を深く愛しているからです。」これはどのような意図で語られたのでしょうか？

答え。 アッバ・アモンも自分の行いを誇ったわけではなく、アッバ・アントニウスも自分の愛を誇ったわけではなかったが、彼らの言葉の意図はこうであった。これらの聖人たちは修道生活の最初の創設者であり、隠遁生活の先駆者であったため、互いの合意のもと、内面の精神の秩序が肉体の功績よりも優れていることを確立し、すべての修道士に示そうとしていたのである。なぜなら、この内なる心の秩序こそが、修道者の魂を導き、神への至高の愛へと高揚させ、それによって神の栄光の幻視や啓示にふさわしい者とするからである。肉体的な行いは、修道者を肉欲から解放し、徳を確固たるものとし、情欲を追い払う力を与え、肉体に清らかさをもたらす。一方、精神の修行は、悪魔や悪魔が植え付ける邪念に対して魂を武装させ、心の清らかさをもたらす。その心は愛によって強固となり、御霊に導かれるにふさわしいものとなる。徳に励み、主を愛する者すべてが、人々の間でその栄光を広めるべきではない。なぜなら、荒野の修道者の始祖であり、修道士たちの長子であるアバ・パウロ（アバ・アントニオスは彼を、時には預言者エリヤ、時には洗礼者ヨハネ、時には使徒パウロと呼んだ）は、生前、人々の間ではほとんど知られていなかったからである。しかし、すでに述べたように、この二人の父は、互いに確認し合い、また私たちに、肉体的な修業と、内なる心の秘められた戦いである霊的な修業のどちらが優れているかを教えようとしたのである。絶え間ない祈りと神への黙想にあり、これらが完成に達すると、修道士の精神を霊的な境地へと高め、そこでは霊的な祈り、神への驚嘆、神の観想、そして私たちの神、主の栄光の顕現が体験される。主なる神に、世々限りなく賛美あれ。アーメン。

**12. 質問。** 聖アバ・アントニオスは、悪魔はこの種族に対して激しい戦いを仕掛けることを神が許さない、と述べました。なぜなら、この種族は力がないからです。——それはどういうことでしょうか？

答え。神はこの人類を憐れみ、悪魔によって過度に苦しめられることを許されない。なぜなら、私たちには神への愛の熱意や善行への熱意が不足しているからである。したがって、私たちの弱さと怠惰ゆえに、悪魔は私たちに対してより穏やかに攻撃を仕掛けてくるのである。

**13. 質問。** アバ・アントニオの次の言葉はどういう意味でしょうか。「もし製粉業者がロバの目を覆わなければ、彼は何も得ることができなかつただろう。なぜなら、ロバは頭を振り回して倒れてしまい、仕事が中断してしまうからだ。」これと同様に、私たちもまた、神の摂理によって覆われているのである。というのも、私たちも最初は、善行を自覚せずに善を行うからだ。そうすることで、自分を幸いだと見なして、そのために労苦が無駄になることを防ぐためである。それゆえ、時には恥ずべき思いに堕ち、それを見て自らを責めるのである。まさにこの恥ずべき思いこそが、私たちが行うささやかな善行を覆い隠すものであり、自らを責める者は、その報いを失うことはないからである。——この言葉にはどのような有益な点があるのか、説明してほしい。

答え。すべての聖人が幻視に恵まれるわけではなく、彼らは、たとえ善行や美德に満ちていても、自分たちがなしている善や、彼らに約束された報いさえも見ることはできません。それは、神が彼らの美德を喜ばれず、彼らの善行に慰めを見出さないからではありません。全善なる神が、善行を行う者たちに用意された報いを少しでも減らそうとされるなど——決してあり得ない！しかし、神がそうされるのは、徳ある人々が驕りに溺れることのないようにするためであり、それによって彼らの徳の価値が完全に失われることのないようにするためであり、彼らに用意された恵みを失わせず、神の恵みから遠ざかることのないようにするためである。なぜ、彼らが善行を行い、徳に励んでいるにもかかわらず、神は彼らを守りつつも、時に悪魔たちが彼らを嘲笑したり、恥ずべき考えを植え付けたり、恐怖を煽ったり、傷を負わせたりすることを許されるのか。それは、彼らが自らの弱さを自覚し、常に慎重かつ警戒心を持ち続けるためである。なぜなら、彼らがこの世にいる限り、彼らの生活は移ろいやすく、変わりやすいものだからである。しかし、善行によって彼らに用意されている報いについて考えることが、それを得るために絶えず善行に励む熱意を彼らの中に支えるのと同様に、自らの欠点や弱さを自覚することは、彼らを傲慢から遠ざけ、あらゆる種類の謙遜を受け入れる準備を整え、また、無限の天の御国におい

て、私たちの主イエス・キリストから格別の喜びを受けるその時に、自らの徳を失うことのないよう、あらゆる点で警戒するのです。

**14. 問。**シリアのアッバ・エレニオスがアッバ・アントニオスのもとを訪れたとき、アッバ・アントニオスは彼を見て、「ようこそ、明日の朝に昇る暁よ」と言った。すると、アッバ・エレニオスは彼にこう答えた。「あなたもこんにちは、宇宙を飾る輝かしい柱よ。」——このエレニウスとは誰なのか？ そして、なぜ聖人は彼をそう呼んだのか？

答え。このエレニウスはアバ・アントニオスの時代に生き、その完成度と行いにおいて彼に匹敵する人物であった。コンスタンティヌス・ザ・ヴィクトリアス皇帝は彼を称え、次のように述べた。「私の時代に、三つの神聖な光——至福のアバ・アントニオス、アバ・エレニオス、そしてアバ・エウキノス——が存在することを、主イエス・キリストに感謝する。」彼がそう言ったのは、彼らが当時生きていた、また知られていたすべての修道士たちをはるかに凌駕していたからである。アバ・アントニオスが彼を「明けの明星」と呼んだのは、明けの明星がその大きさや輝きにおいて他のすべての星を凌駕するように、アバ・エレニオスもまた、恵みの光において当時の他のすべての修道士たちを凌駕していたからである。そしてアバ・エレニウスもまた、アバ・アントニオスの卓越した高みと、彼に与えられた恵みの光の偉大さを十分に認識していることを示そうとして、彼を「宇宙を飾る光の柱」と呼んだのである。

**15. 問。**アッバ・アントニオスはこう言った。「私たちが成功しないのは、自分の位や身分を知らず、着手しようとする事柄に何が求められるかを理解せず、労を惜しんで徳を成し遂げようとするからである。」なぜ、私たちが住んでいる場所で誘惑に直面すると、どこかに悪魔のいない場所があると思い込んで、別の場所へ移ってしまうのでしょうか。しかし、戦いが存在することを悟った者は、神の助けを借りて絶えず（どこでも）戦いを続けている。なぜなら、私たちの主はこう言われたからだ。「**神の国はあなたがたのうちにある**」（ルカ17:21）。——主はこの言葉で何を示しておられるのか。

答え。その言葉の意味はこうである。人々は、悪魔のいない場所を見つけようと、ある場所から別の場所へと移り行くが、移った先でも誘惑に遭遇すると、また別の場所へと逃げ去ってしまう。しかし、戦いが存在することを知っている者は、神の助けを借りて、自分が住むその場所で戦い、他の場所を探そうとはしない。また、私たちの主が「**神の御国はあなたがたのうちにある**」と仰せになった意味は、私たち修道士が、この世を離れ、主の戒めに従って自分の十字架を背負い、主に従った者として、一つの場所に留まり、ただ自分の魂の救いだけを心に留め、そこで遭遇するあらゆる種類の戦いに耐え忍ばなければならない、ということである。神への愛と、神の戒めを守ることにこそある神の御心を行うために、私たちは、どこにしようとも、それが情欲からであれ、悪魔からであれ、あるいは人々からであれ、あらゆる試練と誘惑を忍耐強く耐え忍ばなければならない。しかし、戦いに不慣れで、いかなる苦難にも耐えることに慣れていない者たちは、戦いの安らぎや思いからの避難所を見出そうと、ある場所から別の場所へ、ある国から別の国へと移り住み、あちこちへと急いでいくのである。なぜ我々は自分の場所に留まり、もし戦いや誘惑が襲ってきたら、断食し、祈り、ひざまずき、我らの主の十字架の前で胸を打ち、涙と心の痛みをもって、主から助けと救いを求めるべきなのか。それは、主が常に我々と共にいて、我々の内に住まわれているからであり、次のように書かれている通りである。「**主は心の碎かれた者に近くおられ、霊のへりくだった者を救われる**」（詩編33:19）、また主ご自身が「**神の国はあなたがたの内にある**」（ルカ17:21）、すなわち「**わたしがあなたがたの中に住んでいる**」と仰せられたからです。なぜなら、神の御国とは、常に私たちの中に住まわれるキリストそのものだからです。聖パウロもまたこう言っています。「**キリストがあなたがたのうちに住んでおられることを、知らないのですか**」（Iコリント3:16）。そして、キリストだけが私たちの中

に住まわれているのではなく、私たちもキリストの中に留まっているのです。キリストご自身がこう言われているように、「あなたがたはわたしの中に、わたしはあなたがたの中にいる」（ヨハネ15:4）。それゆえ、もし私たちが神の中に住み、私たち自身が神の住まいであるならば、試練や苦難、争いの時にも、また他所へ移り住む際にも、主を見捨ててはなりません。異国や他所から助けや避難所を求めるのではなく、それぞれの場所に留まり、私たちの中に住まわれる主に、助けを与え、私たちを救い出してくださるよう懇願しましょう。その際、私たちの思いを父たち（長老たち）に打ち明け、私たちを助けるための彼らの祈りを求めましょう。それぞれの場所に留まり耐え忍びながら、常に私たちの救い主の庇護にすぎりましょう。そうすれば、主は間違いなく、私たちのあらゆる戦いにおいて、私たちを勝利者にしてくださるでしょう。

## 聖マカリオス大聖人

### 聖マカリオの生涯と著作に関する情報

聖アントニオの師としての賜物を最も直接に受け継いだのは、聖マカリオス・エジプトスであった。伝承には、聖マカリオスが聖アントニオを訪ねた事例がわずか二件しか残されていないが、これらが唯一の事例ではなかったと推測される。おそらく、聖マカリオスは、聖アントニオの長々とした説話を何度も耳にしていたことでしょう。クロニオス（『ラヴス』第23章）が証言するように、聖アントニオは、自身の隠遁生活に基づいて、彼から教訓を得ようと集まり、修道院で彼を待ちわびていた兄弟たちに対して、時には一晩中語り続けたのです。それゆえ、聖マカリオスの説教には、聖アントニオスの教えがほぼ一語一語そのまま響いている。両者を続けて読む者は、すぐにそれに気づくだろう。そして、この灯火——聖マカリオス——が、あの大いなる光——聖アントニオス——によって灯されたものであることを認めざるを得ない。聖マカリオスの生涯に関する伝承は、完全な形で私たちに伝わってはいない。彼について知ることができたことはすべて、彼の対話集の刊行に付随して掲載された伝記にまとめられている。その中で最も注目すべき出来事は、彼がまだ集落の近くに住んでいた頃に受けた冤罪である。そこには、なんと深い謙遜、なんと大きな自己犠牲、なんと神の御心への献身があることか！これらの特質は、その後、聖マカリアの生涯全体を特徴づけるものとなった。サタンでさえ、聖マカリアの謙遜によって完全に打ち負かされたことを公然と認めたのである。その謙遜こそが、聖マカリアに最終的に見られるような、霊的完成と恵みの賜物という高みへと至る階段でもあったのである。聖マカリアの著作からは、50の談話と一通の手紙が残されている。これらは以前からロシア語訳として出版されており、そのまま当選集に収録する必要はない。そこで、聖マカリアの教えをある程度の順序で示すような選集を作成することにした。なぜなら、それらは一つの全体を成しており、キリスト教の核心である——聖霊の恵みの働きによる堕落した魂の聖化——を詳細に解き明かしている点で注目に値するからである。これは、彼の教えのほぼすべてが向かっている主要な要点である。『ギリシャの慈愛』も同様である。同書は、聖マカリオスの対話そのものではなく、シメオン・メタフラストが彼の対話から抽出した150の章を収録しており、それらは我々の手元では七つの説教を構成している。しかし、メタフラストが行ったことは、誰にでもできることである。我々もそれを行うのである。聖マカリオスは、修道生活における細部には触れていません。彼が説教を向けられた人々は、もともと熱心な修行者たちでした。そのため、彼は主に、そうした労苦に適切な方向性を与えること、すなわち、目指すべき究極の目標を示し、そうした労苦と努力を高めてあげることにのみ心を配ったのです。これは、すでに述べたように、聖霊の恵みによる魂の聖化である。霊化こそが魂の魂である。それなしには命はない。それは、未来の輝かしい状態への保証でもある。聖マカリオスは堕落した魂と向き合い、その魂に、この闇と堕落、死のような状態からいかにして光へと出て、癒され、生き返るかを教えている。それゆえ、彼の教えは、世を捨てた者たちだけでなく、すべてのキリスト教徒にとって重要なものである。なぜなら、堕落から立ち上がることにこそ、キリスト教の本質があるからだ。それゆえ、主もこの世に来



られ、教会における主のすべての救いの制度もまた、その目的に向けられているのである。彼はこの事柄における成功の条件として至る所で世を捨てた生活を掲げていますが、ある種の世を捨てる姿勢は平信徒にとっても必須です。なぜなら、この世のあらゆる愛は神に対する敵意だからです。それならば、どのような救いがあるのでしょうか。教えを選ぶにあたっては、聖マカリオスの談話を読む際に自然と頭の中に浮かぶ順序に従うことにしましょう。聖マカリアはしばしば、私たちの起源そのものに思いを馳せ、最初の人間がいかに輝かしい状態にあったかを描き出します。それは、彼が最も魅力のないイメージで描く、もともと陰鬱な墮落した人間の姿を一層暗く見せるためです。彼がこれらを行うのは、神の独り子である御子の受肉による私たちの救い、そして至聖なる御霊の恵みを通して、私たちに示された神の限りない慈愛が、より一層明白に示されるようにするためである。しかし、彼がこれら三つの主題を取り上げるのは、すべての人々に自らの救いを成し遂げたいという願望を喚起し、その道のを忍耐強く歩み、完遂するための勇気を鼓舞するためである。この道は、主に従うという、腹の底から湧き上がるような確固たる決意を固めることから始まり、自己規律と自己抵抗の苦行を経て進みますが、それによって恵みの実感できる働き、すなわち彼が言うところの ついに聖霊の恵みが力と実効性を伴って心の中に現れるに至り、地上で可能な限り、私たちの主キリスト・イエスにおける完全さへと導き、来世における魂の二つの状態をもって完結する。このように、聖マカリア・ザ・グレートすべての思想を、以下の見出しの下にまとめる：

1. 最初の人間の輝かしい状態。
2. 墮落した者の暗い状態。
3. 私たちの唯一の救い——主イエス・キリスト。
4. 主に従うという確固たる決意の形成。
5. 労苦の状態。
6. 恵みの実感を得た者の状態。
7. 地上で達成し得るキリスト教的な完全性。

8. 死と復活後の未来の状態。至る所で、聖マカリアの説教が逐語的に引用されている。編者は、見出しのみを独自に作成している。引用文において、最初の数字は説教を、二番目の数字は説教の章または段落を示している。なお、一つの段落に複数の考えが含まれている場合があるため、それらは時に複数回引用されていることに留意すべきである。

## 聖マカリアス大聖人の『キリスト教生活に関する教訓』——その対話集より抜粋

### 1. 輝かしい原初の状態

a) 人間の究極の目的と至高の善は、神との交わりにある。神は人間の中に安らぐことを喜ばれ、人間は神の中にこそ安らぎを見出す。創造における本来の定めにより、人間は神とこのような親和性をもって結ばれている。

1. 魂と神の間、また神と魂の間に存在するような親密さと相互性ほど、他に類を見ない。神は様々な被造物を創造し、天と地、太陽、月、水、実を結ぶ木々、あらゆる動物を創造された。しかし、これらの被造物のどれ一つとして、主が安息される場所はない。あらゆる被造物は神の支配下にあるが、神はそれらの中に御座を定めておらず、それらとの交わりも確立されなかった。しかし、ただ一人の人間を御心に適う者とされ、その者と交わりを結び、その人の中に安息しておられる。ここに、神と人間、そして人間と神との親和性が見て取れるだろうか？（45, 5）

2. 神が人の住むために天と地を創造されたように、神は人の肉体と魂を御自身の住まいとして創造された。それは、御自身の姿に似せて創造された、愛する魂という美しい花嫁を伴い、その肉体を御自身の家として、そこに宿り、安らぐためである。なぜ使徒は、「私たちは神の家である」（ヘブライ人への手紙3,6）と言うのでしょうか。（49,5）。

3. 人間の尊厳の高さ。見よ、天、地、太陽、月がいかにあるかを。主はそれらの中に安らぐことをお選びにならなかったが、ただ人間の中にのみ安らぐことをお選びになった。それゆえ、人間はすべての被造物の中で最も尊く、あえて言えば、目に見えるものだけでなく、目に見えないもの、すなわち奉仕する霊たちよりも尊いのである。なぜなら、大天使ミカエルやガブリエルについて、神は「われらの姿と似姿に造ろう」（創世記1,26）とはおっしゃらなかったが、知性ある人間の存在、すなわち不滅の魂についてはそうおっしゃったからである。「御自分を畏れる者たちの周囲には、天使の軍勢が宿る」（詩篇33:8）と記されている。（15, 20, 41）。

4. それゆえ、知性があり分別ある魂は、あらゆる被造物を巡り尽くしても、唯一の主の中にしか安らぎを見出せない。そして主は、ただ一人の人間に対してのみ、御心を傾けておられる（45, 5）。

5. 結婚が決まっている裕福な娘が、結婚前にどんなに多くの贈り物を受け取っても、結婚の契りが結ばれるまでは安らぎを得られないのと同じように、魂もまた、主との完全な交わりに達するまでは、何によっても安らぎを得ることができない。あるいは、空腹の乳児が、真珠や高価な衣服などには何の価値も見出さず、ただ栄養のある乳首にのみ注意を向け、乳を味わおうとするように、魂についても同様に考えよ（すなわち、魂は他のすべてを脇に置き、神を味わうことを求め、そうして初めて安らぎを得るのだ）。（45, 7）。

b) このような使命を持つ人間は、創造の時点でそれに適した姿に造られた。創造において、人間はすでにその目的の場所に置かれていた。

6. 魂——それは偉大かつ不思議なものである。その創造にあたり、神は彼女を、その本性の中にいかなる欠点も宿さないよう造られた。それどころか、御霊の徳の模様に従って彼女を造り、御霊の模様に倣って、徳の法則、分別、知恵、良識、信仰、愛、その他の徳を彼女の中に宿らせた（46, 5）。

7. 神は彼女に知性、意志、支配的な精神を授け、彼女の中に別の偉大で洗練された性質を宿らせ、彼女を機敏で、軽やかな翼を持ち、疲れを知らない存在とし、一瞬にして現れたり消えたりする能力を与え、御霊が望まれる時には、思考をもって神に仕えることができるようにされた。一言で言えば、主は彼女を、御自身の花嫁であり協力者となるよう、また主が彼女と一つとなり、彼女も主と一つの霊となるよう、創造されたのである。それは、「主と結ばれる者は、主と一つの霊となる」（Iコリント6:17）と書かれている通りである（46, 6）。

8. 夫が自分の家にあらゆる恵みを丹念に集めるように、主もまた、ご自身の家——すなわち魂と肉体——に、御霊の天の富を集め、蓄えておられる（49, 4）。

c) その結果、原初の人々は神の中にあり、偉大な特権と恵みを享受していた。

9. 罪を犯すまでは、彼らは神の栄光に包まれていた……アダムは、戒めを守っていた間、神の友であり、神と共に楽園に留まっていた（12, 8）。

10. アダムの中には御言葉が宿っており、彼は自分の中に神の御霊を持っていた（12, 6）。

11. 当初、清らかであった心は、その位に留まりながら、その主を仰ぎ見ていた。そして、清らかさを保っていたアダムは、自らの思いに君臨し、神の栄光に包まれて至福を享受していた（45, 1, 15, 23, 12, 6）。

12. 彼の中に宿っていた御言葉そのものが、彼にとってすべてであった。すなわち、知恵であり、（至福の）感覚であり、遺産であり、教えであった。また、外側からは、原初の人々に栄光が宿っていたため、彼らは自らの裸を見なかった（12, 7, 10）。

13. 人間は尊厳と清らかさを持ち、天から始まる万物の支配者であり、情欲を見分けることができ、悪魔とは無縁で、罪や悪徳から清く、神に似ていた（26, 1）。

d) しかし、この恵みの豊かさには、強制的な要素は何もなかった。人間は、神と恵みと共にいることも、それらから離れることも自由であった。彼は離れ、墮落した。霊たちが墮落したのと同様に。

14. すべての理性ある存在、すなわち天使、魂、そして悪魔を、創造主は清く、極めて単純な者として創造された。そして、そのうちのいくつかが悪へと墮落したのは、彼ら自身の恣意に

よるものである。なぜなら、彼らは自らの意志によって、ふさわしい思念から逸脱したからである（16,1）。

15. 目に見える被造物は、ある種の不変の本性に縛られており、創造された状態から抜け出すことはできず、意志も持たない。しかし、あなたは神の像と似姿として創造された。神が自由であり、望むままに創造されるように、あなたもまた自由である。あなたは本質的に変化しやすい存在である（15,20.21）。

16. 私たちの性質は、善にも悪にも、神の恵みにも、それに反対する力にも、容易に受け入れられるものである。それは強制されることはない（15,23）。

17. 同様に、アダムも自らの意志によって戒めを破り、悪しき者の言葉に従った（12,8）。

18. 彼には偉大な富と偉大な遺産が用意されていた。しかし、悪しき思いや考えを抱いた途端、彼は神にとって失われた者となった（12,1）。

## 2. 墮落した者の陰鬱な状態

a) 悪しき者の言葉に従ったアダムは、自らを彼に売り渡した。そして、彼を支配下に置いた悪しき者は、アダムをあらゆる悪で満たした。

1. アダムは、神の戒めを破り、悪しき蛇の言うことを聞いたことで、自分自身を悪魔の所有物として売り渡し、譲り渡した。そして、その魂——この美しい被造物——に、悪しき者が宿った。霊的な闇がそこに留まっている限り、魂は邪悪な闇の体と呼ばれる。なぜなら、そこには邪悪な闇の時代が続く限り、闇が宿り、閉じ込められているからである。使徒もまた、罪の体と死の体について言及し、「罪の体が滅び去るように」（ローマ6:6）と述べ、さらにこうも言っている。「だが、この死の体からわたしを救い出してくれるのか」（ローマ7:24）。魂は、神の本性からも、邪悪な闇の本性からも由来するものではなく、知性を備えた被造物であり、美しさに満ち、偉大かつ驚くべきものであり、神の美しい似姿であり、神の像である。そして、罪のゆえに、闇の情欲の邪悪さが魂に入り込んだのである（1,7）。

2. 悪の君主——闇の王国は、まず人間を捕らえ、まるで人を王として立て、あらゆる王の衣装を与え、頭から爪先まで王の装いを身にまとうようにさせるかのように、その魂を闇の権力によって覆い、包み込んだ。かくして、悪の君主は魂を罪で覆い、その全本質とすべてを穢し、すべてを自らの王国に捕らえ、その権力から自由な部分を、その一員たりとも、思いも、心も、体も、一つも残さず、闇の紫の衣で包み込んだのである。（病気の際）身体において、一つの器官だけが苦しむのではなく、身体全体が苦しみを受けるのと同様に、魂もまた、悪徳と罪の病によって全体が苦しめられたのである。悪霊は、人間の不可欠な部分であり、不可欠な構成要素である魂全体を、自らの悪意、すなわち罪にまみれさせ、こうして肉体は苦しみ、朽ちるものとなった（2,1）。

3. 使徒が「古い人を脱ぎ捨てなさい」（コロサイ3:9）と言うとき、それは、目には目、頭には頭、耳には耳、手には手、足には足というように、各部分が調和している完全な人間を指している。なぜなら、悪しき者は、古き人、すなわち汚され、不浄で、神に敵対し、神の律法に従わない者をすべて汚し、自分へと引きずり込み、罪そのものへと引きずり込み、もはや人間として望ましいように物事を見るのではなく、悪意を持って見、悪意を持って聞き、その足は悪行へと急ぎ、その手は不法を行い、その心は悪意を企てたのである（2:2）。

4. 古い人は、完全な人を脱ぎ捨て、闇の王国の衣、すなわち冒涇、不信仰、神を畏れない心、虚栄、高慢、金銭への執着、情欲、そしてその他の闇の王国の衣、すなわち不浄で汚れたばろ服を身にまとっている（2,4）。

5. 敵が狙っていたのは、まさにこれであり、アダムの罪によって、内なる人、すなわち神を見据える主権的な精神を傷つけ、曇らせることだった。そして、天の恵みが彼の手の届かないものとなったとき、その目はすでに悪徳や情欲に開かれてしまった（20,4）。

6. 悪意の霊たちは、（墮落した）魂を闇の鎖で縛りつける。それゆえ、その魂は、いくら望んでも主を愛することも、いくら望んでも信仰することも、いくら望んでも祈ることもできな

い。なぜなら、最初の人間の罪以来、公然と、また密かに、あらゆる面において反抗が私たちを支配しているからである（21,2）。

**b) このような破滅的な状態を見て、神と天使たちは墮落した者を憐れんだ。**

7. アダムが墮落したその日、神は来られ、樂園を歩かれてアダムを見かけ、いわば憐れみを抱き、こう仰せになった。「これほどの恵みがあるのに、お前はなんと悪を選んだことか！これほどの栄光があったのに、お前はなんと恥を背負うことか！なぜ今、お前はこれほど暗く、これほど醜く、これほど儂くなってしまったのか？これほどの光の後、なんと深い闇があなたを覆ったことか！」と。アダムが墮落し、神にとって死んだとき、創造主は彼を憐れみ、天使たち、すべての力、天、地、すべての被造物が、彼の死と墮落を嘆き悲しんだ。なぜなら、被造物たちは、自分たちの王として与えられた者が、敵対的で狡猾な闇の奴隷となってしまったのを見たからである。かくして、彼は自らの魂を、苦く狡猾な闇で覆った。なぜなら、闇の君主が彼の上に君臨したからである。彼（アダム）こそが、エルサレムからエリコへ向かう途中、強盗たちに傷つけられ、半死半生の状態になった者であった（30,7）。

**c) しかし、真理は彼に正当な罰を下し、彼は荒れ果てた家のように見捨てられた。**

8. アダムは戒めに背き、樂園から追放され、神の怒りを招いた。かつてユダヤ人たちに怒りを抱いた神が、エルサレムを敵の嘲笑の的として引き渡したように、彼らを憎む者たちが彼らを支配するようになり、そこにはもはや祭りも、供え物もなくなってしまった。同様に、戒めを破った罪のために魂に対しても怒りを抱き、神はそれを敵、すなわち悪魔や情欲に引き渡した。それらは魂を惑わし、完全に打ち砕いた。もはやそこには、祭りも、香も、魂が神に捧げる供物も存在しなくなった。なぜなら、魂の尊い部分へと通じる道は野獣で埋め尽くされ、そこには匍匐する者たち——すなわち、悪意ある霊たちが巢食っていたからである。そして、主人が住んでいない家は、闇と不名誉と侮辱に包まれ、不浄と膿で満たされるように、魂もまた、その主が天使たちと共にその中に喜びを現さないならば、罪の闇と、恥ずべき情欲やあらゆる不名誉で満たされるのである（12, 10, 28, 1）。

9. 人は不従順のゆえに、「地はあなたのためにいばらとあざみを生じさせる」（創世記 3,18）という誓いを重ねて受け入れ、さらに「地を耕せ、しかしその実をあなたに与えることはない」とも誓ったため、その心の地にはいばらとあざみが再び生え、繁茂した。敵たちは欺きによってその栄光を奪い取り、彼を恥にまみれさせた。その光は奪われ、彼は闇に包まれた。彼の魂は殺され、その思いは散らされ、分断され、その知性は高みから引きずり下ろされた。こうしてイスラエルの人々は真のファラオの奴隷となり、ファラオは人の上に、悪意に満ちた霊を持つ役人や監督者を据えた。彼らは、人の意志にかかわらず、悪しき行いをさせ、虚飾や無意味なものを生み出させるのである。人を天の思考様式から遠ざけ、彼を悪意に満ちた行い——物質的、地上的、儂いもの——へと引きずり下ろし、思念や空しい推論へと追いやった。なぜなら、魂はその高みから堕ちて、人間を憎む王国と、彼女に罪深い墮落の都を築かせるよう強い残酷な君主たちに出会ったからである（47,6）。

**d) 墮落の結果、すべての被造物と全人類は、敵と情欲の暴政にさらされることとなった。**

10. 財産を持ち、その支配下にある家臣たちが奉仕の準備を整えている王を想像してみてもいい。ところが、ある時、敵に捕らえられ、捕虜として連れ去られてしまった。彼が捕らえられ連れ去られるやいなや、家臣や役人たちは必然的に彼に従わなければならない。同様に、アダムは神に奉仕するために神によって清く創造され、アダムに仕えるためにこれらの被造物が与えられた。なぜなら、彼はすべての被造物の主であり王として立てられたからである。しかし、悪意ある言葉が彼に近づき、彼と語りかけたやいなや、アダムはまずそれを外的な聴覚で受け入れたが、やがてそれは彼の心に浸透し、彼の存在全体を覆い尽くした。こうして、彼が捕らえられたことにより、彼に仕え、彼に従っていた被造物もまた共に捕らえられてしまった。なぜなら、彼を通して死があらゆる魂の上に君臨し、彼の不従順の結果として、アダムの姿は完全に消し去られ、人々は変質し、悪魔への崇拜に至るに至ったからである。見よ、神によって見事に創造された地上の実さえも、悪魔に捧げられている。彼らの祭壇には、パン、ぶどう酒、オリーブ油、そ

して動物が供えられている。さらには、自分の息子や娘さえも、悪魔への生贄として捧げていた（11,5）。

**11.** アダムの罪以来、心の思いは神の愛から離れ、この世に散らばり、物質的かつ地上の思いと混ざり合った。しかし、戒めを破ったアダムが悪意に満ちた情欲の種を自分の中に受け入れたように、彼から生まれた者たちや、アダムの一族全体も、その継承によってこの種の共有者となり、そして、それが徐々に熟成し増大するにつれ、人々の内にある罪深い情欲は、姦淫、の淫行、偶像崇拜、殺人、その他の愚かな行いにまで及ぶほどに増大し、ついには全人類が罪惡に満ちてしまった。人々の内にある惡は、もはや神など存在しないかのように思い込み、無生物の石を崇拜するに至り、神について全く概念すら抱くことができなくなるほどに増大した。惡意に満ちた情欲の種は、古きアダムの子孫をそのように腐敗させてしまったのである（24,2）。

**12.** 人間が戒めから逸れ、神の怒りの裁きを受けた後、罪は彼をその支配下に置き、まるで苦味の深淵のように、繊細かつ深遠なもので、内側に入り込み、魂の最も奥深い秘所に至るまでその隅々を支配した。このように、魂とそれに混じり合った罪は、多くの枝を持ち、その根を地底の深みに張る大木に例えられる。同様に、魂に入り込んだ罪は、その最も奥深い秘所に至るまで魂の隅々を支配し、習慣や偏見へと変わり、幼少期から各年齢において成長し、その者を育て、惡を教え込むのである（41,1）。

**13.** 主によってよみがえらされたラザロ、すなわち、その棺に誰も近づくことのできないほどひどい惡臭を放っていたこのラザロは、自らの魂に大きな惡臭を受け入れ、黒さと闇に満たされたアダムの象徴であった。しかし、あなたがアダムや、強盜たちに傷つけられた者、そしてラザロの話を聞くとき、まるで山々をさまようかのように心を放浪させてはならない。むしろ、自分の魂の奥深くに閉じこもれ。なぜなら、あなたもまた、同じ傷、同じ惡臭、同じ闇を背負っているからだ。私たちは皆、この闇に覆われた一族の子であり、皆、同じ惡臭に染まっている。アダムがどのような弱さに苦しんだか、アダムの種から生まれた私たちも皆、同じ弱さに苦しんでいるのだ。イザヤが言うように、私たちにも同じ弱さが降りかかったからだ。「かさぶたも、ただれも、焼けるような傷もなく、絆創膏を貼ることも、油を塗ることも、包帯を巻くこともできない」（イザヤ1:6）。私たちは、そのような治癒不可能なただれに蝕まれている（30:8）。

**14.** エジプトで、三日間の暗闇が続いた間、息子は父を、兄弟は兄弟を、友は真の友を見ることができなかった。それは暗闇が彼らを覆っていたからである。同様に、アダムが戒めを破り、かつての栄光から転落し、この世の靈に従った後、暗闇の覆いが彼の魂に降りかかり、彼から「最後のアダム」、すなわち主に至るまで、人は真の天の父、慈愛に満ちた善良な母——御靈の恵み、最も甘美で切望される兄弟——主、そしてかつて共に喜び、祝宴を分かち合った友人であり、誠実な聖なる天使たちを見ることができなかった。そして、最後のアダムに至るまでだけでなく、今でさえ、真理の太陽——キリスト——が輝いていない者、真の光によって照らされ、心の目が開かれていない者、——そうした者たちは皆、同じ罪の闇に覆われ、同じ快樂追求の作用を内に持ち、同じ罰に服し、父を見るための目を持っていない（28,4）。

**d) 墮落による最も明白な帰結は、世界の至る所に蔓延する混乱である。**

**15.** この世の子らは、この地のふるいにかけてられた小麦に例えられ、この世の移ろいやすい思い、絶え間ない世俗の事柄の動揺、欲望、そして複雑に絡み合った物質的な概念の中でふるいにかけてられている。サタンは魂を揺さぶり、ふるい、すなわち地上の事柄によって、罪深い人類全体をふるいにかけている。墮落以来、アダムが戒めを破り、彼の上に権威を握った惡の君主に服従して以来、サタンはこの世のすべての子らを、絶え間ない惑わしと動揺させる思いによってふるいにかけて、この地のふるいの中で衝突へと導いている（5:1）。

**16.** ふるいにかけてられる小麦がふるいの中で打ちつけられ、絶え間なく振り上げられて、その中でひっくり返されるように、惡の君主は地上の事柄をもってすべての人々を捉え、揺さぶり、混乱と不安に陥れ、虚しい思いや卑しい欲望、地上的で世俗的な結びつきに身を委ねさせ、絶えずアダムの子孫である罪深い人類全体を捕らえ、惑わせ、罠にかけるのである。そして主は、使徒たちに、彼らに対して惡者が将来起こす反乱を预言された。「サタンは、あなたがたを小麦



のようにふるいにかけることを求めている。しかし、わたしは『あなたがたの信仰が失われないように』と、わたしの父に祈った」（ルカ22:31,32）。なぜなら、創造主がカインに対して明らかに語られたこの言葉と宣告、すなわち「嘆き、震えながら」、不安のうちに、地上で「生きる」こと（創世記4:12）は、密かにすべての罪人の型であり、姿となっている。なぜなら、アダムの系譜は、戒めを破り罪人となったとき、密かにこの姿を自らに受け入れたからである。人々は、恐れや不安、あらゆる動揺といった移ろいやすい思いや、欲望、多種多様な快楽によって、揺さぶられるのである。この世の支配者は、神から生まれなかったあらゆる魂を揺さぶり、ふるいの中で絶えず回転する小麦のように、人間の思いをかくも多様に揺さぶり、すべての人を迷わせ、世俗的な誘惑、肉欲的な快楽、恐れ、動揺によって捕らえるのである（5,2）。

17. そして主は、誘惑や悪者の欲望に従う者たちがカインの悪意に似ていることを示し、彼らを非難してこう言われた。「あなたがたは、あなたがたの父の欲望を行おうとしている。彼は、初めから人殺しであり、真理には立っていない」（ヨハネ8:44）。それゆえ、アダムの罪深い子孫は皆、密かにこの非難を背負っている。うめき、震えながら、あなたたちを蒔くサタンによって、地のふるいの中で揺さぶられることになるのだ。一人のアダムから全人類が地上に広がったように、ある一つの情欲による墮落が全人類の罪深い一族に浸透し、悪意の君主は、すべての人を移ろいやすく、物質的であり、虚しく、反抗的な思いで満たすことができるのである。また、一つの風がすべての植物や種子を揺らぎ動かし、一つの夜の闇が全宇宙に広がるように、欺きの君主は、罪と死というある種の精神的な闇として、ある種の秘められ、残酷な風となって、地上の全人類を荒れ狂わせ、翻弄し、移ろいやすい思いや世俗的な欲望で人々の心をつかまえ、無知と盲目と忘却の闇で、上から生まれず、思いと心をもって別の世へと移り住んでいないあらゆる魂を満たす。それは、「私たちのいのちは天にある」（フィリピ3:20）と語られている通り。（5,3）。

e) 誰もがこれを経験していたが、それがどのような悪であり、どこから来るものなのかを知る者は誰もおらず、そのような状態を自然なものとして見なしていた。

18. 目に見える世界は、王から乞食に至るまで、すべてが混乱と無秩序と闘争の中にあり、その原因、すなわちアダムの罪の結果として生じたこの明白な悪、この死の刺を知っている者は誰もいない。なぜなら、到来した罪は、ある種の理性的力でありサタンの本質として、あらゆる悪をまき散らしたからである。それは内なる人と理性に密かに働きかけ、思いによってそれと闘うが、人々は、自分たちが何らかの異質な力に駆り立てられていることを知らず、それどころか、それが自然なことであり、自らの判断に基づいて行っているのだと考えている。しかし、心の中にキリストの平和とキリストの啓示を持つ者たちは、これらすべてがどこから生じているのかを知っている（15,47）。

19. アダムの血筋から、全地を支配し、自らの王権について深く思索を巡らせた王たちが、どれほど現れたことか！ そして、そのような満ち足りた状態にある者の中で、最初の人々の罪によって魂に生じ、それを曇らせてしまったその損傷を認識できた者は一人もいなかった。それゆえ、魂は自分の中で生じた変化、すなわち、心は今やその墮落ゆえに恥をまとい、心の目が盲目となったために、罪を犯す前に私たちの父アダムが見ていたあの栄光を見ることができないという事実を、認識できないのである（45,1）。

20. この世には、暇を持て余した賢者たちがいた。その中には、博学においてその卓越性を示した者もいれば、ソフィスティクスの技に長けて人々を驚かせた者もいた。また、雄弁術に長けた者もいれば、文法家や詩人として、定まった規則に従って歴史を記した者もいた。また、世俗の芸術に励む様々な芸術家たちもいた……そして、これらすべての人々は、その内に巢食う蛇に支配され、自分の中に宿る罪に気づかぬまま、悪意ある力の捕虜となり奴隷となり、自らの知識や芸術から何の益も得られなかった（45,2）。

(g) 墮落による悪がいかに大きかろうとも、それは人間を完全に死に至らしめたわけではない。彼の中には、霊的な命の現れが残っていた。



21. 人間が完全に失われ、滅び、死んだと言うわけではない。彼は神に対して死んだが、自らの本性によって生きているのである（12,2）。

22. 人間は罪によって滅び、傷つき、サタンは彼の心を曇らせた。ある面では人間は確かに死んでいるが、別の面では生きており、思考し、意志を持っている（26,1）。

23. そして、罪を犯した後も、認識は残っている。（これは良心の働きにおいて明白である）。強盗が裁判所に連行され、裁きが始まると、領主は彼に問う。「悪事を働いた時、捕まって死刑に処されることを知らなかったのか?」。すると強盗は、それを知っていたからこそ、知らなかったとは言い出せないのだ。姦淫を行う者も、自分が悪事を働いていることを知らないというのか。盗人だって、自分が罪を犯していることを知らないというのか。——それならば、聖書がなくても、人間は自然の理によって、神がおられることを知らないというのか。その日、彼らが「神がおられることを知らなかった」と言うことはあり得ない。なぜなら、天からの雷鳴と稲妻が彼らに告げているからだ。「被造物を治める神がおられることを、知らないというのか?」（12,8.9）。

24. 偽りの教えに惑わされた者たちが、人間は完全に死んでおり、善いことを何一つ行うことができないと主張するのは不当である（46,3）。

25. 人間には、神が当初与えた自由が残されている。完全な者が何らかの必然性によって善に縛られていないのと同様に、罪にまみれ、自らを悪魔の器としている者も、悪に縛られてはいない（15,38）。

26. あなたは自由であり、もし滅びたいと望むなら、あなたの本性は容易に変化する。望む者は、神に従い、真理の道を歩み、欲望を制することができる。なぜなら、この理性は敵対者であり、確固たる思いによって、邪悪な衝動や卑劣な欲望を打ち勝つことができるからである（15,21）。

27. しかし、自らの自由によって罪の誘因を自分から取り除こうと考えるのは無駄である。人間に可能な自由とは、理屈に抗うことまで及ぶものであり、その可能性があっても必ずしも情欲に対する支配力を持つことまでは及ばない。「主が家を建て、町を守ってくださらなければ、見張る者の警戒も労苦もむなしい」（詩篇126:1）と記されているからである（25:1）。

28. 悪は、あらゆる力と実感を伴って私たちの中に働きかけ、あらゆる不純な欲望を吹き込んでいる。しかし、それが私たちと融合しているというのは、他者がワインと水を混ぜ合わせると言うような意味ではなく、一つの畑に小麦がそれ自体として、また雑草がそれ自体として共に育つように、あるいは一つの家の中に、別個に強盗と家主が存在するようにである（16,1）。

29. 太陽が輝き、風が吹くとき、太陽には太陽自身の体と性質があり、風には風自身の性質と体がある。同様に、罪は魂に混じり込んでいるが、罪にも魂にも、それぞれ独自の性質がある（2,2）。

30. 泉は清らかな水を注ぎ出すが、その底には泥が沈んでいる。もし誰かがその泥をかき混ぜれば、泉全体が濁ってしまう。同様に、魂も動揺すると、悪徳と混ざり合う。そしてサタンは、ある一つの行為によって魂と一体となり、淫行や殺人の際、両者の霊は一つのものとなる。それゆえ、「不品行な者よ、姦淫を行う者と一つとなるな」（Iコリント6:16）とあります。一方で、自立した魂は自ら行動し、自分の行いを悔い改め、泣き、祈り、神を心に思い起こすのです。もし魂が常に悪にまみれていたとしたら、どうしてそのようなことができるだろうか。サタンは冷酷無情な者であり、人々が悔い改めに立ち返ることを決して望んでいないからである（16:2）。

### 3. 救いの御手配者である主

a) 墮落した者たちにとっての唯一の救いは、主である。主は憐れみ深く、私たちの救いのために受肉して来られた。御自身の血によって私たちの罪を洗い清め、聖霊の恵みによって朽ち果てた私たちの性質を新たにし、こうして私たちを御自身の天の御国にふさわしい者となさった。

1. この世は、豪華で広大な屋敷を所有し、銀や金、様々な財産、そしてあらゆる使用人に恵まれているが、突然、病気や衰弱に襲われた金持ちに例えられる。親族全員が彼の前に立ち、その富にもかかわらず、誰も彼を病気から救うことはできない。それと同じように、いかなる世俗的な賢明さも、富も、その他いかなるものも、罪に沈んだ魂を罪から救い出すことはできず、キリストの再臨のみが、魂と体を清めることができるのである（45,3）。

2. 人類は、不法の中に受胎し、罪の中に生まれ、母の胎内からすでに疎外され、アダム以来罪が支配するようになってからは、母の胎内においてさえも迷いの中に留まっていた。そこで、神の御子である小羊は憐れみをもって来られ、ご自身の力によって世の罪を取り除かれました。まず強き者を縛り、次にその者が戦利品として集めた器を奪い取ったのです。これは、「あなたは捕虜を捕らえた」（詩篇67:19）という言葉の通りです。（書簡、433ページ）。

3. サタンと闇の支配者たちは、戒めを破った時から、あたかも自分たちの玉座であるかのように、アダムの心、精神、そして肉体に居座っていた。なぜ主はついに来られ、処女から肉体を受け取られたのか。それは、もし主が隠されることのない神性そのものとして来られたとしたら、誰がそれを耐え忍ぶことができたでしょうか。それとは対照的に、主はこの器——肉体——を通じて、人々に語りかけられた。そしてついに、主は肉体の中に座していた悪霊たちを、すなわち彼らが支配していた概念や思いという玉座から引きずり下ろし、良心を清め、心と思いや肉体そのものを御自身の玉座とされた（6,5）。

4. 神はモーセに、青銅の蛇を作り、それを木の上に掲げて釘で打ち付けるよう命じられた。そして、蛇に噛まれた者たちは皆、その青銅の蛇を見上げることで癒やされた。死んだ蛇が生きている蛇たちに打ち勝ったのは、それが主の御体の象徴であったからである。なぜなら、主はマリアから受け継がれた御自身の御体を十字架に掲げ、木に張り付け、そこに釘付けにされたからであり、その死んだ御体は、心の中に生息し這い回る蛇に打ち勝ち、それを死に至らしめたのである。ここには偉大な奇跡がある（11,8.9）。

5. 当初、有害な情欲という治癒不可能な傷に蝕まれていた魂を、義人の中でも、先祖の中でも、預言者の中でも、族長の中でも、誰も癒やすことはできなかった。モーセが来たが、完全な癒やしを与えることはできなかった。祭司たち、供え物、十分の一、安息日の遵守、新月の祭、清めの儀式、犠牲、全焼のいけにえ、そして律法に従って行われたあらゆる他の義があったが、魂は悪しき思いの不浄な流れから癒やされ、清められることはできず、そのすべての義も、救い主、真の医者、すなわち自らを癒やし、人類の贖いの代価としてご自身を捧げられた方が来られるまでは。彼だけが、偉大で救いをもたらす贖いと魂の癒やしを成し遂げ、魂を奴隷状態から解放し、闇から救い出したのである（20,5.6）。

6. 地上から得た独自の治療法、すなわち人間自身の行いによる義だけでは、そのような目に見えない傷から魂を癒やし、治すことはできなかった。天の、神聖な本性の力、すなわち聖霊の賜物によってのみ——この唯一の治療によってのみ、人は癒やしを受け、聖霊による心の清めを通して命に到達することができたのである（20,7）。

7. 農夫が土地を耕しに行くとき、耕作に適した道具や衣服を用意しなければならないのと同様に、キリスト、天の王であり真の耕作者であるキリストもまた、罪によって荒廃した人類のもとに来られたとき、肉体をまとい、道具の代わりに十字架を背負い、荒廃した魂を耕し、そこから茨やアザミを取り除き、罪の雑草を引き抜き、そのすべての過去の罪を火で焼き払われた。こうして、十字架の木によってその魂を耕し、そこに最も美しい霊的な庭を植え付けられた。その庭は、あらゆる種類の甘美で切望される実を、主である神に捧げている（28,3）。

8. 主キリストは、十字架と死によって地獄と罪の門を打ち砕き、信じる魂たちを救い出し、彼らの中に慰め主を授け、御自身の御国へと導き入れることによって、新約を新たに成した（38,3）。

9. 律法では、祭司が二羽の鳩を用意するよう定められていた。一羽は犠牲として捧げ、もう一羽は生きたままその血を振りかけ、自由に飛び去らせるのである。この行為は、真理の象徴であり、その前兆であった。なぜなら、キリストは犠牲となり、私たちに注がれた御血は、私た

ちに聖霊の翼を与え、神性の空を妨げられることなく舞い上がることを可能にしたからである（47,2）。

10. 私たちの主イエス・キリストは、本性を変え、変容させ、刷新するために来られたのである。また、罪の結果として情欲に蝕まれたこの魂を、神の御霊によって再び溶かし直し、新たに創造するために来られたのである。主は、御自身を信じる者たちを、新しい心、新しい魂、新しい目、新しい耳、新しい霊的な言葉、一言で言えば、新しい人とするために来られたのである（44,1）。

11. 敵が、自分に服従した人間を捕らえ、有害な情欲をまとわせ、罪の霊を注ぎ、あらゆる不法という酒を注ぎ込んで、自分にとって「新しい」人間にしたように、主もまた、人間を罪から救い出し、聖霊を注ぐことによって、その人を「新しい」人間とされたのである（44,2）。

12. 目に見える世界において、木で造られ、水の上を滑るように進む軽くて機動性の高い船がなければ、誰も自力で海を渡ったり横断したりすることはできない。なぜなら、海を渡ろうとする者は溺れて死んでしまうからだ。同様に、魂もまた、自らだけで罪という苦い海、邪悪な力や暗い情欲による越えがたい深淵を、自らだけで渡り、乗り越え、横断することはできない。あらゆる悪意を踏みつけ、打ち砕く、軽やかで天に属し、翼を持つ聖霊を自分の中に受け入れなければ、それは不可能である（44,6）。

b) 救いを備えられた主は、救われたいと願う者が救われることを望んでおられますが、誰にも強制はされません。

13. 私たちの主イエス・キリストは、人間の救いへの配慮を自ら引き受け、すべての計画を果たし、初めから、先祖たち、族長たち、律法と預言者たちを通して配慮を尽くされ、そして最後に、ご自身で来られ、十字架の恥を顧みず、死を耐え忍ばれた。そして、主のすべての労苦と配慮は、御自身、すなわち御自身の本質から、御霊によって子らを産み出し、彼らが主の神性から上より生まれ出ることを御心に適うようにするためであった。地上の父たちが子を産めないことを嘆くように、主もまた、人類を御自身の姿として愛し、御自身の神聖な種から彼らを産み出そうと望まれたのである。もし、ある者たちがそのような誕生を受け入れず、神の御霊の胎から生まれようとしなければ、彼らを救うために彼らのために苦しみ、耐え忍ばれたキリストにとっては、大きな悲しみとなる（30,2）。

14. 主は、すべての人々がこの誕生に与ることを望んでおられる。なぜなら、主はすべての人のために死なれ、すべての人を命へと招かれたからである。そして、命とは、神から上より生まれることである。この誕生なしには、魂が生きることが不可能だからである。主がこう言われているように、「もしだれかが上より生まれなければ、神の国を見ることはできない」（ヨハネ 3:3）。それゆえ、主を信じ、この誕生に与ることを得た者たちは皆、天において、彼らを産んだ両親に喜びと大きな歓びをもたらし、すべての天使と聖なる力たちは、御霊から生まれ、霊となった魂を喜び祝うのである（30,3）。

15. 農夫は至る所に種を蒔き、そのすべてが実を結ぶことを願うが、その後、鎌を持ってやって来て、実が見つからないと嘆く。同様に、主もまた、御言葉が人々の心に蒔かれることを望んでおられる。しかし、農夫が実りの少ない畑を嘆くように、主もまた、実りの少ない、実を結ばない心を嘆かれる（32,11）。

16. まるで、王が貧しく病弱な人を見つけ、彼を恥じることもなく、薬を用いてその傷を癒やし、自分の宮殿に運び入れ、紫の衣と冠を授け、自分の食卓の仲間としたかのように、天の王であるキリストもまた、病弱な人のもとに来て、彼を癒やし、御自身の王の食卓に招き入れ、しかも彼の意志を強要することなく、説得をもって彼に働きかけ、そのような栄誉へと引き上げられたのである（15,28）。

17. 福音書には、主が僕たちを遣わして、望む者たちを招き、「私の昼食が用意された」と告げさせた（マタイ 22,4）と記されているが、招かれた者たちは自ら断り、ある者は「牛のつがいを買った」、別の者は「妻を迎えた」と言った（ルカ 14,19.20）。ご覧の通り、招いた方は準備ができていたのに、招かれた者たちは拒み、当然ながら自分たち自身がその責任を負うことに

なった。主は彼らのために御国を用意し、中に入るよう招いておられるのに、彼らは望まないのだ（15,29）。

**18.** 主は絶えず私たちの心の扉を叩いておられます。それは、私たちが主に対して扉を開き、主が入って来て私たちの魂に安らぎを与え、私たちの内に住まいを築いてくださるためです。主はこう言われます。「見よ、わたしは戸口に立って呼びかけている。もしだれかがわたしの声を聞いて戸を開くなら、わたしは彼の中に入ろう」（黙示録3,20）。主は、私たちの魂にやって来て、そこに住まいを築くために、ご自身の体を死に委ね、私たちを奴隷の状態から贖い出し、多くの苦難を甘受されたのである。なぜなら、主の糧も、飲み物も、衣服も、覆いも、安息も、すべて私たちの魂の中にあるからである。それゆえ、主は私たちの中に入りたいと願い、絶えず扉を叩いておられる。さあ、主を受け入れ、私たちの内へと招き入れよう。なぜなら、主は私たちにとっても、糧であり、飲み物であり、永遠の命そのものだからである。そして、今、御自身を自分の中に受け入れず、御自身を自分の中で安息させなかった、あるいはむしろ、自分自身が御自身の中で安息しなかったあらゆる魂は、天の御国において聖徒たちと共に相続分を持つことはなく、天の都に入ることもできません。主イエス・キリストよ、あなたご自身が、私たちをその都へと導き入れてください！（30,9）。

#### 4. 主において救われるという確固たる決意の形成

救いへの魂の動きは、救いを望む心と、主においてそれを成し遂げようとする確固たる決意を形成することから始まる。主は私たちの救いを成し遂げ、そのためのすべてを備えられ、すべての人が救われることを望んでおられる。求められるのは、人が一步を踏み出し、救いの道を歩み始めることだけである。

##### a) 必要な条件として、私たちの願いが求められている。

**1.** 人間は本来、神の御心に従うよう定められており、神はその御心を求めておられる。それゆえ、神は人間に対し、まず理解し、理解した上で愛し、自らの意志をもってその御心に従うよう命じられる。そして、その考えを行動に移すこと、労苦を耐え抜くこと、あるいは業を成し遂げること——これらを、望み、信じる者に与えるのは、主の恵みである。それゆえ、人間の意志は、いわば不可欠な条件である。意志がなければ、神ご自身は、ご自身の自由によってできるにもかかわらず、何もしない。それゆえ、御霊による業の成し遂げは、人間の意志にかかっている。また、もし私たちが自らの意志を完全に委ねるならば、あらゆる点において驚くべき、全く想像を絶する神が、すべての業を私たちに帰してくださる（37,10）。

**2.** 出血の病を患っていた女は、癒やされることはできず、依然として病を患っていたが、それでも主のもとへ来るための足があり、来て癒やしを受けた。同様に、あの盲人も、目が見えなかったために主のもとへ来て近づくことはできなかったが、使者よりも速く届く声を上げて言った。「ダビデの子よ、私を憐れんでください」（マルコ10:47）——こうして、信仰を持った彼は、主が彼のところに来て視力を与えてくださったとき、癒やしを受けた。同様に、魂もまた、恥ずべき情欲の傷に蝕まれ、罪の闇によって盲目とされていても、それでもなお、イエスに叫びかけ、主が来て、その魂に永遠の救いをもたらしてくださるよう呼び求める意志を持っているのである（20:7）。

**3.** あの盲人が叫ばなければ、またあの出血の病を患っていた女性が主のもとに来なければ、癒やしを得られなかったのと同様に、もし誰かが自らの意志と全き決意をもって主に近づき、確固たる信仰をもって主を懇願しなければ、その人は癒やしを得ることができない。なぜ彼らは即座に癒やされたのに、私たちはまだ隠れた情欲から癒やされていないのか。それは、私たちの不信仰、私たちの心の中の迷い、そして心を尽くして主を愛さず、心から主を信じていないがゆえに、私たちはまだ霊的な癒やしと救いを受けていないのである。それゆえ、主を信じ、真に主のもとへ歩み寄ろう。そうすれば、主はまもなく私たちの中に真の癒しを成し遂げてくださるだろう。主は、「主にお願いする者には聖霊を与える」と約束されたからである（ルカ11:13）と約

束され、戸を叩く者には戸を開き、主を求める者には見出されると（マタイ7:7）約束されたからです。「約束された方」（テトス1:2）は偽りではありません。（20, 8, 類似45, 2）。

4. 赤ん坊は何もすることができず、自分の足で母親のもとへ歩くこともできないが、それでも母親を求めて身動きをし、叫び、泣く。そして母親は赤ん坊を憐れみ、子供が必死になって泣き叫びながら自分を探してくれることを喜ぶ。そして、赤ん坊は母親のもとへ歩いて行くことができないため、長い間探し求めてきた赤ん坊への愛に駆られた母親自身が、赤ん坊のもとへ近づき、深い慈愛をもって抱き上げ、撫でて、授乳する。人愛に満ちた神もまた、神のもとに来て神を求める魂に対して、同じようにしてくださる。しかし、神は、ご自身に固有の愛とご自身の慈愛にさらに強く駆り立てられ、理性ある魂に寄り添い、使徒の言葉によれば、その魂と「一つの霊」となられるのである（Iコリント6:17）。（46, 3）。

5. 主は憐れみ深く、忍耐強く、私たちの回心を待ち望んでおられます。もし私たちが罪を犯しても、悔い改めを期待してそれを耐え忍び、もし私たちが倒れても、預言者が言ったように、「倒れた者が起き上がらないことがあるだろうか。背を向けた者が立ち返らないことがあるだろうか」（エレミヤ8:4）と、私たちを再び受け入れることを恥じられません。私たちが正気を取り戻し、正しい考えを身につけたら、速やかに、そして正しい方法で主のもとへ立ち返り、主の助けを求めましょう。主は私たちを救う用意ができておられます。なぜなら、主は、私たちの力の及ぶ限り、主への熱意、信仰と熱心さから生まれる善意を待ち望んでおられるからです。そして、あらゆる成長は、主ご自身が私たちの中に生み出してくださるのです。それゆえ、あらゆる偏見、怠慢、そして怠惰を振り払い、勇気を持って主の後に従う準備を整えようではありませんか。その悪癖に流されて、これを日ごとに先延ばしにしてはなりません。なぜなら、私たちがいつこの肉体を去るかは分からないからです（4, 17）。

b) 願望はどのようにして生じるのか。

アア) 神による目覚め。主は目に見えない形で魂を啓発され、時には不幸を通じて、時には使徒パウロの場合のようにご自身の直接的な働きかけによって導かれるが、回心への普遍的な呼びかけは神の言葉である。

6. （罪の中にいる）人を、神は再び生へと導くことを喜ばれ、その人に嘆き、悔い改めるよう勧められる。そして、もしその人が（自分自身を嘆き続ける）ならば、神は、過去の過ちを悔いているその人に、再び嘆き、悔い改めを捧げるよう（生涯を通じて、その詳細を一つひとつ嘆き続けるように）説得される。（15, 15）。

7. 神の御計画によって、悲しみや苦しみ、病に襲われるとき、自分にとって不快だと感じるそのことが、かえってあなたの魂の益となる。不幸に見舞われると、あなたは心の中でこう考え始める。「私はこの世で不幸だ。世を捨てて、神に仕えよう。」 たまたま、その考えに至ったとき、「あなたの財産を売り払え」（マタイ19:21）という戒めを耳にし、肉的な交わりを憎み、神に仕えるようになる。そうして、この世での不幸に感謝し始める。そのおかげで、キリストの戒めに従うことができるからだ。最後に、もしあなたが目に見えるものに対する考えを部分的に改め、この世や肉的な交わりから離れたのであれば、心の中もまた改め、肉的な知恵を天の知恵へと変えるべきである。そうして、あなたは先ほど聞いたその戒めについて考え始め、まだ安らぎを得られないまま、ただ、聞いたことを実践するための配慮と労苦を自ら引き受けるのである（32, 7）。

8. 聖パウロはどのようにして神に捕らえられたのか。反逆者が誰かを捕らえて連れ去り、その後、自ら真の王に捕らえられるように、パウロもまた、彼の中に罪の反逆的な霊が働いていたとき、教会を迫害し、略奪していたが、しかし、それは無知からであり、神への反抗からではなく、あたかも真理のために奮闘しているかのように行っていたため、主は彼を見捨てず、捕らえられたのである。天の真の王は、言葉に尽くせぬほど彼を慈しみ、御声を聞くにふさわしい者とされ、しもべのようにその顔を打たれ、彼に自由を授けられた。主の慈愛、そして、悪に固執し、心を硬くした魂たちを、主がいかに一瞬のうちに変え、御自身の慈愛と平安を彼らに授けられるか、お分かりでしょう（18, 8）。



9. 王が、勅書や贈り物を与えたいと願う者たちへ書簡を書き、「速やかに私のところへ来て、王の贈り物を受け取れ」と皆に知らせるように――もし彼らが来ず、受け取らなければ、その書簡を読んでも何の益もないばかりか、むしろ、王の手から榮譽を受けることを望まずに来ようとしなかったという理由で、彼らは死に値することになる。それと同様に、王なる神は、神聖な聖書を手紙として人々に差し出し、神に呼び求め、信仰を持った者たちが、神の御本質から天の賜物を求め、受け取るよう告げられたのである。なぜなら、「**神の性質にあずかる者となろう**」（Ⅱペトロ1:4）と書かれているからである。しかし、もし人が近づかず、求めず、受け入れなければ、聖書を読むことには何の益もなく、それどころか、天の王から命の賜物を受け入れようとしなかったために、死の罪に問われることになる。その賜物なしには、不死の命を得ることは不可能だからである（39）。

**bb) 招きに応じるよう意志を傾けるための自己との闘い。**

10. 人は、神の御言葉を聞いた直後に、すでにその尊い榮譽にふさわしい者となるわけではない。その反対を主張することは、人の意志を奪い、理性に対抗する反対の力の存在を否定することになる。しかし我々は、御言葉を聞く者はまず心を砕かれ、その後、戦いの訓練と学びを始め、サタンに対して戦い、奮闘し、長い競い合いと闘いの末に勝利を収め、キリスト者となる（すなわち、キリストの厳格な従者となることを決意する）と説く（27,20）。

**bb) 意志の傾きに影響を与える観念と確信。**この自己との闘いにおいて、心は、人を奮い立たせ、鼓舞する力を持つ、真理に関する様々な動機づけや強制的な観念や確信を集める。ここで聖マカリアが第一に挙げているのは、神が私たちの救いのために何をしてくださったか、そして神がこの業をどのような約束で包んでくださったかという認識である。彼はこれについて、様々な表現を用いて頻繁に言及している。

11. 魂の知的な本質を深く洞察せよ。そして、その洞察を浅はかにしてはならない。不滅の魂は、ある種の尊い器である。天と地がいかに広大であるかを見よ。神が御心を傾けておられるのは、それらではなく、ただあなただけである。あなたの高貴さと尊厳を見据えなさい。なぜなら、神は天使たちを遣わしたのではなく、主ご自身があなたのための執り成し人として来られ、滅び、傷つけられたあなたを呼び起こし、清らかなアダムの本来の姿を取り戻してくださるからです。神ご自身が、あなたのために立ち上がり、あなたを死から救うために来られたのだ。だから、しっかりと立ち、あなたに対する神の御計画がいかに偉大であるかを思い描いてみよ（26, 115.28）。

12. 王が、ぼろ服をまとったある貧しい少女を見つけ、恥じることもなく、その汚れた服を脱がせ、彼女の汚れを洗い流し、明るい衣で飾り立て、王の側近とし、王の食卓や祝宴に同席させた様子を思い描いてみよ。それと同じように、主は傷つき、打ち砕かれた魂を見出し、彼女に癒やしを与え、黒ずんだ衣と罪の恥を脱がせ、彼女を王の、天の、神聖で、光を放ち、栄光に満ちた王の衣を身にまとい、彼女に冠を授け、喜びと歓喜のうちに王の食卓に招き入れたのである（27,3）。

13. それゆえ、キリスト教は取るに足らないものではなく、偉大な神秘である。さあ、あなたがたの高貴さを知りなさい。すなわち、あなたがたは王の尊厳へと召され、「**選ばれた民、聖なる国民**」であるということである（Ⅰペトロ2:9）。キリスト教の神秘は、この世にとっては並外れたものである。王の目に見える栄光と富は、地上の、朽ちる、はかないものであるが、あの王国とあの富は神聖で、天に属し、栄光に満ち、決して滅びることなく、決して絶えることがない。なぜなら、天の教会においては、人々は天の王と共に統治しており、御自身が死者のうちから長子としてよみがえられた（コロサイ1:18）ように、御と共に統治する者たちもまた長子であるからである（27:4）。

14. キリスト教徒に対する約束は偉大かつ言い表しがたいものであり、その偉大さは、天と地のすべての栄光と美しさ、その他の装飾や多様性、富、美しさ、そして目に見える喜びでさえ、たった一つの魂の信仰と豊かさには到底及ばないほどである。さて、これほど多くの主からの励ましと約束がある以上、どうして私たちが心から主に歩み寄り、自分自身を主に捧げ、福音に



従って他のすべてを捨て去り、自分の魂をもって、他に何も愛することなく、ただ主のみを愛することを望まないでいられようか。これらすべてが私たちに与えられているのだ。なんと大きな栄光であろうか！ 教父たちや預言者たちの時代から、主は私たちにどれほど多くの御目を向けてこられたことか！ どれほど多くの約束が告げられたことか！ どれほど多くの励ましがあったことか！ 主は初めから、私たちに対してどれほど慈愛深かったことでしょうか！ そして最後に、ご自身の来臨において、主は私たちへの言い表せないほどの慈愛を、私たちを回心させて命へと導くために、十字架の死によって証明してくださいました。それなのに、私たちはまだ自分の欲望や、この世への愛、邪悪な動機や習慣を手放すことができず、それゆえに、信仰の薄い者、あるいは不信仰な者となってしまっているのです！ しかし、こうしたすべてにもかかわらず、主は私たちに対して慈しみ深くあり続け、目に見えない形で私たちを守り、安らぎを与え、最後まで私たちの罪によって墮落や世の惑わしに私たちを委ねることなく、その偉大な慈しみと忍耐によって、私たちがいつか主のもとへ立ち返ることをなお見据えながら、私たちを滅びに遭わせないのです（4. 17. 18）。

**15.** 「目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないようなことを、神は御自身を愛する者たちのために備えておられる」（Iコリント2:9）という言葉は、どのような意味でしょうか。 当時、偉大な義人たちや王たち、預言者たちは、救い主が来られることは知っていたが、主が苦難を受け、十字架にかけられ、十字架上で血が流され、火と聖霊による洗礼があり、教会でパンとぶどう酒が捧げられ、主の御体と御血の象徴として供えられ、目に見えるパンを聖餐する者が霊的に主の御体を味わうこと、使徒たちやキリスト者たちが慰め主を受け入れ、上からの力に満たされ、聖霊との一致に与ることになること。預言者や王たちはこれらを知らず、彼らの心にも思い浮かばなかったのです（27, 17）。

**16.** このように、私たちのために恵みが用意され、そのような約束が与えられ、主の御心も私たちに注がれているのだから、永遠の命へと急ぐことを怠ったり、そらしたりしてはならず、主を喜ばせるために全身全霊を捧げなければならない（49, 5）。

**17.** 魂の尊厳と、この知性ある存在がいかに尊いものであるかを聞いて、天と地は過ぎ去っていくが、あなたは神の子としての地位、兄弟愛、そしてキリストの花嫁となるよう召されていることを理解しているだろうか。目に見える世界では、花婿の所有するものはすべて花嫁のものであり、同様に、主のすべてのものはあなたに委ねられている。なぜなら、あなたのために執り成し、あなたを呼び起こすために、主ご自身が来られたからである。しかし、あなたは自分自身について何も想像できず、自らの高貴さを理解していない。それゆえ、霊的な人はあなたの墮落を嘆き、「尊ばれるべき人は悟らず、無知な家畜に近づき、彼らに似てしまう」（詩篇48:21）と語るのも当然である。（16, 13）。この後、彼には他の激励の言葉が続く。すなわち、私たちの目的は、自分と親しい者、すなわち主と共にいることであり、とりわけ、主に従うときのみ私たちにとって良いのであり、主に従わない状態ほど悪いものはない、ということである。

**18.** もし目を太陽に向ければ、天には太陽の円があり、その光と光線は地上に降り注ぎ、光のすべての力と輝きが地へと向かっていることがわかるだろう。それと同様に、主は父の右に座しておられ、あらゆる源や権威よりも高きお方ですが、その御目は地上に暮らす人々の心に注がれており、主からの助けを待ち望む者たちを、主ご自身が留まっておられる場所へと引き上げられるのです。なぜなら、「わたしがいるところには、わたしのしもべもいる」（ヨハネ12:26）と主は言われているからです。しかし、言葉を持たない動物たちは、私たちよりもはるかに分別がある。なぜなら、それらはそれぞれが自分の種と結びついているからだ。野生のものは野生のものと、羊もまたその種と。それなのに、あなたは天にある自分の親族、すなわち主のもとへ戻ろうとせず、むしろ自分の思いによって悪意の考えに同調し、それに傾き、罪の助け手となり、同時に、自分自身と戦って、こうして敵の餌食となっている。それは、驚に捕らえられた鳥が食い尽くされるように、あるいは狼に捕らえられた羊が食い尽くされるように、あるいは蛇に手を伸ばして噛まれた子供が死ぬのと同じである（45, 6）。

**19.** 魂は、自らの意志をもって交わりと一致を保つ相手のものである。それゆえ、魂は、自分の中に神の光を持ち、その光の中で生き、あらゆる美德を身にまとっているならば、安息の光に与るが、自分の中に罪の闇を抱えているならば、裁きを受けることになる。神のもとで永遠の安息と光の中に生きたいと願う魂は、かつての邪悪な闇に対して死ななければならず、神による教育を受けるために、別の生へと移らなければならない。これを聞いて、自分自身に注意を向け、それがあなたの中で起こったかどうかを確かめなさい。もしそうでないなら、あなたは絶えず嘆き、泣き、心を痛めなければならない。まだ御国にとっては死んでいる者として、主に向かって叫び、信仰をもって、真の命に与かるよう願い求めなさい。神はこの身体を創造されたが、ご自身の本質からではなく、また身体そのものから、命や食物、飲み物、衣服、靴を自らから得るようにはされなかった。それどころか、この体をそれ自体では裸の状態として創造し、生きるために必要なものはすべて外部から得るよう定められた。したがって、体にとって、その外側に存在するものでない限り、すなわち食物、飲み物、衣服なしでは生きることができないのである。もし、この肉体が自らの本質に限定され、外部から何も取り入れなければ、それは崩壊し、滅びてしまう。同様に、神の光をその内に持たない魂も、神の御姿に似せて創造されたものである（神は、魂が永遠の命を持つようにと、そのように計画し、御心になさったからである）。魂は、自らの本質からではなく、神の御本質、神の御霊、神の御光から、霊的な糧と霊的な飲み物を受け取り、また、天の衣も受け取る。これこそが、魂の真の命である（1, 8. 10）。

**20.** 先に述べたように、肉体において、命はそれ自体からではなく、その外にあるもの、すなわち大地から来るものであり、その外に存在するものがなければ、肉体は生きることができない。同様に、もし魂が今なお、生ける者の地へと生まれ変わらず、そこで霊的に養われ、霊的に成長し、主の御前で実り豊かに成長し、その神性を言葉に尽くせぬ天の美の衣で覆わないならば、その糧なしには、魂が自ら喜びと安らぎのうちに生きすることは不可能です。なぜなら、神の本質には「わたしは命のパンである」（ヨハネ 6:35）と語られた方、「生ける水」（ヨハネ4:10）、「人の心を喜ばせるぶどう酒」（詩篇103:15）、そして「喜びの油」（詩篇44:8）であり、また天の御霊による多様な糧、そして神から授けられる光を放つ天の衣を備えているのである。これこそが、魂の天上の生活である。肉体がその本性に留まる時、それは滅びて死ぬため、悲しむべきことである。また、魂も、神聖な御霊との交わりを持たずに、ただその本性に留まるならば、永遠の神の命に与ることを許されず、死んでしまうため、悲しむべきことである。病人がもはや食物を摂取できなくなったとき、その周囲の者たち——親しい人々、友人、親族、そして愛する者たち——が皆、その人を嘆き悲しむように、神と聖なる天使たちもまた、御霊という天の糧を味わわず、朽ちることのない命（1, 11）を生きない魂たちを、涙を流すに値する存在として認めているのである。

**21.** さて、もしあなたの内なる人が、これらすべてを経験し、疑いなく悟ったのであれば、あなたは真に永遠の命を生きており、あなたの魂は今この瞬間も主と共に安らぎを得ている。あなたは確かに主からこれを獲得し、受け入れたのであり、それによって真の命を生きていくのである。もし、自分の中にそのようなものを何も自覚できないのであれば、泣き、嘆き、嘆き悲しみなさい。なぜなら、あなたは今に至るまで、永遠の霊的な富をまだ得ておらず、今に至るまで、真の命を受け入れていないからです。それゆえ、自らの貧しさを深く嘆き、昼も夜も主に懇願しなさい。あなたは恐ろしい罪による貧困の中にいるのだから。ああ、もし誰かが、せめてこの自らの貧しさに対する嘆きさえも得ることができたら！ ああ、もし私たちが、満腹した者たちのように、無頓着に時間を過ごさなければいいのに！ 嘆き、求め、絶えず主に願い求める者は、より早く救いと天の富を得るであろう。主が、不義な裁判官と未亡人についての話を締めくくる際に言われたように、「神は、昼も夜も神に叫び求める者たちのために、どれほど報復をなさるだろうか？ 『彼女に言おう。神はまもなく彼女たちのために裁きを下される』」（ルカ18:7,8）。（1:12）。

**22.** 主の来臨のすべては、闇と罪と不浄な霊と悪しき力という墓の中に死者として横たわっている人のためであり、主が今、この世においてその人を復活させ、生かし、あらゆる闇から清

め、御自身の光で照らし、神性の天の衣をまとわせるためであった。そして、魂がすでに復活し栄光を受けた者たちの肉体の復活の時には、その肉体もまた栄光を受け、今すでに照らされ栄光を受けた魂によって照らされ、人の手によらず造られた天の住まいをまとい、神聖な光の栄光に包まれるのである。ご覧の通り、神の栄光は言葉では言い表せず、理解の及ばないものです！ 測り知れず、限りなく、理解の及ばないキリスト者の富を、表現したり描写したりすることは不可能です。それゆえ、あらゆる注意を払ってキリスト教の業に取り組み、その富を受け入れなければならない。なぜなら、キリスト者の相続財産であり分け前とは、神ご自身だからである。まことに、「主は私の分け前であり、私の杯である」（詩編 15:5）と記されている。（34, 2.3）。

**23.** 塩のない肉は腐敗し、ひどい悪臭を放ち、その耐え難い悪臭のせいで誰もがそれを嫌う。そして、腐った肉の中には蛆が這い回り、そこで餌を見つけ、それを食い荒らし、巣を作る。しかし、塩を振りかけるやいなや、肉を食していた蛆は根絶やしにされ、死滅し、悪臭も消え去る。なぜなら、塩には蛆を根絶やしにし、悪臭を消し去る性質があるからだ。同様に、聖霊によって塩漬けにされず、天の塩、すなわち神の力に、塩漬けにされず、天の塩に触れていないあらゆる魂は、腐敗し、邪悪な思いのひどい悪臭に満ちてしまう。それゆえ、神の御顔は、そのような魂に宿る虚しい思い、闇、そして情欲の恐ろしい悪臭から背を向けられる。その魂の中には、邪悪で恐ろしい虫、すなわち、邪悪な霊や闇の勢力が、そこで養われ、巣くって這い回り、その魂を食い荒らし、腐敗させるのである。なぜなら、「わが傷は腐り、朽ち果てた」（詩篇 37:6）と記されているからである。しかし、魂が神にすがり、信仰を持ち、命の塩、すなわち善き、人を愛する御霊を求めると、天から降りてきたその塩は、その中にいる恐ろしい虫を根絶やしにし、有害な悪臭を消し去り、その力の働きによって魂を清めるのである。こうして、真の塩が魂を健全で無傷の状態にすると、魂は再び天の主への奉仕と仕えに用いられるようになる。それゆえ、このことを示すために、神は律法において、あらゆる供え物に塩を振りかけるよう命じられたのである（レビ記 2:13）。（1, 5）。

**24.** 目に見える世界においても、裸になっている者は大きな恥と不名誉にさらされ、友人は友人から、親族は親族から背を向けられる。また、子供たちは、裸の父親を見て、その裸の体を直視しないよう視線をそらし、「後ろを向いて」、視線をそらしながら父を覆った（創世記 9:23）。それと同様に、神もまた、御霊の衣を完全に身にまとい、力と真理をもって主イエス・キリストに身を包んでいない魂から背を向けられるのである（20:1）。

**25.** 最初の人間も、自分が裸であることに気づいて恥じた。裸にはこれほどまでの不名誉があるのだ！ もし肉体の裸がこれほどの恥をもたらすのであれば、なおさら、神の力から剥き出しにされ、主イエス・キリストご自身の言葉に尽くせぬ、朽ちることのない霊的な衣を身にまとい、全き真理によって覆われていない魂は、情欲による大きな恥と不名誉に覆われるのである。そして、その神聖な栄光から剥き出しにされた者は皆、肉体が裸であった時にアダムが恥じたのと同じくらい、自分自身を恥じ、自らの不名誉を自覚しなければならない。アダムはイチジクの葉で衣を作ったとはいえ、自らの貧しさと裸身を自覚し、恥を背負っていたのである。それゆえ、そのような魂は、衣を与え、言い表せない光の中で栄光に包んでくださるキリストに願い求め、虚しい思いから衣を自ら作ってはならず、また、自らの義に惑わされて、自分には救いの衣があると考えるべきではない（20, 2）。

**26.** 主ご自身が臨在される家は、あらゆる装飾と美しさと輝きに満ちているように、自らの主を内に迎え、主がそこに留まれる魂もまた、あらゆる美しさと輝きに満たされる。なぜなら、主は御自身の霊的な宝とともに、その魂の住まいであり、支配者であるからである。しかし、主人が不在で、主のいない家には悲劇が訪れる。なぜなら、その家は荒廃し、荒れ果て、あらゆる不浄と混乱に満ちてしまうからである。預言者の言葉によれば、そこには「シリンと悪霊」が住み着くことになる（イザヤ書 13:21）と預言されている通り、荒れ果てた家には野良猫や野良犬、あらゆる不浄なものが巣くうからである。その重い転落から立ち上がり、内なる声に誘われ、花婿との敵対関係を続けさせられ、キリストから遠ざけてその思いを墮落させようとする者たちを持つ魂は、哀れなものである（33, 3）。

gg) 提示された啓示によって、魂は主に従うという召しに応じようとするが、「まだ間に合う」という考えが浮かび、その願望を挫いてしまう。聖マカリオス（ ）は、救いの業を先延ばしにする危険性を力強く説き、そうした考えを退けている。神の寛容も尽きてしまうかもしれない——そうなれば、滅びは避けられない。

27. すべてを軽んじ、偏見に流されて生きる私たちの上に、やがて使徒の言葉、すなわち「神の恵みと寛容と忍耐の豊かさを喜ばず、神の恵みがあなたを悔い改めへと導いていることを知らないのか」（ローマ2:4）という御言葉が、やがて私たちに当てはまってしまうのではないかと恐れています。もし、神の寛容と慈愛と柔和さにもかかわらず、私たちがさらに罪を重ね、怠慢と軽視によって自らに最も厳しい裁きを招くのであれば、使徒の言葉が私たちに当てはまることになるでしょう。「あなたは、その頑なさや悔い改めない心によって、怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、自ら怒りを積んでいるのです」（ローマ2:5）。なぜなら、神の恵みは偉大で測り知れず、人類に対する神の寛容は言葉では言い表せないほどである。ただ、私たちが正気を取り戻し、救いを得ることができるよう、心を尽くして神に立ち返ろうと努めるならば（4:19）。

28. もしあなたが神の寛容と神の偉大な恵みを知りたいと願うなら、私たちは神の霊に導かれた聖書からそれを学ぶことができる。約束を受けた先祖たち——「キリストは肉によれば彼らから出られ、奉仕と契約も彼らによる」（ローマ9:4,5）——であるイスラエル人たちが、どれほど多くの罪を犯したか、見てみよ。彼らは何度、道を踏み外したでしょうか。しかし、神は彼らを永遠に見捨てられたわけではなく、彼らの益となるよう、一時的に懲らしめに委ね、苦難によって彼らの頑なな心を和らげようとされ、彼らを立ち返らせ、励まし、預言者たちを遣わされました。彼らが罪を犯し、神を冒瀆していたとき、神はどれほど長い間、彼らに忍耐を示されたでしょうか。悔い改める者たちを喜びをもって迎え入れ、彼らが再び墮落しても見捨てず、預言者たちを通して悔い改めを呼びかけ、彼らが何度も神から背き、また神に立ち返ることを繰り返したとしても、そのたびに慈愛をもって迎え、人愛に満ちて受け入れてくださった。しかし、ついに彼らは大いなる罪を犯し、先祖や聖なる預言者たちの伝承によれば、自分たちの贖い主、救い主、王、そして預言者として待ち望んでいた、自らの主ご自身に手を下してしまったのである。なぜなら、主が来られたとき、彼らは主を受け入れなかったばかりか、さらに大きな冒瀆を加え、ついには十字架上で死刑に処したからである。この大きな侮辱と甚だしい罪によって、彼らの積み重なった罪は極限に達し、それゆえ、教会の幕が裂かれたとき、聖霊が彼らから離れ去り、彼らはいよいよ見捨てられてしまったのである。それゆえ、異教徒に明け渡された彼らの神殿は、主の定めにより、「ここには、石が石の上に残されることなく、すべて取り壊される」（マタイ24:2）とされた通り、破壊され、荒廃した。こうして、彼らは断固として異邦人に引き渡され、当時彼らを捕らえた王たちによって全地に散らされ、もはや自国へ戻ってはならないと命じられた（4:20）。

29. それと同様に、今なお、私たち一人ひとりに対して慈愛深く、善き神は、その寛容さを示しておられる。神は、私たち一人ひとりから度重なる冒瀆を目にしているにもかかわらず、沈黙を守り、人がやがて正気に戻り、もはや神を冒瀆しないよう改心するのを待ち望んでおられる。そして、罪から立ち返る者を、大きな愛と喜びをもって迎え入れてくださる。なぜなら、神はこう言われているからだ。「一人の罪人が悔い改めることには喜びがある」（ルカ15:10）、また、「わたしの父は、これらの小さな者たちのうち、ただ一人でも滅びることを望んでおられない」（マタイ18:14）、すなわち、最も小さな者たちのことである。しかし、もし誰かが、神の大きな憐れみと忍耐のゆえに——神が、秘密であれ公然であれ、あらゆる罪の過ちに対して罰を下さず、それを見て黙って、まるで悔い改めを待っているかのようにされているにもかかわらず——自ら大きな不注意に陥り、罪を重ね、不注意に不注意を重ね、一つの過ちの上に別の過ちを築き上げ、罪の限りを満たすようになれば、ついにそこから抜け出せないような罪に陥り、打ち砕かれ、悪に身を委ねて、完全に滅びてしまう（4:21）。

**30.** ソドムの住民たちもそうであった。多くの罪を犯し、悔い改めようともせず、最後には天使たちに対する悪意によって、もはや悔い改めの余地すらないほどの罪に陥り、罪の限りを満たし、さらにはそれを超えてしまったため、彼らは完全に拒絶されたのである。それゆえ、神の裁きにより、彼らは火によって焼き尽くされた。ノアの時代も同様であった。彼らは幾度も罪を犯し、悔い改めることもなく、ついには全地を墮落させるほどの罪にまで至った。同様に、神を深く冒瀆し、神の民に対して罪を犯したエジプト人に対しても、神はなおも憐れみ深く、彼らを完全に滅ぼすような刑罰を課すことはせず、ただ教訓として、回心と悔い改めを促すために、彼らに軽い打撃を与え、ご自身の寛容さを示し、彼らの悔い改めを待たれたのである。しかし、彼らは神の民に対して多くの罪を犯し、時には悔い改め、また時にはそれを後悔し、悪意に満ちた古来の不信仰に固執し、神の民に重労働を課し、ついには、神がモーセを通して数多くの奇跡によって民をエジプトから導き出したとき、大きな罪を犯し、神の民の後を追いかけたのである。それゆえ、神の裁きはついに彼らを滅ぼし、滅亡させ、水の中に沈め、目に見える命に値しない者と認めたのである（4:22）。

**31.** 愛する者たちよ、私たちは聖書から得た考えをもって、このことを広め、私たちができるだけ早く回心し、私たちに憐れみ深く、あらゆる悪意や邪悪な偏見から完全に離れることを待ち望んでおられる主のもとへ急ぐべきであることを確証している。主は回心する者を大いなる喜びをもって迎え入れてくださる——私たちは、私がこれについて語る理由は、とりわけ、日ごとに私たちの軽視が深まらず、私たちの罪の墮落が増え続けず、それによって私たちが神の怒りを招くことのないようにするためである。それゆえ、私たちは心を真摯にして神に近づこうと努めましょう。また、絶望とは悪意と狡猾さのささやきである以上、過去の罪を思い起こしたからといって救いを絶望してはなりません。そうした罪こそが、人を絶望や無気力、怠慢や不注意へと人を導くものであり、主に向き直って主のもとに來たとしても、人類に対する主の偉大な憐れみによって、救いを得られないことのないようにしなければならない（4, 24）。

**dd)** 一方、魂がこのようにして救いの道を歩み始めようと決意するにつれ、敵は絶望と無力感という、燃え盛る最後の矢をその魂へと放つ。

**32.** サタンがあなたの心の中でこう語りかけることがある。「見よ、あなたがどれほど多くの悪事を働いたか。見よ、あなたの魂がどれほど狂気に満ちているか。あなたは罪の重荷をこれほど背負っているから、もはや救われることはできない」。サタンは、あなたの悔い改めを快く思わないがゆえに、あなたを絶望に陥れるためにこうするのだ。なぜなら、罪が過ちによって入り込んだやいなや、それはまるで人が人と話すかのように、刻一刻と魂に語りかけるからです。あなたも彼にこう答えなさい。「主の御言葉にこう記されている。『わたしは罪人の死を望むのではなく、悔い改めを望む。彼が悪の道から立ち返り、生きることができるように』（エゼキエル33:11）。なぜなら、主は罪人を救い、死者をよみがえらせ、死んだ者を生き返らせ、暗闇の中にいる者を照らすために、この世に來られたからである」。そして実際、來られた主は、私たちを神の子としての立場へ、聖なる都、平和な都へ、決して滅びることのない命へ、朽ちることのない栄光へと招いてくださいました。ただ、私たちが歩み始めた道を良い結末へと導き、貧しさ、放浪、苦難の中にありながらも、神に願い求め続け、執拗に扉を叩き続けることさえあればよいのです。肉体が魂に近いのと同じように、主もまた近くにおられ、いつでも來て、心の閉ざされた扉を開き、私たちに天の富を授けてくださる用意がある。主は慈愛に満ち、人を愛しておられ、その約束は偽りではない。ただ、私たちが最後まで忍耐をもって主を求め続けるならば（11, 15）。99.

**33.** ペルシャの陣営とローマの陣営を想像してみてください。そこからは、勇氣に満ち、互角の力を持つ二人の若者が現れ、戦いを繰り広げています。このように、対立する力と知恵は互いに同等の力を持っており、サタンが讒言によって魂を自分の意志に引き込み、誘惑するように、逆に魂もまた反抗し、何事においても彼に従わない。なぜなら、両方の力は、善惡へと駆り立てることはできても、強制することはできないからである。このような意志には神の助けが与えられ、それは闘いを通じて天からの武器を得て、それによって罪に打ち勝ち、根絶することがで

きる。なぜなら、魂は罪に抵抗することはできるが、神なしには悪に打ち勝ったり、根絶したりすることはできないからである。また、罪は強大な巨人であり、魂は少年のようなものと主張する者たちは、誤ったことを言っている。もしそのような不釣り合いがあり、罪が巨人に、魂が少年に例えられるのであれば、人間にサタンと戦うための律法を与えた律法制定者（27, 22）は、不公正であったことになるだろう。

**34.** もし、私たちを支配している数多くの罪から立ち返ることが、まるで実行し難く、不可能なことのようと思われるならば（そして、そのような考えは、すでに述べたように、悪意によるささやきであり、私たちの救いの妨げとなるものである）、次のことを心に留め、決して見過ごしてはならない。主が、ご自身の慈しみによって私たちのもとに来られ、盲人の目を開き、中風の人を癒やし、あらゆる病を治し、すでに腐敗と崩壊にさらされていた死者をよみがえらせ、耳の聞こえない者の耳を開き、一人の人間から悪霊の群れを追い出し、そのような悪霊に取りつかれた者に健全な精神を取り戻してくださったことを。ましてや、主に向き合い、主の憐れみを求め、主の助けを請う魂に対しては、主はそれを回心させ、無情の貞潔、あらゆる美德の確立、そして心の刷新へと導き、その魂に健康と、理性的洞察力、心の平安を授け、不信仰、無知、そして無畏の盲目さ、耳の聞こえなさ、そして不信仰、無知、神への恐れなさがもたらす心の死から救い出し、節制と徳、そして心の清らかさへと導いてくださる。なぜなら、体を創造された方が、魂をも創造されたからである。そして、この地上に留まっておられたとき、御自身の慈しみによって、御自身のもとに来るすべての人々、御自身に助けと癒やしを求める人々に対し、善き唯一の医師として、各人が必要とするものを惜しみなく与えられたように、霊的な面においても、主は同様に寛大であられる（4, 25）。

**35.** そして、これらすべてを通して、主は私たちに、絶えず、たゆまず、倦むことなく、主の恵み深い執り成しを願い求めるよう説き伏せられた。なぜなら、主は罪人のために来られ、彼らが主に向き直り、主を信じる者たちを癒やすためであったからである。私たちが、力の及ぶ限り、邪悪な先入観から離れ、自分の悪しき行いや世俗的な誘惑を憎み、狡猾で虚しい考えから背を向け、常に力の及ぶ限り、主に寄り添い続けるならば、主は私たちに御助けを差し伸べてくださる用意がある。なぜなら、主は極めて慈悲深く、命を与え、治癒不可能な情欲を癒やし、御名を呼び求め、御方に立ち返り、自らの意志で、無理なく、力の及ぶ限りあらゆる世俗的な愛から離れ、心を地上のものから離し、願いと探求をもって御方に心に向ける者たちを救い出される（4, 27）。

**e)** すべての邪な考えが取り除かれると、意志を傾けるための自己との闘いは終わり、自らの救いを成し遂げるために主に仕えるという決意が生まれる。その決意は死のように堅固である。その表現は、「たとえ死んでも、もはや罪を容認することはない」というものである。

**36.** 聖マカリオスは、真の決意を持つ魂について、たとえ何千もの誘惑にさらされ、あらゆる試練に耐えなければならないとしても、その魂は「たとえ死んでも、主（すなわち、罪や敵に迎合するために）を離れることはない」と語ると述べている（26,8）。

**ЖЖ)** しかし、彼はこの決意を、犠牲として動物を屠るように、魂を捧げることで表現することが多い。なぜなら、その決意とはまさに、全焼のいけにえとして主への自己犠牲そのものだからである。

**37.** 肉的な人が自らを変えようと決心するとき、まず彼は死に、かつての悪しき生活に対しては実を結ばなくなるのである（46,2）。

**38.** （犠牲に関しては、次のように定められていた。）まず祭司がそれを屠り、それが死んだ後、バラバラに切り分けられ、塩漬けにされ、最後に火に投げ込まれることである。なぜなら、もし祭司が事前に羊を屠り、死なせなければ、それは塩漬けにされることもなく、主への全焼の捧げ物として献げられることもないからである。同様に、私たちの魂も、真の大祭司であるキリストのもとへ近づくにあたり、キリストによって屠られ、自らの思惑や、これまで送ってきた悪しき生活、すなわち罪のために死ぬべきである。そして、生が犠牲を去るように、情欲の狡猾さも捨て去らなければならない。魂が体から離れると、体は死に、それまで送っていたような生



活を送ることはなくなり、聞こえもせず、歩くこともできなくなる。同様に、天の司祭であるキリストが、御自身の力の恵みによって、魂を屠りに委ね、この世のための生活を死に至らしめると、魂はそれまで送っていたその悪しき生活のために死に、もはや聞くことも、話すことも、罪の闇の中で生きることともなくなる。なぜなら、情欲の欺瞞は、その魂のように、恵みによって彼女の中から去っていくからである。そして使徒は、「私にとって、この世は十字架につけられ、この世にとっても私は十字架につけられた」（ガラテヤ6:14）と叫んでいる。（1,6）。

zz) この真理を心に強く刻み込むために、聖マカリオスは、霊的生活におけるあらゆる失敗、あらゆる転落や背教、そしてあらゆる道徳的な気質が、すべてから離脱して主に仕えるという自己犠牲的な決意の欠如に起因することを、詳しく説明している。

39. 良い始まりを良い終わりと結びつけ、妨げられることなく目標に到達し、唯一の神への唯一の愛を持ち、あらゆるものから離脱した者は、ごくわずかである。多くの人が感動し、多くの人が天の恵みに与り、天の愛に心を打たれるが、道中で遭遇する様々な闘い、試練、労苦や悪者からの誘惑に耐えきれず、誰もがこの世の何かを愛したいという欲望を抱き、自らの愛を完全に捨て去ることができないため、弱さや怠惰、あるいは自らの意志の臆病さ、あるいは地上の何かに抱く愛ゆえに、様々な世俗的な欲望へと立ち返り、この世にとどまり、その深みに沈んでしまったのである。しかし、真に善き生涯を最後まで歩むことを決意した者たちは、その天の愛のもとで、自ら進んで他のいかなる愛や執着も受け入れず、混ぜ合わせないように努めなければならない。そうしてこそ、霊的な歩みに障害を置かず、後戻りすることなく、そして最終的に命を失うことのないようにするためである。神の約束がいかに偉大で、言葉に尽くせず、測り知れないものであるか、それと同じく、私たちには信仰と希望、そして労苦と偉大な功績、そして長期にわたる試練が必要である。天の御国を切望する人が得ることを期待するそれらの恵みは、決して軽視できないものである。キリストと共に果てしない永遠の世を治めたいと願う者が、この短い生涯の間に、死に至るまで、熱心に闘い、労苦、そして誘惑に耐えることを、果たしてためらうだろうか。主はこう呼びかけられる。「わたしに従いたいと思う者は、自分を捨て、自分の十字架を負い、日々喜びをもって、わたしに従ってきなさい」（マタイ16:24）。また、「もしだれでも、父、母、妻、子供、兄弟、姉妹、さらには自分の命さえも憎まないなら、わたしの弟子になることはできない」（ルカ14:26）とも。しかし、人々のうち非常に多くの者は、御国を得ようとし、永遠の命を相続しようと望みながらも、自分の欲望に従って生き、その欲望——むしろ、彼らの中に虚しいものを蒔く者に従う——ことを拒まず、自分自身を捨てずに永遠の命を相続しようとしているが、それは不可能なことである（5,7）。

40. 主の御言葉は真実である。主の戒めに従い、自らを完全に捨て去り、この世のあらゆる欲望、絆、娯楽、快楽、そして営みを嫌悪し、唯一の主を眼前に置き、主の戒めを行うことを切望する者たちは、つまづくことなく歩むのである。それゆえ、もし人が真に自分自身を捨てようとはせず、その愛の傍らでまだ何かを愛し、この世の快楽や欲望にふけり、意志と望みの及ぶ限りにおいて主への完全な愛を持っていないならば、その人は自らの意志によって墮落してしまうのである（5,8）。

41. 時には、一見善そうに見える企てが、名声や人々の称賛のために実行されないことがあるが、これは神の前では不義や窃盗、その他の罪に等しい。なぜなら、「神は人の好みに迎合する者の骨を砕かれる」（詩篇52:6）と記されているからである。また、一見善そうに見える行いの中にも、悪霊は自らの利益を見出し、この世の欲望においては極めて多面的で欺瞞的である。人が自らの意志で結びつくような、この世の肉欲的な愛のために、罪は人を捕らえ、その人にとって足枷となり、束縛となり、重い重荷となる。それは、この悪しき世において人を溺れさせ、押しつぶし、力を振り絞って神のもとへ立ち返ることを許さない。人がこの世で愛したものは、その心を重く圧迫し、心を支配し、力を振り絞ることを許さない。これによって、均衡も、傾きも、悪の優勢も決まる。これによって、全人類が試され、都市や山々、修道院、野原、あるいは荒野に住むすべてのキリスト教徒が試される。なぜなら、自らの意志に囚われた人間は何かを愛し始めると、その愛は何かによって束縛され、もはや完全に神に向けられなくなる。例えば、あ

る者は財産を愛し、ある者は金や銀を愛し、またある者は人間の栄光のために世の博学な知恵を愛し、ある者は権威を愛し、ある者は名声を愛し、ある者は時節外れの集まりを愛し、ある者は一日中、気散じや快樂にふけり、ある者は無益な考えに惑わされ、ある者は人間の栄光のために、いわば律法の教師であるかのように振る舞うことを好み、ある者は無為や怠惰に甘んじ、ある者は衣服に執着し、ある者は地上の心配事に没頭し、ある者は眠りや冗談、あるいは悪口を好む。人がこの世にどれほど執着しているか、それが些細なことであれ大きなことであれ、それこそが彼を縛りつけ、力を振り絞ることを許さないのだ。人がどの情熱と勇敢に戦わないか、それこそが彼が愛するものであり、その情熱は彼を支配し、重荷となり、彼にとっての束縛となり、その心が神に向き、神に喜ばれ、唯一の神に仕えて、御国のために有益となり、永遠の命を得ることを妨げる障害となるのである（5,9）。

**42.** しかし、真に主を求める魂は、その愛をすべて、そして完全に主へと向け、力の及ぶ限り、自らの意志をもって唯一の主へと結びつき、それによって恵みの助けを得る。また、自らを否定し、自分の心の欲望に従わない。なぜなら、私たちに常に付きまとい、私たちを惑わす悪のせいで、心は狡猾に振る舞うからである。このように、魂が主を愛するやいなや、自らの信仰と並外れた勤勉さによって、また天からの助けによって、自らの罣から解き放たれ、永遠の御国にふさわしい者とされ、それを真に愛するようになったとき、自らの意志と主の助けによって、もはや永遠の命を失うことはない（5,10）。

**43.** 多くの人々が自らの意志によって滅び、海で溺れ、捕虜として連れ去られることを、実際の出来事を通じてより明確に証明するために、ある家が燃えている様子を想像してみたい。ある人は、火事を知るとすぐに自分を救おうと決意し、すべてを置き去りにして外へ駆け出し、ただ自分の魂のことだけを考えることに決心して、無事に逃げ出す。もう一人は、いくつかの家財道具やその他の物を持ち出そうと決意し、それを取りに家に入った。しかし、持ち出している間に火が家を包み込み、彼は家の中に閉じ込められて焼死してしまった。ほら、この人は、一時的に自分以外の何かを愛してしまったがゆえに、自らの意志で火の中で命を落としたのだ。これと同様に、海を航行中に激しい波に襲われた者たちもいます。ある者は、裸になって、自分だけを救おうと海に飛び込み、波に翻弄され、自分の魂への配慮以外に何にも縛られることなく、波の上を漂いながら、苦難の海から脱出する機会を見出しました。一方、ある者は自分の衣服のいくつかを救おうと決意し、それらを持って行けば、衣服と共に泳いで海から脱出できると考えた。しかし、彼が持ち出した衣服は重荷となり、彼を海の深みへと沈め、こうして、わずかな利益のために自分の魂を顧みなかった彼は、命を落としたのである。彼が自らの意志によって死の犠牲となったことに気づくか？ さらに想像してみたい。異民族の襲来という噂が広まったとき、ある者はそれを聞くとすぐに逃げ出し、少しも躊躇することなく手ぶらで旅立った。一方、別の者は敵が迫っていることを信じなかったか、あるいは持ち物のいくつかを持ち出そうと決心したため、逃げるのを遅らせてしまった。すると敵がやって来て、彼を捕らえ、異民族の地へ捕虜として連行し、そこでな奴隷生活を送ることを強いた。ご覧の通り、この者もまた、自らの意志により、自らの怠慢ゆえに、勇気の欠如と、ある物への愛着ゆえに、捕虜として連れ去られたのである（5,11）。

**44.** 主の戒めに従わず、自らを捨て去らず、唯一の主を愛さず、むしろ自ら進んで地上の束縛に身を縛りつけた者たちも、彼らと同様である。もし、主への完全な愛の正しさを、聖霊に導かれた聖書から知りたいのであれば、ヨブが、いわば、自分が持っていたものすべて——子供たち、財産、家畜、奴隷、その他の所有物——をすべて失った様子を見てほしい。彼は多くのものを蓄えた者で見なされていたが、主による試練を経て、ヨブが唯一の神以外には何も蓄えていなかったことが明らかになった。同様に、アブラハムも、主から「あなたの国、あなたの親族、あなたの父の家を離れよ」（創世記12:1）と命じられたとき、即座に、いわばすべて——故郷、土地、親族、両親——を手放し、主の御言葉に従った。その後、彼が経験した数多くの試練や誘惑——妻を奪われた時、異国の地で侮辱に耐えながら暮らした時——これらすべての場面において、彼は唯一の神を何よりも愛していることを証明した。ついに、約束通り、長い年月を経て、待

ち望んでいた一人息子を授かったとき、神がその息子を喜んで自ら犠牲として捧げるよう求めたとき、アブラハムはすべてを捨て去り、真に自分自身を否定した。なぜなら、この一人息子の捧げ物によって、彼は神以外の何ものも愛していなかったことを証明したからである。もし彼がこれほど進んで息子を捧げたのであれば、ましてや、他の財産をすべて手放すよう命じられたり、あるいは一挙に貧しい人々に分け与えるよう命じられたりしたとしても、彼はそれを全き進んで、全き熱意をもって実行したであろう。今や、主に対する完全かつ自発的な愛の正しさがお分かりだろうか？（5.12）。

**45.** 同様に、これらの義人たちと共に相続人となることを望む者たちは、神以外の何ものも愛してはならない。そうしてこそ、試練にさらされたとき、その試練にふさわしく、巧みに立ち向かい、主への愛を完全に保つことができるのである。常に自らの意志で唯一の神を愛し、あらゆる世俗的な愛から身を引いた者たちだけが、その試練を最後までやり遂げることができるのである。しかし、そのような愛を受け入れ、あらゆる世俗的な快楽や欲望から背を向け、悪しき者の反抗や誘惑を寛大に耐え忍ぶ人々は、極めて少ない。多くの人々は、労苦も、偉業も、汗を流すこともなく、天国にふさわしい者とされたいと願っているが、それは不可能なことである（5, 13）。

**46.** この世では、収穫期やその他の仕事の時期に、ある金持ちのもとへ働きに行き、自らの生計に必要なものを得ようとする人々がいます。しかし、その中には怠惰で無為な人々もあり、他の人々のように労を惜しまず、あるべきように働こうとせず、しかし、金持ちの家で苦勞もせず、身を酷使することもなく、あたかもすべての仕事をすでに終えたかのように、忍耐強く、迅速に、全力を尽くして働く者たちと同等の報酬を受け取ろうとする。それと同じように、私たちが聖書を読むとき、ある義人がどのように神に喜ばれ、どのようにして神の友となり、神と語り合う者となったか、あるいは、すべての教父たちが、いかにして神の友となり、神の相続人となったか、どれほどの悲しみを耐え忍び、神のためにどれほど苦しみ、どれほど勇敢な行いや偉業を成し遂げたかについて読むとき、私たちは彼らを称賛し、彼らと同等の賜物や栄誉に与かりたいと願い、彼らの労苦や偉業、悲しみや苦しみをただ脇に置き、神から授かった栄誉や尊厳を熱心に求めつつ、彼らと同じような賜物や尊厳に恵まれることを心から願うが、彼らの疲労や労苦、偉業を自ら引き受けることはしない。しかし、あなたに告げよう。これらすべてを、あらゆる人が望み、渴望しているのだ。淫行者も、徴税人も、不義な人々も、労苦や偉業なしに、これほど簡単に御国を得たいと願っている。だからこそ、誘惑や多くの試練、苦難、闘い、そして汗を流すことが道に横たわっているのだ。それは、真に自らの意志を尽くし、全力をもって、死に至るまで唯一の主を愛し、主へのそのような愛において、もはや自分自身のために他に何ものも渴望しなくなった者たちが、明らかになるためである。それゆえ、彼らは主の御言葉に従って自らを捨て、自らの息よりもなお、唯一の主を愛することで、真に天の御国に入るのです。そして、その崇高な愛ゆえに、彼らは高き天の賜物をもって報いられるのです（5, 14）。

## 5. 労苦の状態

**a)** 決意こそが出発点である。その労苦が無益なものとならないよう、目標を定めなければならない。では、その目標とは何か。それは、聖霊の恵みによって本性の刷新を達成することにある。そこへ向かうと決意した者は、聖霊が力と実効性をもってその者を覆い、火のようにあらゆる不浄を焼き尽くし始めるよう、全力を注がなければならない。これが成し遂げられるとき、まるで魂が魂の中に入るかのように、人は霊的に生き返り、あるいはそこで初めて真の人間となるのである。これこそが聖マカリアの主要な思想であり、他のすべての思想はこの思想を中心に集約されている。

**1.** 神のもとに来る者、そして真にキリストの弟子となることを望む者は、自らを変え、古い人に特有のものを何一つ残さず、より良く、新しい人間として自らを示すという目的を持って来なければならない。なぜなら、「キリストにある者は、新しい被造物である」（Ⅱコリント5:17）と記されているからである。（44. 1）。

2. キリストを真に信じる魂は、現在の墮落した状態から、別の、善き状態へと移り、現在の卑しい本性を、別の、神聖な本性へと変え、聖霊の助けを借りて新しい本性となるべきであり、そうして初めて、天の御国にふさわしい者となることができる。しかし、これを達成できるのは、私たち信者、すなわち、主を真に愛し、主のすべての聖なる戒めを守る者たちだけである。エリシャの時代に、本来水に浮きやすい木が水に投げ込まれた際、本来重い鉄を支えたのであれば、なおさら主はここに、軽やかで、機敏で、善き、天上の御霊を遣わしてくださり、その御霊によって、欺きの水に沈んだ魂を軽くし、翼を与え、天の高みへと運び上げ、その本来の性質を回復させ、生かすであろう(44,5)。

3. 魂のない体は死んでいて何事も行ふことができないのと同様に、天の魂、すなわち神の御霊なしには、魂もまた御国にとって死んだものであり、御霊なしには神の御業を行うことはできない(30,3)。

4. それゆえ、信仰を持ち、主のもとに来ようと努める者は、この地において神の御霊を受けられるよう祈るべきである。なぜなら、御霊こそが魂の命であり、主の来臨は、この地において魂に命——すなわち聖霊——を与えるためであったからである(30,6)。

5. 神はあなたをこれほどまでに愛しておられ、聖なる天から降りてきて、あなたの理性ある本性と地上の肉体を御自身に受け入れて、御自身の神聖な御霊によってそれを溶かし、あなたという土の器もまた、天の魂をその内に受け入れることができるようにされたのである。そして、あなたの魂が御霊と交わり、天の魂があなたの魂に入るとき、あなたは神において完全な人間となり、相続人であり、子となるのである(32,6)。

6. それゆえ、私たちは主を愛し、あらゆる美德において精進し、疲れを知らず絶え間なく、御霊の約束を完全かつ完全に受け入れることができるよう願い求め、まだ肉体に宿っている間に、私たちの魂が生き返るようにしなければならない。なぜなら、もし魂がこの現世において、深い信仰と祈りによって御霊の聖なるものを自らに受け入れず、神の性質に参与せず、恵みと融合して——その恵みの助けによって、あらゆる戒めを汚れなく清く果たすことができるようになる——ならば、その魂は天の御国にはふさわしくないからである(44,9)。119.

7. 最初の人間が神に背いた結果、私たちは自らの本性にとって異質なものである有害な情欲を受け入れ、習慣や長期間にわたる内面化によって、それらをあたかも自らの本性であるかのように変えてしまった。したがって、再び聖霊の並外れた賜物によって、この異質なものを私たちの中から追い出し、私たちを本来の清らかさに回復させなければならない。そしてもし今、多くの懇願と嘆願、信仰と祈り、そして世への嫌悪をもって、御霊のその天の愛を自分の中に受け入れず、悪徳によって汚された私たちの本性が、愛、すなわち主へと結びつかず、御霊のその愛によって聖別されないのであれば、また、私たちが最後までつまづくことなく、主の戒めに完全に従って生きることはできず、それゆえに天の御国を受けることはできない(4,8)。

b) 悔い改めをもって主に向き直った者には、秘跡を受けるや否や、すでに恵みが宿っている。しかし、その恵みはすべての人に等しく現れるわけではない。ある者には即座に降り注ぐが、他の者には長い試練を課し、その後初めてその効力を現すのである。

8. 神の限りなく深遠で測り知れない知恵は、自由意志を試すために、人間の種族への恵みの授与を、測り知れず、探り知れない方法で多様に成し遂げ、心を尽くして神を愛し、神のためにあらゆる危険とあらゆる労苦に耐える者たちが明らかになるようにしている。なぜなら、ある人々は、信仰と祈りをもって歩み始めるとすぐに、まだこの世に生きている間、労苦や汗、疲労を経ることなく、聖霊の賜物や恵みを先取りしてしまうからである。それにもかかわらず、神は理由もなく、時期尚早に、あるいは偶然に恵みを与えるのではなく、言い表せず、理解しがたいある種の深遠な知恵によって、神の恵みを早々に受ける者たちの意志と自由意志が、いかに神に喜ばれるものであるかを明らかにされるのである。すなわち、彼らは、自らの労苦によらず与えられた恵みによって、神の恵み、慈しみ、そして甘美さを、与えられた分だけ感じ取るのであり、その恵みにあずかった者として、彼らは自らの意志と自発性から、勤勉さ、たゆまぬ努力、奮闘、そして自らの意志と自由意志から生まれる愛の実を現し、その賜物に対して報いること、す

なわち、自らを完全に委ね、主の愛に身を捧げ、主の御意志のみを全うし、あらゆる肉的な欲望から完全に離れることである（29, 1）。

9. 一方、世から離れ、福音に従ってこの世を捨て、大きな忍耐をもって祈り、断食、勤勉、その他の美德に励んでいる者たちに対しても、神はすぐに恵みや安らぎ、霊的な賜物を与えることはなく、むしろ遅らせ、その賜物を差し控える。そして、これは理由もなく、時期尚早でもなく、また偶然に起きたことでもなく、ある言い表せない知恵によるものであり、自由意志を試すため、すなわち、求める者に与え、その扉を叩く者に命の扉を開くと約束された神を、彼らが真に忠実かつ誠実に崇めているかどうかを見極めるためであり、彼らが神の御言葉を真に信じているかどうか、最後まで揺るぎない信仰を保ち、全力を尽くして求め、探し求めるようになるか、苦難や恐怖の中で神から背を向けることはないか、怠惰に陥り、不信仰や絶望に堕ちて、時間の経過や意志と自由意志の試練を理由に、最後まで耐え抜くことなく終わってしまうことはないか（29, 2）。

10. なぜなら、すぐに受け入れない者は、神が遅らせ、躊躇われるとき、なおさら熱意を燃やし、天の恵みを強く渴望し、日々、より大きな願望、勤勉さ、たゆまぬ努力、あらゆる美德の総和、渴望と渴きを注ぎ込み、ただその恵みを得るためだけに、魂に潜む邪悪な思いによって弱まることなく、怠惰や焦り、絶望に陥ることなく、あるいは遅延を口実に、「「いつか神の恵みを受けるだろうか？」——という考えに流され、それによって悪意ある者によって怠惰へと引きずり込まれることのないように。それとは対照的に、主ご自身が、その者の信仰と意志の愛を試されるために、どれほど先延ばしにし、遅らせられるか、それと同じ程度に、彼もまた、一度神を信じ、信仰をもって、そして最後まであらゆる忍耐をもって恵みを求める者たちに御自身の恵みを与えると約束された神が偽りではなく真実であることを確信したならば、弱まることなく、倦むことなく、より一層熱心に、より入念に、神の賜物を求めなければならないのである（29, 3）。

11. 忠実な魂たちは、神を忠実かつ真実なるお方として崇め、真実の言葉によって、「神は真実である」と確信している（ヨハネ 3:33）。そして、これに従い、前述の信仰の概念に基づき、自分たち自身を吟味し、自分たちに依存する範囲において、労苦、努力、勤勉さ、信仰、愛、あるいはその他の美德のいずれにおいて欠けているかを確認し、全力を尽くして極めて精緻に自らを吟味した上で、主を喜ばせるよう自らを駆り立て、強いるのである。すなわち、神は真実なる方として、彼らが最後まで全き勤勉をもって御前に仕え、忍耐し続けるならば、霊的な賜物を奪うことはなく、また、まだこの肉体に留まっている間に、天の恵みにあずかり、永遠の命を得るにふさわしい者とされることを、一度信じてしまったからである（29, 4）。

12. このように、彼らはすべてを捨て去り、その愛をすべて主に向け、ただ主のみを強い渴望と飢えと渴きをもって待ち望み、常に恵みの安らぎと慰めを自らに期待しつつ、この世の何ものにも慰められず、安らぎを見出さず、自ら進んで身を縛り、絶えず物質的な思いに抵抗しつつ、ただ神の助けと神の庇護のみを待ち望み、自発性、勤勉さ、忍耐を受け入れたそのような魂の中に、主ご自身がすでに密かに臨在し、彼らを助け、守り、彼らの中にあるあらゆる徳の実を支えてくださる時を待ち望んでいるのである。なぜなら、自由な意志と自由な愛、そして神のすべての聖なる戒めに対する力の及ぶ範囲での傾きには、限界、尺度、重みがあるからである。こうして、愛と義務の尺度を全うする魂は、御国と永遠の命にふさわしい者とされるのである（29, 5）。

c) 恵みにおける一般的な法則——すなわち、いきなり無理を強いることではない——について、聖マカリオスは聖書からの多くの例を挙げて説明し、それが各信者に何を義務づけるかという教訓を添えている。

13. 神の恵みによる魂への霊的な働きは、偉大な忍耐、英知、そして心の神秘的な洞察によって成し遂げられる。それは、人が長い時間、さらには何年にもわたって、大きな忍耐をもって精進するときである。そして、その人の自由意志が、度重なる試練を経て御霊に喜ばれるものと

なり、時が経つにつれて経験と忍耐を示すようになったとき、恵みの業はすでにその人の中で完成されたことになる。この順序の明確な例を、神に靈感を受けた聖書から挙げてみよう(9,1)。

**14.** 私が主張することは、ヨセフに起こったことと同様である。どれほどの時間と年月を経て、神の彼に対する御心という定めが成就し、幻が実現したか！ それ以前、ヨセフはどれほどの労苦、悲しみ、苦難の中で試練を受けたことか！ そして、彼がすべてを勇敢に耐え抜き、あらゆる面で神に忠実で賢明な僕であることを示したとき、ようやくエジプトの王となり、その一族を養い、目に見えないものに関する預言も、また、神の偉大な御計画によって遥か以前から予告されていた神の御心も成就したのである(9,2)。

**15.** ダビデにも同様のことがあった。神は預言者サムエルを通して、彼を王として油を注がれた。そして彼が油を注がれたとき、サウルに追われ、死を逃れるために逃げなければならなかった。では、神の油注ぎはどこにあるのか？ 約束の速やかな成就是どこにあるのか。というのも、油注ぎを受けたやいなや、彼は激しい苦難に耐え、荒野へと身を隠し、日々の糧さえ持たず、サウルによる敵意から逃れるために異邦人の元へ逃げ込まなければならなかったからである。そして、神によって王として油注がれたその人は、そのような苦難の中に留まっていたのだ！ その後、長年にわたり試練と誘惑にさらされ、苦難に耐え、それを寛大に受け止め、断固として神に身を委ね、自らこう確信した。「神が預言的な油注ぎによってわたしに成し遂げられたこと、そして語られたことは、間違いなく成就するに違いない」と。——そうして、長きにわたる忍耐の末、ついに神の御心が成就し、多くの試練を経てダビデは王位に就き、神の言葉は明らかとなり、預言者によってなされた油注ぎは確固たる真実であることが証明された(9,3)。これと同様のことが、モーセ、アブラハム、そしてノアにもあった(9:4, 5, 6)。

**16.** 我々が聖書からこれらの例を挙げたのは、神の恵みの働きが人の中に現れ、その人が聖霊の賜物を受け入れるようになることを証明するためである。忠実な魂が聖霊の賜物を受けるにふさわしくなるのは、長きにわたる闘い、大きな忍耐と寛大さを要する試練、誘惑や試練を経て、自由意志があらゆる苦難によって試された後になって初めてのことである。その自由意志が、何事においても御霊を冒瀆することなく、恵みによってあらゆる点で戒めに従うとき、初めて、情欲からの解放に達し、秘跡において宣言される霊的な子としての完全な地位、また霊的な富、そしてこの世のものではない、真のキリスト教徒のみが与えられるような理解を受け入れるにふさわしい者とされるのである。なぜならば、そのような人々は、世の精神(9, 7)を内に持つ、分別があり、知識があり、賢明なすべての人々とは、あらゆる点で異なるからである。

**17.** それゆえ、私たちはあらゆる気まぐれから身を清め、心から進んで主のもとへ行き、キリストの御心を成し遂げ、キリストのすべての戒めを覚え、守るために、キリストの弟子となるよう備えよう。この世への愛から完全に離れ、私たちの魂を唯一のキリストに委ね、ただキリストのみに心を向け、ただキリストのみを思いやり、ただ御方のみを求めよう。もし、肉体のゆえに、戒めを履行し、神に従うことへのべき熱意を尽くさないとしても、少なくとも、私たちの心が主への愛から、主を求め、主へと向かうことから遠ざからないようにしましょう。そして、そのような心、正しい考え方をもち、真理の道を歩み、常に自分自身に注意を払いながら努めるならば、御霊の約束を授かり、恵みによって、魂を支配する情欲の闇における滅びから救われ、それによって永遠の御国にふさわしい者となり、キリストと共に永遠に祝福され、父と子と聖霊を永遠に賛美することができるようになりますように。アーメン(9,13)。

**d)** したがって、主に仕えることを決意した者には、当初、苦闘が待ち受けている。それは、心にその気になれなくても、理性的な意志の力だけであらゆる善行に自らを駆り立て、良心が是としないあらゆる事柄から自らを抑制する状態である。さて、決心したか？ あらゆる善を行うよう自らを奮い立たせ、あらゆる悪に対して自らに抗い始めよ。

**18.** 主に近づき、永遠の命に与り、キリストの住まいとなり、聖霊に満たされ、御霊の実を結ぶ境地に達し、清く非難の余地なくキリストの戒めを全うしたいと願う者は、まず何よりも主を堅く信じ、そして、御言葉の教えに全身全霊を捧げ、あらゆる面でこの世を捨て去り、心全体が目に見えるものに占領されないようにしなければならない。また、その人は絶えず祈りに留ま



り、信仰をもって主を待ち望み、常に主の訪れと助けを期待し、このことだけを毎分毎秒、心の目標とすべきである。そして、その内に住む罪ゆえに、あらゆる善行、すなわち主のすべての戒めを履行することに自らを駆り立てなければならない。例えば、あらゆる人の前で謙遜な態度を保ち、自分を誰よりも低く、劣った者と見なし、福音書に記されているように、人から名誉や称賛、あるいは栄光を求めず、常に唯一の主とその戒めを目の前に置き、心の柔和さをもって、ただ御方一人に喜ばれることを願わなければならない。主がこう言われているように。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜である。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るであろう」（マタイ11:29）。（19,1）。

19. このように、主が「あなたがたも、親切で、慈愛に満ち、善き者でありなさい。『あなたがたの天の父は、憐れみ深い方だからである』」（ルカ6:36）と仰せられたように、できる限り、慈愛深く、善良で、憐れみ深く、善き者となるよう自らを鍛えなさい。とりわけ、忘れがたい記憶として、模範として、主の謙遜と御生涯、柔和さ、そして人々への接し方を心に留め、祈りの中に留まり、常に信じ、主が来られ、自分の中に宿り、すべての戒めを果たすにおいて自分を完成させ、強めてくださるようお願い求め、主ご自身が自分の魂の住まいとなられるようにすべきである。そうして、今は不本意な心で強制的に行っていることも、やがては自発的に行えるようになり、絶えず善に自分を慣れさせ、常に主を心に留め、大いなる愛をもって絶えず主を待ち望むようになるのである。その時、主は、彼のそのような自発的な意志と善への献身をご覧になり、彼がどのようにして自らを主を思い起こすように強めているか、また、彼の意志に反してさえも、主が彼の心を絶えず善へと、謙遜と知恵へと、柔和さと愛へと導き、彼に可能な限り、全力を尽くして導いておられるのをご覧になると、そう、私は言う、主は彼に御慈悲を施し、敵や彼の中に宿る罪から彼を救い出し、聖霊で満たしてくださる。そうすれば、もはや努力や苦勞を要することなく、彼はすべての真理において主の戒めを全うする。むしろ、主ご自身が彼の中で御自身の戒めを全うされ、彼はそのとき、御霊の実を清く結ぶのである（19,2）。

20. しかし、主に近づこうとする者は、このようにして、あらゆる善を行うよう自らを奮い立たせ、愛を持つよう自らを奮い立たせなければならない。もし愛がないならば、柔和であるよう自らを奮い立たせ、もし柔和さがなければ、憐れみ深くあり、慈愛に満ちた心を持つよう自らを奮い立たせ、軽んじられても耐え忍ぶよう自らを奮い立たせ、軽んじられた時には寛大であり、辱められたり、侮辱されたりしても憤りを感じてはならない。「愛する者たちよ、自ら復讐してはならない」（ローマ12:19）と書かれている通り、もし霊的な祈りを持っていないなら、自らを祈りに駆り立てるべきである。そのような場合、神は、その人がこれほどまでに奮闘し、心の望みに反して努力して自らを律しているのを見て、彼に真の霊的な祈りを与え、真の愛、真の柔和さ、「寛大さの泉」、真の善良さを与え、一言で言えば、彼を霊的な実で満たしてくださる（19,3）。

21. しかし、もし誰かが、祈りを持ち合わせていないにもかかわらず、祈りの恵みを得るためだけに、ただ祈ることだけに自分を強いる一方で、柔和さや謙遜、愛、その他の主の戒めの履行には自分を強いることなく、それらに励み、成功するために労力や努力を払わないのであれば、その人の意思と自由意志に応じて、その願い通りに、時折、部分的に祈りの恵みが与えられることはあるが、その性質においては、以前と変わらず同じままである。その人は柔和さを持ち合わせていない。なぜなら、柔和になるための労力を惜しまず、自らをそのように整えようとしなかったからである。謙遜さを持ち合わせていない。なぜなら、それを求めず、自らをそれに従わせようとしなかったからである。すべての人への愛を持ち合わせていない。なぜなら、祈りを求めながらも、このことについて気を配らず、努力を示さなかったからである（19,4）。

22. しかし、これらの美德を持たず、それらに慣れ親しみ、自らをそのために備えなかった者は、たとえ祈りの恵みを受け入れたとしても、それを受け入れた後にそれを失い、高慢に陥るか、あるいは自分に与えられた恵みの中で成長も進歩もできない。なぜなら、その者は、主の戒めを全うするために、あらゆる自己の意志から身を離していないからである。なぜなら、謙遜、

愛、柔和、そしてその他の主の戒めこそが、御霊の住まいであり安息となるからである（19, 6）。

23. それゆえ、真に神に喜ばれ、神から天の御霊の恵みを受け、聖霊によって成長し、完全な者となろうとする者は、神のすべての戒めを守るよう自らを奮い立たせ、たとえ自分の意志に反しても、心を従わせなければならない。それは、次のように述べられているとおりである。「それゆえ、わたしはあなたのすべての戒めに従い、あらゆる不義の道を憎む」（詩編 118:128）。（19, 7）。

e) 善を行うよう自らを奮い立たせることは、苦行の一面である。もう一つの面は、悪において自らに抗うことである。この後者が霊的な戦いである。聖マカリオスはこれについて次のように教えている。

24. 真に神に喜ばれ、悪の対極にあるものを心から憎みたいと願う者は、二種類の行いと闘いにおいて戦わなければならない。すなわち、この世の目に見える事柄においては、地上の娯楽や世俗的な絆への愛、そして罪深い習慣から遠ざかり、内なる事柄においては、使徒が次のように語った悪意の霊そのものと戦うことである。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者、天の下の悪意の霊たちに対するものである」（エフェソ6:12）。（21, 1）。

25. 戒めを破り、樂園から追放された人間は、二つの異なる方法で、二つの種類の束縛に縛られている。この世においては——世俗的な事柄、すなわちこの世への愛、つまり肉的な快楽や情欲、富や名声、財産、妻、子供、親族、祖国、住処や衣服、一言で言えば、目に見えるすべてのものへの愛によって縛られている。神の御言葉は、自らの意志によってこれらから離れるよう命じている（なぜなら、誰もが自らの自由意志によって目に見えるすべてのものに執着するからである）。こうして、これらすべてから離れ、自らを解放することで、人は戒めを完全に実行する者となることができるはずだが、その一方で、悪意の霊たちは密かに魂を絡め取り、穴を掘り、棘を立て、闇の鎖で縛りつけるのである（21, 2）。

26. それゆえ、神の御言葉を聞いて修行の道に踏み出し、世俗の行いや世とのつながりを自ら拒み、あらゆる肉欲の快楽を放棄し、それらから離れるとき、その人は絶えず主へと心向け続けることで、心の中に別の闘い、別の秘められた抵抗、悪霊たちによる別の心の戦いがあり、また、彼には別の試練が待ち受けていることを悟ることができるのである。こうして、揺るぎない信仰と大きな忍耐をもって絶えず主を呼び求め、主からの助けを待ち望むならば、この地においてなお、邪悪な霊たちの束縛、陰、障壁、そして闇、すなわち隠れた情欲の働きから、内なる解放を得ることができるのである（21, 3）。

27. この戦いは、神の恵みと力によって終結させることができる。なぜなら、人は自らの力だけでは、抵抗や心の迷い、目に見えない情欲、そして悪しき者の策略から自らを解き放つことができないからである。もし誰かが、この世の目に見えるものに執着し、さまざまな地上の束縛に自らを縛りつけ、有害な情欲に溺れているならば、その人は、自分の内側に別の闘争や戦い、争いがあることに気づかないだろう。ああ、もし人が、努力してこれらの目に見える世俗の束縛や物質的な心配事、そして肉欲的な快楽から自らを解き放ち、この世から身を引いて絶えず主にすがりつくようになったとしても、その後、内面に渦巻く情欲の葛藤や内なる戦い、そして邪悪な思いに気づく境地に至ったとしても！しかし、先に述べたように、もし人が懸命にこの世を拒絶せず、心を尽くして地上の欲望から離れず、主へと全身全霊で寄り添おうと望まなければ、隠された悪意の霊や、秘密の有害な情欲の欺瞞を知ることではなく、自分自身から疎遠なままである。なぜなら、その人は自身の病を知らず、また、内に秘めた情欲を抱きながらもそれを自覚せず、なおも自発的に目に見えるものに執着し、世俗の心配事に縛られてしまうのである（21, 4）。

28. しかし、真に世を捨て、精進し、地上の重荷を振り払い、虚しい欲望や肉欲の快楽、名声、権勢、そして人間的な栄誉から自らを解き放ち、心を尽くしてこれらから遠ざかる者は、その者は、主がこの明らかな奮闘において、意志が世から離れる度合いに応じて密かに彼を助け、彼自身が全身全霊、すなわち肉体と魂をもって主への奉仕にしっかりと立ち、絶えずそこに留ま

っているとき、自らの内に抵抗、隠れた情欲、目に見えない束縛、秘められた戦い、隠れた葛藤、そして秘められた奮闘を見出すのである。こうして、主にお願ひし、天から、祝福された使徒が列挙した霊的な武器——義の鎧、救いの兜、信仰の盾、そして霊の剣（エフェソ6:14-17）——これらを身に着けることで、悪魔が仕掛ける狡猾な策略による隠れた陰謀に立ち向かうことができる。祈り、忍耐、懇願、断食、とりわけ信仰によって、諸勢力、権威、この世の支配者たちとの戦いに励むことができる。こうして、御霊の助けと、あらゆる美德における自らの勤勉さによって敵対する勢力を打ち破り、父と子と聖霊を賛美しつつ、永遠の命にふさわしい者となる。彼に、世々限りない栄光と権威がありますように！ アーメン（21,5）。

**29.** ある人々は、主は人々に目に見える実だけを求め、隠れたことは神ご自身が成し遂げられると言う。しかし、実際にはそうではない。それどころか、人が外見上の自分を守るほど、それと同じだけ、自分の思いと戦い、闘いを繰り広げなければならない。なぜなら、主はあなたに、自分自身に対して怒りを抱き、自分の心と戦い、邪悪な思いに同意せず、それらに甘んじないことを求めておられるからである（3,3）。

**30.** 魂は抵抗し、対抗し、撃退しなければならない。あなたの意志は、対抗し、労苦と悲しみの中に留まることで、ついに優勢になり始める。それは倒れたり立ち上がったたりし、罪は再びそれを打ち倒す。十回、二十回の戦いの末、罪は勝利して魂を打ち倒すが、魂もまた時が経つにつれて、何らかの点で罪に打ち勝つ。そしてまた、もし魂が堅く立ち、何事においても弱まることがなければ、優位に立ち始め、決着をつけ、罪に対して勝利を収めるようになる。こうして人々は罪を克服し、その征服者となるのである（3、4、5）。

**31.** 馬は、野生の動物たちと共に森で草を食んでいる間は、人間に服従することはない。しかし、捕らえられた後、それを調教するために重い手綱を掛けられ、おとなしくまっすぐに歩くことを覚えるまで訓練される。その後、熟練した騎手が、戦いに耐えられるように訓練する。そこで、胸当てや面といった武装を装着し、以前の手綱を吊るしてその目の前で揺らして見せ、慣れさせて怖がらないようにする。このように騎手によって訓練された馬は、しつけられなければ戦場に出ることはできないが、しつけられ、戦いに慣れ親しむやいなや、戦いの音をわずかに嗅ぎつけたり聞いたりするだけで、自ら進んで敵に向かっていく。それゆえ、そのいななきだけで敵に恐怖を与えるのである（23,2）。

**32.** これと同様に、罪を犯して以来、野性化し、不従順となった魂は、この世という荒野において、獣——すなわち悪意ある霊たち——と親しくなり、罪への奉仕を続けている。しかし、神の御言葉を聞き、信仰を持つようになると、御霊によって制され、野性的な気性と肉的な思惑を捨て去り、の騎手であるキリストに導かれるようになる。その後、試練に必要な苦しみ、謙遜、苦難に直面し、罪が徐々に減少し、根絶されていくにつれて、御霊によって次第に調教されていくのである。こうして、真理の鎧、救いの兜、信仰の盾を身にまとい、霊的な剣を手にした魂は、敵との戦いを学ぶようになり、主の御霊に武装して、悪意の霊たちと戦い、悪者の放つ燃え盛る矢を消し去る。しかし、霊的な武器がなければ戦列に加わることはない。主の武器を手にした途端、激しい戦いの音を聞き、その気配を感じると、ヨブ記（ヨブ 39:25）に記されているように、「跳ね回り、いななきながら」出陣する。なぜなら、その祈りの声そのものによって、敵は倒れるからである。こうしてそのような偉業を成し遂げ、御霊の助けによって戦いに勝利を収めた彼女は、大いなる大胆さをもって勝利の冠を受け取り、天の王と共に安息するであろう（23,3）。

**33.** 世から離れ、神を求め、神について思索し始めるとすぐに、あなたはすでに自分の本性、かつての習性、そして生まれつき備わっている習慣と戦わなければならない。そして、この習慣と闘っている最中、あなたに逆らう思いや、あなたの知性と対立する思いに出くわすだろう。そして、これらの思いはあなたを引きずり込み、あなたが逃れようとしていたこの目に見える世界の中で、あなたをぐるぐると巻き込んでしまうだろう。その時こそ、あなたは闘争と戦いを始め、思いに思いを、理性に理性を、魂に魂を、霊に霊を対抗させることになる（32,9）。

**34.** なぜなら、心の中に潜む、ある種の秘められた微細な闇の力が現れるからである。そして主は、あなたの魂と体のそばにいて、あなたの闘いを見守りながら、秘められた天の思いをお与えになり、ひそかにあなたを安らぎへと導き始めるのである。しかし、主は今のところ、あなたをまだ訓練の下に置き、最も深い苦しみの中にあっても、あなたのために恵みを備えておられる。そして、あなたが安らぎにたどり着いたとき、主はご自身をあなたに知らしめ、あなた自身の益のために、主があなたを闘いの中に置かれたのだと示してくださる。裕福な人の息子に乳母がいるように、指導者が彼を懲らしめている間は、教えも、傷も、打撃も重く感じられるが、それは彼が成人するまでの間であり、成人すると、彼は乳母に感謝し始める。それと同じように、恵みも、あなたが完全な大人になるまで、思慮深く教え導いてくれるのである（33,10）。

**e)** 主に仕えることを決意した者には、そのような労苦がふさわしいものであるから、あらゆる労苦に対して自らを容赦なく律する決意に加え、分別、注意、そして慎重さもまた必要である。

**35.** キリスト教の生活を極めて正確に、かつ完全に送ろうとする者は、まず何よりも魂の意味と分別を全力を尽くして顧みなければならない。そうして、善と悪を正確に区別する能力を身につけ、いかなる場合でも、純粋な本性にそぐわないものが混入したことを見抜き、正しく、つまづくことなく生き、また、理性を目のように用いて、悪徳のささやきと親しくなったり、それに同調したりすることなく、それによって神の賜物に恵まれ、主の御心に適う者となるためである（4,1）。

**36.** 身体には目を道しるべとしており、目は見て、全身を正しい道へと導く。さて、誰かが、森に覆われ、茨が生い茂り、ぬかるんだ場所を歩いていると想像してみてほしい。そこでは、火が道を塞ぎ、剣が突き刺さっており、急流や多くの水もある。もし旅人が機転が利き、慎重で、不屈の精神を持っていれば、目を道しるべとして、細心の注意を払ってこれらの困難な場所を通り抜け、手や足であらゆる手段を講じて自分のヒトンを押さえ、木々の間や茨の中で破れたり、泥で汚れたり、剣で切り裂かれたりしないようにし、また、全身の光となる目は、旅人に道を示し、急流で打ち砕かれたり、水に溺れたり、あるいは困難な場所で危害を被ったりしないように導く。このように、機転が利き聡明な旅人は、細心の注意を払って自分のキトンを整え、目の指し示す通りにまっすぐ進むことで、自分自身を無傷に保ち、身に着けたキトンも焼けたり破れたりすることなく守り抜くのである。しかし、もし不注意で、怠惰で、無頓着で、不器用で、無気力な人がそのような場所を通ると、そのキトンはあちこちで翻り、旅人が衣服をあらゆる点でしっかりと整える堅実さを欠いているため、枝や茨に引っかかって破れたり、火に燃えたり、突き刺さった剣で切り裂かれたり、泥で汚れたりし、要するに、その美しく新しいキトンは、彼の不注意、無気力、怠惰によって、すぐに台無しになってしまう。また、もし旅人が目の指示に完全かつ適切な注意を払わなければ、自らも堀に落ちたり、水の中で溺れたりすることになるだろう（4,2）。

**37.** 同様に、魂もまた、あたかも美しいヒトン、すなわち肉体の衣を身にまとい、理性というものを備えている。この理性は、魂が、泥や火、急流、すなわち欲望や快楽、その他この世の不条理な事柄の只中を、冷静さ、勇気、慎重さ、そして注意深さをもって、あらゆる場面で自らを律し、守らなければならない。そして、この世の草木が生い茂り、茨の生えた道において、肉体の衣が心配事や気晴らし、地上の娯楽によってどこかで引き裂かれたり、欲望の炎によって焼かれたりしないよう、その衣をまとった魂は、悪意を見ないよう目を背け、また、悪口や中傷を聞かないよう耳を塞ぎ、舌を虚しい会話から、手と足を悪しき行いから遠ざける。なぜなら、魂には、肉体の各部位を遠ざけ、それらを悪しき光景や、悪意あるものや恥ずべきもの、不適切な言葉、世俗的かつ悪意ある行いに近づけないようにする意志が与えられているからである（4,3）。

**38.** 主は、誰かが世俗の快楽や物質的な娯楽や心配事、地上の束縛、そして虚しい思いの巡りから勇敢に背を向けているのを見ると、その者に御自身の恵み深い助けを与え、この世の邪悪な時代において見事にその歩みを全うしているその魂を、何ものにも妨げられることなく守り抜

かれる。こうして、その魂は、あらゆる世俗的な欲望から背を向け、可能な限り自分自身と肉体の衣を美しく守り抜き、神の助けを得て、この世の戦いの場でその歩みを美しく全うしたとして、神と天使たちから天の称賛を受けるのである（4,4）。

**39.** しかし、もし誰かが怠惰と不注意のゆえに、この世の生活は無頓着に歩み、自らの意志であらゆる世俗的な欲望から背を向けず、全き熱意をもって唯一の主を求めようとしないならば、その肉体の衣は、この世の茨や木々によって引き裂かれ、欲望の炎によって焼け焦げ、快樂の泥によって汚され、それゆえ、審判の日にその魂は、自らの衣を汚れなく保つことができず、この世の誘惑の中でそれを汚してしまったため、大胆さを持たないものとして現れるのである。そのために、魂は御国から追放される。なぜなら、自らの意志で世に身を委ね、その快樂に惑わされ、あるいは物質的なものに溺れてさまよう者に対して、神は何をなさるだろうか。神は、物質的な快樂や過去の習慣から背を向け、努力して常に心を主に向け、自己を否定し、唯一の主を求める者に、御自身の助けを授けられる。神は、この世の藪の中で、いかなる時にも罾や網を警戒し、恐れと震えをもって自らの救いを成し遂げ（フィリピ2:12）、全き注意を払ってこの世の罾や網、そして欲望を避け、主の助けを求め、主の憐れみによって恵みによって救われることを望む者（4:5）。

**(g) 労苦する者は、主がその労苦がいかに熱心であるかをご覧になり、魂の誠実さを確かめ、聖霊を授け、ご自身でその魂と結ばれてくださるという希望と揺るぎない確信から、労苦における励ましを汲み取らなければならない。聖マカリオスはこの主題に頻繁に触れており、労苦に関するほぼすべての教訓を、この希望を植え付けることに帰結させている。**

**40.** この世で目に見えるあらゆる行いは、その労苦から利益を得るという希望のもとになされる。もし誰かが、その労苦の成果を享受できると完全に確信していないならば、その労苦は彼にとって有益ではない。農夫もまた、実りを収穫するという希望を持って種を蒔き、その実りを待ち望んで労苦に耐える。聖書には、「希望をもって耕すべきである」（Iコリント9:10）と記されている。また、妻を娶る者は、子孫を得るという希望を持って娶り、商人は利益を求めて海へ出航し、死を覚悟して身を捧げる。同様に、天の御国においても、人は心の目が開かれるという希望を持って、世俗の事柄から身を引いて、祈りと願いに時間を費やし、主がいつ来られ、御自身を現して、その内に住む罪から清めてくださるかを待ち望むのである（14:1）。

**41.** キリスト教徒は、来たるべき御国と救いに対する希望、喜び、そして期待を持ち、「もし今日救われなくても、明日の朝には救われるだろう」と語らなければならない。ぶどう園を耕す者は、作業に取り掛かる前から、心の中に喜びと希望を抱いている。まだぶどう酒がないうちから、心の中で醸造の過程を鮮明に思い描き、収益を計算し、そうした思いを抱いて作業に取り掛かる。希望と期待が彼を懸命に働かせ、その間、家では多額の支出を余儀なくされる。同様に、家を建てる者や農夫も、将来の利益を期待して、まず自分の財産を多く費やす。ここでもまた、もし人の目の前に、救いと命を受けるとの喜びと希望がなければ、苦難に耐え、重荷を背負い、狭い道を歩むことはできない。しかし、彼に付き添う希望と喜びこそが、彼に労苦し、苦難に耐え、重荷を背負い、狭い道を歩むことを可能にするのである（26,11）。

**42.** 信者は、心の向きを変えることによって、自らの意志が改められるよう、神に祈らなければならない。あなたは心と意思を神に向け、神を仰ぎ見るという期待以外の何ものも心に留めてはならない。それゆえ、活発な子供たちのように、魂は罪によって散らされた意思を集め、鎮め、それらを自らの体の家へと導き入れ、絶えず断食し、愛をもって主がいつ来られ、実際に魂を一つに集めてくださるかを待ち望むべきである。未来は未知であるからこそ、なおさら、舵取りである主に美しく希望を託して、希望を抱くべきである。「恐れるな。『わたしはあなたの前に進み、山を平らにし、青銅の門を打ち砕き、鉄の門を砕く』」（イザヤ書45:2）と語られている。また、「心に注意し、あなたの心の中に不法な言葉が隠れていないようにしなさい」（申命記15:9）とも語られている。「この民は多く、力強い」（申命記2:21）と心の中で言うてはならない。（31,1.2）。

43. もし私たちが怠けず、自分の中に無秩序で墮落した思いがはびこることを許さず、自らの意志で心を引き寄せ、思いを主へと向けさせるならば、疑いなく、主は御自身の御意志によって私たちのもとに來られ、確かに私たちを御自身のもとに集めてくださる。なぜなら、すべての御心にかなう行いと奉仕は、思いにかかっているからである。それゆえ、常に心の中で主を待ち望み、思いの中で主を求め、自らの意志と自由意志を絶えず主へと向けさせるよう促し、強制して、主に喜ばれるよう努めなさい。なぜなら、あなたがどれほど心を尽くして主を求めようとするかによって、主はご自身の慈愛と善意によって、それ以上にあなたのもとへ來られ、あなたを安らげてくださるからです。主はそこに立ち、あなたの心、思い、思考の動きを注視し、あなたが魂の底から主を求め、怠惰や無関心なくして求めているかを、見守っておられる(31,3)。

44. そして、主を求めるあなたの熱心さを見られたとき、主は現れてあなたに御自身を明らかにし、御助けを授け、あなたに勝利を備え、あなたの敵からあなたを救い出される。それゆえ、この体を捧げ、祭壇を築き、その上に私たちのあらゆる思いを重ね、主が天から目に見えない偉大な火を送り、それが祭壇と、その上にあるすべてのものを焼き尽くすよう、主にお願ひしよう。そうすれば、バアルの祭司たち、すなわち敵対する勢力は皆倒れ、その時、人の足跡のように(列王記下18,44)のように、魂へと降り注ぐ天の雨を目にするだろう。それゆえ、預言者が語ったように、「わたしはダビデの倒れた幕屋を建て直し、その崩れた部分を修復する」(アモス書9,11)という神の約束が、私たちに成就するのだ。(31,4,5)。

z) 聖マカリオスは、苦行の具体的な行いについては触れていない。なぜなら、それらはすべて、彼が語りかけた人々の間で実践されていたからである。時折、彼はそれらを列挙するに留まっている。例えば、断食、徹夜祈祷、隠遁、肉体労働、従順、相互扶助、忍耐などである。ただ、祈りについてのみ、彼はより詳しく語っている。それは、祈りがすべての美德と行いの中心であり、とりわけ、聖霊の啓示を受け継ぐものであるからである。

45. 外的な修業について、またどのような生き方が最も高貴で第一のものであるかについて、愛する者たちよ、次のことを知ってください。すべての美德は、靈的な鎖の環のように互いに結びついており、一つひとつが互いに依存している。祈りは愛に、愛は喜びに、喜びは柔和さに、柔和さは謙遜に、謙遜は奉仕に、奉仕は希望に、希望は信仰に、信仰は従順に、従順は純真さに由来する。同様に、反対の側面においても、悪しき行いは互いに依存し合っています。憎しみは苛立ちから、苛立ちが高慢から、高慢は虚栄から、虚栄は不信仰から、不信仰は冷酷さから、冷酷さは怠慢から、怠慢は怠惰から、怠惰は気落ちから、気落ちはせっかちさから、せっかちさは快樂追求から生じる。その他の悪徳の要素も互いに結びついており、善の側面において美德が互いに結びつき、互いに依存し合っているのと同様である(40,1)。

46. あらゆる善き行いの要であり、功德の頂点となるのは、祈りに熱心に取り組むことである。祈りを通じて神に願ひ求めることにより、日々、他の美德も獲得することができる。ここから、恵まれた者たちには、神の聖さにおける交わり、靈的な活力、そして主への言い表せない愛における知的な心構えの結びつきが生じるのである。なぜなら、日々自らを祈りに留まるよう努める者は、神への靈的な愛によって、神への献身と燃えるような願望に燃え上がり、靈的な聖化をもたらす完全さの恵みを受けるからである(40,2)。

47. 私たちは、肉体の習慣や、叫んだり沈黙したり、ひざまずいたりする習慣に従って祈るべきではなく、むしろ、心で冷静に注意を払い、神がいつ來られ、魂のあらゆる出口や道、そしてあらゆる感覚において魂を訪ねてくださるかを待ち望むべきである。このように、時には沈黙すべきであり、時には叫び声を上げて祈るべきであるが、ただ心が神に確固として留まっている限りにおいてである。なぜなら、体が何かを行うとき、その仕事に専念して全身全霊を注ぎ、すべての肢体が互いに助け合うように、魂もまた、気を散らしたり、思いに迷ったりすることなく、すべての望みをキリストに委ねて、祈りと主への愛に全身全霊を捧げるべきだからである。そうすれば、主ご自身がその魂を照らし、真の願ひ方を教え、神にふさわしい清く靈的な祈りと、霊と真理による礼拝を授けてくださるであろう(33,1,2)。



48. 主のもとへ近づく者は、沈黙と平安、そして深い静寂のうちに祈りを捧げ、不適切な叫びや雑多な声ではなく、心の切なる願いと冷静な思いをもって主に耳を傾けなければならない。神のしもべは、乱れた状態にとどまるのではなく、あらゆる柔和さと知恵をもって過ごすべきである。預言者が言ったように、「わたしは誰に目を留めるか。ただ、柔和で、静かで、わたしの言葉に震える者にのみ」（イザヤ書66:2）。また、モーセやエリヤの時代、神が彼らに現れた際、主の威光の前では、多くのラッパや軍勢が奉仕していたが、主の来臨は、上述した通り、すなわち平安、静寂、そして安らぎによって特徴づけられ、現れていたこともわかる。なぜなら、「それは微かな涼しい風であり、そこに主がおられた」と記されているからである（列王記下19,12）。そして、これにより、主の安息は平和と調和にあることが示されている（6,1.2）。

49. 祈りの真の基盤とは、思いに注意を払い、深い静寂と平安の中で祈りを捧げることである。祈る者は、自らの全力を思いに向け、邪悪な思いの糧となるものを断ち切り、思いを神へと向け、その思いの欲求には従わず、あちこちをさまよう思いを一つにまとめ、自然な思いと邪悪な思いを区別しなければならない。罪に囚われた魂は、まるで山の上の広大な森、あるいは川辺の葦、あるいは茨や木々の茂みのようなものである。それゆえ、この場所を通り抜けようとする者は、両手を前に伸ばし、力と苦勞を費やして、目の前の枝を押し分けて進まなければならない。同様に、魂は敵対する力によって吹き込まれる思いの森に囲まれている。それゆえ、敵対する力によって吹き込まれる他者の思いを区別するためには、大きな慎重さと注意深さが必要である。思いに注意を払う者は、祈りにおけるすべての行いを内面的に成し遂げる。そのような者は、自らの知性と分別によって、立ち上がる思いをかき消し、主の御心に従って歩むことができる（6,3.4）。

i) 修行者が持つべき用心として、聖マカリオスが最も強調しているのは、単なる外見上の整然さに留まってはならないということである。外面的修練の目的は、あらゆる霊的業とあらゆる美德を身につけることにあるが、それだけで止まるためではなく、むしろこれを内面的生活の深化と聖霊の働きの獲得へと向けるためである。しかし、ある人々はこれだけに留まり、行いが正しくなることまでしか達せず、心には注意を向けず、恵みの御霊をも求めない。それゆえ、労苦はしても実を結ばない。聖マカリオスは、何よりもこの点に警戒するよう説いている。

50. 多くの人は、外見を厳しく観察し、学問に励み、正しい生活を心がけることで、そのような人は完全であると考えがちですが、心の中を深く探らず、魂を支配している悪徳に気づいていません。ところが、身体には内なる邪悪な思考に見合った悪の根源があり、家の中には強盗、すなわち抵抗する力、つまり対立するものであり、同時に精神的な力が潜んでいるのである。もし誰かが罪と戦わなければ、内なる悪は徐々に広がり、増大するにつれて人を明白な罪へと引きずり込み、実際にそれらを犯すところまで至らせてしまう。なぜなら、悪は泉の注ぎ口のように、常に自らから流れを滲み出させるからである。それゆえ、数え切れないほどの悪に陥らないよう、悪徳の流れを食い止めるよう努めなさい（15,46）。

51. 世界は悪徳という病に苦しんでいるが、それに気づいていない。心を燃え上がらせ、全身を駆け巡り、人々を不品行や数え切れないほどの悪行へと駆り立てる不浄な火がある。また、怒りや快樂にふける者たちは、内面、すなわち心の中で淫行を犯しており、悪がこのようなして養分を得ると、公然たる淫行にも陥ってしまう。金銭への執着、虚栄心、傲慢、嫉妬、短気についても、同様に理解すべきである。まるで誰かが昼食に招かれ、多くの料理を振る舞われるように、罪はすべてを味わうよう唆し、そうして快樂にふける魂は重荷を負うことになる（15,48）。

52. いったい誰が、「私は断食し、巡礼の生活を送り、財産を散財している。したがって、すでに聖なる者である」と言えるだろうか。なぜなら、悪を控えること自体がまだ完全さではないからだ。あなたがすでに謙虚な心に入り、心の奥底、思考の深みに潜み、いわゆる魂の隠れ家や貯蔵庫であなたを死に至らしめている蛇を殺したのであれば別だが。心とは深淵であるから、それゆえ、果たしてあなたはそれを滅ぼし、自分の中にあったあらゆる不浄を自らから吐き出したのか。あらゆる賢者たち、律法、使徒たち、そしてキリストの再臨は、すべて清めを目的としている。ユダヤ人であろうとギリシア人であろうと、あらゆる人は清さを愛するが、自ら清くな

ることはできない。それゆえ、いかにして、またどのような手段によって心の清さに達することができるかを究明しなければならない。それは、私たちのために十字架にかけられた方の助けなしには不可能である。御方は道であり、命であり、真理であり、門であり、真珠であり、生ける天のパンである。この真理なしには、誰も真理を知り、救われることはできない。それゆえ、外なる人間や目に見える物事について考える際に、あなたがすべてを捨てて財産を配ったように、もしあなたが知識と言葉の力を持っており、この世の知恵においてすべてを自らから拒絶し、すべてを無に帰さなければならないならば、そのとき初めて、あなたは説教の熱狂の中で自らを戒めることができるようになる。その説教こそが真の知恵であり、それは言葉の美しさにあるのではなく、聖なる十字架によって働く力にあるのである(17,15)。

**53.** 闘士および修行者にとって最も重要な武器とは、心に入り込み、サタンと戦いを繰り広げ、自分自身を憎み、自らの魂を否定し、それに怒りを抱き、それを責め、慣れ親しんだ欲望に抵抗し、思いと対立し、自分自身と闘うことにある(26, 12)。

**54.** もし、外見上は自分の体を墮落や淫行から守っているように見えても、内面では淫行にふけり、思いの中で淫行を犯していたなら、あなたは神の前で姦淫者であり、その処女の体はあなたに何の益ももたらさない。まるで、若者が狡猾さをもって乙女を惑わし、彼女を墮落させた場合、その乙女は姦淫のゆえに婚約者にとって忌まわしい存在となるのと同様に、内なる蛇、すなわち悪意ある霊と交わる無形の魂も、神の前で姦淫を犯しているのだ。また、「女を見て、欲情を抱く者は、すでに心の中で姦淫を犯したのである」(マタイ5:28)と書かれている。なぜなら、肉体によって行われる姦淫もあれば、サタンと交わりを持つ魂の姦淫もあるからである。同じ一つの魂が、悪魔たちの共犯者であり姉妹となることもあれば、神や天使たちの共犯者であり姉妹となることもある。そして、悪魔と姦淫を犯すことで、その魂はもはや天の花婿にとってふさわしくないものになってしまう(26, 13)。

**55.** 私たちは繰り返し、農夫のたとえ話を引用してきた。農夫は苦勞して種を地に蒔いた後、天からの雨を待たなければならない。しかし、もし雲が現れず、風も吹かなければ、農夫の労苦は何の益ももたらさず、種はただ無駄に横たわったままとなる。これを霊的な事柄にも当てはめてみよう。もし人が、自分自身のことにのみ留まり、自分の本性にとって異例なことを受け入れなければ、主に対してふさわしい実を結ぶことはできない。では、人自身の行いとは何だろうか。それは、世を捨て、世から離れ、祈りと徹夜禱に励み、神と兄弟たちを愛し、これらすべてに留まること、これこそが彼自身の務めである。しかし、もし人が自分の行いにのみ留まり、何か別のものを受け入れることを望まず、聖霊の風が魂に吹き込まず、天の雲が現れず、天から雨が降り注いで魂を潤すことがなければ、その人は主に対してふさわしい実を結ぶことはできない(26, 19)。

**i)** 特に、こうした外見上は立派な人々の中から、聖マカリオスは書学者たちを際立たせている。彼らは書物や会話から真理を知り、それについて解説するが、実際の行いには取り組まないため、霊的な知識において無知な者たちよりも遅れをとっており、彼らの解釈そのものも熱狂的になりがちである。

**56.** 自らそれを味わうことなく霊的な事柄について語る者は、真昼の暑さが襲う中、何も無い野原を歩き、渇きに苛まれながら、水が湧き出ている様子を描き、自分が飲んでいるふりをするが、実際には灼熱の渇きで口も舌も乾ききっている人、あるいは、蜂蜜が甘いと語るが、自ら味わったこともなく、その甘さの力を知らない人に似ている。同様に、もし完全性や喜び、あるいは無執着について語るのが、それらを自ら体験し、その実効性や真実性を確認したことのない人々であるならば、実際には、彼らが言う通りにはならない。なぜなら、そのような人が時を経て、たとえ部分的にでもその実践に着手する機会を得たとき、彼は自らこう悟るだろう。「私が想定していたようにはならなかった。『私はこう考えていたが、御霊はそうは働かない』」(17, 12)。

**57.** パンや食事について論じると、実際に食べてパンの栄養を体内に取り込み、全身を強めるのとでは、まったく別物である。最も甘い飲み物について口先だけで語るのと、実際にその

源へ赴いて汲み取り、その甘い飲み物を味わって満腹になるのとでは、まったく別物である。戦争や勇敢な戦士たちについて論じると、実際に戦列に加わり、敵と戦い、攻めたり退いたりし、攻撃を受けたり加えたりして、勝利を収めるのとでは、全く別物である。霊的なことにおいても同様で、知識と知性だけで語られたことを自らに説明することと、本質的に、実際に、疑いなく、内なる人および心の中に聖霊の宝、恵み、啓示、そして働きを持つことは別物である。言葉だけを口にする者たちは、空想にふけり、自らの知性に驕っている(27,12)。

**58.** 世の中で戦争が宣言されたとき、賢者や貴族たちは戦場へ赴くことはなく、死を恐れて家に留まるが、新たに現れた者たち、貧しい者や庶民が戦場に呼び出され、彼らが敵に勝利し、国境から追い払い、その功績により王から賞や冠を授かり、名誉と地位を得る一方で、あの偉い人々は彼らの後塵を拝することになる。霊的な世界でも、まさに同じことが起こるのだ。無知な者たちは、その言葉を初めて耳にすると、真理を愛する思いをもってそれを実践し、神から霊的な恵みを受ける。一方、賢明で、言葉の細部に至るまで深く掘り下げる者たちは、戦いを避け、成功を収めることはなく、戦いに参加して勝利した者たちの後塵を拝することになる(43,8)。

**k)** それゆえ、あらゆる手段を尽くして、恵みの御霊を得ることに努めなければならない。なぜなら、もしあなたの中に御霊がおられなければ、あなたのすべての犠牲や労苦は無に等しく、死の刻には悪霊たちに捕らえられ、彼らの深淵へと引きずり込まれるからである。しかし、御霊を持つ者は、彼らを焼き尽くすであろう。

**59.** もし誰かが主のために、身内を捨て、この世を拒み、世俗の快樂や財産、父や母を捨て、自らを十字架につけて、放浪者となり、乞食となり、何一つ持たない者となり、この世の安らぎの代わりに、自分の中に神聖な安息を見出せず、魂の中に霊的な喜びを感じず、朽ちる衣の代わりに神の光の衣をまとい、内なる人として、かつての肉的な交わりの代わりに、魂の中で天との交わりを確信をもって知ることはなく、この世の目に見える喜びの代わりに、内なる霊の喜びや天の恵みの慰めを持つことはなく、聖書に記されているように、「**主の栄光が現れる時**」に、神の満ち足りた恵みを魂に受け入れることはないだろう(詩篇 16,15)と記されているように、神の満ち溢れる恵みを受け入れることはできない。一言で言えば、この一時的な快樂の代わりに、今なお魂の中で切望されている朽ちることのない至福を得ることができないならば、その人は腐った塩のようになり、すべての人の中で最も哀れな者となる。この世のものを失い、神聖なものを味わうこともできず、内なる人において御霊の働きによって神の奥義を知ることもできないのである(49,1)。

**60.** 魂が、一見すると自らの力で、自らの力だけに頼り、御霊の助けなしに自らだけで物事を完全なまでに成し遂げられると考えて、何かを企て、それを実現しようと努力するとき、そこには多くの過ちがある。なぜなら、それは天の住まいにはふさわしくないからであり、御霊なしに、自らの力だけで完全な清らかさを成し遂げられると考えるその魂は、御国にふさわしくない。もし、情欲の影響下にある人が、世を捨てて神に近づかず、希望と忍耐をもって、自身の本性にとっては並外れた恵み、すなわち聖霊の力を受け入れると信じず、また主から上より魂へと注がれる神の命を受け入れなければ、その人は真の命を感じることはなく、物質的な陶醉から覚めることはなく、曇った魂の中に御霊の光が輝き出ず、聖なる日がその中に照り輝くこともなく、無知という最も深い眠りから目覚めることもないため、神の力と恵みの働きによって神を真に知ることはできない(24,5)。

**61.** それゆえ、信仰を持ち、主のもとに来ようと努める者は、この世においてなお神の御霊を受けられるよう祈るべきである。なぜなら、御霊こそが魂の命であり、主の来臨は、この世においてなお魂に命——すなわち聖霊——を与えるためであったからである。「**光があるうちに、光を信じなさい**」(ヨハネ12:36)、「**夜が来ると、あなたがたはもはや働くことができない**」(ヨハネ9:4)と記されているからである。したがって、もしここで魂の命、すなわち御霊の神聖な光を求めて受け入れなかった者がいるならば、その者は肉体から離れる際、天の御国に入ることはなく、すでに闇のあの世へと追放され、ゲヘナにおいて悪魔とその天使たちと共にその生涯を終えることになる。あるいは、金や銀が火に投げ込まれると、より清く、より良質になるように

、木も 草も、それを変えることはできない。なぜなら、それは火のようになり、近づいてくるものをすべて飲み込んでしまうからである。同様に、魂もまた、霊的な火と神の光の中に留まっている限り、いかなる邪悪な霊からの悪も許さず、もし何かそれがそれに近づこうものなら、御霊の天の火によって焼き尽くされてしまうのである。あるいは、高く飛ぶ鳥が心配事を持たず、獵師も狡猾な獣も恐れず、すべての上に高く舞い上がり、嘲笑うように、魂もまた、御霊の翼を受け、天の高み、あらゆるものよりもさらに高いところへ舞い上がり、すべてを嘲笑うのである（30, 6）。

**62.** もし、まだ自分の中に神の恵みが植え付けられ、確固として根付いているわけではない者がいるならば、昼も夜も、あたかも自然なことであるかのように、時折その者を導き、奮い立たせ、善へと向かわせるものに、魂を固く結びつけるようにせよ。少なくとも、自然なものであり、不変なものとして、彼の中に、配慮、畏れ、憂い、そして常に彼の中に確固として根付いた心の砕けが、あるようにすべきである（16, 6）。

## 6. 聖霊の働きを現した者の状態

a) 誠実に、自己憐憫なく修業の労苦を続ける者には、やがて恵みの力と働きが現れる。それは、心の中に特別な霊的な温もりが現れ、思いが静まり、すべての被造物への欲求が消え去り、地上で価値あるとされるすべてのものの価値が軽んじられることによって現れる。これこそが、まさに霊的生活の種である。ここから、魂の霊化が始まり、情欲からの浄化、情欲によって引き起こされた傷の癒やしが始まる。

1. マリアに倣い、他の何ものにも心を留めることなく、ただ「わたしは火を地上に投げ込むために来た。それがすでに燃え上がっている」（ルカ12:49）と言われた方だけを見つめなさい。なぜなら、霊の燃え上がりは心を生き生きとさせるからである。非物質的かつ神聖な火は、が炉の中で本物の金を試すように、魂を聖別し、試練にさらす。そして、悪徳は茨や藁のように焼き尽くされる。なぜなら、「私たちの神は、焼き尽くす火である」（ヘブライ人への手紙12:29）からである。この火の効力を求めて、祝福されたダビデは、「主よ、わたしを試み、わたしを吟味してください。わたしの内臓と心を焼き尽くしてください」（詩編25:2）（25:9）と語った。

2. この火は、復活後の救い主がクレオパとその同行者に語りかけたとき、彼らの心を温めた。また、天使たちや奉仕する霊たちも、次のように述べられているとおり、この火の輝きに与っている。「御自身の天使たちを霊とし、御自身の僕たちを燃える火として造られた」（ヘブライ人への手紙1,7）。この火は、内なる大洋にある塵を焼き尽くし、心を清める。そうして人は本来の洞察力を取り戻し、絶えず神の奇跡を見るようになる。それは、次のように語る者のようである。「私の目を開いてください。そうすれば、あなたの律法による奇跡を理解することができます」（詩篇118:18）と言う人のように、絶えず神の奇跡を見ることができるようになる。それゆえ、この火は悪霊を追い払い、罪を根絶する（25:10）。

3. 鉄や鉛、あるいは金や銀が火に投げ込まれると、その硬さを失い、柔らかい物質へと変化し、火の中にいる間は、炎の熱の力によって溶け、本来の硬さを変えるのと同様に、魂もまた、この世を捨てて唯一の主を愛し、心からの切なる探求をもって、労苦と奮闘の中で、絶えず希望と信仰をもって主を待ち望み、神性の天の火と御霊の愛を自らの内に受け入れたとき、真にあらゆる世俗的な愛から離れ、情欲のあらゆる害から解放され、すべてを自らから払い除け、自らの生来の性質と罪深い頑なさを変え、唯一の天の花婿においてすべてを余分なものとして見なし、その花婿を自らの内に迎え入れ、彼への熱く言葉に尽くせぬ愛に安らぎを見出すのである（4, 14）。

4. さて、あなたに告げよう。たとえ目の前にいる最も愛する兄弟たちであっても、もし彼らがその愛に留まろうとするならば、魂は、いわば、彼らから背を向けるのである。なぜなら、その魂の命と安らぎとは、天の王との神秘的で言葉に尽くせぬ交わりにあるからである。なぜなら、肉的な交わりへの愛は、父や母、兄弟たちから引き離し、彼らに関わるすべてのことを心の中で疎遠なものにしてしまうからである。もし人が彼らを受くとしても、それは他者に対する

ような愛であり、それでもなお、自分の妻に対する好意を抱いているのである。なぜなら、「このゆえに、人は父と母を離れて、妻に結びつき、二人は一つの肉となる」と記されているからである（エフェソ5:31）。それゆえ、もし肉的な愛があらゆる愛からこれほどまでに人を切り離すのであれば、なおさら、天の、そして切望される聖霊との交わりに真に与ることを許された者たちは、この世に対するあらゆる愛から切り離され、すべてが彼らにとって余分なものに思えるようになる。なぜなら、彼らは天の渴望に打ち勝たれ、それに密接に依存しているからであり、そこが彼らの渴望の 彼らの思いも、彼らが生きる場所も、彼らの思考が巡る場所も、そして神聖で天上の愛と霊的な渴望に打ち勝たれた彼らの心が常に留まる場所も、すべてそこにあるのである（4, 15）。

5. 神のいのちの御霊の露が降り注ぎ、天の王キリストへの神聖な愛によって心が刺し貫かれた人々は、その美しさ、言葉に尽くせない栄光、朽ちることのない輝き、真の永遠の王キリストの想像を絶する富に心を惹きつけられる。彼らは渴望と愛に身を委ね、全身全霊でキリストへと向かい、霊によって仰ぎ見るあの言葉では言い表せない恵みを手にいれることを切望し、そのために、地上のあらゆる美しさ、栄光、威光、名誉、王や諸侯の富さえも何とも思わない。なぜなら、彼らは神の美しさに心を打たれ、その魂には天の不死の命が宿っているからである。それゆえ、彼らは天の王への唯一の愛を願い、その唯一なる御方を眼前にして大いなる渴望を抱き、御方のためにあらゆる世俗的な愛を捨て、あらゆる地上の束縛から離れ、この唯一の願いを常に心に抱き、それに他の何ものも混じえさせないように努めるのである（5, 6）。

6. 真に恵みを味わったキリスト者たちだけが、この地上の世界全体、王の宝、富、栄光、そして知恵の言葉、これらすべてが、ある種の幻想であり、確固たる基盤を持たず、はかないものであることを理解することができる。そして、天の下にあるものが何であれ、彼らにとってはすべて軽蔑に値するものである。なぜそうなのか。それは、天よりも高いところにあるものが、王の宝にも、知恵の言葉にも、この世の栄光にもない、驚くべき、驚くほど素晴らしいものだからである。そして、主と万物の創造主を内なる人の中に宿す彼らが得た尊厳、あるいは富は、はかないものではなく、永遠に存続する財産である（15:40, 41）。

7. キリスト者たちの知性と理解は、聖霊との交わりと聖餐によって、不変の 堅固さ、平静さ、そして安らぎに達し、もはや移ろいやすく虚しい思いに心を乱されたり動揺したりすることはなく、キリストの平和と御霊の愛の中に留まる。主もまた、そのような人々について語られ、「彼らは死から命へと移った」と仰せられた（ヨハネ5:24）。心の刷新、思いの謙遜、愛、そして主への天的な献身によって、この世のすべての人々とは一線を画す新しい被造物——すなわちキリスト者が現れる。主の来臨は、まさに主を真に信じる者たちが、これらの霊的な恵みにあずかるためであった（5:4, 5）。

8. 出血の病を患っていた女性が、真に信仰を持ち、主の衣の端に触れた途端に癒やされ、不浄な血の流れが枯れたように、あらゆる魂もまた、癒やしのない罪の傷、すなわち不浄で悪意に満ちた思いの源を抱えているが、もしキリストのもとに来て、真に信じて願い求めれば、情欲の流れから救いの癒やしを受け、唯一のイエスの力によって、不浄な思いを生み出すその泉は枯れ果ててしまう。しかし、この傷を癒やすことは、他の誰にもできない（20, 4）。

9. まるで太陽が地の上に昇ると、その光線はすべて地上に注がれ、西に沈む時には、自らの家へと帰りながら、その光線をすべて引き戻すように、御霊によって上から新たに生まれ変わっていない魂は、その思いのすべてが地上にあり、その思考は地の果てまで及んでいるが、しかし、天の誕生と御霊との交わりを受けるにふさわしい者とされると、すべての思いを一つにまとめ、それを自身の内に留めて、主のもと、天にある人の手によらずして造られた住まいへと入り、そのすべての思いは、神聖な大気の中に入り、天的なものとなり、清く、聖なるものとなる。なぜなら、魂は、悪しき支配者——この世の霊——の束縛から解放され、清く神聖な思いを得るからである。神は、人間を神性の参与者として創造することを御心に留められたからである（49, 3）。

b) これは、恵みの働きが最初に現れた時点から表れるが、そこにすでに何らかの完全さがあると考えるのは非常に危険である。これはあくまで始まりに過ぎない。恵みは、その存在を感じさせた後、少しずつ心を支配し、やがてすべてを満たし、内なるすべてを変容させるに至る。

10. 神の恵みの働きが、各人の信仰の度合いに応じて魂を包み込み、魂が天からの助けを受け入れるとき、恵みは魂を部分的にしか包み込まない。誰かの魂全体が照らされているなどと考えてはならない。その内側には依然として悪徳の広大な荒野が残っており、人は、自分の中で働く恵みと調和した、多大な労苦と努力を必要とするのである。それゆえ、一瞬にして人を清め、完全なものにすることができる神の恵みは、人間の自由意志が神への全き愛を保ち、悪しき者とは何事においても結ばれることなく、ただひたすらに恵みに身を委ねているかを試すために、徐々に魂を訪れるのである。このようにして、長い年月をかけて恵みに従順であり続け、何によっても恵みを悲しませたり傷つけたりすることのない魂は、その漸進的な過程の中で自らに助けを見出すのである。そして、恵みそのものが魂の牧草地を支配し、魂が長年にわたり恵みに従順であり、恵みと調和しているにつれて、その最も深遠な構成要素や思いにまで根を下ろし、やがて魂全体が、すでにこの器の中で君臨している天の恵みに包み込まれるに至る(41,2)。

11. こうして多くの人々は、自分たちの中に働く恵みの働きそのものによって惑わされ、すでに完全さに達したと思い込み、「これで十分だ。私たちには何一つ欠けるものはない」と言った。しかし、主は無限であり、測り知れないお方である。そして、キリスト教徒は「悟った」などと言うことを敢えてせず、昼も夜も謙虚に身を低くしている。魂には多くの部分があり、その深遠さは計り知れない。そして、そこに侵入した罪は、魂のあらゆる領域と心の構成要素を支配してしまった。その後、人が恵みを求めると、恵みは彼のもとにやって来て、おそらく魂の二つの構成要素を支配する。しかし、経験の浅い者は、恵みに慰められて、訪れた恵みが魂のすべての構成要素を支配し、罪が根絶されたと思い込む。だが、魂の大部分は罪の支配下にあり、ほんの一部だけが恵みの下にある。そして人は欺かれており、そのことに気づいていない(26, 17, 50, 5)。

12. 病に冒された者であっても、一部の器官は健常であることがある。例えば、視覚の器官である目や、その他の器官がそうである一方で、他の器官は損傷を受けている。霊的な面においても同様である。ある人は三つの霊的な器官を健全に保っているかもしれないが、それゆえにその人がまだ完全であるとは限らない。ご覧の通り、霊的な段階や尺度には多くの種類があり、悪は一気にではなく、部分的に清められ、追い出されていくのである(15,7)。

13. 母胎の中の胎児が、たちまち人間になるのではなく、徐々に人間の姿をとって生まれるように——とはいえ、まだ未熟な年齢の人間として生まれ、まず長年にわたって成長し、その後、成人となる——のと同様に、大麦や小麦の種も、土に蒔かれた直後に根を張るわけではなく、寒さや風が過ぎ去った後、適切な時期に茎を伸ばす。また、梨の木を植えた者が、すぐにその実を収穫するわけではない。同様に、多くの知恵と繊細さが求められる霊的な領域においても、人は徐々に成長し、「年齢に応じた完全な大人」(エフェソ4:13)に至るものであり、他の人々が主張するように、まるで服を脱いだり着たりするような単純な行為(15:39)ではない。

14. しかし、ミツバチが巣箱の中でひそかに蜂の巣を作るように、恵みもまた、人々の心の中でひそかにその愛を生み出し、苦味を甘味に変え、冷酷さを慈愛へと変えるのである。また、銀細工師が皿に彫刻を施す際、部分ごとに彫り進めながら、そこに刻む様々な動物を覆い隠し、作業を終えて初めてその皿を全貌を現して輝かせるように、真の芸術家である(キリスト)主は、私たちが肉体から離れるまで、私たちの心を彫刻で飾り、神秘的に新しくしてくださり、その時、魂の美しさが明らかになるのです(16,7)。

c) それゆえ、恵みを味わった者たちは、絶えずますますその恵みを味わいたいと渴望する。

15. 真理を愛し、善を愛する魂たちは、大きな希望と信仰をもって、キリストに完全に身を包むことを切望しており、他者からの忠告をそれほど必要とせず、主への天的な渴望や愛におい



て、自分の中にいかなる弱ささえも許さない。むしろ、キリストの十字架に全身全霊で釘付けられ、霊的な花婿への愛着において霊的な成長を実感し、天の渴望に心を刺され、美德の真理を渴望する彼らは、強く、そして飽くことのないほどに霊的な啓示を切望する。そしてもし、その信仰によって神の奥義を知る恵みにあずかることが許されたり、天の恵みの喜びに与る者となったりしたとしても、彼らは自らを何か特別な存在だと見なして自惚れることはなく、霊的な賜物にどれほどあずかることが許されたとしても、天の渴望の飽くなき性質ゆえに、それ以上に大きな熱意をもってそれらを求め続ける。自分の中に霊的な成長を強く感じるほど、恵みの参与と増大をますます渴望し、霊的に豊かになるほど、それだけに、天の花婿へと向かう霊的な渴望の飽くことなきゆえに、あたかも自分自身に対する評価においてますます貧しくなるかのようだ。聖書が言うように、「わたしを食べる者はなおも飢え、わたしを飲む者はなおも渇く」（シラ書 24,23）。（10,1）。

**16.** 真に神を愛し、キリストを愛する魂は、たとえ何千もの義の行いを成し遂げたとしても、主への飽くことのない渴望ゆえに、たとえ断食や徹夜で肉体を疲れ果てさせたとしても、まだ何も成し遂げていないかのように自らを思う。また、たとえ様々な霊的賜物や啓示、天の秘義に与るに値したとしても、主への計り知れず飽くことのない愛ゆえに、自分の中ではまだ何も得ていないかのように感じる。それどころか、日々渴望し、信仰と愛をもって祈りに身を置きながら、恵み深い奥義やあらゆる徳による自己の向上に、決して満足することができない。彼女は天の御霊の愛に心を刺され、恵みの助けによって絶えず自分の中に天の花婿への燃えるような憧れを呼び起こし、御霊の聖所において、彼との神秘的で言葉に尽くせぬ交わりに完全に与ることを願い、魂の率直な姿をもって、天の花婿と顔を合わせて見つめ、霊的かつ言葉に尽くせぬ光の中で、疑いなく彼との合一に入り、彼の死に倣い、キリストのために死ぬことを切に願い続け、御霊によって罪と情欲の闇からの完全な解放を受けると確信し、御霊によって清められ、魂と肉体が聖化された後、天の平和を受け入れるための清らかな器となり、天の真の王であるキリストの住まいとなるにふさわしい者となる。そしてその時、彼女は天の命にふさわしい者となり、この世においてすでに聖霊の清らかな住まいとなるのである（10,4）。

**17.** しかし、魂がそのような境地に達することは、一朝一夕にはならず、また試練なしにはあり得ない。それどころか、多くの労苦と奮闘を経て、時が経つにつれ、勤勉に励み、試練や様々な誘惑を乗り越えた後、魂は霊的な成長と成熟を遂げ、さらには無情の完全な境地に至るまで至り、そしてその時になって初めて、あらゆる罪の誘惑を快く、かつ勇敢に耐え抜いた者として、大きな栄誉と霊的な賜物、天の富に与るにふさわしくなり、こうして、私たちの主キリスト・イエスによる天の御国の相続人となるのである（10,5）。

**18.** キリスト教は食物であり、飲み物である。そして、それを味わえば味わうほど、その甘美さによって心はますます刺激され、抑えがたく、飽くことを知らず、ますますそれを求め、味わうようになる。まるで、喉が渇いている人に甘い飲み物が差し出され、それを味わうと、さらに強い渇きに駆られて飲み物に近づいていくように、御霊を味わうことも、ほとんど満たされることのない渇きを生み出し、それはまさにそのような人の渇きに例えられるのである。これは単なる言葉ではなく、御心に神秘的に働きかける聖霊の御業である（17:13）。

**19.** 泉を想像してみてください。そこで、ある渇きに苦しむ人が飲み始め、飲んでいる最中に誰かに気を散らされ、思う存分飲むことを許されない場合、水を味わったことで、その人はさらに渇きに駆られ、より強く飲み物を求めます。霊的な世界でも同じことが起こる。ある者はすでに天の糧を味わい、聖体拝領しているのに、まさにその瞬間に誰かに止められ、誰も彼を満腹にさせてくれないのである（27,7）。

**20.** 主は人間の弱さを知っておられる。人はすぐに高慢になるものであるから、主は人を制止し、絶え間ない鍛錬と動揺の中に置かれるのである。なぜなら、もしわずかな恵みを受けただけで、すべての人にとって耐え難い存在となり、高慢になるのであれば、一度満腹にさせられたら、なおさら耐え難い存在になってしまうからである。しかし、神はあなたの弱さを知っておら

れ、御自身の御心に従って、あなたが謙虚になり、より熱心に神を求めるようになるよう、あなたに苦難をお与えになる（27,8）。

**d) 主をますます渴望する者たちは、あらゆる点で自分自身が乏しく、不十分であると感じ、それゆえに謙遜という感情が彼らの内に深く根付いている。それこそが、あらゆるさらなる成長の条件である。**

**21.** 人は、とりわけ自分自身が変化し、成長し、かつては持っていなかった知識や理解に達したと自覚しているとき、どうして霊的に貧しい者であり得るだろうか。人がこれを獲得し、成長するまでは、まだ霊的に貧しい者ではなく、自分自身を高く評価している。しかし、この理解と成長に至ったとき、恵みそのものが彼に霊的に貧しい者となるよう教える。たとえ彼が義人であり、神に選ばれた者であっても、自分を何か特別な存在として尊ぶのではなく、自分の魂を無価値で卑しいものと認め、あたかも何も知らず、何も持っていないかのように振る舞うのだ。たとえ実際に知っており、持っているとしても。そして、そのような考えは、あたかも生まれつきのものであり、人間の心に深く根付いているかのようになる。私たちの先祖であるアブラハムが、神に選ばれた者でありながら、自らを「土と灰」と呼んだことをご存じだろうか（創世記 18:27）。また、王として油注がれたダビデも、神を前にして、「わたしは虫であり、人ではない。人々の侮辱、人々の軽蔑の的である」（詩篇21:7）と語っている。それゆえ、彼らと共に相続人となり、天の都の同胞となり、彼らと共に栄光を受けることを望む者は、同じ謙遜な知恵を持ち、自分たちを何か特別な存在であるかのように考えることなく、砕かれた心を持たなければならない（12章3～4節）。

**22.** 恵みを受けた者は、自分こそがすべての罪人の中で最も卑しい者と見なす。そのような考えは、彼の中に自然なものとして植え付けられており、神の認識へと深く入り込むほど、自分は無知であると見なし、学ぶほど、自分は何も知らないと認めるようになる。これこそが、助ける恵みが魂の中に、あたかも自然なことであるかのように生み出すものである（16,12）。

**23.** 神の前で霊的に熟達した者たちは、自らを極めて小さく、また極めて未熟であると認めており、彼らにとって、自らを卑しい者、あるいは無に等しい者と見なすことは、自然かつ不可欠な事柄となっている。果たして、そのような者たちは、自分たちに、以前には持っていなかったものが与えられ、自らの本性にとっては並外れたものを獲得したことを知らないのだろうか。言うておくが、彼らは自らを神に喜ばれる者や成功者として認めず、かつて持っていなかったものを得たことさえ知らない。しかし、そのような者たちに降り注ぐ恵みそのものが、彼らに、たとえ成功していても自らの魂を尊いものと見なさず、当然のこととして自らを何の価値もない者と認めるよう教えているのである。そして、神の前では尊い存在であるにもかかわらず、彼ら自身はそうは思わない。神の導きのもとで繁栄しているにもかかわらず、自分たちはまるで何も知らないかのように自らを認め、神の前では豊かな者であっても、自分たち自身には貧しい者に見えるのである（27,4.5）。

**24.** もし、誰かが、自分が恵みにあずかっていることを理由に、高慢になり、誇り高ぶっているのを見たら、たとえその者が奇跡を行い、死者をよみがえらせたとしても、自分の魂が不名誉で卑しいものであり、自分自身が霊的に貧しく、卑しい存在であることを認めない限り、その者は悪意に蝕まれているが、本人はそれに気づいていないのである。たとえ彼が奇跡を行っていたとしても、彼を信じるべきではない。なぜなら、キリスト教の証とは、神の前で賢明な者であっても、それを人々から隠そうと努めることにあるからである。たとえ王のすべての宝を手にしていても、それを隠し、常にこう言うべきである。「この宝は私のものではなく、他の誰かが私のところに預けたものです。私は貧しい者であり、預けた者が望めば、私から取り戻すでしょう」もし誰かが、「私は裕福だ。手に入れたもので十分であり、これ以上は必要ない」と言うなら、そのような者はキリスト教徒ではなく、惑わしと悪魔の器である。なぜなら、神による喜びは飽くことのないものであり、人がどれほどそれを味わい、聖体拝領するかに応じて、それだけさらに渴望するようになるからである。そのような人々は、神に対する熱意と抑えきれない愛を持っており、成功し、得ようと努めれば努めるほど、あらゆる点で乏しく、何も得ていない

者として、自らをますます貧しい者と認める。彼らは言う。「私は、この太陽が私を照らすに値しない」。これこそがキリスト教のしるしであり、これこそが謙遜である（15,35）。

**25.** もし誰かが偉大な謙遜を守らなければ、その人はサタンに身を委ね、与えられた神の恵みから剥ぎ取られ、そしてその傲慢さが露呈する。なぜなら、その人は裸であり、貧しいからである。それゆえ、神の恵みによって豊かになる者は、大いなる謙遜と心の砕けを保ち、自分を貧しく、何一つ持たない者と見なし、「私が持っているものはすべて他人のものであり、他者が私に与えてくれたものであり、その方が望めば、私から取り戻される」と考えなければならない。神と人々の前でこのように自らを謙遜にする者は、与えられた恵みを保つことができる。それは、「自分を低くする者は高められる」（マタイ23:12）と書かれている通りである。神に選ばれた者として、自らを非難し、忠実な者として、自らを不適格であると見なすべきである。そのような魂は神に喜ばれ、キリストによって生かされる（41,3）。

**e)** とはいえ、彼らには、何よりも自惚れ、高慢、非難を最も恐れるよう警告が与えられている。なぜなら、それらによって恵みが離れ、恵みがなければ即座に墮落するからである。

**26.** もし王が自分の宝をある乞食に預けたなら、それを預かった者はその宝を自分の所有物とは見なさず、どこへ行っても自分の貧しさを認め、他人の宝を浪費することを敢えてしない。なぜなら、彼は常に自分自身にこう言い聞かせているからである。「この宝は、単に私にとって他人のものであるだけでなく、強大な王によって私に預けられたものであり、王は望む時、いつでも私からそれを取り戻すだろう」。そして、神の恵みを持つ者たちも、自分自身について同じように考え、謙虚で賢明であり、自らの貧しさを告白しなければならない。もし、ある貧者が王から託された宝を受け取り、その他人の宝に頼って、それをあたかも自分の富であるかのように誇り始め、その心が自慢で満たされるならば、王はその宝を取り戻し、それを預かっていた者は以前と変わらず貧しいままとなる。同様に、恵みを受けた者たちが高慢になり、その心が傲慢になれば、主は彼らから御自身の恵みを取り去られ、彼らは主から恵みを受ける前のままの状態に留まることになる（15,25）。

**27.** なぜなら、御霊の恵みを受け、安らぎ、願望や霊的な甘美さの中に恵みある慰めを見出し、それに頼って高慢になり、無防備に陥り、心を砕かず、思いにおいて謙虚にならず、無情の完全な境地に達せず、あらゆる勤勉さと信仰をもって恵みに完全に満たされることを得ずに、それだけで満足し、安住し、わずかな恵みの慰めに留まってしまった。このような魂たちは、謙遜よりも高慢に傾き、たとえ何らかの賜物を受けたとしても、その不注意な怠慢と、自惚れによる虚栄心のために、その賜物を失ってしまうのである（10,3）。

**28.** さて、私は、あらゆる賜物を持っており、御霊の交わりに与っていた人々を見たが、彼らは完全な愛に達することができず、墮落してしまった。ある高潔な人は、世を捨てて財産を売り払い、奴隷たちを解放し、分別があり賢明な者として、すでに清らかな生活によって名声を博していたが、その一方で、自惚れと傲慢に身を任せてしまい、ついには放蕩と数え切れないほどの悪に陥ってしまった（27,14）。

**29.** またある者は、迫害のさなかに自らの肉体を犠牲にし、殉教者となったが、その後、平和が訪れて解放され、尊敬を集めていた。彼は、激しい煙の中で苦しめられたため、まぶたに傷を負っていた。そして、彼は称賛され、祈りの場に招かれた際、パンを取り、それを自分の少年にもたらししたが、その心は、まるで神の言葉を一度も聞いたことがないかのような状態になってしまった（27,15）。

**30.** また、ある修道士が、私と同じ家に住み、私と共に祈っていたが、彼は恵みに満ちており、私のそばで祈ると、その内に恵みが沸き立つため、感動に満たされた。彼には癒しの賜物が与えられており、悪霊を追い出すだけでなく、手足を縛られ、重篤な病に苦しむ者たちをも、手を置くことによって癒やしていた。しかしその後、世から称賛され、自らに陶醉するうちに、彼は高慢になり、罪の最も深い底へと堕ちてしまった。見よ、癒しの賜物を持っていた者でさえ堕ちたのだ。愛の節度に至らなかった者たちが、いかに堕ちていくか、お分かりだろうか。しかし

、愛に到達し、それに縛られ、陶醉している者は、あたかも自らの本性を意識することなく、別の世界へと引き込まれ、捕虜として連れ去られるのである（27,16）。

**31.** 忠実で真に愛に満ちた魂は、義人たちに用意された永遠の恵み、そして降りてくる神の恵みの言葉に尽くせぬ恩恵を見つめ、自分自身やその思いやり、労苦や功績を、御霊の言葉に尽くせぬ約束にふさわしくないものと認める。これこそが、主が喜ばれる「霊的に貧しい者」である。これこそが、義を渇き、渴望する者である。これこそが、心を碎かれた者である。このような意志、献身、労苦、そして徳への愛を受け入れ、最後までそのままであった者たちは、真に命と永遠の御国を受けることができる。それゆえ、兄弟たちのうち、だれも兄弟の前で高ぶってはならず、また、悪しき者に惑わされて、「見よ、私はすでに霊的な賜物を持っている」と言って、うぬぼれにふけてはならない。なぜなら、キリスト者がそのように考えることはふさわしくないからである。明日、兄弟に何が起こるか、あなたにはわからない。あなた自身の結末も、兄弟の結末も、どのようなものになるか、あなたは知らないのだ。それとは対照的に、誰もが自分自身に注意を払い、絶えず自分の良心を吟味し、心の働きを吟味し、どのような熱意と努力をもって心が神へと向かっているかを確かめ、完全な目標——自由、無情、そして霊的な安らぎ——を念頭に置き、いかなる賜物や言い訳にも決して頼ることなく、絶え間なく、熱心に歩み続けなければならない（29,7）。

**32.** 神の恵みの働きを受けた者たちでさえ、どのようにして墮落してしまうのか。本来最も清らかな思いでさえ、悪意に満ち、墮落してしまうことがある。人は高慢になり、他者を非難し、「あなたは罪人だ」と言い、自分だけは義人であると認めるようになる。パウロが何と言っているか、知らないのか。「私に、肉体のつまずき、すなわちサタンの使者が与えられ、私を苦しめるのは、私が高ぶらないためである」（Ⅱテモテ12:7）。そして、清い性質の中にも、高ぶる可能性は存在する（7:4）。

**33.** それゆえ、キリスト教徒自身は、誰をも——露骨な姦婦であれ、罪人であれ、あるいは放蕩者であれ——決して非難しないよう、あらゆる努力を尽くさなければならない。そして、すべての人を純真な意志と清らかな眼差しで、それが人にとってあたかも自然で不可欠なものであるかのように受け止め、誰をも軽んじたり、非難したり、嫌悪したりせず、人々の間に差別を設けてはならない（15章8節）。

**34.** 人は、恵みの賜物を持っているにもかかわらず、墮落してしまうことがあるだろうか。もし怠けるならば、墮落してしまう。なぜなら、敵は決して手をこまねいておらず、怠惰に陥ることなく戦いを繰り広げているからである。それゆえ、なおさらあなたは神の前での探求を止めてはならない。たとえ、一見、恵みの秘跡そのもので試練を受けたように見えても、怠慢に陥れば、あなたに多くの害が及ぶからである（15,14）。

**35.** キリスト者の尊厳は偉大であり、何ものにも比べることはできない。しかし、もし誰かが心が散漫になり、悪意に奪われてしまったなら、その人は城壁のない町に例えられる。そこへ強盗たちはどこからでも自由に入り込み、町を荒らし、焼き払ってしまうのである。同様に、もしあなたが怠慢で、自分自身に無頓着であれば、悪霊たちがやって来て、心を無に帰し、荒廃させ、この世において思いを散漫にさせてしまう（15,45）。

**e)** それゆえ、彼らは、どのような宝を得たかを自覚して大いに喜ぶのと同じくらい、それを失わないようにと恐れており、恵みの御霊を傷つけず、御霊が去らないように、自らの霊的な奉仕を全うしようと努めている。

**36.** 労苦する者は、望むものを得るまで、また主が来られ、御霊のあらゆる感覚と働きにおいてその内に住まわれるまで、自分の労苦や生き方に希望を抱くことはない。そして、主の恵みを味わい、霊的な実を享受するとき、闇の覆いは取り除かれ、キリストの光が輝き、言葉に尽くせない喜びをもって働きかける。その時、主を伴っている者として、その偉大な愛を確信するようになる。利益を得た商人のように、彼は喜びつつも、同時に心を痛め、強盗や悪霊による災いを恐れ、気を緩めて労苦の成果を何らかの形で台無しにしてしまわないよう、天の御国、天上のエルサレム（14,2）に入るにふさわしくなるまで警戒を怠らないのである。

**37.** 海を航行する商人たちは、順風と穏やかな海に恵まれていても、港に入るまでは常に、突然逆風が吹き、海が荒れ、船が危険にさらされるのではないかという恐れを抱き続けているのと同様に、キリスト者たちも、自分たちの内に聖霊の恵みの風が吹いていることを感じつつも、それでもなお、逆風の力が現れて吹き荒れ、彼らの魂の中に何らかの反乱や動揺を引き起こさないかという恐れを抱いているのである。それゆえ、安息の港、完全な平和、永遠の命と永遠の喜び、聖徒たちの都——天のエルサレム、長子たちの教会（ヘブライ人への手紙 12: 23）——へと入るためには、大きな慎重さが必要である。そして、まだこれらの段階を経ていない者にとっては、この通過の最中に、悪意ある力が何らかの転落を仕組まないか、恐れるべき理由が数多くある（43, 4）。

**38.** ある裕福な人物、あるいは非常に名高い王が、自分の体以外に何一つ持たない貧しい女性に好意を抱き、彼女の愛人となり、彼女を花嫁として、また同居人として自分の元へ迎え入れようと企てる。そして、もし彼女が最終的に夫への好意を示せば、夫への愛を保ちつつ、この貧しく、物を持たない女性は、夫が持つすべての財産の女主人となる。しかし、もし彼女が義務や道義に反して、夫の家で不品行な振る舞いをしたならば、不名誉と侮辱を受けて追い出され、両手を頭に置いて去っていくことになる。これは、モーセの律法において、夫に従順でなく、夫の意に添わない妻について示されている通りである（申命記 24: 1）。その時、彼女は苦しみ、苦々しく泣きながら、自らの不賢さゆえに不名誉を被り、どれほどの富を失い、どれほどの栄光を奪われたかを思い巡らすのである（15, 2）。

**39.** 同様に、天の花婿であるキリストが、彼との神秘的かつ神聖な交わりのために花嫁として自らに結ばれた魂、すなわち天の富を味わうことになる魂は、彼女と婚約されたキリストに心から仕え、彼女に委ねられた霊的な奉仕を適切かつふさわしい方法で果たし、あらゆる事において神に喜ばれ、聖霊を何一つ傷つけず、完全な貞潔とキリストへの愛を適切に保ち、天の王の御家（ ）において、与えられた恵みに全き献身をもって正しく振る舞わなければならない。かくして、そのような魂は、主のすべての恵みの主として立てられ、その肉体そのものが、キリストの神性からの栄光を受けるのである。しかし、もし彼女が何らかの点で罪を犯し、また、その奉仕において義務に反する行いをし、キリストに喜ばれることを行わず、御心に従わず、彼女の中に宿る聖霊の恵みに協力しないならば、彼女は侮辱とともに恥ずべき不名誉にさらされ、天の王との交わりにふさわしくなく、またその能力を失った者として、命から断ち切られることになる。そして、この魂については、すでにすべての聖なる知恵ある霊たち——天使、力、使徒、預言者、殉教者たち——が嘆き、悲しみ、泣き、彼女を嘆き悲しんでいるのである（15, 2）。

**40.** それゆえ、私たちは努め、あらゆる分別をもって慎重に行動し、書かれているとおり、恐れをもって自らの救いを成し遂げなければならない（フィリピ 2: 12）。それゆえ、キリストの御霊に与る者となったあなたがたは皆、いかなる事においても、些細なことであれ重大なことであれ、軽んじてはならず、御霊の恵みを冒瀆してはならない。そうして、すでに与られているそのいのちを失うことのないように（15, 4）。

**41.** また、別の例を挙げて説明しよう。もし奴隷が王宮に入り、王に仕えて、自分に任されたものを差し出すならば、それは王の財産から取り出したものであり、自身は何も持たずに王宮に入り、王の器を用いて王に仕えるのである。しかし、ここには多くの分別と思慮深さが求められる。奉仕の際に不適切なことをせず、王の食卓にある料理を別のものと取り違えて供することなく、最初の料理から最後の料理まで、すべてを順序通りに供さなければならないからだ。もし無知や思慮の欠如から、王にふさわしい奉仕ができなければ、危険にさらされ、死に至るだろう（15, 5）。

**42.** 同様に、恵みと御霊によって神への奉仕に身を捧げた魂もまた、神の器、すなわち霊的な奉仕について、恵みに反する自らの意志によって何らかの過ちを犯さないよう、大きな分別と知恵を必要とする。なぜなら、魂は、内なる人によって密に行われる霊的な奉仕によって、また自らの器、すなわち内なる人の霊によって、主に仕えることができるからである。しかし、神

の器、すなわち恵みなしには、誰も神に仕えること、すなわち、あらゆる事において神の御心を全うして神に喜ばれることはできない（15,5）。

43. そして、魂が恵みを受け入れたとき、そこには多くの分別と思慮深さが求められる。しかし、これらすべては、神ご自身が、御自身に求める魂に与えてくださるものである。それは、魂が、受け入れた御霊によって神に喜ばれるように仕え、いかなる悪徳にも打ち負かされることなく、無知、無畏や怠慢によって道を外れ、義務に反して主の御意志に背くことのないように。なぜなら、そのような魂には死と嘆きが罰として下るからであり、これについて神聖な使徒もこう語っている。「他の人々に説くのと異なり、自分自身が失格者とならないように」（Iコリント9:27）。ご覧の通り、神の使徒であった彼は、どれほどの畏れを抱いていたのでしょうか。それゆえ、神の恵みを受けた私たち全員が、何よりもまず神の御心に従って霊的な奉仕を全うし、すべてを軽んじる考えに慣れ親しむことなく、このようにして、神の御前に喜ばれるように生き、御心に従って霊的な奉仕を捧げ、永遠のいのちを受け継ぐことができるように（15:6）。

44. 王の宮殿に入る際、地方の首長たちは、どのように答えるべきか、また答えを誤って非難や罰を受けることのないかについて大きな恐れを抱くのに対し、王を一度も見たことのない村人や庶民は気楽に振る舞う。それと同様に、この天下のすべての人々、王から乞食に至るまで、キリストの栄光を知らず、世俗の事柄に心を砕いており、審判の日を思い出す者はめったにいない。しかし、思いをもってキリストの裁きの座、すなわちキリストの御座があり、常にキリストの御前に立ち、その聖なる戒めに背くような過ちを犯さないよう、絶え間ない畏れと戦慄の中にあるのである（15,17）。

45. しもべが主人のそばにいますとき、そのそばにいます間はずっと恐れを抱き、主人のいないところでは何もしないのと同様に、私たちもまた、主であり、心を見通す方であるキリストの御前に、自らの思いをかしこまり、さらけ出し、キリストに希望と信頼を置くべきである。なぜなら、キリストこそが私の栄光であり、私の父であり、私の富だからである。それゆえ、あなたは常に良心の中に配慮と畏れを抱いていなければならない（16,6）。

46. 領地の統治や王の財宝を任された者たちが、王を何らかの形で侮辱することのないよう常に気を配っているように、霊的な務めを託された者たちもまた、常に気を配り、安らぎがあってもあたたかもそれがなくないように振る舞う。なぜなら、彼らはまだ魂から、すなわち魂に侵入した闇の王国を追い出し、その牧草地を支配した野蛮人たちを追い出しているからである（16,12）。

(g) 同じ目的のために、彼らはあらゆる手段を尽くして、心で主から離れないよう努め、自らの内面を、船乗りの舵取りや、馬車の御者のように、しっかりと整えておくのである。

47. 神は言葉では言い表せず、計り知れないお方であり、至る所に御自身を現される——山にも、海にも、深淵の底にも、ある場所から別の場所へと移動することなく、まるで天使たちが天から地上に降りてくるように、神は天におられ、またここにもおられる。もし深みの中で主を求めれば、主がそこでしるしを行っておられるのを見つけるだろう。もし穴の中で主を求めれば、主がそこで二頭の獅子の間にあって、義人ダニエルを守っておられるのを見つけるだろう。もし火の中で主を求めれば、主がそこで御自分のしもべたちを助けておられるのを見つけるだろう。山で主を求めれば、主がエリヤやモーセと共にそこにいることがわかるだろう。主は至る所におられる。地の下にも、天の上にも、私たちの中にも、そしてあらゆる場所に（16,5.12）。

48. クリスマスは常に神を心に留めていなければならない。なぜなら、「心を尽くして、あなたの神、主を愛せよ」（申命記6:5）と記されている。つまり、礼拝堂に入る時だけでなく、旅の途中でも、会話をしている時も、食事をしている時も、神を心に留め、神への愛と献身を持ち続けなければならない。主はこう言われている。「あなたの心がどこにあるか、そこにはあなたの宝もある」（マタイ6:21）。人の心が何に結びつき、その願いが何に引き寄せられるか、それこそがその人にとっての神となる。もし心が常に神を求めるなら、神こそがその人の心の主である。火の中に投げ込まれた小枝が、火の力に抗うことができず、たちまち燃え尽きてしまうように、悪魔たちも、御霊の賜物を受けた人間を襲おうとするとき、その人が常に主に固く結びつ



き、主に信頼と希望を置いている限り、神の燃えるような力によって焼き尽くされ、滅ぼされてしまうのである。たとえ悪魔たちが堅固な山のように強固であっても、祈りによって、火にさらされた蠟のように燃え尽きてしまうのである（43,3）。

49. また、主の聖徒たちは、世の舞台に座り、その惑わしを見守ることがあるが、内なる人においては神と語り合い、外なる人においては、世で起きていることを見つめているように見えるのである。世俗の人々は、地上のことを賢く考えるように仕向けるお世辞の霊の別の影響下にありますが、キリスト者には別の意志、別の心があり、彼らは別の時代、別の都の人々です。なぜなら、神の御霊が彼らの魂と交わりの中に留まっているからです（15,8.9）。

50. 使徒はこう言っている。「私は、男たちが怒りや悪意のある思いを抱くことなく祈ることを望む」（1テモテ2:8）。なぜなら、福音書によれば、思いは心から出るものだからである（マタイ15:19）。それゆえ、祈りに臨むときは、自分の心と心に注意を払い、清らかな祈りがあなたを通して神に届くことを願いなさい。とりわけ、祈りを妨げるものがないか、祈りが清いか、あなたの心が、農夫が農事に、夫が妻に、商人が商売に専念するように、主に向けられているか、そして祈りのためにひざまずくとき、他のことがあなたの思いをかき乱していないか（15:12）を確かめなさい。

51. 「心を尽くして、あなたの神、主を愛せよ」（申命記6:5）と書かれている。そしてあなたは、「私は愛している。聖霊も持っている」と言う。しかし、あなたの中に、主への思いやり、主への愛、そして主への熱意が確かにあるだろうか。あなたは昼も夜も主に心を留めているか。もしそのような愛があるなら、あなたは清い。しかし、もしないなら、この世の心配事や、邪悪で悪意に満ちた思いが訪れたとき、あなたは本当にそれに動じず、あなたの魂が常に神の愛に引き寄せられ、神に献身しているかどうかを確かめよ。なぜなら、世俗的な思いは、心を地上的で儂いものに引きつけ、神を愛したり、主を思い起こしたりすることを妨げるからです。しばしば、無知な者でさえ祈りに取りかかり、ひざまずくと、その心は安らぎに入る。そして、悪意という対峙する壁をどれほど掘り崩し、その下へと深く入り込むかによって、その壁はそれだけ崩壊し、その人は、強者や賢者、あるいは雄弁家たちが到達し得ないような、啓示と知恵に至る。彼らはその心の繊細さを理解することも、知ることさえできない。なぜなら、その人は神の神秘に没頭しているからである（15,13）。

52. 銅の器の外に火があり、その後で薪をくべると、器は熱くなり、その中にあるものは、器の外で燃やされた火によって煮え立ち、沸き立つ。しかし、もし誰かが怠けて薪をくべなければ、熱は弱まり始め、まるで消えかけていくかのようにになる。それと同じように、恵みとは、あなたの内にある天の火である。もしあなたが祈り、自分の思いをキリストへの愛に委ねるなら、それはまるで薪をくべたかのように、あなたの思いは火となり、神の愛に浸されることになる。御霊は離れて、あたかもあなたの外にいるかのように見えることもあるが、それでもなお、御霊はあなたの内にも留まり、あなたの外にも現れるのである。もし誰かが、たとえわずかに世俗的な事柄や散漫さに身を任せてしまっただけでも、再び罪が訪れ、魂にまとわりつき、人を苦しめ始める。魂はかつての平安を思い出し、嘆き始め、より頻繁に苦しむようになる（40,7）。

53. 再び心は神へと向き直り、かつての安らぎが再び近づき始め、人は再びより強く神を求め、「主よ、どうかお助けください!」と言い始める。次第に、魂を燃え立たせ、安らぎを与える炎が加わっていく。それは、釣り針が少しずつ深みから魚を引き上げるのと同じである。もしこれがなく、魂が苦しみと死を味わわなかったならば、どうして苦いものと甘いもの、死と生を見分け、命を与える父と子と聖霊に永遠に感謝することができようか!（40,8）。

54. 船が十分に装備されている場合、船長がすべてを指揮し、ある者には叱責し、別の者には何をすべきかを指示するように、心にもまた、船長である理性、非難する良心、そして非難する思いや正当化する思いがある。なぜなら、使徒はこう言っているからである。「互いに、非難する思いや弁明する思いによって」（ローマ2:15）。（15,31）。

55. もし戦車、手綱、馬、そしてそれに必要なすべてのものが一人の御者の手にあるならば、彼が望む時には戦車を全速力で走らせ、望む時には戦車を制し、また、どこへ向きたいと望む

かによって、戦車はそこへ進む。戦車全体が御者の支配下にあるのである。それと同様に、心にはそれとは密接に結びついた多くの自然な思いがあるが、理性と良心は心に戒めと指針を与え、心の中に生じる自然な思いを鎮める。なぜなら、魂は一つであっても、多くの構成要素を持っているからである（15,32）。

**56.** 人々は馬を繋ぎ、戦車を操り、互いに突進し合い、それぞれが敵を打ち倒し、打ち負かそうと努める。そうして、修行者の心は一つの光景を呈する。そこでは、悪意ある霊たちが魂と戦い、神と天使たちはその奮闘を見守っている。さらに、刻一刻と多くの新しい思いが魂によって生み出され、また悪意によっても植え付けられる。なぜなら、魂には多くの秘められた思いがあり、この瞬間にそれらを生み出し、生み出しているからである。また、悪意にも多くの思いと企てがあり、刻一刻と魂に対する新しい思いを生み出している。なぜなら、心は騎手であり、彼は魂の戦車を駆り、思いの手綱を握りしめ、サタンの戦車に向かって突き進む。というのも、サタンもまた、魂に対してその戦車を用意しているからである（40,5）。

**z)** ここから、ここでも罪や敵による戦いが絶えないことが分かる。それゆえ、心の思いや動きとの絶え間ない闘いがあるのだ。ここでは、その闘いはより精妙なものとなっている。

**57.** 多くの人は、たとえ恵みを授かっているとしても、自分たちが罪によって奪われていることを知らない。まるで、ある家に若い女性と若い男性が共に住んでおり、その男性に惑わされた女性が、ついに彼と合意し、姦淫を犯して軽蔑されるようになるのと同様に、恐ろしい罪の蛇もまた魂と共にあり、魂を誘惑し、説得する。もし魂がそれに同意すれば、無形の魂は無形の悪霊と交わりを持つことになる。すなわち、霊が霊と交わりを持つことになり、悪しき者の思いを受け入れ、それに同意する者は、その心の中で姦淫を犯すことになるのである。それゆえ、あなたの修行の要は、思いの中で姦淫を犯さず、知性をもって立ち向かい、内なる戦いを繰り広げ、悪徳と戦い、それに従わず、思いの中でそれに同調しないことにある。そして、もし主があなたの中にこの覚悟を見出されたならば、最後の日に、主はあなたを御自身の御国に迎え入れてくださるであろう（15,26）。

**58.** 人間には、たとえ悪の深みにあり、罪を犯している者であっても善へと立ち返ることができ、また、聖霊に結ばれ、天の喜びに満たされている者であっても、悪へと立ち返る力があるという性質がある。また、神の恵みを味わい、すでに御霊の交わりに与っている者たちでさえ、注意を怠れば、その熱意が冷め、世に生きていた頃よりもさらに悪い状態になってしまう。そして、これは神が気まぐれで無力であるからでも、御霊が衰えるからでもなく、人々自身が恵みに従わないがゆえに、迷い出て、数え切れないほどの悪に陥るからである（15,34）。

**59.** また、すでに神の甘美さを味わった者たちでさえ、なお自分たちの中に働く敵の影響を受けやすく、経験不足ゆえに、神の訪れの後でも、キリスト教の秘跡の最中にも、思いが作用し続けることに驚いている。しかし、この状態に熟達した者たちは、これに驚かない。それは、長年の経験を持つ熟練した農夫が、豊作の時には完全に油断することなく、飢饉や不作も予想し、逆に飢饉や不作に見舞われた時も、時が移り変わることを知っているのので、希望を完全に失わないのと同じである。同様に、霊的な面においても、魂が様々な誘惑にさらされても、それを不思議に思ったり絶望したりはしない。なぜなら、神の許しによって、悪が魂を試み、罰することが許されていることを知っているからである。逆に、大きな富と平安に恵まれているときでも、油断することなく、変化を予期している（16,3）。

**60.** 人が恵みの深みの中にあり、それによって豊かに満たされているとき、その人の中にはなおも悪の種が残っているが、彼には助けてくれる守護者もいる。泉が流れ出れば、その周囲の場所も湿り気を帯び、潤うものである。しかし、暑さが訪れるやいなや、泉もその周辺も乾いてしまう。同様に、神の恵みがあふれている神の僕たちにおいても、その恵みは、悪しき者によって煽られる欲望も、また自然な欲望も枯渇させる。なぜなら、今や神の民は最初のアダムよりも高き存在となっているからである（16,4）。

**61.** ある人々は、神の恵みの中にこれほど深く安らぎを見出すため、自分の中に宿る悪徳よりも強靱になり、祈りと神の御前における大きな平安を持っているにもかかわらず、ある時には

悪意ある思いの働きに陥り、罪に侵されてしまう。とはいえ、彼らは依然として神の恵みの中に留まっているのである。しかし、軽率で無知な人々は、自分の中に恵みが部分的に働いているとき、自分にはもはや罪がないと思い込む。一方、分別があり賢明な人々は、自分の中に神の恵みがあるからといって、恥ずべき不純な思いの働きにさらされないなどとは決して断言しない（17, 5）。

**62.** 兄弟たちの間では、ある者たちが大きな喜びと恵みを得て、五、六年の間、自分についてこう語っていたことがしばしば見られる。「私たちの中から情欲は枯れ果てた」と語っていた。しかしその後、自分たちが情欲から完全に解放されたと自負したとき、彼らの中に潜んでいた悪徳が動き出し、彼らは情欲に燃え上がった。それゆえ、彼らは自分自身に驚き、「これほど長い時間が経った後、なぜこのような悪徳が私たちの中に再び現れたのか」と語ったのである。それゆえ、健全な判断力を持つ者なら誰も、「私の中に恵みが宿っているのだから、私は罪から完全に解放されている」などとは決して言おうとはしない。それどころか、心には二つの側面が作用している。経験の浅い者たちは、たとえわずかながらも恵みの影響を受けるとすぐに、自分たちはすでに勝利者であり、完全なキリスト教徒になったと思い込んでしまう。しかし、私の考えでは、これはまるで、澄んだ空の下で太陽が輝いているところに雲が現れ、それを覆い、空気を濁らせてしまうようなものです。雲の向こう側にある太陽は、その光も本質も、何ら損なわれることはありません。完全な清らかさに達していない人々にも、同じことが言えます。神の恵みの中にありながら、心の奥底ではまだ罪に囚われている彼らは、善において完全に確立されているわけではないにせよ、神への憧れを強める自然な衝動や思いを抱いているのである（17, 6）。

**63.** 逆に、心の奥底で善の側に立っている者、すなわち恵みに支配されている者でさえ、依然として邪悪な思いの奴隷や捕虜であり、悪の側に立つこともある。それゆえ、自分の中で何が起きているのかを経験的に見極めるには、多くの分別が必要である。しかし、使徒たちでさえ、自分の中に慰め主を宿していたにもかかわらず、全く心配事がないわけではなかったと、あなたに告げておこう。彼らには喜びと楽しさがある一方で、悪の側からのものではなく、恵みそのものの働きによる恐れと戦慄もあった。恵みそのものが、たとえ些細なことでも、彼らが道を踏み外さないよう戒めていたのである。まるで、石の破片を壁に投げつけても、壁に少しも傷をつけず、動かしもせず、あるいは、鎧を身に着けた者に矢を放っても、鎧が矢を弾き返すため、鉄にも体にも害を与えないのと同様に、たとえ悪の一端が使徒たちに近づいたとしても、彼らに害を及ぼすことはなかった。なぜなら、彼らはキリストの完全な力に覆われており、彼ら自身も完全であったため、義の行いを行う自由を持っていたからである。ある人々は、恵みがあるならば魂はもはや何も心配する必要がないと主張するが、神は完全な者たちに対しても、恵みに従って行動できるよう、御霊に仕えるための魂の意志を求めておられる。なぜなら、使徒は「御霊を消してはならない」（Ⅰテサロニケ5:19）と言っているからである。（17, 7.8）。

**64.** 目に見える世界において、大地はそれ自体、たいていの場合、いばらを生じさせる。農夫は土を掘り起こし、丹念に耕し、種を蒔くが、それでもいばらや蒔かれていない草は生え、増え続ける。それは、アダムが罪を犯した際、「大地はあなたのためにいばらとアザミを生じさせる」（創世記3, 18）。農夫は再び労を惜しまず、いばらを掘り起こすが、それらはさらに増え続ける。これを霊的に理解せよ。罪を犯したゆえに、地は心の奥底からいばらやあざみを生み出し、人は地を耕し、労苦するものの、悪しき霊たちによるいばらは依然として生じ続ける。その後、聖霊ご自身が人間の弱さを助け、主はこの心の地に天の種を蒔き、それを耕される。そして、主の種が蒔かれても、いばらやアザミは依然として生えてくる。主ご自身と人が再び魂の地を耕すが、夏が訪れ、恵みが増し、太陽の灼熱によっていばらが枯れるまで、そこには七つの悪霊といばらが現れ、生え続けるのである（26, 21）。

**65.** 悪は本性そのものの中に存在しているが、それでもなお、そこでは、悪が育つ場所を見つけた場合にのみ優勢となる。柔らかな小麦の茎は、雑草に押しつぶされてしまうことがある。しかし、夏が訪れて植物が乾くと、雑草は小麦に少しも害を及ぼさなくなる。たとえ三十メルの純粋な小麦があったとしても、そこに不純物や雑草が混ざっている場合——例えば、それらが数

握り程度だとしても——雑草は大量の小麦の中に埋もれて目立たなくなる。同様に、恵みにおいても、神の賜物と恵みが人の中で増し加わり、その人が主において豊かになる時、たとえその人に一部悪が残っていたとしても、それはその人に害を及ぼすことはできず、その人に対して何の力も持たず、その人の中に何の分も持たない。なぜなら、主の来臨と御摂理は、悪徳に奴隷とされ、支配され、服従させられていた私たちを解放し、死と罪に打ち勝つ者とするためであるからである（26, 22）。

66. 使徒たちは、もし望んだならば罪を犯すことができたのだろうか、それとも恵みは意志そのものよりも強かったのだろうか。彼らは罪を犯すことはできなかった。なぜなら、彼らは光の中にあり、そのような恵みの中にありながらも、高ぶることはなかったからである。とはいえ、恵みが彼らの中で弱かったとは言わない。むしろ、恵みは、完全な霊的な人々でさえ、自らの意志を持ち、望むことを行い、好きなものに傾く余地を与えていると主張する。そして、人間の性質そのものが、弱さゆえに、自分と共に在る善から逸脱する可能性を秘めているのである。まるで完全な武装、鎧やその他の武器を身にまとい、内面ではすでに安全が確保されており、敵が襲ってこないか、あるいは襲ってきたとしても、武器を用いて敵に立ち向かい、戦いを挑み、勝利を収めるか、あるいは、武器を携えながらも敵と戦わず、彼らと共に喜び、平和に暮らすこともできる。同様に、キリスト者もまた、完全な力に身を包み、天の武器を携えているが、もし望むならば、サタンと共に喜びを分かち合い、彼と平和に暮らすこともでき、戦わない。なぜなら、人間の本性は変わりやすいものであり、また、人間は、依然として残されている自由意志ゆえに、望めば神の子とも、あるいは滅びの子ともなり得るからである（27, 11）。

67. 完全な者たちには、苦難や戦いが待ち受けているのだろうか。それとも、彼らは全く心配事のない状態にあるのだろうか。敵の攻撃を受けない人間など一人もいない。サタンは容赦がなく、人間を憎んでいるため、あらゆる人間を攻撃することを厭わないが、どうやらすべての人に対して同じ程度の力で襲いかかるわけではないようだ。ある人々は、罪による激しい戦いや苦悩に耐えつつも、その戦いを乗り越えて強められ、知恵を深め、敵の力をもものともせず、この点において危険にさらされることはない。なぜなら、彼らは揺るぎなく、自らの救いを確信しているからである。彼らは頻繁に訓練を重ね、悪との戦いにおいて経験を積んできたからであり、神ご自身が彼らと共にいて、彼らは神に導かれ、安らぎを得る。一方、まだ鍛えられていない者たちは、ただ一つの苦難に遭遇し、戦いが彼らに降りかかると、たちまち災いと破滅に陥ってしまう（15、16、17）。

68. ある人々は、自らを隔て、神の恵みが彼らの中に強く働く中で、自分の肢体がこれほどまでに聖別されていると感じ、キリスト教においてはもはや情欲の入り込む余地はなく、貞潔で清らかな心が得られるものであり、内なる人はすでに神聖で天上の領域に浮遊していると結論づけていた。それゆえ、そのような人は、間違いなく完全な境地に達したと思い込み、安全な港に入ったと自負したその瞬間——波が彼に襲いかかり、再び自分は海の中にいることに気づく。そこには水と空、そして死が待ち受けているだけだ。このように、私たちの内に潜む罪は、あらゆる邪惡な情欲を生み出すのである。しかし、再びそのような人々が何らかの恵みにあずかり、いわば、広大な海の深みからほんのわずかな一滴を受け取ったかのように、そのこと自体に、刻一刻と、日々起こっている奇跡を見出す。それゆえ、このような並外れた新しく神聖な働きにさらされた人は、自分がいかに欺かれていたかに驚き、啞然とするのである。ついに、神聖で天来の恵みは、彼を照らし、導き、和らげ、すべてを善きものへと整えていく（38, 4）。

69. 内なる人において行われる義を实践せよ。そこには、汚れなき聖所とともにキリストの祭壇が設けられている。そうすれば、あなたの良心の証しは、死んだ行いからあなたの良心を清めるキリストの十字架を誇り、あなたは自分の霊をもって神に仕え、次の言葉のとおり、あなたが誰を礼拝しているのかを知るようになるであろう。「私たちは、知っている方だけを礼拝します」（ヨハネ4:22）。あなたを導く神に身を委ねなさい。あなたの魂が、花嫁が花婿と交わるように、神との交わりに入ることができますように。なぜなら、こう言われているからです。「こ

の奥義は偉大である。しかし、私はキリストにおいて言う」（エフェソ5:32）、そして「汚れのない魂」（38:5）と。

70. 実を結ぶ木々や、その他の芳しい植物がある庭を想像してみてください。その庭は全体として美しく整えられ、装飾されており、保護のために柵の代わりに小さな壁で囲まれています。また、たまたまそこには急流の川が流れています。もし水が、たとえわずかにでも壁に打ちつけば、その土台を傷つけ、通り道を見つけ、少しずつ土台を完全に浸食し、庭に流れ込んで、すべての植物を壊し、根こそぎにし、すべての労苦を台無しにし、庭を実りのないものにしてしまうだろう。人間の心も同様である。そこには美しい思いがあるものの、絶えず罪の奔流が心に迫り、それを打ち倒し、自らの側に引きずり込もうとしている。そして、もし心が、たとえ少し軽率で不純な思いにふけりがちであっても、そこではすでに、お世辞の霊たちが自分たちの牧草地を見つけ、押し入り、すべての美しさを打ち倒し、善き思いを無に帰し、魂を荒廃へと導いてしまうのである（43, 6）。

i) この戦いとは別に、もう一つの戦い——外的な戦い——が待ち受けている。勤勉な者の心の中に神の恵みが現れ始めると同時に、他の人々からの敵対的な攻撃が始まる。内側から追い出された敵は、外側から武装する。これは、クリスチャンが霊において完全になるための避けられない条件となった。

71. 神の人々は、戦いと偉業に備えなければならない。勇敢な若者が戦いに耐え、自分に加えられる打撃に対して打撃で応じるように、キリスト者もまた、苦難や内的・外的な戦いを耐え忍び、打撃を受け止めつつ、忍耐をもって勝利を収めなければならない。これこそがキリスト教の道である。聖霊のあるところには、影のように迫害と戦いが付きまとう。預言者たちが、たとえ彼らの中に聖霊が働いていたとしても、常に同族から迫害されていたことを、あなたは知っているだろうか。道であり真理である主が、他民族ではなく、ご自身の民によって迫害されたことを、あなたは知っているだろうか。ご自身の民であるイスラエル人たちが、主を迫害し、十字架につけたのである。これと同様のことが使徒たちにも起こった。なぜなら、十字架の時から慰め主である御霊が来られ、キリスト者たちの中に宿られたため、ユダヤ人のうちにはもはや迫害される者はおらず、キリスト者たちだけが殉教者となったからである。それゆえ、彼らはこれに驚いてはならない。真理は迫害されるものだからである（15:11）。

72. ヨブについて書かれていることも単純な話ではない。サタンが彼を自分に譲るよう求めたのは、神の許しなしには、サタン自身では何もできなかったからである。では、悪魔は主に対して何と言ったのか。「もし主の御顔を仰いで祝福しないなら、彼を私の手に渡してください」（ヨブ記1:11）と。今なお、ヨブは同じであり、神も同じであり、悪魔も同じである。ヨブが神の助けを目の当たりにし、恵みに対して熱心で情熱的であったまさにその時、サタンは彼を自分に引き渡してほしいと願い、主にこう言った。「あなたが彼を助け、守っているから、彼はあなたに仕えている。彼を見捨てて、私に引き渡してください。そうすれば、彼はきっとあなたの御顔を仰いで祝福するでしょう」と。結局、魂が慰めを受けると、まるでそのせいで、恵みがそこから離れ、魂は誘惑に身を委ねてしまうのです。そこで悪魔が現れ、魂に数え切れないほどの災いと絶望、落胆、邪悪な思いをもたらし、魂を打ち砕いて、その気力を失わせ、神への希望から遠ざけようとする。しかし、分別ある魂は、災難や悲しみの中でも希望を失わず、持っていたものをしっかりと握りしめ、たとえ何千もの誘惑の中でどんな苦難が降りかかろうとも、すべてに耐え忍びながらこう言う。「たとえ死んでも、主を離れない」（26, 7. 8）。

73. それにもかかわらず、すべての義人は、狭く険しい道を歩みながら、最後まで神に喜ばれる生き方をした。アブラハムは神の御前で富んでいたが、世に対しては自分を「土と灰」と呼んだ（創世記18, 27）。また、ダビデは自分自身について、「人々の侮辱と、人々の軽蔑、虫であり、人ではない」（詩篇21, 7）と語っている。同様に、すべての使徒や預言者たちも苦難に遭い、非難された。道であり神である主ご自身が、ご自身のためではなく、あなたのために来られ、あなたにとってあらゆる善の模範となるために来られたのである。主がどのような屈辱の中で来られたか、見てほしい。神、神の子、王、そして王の子である方が、奴隷の姿をとられたので

ある。御方は癒しの薬を授け、傷ついた者を癒やし、外見上はあたかも傷ついた者の一人のように現れる（26, 25）。

74. しかし、神が外見上は卑しめられ、あたかも私たちの一人のようであるのを見ても、神の偉大さを軽んじてはならない。神はご自身のためではなく、私たちのために、そのように現れたのだ。「十字架につけよ、十字架につけよ！」と叫び声が上がり、群衆が押し寄せたその時、神は誰よりも深く卑しめられていたのではないだろうか。この世において、ある悪党に対して領主が死刑判決を下せば、民衆全体がその者を忌み嫌って辱めるのと同様に、主もまた、十字架にかけられた際、死刑を宣告された者として、パリサイ人たちからは何の価値もない者と見なされていた。また、御顔に唾を吐きかけられ、いばらの冠を被せられ、頬を打たれたとき、これこそあらゆる屈辱の極みではなかったでしょうか。なぜなら、「わたしの頬を傷つける者たちを、わたしは許した。唾を吐きかけられても、顔を背けず、頬を打たれても、顔をそらさなかった」（イザヤ書50章6節）と書かれているからです。もし神がこれほど多くの侮辱、苦しみ、そして屈辱を受け入れられたのなら、たとえあなたがどれほど自分を謙遜させたとしても——生まれながらの泥のような存在であり、死すべき性質を持つ者として——あなたの主のようなことは決してできないだろう。神はあなたのためにご自身を謙遜にされたのに、あなたは自分のためにも謙遜にならず、むしろ高慢になり、自慢している。神は自ら苦しみと重荷を負うために来られ、あなたに御自身の平安を与えるために来られたのに、あなたは労苦を背負い、苦しむことを望まず、それによってあなたの傷が癒されることを拒んでいる。神の苦しみと忍耐に、永遠の栄光あれ（26, 26）。

75. もし神が地上でそのような道を歩まれたのなら、あなたもまた、神の模範に従わなければならない。使徒たちも預言者たちも、そのように歩んだのである。そして私たちも、もし主と使徒たちという土台の上に築かれないと願うなら、彼らの模範に従わなければならない。なぜなら、使徒は聖霊によってこう言っているからだ。「あなたがたは、私がキリストに倣っているように、私に従いなさい」（Iコリント4:16）。もしあなたが人間的な栄光を愛し、人々に頭を下げられることを望み、安らぎを求めるならば、あなたは道から逸れてしまったことになる。あなたは、十字架につけられた方と共に十字架につけられ、苦しみを受けた方と共に苦しみを受け、その後、栄光を受けた方と共に栄光を受ける必要がある（ローマ8:17）。なぜなら、花嫁は花婿と共に苦しみ、それによってキリストの共同相続人となる必要があるからである。そして、苦しみなく、また陰しく、狭く、きつい道を通らずに、聖徒の都に入り、王と共に永遠の世に安らぎ、支配することを許される者は、誰一人としていない（12章5節）。

76. サタンは、ある一定の限度まで許されているのか、それとも、好きなだけ私たちに攻撃してよいのか。彼の狙いは、キリスト者だけでなく、偶像崇拝者や全世界にも向けられている。したがって、もし彼に好きなだけ攻撃することが許されていたなら、彼はすべての人を滅ぼしてしまうだろう。なぜでしょうか。それが彼の務めであり、彼の意志だからです。しかし、陶工が器を火にかける時、窯の火を適度に焚き、焼きすぎないようにするのは、必要以上の時間焼かれて器にひびが入らないようにするためであり、また、焼き足りずに無駄に失われることのないよう、また、銀や金の品を作る者も適度に火をくべる。もし火を強めすぎれば、金や銀は溶けて液体となり、失われてしまう。また、人間の知性は、荷を運ぶ家畜、すなわちラクダやその他の動物の種類に応じて、それぞれがどの程度の重さを運べるかを適切に判断することができる。それならばなおさら、人間の器の強さを御存知である神は、様々な程度で、それに抗する力が働くことを許しておられるのである（26, 3）。

i) これらすべてを忍耐強く耐え抜き、敵に何一つ譲ることなく、魂はますます清められ、聖霊の恵みの最も強い働きを受け入れる余地が生まれる。そして、その恵みはついに、知性の啓示、特別な心安らぐ道徳的状态、幻視、導きとして現れる。魂が完全さに近づいていることが明らかになる。

77. もし誰かが神を愛するならば、神もまたその者に御自身の愛を授けられる。かつて神を信じた者には、天の信仰が与えられ、その人は格別な存在となる。それゆえ、あなたが自分の肢



体から神に捧げ物を捧げるように、神もまた同様に、ご自身の肢体からあなたの魂に分け与え、あなたがすべてのことを行い、愛し、清く祈ることができるようにしてくださる（15,20）。

**78.** マリアはすべてを捨て、主の足元に座り、一日中神を賛美している。足元に座ることほど、愛に勝るものがあるだろうか。しかし、神の御言葉がより鮮明に輝くように、さらに聞きなさい。もし誰かがイエスを愛し、ふさわしいように御言葉に耳を傾け、単に耳を傾けるだけでなく、愛の中に留まるならば、神はその愛に対して、すでにその魂に何らかの報いを与えようと望んでおられます。たとえその人が、何を受け取るのか、あるいは神がどの程度その魂を恵んでくださるのかを知らなくても。なぜなら、イエスを愛し、その足元に座っていたマリアにも、単なる報いが与えられただけでなく、神はご自身の本質から、ある秘められた力を授けられたからです。神がマリアに穏やかに語られた言葉そのものが、霊であり、ある種の力であったのです。これらの言葉は彼女の心に浸透し、魂の中の魂となり、霊の中の霊となり、神聖な力が彼女の心を満たした。なぜなら、その力が宿る場所には、必然的に、切り離すことのできない財産として、そこに留まるものとなるからである。それゆえ、主は、彼女に何を授けたかを知っておられ、「マリアは良い方を選んだ」と言われたのである（ルカ10:42）。しかし、時が経つにつれ、マルタが奉仕の熱意から行っていたことも、彼女を同じ賜物へと導いた。というのも、彼女もまた、その魂の中に神の力を取り入れたからである（12:16）。

**79.** 主のもとに来て、肉において主にすがりついた者たちが力を受けたとしても、何がおかしいというのか。時には、使徒たちが言葉を語ると、聖霊が信者たちに降りかかったこともあった（使徒言行録10:44）。コルネリウスは、聞いた言葉によって力を受けた。ましてや、主がマリアやザケイ、あるいは髪を解き放って主の足を拭った罪人、サマリアの女、あるいは強盗に言葉を語られたとき——その時には力が現れ、聖霊が彼らの魂と一つになったのである。そして今、主を愛し、すべてを捨てて絶えず祈りに専念している者たちは、知らなかったことを密かに学んでいる。真理そのものが、彼らの意志に応じて彼らに現れ、こう教えている。「わたしは真理である」（ヨハネ14:6）。使徒たち自身も、十字架の出来事まで主と共に過ごしていた間、ハンセン病患者が清められ、死者がよみがえるといった偉大なしるしを目撃したが、神の力がどのようにして心の中に留まり、働きかけるのかは知らなかった。また、彼ら自身が霊的に再生し、天の魂と一つとなり、新しい被造物となることも知らなかった。彼らは、主が行われるしるしのゆえに主を愛していた。ついに主は彼らにこう言われた。「なぜしるしに驚いているのか。わたしは、全世界にもないような偉大な遺産をあなたがたに与える」（12,17）。

**80.** 主が死者の中から復活し、私たちのために御体を天に上げられるまでは、主の御言葉は彼らにとってなおも不可解なものであった。そしてその時、慰め主なる御霊が彼らの上に降り、彼らの魂と一つになった。真理そのものが信者の魂の中に現れ、天の人間はあなたのところに来られ、彼らの間には一つの交わりが生まれるのである。このゆえに、奉仕に励み、信仰への熱意と神への愛からあらゆることを熱心に成し遂げる者たちは、やがて真理そのものの導きに至る。なぜなら、主は彼らの魂に御自身を現し、聖霊との共在を彼らに教えるからである（12,18）。

**81.** 「味わって、主がいかに良き方であるかを知れ」（詩篇33:9）とあります。この「味わう」とは、疑いようもなく、心の中で奉仕を成し遂げる聖霊の力そのものです。なぜなら、光の子であり、聖霊において新約の奉仕に従事する者たちは、神から教えられているがゆえに、人間からは何も学ばないからです。恵みそのものが、彼らの心に御霊の律法を書き記すのである。それゆえ、彼らはインクで記された聖書のみから確証を見出すべきではなく、心の石板にも、神の恵みが御霊の律法と天の奥義を書き記している。なぜなら、心は肉体全体の構成において支配的かつ王権的な地位にあるからである。そして、恵みが心の奥底を支配する時、恵みはすべての肢体と心を支配する。なぜなら、そこには心とすべての思い、そして魂の望みが宿っているからである。それゆえ、恵みは体のすべての肢体に浸透する（15,18）。

**82.** 聖書（Iコリント2:14）に記されているように、そのような者はあらゆる人を裁く。彼は、各人がどのような源から言葉を汲み取り、どこで立ち止まり、どの段階にあるかをすべて知っている。しかし、その者自身については、自分の中に世の霊を持つ人々の誰一人として、知るこ

とも裁くこともできない。このような天の神の御霊を内に持つ者だけが、自分と同じような者を知ることができる。使徒が言うように、「*霊的な者は霊的な者と語り合う*」(9:8)のである。

**83.** 神の子となる恵みにあずかり、聖霊によって上から生まれ変わり、自分たちを照らし、安らぎを与えるキリストを内に宿している者たちは、多種多様かつ様々な方法で御霊に導かれ、霊的な安らぎのうちに、恵みが彼らの心の中で目に見えない形で働いている。しかし、この世に見られる喜びから例えを借りて、こうした類似点を通じて、恵みがそのような人々の魂の中でどのように働くかを、ある程度示してみよう。時には、まるで王の饗宴にいるかのように陽気になり、言葉では言い表せないほどの喜びと歓びに満たされる。またある時は、花嫁のように、神の平安に包まれ、その花婿との交わりの中で安らぎを得る。さらに時には、まだ肉体の中にありながら、無形の天使たちのように、自分の中に同じような軽やかさと、翼を得たかのような高揚感を感じる。また時には、あたかも酒に酔ったかのように、御霊によって喜びと陶醉に満たされ、神聖な霊的奥義に酔いしれることもある(18,7)。

**84.** しかし時には、まるで人類について泣き嘆くかのように、全人類であるアダムのために祈り、人類への霊的な愛に燃え上がり、涙を流し、泣くこともある。時には、御霊が彼らをそのような喜びと愛で燃え立たせるため、もし可能であれば、善悪を区別することなく、あらゆる人を自らの心に受け入れるほどである。時には、御霊の謙遜さゆえに、あらゆる人の前で自らをこれほどまでに低くし、自分たちをすべての人の中で最も末席にあり、最も小さい者と見なす。時には、御霊が絶えず彼らを言葉に尽くせぬ喜びの中に留めておく。また時には、王の鎧を身にまとい、敵と戦いに赴き、彼らを打ち負かすために力強く奮闘する強き戦士に喩えられる。というのも、これと同様に、霊的な者もまた、御霊の天の武具を身にまとい、敵に立ち向かい、彼らを自らの足の下に服従させるために戦いを繰り広げるからである(18,8)。

**85.** 時には、魂はある種の偉大な沈黙、静寂、そして平安の中に安らぎ、ただ一つの霊的な喜び、言い表せない安らぎと幸福の中に留まる。また時には、恵みによって、何かを理解すること、言い表せない知恵、測り知れない御霊の導きにおいて、言葉や口では言い表せないことを悟ることもある。また、時には人はごく普通の人々の一人のようになることもある。このように、恵みは人々の中で実に多様な働きをし、多くの方法で魂を導き、神の御心に従ってそれを安らげ、天の父に完全で、非の打ち所がなく、清らかな姿として捧げられるよう、様々な形で魂を鍛え上げるのである(18,9)。

**86.** 私たちが列挙したこれらの御霊の働きは、完全さに近い者たちにおいて、より大きな程度に達する。なぜなら、数え上げられた多様な恵みの安らぎは、言葉によってさまざまに表現され、人々の中で絶え間なく行われるため、一つの働きが次々と続くからである。魂が御霊の完全さへと昇り、あらゆる情欲から完全に清められ、言葉に尽くせぬ交わりの中で、慰め主である御霊との合一と共生に至り、御霊と共生することで、自らも御霊となるにふさわしくなったとき、その魂はすべて光となり、すべてが眼となり、すべてが霊となり、すべてが喜びとなり、すべてが安らぎとなり、すべてが歓喜となり、すべてが愛となり、すべてが慈悲となり、すべてが善と慈愛となる。海の深淵において石が四方八方から水に囲まれているように、これらの人々もまた、あらゆる面で聖霊と一体となり、キリストに似せられ、霊的な力の美德を揺るぎなく内に持ち、内面において非の打ち所がなく、汚れなく、清く保たれている。なぜなら、聖霊によって新しくされた者が、どうして外見上、悪の果実を生み出すことができようか。それどころか、彼らの中には常に、あらゆる面で御霊の実が輝いているのである(18:10)。

**87.** ある者はひざまずくためにその場に入り、その心は神の力に満たされ、魂は主と共に喜び躍る。それは、預言者イザヤの言葉にあるように、*花婿が花嫁を喜ぶように、主もあなたを喜ばれるのである*(イザヤ62:5)。また、時には一日中何かに忙しくしていても、一時間だけ祈りに身を捧げると、その内なる人は大きな喜びをもって祈りの状態、すなわちその世の果てしない深みへと引き上げられ、そこへ舞い上がり、魅了された心は完全にそこに没入してしまう。この間、思いの中では地上の思案が忘れ去られる。なぜなら、思いは神聖で、天的であり、無限で、測り知れず、人間の口では言い表すことのできない何か不思議なもので満たされ、魅了されてい

るからである。この時、人は祈り、こう言う。「ああ、もし私の魂が祈りと共に去ってしまえばよいのに」(8,1)。

**88.** 人は常にこの状態に入るのだろうか。確かに、恵みは幼い頃から絶えず人の中に留まり、根を下ろし、種のように働き続ける。そして、人の中に留まるこの恵みは、あたかも自然で切り離せないもの、まるでその人自身と一体となった本質であるかのように感じられる。しかし、が望むままに、恵みは人の益となるよう、その働きを様々に変化させるのである。時にはこの炎はより強く燃え上がり、時にはまるで弱く静かに燃えることもあり、またある時はこの光がより明るく輝き、ある時は弱まり、かすんでいく。そして、常に燃え、輝き続けるこの灯は、時には神の愛に酔いしれてより明るく燃え上がり、またある時はその輝きを控えめに放ち、人間に内在する光は弱まることがある(8,2)。

**89.** さらに、ある人々には光の中に十字架のしるしが現れ、内なる人に刻み込まれた。また、祈りの最中に、人はまるで恍惚状態に陥ることがあり、まるで教会の祭壇の前に立っているかのようで、オリーブ油を混ぜて発酵させたかのような三つのパンが差し出され、それを口にするにつれて、そのパンはそれだけ大きくなり、膨らんでいった。また時には、この世には存在せず、人の手では作り出すことのできない、まるで光を放つような衣が現れることもあった。主がヨハネとペトロを連れて山に登り、御自身の衣を変容させて稲妻のように輝かせたように、この衣もまた同様であり、それを身にまとった人は驚き、感嘆した。また別の時には、この光が心の中に現れると、最も内なる、最も深遠で秘められた光を開き放った。それゆえ、そのような甘美さとそのような観想に完全に飲み込まれた人は、もはや自分自身を制御できず、あふれる愛と甘美さ、そして秘められた神秘ゆえに、この世にとってはまるで狂人であり野蛮人のようであった。こうして、その時に自由を得た人は、完全な境地に達し、清く、罪から解放される。しかしその後、恵みは薄れ、敵対する力の覆いが降りてきて、恵みはあたかも部分的にしか見えなくなり、ある種の低い完成度にとどまることになる(8,3)。

**90.** 人は、いわば十二の段階を経て、その後、完全性に達する必要がある。ある時には、彼は実際にこの境地に達し、完全さに至る。その後、恵みは再び弱まり始め、人は一段階下がり、すでに第十一段に立つことになる。一方、恵みに満ちたある人は、昼夜を問わず常に最高の境地に立ち、自由に清く、常に神に魅了され、高揚した状態にある。そして今、それらの奇跡を目の当たりにし、それを身をもって体験した人は、もし常にその状態が続くならば、もはや御言葉の家づくりやその他の重荷を引き受けることはできず、普段のように自分自身や明日のことを気にかけたり、耳を傾けたりすることさえ拒み、ただ隅っこに座り、感嘆と陶醉に浸って座り続けるだけだろう。それゆえ、もしすでに囲いの隔壁が打ち砕かれ、死が打ち負かされていない限り(8,4)、兄弟たちの世話や御言葉への奉仕に従事できるよう、彼には完全な尺度が与えられてはいないのである。

**91.** しかし実際にはこうである。まるで凝縮された空気のように、ある種の薄暗い力が人の上にのしかかり、彼をわずかに覆っている。灯は絶えず燃え、輝いているが、その光の上に覆いのようなものがかかっているかのようで、それゆえ人は、自分がまだ不完全であり、罪から完全に解放されていないことを認める。したがって、隔ての壁はすでに打ち砕かれ、粉碎されたと言えるが、また別の点においては、完全には、そして永遠には打ち砕かれていないとも言える。なぜなら、恵みが人をより強く燃え立たせ、慰め、安らぎを与える時がある一方で、恵みが弱まり、薄れる時もあり、それ自体が人の益となるよう、恵みが自らこれを整えているからである。果たして、たとえ一時であっても完全な境地に達し、その時代を味わい、経験によって知見を得た者は誰がいるだろうか。今日に至るまで、私は完全あるいは自由なキリスト教徒を一人も知らない。それどころか、たとえ誰かが恵みの中で安らぎを得、秘儀や啓示に至り、偉大な恵みの甘美さを感じたとしても、その内には依然として罪が残っているのだ。そのような人々は、自分の中に恵みと光が豊かに満ちていることから、自分を自由に完全な者と見なしているが、それは誤りである。経験不足ゆえに、自分の中で働く恵みそのものに欺かれているのだ。しかし、私はこれまで、ただ一人の自由な人間も見ることがない。かつて私自身も、ある時期にはある程度その境

地に達したことがあったからこそ、なぜ完全な人間が存在しないのかを理解し、知っているのだ（8,5）。

92. 「あなたはどの段階にいるのか、教えてくれ。」——今や、十字架の印をした後、恵みはすべての肢体と心をなだめるように働き、魂は大きな喜びによって悪意のない赤ん坊のようになる。そして人はもはや、ギリシャ人も、ユダヤ人も、罪人も、一般信徒も非難することはなく、むしろ、内なる人はすべての人を清らかな眼差しで見つめ、全世界を喜び、あらゆる面でギリシア人やユダヤ人を敬い、愛することを切に願う。またある時には、この王の子は、父であるかのように、神の御子を堅く信頼する。彼の前には扉が開かれ、彼は多くの修道院の中へと入っていく。そして、中へ入るにつれて、それに見合った数の扉が再び彼の前に開かれる。例えば、百の修道院から、さらに別の百の修道院へと続くように。こうして彼は豊かになり、その豊かさの度合いに応じて、新たな奇跡が彼に示される。彼には、息子であり相続人として、人間の性質では言い表すことも、口や舌で語ることもできないものが託される（8,6）。

## 7. キリスト教徒の至高の完成度

1. 預言者エゼキエルは、自らが目撃したその神聖で栄光に満ちた現象と幻を語り、それを言葉に尽くせぬ神秘的に満ちた現象として描写した。彼は野原で、ケルビムの戦車、すなわち四つの霊的な生き物を見た。それぞれの生き物には四つの顔があった。一つは獅子の顔、もう一つは鷲の顔、さらに子牛の顔、そして人間の顔である。そして、それぞれの顔には翼があり、どの顔も、表と裏を見分けることができなかった。「その翼は目であふれており」、胸もまた目で満ちており、目で満たされていない場所などなかった。それぞれの顔には三つの車輪があり、あたかも車輪の中に車輪があるかのようであり、その車輪の中には霊が宿っていた。そして預言者は、まるで人の姿のようなものを見、その足元はまるでサファイアのようなものであった。この戦車（すなわちケルビムと生き物たち）は、その上に座しておられる主を乗せていた。主がどこへ進もうとも、生き物たちはどこへでも顔を向けていた。そして預言者は、ケルビムの翼の下に、あたかも「人の手」のようなものが、彼らを支え、運んでいるのを見た（エゼキエル書 1,5-28および第10章）。（1,1）。

2. 預言者が恍惚の中で見たものは真実であり疑いようのないものであったが、それは別のものを指し示しており、神秘的で神聖な何か、すなわち、代々から真に秘められてきたが、終わりの時、すなわちキリストの再臨において明らかにされた奥義を予表していた。預言者は、その主を受け入れ、御栄光の御座となるべき魂の奥義を凝視していた。なぜなら、御自身を座とし、住まいとするよう備えられた御霊によって、その光に与るにふさわしい者とされ、御自身の言い表せない栄光の美しさで照らされた魂は、そのすべてが光となり、すべてが御顔となり、すべてが眼となるからである。その魂には、霊的な眼の光で満たされていない部分が一つもなく、すなわち、その中には何一つ曇ったものはなく、そのすべてが完全に光と霊によって造られ、すべてが目であふれており、いかなる裏側や背面も持たず、あらゆる方向から御顔として現れる。それは、キリストの光の栄光の言い表せない美しさが、その魂に降りてきて、その上に座しておられるからである。また、太陽がどこでもその姿に変わりがないように、そこには最後や不十分な部分が一つもなく、同じ部分から成り立っているため、その全体が完全に光り輝き、すべてが光そのものである。あるいは火のように、すなわち火そのものの光が、全体がそれ自体に似ており、その中に最初や最後、あるいは大きいものや小さいものを有さないのと同様に、キリストの御顔から発する光の栄光の言い表せない美しさに完全に照らされ、聖霊との交わりに完全に参与し、神の住まいおよび御座となるにふさわしいとされた魂は、そのすべてが眼となり、すべてが光となり、そのすべてが御顔となり、そのすべてが栄光となり、そのすべてが霊となる。これは、キリストが霊的な美しさをもって彼女を備え、整え、飾られたからであり、キリストこそが彼女を背負い、導き、支え、高めてくださる方である。なぜなら、「人の手」がケルビムの下にあったと記されているからである（エゼキエル書 1:8）。キリストご自身が、魂を背負い、また導かれるのである（1,2）。

3. 戦車を支える四つの生き物は、魂の支配的な精神力の象徴であった。鷲が鳥類を、獅子が野獣を、牛が温順な動物を、そして人間がすべての被造物を支配するように、魂の中にも、より王権的な精神力、すなわち意志、良心、知性、そして愛の力がある。魂の戦車はこれらによって操られ、神はそれらの中に宿っている。また、別の解釈によれば、これは当然ながら天の聖徒たちの教会を指している。そして、預言者が動物たちについて語っているように、その高さは計り知れず、目は数え切れないほど多く、その目の数や高さを誰一人として把握することは不可能であった。なぜなら、それに関する知識は与えられていないからである。まるで天の星のように、あらゆる人がそれを見て驚嘆することは許されているが、その数を正確に知ることは誰にもできないのと同様に、同じように、天の聖徒の教会に入り、そこで喜びを享受することは、精進を志すすべての人に許されていますが、聖徒の数を数え尽くし、把握することは、唯一の神にのみ属するものです。戦車や玉座、あるいは御自身の玉座となり、座となり、目となり、光となった各々の魂の上に座しておられる方は、その上に座して、御自身の御心に従って、御霊の舵を操り、それを導きながら、行進し、駆け巡っておられる。霊的な獣たちが、自分たちが望む場所へではなく、その上に座し、彼らを導く方が知っておられ、望まれる場所へと進んだように、ここでも神ご自身が御霊によって道を指し示し、統べ治め、導いておられる。このように、魂は自らの意志で、望む時に天へと昇るのではなく、神が魂を導き、肉体を脱ぎ捨てて、思いをもって天へと向かわせる。そして再び、神の御心に適う時には、魂は肉体と心の中で歩み、また神の御意志によって地の果てへと移り、神は魂に奥義の啓示を示される。まことに卓越した、慈愛に満ちた、唯一にして真実なる御支配者よ！ そう、もし魂が今やあらかじめ栄光を受け、御霊との合一に入ったのであれば、肉体もまた復活においてその一部となるであろう(1,3)。

4. 義人の魂が天の光となることについて、主ご自身が使徒たちにこう言われた。「あなたがたは世の光である」(マタイ5:14)。主ご自身が彼らを光とされ、彼らを通して世が照らされるよう命じられ、こう言われている。「だれも、灯をともしてそれを床の下に置くことはなく、むしろ燭台の上に置き、すべての人が照らされるようにする。、すなわち神殿の中にいる者たちである。それと同じように、あなたがたの光も、人々の前で輝くようにしなさい」(マタイ5:15,16)。これはすなわち、わたしから受けた賜物を隠してはならず、望むすべての人に伝えなさい、という意味である。また、「体の灯は目である。もしあなたの目が澄んでいれば、あなたの全身は明るくなるが、もしあなたの目が悪ければ、あなたの全身は暗くなる。もしあなたの中にある光が闇であるなら、その闇はどれほど深いことか」(マタイ6:22,23)ともある。目が体の光であるように、目が健康であれば体全体が照らされ、目に何かが入って曇れば、体全体が暗闇に包まれるのと同様に、使徒たちは全世界にとっての目であり光として立てられています。それゆえ、主は彼らに命じてこう言われた。「あなたがたが、世の光として立ち続け、迷うことなく歩むならば、世のすべてが照らされる。もしあなたがた、世の光が、暗くなれば、闇、すなわち世は、どれほど暗くなるだろうか？」こうして、使徒たちは光となり、信じる者たちの光として仕え、彼ら自身の心が照らされたのと同じ、御霊による天の光で、信じる者たちの心を照らした(1,4)。

5. 彼らは、古き地上の人を脱ぎ捨て、イエスによって闇の王国の衣を脱がされた後、新しい天の人、すなわちイエス・キリストを身にまとった。そして主は、彼らに、言い表せない光の御国の衣、すなわち信仰、希望、愛、喜び、平和、憐れみ、慈愛の衣をまといさせ、同様に、光、命、言葉に尽くせない安らぎといった、その他すべての神聖で命を与える衣をもまといさせた。それは、神が愛、喜び、平和、慈愛、憐れみであるように、新しい人もまた、恵みによってそのようなためである(2、4、5)。

6. 完全なキリスト者たちは、完全さの域に入り、王に近づくにふさわしい者とされた者として、常に自らをキリストの十字架への捧げ物として捧げている。預言者の時代には、王や預言者に油注ぎが行われたため、油注ぎが最も尊ばれていたが、同様に、今や天の油注ぎを受けた霊的な人々は、恵みによってキリスト者となり、天の奥義の王や預言者となるのである。彼らは、子であり、主であり、神であり、縛られ、捕らえられ、打ち倒され、十字架につけられ、捧げ物

として献げられる者たちである。もし、地上の植物、目に見える木から得られる油による油注ぎが、油注がれた者たちが異議なく位階を受けるほどの力を持っていたのであれば（なぜなら、彼らが王として立てられたことは万人に認められており、油注がれたダビデは直ちに迫害と苦難に遭い、七年を経て王となった）のであれば、なおさら、その知性と内なる人が、照らし、喜びをもたらす天的な霊的な喜びの油によって油注がれる者たちは、朽ちることのない王国の印と永遠の力、すなわち御霊の保証、——すなわち、聖霊ご自身、そして慰め主の印を受けます（慰め主は、悲しみの中にいる者たちを慰め、喜びを満たしてくださる方であることを理解してください）。（17,1）。

7. この天の植樹、すなわち命の木であるイエス・キリストの油を注がれた者たちは、完全さの境地、すなわち御国と神の子としての地位に入るにふさわしい者とされる。なぜなら、彼らはまだこの世にありながら、すでに天の王の奥義を分かち合い、全能者の御前で大胆に振る舞い、天使や聖徒たちの霊がいる御殿に入るのである。なぜなら、来世において彼らのために用意された完全な嗣業をまだ受け取っていないにもかかわらず、今受けたその保証によって、彼らはすでに冠を戴き、支配しているかのように自らを確かなものとし、御霊の豊かさと大胆さによって、キリストと共に支配することになることを、自分たちにとって驚くべきこととは感じていないからである。なぜでしょうか。それは、まだ肉体にあって、すでにその甘美さを感じ、その力の働きを体内に宿していたからです（17:2）。

8. 世の終わりに、この天地が消え去ったとき、義人たちはすでに御国において、光と栄光の中に生き、キリストが常に父の右の座に栄光のうちに御在られる姿以外には何も見ないのと同様に、今なお天に引き上げられ、その世へと連れ去られた者たちも、そこにあるすべての美しさと不思議を仰ぎ見ているのである。なぜなら、私たちはまだ地上にいらながらも、心と内なる人において、あの世の住人であり市民として、天に住まいを持っているからである。目に見える目が清ければ、常に太陽を清らかに見るように、心も完全に清められれば、常にキリストの光の栄光を見、昼も夜も主と共にいる。それは、主の御体が神性との合一によって、常に聖霊と共にいるのと同じである。しかし、人々はこの境地に一朝一夕で達するものではなく、たとえ達したとしても、それは労苦と苦難、そして偉大な功績によってもたらされるものである（17,4）。

9. 主があらゆる支配と権威を捨てて肉体をまといになったように、キリスト者たちもまた聖霊をまとい、安息のうちに留まる。たとえ外から戦いが起こり、サタンが攻撃を仕掛けてきても、彼らは内面において主の力によって守られており、サタンの攻撃に動揺することはない。主が荒野で四十日間、サタンに試みられたとき、サタンが外側から主の肉体に迫ったことで、主になんらかの害を与えただろうか。その肉体の中に神がおられたのだ。同様に、クリスチャンも、たとえ外側から試みられても、内面は神性の力に満たされており、いかなる害も被らない。しかし、もし誰かがそのような境地に達したならば、その人はキリストの完全な愛と神性の成就に至ったのである。そうでない者は、内面でもなお戦いを続けている。ある時は祈りの中で安らぎを得て、またある時は悲しみと戦いの渦中にある。なぜなら、人はまだ幼子であるため、主はその人を戦いの最中に導かれるのが主の御心だからである。そして内面には、いわば二つの側面、光と闇、安らぎと悲しみが現れ、ある時は安らぎの中で祈り、またある時は動揺の中にあるのである（26,15）。

10. パウロが言っていることを聞いていないのか。たとえあらゆる賜物を持っていたとしても、「たとえ自分の体を焼き尽くされるために捧げ、たとえ天使の言葉を語ったとしても、愛がなければ、私は何者でもない」（Iコリント13:1-3）。なぜなら、これらの賜物はただ完全さへと導くものであり、それらに達した者たちは、たとえ光の中にあっても、なお幼子に過ぎないからである。多くの兄弟たちがこの段階に達し、癒しの賜物、啓示、預言の賜物を持っていたが、まだ「完全さの帯」（コロサイ3:14）である完全な愛に至っていなかったため、彼らの内に争いが生じ、彼らは迷い出て、倒れてしまった。しかし、完全な愛に到達する者は、すでに恵みの囚人となり、その虜となる。また、完全な愛の度合いに徐々に近づきつつあるが、まだ愛の囚



人となるには至っていない者は、依然として恐怖の下にあり、内なる戦いと墮落の脅威にさらされており、もし自らを守らなければ、サタンによって打ち倒されてしまう(26,16)。

11. 誰もが知っておくべきである。目の中には目があり、耳の中には耳があるのだ。そして、これらの目が感覚的に物を見て、友人や愛する人の顔を識別するように、神聖な光に照らされた、高潔で忠実な魂の目は、魂が崇拝すべき御霊に照らされるやいなや、霊的に真の友、すなわち最も甘美で切望される主の花婿を視認し、識別する。こうして、魂は、切望される唯一無二の、言葉に尽くせぬ美しさを心の中で観想するとき、神の愛に心を打たれ、あらゆる霊的な美德へと導かれ、その結果、魂が切望する主に対する限りなく尽きることのない愛を身につけるのである(28,5)。

12. モーセを通じて与えられた律法の庇の下で、神は安息日には誰もが休息し、何事も行わないよう命じられた。そして、これは主によって魂に与えられる真の安息日の型であり、その前兆であった。なぜなら、恥ずべき不純な思いから解放されるにふさわしいと認められた魂は、真の安息日を守り、真の安らぎの中にあり、あらゆる闇の行いから解放され、自由な状態を保つからである。なぜなら、あの先駆けとなる安息日には、肉体は安息していたものの、魂は狡猾さと悪徳に縛られていたが、この真の安息日とは、何事にも従事せず、サタンの思いから清められ、主の永遠の安息と喜びの中に安らぐ魂の真の安らぎであるからである(35,1)。

13. 主は、人々に安息へと招き、こう言われている。「*疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう*」(マタイ11:28)。そして、従順に主のもとに来る魂たちを、主はこれらの重く、負担となり、不浄な思いから安息へと導き、あらゆる不法から解放され、真の、喜ばしく、聖なる安息日を守り、言葉に尽くせぬ喜びと歓びに満ちた霊的な祝祭を祝い、清い心から、神に喜ばれる清らかな奉仕を行うのです。これこそが、真の、輝かしい安息日なのです。それゆえ、私たちもまた、この安息に入ることができるよう、また、恥ずべき、悪意に満ちた、そして虚しい思いから解放され、それによって清い心から神に仕え、聖霊の祭りを祝うことができるようになるよう、神に懇願しましょう。そして、この安息に入る者は幸いである(35,1.3)。

14. 魂が主に寄り添い、主が憐れみと愛をもって来て魂に寄り添い、その知性が絶えず主の恵みの中に留まる時、魂と主は一つの霊、一つの融合、一つの心となる。魂の肉体は地上に倒れたままであるが、その心は完全に天のエルサレムに宿り、第三の天へと昇り、主に寄り添い、そこで主に仕えている(46,3)。

15. そして、天の都の高きところにある威厳の玉座に御座する御方ご自身が、その魂と共にその肉体の中に全き御姿で留まっておられる。なぜなら、御方はその魂の姿を天の都、聖徒たちの都であるエルサレムに置かれ、御自身の神性の言い表せない光の御姿をその肉体の中に置かれたからである。主は肉体の都において彼女に仕え、彼女は天の都において主に仕える。魂は天において主の相続人となり、主は地において彼女を相続として受け入れた。なぜなら、主は魂の相続となり、魂は主の相続となるからである。たとえ罪に曇らされた罪人であっても、その思考や心は肉体から極めて遠く離れることがあり、一瞬のうちに広大な空間を駆け抜け、遠い国へと渡る力を持っている。しばしば、肉体は地に倒れているにもかかわらず、思考は別の世界で愛する人と共にあり、あたかもそこに生きているかのように自らを捉えるのである。もし罪人の魂がこれほど繊細で素早く、その精神が遠く離れた場所にいることに何の妨げもないのであれば、なおさら、聖霊の力によって闇の覆いを取り除かれ、その知的な目が天の光に照らされ、不品行の情欲から完全に解放され、恵みによって清められた魂は、霊において完全に天において主に仕え、肉体においても完全に主に仕え、その思いはこれほどまでに広がり、至る所に存在し、望む場所、望む時にキリストに仕えるのである(46,4)。

16. 使徒はこう語っている。「*すべての聖徒たちとともに、幅、長さ、高さ、深さを理解し、また、知性を超えたキリストの愛を理解し、神の満ち満ちた豊かさに満たされるように*」(エフェソ3,18.19)。主が、その上に横たわる闇を取り除き、魂を開き、ご自身をその魂に現わさ

れる、その魂の言い表せない神秘を考察せよ。主が、その魂の知性の思考をいかに広め、全有形・無形の被造物の広さ、長さ、深さ、高さへと広げ、広げていかれるかを（46,5）。

## 8. 来世

1. 人の魂が肉体から離れるとき、その際に、ある偉大な秘儀が成就する。なぜなら、もしその魂が罪を犯しているならば、悪魔の群れや邪悪な天使たちがやって来て、闇の勢力がその魂を捕らえ、自らの領域へと連れ去るからである。そして、誰もそれを不思議に思うべきではない。なぜなら、もし魂がこの世にあって、この時代に彼らに従い、服従し、彼らの奴隷であったならば、この世を去るときにはなおさら彼らに拘束され、彼らの支配下にとどまるからである。一方、善なる部分に関しては、あなたは次のように考えるべきである。神の聖なる僕たちのそばには、今もなお天使たちが留まっており、聖なる霊たちが彼らを取り囲み、守っている。そして、彼らが肉体から離れるとき、天使たちはその魂を自らの領域、すなわち清らかな世へと迎え入れ、そのようにして彼らを主のもとへと導くのである（22）。

2. 真の死は内面、すなわち心の中にあり、それは秘められたものであり、それによって内なる人が死ぬのである。それゆえ、もし誰かが死から秘められた命へと移ったならば、その人は真に永遠に生き、死ぬことはない。たとえそのような人々の肉体が一時的に滅びたとしても、聖別されているゆえに、再び栄光のうちに復活する。それゆえ、キリスト者の死を「眠り」や「安息」と呼ぶのである（15,37）。

3. 遠くから帰ってくる商人が、商売の利益を何倍にも増やして、家族に家や庭、必要な衣服を購入するよう命じ、故郷に戻った時には莫大な富を持ち帰ると、家族や親族は大きな喜びをもって彼を迎える。霊的な世界でも、これと同じことが起こる。もしある人々が天の富を自ら獲得するならば、そのことを同胞、すなわち聖なる天使たちの霊が知り、驚いてこう言う。「地上の私たちの兄弟たちは、偉大な富を手に入れたのだ」。そのような人々は、この世を去る際、主を伴い、大いなる喜びをもって天へと昇り、主と共にいる者たちが彼らを迎え入れ、そこで彼らのために住まいや庭園、まばゆいばかりの貴重な衣を備えておくのである（16,8）。

4. もし人が、まだ戦いの最中にあり、その魂の中で罪と恵みがともに働いている状態で、この世を去ったならば、その両方に囚われた者はどこへ行くのだろうか。その人は、心が目指す場所、すなわち愛する場所へと向かうのである。もしあなたに悲しみや戦いが襲いかかってきたとしても、ただそれに抵抗し、憎むべきである。なぜなら、戦いが起こるかどうかはあなたの力ではどうにもならないが、憎むことはあなたの力に委ねられているからである。そうすれば、主は、あなたが全魂を尽くして主を愛し、奮闘しているのをご覧になり、一瞬にしてあなたの魂から死を取り除き（主にとっては難しくないことである）、あなたを御自身の懷と光の中へと迎え入れ、一瞬のうちに闇の牙からあなたを救い出し、直ちに御自身の御国へと移してくださる。神にとっては、一瞬のうちにすべてを成し遂げることは容易である。ただ、あなたが神への愛を持っていればよいのだ。神は人間にその行いを求める。なぜなら、魂は神性との交わりにあずかるにふさわしいからである（26,18）。

5. 胎内に子を宿した妻は、いわば暗闇の中、不浄な場所で、その子を身の中に抱いている。そして、やがて適切な時期に赤ん坊が胎外に出ると、彼女は天と地と太陽の下で、かつて見たことのない新しい生き物を見る。するとすぐに、友人や親族たちは喜びの表情でその赤ん坊を腕に抱きしめる。しかし、何らかの異常によって胎内で赤ちゃんが死んでしまった場合、そのための専門医が鋭利な器具を用いざるを得なくなり、そうして赤ちゃんは死から死へ、闇から闇へと移っていく。これと同じことが霊的な世界にも当てはまる。神性の種を自分の中に受け入れた者は、それを目に見えない形で内に宿しているが、自分の中に宿る罪のゆえに、暗く恐ろしい場所にそれを隠している。それゆえ、もし自分を守り、その種を大切にすれば、適切な時にそれを明らかに生み出すことになり、ついに彼らの許可を得て、天使たちやすべての天上の存在たちが、喜びに満ちた顔で彼らを迎え入れるだろう。しかし、勇敢に戦うためにキリストの武器を身にま

とった者が気を緩めれば、すぐに敵に身を委ね、肉体との別れが許された時、今彼を閉じ込めている闇から、さらに恐ろしい闇へと向かい、滅びへと至ることになる（43,5）。

6. 狭い通路に座り込んで通行人を止め、苦しめる徴税人のように、悪魔たちも魂を見張り、引き留める。もし魂が完全に清められていなければ、肉体から離れる際、天の住まいに入り、主の御前に出る許可を得られず、空中の悪魔たちに連れ去られてしまう。しかし、まだ肉体に留まっている者たちは、労苦と多大な努力によって、なお主から上からの恵みを受けることができ、徳ある生活によって安息を得た者たちと共に、主のもとへ去っていく。主ご自身がこう約束されたとおりである。「わたしがいるところには、わたしのしもべもいる」（ヨハネ12:26）——そして、今、そしていつまでも、そして世々限りなく、父と子と聖霊と共に、果てしない永遠にわたり、支配し続けるであろう！（43,9）。

7. 誰もが精進し、あらゆる美德を磨くことで、その神殿を手に入れ、それがこの世で得られるものであると信じなければならない。なぜなら、もし私たちの肉体の神殿が滅びてしまえば、私たちの魂が宿る他の神殿は存在しないからである。「たとえ、ただ着替えをしたただけであっても、私たちは見出されない」（Ⅱコリント5:3）とあり、すなわち、聖霊との交わりと一致を奪われることはない。信仰ある魂が安らぎを得ることができるのは、ただ聖霊の中だけだからである。それゆえ、真に力強くキリスト者である者たちは、この肉体を離れる際、自分たちが「人の手によらない神殿」を持っていることを確信し、喜びます。この神殿とは、彼らの内に宿る御霊の力そのものです。そして、たとえ肉体の神殿が滅びようとも、彼らはそれを恐れない。なぜなら、彼らには天の霊的な神殿と、復活の日に肉体の神殿をも築き上げ、栄光を与える朽ちることのない栄光があるからだ。使徒がこう語っているように：「キリストを死者の中からよみがえらせた方は、御霊によって、私たちの死すべき体をも生かしてくださる」と、また、「また、イエスの命が、私たちの死すべき肉体に現れるように」（Ⅱコリント4:11）、そして、「死すべき体は、犠牲となるように」（Ⅱコリント5:4）とあります。（15,16）。

8. それゆえ、私たちは信仰と徳ある生活によって、この地上で、肉体に覆われている私たちが裸になることの無いよう、そのような衣を身につけるよう努めよう。そうすれば、その日、私たちの肉体は何も栄光を受けることはないだろう。なぜなら、信仰と勤勉さによって、各人が聖霊の交わりにあずかるにふさわしいと認められた程度に応じて、その日、その人の肉体も同様に栄光を受けるからである。今、魂がその内なる宝庫に蓄えたものは、その時、体の外にも現れ、明らかにされる。それは、冬が過ぎ去り、目に見えない太陽と風の力が木々を温めると、まるで衣のように、木々が葉や花や実を、またこの時、野の花も大地の奥底から現れ、それによって大地と草は覆われ、着飾られる。それは、主が「ソロモンでさえ、そのすべての栄華をもってしても、これらの一つほどにも着飾ることはできなかった」（マタイ6:29）と語られたクリンの花に似ている。なぜなら、これらすべては、復活の日のキリスト者の模範、象徴、そして姿となっているからである（5,17）。

9. このように、神を愛するすべての魂、すなわち真のキリスト教徒にとって、最初の月であるクサンティック（別名4月）があり、これこそが復活の日である。その日、真理の太陽の力によって、聖霊の栄光が内側から現れ出る。それは聖徒たちの体を覆い、包み込むものであり、まさに彼らが魂の奥底に秘めていたその栄光そのものである。なぜなら、今、魂が内に持っているものは、その時、体の中に現れるからである。この月は夏の月の最初のものであり（出エジプト記12:2）、すべての被造物に喜びをもたらし、大地を解き放ち、裸の木々に衣をまとい、すべての動物に喜びをもたらし、すべての人々に歓びを広める。キリスト教徒にとって、これは最初の月であるクサンティック、すなわち、復活の時であり、その時には、今なお彼らの中に秘められている言い表せない光、すなわち、その時には彼らの衣、糧、飲み物、喜び、楽しみ、平和、装い、永遠の命となる御霊の力によって、彼らの体は栄光に包まれるのである。なぜなら、天の輝きと美のすべての素晴らしさは、その時、彼らにとって神性の御霊となるからであり、彼らは今なお、その御霊を自分の中に受け入れる恵みにあずかっているのです（5,18）。

10. それゆえ、私たち一人ひとは、精進し、労苦し、あらゆる美德を丹念に実践し、主を信じ、主に願い求めなければならない。それは、内なる人が今この時からすでにそのような栄光に与る者となり、また、魂が御霊のそのような聖さに交わりを得、悪徳の汚れから清められ、復活の日に、私たちの復活した裸の体を何で覆い、その恥を何で隠し、何によって生かし、天の御国において永遠に安息させることができるように、と祈らなければならない。なぜなら、聖書によれば、キリストは天から来られ、アダムの子孫、すなわち世の初めから眠りについていてすべての人々をよみがえらせ、彼らを二つのグループに分け、御自身のしるし、すなわち御霊の印を持つ者たちを、御自身のものとして宣言し、御自身の右の座に立たせられる。なぜなら、こう言われているからである。「わたしの羊はわたしの声に耳を傾ける」(ヨハネ 10:27)、「わたしはわたしのものを知っており、わたしのものはわたしを知っている」(ヨハネ 10:14)と語られている。その時、彼らの体は善行によって神の栄光に包まれ、彼ら自身も、今なお魂の中に持っているのと同じ霊的な栄光に満たされるであろう。こうして、神の光によって栄光に包まれ、「空中で主と出会う」ために天へと引き上げられた私たちは、聖書に記されている通り、「常に主と共にいる」(Iテサロニケ 4:17) こととなり、主と共に、限りない世々限りなく、御国を治めることになるのです！ ですから、私たちはあらかじめ、主のしるしと印を身に付けておくよう努めましょう。なぜなら、裁きの時、神が分別を行い、地上のすべての部族——すなわち、アダム全体——が集められ、牧者が御自分の群れを呼び集められるとき、しるしを身に付けている者たちは皆、自分の牧者を認識し、また、羊飼いはご自身の印を身に帯びている者たちを認め、あらゆる民族の中から彼らを集め、御声を聞いた者たちはそれに従い、御後に続くのです。世界は二つの部分に分かれる。一方は永遠の火へと向かう闇の群れであり、もう一方は天の御国へと導かれる光に満ちた羊の群れである。今、私たちが魂の中で得たものは、その時こそ輝き現れ、肉体を栄光で包むであろう(5、21、12、13)。

11. 復活の際、すべての信徒がよみがえるのだろうか。神にとって、何事も難しいことではない。それが神の約束である。人間の弱さや人間の理性の限りでは、これはまるで不可能なことのように入る。神は、塵と土を取り、あたかも別の何らかの性質、すなわち土とは異なる肉体の性質を築き上げ、次のような多くの種類の性質を創造されたのである。髪、皮膚、骨、筋——そして、火の中に投げ込まれた針が色を変え、火へと変わる一方で、鉄の本質は滅びることなくそのまま残るのと全く同じように、復活の時にはすべての肢体がよみがえり、聖書に記されている通り、「髪の毛一本も失われることはない」(ルカ 21:18)と記されている通り、すべてが光のような姿となり、すべてが光と火の中に浸され、変容するでしょう。しかし、破壊されたり火そのものになったりすることはなく、一部の人々が主張するように、以前の本質が失われることはありません。なぜなら、ペトロはペトロのままであり、パウロはパウロのままであり、フィリポはフィリポのままであり、各人は御霊に満たされつつ、それぞれの本質と実体の中に留まるからである。もし、その本質が破壊されたと主張するなら、もはやペトロもパウロも存在せず、すべてにおいて、至る所に神のみが存在することになり、ゲヘナへ去る者たちは罰を感じず、御国へ行く者たちは恵みを感じるということになる(15, 10)。

12. あらゆる種類の果樹がある庭を想像してみてください。そこには、実と葉をつけたナシの木、リンゴの木、ブドウの木がありました。しかし、庭も、すべての木も、葉も変化し、別の本質へと変わり、かつてのものはすべて光に満ちたものとなりました。同様に、人々も復活の日に変容し、その肢体は聖なるものとなり、光に満ちたものとなる(15, 11)。

13. 主が山に登られたとき、その御体が栄光に包まれ、神の栄光と限りない光へと変容されたように、聖徒たちの御体もまた栄光に包まれ、輝きに満ちたものとなる。なぜなら、キリストの内なる栄光が、キリストの体にこれほどまでに広がり、輝きを放ったように、それと同様に、聖徒たちの内にあるキリストの力も、その日には外へと、すなわち彼らの体へと注がれるからである。なぜなら、彼らは今この瞬間も、その心をもってキリストの本質とキリストの性質に与っているからである。「聖なる方と、聖別される方とは、同じ方から出ている」(ヘブライ人への手紙 2, 11)と記されており、「あなたがわたしに与えてくださった栄光を、わたしは彼らに与え

た」（ヨハネによる福音書17,22）ともある。一つの火によって多くの灯がともされるように、聖徒たちの体——すなわちキリストの肢体——もまた、キリストご自身と一つとなる必要がある（15,36）。

**14.** また、完全な者たちも、肉体に留まっている間は、自由ゆえに心配事から解放されることはなく、恐れの下に置かれているため、彼らには試練が許されるのである。しかし、魂が聖徒たちの都に入るとき、初めて悲しみや誘惑のない状態で留まることが可能となる。なぜなら、そこには心配も、悲しみも、労苦も、老いも、サタンも、争いもなく、代わりに安らぎ、喜び、平和、そして救いがあるからである。そこでは、彼らの真ん中に主がおられます。主は「救い主」と呼ばれます。それは、捕らわれ人を救われるからです。また、「医者」とも呼ばれます。それは、天の、神聖な治療を施し、人間をある程度支配している魂の情欲を癒やされるからです。要するに、イエスは王であり神であり、サタンは拷問者であり邪悪な君主である（26,23）。

**15.** ある人々は財産を売り払い、奴隷を解放し、戒めを守ってはいるが、この世において御霊を受け入れるよう努めていない。では、そのような生き方をしている彼らは、果たして天の御国に入ることができないのだろうか。これは議論の難しい問題である。なぜなら、ある人々は「王国もゲヘナも一つだけだ」と主張するが、我々は、同じ王国や同じゲヘナの中にも、多くの段階、差異、そして尺度があると説くからである。すべての肢体に一つの魂があり、上では脳において働き、下ではその同じ魂が足を動かすように、神性もまた、天上の被造物から深淵の下にある被造物に至るまで、すべての被造物を包み込み、至る所で被造物の中に完全に留まっている。もっとも、その計り知れず、測り知れない性質ゆえに、神性は被造物の外にも存在するのだが。それゆえ、神ご自身が人々の声に耳を傾け、万事において英知をもって統べ治めておられる。また、ある者は何を求めているのかを知らずに祈り、ある者は断食し、またある者は奉仕に励んでいるが、義なる審判者である神は、それぞれの信仰の度合いに応じて報いを与えられる。なぜなら、彼らがなすことはすべて神への恐れから行われているが、彼ら全員が神の子、王、相続人であるわけではないからである（40,3）。

**16.** この世には、殺人者もいれば、姦淫者もいれば、強奪者もあり、また、自分の財産を貧しい人々に施す者もいる。主は、それらすべての人々を見守り、善を行う者には安らぎと報いを与えられる。には、満ち溢れるほどの報いもあれば、わずかな報いもあり、光そのものにも、栄光そのものにも、違いがある。地獄そのものや罰の中には、毒殺者や強盗、そして些細な罪を犯した者たちがいる。しかし、「一つの王国、一つの地獄があり、段階などない」と主張する者たちは、誤ったことを言っている。今、世の多くの人々が、娯楽やその他の放蕩にふけっているではないか。また、祈りを捧げ、神を畏れる者はどれほどいるだろうか。神は双方を見守り、公正な裁判官として、ある者には安息を、ある者には罰を用意しておられる（40,4）。

## 聖アッバ・イザヤ

### 私たちの聖なる父イザヤ、ニトリアのアッバ、およびその著作に関する概要

私たちの尊い父イザヤ聖人は、4世紀後半（370年没）に隠遁生活を送り、アッバ・マカリオス大聖人と同時代の人物であった。彼の修行の地は下エジプトであり、その中でもアレクサンドリアからほど近いスケトス（*Skethos*）の砂漠——我々が通常「スキテ（*Skete*）」と呼ぶ場所——で、修道者たちは深い沈黙（*sige*）の中で瞑想的な生活を送っていた。彼が何歳の時に修道生活という道を志したのかは不明であるが、彼が貧しく身分の低い両親の息子であったことだけは分かっている。これは、彼の嘆きや、弟子エリセイが試練の最中に彼を「身分の低い者」と呼んで罵ったことから明らかである。聖イザヤは同時代の修道士たちから注目を集めており、その多くは彼の助言に従い、喜んで彼に完全な服従を示していた。彼は当時のアレクサンドリア総主教にも知られており、その総主教は、エリセイが聖イザヤを中傷した際、次のように述べた。「義人に対して不義を語り、高慢と侮辱をもって語る、お世辞を言う口は黙らせよ」（詩篇30:19



）。聖イザヤは極めて謙虚であり、深い嘆きの恵みを持っていた。これは、試練の最中に彼を侮辱し中傷した弟子エリセイに対する彼の穏やかな返答や、彼の著書『嘆きの実践』からも明らかである。この書を注意深く読むことは、石のような心さえも和らげ、悔い改めへと導くことができる。スキテで沈黙を守っていた教父たちの慣習に従い、聖イザヤにはペトロとエリセイという二人の弟子がいた。前者には教訓的な言葉（第26篇）を書き残し、後者については『ゲロンディカ』に、魂を救う物語が収録されている（<sup>10</sup>）。この二人の弟子以外にも、多くの修道士たちが彼の助言や指導に導かれていた。彼は彼らと直接面会するだけでなく、書簡を通じて対話も交わしていた。昼夜を問わず聖書に学び、これらの救いの泉から霊的な知恵の豊かな流れを汲み取った彼は、さまざまな魂の救いに関する主題を網羅し、一冊の本を成すほど多くの素晴らしい言葉を紡ぎ出した。聖イザヤは、深い隠遁生活への愛と、すべての人から身を遠ざける修道的な生活を送っていたことから、「隠者」と呼ばれている。そのため、彼の生涯の最後の数年間は、最も親しい弟子たちでさえ彼と同居することではなく、時折訪ねてくるだけだったことが、第27の説教からうかがえる。この聖人の著作については、アンモン司教がアレクサンドリアの総主教テオフィロスへの書簡の中で、また修道士ニキフォロスが『心の守り』という説教の中で言及している。さらに、バルサノフィオス大聖人、ヨハネス・ダマスキノス、グリゴリオス・シナイテスなども言及している。私たちの尊い父イザヤの記念日は、正教会において「乳製品週間」の土曜日に祝われる。現存するアッバ・イザヤの説教集には29篇が収められているが、ここにアッバ・イザヤの説教のすべてが収録されているわけではない可能性が非常に高い。というのも、彼の説教からの抜粋には、この説教集には含まれていない教えがあるからである。これらの言葉のほかに、このアッバによる初心の修道士のための規則が、アッバ・ベネディクト・アニアン（9世紀初頭）によって、彼の修道規則集『<sup>11</sup>』に保存されている。この規則集において、これらの規則はアッバの言葉から抜粋されたものであると記されている。しかし、その言葉の中には、それらのすべてが見当たらない。したがって、それらの規則の多くもまた、現存しないアッバの言葉から引用されたか、あるいは言葉とは別に、異なる人物に対して異なる時期に彼によって伝えられ、その後、口伝によって受け継がれ、誰かによって、思考の流れに沿った順序ではなく、聞いたままの形でまとめられたものと考えべきである。それらは、聖アントニオ大聖人の教訓と精神・内容が一致している。中には、一語一語がそれらと全く同じものもある。アッバ・イザヤは、アッバ・マカリオス大聖人と並んで、アッバ・アントニオス大聖人の教導の賜物の最も直接的な後継者であったと考えられる。『ドブロトリュビイ』には、27章にわたるアッバ・イザヤによる「心の守り」に関する論考が収録されている。その序文には、これが同アッバの言葉からの抜粋であると記されており、『<sup>12</sup>』には、心の思いの誘惑を退け、良心を汚れないまま保ち、心の奥底に秘められた教えを心に留め、あらゆる平静の中で魂の三つの部分（精神・感情・意志）を賢明に守る方法についての簡潔な教訓が収められている。『Patrol. graec.』第40巻には、その言葉の後に、「修道生活と沈黙について」という題名の同様の記事が、ギリシャ語の本文とともに19章にわたって掲載されている。これらの章もまた、その言葉からの抜粋であり、どの章がどこから引用されたかは、出版物自体に引用元が明記されている。そのうちのいくつかは、『慈愛』の論説にあるものと言葉通り同一である。しかし、これら19章の中にも、『慈愛』の27章の中にも、『言葉』にはない教訓が含まれている。ちなみに、これが、本版のアッバ・イザヤの著作に、これら両方の記事を収録するきっかけとなったのである。このアッバに由来するものを何一つ見落とさないよう、ここでは『記憶に値する物語』に引用されているもの以外にも、我々の『アルファベット順パテリコン』に含まれる彼の格言を掲載する。ただし、翻訳はスラブ語からのみである。なぜなら、ギリシャ語で同様のパテリコンは存在しないからである。これは、我々の修道生活に熱

<sup>10</sup> 私たちの『プロローグ』の2月編——27日の項に記載されている。

<sup>11</sup> Patr. Lat. t. CIII



心な者たちの労作である。誰もが自ら確認できる通り、これらの言葉の中には、他の書物には見られないものが少なからず含まれている。したがって、ここでは以下のものを掲載する：

1. アッバ・イザヤの言葉。これらの言葉について補足すると、初版ではラテン語からの翻訳として掲載されており、印刷物として現存するのはそのラテン語版のみである。しかしその後、アトス山の長老たちがアトス山でこれらの言葉のギリシャ語原文を発見し、その写本をモスクワに持ち帰ったため、この原文に基づいて新たな翻訳が行われ、現在、そのような書籍を愛読する方々に、その翻訳版が提供されている。－ 本翻訳にあたっては、オプティナ修道院の長老たちが多大なる恩恵を授けてくださった、ドイツ人長老パイシオスによるこれらの言葉の翻訳を参考にしました。必要な箇所では、脚注でその翻訳を参照しています。

2. 初心の修道士のための規則。

3. 彼の格言。

4. 『ドブロトリュピエ』からの、心の保ち方に関する27章からなる一節。

5. 修業と沈黙に関する章。

## 1. 尊者アッバ・イザヤが弟子たちに向けた言葉

### 1. アッバ・イザヤが共に暮らしていた兄弟たちへの戒め

1. もし私と共にいたいと願うなら、イエスのために聞き従いなさい。

2. 各自、主を畏れつつ自分の独房に留まり、神の戒めに従って、自分の手仕事を怠ってはならない。

3. 教えと絶え間ない祈りを怠ってはならない。また、心を異質な思いから守り、いかなる人についても、またこの世のいかなる事柄についても、何も考えないようにしなさい。しかし、常に自分がどこでつまづいているかを吟味し、心を痛め、涙と苦しみ（肉の消耗）をもって神に懇願し、神があなたを赦し、再び同じ過ちを犯さないよう守ってくださるよう。

4. 日々、死を眼前に置き、どのようにしてこの肉体を離れ、空中で私たちを迎え撃つ闇の勢力を乗り越え、何ものにも妨げられることなく神の御前に立つべきかを、注意深く考えなさい。そして、神の恐るべき最後の審判の日、そして行い、言葉、思いのすべてに対して一人ひとりに報いが与えられるその日へと、視線を向けていなさい。なぜなら、「すべてのことは、私たちに答えを求めなければならない方の御目の前で、すでに明らかにされている」からである（ヘブライ人への手紙4:13）。

5. 特別な必要がない限り、食事の席でも教会でも何も話してはなりません。また、歌っている人が自ら何かを尋ねてこない限り、その人を正してはなりません。

6. 一週間ごとに、神への畏れをもって厨房で奉仕し、自分の修練を怠ってはならない。

7. 決して兄弟の独房に入ってははいけません。また、時期尚早に互いに会おうとしてはなりません。

8. 互いの手仕事をこっそり覗き見してはならない。兄弟が自分より多く働いたか、あるいは自分が彼より多く働いたか、といったことを気にしてはならない。

9. 配給を受けに行く際、無駄話をしたり、気ままに振る舞ったりしてはならない。むしろ、各自が神を畏れつつ、自分自身と自分の霊、また教えと祈りに、心の奥底で（心の奥底で）注意を払うようにしなさい。

10. 教会の集いが終わったとき、あるいは食事を終えて席を立ったときは、互いに座って語り合ってはならない。たとえ神の言葉についてであっても同様である。各自、自分の部屋に戻り、自分の罪を悔い改めて泣くがよい。

11. もし誰かと話し合う必要がある場合は、できるだけ言葉を控え、謙虚さと畏敬の念をもって語りなさい。神は常にあなた方の声に耳を傾けておられるからである。

12. 互いに何事についても論争してはならない。また、誰に対しても高慢な態度をとってはならない。誰をも裁いてはならず、口でも心でも誰をも侮ってはならない。決して誰に対しても不平を漏らしてはならない。あなたの口から偽りが漏れることのないようにし、あなたにとって益とならないことを口にしたり、聞いたりしようと望んではならない。

13. 心の中に、隣人に対する悪意も、憎しみも、嫉妬も抱いてはならない。口と心で異なることを言ってはならない。「神は侮られることはない」(ガラテヤ6:7)からであり、神は隠れたことも、表立ったこともすべてご覧になっているからである。

14. あらゆる思いや悩み、あらゆる願いや疑いを、自分の中に隠さず、自由にアッベに打ち明けなさい。そして、アッベから聞いたことは、信仰をもって実行するよう努めなさい。

15. 私の戒めを守ることを怠らないように気をつけなさい。なぜなら——お許しください——そのようであれば、私はあなたがたを私のそばに留まらせることはできないからです。もしあなたがたがそれらを守るなら、私は神の前であなたがたのために保証します。しかし、もし守らないなら、神はあなたがたに説明を求められます——あなたがたの怠慢についても、そして私の実りのなさについても。私の戒めを、公然と、あるいは密かに守り続ける者は、主なる神があらゆる悪から守り、これから訪れるあらゆる試練——それが隠れたものであれ、公然としたものであれ——からその者を覆ってくださるでしょう。

16. 兄弟たちよ、どうかお願いである。あなたがたがなぜこの世を離れたのかを覚え、自らの救いを大切にしなさい。そうすれば、この世を捨てたことが無駄にならず、神の前、また神のためにこの世を捨て、善き働きを成し遂げた聖徒たちの前で、恥をかくことがないように。

17. 偏愛を排し、苦行(肉体を疲れさせるような功績や苦難)、謙遜、そしてあらゆる事において理性を以て自らの意志を切り捨て、自らの義を信じず、常に自らの罪を目の前に置くこと——これらがあなたに美德をもたらすであろう。また、(誰もが)知っておくべきことは、(肉の)安らぎ、広さ(platysmos——広い道、何にも縛られない自由、自分の意志)、そして虚栄心が、修道者のあらゆる実りを台無しにしてしまうということである。

## 2. 自然法について

1. 兄弟たちよ、あなたがたに知っておいてほしい。初め、神が人を創造されたとき、その人を楽園に置かれた。そのとき、人は健全な感覚を持ち、自然な秩序の中にあった。しかし、人を惑わした者の言葉に従ったとき、そのすべての感覚は不自然なものへと変質し<sup>12</sup>、彼はその栄光から追放されたのである。しかし、私たちの主は、その偉大な慈しみにより、人類に対して御自身の憐れみを示されました。「御言葉は肉となった」(ヨハネ1:14)——すなわち、罪を除くすべての点において、人間として完全な姿となられたのです。それは、御自身の聖なる御体を通して、私たちの不自然さを自然なものへと変えるためでした<sup>13</sup>。このように人間に対してこの恵みを施された主は、人間を再び楽園へと導き戻し、——すなわち、(墮落した者を)御自身の足跡と、御自身が私たちに与えてくださった戒めに従うことによって立て直し、私たちを栄光から追放した者たちに打ち勝つことができるようにするためであり、また、人が神によって創造された本来の自然な秩序に立つことができるよう、聖なる礼拝(latreian)と清い律法を私たちに示してくださったからである。

2. したがって、自らの本来の状態に戻りたいと願う者は、すべての肉的な欲望を切り捨て、心の本来の状態(霊的な状態)に身を置くべきである。私たちの中には本来、(神への)渴望がある——そして、この神への渴望がなければ愛も存在しない。このゆえに、ダニエルは「渴望の人」(ダニエル書9:23)と呼ばれたが、敵はそれを(生来の渴望を)恥ずべき情欲へと変え、あらゆる不潔な行いに耽るように仕向けた。心には本来、神への熱意がある——そして神への熱意がなければ、成長もない。使徒の書簡に「大きな賜物を熱心に求めなさい」(Iコリント12:31)と記されている通り、神への熱意なしには成長もない。しかし、この神への熱意は、私たちの

<sup>12</sup> Eis ten parafysin——超自然性へ。

<sup>13</sup> Ten ten hatafysin

中で不自然な熱意へと変質してしまった——互いに嫉妬し、羨み合い、互いに嘘をつくためのものへと。心には本来、怒りがある——そして、敵によって心に植え付けられるあらゆるものに対して怒らなければ、人には清さなどあり得ない。エレアザルの子ピネハスが怒って夫婦を殺し、それによって主の怒りが御自分の民から去ったように（民数記 25, 7～9）が、私たちの中では、そのような怒りが別のものへと変わり、必要もなく無益なあらゆる事柄を理由に隣人に対して怒りを抱くようになってしまった。心には本来、憎しみというものが存在する。例えば、エリヤがそれに駆られたとき、彼は忌まわしい預言者たちを殺した（列王記上 18, 40）。同様に、サムエルもまた、その憎しみに駆られてアマレク王アガグにそうした（列王記上 15:33）——敵に対する憎しみなくしては、魂の尊厳（価値と威厳）は現れない。しかし、この（自然な）憎しみは、隣人を憎み、嫌悪感を持って彼らを忌み嫌うという不自然な形へと、私たちの中で変質してしまった。そして、この憎しみこそが、私たちからあらゆる美德を追い払ってしまうのである。——知性には、その敵に対して本質的に高潔さを保つ性質がある。すなわち、それがヨブに宿ったとき、彼は敵を罵倒してこう言った。「不名誉で冒涇され、あらゆる善に乏しい者たちよ。私は彼らを、私の羊の群れの犬にすら値しない者と見なす」（ヨブ記 30, 1.4）と語った。しかし、敵に対するこの高慢さは、私たちの中では変化してしまった。私たちは敵の前では謙虚になり、互いの前では高慢になり、互いに傷つけ合い、隣人よりも自分たちを義人だと見なしている——そして、そのような高慢さゆえに、神は人間にとって敵となってしまうのである。これこそが、人間に創造されたもの（創造の際に彼に植え付けられたもの）であり、彼が不従順によってそれを味わったとき、彼の中でこのような恐ろしい情欲へと変質してしまったのである。

3. 愛する者たちよ、私たちはそれら（情欲）を捨て去るよう努め、私たちの主イエス・キリストが御自身の聖なる御体において示してくださったものを獲得しよう。なぜなら、主は「聖なる方であり、聖なる者たちのうちに安らぎ給う」からである。神に喜ばれるよう、私たちの力の及ぶ限り、自らに心を配り、行動力を働かせ、すべての肢体を（天秤にかけるように）整え、それらが本来あるべき秩序に収まるまで努め、そうして「全世界に臨もうとしている」（ルカ 21:26）試練の時に恵みを得られるようにし、——絶えず御慈悲を懇願し、私たちの謙遜と共に御助けが臨み、敵から私たちを救ってくださいますように。なぜなら、御力と御助けと御支配は、世々限りなく続くからです。アーメン。

### 3. 初学者とケリオットの状態について

1. 何よりもまず、私たちには謙遜な知恵が必要です。そうすれば、聞くあらゆる言葉や、行うあらゆる行いにおいて、「お許しください」と口にする準備が整うでしょう。なぜなら、謙遜によって敵のあらゆる策略は打ち碎かれるからです。

2. 自分の思いに安らぎを持つために、いかなる行いにおいても、自分を過大評価してはならない。

3. （一人きりのときは）嘆きと悔い改めの印を帯びた表情を保ち、見知らぬ人々の前では（その表情を）親しみやすく快活なものとしなさい。そうすれば、神への畏れがあなたの中に宿るだろう。

4. 兄弟たちと共に旅に出る時は、少し距離を置いて沈黙を守り、歩きながらあちこちを見回すことなく、心の中で思索にふけるか、あるいは心の中で神に祈りなさい。どこで休憩をとっても、気ままに振る舞うことなく、すべてにおいて謙虚で慎み深くあれ。差し出されるものに対しては、まるで強制されているかのように、しぶしぶと手を差し伸べよ。最年少であるなら、他人の口に<sup>14</sup>（一口）を運ぶために、あえて手を伸ばしてはならない。どこで夜を明かすことになっても、互いに毛布を共有してはならない。寝る前に、心の中で多くの祈りを捧げよ。旅の疲れで、旅路の労を癒すために少量の香油を塗りたいと願うなら、足だけを塗らせ、その際、足を露

<sup>14</sup> *Balien eis stoma*——東方の古来の習わし：食卓で一口分を取り、特別な好意のしるしとして他人の口に運ぶこと。

わにするのを恥じなさい。また、極度の必要や病気の場合を除き、自分の体（全体）に香油を塗ることを許してはならない。

5. もし、自分の小部屋に座っている時に、見知らぬ兄弟が訪ねてきたら、あなたも彼のために同じことをしなさい——彼の足を塗り、こう言いなさい。「愛を行いなさい。少量の油を取り、体の他の部分を塗ってください。」もし彼が快く受け入れようとしないなら、無理強いしてはならない。しかし、もしその人が活動的な長老であるならば、全身に油を塗るまで、彼を説得し続けなさい。

6. 自分より年下の兄弟たちと食卓を囲むときは、「<sup>15</sup>（食べなさい）」と自分に言い聞かせてはならない。食べてもよいが、自分の罪を思い起こし、快楽を込めて食べてはならない。手は自分の目の前にあるものだけに伸ばし、他の人たちの目の前にあるものには手を伸ばしてはならない。衣服は足と膝を覆うようにし、それらが互いに密接に接しているようにせよ。もし食事をする者の中に旅人がいれば、親しみのある眼差しで必要なものを差し出し、彼らが食べ終わったら、二度か三度こう言いなさい。「愛を示しなさい、もう少し召し上がってください。」食事の際、隣にいる者の方へ顔を上げたり、あちこちを見回したり、無駄な言葉を口にしたりしてはならない。また、「祝福してください」と言わずに、自分が欲する物へ手を伸ばしてはならない。水を飲むときは、一般の俗人のように喉からゴボゴボという音を立ててはならない。

7. 兄弟たちと共に座っている時に痰が出そうになったら、彼らの前で吐き出さず、立ち上がって外で吐き出せ。他人の目の前で体を伸ばしてはならない。あくびが出そうになっても、口を開けてはならない。そうすれば、それはあなたから遠ざかるだろう。決して笑うために口を開けてはならない。それは無畏の行いだからである。

8. 兄弟の所有物——衣服であれ、帯であれ、ククーリャ（頭巾）であれ——を見て、それを欲してはならない。また、自分も同じようなものを手に入れたいという欲望に従ってはならない。

9. もし本を手にいれたら、その装丁を飾り立ててはならない。それは情欲だからである。

10. もし何らかの過ちを犯したなら、（認めることを）恥じて嘘をついてはならない。むしろ、ひれ伏して「お赦してください」と述べよ。そうすれば、あなたの罪は消え去る。

11. 誰かがあなたに厳しい言葉を投げかけたとしても、その人に心を苛立たせてはならない。むしろ、その人に対する不快感（あるいは恨み）が心に芽生える前に、急いでその人に頭を下げなさい。なぜなら、その直後に怒りがすぐにやってくるからである。

12. もし誰かに、何らかの事柄について不当に非難されたとしても、その人に対して反撃してはならない。むしろ、ひれ伏してこう言いなさい。「お許してください。これからはそうしません。」その人がその事柄を知っているかどうかにかかわらず、そのようなことはすべて、初心者 of 成長の糧となるからである。

13.<sup>16</sup> 手仕事をこなすときは、怠慢にならず、無知のゆえに罪を犯さないよう、神を畏れる心を持ってそれに励みなさい。

14. 何か手仕事を学んでいるときは、教えてくれる人に声をかけなさい。そして、頻繁にこう言うことを恥ずかしがってはならない。「愛をもって、私の出来栄が良いか悪いか見てください。」

15. 手仕事をしている最中に兄弟があなたを呼んだら、急いで彼が何を望んでいるのかを確認し、自分の仕事を置いて、彼の望み通りにしてあげなさい。

16. 食事が終わったら、自分の独房に入り、祈り（リエトルギア）を捧げなさい。自分にとって何の益も期待できない者たちと座って話をしてはならない。しかし、もし彼らが神の御言葉を語る長老たちであるならば、自分のアッパにこう尋ねなさい。「座って聞くべきか、それとも自分の独房へ戻るべきか？」そして、彼があなたに言う通りにしなさい。

<sup>15</sup> パイシオスによれば：その名。

<sup>16</sup> あるいはこうも書かれている：「自分の手仕事を終えたら、それを放置せず、無駄にならないよう大切に扱え」——など。

17. もし彼（アッパ）が何か用事で外へ送り出すなら、こう尋ねなさい。「どこに泊まればよろしいでしょうか？」そして、必要なものを伝え、彼が言う通りにしなさい。付け加えたり、省いたりしてはならない。

18. 外で何か言葉を耳にしたら、それを持ち帰らず、戻ってから他人に話してはいけない。耳を慎めば、舌は過ちを犯さない。

19. あなたが何かを望んでも、共に暮らす相手がそれを望まない場合は、論争が起こらず、相手が悲しまないように、その人のために自分の望みを捨てなさい。

20. 兄弟と共に暮らすために（ある修道室に）入るときは、同居人として、いかなる事柄においても彼に命令を下してはならず、また彼の頭となることを望んではならない。

21. 他の兄弟たちと共に暮らすなら、彼らの栄光に自分をも同列に置こうとしてはならない。もし彼らが、あなたが望まないことを命じたとしても、自分の意志を抑え、彼らを悲しませたり、（あなたに求められる）控えめさ（物言いの遠慮、謙虚さ）や、彼らとの平和な共同生活を損なわないようにしなさい。

22. 兄弟と共に暮らし、彼が「何か料理を作ってくれ」と言ったなら、彼に「何を作ってほしいのですか？」と尋ねなさい。もし彼が「好きなようにして」とあなたに任せたなら、神を畏れつつ、手元にあるもので料理を作りなさい。

23. もし互いに共に暮らしているなら（互いに助け合い、共同生活をしているなら）、何か分かち合いがあるときは、あなたもそれに加わり、皆と一つになりなさい。そして、すべての人のために、自分の体を惜しまないでください。

24. 毎日、朝起きてから、手仕事に取り掛かる前に、神の御言葉に耳を傾けなさい。もし、藁マットや器、あるいはその他のものを整える必要があるなら、怠けずに速やかにそれを済ませなさい。

25. 報酬を伴う仕事があるときは、あなたの兄弟もあなたと共にそれに加わらせなさい。そして、彼の前で嫉妬してはならない。もし些細な仕事があり、ある者が別の者に「兄弟よ、あなたは自分の仕事をしなさい。これは私が一人でやる」と言うなら、その言葉に従いなさい。従う者こそが偉大な者である。

26. 旅の兄弟があなたのところを訪れたなら、彼に親しみやすい表情で迎え、彼が背負っている荷物を自ら担いであげなさい。彼が去るときも、同じようにしなさい。彼への挨拶は、彼が害を被らないよう、品位を保ち、神を畏れる心をもって行いなさい。自分にとって益とならないことを彼に尋ねることは避け、代わりに彼に祈ってほしいと頼みなさい。彼が座ったら、「お元気ですか？」と尋ね、その言葉にとどめなさい。それから彼に本を渡し、教訓を得ながら読ませなさい。もし彼が疲れ果ててやって来たなら、休ませてあげ、彼の足を洗ってあげなさい。もし彼があなたとの会話の中で不適切な言葉を口にしたなら、愛をもってこう頼みなさい。「許してください。私は弱く、これを受け入れることができません。」もし彼が病弱で、その衣が汚れていたら、それを洗ってあげなさい。もし彼が素朴で、そのぼろぼろの服が破れていたら、それを繕ってあげなさい。もし彼が怠惰な者であり、あなたのもとには忠実な者たちがいるなら、彼をその者たちのところへ連れて行かず、神の愛をもって彼に慈しみを示しなさい。もし彼が神のために旅をして、あなたのもとで休息するために立ち寄った兄弟であるなら、彼から顔を背けず、あなたのもとに来た忠実な者たちと共に、喜びをもって彼を受け入れなさい。もし彼が貧しいなら、何も持たせずに帰してはならない。神があなたを祝福してくださったのと同じ祝福から、彼に与えなさい。あなたが持っているものはあなた自身のものではなく、神からの賜物であることを知っていなさい。

27. もし兄弟があなたのところに何かを預けたなら、その中身を知るために、彼抜きでそれを開けてはならない。もし預けられたものがあまりにも高価なものであれば、彼にこう言いなさい。「それを私の手に渡してください。」

28. もし誰かの家へ出向いて、その人が出て行ってあなたを一人残したなら、顔を上げてその家の物を見ようとしてはならない。また、どんな扉であれ、器であれ、本であれ、何も開けて



はならない。その人が出て行く時にこう言いなさい。『あなたが戻ってくるまで、何かやらせてください』と言うのだ。そして、彼が与えてくれたことは、怠けずにやりなさい。

**29.** 見たことのないものを褒めてはならない。また、聞いたことについて、あたかも見たかのように語ってはならない。

**30.** 服装（シエマ）を理由に、誰をも軽蔑してはならない。

**31.** 水を汲むために立っているときも、用を足すために座っているときも、怠けてはならない。神があなたを見ていることを心に留めなさい。

**32.** 自分の部屋で立ち上がり、祈りを捧げるときは、怠慢になってはならない。神に敬意を払う代わりに、神を怒らせるようなことになってはならない。神への畏れをもって立ちなさい。壁にもたれかかったり、片足を前に出し、もう片方を折り曲げて立つような、愚かな者の真似をしてはならない。また、自分の心が欲望にふけられないよう自制し、神があなたの捧げ物を受け入れてくださるよう努めなさい。

**33.** 数人で共に歌うときは、各自が（順番に）自分の祈りを捧げなさい。もし旅人がいれば、愛をもって彼にも祈りを捧げるよう頼みなさい。彼にこれを二度か三度、不快にさせずに伝えなさい。

**34.** （血を流さない）捧げ物の時、思いに打ち勝ち、神への畏れをもって心を定めて、聖なる秘跡にふさわしく与かり、主があなたを癒やしてくださるように。

**35.** 見よ、自分の体を不潔でだらしないままにしておいてはならない。また、虚栄心に惑わされてはならない。しかし、修業を始めたばかりの者は、自分の体に関してあらゆる不潔さをそのままにしておいてもよい。それは彼にとって有益だからである。

**36.** 初心者は、成人するまでは決して立派な服を着てはならない。それは彼にとっての薬となる。ワインについては、必要に迫られた場合でも三杯までと自らに律すべきである。笑うときは決して歯を見せることなく、畏敬の念と恥じらいをもって顔をうつむくようにせよ。就寝の際は腰帯を締めたままにし、決して手を（衣服の）内側に入れないようあらゆる努力を払え。なぜなら、肉体には多くの情欲があり、それによって心も惑わされるからである。用事で外に出る必要があるときは、サンダルを履くがよい。しかし、独房にいる間は、サンダルを履かないよう努めるがよい。歩くときは、手を帯に引っ掛け（あるいは帯に押し当てて）、俗人のように手を振り回してはならない。

**37.** 自分より年長者と共に歩くときは、決して先を行ってはならない。年長者が誰かと話すために立ち止まったときは、傲慢な態度をとったり座ったりせず、その人がどうすべきか合図をするまで立ち続けていなさい。

**38.** 町や村へ出かける際は、自分の独房に戻った時に非難を招かないよう、目を下に向けておくこと。

**39.** 旅先で、自分の心が罪に陥ることを恐れるような人の家には、一晩も泊まってはならない。

**40.** どこかで食事を振る舞われる際、そこに女性も同席すると知ったら、決して席に着いてはならない。心の中で密かに過ちを犯すよりは、あなたを招いてくれた人をがっかりさせるほうがましである。可能であれば、女性の衣服にさえ目を向けてはならない。もし旅の途中で女性が「平安あれ」と声をかけてきたら、心の中で答え、決して視線を向けてはならない。

**41.** ある長老と共に旅をする際、あなたが携えている荷物を、決して彼に担がせてはならない。もし二人とも修行を始めたばかりなら、交互に担ぐがよい。ただし、荷を背負っている者が先に行くようにせよ。



#### 4. 修道院に住む者たちの旅について、そして良心について<sup>17</sup>

1. 旅の途中で、あなた方のうち誰かが体力が弱っている場合は、その人をあなた方の前を歩かせ、座りたい時には座れるようにしなさい。

2. もしあなたがたが初心者の場合、外に出る際には——あらかじめ、一度きりでよいから、洗面台に近づくときや食卓に着くときなど、どう振る舞うべきかという規則を定めておきなさい。そうすれば、その時が来ても戸惑うことはない。ただし、ある時は一人が先頭に立ち、別の時は別の人が先頭に立つようにしなさい。

3. 長老に心の思いについて尋ねる時は、その長老が誠実で、あなたの言葉を守ってくれると分かっているなら、その思いを気兼ねなく打ち明けてください。

4. 兄弟の罪について耳にしたときは、誰にもそのことを話してはならない。それはあなたにとって死を意味するからだ。

5. あなたを苦しめる思いについて人々が語り合っているのを耳にしても、それがあなたにとって争いの種とならないよう、彼らの話に耳を傾けることを望んではならない。

6. 多くの祈りを捧げるよう自らを奮い立たせなさい。祈りこそが、あなたの魂の光だからです。

7. 毎日、自分がどのような点で罪を犯したかを省みよ。そして、そのことについて祈れば、神はあなたを赦してくださる。

8. もしある兄弟が、あなたの前で執拗に別の兄弟の悪口を言い始めたら、（彼を制止することを）恥じる必要はなく、また神の前で罪を犯さないよう、彼の言葉を信じてはならない。むしろ、謙虚にこう言いなさい。「兄弟よ、許してください。私は惨めな者です。あなたが言っていることは、私にもよくあることですが、私にはそれを耐えられません。」

9. もし兄弟があなたに悪事を働き、誰かがあなたの前でその兄弟を非難し始めたとしても、あなたの心に憎しみが再び湧き上がらないよう、自分の心を守りなさい。そして、神の前での自分の罪を思い出しなさい。もし神にその罪を赦していただきたいと願うなら、隣人に報復してはならない。

10. もし、あなたが知らない兄弟たちと共に旅に出たとき、彼らがあなたより年下であることがわかったなら、あらゆる面で彼らに先を譲り、敬意を払いなさい。もし友人の家を訪れることがあれば、洗面所へ行くにせよ、食卓に着くにせよ、あらゆる面で彼らを自分より先に通させなさい。そして、彼らがあなたのために迎えられたかのように振る舞うのではなく、彼らにこの栄誉を譲り、「これはあなた方のために、彼が私に対して慈しみを示してくださったのです」と言ってください。

11. 兄弟と共に旅をしていて、用事があるために友人のところへ立ち寄り、兄弟に「ここで待っていてくれ」と言った場合、もしその友人があなたにパンを口にするよう勧めても、兄弟を呼び、彼もあなたと共に慰めを受けるまでは、何も口にしてはならない。

12. もし多くの兄弟たちと共に道を歩んでいて、人数が多いため彼らを友人のところへ連れて行くのを恥ずかしく思うなら、決して彼らを軽んじてはならない。また、こっそりと離れて、彼らを置き去りにして一人でパンを食べてはならない。むしろ、彼らと共に、何がふさわしいかをよく考え、彼らがあなたに言うことを謙虚に聞き入れなさい。また、彼らと共に道を歩むときは、自分より優位に立とうとしたり、従者の務めから逃げたりしてはならない。

13. もし道端を歩いていて兄弟の所を訪ねようとしたが、彼があなたを受け入れようとしなかったとしても、その後道で彼に会ったとき、あるいは彼が知らぬ間にあなたの所へ立ち寄ったときは、彼に最大限の好意を示しなさい。

14. もし誰かがあなたについて悪口を言っているのを耳にしたなら、どこかでその人に会ったとき、あるいはその人があなたのところへ立ち寄ったときは、聞いたことについては何も言わ

<sup>17</sup> ギリシャ語の *「peri syneideseos」* ——おそらく、文意からして *「peri synodeyseos」* と読むべきだろう。ラテン語版は正しくこう読み、題名を『*Quid in itinere observandum est*』としている。しかし、終わりに近づくにつれて良心についても触れられているため、この一節が付け加えられているのだ。

ずに、自分の力の及ぶ限り、喜びと親しみ、そして好意に満ちた態度で接しなさい。「なぜそんなことを言ったのか？」などと言ってはならない。『箴言』にこう記されている。「悪を覚えている者は、律法に背く者である。」

**15.** 兄弟たちよ、もし貧しい兄弟の家を訪ねるなら、いかなる要求によっても彼を悲しませてはならない。むしろ、自分たちの食事を補うために必要なものはすべて自分で買い、余った分を彼に残しておきなさい。——（彼から）与えられた、その場にある寝床だけで十分である。

**16.** もし、あなたが知っている長老たちのところへ訪ねて行き、そこに長老たちが知らない他の人々があなたと一緒にいるなら、彼らの前で長老たちに対して特に大胆な態度を取ってはならない。むしろ、あなたと一緒に来た人々に、自分の考えを語る機会を譲りなさい。

**17.** 兄弟たちがあなたと共に暮らすときは、彼らを厳しく見守りなさい。彼らは、あなたが彼らのために神に報告することを知っているのだから、あなたの言うことを聞くはずである。

**18.** もし神のために巡礼者としてどこかへ出かけるなら、その場所にいる者たちと関係を結ぼうと望んではならない。また、言葉をもって彼らと結びついてはならない。なぜなら、（そのような場合）、肉親と共にいるほうが、あなたにとってより有益だからである。

**19.** 山へ登り、修道院の兄弟たちを訪ねるなら、最初に立ち寄った人のところにとどまり、その人に「私はここを去ってよいでしょうか」と尋ねずに、他の人のところへ移ってはならない。もしその人がこれに不満を抱いても、そこを去るまでは、その人を悲しませてはならない。

**20.** （異郷で）住むための小部屋を借りたなら、多くの友を持つことを許してはならない。病に倒れた時のために、あなた一人だけで十分であり、そうすれば、あなたの巡礼の力（意義、重み）を損なうことはない。

**21.** 貧しい（兄弟）に施しをしたときは、その施しの価値を損なわないよう、彼を自分の分け前を分け合う場に招いてはならない。

**22.** 知らない修道院（隠遁の住処）に入ったなら、（その住人が）住むことを許した場所で暮らしなさい。そして、その人が自ら招くまでは、他の独房に入ってはいけない。

**23.** もし自分の独房で沈黙を守っている時に、兄弟が自分の必要のために何かを頼んできたなら、その物を自分のために取っておいてはならない。そうしなければ、兄弟に関する戒めを破ることになるからである。しかし、もしあなたが自分に必要なものだけを持ち、余分なものを持ち合わせていないならば、自分の気晴らしのためにそれらを浪費してはならない。なぜなら、自分の体の一部を減ぼす方が、体全体がゲヘナに投げ込まれるよりはましだからである。

**24.** もしあなたが、神のために放浪者となるべく、血縁者たちから離れてきたのなら、彼らに対する甘美な同情（彼らと共に過ごすことによる心地よさ）があなたの心に入り込むことを許してはならない。また、修道室に座しているときは、父や母への未練、兄弟や姉妹への思い出、子供たちへの憐れみ、あるいは妻への想いを心に抱いて心を乱してはならない——あなたはそれらすべてを捨て去ったのだから。その代わりに、死の苦しみの中での自分の旅立ちを思い起こせ。その時、彼らの中には誰もあなたを助けてはくれないのだから、なぜ徳のために（彼らを）捨て去らないのか？

**25.** 自分の小部屋で黙想しているとき、自分に悪事を働いた者のことを思い出したなら、立ち上がって、神が彼を赦してくださるよう、心を尽くして神に祈りなさい。そうすれば、復讐の思いはあなたから去っていくでしょう。

**26.** 聖体の秘跡を受けるために向かうときは、あらゆる手段を尽くして自分の思いを守り（あるいは、あらゆる雑念から身を守り）、自らに裁きを下すことのないようにせよ。

**27.** もし夜、恥ずべき夢に誘惑されたなら、日中は夢に出てきた人々のことを思い巡らさないよう、心を慎みなさい。そうすれば、彼らの甘美さに汚されることもなく、激しい怒りを招くこともない。むしろ、心を尽くして神にすがりなさい。そうすれば、神はあなたを助けてくださる。神は人間の弱さに憐れみ深いからである。

**28.** もし厳しい修行を続けているなら、あなたの心がそれに頼って、「これがあなたを守っている」と心の中で思うことのないようにしなさい。むしろ、自分の心にこう言い聞かせなさい

。「肉体の消耗ゆえに、神は私の嘆きの祈りに耳を傾けてくださり（私を守ってくださっている）」と。

**29.** もし誰かがあなたを非難するなら、その人が黙るまでは反論してはならない。その後、自分自身を省みて、その人から聞いたことが自分の中にもあるとわかったなら、自分が罪を犯したことを悔い改めなさい。そうすれば、神の恵みが再びあなたを受け入れてくださるだろう。

**30.** 兄弟たちと共に旅をする際、その中に、神のゆえにあなたが愛を抱いている者がいたとしても、彼らの目の前で、その者に特別な親しみを示してはならない。そうすれば、彼らの間に弱い者が現れて、嫉妬のあまり死んでしまうことはないだろう。そうでなければ、あなたは彼に罪を犯すきっかけを与えてしまったことになるため、その罪を負うことになる。

**31.** 誰かのところへ行くとき、彼らがあなたを大いに歓迎してくれることを期待してはならない。そうすれば、彼らがあなたを受け入れてくれたとき、あなたは神に感謝することができるからだ。

**32.** もし、独房で沈黙を守っているときに弱さに襲われたとしても、気落ちしてはならない。むしろ神に感謝しなさい。もし、そのせいで自分の魂が動揺しているのを見たら、こう言いなさい。「この弱さの方が、あなたが向かうことになっているゲヘナよりも、あなたにとって良いことではないか？」——そうすれば、魂はあなたの中で落ち着くであろう。

**33.** 兄弟たちのところへ行き、そのうちの誰かが「ここでは安らぎを見出せない。あなたと一緒に暮らしたい」と言ったなら、他の者たちに躓きを与えないよう、彼に居場所を与えてはならない。もし彼が「ある隠された事柄のために、私の魂が死にかけている」と言ったなら、逃げる手段は与えても、自分と一緒に暮らすことは許してはならない。

**34.** 自分の独房で沈黙を守りながら座っているとき、食事に関しては、自分の体に必要な分だけを与えることを規則とせよ。そうすれば、体はあなたを支え、祈りの務めを果たすことを可能にし、他の人々のところへ行きたいという欲求を抱かなくなるだろう。味覚の欲望を満たすための甘いもの、それが良質な食べ物であれ、そうでないものであれ、一切食べてはならない。もし、兄弟や修道院を訪ねる必要が生じたとしても、そこで見つかる甘い食べ物を、自分の体に満足するほど与えてはならない。そうすれば、体は一刻も早く独房に戻りたがり、自分自身を裏切るようなことにならないだろう。

**35.** もし悪魔たちが、あなたの力を超えた行いに心を向かわせようとしても、彼らの言うことを聞いてはならない。彼らは通常、人が自分には力のないあらゆる行いに熱中させ、その人を自分たちの手に落ちさせ、彼を嘲笑うためにそうするからである。一日に一度だけ食事をし、まだ（食べたい）という欲求が残っているうちに起き上がる程度の、必要な分だけ体に与えなさい。祈りの時間は敬虔に行い、体に必要なものを奪ってはならない。しかし、理性を働かせ、節度を持って祈りを捧げなさい。そうしなければ、過度な祈りのために魂が曇り、道から外れてしまうことになるからだ。祈りのためには夜の半分で十分であり、残りの半分は体の休息に充てなさい。就寝前に二時間を祈りと詩篇の詠唱に費やし、それから休みなさい。そして、主があなたを目覚めさせられたら、再び熱心に祈りを捧げなさい。もし、自分の体が怠けているのを見たら、こう言いなさい。「この短い間、安らぎを望むのか。そうすれば、その後、漆黒の闇に投げ込まれることになるのではないか？」そして、少しずつこのように自分を奮い立たせていけば、力（覚醒）があなたに訪れるだろう。

**36.** あなたの良心が、他者（見かけ通りではなく、またあなたが望む通りではない姿）として見ることを恐れる人々、あるいは彼らを通じて他者と知り合うことを恐れる人々とは、親交を持たないようにしなさい。そうすれば、信仰の道においてつまずきを与えることにはならない。

**37.** もしあなたが修道院にいて、奴隷を所有し、その者を自分のそばに置いているなら、修道会の品位を汚すことになる。もしその者を兄弟に譲り渡せば、神の前で罪を犯すことになる。だから、彼を解放して行かせるか、あるいは自由の身にしてやれ。もし彼が修道士になりたいと望むなら、彼自身が悟るだろう（あるいは、彼自身の知るところ通りになる）。あなたは決して彼を自分のそばに置いてはならない。それはあなたの魂にとって益にならないからである。

**38.** もしあなたが町に住みながら、神のために自分の体を酷使し、その人々が嫉妬からそのことを称賛し始めたなら、その場所を離れ、別の場所に身を置け——そうすれば、あなたの労苦が無益なものにならないように。しかし、もしあなたがすでに虚栄心を克服しているなら、神があなたと共に、あなたの行いを喜ばれていることを知って、人々の声に耳を傾けてはならない。

**39.** もしあなたが世を捨てたのなら、自分の手元には何も残してはならない。そして、もし自分の中に外を出歩きたいという欲望が見られたなら、自分の体を手仕事にさらに勞わせ、自分の小部屋で黙して、平穩に自分のパンを味わうようにしなさい。

**40.** もし町へ行って自分の手仕事を売るなら、世俗の人々のように値段を争ってはならない。むしろ、自分の小部屋の力（意義）を損なわないよう、その場の成り行きに任せて手放しなさい。

**41.** 必要なものを買うときは、「これ以上の金額は払わない」と交渉してはならない。その品物を欲しければ、少しばかり自分を奮い立たせて（要求された金額を）支払うがよい。もしその代金を用意できないなら、黙ってその品物を諦めなさい。その後、「どこから手に入れようか」という思いに苛まれるようになったら、こう言いなさい。「今や私は、神が貧しさによって試練を与え、その意志が正しいことを知るまで、そしてその後で初めて豊かさへと導かれたすべての聖人たちと同じ立場になったのだ」と。

**42.** もし兄弟があなたのもとに何かを預けておき、あなたがそれを必要としたとしても、彼に（そのことをあらかじめ）告げない限り、彼の許可なくそれに手を触れてはならない。

**43.** 兄弟が人目を避けて、「この物を私から買ってくれ」と言ったなら、買えるのであれば、彼から買いなさい。ただし、もしあなたが他の人々と共同生活をしているなら、彼らの承知と同意なしにこれを行ってはならない。さもないと、あなたと同居している人々を傷つけることになる。

**44.** 何らかの用事で自分の村に行く必要が生じた場合、血縁者に対して過度に気兼ねのない振る舞いをしないよう注意し、彼らの会話に割り込まないようにしなさい。

**45.** 兄弟から一時的に何かを借りた場合は、怠けることなく、できるだけ早く返すよう努めなさい。もしそれが何らかの作業道具であるなら、自分の用事が終わったら直ちに返せ。もしそれが壊れてしまったら、修理するか、新しいものを作れ。このことについて怠けてはならない。

**46.** 困窮している兄弟に何かを貸して、彼が返せないことが分かったとしても、それが金であれ衣服であれ、あなたが自分の力の範囲内で与えたものであれば、いかなる場合でも彼を煩わせたり、追い詰めたりしてはならない。

**47.** ある場所にやって来て住むことになり、独房を借り、必要なものをすべて整えるために費用をかけた後、やがてそこを去り、その後、別の兄弟がその独房に住むようになったとしても、あなたが後に再びそこに戻る場合、その兄弟を追い出してはならない。神の前で罪を犯さないよう、自分用の別の独房を探しなさい。しかし、もしその兄弟が自らの意思でその部屋を去ったのであれば、あなたはあらゆる罪から清い。もしあなたが部屋に何か物を残しておき、彼がそれを使い果たしたとしても、彼にそれを請求してはならない。

**48.** 独房を離れるときは、そこで必要な物を持ち去らないように気をつけ、貧しい兄弟のためにそこに残しておきなさい。そうすれば、神はあなたが移る先で、あなたを恵んでくださるだろう。

**49.** あなたを苦しめるあらゆる思いについて、遠慮せずにあなたの長老に打ち明けてください。そうすれば、その思いから解放されるでしょう。なぜなら、善いものであれ悪いものであれ、自分の思いを黙り込んでいる人ほど、悪霊が住み着きやすいものはないからです。

**50.** 聖体拝領に臨む際、兄弟に対して悪意を抱かないよう気をつけなさい。そうしなければ、あなたは自分自身を欺くことになるからだ。

**51.** もし（聖書の言葉の中に何らかの比喩的（アレゴリ一的）な意味が示されたならば、それを比喩的に解釈せよ。しかし、文字（あるいは文字通りの意味）を無視してはならない。そう

して、聖書よりも自分の理性を信じるようなことがあってはならない。なぜなら、それは高慢のしるしだからである。

**52.** もしあなたの兄弟が、異端者たちの言葉に惑わされて、無知ゆえに信仰から逸れてしまい、その後再び立ち返ったとしても、彼を軽蔑してはならない。それは彼にとって無知による過ちであったからである。

**53.** 信仰を守り抜くために異端者たちと会話する際は、彼らの邪悪な言葉の毒が（あなた自身を）傷つけないよう、用心せよ。

**54.** 異端と評判の本に出くわしたなら、自分の心を致命的な毒で満たさないよう、それを読もうと望んではならない。むしろ、すでに教えられていることを守り、それに何も加えず、何も減らさないようにせよ。

**55.** 使徒が言ったように（Iテモテ6:20、1:10）、健全な教えに反する偽りの知恵から身を守りなさい。

**56.** もしあなたが若く、まだ肉体を制していないのなら、先人たちの崇高な徳について聞き、それらに憧れるとしても、安逸にふけてそれらを達成できるなどと夢想してはならない。それらを苦勞して培わなければ、それらはあなたのもとには来ない。しかし、もしそうするなら、それらは自ずとあなたのもとに来るだろう。

**57.** 落胆から身を守れ。それは修道者の実りを滅ぼすからである。

**58.** ある情欲と闘うとき、臆病になってはならない。むしろ、神の御前にひれ伏し、心の底からこう言いなさい。「私にはこれに対抗できません。この貧しい者を助けてください」——そうすれば、あなたは安らぎを得るだろう。

**59.** もし自分の独房に座っている時に、心に恥の念が芽生えたら、注意して自分の魂に抵抗し、それがあなたを支配しないようにしなさい。神があなたを注意深く見守っておられ、あなたが心の中で考えていることはすべて神の御前にさらけ出されていることを、急いで思い起こし、自分の魂にこう言いなさい： もしあなたが、自分と同じような罪人たちに、自分の罪を見られないように恐れているのなら、すべての人を注意深く見守っておられる神を、どれほどもっと恐れるべきでしょうか？ このような心の促しによって、あなたの魂の中に神への畏れが芽生えるでしょう。そして、もしあなたがその畏れに留まるならば、情欲に揺るがされることなく、次のように書かれている通りになるでしょう。「主を頼る者は、シオンの山のように、エルサレムに住む者は、永遠に揺るがない」（詩編124:1）。

**60.** もしあなたが戦いの最中に敵の勢力に立ち向かい、敵が疲れ果ててあなたの前に屈服し、後退していくのを見たとしても、あなたの心がそれを喜んではならない。なぜなら、これらの霊たちがあなたに仕掛ける邪悪な策略は彼らの背後にあり、彼らは最初の戦いよりもさらに悪質な戦いをあなたに仕掛ける準備をしているからである。彼らは、町の背後に特別な戦闘部隊を待ち伏せさせ、動かないよう命じている。その後、あなたが彼らに立ち向かい、抵抗すると、彼らはまるで力尽きたかのようにあなたの目の前から逃げ去る。しかし、あなたが彼らを追い払ったことに心を高ぶらせ、町を離れると、そのうちの何人かは背後から立ち上がり、あなたに立ち向かい、他の者たちは前方に立ちはだかり、その哀れな魂を彼らの真ん中に置き、もはや逃げ場がなくなるだろう。——この町とは、あらゆる敵の戦いからあなたを救う神の前で、心を尽くして自らを神に委ねることである。

**61.** もし戦いのことについて神に祈り、それをあなたから取り除いてくださるよう願っても、神があなたの祈りに耳を傾けてくださらなくても、気落ちしてはならない。神は、何があなたにとって有益であるかを、あなたよりもよくご存じだからである。しかし、戦いの最中に神にあらゆる願いを祈るとき、「これを取り除き、あれを与えてください」と言ってはならない。次のように祈りなさい。主イエス・キリストよ、私を助けてください。私があなたに背く罪を犯すことのないよう、私を導いてください。私は道に迷ってしまいました。私の思いのままに振る舞うことのないよう、私の罪の中で滅びることのないよう、どうかあなたの被造物を憐れんでください。私は弱き者ですので、私を見捨てないでください。私はあなたに逃げ込んだのですから、私

を見放さないでください。私の魂を癒してください。私はあなたに罪を犯しました。私の前には、私を憎む者たちが皆います。主よ、あなた以外に私の逃げ場はありません；主よ、あなたの慈しみによって私を救ってください。私に立ち向かい、私の魂を求め、それを滅ぼそうとする者たちが皆、恥をかくようにしてください。主よ、あなたはすべてのことに力強く、あなたを通して、神であり父であり、聖霊である方に、永遠に栄光がありますように。アーメン。——その時、良心が密かにあなたの心に語りかけるでしょう。神がなぜあなたに耳を傾けないのか、その理由を。そして、あなたの務めは、それを軽んじることなく、良心があなたに命じることをすべて行うことです。人が神の御言葉に従わないとき、神がその人の声を聞かないなどということはありません。神は人から遠く離れてはいませんが、私たちの欲望が、神が私たちに耳を傾けることを妨げているのです。だれにも惑わされてはならない。種まきも灌漑もなしに、大地がそれ自体で実を結ぶことができないのと同じように、苦難（自己犠牲、自己否定）と謙遜なしに、人が（善という）実を結ぶことは不可能である。

**62.** 愛する者たちよ、私たちは神への畏れをもって立ち続け、美德の実践（*to praktikon* – 実践 – *ton areton*）を守り、実践し、私たちの良心に躓きを与えず、神への畏れをもって自分自身に耳を傾けよう。そうすれば、良心も私たちと共に解放され、私たちと良心の間に一致がもたらされるだろう。そうすれば、彼女は私たちにとって守護者となり、私たちが<sup>18</sup>（自らの意志）を切り捨てなければならぬすべての事柄を、私たちに示してくれるでしょう。しかし、もし私たちが彼女の声に耳を傾けなければ、彼女は私たちから離れ去り、私たちを見捨てるだろう。そして私たちは敵の手に落ち、その敵からはもはや何の慈悲も得られなくなる。、私たちの主がこう教えてくださったように、「敵とすぐに和解せよ、彼と共に道を進んでいる間に、そうせよ。さもないと、敵があなたを裁判官に引き渡し、裁判官はあなたを役人に引き渡し、あなたは牢屋に投げ込まれることになる。まことに、あなたに告げる。最後のクオドラントを払い終えるまで、そこから出られないであろう」（マタイによる福音書 5, 25, 26）。——良心とは敵であると言われる。なぜなら、人が肉の欲望を満たそうとする時、良心はそれに反対し、もし人がその声に耳を傾けなければ、良心は人を敵の手に引き渡すからだ。なぜホセアはエフライムを悼みながら、「エフライムは敵に打ち負かされ、裁きを踏み躪った」（ホセア 5:11）と語ったのか。エジプトを求め、アッシリア人に無理やり連れ去られた」（ホセア書 7:11）。エジプトとは、心が肉欲の望みを追い求めたことを意味し、「アッシリア人に無理やり連れ去られた」とは、不本意ながらも敵のために働かされていることを意味する。

**63.** 愛する者たちよ、私たちが肉的な欲望の手に陥らないよう、また、その欲望が私たちの意志に反してアッシリア人に引き渡さないよう、自分自身に気をつけよう。（次の）痛ましい言葉を聞きましょう。アッシリアの王がイスラエルの地に来て、エフライムとイスラエルをアッシリアへ移住させ、フザンの川であるエレイとアモレのほとりに定住させました。彼らは今日に至るまでそこに住んでいます。その後、アッシリアの王は自分の民の中から（ある者たちを）遣わし、イスラエルの地に住むよう命じた。すると、彼ら一人ひとりが自分用の偶像を作り、それに拝んだ。そして、彼らは今日に至るまでそこに住んでいる（列王記下 17: 6, 24, 25, 29）。エフライムにこのようなことが起こったのは、彼が「敵に打ち勝ち、裁きを踏み躪った」からである。

**64.** 兄弟たちよ、今や、悪しき欲望に従い、良心を踏みにじる者たちの末路——彼らに何が降りかかったか——を悟ったでしょうか。愛する者たちよ、彼らを羨むのではなく、死に至るまで罪に耳を傾けず、聖なる良心に従い、天の御国を相続した聖徒たちを羨みましょう。彼ら一人一人は、その家系において清くこの世を去りましたが、彼らの名はすべての世代にわたって消えることの無いものとなりました。——愛すべきヤコブを例に挙げよう。彼は神に従ってあらゆる点で両親の言うことを聞き、彼らから祝福を受けた後、メソポタミアへ行き、そこで子孫を得ようと望んだ。なぜなら、両親に背いたカナンの子孫たちから子を持つことを望まなかったからである。そこで、彼は自分の杖と油の壺を手に取り、ベテル——「神の家」と解釈される場所——

<sup>18</sup> *Ekkoptomen*。パイシオスによれば、これこそが我々のつまずきの原因である。



へ行き、そこで休息をとった。そして夜、啓示の中で、天から地へと伸びる梯子の姿と、その梯子を登っていく神の御使いたちを見た。——主はその梯子の上に立っておられた。これは、神に仕える者へのしるしである。すなわち、初めには美德の姿が彼に示されるが、そのために労苦を惜しまなければ、神に到達することはできない。ヤコブは立ち上がり、神のしもべとなるという契約を神と結び、神は彼を強め、「わたしはあなたと共にいて、あなたを守ろう」と言われた（創世記28:1-15）。こうして彼はメソポタミアへ行き、その地で妻を迎えようとした。そこで母の兄弟の娘であるラケルを見て、彼女を愛し、彼女のために七年間働いたが、まずリアを娶るまでは、ラケルは彼に与えられなかった。そして、彼が彼女のためにさらに七年間働いた後、ラケルはようやく子を授かった。これが、この言葉（物語）の意味である。

65.（その国は）メソポタミアと呼ばれるのは、二つの川の間に位置しているためである。一方はティグリス川、もう一方はユーフラテス川である。前者はアッシリア人に対して流れ、後者には敵（障壁）がないが、広野を流れる川と呼ばれる。ティグリスは「思慮」を、ユーフラテスは「謙虚な知恵」を象徴すると解釈される。リアは肉体労働の象徴であり、ラケルは真の観想の象徴である。これは、メソポタミアに生きる人間にも当てはまる。その人は、理性を働かせつつ肉体労働を行い、アッシリア人の敵意に立ち向かい、謙虚さを通じて真の観想へと至るのである。——しかし、リアがすべての子供を産み終え、彼がラケルのためにさらに七年間働いた後でなければ、ラケルは彼に子を授からなかった。これこそが意味するところである——すなわち、人が活動的な道のりをすべて歩み終えなければ、真の観想はその人の中で自由（あるいは自由な顕現）を得られないということである。妻たちは二人とも彼のものだったが、彼はリアよりもラケルを愛していた。なぜなら、リアは「目が弱かった」からである。「ラケルは目が非常に美しかった」（創世記29:17）。「最初の妻は目が弱かった」という言葉の意味はこうだ。すなわち、人が肉体的な（労苦）の中に留まっている限り、真の観想の栄光を見ることはできない。なぜなら、敵は常として、人の行いに世間に迎合する要素を混ぜ込むが、人はそれに耳を傾けてはならないからである。——リアが一時的に出産できなくなったとき、彼女は夫に自分の女奴隷ゼルブを差し出し、その後また子を産み、その子にアッシールという名をつけた。これは「富」と解釈される。リアが子を産むのをやめたとき、神はラケルを思い起こされた（創世記30:22）。これは、肉体の労苦が感覚を清め、それらが情欲から解放されたとき、真の観想が心にその栄光を現す（あるいは、完全な栄光のうちに心に自らを現す）ことを意味する。——リアの息子たちはヤコブを支えていたが、彼はヨセフを誰よりも愛していた。これは、肉体の労苦が人を敵から守るものの、真の観想こそが人を神と結びつけることを意味する。——なぜヤコブはヨセフを見るやいなや、直ちに両親のもとへ戻りたいと願ったのか（創世記30:25）。それは、兄弟たちの王となる者が自分に生まれたのを見たからである。さらに、ヤコブは全軍勢（陣営、キャラバン）をヤモク川（スラヴ語およびロシア語では——ヤボク）を越え、一人で対岸に残ったとき、神から祝福の喜びを受け、神は彼に「あなたの名はもはやヤコブと呼ばれず、イスラエルと呼ばれる」と告げられた（創世記32:28）。ヤコブと名付けられたのは、敵に打ち負かされていたからであり——（そのように呼ばれていた）——そのような祝福に値する者となり、敵の手中にあった自身の感情を（捕囚から）救い出すまではそうであった。そして、それらの感情が彼から解放されたとき、彼はイスラエル、すなわち神を見る知性へと改名された。なぜなら、知性が神性の栄光を見るに至るとき、敵対的な憎悪はそれを恐れるからである。それゆえ、エサウは苦々しい思いで彼を迎えに出たものの、ヤコブの謙虚な知恵がその悪意を鎮め、もはや彼（ヤコブ）自身がエサウを打ち負かすのではなく、神の御前で自らを打ち負かすこととなったのである。たとえ敵が、人が達した偉大な栄光を見て嫉妬したとしても、彼を傷つけることはできない。なぜなら、神が彼を助けておられるからである。聖書に記されているように、「あなたの生まれ故郷の地へ戻れ。そうすれば、わたしはあなたと共にある」（創世記31:3）。——ついに彼はサリムに到着し、そこで畑を購入し、苦難の日に彼の祈りを聞き入れてくださった主のために、その地に祭壇を築いた（創世記33:19,20）。サリムという名は「平和」を意味する。すなわち、神の庇護のもとで戦いを乗

り越えた時、人は平和の状態に到達するということである。ヤコブは十二個の石で祭壇を築き、約束の地において、メソポタミアで行った労働の成果を神への捧げ物としてその上でささげた。

66. 愛すべきモーセもまた同様であった。彼は民をエジプトから導き出し、ファラオの手から救い出し、紅海を渡らせ、すべての敵の死を目の当たりにし、イエスを遣わしてアマレクを滅ぼさせ、自身は山の頂上に立ち（祈りを捧げ）、その両手はアロンとオルによって支えられ、十字架のしるしから逸れないようにされていた。その後、イエスがアマレクを滅ぼして喜びをもって戻ってきたとき、モーセは山のふもとに十二個の石で祭壇を築き、その場所に「主は私の避難所」という名を付けた（出エジプト記 17:15）。それは、神が不可視の手をもってアマレクと戦われるからである。—「アマレク」という名は「落胆」を意味する。なぜなら、人が自分の欲望から逃げ出し、罪を捨てて神に駆け寄ろうとする時、まず最初に「落胆」が彼に立ち向かい、再び罪へと引き戻そうとするからである。この落胆は、神に熱心に身を委ねることによって追い払われる。この身を委ねる姿勢には節制が役立ち、節制は肉体労働によって保たれ、それを通じてこそイスラエルは解放される。その時、人は神に感謝を捧げ、こう言う。「私は無力ですが、あなたは代々、私の助け手です。」

67. 偉大なる預言者エリヤもまた、そのようであった。彼は、十二個の石で祭壇を築き、その上に薪を積み、聖なる犠牲を捧げ、すべてに水を注ぐまでは、自分に敵対するすべての邪悪な預言者たちを滅ぼすことはできなかった。そして神は彼のために、祭壇とその上のものを焼き尽くす火となられた。その時、まさにその瞬間に、彼は敵たちに対して大胆に立ち向かった（列王記下 18:40以下）。——そして、彼らを一人残らず滅ぼし尽くした後、彼は神に感謝を捧げ、こう言った。「あなたはこれらすべての中にいます。なぜなら、『彼は自分の顔を両膝の間に置いた』と書かれているからです（列王記下 18:42）。このように、もし心が自らの感覚を注意深く見守っているならば、不死（あるいは永遠の命）を得るものであり、その不死（永遠の命）は、神が彼に啓示するこれらの言葉へと彼を導くのである。その後、エリヤの「若き弟子」が「見上げ」、七つの情欲のうちどれ一つとしてかき立てられているものを見ないとき、彼は「海から水を汲み上げる、人の足跡のような小さな雲」を目にする。これこそが、聖なる慰め主による安息である（列王記下 18:43,44）。——不死とは、まさにこれである。すなわち、行いを健全（完全かつ無傷）に保ち、赦しを祈った事柄に再び立ち返らないことである。なぜなら、神が人の行いを受け入れ、その人が成し遂げたことが完全なまま敵の力から守られるとき、その敵は彼に立ち向かうことはできない。彼らが、その人の中に自分たちの望みが叶わないことを悟ったとき、彼らは自ずと消え去る。次のように書かれている通りである。「あなたがたはあなたがたの神々の名を呼び求めなさい。私も私の神、主の名を呼び求めよう。火で応えてくださる神こそが、その神である」（列王記上 18:24）。（「呼び求めたが……声もなければ、応答もなかった」——26）。これは、敵の力によって人の内に植え付けられるあらゆるものにも当てはまる。望まない者に対しては、敵は自らの意志を成し遂げることができない。彼らは（人を自分たちの側に引き込むために）全力を尽くすが、神の人は彼らに耳を貸さない。なぜなら、神の御心にあるその人の心はそれを望まないからである——次のように書かれている通りである。「あなたがたの神の御名を呼び求めなさい。私も私の神、主の御名を呼び求めよう」。しかし、彼らの意志が主にはなかったため、主は彼らの願いを何一つ聞き入れられなかった。

68. このようなことはすべて、神の御心に従い、その戒めを守る者すべてに起こる。当時の先人たちは、これらを予型として示されたものであり、それは、不死を得るために奮闘し、それによって敵のあらゆる矢から守られた彼らの足跡をたどろうと決意した私たちへの教訓として記されている。彼らは、自らの労苦には一切頼らず、神の助けを祈り求めて神の庇護の下に身を委ねた。神の庇護は彼らにとって防護の城壁であった。彼らは、神の助けなしには何もできないと信じ、謙遜のうちに詩篇の作者と共にこう語った。「主が家を建ててくださらなければ、建てる者の労苦はむなしい。主が町を守ってくださらなければ、見張る者の警戒もむなしい」（詩篇 126:1）。そして神は、その心が全力をもって御自身に服従し、御自身以外に助けを求める者がいないのをご覧になると、次のように告げながら、その者に力を与えてくださる。「恐れるな、ヤ

コブよ。小さなイスラエルよ」(イザヤ書41章14節)、そしてまた、「恐れるな。わたしはあなたを救い出し、あなたの名を呼んだ。あなたはわたしのものである。また、あなたが水の中を通り抜けるとき、わたしはあなたと共にいる。川はあなたを覆い尽くすことはない。また、火の中を通り抜けるとき、あなたは焼かれることなく、炎もあなたを焦がすことはない。わたしは、あなたの神、イスラエルの聖なる者、主であり、あなたを救う者だからである」(イザヤ書43章1～3節)。心がこのような勇気づける御言葉を聞けば、大胆に敵の力に立ち向かい、こう言うだろう。「誰がわたしと争うのか? …… さあ、わたしに近づいてみよ。主、主がわたしを助けてくださる。誰がわたしを害することができるか。見よ、あなたがたはみな、衣のようにすり減り、屑のように消え去る」(イザヤ書 50, 8, 9)。しかし、神は力強き御方であり、私たちもまた、謙遜をもって神に守られた人々の数に加えられるようにしてくださる。謙遜は彼らにとって兜となり、敵のあらゆる矢から彼らを守ったからである。神の恵みにより、その力と栄光と権威は、世々限りなく。アーメン。

#### 5. 信徒への戒め、および互いに平和に共に生きたいと願う者たちの家庭生活について

1. 共に道を歩むときは、あなたがたの中で最も弱い者の思いに、あらゆる点で配慮しなさい。その者が少し休む必要があったり、少し早めに食事をとる必要があったりするかどうかを気遣いなさい。

2. 共に何らかの用事で出かける時は、各自が自分自身に注意を払い、兄弟に注意を向けてはならない。彼を教えたり、何かを命じたりしてはならない。

3. 修道室で何かを分け合ったり、例えばかまどやその他のものを整えたりするときは、その作業をしている者が自分のやり方で進められるようにしなさい。しかし、もし彼が「愛を示してください、教えてください。私は(これやあれの)やり方が分からないからです」と言い、その一方で、あなた方の間に(それを)できる者がいるのに、その者が「自分にはできない」と偽って言うなら、そのような謙遜は神にかなうものではない。

4. もしあなたの兄弟が(あるべき姿とは異なる)行いをしているのをあなたが目撃したとしても、「あなたはそれを台無しにした」と言ってはならない。しかし、もし彼が「愛を行ってください。私に教えてください」と言ったのに、あなたが教えず、黙り込んでしまうなら、あなたの中には神の愛はない。なぜなら、あなたは(心の中に)偽りを抱えているからだ。

5. もしあなたの兄弟が料理を作り、それがあまりうまくいかなかったとしても、「うまく作れなかったね」と言ってはならない。そうすることは、あなたの魂にとって死を招くからである。むしろ、もしあなたが他者から同じことを言われたら、どれほど悲しむか考えてみよ。そうすれば、あなたは落ち着くことができるだろう。

6. 皆で歌っているとき、誰かが歌詞を間違えても、それを指摘したり、その人を気まずくさせたりしてはならない。たとえ一語飛ばしてしまったとしても、そのままにしておきなさい。しかし、もしその人が(あらかじめ)「愛を育みましょう。もし間違えたり、飛ばしたりしたら、私に教えてください」と言うなら、その人に指摘してよい。

7. 食卓で何かを食べる際、もしあなた方の誰かがその食べ物を好まないとしても、「これは食べられない」と言ってはならない。神のために、たとえ死に至るまで、自分を奮い立たせて(黙るか、あるいは他の人たちと同じように食べるか)、そうすれば神がその人を安らかにしてくださるだろう。

8. 皆で何らかの仕事を共にしている際、もし誰かが気弱さゆえに(仕事を)やめてしまっても、その人を責めてはならない。むしろ、その人を労わったり、大目に見てあげたりせよ。

9. 兄弟たちがあなたたちのところを訪れたとき、決して、あなたたちに害を及ぼしかねないことについて彼らに詮索してはならない。そうすれば、彼らのことが原因で、あなたたちの修道室に「束縛」(動揺、心の傷)が残ることはないだろう。しかし、もし訪れた者が自制できず、前述のようにあなた方に害を及ぼしかねないようなことを誰かに話してしまった場合、それを聞いた者は、そのことを兄弟たちの誰にも伝えないで、黙っておきなさい。そうすれば、その「

束縛」は（来たがままに）彼一人の中で過ぎ去り、彼が彼らの心に致命的な毒を注ぎ込むこともないだろう。

**10.** 何らかの用事で外に出る際は、自分にふさわしくないことについて誰にも尋ねてはならない。そうしてこそ、無傷のまま再び自分の独房に戻ることができる。もし意図せず何かを耳にしたとしても、戻ってからそれを兄弟たちに伝えてはならない。

**11.** 外に出ているときは、どこに入ろうとも、何事においても自分勝手に振る舞ってはならない。そうすれば、（見る者たちが）あなたの品行の良さを目にし、あなたから益を得ることができるだろう。とりわけ、内面的な沈黙と表向きの沈黙において（自分を甘やかしてはならない）。なぜなら、それらの情欲（自由奔放さから生じる行いの過ち）は、心の無為（あるいは空虚）ゆえに、他の弱き兄弟の中に現れるからである——彼は自らの罪に気づかないのだ。（知っておきなさい。）神の助け、希望、穏やかさ、良心、自己の意志の放棄、そしてあらゆる事において自らを律することは、謙遜な者の心に宿るものであり、一方、高慢、争い、自分の方が兄弟より知っていることと自負すること、良心を踏みにじること、兄弟があなたを嘆いていることに無関心で、「私には何の関係があるか」と言うこと——これらは、冷酷な者の心にある。

**12.** あなたが手仕事をしている時に、兄弟があなたの小部屋にやって来たなら、決して「自分は彼より多く働いたか、それとも彼が自分より多く働いたか」などと推測してはならない。

**13.** 体の弱い者と一緒に仕事をする時、心の中で「彼より多く成し遂げたい」と欲張ってはならない。

**14.** もしあなたの兄弟が、何らかの仕事をしながらそれを台無しにしてしまったとしても、彼が自ら「兄弟よ、愛を示して、私を教え導いてくれ」と言わない限り、そのことについて彼に何も言ってはならない。もしあなたが（そのやり方を）知っていながら黙っているなら、それはあなたにとって死を招くことになる。

**15.** どんな手仕事をするにせよ、自分と兄弟がそれぞれどれだけの分量をこなしたかを詮索しようとせず、全力を尽くせ。それは未熟さの表れだからである。

**16.** 兄弟たちと共に仕事に行くとき、自分が彼らよりも多く働いたことを彼らに知られようと望んではならない。——これこそが、神が人に求めることである。すなわち、人が行うあらゆる行いを、ひそかに行うことである。

**17.** もし兄弟が気弱さから（不満の）言葉を返してきたとしても、喜んで彼を忍耐しなさい。なぜなら、（起きたことを）神の裁き（公正で、偏りのない）によって吟味すれば、あなたが（兄弟ではなく）罪を犯していたことがわかるからである。

**18.** もし兄弟たちと共に暮らしていて、あなたの思いが食事の摂取において（通常以上に）自分を制限しようとするなら、その思いにこう言いなさい。「ここに暮らす弱い（兄弟）こそが、私の主である。」もし断固として節制を強めたいと望むなら、自分専用の小さな独房を用意し、その弱い兄弟を困惑させてはならない。

**19.** もし、以前、見せびらかしを好む（*filoshematikos esti*）、つまり、自分を誇示し、博識者や修行者であるかのように振る舞うことを好むと聞いていた巡礼の兄弟があなたのところを訪れたなら、その欠点が自ずと明らかになるまでは、言葉で問い詰めてはならない。しかし（その後も）、知った事実に基づいて何か行動を起こすことには注意せよ。なぜなら、もしその兄弟がそれに気づけば、傷ついてしまうからである。

**20.** 何かを必要としてそれを手に入れたいと願うなら、兄弟に対して（心の中で）「なぜ彼は自発的にそれを私に与えてくれなかったのか」と不平を言ってはならない。むしろ、率直かつ臆することなくこう言いなさい。「愛を示して、私にこれをください。私はそれを必要としているからです」。これこそが、心の聖なる清さ（あるいは率直さ）である。もしあなたがそう言わずに、その一方で心の中で不平を言い、兄弟を責め立てるなら、あなたは間違っている。

**21.** もしあなたがたの間で聖書の言葉について議論が生じたなら、それを知り、理解している者は、自分の力の及ぶ限り、自分の意志を兄弟の後ろに置く（あるいは譲る）ようにし、兄弟

を喜びの中で安らげなさい。——何よりも求めなければならない言葉は、これである。すなわち、兄弟の前で自分をへりくだることである。

**22.** 自分が立ち向かわなければならない恐ろしい審判を心に留めている者は、その恐ろしい時に、弁明すべき言葉が見つからず、口が塞がれることのないよう、あらゆる手段を尽くしてそれを成し遂げようとする。

**23.** この世の事柄を探求してはならない。そうすれば、誰もが腹の排泄物を捨てるために向かう場所のようになり、その結果、そこにはひどい悪臭が漂うことになるからだ。むしろ、神への清い祭壇となりなさい。自分の内なる（霊的な）祭司を整え、その祭司が朝夕、常に（この祭壇に）捧げるような（霊的な）祭司を、自らの内面に整えなさい。この祭壇を香のないままに決して放置してはならず、あらゆる祈りを捧げて絶えず主の御前に（立ち上がるよう）自らを奮い立たせなさい。そうすれば、主はあなたに純真さと子供のような無垢さをお与えになり、それとは正反対のもの、すなわち、あらゆる狡猾さ、悪魔的な知恵、好奇心（あちこちをさまよい、あれを見たり、これを聞いたりすること）、自尊心、そして悪意を取り除いてくださるようになる。なぜなら、そのようなものはすべて、そう振る舞う者たちの労苦を台無しにするからです。そして、これらすべての結末はこうです。もし人が理にかなった形で神を畏れ、神に従って自分の良心に謙虚に耳を傾けるならば、前述したすべてのことを、その人は密かに自ら学ぶことになるでしょう。しかし、もしそこ（内面）にその主（神への畏れ）がいなければ、そのような貧しい人の家（内面）は放任され、望む者は誰でもそこで好きなことを言うことになる。なぜなら、その人の心は自身の支配下ではなく、敵の支配下にあるからである。

**24.** もし、ちょっとした用事で外出しなければならない場合、誰も他人を軽んじてはならず、兄弟を独房で良心の呵責に苦しませたまま、自分だけ出て行ってはならない。むしろ、愛をもって彼にこう言うべきである。「行きたいか？ それなら行こう。」——もしその時に、兄弟が心の平安を失っている（精神的に落ち着いていない）か、あるいは体が弱っているのを見たら、今すぐ行かなければならないと主張して議論をすべきではなく、しばらく延期し、兄弟への憐れみ深い愛をもって自分の独房へ戻るべきである。兄弟を傷つけないよう、何事においても兄弟に逆らわないように気をつけなさい。

**25.** 父や兄弟と同居している者は、外部の誰とも何事についても相談してはならない。すべてのことについては、共に暮らす者とのみ相談せよ。これこそが平和と従順である。

**26.** もし父や兄弟と共に暮らしているなら、誰かと密かに親しくしたり、誰かにこっそり手紙を書いたりして、共に暮らす者たちに知られたくないと思わないように気をつけなさい。そうすれば、あなたは自分自身を滅ぼすだけでなく、彼らをも滅ぼすことになる。

**27.** 自分より年上の者と暮らしているなら、その人に尋ねることなく、貧しい人のために慈善行為を行ってはならない。こっそり行ってはならない。

**28.** 考えについて尋ねる際は、それを実行した後ではなく、現在あなたを悩ませていることについて語れ。住居の移転であれ、手仕事の習得やその変更であれ、誰かとの同居を始めることであれ、あるいはそのような同居をやめることであれ——すべてについて気兼ねなく尋ねよ。ただし、行動に移す前に尋ねることだ。また、心の弱さや肉体の情欲についても、（その思いが）まだあなたをそそのかしているうちに（尋ねなさい）——そして尋ねる際、その誘惑に従ってまだ何も行っていないと言うのではなく、すでに傷ついていると告げて、その傷に対する治療法を得るようにしなさい。

**29.** 自分の思いについて尋ねる際、偽善者になってはならない。また、あることを別のことに置き換えて話したり、あたかも他の誰かがこうしたかのように（言い回したり）してはならない。真実を語り、言われたことは何でも実行する覚悟をしておきなさい。そうでなければ、あなたは長老たちを嘲笑しているのではなく、自分自身を嘲笑していることになる。

**30.** 長老たちに戒めについて尋ねる時は、心の中で「長老たちよりも自分の方が優れている」と囁く声に耳を傾けてはならない。まず神に祈り、「私に憐れみをお与えください。そして、私について御心に適うことを、私の父たちに私に語らせるようにしてください」と告げなさい。

そして、父たちが何と言おうとも、それを信仰をもって実行しなさい。そうすれば、神はあなたを安らかにしてくださるだろう。

**31.** 兄弟たちと共に暮らしているにもかかわらず、何らかの理由で安らぎを見出せないとき——それは、手仕事のため、あるいは生活が窮屈であるため、あるいは生活が単調であるため、あるいは（直面する困難を）耐えられないため、あるいは気落ちしているため、あるいは沈黙を望むから、あるいは（服従という）くびきを負うことができないから、あるいは自分が望むことを行うことができないから、あるいは必要なものがすべて揃っていないから、あるいは大きな苦行によって自分を苦しめたいから、あるいは体が弱く（彼らの）労働に耐えられないから、——あるいは、そもそも、どのような理由であれ、あなたの心が彼らから離れようとするものであっても——注意せよ、離れることに同意してはならない。くびきを投げ捨てたり、悲しみを抱いて去ったりしてはならない。——あるいは、（彼らに対する）侮辱の感情を抱いて密かに逃げ出したり、あなたの内面に（依然として）彼らへの非難や断罪の念が残っている時に、彼らに対する憎しみに覆われて、彼らとの兄弟愛を忘れてはならない——むしろ、この時こそ平和を求め、どこへ去ろうとも心が安らかであるようにし、彼らからの非難を自ら背負い、共に暮らしてきた兄弟たちを何一つ非難してはならない； 敵の言うことを聞いてはならない。（もし彼らがあなたに）兄弟たちの善行を悪行にすり替え、自分自身への非難を避け、兄弟への非難で自分の非難を覆い隠そうと唆してきたとしても。そうすれば、あなたが住み着く場所で、敵の手によって倒れてしまうだろう。

**32.** どこかに住むためにやって来たなら、その地の生活様式を知るまでは、住むための独房を先に確保してはならない。そこには、あなたにとって何らかのつまずきがないか——過度な世話（多くの心配事を抱えなければならないこと）のためか、あるいは（自分にとって益とならない）ある人々を目にするためか、あるいは名声（あなた自身やその場所に対する）のゆえに、あるいは安逸（あまりにも穏やかで安楽な生活）のゆえに、あるいは友人たちからの妨げのゆえに。もしあなたが賢明であれば、数日のうちに、そこがあなたにとって死となるか、生となるかをすべて知ることになるだろう。

**33.** もし兄弟に自分の独房を数日間泊まるために貸すなら、彼をあたかも自分の支配下にあるかのように扱ってはならない。

**34.** 誰かからしばらくの間住むために部屋を借りるなら、何も壊したり、その部屋に勝手に物を置いたりしてはならない。まず、その部屋を貸してくれた人に、それが好ましいか好ましくないかを尋ねてからにせよ。さもないと、良心に反することになる。

**35.** 誰かと共に暮らしているとき、あるいは一時的に誰かの家に滞在しているときに、その人から何らかの戒めを受けたなら、神のために、その戒めを軽んじたり、公然と、あるいは密かに破ったりしないよう気をつけなさい。

**36.** もし、自分の独房で一人暮らしをしている際、ある特定の時間に食事をとる、あるいは煮物を食べない、といった決まりを自ら定めたなら、その後、外に出た際、（どこであれ）食卓について誰かに「ごめんなさい、私はこれを口にしません」と言ってはならない。そうすれば、あなたのすべての労苦が、敵の手に無駄に渡ってしまうからである。あなたの主であり救い主はこう言われた。「隠れて行いなさい。そうすれば、あなたの父が公に報いてくださる。」自分の労苦を愛する者は、それが無駄にならないよう、それを守り抜くのである。

**37.** 誰かと共に暮らしているとき、修道院の内外を問わず、どのような仕事を共にしているにせよ、兄弟がその仕事へと呼びかけたなら、「少し待って、このちょっとした仕事を終わらせてから」などと言わず、直ちにその言葉に従いなさい。

**38.** 互いに共に働いているとき、もしあなたが賢明であるならば、他者の過ちをどこで見ようとも、それを心に留めてはならない。そうすれば、共に暮らす兄弟たちにそのことを口走ってしまうこともないだろう。なぜなら、それこそがあなたの魂の死だからである。

**39.** もし兄弟たちがあなたと共に暮らしていて、時折一日中働き詰めてしまうことがあれば、定められた時刻より前に食事を与えて彼らを慰めなさい。自分だけのことを考えるのではなく



、神の裁きに耳を傾けなさい。どんなことをするにせよ、あらゆる行いにおいて神を目の前に置かなければならない。

**40.** どこかに住むためにその場所に来たとき——一人であろうと、あるいはあなたより先に（そこに定住した）人々と共にであろうと——魂にとって有害なもの、あるいは修道者らしくないもの、ある種の技芸や行いを見かけたとしても、それを非難するために口を開いてはならない。しかし、もしその場所に留まることが心に合わないならば、別の場所へ行きなさい。ただ、彼らを非難しないよう、自分の言葉には気をつけなさい。なぜなら、そうすることはあなたにとって死を招くからである。

**41.** もしあなたが情欲に打ち勝てないなら、誰かがあなたに、まるで信頼できる相手であるかのように、その情欲に満ちた思いを開示することを許してはならない。そのような行為は、あなたの魂にとって破滅となるからである。

**42.** もしあなたがたの間で、笑いを誘うような言葉が飛び出したとしても、その笑い声が聞こえるほど高まることを許してはならない。それは、あなたがたの中に守りがなく、神への畏れを欠いていることのしるしだからである。

**43.** 現代において、神の怒りが全宇宙を覆っているのだから、何を耳にしても動揺してはならない。むしろ、心の中でこう言いなさい。「これは、私たちの罪のゆえに私たちが落ちることになるあの場所（地獄）に比べれば、何ほどのものか？」と。

**44.** 神のために愛を育み、ここに書かれたことを読み返し、それを守りなさい。なぜなら、信者にとって、これを些細なこと（取るに足らないこと）と見なすことは決して軽んじてはならないことだからである。——もしあなたがたが、純真さと分別をもってこれを守れば、喜びのうちに神の御子の安息へと至るでしょう。しかし、もし守らなければ、この世でも苦難を背負うことになり、肉体を離れた時には、聖書の言葉に従って地獄へと導かれることになるでしょう。先に述べたことのために、私たちの主キリストは来られた（すなわち、御自身の戒めを守る者たちに安息をもたらすために）。しかし、私たちの冷酷な心は、心の欲望によって私たちが盲目にしている。なぜなら、私たちは神よりもそれらの欲望を愛し、情熱を愛するように神を愛していないからである。

**45.** 以前の書簡だけではあなた方にとって不十分であったため、私はあえてこのことも書き送ることにした。さあ、愛を実践し、これからは奮闘に励みなさい。心の割礼を受けていないまま留まってはならず、残されたわずかな日々の中で、自らを助けなさい（自らの救いのために努力しなさい）。もしこれら、すなわち謙遜、平和、忍耐、自己の意志の断ち切り、そして愛を守れば（そうすれば、自分のために有益な人生を送ることになるでしょう）。しかし、もし守らず、逆に次のようなものがあなたの中にあれば： 嫉妬と熱狂、争いと高慢、不平と不従順があなたを襲うでしょう。そうすれば、あなたは時間を無駄に過ごし、肉体を離れた時、まことに地獄へと向かうことになるでしょう。ですから、聖なる愛をもって兄弟たちを愛し、兄弟を傷つけるような不適切な言葉が口をついて出ないよう、舌を慎みなさい。私たちの主なる神は、私たちに「行い、守る」力を与えてくださる方であり、その恵みによって、神に喜ばれるすべての聖徒たちと共に、私たちは憐れみを得るのです。神に栄光と誉れと礼拝がありますように。今、そして常に、世々限りなく。アーメン。

## 6. 善き沈黙を保とうとする者たちについて

善き沈黙を保とうとする者たちは、自らに注意を払い、自分たちを略奪する者たちを断ち切り、不適切な行いに心を奪われ、自らの罪を忘れ、束縛や苦役の中で時間を浪費しないようにすべきである。。

**1.** 聖書の解釈への執着は論争と敵意を生むが、自らの罪を嘆くことは平安をもたらす。自分の小部屋に座する修道士にとって、もし彼が自らの罪を置き去りにして聖書の解釈に没頭するなら、それは罪である。誰が自分の心を（解釈への）——なぜ聖書はこう言ったのか、ああ言ったのか——と、まず自分自身を制する（内なる注意を集中させる、あるいは自己を制御する、あ

るいは情欲から自らを解き放つ）前に、その者は探究心に満ちた心と極度の束縛を抱いている。一方、何ものにも囚われないよう儉約に励む者は、神の御前に自らを伏せることを愛する。

2. 神に何を似せるべきかを模索する者は、神を冒瀆するものであり、いかにして（より完全に）神を敬うかを求める者は、神への畏れにおける清さを愛するものである。

3. 神の御言葉を守る者は、神を知った者である（Iヨハネ2:3）——そしてそのような者は、債務者（差し迫った義務感を持って）として、それらを全うする。

4. 神に助けを祈り求めている間は、神のより高い（賜物）を求めないでください。そうすれば、神が来て、あなたを罪から救ってくださいます。神は、汚れのない清らかな場所が（神のために）用意されているとき、自ずと来られます。

5. 自分の理性に固執し、自分の意志を貫く者は、大勢の悪霊を引き寄せる<sup>19</sup>。そして、心に悲しみ（あるいは悔い改め）をもたらす（神の）御霊に属することはできない。

6. 聖書の御言葉を見て、それを自分の理性に従って解釈し、その解釈こそが真実であると自らを固執する者（その解釈に固執し、その言葉をそう理解すべきだと考える者）は、神の栄光と神の豊かさを知らない。しかし、それを見て、「私は知らない。私はただの人間である」と言い、神に栄光を帰する者——そのような者の中には、その力と思いに従って、神の豊かさが宿っている。

7. 自分の思いすべてを人々に明かすことを好んではない。ただ自分の父たちに対してのみ明かしなさい。そうすれば、自分の心に悲しみを招くことはない。

8. 自分の口を慎め。そうすれば、あなたの隣人はあなたの前で誠実な者となるであろう（隣人への敬意が、その人を非難する言葉を口にしないよう戒める）。

9. 自分の舌を、分別をもって神の言葉に慣れさせなさい。そうすれば、偽りはあなたから遠ざかるでしょう。

10. 人の栄誉を愛することは偽りを生み出すが、さらに深い謙遜をもって自らを低くすることは、あなたの心に神への畏れを育む。

11. この世の栄誉ある者たちの友となることを望んではない。そうすれば、その栄誉（その栄誉の有害さ）が、あなたの中で鈍らされることはないだろう。

12. もし誰かがあなたの前で兄弟を中傷し、彼を貶め、（彼に対する）悪意を見せたとしても、彼に敵対してはならない。そうしなければ、あなたが望まないことがあなたに降りかかることはないだろう。

13. 純真さと、自分を過大評価しないこと（自分を何者でもないと思うこと）は、心を偽りから清める。兄弟に対して偽りの心で接する者は、心の悲しみを免れることはできない。口ではあることを言いながら、心の中では別のことを企む者は、そのすべての奉仕（leiturgia——祈り）は無駄である。そのような者に近づいてはならない。さもないと、その汚れた毒によって自分も汚されてしまうからだ。悪意のない者たちと共に歩め。そうすれば、彼らの栄光と清らかさを分かち合う者となるだろう。

14. 人に悪意を抱いてはならない。そうしなければ、自分の労苦が無益なものになってしまうからだ。すべての人に対して誠実でありなさい。そうすれば、自分の中に神の平安を見出すことができるだろう。サソリに刺された時、その毒が全身に巡り、心臓そのものを傷つけるように、隣人に対する憎しみもまた、心の中で同じように作用する。その毒は魂を傷つけ、この悪によって魂は苦難に陥るのだ。それゆえ、自分の労苦を無駄にせず、それが無駄にならないようにしたいと願う者は、このサソリ、すなわち偽りと悪意を、速やかに自分の中から追い出すようにせよ。

---

<sup>19</sup> ktatai ehthran. ——聖イザヤにおいて「ehthra」は敵の力、すなわち悪魔の群れを意味する。それらを獲得するとは、集めること、引き寄せることである。

## 7. 美德について

1. 常に知性を思慮深く守り、かつ知性にとって不可欠な三つの美德がある。すなわち、（知性にとって）自然な志向、勇気、そして怠惰のなさである。

2. 精神が自らの中にこれらを見いだせば、不死（再生、あるいは不死の天界の住人たちの完全性）に達したと信じる三つの美德がある。すなわち、物事を正しく区別する判断力、あらゆる事柄を先取りして見通す先見の明、そして他者のことに心を動かされないことである。

3. 常に心に光をもたらす三つの美德がある。それは、いかなる人にも悪意を見出さないこと、自分に悪を行う者に対して善を行うこと、そして、あらゆる事象を動揺することなく受け入れることである。これら三つの美德は、さらに三つの、それよりも偉大な美德を生み出す。すなわち、人に悪意を見出さないことは愛を生み出し、自分に悪を行う者に対して善を行うことは平和をもたらす、起こることを動揺することなく受け入れることは柔和をもたらす。

4. 魂を清める美德は四つある。すなわち、沈黙、戒律の遵守、自制（あらゆる事において自らを律し、道を狭くすること）、そして謙遜である。

5. 次の四つの美德は、心が常に必要とするものである。絶えず神にひれ伏して祈ること、神の御前にひれ伏すこと、いかなる人についても（その人がどうであれ、どのような人であろうと——つまり、詮索しないこと）心を乱さず、その人を裁かないこと、情欲が囁く声に耳を貸さないことである。

6. 四つの美德は、まるで城壁のように魂を守り、敵からの不安から解放して安らぎを与える。すなわち、慈悲、怒りを抑えること、忍耐、そしてあらゆる罪の種を根絶することである。また、忘却に抗うことが、これらすべてを保ち続けるのである。

7. 神に依る四つの美德は、若き者（初心者の者）を助ける。それは、あらゆる時における教訓、怠惰のなさ、徹醒、そして自己過大評価をしないこと（自分を何者かだと見なさないこと）である。

8. 四つのことが魂を汚す原因となる：目を慎まずに街を徘徊すること、女性との親交、世の著名人との親交、そして血縁者との会話を好むこと。

9. 四つのことが、肉体における淫らな情欲を増大させる。すなわち、十分な睡眠、満腹になるまでの食事、滑稽な無駄話、そして身だしなみを整えることである。

10. 四つの事柄によって魂は曇る。隣人への憎しみ、隣人を貶めること、隣人への嫉妬、そして隣人への不平である。

11. 四つの事柄によって、魂は空虚になる（エズムプト）：あちこちと移り住むこと、娯楽への愛着、物質への執着、そして吝嗇。

12. 怒りは四つの事柄によって増大する。すなわち、与えと受け取り（取引）、自分の意志を貫くこと、人を教えようとする欲求、そして自分を賢明な（人間）だと自負することである。

13. 人が得るのが難しい三つの事柄があるが、それによってすべての美德が守られる。それは、悔い改め、自らの罪を嘆くこと、そして死を目の前に置くことである。

14. 魂が偉大な境地に達するまで、それに支配を及ぼす三つのものがある。それらは、美德が知性と共存することを妨げるものである。すなわち、束縛（神以外の何かに執着すること）、怠惰、そして忘却である。忘却は、人が最後の息を引き取るまで戦い続け、人を不毛の状態に陥れる。それはあらゆる思いよりも強く、あらゆる悪の母であり、人が刻一刻と自分の中に築き上げているものを破壊する者である。

15. これこそが、新しい人と古い人の行いである！ 自分の魂を愛し、それを滅ぼそうとしない者は、新しい人の行いを守る。しかし、この短い期間に（肉の）安らぎを愛する者は、古い人の行いを行い、自分の魂を滅ぼすのである。——そして、私たちの主イエス・キリストは、御自身の御体において新しい人を現わされ、こう言われた。「自分の魂を愛する者は、それを滅ぼす」（ヨハネ12:25）、「しかし、わたしのために自分の魂を滅ぼす者は、それを見いだす」（マタイ10:39）。主は世の主であり、主によって敵意の隔ての壁は打ち壊された（エフェソ2:14）。また主はこうも言われた。「わたしは平和をもたらすために来たのではなく、剣をもたらすため

に来た」(マタイ10:34)。さらに、「わたしは火を地上に投じるために来た。それがすでに燃え上がっている」(ルカ12:49)。つまり、その聖なる教えに従った者たちの中には、神性の火が(はっきりと感じられるほどに)宿っており、その結果、彼らは自分たちの肉体のあらゆる欲望を切り捨てる霊的な剣を内に持っていたのである。そして主は彼らに喜びを与え、こう言われた。「わたしはあなたがたに平安を残す。わたしの平安をあなたがたに与える」(ヨハネ14:27)。

16. このようにして、この世において自らの魂を滅ぼすことを恐れ、自らの欲望を切り捨てた者たちは、主へのいけにえとして、主の聖なる羊となったのである。そして、主が御自身の神性の栄光のうちに現れるとき、主は彼らを御自身の右の座に招き入れ、こう言われるであろう。「わが父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意されていた御国を受け継ぎなさい。『飢えていた時に、あなたがたはわたしに食べ物を与えてくれた』……など」(マタイ25:34、35)。このように、この短い期間に自らの魂を滅ぼす者たちは、必要に迫られた時にその魂を取り戻し、期待していた以上の報いを受けることになる。一方、自分の欲望に従う者たちは、この罪深い世において確かに自分の魂を守っているが、富の虚しさに惑わされ、神の戒めを守らず、この世に永遠に留まることを望んでいるため、裁きの時が来れば、彼らの盲目さがいかに恥ずべきものであるかが明らかになり、彼らは呪われた山羊として現れ、審判者から恐ろしい判決を告げられることになる。その方はこう宣言されるだろう。「(さあ)私から離れよ、呪われた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ。あなたがたは私を拒み、私に食べ物を与えようとしなかったからだ」……など。(41および42)。彼らの口は塞がれ——(過去と現在の)不義や貧しさを思い起こしても、何を言うべきか見出せないだろう。確かに、彼らはその時こう言うだろう。「主よ、いつ私たちがあなたを飢えた姿で見たのに……あなたに仕えなかったのでしょうか?」(44)。しかし、主は彼らの口を塞ぎ、こう言われる。「これらの者たち——わたしを信じる者たち——の一人に善を行った者は、わたしに対して行ったのである。」

17. 愛する者たちよ、私たち一人ひとりが、自分の力の及ぶ限り、主の戒めを守っているかどうか、自らを吟味しましょう。なぜなら、私たちは皆、自分の力の及ぶ限り、それらを守る義務があるからです。小さな者はその小ささに応じて、大きな者はその大きさに応じて。宝物庫に献げ物を投げ入れた人々は裕福でしたが、主は、二レブタを捧げた貧しい未亡人を、それ以上に喜ばれました。なぜなら、神は私たちの意志をご覧になるからです。ですから、(自分には大したことはできないという)落胆を心に抱くことなく、(他者への)嫉妬によって神から遠ざかることのないよう、それぞれの貧しさに応じて奉仕を全うしましょう。主は、会堂長の娘に憐れみを示し、彼女をよみがえらせたように、また、キリストを知る前に全財産を医者たちに費やしていた出血の病の女を憐れみ、百人隊長のしもべを、彼が信じたゆえに癒やされたように——そのように、カナン人の女をも憐れんでその娘を癒やし、また、愛するラザロをよみがえらせたように、貧しい未亡人の涙に動かされて、その一人息子を蘇らせたように、また、御足に香油を注いだマリアを軽んじなかったように、涙を流しながら御足に香油を注いだ罪深い女をも拒まず、またペトロとヨハネを舟から呼び寄せ、「わたしに従ってきなさい」(マタイ4:19)と語ったように、税関に座っていたマタイをも呼び寄せた。また、他の弟子たちの足を洗ったように、ユダの足も区別することなく洗った。また、使徒たちに慰め主である御霊を送られたように、コルニリウスにも大胆に御霊を注がれた。そして、ダマスカスでアナニアに「この人は『わたしが選んだ器』である」と言ってパウロのために動かし(使徒行伝9:15)と告げて、ダマスコでアナニアをパウロのために動かしたように、サマリアでフィリポをエチオピアの宦官のために動かした。なぜなら、御前には、小さい者にも大きい者にも、富める者にも貧しい者にも、人を見分けることはなく、ただ(善き)意志と、御自身への信仰と、御命令の履行と、すべての人への愛を求めておられるからである。これこそが、魂が肉体から離れるとき、その魂の印(区別するしるし)となるものであり、主ご自身が弟子たちに命じられたとおりである。「あなたがたが互いに愛し合うなら、それによって、あなたがたがわたしの弟子であることが、すべての人にわかるであろう」(ヨハネ13:35)。



18. 主が「人々はあなたがたを、右の力と左の力ととして認識する」と語っておられるのは、いったい誰のことでしょうか。（そして、）敵対者たちが、魂と共に歩む愛のしるしを見たとき、彼らは恐れおののいてそこから退くでしょうが、聖なる力たちは魂と共に喜びます。愛する者たちよ、私たちもまた、自分の力の及ぶ限り、敵に捕らえられないよう、そのような印を得るために奮闘しましょう。主はこう言われました。「**山の上にある町は隠れることができない**」（マタイ5:14）。主が語っておられる「山」とは、御自身の聖なる御言葉以外の何ものであろうか。愛する者たちよ、熱意と分別をもって、次のように語られる主の御言葉を成就するために、私たちの労苦を捧げよう。「**わたしを愛する者は、わたしの戒めを守る**」（ヨハネ14:23）と語られる御言葉を成就するために、熱意と分別をもって労苦を捧げましょう。そうすれば、そのような労苦は、私たちにとって、傷つくことのない、守られた城となり、主の御言葉によって、私たちが主と出会う（主の御前に立つ）その日まで、すべての敵の手から私たちを守ってくれるでしょう。なぜなら、もし私たちが大胆さを見いだすならば、私たちのすべての敵は、御聖なる御言葉の力によって散らされるからです。その御言葉こそが、人の手によらずして切り出された石が、銀、銅、鉄、粘土から成る四つの部分からなる金の像を打ち砕いたあの山なのです。使徒が言ったように：「**神のすべての武具を身に着けなさい。そうすれば、悪魔の策略に対抗することができる。私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者、権威、この世の闇の支配者、天の下の悪意の霊たちに対するものだからである**」（エフェソ6:11,12）。これら四つの支配者は、すなわち敵意（敵の力）であるあの四つの構成要素からなる像そのものです。聖なる神の言葉は、それら（支配者）を滅ぼしました。書かれている通り、その像を砕いた石は大きな山となり、全地を満たしたのです（ダニエル書2:34,35）。

19. 兄弟たちよ、さあ、主の御庇護の下に逃げよう。主が私たちの避難所となり、この四つの邪惡な権威から私たちを救い出してくださるよう。そうすれば、地の四隅から主の御前に集まるすべての聖徒たちと共に、私たちも喜びを聞く（あるいは味わう、あるいは主の慰めの御言葉を聞く）ことができ、そして、彼ら一人ひとりが、自らの行いに応じて、それぞれの至福（至福の授与、あるいはまさにその人に授けられた至福）を聞くとき、——その聖なる御名は力強い。すなわち、私たちと共に留まり、私たちを強め、——敵（敵によって引き起こされる）の忘却によって私たちの心が惑わされることを許さず、しかし、御名の聖なるゆえに、私たちに降りかかるすべてのことを、私たちの力に依りて耐え忍ぶ力を与えてくださり、御祝福を得たすべての者と共に、私たちもまた御恵みを得ることができるよう。栄光と誉れと礼拝は、父と子と聖霊に、今、そして常に、世々限りなく帰します。アーメン。

## 8. 格言

1. アッバ・イザヤは言った。「私は時々、自分を、主人のいない馬のように感じる。その馬には、たまたま出くわした者なら誰でもまたがり、ある者が放すと、別の者が捕まえてまたがるのだ。」

2. さらにこう言った。「私は、敵に捕らえられ、縛られて泥の堀に投げ込まれたような者にも似ている。もし彼が主に向かって叫べば、敵は彼を黙らせるために、容赦なく殴りつけるのだ。」

3. さらにこう言った。「私は、小さな少年によって足に紐で縛られた鳥のようだ。少年が紐を緩めると、鳥はすぐに空高く舞い上がり、紐が解けたと思い込む。しかし、少年が紐を引っ張ると、また地面に引きずり下ろされるのだ。」私も自分自身をそのように見ており、これを通じて言いたいのは、最後の息を引き取るその瞬間まで、誰も油断してはならないということだ。

4. さらにこう言った。「もし誰かに何かを貸して、それを許すなら、あなたはイエスの性質に倣うことになる。しかし、取り立てようとするなら、アダムの性質に倣うことになる。もし利息を取ろうとするなら、それはアダムの性質さえも超えたものとなる（言うまでもなく、それより劣るか、あるいはそれに反するものである）。

5. 誰かが、あなたがした、あるいはしなかった何らかの事柄についてあなたを非難したとき、もし黙っていれば、それはイエスの性質にかなう。もし「私が何をしたというのか?」と返答すれば、それはイエスの性質にかなわない。また、言葉一つ一つに反論すれば、それはイエスの性質に反することになる。

6. もし、礼拝（leitorgias——祈りの儀式）を行う際、自分にふさわしくない者として謙遜な心でそれを捧げるなら、それは神に喜ばれる。しかし、その最中に心に浮かび、他者が（その間）眠っていることや、（その事柄について）無関心であることを思い巡らすなら、あなたの労苦は実を結ばない。

7. さらに謙遜について言えば、それは誰かを「怠慢だ」とか、他者を「軽蔑している」などと言うための舌を持たず、他人の欠点を見抜くための目も持たない。また、自分の魂にとって無益なことを聞く耳もなく、自分の罪以外には何にも関心を寄せない。しかし、すべての人に対しては、神の戒めに従って平和を保ち、単なる友情によるものではない。たとえ六日間断食し、この道から外れて過酷な労苦や戒律（修行）に身を投じたとしても、そのすべての労苦は無駄である。

8. 彼はまたこう言った。「もし誰かが自分の必要のために何かを手に入れたとしても、必要な時にそれが見つからなければ、それを手に入れたのは無駄である。それは、『私は神を恐れている』と言いながら、その恐れが必要とされる状況——例えば、誰かと話さなければならない状況——に置かれた時、その時に、怒りや傲慢な自制心の欠如、あるいは自分自身がまだ達していないことを他人に教えようとする衝動、人に気に入られようとする心、人々の間で名声を得たいという欲望、その他の情欲の現れを感じたとき——その時に、もしその人が自分の中に神への畏れを見出せないならば、その人のすべての労苦は無駄である。

9. もし、私たちの主イエス・キリストが、この世に来られた目的である人間のあらゆる病をまず癒やされなかったならば、おそらく十字架に至ることもなかっただろう。主が肉体を帯びて来られる以前、人間は盲であり、口がきけず、麻痺し、耳が聞こえず、ハンセン病を患い、足が不自由であり、あらゆる不自然な状態によって死んでいたのである。しかし、主が憐れみを示して私たちのところに来られたとき、死者をよみがえらせ、足の不自由な者を歩けるようにし、盲人を目が見えるようにし、口がきけない者を話せるようにし、耳の聞こえない者を聞こえるようにし——あらゆる弱さから解放された新しい人間を立て直された。そして、その後十字架にかかれた。彼と共に二人の強盗が吊るされたが、右側にいた者は主を賛美し、「主よ、御国で私を思い出してください」（ルカ23:42）と祈ったのに対し、左側にいた者は主をののしった。——これがその意味である。怠惰が生じる以前、心は敵の勢力と一体となっている。しかし、私たちの主イエス・キリストがその人を怠惰から立ち上がらせ、目を開かせてすべてをはっきりと見分けられるようにして——こうしてその人が十字架に上ることができるようになると、敵の勢力は厳しい言葉でその人をののしり始める。それによって心が緩み、苦難から退いて、かつての怠惰に戻ってしまうかもしれないと期待してのことである。これこそが、私たちの主イエス・キリストが互いの交わりから引き離された二人の強盗の意味であり、そのうちの一人は、主をその希望から引き離せるかもしれないと期待して主を中傷し、もう一人は、「『今日、あなたはわたしと共に楽園にいるであろう』（ルカ23:43）と告げられるまで、絶えず懇願し続けた。この者が楽園を勝ち取った者であり、今や命の木の実を味わっている。

10. 聖体拝領について再び語ったが、それは神との交わりと呼ばれている。しかし、もし私たちが情欲——怒りであれ、嫉妬であれ、人に好かれたいという欲求であれ、虚栄心であれ、憎しみであれ、あるいはその他のいかなる情欲であれ——に打ち負かされているならば、私たちは神から遠く離れている。それでは、（私たちに）神との交わりなどどこにあるというのか。

11. あなたがたが礼拝（祈りの儀式）を行い、それを終えた後に、心の中でこれら（前述の情欲）のいずれかが蠢くのであれば、あなたがたのすべての労苦は無駄である。神はそれらを受け入れられない。



12. ある長老が彼に言った。「なぜ彼らは (oy kroyoyysi) 押し進めないのですか、父よ<sup>20</sup>？」長老は言った。「雨が種を蒔かれた地に降り注ぐとき、その地は実を結ぶ。しかし、種が蒔かれていない地が、どうして実を結ぶことができようか？」もし誰かが、自分の心から不自然な性質（すなわち情欲）を追い出す努力をすれば、それらはもはやその人の中で動きはしない。神は、人があらゆる点で神に似ることを望んでおられる。神が地上に来られ、苦難に遭われたのは、私たちの硬直した本性を変え、私たちの欲望を切り捨て、私たちの魂を支配していた誤った知識を断ち切るためであった。言葉を持たない動物たちはその本性を保っているが、人間は自らの本性を変えてしまった。今や、家畜が人間に従うように、あらゆる人は神のために隣人に従わなければならない。主はまさにこのために来られたのである。見よ、自分の虚構の知識に頼っているあなたが、家畜にどれほど及ばないかを。それゆえ、もし私が自然な状態に戻りたいと願うならば、家畜が自らの意志も知識も持たないのと同様に、私もまた、共にいる者に対してだけでなく、私に敵対する者に対しても、そうすべきである。なぜなら、それが神の御心だからである。もし、静寂の境地に入り、敵意（敵の力）に翻弄されず（その餌食とならず）、安らぎを得たいと願う者は、あらゆる点で人々から距離を置き（彼らについて心を煩わせず、彼らの事柄に干渉せず）、誰をも非難せず、称賛せず、正当化せず、お世辞を言わず、その正しさを認めず、何事でもその人を悲しませず、その欠点に耳を傾けず、心の中にその人に対する敵意の棘を残さず、また、理解しない者に対して自分の知識を浪費せず、理知のない者に対して自分の意志を費やさないようにする。そうすれば、あなたは自分自身を知り、何が自分にとって有害であるかを理解するだろう。自分の義に依り頼み、自分の意志に固執する者は、敵意（敵の策略）を避けられず、安らぎも見出せず、自分に何が欠けているかを見極めることもできない。そして、その者が肉体から去るとき、慈悲を見出すことは難しい。結局のところ、すべては、心を尽くし、力を尽くして神に寄り添い（神について思い巡らし、神に固く結びつき、神に喜ばれることを心掛けること）、すべての人に対して慈悲を持ち、涙を流して神に助けと憐れみを求めて祈ることにある。

13. また、隣人への教えと神の戒めについてこう言った。「なぜ、私が自分の罪のために悔い改めの身にあるのに、神が私を受け入れてくださったと、どうして知ることができるのか。他者に『これやあれをせよ』と言うために？」——なぜなら、かつて墮落した人間は、常に悔い改めの状態にあるからだ。そして、あなた自身の罪の赦しが成し遂げられたことを知るまでは、自分の運命について確固たる確信を持つことはできない。そのしるしとは、あなたが罪を犯した事柄のうち、何一つとしてあなたの心の中で動揺しないこと、あるいは、誰かがそのことについてあなたに話しても、あなたがそのようなことがあったことさえ気づかない場合、明らかに、あなたの上に神の恵みが成し遂げられたということである。もしそれがまだあなたの中に生き続けているなら、それを抑え込み、そのことについて嘆きなさい。なぜなら、神の御座の前に立つまで、このことについて無頓着であることは、恐れと戦慄と死に至る苦しみだからである。——もし誰かがあなたに何かを教えるよう頼み、あなたが自分の魂を死に委ねて、（彼を苦しめているものから）いかにして解放されるかを告げたにもかかわらず、彼が再びあなたのところに来て同じことを言い、あなたが告げたことを少しも成し遂げていないのであれば、彼がそれを行動に移していなかったことは明らかである。それゆえ、その者からは離れよ。彼はあなたの魂を死に至らしめているからだ。人が、神にかなうものだと考えている自分の正しさを捨て、神に従って教える者の言葉を守ることは、人にとって偉大なことである。ここに、神の栄光を見た神の人、アッバ・ニステロスという者がいる。彼は、姉妹の息子たちと共に暮らさせていたが、彼らに何の命令も下さず、一人ひとりをその者の意志に任せ、彼らが善人であるか悪人であるかを気にかけることはなかった。また、カインとアベルについてもこう語られた。「律法も聖書もまだ存在しなかった時代に、誰が彼らにこれやあれを行うよう教えたのか？（もちろん神である）。なぜなら、もし神が人に教えなければ、人は無駄に労苦するだけだからである。」

<sup>20</sup> 押しやらない——おそらく、祈りから実りがあるように、神の慈悲の扉へと導くためである。

14. 彼はまた言った。「もし誰かがあなたに役に立たない言葉を語り始めたら、その言葉を聞くな。そうしなければ、その者があなたの魂を滅ぼしてしまうからだ。その者の顔を気にして、彼を悲しませることを恐れて、『私は心ではそれを受け入れていない』と思いながら、そのような言葉を聞かされることを我慢してはならない。いいえ、そう言ってはならない。あなたは、神が御手をもって創造された原初の者よりも優れているわけではない——そして、その者にとって、邪悪な会話は益にならなかったのだ。さあ、逃げなさい。そして、その言葉に耳を傾けてはならない。しかし、注意しなさい。肉体で逃げ去る際、言われたことを知りたがったり（記憶に留めたり）してはならない。たとえほんの少ししか聞いていなくても、悪魔たちは、彼らが語り、あなたが聞いた言葉を無駄にはせず、それによってあなたの魂を殺してしまうからだ。逃げるなら、徹底的に逃げなさい。

15. 再びこう言った。「私が見る限り、利益、名誉、そして安らぎは、人を死に至るまで苦しめるものである。」

16. 再びこう言った。「隣人に教えることは、魂の（本来の地位からの）墮落であり、彼を善き状態へと導こうと願うことは、魂の大きな破滅である。なぜなら、隣人に「これやあれをせよ」と教えるたびに、自分自身についてこう考え、こう思いなさい——あなたは、彼の家を整えようと願いながら、くさびを手にとって自分の家を破壊しているのだ、と。

17. またこう言われた。「聖なる洗礼を受けた後に罪を犯した魂は、悲しむべきである！」そのような人は、悔い改めの身にある以上、自分自身について安穩としていられない——たとえ肉体に墮ちた（肉的な罪を犯した）としても、盗みを働いたとしても、あるいは他のいかなる罪に足を滑らせたとしても、誰かの肉体を情欲の眼差しで見つめたとしても、誰にも見られないように周囲をきょろきょろと見回しながら密かに何かを食べたとしても、あるいは他人が自分の施し袋を置いた時<sup>21</sup>、その中身が何なのかと好奇心を抱いた——なぜなら、そうする者はイエスを冒瀆するからである。

18. すると、ある者が彼に尋ねた。「父よ、このことはそれほど重要なことなのでしょうか？」——彼は言った。「壁に穴を開けて、敵に惑わされて金を取り出した者のように、この者も（同じように）惑わされているのだ。なぜなら、あの人を打ち負かした者は、この者をも打ち負かしたことになるからだ。——ささいなことで打ち負かされる者は、大きなことでも打ち負かされるのだ。」

19. たとえ人が偉大な力や癒しの業を行い、あらゆる知識を身につけ、死者をよみがえらせたとしても、ひとたび罪に陥れば、悔い改めの下に置かれているため、自分自身について安穩としていられることはない。また、たとえ多くの（悔い改めの）労苦を背負っていても、罪の中にいる者、あるいは怠慢の中にいる者を見て、その者を軽んじれば、その人の悔い改めはすべて無駄になる。なぜなら、彼はキリストの肢体を拒絶し、裁いたからであり、裁きを裁き主である神に委ねなかったからである。

20. またこう言った。「私たちは皆、まるで診療所にいるかのようだ。ある者は目に痛みを覚え、ある者は手に痛みを覚え、ある者は腫れ物やその他の病に苦しんでいる。すでに治った傷もあるが、有害なものを口にすれば、再び開いてしまうことがある。」悔い改めの途上にある者も同様である。誰かを非難したり、貶めたりすれば、再び自らの悔い改めを台無しにしてしまうのだ。——様々な病で病院に横たわっている人々の中で、ある者が痛みのために叫んだとしても、他の誰かが「なぜ叫んでいるのか」と言うだろうか。誰もが自分の病気を考えているのではないだろうか？ それと同じように、もし私の罪の痛みが目の前にあったなら、私は他の罪を犯している者を見ることはなかっただろう。それは、医者や診療所に横たわっている人々が、それぞれ自分の傷を悪化させるようなものを食べるのを避けるのと同じである。

<sup>21</sup> Melotaron – ミロット – 修道服（帯）。聖パコミオスの規則によれば、山羊の皮で作られている。

21. あらゆる罪を避けようとしないう魂よ、<sup>22</sup>、哀れなことだ！ 彼女を妬み、敵対する者たちから、多くの苦しみを受ける。だからこそ、彼女には大きな忍耐と、すべてに対する感謝が必要なのである。そう、イスラエルの民がエジプトにいたとき、皆は十分に飲み、食べながら、それでもファラオのために奴隷として働いていた。しかし、主が彼らに助け、すなわち モーセを遣わしてファラオから彼らを解放させたとき、彼らは過酷な労働と耐え難い苦難にさらされた。そしてモーセは、神がファラオに下したあらゆる災いにもかかわらず、時が来るまで、また神が彼にこう告げるまでは、彼らが災いから救われることについて確信を持って語ることを敢えてしなかった。「ファラオにさらに一つの災いを下す。そのとき、あなたは彼に『民を去らせよ。さもないと、あなたの長子を打つ』と言え。」そこで、モーセはようやく勇気を奮い立たせた。そして神は彼に言われた。「民にこう告げよ。各人は隣人から、女は隣人の妻から、銀や金の器、衣服を借り受け、それを子供たちの肩に担がせ、エジプト人から略奪せよ」（出エジプト記 11: 1, 2）。これらの品々のいくつかは、後に幕屋の建設に使われた。

22. （その後、アッバは）こう言った。「長老たちはこのことについて次のように語っている。銀や金の器、そして衣は、敵のために働く感覚である。この言葉の意味は、もし人がそれらを敵から奪い返し、神に実を結ばせなければ、神の安息の覆いはその人の上に降りないということである。しかし、もしそれらを敵から奪い返し、それをもって神に実を結ばせれば、神の覆いはその人の上に降りる。また、幕屋には、何かが欠けていた間は雲が覆わなかったが、完全に完成したとき、初めて雲が覆った。その後建てられた神殿についても同様であった。そこには何かが欠けていた間は、雲は覆わなかったが、完全に完成し、全焼の供え物の血と脂肪が持ち込まれ、神がその香りを嗅がれたとき、雲はこの神殿を覆った。つまり、人が全力を尽くして神を愛し、すべての思いをもって神に寄り添い、心を尽くして神に固く結びつくまでは、神の安息の覆いはその人の上に臨まない。

23. さらにこう言った。「もし、感覚が弱さを克服する（情欲に支配される状態から抜け出す）前に、心が十字架に登ろうとするならば、自分の感覚を癒やすことなく、自分の力量を超える行いを始めたという理由で、神の怒りがその人に下る。」

24. もし、ミアズマ（情欲の悪臭）があなたの中で作用し、あなたがそれに共感し、それを生み出すものに加担し、心の病としてそれを嘆かないのであれば、それはアダムの本性よりも低いものである。

25. もしあなたの心が罪に打ち勝ち、それを生み出すものから背を向け、地獄の苦しみを見据え、常にあなたと共にいてくださる（唯一の）助け主を常に共にいてほしいと願い、何一つ彼を侮辱することなく、彼の御前で泣きながら、「主よ、私を救うことはあなたの憐れみの御業です。私一人では、あなたの助けなしに敵の手から逃れることはできません」と言い、その一方で、神に従ってあなたを導く者を悲しませないよう、自分の心にも耳を傾けるならば、それはイエスの本性にかなうものであり、主はあなたをあらゆる悪から守ってくださるでしょう。アーメン。

## 9. 世を捨てた者への戒め

1. もしあなたが世を捨て、悔い改めのために自分を神に委ねたならば、かつての罪について、それらが今や赦されないかのように思い、悲しみに苛まれることのないようにしなさい。しかし、主の戒めを怠ってはならない。そうでなければ、主はあなたの過去の罪をも赦してくださらないからである。

2. 死に至るまでこれを守り、決してこれを怠ってはならない。すなわち、女性と一緒に食事をしないこと、年下の者たちと親しく交わらないこと、若いうちは、兄弟やアッバ（師）以外とは、同じ敷物の上で寝ないこと——それも、不注意ではなく、畏敬の念を持って行うこと。また、衣服を身に着ける際も、目を不注意に走らせてはならない。

<sup>22</sup> 文脈から判断すると、どうやら「望む者、意図する者、着手する者」という意味のようだ。しかし、パイシオスによれば、「望まない者」とも解釈される。

3. 必要があれば、ワインを三杯まで飲んでもよいが、友情のためにこの戒めを破ってはならない。

4. 神の前で罪を犯した場所には住んではならない。また、敵の手に落ちないように、自分の奉仕（祈り）を怠ってはならない。

5. 自ら進んで詩篇を学ぶようにしなさい。そうすれば、それはあなたを悪臭（情欲）の捕らわれから守ってくれる。肉のあらゆる悪意を愛しなさい。そうすれば、あなたの情欲は謙虚になるだろう。

6. いかなる事柄においても、自分を過大評価しないように気をつけなさい。そうすれば、自分の罪を嘆き悲しむ自由が得られるだろう。

7. 偽りから身を守れ。さもないと、偽りはあなたから神への畏れを追い払ってしまう。

8. 隣人に躓きを与えないよう、自分の思いすべてを人々の前で明かしてはならない。しかし、神の恵みがあなたを覆うように、自分の思いをあなたの父たちに打ち明けなさい。

9. 自分の手仕事に励みなさい。そうすれば、神への畏れがあなたと共に宿るでしょう。

10. もし、死に至らない兄弟のつまずき（ヨハネ5:16）を見たら、彼を侮ってはならない。そうしなければ、あなたは敵の手に落ちるだろう。

11. かつて罪を犯した事柄に再び囚われないよう、自らを守りなさい。そうすれば、あなたの内に（あなたの罪が）再び芽生えることはない。

12. 謙遜を愛しなさい。そうすれば、それはあなたの罪からあなたを守ってくれる。

13. 偏りを持つてはならない。そうすれば、あらゆる悪意があなたの中に宿ることはない。

14. あなたの心を先祖たちへの従順に委ねなさい。そうすれば、神の恵みがあなたの中に宿るであろう。

15. 自分を賢いと思い込むな。そうすれば、敵の手に落ちることはない。

16. 自分の舌に「許してください」と言うことを覚えなさい。そうすれば、謙遜があなたに降り注ぐでしょう。

17. 自分の小部屋に座しているときは、常に次の三つのことに心を配りなさい。すなわち、手仕事、学び（読書と神への黙想）、そして祈りである。

18. 毎日こう考えなさい。「この世で過ごすのは今日一日だけだ」と。そうすれば、神の前で罪を犯すことはない。

19. 食事において腹を満たすことに執着してはならない。そうすれば、かつての罪が再びあなたの中に蘇ることはないだろう。

20. いかなる労苦にあっても落胆（退屈）してはならない。そうすれば、敵の影響があなたの中に侵入することはない。

21. 教え（聖書の朗読と神への黙想）に自らを励ませ。そうすれば、まもなく神の平安があなたに訪れるだろう。なぜなら、町の外にある崩れかけた家が悪臭の源となるように、怠惰な初心者の魂は、あらゆる不品行な情欲の巣窟となるからである。

22. 涙を流しながら、多くの祈りを捧げるよう自らを奮い立たせなさい。そうすれば、主はあなたを憐れみ、罪を犯す古き人をあなたから取り除いてくださるかもしれない。

23. 次のもの（行い）と親しみなさい。すなわち、労苦、貧しさ、放浪、肉体の抑圧、そして沈黙です。これらから謙遜が生まれ、謙遜はあらゆる罪の赦しをもたらすからです。

24. 私たちの善き主なる神は、私たちに力を与え、（なすべきことを）悟らせ、実行させ、御自身の戒めを守った聖徒たちと共に恵みを得られるよう、力強いお方である。アーメン。

## 10. 別の言葉（背教者たちへの）

1. 神は聖使徒ペトロに、いかなる人も不浄であるとか、汚れているとかして軽んじてはならないことを示された（使徒言行録 10, 15）。彼の心が聖化されたゆえに、あらゆる人が彼の前では聖なるものとなったのである。しかし、心が情欲に支配されている者にとっては、誰一人として聖なる者とは見なされず、その心にある情欲に従って、あらゆる人も自分と同じような者だ



と考えてしまう。たとえ誰かが「あの人は善良な人だ」と告げたとしても、彼は即座に心の中でそれに憤りを感じる。それゆえ、口先だけでなく、心の中でさえも、誰かを貶めることのないよう気をつけなさい。

2. 人は、自分自身を顧みない限り、心の中で自分は神の友であると考えている。しかし、情欲から解放されると、自分が神から極めて遠く離れていることを悟り、神の御前にある天を仰ぎ見ることを恥じるようになる。

3. ある人が二人の奴隷を所有しており、彼らを自分の畑に送り出して小麦を刈らせ、それぞれに一日に七スタフ（束のようなもの）を刈り取るよう命じた。そのうちの一人は、主人の命じられたことを果たすために全力を尽くしたが、その仕事は彼の力では到底及ばず、果たしきれなかった。もう一人は、成功を諦め、落胆してこう自分に言い聞かせた。「一体誰が一日でそんな仕事を成し遂げられるというのか？」そして（主人の命令を）軽んじて、仕事には全く関心を示さず、寝床についた——時折あくびをし、眠り、まるで扉が蝶番で回るように、右へ左へと寝返りを打ち——こうして一日を無駄に過ごしてしまった。夕方になると、彼らは主人のもとへ戻った。主人は二人を呼び出して話し合い、勤勉な使用人の働きを（称賛に値するものとして）認め、たとえ命じられたことを完全に果たせなかったとしても、怠惰で無責任な使用人を家から追い出した。私たちもまた、いかなる労苦においても気落ちせず、いかなる苦しみにおいても、心を尽くして働き、自分の力を尽くすべきである。そして、神が私たちを御自身の聖徒たちと同様に受け入れてくださると信じている。

4. すべての人は、心と体を深く謙虚に保ち、神の前で多くの祈りを捧げるべきである。自分が何か善いことをしたとは考えず、いかなる行いにおいても称賛を信じず、叱責に腹を立てず、自らの罪を心に留め、敵に対しても心を穏やかに保ち、たとえ親しい友人たちの前であっても、彼らを非難したり責めたりするために、口から苦い言葉が漏れることを許してはならない。

5. 結局のところ、修道士は自分の魂のすべての扉を閉ざし、すべての感覚を慎み、それらが原因で魂が堕ちることのないようにし、世俗的な言葉を持ち込む者たちから身を守らなければならない。自分の罪（すなわち、その自覚と悔い改め）に満足し、他人のことに好奇心を抱かない者は幸いである。

## 11. からしの種について

（言葉の中に）からしの種の秘義がある。教父たちが述べたように、それについて書かれている箇所を基に、その意味を探究するよう（私たちを奮い立たせる）ためである。「天の御国は、からし種の粒のようなものである。人はこれを自分の畑に蒔くが、それはすべての種の中で最も小さいものである。しかし、育つと、すべての草よりも大きくなり、木となる。天の鳥たちが来て、その枝に巣を作るようになる」（マタイ13:31, 32）。これこそがからし種の正体であり、その優れた性質なのです！（そして主は、それらを明らかにされることで）人が、そのすべて（それについて語られたすべてのこと）において、それに倣うことを望んでおられます。「すべての種の中で最も小さい」と語られたことで、主は私たちに謙遜の知恵を授けておられます——すなわち、あらゆる人よりも自分を低く置くようにと。また、「それが完全に成長した」と語られることで、柔和さと忍耐を思い出させてくださいます。その色が炎のような赤であることは、——清らかさを思い起こさせ、肉体にいかなる汚れも持たないよう促している。その内側が苦いということは——情欲への憎悪を植え付けるものであり、平和を望む者にとっては苦いものだからである。その心地よい味わいは、よく噛んですりつぶさなければ現れないが、これは苦難（肉体の欠乏による苛立ち）を物語っている。それをすりつぶすと目をしみる——これは行い（あるいは苦行）の悲惨さを思い起こさせる。また、死んだような手足を腐敗させないように、そこから作ったマスタードを塗るために用いられる。さあ、その意味を理解し、その性質に従おう——そして、傷ついた自分の肢体をそれに塗って、腐敗したり、虫が湧いたりしないようにしよう。なぜなら、これこそが、主イエスを自らの内に体現し、想像することであり、私たちの力の及ぶ限り、主のために（その性質——すなわち、からしの種の性質——に従って）自らを整え、私たち

がその種に由来するものなのか、そうでないのかを自ら試みることからである。——その性質や謙遜な心からか、——（粉に）すりつぶされた状態からか、その苦味からか、その味からか。——神の恵みとは、御心に従い、このために私たちを力づけることである。父と子と聖霊の御栄えが、永遠にありますように。アーメン。

## 12. ワインについて

1. ワインの秘跡。（これは）神に会いたい（神に喜ばれたい）と願う人間の本性（あるいは人間）の象徴であり、神がその行いを喜んで受け入れてくださるよう、清らかにその行いを全うするものである。

2. （ワインを入れる）器は、適切な方法でタールで密封される。これは、身体の清らかさの象徴であり、そのすべての肢体が、恥ずべき情欲から健全（かつ清らか）であることを表している。なぜなら、（肉欲的な）快樂のいずれかにふける者は、神に仕えることができないからである。

3. 全体がタールでコーティングされていない、あるいは何らかのひび割れがある器にワインを注ぐことができないのと同様に、私たちも、心の中に憎しみや敵意を抱いたままでは、神に喜ばれることはできない。それらが人の悔い改めの行いを妨げるものであるから、自分の中にそれらが存在しないか、自らを吟味しよう。

4. ワインは、醸造の初期段階において発酵する。これは、成熟して落ち着くまで揺れ動く初心者（新入者）の姿の象徴である。

5. ワインは、石膏と適量の酵母を加えない限り、（本物のワインとして）完成しない。同様に、初心者が自分の意志のままに（留まり続けて）は成功することはできない。神に従う父たちから種を受け入れず、彼らが道を示し（その道を導いて）くれない限り、神ご自身が彼にその道を見出す力を与えてくださるまでは。

6. （ワインは）沈殿するまで、家の中（醸造場所）に置いておく。同様に、沈黙と苦難、そして神にかなったあらゆる労苦なしには、初心者が（堅固に善き心持ちの）境地に至ることは不可能である。

7. もしワインに穀粒や枝が入ったままにしておけば、それは酸っぱくなってしまう。同様に、初心者が肉親の間や、彼らと同じ行いや修行をしていない人々の間で過ごしていれば、神にあって先人たちから受け継いだその気質を失ってしまう。

8. ワインが蒸発して失われないように、その上に土を被せる。それと同様に、初心者があらゆることに謙遜を身につけなければ、そのすべての労苦は無駄になる。

9. ワインを頻繁に味わうと、それは風化してその風味を失ってしまう。自分の行いを人前にさらす人にも、同じことがよく起こる。なぜなら、そのような場合、虚栄心（虚栄）がその人のすべての行いを台無しにしてしまうからである。

10. ワインの入った器を蓋をせずに放置すれば、忌まわしい蚊（ハエ）がワインを台無しにしてしまう。それと同様に、饒舌や冗談、無駄話（若い修道士たちの穏やかな心を損なう）。

11. ワインを風にさらしておけば、その見た目も味も損なわれてしまう。同様に、高慢は人のあらゆる実りを台無しにする。

12. ワインは地下室に隠され、しっかりと覆われる。それと同じように、（神の働き手を隠し、覆うのは）あらゆる事柄における沈黙と、自分を何者でもないとする心である。そして、この沈黙と自分を何者でもないとする心なしに、人が自分の労苦を守り抜くことは不可能である。

13. ワインについては、それが作り手にとって満足（満ち足り）のいくものとなり、彼がその実りを喜ぶようになるまで、これらすべてが行われる。——人は、自分の行いが神の御前に喜ばれるものとなるまで、これらすべてを行わなければならない。

14. ワインを開けて味わってみなければ、それがどのようなものか言葉を鵜呑みにすることはできないのと同様に、人が神の御前に立ち、神がその行いを完全であると認められるまでは、人は心に大胆さを持って、自分自身を恐れることなくいることはできない。



15. また、器から漏れ出始めると、その持ち主が不注意であれば、彼がそれに気づく前にワインは地面に流れ出てしまう。それと同じように、どんなに些細で取るに足らない（不適切な）行いでも、人が不注意であれば、その人の実りを台無しにしてしまう。

16. さあ、兄弟たちよ、私たちに害を及ぼすあらゆるものから身を守るために、私たちの力を尽くそう。そうすれば、主の憐れみと恵みが、あの日に私たちに勇気を与えてくださるだろう。「私たちの弱さゆえに、良心が促すままに身を守る努力をしたが、力（それを行うための）力はあなたのものであり、憐れみ、助け、守り、赦し、そして忍耐もあなたのものである。なぜなら、私はいったい何者か。これまで私は悪しき者たちの手にあったが、あなたは私を彼らから救い出してくださった。私にはあなたに捧げるものなど何もない。私は罪深く、あなたの賜物に値しない者だが、あなたは私の敵の手から私を守ってくださった。あなたは私の主であり、私の神です。栄光も、慈しみも、守りも、助けも、力も、すべてあなたのものであり、世々限りなく。アーメン。

### 13. 奮闘し、その業を立派に成し遂げた者たちについて

1. これらは、主イエスが十字架にかけられる前になされたしるしである。「行って、ヨハネに告げなさい。あなたがたが見聞きしたことを。すなわち、盲人は目が見え、足の不自由な者は歩き、らい病人は清められ、耳の聞こえない者は聞き、死者はよみがえり、貧しい人々に福音が宣べ伝えられている。また、わたしにつまずかない者は幸いである」（ルカ 7,22,23）<sup>23</sup>。

2. このように、主イエスがなされたしるしは数多い。（しかし、私たちは、それらのそれぞれが、文字通りの意味のほかに、比喩的な意味も持っていることを知っておくべきである）。「盲人が目を開く」とは、次のような意味である。この世の希望に心を向けている者は盲目である。もし彼がそれを捨てて、待ち望む希望に目を向けるならば、彼は目を開いたことになる。同様に、「足の不自由な者が歩く」とは、次のような意味である。神を求めつつも、心の肉的な思惑を愛する者は足の不自由な者である。しかし、もし彼が後者を捨て、心を尽くして神を愛するならば、彼は正しく歩き始めるのである。同様に、「耳の聞こえない者が聞く」とは、次のような意味である。心が散漫な状態（娯楽に溺れている）にある者は、（外部の事柄に）注意を奪われ、（本来あるべきことを）忘れていたため、耳が聞こえないのである。しかし、もし彼があらゆるものから心を解き放てば、聞くことができるようになる。そして、「らい病人は清められる」とは、次のような意味である。モーセの律法には、「不浄な者は主の宮に入ってはならない」と記されている。すなわち、隣人に対して敵意、憎しみ、嫉妬、あるいは非難を抱いている者である。もし誰かがこれらを捨て去れば、その人は清くなるのである。

3. さて、盲人が目を開き、足の不自由な者が歩き始め、耳の聞こえない者が聞こえるようになり、ハンセン病患者が清められるとき、かつて怠慢のゆえに（それによって示される道徳的墮落によって）死んでいた人間は、立ち直り、新たに生まれ変わり、そしてその後、かつて聖なる美德に乏しかった自身の感覚（ ）を通じて、自分が目が見えるようになり、歩けるようになり、聞こえるようになり、清められたことを宣べ伝えるのである。このような義認を、あなたを洗礼した者に示さなければならない。

4. 洗礼とは、すなわち、謙遜と沈黙を伴う苦難（肉の苛立ち）である。なぜなら、ヨハネについて、「その衣はラクダの毛でできており、腰には皮の帯を締めており、荒野にいた」（マタイ 3:4）と記されているからである。これこそが苦難のしるしである。それはまず人を清め、努力する者はそれを獲得し、それを自分のものとしたとき、初めて十字架に登る道が開かれる（十字架は、将来の不死のしるしである）。その前に、ファリサイ派やサドカイ派の口を封じておくのである（サドカイ派は不信仰の象徴であり、ファリサイ派はあらゆる悪知恵、偽善、虚栄の象徴である）。それは次のように記されている通りである：「その日から、もはや誰も彼にそのことについて問う者はいなかった」（マタイ 22:46）。

<sup>23</sup> この言葉に描かれていることは、主イエスに洗礼を授けたヨハネが受け入れている。なぜなら、洗礼を受ける者は、（洗礼を授ける者に）自分が何をしているかを告白しなければならないからである。

5. 最後に、主はペトロとヨハネを遣わして過越の食事を準備させた。これは、心が自らに何ものも所有していないと悟ったとき、感覚を一つにまとめ、主からの聖体拝領によってそれらを単一の体とすることで、不死への準備を整えることを象徴している。

6. また、イエスが「もし可能ならば、この杯を、今この時からわたしから取り去ってください」(マタイ26:39)と祈られたことは、私たちに向けた言葉である。なぜなら、心が十字架に登ろうとする時、多くの祈りと多くの涙、そして神への全き献身を必要とし、神の慈しみに助けを求め、それが聖なる尽きることのない刷新へと立ち上がらせるまで、その心を強め、守ってくれるよう願うからである。十字架の時には、大きな危険が伴うからである。そして祈るにあたり、彼にはペトロ、ヨハネ、ヤコブが共にいることが必要です。彼らはすなわち、健全な信仰、希望に満ちた勇敢な心、そして神への愛そのものです。

7. これこそが、私たちのために、愛すべき主なる神、私たちのイエス・キリストご自身に起こったことの意義である。使徒が言ったように、キリストはあらゆる点において私たちの手本となられたのである。「キリストを知り、その復活の力を知り、その受難に与り、その死に倣うことによって、いかにして死者の復活に至ることができるか」(フィリピ3:10,11): ——主が私たちのために味わわれた「苦い胆汁」は、私たち、自分の中にあるあらゆる邪惡な欲望を根絶し(口を閉ざし)、それらのいかなるものも体から出て行かせず、行いとして現れさせないようにと促します。主が私たちのために味わわれた「酢」は、あらゆる独断や、あらゆる虚しい反抗心を消し去るよう私たちに促します。私たちのために彼に浴びせられた「唾」は、あらゆる人に迎合する心や、この世の栄光を望むあらゆる欲望を抑え込むよう私たちに促している。彼のために編まれてその頭に載せられた「いばらの冠」は、非難、たとえ絶え間ないものであっても耐え忍び、いかなる非難も動じることなく受け入れるよう私たちに促している。私たちのために御頭を打たれた「葦の杖」は、常に謙遜の兜を頭に戴き、敵のあらゆる高慢を打ち砕くよう私たちに促します。十字架刑の前に主イエスが「鞭打ち」にさらされたことは、あらゆる人間的な侮辱や恥を何とも思わないよう私たちに促します; 「くじ引きによる御衣の分配」——その際、御自身は動じることなくおられた——は、使徒の言葉「あなたがたは、天にあって、より良い財産を持っていることを知っていたから、財産を略奪されても喜んで受け入れた」(ヘブライ人への手紙10:34)。

8. 人は、十字架に登るために、これらすべてを行わなければならない。もしあなたが、人間としての力の限りで、主がなさったことを行わなければ、十字架に登ることはできない。私たちの救いのために、冷酷な者たちが主を十字架につけたのが第六時であったことは、罪が死ぬまで、あらゆる落胆や臆病に対して力強く立ち向かうべきだという、私たちへの模範である。聖書に記されているように、主は十字架によって敵意を打ち砕かれたからである。また、第九時に、イエスが大きな声で叫ばれたこと——「エロイ、エロイ、リマ・サバクタニ」(マタイ27:46)と叫ばれたことは、情欲に対して忍耐強く苦難の戦いを続け、それが消え去るまで耐え忍んだ後、ついに謙遜の心をもって神に叫び求める大胆さを得るための、私たちへの模範である。太陽が沈んだ後に、主が御霊を委ねられたことは、私たちの心が見えるこの世のあらゆる希望から解放されれば、それはあなたの中で罪が死んだことのしるしとなる、という示唆です。教会の幕が上から下まで真っ二つに裂けたことは、心が(情欲から)解放されれば、心と神との間の隔てが取り除かれることを象徴している。石が砕け、墓が開かれたこと——これは、私たちの中でその(罪に対する)死が成し遂げられ、あらゆる重荷や盲目さ、そして魂に敵対するすべてのものが解放され、死んでいた感覚や死をもたらししていた実が、打ち勝つ者として立ち上がり、健やかになり始めることを示す象徴である。彼が香油を塗った清らかな亜麻布に包まれたこと——これは、その(罪の)死の後、聖さが包まれ、朽ちることなきものがそれを安らかに包み込むことを私たちに示している。主が、まだ誰も葬られたことのない新しい墓に葬られ、その入り口に大きな石が置かれたことは、私たちにとって、心があらゆるものから解放され、安息を得たとき、すでに別の新しい世にあり、新たな知恵を働かせ、朽ちるものなど何もないものに耳を傾け、朽ちないものについて思いを巡らすことを象徴している。 ——さらに、「死体(遺体)のあるところには

、驚も集まる」（ルカ17:37）という言葉。——主が御父の栄光のうちに復活され（）、天に昇り、「高き所にある威光の右の座」（ヘブライ人への手紙1,3）——これらは、使徒の言葉にあるように、私たちにとっての模範である。「もしあなたがたがキリストと共に復活したのなら、上にあるものを求めなさい。そこには、神の右の座に着いておられるキリストがおられる。上にあるものに心を留めなさい」（コロサイ人への手紙3,1-3）。

9. 御名は尊く、憐れみを施し、聖徒たちにとってあらゆる点において模範となられた御方は、私たちの弱さを力強く弁護してくださり、私たちの貧しさゆえに、私たちの罪を赦してください。そうして、私たちもまた、それにふさわしいすべての人々と共に、憐れみを得ることができますように。アーメン。

## 14. 嘆きの行い

1. ああ、私は悲しい、ああ、私は悲しい。——私はまだゲヘナから解放されていないのだ！ 私をそこへ引きずり込もうとする者たちは、なおも私の中でその実を結んでおり、そのすべての行いが私の心の中で動いている。私を火の中に沈めようとする者たちは、なおも私の肉において働き、その実を結ぼうとしている。私はまだ、ここからどこへ去るべきかを知らない。まだ正しい道が備わっていない。まだ、私の中に存在する彼らの悪行ゆえに、私の道を阻もうとする空气中に存在する（闇の力）の影響から解放されていない。まだ、それらから私を救うために来られた救い主を見ていない。なぜなら、彼らの悪意は依然として私の中で実を結んでいるからである； まだ、私と裁き主との間に大胆な弁護者を見出していない。まだ、私が死に値しないという証言は与えられていない。まだ、私は悪を行う者たちから離れてはいない。

2. 悪人は、牢獄に閉じ込められても喜びはせず、鉄の鎖で縛られては自分の意のままに行動できず、足枷に囚われては他人を教え導くこともできず、苦痛に満ちた労働の中に安らぎを見出すこともなく、手足を縛られては甘いものを味わうこともできず、さらに悪事を企むこともない。なぜなら、あらゆる罪を犯し尽くしてしまったからである。しかし、引き裂かれるような心で自らのすべての悪行と、自分に待ち受けるあらゆる苦痛を嘆き、こう言うのだ。「ああ、私はそれらに値するのだ」と。

3. 自分の最期がどのようなものになるかを常に思い巡らし、自らの罪によって（受けるに値する）苦しみを見据えている者は、心の中で誰かを非難しないようにするために大きな努力を必要としない。待ち受ける苦しみへの憂いがその心を蝕んでいる。ああ、悲しいかな！ それは彼の心の奥底にある絶え間ない教訓の題材である。彼は他者に落胆しないよう励ますことはない。食糧の心配は彼の関心事には入らない。彼に慈しみを示す者たちの慈しみを認めるが、悲しみのゆえにその喜びを感じ取ることができない。なぜなら、彼はあらゆる点で罪を犯してきたからである<sup>24</sup>； 彼を中傷する者たちに対して、彼は怒りを露わにすることなく、忍耐強く苦痛を伴う労苦を背負い、「私はそれに値する」と言う。歯の笑い（シラ書19,27）は彼から遠ざかった； 彼は嘆きながら頭を振り、やがて立ち向かわねばならない裁きの座を思い起こす。他者の言葉を耳にしても、「良い」とも「悪い」とも言わない。それらが良かろうと悪かろうと、彼の耳はそれらを受け入れない。彼を蝕む病のため、彼のまぶたからは涙の川が流れ出ている。もし彼が高貴な両親の出身であれば、裁判で有罪判決を受ける姿を目にする者たちに対する恥を思い起こし、なおさら悲しみに沈む。彼のために用意された裁きを心に留め、人々が善人であろうと悪人であろうと、彼は気にも留めない。もし彼と関係のある他者がいたとしても、彼は彼らに注意を向けず、これから何をすべきか彼らと話し合うこともない。なぜなら、誰もが死へと引きずられていく中で、それぞれの重荷を背負っているからである。彼の顔は陰鬱だ。拷問への恐怖ゆえに、彼を弁護しようとする者は一人もいない。彼自身、自分が犯した行いを告白し、その罪に対して裁きを受けるに値することを認めている。

<sup>24</sup> やや難解な表現である。ラテン語版はこの箇所を省略している。パイシオスは次のように訳している：「彼に慈しみを示す者たちには、慈しみがある。彼らの悲しみから来る気配は感じられない。なぜなら、あらゆる点で罪を犯しているからである」。

4. いつまで私は、罪もないのに酩酊したままにいるのだろうか。このような未来が待ち受けているというのに、いつまで無頓着でいられるというのか。私の心の硬化は私の目を乾かし、虚しい心配事の多さによる酩酊は私の頭を乾かし、そして私の心の情熱は、私を忘却へと導き、やがて暗闇へと陥らせた。肉体の貧困が私を縛り、破滅（絶望）が私を苦しめ、この（人生の）道を捨てさせようとしている。私のことを語ってくれる友も得られず、市民たちに送るべき贈り物も持っていない。私の悪行の噂が、彼らに私を受け入れることを許さない。私が彼らに懇願しても、彼らは私に注意を払わない。なぜなら、私がまだ自分の（道徳的な）病から立ち直っていないことを彼らは見ており、また、私は寛大な心で彼らに懇願しているわけではないからだ（Ⅱコリント6:11）。

5. 私の罪の棘は、まだ絶えず私の心を刺し続けてはいない（すなわち、罪に対する痛ましい悔い改めはまだ訪れていない）。私の罪の重荷は、まだ私の上にのしかかってはいない（その重みで私を押しつぶすことはなく、罪の重さを感じていない）。私はまだ、火の力を十分に、あるべき姿で理解していない。そうでなければ、その火に落ちないように奮闘していただろう。私の耳には、地獄が待ち受けているという声が聞こえる。なぜなら、私はまだ真実の意味で自分の心を清めていないからだ。私の体の傷は危険な状態になっているが、まだ化膿して治療を求めるほどではない。私は人々から矢の傷を隠しており、医者に触られるのを耐えられない。医者は傷に湿布（あるいは湿布薬）を当てるよう勧めてくれたが、私はそのな刺激に耐えるだけの心の強さが無い。医者は親切で、私から報酬を要求することもないが、私の怠惰が彼のもとへ行くことを許さない。彼は自ら私のところへ治療に来てくれるが、私が傷を悪化させるようなものを食べているのを見つける。彼は今後（そのような食べ物を）食べるのをやめるよう懇願するが、その美味しさが私の心を惑わしてしまう。食べた後は後悔するが、その後悔は本心からではない。医師は私に（自分の）食事を送ってきて（こう言う）——「健康になるために食べなさい」と。しかし、悪い習慣のせいで、私はそれを受け取ることができない。「結局のところ——私はどうすればよいのか分からない。」

6. 私を知るすべての兄弟たちよ、私と共に泣いてください。私の力以上の助けが私のもとに臨み、私を支配して、私が（私の主である）御方の弟子となるにふさわしい者となるように。なぜなら、御方の力は永遠に続くからです。アーメン。

## 15. 世からの離脱について

1. 愛する者たちよ！「残りの時間は短い」（Ⅰコリント7:29）のだから、自分自身を大切にしよう。肉体のことを気にかける者は、魂のことを気にかけることはできない。片方の目で天を見、もう片方の目で地を見ることはできないのと同じように、心もまた、神の御業とこの世の事柄の両方を同時に気にかけることはできない。あなたが肉体から離れるとき、何の助けにもならないようなことについて気にかけるのは、恥ずべきことである。

2. あなたがなすあらゆる行いにおいて、神があなたに耳を傾けておられることを心に留めなさい。また、あなたのあらゆる思いにおいて、神があなたを見ていることを心に留めなさい。

3. 人々の前ですることを恥じるなら、それを密かに（心の中で）考えることさえ恥じるべきである。木がその実によって知られるように、心はその注視する対象（その目が向けられているもの）によって自らの思いを知り、理性ある魂はその注視する対象（心が注意を向けているもの）によって自らを知る。

4. 罪に引き寄せられている限り、自分を無情だと思ってはならない。（情欲からの）自由を授けられた者は、もはや自分の本性に反して行っていたことなど考えない。だから、もしあなたが主を冒瀆しているのなら、自分を自由だと思ってはならない。なぜなら、あなたの心がこの世の何かに欲望を抱いている限り、自由は訪れないからである。

5. 自分の体を、神の神殿として大切にせよ——復活し、神に答えを述べなければならない者として大切にせよ。自分が行ったすべての行いについて神に報告しなければならない者として



、神を畏れよ。体が傷を負ったとき、その治療に気を配るように、復活の時にはその体が情欲から解放された状態となるよう、心を配れ。

6. 神に願いを捧げる前に、毎日、自分の中でどのような情欲に打ち勝ったかを省みよ。

7. 種と水なしに大地が実を結ぶことができないように、謙遜と肉体の労苦なしに、人は悔い改めることはできない。

8. 空気の調和が整うと種は花開く。同様に、人は戒めを守ることに心を向けているとき、戒めを通して花開くのである。それこそが神への信仰であり、自分の良心を傷つけないための神への畏れである。

9. もし、自分の独房に座っている時に、淫らな欲望が心に芽生えたら、その思いに抗い、それに引きずられないように気をつけなさい。神があなたに耳を傾けておられ、あなたが心の中で何を思おうとも、そのすべてが神の前にはさらけ出されているということを、心に留めるよう努めなさい。だから、自分の魂にこう言い聞かせなさい。「もしあなたが、自分と同じような罪人たちを恥じ（そして、彼らがあなたが罪を犯しているのを見ないように努めている）のなら、あなたの心の奥底まで聞き届けておられる神の前では、なおさら（罪を犯すことを恐れるべき）ではないか。」このような考察を心に留めることによって、あなたの魂の中に神への畏れが回復されるだろう。そして、もしあなたが神への畏れに従うならば、あなたは（情欲に対して）揺るぎなくなり、もはや情欲に翻弄されることはなくなる。それは、次のように書かれているとおりである。「主を頼る者は、シオンの山のように、エルサレムに住む者は、永遠に揺るがない」（詩編124:1）。

10. 肉体を離れる時に裁きがあることを信じる者は、いかなる事柄においても隣人を裁くことはできない。なぜなら、自らのすべての行いについて神に答えなければならないからである。聖書に記されているように、私たちは「キリストの裁きの座の前に立たされ、各人が、肉において行ったこと、善であれ悪であれ、その報いを受ける」のである（Ⅱコリント5:10）。

11. 聖徒たちのための御国があると信じる者は、選ばれた器となるために、些細で取るに足らない事柄においても、自らを（汚れのない状態に）保つよう努める。なぜなら、「天の御国は、海に投げ込まれた網のようなもので、あらゆる種類のものを集め、網がいっぱいになると、それを岸に引き上げ、座って良いものを器に入れ、悪いものは捨てた」（マタイ13:47-48）。

12. 復活の日に自分の肉体がその本来の姿でよみがえることを信じる者は、その肉体を大切にし、あらゆる汚れから清めなければならない。なぜなら、こう書かれているからである。「私たちのこの卑しい体を、御自身の栄光の体に似せて変えてくださる。それは、御自身の力によってなされることである」（フィリピ3:21）。

13. 神への愛が宿った者からは、この世のいかなるものももはや神から引き離すことはできない。次のように記されているとおりである。「誰が私たちを神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮屈か、迫害か、飢えか、裸か、危険か、あるいは剣か」（ローマ8:35）。

14. 神は力強い方であり、私たちもまた、この世のいかなる事柄によってもキリストの愛から離れなかった人々の仲間に加わり、彼らと共に、私たちの主イエス・キリストの力によって恵みを得ることができるよう。なぜなら、栄光は、初めからある父と、命を与える聖霊と共に、今、そして常に、そして世々限りなく、主にあるからです。アーメン。

## 16. 神に仕えようとする魂に宿る喜びについて

1. まず第一に、神への畏れをもってあなたを歓迎し、懇願します。神の御心に適うように完全でありなさい。そうすれば、あなたの労苦が無益なものとならず、神がそれを喜びをもって、あなたからそのまま受け入れてくださるでしょう。商人は、利益を得れば、費やした労苦など何とも思わずに喜びます。なぜなら、それがいかに有益であったかを悟ったからです。妻を娶った者は、もし彼女が彼を安らかにし、よく世話をしてくれるなら、心を込めて彼女を喜び、すべてを彼女に委ねます。軍務に就いた者は、死を恐れず王のために戦い、栄冠を得れば、そのような成功を収めたことを喜ぶ。これこそが、滅びゆくこの世の行いであり、それらを行う者たちは

、その中で成功を収めると喜ぶのである。では、神のために働き始め、その業を成功裏に成し遂げた者の魂には、どのような喜びがあると思うか。この世を去る時、その業によって、彼は闇の権勢から解放されたのを見て、天使たちが彼と共に喜びを分かち合うことになる。なぜなら、魂が肉体から離れるとき、天使たちが降りてくる。一方、闇のすべての勢力も、魂を捕らえようと待ち構え、その中に自分たちのものが残っていないかを探し求めて、魂を迎え撃つからだ。その時、天使たちが彼らと戦うのではなく、魂が行った行いが、まるで壁のように魂を囲み、彼らから守り、触れることさえ許さないのだ。その行いが勝利を収めたとき、天使たちは彼女の先頭に立って歌い、彼女が喜びのうちに神の御前に立つまで歌い続ける。その瞬間、彼女はこの世のあらゆる事柄と、自らのすべての労苦を忘れるのである。

2. それでは、この短い期間に善き働きをするために、私たちの力を尽くそう。自らの行いをあらゆる悪から清く保ち、（そうして）私たちを迎え撃とうとする（闇の）支配者たちの手から救われることができるように。彼らは邪悪で、慈悲のない者たちだからである。彼らに属するものが何一つない者は幸いである。その者の喜びと歓び、安らぎと冠には、限りがない。しかし、この世のものはすべて移ろいやすい。商売に従事する者であれ、結婚のことであれ、あるいは私が先に述べた他のことであれ。愛する兄弟よ！ 神の御前で涙を流しながら、私たちの力を結集しましょう。そうすれば、神の慈愛が私たちに憐れみを示し、私たちが（善行として）行うこと、すなわち（肉体を離れた後に）私たちを迎え撃とうとする悪意の支配者たちを打ち負かすための力を、神が私たちに与えてくださるかもしれません。

3. 強い心を持って（自己憐憫にふけることなく）自分自身を大切にし、神への渴望を育みましょう。そうすれば、悪意が私たちに向かって襲いかかってきたとき、その手から救われるでしょう。貧しい人々を愛することを喜びとしましょう。そうすれば、金銭への執着（の霊）が私たちに向かって襲いかかってきたとき、そこから救われるでしょう。すべての人、小さな者も大きな者も、平和を愛しましょう。そうすれば、憎しみ（の霊）が私たちに立ちはだかったとき、それが私たちを守ってくれるからです。すべての人を兄弟として愛し、誰に対しても心にわずかな敵意も抱かず、悪に対して悪で報いることもなくしましょう。そうすれば、嫉妬が私たちに立ちはだかったとき、そこから救われるだろう。あらゆることに謙遜を愛し、隣人が私たちを叱責したり、侮辱したりしても、その言葉を耐え忍ぼう。そうすれば、高慢が私たちに立ちはだかったとき、そこから守られるだろう。隣人の名誉を重んじ、たとえ相手が誰であろうと、その人が誹謗された時に、私たちの心の中でその評価が下がることを許さないようにしましょう。そうすれば、中傷が私たちの前に現れたとき、私たちはそれから守られるでしょう。この世の利益や名誉を軽んじ、嫉妬が私たちの前に現れたとき、そこから逃れられるようにしましょう。私たちの舌を、神の教え、真理、そして祈りに慣れさせよう。そうすれば、嘘が私たちに立ちはだかる時、私たちはそれから守られるだろう。私たちの心と体を情欲から清めよう。そうすれば、不浄が私たちに立ちはだかる時、私たちはそこから解放されるだろう。——これらすべては、魂が肉体から離れる時に、その魂を捕らえようと狙っているが、もし魂が美德を身につけていれば、それらが魂を助けてくれるだろう。

4. 賢者の中で、これらすべてから逃れるために、自らの魂を死に委ねることを望まない者がいるだろうか。それゆえ、我々の力の及ぶ限り行おう。我らの主イエス・キリストの力は偉大であり、我々の謙遜を助けてくださる。主は、人間が貧しい被造物であることを知っておられ、肉体に宿っている間、最後の息を引き取るまで、悔い改めの機会を与えてくださった。だから、あなたの思いはただ一つ、神に向けられ、神があなたを守ってくださるよう願え。——この世の恵みに耳を傾けてはならない。たとえそれらに希望を置くことができたとしても——そうしてこそ、あなたは救われることができるのだ。この世にあるものはすべて捨て去り、立ち去るのだ。神のために何をするか、それによって、患難の時に良き希望を見出すことになる。

5. この世の言葉に嫌悪を抱きなさい。そうすれば、あなたの心は神を見出すだろう。頻繁に祈ることを愛しなさい。そうすれば、あなたの心は照らされるだろう。怠惰を愛してはならない。そうすれば、義人の復活に到ったとき、後悔することはないだろう。あなたの舌を慎みなさい。



い。そうすれば、あなたの心は照らされるだろう。怠惰を愛してはならない。そうすれば、神への畏れがあなたの中に宿るだろう。今、貧しい者に、豊かな心で施しをせよ。そうすれば、聖なる者たちや彼らの善行の前で恥をかくことはないだろう。美食への欲望を憎め。そうすれば、アマレクがあなたの道を塞ぐことはないだろう。礼拝（祈りの規則）を急いで行わないようにしなさい。そうすれば、獣に食い尽くされることはない。酔うまで酒を愛してはならない。そうすれば、神の喜びを奪われることはない。信者たちを愛しなさい。そうすれば、彼らを通して恵みを受けることができる。聖徒たちを愛しなさい。そうすれば、彼らの熱意があなたを導いてくれる。

6. 天の御国を心に留めよ。そうすれば、その渴望が少しずつあなたを導いてくれるだろう。ゲヘナについて考えよ。そうすれば、その行いを憎むようになるだろう。毎日朝目覚めたら、あらゆる行いについて神に報告しなければならないことを思い出し、神の前で罪を犯さないようにしなさい。そうすれば、神への畏れがあなたの中に宿るだろう。主との出会いに備えよ。そうすれば、主の御心を行うことになる。毎日、ここで自分に欠けている点を省みよ。そうすれば、死の危機に瀕した時、困ることなく済むだろう。兄弟たちがあなたの行いを見るようにしなさい。そうすれば、あなたの熱意が彼らを奮い立たせるだろう。毎日、自分がどのような情欲に打ち勝ったかを自ら吟味しなさい。しかし、決して自分を過大評価してはならない。それはすべて、神の恵みと力によるものだからである。——最後の息を引き取るまで、自分を忠実な者だと思っ

てはならない。——自分が善人であるかのように高慢になってはならない。なぜなら、あなたは自分の敵に自分を委ねることはできないからだ。——この世に生きている間、そして闇のすべての権威を乗り越えるまでは、自分自身を頼りにしてはならない。

7. 兄弟よ、人に悲しみをもたらし霊に対して警戒しなさい。その霊には多くの罠があり、あなたを無力にするまで仕掛けてくるからだ。神への悲しみは、自分が神の御心の中に立っているのを見る時、喜びをもたらしものである。では、誰があなたに「どこへ逃げればよいのか」と言うのか。あなたには悔い改めがない。その者は敵の側（からそう語り）、人が節制ある生活を送ろうとする決意を捨てさせるよう、人を誘惑しているのだ。しかし、神への悲しみは人に（押しつぶすような重荷として）のしかかることはなく、むしろこう語りかける。「恐れるな、再び（神のもとへ）来なさい。神は人が弱き者であることを知っておられ、その人に力を与えてくださるからだ。」

8. 分別ある心を持て。思いが浮かんだとき——そうすれば、それらはあなたにとって軽くなるだろう。それらを恐れる者は、その重みによって気力を失う。敵の影響を恐れる者は、神への信仰を持っていないことを露呈している。

9. 自分を過大評価せず、無知な者として自らを尊ぶ者は、情欲に甘んじてその意のままに行動するのではなく、神の御心を行う者であることを示している。また、多くの人の前で自分の言葉を語ろうとする者は、自分の中に神への畏れがないことを露呈している。神への畏れは、魂の守護者であり助け手であり、内なる主（心）の守護者であり、そのすべての敵を滅ぼす働きにおいてである。

10. 神の栄光を求めようとする者は、自らから不浄を追ひ払おうと努める。自分に対する賢明な配慮は情欲を切り捨てる。なぜなら、こう記されているからである。「配慮は賢い人に宿る」（箴言17:12。「思慮深い人には配慮が与えられる。しかし、愚かな者は悪を企む」）。病に倒れた者は、健康の価値を知る。戴冠する者は、王の敵に打ち勝ったゆえに戴冠する。情欲があるように、美德もある。しかし、もし私たちが気落ちし（怠惰である）ならば、明らかに私たちは裏切り者である。心の勇氣は、神に次いで魂の助けとなる。それと同様に、気落ち（怠惰）は悪の助けとなる。美德を志す者の力は、たとえ倒れても気弱にならず、再び（救いへの）配慮を取り戻すことにある。美德の手段とは、理性に基づく肉体の労働である。情欲の産物は怠惰から生じる。隣人を非難しないことは、賢明に戦いを繰り広げる者にとっての防壁であるが、彼を非難することは、無分別さの中でこの防壁を破壊する。言葉に気を配ることは、その人が活動的な者であることを明らかにし、言葉を制御できないことは、その人が内に美德を持っていないことを

意味する。理性をもって行われる施しは、富への輕蔑を生み出し、愛へと導くが、施しを惜しむことは、その人に美德がないことを意味する。慈愛は清らかさを生み出し、娯樂（娯樂や快樂への浪費）は情欲を生み出し、冷酷さは怒りを生み出す。享樂を憎むことは精神的な偉業であり、儉約は肉体的な偉業である。享樂への愛は魂の墮落であり、理性を伴った沈黙は魂の矯正である。睡眠に溺れることは肉体の情欲をかき立てるが、適度な徹夜は心の救いとなる。長時間の睡眠は心を鈍らせ、適度な徹夜は心を研ぎ澄ます。無意味な雑談に明け暮れるよりは、理性を持って静かに眠るほうがよい。涙は、不安を伴わずにあらゆる悪（カキアス）を追い払う。隣人の良心を傷つけない（殴らず、傷つけない）ことは、謙遜な知恵を生む。人間からの榮譽は、少しずつ高慢を生み出す。広々とした生活（欠乏による束縛からの解放）への愛は知恵を追い払い、腹を節制することは情欲を謙虚にする。美食への渴望は、容易にそれを掻き立てる。身体の装飾は魂の破滅であるが、神への畏れをもってそれを整えることは良いことである。

**11.** 神の裁きへの配慮は魂に畏れを生み出し、良心の踏みにじりは心から美德を奪い去る。神への愛は怠惰を追い払い、無畏はそれを煽る。口を慎むことは、理性を伴って沈黙を守るならば、心を神へと向かわせるが、多弁は氣力喪失（怠惰）と精神錯乱（マニアン）を生む。隣人に対して自分の意志を譲ることは、心が美德を念頭に置いていることを意味するが、隣人との関わりにおいて自分の意志を貫くことは、無知を示している。（神への）畏れをもって教えることは、魂を情欲から守り、世俗的な言葉を語ることは、魂を曇らせ、美德から遠ざける。物への執着は心と魂を乱すが、すべてを捨て去ることはそれらを新たに作る。沈黙——もし、思いを表に出さないために黙っているのであれば——は、あなたが世の誉れと、その恥ずべき栄光を求めていることを示している。しかし、大胆に（自分を顧みず）自分の思いを父たちの前で語る者は、それらを自分から追い払うのである。

**12.** 扉も窓もない家には、どんなこうした生き物であれ、自由に入り込むことができる。それは、労苦しながらもその労苦を大切にしない人のようだ。錆が鉄を蝕むように、人間の名誉もまた、心がそれに同調すれば、その心を蝕む。ツタがブドウの木に絡みついてその実を滅ぼすように、僧侶が虚栄心に溺れれば、その労苦は滅ぼされてしまう。あらゆる美德の先頭には謙虚さがあり、あらゆる情欲の先頭には食欲がある。美德の極みは愛であり、情欲の極みは自己正当化である。虫が木を蝕んで破壊するように、心の中の悪意は魂を曇らせる。

**13.** 神の御前に魂を伏せること（神の御心に身を委ねること）は、侮辱を動じることなく耐え忍ぶ心を育み、その涙は（その時）あらゆる人間的なものから守られる。自己を戒めないことは、怒りを耐え忍ばない（抑えられない）ことにもつながる。自分の言葉を俗人たちに混ぜ合わせる（世俗的な会話をする）ことは、心を動揺させ、祈りの際に心を恥じ入らせる。なぜなら、その後は心に大胆さが失われてしまうからである。世俗の利益への愛は魂を曇らせ、それらをすべて輕蔑することは知恵をもたらす。労働への愛は情欲への憎しみであり、怠惰は労を要せずして情欲を生み出す。

**14.** 町の住民と関わってはならない。そうすれば、あなたの思いはあなたの中で静まり返るだろう。自分の力に頼ってはならない——そうすれば、神の助けがあなたに降り注ぐだろう。人に敵意を抱いてはならない。さもないと、あなたの祈りは受け入れられない。すべての人と平和を保て。そうしてこそ、祈りに対して大胆さを持つことができる。自分の目を守れ——そうすれば、あなたの心は悪を見ない。誰かを好色な眼差しで見るとは、姦淫を犯しているのだ。あなたを侮辱した者が被った害について聞こうと望んではならない。そうすれば、心の中で（悪に悪をもって）報復することにならない。耳を守りなさい。そうすれば、それによって自分自身に非難を招くことはない。自分の手仕事に励みなさい。そうすれば、貧しい者が（あなたのもとで）パンを見いだすだろう。何もしないことは、死であり、魂の墮落だからである。

**15.** 熱心な祈りは（何かに執着する）束縛を解き放つが、祈りを怠ることは、たとえ些細なことでも、忘却の母である。死が近いと予感する者は多くの罪を犯さないが、死を何年も先のことと見なす者は、多くの罪に巻き込まれることになる。すべての行いについて神に報告する準備をしている者には、その道のり全体を神があらゆる罪から清めてくださる。しかし、それを怠り

、「いつかまたそこへたどり着くだろう」と言う者は、悪しき者に近付くことになる。——何かを行う前に、毎日、自分が今どこにいて、肉体を離れた後どこへ行くべきかを思い起こしなさい。そして、自分の魂のことを一日たりともおろそかにしてはならない。聖人たちが受けた栄光について思い巡らせなさい。そうすれば、彼らに倣おうとする心が、少しずつあなたを（彼らの後を追うように）導いてくれるでしょう。また、罪人たちが味わった恥辱についても思い巡らせなさい。そうすれば、それは常にあなたを悪から守ってくれるでしょう。

**16.** 常に先人たちの助言に従いなさい。そうすれば、生涯を安らぎのうちに過ごすことができるだろう。自分自身に注意を払え——もし、兄弟があなたを嘆いているために、その思いがあなたを打ち砕くようなことがあっても、その思いを軽んじてはならない。むしろ、懇願する声で兄弟に頭を下げ、（和解するまで）決して引き下がってはならない。兄弟に対して冷酷になってはならない。（我々は敵に苦しめられていることを）心に留めておきなさい。兄弟たちと共に暮らすときは、彼らに何かを命じるのではなく、自分の報酬を無駄にしないよう、彼らと共に働け。もし悪魔たちが、食べ物や衣服、あるいは（皆が直面する）極度の貧困についてあなたを惑わせ、それによってあなたが非難されるような状況を作り出そうとしても、それに対して何も反論してはならない。ただ心を尽くして神に身を委ねなさい。そうすれば、神はあなたを安らげてくださる。注意せよ、自分の礼拝（祈りの儀式）を怠ってはならない。それらは魂に啓発をもたらすからである。

**17.** もし善行を為したとしても、それを自慢してはならない。（その一方で、もし多くの悪事を働いたとしても、そのことで心を過度に悲しませてはならない。むしろ、心がそれについてこれ以上思い悩むことのないよう、心を律しなさい）——そうすれば、賢明な者であれば、高慢から身を守ることができるだろう。もし淫行の誘惑にさらされているなら、神の前で謙遜のうちに絶えず身を慎み、自分の罪が赦されたと心に確信を持たせないようにしなさい——そうすれば、安らぎを得られるだろう。もし嫉妬があなたを打ちのめそうになったら、私たち全員がキリストの肢体であり、隣人への称賛も非難も、すなわち私たち全員への称賛であり非難であることを思い起こせ。——そうすれば、あなたは安らぎを得るだろう。もし美食への欲望という貪欲があなたに対して戦いを仕掛けてきたら、その悪臭を思い起こせ——そうすれば、あなたは安らぎを得るだろう。もし兄弟を非難したいという衝動に駆られるなら、彼がそれを聞けば悲しむだろうことを思い起こしなさい——そうすれば、その後で彼と顔を合わせるのが恥ずかしくなり、——そして、あなたは落ち着くでしょう。もし高慢があなたを圧倒し始めたら、それがあなたのすべての労苦を台無しにし、それに屈した者には悔い改めの余地がないことを思い起こせ——そうすれば、あなたは落ち着くであろう。もしあなたの心が隣人を貶めたいという欲望に駆られるなら、そのために神があなたを敵の手に渡すことを思い起こしなさい——そうすれば、あなたは落ち着くでしょう。もし肉体の美しさがあなたの心を惹きつけるなら、その悪臭を思い起こしなさい——そうすれば、あなたは落ち着くでしょう。もし、女性たちの甘美さがあなたにとって最も甘美なものだと感じるなら、すでに亡くなった（女性たち）がどこへ去っていったかを思い起こしなさい——そうすれば、あなたは安らぎを得るだろう。

**18.** こうしたことをすべて集めて考察すれば、思索は（争い）を消し去る。しかし、まず沈黙（世俗の喧騒からの離脱）を思索の修練に用いない限り、思索に到達することはできない。沈黙は修行を生み、修行は嘆きを生み、嘆きは神への畏れを生み、神への畏れは謙虚さを生み、謙虚さは悟りを生み、悟りは愛を生み、愛は魂を苦しみから解放し、無執着にする。そうして初めて、人は自分が神からどれほど遠く離れているかを悟るのだ。

**19.** これらすべてを経た後、これらすべての称賛に値する美德を成し遂げようとする者は、いかなる人に対しても無関心であり、死に備えるべきである。そうすれば、あらゆる祈りのために、何が自分を神から引き離しているのかを理解し始め、そのような（すなわち、神から引き離すような）あらゆる生き方を憎み、それを滅ぼすようになり、やがて神の慈愛が彼にそれら（前述の美德）を授けてくださるだろう。

20. また、次のように知っておきなさい。無分別に食べたり飲んだりし、この世の何ものかを愛する者は、それら（美德）に到達することも、それらを成し遂げることもできず、ただ自らを欺いているに過ぎない。それゆえ、神に悔い改めを捧げようとするすべての人に対し、私は懇願する。多食から身を守れ。なぜなら、それはあらゆる情欲を煽り立て、魂から神への畏れを追い払うからである。それどころか、全力を尽くして神に懇願し、神の畏れをあなたに送ってくださるようお願い求めなさい。そうすれば、神への強い渴望（神との交わり）の助けを借りて、神は、貧しい魂と対立し、それを神から引き離して自らのものとしようとするあらゆる情欲を、あなたの中から根絶してくださるでしょう。敵たちもまた、人間と対立するために、この点においてあらゆる努力を尽くしているのです。

21. それゆえ、兄弟よ、この肉体に宿っている間は、（戦いの）安らぎに気を取られてはならない。また、一時的に情欲から解放されたように見えたとしても、自分自身を信じてはならない。なぜなら、情欲は時に、人が「もう完全に情欲から解放された」と錯覚し、油断するかもしれないという悪意ある期待から、一時的に静まり返ることがあるからだ。そして、その後、突然、哀れな魂に襲いかかり、まるで小さな鳥のようにそれをさらっていく。もしあらゆる罪において魂よりも強大であれば、慈悲なく魂を屈服させ、かつての罪よりもさらに破滅的な罪へと陥れ、その罪の赦しをすでに祈っていたにもかかわらず、さらなる罪へと突き落とすのである。

22. それゆえ、私たちは神への畏れをもって立ち、その畏れを守りつつ、自らの行いを全うし、敵の悪意を阻むあらゆる美德を遵守しよう。この短い生涯における労苦と汗は、あらゆる悪から私たちを守るだけでなく、（それらはまた）魂が肉体から離れる前に、その魂のために冠を用意してくれるのである。

23. 私たちの聖なる師、主イエスは、敵たちの甚だしい無慈悲さを知り、人類を憐れんで、心の強さを保つよう命じ、こう言われました。「いつでも備えなさい。盗人がいつ来るか分からないからである。彼が突然やって来て、あなたがたが眠っているところに出くわさないように」（マタイ24:43,44）。また別の機会に弟子たちを教えながら、主はこう命じられました。「あなたがたの心が、ごちそうや酒、そして世の心配事で重くならないように気をつけなさい。さもないと、その日が突然、あなたがたを襲うことになる」（ルカ21:34）。また、悪しき（霊）たちが私たちをはるかに凌駕していることを知っておられ、弟子たちに、彼らに立ち向かう力は主の御業であり、それゆえ恐れる必要はないことを示すために、こう言われた。「わたしはあなたがたを、羊を狼の群れの中に送るように送る」（マタイ10:16）と告げられた。しかし同時に、旅の途中で何も持たないよう命じられた（ルカ9:3）。なぜなら、彼らがあの狼たちに属するものを何も持たない限り、彼ら（狼たち）は彼らを食い尽くすことはできなかったからである。そして、彼らが無事に帰り、戒めを守っていたのを見て、主は彼らと共に喜び、神であり父である方に対して彼らのために感謝をささげ、彼らの心を強めてこう言われた。「わたしはサタンが稲妻のように天から落ちるのを見た。見よ、わたしはあなたがたに、蛇やサソリ、また敵のあらゆる力に立ち向かう権威を与える。何ものもあなたがたを害することはない」（ルカ10:18,19）。こうして、主の御言葉は恐れと慎重さをもって語られたが、彼らが主の戒めを果たしたとき、主は彼らに力強い権威を与えられた。

24. これらの言葉は、彼らだけに当てはまるのではなく、戒めを守るすべての人々にも当てはまる。彼らを完全な愛をもって愛された主は、こう言われた。「恐れるな、小さな群れよ。あなたがたの父は、あなたがたに御国を与えることを喜ばれるからだ。あなたがたの財産を売り払い、施しをきなさい。朽ちることのない宝倉、天に尽きることのない宝を築きなさい」（ルカ12:32,33）。そして、彼らがこの言葉も実行したとき、主は彼らにこう言われた。「『平安をあなたがたに残す。わたしの平安をあなたがたに与える』」（ヨハネ14:27）。これを彼らに確証して、主はこう言われた。「もしだれかがわたしを愛するなら、わたしの言葉を守る。そうすれば、わたしの父はその人を愛し、わたしたちはその人のところに行き、その人のうちに住まいを築く」（ヨハネ14:23）。彼らがこの世を恐れないう励まし、主はこう言われた。「あなたがたはこの世で苦難に遭うが、勇気を出しなさい。わたしがこの世に打ち勝ったのだから」（ヨハネ

16:33)。苦難の中でも気落ちしないよう彼らを強め、彼らの心に喜びを注ぎながら、こう言われた。「あなたがたは、わたしの苦難の時にわたしと共にいた。だから、わたしの父がわたしに約束してくださったように、わたしもあなたがたに約束する。わたしの御国で、わたしの食卓に座り、食べ、飲むことになる」(ルカ22:28-30)。

**25.** 主はこれを、すべての人に対してではなく、試練の中で主を支えた者たちに語られた。しかし、試練の中でイエスを支えた者たちとは、不自然な情欲(情念)に立ち向かい、それらを切り捨てるまで戦い抜く者たち以外、いったい誰であろうか。主は十字架へ向かう途中、彼らにこう語られた。なぜ、主の食卓で食べたり飲んだりしたいと願う者は、この十字架へと主のもとへ下るべきなのか。それは、イエスの十字架とは、あらゆる情欲をすべて断ち切るまで、それらを抑制することだからである。それゆえ、それらを断ち切った愛すべき使徒は、こう言うことを敢えてした。「私はキリストと共に十字架につけられた。もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです」(ガラテヤ2,19,20)。したがって、情欲を根絶した者たちのうちには、キリストが住んでおられる。それゆえ、この使徒は弟子たちを教えながら、「キリストに属する者は、情欲や欲望とともに肉を十字架につけた」(ガラテヤ5:24)と語ったのである。また、自分の子であるテモテに手紙を書く際、彼はこう述べた。「もし彼と共に死んだなら、彼と共に生き返る。もし耐え忍ぶなら、彼と共に王となる。もし彼を拒むなら、彼もまた私たちを拒まれる」(テモテへの手紙第二2:11,12)。

**26.** では、主を拒む者たちとは、肉的な欲望に従い、それによって聖なる洗礼を辱めている者たち以外、いったい誰のことでしょうか。主の御名によって、私たちには罪の赦しが与えられていますが、敵は嫉妬から、再び罪を通して私たちを奴隷にしようとしています。それゆえ、私たちの主イエス・キリストは、初めからその悪意が甚大であることを知っておられながら、最期の息を引き取るその瞬間まで、私たちに悔い改めの機会を与えてくださったのです。もし悔い改めがなければ、救われる者はほとんどいなかったでしょう。また、使徒も、洗礼を受けた後でも罪を犯す者たちがいることを知って、こう言いました。「盗む者は、もはや盗んではならない」(エフェソ4:28)。

**27.** それゆえ、聖なる洗礼の印を身に帯びている私たちは、自分の罪を捨て去るよう努め、その日に恵みを得よう。主は、御自身の栄光の御座に着いておられ、すでに近づき、来ようとしておられるからである。そして、すべての民族が主の御前に集められる。その時、各人は、自らの手に持つ灯火によって、(自分がどのような者であるかが)明らかにされる。油を持たない者の灯火は消え、その者は暗闇に投げ込まれる。しかし、灯火が明るく燃えている者は、主と共に御国に入るであろう。

**28.** 愛する者たちよ、私たちがまだこの肉体に生きている間に、私たちの器を油で満たし、私たちの灯が輝き、主の御国に入ることができるよう努めよう。器とは悔い改めであり、その中に注がれる油とはあらゆる美德の実践であり、輝く灯とは聖なる魂である。したがって、その行いによって光を放つようになる魂こそが、主と共に御国に入るものであり、自らの悪意によって曇らされた魂は、闇へと向かうのである。

**29.** 兄弟たちよ、励みなさい。私たちの時は近づいているからです。これを心に留める者は幸いである。実が熟し、収穫の時が来た。自分の実を守り抜いた者は幸いである。なぜなら、天使たちがそれを永遠の倉に集めるからである。しかし、もみ殻のような者たちは悲惨である。彼らには火が待ち受けているからである。

**30.** この世の遺産とは、金や銀、家や衣服のことである。それらはただ私たちを罪へと誘い込むだけであり、ここから去る時、私たちはそれらを置き去りにする。しかし、神の遺産は計り知れないものであり、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないものである。そして、主はこの短い期間に、御言葉に従う者たち、すなわち、困窮している人々にパンや水、衣服を届けた者たち——その博愛と身体の清さ、隣人への悪を行わないこと、悪意のない心、そして他の戒めをすべて守ったこと——に対して、まさにその御国を授けられたのである。

31. これを守る者は、この世においても平安を得て、人々から尊敬を受ける。そして、この世を去った後には、永遠の喜びを得る。しかし、罪の中で自分の欲望を遂げ、悔い改めず、快楽を追い求める娯楽や自己陶醉の中で、自らの邪惡な欲望を満たし、おしゃべりや無駄話、口論や争い、神の裁きを恐れることなく貧しい者への無慈悲さ、その他の罪にふける者たちは、——そのような者たちの顔は、この世において恥辱に満ち、人々に輕蔑されるであろう。そして、肉体を離れたとき、恥と屈辱が彼らをゲヘナへと付き従うであろう。

32. しかし、神は、私たちを御自身の御業において成功させ、あらゆる悪事から身を守り、全世界に臨もうとしている試練の時に救われることができるようにしてくださる力をお持ちである。まことに、私たちの主イエスは、決して見過ごされることなく、報いを携えて来られ、不義な者たちを永遠の火に投げ込み、御自分の民には報いを与えられる。そして彼らは主と共に御国に入り、主の御許で、世々限りなく安らぐであろう。アーメン。

## 17. 世を捨てて巡礼の旅に出る際の心構えについて

1. すべての行いの中で第一に挙げられるのは、放浪の生活である。とりわけ、人里を離れて孤独な場所に身を置き、自分の居場所（自分の場所、家族、故郷。——編者注）を離れ、完全な信仰と希望、そして自らの欲望に抗う強靱な心を携えて、別の場所へと向かうときである。なぜなら、その時、敵が幾重にもあなたを取り囲み、誘惑や過酷な貧困、病によってあなたを脅かし始め、もしそれらに陥ってしまったら、あなたを世話してくれる者も、あなたを知る者も誰もいない中で、どうすればよいのかと囁きかけるからである。これは神の慈しみによる試練であり、あなたの熱意と神への愛が明らかになるためである。

2. もしあなたが最終的に、独房で隠遁生活を送ることを断固として決意したなら、（敵たちは）さらに重い恐怖の思いを抱かせ始め、こう言うだろう。「人を救うのは単なる巡礼生活ではなく、戒めの履行である」と。その際、彼らはあなたの肉親である親しい人々を思い出させ、こう言うだろう。「さて、『この人たちは、神の僕ではないのか?』と。さらに彼らは、（その場所の）空気が不快であることや、肉体に負担がかかるといった考えをあなたの心に植え付け、あなたの心が臆病さから疲れ果てるまで続けるだろう。しかし、もしあなたの心に愛と希望が切っても切れないほど宿っているならば、それらの（唆し手たちの）悪意はあなたに何の害も及ぼさないだろう。そうして、神に対するあなたの献身、そしてあなたが自分の肉の安らぎよりも神を愛していることが明らかになるのだ。

3. 旅の苦しみ（異郷での生活）に耐える者たちにとって、その苦しみは希望へと導き、その希望は、肉に由来する（誘惑）から彼らを守ってくれる。なぜなら、あなたは単に異郷へ身を寄せたのではなく、敵との戦いの労苦に立ち向かう準備を整え、時が来れば一人ひとりを撃退する術を学ぶためであり、無情の安らぎに達し、それぞれの戦いで敵を打ち負かして（彼らから）解放されるまで、その戦いを続けるためだからである。

4. 虚栄心を打ち破り、神を知ること成功することは、偉大であり、また誠実なことであると私は思う。この狡猾な虚栄という情欲の恥に陥った者は、平和から遠ざかり、聖徒たちに対して心を硬くする。そして、その悪の末には、邪惡な高慢に陥り、嘘をつくこと（言葉によって、さらには偽善によって）に執着するようになる。しかし、忠実な僕よ、自分の労苦を人知れず行い、心を痛めつつ舌を制し、舌によってそれらが奪われたり、敵に売り渡されたりしないよう、注意を払いなさい。肉欲やあらゆる罪を悔い改めによって捨て去った「働き手」（神の御業に励む者）は、自分の魂を神の前で清くし、それを汚れのない供え物として神に捧げ、神の宮となるにふさわしい者となるのである。しかし、人の栄光を愛する者は、無欲であることはできず、嫉妬と羨望がその内に宿る。そのような者は、自らの魂を多くの誘惑にさらし、自分の欲望を満たす機会をあまり得られないがゆえに、その心は悪魔によって鈍らされてしまう。そして、その結末は破滅である。

5. 謙遜の知恵を身につけた者には、神がその罪を明らかにし、それを認め（告白し、悔い改め）させる。もしその後、これに嘆きが加わり、この二つ（罪の告白と嘆き）が彼の中に留ま



るならば、それらは彼の魂から悪魔を追い払い、その魂を神の栄光と聖なる美德（神ご自身と、そこから生み出される美德）で満たす。そのような者は、人からの侮辱を気にかけることはない。自らの罪を（絶えず）心に留めておくことは、彼にとって、怒りや報復から身を守る万全の防具となり、彼はあらゆる出来事を忍耐強く受け入れる。なぜなら、神の前で自らをこれほど恥ずべき存在と見なし、自らの罪を目の前に掲げている彼に、いかなる侮辱が（心を痛めるほどに）及ぶことができるのか。

6. もしあなたが隣人の言葉を耐えきれず、彼に報復するならば、あなたの心の中に争いが生じ、聞いた言葉によって心に病をもたらし、自ら発した言葉について嘆き悲しむことになるだろう。そして、（この情念という）束縛があなたを苦しめ、孤独の中で沈黙を守る者たちを喜ばせようとするように仕向け、隣人に対して愛を持たない者たちとして、あなたの心を冷酷にさせるだろう。しかし、忍耐を身につけるといいう行いに励みなさい。そうすれば、忍耐は怒りに打ち勝ち、愛は侮辱を癒やし、神への祈りは、これらの（美德）をあなたの中に保ってくれるでしょう。愛と忍耐は、生まれつきの怒りを打ち砕く。もしそれらがあなたの中に留まるならば、あなたは隣人に対して怒るのではなく、悪魔に対して怒るようになり、隣人に対しては、心の中に嘆きと謙遜を宿して、平和を保つようになるだろう。

7. 神と心の平安のために、粗暴で分別のない者の厳しい言葉を耐え忍ぶことができる者——その者は「平和の子」と呼ばれる。そのような者は、常に魂と体と霊の平安を保つ力がある。この三つが互いに調和し、理性の法則に逆らう（思い）が静まり、肉の束縛が取り除かれる者こそ、平和の子と呼ばれる。そして、聖霊がその者に宿る。なぜなら、聖霊は彼を御自身のものとし、決して彼から離れることはないからである。

8. その労苦が賢明に整えられている者たちは幸いである。彼らはそのようにして、あらゆる重荷から自らを解き放ち、悪魔たちのあらゆる狡猾さを回避したからである。とりわけ、人が善なる行いに励む際、あらゆる事柄においてに妨げを設け、神への絶え間ない注意に身を委ねようとする時、その心を怠惰に陥れ、何とかしてその労苦の道からそらそうとする「恐れ」の悪魔たちを回避したのである。しかし、私たちの中に愛と忍耐と節制があれば、彼ら（敵）はこれにおいて少しも成功しないだろう。とりわけ、心が「怠惰はすべてを墮落させる」と自覚し、それを軽蔑するならばなおさらである。

9. もしあなたが目に見えるすべての物質を捨てたならば、悲しみの悪魔に警戒しなさい。そうすれば、（あらゆる面での）貧しさや（人生の）悲惨さのために、偉大な美德において成功する機会を失うことがないでしょう。それらの美德とは、自己を無と見なすこと、侮辱に耐えること、そしていかなる世俗的な面においても名声を求めないこと。もしあなたがこうした（心構え）を身につけるよう努めるならば、それらはあなたの魂に冠を授けてくれるだろう。真の貧者とは、すべてを捨てて目に見える形で貧しくなった者たちだけではなく、あらゆる悪から解放され、常に神の御名を渴望する者たちである。また、目に見える苦難を抱えている者たちが無執着を得るのではなく、内なる人を大切にし、自らの欲望を切り捨てる者たちが、徳の冠を受けるのである。

10. さあ、自分の心に立ち、自分の感覚に耳を傾けよ。もしあなたの内なる記憶が平穏に留まっているならば、あなたはそれを奪おうとする盗人たちを見抜くことができるだろう。思いに厳しく注意を払う者は、そこに入り込んでそれを汚そうとする者たちを見分けることができる。

11. もし熱意をもって戒めを重んじるならば、（あなたの思いの中で）反乱を引き起こす者たちが、どのような形であなたを動揺させているかを理解するだろう。彼らは、（それを選ぶべき理由など何もない）何の意味もない別の場所を選ぶよう臆病な心を植え付け、（選択が失敗した場合に備えて）こう囁くのだ：「もし悔い改めれば、また（ここに）戻って座れるだろう」と。彼らは心を惑わせ、それが（流星のようにあちこちをさまよい）空想にふけり、無為に過ごすように仕向けるのである。しかし、彼らの悪意を見抜いた者たちは動じることなく、主が忍耐をもって日々を過ごす場所を与えてくださったことに感謝を捧げる。なぜなら、忍耐、勇気、そして愛は労苦と汗に報いるが、怠惰、臆病、そして安逸への愛は、自らを称賛できる場所を求める

からである。そして彼らには、多くの人々からの称賛ゆえに、感覚が弱まり、その結果、情欲の束縛に苦しめられ、心が散漫になり、現状に満足してしまうことで、秘められた（教え）を見失ってしまうことがある。

**12.** 聖人はさらにこう言った。「もし、感覚が（情欲という病による）衰弱から回復する前に、心が十字架に登ろうとするならば、自分の力を超えた行いを始め、まず自分の感覚を癒やしていなかったという理由で、神の怒りがその人に降りかかるであろう。」

**13.** もしあなたの心が乱れ、それをどう鎮めればよいかわからないならば、（知っておきなさい。あなたの行いは、あなたが望もうと望まざるとにかかわらず、その心を乱れさせるようなものである。これこそが、アダムの不自然さである。

**14.** もしあなたの心が全存在をもって罪を憎み、それを生み出すものから離れ、理性を働かせて（永遠の）苦しみを見据え、罪へと誘うあらゆるものから身を遠ざけ、理性を働かせてあなたの創造主に祈り、主があなたと共にいてくださるようお願い、主を何一つ悲しませることなく、主の前で泣きながら言うなら、「私を救うことはあなたの慈しみの御業です。しかし、あなたの助けがなければ、私は（私の敵たちの）手から逃れる力を持っていません」、——そして（その際）、神に従ってあなたを教える者を悲しませないよう、心で注意を払うならば、それはイエスの本質にかなうものである。なぜなら、たとえ人があらゆるものを創造したとしても、従順と謙遜と忍耐を身につけなければ、本質に反する方向へと逸れてしまうからである。しかし、あなたの心をすべて神への従順に委ね、真実をもって神に祈り、こう言いなさい。「主よ！ 私はあなたの御前にいます。あなたの御心を（知ることを）私に与えてください。なぜなら、私自身、何が自分にとって有益かを知らないからです。私の敵を打ち負かしてください。私は彼らの悪巧みを理解できないからです」。もしあなたが、イエスの本性にかなうことを行うならば、主はあなたが何事においても迷うことを許されない。しかし、もしあなたがただ一つの戒めを守るだけで、自分自身を完全に主への従順に委ねないならば、主はあなたを少しも顧みられない。

**15.** 畑が、耕す者が雑草を取り除き、その本質にかなった（真の）種を蒔くとき、耕す者に逆らうことはない。（あなたも主に対して、そのようにあるべきである）。また、自然な種は、不自然な種に押しのけられて共に育つことはできない。なぜなら、雑草はそれらを恥知らずにも覆い隠してしまうからだ。それと同じように、もしあなたが肉欲から自分自身を清めなければ、罪から身を守ることはできない。

**16.** （罪から身を守ることはできない）——もし、まず罪を生み出すものから身を守らなければ。そして、それはこういうことだ。臆病さは罪の邪惡な母であり、気落ち（怠惰）は（自分の）意志を生み出し、自分の意志と広がり（制限や束縛を許さず、広がることだけを好むもの）は軽蔑（あらゆる義務に対する——「よし、私はこれをやることにしよう」）を生み出し、支配を望む（広さを愛した）心は、世俗的な会話への愛を生み出し、自分にふさわしくなく役に立たないものを 探そうとする欲求を生み出し、非難する者（兄弟）の言葉に耳を傾けることを生み出し、（ある人）の言葉を聞いて他人に伝える習慣を生み出し、この世にあるものを求めることを生み出し、尋ねられていないのに教えようとする欲求を生み出し、隣人を傷つけようとする欲求を生み出し、その他多くの悪を生み出す。それゆえ、成功した者、あるいは成功を望む者は、罪を生み出すあらゆるものから分別をもって身を守りなさい。そうすれば、罪は自然に弱まっていく。

**17.** 精進する者はそれら（罪）とその苦さを悟るが、（救いを）軽んじる者は自らに地獄を準備する。（精進による）肉体の衰えを恐れる者は、本来あるべき境地に達することはできない。しかし、あらゆる労苦の中で神にすがりつくならば、神は彼を安らげる力をお持ちである。もしゲデオンが水瓶を打ち砕かなかったなら（士師記7:19）、ランプの光を見ることはなかっただろう。同様に、もし人が自分の体を軽んじなければ、神性の光を見ることはない。同様に、ハヴェル・キネエブの妻ヤイルも、もし茂みの杭を引き抜かなかったならば、シサルの高慢を打ち砕くことはできなかったであろう（士師記4:21）。

**18.** 知性が力を得て、肉と体のあらゆる情欲を消し去る愛に従う準備ができたとき（愛は忍耐強く、慈愛に満ち、嫉妬や高慢を憎み、心の中に本性に反するものを一切抱かず、本性に反するものが心を支配することを許さないからである）、そのとき、心はその力によって不自然さに立ち向かい、それが本性から完全に排除されるまで戦い続ける。こうして心が支配権を握ると、心は魂の頭となり、（魂に）本性に反するものを一切受け入れないよう教え、本性に反するものが、自然なものに混ざり合っていた間、常に魂に与えてきたあらゆる不正を、魂に明らかにする。

**19.** 私たちの主イエスは、御自身の聖徒たちに憐れみを施されたとき（救いの家づくりを成し遂げられたとき）、十字架上で強盗たちを分けられた。二人が十字架にかけられ、主はその真ん中にいた。左側にいた者は、右側にいた者との不純な友情が断ち切られるのを見て、憤慨した。一方、右側にいた者はイエスに向き直り、謙遜と畏れをもって、「あなたが御国に来られるとき、私を思い出してください」（ルカ23:42）と言った。

**20.** このことから明らかなように、彼らはもはや他人ではなく、左側にいる者は、その狡猾な唆しによって、右側にいる者を自分の側に引き寄せることはできない。しかし、この道の終着点にまだ達していない者たちは、神の憐れみが彼らに降り注ぐまで、倒れては立ち上がり、その憐れみが彼らに降り注がなければ、救われることはできない。したがって、右側にいた者のように、畏れと謙遜をもって自覚に至るよう努めなければならない。謙遜は、屈辱に耐える力を与えてくれる。

**21.** 誰かが邪惡な者から自らを隔てるとき、その者は神の前で犯した自らのすべての罪を正しく認識する。なぜなら、苦渋に満ちた（心を痛めるような）断絶によって罪から離れなければ、その者は自らの罪を見ることができないからである。この境地に達した者たちは、涙と祈り、そして情欲との邪惡な交わりを思い起こして神の前で恥じる心を見出したのである。神は、謙遜のうちに密かに労苦する者たちを強める力をお持ちである。神に、世々限りなく、栄光と誉れがあるように。アーメン。

## 18. 恨みを抱かないことについて

**1.** 聖なる使徒は、その子らにこう命じました。「主は近くにおられます。何事についても心配してはなりません。ただ、すべての事において、感謝を込めて祈りと願いを神にささげなさい」（フィリピ4:5,6）、「そして、神の平和があなたがたの心に宿りますように」（コロサイ3:15）。また（主は）マルコによる福音書において、ご自身の弟子たちにこう言われている。「あなたがたの罪を赦すように、あなたがたの罪を犯した者たちの罪も赦しなさい。そうすれば、あなたがたの父も、あなたがたの罪を赦してください」（マルコ11:25、マタイ6:14）。この主の言葉は恐ろしいものです。（この言葉によれば）もし自分の心がすべての人に対して清くないと気づくなら、神に何も求めないでください。なぜなら、罪を犯し、自分と同じような人に対して憤りを感じている状態で、心を試される方に向かって「私の罪を赦してください（私も赦すように）」と言うことは、神への冒涇となるからです。そのような者は、知性をもって祈っているのではなく、無知のうちに口先だけで祈っているに過ぎない。なぜなら、真に知性をもって、聖霊に満たされ、清い心をもって神に祈ろうとする者は、祈りを捧げる前に、あらゆる人に対して自分の心が安らかであるかどうかを自ら吟味するからである。もし（無防備で）ないならば、その人は（祈りながら）自分自身を欺いていることになる。なぜなら、その（祈りを）聞く者はいないからである。その場合、あなたの心は祈っているのではなく、ただ慣例に従って定められた時間をこなしているに過ぎない。

**2.** それゆえ、清く（祈りの）行いを成し遂げたいと願うなら、まず自分の心の中身を吟味しなさい。そうすれば、「私を憐れんでください」と言うとき、あなた自身もあなたに懇願する者を憐れみ、「私を赦してください」と言うとき、あなた自身も、哀れな者として赦し、——「私の過ちを思い出さないでください」と言うとき、あなた自身も隣人の罪を思い出さないように——「私が意図的・無意識に犯した悪事を思い出さないでください」と言うとき、あなた自身も

（隣人からの）それらを思い出さないように。もしそうすべきであるならば、あなたはどんな人に対しても、何も心に留めてはならない。もしあなたがそうするに至っていないならば、あなたの祈りは無駄である。聖書全体によれば、神はあなたに「私を赦してください」という祈りを聞き入れないだろう。

3. 主はまた、マタイによる福音書の祈りの中でこう言われた。「私たちの負債を赦してください。私たちも、私たちに負債のある者を赦しますように」（マタイ6:12）。また、ルカによる福音書ではこう言われました。「もしあなたがたが人の罪を赦すなら、あなたがたの天の父も（あなたがたの罪を）赦してくださる」（マタイ6:14。聖ルカによる福音書では、「赦せば、あなたがたも赦される」とあります——ルカ6:37）。（いわばこうだ）：私はすべての愛をあなたに捧げた。あなたが神から望むことを、まず自ら（あなたの隣人に対して）行いなさい。そうすれば、あなたが人々に対してそれを実行できた分だけ、（罪から）解放されるだろう。もしあなたが、あらゆる被造物（神の知性ある被造物）に対して、誰に対しても恨みを抱かないよう、自分の心を清めたのであれば、このことを守らなければならない。なぜなら、神は真理そのものであり、単なる言葉ではないからだ。したがって、あらゆる人は自らをゲヘナに縛りつけ、また自らをそこから解き放つのである。死へと向かおうと、生へと向かおうと、意志ほど残酷なものはない。

4. つまづくことのない者は、永遠の命を愛した者たちであり、彼らは幸いである。それゆえ、労苦と汗の中で、心の中に秘めて、あなたを苦しめる思い（侮辱されたという感情）に立ち向かい、その矢があなたの心を傷つけることを許してはならない。しかし、もしあなたが常に自分の罪を目の前に置いていなければ、それを癒やすことは難しいだろう。誰かから何らかの悪行を受けたと聞いたら、それに対して善意を向けなさい——心の中で仕返しをせず、その人を貶めず、非難せず、また皆の口に広めて公にしないようにし、その後こう考えなさい。「私の中には悪いものは何もない」と。もしあなたの中にゲヘナの恐れがあるなら、それはあなたの中に、隣人に仕返しをしようとする邪悪な（思い）に打ち勝ち、あなたにこう告げるだろう。「哀れな者よ！」あなたは自分の罪について祈り、神は今日に至るまで、それらを（人々の前で）明らかにすることなく、あなたを忍耐してくださっている。それなのに、あなたは隣人に怒りを抱き、彼を人々の口に投げ出している。あなたの心に（隣人に対する）寛容さが全くないということは、あなたが自分の罪を悔い改めていないことが明らかではないか？

5. それゆえ、もしあなたの心が和らぎ、（兄弟に対する）あらゆる悪意から身を守ることができれば、神からの憐れみがあなたに与えられるだろう。しかし、もしあなたの心が狡猾で、隣人に対して残酷なままであるならば、（知っておきなさい、あなたの記憶はまだ神の御前に至っていないのだと——あなたは神を覚えていないのだ）。お許してください。私は罪によって貧しく、打ちひしがれており、これを書きながら、心の中で恥じ入って顔を覆っています。

6. もし人が神の御子の本質に到達しなければ、そのすべての労苦は無駄である。農夫は種を蒔き、はるかに多くの収穫を得ようと期待するが、もし害風が吹けば、種も土地を耕す労苦も無駄になってしまったことに、その心には絶え間ない悲しみが生じる。ローマで十字架にかけられた聖使徒ペトロは、頭を下にして吊るされるようお願い、それによってあらゆる人間を支配する「不自然さ」という神秘を示した。彼は（この行為を通じて）、洗礼を受けた者は皆、アダムを襲い、彼を栄光から邪悪な侮辱と永遠の恥へと転落させた邪悪な「不自然さ」を十字架につける義務を負っている、と（いわば）語ったのである。それゆえ、心は勇敢に奮闘し、人間にとって（不自然なものとして）目に見えるすべてのものを憎み、最後まで最も激しい憎しみをもってそれに敵対しなければならない。

7. ここに、アダムの子らすべてを支配している（人間にとって不自然な）主な情欲がある。すなわち、利益、名誉、安らぎ、（最終的に）残すものに対する誇り、身体を清く美しく保つための装飾、そして立派な衣服を求めることである。

8. これらすべては、蛇がエバの口に吹き込んだ情欲の甘美さを養うものであり、それゆえに、私たちもまた、自分たちがアダムの子孫であることを知るのだ——すなわち、私たちを神の敵としたこれらの邪悪な思いによって。

9. それゆえ、自らを十字架につけ、死に、葬られ、そして刷新されて復活した者は幸いである。その者は、自分がイエスの本質にあって存在し、イエスが（地上で）人間として歩まれた聖なる足跡——御自身の聖なる僕たちのために歩まれたその道——に従っていることを悟るからである。 その特徴とは、謙遜、貧しさ、困窮、無欲、赦し、平和、侮辱への耐え忍び、肉体のことへの無関心、そして悪意ある者たちの誹謗中傷を恐れないことである。しかし、最も偉大なものは、すべての出来事をあらかじめ知ることと、柔和さをもって人々に対して忍耐強くあることである。 これを達成し、自らの内から不自然なものを取り除いた者は、明らかに、その者がキリスト、すなわち神の御子に属し、栄光と礼拝にふさわしいイエスの兄弟であることを示している。世々限りなく。アーメン。

## 19. 情欲について

1. 私も預言者イザヤと共にこう言いたい。「産む女のように耐え忍ぶ」（いつまで）、「（それらを）一挙に」（イザヤ42:14）「枯らし、滅ぼす」のだ。もし、あなたの中に聖霊の泉が湧き出ていることを自覚するなら、それは（誰が？ 情欲が）枯れ果て、滅びたというしるしである。私たちの救い主が言われたように、「神の国はここにもあそこにも ない」が、「あなたがたの内にある」（ルカ17:21）のである。御国の業について語るが、それを実践しない者たちがいる。また、御国の業を実践するものの、注意と分別を欠いている者たちもいる。しかし、救い主の御言葉——「それはあなたがたの内にある」——が成就した者たちは、ごくわずかである。彼らは稀であり、見つけるのは難しい。 そのような者たちの上に、神の聖霊が降り、福音書記者ヨハネの言葉が彼らに成就した——「御名を信じる者には、神の子となる権能を授けられた。彼らは血によるものでもなく、肉の情欲によるものでもなく、人の情欲によるものでもなく、神によって生まれたのである」（ヨハネ 1, 12, 13）。彼らは、エバを襲った悲しみ——「あなたは苦しみをもって子を産む」（創世記 3, 16）——から解放された。彼らは、アダムに下された苦い宣告——「地はあなたのゆえに呪われる」（創世記 3, 17）——から解放された。彼らは、マリアが受けたような喜びを受け入れた者たちである。「聖霊があなたの上に臨む」（ルカ1:35）。悲しみがエバを襲い、今日に至るまで彼女の子孫すべてを襲っているのと同様に、喜びもまたマリアを包み込み、今日に至るまで彼女の子孫を包み込んでいる。 かつて私たちはエバの子であり、私たちの不義な思いによって、エバの呪いが私たちにも及んでいることを知っていたように、今また、聖霊の思いとキリストの苦難——もしそれらが本当に私たちの体にあるならば——を通して、私たちが神から生まれた者であることを自覚しなければならない。なぜなら、使徒の書簡にはこう記されているからである：「あなたがた自身を吟味しなさい。キリストがあなたがたのうちに おられるかどうかを。それとも、あなたがたはただ無知なだけなのか」（Ⅱコリント13:5）。

2. さて、私たちが塵の像を身にまとっていたとき、私たちは、私たちの中に宿る、すなわち情欲である、その不義な思いの母から生まれた者であることを知っていた。しかし、天の像を身にまとった者たちは、自分たちの内に住まわれる聖霊によって、自分たちが神の子であることを知る。 こうしてイザヤはこう叫びました。「主よ、あなたの御名を畏れるゆえに、私たちは胎内で受け、育み、救いの霊を産み出しました。その霊によって、地上の者たちは生かされるのです」（イザヤ書 26:1-8）； また『伝道の書』にもこう記されている。「胎内で骨が形作られるように、御霊の道もまたそうである」（伝道の書 11, 5）。なぜなら、聖母マリアが御子を肉において胎内に宿したように、聖霊の恵みを受けた者たちは、使徒の言葉に従って、御子を自らの心の中に宿しているからである。使徒はこう述べている。「天の父が、御霊によってあなたがたの内なる人を強め、信仰によってキリストがあなたがたの心に宿り、愛に根ざし、土台を築き、すべての聖徒たちと共に立つことができるようにしてくださいませように」（エフェソ3:16-18）；



また、「私たちはこの宝を、粗末な器の中に納めています。それは、力が私たちからではなく、神から来ていることが明らかになるためです」（Ⅱコリント4:7）、

3. さて、もしあなたが、「同じように、私たちは栄光から栄光へと変えられていく」（Ⅱコリント3:18）という御言葉の境地に達し、また、「神の平和があなたがたの心に宿りますように」（コロサイ3:15）、——そして「もしキリストがあなたがたのうちにおられるなら」<sup>25</sup>、「罪のゆえに、肉体は死んでいる」（ローマ8:10）という御言葉が成就したのなら、もしあなたが、さらに次の御言葉が語られる境地に達したのなら、「闇の中から、あなたがたの心の中に、神を知る光が輝いた」（Ⅱコリント4:6）——そして、「腰に帯を締め、灯火をともしておきなさい。そうすれば、主人が婚礼から帰って来るのを待つ人ようになる」（ルカ12:35,36）という御言葉があなたに成就し、聖徒たちの前で自分を弁明する言葉がなく、口が塞がれることのないように。もし、賢い乙女たちのように、あなたの器に油があり、婚礼の宴の殿堂に入り、外に置き去りにされないことを知っているなら；もし、あなたの霊と魂と肉体が非の打ち所なく一つとなり、私たちの主イエス・キリストの日に汚れなく立ち上がることを感じているなら、もしあなたが良心によって非難されることも、詮索されることもない者となり、もしあなたが、救い主の御言葉「子供たちをわたしのところに來させるがよい。『天の御国は、このような者たちのものである』（マタイ19:14）と仰せになったように、もしあなたが救い主の御言葉に従って「子供」となったのであれば、あなたは真に御方の花嫁となり、聖霊はあなたがまだ肉体の中にいるうちに、あなたを御国へと導き入れたのである。もしそうでないなら、悲しみと苦々しい嘆きを待ち受けよ。聖徒たちの前で、恥と辱めがあなたを待ち受けているであろう。

4. また、次のことを知っておきなさい。処女が毎日朝起きると、花婿のために身繕いを済ませるまでは、他のいかなる事にも手を付けず、鏡を頻繁に覗き込み、顔に小さなシミもないか、それが花婿の気に入らないものではないかを確認するように——聖徒たちもまた、昼夜を問わず自らの行いと心構えを吟味し、自分たちが神と聖霊の軛の下にあるかどうかを知るために、これほど大きな配慮を払っているのだ。

5. それゆえ、兄弟よ、心と体の苦しみの中で、知恵をもって、その永遠の喜びを得るために熱心に奮闘しなさい。なぜなら、使徒が言ったように（Ⅱコリント7:1；エフェソ6:17）。神は私たちの弱さを助けてくださる力強い方であり、私たちが神の聖徒たちと共にいるという境地に達することができるよう、お導きくださいますように。アーメン。

## 20. 謙遜について

謙遜とは何でしょうか。謙遜とは、自分は罪人であり、神の前では何の善行も行っていないと考えることです。謙遜の行いとは、沈黙、何事においても自分を過大評価しないこと、自己愛の欠如、従順、地を仰ぎ見る姿勢、死を常に心に留めること、偽りから身を守ること、会話において軽薄な言葉を口にしないこと、年長者に逆らったり自分の言葉を押し通したりしないこと、境遇に耐えること、安逸を憎むこと、自らを労役に駆り立て、誰をも悲しませないことである。兄弟よ、あなたの魂があらゆる情欲の住処とならず、あなたが永遠に実りのない人生を終えることのないよう、これらを正確に実行するよう心掛けなさい。アーメン。

## 21. 悔い改めについて

1. アブバ・イザヤにこう尋ねられた。「悔い改めとは何ですか。あるいは、罪からの逃避とは何ですか。」すると彼は答えて言った。「道は二つある。一つの道は命の道であり、もう一つの道は死の道である。一方の道を歩む者は、もう一方の道を歩むことはない。しかし、両方の道を歩む者は、まだどちらの道にも数えられていない——天国へと導く道にも、地獄へと落とす道にも。とはいえ、もしそのような者が死を迎えたならば、その裁きは、憐れみを持つ神の御業である。

<sup>25</sup> パイシイの訳では：「あなたがたの心の中に」。



2. しかし、天国に入りたいと願う者は、その行いを守る。天国とは、あらゆる罪の根絶である。確かに敵は種を蒔くが、彼らの思いは実を結ばない。なぜなら、もし心が神性の甘美さを観想するに至れば、彼らの矢はもはやその心に刺さることはないからである。その心は（その時、）美德の完全な鎧を身にまとい、それがその心を守り、慈しんで世話をし、（思いや情欲による）動揺を許さないからである。むしろ、その観想に心向かせ、二つの道を認識し、区別し、一方を避け、もう一方を愛するように導くのである。

3. さて、神の栄光を知った者は、敵の苦しみを知ったのである。御国を知った者は、ゲヘナを知ったのである。愛を知った者は、憎しみとは何かを知ったのである。神への渴望を知った者は、この世に向けられる憎しみを知ったのである。清さとは何かを知った者は、悪臭を放つ（情欲の）不浄さを知ったのである。美德の実を知った者は、悪の実とは何かを知ったのである。その行いに天使たちが共に喜ぶ者は、かつて悪魔たちの行いをした時に、悪魔たちがいかに彼と共に喜んだかを知ったのである。なぜなら、もし<sup>26</sup> から彼らから逃げ出さなければ、彼らの苦しみを知らないからである。万物を捨て去り、神のために極度の貧しさの中に留まらなければ、誰が金銭への執着とは何かを知るだろうか。柔和さを身につけなければ、嫉妬の苦さをどう知ることができるだろうか。あらゆることに忍耐を身につけなければ、怒りの反逆性をどうして知ることができるだろうか。謙遜の静けさを身につけなければ、高慢の恥知らずさをどうして知ることができるだろうか。最も清らかな無垢の甘い香りを知らなければ、淫行の悪臭をどうして知ることができるだろうか。自分の欠点を知らなければ、非難の恥ずかしさをどうして知ることができるだろうか。罪を嘆くことを知らなければ、嘲笑の無知をどうして知ることができるだろうか。自分の感情が整わず、神の光を知らなければ、落胆の動揺をどうして知ることができるだろうか。

4. これらすべての（邪悪な情欲）には、ただ一つの源があり、それは「敵の力の悪意」と呼ばれる。一方、すべての美德にはただ一人の母があり、それは「神への畏れ」と呼ばれる。この畏れは、それを得た者の内に清らかさをもって美德を生み出し、先に述べたように、悪の枝を切り落とすのである。愛する者よ、これを自分のものとしなさい。そうすれば、あなたは（人生の）すべての時を安らぎのうちに過ごすことができるでしょう。なぜなら、神への畏れはすべての美德の母だからです。これを経ない限り、その人はまだ天の御国の（子）ではありません。しかし、前述した情欲の一つひとつを切り落とすまで、少しずつ努力を重ねるべきです。もし、自分が（このことについて）努力しているかどうかを知りたい者がいるなら、そのしるしはこうである。左側がその影響力を現している限り、その者の中で罪はまだ死んでおらず、右側の美德は彼と和解していないのである。なぜなら、こう書かれているからだ。「あなたがたは知らないのか。あなたがたが従うために自分を奴隷として捧げる者、その者の奴隷となるのである。それは、死に至る罪に従うか、義に至る従順に従うかである」（ローマ6:16）。また、「あなたがたは、イエス・キリストがあなたがたのうちにおられることを知らないのか。まさか、あなたがたはそれさえも知らないというのか」（Ⅱコリント13:5）とあります。また、ヤコブはこう言っています。「あなたがたのうちで、自分は信仰があると思いながら、自分の舌を制しない者がいるなら……その人の信仰は空しい」（ヤコブ1:26）。

5. 聖霊はこれらすべてを私たちに教え、不自然さから離れ、そこから身を守る方法を示してください。なぜなら、悔い改めとは、罪から背を向けることにあるからです。しかし、罪は一つだけではなく、古い人間そのものがすべて罪と呼ばれるのです。なぜ使徒は、「あなたがたは知らないのですか。競技場で走る者は皆走るが、栄冠を受けるのはただ一人だけである」（Ⅰコリント9:24）と言っているのでしょうか。それは、立ち止まって（すべての人と）勇敢に戦う者以外、誰でしょうか。なぜなら、同じ使徒はさらにこうも言っているからです——「すべての者からを競い、自制する者」（同上25節）。さあ、兄弟たちよ、私たち自身を顧みようではありません

<sup>26</sup> *Fages* – ギリシャ語による；しかし文脈からは */fyges/* が求められる。ラテン語訳では省略されている；パイシイの訳では：「もし耐えられなければ」。

ませんか。しかし、私たちの主イエス・キリストの慈しみの御前に自らを伏し（敵からの守りを懇願して）、主の御前にひれ伏すこと以外、これこそが真の配慮ではないでしょうか。主は彼らに対して力強く、私たちに対する彼らの邪悪な企みを断ち切られますが、人はただ肉と血に過ぎないのです。

6. 再び（このアブに）尋ねた。「修道室で沈黙を保つとは、どういうことか」。すると彼は答えて言った。「修道室で沈黙を保つとは、神の御前にひれ伏し、敵（によって植え付けられる）あらゆる邪悪な思いに立ち向かうために、自分の全力を注ぐことである。なぜなら、これこそが世からの逃避だからである」。さらに彼に尋ねた。「世とは何ですか?」すると彼は答えて言った。「世とは罪の広大な場であり、不自然な事柄の工房であり、肉欲の欲望を満たすことであり、この世に永遠に留まるという考えであり、魂よりも肉体を気遣うことであり、世を捨てることを自慢することである（ついに）去ることを自慢することである。これは私自身の言葉ではなく、使徒ヨハネがこう言っているのだ。「この世を愛してはならない。また、この世にあるものも愛してはならない。もしだれかがこの世を愛するなら、父の愛はその人の中にはない。なぜなら、この世にあるすべてのもの、すなわち肉の欲望、目の欲望、そして世の誇りは、父から出たものではなく、この世から出たものだからである。世も、その欲望も過ぎ去る。しかし、神の御心を行う者は、永遠に存続する」（Iヨハネ 2:15-17）。「子らよ、だれにも惑わされてはならない。義を行う者は義人であり、罪を行う者は悪魔から出た者である。なぜなら、悪魔は初めから罪を犯してきたからである」（Iヨハネ 3:7,8）。「この世の欲望は神に対する敵意である」（ヤコブ4:4）。また、使徒ペトロも、自分の子らをこの世の罪から遠ざけたいと願い、こう語った。「兄弟たちよ、あなたがたは旅人であり、寄留者であるから、魂を襲う肉の欲望から身を遠ざけるようにと、お願いする」（Iペトロ2:11）。また、私たちの愛する主イエスは、罪深いこの世が、人がそれを捨て去るまでは耐え難い重荷であることを知っておられ、ご自身の者たちを励ましてこう言われました。「この世の支配者がやって来る。しかし、わたしの中には、彼に属するものは何もない」（ヨハネ14:30）；また、「全世界は悪の中に横たわっている」（Iヨハネ5:19）とも語られました。主はまた、ご自身の弟子たちについて、彼らをこの世から取り出したとも述べられました（ヨハネ15:19）。もし罪が蔓延するこの世からでなければ、主は一体どの世から彼らを取り出したのでしょうか？

7. それゆえ、イエスの弟子になりたいと願う者は、情欲から逃れよ。なぜなら、もし情欲を切り捨てなければ、神の住まいとなることはできないからである。また、それらから離れなければ、神の御姿の甘美さを見ることもできない。なぜなら、主ご自身がこう言われたからである。「目は体の灯である。もしあなたの目が澄んでいれば、あなたの全身は明るい。もしあなたの目が悪ければ、あなたの全身は暗くなる」（マタイ 6:22,23）。したがって、心が悪から清められていなければ、神性の光を見ることはできない。なぜなら、悪は心にとって暗い壁となり、魂を空虚にするからである。福音書にこう記されているように：「だれも、灯をともして、それを器で覆ったり、寝床の下に置いたりすることはなく、燭台の上に置く。そうすれば、入ってくる人々が光を見ることが出来る」（ルカ8:16）。ここでいう「寝台」とは、世の偽りを指すと言われている。したがって、私たちの心が不自然な状態にある限り、その内には神性の灯は宿り得ない。しかし、心が高き灯となる時、そこに神性の光が宿り、家の中にいる者たちを見分け、追い出すべき者を追い出し、和解すべき者を残すようになる。なぜ主は、御自身の神性の戒めによって心が啓発された者たちに、次のように教えられたのでしょうか。「聞く者たちよ、あなたがたに言う。敵を愛し、あなたがたを憎む者に善を行い、あなたがたをのしる者を祝福し、あなたがたに害を加える者のために祈りなさい。頬を打つ者には、もう一方の頬も差し出さなさい。また、上着を奪おうとする者には、下着までも差し出さなさい。また、あなたに求める者にはすべて与え、あなたから借りようとする者を拒んではならず、あなたから取り上げようとする者を賣めてはならない」（ルカ6:27-30。マタイ5:42参照）。

8. 主は、この世から逃げ出した者たちにこう言われた。彼らはすべてを捨て、救い主である主に従う覚悟を固めていたからである。それゆえ、主は彼らを完全な愛をもって愛し、「立ち

上がれ、ここから行こう」(ヨハネ14:31)と語られたのである。では、主は「立ち上がれ、ここから行こう」と言って、彼らをどこへ連れて行かれるのだろうか。それは、主が彼らの心をこの世の事柄から引き離し、御自身の御国において安息させてくださるためである。それゆえ、彼らを励まして、主はこう言われた。「わたしはぶどうの木であり、あなたがたは枝である。あなたがたはわたしにとどまり、わたしもあなたがたにとどまるようにしなさい。枝がぶどうの木に留まらなければ、それ自体では実を結ぶことができないように、あなたがたも、わたしにとどまらなければ、実を結ぶことはできない」(ヨハネ15:4, 5)。主は、この世を去った者たちにこう語られた。なぜなら、彼らの中には御霊がおり、その御霊が彼らの心に住まわれているからである。「あなたがたを孤児として置き去りにすることはない。わたしはあなたがたのところに来る」と主は言われている(ヨハネ14:18)。それゆえ、神を愛し、神が自分の中に住まわれることを願ひ、孤児のままでいることを望まない者は、まずイエスが命じられたことを守るよう努めなさい。そうすれば、神はあなたの中に住まわれるでしょう。なぜなら、神は私たちから遠く離れておられるわけではなく、私たちと神との間には、情欲以外の何ものも存在しないからです。

9. 兄弟よ、もしあなたが自らを「世を捨てた者」と呼びながら、実際には世の行いをしているのであれば、あなたは世を捨てたのではなく、自分を欺いているに過ぎない。主は、世を捨てた者に対して次のようなしるしを与え、こう言われた。「自分の魂を愛する者は、それを滅ぼす。しかし、わたしのために自分の魂を滅ぼす者は、それを救う」(マタイ10:39)。では、その魂の肉的な欲望をすべて断ち切る以外で、どうして魂を滅ぼすことができるというのか。さらに、「自分の十字架を負って、わたしに従ってこない者は、わたしの弟子となることはできない」(ルカ14:27)ともあります。主が私たちに負うようおっしゃっているこの十字架とは、常に心を覚醒させ、徳に立脚し、十字架から降りないためのもの以外、何でしょうか。すなわち、情欲が断ち切られるまで、それらを自制すること——そして、心が最終的に打ち勝てないものとして立ち上がるまでである。なぜなら、心を奮い立たせた者たちに対して、主は次のように言っているしを与えられたからである。「もし小麦の一粒が地に落ちて死ななければ、ただ一つだけにとどまる。しかし、もし死ねば、多くの実を結ぶ」(ヨハネ12:24)。また、麦の粒のように死んだ者たちを慰めるために、主はこう言われた。「もしだれかがわたしに仕えるなら、わたしの父はその人を尊ばれる。そして、わたしがいるところには、わたしのしもべもいる」(ヨハネ12:26)。では、情欲に満ちたこの世を憎み、御命令を果たすこと以外で、どうしてイエスに仕えることができるだろうか。御命令を守った彼らは、御前でこう言う大胆さを得た。「私たちはすべてを捨てて、あなたに従いました。では、私たちには何が与えられるのでしょうか」(マタイ19:27)。そして、主は彼らに、自分たちに何が起こるかを示し、こう言われた。「わたしに従って来たあなたがたは、来世において、人の子がその栄光の御座に着くとき、あなたがたも十二の御座に着き、イスラエルの十二部族を裁くことになる。また、わたしの名のために、家や兄弟、姉妹、父、母、妻、子供、あるいは畑を捨てた者は、百倍を受け、永遠のいのちを受け継ぐ」(マタイ19:28-29)。

10. 私たちの主、最も愛すべきイエス様は、人が万事について無心の境地を得なければ、その心は十字架へと昇ることができないことを知っておられ、習慣や出会いが心を十字架から引き下ろしてしまうあらゆるものを捨てるよう命じられました。それゆえ、ある人が主のもとに来て、「主よ、あなたに従います。ただ、まず『私の家にあるもの』を整理させてください」(ルカ9:61)と述べたとき、私たちの愛するイエスは、もし彼がそれらを見れば、再び心がそちらに傾き、そこでの様々な出来事があたかも当然のように彼を引き留めてしまうことを知っておられたため、彼に立ち寄ることを禁じ、こう言われたのです。「だれも、鋤に手をかけ、後ろを振り返ってはならない。そうする者は、天の御国にはふさわしくない」(ルカ9:62)。(その後、王の息子の婚礼に関するたとえ話を語られた際、主は)王が息子のために晩餐を準備し、しもべたちを遣わして招かれた人々を招いたが、彼らはそれぞれこの世への愛ゆえに来ることができなかった、という話をされた後、主は悲しげにこう言われた。「わたしのもとに来る者は、父、母、妻、子供、兄弟、姉妹、さらには自分の命までも憎まないなら、わたしの弟子になることはできな

い」（ルカ14:16-26）。主はこう語って、御国に入ろうとする者は、まず心をこの世へと引き寄せるあらゆるものを憎む心を持たなければ、望んだ御国に入ることにはできないと、私たちに教えられているのである。また、信仰だけにとどまってそれに基づいて行動しないことに頼ってはならないと私たちに説き、主は、王が入って「座っている人々を見て、その人が婚礼の衣装を身に付けていないのを見た」と述べ、彼を最も暗い闇の中に投げ込むよう命じられた（マタイ22:11-13）。彼らはキリスト教徒という名のもとに中に入るが、（キリスト教的な）行いの欠如ゆえに追い出されるのである。同様に、使徒も、神のものとこの世のものとを同時に愛することは誰にもできないことを知っていたため、自分の子であるテモテに次のように書き送りました。「兵士として仕える者は、世の商売に縛られてはならず、そうしてこそ、指揮官に喜ばれるのである。たとえ誰かが苦難に遭っても、不法に苦しめられるのでなければ、冠を受けることはない」（Ⅱテモテ2:4,5）。また、彼の労苦が無駄にならないという希望を鼓舞して、こう語った。「労苦し働く者は、まずその実を味わうべきである」（Ⅱテモテ2:6）。また、他の者たちへの手紙の中で、彼はこう述べた。「未婚の者は、主にどのように仕えればよいかを心に留めているが、既婚の者は、この世のことに心を配り、妻にどのように仕えればよいかを心に留めている」（1コリント7:32,33）。そのような心配をする者は、恐ろしい声を聞くことになる。「彼を、真っ暗な闇の中に投げ込め。そこでは泣き叫び、歯ざしりするだろう」（マタイ22:13）。

**11.** 兄弟たちよ、私たちは自分の力を、徳の衣を身にまとうことに用いよう。そうすれば、外へ追い出されることはない。その日には、いかなる偏りもないからである。それゆえ、使徒は弟子たちに、「このようなことを行う者は、神の国を相続することができない」（ガラテヤ5:21）と語ったのである。また、死んだ情欲から目覚める恵みにあずかった者たちには、もはや敵対する者がいないことを知っていた使徒は、彼らに御霊の実を示しました。それは、「愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制、忍耐」であり、「このような者たちには、律法はない」と彼は言っています（ガラテヤ5:22,23）。そして、私たちの愛する主イエスは、その日に私たちの行いの実が明らかにされることを示して、こう言われた。「多くの者が入りたいと願うが、入れないだろう」。なぜなら、家の主人は、「起きて戸を開ざした後」、戸を叩く者たちに「あなたがたを知らない」と言われるからである（ルカ13:24,25）。果たして、私たちは神について、何かを知らないなどと言えるだろうか。決してそうではない。しかし、これらの「主よ、主よ、私たちに開けてください」と叩き、叫ぶ者たちは、徳を知らなかったため、主も彼らに「あなたがたを知らない」と言われるのです。さらに主は、信仰はあっても行いのない者たちについて、こう語って示されました。「わたしはぶどうの木であり、あなたがたは実である。わたしの中に留まり、わたしもその人の中に留まる者は、多くの実を結ぶ。もしわたしの中に留まらない者があれば、枝のように切り捨てられ、枯れてしまう。そして、それを集めて火に投げ込まれ、燃やされてしまう」（ヨハネ15:5,6）。（良い実を結ぶ）枝については、（父が）清め、「豊かな実を結ぶ」ようにしてくださる（ヨハネ15:2）。また、自分の肉的な欲望に従って行動する者を愛さないことを私たちに示して、主は祈りの中でこう言われた。「わたしは全世界のために祈るのではなく、あなたがわたしに与えてくださった者たちのために祈る。彼らはあなたのものである」（ヨハネ17:9）。そして、わたしは彼らを世から取り出した（ヨハネ15:19）。世は自分自身のことを愛しているからである。最後に、主はこう言われる。「父よ、彼らを悪から守ってください。彼らは世のものではないからです」（ヨハネ17:15,16）。

**12.** 兄弟たちよ、私たちが世に属しているかどうか、自らを吟味しよう。もし世に属していないなら、主は私たちを悪から守ってくださる。主はこう言われたからである。「ただこれらの人々のためだけでなく、彼らの言葉によってわたしを信じる者たちのためにも、彼らが皆一つとなるように。わたしたちが一つであるように」。また、「わたしがいるところに、彼らもわたしと共にいるように」（ヨハネ17:20-24）とも。さて、この世で奮闘し、肉的な欲望を憎んだ人々が、終わりのない永遠に主と共に支配することになるというのに、主はどのような愛をもって私たちが愛してくださったのか、よく考えてみてほしい。また、使徒ヨハネは、その偉大な栄光を仰ぎ見て、こう言いました。「彼が現れるとき、私たちは彼に似た者となることを知っています

』（Ⅰヨハネ3:2）。ただし、私たちが彼の戒めを守り、彼の御心に適う行いをするならば、です。また、彼（使徒ヨハネ）はこうも言っている。「愛する者たちよ、『世があなたがたを憎むとしても、不思議に思うな。私たちは、兄弟を愛するゆえに、死から命へと移ったことを知っている』（Ⅰヨハネ3:13,14）。さらに、「義を行わない者は、神から出た者ではなく、また、兄弟を愛さない者である」（同上、11節）。また、「義を行う者は、神から生まれた者である」（Ⅰヨハネ2:29）、「しかし、罪を行う者は、悪魔から出た者である」（Ⅰヨハネ3:8）。また、「神から生まれた者は罪を犯さない。神の御種がその人の中に留まっているからである。また、神から生まれた者は罪を犯すことができない」（Ⅰヨハネ3:9）。

**13.** 兄弟たちよ、このような証しに慰めを見出し、私たちの力の及ぶ限り、努めようではありませんか。もしかすると、私たちの主の慈しみが私たちに注がれ、この不浄な世の重荷を振り払う力を主が与えてくださるかもしれません。なぜなら、私たちの敵は眠ることなく、常に私たちを襲い、私たちの魂を奪おうとしているからです。しかし、私たちの主イエスは私たちと共におられ、私たちがその御言葉を守り続けるならば、聖なる御言葉の力によって敵を退けてくださいます。なぜなら、神が敵に対して語られた御言葉以外に、誰が敵を阻み、誰が敵に対して強くなれるのでしょうか。それらの御言葉は、人が気づかない間にも、敵に立ち向かい、その力によって敵を打ち砕くのです。

**14.** 使徒ペトロは、行いが人を救うことを私たちに教え、示しながら、こう語りました。「あなたがたの信仰に徳を加え、徳に知恵を加え、知恵に自制を加え、自制に忍耐を加え、忍耐に敬虔を加え、敬虔に兄弟愛を加え、兄弟愛に愛を加えなさい。これらをあなたがたのうちに備え、増し加えれば、あなたがたは、私たちの主イエス・キリストにおいて、実を結ばず、また実りのない者ではなくなる。これらを持たない者は、盲目で、視力を失い、かつての罪の清めを忘れてしまうのである」（Ⅱペトロ1:5-9）。また、洗礼者ヨハネはこう言っている。「悔い改めにふさわしい実を結べ。すでに斧は木の根元に置かれている。良い実を結ばない木はすべて、切り倒されて火に投げ込まれるからだ」（ルカ3:8,9）。また、私たちの主イエスはこう言われます。「その実によって、その木がわかる」（マタイ12:33）。「茨からぶどうの房が、あるいはアザミからいちじくが実るだろうか」（マタイ7:16）。また、「『主よ、主よ』と言う者すべてが天の御国に入るわけではない。天におられるわたしの父の御心を行う者だけが、そこに入るのだ」（マタイ7:21）。またヤコブはこう言っている。「行いのない信仰は死んでいる。悪魔たちも信じて震えている。なぜなら、霊のない体は死んでいるのと同じように、行いのない信仰も死んでいるからである」（ヤコブ2:20、19:26）。また、使徒パウロも、信仰には行いが不可欠であることを弟子たちに確信させるため、次のように厳しく命じました。「不品行やあらゆる不潔な行いは、聖徒にふさわしい者として、あなたがたの間でさえ名指しされることさえあってはなりません。むしろ、感謝をささげるべきです。あなたがたは、姦淫を行う者、不潔な者、貪欲な者、すなわち偶像礼拝者は、キリストと神の御国に相続分がないことを知っておくべきである」（エフェソ5:3-5）。そして、この言葉をさらに強く裏付けるように、彼らにこう語った。「だれも、むなし言葉であなたがたを惑わしてはならない。そのような者たちのために、神の怒りは不従順な子らに下るからである。だから、あなたがたは、彼らと共に犯者となってはならない。あなたがたはかつては闇であったが、今は主において光なのである。光の子として歩みなさい。霊の実とは、あらゆる善と義と真実にあるからです」（エフェソ5:6-9）。また、「あらゆる苦しみ、怒り、激怒、叫び、ののしりを、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除きなさい」（エフェソ4:31）。「あなたがたは、わたしを模範としなさい。わたしがキリストを模範としているように」（Ⅰコリント11:1）。「あなたがたはキリストにバプテスマを受けたからには、キリストに身を包んだのである」（ガラテヤ3:27）。

**15.** 兄弟たちよ、私たちがキリストに身を包んだかどうか、自らを吟味しよう。キリストは清さによって知られる。なぜなら、キリストは清く、清き者の中に住まわれるからである。では、どうすれば清くなれるのか。かつて行っていた悪を行うのをやめる以外にない。神の恵みはかくも豊かで、人がいつ自分の罪から立ち返ろうとも、神は喜びをもってその人を受け入れ、過去

の罪を問わない。福音書に書かれている、放蕩息子についてのよう。彼は自分の持ち分を浪費し、最後には豚の世話をし、豚の餌で腹を満たそうとしたが、ついに自分の行いを悔い改め、罪には満腹感などなく、むしろ罪を犯せば犯すほど、その欲望はますます燃え上がるのだと悟った。そこで、悔い改めが彼の心に触れたとき（文字通り：彼の心に呼びかけたとき）、彼はためらうことなく、すべての肉欲的な欲望を捨てて、謙虚な心で父のもとへ（直ちに）戻った。彼は、父が慈悲深く、自分の行いを責めはしないだろうと信じていたからである。それゆえ、父は直ちに、彼に清めの衣と、息子としての地位の証し（指輪）を与えるよう命じた。（ルカ15:11-32）

。これこそ、私たちの主イエス・キリストが語られたことであり、（次のように説き示そうとされたのです）、もし私たちが主のもとへ立ち返るならば、まず豚の餌を捨て去らなければならない、そうして初めて、清くなった私たちを受け入れてくださる、と。主がこう言われたのは、魂が「神はいつ私の祈りを聞いてくださるのか」と言って落胆しないようにするためでした。なぜなら、主は、祈る者が聞き入れられるにふさわしい時を知っておられ、その時には速やかにその祈りを聞き入れてくださるからである。

**16.** さあ、心を尽くして主に向かい、主を懇願する際に「冷たくなならない」（ルカ18:1）ようにすれば、主はすぐに私たちの祈りを聞いてくださるでしょう。主ご自身がこう言われたからです。「求めなさい。そうすれば与えられます。探しなさい。そうすれば見つかります。門をたたきなさい。そうすれば開かれます」（マタイ7:7）と仰せられた。それゆえ、兄弟たちよ、もし私たちが願い求め、探し求め、あるいは扉を叩くならば、私たちが求めているもの、あるいは主をお願いしているものを得るでしょう。ある人が真夜中に友人のところへ行き、「旅の途中で友人が私のところに來たので、パンを三つ貸してください」と言って、彼に強く求めた（ルカ11:5）——と、叩くのをやめなかったため、友人は彼が求めたものを与えた。兄弟たちよ、怠惰を捨て去り、このようなたゆまぬ努力に身を備えよう。そうすれば、神は私たちの忍耐をご覧になり、私たちが求めるものを与えてくださるだろう。なぜなら、神は憐れみ深く、人が御自身に立ち返ることを望んでおられるからです。聖書にこう記されている通りです。「まことに、あなたがたに言います。一人の罪人が悔い改めるとき、天では喜びがあります」（ルカ15:7）。

**17.** さて、兄弟たちよ、このような神の憐れみと、その豊かな恵みを受けている以上、まだこの肉体に留まっている間に、心を尽くして神の御前に悔い改めよう。なぜなら、私たちの生涯ははかないものだからである。もし私たちが努めれば、永遠で言葉に尽くせない喜びを相続することになるが、もし後戻りすれば、救われる方法を主イエスに尋ねた若者のようになるだろう。主は彼にこう答えられた。「あなたが持っているものはすべて売り払い、貧しい人々に施しなさい。そして」、自分の十字架を背負って、「わたしに従いなさい」。これは、自分の意志を切り捨てることこそが、救われることであることを私たちに示している。しかし、その青年はこれを聞いて、非常に悲しんで立ち去ってしまった（ルカ18,22,23）。なぜなら、彼は、自分の財産を貧しい人々に施すことは、十字架を背負うことほど難しくないことを知っていたからである。貧しい人々に施すことは一つの美德であり、人は十字架を（より容易に）背負うためにそれを行うが、十字架とはあらゆる罪を根絶することであり、愛を生み出すものである。愛がなければ、十字架もない。なぜ使徒は、愛のない見せかけの美德や、美德の完成がないことを知りながら、こう言ったのだろうか。「たとえ私が人の言葉や天使の言葉で語っても、愛がなければ、私は鳴り響く銅の板や、鳴り響くシンバルのようなものだ。また、たとえ私の全財産を施し、たとえ私の体を焼かれるために引き渡したとしても、愛がなければ、私には何の益もない。愛は寛容であり、慈しみ深い。愛は嫉妬せず、愛は自慢せず、高ぶらず、無作法ではなく、自分の利益を求めず、怒らず、悪を思わない」（Iコリント13:1-5）。

**18.** それゆえ、愛の道に踏み出そうとする者は、すべての人が善人であろうと悪人であろうと、それらについて心を煩わせないようにすべきである。そうすれば、ついに神への（ただ一つの）渴望だけがその心に残り、この渴望は、その本性にふさわしい怒りを生み出し、その怒りは



敵から吹き込まれるあらゆるものに立ち向かうようになる。そして初めて、神の「律法」<sup>27</sup>が彼の中にその住処を見出し、恐れを通して、彼の中に愛が顕現する。そして、そのような人は使徒のように大胆にこう語る。「私はただ縛られるだけでなく、主イエス・キリストの御名のために死ぬことも覚悟している」（使徒行伝21,13）。このような愛に達した魂は幸いである。なぜなら、その魂はもはや情欲に支配されないからである。

**19.** 兄弟たちよ、私たちは世を去りました。私たちがどのような立場にあるか、また主イエスがどれほど慈悲深いかを知っています。主は、私たち一人ひとりをその行いに応じて、また小さな者にはその小ささに応じて安息を与えてくださるのです。主はこう言われました。「わたしの父の御許には、住むべき所がたくさんある」（ヨハネ14:2）。なぜなら、御国は一つであっても、各人はその中で自分の場所と、自分にふさわしい務めを見出すからである。さあ、兄弟たちよ、怠惰に立ち向かい、闇の覆い、すなわち忘却を振り払い、悔い改めの光を見よう。マルタとマリア——すなわち、苦しみと嘆きそのものである彼女たち——を自らのものとし、救い主の御前でラザロをよみがえらせてくださるよう嘆き求めよう。つまり、自らの欲望という多くの包帯で縛られた心を解き放つのだ。主は確かに憐れみを施し、彼女たちにその心を奮い立たせてくださるが、その後は彼女たちの務めとして、その包帯を解き、彼を（歩ませる）ことである。ラザロが解放されると、そこでマルタとマリアの献身が現れる。その後、次のような光景が見られる。ラザロは気楽にイエスのそばに横たわり、マルタは熱意と喜びをもって奉仕を行い、マリアは香油の入ったアラバスターの壺を持ってきて、主の足に香油を塗る。

**20.** さあ、兄弟たちよ、私たちの力の及ぶ限り努めよう。そうすれば、神は御自身の豊かな憐れみによって、私たちを助けてくださるだろう。もし私たちが、先祖たちのように心を保てなかったとしても、神が求められるように、せめて体だけでも罪のないまま保つよう、全力を尽くしましょう。そして、私たちが襲った飢饉のさなかに、神がすべての聖徒たちと同様に、私たちに対しても憐れみをお示しくださると信じます。なぜなら、太陽の栄光も月のものであり、星も星によってその栄光は異なるものの、それらはすべて一つの天の穹蒼にあり、その栄光と誉れは、今より永遠に、主のものであるからです。アーメン。

## 22. 新しい人の生き方について

**1.** 愛する兄弟たちよ！ユダヤ人は三つの事柄によって見分けられる。すなわち、割礼、逾越の祭り、そして安息日である。なぜなら、『創世記』にはこう記されているからである。「生後八日目の男子は、あなたがたの家族のうちの者であれ、買い取った者であれ、割礼を受けなければならない。割礼を受けていない者は、その氏族から断たれる。すなわち、わたしの契約を守らなかったからである」（創世記17:12,14）。アブラハムが最初に割礼を受けたことは、彼の「シュヤヤ（側面）」が死んだというしるしである。すなわち、この古代の出来事には、主イエスが御自身の聖なる御体において現された「新しい人」の原型が示されており、それは、男性の性を覆う「古いもの（墮落）」を切り取り、切り離すためであった。これについて使徒も次のように語っている。「あなたがたは、キリストの割礼によって、人の手によらない割礼を受け、罪の肉体を脱ぎ捨て、キリストの割礼を受けたのである。また、バプテスマによってキリストと共に葬られ、信仰によって神の働きに参与したのである」（コロサイ2:11,12）。また、「以前の生き方による、欲望の誘惑の中で朽ちていく古い人を脱ぎ捨て、心の霊によって新しくされ、神に倣って、真理と真実の似姿に造られた新しい人を身に着けなさい」（エフェソ4:22-24）。さらに：「罪に対して死に、義によって生きなさい」（ペトロの手紙一 2:24）。——これは（ユダヤ人の最初の務めについて）割礼のことである。これを持たない者は、割礼を受けておらず、ユダヤ人でもない。なぜなら、（神である）主イエスが御自身の聖なる血によって定められた契約を守らなかったからである。

<sup>27</sup> パイシイの版では、法の対向する余白に「恐怖」と記されている——これは、続く言葉の内容から求められる通りである。

2. 聖なる過越については、語るべきことが多くある。（第一は割礼、第二は過越、第三は安息日である）。モーセはこう言っている。「過越の律法はこうである。異邦人は誰もそれを食べてはならない。また、あらゆる奴隷や買い取られた者は、割礼を受けさせ、それからそれを食べさせてよい。割礼を受けていない者は、誰もそれを食べてはならない。一つの家の中で食べなければならない」（出エジプト記 12:43,46）。「腰に帯を締め、足には履物を履き、手には杖を持て」（出エジプト記 12:11）。「過越の祭り」——火で焼かれたこのパン——は、無酵のパンと苦いハーブを添えてでなければ味わうことはできない。「腰に帯を締めよ」とは言わなかった。誰かが、ここで帯について語っているのだと言うことがないようにするためである。むしろ、「腰を締めよ」と言ったのは、不潔な交わりの影響下にあるあらゆる情欲から解放された、清らかな心について語っていることを示すためである。「サボジ」とは、語る用意ができていること、そして良心を傷つけ、心が清らかさの中で自らの内面を省みることを妨げるあらゆる傷から逃れることを指す。「杖」とは、恐れずに道を歩み、約束の地に入るための力強い希望である。これらこそが安息日を守る者たちである。「血」とは、我らの主イエス・キリストの血のしるしであり、また、主がご自身の再臨の際に来られ、イスラエルの子らを御自身の嗣業へと導かれるとき、その魂の中に主のしるしをもって備えられ、油注がれた者たちが明らかに現れることを示すものである。「ヒソプの束」を取ることは、苦難を意味する。なぜなら、「苦い草と共に（過越の食事を）食べよ」と記されているからである。さあ、兄弟よ、自らを吟味せよ。あなたは割礼を受けたか、家の戸口に無垢な小羊の血を塗ったか、あらゆる地上の思いから自分を清めたか、恐れずに歩み、約束の地に入る準備ができていますか。

3. また、安息日についても語るべきことは多くある。それは、真の割礼に与り、聖なる過越の祭りを味わい、エジプト人から解放され、彼らが紅海で溺れ死ぬのを目の当たりにし、彼らの苦い奴隷状態から安息日を守った者たちの務めである。なぜなら、（神）はモーセにこう言われた。「六日間は働き、七日目はあなたの神、主の安息日としなさい」（出エジプト記 20:9,10）。「その日に仕事をすれば、その者の魂は滅びる」（出エジプト記 31:14）。また、私たちの主イエスご自身も、真の安息日を守られ、金曜日に（十字架に）架けられる前に、そのためのあらゆる準備を整えられた後、——すなわち、御自身が十字架に釘付けにされることで、私たちのために受け、耐え忍ばれたあらゆる侮辱であり、息がある限り、決して自分を解き放ったり、弱めたりすることを許されなかった。主が「渇く」と叫ばれたとき、人々は酢を浸したスポンジを差し出し、主はそれを味わってこう言われた。「すべては成し遂げられた。そして、頭を垂れて、息を引き取られた」（ヨハネ 19:28-30）。その後、もはや動きのない、まことに安息日を守られた御方を、人々は（十字架から）地上に降ろした。こうしてついに、主イエスは第七日に安息され、その日を祝福された。なぜなら、その日、主は人間の情欲を根絶したすべての業から安息されたからである。使徒もこう言っている。「御自身の安息に入り、御自身の業から安息された。神が御自身の業から安息されたように」（ヘブライ人への手紙 4:10）。これこそが真の安息日である！したがって、安息日を守らない者はユダヤ人ではない。なぜエレミヤは、自らの民を嘆きながら、彼らにこう言ったのか。「安息日に荷を背負ってはならない。また、安息日に荷を背負ってエルサレムの門へ出て行ってはならない」（エレミヤ書 17:21）。

4. ああ、哀れな私よ。このような聖なる戒めを破り、安息日に重い荷を背負っている。私はキリストと共に死に、キリストと共に葬られ、安息日を守ったはずなのに！では、私が背負っているこの重い荷とは何だろうか？（それは情欲である）。それによって私は行動している。怒りは重い荷であり、熱意、憎しみ、虚栄心、非難、傷つけ合いと侮辱、高慢、自分を義人だと見なすこと、命令、論争好き、自己愛、嫉妬である。これらは精神的な（情欲）であり、肉体的なものとしては、美食、肉欲、着飾ることに執着すること、快樂追求、情欲、心の貧しさ（おそらく無情さ）がある。これらすべて、およびこれらに類する情欲を、主イエスは聖徒たちの肉体から取り除き、御自身の聖なる肉体において滅ぼされた。使徒の言葉によれば、主は「十字架によって敵意を滅ばし、戒めの律法を教えによって無効にされた」（エフェソ 2:16, 15）のである。これこそが聖なる安息日である。さて、これらの重い重荷（情欲）を背負い、それに従って行動

し、安息日にそれらを満たしている者が、どうして「私は真のユダヤ人である」と言えるだろうか。そのような者は自分を欺いているのである。なぜなら、彼にはその名だけが与えられているに過ぎないからである。彼は主イエスから何一つ受けることはない。なぜなら、主が殺されたものを再びよみがえらせ、主が葬られたものを再び立て直したことで、自らの行いによって主から離反しているからである。明らかに、そのような者は真のユダヤ人ではなく、偽りの者であり、割礼も受けておらず、安息日を守ってもいない。それゆえ、主イエスが御自身の栄光のうちに来られるとき、主は御自身の永遠の御国に、真のイスラエルの子ら、すなわち、御自身において割礼を受けた者たちのみを導き入れるであろう。主は、使徒が言うように、すべての国々から彼らを集められたのである——「イスラエルの一部には、異邦人がすべて入ってくるまで、盲目となった」（ローマ 11:25）、また、「この原則に従って歩む者たちには、平安と恵みが、また神のイスラエルにもある」（ガラテヤ 6:16）と。ほら、神のイスラエル人とは誰のことか分かるか？——それは、心の割礼を持ち、安息日を守り、罪の赦しを受けた者たちである。また（同じ使徒は）こう言っている。「ユダヤ人とは、外見上のユダヤ人である者でも、肉における割礼を受けた者でもない。むしろ、内なるユダヤ人であり、御霊による心の割礼を受けた者であり、律法によるものではない」（ローマ 2:28,29）。

5. さあ、兄弟たちよ、自分自身に注意を払おう！ いつまで私たちは労苦を重ねながら、怠慢によってそれを台無しにし続けるのか。私たちの中に、私たちを讒言し、絶えず（なすべきことから）そらそうとし、私たちの目が神性の光の一片さえも見ることを許さない敵がいることを、知らないでいるのか。さあ、キリストにあって、またその死にあって洗礼を受けた者よ、自分自身を吟味せよ。主が死なれたその死とは、いったいどのようなものか。もしあなたが主の足跡に従うのなら、その生き様をもって私に示してみよ。主は罪なく、あらゆる点であなたへの模範を示され、貧しさの中で生きておられたが、あなたは貧しさに耐えられない。主は「頭を横たえる場所さえ持たなかった」（マタイ 8:20）が、あなたは放浪の生活（どこへ行っても旅人であること）を喜びをもって耐えられない。主はあらゆる種類の侮辱に耐えられたが、あなたはたった一つの侮辱さえ耐えられない。主は（悪に対して）報復されなかったが、あなたは悪に報復しないことを耐えられない。彼は苦しみながらも怒らなかったが、あなたは、他人に迷惑をかけながらさえ、怒る。彼は侮辱されても平静を保ったが、あなたは侮辱されていなくても動揺する。彼は謙遜であり、罪人たちを御自身のもとに招いたが、あなたはあなたを愛する者たちさえも言葉で傷つける。彼は自分に加えられるあらゆることを喜びをもって耐え忍ばれたが、あなたはほんの少しの侮辱を耳にするだけで動揺する。彼は罪に陥った者たちに対して柔和であったが、あなたは自分よりはるかに偉大な者たちに対しても高慢に振る舞う。彼は御前で罪を犯した者たちのために、彼らを贖うために御自身を捧げられたが、あなたは自分を愛する者たちのためにさえ、御自身を捧げることができない。これこそが、主があなたに与えてくださったものですが、あなたは主に対して何をお返ししたのでしょうか。主の御業から主を知り、あなたの行いからあなた自身を知りなさい。もしあなたが主と共に死んだのなら、一体誰が（あなたの中で）そのような罪を犯しているのでしょうか。

6. 愛する者たちよ！ 真に御彼の聖なる戒めに耳を傾け、自らの意志を切り捨て、戒めの光を見出そう。もし私たちが、自分を敬ってくれる者だけを愛するなら、異教徒と何が違うというのか。もしあなたが、自分に恩恵を与えてくれる者のために祈るなら、徴税人も同じことをしている。もし、あなたを称賛する者と共によろこぶなら、ユダヤ人も同じことをしている。罪に対して死に、キリスト・イエスにあって生き返ったあなたが、一体何をして、他の人より優れているというのか。もし、あなたに従う者だけを愛するなら、罪人よりも何をしているというのか。彼もまた同じことをしているのだ。もし、あなたに迷惑をかけ、あなたの言うことを聞かず、あなたと争う者を憎むなら、あなたも異教者と同じである。しかし、そのような者のために祈り、彼が（あなたに対して犯した罪を）赦されるようにすべきである。もし、あなたを中傷する者を嘆くなら、徴税人も同じことをする。

7. 主の御名によって洗礼を受けたあなた自身も、よく考えてみよ。あなたの行いは、主が御自身を現された姿にふさわしいものだろうか。あるいは、もしあなたが、すでにあなたの王が御自身において模範を示して打ち負かされた情欲に対して、勝利の冠を戴いていないのなら、どうして主の栄光の日に現れ、冠を授かることができるだろうか。なぜなら、諸王の王、諸主の主である主が栄光のうちに現れるとき、主は私たちのために苦難を受けられたというしるしを携え、その偉大な栄光をもってあらゆる民族の目に現れるからです。しかし、あなたは、その御体の情熱を何一つ持たずに現れなければならないのです。そうすれば、主はあなたにこう言われるでしょう。「あなたを知らない。」そこでは、御名のために死んだすべての聖徒たち——彼らには御方のしるしがある——を目にするだろう。そして、彼らの御前に現れることを恥じるだろう。すべての聖徒たちの生涯をよく見よ。そうすれば、彼らが悪に耐え忍んだが、それに対して報復しなかったことが分かるだろう。（ただ）彼らの血が（神に向かって）叫んでいたのだ。「地に住む者たちから、私たちのために報復してください。」一方、安らぎを愛する私は、その日、そこで預言者たち、使徒たち、殉教者たち、そして他の聖人たちを目にしたとき、何と言えよいいのか。彼らは迫害を受けながらも忍耐強く耐え、報復することなく、怒ることさえしなかった。なぜなら、彼らをそうさせるのは人間の意志ではなく、悪魔の不正であるということを知っていたからである。殺されようとも、石打ちにされようとも、焼き殺されようとも、水に沈められようとも、彼らは彼らに対して怒ることはなく、むしろ、誰が彼らにそのようなことをさせるのかを知っていたからこそ、彼らの罪が赦されるよう、彼らのために祈ったのである。

8. 愛する兄弟よ、あなた自身を省みよ。あなた自身が何をしているのか——自分の思いを理解せよ——神の御前で、あなたがどのような者であるかを。その時には、あなたは何も隠すことはできない。人の意志で別のことを言う（あるいは言わない）ことはできない。しかし、復活が成し遂げられたとき、すべての人は、自分の行いを衣のように身にまとい立ち上がる——それが罪であれ、義であれ。これらの行いが語り、誰もが自分の居場所を自ら知ようになる。ゲヘナへと引きずり込むものを自らから脱ぎ捨て、御国へと導くものを身にまとった者は幸いである。使徒はこう言っている。「私たちは知っている。もし私たちの地上の体という神殿が崩れ去っても、神から与えられた、人の手によらず造られた、天にある永遠の神殿を持っているのだ」（Ⅱコリント5:1）。私たちの生涯は取るに足らないものであり、（そうではないと思い込んで）自らを欺いているうちに、（私たちの）時が訪れ、永遠の嘆きの中で悲しむことになるのです。

9. それゆえ、私たちの心を緩めてはなりません。むしろ、全力を尽くして、心を慈しみ、守り、あらゆる時に神の恵みが私たちを助けてくださるよう懇願しましょう。隣人が、自らの意志ではなく、外部からの影響によって、無分別な言葉を口にしたとしても、彼らを怒ってはならない。彼らは敵の道具として仕えているため、神から遠ざかっているのだ。彼らが呼びかけられ、この（悪しき）場から逃れるまでは。愛する者たちよ、あらゆる事において謙遜を心がけ、侮辱や耐えなければならないあらゆることを耐え忍び、常に自分の意志を断ち切る訓練に励みなさい。なぜなら、自分の意志に固執することは、あらゆる美德を台無しにするからです。正しい（善意に満ちた）思いを持つ者は、争いを蛇のように恐れ、柔和さをもって自らの意志を切り捨てます。なぜなら、争いは（魂の）内なる秩序をすべて乱し、魂を曇らせて、美德の光を何も見られなくしてしまうからです。ですから、美德に混じり込み、それらを滅ぼそうとするこの呪われた情念に、より注意深く目を配ってください。それゆえ、私たちの主イエス・キリストも、弟子たちのうちからユダを追い出して初めて、十字架にかかれたのである。そして、いかなる人も、この不名誉な情念を切り捨てなければ、神の御心にかなうことはできない。なぜなら、この情念の後にすべての悪が続くからである。焦りはこの情念から生じ、虚栄心もこの情念から生じる。神が憎むすべてのものが、好色で高慢な者の魂の中に宿っている——そして、彼らが自分の心に「これは神の御心である」と確信させているすべてのことは、聖書全体から見れば偽りである。

10. まず自分自身を裁くことは謙遜をもたらし、隣人のために理性を以て自らの意志を捨てることは、謙遜である。清さとは、神に祈ることである<sup>28</sup>。裁かないこととは、愛である。忍耐とは、隣人に対して何の悪意も抱かないことである。神を愛する心とは、（悪に対して）報復しないことである。沈黙とは、自分に関係のないことを詮索しないことである。貧しさとは、悪意のない心である。自分の感情を制御することとは、平和である。（すべてを）耐え忍ぶこと——それは柔和である。施しとは——赦すことである。これらすべては、自らの意志を切り捨てることから生まれる。それは美德同士を調和させる。それは主権的な（心）を穏やかにする。

11. これらすべての結末は、私がすべての聖書に見出すところによれば、神が人間に望まれることは、何よりも、あらゆる事において隣人の前で自らを謙虚にし、万物に対する自らの意志を切り捨て、常に神に、人への助けの手を差し伸べてくださるよう、また、忘却の眠りや囚われの誘惑からその目を守ってくださるよう祈ることである。なぜなら、人間の本性は狡猾で移ろいやすいからである。神の御業は、私たちを守ることにある。神の力は、私たちに（自らを守る）力を与えることにある。神の庇護は、私たちの貧しさを覆い隠すことにある。御方は回心であり、私たちを御自身へと立ち返らせてくださる。御方は感謝であり、それを私たちに授けてくださる。御方は、御方に感謝する恵みを私たちに授けてくださる。御方は盾であり、私たちの敵の手から私たちを守ってくださる。御方には、世々限りなく栄光と誉れがある。アーメン。

12. ところで、争いを生み出し、魂を不慈悲に墮落させるものは、多弁、空言、言葉を各自の都合に合わせて曲解すること、自制心の欠如、二枚舌、自分の言葉に固執することである。これらを持つ者の魂は、美德にとって実を結ばない。これらすべてを経てもなお、魂が一つひとつの美德に汗を流さなければ、神の御子の安息に到達することはできない。兄弟たちよ、自分の人生を軽んじてはならない。また、あなたがたの心が、邪悪な怠惰へのあらゆる口実を編み出さないようにしなさい。そうしなければ、神の御子の安息に到達する前に、あなたがたの時間がすべて尽きてしまうだろう。すなわち、あらゆる事において謙遜であり、悪意を持たず、いかなる人に対しても憎しみを抱かず、神に属さないいかなる物にも執着せず、自らの罪を自覚し、あらゆる悪事に対して死を宣告することである。そして、「神は偽り者ではない」（テトス1:2）——御自身の寛大さによって、私たちの弱さを助けてくださるためである。アーメン。

## 23. 完全さについて

1. ある教父はこう述べた。もし人が、神への信仰、絶え間ない神への渴望、悪意のなさ、悪に対して悪で報いないこと、苦難を耐え忍ぶこと、謙遜、清さ、博愛、すべてからの離脱、柔和、忍耐、心を痛めながら絶えず神に祈ること、真の愛、過去を振り返らないこと、目に見えるものに目を向けないこと、自分の善行や奉仕（祈りの労苦、— *leiturgia*）に頼らないこと、日々自分に降りかかるあらゆるものに対して神の助けを求めること——これらを身につけなければ、その人は救われることはできない。

2. 人よ、あなたの敵は眠っていない。だから、怠ってはならない。自分の良心を軽んじてはならない。そして、敵の国に（まだ）いるにもかかわらず、まるで神にふさわしい何かを達成したかのように、決して自分を過信してはならない。苦行（修道的な肉体的苦行）は、理性をもって以前の怠慢を補い、感情の嘆きは内なる敵の傷を癒やし、神への完全な愛は神の御心に従って目に見えない戦士たちに立ち向かい、目に見えない敵を打ち負かす秘められた清らかさは、神の御子の安息へと備えさせ、一方、目に見える清さは美德を守り抜く。

3. もし知恵が（前述のすべてのことの）源であるならば、それは同時に（それらを）守る者でもある。試練の時に（心の中に）感謝を見出すことは、直面している試練を退ける。自分の労苦が神に喜ばれると信じないことは、あなたを守るための神の助けを準備する。真実に基づいて、神を敬虔に求めることに心を委ねた者は、神に喜ばれたなどとは考えられない。なぜなら、良心が不自然なことについて彼を責め続ける限り、彼は自由から遠ざかっているからである。責

<sup>28</sup> パイシオスの版にはここに「自らを顧みない者は、自らを無に帰し、嘆き悲しむことになる」とある。ギリシャ語写本にはこれがない。ラテン語版には「自らの情欲を憎む者は、嘆きと涙の中に留まる」とある。



める者がいる限り、裁く者もあり、裁きがある限り、自由はないからである。もしついに、祈りの最中に、まったく何の悪もあなたを責めていないと気づくならば、その時、あなたは真に自由であり、神の御心によって、神の聖なる安息に入ったのである。

4. もし、善き実があなたの中に根を下ろし、敵の雑草がもはやそれを押しつぶしていないのを見たら、もし戦っている者たちが——あなたはもはや自分の感情と戦っていないのだから——自ら退いて狡猾さに屈したのではなく、もし雲があなたの幕屋を覆い、昼は太陽があなたを焼かず、夜は月もあなたを照らさない（詩篇120:6）、もしあなたの中に、神の御心に従って幕屋を建て、それを守るためのすべての備え（すべての道具）があるならば、神による勝利があなたの中で成し遂げられたことを知れ。そしてこれからは、神がすでに（あなたの）幕屋を覆ってくださる。なぜなら、それは神のものであるから、主はその先を行き、幕屋のために宿营地（休息、安息）を定めてくださる。なぜなら、もし主が先に、御自身の望まれる場所に立ち止まらなければ、聖書が言うように、幕屋もまた立ち止まる（安息を得る）ことができないからである（民数記9,16-23）。

5. 人が自分自身を省み、修道生活という業を乱そうとし、不自然なことを教え込む（敵の一派）の痕跡が、もはや自分の中には何一つ残っていないことをはっきりと見極めるまでは、大きな危険が潜んでいる。私たちには、神の御恵み（あるいは善き神ご自身）に対する畏れが私たちを支配し、（死と審判についての）記憶が絶えず私たちを打ち、聖なる謙遜が常に私たちの心を支配するよう、神の御慈悲により、（そしてそのためには）、それら（聖なる感情や心構え）をすべて備え、守ってくださることを怠らず、最後までその心構えを保ち続けること——絶えず自らの罪を認め、悪の奴隷である限り、何事においても自分自身を信じないこと——が必要なのです。

6. もし誰かが隣人を非難し、心の中で兄弟を責め立て、貶め、機会さえあれば彼を罵り、怒りを込めて教え、誰かの前で中傷するならば、それはその者を、聖人たちが享受する恵みや、高潔な美德から遠ざけることになる。なぜなら、それは人が積み重ねてきた労苦を台無しにし、その善き実を滅ぼしてしまうからである。「私は自分の罪を嘆いている」と言いながら、その言葉通りの行いをしない者は、愚か者である。「私は自分の罪を嘆いている」と言い、その言葉に何らかの行動を伴う者は、自らを欺いているのである。

7. 沈黙を求めつつ、それとともに情欲を断ち切ることを顧みない者は、徳を養うことにおいて盲目である。自らの罪を（放置して）置き去りにし、他者の改心を気にかける者は、心の底からの祈りや、神への理にかなった願いからかけ離れている。これこそが真の勇気である——人が過去の罪と闘い、その赦しを求めつつ、心においても、行動においても、感情においても、二度とそれらの罪に陥らないよう常に懇願し続けることである。

8. もし罪の記憶が絶えずその心を支配せず、またこの世にあるあらゆるものから彼を遠ざけ、それらが彼を圧倒しないようにならなければ、彼は自らの罪を止められず、ただそれらの罪への配慮に満足して、神の被造物に対する非難から逃れることはできない。真に、偽りや欺瞞なく、この恵みにあずかる者は幸いである。ところで、これは真に嘆きを持つ者たちの行いであり、この目に見えるものを通じて、隣人を非難しないよう、感覚を研ぎ澄ませた心で取り組むことである。なぜなら、もし自分の罪への配慮に満足してしまうならば、それはあなたを隣人の罪から遠ざけ（忘れさせてしまう）からである。

9. 悪に対して報復することは、嘆きから遠く離れている。虚栄心から世俗的な何かに迎合することも、たと思ひの中であれ、嘆きから遠く離れている。この迎合について、自分の意見が受け入れられなかったことを嘆くことも、嘆きから遠く離れている。自分の意志を貫くことは、そこから遠く離れている。誰かについて「彼は良い人だ」あるいは「悪い人だ」と言うことは、彼にとって恥である。なぜなら、彼は自分の方がその人よりも醜いことをしっかりと知っているからだ。自分に関係のない事柄を知りたがることは、彼にとって恥であり、無知であり、自分の罪を見えなくさせる邪惡な束縛である。



**10.** もし誰かがあなたを中傷し、あなたがそれに心を痛めるなら、そこには真の嘆きはない。もしあなたに何らかの世俗的な取引があり、損害を被ってそれを嘆くなら、そこには神への畏れはない。もし、あなたが知らないことについて誰かがあなたについて何かを語り、あなたが動揺するなら、そこには（神への畏れ）はない。もし誰かがあなたを称賛し、あなたがそれを受け入れるなら、そこには（神への畏れ）はない。もし誰かがあなたを叱責し、あなたがそれに心を痛めるなら、そこには（神への畏れ）はない。もし、世の著名な人々に近づき、彼らとの交わりを望むなら、そこには（神への畏れ）はない。もし誰かがあなたと話し合いの中で反論し、あなたが自分の言葉を貫こうとするなら、そこには（神への畏れ）はない。もしあなたの言葉が軽んじられ、あなたがそれを悲しむなら、そこには（神への畏れ）はない。これらすべては、古い人がまだ生きており、その権威を現していることを明らかにしている。なぜなら、そこには（内には）彼に抗う者がおらず、（神への畏れ）もなく、真の嘆きもないからである。

**11.** 神に従って行動する者には、自分自身を知り（自覚し）、自分の意志に甘んじるとき、自分が神の敵となり得ることを悟るための、賢明な目が必要である。もしあなたが、神の戒めの守り手として、あらゆる行いを神のために分別をもって行いながら、神の栄光にふさわしく神を喜ばせることはできないと心に留め、自分の罪を目の前に置くならば、それらの罪が、自分の義という考えによってあなたを陥れようとする悪しき（霊）に抵抗しているのを見出すだろう。——そして、それらは、涙があなたのために築き上げた建物を守ってくれるだろう。そうして、あなたは自分自身と、自分がどこに住んでいるか（どのような状態にあるか）を知り、自分の心が「勝利を収めた」と告げるのを信じなくなるだろう。なぜなら、人が裁きの座に立たされ、自身に対する（最終的な）裁きを聞き、自分の居場所を知るまでは、それを信じることはできないからだ。神に喜ばれたかどうかという恐れが、依然として残るからである。心を蝕む神への悲しみは感情を抑え、健全な冷静さによる（思いへの）抵抗は、心感覚を保たせる。しかし、人は（これらに）満足せず、なぜ肉体にある限り絶えず労苦の中にいなければならないのか、自分自身を信じることができない。

**12.** 自分の行いが主の御心にかなうものだと大胆に期待せず、その期待のなさゆえに神と対面することを恥じる者たちは、幸いである。御栄えを悟り、何よりもまず御心に従って御意志を成し遂げようと努め、自らの無力さを悟り、自分自身を嘆き悲しむことに満足し、神ご自身が裁かれる他の被造物については気にかけない者たちである。（神に従って）働く者の勝利は、彼が神と完全に一つとなり、神の御心に従って息を引き取る時に明らかになる。彼が「生ける者の書」に記されるのは、天の天使たちが、彼が「あの支配者たち」<sup>29</sup> を乗り越えたことを証言した時である。それ以来、彼の記憶は天の（住人たち）と共に在る。しかし、戦いが続く限り、人は恐れと戦慄の中にあり、今日は勝利し、明日は敗北するかもしれない——あるいは、今日は敗北し、明日は勝利するかもしれない。

**13.** 闘争は心を締め付けるが、無執着は打ち勝つことができない。それはすでに冠を受け、三つの（私たちの）別々の（部分）が、神において互いに和解に達したとき、その運命について心配することはない。この三つの部分は、使徒が書簡（Iテサロニケ5:23）のどこかで述べているように、魂、肉体、そして霊である。したがって、これら三つが聖霊の働きによって一つとなったとき、それらはもはや（互いに）分離することはできない。このように、キリストは死んで復活されたが、「もはや死ぬことはない。死はもはやキリストを支配しない」（ローマ6:9）のである。キリストの死は私たちにとって救いとなった。なぜなら、キリストはご自身の死によって罪を滅ぼし、その復活は、キリストを堅く信じるすべての人にとっていのちとなったからである。キリストは（両者に対して）御自身の民を情欲から癒やし、彼らが神のうちに生き、義の実を結ぶようにされたのである。

**14.** 敵からの（罪の誘惑という）苦しみを受けている間は、たとえ起きているときであれ眠っているときであれ、自分を（罪に対して）死んだ者と見なしてはならない。なぜなら、哀れな

<sup>29</sup> パイシオスの版には「空虚な」とある。

人間が競技場にいる限り、彼は大胆さを持たず、遠くから（ゴール）を眺めながら、自分の行いを信じることができないからである。ただ、分別のない者は、毎日倒れながらも、競技場には戦いが無いからといって、自分が勝利していると考えてるのである。

15. それゆえ、主は弟子たちを宣教に遣わす際、こう言われた。「道中で誰にも口づけしてはならない。ただ、家の中にいる者たちには口づけをしなさい。」そして、「もしそこに『平和の子』がいるなら」、その人のところにとどまりなさい（ルカ10:4以下）。そうすれば、そこにあなたがたの平和が宿る。また、エリシャもヒゼキヤを遣わす際、「もし人に出会っても、彼を祝福してはならない」と言い、あなたも誰かから祝福を受けてはならない（列王記下4:29）と命じた。彼は、その少年が生き返ることはなく、また自分には彼を蘇らせる力がないことを知っていたからである。さて、神の人が入ると、寝台に横たわる少年を見て、ドアを閉め、五感を総動員して、少年のいる寝台へ上ったり下りたり、七回も行き来するという偉業を成し遂げた。感覚が温まると、神の御霊の御心により、少年の目が開かれた。

16. では、私たち貧しい者たちは、この世の栄光を愛し、ましてや神の栄光を愛さず、戦いの仕方を知らず、ただ安息に入ろうと急ぎ、神の寛容さを知らない私たち——神は、良い実と共に雑草も残しておられ、良い実が（適切な）成熟に達し、実を結ぶまでは、雑草を刈り取るよう命じられない——について、何を語ればよいのだろうか。そして、ヒエジウスはその生涯を全うしたが、少年を育て上げることはできなかった。なぜなら、彼は神の栄光よりも、人間の栄光を愛したからである。

17. 知恵をもって神に身を委ねることを恥じ、知恵をもって自らの傷を癒そうとし、自らの罪を自覚し、その赦しを祈る目こそ、幸いである。しかし、自分は罪がないと思い込んで時間を無駄にし、良心を踏みにじり、良心によって悔い改めに導かれることを拒み、最も小さい者であることが決して軽んじられないことだと認めようとしない者たちには、災いがある。

18. 種を蒔いた農夫が、もしそれが実を結ばなければ、それを無駄になったものと見なし、実を結ばなかったことを理由に自分の労苦を嘆くように、たとえすべての秘密を知り、あらゆる知識を持ち、多くの力や癒しの業を行い、様々な苦難に耐え、衣服を剥ぎ取られるほどに身をさらしたとしても、なお恐怖の中にあり、自分の良心に頼らず、罨を仕掛ける敵や中傷者に囲まれたままである。この言葉を聞くまでは：「愛は決して滅びず、すべてを信じ、すべてを望み、すべてに耐える」（Iコリント13:8,7）。

19. ああ、神の道とはなんと困難なことか。主ご自身が、「いのちへと通じる門は狭く、その道は細い。それを見いだす者は少ない」（マタイ7:14）と仰せられた通りである！そして、私たちのような怠惰で情欲に駆られた者たちは、神が「わたしのくびきを負い、わたしから学びなさい。わたしは心優しく、へりくだっているから。そうすれば、あなたがたの魂に安らぎが与えられる。わたしのくびきは心地よく、わたしの荷は軽い」（マタイ11:29,30）。神にあって賢く、神を畏れる者の中で、あらゆる労苦や（世からの）隔絶、沈黙、心の守り、そして（救いへの）配慮の中で、苦難を背負い上げるために全力を尽くさない者が、いったい誰がだろうか。しかし、その者でさえ、やはり自分の口で神の御名を唱えるに値しない者であると悟るだろう。私たちの中に働く情欲のために、主イエス・キリストは（この地上に）来られ、私たちの中で「肉に従って歩むのではなく、御霊に従って歩む」（ローマ8:1-4）者たちにおいて、それらの情欲を死に至らしめ、御父の御心をすべて示してくださったのである。御自身の弟子たちを教えながら、主は彼らにこう言われました。「あなたがたに命じられたことをすべて行ったら、『私たちは役に立たないしもべです。すべきことをしただけです』と言いなさい」（ルカ17:10,11）。主は、労苦を引き受け、それを守り抜いた者たちにこう言われた。なぜなら、彼らの労苦を盗もうとする略奪者がいることを知っていたからである。人は誰でも、毒のあるものを見れば、恐怖のあまりそこから逃げ出す——それが蛇であれ、マムシであれ、サソリであれ、あるいはその他の致命的な毒を持つものであれ。しかし、私たちの哀れな恥知らずな魂は、自分を死に至らしめるあらゆるものを受け入れ、そこから逃げもせず、後退することさえせず、むしろそれを楽しみ、その心と和解してしまう。それゆえ、実を結ばず不毛なまま、無駄に時を浪費しているのである。

## 24. 無執着について

1. 美德の道には転落がある。なぜなら、敵があり、誘惑があり、変化があり、豊かさがあり、節度があり、貧困があり、悲しみがあり、喜びがあり、心の病があり、苦しみがあり、心の平安があり、繁栄があり、困窮があるからだ。これは、希望に到達するための旅路であるからである。

2. 一方、無情はこれらすべてから遠く離れており、何ものにも欠けることがない。なぜなら、それは神の中にあり、神もまたその中にあるからである。無情には敵もなければ、もはや墮落もなく、不信仰も、守り抜く苦勞も、情欲への恐れも、いかなる物への渴望も、敵対する何事かへの不安もない。

3. その栄光に満ちた美德は偉大で、数えきれないほどである。誰かの心に何らかの情動への恐れがある限り、その人は無情から遠く離れている。誰かの心から非難が湧き出る限り、その人は無情とは無縁である。

4. これこそが、主イエスが受け取られた体である。それは愛そのものであり、主はご自身の弟子たちに、喜びをもってその愛を行いに表すよう教えられた。

5. 多くの無知な者たちは、まだ魂の中に情欲が宿り、その体が完全に清められていないにもかかわらず、すでにそれに達したと思い込み、正しい道から逸れてしまった。神の御名にかけて、どうか私を赦してください。

## 25. 弟子アッペ・ペトロへ

1. あなたが私に書き送ったこと——「主が、私が抱えているこの世の苦々しい心配事から私を救い出してくださるなら、自分の罪について神に悔い改めを捧げたい」——について、あなたは正しく述べた。「もしこの世の事柄から解放されるなら、心は両方のことを同時に気にすることはできないからである。主もこう言われた通りだ。『神とマモンとに仕えることはできない』（マタイ6:24）。マモンとは、この世のあらゆる行いを指す。したがって、人がそれを捨てなければ、神に仕えることはできない。

2. 神への奉仕とは、他に何があるだろうか。神を賛美するとき、心に（神とは）無関係なものを一切抱かず、神に祈るとき、欲望を抱かず、神に歌を捧げるとき、悪意を抱かず、神を礼拝するとき、憎しみを抱かず、また、神の御前に座するときに私たちに妨げる邪惡な嫉妬や、座して神にひれ伏す際に私たちに障害をもたらすもの、また神を思い起こす際に私たちの肢体に生じる恥ずべき快樂——これらすべては、哀れな魂を包み込む暗い壁であり、これらを抱えている限り、魂は清く神に仕えることはできない。これらは彼女の心に障りを生じさせ、神と出会うことも、心の奥底で神を賛美することも、愛の甘美さ、心の安らぎ、そして神から啓示を受けるという聖なる願いをもって神に祈ることも妨げてしまうのである。

3. それゆえ、心は常に曇り、神に従って歩むことができない。それは、これを賢明に切り捨てることを怠っているからである。しかし、この世の事柄を気にかけなくならなければ、これを断ち切ることに心を向けることはできない<sup>30</sup>。一つの（関心は）外に向けられ、この世の事柄、すなわち肉体の安らぎを求め、もう一つは内に向けられ、情欲の満足を求め、美德に対する妨げを築き上げる。しかし、魂は、外的なものから解放されなければ、この内的な、情欲に満ちたものを見ることができない。それゆえ、主イエスは、「自分のすべての意志を捨てない者は、わたしの弟子になることはできない」（ルカ14:26）と言われたのである。

4. 外的な配慮は意志から生じ、内的なものは外的な作用から生じる。私たちの主イエスは、どちらかの側に意志が支配していることを知っておられ、それを断ち切るよう命じられた。なぜなら、魂が外的なことに気を取られている間、心は死んでいる状態にあるため、内なる情欲はその影響を、もはや躊躇することなく（抑制なく）。したがって、もし魂がイエスの言葉——自

<sup>30</sup> パイシオスのここには次のような記述がある：「二つの事物が魂を占めている」——二つの事柄が魂を占めている、あるいは二つの心配事である。

らのあらゆる欲望を切り捨てること——に従うならば、この世のあらゆる行いを憎み始める。そしてその時、心は奮い立ち、それらを自分の家から追い出すまで立ち止まり、絶えず魂に耳を傾け、魂を守り、魂が災いをもたらしたものに逆戻りしないようにする。

5. 魂は、夫が家を離れている間、恐れも恥も感じることなく、家の中のことに（本来あるべきように）熱心に気を配らない、既婚の若い女性に似ている。ところが、夫が家に帰ってくると、彼女はすぐに恐怖に駆られて、それまでしていたことをやめ、夫の意のままにすべてに気を配り始める。そして夫も、帰ってくると、必要なことすべてについて、家のことに気を配る。心もこれと同じである。心が目覚めると、魂を気遣い、絶えずそれを守り、魂が彼と共に子を産み、彼がその子を育てるまで続く。そしてついに二人は心をついに一つにし、魂は心に服従し、使徒の書に記されているように、「夫は妻の頭である」と、魂は彼に服従する。また、「夫は、神の像であり栄光であるその頭を覆ってはならない。妻は夫の栄光である。夫は妻から出たのではなく、妻は夫から出たのである。夫は妻のために造られたのではなく、妻は夫のために造られたのである。」ともある。このゆえに、妻は頭の上に権威を持つべきであり、それは御使いためのものです。しかし、主において、夫は妻なしには存在せず、妻も夫なしには存在しません。なぜなら、妻が夫から出たように、夫もまた妻から出たからです。すべては神から出たものです」（Iコリント11:3,7-12）。

6. この言葉は、主と一つとなる恵みにあずかり、もはや（以前の）姿を持たない者たちを指している。彼らは清らかさをもって神に祈る者たちである。彼らは聖なる心をもって神を賛美する者たちである。彼らは神によって啓発された者たちである。彼らは、神が求めておられる真の礼拝者たちである。これらは、主が「わたしは彼らの中に住み、彼らと歩む」（IIコリント6:16）と語られた人々である。彼らには、もし二人が（互いに）一致すれば、主の御名によって何を願っても、すべてが彼らに与えられる（マタイ18:19）という主の言葉が当てはまる。つまり、主は、ご自身の民が、目に見えるものであれ、心の奥底にあるものであれ、あらゆる物質的なものから清くあり、また、ご自身の受肉によってご自身の体から取り除かれたすべてのものからも清くあることを望んでおられるのです。主はこう言われました。「あなたがたはわたしの中にあり、わたしはあなたがたの中にある」（ヨハネ15:4）。兄弟よ、ご覧の通り、主はまず、私たちが行いによって主の中にいることを望んでおられます。そうして初めて、私たちの力の及ぶ範囲での清さのために、主もまた私たちの中にいてくださるのです。

7. しかし、ある人はこう言うかもしれない。「私は洗礼によって御内にいるようになったが、（それにふさわしい）生活を送ることができない。」聞いてください、愛する者よ！確かに、洗礼を受ける者は、罪を滅ぼすためにそれを受けるのである。使徒が言ったように、「私たちは、洗礼によってキリストの死と共に葬られた。それは、罪の体を滅ぼし、もはや罪に仕えることがないようにするためである」（ローマ6:4,6）。なぜなら、キリストが罪と共に留まることは不可能だからである。それゆえ、もしキリストがあなたの中に住まわれるなら、罪は死に、「御霊は義のために生きている」のです。使徒がさらにこう語ったように（ローマ8:10）。なぜなら、「夫のある妻は、夫に生きている間は、律法によって夫に縛られている。しかし、もし夫が死ねば、夫の律法からは解き放たれる。したがって、生きている夫を持つ女性が他の男性と関係を持てば、姦淫を犯すことになる。しかし、もし夫が死ねば、彼女は律法から解放され、他の男性と関係を持っても姦淫とはならない」（ローマ7:2,3）。

8. したがって、キリストが自分の中に宿っているかどうかを知りたいと願う者は、自分の思いからそれを知ることができる。罪が心を惹きつけている限り、神はまだその人の中に宿っておらず、神の御霊もまだその人の中で安らぎを見出していないのである。なぜなら、神が人の内に宿られるのは、その人が（それにふさわしい）行いをしたときであり、人が神の内にいるのは、その魂が（情欲から）解放されたときだからである。使徒が言ったように、「不品行な者と交わる者は、その者と一つの体となる。しかし、主に結びつく者は、主と一つの霊となる」（Iコリント6:16,17）。なぜなら、あらゆる不自然なことは「淫婦」と呼ばれるからである。

9. さて、魂が解放され、空（すなわち、神への昇天の道）においてその道を阻むあらゆるものを乗り越えたとき、魂は神の中にあり始め、御霊から受け取るようになる——「主に結びつく者は、主と一つの霊となる」と語られている通りである。——そして主は、絶えず主に礼拝し、主に寄り添うその魂に、どのように祈るべきかを教え導かれる。また主は彼女の中に留まり、絶えず彼女を導き、安らぎを与え、その言い表せない栄光と賜物を彼女に明らかにされる。なぜなら、彼女は洗礼と御霊の吹き込みによって、御方から新たに生まれ変わるからである。それは、「神から生まれた者は罪を犯さず、悪しき者は彼に触れることはない」（Iヨハネ5:18）、「彼は神から生まれた者だからである」（Iヨハネ3:9）と書かれているとおりである。主は福音書の中でこう言われました。「もしあなたがたが悔い改め、子どものようにならなければ、決して天の御国に入ることはできない」（マタイ18:3）。また、「生まれたばかりの乳飲み子のように、御言葉の乳を渴望し、それによって成長しなさい」（Iペテロ2:2）ともあります。

10. では、子供にはどのような振る舞いがふさわしいのだろうか。子供は、殴られれば泣き、共に喜ぶ者たちと共に喜び、叱られても怒らず、褒められても驕らない。友人が自分よりも重んじられても嫉妬せず、自分の持ち物を奪われても動揺しない。相続分が少なくても、それを気にしたり、誰とも争ったりせず、自分の所有物のために執着したり、誰かを憎んだりしない。貧しくても悲しまず、豊かでも高慢にならず、女性を見ても彼女を欲しがらず、肉欲の快楽や過度な心配が彼を支配することはない；彼は誰をも非難せず、誰に対しても支配的にならず、誰にも嫉妬せず、知らないことについて自慢げに語らず、外見を理由に隣人を嘲笑せず、誰とも敵対せず、偽りを装わず、この世の栄誉を求めず、富の蓄積を求めず、金銭に執着せず；傲慢にならず、好色ではなく、情熱的に説教せず、誰のことも心配しない。もし服を剥ぎ取られても悲しまず、自分の意志に固執せず、飢えも悪人も恐れぬ。獣も争いも恐れぬ。迫害があっても動揺しない。

11. これこそが、私たちの主イエスが（模範として挙げられた）「もしあなたがたが悔い改めず、子どものようにならなければ、天の御国に入ることはできない」と言われた方である。しかし、子どもが少し成長し、その内に悪が芽生え始めると、使徒は次のように戒めている。「もはや、幼子のように、あらゆる教えの風や、人の欺きや、欺く者の策略に翻弄され、あちこちと吹き回されるような者であってはなりません。むしろ、愛に根ざして、あらゆる点においてキリストにあって成長しましょう」（エフェソ4:14,15）。また、こうも言っています。「あなたがたは、乳飲み子のように、乳を飲ませられ、まだ粉のパンは与えられませんでした。それは、あなたがたにはそれができなかったからであり、今もなおできないからです」（Iコリント3:2,3）。またこうも言われている。「相続人が幼い間は、何においても奴隷と何ら変わりがない。しかし、父の定めが満ちるまで、監督者や管理者が置かれている。私たちもまた、幼かった頃は、この世の規則に縛られていた」（ガラテヤ4:1-3）。また、「若者の欲望からは逃げなさい」（IIテモテ2:22）とも述べている。私たちにそのような幼さを捨て去るよう教え、こう言った。「兄弟たちよ、心において子供であってはならない。むしろ、悪意においては幼くあり、心においては成熟していなさい」（Iコリント14:20）。では、（真の）キリストにおける幼子とは、どのようなものなのでしょうか。使徒ペトロの言葉によれば、こうです。「すべての悪意、偽善、偽り、嫉妬、そしてあらゆる中傷を捨て去りなさい。まるで新しく生まれた幼子のように」（Iペトロ2:1）。兄弟よ、私たちの主イエスが語られた「まことに、まことに、あなたがたに言います。もしあなたがたが立ち返って、子どものようにならなければ、天の御国に入ることはできません」（マタイ18:3）という言葉の意味がわかりますか。この言葉には畏れを抱かせるものがあります。なぜなら、私たちの主は誓いを立ててこう言われたからです。「まことに、アーメン、あなたがたに言う」と。主ご自身が「アーメン」そのものだからです。なぜ使徒は、「神より偉大な者は他にいないから、神はご自身を誓いとして、『まことに』（アーメン）『わたしはあなたを祝福する』と言われた」（ヘブライ人への手紙 6:13,14）と述べたのでしょうか。

12. それでは、この言葉をしっかりと理解し、機会があるたびに、恐れと畏れをもって、あらゆる方法でこれを果たすよう努めよう。敵が、隣人への敵意という矢で私たちを傷つけたり、

誰かが私たちに侮辱したり、名誉を傷つけたり、中傷したり、あるいは隣人が私たちと議論を交わしたりしたとき、相手に譲歩するために、あるいは、不純な苦悩が私たちに締め付け始め、隣人が私たちにしたことについての邪悪な記憶を呼び起こし、怒りと憎しみで私たちの魂を曇らせようとする時、そのようなことが私たちの魂に近づこうとするなら、その時には急いで、私たちの主が誓いをもって語られた御言葉を思い起こしましょう。「アーメン、アーメン、あなたがたに言います。もしあなたがたが立ち返って、子どものようにならなければ、天の御国に入ることはできません」。この言葉を聞いて恐れない者がいるでしょうか。あるいは、自分の魂を救いたいと願う賢者の中で、隣人に対するあらゆる不快感を心から追い出さない者がいるでしょうか。あるいは、ゲヘナに落ちることを恐れる者の中で、御国から追い出されないために、心からあらゆる憎しみを断ち切らない者がいるだろうか。なぜなら、私たちの主は断固とした言葉でこう言われたからだ。「もしあなたがたが悔い改めず、子どものようにならなければ、天の御国に入ることはできない」。この言葉は、自分の意志に固執し、この世を愛し、聖霊の賜物を知らず（受け入れず）にいる者たちにとっては重いものです。なぜなら、聖霊が誰の上に降りても、その者にあらゆる悪を忘れさせ、御自身のものを教え、——怒りの代わりに柔和を、敵意の代わりに平和を、争いの代わりに謙遜を、憎悪の代わりに愛を、臆病の代わりに忍耐を。これこそが、新生に与る者たちの姿である。

**13.** それでは、偉大なる使徒が私たちに語ったことを、自らの心から断ち切り、幼子の境地に達するよう努めよう。そのことに心を配り（使徒たちは）、自らの魂からそれを断ち切った（キリストにおいて幼子となるために）、その後、再び聖なる偉大な成熟と完全さへと至った。なぜなら、主は彼らの顔に息を吹きかけられた後、「聖霊を受けなさい」（ヨハネ20:22）と言われたからである。また、ガリラヤ湖で彼らに現れたとき、「子供たちよ、何か食べるものはあるか」（ルカ24:41）と言われた。これは、御霊の吹きかけによって、主が彼らを子供たちとしたことを思い出させているのである——肉によれば、彼らは子供ではなかったにもかかわらず。またこうも記されている。「わたしと、神がわたしに与えてくださった子供たちである。」「子どもたちは肉と血に属しているから、御子もまた、彼らと同じものとなられた。それは、死によって、死の権威を持つ者、すなわち悪魔を無力化し、彼らを救い出すためである」（ヘブライ人への手紙2:14,15）。もし、あらゆる悪意を捨て去り、聖なる幼子としての境地に達した者たち以外なら、主はいったい誰の肉と血に真に同化されたというのでしょうか。そして彼らもまた、使徒の言葉通り、再び完全な者となった。「私たちは皆、信仰と神の御子に関する知識において、キリストの満ち満ちた大人に至るまで成長し、キリストの成熟した姿にかなう者となるためである」（エフェソ4:13）。そしてまた、「愛によって、御自身を創造する者の御業として、肉体の再生が成し遂げられる」（同16節）。使徒ヨハネはこのように書き、こう述べている。「子供たちよ、あなたがたは父を知ったから、……若者たちよ、あなたがたは悪しき者に打ち勝ったのだ」（Iヨハネ2:13,14）。あなたは今、悪意に満ちて若々しさを保っていた者たちが、敵に対する戦士となったことを知った。なぜなら、彼らは敵のあらゆる武器、すなわち悪意から解き放たれたからであり、そして彼らはその後、父となり、完全さの程度に達したので、知恵、一致、善、柔和、清さ——これらは柔和にふさわしい資質である——に至るまで、啓示と奥義が彼らに委ねられている。彼らこそが、自らの肉においてキリストを栄光に輝かせた者たちである。

**14.** 愛する兄弟よ、地上で起こった大飢饉（おそらく霊的なものと思われる）に励み、何事においても気弱にならず、絶えず神の慈しみに懇願しましょう。そうすれば、神は、私たちが悪意をもって悪を行い、恥知らずにも「今でなければ明日だ」と言い張る敵や嫉妬深い者の誘惑に惑わされることを許さないでしょう。そして、<sup>31</sup> が彼を打ち負かすまで、決して譲歩しないのです。なぜ絶えず祈り続けるのか。聖ダビデが言ったように、「主、わが神よ、私を見守り、私の声に耳を傾けてください。私の目を照らしてください。私が死の眠りにつくことのないように。私の敵が『彼を打ち負かした』と言うことのないように。私を憎む者たちは、私が倒れれば喜

<sup>31</sup> この箇所はパイシオスに従って訂正された。



び躍るだろう」（詩編12:4-6）。もし敵が私たちを打ち負かし始めたら、こう叫びましょう。「神よ、あなたに匹敵する者は誰か。沈黙しないでください。神よ、敵に対して柔和であってはなりません」。「神よ、あなたの敵たちは騒ぎ立て」（叫び……声を高めた）、「あなたを憎む者たちは頭を上げた。彼らは悪意をもってあなたの民を欺き」、こう言っている。「イスラエルの記憶を消し去ろう」（詩編82:2-5）。聖霊に満たされた者はこう語った。「神よ、わたしを風の前で揺れる柱、葦のようにしてください。彼らの顔を不義で満たし、あなたが全地において唯一の至高者であることを彼らに知らしめてください」（詩編82:14, 17, 19）。このように、信仰をもって奮闘する者たちは、敵に対して自らの心を強め、敵が彼らと戦う前に、キリストである聖なる岩の上に身を据え、心の強さをもってこう語る。「彼らは蜂の群れのようにわたしを取り囲み、茨の中の火のように燃え上がった。しかし、わたしは主の御名によって彼らに立ち向かった」（詩編117:12）。

**15.** 敵が、そのあらゆる狡猾さ——すなわち気力喪失（怠惰）——をもって私たちを取り囲んでいるのを見たり、肉欲の快樂で魂を緩めたり、隣人が不適切な行いをした際に怒りを向けることを妨げたり、肉体の欲望に目を向けるよう重荷を課したり、あるいは甘いご馳走を味わうように誘惑しようとしたり、隣人の言葉を私たちににとっての毒にしたり、他人の言葉を軽んじるよう促したり、あるいは「この人は良いが、あの人はない」と——そう、このようなことが私たちを取り囲むとき、気落ちすることなく、むしろダビデのように、心の強さを持ち、「主は私の命の守り手である！ たとえ軍勢が私に立ち向かおうとも、私の心は恐れない。たとえ戦いが私に襲いかかろうとも、私は主に信頼する。主からただ一つ願うことがある。それは、私の生涯のすべての日々を主の家に住み、主の美しさを仰ぎ見、その聖なる宮を訪れることである。主はわたしを隠し……、わたしを高めてくださった。今や、主はわたしの頭を敵たちの上に高く掲げてくださる」（詩編26:1, 3-6）。これは、使徒が「夜でもなく、闇でもない」（テサロニケの信徒への手紙一5:5）と言って「夜」と呼ぶ、死んだ行いから心を立ち上げた者たちにふさわしいものである。また、自らを顧みない者たちを非難して、主はこう言われた。「夜には眠る者が眠り、夜には酔う者が酔うのである」（同7節）。さらに、「主の日は、夜に泥棒がやって来るように、突然やって来る。そして、それを避けることはできない」（同2節、3節）と語られた。なぜなら、彼らは「夜」の中にいるからである。そして、夜である情欲から心を離れた者たちに対しては、こう言われた。「昼の子らよ、目を覚ましていよう。信仰と愛という鎧を身にまとい、救いの希望という兜をかぶろう」（8節）。

**16.** それゆえ、私たちは皆、死んだ行いから心を覚醒させ、魂を常に研ぎ澄まして、自然なこと以外は何もしないよう努めよう。なぜなら、預言者イザヤの言葉にあるように、私たちの本性は変わりやすいからである。彼はこう言った。「主はあなたに憐れみを示された。謙遜で、揺れ動くあなたには、慰めがなかった」（イザヤ書54, 10, 11）。なぜなら、魂は鉄に似ているからである。鉄は、放置されれば錆びるが、火で焼き上げられれば、火によって清められる。そして、火の中にいる間は、火そのものとなり、誰もそれを（手に）取ることができない。なぜなら、それは火そのものだからである。魂もまた同様である。神と共にあり、神の御許に留まっている限り、それは火であり続け、怠慢の間に魂を錆びつかせたすべての敵を焼き尽くし、そして（この火は）鉄のように、魂を刷新して清める。もはやこの世の何ものにも喜びを見出さず、もともと自身の所有物であった、授かった本来の本性に安らぎを見出すのである。しかし、その本性を離れるとき、魂は死ぬ。なぜなら、動物は水に沈められれば死ぬ。それは動物が地の本質から成っているからであり、同様に、魚も陸地に上がれば死ぬ。それは魚が水の本質から成っているからである。また、鳥類は空中にいるときは安らぎを得ているが、地上に降りると、捕まえられないのではないかと恐れる。それと同様に、自らの本性に留まっている完全な魂も、その本性を離れるやいなや、直ちに死に至る。

**17.** なぜ、その恵みに値し、その賜物を受けた者たちは、この世を自分たちにとっての牢獄と見なし、死なないために、この世と交わることを望まないのか。そのような魂は、たとえ望んだとしても、もはやこの世を愛することはできない。神の中に留まるようになる前の、かつての

自分の状態、この世が自分に何をしたか、そしていかにして自分を空虚なものにしたかを覚えて  
いるからだ。なぜなら、王の敵が都に侵入し、都の民が恐怖のあまり彼に降伏すると、敵は悪意  
に駆られて直ちに王の像を破壊し、王の法律を廃止する。その後、過酷な新たな法律を制定し、  
そこに自らの像を掲げ、ついには民衆のすべてを自らのために働かせるのである。しかし、市民  
たちが密かに真の王に「来てください、私たちを助けてください」と知らせると、王は敵に対し  
て怒りを燃やし、自らの軍勢を率いてやって来る。すると市民たちはその知らせを聞き、喜びを  
もって門を開き、王は城に入り、敵を討ち、敵が無理やり立てた像を破壊し、その法律を廃止す  
る。町は喜びに沸き立ち、真の王は自らの像と法律を回復してそこに住み、二度と誰にも支配さ  
れないよう町を堅固にし、そこに住む者たちに戦いを教え、あらゆる敵を恐れることなく立ち向  
かえるようにする。これこそが、聖なる洗礼の後、再び敵に無理やり支配され、あらゆる恥ずべ  
き策略によって屈服させられ、王の像を倒して敵自身の像と法律を立てさせられ、この世の事柄  
に心を奪われ、怠惰で不敬虔な行いを教え込まれ、そして、概して敵が望むままに魂を形作って  
しまった。しかし、ついに聖なる偉大なる王イエスの慈愛が悔い改めをもたらし——魂は喜びに  
満ちた。悔い改めが入口の扉を開き、偉大なる王キリストがそこに入り、その敵を滅ぼし、その  
姿と不義の律法を消し去り、彼女を自由にして、その中に御自身の聖なる御姿を据え、御自身の  
律法を授け、彼女のすべての感覚に戦うことを教え、ついにその魂の中で安らぎを得ておられる  
。なぜなら、彼女は御自身のものとなったからである。神の憐れみによって、魂にはこのように  
起こるのだ！

**18.** したがって、魂が王の御姿を持たない限り、神の御子の安息に入ることは不可能である  
。王の肖像が刻まれていない硬貨を、商人たちは誰も受け取らず、渡すこともなく、秤量人もそ  
れを量らず、王もまたそれを自分の宝庫に入れることを許さないのと同じである。同様に、もし  
魂が偉大なる王イエスの御姿を持たないならば、天使たちはそれを（入ることを）許さず、王ご  
自身がそれを拒み、「どうして私の御姿を持たずにここに入ったのか」と言われるのである。こ  
の像のしるしとは、愛である。なぜなら、御自身こう言われたからである。「あなたがたが互い  
に愛し合うなら、それによって、あなたがたがわたしの弟子であることが、すべての人にわかる  
であろう」（ヨハネ13:35）。しかし、魂が分裂し、神を求めつつもこの世のものを愛している  
とき、その愛が私たちの中に宿ることはあり得ない。鳥が片翼だけで、あるいは何かを身にま  
ったまま飛ぶことができないのと同じように、魂もまた、この世の何かに縛られている限り、神  
に従って歩むことはできない。必要なものを備えていない船が航行できないのと同じように、  
魂もまた、何らかの美德を持たなければ、情欲の波を乗り越えることはできない。船乗りたち  
が立派な服や手袋、長靴を身につけず、（必要に迫られた場合）裸でなければ泳ぐことができ  
ないのと同様に、魂もまた、この世のあらゆるものから解き放たれていなければ、悪意に満ち  
た敵対する霊たちの波を乗り越えることはできない。王の敵と戦うために出陣する戦士が、あ  
らゆる武具を身につけていなければ敵に立ち向かうことができないのと同様に、修道士もまた  
、何らかの美德を持たなければ、情欲に立ち向かうことはできない。城壁に囲まれた都市にお  
いて、壁の一部が破壊されると、敵はそこへ侵入しようと、その破壊された部分に全注意を向  
け、そこから入り込もうとする。たとえ門に警備兵がいたとしても、破壊された部分が修復さ  
れなければ、彼らは敵に立ち向かうことはできない。同様に、修行に励む修道士も、何らか  
の情欲に支配されている限り、敵に立ち向かうことはできず、完全さの境地に達することは  
できない。

**19.** これを語るのは私だけではなく、聖書もまたそう述べている。創世記には次のように記  
されている。「神はノアに言われた。『この世代において、あなただけが義人であり、完全  
である』」（創世記7:1）。また、アブラハムに対しても、神はこう言われた。「わたしの  
前で無垢でありなさい。そうすれば、わたしはあなたと永遠の契約を結ぶ」（創世記17:1,7）。  
イサクは、息子のヤコブを祝福する際、彼にこう言った。「わたしの神があなたを強め、  
あなたが神の御心すべてを成し遂げることができるようになさいますように」（創世記28:1-）。  
また、民数記にはこう記されている。「誓いを立てている者は、ぶどう酒、ぶどう酢、シケール、  
および（ぶどうから）生じるすべてのもの、骨に至るまで、それらを口にすることはしない」（民  
数記

6:1-4)。また、申命記にはこうある。「もし敵と戦うために出陣するときは、敵があなたの手  
に渡されるまで、あらゆる悪しき言葉から身を守れ」（申命記 23,9-）。「これらの七つの民族  
のうち、息のある者を一人も残してはならない。彼らが、わたしに対して罪を犯すようにあなた  
を誘惑することのないように」（申命記 20:16, 18）。「彼らはこれほど多いのに、いつ彼らを  
滅ぼすのか」と言う者たちに対し、臆病になってはならないと教え、こう言われた。「一年で彼  
らを滅ぼすことはできない。そうすれば、地が荒れ果て、野の獣があなたの上に増えふくらむこ  
とになる。しかし、少しずつ、あなたがたが増え、強くなるまで…… 神はあなたの境界を広げら  
れる」（申命記 7章22節）。また、神は彼らに何度も命じて言われた。「注意せよ。わたしがあな  
たの目の前から滅ぼそうとしているカナン人々と、決して契約を結んではならない」（同7章2節  
）。

**20.** また、ヨシュアがエリコを包囲してそれを破壊したとき、神は「それを、そしてそのす  
べてのものを呪え」と言われた（ヨシュア記 6:16）。さらに、ヨシュアがガイの住民たちと戦お  
うとしたとき、アハルが盗んだ、呪いにかけていたわずかな品物のせいで、イスラエルは敵  
に立ち向かうことができず、彼らの前から逃げ出した。そこでヨシュアは顔を地に伏せて神の前  
で泣き、こう言った。「主よ、イスラエルを敵の手から救ってください」（ヨシュア記 7章8節）  
、そして「私はどうすればよいのでしょうか」。すると、主の軍勢の長が彼に言った。「『イス  
ラエルよ、あなたには誓いが課されているゆえ、敵に立ち向かうことはできない』」（同13節）  
。そして（イエシュアは）、アハルを滅ぼすまでは、もはや戦場に出なかった。また、神がサウ  
ルから王位を奪われたのも、アマレクに関する誓いのためであったことがわかる。さらに、ヨナ  
タンが「自分の杖を（一歳の熊の肉に）浸し、それを自分の口に入れた」という理由から、「そ  
の日、神はイスラエルの祈りを聞き入れなかった」（サムエル記上 14:27, 37）。また、伝道の書  
は、ほんのわずかな情欲でさえ美德の力を打ち砕くことを教えており、次のように述べている。  
「死んだハエは、油の甘さを腐らせる」（10:1）。エゼキエルもまたこう言っている。「義人が  
その『義の道』から迷い出て、不義を行う日、わたしは彼の顔に病を与え、その義を覚えはしな  
い」（エゼキエル 18:24）。また、使徒はこう言っている。「わずかなパン種でも、生地全体を膨  
らませる」（ガラテヤ 5:9）。アナニアとその妻サッフィラは、畑の売り上げから（自分たちの分  
として）横領し、嘘をついたとき、この些細な行いのために、たちまち使徒たちの足元に倒れ、  
息を引き取った。また、ヤコブはこう言っている。「律法全体を守っても、ただ一つの点で罪を  
犯せば、すべてに違反したことになる」（ヤコブ 2:10）。

**21.** 私たちを神のもとへ立ち返らせるよう励まして、神はエゼキエルを通してこう語ってお  
られる。「不義の者がその不義の道から立ち返り、正義と公正を行う日、わたしは彼の不義を覚  
えず、彼は生き続ける」（18:21）；「わたしは罪人の死を望まず、彼が立ち返って生きること  
を望む。立ち返れ。イスラエルの家よ、あなたがたは皆、死に向かっている」（33章11節）。また  
、エレミヤもこう語っている。「イスラエルの家よ、わたしに立ち返れ。そうすれば、わたしは  
あなたがたに憐れみを示そう、と主は言われる」（エレミヤ書 3章 12; 36,3）。さらに：「倒れた  
者が起き上がらないことがあろうか。背を向けた者が立ち返らないことがあろうか。なぜ、エル  
サレムにいるわたしの民は、恥知らずなまでに背を向け、自分の思い通りに固執し、立ち返ろう  
としないのか。主はこう言われる」（エレミヤ書 8,4.5）？「わたしに立ち返れ。そうすれば、  
わたしもあなたがたに立ち返る」（マラキ書 3,7）。また、主イエスはこう言われた。「もしあ  
なたがたが人々の罪を赦すなら、あなたがたの天の父もあなたがたを赦してくださる。もし赦さ  
ないなら、あなたがたの父もあなたがたを赦さない」（マタイ 6:14,15）。同様に、使徒もこう言  
っている。「あなたがたのうち、だれかが何らかの過ちを犯したなら、霊的な者たちは、柔和の  
霊をもって、その人を正しなさい」（ガラテヤ 6:1）。また、ヤコブはこう言っています。「兄  
弟たちよ、もしあなたがたのうち、だれかが真理の道から迷い出たなら、それを正す者がいれば  
、その人は、罪人をその迷いの道から立ち返らせた者は、その魂を死から救い、多くの罪を覆う  
ことになることを知れ」（ヤコブ 5:19,20）。

22. これら聖書の証言はすべて、私たちが（なすべきことを行う）労苦の中で、隣人に対して悪意を抱いていないか、あるいは（何かを）許さず怒りを抱いていないかを自ら吟味するよう促している。そうしなければ、私たちの労苦が台無しになってしまうからだ。そのような場合、敵に迫害されるその時、私たちの主イエス・キリストも私たちを助けてはくださらない。なぜなら、主ご自身が、ある者たちを厳しく叱責してこう言われたからである。「悪しき僕よ、あなたが私に懇願したので、私はあなたの負債をすべて免除した。あなたもまた、あなたの債務者を赦すべきではなかったのか。そして怒り……彼を拷問人に引き渡し、全債務を返済するまで留め置いた。あなたがたも、心から兄弟たちの罪を赦さないなら、天の父もあなたがたに同じようにされるであろう」（マタイ18:32-35）。兄弟よ、もし自分の心の中、神の御前で何がそこにあるのかを知りたいと願うなら、毎日自分自身を省みよ。そこには（兄弟に対する）非難や、憎しみ、嫉妬、あるいは軽蔑はないか。もしそのような毒があなたの心に植え付けられたなら、（そのとき）主イエスが語られた御言葉を思い起こしなさい。「あなたがたが、兄弟一人ひとりの罪を心から赦さないなら、あなたがたの天の父も、あなたがたに同じようにされるであろう」。ゲヘナに落ちることを恐れる者は、その恐ろしい裁きが自分に下らないよう、心からあらゆる悪意を追い出さなければならない。兄弟よ、自分の心に注意を払い、敵に対して警戒しなさい。彼らはその悪行において極めて狡猾だからである。悪を行う者が善を行うことは不可能であるが、善を装って悪を行うことは可能である、というこの言葉の真実を、心の中で確信しなさい。

23. それゆえ、私たちの救い主は、私たちに彼ら（敵）に対して警戒するよう教えられ、こう言われた。「命に至る門は狭く、その道は細く、それを見出す者は少ない。広い門と広い道は滅びへと通じるものであり、そこを通る者は多い。だから、『偽りの預言者たちに気をつけなさい。彼らは羊の衣をまとしてあなたがたのところに来るが、内側は貪欲な狼である。』」（マタイ7:14, 13, 15, 16）。では、彼らの実とは、私たちの心をそれへと傾けさせようと、あらゆる不自然なことを押し付けてくること以外、何であろうか。しかし、心を尽くして神を愛する者たちを、偽預言者たちは自分たちの教えで決して説得することはできない。使徒の言葉にあるとおりである。「誰が私たちが神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮屈か、迫害か、飢えか、裸か、危険か、剣か。『私は知っている。死も、生も、御使いたちも、支配者たちも、現在のことや未来のこと、高い所も、深い所も、その他のいかなる被造物も、私たちが神の愛から引き離すことはできない』と。見よ、わが兄弟よ、心を尽くして神を愛する者たちがどのようなものであるか。この世のいかなるものも、彼らを神の愛から引き離すことはできないのだ。

24. ですから、何か有害なものがあなたを神の愛から遠ざけないよう、自分自身に注意を払いなさい——金であれ、銀であれ、住まいであれ、快樂の甘美さであれ、憎しみであれ、侮辱であれ、言葉による心の傷であれ、あるいは蛇が私たちの心に注ぎ込むあらゆる他の毒であれ。（自分の中にそのようなものを見出したとしても）動揺してはならない。むしろ、主の御言葉に従ってモーセが造った青銅の蛇に、速やかに視線を向けよう。モーセはそれを山の頂上の木に掲げ、蛇に噛まれた者が誰でも、すぐにそれを見上げ、癒やされるようにしたのだ。私たちの主イエス・キリストは、この青銅の蛇に似ておられます。（蛇は）敵であり、その言葉に従ったために、アダムは神の敵となっていました。私たちの主イエスは、私たちのために、罪を除いてあらゆる点でアダムに似た完全な人間となりました。一方、青銅の蛇は、（外見上は）神の敵であった者に似てはいますが、邪悪な思いも、毒も、悪意も持たず、這いずり回ったり、ヒス音を立てたりすることもなく、敵の息吹も持ち合わせていません。この予型を、私たちの主イエスは、アダムが蛇の口から味わった毒を消し去るために成就された。そして、不自然なものとなっていた本性が、自然なものへと戻った。これと同様のことを（神は）モーセに言われた。「あなたの手に持っているのは何ですか。」彼は言った。「杖です。」神は（彼に）言われた。「それを地に投げなさい。」彼はそれを地に投げると、それは蛇となった。モーセはそこから逃げ去った。主はモーセに言われた。「手を伸ばして、その尾をつかみなさい。」彼は手を伸ばしてその尾をつかむと、それは彼の手に杖となった」（出エジプト記4, 2-4）。その後、神はさまざまな時

に彼に語りかけられた。「(蛇に変わりやすい)杖を取り、ファラオの目の前でエジプトの川をそれをもって打て。そうすれば、その水は血に変わる。」 また、「それをもって紅海を打て。そうすれば、海は干上がる」とも、さらに「あなたが手に持っている、海を打ったその杖を取り、岩を打て。そうすれば、岩から水が湧き出る」とも言われた(出エジプト記7,19;14,16; 民数記20,8)。

**25.** かつて敵であり蛇であった者が、私たちの主イエス・キリストの足跡をたどることで、杖へと変えられ、敵の誰一人として彼に立ち向かうことができない様子が見えるだろうか。この秘跡は実に偉大である。なぜなら、もし蛇が私たちの中にその毒をまき散らしたとしても、私たちは急いで十字架に架けられた御方を見上げるからです。これらすべて(苦しみ、十字架、死)は、私たちのために御方がなされたことです。そして御方は、変わることなく、御自身を憎む者たちに憤ることなく、厳しい言葉も発することなく、すべてに耐え忍ばれ、まるで青銅の蛇( )のように不動のままでおられました。それゆえ、もし私たちが御言葉に耳を傾け、御足跡に従うならば、隠れた蛇たちの咬み傷から守られるでしょう。「モーセが荒野で蛇を掲げたように、人の子もまた掲げられなければならない。それは、彼を信じる者がだれも滅びることなく、永遠の命を得るためである」(ヨハネ3:14,15)と語られた主の力と助けがある。これこそが、御方の足跡に従うこと、すなわち、御方によって癒やされることである。では、私たちはどのようにして癒やされるのか。御方が(そのために)力強いと信じるならば、である。なぜなら、荒野で蛇に噛まれた者たちに対して、銅の蛇そのものが彼らを癒やしに來たのではなく、蛇に噛まれた者が信仰をもってそれを見つめ、癒やされたからである。そこでは、神の御言葉を信じなかったために、蛇に噛まれて多くの者が死んだ。使徒が言ったように、「彼らのようにキリストを試みてはならない。彼らは試みて、蛇に噛まれて死んだのである」(Iコリント10:9)。

**26.** 兄弟よ、今なお、イエスを試みようとする蛇が魂の中にいることを知っていますか。彼を試みるということは、すなわち、彼の戒めについて問うこともなく、またそれらを守らないこと以外、何でしょうか。次のように書かれている通りです。「ある律法学者が、イエスを試みようとして尋ねて言った。『先生、律法の中で、どの戒めが最も重要でしょうか。』 イエスは彼に言われた。『心を尽くし、魂を尽くし、思いを尽くし、全き誠実をもって、あなたの神、主を愛せよ。これこそが、律法と預言者たちのすべてにかなうものである』」(マタイ22:35-40)。ほら、問うだけで行わない者たちが「誘惑者」と呼ばれているのがわかるか。それは、目に見えない蛇の毒から彼らを救うことのできる「青銅の蛇」を信じようとしなからだ。だから、自分の心を守り、落胆してはならない。「罪深い人間である私が、どうして徳を守れるだろうか」などと言ってはならない。なぜなら、人が自分の罪を捨てて神に立ち返るとき、悔い改めは彼を新たに生まれ変わらせるからです。使徒が言うように、「私たちが地上の姿を着たように、天上の姿も着るのです」(Iコリント15:49)。ほら、神は人に悔い改めによって変容し、それによって全く新しい者となることを与えてくださったのだ。

**27.** 赤ん坊が母の胎内にいる間、母は刻一刻とあらゆる悪からその子を護り続ける。もし赤ん坊が泣き出せば、母は自分の乳首を口に含ませ、頬を軽く叩いて威嚇し、畏れを持って母乳を飲み、生意気な心を持たないようにさせる。もしそれで赤ん坊が泣き出せば、母は自分の胎内の実であるかのように憐れみ、慰め、口づけし、慈しみ、赤ん坊が乳首を咥えるまで世話を焼く。赤ん坊に金や銀、真珠、あるいはこの世のあらゆる他の物を示しても、彼はそれを見ることはあっても、母の懷にいる限り、すべてを軽んじて、母の乳首を味わうことに没頭する。父親は、なぜ働かないのか、あるいはなぜ敵と戦うために戦場へ出ないのかと、赤ん坊を叱ったりはしない。なぜなら、赤ん坊はまだ幼く、それができないからだ。足はあるが、それに立つことはできず、手はあるが、武器を握ることもできない。そうして、母親は赤ん坊が少しずつ成長するまで、寛大に彼を受け入れるのである。彼が少し成長し、誰かと取っ組み合いを始め、相手に地面に倒されても、父は彼がまだ子供であることを知っているのだから、そのことで彼を怒ったりはしない。やがて彼が成人すると、彼が父の敵に対して敵対するかどうか、その本性が明らかになる。その時、父は彼を自分の息子として、自分の務めを託すのである。しかし、両親が彼のために費や

したあらゆる労苦の末、成長した彼が両親にとって災いとなり、両親を憎み、両親の教えに従おうとせず、両親の敵と結託するようになれば、両親は彼への好意を捨て、彼を家から追い出し、相続分も与えないことにする。

**28.** 兄弟よ、私たちも自分自身を顧み、悔い改めの庇護の下にとどまるよう自らを奮い立たせよう。その乳首から乳を受け入れ、それが私たちを養うようにしよう。目に見えるすべてのものを軽んじ、その乳が私たちの口の中で甘美なものとなるようにしよう。その教えの軛を背負い、それが私たちをより熱心に守ってくれるようにしましょう。もし敵と戦って、幼子のように打ち倒されたなら、その御前で泣き叫び、私たちの父に、私たちを傷つけた者たちへの復讐を懇願してもらいましょう。私たちの心のあらゆる欲望を切り捨て、旅人であることを愛そう。そうすれば、それがアブラハムのように私たちを救ってくれるだろう。ヤコブのようにその御手の下に身を委ね、私たちの父からの祝福を受けよう。モーセが憎んだように、私たちの心の欲望を憎み、その庇護の下に守られて、自分を殺そうとした者たちに立ち向かった（悔い改め）ように、あらゆる肉欲の甘美から解放された者として生きよう。エサウのように、それが私たちを憎むことのないよう、それを軽んじてはならない。敵の地において、それが私たちを高めてくれるよう、その清さを保とう。ナビンの子イエス、すなわち「しもべ」が言うように、「ナビンの子イエス、その若者は幕屋から決して出なかった」（出エジプト記33:11）と、常にそれを良き庇いとして持ち続けよう。私たちの心に落胆の余地を与えず、それが私たちを約束の地で相続権を失う者とならせないようにしよう。あらゆることに謙遜を愛し、カレブのように、蜜と乳の流れる地に入ることを熱望しましょう。アハルのように滅ぼされないよう、有害なものを何も欲しがらないようにしましょう。ラアブのように、その（悔い改めた）良心を愛し、それが刻一刻と私たちを碎き、誘惑の時に救ってくれるようにしましょう。エリヤの息子たちのように滅ぼされないよう、いかなるご馳走による喉の快楽も愛してはならない。サムエルのように、良心に咎められず、隣人に悪を行うことのないよう、あらゆる不正から身を守ろう。他者への邪惡な嫉妬を愛してはなりません。そうすれば、悔い改めがサウルのように私たちを拒絶することはないでしょう。隣人に悪で報いないことを愛しましょう。そうすれば、悔い改めがダビデのように私たちを悪から守ってくれるでしょう。自画自賛や虚栄を愛してはなりません。そうすれば、それがアベサロムのように、私たちを私たちの父の御前から追い払うことのないように。しかし、謙遜と誠実を愛しましょう。そうすれば、それがソロモンのように、私たちを私たちの父のすべての敵に対する復讐者とするでしょう。あらゆるものからの完全な放棄を愛し、あらゆる死んだ行いから自分の体を抑制し、テスピのエリヤのように、敵に対して勇敢な心を受け入れよう。快楽を追い求めたり、情欲にふけったりしてはならない。そうすれば、悔い改めがアハアブのように私たちを滅ぼすことはないだろう。イスラエル人ナブテヤのように、その聖なる嗣業を失わないよう、死に至るまで奮闘しよう。神にあって私たちの父たちにすべてにおいて従順であり、あらゆる自己の意志を切り捨てよう。そうすれば、彼らへの完全な服従によって、エリシャのように、彼らの祝福が私たちの上に留まるであろう。銀を愛する者や、偽りの人当たりが良い者になってはならない。そうすれば、ヒエゼヤのように懲罰が私たちに降りかかることはないだろう。あらゆる点において忠実な人々を、自分自身よりも愛そう。そうすれば、ソナミ人のように、悔い改めが私たちを祝福してくれるだろう。恥ずべき行いを熱心に好む者となってはなりません。そうすれば、バビロンの王によって火あぶりにされたアヒヤやセデキヤのように、神の御前から滅ぼされることがないでしょう。私たちの魂のために、死に至るまで罪を憎みましょう。そうすれば、スザンナのように、患難の時に助けが得られるでしょう。様々なご馳走を貪らないようにしましょう。そうすれば、ネブカドネツァルの食卓から食事を与えられていた者たちのように、それが私たちを見捨てることがないでしょう。あらゆることにあって苦難を愛しましょう。そうすれば、アザリヤと共にいた者たちのように、それが私たちを喜ばせてくれるでしょう。バビロニア人のように、信者たちに不平を漏らすような悪賢さを持たないようにしましょう。ダニエルのように、日々の祈りを怠るよりは死を選ぶと願ったように、肉の怠惰に甘んじることなく、私たちの（祈りの）務めを果たそう。神は、御自身を愛する者たちを誘惑から守り、悪しき者たちを滅ぼす力をお



持ちだからである。かくして、神への信仰こそが、義人（ダニエル）にとって、獣たちを子羊や雄羊に変えたのである。悔い改めの神は祝福され、神に愛された者（悔い改め）と、神の御心（悔い改め）の軛の下に自らの首を屈めた者は、神の御心によって上から新たに生まれ変わるまで、神に祝福される。

**29.** それゆえ、兄弟よ、人は大きな分別を必要とし、あらゆる肉欲を断ち切り、迷わず、また（悔い改めの）敵の手に落ちることのないよう、すべての歩みにおいて注意深く自制しなければならない。このように、自己義認への傾きは彼を鍛え上げ、罪人への非難は彼を遠ざけ、怠惰な者への軽蔑は彼を断ち切る。これについて『箴言』にはこう記されている。「*彼女の家は狭い。怠け者のパンは食べない。彼女は夫のために上質な衣を縫う。それは、遠くから商売を行う船のようだ。富を蓄える*」（箴言31:27,22,14）。それでは、この言葉からその意味を理解しよう。商人は船に荷を積む際、一種類の（商品）だけではなく、利益が得られると知っているあらゆるものを積み込む。誰かが損失を被っているのを見ても、その人と競おうとはせず、富を築き、自宅で安らかに暮らしている人々と競う。彼は損失を招くものからはすべて背を向け、利益を生むものはすべて借り受け、やがて自分自身のものを購入する。彼にとって不変の原則はこうだ。利益を得たものについては、再びそれを買入れることに心を配り、また（その他のことについては）、自分を羨ましがらず、富を築き、自宅で安らかに過ごしている人々に尋ね、これをいくらで売れば、あれをいくらで買えるかを知ることである。神に妨げられることなく出会いたいと願う魂も、まさにこれと同じである。一つの事柄だけでは満足せず、（救いのために）あらゆる有益な事柄を模索する。もしある事柄が損失を招くと知れば、損失を被らないようそこから逃げる。

**30.** さて、わが兄弟よ、あなたは自らをイエスの商人と呼んだのか。それならば、その名にふさわしい者となるよう努めよ。その王の商売は、いかなる損を招くものからも遠く離れている。彼にとって損となるものは、次のようなものである。人間の栄光、高慢、自己正当化、傲慢、人を傷つける言葉、貪欲、自慢、娯楽への愛。これらすべてはイエスの商人にとって損となるものであり、もし彼らが自分の店にこれらを置いているなら、イエスに喜ばれることは不可能である。さあ、兄弟よ、自分自身を省みてみよ。あなたの中には何があるか。あなたの心が、あなたの感情を吟味し、そのうちのどれが神に実を結ぶものであり、どれが罪へと引きずり込むものかを確認せよ。あなたの目は、快樂の甘美さに魅了されていないか。あなたの舌は、厚かましさに打ち負かされていないか。あなたの心は、人間からの称賛に甘んじているのを見ていないか。中傷があなたの耳を喜ばせてはいないか？ これらすべては知性にとって害となる。『レビ記』にはこう記されている。「アロンにこう告げよ。『*清い動物のうち、欠陥のあるものをわたしの祭壇に捧げてはならない。そうしなければ、あなたは死ぬことになる*』」（レビ記22章18節、20節）。アロンは知性の象徴である。敵は（通常）その悪を義なる行いに混ぜ込むため、（神は）それらを神に捧げる前に、死なぬよう点検するよう命じられたのである。死ぬということは、すなわち、観想の状態から墮ち、その感覚を汚そうとする者たちと結託することを意味する。

**31.** これこそ、イエスを愛し、イエスに信頼を置いた者たちの言葉である！ そして、彼らの魂は、あらゆる美德に飾られた花嫁となり、聖なる鏡を持つようになった。それは使徒の言葉のとおりである。「*私たちは皆、主の栄光を覆いのない顔で仰ぎ見ながら、その姿に倣って、栄光から栄光へと変えられていく。主の御霊によるのである*」（Ⅱコリント3:18）。なぜなら、「*今は鏡に映るように、また謎めいたように見ているが、その時には、顔と顔を合わせて主を見るようになる*」からである（Ⅰコリント13:12）。それゆえ、清さによって主の花嫁となった者たちは、まるで鏡を見るかのように自分自身を見つめ、その顔に何らかの欠点がないか、そしてそれが花婿の目に留まらないかを確認する。なぜなら、主は処女たち、すなわち汚れのない清らかな魂を求めておられるからである。リベカについて「*彼女は非常に美しい容姿を持ち、まだ男を知らなかった*」（創世記24:16）と記されているように。また、預言者はこう言っている。「*王のもとに処女たちが彼女の後に従って来られ、彼女に誠実な者たちがあなたのもとに従って来られる*」（詩編44:15）。「*連れて来られる*」という言葉は、主の聖なる人性を指し、「*彼女に誠実な者*

たち」という言葉は、主への献身を指している。聖なる洗礼による再生が、彼女たちをあらゆる古きものから新しくし、悔い改めが彼女たちを清め、あらゆる古きものを忘れ、もはやそれを思い起こさない聖なる処女たちとするからである。預言者が彼女たちに言ったように：「娘よ、聞き、見よ。耳を傾け、あなたの民と、あなたの父の家を忘れよ。そうすれば、王はあなたの美德を慕うであろう」（詩編44:11,12）。そして、悔い改めによって清められ、主と一体となったその清らかさゆえに、天のすべての勢力は彼女に驚き、こう言うでしょう。「この昇り来る白く清められた者は誰か。その兄弟によって確かなものとされている者」（雅歌8:5）と。

**32.** それでは、涙を流しながら、私たちの全力を尽くして、少しずつ努力を重ね、古い人の行いを脱ぎ捨て、あらゆる有害な行いから身を守り続けよう。そうして、主の愛が私たちに臨み、この世の像を取り除き、私たちの心に天の聖なる御像を刻み込んでくださるまで。そうして、使徒が言ったように、「私たちは地上の像を身にまとったのだから、天の像を身にまとう」ように、あらゆる悪徳から清められ、主の御心に適う者となり、あらゆる悪徳から清められ、使徒が言ったように、「私たちは地上の姿を着たように、天上の姿を着るのです」（Iコリント15:49）。使徒は、罪が犯されて以来、罪のない人間など一人もいないこと、そして悔い改めによって人は再び罪のない新たな姿へと立ち返ることができることを知っていた。それゆえ、戒めに背いた行いを捨て、すなわち、憐れみを示し、人間の奴隷の身を引き受け、人を秘められた楽園へと導き、御自身のすべての聖なる美德を授け、清さである命の木の実を味わわせてくださった、私たちの主イエス・キリストの聖なる戒めを行うよう、私たちに告げたのである。御自身の中に現されたものであり、また、命の木の道——すなわち、彼ら（信者たち）を常を守る御自身の聖なる御言葉の知識——を守ろうと向き合う、炎の武器を持つケルビムたちを鎮め、また、かつて陥った苦い奴隷状態を思い起こさせ、再びそこへ戻らないよう、蛇のあらゆる言葉から彼らの耳を遮り、御自身の尊い血によって彼らを贖われた方に絶えず感謝するよう教えられた。主は、十字架によって彼らの奴隷の証書を消し去り（コロサイ2:14）、彼らを兄弟であり友であるようにされ（ヨハネ15:14; 20:17）、恵みによって御霊を彼らの上に注ぎ、彼らの心を安らかにされた後、こう言われた。「わたしは、わたしの父であり、あなたがたの父である方、わたしの神であり、あなたがたの神である方のところへ上って行く」（ヨハネ20:17）。さらに、「父よ、私がいるところに、彼らも私と共にいることを願います。私があなたが私を愛してくださったように、彼らを愛したからです」（ヨハネ17:24, 23）。また、主は、この言葉をすべての人について語られたのではなく、自分の意志を捨てて主の聖なる御心に従い、この世のあらゆる欲望を自ら断ち切った者たちについて語られたことも、私たちに示されました。主はこう言われたからです。「わたしは彼らを世から選び出した。それゆえ、世は彼らを憎む。彼らは世に属していないからである」（ヨハネ15:19; 17:9, 14）。ご覧の通り、この世のものを捨てた者たちこそが、主イエスの花嫁となるにふさわしい者とされたのです。彼らは主と一つとなっており、使徒が言ったように、「それゆえ、人は父と母を離れて、妻に結びつき、二人は一つの肉となる。この奥義は偉大である。すなわち、私はキリストと教会について語っているのだ」（エフェソ5:31,32）。また、彼はこうも言っている。「私は、福音によって、キリスト・イエスに関する神の約束の共同相続人、共同執事、共同参加者となるためである」（エフェソ3:6）。ご覧の通り、主と一つの体となるにふさわしい者とされた者たちの中には、御聖霊も宿っておられるのです。そして御聖霊は彼らを助け、彼らを顧みておられます。主が言われたように、「あなたがたが語るのではなく、あなたがたのうちにおられるあなたがたの父の御霊が語るのである」（マタイ10:20）。また、使徒もこう言っています。「しかし、神は御霊によって、私たちに啓示していただきました。御霊はすべてのことを、神の奥義までも、すべて見抜かれるからです」（Iコリント2:10）。「私たちは」と彼はさらに言います、「キリストの心を持っています」（同16節）。では、キリストの心が、どうして何らかの罪について考えることがあり得ましょうか。

**33.** 兄弟よ、あなたの心でこの神秘に深く思いを巡らせてほしい——地上のあらゆる種は、家畜であれ、獣であれ、這うものであれ、鳥であれ、自分と同じ種と交わり、異種とは交わらないのだ。なぜ神は（それらを）すべてアダムのところに連れてこられたのか——彼に似たものが

いるかどうかを見るためである。しかし、そのようなものは見つからなかった。なぜなら、それらは彼と同じ本質ではなかったからである。そこで神は、アダムの肋骨の一つを取り、それを彼の妻として造られた。それは、彼女をその夫から取り出したからである。この偉大な秘跡は、キリストの花嫁となる者たちにも見られる。なぜなら、彼らは再生によってキリストの本質から生まれ、またキリストの聖なる体から生まれたからである。使徒が言うように、「私たちは皆、キリストにおいて一つの体であり、互いに一員である」（ローマ12:5）。また、「私たちは、その御体の一部であり、その肉と骨から成っているのです」（エフェソ5:30）ともあります。お分かりでしょうか、主が何を望んでおられるのか。それは、人があらゆる点で主に似ることです。エバがアダムから生まれたように、あらゆる点で彼に似ているのです。なぜなら、もし私たちが家畜のような無知、あるいは獣のような貪欲、あるいは鳥のような気まぐれ、あるいは爬虫類のような毒を持っているならば、そのような魂は、主の花嫁となることはできないからです。なぜなら、それらは主の行いに従っていないからです。兄弟よ、神が、人が神に倣い、あらゆる不自然さから清められ、神の花嫁となるにふさわしい者とされることを、いかに望んでおられるか、お分かりだろうか。魂は自らの行いによって、自らの思いを知る。もしその魂が（御霊の）行いを行うならば、（明らかに）聖霊がその魂に宿っている。なぜなら、（御霊の）行いは魂を無情な状態から再生させるからである。そして、主が言われたように、聖霊がそのような魂に宿らないということはあり得ない。「もしあなたがたがわたしを愛するなら、わたしの戒めを守りなさい。『そうすれば、わたしが父に願い求め、別の助け主、すなわち真理の御霊をあなたがたに与える』」（ヨハネ14:15-17）。また、使徒もこう言っている。「あなたがたは、イエス・キリストがあなたがたのうちにおられることを知らないのか。それとも、あなたがたはそれほど無知なのか」（Ⅱコリント13:5）。

**34.** ほら、もし誰かがイエスの行いを備えていないなら、その人は未熟であり、イエスの花嫁ではないということだ。すべての乙女たちは自分のランプを準備したが、行いを備えていなかった者たちは戸の外に取り残された。海に投げ込まれた網は（あらゆる種類の魚を）集めたが、御国に受け入れられたのは（良い魚だけ）である。雑草は小麦と共に育ったが、収穫の時が来ると、束に縛られて火の中に投げ込まれた。ぶどうの枝はすべてぶどうの木に残っていたが、実を結ばなかったものは火に投げ込まれた。羊は山羊たちと一緒に草を食んでいたが、主は羊だけを御自身のもとに導き入れ、山羊たちは外に捨てられた。種を蒔く人はすべての種を等しく蒔いたが、良い土で育ったものだけが彼を喜ばせた。銀（タラント、ムナ）を与えた者は、差別なくそれを与えたが、それを倍増させた者だけが彼に喜びをもたらした。皆が婚礼に招かれたが、（王は）婚礼の衣装を着ていない者を永遠の暗闇に投げ込むよう命じた。これらの言葉は私たちにも関係がある。なぜなら、私たちは皆、信仰を持っていると口では言うが、神の御業を行わない者は、主が「招かれた者は多いが、選ばれた者は少ない」（マタイ22:14）と仰ったように、主によって外へ投げ出されるからである。

**35.** 兄弟たちよ、主にお会いする前に、自らを省み、自らの行いを吟味しましょう。自分の心の肉的な欲望に従って行動する者たちを見ないようにしましょう。そうしてこそ、必要な時に得られるはずの、あの莫大な富を台無しにすることのないのです。その富を得るために奮起し、残さなければならぬものは、敵であるかのように軽蔑しましょう。滅びゆく（富）の世話に全労力を費やした者たちについて考えよう。彼らはそれらを捨てて去り、主の足跡に従って主の花嫁となるにふさわしい者とされることを望まなかったため、その代償としてゲヘナを受け継いだのである。それゆえ、私たちは神の御前で涙を流し、心を痛め、内なる嘆きをもって努めよう。そうすれば、（神が私たちを許してくださるよう）、彼らのそのような恥辱に陥ることはないだろう。なぜなら、海で嵐が起きて多くの船が沈没しても、他の船がまだ無傷で残っているとき、人々は「私たちも彼らのように深淵に沈んでしまうだろう」とは言わず、互いに落胆しないよう励まし合い、神に助けを懇願するからです。まことに、地上の動揺は甚大です。それゆえ、私たちはあらゆる手段を尽くして労苦に励み、滅びることのないよう主に叫び求めよう。そうすれば、海で嵐が起きたときでさえ、船長は常に、船員や乗客の中に、自分を励ましてくれる人々を

見出すことができるのだ。（我々は知らなければならない。）もし人があらゆる滅びをもたらすものから身を清めなければ、この波濤の激しい海から救われることはできない。モーセもまた、海を渡り、その一族をエジプトに留めて奴隷にしようとした者たちの死を目にするまでは、主への賛歌を歌うことはできなかった。そして、彼らを無事に渡らせ、彼らが完全に自由になったとき、初めて彼はこう叫んだ。「主を賛美しよう。主は栄光を現された。馬と騎手を海に投げ込まれた」（出エジプト記15:1）。

**36.** このように、心が魂の感覚を肉の欲望から救い出し、それを乗り越えたとき、その「観想の柱」が魂を肉の欲望から切り離すのである。その後、もし神が、情欲が魂に襲いかかり、その感覚を罪の中に留めようと望んでいるという恥知らずな姿を目にし、その一方で心が内なる秘められた場所で絶えず神にひれ伏しているのを見れば、神は彼に御自身の助けを送り、それらすべてを一挙に根絶やしにする。それは次のように記されているとおりである。「主はモーセに言われた。『なぜわたしに叫び求めるのか。イスラエルの子らに命じて、身支度をさせよ。そして、あなたの手に持っている杖を取り、それを海の水の上に下ろせ。そうすれば、海は干上がる』」（出エジプト記14:15,16）。神は今もなお、モーセに（助けの）御手を差し伸べ、エジプト人の手からイスラエルの民を救い出そうとしておられる。エジプト人とは、私たちが従ってきた欲望そのものである。そうすれば、私たちもまた、神に新しい歌を歌い、「主を賛美しよう。主は栄光に満ちておられる」と唱えることができるだろう。しかし、もし私たちが敵に執着し、自らの意志でエジプトに目を向け、そこをご馳走を渴望し、アロンにこう強要しているのなら、どうして「主は栄光に満ちておられる」と言えるだろうか。「私たちのために神々を作ってくれ」と、私たちをエジプトへ導いてくれるような神々を（出エジプト記32:1）——そして、もし私たちが臆病さゆえにこれほどまでに卑しめられ、霊的な糧を冒瀆しているのなら。しかし、神は力強く、私たちを怒らせたあの突く子牛を滅ぼすために、モーセを山から私たちのもとへ戻してくださる。悔い改めを授けてくださった神は、再び私たちを御自身のもとに引き戻し、モーセを強めて私たちのために祈らせ、「もし彼らの罪を赦すなら赦し、もし赦さないなら、私を命の書から消し去ってください」（出エジプト記32:32）と、私たちのために祈るようモーセを力づけ、また、嫉妬に満ちた狡猾さによって約束の地を自らの所有物とした七つの民族を滅ぼすために、時宜を得てイエスに力を授けてくださいますように。そうして、イスラエルが自らの嗣業を受け継ぎ、嫉妬されることなく、世々限りなくそこに住むことができますように。アーメン。主こそが力であり、助けであり、覆いであり、知恵であり、守りである。主イエス・キリストは、私たちの中にいます。父なる神と聖霊の栄光と誉れのために、世の初めから、今も、そして世々限りなく。アーメン。これを読んだら、兄弟よ、その実行にも心を配り、試練の時に主があなたを覆ってくださるよう努めなさい。アーメン。

## 26. イザヤの弟子アッバ・ペトロが伝えた言葉

**1.** 私の父はこう言った。「是正すべきことを正すよう、勇気を出しなさい。清さは神に祈る。神への畏れと（あらゆる事において）自分を律することは、罪を遠ざける。もし人の心に復讐の悪意があるなら、その祈りは無駄である。この時代の（事柄に関する）助言や言葉を求めようとしてはならない。また、あなたに尋ねる者に対しても、それを与えてはならない。絶えず、あなたの中で語りかける者たちの声に耳を傾け、そのうちの誰の言葉に従うべきかを見分ける恵みを神に祈り求めよ。口ではあることを言いながら、心の中では別のことを思うことのないよう、自らの力を養え。

**2.** また、神の前で理性をもって自らを低くし、謙遜をもって戒めに従うことは愛をもたらし、愛は無情をもたらすと語った。

**3.** また、沈黙を守る者は、毎時、自分を試みなければならない、と語った。すなわち、自分を空中に留めておくべき者たちを通り過ぎたか、そして、まだここにいる間に彼らから解放されたか、と。なぜなら、彼が彼らの奴隷である限り、まだ（彼らから）解放されていないからである。なぜ、神の恵みが彼に与えられるまでは、彼には労苦が待ち受けているのか。

4. 彼はまたこう言った。「心に非難を抱く者は、神の恵みから遠く離れている。」私がこのことについて彼に尋ねると、彼はこう答えた。「もしあなたが私たちの主イエス・キリストに従いたいと望むなら、その御言葉を守りなさい。もし彼と共に古い人を十字架につけたいのなら、あなたを十字架から引きずり下ろそうとする者たちを切り捨て、屈辱に耐える準備をし、あなたを憎む者たちの心を和らげ、自らを謙遜にし、自分の欲望を制し、口を閉ざし、心の中で誰をも非難してはならない。」

5. また、沈黙の中にいる者は、神との出会いを恐れる心を持たなければならない、と彼は言った。その恐れは、神の息吹に先んじるほどでなければならない。なぜなら、罪が彼の心を惹きつけている限り、彼の中にその恐れはまだ成就しておらず、神の憐れみも彼からはまだ遠いからである。

6. またこう言った。「悲しいことに、我々は口には無情を語りながら、心には不法と悪を抱いているのだ。」

7. またこうも言われた。「もし人が、死に至るまで、愛するイエスが身にまとわれたような体にするよう努めないならば、喜びをもって主と出会うことはなく、苦い奴隷状態からもまだ解放されない。」

8. そして、さらにこうも語った。「憐れんでください！ 憐れんでください！ 憐れんでください！ 魂は一体どこまで堕ちてしまったのか！ どれほど清らかに創造されたのに、今やどのような支配下にあり、どのような虚しさに縛られていることか！」

9. またこうも言った。「この肉体にある間は、どうか自分の心を緩めてはならない。なぜなら、人は、穀物が自分の畑に生え始めたばかりの間は、それが穀倉に収められる前に何が起こるか分からないため、その実を何一つ期待できないのと同じように、人は『鼻の穴に息がある限り』（ヨブ記27:3）。また、人は最期の息を引き取るまで、どのような試練に遭遇するかわからないのと同様に、息がある限り、人は自分の心を緩めてはならず、常に神に助けと憐れみを求めて叫び続けなければならない。」

10. 私は彼に尋ねて言った。「父よ、謙遜の知恵とは何であり、何がそれを生み出すのですか」。すると彼は私に言った。「従順、謙遜のうちに苦労なく自らの意志を切り捨てること、清さ、侮辱に耐えること、隣人の言葉を苦にせず受け入れること——これこそが謙遜の知恵である」。

11. 彼はまた言った。「キリストに出会う前に、新しい人を獲得した者は幸いである。」使徒もまた、「肉と血とは、神の国を相続することはできない」（Iコリント15:50）と述べ、さらに「あなたがたのうちに嫉妬や争いや不和があるなら、あなたがたは肉に属し、人間的な生き方をしているのではないか」（Iコリント3:3）とも言ったではないか。

12. またこうも言われました。私たちが敵からこのような苦難に遭っているのは、自らの罪を正しく認識せず、理性を伴った嘆きを経験しなかったからです。もし私たちの中に嘆きが現れていれば、それは私たちの罪を明らかにしてくれたでしょう。しかし、もし私たちが自分の罪を真実に直視するようになれば、その時には、目の前にいる人々、あるいは恥知らずな女性たちさえも、直視することさえ恥ずかしく感じるだろう。なぜなら、彼女たちは私たちよりも正直だからである。彼女たちは神を知らないがゆえに、あのような厚かましきで罪を犯しているが、私たち信者であるにもかかわらず、私たちの心は罪に染まっているからだ。

13. 彼はまたこう言った。侮辱に耐え、神に従って自分の意志を隣人に譲り、敵が間に割り込む隙を与えないこと——これこそが、行動する人間を明らかにする。なぜなら、もし誰かが冴えた知性を持ち、理性を働かせて主イエスの足元にひざまずいているならば、その人は、愛する主から切り離されないために、自らの意志を切り捨てるよう努めるようになるからである。一方、あらゆる事において自分の意志を固持する者は、信者たちとさえ和解することがない。なぜなら、臆病、怒り、そして兄弟に対する憤りが、至る所でその心を付きまとうからである。「話しても、聞いても、私には何の影響もない」と言う者は、導かれて入っても、連れ出されても光を見ることのできない盲人のようだ。太陽に起こる事象からこれを理解せよ。わずかな雲が流れ

込んでも、その光と暖かさは覆い隠されてしまうのだ。しかし、これはすべての人にとって明らかなことではなく、知恵を持つ者たちだけに明らかである。

14. 再びこう言った。「常に自分の罪を見つめている人は、誰とも話すための言葉を持たない。」

15. さらにこう言った。「この世にあるすべてのもの、そして肉体の安らぎを憎め。それらはあなたを神の敵にするからだ。敵を持つ者がその敵と戦いを繰り広げるように、私たちも自分の肉体と戦い、それに安らぎを与えないようにしなければならない。」

16. さらにこう言った。「神を愛する行い手は、自分のあらゆる思いに耳を傾け、それらと相談し、それらが自分の肉体から生じたものかどうかを吟味しなければならない。なぜなら、不自然なものがその体のどの部分にも力を持っている限り、その人はまだ処女とは見なされないからである。」

17. 私は彼に尋ねた。「福音書の祈りの言葉『御名が聖とされますように』とは、どういう意味ですか」。すると彼は言った。「これは完全な者たちに関するものである。なぜなら、情欲に支配されている私たちの中で、神の御名が聖とされることは不可能だからである」。

18. 彼はまたこう言った。「私たちの古の教父たちは、世からの離脱とは、肉体からの逃避（肉体を容赦しないこと）であり、死について考えることであると説いた。」

19. 再び、隣人との和解について語り、和解のないところには神も宿らないと述べた。自らの罪を認める者は、和解も見出す。なぜなら、罪を消し去るのは住まいの場所ではなく、謙遜な知恵だからである。ダビデは、ウリヤとの罪を犯した際、自分の罪について神に捧げるべきものとして、次の言葉以外には何も見出せなかったという。「神へのいけにえは、砕かれた霊である。砕かれ、へりくだった心を、神は軽んじられない」（詩編50:19）。

20. また、臆病さと他者への非難は、心を反逆で満たし、神の光を見ることを妨げると語った。

21. またこう言った。「魂を墮落させる次の三つの情欲、すなわち利欲、虚栄心、安逸を愛する心から逃れる力を養いなさい。それらは魂を支配すると、魂が成長することを妨げるからである。」

22. さらにこう言った。「もし、修道室に座っている時に、隣人を裁こうという（思い）が浮かんだなら、自分の罪を（基準として）彼を裁き、自分の罪の方が隣人よりも多いと結論づけなさい。また、もし自分が正しい行いをしていると思うなら、それが神に喜ばれるものだと考えてはならない。」体の健やかな部分は、病んだ部分を気遣い、世話を焼く。「私にも彼と同じところがある」と言い、彼が回復するまで彼に同情する。冷酷な者は心の中でこう言う。「私は決して罪を犯したことはない」。しかし、謙遜を身につけた者は、隣人からの非難を自ら引き受け、「これは私が罪を犯したのだ」と言う。（謙遜を）軽んじる者は、自分が賢明であり、誰をも傷つけたことは一度もないと心に思い込んでいるが、神を畏れる者は、美德のうちの一つでも失われないう、その維持に心を砕く。

23. さらにこう言った。「もし、修道室に座って、沈黙のうちに神への礼拝（レイトルギアン）を捧げているとき、あなたの心が神のものではない何かに傾いているのに、それを罪ではなく、単なる思いに過ぎないと考えるなら、その沈黙の中で捧げられた礼拝は真のものではないと知れ。もしあなたが、「神は、私が沈黙の中で捧げた心の奉仕を受け入れてくださる」と言うならば、（認めなければならないのは）あなたの心が沈黙の中で悪と結ばれているとき、その沈黙は神の前で罪として数えられるということである。

24. 私が彼に尋ねると、彼はこう言った。「戦いの時も平和の時も、助けを見出せない者は、信じることはできない。」

25. 彼は再び教えについて語り、教えを説くことには、自分が教えていることに背いて罪を犯さないようにという恐れが付きまとう、と述べた。なぜなら、ひとたび罪を犯せば、教えることはできなくなるからである。



26. 彼は再び聖体拝領についてこう言った。「ああ、私は悲惨だ！ ああ、私は悲惨だ！ なぜなら、もし私が神の敵たちと交わるなら、どうして神との交わりなどあり得ようか。それゆえ、私は自分自身に対する裁きと非難を招く形で聖体拝領を行っているのだ。なぜなら、私たちが語っている言葉はこうである。「聖なる者は聖なる者に」、すなわち、聖なる者こそがこれらの聖なる（秘跡）を受けるにふさわしい、ということだ。しかし、もし私が聖なる者であるなら、私の中で働いている者たちは一体誰なのか？

27. 私は彼に尋ねて言った。「神への畏れとは何ですか」。すると彼は私にこう言った。「神のものではない何かに傾く者は、神への畏れを持っていない」。

28. 私はさらに彼に尋ねた。「神のしもべとは何ですか？」すると彼は私にこう言った。「情欲に支配されている限り、その人は神のしもべとは見なされない。しかし、その人に支配されている者こそが、その人のしもべである。」

29. 私は再び言った。「ああ、私は悲惨だ！ ああ、私は悲惨だ！ 恵みを得るために、自らを清める努力をしなかったからだ。ああ、私は悲惨だ！ ああ、私は悲惨だ！ キリストと共に王となるために、戦いで敵に打ち勝つ努力をしなかったからだ。他者に隷属している者が、どうして自分の王に近づくことができようか。ああ、私は悲惨だ！」 ああ、私は悲しむ！ 主よ、あなたの御名が私の上にながら、私はあなたの敵のために働いている。ああ、私は悲しむ！ ああ、私は悲しむ！ 私の神が忌み嫌う食物を口にし、それゆえに神は私を癒やしてくださらない。

30. 彼が病気のとき、私は彼を訪ね、彼がひどく苦しんでいるのを見つけた。彼の苦しみによって私の心が悲しんでいるのを見て、彼は私に言った。「このような病に襲われてこそ、あの苦い時をкаろうじて思い出すことができる。しかし、肉体の健康は（そのような行いには）役に立たない。」 肉体は、神に敵対するために強健な健康を求めるが、日々潤されている木は枯れることなく、（その性質に従って）実を結び続けるのである。

31. 彼は再び言った。「人は、神の戒めを守るために、勇敢で偉大な心を持つ必要がある。」

32. 彼はまた言った。「ああ、私は悲惨だ！ ああ、私は悲惨だ！ 私の前には、知っている者も知らない者も、告発者たちが立ちまわり、私は彼らを拒むことができない。ああ、私は悲惨だ！ ああ、私は悲惨だ！ 告発者たちがいるのに、敵たちが私の体のどの部分一つも、主の御前で健全なまま残しておいてくれなかったというのに、どうして私は主と主の聖徒たちにお目にかかることができるだろうか！」

33. 私は彼に尋ねた。「沈黙を守る者は、何をすべきでしょうか。」すると彼は私に言った。「沈黙を守る者には、次の三つの（美德）が必要である。絶え間ない畏れ、常に祈ること、そして自分の心に決して緩みを与えないことである。」

34. また、沈黙を守る者は、自分に益のない言葉を一つも耳にしないよう自制しなければならない、と彼は言った。なぜなら、それはその者の労苦を台無しにするからである。

35. また、アッバ・セラピオンについてこう語った。ある長老が彼に「愛を現しなさい。あなたが自分自身をどのように見ているか、教えてくれ」と尋ねたところ、彼はこう答えた。「私は、塔の上に立ち、外を眺めながら、通り過ぎる人々に近づかないよう手を振っている人のようだ。」すると、彼に問いかけた長老はこう言った。「私は、まるで自分の周りに柵を築き、それを鉄の錠で閉ざしたかのようだ。だから、誰かがノックしても、そこに誰がいるのか、どこから来たのか、何を求めているのか、どんな人なのかが分からず、その人が去るまで門を開けないのだ。」

36. 彼は再び言った。「心を痛めて主を求める者は、理にかなった願いを捧げ、心を痛めて主を熱心に求め、この世の何ものにも縛られず、ただ自分の力を尽くして、自分の魂を神の裁きの座に傷一つない状態で立たせることができるよう、畏れをもって魂を顧みる者であれば、主はその願いを聞き入れてくださる。」

## 27. 「自らに注意せよ」（申命記15:9）について

1. 私たちの主イエス・キリストが神であり、言い表せないほどの栄光と偉大さをお持ちでありながら、私たちのために模範となられ、「その足跡に従う」（Iペテロ2:21）と、私たちのために、極めて偉大であらゆる度合いを超越する謙遜をもって御自身を低くし、しもべの姿をとり、貧しくなり、辱めを何とも思わず、多くの恥ずべき侮辱に耐え忍ばれた。そして、聖書に記されているように、「屠られる羊のように、また、毛を刈られる小羊のように、彼は声を上げず、その裁きは、へりくだりをもってなされた」（イザヤ書53章7節、8節）——（ついに）私たちのために、大きな侮辱を伴って死に至られた。それは、私たちもまた、主の戒めと私たち自身の罪に従い、誰かが私たちを、正当であろうと不当であろうと、侮辱したり中傷したりしても、喜んで耐え忍ぶためであり、ましてや——言うまでもなく——死に至るまで（追い詰められたとしても）、屠殺される羊のように導かれ、愚かな家畜のように、決して反論することなく、むしろ、もし可能ならば祈りながら、あるいは少なくとも沈黙を守り、大いなる謙遜をもって耐え忍ぶことができるように。

2. 神のために侮辱や不名誉にさらされ、それらを喜んで、平然と耐え忍ぶことが、魂にとって大いに有益であり、救いとなることを信じ、自分自身にしっかりと耳を傾けなさい。自分の罪ゆえに、私はこれ以上の苦しみを受けるに値するものであり、主のために何らかの苦しみや不名誉を被るにふさわしいのだと心に留めなさい。それは、多くの苦しみや辱めを通して、たとえばほんのわずかな点であっても、私の神の苦しみに倣う者となれるかもしれないからである。そして、あなたを侮辱した者たちのことを思い出すたびに、彼らを、あなたに大きな恵みをもたらしてくれた者として、心から誠実に祈り、決して彼らに対して不平を言ってはならない。

3. よく心に留めておきなさい。権力欲や名声欲——栄光や名誉、あるいは人間からの称賛を求める欲望——を、死のような大いなる災い、自らの魂の破滅、そして永遠の苦しみとして軽蔑し、徹底的に憎むように。また、自分が何か特別な存在であるとか、何らかの美德を成し遂げたとか、誰かより優れているなどと考えるはならない。また、あらゆる恥ずべき欲望や肉欲の快楽を、些細なものであっても断ち切ること； また、必要のない相手との交際や、他人の身体に触れること、そして時宜に合わないわずかな食事さえも許してはならない。このように自らを律し、些細なことから身を守ることによって、重い（罪）に陥ることなく、また、些細なことを軽んじることで、少しずつ大きな罪を犯すことのないようにせよ。

4. 心から、そして真に、自分こそがすべてのキリスト教徒の中で最も卑しく、最も罪深い者であると敬うよう、細心の注意を払え。常に、泣き、謙虚になり、嘆き悲しむ魂を持ち続けよ。そして、不適格者であり愚か者であるかのように、常に沈黙を守り、そもそも必要のないことは一切口にするな。

5. 常に心に留め、永遠の火と永遠の苦しみ、そしてそこに裁かれた者たちを目の前に思い浮かべ、自分を生者の一人であるよりも、むしろそこにいる者の一人であるかのように自らをみなせ。

6. 私たちの主が私たちのために死んで復活されたことを心に留め、もはや自分自身のために生きるのではなく、「私たちのために死んで復活された」（IIコリント5:15）主のために生きよう、しっかりと心に刻みなさい。そして、あなたが常に主の御前にあり、主があなたの心を見通しておられることを確信し、大胆に信仰を持って歩みなさい。

7. 神の御心に従う準備を常に整えておくよう、よく心に留めなさい。それが死であれ、生であれ、あるいはいかなる苦難であれ、全き願いと信仰をもって従い、また、あなたに降りかかるであろう偉大で恐ろしい試練、苦難、苦しみ、そして最も苦い死を常に待ち望みなさい。

8. 神の御前にある者として、たとえば些細なことでも、神の御心なしには何事も行わないよう、自分自身に細心の注意を払いなさい。何をしようとも、話すにせよ、行うにせよ、誰かのところへ行くにせよ、食べるにせよ、飲むにせよ、寝るにせよ、あるいは他に何かしたいことがあっても、まずそれが神にかなうことかどうかを確かめ、なぜそれを望むのかその理由を告白し、

それから神の御前にふさわしいように行いなさい。このように、あらゆる行いや言葉において神に告白し、神とのより深い親交と、神に対するより大きな大胆さを得るようにしなさい。

9. 誰かに何かで傷つけられ、悲しみや怒りが心に生じたときは、まず祈りによって自分の心を鎮めるまで、沈黙を守り、ふさわしいこと以外は何も語らないよう、自分自身に細心の注意を払いなさい。そして、その後によりやく兄弟と話し合いなさい。もし兄弟を（戒める）必要があり、自分が怒りや動揺の状態にあると気づいたなら、さらに動揺を深めないよう、決して彼に何も言ってはならない。しかし、自分と彼の双方が穏やかな心持ちと柔和さにあるとわかった時、その時に初めて、戒める者としてではなく、思い出させる者として、あらゆる謙遜をもって彼に語りかけなさい。

10. 毎日、死であれ、あるいは大きな苦しみや災いであれ、自分に降りかかる試練を待ち受けるよう、自分自身に細心の注意を払いなさい。そして（それが訪れた時には）、*「多くの苦難を経てこそ、私たちは神の御国に入るにふさわしいのである」*（使徒言行録 14, 22）と心に留め、喜んで、動揺することなくそれを耐え忍びなさい。

11. 自分に注意深く耳を傾けなさい。言葉であれ、行いであれ、思いであれ、あなたの前に何が待ち受けていようとも、決して自分の意志や安らぎを求めず、神の御心を注意深く探り、それを完全に実行し、たとえそれがどれほど困難に見えても、天の御国のためにそれを耐え忍び、実行しなさい。それが、あらゆる人間の知恵よりもあなたにとって有益であると、心から信じなさい。なぜなら、神の戒めは永遠の命であり、*「主を求める者は、いかなる善も欠けることがない」*からである（詩篇 33:11）。

12. 常に神の御前にいる者として、自分自身に細心の注意を払い、誰からも何も期待せず、信仰をもって、すべてを唯一の神からのみ受け取るようにしなさい。そして、何が必要であっても、神に祈り、その必要が神の御心によって満たされるようにしなさい。あなたが持っているすべてのものについて、それらをすべて与えてくださった神に、常に感謝しなさい。もし何かを失ったとしても、決して人に頼ってはならない。同様に、悲しんだり、誰かを非難したりしてはならない。むしろ、心穏やかに、動揺することなくそれを受け入れ、心の中でこう考えなさい。*「私の罪ゆえに、私はもっと大きな苦しみを受けるに値する。しかし、もし神が私を憐れんでくださるなら、そうしてくださるかもしれない。」*もしそのように心構えをすれば、神はあなたのあらゆる必要を満たしてくださるでしょう。

13. 自分自身に細心の注意を払い、神が義なる労苦の報いとしてそれを送ってくださっていることを確かめるまでは、決してそれを受け入れることに同意してはならない。そして、それが確かであれば、心穏やかにそれを受け入れなさい。しかし、それが不正や争い、あるいは欺瞞や偽善によるものであるとわかったら、それを拒絶し、捨て去りなさい。*「主を畏れる心のあるわずかなものの方が、恐れのない大きな宝よりもましである」*（箴言 15: 16）と心に留めなさい。

14. 自分自身に細心の注意を払い、沈黙を守るよう自らを律しなさい。そうすれば、神はあなたに戦い、奮闘する力を与えてくださるでしょう。もし誰かがあなたに話しかける必要があり、あなたがまず自分自身で、その必要が祝福されたものであり、この場合、神の御心に従って沈黙するよりも話すほうがよいと悟ったならば、そのときは、神への畏れと戦慄をもって、顔を伏せ、敬意を込めたふさわしい言葉を用いて、よりやく口を開きなさい。誰かと話すときは、愛ゆえにあまり多くを語らず、できるだけ早く黙りなさい。何か尋ねられたら、必要なことだけを答え、それ以上は何も語ってはならない。

15. よく心に留めておきなさい。淫行を慎むのと同様に、目、耳、舌、そして触覚による情欲も慎むように。自分の目は常に自分自身と自分の手仕事にのみ向け、他の人に向けないようにしなさい。ただし、そこに祝福すべき必要性があると見極めた時だけは例外とする。また、女性や、容姿端麗な男性を、必要がない限り決して見てはならない。自分の耳が、誰かに対する悪口や、無益な会話を聞くことを許してはならない。あなたの口は黙し、必要がない限り決して語ってはならない。

16. 愛する者よ、これを読むとき、その（実行）に全力を尽くし、試練の時に神があなたを覆ってくださるように。アーメン。

## 28. 悪の枝について

1. 悪の枝について語る必要がある。それは、人が情欲とは何か、そしてそれが自分を神から引き離すものであることを知り、それぞれの情欲について神の慈しみを祈るためである。そうすれば、神の助けが人とともにあり、神が彼に（それらと戦う）力を与え、彼がそれらを完全に振り払うことができるようになるまで支えてくださるであろう。それらは魂の傷であり、魂を神から引き離すものだからである。

2. それらから脱却した者は幸いである。なぜなら、その人は、神の祭壇にふさわしい賢明な羊となり、主の喜びに満ちた声を聞くからである。「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入れ」（マタイ25:21）。しかし、肉欲に従って自分の欲望を満たそうとし、清くなるために悔い改めという聖なる治療によって自らを癒そうとしない者たちは、いざという時に、美德という衣を身にまとい、裸のままであり、悪魔が住む漆黒の闇に投げ込まれることになる。悪魔は、次のような情欲の衣を身にまとっている。淫行、情欲、金銭への執着、悪口、怒り、嫉妬、虚栄、高慢。これらこそが（悪の）枝であり、それに類するものは数多くある。例えば、節制の欠如、身体の装飾、娯楽、怠惰、滑稽な言葉、恥知らずな視線、拡大への執着、良心の欠如、神の裁きへの無関心、隣人への嫉妬、兄弟に対する嘘、人に媚びる心、偽証、誤った知識、教えたいたいという欲求、世の慣習への愛着、臆病、焦り、隣人への憎しみ、自己批判の欠如（無自覚と自己満足）、神の栄光よりも人間の栄光を愛すること、人々から称賛されるために自分の行いを誇示すること、美食への愛、心における肉欲の満足、自己抑制（あるいは自己卑下）の欠如を誘惑として崇めること、自分の知識を誇ること、論争好き、自分の意志を押し通そうとすること、自分を賢明で知恵ある者と見なし、兄弟を愚か者と見なして軽蔑すること。

3. これらすべては、貧しい魂の中で働き続け、やがてその魂を神から引き離してしまう。これこそが、アダムが木の実を口にしたときに自ら背負った重い重荷である。まさにそれらについて、「彼は私たちの弱さを引き受け、私たちの病を負った」（イザヤ書53章4節...）と語られているのである。まさにそれらを、私たちの主イエス・キリストは十字架によって滅ぼされた。それらは、新しいぶどう酒を注ぐことのできない古びた皮袋である。それらは、ラザロを縛っていた布である。それらは、キリストが豚の群れに送り込んだ悪魔たちである。これこそが、使徒が脱ぎ捨てるよう命じた「古い人」である。これは、彼が「肉と血とは、神の国を相続することはできない」（Iコリント15:50）と語ったことである。これは、彼が「もしあなたがたが肉に従って生きるなら、死ぬことになる」（ローマ8:13）と語ったことである。これこそが、アダムが楽園から追放されたとき、アダムの地が生み出した雑草である。

4. しかし、キリストの負うべき重荷は軽い。それは、怒りのない清さ、善良さ、柔和さ、霊の喜び、情欲の自制、すべての人への愛、聖なる思慮、揺るぎない信仰、苦難への忍耐、自分をこの世の異邦人のように見なすこと、そして、この肉体を離れてキリストに会うことを切望することである。これこそが、キリストが私たちに負うよう命じられた軽い重荷である。これこそが、聖人たちがそれを成し遂げるまでに多くの労苦を背負った道である。これこそが、古い人を脱ぎ捨て、そこから解放され、愛を獲得し、その愛によって万物に対して無憂無慮とならなければ、誰も到達することのできないものである。しかし、この世の何かを愛している限り、この愛を私たちの内に宿すことはできません。聖書にこう記されている通りです。「主の食卓と悪魔の食卓とを同時に受けることはできません」（Iコリント10:21）。また、イザヤはこう言っています。「火が燃えていることを、誰があなたがたに告げ知らせるのか。永遠の場所を、誰があなたがたに告げ知らせるのか。（もしそうでなければ）義に歩み、正しい道を語り、不法と不正を憎み、贈り物から手を振り払い、耳を塞いで血の裁きを聞かず、目を閉じて不正を見ない者こそ、堅



固な岩の洞窟の高き所に住み、彼にはパンが与えられ、その水は確かなものである」（イザヤ書 33,14-16）。

5. ご覧なさい、この短い期間に奮闘し、自らの苦難に耐えることによって世の重荷を振り払った者たちに、神がいかに大きな栄誉をお与えになるかを。また、自らの欲望を切り捨て、神の御心に従ったがゆえに、神の助けがいかに彼らに降り注ぎ、彼らの内にあるあらゆる情欲を消し去るかを、ご覧なさい。一方、自らの欲望に固執し、それを満たそうとする者たちは、「**霊によって始まる**」ものの、自らの欲望を満たしたいという欲求ゆえに敵に立ち向かうことができず、「**肉によって終わる**」（ガラテヤ3:3）ことになり、自らの労苦を虚しく、実りのないものにしてしまう。このことについて、預言者エレミヤは彼らを叱責し、こう言っている。「**主の業を怠慢に行う者は、みな呪われる**」（エレミヤ書 48:10）。

6. ご覧の通り、もし神に仕えようと願いながら、情欲に支配されて働く者がいるならば、神は彼らと共におられず、彼らの意志のままに任せて、彼らを憎む者たちの手に引き渡されるのではないだろうか。そして、彼らが人々から求めている名誉の代わりに、神が助けに来て敵を打ち砕くまで、敵に立ち向かわなかったという理由で、彼らは侮辱を受けることになる。このように、あらゆる聖書が示すように、労苦や汗、苦難なしに、人は神に聞き入れられることはない。

7. それゆえ、私たちは心の底から、涙と苦しみをもって神の恵みを祈り求め、主のゆえにあらゆる人に従い、兄弟たちの前でも、自分より賢い者たちとして自らを低くし、誰に対しても悪に悪で報いることなく、心の中で誰に対しても悪を思わないで、すべて心をつにして、この世の肉的な必要について、あるいは「これは私のものだ」などと言わず、日々自分の心を測り、どこまで達しているかを確認し、不浄なことを考えないように保ち、——自分の肉体を満腹から遠ざけ、それが私たちに情欲の満足を求めないようにし——肉体は魂の前に謙虚になり、魂は理性に従い、あらゆる汚れから清められた花嫁となり、その花婿を呼び求めてこう言うのです。「**わが兄弟よ、あなたの果樹園に下りてきて、その実を食べてください**」（雅歌 5:1）。

8. さあ、兄弟たちよ、彼へのそのような大胆さを得て、彼がおっしゃった「**わたしがどこにしようとも、彼らもわたしと共にいるようにしたい**」という御言葉を、私たちも聞くことができるよう、努めよう。父よ、あなたがわたしを愛されたように、わたしも彼らを愛したからである。「**あなたはわたしの中に、そしてわたしは彼らの中にいる**」（ヨハネ17:23,24）。どうか、聖三位一体、すなわち同質にして始原なき御方が、私たちに憐れみを施し、裁きの日に、御自身のすべての聖徒たちと共に、私たちが安息を得ることができますように。御方に、世々限りなく栄光と権威がありますように。アーメン。

## 29. 嘆き

1. ああ、私たちよ、情欲に溺れ、働き存在である私たちは、この世の一時的な不法な肉欲の耽溺のゆえに、主の栄光を仰ぐことができないとは！

2. ああ、私たちよ。朽ちるものが朽ちないものを相続しない（Iコリント15:50）というのに、私たちは朽ちないものを軽んじ、朽ちるものに抑えきれないほど執着しているとは！

3. ああ、哀れな私たちよ。虫や膿へと朽ち果てるべきこの肉体を、罪の中で養い、私たちを永遠に苦しめる火も、眠ることのない虫も恐れないとは！

4. ああ、哀れな私たちよ。不浄によって汚されたこの肉体を、キリストを愛する人々は礼拝し、口づけしているのに、私たちは、死をもたらす罪をその内に秘めた、石灰を塗られた棺のような存在なのだ！

5. ああ、哀れな私たちよ。食物や甘味への節制を欠くことによって、私たちは自らの内に種子の萌芽を蓄え、それによって不法な肉欲の交わりに駆り立てられてしまうのだ！

6. 哀れな私たちよ、朽ちるものと朽ちないものを区別せず、神聖で恐るべき正義を恐れないとは！

7. ああ、私たちよ、善を行うことには臆病でありながら、悪を行うことには熱心で、すぐに行動してしまうとは！

8. ああ、哀れな私たちよ。永遠の光の友となるべき私たちの体を、永遠の闇の友にしてしまったとは！

9. ああ、私たちよ、人の子となられ、父なる神と同質であられる方が、私たちのために受肉されたにもかかわらず、私たちの中に頭を休める場所を持たれないのに、邪悪な狐や狡猾な霊たちが、私たちの中に巣穴を作ってしまったとは！

10. ああ、哀れな私たちよ。心正しい者たちは、裁き主の前に、自らの魂を汚れなく、体を聖く、汚れのないものとして差し出すが、私たちは、魂が汚され、体が不浄であるにもかかわらず、永遠の苦しみというただ一つの裁きを待たなければならないのだ！

11. ああ、哀れな私たちよ。不義とあらゆる不潔さを貪りながら、聖人たちの栄誉を自分たちに求めているとは！

12. ああ、私たちには悲しみがある。多くの罪を犯した罪人でありながら、聖なる者や悪意のない者たちの間で、あたかも清く自由であるかのように振る舞っているのだから！

13. ああ、哀れな私たちよ。罪に満ちているくせに、私たちよりはるかに優れた者たちを戒め、教え込もうとしているとは！

14. ああ、哀れな私たちよ。自分の目には梁があるのに、あたかも汚れのないかのように、兄弟たちの（小枝のような）ごく些細な過ちを裁き、怒りをぶつけているとは！

15. ああ、私たちよ、他者には重く耐え難い荷を負わせながら、自分たちはまるで体が最も弱々しいかのように、その荷に（指一本でさえ）触れることを拒んでいるとは！

16. ああ、私たちよ、神聖な修道生活において未熟でありながら、恥じることなく、他者に実践的な徳を教えようと急ぐとは！

17. ああ、私たちよ、かつての罪を忘れ、新たな罪についても苦しみも涙も流さないとは！

18. ああ、私たちよ、神の助けと恵みによって善きスタートを切ったにもかかわらず、今や肉欲に溺れてしまったとは！

19. ああ、哀れな私たちよ。不浄な思いに深く沈み込み、まるで自分の罪が見えないかのように、「私たちはそうした罪を犯しただろうか」と問うとは！

20. ああ、私たちよ、食べたり飲んだりする際、過食によって私たちの内に起こる戦いを思い起こさないとは！

21. ああ、哀れな私たちよ。悪魔が私たちの中に淫らな記憶をかき立てるや否や、すでにその思いに同調して、それを受け入れる準備ができているのだ！

22. ああ、私たちには悲しみがある。神聖な祈りや熟考を伴う聖書の朗読を捨て、空虚な空想や無駄話に日々を費やしているのだから！

23. ああ、哀れな私たちよ。私たちの心はこれほどまでに石のように硬くなってしまい、悔い改めと涙を必死に求めても、極度の怠慢と怠惰のせいで、その願いを叶えることができないのだ！

24. 神が「罪を犯す魂は死ぬ」（エゼキエル書18:4）と言われたにもかかわらず、私たちの魂が絶えず罪を犯しているにもかかわらず、私たちはそれを少しも気にかけていないとは、なんと悲しいことか！

25. ああ、私たちには悲しみが待っている。私たちの体は罪に傾きやすく、飽食と快樂のせいで、私たちは不浄で邪悪な思いを抱き、目を通して悪者の矢を心に受け入れ、肉体への接触によって女に溺れる馬のようになってしまい、自らの理性的尊厳を顧みることなく、永遠の苦しみをも恐れないのだ！

26. ああ、私たちよ、肉体の苦しみや病気については多く嘆き、心を悩ませているのに、魂の傷や不治の病については、無感覚ゆえに痛みを感じていないとは、なんと悲しいことか！

27. ああ、悲しいことよ。私たちの魂の支配的な力が、そのしもべである肉に服従し、悪いものが良いものを支配している。両者が一つの願いをもって、それらを創造された神のために働いているわけではないのだ！



**28.** ああ、哀れな私たちよ。私たちの罪は、邪悪で不浄な思いによって繰り返され、神が私たちから遠ざかっていることと、不浄な霊が私たちに侵入していることとの区別がつかないのだ！

**29.** ああ、哀れな私たちよ。無知で分別のない私たちは、聖人たちの偉業や行いではなく、彼らへの称賛を愛し、それに魅了されているのだ。

**30.** ああ、私たちには悲しみがある。神の戒めを行うにあたり、しもべとしての恐れも、傭兵としての熱意と分別も、また子としての愛も示していないのだから！

**31.** ああ、私たちには悲しみがある。人々に気に入られようと、正しいことなど顧みずに、何でも口にし、何でも行ってしまうのだから。

**32.** ああ、私たちには悲しみがある。罪を犯すとき、人の顔を気にして恥じるが、永遠の恥には全く注意を払わないのだから。

**33.** ああ、哀れな私たちよ。貧しく名もなき両親から生まれたにもかかわらず、自分自身を知らず（自分自身について考えることもなかった）、神の前で貧しさと名もなさを誓いながら、富める者や名高い者たちと同等に扱われることを望んでしまったのだ！

**34.** ああ、私たちよ、世の中では貧しさゆえに節制していたのに、今や節制を求められているにもかかわらず、腹を満たし、肉体の安らぎを追い求めることにばかり心を奪われているとは！

**35.** ああ、私たちには悲しみがあろう。天使たちが神を畏れる者たちの周りに集結し、悪魔たちが神を畏れず、その戒めを破る者たちの周りに集結しているというのに、私たちは自ら悪魔の軍勢に加わっているのだから！

**36.** ああ、私たちには悲しみが待っている。富める者や力ある者と出会い、語り合う時には、彼らに気に入られようと努めるのに、貧しい人々が物乞いのような様子で近づいてくると、まるで厄介者であるかのように彼らを避け去ってしまうのだから！

**37.** ああ、私たちよ、一人ひとりの人に対して、義務としてあるべき態度をとらず、自分たちの思い通り、気に入ったように振る舞っているとは！

**38.** ああ、私たちには悲しみがある。権利（自らの主張）を正確に定め、それについて裁き、教えながら、善を行うことから遠く離れてしまったのだから！

**39.** また、私たちは、茨やアザミ、その他の実を害する雑草を丹念に土地から取り除きながら、聖なる美德を損なう邪悪で不浄な思いから、神への恐れをもって私たちの魂を丹念に清めていないこと、なんと悲しいことか！

**40.** ああ、私たちには悲しみがある。私たちは、旅人として住んでいるこの地から移り住まなければならないにもかかわらず、長年にわたり地上の儚い事柄に心を砕いてきたのに、ここから去るという差し迫った時が来ても、それらのいかなるものに対しても、何の権威も与えられることはないのだ！

**41.** ああ、私たちには悲しみがある。この地上の生活におけるあらゆる行い、あらゆる無駄な言葉、悪しき不浄な思いや魂の記憶について、恐るべき審判者に説明を求められなければならないというのに、まるで生涯を通じて何の責任も問われないかのように、私たちは自分の魂を顧みずにいるのだ！

**42.** 私たちには、犯した不義や不法という罪だけでなく、神の約束を軽んじ、それを信じなかったことによって、この上ない悲しみがある！

**43.** ああ、私たちには悲しみがある。無知な者として朽ちるものに執着し、福音による生活を通じて朽ちないものと一つになる機会がありながら、この世への愛ゆえに、永遠の朽ちなきものとは無縁のままであるからだ！

**44.** ああ、私たちよ、朽ちないものに代わって、忌まわしい朽ちるものを選んだとは！

**45.** ああ、私たちよ、あらゆる情欲に打ち勝つことができたにもかかわらず、自己満足のゆえに、かえって自らの情欲に打ち負かされることを選んだとは！

46. ああ、私たちよ、人々の前では罪を犯すことを恥じ恐れながら、隠されたところまで見通しておられる御方の御前では、不敬な行いや罪を犯すことに戦慄も恐れも抱かないとは！

47. ああ、私たちよ、自分の言葉を神聖な塩で味付けず、常に隣人に対して無益で、敬虔さからかけ離れた言葉を語っているとは！

48. ああ、私たちには悲しみがある。お世辞や偽り、見せかけで人々と語り合い、それに対する非難を恐れないこと！

49. ああ、哀れな私たちよ。私たちの眠気と気落ちが、悪魔たちに私たちの心の感動を奪わせてしまっているのだ！

50. ああ、哀れな私たちよ。世を捨てたにもかかわらず、情熱の点では世の人々よりも劣っているとは！

51. 私たち自身、多くの教えや指導を必要としているにもかかわらず、他者が些細な過ちを犯した時に、彼らを正そうとするとは、なんと哀れなことか！

52. 主が地上で私たちを試練に遭わせ、改心しないまま裁きの座に引き上げられること、なんと悲しいことか！

53. ああ、悲しむべきことよ。我々は自らの内なるものを顧みないがゆえに、快楽への執着と高慢に打ち負かされてしまうのだ！

54. 常に不純な思いで自らの魂を汚しながら、それにもかかわらず、自分たちを聖人として見なされ、その名をもって敬われることを望んでいるとは、なんと悲しむべきことか！

55. ああ、哀れな私たちよ。虚栄に身を委ね、悪魔との戦いを忘れてしまったのだ！

56. ここで恐れを知らずに罪を犯している私たちには、悲惨な運命が待っている！ なぜなら、あちらでは、消えることのないゲヘナの火、漆黒の闇、休むことのない虫、泣き叫びと歯ざしり、そして私たちより高い存在にも低い存在にも見られる永遠の恥が、私たちを待ち受けているからだ。

57. 私たちの分別もなく、悔い改めもしない魂よ、哀れなことだ！ なぜなら、死者の復活の際、その魂は叫びと歯ざしりを伴い、罪深い肉体に閉じ込められたまま泣き叫び、嘆き悲しむことになるからだ。永遠の炎における苦しく痛ましい拷問に打ちのめされ、絶望に苛まれることになるのだ。

58. ああ、私たちよ、この追放と旅の地において、呪われた楽しみを愛し、楽園の甘美さを思い起こさず、天の御国を軽んじているとは！

59. ああ、私たちよ、無慈悲さにおいて狂信的な乙女たちに似ており、あちらのランプを灯すための油を、こちらでは隣人への慈善を通じて購入しようとしなないとは！

60. ああ、私たちよ、昼も夜も「主よ！ 主よ！」と叫びながら神に祈りを捧げているのに、神が命じられたことを行わないとは！

61. これらの嘆きを記した者よ、悲しむべきだ。記されたすべてのことに責任があるにもかかわらず、私は悔い改めの小さなため息さえも受け入れていないのだから！

62. 他人のことを案じつつ、自らの苦悩を顧みない（自分自身を案じない）者よ、哀れなことだ！

63. ああ、私たちよ、良心に告発があり、絶えず私たちを非難し、私たちに対して証言しているにもかかわらず、恥じることなく、また、私たちが犯したすべての行いに対して非難と苦しみを受けるべき者であるにもかかわらず、恐ろしい神の裁きを恐れないとは！

64. ああ、私たちよ、悪行の悪臭を放ちながら、人々の称賛を喜んでいるとは！

65. ああ、哀れな私たちよ。心があちこちとさまよい、散漫さと忘却が、私たちの心から神への畏れを奪い去っているとは！

66. ああ、なんと悲しいことか。私たちがこの世の虚しい事柄に心を奪われるあまり、私たちの心は荒れ果てた土地のようになり、霊的なものに対する感覚が鈍ってしまっているのだ！

67. ああ、私たちよ、神の寛容に支えられながら、自分の行いのゆえに死によって罰せられることがないにもかかわらず、そのような（慈悲）に与かっているにもかかわらず、自ら慈悲深くなろうと努めないとは！

68. ああ、哀れな私たちよ。今、自らの罪を覚えていないが、魂が肉体から解き放たれたとき、言葉、行い、思いによって犯したすべての罪が、痛切で苦い悔い改めの中で、一挙に私たちの心の記憶に刻まれ、書き記されているのを目の当たりにすることになるのだ！

69. ああ、私たちには悲しみがある。使徒がすべての人に「（パンを）食べ、（主の杯を）飲むにふさわしくない者は、主の体を区別せずに、自分自身に裁きを招くことになる」（Iコリント11:29）という宣言がすべての人に伝えられているにもかかわらず、私たちは自らの不浄さに満ちたまま、神の恐るべき秘儀に与り、夜の夢や邪悪な思いの中で犯した行いを自分なりに正当化しているのです！ 清くない思いを抱き、清くない目で、汚れのない体ではなく、魂と体の欲望が汚れていないわけでもないまま、神に近づく者は、どれほどの体の病や魂の弱さに自らをさらしていることか。そしてさらに——永遠の苦しみと限りない恥辱をも招くことになるのだ。

70. 苦い涙を流しながらこれを書き記しているのに、悔い改めの行いをまだ始めていないとは、なんと悲しいことか！

71. 真実を語りながら、善行をなさないとは、なんと悲しいことか！

72. ああ、私は悲しい。善を説きながら、悪を行う者よ！

73. 快樂にふける罪人よ、哀れな者たちよ！ 彼らの終わりは苦いものであり、永遠の恥辱を伴うからだ。

74. 無益な事柄を嘆く者たちよ、哀れな者たちよ！ 彼らは、悔い改めによる魂に有益な悲しみを自ら奪ってしまったからだ。

75. 侮辱し、傷つける者たちよ、哀れな者たちよ！ 彼らは、至福の愛から自らを遠ざけてしまったからだ。

76. 悪意ある者や嫉妬深い者たちよ、哀れな者たちよ！ 彼らは、神の慈愛と憐れみから自らを遠ざけてしまったからだ。

77. 人に媚びる者たちよ、災いあれ！ 彼らは神に喜ばれることができないからだ。

78. 顔色うかがいの者たちよ、哀れな者たちよ！ 彼らは神の真理から背を向けてしまったからだ。

79. 傲慢な者たちよ、災いあれ！ 彼らは背教者である悪魔の側に立っているからだ。

80. 主を畏れない者たちよ、哀れな者たちだ！ 彼らは数え切れないほどの罪に巻き込まれ、この世でもあの世でも懲らしめられるからだ。

81. ああ、私たちよ。ノミ、シラミ、ハエ、蚊、ハチの刺し傷や噛み傷には耐えられず（それらから身を守ろうとする）のに、私たちを刺し、まるで餌場のように飲み込み、あらゆる致命的な毒針で貫く大いなる竜の口に対しては、何の助けも、何の避難所も用意していないとは！

82. ああ、私たちには悲しみがある。悪魔が、快樂や病気、貧困、そしてあらゆる世俗的な誘惑によって私たちを疲れ果てさせているというのに、私たちは自らの悪から離れることを望まないのだ！

83. ああ、私たちよ、背教がこれほど長い年月続き、非常に多くの人々が正教の信仰を捨て去っているというのに、私たちは涙を流すこともなく、心を痛めることもなく、自らの情欲を抑制することもなく、むしろ罪に罪を重ね、自らの悪行と不信仰のゆえに、今すぐゲヘナで苦い永遠の苦しみを受けることになるのだ！

84. ああ、哀れな私たちよ。この嘆きの言葉を記した私たちこそ、すでに人生の終わりが近づいているというのに、若き日の悪行を悔い改めず、それを嘆き悲しむこともなく、老いてからさらに大きく、背負いきれないほどの悪と、最も重い罪を重ねてしまったのだ。

85. ああ、私たちよ、最も重い苦しみや様々な肉体の病さえも恥じることなく、むしろ罪に溺れ、（あるべき姿への）軽蔑をもって、完全な自制心の欠如と放蕩のうちに、この汚れた罪深い肉体を肥やしているとは！

86. ああ、私たちよ、海の波よりも激しく沸き立つ火の中を通り抜けなければならないのに、「各人は、肉において行ったこと、善であれ悪であれ、その報いを受ける」（Ⅱコリント5:10）というべきである。

87. ああ、私たちよ、あの暗く形のない炎や、そこでの永遠の苦しみと歯ざしりについて、思い巡らすことさえしないとは！ なぜなら、神は炎から明るさを取り去り、不義な者や罪人のために、暗闇の中でも燃えさかる熱さだけを残されるからである。

88. ああ、哀れな私の魂よ！「私の心には悲しみがあり、絶え間ない苦しみがある」（ローマ9:2）！なぜなら、自分自身を嘆き悲しむとき、こう言わざるを得ないからだ。「悪が理性を曇らせ、真理を覆い隠し、死が命に打ち勝ち、地上的で朽ちゆく一時的なものが、天上の朽ちることのない永遠のものに取って代わった。忌まわしく憎むべきものが、キリストの真の愛やの尊厳よりも甘美で愛らしいものに見え、迷いが真理を追放すると裁き、私の魂からそれを追い出した。私は喜びの代わりに悲しみを選び、大胆さと称賛の代わりに恥と侮辱を選び、甘美さよりも苦味を好み、天とその御国よりも地とその灰を愛した。善を憎む敵の闇が私の心に侵入し、私の心にある知恵の光を曇らせてしまった。

89. ああ、私は悲しむ！ ああ、私は悲しむ！なんと悪魔の罠が私を捕らえ、つまづかせて、どれほどの高みから地に打ち落としたことか！私は疲れ果て、私の汗は無駄に私を濡らした。誰が私を悼まないだろうか。誰が、虚しい労苦に疲れ果て、安息の地で難破した私のために、苦々しく泣き叫ばないだろうか。「憐れんでください、憐れんでください、憐れんでください、おお、友よ」（ヨブ記19:21）、そして、慈愛に満ち、悪意のない私の主キリストに痛切に懇願し、主が私に憐れみをお示しになり、悪を憎む悪魔のこの恐ろしい闇を私の心から追い払ってくださるよう。そうすれば、私は自分がどのような泥沼に横たわっているかを見極め、立ち上がることができるにもかかわらず、そうしようとしなないのだと気づくでしょう。それとも、すでに私の残された時間が短くなり、あらゆる希望が断たれてしまったのだろうか？！私の病以上に重い病はなく、私の傷に匹敵する傷はなく、私の心の引き裂かれるような痛みには匹敵する痛みはない。「私の不義が私の頭をも超えてしまったからである」（詩編37:5）。私の傷は剣によるものではなく、私の死者は戦いで亡くなった者ではない。しかし、敵の燃え盛る矢が私に突き刺さり、私の内なる人を盲目にした。「私は深淵の闇の中に沈み、足場がない」（詩編68:3）、——「私が恐れたその恐怖が、私の上に臨んだ」（ヨブ記3:25）、——「死の幕が私たちを覆った」（詩編43:20）。

90. ああ、私は悲しむ！魂よ、目を上げて、この一時的な現在を見よ。そして、まもなく苦しみと悲しみと共に過ぎ去り、さらに恐ろしい未来が待ち受けていることを悟れ。考えよ、魂よ、あなたはどれほどの恵みと希望から切り離されようとしているのか、そしてまもなくどのような苦しみを受け継ぐことになるのか——後継者もなく、慰めもないままに！それゆえ、あなたの頭上の光が消え去る前に、先回りしてやって来て、ひれ伏して、永遠の光の与え主である神に祈り、懇願しなさい。そうすれば、神はあなたを、すべてを焼き尽くす炎と、光のない闇から救い出してくださるでしょう。なぜなら、神は、私たちのような、神の憐れみに値しない者たちの罪を赦し、恵みを授けてくださる方だからです。神に、世々限りなく栄光と権威がありますように。アーメン。

## 2. 初心者 of 修道士への規則と助言<sup>32</sup>

愛する兄弟よ！もしあなたがすでにこの虚しい世を捨て、神に身を捧げたのであれば、自分の罪を悔い改め、あなたが抱いた決意を守り通してください。かつての罪は決して赦されない、と囁き、あなたを苦しめようとする心の声には耳を貸してはなりません。しかし、次の規則を守りなさい：

<sup>32</sup> Patr. Lat. t. CIII, p. 427, 434.

1. 女性とは食事を共にせず、少年とは親密な関係を結ばず、若者とは同じ寝床で眠ってはならない。衣服を脱ぐときは、自分の身体を見つめてはならない。
2. もしワインを飲むよう強要されても、小さな杯を3杯以上は飲んでではない。友情のためであっても、この規則を破ってはならない。
3. 敵の手に落ちないように、定められた時刻の祈りを怠ってはならない。詩篇についてできる限り深く思索にふけるがよい。そうすれば、不純な生活から身を守ることができる。
4. あなたの情欲が鎮まるよう、労苦と自制を愛しなさい。いかなる点においても自分を何か特別な存在だと思ってはならない。そうすれば、自分の罪について泣き続けることをやめないだろう。
5. 偽りから身を守りなさい。偽りは、あなたから神への畏れを遠ざけてしまうからです。あなたの善行をすべての人に明かしてはなりません。そうすれば、敵にそれを奪われることはありません。
6. 自分の病を長老たちに打ち明けよ。そうすれば、彼らの助言によって助けを得ることができる。
7. 手仕事に励め。そうすれば、あなたの中に神への畏れが再び芽生えるだろう。
8. 罪を犯している兄弟を裁いてはならない。また、彼を軽蔑してはならない。さもないと、あなたは敵の手に落ちるだろう。
9. 自分の言葉に固執して論争してはならない。そうすれば、悪があなたの中に根を下ろしてしまうからだ。
10. 謙遜を愛し、自分の助言に頼ってはならない。自分の舌に「私を赦してください」と言うように慣れさせよ。そうすれば、謙遜があなたの上に降りてくる。
11. 自分の小部屋に座しているときは、三つのことに心を配りなさい。すなわち、絶え間ない祈り、詩篇への没頭、そして手仕事である。
12. 心の中でこう考えなさい。「私は今日を過ぎてもこの世に留まることはない」と。そうすれば、あなたは罪から救い出されるだろう。
13. おしゃべりになってはならない。そうすれば、かつての罪が再びあなたの中に蘇ることはない。働くことを怠らず、詩篇を深く読み解くことに努めよ。そうすれば、神の平安があなたに訪れる。
14. 祈りの際に自ら涙を流すよう努めよ。そうすれば、神はあなたを憐れみ、古い人をあなたから取り除いてくださる。
15. 労苦、貧しさ、自己抑制、そして沈黙は謙遜へと導き、謙遜こそがすべての罪の赦しをもたらすことを知れ。謙遜とは、人が自らを罪人であり不義な者と見なし、自分の言葉を主張せず、自分の欲望を切り捨て、目を下に向け、侮辱に耐え、名誉や安らぎを憎み、すべての人に「私を赦してください」と言うことにある。そして、謙遜の力によって、敵は逃げ去るのだ。
16. 常に悲しみに満ちていなさい。しかし、兄弟たちがあなたのところに来たら、彼らと共に喜びなさい。そうすれば、あなたの中に神への畏れが再び湧き上がるであろう。
17. 兄弟たちとどこかへ行くときは、沈黙を守るために、彼らから少し離れて歩け。あちこちと振り返るな。むしろ詩篇に深く没頭し、心の中で神に祈れ。どんな場所に行こうとも、その地の住民に対して過度に信頼を寄せてはならない。何事においても謙虚さと慎み深さを保ち、また、あなたに差し出されるものに対しても、求められない限り手を伸ばしてはならない。
18. 他人と一つの毛布の下で寝てはならない。たとえ旅の疲れでくたくたであっても、寝る前には長く祈りなさい。
19. 重病の場合を除き、誰にもあなたの体に香油を塗らせてはならない。
20. 兄弟たちと食卓を囲むときは、美味を貪って食べてはならず、自分の目の前にあるものだけに手を伸ばしなさい。膝は組んでおきなさい。他の人を見上げてはならない。水を貪欲に、喉をゴロゴロと鳴らして飲んではいけない。

21. 兄弟たちの間に座っている時に、痰を吐き出さなければならない時は、立ち上がって、彼らから離れた場所でそうしなさい。他の人々の輪の中にいる時は、伸びをしたりあくびをしたりしてはならない。もしあくびが出そうになったら、口を開けずにいれば、それは過ぎ去るだろう。

22. 笑うときに口を大きく開けてはならない。それは、あなたの中に神への恐れがないことを示すことになるからである。

23. 他人の物を欲しがらな。本を手に入れたら、それを飾り立ててはならない。そうすることは、その本への執着を露呈することになるからだ。

24. もし何か過ちを犯したなら、それを認めることを恥じてはならず、嘘で言い訳をしてはならない。ひざまずいて自分の罪を告白し、赦しを請えば、それは与えられるだろう。

25. もし誰かがあなたの前で嘘をついても、怒ってはならない。ただ、「許してください」と言うがよい。

26. 師に質問をすることを恥ずかしがってはならない。

27. あなたが座って自分の仕事に没頭しているときに、誰かがあなたの小部屋の扉をノックしたら、その仕事を中断して、その人を落ち着かせてあげなさい。

28. 誰とも無駄な会話をせず、他人の言葉にも無益な限り耳を傾けてはならない。

29. もし師があなたをどこかに旅立たせるなら、どのように振る舞うべきかを師に尋ね、それからその教えに従って行動しなさい。言葉を軽んじてはならない。目と耳を慎めば、舌によっても罪を犯すことはない。

30. もし兄弟と暮らすことになったら、彼に対して旅人のように振る舞え。彼に何も命令せず、自分の方が彼より上であるかのように振る舞ってはならない。もし彼が、あなたが望まないことを命じたとしても、自分の意志を抑え、彼を（断ることで）傷つけないようにし、二人の間の平和が乱れないようにせよ。従う者こそが、最も偉大であることを知れ。

31. もし兄弟と暮らしていて、彼が「料理をしてくれ」と言ったなら、「何が食べたいのですか？」と尋ねなさい。もし彼があなたに選択を任せたなら、神を恐れつつ、手元にあるもので料理をしなさい。

32. 眠りから覚めたら、何事にも取り掛かる前に祈りを捧げ、その後、神の御言葉に深く没頭し、それから怠けずにその仕事に取り掛かりなさい。

33. 旅人を喜びをもって迎え、挨拶を交わせ。そうしなければ、その出会いがあなたたち双方にとって害となるからだ。彼が中に入ってきたら、無意味な質問を投げかけるのではなく、まず祈るよう頼め。それから、彼が座ったら、「兄弟よ、お元気ですか？」と尋ね、その後、何か本を読んでくれるように渡せ。もし旅の疲れで疲れているなら、休ませてあげ、その足を洗ってあげなさい。もし彼が空虚な話をし始めたら、「兄弟よ、許してください。私は弱く、それを聞くことができません」と言ってください。もし彼の服にほつれがあれば、縫ってあげなさい。もし彼が弱々しく、服が汚れていれば、洗ってあげなさい。しかし、もし彼が放蕩者であり、その時にあなたのところに聖徒たちがいるなら、彼を中に入れるのではなく、相応の挨拶をして、彼を見送ってあげなさい。もっとも、もし彼が貧しいなら、慰めも与えずに見送ってはならず、神が与えてくださったものを彼に与えなさい。

34. 兄弟があなたのところに何か置いていったとしても、その物の中身を覗き見してはならない。ただし、本人が立ち会っている場合は別である。

35. 誰かがあなたを自分の独房に残して出て行くときは、その中に何かがあるかを見るために目を上げてはならない。しかし、その人が出て行くときは、「何か仕事を与えてください。あなたが戻るまで働きます」と言い、その人があなたに与えた仕事は、熱心に遂行しなさい。

36. 怠惰に、あるいは不注意に祈ってはならない。そうすれば、神に喜ばれるどころか、かえって神の怒りを招くことになるからだ。恐れと畏敬の念を持って祈りに立ち、壁にもたれたり、足を広げて片足で立ち、もう片方を後ろに引いたりしてはならない。自分の思いに抗い、肉的な事柄に心を奪われないようにし、そうしてこそ、あなたの祈りは実りあるものとなる。



**37.** 聖体礼儀に参列するときは、自分の思いや感情を慎み、至高の神の御前に畏れをもって立ち、キリストの御体と御血をふさわしく受け入れ、それによって自分の情欲を癒やすようにしなさい。

**38.** 若いうちは、老いるまで立派な服を着てはならない。

**39.** 年長者と共に道を歩むときは、その人の前を歩んではならない。もし年長者が誰かと話すために立ち上がったら、あなたも座ったままにしてはならず、その人と共に立ち上がり、その人が座るように命じるまで立ち続けていなければならない。

**40.** 町や村に入るときは、視線を下げなさい。そうしなければ、目にしたものが、あなたの独房で非難される原因となってしまうからだ。

**41.** 心が罪を犯すことを恐れる場所では眠ってはならない。女性と一緒に食事をしたり、彼女を見たりしてはならない。可能であれば、彼女の衣服さえも見ないようにせよ。

**42.** 長老と共に旅をするなら、彼に何かを一人で運ばせてはならない。若ければ、各自が自分の分担を運べ。荷物が軽ければ、時間ごとに交代で運べ。荷物を運ぶ者は先頭に立ち、体の弱い者も同様である。そして、疲れ果てて休むために座ったときは、あなたも彼と共に座れ。

**43.** ある長老に自分の思いについて尋ねる時は、あなたの秘密を守ってくれると確信できる相手に、ありのままを率直に打ち明けなさい。長老を選ぶ際には、高齢である者ではなく、霊的な知恵と経験に富んだ者を選びなさい。そうしなければ、あなたは害を受け、情欲が増大してしまうことになる。

**44.** 夜、長く祈るように努めよ。そうすれば、あなたの心は照らされるだろう。自分の罪について思いめぐらし、それについて神に祈りなさい。そうすれば、神はあなたの罪を赦してくださる。

**45.** もし誰かがあなたの面前で兄弟を裁き始めたら、たとえその裁く者があなた自身を裁く者たちの一人であっても、謙虚にこう言いなさい。「兄弟よ、私を許してください。私は罪深く、弱く、あなたが語っていることそのものに自ら陥っているため、それを聞くことができません。」

**46.** あらゆる事において他の兄弟たちを自分より優先し、もし友人が彼らの前であなたに敬意を表したなら、こう言いなさい。「これはあなた方のために、彼が私にそのような敬意を示してくれたのです。」

**47.** 誰かがあなたに何かを借りようと頼んできたら、断ってはならない。

**48.** 神への愛のためにあなたが離れてきた人々のことを、心の中で頻繁に思い返してはならない。その代わりに、死と審判を心に留め、その時、彼らの中には誰もあなたを助けることができないということを思い知れ。

**49.** もし自分の小部屋に座っている時に、自分に悪事を働いた誰かのことを思い出したなら、すぐに立ち上がり、心の中でその人のために祈りなさい。「神がその人を憐れんでくださいますように」と。そうすれば、その人に対して抱いている憎しみはすぐに消え去るだろう。

**50.** キリストの御体と御血を聖餐として受けたいと思うなら、心の中に誰かに対する怒りや憎しみが微塵も残っていないか確かめなさい。また、誰かがあなたに怒っていることを知っているなら、私たちの主が命じられたように、まずその人に許しを請いなさい。

**51.** もし夜（夢の中で）情欲の誘惑に襲われたなら、日中にその恥ずべき光景を心の中で繰り返さないように気をつけなさい。そうすれば、快樂によってあなたの心が汚されることはない。むしろ、主の御前にひれ伏しなさい。そうすれば、主はあなたを憐れんでくださる。主は人間の弱さを知っておられるからである。

**52.** もし過酷な断食を課し、長時間の祈りを捧げるようになったとしても、それらがあなたを救うと考えるな。むしろ、神があなたの肉の弱さに憐れみをお示しになり、あなたの弱さを助けてくださることを信じなさい。

**53.** もし病に襲われたとしても、落胆したり気力を失ったりしてはならない。むしろ、神がこの病を通してあなたにこの恵みをもたらそうと御計画しておられることを感謝しなさい。

54. 自分の修道室で生活するにあたっては、食事の量と時間を定めて、それから逸脱してはならない。祈りや の礼拝を力強く行えるよう、体に必要な分だけ与えよ。もし修道室の外で美味しい料理を勧められても、満腹になるまで食べてはならない。

55. もし悪魔たちが、あなたが担うには力不足な仕事を始めようと唆してきたとしても、彼らの言葉に耳を貸してはならない。なぜなら、彼らは通常、人が成し遂げる力のないような行いに心向かわせ、その後、その人を落胆に陥れ、嘲笑するためにそうするからである。そして、彼らのあらゆる企みは、節度も秩序もないものである。

56. 一日に一度だけ食事をとれ。ただし、満腹になるまで食べてはならない。自然の要求（あなたの体質に応じて）に従い、体に必要な分だけ与えよ。

57. 夜の半分を祈りの徹夜に充て、残りの半分を体の休息に充てなさい。就寝する前に、二時間ほど祈りと神への賛美（詩篇の詠唱）に励み、その後、体に休息を与えなさい。もし祈りのために起きる時間になっても、あなたの体が怠けてしまうなら、こう言い聞かせなさい。「果たして、この時にわずかな安らぎを得て、その後、果てしない苦しみへと向かうつもりなのか？ここで少し苦勞して、あの世で聖人たちと共に永遠の安らぎを味わうほうが、よほど良いのではないか？」そうすれば、怠惰はあなたから離れ、神の助けがあなたのもとに来るだろう。

58. 修道生活に入る際には、自分の使用人を解放しなさい。もし彼があなたに従って修道生活に入りたいと望んでも、彼をあなたと一緒に住まわせてはならない。

59. 手仕事を売りに行くときは、世俗の人々がするように値段について言い争ってはならない。物を買うときも同様に振る舞い、物資の乏しさこそがあなたを神に近づけることを知れ。

60. 兄弟があなたに何かを預けておき、それがあなたに必要な場合でも、その兄弟の許可がない限り、それに手を触れてはならない。

61. 町へ行く際に、兄弟から何か買ってほしいと頼まれたら、そうしてやりなさい。ただし、他の兄弟たちが一緒である場合は、彼らの前でそうしなさい。

62. 何か物を預かったら、必要なだけ使い終えたら返せ。しかし、返せと言われるまで手元に置いてはならない。もしその物が傷んだら、直せ。もしあなたが誰かに物を貸した場合は、その人が何らかの理由で返せないことが分かっているなら、特にあなたがその物を全く必要としていないときは、返却を求めないでください。

63. もし自分の独房を離れてから再び戻った際、そこにすでに他の兄弟が住んでいるのを見つけたら、自分は別の場所を探しなさい。決して彼を追いついてはならない。そうしなければ、神があなたに怒りを下されることになる。しかし、もしその兄弟が自ら進んでその独房を去りたいと望むなら、それはあなたの権利である。その際、その兄弟が独房の備品を何か持ち去ったとしても、それを返せと要求してはならない。

64. もし自分の独房を完全に去ろうとするなら、その持ち物を何も持ち出さず、それを貧しい兄弟の誰かに譲りなさい。そうすれば、どこへ行こうとも、神はあなたを憐れんでくださる。

65. 悪魔たちがこれほど喜ぶことはない。それは、誰かが自分の思いを霊的指導者から隠すことである。彼らの労苦に倣わなければ、先人たちに倣おうなどと考えるのはならない。

66. 富とそれへの愛から身を守れ。それは修道生活の果実を損なうからである。

67. もし、あなたを苦しめる誘惑と戦っているなら、弱気になってはならない。神の御前にひれ伏し、「主よ、私を助けてください。私は弱く、この戦いに耐える力がないからです」と祈りなさい。そうすれば、あなたの祈りが清い心から発せられるものであれば、神はあなたを助けてくださるだろう。もし戦って打ち勝ったとしても、それを自慢したり、自分に頼ったりしてはならない。むしろ、さらに警戒を強めなさい。敵は、以前よりもさらに激しい新たな戦いを仕掛けてくるに違いないからである。

68. 神に祈るとき、「主よ、これを私から取り除き、あれを与えてください」と言うのはならない。むしろ、「主よ、私の神よ、私にとって何が救いとなるかをご存知です。私を助け、御前で罪を犯し、私の罪の中で滅びることを許さないでください。私は罪深く、力のない者です。私の敵に私を委ねないでください。私はあなたに逃げ込んだのです。主よ、私を救ってください」

。あなたは私の砦であり、私の望みだからです。——あなたに永遠の栄光と感謝がありますように。 アーメン。

### 3. アッバ・イザヤの格言<sup>33</sup>

1. アッバ・イザヤはこう語った<sup>34</sup>：罪人と義人に同じ災難が降りかかるからといって、不幸に見舞われる者すべてが、それ以前の罪のゆえにそうなるのだと考えてはならない。

2. すべてを自分自身の為だけに為す者たちは、あらゆる悪の中で最も大きな悪である「自己愛」に奉仕している。そこから、孤立、無愛想、不親切、虚偽、そして不義が生まれるのである。人間は孤立するために造られたのではなく、自分と同じような者たち、とりわけ万物の創造主である神と交わりながら生きるために造られたのである。それゆえ、賢明な人は、誰とでも親しく交わり、神を愛する者であり、そうして神にも愛される者となるべきである。

3. アッバ・イザヤはこう言った<sup>35</sup>：人間の栄光への愛から偽りが生まれる。謙遜をもって偽りを退ける者の心には、神への畏れが深まる。だから、この世の栄光を愛してはならない。そうすれば、神の栄光があなたから遠ざかることはないだろう。

4. 自分の務めを遂行する際、自分にふさわしくない者として謙遜と知恵をもって行えば、それは神に受け入れられる。しかし、その際に高慢な考えが心に浮かび、それを受け入れ、眠り込んでいて怠けている他の人を思い出し、心の中でその人を非難するなら、あなたの労苦は無駄であることを知れ。

5. 人はいつ、どのようにして謙遜になるのか。誰かに「怠けている」と言うことも、自分を傷つけた者に言い返すこともできない口を持たず、他人の過ちを見る目を持たず、魂にとって益とならないことを聞く耳を持たず、誰かを打ち負かす手を持たず、何事についても誰にも責任を転嫁せず、すべてを自分の罪に帰するときである。

6. 人は何よりもまず、神への信仰と神への変わらぬ愛、また悪意を持たず、悪に対して悪で報いず、苦労を厭わない生活、謙虚さ、清らかさ、博愛——すべての人への愛と従順——を身につけなければならない。

7. すべての世俗的なものと肉体の安らぎを憎め。それらはあなたを神の敵にしてしまったからだ。しかし、人が敵を持ってそれとの戦いを繰り広げるように、私たちもまた、肉体に安らぎを与えないよう、それとの戦いを繰り広げなければならない。

8. ある兄弟が、「『御名が聖とされますように』という言葉は何を意味するのか」と尋ねた。長老は答えた。「それは完全な者たちにふさわしいものである。なぜなら、情欲が私たちを支配している限り、私たちの中で神の御名を聖とすることは不可能だからである。」

9. またこう言った。「話すよりは、黙っているほうがよい。なぜなら、沈黙は心を整えるが、多弁は心を散らすからだ。」

10. 虚栄心に打ち勝つことは偉大な業である。この狡猾な情欲に陥った者は、憐れみの心を失い、すべての人に対して心が冷酷になり、ついには高慢と傲慢に陥る——これは極悪であり、滅びの母である。だから、自分の行いを秘めておき、心の病に気をつけなさい。人に気に入られようとして、自製の報いを台無しにしてしまわないように。主が言われたように、人の前で見せびらかして行いをなす者は、それによって自らの報いを失うからである。

11. 人々から称賛されたいと願う者は、嫉妬から逃れることはできず、嫉妬を抱く者は謙遜の心を得ることができない。そのような者は自分の魂を敵に売り渡し、敵はそれを多くの罪へと引きずり込み、滅ぼしてしまう。だから、虚しい栄光を避けよ。そうすれば、来たるべき世において神の栄光に与かることになるだろう。

<sup>33</sup> 『ドストロプ・スカザニヤ』に掲載されているものに補足として引用されている。

<sup>34</sup> 聖ダマスキノスによる引用。Patr. graec., t. 40, p. 1212。

<sup>35</sup> 『アルファベット・パテリカ』より。

12. もし、何らかの過ちを犯した隣人を非難しようという思いが浮かんだなら、自分の方が彼よりも大きな罪を犯しているのだと心に留めなさい。また、自分が善行を行っているように思えることについても、それが神に喜ばれるものだとは信じてはならず、誠実な者を非難してはならない。自己卑下こそが、内なる安らぎの場である。

13. アッバ・イザヤは、ある時、恥ずべき罪を犯している兄弟を見かけたが、彼を非難することはなく、こう言った。「彼を創造された神でさえ、これを見て彼を焼き尽くさないのであれば、私が何者だというのか、彼を非難できるだろうか？」

14. また、彼はこうも言った。「頭を横たえる場所さえ持たなかった方を覚えよう。これを悟れ、人よ。賢ぶってはならない。その方こそ、あなたのためにどのような姿になられたのか。万物の主は旅人であり、住まいを持たない。主よ、あなたの愛はなんと言葉に尽くせないほど深いことか！」 私のために、これほどまでに御自身を低くされたとは！しかし、御言葉によって万物を創造された方が、頭を横たえる場所さえお持ちでないというのに、呪われた人間よ、なぜあなたは虚しいことにあれほど心を奪われているのか？なぜ飽くことのない欲望に目がくらんでいるのか？

15. 謙遜の知恵を身につけた者は、兄弟の罪を自分のものとして、「私が罪を犯した」と言う。自分を賢いと思う者は、兄弟を軽蔑し、責めるが、自分を卑しめる者は決して兄弟を責めることはない。

16. 知恵とは、ただ話すことにあるのではなく、いつ話すべきかを知ることこそある。分別をもって沈黙し、分別をもって語れ。言葉を口にする前に、何を言うべきかを考え、ふさわしい答えを返せるようにせよ。自分の知恵を誇ってはならない。「何も知らない」と言う者こそ、誰よりも多くを知っている。知恵の冠とは、自らを戒め、誰よりも自分を低く置くことである。

17. 五つの原因によって、無益な口論は激化する。それは、無駄話、虚栄心、過度の睡眠、見栄、そして過食である。不品行な争いを避けたいなら、これらの情欲に屈してはならない。その代わりに、無駄話には賛美歌を、虚栄心にはキリストの謙遜を、過度の睡眠には徹夜を、派手な服装にはぼろ服を、過食には節制と断食を身につけよ。なぜなら、情欲は鎖の環のように、互いに繋がり合っているからである。

18. 物事を理解している富める者は、自分の宝を家の奥に隠す。なぜなら、人目にさらされた宝は嫉妬を招き、支配者から中傷されるからである。同様に、徳高く、かつ謙遜な修道士も、その富める者が宝を隠すように、自分の徳を秘めている。そのような修道士は、自分の欲望に従うことなく、常に自らを戒め、聖書の言葉「わが心はわがうちに燃え上がり、わが教えの中に火が燃え上がる」（詩編38:4）に従って、秘められた教えを自らに説くのである。これはどのような火なのでしょう。「私たちの神は、人を焼き尽くす火である」（ヘブライ人への手紙12:29）と語る聖書の言葉を聞いてください。火によって蠟が溶け、不浄な汚れの泥が乾き果てるように、秘教の教えによっても、邪惡な思いは乾き果て、魂の情欲は衰え、知性は照らされ、思考は明晰になり、心は喜びで満たされる。秘教は悪魔を傷つけ、邪惡な思いをかき消す。それは内なる人を照らすからである。秘教をもって自らを武装する者は、神によって強められ、天使たちから力を授かり、人々から称賛される。秘教と読経は、魂の家であり、そこへは誰も立ち入ることができない。それは揺るぎない柱であり、静かで安らかな避難所であり、その中では魂が間違いなく救われるのである。修道士が秘教の教え、すなわち「主イエス・キリスト、神の御子よ、私を憐れんでください」という祈り、そして人目を避けて神の聖書を朗読することで自らを武装するとき、悪霊たちは激しく騒ぎ立て、囁き合う。この秘教の教えは、知性の鏡であり、良心の灯である。この秘められた教えは、淫行を枯らし、激しさを鎮め、怒りを追い払い、高慢を取り除き、虚しさ（虚しさへの悲痛な思い）を断ち切り、落胆を消し去る。秘められた教えは、高慢な心を照らし、怠惰を追い払い、感動を生み出し、神への畏れを植え付け、涙をもたらす。秘められた教えは、修道士に、虚栄のない謙遜、心穏やかな徹夜祷、動じることのない祈りをもたらす。それは祈りの宝であり、不適切な思いを除き去り、悪霊を打ち倒し、肉体を清める。秘められた教えは忍耐を教え、節制を実践する者とし、ゲヘナを告げる。秘められた教えは、心を空想にふ

けることのない状態に保ち、死のみを思わせるよう整える。秘められた教えは、あらゆる善行に満ち、あらゆる美德に彩られており、あらゆる悪行からは遠ざけられている。それは、悪からこれ以上ないほど遠く離れているのである。

#### 4. 心の保ち方について：27章<sup>36</sup>

1. 心には、その性質上、情欲に対する怒りが備わっている。人間には怒りと清らかさがなければ存在し得ない——すなわち、敵によって心に植え付けられるあらゆるものに対して怒りを抱かなければならないのである。この心に本来備わった怒りに至ろうとする者は、心が特徴づける状態（魂と肉体がすべてにおいて霊に服従している、知性的かつ霊的な状態）に身を置くまで、自らのあらゆる欲望を切り捨てなければならない。

2. 敵に立ち向かい、その大軍が弱まり、あなたから逃げ出そうとしているのを見ても、あなたの心はそれを喜んではならない。なぜなら、これらの敵はあなたの背後で狡猾な罠を仕掛けているからだ。そして、まさにそこで、彼らはあなたに対して最も凶悪な攻撃を最初に仕掛ける準備をしているのである。彼らはあなたに立ち向かう際、軍勢のかなりの部分を町の外で待ち伏せさせ、動かないよう命じていた。そして、あなたが彼らに抵抗して立ち向かったとき、彼らはまるで力尽きたかのようにあなたの前から逃げ出した。しかし、もしあなたが彼らを追い払ったことに心を浮かれさせ、そのせいで町を離れてしまえば、待ち伏せに残っていた者たちも立ち上がり、あなたの前を走っていた者たちも立ち止まり、その哀れな魂を四方から包囲し、もはや逃げ場がなくなるだろう。都とは祈りであり、敵への対抗とはキリスト・イエスにおける思いの対立であり、彼らへの立ち向かいとは怒りである。

3. 愛する者たちよ、私たちは神を畏れ、徳の実践を守り続け、良心に躓きを与えず、神を畏れて自分自身に耳を傾けよう。そうすれば、良心も私たちと共に解放され、私たちと良心の間に一致が生まれ、そして、ついに私たちの守護者となり、つまずきの恐れがあるすべてのことを私たちに示してくれるようになるのです。しかし、もし私たちが彼女の声に耳を傾けなければ、彼女は私たちから離れ、私たちを見捨ててしまうでしょう。そうなれば、私たちは敵の手に落ち、彼らはもはや私たちをその手から放してくれないだろう。私たちの主が、「敵と道で出会ったなら、すぐに彼と和解しなさい」などと教えてくださったように（マタイ5:25）。この「敵」とは良心のことだと言われています。なぜなら、良心は、肉の欲望に従おうとする人間に抵抗するからです。もし人が良心の声に耳を傾けなければ、良心は彼を敵の手に引き渡してしまうのです。

4. 神は、心が全力を尽くして御自身に服従し、唯一の神である御自身以外からは何の助けも期待していないのをご覧になると、次のように告げてその心を強めてくださる。「恐れるな。わたしはあなたを救い出し、わたしの名によってあなたを呼んだ。あなたはわたしのものである。また、あなたが水の中を通り抜けるとき、わたしはあなたと共にいる。川はあなたを覆い隠すことはない。また、火の中を通り抜けるとき、あなたは焼かれることもなく、炎もあなたを傷つけることはない。わたしはあなたの神、主、イスラエルの聖なる者、あなたを救う者だからである」（イザヤ書43:1-3）。

5. 心がこのような励ましを聞くと、大胆に敵に向かってこう言う。「わたしと戦いたい者は誰か。わたしの前に立ち向かえ！ わたしと争いたい者は誰か。わたしのところに近づけ！ 主はわたしの助け手である。誰がわたしを害することができるか。あなたがたは皆、虫食いの服のように朽ち果てる。」

6. もしあなたの心が、罪を深く憎み、それを打ち負かすことに全力を尽くし、罪を生むあらゆるものから離れ、あなたの目の前に（永遠の）苦しみを見据えているなら、あなたの助け主があなたと共にいてくださることを知れ。そして、あなたは、何一つ主を冒涇することなく、主の御前で泣きながら、自分の心に耳を傾けながらこう言いなさい。「主よ、あなたの憐れみが私

<sup>36</sup> 『ドブロトル・グレチ』33頁より。

を救ってください。あなたのご助けなしには、私は敵の手から逃れる力などありません！」そうすれば、主はあなたをあらゆる悪から守ってくださる。

7. 修道士は、魂のすべての扉、すなわち感覚を閉ざさなければならない。そうして初めて、それらを通じて堕ちることを防げるのだ。このようにして、心が、自分を支配しようと侵入してくるものが何もないと悟ったとき、すべての感覚を一つにまとめ、それらを一体のものとするので、不死への準備を整えるのである。（考察：感覚を通じて外部に気を取られない心は、自己に集中し、あの世へと移り住む。これは聖バシレイオス大主教の考えでもある）。

8. 心が、この世の目に見えるあらゆるものへの希望から解放されたとき、それは、あなたの中で罪が死んだというしるしである。

9. 心が情欲から解放されたとき、心と神との間にあった隔ては取り除かれる。

10. 心がすべての敵から解放され、安息を得たとき、それはもう一つの新しい世にあり、新しく、朽ちることのないものを観想する。「死体のあるところには、鷲が集まる」（マタイ24:28）。

11. 悪魔たちは時折、狡猾に潜み、人が（戦いの）休息を得たと錯覚して心の自由を許さないかを見計らう。（もしまさにそうなった場合）、彼らは突然、哀れな魂に飛びかかり、小さな小鳥のようにそれを捕らえる。そして、もし彼らがその魂より強く、打ち勝ったならば、彼らは容赦なく、かつて赦しを懇願した罪よりもさらに邪悪なあらゆる罪をもって、その魂を屈服させる（辱める）のである。それゆえ、私たちは絶えず神への畏れをもって立ち、心を厳しく守り、自らの行い（修業の実践）を妥協なく行い、敵の悪意を阻む美德（知性と心の調和）を保ち続けよう。

12. 私たちの師であるイエス・キリストは、敵たちの極度の無慈悲さを知り、人類を憐れんで、心をいかに厳格に保つべきかを命じ、こう言われました。「いつでも備えなさい。盗人がいつ来るか分からないからである。来た時に、あなたがたが眠っているところに出くわさないように」（マタイ24:43など）。また、「あなたがたの心が、ごちそうや酒、そしてこの世の心配事で重くならないように気をつけなさい。さもないと、その日が突然、あなたがたを襲うことになる」（ルカ21:34）ともおっしゃいました。だから、自分の心に立ち、感覚に注意を払いなさい。もし神への思いがあなたと結びつくならば、それを盗もうと忍び寄る敵たちを容易に捕らえることができるだろう。なぜなら、思いに厳しく目を光らせている者は、それを汚そうとして入り込もうとする者たちを即座に見抜くからです。彼らは心を惑わせ、気が散って無気力になるように仕向けます（自分の務めから遠ざかるように）。しかし、彼らの狡猾さを知っている者は、主に向かって祈りながら、動じることなく身を守ります。

13. もし人が、この世で起こっているすべてのことを憎まないならば、神にふさわしく仕え、礼拝することはできない。なぜなら、神への奉仕とは、祈る時に心に異物を持たず、神を賛美する時に（肉欲的な）快楽を抱かず、神に歌を捧げる時に怒りを抱かず、神を称える時に憎しみを抱かず、神にひざまずいて神を想う時に邪な熱意や嫉妬を抱かないこと以外、何であるだろうか。なぜなら、これらすべての暗いものは、哀れな魂を取り囲む壁であり、それを内に抱えている限り、その魂は神に清く仕えることができないからである。それらは魂を宙に浮かせたままにし、神と出会うこと（知恵をもって神の御前に立つこと）、密かに神を賛美し、心の甘美さをもって神に祈り、神から啓示を受けることを妨げるからである。心は常に曇らされ、神に従って生きること的成功することができない。それは、これらすべてを理性的に断ち切ろうと努めないからである。

14. 心が、魂の感覚を肉欲的な欲望から解き放ち、それらを（舟で渡すように）無情の状態へと導き、魂そのものを肉欲的な欲望から切り離そうと熱心に努める時、その時、もし恥知らずな情欲が魂に襲いかかり、その感覚を支配して罪へと引きずり込もうとし、知性が密かに絶えず神に叫び求めたなら、神はそれを見て御自身の助けを送り、一瞬にしてそれらを追い払われる。

15. お願いである。あなたがまだこの肉体に宿っている間、自分の心を緩めてはならない。なぜなら、農夫は自分の畑に実るどの穀物にも頼ることができない。それを穀倉に収めるまでは



、それがどうなるか分からないからだ。同様に、人は、その胸に息がある限り、自分の心を緩めてはならない（ヨブ記27:3）。人は、最期の息を引き取るまで、どのような試練に遭遇するか分からない。それゆえ、息がある限り、心を緩めてはならない。しかし、常に神に助けと憐れみを求めて叫び続けるべきである。

**16.** 戦いの最中に助けを得られない者は、平和をも信じることができない。

**17.** 誰かがこの世から離れるとき、初めて神の前で犯したすべての罪を正しく認識する。なぜなら、通常、人は（すなわち、心を砕き、心を痛めながら）苦々しいほどに罪から遠ざからない限り、自分の罪を見ることができないからである。この境地に達した者たちは、涙を流し、祈りを重ね、神の前で恥じ入り、情欲との不品行な交わりを思い起こす。さあ、兄弟たちよ、私たちの力の及ぶ限り奮闘しよう。そうすれば、神は御自身の豊かな憐れみによって私たちを助けてくださる。もし私たちが、先祖たちのように心を保てなかったとしても、少なくとも神が求められるように、私たちの体を罪のないまま保つよう努めよう。そして、私たちを襲った飢饉のさなかに、神が御自身の聖徒たちと同様に、私たちに対しても憐れみをお示しくださると信じよう。

**18.** 心を捧げて、真に敬虔に神を求める者は、自分の労苦が神に喜ばれるものだと、すぐには思えない。なぜなら、良心が何か不自然なことを指摘している限り、その者は自由から遠ざかっているからである。指摘する者がいるところには、非難する者もあり、非難があるところには、自由はないからである。したがって、祈っているときに、悪について自分を責めるものが全く何もないと気づいたとき、そのとき初めて、あなたは自由であり、神の御心によって神の聖なる安息に入ったと言えるのである。善き実が根を下ろし、もはや敵の雑草に押しつぶされることなく、また、自らの狡猾さに頼っていた戦士たちが、自発的ではないにせよ、もはやあなたの感情と戦わないよう退いたこと、雲があなたの幕屋を覆い、日中は太陽が、夜には月がもはやあなたを焼かなくなったこと、あなたの中に幕屋を建て、神の御心に従ってそれを守るための準備がすべて整っていることを悟ったなら、あなたは神の力によって勝利を収めたのだと知れ。そうしてついに、神ご自身がその幕屋の上に影を落とされる。なぜなら、それは神のものであるからだ。しかし、戦いが続く限り、人は恐れと戦慄の中にあり、今日勝つのか、それとも敗れるのか、明日は敗れるのか、それとも勝つのかと不安に駆られる。奮闘は心を重くするが、無執着は戦いから自由である。なぜなら、それはすでに相応の報いを受け、かつて分離していた人間の三つの部分について心配することをやめたからである。それらは神において互いに和解に達したからである。この三つの部分とは、魂、肉体、そして霊である。それらが聖霊の働きによって一つとなれば、もはや分離することはできない。徹夜祈祷の時であれ、睡眠の時であれ、敵に苦しめられている間は、自分が罪に対して死んだなどと思ってはならない。なぜなら、哀れな人間がまだ戦いの場を進んでいる限り、その間は大胆さを持たないからである。

**19.** もし心が奮い立ち、肉体の情欲を消し去る愛に喜んで従う決意をし、その力によって、不自然なもので（情欲や罪）、心を支配することを決して許さなくなれば、その心は、このように不自然なものと対峙することで、ついに、自然なものでさえも完全に切り離される境地に達する。

**20.** 兄弟よ、日々自らを吟味し、神の御前で自分の心の中に情欲的なものがあるのを見極め、それを心から切り離しなさい。そうすれば、（清められる前に）恐ろしい結末（あなたの運命）があなたを襲うことはないだろう。

**21.** 兄弟よ、自分の心に耳を傾け、敵たちを警戒して見守りなさい。彼らはその悪意において狡猾だからである。悪を行う（愛する）者に対して善を行うことはできないという真理を、心から確信しなさい。それゆえ、救い主は私たちに警戒するよう教え、「いのちへと通じる門は狭く、その道はきつい。それを見いだす者は少ない」（マタイ7:14）と語っておられる。

**22.** 何か破滅的なものが、あなたを神の愛から遠ざけないよう、自分自身に注意を払いなさい。あなたの心を守り、次のように言って落胆してはならない。「罪人である私が、どこにそれを守ればよいのか」。なぜなら、人が自分の罪を捨てて神に立ち返るとき、その悔い改めは彼を新たに生まれ変わらせ、彼を全く新しい者にするからである。

23. 旧約・新約を問わず、聖書は至る所で心の守りについて語っている。修道士は、聖書の目的、誰に何を語り、何のために語っているのかを理解しなければならない。また、修道士は絶えず修業の労苦を続け、敵の誘惑に耳を傾けつつ、熟練した舵取り人のように、恵みに導かれて心の波を乗り越える術を身につけなければならない。そうして、道から逸れることなく、ただ自分自身にのみ注意を向け、散漫な思いや詮索好きな心ではなく、静寂の中で神と語り合うことができるのである。

24. この時代は、風や波、空の嵐に舵取りを任せるように、私たちに祈りを求めている。私たちは、善い思いも悪い思いも受け入れることができる。情欲の主と呼ばれるもの、そしてそれそのものが、敬虔で神を愛する思い、すなわち「」である。私たち沈黙を守る者たちは、徳と悪徳を注意深く、冷静に見極め、区別しなければならない。兄弟たちや父たちの前ではどのような徳を保ち、一人きりの時にはどのような徳を実践すべきか、また、どの徳が第一であり、第二、第三であるか、また、どの情動が霊的なもので、どの情動が肉的なものか、どの美德が霊的なもので、どの美德が肉的なものか、さらに——どの美德によって高慢が心を蝕み、どの美德によって虚栄心が芽生え、どの美德によって怒りが生じ、どの美德によって食欲が襲いかかるのか。なぜなら、私たちは「思いや、神の知恵に逆らうあらゆる高慢を打ち砕かなければならない」からである（Ⅱコリント10:5）。

25. 第一の美德は、無憂無慮、すなわち、あらゆる人間やあらゆる行いからの死である。そこから、神への望ましい渴望が生まれ、それは自然に、敵によって植え付けられるあらゆるものに対して立ち向かう怒りを生み出す。そうして、神への畏れが人の内に宿り、その畏れの働きによって、やがて愛が明らかにされるのである。

26. 祈りの最中には、不敬虔な思いが心に浮かぶのを、敬虔な対比によって追い払わなければならない。そうしなければ、口では神に祈りながら、心の中では不適切なことを考えていることになってしまうからだ。神は、雑念に乱され、不注意な祈りを、沈黙を守る者から受け入れられない。また、聖書は至る所で、心の感情を慎むよう命じている。もし修道者の意志が神の律法に従い、知性はその律法に従って配下のもの——すなわち、心のあらゆる感情、とりわけ怒りと情欲——それらは知性の配下にあるものだから——をその律法に従って統制し始めたならば、そのとき、私たちは徳を成し遂げ、真理を全うし、願いは神とその御心に向けられ、怒りは悪魔と罪に向けられることになる。さて、他に何が必要だろうか？——秘められた教えである。

27. もし、自分の小部屋に座しているときに、心に恥の念が芽生えたら、注意して悪に立ち向かいなさい。さもないと、悪があなたを支配してしまうからだ。神があなたに耳を傾けておられ、あなたの心が思うことはすべて神の前には明らかであることを思い起こすよう努めなさい。あなたの魂にこう言いなさい。「もしあなたが、自分と同じような罪人たちがあなたの罪を見るのを恐れるのなら、すべてに耳を傾けておられる神を、それ以上に恐れるべきではないのか？」この戒めによって、あなたの魂の中に神への畏れが芽生えるでしょう。そして、その畏れに留まり続けるならば、あなたは情欲に揺るがされることなく（情欲に流されることなく）、次のように書かれている通りになるでしょう。「主を待ち望む者は、シオンの山のように、エルサレムに住む者は、永遠に揺るがない」（詩編124:1）。そして、あなたがなすあらゆる事において、神はあなたのあらゆる思いを見通しておられることを心に留めておけば、決して罪を犯すことはないでしょう。神に永遠の栄光がありますように。アーメン。

## 5. 修道生活と沈黙に関する章<sup>37</sup>

1. 三つの美德は、常に心を護る守護者である。すなわち、心に備わる自然な志向、勇気、そして怠惰のなさである。

<sup>37</sup> 『ギリシャ教父集』第40巻、以下の言葉の後に。

2. 心が自らの中にこれら三つの美德を見出したとき、不死に達したことを確信する。すなわち、情念を一つひとつ繊細に区別する「分別」、あらゆることを時より先に予見する「先見」、そしていかなる異質な思いとも「交わらない」ことである。

3. 心に常に光をもたらし美德が三つある。それは、いかなる人に対しても憎しみを抱かないこと、起こるすべてのことを動揺せずに耐え忍ぶこと、そして悪を行う者に対して慈愛を施すことである。これら三つの美德は、それよりも高い他の三つの美德を生み出す。すなわち、人に対する憎しみを抱かないことは愛を生み出し、起こるすべてのことを動揺せずに耐え忍ぶことは柔和をもたらし、悪を行う者に対して慈愛を施すことは平和をもたらし。

4. 魂を清める四つの美德がある。それは、沈黙、戒めの遵守（従順）、自己抑制、そして謙遜である。

5. アッバ・イザヤは言った。「私は自分自身を、主人のいないさまよう馬のように見ている。誰であれ、その馬を見つけさえすれば、それにまたがり、乗り回す。そして、ある者が馬を放すと、別の者がそれを捕まえ、やはりまたがり、乗り回すのだ。」

6. かつて罪を犯したことに喜びを見出さないよう、またかつての罪が再びあなたの中で繰り返されないよう、自らを慎みなさい。謙遜を愛しなさい。そうすれば、それはあなたの罪からあなたを守ってくれるでしょう。あなたの心を父たちへの従順に捧げなさい。そうすれば、神の恵みがあなたの中に宿るでしょう。自らを賢いと思いがってはならない。そうすれば、敵の手に落ちることはない。自分の舌に赦しを請うことを覚えさせよ。そうすれば、謙遜があなたに降り注ぐだろう。修道室に座しているときは、三つのことに専心せよ。手仕事、神への黙想、そして祈りである。毎日、今この世で労苦すべきであり、明日はどうなるか分からない、と心に留めなさい。そうすれば、神の前で罪を犯すことはないだろう。

7. 食事の際、腹を満たすことばかりを追い求めないようにしなさい。そうすれば、かつての罪が再びあなたの中に蘇ることはないでしょう。いかなる労苦においても気落ちしてはならない。そうすれば、敵からの攻撃にさらされることはない。の（秘められた）教えに自らを駆り立てよ。そうすれば、まもなく神における安息（神の平安）があなたに訪れるだろう。涙を流しながら長く祈るよう自らを奮い立たせよ。そうすれば、神はあなたを憐れみ、罪を愛する古い人をあなたから取り除いてくださるかもしれない。

8. 労苦、貧困、放浪、苦難、そして沈黙は謙遜を生み出し、謙遜によってすべての罪は赦される。

9. もし淫欲に悩まされるなら、絶え間ない徹夜、飢え、渇きによって自らを酷使し、すべての人々の前で謙遜しなさい。もし誰かの肉体の美しさがあなたの心を惹きつけたり、妻への情欲が湧き上がったなら、（棺の中で漂うであろう）悪臭を思い出し、心を静めなさい。

10. 兄弟よ！ あなたがこの世に生きている間、自分の肉体に安らぎを与えてはならない。また、肉体が情欲から解放されているように見えても、それを信じてはならない。なぜなら、悪魔たちはしばしば時を待って潜み、人が自分の救いについて気を緩めた瞬間に、突然その哀れな魂に襲いかかり、小鳥のように捕らえ、もしそれを打ち負かせば、容赦なくあらゆる罪でその魂を屈服させるからだ。それゆえ、私たちは神への畏れをもって立ち、自らを守りつつ、自らの行いを続け、敵の悪意を阻むすべての美德を守り続けよう。この短い時の労苦と奮闘は、私たちを悪行から守るだけでなく、魂が肉体から去る前に、その魂のために冠を用意してくれるのである。ですから、聖なる洗礼の印を持つ私たちは、裁きの日に恵みを得られるよう、自らの罪から遠ざかるよう努めましょう。愛する者たちよ、奮い立ちましょう。時が近づいているからです。昼も夜もこのことを心に留めている者は幸いである。

11. もしあなたの心が乱れており、それをどう整えればよいか分からないなら、その乱れは、あなたが望んだか否かにかかわらず、あなたの何らかの行いによって引き起こされていることを知ってください。もしゲデオンが水瓶を砕くよう命じなかったなら、ろうそくの光を見ることはなかっただろう（士師記7:19以下）。同様に、もし人が自分の肉体を軽んじなければ、神性の光を見ることはない。

12. 城壁に囲まれた町において、たとえ城壁のごく一部が崩れ落ちたとしても、敵が町に入ろうとするならば、その突破口に全注意を向け、そこから侵入しようとするものである。見張りが門に立っていたとしても、破壊された部分が修復されなければ、敵に立ち向かうことはできない。同様に、修道士が何らかの情欲に支配されている限り、敵に立ち向かうことは不可能であり、完全さの境地に達することもできない。

## 聖マルコ・アスコエティス

### 聖マルコの生涯と著作に関する情報

聖マルコ・アスコエティスは、エジプトの教父たちの中でも最も著名な一人に数えられる。しかし、その生涯の詳細についてはほとんど知られていない。彼を直接目撃したパラディオス（『ラウサニア』第20章）は、彼の気質が極めて穏やかで柔和であり、その点において彼に匹敵する者は誰もいなかったと述べている。また、彼は幼い頃から聖書を学ぶことを愛し、それを深く習得したため、旧約聖書と新約聖書をすべて暗記していたという（このことはソゾメンも『教会史』第6巻第29章、第30章で繰り返している）。厳格な生活と清らかな心により、彼は霊的な完成度において高い境地に達した。聖マカリオス・アレクサンドリアスは、聖体拝領の際、彼に注がれた神の特別な恵みについて証言している。これは、聖マルコの偉大な信仰の力、主に対する彼の燃えるような愛、そして彼の極限までの謙遜さを示している。聖マルコは100年以上生き、おそらく5世紀初頭に永眠した。しかし、彼は聖アントニオの生活と教えの最初の継承者たち、あるいはおそらくアントニオ自身とも共に暮らし、交流していた。神の恵み、人生の経験、そして神の御言葉の研鑽により、彼は霊的生活の奥義を深く理解する者となった。この才能を隠すことなく、彼は多くを教え、多くの著作を残したが、私たちに伝わっているのはそのうちのほんの一部に過ぎない。ロシア語訳では、彼の『言葉』が十編出版されている。総主教フォティオスはそのうち八編しか読んでいなかったが、ニキフォロス・カリストスは、これら八編に加え、さらに三十二編の『言葉』を彼に帰している（『教会史』第13巻、第53章、544）。本『集成』では、『ドブロトリュビイ』に収録されているものを基に、他のすべての説教から抜粋した教訓を加え、以下の順序で配列している：

1. 修道士ニコライへの書簡。これが最初に置かれているのは、この書簡に、修道生活の始まりから終わりまでの概略が記されているためである。これに続いて、以下のものが掲載される：
2. 聖マルコのその他の言葉から抜粋された教訓。これは、書簡で与えられた教えの続きであり、直後に続く各章に含まれる簡潔な格言を理解するための準備となるものである。
3. 霊的な律法に関する二百の章。
4. 行いによって義と認められようとする者たちへの226の章。翻訳にあたっては、ギリシャ語版『ドブロトリュビエ』、聖ミグネ編『ギリシャ教父集』（*Patrologiae graecae*）第65巻に収録された聖マルコの著作、およびパレスチナにある聖サヴァ修道院の写本（他よりも完全かつ正確である）を参考とした。

### マルコ・アスコエティスの霊的生活に関する教訓

#### 1. 修道士ニコライへの書簡

1. 以前より、あなたは自らの救いを深く案じ、神にかなう生き方への深い配慮をもって、ご自身についてすべてを私たちに語ってくださった。あなたは、厳格な生活、節制、そしてあらゆる他の自己犠牲を通じて、主にとりつこうと、どれほど熱烈な志を抱いて決意されたか、徹夜禱と熱心な祈りに励み、また、あなたの体の中でどのような戦いが繰り返し広げられ、どれほど多く

の肉欲が燃え上がり、私たちの理性の法則に反する罪の法則によって魂に立ち向かっているかについても語ってくれた。とりわけ、あなたは怒りや情欲といった情欲にひどく苦しめられていることを嘆き、そして、どのような方法や言葉による指導を求め、どのような労苦や奮闘を尽くせば、前述の破滅的な情欲に打ち勝つ（それらより高みに立つ）ことができるのかと尋ねていました。

2. その当時、私はできる限り、あなたの愛の精神に基づき、魂を救う考えと賢明な助言を提示し、どのような労苦や修練的な努力によって、分別と啓発された導きを持ち、福音に従って賢明に生きる魂が、信仰ゆえに恵みの助けを得て、心の奥底から湧き出る悪しき（思いや感情）、とりわけ前述の情欲を克服できるかを示した。なぜなら、どのような情欲の精神によって、それらへの傾向や慣れによって魂が染め上げられ、それらによって特に刺激されているかによって、魂はそれらに対して、かつて支配されていた罪の肉体的な、言葉にできない誘惑を征服するまで、絶え間なく最も入念な奮闘を続けなければならないからである。それらとの内面的な思考上の結びつき——（頻繁な）悪しき思いの回想や、それらとの情熱的な対話によって（強要され）——を通じて、誘惑され、捕らえられていたのです。

3. さて、今や私は、心ではなく、肉体と顔をもってあなたから離れ、真のキリストの働き手たちや戦士たちのいる荒野へと赴いた。それは、敵の誘惑と戦い、情欲に勇敢に抵抗する兄弟たちと共に、たとえわずかであっても共に奮闘し、戦いを繰り広げることで、怠惰を捨て去り、弛みを断ち切り、怠惰を振り払い、熱意とあらゆる配慮を身につけ、神に喜ばれる生き方へと向かうため、私は心を込めて、あなたの誠実さに向けて簡潔な訓戒と魂を救う助言を書き記すことに努めました。そうすることで、私が直接あなたに語ったことそのものを、この私の短い勧告の手紙を注意深く読み通すことで、あたかも私たちが直接あなたと共にいるかのように、そこから霊的な益を得られるようにするためである。

4. わが子よ、あなたは神にかなう救いの道を歩むために、ここから始めなければならない。人愛に満ちた神が、かつてまた現在もあなたに対して行っておられるすべての摂理的な御業と、あなたの魂の救いのための神のすべての恵みを、絶え間ない思索をもって、忘れがたく、常に心に留めておくべきであり、（敵によってもたらされる）邪悪な忘却による曇り、あるいは怠惰のせいで、神の多くの偉大な恩恵を忘れ、それゆえに残りの人生を無益かつ恩知らずなまま過ごすことなど、決してあってはならない。なぜなら、そのような回想は、まるで棘のように心を刺し、常に（神の寛大さを）告白すること、謙遜へと、砕かれた魂による感謝へと、あらゆる善を喜ぶことへと、そして（その恩恵に対する）報いとして、善良な気質や習慣、そして神にかなうあらゆる美德を身につけることへと駆り立てるのである。それは、誠実な思いをもって次の預言者の言葉に深く思いを巡らせる結果として生じるものである。「主がわたしに与えてくださったすべてのものに対して、主には何を報いようか」（詩編115:3）。魂が、生まれながらにして慈愛に満ちた神から受けたすべての恵みを思い起こし、また、どれほど多くの苦難から幾度も救われたか、あるいは、どれほど多くの不法に陥り、どのような過ちに自発的に滑り落ちたとしても、義の裁きによって、その魂を惑わした悪霊たちに滅びと死へと引き渡されなかったことを思い起こすとき、しかし、人を愛する主は、その過ちを忍耐強く見過ごし、彼女の回心を待ちながら彼女を守り続け、彼女が自ら情欲に駆られて敵や悪霊のために働いていたにもかかわらず、主は彼女を養い、覆い、あらゆる面で彼女を顧みられ、ついに慈愛に満ちた導きによって彼女を救いの道へと導き、修道生活への愛をその心に植え付け、喜びをもってこの世と、その肉欲的な快樂のあらゆる魅力を捨て去るよう奮い立たせ、修道生活の天使のような姿を彼女に授け、聖なる父たちによっての兄弟団に快く受け入れられるよう手配してくださった。（魂がこれらすべてを心に思い起こすとき）、良心に導かれた考えを持ち、これらすべてについて熟考する者が、どうして永遠に心を痛め続けずにはいられようか？ かつて受けた恵みの中にそのような素地があるならば、自分自身が何一つ善行を為していなかったにもかかわらず、彼は永遠に揺るぎない希望を抱くことになるのではないか。そして、自分自身にこう語りかけるだろう。「もし当時、私が何の善行もせず、それどころか御前で多くの罪を犯し、肉欲の汚れやその他多くの罪にまみれていた



にもかかわらず、主が私の罪に応じて私を裁かず、私の不義に応じて報いもせず、むしろ、そのような賜物と恵みをもって憐れんでくださったのなら、私がついに、完全に汚れのない生活とあらゆる美德の修養をもって、自分自身を主への奉仕に全身全霊で捧げたとき、主はどのような恵みとどのような霊的な賜物を私に授けてくださり、あらゆる善行において私を強め、導き、成功へと導いてくださるだろうか？」このように、神の恵みを決して忘れず、このような思いを抱く者は、あらゆる善き徳の行いや義の業へと自らを傾け、導き、駆り立て、常に熱心であり、神の御心を行う準備が常に整っているのです。

5. それゆえ、愛する子よ、キリストの恵みによって与えられた自然な知性を持ち、常にそのような行いと善き思索を心に留め、暗い雲のように有害な忘却に覆われたり、歩みを怠惰によって阻まれたり、心を空虚にし、正しい生活から逸らしたり、あるいは思考において無知——あらゆる悪の根源——によって曇らされたりしてはならない。——また、あらゆる悪をもたらす怠惰に流されたり、肉欲の甘美さに惑わされたり、暴食に打ち負かされたり、心の中で欲望に囚われ、淫らな思いと交わって自らを汚したり、兄弟への憎しみを生む怒りに打ち負かされたりしてはならない。もし、何らかの哀れで忌まわしい口実によって、他者を悲しませ、また自らも悲しみながら、隣人に対する悪意を心に抱き始めるとしても、神への清らかな祈りから逸らされることもなく、また、野蛮な思いで心をつににした兄弟を覗き見ようとして、心に囚われることもない。（なぜなら、もしこれらすべてを放置すれば、）そのような、肉的な思惑に満ちた無言の気質ゆえに、良心に縛られ、かつて従っていた悪霊たちへの懲らしめとして、一時的に彼らに引き渡されることになるだろう。やがて、心があらゆる面で枯渇し、悲しみと落胆に飲み込まれ、過去の罪によって神にかなう成長を失ったことを理由に、再びあらゆる謙遜をもって救いの道の始まりを受け入れ始め、祈りと徹夜の祈りの多くの労苦の末、神と隣人に対する謙遜な告白によって自らの罪の赦しを得る。こうして彼は再び正気を取り戻し始め、福音の教えの光に照らされ、神の恵みによって、謙遜な思索と自己卑下をもって自らを十字架に完全に委ねず、すべての人の前で自らを踏みつけられ、屈辱、軽蔑、不当な非難、嘲笑、侮辱に身をさらし、これらすべてを主の御名のために喜びをもって耐え忍び、人間的なもの——栄光も、名誉も、称賛も、美味しい食事や飲み物も、（華やかな）衣服も——を何も求めない者でなければ、真のキリスト教徒となることはできない。

6. さて、もし私たちにそのような功績、闘い、そして冠が待ち受けているのであれば、いつまで私たちは、偽りの敬虔の仮面を被って侮辱され、狡猾に主に仕えつつ、人々からは尊敬され、一方で「導き手」の前では別の姿を見せ続けることを許し続けるのだろうか。なぜなら、多くの人々から聖人として尊敬されているにもかかわらず、私たちは今もなお、その性質においては獣に等しく、ただ敬虔な外見を備えているだけであり、神の前でその力を得ていないからである（Ⅱテモテ 3:5）、多くの人々から貞潔な者、汚れなき者として尊敬されているにもかかわらず、隠されたことを見通される御方の御前では、淫らな思いに満ちた情欲の汚れによって内面が穢され、情欲の影響によって汚されている。それにもかかわらず、極めて偽りのある修道生活のため、さらには人間からの称賛を求め、心を盲目にし、そのことに無頓着である。いつまで我々は、福音の知恵を身に付けず、誠実な生き方を受け入れず、その道を断固として徹底的に歩む決意もなく、良心における大胆さを得ることもなく、それでもなお、外見上の人の架空の義に固執し、真の理解を欠くゆえに、外見上の正しさに自らを欺き、人々に気に入られようと願い、彼らから栄光や名誉、称賛を求め続けるのでしょうか？

7. まことに、闇の秘密を明らかにし、心の思いを表わされる方（Ⅰコリント 4:5）、欺かれることのない審判者が来られる。その方は、富める者を恥じることなく、貧しい者を憐れむこともない。御方は、外見の覆いを剥ぎ取り、内に隠された真理を明らかにし、誠実に生きる者たち、真の修行者や闘士たちを、御自身の御父の御前で天使たちの面前において冠を授けられる。一方、敬虔さの装いだけをまとい、人々の前では（模範的な）生活をただ見せかけだけで演じ、それに虚しく固執し、それによって自らを欺いている者たちを、全聖なる教会と天の軍勢の面前で厳粛に糾弾し、極めて痛ましい恥辱と共に、漆黒の闇へと追放するであろう。



8. (そのような者たちは) 外見上の貞潔を保った(それゆえ、その点で少しも非難されることはなかった) 聖なる処女たちに似ている。さらに、彼女たちは自分の器の中に少量の油を持っていた、すなわち、いくつかの美德や外見上の徳、そしていくつかの賜物に恵まれていたため、彼女たちの灯はしばらくの間燃え続けていた。しかし、怠慢、無知、そして怠惰のゆえに、内面への配慮を欠き、また、群衆の中に潜む、邪悪な霊によって煽られた数々の情念に気づかなかった。そのため、彼女たちの思考は敵対的な影響によって蝕まれ、彼女たち(乙女たち)は、心の中でそれらと交わり、密かに最悪の嫉妬、善を憎む妬み、挑発、嫉妬、憎しみ、怒り、悲しみ、恨み、偽善、苛立ち、高慢、虚栄、人に媚びる心、自己満足、金銭への執着、怠慢、肉欲、心の中で快楽を貪る思い、不信仰、神に対する無畏、(外部の何かに対する) 恐れ、悲しみ、反抗、あらゆる自己甘やかし、眠気、自惚れ、自己正当化、高慢、虚栄、飽くなき欲望、贅沢、所有欲、絶望、あらゆる災いの中でも最も悲惨なもの、そしてその他の極めて微妙な罪の影響。彼女たち(乙女たち)は、善行を行うこと、そして人々の前で見せかけの誠実な生活を送り、それによって人々から称賛を受け、また、もし霊的な賜物に与っていたとしても、それを虚栄と人に好かれようとする心に売り渡し、他の情欲に流されながら、善き行いに狡猾で肉欲的な思惑を混ぜ合わせ、それによってそれらを不浄なものとし、カインの捧げ物のように神に受け入れられないものにしてしまった。これらすべてのゆえに、彼らは花婿との喜びを奪われ、彼らの前に閉ざされた天の宮殿の外に取り残されたのである。

9. このことについて、厳格な吟味と自己省察をもって考察するとき、私たちは自分たちがどのような状態にあるかを理解し、自覚するだろう。そして、悔い改めと回心の時間がまだ残されているうちに、自らを正し、私たちの善行が清く行われ、肉的な思惑が混じることなく、真に善なるものとなるよう心を配り、恐れを知らず、怠慢であり、真の知恵に欠けるがゆえに、欠陥のある供え物として拒絶されることのないように。さもないと、私たちは貞潔、節制、徹夜祈祷、断食、そしてあらゆる自己犠牲の労苦を背負い、その生涯を過ごすことになるだろう——それでもなお、私たちにとって義と見えるその行いは、前述の情欲のゆえに不純な犠牲と見なされ、天の祭司であるキリストに受け入れられることはないだろう。

10. それゆえ、わが子よ、十字架を背負いキリストに従おうとする者は、何よりもまず知識と知恵を重んじ、絶えず自らの思いを試み、救いへの深い配慮と神への大いなる献身をもって、同じ志を持ち、同じ考えを持つ神の僕たち——すなわち、同じ奮闘を続けている者たち——に問いかけるべきである。そうすれば、どこへ、どのように歩むべきかを知らずに、明るい灯りもなく闇の中を歩むことにはならないだろう。なぜなら、福音による導きや指導なしに独断で歩む者は、しばしばつまずき、悪者の多くの落とし穴や罠に陥り、しばしば迷い、大きな災いに遭い、最終的にどこへたどり着くのかさえ分からないからである。多くの人々が、自己犠牲という偉大な功績を成し遂げ、神のために多大な労苦と汗を流してきましたが、独断、分別のない行動、そして隣人に救いの助言を求める必要性を認識しなかったことが、彼らのそのような労苦を神に受け入れられないものとし、無益なものにしてしまいました。

11. しかし、愛する子よ、私がこの勧めの言葉の冒頭でも述べたように、崇拜すべき人愛に満ちた神から受けた恵みを忘れてはならない。敵の悪意による誘惑や怠惰によってそこから逸らされてはならない。むしろ、それが霊的なものであれ肉的なものであれ、誕生の初めから今に至るまであなたに与えられた恵みを心に留め、それらについて深く考え、そこから学びなさい。「主のすべての恵みを忘れてはならない」(詩篇102:2)と書かれているとおりである。そうすれば、心は神への畏れと愛へと自然に導かれ、あなたは(神への感謝として) 厳格な生活、徳ある行い、敬虔な良心、ふさわしい言葉、正しい信仰、謙虚な思索をもって報いることができ、端的に言えば、自分自身をすべて神に委ねることになるでしょう。これこそが、慈愛に満ち、人を愛する主からあなたが受けた恵みを思い起こすことが、あなたを導く先なのです! そのような恵みの記憶によって、とりわけ天からの導きが加わるとき、あなたの心は知らず知らずのうちに愛と(神への) 渴望に刺し貫かれるでしょう。なぜなら、神は、あなたよりもふさわしい他の誰に対し

でも、ご自身の言い表せないほどの愛によってあなたに与えられたあの驚くべき恵みを、決して与えられなかったからです。

**12.** それゆえ、神から授かったすべての恵みを絶えず心に留めるよう努めなさい。とりわけ、あなたが私に語ったように、母と共に聖地からコンスタンティノーブルへと船で向かっていた際、夜、恐ろしく耐え難い嵐が吹き荒れ、海が激しく荒れ狂い、船に乗っていた者たちは皆、船員たちやあなたのお母様を含めて海の底で命を落としたが、あなた一人と他の二人は、神の栄光に満ちた御力によって救われ、岸に打ち上げられたこと、また、（主が）アンキラへのあなたの道をどのように整えられたかを（思い起こしなさい）。そこでは、ある寛大な人物に父のような慈愛をもって迎え入れられ、敬虔な息子エピファニオスと愛によって結ばれ、あなたたちは二人とも、ある敬虔な人の導きのもとで、（世俗を捨てて）救いの道へと踏み出し、そして、神の聖なる僕たちによって、誠実な子らとして受け入れられた。

**13.** 神から与えられたこれらすべての恵みに対し、あなたを永遠の命へと招いてくださった方に、あなたはどのような報いを捧げることができるだろうか。正義が求めるように、もはや自分自身のために生きるのではなく、あなたのために死んで復活されたキリストのために生きるべきである。あらゆる正しい徳と、あらゆる戒めの履行を志し、常に「神の御心、すなわち、善であり、完全であり、御心に適うもの」（ローマ12:2）を求め、それを全力を尽くして実行するよう努めなければならない。とりわけ、わが子よ、あなたの若さを、神の御言葉が求める通りに、その御言葉に服従させなさい。「自分の体を、神に喜ばれる、生きた、聖なる、神にふさわしい供え物として、御言葉による奉仕としてささげなさい」（ローマ12:1）。肉欲のあらゆる湿気を、少食、節酒、そして徹夜の祈りによって冷やし、乾かしなさい。そうすれば、あなたも心からこう言えるようになるでしょう。「私は塩の上の皮袋のようだ」<sup>38</sup>、「あなたの義を忘れはしない」（詩編118,83）。あなたがキリストに属していることを自覚し、使徒の言葉に従って、「情欲や欲望とともに、自分の肉を十字架につけなさい」（ガラテヤ5:24）、「地上の肢体を死に委ね」（コロサイ3:5）、すなわち、淫らな行いだけでなく、悪霊によって肉に煽られる不潔さも断ち切りなさい。そして、真の、汚れなき、至完全な貞潔の冠にふさわしくなりたいと願う者は、その奮闘をこれだけに留めるのではなく、使徒の教えに従い、この情欲の動きそのものを死なせるよう努めるのである。さらに、（清らかさへの）強い愛によって、自らの体に天使のような至清らかな貞潔を宿そうと熱望する者は、これにも満足せず、肉欲の情動の動きや影響を伴わずに、一過性の誘惑として心に浮かぶ、単なる一念における情欲の記憶さえも消え去るよう祈る。しかし、これは天からの助け、すなわち聖霊の唯一の力と賜物によってのみ達成され得るものであり、そのような恵みにふさわしい者がいる場合に限られる。

**14.** このように、清く、非物質的で、汚れのない貞潔の冠を得ようと願う者は、苦行による労苦をもって自らの肉体を十字架につけ、「地上の肢体を」と、苦勞と忍耐を伴う節制によって、外なる人を衰えさせ、それを薄くし、老いたような、骸骨のような姿に変えていく。そうすることで、信仰と霊的な行いのための恵みの働きによって、内なる人がより妨げられずに刷新され、日ごとに良き方向へと進歩し、愛において成長し、柔和さを身にまとい、霊的な喜びに満たされ、キリストから平和の保証を受け、慈愛に導かれ、善行をまとい、神への畏れを抱き、（霊的な）知識と理性によって啓発され、知恵に覆われ、謙遜な知恵に導かれるのである。これらおよびこれらに類する美德によって、聖霊によって刷新された心は、神に似た姿の刻印を受け入れ、主の似姿の知的な言葉に尽くせぬ美しさをまとい、霊的な知恵の豊かさに似せられるのである。

**15.** わが子よ、若者の肉体を鍛え上げ、魂を養い、聖霊の助けにより、先に述べた美德をもって心を新たにしなさい。様々なご馳走や酒に肥え太った若者の肉体は、屠殺を待つ猪のようになる。肉欲の快樂の炎によって魂は鍛えられ、邪惡な情欲の燃え上がりによって心は捕らえられ、肉の誘惑に抗うことができなくなる。こうして、血の奔流は、霊の衰退をもたらす。酒に関しては、若者はその匂いさえ嗅がないようにすべきである。そうすれば、内なる情欲の影響と外な

<sup>38</sup> 「スラン」とは、霜が降りた状態のこと。霜にさらされると、毛皮は収縮して硬く、固くなる。

る飲酒という二重の炎によって、肉欲の快樂が燃え上がり、病的な感傷に伴う靈的な甘美さを追い払い、心に混乱や苛立ちを引き起こすことを防げるからである。また、若者は靈的な渴望（穏やかな心）を保つために、満腹になるまで水を飲むことさえ避けるべきである。なぜなら、水を控えめにすることは、肉体の節制に大いに役立つからである。これを実際に体験すれば、自らの経験によってそのことを確信するだろう。なぜなら、私がこれをあなたに定めて勧めるのは、あなたに不本意な重荷を課そうというのではなく、真の純潔と厳格な貞潔を保つための良き手段として、愛をもって助言し提案するものであり、あなたが望むことを行う自由な意志はあなたに委ねているからだ。

16. さて、ここでは、その動きや影響によって魂全体を荒廃させ、混乱に陥れ、暗くし、人間を獣の如くしてしまう、不合理な怒りの情についても少し語ろう。特に、容易に誘惑に駆られ、すぐにそれに傾きがちな者にとってはなおさらである。この情念は、高慢によって強められ、支えられ、克服できないものとなる。そして、この悪魔的な悲しみの木（ヘブライ人への手紙 12:15）、すなわち怒りと苛立ちが、高慢という邪惡な水で潤されている限り、それは増殖し、花を咲かせ、不義の豊かな実を結ぶのである。このように、この悪しき者の築いた魂の建物は、高慢という土台に支えられ、維持されている限り、決して滅びることはない。それゆえ、もしあなたが、この不法の木（すなわち、悲しみ、怒り、苛立ちという情念のことである）が体の中で枯れ果て、実を結ばなくなり、御霊の斧が来てそれを切り倒し、福音書の言葉通り火の中に投げ込まれ、あらゆる悪意とともに消え去ることを望むならば、——もし、悪しき者が悪のために魂の中に築き上げ、至る所から、行いや言葉に関する根拠のあるなしにかかわらず、石のように考えを集め、魂の中に悪意の建物を築き上げ、その堅固な土台に高慢の思いを重ねている、もしこの家が破壊され、掘り起こされることを望むなら、主の謙遜を心に深く刻みつけなさい。主はいったい誰であり、私たちのために何となられたのか。天上の存在たちにも適度に明らかにされ、天においてあらゆる知性ある存在——天使、大天使、座、主権、支配、権威、ケルビム、セラフィム、そしてその名が私たちに伝わっていないその他すべての名もなき知性ある力——その神性の光の高みから、主はご自身の言い表せない慈しみによって、どれほど深い人間の謙遜の深みへと降りてこられたのか。あらゆる点において、アダムの子ゆえに闇と死の陰に座し、敵の捕虜となり、私たちの中に働く情欲によって彼に支配されている私たちに、ご自身を似せてくださったのである。

17. さて、目に見えるもの、目に見えないものすべての主は、このような束縛に苦しみ、苦い死に支配されている私たちを恥じることはなく、ご自身を低くされ、（ご自身に）人間を宿し、主の定めにより苦難を贖罪として負うことを命じられたその方は、罪、すなわち不義の情欲を除いて、あらゆる点で私たちに似ておられました。（原罪という）罪の報いとして、主の定めによって人間に課せられた懲罰——すなわち、死、労苦、飢え、渇き、およびそれに類するもの——これらすべてを、主は受け入れて、私たちと同じ存在となられた。それは、私たちが主と同じ存在となるためである。「御言葉は肉となった」（ヨハネ1:14）、すなわち肉が御言葉となるため、「富んでいた方が貧しくなり、私たちがその貧しさによって富むようになった」（Ⅱコリント8:9）。主は、その偉大な人間愛によって私たちに似てくださったのであり、私たちもあらゆる美德において主に似るようになるためである。なぜなら、キリストが来られて以来、（初めから）神の御姿と似姿であった人間は、聖霊の恵みと力によって真に新しくされ、完全な愛の境地に達するからです。その愛は恐れを完全に追い払い、もはや墮落することのないものです。なぜなら、「愛は決して滅びない」（Ⅰコリント13:8）とあり、ヨハネが言うように、「神は愛であり、愛にとどまる者は神にとどまる」（Ⅰヨハネ4:16）。使徒たち、そして彼らと同様に徳に励み、生涯を通じてキリストに完全に従い、完全な姿で主の前に現れたすべての人々は、このような境地に達した。

18. それゆえ、もしあなたが、主が私たちへの愛から、言い表せないほどの人愛をもって示されたような謙遜——すなわち、神である御言葉が受肉し、人間の姿をとられ、女性から生まれ、肉体の成長を段階的に経て、不名誉、苦難、侮辱、冒瀆、非難、殴打、唾を吐きかけられるこ

と、嘲笑、侮辱、赤色のマント、いばらの冠、支配者たちによる彼への判決、彼と同じ民族である不法なユダヤ人たちによる「引き上げよ、引き上げよ、彼を十字架につけよ」（ヨハネ 19: 15）、十字架、釘、槍、酢と胆汁の飲ませられ、異教徒たちの歓喜、通りすがりの者たちの嘲笑、「もしあなたが神の子なら、十字架から降りてみよ。そうすれば、あなたを信じる」という言葉（マタイ 27: 42）——そして、私たちのために主が耐え忍ばれたその他の苦難：十字架刑、死、三日間の埋葬、陰府への降下——そして、それらの苦しさの实りとして、死者からの復活、主のもとに集められた魂たちを導き出すことによって陰府と死を空虚にしたこと、天への昇天、父の右の座に着き、あらゆる支配、権威、そして名付けられるあらゆる名よりも高い地位に就かれたこと（エフェソ 1: 21）、すべての天使たちからの栄光、誉れ、そして礼拝が、死からよみがえった長子に捧げられる。それは、使徒の言葉にあるように、主の苦難によるものであり、その言葉はこう述べている。「このことが、あなたがたのうちに、キリスト・イエスにあるように、神の御姿であられた方は、神と等しい者であることを強要しようとはされず、かえって御自身を無にされ、しもべの姿をとり、人の姿になられ、人の姿として現れ、御自身を低くされ、死に至るまで、しかも十字架の死に至るまで従順であられた。それゆえ、神は彼を高く上げ、すべての名にまさる名を彼に与え、天にある者、地にある者、地下にある者のすべてのひざが、イエスの名によってひざまずき、また、他のすべてのものが……」（フィリピ 2: 5-10）……まさに、神の御義によって、主のこれらの苦難は、人をこれほどまでに栄光と高みへと引き上げたのである！

**19.** したがって、もしあなたが、このような思いを心の中に温かく、決して忘れずに抱き続けるならば、悲しみや怒り、苛立ちといった情念に支配されることはないだろう。なぜなら、それらの基盤が取り除かれるとき、すなわち、キリストの謙遜に深く浸ることで高慢の情が根絶されたとき、不義の怒り、激怒、悲しみのすべての構造は、容易に自ずと崩れ去るからである。もし、私たちのために御子なる神が示されたそのような謙遜を常に心に留め、先に挙げた御子の苦難を思い起こすならば、どれほど冷酷で石のような心であっても、打ち砕かれ、感動し、謙遜になるのではないのでしょうか。それどころか、聖書の言葉通り、すべての人のために喜んで土となり、灰となり、踏みつけられるものとなるのではないだろうか。魂がキリストの謙遜を見つめ、そのように謙遜し、打ち砕かれたとき、いったいどのような苛立ちがそれを支配しうるだろうか。どのような怒りや悲嘆がそれにまわりつくというのか。

**20.** しかし、どうやら、私たちにとって救いとなり、命を与えるこれらの思い、そしてその姉妹である怠惰、さらにそれらを助長し同等の存在である無知——これら、魂の最も重く、最も内面的な病は、自覚することも難しく、治すことはさらに困難であり、抑えきれない好奇心（自分以外のあらゆる外的な事柄への探求）によって、魂を惹きつけ、曇らせ、その結果、他のあらゆる邪惡な情欲が魂の中で働き、潜む原因となっている。それらは（神の前での）恐れを知らぬ態度や、あらゆる善に対する無関心を招き、あらゆる情欲が魂に入り込み、恥じることなくその中で働く自由を与えてしまうのである。魂が（まるで陰鬱な覆いのように）あらゆる悪を招く忘却、破滅的な怠惰、そしてあらゆる悪の母であり養い手である無知に覆われているとき、哀れな盲目の心は、目に見えるもの、想像されるもの、あるいは耳にするものの一つひとつに容易に執着してしまう。例えば、女性の美しさを目にとると、たちまち肉欲に苛まれる。記憶は、このようにして目にしたもの、耳にしたもの、触れたものを情熱的かつ快樂をもって受け止め、その後、想像力による思索や、それに伴う邪惡な対話を通じて、そのイメージを内面に描き出し、それによって、まだ情熱に駆られた哀れな精神を、淫らな精霊の影響によって穢してしまうのである。

**21.** 最後に、肉体についても、もしそれが肥満していたり、非常に若かったり、あるいは過度に湿気を持っていたりする場合、そのような記憶によって素早く情欲に駆り立てられ、情欲へと向かって動き出し、時に夢の中で、時に現実の中で、不浄な行為を行い、実際には妻との交わりがないにもかかわらず、その性質にふさわしい行動をとる。そのような者は、多くの人々からは貞潔で、処女であり、清い者と見なされるかもしれないし、あるいは聖性を主張することさえあるかもしれない。しかし、内なることを見通す御方の御前においては、彼は卑しい淫行者であ

り姦淫者であり、その日、もし神の御前で泣き叫び、御前で悪を企て、行っていたにもかかわらず、断食や徹夜、絶え間ない祈りによって肉体を消耗させ、聖なる追憶や神の御言葉による教えによって心を癒やし、正すという、ふさわしい悔い改めを捧げなければ、その日には正当に裁かれることになる。なぜなら、「『女を見て、彼女を欲する者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである』（マタイ5:28）。それゆえ、とりわけ若者にとっては、たとえ彼女たちが聖人と称されていようとも、決して女性と顔を合わせないことが極めて有益であり、可能であれば、人里離れた場所で、すべての人から離れて暮らすことである。そうすることで、彼は自分にとって霊的な戦いをはるかに容易にし、自らの霊的成長をより明確に感じ取ることができるだろう。特に、自分自身に厳しく注意を払い、祈りに専念し、食事や飲み物（水でさえも）を控え、長時間の徹夜祈祷に励み、また経験豊富な霊的指導者たちと相談し、彼らと共に過ごし、その導きを受けるよう努めるならばなおさらである。なぜなら、孤立して、自分の意志だけで、証人なしに生きることが、あるいは霊的な戦いにおいて経験の浅い者たちと共にあることは、極めて危険だからである。悪（サタン）の策略は多く、隠された罠も多く、敵が至る所に張り巡らせた罠は多種多様である。それゆえ、可能な限りあらゆる手段を尽くして、霊的な事柄に精通した人々と共に暮らし、頻繁に語り合うよう努めなければならない。そうすれば、たとえ誰かが、霊的な年齢がまだ幼く未熟であるために、真の知恵という独自の光を持っていないとしても、それを備えた者と共に歩むことで、暗闇の中を歩むことなく、罠や網の危険にさらされることもなく、暗闇に潜み、神の言葉という知恵の灯火を持たずにそこを歩く者たちを誘惑し、墮落させる心の獣たちに捕らえられることもないようである。

**22.** もし、わが子よ、あなたがこの世の最も深い夜の中を妨げられることなく歩み、「あなたの歩みが主によって正される」（詩篇118:133）ように、また預言者の言葉にあるように、「福音の道を大いに愛する」、すなわち、最も熱烈な信仰をもって完全なる福音の戒めを実践し、それらへの渴望と祈りを通じて主の受難に与る者となることを望むのであれば、私はあなたにそのための驚くべき方法を示そう。それは、道徳的な内面の精神の在り方に基づくものであり、肉体的な労苦や偉業を必要とするのではなく、むしろ、苦を伴う精神的な労苦、心（内なるすべて）に対する知性の支配、そして神への畏れと愛に支えられた注意深い思索を必要とするものであり、この心構えがあれば、あなたは、至福のダビデのように、敵の軍勢を容易に退散させることができるだろう。彼は神への信仰と信頼をもって、一人の異邦人の巨人を倒し、それによって敵の闇の勢力を、その民とともに退散させたのである。

**23.** 私のこの言葉は、異邦人の三人の強大で力強い巨人に向けられている。彼らこそ、心の中のオロフェルンのあらゆる抵抗の力が拠り所としている者たちであり、もし彼らが打ち倒され、殺されれば、悪霊たちの力は完全に衰え果てるだろう。この三人の、強きと見なされている邪悪な巨人とは、すでに我々が言及した——無知、あらゆる悪の母、忘却、すなわちその姉妹であり、共犯者かつ助力者、そして、暗闇の中から魂に暗い衣と覆いを織りなす——怠惰（無関心）である。この怠惰は、前述の二者を支え、強固にし、それらに持続性を与え、最も無頓着な魂において、悪があたかも根付いたかのように、実体化されるように仕向けるのである。なぜなら、無関心（怠惰）、忘却、そして無知によって、他のあらゆる情念の支えが強まり、増大するからである。互いに助け合い、一方だけでは存続し得ないこれら（が結びついて一体となることで）、敵対者の強大な力となり、悪の主たる支配者となるのである。それらの媒介を通じて、悪意の霊の群れは魂の中に罠を仕掛け、その企てを遂行することに成功する。

**24.** もし情欲に打ち勝ち、心の中の異邦人の群れを容易に退散させたいと望むなら、祈りと神の助けによって自らの内面に心を集め、心の深みへと降りていき、自分の中にいるこの三人の強力な悪魔の巨人——すなわち、忘却、無関心、あるいは怠惰、そして無知である。これらを糧として、他のあらゆる情欲は、自己満足にふける心や罰せられない魂の中で活動し、生き延び、強まっていくのだ。自分自身に厳しく注意を払い、精神を冴えさせ、天からの助けを借りれば、他者には知られず、想像すらされない、他のどの悪しき情欲よりも破滅的なこれらの悪しき情欲を、それらと正反対の真理の武器——すべての善の源である善き記憶、明晰な知恵、そしてそれ

によって覚醒した魂が無知の闇を追い払い、魂を救いへと駆り立て導く生きた熱意——によって、確かに見出す（自らの内に見出し、掴み取る）ことができるだろう。そして、これらの美德の武器を身にまとい、あらゆる祈りと懇願をもって、聖霊の力により、前述の三つの巨人のような心の異邦人、すなわち、神にかなう美しい思いを抱き、「何が真実であり、何が尊く、何が正しく、何が清く、何が称賛に値するか。また、どのような美德があり、どのような称賛があるか」（フィリピ4:8）と常に心に留め、あらゆる悪の根源である忘却を自らから追い払い、天からの啓示によって有害な無知の闇を滅ぼし、あらゆる善を行う準備が整った生き生きとした熱意をもって、魂に悪を根付かせる不敬虔な無関心（怠惰）を追い払うのです。これらの美德を身につけることは、あなた自身の意志だけではできませんが、神の力と聖霊の助けにより、深い注意と祈りをもって、それらを身につけることができます。そして、このようにしてそれらを身につけたなら、それらを通じて、前述した三つの邪悪な巨人の束縛から解放されることができるのです。有効な恵みの力によって、魂の中に（三つの要素からなる）真の知識、神の言葉の記憶、そして善への熱意という結びつきが形成され、それが魂の中で丹念に守られるとき、忘却、無知、無関心の痕跡さえも魂から消え去るでしょう。それらは無に帰し、魂の中ではついに、私たちの主であるキリスト・イエスにおける恵みが君臨し始めるであろう。主には、世々限りなく、栄光と権威がある。アーメン。

## 2. 修道士ニコライによるマルコ・ポドヴィシュニクの書簡への回答

神に感謝、感謝！ 神の卓越した、計り知れない賜物に感謝します。神は、激しい情欲に囚われ、あらゆる強さを失った魂を憐れみ、慈悲深く、また完全に神に委ねられた御意志をもって、その魂を訪ねてくださったのです。徳高く、神と結ばれたあなたの尊い魂によって——その魂から、神聖な光に満ちた輝く火花と、霊的な餌を備えた矢が私に送られ、また、神と結ばれた思いから生まれた労苦と愛の言葉という灯火によって、主は私の魂を最も暗い闇と嵐から引き離し、私に告げられた三人の巨人のことについて、私の思いが力強く湧き上がるようにしてくださった。まことに、これらの巨人たちは偉大で獰猛であり、人類への攻撃を決してやめない。彼らは、私のように、この地上でこれほど獰猛かつ激しく抑えつけられ、なおも自らの意志に反して彼らに支配されている者を、他に誰がいるだろうか。しかし、生ける者の滅びを決して喜ばれない御方は、[私を]憐れみ、私に対して御自身の寛容と人間愛に満ちた慈悲を示され、その敬虔な思いを起こさせ、最も深い眠りについていて自由意志を奮い立たせ、前述の巨人たちを私に示し、明らかにしてくださった。そこで私は言う。第一に、アダムを楽園から追放した「忘却」である。もし彼が主の戒めを忘れていなければ、そのような栄光から離れることはなかっただろう。次に、「落胆」である。これに身を任せて、彼は妻の言うことを聞いてしまった。そして、「無知」である。これによって、彼は自分が何者であり、何になったのかを知ることができなかった。主イエスは、あなたの中に住まわれる聖霊によって、これら三つの霊を私に明らかにしてくださった。まことに、主は両刃の剣、すなわち神の御言葉を送り、多くの静寂をもって私の心を真っ二つに切り裂かれたのである。それにとどまらず、まことに、あなたの言葉を通して、ある種の霊的な甘美さを私の意志に注ぎ込んでくださいました。さて、あなたが私に思い出させてくれた神の恵み、あるいは、真理を求め、神の戒めを守るよう魂を奮い立たせる、巧みで愛に満ちた言葉を私に送ってくださったこと、そして最後に、主の道——すなわち永遠の命へと導く道——を歩もうとする者にとって、[この手紙を通じて]もたらされた多くの益に対して、どのように感謝すればよいのでしょうか。あなたの言葉は、私だけでなく、それを聞いたすべての人々にも益をもたらしました。彼らの思考は大きく啓発され、明快に語られた言葉から大きな恩恵を受けたのです。それゆえ、これらの言葉は事実として真実であることが証明され、また、これらの言葉は単なる言葉としてではなく、私たちの目の前にある明白な事柄として聞こえた。なぜなら、この言葉は直ちに、私たちの意志に大きな覚醒をもたらしたからである。そして、この言葉は実効性があったため、無駄になることなく、たちまち穂を結び、熟した実を結んだ。しかし、それだけにとどまらなかった。神がご存知の通り、私たち一人一人は、この言葉に飽きることは



ないのだ。何度読んでも、私の貧しい魂は満たされることがない。それゆえ、あなたの聖なる祈りによって、この賜物が私に与えられますように。天の火花が私の中に留まり、前述の巨人たちを最後まで、完全に滅ぼし尽くすことができますように。また、私がいつの日か、独断的な気まぐれに背き、前述の悪に身を投じて、敵の餌食となることはありませんように。しかし、あなたの中に宿る主イエス・キリストを信じます。あなたの聖徳と、あなたのように奮闘する者たちのために、主は私を見捨てず、前述の巨人の口に私を売り渡すこともなく、むしろ、御自身の聖なる僕たちを通して常に私に戒めを与え、あなたの聖なる祈りによって、この墮落した私に御自身の道を示してください。それゆえ、慈愛に満ちた尊い御魂よ、私が希望を込めて、あなたの聖なる御身への返状を書き記すことを敢えてしたことを、お咎めにならないようお願いし、懇願いたします。しかし、父なる神の恵みが開かれているのを見て、たとえ拙い筆致であっても、あらゆる時に私を覚えてくださるよう、お願いし、懇願いたします。主は常に〔御自身の〕決して離れることの無い、絶え間ない奉仕者、すなわち、あなたの祝福された魂の、ふさわしく清められた心をお訪ねくださるのです。どうか、あなたの聖なる御業によって、私もまた、私の悪から救い出され、人愛に満ちたキリスト・神の恵みにより、良い結末を得ることができますように。キリストと共に、父と聖霊に、世々限りなく栄光と権威がありますように。アーメン。

## 2. 聖マルコの教訓、彼の他の言葉から抜粋したもの

1. 信仰とは、単にキリストの洗礼を受けることだけではなく、その戒めを守ることにこそある。聖なる洗礼は、私たちに完全さをもたらすが、戒めを守らない者を完全にするわけではない。

2. もし洗礼を受けた後も私たちが罪にさらされることがあるとすれば、それは洗礼が完全でなかったからではなく、私たちが戒めを怠り、自らの気ままに自己満足にふけっているからである。洗礼を受けた後も、私たちの意志を、神もサタンも強制することはない。洗礼において、私たちは次のように記されているとおり、罪の奴隷状態から神秘的に解放されたのである。「御霊の律法は、私を罪と死の律法から解放した」（ローマ8:2）。しかし、私たちが清めてくださった方の戒めを守ることを怠ったために、私たちは罪の力にさらされ、戒めを守らなかったゆえに、再び敵の捕虜となってしまったのである。

3. 人は自らの意志によって、愛する場所に留まるものであり、たとえ洗礼を受けたとしても、自己支配は強制されるものではないからである。聖書が「貧しい人々は天の御国を受け入れる」（マタイ11:12）と語るとき、それは私たち一人ひとりが、洗礼を受けた後、悪へと逸れることなく、善にとどまるよう自らを奮い立たせるべきであることを、自らの意志について語っているのです。戒めを守る力を与えられた者たち、すなわち信者たちに対して、主は、後戻りしないよう、それらに励むよう命じておられる。

4. 善行とは、戒めとは別の特別なものではない。それ自体が戒めなのである。戒め以外の修行を私に示してみよ。もし祈りを挙げれば、それは戒めであり、もし思いの打ち砕きを語れば、それも戒め（「目を覚まし、警戒せよ」）であり、もし断食や徹夜祈りを挙げれば、これもまた戒めであり、もし自己犠牲を挙げれば、それも戒めである（「自分を捨てよ」）、そしてあなたがどのような修行の徳行を挙げようとも——それらはすべて戒めである。（修行の目的は、戒めを最も正確に実行することにある）。

5. 聖なる洗礼は（悔い改めと同様に、罪の奴隷状態からの）完全な解放をもたらすが、再び情欲に縛られるか、あるいは戒めを行うことによって解放された状態にとどまるかは、自己中心的な意志の働きによるものである。もし思いが何らかの罪の快樂へと逸れるならば、それは自己中心的な情欲によるものであり、何らかの不本意によるものではない。聖書によれば、私たちには「思いを取り除き去る」権威がある（Ⅱコリント10:4）。邪悪な思いは、それを自分の中から取り除こうとする者にとって、罪のしるしではなく、神への愛のしるしである。なぜなら、思いそのものが罪なのではなく、それとの心の対話が罪だからである。もし私たちが神を愛していな

いのなら、なぜその思いに躊躇するのでしょうか。私たちが心から憎むものが、私たちの悪意ある加担なしに、長く私たちの心と対話を続けるなどということはあり得ないのです。

6. 聖なる洗礼を受け、戒めを守る能力があるにもかかわらず、それを守らないとき、たとえ望まなくても、私たちは罪に囚われてしまう（再び罪の奴隷となる）。悔い改めによって神に懇願し、神のすべての戒めに従うよう努め、神が私たちの自己支配という罪を根絶してくださるまで、その状態は続くのである。

7. あなたは洗礼によってキリストに身を包み（ガラテヤ3:27）、思いを打ち砕く力と武器を持っている（コリントの信徒への手紙二10:4）。もし、それらに対する力を持っているにもかかわらず、最初の誘惑の時点でそれらを打ち倒さないのであれば、それは明らかに、不信仰ゆえに快樂を追い求め、それらに同意し、親しんでいるということである。そのような行いについては、あなた自身が責任を負うことになる。

8. 時に、私たちの同意なしに、ある邪悪で私たちが憎むべき思いが、まるで強盗のように予期せず私たちを襲い、私たちの心を無理やりその中に閉じ込めてしまうことがある。しかし、この思いさえも私たち自身から生じたものであることを、しっかりと知っておかなければならない。なぜなら、洗礼を受けた後も、行動には移さなかったにせよ、そのような邪悪な思いに身を委ねていたか、あるいは自らの意志で心の中に悪の種をいくつか抱え続けているからであり、それゆえに悪しき者が私たちの中に根を下ろし、そして、彼は悪の種によって私たちを縛りつけ、私たちがそれらを捨て去るまでは去らない。一方、悪を行うことによって私たちの中に留まっている邪悪な思いは、悔い改めにふさわしい行いを神に捧げた時に、追い払われるのである。したがって、無意識のうちに心を乱す思いについては、あなた自身が責任を負う。なぜなら、最初の誘惑の端緒において、それを追い払い、心から取り除く力を持っていたにもかかわらず、そうせず、行動には移さなかったものの、自ら進んでそれに応じてしまったからである。（それは、温かな場所、古くからの知人、友人のもとへやって来るのだ）。

9. 自分の心の中に助けが現れるのを見たら、この恵みは外から現れたのではなく、洗礼の際に神秘的に与えられたものが、今、あなたがその思いに嫌悪感を抱き、そこから背を向けた分だけ、そのように作用したのだと確信しなさい。

10. 主キリストは、（洗礼による恵みによって）私たちをあらゆる暴虐から救い出されたが、私たちの心に思いが入り込むことを禁じられなかった。それは、心から憎まれる思いは直ちに根絶やしにするためであり、他方、私たちが愛するものは、その愛する分だけ留まり続け、キリストの恵みと、人間の意志——それが恵みのための労苦を愛するのか、それとも自己満足のための思いを抱くのか——が明らかにされるためである。

11. ある種の邪悪な親和性のように、私たちの情欲と心の思いは互いに連携して作用する。それぞれの思いは、それを愛する者に根を下ろすと、それを隣人に伝播させる。そのため、人は習慣によって最初の思いに強く引き寄せられるうちに、第二の思いにはすでに意志に反して引き込まれてしまうのである。なぜなら、虚栄心に満ちている者が、どうして高慢を避けられようか。あるいは、眠りに飽きて快樂に身を委ねた者が、どうして淫らな思いに打ち負かされないだろうか。あるいは、強奪に身を任せた者が、どうして不慈悲に縛られないだろうか。そして、これらすべてを享受する者が、どうして苛立ちや怒りを避けられようか。

12. そして、恵みを受け入れた後、肉に従って歩むか、御霊に従って歩むかは、私たちの意志にかかっている。しかし、人の称賛や肉体の快樂を愛する者が御霊に従って歩むことは不可能であり、また、内面において現在よりも未来を優先する者が肉に従って生きることにも不可能である。それゆえ、私たちは人間の称賛と肉体の安らぎを憎むべきである。それらは、私たちの意志に反して、私たちの中に悪意ある思いを生じさせるものであり、主に向かって心からこう告白すべきである。「私は完全な憎しみをもって憎んだ。彼らは私の敵であった」（詩編138:22）。

13. カトリック教会で洗礼を受けた者には、洗礼によって神秘的に恵みが与えられ、その内に秘かに宿る。そして、戒めを守り、心の中で希望を抱くにつれて、主の御言葉にあるように、信じる者の内にその恵みが現れる。「わたしを信じる者からは、その腹から生ける水が流れ出る

。これは、御名のゆえに信じる者たちが受け入れようとしていた御霊について言われたのである」（ヨハネ 7:38,39）。

14. 信仰の薄さゆえに、誰もが罪の働きにさらされる。「自分の欲望に引きずられ、誘惑されるからである。また、欲望が芽生えたと罪を生み、罪が成されると死をもたらす」（ヤコブ 1:14,15）。自分の欲望から心の罪が生まれ、そこからそれに応じた行為が行われる。ただ（洗礼の義務から）背く者は、即座に罪に囚われてしまう。

15. 堅く信じる者には、洗礼の瞬間に聖霊が与えられるが、私たち自身がその聖霊を侮り、消してしまうのである。それゆえ、使徒は「御霊を消してはならない」（Iテサロニケ5:19）、「救いの日にあなたがたに印として与えられた聖霊を侮ってはならない」（エフェソ4:30）と命じているのでしょうか。これは、バプテスマを受けた者（ ）が、それによって恵みを受けたからといって、不変であり、もはや悔い改めを必要としないという意味ではなく、バプテスマによって、キリストの賜物として、すべての戒めを果たすための完全な神の恵みが与えられているが、その後、その恵みを秘跡として受けながら戒めを守らない者は、それを怠る度合いに応じて、行動する力を与えられながら怠慢によって行いを果たさないという罪の影響下にあるということである。私たちが、早いか遅いかを問わず、完全でありたいと願うならば、キリストを完全に信じ、その御業を行う力をキリストから授かった者として、キリストのすべての戒めを守らなければならない。私たちが信仰をもって神の戒めを守る限り、聖霊は私たちの中に御自身の実を結ばせてくださる。聖パウロによれば、御霊の実とは、「愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制」である（ガラテヤ5:22）。

16. したがって、もし信徒のうち、戒めに従って生き、それに応じてある種の霊的な働きを得た者がいるならば、その人は、すでにそのための力をあらかじめ与えられていたと信じるべきである。なぜなら、その人は洗礼において、すべての善の源である聖霊の恵み——隠された霊的な美德だけでなく、顕著な美德までも生み出す源——を受けたからである。また、徳ある者の誰も、自分の力だけで何か善を行うことができるなどと考えるべきではない。なぜなら、善い人は、自分自身からではなく、「心の善い宝庫から善を注ぎ出す」（マタイ12:35）からである。この言葉は、信徒たちの心の中に秘められた聖霊を「宝庫」として指している。

17. 使徒の言葉に従い、バプテスマによってキリストが自分の中に秘められていることを確かに知った者は、この世のあらゆるものを捨て去り、自分の心にとどまり、「あらゆる守りをもってそれを守る」（箴言4:23）のである。なぜなら、「神は、私たちのうちに働いて、御心に適うことを望み、また行わせる方」だからである（フィリピ2:13）。「御心」という言葉によって、使徒は、美德を望むことは私たちの自制心にかかっているが、それを実践したり、神なしに罪を根絶したりすることは不可能であることを示している。「わたしなしには、あなたがたは何もできない」（ヨハネ15:5）という言葉も、同じ意味を持っている。しかし、すべてにおいて私たちの関与もある。

18. 各人の高貴な心は、まず心の秘められた聖所から、内側に住まわれるキリストからの善き助言を受け入れ、それを徳ある生活という行いに現し、それによって、善き思いを通じて、その助言を与えてくださったキリストに再び捧げるのである。

19. 復活の後に義人たちが受ける恵みは天にあるが、その前兆と始まりは、今すでに信じる者たちの心の中で霊的に働いている。それは、私たちが未来について確信を得て、現在のすべてを軽んじ、死に至るまで神を愛するようになるためである。それゆえ、使徒は「近づこうとしている」とは言わず、「すでにシオンの山、生ける神の都、天のエルサレムに近づいた」（ヘブライ人への手紙12:22）と述べたのである。なぜなら、私たちは皆、洗礼によってその資格を得たが、それを受けるにふさわしいのは、キリストの愛のために日々死んでいる、すなわち、この世の生活に関するあらゆる考えを超越し、キリストの完全な愛にどのように到達するかということ以外には何も考えない、堅く信仰する者たちだけだからである。これを何よりも求めて、聖パウロはこう語った。「私は追い求めている。たとえ、それを追い求めている者たちがすでに得ているとしても、私もそれを得たいと願っている」——すなわち、キリストに愛されたのと同じよう

に愛したいと願っているのだ（フィリピ3:12）。そして、この愛に到達したとき、もはや何についても、肉体の苦しみについても、被造物の素晴らしさについても、考えることを望まず、すべてを明らかに捨て去り、「誰が私たちをキリストの愛から引き離すことができようか」（ローマ8:35-39）と語ったのである。もはや何についても考えることを望まず、ただそこに（心の中に、キリストの愛の中に）留まることだけを望んだのである。

20. 使徒は、私たちの中に御霊の初穂がある（ローマ8:23）と述べ、私たちの器がどれほどの大きさであるかを示している。なぜなら、私たちは完全な戒めによってでなければ、御霊の働きのすべてを受け入れることはできないからである。太陽が、その完全さゆえに、すべての人に完全で、単純で、等しい恵みを注ぎ出すが、各人はその目が清められている程度に応じて、それだけの太陽の光を受け取る——それと同様に、聖霊は、御自身を信じる者たちを、洗礼によって、御自身のすべての働きと賜物を受け入れることができるようにされた。しかし、その賜物はすべての人に等しく働くわけではなく、各人が戒めを守る度合いに応じて与えられる。それは、その人が善行によって証しし、キリストへの信仰の度合いを示すからである。

21. サタンの誘惑とは、ただ一つの思いの中に現れる悪しき事（行い）の幻に過ぎず、それが私たちの心に近づこうとする際、私たちの信仰の薄さによってのみ（好機）を見出すのである。なぜなら、私たちが「何事にも心を留めるな。ただ『全き守りをもって自分の心を守れ』」（箴言4:23）と命じられ、私たちの内にある天の御国を求めるよう求められているにもかかわらず、心がその心と前述の求めから離れると、直ちに悪魔の誘惑に場所を与え、悪意ある助言を受け入れやすくなってしまう。しかし、たとえその時でさえ、悪魔には私たちの思いをかき立てる力はない。そうでなければ、悪魔は私たちを容赦せず、あらゆる邪惡な考えを強制的に植え付け、善なることを考えることを一切許さなかっただろう。しかし、悪魔には、最初の思考においてのみ、誤った考えを植え付ける力しかなく、それは私たちの内なる志向が、悪魔の助言に向かうのか、それとも神の戒めに向かうのか——それらが互いに相反するものであるため——を試すためである。

22. 憎むべき思いの執着が内面に留まり、固着してしまうとき、それは私たちの新たな心構えによるものではなく、以前の認識によるものである。そのような執着は、一途な思いとして不動のままであり、心の憤りが、それが多思や情欲へと移行することを妨げている。単一の（素の）思考は、自分自身に注意を向ける者にとって忌まわしいものであり、心を多思へと引き込む力を持たない。それは、心がそれに共感する場合にのみ起こる。したがって、もし私たちがあらゆる共感を完全に捨て去れば、（心の中に）かつて受け入れられたイメージの現れは常に単一の思考にとどまり、もはや私たちを傷つけたり、良心を非難したりすることはできないだろう。

23. 心が、かつて受け入れたイメージ（印象）に対する抵抗が無益であることを悟り、神に自らの過去の罪を告白するとき、その誘惑そのものが即座に消え去り、そして心は再び、心に耳を傾け、祈りによって「全き守り」をもってそれを護る力を取り戻し、心の最も内側にある安全な聖所へと入り込もうとする。そこには、すでに邪惡な思いの風が激しく吹き荒れ、魂と肉体を快樂の急流や不浄の奔流へと突き落とすことはなく、世俗の知恵の言葉やイメージで敷き詰められた、広大で長い道も存在しない。その道は、たとえ彼らがどれほど賢明であっても、それに従う者を惑わす。なぜなら、魂の最も清らかな内なる部屋とキリストの家は、この世から何も持ち込まず、理屈で正当化されようがされまいが、むき出しの私たちの心をその内に受け入れるからである。ただ、使徒が「信仰、希望、愛」と名付けた「この三つ」（Iコリント13章）を除いては。したがって、真理を愛し、心から労苦することを望む者は、前述の通り、かつて受けた印象に惑わされることなく、自らの心に耳を傾け、内面的な成長を遂げ、神に近づくことができる。ただし、祈りの労苦と（神にかなった）生活をおろそかにしてはならない。なぜなら、毎日、外見だけでなく内面においても、心の浮き立ちや肉欲の快樂から注意深く自制する者は、心から労苦せずにはいられないからである。

24. 悪への誘惑に駆られないことは、不変の唯一の本質に属するものであり、人間の本質に属するものではない。そして、アダムもまたサタンの誘惑にさらされていたが、それに従うか従

わないかの選択権を持っていた。思いの誘惑は、罪でもなく、正義でもなく、我々の独断的な意志に対する告発に他ならない。それゆえ、誘惑が我々に及ぶことが許されているのである。それは、戒めに従う者には忠実さゆえに（勝利の）冠を授け、自己満足に傾く者には不忠実さゆえに非難に値することを示すためである。しかし、私たちはこのことも知っておくべきである。すなわち、私たちの心変わりがあるたびに、その直後に、私たちが熟達しているか、あるいは拒絶に値する者であるかという裁きが下されるわけではない。しかし、この世に生きる間ずっと、試練にさらされ、勝利し、敗北し、倒れ、立ち上がり、迷い、善き道へと導かれる中で、そのすべてが清算された後、初めて、この世を去る日に、それに応じて裁かれたり、称賛されたりするのだ。したがって、試練そのものが罪なのではない。決してそうではない！ なぜなら、たとえそれが（私たちの同意なしに）無意識のうちに、一つの（ただ一つの）思いの中で物事を私たちに示すとしても、私たちは主から霊的な働きを行う力を授かっており、最初の思いが浮かんできた時点で、有害なものとは有益なものを吟味し、必要からではなく心の向きによって増殖する思いを受け入れるか拒むかは、私たちの自己統制にかかっているからである。

**25.** 私たちの魂は、快樂追求と虚栄心に曇らされ、無知の深淵へと堕ちてしまったため、聖書の戒めにも、自然の理性にも、経験者の助言にも耳を傾けず、ただ自らの思惑に従うのみである。それゆえ、これらの悪の要因を内に抱えている限り、魂はそれらに由来する行為からも自由になることはできないのである。人は、将来の恵みについて主に信頼し、人間の栄光や快樂を軽んじるほどに、その思いを抑え、快樂を愛する者よりもそれだけ穏やかになる。それゆえ、私たちは思いにおいても生活においても互いに異なるのである。

**26.** 主はすべての人々の心を見通しておられることを、確信しなさい。邪惡な思いが最初に現れたとき、それを憎む者たちのために、主は約束どおり直ちに介入し、彼らの多くの雑念が立ち上がって、その心や良心を汚すことを許さない。しかし、神への信仰と希望をもって、心の最初の動揺を打ち消さず、むしろそれに甘んじる者たちについては、不信仰者として助けを与えず、その後の思いに打ちのめされるままに任せる。主は、それらの思いを取り除かない。なぜなら、私たちがそれらの最初の兆しを愛し、最初の現れにおいてそれらを憎んでいないことを、主は見えておられるからである。

**27.** いかなる権力も、私たちが善にも悪にも無理やり強制することはない。しかし、私たちが自由意志によって仕える相手——神か悪魔か——その相手が、その後、その領域を構成するあらゆる事柄へと私たちを駆り立てるのである。

**28.** 行動の始まりは、理性では気づかれない二つの心の傾き、すなわち人間からの称賛と肉体の快樂である。これらは、私たちの意志がそれらに同意する前に、無意識のうちに私たちに生じて、悪徳でも美德でもなく、ただ私たちの意志がどちらに傾いているかを明らかにするに過ぎない。主は、私たちが侮辱に耐え、自らを苦しめることを望んでおられるが、悪魔はそれとは正反対のことを望んでいる。それゆえ、私たちが前述の誘惑を喜ぶとき、それは明らかに、主の御言葉に背いて快樂を追い求める精神に傾いていることを示している。一方、それらの誘惑を嘆くときは、狭い道を愛し、神に傾いていることが明らかである。それゆえ、これらの誘惑は人々に与えられているのである。それは、神の戒めを愛し、それに喜びを見出す者たちが、キリストの前に自らの意志を屈服させ、キリストが彼らの中に入り口を見出し、彼らの心を真理へと導くためである。また、その逆についても理解すべきである。逆に、人間的な栄光や肉体の快樂を愛する者たちは、悪魔に侵入の隙を与え、悪魔はそこを足掛かりとして、私たちに邪惡な誘惑を吹き込み、私たちがそれらの考えに喜びを見出すにつれて、私たちが心から前述の二つの誘惑を憎むようになるまで、絶えずそれらを増幅し続けるのである。しかし、私たちはそれらをあまりにも愛しすぎて、それらのために美德を裏切るだけでなく、機会があれば、これらの誘惑そのものを互いに置き換えてしまう。時には虚栄心のために肉体を苦しめ、時には快樂追求のために不名誉に耐えることもある。そして、無頓着にそれらに同意してしまうと、私たちはそれらをもたらし源を探し始める。虚栄と肉体的快樂の源とは、金銭への愛であり、聖書によれば、それはあらゆる悪の根源でもある（テモテへの手紙第一 6:10）。

29. 主はアダムに、「その日にあなたがたがそれを食べれば、わたしはあなたがたを殺す」とはおっしゃらなかった。むしろ、彼らを戒めつつ、義の律法を予告して、「その日にあなたがたがそれを食べれば、必ず死ぬ」と言われたのである（創世記2:17）。そもそも主は、善であれ悪であれ、あらゆる行いの後に、それにふさわしい報いが自然に続くように定められたのであり、霊的な法則を知らない者たちが考えるような、特別な定めによるものではない。

30. 私たちは、もし同信者の中の誰かを悪人として憎むならば、神もまた私たちを悪人として憎まれること、また、もし誰かを罪人として悔い改めから拒むならば、私たちもまた（神によって）罪人として拒まれること、また、もし私たちが隣人の罪を赦さないならば、同様に私たち自身も自分の罪の赦しを受けることはできない。この法則を宣言して、私たちの律法者であるキリストは、私たちにこう言われた。「裁くな。そうすれば、あなたがたも裁かれない。非難するな。そうすれば、あなたがたも非難されない。赦せ。そうすれば、あなたがたも赦される」（ルカ6:37）。この律法を知っていた聖使徒パウロは、はっきりとこう語りました。「あなたがたは、他人を裁くその裁きによって、自分自身を非難しているのです」（ローマ2:1）。また、預言者はこのことを知らずに、神に向かってこう叫びました。「あなたは、各人の行いに応じて報いるからです」（詩篇61:13）。そして、別の預言者は神の御名においてこう言います。「復讐はわたしのものであり、わたしが報いる、と主は言われる」（申命記32:35）。

31. 預言者ダニエルはこう言っている。「あなたの罪は施しによって贖い、あなたの不義は（貧しい人々への）寛大さによって贖え」（ダニエル書4:24）。しかし、あなたはこう言うかもしれない。「私にはお金がない。どうやって貧しい人に施しをすればよいのか？」金はないが、欲望はある。それらを捨て去り、それを通して善を行いなさい。肉体的な手によって施しをすることができないのか？正しい意志をもって施しなさい。「もしあなたの兄弟があなたに対して罪を犯したなら、彼を赦しなさい」（ルカ17:3）、主の御言葉に従って。それこそが、あなたにとって大きな施しとなる。もし私たちが神から罪の赦しを求めるなら、あらゆる罪に対して、誰に対してもこのように振る舞わなければならない。そうしてこそ、（福音書に）「赦せば、あなたがたも赦される」（ルカ6:37）という言葉が実現するのだ。金持ちが貧しい人々に施しをするのは立派なことですが、隣人が（私たちに対して）犯した罪を赦すことは、罪の赦しを得るという点において、魂が本来その性質上、肉体よりも高潔である分だけ、はるかに尊い行いです。もし私たちが、神に（罪の）赦しを願い求め、その願いを幾度も叶えられ、そのおかげでこの世で何の苦しみも味わわずに済んだにもかかわらず、にもかかわらず、隣人をこの賜物の受益者にしたがらないならば、それによって私たちは、まさにあの悪しき僕に似てしまう。その僕は、主から借金の赦し——十タラント——を受けたにもかかわらず、自分に百デナリしか借りていなかった隣人を赦さなかった。そこで主は、あたかも律法に従って裁くかのように、こう言われた。『悪しき僕よ、あなたがわたしに懇願したので、わたしはあなたの負債をすべて免除した。それならば、あなたもまた、あなたの仲間の小さな負債を憐れみ、その負債を免じてやるべきではなかったのか。わたしがあなたを憐れんだように』と。そして『主は怒り』とあり、『その者を拷問人に引き渡し、彼が負債のすべてを返済するまで』と記されている。そして、このことから次のような結論を導き出し、こう言っている。「それゆえ、あなたがたが心から兄弟たちの罪を赦さないなら、天の父もまた、あなたがたに同じようにされるであろう」（マタイ18:32-35）。

32. 主は、「富める者たちよ、災いだ」（ルカ6:24）と言われた。しかし、そう言われたからといって、主は富を得た者すべてを非難しているわけではない。なぜなら、その中には、富を与えた方、すなわち神の御心に従い、また聖書に記されているとおり、この世において百倍の報いを受ける、真に富を適切に用いることができる者たちがいるからである。例えば、祝福されたアブラハムや義人ヨブであり、彼らは慈愛に満ちていたため、この世でも来世でもさらに富を得た。しかし（前述したように）、貪欲な性質を持ち、神の賜物を——（物質的な）財産であれ、神の様々な恵みであれ——自分だけのものとし、隣人に対して慈悲深くあろうとしない者たちを、主は非難される。なぜなら、主から与えられていない財産そのものが所有者に害をもたらすのではなく、不正から生じる強奪とその根源である——すなわち不慈悲——こそが害をもたらす



のである。堅信者たちはこれらを完全に避け、現世の恵みを全面的に拒絶した。それは、神の創造物を無分別にも憎んだからではなく、彼らにそうするよう命じ、日々の必要を主から満たしてくださいとキリストへの信仰によるのである。また、財産を持たずとも、言葉や知識、あるいはすべての人に与えられた他の何らかの手段を富として持ち、それをもって貧しい者に施すために受け取っている者もいる。

**33.** 罪を犯した者も、絶望してはならない。そのようなことがあってはならない。なぜなら、私たちが裁かれるのは、多くの悪を行ったからではなく、悔い改めようとせず、キリストの奇跡を知ろうとしないからである。真理そのものがこう証言している。「『これらのガリラヤ人たちは、ピラトが彼らの血を彼らのいけにえと混ぜ合わせたが、彼らは地上のすべての人々よりも罪深かったと思うか』と（主は）言われる。いいえ、あなたがたに言う。もし悔い改めなければ、あなたがたも同じように滅びるだろう。あるいは、シロアムの塔が倒れて押しつぶされた十八人の人々について、あなたがたは、彼らがエルサレムに住むすべての人々よりも罪深かったと思うか。いいえ、あなたがたに言う。しかし、悔い改めなければ、あなたがたも同じように滅びるだろう」（ルカ13:2-5）。悔い改めがないために、私たちが裁かれていることがお分かりだろうか。

**34.** 悔い改めとは、私の考えでは、時間や特定の行いに限定されるものではなく、キリストの戒めに従い、それに応じて行われるものである。戒めの中には、より一般的なものがあり、それらは多くの具体的な戒めを含み、一度に多くの悪の要素を切り捨てる。例えば、聖書にはこう記されている。「あなたに求める者には、だれにでも与えなさい。また、あなたから取り上げようとする者から、あなたのものを奪い返そうとしてはならない」（ルカ6:30）、そして「あなたから借りようとする者を、拒んではならない」（マタイ5:42）とあります。これらは個別の戒めです。一方、これらを包括する一般的な戒めは、「あなたの財産を売り払い、貧しい人々に与えなさい」や、「あなたの十字架を背負い、わたしに従いなさい」（マタイ19:21）であり、ここでいう十字架とは、私たちが襲う苦難に耐えることを意味する。なぜなら、すべてのものを貧しい人々に分け与え、自分の十字架を背負った者は、上記のすべての戒めを一挙に果たしたからである。同様に、使徒は「私は、男たちがあらゆる場所で、敬虔な手を挙げて祈ることを望む」（テモテへの手紙Ⅰ 2:8）と述べ、これに対する一般的な教えとして、主は「あなたの部屋に入り、隠れた所におられるあなたの父に祈りなさい」（マタイ6:6）、さらに「絶えず祈りなさい」（テサロニケ5:17）と述べられている。自分の部屋に入り、絶えず祈る者は、まさにその行為そのものによって、あらゆる場所で捧げられる祈りを完全に成就しているのである。また、「姦淫してはならない、姦通してはならない、殺してはならない」などと述べられており、その総括として、「思いを取り除き、あらゆる高ぶりを神の御心に従って打ち砕く」（Ⅱコリント10:5）とある。思いを取り除き去る者は、前述したあらゆる悪徳に対する防壁を築いたのである。それゆえ、神を愛し、確固たる信仰を持つ者たちは、時折直面する個別の戒めも怠ることなく、一般的な戒めに自らを従わせるのだ。それゆえ、悔い改めの業は、次の三つの美德によって成し遂げられると考える。すなわち、心の清め、絶え間ない祈り、そして私たちが襲う苦難への忍耐である。そして、これらすべては、外見上の形だけでなく、心の働きにおいても実践されなければならない。そうしてこそ、長く労苦した者たちは、これによって無情な者となるのである。そして、私たちの言葉が示したように、悔い改めの業は前述の三つの美德なしには成し遂げられないため、悔い改めは、救いを求めるすべての人、罪人であろうと義人であろうと、常にすべての人にとってふさわしいものであると私は考える。なぜなら、前述の美德の実践を必要としないような完全さの限界など存在せず、それらを通じて、初心者は敬虔への導入を、中級者はその中での進歩を、そして完全な者はその中での確固たる立場を得るからである。

**35.** 主はすべての人に「悔い改めよ」（マタイ4:17）と命じておられる。それは、霊的な者や信仰の道で進歩している者でさえ、この命令を軽んじず、最も些細で微細な過ちさえも無視しないようにするためである。なぜなら、「小さなことを軽んじる者は、少しずつ墮落していく」（シラ書19,1）と記されているからだ。そして、「霊的な者がどうして倒れることがあり得る

のか」などと言ってはならない。そのままであれば倒れることはないが、もし自分の中に敵対するものの些細なものを許し、悔い改めずにそれに留まれば、その些細なものは歪んで成長し、もはや自分とは別に存在することを許さず、あたかも鎖のように、長期にわたる執着によって、無理やり引き寄せてしまうのである。もし祈りを通じて（この悪と）闘い、それを退けることができれば、その人は自身の霊的成熟度の段階にとどまるだろう。しかし、もし（通常の段階から）自分を支配するものの増大する力によって引きずり下ろされ、闘いや祈りの労苦が弱まれば、必然的に他の情欲にも惑わされることになる。こうして、各自がそれぞれの程度に応じて徐々に引き離されていくにつれ、神の助けを失い、ついには、時に不本意ながらも、あらかじめ自分の中に支配を確立していたものの強要によって、重大な罪へと陥ることになる。しかし、あなたは私にこう言うだろう。「彼は、悪の初期段階にあったとき、最終的な悪に陥らないよう神に懇願することはできなかったのか？」と。それに対し、私はこう答える。彼はできたはずだが、その小さな悪を軽んじ、自らの意志でそれを取るに足らないものとして受け入れてしまったため、もはやそのことについて祈らなくなったのだ。その小さな悪が、より大きな悪の端緒であり原因となることを知らなかったからである。善においても悪においても、そうなるのだ！しかし、情欲が強まり、その自由意志の助けを借りて彼の中に居場所を見つけると、それはもはや彼の意志に反して、強引に彼を支配するようになる。その時、自らの災難を悟った彼は、かつて無知ゆえに擁護し、人々の前でその敵を擁護して論争していた敵と戦いを繰り広げながら、神に祈るのだ。また時には、主の御耳に届いたにもかかわらず、助けを得られないこともある。なぜなら、助けは人の思う通りには来ず、神が私たちの益となるよう定められる通りに来るからである。神は、私たちの気まぐれさと軽率さを知っておられるゆえに、多くの苦難をもって私たちを助けられる。それは、苦難なしに救われた場合、私たちが同じ罪を熱心に繰り返すことのないようにするためである。それゆえ、私たちは、自分に降りかかる試練に耐え、悔い改めのうちに歩むことが極めてふさわしいと断言する。

**36.** あなたはこれに対してこう反論するだろう。「神に真に喜ばれ、完全さに達した者たちが、さらにどのような悔い改めを求められるというのか？」そのような人々が過去にも現在にも存在することは、私もあなたと同様に認める。しかし、賢明に耳を傾ければ、そのような人々でさえも悔い改めを必要としていることが理解できるだろう。主は、妻を欲情をもって見つめることを姦淫と同等と見なし、隣人に対する怒りを殺人に例え、また、むやみな言葉に対しても報いを受けることを示された（マタイ5:28, 29, 12:36）。視覚による欲望を知らず、隣人に対してむやみに怒ったこともなく、さらには無駄な言葉においても無実であったという者が、果たして誰がいるだろうか。そのような者でなければ、悔い改めの必要はないというのだろうか。なぜなら、たとえ現在そうではないとしても、かつてはそうであったのだから、悔い改めに関しては、死ぬまでその義務を負っているのだ。しかし、仮に、こうした弱さを持たず、生まれながらにしてあらゆる悪徳とは無縁であるという人々がいるとしよう。とはいえ、聖パウロの「すべての人は罪を犯し、神の栄光に乏しく、ただ神の恵みによって義と認められる」（ローマ3:23, 24）という言葉によれば、それは不可能なことである。とはいえ、仮にそのような人々がいたとしても、彼らはやはりアダムに由来し、皆、罪の咎の下に生まれ、それゆえ、神の裁きにより死に定められており、キリストなしには救われることはできない。

**37.** 世界の初めからこの世を生きた人々を振り返ってみれば、（神に）喜ばれた者たちにおいて、悔い改めによって敬虔の秘儀が成就されたことが分かるだろう。それを軽んじなかった者は誰も裁かれることはなく、それに心を配らなかった者は誰も義と認められることはなかった。サムソン、サウル、そしてエリと彼の息子たちは、すでに聖さを部分的に獲得していたにもかかわらず、悔い改めを怠ったため、まずそれを失い、その後、猶予の期間が過ぎると、悲惨な死を遂げた。悪魔が私たちとの戦いをやめない限り、悔い改めも決して放棄されてはならない。聖人たちは、実践的な愛なしには完全にはなれないため、自分自身のためだけでなく隣人のためにも悔い改めを行うよう自らを奮い立たせている。

38. もし悔い改めが慈悲を求めることであるならば、富める者は「あなたがたはすでに満ち足りている」（Iコリント4:8）と言われなければならない。ましてや貧しい者は、自分の必要に応じて求めるべきである。なぜなら、「求める者は皆、受ける」（マタイ7:8）からである。（他者を）憐れむ者が、自らも憐れみを受けるのであれば、私の考えでは、互いに思いやりを持って助け合うとき、全世界は悔い改めによって支えられていると言える。悔い改めを通じて、神はニネベの人々を救われたが、神を顧みなかったソドムの住民たちは滅ぼされた。

39. たとえ私たちが死ぬまで悔い改めに励んだとしても、それだけではまだ果たすべき義務を全うしたことにはならない。なぜなら、天の御国にふさわしい行いを何一つ成し遂げていないからである。私たちが食べ、飲み、話し、聞くのと同じように、悔い改めることも当然のこととして行わなければならない。ある時は、律法によれば死に値する者が処刑されることもあるが、生きる者は、悔い改めのための信仰によって生きている。たとえ自らの罪でなくとも、過ちの罪から、私たちは洗礼によって清められ、清められた後、戒めを受けた。しかし、後者を果たさない者は、前者をも汚したことになる。「かつての罪の清めを忘れるな」（IIペトロ1:9）。これらの罪から、たとえ命じられたことを決して怠らなかったとしても、誰も日々自由であることはできない。それゆえ、すべての人に悔い改めが必要である。なぜなら、悔い改めは、かつては故意に犯していた罪を明らかにし、今や情欲を憎み、そこから遠ざかることによって、無意識のうちに犯してしまう罪をも明らかにするからである。悔い改めを妨げる者は、過去を振り返り、古き罪を再び犯してしまうのである。

40. 実践的な生活において、私たちは悔い改めなしには何一つ価値あることを成し遂げることはできないが、（主は）私たちの志に対して大いなる憐れみを示してくださる。自らを律し、最期まで悔い改めを貫く者は、たとえ何らかの過ちを犯したとしても、自らを律したその姿勢ゆえに救われる。なぜなら、主は福音書の中でこれを約束されたからである。「自分は悔い改めを必要としない」と言う者は、自分を義人だと見なしており、聖書では「邪悪な者」と呼ばれている。なぜなら、自分の義を自認することで、あたかも悔い改めを成し遂げたかのように振る舞い、自らそれを知らず、十字架の死の代わりに情欲と交わってしまうからである。自惚れと傲慢は、まさに情欲そのものだからである。自惚れを持つ者は救われることはできない。なぜなら、聖書にはこう記されているからだ。「高慢で、人を傷つける者、そして傲慢な者は、何ものにも終わらない」（アバク．2,5）。もし謙遜が完全な者に少しも害を及ぼさないのであれば、その原因である悔い改めもまた、決して捨ててはならない。忠実なアブラハムと義人ヨブは、謙遜の心をもって自らを「土」と「灰」と呼びましたが、これらの言葉こそが謙遜のしるしです。真に寛大で偉大な殉教者である三人の少年たちは、燃え盛る炎の中で信仰を告白し、自らについて「私たちは罪を犯し、不法を行った」と語り、すでに完全な状態にあっても過去の悪を悔い改めた。彼らの歌のほぼすべては、悔い改めそのものであった。さて、もし（神に）大いに喜ばれ、その行いにおいて完全であった者たちでさえ、死の直前まで悔い改めの助けを必要としたのであれば、誰が自分自身を頼りにし、正義を口実に悔い改めを軽んじることができるだろうか。

41. 私たちを傷つけた者を赦さなければならない。なぜなら、傷を赦すことによる報いは、他のいかなる美德による報いをも凌駕することを知っているからだ。もし、私たちを支配している罪のゆえに、これを行うことができないのであれば、祈りと苦難の中で、神が私たちに憐れみを示し、そのような力を与えてくださるよう祈らなければならない。その際、いつでも、どこでも、どんなことをしているときでも、私たちは一つの心構えを持たなければならない。すなわち、人々からの様々な侮辱に対して、悲しむのではなく喜ぶことである。その喜びは、単に無思慮に喜ぶのではなく、私たちに対して罪を犯した者を赦し、自らの罪の赦しを受ける機会を得ているからである。なぜなら、これこそが真の神学であり、それはあらゆる知識よりもはるかに広大であり、その助けによって私たちは神に懇願し、聞き入れられることができるからです。これこそが信仰の実りであり、これによって私たちのキリストへの信仰が証明され、これによって私たちは自分の十字架を背負い、キリストに従うことができるのです。これこそが、最初の偉大な戒めの母である。なぜなら、これによってこそ、私たちは心を尽くして神を愛し、隣人を自分自身

のように愛することができるからである。このために、私たちは断食し、祈りに励み、肉体を律して、私たちの心と内なる姿勢が開かれ、これを自分の中に受け入れ、もはや拒絶しないようにしなければならない。そうすれば、隣人の罪を赦すことによって、聖なる洗礼の際に秘かに与えられた恵みが、もはや知られざるものとしてではなく、私たちの意識と感覚に確かに感じられる形で、私たちの中で働くようになることを知るでしょう。

**42.** 言葉の知恵ある者は、傷つける側だけを罪ある者と見なすが、御霊に導かれた賢明な者は、他者から傷つけられたときでさえ、喜んで進んでその侮辱に耐えられない限り、自らを責める。そして、それだけでなく、たとえある罪が他の罪より軽かったとしても、その苦しみは自分自身の過去の過ちから生じているという理由で、自らを責めるのである。自ら復讐する者は、あたかも神の正義の欠如を非難しているかのようであり、自分に降りかかった苦難を自分のものとして耐え忍ぶ者は、かつて自分が犯した悪を告白し、その報いとして重い苦難に耐えているのである。

**43.** 侮辱を赦すという美德を妨げるのは、虚栄心と快樂追求という二つの情欲である。それゆえ、まず第一に心の中でそれらを断ち切り、その後初めてこの美德を身につけるよう努めなければならない。それゆえ、これらの情欲を克服するために、自らの意志と闘うのだ。この戦いは内なる戦いであり、外的なものではない（なぜなら、私たちは隣人に対して戦いを挑むわけではないからである）。それは内面的なものであり、人間の中で誰一人として私たちを助けてはくれない。私たちには、洗礼の時から神秘的に私たちの内に秘められているただ一人の助け手、すなわち、無敵であり、何もかも隠すことのできないキリストがおられる。私たちが力の及ぶ限り、キリストの戒めを履行するならば、キリストはこの戦いで私たちを助けてくださるだろう。一方、私たちの敵は、前述の通り、肉と結びついた快樂への執着と、私やあなたを支配する虚栄心である。それらはエバを惑わせ、アダムを誘惑した。快樂追求は、「食べるには良い」ものであり、「目で見て美しい」木を指し示し、虚栄心はそれに付け加えて、「あなたがたは、善悪を知る神のようになるだろう」と言ったのである（創世記3:5,6）。

**44.** （修道者たちは、その生活様式をどこから取り入れたのか？）修道者たちは、教会に反する考えに固執するのではなく、使徒の言葉に従って、キリストの教えに従うよう努めている。

「あなたがたのうちに、キリスト・イエスにあるのと同じ心構えがあるように。キリストは、神の御姿であるにもかかわらず、神と等しい者であることを強要しようとはされず、かえってご自身を低くし、しもべの姿をとられた」（フィリピ2:6,7）。このような考え方と生き方は、神から与えられたものであり、偉大な美德——謙遜な知恵——を生み出すことを知ってください。主は教会において、次のように語って、この行いを実践するよう命じられました。「滅びに至る働きをするのではなく、永遠の命に至る働きをなさい」（ヨハネ6:27）。それはどのような行いでしょうか。それは、祈りによって神の御国と御義を求めることです。主が言われたように（ルカ17:21）、それは私たちの内にあるものであり、主は御自身を求める者たちに、肉体の必要とするすべてのものを与えてくださると約束されました（マタイ6:33）。主からこれを聞き、（その御言葉に）信じ、自分の力の及ぶ限りそれを実行する者たちを、「本性に反して行動している」と呼ぶことは、これを命じられた神を非難することになる。

**45.** このような規律を守っている修道士たちは、どのようにして墮落するのでしょうか。墮落するのは、それを守っている者ではなく、それを捨てて、虚栄心や世俗的な事柄への執着に囚われ、その中で最も重要なこと——すなわち祈りと謙遜——を顧みない者たちです。だからこそ、悪魔は私たちが世俗的なことを考え、行うことを妨げはしない。ただ、私たちを祈りと謙遜から遠ざけるためである。なぜなら、悪魔は、この二つの（美德）なしに行われることは、たとえそれが善いことであっても、後々いつか奪い取ってしまうことを知っているからである。ここで言う祈りとは、肉体によって行われるものだけでなく、心が散漫にならずに神に捧げられるものも指します。なぜなら、この二つ（肉体、あるいは心）のうちの一つが時前に離れてしまうと、残されたもう一方は、神に向き合うのではなく、自分の意志に従うことになるからです。

46. 聖パウロは、私たちが決して祈りを怠らないことを願って、「絶えず祈りなさい」(Iテサロニケ5:17)と述べ、同時に心の散漫さを戒めて、次のように語った。「この世に倣ってはならない。むしろ、心を新たにして、神の御心、すなわち、何が善であり、神に喜ばれ、完全であるかを、見分けるようにしなさい」(ローマ12:2)。神は、私たちの信仰の薄さや弱さを顧みて、一人ひとりがそれぞれの努力に応じて苦しみから逃れ、救いを得られるよう、様々な戒めを与えてくださいました。それゆえ、使徒は、私たちが全く裁かれることのないよう、神の完全な御心へと私たちを導き、また、祈りがすべての戒めの成就に寄与することを知っており、繰り返し、また多様にそれについて命じ、次のように語っている。「あらゆる時に御霊によって祈り、このために、あらゆる忍耐と祈りをもって、絶えず目を覚ましていなさい」(エフェソ6:18)。

47. 祈りには様々な形がある。ある時は、心を散らすことなく神に祈ること、またある時は、体は祈りの姿勢をとっているが心は他のことにふけていること、さらにまたある時は、時を選び、世俗的な会話や用事を終えてから祈ること、また、可能な限り、すべての世俗的な心配事よりも祈りを優先し、先んじることである。これは、同じ使徒の言葉にあるとおりである。「主は近くにおられる。何事も心配してはならない。ただ、すべてのことを祈りと願いをもって神に告げなさい」(フィリピ4:6)。また、聖ペトロもこう言っています。「祈りにおいて自制し、慎み深くありなさい。あなたがたのすべての心配事を主に委ねなさい。主はあなたがたを顧みておられるからです」(Iペトロ4:7および5:7)。第一に、主ご自身が、すべてが祈りによって確かなものとなることを知っておられ、「何を食べるか、何を飲むか、何を着るかを心配してはならない。むしろ、神の国とその義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべて与えられる」(マタイ6:31, 33)と仰せになりました。しかし、主はこれを通じて、私たちにより大きな信仰を持つよう呼びかけておられるのかもしれない。なぜなら、この世の事柄への配慮を捨て、その中で不足に耐えることなくして、永遠の恵みに関して神を信じない者がいるだろうか。このことを明らかにして、主はこう言われた。「わずかなことに忠実な者は、多くのことにも忠実である」(ルカ16:10)。

48. 主は、私たちにとって日々の肉体の世話が避けられないことを知っておられ、日々の世話を断ち切ることはなさらず、むしろ、その日その日を非常に適切な範囲で気遣うことを許してくださいました。「明日のことを心配してはならない」という御命令は、神聖かつ人間愛に満ちたものである。なぜなら、肉体をまとった人間にとって、肉体の生活に関わる事柄を全く気にしないことは不可能だからである。祈りと節制によって多くのことを最小限に抑えることはできるが、(肉体に関わる)すべてを完全に無視することは不可能である。したがって、聖書に従って「完全な大人へと成長し、キリストの満ち満ちた高さに達する」(エフェソ4:13)ことを望む者は、祈りよりも様々な奉仕を優先してはならず、また、必要もないのに、たまたまそれらを引き受けるべきではない。しかし、ある必要性から生じ、神の御心によって与えられたものについては、祈りを口実にそれらを避けたり拒んだりしてはならない。むしろ、彼は(祈りと他の活動との)違いを認識し、試みることなく神の御心に従って仕えるべきである。これとは異なる考えを持つ者は、聖書によればある戒めが他の戒めよりも高く、主要であることを信じておらず、預言者の言葉にあるように、神の御心によって自分に与えられる「すべての戒め」に「従う」(詩篇118:128)ことを望んでいないのである。

49. 必要であり、賢明に私たちに与えられる事柄は避けられないが、時期尚早な活動は拒絶し、その代わりに祈りを優先すべきである。とりわけ、多額の支出や余分な財産の蓄積を招くような活動は拒絶しなければならない。なぜなら、主においてそれらを制限し、その余分な部分を切り捨てるほど、思考は気晴らしから遠ざけられるものであり、思考が遠ざけられるほど、清らかな祈りのための余地が生まれ、キリストへの誠実な信仰が示されるからである。もし、誰かが信仰の薄さ、あるいはその他の弱さゆえに、これを実践できないのであれば、少なくとも真理を悟り、自分の力の及ぶ限り前進し、自らを幼子であると自責すべきである。

50. 私たちは希望と祈りによって、あらゆる世俗的な心配事を自分から遠ざけるよう努めよう。もしこれを完全に果たすことができないならば、私たちの欠点を神に告白し、祈りへの熱心

を決して放棄してはならない。なぜなら、完全に放棄することよりも、頻繁に怠ったことのために叱責を受けるほうがましだからである。さて、私たちが祈りと避けがたい奉仕について述べたすべての事柄において、いつ、どのような務めを祈りよりも優先すべきかを知るためには、神からの導きによる分別が私たちには大いに必要である。なぜなら、誰もが自分の好きなことに打ち込むとき、それがふさわしい奉仕であると考えるが、私たちのすべての行いは、自分自身を喜ばせるためではなく、神を喜ばせるために向けられるべきであることを知らないからである。さらに判断を難しくするのは、これらの必要かつ避けられない戒めも常に同じではなく、ある時はそのうちのひとりが他よりも優先されなければならないということです。なぜなら、それぞれの奉仕は常にではなく、その時々に行われるのに対し、祈りの奉仕は絶え間ないものと定められているからです。それゆえ、私たちは、必ずしも必要性が迫っていない活動よりも、祈りを優先しなければならないのです。そして、この区別について民衆に教えたすべての使徒たちは、彼らを奉仕に引き入れようとした人々に対し、こう語った。「私たちは、神の言葉を捨てて食事の世話をすることを望みません。ですから、兄弟たちよ、あなたがたの中から証しされた七人の男を選び出し、この奉仕の務めに任命しましょう。私たちは祈りと御言葉の奉仕に専念します。この言葉は、すべての民に受け入れられました」（使徒言行録6,2-5）。ここから、私たちは何を学ぶのでしょうか。それは、祈りに専念できない人々には奉仕に従事するのが適切であり、そうすることで私たちがどちらをも失うことがないよう、また、より優れた能力を持つ人々には、より良いことを怠ってはならないということです。

**51.** 祈りの業を始め、徐々に進歩していくうちに、神への希望だけでなく、確固たる信仰、偽りのない愛、恨みを抱かない心、兄弟愛、節制、忍耐、内なる知恵、誘惑からの解放といった恵みの賜物、心のこもった告白、そして熱心な涙といったものが、祈りを通じて信徒たちに与えられていることに気づくでしょう。そして、これら（上記に挙げたもの）だけでなく、降りかかる苦難への忍耐、隣人への清らかな愛、霊的な律法の認識と神の真理の獲得、聖霊の啓示、霊的な宝の授与、そして神が信徒たちにこの世と来世において与えると約束されたすべてのもの——（これらすべてを、彼らは祈りを通じて受け取る）。一言で言えば、人が深い謙遜の心をもって、心を散らさずに祈りに留まるならば、神の恵みと信仰によってのみ、自らの内に神の御姿を回復することは可能である。

**52.** 敬虔さには三つの種類がある。第一は、罪を犯さないこと。第二は、罪を犯した際に、降りかかる苦難に耐えること。第三は、もし苦難に耐えられないならば、忍耐の欠如を嘆くことである。なぜなら、ここで適切な和解の手段によって（神との）和解がなされなければ、必然的にあの世での裁きが私たちに下されることになるからだ。ただ、神が、私たちを泣き、謙虚になっている姿をご覧になり、ご自身がご存知の通り、全能の御恵みによって私たちの罪を消し去ってくださる場合を除いては。

**53.** ああ、人に好かれようとする情念は、なんと巧妙に忍び込み、なんと目立たないことか。それは賢者さえも支配してしまうのだ！ なぜなら、他の情欲の行いは、それを行う者自身には容易に見て取れるものであり、それゆえ、それに囚われた者を嘆きと謙遜へと導くが、人に好かれようとする情欲は、敬虔な言葉や外見に隠れているため、それに惑わされた人々には、その変容を見抜くことが難しいのである。

**54.** 聖書が人への迎合をいかに非難しているか、聞いてほしい。まず、預言者ダビデはこう言っている。「神は、人に迎合する者の骨を砕かれる。彼らは恥をかく。神が彼らを打ち砕かれるからである」（詩篇52:6）。また、使徒はこう言っている。「人に迎合する者たちのように、人の目の前でだけ働くのではなく」（エフェソ6:6）と述べ、さらに「それとも、私は人に喜ばれようとしているのか。もし人に喜ばれようとしていたなら、私はキリストのしもべではなかったであろう」（ガラテヤ1:10）とも語っている。聖書を読み込めば、このような箇所を数多く見つけることができるだろう。

**55.** 人への迎合にはどのような形態があるか。これらの形態の根源であり、その第一は不信仰であり、それに続いて、その産物として、嫉妬、憎しみ、お世辞、嫉妬、争い、偽善、人見知



り、見せかけだけの奉仕、中傷、嘘、偽りの敬虔の装い（真の敬虔ではなく）、そしてこれらに類する、見過ごされがちな曖昧な情念である。しかし、何よりも悪いのは、ある者たちが巧みな言葉でこれらすべてを善として称賛し、そこに潜む害を隠蔽していることである。もし望まれるなら、私は彼らの狡猾さを一部明らかにしよう。狡猾な人当たりが良い者は、ある者に助言しながら別の者に陰謀を企て、ある者を称賛しながら別の者を非難し、隣人を教えながら自分を称え、裁判に参加するのは正義に基づいて裁くためではなく、敵に復讐するためであり、愛想よく見せかけながら非難し、敵を責め立て、最終的に相手に受け入れられるまで続け、中傷を隠すために実名を挙げずに誹謗し、物欲のない人々を説得して、彼らが何を必要としているかを語らせ、あたかもそれを与えようとしているかのように装い、彼らが口を開けば、物乞いをしている者としてそのことを広め、未熟な者の前では自慢し、経験豊富な者の前では謙虚な言葉を並べ、双方から称賛を引き出そうとする。高潔な者が称賛されると憤り、別の話を持ち出してその称賛を打ち消し、統治者が不在の時には彼らを非難し、同席している時には面と向かって彼らを称賛し、謙虚で賢明な人々を嘲笑し、教師たちを詮索して非難の材料を探し、素朴さを貶めて自らを至賢者であるかのように見せかけ、周囲の人々の美德には目もくれず、その過ちだけを記憶に留める。要するに、あらゆる手段で機会を窺い、人々に媚びへつらい、（知らず知らずのうちに）人々に気に入られようとする多様な情熱を露呈している。他人のことを問いたずことで、自らの悪行を隠そうとするのである。しかし、真の修道士たちはそうはせず、むしろその逆である。慈悲の心をもって他人の悪行には目をつぶり、自らの悪行を神の前で明らかに示す。それゆえ、彼らの意図を知らない人々からは非難されるが、彼らは人々に気に入られようとするよりも、むしろ神に気に入られようと努めているのである。かくして、時には神に喜ばれ、時には自らを低くし、そのどちらに対しても、主からの報いを待ち望んでいる。主はこう言われた。「高ぶる者は低くされ、自分を低くする者は高められる」（ルカ18:14）。

**56.** 私たちに降りかかる悲しみの中で、不当に私たちを襲うものは何一つなく、すべては神の義なる裁きによって起こる。ある者は自身の悪行のために苦しみ、またある者は隣人のために苦しむ。まさに、炉に投げ込まれた三人の若者は、自分たちの過ちによって投げ込まれた（ダニエル書3章28節、31節）と語り、神の御命令によるものでありながらも、（その時は）他者の姿をとっていた。また、聖ダビデは、セメイから侮辱を受けた際、自らの過ちと神の御命令によってその侮辱に遭ったと告白した（歴代誌下16:11）。また、イザヤやエレミヤ、エゼキエル、ダニエル、その他の預言者たちは、（イスラエルの）民や（異教の）諸部族に対し、将来、各人の罪に应じて苦難が降りかかることを予告し、彼らの罪と災いについて共に告げ知らせた。彼らは次のように述べている。「彼らがこう語り、ああした行いをしたために、これこれの災いが彼らに降りかかった」と。そして、祝福されたダビデは、これを説明して、詩篇の中でこう語っている。「主よ、わたしは悟りました。あなたの裁きは正しいものであり、まことに、あなたはわたしをへりくだらせました」（詩篇118:75）。また、「主よ、あなたは愚かな者たちの侮辱を私に与えられました。私は沈黙し、口を開きませんでした。それはあなたがそうされたからです」（詩篇38:9,10）。

**57.** 私たちを叱責する者を、私たちの内に秘められた邪惡な思いの、神によって遣わされた告発者として受け入れよう。そうすれば、私たちは自分の思いを正確に見極め、自らを正すことができる。たとえ、私たちの中に潜む多くの悪を知らなくてもよい。なぜなら、自分の欠点をすべて覚えているのは、完全な人だけにふさわしいことだからである。たとえ（私たちの）明らかな欠点でさえ、自分では気づきにくいものであるならば、ましてや心の思いなどなおさらである。そして、私たちは自分の中に潜む悪の大部分を知らないため、私たちを襲う苦難に戸惑ってしまう。しかし、賢明な者として、主が私たちの益のために苦難を許し、それを通して多くの善をもたらしてくださることを悟るべきである。第一に、それによって密かに私たちを支配している（邪惡な）思いが明らかにされ、それらが明らかになると、主は私たちに真の、偽りのない謙遜な知恵を与え、さらに、虚栄心からの解放と、私たちの中に潜むあらゆる悪の完全な暴露を授けてくださるのです。確かなこととして知っておきなさい。もし私たちが、降りかかる苦難を信仰

と感謝をもって耐え忍ばなければ、私たちの中に隠された悪を知ることにはできません。もしそれをはっきりと知らなければ、真の邪惡な思いも退けることはできず、過去の悪からの清めを求めることもできず、将来についても確固たる確信を得ることができないのです。

**58.** 私たちを襲う苦難や非難は、一見すると私たちの罪とは似ていないように見えるが、靈的な観点からは完全な真実を保っている。これは聖書からも知ることができる。シロアムの塔が崩れ落ちて死んだ者たちが、他の人々に塔を倒したのだろうか？あるいは、悔い改めのために七十年間バビロンへ連行された捕囚たちが、他者を悔い改めのために捕虜にしたのでしょうか。そのような懲罰的な事例は存在せず、しかし、兵士たちが何らかの罪を犯して告発された場合、鞭打ちの刑に処されることはあっても、自分たちが犯したのと同じ悪を被るわけではないのと同様に、私たちもまた、悔い改めにふさわしい時期と方法で、私たちを襲う苦難によって懲らしめられるが、その苦難は、犯した罪と同じ形でも、同じ時期でも、同じものでもない。すなわち、この時間の遅れと、私たちを襲う苦難が私たちの罪と一致しないことこそが、多くの人々を神の真理への不信仰へと導くのである。

**59.** (私たちに降りかかる) あらゆる苦難の原因は、私たち一人ひとりの思いにある。言葉や行いもそうだと述べたいところだが、それらは思いに先立って生じるものではないため、私はすべてを思いに帰する。思いが先立ち、その後、言葉や行いを通じて、私たち(および私たちの隣人)の間に交わりが形成されるのである。その交わりには二種類ある。一つは悪意から生じ、もう一つは愛から生じる。交わりを通じて、私たちは互いを、さらには知らない者さえも受け入れるが、(隣人を)引き受けることには必然的に苦難が伴う。聖書にもこう記されている。「友のために保証人となれば、敵に、その手を渡すことになる」(箴言6,1)。このように、誰もが自分に降りかかる試練を、ただ自分のためだけでなく、隣人のためにも耐えるのである——すなわち、その隣人を自分の身代わりに引き受けた分だけである。

**60.** 悪意から生じる隣人への受け入れは、無意識のうちに行われることがある。そして、次のようなことが起こる。何かを(隣人から)奪う者は、たとえ望まなくても、奪われた者の誘惑を自ら引き受け、同様に、誹謗中傷する者は、自分が誹謗中傷した者の誘惑を、横領する者は、横領された者の誘惑を、疲れさせる者は、自分が疲れさせた者の誘惑を、悪口を言う者は、悪口を言われた者の誘惑を、軽蔑する者は軽蔑された者の誘惑を、嘘をつく者は自分が誹謗した者の誘惑を自ら引き受ける。すべてを一つひとつ挙げるのは控えるが、要するにこう言える：隣人を傷つける者は誰でも、(その傷つけ方に比例して)自分が傷つけた者の試練を自ら引き受ける。このことについては、聖書も次のように証言している。「誠実な者に穴を掘る者は、その穴に落ち、石を投げる者は、自らその石に打たれる」(箴言26:27)、また：「不義な者の思いはすべてその胸の奥に宿る。しかし、義なる者はすべて主から来る」(箴言16:33)。「神は不義な者であり、怒りを下される方である」(ローマ3:5)というのは、苦難によって戒めを受ける者たちだけでなく、無謀にもその苦難に反抗する者たちに対しても当てはまる。

**61.** 愛によって隣人を受け入れること、これこそが、主イエスがあらゆる方法で私たちに示されたものであり、まず私たちの魂の弱さを癒やし、次に「あらゆる病とあらゆる患いを癒やし、世の罪を取り去り」、主を堅く信じる者たちを新たにし、その本性を清め、彼らに死からの救いを授け、神を敬うことを遺し、敬虔を教え、愛のために死に至るまで苦難に耐えなければならぬことを示し、さらに御霊の交わりによる忍耐と、将来の祝福、「目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないもの」(Iコリント2:9)を私たちに授けてくださったのである。それゆえ、主は私たちのために試練を受け、侮辱や冒瀆、束縛に耐え、裏切られ、頬を打たれ、酢や胆汁を飲まされ、釘で打ち付けられ、十字架にかけられ、槍で刺し貫かれた。このように、御自身を私たちと肉体においても霊においても結び合わせ、私たちのために苦しみを受けられた後、主はこの律法を聖なる使徒たちや弟子たち、預言者たち、教父たち、総主教たちに伝えられました。ある者たちには聖霊によって教え、またある者たちには御自身の聖なる御体によって示されたのです。このご自身への受難を明らかにして、主はこう言われました。「だれも、この愛ほど大きな愛を持つ者はいない。自分の命を他者のために捧げる者ほどであ

る」（ヨハネ15:13）。それゆえ、聖パウロも主に倣って、「今、あなたがたのために受ける苦しみの中で、私は喜びます。なぜなら、キリストの苦しみの欠ける部分を、私の肉において、キリストの体である教会のために補っているからです」（コロサイ1:24）と語り、愛によるこの引き受けを暗示的に示したのです。

62. すべての使徒たちが、思いにおいても、言葉においても、行いにおいても、いかにして私たちと交わりを結び、その交わりを通じて私たちのために試練を背負ったのか、もっと明確に知りたいだろうか。（彼らは）思いにおいて：私たちに聖書を提示し、預言を引用し、キリストを救い主として信じるよう勧告し、私たちが本質において神の子であるキリストに仕えるべきであることを確信させ、私たちのために祈り、涙を流し、信仰にかなうあらゆることを行った。言葉によって：私たちに懇願し、脅し、教え、非難し、信仰の薄さを責め、私たちの無知を非難し、聖書を解き明かし、時を明らかにし、キリストを告白し、彼が私たちのために十字架にかけられたことを宣べ伝え、受肉された御言葉は二つではなく一つであることを断言し、たとえ私たちが、不可分かつ非融合的に結合された二つの本性から成るものと理解しているとしても、あらゆる時、場所、事柄において、邪信を断ち切り、偽りに同意せず、肉に誇りを持つ者たちとは語り合わず、虚栄心のある者たちとは交わらず、高慢な者を恐れず、悪しき者を滅ぼし、謙遜な者たちを受け入れ、敬虔な者たちを自らのものとし、私たちにも同じことを行うよう教え導いてくださった。また、行いにおいては、迫害され、侮辱され、奪われ、傷つけられ、牢獄に投じられ、殺され、その他同様の苦難を私たちのために耐え忍ばれました。このように私たちと交わりを結ばれた彼らは、私たちの試練も引き受けてくださったのです。なぜなら、彼らはこう言っているからです：「もし私たちが悲しむなら、それはあなたがたの救いのためであり、もし慰められるなら、それはあなたがたの慰めのためのものです」と。彼らは主から律法を受け、主はこう言われた。「『この愛よりも大きな愛はない。だれでも、自分の命を兄弟たちのために捨てる者ほどである』」（ヨハネ15:13）。そして彼らは私たちに（同じことを）伝え、こう言いました。「もし主が私たちのために御自身の命を捨てられたのなら、私たちも兄弟たちのために自分の命を捨てなければならない」（Iヨハネ3:16）、また、「互いに重荷を担い合いなさい。そうすれば、キリストの律法を全うすることになる」（ガラテヤ6:2）とも。

63. このように、互いに交わる二つの形態、すなわち、必要に応じて行われる受け入れと、必要に迫られて行われるものと、愛から生じるもの——の二種類を学んだのであれば、それらに照らして、私たちに降りかかる試練について——それがどのように、いつ、あるいは誰を通じて私たちに襲うのか——と詮索してはならない。なぜなら、それぞれの試練が戦士たちとどのように関連しているか、それらが必然的に続く時期、そしてすべての被造物がこれに協力していることについては、神のみがご存知だからである。そして私たちはただ、神の真理を信じ、私たちに否応なく降りかかるすべてのことが、愛のためか、あるいは悪意のためか、いずれにせよ私たちに起こるのだと知るべきである。それゆえ、私たちはそれを拒絶するのではなく、耐え忍ばなければならない。そうしてこそ、私たちの罪にさらに罪を重ねることにならないのである。

64. 肉の意志とは、思考を伴わない、身体に続く自然な衝動であり、それは睡眠や身体の休息によって強められる。これについて、聖ペトロは次のように述べている。「あなたがたの中に、試練として起こる肉欲の燃え上がりがあるとしても、それを不思議に思ってはならない。それは、あなたがたに起こることとして、異質なものではないからである」（Iペトロ4:12）。また、祝福されたパウロもこれらについて、「肉は御霊に敵対し、御霊も肉に敵対する」と述べている。それゆえ、彼は「御霊によって歩み、肉の欲望を全うしてはならない」（ガラテヤ5:16,17）と命じているのである。使徒たちは、私たちがそのような衝動に同調しないことを願って、このように語ったのである。

65. 修練に励む者は、（徳の修練を）始めた以上、それを最後までやり遂げなければならない。また、若くても年老いていても、体が健やかで、労苦も敵意も恐れぬ者にとっては、常に断食を熱心に実践することが有益である。適量のパンを味わい、時折（同じく適量の）水を飲み、食事の終わりにまだ多少の空腹と渇きを感じられるようにすることである。そうすれば、（飲

食による）快樂が、神への必要な奉仕の妨げとなることはないからである。もし、前述の食物を口にして十分に満腹になれば、すぐに他の料理を欲するようになるだろう。もし満腹にならなければ、常に空腹であり、たとえ満腹を望んだとしても、せめてパンだけでも満腹になりたいと願うことになるだろう。

**66.** 恥知らずな腹を制するのは容易ではない。なぜなら、それはそれに打ち負かされる者たちにとっての神であり、それに従う者は罪を犯さずにいることは不可能だからである。また、満腹になることだけでなく、食事を摂らないことにも災いがあると思う。なぜなら、何日も食事を摂らないと、落胆が私たちの心に巣くって立ち上がり、私たちを苦しめ、夜の徹夜祷は眠りに陥らせ、昼の祈りは肉欲的な思いへと陥らせてしまう。その結果、睡眠のせいで何の益も得られず、肉欲的な思いによってさらに大きな害を被ることになる。なぜなら、他者よりも断食を厳格に行う者として、私たちは高慢になり、自分より劣る者を軽んじ始めるからであり、そのような（自分自身や隣人に対する）考えは、いかなる罪よりも重いものだからである。

**67.** 愚かな農夫が、多大な費用をかけて畑を耕しておきながら、種を蒔かずに放置し、自らに損失をもたらすような労苦を費やしたように、私たちもまた、自分の体に過度の注意を払い、祈りの種を蒔かなければ、結局は自分自身に逆らうような労苦を費やしたことになる。しかし、誰かがこう言うかもしれない。「もし祈りに義の主たる務めがあるのなら、断食など必要なのか」と。その必要性は極めて大きい。なぜなら、貧しい農夫が、雑草が生い茂った畑を改めて耕さずに種を蒔けば、小麦の代わりに茨を刈り取ることになるのと同様に、私たちも、まず断食によって自分の肉体を鍛えずに祈りの種を蒔けば、義の代わりに罪の実を結んでしまうことになるからだ。この肉体もまた同じ土から生まれたものであり、土と同じように丹念に耕されなければ、決して義の実を結ぶことはないからです。

**68.** 断食は、賢明にそれを行う者には益をもたらすが、無分別に行う者には害をもたらす。それゆえ、断食の益を重んじる者は、その害、すなわち虚栄心に警戒しなければならない。また、自ら定めた断食を終えた後に口にするパンは、食事を摂らない日々に分けて、毎日少しずつ口にするようにすべきである。肉体の欲望を制し、最も有益な祈りに心を堅く保つことができるようにし、こうして神の力によって高慢から守られ、生涯を通じて謙遜の心にとどまるよう努めるべきである。謙遜の心なくしては、誰も決して神に喜ばれることはできないからである。

**69.** もし私たちが謙遜を心がけていたなら、私たちに懲らしめが必要になることはなかったでしょう。なぜなら、私たちに起こるすべての悪や苦難は、私たちの驕り高ぶりのために降りかかるものだからです。使徒が驕らないようにと、サタンの天使が「彼を苦しめる」ために遣わされたのであれば、なおさら私たちの場合、驕った時には、私たちが謙遜になるまで、サタン自身が私たちを踏みつけるために遣わされることになるでしょう。私たちの先祖たちは、家を所有し、富を持ち、妻を娶り、子供たちの世話をしながらも、その飽くことのない謙遜さゆえに、神と語り合っていました。しかし、私たちは世から離れ、富を軽んじ、家を捨て、神と共にいると思い込んでいるにもかかわらず、その高慢さゆえに悪霊たちに侮辱されているのです。高ぶる者は自分自身を知らない。もし自分の狂気と無力さを見抜いていれば、高ぶることはなかっただろう。しかし、自分自身を知らぬ者が、どうして神を知ることができるだろうか。自分が陥っている狂気さえ認識できない者が、自分から遠く離れ、無縁である神の英知を、どうして知ることができるだろうか。神を知る者は、その偉大さを仰ぎ見、自らを責めつつ、祝福されたヨブのようにこう言う。「かつては耳で聞いただけだったが、今や私の目はあなたを見た。それゆえ、私は自らを責め、萎え果て、自分を土と灰と見なした」（ヨブ記42:5,6）。このように、ヨブに倣う者たちは神を知っている。それゆえ、もし私たちも神を見たいと願うならば、自らを責め、謙遜に振る舞わなければならない。そうすれば、ただ御方を目の前に見るだけでなく、御方が私たちの内に生きて安らぎ給うことを通じて、御方を味わうことができるからだ。なぜなら、そのようにして、私たちの愚かさは御方の知恵によって知恵あるものへと変えられ、私たちの弱さは御方の力によって強められるからである。私たちの主イエス・キリストにおいて。

**70.** 断食、徹夜祈祷、巡礼生活は良い行いであるが、これらはあくまで外面的で善き生活の労苦に過ぎない。しかし、キリスト者の務めは、これら（肉的な美德）よりもさらに内面的なものであり、誰も（ただ）それらにのみ頼ってはならない。なぜなら、ある人々には、恵みに与る一方で、まだその内側に潜む（敵の）悪意が罫を仕掛けることがあるからだ。それは自発的に彼らに譲歩し、表立って行動はしないが、人の心に「自分の心は清められた」と思わせ、やがてその人を「自分は完全なクリスチャンである」という驕りに陥らせる。そして、その人が（自分自身に注意を払うことを怠り、自分が自由であると仮定して）油断したとき、悪意は強盗のように彼に襲いかかり、密かに待ち伏せをして、彼を誘惑し、地の底へと引きずり下ろすのである。なぜなら、強盗や兵士といった二十歳の若者でさえ、敵に対して罫を仕掛け、待ち伏せをし、（敵を）待ち構えて背後から襲い、四方から包囲して打ちのめす術を知っているのだから、ましてや、何万年も生き、その目的は、いかにして魂を滅ぼすかにある。彼女は心の奥底に密かな待ち伏せを仕掛け、時には何もしないふりをして、魂に自らの完全性に対する驕りを抱かせることを心得ている。キリスト教の根本は、人がどれほど多くの正しい行いを成し遂げようとも、それに安住せず、自分を偉大な存在だと見なすことなく、むしろ霊的に貧しい者であり続けることにある。また、もし恵みに与る者となったとしても、何かを達成したなどと思わず、自分が偉大な人間であると自惚れず、教え始めたりせず、深い敬虔と巡礼と祈りの中で善き生活を送り、恵みに与る者でありながらも、自分の魂を過大評価しないようにしなければならない。しかし、実のところ、そのような恵みの始まりは、彼が飢えと渇きに耐え、飢えと渇きに耐え、その（渴望）が満たされることなく、自らを義人であり、恵みに富む者と見なさないようにするためであった。むしろ、一人息子を育て上げたものの、その子が予期せず亡くなってしまった母親が泣くように、彼は嗚咽し、涙を流すべきであった。

**71.** 外的な生活や行いにおいて律法を遵守する者は、悪徳の結果からだけ解放されているに過ぎず、情欲による無分別な行為を神へのいけにえとして捧げているに過ぎない。そのような者は、霊的な幼さゆえに、救いを得るためにこの（行動の）あり方に満足しているのだ。

**72.** 福音的な生活を真に愛する者は、自身の悪徳の始まりと終わりを根絶し、行いと言葉によってあらゆる美德を超越し、称賛と告白の捧げ物をささげ、情動の働きから生じるあらゆる不安から解放され、（生じる）あらゆる不安から解放され、心の中でそれとの闘いから自由となり、未来の恵みへの希望のみに、魂を養う飽くことのない喜びを見出すのである。

**73.** ゲヘナの恐怖は、（徳の行いを）始めたばかりの人々に悪徳を避けるよう促し、善の報いへの願いは、成功している人々に善を行う熱意を与え、愛の秘儀は、心をすべての被造物よりも高く引き上げ、神に次ぐあらゆるものに対して盲目にするのである。神に次ぐあらゆるものに対して盲目となった者たちの中から、主は（11c. 145,8）、彼らに最も神聖なるものを示すことによって、彼らを賢明に導かれる。

**74.** 「天の御国は、酵母のようなものである。ある女がそれを受け取り、三サア（量）の粉の中に隠した。そして、すべてが発酵するまで待った」（マタイ13:33）。これは、心が主の御言葉を受け入れ、それを三つの構成要素、すなわち使徒の言うところの「肉体、霊、魂」、そしてそれらの思考におけるあらゆる繊細さを、多様に散らばった小麦粉のように、一つの信仰の種にまとめ上げ、その中に働く御言葉に全面的に似ることを待ち望んでいることを意味する。同様に、主は真理の言葉をからし種の種に例えられた。それは小さいが、聞く者の心に蒔かれると、その後、行いに応じて成長し、高台に立つ大木のように（聖書によれば）「近づく思いのための避難所」となるのである。

**75.** 霊的な律法とは、キリストの戒めであり、その中でも第一にして最も偉大なものは愛である。愛は悪を思わず、すべてを愛し、すべてを信じ、すべてを望み、すべてに耐える（Iコリント13:5,7）と、聖書の言葉にある通りである。この愛によって、私たちは互いに区別されるが、その（完全な）価値に到達する者は誰一人としておらず、ただ、キリストの恵みが私たちの欠点を補ってくださることを待ち望んでいる。ただし、私たちが自分の力の範囲内で行動することを怠らない限りにおいてである。なぜなら、神は、私たちが弱さゆえにどれほど多くのことを成し

遂げられないか、また、怠慢ゆえにどれほど多くの愛の行いを果たしていないかをご存知だからである。しかし、愛は自発的な努力だけでなく、偶然に訪れる苦難によっても強められるものであるため、神の助けを借りつつ、私たちには多くの忍耐と柔和さが必要とされる。神の使徒はこう言っています。「この世で賢い者になりたいと思うなら、むしろ、知恵ある者となるようにしなさい」（Iコリント3:18）。

**76.** カルデアの地（使徒言行録7:4）とは、情欲に満ちた生活であり、そこでは罪の偶像が造られ、崇拝されている。一方、メソポタミア（同上、2節）とは、これら二つの相反する習性に染まった生活である。一方、約束の地（ヘブライ人への手紙11:9）とは、あらゆる善に満ちた状態である。したがって、かつてのイスラエルのように、かつての習慣に立ち返る者は、与えられた自由を失い、再び情欲の奴隷へと引きずり下ろされるのである。

**77.** 肉的な情欲に勇敢に打ち勝ち、悪霊たちに対して十分に戦い、その企みを自分の魂の国から追い出した者は、清い心が与えられ、その内なる所で正しい霊が新たにされるよう祈らなければならない（詩篇50:12）、すなわち、悪しき思いから完全に解放され、恵みの賜物によって神聖な思いに満たされ、それによって、道德的、自然的、神学的な観想から成る、明るく偉大な神の精神の世界となるためである。

**78.** 清い心（詩篇50:12）とは、神に対して、全く無像（印象から清められた）で、いかなる形象も持たない記憶を捧げ、神の刻印のみを受け入れる準備ができており、それによって通常、その心は光り輝くようになるものである。

**79.** 神聖な渴望によって、肉体への心の傾きを克服した者は、たとえ肉体の中にあってもし、無制限の存在となる。なぜなら、渴望する者の渴望を引き寄せる神は、あらゆるものよりも比類なく高きお方であり、渴望する者がその渴望を、神に次ぐいかなるものにも結びつけることを許さないからである。それゆえ、我々は渴望の全力をもって神を渴望し、我々の自由な選択がいかなる肉的なものにも支配されないようにし、真実において、感覚的・思考的なあらゆる事物を超えた（精神的な）在り方を自らに確立し、（そうすれば）私たちは、本質において言葉では言い表せないほど神と共にいるという点において、自然の生活からいかなる害も受けることはないだろう。

**80.** 偉大なるモーセは、その幕屋を陣営の外に設け、すなわち、思考と知性を目に見える世界の外に確立し、神を礼拝し始めた（出エジプト記34:8）。そして、暗闇の中に入り（出エジプト記20:21）に入り、目に見えず、物質的でもない知恵の領域へと至り、そこで最も神聖な秘儀に捧げられて留まるのである。

**81.** 心が、私たち自身という存在や、神に次ぐあらゆるものへの常習的な執着から完全に脱却しない限り、私たちは徳において不変性を獲得することはできない。しかし、愛によってこの高みに達したとき、私たちは神の約束の力を知るようになる。なぜなら、ふさわしい者たちは、まず心が愛によってその力を確立した場所に、揺るぎない確証があることを信じなければならないからである。なぜなら、自分自身や考えられるあらゆるものから離れず、思考を超えた沈黙の中に自らを確立しない限り、理性は万物に（固有の）変容性から自由になることはできないからである。

**82.** ガリラヤの「ユダヤ人への恐れ」から、ガリラヤの「扉を閉ざした」（ヨハネ20:19）、すなわち、悪意ある霊たちへの恐れから、啓示の地において安全に暮らし、神聖な観想の高みで、感覚を扉のように閉ざして、不可知な形で臨む神の御言葉を受け入れる。その御言葉は、感覚的な作用なしに彼らに現れ、平和の宣言として彼らに無執着を与え、また、その息吹によって聖霊の分け前を与え、悪霊に対する権威を授け、彼らに御自身の奥義のしるし（ヨハネ20:20）を示すのである。

**83.** 福音に従って第六の日を過ごす者は、あらかじめ罪の最初の動きを死滅させ、徳によってあらゆる悪から清められた無情の状態に達し、心をもって（出エジプト記16:29,30）、想像における情欲の最も微細な表象さえも安息させるのである。そして、ヨルダン川を渡った者（創世



記 32: 22, 30) は、知恵の地へと移され、そこでは、世界によって神秘的に造り上げられた心が、神の御霊の住まいとなる。

84. 安息日の安息日（レビ記 16, 31）とは、理性ある魂の心の安らぎであり、その魂は、被造物に秘められているすべての神の言葉からさえも理性を引き離し、愛の歓喜のうちに理性を唯一の神に完全に包み込み、神秘的な神学によって、理性を神から完全に切り離せないものとしたのである。

### 3. 霊的な律法に関する200の章

1. あなたがたは、使徒の言葉によれば、「律法は霊的なものである」（ローマ 7, 14）とはどういうことか、また、それを守ろうとする者たちの心の在り方や活動はどのようなものかを知りたいという願いを繰り返し表明してきたので、我々の力の及ぶ限り、これについて述べよう。

2. 第一に、神は、私たちが知っているように、あらゆる善の始まり、中間、そして終わりである。しかし、<sup>39</sup>、善が実現することも、確かなものとなることも、キリスト・イエスと聖霊において以外にはあり得ない。

3. あらゆる善は、主から私たちに思慮深く（特別な意図をもって）与えられています。そう信じる者は、その善を台無しにすることはありません。

4. 揺るぎない信仰は、<sup>40</sup> 堅固な塔である。信じる者にとって、キリストはすべてである。

5. あらゆる善を司る方が、あなたのあらゆる行いを導いてくださるよう。そうして、あなたの行いが神にかなうものとなるように。

6. 謙虚で知恵があり、霊的に働く者は、聖書を読みながら、すべてを自分自身に当てはめ、他者には当てはめない。

7. 神に祈り求めよ。そうすれば、神はあなたの心の目を開いてくださり、あなたは祈りと、経験を通じて理解される聖書の読解の益を見出すだろう。

8. 何らかの霊的な賜物を持つ者は、貧しい者たちに憐れみを抱く。この憐れみによってその賜物を保つが、高慢な者は、高慢な思いに打ちのめされて、その賜物を失う。

9. 謙遜な者の口は真理を語る。それに反する者は、主の頬を打ったしもべのようだ。

10. 自惚れの弟子となってはならない。そうすれば、謙虚さではなく、高慢を学んでしまうことになるからだ。

11. 聖書からの（他から借りた）知識を誇ってはいけない。そうすれば、心が冒涇の精神に陥ることはない。

12. 曖昧で入り組んだ問題を、論争によって解決しようと試みてはならない。むしろ、霊の律法が命じるもの——すなわち、忍耐、祈り、そして揺るぎない<sup>41</sup> 希望——によって解決せよ。

13. 肉的な祈りを捧げ、まだ霊的な知恵を持たない者は、こう叫んだ盲人のようだ。「ダビデの子よ、私を憐れんでください」（マルコ 10: 48）！

14. このかつて盲目だった者は、目が見えるようになり、主を見たとき、もはや主をダビデの子とは呼ばず、主を神の子であると告白し、主を礼拝した（ヨハネ 9: 35-38）。

15. 祈りのうちに涙を流して高ぶってはならない。なぜなら、キリストがあなたの目に触れ、あなたが霊的に目を開かれたからである。

16. あの盲人の例に倣って衣服を脱ぎ捨て<sup>42</sup>、主の御許に近づいた者だけが、主の（真の）弟子となり、最も完全な教義の宣教者となるのである（マルコ 10: 50, 51）。

17. 悪（罪）は、思いの中で（快楽を伴って）反芻されることで、心を荒くし（石のように固くする）が、希望を伴う節制は、悪を根絶し、心を和らげる（粉々に砕く）。

<sup>39</sup> もちろん、人間の善行のことではなく、神からの恵みのことです。

<sup>40</sup> 東方の「柱」とは、単なる石の積み重ねではなく、悪人からの安全を守るための高い住居のことである。

<sup>41</sup> 「モノロジストス」とは、一言で言えば、断固とした人物のことである。多くの長老たちは、困惑に直面した際、祈りを捧げ、解決の道を見出していた。

<sup>42</sup> 言うまでもなく、それは自己犠牲的な決断力である。

18. 心を砕くことには、心を和らげるための正しく有益なものもあれば、無秩序で有害な、ただ心を打ち砕くだけのものもある<sup>43</sup>。

19. 徹夜祈祷、祈り、そして（不快な出来事、災い、悲しみといった）試練に耐えることは、単に傷を負わせるだけの「砕き」ではなく、心がそれを受け入れることを自己愛によって妨げない場合に限り、心に有益なものとなる<sup>44</sup>。それらに留まり、またその他のことにおいても助けられるが、それらを顧みず、それらを切り離す（一つをもう一つから分離する）者は、最期の時、耐え難い苦しみを味わうことになる<sup>45</sup>。

20. 快樂を追い求める（ただ快樂のみを求める）心は、旅立ちの時には魂にとって牢獄や束縛となるが、勤勉な心（主のために、自らに逆らって自分を苦しめ、労苦することを好む）は、（来世への）開かれた扉である。

21. 都へと通じる「鉄の門」（使徒行伝 12, 10）とは、冷酷な心のことである。苦しみ、打ちひしがれた者に対しては、それらはペトロの場合のように「自ずから開かれる」のである<sup>46</sup>。

22. 祈りの形は数多くあり、それぞれが互いに異なっている。とはいえ、祈りそのものではなく、サタンの所業であるものを除けば、どの祈りの形も有害なものではない。

23. ある人は、悪を行おうと企てた際、まずいつものように心の中で祈り、神の摂理によって（悪を）許されなかった後、そのことに対して深く感謝した（<sup>47</sup>）。

24. ダビデは、カルミルのナバルを殺そうとしていたが、神による報いを思い起こしてその意図から引き離されたとき、その後、そのことに対して深く感謝した。また、彼が神を忘れ、預言者ナタンが彼に神を思い起こさせるまで、（神を忘れ、悔い改めない状態を）やめなかったことも、我々は知っている。

25. 神を思い起こしている間、主があなたを忘れてしまった時に、主があなたを思い出してくださいよう、祈りを重ねなさい。

26. 聖書を読みながら、そこに（あなた自身のために）隠されていることを悟りなさい。「かつて書かれたことは、私たちの戒めとして書かれたのである」（ローマ 15: 4）。

27. 聖書は信仰を「約束されたことの確信」（ヘブライ人への手紙 11: 1）と呼び、キリストが自分の中にいることを知らない者たちを「未熟な者」と呼んでいる（コリントの信徒への手紙第二 13: 5）。

28. 行いや言葉によって思いが明らかになると同様に、心の働き（何に惹かれ、何に喜びを見出すかによって、あらかじめ示される）によっても、将来の報いが明らかになる。

29. 寛大な心は明らかに寛大に報われ、慈悲深い心も同様に慈悲に報われるが、その反対の心は反対の結果を招く。

30. 自由の律法はあらゆる真理を教える。多くの人が理性を用いてそれを読むが、戒めを相応の行いによって理解する者は多くない。

31. その完全さを人間の美德の中に求めてはならない。なぜなら、それらの中に完全なものはないからである。その完全さは、キリストの十字架の中に隠されている。

32. 自由の律法は、真の理性によって読み解かれ、戒めの実践によって理解され、キリストの寛大さによって成就される。

<sup>43</sup> 自ら無意味に自分を苦しめるにせよ、あるいは霊的指導者によって叱責されるにせよ、心はただ傷を受けるだけである。心を打たれれば痛むが、何の益もない。それは、病人に間違った薬を投与するようなものである。

<sup>44</sup> 溶液とは、水やワインなど、異なる要素が混ざり合ったものです。前述の三つの美德は、常に互いに浸透し合っていないければなりません。自己愛は、それらの結びつきを乱します。

<sup>45</sup> そうして初めて、無思慮に悪事を働いていたことに気づくのだ。

<sup>46</sup> それは無慈悲な心ではなく、そもそも石のように硬くなり、無感覚に苦しんでいる心である。ここにおいて、聖ペトロの前で閉ざされていた門が開かれたことが、霊的に解釈されている。悪しき苦しみとは、外的な欠乏によって自らを苦しめることであり、砕き——消し去り——とは、心を打ち砕くような真実の観念によって心が知性的に揺さぶられることである。この二つは、心から石を取り除くものである。

<sup>47</sup> ここでは、いわゆる「予期せぬ喜び」のような、何らかの実在する出来事が念頭にある。

**33.** 良心によって神のすべての戒めへと導かれるよう迫られたとき、私たちは、主の律法が汚れなく、またそれは私たちの善（生来の道徳的・宗教的な感情や傾向）によって体現されるものの、神の恵みなしには、人間において完全に実現されることはあり得ないことを理解するだろう。

**34.** あらゆるキリストの戒めに対して自らを債務者とは見なさない者たちは、神の律法を肉眼的な観点から読み、「自分たちが何を語っているのか、また何を主張しているのかも理解していない」（Iテモテ 1:7）ため、行いによってそれを果たそうと考えているのである。

**35.** ある行いは明らかに善として行われるが、それを行う者の目的は善に向けられていない。また、ある行いはそれ自体が悪であるかのように見えるが、それを行う者の目的は善に向けられている。そして、行いだけでなく、言葉においても、ある人々は前述したような態度で語る。ある者は経験不足や無知ゆえに、ある行いを別のものとして見せかけ、ある者は意図的に悪を行い、またある者は敬虔を装ってそうする。

**36.** 称賛の言葉の中に中傷や誹謗を隠す者は、素朴な人々には理解され難い。謙虚なふりをしながらも虚栄心に満ちている者も、これに似ている。彼らは長い間、嘘の中に真実を巧みに隠し通すが、ついには（本来の気質に）流されて、その行いによって正体が露見してしまう。

**37.** ある者は、隣人のために一見善行を行っているように見せかけて、心の中に害を受けることがあり、またある者は、隣人のために（そのような外見上の奉仕を）行わないというそのこと自体から、心の中に益を受けることがある。

**38.** 悪意や復讐心による非難もあれば、神への畏れと真理に基づく非難もある。

**39.** 罪を犯すのをやめ、すでに悔い改めている者を、これ以上非難してはならない。もし、あなたが言うように、神に従ってその者を非難したいのなら、まずその者の前で自分の罪を打ち明けるがよい。

**40.** 神は、昼の光に対する太陽のように、あらゆる美德を統べ治めておられる。

**41.** 美德を実践したときは、「わたしなしには、あなたがたは何も行うことができない」（ヨハネ 15:5）と言われた方を思い起こしなさい。

**42.** 人の苦しみには善があり、虚栄や快樂には悪がある、というのが世の理である。

**43.** 人々からの不当な非難に耐える者は、罪を避け、その苦しみに見合うだけの守りを見出す。

**44.** キリストを信じる者は、信仰の度合いに応じた報いがあることを信じ、あらゆる不正を喜んで耐え忍ぶ。

**45.** 自分を傷つける人々のために祈る者は悪霊を打ち倒すが、最初に抵抗する者は、後に傷つけられることになる。

**46.** 人々からの不当な侮辱は、悪霊からのそれよりもましであるが、主に喜ばれる者は、その両方に対して勝利者となる。

**47.** あらゆる善は、神の摂理によって与えられるが、それは恩知らずで、無感覚で、怠惰な者たちからは密かに遠ざかる。

**48.** あらゆる罪は禁じられた快樂で終わり、あらゆる美德は霊的な慰めをもって終わる。そして、前者がその同類を刺激（動かし、苛立たせる）するように、後者もまたその同類を刺激する。

**49.** 人からの侮辱は心に悲しみをもたらすが、それを耐え忍ぶ者にとっては清らかさの原因となる。

**50.** 無知は、有益なことに反論する口実と自由を与え、より大胆になるにつれて、悪への異議（あるいは提案）を増大させる。

**51.** 何一つ欠けるものがないとしても、（与えられる）苦難を受け入れ、説明責任を負う者として、あらゆる高慢を捨て去れ。

52. 密かに罪を犯したとしても、（神の前で）それを隠そうとしてはならない——（隠れたものは隠れているなどと考えるではない）。なぜなら、「すべての裸は主の御目の前で露わになり、主の御前では、私たちに言い逃れはできない」からである（ヘブライ人への手紙4:13）。

53. 心の中で主の前に自分をさらけ出せ。「人は外見を見るが、神は心を見るからである」（サムエル記上16:7）。

54. 神の御心に基づく目的なくして、何も考えず、何もしないでください。目的なく旅する者は、労力を無駄に費やすからです。

55. 必要に迫られていないのに罪を犯す者は、悔い改めるのが難しい。なぜなら、神の御前から身を隠すことは不可能だからである。

56. 悲しい出来事は、賢明な者に神を思い起こさせるが、神を忘れている者には、その程度に応じて悲しみを味わわせる。

57. あらゆる不本意な悲しみが、あなたにとってそのような神を思い起こすための師となり、悔い改めの動機があなたの中から決して枯渇することのないように。

58. 忘却はそれ自体、何の力も持たないが、私たちの怠慢によって支えられており、その程度に応じて持続する。

59. 「どうすればよいのか。私は望んでいないのに、それ（忘却）がやってくる」と言うてはならない。それは、あなたがそれを覚えていた時に、なすべきことを怠ったからである。

60. 覚えている善行を行いなさい。そうすれば、覚えていない善行もあなたに明らかになるだろう。そして、自分の思いを軽率に忘却に委ねてはならない。

61. 聖書はこう述べている。「地獄と破滅は、主の御前に明らかである」（箴言15:11）。これは、心の無知と忘却について語っているのだ。

62. 地獄とは無知のことである。なぜなら、無知も地獄も暗闇だからだ。破滅とは忘却のことである。なぜなら、その両方において、かつてあったものが失われてしまうからである。

63. 隣人の悪事ではなく、自分の悪事について探求せよ。そうすれば、あなたの心という聖域は盗まれることはないだろう。

64. 怠惰は、もはや行える善を一切受け入れない（何事にも取り組もうとしない）。施しと祈りは、怠惰に陥った者たちを義務へと立ち返らせる。

65. 神への嘆きは敬虔に不可欠な要素である。なぜなら、真の愛は逆境によって試されるからである。

66. 悲しみなしに徳を積むことができるなどと考えるではない。そのような徳は、（それを積む際の）安らぎゆえに、頼りにならず（実証されていない）のである。

67. あらゆる不本意な苦しみから生じる結果を見よ。そうすれば、その中に罪の清めを見出すだろう。

68. 隣人からの助言の多くは有益であるが、誰にとっても、自らの決断に勝るものはない。

69. 治療を求めるなら、良心に気を配り、良心が告げることを実行せよ。そうすれば益を得られる。

70. それぞれの秘められた行いは、神と良心のみが知っており、それを通じてこそ、彼らは改心するのだ。

71. 人は自分の意志でできる限りのことをするが、その行いの結末は、神が正義に基づいて定められる<sup>48</sup>。

72. 人々からの称賛を非難されることなく受けたいと望むなら、まず自分の罪に対する戒めを愛しなさい。

73. キリストの真理のためにいかなる恥を受けようとも、その人は人々から百倍もの栄光を受けることができる。しかし、将来の（報い）のためにあらゆる善を行うことの方が、はるかに良い。

---

<sup>48</sup> ミグネ版サヴの写本における第71章は次のように記されている。「無計画に（目的も順序もなく）労苦する者はすべてにおいて貧しく、希望を持って進む者は二倍に富む」。

74. ある人が言葉や行いによって他の人に益をもたらしたとき、両者はその中に神の恵みを認めるべきである。これを理解しない者は、理解する者に打ち負かされるだろう<sup>49</sup>。

75. 偽善的な動機で隣人を称賛する者は、別の機会にその者を叱責することになり、その者は恥をかくことになる。

76. 敵の罠を知らない者は、容易に傷つき、情欲の原因（根源、きっかけ）を理解しない者は、簡単に陥る。

77. 快樂追求（自分の楽しみのために行動すること）からは怠惰が生じ、怠惰からは忘却が生じる。なぜなら、誰にとって有益であるかということについては、神は万人に知識を授けておられるからである。

78. 人は、自分の知る限りにおいて隣人に（言葉を）差し出すが、神は、聞く者が信じる限りにおいて、その者の中で働かれる。

79. 私は、行いによって謙虚になった愚かな人々を見たが、彼らは賢者たちよりもはるかに賢明になった<sup>50</sup>。

80. 別の素朴な者は、彼らが称賛されているのを聞いて、彼らの謙虚さに倣うことはせず、ただ素朴さを誇り、それゆえに高慢に陥った。

81. 知識を軽んじ、無学を誇りとする者は、言葉だけでなく、理性においても無知である。

82. 言葉の中に現れる知恵もあれば、知恵そのものもあるように、言葉の中に現れる無知もあれば、無知そのものもある。

83. 敬虔な者にとって、言葉の表現における無学さは全く害とならないのと同様に、言葉による知恵もまた、謙虚で賢明な者にとっては害とならない。

84. 「私は正しいことを知らないから、それを実行しなくても罪には当たらない」と言うてはならない。なぜなら、もしあなたが知っている善を行えば、他のすべてのことも必然的に明らかになるからである。それは、あるものが別のものを通じて理解されるのと同様に、互いに連関して理解されるからである（『箴言』第48章）。最初の（既知の）ことを実行する前に、第二の（知らない）ことを知っても、あなたにとって益にはならない。なぜなら、「**理性は不活動（行いの欠如）によって驕り高ぶるが、愛はすべてに耐えるゆえに、すべてを築き上げる**」からである（Iコリント8:1, 13, 7）。

85. 聖書の言葉を業をもって読み解き、単なる抽象的な観念に溺れて言葉を広めすぎてはならない。

86. 行いを捨てて知識のみに満足する者は、両刃の剣の代わりに葦の杖を握っている。聖書（イザヤ書36章6節）によれば、戦いの際、その杖は彼の手を傷つけ、そこに突き刺さって、敵よりも先に高慢という毒を注ぎ込むのである。

87. あらゆる思いには、神の前でのその尺度と重みがある。したがって、神の前で偏った思いを抱くことも、ただ一つの方法（すなわち、行いを伴わない知性のみ、あるいは経験者に相談することなく自分の知性のみ）で考えることも、同じことである。

88. 戒めを果たした者は、その報いとして試練を待つべきである。なぜなら、キリストへの愛は逆境によって試されるからである（『スリチ』第65章）。

89. 怠慢のゆえに、いかなる思いも軽んじてはならない（無視してはならない）。なぜなら、いかなる思いも神の御前では隠されることはないからである。

90. ある思いがあなたに人間的な栄光を約束していることに気づいたら、それがあなたに恥をもたらそうとしていることを確信せよ。

91. 敵は霊的な律法の要求を知っており、（霊的な生活を送る者たちに対して）行いではなく、心に植え付けられた思いによってのみ、心の動揺を引き起こそうとする。こうして、敵は（誰かがその唆しに同意した場合）、その者を（もしその者が自分の罪を自覚しているならば）悔

<sup>49</sup> おそらく、このことを理解している者の方が、二人の中でより優れている、という考えだけかもしれない。

<sup>50</sup> パヴェル・プレプロスティイ。

い改めの務めに従わせるか、あるいは（罪を自覚せずに）悔い改めない場合には、その者に不本意な苦痛や悲しみ（そして、通常、神がそのような者たちを戒めるために送られる重荷）を負わせる。時には、彼がそのような導きに反抗するようそそのかされることもある（苦難、不平、神の定めへの不服従、それらを自業自得であると認識しないこと）に反抗するようそそのかすことがある。そうすることで、この世においても苦痛を倍増させ（神は彼が正気に戻るよう、さらに何度も試練を送られるからである）、死の瞬間に彼を不信仰者として暴き出すためである（神の摂理への不信仰と、彼自身が有罪であったという事実を明らかにするためである）。

92. （人生で）起こる災いに対して、多くの人が様々な対抗策を講じて成功を収めてきたが、祈りと悔い改めなしには、誰も（死後の）過酷な極限状態を免れることはできない。

93. 悪は互いに力を得て増大し、同様に善も互いに支え合って（強まり、力づいて）いく。そのどちらも、それに関わる者を奮い立たせ、さらに前へと進むよう導くのである。

94. 悪魔は、小さな罪を私たちの目には取るに足らないものとして見せかける。そうでなければ、大きな罪へと誘い込むことができないからである。

95. 恥ずべき情欲の根源は人間の称賛であり、貞潔の根源は（私たち自身の）罪深さへの非難である。ただし、単にそれを耳にする時だけでなく、それを自ら受け入れる時にもそうである。

96. 世を捨てていながら、快樂を追い求め（自分の楽しみを優先し、常に心に好ましく心地よいことだけを行う）生活する者には、何の益もない。なぜなら、かつて財産によって行っていたことを、今や何も持たない身でありながら、依然として同じことを行っているからである。

97. また、禁欲主義者であっても、もし金銭を得れば、内面的な心構えにおいて最初の者と同じ兄弟である。というのも、この者もまた、心に甘いものを求めるという点では同じ母——すなわち、心に甘いものを求めること——から生まれたものであり、ただ情熱の変化という理由から、別の父を持つに過ぎないからである。

98. ある者は、大きな快樂を得るために情欲を抑えることがある（情欲に支配されない方が、より穏やかに暮らせるからである）。そして、その目的を知らない他の人々は、彼を称賛する。しかし、おそらく彼自身も、自分の努力が無駄であることを悟るだろう。

99. あらゆる罪の根源は、虚栄心と快樂への欲望である。これらを憎まない者は、情欲を断ち切ることはできない。

100. あらゆる悪の根源は金銭への愛にある（テモテへの手紙Ⅰ 6:10）。しかし、それ自体もまた、それらの悪のために成り立っていることは明らかである（それらは金銭を必要とし、金銭によって支えられ、金銭に依存している）。

101. 心は、これら三つの情欲、すなわち金銭への愛、虚栄心、そして快樂への欲望によって、盲目となる。

102. 聖書に語られているヒル（吸血虫）の三人の娘たちは、狂気という母による「愛される者への愛」そのものである（箴言 30:15）。

103. 理性と信仰——私たちの本性に共に育まれたもの——は、他ならぬこれらによって鈍らされてしまった。

104. 激怒、憤り、罵り合い、殺人、そしてその他あらゆる悪のリストは、これらによって人々の間で極めて激化した。

105. それゆえ、金銭への執着、虚栄心、快樂への情熱を、悪徳の母であり、美德の継母であるものとして、憎むべきである。

106. それらのゆえに、私たちは「世を愛してはならない、また世にあるものも愛してはならない」という戒めを受けたのである。それは、神の被造物を無分別にも憎むためではなく、それらの情欲へのきっかけを断ち切るためである。

107. 聖書はこう言っている。「兵士は、世の営みに縛られてはならない」（Ⅱテモテ 2:4）。なぜなら、それらに縛られながら情欲に打ち勝とうとする者は、わらで火を消そうとする者に似ているからである。



108. 金や名声、快樂のために隣人に怒りを抱く者は、すべてが義なる神によって支配されていることをまだ悟っていないのである。

109. 「もしだれでも、自分のすべての財産を捨てないなら、わたしにふさわしくない」（ルカ14:33、マタイ10:38）という主の言葉を聞くと、それは単に財産についてだけでなく、すべての内なる悪の源についても語られていることを理解せよ。

110. 真理を知らない者は、真に信じることもできない。なぜなら、知識は本質的に信仰に先行するからである。

111. 神が可視的な（被造物）の一つひとつに、それに見合ったものを与えられたように、人間の思いに対しても（神はその性質に応じて報いる）、私たちがそれを望もうと望まざろうと。

112. もし誰かが、明らかに罪を犯し、悔い改めもせず、最期に至るまで何の苦しみも味わわなかったならば、その者に対する裁きは慈悲のないものとなることを知れ。

113. 心の中で賢明に祈る者は、直面する苦難に耐えるが、恨み深い者はまだ純粹に祈ったことがない。

114. 誰かから害や侮辱、迫害を受けたときは、現在のことでなく、将来待ち受けていることを考えなさい。そうすれば、その者が、現在だけでなく来世においても、あなたにとって多くの恵みの源となっていることに気づくでしょう。

115. 消化機能が乱れている者にとって苦いヨモギが有益であるように、気性の荒い者にとっても苦難に耐えることは有益である。なぜなら、前者は健康のために、後者は悔い改めのために、これらの治療法が役立つからである。

116. もし苦しみを受けたくないのなら、悪を行うことも望んではならない。なぜなら、後者（悪を行うこと）には、前者（苦しみ）が必ずついてくるからである。「人は、自分が蒔いたものを刈り取るからである」（ガラテヤ6:7）。

117. 自ら進んで悪を蒔き、意に反してそれを刈り取ることになるのだから、私たちは神の真理に驚嘆せざるを得ない。

118. 種まきと収穫の間には、ある程度の時間的間隔があるのが当然である。しかし、この理由によって、報いを信じないようなことがあってはならない。

119. 罪を犯したとき、責められるべきは肉体ではなく、思いである。なぜなら、もし思いが先立って流れていなければ、肉体もそれに続くことはなかったからである。

120. 陰險な悪人は、公然と害を及ぼす者よりも悪辣である。それゆえ、彼はより邪悪であり、罰せられるのである。

121. 陰謀を企て、密かに悪を行う者は、聖書にあるように、「道に伏して、馬の踵を噛む」蛇である（創世記49:17）。

122. 同じ時に、あることについては隣人を称賛し、別のことについては非難する者は、虚栄心と嫉妬に囚われている。称賛によって嫉妬を隠そうとし、非難によって自分の方が相手より優れていると見せかけようとしているのである。

123. 羊と狼と一緒に放牧することができないのと同様に、隣人に対して狡猾に振る舞う者が神の恵みを受けることは不可能である。

124. 戒めに密かに自分の意志を混ぜ合わせる者は、『知恵の書』に示されているように姦淫を犯す者であり、「知恵の欠如ゆえに、病と不名誉を被る」のである（箴言6,32.33）。

125. 水と火が相反するゆえに混ざり合わないように、自己正当化と謙遜は互いに相容れないものである。

126. 罪の赦しを求める者は謙遜を愛するが、他人を非難する者は、自らの悪行を確固たるものにしてしまう。

127. たとえそれがごく小さな罪であっても、後でそれがより大きな罪へと導くことのないよう、赦されていないままにしておいてはならない。

128. もし救われたいのなら、真実の言葉（自分自身に関する真理の言葉）を愛し、決して軽率に戒めを拒んではならない。

129. 真理の言葉は、エヒドナの産み出した者たちを変え、彼らに将来の怒りを避ける方法を示した（マタイ 3:7）。

130. 真理の御言葉を受け入れる者は、御言葉なる神を受け入れるのである。なぜなら、「あなたがたを受け入れる者は、わたしを受け入れるのである」と語られているからである（マタイ 10:40）。

131. 屋根から吊り下げられた麻痺した男は、神によって信者たちに責められ、彼らの信仰ゆえに（罪の）赦しを受けた罪人である（ルカ 5:19）。

132. あらゆる罪について隣人を非難するよりも、畏敬の念をもって（善意をもって）隣人のために祈るほうがよい。

133. 真に悔い改める者は、愚かな者たちから侮辱を受ける。しかし、それは彼にとって（その悔い改めが神に）喜ばれていることのしるしである。

134. あらゆるものから身を遠ざけて奮闘し（Iコリント 9:25）、主がバビロンの種を根絶やしにするまで、その奮闘を絶やしてはならない。

135. 不品行の情欲は十二あると想像せよ。もしあなたが意志をもってそのうちのたった一つでも愛すれば、それは残りの十一の代わりとなるだろう。

136. 罪とは燃え盛る火である。物質をどれだけ取り除けば、それだけ火は消え、どれだけ加えれば、それだけ火は激しく燃え上がる。

137. 称賛に驕れば、不名誉を招くことになる。なぜなら、（聖書は）「高ぶる者はへりくだられる」（マタイ 23:12）と述べているからである。

138. あらゆる、心の中の恣意的な罪さえも拒絶して初めて、私たちは真の戦い、すなわち私たちを蝕む情欲との戦いを始めるのである。

139. 思い起こしとは、過去の罪を無意識に思い出すことである。（情欲と）まだ戦っている者は、情欲に至る前に（そのような思い）を許さないよう努め、すでに情欲に打ち勝った者は、その最初の兆候を断ち切る。

140. 誘発とは、イメージを伴わない、心の不随意的動きである<sup>51</sup>。それは鍵のようなものであり（罪が心に入る扉を開く）、それゆえ経験豊富な者たちは、その最初の段階でそれを捕らえようと努めるのである。

141. 思考のイメージが（根付く）ところには、（おそらく）誘惑があったのである。なぜなら、無罪（無意識の）な衝動であるその動きには、イメージが伴わないからである。ある者は、火中の炭のように（火傷をしたか、あるいは火傷を恐れて）そこから飛び出すが、ある者は、炎が燃え上がるまでそれを退けようとし<sup>52</sup>ない。

142. 「私は望んでいないのに、それ（思い）がやってくる」などと言ってはならない。なぜなら、たとえそれそのものでもなくとも、その原因を確かに愛しているに違いないからだ。

143. 称賛を求める者は情欲に囚われており、降りかかった苦難を嘆く者は、当然ながら慰めを愛している。

144. 天秤の皿のように、快樂を愛する者の思いは一か所に留まらない。ある時は泣いて罪を嘆き、ある時は隣人と争い、快樂を追い求めて論争する。

145. すべてを試み、善に固執する者は、それゆえに、あらゆる悪からも確かに遠ざかるであろう（Iテサロニケ 5:21, 22）。

146. 忍耐強い人は知恵に富んでいる（箴言 14:29）。同様に、知恵の言葉に耳を傾ける者もまたそうである。

<sup>51</sup> ギリシャ語の表現が簡潔であるため、言い換えたものである。

<sup>52</sup> これは、ある老僧が「思いを受け入れるべきか」という問いかけに対して語った言葉に似ている。「受け入れよ」と彼は言った。「そして、その後で戦い、追い払え。」

147. 神を心に留めなければ、知識は真のものとはなり得ない。前者がなければ、後者は偽りである。

148. 冷酷な者にとって、最も精妙な知識の言葉は役に立たない。なぜなら、（そのような人は）恐れがなければ、悔い改めの労苦を引き受けないからである。

149. 柔和な人にとっては、（信仰の慰めに関する）信仰の言葉がふさわしい。なぜなら、その人は神の忍耐を試すこともなく、頻繁な罪（神の御心や戒めへの背き）によって打ちのめされることもないからである。

150. 強き者を虚栄心について責めてはならない。むしろ、将来の不名誉の重さを彼に指摘するほうがよい。なぜなら、その方法によって、賢明な者は（自らの内において）責めを容易に受け入れるからである。

151. 戒めを好まない者は、確かに故意に情欲に溺れているのであり、それを好む者は、明らかにその誘惑を遠ざけているのである。

152. 他人の悪巧みについて聞いたがるな。そうすることで、その悪巧みの特徴が私たち自身にも刻み込まれてしまうからだ。

153. 悪意ある言葉を聞き終えたら、それを語った者ではなく、自分自身を責めよ。悪意ある者の耳は悪意に満ち、その返答もまた悪意に満ちているからである<sup>53</sup>。

154. もし偶然、空虚な言葉を交わす人々の輪に巻き込まれたなら、その言葉について、たとえ現在のことではなくても、過去のこと（かつて自分自身が彼らと無駄話をしていたから）に関して、自分を有罪だと見なすべきである。

155. 誰かが偽善的にあなたを称賛しているのを見かけたら、別の時にはその人から非難されることを覚悟せよ。

156. 現在の苦難を将来の恵みと同等と見なせば、怠惰は決してあなたの奮闘を緩めることはないだろう。

157. もし、肉体的（物質的）な施しをした人を、神を抜きにして（それが神の摂理によってなされていることを忘れて）「善良な人」として称賛すれば、その後、その同じ人はあなたにとって悪しき者となるだろう。

158. あらゆる善は、主の御心によって主から生じるものであり、それを私たちにもたらす者たちは、善の奉仕者である。

159. 善と悪が交錯することを、等しい心持ちで受け入れるがよい。そうすれば、神は最終的に、あなたの人生における異常な出来事を退けてくださるだろう。

160. （無意識の）心の不均衡は、知らず知らずのうちに自身の心にも変化をもたらす。そして、外側の無意識の事象についても、神はそれを意識的な事象と調和させてくださる。

161. 感覚的なもの（外的な状態）は、知的なもの（内的な構造）の産物であり、神の定めにより、その人にふさわしいもの（その人が値するもの）をもたらす。

162. 心が快樂への欲望で満たされると、有害な思いや言葉が生じる。そうして、私たちは煙によって（内側の）物質が燃えていることを知るのだ。

163. 心の中に知性を留めておけば、誘惑に悩まされることはない。しかし、そこから離れてしまったならば、自分に降りかかるものを耐え忍びなさい。

164. 誘惑があなたに降りかからないよう祈りなさい。しかし、もし降りかかったら、それを他人のものではなく、自分のものとして受け入れなさい。

165. あらゆる愛着の思いから心を遠ざければ、悪魔の策略を見抜くことができるだろう。

166. どのようにしてかを知らずに、悪魔のあらゆる策略を見通していると言う者は、自らを完全であるかのように見せかけているのだ。

167. 心が肉体の心配から解放されたとき、それに応じて敵の策略を見抜くことができる。

---

<sup>53</sup> 確かにこれはことわざだが、その思想は明らかだ。ラテン語の言い換え：「*pravarum enim rerum avditor, pravus evadit nuntius*」。悪事の見聞き者は、その伝達者もまた悪となる。

168. 思いに惑わされる者は、それによって目がくらみ、罪の行いを見ることはできても、その原因を見ることはできない。
169. ある者は、表向きは戒めを守っているように見えても、（内面では）情欲の奴隷となり、邪悪な思いによって善行を台無しにしてしまうことがある。
170. 自分の中に罪の端緒（思い）を許してしまったら、「それは私を打ち負かすことはない」と言ってはならない。なぜなら、あなたがそれを許した分だけ、すでにそれに打ち負かされているからである。
171. すべての生まれ出るものは、小さなものから始まり、少しずつ養われていくうちに成長する。
172. 罪の罟は、複雑に絡み合った網のようなものである。その網に少しでも絡まってしまい、それに気づく者は、やがてあらゆる方面からその網に深く引きずり込まれてしまう。
173. 敵の不幸について聞きたがるな。そのような話を喜んで聞く者は、その場で自らの欲望の報いを受けることになるからである。
174. あらゆる苦難が人々の罪の報いであるなどと考えるべきではない。なぜなら、神に喜ばれる者であっても、試練に遭うことがあるからである。また、「不義な者と不法な者は追い払われる」（詩篇36:28）と書かれているだけでなく、「キリストのために敬虔に生きようとする者は迫害される」（テモテへの手紙第二3:12）とも同様に記されている。
175. 苦難の時には、快樂への誘惑に気をつけなさい。なぜなら、それが苦難の中で慰めを約束するからであり、それを受け入れてしまいがちだからである。
176. ある人々は、感覚的な事柄を賢明に処理できる者を「賢明」と呼ぶが、真に賢明な者とは、自らの欲望を制御できる者である。
177. 悪（情欲）を根絶するまでは、自分の心に耳を傾けてはならない。なぜなら、心に植え付けられたものが何であれ、心はそのようなものを求めるからである。
178. 蛇が、あるものは森に現れ、あるものは家の中にひそかに潜むように、情欲もまた、あるものは心の中で想像される（思考の中で生じる）ものであり、あるものは積極的に作用する（行いに現れ、そこに潜む）ものである。もっとも、ある形態から別の形態へと変容することもある。
179. 自分の中に潜むものが激しく動き出し、沈黙している心を情欲へと引きずり込んでいくのを見たら、かつて心がそれ自体に没頭し、それを実行に移し、それを心に植え付けたのだと知れ。
180. 風の息吹なしには雲は生じず、思考の（動き）なしには情欲も生まれはしない。
181. もし私たちが、聖書にあるように、もはや肉の意志によって行わないのであれば、主の助けによって、かつて内に植え付けられたもの（心の情欲や悪しき習慣）も、容易に私たちを悩ませることをやめるだろう。
182. 精神の本質に深く根ざしたイメージは、純粹に思考上のものよりも邪悪で支配力があるが、後者は前者に先立ち、その原因となるものである。
183. 心から発して人を包み込む悪があり、それは古くからの悪への傾倒と、それとの心の結びつきによるものである。また、日々の出来事によって心の中で戦いを繰り広げる悪もある。
184. 神は行いをその意図によって評価される。「主は、あなたの心の願いどおりにお与えになる」と（詩篇19:5）おっしゃっている。
185. 誠実に瞑想に留まらない者は、敬虔さのために肉体の労苦さえも受け入れない。
186. 良心とは（神の戒めが記された）自然の書物である。それを熱心に読み解く者は、神の御加護の体験を得る。
187. 真理のために（それを守るために）自発的に労苦を引き受けない者は、不本意ながらはるかに重い罰を受けることになる。
188. 神の御心を知り、その力の及ぶ限りそれを果たす者は、小さな労苦によって大きな労苦を免れる。

**189.** 祈りと忍耐なしに誘惑に打ち勝とうとする者は、それを退けることはできず、かえって誘惑に深く迷い込んでしまう。

**190.** 主は御自身の戒めの中に隠されており、主を求める者には、その戒めを（実行する）程度に応じて現れてくださる。

**191.** 「私は戒めを守ったのに、それでも主を見いだせなかった」と言ってはならない。主を真に求める者は皆、平安を見いだす。

**192.** 平安とは情欲からの解放であり、聖霊の働きなしには得られないものである。

**193.** 戒めの履行と徳とは別物であるが、互いに善への動機を借り合っている。

**194.** 戒めの履行とは、命じられたことを行いとして成し遂げることである。一方、徳とは、（そのために）なされたことが真に神に喜ばれるような（心の在り方）のことである。

**195.** 物質的な富が、一つであっても、獲得の対象によって多様に異なるのと同様に、美德も一つであるが、その現れ方は多岐にわたる。

**196.** 行いを伴わずに、ただ知恵を振りかざし、（生き方についての）言葉を語る者は、不義によって富を得た者であり、聖書にあるように、「その労苦は他人の家に入る」（箴言5:10）のである。

**197.** 聖書は、「すべては金に服従する」（伝道の書 10:19）と述べている。しかし、神の恵みによって、内面的なもの（霊的生活）は統制されるのである。

**198.** 良き良心は祈りによって得られ、清い祈りは良心によって得られる。それらはその性質上、互いに必要とし合っている。

**199.** ヤコブはヨセフのために縞模様の衣を作った。そして主は、柔和な者に真理の知識を授けてくださる。それは、「主は柔和な者を御自身の道に導かれる」（詩篇 24:9）と書かれているとおりである。

**200.** 常に自分の力の及ぶ限り善を行い、より大きな善を行う機会が訪れたときは、それより小さなことに目を向けてはならない。なぜなら、主は「後ろを向いた者は、神の国に入ることはできない」（ルカ9:62）と仰せられたからである。

#### 4. 行いによって義と認められようとする者たちについて、226章<sup>54</sup>

**1.** 以下に記される（章）において、外見上のみ正しく生きている者たちの信仰の欠点は、正しく信じ、真理を確かに知っている者たちによって暴かれている。

**2.** 主は、あらゆる戒めが遵守すべきものであるとはいえ、神の子としての地位は、御自身の血によって人々に与えられたものであることを示そうとして、こう言われます。「あなたがたは、命じられたことをすべて行っても、『私たちは役に立たないしもべです。すべきことをしただけです』と言いなさい」（ルカ17:10）。それゆえ、天の御国は行いに対する報いではなく、忠実な僕たちのために備えられた主の恵みなのです。

**3.** しもべは、報いとして自由を求めるのではなく、負債者としての義務を果たし、恵みとしてそれを待ち望むのである。

**4.** 「キリストは、聖書の言葉のとおり、私たちの罪のために死なれた」（Iコリント15:3）、そして、キリストに忠実に仕える者たちに、自由を授けてくださる。なぜなら、こう言われているからである。「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びにあずかれ」（マタイ25:23）。

**5.** 単なる知識だけに依拠する者は、まだ忠実な僕とは言えない。しかし、戒めを授けてくださったキリストに従順をもって信じる者は、忠実な僕である。

**6.** 主を敬う者は、命じられたことを行い、もし何らかの過ちを犯したり、主の御言葉に背いたりしたとしても、それによって自分に降りかかる報いを当然のこととして受け入れる。

<sup>54</sup> これに対立するのは信仰ではなく、行いの源泉となる心の在り方である。

7. 知識を求めようとするなら、勤勉であれ。なぜなら、知識だけを持つことは人を驕らせるからである。

8. 予期せず私たちに降りかかる試練は、神の御心により、勤勉であることを教え、知らず知らずのうちに悔い改めへと導いてくれる。

9. 人々に降りかかる苦難は、彼ら自身の悪行が生み出したものである。しかし、もし私たちが祈りを込めてそれらに耐え抜くならば、再び恵みの増し加わりを受けることになる。

10. ある人々は、徳を称賛されてそれに甘んじ、この虚栄の甘美さこそが（天からの）慰めであると考えようになった。また、ある人々は罪を指摘されて心を痛めたが、この有益な苦しみさえも（敵の）悪意の仕業だと見なしてしまった。

11. 自らの功績ゆえに、それほど熱心ではない人々を見下す者たちは、確かに外的な行いによって自分を正当化できると考えている。しかし、私たちは、単なる知識だけに依拠して、知識の浅い人々を見下すことで、彼らよりもはるかに不賢明である。

12. 行いを伴わない知識は、たとえ真実であっても、まだ確固たるものではない。すべてを確かなものにするのは行いである。

13. しばしば、行いを怠ることで、（それに関する）知識さえも曇らされてしまう。なぜなら、ある行いが完全に放置されれば、それに関する記憶も少しずつ消え去ってしまうからである。

14. 聖書が私たちに理性をもって神を知るよう促すのは、行いによって正しく神に仕えるためである。

15. 戒めを公然と実行するとき、それに見合った特別な何かを主から受けるとはいえ、その恩恵は私たちの意志の目的に応じて受け取られるのである。

16. 何かを成し遂げたいと願いつつもそれができない者は、人の心を見通す神の前では、あたかも成し遂げたかのようにみなされる。これは、善に関しても悪に関しても同様に理解されるべきである。

17. 心は肉体なしでも多くの善と悪を行うが、肉体は心なしではそのようなことは何も行えない。なぜなら、自由による決断が行動に先立つからである。

18. ある者は戒めを守らずに、正しく信仰していると考え。またある者は戒めを守りつつ、当然の報いとして天国を期待する。どちらの者も、真理に背いている。

19. 主人は、しもべたちに報いを与える義務はないが、一方で、正しく仕えていない者たちは、自由を得ることもできない。

20. もしキリストが私たちのために死なれ、私たちが「もはや自分自身のために生きるのではなく、私たちのために死んで復活された方のために生きる」（Ⅱコリント5:15）のであれば、私たちが死に至るまでキリストに仕える義務を負っていることは明らかである。それなのに、どうして子としての地位を当然の報いだと見なすことができるだろうか。

21. キリストは、本質においても、また（救いの）家政においても主である。なぜなら、主は私たち——生きる者たち——を創造し、御自身の血によって罪によって死んだ者たちを贖い、そのように信じる者たちに恵みを授けてくださったからである。

22. 聖書の言葉、「主は各人の行いに応じて報いる」（詩篇61:13）という聖書の言葉を耳にしたとき、行い（それ自体）がゲヘナや御国に値するのだとは考えないでください。むしろ、キリストは、物事（すなわち行いと報い）を量る者としての立場ではなく、私たちの創造主であり贖い主である神として、キリストへの不信仰または信仰という行いに応じて、一人ひとりに報いるのだと理解すべきです。

23. 再生の浴に与ることを許された私たちは、報いを得るためではなく、与えられた清さを保つために善行を行うのである。

24. 私たちが自らの自然な力によって行うあらゆる善行は、それとは反対の（悪行）から私たちを遠ざけることはあっても、恵みなしには私たちに聖化をもたらすことはできない。



**25.** 節制する者は暴食から、無欲な者は貪欲から、沈黙を守る者は多弁から、清らかな者は感覚的な快樂への執着から、貞潔な者は淫行から、あるがままに満足する者は金銭への執着から、柔和な者は動揺（怒り）から、謙遜な者は虚栄から、従順な者は反抗から、自己を省みる者は偽善から遠ざかる。同様に、祈る者は絶望から、自発的な乞食は過度な蓄財から、懺悔者は背教から、殉教者は偶像崇拜から遠ざかる。ご覧の通り、死に至るまで行われるあらゆる美德は、罪からの離脱に他ならず、罪からの離脱とは本性の働きであり、王国という報いを受けるべきものではない。

**26.** 人は、自分にとって自然なものをかろうじて保っているに過ぎないが、キリストは十字架によって子としての地位を授けてくださる。

**27.** 個別の戒めもあれば、普遍的な（包括的な）戒めもある。ある箇所では、貧しい者たちに少しずつ施すよう命じられているが、別の箇所では、自分の全財産を（直ちに）放棄するよう命じられている。

**28.** （霊的な年齢において）幼子には認識できない恵みの働きもあれば、真理に似た悪意（敵）の働きもある。欺瞞の可能性があるからといって、そのような行いに過度に注目しすぎないこと<sup>55</sup>、またそこに真理が含まれているかもしれないという理由でそれらを呪わないこと。むしろ、すべてを神に委ねて希望を持って捧げるべきである。なぜなら、神は両者の益をご存知だからである。

**29.** 心の海を渡りたがる者は、忍耐強く、謙虚に知恵を働かせ、徹醒し、節制する。もしこれら四つの資質なしに（この修行に）踏み込もうとすれば、ただ心を疲れさせるだけで、海を渡ることはできない。

**30.** 沈黙は、あらゆる悪を切り捨てるものである。もし沈黙が、これら四つの美德を祈りに結びつけるならば、（そのような在り方において）無情に至るための、これ以上の助けや最短の道はない。

**31.** 肉体なしに心だけで沈黙を保つことはできず、また、沈黙と祈りなしに、その中隔を打ち破ることもできない。

**32.** 肉は霊を欲し、霊は肉を欲する（ガラテヤ6:17）。しかし、霊によって歩む者は、肉の欲望を行わない。

**33.** 心からの呼びかけなくして、祈りは完全ではない。心を散らさず叫ぶ心を、主は聞いてくださる。

**34.** 心を散らさずに祈る心は、心を砕く。「砕かれた心とへりくだった心を、神は侮らない」（詩編50:19）

**35.** 祈りは美德と呼ばれるが、それは美德の母であり、キリストとの結びつきを通じて美德を生み出すからである。

**36.** 祈りと善き希望なしに行うことは、後になって有害であり、（少なくとも）不完全であることが判明する。

**37.** 「最後の者が最初となり、最初の者が最後となる」（マタイ19:30）と聞くとき、これを徳と愛を持つ者たちについてのことと理解せよ。なぜなら、愛は徳の順序においては最後であるが、その価値においてはすべての徳の中で第一であり、それ以前に生まれたすべてのものを後れさせるからである。

**38.** 祈りの最中であれ、敵による様々な攻撃のさなかにあれ、気落ちしたときは、出エジプトの出来事や激しい苦難を思い起こせ。とはいえ、たとえそれが有益なことであったとしても、外的な事柄を思い返すよりは、祈りと希望をもって神にすがりつくほうがよい。

**39.** いかなる美德も、それ自体が私たちの自然な扉を開くことはない（『比較』第224章および第225章）。それらが互いに一貫して依存し合っていなければ、である。

<sup>55</sup> ギリシャ語の諺が示唆するように、鏡に映った自分の身なりをじっと見つめるようなものだ。

40. 思いにふける者は自制を欠いている。たとえそれらの思いが有益であったとしても、希望ほど有益なものではないからである。
41. あらゆる罪は、悔い改めによって清められない限り、死に至るものである。そのような罪については、たとえ聖人が他者のために祈ったとしても、その祈りは聞き入れられない。
42. 真に悔い改める者は、過去の罪に対する自分の労苦を弁明するのではなく、それによって神を和らげるのである。
43. 私たちの本性がなすことのできるあらゆる善は、日々行わなければならない。では、かつて犯した悪に対して、私たちは神に何をお返しすればよいのだろうか。
44. 今日、どれほど徳を高めたとしても、それはあくまで私たちの過去の怠慢に対する自責に過ぎず、（それに対する）神への報いではない。
45. 心の中で悔い改めている者（罪を嘆いている者）でありながら、肉体的には安らぎを得ている者（あらゆる点で肉体を満足させている者）は、肉体をあらゆる点で拒絶し、精神が散漫になっている者に似ている。
46. 双方（すなわち、肉体的および精神的な）の自発的な苦しみは、互いに助け合う。精神的な苦しみは肉体的苦しみをもたらし、肉体的苦しみは精神的な苦しみをもたらす。しかし、両者が分離すると、（その重荷は）より悪く、より重くなる。
47. 私たちに降りかかることを耐え忍び、主の御言葉に従って、私たちを憎む隣人を愛すること——これこそが偉大な美德である。
48. 偽りのない愛のしるしは、侮辱を赦すことである。かくして主は世を愛された。
49. 真の知恵なしに、他人の過ちを心から許すことはできない。なぜなら、その知恵は、自分に降りかかることはすべて自分自身に起因するものであることを、すべての人に示してくれるからである。
50. 主のために残したものは、何も失われることはない。時が来れば、それは何倍にもなって（増して）あなたのもとに戻ってくるからである。
51. 心が敬虔の目的を忘れてしまうと、表向きの徳行も無意味なものになってしまう。
52. 悪意（他人のものではなく、自らの分別を欠くこと）はあらゆる人にとって有害であるが、厳しい生活を送る者にとってはなおさらである。
53. 行いによって自らを賢者であると示せ。なぜなら、行いよりも賢い言葉などないからである。
54. 敬虔さのための（修業的な）労苦には、守護が伴う。これは神の律法と良心から知ることができる。
55. ある者はある考えを受け入れ、吟味することなくそれを固持したが、別の者はそれを受け入れた上で、真理に照らして検証した。さて、どちらがより敬虔な行いをしたのだろうか。
56. 苦難に耐え、自らの災難を（関係のない）他人のせいにするものがないこと、これこそが真の知恵である。
57. 善行を行いながら報いを求める者は、神のために働くのではなく、自分の欲望のために働いているのである。
58. 罪を犯した者は、その罪に見合った悔い改めによってのみ、報いを免れることができる。
59. ある人々は、聖霊の恵みを真に受け入れるまでは善を行うことはできないと言う（しかし、これは誤りである）。
60. 常に自己満足に傾く意志を持つ者たちは、「天からの助けがない」という口実のもと、自分たちにできることさえも拒む。
61. キリストに洗礼を受けた者には、すでに神秘的に恵みが授けられているが、それは戒めを行うにつれて（実感できる形で）作用する。この恵みは密かに私たちを助け続けるが、善を行うか行わないかは、私たちの意志次第である。

62. 第一に、恵みは神にふさわしい形で良心を奮い立たせ、それによって悪人さえも悔い改め、神に喜ばれるようになったのである。

63. また、この恵みは隣人への教えの中に隠されていることもあり、時には読書中の思考に続いて現れ、（その思考から）自然な帰結を通じて、私たちの心を真理へと導くこともある。したがって、もし私たちが、このような、あるいは類似した個別の状況において与えられるこの才能を隠さなければ（すなわち、恵みが促すことに従うならば）、確かに主の喜びの中に入り（実効ある恵みにあずかることになる）。

64. 戒めを行う前に聖霊の働きを求め（得ようと望む）者は、金で買われた奴隷に似ている。その奴隷は、買われたばかりの時点で、代金の支払いに加えて、自由の証書にも署名してもらうことを求めているのである。

65. 外的な災いが神の正義によるものであると悟った者は、主を求め、正義に基づく知恵を見出したのである。

66. もしあなたが、聖書に従って、「*全地には主の御業がある*」ことを心に留めておくなら（詩篇104:7）、あらゆる出来事があなたにとって神を知るための師となるだろう。

67. 人は皆、自らの内面の状態に応じて相応の報い（自らが招いたもの）を受けるが、外的な出来事が（各人の内面の状態に）どのように対応しているかの詳細は、神のみがご存知である。

68. 人々から何らかの不名誉な扱いを受けたときは、速やかに「*神からの栄光*」（ヨハネ5:44）という報いを心に思い起こしなさい。そうすれば、不名誉な状況にあっても悲しみや動揺を抱くことなく、また栄光が訪れた時には、忠実で非の打ち所のない者となることができる。

69. 神の御心により人々から称賛される際、主の御目には（自ら意図的に）見せかけのものを混じらせないようにしなさい。そうすれば、すべてが変わってしまい、あなたが正反対の（恥辱）を味わうことにならないでしょう。

70. 種は土と水なしには発芽せず、人は自発的な労苦と神の御加護なしには益を得られない。

71. 雲なしには雨が降り注ぐことはなく、良心なしには神に喜ばれることはできない。

72. たとえあなたがどれほど賢明であっても、学ぶことを拒んではならない。なぜなら、神の摂理は私たちの知恵よりも有益だからである。

73. 何らかの自己満足の誘惑によって、心が自発的な努力の場から逸れたとき、それはまるで滑りやすい斜面を転がり落ちた非常に重い石のように、抑えがなくなる。

74. 経験の浅い子牛が、草から草へと駆け回り、左右両側から急勾配の場所に出くわすように、少しずつ（自らの心構えや注意から）思いに誘われていく魂もまた、同じようになる。

75. 心が主の中に堅く立ち、魂を長年の悪い習慣から引き離すとき、心は、あちこちへと引きずり回す理性と情欲によって、まるで死刑執行人のように処刑されることになる。

76. 利益を期待して海を航海する者たちが、喜んで灼熱の太陽に耐えるように、悪を憎む者たちは叱責を愛する。前者は風と戦い、後者は情欲と戦うのである。

77. 「*冬や安息日への逃避*」（マタイ24:20）が、体に病をもたらし、魂に穢れ（すなわち屈辱）をもたらすように、老いた体と聖別された魂（聖職者の姿において）においても、情欲の反乱が起こる。

78. 主ほど慈愛に満ち、憐れみ深い方はいないが、悔い改めない者に対しては、主もその罪を赦さない。

79. 罪を嘆きつつも、その原因を心の中で喜んで抱き続けている者は、私たちの中に少ない。

80. 地中を掘るモグラは、目が見えないため星を見ることができない。同様に、（神を）信じない者は、一時的なものに関して信じないため、永遠なるものに関しても信じることができない。

81. 神から人々に与えられた「真理を知る知恵」は、あらゆる恵みに先立つ恵みであり、それを受ける者たちに、何よりもまず、それを授けた御方への信仰を教えるものである。
82. 罪深い魂が、直面する苦難を受け入れない（それらによって悟らない）とき、天使たちはその魂についてこう言う。「我らはバビロンを癒そうとしたが、癒されなかった」（エレミヤ書51:9）。
83. 真の知恵を忘れた心は、自らにとって有害なものを有益なものとして、人々と戦いを繰り広げる。
84. 火が水の中で燃え尽きることができないように、神を愛する心の中で邪惡な思いが燃え尽きることもない。なぜなら、神を愛する者は皆勤勉であり、自発的な労働は本来、情欲の敵だからである。
85. 魂の中で自発的な行いによって育まれた情欲は、たとえその人が望まなくても、やがてその持ち主の中で強引に頭をもたげる。
86. 私たちは、不随意の思いの「原因」を愛している。それらがどこから来るのか、という理由からである。一方、随意の思いについては、明らかに、その「対象」そのものを愛している。
87. 自惚れと見せびらかしは中傷の原因であり、金銭への執着と虚栄心は、不慈悲と偽善の原因である。
88. 悪魔は、心が心から祈り始めたのを見ると、そこで大いなる悪辣な誘惑を仕掛けてくる。しかし、小さな美徳に対しては、大きな攻撃で妨害することはない。
89. 思考の頑なさは人の偏りを露呈し、それを速やかに根絶することは、戦いと抵抗を意味する。
90. 心が、その内面において変化しながら入り込む三つの精神的な場所がある。すなわち、自然な場所、超自然的な場所、そして反自然的な場所である。心がその「自然な場所」に入ったとき、人は自らを邪惡な思いの加害者であり、情欲の原因であると認め、神に自分の罪を告白する。一方、「反自然的な場所」にいるときは、神の真理を忘れ、自分を不当に傷つける者であるかのように人々と争う。そして、超自然的な場所に高められるとき、人は自分の中に、使徒が指摘した聖霊の果実——「愛、喜び、平和」など（ガラテヤ5:22）。そして、もし肉的な心配事を優先すれば、そこに留まることはできず、そこから出て行って罪に陥り、それに続く悲慘な出来事に巻き込まれることを知っている。それはすぐには起こらないが、神の真理が知っておられるように、やがてその時は来るのだ。
91. 各人の知識は、その柔和さ、謙遜、そして愛によって裏付けられる限り、真のものとなる。
92. 正統に洗礼を受けた者は皆、神秘的にすべての恵みを受けるが、そのことに対する実感できる確証は、最終的に戒めを守る程度に応じて得られるのである。
93. キリストの戒めを誠実に実行すれば、心の多くの苦しみの中で慰めも与えられるが、いずれにせよ、そのどちらも時が来れば与えられるものである。
94. あらゆる事柄において、常に祈りを心に留めておきなさい。神の助けなしには、何事も成し遂げられないからである。
95. 神の助けを得るために、祈りほど強力なものはなく、また、神に喜ばれるために、祈りほど有益なものはない。
96. 戒めを実践することのすべては、この祈りに集約されている。なぜなら、神への愛に勝るものはないからである。
97. 絶え間ない祈りは、その中に留まる者の神への愛のしるしであり、一方、祈りへの無関心や（祈りの最中の）気が散ることは、神以外の何かに心が奪われていることのしるしである。
98. 悲しみを感じることなく徹夜祈りを捧げ、忍耐強く祈る者は、聖霊の働きに与る者である。しかし、これらの行いの最中に悲しみを感じつつも、意志の力で喜んで耐え抜く者もまた、まもなく天からの助けを受けるであろう。

99. ある戒めが他の戒めより優れていると言われるように、信仰もまた、あるものは他のものより堅固である。

100. 使徒の言葉によれば、「信仰は聞くことから生じる」（ローマ10:17）ものであり、また「信仰は、望んでいる事柄の確かな知らせである」（ヘブライ11:1）ともある。

101. 問い求める者たちに言葉で答えるのも良いが、祈りと徳をもって彼らを助けるほうがさらに良い。なぜなら、これらを通じて神に身を捧げる者は、隣人を助けると同時に、自らも助けを受けるにふさわしい者となるからである。

102. もし、好奇心旺盛な人を簡潔な言葉で導きたいのなら、祈りと正しい信仰、そしてあらゆる悲惨な出来事に対する忍耐を彼に示しなさい。なぜなら、それ以外のあらゆる善は、これらを通じて得られるからである。

103. 何事においても神にすべての希望を託した者は、それゆえに、もはや隣人と争うことはない。

104. 聖書によれば、すべての不本意な出来事には自発的な行為に原因があるのだから、人間にとって、自分自身ほど大きな敵はいない。

105. あらゆる悪の先導者は無知であり、それに次ぐものは不信仰である。

106. 誘惑からは、忍耐と祈りによって逃げよ。もしこれら以外に抵抗しようものなら、誘惑はさらに激しく襲いかかってくるだろう。

107. 神にあって柔和な者は賢者の中の賢者であり、心に謙遜な者は強者の中の強者である。なぜなら、彼らはキリストのくびきを賢明に負っているからである。

108. 祈りなしに私たちが語ったり行ったりすることは、後になって、過ちであるか、あるいは有害であることが判明し、私たちの知らぬ間に、その行いによって私たちを非難することになる。

109. 行い、言葉、思いにおいて義なる者はただひとりであるが、信仰、恵み、悔い改めによって義とされる者は多くいる。

110. 悔い改める者に高慢であることはふさわしくないのと同様に、故意に罪を犯す者に謙遜であることは不可能である。

111. 謙遜は良心の非難ではなく、神の恵みと御慈悲の告白である。

112. 物質的な家が大气にとってそうであるように、精神的な心は神の恵みにとってそうである。物質をどれだけ捨て去れば、それだけ恵みが入り込み、どれだけ取り入れれば、それだけ恵みは遠ざかる。

113. 家の物質とは、器や食物のことである。一方、心の物質とは、虚栄と自己満足のことである。

114. 心の広さは神への信頼であり、心の狭さは世俗の心配事である。

115. 御霊の恵みは一つであり、不変であるが、一人ひとりの中で御心のままに働く。

116. 雨が地上に降り注ぎ、植物に固有の性質——甘いものには甘さを、渋いものには渋さを——養い、支えるように、恵みもまた、信者の心に宿り、自らの本質を変えることなく、彼らの美德に応じて、その働きを彼らにふさわしいものとするのである。

117. キリストのために飢えている者には糧となり、渴いている者には甘い飲み物となり、寒さに震える者には衣となり、労苦ししている者には安らぎとなり、祈っている者には（祈りが聞き入れられたという）知らせとなり、泣いている者には慰めとなる。

118. したがって、聖書において、聖霊が「使徒たち一人ひとりの上に降りた」（使徒行伝2,3）とか、「預言者の上に降りた」（サムエル記上10:10）、あるいは「働かれる」（コリント人への手紙I12:11）といった聖書の言葉を耳にすると、私たちは（エフェソ4:30）、消されて（1テサロニケ5:19）、怒らせられる（使徒2:17）といった表現を目にすることもある。また、ある人々は御霊の初穂を持ち（ローマ8:23）、またある者は聖霊に満たされている（使徒2:4）といったことを、聖霊について、あたかも聖霊の中に何らかの分裂や変容、あるいは変化があるかのように考えてはならない。むしろ、先に述べたように、聖霊は不変であり、変わることなく、全能で

あると信じなさい。それゆえ、御自身の働きにおいても、御霊は常に同一であり、すべての人にふさわしいものを神にふさわしい方法で与えておられる。御霊は太陽のように、洗礼を受けた者たちにその光を余すところなく注いでおられますが、私たち一人ひとりは、自分を曇らせる情欲を憎み、自分の中からそれらを根絶するほどに照らされ、逆にそれらを愛している限り、その分だけ曇らされてしまうのです。

**119.** 情欲を憎む者は、その原因をも断ち切るが、それらの原因に傾倒する者は、不本意ながらも情欲に翻弄されることになる。

**120.** あなた方の内に邪惡な思いが働くとき、それを原罪のせいにするのではなく、自分自身を責めよう。

**121.** 思いの根源とは、私たち一人ひとりが手や足、口によって犯す明白な罪である。

**122.** 情欲の原因を憎む者が、心の中で情欲と対話することなどあり得ない。

**123.** 恥辱を輕蔑する者が、どうして虚榮と語り合うだろうか。屈辱を愛する者が、どうして不名誉に恥じ入るだろうか。碎かれた心と謙遜な心を持つ者が、どうして肉の欲望に迎合することに同意するだろうか。キリストを信じる者が、どうしてこの世のことに心を砕いたり、そのために戦いを繰り広げたりするだろうか。

**124.** 誰かに拒絶されても、言葉でも思いでも拒絶する者と争わない者は、真の知恵を得て、主に対する揺るぎない信仰を示している。

**125.** 「人の子らは偽りの尺度を用い、真実ではない」（詩篇61:10）。それに対し、神は一人ひとりに、その人が真にふさわしいものを守ってくださる。

**126.** 傷つける者にとって（傷つけることが）過剰ではなく、傷つけられる者にとって（耐えることが）欠乏でもないならば、「人は空しく歩き回り、むなしくもがいている」（詩篇38:7）のである。

**127.** もし誰かが不名誉な出来事によって心を深く痛めているのを見たら、その人は虚榮の思いに満ちており、今、自ら心に蒔いた種の実を、不本意ながら刈り取っているのだと知れ。

**128.** 肉体的快樂を必要以上に享受した者は、その過剰分に対して百倍の苦しみをもって報いを受けることになる。

**129.** 修道院長は、修道見習いに相応しいことを説く義務があり、もし彼らが聞き入れないならば、そのために降りかかる災いについて告げなければならない。

**130.** 誰かに傷つけられながらも、傷つけた者に対して相応の報復を求めない者は、この点においてキリストを信じているのであり、この世において百倍の報いを受け、永遠の命を受け継ぐ。

**131.** 神を心に留めることは、敬虔さに対する心の痛みを伴う。しかし、神を忘れる者は皆、自己中心的で無感覚となる。

**132.** 「無情な者は悲しむことができない」などと言ってはならない。なぜなら、たとえ自分自身のためでなくとも、隣人のためにそうすべきだからである。

**133.** 敵が、無自覚のうちに犯された罪について多くの記録を集めると、その債務者を強いて、無自覚のうちに同じ罪を犯させ、罪の法則を悪用して祝福を得ようとする。

**134.** もし絶えず神を心に留めておきたいのなら、災難をあたかも不当なものとして拒絶してはならない。むしろ、それらが義にかなってあなたに降りかかるものとして耐え忍びなさい。なぜなら、（そのような心持ちでの）忍耐はあらゆる出来事を通じて（神への）記憶を呼び覚ますが、拒絶（そのように耐えることを拒むこと）は、心の思索を弱め（神への志を断ち切り、地上へと向かわせる）、「重荷を振り払った」という安堵感によって忘却をもたらすからである。

**135.** もし主によって自分の罪が覆われることを望むなら、もし何らかの美德を持っているとしても、人々の前でそれを口にしてはならない。なぜなら、私たちが自分の美德に対してどう振る舞うかによって、神もまた私たちの罪に対して同じように振る舞われるからである。

**136.** 美德を隠したからといって、善行を成し遂げた者として心高ぶってはならない。真の道とは、善を隠すだけでなく、禁じられた事柄について一切考えないことでもある。



**137.** 誰かに善行を施した時に喜ぶのではなく、その後が続く（恩を受けた者からの）反抗を、恨みを抱かずに耐え抜いた時にこそ喜べ。なぜなら、夜が昼に続くように、悪も善に続くからである。

**138.** 虚栄心、金銭への執着、そして快樂追求（自己満足）は、まず神への畏れによって自ら屈服しない限り、善行を汚れのないままにはしておかない。

**139.** 避けがたい苦痛や悲しみの中には、神の慈悲が隠されており、それらはそれらを耐え忍ぶ者を悔い改めへと導き、永遠の苦しみから救い出すのである。

**140.** 戒めを守る者の中には、それが（神の正義の）天秤において自らの罪の対抗物となることを期待する者もいれば、また、それによって私たちの罪のために死なれた方をなだめようと考えている者もいる。さて、この二人の考えのうち、どちらが正しいのだろうか。

**141.** ゲヘナの恐怖と神の御国への愛は、苦難の中での忍耐をもたらし。そして、これは私たち自身からではなく、私たちの思いを引き導く方から来るものである。

**142.** 来世を信じる者は、躊躇することなく（あるいは議論することなく）、この世の快樂から遠ざかるが、信じない者は自己満足にふけり、無感覚である。

**143.** 「貧しい者が、手段もないのにどうして快樂にふけることができるのか」などと言ってはならない。なぜなら、心の中で快樂にふけることは、（実際の行為よりも）さらにひどいことになり得るからである。

**144.** 行いを知ることは（実践的な分別）であり、真理を知ることは別物である。太陽が月よりも優れているのと同じくらい、後者は前者よりも有益である。

**145.** 行いの知識（実践的な分別）は、戒めを守るにつれて増し加わり、真理の認識は、キリストへの希望を深めるにつれて深まる。

**146.** もし救われ、真理の認識に至りたいと望むなら、常に感覚的なものより高みへと昇り、希望をもって唯一の神に固く結びつくよう努めなさい。このように、と自らを内面へと向かわせることで、あなたは、思いの誘惑によってあなたと戦いを繰り広げる諸原理や権威に遭遇するだろう。しかし、祈りによってそれらに打ち勝ち、希望に満ちていれば、来るべき怒りからあなたを救い出す神の恵みを受けることになる。

**147.** 「私たちの戦いは、悪意に満ちた靈的な勢力に対するものである」（エフェソ6:12）と語った聖パウロの神秘的な言葉を理解する者は、常に祈り、落胆してはならないという主のたとえ話（ルカ18:1）も理解するであろう。

**148.** 律法は比喩的に、六日間は働き、七日目は仕事を休むよう命じている。魂の務めとは、財産、すなわち行いをもって善を行うことにあるが、その休息、すなわち安息とは、主の御言葉に従い、すべての持ち物を売り払い、貧しい人々に与え、そのような無欲によって心を安らげ、心の中で希望を抱きながら祝うことにある。聖パウロもまた、この安息へと注意深く入るよう私たちに励まし、「その安息に入るよう努めよう」（ヘブライ人への手紙4:11）と語っている。

**149.** 私たちはこう述べたが、それは未来の可能性を閉ざすものでも、すべての報いがこの世にあると断定するものでもない。ただ、（理解していただきたいのは）、まず心の中に聖霊の真の恵みを受け入れ、それからそれに応じて天の御国に入らなければならないということである。このことを明らかにして、主もこう言われました。「天の御国はあなたがたのうちにある」（ルカ17:21）。使徒も同様にこう言いました。「信仰とは、望んでいる事柄の確かな証拠である」（ヘブライ人への手紙11:1）、そしてまた、「あなたがたが信仰にあるかどうか、自らを吟味しなさい。イエス・キリストがあなたがたのうちにおられることを知らないのか。それとも、あなたがたは愚かであるのか」（コリントの信徒への手紙第二13:5）。

**150.** 真理を知った者は、苦難に逆らわない。なぜなら、それらが人を神への畏れへと導くことを知っているからである。

**151.** 過去の罪が（詳細に）思い起こされると、信仰深い者を傷つける。なぜなら、それらが悲しみを伴って再び魂の中に浮かび上がれば、希望から遠ざけてしまうし、悲しみなく思い描かれるとしても、再び古き汚れを内面に植え付けてしまうからである。

**152.** 心が自己犠牲を通じて揺るぎない希望を受け入れたとき、敵は告白という口実のもと、まるで絵のように、かつて犯した罪をその人の眼前に描き出し、神の恵みによってすでに忘れ去られていた情欲を再び煽り立て、密かにその人を傷つけようとする。なぜなら、そのような場合、すでに清められ、情欲を憎むようになった（心）でさえ、必然的に、犯した行いに動揺して曇らされてしまう。もしその心がまだ霧に覆われ、情欲に同調しているならば、あらゆる手段で（そのような思いに）迷い込み、情欲の誘惑と情熱的に語り合い始めるだろう。その結果、そのような回想は告白ではなく、情欲に駆られた誘惑となるのである。

**153.** もし神に非難の余地のない告白を捧げたいのであれば、かつての自分の過ちを（詳細に）思い起こすことなく、その結果を勇敢に耐え忍びなさい。

**154.** かつて犯した罪に対して重い苦しみは訪れ、それぞれの罪に固有のものを伴ってやってくる。

**155.** 真理を知った賢者は、自分が犯したことを思い起こすのではなく、自分に降りかかる試練を耐え忍ぶことによって、神に告白する。

**156.** 罪や不名誉に対する心の痛みを拒絶したなら、他の美德を通じて悔い改めを行うと約束してはならない。なぜなら、虚栄心と無感覚は、たいてい罪に奉仕し、それを助長するからである。

**157.** 美德が通常、痛ましい苦しみや不名誉から生まれるのと同様に、罪もまた虚栄や快樂から生まれるのである。

**158.** あらゆる肉体の快樂は、それに先立つ（肉体の）安息に由来するものであり、この安息へと導くのは不信仰である。

**159.** 罪の下にある者は、肉的な思惑を独力で克服することはできない。なぜなら、その肢体には絶え間ない燃えさしが生じているからである。

**160.** 情欲に駆られる者は、祈りと従順の中に留まらなければならない。なぜなら、（それらによって、あるいはそれらのゆえに）初めて、情欲との戦いが可能になるからである。

**161.** 従順と祈りをもって自らの欲望と戦う者は、熟練した戦士であり、感覚的なものから離れることによって、心の中の戦いをはっきりと示している。

**162.** 自分の意志を神の意志と調和させない者は、自らの企てにつまずき、敵の手に落ちる。

**163.** 互いに愛し合う二人の罪人を見かけたら、彼らは互いに快樂の追求を助けているのだと知れ。

**164.** 高慢な者と虚栄心のある者は、互いに都合よく和解する。なぜなら、前者は、自分の前で奴隷のようにひれ伏す虚栄心のある者を称賛し、後者は、頻繁に自分を称賛してくれる高慢な者を称えるからである。

**165.** 神を愛する聞き手は、どちらの場合にも益を得る。すなわち、自分の美德が称賛されるときには、さらに熱心にそれを実践するようになり、自分の悪行が指摘されるときには、悔い改めに駆り立てられる。我々は、その進歩に応じて生活を送るべきであり、その生活に基づいて神への祈りを捧げるべきである。

**166.** もちろん、最も重要な美德を保ち、細々とした事柄を気にかけず、細々とした事柄について祈ることもせず、ただ主の御言葉（マタイ6:33）に従って神の御国を求めることは良いことである。しかし、もし私たちがそれぞれの必要についても気にかけるのであれば、それぞれについて祈らなければならない。なぜなら、祈りなしに何かを行ったり、何かを気にかけたりする者は、その行いを無事に成し遂げることができないからである。これこそが、主が言われた「わたしなしには、あなたがたは何もできない」（ヨハネ15:5）という意味である。

**167.** 祈りの戒めを軽んじる者は、最も不適切な背きに陥り、その一つが、囚人のように、次から次へと別の背きへと彼を導いていく。

**168.** 将来の恵みへの希望に励まされ、現在の苦難を快く受け入れる者は、真理の知恵を得て、怒りや悲しみから容易に解放される。

**169.** 真理のために侮辱や不名誉を受け入れる者は、十字架を背負い、束縛に縛られつつ、使徒の道を歩む。しかし、これなしに心に耳を傾けようとする者は、知性に惑わされ、悪魔の誘惑と罠に陥る。

**170.** 戦う者にとって、理由なき思いも、思いなき理由も、決して打ち勝つことはできない。なぜなら、これらの一つを個別に拒絶したとしても、間もなくして他方によって、再びその両方に陥らされるからである。

**171.** 何らかの悪や侮辱を受けることを恐れて人々と争う者は、この世で過度の苦しみを受けるか、あるいは来世において憐れみなく苦しめられることになる。

**172.** あらゆる重荷を自らから取り除きたいと願う者は、祈りの中ですべてを神に委ね、神への確固たる信頼を心に抱きつつ、可能な限り肉体的欲求への執着を軽んじなければならない。

**173.** 悪魔は、人が不必要に肉的なことに過度に没頭しているのを見ると、まず知識という獲物を奪い（心を奪い）、そして（それが成功すると）、頭である神への信頼をも断ち切る。

**174.** もし、清らかな祈りの場へとたどり着いたならば、その間は、敵が植え付ける事柄についての思いを受け入れてはならない。そうしてこそ、より良いものを失うことはない。なぜなら、下界に閉じ込められている敵を、祈りの矢で打ち倒す方が、彼が取るに足らない事柄を我々の注意に提示し、彼への祈りから我々をそらそうと策略を弄している時に、彼と対話するよりも良いからである。

**175.** 物事に関する知識は、誘惑や落胆の時に人にとって有益であるが、祈りの最中には通常、害となる。

**176.** もしあなたが主について教えるという使命を受けたにもかかわらず、人々があなたの言葉に耳を傾けないなら、心の中でそのことを嘆きなさい。しかし、表立って憤ってはならない。そうすれば、その嘆きゆえに、あなたに耳を傾けない者たちと共に裁かれることはないだろう。しかし、表立って憤れば、やはり同じ誘惑にさらされることになる。

**177.** 会話の際、出席者にとって必要かつ有益なことを隠してはならない。心地よいことは率直に語り、厳しい（厳しい）ことは謎めいた言葉で述べよ。

**178.** 自分の配下ではない者を、その過ちについて面と向かって非難してはならない。それは助言というより、権威の行使にあたるからである。

**179.** 多くの人々に一般に語られることは、すべての人にとって有益であるが、その際、各人には良心がそれぞれに指し示すものがある。

**180.** 正しいことを語る者は、自らも神に感謝すべきである。それは、語るべきことを神から授かっているからである。なぜなら、真理は語る者の業ではなく、（その者の中で、あるいはその者に対して）働く神の業だからである。

**181.** あなたに従うという誓いを立てなかった者たちについては、彼らが真理に逆らうとき、彼らと争ってはならない。そうすれば、（戒めとなる代わりに）敵意だけが生じることを防げるからである。聖書の言葉（参照：テモテへの手紙第二 2:23）に従って。

**182.** 従順な者が、不適切な場面で異議を唱えた際にそれを容認する者は、その事柄において彼を惑わせ、従順の誓いを（全般的に）軽んじるように仕向けることになる。

**183.** 神への畏れをもって、罪を犯す者を諭し、指導する者は、その過ちとは正反対の美德を自らに獲得する。しかし、恨み深く、悪意を持って非難する者は、霊的な法則に従い、その者と同じ情熱に陥る。

**184.** 律法を正しく教える者は、立法者を畏れ、その畏れゆえにあらゆる悪を避ける。

**185.** 二枚舌になってはならない。すなわち、言葉と良心との間に矛盾があってはならない。なぜなら、聖書はそのような者を誓いによって裁くからである（シラ書 28:15）。

**186.** ある者は真実を語り、それゆえに愚かな者たちから憎まれるが、ある者は偽善を働き、それゆえに愛される。しかし、これらの報いのいずれもが永続するものではない。時が来れば、主は各人に相応の報いを与えられる。

**187.** 将来の苦難から逃れたいと願う者は、現在の苦難を喜んで耐え忍ばなければならない。なぜなら、このようにして心の中で一つのことを別のものと置き換えることで、彼は小さな苦しみを通じて、大きな苦痛を免れるからである。

**188.** 言葉に自画自賛を、思いに驕りを挟まないようにしなさい。そうすれば、そのために逆の行いを許されることがないように。善は一人の人間によって成されるのではなく、全知の神の助けによって成されるからである。

**189.** 全知の神は、行いに応じて私たちにふさわしい報いを与えられるのと同様に、思いや自発的な意図に対しても報いを与えられる。

**190.** 無意識の思いは先行する罪から生じ、自発的な思いは自己中心的な意志から生じる。それゆえ、後者が前者の原因となるのである。

**191.** 心に反する邪悪な思いには悲しみが伴うため、それらはすぐに消え去るが、心にかなう思いには喜びが伴うため、それらを振り払うのは難しいのである。

**192.** 自己満足者は、叱責や欠乏によって悲しむが、神を愛する者は、称賛や満ち足りた生活によって悲しむ。

**193.** 神の裁きを知らない者は、心の中で（内面において）、両側に急流が流れる道を歩んでおり、どんな風にも容易に吹き飛ばされてしまう。称賛されれば驕り、非難されれば苛立ち、満ち足りて宴を催せば欲情に溺れ、貧しさに直面すれば泣く。知っているときは見せびらかし、知らないときは、知っているふりをする。富んでいるときは自慢し、貧しいときは偽善を働き、満腹のときは傲慢になり、断食のときは虚栄にふける。自分を非難する者とは争いを起こし、許す者に対しては、愚かな者を見るような目で見ると。

**194.** キリストの恵みによって真理の知識と神への畏れを身につけるまでは、人は情欲だけでなく、外的な偶然の出来事からも、深い傷を負い続けるのである。

**195.** もし、理解しがたい（入り組んだ）問題を解決したいと思うなら、そのことに関して神に喜ばれるものを求めなさい。そうすれば、必ずその問題にとって有益な解決策が見つかるだろう。

**196.** 神が好意を寄せる事柄には、すべての被造物が協力し、神が嫌悪する事柄には、すべての被造物が反対する。

**197.** 暗い出来事に抵抗する者は、自らそれを知らずとも、神の御命令に逆らっていることになる。しかし、それらを真の導きとして受け入れる者は、聖書にある通り、主を忍耐強く受け入れているのである。

**198.** 試練に遭遇したとき、それが何から、何のために訪れたのかを探るのではなく、（むしろ）感謝し、悲しみを抱かず、恨みを持たずにそれを乗り越えるよう心がけよ。

**199.** 他人の悪は、私たちがそれを邪悪な思いで受け止め（取り入れ、自分のものとし）ない限り、（私たちに）罪を加えることはない。

**200.** 誘惑なしに神に喜ばれる人間などいないのだから、あらゆる苦難の出来事に対して神に感謝すべきである。

**201.** もしペトロが夜の漁を捨てていなければ、昼の漁にも恵まれなかっただろう。また、もしパウロが肉体的には盲目にならなければ、精神的にも目を開かれることはなかっただろう。さらに、もしステファノが冒涇者として誹謗されなければ、天は彼に開かれず、彼は神を仰ぎ見ることにはなかっただろう。

**202.** 神にかなう行いが「美德」と呼ばれるように、予期せぬ苦難もまた「試練」と呼ばれる。

**203.** 神はアブラハムを試みられた。すなわち、彼自身の益のために苦難を送られたのである。それは、彼がどのような人物であるかを知るためではない。なぜなら、万物を知る神は、存在以前より彼を知っておられたからである。むしろ、彼に完全な信仰（その認識と確固たる確信）への契機を与えるためであった。

**204.** あらゆる苦難は、私たちの意志の向き——それが右に傾いているか、左に傾いているか——を明らかにする。偶発的な苦難が「試練」と呼ばれるのは、それに遭遇した者の内なる心の向きを試すからである。

**205.** 神への畏れは、私たちに罪と戦うよう促し、私たちが戦うとき、神の恵みがそれを根絶する。

**206.** 知恵とは、単に真理を自然な順序で知ることにあるだけでなく、私たちを傷つける者たちからの悪を、あたかも自分のもの（自業自得のもの）であるかのように耐え忍ぶことにもある。（の経験が示したように）最初の知識にとどまった者たちは高慢に陥り、第二の知識に達した者たちは謙遜な知恵を身につけた。

**207.** もし邪悪な思いに苛まれないようにしたいのなら、心の謙遜と肉体の苦しみを持て。そしてそれは部分的にではなく、いつでも、どこでも、どんな行いにおいてもそうであるべきだ。

**208.** 自ら進んで苦難に身をさらす者は、不本意な思いに打ち負かされることはない。しかし、最初の苦難を引き受けない者は、たとえ望まなくても、第二の苦難に囚われてしまうのである。

**209.** 侮辱によってあなたの内臓や心が苛立ちを覚えたとき、以前内に潜んでいたものが注意深く動き出したことを嘆いてはならない。むしろ喜びをもって、内に生じた思いを取り除きなさい。それらが最初の刺激で根絶されるにつれて、その下に潜み、それらを動かしている悪も通常は根絶されることを知れ。もしその思いに固着させ、頻繁に現れることを許せば、悪もまた通常は増大するのだ。

**210.** 心を砕くことなしに、悪を完全に取り除くことは不可能である。そして、心は三つの節制、すなわち睡眠、食事、そして肉体の休息によって砕かれる。なぜなら、これらに対する満足は（満たされた）自己満足を養い、邪悪な思いを増殖させ、祈る意欲や、ふさわしい従順を正そうとする意欲を損なうからである。

**211.** 兄弟たちを統率する役目を任されたなら、その地位を守り、たとえ（一部の者たちの）反対があっても、言うべきこと（あるいは命じるべきこと）を黙ってはいけません。彼らがあなたの言うことを聞く点については、彼らの徳ゆえに報いを受けるだろう。しかし、聞かない点については、彼らを赦しなさい。そうすれば、「赦せば、あなたも赦される」（ルカ6:37）と言われた方から、同等の報いを受けるだろう。

**212.** 人生における日々の出来事は、まるで市のようなものである。商売の腕に長けた者は利益を得、そうでない者は損失を被る。

**213.** 最初の言葉からあなたの言うことを聞かない者がいても、議論でその者を強要してはならない。むしろ、その者が拒んだ利益を、自分の側に引き寄せるほうがよい。なぜなら、悪意を持たないことの方が、その者が正しくなることよりも、あなたにとって有益だからである。

**214.** ある者（不従順やその他のことで自らを傷つけた者）の過ちが多くの人に波及するときは、長く忍耐すべきではない。「自分の利益を求めず、多くの者が救われるようにせよ」（Iコリント10:33）。なぜなら、共通の美德は個人の美德よりも有益だからである。

**215.** もし誰かが何らかの罪に陥り、その罪の重さに応じて悔い改めないならば、容易に再び同じ（敵の）罠に陥ることになる。

**216.** 雌ライオンが子牛に友好的に近づかないように、恥知らずさは「神による悲しみ」（IIコリント7:10）を受け入れない。

**217.** 羊が子孫を残すために狼と交わらないのと同様に、満腹の状態では、美德を宿するための心の病は生じない。

**218.** まずその原因を愛さなければ、誰も神による苦悩や悲しみを抱くことはできない。

**219.** 神への畏れと自責は、悲しみを（交わりの中に）迎え入れるが、節制と徹夜は、心の痛みと調和する。

220. 聖書の戒めや教えによって悟りを得ない者は、「馬の鞭とロバの刺し棒」(箴言 26:3)<sup>56</sup> で鞭打たなければならない。もしそれでも拒むならば、「その顎を轡と手綱で引き締める」(詩篇 31:9) ことになる。

221. 小さな誘惑に容易に打ち負かされる者は、大きな誘惑によって否応なしに奴隷とされ、小さな誘惑を軽んじる者は、主に対して大きな誘惑にも反抗するようになる。

222. 美德を誇りとする者を、非難によって矯正しようと試みてはならない。なぜなら、見せびらかしを好む者と、真理を愛する者は、同一人物ではあり得ないからである。

223. キリストのあらゆる言葉は、神の慈しみ、真理、そして知恵を現し、それを喜んで聞く者たちの魂に、その力を耳を通じて注ぎ込む。それゆえ、不慈愛で不義な者たちは、それを聞くことを嫌がり、神の至高の知恵を知ることはできなかったばかりか、その教えを説く方を十字架につけてしまったのである。それゆえ、私たちもまた、喜んで御言葉に耳を傾けているかどうかを省みる必要がある。なぜなら、主はこう言われたからである。「わたしを愛する者は、わたしの戒めを守る。そして、わたしの父に愛され、わたしもその人を愛し、自らその人に現れる」(ヨハネ 14、15、21)。ご覧の通り、主は戒めの中に御自身の顕現を隠しておられるのではない。しかし、すべての戒めの中で最も広範なものは、神と隣人への愛であり、それは、思考の静寂の中で、あらゆる物質的なものから離れることによって生まれるのである。

224. このことを知っておられる主は、私たちに「明日のことを心配してはならない」(マタイ 6:34)と命じておられます。まさにその通りです。なぜなら、物質的なものやそれに対する心配から離れなければ、どうして邪惡な思いから解放されることができのでしょうか。しかし、思いに囚われた者が、その下に隠された本質的(根源的)な罪——それは魂の闇であり霧であり、あらゆる邪惡な思いや欲望の源である——を目の当たりにしたとき、悪魔が、強要することなく誘惑によってその罪を指摘すると、人間が、虚栄心や自己満足に駆られて、それに加担してしまうのでしょうか。たとえ理性的にはそれに踏み切らなかったとしても、その動きに甘んじ、それに同調してしまったのです。もし彼がこの主要な罪をいつ、どのようにして認識しないならば、その罪について祈り求めたとしても、どうしてそこから清められることができようか。そして、清められなければ、どうして清らかな本性の場所を見いだせるだろうか(エゼキエル 37:27)? また、それを見出さなければ、どうしてキリストの内なる家を見ることができのだろうか? ——もし私たちが、預言者、福音書、使徒たちの言葉によれば、神の家であるならば(ゼカリヤ書 2:10、ヨハネによる福音書 14:23、コリントの信徒への手紙一 3:16)。

225. それゆえ、上述の順序に従って、この家を見出すことに心を配り、祈り続けながら扉を叩き続け(マタイ 7:7)、ここにおいて、あるいは出エジプトの時に、主が私たちのためにその扉を開いてくださり、もし私たちが再び現れたとしても、「あなたがたがどこから来たのか、私には分からない」(ルカ 13:25)と言われることのないように。また、私たちはただ願い求めて受け取るだけでなく、与えられたものを守り抜かなければならない。なぜなら、受け取った後にそれを失ってしまった者もいるからだ。上述の事柄に関する単なる知識、あるいは(それらに関する)偶発的な経験でさえ、学び始めたのが遅い者や若者であっても持っているかもしれない。しかし、忍耐をもってこれを絶えず実践することは、敬虔で経験豊かな長老たちでさえ、ほとんどできていない。彼らはしばしば不注意によってそれを失い、その後、自発的な努力によって再び探し求め、見出してきたのである。私たちもまた、その実践を身につけ、それが私たちの中から決して失われることのないものとなるまで、同じことを絶えず行い続けよう。

226. このように、数ある中からわずかな者だけが、靈的な律法の義を知った。その律法とは、絶えず学び、実践すべきものであり、偉大なる詩篇の作者もまた、主イエス・キリストにおいて頻繁に賛美を歌う者たちに、それを示唆している。主イエス・キリストに、今この時も、そして永遠に、栄光と権威と礼拝が帰されますように。アーメン。

<sup>56</sup> ロバは鞭で追われるのではなく、棒に刺した針で太ももを突かれる。



# アッバ・エヴァグリオス・ポンティウス

## アッバ・エヴァグリオスの生涯に関する情報

エヴァグリオス・ポンティアースについて、彼は4世紀半ば頃、エウクシノス海沿岸のボンタ近郊のイヴォレという町で生まれたことが知られている（聖バシレイオス修道院はこの町の近くにあった）。彼の家柄や才能が、当時活躍していた偉大な聖人たちの注目を集めた。バシレイオス大聖人、グリゴリオス・ニッサス、そしてグリゴリオス・テオロゴスである。彼らの指導の下、彼は成長し、主イエス・キリストにおける信仰と生活に関する霊性と知識を深めていった。バシレイオス大聖人は彼を朗読者とし、グリゴリオス・ニッサスは彼を助祭に任命し、第二全地公会議に出席するためコンスタンティノーブルに滞在していた際、彼をその地に残した。ある出来事が彼の清さを脅かすこととなり、彼はコンスタンティノーブルを離れることを余儀なくされた。そして、エルサレムにしばらく滞在した後、エジプトへと向かい、そこで最初はニトリアで、次に修道室で、そして最後にスキテで、当時の偉大なアッバたちの指導と交わりのもとで修業に励んだ。彼の弟子であるパラディオスは、ソクラトスに倣い、『ラウサイコス』第73章で彼について次のように記している。「キリストの著名な助祭であり、使徒的な生活を送ったエヴァグリオスの行いを黙して語らないことは不当であると認め、むしろそれらを著述に委ねることを正当であると判断し、読者の啓発と、我らの救い主の恵みの栄光のために、まず彼がどのようにして修道生活に入り、また、その誓いにふさわしく労苦を重ね、聖書の言葉にある通り『若くして亡くなり、義務の年数を全うした。その魂は主の御心にかなったからである』と、54年間に荒野で過ごしてこの世を去ったかを述べることにする。」彼はポンテウス出身で、イヴォラという町の長老の息子であり、ケサリアの司教聖バシレイオスによって、アルゴスの教会の朗読者として任命された。聖バシレイオス司教の帰天後、使徒的な栄光を勝ち得たバシレイオス司教の兄弟であり、極めて賢明で、情に流されることなく、学識において非常に著名であったニッサの聖グリゴリオス司教は、エヴァグリオスの才能に注目し、彼を助祭に叙階した。その後、彼と共にコンスタンティノーブルの大公会議に出席した聖グリゴリオス司教は、あらゆる異端を論破するに最も長けた者として、彼をそこで至福のネクタリオス司教のもとに残した。そして彼は、言葉をもってあらゆる異端を勇敢に打ち破り、この大都市で名声を博するようになった。ある時、その優れた品行の正しさゆえに街中で尊敬されていたこの男は、ある女性への情熱的な恋に心を蝕まれてしまった。これは、彼が後に、すでにその誘惑から解放された後に、自ら私たちに語ったことである。その女性も彼に互いに恋心を抱いており、彼女は名門の家柄の出身であった。エヴァグリオスは、神を畏れ、自らの良心に恥じ、また、悪徳の汚さと異端者たちの悪意を思い描いていたため、情熱に燃え、彼を罪へと引きずり込もうと躍起になっていた女性の企てを阻んでくださるよう、神に熱心に祈った。彼は彼女から距離を置きたかったが、恩義という絆に縛られ、そうすることができなかった。罪を犯すのを防いだその祈りの少し後、彼は幻の中で、エパルホの戦士の装いをした天使に現れ、彼を捕らえてまるで法廷へ連れて行くかのように導き、首に鉄の枷をはめ、両手を鉄の鎖で縛って牢獄に投げ込んだ。彼を訪ねてきた者たちは、投獄の理由について何も語らなかったが、良心の呵責に苛まれていた彼は、あの件のせいでこのような目に遭ったのだと考え、その女性の夫が裁判官にその件を告発したのだと推測した。さらに、その場では他の者たちも同様の罪で裁判を受けているように見えた。そのため、彼は極度の動揺と恐怖に陥っていた。その時、天使が彼の誠実な友人の姿をとって、まるで彼を見舞うかのようにやって来た。天使は、友人が屈辱的な束縛に耐え、四十人の犯罪者の中に閉じ込められていることに、極めて衝撃を受け、悲しんでいるかのように部屋に入り、彼にこう言った。「ディアコノスよ！なぜ、あなたを犯罪者たちと一緒に、これほど不名誉な形で拘束されているのですか？」彼はこう答えた。「正直なところ、理由は分かりません。しかし、ある教区長が狂おしいほどの嫉妬か

ら私を告発したのではないかと疑っています。そして、その教区長に買収された都市の統治者が、私に厳しい刑罰を下すのではないかと恐れています。」友人の姿で現れた者は彼に言った。「もし友人の言葉に耳を傾ける気があるなら、この町から立ち去ることを勧める。なぜなら、私の見る限り、この町に住み続けることはあなたにとって益にならないからだ。」エヴァグリオスは彼に言った。「もし神がこの苦難から私を救い出し、その後あなたがコンスタンティノーブルで私を見かけたら、私はさらに重い刑罰に処されても構わない。」友人は彼に言った。「それなら、私は福音書を持ってくる。その上で、この街を去り、修道士になることを私に誓ってくれ。そうすれば、私はあなたをこの災いから救い出す。」エヴァグリオスは言った。「お望みの通りに誓う。ただ、この暗い雲から私を救い出してくれ。」その後、友人は福音書を持ってきて、誓いを立てさせた。エヴァグリオスは福音書に手を置いて、この街にはあと一日だけ留まり、それも自分の荷物を船に積み込むためだけだと誓った。これで幻視は終わった。彼は不安に駆られて目を覚まし、こう考えた。「たとえ熱狂のあまりに誓いを立てたとしても、やはり私は誓ってしまったのだ」。そこで、少しも躊躇することなく、持ち物をすべて船に移し、エルサレムへと船出した。そこで彼は修道服を身にまとい、ローマ出身の聖メラニアに迎え入れられた。しかし、悪魔は再び彼の心を曇らせ、彼を揺さぶったため、彼はまたしても服を着替え、その心は演説家としての虚栄心に支配されてしまった。しかし、私たちすべてを滅びから守ってくださる神は、ここでも彼を別の試練に陥らせ、熱病を彼に送り、六ヶ月にわたる重い病で彼の肉体を衰弱させ、すでに歩み始めた道を歩み続けることを妨げられた。医師たちが彼を治す方法を見出せず見放したとき、聖女メラニアは彼にこう言った。「私の思うに、あなたの病気は単なるものとは思いません、わが子よ。心に何か抱えていることはありませんか？」彼は、コンスタンティノーブルで自分に起こったことすべてを彼女に打ち明けた。聖女は彼にこう言った。「神の前で、修道生活を送る決意を固めることを私に誓ってください。私は罪人ではありますが、主にお祈りして、悔い改めと心の改めのために、あなたが生き続けられるようお与えくださるよう願います。」彼が誓いを立てると、彼女は祈りを捧げ、エヴァグリオスは数日で回復した。回復後、彼女は自ら彼に修道服を届け、彼はそれを身にまとい、エジプトへと向かった。そこでニトリウス山で2年間過ごした後、3年目に荒野へと退いた。彼はいわゆる「ケリヤ」で十四年間を過ごし、パンと水、時折少量のオリーブ油だけを糧とし、この点においていかなる慰めも自分に許さなかった。彼は野菜も果物もブドウも食べず、ワインも飲まず、体を洗うこともなかった。かつては裕福に暮らしていたこの男は、このように自らを苦しめたが、ここでも誘惑は彼を離さなかった。時折、淫欲の悪魔が激しく彼を襲った。彼自身がそう語っていたように、その時は冬の夜通し、裸のまま井戸の中に座り込み、体が凍りつくほどだった。またある時は、冒涇の霊に悩まされ、その際は四十日間、屋根の下に入ることなく、自らを苦しめた。そもそも彼は様々な悪霊からの誘惑をこれほどまでに耐え抜いたため、それらを列挙することさえ困難であり、悪魔たちに打たれることさえあった。しかし、このように肉体を死に至らしめ、耐え忍ぶ中で、この祝福された方は内面において聖霊によって生かされ、心を清めた結果、霊を見分け、識別する賜物を受けるにふさわしい者とされた。このキリストの勇敢な修道士は、死の直前に私たちにこう語った。「もう三年間、肉欲に悩まされることはなかった。」これほど厳格な生活を送り、これほど献身的なたゆまぬ労苦と、絶え間ない祈りの覚醒を経てなお、善を憎む破滅をもたらす悪魔がこの義人にこれほど激しく襲いかかったとすれば、不注意な人々は、この不浄な悪魔、あるいは自らの怠慢によって、どれほど多くの苦しみを味わっていることか！ 彼は百の祈りを著し、三冊の書物を編纂した。それらは、いわゆる「イエラ」——より正確には「ステヒラ」（詩や寓話形式の短い格言）、「モナホン」——修道士、あるいは実践的な教訓、そして「アンティリティコン」——対抗——悪魔や情欲との闘いについてである。ソクラテス（第4巻、第23章）によれば、さらにエヴァグリオスはエジプトのマカリオスとアレクサンドリアのマカリオスの両者の弟子であり、彼らの指導の下、以前は言葉だけの哲学者であったが、実践的な哲学を身につけたことが記されている。コンスタンティノーブルからエジプトへやって来た彼は、前述の二人の聖人と出会い、彼らの生き方に倣うようになった。以下、ソクラテスはエヴァグリオス自身の言葉に基づき、彼の生

涯における二つの出来事を挙げているが、そこから、彼がマカリオス大聖人とどのような関係にあったかがうかがえる。一つ目は、アッバ・マカリオスがエヴァグリオスに、人々からの侮辱と悪魔からの侮辱を心に留めることの違いについて尋ねたことである。二つ目は、アッバ・マカリオスの元を訪れた際、暑さによる旅の疲れでぐったりしていたエヴァグリオスが、少しの水を求めたが断られたことである。これら両方のエピソードは、アナトリオスへの書簡（第93章、第94章）の活動に関する章に記されている。さらに下では、ソクラテスは、エヴァグリオスが自身の著書『グノーシス』の中で、次のように記していることを言及している。「我々は義人グリゴリオスから、美德とその概念は四つあることを学んだ。すなわち、分別、勇気、節制、そして正義である」。このグリゴリウスとは誰のことか。パラディウスによればグリゴリウス・ニッサスであり、ソクラテスによればナジアンゾスのグリゴリウスである。後者は、コンスタンティノーブルでエヴァグリオスを助祭に叙階したともされている。ソクラテスはナジアンゾスのグリゴリウスとニッサスのグリゴリウスを混同してしまったのではないか。パラディウスの方が真実を知っていたはずだ。最後に、ソクラテスの著作には次のような逸話が見られる。アファナシオス大司教と共にローマに滞在し、そこでペトロとパウロの教会以外は何も見ようとしなかった偉大なるアモニウスは、後にエジプトでアレクサンドリアのテオフィロスから司教職に招かれたが、それを逃れるために自らの右耳を切り落とし、身体の醜さを理由に叙階を拒んだ。しばらくして、アレクサンドリアのテオフィロス司教はエヴァグリオスを司教に任命したが、彼もまた逃げ出したものの、自分の体のどの部分も傷つけることはなかった。エヴァグリオスはアモニウスと出会うと、優しくこう言った。「耳を切り落としたのは賢明ではなかった。そのような行いについては、神の前で責任を問われることになるだろう。」「では、エヴァグリオよ、あなたは自分の舌を切り落とし、自尊心のために与えられた恵みを利用しなかったことについて、責任を問われないというのか？」とアモニウスは答えた。エヴァグリオの著作について、ソクラテスは次のように記している。「彼は非常に優れた書物を著した。」そのうちの1つは『修道士』、すなわち活動について書かれたものであり、もう1つは『グノーシス派』、すなわち知識に値する者について書かれたもので、50の章に分かれている。3つ目は『反論者』（*antirritikos*）、すなわち誘惑する悪魔たちに対する聖書の抜粋であり、八つの思いの数に依拠して八つの部分に分けられている。さらに、彼は未来に関する600の問いをまとめ、詩で書かれた2冊の書も著した。一冊はキノヴィア、すなわち共同生活を行う修道院に住む修道士たちへのもので、もう一冊は処女へのものである。これらの書がどれほど驚くべきものであるかは、それを読む者が知ることになるだろう。ソゾメン（第6巻、第30章）は、前述のアモニウスについて、彼が「長衣の兄弟」の一人であり、至高の知恵に達し、極めて博学であったため、オリゲネス、ディディモス、その他の霊的著述家たちの著作を読み尽くしたと述べ、さらに次のように付け加えている。「アモニウスと親交のあったのは、賢明なエヴァグリオスであった。彼は極めて博学で、知性と弁舌に優れ、とりわけ美德へと導く思考（思い）と悪徳へと導く思考を見分け、前者を育み、後者を避けるよう自らを律することに長けていた。とはいえ、彼が学問の面でどのような人物であったかは、彼が残した著作が物語っている。その人柄は節度を重んじるものであったと言われ、虚栄や高慢をほとんど見せず、称賛に値する称賛によって驕ることもなければ、不当な非難によって心を乱されることもなかった。彼はナジアンゾスの司教グリゴリウスのもとで学問に励み、聖書を学んだ。グリゴリウスがコンスタンティノーブル教会の首席司祭を務めていた際、彼はその下で大助祭として奉仕していた。容姿は端正で、上品な服装を好んだ。ある高官が、彼が自分の妻と親しい関係にあることに気づき、嫉妬に燃えて彼を殺害しようと企てた。その計画が実行に移されようとしていた時、神は彼に、恐ろしいが同時に救いとなる夢を見させた」。これ以降、ソゾメンは特に何も記していない。ソゾメンの記述におけるソクラテスは、どのグリゴリオスがエヴァグリオスを後援し、その教育を支援したかという点で、パラディオスの証言と食い違っていることに気づかざるを得ない。パラディオスはニッサのグリゴリオスを挙げているが、ソゾメンらはナジアンゾスのグリゴリオスを挙げている。両者の見解を次のように調和させることができるだろう。エヴァグリオスは

グリゴリオス・ニッサスによって助祭に叙階されたが、グリゴリオス・ナジアンゾスにも師事し、その教えを受けていた。神学者グリゴリオスがコンスタンティノーブルの総主教職に召された際、彼のもとで開催された公会議に、グリゴリオス・ニッサスがエヴァグリオスを伴って参集した。そこでエヴァグリオスはナジアンゾスの下で首席助祭を務め、公会議の後、二人のグリゴリオスの助言に従ってコンスタンティノーブルに残った可能性がある。ソクラテスとソゾメンは、彼がコンスタンティノーブルにいた時期について述べているが、パラディオスはそれ以前の出来事について記している。エヴァグリオスの弟子であるパラディオスの記述には、より信頼を置くべきである。なぜなら、彼はその内容をエヴァグリオス本人から直接聞いたに違いないからである。『教父集』（Patrologia, 第40巻, 1215頁）は、エヴァグリオスの死を399年としている。同書には、エヴァグリオスの著作に関する評も掲載されている。ちなみに、至福のヒエロニムスは（『Epist. 135 ad Ctesiph』）、「エヴァグリオスの著書は、東方全域のギリシャ人だけでなく、西方でも、彼の弟子ルフィヌスによる翻訳を通じてラテン人によって読まれている」と記している。『パトロロギア』には、エヴァグリオスの著作のうち現存するものがすべて収録されている。その筆頭となるのは、アナトリオス宛ての「*実践的な生活*」に関する章である。これは、推測するに、私たちが引用した歴史家たちが『修道士』と題した書物から残された部分である。『』の各章には、その序文としてアナトリオスへの短い手紙が置かれている。続いて、『logos praktikos』——修道生活の実践——に関する71章の教訓が掲載されている。その後、100章からなる部分が置かれている。しかし、これらの章の大部分は前述の71章に含まれているため、ここではそこに含まれていない章のテキストのみを掲載する。合計すると、やはり100章になる。我々はこれを「アナトリーへの活動的な生活に関する100章」と題する。続いて『パトロロギア』には、我々の『ドブロットリュピイア』においてより明確に題されている記事が掲載されている。「修道生活の模範：いかにして修道に励み、沈黙を守るべきかを教えるもの」。ギリシャ語版の『ドブロットリュピイア』でも同様である。『パトロロギア』の題名は、言い換えでも表現するのが難しい。我々の題名のままにしておこう。その後、33章の *[kat anoloythian]*（「*kat analogian*」ではないだろうか）が続く。その内容は、目に見えるものにおける霊的なものの反映である。さらに、アルファベット順に並んだ25章があり、これらは霊的な事柄に関する格言集である。これら最後の章には、アルファベット順ではない別の26の格言が付け加えられている。その後、8つの邪悪な思いに関する記述があり、これは古代の書物『アンティリティコン』の一部である。最後に、キノヴィト派の修道士たちおよび処女たちへの簡潔な規則が記されている。これらすべてが、ここで翻訳として提示されている。

## 修道士エヴァグリオスによる修道生活に関する教訓

### 1. アナトリオスへの「活動的な生活」に関する章

以前、愛すべき兄弟アナトリーよ、あなたは聖なる山（おそらくニトリウス山）から、私のいるスキトへ手紙を送り、エジプトの修道服の象徴的な意味を解き明かしてほしいと頼んできた。あなたは、それが他のあらゆる人間の衣服とはこれほど異なるのには、合理的な根拠があるに違いないと考えていたのだ。私が聖なる教父たちから学んだことを、喜んであなたに伝えましょう。ククルリイは、私たちの救い主である神の恵みの象徴であり、修道士たちの精神を覆い、その覆いによって、絶えず彼らに打撃を与え、傷を負わせようとする者たちから、キリストにおける彼らの幼子のような純真さを守り抜くものです。これを頭上に戴く者たちは、堅固で実効性のある信仰をもってこう歌う。「主が家を建て、町を守ってくださらなければ、建てる者の労苦も、見張る者の警戒もむなしい」（詩編126:1）。このような叫びは謙遜を植え付け、高慢を根絶する。高慢とは、夜明けを照らすルシファーを地上に追放した、この古来の悪である。彼らの手が露わになっていること<sup>57</sup>は、彼らの生き方が偽りが無いことを示している。なぜなら、虚栄心

<sup>57</sup> カッシアンは、彼らの袖は肘までしか届かなかったと記している。

は自らを隠し、美德の影を装う術を知っており、常に人々からの榮譽を求め、信仰を遠ざけるからである。救い主がこう言われているように：「互いに榮譽を受け合いながら、唯一の神からの榮譽を求めないあなたがたは、どうして信じることができるだろうか」（ヨハネ5:44）。善は他の何もののためであってはならず、それどころか、他のすべてのものは善のためにあるべきである。もしこれが認められなければ、善を行うように私たちに駆り立てるものが、善そのものよりも私たちにあって価値があることが明らかになってしまうだろう。そして、神よりも高い何かを想像し、そう語るのは、極めて不合理なことだ。アナラヴ（私たちのパラマン）は、彼らの肩を十字形に結びつけるものであり、キリストへの信仰の象徴である。それは柔和な者たちを受け入れ（αναλαμβάνεσης）、常に障害を取り除き、活動に支障がないようにするものである。彼らの腰を締め付ける帯は、あらゆる不浄を遠ざけ、「夫は妻に近づいてはならない」（Iコリント7:1）と告げている。彼らは、常に「主イエスの死を自らの体に負っている」（IIコリント4:10）者として、あらゆる不合理な肉欲を抑え、善との交わりによって魂の悪を断ち切り、貧しさを愛し、偶像崇拜である多き富を避ける者たちである。杖は命の木であり、それを手に取り、それに寄りかかるすべての者を、キリストに堅く立つように義務づけるものである。これが、スキマが象徴するものの要約である！（それを身にまとわせる際）、聖なる教父たちは常に彼らに次のような言葉を語る： 子らよ！信仰を堅固にするのは神への畏れであり、それを支えるのは節制である。これを揺るぎないものにするのは忍耐と希望であり、そこから無情が生まれ、無情の産物こそが愛であり、愛は、神学と至高の至福へと至る物理的認識への扉である。さて、聖なる修道服と長老たちの教えについては、現時点ではこれくらいにしておこう。これからは、実践的な生活と知的な生活について語ろう。それは（長老たちから）見たことや聞いたことすべてではなく、彼らから他者に伝えるよう命じられたことである。実践的な生活に関する部分を100の章に、知的な生活に関する部分を650の章に分け、あるものは隠し、あるものは覆い隠し、聖なるものを犬たちに与えたり、真珠を豚の前に投げ捨てたりしないように（マタイ7:6）する。とはいえ、彼らと同じ道を歩む者たちにとっては、それは明らかである。

1. キリスト教とは、私たちの救い主イエス・キリストの教義（ドグマ）であり、生活、事物の認識、そして神学を統合するものである。
2. 天の御国とは、存在者に対する真の認識を伴う、魂の無情である。
3. 神の御国とは、至聖なる三位一体の認識であり、それは心の状態に応じて広がり、それを果てしなく至福に満ちた人生へと満たすものである。
4. 人は何を愛するかは、当然それを望むものであり、望むものを手に入れるために努力する。あらゆる喜びには欲望が先行し、欲望は感覚から生じる。感覚とは無縁なものは、自由であり、情欲からも解放されている。
5. 隠遁者たちに対しては、悪魔たちが自ら直接戦いを挑むが、修道院や共同生活の中で徳ある生活を送る者たちに対しては、彼らは最も怠惰な兄弟たちを武器として用いる。しかし、後者の戦いは前者よりもはるかに容易である。なぜなら、この地上には、悪魔よりも邪悪であったり、彼らの悪意のすべてを自分の中に受け入れたりするような人々など、見つけることができないからである。
6. さまよう心を定めてくれるのは、読書、徹夜祈祷、そして祈りである。燃え盛る情欲を鎮めるのは、断食、労働、そして隠遁生活である。荒れ狂う怒りを静めるのは、詩篇の詠唱、寛大さ、そして慈悲である。これらすべては、適切な時に、適切な程度に用いられるとき、その効果を発揮する。時期尚早なものや度を越したものはすべて長続きせず（不安定であり）、長続きしないものは益よりも害の方が大きい。
7. 魂が様々なご馳走を欲するときは、パンと水だけでそれを満たし、薄いパン一片に対しても感謝するようにすべきである。なぜなら、満腹の者は多様なご馳走を欲するが、飢えた者はパンで満たされることさえ至福とみなすからである<sup>58</sup>。

<sup>58</sup> この章は、聖ヨハネ・クライストス（『霊の梯子』）第14説教、第12章で引用されている。



8. 水の不足は、肉体の節制に大いに寄与する。このことについては、ゲデオンと共にミディアンを打ち破ったあの三百人のイスラエル人が、あなたに確信を与えてくれるだろう。

9. 死と生が同じ瞬間に一人の人間に訪れることがあり得ないのと同様に、愛と金が誰か一人に同時に存在することも不可能なことである。愛は金を消耗するだけでなく、私たちのこのはかない命そのものを犠牲にするのである。

10. 世俗の快楽を追い求める者は、悲しみの悪魔が近づけない要塞である。なぜなら、悲しみとは、現実の、あるいは期待される快楽の喪失だからである。——私たちが地上の何かに執着している限り、この敵から逃れることはできない。悪魔は、私たちが最も執着しているものに対して、悲しみを煽るための罠を仕掛けるのである。

11. 怒りと憎しみは心の苛立ちを増幅させるが、施しと柔和さはそれを鎮める。

12. 私たちの怒りが日没まで続くことのないように。そうすれば、夜に襲いかかる悪魔たちが魂を恐怖に陥れ、翌日の戦いに備えて心を臆病にさせることを防げる。恐ろしい夢は通常、怒りに満ちた動揺の後に現れるものであり、不安を伴う怒りほど、私たちの心を秩序から逸脱（脱走）させるものはない。

13. 何らかの理由で、私たちの魂の苛立ちやすい部分が動揺すると、悪魔たちは、孤独な生活というものを善きこととして私たちに提案してくる。それは、動揺の原因を取り除いても、私たちが混乱から解放されないようにするためである<sup>59</sup>。一方、情欲が燃え上がる時、彼らは私たちを「人好き」（人々の間に留まる者）にしようと努め、私たちが身を引くことを「残酷で野蛮だ」と非難する。それは、肉体を渴望する私たちが（社会にとどまることで）肉体と出会うようにするためである。彼らを信じてはならず、むしろ彼らの意に反する行動をとらなければならない。

14. 怒りの思いに身を委ねて、自分を傷つけた相手と心の中で戦いを繰り広げてはならない。また、淫らな思いに身を任せて、快楽に満ちた空想を長く抱き続けてもならない。前者は魂を曇らせ、後者は情欲を煽ることになり、どちらも心を穢す。そして、祈りの最中に、まるで偶像のように想像力を情欲的なイメージで満たし、それゆえに神に清らかな祈りを捧げられないとき、あなたは直ちに落胆の悪魔の攻撃にさらされる。その悪魔は通常、そのような状態で襲いかかり、まるで犬が死骸をさらうかのように、魂をさらっていくのである。

15. 怒りは本来、悪魔と戦い、あらゆる罪深い快楽と闘うために定められている。それゆえ、天使たちは、私たちの中に霊的な甘美さを喚起し、その至福を味わわせてくれることで、怒りを悪魔たちに向けるよう私たちを導く。一方、悪魔たちは、私たちを世俗的な欲望へと誘い込み、本性に反して怒りをもって人々と戦わせようとする。そうすることで、心が曇り、理性を失い、美德の背信者となってしまうのである。

16. 怒りに任せて、兄弟を追い払うことのないよう、自分自身に注意せよ。そうしなければ、生涯を通じて、祈りの最中に常にその過ちを突きつけてくる「悲しみの悪魔」から逃れることはできないだろう。

17. 恨みは贈り物によって消し去られる。四百人の兵を率いて自分に向かってきたエサウを、贈り物によってなだめたヤコブが、このことをあなたに確信させてくれるだろう（創世記 32:6、33:1）。しかし、私たち貧しい者たちは、食事をもってこの必要（贈り物の代わり）を満たすことができる。

18. 落胆という悪魔の攻撃にさらされたとき、魂を二つに分け、一方を慰める者、もう一方を慰められる者とし、ダビデの次の詩句を口ずさみながら、自分の中に善き希望を植え付けよう。「わが魂よ、なぜあなたは悲しむのか?」「なぜ、私を動揺させるのか?」「神に望みを置け。私は神に告白する。私の救い、私の神よ」（詩篇41:6）。

19. 誘惑に襲われている間は、何かと「正当な」口実をでっち上げて独房を離れてはならない。むしろ、その中に留まり、忍耐強く耐え忍び、あらゆる攻撃者、とりわけ「落胆」という悪

<sup>59</sup> そうすることで、苦難を乗り越えつつ、他者と共に生きる中で、私たちの苛立ちや怒りを鈍らせないようにするためである。



魔に勇敢に立ち向かわなければならない。この悪魔は、まことに何よりも重荷であるが、その一方で、何よりも魂を鍛え、経験を積ませるものである。もし逃げ回ったり、戦いを避けたりすれば、心は未熟で臆病なままとなり、容易に逃げ出してしまうようになる。

**20.** 虚栄の思いから逃れることは難しい。なぜなら、それを追い払おうと何をしようとも、それが新たな虚栄の動きの始まりになってしまうからである。もっとも、私たちの正しい思いのすべてに悪魔が反対するわけではない。むしろ、私たちを欺こうと望んで、これらの邪悪な存在が一部の思いに好意を示すこともある。

**21.** 知恵に触れ、その甘美さを味わった者は、たとえ悪魔が世のあらゆる快楽を提示したとしても、もはや虚栄の悪魔を信用することはない。なぜなら、霊的な観想以上に、悪魔が何を約束できようか。しかし、私たちがまだ知恵を味わっていない間は、神に私たちの目的を明らかにしつつ、すべての行いを神の知恵のために捧げていると示しながら、熱心に実践的な生活を送り続けよう。

**22.** かつての生活や昔の罪、そして情欲に駆られていたあなたが、情欲に甘んじない生活へと移り変わったこと、また、多くの点でしばしばあなたを深く謙虚にさせたこの世から、いかにして再び抜け出したかを思い起こしなさい。また、荒野であなたを守り、あなたに向かって歯ざしりをする悪魔たちをあなたから追い払ってくれるのは誰なのかについても、思い巡らせなさい。そのような思い巡らしは、謙遜な知恵を植え付け、高慢という悪魔が近づかないようにする。

**23.** 私たちが情熱を込めて思い出すことは、かつて実際に情熱を込めて受け入れたことであり、また、現在情熱を込めて受け入れていることは、後に情熱を込めて思い出すことになる。情熱を煽る悪魔たちに打ち勝った者にとって、悪魔たちが情熱を煽るために用いるものは、もはや何の価値もない。なぜなら、非物質的な戦いは、物質的な戦いよりも優れているからである。

**24.** 精神的な情動は人々から（その動きの）きっかけを得、肉体的な情動は肉体から得る。肉体的な情動の動きは節制によって断ち切られ、精神的な情動の動きは霊的な愛によって断ち切られる。

**25.** 精神的な情欲の守護者たる悪魔たちは、死に至るまで執拗に立ちはだかり、魂を悩ませるが、肉体的情欲の守護者たる悪魔たちは、より早く去っていく。また、ある悪魔たちは、昇る太陽や沈む太陽のように、魂の特定の部分にのみ触れるが、真昼の悪魔は通常、魂全体を包み込み、精神を溺れさせる。なぜ情欲が消滅した後の隠遁生活は甘美なのか。それは、その時には情欲からただむき出しの記憶だけが残し、戦いに関しては、もはや戦いそのものの功績というより、むしろその観照が主となるからである。

**26.** 思考が情動を駆り立てるのか、それとも情動が思考を駆り立てるのか、この点は注目し値する。ある者は前者を、またある者は後者を主張する。通常、情動は感覚から生じるものだが、愛と節制を持つ者においては情動は動かない。それが無い者においては、情動は動くのである。怒りは、情欲よりも大きな治療を必要とする。そして、愛が「偉大」と呼ばれるのは、それが怒りの手綱だからである。聖モーセも、食べてよいものと食べてはならないものを列挙した際、愛を象徴的に「オフィオマコス（蛇と戦う者）」と呼んだ（レビ記 11, 22）。

**27.** 悪魔たちの周知の、そして決して絶えることのない悪意ゆえに、魂は（悪魔たちが植え付ける）思いの接近に気づくやいなや、それに対して燃え上がり、攻撃者たちの情熱的な性質（怒り）を取り入れることによって、自らを守る備えをするのである。

**28.** 通常の規則を常に遵守できるとは限らないが、状況に注意を払い、その中で可能なことを力の及ぶ限り実行するよう努めなければならない。この「時宜を得た行動」という法則を、悪魔たちでさえも知らないわけではない。それゆえ、彼らは常に私たちに敵対的な態度を取り、私たちができることには妨害を加え、できないことには強制するのだ。こうして彼らは、病人を、降りかかった苦難に対して神に感謝し、自分たちに奉仕する人々を寛大に耐えることから遠ざけ、また、体力の弱い者には最も厳しい節制を強要し、（年齢や労働によって）負担の重い者には立って詩篇を唱えることを強いるのである。

**29.** 必要に迫られて短期間、町や村に滞在せざるを得ないときは、信徒たちと接するにあたり、最も厳格な節制を守らなければならない。そうしなければ、私たちの心は怠惰になり、現在の状況における通常の勤勉さを怠り、無分別な行いをしたり、悪魔に追われて逃げ出したりしてしまう恐れがあるからだ。

**30.** 誘惑に遭ったときは、まず誘惑者に対して怒りの言葉をいくつか投げかけてからでなければ、祈りに取り掛かってはならない。なぜなら、魂が邪惡な思いに染まっているとき、その祈りは清らかではあり得ないからである。しかし、もしあなたが彼らに対して怒りを込めて何かを言えば、それによって敵を混乱させ、彼らの唆しを打ち砕くことになる。怒りは、善意の思いに対しても、通常は同様の作用を及ぼすものである。

**31.** 悪意ある悪魔を試み、その策略を見抜く術を身につけたいと思う者は、その思いに注意を払い、彼らが何に固執し、何に緩みを見せるか、どのような状況や時間帯にどの悪魔が特に活動し、どの悪魔がどの悪魔に続き、どの悪魔がどの悪魔と相容れないかを観察し、これらすべてについて主キリストに解決を求めてください。悪魔たちは、事柄を熟知して（すべてを明らかにしつつ）積極的に徳を実践する者たちに対して激しく怒り、「闇の中で、心正しい者たちを撃ち倒そう」と願っている（詩篇 10:3）。

**32.** この観察において、あなたは二つの悪魔が極めて素早く動き、私たちの心の動きをほとんど追い越すほどであることを見つけるだろう——それは、淫らさの悪魔と、私たちが神への冒瀆へと誘う悪魔である。しかし、後者は長くは続かない。一方、前者は、情欲的な思いをかき立てない限り、私たちが神を知ること的成功するのを妨げることはない。

**33.** 肉体を魂から切り離すことができるのは、それらを結びつけた者だけであり、魂を肉体から切り離すことができるのは、（隠遁生活において）徳を志す者である。なぜなら、私たちの先人たちは、隠遁生活とは死を念頭に置き、肉体から逃れること（すなわち、肉欲にふけて肉体の快楽を追求しないこと）であると定義しているからである。

**34.** 肉体を過度に養い、その世話が情欲にまで及ぶ者（ローマ 13:14）は、その後、自分自身を嘆くべきであり、肉体を嘆くべきではない。それとは対照的に、この肉体そのものを通じて心の無執着を勝ち取り、（その媒介を通じて）可能な限り「存在者」の観想に励む者たちは、（私たちに肉体を与えてくださった）創造主の恵みを告白する。

**35.** 心が散漫にならずに祈りを捧げ始めると、昼夜を問わず続くあらゆる戦いは、魂の苛立つ部分との戦いへと集約される。

**36.** 無情の兆しとは、心が自らの光を見出し、眠気による空想に対して平静を保ち、物事を容易に（かつ正しく）理解できるようになることである。

**37.** 祈りの最中に心が世俗的なことを何も思い浮かべなくなるとき、それは心が強くなったことを意味する。

**38.** 神の助けにより、活動的な人生の道を全うし、知見（観想）に達した心は、もはや理性を欠く魂の部分の動きをほとんど感じず、全く感じなくなっている。知見（観想）は、その心を高揚させ、感覚的なものから切り離すのである。

**39.** 無情を持つのは、物事に心を奪われない魂ではなく、それらを思い起こしても動じない魂である。

**40.** 完全な男については、本来「自制する」とは言わず、無情な者については「耐える」とは言わない。なぜなら、忍耐は苦しむ者にあり、自制は欲望に駆られる者にあるからである。

**41.** 心を散らさずに祈ることは偉大な業であるが、心を散らさずに歌うことは、それ以上に偉大な業である。

**42.** 美德を自らの内に確立し、それらに完全に支配されている者は、もはや律法や戒め、あるいは罰のことを思い出すことはなく、確立された美しい品性が彼に促すままに（まるで自然にそうするかのように）語り、行動する。

43. 悪魔的な歌は私たちの情欲をかき立て、魂を恥ずべき妄想へと陥らせるが、詩篇や賛美歌、そして霊的な歌は、常に心を美德の記憶へと引き寄せ、それによって怒りの炎を鎮め、情欲を消し去る。

44. 戦いで互いに打撃を与え合い、また互いにそれを受け止めるように、悪魔たちも私たちと戦っているのだから、私たちに打撃を与えるとき、当然、彼ら自身も私たちから打撃を受けることになる。「私は彼らを打ちのめし、彼らは立ち上がることができない」（詩編 17:39）。また、「わたしを侮る者、わたしの敵たちは、力尽きて倒れた」（詩編 26:2）。

45. 知恵は安らぎと結びつき、分別は労苦と結びついている。闘いなしに知恵を得ることはできず、分別なしに闘いを成功させることもできない。分別には、悪魔によって煽られる怒りに立ち向かうこと、また魂の力がその本性にふさわしいように作用するよう促し、それによって知恵への道を切り開くことが委ねられている。

46. 修道士にとっての誘惑とは、魂の情欲的な部分を通じて入り込み、心を曇らせる思いである。

47. 修道士の罪とは、禁じられた罪深い情欲に心を傾けることである。

48. 天使たちは、罪深い悪が弱まることを喜び、悪魔たちは、徳が弱まることを喜ぶ。なぜなら、天使たちは慈悲と愛の僕であり、悪魔たちは怒りと憎悪の奴隷だからである。前者が私たちに近づくと、私たちを霊的な瞑想で満たしてくれるが、後者が近づくと、魂を恥ずべき妄想へと陥れる。

49. 美德は、悪魔たちが私たちに迫る勢いを断ち切るわけではないが、私たちを悪魔たちから無傷で守ってくれる。

50. 実践的な生活（徳の実践）とは、魂の情欲的な部分を清めるための霊的な方法である。

51. 魂の力を完全に癒やすためには、戒めに基づく善行を行うだけでは不十分であり、その際に心が相応の瞑想を保っていなければなりません。

52. 天使たちが私たちに植え付ける善き思いに抵抗しないのと同様に、悪魔たちが植え付ける悪しき思いも退けることができる。前者の思いの後には魂の平安が訪れ、後者の後には動揺が訪れる。

53. 無情の源は愛であり、無情とは活動的な生活の彩りである。そして、活動的な生活とは戒めの履行に他ならない。この戒めの履行を守るものは神への畏れであり、それは正しい信仰の果実である。信仰とは魂の内なる善であり、それは通常、まだ神を信じていない人々にも備わっているものである。

54. 魂が身体を通じて作用するとき、どの肢体が弱いかを感じるのと同様に、心もまた、その活動を通じて自らの力を認識し、（その損傷によって）何が妨げとなっているかに気づくと、それを癒やすための戒めを探し求める。

55. 情欲との激しい戦いを繰り広げている知性は、敵の策略を見抜くことができない。なぜなら、その時はまるで（暗闇の中で）夜間に戦う者のようだからである。しかし、無情を身につければ、敵の策略を容易に見抜くことができる。

56. 活動的な生活の究極の境地は愛であり、知の究極は神学である。そして、その両者の始まりは、信仰と物事の観照である。魂の情動的な部分に襲いかかる悪魔たちは、活動的な生活の敵と呼ばれ、思考力そのものに襲いかかる悪魔たちは、あらゆる真理の敵であり、観照の敵と呼ばれる。

57. 身体を清めるもののうち、清められた後に残るものは何一つないが、美德は魂を清めた後、清められた魂の中に留まり続ける。

58. 理性的な魂は、その本性に即して作用する。すなわち、その「志向」の部分が徳を求め、「衝動」の部分がそれのために奮闘し、「思索」の部分が存在するものの観想に専念するときである。

59. 活動的な生活において成功する者は情欲を和らげ、観想において成功する者は無知を和らげる。情欲に関しては、その完全な根絶はいつの日か実現すると言われるが、無知に関しては、一部は終わりを迎えるが、一部は終わらないと言われる。

60. 人生で遭遇する善と悪は、美德にも悪徳にも寄与し得る。賢明さとは、前者を成功に導き、後者を打ち消すためにそれらを活用することである。

61. 私たちの賢明な師（グリゴリオス・ニッサスを指す）の言葉によれば、魂は三つの部分から成っている。美德が思考の部分にあるときは、それは思慮深さ（fronesis）と呼ばれ、洞察力（synesis）、そして知恵（sofia）と呼ばれる。それが意志の部分にあるときは、貞節、愛、節制と呼ばれ、情動の部分にあるときは、勇氣と忍耐と呼ばれ、魂全体にあるときは、正義と呼ばれる。思慮深さの役割は、我々に敵対する力と戦い、美德を保護し、悪徳を追い払い、中庸（無関心）な事柄を時宜に応じて処理することにある。洞察力の役割は、我々の目的に寄与するすべてのものを適切に整えることであり、知恵の役割は、有形・無形の被造物をあらゆる側面から観照することにある。節制の務めとは、通常、私たちの中に不合理な夢想や欲望を掻き立てる事柄を、無情に眺めることである。愛の務めとは、神の御姿を宿すすべての人に対して、その原型に対するのと同じような愛をもって自らを現すことであり、たとえ悪魔たちが他者を私たちの目の前で貶めようと企てようとも、節制の務めとは、喉を喜ばせるあらゆるものを喜んで拒むことである。忍耐と勇氣の務めとは、敵を恐れず、あらゆる不快な出来事を喜んで耐え忍ぶことである。正義の務めとは、魂のあらゆる部分を互いに調和と一致の中に保つことである。

62. 種まきの実りは収穫であり、美德の実りは知恵である。種を蒔くことに涙が伴うように、収穫（良い実り）には喜びが伴う（詩篇125:6）。

63. 人は、自分の欲望に駆られる部分と苛立ちやすい部分を癒やすよう努めなければ、情熱的な思い出を振り払うことはできない。前者は断食、徹夜、そして裸の地面での睡眠によって弱め、後者は忍耐、恨みを抱かないこと、そして施しによって鎮めなければならない。これら二つの情欲から、心をあらゆる災いと破滅へと陥れる、ほぼすべての悪魔的な思いが成り立っている。しかし、飲食、財産、名声、さらには自らの肉体さえも——それらを通じてしばしば人を打ち倒そうとする者たち（すなわち悪魔たち）のために——完全に軽蔑しなければ、誰であれ情欲から解放されることは不可能である。それゆえ、私たちは海上で遭難した人々——強風や高く打ち寄せる波のために荷物を海に投げ捨てる人々——に倣うことが何よりも必要である。ただし、このように荷物を投げ捨てる際、人々に目立つような形でそれを行わないよう、細心の注意を払わなければならない。なぜなら、そうすることで私たちは報いを失い、虚栄の悪魔がその風を私たちに吹きつける時、以前よりもさらに激しい破滅に見舞われることになるからです。それゆえ、私たちの主は、福音書において私たちの支配者である「心」を教えながら、こう言われている。

「人々の前で施しをして、人に見られるようにはしないように気をつけなさい。さもないと、天におられるあなたがたの父から報いを受けることはない」（マタイ6:1）。また、「祈るときは」と主は言われます。「偽善者のようになってはならない。彼らは、人に見られるために、広場や通りの角に立って祈るのが好きである。まことに、あなたがたに言う。彼らはすでにその報いを受けている」（同5節）。またこうも言われています。「あなたがたが断食するときは、偽善者のように悲しげな顔をしてはならない。彼らは、断食している人だと人に思わせるために、自分の顔を暗くするからだ。まことに、あなたがたに言う。彼らはすでにその報いを受けている」（同16節）。しかし、ここで「魂の医者」の御言葉に耳を傾けなさい。主は、施しによって怒りを癒やし、祈りによって心を清め、断食によって情欲を死なせられる。これらによって、創造主の御姿に倣って新しくされる「新しい人」が形作られるのである（コロサイ3:10.11）によって刷新される「新しい人」が形成されるのである。その人においては、無情ゆえに、「男も女もなく、また、信仰と愛の統一ゆえに、ギリシャ人もユダヤ人も、割礼のある者も割礼のない者も、バルバロイもスキタイ人も、奴隷も自由人もなく、すべての人において、またすべての人の中にキリストがおられる」（ガラテヤ3:28）。

**64.** 情欲によって私たちの内に根を下ろした不純な思いは、心を破滅と滅びへと陥らせる。なぜなら、飢えに駆られた者がパンを、渇きに駆られた者が水を思い浮かべるように、金やその他の所有物への思いは貪欲によって、また恥ずべき思いは肉欲によって、心に根を下ろすからである。同様に、虚栄やその他の思いに心が固着してしまうことも説明される。そのような思いに沈み、溺れている心が、神の御前に立ち、義の冠を戴くことはあり得ない。これらの思いによって、福音書のたとえ話にあるように、神を知る宴を拒んだあの三つの罪を犯した心は、荒らされてしまった。同様に、手足を縛られ、漆黒の闇に投げ込まれた者も、これらの思いから織りなされた衣を身にまもっていたが、招かれた方は、その衣をそのような婚礼の宴にふさわしくないものと認められたのである。婚礼の衣とは、世俗の欲望を拒絶した理性ある魂の無情である。感覚的な事柄に関する思いが、頑なになるにつれて知性を蝕んでしまうのは、いったいどのような理由によるものなのか。これについては、祈りに関する章で述べられることとなる。

**65.** 悪魔的な思いには、それが心の中で固着した際にそれを断ち切る三つの思いが対抗する。すなわち、天使的な思い、私たちの意志から生じる思い（それがより良いものへと向かうとき）、そして人間の性質から生じるもう一つの私たちの思いである。この後者の思いに動かされて、異教徒でさえも、例えば自分の子供を愛し、両親を敬うのである。一方、善なる思いに立ち向かうのは、ただ二つの思いのみである。すなわち、悪魔的な思いと、悪へと傾いた私たちの意志から生じる私たちの思いである。なぜなら、本性からはいかなる悪しき思いも生じないからである。私たちは初めから悪ではなかった。主がご自身の畑に善の種を蒔いてくださったからである。悪が存在しなかった時代があり、また、悪が存在しなくなる時代が来るだろう。美德の種は消えることがない。このことを私に確信させてくれるのは、福音書に登場するあの金持ちである。彼は地獄に裁かれてもなお、兄弟たちに対して憐れみを示した。そして、憐れみこそが美德の最も優れた種なのである。

**66.** 不浄な悪魔たちの中には、常に読書の傍らに潜み、あらゆる手段を講じて彼らの心を他のことにそらそうとする者たちがいる。しばしば、彼らは神聖な聖書そのものから口実を取り、人々を邪惡な考えへと導く。また、普段とは違ってあくびをさせたり、普段とは大きく異なる重い眠気を誘ったりすることもある。私はこれを身をもって体験したが、頻繁にそれに遭いながらも、その理由をよく理解していなかった。また、聖マカリアからは、時外れのあくびや眠りも悪魔によるものであると聞いた。その証拠として、彼は、古くから伝わる記憶にないほどの古い伝承に基づき、あくびをした際に口元に十字を切る習慣を挙げている。私たちが彼らからこれらすべてに悩まされるのは、聖書を読む際に冷静な注意を払わず、生ける神の聖なる御言葉を朗読していることを忘れてしまっているからである。

**67.** 悪魔たちの中には、戦いで力尽きてしまう者がいるが、その前に愛する情欲を動き出させることに成功する場合がある。この現象を観察した結果、私は次のようなことを発見した：ある情欲に関する思いが長い間めったに浮かばなかったにもかかわらず、その後、突然予期せず動き出し、心を焼き尽くし始めるようなことがあり、しかも私たちが不注意によってそのきっかけを与えたわけでもない場合、それは以前よりもさらに邪惡な悪魔が私たちに取り付き、去った者の代わりとなって、その悪行を成し遂げたのだと知れ。これを見たとき、心は主のもとに駆け寄り、救いの兜を被り、義の鎧を身にまとい、霊の剣を抜き、信仰の盾を掲げ（エフェソ6:14-17）、涙を流しながら天を見上げ、こう叫ぶべきである。主イエス・キリストよ、「わが救いの力」（詩編139:8）。「あなたの耳をわたしに向け、速やかにわたしを救い出してください。神なる守り手となり、わたしを救うための避難所となってください」（詩編30:3）。とりわけ、断食と徹夜祈祷によって、その剣を輝かせさせよ。その後、たとえ彼がまだしばらくの間、悪者の燃え盛る矢に襲われ、打ちのめされて苦しむことになっても、結局のところ、この悪魔もまた、やがてその先駆者と同じようになり、静まり返るだろう。そして、彼に代わるさらに邪惡な者が現れるまでは。

**68.** 不浄な思いはしばしば多くの事柄に及んで広がり、燃え盛る情欲に駆られて、大海原を渡り、長い道のりを躊躇なく進む。しかし、それらが多少浄化されると、それらは（抑制のきか

ないもの）よりもはるかに制約を受け、情熱の弱さゆえに多くの事柄へと広く広がることができなくなる。それゆえ、それらは主に自然な範囲内で動き、賢明なソロモンによれば、ある時期には（箴言7:12）とされ、不法な葦の編み物（出エジプト記5:12,7）のために葦を集め、雑草には手を触れない。それゆえ、あらゆる手段を尽くして心を守り、「山羊が罅から逃れるように、鳥が網から逃れるように」（箴言6:5）救われるべきである。なぜなら、汚れのある魂を清めることは、一度清められたものの、再び傷に覆われてしまった魂を、健康へと立ち返らせることよりも容易だからである。それは、悲しみの悪魔による障壁が強まっているためであり、その悪魔は常に瞳に飛び込み、祈りの最中に罪深い情欲という偶像を露わにするからである。

69. 罪によって死んだ理性的な本性を、キリストはすべての時代（すなわち、過去、現在、そしてとりわけ未来）を凝視させることによって（悔い改めへと）目覚めさせ、また、御父は、その後キリストの死、すなわち罪に対する死によって死にゆくこの魂を、神の知識によってよみがえらせられる。これこそが、使徒の言葉「もし彼と共に死んだのなら、彼と共に生きるであろう」（Ⅱテモテ2:11）の意味するところである。

70. 心が古い人を脱ぎ捨て、恵みによる人をまとうとき、その人は祈りの最中に、サファイアや空の色のような自らの状態を目にする。それは聖書において「神の御所」と呼ばれ、シナイ山で長老たちが目撃したものと同一である（出エジプト記24,10）。

71. 心は、物質的・被造物に関するあらゆる思いよりも高くならなければ、自分の中に神の御座を見ることはできない。しかし、感覚的な対象に心を縛りつけ、それらについての思いを生み出す情欲を脱ぎ捨てなければ、心はそれらの思いよりも高くなることはない。これらの情欲からは徳によって、単純な思考からは霊的な観想によって脱却するが、祈りの最中に神の御座を映し出す光が現れたとき、それさえも捨て去ることになる。

## 2. 修道士エヴァグリオス著『活動的な生活について』百章

1. 聖なる、そして最も経験豊かな私たちの師はこう語った。「修道士は、あたかも明日死ぬかのように心構えをすべきであり、また、あたかも長生きするかのように自分の体を扱うべきである。」なぜなら、そうすることで、落胆の思いが断ち切られ、修道士は最も熱心になるからであり、また、それは身体を健全に保ち、常に等しい節制を守るよう促すからである。

2. 私は、虚栄の悪魔が、ほとんどすべての悪魔に追われながらも、恥知らずにも自分を追う者たちの死体の上に立ち、修道士に自らの美德の偉大さを誇示していることを知った<sup>60</sup>。

3. 悪魔たちの違いを見極め、その現れる時機を見逃してはならない。思いから（そして思いは行いから）、どの悪魔が稀ではあるが重くのしかかるか、どの悪魔が絶え間ないが比較的軽いのか、どの悪魔が突然襲いかかり、心を神への冒瀆へと誘い込むかを悟るのだ。また、思いがその対象を動かし始めたとき、普段の精神状態から逸脱する前に、それらに反対する言葉を口にし、その中に潜む存在を見抜くよう注意を払わなければならない。そうすれば、神の助けにより私たち自身も成功を収め、悪魔たちを私たちに驚かせつつ、悲しみに満ちて立ち去らせることができるからである。

4. 修道士たちと戦って疲れ果てた悪魔たちは、少し距離を置いて、その隙にどの美德が軽んじられるかを観察し、突然その弱点に襲いかかって、哀れな魂を略奪する。

5. 邪悪な悪魔たちは、時に自分たちよりもさらに邪悪な悪魔たちを援軍として呼び寄せ、計画を練って互いに戦い始めるが、魂を滅ぼすという点においてのみ、互いに一致している。

6. 神を冒瀆する思いや、筆に記すことさえ恥ずかしいほど下品な妄想へと心を奪い去ろうとする悪魔に、私たちが惑わされたり、善き熱意が阻まれたりすることのないように。人の心を見通す神は、たとえこの世にあってさえ、私たちがそのような狂気に陥ったことはなかったことをご存じである。この悪魔の目的は、私たちが祈りをやめるように仕向けることにある。そうし

<sup>60</sup> おそらく、すべての悪魔が追い払われ、打ち負かされた後、彼らは打ち負かされた悪魔たちの死体の上に立つことになるのだろう。



て、私たちが主なる神の御前に立つとき、そのような思いを抱いてしまった御方に対して、手を挙げて祈ることを敢えてできなくさせるためである。

7. 魂の中で働く情欲の兆候としては、口に出した言葉、あるいは身体で行った動作などがあり、敵たちはそれらによって、私たちが心の中に彼らの思いを抱き、その種に苦しんでいるのか、それともそれらを拒絶して自らの救いを求めているのかを見抜くのです。 私たちを創造された唯一の神は、すべてをご存知であり、心に隠されたことを知るために、目に見える兆候など必要とされない。

8. 悪魔たちは、一般信徒に対しては物そのものを媒介として戦いを繰り広げるが、修道士に対しては、彼らが荒野で物を持たないため、主に思いを通じて戦う。しかし、行いよりも思いによって罪を犯す方が容易で速いだけに、思いによる戦いは、物を媒介として行われる戦いよりも厳しいものである。 心とは、極めて機敏で抑えがたく、罪深い空想に堕ちやすいものである。

9. 絶えず働き、徹夜し（眠らず）、断食する（食べない）ことは、私たちに命じられてはいないが、絶えず祈ることは律法で定められている。なぜなら、魂の情欲的な部分を癒やすことを目的としたそれらの行いは、それ自体が活動するために身体を必要とするが、身体は支えなしに絶えず労苦や欠乏の中にいることはできないからである。 しかし、祈りは心を清め、闘争に強靱なものとする。心は、この肉体なしでも祈り、魂のすべての力を守るために悪魔と戦うよう造られているからである。

10. 情欲の部分と戦う悪魔たちが、眠りの中の夢の中で、知人との再会や、親族との宴会、女性たちの群れ、その他、通常情欲が好むようなものを私たちに見せ、私たちがそれに夢中になってしまうとき、それは私たちがその部分に病んでいることを意味し、私たちの中にその情欲が強いことを示している。 しかし、彼らが私たちの「怒りの部分」を支配すると、（夢の中で）私たちが恐ろしく陰しい場所を歩かせたり、武装した人々や毒蛇、肉食獣を私たちに襲いかからせたりする。 もし今、私たちが（夢の中で）そうした場所に恐怖を感じ、獣や人々に追われて逃げ出すのであれば、自分の情動的な部分に注意を払い、目覚めている間に主キリストを呼び求め、先に示された治療法を用いる必要がある。

11. 夢の中で、恥ずべき妄想を伴わない自然な身体の動きは、魂がある程度健全であることを示しているが、そのような妄想が絡み合うことは、魂が病んでいる兆候である。また、不特定の人物のイメージは、過去の情欲の名残を示し、特定の人物のイメージは、心の新たな傷を示していることを知っておくべきである。

12. 無情の兆候は、昼間は思考によって、夜は夢によって判断する。無情を魂の健康と呼び、知恵をその糧と呼ぶ。なぜなら、知恵こそが通常、私たちを聖なる力と結びつけるものであり、無形の存在との結びつきは、彼らと心が調和して初めて可能となるからである。

13. 魂には二つの安らかな状態がある。一つは、自然の精気が枯渇し、涸れ果てた結果であり、もう一つは、悪魔が退いた際に生じるものである。 前者に伴うのは、謙遜と心の碎け——涙と神への限りない奉仕であり、後者に続くのは、他の悪魔たちが去った後に修道士を支配する、高慢を伴う虚栄である。前者の状態の境界を守り抜く者は、悪魔の攻撃や策略をより早く見抜くことができる。

14. 虚栄の悪魔は淫行の悪魔と対立しており、この二者が共に魂を襲うことはあり得ない。なぜなら、一方は名誉を約束し、もう一方は不名誉に陥れるからである。 したがって、もしどちらかの悪魔が近づいてきてあなたを悩ませ始めたら、自分の中でその悪魔と対立する悪魔の思いを生み出さない。そして、もし可能であれば、いわゆる「楔で楔を打ち出す」ようにして、その悪魔を追い払うことができれば、あなたは無情の境地に近づいていることを知れ。なぜなら、あなたの心は、人間の思いによって悪魔の唆しを追い払うほど強かったからである。 しかしもちろん、謙遜によって虚栄の思いを除き去ったり、貞潔によって淫らな思いを除き去ったりすることができれば、それは最も深い無情の証となるだろう。 互いに相反するすべての悪魔に対して、このように振る舞ってみよ。そうすることで、自分がどの情熱に最も満たされているかを知ること

とになるだろう。とはいえ、神に全力を尽くして願い求めよ。神があなたを教え導き、第二の方法で敵を追い払う手助けをしてくださるよう。

15. 魂が成功すればするほど、それに立ちはだかる敵はより強くなる。その魂のそばに、常に同じ悪魔たちが付きまといているとは考えにくい。このことを最もよく知っているのは、襲い掛かる誘惑を鋭く観察している者たちであり、彼らは、かつての悪魔に代わって現れた新たな悪魔たちによって、自分たちが普段保っている無執着が以前よりも激しく揺さぶられるのを見ているのだ。

16. 完全な無情は、活動的な生活に逆らうすべての悪魔を克服した後に魂の中に現れる。一方、不完全な無情とは、魂が自らの力で、しかし妥協することなく、なおも自分に襲いかかる悪魔と戦っている状態を指す。

17. 心は、自らの内面を正さなければ、その情欲に満ちた道（試練）を無事に通り抜け、無形の領域に入ることはできない。この内面の混乱は、必ずやそれを引き起こした者たちの方へと心に向かわせるだろう。

18. 美德も悪徳も、心を盲目にさせる。前者の場合、心は悪徳を見ず、後者の場合、美德を見ない。

### 聖なる長老たちの格言

1. かつての長老たちが歩んだ道について尋ね、自らもそれに倣うことが必要である。彼らによって語られ、行われた多くの良き事柄を見出すことができる。ある長老は、愛をもって絶えず乾食を続けることは、修道士をすぐに無情の安息の地へと導くと語っている。また、彼は、夜に夢に悩まされていたある兄弟を、断食をしながら病人の世話をしに行くよう命じることで、その苦しみから解放した。なぜなら、このことについて問われたとき、彼は「情欲を鎮めるのに、慈悲ほど効果的なものはない」と答えたからである。

2. ある時の賢者が、義人アントニオスの元を訪れ、こう言った。「父よ、あなたは、書物がもたらす慰めを奪われたまま、どうしてそのような生活を耐え忍んでいるのですか？」すると彼は答えた。「哲学者よ、私の書物とは、この被造物である自然そのものです。それは常に私と共にあり、私が望む時にはいつでも、その中で神の御言葉を読み取ることができるのです。」

3. ある時、選ばれた器であるエジプトの老賢者マカリオスが私に尋ねた。「なぜ、人々に恨みを抱くと、私たちは魂の記憶力を損なう<sup>61</sup> のに、悪魔たちに恨みを抱いても害を受けないのでしょうか？」私が答えに困り、彼自身に説明を求めたところ、彼はこう言いました。「前者は（苛立ちの力という）本性に反しているのに対し、後者はそれに合致しているからです。」

4. ある日、私は真昼の最も厳しい暑さの中、聖マカリオ神父のもとを訪れ、喉の渇きにひどく苛まれながら、水を飲ませてほしいと頼んだ。しかし、彼は言った。「日陰で満足しなさい。この時間帯、旅人や船乗りたちの多くは、それさえも得られないのだから。」その後、この出来事をきっかけに節制について話を切り出したところ、彼はこう言った。「信じてほしい、わが子よ。私は丸二十年間、パンも水も睡眠も、満足するまで自分に与えてこなかったのだ。パンは重さで計って食べ、水は量って飲み、壁にもたれかかって、ほんの少しの睡眠をとっていたのだ。」

5. ある<sup>62</sup> の修道士に、父の死の知らせが届いたが、彼はそれを伝えた者にこう言った。「神を冒瀆するのはやめなさい。私の父は不死だからだ。」

6. ある兄弟がかつて長老に、家に帰った際、母や姉妹たちと一緒に食事をしてもらい、と尋ねた。すると長老は言った。「女性とは食事を共にしてはならない。」

7. ある兄弟は福音書一冊しか持っていなかったが、やがてそれを売り払い、その代金を飢えた人々の食費に充て、その際、次のような記憶に残る言葉を口にした。「私は、『財産を売り

<sup>61</sup> 『尊者たちの物語』によれば：神への記憶を失ってしまう。

<sup>62</sup> パラディオによれば——エヴァグリオス自身による。しかし、エウガリウスはここで、自身の言葉ではなく、かつての長老たちの格言を引用している。

払い、貧しい人々に分け与えよ』（マタイ19:21）と私に告げる、まさにその言葉を売ったのだ。」

8. アレクサンドリアの近く、マリア湾と呼ばれる湾の最北端に、ある島があり、そこには霊的な事柄に極めて精通した一人の修道士が住んでいた。彼は、修道士たちが行うすべてのことは、五つの理由に基づいて行われていると語った。すなわち、神のため、自然の要求に従って、慣習に従って、必要に迫られて、そして手仕事のためである。また彼は、徳の本質は一つであるが、心の力によって様変わりすると語った。それは、太陽の光が形を持たないにもかかわらず、通常、それが通り抜ける開口部の形をとるのと似ている。

9. また別の修道士はこう言った。「私は、怒りのきっかけを断ち切るために、快樂を自ら断っている。なぜなら、怒りは常に快樂を巡って戦いを引き起こし、心を乱し、知恵を遠ざけることを知っているからだ。」ある長老は、愛にはパンや金銭の蓄えを守る術がない、と語っていた。また彼はこうも言った。「悪魔たちが同じ事柄で二度も私を欺いたことは、私の知る限りない。」

10. すべての兄弟を等しく愛することは不可能だが、悪意や憎しみから解放され、誰に対しても偏見なく接することはできる。神に次いで最も愛すべきは、聖なる秘跡によって私たちを清め、私たちのために祈ってくださる司祭たちであり、また、私たちの長老たちを天使のように敬わなければならない。しかし、愛する兄弟アナトリイよ、今はただ、聖霊の恵みによって熟しゆく我らのぶどうの枝から、どれほどの実を見つけ、収穫したかを、私があなたに告げるにとどめておこう。もし真理の太陽が絶えず我々を照らし、その実が完全に熟すならば、その実から、「人の心を喜ばせる」（詩編103,15）を、私を植え付けてくださった義人グリゴリオスと、私に潤いを与えてくださるこの地の尊い父たちの祈りと懇願、そして私を回心させてくださる私たちの主イエス・キリストの力によって、共に味わおうではありませんか。主には、世々限りなく栄光と権威がありますように。アーメン。

### 3. 修道士エヴァグリオスによる修道生活の模範。そこには、いかにして精進し、沈黙を守るべきかが教えられている

1. エレミヤ書にはこう記されている。「この地で妻を娶ってはならない。主はこの地で生まれる息子や娘たちについて、こう言われる。『彼らは痛ましい死を遂げる』」（16:1など）。この言葉は、使徒が次のように述べていることと同じことを示唆している。「結婚した人は、この世のことに心を砕き、いかにして妻を喜ばせるかを考える……また、結婚した妻も、この世のことに心を砕き、いかにして夫を喜ばせるかを考える」（Iコリント7:33,34）。ただし、預言者が「『痛ましい死によって滅びる』と述べているのは、単に婚姻生活から生まれた息子や娘たちのことだけではなく、心の中に生まれる息子や娘たち、すなわち肉体的な思いや欲望のことである。というのも、それらもまた、この世の痛ましく、弱く、弛緩した思索の中で死んでしまい、天の永遠の命には至らないからである。「未婚の者は」とあり、「主のことに心を配り、いかにして主に喜ばれるかを考える」（Iコリント7:32）のであり、常に青々と茂り、不滅の天のいのちの実を結ぶのである。

2. 修道士とはこのようなものであり、修道士はそうあるべきである。すなわち、妻から離れ、前述の場所で息子や娘をもうけないこと、それだけでなく、キリストの戦士として、物質を愛さず、心配事から解放され、騒がしい世の思いや行いとは無縁であるべきである。使徒もこう言っている。「兵士として従軍する者は、世の商売に心を奪われてはならず、そうしてこそ、指揮官に喜ばれるのである」（IIテモテ 2:4）。修道士はとりわけ、この世のあらゆるものを捨て去り、沈黙という美しく善き戦利品（勝利の証）を目指して、この状態に留まらなければならない。沈黙の中での奮闘は、なんと美しく、なんと善いことか。まことに、なんと美しく、なんと善いことか！「そのくびきは良きものであり、その荷は軽い」（マタイ11:30）：その生活は甘美であり、その行いは愛すべきものである。

3. 愛する者よ、あなたは隠遁生活を正しく受け入れ、沈黙の栄光を目指して邁進したいと願うか。世俗の心配事、すなわちその原理や権力をそこに置き去りにしなさい。つまり、物質的でないかのように、無情であり、あらゆる欲望から遠ざかりなさい。そうすれば、それに伴う煩わしい不測の事態から解放され、真に沈黙を守ることができるだろう。なぜなら、もし誰かがこれらすべてから自らを切り離さなければ、この種の生活を正しく営むことはできないからである。食事は、多様で気晴らしに誘うようなものではなく、質素で、手に入りやすく、手間のかからないものを選びなさい。たとえ「異国趣味」という名目で、高価な料理を思い浮かべたとしても、それを一切気に留めず、捨て去りなさい。なぜなら、それによって敵はあなたを惑わし、沈黙から遠ざけようとするからです。マルタの姿に、このことに心を砕く魂を戒め、「あなたは多くのことを心配し、多くのことを言っている。必要なことはただ一つだけだ」（ルカ10:41）と語っておられる。それは神の御言葉に耳を傾けることであり、それ以外のものはその後、苦勞せずに手に入る。だからこそ、主はすぐにこう付け加えられる。「マリアは良い部分を選んだ。それは彼女から奪われることはない」（42）。また、サレプタの未亡人が預言者をどのようにもてなしたかという手本もある（列王記上17:10）。たとえパンと水が一つしかなかったとしても、それらをもって適切にもてなしを行い、それによって報いを受けることができる。しかし、もしそれさえ持っていなかったとしても、善意をもって旅人を受け入れ、彼に優しい言葉をかけさえすれば、それによって同様に旅人愛の報いを得ることができる。なぜなら、「優しい言葉は、施しよりも尊い」（シラ書18:16,17）と記されているからである。

4. また、施しについても考えるべきである。貧しい人々に施すために富を望んではならない。というのも、これもまた、しばしば虚栄という姿で現れ、心を多くの雑事へと陥らせる、悪しき者の誘惑だからである。主イエスの福音書には、良い証しを受けた未亡人の話がある。彼女は二レプタというわずかな献金で、金持ちたちの意志と力（献金の価値）を上回ったのである。「皆、余剰から宝物庫に献金したが、この女は全財産を献げたのだ」と主は言われた（ルカ21:4）。衣服に関しては、余分な服を欲しがってはならない。体の必要を満たすのに十分な分だけを用意すればよい。「あなたの悲しみを主に委ねよ」（詩篇54:23）、そうすれば、主はあなたのために備えてくださる。「主は私たちを顧みてくださる」と、神の御言葉は語っている（Iテモテ5:7）。もし食べ物や衣服を必要としているなら、他の人々がそれらをあなたに差し出してくれるなら、恥ずかしがらずに受け取れ。それは高慢の一種だからです。たとえ自分自身がそれらを余分に持っているとしても、持たない人に分け与えなさい。神は、御自分の子ら（あるいはしもべたち）がこのように家計（あるいは経済）を営むことを望んでおられます。それゆえ、使徒もコリントの信徒への手紙の中で、必要なものに欠乏している人々について次のように述べています：「あなたがたの豊かさが彼らの不足を補い、また彼らの豊かさがあなたがたの不足を補うようにし、均等が保たれるようにせよ。すなわち、『多くのものは増やさず、少ないものは減らさない』と書かれているとおりである」（IIコリント8:14,15）。ですから、現時点で必要なものを備えているなら、将来のこと、例えば明日や一週間、一ヶ月、あるいは一年先のことについて心配する必要はありません。明日が来れば、あなたがたの天の御国と神の義を第一に求めるならば、その時が来れば、必要なものは自然と与えられるだろう。主はこう言われている。「まず神の御国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべてあなたに与えられる」（マタイ6:33）。

5. 少年を受け入れてはならない。敵が彼を口実に何らかの誘惑を仕掛け、貴重な食事の心配であなたの心を乱すことのないように。そうすれば、もはや自分自身のことさえ顧みられなくなるからだ。たとえ（少年を預かるという）その考えが、（あたかも必要であるかのように）肉体の安らぎを求めて浮かんだとしても、あなたはそれよりも優れたもの、すなわち霊的な平安を求めなさい。なぜなら、霊的な平安は、いかなる点においても肉体の安らぎよりも優れているからである。たとえその考えが、「少年のためになるからそうすべきだ」と囁いてきても、それを信じてはならない。なぜなら、それは私たちの仕事ではなく、キノヴィアに住む他の聖なる父たちの仕事だからだ。沈黙の生活の規律を正しく守りつつ、自分の利益だけを考えなさい。物質を

愛し、煩わしい人々との共同生活を好んではない。独りで暮らすか、あるいは物質を愛さず、あなたと志を同じくする兄弟たちと共に暮らすのだ。物質を愛し、煩わしい人々と共に暮らす者は、当然ながら、彼らと同じような煩わしさに染まり、人間の慣習や空虚な言葉、その他あらゆる悪事、怒り、悲しみ、激しい物質愛、恐怖、混乱に身を投じるようになるだろう。親の心配事や親族との交友に気を取られることを許してはならない。彼らとの頻繁な面会を断りなさい。そうすれば、彼らがあなたの修道室の静寂を奪い、彼らにありがちな煩わしさにあなたを陥れることはないだろう。「死者を葬るのは、その死者たちの者に任せなさい。あなたは、わたしについてきなさい」と主は言われる（マタイ8:22）。たとえあなたが住んでいる修道院が騒がしい場所であったとしても、そこから逃げ出せ。その場所への愛ゆえに心が乱されないよう、その場所さえも惜しむな。そうして、沈黙を保つためにあらゆることを行い、あらゆることを成し遂げ、すべてから身を切り離し、ただ一つ、いかにして神の御心にとどまり、目に見えない力と成功裏に戦うかを心掛けよ。

6. もし自分の国で適切に沈黙を保つことができないなら、異国の地で沈黙を保つことを決意し、そのことに全精神を注ぎなさい。熟練した商人のように、真の沈黙を築くためにあらゆることを試し、そのために必要かつ有益なことはすべて受け入れるようにしなさい。いずれにせよ、あなたに言うておくが、放浪の生活を愛しなさい。それは、自国では避けられない不都合から解放し、沈黙の生活のあらゆる恵みを味わわせてくれるからだ。都会への出入りは避け、忍耐強く荒野に留まりなさい。「見よ、私は逃げ去り、荒野に住んだ」と聖ダビデは言っている（詩篇54:8）。可能であれば、都市には全く足を踏み入れるな。なぜなら、そこには有益なものは何もなく、役に立つものもなく、あなたが選んだ修道生活という生き方にふさわしいものは何一つ見当たらないからだ。「私は見た」と、同じ聖人は再び言う。「都には不法と争いがある」（詩篇54:10）。それゆえ、人里離れた、気を散らすものがない場所を探し、そこに住むことを恐れてはならない。もしそこで悪魔の幻影を見ても、恐れてはならず、私たちににとって救いとなるこの戦場から逃げ出してはならない。恐れずに耐え忍べば、神の偉大さ（出エジプト記14:13）、守り、覆い、そして救いに関するあらゆる他の証しを目にするだろう。「私は待ち望む」と、その祝福された人は言う。「私を臆病さと嵐から救い出してくれる神を」（詩篇54:9）。（静かに生きるという）あなたの意志が、気晴らしのために外に出たいという欲望に打ち負かされないようにしなさい。なぜなら、そのような欲望に駆られた彷徨いは、悪意のない心を歪めてしまうからである（テサロニケの信徒への手紙一 4:12）。そこから多くの誘惑が生じる。墮落を恐れ、自分の修道室にしっかりと留まりなさい。

7. 友人がいるなら、彼らとの頻繁な面会を避けなさい。長い間隔を置いて会うことは、あなたにとっても彼らにとっても有益である。もし彼らから何らかの害を受けると感じたら、全く近づいてはならない。あなたには、あなたにとって有益であり、あなたの生活に役立つような友人を持ちなさい。悪意に満ち、不和を招く者たちとの出会いを避け、そのような者たちとは決して共に暮らしてはならない。また、彼らの不善な提案を拒絶せよ。彼らは神に仕えておらず、神のために生きてはいないからである。あなたの友は、平和を愛する者たち、霊的な兄弟たち、聖なる父たちであるようにせよ。主は、次のように語って、そのような人々をそう呼ばれたからである。「わたしの母、わたしの兄弟、わたしの姉妹とは、天におられるわたしの父の御心を行う者たちのことである」（マタイ12:50、マルコ3:35）。煩わしく、せわしい者たちとは付き合うな。また、彼らの食卓に招かれても行ってはならない。彼らがあなたをその誘惑に引き込み、沈黙の生活の教えや技法から遠ざけてしまわないように。彼らには（人を引き込むという）そのような情熱があるからだ。彼らの言葉に耳を傾けてはならず、彼らの心の企みを受け入れてはならない。彼らはまことに有害だからである。あなたの魂は地上の忠実な者たちに向けられ、ダビデの例に倣い、彼らの嘆きに心を痛めよ。ダビデはこう言っている。「わが目は地上の忠実な者たちに向けられ、彼らをわが傍らに据えよう」（詩編100,6）。もし、神の愛の道を歩む者の中で、あなたのところに来て、パンと塩を味わうよう招く者がいて、あなたが行きたいと思うなら、行ってよい。しかし、すぐに自分の修道室に戻りなさい。可能であれば、決して自分の修道室の



外で夜を明かさないようにしなさい。そうすれば、沈黙の恵みが常にあなたと共にあり、あなたが定めた修道室での務めを妨げられることなく果たすことができるでしょう。

8. 美味しい料理への欲望に甘んじてはならず、贅沢な快樂の誘惑に惑わされてはならない。なぜなら、使徒が言うように、「贅沢に食う者は、生きたまま死んでいる」からである（テモテへの手紙Ⅰ 5:6）。他人の料理で腹を満たしてはならない。そうすれば、それに執着したり、外で頻繁に食事をする習慣がついたりすることを防げる。なぜなら、「腹を満たすことに惑わされてはならない」（箴言24:15）と記されているからである。もし、自分の部屋から頻繁に呼び出されるのを見たら、断りなさい。部屋の外に頻繁に出入りすることは有害だからです。それは恵みを奪い、思考を曇らせ、（神と共に静かに過ごすという）温かい願いを蝕んでしまうからです。ワインを例に考えてみよう。長い間、一つの場所に静かに置かれていれば、よく熟成し、澄んで香ばしくなる。しかし、あちこちと移動させると、沈殿物や酵母が浮き上がり、濁って暗くなり、味も不快なものになってしまう。自分をそれに例えて、前者の状態のように振る舞うよう努めなさい。多くの者との交わりを断ち、あなたの心が雑念に散らされず、沈黙の規律が乱されないようにしなさい。手仕事を身につけ、可能であれば昼夜を問わずそれに専念しなさい。そうすれば、自分自身が誰にも負担をかけないだけでなく、聖使徒パウロが戒めているように（テサロニケの信徒への手紙二 3:12、エフェソの信徒への手紙 4:28）、他者に施すこともできるようになる。そうすることで、あなたは落胆という悪魔に打ち勝ち、他のあらゆる敵の欲望を切り離すことができるでしょう。なぜなら、落胆の霊は通常、怠惰な者に襲いかかるものであり、賢者はそのような者について「彼は欲望の中にいる」と語っているからです（箴言13:4）。与えること、受け取ることから、罪を免れることはできない。それゆえ、何かを売るにせよ、買うにせよ、真の価値に比べてわずかな損失を被ることを厭ってはならない。そうすることで、真の価値を追求する際に、利欲に駆られた者たちの策略に惑わされず、魂にとって破滅的な行い——争い、誓いの破り、言葉の裏切り——に陥ることなく、それによって、我々の地位が持つ尊厳を汚したり、辱めたりすることのないように。このことを心に留め、与えることにも受け取ることにも慎重に振る舞いなさい<sup>63</sup>。もしあなたがより良い道を選びたいと望むなら——それはあなたにとって可能である——自分自身への配慮を、信頼できる他者に委ねなさい。そうして心穏やかになり（煩わしい心配事から解放され、内面が平穏になる）、その後、希望に満ち溢れ、善き喜びに満ちた生活を送れるように。

9. 沈黙の戒律は、あなたにこのような有益な行いを義務づけている。さて、その戒律においてさらに守らなければならないことについて、これからあなたに示そう。あなたは私の言葉に耳を傾け、私が命じることを実行しなさい。自分の独房に座り、死の日を思い起こし、その時の肉体の死を想像し、（魂が置かれるであろう）極限の状態を思い描き、それについて心を痛めなさい。そうすることで、世を騒がせる虚栄に対する軽蔑を自分の中に強め、あなたが選んだ謙虚な運命への愛を燃え上がらせ、揺るぎなく、衰えることなく沈黙の中に留まりたいと切望するようになるだろう。また、地獄にいる魂たちの現在の状態についても思い起こせ。彼らがそこでのような状態にあるか、どのような苦い沈黙の中にあり、どのような苦痛に満ちた嘆き声を上げ、どのような恐怖と（最後の審判への）期待による戦慄の中にあり、彼らの絶え間ない心の苦悩がどのようなものか、彼らの計り知れない涙がどのようなものかを考えよ。また、復活の日と神の御前に立つ日についても思い起こしなさい。その恐ろしく、戦慄を覚えるような審判を想像し、そこで罪人たちが待ち受けるもの——神と御子キリストの御前、天使たち、大天使、権威者、そしてすべての人々の前で感じる恥を、また、あらゆる苦しみ——永遠の火、眠ることのない虫、タルタロス、暗闇、そしてこれらすべてに重なる歯ざしり、恐怖、そして耐え難い苦しみ——を思い描いてください。また、義人たちに用意されている祝福——父なる神と御子キリスト、天使たち、大天使たち、権威者たち、そしてすべての聖徒たちとの大胆な交わり、宝に満ちた御国、喜びと至福——についても思い起こしなさい。その両方とも、心に留めておきなさい。そして

<sup>63</sup> 「与えること」と「受け取ること」——これは、世の中のあらゆる取引や他者とのあらゆる関係を表す言葉である。与えることと受け取ることには、他者との交わりや取引と同じことが含まれている。



、罪人たちの末路については嘆き、泣き、嘆きの衣をまとい、あたかも自分自身が彼らの数に加わることを恐れるように恐れつつ、義人たちに用意された恵みについては喜び、歓喜し、楽しみなさい。そして、これらの（恵み）に与かるよう努め、あの（苦しみ）を避けるようにしなさい。どうか、これを決して忘れないようにしなさい。自分の修道室にしようが、外にしようが、このことを心に留め続け、せめてそれによって、不浄で有害な思いから逃れられるようにしなさい。

**10.** 主の御前で、あなたの力の及ぶ限り断食を行いなさい。それはあなたの罪と不義を清め、魂を穏やかで威厳あるものにし、心を聖別し、悪霊を追い払い、神に近づけてくれる。一日に一度味わったなら、二度目は欲しがってはならない。そうすれば、過度な依存に陥ることなく、心を乱すこともないだろう。それによって、あなたは常に慈善の行いに使うものを持ち続け、肉欲も死滅するだろう。しかし、もし兄弟たちが集まり、あなたが二度目や三度目に食べなければならないことがあっても、顔を曇らせたり不機嫌になったりせず、むしろ兄弟たちの必要に奉仕できたことを喜びなさい。二度目や三度目に食べる際には、愛の律法を全うできたこと、そしてそれゆえに、あなたの人生を神ご自身が守ってくださることを神に感謝しなさい。時には病気が起こり、肉体の衰弱ゆえに二度、三度、あるいは何度も食事を摂らなければならないこともあるが、そのことで心を乱してはならない。なぜなら、私たちの生活における肉体の修行を、病気の時でさえも厳格に守り通す必要はなく、一部の点では緩和を許容し、一刻も早く健康を回復して、再び同じ修行の労苦を始めるべきだからである。どのような食物を控えるべきかについて、神の御言葉は食べることを禁じてはおらず、むしろこう語っておられます。「わたしはあなたがたに、草のすべてのものを与えた。食べてよい。何事も疑ってはならない」（創世記9:3、コリントの信徒への手紙一10:25、27）。また、「口に入らないものは、人を汚すことはない」（マタイ15:11）とも述べられている。したがって、特定の食物を控えることは、常に私たちの自由意志によるものであり、魂の自発的な修行であるべきである。

**11.** 裸の地面での就寝、徹夜、そしてその他あらゆる過酷な試練を、すべての聖徒たちと共にあなたに現れる栄光を仰ぎ見ながら、喜んで耐え忍びなさい。「今この時の苦難は、私たちの中に現れようとする栄光に比べれば、取るに足らないものだからです」と使徒は言っています（ローマ8:18）。心が落ち込んだときは、書かれているとおりに（ヤコブ5:13）に祈りなさい。しかし、恐れと震えをもって、心を痛め、冷静かつ冴えた心で祈りなさい。特に、この事柄において常に私たちを妨害しようと企む、悪意に満ちた狡猾な目に見えない敵たちのために、このように祈らなければならない。彼らが私たちが祈りに立っているのを見ると、彼らは素早く私たちに近づき、祈りの最中に思い起こしたり考えたりしてはならないことを私たちの心に植え付け、私たちの心を捕らえ、祈りの時間における私たちの嘆願や祈りを実りのない、虚しい、無益なものにしてしまうのです。なぜなら、前述の通り、恐れと畏敬の念、そして冷静さと覚醒をもって行われない限り、祈りや懇願、願い事は空しく無益なものとなるからです。もし、王や人の前に出る際、誰もが恐れと戦慄をもって、全神経を集中させて願いを述べるのであれば、ましてや、万物の主である神、そして王たちの王であり、支配者たちの主であるキリストの前では、なおさらそのように立ち、同じように御前で祈りと懇願を捧げるべきではないでしょうか。私たちの神に、世々限りなく栄光がありますように。アーメン。

#### 4. 修道士エヴァグリオス著『33の類比、あるいは擬人』

1. 黄疸とは、魂が悪しき状態にあり、神およびすべての被造物を誤って見ている状態である。
2. 後退とは、理性的な本性の欠陥であり、それによって、その本性は徳や神学に対して頑固になってしまう。
3. 化膿とは、魂の理性的な部分を蝕む、怒りの燃え上がりや動きのことである。
4. 失明とは、実践的な美德にも、存在の認識にも努力を傾けない、知性の無知である。
5. 麻痺とは、能動的な美德に対する理性的な魂の不動、あるいは動きにくさである。

6. 膿漏とは、怠慢による理性的な魂の弛緩であり、その状態において、魂は通常、霊的な教えの言葉を拒絶する。

7. 感覚麻痺とは、理性的な魂の気力の喪失であり、それによって、キリストが私たちの内に現れるための美德を拒絶する。

8. ハンセン病とは、理性ある魂の不信仰であり、その状態において、たとえ言葉の真理をまるで実感しているかのように思えても、それを確信することができない。

9. 失神とは、徳と神学において成功を収めた後、理性的な魂が再び悪へと傾くことである。

10. 脳震盪とは、理性ある魂の邪悪な状態であり、そこでは、善そのもののためではなく、単に善という名目だけで美德に固執している。

11. 鼻水とは、キリストの芳香を感じさせていた徳の喪失である。

12. 難聴とは、理性ある魂が精神的な教えを拒絶するようになる、その魂の硬化である。

13. 白内障とは、霊的観想の状態からの堕落、あるいは存在に対する誤った見解を自らに定着させることである。

14. 吃音とは、理性ある魂の病であり、その中で魂は偶然の出来事に惑わされ、あらゆる事において神に感謝することができなくなる。

15. 足の不自由さは、理性ある魂が真の美德を実践する力を持たないことである。

16. 水腫とは、美德が押し殺され、悪と無知が魂の中で支配的となる、理性を欠いた魂の道からの逸脱である。

17. アリは勤勉な生き物であり、この世において将来のために食料を蓄えている。

18. ヒログリル（豚の一種）は、私たちの救い主キリストの戒めを受け入れた、不浄な異教徒である。

19. イナゴとは、死に侵されることなく、種子を糧とする知性ある魂である（おそらく：死を恐れず、地上の恵みを享受している）。

20. アスカラヴォティス（壁や天井を自由に駆け回るトカゲの一種）とは、美德を基盤として、天の力の知恵の中に漂う実践的な知性である。

21. スキメン・ルヴォフ（子ライオン）とは、自らの内に宿る獣（情欲）を制し、それらを支配した無情な人間である。

22. コチェトとは、知恵に満ちた霊的な人間であり、賢明な太陽から訪れる日を他の魂たちに福音を伝える者である。

23. 鹿とは、自身の乱れた思考を正しく統制する、活動的な男のことである。

24. ヒルは、知性ある魂から正義の血を吸い取る不浄な力である。

25. 地獄とは、神を仰ぎ見る力を失った後、理性的存在を覆い隠す無知の闇である。

26. 妻とは、理知ある魂を不浄へと陥れる狂気である。

27. 大地とは、不敬虔と不法から成る邪悪な状態である。

28. 火とは、理性ある被造物の中から神の美德を根絶やしにする悪である。

29. 水とは、真の知識を消し去る偽りの知識である。

30. 嘲笑する眼は、神の知恵を嘲り、存在における神の英知を冒瀆する不浄な力である。

31. カラスは、悪を根絶する聖なる力である。

32. 深淵とは、無知と悪によって蝕まれた理性ある魂である。

33. 鷲の雛は、不浄な悪魔を打ち倒すことを任された聖なる力である。

## 5. 霊的生活に関する彼の言葉（アルファベット順）

1. 名誉を求める者が、その名誉のために労苦を厭うのは不適切である。

2. 神を知りたいか？ まずは自分自身を知れ。

3. 真の友とは、喜びの出来事を急いで知らせてくれる者である。

4. 卑しい行いをしているのに、自分を高く評価するのは、何事にもそぐわない。

5. あらゆる自惚れは、自己認識の妨げとなる。
6. 愚かな人生の支配者は、イゲモン（支配者）である。
7. 魂の高貴さは、その穏やかな心持ちに現れる。
8. 自分自身と矛盾しない者（理性的な本性の要求に従って生きる者）こそ、神を敬う者である。
9. 神の神殿とは、非の打ち所のない人間である。
10. 最も邪惡な貪欲とは、放蕩な生活である。
11. 言うべきことを、言うべき時に言いなさい。そうすれば、言うべきでないことは耳に入らない。
12. 最高の財産は、誠実な友である。
13. 魂の病とは、虚栄心である。
14. 旅人と貧しい者——神のコロリウム（黙示録 3, 18）。「コロリウムをあなたの目に塗れ、そうすれば見えるようになる」。コロリウムとは、困窮する者への慈悲のことである。
15. 彼らを受け入れる者は、まもなく目を開かれる。
16. すべての人に施しをするのは良いことだが、特に、その恩に報いることのできない者たちにはなおさらである。
17. 真実な弁士は、冷たい水の杯である。
18. 貞潔と心の柔和——ケルビム。
19. 老後の名誉は、老いる前の勤勉さの証である。
20. 若き日の勤勉さは、老後の名誉の保証である。
21. 魂の居間（メゾニン）とは、真の観想である。
22. 愛すべきでないものを愛すれば、愛すべきものを愛せなくなる。
23. 偽物の友よりも、偽物の金を受け入れるほうがましである。
24. 神の御心にかなう清らかな魂——それこそが神である。
25. すべてのを憎む自愛こそが、悲しみをもたらす！

## 6. 同著者のその他の格言

1. 愛の始まりは「ypolefis doxes」——互いに敬意を払うこと（あるいは、互いに対する良い印象、あるいは相手の称賛すべき美德を想定すること）。
2. 柔和さと愛をもって富を築くことは良いことである。
3. 誇り高い思いは、美德の気配を漂わせていた。
4. 施しによって道は平らになる。
5. 不公正な裁判官——それは汚された良心である。
6. 肉欲の奴隷となることは恥すべきことである。
7. 悲しみのない人生を送りたければ、神に喜ばれるよう努めよ。
8. 自分自身を大切にする者には、神もまたその者を大切にしてくださる。
9. 貞潔な心は、瞑想の安息の地である。
10. 自分が何者かを知りたければ、かつての自分ではなく、初めからどのように創造されたかを見よ。
11. 虚栄に満ちた魂は、水のない穴である。
12. 高慢な魂は強盜の巢窟であり、それは知恵の声を容認しない。
13. 真の人の悪しき迷いは、聖書を知らないことである。
14. もし神を畏れるなら、涙の中から悟りなさい。
15. 魂の謙遜は、打ち砕くことのできない武器である。
16. 徳ある人は、樂園の木である。
17. イエス・キリストは命の木である。それを正しく用いれば、永遠に死ぬことはない。
18. 真に貧しい者に施しをすれば、キリストを味わうことになる。

19. キリストの御体を味わうことこそ、真の力である。
20. もしキリストを愛するなら、その戒めを守ることを忘れてはならない。
21. なぜなら、そこから、神に次いで誰が善を行う者であるかが分かるからである。
22. 神にかなう友は、真理の言葉の中に蜜と乳を注ぎ出す。
23. 怠惰な魂には、そのような友は得られない。
24. 快楽を追ひ求める思いは、残酷な専制君主である。
25. 真理を黙して隠すことは、金を地中に埋めるようなものである。
26. 神を畏れる者は、すべてを神に従って行く。

## 7. アナトリーへの「八つの思い」について

1. すべての主要な思いは八つあり、そこから他のすべての思いが生じる。第一の思いは食欲であり、その次は淫欲、第三は金銭欲、第四は悲しみ、第五は怒り、第六は落胆、第七は虚栄、第八は傲慢である。これらの思いが魂を悩ませるか否かは、私たちにはどうすることもできませんが、それらが長く私たちの中に留まるか否か、情欲を掻き立てるか否かは、私たち次第です。

2. 貪食の思いは、修道士に、胃や肝臓、脾臓の病気、水腫やその他の長期にわたる病気、医療品の不足、医師の不在などを装い、一刻も早く修行から退くよう唆す。その際、まさにそのような病気に罹ったことのある兄弟たちのことを思い出させる。時には、敵が患った兄弟たち自身に、断食者たちのところへ行って自分の体験を語り、それが過度に厳しい禁欲のせいだと付け加えるよう唆すこともある。

3. 淫行の悪魔は肉欲を煽り立て、禁欲者たちに激しく襲いかかり、禁欲には何の益もないと思込ませて、禁欲をやめさせようとする。魂を穢し、そのような行いに駆り立てるとともに、あたかもその出来事が目の前にあるかのように、魂が特定の言葉を語り、聞き取っているかのように仕向ける。

4. 金銭への執着は、長寿、手仕事をする力の喪失、飢え、病気、貧しさの悲惨さ、そして肉体の必要を満たすために他者から物を受け取ることの辛さを伴う。

5. 悲しみは、時に望ましいものを失うことによって生じ、また時には怒りを伴う。望ましいものを失うことによって生じる悲しみは、次のようにして起こる。ある思いが先に浮かび、魂に家や親族、かつての生活様式を思い出させるのである。魂がそれに反発せず、むしろそれに従い、心の中でそれらの喜びに浸っているのを見ると、その魂はに捉えられ、悲しみに沈められる。それは、対象が存在しないこと、そして、これまで送ってきた生活の規則に従えば、それらが存在し得ないことによるのである。そして、その哀れな魂は、最初の思いにどれほど夢中になって没頭していたかによって、二番目の思いに打たれ、打ちのめされる度合いもまた大きくなるのである。

6. 怒りは最も激しい情熱である。それは動き出し、不当な扱いを受けた者、あるいは不当な扱いを受けたと思われる者に対して燃え上がる。それは魂をますます苛立たせ、とりわけ祈りの最中には、悲しませた相手の顔を鮮明に思い描かせて、心を奪い去る。時には、それが魂に根を下ろし、敵意へと変わり、夜間の不安、肉体の苦痛、死の恐怖、毒を持つ爬虫類や獣による襲撃を引き起こすこともある。敵意が生じた際に起こるこれら四つの現象は、多くの思いに伴われるものであり、観察する者なら誰でもそれを確認できるだろう。

7. 落胆の悪魔は、また「正午の悪魔」（詩篇90:6）とも呼ばれ、すべての悪魔の中で最も重くのしかかる。それは午後4時頃（私たちの時間では午前10時）に修道士に襲いかかり、午後8時（午後2時）までその魂を翻弄し、まず、太陽がゆっくりとしか動かない、あるいは全く動かないこと、そして一日がまるで50時間もあるかのように感じられることを、不快に思わせるように仕向ける。その後、頻繁に窓の外を覗かせたり、さらには独房から出て太陽を眺めさせ、九時まであとどれくらいあるかを確認させようとする。その際、兄弟たちの姿がないかあちこち見回すよう、必ず彼に唆すのである。そこで悪魔は、その場所や生活様式そのものの、さらには手仕事に



対しても苛立ちを抱かせ、兄弟たちの愛は枯れ果て、慰めてくれる者は誰もいないと付け加える。もしその頃、誰かがその修道士を侮辱したことがあれば、悪魔はそれを思い起こさせ、苛立ちをさらに増幅させる。次に、必要を満たすための物資をより容易に入手できる他の場所への憧れを植え付け、それほど難しくなく、しかもより利益の多い職に就くよう仕向ける。さらに、主に喜ばれるかどうかは場所には依存しない、と付け加える。神への礼拝はどこでも行えるのだ。これと結びつけて、家族やかつての安らぎの記憶を呼び起こし、ここでは長寿を予言し、修行の苦労を思い描かせ、あらゆる策略を駆使して、修道士が最終的に小部屋を捨て、修行の道を捨てて逃げ出すように仕向ける。この悪魔の後に、すぐに別の悪魔が続くわけではない。しかし、戦って勝利した者には、その奮闘の後に穏やかな境地が訪れ、魂は言葉に尽くせぬ喜びで満たされる。

8. 虚栄心の思いは最も巧妙である。それは、正しく生きる人々の前に現れ、彼らの功績を謳い上げ、人々から称賛を集め始め、追い出される悪霊たちがどのように叫び、妻たちがどのように癒やされ、群衆が彼の衣に触れようと押し寄せる様子を呈示し、ついには彼に聖職を予言し、その人の門へと導き、彼を求める者たちを連れてくる。しかし、拒絶されたために、彼らはその人の意思に反して縛られたまま連れ去ってしまう——こうして、その人に空しい希望を抱かせた後、その心は去り、その後、彼を誘惑し続けるのは、高慢の悪魔か、あるいは悲嘆の悪魔であり、その悪魔は直ちに、その希望とは正反対の考えをその人に植え付けるのである。また、この悪魔は、ついさっきまで尊ばれ、聖なる司祭であったこの人物を、淫行の悪魔に引き渡すこともある。

9. 傲慢の悪魔は、魂の最も悲惨な堕落の原因となる。彼は、神を自分の助け手として告白するのではなく、自らの正しさを自分自身に帰し、すべての人々が彼女についてそう考えているわけではないという理由で、兄弟たちを無知な者たちとして見下すよう、彼女に吹き込むのである。高慢の後には怒りと悲しみ、そして究極の悪である精神の錯乱と狂気、さらには空中に多くの悪魔が見える幻覚が続く。

## 8. 八つの思いに関する条項と結びついた、彼の考え

1. 神の御心を得るための行いは五つある。第一は清らかな祈り、第二は詩篇の詠唱、第三は聖書の朗読、第四は自らの罪、死、そして恐ろしい審判について悔い改めの心をもって思い巡らすこと、第五は手仕事である。

2. もし、無形の者たちのように、この肉体をもって神に仕えたいと願うなら、絶えず心の中に秘めた祈りを持ち続けるよう努めなさい。そうすれば、あなたの魂は、死を迎える前に、天使たちに近づくことができるからである。

3. 魂が離れると、私たちの体は死んで悪臭を放つようになるが、同様に、祈りが働かない魂もまた、死んでおり、悪臭を放っている。しかし、祈りを失うことがあらゆる死よりも苦いことであるとみなすべきであるということは、預言者ダニエルが私たちにはっきりと教えてくれている。彼は、いかなる時であれ祈りを失うよりは、むしろ死ぬことを選んだのである。神を思い起こすことは、息をするよりも頻繁でなければならない。

4. あらゆる靈感に対して、イエスの御名を冷静に呼び求め、謙虚な心で死について思いを巡らせなさい。この二つの行いは、魂に大きな益をもたらす。

5. 神に認められたいか。それなら、人々に知られることをできるだけ避けよ。神が、あなたが魂と体の両方でなすすべてのことを見守っておられることを常に心に留めていれば、いかなる行いにおいても過ちを犯すことはなく、神をあなたの同住者として迎えることができるだろう。

6. 他者に善行を施すことほど、人を神に似せさせるものはない。しかし、善行を行う際には、それが神の摂理に逆らうことにならないよう、あらゆる点で警戒しなければならない。

7. 神にふさわしい者となるためには、神にふさわしくない行いを一切行わないことが何より重要である。

8. 徳によって、あなたの魂に神の似姿が刻み込まれるとき、あなたは神を最も栄光に満ちた形で崇めることになる。

9. 人は、神に近づくにつれて、より良くなっていく。

10. 神に栄光と礼拝を捧げる賢者は、神によって認められる。それゆえ、たとえすべての人々から知られなくとも、少しも気にかけない。分別とは、怒りが宿る魂の一部を、内なる戦いを繰り広げるよう奮い立たせることにある。知恵とは、心を絶え間ない注意深い覚醒へと駆り立てることにある。正義の務めとは、情欲が宿る魂の一部を、徳のみ、ひいては神へと導くことにある。最後に、勇気の務めとは、五感を制御し、それらが私たちの内なる人、すなわち霊、あるいは外なる人、すなわち肉体を穢すことを許さないことにある。

11. 魂とは、生きた、単純で、無形の、肉眼には見えない実体であり、また不死であり、知性と理性を備えている。肉体に目があるように、魂には知性がある。

12. 天の下に存在する知性ある被造物の中には、戦う者、守る者、そして襲いかかる者がいる。戦うのは人間であり、守る者は神の天使たちであり、襲いかかるのは不浄な力である。しかし、守り手たちの力が不足しているからでも、攻撃者たちの力が過剰だからでもなく、戦う者たちの不注意ゆえに、神聖な事柄や神ご自身に対する認識が、私たちの中に根付かないことがあるのである。

13. 悪は本来、実体ではなく、善の欠如である。それは、闇が光の不在に他ならないのと同じである。

14. 純真さは慎重さや先見の明に欠けることがあり、悪から自由で安全である者は、悪を疑うことさえしない。

15. 実に、放蕩は愚かなものであり、墮落した人々を正気に戻すための方法を、どう考えても思いつくことはできない。

16. 清らかで恵まれた魂は驚くほど鋭敏であり、悪魔がどれほど狡猾で、攻撃において極めて悪辣であっても、即座にそれを察知して追い払う。

17. 神が最も喜ばれるのは、肉体を自ら苦しめることである。

18. ある聖なる教父は、厳格で苦勞の多い修道生活を受け入れられない者は、別の方法で救いに達することができる、と語った。もし彼らが修道士たちを信じ、彼らを慰め、必要なものを与えてやるならば、それもまた、救いへと導く重要な行いのひとつとなるだろう。

19. 夜を祈りの務めに費やせば、あなたの魂はまもなく慰めを見出すだろう。

20. 穏やかな心で読書に励みなさい。そうすれば、あなたの心は絶えず神の驚くべき御業を仰ぎ見ることに引き上げられ、あたかも誰かの手が差し伸べられているかのように、そこに引き寄せられるでしょう。

21. 日中の睡眠は、身体の病、あるいは魂の気落ち、あるいはその不注意、あるいは未熟さを示している。

22. あらゆる魂は、聖霊の恵みと自らの努力と勤勉さによって、次のような資質を自らに備え、調和させることができる。知性ある言葉（おそらくは、知性を伴った雄弁さ）、思索を伴う行動、学問を伴う徳、あらゆる忘却から解放された認識を伴う信仰、そして、それらのいずれかが他より優越したり劣ったりすることのないように。なぜなら、そうして初めて、その魂は真の、善なる神、そしてただその唯一の神と結びつくからである。

23. あらゆる罪を生み出す八つの思いがある。隠遁生活を送る者たちには、落胆、虚栄、傲慢、吝嗇、悲嘆の思いがあり、他者の指導下（修道院）で暮らす者たちには、食欲、怒り、淫行の思いがある。

## 9. キノヴィアや宿舎に住む兄弟たちへの訓示

1. 神の御子らよ、神の御言葉に耳を傾けよ！ キリストの共同相続人よ、キリストの戒めに従え！

2. 信仰は愛の始まりであり、愛の終わりは神を知ることにあります。



3. 神への畏れは魂を守り、節制はそれを強める。
4. 人の忍耐は希望を生み、その良き希望は彼を栄光に導く。
5. 肉体を厳しく律する者は無情に達するが、肉体を甘やかす者は、そのために苦しむことになる。
6. 節制のない者の体には淫らな霊が宿り、節制を守る者の魂には清らかな慎み深さの霊が宿る。
7. 愛を伴った孤独は心を清め、怒りを伴った他者からの隔絶は心を乱す。
8. 憎しみを抱いて洞窟に一人で隠れるよりは、愛を持って千人の人々の間にいるほうがよい。
9. 心に恨みを抱く者は、もみ殻の中に火を隠している者に似ている。
10. 自分の体に多くの食物を与えないでいれば、夢の中で悪い夢を見ることはない。水は火を消すように、空腹は悪い夢を消すからである。
11. 怒りっぽい人は臆病だが、柔和な人は恐れを知らない。
12. 強い風は雲を追い払うが、恨みは魂から善意を追い払う。
13. 敵のために祈る者は悪を覚え、言葉を慎む者は隣人を傷つけない。
14. もしあなたの兄弟があなたを侮辱したなら、彼をあなたの家へ招き入れ、彼のもとへ行くのを怠ってはならない。そして彼と共にあなたのパンを分かち合いなさい。そうすることで、あなたは自分の魂を（反逆から）救い出し、祈りの時につまずくことはないだろう。
15. 富は知恵をもたらさず、ラクダは針の穴を通ることはできないが、神にとっては不可能なことなど何もない。
16. 金銭を愛する者は知恵を見いだせず、それを蓄える者は（無知によって）暗闇に包まれる。
17. 主は謙遜な者の住まいにおられ、高慢な者の家には呪いが増し加わる。
18. 神の律法を破る者は神を冒瀆するが、それを守る者は、その創造主を賛美する。
19. 義人の魂は天使たちに導かれ、悪人の魂は悪魔たちに連れ去られる。
20. 罪が入り込むところには無知も入り込み、義人の心は知恵で満たされる。
21. 知識のある貧しさは、無知な富よりもましである。
22. 頭の上の最高の装飾は冠であり、心の最高の装飾は神への知識である。
23. 貧しい者に憐れみ深い者は怒りを根絶し、彼らを養う者は恵みに満ちる。
24. 柔和な心には知恵が宿り、無執着の座は徳ある魂である。
25. 頻繁に祈る者は誘惑を避けられるが、怠惰な者の心は思いに翻弄される。
26. 酒に溺れてはならない。そうすれば、肉欲に誘惑されることはない。
27. 肉体を過度に養ってはならない。そうすれば、邪惡な思いはあなたの中から消え去るだろう。
28. 「今日は祝日（過越祭）だから酒を飲もう」とか、「明日は五旬節だから肉を食べよう」などと言ってはならない。修道士にとって、腹を満たすための祝日などないのだ。
29. キリストの過越祭は罪からの脱却（徳と悔い改めへの移行）であり、五旬節は魂の復活である。
30. 主の祝日は悪を忘れることである。しかし、悪を覚えている者は、涙に覆われるだろう。
31. 神の祝日は真の知恵である。しかし、偽りと迷いに耳を傾ける者は、悲惨な死を遂げるだろう。
32. 魂が清くないまま満腹になるよりは、清い心で断食するほうがよい。
33. 心に宿る邪惡な思いを一掃する者は、赤ん坊を石に打ち付ける者に等しい。
34. 眠りを愛する修道士はあらゆる悪に陥るが、徹夜を愛する者は鳥のように舞い上がる。
35. 徹夜祈りの間、空虚な話にふけてはならず、靈的な言葉を拒んではならない。神はあなたの心を見守っておられ、あなたの罪を赦さないからである。

36. 長い眠りは誘惑を招くが、徹夜はそれらを追い払う。
37. 過度の睡眠は心を鈍らせるが、徹夜は知性を研ぎ澄ます。
38. 火が蠟を溶かすように、善き徹夜は邪惡な思い
39. しかし、空虚な話に時間を費やすよりは、眠るほうがましである。
40. 天使による夢は心を喜ばせ、惡魔による夢は心を乱す。
41. 悔い改めと謙遜は魂を立て直し、施しと柔和はそれを強める。
42. 常に天の父を心に留め、最後の審判を決して忘れるな。そうすれば、あなたの魂は罪に陷ることはない。
43. もし落胆の靈があなたを襲っても、自分の修道室を離れず、悲しみの時にそれではならない（あるいは、去ってはならない）。なぜなら、銀を（こすって）磨くように、あなたが揺るぎなく立ち続けるならば、あなたの心も輝きを増すからである。
44. 落胆の靈は涙を奪い、悲しみの靈は祈りを抑え込む。
45. サソ리를胸元に抱え込まないのと同じように、邪な考えを心に抱いてはならない。
46. 金や銀が火によって試されるように、修道士の心は誘惑によって試される。
47. 求める栄光に到達できない者は悲しむが、それを得る者は高ぶる。
48. あなたの心を高ぶらせてはならない。また、神の前で「私は自分自身の力でできる」と言ってはならない。そうすれば、主があなたの魂を見捨てず、邪惡な惡魔たちがそれを屈服させないだろう。さもないと、空中の敵たちがあなたを打ち倒し、夜の恐怖があなたを包み込むだろう。
49. 選ばれた器は清らかな魂であり、不浄な魂は悲しみで満たされる。
50. 乳なしには乳飲み子は育たず、無執着なしには魂は喜びを得ない。
51. 愛には無執着が先立ち、知恵には愛が先立つ。
52. 神への畏れは知恵を生み、キリストへの信仰は神への畏れを与える。
53. 炎の矢は魂に火をつけるが、善行を積む者はそれを消し去る。
54. 修道士よ、あなたの父の言葉を聞き、その教えを無駄にしてはならない。そうすれば、邪惡な思いから逃れ、邪惡な惡魔たちに打ち負かされることはない。
55. （修道院において）浪費家は兄弟たちの魂を動揺させ、修道院の財産を浪費する者は、神聖冒瀆を犯す。
56. 兄弟を悪く言う者は滅び、困窮している者を輕蔑する者は、光を見ることはない。
57. 「今日はここにいるが、明日は（修道院から）去る」などと言ってはならない。それは、あなたが知恵をもって考えたことではないからだ。
58. 放浪する修道士は偽りの言葉をでっち上げ、（戻ってくると）自分の長老を欺く。
59. 派手な服を着て腹を満たす者は、恥ずべき思いを抱き、聖徒の仲間に加わることはない。
60. 村へ行くときは、女たちに近づかず、彼女たちと会話を交わしてはならない。さもないと、釣り針を飲み込んだ魚のように、あなたの魂は彼女たちに引きずられてしまうだろう。
61. 寛大な修道士は無執着に達するが、兄弟たちを悲しませる者は憎まれることになる。
62. 主は柔和な修道士を愛し、口うるさい者を御自身から遠ざける。
63. 兄弟が悲しんでいるなら、彼を慰め、嘆いているなら、共に嘆きなさい。そうすることで、彼の心を喜ばせ、天に大きな宝を蓄えることになる。
64. あなたの長老に対する惡口に耳を傾けてはならない。また、長老を敬わない者の心を、長老に対して煽ってはならない。そうすれば、主はあなたの行いに怒りを覚え、あなたを「生ける者の書」から消し去ることはないだろう。
65. 怠惰な修道士は多くの害を被る。もしその氣性を改めなければ、修道服さえも脱ぎ捨ててしまうだろう。
66. 二枚舌の修道士は兄弟たちを動揺させるが、誠実な者は平和をもたらす。
67. 自分の強さに頼る者は倒れるが、自分をへりくだる者は高められる。

68. 腹を満たすことにふけてはならない。そうすれば、夜の眠りに打ち勝つことができる。そうすれば、すぐに清くなり、主の御霊があなたの上に降りるだろう。

69. 詩篇を歌うことで怒りは鎮まり、寛大さによって恐怖は追い払われる。

70. 宴会を頻繁に開く者は、その光が失われ、その魂は闇に覆われる。

71. パンは量り、水は計量して飲め。そうすれば、淫らな心はあなたから逃げていく。

72. 兄弟の足に罫を仕掛けるな。また、その転落を喜んでではない。主はあなたの心を見通しておられ、死の日にそのことを理由にあなたを裁かれるからである。

73. 信徒たちを誘惑する者は、罰を免れることはなく、彼らを侮辱する者は、自らの名を汚すことになる。

74. 平和を愛する者は、その蜜の巣を味わう。また、平和を増し加える者は、蜜に満たされる。

75. 神を敬えば、無形の者たちを知り、神に仕えれば、神はあなたに永遠の知恵を示してくださる。

76. キリストの肉体とは、実践的な美德のことである。それらを味わう者は、無情となる。

77. キリストの血とは、行いの区別である。それを飲む者は、それによって啓発される。

78. 主の胸は神の知恵である。そこに身を委ねる者は、神学者となる。

79. 知恵に満ちた者と善を行う者が互いに出会い、その真ん中に主がおられる。

80. あなたの洗礼の信仰を捨てず、霊的な印を損なってはならない。そうすれば、主はあなたの魂と共にあり、悪の日あなたを守ってくださる。

81. 異端者たちの言葉は死の使者であり、それを受け入れる者は自らの魂を滅ぼすことになる。

82. さあ、わが子よ、今、私の言葉に耳を傾けよ。不信仰な者たちの門に近づいてはならない。また、彼らの罫の上を歩いてはならない。そうすれば、絡め取られることはないだろう。

83. 偽りの知識からあなたの魂を遠ざけよ。私はしばしば彼ら（迷える者たち）と語り合い、彼らの陰鬱な言葉を吟味したが、そこにはアスピドの毒を見出した。それを受け入れる者は滅び、それを愛する者は悪に満ちるであろう。

84. 私は彼らの先人たちの思索を見たが、その言葉の中に真理の光を見出すことはできなかった。

85. 神の摂理の道は闇に覆われ、その運命は理性の及ばぬところにあるが、善行を積む者はそれを知る。

## 10. 処女たちへの教え

1. 主を愛せよ。そうすれば、主もあなたを愛してくださる。主に仕えよ。そうすれば、主はあなたの心を照らしてくださる。

2. あなたの母（修道院長）を、主の母として敬い、（霊的に）あなたを産んでくれた白髪の母を侮ってはならない。

3. 姉妹たちを、自分の母の娘たちのように愛し、平和の道を離れるな。

4. 昇る太陽が、あなたの手に祈りの書があるのを見届けさせ、第二時を過ぎたら、手仕事を始めなさい。

5. 絶えず祈り、あなたを新たに生み出してくださったキリストを心に留めなさい。

6. 男性の集まりを避けなさい。そうすれば、あなたの魂に偶像が残ることなく、祈りの際に妨げとなることもないでしょう。

7. あなたは愛するキリストをお持ちである。それゆえ、すべての男性を拒み去りなさい。そうすれば、あなたの生活は非難されることはない。

8. 苛立ちと怒りを自分から遠ざけ、恨みを抱く心があなたの心に宿ることのないようにしなさい。

9. 「今日は楽しみ、明日は断食しよう」などと言ってはならない。その日が何をもたらすか、あなたには分からないからだ。
10. 肉を食べるのは良くない。また、酒を飲むのはふさわしくない。これらはいずれも、病人にのみ許されることである。
11. 落ち着きのない処女は救われず、快樂にふける者は、その花婿を見ることはない。
12. 「女奴隷が私を悲しませたから、仕返しをしてやる」と言ってはならない。神の娘たちの間には奴隷関係などないのだから。
13. 虚しい言葉に耳を傾けてはならず、怠惰に過ごす老女たちの噂からは逃げよ。
14. 酔っ払いたちの宴会を見たり、世俗の婚礼に出席したりしてはならない。このようなことを行う乙女は、主の御前で皆、不浄である。
15. 神の御言葉のために口を開き、多弁を慎みなさい。
16. 神の御前でへりくだれ。そうすれば、神の御右の手があなたを高めてくださる。
17. 貧しい者が困窮している時に、彼から背を向けてはならない。そうすれば、（必要な時に）あなたの燭台から油が尽きることはない。
18. すべてのことを主のためになし、人の榮譽を求めないがよい。人の榮譽は草の花のようだが、主の榮譽は永遠に続く。
19. 主は柔和な乙女を愛されるが、怒りっぽい乙女は主の憎むところである。
20. 従順な乙女は恵みを得るが、反抗的な乙女は極めて愚かである。
21. 不平を言う乙女は主によって滅ぼされるが、すべてに感謝する乙女は死から救われる。
22. 笑いとは恥ずべきものであり、（目の）恥知らずさは非難されるべきものである。しかし、あらゆる愚かな者はそれらに陥る。
23. 華やかな衣服に身を包む者は、視線の慎みさえも失ってしまう。
24. 俗人（男女）と親しくなりすぎてはならない。そうすれば、彼らがあなたの心をそらさせ、義人の助言を無意味なものにしてしまうからだ。
25. 夜には涙を流して祈りなさい。そうすれば、誰もあなたが祈っていることに気づかず、あなたは恵みを得るだろう。
26. 気晴らしの散歩や他人の家を訪ねることは、魂の状態を乱し、その意志の決意を揺るがす。
27. 忠実な乙女は臆病ではないが、不忠実な者は自分の影さえも恐れる。
28. 弱い姉妹を軽蔑する者は、キリストから遠ざけられる。
29. 「これは私のもの、あれはあなたのもの」と言ってはならない。キリスト・イエスにおいて、すべてのものは共有されているからである。
30. 他人の暮らしぶりを詮索してはならない。また、姉妹の転落を喜んでではない。
31. 貧しい乙女たちに仕え、自分の身分を誇ってはならない。
32. 神の教会においては、口から言葉を漏らさず、誰に対しても見下すような目を向けてはならない。主はあなたの心を知っておられ、あなたのすべての思いを見通しておられるからである。
33. あらゆる悪意を自分から遠ざけよ。そうすれば、敵に打ち負かされることはない。
34. 心の中で歌え。ただ口先だけで詩篇の言葉を唱えてはならない。
35. 燃え盛る火を消し止めるのが難しいように、傷ついた乙女の魂も、癒やされることはほとんどない。
36. あなたの魂を邪惡な思いに委ねてはならない。それらがあなたの心を汚し、清らかな祈りをあなたから遠ざけることのないように。
37. 悲しみは重く、落胆は耐え難いものだが、主への涙はそれらよりも強い。
38. 飢えと渇きは邪惡な欲望を鎮め、善き徹夜は心を清める。
39. 怒りと苛立ちは愛を遠ざけ、恨みを抱くことは恵みを辱める。

40. 密かに姉妹を誹謗する者は、花婿の婚礼の殿堂の外に取り残され、戸口で叫んでも、聞く者はいない。

41. 慈悲のない乙女の灯は消え、彼女は花婿の到来を見ることができない。

42. 石の上に落ちたガラスは粉々に砕ける。夫に寄り添う乙女も、無垢ではいられない。

43. 気性の激しい怒りっぽい乙女よりも、柔和な既婚女性の方がましである。

44. 笑いながら夫の言葉を聞き入る女は、敵に自分の首に縄をかけさせるような者である。

45. 金枠に嵌められた真珠のように、敬意に包まれた貞操は尊い。

46. 悪魔的な歌とハーブは魂を緩め、その決意の堅さを揺るがす。非難されないためにも、何よりもその決意を守り通せ。

47. 嘲笑に甘んじてはならず、また悪口を言う女たちと共謀してはならない。主は彼女たちを見捨てられるからである。

48. 肉欲に溺れる姉妹を非難してはならない。また、自分の禁欲を誇ってはならない。主があなたたちについて何を思っておられるか、また、あなたたちのうち誰が主の御前に立つことになるのか、あなたは知らないからである。

49. 目が青くなり、肉体が衰えたことを嘆く者は、無欲によって喜びを得ることはない。

50. 禁欲は重く、純潔は制御しがたいが、天の花婿ほど甘いものはない。

51. 私は、自らの教えによって乙女たちを傷つけ、彼女たちの処女性を無意味なものにしてしまう男たちを見た。

52. しかし、おとめよ、あなたは神の教会の教えに耳を傾けなさい。そうすれば、他の誰もあなたを説得することはできない。

53. 神は天と地を創造し、それらを御手配しておられる。罪を犯すことのできない天使は一人もおらず、生まれつき邪悪な悪魔もいない。神は、その両者を自由意志を持って創造されたのである。

54. 人が朽ちるべき肉体と理性ある魂から成っているように、私たちの主もまた、確かに罪のない人間として生まれ、確かに食べ、確かに十字架につけられた。主は人々の目には幻影ではなかった。

55. 死者の復活があり、この世は過ぎ去り、私たちは霊的な体を受けることになる。義人は光を相続し、罪人は闇に住むことになる。

56. 処女の目は神を仰ぎ見、その耳は神の御言葉を聞くであろう。

57. 処女の清さは主の御心に適うものであり、清き処女は、その花婿の手から冠を受け取るであろう。

58. 彼女には婚礼の衣が与えられ、天において天使たちと共に喜びを分かち合うであろう。

59. 彼女の灯は消えることなく燃え続け、その燭台には油が尽きることはない。彼女は永遠の富を受け取り、神の御国を相続する。

60. あなたを守ってくださるキリストを心に留め、三位一体の御方への礼拝を忘れるな。

## 11. さまざまな邪悪な思いについて、第○章<sup>64</sup>

1. 活動的な生活に抵抗する悪魔たちの中で、戦いの最前線に立つのは、まず、情欲や肉欲を司る者たち、そして私たちに金銭への執着を植え付ける者たち、さらに私たちを人間的な名声の追求へと駆り立てる者たちである。その他の者たちは皆、彼らの後を歩み、すでに彼らによって傷つけられた者たちを次々と襲う。なぜなら、の貪食の罠に陥らなかった者は、淫行の手に落ちることはなく、また、食事や金、あるいは名声のために立ち向かい、戦っていない者は、怒りに駆られることもないからである。これらすべてにおいて何らかの損失を被らなかった者は、悲

<sup>64</sup> この論説は、聖ニロスの著作に収録されている。しかし、これらの章の間に、エヴァグリオスの他の論説の章と一字一句同じ章が存在することから、この論説も他のものと同様に、誤ってニロスの著作に組み込まれたものと考えることができる。『ドプロトリュピイア』の編纂者たちは、明らかにエヴァグリオスの著作全集からこれを引用したものである。

しみの悪魔を避けることはできず、「あらゆる悪の根源である金銭への愛」(Iテモテ 6:10)を断ち切らなかった者は、悪魔の最初の産物である高慢を免れることはできない。なぜなら、賢明なソロモンの言葉によれば、「貧しさは人を謙虚にする」(箴言 10:4)とあり、要するに、人はまずこれらの主要な悪魔に傷つけられなければ、いかなる悪魔の支配下にも陥ることはないのだ。なぜ悪魔は当時、救い主にこれら三つの考えを提示したのか。第一に、石をパンに変えてほしいと求めたとき、第二に、もし主が倒れて自分にひれ伏せば、全世界さえも与えると約束したとき、そして第三に、もし自分の言うことを聞けば、教会の翼から(教会の翼から)。しかし、主はこれらすべてを超越しておられ、悪魔に去るよう命じられた。それによって、私たちに、この三つの思いを見下さなければ悪魔を追い払うことはできないと教えてくださったのである。

2. あらゆる悪魔的な思いは、感覚的な事物のイメージを魂に持ち込み、心はその印象を受け取ると、それを自分の中で反芻する。したがって、その思いの対象によって、どのような悪魔が私たちに近づいたのかを知ることができる。例えば、私の思考の中に、私に害を与えた者や、私の名誉を傷つけた者の顔が浮かぶならば、それは恨み深い悪魔が近づいていることを示している。また、もし金や名声が再び思い浮かぶならば、その対象から、誰が私たちを悩ませているのかを知らずにはいられない。同様に、他の思いについても、その対象によって、誰が立ちはだかり、それらを植え付けているのかを特定することができる。もっとも、こうした事柄に関するすべての記憶が悪霊によるものだというわけではない。なぜなら、人が心を働かせるとき、心は通常、過去の出来事を思い描くものだからだ。しかし、悪霊による記憶とは、不自然に苛立ちや欲望を同時に呼び起こすようなものに限られる。これらの力が乱されるため、心は心の中で淫らな行いをし、争い、もはや神への思い、すなわち自らの律法制定者である神についての思いを、もはや心に留めておくことができなくなる。というのも、この輝き(すなわち、動じることのない神への思索)は、祈りの最中に物事に囚われた思いが断ち切られることを条件として、主権的な心の中に現れるからである。

3. 『実践的生活』第63章、アナトリオスへの書簡。

4. 「夢」について。悪霊たちが、眠りの中の夢において、いかにして私たちの主権的な心(精神)にイメージを刻み込み、再現させるかについては、探究に値する。これと同様のことが、通常、心(覚醒時においても)において起こる。すなわち、心が目で見たり、耳で聞いたり、あるいは他の感覚を通じて外界から何かを受け取り、それを記憶に留める際、記憶は身体を通じて受け取ったものを動かし、そのイメージを主たる心(精神)に持ち込むのである。したがって、私は、(夢の中で)悪魔たちが記憶を働かせることによって心にイメージを運び込むのだと思う。なぜなら、その間、感覚器官は眠りによって活動停止状態にあるからだ。しかし、再び問われるのは、彼らはどのようにして記憶を働かせるのか、ということだ。情動を介してなのか? そうである(情動を伴う夢を考慮に入れるならば)。これは、清らかで情動のない者たちがそのようなことを一切経験しないことから明らかである。しかし、私たち自身、あるいは聖なる力に由来する、単純な(情動を伴わない)記憶の働きもあり、それによって(私たちは)聖人たちと会話を交わし、共に夕食をとっているかのように感じられるのである。もっとも、魂が肉体を通じてどのようなイメージを捉えるかによって、記憶もまた、肉体を介さずに(すなわち、情熱を伴って、あるいは情熱を伴わずに)それらを再現することを留意すべきである。同じことが、身体が休んでいる睡眠中にも起こる。なぜなら、水を渇きを感じているときも感じていないときも思い出すことができるのと同様に、金についても、貪欲な心を持っていてもいなくても思い出すことができるからである。他の対象についても同様である。(現実においても、夢の中でも)。そして、心が(あるいは睡眠中に自己の中で)このような、あるいはあのような夢を見出すのは、この差異の中に悪魔たちの悪意(あらゆる面で私たちの破滅を企んでいる)を見出すべきである。この際、悪魔たちは夢を生み出すために外部の事象も利用していることを知っておく必要がある。例えば、誰かが泳いでいる時の波の音などである。

5. 悪魔たちの策略には、私たちの自然の本性とは異なる形で現れる苛立ちが、大いに寄与しており、あらゆる悪意ある企てにとって極めて有用である。だからこそ、悪魔たちは昼夜を問



わず、この苛立ちを煽ることを決してやめない。しかし、その怒りが柔和さによって抑えられているのを見ると、彼らはあらかじめ、一見正当な口実を装ってその怒りを解き放とうと試みる。そうして怒りが高ぶることで、彼らの獣のような悪意を煽るのに適した状態にするためである。だからこそ、正当な事由であれ不当な事由であれ、彼女を興奮させることを許してはならない。そうしてこそ、我々に悪意を植え付ける者たちの手に、危険な剣を渡すことを防げるのだ——私が知る限り、多くの者は些細なきっかけで、相応しい以上に激昂し、まさにそうしているのだから。教えてほしい、もしあなたが食物も、金も、名声も軽んじているのなら、なぜそれほどすぐに争いの状態に陥ってしまうのか？ 何も持たないと誓ったのに、なぜ犬に餌を与えるのか？ もしその犬が吠え、人々に襲いかかるなら、明らかにあなたの内側に何かがあり、それを守りたがっているのだ。怒りがそのような祈りを台無しにするものであることを知っていながら、そのような者は清らかな祈りからほど遠いと私は確信している。さらに、彼が聖人たちをいかに忘れてしまったかにも驚かされる。ダビデは「怒りをやめて、激怒を捨てよ」（詩編36:8）と叫び、伝道の書は次のように命じている。「あなたの心から激怒を捨て、あなたの肉から偽りを追い払え」（伝道の書11,10）、そして「いつでも、また『あらゆる場所で、怒りや思案を排して、敬虔な手を上げよ』（テモテへの手紙12,8）と命じる使徒を。祈りの最中に犬を家から追い出すという、古くからの慣習もまた、まさにこのことを私たちに教えているのである。なぜなら、それによって、祈る者には怒りがあってはならないということが示されているからである。異教の賢人の中にも、胆汁やモモ肉は神々が口にしないものだと言った者がいたが、彼自身、その言葉の意味を理解していなかったと思う。なぜなら、胆汁は怒りの象徴であり、モモ肉は獣的な欲望の象徴であると私は考えるからである。また、衣服や食事について気にかけるべきではないということについては、救い主ご自身が福音書の中で、「何を食べ、何を飲むか、あるいは何を着るかについて、あなたがたの魂を悩ませてはならない」（マタイ6:25）と禁じられている以上、わざわざ書く必要もないと思う。なぜなら、異教徒にとっては、主の摂理を拒み、創造主を否定する不信仰者としてふさわしいことであるが、キリスト教徒にとっては、たった一アサリで売られる二羽の雀でさえも聖なる天使たちの見守りの下にあると、一度きりで永遠に信じた以上、これは全く無縁であるべきことだからである。一方、悪魔たちには、不純な思いの後に、過度な心配の思いを植え付ける習慣がある。それは、心の内に「民」としての思いを抱くイエスをぞらさせ、心配の思いに押しつぶされた御言葉が「実を結ばない」ようにするためである（マタイ13:22）。それゆえ、それらを脇に置き、「私たちの悲しみを主に委ね」（詩編54:23）、「今あるものに満足し」（ヘブライ人への手紙13:5）、質素な生活を送り、粗末な衣服を身にまとい、日ごとに、私たちを虚栄へと誘うこれらの源を脱ぎ捨てていこう。もし、粗末な服を着ることが恥ずかしいと思う者がいるなら、聖パウロが「寒さと裸」の中で（Ⅱコリント11:27）、「義の冠」（Ⅱテモテ4:8）を受け取るという揺るぎない希望に励まされながら、どのように過ごしたかを見ているがよい。しかし、聖パウロはこの世を「競技場」であり「闘いの場」と呼んだ（Ⅰコリント9:24）のだから、もし「より高い召しの栄光」を追い求める（フィリピ3:14）という多忙な思いに囚われている者が、神の栄光を目指し、「この世の闇の支配者たち、権威、力」と戦うことができるのか（エフェソ6:12）？ 少なくとも私は、この感覚的な物語（競技場で起こる出来事）から学んだことを踏まえて、そうは断言しません。なぜなら、もし「心は自分の宝のあるところにある」という言葉が真実であるならば、その（闘士）の衣服は、心配事という思考が心を縛るのと同様に、彼を妨げ、足を絡めとるに違いないからです。なぜなら、「あなたの宝のあるところには、あなたの心もある」と書かれているからである（マタイ6:21）。

6. 思いの中には、自ら切り捨てるものもあれば、切り捨てられるものもある。時には善なる思いが悪によって切り捨てられ、また時には悪なる思いが善によって切り捨てられる。聖霊は、最初に生じた思い（すなわち、先んじて優位を占めるもの）に耳を傾け、それに基づいて私たちを裁くか、あるいは受け入れる。私が何を言っているのか。まさにその通りなのだ！ 例えば、私が「旅人をもてなす」という思いを抱き、それを主のために持っているとしても、誘惑者が現れると、その思いは、誘惑者が「栄光のために旅人をもてなせ」と吹き込むことによって、切り

捨てられてしまう。また、人々の前で自分をよく見せようという心持ちで旅人を迎え入れることもあるが、それさえも、より良い思いが訪れれば、その思いによって私たちの美徳が主に向けられ、人のためではなく主のためにそれを行うよう促される。したがって、たとえ実際の行いにおいても、最終的に最初の思いにとどまり、二番目の思いは単に誘惑にさらされるだけであるならば、その最初の思いによってのみ報いを受けることになる。なぜなら、人間として、また悪魔との闘いの中にいる者として、私たちは正しい思いを常に汚れないまま保つ力を持たないからであり、——逆に、悪しき思いも、善き思いによってそれに立ち向かおうとする誘惑なしに、私たちの中に留まり続けることはできない。なぜなら、私たちの中には（消すことのできない）美徳の種があるからだ。とはいえ、もし刈り取られるべき思いのどれかが頑なになれば、それは誘惑される側の立場を占める（すなわち、最初の思いを完全に追い出す）ことになり、人はついにこの思いに動かされて行動し始めるのである。

7. 天使の思い、人間の思い、そして悪魔に由来する思いの間には、長きにわたる観察を通じて私たちが知ったように、次のような違いがある。天使の思念は、物事の本質を知ろうとし、その霊的な意味を探究する。例えば、金はなぜ創造されたのか、なぜそれが砂となって地球の遥か彼方のどこかに散らばり、多大な努力と労力を費やして探し出されるのか、といったことである。発見された金は水で洗い清められ、火にかけられ、こうして芸術家たちの手に渡り、彼らはそれを使って幕屋のための燭台、香炉、「小杯や聖杯」（歴代誌下4:21）を作り出す。これらからは、救い主の恵みにより、もはやバビロンの王は飲まない（ダニエル書5:3）。一方、クレオパは、これらの秘儀によって燃え上がる心を捧げている。悪魔的な思惑はこれを知らず、見抜くこともなく、ただ恥知らずにも、感覚的な黄金の蓄積だけを植え付け、そこから得られるであろう快樂と栄光を予言するだけである。一方、人間の思いは、貪欲を求めず、金が象徴するものについて好奇心を抱くこともなく、ただ、情熱や貪欲を伴わない、金という単純なイメージを思考の中に持ち込むのである。もし誰かがこの手本に従って密かに自分の心を鍛えるならば、他の事柄についても同様の考察を述べることになるだろう。

8. 「放浪者」と呼ぶにふさわしい思考がある。それはたいてい明け方に兄弟たちの前に現れ、心のある町から別の町へ、ある村から別の村へ、ある家から別の家へと連れ回す。その際、最初は気さくな会話を交わし、その後、知り合い数人と長々と語り合ううちに、出会った人々の性質に応じて自らの精神を蝕まれ、神と徳への意識から少しずつ遠ざかり、自らの身分や誓いを忘れてしまう。したがって、隠遁者はこの悪魔に警戒し、彼がどこからやって来て、どこに居着くのかを観察しなければならない。なぜなら、彼がこれほど大きな円を描くのは、決して偶然でも、理由もなく行っているわけではなく、しかし、それは隠者の精神状態を乱し、その心がこれらすべてに熱狂し、多くの会話に酔いしれて、直ちに淫欲や怒り、あるいは悲しみといった、彼の精神の明晰さを最も損なう悪魔の支配下に陥らせることを意図して行われているのである。しかし、もし私たちがこの悪魔の策略をより明確に知ろうとするならば、いきなり彼に反論したり、（教父たちに）彼がどのように私たちの心の中で対話を構築し、どのような方法で少しずつ心を死の領域へと追い込んでいるかをすぐに明かしたりしてはならない。なぜなら、そうすれば彼はすぐに逃げ出し、自分がこれらすべてを行っている様子を見られることを許さず、そうなれば、私たちが知りたかったことについて、何も知ることができなくなってしまう。むしろ、二日目か三日目まで待って、彼にその芝居を最後まで演じさせておくほうがよい。そうして彼の狡猾な手口を正確に把握した上で、たった一言の非難の言葉で彼を退散させればよいのだ。しかし、誘惑の最中には、心が乱れて自分の中で何が起きているのか正確に見極められないことがある。だから、悪魔が去った後、こうすべきだ：座って、自分自身と向き合い、自分に何が起こったのか、どこから始まり、どこへ進んだのか、どの場所で淫らな心や悲しみ、あるいは怒りの霊に捕らえられたのか、そしてその後、他に何が起きたのかを振り返るのだ。これらすべてを吟味し、記憶に刻み込んでおきなさい。そうすれば、再びそれが訪れたとき、それを暴くことができるでしょう。また、悪魔が隠している場所そのものにも注意を払い、二度とその足跡を追うことがないようにしなさい。その後、もし彼を激怒させたいと思うなら、彼が姿を現した直ちに非難し、言

葉をもって、あなたが最初に足を踏み入れた場所（最初の誘惑的な迷いの中で心の中で）を挙げ、次に二つ目、三つ目を挙げなさい。なぜなら、彼は恥をかかされることを耐えられず、激しく苛立つからだ。このような言葉を彼に投げかけることが時宜にかなっている（有益である）ことの証拠として、思考があなたから逃げていくことを挙げよう。なぜなら、彼にはそのような明白な非難に耐えられないからだ。この悪魔を打ち負かすと、極めて重い眠気、まぶたの麻痺と激しい冷え、度を越したあくび、そして肩の重さが続くが、これらすべては熱心な祈りによって聖霊が払いのけてくださる。

9. 悪魔への憎しみは、私たちの救いに大いに寄与し、徳を積む上でも大いに役立つ。しかし、それをある種の善き産物として自らに育むことは、私たちにはできない。なぜなら、快楽を好む霊たちが私たちの中でその憎しみを散らし、魂を再び彼らとの交わりや親交へと誘い戻すからである。しかし、魂の医師は、この交わりを、治りにくい壊疽よりもさらに深刻なものに見なし、私たちに昼夜を問わず、彼らから恐ろしい苦しみを味わわせることで、これを治療される。その結果、魂は再び彼らに対する本来の（正常な）憎悪へと立ち返り、ダビデの言葉をもって主に語りかけることを学ぶのである。「私は完全な憎悪をもって憎んだ。彼らは私の敵であったから」（詩篇138:22）。なぜなら、行いにおいても思いにおいても罪を犯さない者こそ、その完全な憎しみをもって敵を憎むのである。これこそが、最も偉大かつ最初の（アダムに存在したような）無情のしるしである。

10. さて、魂を無感覚にする悪魔については、言うまでもあるだろうか。少なくとも私は、彼について書くことを恐れている。魂が自らの本性から逸脱する一方で、彼は現れ、神への恐れやあらゆる敬虔さを捨て去り、罪を罪とは見なさず、不法を不法とは見さない。恐るべき審判や永遠の苦しみについて、単なる（空虚な）言葉としてしか思い起こさず、その火のような、すべてを揺るがす真の転覆を嘲笑する——そして、神を告白はするものの、神の戒めを知ることを望まない。彼女が罪へと向かうとき、あなたは胸を叩いて嘆くが、しかし彼女はそれを感じず、聖書から説いても、まるで盲目のように見えず、耳が聞こえないかのように聞こえない。人々からの侮辱を想像させても、彼女はそれを何とも思わず、人々の前での恥も気にかけず、まるで目を閉じて柵を壊してしまった豚のように、それを感じ取らない。この悪魔は、虚栄心の思いによって引き起こされるものであり、もしそれらを長く自分の中に根付かせておけば、「もしあの日短縮されなかったなら、すべての肉なる者は救われなかったであろう」（マタイ24:20）という事態を招く。彼は、兄弟たち（すなわち、キノヴィット派、共同生活者たち）を襲うことはめったにない者の一人である。その理由は明らかである。なぜなら、他者の災難——誰かが病に襲われたり、突然の死に襲われたり——を目撃すると、彼は即座に逃げ出すからである。その際、魂は憐れみに満たされ、砕かれた状態となり、悪魔によってかけられていた目隠しがその目から外れるからである。私たち（隠遁者）は、荒野に身を置き、病める者が稀であるため、この能力を欠いている。この特定の悪魔を退散させる手段として、主は福音書において、病人を訪ね、牢獄にいる者を訪ねるよう命じられた。「わたしは病んでいたとき、あなたがたはわたしを訪ねてくれた。わたしは牢獄にいたとき、あなたがたはわたしのもとに来てくれた」（マタイ25:36）。この際、知っておくべきことは、もし隠遁者の中で、この悪魔の攻撃にさらされながらも、淫らな思いを抱かず、また落胆のあまり自分の住まいを離れなかった者がいるならば、それは彼が天から下された忍耐と貞潔を受け入れたことを意味する。そのような無情の境地に達した者は、まことに幸いである！ 一方、敬虔な神への奉仕に専念するという誓いを立てながら、むしろ一般信徒の間に身を置くことを好む者たちは、この悪魔に警戒すべきである。しかし、この悪魔についてこれ以上語ったり書いたりすることについては、私は人々の前ですら恥ずかしく思う。

11. 悲しみの霊について。すべての悪魔は魂に快楽を愛することを教えるが、悲しみの悪魔だけはそうはせず、荒野に入る者たちの思いをかき乱し、あらゆる心の喜びを断ち切り、悲しみに魂を枯渇させる。なぜなら、「悲しむ者の骨は枯れる」（箴言17:22）からである。とはいえ、適度に襲いかかることで、彼は隠遁者を徳に熟達させる。なぜなら、この世のあらゆる恵みを軽蔑し、あらゆる慰めから背を向けるよう彼を導くからである。しかし、彼が長く激しく苦しめ

続けると、隠遁者に自らの魂を滅ぼすよう促す、あるいはその場所から遠くへ逃げ出すよう強いるような思いを生み出してしまう。かつてヨブも、彼に苦しめられてこうした思いを抱き、苦しみを受けた。彼はこう言ったのである。「もし可能であれば、私は自ら命を絶つか、あるいは他者に頼んで、それを成し遂げてもらおうだろう」（ヨブ記 30:24）。この精霊の象徴はエヒドナであり、その毒は少量であれば他の毒を無効にするが、過度に摂取すれば、それを摂取した生き物を死に至らしめる。パウロはこの悪魔にコリントの不義な者を引き渡したため、すぐに再び彼らに手紙を書き、「彼への愛を確かなものとしなさい。そうすれば、そのような者が過度の悲しみに飲み込まれることはないだろう」（Ⅱコリント 2:7,8）と述べた。このように、人々を苦しめるこの霊は、真の悔い改めの原因ともなるのである。それゆえ、聖ヨハネ・バプテスマも、彼によって傷つけられ、神に逃げ込んだ人々を「エヒドナの産み子」と呼び、「誰があなたがたに、来るべき怒りから逃れるようにと言ったのか。悔い改めにふさわしい実を結べ。そして、『我らはアブラハムの子孫である』と心の中で言い始めないようにせよ。まことに、あなたがたに言っておく。神は、この石からでも、アブラハムの子らを興すことのできる方である」（マタイ 3:7-9）。ところで、アブラハムに倣って、自分の地と自分の一族を離れて（創世記 12:1）、それによってこの悪魔よりも強くなった者は誰でもそうである。

**12.** 怒りに打ち勝った者は悪魔に打ち勝った者であり、怒りに支配された者は修道生活に背き、我らの救い主の道から遠く離れている。なぜなら、主は、言われる通り、柔和な者たちに御自身の道を教え導かれるからである（詩篇 24:9）。それゆえ、隠遁者たちの心は、柔和の谷へと逃げ込むため、捉えがたいものとなる。なぜなら、悪魔たちがこれほど恐れる美德は、柔和ほどにはないからである。その偉大なるモーセは、「すべての人のうちで最も柔和な者」と呼ばれ、この美德を身につけていた（民数記 12:3）。また、聖ダビデも、この徳が神の御記憶に値するものであると述べ、こう語った。「主よ、ダビデと、そのすべての柔和さを覚えてください」（詩編 131:1）。また、救い主ご自身も、私たちに御自身の柔和さに倣うよう命じられ、こう言われました。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜である。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るであろう」（マタイ 11:29）。しかし、もし誰かが飲食を控えていながら、邪惡な思いによって自分の中で怒りを煽っているなら、その人は、悪魔が舵を握っている海を渡る船のようなものです。それゆえ、力の及ぶ限り、この私たちの犬を見守り、狼だけを苦しめ、羊を噛まないようにし、すべての人に対してあらゆる柔和さを示すよう、彼を訓練しなければならない（テトス 3:2）。

**13.** 虚栄について。あらゆる思いの中でも、虚栄の思いだけが対象が多岐にわたり、ほぼ全宇宙を包み込み、まるで都市の邪惡な裏切り者のように、すべての悪魔に門戸を開く。それは隠者の心を蝕み、多くの言葉や物事で満たすことで、彼が自分の魂の傷を癒そうと懸命に捧げる祈りを台無しにしてしまう。この思いは、すでに打ち負かされたすべての悪魔たちによって広められ、それを通じて彼らは再び魂への入り口を得て、こうして「最後が最初になる」（ルカ 11:26）。この思いから、天から地へと「似姿の印と慈愛の冠」を投げ捨てた高慢の思いも生まれる（エゼキエル 28:12）。しかし、それに囚われず、そこから遠ざかりなさい。そうして、私たちの命を他者に売り渡したり、私たちの生を不義な者たちに委ねたりしないように（箴言 5:9）。この悪魔を退散させるのは、熱心な祈りと、呪われた虚栄へと導くようなことを、自発的に行ったり言ったりしないことである。

**14.** 隠者の心が少しばかり無執着を身につけると、そこで彼は「虚栄」という馬にまたがり、町々を駆け巡り始め、称賛や自身の名声に抑えきれないほど酔いしれるようになる。しかし、神の御心により、放蕩の霊が彼に出会い、ある納屋に閉じ込められると、神は彼にこう教え導かれる——病が完治する前に寝床を離れてはならず、まだ病の残滓を抱えたまま旅に出たり、風呂に通い始めたりして、その結果、かつての病に逆戻りしてしまうような、せっかちな病人たちの真似をしてはならない、と。それゆえ、修道室に留まりながら、自らにしっかりと耳を傾けよう。そうして徳に励み、悪に対して揺るぎない者となり、知識を新たにしていって、多種多様な洞察に恵

まれ、祈りの中で高みへと昇り、私たちの救い主の光を、より鮮明に見据えることができるように。

**15.** 悪魔のあらゆる悪行を書き尽くすことは私にはできず、その悪巧みをすべて数え上げることも恥ずかしく思う。それは、読者の中でも最も単純な人々のことを案じているからである。とはいえ、淫乱の霊の悪巧みについて聞いてほしい。誰かが肉欲の面である種の無情さを身につけ、不潔な思いが冷めきったものになると、その霊は（その人の思考の中に）男女を導き入れ、彼らが互いに戯れている様子を思い描かせ、隠遁者を彼らの恥ずべき行いや身振りの観客にしてしまうのである。しかし、この誘惑は（精神を）頑なにする類のものではない。なぜなら、注意深い祈りと極めて厳格な食事制限、そして徹夜と霊的瞑想の修練によって、それは水のない雲のように追い払われるからである。しかし、この悪賢い者が肉体にさえ触れて、そこに理不尽な崩壊を煽り立て、その他にも数え切れないほどの策略を仕掛けることがあり、それらを公にしたり書き記したりする必要はない。そのような思いに対しては、その元凶である悪魔に向けられた怒りの沸き立ちが大いに役立つ。悪魔は、そのような思いによって怒りが沸き立つことを極めて恐れている。なぜなら、それによって悪魔のすべての企みが台無しになるからである。これこそが、「怒れ、しかし罪を犯してはならない」（詩篇4:5）という言葉の意味するところである。これは、誘惑に直面した際に魂に施される有益な治療法である。この悪魔に倣って、怒りの悪魔もまた、（心の妄想の中で）隠遁者に、まるで両親や友人、あるいは親族の誰かが取るに足らない人々から侮辱を受けているかのように見せかけ、それによって彼の怒りを煽り立て、心に浮かぶ（侮辱している）者たちに対して、何か悪意のある言葉を吐かせたり、行動を起こさせたりしようと仕向けるのである。こうした空想に気づき、速やかにその考えを振り払わなければならない。そうしなければ、その考えが心に根を下ろし、祈りの最中に燃え盛る火種となってしまうかねないからだ。このような誘惑に最もさらされやすいのは、怒りっぽく、（他者に対する）衝動に容易に駆られる人々であり、彼らは清らかな祈りや、私たちの救い主イエス・キリストへの認識から遠く離れている。

**16.** 主はこの世の思い人を、羊を善き羊飼いに委ねるように委ねられ、彼に助けとして欲望と激怒を与えられた。それは、彼がその激怒をもって（悪魔的な）狼の思いを追い払い、また、渴望をもって羊（善き思い）を心から愛し、何度も足をすくわれるような風や雨にさらされながらも、彼らを牧するようにされた。さらに主は、羊を牧すための律法を与え、「草の生い茂る場所と静かな水」（詩篇22:2）、そして詩篇と琴、杖と棒を与え、この群れ（と牧草地）から食を得、衣をまとい、「山上の干し草」（箴言27:25）を集めるよう定められた。「誰が」と彼は言う、「群れを牧しながら、その群れの乳を飲まない者がいるだろうか」（Iコリント9:7）？ それゆえ、隠遁者は昼夜を問わずこの群れを見守り、いかなる子羊も野獣に奪われたり、強盗の手に落ちたりしないようにしなければならない。もし、どこかの荒野でそのようなことが起これば、直ちに獅子や雌熊の口から（奪われたものを）救い出さなければならない（サムエル記上17:34, 35）。また、獣に襲われるようなものもある。すなわち、憎しみをもって心に宿る兄弟への思い、恥ずべき欲望をもって心に巡る女性への思い、貪欲をもって心に根付く銀や金への思い、さらには、虚栄心をもって心に宿る聖なる賜物への思いさえもである。他の思いについても、もし彼らが情欲にさらされているのであれば、同様に言わなければならない。昼間だけでなく、夜も目を覚まして（自分の群れを）守らなければならない。なぜなら、ある者は、恥ずべきことや悪意にふけて、自分のものを失ってしまうことがあるからだ。これこそが、聖ヤコブが語った次の言葉の意味するところである。「私は、あなたに、獣に食われた羊を捧げなかった。昼も夜も、盗まれたものを、私自身が償った。私は、昼は灼熱の暑さの中、夜は寒さの中にあり、私の目からは眠りが去っていた」（創世記31, 39, 40）。もし過労によって私たちに気落ちが襲ってきたなら、知恵の岩に登り、美德をもって知恵の琴の弦を弾きながら、詩篇との対話を始めよう。さあ、再びシナイ山のふもとで羊を飼いましょう。そうすれば、私たちの先祖の神が、私たちをも荊の茂みから呼び出してくださり（出エジプト記3, 1.4）、しるしと奇跡の力を授けてくださるでしょう。

17. 罪によって死に至った理性的な本性を、キリストは（悔い改めへと）すべての時代（すなわち、過去、現在、そしてとりわけ未来）を凝視させることによって目覚めさせ、また、御父は、キリストの死によって（洗礼や悔い改めにおいて罪から背を向けることによって）やがて死ぬこの魂を、御自身を知ることを通じて復活させてくださる。これこそが、使徒パウロが語った「もし私たちがキリストと共に死んだのなら、彼と共に生きることも信じる」（ローマ6:8）という言葉の意味である。

18. 心が、古い人を脱ぎ捨て、恵みによる人をまとうとき、その人は祈りの最中に、サファイアや天の花のような自らの内なる姿を仰ぎ見る。聖書はこれを「神の御座」とも呼んでおり、シナイ山で長老たちが目撃したものと同じである（出エジプト記24:10）。

19. 不浄な悪魔のうち、ある者は人間として人を誘惑し、またある者は言葉を持たない動物として人を動揺させる。前者はやって来て、虚栄や高慢、嫉妬、あるいは非難といった思いをかき立てるが、これらは言葉を持たない者たちには一切関係がない。一方、後者は近づいてくると、その本性に反する怒りや情欲を煽る。なぜなら、これらの情欲は私たちと無言の動物に共通しており、理性という本性の下に隠されている（すなわち、その下、あるいはその下に位置している）からである。なぜ、聖霊は、人間としての人々に生じる思いを指して、「わたしは言った。『あなたがたは神々であり、みな至高者の子らである。しかし、あなたがたは人間として死ぬ者であり、君主の一人として倒れる者である』」（詩篇81:6,7）と語られるのだろうか。また、言葉を持たない者である人間の中に動く思いについて、何と言うべきか。「馬やろばのようになってはならない。彼らには分別がない。あなたは、あなたに近づかない彼らの顎を、むちと手綱で引き締める」（詩篇31:9）。

20. もし敵が来てあなたを傷つけ、あなたが聖書の言葉（詩篇36:15）に従って、その剣を敵の心に突き返したいと願うなら、私たちが教える通りにしなさい。敵があなたの中に植え付けたその思い——それが何者か、何から成り立っているか、そして具体的に何があなたの心を揺さぶっているのか——を、自分自身の中で分析しなさい。私が何を言っているかといえば、こういうことだ。たとえ彼らがあなたに送った思いが金銭への執着であったとしても、それを受け入れた心、金への思い、その金そのもの、そして金銭への執着という情欲に分解してみよ。最後に問うのだ。「これらすべての中で、何が罪なのか？」心なのか？ しかし、心は神の像ではないのか？ それとも金への思いなのか？ しかし、心を持つ者でさえ、これを断言できるだろうか？ では、金そのものが罪ではないのか？ だが、なぜそれが創造されたのか？ したがって、罪を第四のもの（すなわち、金銭への執着）に帰するしかない。それは、本質的に独立した物でもなければ、物に関する概念でもなく、ある種の、人間を憎むような快樂であり、自由意志から生まれ、理性を駆り立てて神の被造物を悪用させるものであり、神の律法は、そのような快樂を断ち切るよう命じているのだ。あなたがこれを究明するとき、その思いは、その実態に分解されて消え去り、あなたの思考がそのような知恵に導かれて高揚するやいなや、悪魔は逃げ去るだろう。もし、あなたがその悪魔に対して彼自身の剣を向けようとはせず、まず自分の投石器を使って彼を打ち倒したいと望むなら、羊飼いの袋から石を取り出し、次のような思索にふけてみてください。なぜ天使や悪魔たちは私たちの世界に親しむのに、私たちは彼らの世界に親しむことができないのでしょうか？ なぜなら、私たちは天使たちを神にこれ以上近づけることもできず、悪魔たちをさらに不浄にすることなど、思いもよらないからだ。また（この点についても深く思索にふくれ）、「明けの明星よ、朝に昇り、地に落ちる」（イザヤ書14,12）、「海を釜のように、深淵のタールタルを囚人のように見なし、深淵を銅の炉のように燃やす」（ヨブ記41,22,23）のように、その悪意をもって万物を騒がせ、万物を支配しようと望んでいるのか？ これらの事柄についての思索は、悪魔を深く傷つけ、その軍勢すべてを逃亡へと追い込む。しかし、このように行動できるのは、ある程度清められ、起こったことの原因を多少なりとも見通している者たちだけである。しかし、不浄な者たちはそのような思索を維持することができず、たとえ他者から魅了する術を教えられていても、内なる戦いの最中に彼らの内側で塵が柱のように立ち上り、情欲のせいですべてが混乱している時には、その声は聞き入れられないだろう。なぜなら、たった一



人のゴリアテが我らのダビデに立ち向かうためには、異邦人の軍勢全体が静まり返ることが絶対に必要だからである。同様に、他の不浄な思いについても、（先に述べた）分解（思考の分析）と、この（第二の）戦い方を用いていくのである。

**21.** もし不純な思いがあまりにも早く消え去ってしまったら、なぜそうなったのかその原因を探ろう。それは、その対象が希少であるため、すなわち、その思いの対象に到達することが困難であるからなのか、それとも私たちに本来備わっている無執着ゆえに、敵が私たちに何の害も及ぼすことができなかったからなのか。例えば、ある隠者が、自分には第一の都の霊的統治が委ねられていると想像し、その思いにふけることに没頭しないのであれば、それは明らかに最初の理由（対象が達成不可能であること）によるものである。しかし、もし誰かが、ある都市の統治者になることを夢想し（したがって、そのことは十分に実現可能である）、かつその思いに対して（軽蔑の念を持って）接するならば、その至福の者は無執着の境地にある。同様に、他の思いについても、同じ考察法を用いれば、（なぜその思いがそれほど早く消え去ったのか）その理由が明らかになるだろう。これは、私たちの熱意と努力を奮い立たせるために知っておく必要がある。なぜなら、それによって、私たちがヨルダン川を渡り、「ナツメヤシの町」（申命記34:3）の近くにいいのか、それともまだ荒野に留まり、異民族に襲われているのかが分かるからである。金銭への執着という悪魔は、私の見るところ、極めて狡猾で、人を惑わすことに長けている。彼はしばしば、あらゆるものからの極端な放棄によって追い詰められると、吝嗇家や貧者を愛する者の姿を取り、実際には存在しない旅人を温かく迎え入れ、他の困窮者に必要な物資を送り、都市の牢獄を訪れ、売られている人々を買い戻し、裕福な女性たちにすり寄り、彼女たちが誰に同情すべきかを指示し、一方で、貪欲に満ちた者たちには、世俗を捨てよと吹き込み、こうして少しずつ魂を惑わせ、金銭への執着という念を植え付け、虚栄心の念へと導いていく。この者は、彼（隠者）のそのような指示を称賛する多くの人々を惹きつけ、また一部の人々には密かに司祭職について語り合うよう仕向け、現職の司祭の死を予言し、さらに、彼がどんなに努力しようとも、まさに（選出を）免れることはできないと付け加える。こうして、哀れな心は、そのような思いに絡め取られ、それを受け入れない者たちとは論争し、受け入れる者たちには熱心に贈り物を配り、感謝の念を込めて温かく彼らを受け入れる一方で、一部の頑なな（反対者）たちを裁判官に引き渡し、彼らを町から追放するよう要求する。その間、そのような思いが内面で渦巻いていると、高慢の悪魔が現れ、頻繁な稲妻で修道室の空気を切り裂き、翼のある蛇を送り込み、そして最後の悪として、理性を奪い去る。しかし、私たちは、そのような思いが消え去るよう祈りつつ、感謝の心を持って、貧しさと調和するよう努めよう。「私たちはこの世に何も持って来なかったのだから、去るときにも何も持って行けないことは明らかである。食べ物と着る物さえあれば、それで満足しよう」（1テモテ6:7,8）と、聖パウロがさらにこう述べたことを心に留めよう。「あらゆる悪の根源は金銭への愛である」（同6:10）。

**22.** あらゆる不純な思いは、心を破滅と滅びへと陥れる情欲によって、私たちの内に根を下ろしてしまう。なぜなら、空腹な者のパンへの思いが飢えによって固着し、渇いた者の水への思いが渇きによって固着するように、金銭への思いや、豊かな食事から生じる恥ずべき思いもまた、（それに対応する）情欲によって私たちの中に固着するからである。これと同様のことが、虚栄の思いについても、また他のあらゆる思いについても明らかになる。しかし、そのような思いに支配された心が、神の御前に現れ、義の冠を戴くことはあり得ない。福音書のたとえ話において、神を知るための晩餐を拒んだ（ルカ14:18-20）あの三つの罪に染まった心は、まさにこれらの思いに飲み込まれていたのである。同様に、手足を縛られ、漆黒の闇に投げ込まれた者も、これらの思いから織りなされた衣を身にまとっていたが、招いた方はそれを婚礼の宴にふさわしくないと認められた（マタイ22:11-13）。婚礼の衣とは、世俗の欲望を拒絶した理性ある魂の無情である。感覚的な事柄に関する思いが長く私たちの中に留まることで、知性が蝕まれてしまうのはなぜか。これについては、祈りに関する章で述べられている。

**23.** 活動的な生活に敵対する悪魔たちには、三つの主要な存在があり、その後これら異邦人の全軍勢が続いている。彼らは戦いの最前線に立ち、不浄な思いを通じて魂を罪へと誘い出す

。第一に、食欲への渴望を司る者たち、第二に、金銭への執着を唆す者たち、第三に、人間的な栄光を追い求めるよう私たちを誘う者たちである。したがって、清らかな祈りを望むならば、怒りに気をつけよ。貞潔を愛するならば、食欲を節制し、パンで満腹にさせず、水を控えめにしてそれを苦しめよ。祈りの中で目を覚まし、恨みを抱く心を遠くから追い払い、聖霊の御言葉があなたの中で尽きることなく、聖書の扉の前で徳を両手で叩き続けなさい。そうすれば、あなたの心には無情が輝き、祈りの中で、あなたの知性が星のように輝くのを見るだろう。聖ニコス・シナイスの著作からは、第27章までの抜粋がある。それらも併せて掲載する。前の23章には、彼の24章が含まれている。

**24. 貪食の悪魔は、頻繁かつ激しい闘争の末、確立された節制を乱すことができないと悟ると、心の中に最も厳格な修業への渴望を植え付ける。そのために、ダニエルについて知られていること——すなわち、あの質素な生活と、（彼にとって唯一の糧であったもの）（ダニエル書1:16）を提示し、また、常にそのように生活していた、あるいは修行の初期段階にあった他のいくつかの隠者たちのことを彼に思い起こさせ、彼らの模範となるよう強いる。それは、過度な禁欲を追い求めた結果、肉体がその弱さゆえにそれを行う力がなくなったとき、節度ある禁欲さえも実践できなくなるようにするためである。私は、彼らがそのような示唆を信じず、パン、オリーブ油、水を自ら断たないのは正しいことだと思う。なぜなら、兄弟たちは経験から、そのような食事が最善であることを知っており、ただこれらすべてを満腹になるまでではなく、一日に一度だけ摂取すればよいと悟っているからだ。もし誰かが、パンと水を満腹になるまで味わって、無情の冠を得ることができたとしたら、それは驚くべきことだろう。私が「無情」と呼ぶのは、罪深い行いから遠ざかることではない。それは「節制」と呼ばれるからだ。むしろ、心の中の情欲に満ちた思いを切り捨てることであり、聖パウロはこれを「内なるユダヤ人の霊的な割礼」（ローマ2:29）と呼んだ。もし誰かが、このような言葉を聞いて気力を失うならば、飢えと渇きの中でその歩みを全うした使徒、すなわち「選ばれた器」（使徒行伝9:15）のことを思い起こすべきである。この悪魔に倣ったのが、落胆の霊である。この真理の敵は、忍耐強い者に最も深い荒野へ退くよう考えを吹き込み、洗礼者ヨハネや隠遁者の先駆者——アントニウスの足跡をたどるよう促し、長期にわたる超人的な隠遁生活に耐えきれず、恥じてその場所を捨てて逃げ出すように仕向けるのである。そして、その悪魔はその後、自慢げにこう言った。「私は彼に打ち勝った」（詩篇12:5）。**

**25. 第68章と同様——エヴァグリオス・ザ・ファースト。**

**26. 悪魔たちは、一部の人々が考えているような、私たちの心を知ってはいない。なぜなら、心を知り尽くす方はただひとり、「人の心を熟知しておられる方」（ヨブ記7:20）であり、「彼らの心を一人ひとり造られた方」（詩篇32:15）だからである。しかし、発せられる言葉や、何らかの身体の動きを通じて、彼らは心の中で起きている多くの動きを察知する。例えば、私たちが会話の中で、私たちを中傷した者たちを非難したとしよう。悪魔たちはこれらの言葉から、私たちが彼らに対して愛のない態度をとっていると結論づけ、それを口実に、彼らに対する悪意に満ちたな思いを抱かせる。私たちがそれを受け入れると、悪意を抱く悪魔の支配下に置かれ、その悪魔はその後にも絶えず、彼らに対する復讐心を抱かせる。それゆえ、聖霊は「あなたは座して兄弟を中傷し、母の息子を誘惑した」（詩篇49:20）と告発されるのは当然のことである。すなわち、恨みの思いへの扉を開き、祈りの最中に心を乱し、絶えず敵の姿を思い描き、その敵を神として崇めていたからである。なぜなら、祈りの最中に心が絶えず注がれているものを、神と認めるのは当然のことだからである。それゆえ、悪口という病を避け、誰に対しても悪意を持って言及したり、ある隣人を思い出す際に顔を歪めたりしてはならない。悪しき悪魔たちは、私たちのあらゆる動きを好奇心を持って観察しており、私たちに対して利用できるもの——立ち上がることも、座することも、立つことも、振る舞いも、言葉も、視線も——を、何一つ見逃さず、すべてを「一日中、私たちを巧みに観察し」（詩篇37,13）と、祈りの最中に謙虚な心を辱め、その至福の光を消し去ろうとするのである。**

## 12. 修道士エヴァグリオスの言葉<sup>65</sup>

1. アッバ・エヴァグリオスは言った。「世俗的なことについての会話を避けよ。そうすれば、あなたの心が乱されることもなく、沈黙の掟が破られることもない。」

2. またこうも語った。「気を散らすことなく祈ることは大いに重要であり、さらに気を散らすことなく（詩篇を）歌うことはそれ以上に重要である。」

3. またこうも語った。「常に自分の最期を心に留め、永遠の審判を忘れるな。そうすれば、あらゆる罪から魂を守ることができる。」

4. またこうも言った。「誘惑がなければ、誰も救われないだろう。」

5. アッバ・エヴァグリオスはこう言った。「救いの始まりは、自己懲戒である。」

6. また彼はこう言った。「もし気力を失うことがあれば、祈りなさい。しかし、恐れと畏れをもって祈りなさい。熱心に、活気を持って、そして冷静に祈りなさい。」

7. 修道生活を始めたばかりの頃、アッバ・エヴァグリオスはある長老のもとを訪れ、こう言った。「アッバよ！ 私の魂を救う言葉を授けてください。」すると長老は彼に言った。「もし救われたいのなら、誰のもとを訪ねようとも、相手が『<sup>66</sup>』と尋ねるまでは、先に口を開いてはならない。」

8. ある時、ある件について修道室で集会が開かれ、アッバ・エヴァグリオスがそこで話していた。ある長老が彼にこう言った。「アッバ、もしあなたが自分の立場に立っていたなら、とくに司教となり、多くの人々を率いていたはずだと私たちは知っています。それなのに、今あなたはここにいるのは、まるで旅人のようです。」アッバ・エヴァグリオスは、これに心を動かされたものの、動揺することなく、うなずいてこう言った。「その通りです、父よ。しかし、『私は一つのことだけを語り、それ以外には言わない』（ヨブ記 39:35）のです。」

9. エヴァグリオスは自身の『グノーシス』の中で次のように述べている。「私たちは義人グリゴリオスから、主要な美德は四つあることを学んだ。すなわち、分別（*fronesis*）、勇気、貞潔、そして正義である。」彼は、分別とは知恵ある聖なる力を観想することにあるとし、勇気とは真理に立ち、たとえ対立に遭遇しても、真理に反する者へと傾かないことにあると述べた。また、最初の農夫から種を受け取った以上、あらゆるものを蒔く者（敵）から遠ざかることは、彼の見解によれば、貞潔にふさわしいことである<sup>67</sup>。そして、正義の務めとは、各人にその価値に応じて報いることである。

10. 同書の中で彼は次のように述べている。真理の柱、カッパドキアのバシレイオスは次のように述べている。「人間に由来する知識は、絶え間ない研鑽と実践によって完成されるが、恵みに由来する知識は、真実、柔和、そして慈悲によって完成される。前者は情熱的な人々でも獲得できるが、後者を受け入れることができるのは、祈りの最中にその心を照らす光を見る、無情な者たちだけである。」

11. また彼はそこでこうも語った。トゥムイトの教会の天使セラピオンは、霊的な知恵に酔いしれることで心は清められ、愛は怒りを癒やし、節制は情欲と欲望を抑制すると述べた。

12. また、ディディムはこう語った。「絶えず自分自身と、神の摂理と審判について語り合い、それらの事柄を心に留めるよう努めなさい。神の摂理は、特に、私たちを罪と無知から美德と知恵へと導くことに顕著に表れている。」

<sup>65</sup> 『記憶に値する物語』、『聖イグナティオの集成』、および『アルファベット順パテリコン』より。

<sup>66</sup> 学者エヴァグリオスにとって、これは並大抵ではない偉業であった。

<sup>67</sup> 譬え話より：「あらゆるものは悪魔である」。

# 第II巻

## 序文

本巻の論文選定にあたっては、ギリシャ語版『ドブロトリュピオ』の順序に従うべきであった。そこで、以前省略されていた聖カッシアヌスから、修道院の規則を省き、純粹に禁欲的な教訓を選出し、エルサレムの聖イシヒオスおよびシナイの聖ニロスの修道者への訓示を提示する。しかし、ここでギリシャの『ドブロトリュピオス』に従うことに一線を画さねばならなかった。なぜなら、そこには多くの聖なる修道父たち——主に内面的側面から修道生活の真髓を解き明かした第一人者たち——が省略されているからである。例えば、聖エフREM・シリア人、ヨハネ・ラダー、バルサヌフィオス、ヨハネ、アッバ・ドロフェイ、イサアク・シリア人などが挙げられる。彼らからの教訓を本選集から除外することは、大きな不公正となるだろう。それゆえ、これらを活用することにした。これらの教父たちの著作をすべて掲載することは不適切であり、またその必要性も極めて低い。なぜなら、それらはすべてすでにロシア語に翻訳されているからである。すべて翻訳されているとはいえ、誰もがそれらを手元に置けるわけではない。この困難を乗り越え、これらの教父たちの聖なる教えを、それを渴望するすべての魂に届けたいという願いから、私たちは靈的生活において最も不可欠な部分を選びすぐった。ここにおいて、しばしばたった一言が、膨大な巻数を代用し得るという確信を持つてのことである。抜粋の選定にあたっては、聖カッシアンを指針としました。彼は、修道生活の目的を「情欲から心を清めること」に定め、そのすべてのアスケットックな説教をこの目的に向けました。この考えに基づき、彼の著作から抜粋が行われました。また、聖ニロス・シナイスからの引用もこの思想に基づいて配置され、聖エフREMからの抜粋もこの思想に基づいて選ばれました。さらに、聖バルサヌフィオスや聖ヨハネ、聖アッバ・ドロフェオス、聖イサアク・シリアヌスからの引用もこの思想に導かれて行われましたが、後者の三名については、特別な見出しで区別されてはいません。このように、当書『ドブロトリュピイア』の第2巻全体は、主に心の浄化——修道生活の究極の目的——のための情欲との闘いに関する、神に賢明な教父たちの訓示の集大成となる。

HTML版編集者注(2005年)

『ドブロトリュピヤ』の第2巻から第5巻までの本文は、現代のロシア語の綴りや発音に近づけるよう編集されました。聖書からの引用文は変更されていません。その内容については、必要に応じて、新ロシア語版旧約聖書および新約聖書を参照して確認することができます。また、「мир」(社会、時には被造物全体を指す)、「мир」(安らぎ、調和、一致、調和)、「μυρο」(聖なる塗油のための芳香剤)という語の綴りの違いについても、変更を加えていない。

## 聖ヨハネス・カッシアン・ローマ人

### 彼に関する簡単な紹介

聖ヨハネス・カッシアン・ローマ人は(350~360年頃)、おそらくマルセイユのあるガリア地方で、高貴かつ裕福な両親の間に生まれ、優れた学術教育を受けた。若き頃から神に喜ばれる生活を愛し、その中での完全さを達成したいという熱意に燃え、東方へと向かい、そこでベツレヘムの修道院に入り、修道者となった。ここで、エジプトの教父たちの輝かしい修道生活について耳にし、彼らに会い、教えを請いたいと願った。そのために、友人のヘルマンと合意し、ベツレヘムの修道院に2年間滞在した後、390年頃にそこへ向かった。彼らはそこで丸7年間を過ごし、スキテや独房、修道院、そして隠遁者たちの間で、人里離れた生活を送り、あらゆることを

観察し、学び、自ら実践を重ねた。そして、その地の修道生活のあらゆる側面を詳細に知り尽くした。彼らは397年に自らの修道院へ戻ったが、同年、再びエジプトの同じ荒野の地へと向かい、400年までそこに留まった。今回エジプトを後にした聖カッシアンは、友人と共にコンスタンティノーブルへ向かい、そこで聖クロイソストモスに温かく迎えられた。聖クロイソストモスは、聖カッシアンを助祭に、その友人を年長者として司祭に叙階した（400年）。聖クロイソスが流刑を宣告された際、彼に忠実な者たちは（405年）、この件に関してローマの教皇イノケンティウスのもとへ数人の使節を派遣した。その中には、聖カッシアンとその友人も含まれていた。しかし、この使節団の活動は何の結果も生まなかった。聖カッシアンはその後、東方へは戻らず、故郷へと向かい、そこでエジプトの模範に従って修道生活を送り続けた。彼は聖なる生活と教師としての知恵によって名声を博し、司祭に叙階された。弟子たちが次々と彼のもとに集まり始め、やがて彼らによって一つの修道院が形成された。彼らの例に倣い、その近くには女子修道院も設立された。両修道院には、東方の、とりわけエジプトの修道院で修道士たちが生活し、救いを得ていたのと同じ規則が導入された。こうした新しい精神と規則に基づく修道院の整備、そしてそこで修行に励む者たちの明らかな成果は、ガリア地方の多くの聖職者や修道院長の注目を集めた。彼らも自領に同様の秩序を確立したいと願い、聖カッシアンに対し、修道生活の精神そのものを反映した東方式の修道規則を執筆するよう依頼した。聖カッシアンはこの願いを快く受け入れ、12巻の規定と24の対談にすべてを記した。聖カッシアンは435年に永眠した。その記念日は2月29日である。聖カッシアヌスのこれらの禁欲的な著作の中から、かつての『ドブロトリュビエ』には、八つの主要な情欲との闘いに関する八巻（第5～12巻）と、思索に関する一卷（第2巻）の対談が、いずれも要約版として収録されている。我々もこれに倣う。主な引用箇所は、情欲との闘いに関する8巻であり、これらは最も完全な翻訳版を用い、適切な箇所には『論考』や『対話』からの記事も併せて収録する。しかしそれだけでなく、それらの前に、対談からのいくつかの抜粋を置くことが必要であると判断された。そこでは、霊的生活における情欲との闘いの重要性、あるいは修道生活におけるその位置づけが示され、この闘いの必要性が明らかにされ、情欲とそれとの闘いについての概略が提示されている。その後、前の「八つの思い」との戦いに関する記述の補足として、他の二つの戦い、すなわち「思い」との戦い、および災いや逆境による苦悩との戦いを記述した抜粋をさらに付加する。そして最後に、付録として、いくつかの主題に関する必要な教訓を添える。これらは、霊的生活全般について述べているものの、霊的な戦いにも密接に関わるものであり、具体的には以下の通りである： 霊的生活の形成における主体としての「恵み」と「自由意志」について——両者が交わる「祈り」について——霊的生活への動機に基づくその完成の段階について——そして悔い改めの労苦の結末について。——これらの補足があるとしても、聖カッシアンの著作から抽出したすべての内容を「霊的戦いに関する概観」と題することに何ら支障はない。したがって、聖カッシアンからの抜粋は、以下の目次に従って構成されることになる：

1. 修道生活の目的と終着点。
2. この目的を踏まえて、私たちが世をどのように断ち切るべきかを定める必要がある。
3. 肉と霊の戦い。
4. 情欲の概要とそれとの戦い。
5. 八つの主要な情欲との戦い： ア）暴食、イ）淫欲、ウ）金銭への執着、エ）怒り、オ）悲しみ、カ）落胆、キ）虚栄、ク）高慢。
6. 邪念との戦い、そしてそれを通じて悪霊との戦い。
7. あらゆる種類の苦難との戦い。
8. 霊的生活を生み出す源としての神の恵みと自由意志について。
9. 祈りについて。
10. 霊的生活における導きについて。
11. 霊的生活への動機に基づく、その完成度の段階について。
12. 悔い改めの労苦の終わりについて。



## 霊的戦いに関する概観

### 1. 修業の目的と終着点

1. あらゆる学問や芸術には、それなりの目的（*scopon*）と目的（*telos*）があり、それらを見据えて、真摯な芸術愛好家はあらゆる労苦や出費を喜んで耐え忍ぶ。同様に、農夫は、暑さや寒さに耐えながら、たゆまず土を耕し、ほぐしていく。その「目的」は、あらゆる雑草を取り除き、土壌をより肥沃にすることにある。そうでなければ「目的」、すなわち、自らの生計を立て、財産を増やすための豊かな収穫を得ることはできないと確信しているからだ。同様に、私たちの修行にも独自の目的と目的があり、そのために私たちは疲れを知らず、喜びをもってあらゆる労苦を引き受け、——そのために、断食による食事の質素さも私たちを重荷とは感じさせず、徹夜祈祷による疲労も喜びに変え、常に思索を伴って聖書を読み続けることには飽きることを知らず、絶え間ない労苦も、あらゆるものからの剥奪やあらゆる面での質素さも、さらにはこの果てしない荒野の恐怖さえも恐れることはない。

2. 私たちの修道生活の終着点は神の御国であり、その目的は心の清さである。これなしには、その終着点に到達することは不可能である。この目標に視線を固定し、私たちの歩みを、まるで直線の上を歩むかのように、最も確かな方向へと導かなければならない。もし私たちの思いが、たとえわずかでもそこから逸れたならば、直ちにその目標を凝視し、ある規範に従うかのように、それを正さなければならない。

3. 聖パウロは、キリストの善き軀を受け入れた者たちに向かって、「あなたがたは聖なるものにおいて実を結び、その結末は永遠のいのちである」（ローマ6:22）と語ることで、このように教えている。これは、いわば「あなたがたの目的は心の清さであり、その結末は永遠のいのちである」と述べたに等しい。したがって、私たちをこの目的、すなわち心の清さへと導くものには、全力を尽くして従わなければならない。そして、そこから私たちをそらすものは、破滅的で有害なものとして避けるべきである。なぜなら、私たちはそのためにあらゆることを引き受け、行い、そのために両親、祖国、地位、富、この世の楽しみ、そしてあらゆる快樂を捨て去るのです。すなわち、心の清さを絶えず保ち続けるためです。もし私たちが常にこの目的を心に留めておくならば、私たちのすべての行動と思想は、その達成へとまっすぐに導かれるでしょう。しかし、もしこの目的が常に私たちの目の前にしっかりと留まっていなかったら、私たちのすべての労苦と力は、この一点に向けられていないため、無駄に費やされてしまうだろう。

4. したがって、この清らかさのために、私たちはあらゆることを行い、あらゆることを望まなければならない。そのために荒野へ赴き、そのために断食、徹夜祈祷、労苦、肉体の貧しさ、聖書の朗読、その他の美德を实践する——すなわち、自分の心をいかなる有害な情欲にも蝕まれないようにし、その状態を保つためである。断食、徹夜祈祷、隠遁生活、聖書の教えといったものは、この主たる目的、すなわち心の清さのために、私たちが実践すべきものである。そして、それらのために、この主たる美德を乱してはならない。なぜなら、この主要な美德が私たちの中に守られ、損なわれずに保たれている限り、たとえ前述の修行のうちどれかを、何らかの事情によりやむを得ず省略することになっても、何の害もないからである。しかし、もし私たちがそれらすべてを貫きながらも、この美德だけを損なってしまったなら、そこから何の益も得られない。なぜなら、すべてはこの美德のためになされなければならないからである。それら（功業）は完全そのものではなく、完全への手段に過ぎない。それらがあたかも「至高の善」であるかのように満足し、心の志をそれらに留めてしまい、それらが目指す究極の目的の達成まで志を伸ばさない者は、その労苦を無駄にすることになるだろう。



## 2. この目的を踏まえて、私たちの世俗からの離脱がどのようなものであるべきかを定める必要がある

1. 世からの離脱には三つの種類がある。第一は、肉体的にも世のあらゆる富や所有物を捨てることである。第二は、以前の習性、悪徳、情欲——精神的なものも肉体的なものも——を捨てることである。第三は、現在のあらゆる目に見えるものから心を離し、ただ未来を仰ぎ見、目に見えないものを切望するものである。主はアブラハムに対し、「あなたの地、あなたの親族、あなたの父の家を離れよ」（創世記12:1）：「あなたの地から」、すなわち、世俗の富や地上の所有物から；「あなたの親族から」、すなわち、以前の生活様式、以前の習俗や悪癖から。それらは、私たちが生まれた時から私たちにまとわりつき、まるで血のつながった親族のように私たちに親しいものである；「あなたの父の家から」、すなわち、この世に関するあらゆる記憶、そして私たちの目に映るこの世のあらゆるものから離れることである。これは、キリストと共にこの世の力から死んで、使徒の言葉に従い、もはや見えるものを見ず、見えないものを見るようになったときに起こる。「見えるものは一時的であり、見えないものは永遠である」（Ⅱコリント4:18）——そして、心をもってこの一時的に見える家から出て、私たちの目と心を、永遠に留まるべき家へと向けるのです；——「肉体にあって歩んでいるとき、肉に従って戦いを始めるのではなく」（Ⅱコリント10:3）、主において、その祝福された使徒の言葉を行いと生涯をもって宣言し、「私たちのいのちは天にある」（フィリピ3:20）と告げ知らせるのです。

2. もし、信仰の熱意をもって最初の放棄を果たしたとしても、同じ熱意と情熱をもって第二の放棄を果たさなければ、私たちにとってあまり益にはならないだろう。そうしてこれを成し遂げた上で、第三の放棄にも到達できるようになるためである。そこでは、古い人間としての以前の父の家を出て、私たちの心の視線を完全に天に向けることである。それゆえ、真の完全さに達したいと願うならば、肉体的には両親、故郷、富、そして世俗の快樂を捨てたように、心においてもそれらすべてを捨て、かつて軽蔑して拒絶したものに、決して再び欲望をもって立ち返らないよう努めなければならない。エジプトから導き出されたイスラエルの民のように、彼らは天のマナを味わった後、エジプトの不浄で汚れた食物を望み、「エジプトにいた頃、鍋のそばに座っていた時の方が良かった」と言ったのである（出エジプト記16:3；民数記11:5）。そして、世を捨てたにもかかわらず、かつての心配事に戻り、かつての欲望に駆られ、行いにおいて、またな思いにおいて、彼らと同じことを言う者は皆、「エジプト（この世）にいた頃の方が良かった」と言っているのと同じである。単に肉体的に世を離れ、このエジプトから移り住んだだけでは、私たちに何の益ももたらさない。なぜなら、それ以上に高貴で有益な、心による離脱を同様に獲得できなければ、意味がないからである。私たちが「肉적인」と呼んだその放棄について、使徒は次のように宣言している。「たとえ私の全財産を施し、たとえ私の体を焼かれるために引き渡したとしても、愛がなければ、何の益もない」（Ⅰコリント13:3）。つまり、もし私が何も自分に残さないほどに放棄し、そのすべての放棄に加えてさらに殉教や自らの肉体の焼却を加え、キリストのために自分の体を捧げたとしても、それでもなお、私が不寛容であったり、怒りっぽかったり、嫉妬深かったり、あるいは高慢であったり、他人の侮辱に心を燃やしたり、自分の利益を求めたり、悪事を企てたり、あるいは自分に加えられるあらゆることを不機嫌に、不本意に耐えたりするのであれば、内なる人が依然として以前の情欲に縛られている限り、外なる人を捨て去り、焼き尽くしたところで、私には何の益ももたらさない。

3. それゆえ、私たちは全力を尽くして、内なる人が、以前の人生で蓄えた情熱という富——それらは肉体と魂にしがみつき、それらはまさに私たち自身のものであり、もし私たちがまだこの肉体の中にいる間に、それらが断ち切られ、捨て去られなければ、死後もなお私たちに付きまとうことをやめないだろう。なぜなら、美德、あるいはその源である愛そのものが、この世で獲得され、この生涯の終わりに、その愛する者を美しく、輝かしくするのと、同様に、悪徳もまた、魂を忌まわしい色で覆い、それによって汚されたまま、その魂をあの絶え間ない安息の地へと送り届けるからである。魂の美しさあるいは醜さは、美德や悪徳の性質によって生じ、そこから引き出されるある種の色彩が、魂をこれほどまでに輝かしく美しくし、預言者の言葉を聞く

にふさわしいものにする。「王はあなたの美德を慕う」（詩篇44:11）——という預言の言葉を聞くにふさわしいほど明るく輝き、美しいものとなるか、あるいは極めて黒く、悪臭を放ち、醜悪なものとなり、それゆえに魂自身が、自らの不潔さの悪臭を告白して、「わが傷は、わが狂気のゆえに悪臭を放ち、腐り果てた」（詩篇37:6）と言うに至る。それゆえ、それら（美德と情欲）こそが、まさに私たちの富であり、それは魂と不可分であり、いかなる王も私たちに与えることはできず、いかなる敵も私たちから奪うことはできない。それらこそが、まさに私たちの富であり、死そのものでさえ、魂からそれを引き離すことはできない。（情欲という邪悪な富を浪費するとは、それらを死滅させることを意味する——それは、それらとの闘いなしには達成できない。なぜ、世を捨てた者たちには、情欲との闘いが必然的に待ち受けているのか。彼らはその闘いに、最初から取り組まなければならないのである。聖カッシアンは、この闘いについて、『対話集』の第4篇「肉と霊の闘い」および第5篇「八つの主要な情欲について」において一般的な考察を展開しており、また『規定集』においては、八つの主要な情欲のそれぞれとの闘いについて、特に詳細な記述がなされている。——その中から最も本質的な部分を引用する）。

### 3. 肉と霊の戦い

1. 使徒の書簡に「肉は御霊に逆らい、御霊も肉に逆らう。この二つは互いに敵対し合い、あなたがたが望むことを行わず、行ってしまうのである」（ガラテヤ5:17）とあるように、私たちの肢体の中には戦いが存在する。神の摂理による定めにより、それはあたかも私たちの性質そのものに深く根ざしているかのようです。そして、それが例外なくすべての人に共通しているならば、それを、最初の間が堕落した後の人間本性における、いわば自然な付属物以外の何物として見なすことができるでしょうか。しかし、もしそれがすべての人に自然なものだとすれば、それは神の御心によって、私たちに悪ではなく善をもたらすために、私たちの中に存在していると信じるべきである。それは、私たちの中に最高の完全性への熱意を喚起するために、私たちの中に残されているのである。

2. ここでの「肉」という言葉は、人間という存在そのものを指すのではなく、肉的な意志、すなわち邪悪な欲望という意味で受け取るべきである。同様に、「霊」という言葉も、何らかの個人的な存在を指すのではなく、魂の善く聖なる願いを意味すると理解すべきである。この意味については、使徒自身が次のように述べて明確にしています。「御霊によって歩み、肉の欲望を行ってはならない。なぜなら、肉は御霊に敵対するからである」（同上、16節、17節）。これら両方の願いは同じ人間の中に存在するため、私たちの内側では絶え間ない内戦が繰り広げられている。一方、主に罪深いものへと向かう肉の欲望は、現世の欲求を満たすことそのもののみ喜びを見出すのに対し、それに対して、霊は、肉体の最も必要不可欠な欲求さえも捨て去り、霊的な事柄にのみ固執することを望み、この朽ちゆく肉体にはわずかな配慮さえも払わず、ただそれだけに身を委ねたいと願う。肉体は豊かさあらゆる快樂に悦びを見出すが、霊にとっては、自然的な必要にさえ気を配ることさえも快くない。前者は眠りに満ち、食物で満たされることを望むが、後者にとっては徹夜や断食がこれほど滋養となるため、たとえ生きるために必要な分であっても、眠りや食物を許容しようとはしない。前者はあらゆる富に溢れることを望むが、後者は、日々の糧としてわずかなパンしか持たないことさえも満足しない。前者は、贅沢に浸り、お世辞を言う者たちに囲まれることを望む。後者にとっては、過酷な生活や、人の踏み入れない広大な荒野の方がむしろ慰めであり、死すべき者たちの存在は快くない。前者は、人間からの栄誉や称賛に魅了される。後者にとっては、迫害や侮辱こそが喜びである。

3. 私たちの意志が自己愛と世俗の知恵に導かれるとき、それは、これら二つの志向の間に、あらゆる非難に値するある種の「中道」を保とうと企て、肉欲の情欲を節制しつつも、その一方で、霊の要求を果たす際に避けられない苦難を一切耐え忍ばないようにしようとする。——肉体を鍛えずに肉体の清らかさを求め、徹夜の苦行なしに心の清らかさを得ようとし、肉体を安らかにしながら霊的な美德に満ち溢れ、激しい悪口なしに忍耐の恵みを得ようとし、世俗の名誉を損なうことなくキリストの謙遜を示し、この世の傲慢さの中で敬虔の単純さに従い、人間の栄光

と好意を得てキリストに仕え、いかなる、たとえ些細な侮辱にも遭うことなく断固たる真理を語り——要するに、現在の恵みを失うことなく、来世の恵みに達すること。そのような意志は真の完全さへと導くものではなく、むしろ、冷淡な状態に陥らせ、黙示録において主が非難をもって語られる者たちのような者にしてしまうのである。「わたしはあなたの行いを知っている。あなたは冷たくも熱くもない。むしろ、冷たければよいのに、あるいは熱ければよいのに。しかし、あなたはぬるいので、わたしの口からあなたを吐き出そう」（黙示録3:15,16）。しかし、恵みが臨むと、それは霊の活力を喚起し、この世のあらゆるものから離れるような、より高次の志を霊の中に回復させる。その影響を受けると、意志はもはや無関心で生ぬるいままではできず、より良いものへの熱意を抱き、そのためにあらゆる低次なものを犠牲にする。しかしその一方で、以前の安らぎへの無関心の引力は意志の中に残り、再びそれに陥る準備が十分に整っている。そうならないように、肉体の中には、より高い志に敵対する動きが残されている。より高い至福を味わった意志は、それらを快く思うことはできず、それらを感知するやいなや、直ちに熱意に満ちて活気づき、自らのより高い至福を勇敢に守り抜くのである。また、意志が神に背く冷淡さに陥るや否や、肉の戦いが立ち上がり、意志を奮い立たせることもある。このことから明らかなのは、もし私たちの中で立ち上がるこの戦いが私たちをそこから引き出さなければ、私たちは永遠に前述の神に背く冷淡な状態に留まり続けていたであろうということである。なぜなら、その状態にあるとき、自己満足に屈服して少しばかりの寛容を自分に許そうとすると、直ちに肉体が立ち上がり、罪深い衝動や情欲の刺で私たちを傷つけ、望まれる喜ばしい清らかさに留まることを許さず、心を冷ます快樂——神に喜ばれないもの——へと引きずり込み、——まるで茨が生い茂る道へと引きずり込むかのようだ。しかし、これは神に対する眠りについての熱意を刺激する。熱意は立ち上がり、迫り来る敵を追い払う。日々私たちの中で働くこの戦いは、私たちを有益な決意へと導き、——悠長で無頓着な生活を捨て、多くの苦勞と心の碎けを伴って心の清さを獲得し、——厳しい断食、飢え、渇き、不眠によって体の清さを保ち、——読書、思索、そして絶え間ない祈りを通じて、善き精神の高みへと至る。

4. このようなことは、イスラエルに敵対する諸民族に関する神の御計画の中に神秘的に描かれており、『士師記』には次のように記されている。「主はこれらの諸民族を残しておかれた。イスラエルを試み、……彼らに戦いを教えるためである」（士師記3:1,2）。——主がこのような戦いを仕組まれたのは、イスラエルに平安を望まなかったからでも、その幸福を顧みなかったからでもなく、むしろそれがイスラエルにとってどれほど有益であるかを御覧になったからである。それらの諸民族によるほぼ絶え間ない攻撃にさらされていたため、イスラエルは常に神の助けを必要としていることを感じずにはいられず、それゆえ、常に神に信頼を置いて祈りを捧げ続けなければならなかった。戦いの務めを離れることができなかったため、彼らは無防備に陥ったり、怠惰や無為に身を任せて緩んだりすることなどできなかった。なぜなら、不幸に打ち勝てなかった者を、しばしば安全と幸福が転落させるからである。

5. 肉において自制を欠く者たちの魂が眠りについてるのは、何によるものか。それは、誤った考えによって、この肉的な欲求から自らを解放し、肉体の節制の労苦にも、心の碎きにも必要がないと思い込んでいるからに他ならない。そのような無頓着さによって緩んでしまった彼らは、真の完全さを獲得することや、心の情欲から心を清めることなど、全く気にかけていない。このような状態は、肉的な状態より高みにあるとはいえ、あくまで精神的なものに留まっており、主ご自身の言葉によれば、拒絶に値するものとして名指しされている——それは、冷たい状態から温かい状態へと移りつつも、この忌まわしい温かさに留まってしまったからである。

6. さて、離俗の最初の段階において、肉欲的な存在でなくなることで、すなわち、世俗の慣習から離れ、明らかな肉欲的な不浄を抑えるようになると、私たちは急いで、全力を尽くして直ちに霊的な状態を身につけなければならない。そうしなければ、単に外なる人として世を捨てた、あるいは肉的な淫行による自己の穢れを止めたという理由だけで、すでに完全さを達成したかのように自分を思い込み、その後、情欲の原因を根絶することに怠慢で無頓着になり、こうして肉と霊の中間に立ち止まり、霊的な完全さの段階に達していないまま、この完全さを得るには、



外見上の状態として世の生活や快樂から離れ、肉欲的な放蕩や交わりに加わらないだけで十分だと考えてしまうことのないようにしなければならない。なぜなら、もし私たちが、最も悪いものと見なされるこの「ぬるさ」（無関心）の状態にとどまるならば、主の口から吐き出されてしまうからです。主はこう言われています。「あなたはぬるいから……わたしの口からあなたを吐き出そう」（黙示録3:16）。主は、御自身の愛の胎内に受け入れられたにもかかわらず、後に冷めきってしまった者たちについて、ある種の嫌悪を込めて御自身から吐き出されると宣言されたのは、正当なことです。なぜなら、肉的な者、すなわち世俗的な者や異教徒でさえ、キリストの軀を受け入れながらも完全への道を歩まず、当初の霊的な熱意の炎を冷めさせてしまった者よりも、救いへと向かい、霊的な完全さの頂点へと登りつめるのは容易だからである。なぜなら、感覚的な情欲に貶められ、肉的な穢れのために自らを不浄であると自覚した者が、悔い改めの心を持ってあらゆる清さと完全さの源に駆け寄るとき、かつて自分が陥っていたあの冷淡な不信仰と無頓着な状態を嫌悪し、熱意に燃えて、より容易に完全さへと至ることができるからである。それに対して、冷淡な態度で神の業に取り組み、謙遜やふさわしい熱意もなくこの召命の道に踏み込む者は、ひとたびこの災いをもたらす疫病に襲われると、もはや自らより良い道を見出すことも、他者からの諭しを受け入れることもできなくなる。なぜなら、主の御言葉にあるように、彼は心の中で「私は富んでいる。豊かになった。何一つ欠けるものはない」と言うからである。しかし、彼にはむしろ、その後続く言葉、「あなたは、自分が惨めであり、貧しく、裸であり、盲目であり、裸であることを知らない」（黙示録3:17）を当てはめるほうがふさわしい。このようにして、彼は、自分がいかに貧しく、盲目で、裸であるか、いかに多くの点で是正を必要としているか、他者からの指導や諭しにどれほど大きな必要性があるかを自覚しなくなるという点で、世俗の人よりもさらに悪くなる。それゆえ、彼は救いの言葉を一切受け入れず、来世において必然的に最も厳しい裁きと罰に服することになることを理解していないのである。

#### 4. 情欲の概要とそれとの戦い

1. 主要な情欲は八つある。すなわち、暴食、淫行、金銭への執着、怒り、悲しみ、気落ち、虚栄、高慢である。

2. 情欲には「二種類」ある。すなわち、自然的な欲求から生じる自然的なもの（例えば、暴食や淫行）と、自然には根ざさない非自然的なもの（例えば、金銭への執着）である。その「作用」は「四つの様相」で現れる。あるものは、暴食や淫行のように、身体の中だけで、あるいは身体を通じてのみ作用する。一方、あるものは、虚栄や高慢のように、身体の関与なしに現れる。さらに、あるものは、金銭欲や怒りのように外部から刺激されて生じるのに対し、あるものは、気落ちや悲しみのように、内的な原因から生じる。このような情動の作用の現れ方から、それらをさらに「肉的なもの」と「精神的なもの」の二種類に分類することができる。肉的なものは体内で生じ、体を養い、快樂を与える。一方、精神的なものは精神的な傾向から生じ、精神を養うが、体に対してはしばしば破壊的な作用を及ぼす。後者は、内面的な心の治療によって治癒されるが、肉欲的なものは、外的および内面的な両方の治療によって治癒される。

3. 述べたことの一部について、より詳細な考察を加えて説明しよう。食欲や淫欲といった情欲は、肉体に根ざしており、時に魂の関与なしに、それらが発する欲求の刺激だけで喚起されることがある。しかし、それらは魂と肉体の結びつきゆえに、魂をも引きずり込む。これらを抑制するには、精神的な抵抗だけで不十分であり、同時に断食、不眠、労働による疲労を通じて肉体そのものを制圧する必要がある。一時的な隠遁も必要となる場合があり、しばしば完全な隠遁生活さえ求められる。なぜなら、それらは魂と肉体の墮落から生じるものであるから、両者の努力によってのみ打ち負かすことができるのである。－虚栄と高慢は、肉体を介することなく魂の中に生じる。なぜなら、称賛と栄光への欲望一つだけで、それに囚われた魂を墮落へと追い込む虚栄が、肉体的要素を何のために必要とするというのか。あるいは、ルシファーの高慢において、どのような肉体的行為があったというのか。預言者が言うように、「あなたは心の中でこう言った。『私は天に昇ろう……そして、至高者に等しくなる』」（イザヤ書14:13,14）と、彼がた

だ魂と思考の中でそれを抱き始めた時、である。彼には、そのような高慢の扇動者は全くいなかった。それはすべて、彼自身の内から生まれ、熟成したのだ。

4. これら八つの情欲は、その起源や作用が異なるものの、最初の六つ、すなわち、暴食、淫行、貪欲、怒り、悲しみ、気落ちは、ある種の特別な親和性によって互いに結びついており、それによって、前の情欲の過度が次の情欲の始まりとなるのである。なぜなら、の暴食の過ちからは必然的に淫欲が生じ、淫欲からは金銭への執着が、金銭への執着からは怒りが、怒りからは悲しみ、悲しみからは気落ちが生じるからである。それゆえ、これらに対抗するには同じ順序で戦わなければならない。すなわち、それらとの闘いにおいて、前の情欲から次の情欲へと順を追って進むのである。気力を失う状態を打ち破るには、まず悲しみを抑えなければならない。悲しみを追い払うには、まず怒りを抑えなければならない。怒りを鎮めるには、金銭への執着を踏み潰さなければならない。金銭への執着を根絶するには、淫らな欲望を制圧しなければならない。淫らな欲望を抑えるには、暴食の情欲を抑制しなければならない。そして残りの二つの情欲、虚栄心と高慢は、同じように互いに結びついている。すなわち、前者の強まりが後者の始まりとなり、過度の虚栄心から高慢の情欲が生まれる。同じ順序で、それらへの勝利も得られる。すなわち、傲慢を根絶するためには、虚栄心を抑えなければならない。しかし、これら六つの情欲とは、本質的な関係で結びついているわけではない。なぜなら、それらはこれら六つの情欲から生まれるのではなく、むしろそれらを根絶した後に生じるからである。この二つの情欲には、他の情欲に打ち勝ち、それらを制圧した後に特に陥りやすい。－ところで、これら八つの情欲は、今示したように互いにそのような関係にあるが、より具体的には四つの結合に分けられる。すなわち、淫欲は特に食欲と結びつき、怒りは金銭欲と、落胆は悲しみと、高慢は虚栄心と結びついている。

5. それぞれの情欲は、一つの形態だけで現れるわけではない。

6. 例えば、大食は三つの種類がある。すなわち、定められた時間より前に食べたいという欲求を生じさせるもの、あるいは食物の質を問わず、満腹になるまで多食を求めるもの、あるいは美味な食物を欲するものである。ここから、無秩序な食事、手当たり次第の飲食、大食、そして快楽追求が生じる。これら三つから、魂に様々な悪しき病が生じる。第一のものは修道院の規律に対する不満を生み出し、この不満から修道院での生活への不満が耐え難いほどに高まり、その後通常、修道院からの逃亡がすぐに続く。第二の悪からは、肉欲と快楽が煽られ、第三の悪は金銭への執着へと陥らせ、キリストの貧しさを受け入れる余地を全く残さない。

7. 淫らな情欲には三つの種類がある。第一は、異性との交わりによって行われるものである。第二は、女性との交わりなしに行われるものであり、これによって、族長ユダの子オナンが主から罰せられた（創世記38:9, 10）。聖書では、これは「不潔」と呼ばれている。三つ目は心と精神によって行われるもので、これについて主は福音書の中で、「女を欲情をもって見る者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである」（マタイ5:28）と語っておられる。聖使徒は次の節で、これら三つの種類について次のように指摘している。「地上の肢体を死なせなさい。すなわち、淫行、不潔、情欲」などである（コロサイ3:5）。

8. 貪欲には三つの種類がある。第一は、世を捨てた者があらゆる財産から身を解き放つことを妨げるもの。第二は、すでにすべてを貧しい人々に施した者を、再び同じ財産を蓄えさせるもの。第三は、以前は何も持っていなかった者でさえ、財産を蓄えたいという欲望をかき立てるものである。

9. 怒りにも三つの種類がある。第一は、内面で燃え上がるもの。第二は、言葉や行動として表出するもの。第三は、長い間燃え続け、恨み深さと呼ばれるものである。

10. 悲しみには二種類ある。第一は、怒りが収まった後に訪れるもの、あるいは被った損害や損失、あるいは願いが叶わなかったことによって引き起こされるものである。第二は、自分の運命に対する懸念や恐怖、あるいは不合理な心配から生じるものである。

11. 気落ちには二種類ある。一つは眠りへと誘うものであり、もう一つは修道室から追い出すものである。

12. 虚栄心は多岐にわたるが、その主なものは二種類ある。一つは、肉体的優位性や目に見える物によって自惚れることであり、もう一つは、霊的な事柄をめぐる虚しい名声への欲望に燃えることである。

13. 高慢には二種類ある。一つは肉的なものであり、もう一つは霊的なものであるが、後者は前者よりも破滅的である。それは特に、ある種の美德において成功を収めた者たちを誘惑する。

14. これら八つの情欲は全人類を誘惑するが、とはいえ、すべての人に同じように襲いかかるわけではない。ある者には淫欲の精神が主たる位置を占め、ある者には怒りが優勢であり、またある者には虚栄心が支配し、さらに別の者には高慢が君臨する。このように、すべての情欲がすべての人を襲うとはいえ、私たち一人ひとりとはそれぞれ異なる方法と順序で、それらに服従しているのだ。

15. それゆえ、私たちはこれらの情欲と戦わなければならない。すなわち、各自が、自分にとって特に害となる情欲が何であるかを悟り、その情欲に対して主たる戦いを向け、それを監視し抑え込むためにあらゆる努力と配慮を尽くし、日々の断食という槍をその情欲に向け、刻一刻と心の嘆きやため息という矢を放ち、自分を乱すこの戦いが終わるよう、神への祈りの中で絶えず涙を流さなければならない。なぜなら、自分の努力や労力ではそれに打ち勝つことができないと確信するまでは、誰もいかなる情欲にも打ち勝つことはできないからである。もっとも、その情欲から清められるためには、彼自身も昼夜を問わず、そのためのあらゆる労苦と配慮に身を捧げなければならない。

16. そのような闘士が、自らの最も根深い情欲から解放されたと感じたとき、再び心の奥底を注意深く探り、その背後に、他の情欲に比べてどれほど強い情欲がまだ残っているかを見極め、それに対して特にすべての霊的な武器を駆使しなければならない。このようにして、自分の中にある最も強い情欲をその都度打ち負かすことで、残りの、それより劣る情欲に対しても、より早く、より容易に勝利を収めることができるようになる。

17. 一つの、あるいはいくつかの情欲に勝利を収めたとき、その勝利に驕ってはならない。さもないと、主はあなたの心の驕りを見抜き、それを守り、護ることをやめてしまうだろう。そして、主に見捨てられたあなたは、かつて神の恵みの助けによって打ち負かしたのと同じ情欲に、再び翻弄されることになるだろう。また、預言者も、「主よ、あなたに告白するこの魂を、獣たちに引き渡さないでください」（詩編73:19）と祈ることはなかっただろう——もし、心が高ぶる者が、謙虚になるために打ち負かした情欲に再び陥ってしまうことを知らなかったならば。

## 5. 八つの主要な情欲との戦い

1. 八つの主要な情欲との闘いを描くにあたり、それらの性質を説明し、原因を指摘し、それらに対抗するための適切な治療法を提案していく。

### 1. 暴食との戦い

1. 私たちが最初に取り組むべき闘いは、暴食、すなわち満腹への情欲との闘いである。

2. 食事の節制、すなわち断食のあり方については、すべての人に一律の規則を定めることはできない。なぜなら、すべての人の体の強さが同じではないからであり、この美德は魂の力だけで守られるものではなく、体の力にも見合うものでなければならないからである。誰もが毎週断食を守れるわけではない。中には、3日や2日以上食事を摂らずにいられない人もいれば、日没まで食事を摂らずに過ごすのが難しい人もいる。また、野菜や薬草、乾いたパンが、すべての人にとって栄養価が高いわけでもない。さらに、ある者は満腹になるのに2ポンド必要だが、別の者は1ポンドあるいは半ポンド食べただけで重苦しさを感じる。しかし、節制を実践する者は皆、能力に応じて食事を摂りつつ、過食に陥らないという一つの目標を持たなければならない。なぜなら、食物の質だけでなく、その量もまた魂を緩め、そこに有害で罪深い炎を燃え上がらせるからである。



3. どのようなご馳走であれ、腹を満たせば、そこから肉欲の種が芽生え、食物の重荷に押しつぶされた心は、もはや理性の舵を正しく操る力を失ってしまう。過度の酒の摂取だけが心を酩酊させるのではなく、あらゆる食物の過剰摂取もまた、通常、心を不安定で揺らぎやすくし、清く汚れない思いから遠ざけてしまう。ソドムの住民たちにとって、その墮落と滅びの原因は、酩酊だけにとどまらず、腹の満腹にもあったのである。主が預言者を通してエルサレムをどのように叱責されているか、聞いてみよ（エゼキエル書 16:49）。あなたの姉妹ソドムは、パンを飽きるほど、満腹になるまで食べたこと以外に、何によって罪を犯したのか。そのようなパンによる満腹によって、彼らは肉欲の消えぬ炎に燃やされたため、神の裁きにより、天から硫黄の火で焼き尽くされたのである。このように、飽食への欲望によるパン摂取の過度な放縦が、彼らを墮落という激流の深淵へと突き落としたのであれば、肉体の健康が全盛期にあるにもかかわらず、体の弱さが求める量ではなく、自己満足的な欲望が促すままに、肉を食し、ワインを飲み、それらを度を越して摂取している者たちについては、何と言おうか。

4. 教父たちは、食事における節制の基準として、身体を生命を維持するために必要に迫られて摂取する食物について、まだ食べたいという欲求が残っているうちに、それを口にすることをやめること、と定めた。このことから判断すれば、体の弱い者であっても、肉体の儂さがそれを必要としない時に、意志の力で食物への欲望を抑制するならば、強健で健康な者と同様に、節制という美德を完璧に実践することができる。なぜなら、使徒もこう言っているからだ。「肉の快楽を、情欲に従って行ってはならない」（ローマ 13:14）。彼は、体の世話をすること自体を完全に禁じたわけではなく、ただそれが情欲に従って行われることを禁じたのである。すなわち、情欲に駆られた肉への配慮は排除したが、生活に必要で理にかなった体の維持は除外しなかった。前者を禁じたのは、肉体に甘えることによって、私たちが破滅的な情欲の行いに陥らないようにするためであり、後者を許したのは、肉体が不合理な厳格さによって衰弱し、私たちの霊的な務めや労苦を遂行する力が失われないようにするためである。

5. したがって、節制の程度は、各人の良心の判断によって定められなければならない。誰もが、肉体の反乱との戦いに必要な分だけ、自ら節制すべきである。――規則で定められた断食は、当然遵守しなければならない。しかし、その後に食事における節制が守られなければ、それらの遵守は完全な清らかさには至らない。長期にわたる断食による飢餓は、その間の一時的な身体の衰弱と消耗をもたらすだけであり、その後で身体を十分に満たすようなことがあれば、貞潔の清らかさにはつながらない。なぜなら、魂の清らかさは、腹の飢えと不可分につながっているからである。絶え間ない節制の均衡を保つことに満足しない者は、恒常的な貞潔の清らかさを持ち得ない。厳しい断食も、その後に食事において過度な放縦が続くならば、何の意味も持たず、その成果はすぐに食欲の情欲によって押し流されてしまう。なぜ、時折の長期かつ極めて厳しい断食よりも、毎日、節度を持って賢明に食事を摂る方が良いのか。節度を欠いた断食は、魂の堅固さと不変性を揺るがすだけでなく、身体の衰弱により、祈りの実践をも活力を失わせることになる。

6. 魂と身体の清さを保つためには、食事の節制だけでは不十分であり、それに他の精神的な美德が伴わなければなりません。したがって、まず第一に、従順という美德、心の砕け、そして身体の疲労を通じて、謙遜を学ぶ必要があります。金銭については、単に所有を避けるだけでなく、それに対する欲望そのものを根こそぎ断ち切らなければならない。なぜなら、金銭を持たないだけでは不十分だからである――それは大抵の場合、必要に迫られてのことだが、もし偶然にも金銭が提示されたとしても、それを持ちたいという欲望そのものを許してはならない。怒りの激しさを抑え、悲しみの重荷を乗り越え、虚栄を軽蔑し、高慢を踏みつけ、また、心の中での定まらずあちこちと揺れ動く迷いを、絶えず神を思い起こすことによって抑制しなければならない。邪悪な敵が、私たちの心をこの神の観想からそらそうとして、心の奥底に忍び込むたびに、私たちは常に、心をかき乱す迷いから神の観想へと立ち返らなければならない。

7. 食欲の衝動を抑制する力がなければ、情欲が燃え上がったとき、それを抑え込むことは決してできない。内なる人の清さは、この美德の完成度によって見極められる。なぜなら、些細

な争いにおいて最も弱い者にさえ打ち負かされている者なら、最強の敵との戦いで対抗できるなどとは、到底信じられないからである。

8. それゆえ、まず我々は食欲の欲望を踏み碎かなければならない。そして、断食だけでなく、徹夜祈祷、読書、そして絶え間ない心の悔い改めによって、自らの精神を研ぎ澄ます必要がある。かつて誘惑され、あるいは打ち負かされたあらゆることを思い起こし、数多の罪に対する恐怖の感覚に嘆き、あるいは完全さと清らかさへの渴望に燃えながら。そして、心をその境地まで至らせなければならない。すなわち、心がそのような修業の労苦や思索に没頭し、まるで飲み込まれているかのようにして、食事による滋養そのものを、許された快樂の対象というよりは、むしろ罰として課せられた重荷と見なし、それを魂にとって望ましいものというよりは、身体にとって避けられない必要不可欠なものとして受け入れるようになるまで導かなければならない。もし私たちが常にこのような霊的な自戒と悔い改めの心で身を律し続ければ、やがて、美食によって煽られ、極度の狂乱に至る肉の情欲を鎮め、その破滅的な毒牙を鈍らせることができるだろう。こうして私たちは、あふれる涙と絶え間ない心の嘆きによって、バビロンの王、すなわち悪魔が、罪を犯す機会を仕組んだり情欲を煽ったりすることで、私たちの内に燃やし立てている肉体の炉を鎮めることができる。その際、私たちはまるで炉に油や樹脂を注ぎ足すかのように、（不品行へと）；神の恵みによって、その露のような御霊が私たちの心に吹き込まれることで、肉欲の炎が私たちの中から完全に消し去られるまでは。そして、これが私たちの最初の試練である——完全さを求める願いをもって、過食と腹を満たすことへの欲望を鎮めること！ それゆえ、余分なご馳走への欲望を徳の黙想によって抑え込むだけでなく、私たちの本性に不可欠な食物でさえ、貞潔にとって好ましくないものとして、心の細心の注意を払って受け入れる必要があるのです。そして、私たちの人生の流れは、いかなる時も霊的な営みから気をそらさないよう整えなければならない。ただし、身体の弱さが、身体に必要な世話に身を委ねるよう促す時だけは例外である。しかし、魂の欲望に支配されるのではなく、生活の必要を満たすためにこの必要性に服従するときでさえ、救いをもたらす行いから私たちをそらすものとして、それをできるだけ早く手放すよう急がなければならない。そして、食事の最中であっても、これらの行いから遅れをとってはならない。なぜなら、魂が神の観想に注意を向け、同時に美德への愛や生活必需品の美しさに、それ以上に喜びを見出していなければ、目の前のご馳走の快樂から決して離れることはできないからである。そもそも、この世のあらゆる現実とは、朽ちるものとして輕蔑され始めるのである。なぜなら、誰かが心の視線を朽ちることのない永遠の至福に絶えず釘付けにし、まだ肉体の中にいる間から、心で来世の至福を味わっているからである。

9. このような心構えをもって、食欲や過食の欲望に打ち勝てば、もはや肉の奴隷ではなく、我々はより高次の戦い——通常はすでに勝利者を相手にのみ直接戦いを挑んでくる不浄な力との戦い——に参戦するにふさわしい者と認められるだろう。このように、肉欲の抑制は、あらゆる戦いの最も堅固な基盤となる。自らの肉体を打ち負かさなければ、誰も正當に戦うことはできない。そして、正當に戦わない者は、勝利の栄冠を戴くことはない。

10. 正當な戦いの規則に従って戦う、真のキリストの戦士の話に耳を傾けたいか？——よく聞け。——「私は」と彼は言う、「不確かなものを追い求めるように走るのではなく、空気を打つように戦うのでもなく、自分の肉体を死に至らしめ、従わせている。それは、他人に説教しておきながら、自分自身が失格者とならないためである」（Iコリント9:26,27）。ご覧の通り、彼は自分自身、すなわち自分の肉において、あたかも最も堅固な土台の上にあるかのように、戦いの主たる目的を確立し、戦いの成功のすべてを、肉を疲れさせ、自分の体を服従させることの一点に集約しているではないか？「私は」と彼は言う、「不確かなものに向かって走るのではない」。天のエルサレムを仰ぎ見、そこに揺るぎない目標を定め、その目標に向かって心の速い流れを揺るぎなく向けなければならない者は、不確かなものに向かって走ってはいない。後ろのものを忘れ、前のものに向かって進み、定められた「キリスト・イエスにある神の栄光ある召し」（フィリピ3,13,14）へと向かい、常に心の視線をそこへ向け、心の全備をもってそこへ急ぎ、確信をもってこう叫ぶ者である。「私は良い戦いを戦い抜き、走り終え、信仰を守り通した」（IIテモ

テ4,7)。そして、キリストの香りの跡を、良心の奥底から湧き上がる熱意をもって、いかに倦むことなく追い求めてきたかを自覚し（雅歌 1:3）の「香りの跡」を追い求め、肉を死なせることによって霊的な戦いに勝利を収めたことを自覚していたからこそ、彼は揺るぎない希望をもってこう語りかけるのである。「あとは、義の冠が私のために用意されており、その日、義なる審判者である主が、それを私に授けてくださる」（Ⅱテモテ 4:8）。そして、私たちもまた、同じ志を持って彼に倣うならば、そのような報いの希望が開かれるようにと、彼はこう付け加えた。「私だけでなく、御現れを愛するすべての人にも」と宣言し、裁きの日に、私たちもまた、キリストの再臨を愛するならば——すなわち、望まない者たちのためにも現れる再臨だけでなく、とりわけ聖なる魂たちの元へ常に降りてこられる再臨を愛するならば——、肉を死なせることによって戦いに勝利し、その冠に与る者となることを告げているのです。この最後の来臨について、主は福音書の中でこう語っておられます。「わたしとわたしの父とは、その人のところに行き、その人のもとに住まいを築く」（ヨハネ14:23）。また、「見よ、わたしは戸口に立って、呼びかけている。もしだれかがわたしの声を聞いて戸を開くなら、わたしは彼のもとに入り、彼と共に食事をし、彼もわたしと共に食事をする」（黙示録 3:20）とも述べられている。

11. ところで、使徒は、自らが成し遂げた奔走の功績だけを述べているのではなく、「わたしは、不確かなものに向かって走るのではない」と語っている：[これは特に、彼が全き熱意をもってキリストに従い、花嫁と共に次のように歌った、その心の志向と霊の熱意を指している。『あなたの後を追い、あなたの平和の香りを追って走る』（雅歌 1:3）；また、「わが魂はあなたにすがりつく」（詩篇 62:9）とも歌っている）；しかし、彼は別の種類の戦いにおいても勝利を収めたことを証ししており、次のように述べている。「このように私は戦っている。空を打つようにではなく、自分の肉体を打ち倒し、従わせている」と語っている。これはまさに、禁欲という極めて苦痛を伴う労苦、肉体への懲らしめ、そして肉の消耗を指している。ここで彼は、自らの肉に対するある種の闘士として自らを描き出し、節制という打撃を肉に与えたのは無駄ではなかったこと、むしろ肉を死に至らしめることによって勝利の栄光を勝ち取ることができたことを示している——すなわち、節制の鞭で肉を制し、断食の打撃で肉を消耗させたとき、勝利者たる霊に不死の冠と朽ちることのない栄冠をもたらしたのである。ここに、戦いの正当な順序が見て取れ、霊的な闘争の結末がうかがえる——キリストの戦士が、反逆者たる肉に勝利を収め、それを堂々と自らの足元に踏みつけ、偉大なる勝利者として、勝利の戦車に乗って進んでいるではないか！——彼は虚しいものへと向かっているのではない。まもなく聖なる都、天のエルサレムに入ることを確信しているからだ。「このように」断食、すなわち肉の死滅において「空気を打つように」ではない、つまり、節制の打撃を無駄に与えるのではなく、なぜなら彼はそれによって空気を打つのではなく、自らの肉体を死滅させることによって、その中に渦巻く悪意の霊たちを打ち倒していたからである。なぜなら、「空気を打つようにではない」と言う者は、空虚で何もない空気を打ち砕くのではなく、同時にその中に存在する何者かを打ち砕いていることを示唆しているからである。彼は、こうした戦い（すなわち、肉体との戦い）を乗り越え、今や多くの勝利の冠を身にまとして再び姿を現したため、当然ながら最強の敵たちの攻撃にさらされることとなった。そして、その敵の中でも真っ先に現れた嫉妬深い者たちを打ち負かし、希望に満ちてこう宣言し始めたのである。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威たち、この世の闇の支配者、天の下の悪意の霊たちに対するものである」（エフェソ 6:12）。

12. キリストの戦士にとって、この肉体に宿っている限り、戦いの功績によって栄冠を得る機会が尽きることはない。しかし、勝利の成功によって高みへと登れば登るほど、彼にはさらに激しい一連の戦いが待ち受けているのである。なぜなら、彼が勝利を収め、自らの肉を征服した後、その勝利に憤りを感じた無数の敵対者や敵の大群が、この勝利に満ちたキリストの戦士に対して立ち上がるからである！ これは、キリストの戦士が、世の安寧に浸って自らの戦いの栄光ある戦いぶりを忘れず、また、敵からの安全という安心感から怠惰に陥り、最高の報いにふさわしい勝利の武勇を発揮する意欲と勇気を失わないようにするためである。それゆえ、衰えることなく、むしろ力と勇気を増し、最高の勝利の栄光に到達したいと願うならば、私たちもまた、同

じ順序で戦いの偉業を成し遂げなければならない——まず、使徒と共にこう言えるようになるために、「私はこのように戦っている。空を打つようではなく、むしろ、自分の肉を打ち砕き、従わせている」と、使徒と共に語れるようになるための行いを成し遂げ、その後、この戦いに勝利を収めた暁には、次の戦いへと進み、そこで成功を収めた暁には、再び使徒と共にこう語れるようになるのです：「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者、天の下の悪意の霊たちに対するものである」と語れるような戦いに踏み込むのである。なぜなら、これらの者たちとの戦いに臨むには、肉に対する勝利を得た後でなければ、決して他の方法はないからです。もし私たちが皆、肉との戦いにおいて打ち負かされ、腹との闘いにおいて敗北し続けるならば、霊たちとの戦いを経験する資格を、決して得ることは不会でしょう。そして、使徒から「あなたがたに臨む試練は、人間に耐えうる範囲を超えるものではない」（Iコリント10:13）と、正当な非難として告げられることになるだろう。

**13.** 内なる戦いの功績を成し遂げようとする修道士は、あらかじめ次のような決心を固め、注意を払うべきである。すなわち、規則で定められ、すべての人に共通する食事の時間より前に、また食事の場以外では、たとえどれほど心地よく甘美なものであっても、食べ物や飲み物を一切口にしないことである。また、食事の終了後も、たとえごくわずかな量であっても、そのようなことに手を出すことを決して許してはならない。同様に、規則で定められた通り、睡眠の時間と量を厳格に守らなければならない。そして、この種の欲望も、私たちが淫らな情欲の動きを断ち切るのと同じ熱意をもって断ち切らなければならない。なぜなら、腹の余分な欲望を抑えられなかった者が、どうして肉欲の燃え盛る炎を消し去ることができるだろうか。また、顕著な情欲や些細な情欲さえも抑えられなかった者が、目撃者すらいない中でこっそりと湧き上がる隠れた情欲に、どうして打ち勝つことができるだろうか。

**14.** 私たちが恐れるべきは外部の敵ではない。私たちの敵は私たち自身の中に潜んでいるのだ。だからこそ、私たちの中には絶え間なく内なる戦いが繰り広げられているのだ。もし私たちがその戦いに勝利すれば、あらゆる外部の争いは取るに足らないものとなり、キリストの戦士にとって万物は平和となり、すべてが彼に従順になるだろう。私たちの中に存在するものが打ち負かされ、霊に従うようになれば、外部の敵を恐れる必要はなくなる。心の完全さと身体の清らかさを得るために、目に見える食物を断つという断食だけで十分だと信じるべきではない。いや、これに加え、魂の断食もまた必要である。なぜなら、魂にもまた有害な食物があり、そこから離れることを怠ると、肉体の栄養が不足していようと、快樂の深淵に陥ってしまうからである。——自己批判は魂の糧であり、しかも極めて心地よいものである。怒りもまた魂の糧であるが、それほど軽やかではなく、時には有害であり、さらには死をもたらすことさえある。嫉妬は魂の糧であり、その生命力を毒のように損ない、他者の幸福な成功によって、この不幸な魂を絶えず苦しめる。虚栄心もまた魂の糧であり、一時的には心地よい味わいで魂を甘やかすが、その後は魂を空虚で裸同然の状態にし、あらゆる美德を奪い、実を結ばず、霊的な実を産む能力を失わせる——ひいては、計り知れない労苦に対する報いを奪うだけでなく、大きな罰を招くことにもなる。あらゆる情欲や、移ろいやすい心の迷いは、ある種の牧草地で魂を放牧するようなものであり、魂を有害な食物で養い、天のパンや堅い糧を口にさせない。だからこそ、私たちの聖なる断食において、これらすべてから力の及ぶ限り遠ざかることで、肉体の断食を実りあるものとし、有益なものにすることができるのである。なぜなら、肉の労苦が霊の砕かれた心と結びつくとき、それは神にとって最も喜ばしい捧げ物となり、心の清く美しく飾られた奥底に、神の聖さにふさわしい住まいを築くからである。しかし、もし肉体の断食をしながら、最も有害な魂の情欲に囚われてしまうならば、私たちの最も尊い部分が汚れたままである限り、すなわち、本来聖霊の住まいとなるべき私たちの本性のその部分が不健全なままである限り、肉体の消耗は私たちに何の益ももたらさないでしょう。なぜなら、朽ちるべき肉体ではなく、清らかな心こそが、神の住まいであり、聖霊の宮となるからです。したがって、私たちの外なる人が断食するとき、内なる人もまた、有害な誘惑から遠ざけるべきです。聖使徒は、「内なる人に、信仰によってキリスト

があなたがたの心に住まわれるように」（エフェソ3:16,17）と語ることで、特にその心を清く神に捧げ、キリストを訪問者として自分の中に迎え入れるにふさわしい者となるよう勧めている。

**15.** 食事は、肉欲の炎を鎮め、決して煽らないようなものを選び、かつ入手しやすく、兄弟たちの一般的な慣習や習慣に合致するものでなければならない。腹の快樂追求は三つの形態で現れる。ある者は、規則で定められた食事の時間を先取りするよう促し、もう一つは、どのような種類の食物であれ、腹を満腹に、あるいは溢れんばかりに満たすことを好むもの；三つ目は、最も美味で洗練された料理にのみ満足するものである。それゆえ、修道士はこれに対抗して三つの規則を守らなければならない。第一に、規則で定められた食事の許可時間を待つこと；次に、過食を許さないこと；第三に、質素で安価な食事で満足すること。そして、この点において、一般的な慣習や慣行にそぐわないことが許される場合、最も古くからの教父たちの伝承は、それを虚栄、見栄、自慢によって穢されたものとして是認しない。また、私たちは、知恵と判断力の賜物に秀でた者たちのうち、あるいは神の恵みによって模範となる最も輝かしい光として際立たされた者たちのうち、質素で価値のないものと見なされるパンを口にしない者を、一人として見たことがありません。それどころか、草や野菜、果物だけを摂取していた者たちのうち、最も経験豊かな人々の仲間入りを果たしたり、思慮と知恵の恵みにあずかったりした者を、私たちは一度も見ることがない。

**16.** 愛の行いは断食よりも優先されるべきである。このことは、我々はエジプトの教父たちから学んだ。というのも、我々がこれらの長老たちの規則を知りたくて、シリアからエジプトへ来たとき、彼らは驚くほど生き生きとした心からの歓待で我々を迎えてくれたからである。そして、我々がどこを通りかかろうとも、私たちを安心させるために、パレスチナの修道院で慣れ親しんでいたような、規則で定められた食事の時間を厳守することなど一切気にかけず——水曜日と金曜日を除いて、どこでもその前に食事をとることを許してくれた。ある長老に、なぜ彼らの中で毎日の断食の規則がこれほど自由に無視されているのかと尋ねたところ、彼はこう答えた。「断食は常に私と共にありますが、あなた方をいつまでも私のそばに留めておくことはできません。それに、断食は多くの点で有益であり、常に必要ではありますが、それは自発的な犠牲に過ぎません。一方、愛の行いを実践することは、戒めの差し迫った要求なのです。」それゆえ、あなたがたの中にキリストを受け入れるとき、私はキリストを養わなければならない。しかし、あなたがたを見送るとき、キリストのために示した寛容に対して、最も厳しい断食をもって報いることができる。なぜなら、「花婿が彼らと共にある間は、婚礼の客たちは断食することはできない。しかし、花婿が彼らから取り去られる日が来れば、その時、彼らは断食する」（ルカ5:34,35）。

**17.** 聖なる教父たちが言うように、両極端——過度な断食も、腹の満腹も——は等しく有害である。我々は、食欲に打ち勝つことはできなかったものの、度を越した断食によって衰弱し、過度な断食から生じた虚弱を原因として、結局は同じ食欲の情欲に陥ってしまった人々を知っている。

**18.** 私たちは、肉欲の快樂を追い求めて定められた時間より前に、あるいは度を超えて食事をとらないよう注意すると同時に、たとえ食欲がなくても定められた時間に食事をとるよう心がける必要がある。なぜなら、肉欲の快樂への過度な渴望も、食事への嫌悪も、私たちの敵によって煽られているからである。さらに、節度のない禁欲は、過食よりも有害である。なぜなら、過食の場合は悔い改めによって正しい行動へと転じることができるが、禁欲の場合はそれができないからである。

**19.** 両極端の間を、合理的な節度を守りながらどう歩むかについて、かつての教父たちはしばしば論じ、あらゆる種類の食物の中でパンを最優先とし、その摂取量として、重さ約1ポンドの小さなパン2個と定めた。

**20.** 節制の一般的な原則は、各人が自身の体力、体の状態、年齢に応じて、満腹感を求める欲望が求める量ではなく、身体の健康を維持するために必要なだけの食物を摂取することにある。一定の節度を守らず、時には過度に断食し、時には食べ過ぎる者は、その者は祈りにも貞潔に

も害を及ぼす。祈りに対しては、食事を摂らないために祈りの際に活力を保てず、力尽きて眠りに傾いてしまうからである。また、貞潔に対しては、過度の食事によって燃え上がる肉欲の炎が、厳格な断食の間もなお作用し続けるからである。

21. 教父たちの見解によれば、節度ある食事とは、毎日、食べ終わった後もまだ空腹感が残る程度の量を食することである。このような節度こそが、魂と体を同じ状態に保ち、体を衰えさせる過度な断食にも、精神を萎えさせる満腹状態にも、人が陥ることを防ぐのである。

22. 断食と節制に関する本書を、この偉人の見解をもって教訓的に締めくくべく、至福のマカリアによるもう一つの救いとなる教えを紹介する。彼はこう述べている。修道士は、あたかも百年間この肉体に留まるかのよう、断食を賢明に行うべきであり、また、毎日死ぬ可能性があるかのよう、心の動きを抑制し——恨みを忘れ、悲しみを振り払い、苦しみや喪失を何とも思わないようにすべきである。これにより、第一の点、すなわち断食に関しては、魂に有益な分別が勧められている。それは、修道士が常に節制において穏やかな厳格さの道を歩み続け、たとえ肉体が衰弱した場合であっても、厳格さから過度に寛大になることを許さないものである。また、二つ目、すなわち心の動きの抑制に関しては、この世で幸福と思われるものを軽蔑するだけでなく、不幸や悲しみにも屈することなく、それらを取るに足らないものとして無視し、毎日、毎分、召されるのを待ち望んでいるその場所へと、常に心の視線を向け続けていることである。

## 2. 淫乱の霊との戦い

1. 教父たちの伝承によれば、私たちに第二の戦いがある——それは淫乱の霊との戦いであり、他のどの戦いよりも長く、絶え間なく続き、完全に打ち負かした者は極めて少ない。これは激しい戦いであり、思春期の初めから始まり、他の情欲が打ち負かされるまでは決して止むことがない。ここでの反乱には二種類あり、戦いの武器も二種類であるため、それに立ち向かうには、やはり二種類の武器を手になければならない。完全な貞潔の清らかさを得るためには、単なる肉体の断食だけでは不十分である。それよりも、悔い改めの精神による心の砕けと、この最も不浄な霊に対する絶え間ない祈りが、それを凌駕しなければならない。さらに、知的な活動と結びついた聖書による絶え間ない教え、また、心を迷わせることから遠ざけ、自分自身へと立ち返らせる肉体労働や手仕事、そして何よりも、これなしにはいかなる情欲に対しても決して勝利を収めることのできない、深く真の謙遜である。

2. この情欲の変容は、心の完全な清めによってのみ可能となる。主の御言葉によれば、この病気の毒は心から湧き出ているからである。「心からは」と主は言われる、「悪しき思い……姦淫、淫行」などが湧き出る（マタイ15:19）。したがって、まず、生と死の源である心を清めなければならない。ソロモンが言うように、「何よりもまず、あなたの心を守りなさい。そこから、いのちの泉が湧き出るからである」（箴言4:23）。なぜなら、肉体はその心のご意志と支配に従うからである。断食による質素な食事の律法には、あらゆる熱意をもって従わなければならない。そうしなければ、豊富な食事に満たされた肉体が、魂の命令に逆らい、その奔放さによって、その支配者である霊を打ち倒してしまう恐れがあるからだ。しかし、もし私たちが自分の行いの本質を、ただ肉体を疲弊させることだけに集中させ、同時に魂を他の情欲から断食させず、また神聖な教えや他の霊的な行いによって魂を養うこともしなければ、真の清らかさの頂点に到達することは決してできない。なぜなら、そのような場合、私たちの中に支配的なものが、たとえば体が清らかであっても、その体を汚してしまうからである。したがって、私たちは主の教えに従い、「まず、杯や皿の内側を清め、そうして外側も清くなるようにしなければならない」（マタイ23:26）のである。

3. その他の情念は、通常、とりわけ人々との付き合いや、彼らとの日々の活動や仕事を通じて浄化され、また、それらに陥ったことによる不快感や苛立ちそのものによって、ある意味で癒やされるものである。例えば、怒り、侮辱、焦りの衝動は、心の戒めや注意深い自省に加え、兄弟たちとの交わりや、こうした情動を頻繁に自覚することによっても癒やされる。なぜなら、



そうした状況下で苛立ちを覚えることで、それらがより頻繁に表出するからであり、それゆえに、より頻繁に露呈し、その結果、より早く癒やされるのである。しかし、この病は、肉体の消耗や心の打ちひしがれを伴うため、人里を離れて静養することも必要である。そうすることで、病を悪化させるような熱狂的な激昂を引き起こす要因を遠ざけ、より早く完全な回復の状態に至るためである。何らかの病に罹った者にとって、自分にとって有害な食べ物が目の前に置かれないことが有益であるように——それを見るだけで致命的な欲望が湧き起こらないように——同様に、この特別な病（情欲）を追い払うことにも、沈黙と孤独が極めて大いに役立つ。そうすることで、病んだ魂は、外部の様々な人や物事に誘惑されることなく、より自由に最も清らかな知的な観想へと昇華し、それを通じて、情欲という伝染性の興奮を根こそぎ引き抜くことができるのである。

4. 節制を保つことと、清らかであり、貞潔な無垢さと処女の無邪気さという動じない境地に達することとは、別物である。このような美德は、心身ともに処女・処男である者たちにのみ帰せられるものであり、例えば新約聖書では二人のヨハネ（洗礼者ヨハネと福音書記者ヨハネ）、旧約聖書ではエリヤ、エレミヤ、ダニエルがそれに該当すると認められている。彼らの段階に立つ者として、墮落の後、長きにわたる苦行と、失われたものを取り戻すための熱心な追求によって、彼らと同様の精神的・肉体的な清らかさと無垢の状態に達し、肉体の欲求を、恥ずべき情欲の襲来というよりは、単に自然の本能の動きとして感じる者たちを、不当ではないとして称えるべきである。そして、このような状態は、我々が言うように、大衆の中で到達することは極めて困難であり——いや、不可能ではないだろうか？——とはいえ、誰もが我々の論考からこれを理解しようとするのではなく、各自が自らの良心の試練を通じて、自らこれに到達すべきである。——我々は、肉欲の誘惑——それが稀であろうと日常的であろうと——を、地獄への恐怖や天国の望みによって追い払い、抑え込んでいる節制ある人々が非常に多く存在することを疑わない。彼らについて、長老たちは次のように考えている。たとえ彼らが情欲の苛立ちによって完全に打ちのめされたり敗北したりはしないとしても、攻撃から完全に安全であり、全く無傷でいられるわけではない。なぜなら、戦っている立場にある者は、たとえ頻繁に敵に勝利し打ち負かしても、時折、自らも不安や傷つきを経験せざるを得ないからである。

5. もし私たちが心の中で、使徒と共に霊的な戦いに正当に励むのであれば（Ⅱテモテ2:5）、自らの力に頼るのではなく（人間の努力だけではこれを成し遂げることはできないから）、主の助けを頼りに、全力を尽くしてこの最も不浄な霊に打ち勝とう。なぜなら、魂が、そのような戦いを成功裏に遂行することは自分の力を超えていること、そして主の助けと取り成しによって支えられなければ、自分の労苦や努力だけでは決して勝利を得ることができないことを自覚するまでは、この情欲は魂の勝利を奪い続けようとするからです。

6. 実際、徳におけるあらゆる成功が主の恵みの御業であり、あらゆる情欲の克服が主の勝利であるならば、とりわけこの業（すなわち、清らかさの獲得と情欲の克服）は、特別な恵みであり賜物である。これは、聖なる教父たちの見解や、この情欲からの浄化の経験、そしてそれを獲得するに値した者たちの証言によっても裏付けられている。なぜなら、肉の刺を感じないということは、ある意味で、肉体の中にありながら肉から抜け出し、肉をまといながらも自然の枠外に同じことと同じだからである。それゆえ、主の恵みである清さの賜物が、人を地上の泥沼から引き上げない限り、人が自らの——そう言おう——翼で、そのような天上の高みにある完全性へと舞い上がることは不可能である。なぜなら、肉に縛られた人々は、いかなる美德によっても、天の天使たちの生き方を模倣する点において、清さの恵みを授かることほど、彼らに近づくことはできないからである。その恵みによって、彼らはまだ地上に生き続けているにもかかわらず、使徒の言葉によれば、「天に住まい」（フィリピ3:20）とされ、この朽ちゆく肉体のうちにあって、すでに、朽ちる肉体を脱ぎ捨てた後の来世において聖徒たちに約束されているものを、この世で享受しているのです。

7. 使徒の言葉を聞きなさい。「競技に励む者は、あらゆるものから身を遠ざける」（Ⅰコリント9:25）。彼は、競技場で戦う者を、私たちの霊的な闘いにおける模範として示している。競

技で成功を収めるために、彼はあらゆる禁じられた食物や酩酊、酔いから身を遠ざけるだけでなく、無為や怠惰、怠慢からも遠ざかり、絶え間ない訓練と事柄への没頭によって、自らの力を養い、技能を身につけようと努める。彼は世俗や夫婦生活に関するあらゆる心配や悲しみを捨て去り、ただいかにして成功を収め、勝利の冠を手に入れるかという一念に心を砕く。とりわけ、彼は肉欲による穢れから身を清く保つことに心を配り、たとえ夢の中であっても、恥ずべき妄想に惑わされることのないよう努め、それによって長い時間と少なからぬ努力によって得た力を損なわないようにする。ここには、霊的な修行者がなすべきすべてのことが示されている。また、あなたの霊的な行いにおいて成功を収めるためには、何よりもまず清さと貞潔を保つことが求められていることもわかるだろう。なぜなら、もし世俗的な外的な競技において、儚い栄冠を争うのに清さがそれほど不可欠であるならば、天の栄冠を目指す私たちの霊的な内なる志において、それがどれほど計り知れないほど必要であるか、お分かりいただけるでしょう。私たちに求められるのは、肉欲の罪や不本意な穢れからの外的な清さだけではなく、何よりもまず、思考と感情の内的な清さなのです。私たちは、あらゆる手段を尽くして、心の最も秘められた部分さえも清く保つべきである。あの（競技場の競技者たちが）肉体的にのみ得ようとするものを、私たちは良心の深みにおいて所有しなければならない。そこでは、私たちの模範である主が、私たちの意志のあらゆる動きを、最も微細な点に至るまで見通しておられるからである。したがって、私たちが公然と行うことを恐れるようなことは、心の中で不注意な思いとして生じさせないようにし、人々の前で明らかにすることを恥じるようなことについては、心の中で密かに同意することで自らを汚さないようにしなければならない。なぜなら、たとえそれが人々の目からは隠れることができたとしても、天使たちや、いかなる秘密も隠すことのできない全能の神ご自身からは隠すことはできないからである。

8. 獲得した清らかさの完成度のしるしおよび尺度として、休息しているときや深い眠りの中で安らぎを感じているときに、いかなる誘惑的なイメージも浮かばないこと、あるいはたとえ浮かんだとしても、それが情欲的な衝動を喚起するほど強くないことを挙げることができる。なぜなら、そのような衝動は、たとえ罪としての完全な責めとはみなされないとしても、魂がまだ完全さに達していないことの確かな徴であり、夢想的なイメージがそのような種類の冒涇を引き起こす余地があるということは、情欲がまだ完全に根絶されていないことを示しているからである。

9. 日中の雑事の中で十分に注意深く守られていない思考の質は、夜の安息の時間に露呈する。したがって、前述のような冒涇的な行為が生じた場合、その原因を夢のせいとするのではなく、それ以前の時間に注意を怠ったことにありとみなすべきであり、そこには、夜の時間が初めて生み出したものではなく（以前には存在しなかったかのように）、ただ魂の奥深くに潜んでいた病を、睡眠によって体が回復する間に皮膚の表面へと引き出し、一日中、不善な思いにふけていた私たち自身が燃え上がらせた、情熱という内なる熱病を露わにしたに過ぎない。同様に、身体の病気も、目に見える形で現れるその瞬間に生じるのではなく、それ以前に、不注意に健康に有害なあらゆる食物を摂取し、病気を引き起こす体液を体内に蓄積させていた時期に、すでに蓄積されていたのである。

10. それゆえ、全人類の創造主であり造り主である神ご自身は、ご自身の被造物の性質を誰よりもよく知っておられ、この情欲の病の主な原因がどこから生じているかに応じて、そこに治療を向けられる。神はこう言われている。「女を見て、彼女を欲する者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである」（マタイ5:28）。目の好色について言及される際、主は目そのものを非難するのではなく、むしろ、見るという行為を通じて目を悪用する内なる感情を非難されているのである。この心は、欲望の矢によって病み、傷つけられており、渴望の眼差しを向ける——創造主が善のために授けた視覚という恵みを、自らの情欲によって悪事のために利用し、その内に潜む情欲の病を、視線というきっかけによって表に出してしまうのである。それゆえ、その情熱によって視覚を通じて邪悪な傷を負う者に対して、救いの戒めが命じられているのである。な

ぜなら、「あらゆる守りをもってあなたの目を守れ」とは書かれておらず、「あらゆる守りをもってあなたの心を守れ」（箴言4:23）と記されているからである。

11. 心の清さを保つための第一かつ最も重要な行いは、悪魔の悪巧みによる巧妙な仕掛けによって、たとえそれが母、姉妹、親族、さらには聖なる女性たちであっても、ある女性の姿が私たちの心に忍び込んできたとき、できるだけ速やかにその思いを頭から追い払うことである。 そうしなければ、もしそのような思いに長く耽っていると、私たちの敵である誘惑者が、これらの女性たちから私たちの心を気づかぬうちにそらし、心に害を及ぼすような思いを植え付けることのできるような女性たちへと導いてしまうかもしれないからです。 なぜ「心を全き守りで守れ」という戒めを果たそうとする際、私たちは神の最初の命令に従い、蛇の毒のある「頭」（創世記3章）、すなわち悪魔が私たちの魂に忍び込もうとする悪しき思いの端緒を、注意深く「守る」必要があるのか。 そうすることで、もし私たちの不注意によってその「頭」が私たちの心に侵入したとしても、その「全身」、すなわち不純な思いや罪深い快楽への同意がそこから生じないようにするためである。 敵が内部に侵入してしまえば、魂を捕らえ、その毒のある良心の呵責によって確実に魂を殺してしまうだろう。「私たちの地」に現れる「罪人たち」、すなわち肉欲もまた、私たちは彼らの誕生の「その朝」に「打ち砕き」（詩編100:8）、バビロンの子らを、彼らがまだ乳飲み子のうちに「岩に打ち砕かなければ」ならない（-136,9）。 なぜなら、もし彼らがまだ幼く弱いうちに打ち砕かれなければ、成長して、私たちの甘やかしによって、彼らはより大きな力で私たちに立ち向かい、私たちを滅ぼすか、あるいは打ち負かされたとしても、それは間違いなく大きな嘆きと苦労を伴うことになるからだ。 なぜなら、「強い者」、すなわち私たちの霊が、「武装して自分の家を守る」、すなわち神の畏れによって私たちの心の平安を守る時、その「所有物は平安のうちに保たれる」（ルカ11:21）、すなわち、長い年月をかけて築き上げられたその労苦の果実と美德が保たれるからである。「しかし、彼よりも強い者が現れて彼に打ち勝つとき」、すなわち、悪魔が、自ら吹き込んだ思いに同意させることによって、その時、「彼はすべての武器、すなわち彼が頼りにしていたもの」、すなわち聖書の教えを心に留めること、あるいは神への畏れを、「奪い取り」、（ルカ11:22）、すなわち、徳における習慣を、それらと正反対のあらゆる悪徳によって吹き飛ばしてしまうのである。

12. 「これこそが——聖パウロは言う——神の御心、すなわちあなたがたの聖さである」（1テサロニケ4:3）。 そして、彼が「聖さ」と呼ぶものが、具体的には真理なのか、愛なのか、謙遜なのか、忍耐なのか——これらすべての美德によって聖さが得られるのだから——という疑いや曖昧な誤解を私たちに残さないために、彼はさらに、自分が本来「聖さ」と呼びたかったものを明確に示している。「神の御心とは、あなたがたの聖さ、すなわち、不品行から身を守り、あなたがた一人ひとりが、自分の器を聖さと尊厳をもって保ち、神を知らない異邦人のように、情欲の欲望に任せてはならないということである」（1テサロニケ4:3-5）。 ご覧なさい、彼が貞潔をいかに称賛し、それを器、すなわち私たちの体の「名誉」であり、「聖なるもの」と呼んでいるかを。したがって逆に、情欲の情熱に浸っている者は、不名誉と不潔の状態にあり、聖さとはかけ離れた生活を送っていることになる。——その少し下で、聖パウロはさらに、貞潔を「」すなわち聖さと呼びながら、次のように付け加えています。「神は、私たちが不潔さのために召されたのではなく、聖さのために召されたのです。 それゆえ、これを拒む者は（これを軽んじる者は）、『人を拒むのではなく、私たちの中に御自身の聖霊を注いでくださった神を拒むのである』（同上、7節、8節）。 彼は、次のように述べたとき、自らの戒めに揺るぎない力と重要性を与えた——すなわち、これを拒む者、つまり私が言ったことを拒む者は、人間、すなわちこれを命じる私を軽んじているのではなく、私を通して語られる神を軽んじているのである。その神こそが、御自身の聖霊の住まいとして私たちの心を定められたのである。 ご覧の通り、彼はこの美德を、いかに平易な言葉で称賛し、高く讃えたことか！ 第一に、彼はこの美德そのものに聖性を帰し、次に、それによって私たちの体の器があらゆる不浄から解放されると断言し、第三に、恥ずべき不浄を排斥することで、この器は聖所のように尊ばれることになる」と述べ、最後に、これが

この美德の最も高い利点であるとして、それによって私たちの心の住まいに聖霊が宿られると説いている。

**13.** これと同様の、同じ使徒による別の証言も挙げておこう。——ヘブライ人への手紙の中で、彼はこう言っている。「すべての人と平和を保ち、聖さを保ちなさい。それなしには、だれも主を見ることはできない」（ヘブライ12:14）。ここでもまた、彼は、通常、魂と体の無垢さと清さと呼ばれる聖さなしには、神を見ることは全く不可能であることを明確に断言している。

**14.** 貞潔の尊厳が高くて天的なものであるほど、それは敵からの中傷をより強く招く。だからこそ、私たちは肉体の節制だけでなく、絶え間ない祈りの嘆きとともに心を碎き、バビロンの王が肉欲の罠という足掛かりを用いて絶えず燃やそうと企む私たちの肉の炉を、聖霊の露が私たちの心に降り注ぐことによって、絶えず消し去り、冷やしていかなければならないのです。

**15.** このような心構えを常に保つことができるのは、神が昼も夜も私たちを見守り、私たちの隠された行いだけでなく、あらゆる思いまでもご存知であることを常に心に留め、また、私たちの心の中で巡るすべての事柄について、私たちのすべての行いや行動と同様に、神に答えなければならないと信じるからである。

**16.** 睡眠中さえも、不浄な夢によって汚されないようにするためには、常に適度な断食を継続することが必要である。なぜなら、食事の節制において合理的な厳しさの度合いを破る者は、その後、必然的に、この点における適切な寛容の度合いをも逸脱してしまうからである。食事による滋養の度合いが変われば、必然的に私たちの清らかさの質も変わらざるを得ない。——しかし、その際、常に心の謙虚さと忍耐を持ち、日中は怒りやその他の情欲から自分自身を注意深く守らなければならない。なぜなら、怒りの炎が私たちの中に燃え上がれば、その後、欲望の熱も容易に私たちに忍び込んでくるからである。とりわけ、夜間の覚醒した自制が不可欠である。なぜなら、日中の清らかさと自制が夜間の清らかさを準備するように、夜間の覚醒もまた、心と自己への注意に、日中のあらゆる不浄なものに立ち向かう力と強さを与えるからである。

**17.** 私たちの肉体が、まるで生まれつきのものであるかのようにその熱を感じている情欲の炎を、完全に消し去ることはできるのだろうか？——まず、このことについて聖パウロがどのように述べているかを見てみよう。「地上の肢体を『死なせなさい』」と彼は言っている（コロサイ3:5）。では、彼はどのような肢体を死なせるよう命じているのでしょうか？——もちろん、手や足、あるいはその他の部位を切り落とすことはありません。それは、罪深い肉体を根絶することです。彼は別の箇所でも、「罪深い肉体を滅ばしなさい」（ローマ6:6）と語っていますが、その肉体も、他のあらゆる肉体と同様に、それ自身の肢体を持っています。使徒は、まさにそれらの肢を死なせるよう命じているのである。そして、それが具体的にどのようなものか、彼はその直後に列挙している。——「地にあるあなたがたの肢を死なせなさい」と言った後、彼は次のように続けている。「淫行、不潔、情欲、邪惡な欲望、そして強欲、すなわち偶像礼拝である」。第一の肢は「淫行」である。これは肉欲的な不法な交わりの罪である。第二の肢は「不潔」であり、これは女性に一切触れることなく、時に睡眠中や、あるいは覚醒中に起こることもある。第三の項目は「情欲」であり、これは魂の奥底に潜み、肉体における欲望の作用によらずとも燃え上がる可能性がある。第四の項目は「邪惡な情欲」であり、これは前述の不純な情欲だけでなく、あらゆる有害な欲望全般を指し、墮落した意志の病に他ならない。使徒は、罪の体の最後の要素として「強欲」を挙げ、他人の所有物を欲しがることを控えるだけでなく、自分の所有物さえも寛大に軽んじるべきであることを示唆している。これは、使徒行伝に記されている最初の信徒の共同体が実際に実践していたことである（使徒行伝4:32, 35）。以上のことから、私は次のような結論を導き出す。もし多くの者がキリストのために自分の財産を捨て、金銭の所有だけでなく、それを望む心までも断ち切ったのであれば、同様に、淫らな情欲も消し去ることができるはずである。なぜなら、使徒は不可能なものと可能なことを結びつけることはなかったからである。しかし、その両方が可能であると認めつつ、同様にその両方を死なせるよう命じたのである。——そして、祝福されたパウロは、私たちの肢体から淫らな情欲を根絶する可能性をそれほど確信していたため、単にその情欲を死なせるよう命じただけでなく、その名さえも私たちの間に口

にされることのないよう命じ、次のように語ったのである。「不品行や、あらゆる不潔、貪欲は、聖徒にふさわしい者として、あなたがたの間でさえも、もはや名指しされてはならない。また、卑猥な言葉、下品な冗談、あるいは不敬な言葉も、ふさわしくないものである」（エフェソ 5:3,4）。それゆえ、淫行の情欲が私たちの肢体から根絶やしにできることに疑いの余地はない——使徒は、貪欲や空虚な言葉、嘲笑といった、切り離すことが容易なものと同様に、それらを切り離すよう命じたからである。

**18.** とはいえ、たとえ私たちが禁欲のあらゆる厳格さ——すなわち、飢え、渇き、徹夜、絶え間ない労働——を守り、魂を救う書物の読解に衰えぬ熱意をもって取り組んだとしても、しかし、神の特別な恵みが私たちを助けてくださらない限り、これらの行いによって、私たち自身で絶え間ない貞潔の清らかさを獲得することはできない。誰もが知っておくべきである。すなわち、前述の行いにたゆまず励むのは、それらから生じる忍耐強く耐え忍ぶべき苦難を通じて、神の憐れみを自分の方へと引き寄せ、肉の戦いと支配的な情欲からの解放という神聖な賜物に与かるためであり、決して、それらによって自力で、自らがこれほど切望し求めている肉体の不朽の貞潔の清らかさを達成できるという希望のためではない。

**19.** 現世的な事柄への欲望は、それらに代わる他の救いとなるものを受け入れない限り、抑え込まれたり拒絶されたりすることはできない。それゆえ、もし私たちが心の中から肉欲を根絶したいと願うならば、その代わりに一刻も早く霊的な欲望を植え付けなければならない。そうして初めて、私たちの霊は常にそれらの対象へと向かい、この世の儂い喜びの誘惑に目を向ける意欲も時間も持たなくなるのである。そして、私たちの霊が日々の霊的实践を通じて、あらゆるものから離れるというそのような心構えに定着したとき、私たちは経験を通じて、次の詩句の力を理解するようになるでしょう。この詩句は私たち全員がしばしば繰り返していますが、その真の力を知る者は、経験豊富なごく少数に過ぎません。「主が私の前に立っておられるのを見た。主は私の右におられるから、私は動揺しない」（詩篇 15:8）。この聖句の力と意味を真に理解できるのは、私たちが語っているような肉体と霊の清らかさに達し、自分がかつての道に再び逸れないう、主によって刻一刻と守られていること、そして主の右の手、すなわち聖なる行いが常に主によって守られていることを自覚している者だけである。なぜなら、主は常に御自身の聖徒たちの左側ではなく——聖なる人には左側、すなわち悪いものは何もないから——右側に臨在されるからである。一方、罪人や不純な者たちにとっては、主は目に見えない存在となる。それは、彼らには主が通常臨在される右側がないからである。

**20.** 貞潔には多くの段階があり、それを通じて揺るぎない清らかさへと至る。このような貞潔の完成への階段を、私は六つの段階に分けよう。しかし実際には、それらは気づかぬうちに通過されるものである。それは、私たちの肉体が毎日、知覚できないほど少しずつ成長し、私たちが気づかないうちに完全な姿へと成長していくのと同様である。——「第一」の節制の段階とは、修道士が覚醒状態で肉欲の動揺にさらされないことである。——「第二」とは、心が快樂を求める思いにふけることがないことである。「第三」とは、女性を見ても、欲望によって少しも動揺しないことである。「第四」の段階とは、覚醒状態で肉欲的な動作さえも許さないことである。「第五」の段階とは、思索や読書によって人間の出生を思い起こした際、肉欲的な行為に対するごく微かな同意でさえも心を傷つけないことである；「第六」とは、たとえ夢の中であっても、女性に関する誘惑的な夢想に心を乱されることがないことである。

**21.** 情欲的な思考や行動を自制することの始まりから生じる完全な貞潔の清らかさは、肉体的興奮の完全な鎮静と、それからの安らぎによって特徴づけられる。完全に成熟した貞潔は、常に動じることのない、揺るぎない肉体と魂の清らかさを保ち、それはまさに聖性そのものである。これは、「肉」が「霊を欲しがる」ことをやめ、その願いと徳と調和し始め、両者が堅固な和解によって結びつき、詩篇の作者の言葉によれば、兄弟のように共に暮らすようになったとき（詩篇 132:1）に起こる。—そのとき、神も彼らと共におられる。なぜなら、「平和の中に御座がある」（詩編 75:3）と記されているからである。すなわち、争いや情欲との闘いの喧騒の中ではな



く、貞潔の平和と、心の絶え間ない安らぎの中にあるのである。だからこそ、肉欲を鎮めることによってこの平安の場所を得る者は、同時に神の住まいとなるのである。

### 3. 貪欲の霊との戦い

1. 私たちに待ち受けている第三の戦いは、金銭愛の精神との戦いであり、——それは、私たちの本性に異質で不自然な情欲であり、修道士においては、他ならぬ気弱で活力に欠ける魂の臆病さ、そして適切に整えられていない心、さらには主に、な世界からの離脱という誤った出発点に起因するものであり、その根底には神への熱烈な愛が欠けていた。その他の情動の動きは、あたかも人間の性質に植え付けられ、何らかの形で肉体に浸透しているかのように、私たち自身の中にその起源があるように思われる。それらは私たちの誕生と同時に存在し、その動きによって、善悪を区別する能力が私たちの中に現れるのを先取りするものであり、長い努力によってのみ克服されるのである。一方、この病（金銭への執着）はそれらよりも後に現れ、外から魂に押し付けられるものである。それゆえ、これを未然に防ぎ、排除することは比較的容易である。しかし、不注意からこれを軽視し、一度でも心に受け入れてしまえば、それは何よりも破滅的であり、何よりも追い出すのが困難となる。なぜなら、それはあらゆる悪の根源となり（テモテへの手紙I 6:10）、様々な情欲を煽る源となるからである。

2. この情熱は、もし臆病で冷淡な修道士の魂を支配してしまうと、まず彼をわずかな蓄財へと駆り立て、印象的な情景を描き出しながら、世俗を捨てた際に自分用にいくらかのお金を確保したり、その後で手に入れたりすることが必要であるかのように、一見正当で合理的な理由をいくつか提示する。修道院で支給されるものは不十分であり、健康で丈夫な体にとってかろうじて耐えられる程度に過ぎないと、彼女は嘆く。もし肉体の病に襲われたとき、不測の事態に備えて何かを隠しておかなければ、衰弱した自分をどう支えればよいのか。修道院の生活は貧しく、病人への配慮は極めて乏しい。もし、身体を健康を回復するために使える自分自身の持ち物が何もないなら、あなたは惨めな最期を遂げることになるだろう。——それに、修道院から支給される衣服でさえ、別の服を買うための資金を用意しておかなければ、不十分だ。結局のところ、いつまでも同じ修道院に留まり続けることはできない。その場合、旅費や海を渡るための費用を準備しておかなければ、望む時にそこから移り住むことはできず、こうして極度の貧困に苦しめられ、何の成果も得られないまま、労働者のような惨めな生活を延々と送ることになるだろう。——修道士がこのような考えに心を占められてしまうと、せめて一ディナーでも手に入れる方法を考え始める。そしてその目的のために、何らかの個人的な仕事を探し出し、アッバの知らぬ間に、細心の注意を払ってそれをこなすのである。その後、それを密かに売り払い、念願の硬貨を手に入れると、その硬貨を恐れて慌てふためき、どこに隠すべきか、あるいは誰に預けるべきかと思い悩む。その一方で、すでに「この硬貨を倍に増やそう」という、さらに切実な心配が彼を蝕み始めており——彼は、その金で何を買うか、またそのためにどのような手口を用いるかについて、真剣に重要な計画を練り上げる。そして、これが彼の望み通りに成功し、金に対する最も貪欲な渴望が彼の中に湧き上がると、利益の額が大きくなるほど、その渴望はますます激しく燃え上がる。なぜなら、金が増えれば増えるほど、それに対する情熱の狂乱も増大するからである。さらに、他の心配性の考えも、その欲望に拍車をかける。長寿や老齢、そして若いうちに多額の金を蓄えておかなければ、老後に耐えられないような、様々な長期にわたる病弱さが待ち受けていると約束されるのだ。——こうして、この蛇（金銭欲）の縄に縛られた不幸な魂は、不適切な心配を抱きながら、当初から正しくなかった財産の蓄積を増やそうとする欲望に、ますます引きずられていく。そして、その魂は自らの中に病原を生み出し、それが炎のように、ますます激しく、ますます残酷に彼女を食い尽くしていくのである。利欲に満ちた考えにすっかり飲み込まれてしまった彼女は、修道院の厳格な束縛から一刻も早く逃れるために、どこから金を手に入られるかということ以外には、心に目を向けることができない。金を得るという何らかの希望がちらりとでも見えれば、彼女はもはや何ものも大切にしない。そのために、嘘も、誓いの破りも、窃盗も、不貞も厭わない。要するに、金と利益への執着こそが、他者にとっての腹のように



、彼女にとってはすべてにおいて神となるのである。それゆえ、聖使徒は、この病の破滅的な毒を見抜き、それをすべての悪の根源であるだけでなく、偶像崇拜であるとまで呼び、「貪欲」（——これを殺しなさい）、「それは偶像崇拜である」（コロサイ3:5）と述べたのである。

3. この病には三つの種類があり、それらはすべての教父たちによって等しく嫌悪され、非難されている。一つは、その破滅的な性質を上述したものであり、一部の不幸な人々を惑わし、世に生きていた頃には持っていなかったものを集めるよう説得するものである。二つ目は、世を捨てた当初に手放したものを再び欲しがり、取り戻そうとするように駆り立てるもの；三つ目は、修道生活の最も不適切な始まり——あらゆるものからの不完全な放棄——において芽生え、この精神的な冷淡さに感染してしまった者たちが、世俗のあらゆる財産から完全に身を剥ぎ取することを許さず、将来の貧しさを恐れさせ、不信仰によって彼らを弛緩させるものである。彼らはその後、世俗を捨てた際に手放すべきであった金銭やその他の財産を保持し続けたため、もはや福音の完全さに達することを決して許されない——そして聖書の中には、これら三種類の墮落がによって非難され、彼らにとって厳しい罰が下された例が見られる。こうして、ヒエゼイは、以前には持っていなかったものを手に入れようとしたが、師から、いわば世襲のように受け継ぐはずだった預言の恵みを受ける資格を得られなかったばかりか、エリシャの呪いによってハンセン病に冒されてしまった（列王記下5:21, 27）。また、ユダは、かつてキリストに従って拒んだ金銭を取り戻そうとしたため、主を裏切るに至り、使徒の地位を失っただけでなく、他の者たちと同じ最期を迎えることも許されず、自害という形でその生涯を終えた（マタイ27:5）。また、アナニアとサッフィラは、所有していた財産の一部を隠し持ったため、使徒たちの口によって死の刑に処された（使徒行伝5:1-11）。

4. この世を捨てたものの、後に不信仰に打ち負かされ、あらゆる地上の財産から剥ぎ取られたままになることを恐れる者たちについて、『申命記』には次のように神秘的に記されている。「臆病で心が弱い者」（戦場へ出ないよう）「は、帰って自分の家へ戻り、その兄弟の心を、自分の心のように恐れさせないようにせよ」（申命記20:8）。この預言以上に明白なことがあるだろうか？ 聖書は、彼らがそもそもそのような召命に就くことさえせず、その名を自らに負うことさえしないほうがよいと望んでいるのではないだろうか。そうすれば、彼らの言葉や悪い手本によって、他の人々を不確かな恐れで弱め、福音の完全さから逸脱させることもないからである。それゆえ、彼らには戦場から離れ、自分の家に戻るよう命じられている。なぜなら、心が二分されている者は、主の戦いに加わることはできないからである。まことに、「二心のある人は、そのすべての道において定まらない」（ヤコブ1:8）からである。また、あの福音書のたとえ話の意味を深く考察してみると——そこには、一万の兵を率いて出陣した王が、二万の兵を率いて向かってくる敵に対し、戦いに勝つ見込みがないと判断し、敵がまだ遠く離れているうちに和平を申し入れる使者を送った（明らかに戦いを始めようとはしなかった）と記されているが、私たちは、前述の人々についても、世を捨てることを始めない方が、一度始めてからそれを熱心に、かつ完全に貫き通さず、それによって自らを大きな危険にさらすよりも、はるかに良いという同じ結論に達する。なぜなら、知恵ある者が言うように、「約束しないほうが、約束しておきながら果たさないよりも、あなたにとって良い」（伝道の書5,4）からである。ここで、ある者は一万を率いて進み、別の者は二万を率いて進んでいると述べられているのは的を射ている。なぜなら、私たちが襲う情欲の数は、私たちのために戦ってくれる善意の数よりも多いからである。しかし、「だれも……神とマモンとに仕えることはできない」（マタイ6:24）とあり、また、「だれも、鋤に手をかけ、後ろを振り返ってはならない。そうする者は、神の御国にはふさわしくない」（ルカ9:62）ともある。

5. こうした人々は通常、以前と変わらぬ貪欲さを自分に対して許容し、聖書の権威をもってそれを正当化しようと努める。聖書を誤った意味で解釈し、彼らは喜んで使徒や主ご自身の教えを歪め、自らの欲望に合わせて改変しようとする。自らの生活や理解を聖書の意味に合わせるのではなく、聖書を自分たちの自己満足の欲望に合わせて無理やり解釈しているのだ。今回もまた、聖書が自分たちの見解と一致していることを示そうとして、彼らはこう言う。「『与えるこ

とは受けることよりも幸いである』と書かれている（使徒行伝 20:35）。／この言葉を極めて歪んだ形で解釈し、彼らは、それによって次のような言葉の力が完全に打ち砕かれると考えている。「もし完全になりたいのなら、行って、あなたの財産を売り払い、貧しい人々に施しなさい。そうすれば、天に宝を持つことになる。そして、わたしに従いなさい」（マタイ 19:21）彼らは、このような一見妥当な理屈に基づき、自らの富を手放すべきではないと考え、かつての財産によって自らも経済的に安定しているにもかかわらず、その余剰を他者に分け与えることで、富を手放した者たちよりもさらに至福であると自らを称える。その一方で、キリストのために使徒と共に栄光ある貧しさを受け入れることを恥じ、自らの労働の成果や修道院の質素な生活で満足しようとしめない。彼らに残された道は二つしかない。かつての富にこれほど執着している以上、自分たちが自らを欺いており、決して世を捨てていないと自覚するか、あるいは、もし実際の行いと労苦によって修道者の地位を試したいと望むのであれば、すべてを捨て去り、浪費し、自ら断ち切ったものから何も手元に残さないことで、使徒と共に飢えと渇き、寒さと裸身を誇りとする（Ⅱコリント 11:27）。

6. ケサリアの司教聖バシレイオスが、今私たちが論じているような、冷淡さ——に固執していたある上院議員に対して語ったものである。その上院議員は、世を捨てたと口では言いながら、自分の財産の一部を手元に残し、自らの労働で生計を立てようともせず、あらゆる面での貧しさ、過酷な労働、そして修道院での服従を通じて真の謙遜を学ぶことを拒んでいた。「そうして、あなたは上院議員としての地位も失い、修道士にもなれなかったのだ」と、聖バシレイオスは彼に言った。

7. さて、もし私たちが正当に霊的な奮闘を成し遂げたいと望むなら、この破滅的な敵をも私たちの心から追い出さなければならない——この敵に打ち勝つことはさほど大したことではないが、彼に打ち負かされることは、不名誉で醜いことなのである。なぜなら、強者に打ち負かされることは、地面に倒されるという点で痛く、勝利を逃すという点で残念なことではあるが、そのような場合、敗者にとっては、敵の強さを認識することからある種の慰めが得られるからだ。しかし、もし敵が、さほど強くない上、戦いの性質も難しくない状況でこれを経験することになれば、地面に倒されるという痛みよりもはるかに激しい痛みを、屈辱的な恥がもたらし、はるかに重い損害を、その恥がもたらすことになる。

8. この敵に対する決定的な勝利と完全な勝利は、修道士の良心が、たとえごくわずかな硬貨であっても所有することによって汚されていない場合にのみ期待できる。しかし、たとえわずかな金銭の贈り物に心を奪われ、一度でも心に貪欲の根を植え付けてしまった者にとっては、すぐに大きな欲望の炎に燃え上がらないことは不可能である。そして、キリストの戦士は、この最も不道德な精神が、その心に欲望の萌芽を蒔くまでは、勝利者であり続け、いかなる危険からも免れ、この情欲の攻撃を受けずにいられるのである。なぜなら、あらゆる種類の情欲において、主に蛇の頭を守らなければならないのと同様に、特にこの情欲に関しては、その頭が決して内部に侵入しないよう、最も細心の注意を払わなければならないからである。もしそれが内部に侵入すれば、自らの本質を糧として力を増し、それ自体で過度の炎を燃え上がらせるからである。それゆえ、金銭を所有することだけを恐れるのではなく、金銭への欲望そのものを魂から完全に根絶しなければならない。また、金銭への執着を伴う行いを避けることよりも、その情欲を根こそぎ断ち切ることが重要である。なぜなら、たとえ金銭を持っていなくても、それを持ちたいという欲望が私たちの中にあれば、何の益ももたらさないからである。

9. たとえ金を持たない者であっても、金銭への執着という病から自由であるとは限らない。また、貧しさそのものの美德ではなく、貧しくなるという行為そのものに喜びを見出し、心の苦しみを抱えたまま（そうせざるを得ないという）厳しい必要性に折り合いをつけた者にとって、あらゆるものから身を剥ぎ取るという行為は、何の益ももたらさない。なぜなら、肉体は汚れていない者であっても、福音の言葉は心を汚れていると宣言している（マタイ 5:28）ように、金銭の重荷を少しも背負っていない者であっても、心と精神において、金銭への執着を持つ者たちと共に非難される可能性があるからである。彼らに欠けていたのは、富を蓄える機会だけであり

、意志ではなかった。神の御目には、意志は常に必要性よりも重く受け止められるからである。なぜ我々は、自らの労苦の果実が無駄にならないよう、あらゆる手段を尽くして配慮しなければならないのか。それは、あらゆるものから身を剥ぎ取り、貧困に苦しむという結果を甘受するに値する一方で、その果実を、実を結ばない罪深い意志の欲望のせいで失うことは、まことに嘆かわしいことだからである。

**10.** この情欲が、もし徹底的に根絶されなければ、それを受け入れた者を破滅へと導き、どのような有害な実をもたらし、どのような他の情欲の枝葉を自分の中から生み出すかを知りたいか。使徒の列に加えられたユダを見よ！ この蛇の致命的な頭を打ち砕こうとしなかった彼を、この情欲は、いかにしてその毒で破滅させ、欲望の網で絡め取り、三十枚の銀貨のために世界の贖い主であり、人類の救いの源である方を売り渡すよう仕向けたとき、いかにして罪の急峻な深淵へと突き落としたのか。もし彼が金銭への執着という病に冒されていなければ、決してそのような不敬な裏切りの行為に追い込まれることはなかっただろうし、もし以前に、自分に託された小箱から金を盗むことに慣れていなければ、主を殺害した神聖冒瀆の加害者になることもなかっただろう。

**11.** これこそが、この情欲の暴虐性を如実に示す例である。前述したように、一度この情欲に魂を捕らえられてしまえば、もはやいかなる誠実さの規範も守ることができず、いかなる利益への執着によっても満足することはできない。なぜなら、その狂乱の結末は富を得ることではなく、あらゆるものから自らを剥ぎ取ることにあるからである。まさにこのユダも、貧しい人々に配るために用意された金袋を管理する権限を与えられ、その豊富な金に満ち足りて、少なくとも自分の情熱を和らげるはずだったにもかかわらず、それとは逆に、情熱が度を越して燃え上がり、密かに金袋から金を盗んだだけでなく、主ご自身を売り渡そうとさえした。なぜなら、この情欲の狂乱は、いかなる莫大な富によっても満たされることはないからである。

**12.** それゆえ、聖使徒ペトロは、何らかの所有物を持つ者が、貪欲を適切な範囲内に抑えることはもはや不可能であり、この情欲の終着点は金額の多寡ではなく、あらゆるものから完全に身を剥き出しにすることにあることを知っていたため、アナニアとサッフィラが、自分の財産の一部を自分たちのために隠し持ったことを理由に、死をもって罰した。そして彼らは、貪欲による嘘のために滅びた。それは、ユダが主を裏切った罪によって自らを滅ぼしたのと同じである。彼らの罪と罰には、なんと大きな類似点があることか！ あちらでは金銭への愛が裏切りへと導き、こちらでは嘘へと導いた。あちらでは真理が裏切られ、こちらでは嘘という罪が犯される。あちらとこちらで罪の行為は一見似ていないが、両者は同じ目的において一致している。あちらは貧困から逃れるために、かつて拒絶したものを再び手に入れようと欲した。一方、こちらたちは貧しくならないために、本来なら使徒たちにすべてを忠実に捧げるか、あるいは兄弟たちにすべてを分配すべきであった財産の一部を、自分たちのために留め置こうとしたのである。それゆえ、どちらの場合も、同じ「金銭への愛」という根源から生まれた罪であるため、同じ死という罰が下されたのである。－ さて、（さらに考察を進めて）他人の財産を欲しがったのではなく、自分の財産を温存しようとし、富を蓄える欲望はなく、ただ守りたいという願望だけを持っていた者たちに対しても、これほど厳しい判決が下されたのであれば、それならば、かつて持ったことのない金銭を蓄えることを渴望し、人前では貧しさを装いながら、神の前では貪欲の情熱ゆえに実は富んでいる者たちについては、一体何と言えようか。

**13.** 貪欲な者たちは、霊と魂においてハンセン病患者であると認められなければならない。それは、この世の儚い金銭を渴望し、伝染性の不浄なハンセン病に冒されたヒエジウスのようにである。それによって、彼は私たちに、貪欲という罪深い情欲によって穢された魂が、情欲という霊的な伝染病に冒され、主の御目の前で不浄であり、永遠の呪いを受けているという明白な指針を残してくれたのである。

**14.** さて、もしあなたが完全さを求めてすべてを捨て、キリストに従い、主の御言葉「行って、あなたの持ち物を売り払い、貧しい人々に施しなさい。そうすれば、天に宝を持つことになる。そして、わたしに従いなさい」（マタイ19:21）という御言葉に従って、すべてを捨ててキリ

ストに従ったのなら、なぜ、すでに鋤に手をかけながら、後ろを振り返り、同じ主の御言葉によって「天の御国にはふさわしくない」と宣告されるようなことをするのですか（ルカ9:62）？ 屋根の上——福音の完全さの高み——に立たされたあなたが、なぜ再び自分の家へ降りて、かつてそれほど喜んで見捨てたものの中から何かを取り出そうとするのか（ルカ17:31）？ 徳行の実践の場に立たされたあなたが、なぜ再び、世の富を求める重荷を自らに背負おうと努めるのか。あなたは世を捨てた際に、その重荷から身を解き放ったではないか。——もし当時、貧しさによって警告され、残すものが何一つなかったのなら、なおさら今、かつて所有していなかったものを手に入れるべきではない。これは、神があなたに特別な御好意を寄せられたゆえに、あなたが（貧しさによって世を捨てて）そのように備えられていたのである。それは、いかなる富の束縛にも縛られることなく、より速やかに神のもとへ駆け寄れるようにするためである。とはいえ、貧しい者たちは（残すものがないという理由で）このことを恥じてはならない。なぜなら、残すものを持たない者など一人もいないからだ。この世のあらゆる所有物から離脱したのは、それらを獲得しようとする情欲そのものを根こそぎ断ち切った者である。

15. この無欲という美德を完全かつ損なわれることなく保つには、修道院で生活する以外に方法はない。使徒の言葉にあるように、「衣食あれば、それだけで満足しよう」（Iテモテ6:8）と。

16. それゆえ、アナニアとサッフィラの裁きを心に留め、この世を捨て去ることを決意し、完全に手放すことを誓ったものの中から、いかなるものも手元に留めておくことを恐れるべきである。また、金銭への執着という罪のために治癒不能なハンセン病で罰せられたヒエゼウスの例を恐れ、以前は所有していなかったものを手に入れようとしないよう注意しよう。同様に、ユダの悪行とその結末の両方を恐れて、一度きっぱりと断った金銭を再び集めることを、全力を尽くして避けよう。— これらすべてに加え、私たちの本性の死すべき性質と、死の時刻が未知であることを思い起こし、主の日が夜中の泥棒のように訪れても、たとえ一オヴォルであっても、貪欲によって私たちの良心が汚された状態で迎えることのないよう、警戒しましょう。なぜなら、それ一つだけで、私たちの世を捨てた生活のすべての実りを無に帰させ、福音書において主の御声によって金持ちに語られた言葉が、私たちにも向けられることになるからです。「愚かな者よ、今夜、あなたの魂はあなたから奪い取られる。そして、あなたが蓄えたものは、誰のものになるのか」（ルカ12:20）。そして、明日のことを少しも考えず、共同生活の規則から逸脱することを決して許してはならない。もし、私たちの中に、まず堅固な土台の上に忍耐という美德が確立されていなければ、疑いなく、私たちはこれを果たすことも、修道院の規則の下で平和に暮らすこともできないでしょう。その忍耐の源泉となるのは、他ならぬ謙遜に他なりません。

#### 4. 怒りの霊との戦い

1. 第四の戦いにおいて、私たちは魂の深みから、死をもたらす怒りの毒を根こそぎ引き抜かなければならない。なぜなら、それが私たちの心に巣くっている限り、私たちの知性の目を破滅的な闇で覆い隠している限り、その間は、善悪を正しく見分ける力や、高潔な洞察力の鋭さを得ること、熟達した判断力を身につけること、命に与ること、揺るぎなく真理に固執すること、さらには真の霊的な光を受け入れることさえもできないのである。「私の目は怒りのために曇る」（詩編 6:8）と記されている通りである。たとえ万人の目には極めて賢明であると称えられていても、私たちは知恵に与ることはできない。なぜなら、「怒りは愚か者の胸に宿る」（伝道の書 7:10）からである。また、たとえ人々の定義によれば賢明であると称えられていても、永遠の命に到達することはできない。なぜなら、「怒りは賢者をも滅ぼす」（箴言 15:1）からである。心の指針に従って常に正義の天秤を正しく保つこともできない。なぜなら、「人の怒りは神の義を成さない」（ヤコブ 1:20）からである；また、この世の人々の間でもごく一般的、高貴で尊ばれるような威厳を、決して持つことはできない。たとえ生まれの優位性によって高貴で尊ばれる者と見なされていたとしても、「激しい人は、品行方正ではない」（箴言 11:25）であるから、たとえ広範な知識を身につけたように見えても、熟達した助言を備えることは決してできな

い。なぜなら、「短気な者は助言なしにすべてを行う」（箴言 14:17）からである；たとえ他者から何の煩わしさも与えられなくとも、私たちは不安や動揺から安らぎを得られず、罪から自由になることもできません。なぜなら、「怒りっぽい人は」（自ら）「争いを引き起こし、激しい人は」（恥じることなく）「罪を暴く」からです（箴言 29:22）。

2. ある人々は、この魂の有害な病を正当化しようと努め、聖書の最も不適切な解釈を用いてその（不道德さ）を軽視しようと試み、次のように言う。「罪を犯す兄弟たちに怒りを抱くことは何ら問題ではない。なぜなら、神ご自身も、御自身を知ろうとしない者たち、あるいは知っているてもふさわしく崇めない者たちに対して、怒りと激怒を燃やされるからである。例えば、『主は御自分の民に対して激怒された』（詩編 105:40）、あるいは別の箇所、預言者が「主よ、あなたの激怒をもって私を責めず、あなたの怒りをもって私を罰しないでください」（詩編 6:2）と祈っているように。——そして彼らは、それによって人々にこの情欲に従って自らを破滅へと導く自由を与えると同時に、あらゆる清らかさの源である無限の神に対し、不浄な肉欲を不敬にも帰属させていることを理解していない。

3. もしこれらの聖書の箇所や類似の箇所を、文字通り、粗雑で感覚的な意味で理解するならば、神は眠ったり目覚めたり、座ったり歩いたり、誰かに向き合ったり背を向けたり、近づいたり遠ざかったりし、さらには頭、目、手、足などの身体の部位を持っていることになってしまう。——聖書の証言によれば、神は目に見えず、言葉では言い表せず、遍在しておられるお方であるにもかかわらず、これらすべてを文字通りに理解することは、極度の神聖冒瀆でなければあり得ないのと同様に、神への冒瀆なしに、神に怒りや激怒といった感情を帰属させることもできないのである。「身体の部位」や「動き」という名称は、神の属性や私たちに対する摂理的な働きを指しており、これらの比喩的な名称を用いることで、私たちはそれらをより理解しやすくなる。すなわち、目は神の全知全視を、手と足は神の創造と摂理を、筋肉は神の力と全能性を意味する。同様に、神の怒りや激怒について読む際も、それを人間的な意味ではなく、いかなる動揺とも無縁である神にふさわしいものとして理解すべきであり、——すなわち、神こそがこの世で不正に為されるすべての事柄に対する審判者であり、正義の報い主であることを理解し、この種の言葉を読む際に神の正義の懲罰を畏れ、あらゆる手段を尽くして神の御心に反する行いを慎まなければならない。

4. それゆえ、完全さを志し、霊的な修行によって正当に奮闘しようとする修道士は、怒りや激怒といった情動のあらゆる動きから遠ざかり、選ばれた器が彼に命じる言葉を聞くべきである。「あらゆる悲しみ、怒り、激怒、叫び、ののしりは、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除かれよ」（エフェソ 4:31）と命じる「選ばれた器」の言葉を聞き、また「あらゆる怒りをあなたがたから取り除きなさい」と語った際、必要であるとか有益であるかのようないかなる怒りの動きも、この戒めから除外しなかったのです。それゆえ、修道士は、必要であれば、罪を犯した兄弟を癒そうと急ぐ際、苦しむ者に、おそらくは熱病のような非常に軽い病を治そうと薬を与える際に、怒りに駆られて、自分自身を、それよりもさらに悪い「盲目」という病に陥らせないようにすべきである。なぜなら、他者の傷を癒そうとする者は、自らも健康であり、あらゆる病から解放されていなければならない。そうしてこそ、福音書のあの言葉——「医者よ、まず自分を癒せ」（ルカ 4:23）——を告げられることがないようにするためである。また、「あなたは兄弟の目にあるちりを見ているが、自分の目にある梁には気づかないのか。あるいは、兄弟に『ちりをあなたの目から取り除いてあげよう』と言うのか。それなのに、自分の目には梁があるではないか」（マタイ 7:3,4）！

5. どのような理由であれ、怒りの感情が燃え上がると、それは心の目を盲目にし、鋭い知的な視界に覆いを被せ、義の太陽を見ることを妨げる。たとえ目に金箔が貼られようが、鉛が貼られようが、あるいは他の金属が貼られようが、金属の価値は、その盲目化において何の違いも生じない。——とはいえ、怒りから私たちにとって非常に有益な働きが生まれることもある。すなわち、私たちの心の快楽を求める衝動に苛立ち、胸の奥底から湧き上がるもの——それを行うこと、あるいはそれについて話すことさえ——を憤り、人々の前では恥じ入り、至る所を貫き、す

べてを見通す天使たちや神ご自身の御臨在、そして私たちの良心のいかなる秘密も決して隠すことのできない全知の神の御目について考えるだけで、恐怖に震えるときです。あるいは、この怒りそのものに憤り、なぜそれが忍び込み、兄弟に対して私たちを煽り立てたのかと問い詰め、その破滅的な囁きを怒りとともに吐き出し、私たちを害するために胸の奥深くに潜むことを許さない。このように怒ることを教えてくれるのは預言者でもあります。彼はこの情熱を自らの感情からこれほど断固として切り離していたため、明らかな敵、さらには神によって彼の手に乗ねられた者たちに対しても、報復を加えようとはしませんでした。例えば、セメイがダビデ王に石を投げつけ、皆の前で彼の悪口を言い放ったとき、またサリュインの息子アベッサが、王へのそのような侮辱への報復として、彼の首を刎ねようとしたとき、祝福されたダビデは、その誘惑に対して敬虔な憤りを奮い立たせつつも、揺るぎない柔和さを保ち、謙遜と揺るぎない忍耐の模範を示し、こう言った。「私とあなたたち、サルウインの子らとは、何の関係があるというのか？ 彼を放っておきなさい。主がダビデをののしれと彼に命じられたように、彼にののしらせておきなさい。誰が『なぜそのようなことをしたのか』と言うだろうか。私の胎から生まれた私の息子が私の命をねらっているのだから、ましてやイエミニの息子はなおさらのことだ。主が彼に命じられたように、彼に私をののしらせておきなさい。もし主が私のへりくだりを顧みて、今日の彼のののしりの代わりに、私に恵みを返してくださるなら」（列王記下 16: 10-12）。

6. このように、私たちには怒ることが許されているが、それは救いとなるような、すなわち自分自身や、ふと浮かぶ邪悪な思いに対して「怒る」ことであり、「罪を犯さない」、つまりそれらを行動に移して自分自身を破滅に導かないことである。この同じ意味は、次の聖句によってもより明確に表現されている。「あなたがたは心の中で語り、床の上で悔い改めよ」（詩編4:5）、すなわち、突然押し寄せる心を乱す誘惑によって心の中で抱く思いについては、冷静な思索によって怒りのあらゆる騒ぎや激しさを鎮め、あたかも安らかな寢床に横たわるかのように、救いをもたらす悔い改めをもってそれを正し、償いなさい。また、祝福されたパウロは、この一節の教えを引用し、「怒っても罪を犯してはならない」と述べた後、次のように付け加えました。

「怒りのうちに日が暮れてはならない。また、悪魔に足場を与えてはならない」（エフェソ 4:26,27）。もし、義の太陽が私たちの怒りのうちに沈むことを許すことが有害であり、もし私たちが怒った途端に、心の中に悪魔に居場所を与えてしまうのであれば、どうして「怒れ、しかし罪を犯してはならない」と言って、怒ることを命じたのでしょうか。これは、次のようなことを明らかに示しているのではないだろうか。すなわち、自分の情欲や怒りそのものに対して怒れ、そうしなければ、あなたがたがそれに甘んじることで、怒りに曇らされた心の中で「義の太陽」——キリスト——が沈み始め、キリストが去った後に、あなたがたが心の中に悪魔に居場所を与えてしまうことになる、と。

7. 比喩的な意味において、「太陽」とは、私たちの心のあらゆる思いや願望を照らすゆえに、正しく「太陽」と呼ばれる理性を指すものと理解できる。また、「怒りを禁じる」とは、この光の源を怒りの情熱によって消してはならないという戒めと見なすことができる。そうすれば、太陽が沈むにつれて、その生みの親である悪魔による激しい動揺の闇が私たちの心をすべて覆い尽くすことなく、怒りの闇に包まれた私たちが、まるで暗い夜のように、何をすべきか分からずに取り残されることもないのです。このような意味で、使徒のこの箇所を理解することが、長老たちの教えによって私たちに伝えられている。彼らは、私たちの心に怒りが一瞬たりとも忍び込むことを許さず、福音書に記された「兄弟に対して怒る者は、裁きを受けることになる」（マタイ 5:22）という懲罰に陥らないよう、あらゆる手段を尽くして警戒しているのだ。— さらに、もし日没まで怒り続けることが許されていたとしたら、怒りの情は、その許可を利用して、あたかもそれが正当であるかのように、太陽が西に沈む前に、常に自分の復讐を急いで果たそうとするだろう。

8. では、その執念深さが、夕陽さえもその限界としない人々については、どう言えばよいだろうか。彼らは、怒りを向けた相手に対して、何日も恨みを抱き続けているのではないか。たとえ口では「怒っていない」と時折言おうとも、その行動はしばしば彼らの中に強い憤りを露わに



している。例えば、相手に礼儀正しい言葉かけをせず、いつものような親しみを込めて話しかけないときなどである。彼らは、自分の苛立ちに対する報復を求めているから、これによって罪を犯しているとは考えていない。しかし、彼らはただそれを表に出すことを敢えてしないか、あるいは出せないだけであり、心の中では怒りが沸き立ち、黙ってそれを抱え込み、それによって怒りの毒を自らの破滅へと向かわせている。彼らは魂の力で悔しさの苦味を即座に追い出さず、何日もかけてそれを消化し、時間をかけて何とか少しずつ和らげているのだ。

9. まるで、怒りに駆られてできる限りのことしか行わない者は、もはや自らの復讐や憤りを満たしていないかのようだ！ まさにそうするのが、平和を愛する心からではなく、復讐する力の弱さゆえに怒りの衝動を抑えつつも、できる限りの方法でその怒りを発散させようとする者たちである。なぜなら、怒りの対象に対して、普段のような親しみを込めて話しかけないこと以外、これ以上何も仕掛けることができないため、それによって彼らへの怒りを晴らしているのだ。あたかも、怒りを表に出して行動で和らげるだけで十分であり、心の奥底からそれを引き出す必要はないかのよう——その闇に覆われて、健全な判断力や知恵の光を失わず、怒りの霊が私たちの中に宿っている間も、聖霊の宮であり続けられるようにするためである。なぜなら、心に秘められた怒りは、目の前の人々を傷つけることはないとしても、聖霊の最も輝かしい光は、表に出された怒りと同様に、それでもなお追い出されてしまうからである。

10. 神は、私たちが他者に対して怒っていることではなく、他者が私たちに対して何か恨みを抱いていることを自覚している場合、私たちの霊的な祈りの捧げ物を許されないというのに、どうして神が私たちに、たとえ一瞬間でも怒りを抱き続けることを許されると考えられるだろうか。神はこう言われている。「もし、あなたの供え物を祭壇に捧げようとして、そこで、あなたの兄弟があなたに対して何か恨みを持っていることを思い起こしたなら、その供え物を祭壇の前に置いておき、まず行って、あなたの兄弟と和解し、それから戻って、その供え物を捧げなさい」（マタイ5:23,24）と仰っているのに、——もし、彼が私たちに対して何か恨みを抱いている限り、たとえ数日間とは言わずとも、せめて日没までは兄弟への恨みを抱き続けることが許されているとすれば、どうして、私たち——使徒から「絶えず祈りなさい」（Iテサロニケ5:17）、また「私は、男たちがあらゆる場所で、怒りや不平を捨て、敬虔な手を挙げて祈ることを望む」（Iテモテ2:8）と命じられている私たちに、どうしてそのようなことが許されるのでしょうか？ ——したがって、もし私たちがそのような毒を心の中に抱き続けるならば、私たちに残された道は——決して祈らないこと、そしてそれによって、絶えず、あらゆる場所で祈るよう命じられている使徒と福音の戒めに対して罪を犯すこと、——あるいは、——もし何らかの形で自分を欺いて、その禁止を顧みずあえて祈りを捧げるならば——その場合、私たちは主への祈りを捧げているのではなく、主に対する反逆の精神をもって、高慢な不従順を露わにしているのだということを知らなければならない。

11. しかし、福音や使徒たちの戒めについてこれ以上立ち止まる必要はあるだろうか。私たちの弱さを多少なりとも容れようとしているように見える旧約の律法でさえ、次のように言って、それを戒めているのだから。「心の中で兄弟を憎んではない」（レビ記19章17節）と戒め、また「悪意を抱く者の道は死に至る」（箴言12章28節）、さらに「あなたの手は復讐してはならない。また、あなたの同胞に対して敵意を抱いてはならない」（レビ記19章18節）とも述べているではないか。——ご覧の通り、そこでも兄弟に対する敵意は、行動においてだけでなく、心の奥底の思いにおいても断ち切られるよう命じられている。すなわち、憎しみを心の根元から断ち切り、侮辱に対しては報復しないばかりか、それを記憶に留めてさえはならないとされているのだ。

12. 時に、高慢や焦りに打ち負かされ、自分の乱れた気性を正さなければならないという強い内なる衝動を感じたとき、私たちは心の中で「荒野が足りない」と嘆く。そこには、荒野であれば誰にも邪魔されずに、すぐに忍耐という美德を身につけられるだろうという期待が込められており、（怒りの衝動を鎮めることへの）自らの怠慢を明らかに正当化し、その衝動が湧き上がる原因を自身の焦りに帰するのではなく、兄弟たちのせいに行っているのだ。しかし、もし私たち

がこのように、この点における自らの欠陥の原因を他者に押し付けるならば、決して適切な忍耐と完全さという境地に達することはできないだろう。私たちの心を正し、和らげるという務めを、私たちの支配が及ばない他者の意志に委ねるのではなく、私たちの意志の善意の中に保たなければならない。私たちが怒りに陥らないようにするためには、それは他者の完全さによるのではなく、他者の忍耐によってではなく、私たち自身の寛大さによって獲得される美德に依るべきである。

**13.** さらに、荒野を求めるのは、あらゆる情欲から完全に清められた者、あるいは兄弟たちの共同体においてすべての情欲を徹底的に洗い流した者であるべきであり、そこへ入るのも、臆病な逃避からではなく、神の観想という高みに達したいという願いからでなければならない。なぜなら、その高みは、完全な者であっても、荒野においてでなければ獲得できないからである。なぜなら、癒やされずに荒野へ持ち込んだ情欲は、根絶されたのではなく、私たちの内に隠されたまま感じられることになるからである。そして、荒野は、心が清められた者たちのために最も清らかな観想を蓄え、最も真摯な啓示によって霊的な秘義の知識を明らかにする一方で、通常、情欲から清められていない者たちの情欲を、単に維持するだけでなく、さらに強めてしまうのである。そのような場合、ある人は、誰とも会わず、交流を持たない限り、自分では忍耐強く謙虚であるように思えるが、しかし、何らかの出来事が彼を動かし始めると、たちまち以前の気質に戻ってしまう。その時、隠されていた情欲が彼の中から湧き上がり、長い無為の間に肥え太った手綱の緩んだ馬のように、激しい衝動と狂乱をもって檻から飛び出し、騎手を破滅へと導くのである。なぜなら、あらかじめ浄化されていない情念は、人々の間でそれを露呈し、抑制する機会が断たれると、私たちの中でさらに狂乱的なものとなるからである。そして、兄弟たちと交わりながら生活していた時には、一見、私たちが持ち合わせていたと思われていた忍耐の影さえも——それは少なくとも彼らへの敬意や、皆の前で臆病者に見られることへの恥じらいから示されていたものだが——、無頓着な不注意の砂漠の中で失ってしまうのである。

**14.** これは、あらゆる種類の毒蛇や猛獣が、砂漠や自らの巢穴、隠れ家に潜んでいる限りは害を及ぼさないのと同じである——しかし、そのような状況下で誰にも害を及ぼさないからといって、それらが無害であると宣言されるわけではない。それは、彼らが善良だからではなく、砂漠という環境がそうあることを強いているからに他ならない。しかし、彼らが害を及ぼす機会を捉えれば、直ちに、その内に潜む毒と残虐性を露わにするのである。——それゆえ、完全性を求める者にとっても、人々に怒りを抱かないことだけでは不十分である（彼らとの関わりや接触がない場合でも。その際の怒りは生きており、ただ潜んでいるだけで、何にでも即座に襲いかかる準備ができていたのだ）。砂漠で暮らしていた頃、筆用の葦の太さや細さが気に入らないと、時折その葦に腹を立てたり——切るときに刃が鈍ってなかなか切れないと、時折その小刀に腹を立てたり——読書を急いでいるのに火花がなかなか飛び出さないと、時折その火打ち石に腹を立てたりしたことを思い出す。その際、憤りの感情が湧き上がり、無機質な物、あるいは間違いなく悪魔に対して、思わず呪いの言葉が口をついて出てしまうことがあった。そうすることで動揺は消え去り、魂は安らぎを取り戻した。このように、完全さを追求する上で、怒りを煽るような人々がいけないことはほとんど役に立たない。なぜなら、あらかじめ忍耐を身につけていなければ、怒りの情は、無言の物や些細なことに対してもその力を振るう可能性があるからだ。それは、私たちの心の中に留まっている限り、私たちに平穏な心境に達することも、他の情欲から解放されることも許さないからである。

**15.** もし私たちが、「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:8）と言われる、あの至高の神の恵みに達したいと願うならば、この情動を私たちの行いから排除するだけでなく、魂の奥底から根こそぎ引き抜かなければならない。なぜなら、言葉による怒りの激しさを抑え、行動に表さないことは、それ自体ではあまり大きな益にはならないからだ。心の奥底の秘密さえも隠すことのできない神が、心の奥底にあるそれを御覧になるならば、それだけでは不十分だからである。福音の言葉は、情欲の果実よりもむしろその根を断ち切るよう命じています。根が断ち切られれば、果実は当然、もはや生い茂ることはありません。——こうして、

怒りが私たちの活動や行いの表面から排除されるだけでなく、心の奥底の思いからも根絶されたとき、魂はあらゆる忍耐と聖さの中に絶えず留まる機会を得るのです。それゆえ、殺人という罪に陥らないために、怒りと憎しみを断ち切らなければなりません。それらがなければ、殺人という罪は許されることはないからです。「兄弟に対してむやみに怒る者は、裁きを受けることになる」(マタイ5:22)；また、「兄弟を憎む者は皆、人殺しである」(Iヨハネ3:15)。なぜなら、彼は心の中で、怒りを向ける相手の滅びを望んでいるからである；たとえ人々の目には、自らの手や剣で血を流したとは認められなくとも、怒りの情そのものが、主によって殺人者と宣言されるのである。主は、行為そのものだけでなく、意志の意図に対しても、各人に報い、すなわち報奨か懲罰かを下される。主ご自身が預言者を通してこう語っておられるように：「わたしは彼らの行いと思いを知っており、すべての民を集めるために来る。」(イザヤ書66:18)。また、使徒はこう言っている。「神が人々の内なる秘密を裁かれるその日、互いに思いの中で、裁く者も裁かれる者も、その裁きを受けることになる。」(ローマ人への手紙2:15,16)。

16. したがって、キリストに献身し、正しく精進する者は、怒りの情を根こそぎ自分の中から引き抜かなければならない。そして、この病を完全に癒やすためには、次のような治療が必要である。まず第一に、いかなる形においても、正当な理由であれ不当な理由であれ、怒ることはふさわしくないことを信じるべきである。なぜなら、私たちの源である光、すなわち心の光が怒りの闇によって曇らされるやいなや、私たちは物事を区別する光、堅固な分別、品位、そして正義の基準を即座に失ってしまうことを知らなければならぬからである；次に、もし怒りの霊が私たちの中に留まれば、その結果として私たちの霊の清さが必然的に曇り、もはや聖霊の宮となることは決してできないという確信を持つこと。最後に、怒りに留まっている限り、私たちは決して祈ることができず、神の御前に願いを注ぎ出すこともできないということを心に留めること。とりわけ、人間の命の限界が不確実であることを心に留め、私たちは、いつこの肉体を離れるか分からないと常に心に留め、たとえ貞潔を守り、すべての財産を放棄し、富を軽んじ、断食や徹夜祈祷に励んだとしても、たった一つの怒りや憎しみによって、宇宙の審判者が永遠の苦しみをもって脅かしている以上、そこでは何の助けにもならないのだと自覚すべきである。

## 5. 悲しみの霊との戦い

1. 第五の戦いにおいて、我々はすべてを蝕む悲しみの鋭い棘を退けなければならない。この悲しみは、もし何らかの形で我々の心を支配する機会を得れば、神を仰ぎ見るビジョンを遮断し、聖なる高揚感の高みから魂全体を転落させ、最終的に魂を弛緩させ、抑圧してしまうのである。いつものような心の生き生きとした熱意をもって祈りを捧げることも、聖書の読誦——この霊的な武器であり治療法である——に専心することも許さず、兄弟たちと平和で静かな時を過ごすことも許さず、——また、あらゆる義務的な従順の務めに対しても、彼女をせっかちで不平を言うようにさせ、あらゆる健全な判断力を奪い、心を乱して、まるで正気を失い、酔いしれたかのようにし、破滅的な絶望によって打ち砕き、押しつぶすのである。

2. もし私たちが霊的な戦いの業において合法的に働きたいと願うならば、なぜこの病も同様に注意を払って治療しなければならないのか。「衣に虫が食い、木に蛀が食い込むように、悲しみは人の心を傷つける」(箴言25:21)——神の御霊は、この有害で破滅的な情念の力を、いかに明確かつ断固として表現されたことか。虫に食われた衣服がもはや何の価値もなく、まともな用途には適さなくなったように——また、虫に蝕まれた木が、たとえ平凡な建物であっても、その建設や装飾に用いるに値せず、火で焼かれるべきものであるように——それと同様に、すべてを打ち砕くような悲しみの自責の念に蝕まれている魂は、もはや、聖ダビデの預言に描かれているように——次の言葉の通り——、天からまずアロンの顎ひげに降り、その後その衣の裾に降り注ぐ聖霊の「ミロ」によって着せられる大祭司の装いにもふさわしくなくなってしまうのである。「頭の上の油は、ひげへと流れ下り、アロンのひげへと流れ下り、その衣の裾へと流れ下る」(132, 2)——また、賢明なる建築家であるパウロが、次のように語ってその基礎を築いたあの霊的な神殿の建設と装飾のためにも、もはやふさわしくないのです。「あなたがたは神の神殿であ

り、神の御霊があなたがたのうちに住んでおられる」（Iコリント3:16）と述べ、その神殿にどのような木材が使われるかについては、『雅歌』の花嫁が次のように語っている。「私たちの家に杉の板を敷き、私たちの板をヒノキで造りなさい」（雅歌1:16）。こうして、神の神殿には、芳香を放ち、腐敗しない、古びて傷むことも、虫に食われることもない、こうした種類の木々が選ばれるのである。

3. 時に、この病は、先行する情熱、あるいは怒り、欲望、あるいは貪欲から生じる傾向がある。それは、人が心の中で抱いていた、その事柄や物事の本質に応じた満足が得られないという絶望を味わうときである。また時には、目に見える原因が何一つないにもかかわらず、私たちをこの深淵へと突き落とすような、目に見える原因が何一つないにもかかわらず、邪悪な敵の影響によって、突然、私たちを襲う悲嘆のあまり、最も親しく大切な人々でさえ、いつものように温かく迎え入れることができなくなり、彼らが適切な会話の中で何を語ろうとも、それは私たちににとって不適切で余計なものに思えてしまう。そして、私たちの心の隅々まで苦々しい悲しみに満たされているため、彼らに心地よい返答を返すことさえできない。

4. これにより、私たちの心に生じる鋭い悲しみは、必ずしも他者のせいによるものではなく、むしろ私たち自身のせいであることが極めて明白に証明される。なぜなら、私たち自身の中に、あらゆる悲しみの原因、すなわち情欲の種を宿しており、誘惑という雨が私たちの魂を潤すやいなや、それらは直ちに芽を出し、実を結ぶからである。たとえ他者の悪い手本がそれを煽ったとしても、自分の心にその罪の素地が隠されていなければ、誰も決して罪を犯すよう強要されることはない。また、例えば、美しい女性を見てその美しさに心を奪われたとき、それまで知らなかった「恥ずべき情欲」という情をその瞬間に突然抱いたなどとは、決して信じてはならない。むしろ、もしその際に彼女を欲したのであれば、それは彼女を見つめたことが、内に潜んでいた病を表面化させたからだと考えるべきである。だからこそ、私たちは、自らの情熱を清め、感覚や気質を正すことに、何よりも注意を向ける必要があるのだ。

5. 他にも別の種類の悲しみがある——それは最も不道德なもので、罪を犯した魂に、生活を改め、情欲から清めようとする意図ではなく、最も破滅的な絶望を植え付けるものである。この絶望こそが、カインに兄弟殺しの後に悔い改めることを許さず、ユダにも裏切りの後に償いの手段を講じることを許さず、むしろ、絶望を植え付けることによって、彼を首を吊ることに駆り立てたのである。

6. 私たちにとって有益な悲しみとは、罪に対する悔い改め、あるいは完全さを求める熱烈な願望、あるいは未来の至福の思索に駆られて、それを受け入れる場合にのみ、尊ぶべきものである。このことについて、聖パウロも次のように語っている。「神による悲しみは、救いへと導く悔い改めをもたらすが、この世の悲しみは死をもたらす」（IIコリント7:10）。

7. しかし、救いへと導く悔い改めをもたらすその悲しみは、疑いようもなく誠実で、従順で、親しみやすく、謙虚で、柔和で、心地よく、忍耐強いものである。それは、神への愛に由来するものであり、完全さを求める願いから、肉体の自責や霊の碎きへとたゆまず向かうものの、同時に、成功への希望によって慰められ、活気づけられるからであり、それゆえ、彼女は親しみやすさと温厚さのすべての心地よさを保ち、同じ使徒が列举する聖霊のすべての実をその内に備えている。「御霊の実とは、愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制である」（ガラテヤ5:22）。一方、この世の悲しみは、極めて不平が多く、せっかちで、冷酷であり、人を遠ざけるような反抗心、実りのない嘆き、そして破滅的な絶望に満ちている。それに包まれる者を動揺させ、あらゆる活動や、自らの救いへの切実な思いからそらし、祈りの働きを断ち切るだけでなく、通常「神による悲しみ」がもたらす前述のすべての霊的な実を空虚にしてしまうのである。

8. 救いをもたらす悔い改め、完全さへの熱意、あるいは将来の祝福への渴望によって生じる悲しみを除き、他のあらゆる悲しみは、世俗的であり死をもたらすものであるため、淫乱、金銭への執着、怒りの精神と同様に、断ち切り、完全に排除されなければならない。



9. この最も有害な情念を、私たちは自らの内から追い出すことができる。それは、絶えず霊的な教えをもって魂を養い、将来の至福への希望と黙想によって、魂を生き返らせ、立て直すことによるのである。この方法によって、私たちはあらゆる種類の悲しみを克服することができる。すなわち、に先行する怒りから生じるものも、利益の喪失や損失の被りから生じるものも、私たちに与えられた侮辱から生じるものも、理不尽な精神的な動揺から生じるものも、さらには、私たちが死に至る絶望へと陥らせるものまでも克服できる。なぜなら、このようにして常に、永遠の未来の福を想うことで慰められ、その心構えを揺るぎなく保ち続けるならば、不幸な状況にあっても気力を失うこともなく、幸福な状況にあっても驕ることもなく、そのどちらをも取るに足らない、はかないものとして見なすことができるからである。（悲しみの心を和らげるために、聖カッシアヌスの抜粋第7章——災難や苦難との戦いについて——も併せて読んでください）。

## 6. 落胆の精神との戦い

1. 第六の闘いは、ギリシャ人が「αχνηδια」と呼ぶ情熱とのものであり、私たちはこれを陥落、退屈、あるいは心の憂鬱と呼ぶことができる。それは悲しみに似ており、とりわけ荒野を巡礼する修道士たちが経験するもので、隠遁生活を送る者たちにとって敵対的な敵であり、あらゆる修道士を悩ませる。特に第六時頃、（私たちの時間で正午12時）、まるで熱病のように、特定の時間に病んだ魂を襲い、あらゆるものを乱す作用をもたらす。一部の長老たち（エヴァグリオス、第1巻、631ページ）は、これを「正午の悪魔」と呼んでおり、それは詩篇90篇にも言及されている。

2. 落胆が貧しい修道士の魂を襲うと、その場所に対する恐怖、独房への嫌悪、そして共に暮らす兄弟たちや、あるいは彼から少し離れた場所にいる兄弟たちに対する軽蔑——彼らを怠惰で全く霊的ではない者と見なす——を生み出し、彼自身を完全に怠惰にさせ、普段その住処で行っているあらゆる仕事から遠ざけてしまう。また、それは彼から独房に留まる意欲を奪い、読書に取り掛かることも許さず、ここに住んでこれほど長い時間が経ったにもかかわらず、少しも進歩せず、霊的な実りを何一つ得られなかったと嘆き、不満を漏らすように仕向ける。さらに、この場所に無駄に留まっているという苦悩を植え付け、他者を導き、多くの人に益をもたらすことができたはずなのに、ここでは誰一人として育て上げられず、自分の指導や教えによって霊的に成長させた者もない、と病的な思いを抱かせる。さらに、それは彼に遠く離れた修道院を称賛し、それらの場所を霊的な成長により有益であり、救いに貢献する能力がより高いと描写し、そこでの兄弟たちとの交わりを、極めて心地よく、霊的な啓発に満ちたものとして描く。それとは対照的に、彼がここにいる現状を耐え難いものとして描き出し、ここに滞在する兄弟たちからは何の霊的啓発も得られず、肉体の維持に必要なものはすべて、計り知れない苦勞を伴ってしか得られないと指摘する。最後に、それは隠遁者に、この場所に留まっている限り救われることはできないと吹き込み、もしこの小部屋を離れなければ——そこにこれ以上留まれば滅びてしまうのだから——できるだけ早くここから別の場所へ移り住むべきだと告げる。その後、五時と六時頃になると、その声は彼の体を極度の疲労へと追い込み、激しい空腹を煽る。彼はまるで長い道のりと最も過酷な労働によって疲れ果て、衰弱したかのように、あるいは食事を摂らずに二日、三日もの断食を耐え抜いたかのように感じる。そこで彼は不安そうにきょろきょろと辺りを見回し、兄弟たちの誰も自分のところへ来てくれないとため息をつき、頻繁に小部屋を出たり入ったりし、太陽がなかなか沈もうとしないかのようにじっと見つめる。このように理性を失った混乱の中で、まるで闇に覆われたかのように、彼はいかなる霊的な行いも行いうることができなくなり、このような苦難に対抗する手段は、兄弟を訪ねるか、あるいは眠りによって自分を慰めること以外にはないと思い始める。そこで、この破滅的な霊は、彼に打ち勝とうとしている者に、兄弟たちに必要な挨拶をすべきだとか、近くや遠くにいる病人を訪ねるべきだとかを吹き込み始め、また、義務であるかのように、ここにいる特定の親戚や親族を見つけ、そして頻繁に彼らを訪ねるべきだ——と、また、ある敬虔で神に身を捧げた女性（しかし親族からの援助を一切受けていない

）を、親族たちが彼女を顧みないのだから、頻繁に訪ねて彼女が必要とするものをすべて届けることは、敬虔の偉大な行いである、——そして、このような敬虔な行いには、実りのないまま、何の成果も得られずに独房に閉じこもっているよりも、もっと尽力すべきである。

3. このように、敵の陰謀に翻弄された哀れな魂は、落胆の精神に疲れ果てた修道士が、ベッドに倒れ込もうとしたり、あるいは独房の扉を開けて、ある兄弟を訪ね、この災難からの救いを求めようとしたりするまで、不安に駆られているのである。しかし、彼が現在、治療法として頼っているこの最後の手段は、ほどなくして敵の手によって、彼をさらに深く動揺させる手段へと変貌してしまうだろう。なぜなら、敵は、闘いが始まるとすぐに彼に背を向け、勝利や対抗ではなく、逃走によって自らの救いを求める者——実際にそうであることを知った者——に対して、より頻繁に、そしてより執拗に攻撃を仕掛けてくるからだ。やがて彼は少しずつ修道室から遠ざかり、自身の召命における主たる務め——すなわち、神聖で万物を凌駕する清らかさへの追求——を忘れ始める。その清らかさは、修道室に常に静かに留まり、絶え間ない神の教えに身を委ねること以外には、どこにおいても達成され得ないものである。こうして、キリストの戦士はついに自らの軍勢から逃げ出し、世俗の事柄に巻き込まれ、かつて仕えることを誓った軍司令官（Ⅱテモテ2,4）の御心に適わなくなるのである。

4. 祝福されたダビデは、この病がもたらすあらゆる破滅的な結果を、次の詩句で実に美しく表現している。「私の魂は、落胆のゆえにうたた寝する」（詩編118:28）。そして確かに、この時、眠りにつくのは肉体ではなく、魂である。なぜなら、この破滅的な情欲の矢に傷つけられた魂は、徳へのあらゆる志や、自らの霊的な感覚への注意を払うことに対して、実際に眠り込んでしまうからである。

5. したがって、完全さをめざして正当に奮闘しようとする真のキリストの戦士は、この病もまた、自らの魂の奥底から追い出そうと努め、この最も不道德な気落ちの霊に対して、勇敢に抵抗をもって武装しなければならない——そうして、眠りの矢に貫かれて倒れることもなく、たとえ敬虔という見掛けの良い口実の下であっても、自らの隠遁の場所から逃亡者となって出て行くこともないようにするためである。

6. なぜなら、彼がどの方向から人を打ち負かし始めようとも、その者を、何の結果も得られないまま、怠惰で無頓着な者として修道室に留まらせるか、あるいはそこから追い出し、あらゆる事柄に対して無為にぶらつき、怠惰な者にして、絶えず兄弟たちの修道室や修道院を徘徊させ、他の何事にも心を留めず、ただどこで、どのような口実であれ、次に昼食をとる機会を見つけ出すことばかりを考えるようになるのだ。なぜなら、怠惰な者の心は、食べ物と腹のこと以外には何も考えず、どこかで同じように冷淡に固まっている男性や女性との仲間を見つけると、彼らの事柄や必要に巻き込まれてしまうからだ。こうして、魂にとって有害なそのような行いに少しずつ巻き込まれていくと、まるで蛇の輪に締め付けられたかのように、もはやその後、かつての身分で放棄した務めに戻るために、それらから抜け出すことは決してできなくなるのである。

7. さて、私たちの中に落胆の精神を生み出す主な原因は、それが人を怠惰にし、仕事から遠ざけ、無為を教えることにある。それゆえ、これに対抗する主な方法は、「屈服せず、仕事に打ち込む」ことである。この点において、私たちは、聖パウロがテサロニケの信徒たちに労苦について書いた次の言葉を、気落ちに対する治療法として受け入れることができる。「兄弟たちよ……喜んで勤勉に励み、静かに過ごし、自分の務めを果たし、自分の手で働きなさい」（1テサロニケ4:10,11）。——「喜んで勤勉に励み、静かに過ごす」とあります——つまり、あちこちをぶらついている者には避けられない様々な噂から、内なる平安を失わず、ひいては他の人々にも同様の不安を与えないよう、自分の部屋で静かに過ごすべきだということです；「自分のことに専念せよ」——すなわち、好奇心に駆られて、世の出来事や他の兄弟たちの行いを詮索しようとし、しないこと。そうすることで、自らを改めることや美德を積むことに熱心に取り組む代わりに、兄弟たちを非難したり中傷したりすることに時間を費やす習慣がつかないようにするためである；「自分の手で働く」とは、すなわち、独房に留まり、手仕事に励むことである。これにより、彼は先ほど戒めた行為そのものの可能性を断ち切った。仕事に没頭する者は、あちこちを歩き回り



、他人のことを詮索し、それに干渉し、中傷する暇などない。 また、同じテサロニケの信徒への第二の手紙では、これに次のように付け加えている。「兄弟たちよ、我らの主イエス・キリストの御名によって、あなたがたに命じる。私たちから受けた教えに従わず、無秩序に歩き回る兄弟からは、離れるようにしなさい」（Ⅱテサロニケ3:6）。ここではもはや懇願ではなく命令であり、単なる言葉ではなく、私たちの主イエス・キリストの御名によってなされていることから、これが差し迫った戒めであることが示唆されている。その後の言葉から、これは労働に関する戒めであり、これを拒む者はキリスト教共同体において容認されるべきではないことが分かる。——したがって、彼は、働くことを望まない者たちから遠ざかり、腐敗をもたらす怠惰によって傷ついた肢体として彼らを切り離すよう命じている。それは、何もしないという病が、死をもたらす疫病のように、体の健全な肢体にも感染しないようにするためである。これだけでも勤労への強い動機付けとなっていました。彼はさらにそれを強化し、彼らが模範とすべき自身の姿を提示しています（同上、7節）。 「私たち」と彼は言う。「あなたがたのところに住んでいたとき、誰からも無償でパンを食べたことはありません」（8節）。とはいえ、「主は、福音を宣べ伝える者たちに、福音によって生計を立てるよう命じられました」（Ⅰコリント9:14）。このように、福音を宣べ伝え、これほど高貴な霊的業を成し遂げた者でさえ、無償で食事を受け取らなかったのだ。それならば、言葉の宣教を任されておらず、ただ自分の魂の世話以外に何の務めも命じられていない私たちが、自分の怠惰を正当化するために、一体何と言えようか。どのような希望をもって、私たちは怠惰なまま、無償でパンを食べることを敢えてできるというのか。福音宣教の務めに追われる選ばれた器でさえ、自らの労働によるものでない限り、それを口にすることを許さなかったというのに。——とはいえ、彼の個人的な模範が例外的なものであり、すべての人にとっての模範として提示されているわけではないと思われるように、使徒は『』において、彼一人だけでなく、彼と共にいた者たち、すなわち、彼と共にこの手紙を書いているシラとテモテもまた、自らの手で労働に従事していたことを示唆している。— 彼らが皆、黙々と働き、私たちにも労働を義務付けるような模範を示す意図はなかったと想像して、彼の模範に従うことを避けようとする者が現れないように、彼は、彼らには働かなくてもよい立場にあったにもかかわらず、働いたのは、「あなたがたに模範を示し、私たちに倣うようにするためである」（Ⅱテサロニケ3:9）——と語っている。これは、あなたがたの耳に頻繁に語りかけられる言葉による教えを忘れてしまっても、少なくともあなたがたの目に示された私たちの模範だけは、記憶にとどめておくようにするためである。最後に、これほど多くの説得を経た後、使徒は彼らに対して、もはや教師や医師としての助言ではなく、使徒の権威をもって、「もし働くことを望まない者がいるなら、食べることも許さない」（10節）と述べているのです！ これは、この戒めを軽んじると予想される者たちに対する判決であり、使徒の裁きの座から宣告されたものである。

8. また、エフェソの信徒への手紙においても、使徒はこの労働そのものについて次のように命じています。「盗む者は、もはや盗んではならない。むしろ、自分の手で善い働きをして、求める者に施すことができるように努めなさい」（エフェソ4:28）。— また、『使徒言行録』には、彼がこれを教えただけでなく、自らもそのように行動していたことが記されている。というのも、彼がコリントに来たとき、他の場所に泊まることを望まず、アキラとプリスキラの家泊まったからです。彼らは、彼自身が普段従事していたのと同じ職人の腕前を持っていたため、明らかに彼らと共に働くつもりだったのです（使徒行伝18:1-3）。——その後、エルサレムへ向かう船旅の途中でミレトスに立ち寄った際、彼はそこからエフェソへ使者を送り、エフェソ教会の長老たちを呼び寄せ、自身の不在中に神の教会をどのように運営すべきかについて指導を与えながら、金も衣服も彼らから求めなかったこと、自分と共にある者たちの必要は自分の手で賄ったこと——そして、主ご自身の戒め、「与えることは受けることよりも幸いである」（使徒行伝20:33-35）という主ご自身の戒めを心に留め、このように働いて貧しい人々を助けるべきであることを示すためだったと語っていた。こうして勤勉さの模範を示すことで、彼は同時に、困窮している人々を助けるには、汗水流して得たものから与える方が、他の手段で手に入れたものから与えるよりも良いと教えているのである。もし修道士もこのように行動するならば、彼は二つの

美德に飾られることになる。すなわち、あらゆる物を捨て去ることでキリストの完全な貧しさを獲得し、また自らの労苦と心遣いによって富める者の寛大さを示し、その義なる労苦をもって神を崇め、その義の果実から神に捧げ物をささげるのである。

9. エジプトの教父たちは、修道士、とりわけ若い修道士たちが怠惰になることを決して許さない。彼らは、労働への勤勉さによって心の状態を測り、忍耐と謙遜における成長の度合いを評価するからである。彼らは自らの糧として何も受け取らないだけでなく、自らの労働の成果で訪ねてくる兄弟や旅人を養い、不毛と飢餓に苦しむリビアの地へも送り、また、汚れた牢獄で苦しむ者たちにも、あらゆる種類の食料を大量に届け、自らの手で生み出した実りによるこのような献げ物が、主にとって喜ばしい捧げ物となると信じている。——この件に関して、エジプトの古代の教父たちの間には、次のような格言も伝わっている。「働く修道士を誘惑するのは一人の悪魔だが、怠けている者には数え切れないほどの悪魔が襲いかかる。」

10. 私が荒野での生活を始め、アッバ・モーセ（リヴィアの；彼の第1および第2の対話）に、昨日、気落ちという病にひどく蝕まれ、アッバ・パウロのもとを訪ねる以外にそこから解放される術がなかったと語ったとき、「いや、お前はそこから解放されたわけではない」と彼は私に言った。「むしろ、その病に身を委ね、従順であることを示したのだ。なぜなら、最初の戦いであなたが敗北を認め、即座に戦場から逃げ出したのを見て、それはあなたを臆病者であり逃亡者として、今後さらに激しく襲いかかってくるだろう。あなたが今後、この敵との戦いに再び挑む決意を固め、修道室を離れることや眠りに没頭することでその激しい攻撃をかわそうとせず、忍耐と対抗によって打ち負かすのだ。こうして経験によって証明されたのは、落胆の猛攻から逃げ出し、それとの戦いを避けるのではなく、勇敢に抵抗して打ち勝つべきだということである。

## 7. 虚栄の精神との戦い

1. 私たちには、虚栄の精神との第七の戦いが待ち受けている。それは多種多様で、変わりやすく、また極めて微妙なものであるため、最も鋭い目を持つ者でさえ、それを警戒するどころか、見極め、見抜くことさえほとんど不可能である。他の情欲は単純で単調であるが、この情欲は多面的で多様であり、あらゆる方向から、あらゆる側面から戦士に襲いかかり、彼がまだ戦っている時も、すでに勝利者となっている時も、その攻撃を仕掛けてくる。なぜなら、この情欲は、キリストの戦士を、その装い、風格、歩き方、声、労働、徹夜、断食、祈り、隠遁、読書、知識、沈黙、服従、謙遜、温厚さ、——まるで、高々と立ち上る波に覆われた、最も危険な水中の岩のように、人々が警戒していない間に、順風に乗って航行する船に突然、悲惨な難破をもたらすのである。

2. したがって、「右の手と左の手の義の武器」をもって王の道を歩もうとする者は、使徒の教えに従い、「栄光と恥辱、非難と称賛」の中を等しく通り抜け（Ⅱコリント 6, 7, 8）を等しく歩み、誘惑のうねる波の間を、理性の導きと主の御霊の導きに従って、徳の道を極めて慎重に歩まなければならない。なぜなら、少しでも右や左に逸れた途端、即座に破滅をもたらす水中の岩礁に打ち砕かれてしまうことを知っているからである。それゆえ、英知に満ちたソロモンから、「右にも左にもそれではない」（箴言 4:27）という戒めが聞かれるのである。——すなわち、自分の美德を理由に自分を称賛したり、霊的な成功を誇ったりしてはならない。同様に、情欲という左の道に逸れて、使徒の言葉にあるように、恥辱の中でそこから栄光を得ようとしてはならない（フィリピ 3:19）。— 悪魔は、堂々とした見栄えの良い華やかな衣服によって虚栄心を植え付けることができなかった者に対しては、不格好でだらしない、乞食のような服装によってそれを植え付けようと試みる。名誉によってこの情欲に陥らせることができなかった者に対しては、屈辱によってそれに駆り立てる。博識や雄弁さによって高慢にさせることができなかった者には、沈黙の中での尊大さによってそれを引き起こす。もし誰かが公然と断食をするなら、虚栄心によって動揺させられる。そして、もし誰かがそのような栄光を軽蔑して断食を隠そうとするなら、自惚れという攻撃にさらされる。虚栄という病に染まらないよう、ある者は兄弟たちの目の前で長い祈りを捧げることを避ける。しかし、密かに祈りを始め、その行いを誰も目撃しない

ようになると、彼は自分自身の前で自慢するのを避けられなくなる。私たちの長老たちは、この病の性質を、玉ねぎやニンニクに例えて見事に描き出している。それらは、一つの皮を剥くと、また別の同じ皮に覆われていることが判明し、何度皮を剥いても、結局はすべてが皮に覆われているのだ。

3. それは、名声を避け、砂漠に身を隠して人間とのあらゆる交わりを断つ者でさえも、執拗に追いかけて続ける。そして、世の中から遠く逃れれば逃れるほど、その攻撃はより熾烈になる。一方、修道院に住む者たちの中には、ある者は仕事や労苦において誰よりも忍耐強いという理由で、ある者は誰よりも従順であるという理由で、またある者は謙遜において他の誰よりも優れているという理由で、この病に誘惑され、高慢に陥らされようとする。ある者は知識の広さゆえに、ある者は長時間の読書ゆえに、またある者は長時間の徹夜祈祷ゆえに、この誘惑にさらされる。そして、この病は、あらゆる人に対して、その人自身の美德を利用して傷つけようと力を強め、それによって、命の実りを得るはずの道を、破滅へと導く躓きを仕組むのである。同様に、敬虔と完全への道を歩もうとする者たちに対しても、敵である中傷者たちは、彼らが歩むその道の上に、誘惑の罠を隠している。それは、祝福されたダビデの次の言葉にある通りである。「この道、私が歩んできたこの道に、彼らは私のために罠を仕掛けた」（詩篇141:3）——と、聖なるダビデが語ったように、彼らが自ら歩むのと同じ道に、誘惑の罠を隠しているのです。それは、私たちが、まさにその美德の道を歩み、高き地位の栄誉を目指して進み、自らの成功に驕り高ぶってつまずき、虚栄の罠に絡め取られて、魂の足が縛られたまま倒れるようにするためです。このようにして、敵の攻撃には打ち負かされずに済んでも、敵に対する我々の勝利の高みに酔いしれるあまり、かえって打ち負かされてしまうことがあるのである。

4. 他のあらゆる情欲は、克服されれば衰え、打ち負かされれば日ごとに弱まっていく。また、場所や時間の影響を受けて、それらは消耗し、静まっていく。あるいは、それらと対立する美德との葛藤ゆえに、あらゆる点で、それらに警戒し、避けるほうが得策である。しかし、この情念は、打ち負かされると、より激しい猛烈さで戦いに立ち上がり、息絶えたときとなされたときでさえ、その死によってさらに生き生きとし、健全で、力強いものとなる。他の情欲は、闘争で打ち負かされた者たちに対してのみ暴君のように振る舞うが、この情欲は、自らの勝利者たちをさらに激しく追い詰め、打ち負かされたほどに、自己克服という勝利の喜びに駆られて、思考を通じて過度に戦いを挑んでくるのである。特に、敵の巧妙な狡猾さがここに見られる。すなわち、敵の策略によって、キリストの戦士は、敵自身が敵の武器では彼を打ち負かすことができなかったにもかかわらず、自らの矢によって倒れてしまうのである。

5. 他の情欲は、前述したように、環境の変化によって鎮まるほか、罪の対象や、それへの誘因、あるいはきっかけが取り除かれると、同様に静まり、衰えていく。しかし、この情欲は、そこから逃れて砂漠へ逃げ込む者とともに砂漠にまで入り込み、いかなる場所をも恐れない。また、対象が視界から消えても衰えることはない。なぜなら、この情欲は、他ならぬ、攻撃の対象となる者自身の徳における成功から、他ならぬそこから勇気を汲み取っているからである。—他の情欲は、前述したように、時間の経過とともに時として和らぎ、消え去る。しかし、この情欲にとっては、その長期化が害となるどころか、むしろその虚しさをさらに助長する糧となるのである。

6. 最後に、他の情欲は、それとは対立する美德と争い、晴れた日のように公然と戦っているため、打ち負かすのも容易であり、それらから身を守るのも容易である。しかし、この情欲は美德の間に割り込み、我々の軍勢に紛れ込み、まるで暗い夜のように戦い、その攻撃を予期も警戒もしていないがゆえに、より残酷に人を惑わすのである。

7. ユダ王エゼキエルは、あらゆる点において完全な義人であったが、たった一本の矢によって倒されたと記されている。また、たった一つの祈りによって18万5千人のアッシリア軍を撃破させたその人物でさえ、虚栄心に打ち負かされたのである。——神の定めにより命の期限と死の日が定められていたにもかかわらず、自らの祈りによってさらに15年の延命に恵まれ、太陽が10度戻ったことでそのことが証明されたその人物が、自らの徳に関するそのような証しと、神の御

好意を示すそのようなしるしを受けた後、たった一度の驕りと自己陶醉のせいで、すべてを失い、自分自身だけでなく、自国民全体をも神の怒りにさらしてしまった。その怒りはあまりにも激しく、彼が謙虚になって自国民全員と共に神に懇願した際、その怒りが自分の存命中に下らないことだけを願い求めることしかできなかったほどであった（列王記下第20章、歴代誌下第32章）。これほど破滅的で、重く罪深いものが、高慢という情念である！

8. 前述の王の曾祖父であるウジヤも、聖書の証言によって称賛されているが、多くの美德と、民の益となる数多くの称賛に値する行いや制度を築いた後、虚栄に満ちた高慢に陥り、「主なる神を怒らせ」、神に喜ばれない行いをしたため、たちまち栄光の高みから転落し、ハンセン病によって処刑された（歴代誌下26章）。これまた、悲惨な転落の好例である！ここから、幸福な成功が、その際に虚栄や高慢から身を守らなければいかに破滅的になり得るか、またそのような場合、自らに耳を傾けず自制しない者たちは、困難な状況下で打ち碎かれることなく、それを乗り越えたことでより激しく打撃を受け、戦いの最中に死の危険を免れたにもかかわらず、勝利と祝賀のさなかに倒れてしまうのです。

9. なぜ使徒は「高ぶってはならない」（ガラテヤ5:26）と戒めるのか。また、主はパリサイ人たちを非難してこう言われる。「互いに栄誉を受け合いながら、唯一の神からの栄誉を求めないあなたがたに、どうして信仰があると言えるのか」（ヨハネ5:44）。このような者たちについて、祝福されたダビデも警告してこう言っている。「神は、人に媚びる者の骨を砕かれる」（詩篇52:6）。

10. 初心者の者や、徳や霊的知識においてまだあまり進歩していない者たちの虚栄心は、たいてい、声の調子——すなわち、他の人より美しく歌うこと——や、痩せていること、容姿が美しいこと、裕福で高貴な両親を持つこと、あるいは兵役や名誉を軽んじたことなどを理由に、自分を過大評価する。またある者には、もし世俗に留まっていたなら、名誉も富も容易に手に入れたはずだと囁きかける。実際には決してそれらを手にすることはできなかったにもかかわらず——このように、実現不可能な希望を犠牲にすることでその者を高ぶらせ、決して所有したことのないものを捨てたことを誇りに思わせるのだ。

11. またある者には、司祭や助祭になりたいという欲望を植え付け、もしそうなれば、彼はこれほどまでに聖性と厳格さをもって職務を全うし、他の司祭たちにとっても聖性の模範となり、さらにその振る舞いや説教によって多くの人々に益をもたらすだろう、と心に思い描かせる。時には、荒野に住む者や、独房で隠遁生活を送る者でさえ、まるで様々な人々の家や修道院を巡り、想像上の説得力によって多くの人々を正しい生き方の道へと導いているかのように、心の中で夢想させられることもある。こうして、その哀れな魂は、あたかも深い眠りの中で朦朧としているかのように、あちこちと空想にふけり、そのような思いの甘美さに引き込まれ、そのような夢に満たされて、たいていの場合、自分の行動にも、兄弟たちの存在にも気づくことができない。たとえ彼らが実際に目の前にいたとしても、眠っていないのに夢の中のように、自分の思考の迷路をさまよいながら、まるでそれが現実であるかのように、甘美な世界に深く没入しているのだ。

12. 私がスキトスの荒野に住んでいた頃、ある長老が、ある兄弟の独房を訪ねて行った際、その兄弟が部屋の中で何かを話しているのを耳にし、立ち止まった。長老は、彼が聖書から何を朗読しているのか、あるいは仕事中にそこでの習慣通り暗唱しているのかを知りたかったのだ。耳を近づけて聞いてみると、その敬虔な見守り人は、その兄弟がまるで教会にいるかのように、人々に説教をしているのを耳にした。これは、彼が虚栄の霊に惑わされ、自分を司祭だと想像し、心の中で夢見ていた務めを果たしていたことを意味していた。もう少し待っていると、長老は、その兄弟が説教を終え、まるですでに助祭の位にあるかのように立場を変えて、「洗礼志願者は出て行きなさい」と宣言し始めたのを耳にした。長老はドアをノックした。兄弟は出てきて、いつもの敬意をもって彼を迎え、中へ案内しながら、いつ来たのかと尋ねた。外で長く待たされたのではないか、そのせいで何か不快な思いをさせなかったか、と心配しているふりをしていた——実際には、自分の空想や、その空想に基づいて行った行いに対して、良心の呵責に苛まれ



ていたのだ。老人は優しく答えた。「私が来たのは、ちょうどあなたが『洗礼を受けた者たちは出て行きなさい』と宣言した直後のことでした。」

13. 私がこれをここに記すのは、哀れな魂を苛む情念が、いかなる力と順序をもって私たちに襲いかかるかを、その全貌を眼前にして把握することで、私たちが自分自身にもっと注意を払い、それによって敵の罠や落とし穴をより容易に回避できるようになるためである。エジプトの教父たちもまさにそのように行っています。彼らは躊躇することなく、そのような事柄をすべて公に語り、他者や自分自身についての物語を通じて——まるで自分たちも今なお語っていることを体験しているかのように——若い修道士たちの前で、あらゆる情欲との闘いを明らかにし、暴き出します。それは、これらの若者がすでに経験しているものもあれば、これから経験することになるものもあります。そうして、あらゆる情欲の誘惑をこのように明らかにすることで、熱意に燃える初心者が自らの真の戦いの秘訣を知り、それらを鏡のように見つめることで、自分たちを苦しめる情欲の原因と、それに対する対処法を悟り、また、将来の戦いが訪れる前に、いかにしてそれらから身を守り、いかにして襲い来る敵に立ち向かい、いかにして彼らと戦うべきかをあらかじめ知ることができるようにするためである。最も熟練した医師たちが、現在の病気を治療するだけでなく、その先見の明ある経験に基づいて将来の病気に対抗し、予防的な指導や治療薬によってそれらを未然に防ぐのが常であるように、同様に、これらの最も真の魂の医者たちは、霊的な教えを、いわばある種の解毒剤（アンチドット）として用い、将来生じうる心の病をあらかじめ根絶し、それらが若い修道士たちの魂の中で育つことを許さず、情欲が襲いかかる原因と、それに対する治療法を彼らに明らかにする。

14. 真の霊的奮闘を正当に遂行しようとするキリストの戦士は、あらゆる手段を尽くして、この多種多様で形を変える獣に打ち勝たなければならない。まず第一に、私たちは、この多面的な獣——至る所から私たちに向かって飛び出そうと待ち構えている不品行——との遭遇そのものを避けることができる。それは、ダビデの次の言葉を心に留めておくならばである：「主よ、人の好みに迎合する者の骨を砕き給え」（詩編52:6）というダビデの言葉を心に留め、虚栄心から空しい名声を得ようとする意図を持って、何事も行ったり企てたりしないようにする。また、善意をもって始めたことは、その後も同様の善意をもって守り抜くよう努めなければなりません。そうして初めて、虚栄という病が忍び込み、私たちのすべての労苦の成果を台無しにするのを防ぐことができるのです。また、兄弟たちの間での振る舞いにおいて、一般的な慣習として受け入れられておらず、誰もが実践していないことは、自慢げな行いとして、あらゆる努力をもって拒絶すべきである。さらに、他者の中で私たちを際立たせたり、私たちだけがそれを行っているという理由で人々から称賛を得たりするようなことは、あらゆる手段を尽くして避けるべきである。こうした自己顕示こそが、私たちに致命的な虚栄という病が蔓延していることを最も如実に露呈するものである。しかし、もし私たちが、虚栄の意図を持って行う労苦の果実を完全に失うだけでなく、より大きな罪を犯し、神を冒瀆する者として永遠の苦しみを受けることになるのだということを心に留めていれば、これを避けることができたはずである。なぜなら、神のためにすべきことを人々のためにしようと望み、それによって人々を神よりも優先し、この世の栄光を神の栄光よりも重んじたことになるからです。そのとき、秘められた神が私たちをそのように告発されるでしょう。

## 8. 傲慢の霊との戦い

1. 私たちに待ち受けている第八の、そして最後の戦いは、高慢の霊との戦いである。この情欲は、情欲との闘いを描く順序においては最後に位置づけられているが、その本質と時期においては最初のものである。これは最も獰猛で、最も手ごわい獣であり、特に完成された者たちを襲い、彼らが美德の頂点にほぼ達した時に、激しい噛みつきで彼らを食い尽くすのである。

2. 高慢には二種類ある。一つは、前述したように、霊的生活の高い人々が陥るものであり、もう一つは、初心者と肉欲的な人々を襲うものである。これら二つの種類の高慢は、神の前でも人の前でも、破滅的な高慢さを引き起こすが、前者は直接神に関わるものであり、後者は本質

的に人に関わるものである。この後者の起源と、それに対する対策については、神の御許しがあれば、本書の最後の章で考察することとするが、ここでは、前述したように主に完成された者たちが誘惑される前者の高慢について、少し論じてみたい。

3. この邪惡な高慢ほど、あらゆる美德を根絶やしにし、人間からあらゆる義と聖さを剥ぎ取り、奪い去る情熱は他にない。それは、あらゆるものを包み込むある種の疫病のように、ただ一つの肢体や一部分の衰弱にとどまらず、全身を致命的な混乱で損ない、すでに美德の高みに立っている者たちをも、極めて深刻な転落によって引きずり下ろし、滅ぼそうと企てるのである。他のあらゆる情欲は、自らの限界と目的の範囲内に留まり、他の美德をも揺るがすことはあっても、主に一つの美德を標的とし、それを特に圧迫し、攻撃する。例えば、大食や甘味への執着といった「暴食」は厳格な節制を損ない、色欲は純潔を穢し、怒りは忍耐を追い払う。したがって、ある特定の情欲に囚われている者であっても、他の美德から完全に遠ざかっているわけではない。しかし、その情欲と対立する情欲が嫉妬深く武装して襲いかかり、その一つの美德が失われると、他の美德は、たとえ部分的にであっても維持できるかもしれない。しかし、この情欲が貧しい魂を支配してしまうや否や、まるで最も凶暴な暴君のように、美德の最上部の要塞（謙虚さ）を陥落させた後、その都市全体を根こそぎ破壊し、荒廃させてしまうのである。かつては高くそびえていた聖性の城壁を、悪徳の土と平らげ、混ぜ合わせ、もはやその魂に屈服した者の中に、自由の痕跡を一切残すことを許さない。彼がより豊かな魂を捕らえれば捕らえるほど、その魂をより重苦しい奴隷のくびきにさらし、最も残酷な略奪によって、美德というすべての財産を剥ぎ取ってしまうのである。

4. この最も残酷な暴君の力の程をより正確に知りたいのであれば、その輝きと美しさの過度さゆえにルシファーと呼ばれたある天使が、他でもないこの情熱ゆえに天から追放され、そして、傲慢の矢に貫かれた彼が、至福の天使たちのそのような至高の位から、奈落の底へと堕ちていったことを思い起こそう。さて、これほど顕著な優位性に彩られた無形の力さえ、たった一つの心の高ぶりが天から地上へと転落させたのであれば、朽ちゆく肉体をまとった私たちが、どれほど警戒してこのことから身を守らなければならないか、その破壊的な墮落の凄まじさが示している。－では、私たちがいかにしてこの情熱という最も破滅的な病から逃れることができるか。それは、前述の墮落の始まりと原因をたどることで学ぶことができる。なぜなら、その始まりと原因を事前に注意深い調査によって究明しなければ、いかなる病も治療することはできず、いかなる病気に対しても薬を処方することはできないからである。－この（大天使）は、神聖な輝きに包まれ、創造主の寛大さにより他の至高の力よりもなお一層輝いていたが、創造主の恵みによって飾られていたこの知恵の輝きと美德の美しさを、神の豊かな賜物によるものではなく、自らの自然な力によるものだと錯覚してしまった。そして、この理由から高慢になり、神と同様に何ものにも欠けることがない者として、自らを神と同等であると見なした——あたかも、そのような清らかさを保つために、神の助けを必要としないかのように。こうして彼は、自らの自由意志の力に全面的に依拠し、それだけで、徳における完全な完成と至高の至福の持続に必要なすべてが、余りあるほどに与えられると信じていた。この一つの思いこそが、彼にとって破滅的な墮落の第一の原因となった。神に必要とされない存在であると自らを位置づけたために神に見捨てられ、それによってたちまち不安定で翻弄されやすくなった彼は、自らの本性の弱さを痛感し、神の賜物として享受していた至福を失ってしまった。かくして、彼は「傲慢な言葉」を「愛し」、その中で自らを誇り、「天に昇ろう」（イザヤ書14:13）、「天に登ろう」と高慢に語り、「諂う言葉」によって自らを欺き、「私は至高者に等しくなる」と語った。そして後に、アダムとエバを欺き、「あなたがたは神のようになる」と唆した。それゆえ、彼に対する裁きはこうである：「このゆえに、神はあなたを徹底的に滅ぼし、あなたを打ち砕き、あなたの住む地から追い払われる。義人たちはそれを見て恐れ、彼を嘲り、こう言うだろう。『この人は、神を助け手とせず、自分の富の多さと、自分の虚栄に頼った者だ』」（詩篇51:6-9）。最後の言葉（「この人」）は、神の庇護と助けなしに最高の幸福を達成できると期待する者たちに対しても、極めて正当に当てはめることができる。



5. これこそが、最初の墮落の原因であり、主要な情欲の始まりである。その情欲は、後に、最初にそれに傷つけられた者を通じて、原初の人間に忍び込み、あらゆる情欲を芽生えさせたのである。そして、その原初の人物は、自らの自由意志の力と努力だけで神性の栄光に到達できると信じ込んだ結果、創造主の慈しみによって授けられた栄光さえも失ってしまったのである。

6. このように、聖書の例や証言によって、高慢という情欲は、霊的な戦いにおいては最も最後にあるとはいえ、その起源においては最も最初のものであり、あらゆる罪と悪行の源であることが、極めて明確に証明されている。この情欲は、他の情欲とは異なり、単にそれとは対極にある美德、すなわち謙遜だけを滅ぼすのではなく、すべての美德をまとめて滅ぼすものであり、また、ありふれた取るに足らない美德ではなく、とりわけ権力の頂点に立つ者たちの美德を誘惑する。なぜなら、預言者はこの霊について次のように述べているからである。「その選りすぐりの者たち」（ハバクク書1:16）。それゆえ、祝福されたダビデも、心の奥底をこれほど注意深く守りつつも、彼の良心の秘密が隠されることのない御方に対して、大胆にこう叫んだのである。「主よ、わが心は高ぶらず、わが目は高ぶらず、偉大な者たちの間を歩まず、また、わたしより優れた者たちの間を歩まなかった」（詩編130:1）、そしてさらに、「わが家のただ中で高慢を働かせず」（詩編100:7）；しかし、たとえ完全な者であっても、この情念のあらゆる動きから身を守るのがいかに困難であるかを悟っていたため、この点において自らの努力のみに頼ることはせず、祈りの中で主の助けを求め、この敵の矢に傷つけられることを免れるよう願い、こう語った。「高慢の足が私のところに来ませんように」（詩編35:12）、（すなわち、「主よ、高慢のささやきに従って一步も踏み出させないでください」）——高慢な者について語られている「神は高慢な者に敵対される」（ヤコブ4:6）、また「高慢な者はみな、神の御前で清くない」（箴言16:5）と語られているような事態に陥らないよう、恐れおののきながら。

7. 傲慢とは、どれほど大きな悪であるか。それに立ち向かうには天使やその他の敵対する力だけでは不十分であり、そのために神ご自身が立ち上がられるほどなのだ！ 注目すべきは、使徒が他の情欲に囚われている者たちについて、彼らに敵対する神がいるとは言っていない、すなわち、「神は食いしん坊や淫乱者、怒りっぽい者、あるいは金に執着する者たちに敵対する」とは言わず、ただ高慢な者たちについてのみ言及している点である。なぜなら、それらの情欲は、それらに墮ちる者一人一人に向けられるか、あるいは一見するとその共犯者、すなわち他の人々に向けられるかのいずれかであるのに対し、この高慢はまさに神そのものを敵に回すものであり、それゆえに特に神を敵に回すに値するからである。

8. この最も卑劣な霊の罠を避けることができるのは、私たちが自分たちが長けていると感じる美德の一つひとつについて、使徒と共にこう語る時である。「私ではなく、私と共にいる神の恵みである」——そして、「私は神の恵みによって、今こうして生きている」（Ⅰコリント15:10）、——そして、「神は、私たちのうちに働いて、善を望ませ、行わせられる方である」（フィリピ2:13）——と、私たちの救いの成し遂げ主ご自身がこう言われているように：「わたしの中にいる者、またわたしがその人の中にいる者は、多くの実を結ぶ。わたしなしには、あなたがたは何も行うことができないからである」（ヨハネ15:5）、——そして詩篇の作者はこう歌っている。「主が家を建てられなければ、建てる者の労苦はむなしい。主が町を守られなければ、見張る者の警戒もむなしい」（詩篇126:1）。そして、望み、またそれに向かって奔る者の誰の意志も、霊に敵対する肉に覆われた者が、神の憐れみの特別な覆いなしに、完全な清さと無垢さに達し、それゆえに、それほど強く望み、それほど熱心に求めているものを授かるに値するほどには、十分ではない。なぜなら、「あらゆる良い賜物、あらゆる完全な賜物は、上から、光の父から下ってくるものだからである」（ヤコブ1:17）。「あなたが持っているものは、受けたものではないか。もし受けたのなら、受けなかったかのように、なぜ誇るのか」（コリントの信徒への手紙一4:7）。

9. 私がこう言うのは、人間の努力を軽んじて、誰かを勤勉で懸命な労働から遠ざけようというわけではない。それどころか、私は——私自身の意見ではなく、長老たちの教えとして——、人間の努力なしには完全さは決して得られず、また、神の恵みなしにそれだけでは、誰も完全

さを適切な水準にまで高めることはできないと断固として主張する。なぜなら、私たちは、人間の努力はそれ自体、神の助けなしにはそれを達成できないと言うのと同様に、神の恵みは、額に汗して働く者にのみ与えられる、あるいは使徒の言葉で言えば、望み、走り続ける者にのみ与えられると断言するからである。これは、詩篇第88篇において、神の御名において次のように歌われていることから判断できる。「わたしは力ある者に助けを置き、人々の中から選ばれた者を高めた」（20節）。主の御言葉によれば、求める者には与えられ、押し開く者には開かれ、探す者には見出されると私たちは語っている。しかし、神の憐れみが、私たちが求めるものを与えず、私たちが押し開こうとするものを開かず、私たちが探すものを見つけさせてくれない限り、求めること、探すこと、押し開こうとすること自体は、それだけでは不十分である。私たちが自らの善意をもってその機会を神に与えるやいなや、神はこれらすべてを私たちに授ける用意がある。なぜなら、神は私たちよりもはるかに強く、私たちの完全さと救いを望み、待ち望んでおられるからである。そして、聖ダビデは、自らの努力のみでは自分の事業や労苦において成功を収めることが不可能であることを深く自覚しており、主ご自身が彼の行いを正してくださるよう、二重の願いをもって懇願し、こう言いました。「私たちの手の業を私たちのために正し、私たちの手の業を正してください」（詩編89:17）と述べ、また「神よ、あなたが私たちの中に成し遂げられたこのことを強めてください」（詩編67:29）とも祈りました。

**10.** それゆえ、私たちは断食、徹夜祈祷、祈り、心と体の悔い改めに励み、高慢にふけてこれらすべてを無駄にしないよう、このように完全さを追求すべきである。私たちは、完全そのものを自らの努力や労苦によって達成できないだけでなく、それを達成するために実践していること、すなわち、善行や様々な霊的な行いさえも、神の恵みの助けなしには、あるべき姿で成し遂げることができないと信じなければならない。

**11.** 私たちは、神が私たちを理性ある者として創造し、自由意志の能力を授け、洗礼の恵みを与え、助けとして律法の知識を与えてくださったことだけでなく、神が私たちに対する日々の御摂理によって、すなわち、敵の誹謗から解放し、肉欲を克服できるよう助けてくださり、私たちが気づかないうちに危険から守り、罪に陥るのを防ぎ、私たちを助け、御自身の律法の要求を認識し理解できるよう啓発し、怠慢や過ちに対する悔い改めの心を密かに吹き込み、救いをもたらすように私たちを正し、特別な御加護を授け、時には私たちの意志に反してさえ、私たちを救いへと導いてくださる。——最後に、情欲に傾きがちな私たちの最も自由な意志さえも、魂に有益な善行へと導き、御自身の働きかけによって、徳の道へと向かわせてくださる。

**12.** これこそが、神に対する謙遜の本質であり、これこそが、古の教父たちの信仰であり、それは今に至るまで、彼らの後継者たちにおいても、汚れのないまま保たれている。彼らのこの信仰については、使徒的な力が、私たちの間だけでなく、不信仰者や信仰の薄い者たちの間でも現されたことによって、疑いようのない証しを与えている。

**13.** ユダヤの王ヨアシュは、当初は称賛に値する生活を送っていたが、その後、高慢になり、不名誉で不浄な情欲に身を委ねてしまった。すなわち、使徒の言葉によれば、「無知な心は、ふさわしくない行いを生み出す」（ローマ1:26, 28）のである。神の義の法則とは、悔い改めずに心の高慢にふける者は、最も忌まわしい肉欲の恥辱にさらされ、そのように屈辱を受けることによって、今こうして汚されているのは、かつて高慢な自惚れによる最も深く重大な不浄を認めようとしなかったからであると悟り、それを自覚した上で、あらゆる情欲から自らを清めようと熱心に努めるようになるためである。

**14.** したがって、真の謙遜なくして、誰も完全さと清らかさの究極の境地に達することはできないことは明らかである。その謙遜とは、兄弟たちの前で明らかに示すだけでなく、心の奥底において神の前にも表し、神の庇護と助けが、あらゆる瞬間に自分に与えられていると信じていることである。決して、自らが望み、懸命に目指して進む完全さに到達することはできないと信じているのである。

**15.** これまで、私たちの賜物の乏しさの許す限り、神の助けを借りて、霊的な高慢について十分に語ってきた。前述の通り、この高慢によって、完全な者たちさえも試みられるのである。

この種の傲慢は、多くの人に知られておらず、経験する者も少ない。なぜなら、そのような試練に直面するほど、心の完全な清らかさを獲得しようと努める者は多くないからである。それは通常、他のあらゆる情欲に打ち勝ち、すでに美德の頂点にほぼ達している者たちだけを襲うのである。私たちの最も狡猾な敵は、彼らを肉的な堕落へと誘い込んで打ち負かすことができなかったため、今度は彼らを躓かせ、霊的な堕落へと突き落とそうと企てている。それによって、彼らが多大な苦勞の末に得たこれまでのすべての成果を奪い取ろうとしているのである。もっとも、まだ肉欲に縛られている私たちに対しては、彼はそのような形で誘惑することなど全くせず、粗野で、いわば肉欲的な傲慢さによってつまづかせようとするのである。それゆえ、私たち、あるいは私たちと同等の者たち、とりわけ若き修道士や修道生活の初心者の魂が、最も陥りやすいこの点について、私たちの約束に従い、少しばかり論じる必要があると考える。

**16.** 先に述べたようなこの肉的な高慢は、もし、世を捨て去るという定められた歩みを、不十分に、かつ十分な熱意を欠いたまま始めた後、修道士の魂に残り続けるならば、かつての世俗的な傲慢さから、キリストの真の謙遜へと降りることを許さず、まず彼を反抗的で頑固なものにしてしまう。次に、彼が柔和で気配りのある者となることを妨げ、またすべての兄弟たちと同等の立場で振る舞い、目立たずに皆と同じように生きることも許さない。とりわけ、神であり私たちの救い主である方の戒めに従い、あらゆる地上の所有物から身を清めることを決して許さない；その一方で、世からの離脱とは、すなわちすべてに対する死と十字架の証しであり、真の意味で始められ、築き上げられるのは、この世のあらゆる事柄に対して霊的に死んでいると自覚するだけでなく、肉体的にも毎日死ななければならぬと信じるという基盤以外にはあり得ない。——それとは対照的に、この誘惑は彼に長寿を期待させ、将来に様々な長期にわたる病を思い描かせ、もしすべてを失った状態で、自分の源ではなく他人の源から生計を立てようとした場合に生じる恥や困惑で心を揺さぶり、食料や衣服は他人の手段ではなく自分の手段で手に入れるほうがはるかに良いと吹き込み、これを裏付ける次の言葉：「与えることは、受けることよりも幸いである」（使徒行伝 20, 35）——この言葉がどのような意味で語られているのか、心が鈍り、冷めきってしまった者たちは決して理解することができない。

**17.** このように、世を捨てた歩みを不適切に始めた修道士は、キリストの真の謙遜を決して心に受け入れることはできない。彼は、家系の由緒を自慢したり、心ではなく肉体だけを残して捨てたかつての世俗的な生活様式に驕ったり、あるいは自らの破滅となるほど手元に蓄えた金銭に誇りを持ったりすることをやめられないだろう。なぜなら、それらのせいで、彼はもはや修道院の規律の重荷を平穩に背負うことも、いかなる長老の教えにも従うこともできなくなっているからである。高慢に支配された者は、いかなる服従や従順の規則を守ることも自らにとって屈辱的だと考え、でさえ、霊的生活の完成に関する一般的な教えを不本意に聞くだけであり、時にはそれに対して完全な嫌悪を抱くことさえある。特に、良心に責められて、それが意図的に自分に向けられているのではないかと疑うようになった時にはなおさらである。後者の場合、その心はさらに硬化し、怒りに燃え上がる。その後、その者は声を荒げ、粗野な言葉を使い、苦々しい口調で反抗的な返答をし、高慢で落ち着きのない歩き方をし、抑えきれないほどおしゃべりになる。このようにして、霊的な対話は彼に何の益ももたらさないばかりか、かえって有害となり、彼にとってさらなる罪を犯すきっかけとなってしまふのである。

**18.** ある若い修道士が、アッバから「なぜ、世俗を捨てた当初しばらく見せていた謙遜を捨て、悪魔的な高慢にふけり始めたのか」と叱責された際、極度の高慢さをもってこう答えたと言った。「私がしばらくの間自分を謙遜にしていたのは、永遠に従属し続けるためだったというのか？」——このほどほどに抑制のきかない、罪深い返答に、長老は驚きで呆然とし、まるでその言葉を人間からではなく、古のルシファー自身から聞いたかのように、言葉を失ってしまった。彼はそのような厚かましさに對して口から一言も発することができず、ただ心からため息と嘆き声を漏らし、心の中で私たちの救い主について語られた言葉を黙って繰り返していた。「神の御姿であられた方…… 従順であり、自らを低くされた」と。それは一時的なものではなく（この、

悪魔の傲慢の霊に取り憑かれた者が言うように）、むしろ「死に至るまで」であった（フィリピ 2:6,8）。

19. この肉的な高慢は、次のような行動に現れる。話すときは甲高い声になり、沈黙の際には不機嫌さ、楽しさの中では大声で溢れ出るような笑い、悲しみの中では無意味な陰鬱さ、返答の際には皮肉、言葉遣いは軽薄で、心からの思い入れもなく、思いつくままに言葉が飛び出す。彼女は忍耐を知らず、愛とは無縁であり、侮辱を与えることには大胆だが、それを受け止めることには臆病であり、自分の欲望や意志が先行しない限り、従うことに難色を示す。論しには頑なで、自らの意志を捨てることはできず、他人の支配には極めて抵抗し、常に自分の決断を通そうと努め、他人に譲歩することには決して同意しない。こうして、救いとなる助言を受け入れることができなくなると、彼女は長老たちの理屈よりも自分の意見の方を信じるようになるのである。

20. このような墮落の段階を経て、一度高慢に支配された者は、底辺にまで落ちると、厳格な共同生活の規律を恐怖をもって拒絶するようになり、—もし自分が完全性への道でほとんど進歩しないのは、兄弟たちとの交わりが足を引っ張っているからであり、もし忍耐と謙遜を身につけるのにあまり成功しないのは、他者のせい、すなわち彼らからの妨げによるものだと考え、——一人里離れた独房で暮らしたいという願望を抱いたり、さらには多くの人々を厳格な生活へと導くために独自の修道院を設立しようと企てたりし、自らの教えと指導に従うべき人々を急いで集めようとする。こうして、不適格な弟子は、さらに不適格な師となってしまうのである。

21. さて、もし我々の建物が頂点まで高まり、神に喜ばれるものとなることを望むならば、我々の自己満足的な意志ではなく、正確な福音の教えに基づいてその基礎を築くよう努めなければならない。その教えによれば、そのような基礎となり得るのは、神への畏れと、柔和さと純真さから生まれる謙遜に他ならない。しかし、謙遜は、あらゆるものから身を剥き出しにすることなくしては得られない。それなしには、善き従順にも、堅固な忍耐にも、動じない柔和さにも、完全な愛にも、決して立ち続けることはできない。そして、これらなしには、私たちの心は決して聖霊の住まいとなることはできない。主は預言者を通して、次のように宣言しておられる。「わたしが目を留めるのは、柔和で、静かで、わたしの言葉に震える者だけである」（詩編66:2）。

22. なぜ、霊的な戦いに正当に励み、主から冠を授かることを願うキリストの戦士は、あらゆる美德を食い尽くすこの最も凶暴な獣を、あらゆる手段を尽くして根絶やしにしなければならないのか。それは、この獣が心の中にいる限り、すべての情欲から解放されることはおろか、それどころか、たとえ多少の美德を身につけたとしても、その美德さえもその毒によって滅びてしまうのだ。なぜなら、私たちの魂の中に美德の建物が築かれることは決してあり得ないからである。もし、あらかじめ私たちの心に真の謙遜の基礎が据えられていなければ。その基礎は最も堅固に築かれ、完成された完全さと愛の建物を頂上までしっかりと支える唯一の力となるのである。そのため、まず第一に、私たちは兄弟たちの前で、誠実な心持ちをもって真の謙遜を示し、決して彼らを悲しませたり、傷つけたりするようなことをしてはならない。しかし、キリストへの愛によって、あらゆる所有欲から完全に身を剥き出しにするという真の放棄が、私たちの内に深く根ざしていなければ、これを果たすことは到底できない。第二に、心の純真さをもって、いかなる偽りもなく、従順と服従のくびきを受け入れなければならない。そうして、アッバの「 」という戒め以外に、他のいかなる意志も決して私たちの内に宿らないようにしなければならない。これは、この世に対して自らを死んだ者と見なすだけでなく、自分を愚かで無知であると見なし、長老たちが命じることはすべて、それが神ご自身から告げられた聖なるものであるという信仰に基づき、何の思案もなくすべてを遂行する者以外には、誰にも守ることのできないことである。

23. 私たちがこのような心構えを保ち続けるならば、その後に疑いなく、揺るぎなく不変の謙遜の状態が訪れるでしょう。そうして、自分たちを誰よりも卑しい者と見なし、どんなに不当で、侮辱的で、あるいは有害なことであっても、私たちに加えられるあらゆることを、最も忍耐

強く耐え忍ぶようになるのです。——あたかもそれが（従順や試練として）私たちの指導者たちから課されたものであるかのように。そして、そのようなことはすべて、私たちにとって容易に耐えられるだけでなく、些細で取るに足らないものと見なされるようになるでしょう。それは、もし私たちが常に、主とすべての聖人たちの苦難を記憶と心に留め続けるならば、そのとき、私たちが経験する不当な非難は、私たちが彼らの偉大な業や実り多い生涯からどれほど遠く離れているかによって、それだけ軽く感じられるようになるからです。ここから生まれる忍耐への励ましは、まもなく私たちもこの世を去り、人生の終わりが来れば直ちに彼らの至福と栄光に与ることになる、と心に留めれば、さらに強まるでしょう。このような思いは、高慢だけでなく、あらゆる情欲にとっても破滅的なものです。その後、私たちは神の前で、このような謙遜をしっかりと固く保つべきである。すなわち、神の助けと恵みなしには、私たち自身では徳の完成に関わる何事も成し遂げられないという確信を持ち、また、私たちが理解できたことさえも、すべて神の賜物であると心から信じるならば、私たちはそれを果たすことができるのである。

## 6. 思いとの戦い、そしてそれを通じて悪霊との戦い

1. 質問。どんなに努力しても、注意を集中させることに何の成果も見られません。心がさまようのをどうにも抑えられません。たとえ心が特定の瞑想へと共感を持って向かっていると感じたとしても、心はそれに気づかぬままそこから離れ、計り知れない速さでいつものさまよいへと陥ってしまいます。こうして、毎日数え切れないほど、心はあちこちとさまよう思考の虜となってしまいます。それゆえ、この無力さをいつの日か望み通りに是正できるという希望さえ絶望に変わり、魂がそれにもかかわらず、依然として毎分、素早い飛翔でさまよい出していくのを見ると、この事柄に注意を集中させることは無駄な労力であるかのように思えてしまう。神への畏れによって魂を霊的な黙想へと引き寄せても、魂はそこに落ち着く前に、また瞬く間に視界から消えてしまう。そこで、逃げ出そうとするその意図を先回りして、最初の段階で彼女を捕らえ、彼女が背を向けようとしていた黙想へと再び引き戻し、まるで心の極度の集中という束縛で彼女を縛りつけようとするかのように——しかし、彼女はその努力の最中に、漁師の手からウナギが滑り落ちるように、内なる聖域から素早くすり抜けてしまうのである。このように毎日、全力を尽くして思考を留めようと努めながらも、何の成果も見出せないうちに、思わず「このような思考の迷走は私たちに起因するものではなく、おそらくそれが私たちの本質なのだ」という結論に至ってしまうのである（——『著作集』7、3）。

2. 事案を適切に調査せずに、そう早く結論を下すのは危険である。自分には力がない、あるいは能力が足りず、何かを成し遂げられないからといって、そのような成功は誰にとっても不可能だと考えるのは、公正ではない。これは、まるで泳げず、無理やり水に浮いている人が、「自分の体は重いため水に浮くことができないが、他人の体も自分の体と同じだから、誰の体も水に浮くことはできず、したがって誰も泳ぐことはできない。体が水に浮くことができないのは、体の性質上当然のことだ」と結論づけるようなものだ。そのような結論がどれほど正しいように思えても、経験はそれを裏付けてはいない。あなたの判断も同様である。私たちの心は、その性質上、何もしないままではいられない。もし、あらかじめ先見の明を持って用意しておいた対象——そこでその動きを鍛え、絶えず取り組むべき対象——がなければ、その心は、その機動性ゆえに、あちこちへと逃げ回り、至る所を飛び回らざるを得ない。そして、長期にわたる訓練と絶え間ない習熟——あなたがたが「無駄な労力」と呼ぶもの——を通じて、経験から、自身の記憶の中にどのような材料を蓄えておくべきかを学び、その周囲を疲れを知らぬ飛行で巡り、この労苦に絶えず身を置くことによって、かつて心を惑わされていた敵の反対の誘惑を退ける力を獲得し、こうして、自らが望む状態（動じることのない内なる平安）に揺るぎなく留まることができるのだ。したがって、私たちは、思考の無秩序なさまよいという不安定さを、人間の性質や、その創造主である神のせいにすべきではない。なぜなら、聖書の言葉「神は人を正しく造られたが、彼ら（人々）は多くの思いを追い求めた」（伝道の書 7:30）は真実だからである。したがって、思いの質は私たち次第である。そして、詩篇の作者もこう言っている。「主よ、あなたに守り

を得る人は幸いである。その人の心に上りゆく思いを置いてください」（詩篇83:6）。ご覧の通り、私たちの心の中に「上向きの思い」、すなわち神に届く思いを抱くか、あるいは「下向きの思い」、すなわち地上の事柄や肉的な事柄へと向かう思いを抱くかは、私たち自身の力に委ねられているのである。もし思いが私たちの支配下になかったならば、主はファリサイ派の人々を「なぜ、あなたがたは心の中で悪しきことを考えるのか」（マタイ9:4）と責めはしなかったでしょう。また、預言者たちを通じて、「あなたがたの邪惡な思いをわたしの目の前から取り除きなさい」（イザヤ書1:16）と命じたり、「いつまで、あなたの邪惡な思いがあなたの中に留まるのか」（エレミヤ書4:14）と告げたりすることもなかったでしょう。（——『著作集』7,4）。

3. 確かに、多くの虚しい思いは、私たちの意志に反してさえも私たちを悩ませ、ほとんど私たちの知らぬ間に私たちを惑わし、あまりにも目立たず、狡猾に私たちの中に入り込んでくるため、私たちはその侵入を阻止できないばかりか、それらを認識することさえ極めて困難である。しかし、それらを受け入れるか、あるいは拒絶するかは、神の助けを借りてそのための努力と尽力をする者なら誰にでも可能です。それらの生じ方は私たちには依存しませんが、それらを拒絶するか受け入れるかは、私たちの意志にかかっています。もっとも、思いが湧き上がるという現象そのものについても、すべてを「思いの襲来」や、それらを植え付けようとする霊たちのせいにするべきではない。むしろ、思いの質を正し、私たちの心の中に、肉的な、この世的な思いの代わりに、靈的な、聖なる思いが、常にとは言わなくても、少なくとも大部分において生じるようにするのは、私たち次第なのである。誰かが聖書を賢明かつ入念に学び、詩篇や賛美歌を唱え、断食と祈りに励み、絶えず未来——天の御国や火の地獄——そして神のすべての御業を心に留めているとき、悪しき思いは減少し、現れる頻度も低くなる。それに対して、世俗の心配事や肉的な事柄に没頭し、虚しい無駄話にふける者は、悪しき思いが私たちの中で増大する（——『著作集』1、16、17）。

4. 私たちの心の働きは、激流の水によって素早く回転する水車の石臼によく例えられる。水に動かされている以上、決して回転を止めることはできないが、小麦を挽くか、大麦を挽くか、あるいは穀を砕くかは、管理人の裁量に委ねられている。同様に、この現世において、私たちの心は、四方八方から押し寄せる印象の奔流によって絶えず動かされているため、思考の動揺から逃れることはできません。しかし、その中からどれを受け入れ、自分の中に取り込むかは、私たちの意志と判断にかかっています。もし私たちが、前述のように、絶えず聖書の教えに励み、記憶を靈的な事柄で満たし、完全への渴望と将来の至福を得るという希望を育むならば、そこから靈的な思いが生まれ、私たちの心は、私たちが深く掘り下げてきた事柄について絶えず思索し続けることになるだろう。しかし、もし不注意や怠慢から、情欲の対象や無駄話にふけったり、世俗的な心配事や虚しい気遣いに没頭したりすれば、その性質に従って、やがて雑草のように思いが生まれ、私たちの心に有害な働きをもたらすことになる。救い主である主の御言葉にあるように、「あなたがたの行いと注意の『宝』があるところには、必ず『あなたがたの心』も留まる」のである（マタイ6:21）。（集録1.18）。

5. 私たちの思いには三つの源があることを知っておくべきである。すなわち、神から、悪魔から、そして私たち自身からである。神からのものは、神が聖霊の啓示をもって私たちを恵み、私たちの中に、より高い達成への熱意、あるいは成果の少なさと怠惰や不注意への自責の念を喚起してくださる時、あるいは天の奥義を私たちに明らかにし、私たちの意図をより良い行いへと向かわせてくださる時である。このように、主はアルタクセルクセスに、記録の書を求めるよう促されました。そして彼は、その書物によってマルドヘイの功績を知ると、ユダヤ人を虐殺するという以前の残酷な決定を直ちに撤回しました（エステル記 第6章）。同様に、使徒たちにもこう約束されている。「あなたがたが語るのではなく、あなたがたの父の御霊があなたがたの中で語られるのである」（マタイ10:20）。—悪魔からの思いは、彼が私たちを躓かせようと企み、それを通じて情欲的な快楽を煽ったり、あるいは狡猾な策略をもって善の仮面を被って悪を提示し、私たちの目の前で「光の天使」に「変身」したりする時に生じる（Ⅱコリント11:14）。こうして悪魔は、「イスカリオテのユダに、主を裏切る思いを心に植え付けた」（ヨハネ13:2）、



またアナニアには、「*聖霊に嘘をつく*」よう仕向けた（使徒5:3）。——私たち自身の中から、見たこと、聞いたこと、あるいは行ったことを自然に思い出すときに、思いが生まれるのである（——『自著』1.19）。

6. 私たちは、この三つの思いの理由を常に心に留めておき、それに基づいて、私たちの心に生じる思いについて論じたり、それに応じてそれらに対処したりしないようにしなければならない。この点において、私たちは熟練した貨幣鑑定人（両替商）に倣う必要がある。彼らは、その貨幣が金であるか、純金であるか、あるいは輝きが金に似た銅であるかを正確に見分けることができる。また、そこに王の肖像が描かれているか、描かれているならそれが合法的に表現されているか、さらにその貨幣が法定の重量を満たしているかどうかも見極めることができる。こうしたことを、私たちは精神的な面においても、思考に関して行うべきである。まず第一に、私たちの心に入り込んだものが、真に であるかどうかを論じなければならない。例えば、ある教えが提示された場合、それが聖霊の神聖な火によって清められているのか、それともユダヤ教の迷信に属するものなのか、あるいは傲慢な世俗の哲学に由来し、単に敬虔さの仮面を被っているだけなのかを検討する必要がある。このように行動することで、私たちは使徒の教え「*すべての霊を信じるのではなく、その霊が神から来たものかどうかを吟味しなさい*」（Iヨハネ4:1）を果たし、真理から逸れることから守られるでしょう。しかし、この警告に従うことを怠った者たちは、信仰からの悲惨な離反にさらされた。巧みな言葉遣いの誘惑者たちは、まず、聖なる信仰と一致するある種の敬虔な感情や思索によって、あたかも金の輝きのように彼らを惹きつけた。その後、信仰に反する思索を教え込みました。彼らは最初の見栄えの良さに騙され、それらを検証しようとは考えず、こうして偽の銅貨を金貨と見誤って受け入れてしまい、異端の迷いへと陥ったのです。— 第二に、私たちは、聖書の誤った解釈が耳に入っていないか、注意深く見極める必要がある。それは、神の言葉に対する正しい理解という純金に偽装し、この貴金属の外見によって私たちを欺き、そこに偽って混入された銅のような意味を受け入れさせようとするものである。サタンは、救い主キリストご自身をもこのように誘惑しようとしていました。そして、主を誘惑した時と同様に、もはや失敗することなく、私たち全員をも誘惑しているのです。— 第三に、——敵が、聖書の尊い言葉たちを狡猾な解釈で歪曲し、あたかも長老たちから伝わったかのような伝承を偽りの覆いとして、それらを不当に適用・利用させるよう、私たちを誘惑してしまわないか、あらゆる手段を尽くして注意深く見極めなければならない。それは、まるで偽造硬貨に王の印章を不正に押印するようなものである。敵は、私たちに過度で耐え難い労苦、過度な徹夜、無秩序な祈り、不適切な聖書朗読へと誘惑し、善を装って心を傷つける結末へと導くとき、あるいは、不必要な訪問を勧めて、隠遁の場所から追い出し、至福の静寂を奪おうとするとき、あるいは、敬虔で身寄りのない女性たちの世話を引き受けるよう唆し、破滅的な心配事に縛りつけようとする時；あるいは、多くの人々の啓発という口実の下で聖職を志すよう煽り、それによって私たちの謙虚な立場から逸らそうとする時。このような誘惑はすべて、慈悲や敬虔、そして至高の成功という覆いをかぶせて、経験の浅い者を欺く。一見、それらは真の王の貨幣のように見えるが、それらは真の霊的な鑄造者——正教会の経験豊かな長老たち——によって鑄造されたものではなく、悪魔の狡猾さによって、害と破滅をもたらすために鑄造されたものである。これらには、箴言の次の言葉がまさに当てはまる。「*人は正しい道を行っていると自認するが、その道の果ては地獄の底である*」（箴言16:25）。——経験豊富な貨幣鑄造師による最後の（4番目の）観察、すなわち重さの検証に関するものは、私たちの霊的な営みにおいて、次のように実践されるでしょう。すなわち、ある考えが私たちに何かを行うよう促すとき、それを良心の天秤にかけ、それが真の重みを持っているかどうか——神への畏れによって重みがあるか、その意味と価値においてすべてが備わっているか、見せかけや目新しさによって軽くなっているか、後に虚栄心によってその重みが減じられたり、世間の名声によって奪われたりしないかを、厳格に吟味するのです。これらすべてを秤にかけ、使徒たちや預言者たちの証言によって判断した上で、私たちはそれを彼らと一致するものとして受け入れるか、あるいは彼らに反し、私たちにとって有害なものとして、厳格に拒絶しなければならない（——『自著』1.20.21）。

7. このように、私たちは絶えず心の奥底を点検し、鋭い観察眼をもって侵入者の痕跡を見極めなければならない。そうしてこそ、いかなる心の獣、あるいは獅子や竜そのものがそこに忍び込み、ひそかにそこに有害な痕跡を残し、私たちが思いに無頓着である間に、他の者たちが私たちの心の奥深くへと侵入する道を開いてしまわないようにするためである。このように、毎時、毎分、福音の鋤、すなわち主の十字架を絶えず思い起こすことによって、私たちの心の土壌を耕すならば、私たちは容易に、有害な獣たちの巣窟や毒蛇の穴を破壊し、それらを自分の中から追い出すことができるでしょう（『著作集』1、22）。

8. 完全な精神（自らの思いに支配されない精神）の姿は、福音書に登場する百人隊長という人物に美しく表れている。彼に関する物語において、道徳的な力——あらゆる浮かぶ思いに流されることなく、自らの判断によって善なるものを受け入れ、それに反するものを何の困難もなく追い払うことを可能にする力——は、比喩的に解釈すれば、彼の次の言葉に描かれている。「私もまた、人に従わなければならない身ではあるが、配下の兵士たちには、『行け』と言えは行くし、『来い』と言えは来る。また、私のしもべには、『これをせよ』と言えは、彼はそれを行う」（マタイ8:9）。もし私たちも、無秩序な内なる動揺や情欲に対して勇敢に戦い、それらを自らの権威と理性に従わせる力を得て、私たちの肉の中で争う欲望を鎮め、無秩序な思考の群れを理性の支配の下に置き、主の十字架という救いの旗印をもって、私たちの心の境界から最も邪悪な敵の勢力の集まりを追い払うことができたなら、そのような勝利と栄光によって、私たちは霊的な意味において百人隊長の位へと引き上げられることになるでしょう。そうして、私たちもまた、そのような高貴な地位に昇ることで、彼と同じような支配的な権威と力を持ち、もはや望まない思いに流されることなく、霊的に喜びを見出す思いの中に留まり、それらに深く結びつくことができるようになるでしょう。そして、邪悪な誘惑に対して力強く命じて、「去れ」と言えば、それらは去り、善き思いに「来なさい」と言えば、それらはやって来る。そして、私たちのしもべである「肉」に対し、貞潔と節制のために必要なことを命じれば、それは何の反抗もなくそれを果たし、もはや御霊に反する邪悪な欲望を掻き立てることなく、あらゆる点で御霊に服従を示すようになる（——『教父集』7、5）。

9. しかし、これをどのようにして達成すればよいのか。それは、私たちが神と心から一つとなり、神が私たちの中で働いてくださるようになれば、自然と実現するものである。使徒は次のように語ることで、これを確証している。「私たちの戦いの武器は、肉적인ものではなく、神によって力あるものであり、私たちは、思いの要塞を打ち破り、考えを打ち砕く」（Ⅱコリント10:4）。私たちが思いに打ち勝つためにどのようなことを行おうとも、それを通じて神ご自身が私たちと結びついて働いてくださるようになるまでは、効果はありません。その時、私たちの力のない手段も強くなり、すべてに打ち勝つものとなり、敵の要塞を打ち砕き、あらゆる思いを打ち破り、追い払うでしょう。そして、私たちの中に預言の言葉が成就するでしょう。「弱い者は『私は強い』と言え」、「柔和な者は勇敢であれ」（ヨエル書3:10,11）——そして、聖パウロが自分自身について語っていること、「私が弱い時にこそ、私は強い」（Ⅱコリント12:10）という言葉が、私たちの中で成就するでしょう。なぜなら、その時、「神の力」は「私たちの弱さ」の中で現れるからです（同9節）。それゆえ、心のすべての願いをもって、主との交わりに向かって突き進みましょう。そうすれば、聖なるダビデが体験したことが、私たちの中にも成就するでしょう。「わが魂はあなたにすがりつく。あなたの右の手は、わたしを喜ばせる」（詩編62:9）——という体験が、私たちの中にも成就するまで、心の底から主との交わりを求めましょう。そうすれば、私たち一人ひとりが彼と共に、「神にすがりつくことは、わたしにとって幸いである」（詩編72:28）と歌い始めるでしょう。もちろん、これには絶え間ない努力と労力が必要である。しかし、それなしにはいかなる事柄においても成功はあり得ない。ましてや、これほど重要な事柄において、それを期待することはできない。いかなる美德も、労苦なしには完全には達しない——そして、心の思いが鎮まるに至るまで、心の極度の疲労なしには、誰もそれを達成することはできない。ここには、主の御言葉がまさに当てはまる。「神の国は力づくで奪い取られるものであり、力を尽くす者たちがそれを奪い取る」（マタイ11:12）。私たちの霊が「キリストの満

ち満ちた大人に達し」（エフェソ4:13）、また「主と一つの霊となる」（1コリント6:17）ためには、常に大きな緊張感を持って目を覚まし、絶え間ない熱意をもってこれに励むことが必要である。こうしてこれを成し遂げたとき、彼はすでに使徒と共に、威厳をもってこう叫ぶことができる。「私を強めてくださる方によって、私はすべてができる」（フィリピ4:13）。（——『著作集』第7巻、第5章、第6章からの言い換え）。

10. なぜ私たちのすべての注意は、常にただ一つのこと——すなわち、さまよい、ぐるぐると巡る思いから、神を覚えることへと、速やかに立ち返らせること——に向けられなければならないのか。まるで、ドームのアーチを正確に築き上げ、上部で結合させたい者が、中心から紐を張って絶えず建物の周囲をなぞり、それによってその曲面全体に均一な方向性を与えるように；この手段なしにそのような仕事を成し遂げようとする者は、たとえ優れた技術を持っていたとしても、円形の正確さを間違いなく保つことはできず、前述した正確さの指標に頼らなければ、一目でどれほどそれから逸脱したかを判断することもできない。それと同様に、私たちの精神も、もし自分の中に神への愛に満ちた記憶を、ある種の不動の中心として確立しておきながら、その後、そこから出発し、その記憶を基準として、あらゆる瞬間において自らの行いや労苦を照らし合わせ、それを物差しとして思考や企ての質を判断し、あるものは受け入れ、あるものは拒絶し、またそれを確かなコンパスとして、行われるすべてのことに方向性を与えなければ、そうしなければ、パウロが建築家である（1コリント3:10）その霊的な建物を、本来あるべき姿で築くことは決してできず、また、主のために自分の心の中に築こうと願った聖なるダビデが、その家の美しさをこう叫んだような美しさを、その建物に与えることもできないでしょう：「主よ、わたしはあなたの宮の美しさと、あなたの栄光の住まいを愛しています」（詩篇 25:8）。しかし、心の中に、美しくない家、聖霊にふさわしくない家、いつでも崩れ落ちそうな家を無意味に建ててはならない。そのような家は、待ち望む方から栄光を受けるところか、その住まいに足を踏み入れるに値しない訪問者（すなわち 聖霊）を招き入れるに値しない訪問者から栄光を受けるところか、自らの築いた建物の瓦礫の下で押しつぶされるという悲惨な境遇に陥ることになる（——『教父集』24, 6）。

11. 主に思考を通じて、闇の勢力が私たちに影響を及ぼしている。もちろん、もし私たちを敵視する敵たちが絶えず、しかも少数ではなく私たちを取り囲んでいなければ、彼らに対処するのはより容易だっただろう——しかし、それを恐れる必要はない。これらの敵は確かに絶えず私たちに悪意を吹き込んでいるが、彼らはただ私たちの中に悪を蒔き、煽るだけであり、それに強制するわけではない。もし彼らに、単に悪を植え付けるだけでなく、強引にそれへと引きずり込む力も与えられていたなら、彼らが私たちの心にどのような罪深い欲望を燃え上がらせようとも、誰もその罪を免れることはできなかつただろう。しかし、彼らには私たちをそそのかす許可が与えられているのと同様に、私たちにも、そのようなそそのかしを振り払う力、そしてそれに同意する自由が与えられていることがわかります。では、何を恐れる必要があるだろうか？——とはいえ、もし誰かが彼らの暴力や攻撃を恐れるならば、私たちはその反対側から、神の庇護と神の助けを提案する。それは、次のように言われているように、それらよりもはるかに力強いものである。「あなたがたのうちにいる方は、世にいる者よりも強い」（1ヨハネ4:4）、——その御加護は、敵対する側が私たちに対して立ち向かう力よりも、比べものにならないほど大きな力で、私たちのために戦ってください。なぜなら、神は善行を心に起こさせるだけでなく、それを守り、最後まで成し遂げてくださるからである。それゆえ、時には私たちの意志や知識なしに、私たちを救いへと導いてくださることもある。したがって、悪魔に惑わされるのは、自ら進んで悪魔に同意する者以外にはいない、ということが明らかである。『伝道の書』は、次のような言葉でこれを明確に述べている。「悪を行う者に対しては、すぐに反論されることはない。それゆえ、人の子らの心は、悪を行うことに確信を抱くのである」（伝道の書 8:11）。したがって、あらゆる人が罪を犯すのは、邪悪な思いが襲ってきたとき、直ちにそれに反論して退けようとしないうからである。なぜなら、「悪魔に抵抗せよ。そうすれば、悪魔はあなたから逃げ去る」（ヤコブ4:7）と記されているからである。（——『対話集』7, 8）。

12. ある人々は、これらの悪霊がどのようにして魂と交わりを持つのか、——感覚的に魂と会話することなく、好きなように魂に植え付け、その思いや動きを見通し、それを魂の害となるように利用しているのか、と不思議に思うかもしれない。——しかし、これには何ら不思議なことではない。霊は他の霊と交わり、密かにそれに影響を与え、その霊にとって望ましいことを吹き込むことができる。なぜなら、彼らの間には、人間同士と同様に、本質的な類似性と親和性があるからだ。しかし、互いに相手の中に入り込み、互いを支配し合うことなど、まったく不可能です。それは、真に神のみがなされることなのです（—著作集7、9、10）。

13. 先に述べたことと、悪霊に取りつかれた者が、自らの意思に反して言動し、理解できない言葉を口にせざるを得なくなるという現象とは、全く矛盾しない。この際、すべての人が同じように霊の影響を受けるわけではないことは周知の事実である。ある者は霊に完全に支配され、自分が何をしているか、何を言っているかを全く自覚しないが、他の者は自覚しており、後になってそれを思い出す。どちらの場合も、不浄な霊の誘引によるものであるが、それは決して、その霊が魂の本質そのものに浸透し、あたかも魂と融合してそれを覆い隠すかのようにして、苦しむ者の口を通じて言葉や演説を語るようなものではない。彼らには決してそのようなことはできない。実際には、不浄な霊が、魂が作用する器官に宿り、それらに耐え難い重荷を課すことで、恐ろしい暗闇をもって魂の理性的感覚を覆い隠し、その活動を（その活動を行う器官を抑制することで）遮断するのである。これは、私たちが見ているように、時には酒のせいでも、また熱病や過度の寒さ、その他外部から生じる病気によっても起こる。その肉体に権威を得た悪魔が、至福のヨブに対しても同じことを企てようとしたとき、主は特別な命令をもってそれを禁じ、こう言われた。「見よ、わたしは彼をあなたの手に委ねる。ただ、その魂だけは守れ」（ヨブ記2,6）、すなわち、魂の座を乱し、その理性を侵し、彼（ヨブ）があなたに抵抗するために必要な理性の器官を損なうことによって、彼を狂気に陥らせてはならない、ということである（—同書7,12）。

14. とはいえ、霊がこのように、この粗雑で堅い物質、すなわち肉体と何ら支障なく融合するとしても——それは非常に都合が良いことかもしれないが——、からだからといって、同じく霊である魂とも、肉体と同様に、その存在を宿す器とするような形で結合できるとは限らない。これは、唯一の三位一体にとってのみ可能なことであり、その三位一体はあらゆる理性ある存在を包み込むだけでなく、その内にも浸透する。唯一の神は至る所に、そして万物の中に遍在しておられるため、私たちのあらゆる思い、あらゆる内的な動き、そして魂のあらゆる秘められた部分までも見通しておられる。「御前から隠れる被造物など一つもなく、すべてが御目の前でさらけ出され、明らかにされている」（ヘブライ人への手紙4,13）——そして「主は心と内臓とを正しく試みられる」（詩篇7,10）。（——『著作集』7,13）。

15. では、なぜ不浄な霊たちは私たちの考えを知ることができるのか。——彼らは魂の中で直接それを読み取るのではなく、外的な感覚的な兆候、すなわち私たちの言葉や行動に現れたものからそれを知るのだ。しかし、彼らは、まだ魂の奥底から表に出ていない考えには、決して入り込むことはできない。また、彼らによって植え付けられた考えそのものが受け入れられたかどうか、あるいはどのように受け入れられたかについても、彼らは魂そのものから、あるいはその結果として魂の最も奥深くで密かに生じている内的な動きからではなく、魂の外側に現れる兆候によって知るのである。例えば、貪食の念を植え付けた際、その僧侶が窓の外や太陽をじっと見つめたり、何時か尋ねたりしているのを見れば、彼らはそこから、貪食の欲望が受け取られたことを知るのだ。知性ある人々でさえ、目や顔、その他の外見的特徴から、人の内面の状態を見抜くことができることを考えれば、空の力たちがこうしたことやそれに類することを見抜くのも不思議ではない。もちろん、霊のように、間違いなく人間よりもはるかに繊細で洞察力に富む者たちの方が、これをより正確に見抜くことができるのである（—著作集7,15）。

16. すべての悪魔が、人間の中にあらゆる情欲を煽るわけではないことを知っておくべきである。むしろ、それぞれの情欲には特定の霊が関与している。というのも、彼らの中には不浄で恥ずべき情欲に快楽を見出す者もいれば、神への冒涇を好む者、怒りや激怒を好む者、悲しみに

慰めを見出す者、虚栄や高慢に慰めを見出す者もあり、——各々は、自らが特に快樂を感じるその情欲を人間の心に植え付けるのである；しかし、すべての悪霊が同時にその情欲を煽るわけではなく、時と場所、そして誘惑される者の受け入れる度合いに応じて、交互に煽るのである（——『自著』7、17）。

17. また、それらすべてが同程度の悪であり、同等の強さを持つわけではないことを知っておくべきである。初心者の者や弱き者には、最も弱い霊が襲いかかるが、彼らが打ち負かされると、今度は最も強い霊が送り込まれる——こうして、キリストの戦士は、自らの進歩と霊的な力の増大に応じて、次第にますます激しい戦いに耐えなければならないのである。もし、私たちの戦いにおいて、最も慈悲深い守護者であり、勇気の源であるキリストが常に私たちと共にいてくださらなかったならば、聖人たちの誰一人として、これほど多くの敵の悪意に耐え、あるいは彼らの誹謗中傷や猛烈な怒りに立ち向かうことはできなかつただろう。戦っている者たちの力を均衡させ、敵の無秩序な襲撃を撃退し抑制し、「私たちが耐えうる範囲を超えて試練を与えない」（Iコリント10:13）のでなければ。（——集録7,20）。

18. 悪霊たちがすべての人間に害を及ぼす権威を持っていないことは、至福のヨブの例が最も明確に証明している。敵は、神の御心によって許された範囲を超えて、彼を試みることを敢えてしなかった。このことは、福音書の記述に記されている悪霊たちの告白によっても証しされている。「もし私たちを追い出すなら、豚の群れの中へ送ってください」（マタイ8:31）。ましてや、神の許可なしには不浄な動物や無言の動物にさえ入る権能を持たなかつたのだから、彼らが神のかたちに造られたいかなる人間にも、自らの意のままに侵入することはできないと信じるべきである。もし彼らに、思いのままにあらゆる人を誘惑し、悪意を抱かせる権能が与えられていたなら、若い修道士は言うまでもなく、完全な聖人たる者でさえ、そのような大群や邪惡な敵に囲まれては、荒野で平穩に暮らすことはできなかつただろう（『著作集』7,22）。

19. また、不浄な霊が憑依された者の身体に侵入するのは、あらかじめその心と意思を支配してこそ可能であることも知られている。まず、彼らを神への恐れ、神への思い、そして霊的な教えから遠ざけて無防備な状態にすると、悪霊たちはその後、まるで武装を解かれ、神の助けや神の守りを失ったかのように、容易に打ち負かせる相手として大胆に襲いかかり、ついには彼らの中に、まるで自分に与えられた領地であるかのように住処を構えるのである。——もっとも、これらよりもさらに重く、過度に苦しめられるのは、肉体的には彼らに憑かれていないものの、魂においては彼らに最も破滅的に支配されている者たち、すなわち、彼らの情欲や欲望に絡め取られた者たちである。なぜなら、使徒の言葉によれば、「誰かに打ち負かされた者は、その者の奴隷となる」（IIペトロ2:19）、（—教父集7,24,25）。

20. 聖書は、私たち一人ひとりのそばには、善の天使と悪の天使という二つの天使が常に付き添っていると証言している。善なる天使について、救い主はこう言われている。「これらの小さな者たちのうち、ただ一人でも軽んじてはならない。あなたがたに言うておく。彼らの天使たちは、天において、わたしの天の父の御顔を常に見ているのである」（マタイ18:10）、——そして、聖ダビデは、「主の御使いは、主を畏れる者たちの周囲に陣を張り、彼らを救い出す」（詩編33:8）と述べている。また、『使徒言行録』においてペトロについて「彼には御使いがいる」（12:15）と記されていることも、その証左である。この二つの御使いについては、『羊飼い』という書物で詳しく論じられている。——また、誰が聖ダビデへの接近を求めたかについても考察してみると、ヨブへの接近を求めたのは誰かについても考察すれば、それが常に彼を誹謗したが、決して彼を罪へと誘うことはできなかつた者であつたことが明らかになる。それゆえ、彼は主に対してヨブに対する権威を求めたのである——それまで自分が打ち負かされていたのは、ヨブの徳によるのではなく、常に主の御加護が彼を御自身の覆いで守っていたからであると告白したのである。また、ユダについても次のように述べられている。「悪魔が彼の右手に立つように」（詩編108:6）。（—集VIII、17）。

## 7. 災いや逆境によるあらゆる種類の苦難との戦い

1. パレスチナ、エルサレムと死海の間にある荒野で、修道士たちが野蛮人たちに突然襲われ、非常に多くの者が打ちのめされた。神は、なぜ御自分のしもべたちに対して、このような悪行が行われることを許されたのか。——この問いは、通常、信仰と知識に乏しく、聖人たちの徳行や偉業がこの現世——一時的な人生——の短い期間のうちに報われると考える人々の心を動揺させるものである。しかし、使徒の言葉に従い、「この世の生活だけに希望を置くのではなく」、キリストにあって、「すべての人の中で最も嘆かわしい者とならない」（Iコリント15:19）と述べられているように、「この世の腹の中だけに希望を置いている」わけではない私たちは、そのような見解に惑わされてはなりません。そうしなければ、こうした出来事に関する真理の正しい定義を知らないがゆえに、自分たちが直面する誘惑から生じる恐怖や混乱に陥り、正義の道（詩篇72:2）から足を踏み外してしまったり、——あるいは、口にするのも恐ろしいことだが、神を不公正な裁き手であり、人間の事柄を顧みない存在として非難してはならない。なぜなら、神は、聖なる人々や義にかなった生活を送る人々を誘惑から救わず、この現世において善人には善を、悪人には悪を報いない——という理由で、神を不公正な裁き手であり、人間の事柄を顧みない存在として非難すること、そしてそれゆえに、預言者ゾフォニアが主の御名において次のように警告している者たちと共に、非難を受けるに値すること——「心の中で『主は善を行うことも、悪を行うこともなさらない』と言う者たちに、わたしは報復する」（ゾフォニア書1:12）、あるいは、次のような不平を口にして神を冒瀆する者たちと同じ運命をたどることになるのだろうか。「悪を行う者は皆、主の御前で善とされ、主ご自身が彼らを喜ばれる。正義の神はどこにおられるのか」（マラキ書2:17）？これに加えて、預言者がその後記述している神への冒瀆もある。「神に仕えることはむなしい。それどころか、私たちは神の戒めを守り、全能の主の御前で祈りを捧げてきたではないか。今や、私たちは他人を祝福し、不義を行う者たちは皆、栄え、神に逆らいながら救われている」（マラキ書3章14節・15節）。——したがって、この最も不道德な迷いの根源であり原因である無知を避けるためには、まず、何が真に善であり、何が悪であるかを明確に知らなければならない。そして、このことについて大衆の誤った見解ではなく、聖書の真の定義を心に留めておけば、もはや不信仰な人々の迷いに惑わされることは決してないだろう。

2. この世に存在するすべてのものは、三つに分けられる。すなわち、善、悪、そして中道である。したがって、私たちは、善とは何か、悪とは何か、そして中道とは何かを正しく知らなければならない。そうして初めて、正しい知識によって守られた私たちの信仰は、あらゆる誘惑の中でも揺るぎないものとなるのである。人間の事柄において、真の善とみなすべきものは、ただ一つの心の美德以外にはない。この美德は、誠実な信仰によって私たちを神へと導き、この不変の善に絶えず固く結びつくよう促すものである。それに対して、悪とみなすべきものは、ただ一つの罪以外にはない。この罪は、私たちを慈愛に満ちた神から引き離し、邪悪な悪魔と結びつけるものである。中庸とは、それを享受する者の資質や立場によって、どちらか一方の側に関連づけられる可能性のあるものであり、例えば次のようなものである：富、権力、名誉、肉体の力、健康、美、生命そのものや死、貧困、肉体の弱さ、中傷、その他これに類するものなどであり、これらを利用する者の性質や状況によって、善にも悪にもなり得るものである。なぜなら、富でさえも、しばしば善に役立つことがあるからである。使徒は、「この世の富ある者たちには、善行に富み、寛大で、人々に親切であり、未来のために善の土台を築き、永遠の命を得よう」と命じている（Iテモテ6,17-19）と述べているように、富はしばしば善に役立つことがある。しかし、けちな人々がそうするように、ただ蓄えるためだけに集めて地中に埋める場合や、困窮している人々のためにではなく、贅沢や快樂のために浪費する場合、それは悪へと転じるのである。また、権力や名誉、肉体の力や健康といったものは中庸のものであり、どちらの側面にとっても有益であるということは、旧約聖書の多くの聖人たちがこれらすべてを備えつつ、神に大いに喜ばれたのに対し、逆に、これらの恵みを悪用し、邪悪な欲望の奉仕に転用した者たちは、不義であったため、罰せられたり、死刑に処されたりしたことは、『列王記』にしばしば記されてい



る通りである。同様に、その他の中庸的な事柄についても、それらは美德のみに存する真の善ではなく、あくまで中庸的なものであると理解すべきである。なぜなら、義人、すなわちそれらを正しいかつ必要な行いに用いる者にとっては、それらは有益かつ有益であり——永遠の命のために善の果実を蓄える機会を与えるからである——一方で、それらを悪用する者にとっては、有益ではなく有害であり、彼らをただ罪と死へと導くだけだからである。

3. 物事や行いのこのような違いを心にしっかりと留め、神への畏れと神への愛から生じる美德以外に真の善はなく、罪と神からの分離以外に真の悪はないことを知った上で、今、全神経を集中して考察しよう。神が、ご自身で、あるいは他の誰かを通じて、ご自身の聖徒たちの誰かにそのような悪をもたらしたことが、かつてあっただろうか？ これについては、疑いなくどこにも見当たらないだろう。なぜなら、その人がその悪を望まず、それに抵抗している限り、他者が誰かを罪に陥れることなど決してなかったからである。もし誰かが罪に陥れたとすれば、それは心の乱れと墮落した意志によって、自らその罪を心に抱いた者だけである。そうして、悪魔がこの悪——すなわち義人ヨブの罪——へと彼を陥れようとしたとき、彼に対して悪意のあらゆる策略を尽くし——すべての富を奪い、子供たちを死に至らしめ、彼自身を頭から足先まで耐え難い痛みを伴う傷で覆った——にもかかわらず、どうやっても彼を罪で汚すことはできなかった。なぜなら、「これらすべての出来事」の中で、ヨブは揺るぎなく立ち続け、「神を冒瀆することはなかった」（ヨブ記 1:22）——神を冒瀆することには決して屈しなかったからである。

4. しかし、神ご自身がご自身について、「わたしは……世界を創造し、災いを造る者である」（イザヤ書 45:7）と語っておられ、預言者もまた神について、「主が造られなかった災いが、町にあるだろうか」（アモス書 3:6）と証言しているではないか。——聖書において、「悪」という言葉は、時に痛ましい出来事を指すことがある。それは、それらの出来事が本質的に悪であるからではなく、それらが恩恵として送られた者たちにとって悪として感じられるからである。なぜなら、神の御言葉は人々に語りかける際、必然的に人間の言葉を用い、人間の感情に寄り添って語られるからである。同様に、医師が危険な腫れ物に苦しむ人々のために有益に行う切開や焼灼も、それらに耐えなければならない人々からは悪と見なされます。また、馬にとっての拍車や、過ちを犯した者への矯正も、決して快いものではありません。また、教育課程を経ている者たちにとって、あらゆる規律上の厳しさは苦いものに思える。使徒が言うように、「あらゆる懲らしめは、その時は喜びとは見なされず、悲しみである。しかし、その後、訓練を受けた者には、義の平和な実がもたらされる。また、『主は愛する者を懲らしめ、受け入れるすべての息子を打たれる。父が懲らしめない息子などいない』ともある」（ヘブライ人への手紙 12:6, 7, 11）？ ——このように、「悪」という言葉は、時として、次のような言葉に見られるように、嘆かわしい出来事という意味で用いられることがある。「神は、彼らに下そうとしておられた悪を悔い改め、それを下さなかった」（ヨナ書 3:10）。また、「主よ、あなたは慈愛に満ち、寛大で、忍耐強く、憐れみ深く、人の悪行を悔い改められる方です」（ヨナ 4:2）という箇所では、すなわち、私たちの罪のために、神がやむを得ず私たちに下さざるを得ない、痛ましい苦難や災難について言及しています。これらについて、ある預言者は、それらが一部の人々にとっていかに有益であるかを理解し、彼らに対する敵意からではなく、彼らの救いを願って、次のように祈っている。「主よ、彼らに災いを下してください。地の栄華ある者たちに災いを下してください」（イザヤ書 26章15節）。そして主ご自身もこう言われます。「見よ、わたしはあなたに災いを下す」（エレミヤ書 11:11）、すなわち、苦難や荒廃です。これらによって、今この時、救いとなる懲らしめを受け、あなたはついに、幸福な日々には忘れていたわたしのもとへ立ち返り、急いで駆け寄り寄らざるを得なくなるのです。それらが多くの人々の益となり、永遠の喜びを受け入れるように導いているのに、どうしてそれらを本質的な悪として認めることができないだろうか。さて、——提示された問いに戻ろう——通常、悪と見なされるもの、すなわち敵によってもたらされるもの、あるいは他の何らかの形で私たちに襲うものは、私たちによって悪として扱われるべきではなく、中庸なものとして扱われるべきである。そうすれば、それは、激しい怒りに駆られてそれを加えた者が考えるようなものではなく、それを耐え忍ぶ者が感じるようなものとなるのであ

る。なぜ、聖なる人に死がもたらされたとき、それが悪ではなく、中庸なものだと考えるべきなのか。それは、罪人にとっては死が悪であるのに対し、義人にとっては安らぎであり、悪からの解放となるからである。「義人の死は安らぎであり、その道は隠されている」（ヨブ記 3:23）。義人は、そのような死によって何の損害も被らない——なぜなら、彼に新たな、かつてない出来事が起こったわけではないからである。——しかし、自然の必然として彼に起こるはずだったことを、彼は敵の悪意によって受け入れたのであり、それは永遠の命にとって無益なものではなく、また、私たちの現在の存在の避けがたい法則に従って彼が果たすべきであった人間の死の義務を、彼は豊かな苦しみの実を伴って果たし、それによって彼に与えられる偉大な報いの担保としたのである。

5. しかし、それによって悪党たちの罪が免除されるわけではない。不義な無法者は、その悪行によって義人に実質的な害を及ぼすことができなかつたからといって、罰を免れることはない。なぜなら、忍耐は義人の美德であり、死や苦しみをもたらしただけではなく、それらを忍耐強く耐え抜いた者こそが報いを受けるに値するからである。なぜならば、あの人物が残忍な残虐行為に対して当然の報いを受けるのと同様に、この人物も、実質的な害を被らなかつたにもかかわらず、報いを受けるに値するからである。なぜなら、彼は精神の勇気をもって試練と苦しみを忍耐強く耐え抜き、悪意をもって加えられたすべてのことを、来世における自身の至福を増大させるための益へと転じたからである。

6. このように、ヨブの忍耐は、誘惑によって彼をより栄光ある存在にした悪魔のためではなく、それらを勇敢に耐え抜いたヨブ自身のために、善き報いをもたらしただけである。また、ユダは、その裏切りが人類の救いにつながったという理由で、永遠の苦しみからの解放を授かることはないだろう。なぜなら、見るべきは行いの結果ではなく、行う者の心構えだからである。だからこそ、私たちは、人が自らの心の弱さや臆病さによって自らそれを招き寄せない限り、他者から悪を受けることは決してないという確固たる信念を、揺るぎなく保たなければならないのである。祝福された使徒もまた、ある聖句において次のように同じ立場を断言している。「神を愛する者たちには、すべてのことが益となることを、私たちは知っている」（ローマ 8:28）。なぜなら、「すべてが益となる」と語られたとき、主はそれによって、幸福とみなされるものだけでなく、不幸とみなされるものまでも含めて、すべてを包括されたからである。同じ使徒が別の箇所で、ご自身がその両方を経験されたと語っているように：「義の武器を右にも左にも——すなわち、栄光と恥辱、非難と称賛。偽りの称賛と真実の称賛。悲しんでいるようで、常に喜んでいる。貧しいようで、多くの者を富ませている」——など（Ⅱコリント 6:7-10）。つまり、幸福と見なされ、使徒が「右側」に属するものとして、「栄光と称賛」という言葉で表したものはすべて、また、不幸と見なされ、彼が「不名誉と侮辱」という言葉で表現し、左側に関連づけたもの——これらすべてが、完全な人においては「義の武器」となる。すなわち、彼が自分に加えられた（悲痛な）苦難を寛大に耐え忍び、それ自体を武器として戦い、つまり、彼を攻撃するものとして活用し、それらを弓や剣、そして最強の盾として、自分に攻撃を仕掛けてくる者たちに対して武装し、死に至らしめる敵の矢そのもので、自らの揺るぎなき不屈の精神による最も輝かしい勝利を誇示することで、忍耐と勇気を完璧に発揮する。そして、このように、幸福に浮かれることもなく、不幸に気落ちすることもなく、まっすぐな道、王の道を歩むならば、彼はそのような平穏な心の在り方から、喜びに遭遇したからといって右にそれることもなく、また不幸の襲来や悲しみの波に押し流されて左にそれることもない。—「主よ、あなたの律法を愛する者たちには平安があり、彼らには誘惑がない」と、聖ダビデは証言している（詩編 118, 165）。一方、あらゆる偶然の出来事に直面するたびに、その性質や違いに応じて変わりやすい者たちについては、次のように述べられている。「狂人は、月のように変わりやすい」（シラ書 27, 11）。また、完全で賢明な人々については、「神を愛する者には、すべてのことが善へと導かれる」と述べられており、一方、弱く分別のない人々については、「愚かな者にとっては、すべてが逆境である」（箴言 14, 7）と宣言されている。なぜなら、彼は幸福を自らの益として活用することもなければ、不幸によって改心することもないからである。悲しみを勇敢に耐え抜くためには、喜び

において節度を保つために必要なのと同じような道徳的な力が求められる。そして、これらの出来事のいずれか一つによって軌道から外れてしまう者は、いずれに対しても強くなれないことは疑いようがない。もっとも、幸福は不幸よりも人間に害を及ぼす。なぜなら、不幸は時に、本人の意志に反して人を抑制し、謙虚にさせ、救いとなる悔い改めへと導くことで、罪を犯すことを控えさせたり、あるいは完全に改心させたりするからである。一方、幸福は、有害ではあるが心地よいお世辞で魂を傲慢にさせ、幸福による成功を理由に自分たちは安全だと考える者たちを、恐ろしい破滅の中で塵へと打ち砕くのである。

7. このような完全な人々は、聖書において比喩的に「両手利き」と呼ばれている。士師記に記されているように、アオドは両手を右の手のように使いこなした人物であった（3章15節）。私たちも、霊的にこのような完全さを備えることができる。すなわち、「右」と称される幸福も、「左」と呼ばれる不幸も、善き正しい用い方によって右側へと向け、私たちに何が起ころうとも、使徒の言葉に従って、それがすべて私たちにとって「義の武器」となるようにするのだ。私たちの内なる人の中には、二つの側面、いわば二つの手が見て取れる。そして、聖人の誰一人として、私たちが「右」と呼ぶ側も、「左」と呼ぶ側も持たない者などいない。しかし、その徳の完成度は、彼がその両方を右手に転じ、それらを善用しているかどうかによって知られるのである。私たちが何を論じているのかをより明確に理解してもらうために、こう言おう。聖なる人は、霊的な進歩を示すとき——すなわち、霊に燃えて自らのあらゆる願望や欲望を制し、あらゆる悪魔の攻撃から解放され、何の苦労や不自由もなく肉欲を切り捨て、地上から高みへと昇り、すべての現世的なものや地上のものを、移ろいやすい煙や空虚な影のように見なし、それがすぐに過ぎ去るものとして軽蔑するとき、心が恍惚として、未来を熱烈に願うだけでなく、それをはっきりと見据えるとき、霊的な黙想によって最も効果的に養われ、自分に向けて開かれた扉のように、天の秘儀が、主への祈りを清く、熱烈に捧げるとき、霊の炎に燃え上がり、魂のすべての志向をもって目に見えない永遠のものへと移り住み、もはや肉体に留まっていらないと考えるとき、彼にはまた、——誘惑の嵐に襲われるとき、肉欲的な渴望が情欲の高まりによって燃え上がる時、苛立ちの炎によって激しい怒りに駆り立てられる時、自惚れによって高慢や虚栄心に駆り立てられる時、「死をもたらす悲しみ」（Ⅱコリント7:10）に押しつぶされ、悪意に満ちた落胆の攻撃によって完全に打ちのめされ、また、霊的な熱意がすべて失われた後、冷めきった状態とある説明のつかない憂鬱に凍りついてしまうとき、善き、内なる熱意を燃え立たせる思いが彼から遠ざかるだけでなく、詩篇や祈り、聖書の朗読、そして独房での静寂さえも、彼にとってひどく退屈なものとなり、あらゆる徳の手段が耐え難いほどの嫌悪と不本意さをもって迎えられてしまう——これらはすべて、修道士が打撃を受け、自分の左側が彼を圧迫していることを悟った時に生じる現象である。したがって、前述したように「右側」に属する事柄について、生じうる虚栄心に驕ることなく、また「左側」に属する事柄に対して勇敢に戦い、絶望に陥ることのない者こそ、その人は、左右の手を右の手のように使いこなし、どちらの行動においても勝利者となり、左側と右側の両方の境遇において、勝利の栄冠を手にするようになる。聖書に記されているように、このような栄冠に値したのは、祝福されたヨブである。彼は、右の手による行いによって冠を授けられた。すなわち、七人の息子の父として富と名声を誇りながらも、日々、息子たちを清めるために主に犠牲を捧げ、彼らを単に自分のためにではなく、むしろ神に喜ばれ、神に親しい者となることを望み、その門は訪れる者すべてに開かれており、彼は足の不自由な者の足となり、目の見えない者の目となり、彼の羊の毛皮で弱者の肩を温め、孤児の父となり、未亡人の夫となり、さらには心の中でさえ、敵の滅びを喜ばなかった。また、その同じヨブは、苦難に直面しても、比類なき高潔な勇氣をもって災難に打ち勝った。一瞬にして七人の息子を失ったとき、父として激しい悲しみに打ちひしがれることなく、神の僕として創造主の御心の中に安らぎを見出した。富める者から最も貧しい者へ、豊かだった者から裸の者へ、健やかな者からハンセン病患者へ、高貴で栄光ある者から卑しめられ軽蔑される者へと変貌しても、精神の勇氣を損なうことなく保ち続け、ついにすべての財産と所有物を失い、腐敗した場所の住人となったとき、まるで自らの肉体を拷問する者——最も残酷な者が、瓦片で滲み出る膿を掻き出し、全身を覆う傷の奥

深くに指を突き刺し、そこから蛆を引き抜くかのようにであった。これらすべてにおいて、彼は神を冒瀆するようなことは微塵もせず、創造主に対して何一つ不平を漏らさなかった。それどころか、——そのような極めて繊細な誘惑という重荷を微塵も恐れず、彼は、悪魔の略奪から唯一守られていたはずの、自らの体を覆っていた衣服さえも、身に着けたまま引き裂いて投げ捨て、この最も凶暴な略奪者が彼に与えた裸体に、自ら進んでさらなる裸身を加えたのである。また、かつての栄光の証として唯一まだ手つかずのまま残っていた頭の髪さえも、切り落としてその苦しめる者に投げつけ、こうして猛威を振るう敵が残したものを切り捨て、天の御声をもって、彼に対する自らの勝利の喜びをこう宣言した。「『主の御手から善を受け入れたならば、悪に耐えられないはずがない。私は母の胎から裸で出て来たのだから、裸のままそこへ帰ろう。主が与え、主が取り去られた。主の御心であるから、そのようになったのだ。主の御名が祝福されますように』」（ヨブ記2:10; 1:21）。——また、ヨセフもまた、まさに「両手利き」と呼ぶにふさわしい人物である。彼は幸福の時には父に愛され、兄弟たちに敬意を払い、神に喜ばれた。不幸の時には貞潔を保ち、主人に忠実であり、牢獄に閉じ込められても極めて穏やかで、侮辱を恨まず、敵には慈愛深く、嫉妬深い者たちや、ほぼ自分を殺そうとした兄弟たちに対しても、単に優しく好意を示すだけでなく、惜しみなく施しをした。こうした人々や彼らに似た者たちは、正しく「両手利き」と呼ばれている。彼らは右手のようにも左手のようにも両手を使いこなし、使徒が列挙した試練を通り抜け、彼と同様にこう言うことができるからだ。「義の武器、右の手も左の手も、栄光も恥辱も、侮辱も称賛も」など。——私たちもまた、この世の恵みの豊かさにも乏しさにも心を揺るがされず、前者が破滅的な放蕩の快樂へと誘うこともなく、後者が絶望や不平不満へと陥らせることもないとき、むしろ、どちらの場合にも等しく神に感謝を捧げ、幸福からも不幸からも等しく実りを引き出せるようになろう。真の「両手利き」であった、諸言語の師が自らについて証ししたように、「私は、置かれた状況において満足することを学んだ。「貧しくあろうと、豊かであろうと、満ち足りていようと、飢えていようと、豊かであろうと、欠乏していようと、すべてのことにおいて、すべての人において、満ち足りていられる。満ち足りていられるし、飢えていられるし、豊かであろうと、欠乏していようと、すべてのことにおいて、私を強めてくださる方によって、私はすべてを成し遂げることができる」（フィリピ4:11-13）。

8. 先ほど述べたように、誘惑には二種類ある。すなわち、幸福によるものと不幸によるものである。一方、人々が誘惑にさらされる理由は三つある。大部分は試練のためであり、時には改心のためのもの、そしてしばしば罪に対する罰のためでもある。このように、試練のためには、聖書に記されているように、ヨブと同様に、祝福されたアブラハムや多くの聖人たちが数え切れないほどの苦難に耐えました。また、ユダヤの民もまた、試練を受けるために荒野に置かれました。これは、申命記においてモーセが次のように述べている通りです。「あなたの神、主があなたを導かれたすべての道、すなわち、主があなたを試み、あなたを苛立たせ、あなたの心の中に、主の戒めを守るか守らないかが明らかになるために、荒野で過ごしたこの四十年の間を、よく思い起こしなさい」（申命記8:2）——そして、詩篇においても次のようにこのことが想起されている。「わたしは、争いの水であなたを試みた」（詩篇80:8）。そして、ヨブがまさにこのために、彼が経験したすべての試練にさらされたことについては、神ご自身が次のように語って、はっきりと証言しておられる。「わたしが、あなたが正しいと示されるため以外に、あなたにこのようなことをしたと思うのか」（ヨブ記 40:3）。また、矯正のためには、主が御自身の義人どもを、些細で軽微な罪、あるいは自らの義を誇ったことのために謙遜させ、様々な試練にさらされることがある。それは、現時点で彼らの思いのあらゆる汚れを清め、彼らの内面に潜むあらゆる不浄を焼き尽くし、不浄（イザヤ書1:25）を焼き尽くし、将来の試練に、純金のように清らかな姿で臨めるようにするためである。そうすることで、その後、裁きの火によって試された際に、懲罰的な焼き尽くしによって清める必要があると判明するようなものが、彼らの中に一切残らないようにするのだ。この意味で、「義人には多くの苦難がある」（詩篇33:20）と記されており、また、「子よ、主の懲らしめに気落ちしてはならない。主によって責められても、氣力を失ってはならない。主は愛する者を懲らしめ、受け入れるすべての息子を打たれる。もし懲らし

めを受け入れるなら、神はあなたがたを息子として扱っておられる。父が懲らしめない息子などいるだろうか。もし懲らしめを受けないなら、あなたがたは皆、その者と同じ立場にあることになる。なぜなら、あなたがたは姦淫を犯している者であり、子ではないからである」（ヘブライ人への手紙12,5-9）；また『ヨハネの黙示録』には、「わたしが愛する者を、わたしは戒め、懲らしめる」（-3,19）とある。このような者たちに対して、エルサレムを象徴として、神の御名において預言者エレミヤはさらに次のように語っている。「すべての国々において、彼らを滅ぼす」（彼らを滅ぼす）、「そこで、わたしはあなたを滅ぼす。しかし、あなたに対しては、滅ぼすことはせず、裁きの中で懲らしめる」（エレミヤ書30,11）。この救いをもたらす懲らしめについて、聖ダビデは次のように祈っている。「主よ、わたしを試み、わたしを試し、わたしの内臓と心を調べてください」（詩編25:2）。また、預言者エレミヤも、そのような試練の救いをもたらす性質を理解し、次のように叫んでいる。「主よ、私たちを懲らしめてください。しかし、怒りをもってではなく、裁きをもって」（同10:24）。同様にイザヤもこう言っている。「主よ、あなたが私に怒りを注ぎ、御怒りを退け、私を憐れんでくださったことを、私はあなたを賛美します」（同12:1）。試練の打撃は、罪に対しても下される。こうして主は、イスラエルの民にそのような打撃を下すと脅し、こう言われる。「私は、地を這うものの猛威を伴って、獣の牙をあなたに送る」（申命記32,24）；また、詩篇においても、それについて「罪人には多くの傷がある」（31:10）と記されており、福音書においても「あなたは元通りになった。これからは罪を犯さないようにしなさい。さもないと、さらに悪いことが起こるだろう」（ヨハネ5:14）と述べられている。さらに、聖書からわかるように、ある人々に苦難が与えられる第四の理由がある。すなわち、それによって神の栄光と御業が現れるためである。例えば、福音書では生まれつき目の見えない人についてこう述べられている：「この人も、その両親も罪を犯したのではない。ただ、神の御業がこの人に現れるためである」（ヨハネ9:3）、またラザロの病気については、「この病気は死に至るものではない。ただ、神の栄光のためであり、神の御子がそれによって栄光を受けるためである」（ヨハネ11:4）と記されている。他にも、神の報復には様々な種類があり、それによって、悪の極みに達した者たちが打たれることがあります。聖書に記されているように、ダファン、アピロン、コレイがそのような裁きを受けたほか、とりわけ使徒が「このため、神は彼らを、不品行を行うように、愚かな心へと引き渡された」（ローマ人への手紙1:26,28）と述べている者たちであり、これは他のあらゆる罰よりも重いものと見なすべきである。詩篇の作者は、まさに彼らについて「人の労苦には加わらず、人から苦しみを受けることもない」（詩篇72:5）と語っている；彼らは、主の御訪れによって救われ、一時的な懲罰を通じて癒やされるに値しないからである。すなわち、「思いがけないことに身を投じ、あらゆる不潔な行いに身を委ねて」（エフェソ4:19）と述べられているように――また、絶え間ない罪の中に長く留まることによって心が頑なになり、この世における極めて短い生涯の中で、あらゆる清めと報復の限度をはるかに超えてしまっているからである。神の御言葉は、預言者アモスを通じて、そのような者たちをこう責めている。「あなたがたは、神がソドムとゴモラを滅ぼされたように滅ぼされた。あなたがたは、火の中から引き抜かれた頭のような者であったが、それでもなお、わたしに立ち返らなかった、と主は言われる」（アモス書4:11）、また預言者エレミヤを通じてこう告げている。「わたしはわが民を殺し、滅ぼしたが、彼らはその道から立ち返らなかった」（エレミヤ書15:7）、また別の箇所では、「あなたがたを打っても、彼らは痛むことを知らず、あなたがたを打ち砕いても、彼らは懲らしめを受け入れようとはしなかった。あなたがたは、石よりもなお硬い心を持ち、立ち返ろうとはしなかった」（同5:3）と述べられている。こうしてついに主は、最も熟練した医師として、あらゆる救いの治療法を尽くし、もはや彼らの傷に施すことのできる救いの手段が一つも残されていないことを見て、ある意味で彼らの不義の大きさに打ち負かされたかのように、彼らへの憐れみ深い懲らしめから退かざるを得なくなり、彼らに向かってこう宣言される。「わたしの熱意はあなたから引き上げられ、わたしは休む。それ以上、あなたを顧みない」（エゼキエル16:42）。一方、頻繁な罪によって心がまだ頑なになっておらず、そのような最も残酷で滅ぼすような刑罰を受けるに値しないが、救いとなる戒めの懲らしめを受け入れる

ことができる者たちについては、次のように述べられている。「わたしは、彼らに迫る苦難について聞かせることによって、彼らを懲らしめる」（ホセア書7章12節）。

9. 忍耐と寛容をどのように身につけ、保ち続けるか？——真の忍耐と寛容は、心の謙遜なしには身につけることも、保つこともできない。忍耐がこの源から湧き出るようになれば、不快な出来事による苦しみから逃れるために、修道室に閉じこもったり、荒野に身を隠したりする必要はなくなるだろう。心の奥底で、謙遜という美德——それは私たちの母であり守護者である——にしっかりと根を下ろしていれば、もはや外部の助けを必要とすることはない。なぜなら、もし何らかの根拠のない中傷によって私たちが動揺してしまうならば、それは明らかに、私たちの中に謙遜の土台がしっかりと築かれておらず、たとえ小さな嵐が襲ってきただけでも、私たちの内なる建物が破壊的な揺さぶりにさらされてしまうからです。忍耐が称賛に値し、驚嘆に値するのは、敵のいかなる矢にも動じることなく内なる平静が保たれているときではなく、誘惑の嵐が襲いかかる中でも揺るぎないままであるときこそ、それは威厳に満ち、栄光に輝くのである。そして、一見すると打ち砕かれ、揺さぶられているように見えるほど、忍耐はかえって強固になり、一見それを鈍らせているように見えるものによって、かえって研ぎ澄まされていくのである。なぜなら、忍耐という名が苦難に耐えることから由来していることは誰にでも知られているからであり、それゆえ、自分に降りかかるあらゆることを動揺することなく耐え抜く者以外、誰も忍耐強いとは称されることはできないのである。まさにこの点において、ソロモンによって不当ではないほど称賛されているのである。「怒りを抑える人は、力強い人よりも優れており、雹を降らせる人よりも優れている」（箴言 16:32）。また、「忍耐強い人は知恵に富み、気弱な人は深く愚かである」（箴言 14:29）。したがって、誰かが不当な非難を受けて怒りの炎に燃え上がったとき、その人に加えられた侮辱は、その人の罪の原因としてではなく、ただその内に隠された（怒りの）病が露呈するきっかけとしてのみ見なすべきであり、これは、救い主が語られた「二つの家」のたとえ話の意味に合致する。一つは岩の上に建てられ、もう一つは砂の上に建てられた家であり、両者とも等しい勢いの水と嵐の猛威に襲われたが、その結果は異なっていた。なぜなら、堅い岩の上に建てられた家は、そのような激しい襲来からも全く被害を受けなかったのに対し、流動する砂の上に建てられた家は、たちまち崩壊してしまった——そして、その崩壊は、明らかに、押し寄せた波や洪水による衝撃を受けたからではなく、愚かにも砂の上に建てられていたからであった。同様に、聖なる人は、罪人と同じくらい強い誘惑にさらされないという点で罪人と異なるのではなく、大きな誘惑にも打ち負かされないという点で異なり、罪人は小さな誘惑にも倒れてしまうのである。そして、私たちが述べたように、もし義人が誘惑を受けずに勝利者となるのであれば、その勇氣は称賛に値するものではなくなるだろう。また、敵の攻撃がなければ、勝利というものは存在し得ないのだ。なぜなら、「試練に耐え忍ぶ人は幸いである。試練に耐え抜いた後、神が御自身を愛する者たちに約束された『いのちの冠』を受けるからである」（ヤコブ1:12）からである。また、使徒パウロによれば、「神の力」は、安らぎや慰めの中にあるのではなく、「弱さの中でこそ現れる」のである（Ⅱコリント12:9）。主はエレミヤにこう言われた。「見よ、わたしは今日、あなたを堅い城、鉄の柱、強固な青銅の壁として、ユダのすべての王、その君主、その祭司、そしてこの地の民に対して立てた。彼らはあなたに対して戦いを挑むが、勝つことはできない。わたしがあなたと共にあるからである」（エレミヤ書 1:18,19）。（－同上 18:13）。

10. このような忍耐について、少なくとも二つの例を挙げたいと思う。その一つは、ある敬虔な女性が示したものである。彼女は忍耐という美德を完成させたいと願い、誘惑から逃げどころか、むしろ自分を悲しませるものを求め、どれほど頻繁に侮辱されても、誘惑に屈することにはなかった。この女性はアレクサンドリアに住み、名門の家系に生まれ、両親から受け継いだ家で、敬虔に神に仕えていた。ある日、彼女は故アフアナシオス大司教のもとを訪れ、教会の扶助を受けている見捨てられた未亡人のうち、誰かを自分の世話と安らぎのために預かってほしいと願い出た。「私に、私が安らぎを与えてあげられる姉妹を一人ください」と彼女は言った。大司教は、この女性の善意と慈善への熱意を称賛し、すべての未亡人の中から、品行の正しさ、品格



と礼儀正しさにおいて他を凌ぐ未亡人を選び出すよう命じた。それは、そのような寛大さを示したいという願いが、その恩恵を受けるべき者の不品行によって損なわれることのないようにし、また、その寛大さを示すべき者が、後者の悪行によって傷つけられて信仰に害を被ることのないようにするためであった。こうして選ばれた女性を受け入れた彼女は、その未亡人を自宅に連れて帰り、あらゆる面で世話を焼いた。しかし、彼女の謙虚さと穏やかさを見て、また、自分の博愛の行いへの感謝として彼女から絶えず敬意を払われているのを感じ、数日後、彼女は再び前述の大司教のもとを訪れ、こう言った。「私は、私が慰め、完全な従順をもって仕えることのできるような人を私に与えてくださるよう、あなたにお願いしました。」彼は当初、なぜそのような言葉を口にしたのか、この女性が何を望んでいるのか理解できなかった。そして、未亡人を担当する管理者の不注意によって彼女の願いが無視されたのだと考え、少なからず動揺しながら、なぜこれほど遅れたのかその理由を尋ねた。すると、彼女のもとには、他のどの未亡人よりも誠実な未亡人が送られたと告げられた。そこで彼は、その賢明な妻が何を求めているのかを察し、彼女に、誰よりも不品行で、怒りっぽさ、口論好き、乱暴さ、おしゃべり、そして虚栄心において他の誰よりも際立った未亡人を与えるよう命じた。そのような未亡人が見つかり、彼女に引き渡されると、彼女は彼女を自分の家に迎え入れ、最初の未亡人に仕えたのと同じ、あるいはそれ以上の熱意をもって、この未亡人にも仕えるようになった。しかし、そのような奉仕への感謝として彼女が得たのは、その未亡人から、ふさわしくない罵倒、悪口、侮辱を浴びせられ、非難され、皮肉たっぷりの悪口で「大司教に彼女を頼んだのは安らぎのためではなく、苦しみを与えるために懇願したのだ」と、皮肉たっぷりの罵倒を交えて不平を漏らし、故人の安らかな生活から、過酷な生活へと彼女を移したのだと非難した。この女性は、そのような侮辱を大胆に繰り返すうちに、時には手さえも抑えきれなくなるほどだったが、その女性——つまり女主人は、それに対して彼女への謙虚な奉仕をさらに深め、抵抗ではなく、より謙虚に彼女に従うことでその激怒を鎮め、人愛に満ちた柔和さをもってその狂乱をなだめることを学んだ。こうした経験を通じて忍耐を完全に身につけ、この望ましい美德において完成の域に達した彼女は、彼女は前述の聖人のもとへ赴き、その賢明な選択と、彼女自身への有益な指導、そして最終的に彼女の願いに完全に沿って、彼女にこれほどふさわしい師を任命してくれたことに対して感謝を捧げた。その師からの絶え間ない侮辱によって日々忍耐を強め、彼女はこの美德の頂点に達したのである。ついにはあなたは、主よ、私の心を安らげるために、まさに私が望んでいたような人物を与えてくださいました。そして、その最初の師は、私に対する敬意ある態度によって、私が彼女を慰めるよりもむしろ、私を安らげ、慰めてくれたのです。——女性の分野については、これだけのことを述べるだけで十分であり、このような出来事を思い起こすことで、自らを戒めるだけでなく、恥じ入ることもできる。なぜなら、私たちが修道室に閉じこもらなければ、忍耐を保つことはできないからである（——『自著』18.14）。

11. さて、有名なスキトス砂漠で完全な隠遁生活を送り、現在そこで長老を務めているアッバ・パフヌティオスの忍耐に関する別の例を挙げてみよう。彼はまだ若い修道士であった頃から、これほど恵み深い聖性を放っていたため、当時の偉大な人物たちでさえも彼の成長に驚嘆し、彼が誰よりも年下であるにもかかわらず、長老たちと同等に扱い、この集団の一員として迎えることにした。このことが公になると、かつてヨセフに対して兄弟たちの心を煽った嫉妬が、その毒火を彼に対しても燃え上がらせ、スキトスの兄弟たちの一人が、何らかの不名誉な汚点によって彼の美しさを傷つけようと悪意を抱いた。そこで、パフヌティウスが日曜日に教会へ向かうのを待ち構え、こっそりと彼の独房に忍び込み、そこで通常ヤシの枝で編まれている編み物の間に自分の本を隠すと、自分の狡猾さに満足して教会へ向かった。そして日曜日の礼拝が終わると、すべての兄弟たちの前で、当時長老であった聖イシドールに対し、自分の独房から本が盗まれたと訴えた。この訴えは皆、とりわけ長老を大いに当惑させ、彼らは何を考え、どう対処すべきか分からず、そこでは前代未聞のこの新たな犯罪に打ちのめされていた。そこで、この件を告発した者は、すべての兄弟を教会に留め置き、その中から数名を選んですべての独房を搜索させるよう要求した。長老によってこの任務に任命された三人の長老たちが、他のすべての独房を調べ終

えてパフヌティウスの独房にやって来ると、そこには、告発者が隠しておいた本がヤシの編み物の間に隠されていた。彼らはその本を取り上げ、直ちに教会へ持ち帰り、皆の目の前で置いた。パフヌティウスは、清らかな良心に基づき、この罪には一切関与していないと確信していたが、あたかも窃盗の罪を犯したかのように、長老たちの裁きに身を委ね、償いとして下される判決を喜んで受け入れる用意があることを表明し、悔い改めの機会を与えてくれるよう懇願した。彼は自分の弁明を一切口にしなかった。それは、恥ずかしがり屋で謙虚な性格ゆえに、言葉によって窃盗の汚名を洗い流そうとすれば、発見されたもの以外には誰も何も疑っていない状況下で、さらに嘘をついたとして非難されることを恐れたからである。審理が終了し、判決が下されると、彼は意気消沈することなく、自らを神ご自身の裁きに委ねて教会を後にし、悔い改めを始め、涙を流しながら祈りを重ね、断食を三倍にし、極度の謙虚な心で人々の前にひれ伏した。彼がこのように、ほぼ二週間にわたり肉体と精神のあらゆる苦行に身をさらした後、ある土曜日の朝か日曜日の早朝、聖体拝領を受けるためではなく、教会の入り口にひれ伏して謙虚に許しを請うために教会を訪れたとき、その時、すべての秘められたことを見守り、導く神は、彼がこれ以上自らを苦しみ、他者から恥辱を受けることを許さず、悪魔に命じて、あの悪の考案者、不名誉な盗人、他人の栄光を狡猾に貶める者が、いかなる証人もいない中で犯した行いを公に暴露させた。というのも、最も凶悪な悪魔に憑りつかれた彼は、自らの隠された悪巧みのあらゆる狡猾さを自ら暴露してしまったからであり、こうして、犯罪と陰謀の扇動者であった者が、裏切り者としてその事実を公然と暴露する者となってしまったのである。その後、この不浄な霊は、この不幸な兄弟を激しく、そして長く苦しめた。そのため、悪魔に対する神聖な権威の賜物を持っていた、そこにいた他の聖人たちの祈りだけでは彼をその霊から清めることはできず、イシドール長老の特別な恵みでさえ、この最も凶悪な苦しめる者を追い払うことはできなかった。主の寛大さにより、彼には悪霊に対するそのような力が授けられており、悪霊に取り憑かれた者たちは、癒やしを受けるために彼の門前まで連れて行かれることさえなかったほどであった。そうであったのは、主キリストがこの栄光をパフヌティオスのために取っておかれたからであり、その加害者が、自分が陰謀を企てた相手である彼の祈りによってのみ癒やされ、自らの罪の赦しと現在の罰からの解放を受け、嫉妬深い敵として、その栄光を覆い隠そうとしていた者の名を宣べ伝えるためであった（——『著作集』18,15）。

12. 私がこの出来事を語るに至った理由は二つある。第一に、この男の揺るぎない堅固さを思い起こすことで、敵の中傷にさらされることが少なければ少ないほど、我々がより一層の平静さと忍耐を示せるようにするためである。第二に、この物語から、もし私たちが忍耐の守りやその希望のすべてを、内なる人の力ではなく、修道室の扉や、荒野の孤独、聖徒たちの交わり、あるいはそもそも私たち自身の外にある何かに頼るならば、私たちは誘惑の嵐や悪魔の攻撃から安全ではいられないという確固たる確信を、そこから得るためである。なぜなら、福音書の中で「**神の国はあなたがたの内にある**」（ルカ17:21）と語られた主が、御自身の取り成しの力によって私たちの霊を強めてくださらなければ、私たちが望むことはすべて無駄になる——空中の敵の誹謗中傷を、共に暮らす人々の助けによって打ち負かすこと、あるいは物理的な距離を置いて（すなわち、荒野に退避して）自分から遠ざけること、あるいは壁や屋根に閉じこもって（すなわち、修道室に閉じこもって）自分への侵入を防ぐことなどである。なぜなら、これらすべては聖パフヌティオスに備わっていたにもかかわらず、誘惑者は彼を攻撃する隙を見出したからである。そして、この最も邪悪な霊を、堅固な城壁も、荒野の孤独も、その共同体における多くの聖人たちの執り成しも、彼から追い払うことはできなかった。しかし、この神のしもべである聖人は、心の希望を何らかの外的要因に置くのではなく、すべての秘められた事柄を裁かれる御方ご自身に置いていたため、そのような攻撃の策略によって決して動揺することはなかった。同様に、嫉妬によってそのような罪を犯した者も、荒野の恵み、人里離れた住まいの防護、そして至福のイシドール・アッパと長老、および他の聖人たちとの交わりを享受していなかったのだろうか。それにもかかわらず、悪魔の嵐が、彼が砂の上に築いた住まいに襲いかかったとき、その住まいに（内面の構造に）激しい打撃を与えただけでなく、それを完全に破壊してしまったのである。

それゆえ、我々は、動じることのない内なる平和の基盤を自分以外の場所に求めたり、我々の忍耐の弱さを他人の忍耐が助けてくれると期待したりするのはやめよう。なぜなら、「神の御国は私たちの内にある」のと同様に、「人の敵は、その家の者たちである」（マタイ10:36）からである。そして、私自身の感情ほど私に抵抗するものではなく、それは私にとって最も身近な「家の者」である。それゆえ、私たちの「家の敵」が私たちを傷つけることができないよう、より一層自分自身に耳を傾けよう。なぜなら、私たちの身内が私たちに反旗を翻さないとき、神の御国は、動じることのない心の平安の中で、私たちの中に留まるからです。そして、私たちの中で起きていることの理由を注意深く吟味すれば、自分の心の不和によって自分自身に反旗を翻さない限り、たとえ最も悪意のある人であっても、誰にも傷つけられることはないことがわかるでしょう。なぜなら、もし私が傷つけられることがあるとしても、その原因は外部からの攻撃にあるのではなく、私の不寛容にあるからだ。それは、固い食物が健康な人には有益であるが、病人には有害であるのと同じである。その食物を受け入れる者に害を及ぼすことはできない。なぜなら、その者の虚弱さが、食物に害を及ぼす力を与えていないからである（『自著』18,16）。

## 8. 神の恵みと自由意志について

1. たとえあらゆる美德をたゆまぬ努力をもって実践したとしても、自らの労苦や功績によって決して完全さを達成することはできないと、私たちは常に確固として確信しなければならない。主ご自身が私たちに協力し、私たちの心を私たちにとって有益な方向へと導いてくださらない限り、人間の努力だけでは、聖さと至福の高みへと至るほどの価値や力を持つことはできない。それゆえ、私たちはあらゆる瞬間に、ダビデと共に神にこう叫ばなければならない。「わが足を御あなたの道に定めてください。わが足が揺らぐことのないように」（詩編16:5）——そうして、この目に見えぬ人間の霊の支配者が、悪に傾きがちな私たちの意志を美德へと向かわせてくださるよう願わなければならない。私たちの意志は、善を知らないがゆえに、あるいは情欲の誘惑によって、悪へと傾きがちなからである。これは預言者によって、ある詩篇の一節で非常に明確に表現されている。「私は迷い子となり、迷い歩いたが、主は私を受け入れてくださった」（詩編117:13）。前半の句は、私たちの意志の定まらないことを示しており、後半の句は、私たちが迷い始めたたびに、主が常に私たちに手を差し伸べ、支え、確固たるものにしてくださる、主からの絶え間ない助けを表している。そうでなければ、私たちの意志だけでは、完全な墮落に陥ってしまうだろう。——このように、いかなる義人であっても、自ら義を得るのに十分な力を備えている者はいない。彼は絶えず揺れ動き、一瞬たりとも倒れそうになっている。それゆえ、主の憐れみは御手をもって彼を支えてくださる。そうでなければ、意志の弱さゆえに墮落にさらされたとき、その墮落の中で完全に滅びてしまうからである（『教父集』3、12）。そして、主ご自身が福音書の中で「枝がぶどうの木に接ぎ木されていなければ、それ自体では実を結ぶことができない。あなたがたも、わたしにとどまっていなければ、わたしなしには何事も行うことができない」と明確に教えておられるのに、神の絶え間ない助けを必要としないなどと思うほど、誰がこれほど傲慢で盲目であるだろうか（ヨハネ15:4,5）と、主ご自身が福音書の中で明確に教えておられるのに、どうしてこれほど傲慢で盲目な者が、神の恵みと助けではなく、自分の努力によって何らかの善行を成し遂げたかのように思い込むことができるのでしょうか。主の御言葉が、主の助けなしには誰も霊的な実を結ぶことはできないと証言しているのに（『教理問答』3,16）、善行を自分の努力の成果として帰することは、いかに不合理であり、さらには神への冒瀆でさえあるのでしょうか。

2. 私たちが信じるのは、善き心構えの始まりが、神による特別な啓示として私たちの中に置かれるのと同様に、美德の実践もまた神ご自身によって与えられるからである。そして、私たちに求められるのは、神の啓示に従い、神の助けを受け入れることに、多かれ少なかれ進んで従うことである。私たちが報い、あるいは相応の罰に値するかどうかは、神の御定め、御計画と、私たちに注がれる神の慈愛に満ちた御好意に従うことに、怠慢であるか、それとも畏敬の念を持って従順に心を配っているかによって決まります。これは、エリコの盲人たちの癒やしにおいて

明確に表れている。主が彼らのそばを通り過ぎられたこと、それこそが神の摂理と寛容による恵みである。しかし、彼らが「主よ、ダビデの子よ、私たちが憐れんでください」（マタイ20:31）と叫んだことは、彼らの信仰と希望によるものであり、実際に目が見えるようになったこと自体は、やはり神の憐れみによるものである（『著作集』3,19）。

3. 農夫は、たとえ土地を耕すことに多大な労力を費やしても、耕された土地に時宜を得た雨が降らず、好天が訪れなければ、豊かな実りを期待することはできない。すなわち、自分の土地を耕そうと努力しない怠惰な農夫たちに、神が実りを与えないのと同様に、勤勉な者たちにとっても、神の憐れみが彼らに恵みをもたらさなければ、絶え間ない努力は益をもたらさない。同様に、神に従って生きる上でも、自らの労苦は必要ですが、もし神の恵みが伴わなければ、何事も成し遂げることはできません。ですから、神こそが善い行いだけでなく、善い思いそのものの源であることを告白しましょう。神は私たちに御自身の聖なる御心を啓示し、私たちが正しく望むことを実行するための力と好機を与えてくださる。「あらゆる良い賜物、あらゆる完全な賜物は、上から来るものであり、光の父から下るものである」（ヤコブ1:17）。（——集録13,3）。

4. 神の御心は、常に、神によって創造された人間が滅びることなく、永遠に生きることを望んでおられる。神は、もし私たちの心の中に善への志のほんのわずかな火花を見いだされたなら、その慈しみによって、それを消えさせたりはしない。むしろ、すべての人が救われ、真理の知恵に至ることを望んで、その火花が炎へと変わるよう、あらゆる方法で助けてくださる。神の恵みはすべての人に近く、例外なくすべての人を救いへと招き、すべての人を真理の認識へと導く。なぜなら、「疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう」（マタイ11:28）と語られているからである。（——『対話集』13,7）。

5. この救いが、いかにして私たちの自由意志にも属しているのか、人間の知性には理解できない。なぜなら、「もしあなたがたが望み、わたしに従うなら、地の良き実りを収穫するであろう」（イザヤ書1:19）と記されている一方で、それは「望む者でもなく、走る者でもなく、憐れみ深い神」の御業（ローマ書9:16）でもある——神は各人の行いに応じて報いるお方であると同時に、神ご自身が「望むことも、行うことも、神の御心による」（フィリピ2:13）——である。それゆえ、私たちには「新しい心と新しい霊を造りなさい」（エゼキエル18:31）と命じられ、同時に「わたしはあなたがたに新しい心を与え、新しい霊をあなたがたに与える」（エゼキエル11:19）とも語られているのである。私たちの救いには、神の恵みと私たちの自由意志の両方が関与しており、人は時に徳を望むことはあっても、その願いを成就するためには常に神の助けを必要としていることを心に留めておけば、これらの疑問を解決するのは難しくないでしょう。まるで、病人がただ健康になりたいと願うだけでは不十分で、命の与え主である神が健康を回復するための力を与えてくださる必要があるのと同じです。慈悲深い創造主から与えられた生来の能力から生じる善なる願いでさえ、神の助けがあって初めて実現できるということを完全に確信するためには、使徒の次の言葉を思い起こせば十分です：「善を行いたいという意志は私にあるが、善を行うことはできない」（ローマ7:18）。（—著作集13,9）。

6. 多くの人がこう問う。私たちの中に恵みが働いているのは、私たちの中に善き願いが現れる時なのか、それとも、神の恵みが私たちを訪れる時に、初めて善き願いが現れるのか、と。経験は、その両方ともを裏付けている。サウロや徴税人のマタイは、自ら望んだのではなく、召しによって望んだのである。ザケイや十字架上の強盗は、自らの願いによって恵みの働きに先んじたのである。したがって、次のように考えるべきである。神は、私たちが善へと傾こうとしているのをご覧になると、その志を導き、強めてくださる。しかし、もし私たちが善を望まない、あるいは善への熱意が冷めてしまったならば、神は私たちに救いをもたらす啓示を与え、それによって善への志が形成されたり、再び呼び覚まされたりするのだ（——『著作集』13,11）。

7. 人間の本性が悪のみを行う能力しか持たないなどと考えるはならない。創造主は、あらゆる美德の種を私たちの魂に蒔いてくださったが、それらが成長するためには、神からの働きかけが必要である。とはいえ、人間には、この恵みある働きかけを受け入れるか否かを決める自由



意志が常に備わっている。もし私たちの救いの成し遂げ方が、私たち自身には全く依存していなかったならば、使徒は「恐れと震えをもって、自分の救いを成し遂げなさい」とは言わなかっただろう。しかし、もしすべてが私たち自身にのみ依存していたならば、彼は「神こそが、あなたがたのうちに働いて、善を行うことを望ませ、また行わせられる方である」（フィリピ 2.12,13）と付け加えたりはしなかっただろう。神の恵みは私たちに先立って働く。預言者が「わが神よ、その慈しみは私に先立ってくださる」（詩篇 58:11）と語っているように——そして私たちの意志に続いて働く。それゆえ、「朝、私の祈りはあなたに先立って届く」（詩篇 87:14）と述べられているのである。（——『著作集』13、12）。

8. 神の恵みは常に私たちの意志を善の方向へと導くが、その際、私たちに対しても相応の努力を求め、あるいは期待している。その賜物を無頓着な者たちに与えないよう、恵みは私たちを冷淡な無頓着さから目覚めさせる機会を探し求める。また、その恵みの賜物の寛大な授与が理由のないものと思われないう、私たちの願いと努力の後にそれを授けるのである。とはいえ、恵みは常に無償で与えられる。なぜなら、私たちのわずかな努力に対して、計り知れない寛大さで報いてくださるからである。したがって、人間の労苦がいかに大きかろうとも、それらはすべて、恵みを無償のものでないものにすることはできない。「異邦人の使徒」は、自分が「すべての使徒よりも多く労苦した」と語ったが、しかし、その労苦は彼自身のものではなく、「彼と共にあった神の恵み」によるものであると付け加えています（Iコリント15:10）。このように、「労苦した」という言葉で、彼は自らの意志による努力を表し、「私ではなく、神の恵み」という言葉で神の助けを表し、「私と共に」という言葉で、の恵みが、怠惰や無頓着の中にいる彼ではなく、彼が労苦していた時に彼を助けていたことを示している（——『自著』13,13）。

9. 神は、多種多様で測り知れない方法によって、私たちの救いを整えてくださる。救いを望み、求める者にはその願いを強め、願いを持たない者にはその願いを喚起される。また、私たちの救いへの願いが成就するよう助け、聖なる願いを吹き込み、あるいはそれを確固たるものにしてくださる。だからこそ、私たちは祈りの中で、神を「守護者」であり「救い主」であり「助け手」と呼ぶのである。神は、最も慈愛に満ちた父であり、憐れみ深い医師のように、私たちすべてにおいてあらゆることを成し遂げてくださる。ある者には救いの始まりをもたらし、神への熱意を燃え上がらせ、またある者には行いを完結させ、徳を完成へと導き、——ある者には差し迫った転落から守り、またある者には救いへの機会と便宜を与え、——望み求めて歩む者には助けを与え、望まずに抵抗する者には引き寄せ、善意へと導く： 至る所であらゆることを成し遂げる——奮い立たせ、助け、確固たるものとする——しかし、御自身が与えられた自由を侵害することなく（——『自論』13、18）。

## 9. 祈りについて

1. 魂の静寂と心の清らかさに基づく絶え間ない祈りを、自らの第一の目標であり、至高の完成として掲げなければならない。これらを達成するために、私たちは肉体の労苦に耐え、心の碎かれた状態を保つのである。これらすべての行いと祈りとの結びつきは、切っても切れない相互的なものである。なぜなら、（これらの）美德の体系が祈りにおける完全さへと導くのと同様に、もし祈りがそれらすべてを完成させ、その頂点に据えなければ、それらは堅固で不変のものとして存続することはできないからである。これらなしには、私たちが論じているこの絶え間なく、清く、動じることのない祈りが獲得され、完全さに至ることはできないのと同様に、神に従って生活を築く上でその先駆けとなるこれらの美德もまた、絶え間ない祈りなしには完全な形で現れることはできない。それゆえ、すべての美德の構築を完成させる祈りの力についての考察に直接入ることはできない。なぜなら、それを獲得するために切り捨てたり準備したりすべきすべてのことを、あらかじめ順序立てて示し、検討しておかなければならないからである。あるいは、福音書のたとえ話（ルカ14:28-30）の意味に従い、この至高の霊的な柱を築くために必要なすべてのものを、あらかじめ計算し、集めておかなければならない。しかし、たとえそれらが準備されていたとしても、まずあらゆる不純な悪徳を取り除き、情欲の破片や死んだ残骸を捨て去っ

た上で、私たちの心の生きた堅固な大地——いわばその福音書の岩（ルカ 6,48）のように、単純さと謙遜という最も堅固な土台が築かれなければ、その上に霊的な美德を積み上げてこの柱を建て上げ、揺るぎなく立ち、その強固さを頼りに天の最上層へと頭をもたげることにはできない。しかし、その柱がそのような土台の上にしっかりと築かれたならば、たとえ情念の豪雨が降り注ぐとも、迫害の激流が攻城兵器のように襲いかかろうとも、敵対する霊たちの猛烈な嵐が吹き荒れようとも、それは破壊されるどころか、それらの攻撃を微塵も感ずることさえあるまい。

2. したがって、祈りがふさわしい熱意と清らかさをもって捧げられるためには、次のことをあらゆる面で守らなければならない。第一に、肉的な事柄に関するあらゆる心配は、断固として断ち切られなければならない。次に、ある事柄や出来事への気遣いだけでなく、それに関する記憶さえも決して許されてはならない。同様に、気晴らし、無駄話、多弁、冗談も断ち切られなければならない。とりわけ、怒りや悲しみによる動揺は完全に抑え込まれ、肉欲や金銭への執着という有害な衝動は、根こそぎ引き抜かれなければならない。こうした、あるいは類似した悪徳——人の目にも明らかなもの——を完全に排除し、切り捨て、すべてを事前に浄化して清らかさと無垢さに至った後、次にまず、揺るぎない深い謙遜の土台を築かなければならない。その土台は、天そのものにまで達しようとする柱をしっかりと支えるほど強固なものでなければならない。次に、この土台の上に霊的な美德の建物を築き上げ、精神があらゆる浮遊や気まぐれな彷徨いから遠ざけられるようにしなければならない。そうして初めて、霊的な視線が少しずつ神を仰ぎ見るようになっていくのである。なぜなら、祈りの時以前に私たちの魂が取り込んだものは、必然的に祈りの最中にも思い浮かび、記憶の手によってそこに持ち込まれるからである。それゆえ、祈りの時にどのような存在でありたいと願うか、そのように祈りの時間より前に自らを整えておかなければなりません。また、祈る際に自分の中に押し寄せてくるのを望まないものは、その前に急いで心の奥底から追い出し、使徒の戒めである「絶えず祈りなさい」（1テサロニケ 5:17）という使徒の戒めを全うできるようにならなければならない。

3. 私たちの心は、極めて軽い羽根や綿毛に例えられることがありますが、それは不適切な比喻ではありません。それらは、外部の液体で濡れていない限り、ほんのわずかな風でも、その軽さゆえに通常は高いところへと舞い上がります。しかし、何らかの湿気で重くなると、空中に舞い上がるどころか、その湿気の重みによって地面に落ちて、大地に張り付いてしまう。それと同じように、私たちの心も、外部から押し寄せる情欲や世俗の心配事に重荷を背負わされず、破滅的な欲望という湿気によって損なわれていなければ、その自然な清らかさゆえに軽やかであり、ほんのわずかな霊的な思索のそよ風によって、高く昇り、この世の地上のものを後にして、天上の目に見えないものへと運ばれていくのです。だからこそ、主の戒めは私たちにこう告げているのです。「あなたがたは、ご自身に気をつけなさい。ごちそうや酒、またこの世の心配事で、あなたがたの心が重くならないように」（ルカ 21:34）。さて、もし私たちの祈りが天に届くだけでなく、天をも超えて浸透することを望むならば、私たちの心を本来の軽やかさへと高め、あらゆる地上の悪徳や世俗的な情欲の湿り気から清め、そうして祈りがもはやいかなる異質な重荷にも妨げられることなく、軽やかに神のもとへと舞い上がれるように努めよう。

4. 主が、私たちの心を重くする原因として指摘された点に注目してください。主が指摘されたのは、姦淫でも、淫行でも、殺人でも、神への冒瀆でも、窃盗でもありません。これらはすべて、死に至る罪であり、非難に値するものとして誰もが認めているものです。主が指摘されたのは、過食、酒飲み、そしてこの世の心配事や気遣い——これらについては、この世の人々だけでなく、誰一人としてそれらを避けようともせず、恥ずべきこととも考えていないばかりか、恥ずかしながら、世を捨てた者たちの中にも、それらに自分にとって害も災いもないと見なし、同じ快樂にふける者たちがいる。とはいえ、魂を重くし、神から引き離し、地上に押し付けるこれら三つの不義は、文字通りの意味通りに理解すれば、容易に避けることができる。とりわけ、私たちのように、世とのあらゆる交わりから遠く離れ、こうした目に見える心配事や酩酊、飽食に巻き込まれる機会を全く持たない者にとってはなおさらである。しかし、避けるのがより困難な、ある種の霊的な飽食や酩酊があり、また、この世の心配事や悲しみという別のものもあり、そ



れらは、私たちがあらゆる所有物から完全に手を引き、酒やあらゆる飽食を控え、荒野の孤独の中に身を置いているにもかかわらず、私たちをも包み込むのである。私が言うのは、肉体の甘やかさ、執着、そして情欲のことである。これらから自らを清めなければ、たとえ酒による酩酊や豊かな食事の贅沢がなくても、私たちの心は、さらに有害な酩酊と飽食によって重く圧迫されることになる。そして、あらゆる情欲の束縛から解き放たれ、心が深く安らぎ、その心が全き熱意をもって、至高の善である神に最も強固に結びついている者だけが、使徒の戒めである「絶えず祈りなさい」を完全に果たすことができるのである。

5. 心の深い悔い改め、魂の清さ、そして聖霊による啓示がなければ、あらゆる種類の祈りを包括することは不可能だと私は考える。それらの数は、一つの魂の中に、あるいはすべての魂の中に生じうるさまざまな状態や心情の数だけ存在する。心が清らかさを増し、また、偶然の出来事によって導かれるか、あるいは自身の内的な働きによって、その状態の質に応じて新たに高められるにつれて、祈りはそのようなあらゆる瞬間に変容していく。したがって、誰であっても常に単調な祈りを捧げ続けることはできないことは明らかである。人は、喜びに満ちているときはあるように祈り、悲しみや不運に苛まれているときはまた違ったように祈る。霊的な成長に恵まれているときはあるように祈り、敵の攻撃の多さに押しつぶされそうになっているときはまた違ったように祈る。また、罪の赦しを請うときは異なり、恵みの増し加わりや、ある美德の獲得、あるいはある情欲の消滅を祈るときは異なり、ゲヘナや来世の審判について考える際に恐怖に襲われるときは異なり、あるいは、将来の恵みへの希望と願望に燃えるとき；あるいは、困窮や危険に直面しているとき；あるいは、安全と平安を享受しているとき；あるいは、天の奥義の啓示に照らされるとき；あるいは、徳における不毛や感性の枯渇を嘆くとき。

6. 主題によって、使徒は四種類の祈りを区別し、次のように述べている。「何よりもまず、祈りと願いと懇願と感謝をささげることをお勧めします」（Iテモテ2:1）。 — 「祈り」 — —δεησις— —とは、罪についての嘆願または懇願であり、人が、自らが犯した現在または過去の罪について心を痛め、その赦しを請うときのことであり、 — 「懇願」 — —προσευχή— —とは、祈りながら神に何かを捧げたり、約束したりすることである（「主よ、どうか憐れんでください。私はこうします」と言うように）； — 「請願」 — —εντεξις— —とは、熱意に満ちた心で、他者、愛する人々、あるいは全世界の平和のために祈りを捧げるときのことであり、 — 「感謝」 — —ευχαριστία— —とは、心が神の過去の恵みを思い起こしたり、現在の恵みを見たり、あるいは将来、神を愛する者たちのために神がどのような恵みを用意しておられるかを予見したりして、神に感謝（および賛美）を捧げる時である。

7. これら四つの種類の祈りの後には、ある極めて高次の祈りの状態が続く。それは、唯一の神を黙想し、神への燃えるような愛に満ちた状態であり、そこでは、この愛に包まれ、その愛に浸透した私たちの心が、最も親密な形で、そして特別な誠実さをもって神と語り合うのである。私たちがこの状態を熱心に求めなければならないことは、主の祈り「主の祈り」などが私たちに示唆している。（マタイ6:9-13） 私たちは「主の祈り」を唱え、それによって宇宙の主である神を自分の父として告白すると同時に、奴隷の状態から解き放たれ、神の子として神に受け入れられたことを共に告白するのです。 — —そして続いて「天にまします父よ」と付け加えることで、私たちはこの地上の現世への執着 — —それは旅路のようなものであり、私たちを父から遠く遠ざけるもの — —を、あらゆる嫌悪をもって断ち切り、その代わりに、父なる神がお住まいの領域へと向かうことを、最大の熱意をもって志す用意があることを表明する。そして、私たちを高い養子縁組にふさわしくない者とし、非嫡出の子として父の遺産を奪い、神の義なる裁きの厳しさにさらすようなことは、決して許さない。これほど高い神の子としての地位に達した私たちは、神に対する子としての愛に燃え、もはや自分の利益を求めず、すべての願いをもって、私たちの父である神の栄光を願い求め、神にこう告げなければなりません。「御名が聖とされますように」と。これにより、私たちのすべての願いと喜びが、私たちの父の栄光であることを証しするのです — —私たちの父の尊き御名が、賛美され、畏敬の念をもって崇められ、礼拝されるように。清められた心の第二の願いは、「御国が来ますように」という願いです。 、すなわち、悪魔から

私たちに対する権威が奪われ、私たちの心から情欲が追い出された後、神が美德の芳香を通じて私たちの中で支配し始められるとき、キリストが聖徒たちのうちに君臨される御国、あるいは、あらかじめ定められた時に、すべての完全な者たちおよび神の子らに約束された御国、すなわち、キリストが彼らにこう言われる時の御国です：『わが父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意されていた御国を受け継ぎなさい』（マタイ25:34）。息子たちにふさわしい第三の願いは、「天におけるごとく、地においても御心が成されますように」というものです。これは、人々が天使のようになることを意味します。天使たちが天において神の御心を成し遂げているように、地上で生きるすべての者も、自分の意志ではなく、神の御心を成し遂げることができるよう。さらに、これは「私たちの生活において、すべてが御心に従って行われますように」という意味でもある。私たちは、あなたがすべて——幸福も不幸も——私たちの益となるよう整えてくださり、私たち自身よりも私たちの救いを深く気遣ってくださると信じて、私たちの運命をあなたに委ねる。さらに、「私たちの日ごとの糧を、今日、私たちにお与えください」。「日ごとの」とは、存在そのものを超えた、あらゆる実在の中で最も高きもの——（それは「天から降ってきたパン」に他ならない）。「今日」と言われるのは、昨日それを味わっただけでは不十分であり、今日もまたそれが私たちに与えられなければ、その日々の必要性を確信させ、いつでもこの祈りを捧げるよう促すためである。なぜなら、このパンを受け入れ、味わうことによって、私たちの内なる人の心を強める必要がない日など、一日たりともないからである。「そして、私たちの罪を赦してください。私たちも、私たちに罪を犯した者を赦すように」。慈悲深い主は、私たち自身が兄弟たちに対して赦しの模範を示すならば、私たちの罪を赦してくださると約束しておられます。「私たちを赦してください。私たちも、私たちに罪を犯した者を赦すように」。明らかに、この祈りに希望を置いて、大胆に自らの赦しを請うことができるのは、自らも借主を赦した者だけである。もし、自分に罪を犯した兄弟を心から赦さない者がいれば、その者はこの祈りによって、憐れみではなく、裁きを自ら招くことになるだろう。なぜなら、もしその祈りが聞き入れられるならば、その者の行いに応じて、容赦のない怒りと、避けられない罰の決定以外の何物も続くはずがないからである。「憐れみを行わなかった者には、憐れみのない裁きがある」（ヤコブ2:13）。「私たちを誘惑に遭わせないでください」。使徒ヤコブ使徒の言葉を思い起こせば、「試練に耐え抜く人は幸いである」（ヤコブ1:12）——この祈りの言葉を、私たちは「決して私たちを試練に遭わせないでください」と解釈すべきではなく、「試練に打ち負かされないようにしてください」と理解すべきである。ヨブは試練に遭ったが、試練に誘い込まれたわけではない。なぜなら、神の助けにより、「神を冒瀆するような愚行には及ばなかった」（ヨブ記1:22）からであり、また、誘惑者が彼を陥れようとした神を冒瀆する不平の言葉を、自らの口から発することもなかったからである。アブラハムも試練に遭い、ヨセフも試練に遭ったが、どちらの者も誘惑に陥ることはなかった；なぜなら、どちらも誘惑者の意に従わなかったからである。「しかし、悪しき者から私たちを救い出してください」——すなわち、私たちの力を超えて悪魔に誘惑されることのないよう、また「試練とそれに伴う苦難を、私たちが耐えうる範囲で与えてください」（Iコリント10:13）。

8. 提案されたこの祈りは、主ご自身によって語られたものであり、（祈りの）完全性のすべてを包含しているとはいえ、しかし、主は御自身の弟子たちをさらに先へ——前述したように、ある種の至高の状態へと導かれます。それは、ごく少数の人しか知り得ず、経験したこともなく、むしろ、言い表すことさえできないほどの、熱烈な祈りであり、あらゆる人間の理解を超越して、声の音でも、舌の動きでも、あるいは何らかの言葉の発声によっても表されるものではなく、天の光の注ぎによって照らされた心は、微弱な人間の言葉では表現せず、感覚を一つに集め、あたかも最も豊かな泉から抑えきれないほど自らから溢れ出し、言葉に尽くしがたい形で、そのまま主へと直接吐き出し、そのごく短い瞬間に、正気に戻った時には、言葉でも、思考でも追うことのできない何かを明らかにする。

9. このような祈りの状態は神の賜物である。通常、恵みに満ちた祈りの心境は、感動によって特徴づけられ、その感動に包まれた心は、清く熱烈な祈りへと駆り立てられる。経験が示す

ように、この感動は様々な場面で訪れる。時には、詩篇を歌っている最中に、ある節の言葉が熱烈な祈りのきっかけとなり、また時には、兄弟たちの調和のとれた歌声が、驚嘆した人々の魂を熱心な祈りに駆り立てた。また、明瞭で敬虔な歌声が、参列者たちに多くの熱意を注ぎ込んだことも知られている。そして、しばしば、完成された人物による論しや霊的な対話が、ひざまずいている者たちの心に、祈りを豊かに注ぎ出す感情を呼び起こした。兄弟や大切な人の死によって、私たちが深く感動し、心を打たれることも少なくなかった。また、自分自身の冷淡さや怠惰を思い出すことが、時に私たちに救いをもたらす霊的な熱意を呼び起こした。そしてそもそも、神の恵みが私たちの魂を無感覚や眠気から目覚めさせるような出来事は、数え切れないほどある。

**10.** 様々な状況において感動が生まれるのと同様に、その表現も多岐にわたる。時には、言葉に尽くせないある種の霊的な喜びとして現れることもあれば、時には魂のあらゆる力と動きを深い沈黙へと沈め、また時には多かれ少なかれ豊かな涙を流させることもある。涙、あるいはある種の悲しげな心情こそが、その最も一般的な表現である。それらは、自らの罪を自覚して心が痛むとき、永遠の恵みを思索し永遠の栄光を切望するとき、あるいは神からの大きな恵みを自覚しつつ、自らの不品行や不適格さを感じる時、あるいはこの地上の苦難に満ちた旅路を痛感するときに生じることがある。

**11.** 祈りが聞き入れられたしるしとは何か。――祈りの最中に何の疑いも私たちに悩ませず、私たちの願いに対する希望が絶望によって打ち砕かれることもなく、祈りを注ぎ出すその瞬間に、求めたものをすでに受けたと感じるならば、その祈りが確かに聞き入れられたことを疑ってはならない。なぜなら、祈る者は、神が自分を見つめておられ、その願いを叶えてくださることを信じる限り、祈りが聞き入れられ、求めたものを授かるにふさわしいと認められるからである。主のこの御言葉は揺るぎないものである。「祈って求めるものは何でも、すでに受けたと信じなさい。そうすれば、そのとおりになる」(マルコ11:24)。これに伴い、神の御言葉は、祈りが聞き入れられるのに寄与する多くの理由を示しています。例えば、二人が心を合わせて祈るとき(マタイ18:19)、あるいは、たとえその信仰がからし種一粒ほどであっても、信仰をもって祈るとき(マタイ17:20)、あるいは、絶えず祈り続けるとき(ルカ11:8)、あるいは祈りと施しを結びつけるとき(シラ29:15)、その他の慈愛の行い(詩編58:6-9)などです。ご覧の通り、祈りが聞き入れられる恵みは、これほど多くの方法で得られるのである。それゆえ、救いをもたらす恵みを請う際に、誰も絶望してはならない。たとえ、祈りが聞き入れられるための条件の多くがあなたに欠けていたとしても、誰にでも可能な「絶え間ない祈り」を貫くことはできないというのか。主は、この粘り強ささえあれば、求められたものはすべて与えると約束された。それゆえ、不信仰に揺らぐことなく、祈りにおいて粘り強くあり続け、求められたものを得よう。主はこう約束された。「求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば見つかる。門をたたきなさい。そうすれば開かれる」(ルカ11:9,10)。しかし、祈る者は皆、祈りが聞き入れられるかどうかを疑うならば、その祈りはきっと聞き入れられないことを知っておくべきである。

**12.** とりわけ祈りに関しては、私たちは福音の戒め、すなわち、自分の部屋に入り、戸を閉めて天の父に祈るべきである、という戒めを遵守しなければならない。これは文字通り実行すべきであるが、それ以上に霊的に実行すべきである。自分の小部屋の中で祈るとは、心をあらゆる思いや心配事から完全に離し、ある種の秘められた方法で、かつ大胆に、主へ祈りを捧げることである。扉を閉めて祈るとは、口を閉ざし、言葉ではなく心を試される方に向かって、黙って祈ることである。秘められた場所で祈る時、心と注意深い精神のみをもって、唯一の神に願いを捧げる。そうすれば、最も敵対的な権勢でさえ、私たちが何について祈っているのかを知ることにはできない。なぜ深い沈黙をもって祈らなければならないのか。それは、傍らにいる兄弟たちを祈りから遠ざけたり、ささやきや叫び声で彼らの祈りの心情を乱したりしないためだけでなく、とりわけ私たちが祈っている時に私たちを中傷する敵たちから、私たちの祈りの意図(目的)を隠すためでもある。

**13.** 私たちの祈りは、主が御父に祈られたことが私たちの中で成就したとき、その本来あるべき完全さに達する。すなわち、「あなたがわたしを愛してくださったその愛が、彼らの中にも

あるように」（ヨハネ17:26）。また、「父よ、あなたがわたしの中に、わたしがあなたの中にあるように、彼らもわたしたちの中に一つとなるように」（同21節）。それは、私たちの愛のすべて、願いのすべて、熱意のすべて、志のすべて、思考のすべて、私たちが見るもの、について語るもの、期待するもののすべてが、神そのものとなる時——そして、父と子との間、子と父との間に存在するその一致が、私たちの心と精神に注がれる時——すなわち、神が真摯な清らかさと断ち切ることのできない愛をもって私たちを愛してくださるのと同様に、私たちもまた、清らかで分かつたことのない愛をもって神と結ばれるようになるのです。これを達成した者は、その心に絶え間ない祈りが燃え続けずにはいられない状態に入る。そうすれば、その者の人生のあらゆる動き、そして心のあらゆる志向が、一つの絶え間ない祈りとなり、永遠の至福の生活の予感であり、その保証となるのである。

**14.** 祈りににおける究極の完成に達するためには、神を絶えず心に留めることに確固として立つべきであり、その手段となるのが、簡潔で頻繁に繰り返される祈りである（『対話集』9、36）。私たちの先人たちは、常に神を心に留めようとする者は、次の祈りを絶えず繰り返す習慣を身につけるべきであると見出した。「神よ、私の助けに耳を傾けてください。主よ、私を助けてください」（詩編69:2）。—この一節は、聖書全体の中から選ばれたにふさわしいものである。それは、祈りに求められるあらゆる心構えを表しており、祈る者のあらゆる必要に答えているからである。そこには、自らの無力さを謙虚に告白すること、常に助ける用意のある唯一の助け主である神を告白すること——そして、この祈りを唱える者自身をも助け、あらゆる災いから救い出してくださるという信仰と期待が含まれている。これらの言葉で絶えず神を呼び求める者は、神が自分の内に宿っておられることを知恵をもって見出し、心で感じ取り、子としての愛に満ちた心で父として神に立ち返る——それによって、神の庇護、御加護、そして守りを自らに引き寄せるのである。こうして、この簡潔な祈りは、悪霊の攻撃に対する打ち破ることのできない防壁となり、思考の騒ぎを鎮め、邪悪な思いを防ぎ、情欲の動揺を鎮め、心に植え付けられたあらゆる善の種を育むものとなる。教父たちはまた、次のように私たちに命じています。もし、肉欲という情欲が様々な形で悩ませているなら、「神よ、私の助けに耳を傾けてください。主よ、私を助けてください」と叫びなさい。——あるいは、肉体を抑えるためにより厳しい断食が必要だと感じ、自制できないと絶望しているなら、「神よ、私の助けに耳を傾けてください」と祈りなさい。など。落胆の霊に苛まれ、悲しみに蝕まれて、あらゆるべき行いから遠ざけられているなら、「神よ、私の助けに耳を傾けてください」と言いなさい；—あるいは、魂に何らかの霊的な喜びが訪れ、それを保ち、高めたいと願うなら、やはりこう言いなさい。「神よ、私の助けに耳を傾けてください」。肉体のくすぐるような誘惑が、その魅惑的な甘美さとともに湧き上がり——その炎が貞潔という芳しい花を焦がすのではないかと恐れるなら、こう叫びなさい：「神よ、私の助けとなられよ」などと。あるいは、あなたの肢体に安らぎと清涼が入り込み、この良い状態が続くことを、あるいは永遠にあなたの中に留まることを望むなら、より熱心に「神よ、私の助けとなられよ」などと唱えなさい。このように、あらゆる霊的な必要に際しても、この一つの祈りを繰り返し唱えなさい。そうすれば、それはあなたにとってあらゆる悪からの救いとなり、あなたの中にあるあらゆる善を守る盾となるでしょう。どうか、この祈りを絶えずあなたの胸の中で繰り返してください。あらゆる仕事や奉仕の際、道中や食卓で、就寝時や目覚めの際にも、この短い祈りを絶えず唱え、そこから学び続けてください。そうして、絶え間ない実践を通じて、夢の中でもそれを唱えられるようになるまで。

**15.** これによる実りは、何よりもまず、あなたが自らの思いのあらゆる豊かさを拒絶し、この詩の一体性に支えられて、唯一の助け主について思いを巡らすことによって、心を一つにまとめることにますます慣れ、その方が常にあなたと共にあり、すべてを見通し、すべてを包み込んでいることを認識するようになることである。そこからさらに、神との最も生き生きとした交わりへと昇り、神に没入し、神と一つとなって留まり、神のみによって満たされるにつれて、ますます高尚な神秘に満たされていくようになる。こうしてついに、あなたは前述の「清らかな祈り」に到達するでしょう。それはもはやいかなるイメージも心に留めず、いかなる声の音や言葉の

発声によっても表されることなく、抑えきれないほどの生き生きとした勢いで心から湧き上がり、言葉に尽くせないほど熱狂的な、神への心の燃えるような向かいによって、心の奥底から湧き上がり、神の前で言い表せない嘆きやうめきとして注ぎ出されるものである。

## 10. 霊的生活における導きについて——経験豊かな者たちとの議論と助言

1. かつて、長老たちが聖アントニオス大聖人のもとへ集まり、夕方から朝まで様々な霊的な主題について論じ合った。とりわけ、悪魔の誘惑の罠にかからずに私たちを守り、完全性へのまっすぐな道へと導くことのできる、最も優れた美德とは何かについてである。さまざまな意見が出された。ある者は断食と徹夜祈りを挙げ、ある者は無所有とあらゆる物への軽蔑を挙げ、またある者は隠遁生活や荒野への退隱を挙げ、さらにある者は博愛を挙げた。こうして皆が意見を述べた後、聖アントニオが語り始めた。「あなたがたが述べたことはすべて、神を求め、神のもとへ至ろうとする者たちにとって、救いとなり、また不可欠なものです。しかし、あなたがたが挙げた美德のいずれかを最優先とすることは、それらに秀でていた者たちの墮落の経験が許さない。なぜなら、厳しい断食や徹夜祈祷に励んだ者も、荒野の孤独の中に絶えず留まっていた者も、の極みに達するほどの無所有を実践した者も、そして寛大な施しを行う者たちも、敵の罠に陥り、墮落してしまったからだ。そして、その原因は、私の考えでは、他でもない、分別を欠いていたことに他ならない。なぜなら、分別は人に、危険な極端を避けつつ王の道を歩むよう教えるからである。例えば、断食に関して言えば、分別は、身体を過度に消耗させることも、逆に甘やかすことも許さない。福音書において、それは魂の目であり、灯と称されている。「体は目によって照らされる」と主は言われる。「もしあなたの目がまっすぐであれば、あなたの体全体も明るい。もしあなたの目が悪意に満ちていれば、あなたの体全体も暗くなる」(マタイ6:22,23)。光がすべてを照らし、目がすべてを見るように、この分別もまた、人のあらゆる思いや行いを吟味し検討することで、何をすべきか、また何を、どのように避けるべきかを明らかにし、決定する。しかし、もし誰かにそのような分別が欠けているならば、その人の行いや思いは厳しく吟味されることなく、ただ流れゆくままになり、そこで敵は、真の善の代わりに一見善に見えるものを差し出し、それを隠れ蓑にして落とし穴や罠を仕掛け、その人をそこに陥れ、滅ぼしてしまうのである」。

2. 聖アントニオの決断は、数え切れないほどの事例によって裏付けられている。長老イロンの哀れな転落を思い出そう。彼は極めて厳しい断食と深い隠遁生活に没頭し、それらを何としても破らないようにと、敵の唆しにより、土曜日と日曜日に開かれる修道士たちの定例集会に出席しなくなった。そこでは、互いの対話を通じて、厳格な生活における様々な道や岐路が明らかにされていたのである。この、一見善意の助言のように見える敵の誘惑に惑わされ、彼はさらに大きな惑わしに屈してしまった——敵がその姿で現れたとき、彼を天使だと信じ込み、その言葉に従って干上がった井戸に身を投じることに同意し、体を打ち砕いて三日目に息を引き取ったのである。——もう一つの例を挙げよう。二人の兄弟が、最も深い砂漠へと向かうことを決意し、主ご自身が与えてくださるもの以外の食物は一切口にしないと誓った。砂漠をさまよっているうちに、彼らはもはや動くことさえできないほど力尽きてしまったとき、マズィキ——野蛮で残忍な民族——に襲われた。しかし、彼らがそのような哀れな姿であるのを見て、マズィキ族は憐れみを感じ、パンを差し出した。一人は考え直し、たとえ人間からのものであっても、主から遣わされたものとしてパンを受け取ることに同意した。彼は力を取り戻し、生き延びた。しかし、もう一人は頑なに自分の決意を貫き——飢えで死んでしまった。さらに別の話がある。厳格な断食者であり隠遁者であるある人物は、自らを天の力と交わるにふさわしい者と見なした。すると、敵はこれをすぐに利用し、天使の姿で彼に現れ、人間の行いや思考に関する啓示を与え、灯りなしに修道室に光を放つようになった。こうして彼への完全な信頼を勝ち取った悪魔は、ついにアブラハムに倣って、神への生贄として自分の息子を捧げるよう命じた。もし息子が、異様な準備の様子を見て逃げ出すことを思い浮かねければ、この命令は間違いなく実行されていただろう。——さらに：メソポタミアでは、ある禁欲主義者であり隠遁者であった人物を、敵が夢に対する



絶対的な信仰へと導いた。敵は彼に夢の中で二つの民を現した。一つは、暗闇と不名誉、悲しみと嘆きの中にいる使徒や殉教者たちを伴うキリスト教徒の民。もう一つは、モーセ、族長や預言者たちと共に、輝かしい光の中、栄光と喜びに包まれている——という光景を夢に見せ、ユダヤ教に改宗し、割礼を受けるよう説得した。——これらの例だけでも、分別を欠くことが墮落と破滅への開かれた扉であることを確信するには十分である。

3. 分別は神からの賜物であるが、それゆえに、それを養い、育む必要がある。どのようにしてか？ 自らのすべてを、最も経験豊かな教父たちの判断に委ねることによってである。これこそが分別を養う最も賢明な学校であり、そこでは、その能力に特に恵まれていない者でさえ、正しいことについて適切に判断することを学ぶのである。こうして、「分別はどのようにして得られるのか」という問いは解決される。真の分別は、真の謙遜によって得られる。その最初の証しとなるのは、自分たちが何をしているかだけでなく、何を考えているかまでも長老たちに打ち明けることである。自分の考えを何一つ信頼せず、すべてにおいて長老たちの教えに従い、彼らがそう認めるものだけを善か悪かを見なすことである。このような行いは、正しい道に安全に留まることを助け、あらゆる悪魔の罠から守ってくれる。自分の人生を、自分の判断ではなく、成功した人々の助言に従って営む者にとって、悪魔の誘惑に陥ることはあり得ない。このように、自分の考えを教父たちの判断に委ねることは、自らの分別を補い、分別を身につけさせるのである。敵は光を好まない。それゆえ、邪悪な思いが明らかにされると、その啓示は直ちにそれらを追い払い、根絶やしにするのである。暗い巢穴から光の下に引きずり出された蛇が、逃げ出して隠れようとするように、邪悪な思いも、率直な告白と懺悔によって暴かれると、人から逃げ出そうとする。これは、数え切れないほどの例や経験によって裏付けられている。

4. アッバ・セラピオンは、自身の体験について次のように語っている。「私が修行を始めたばかりの頃、アッバに内緒で乾いたパンをこっそり取り、食べていた。私はこれを非常に長い間続けていたが、その情欲にすっかり支配され、もはやそれを克服することができなかった。良心が私を責めたが、私はアッバにそのことを打ち明けるのが恥ずかしかった。——しかし、人愛に満ちた神の御見守りにより、ある兄弟たちが長老のもとを訪れ、彼に自分の思いを開き、それについて許可を求めた。長老は彼らに、必要なことを答え、その際、食事の節制についても語るを得なかった。それから彼はこう付け加えた。「修道士たちにこれほど害を及ぼし、悪魔たちをこれほど喜ばせるものは、自分の思いを霊的な父たちから隠すこと以外にはない。」この言葉は私に強い衝撃を与えた。神が長老に私の罪を明かされたのだと思い、深く悔い改め、泣き出した。そして、普段盗んでいたパンを胸元から取り出し、地面にひれ伏して、過去の過ちを赦していただき、今後このようなことを繰り返さないよう守ってくださるよう祈った。すると、長老はこう言いました。「あなたの告白が、あなたをその束縛から解放したのです。自分の罪を明かすことで、あなたが沈黙している間にあなたを傷つけていた悪魔を打ち負かしたのです。これまであなたは、彼に反論もせず、非難もせずに、彼に支配されるままにしていました。しかし今、悪魔はあなたの心から追い出され、その正体が暴かれた以上、もはやあなたの中に居場所はありません。」長老がまだ話し終えないうちに、まるで燃え盛る松明が私の内から飛び出し、小部屋全体を悪臭で満たしたかのように思われ、同席者たちは硫黄が燃えているのだと思った。長老はこう付け加えた。「見よ、主は私の言葉の真実と、あなたの解放を明らかに裏付けてくださったのだ。」こうして、告白という行為によって、私から食欲という情欲が退き、それ以来、かつての欲望は私の心に浮かぶことさえなくなった。

5. サムエルには何が見て取れるか？——彼は幼少の頃から神に捧げられ、神との対話を許されていたが、自分の思い込みを信じず、神に二度呼びかけられると、急いで長老エリヤのもとへ駆けつけ、神にどう答えるべきかという教えを彼から受けた。このように、神ご自身が、御自身との対話を許された者でさえ、長老の教えによって導くことを望まれ、それを通じて彼を謙遜へと導かれたのである。——聖パウロにも同じことが見られないだろうか。主ご自身が彼を召されたが、直ちにアナニアのもとへ送り、彼から真理の道を学ばせたのである。—そして聖パウロ自身も、福音宣教を何度か試みた後、自分の福音が「むなしく流れないように」（ガラテヤ2:2）



と、エルサレムへ赴いてその正しさを確かめています——たとえ聖霊の恵みが彼に明らかに伴っていたとしても。このように、主は、霊的な父たちによってその道へと導かれる者以外には、誰に対しても完全さへの道を明らかにされないことは明らかであり、預言者を通してこう語っておられる。「あなたの父に尋ねよ。そうすれば、あなたの長老たちはあなたに告げ、あなたに語り聞かせるであろう」（申命記 32:7）。

## 11. 霊的生活の完全性の段階について、それへの動機付けに基づき

1. 人々を情欲を抑えさせる三つの動機がある。すなわち、将来におけるゲヘナの苦しみへの恐れ、あるいは現在における律法の厳しさへの恐れ；天の御国を得るという希望と願望；そして最後に、徳への愛、すなわち善への愛である。恐れが人々に悪の汚れを嫌悪させることについては、箴言にこう記されている。「主を畏れる者は不義を憎む」（8:13）。また、希望もまた情欲に流されるのを防ぐことについては、こう述べられている。「主を信頼する者は皆、罪を犯さない」（詩篇 33:23）。また、愛については、たとえ罪に陥る恐れがあっても決して恐れないと記されている。「愛は決して滅びない」（Iコリント 13:8）。それゆえ、使徒は救いのすべてを、これら三つの美德を身につけることに帰結させ、次のように語った。「今や、信仰、希望、愛、この三つが残っている」（Iコリント 13:13）。信仰は、将来の審判と苦しみへの畏れを植え付け、私たちを情欲の汚れから遠ざける。希望は、天の報いを待ち望むことで私たちの心を現在から引き離し、あらゆる肉欲の快楽を軽蔑させる。愛は、その炎によって私たちの中にキリストへの愛と霊的徳の向上への情熱を燃え上がらせ、それらに反するあらゆるものから完全な憎悪をもって背を向けるよう促します。これら三つの徳はすべて、私たちを同じ結末、すなわち、あらゆる許されないことから身を遠ざけるように導きますが、しかし、その尊厳の程度においては、互いに大きく異なっている。最初の二つは、向上を志しつつも、まだ心からそれらを受容するに至っていない人々に特有のものである。一方、三つ目は、もっぱら神に属するものであり、また、自らの内に神の像と似姿を取り戻した人々に属するものである。なぜなら、唯一の神は、恐れや報いの動機からではなく、ただ一つの慈愛によって、すべての善を創造されるからである。「主はすべてを御自身の御ためになされた」とソロモンは言っている（箴言 16:4）。すなわち、主は御自身の慈しみによって、ふさわしい者にもふさわしくない者にも、あらゆる恵みを豊かに注がれる。なぜなら、主は永遠に完全であり、その性質において不変の慈しみであるため、人々の侮辱に心を痛めることも、不義に憤ることもないからである。

2. したがって、完全さを志す者は、本来「奴隷的」と呼ばれる最初の段階の恐れから、徐々に希望の道へと昇っていかねばならない。ここでは、人はもはや奴隷ではなく、雇い人に例えられる。なぜなら、将来の報いを期待して行動するからである。彼は、自らの罪が赦されていると確信しているため、もはやその罪に対する罰を恐れてはいない。むしろ、自分の中にある善行を自覚し、それに対する善き報いを受けることを期待している。しかし、父の自分に対する寛大で慈愛に満ちた好意を完全に確信し、ためらうことなく父に属するすべてのものを自分のものとして尊ぶ「息子」にふさわしい境地には、まだ達してはいないのである。

3. それゆえ、私たちは歩みを速めなければならない。「決して失われることのない愛」によって、父に属するすべてのものを自分のものとして尊ぶ「第三の段階の息子たち」の域に至り、天の父の御姿と御似姿を受け継ぐにふさわしい者とされ、また、その真の御子の模範に従って、こう叫ぶことができるようになるためである。「父が持っておられるものはすべて、私のものです」（ヨハネ 16:15）。これは、聖パウロも私たちについて、「あなたがたはすべて、パウロであれ、アポロであれ、ケファであれ、世界、生、死、現在、未来、あなたがたはすべてです」（Iコリント 3:21,22）。このような神に似た者となるよう、救い主の戒めも私たちを招いている。「あなたがたは完全でありなさい」と主は言われる。「あなたがたの天の父が完全であられるように」（マタイ 5:48）。まだ奴隷や雇い人の状態にある者たちにおいては、善への志向が時折途絶えることがある。すなわち、魂が、ある種の感情の冷めや、世俗的な快楽や喜びに気を取られることによって、ゲヘナの恐怖や将来の祝福への渴望に心を動かされなくなる時である。したが

って、私たちが真の完全さに達する唯一の方法は、他の何のものにもよらず、ただ神への愛という一途な思いによって神を愛することである。なぜなら、神ご自身もまた、他の何のためでもなく、ただ私たちの救いのために、先に私たちを愛してくださったからである。このために、私たちは燃えるような熱意をもって、恐れから希望へ、そして希望から神への愛、あるいは美德そのものの愛へと、魂の全熱意を注いで昇りつめるよう努めなければならない。そうして善へのそのような献身を受け入れたとき、人間の性質が許す限り、私たちは揺るぎなくその中に留まることができるのである。

4. ゲヘナの恐怖や将来の報いへの期待によって、自らの情欲の炎を鎮める者と、神の愛の感覚に基づき、悪徳や不純さそのものを嫌悪して遠ざけ、清らかさへの愛と献身によって心に清らかさの美德を保ち、苦痛を恐れることなく、美德を愛し、将来約束された報いに目を向けるのではなく、現在の善を自覚的に味わうことで満たされている。このような状態にある人は、たとえば自分の行いを目撃する者が誰一人いなくとも、罪を犯す機会を自ら許すことはなく、ひそかに心の中で罪の快楽にふけることさえしない。なぜなら、心に美德への真の愛を育んでいるため、それに反するものを感情として受け入れるどころか、嫌悪感を持ってそれを拒絶するからである。しかし、恐怖によって情欲の誘惑に流されるのを抑えている者は、恐怖という障壁が取り除かれると、再び自分が愛するものへと立ち返ってしまう。それゆえ、その人は常に徳において堅固であるとは限らず、情欲との闘いから決して安らぎを得ることはない。なぜなら、清らかさを確立することによってもたらされる、堅固で絶え間ない内なる平安を、決して得ることができないからである。戦いの争いから安らぎがないところでは、時折傷を負わずに済むはずがない。なぜなら、たとえどれほど戦いに熟達していようと、どれほど勇敢に戦おうとも、たとえ敵に致命傷を頻繁に与えていたとしても、時折、敵の刃が自分にも及ばないということはあるからである。それに対して、あらゆる情欲の反乱を抑え込み、すでに安全な平和を享受し、美德そのものの献身に入った者は、清らかさを失うことほど有害なものは何もないと確信しているため、自らを包み込み、全身全霊を捧げているこの良き心の状態を、常に保ち続けるであろう。彼にとって、周囲の人々からの尊敬は誠実さを少しも増すものではなく、また孤独がそれを少しも減らすこともない。しかし、常に、そしてどこにいても、自分の行いだけでなく、自分の思いまでも裁く審判者——すなわち良心——を携えている彼は、何よりもまず、回避することも、欺くことも、隠れることもできないと確信している「あの方」に喜ばれるよう努めるのである。

5. 自らの熱心な労苦ではなく、神の助けを頼みとして、この完全さの境地に達するにふさわしい者とされた者は、恐怖が支配する奴隷の状態から、また、内なる善意ではなく報いを期待することが原動力となる雇い人の状態から、恐れも報酬への欲望も存在せず、ただ「決して衰えることのない愛」のみが絶えず働く、神の子としての状態へと移行する。このような愛によって、自らの内に神の像と似姿を取り戻した者は、善そのものに対する心の傾きによって、すでに善を享受するようになる。そして、神に似た忍耐と柔和さを身につけた者は、その後、罪を犯す者たちのいかなる悪徳に対しても怒ることはなく、むしろ、彼らの弱さに心を痛み、憐れみを抱き、彼らの赦しを祈るようになる。かつて自分も、主の憐れみに救われるまでは、同様の情欲に打ち負かされていたこと、また、自らの努力によって肉的な生活の束縛から抜け出したのではなく、神の恵みがそこから救い出してくれたことを思い起こしながら、——罪を犯す者たちに対しては、怒りではなく憐れみを示すべきであることを悟り、心を平穏に整えて神にこう告げるのである。「あなたは私の束縛を解き放たれた」：「あなたに賛美のいけにえをささげます」（詩編115:7）、そしてさらに：「もし主がわたしを助けてくださらなかったなら、わたしの魂はまもなく陰府に下っていたであろう」（詩編93:17）；そして、そのような謙虚な心の在り方の中であって、福音の完全さにおける次の戒めも果たせるように：「『敵を愛し、あなたを憎む者に善を行い、あなたを迫害し、から追い出す者たちのために祈りなさい』（マタイ5:44）；そしてこのようにして、この戒めに付随する報いを受けるにふさわしい者とされ、それによって私たちは単に神の像や似姿を持つだけでなく、神の子と呼ばれるようになるのである：「あなたがたは」、そこにはこう記されている、「天におられるあなたがたの父の子となるように。なぜなら、太陽は

悪人にも善人にも輝き、義人にも不義な者にも雨を降らせるからである」（同45節）。そのような愛に到達したと自覚して、聖ヨハネはこう言います。「裁きの日に大胆に振る舞うことができるのは、御方がこの世におられるように、私たちもこの世におるからです」（Iヨハネ4:17）。なぜなら、人はその性質上、無力で弱い存在であるが、神に倣って、善人にも悪人にも、義人にも不義人にも、心の慈愛に満ちた愛を注ぐこと以外、どうして「神のようである」と言えるだろうか。——すなわち、善そのものへの献身によって善を行い、自分の中に真に神の子として受け入れられた者であることを示すためである。そのことについて、同じ祝福された使徒は次のように宣言している。「神から生まれた者は、罪を犯さない。神の御種がその人の中に留まっているからである。また、神から生まれた者は、罪を犯すことができない」（Iヨハネ3:9）、また、「神から生まれた者は皆、罪を犯さないことを私たちは知っている。神から生まれた者は自分を慎み、悪しき者は彼に触れることができない」（Iヨハネ5:18）とも述べている。——（ただし、これはあらゆる種類の罪についてではなく、致命的な罪についてのみ理解すべきである。－ 実のところ、最も聖なる者でさえ、言葉や思い、欲望において、無知や忘却、何らかの極端さ、あるいは予期せぬ出来事によって生じる、いわゆる「死に至る罪」とは異なるものの、ある種の罪悪感や自責の念を免れない、そうした小さな過ちを犯さないことは不可能です）。さて、前述したように、善への愛を身につけ、神に倣う者となった者は、主の憐れみと寛容を身にまとい（コロサイ3:12）、自らの迫害者たちのためにも祈り、その主のようにこう叫ぶであろう。「父よ、彼らをお赦しください。彼らは、自分が何をしているのか分かっていないのです」（ルカ23:34）。一方、まだ邪悪な情欲から清められていない魂の明らかな徴は、他人の過ちに対して同情の念を抱かず、彼らに対して厳しい裁きを下すことにある。

## 12. 悔い改めの行いの終わりについて

1. 完全な悔い改めとは、悔い改めている罪、すなわち良心が私たちを責める罪を、二度と犯さないことにある。そして、それらの罪に対する私たちの償いと、それらが赦されたことの証拠となるのは、私たちの心から、それらの罪に対する同情そのものが追い出されることである。誰もが、自分がまだ過去の罪から解放されていないことを知るべきである。その罪の償いとして労苦や嘆きを捧げている最中に、心の眼に罪深い行いのイメージ——自ら犯したものであれ、それに類するものであれ——が浮かび上がり、それによって、不適切な対象に心を奪われることさえなくとも、単にそれらの記憶によってさえ、魂の内なる善き心情が打ち砕かれてしまうのである。したがって、そのような償いに真剣に取り組んでいる者は、自分の心がもはやそれらの誘惑に微塵も動じなくなっていることを実感したとき——単なる想像にとどまらず——初めて、自らの罪から解放され、かつて犯したすべての行いについて赦しを得たと認めてよいのである。なぜならば、悔い改めと赦しの審判者が私たちの良心の中に座しており、最後の審判の日より前に、私たちがまだこの肉体に留まっている間に、私たちの罪の赦しを明らかにし、赦しの宣言によって償いの完了を告げているからである。そして、私たちが述べたことをより明確に表現するために、こう言おう。すなわち、私たちの心から、快楽を求める欲望も情熱も一掃されたとき、ようやく、過去の罪のすべての汚れが赦されたと信じるべきである。

2. 問: では、その後、悔い改める者の口から次のように語られる、その聖なる救いをもたらす砕かれた心と謙遜は、一体どこから私たちの中に生じ得るのでしょうか。「私は自分の不義を悟り、自分の罪を隠さなかった。『主よ、私の不義を私に告げ知らせてください』」と、悔い改める者の口を通してこれほど詳しく描かれている、その聖なる救いをもたらす悔い改めと謙遜は、一体どこから私たちの中に生じ得るのでしょうか。そうして、それに続く「あなたは私の心の不義を赦してくださいました」（詩編31:5）という言葉が、真に、そして当然のこととして私たちに当てはまるようになるためには、どうすればよいのでしょうか？あるいは、祈りに身を委ねて、聖ダビデがそうしたように、罪の赦しを引き寄せるほど強い悔い改めの涙を、いかにして自分の中に湧き起こすことができるだろうか。「毎夜、私の寝床を洗い、私の涙で私の寝床を濡らす」（詩編6:7）と、聖ダビデがそうされたように、もし私たちが自分の罪に関するあらゆる記

憶を心から追い払ってしまったら、どうでしょうか。それどころか、主ご自身の御言葉によって、私たちはそれらの記憶をしっかりと心に留めておくよう命じられているではありませんか。「わたしはあなたの不義と罪とを赦し、もはやそれを思い起こさない。しかし、あなたはそれを思い起こせ」（イザヤ43:25）と。なぜ私は、手仕事をしている時だけでなく、祈りの時にも、あえて自分の心に過去の罪の記憶を呼び起こそうとするのか。それは、真の謙遜と心の碎けに効果的に心に向けることで、預言者と共にこう言う大胆さを得るためである。「わが謙遜とわが労苦をご覧になり、わがすべての罪を赦してください」（詩篇 24:18）と大胆に言えるようになるためなのでしょうか。

3. 回答: 上述のことは、悔い改めの終わりについて、また良心と正義が満たされたことのしるしについて述べられたものである。さて、罪を思い起こすことについては、それは確かに非常に有益かつ必要なことである。しかし、それはまだ悔い改めの道を歩んでいる者たちにとってのみであり、彼らが胸を打ちながら絶えずこう叫ぶためである。「わが不義をわしは知っており、わが罪はわしの目の前にある」（詩編50:5）、そしてまた、「わが不義をわしは告げ、わが罪をわしは顧みる」（詩編37:19）。したがって、私たちが悔い改めを行う際、過去の罪深い行いの記憶がまだ私たちが傷つけているならば、その際に、自らの罪悪感から湧き上がる涙の雨が、良心の灼熱の炎を鎮めることが不可欠である。しかし、もし誰かが、心の深い謙遜と霊の碎かれた心によって、たゆまぬ悔い改めの労苦と嘆きによって、それらの記憶が鎮められ、慈悲深い神の恵みによって良心の刺が魂の奥底から取り除かれるならば、その人は償いの終着点に達し、当然の報いとして完全な赦しを受け、すべての罪の汚れから清められたことが明らかになるだろう。しかし、このような忘却に至るには、過去の罪や情欲的な執着を償い、心を完全に清めること以外には道がない。そして、怠慢や傲慢によって自らの情欲の浄化を顧みない者たちのうち、謙遜な心を持たない者は誰もこれを達成することはできず、ただ、苦い涙と絶え間ない嘆きによって過去の不浄の汚れをすべて洗い流し、その労苦の末、魂の全力をもって神にこう叫ぶことができる者だけがこれを達成できるのである。「わが不義を悟り、わが罪を隠さなかった」（詩編31:5）、そして「わが涙は、昼も夜もわが糧となった」（詩編41:4）——そうして、その結果として、主ご自身から当然の報いとしてこう告げられるためである。「あなたの不義は雲のように消え去り、あなたの罪は夕闇のように消え去る」（イザヤ書44:22）。

4. あなたは先ほど、意図的に過去の罪の記憶を呼び起こしていると述べました。これはすべきことではない。たとえ意に反してそのような記憶が押し寄せてきたとしても、直ちにそれを追い払わなければならない。なぜなら、それは、特に隠遁生活を送る者の心を、清らかな瞑想からそらし、この世の不浄に巻き込み、情欲の悪臭で窒息させてしまうからである。なぜなら、無知や情欲によって、かつてこの世の支配者に従って犯した行いを思い起こすとき、そこから、——そのような思いにふける際、そこから何の快樂も忍び寄ってこないことは認めるが——その場合でも、かつての腐敗とのこの単なる思考上の接触さえも、間違いなく心の空気を忌まわしい悪臭で汚し、霊的な香り、すなわち美德の甘美な香りを追い払ってしまうのである。なぜなら、かつての情欲に満ちた行いの記憶が感情を突き動かすとき、そこから跳ね返らなければならない。それは、人前で抱擁や言葉をかけようとする恥知らずで厚かましい女性から、誠実で品位ある男が逃げ去るのと同じことだからである。なぜなら、もし彼が即座に彼女の接触を拒まず、彼女との不貞な会話にほんのわずかな躊躇さえ許してしまったなら、たとえ恥すべき快樂への同意を拒んだとしても、不名誉で非難されるべきことを許してしまった者として、通りすがりのすべての人々からの非難を免れることは決してできないからだ。同様に、私たちも、感染するような記憶によってそのような考えに誘われたならば、そこに少しも留まってはならず、直ちにその想像から踏み外さなければならない。そうすれば、天使たちが通りかかって、私たちがそのような不浄で恥すべき思いに囚われているのを見たとき、私たちについて次のように言うことを妨げないだろう。「主の祝福があなた方の上にありますように。主の御名によって、あなた方を祝福します」（詩編128:8）。しかし、経験の浅い者の中には、悔恨の念に駆られて自分や他人の過ちを振り返るうちに、知らず知らずのうちに、欲望という極めて鋭い矢に刺され、それに同意してしま



うことがしばしばあります。そして、敬虔さを装って始まったことが、結局は自分にとって恥ずべき、破滅的な結末を迎えることになるのです。「なぜなら、人の道と見なされる行いは、その終わりが地獄の底へと通じているからである」（箴言 16:25）。

## 聖イシキオス、 エルサレムの長老

### 彼に関する略歴

聖イシキオスはエルサレム出身であり、若き日には聖グレゴリオス・テオロゴスの聴講生兼弟子であった。偉大なる師の死後、彼はパレスチナの荒野の一つで修道生活を送り、そこでキリスト教の精神を、時には書物から、時には当時のパレスチナの修道者たちとの口頭での対話から、また時には自身の人生経験や研究を通じて学び続けた。412年、エルサレムの大司教はこの教養豊かな修道士を司祭に叙階し、それ以来、司祭の聖職と説教者の称号を兼ねることで、彼は教会史において著名な教師の一人としてその名を刻むこととなった。「偉大なるエウフィミオスについて、その弟子であるキリル・スキフォポリスキ（『聖エウフィミオスの伝』の中で）、『エルサレム総主教聖ユヴェナリウスが429年に教会の聖堂奉献のために彼の修道院を訪れた際、教化されたイシキオス——長老であり教会の教師——を伴っていたという事実によって、大いなる慰めを受けた』と記している。」テオフアンは自身の年代記において、彼の没年をテオドシウス3世の治世26年と定めており、これは432～433年に相当する。皇帝バシレイオスの月暦では、彼の記念日は3月28日と記されている。我々の地域では、東方全域と同様に、現在、チーズの土曜日において、他のすべての聖人らと共に彼を記念している。この日の聖テオドロス・ストゥディティスのカノン第9節において、彼はバシレイオス大帝、グリゴリオス・テオロゴス、ヨハネス・クラウディオス、アタナシオス大聖、二人のキリロス（エルサレムのキリロスとアレクサンドリアのキリロス）、聖エピファニオス、ニッサのグリゴリオス——と共に列せられ、「もう一人の神学者」と称されている（もちろん、神学者グリゴリオスに次ぐ存在としてである）。その学術的業績において、聖イシキオスは聖グリゴリオス・テオロゴスのふさわしい弟子であった。『皇帝バシレイオスの聖人暦』は、聖イシキオスを聖書の説教者かつ解釈者として称え、次のように述べている。「彼は聖書全体を明快に解説し、一般の利益のために提示した。それゆえ、彼はすべての人にとって極めて著名であり、驚くべき人物であった」。彼の多くの著作の中から、ギリシャの『ドブロトリーピオ』に倣い、この類の叢書に、203の章に分かれたテオドゥロスへの説教を一つ収録する。これは、節制、注意深さ、そして心の守りを身につけようとする者にとって最も有益なものだからである。至福のフォティオスは、自身の『フィロカリア』の第198の読解において、この説教を「天の御国の相続のために修道生活を送る者たちにとって、他のいかなる書物よりもふさわしい」と評している。それは、深い研究に励むのではなく、すべての労力と注意を活動的な生活の業に向ける人々に求められる通りの、明快な形で述べられている」と述べている。[翻訳にあたって、『ドブロトリュピア』のギリシャ語テキストは、所々で『Patrologiae Graecae Migne』第93巻から補足された。]

### テオドゥロスへの、節制と祈りに関する魂に有益で救いをもたらす言葉<sup>68</sup>

1. 節制とは霊的な技芸であり、もし神の助けを借りて、長く、かつ絶え間ない熱意をもってこれを実践すれば、人を情欲に満ちた思いや言葉、そして悪行から完全に解き放ち、また、そ

<sup>68</sup> 聖ニコディモス・スヴィャトゴルツェが編纂したギリシャ語版『ドブロトリュピエ』や、聖パイシイ（ヴェリチコフスキー）によるスラブ語訳においても、各章の著者は「イシヒイ司祭」と記されているにもかかわらず、聖テオフ

れを実践する者には、私たちにとって可能な限り、測り知れない神に対する確かな認識と、神の秘められた奥義の解き明かしを授ける。そして、それは旧約および新約のあらゆる戒めの源であり、来たるべき世のあらゆる善の与え手である。— それ自体がまさに心の清さそのものであり、その偉大さと高貴な性質ゆえに、あるいは、より正確に言えば、私たちの不注意と怠慢ゆえに、今日、修道士たちの間では極めて稀なものとなっている。 それにもかかわらず、キリストは「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:8）と語り、それを称賛しておられる。そのようなものであるからこそ、それは高価な代償を払って手に入れられるのである。節制は、もし人の内に絶えず留まるならば、その人にとって、正しく神に喜ばれる生活への道しるべとなる。 それはまた、神を仰ぎ見るための階段であり、魂の三つの部分（すなわち、思考力、感情、欲望という三つの力）の動きを正しく統制し、感覚を堅く保つことを私たちに教え、聖体拝領者においては、四つの主要な美德（すなわち、知恵、勇気、節制、正義）を日々回復させるものである。

2. 偉大なる立法者モーセ、とりわけ聖霊は、この美德がいかに汚れなく、清く、包括的であり、高尚なものであるかを示し、また、それをいかに始め、実践すべきかを私たちに教えながら、次のように語っている。「心に注意し、あなたの心の中に不法な言葉がひそかにあってはならない」（申命記15:9）。ここで「秘密の言葉」とは、罪深く、神に憎まれる事柄に関する心の中の想像を指す。聖なる教父たちはこれを、悪魔によって心に持ち込まれる「誘惑」とも呼んでいる。この誘惑が心に現れると、直ちに私たちの思いがそれに続き、情熱的にそれに同調して騒ぎ立てるのである。

3. 節制は、あらゆる美德と神の戒めへの道である。それは「心の静寂」とも呼ばれ、完全な無想の状態を保たれる心の守りと同じものである。

4. 生まれつき目の見えない者は日光を見ることができない。同様に、節制をもって生きていない者は、天から豊かに注がれる恵みの輝きを見ることはできない。また、その者は、神が憎む罪深い行い、言葉、思いからも解放されることはない。そのような者たちは、その最期において、（彼らを迎え撃つ）タルタロスの支配者たちを免れることはできない。

5. 注意とは、あらゆる思いから解放された、絶え間ない心の静寂であり、その静寂の中で、心はキリスト・イエス、神の御子であり神ご自身であるキリスト・イエスによって満たされ、ただ御方のみによって常に、絶え間なく、たゆまず息づき、御名を と呼び求め、御方と共に勇猛に敵に立ち向かい、罪を赦す権能を持つ御方に自らの過ちを告白する。 そのような魂は、呼び求めることによって、しばしば心の唯一の知者であるキリストを抱きしめるが、人々からは、その甘美さと内なる奮闘をあらゆる手段で隠そうと努める。それは、狡猾な敵が、何らかの形で悪がそこに容易に侵入する隙を与え、その最も善き行いを滅ぼすことがないようにするためである。

6. 覚醒とは、心の思いがしっかりと定まり、心の扉の前に立ち続けることである。 それによって、心は、よそ者の思い——すなわち、盗人であり略奪者である者たちが近づいてくるのを見、これらの破滅者たちが何を語り、何をしているかを聞き、また、悪魔たちがどのような像を描き出し、定めて、それを通じて心を夢想へと誘い込み、惑わそうとしているかを察知する。 もし私たちがこのような働きを熱心に経験していくならば、それは、私たちが望むならば、非常に徹底的かつ明瞭に、経験を通じて心の戦いの術を示し、その経験をもたらせてくれるだろう。

7. 一方では神の御見捨て、他方では外的な誘惑に対する教訓的な許容に対する深い恐れは、通常、悪しき思いや行いの源を遮断しようとする人々の心の中に、絶え間ない監視的な注意を生み出す。 まさにこのために、見捨てられが起ころうし、神から予期せぬ誘惑が送られるのである。それは私たちの生活を正すためであり、とりわけ、誰かがこの善（注意と自制）による安らぎの甘美さを味わい——そして慢心してしまった——ときである。——この頻繁さから習慣が生

---

ァン・ザトヴォルニクは、ロシア語版『ドブロトリュビエ』を編纂する際、誤ってそれらを別の著者——聖イシヒイ・エルサレムス——に帰属させてしまった。実際には、この『言葉』はシナイのイシヒイ修道院長によるものである。



まれる。そこから、ある種の自然な絶え間ない覚醒が生まれ、そしてその性質上、徐々に戦いの幻視が生じ、それに続いて絶え間ないイエスの祈り、夢のない心のかすかな静寂、そしてイエスとの交わりから生じるある種の不思議な状態が現れるのである。

8. 立ちばかり、敵に対してキリストを呼び求め、キリストに逃げ込む心は、まるで多くの犬に囲まれながらも、ある種の防護壁に身を隠して勇敢に立ち向かう獣のようだ。遠くから、目に見えない敵の架空の姿を心の中で思い描きながら、彼は絶えず平和の使者であるイエスに敵に対する祈りを捧げ、それによって敵の攻撃を受けずにいられる。

9. もしあなたがそれを知っており、また「明日、主の御前に立つ」ことが許されているなら——単に目に見える存在であるだけでなく、見る者となる（詩篇5:4）——ならば、あなたは私が何を語っているのか理解しているだろう。もしそうでないなら、正気を保てば、それを得るだろう。

10. 海の構成は多くの水である。そして、覚醒と魂の深い静寂という、覚醒の構成と要塞は、驚くべき、言葉に尽くせぬ黙想の深淵であり、また理にかなった謙遜、正義と愛こそが（それ自体が）究極の覚醒であり、思いに囚われず、ため息を交えた祈りをもって、絶え間なく、労を厭わず、しかし落胆や退屈することなく、キリスト・イエスへと向かうものである（ルカ 18:1）。

11. 「『主よ、主よ』と言う者すべてが、天の御国に入るわけではない」と主は言われる。「わたしの父の御心を行う者こそが入るのである」（マタイ7:21）。その御父の御心とは、すなわち「主を愛する者は、悪を憎め」（詩篇96:10）ということである。それゆえ、イエス・キリストへの祈りの際、悪しき思いに憎悪を抱こう——そうすれば、神の御心は成就される。

12. 私たちの主であり神である方は、受肉なされて、あらゆる美德の模範を人類に示し、古の墮落からの呼びかけとして、御自身の肉における美德に満ちた生涯を生き生きと示されました。主が示された数多くの善き模範の中でも、特に、洗礼を受けた後、荒野に上り、断食をしながら、単なる人間として自分に近づいてきた悪魔と心の中で戦いを繰り広げ、そして、悪魔に対する勝利の手段、すなわち謙遜、断食、祈り、節制——これらを、神であり神々の神である御自身は、それらを必要とされなかったにもかかわらず実践された——によって、私たちのような無価値な僕たちにも、悪意の霊たちに対してどのようにしてふさわしい戦いを繰り広げるべきかを教えてくださったのです。

13. 私の考えでは、情欲的な思いから心を少しずつ清めることのできる節制の方法（技法）がいくつあるか、それについては——私は、華美でも飾り立てられた言葉でもなく、率直にあなたに説明することを厭わない。なぜなら、私は、この言葉においても、外的な戦争の物語のように、言葉の羅列によって、とりわけ素朴な人々にとって有益なことを覆い隠すことは賢明ではないと考えているからだ……「しかし、ティモテオよ」と、使徒の言葉を用いてあなたに言う。「あなたが『読む』ものに『耳を傾けなさい』（Iテモテ4:13）。

14. さて、正気を取り戻す一つの方法（技法）がある。それは、空想、あるいは妄想を絶えず注視することである。なぜなら、空想がなければ、サタンは思いを抱かせ、それを欺瞞によって心を惑わすために心に提示することはできないからである。

15. もう一つの方法は——心を常に深く静め、あらゆる思いに対して沈黙を保ち、祈り続けることである。

16. また別の方法は、絶えず謙遜の心をもって、主イエス・キリストに助けを求めることである。

17. さらに別の方法は、心の中で絶えず死を思い起こすことである。

18. 愛する者よ、これらすべての行いは、門番のように、邪悪な思いの侵入を阻むものである。また、ただ天のみを仰ぎ見るべきこと（常に心を天上の事柄の黙想に専念させ）、地（および地上のあらゆるもの）を何とも思わないこと——これもまた、他の方法と同様に、精神を清め

る効果的な手段の一つである——については、御言葉を授けてくださる神の助けを借りて、別の場所でより詳しく述べることにする。

**19.** もし情欲の原因（情欲を刺激するきっかけ）を切り捨て、ほんの短い間だけ霊的な行いに専念し、この生き方を永遠に続けず、ただその行いだけを行っていたとしても、容易に再び肉欲的な情欲へと戻ってしまい、その（善き取り組み）から、心の限りない曇りと物質的なものへの最も深い墮落以外の、いかなる実りをも得られないことになる。

**20.** 内面において精進する者には、あらゆる瞬間に次の四つの（行い）が必要である。すなわち、謙遜、極度の注意、（思いへの）抵抗、そして祈りである。謙遜とは、高慢な悪魔たちという敵との戦いの最中においても、常に心の内にキリストの助けを携えていることである。主は高慢な者を憎まれるからである。注意とは、たとえそれが善いもののように見えても、心にいかなる思いも抱かないように常に心を保つことである。「反論」とは、誰が来たかを悟った途端、直ちに怒りを込めて悪しき者に反論するためである。すなわち、「私の言葉を侮る者たちに答える」（詩編118:42）とあり、「私の魂は神に従うのではないか」（詩編61:2）と述べられている通りである。祈り——それは、反論の後に、直ちに心の奥底から、言葉に尽くせぬ嘆息を込めてキリストに叫び求めるためである。そうすれば、奮闘する者自身、敵が崇められているイエスの御名によって、風が塵を吹き散らすように追い払われ、あるいは煙が幻と共に消え去るのを目にするだろう。

**21.** 思いから清められた祈りを持たない者は、戦いの武器を持たない。すなわち、魂の最も内なる秘められたところで絶えず行われる祈り、それによって主イエス・キリストの御名を呼び求めることで、（目に見えぬ形で）密かに戦いを仕掛ける敵が鞭打たれ、焼き尽くされるような祈りである。

**22.** あなたは、鋭く緊張した心の眼差しで内面を見つめ、侵入してくる者を見極めなければならない。そして、見極めたら、直ちに反論をもって蛇の頭を打ち砕き、同時にため息混じりにキリストに向かって叫び上げよ。そうすれば、あなたは目に見えない神の御加護を体験することになるだろう。また、そのとき、心の正しさ（心が正しく働いているか、あるいは心の正しい働きとは何であるか）もはっきりと見極められるようになる。

**23.** 鏡を手に持ち、他の人々の間に立ってそれを見つめる者が、自分の顔がどのようなものであるかを見るのと同様に、同じ鏡を見つめている他の人々も見るように、全神経を集中して自分の心を見つめる者は、その中に自分の状態を見るだけでなく、心の中のエチオピア人たちの陰鬱な顔も見るのである。

**24.** 心は、それ自体だけでは悪魔的な妄想に打ち勝つことはできない。決してそれを企ててはならない。なぜなら、私たちの敵は狡猾であり、敗北したふりをしながら、別の場所から——すなわち虚栄心を通じて——戦士を陥れようと企んでいるからだ。しかし、イエスの御名を呼び求め、一瞬でも立ち止まって悪意を抱くことを許さない。

**25.** 昔のイスラエルのように、自分自身について過大な期待を抱いたり（また、独自の戦い方を考案したり）してはならない。さもないと、あなたもまた、心の敵に身を委ねることになるだろう。なぜなら、神によってエジプト人からあらゆる苦難から救われたあの民は、その後、自らを助ける者として、鑄造された偶像を考案してしまったからである。

**26.** さて、「融合された偶像」とは、私たちの弱き知性を指す。この知性は、悪意ある霊たちに対してイエス・キリストの名を呼び求める限り、それらを容易に追い払い、巧みな技をもって敵の見えざる戦いの軍勢を退散させるが、しかし、ひとたび自らにのみ無謀にも頼ろうとすれば、いわゆる「速翼」のように倒れ、打ち砕かれてしまう。主を信頼する者は、次のように告白する。「『主は』、と彼は言う、『私の助け手であり、私の守り手である。私の心は主に信頼を置き、主は私を助け、私の肉体は栄える』（詩篇 27:7）；そして『主以外に、誰が私のために悪意ある者たちに立ち向かってくれるだろうか。あるいは、誰が私のために不法を行う者たちに立ち向かってくれるだろうか』（詩篇93:16）——数え切れないほどの思いか。しかし、神ではなく自分自身に希望を置く者は、恐ろしい転落を遂げるだろう。群れをなして高く舞い上がった鳩

たちは、旋回して下へと落ちていく。もし方向転換が間に合わなければ、地面に激突し、死に至るほどに粉々になってしまう。

**27.** 愛する者よ、もしあなたが正しく戦いを繰り広げたいと望むなら、心の静寂のあり方と在り方の模範として、小さな生き物——クモ——を指針とせよ。クモは小さなハエを捕らえて殺すが、あなたも、もし彼と同じように（蜘蛛の巣の巣穴に）座り、心の中で静寂を保つならば、バビロンの幼子たちを絶えず打ち倒し続けなさい。その打ち倒しによって、聖霊はダビデを通してあなたを「幸いな者」と呼ぶであろう（詩編136:9）。

**28.** 紅海が天の穹蒼の星々の間に姿を現すことが不可能なように、また、地を歩く人がこの世の空気を吸わずにいることが不可能なように、私たちもまた、イエス・キリストの御名を頻繁に呼び求めなければ、自分の心を情欲的な思いから清め、そこから心の敵を追い出すことは不可能である。

**29.** もし、謙虚な思索、死の記憶、自己抑制、（思いとの）対立、そしてイエス・キリストの御名を呼び求めることを通じて、常に自分の心の中に留まり、これらの武器をもって、狭くとも喜びに満ち、甘美な日々の心の道を冷静に歩むならば、そうすれば、聖人たちの聖なる観想に入り、キリストからの深遠な奥義の啓示によって照らされるであろう。「キリストには、知恵と理解のすべての宝が隠されている」（コロサイ2:3）とあり、「キリストには、神性のすべての満ち満ちたものが、肉体をもって宿っている」（同9節）のである。なぜなら、イエスにおいて、あなたは聖霊があなたの魂に降りてきたことを感じるからであり、その聖霊によって照らされた人の心は、「明らかに神の栄光を仰ぎ見る」のである——（Ⅱコリント3:18）。「だれも」と使徒は言う、「聖霊によらなければ、主イエスを主と告白することはできない」（Ⅰコリント12:3）。聖霊は、（御自身の中に）真理を求めている者を密かに確かなものとしてくださる。

**30.** 教えを愛する者たちは、次のことも知っておくべきである。すなわち、邪惡な悪魔たちは、戦いがもたらす大きな益、それによる知恵の増し加わり、そして神への昇華を理由に、私たちを妬み、しばしばこの心の中の戦いを私たちから隠し、鎮めようとする。（その際、次のような意図も抱いているのである）、すなわち、私たちが（彼らからの攻撃の危険を忘れて）気を緩めた時に、突然私たちの心を（空想へと）さらい去り、再び私たちを心に注意を払わない怠惰な者にしてしまうためである。なぜなら、彼らにはただ一つの目的とただ一つの業が絶えず心を占めているからである——すなわち、それによって魂の中にどのような富が蓄積されるかを知りつつ、私たちの心が自分自身に注意を向けることを決して許さないことである。——しかし、私たちは（戦いの小康状態にある）その時こそ、主イエス・キリストを心に留めつつ、霊的な黙想に身を委ねる——すると、戦いは再び私たちの心を襲うだろう。ただ、すべてのことにおいて、主ご自身の御助言に従い、大いなる謙遜をもって行動するのだ。

**31.** 共同生活を送るにあたり、私たちは自発的な意志と心の準備をもって、修道院長の前ではあらゆる自分の意志を切り捨て、こうして神の助けにより、ある意味で自発的な無意志者となるべきである。その際、私たちはあらゆる手段を講じて、苛立ちに動揺せず、不合理で不自然な怒りの感情を抱かないように努めなければならない。そうでなければ、霊的な戦いの時に、私たちは臆病（勇気を失った）な者になってしまうからである。なぜなら、私たちの意志は、自ら進んでそれを断ち切らない限り、通常、（私たちの同意なしに）強制的にそれを断ち切ろうとする者たちに対して苛立ちを覚えるものだからである。そして、このために煽られた怒りは、悪意に満ちて吠え立て、苦勞の末にかろうじて得ることができた戦いの知恵（戦いを行う術）を台無しにしてしまう。怒りは通常、破壊的である。もしそれが悪魔的な思念に対して向けられれば、それらを打ち砕き、根絶やしにする。しかし、もしそれが人間に対して沸き起これば、彼らに対する私たちの善意ある思念をも根絶やしにしてしまう。このように、怒りは明らかに、あらゆる種類の思念——それが悪しきものであれ、あるいはたまたま正しいものであれ——にとって破壊的なものである。それは盾や弓のように神から私たちに与えられたものであり、その本来の目的か

ら逸脱しなければ、その役割を果たす。しかし、その目的に沿わない働きをすれば、破壊者となる。私は、時には狼に果敢に襲いかかる犬でさえ、羊を苦しめるのを見たことがある。

**32.** それゆえ、他者に対する無分別な自由奔放さ（傲慢さ）は、アスピスの毒のように避けるべきであり、頻繁な会話は、蛇やエヒドナの産物のように避けるべきである。なぜなら、それらは極めて速やかに内なる戦いを完全に忘れさせ、心の清らかさによってもたらされる高みから魂を地に引きずり下ろしてしまうからだ。呪われるべき忘却は、水と火のように注意を拒み、刻一刻と強力な敵となるのである。忘却から怠惰へと至り、怠惰から（霊的生活の規律に対する）軽視と落胆へと移り、そして節度のない欲望へと至る。こうして、私たちはまるで犬が自分の嘔吐物に戻るように、再び後戻りしてしまうのである（Ⅱペトロ2:22）。それゆえ、私たちは致命的な毒である放縦から逃げ続けよう。そして、忘却という邪悪な病を、心を極めて厳格に保ち、私たちの主イエス・キリストを絶えず呼び求めることによって癒そう。なぜなら、主なしには、私たちは「何事もなすことはできない」からである（ヨハネ15:5）。

**33.** 蛇と親しく交わり、その蛇を自らの内奥に宿すことは、通常のことではなく、また不可能なことである。また、必要不可欠なものを供給する以外、あらゆる方法で肉体を愛撫し、愛し、それに迎合しながら、同時に天の徳を重んじることも不可能である。なぜなら、あの（蛇）は、その本性上、温かく迎えてくれた者を傷つけずにはいられないし、この（肉体）もまた、肉欲の快楽に身を任せて、自分に奉仕する者を穢さずにはいられないからである。肉体が何らかの過ちを犯したときは、酒に酔った逃亡奴隷のように、傷ができるまで容赦なく鞭打たなければならない。そうして、その上に、罰を下す用意のある主人（理性）がいることを悟らせ、酒場での酒のように、情欲に溺れる快楽を求めさせず、また、この夜の奴隷が、朽ちることのない女主人（魂）の存在を知らず、ただ朽ちるべき塵に過ぎないことを悟らせなければならない。その最期を迎えるまで、自分の肉体を信頼してはならない。使徒は言う、「肉の欲は神に対する敵意である。それは神の律法に従わないからである」（ローマ8:7）、また、「肉は、御霊に敵対する」（ガラテヤ5:17）、さらに、「肉にある者は、神に喜ばれることはできない。しかし、あなたがたは肉の中にいるのではなく、御霊の中にいるのである」（ローマ8:8-9）。

**34.** 「分別」の務めとは、常に私たちの衝動的な力を、内なる戦いにおける闘争と自己抑制へと向かわせることです。「知恵」の務めとは、私たちの精神的な力を、厳格かつ絶え間ない自制と霊的な黙想へと向けさせることです。「正義」の務めとは、欲望の力を美德と神へと向けることである。「勇気」の務めとは、五感を制御し、それらが私たちの内なる人、すなわち心も、外なる人、すなわち肉体も、汚さないように抑え込むことである。

**35.** 「イスラエルにはその栄光が」——すなわち、可能な限り神ご自身の栄光の美しさを仰ぎ見る心の上に、「その力は雲の上にある」（詩編67:35）——これは、朝早くから父の右に座しておられる御方に視線を注ぐ、光に満ちた魂たちの上にある。御方は、太陽が清らかな雲をその光線で照らすように、彼らを照らし、最も愛すべき姿として現わされる。

**36.** 「ただひとりの罪人が、多くの善を台無しにする」と、神の御言葉は述べている（伝道の書9:18）。そして、罪を犯す心は、前の章に記されているもの——すなわち、これらの天の飲み物と食物——を台無しにしてしまうのである。

**37.** 私たちは、サムソンほど強くもなく、ソロモンほど賢くもなく、祝福されたダビデほど理知に富んでもおらず、至高のペトロほど神を愛しているわけでもない。だから、自分自身に頼ってはならない。聖書は、自分自身に頼る者は恐ろしい転落を遂げると述べているからである。

**38.** キリストからは謙遜の知恵を、ダビデからは謙遜を、ペトロからは、起こりうる転落について嘆くことを学ぼう。しかし、サムソンやユダ、あるいは極めて賢明なソロモンのように、絶望してはならない。

**39.** 「悪魔は、ほえたける獅子のように、自分の軍勢を率いて、誰かを食い尽くそうと巡り歩いている」（ペトロの手紙一5:8）。私たちの心から、注意深さ、自制、（思いに対する）戒め、そして私たちの神である主イエス・キリストへの祈りが、決して途絶えることのないように。なぜなら、イエス以外のより良い助けは、あなたの一生を通じて見つけることはできないから

だ。神として、主なる御方である御方だけが、悪魔の罠や策略、そして狡猾さを知っておられるからである。

**40.** 魂は大胆にキリストに希望を置き、御名を呼び求めよ。敵を決して恐れてはならない。なぜなら、あなたが戦っているのは、目に見えるもの、目に見えないもの、無形のもの、有形のもの、すべての被造物の創造主である、畏るべき王イエス・キリストと共に戦っているからである。

**41.** 雨が地上に降り注ぐ量が多ければ多いほど、その地を柔らかくするように、私たちが無思慮に叫ぶキリストの聖なる御名も、呼び求める頻度が高ければ高いほど、私たちの心の地を柔らかくし、喜びと歓びで満たしてくれるのである。

**42.** 経験の浅い者たちは、次のこともよく知っておくべきである。すなわち、私たちは、肉体も思考も肥大化し、地にへりくだっているが、無形かつ目に見えず、悪意に満ち、悪意を企むことに長け、素早く軽快な敵たち、 アダムから今日に至るまで繰り広げられてきた戦いで熟達した、そのような敵を打ち負かすことができるのは、絶え間ない心の覚醒と、私たちの神であり創造主であるイエス・キリストへの呼びかけ以外に、他の方法はない。未熟な者にとっては、イエス・キリストへの祈りが、善を試み、知るための励ましと導きとなるでしょう。一方、熟達した者にとっては、善における最良の師とは、行いそのものであり、行いによる試練、そして善を味わうことなのです。

**43.** 幼く純真な子供が、誰かが何か奇抜なことをしているのを見て、それに慰められ、悪意のないまま、その奇術師の後を追うように——私たちの魂もまた、単純で善良であるゆえに（それは、その善良な主によってそう造られたからである）、——悪魔の幻想的な誘惑に甘んじ、それに惑わされて、まるで善なる者であるかのように、その悪意ある者に駆け寄る。それは、雛のために罠を仕掛ける者に鳩が駆け寄るようなものであり、こうして自らの思いと悪魔の誘惑の幻想とを混同してしまうのである。もしそれが美しい女性の姿であったり、キリストの戒めによって完全に禁じられている他の何ものであったとしても、彼女は、現れた美しさが植え付けたことをいかにして巧妙に実行に移すかを企て、そしてその思いと一致するに至ると、すでに肉体を通じて、心に思い描いた不法な行いを実行に移し、自らを裁きにさらすのである。

**44.** これこそが悪魔の狡猾さであり、彼はまさにそのような矢によってあらゆる獲物を仕留めるのである。それゆえ、心で戦いの大きな経験を積むまでは、思いが私たちの心に入り込むのを許してはならない——特に、私たちの魂がまだ悪魔の誘惑に共感し、それに喜びを感じ、喜んでその後に従おうとする初期の段階においては。しかし、それらに気づいたら、それらが現れ、心を捉えたまさにその瞬間に、即座に断ち切らなければならない。そして、心が長い間この驚くべき行いに留まり、この奮闘を学び、そのすべてを見極め、そのような戦いを遂行する熟練を身につけたとき、思いを見分けることが確実になり、預言者が言うように、「*小さな狐*」を容易に捕らえることができるようになる（雅歌2,15）： そうすれば、巧みに彼らを内部に入らせ、キリストの助けを借りて彼らと戦い、その正体を暴き、追い出すことができる。

**45.** 火と水が同じ水路を同時に通ることができないのと同様に、罪が心に侵入することは、まず悪意ある思惑という「前触れ」によって心の扉を叩かなければ、あり得ない。

**46.** 第一は「誘惑」であり、第二は「結合」であり、これは私たちの思いと邪惡な悪魔たちの思いが混ざり合うことである。第三は「共謀」であり、これは両者の思いが悪に合意し、その実行方法を互いに決めることである。第四は「感覚的な行為」、すなわち罪である。したがって、もし心が冷静さを保ち、自分自身に注意を払い、主イエスへの反論と呼びかけを通じて、誘惑が芽生えたその瞬間からそれを追い払うならば、通常それに続くべきものは何も起こらなくなる。なぜなら、悪しき者は無形の存在であるため、夢想や思いを通じてしか魂を惑わすことができないからである。（こうした行為について）誘惑についてダビデはこう語っている。「*朝ごと*に、*地のすべての罪人を打ち砕く*」（詩編100:8）。また、偉大なるモーセは交わりについて、「*彼らと交わってはならない*」（出エジプト記23:32）と述べている。

**47.** 心と心は目に見えない形で戦いを繰り広げている——悪魔の心と私たちの心との間である。それゆえ、毎分、魂の深みからキリストに叫び求め、悪魔の心を追い払い、人愛に満ちた御方として、勝利の戦利品を私たちに授けてくださるよう願わなければならない。

**48.** 心の静寂の模範として、鏡を手に持ち、それを注意深く見つめる人の姿を取りなさい。そうすれば（すなわち、その人に倣うようになれば）、あなたの心の中に、悪いことも良いことも、思考としてどのように書き込まれているかが見えてくるだろう。

**49.** 常に、自分の心に、不品行なものであれ、一見良からしいものであれ、いかなる思いも抱かないよう心がけなさい。そうすれば、異邦人、すなわちエジプトの初子たち（つまり、悪の誘惑）を見分けることが容易になるでしょう。

**50.** 節制という美德は、なんと良きものであり、心地よく、明るく、甘美で、あらゆる点で善く、明瞭で（陽気な）、そして美しいことか。キリストなる神よ、あなたによって善く導かれ、人間の心によって大いなる謙遜のうちに生き活きと歩まれるものよ！ なぜなら、それは海や思索の深みへとその枝を伸ばし、甘美な神の奥義の川へとその若枝を延ばすからである（詩編79、12）まで伸び、古くから、悪魔の狡猾な思惑の甘美さと、死に至る肉の狂おしい思索によって不義に焼かれてきた心を潤し、清め、活気づける。

**51.** 節制はヤコブの梯子に似ており、その頂上には神が座し、天使たちがその上を歩む。それは私たちからあらゆる悪を引き抜き、多弁、悪口、中傷、そして感覚的な情欲のあらゆるリストを切り捨て、たとえ短時間であっても自らの甘美さを失うことを許さない。

**52.** 兄弟たちよ、私たちはこの道を全力を尽くして歩んでいこう。しかし、キリスト・イエスにおける清らかな思いをもって、その御姿の幻に心を馳せつつ、自らの過ちや過去の生活を見つめ続けよう。そうして、自らの罪の記憶によって心を砕かれ、謙虚にされることで、心の戦いにおいて、私たちの神であるイエス・キリストの絶え間ない助けを得ることができるようになる。なぜなら、もし高慢や虚栄、あるいは自己愛のゆえに、私たちがイエスの助けを失うならば、それとともに、神が人に御自身を知らしめるための手段である心の清さも失ってしまうからである。約束（マタイ5:8）によれば、前者が後者（神を見るための心の清さ）の第一の原因だからである。

**53.** 自分の内なる行いを怠らない心は、絶え間ない修練と自己の保ちによって生じる他の諸々の恵みとともに、外部からやってくる罪の誘惑において、五感に加担させないという恵みも得る。自らの徳、すなわち節制に全き注意を払い、常に善き思いに喜びを見出そうと願う者は、五感が物質的かつ虚しい思いを通じて自分の中に侵入し、自分を蝕むことを許さない。むしろ、それらを通じてどのような惑わしが生じるかを悟り、強い意志の力で内側から五感を抑制する。

**54.** 心の注意を絶やさず保てば、誘惑に疲れ果てることはない。しかし、そこから逸脱したならば、何が起ころうとも耐え忍べ。

**55.** 食欲を失い、食物に嫌悪感を抱く者にとって苦いヨモギが有益であるように、気性の荒い者にとっては、災難に耐えることが有益である。

**56.** もし苦しみを受けたくないのなら、悪を行うことも望んではならない。なぜなら、前者は後者に必ずついてくるからである。人は自分が蒔いたものを刈り取る。そう、私たちが自発的に悪を蒔き、意に反して（悲しみという）報いを受けるとき、その中に神の正義を見出さなければならない。

**57.** 知性は、次の三つの情欲によって曇らされる。すなわち、金銭への執着、虚栄心、そして快楽への執着である。

**58.** 知恵と信仰は、私たちの本性と共にあるものだが、他ならぬこれらによって鈍らされてしまったのである。

**59.** 激怒や憤り、争いや殺戮、そしてその他のあらゆる情欲は、これらによって人々の内に強く根を下ろしてしまった。



60. 真理を知らない者は、真に信じることもできない。なぜなら、知識は当然、信仰に先行するからである。聖書に記されていることは、単に私たちが知るためだけではなく、それを実践するためでもある。

61. それでは、実行を始めよう。そうして徐々に進歩していくうちに、神への信頼、揺るぎない信仰、内なる知恵、誘惑からの解放、恵み深い賜物、心からの告白、あふれる涙が、祈りによって信じる者たちに与えられることに気づくだろう。それだけでなく、悲しみを耐え忍ぶこと、隣人への心からの赦し、霊的な律法の理解、神の義の獲得、聖霊の導き、霊的な宝の授与、そして神が信じる者たちにこの世でも来世でも約束されたすべてのものが与えられるのです。一言で言えば、深い謙遜と途切れることのない祈りの中で心に留まる神の恵みと人の信仰によってこそ、魂は神のかたちに造られた存在として現れることができるのである。

62. 私たちは経験から、まことに大きな恵みを受け取った。それは、もし誰かが自分の心を清めたいと願うなら、心の中の敵に対して絶えず主イエスを呼び求めることである。そして、私の経験から語ったこの言葉が、聖書の証言といかに一致しているかを見てほしい。「イスラエルよ、『あなたの神、主を呼び求めよ』と備えよ」と聖書は述べている（アモス書4:12）。使徒もまた、「絶えず祈りなさい」と言っている（テサロニケの信徒への手紙一5:17）。そして主は私たちにこう告げておられます。「わたしなしには、あなたがたは何も行うことができない。わたしの中にいる者、またわたしがその人の中にいる者は、多くの実を結ぶ。もしわたしの中にいながら、実を結ばない者があれば、その人は枝のように切り捨てられ、枯れてしまう」（ヨハネ15:5-6）。祈りとは、あらゆる善をその中に兼ね備えた偉大な恵みである。なぜなら、それは、信者たちが神を仰ぎ見る心をも清めるからである。

63. 謙遜という宝は、高貴であり、神に愛されるものであり、私たちの中にあるあらゆる悪や、神が憎まれるすべてのものを根絶する力を持っている。それゆえ、これを容易に手に入れることはできない。他の人の中に、多くの美德に属する個別の行いを見つけることは、おそらく容易だろう。しかし、その人の中に謙遜の芳香を探そうとしても、それを発見することはまずないだろう。それゆえ、この宝を手に入れるためには、多くの熱意と努力が必要である。聖書は、悪魔をも「不浄」と呼んでいる。それは、彼が最初からこの謙遜という善き宝を拒み、高慢を愛したからである。この一点だけで、聖書の至る所で彼は「不浄な霊」と呼ばれている。なぜなら、完全に非物質的で、肉体を持たず、構成要素もない存在が、どのような肉体的汚れを犯しうるといえるのか。それゆえに「不浄」と呼ばれるのだろうか。明らかに、彼はその高慢ゆえに「不浄」と呼ばれ、清く明るい天使から「邪悪な者」と名指しされたのである。「神の前で、高慢な者はみな不浄である」（箴言16:5）。聖書によれば、最初の罪は「高慢」である（シラ書10:15）。ファラオが「あなたの神など知らない。イスラエル人を解放するつもりはない」（出エジプト記5:2）と言ったのは、高慢な者として語ったのである。

64. もし私たちが自分の救いを怠らなければ、謙遜という恵み深い賜物を得ることができるような心の働きは数多くある。例えば、言葉、行い、思いによる罪の回想、そして心の中で繰り返し振り返るその他の多くのことが、謙遜へと導く。また、隣人の美德を絶えず心に巡らせ、彼らの他の自然な長所を称え、自分と彼らとを比較するときも、真の謙遜へと導かれる。このように、自分の欠点や、他者の完全さからどれほどかけ離れているかを心の中ではっきりと見ることで、人は自然と自分を土や灰、さらには人間ですらなく、ある種の犬であると見なすようになる。なぜなら、地上のあらゆる知性ある生き物からあらゆる点で遅れをとっており、それらすべてよりも貧しく、みすぼらしい存在だからである。

65. キリストの御口、教会の柱、我らの偉大なる父ヴァシレイオスはこう述べている。「罪を犯さず、翌日も再び同じ過ちを犯さないための大きな助けは、一日の終わりに自分自身と自分のすべてを良心の裁きにつけ、どこで過ちを犯し、どこで正しく行動したかを見極めることにある。ヨブもまた、自分自身に対しても、また自分の子供たちに対しても、このように行っていた」。このような日々の省察は、私たちに毎時間起こる事柄を明らかにするものであり、（あるいは、毎時間どのように行動すべきかを見極めるための、毎時間の省察を教えるものである）。

66. また、<sup>69</sup> という、神聖な事柄に精通した別の賢者も、次のように述べた。「実を結ぶ始まりは花であり、活動的な生活の始まりは節制である」。それでは、教父たちが教えるように、節制を適度かつ適切に実践し、12時間の一日を、心を慎んで過ごそう。このように行動することで、私たちは神の助けと、ある種の自己鍛錬によって、自分の中にある悪を消し去り、弱めることができるでしょう。なぜなら、自己鍛錬によって徳ある生活が得られ、それによって天の御国が与えられるからです。

67. 悟りへの道は、無情と謙遜であり、これらがなければ、誰も主を見ることはできない。

68. 絶えず自らの内面に留まり、常にそこで心を巡らせる者は、貞潔を保つ。それだけでなく、さらに瞑想し、神学を論じ、祈りを捧げる。これこそが、使徒が「御霊によって歩み、肉の欲望を満たしてはならない」（ガラテヤ5:16）と語っていることである。

69. 霊的な道を歩む術を知らない者は、情欲的な思いに気を配らず（すなわち、それらを自分から追い払おうとせず）、ただ肉体のことばかりに心を奪われ、あるいは食欲にふけり放蕩に走り、あるいは悲しみ、怒り、恨みを抱き、それによって心を曇らせたり、あるいは過度な修行に励んで心を乱したりする。

70. 世俗、すなわち妻や財産など、外的なものから離脱した者は、外なる人間だけを修道士としたに過ぎず、内なる人間までは修道士にしていない。しかし、これらすべてに対する情欲的な思いから離脱した者は、内なる人、すなわち心までも修道士としたのである。そのような者こそが真の修道士である。外なる人を修道士にするのは、望めば容易なことだが、内なる人を修道士にするには少なからぬ労力を要する。

71. この種において、情欲的な思いから完全に解放され、絶え間なく清く非物質的な祈りにふける者は誰か——それこそが、内なる人の特徴である。

72. 私たちの魂の中には多くの情欲が隠されている。しかし、それらは、その原因（対象やきっかけ）が目の前に現れたときにのみ、その正体を現すのである。

73. すべてを肉体の鍛錬に費やすな。むしろ、肉体に適した行いを定めた上で、全精神を内なるものに向けよ。「肉体の鍛錬はわずかにしか役に立たないが、敬虔はすべてのことに役立つ」（テモテへの手紙I 4:8）。

74. 情欲が静まっているとき——それは単に、その原因（対象やきっかけ）が取り除かれたか、あるいは悪魔たちが狡猾に退いたかのいずれかである——そこに高慢が生まれる。

75. 謙遜と苦行（修道的な肉体的苦行）は、人をあらゆる罪から解放する。前者は心の情欲を切り捨て、後者は肉体の情欲を切り捨てるのである。それゆえ、主はこう言われる。「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:8）——愛と節制によって自らを清めたとき、彼らは主ご自身と、主の中に存在する宝とを見るのである。そして、その清めを深めれば深めるほど、その見ることの深さも増すのである。

76. あらゆる美德に関する言葉の観測所（展望台）とは、心の守りである。かつてダビデの守衛が「心の割礼」と呼んだように（列王記下 18, 24）。

77. 感覚的なものの中で有害なものを見つめることで傷つくのと同様に、知的なものに対しても同じことが起こる。

78. 植物の芯を傷つけると、その植物全体が枯れてしまうように、人間の心についても同様に理解すべきである。捕食者たちは決して眠らないのだから、刻一刻と注意を払わなければならない。

79. 主は、あらゆる戒めが義務であり、また子としての地位が、まさに御自身の血によって人々に与えられた賜物であることを示そうとして、こう言われている。「あなたがたは、命じられたことをすべて行ったら、『私たちは役に立たないしもべです。すべきことをしただけです』と言いなさい」（ルカ17:10）。それゆえ、天の御国は行いに対する報酬ではなく、忠実な僕たちのために用意された主の恵み深い賜物である。僕は自由を報酬として求めることはない。しかし

---

<sup>69</sup> 聖ニル・シナイ。

（それを与えられたら）借りを返した者として感謝し、（与えられなければ）恵みとして待ち望むのである。

**80.** 聖書にあるとおり、キリストは私たちの罪のために死なれ、御自身のために善く働く僕たちに自由を授けてくださる。なぜなら、こう言われているからである。「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入れ」（マタイ25:21）。しかし、忠実なしもべとは、（しもべとしての義務という）単なる知識に頼る者ではなく、戒めを与えられたキリストへの従順によって忠実さを示す者である。

**81.** 主人を敬う者は、主人の命じることを行い、もし何らかの過ちを犯したり、命令に背いたりしたならば、それによって自分に降りかかる結果を当然のこととして受け入れる。知識欲を持つなら、勤勉であれ（もちろん、戒めを実行する上で）：なぜなら、知識だけを持つことは人を高慢にさせるからである。

**82.** 予期せず私たちに降りかかる試練は、勤勉であるよう、神の摂理によって私たちを教え導いてくれる。

**83.** 星にふさわしいのは、その周囲を照らす光である。一方、敬虔で神を畏れる者にふさわしいのは、貧しさと謙遜である。なぜなら、キリストの弟子たちを識別し、その証しとなる特徴として定められているのは、謙遜な思索とへりくだった態度に他ならないからである。このことについて、四つの福音書は至る所で力強く訴えている。もしそうではない者、すなわち謙遜に生きない者は、十字架と死に至るまで自らを低くされた方、すなわち福音の律法制定者であり、神の戒めを定めた方——（福音書に描かれた行いと生涯を通じて）私たちに守るべき戒めを示された方——の御一部を失うことになる。

**84.** 「渇いている者は、水へと来なさい」と預言者は言う（イザヤ書 55:1）。神を渴望する者よ、心と精神を清く保って歩みなさい。もっとも、その清さによって高く舞い上がっている者は、自らの貧しさという地に目を向けるべきである。謙遜な者より高い者はいない。光のないところではすべてが暗く陰鬱であるように、謙遜な心がないとき、神のために私たちが丹念に尽くしたすべての労苦は、虚しく実りのないものとなる。

**85.** 「言葉の結末、すべてを聞きなさい。神を畏れ、その戒めを守りなさい」（伝道の書 12,13）、それは心においても、感覚においてもである。もし心の中でそれらを守るよう自らを律するならば、それらを守るために感覚的な労苦を必要とすることはめったにないだろう。ダビデはこう言っている。「わたしは、あなたの御心を成し遂げたいと願い、あなたの律法をわたしの心の内に置きたいと願った」（詩篇 39:9）。

**86.** もし人が、神の御心と御法を「腹の内に」、すなわち心の内に築き上げなければ、外においてもそれを適切に実行することはできない。自制心を欠き、無関心な者は、あたかも神に対してこう言っているかのようだ。「あなたの道を見ることを望まない」（ヨブ記21:14）——もちろん、これは神の啓示が欠如しているためである。その啓示に与る者は、確信をもって心に律法を留めるだけでなく、神の御心に従って生きるのに十分な強さを持つのである。

**87.** 感覚的な塩がパンやあらゆる食物を美味しくし、肉が腐るのを防ぎ、それを長く無傷のまま保つように、心の中の甘美さと、心の中でなされる驚くべき働きを賢く保つことについても、同様に理解すべきである。なぜなら、それは神聖な力によって、内なる人も外なる人も甘美にし、邪悪な思いの悪臭を追い払い、私たちを善において揺るぎないものとして保つからである。

**88.** 誘惑からは多くの思いが生じ、それらからは感性的な悪行が生まれる。イエスと共に最初のものを即座に消し去る者は、その後のものも避けることができる。そして彼は、甘美な神聖な知恵に富み、その知恵の中で至る所に遍在する神を仰ぎ見、神に対して心の鏡を向け、感覚的な太陽に向けられた澄んだガラスのように、神の光に照らされるようになる。そうしてついに、心は自らの欲望の究極の限界に達し、自己内におけるあらゆる他の観想から安らぎを得る。

**89.** あらゆる思考は、何らかの感覚的なものの想像を通じて心に侵入する（感覚的なものは知的なものを妨げる）ため、神性の神聖な光は、心があらゆるものから解放され、完全に無像（

いかなる形や姿も呈さない)となった時に、初めて心を照らし始めるのである。なぜなら、その光は、あらゆる思考から解放された、すでに清らかな心の中にのみ現れるからである。

90. 心にどれほど注意深く耳を傾げるかによって、それだけ温かい願いをもってイエスに祈ることになる。また、逆に——心をどれほど不注意に見守っているかによって、それだけイエスから遠ざかってしまう。そして、前者が心の空気を強く照らすのと同様に、後者——すなわち、冷静さとイエスの甘美な呼びかけからの逸脱——は、通常、それを完全に曇らせてしまう。当然のことながら、このことは私たちが述べた通りであり、それ以外のあり方はない。これは、実際に体験してみれば、経験から分かるだろう。なぜなら、美德、とりわけそのような光を放つ甘美な行いは、通常、経験によってしか学べないからである。

91. 絶え間なく、ある種の温かく、甘美さと喜びに満ちた願いをもってイエスを呼び求めることは、心の空気が極度の集中によって、慰めのある静寂で満たされるという結果をもたらす。また、心が完全に清められることについても、その原因となるのは、神の御子であり神であるイエス・キリスト、すなわちすべての善の原因であり創造主である。なぜなら、御自身こう言われているからである。「わたしは主、神、世界を創造する者である」(イザヤ書45章7節)。

92. 魂は、イエスによって恵みを受け、慰められているため、ある種の喜びと愛をもって、その恵みの与え主に告白によって報い、感謝し、そして喜びをもって、自分を和解させてくださった方を呼び求める。なぜなら、魂は心の内で、イエスが邪悪な霊たちの妄想をいかに吹き飛ばしているかを、心の中で見ているからである。

93. 「そして、」とダビデは言う、「私の知恵ある目は、私の『心の中の』敵を見据え、私に対して立ち上がり、悪巧みをする者たちの声を、私の耳は聞く」(詩編91:12-13)。そして、「罪人への報い」が、私の中で神によって成し遂げられるのを、私は見届けた(詩編90:8)。心にいかなる妄想もないとき、知性は本来の秩序に留まり、霊的かつ神を愛するあらゆる甘美な観想へと向かう準備が整っている。

94. このように、私が述べたように、明晰さとイエスの祈りは互いに不可分のものである。すなわち、極度の注意は絶え間ない祈りの構成要素であり、また祈りは、心における極度の明晰さと注意の構成要素なのである。

95. 肉体と魂の両方にとって良き導き手となるのは、死についての忘れがたい記憶であり、また、現在存在するすべてのもの(すなわち、今この瞬間と死の時の間にあるもの)を通り過ぎて、常に死を眼前に見据えること、そして、肉体と別れる際に横たわるその死の床、その他諸々を心に留めておくことである。

96. 兄弟たちよ、常に傷つけられないままでありたいと願う者は、眠りに身を任せてはならない。しかし、二つのうちの一つは避けられない——美德を失って転落し滅びるか、あるいは常に武装した心で(警戒して)立ち続けるかである。なぜなら、敵もまた常にその軍勢を率いて(待ち伏せして)立っているからである。

97. 私たちの心には、主イエス・キリストを絶えず思い起こし、呼び求めることによって、ある種の神聖な状態が生まれる。もし、心の中で常に主への祈りを怠らず、絶え間ない覚醒を保ち、門番としての務め(すなわち、身内を通し、よそ者を追い払うこと)を怠らなければ、しかし、真に、常に同じ方法でなされるのは、私たちの主イエス・キリストを呼び求めることであり、心を燃やして彼に叫び求め、彼が私たちに御自身の聖なる御名を味わわせてくださるよう(それが心に根付くように)願うことである。なぜなら、反復(同じことを頻繁に繰り返すこと)は、美德においても悪徳においても、習慣の母であるからであり、習慣はその後、まるで天性であるかのように支配するからである。そのような状態に至ると、心はまるで茂みの中のウサギを探す猟犬のように、自ら敵を探し求めるようになる。しかし、猟犬はそれを食い尽くすために探し求めるのに対し、心は敵を打ち倒し、追い払うために探し求めるのである。

98. さて、私たちの中に邪悪な思いが増え始めたときはいつでも、その中に主イエス・キリストへの呼びかけを投げ込みましょう。そうすれば、経験が教えてくれたように、それらが空気

中の煙のように散り始めるのがすぐにわかるでしょう。その後、心が（心を乱す思いから）解放されたら、再び絶え間ない注意と主への呼びかけに取り組みましょう。このような誘惑に遭うたびに、このように行動しましょう。

**99.** 裸の体で戦場に出たり、衣服を着たまま大海原を泳ぎ渡ったり、息をせずに生きたりすることが不可能なのと同様に、謙遜とキリストへの絶え間ない祈りなしに、心の内なる戦いを学び、それを巧みに追い詰め、断ち切ることは不可能です。

**100.** 事柄において最も経験豊かな偉大なダビデは、主に向かってこう言っている。「私の力をあなたに委ねます」（詩編58:10）——（すなわち、あなたに助けを求めて頼る）。同様に、あらゆる美德の源である心の静寂と精神の静寂を保つことも、私たちに戒めを与え、絶えず主を呼び求める時に、心の静寂を水と火のように最も激しく滅ぼす不適切な忘却を私たちから追い払ってくださる主の助けによって、私たちの中に実現するのです。それゆえ、修道士よ、怠惰による眠りに身を任せて自らを死に至らしめることのないように。むしろ、イエスの御名によって敵を打ち碎きなさい。ある賢者が言ったように、この最も甘美な御名があなたの息に宿るようにしなさい。そうすれば、あなたは沈黙の益を知るようになるでしょう。

**101.** 私たち不肖の者が、畏れと戦慄をもって、私たちの神であり王であるキリストの神聖かつ至聖なる秘跡に与ることを許されたとき、こそ、私たちは最も顕著に、冷静さ、心の自制、そして厳格な注意を示すことになる。そうしてこそ、この神聖な火、すなわち 私たちの主イエス・キリストの御体、が、私たちの罪、すなわち大小を問わず、あらゆる汚れを焼き尽くしてくれるでしょう。なぜなら、それが私たちの中に入ると、直ちに心の中から悪意に満ちた邪悪な霊を追い払い、かつて犯した罪を赦してくれるからです。そして、私たちの心は、邪悪な思いによる煩わしい執拗さから解放されるのです。もしその後、心の扉に立ち、自分の心を注意深く守り続けるならば、再び聖なる秘跡に与る時、神聖な御体はますます私たちの心を照らし、星のように輝かせるようになるでしょう。

**102.** 忘却は、水が火を消すように、通常、心の執着を消し去る。しかし、絶え間ないイエスの祈りと、衰えることのない自制心によって、それはついに心から消え去る。祈りは、ろうそくの光の中の小さなランプのように（あるいは、風のない中でろうそくのように燃え続けるためのランプのように）、覚醒を必要とする。

**103.** 貴重なものを守るためには、痛切なほどに心を配らなければならない。そして、真に私たちにとって貴重なものは、感覚的なものであれ、精神的なものであれ、あらゆる悪から私たちを守ってくれるものだけである。これこそが、イエス・キリストを呼び求めながら心を保つことである——すなわち、常に心の奥底を見つめ、絶えず思考を静め——あえて言えば、正しいと思われる思いさえも排し、あらゆる思いから心を空っぽにしようと努めることである。そうすることで、その下に泥棒が潜み込まないようにするためである。しかし、たとえ病に苦しんでいても、忍耐をもって心に留まり続ければ、慰めはすぐそばにある。

**104.** 絶えず守られ、暗く悪意ある霊たちの幻やイメージ、空想を受け入れることを許されない心は、通常、光に満ちた思いを生み出す。なぜなら、炭が炎を生み出すように、聖なる洗礼によって私たちの心に宿る神は、もし私たちの心の空気が悪意の風から清められ、知性の見張りによって守られているのを見出せば、蠟燭の炎がそうであるように、私たちの思索の力を点火し、観想へと導いてくださるからである。

**105.** 私たちは常に、心の空間においてイエス・キリストの御名を、雨が降る前に稲妻が大気中を駆け巡るように、巡らせなければならない。これは、内なる戦いにおいて霊的な経験を持つ者たち（）がよく知っていることである。この心の戦いは、次のような順序で進める。第一に、注意を払うこと。次に、敵の思いが近づいてきたことに気づいたら、怒りを込めて心から呪いの言葉を投げつける。その次にすべきことは、イエス・キリストを呼び求めることに心向け、その悪魔の幻影が即座に消え去るように祈ることである。そうしなければ、心はまるで巧みな手品師に惑わされた子供のように、その妄想の後を追ってしまうだろう。

**106.** ダビデのように叫びながら、自らを奮い立たせよう。「主イエス・キリストよ！」——たとえ私たちの喉が声を失って沈黙しようとも、私たちの知恵ある目は、「私たちの神、主」への希望をもって、天を仰ぎ続けることをやめないようにしよう（詩編68:4）。

**107.** 主が、常に祈り、落胆してはならないと私たちを教えるために語られた「不義な裁判官」のたとえを常に心に留め、（それに従って行動すれば）、私たちは益も得、報いも受けるであろう。

**108.** 太陽を見つめる者の瞳が強く輝かずにいられないのと同じように、常に心の奥底に光を注ぐ者も、輝かずにいることはあり得ない。

**109.** 食べ物や飲み物なしにこの世の生活を送ることが不可能なように、心の清さと精神の節制——すなわち「節制」と呼ばれるもの——なしには、たとえ誰かが苦痛への恐れから、行いによる罪を無理やり抑えていたとしても、魂が霊的なものや神に喜ばれるものを達成したり、心の罪から解放されたりすることは不可能です。

**110.** とはいえ、ある種の自制によって行いによる罪を控えている者たちも、神と天使たち、そして人々の前で祝福されている。なぜなら、「自らを律する者」こそが「天の御国を勝ち取る者」だからである（マタイ11:12）。

**111.** 沈黙が心に与える実の驚くべき点は、そこでは、罪が最初は単なる思いとして心に叩きつけられるが、もし思考によって受け入れられれば、後に粗野で肉欲的な罪へと発展してしまうものであるにもかかわらず、それらはすべて、私たちの内なる人において、節制という美德によって精神的に断ち切られる。この美德は、罪が内に入り込み、悪行へと発展することを許さず、私たちの主イエス・キリストの御手と御加護によって守られているのである。

**112.** 外面的で、感覚的・肉体的な行いの模範は旧約聖書であり、新約聖書である聖福音書は、心の注意深さや清らかさの模範である。そして、旧約聖書は、神に喜ばれる行いにおいて、内なる人を完全な境地へと導き、満足させ、またその正しさを証明するものではなかった。「なぜなら、律法は」と使徒は言う、「何ものも完全には成し遂げなかった」（ヘブライ人への手紙7:19）と述べている。それは単に、粗雑な罪を遮るだけのものであった（心の清さを保つために、邪惡な思いや欲望を心から切り離すこと。これは福音の戒めであり、例えば、隣人の目や歯を引き抜くことを禁じるよりも高いものである）。このように、肉的な義や肉的な行い、すなわち断食や禁欲、裸の地での就寝、立ち続け、徹夜、その他、通常は肉体のために生じ、肉体の情欲的な部分を罪深い衝動から鎮めるものについても、同様に理解すべきである。もちろん、これらすべては、旧約聖書で述べられているように（律法は良いものである）、確かに良いものである。なぜなら、それらは私たちの外なる人を訓練し、情欲的な行いから守るのに役立つからである。しかし、これらの行いは、心の罪に対する守り手でもなければ、それを防ぐものでもない。すなわち、嫉妬や怒りなどから私たちを救い出す力はないのである。

**113.** 一方、心の清さ、すなわち心の守りと保全は、新約が果たす役割であり、もし私たちがそれを正しく守るならば、あらゆる情欲とあらゆる悪を心から断ち切り、そこから根絶やしにし、その代わりに、喜び、希望、悔い改め、嘆き、涙、自己と自らの罪への自覚、死への思い、真の謙遜、神と人への限りない愛、そして神聖な心の配慮を心に植え付けるのである。

**114.** 地上を歩く者がこの空気を切り裂かずにいることができないのと同様に、たとえ誰であれ、肉体の修行を厳格に実践していたとしても、人間の心が絶えず悪魔たちと戦わずにいること、あるいは彼らによる隠れた影響を受けないままでいることは不可能です。

**115.** もし主に対して、ただ外見上だけ修道士であり、善良で、柔和で、常に神と結ばれているように見えるだけでなく、真にそのような者でありたいと願うならば、ならば、全力を尽くして「注意」という美德を修めるよう努めなさい。それは、心を守り保ち、甘美な心の静寂を確立し、空想から解放された至福の魂の状態を築くことにあります。これは、多くの人に見られることではないのです。



**116.** 注意の徳は、心の知恵と呼ばれる。——そして、あなたは、深い自制と温かい熱意をもって、イエスの祈りと共に、謙虚さと絶え間なさを持ち、感覚と心の口を閉ざし、飲食を節制し、あらゆる罪深いものから遠ざかりながら、思索を伴った巧みな道筋でこの徳を実践しなさい。そうすれば、神の助けにより、それは、あなたが思いもよらなかったことをあなたに明らかにし、知識を与え、啓発し、知恵を与え、かつて情熱と暗い行いの闇の中を歩み、思考の忘却と混乱の深淵に沈んでいた時には、心に受け入れることさえできなかったことを教えてくれるだろう。

**117.** 谷間が小麦を豊かに実らせるように、主ご自身があなたの心にあらゆる善を豊かに実らせてくださる——いや、むしろ、これをお与えになるのは、私たちの主イエス・キリストご自身である。主なしには、私たちは何も成し遂げることができないからだ。そして、最初はそれを「天への梯子」として見出し、次に読むべき書物として見出し、ついにはますます成長するにつれて、それを「都」、すなわち天のエルサレムとして見出し、イスラエルのキリスト、万軍の王を、御父と同一の本質を持つ方、そして礼拝される聖霊と共に、心で確かに仰ぎ見るようになる。

**118.** 悪魔たちは、常に偽りの夢によって私たちを罪へと誘い込む。そうして、富と利得への夢によって、彼らは不義なユダをそそのかし、万物の主であり神である方を裏切らせたのである。肉体的快樂——それ自体は取るに足らないもの——や、名誉、富、栄光といった偽りの夢によって、彼らは彼を神殺しへと引き込み、その後、絞首による自殺へと追い込み、彼に永遠の死をもたらした。それは、彼らが夢や誘惑の中で彼に示していたものとは全く正反対であり、狡猾な者たちは彼にその報いを与えたのである。

**119.** ほら、私たちの救いの敵たちが、いかに偽りの夢や空虚な約束によって、私たちを墮落へと陥れているかを見てみよ。サタン自身もまた、神と等しいことを夢想し、稲妻のように天の高みから転落した。こうして彼は後に、ある種の神的な尊厳（全知）という幻想をアダムに植え付け、彼を神から遠ざけた。同様に、この偽り多く狡猾な敵は、罪を犯すすべての人々を常々惑わしているのである。

**120.** 悪しき思いの毒による苦味は、忘却のために心を乱され、イエスへの注意と祈りから長く遠ざけられてしまうとき、私たちの心を満たす。しかし、神への愛から、確固たる熱意をもって、私たちの心の工房（心の工房、すなわち心の中）において、前述のこと（すなわち、注意と祈り）を熱心実践し始めると、心は再び、神からのある種の喜びによる甘美な感覚で満たされる。その時こそ、私たちは心の静寂の中を常に歩むという確固たる決意を抱くのです。それは他の何のためでもなく、そこから魂に感じられる心地よい甘美さと安らぎのためなのです。

**121.** 諸科学の科学、諸芸術の芸術とは、邪悪な思いに対処する術である。それらに対する最良の手段と技法とは、主の助けを借りてその兆候が現れるのを注視し、肉体の目を守るように自らの思考を常に清らかに保つことである。すなわち、偶然にもそれを傷つける可能性のあるものを鋭く見極め、塵一つさえも近づけないようあらゆる手段を尽くして防ぐことである。

**122.** 雪が炎を生まず、水が火を生まず、いばらがいちじくを生じないのと同様に、各人の心も、内面を清めず、自制心をイエスの祈りと結びつけず、謙遜と心の静寂を身につけず、また、義母のような熱意をもって先頭に立つことを急がない限り、悪魔的な思い、言葉、行いから解放されることはない。自分自身に耳を傾けない魂は、実を結ばないロバのように、善き完全な思いを抱くことができない。なぜなら、その魂には霊的な知恵の理解がないからである。まことに、イエスの御名を呼び求め、情欲に満ちた思いを取り除くことは、心の平安をもたらす甘美な行いである。

**123.** 魂が悪意を持って肉体と協定を結ぶとき、両者は共に虚栄の都と高慢の柱を築き上げ、そこに住もうために不浄な思いを生み出す。しかし、主はゲヘナの恐怖によって彼らの調和を乱し、彼らを分かち。そして、主である魂に、知恵を働かせ、肉体（しもべ）とは異質で相反する言葉を語らせる。この恐怖から、彼らの間の分裂が生じる。「なぜなら、肉の思いは神に敵対するものであり、神の律法に従わないからである」（ローマ8:7）。

**124.** 私たちの日々の行いは、常に注意深く吟味し、夕方には、もし自分の中の悪をキリストの助けを借りて打ち負かしたいと願うならば、力の及ぶ限り、悔い改めによってその重荷を軽くしなければならない。また、私たちのすべての感覚的かつ目に見える行いが、神に従って、神の御前で、そしてただ神のために行われているかどうかを見極める必要がある。そうしなければ、無知ゆえに、その過程で何らかの不善な感情に侵されてしまう恐れがあるからだ。

**125.** もし私たちが神の助けにより、日々の節制を通じて何かを身につけているのであれば、誘惑的な会話によって害を被ることのないよう、むやみに他者と交わってはならない。むしろ、この（節制という）愛すべき、そして至甘美な美徳のために、あらゆる虚しい美しさや快楽を軽蔑すべきである。

**126.** 私たちは、魂の三つの力に、その本性にふさわしく、またそれらを創造された神の御心にかなう正しい働きを与えなければならない。すなわち、怒りの力は、私たちの外なる人、そして蛇——サタン——に対して向けられるべきである。「怒れ」とあり、「罪を犯してはならない」（詩編4:5）。これは、神に対して罪を犯さないよう、罪、すなわち自分自身と悪魔に対して怒れという意味である。欲望の力を神と徳に向け、知性をその両者の主として据え、知恵と分別をもってそれらを秩序づけ、諭し、懲らしめ、王が臣民を統治するようにそれらを支配させるべきである。そうすれば、私たちの中に宿る神にかなった理性こそが、それらを統治することになる（すなわち、理性こそがそれらを支配し、それらに従うのではなく）。たとえ情欲が理性に反旗を翻そうとも、私たちは理性がそれらを統治するよう命じ続けることをやめない。なぜなら、主の兄弟はこう言っているからだ。「もし、言葉において罪を犯さない者がいるなら、その人は完全な人であり、全身を制する力がある」（ヤコブ3:2）。実のところ、あらゆる不法と罪はこれら三つの力によって行われ、あらゆる美徳と正義もまた、これら同じ三つの力によって成し遂げられるのである。

**127.** 修道士が誰かと世俗的な事柄について話したり、心の中でそれについて独り言を言ったり、あるいは身体と心が共に感覚的な事柄に虚しく没頭したり、あるいはそもそも虚栄（と軽薄さ）に身を委ねたりするとき、その心は曇り、実を結ばなくなる。なぜなら、そのような場合、直ちにその直後に、彼は温もり、（悔い改め、神への大胆さ、そして知恵）を失い（神と神の秩序を忘れてしまう）からである。つまり、心で注意を払うほどに私たちは啓発され、注意を払わないほどに、私たちは曇ってしまうのである。

**128.** 日々、心の平安と静寂を求め、熱心にそれを追い求める者は、無駄な労苦を避けるために、あらゆる感覚的なものを容易に軽んじるだろう。しかし、もし彼が何らかの誤った思索によって自分の良心を欺く（感覚的なことに従事しても構わない、と）ならば、彼は忘却という苦い死の眠りに落ちることになる。神聖なるダビデは、その眠りにつかないように祈っている（詩篇12:4——「私が死の眠りにつくことのないように」）。使徒はこう言っている。「善を行うべきことを知りながら行わない者は、罪を犯している」（ヤコブ4:17）。

**129.** 怠慢から、心は再び本来あるべき秩序と明晰さを取り戻す。それは、冷めきったことに気づいたその瞬間、熱意に燃え上がり、温かい熱意をもって、心の通常の働き（明晰さと祈り）を再び取り戻すならば、である。

**130.** 水車のロバは、縛り付けられている車輪の上を歩いても、前に進むことはできない（歩いても、車輪が止まるまではその場足踏みしているだけである）。同様に、心も、その内なる（思考の巡りをそこで止めなければ）。なぜなら、そのような者は常に内なる目で盲目であり、美徳や輝きに満ちたイエスを見ることはできないからである。

**131.** 良き力強い馬は、騎手を乗せると楽しげに駆け出す。同様に、心もまた、あらゆる思念から解放されて「明朝、主の御前に現れる」とき（イザヤ書5:4）、主の光の中で喜びに満ちるであろう。自らを奮い立たせ、心は能動的な知恵の「力」から、観想と語り尽くせぬ神秘、そして美徳という驚くべき「力」へと向かう。そして、ついにその心の中に、高貴な神の思念の計り知れない深みを捉えたとき、その心が受け止めうる限り、「神々の神」が彼に現れるのである（詩篇83:8）。これに打たれた心は、その時、見える者であり、また見る者である神を愛をもつ

て賛美する。神は、まさにそのために、御自身へと熱心に注がれるこの知的な視線を救ってくださいなのだ。

**132.** 理性によって保たれた心の沈黙は、その崇高な深みを仰ぎ見ることになる。そして、沈黙した精神の耳は、驚くべきものを聞くことになる。

**133.** 旅人は、遠く、通り抜けにくく、困難な旅を始め、帰路で道に迷うことを恐れ、道しるべとして道に印を立てる。それは、彼が無事に帰路につく助けとなるものである。同様に、節制の道を歩む者は、自らも同じこと（すなわち、道に迷ったり、後戻りしたりすること）を恐れ、（目印として）教父たちから聞いた言葉を掲げるべきである。

**134.** しかし、旅人にとって、出発した場所へ戻ることは喜びの理由である。一方、節制を実践する者にとって、後戻りすることは、理性ある魂の破滅であり、神に喜ばれる行い、言葉、そして思いから逸脱したしるしである。そして彼は、魂の死に至る眠りの最中に、棘のように彼を（眠りから）目覚めさせ、自らの怠慢のゆえにどれほど深い暗闇と弛緩に陥ったかを思い起こさせるような思いを抱くことになるだろう。

**135.** 悲しみ、絶望、そして希望のなさ（——抜け出す望みのない極限の状態）に陥ったとき、私たちがダビデがしたのと同じことをすべきである。すなわち、神の前で自分の心を「注ぎ出し」、自分の「祈り」を捧げ、自分の「悲しみ」をありのままに「告げ知らせる」主（詩篇141:3）。なぜなら、私たちは、私たちに関わるすべてのことを英知をもって整え、もし有益であれば私たちの苦難を軽く（耐えやすく、解決しやすいものとして）し、私たちを破滅的で破壊的な悲しみから救い出してくださる力ある神に、告白するからである。

**136.** 本性に反して生じる人々への怒り、神にかなわない悲しみ、そして落胆——これらはすべて、善良で賢明な思いにとって破滅的なものである。しかし、主は、私たちが告白するためにそれらを取り除き、喜びを確立してくださる。

**137.** 私たちの意志に反して心に押し寄せ、そこに留まっている思いは、通常、心の奥底からの思索を静めつつ、イエスの祈りによって消し去られる。

**138.** 数え切れないほどの言葉にできない思いによる苦しみの中で、私たちは、自分自身を誠実かつ公平に戒めるか、あるいはすべてを（私たちに内在する）人間であるかのように主に打ち明けることによって、安らぎと喜びを見出す。これら二つの方法によって、あらゆる（心を乱すもの）からの安らぎをあらゆる面で得ることができる。

**139.** 教父たちは、律法の制定者モーセを「心の象徴」と認めている。彼は荊の茂みの中で神を見、その御顔を仰ぎ見て栄光を受け、神々の神である神によってファラオの神として立てられた。その後、彼はエジプトに災いを下し、イスラエルをそこから導き出し、律法を授けた。これらすべては、比喩的かつ霊的な意味で受け止められるとき、知性の働きと長所を表している。

**140.** そして、律法制定者の兄弟であるアロンは、外なる人の象徴となっている。そこで、怒りを込めて彼（外なる人）を非難しつつ、私たちもまた、罪を犯したアロンに対してモーセが語ったように、彼にこう言いましょう。「イスラエル（神を見る心）は、どのような理由であなたを正当化したのか。なぜあなたは、彼を、生ける全能の神、主から背かせようとしたのか（自らの思いによって、彼を神を冷静に仰ぎ見る状態から逸らしてしまった）（出エジプト記 32:21）のか？

**141.** 他にも多くの善き例があるが、主はラザロを死からよみがえらせようとした際（「霊よ、出て行け」と命じたことで）、私たちの魂が女のように緩んだ感性にふけったり、あるいは（自分自身に対して）厳しい気質——つまり、自己懲戒のことですが——を確立しようと努める際、厳格な禁制によって魂を律する必要があることを示されました。その気質こそが、魂を自己満足、虚栄、そして高慢から救い出すことができるのです。

**142.** 大きな船なしには海の深淵を渡ることができないのと同様に、イエス・キリストの名を呼び求めなければ、悪しき者の思いの誘惑を追い払うことは不可能である。

**143.** 反抗の心は通常、思考のさらなる進行を阻むが、イエス・キリストの御名を呼び求めることは、それらを心から追い出す。魂の中に、ある感覚的な対象——例えば、私たちを侮辱し

た人、女性の美しさ、あるいは銀や金——のイメージが浮かび、あるいはこれらすべてが次々と私たちの思考をよぎるやいなや、私たちの心をそのような空想へと導いたのが、恨み、淫行、金銭への執着といった悪霊であることが即座に明らかになる。もし私たちの心が経験豊富で、訓練され、誘惑から身を守り、昼間のように鮮明に、惑わすような空想や悪意ある者たちの魅惑を見抜く術を身につけているならば、即座に、反論と反抗、そしてイエス・キリストへの祈りによって、悪魔の燃え盛る矢を容易に消し去り、情熱的な空想に私たちの思いを引きずり込まれず、また、そのような思いが誘惑の幻影と調和したり、それと親しげに語り合っただけで雑念にふけったり、あるいはそれに同調したりすることを許さない——そうしなければ、必然的に、昼が夜に続くように、悪行が後に続くことになる。

**144.** もし私たちの心が、冴え渡った明晰さにおいて未熟であるならば、それは直ちに、目の前に現れた誘惑——それがどのようなものであれ——に執着し、それと対話を始め、不適切な問いを受け、同様の答えを返すことになる。そうして、私たちの思いは悪魔的な妄想と混ざり合い、その結果、それらの妄想はさらに広がり、増殖して、惑わされ、捕らえられた心に、より愛らしく、美しく、魅力的に映ろうとする。そうして私たちの心は、まるで、無邪気な子羊たちが草を食む平原に犬が現れ、子羊たちがその犬が現れるやいなや、まるで母親であるかのように頻繁に駆け寄るが、近づいても何の益も得られず、ただその犬から不浄と悪臭を借り受けるだけである。まさに同じように、私たちの思いは経験不足ゆえに、心の中のあらゆる悪魔的な妄想へと駆け寄り、私が言ったように、それらと混ざり合う。その結果、両者が共に（互いに）協議を行っているかのように思えるほどであり、——悪魔の誘惑の下で彼らにこれほど魅力的で甘美に見えたものを、肉体を通じて実行に移すために、そのような計画を立てるのだ。こうして、ついに魂の墮落が内面で整えられ、その後、あたかも何らかの必然性があるかのように、心の内で熟したものが外にも現れてくるのである。

**145.** 私たちの心は、軽やかで悪意のないものであり、夢に容易に身を委ね、罪深い思いに抑えきれないほど傾きやすい。ただし、情欲の支配者として、絶えず心を抑え込み、抑制し続けるような思いが心の中にない限りは。

**146.** 観想と知恵は、通常、厳格な生活の道しるべであり、その原動力となる。なぜなら、それらに心を奪われた心は、地上の快樂や、人生におけるあらゆる感覚的な甘美さを、取るに足らないものとして軽蔑するようになるからである。

**147.** 逆に、キリスト・イエスにおいて実践される注意深い生活は、瞑想と知恵の父となり、神聖な高みへの昇華と最も賢明な思索の源となる。それは、神の預言者イザヤが言うように、謙遜という配偶者と結ばれているからである。「*耐え忍ぶ者は、主によって力を新たにし、鷲のように翼を広げて飛翔する*」（イザヤ書 40:31）。

**148.** あらゆる思いから心を静めることは、人々にとってあまりにも厳しく、重荷に思える。そして、まことに、これは困難であり、苦痛を伴うことである。なぜなら、霊的な戦いの奥義に精通していない者だけでなく、内なる非物質的な戦いに試練を受けた者たちにとっても、無形のもを肉体の器の中に閉じ込め、そこに留めておくことは、痛みを伴うほどに重いことだからである。しかし、絶え間ない祈りによって主イエスを胸に抱き続ける者は、預言者の言葉によれば、「*主に従うことに疲れず、人の目を望むこともない*」（エレミヤ書 17章 16節）とあり、イエスの美しさ、愛らしさ、そして甘美さゆえに、周囲をうろつく不浄な悪魔たちという敵を恥じることはなく、むしろ心の「門」において彼らに「*叫びかける*」（詩篇 126篇 5節）ことで、イエスの力によって彼らを追い払うのである。

**149.** 死後、天の門へと空中に舞い上がった魂は、キリストを味方として伴っているため、そこでさえ敵を恥じることはない。しかし、その時も今と同様に、大胆に「門」において彼らに向かって叫びかけるのである。ただ、その最期を迎えるまで、昼も夜も、神の御子である主イエス・キリストに呼び求めることを怠ってはならない。そうすれば、主は、不義な裁判官のたとえ話の中で語られた、ご自身の揺るぎない神の約束に従い、まもなくその復讐を成し遂げてくださ

る。「まことに、あなたがたに言っておく。まもなく復讐を成し遂げてくださる」(ルカ18:8)——この現世においても、また肉体を離れた後も。

**150.** 心の海を航海するとき、イエスについて大胆に語れ。なぜなら、御自身こそがあなたの内、すなわちあなたの心の中にいて、神秘的にあなたにこう呼びかけておられるからだ。「恐れるな、ヤコブよ、小さなイスラエルよ。わたしはあなたの神である。あなたの右の手を握ってあげよう」(イザヤ41:13,14)。「もし神が私たちと共におられるなら」、いったいどのような悪者が「私たちに」立ち向かうというのか(ローマ8:31)? 私たちと共におられる神は、清い心を喜ばれ、最も甘美なイエス、唯一の清き方が、神聖なる御姿をもって清い心を訪れ、その中に住まわれるよう定められた方である。それゆえ、神聖なるパウロに従い、私たちの心を敬虔へと鍛え続けることをやめよう(1テモテ4:7)。

**151.** ダビデの言葉を借りれば、多くの平安を享受する者(詩篇36,11)のは、人の顔色をうかがわず、心の中で不正を裁く者、すなわち、悪しき霊の姿を受け入れず、それらの姿を通じて罪を企てず、むしろ厳しく裁き、心の地において厳しい判決を下し、罪に相応の報いを与える者である。偉大で賢明な教父たちは、その知性ゆえに、いくつかの著作において悪魔をも「人」と呼んでいる。同様に、福音書においても主はこう言われている。「この敵がこれを造ったのである」(マタイ13:28)、すなわち、小麦の中に毒麦をまいた(ここで悪魔を指している。なぜなら、その後こう言われたからである:「まいたのは悪魔である」と述べている)。私たちがこれらの悪を行う者たちに即座に反論しないため、そのせいで私たちは思いに打ち負かされてしまうのである。

**152.** もし、心の注意を払って生活し始め、自制に謙遜を組み合わせ、反論に祈りを結びつけるならば、私たちは、まるで光の灯火を携え、崇められ、聖なるイエス・キリストの御名と共に、——罪を払い清めると同時に、心の家を飾り整えるかのように。しかし、もし自分の節制や注意だけに頼るならば、すぐに敵の攻撃にさらされ、打ち倒されて倒れてしまうだろう。そうすれば、これらの最も狡猾な悪意ある者たちは、あらゆる面で私たちを圧倒し始め、私たちは悪しき欲望という網にますます絡め取られていくことになるでしょう——あるいは、勝利をもたらす剣、すなわちイエス・キリストの御名を持たないまま、彼らによって完全に屠られてしまうことになるでしょう。なぜなら、この聖なる剣こそが、あらゆる像から清められた心の中で絶えず振るわれることによってのみ、それらを退け、切り裂き、焼き尽くし、まるで火が藁を焼き尽くすかのように、それらを食い尽くすことができるからである。

**153.** 絶え間ない自制の業、すなわち魂に有益で実り多い業とは、心の中に生じようとする空想的な思いに即座に気づくことである。反論の業とは、何らかの感覚的な対象を想像させることによって、私たちの心の空気に侵入しようとする思いを、糾弾し、恥さらしにすることである。敵対者たちのあらゆる企み、あらゆる言葉、あらゆる夢想、あらゆる偶像、そしてあらゆる悪意の柱を即座に消し去り、散らすものは、主を呼び求めることである。そして私たち自身、心の中で、私たちの偉大なる神イエスによる彼らへの圧倒的な打ち負かし、そして謙虚で貧しく、何の役にも立たない私たちのために主が下された報復を目の当たりにするのである。

**154.** 私たちの思いが、感覚的かつ世俗的な事物の空想的なイメージに他ならないということを、多くの人は知らない。しかし、私たちが祈りの中でより長く冷静さを保ち続けるとき、祈りは私たちの心を、悪意ある思いのあらゆる物質的なイメージから解放し、敵の言葉(おそらくは、思いそのものの本質、あるいは思いが植え付けられる際の敵の計画や意図)を認識させ、祈りと冷静さの益を実感させてくれるのである。「しかし、あなたは御自身の目で、心の中の罪人たちの報いを見られ」、心の中でそれを「ご自身で『見』て」理解される(詩編90:8)、と祝福された詩人ダビデは語っている。

**155.** 可能であれば、絶えず死を心に留めよう。なぜなら、この思い起こしによって、私たちの中にすべての心配事や虚栄を捨て去ること、心の平静と絶え間ない祈り、肉への無関心と罪への嫌悪が生まれ、実を言えば、あらゆる生きた、活動的な美德がそこから湧き出るからである

。それゆえ、可能であれば、私たちの呼吸が絶えることなく続くのと同じように、この行いを絶え間なく続けよう。

**156.** 夢から完全に離脱した心は、神聖で神秘的な思いを生み出すようになる。それらは、穏やかな海で魚が戯れ、イルカが跳ね回るように、その心の中で戯れるのである。海にはそよ風が吹き、心の深淵には聖霊が宿る。「あなたがたは子であるから」と使徒は言う。「神は御子の御霊をあなたがたの心に遣わし、『アッバ、父よ』と叫ばせておられる」（ガラテヤ4:6）！

**157.** あらゆる修道士は、心が清められる前に霊的な行いに取り掛かることを疑い、躊躇するだろう。それは、その美しさをまだ知らなかったからか、あるいは知っていても、熱意の欠如ゆえにそれに踏み切る力がなかったからか。しかし、この迷いは、彼が心の守りを実践し始めれば、間違いなく解消される。それは「心の知恵」、あるいは「心の能動的な知恵」とも呼ばれるものである。なぜなら、その時、彼は「わたしは道であり、真理であり、命である」（ヨハネ14:6）と語られた方を見出すからである。

**158.** 彼はまた、思考の深淵とバビロンの幼子たちの群れを見て動揺するだろう。しかし、もし私たちが絶えずキリストに心を据え、バビロンの幼子たちをこの岩に打ち砕いて（詩篇136:9）、——言われる通り、彼らに対する御自身の願い（彼らに対する御自身の憤り）を成就して。なぜなら、知恵ある方が言われるように、「悪意ある言葉を口に出さないという戒めを守れ」（伝道の書 8:5）からである。また、主はこう言われます。「わたしなしには、あなたがたは何も行うことができない」（ヨハネ15:5）。

**159.** 節制を守る者こそ真の修道士であり、心の中に修道士である者（その心の中に神のみが存在する者）こそ真の節制者である。

**160.** 人の人生は、年、月、週、日と夜、時間と分が交互に巡る中で、前へと続いていく。それらと共に、私たちもまた、最期を迎えるその日まで、徳ある行い——すなわち、節制、祈り、心の安らぎ、そして絶え間ない沈黙——を（完全さへと）前へと進めていくべきである。

**161.** ついに、私たちにも死の刻が訪れる——それは必ずやって来るものであり、避けることはできない。ああ、もしその時、この世の空の君主が来て、私たちの不義を些細で取るに足らないものと見なし、公正に私たちを非難することができないのであれば、どれほど良いことだろうか！ ——そうでなければ、その時には、たとえすでに手遅れであっても、私たちは嘆き悲しむことになるだろう。なぜなら、主が言われるように、「主人の意志を知りながら、それを行わなかった『しもべ』は、多くの打撃を受ける」からである（ルカ12:47）。

**162.** 心を滅ぼした者たちよ、悲しむべきだ！ 主が訪れられたとき、彼らは何をなすだろうか（シラ書2,14）？ ——さあ、兄弟たちよ、心の業に一層熱心に取り組みましょう。

**163.** 長年の経験と観察から、単純で無情な思いには情欲的な思いが続き、前者が後者への入り口となり、無情な思いが情欲的な思いへの入り口となることがわかっている。

**164.** まことに、人は自らの意志をもって自らを二分すべきであり、最も賢明な思慮をもって自らを引き裂く必要がある。まことに、人は自分自身に対して和解の余地のない敵となるべきである。誰かが、自分を極度に侮辱し、傷つけた人に対して抱くような感情を、私たちが最も偉大かつ第一の戒め、すなわち至福の謙遜——キリストの住まい、神の受肉した命——を全うしたいと望むならば、自分自身に対しても、それと同じ、あるいはそれ以上の感情を抱かなければならない。それゆえ、使徒はこう言っている。「だれが、この死の体からわたしを救い出してくれるのか」（ローマ7:24）。「なぜなら、肉の思いは神の律法に逆らうからである」（ローマ8:7）。また、肉を神の御心に従わせることは、私たちに課せられた務めの一つであることを示して、こう言いました。「もし私たちが自分自身を裁くのであれば、裁かれることはないでしょう。しかし、裁かれるなら、それは主から懲らしめを受けているのです」（Iコリント11:31,32）。

**165.** 実を結ぶことの始まりは花であり、心の清らかさの始まりは、飲食の節制、あらゆる思いの拒絶と断ち切り、そして心の静寂である。

**166.** キリスト・イエスについて思いを巡らせ、すでに確固として確立された節制のうちに歩み始めたとき、まず私たちの心の中に——あたかも、心の手で握られ、思考の道を導く灯火の



ように——現れ、次に、まるで心の天球の上を回る満月の光のように、そして最後に、太陽のように、——イエスは、太陽のように義をもって輝き、すなわち御自身と、御自身のあらゆる光に満ちた観想の光を現わされる。

**167.** 主は、絶え間ない熱意をもって「あなたがたの頑なな心を切り捨てよ」（申命記 10:16）という御命令を守り続ける心に、このことを神秘的に啓示される。——そう、すでに述べたように、徹底した自制こそが、人間に驚くべき真理を教えるのである。神は誰に対しても公平である。なぜ主はこう言われるのか。「わたしに耳を傾け、理解しなさい。持っている者はさらに与えられ、満たされる。しかし、持たない者からは、持っているものまでも取り去られる」（マタイ 13,12,13）と語っておられるのでしょうか。また、「神を愛する者たちには、すべてのことが共に働いて益となる」（ローマ 8,28）とも。それならば、これらの美德（節制と祈り）こそ、なおさら彼らをその道へと導くのではないのでしょうか？

**168.** 水なしでは船は前進しない。同様に、謙遜とイエス・キリストへの祈りを伴う節制なしには、心の守りも少しも成功しない。

**169.** 家の土台は石である。そして、この美德（心の保ち方）の土台であり屋根であるのは、私たちの主イエス・キリストの聖なる、崇められる御名である。嵐のさなかに、船員たちを解散させ、櫂や帆を海に投げ捨て、自分だけは眠りにつくような無分別な舵取りは、すぐに、そして容易に難破してしまうだろう。しかし、試練が始まった際に、自制とイエス・キリストの御名の呼び求めを軽んじる魂は、悪魔によってさらに速やかに沈められてしまうだろう。

**170.** 私たちは、知っていることを聖書を通じて伝え、また道を歩む中で見たことを、望む者たちに証しする。もしあなたがたが、語られることを受け入れたいと願うならば。これこそ、主ご自身がこう言われたのである。「もしだれかがわたしにとどまらないなら、それは枝のように切り捨てられ、枯れてしまう。そして、人々はそれを集めて火に投げ込み、燃やしてしまう。しかし、わたしにとどまり、わたしもその人の中にとどまるなら、その人は多くの実を結ぶ」（ヨハネ 15:5,6）。太陽が光なしに輝くことができないのと同じように、イエスの御名による祈りなしに、心が有害な思いの汚れから清められることは不可能です。もしこれが（経験上）真実であるならば、私たちは息をするのと同じくらい頻繁に、この御名を呼び求めよう。なぜなら、御名は光であり、それら（邪悪な思い）は闇だからである。また、御名（呼び求められているイエス）は神であり主であり、それらは悪魔の僕たちだからである。

**171.** 心の守りとは、光を産み、稲妻を生み、光を放ち、火を宿すものと称されるにふさわしく、またその名に値する。なぜなら、真実を言えば、それは、たとえ誰であれどれほど多くの肉体的美德を持っていたとしても、それらすべてを凌駕するものであるからだ。それゆえ、そこから生まれる輝かしい光のために、この美德を最も尊い名で呼ぶべきなのである。この美德を愛する者たちは、かつては放蕩で、卑劣で、無知で、愚かで、不義な罪人であったが、イエス・キリストの力によって、義なる者、節度ある者、清らかな者、聖なる者、そして賢明な者となる。それだけでなく、彼らは秘儀を凝視し、神学を論じ始めるのである。観想者となった彼らは、その至清にして限りなき光へと移り住み、言葉に尽くせぬ触れ方でそれに触れ、それと共に生き、行動する。なぜなら、「主がどれほど良き方であるかを味わった」からである。こうして、これらの第一の天使たちにおいて、神聖なるダビデの言葉が明らかに成就する。「しかし、義人はあなたの御名を告白し、正しい者たちはあなたの御前に住む」（詩編 139:14）。そして実際、彼らだけが真に神を呼び求め、神に告白し、神を愛するゆえに、常に神と語り合うことを好むのである。

**172.** 内なる人は外なるものによって苦しむ。なぜなら、内なる人は外なる感覚から多くの苦しみを受けるからである。しかし、何かを耐え忍んだ後、彼はこれらの外なる感覚に対して鞭を用いなければならない。文字通りにすべきことを行った者は、すでに思索によってなすべきことも理解しているのである。

**173.** もし私たちの内なる人が自制しているならば、教父たちの言葉によれば、彼は外なる人も守り抜く力を持つ。彼ら自身の言葉によれば、私たちと悪しき悪魔たちは、共に罪を犯している。悪魔たちは、思いや空想の絵の中で、心の中にだけ、思いのままに罪を描き出すが、私たちは内なる思いによっても、外なる行いによっても罪を犯している。悪魔たちは、肉体を持ち合わせていないため、ただ思いや策略、惑わしによって、自らにも私たちにも苦痛をもたらす。しかし、もしこれらの最も卑劣な者たちが肉体を持ち合わせていたならば、常に悪意を抱き、不敬虔な行いに走る準備が整っているため、絶えず行いによっても罪を犯していただろう。

**174.** しかし、主への心のこもった祈りは、それらを打ち砕き、その誘惑を塵へと変える。なぜなら、私たちが絶えず、怠ることなく呼び求めているイエス、すなわち神であり神の子である方は、彼らが私たちの中に罪を植え付けようとする——いわゆる「誘惑」と呼ばれるもの——ことさえ決して許さず、思考の鏡である心の中にいかなる像も映し出すことを許さず、心に対していかなる言葉も語らせることも許さないからである。しかし、もしいかなるイメージも心に押し込まれなければ、心は、私たちが述べたように、思いからも空っぽとなるだろう。なぜなら、悪魔たちは通常、思いを通じて密かに魂と語り合い、それを悪へと導くからである。

**175.** このように、絶え間ない祈りによって、私たちの内にある心の空気は、暗い雲や悪意の霊の風から清められるのである。そして、心の空気が清くなれば、私たちが虚栄や自惚れ、自慢げな自己顕示に溺れたり、手の届かないものへと走ったりして、それゆえにイエスの助けを奪われることさえなければ、もはや何ものも、イエスの神聖な光が心の中で輝くことを妨げることはない。なぜなら、キリストは謙遜の模範であられ、そのようなものをすべて憎まれるからである。

**176.** それゆえ、私たちは祈りと謙遜に励むべきである。これら二つの武器は、節制と相まって、まるで火の剣のように、心の戦士たちが悪魔たちに対して武装するものである。もしこのように生活していくならば、毎日、毎時間、心の中で神秘的な喜びに満ちた祝祭を過ごすことができるだろう。

**177.** 八つの主要な罪深い思いがあり、それらはそのような思いの全領域を包み込み、またそれらすべてがそこから生じている。それらはすべて心の扉に近づき、心が知性によって守られていないのを見つけると、それぞれが時を待って、次々と心の中に入ってくる。これら八つの思いのうち、どれかが心に上って入り込むと、それとともに不浄な思いの群れを連れて入り込み、こうして心と精神を曇らせ、肉体を刺激して、恥ずべき行いを犯すように誘い込むのである。

**178.** しかし、蛇の頭（付録）を警戒し、怒りに満ちた反論をもって、怒りを込めた言葉を拾い集め、あたかも拳で敵の顔を殴るかのように打ち返す者は、それによって争いを断ち切る。なぜなら、その頭を打ち砕くことで、彼は邪悪な思いや、さらに邪悪な行いからも逃れることができるからである。その後、その人の思いはもはや動揺することなく保たれる。なぜなら、神はその人が思いに警戒を怠らないことを受け入れ、その報いとして、敵をどのように打ち負かすべきか、また内なる人を汚す思いから心をどのように清めるべきかという知恵を授けてくださるからである。主イエスはこれらについて次のように語っておられる。「心から、悪意、姦淫、淫行……これらは人を汚すものである」（マタイ15:19,20）。

**179.** このようにして、魂は主において、その美貌、美しさ、そして正義のうちに立つことができる。それは、神によって初めから美しく、正義に満ちて創造されたがごとくである。偉大なる神の僕アントニウスはこう述べている。「魂の中の心が、その本性にふさわしいあり方であるとき、その魂はすべてが『美德』となる」。彼はまたこうも言っている。「魂が正しいとは、創造された時の自然な状態のままに心を保つことである」。そして少し下で、彼は再びこう述べている。「心を清めよう。なぜなら、私は、心があらゆる面から清められ、その自然な状態に戻ったとき、啓示を与える主をその内に宿し、洞察力を得て、悪魔たちをより深く、より遠くまで見通すことができると信じているからだ」。これが、偉大なるアフアナシオスが『アントニオスの伝』の中で語っている、栄光あるアントニオスの言葉である。

**180.** あらゆる思考は、心の中に何らかの感覚的な対象の像を再現する。なぜなら、アッシリヤ人（敵）は、それ自体が知的な力であるため、私たちにとって慣れ親しんだ感覚的なものを利用すること以外には、人を惑わす方法がないからである。

**181.** 私たち人間にとって、空を飛ぶ鳥を追いかけることや、鳥のように飛ぶことは不可能である。なぜなら、それは私たちの本性に反するからである。同様に、冷静で絶え間ない祈りなしには、非物質的な悪魔的な思いから解放され、心の注意深い目を自由に神へと向けることは不可能である。もしあなたの中にこれがないならば、あなたは地上に留まり、地上のものを追い求めることになる。

**182.** もし真に自分の思いに恥じ入らせたいと望むなら、沈黙を守り、苦勞することなく心を清らかに保つべきである。イエスの祈りをあなたの息に寄り添わせよ——そうすれば、数日のうちにその実を目の当たりにするだろう。

**183.** 文字を空中に書くべきではなく、長く残るように、彫刻刀で何らかの固い物体に刻むべきであるように、それと同じように、我々は苦勞を伴う自制心にイエスの祈りを組み合わせるべきである。そうしてこそ、自制という素晴らしい美德が、イエスと共に常に我々の内に完全な形で保たれ、イエスを通して永遠に我々の内から奪われることのないものとして保たれるのである。

**184.** すでに述べられたように、自分の行いを主に委ねなさい。そうすれば、預言者の言葉、「主よ、あなたは彼らの口には近く、しかし彼らの心からは遠く離れている」（エレミヤ書 12:2）が、あなたと私たちにも当てはまらないよう、恵みを得ることができるでしょう。遠く離れたもの（すなわち、神性と人性）を御自身の中に結び合わせたイエス・キリストご自身以外には、情欲からあなたの心を確固として安らかにする者は誰もいない。

**185.** 心の中の思いとの内なる対話も、外での会話や無駄話も、同様に魂を曇らせる。したがって、自分の心からあらゆる有害なものを遠ざけようとする者は、神の御前で極めて——な理由——すなわち、——心が曇って、正気を失わないためである。なぜなら、（会話によって）忘却に覆われると、我々は正気を失う（まるで心がないかのような状態になってしまう）からである。

**186.** 心を清く保つことに全力を尽くす者は、その心の導き手として、その心の律法を定められたキリストを仰ぐことになる。キリストは、神秘的にその御心を彼に語りかけてくださる。「主なる神が、わたしについて何を語られるか、わたしは聞く」（詩編84:9）とダビデは、このことを指して語っている。また、心の中で繰り広げられる戦いや、その中で神が与えてくださる守りについて、心が自分自身と語り合う様子を描きながら、彼はこう語った。「人は言う、『もし義人に報いがあるなら』」（詩編57:12）。そしてその後、双方の立場から検討した結果下された決断を明らかにし、こう述べている。「まことに、彼ら——『地』にある、すなわち我らの心の悪しき悪魔たち——を裁く神がおられる」（同上）。また別の箇所では、彼はこう述べている。「人は近づき、心は深く沈み、神は高みにおられる」。そしてその時、「幼子たちの矢」によって「彼らの傷」は数え上げられる（詩編63:7,8）。

**187.** 私たちは常に、「知恵をもって心に戒められた者」（詩編89:12）として振る舞い、父なる神の力と神の英知であるイエス・キリストを絶えず心に息づかせよう。もし、何らかの偶然によって怠けてしまったとしても、この賢明な行いを思い起こし、翌朝には再び心の腰にしっかりと帯を締め、自らの務めに一層堅く取り掛かりましょう。「善を行うように導かれている」私たちが、それを実行しなければ、何の言い訳もできないことを知っています。

**188.** まるで、有害な食物を最近口にしたとき、それが体に病的な動揺を引き起こし、それを味わった者がその害を感じた途端、急いでそれを吐き出せば、無傷でいられるのと同じように、心もまた、取り込んだ邪悪な考えを飲み込み、それが魂を傷つける苦味を感じたとき、急いで、心の奥底から叫ばれるイエスの祈りによって、それらを吐き出し、自分から遠くへ追い払うならば、それによってそれらからのあらゆる害を免れることができる。神の御慈悲により、他者からの教えと、それに伴う自らの経験が、冷静な人々にこの真実を理解させるからである。

**189.** あなたの息に、節制とイエスの御名、あるいは死への思いと謙遜とを結びつけなさい。なぜなら、そのどちらも大きな益をもたらすからである。

**190.** 主は言われた。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜であるから」（マタイ11:29）。

**191.** 主はまたこう言われた。「この幼子のようにならう者は、天の御国において最も偉大な者である」（マタイ18:4）、「高ぶる者はへりくだる」（ルカ18:14）。——「わたしから」と主は言われる、「学びなさい」。さて、何を学ぶべきかお分かりだろうか。それは謙遜である。主の戒めは永遠の命であり、この戒めこそが謙遜である。したがって、謙遜でない者は命から離れ、当然、それとは正反対の場所にたどり着くことになる。

**192.** もしあらゆる美德が魂と肉体によって生み出されるものであり、かつ、私が述べたように、あらゆる美德を成し遂げる魂と肉体そのものが神の創造物であるならば、魂や肉体の他者から与えられた装飾を誇り、自慢することは、極めて愚かなことではないだろうか。それどころか、誇りを葦の杖のように頼りにして、限りない偉大さを持つ神を敵に回すことになり、その極度の不法と狂気によって、神の最も恐ろしい不興を自らの頭上に招いているのではないだろうか。なぜなら、「主は高ぶる者に敵対される」からである（ヤコブ4:6）。謙遜において主に倣う代わりに、私たちは虚栄と高慢に満ちた思惑によって、主の猛烈な敵である高慢な悪魔と結託してしまう。それゆえ、使徒はこう言っている。「あなたがたが持っているものは、すべて神から受けたものではないか」（Iコリント4:7）。まさか、あなたが自分自身を創造したわけではないだろう。もし、あらゆる美德が生じる源であり、その場であり、その媒介である肉体と魂を、あなたが神から授かったのなら、「受け取っていないものを、なぜ誇るのか」（同上）と言えるだろうか。なぜなら、主はこれらすべてをあなたに与えてくださったからである。

**193.** 心の清め、すなわち、謙遜や、上から注がれるあらゆる恵みが私たちの中にあるのは、まさに、心に芽生える邪念が魂に入り込むことを決して許さないことにある。

**194.** 神の助けにより、また唯一の神のために実践される心の守りは、魂に定着することで、神に従って行いを為す知恵を心に与える。また、それはその実践者に対し、神に従って、外的な行いや言葉をも、非の打ち所のない判断をもって整える能力をも、少なからず与えるのである。

**195.** 旧約聖書に特徴的な大祭司の装身具（胸に付けられた純金の板で、「主の聖所」と刻まれたもの、出エジプト記28:36）は、心の清さを象徴するものであり、それは私たちに、自分の心の胸当てが罪によって黒ずんでいないか注意深く見守るよう促し、（もしそうであるならば）涙と悔い改めと祈りによって、速やかにそれを清めるよう促すものである。私たちの心は軽やか（移ろいやすい）ものであり、罪深い思い出からそれを遠ざけるのは難しい。とはいえ、心は悪い空想にも良い空想にも、同じように容易に追従してしまうと言えるだろう。

**196.** イエスの祈りにその思いをしっかりと結びつけ、心の中で絶えず主に向かって叫び続ける者は、まことに幸いである。それは、空気が私たちの体に寄り添うように、あるいは炎がろうそくに寄り添うように。太陽が地上を照らすとき、それは昼をもたらす。同様に、主イエスの聖なる、崇拜に値する御名が、絶えず心の中で輝き続けるとき、それは数え切れないほどの太陽のような思いを生み出すのである。

**197.** 雲が晴れると、空気は澄み渡って見える。同様に、義の太陽であるイエス・キリストによって情欲に満ちた空想が払拭されると、イエスによって心の空気が照らされるゆえに、通常、心には光のような、星のような思いが生まれるのである。なぜなら、至賢者はこう言われているからだ。「主を信頼する者は真理を理解し、愛に忠実な者は主と共に留まる」（箴言3:9）。

**198.** ある聖人はこう言った。「悪を恨むなら、悪魔を恨め。敵対するなら、常に肉体に敵対せよ。肉体は狡猾な友であり、満足させられると、最も激しい戦いを巻き起こす」。また、「肉体に敵対し、腹と戦え」とも。

**199.** 第一百章および第二百章を構成する前の章々において、我々は心の聖なる沈黙の業について記述し、単に自らの探求の成果だけでなく、心の清さに関して神聖な言葉を持つ神智ある

教父たちが我々に教えていることも提示した。ここで、心の守りの有益性を示すためにさらに少し述べ、この言葉を締めくくりにしよう。

**200.** さあ、あなたが誰であれ、「善き日々を見る」（詩編33:12）ことを霊において愛する者よ、私に従って、至福の心の保ちを成し遂げるために来なさい。そうすれば、私は主について、目に見える働きと、無形の力による生き方について、あなたに教えよう。天使たちは、創造主を賛美して飽きることはない。その清らかさに競い合う心もまた、飽きることはない。そして、非物質的な存在（天の天使たち）が食物を気にかけないように、物質的な非物質主義者（地上の節制を実践する者たち）もまた、心の静寂の天に昇るとき、食物を気にかけないのである。

**201.** 天上の力たちが富や蓄財を気にかけないのと同様に、魂の目を清め、徳（節制）の習慣を身につけた者たちも、悪霊たちの悪意を気にかけない。そして、あちらの者たちが神における完全性の達成という富によって区別されるように、こちらの者たちは神への渴望と愛、神性への志向と昇華によって区別される。そして彼らは、神聖な、恍惚へと導く愛を味わうことへの飽くことのない渴望をもって、昇華（霊的完全性の段階を登る道）へと身を伸ばし、セラフィムに似た者となるまで止まることはない。——そして、私たちの主キリスト・イエスにおける天使となるまで、精神の明晰さと渴望に満ちた高揚から休むことはない。

**202.** アスピドやバシリスクの毒よりも強い毒はなく、また、自己愛の悪よりも強い悪はない。そして、自己愛の産物であるこれらの空飛ぶ蛇とは、すなわち、心の中の自賛、自己満足、暴食、淫行、虚栄、嫉妬、そしてあらゆる悪の頂点である高慢であり、それは人々だけでなく天使たちをも天から引きずり下ろし、光の代わりに闇を覆い被せるのである。

**203.** これをあなたに書いたのは、テオドゥレよ、沈黙と同名の者（すなわちイシヒオス）であるが、実際には沈黙の修道士ではない。おそらく、この主題に関わるすべてを書き尽くしたわけではないが、父と子と聖霊において、あらゆる理性ある存在から称賛され、栄光を受ける神が与えてくださったことは、あらゆる面で書き記した。天使や人間、そして言い表せない三位一体、唯一の神によって創造されたあらゆる被造物から。その神の輝かしい御国を、私たちもまた、至聖なる神の母と尊い先人たちの祈りによって、受けるにふさわしい者とされますように。測り知れない神に、永遠の栄光あれ。アーメン。

## 聖ニル・シナイ

### 彼に関する略歴

聖ニールは裕福で名門の家系に生まれ、おそらく聖クロイソスがアンティオキアで説教者であった当時から、すでに彼の聴衆であり弟子であったと思われる。その名門の家柄と個人の資質により、彼は首都の知事の地位にまで昇進した。しかし、彼の精神の渴望は、首都での生活に伴う義務や慣習とは相容れなかった。そこで、すでに二人の子供をもうけていた妻と相談の上、彼は世俗を離れ、人里離れた場所で、義母よりもさらに確実に救いの道を歩むことを選んだ。彼は息子のテオドゥロスを連れてシナイ山に定住し、一方、妻と娘はエジプトの女子修道院の一つに身を寄せた。シナイの荒野で、聖ニロスは極めて厳格な生活を送った。息子と共に自らの手で洞窟を掘り、その中で暮らし、パンどころか、野生の苦い植物さえも食料としていた。それでも、彼らの時間は祈り、聖書の研究、神への黙想、そして労働に費やされていた。世を離れたとはいえ、聖ニロスは人々との交わりを絶たなかった。あらゆる場所からやあらゆる立場の人々が、霊的な必要を抱えて彼のもとに訪れ、誰も必要な諭しと教訓を与えられずに帰されることはなかった。王もまた彼に手紙を書き、祈りを求めたが、彼は王に返書を送り、聖ザラトウストに対する不公正を諭した。尊者によるその他の著作は、主に道徳的および禁欲的な内容である。彼が書いたすべてのものから、彼の知識がいかに広大で深遠であったか、またこの事柄における彼の労苦がいかにたゆまぬものであったかがうかがえる。神への愛を試すため、彼には特別な試練が与えられた。アラビアからの野蛮な蛮族がシナイ山とその周辺地域を襲撃し、すべてを略奪し、多



くの人々を殺害し、他の人々を捕虜として連れ去った。その捕虜の中には、聖ニロスの息子テオドルスも含まれていた。この災難は聖人にとって非常に痛ましいものであった。特に、この惨事から二、三日後に、野蛮人たちが彼の息子を「朝の星」である金星への生贄として捧げようとしているという知らせが届いたとき、その決定が実行されたのかどうか定かではなかったため、彼は安らぎを見出せなかった。しかし、神は彼の父としての心を長く苦しませることはなかった。まもなく、彼は生贄の儀式が行われず、捕虜たちがキリスト教国へ売り飛ばされたことを知った。その後、彼を探し求めた人々はエルーズの町で彼を見つけ出した。その町の司教が、他の者たちと共に彼を野蛮人から買い取り、すでに教会の奉仕に備えていた。彼を迎えに来た父もまた、その奉仕に加わるよう懇願されていたのである。しかし、荒野での生活への愛ゆえに、彼らはこれに同意することができなかった。そこで司教は彼らを司祭に叙階した後、彼らが愛するシナイ山へ去ることを祝福し、彼らはそこで生涯を終えるまで過ごした。聖ニールは390年にこの世を去った。シナイの荒野で60年間を過ごし、450年頃に亡くなった。彼の記念日は11月12日と1月13日である。聖遺骨はユスティヌス2世の治世中にコンスタンティノーブルへ移され、聖使徒教会に安置された。聖ニロスの著作からは、ギリシャ語版『ドブロトリュピエ』へ、そしてそこからスラブ語版へと、祈りに関する説教と禁欲に関する説教が採り入れられた。「祈りに関する説教」は、我々の『ドブロトリュピエ』にも収録している；一方、修道生活に関する説教の代わりに、「八つの悪霊」に関する説教、および「二つの簡潔な格言集」と教訓を採用することを好む。そのうちの一つは「章または勧告」と題され、もう一つは「人を朽ちるものから遠ざけ、朽ちないものに結びつける思索」と題されている。——しかし、祈りや情欲との戦いについては、尊師が他の著作において数多くの極めて有益な助言や訓示を述べているほか、そこでは至る所に教訓に富んだ思想がふんだんに見られ、道徳的構造全般、とりわけ万物から離れた生活についても言及されている。そこで、私たちの『善愛』からこれらの宝を奪うのは不公正であると考え、尊者のおっしゃった著作からそれらを引用することにした。祈りに関するものは「祈り」の項に、情欲との戦いに関するものは八つの情欲のそれぞれに、一般的な教訓となるものは——格言集の項の下に配置した。この点において、我々は古人の手法に倣っている。というのも、『Patrologia Graeca』（ミグネ編、第79巻）——聖ニロスの全著作が収録されている——において、「朽ちるものから遠ざけ、朽ちないものに結びつける思索」の後に——1249-50ページ——、1249-50頁——に、「無所有」に関する説教や、都市での生活よりも沈黙の生活が「優れている」という論考から引用された、さらに十四の考察が続いているという注記がある。これらの引用そのものは掲載されていないが、この例示の価値はそれによって何ら損なわれるものではない。これらの引用については、各論説の末尾に、ロシア語訳版における同聖人の著作集の巻数とページ番号を明記する。引用を含まない論説は、前述と同じページに掲載されている。

## 禁欲的な教訓

### 聖ニロス・シナイの

#### 1. 祈りについて

##### 序文

あなたは、不浄な情欲という灼熱の高熱に臥していた私を、神を愛するあなたの書簡の触れによって時宜を得て立ち上がらせ、最も恥ずべき病に蝕まれていた私の心を、偉大なる導師であり師である方に至福をもって倣うことで、慰めをもって奮い立たせてくださいました。それも不思議ではありません。あなたには、祝福されたヤコブのように、常に栄光に満ちた、記念すべきものを求めることが宿命であった。なぜなら、ラケルのために懸命に働き、リアを受け取った後も、彼女のために七年間（の労働）を全うしたように、あなたは最愛の者をも求めているからである（創世記 29: 20-28）。そして私は、一晩中苦勞したにもかかわらず何も捕まえられなかつ



たことを、恥ずかしげもなく告白します。しかし、あなたの言葉に従って網を投げ入れたところ、多くの魚を引き上げました。大きな魚ではなかったかもしれませんが、その数は百五十三匹でした（ヨハネ21:11）。それらを、愛の籠に入れてあなたに送ります。そして、それによって、というあなたの命令を果たし、それに等しい数の（祈りに関する）章をまとめました。私はあなたに驚き、またあなたの素晴らしいご意志を大いに喜ばしく思います。あなたが（他の何ものでもなく）祈りに関する章を望まれたこと、そして単にそれらが紙に書き記されることを望まれただけでなく、愛と悪意のなさをもって心に深く刻まれることを望まれたからです。「すべては対立し、一つは一つに反対する」という、賢者シラフの言葉（42:25）にあるように、それらを文字通りに受け入れるだけでなく、霊によって理解してください。章の数が少ないことを咎めてはならない。「満ち足りることも、乏しいことも」できる者として（フィリピ4:12）。そう、咎めてはならない。主は未亡人の二レプタさえも拒まず、他の多くの人々の豊かな献金よりも好意を持って受け入れてくださったことを思い起こせ。さらに、誠実な兄弟たちに対して好意と愛を保つことを心に留め、病んでいる者のために、彼が健康になり、自分の寝床を離れて歩き始められるよう、キリストの恵みによって祈りなさい。アーメン。

### 153 祈りに関する章

1. もし誰かが香りのよい香を調合しようとするなら、律法に従って「純粋なレバノン、カシア、オニキス、スタクティ」を等分ずつ混ぜ合わせなければならない（出エジプト記 30: 34）。これらは、<sup>70</sup> という四つの美德である。これらがすべて完全な形で、かつ等しい力を持って魂に備わっているとき、心は（当然ながら、何らかの内なる裏切り者によって）裏切られることはない。

2. 美德によって完全に清められた魂は、<sup>71</sup> 心を揺るぎない状態に導き、それによって（祈りにおいて）求められる在り方を受け入れることができるようにする。

3. 祈りとは、精神が神と交わす対話である。では、精神はどのような心構えを必要とするのか。そうして初めて、後ろを振り返ることなく（あるいは、あちこちと気を散らすことなく）、その主のもとへ昇り、いかなる仲介者も介さずに<sup>72</sup>、主と対話することができるのだろうか。

4. もし、地上の燃える荊棘に近づこうとしたモーセが、足から靴を脱ぐまではそれを禁じられた（出エジプト記 3.5）——それならば、あらゆる感覚や思考を超越しておられる御方を仰ぎ見、その御方と対話を交わそうと願うあなたが、どうしてあらゆる情欲的な思いから自らを解放することができないというのか？

5. まず第一に、涙が与えられるよう祈りなさい。その涙をもって、魂に宿る残酷さ（ギリシャ語で「野蛮さ」）を和らげ、「主に対する不義」（詩編31:5）を自ら告白し、主から罪の赦しを得られるように。

6. あらゆる願いが叶うための手段として、涙を用いなさい。あなたが涙を流して祈るとき、主はあなたを大いに喜ばれるからです。

7. 祈りの最中に涙の川を流すとき、決してそれによって自分の中で高ぶってはならない。あたかも自分が多くの人々より優れているかのように。これは、あなたの祈りが天からの助けを受けたからであり、あなたが熱心に自分の罪を告白し、涙をもって主を和らげたからである。

8. したがって、情欲に対する手段を情欲そのものに変えてはならない。そうすれば、あなたにこの恵み（すなわち涙）を授けてくださった方を、さらに怒らせてしまうことになるからだ。多くの人々は、罪について涙を流しながら、涙の目的を忘れ、高慢になり、道を踏み外してしまった（正しい道から外れたり、正気を失ったりした）。

9. 忍耐強く立ち、熱心に祈りなさい。世の心配事やあらゆる思いの誘惑を振り払いなさい。それらはあなたを動揺させ、不安にさせ、祈りの志を乱そうとするからです。

<sup>70</sup> 節制、勇気、知恵、真実。

<sup>71</sup> 『ドブロトリュビエ』のギリシャ語版およびスラヴ語版では、「戒めの履行」とされている。

<sup>72</sup> スラヴ語版：「何ものにも属さぬ者」——こちらの方が良いかもしれない。

10. 悪魔たちは、誰かが正しく祈るための熱意と熱心さを持っているのを見ると、（祈りの最中に）あたかも必要であるかのように、何かについての考えをその人に植え付け（そして立ち去る）が、ほどなくして再びその記憶を呼び起こし、心をその検討へと駆り立てる（それが問題であれば解決へ、物事であれば獲得へと）。そして、その人は求めているものが見つからず、苛立ち、嘆くのである。その後、（この熱心な祈りの守護者が）祈りに立ち返ると、彼らは彼が何を考え、何を求めていたかを思い出させ、心が再び（以前解決されなかった）事柄の解明へと向かい、祈りを実りのないものにしてしまうのである。

11. 祈りの間、自分の心を耳が聞こえず、口がきけない状態にするよう努めなさい。そうすれば、あなたは正しく祈ることができるだろう。

12. 誘惑に遭遇したり、誰かの反論に苛立ちを覚えたりして——その結果、あなたに反論した相手に対して怒りを抱いたり、あるいは不適切な言葉を口にしてしまったりしそうなとき、その時は、祈りと、祈りの最中に（神の御前で良心によって）下される裁きを思い起こしなさい。そうすれば、あなたの中の乱れた感情はたちまち鎮まらう。

13. あなたを不当に扱った兄弟に対して、あなたがどのような報復をしようとも、そのすべてが祈りの最中にあなたを惑わす（心を乱す）ものとなるだろう。

14. 祈りとは、柔和と無怒の（木から生えた）枝である。

15. 祈りは、喜びと感謝の現れ（表れ）である。

16. 祈りは、悲しみと落胆の癒やしである。

17. 「行って、あなたの持ち物を売り払い、貧しい人々に施しなさい」（マタイ19:21）、そして十字架を背負い、自分を捨てなさい（同16:24）。そうしてこそ、あなたは気を散らすことなく祈ることができるのだ。

18. 賛美の祈りを捧げたいならば、祈りの間、自分を捨て、極度の苛立ちに耐えつつ、祈りのために寛容であれ。

19. どのような苦難に直面しようとも、忍耐強くあれば、その実りを祈りの時に得ることになる。

20. 正しく祈りたいと願うなら、魂を悲しませるな（あるいは、心に悔しさを抱くな）。さもないと、あなたの歩みは（あるいは、あなたの祈りの労苦は）無駄になる。

21. 「あなたの供え物を祭壇の前に置いて、まず兄弟と和解しなさい」（マタイ5:24）と主は言われる。そうすれば、戻ってきて、動揺することなく祈ることができる。なぜなら、悪意は祈る者の高慢な心に闇をもたらし、その祈りを闇で包み込むからである。

22. 悲しみ（苦悩）や悪意を心に抱え、その状態で祈りを捧げる者は、水を汲んで穴の開いた桶に注ぎ込む者のようなものである。

23. もしあなたが忍耐強いなら、常に喜びをもって祈ることができるだろう。

24. 正しく祈っているとき、隣人に対して怒るのも当然と思われるような出来事が、あなたの前に現れたり（あるいは頭に浮かんだり）することがあるかもしれない。（用心せよ）。－ 隣人に対する怒りなど、正当なものなど一切ない。そして、探してみれば、怒ることなくしても物事をうまく解決できることがわかるだろう。だからこそ、あらゆる手段を尽くして、怒りに駆られないように努めよ。

25. 他人を癒そうと考えるとき、自分自身が癒されないままになってしまわないよう、また自分の祈りが妨げられないよう、気をつけなさい。

26. 他者を慈しみ、彼らに対して怒りを抱かなければ、あなた自身も憐れみを得、自己評価において賢明であることを示し、真に祈る者たちの仲間入りをすることができるだろう。

27. 怒りに対して身を守るならば、決して情欲の誘惑に屈することはない。なぜなら、情欲は怒りの糧となり、怒りは知性の目を曇らせ、祈りの心構えを損なうからである。

28. 祈る際、単なる外的な身振りや姿勢にとどまらず、大きな畏れをもって、心を霊的な祈りの境地へと高めよ。

**29.** 時には、祈りの姿勢をとった途端、すぐにうまく祈り始めることもある。しかし、時には、いくら努力しても、この切望する目標に到達できないこともある。（これは、あなたがさらに熱心に（祈りを）求め、それを得て、盗まれることのない、完全に健全な祈りを手に入れるためである。）

**30.** 天使が私たちに近づくと、私たちを悩ませる者たち（悪魔）はすべてたちまち退散する。その時、心は大きな喜びに満たされ、健全に祈ることができる。また、時として、日常的な戦いが繰り広げられている最中、心は葛藤に苛まれ、（神への思念や善き感覚へと）向かうことが許されない。これは、以前、心が様々な情欲に染まっていた（それに夢中になり、味わってしまった）ためである。とはいえ、もしもっと深く求め続ければ見出すことができ、怠らずに突き進めば、その道は開かれるだろう。

**31.** 「あなたの望みどおりになりますように」と祈ってはならない。なぜなら、それらはすべてにおいて神の御心と一致するわけではないからだ。むしろ、教えられたとおりに、「御心が行われますように」（マタイ6:10）と祈るほうがよい。あらゆる事柄においても、このように神に願い求めなさい。神は常に、あなたの魂にとって善であり有益なことを望んでおられるが、あなたは必ずしもそれを求めているわけではないからだ。

**32.** 私は祈る際、自分にとって善と思われることが叶うよう何度も願い、その願いを執拗に求め、神の御心を無分別にも押し通そうとし、神が私のために有益であるのご存知のより良い結果を神に委ねることを怠っていた。しかし、（求めたものを）得た後、私は大きな悲しみに襲われた。それはまさに、「神の御心に従って、より良いものとなりますように」と祈らなかったがゆえであった。なぜなら、その出来事は、私が考えていたようなものではなかったからである。

**33.** 神以外に、何が善であるというのか。私たちに関わるすべてのことを神に委ねよう。そうすれば、私たちには善がもたらされる。なぜなら、善なる方は、善き賜物を与えてくださる方だからである。

**34.** 神に求めたことがすぐに叶わないからといって、嘆いてはならない。神は、あなたが忍耐をもってさらに長く祈りの中で神の前に立ち続けるようにさせることによって、より大きな恵みをあなたに与えようとしておられるのだ。何よりも尊いのは、神との対話を深め、神との交わりに包まれることだからである。

**35.** 心を散らさない祈りは、最も高貴な知的な行為である。

**36.** 祈りとは、心が神へと昇っていくことである。

**37.** もしあなたが真の祈りを切望するならば、すべてを捨てよ。そうすれば、すべてを受け継ぐことになる。

**38.** まず、情欲から清められるよう祈り、次に、無知と忘却から解放されるよう祈り、そして第三に、あらゆる誘惑と背信から救われるよう祈りなさい。

**39.** 祈りにおいては、ただ真理と御国、すなわち徳と知恵のみを求めよ。そうすれば、他のすべてのものは「あなたに与えられる」（マタイ6:33）。

**40.** 天使たちの行いに倣い、ただ自分の清めだけでなく、あらゆる人の清めについても、正しく祈りなさい。

**41.** あなたが祈りの中で、真に神の御前に立っているのか、それとも人間からの称賛を望み、それを得ようと努め、その（善意ではない）欲望を、祈りを長く続けるという（見かけ上は善意のある）行為で隠そうとしているのか、よく見極めなさい。

**42.** 兄弟たちと共に祈るにせよ、独りで祈るにせよ、単に慣習を満たすだけでなく、心を込めて祈るよう努めなさい。

**43.** （この――心からの）祈りにふさわしいのは、畏敬の念、感銘、そして心の痛みを伴った内省であり、罪の堕落を告白する際には、声に出さない嘆息を伴うものである。

**44.** もし祈りの最中に心がそれてしまうなら、その人は修道士として祈っているのではなく、まだ外見上の聖所を飾っているに過ぎない一般信徒である。

45. 祈るときは、全力を尽くして自分の記憶を守り、それがあなたに何かを提示しないようにしなさい。しかし、あらゆる方法で、理にかなった祈りの姿勢（誰に対して、何のために祈っているのかという自覚を持って）へと自らを高めなさい。なぜなら、祈りの最中、心は往々にして記憶に奪われがちだからである（記憶は物事や人物、出来事を思い起こさせ、それによって心の注意を祈りからそらしてしまう）。

46. 祈りの最中や瞑想の最中、記憶はあなたに、過去の出来事や新たな悩み、あるいはあなたを傷つけた人物などを思い起こさせる。

47. 悪魔は祈る人を激しく妬み、その意図を乱すためにあらゆる策略を用いる。それゆえ、記憶を通じて様々な事柄への思いをかき立て続け、また肉を通じてあらゆる情欲を掻き立て、その美しい流れ（すなわち祈りの労苦）と神への昇華（注意の昇華）を何らかの形で妨げようとするのである。

48. 万惡の悪魔が、多くの策略を駆使しても、勤勉な祈り手（祈祷者）の祈りを妨げるのに間に合わなかった場合、その時は（攻撃を）少し弱めるが、その代わりに、彼が祈りを終えた後に、彼に報復する。なぜなら、悪魔は、彼を怒りに駆り立てて、祈りによって得られたその素晴らしい心境を破壊するか、あるいは言葉にできない甘美さ（感覚的な快樂を味わいたいという衝動）をかき立てて、その精神を嘲笑うからである。

49. 正しく祈り終えたら、予期せぬ事態に備え、勇敢に立ち向かい、その実りを守り抜くのだ。それこそが、あなたが最初から与えられた使命である——すなわち、「耕し、守る」ことである（創世記2:15）。なぜならば、祈りを正しく捧げた後、苦勞して得たものを無防備に放置してはならない。さもないと、祈りから何の益も得られなくなるからだ。

50. 私たちと不浄な霊との間で繰り広げられるあらゆる戦いは、霊的な祈り以外の何ものによっても引き起こされるものではない。なぜなら、祈りは彼らにとって極めて敵対的で耐え難いものである一方、私たちにとっては救いとなり、有益なものだからである。

51. なぜ悪魔たちは、その影響力によって、私たちの中に暴食、淫行、金銭への執着、怒り、恨み、その他の情欲を煽ろうとするのか。それは、それによって心が鈍り、本来あるべきように祈ることができなくなるためである。なぜなら、私たちの理性を欠いた部分が持つ情欲は、一度働き始めると（動き出してしまおうと）、心が理性的に働くことを許さないからである。

52. 私たちは、自然が求めるゆえに美德を実践する。そして、その自然を成就された御言葉——（主）——のために、自然に従うのである。この御言葉は、通常、祈りの状態において、私たちにとって明らかになり（私たちの意識に鮮明に刻み込まれる）。

53. 祈りの状態とは、無情な心構えであり、極限の愛によって、知恵に富み霊的な心を高めへと引き上げるものである。

54. 真に祈りたいと願う者は、怒りや情欲を制するだけでなく、あらゆる情欲的な思いからも遠ざからなければならない。

55. 神を愛する者は、あらゆる情欲的な思いから背を向け、常に神を父として語りかける。

56. 無情の境地に達した者すべてが、すでに真に祈っているわけではない。なぜなら、そのような者でさえ、まだ（情動的な動揺を伴わない事柄についての）単純な思考に囚われていたり、それらの物語（あるいはその情景や様々な組み合わせ）に心を奪われたりして、神から遠く離れている可能性があるからである。（情動的な動きはないが、心は空想にふけっている）。

57. しかし、心が物事に関する単純な思索に留まっていけないからといって、それがすでに祈りの境地に達したことを意味するわけではない。なぜなら、心はそれらの事柄についての（哲学的な）思索に没頭し、その因果関係に深く入り込んでしまう可能性があるからである。これらすべては抽象的な思考ではあるが、それらが事物についての思索である以上、その像を心に刻み込み——そして心を神から遠く引き離してしまう。（情動は動いていないが、心は哲学を論じ、祈ってはいない：学者の状態である）。

58. たとえ心が物質的な自然についての思索よりも高い位置にあっても、それがすでに神の真の御座を直視しているとは限らない。なぜなら、心は（天使界の）精神的な被造物の認識に没

頭し、それらで満ち溢れている（それらに関する多様な思考や観念で満たされている）可能性があるからである。

**59.** もし正しく祈りたいと望むなら、祈る者に祈りを与えてくださる神が必要である。祈りの中で、その神を呼び求め、「御名が聖とされますように。御国が来ますように」（マタイ 6:9,10）、すなわち、聖霊と御子をお呼びかけなさい。なぜなら、主ご自身が、「御父には『霊と真理をもって礼拝するのがふさわしい』」（ヨハネ4:24）と語って、そう教えたからである。

**60.** 霊と真理をもって祈る者は、被造物から創造主を賛美するための考えを借りるのではなく、御自身から、御方を賛美するための洞察を汲み取るのである。

**61.** もしあなたが神学者であるならば、真に祈ることになるでしょう。そして、もし真に祈るならば、あなたは神学者なのです。

**62.** あなたの心が神への渴望に燃え、少しずつ肉から離れ、感覚的な印象や記憶から生じるあらゆる思いから背を向け、それと同時に畏敬と喜びに満ちているとき、その心は祈りの境地に近づいたと結論づけなさい。

**63.** 聖霊は、私たちの弱さに憐れみ深く、私たちがまだ清くないときでさえも、私たちのもとに来られる。そして、もし私たちの心が誠実に御自身に祈っているのを見出せば、その心に降り立ち、それを取り巻くあらゆる思考や観念の群れを追い払い（それらを消え去らせる）、それによってその心を霊的な祈りを渴望するように導かれる。

**64.** 他の（善悪の）霊たちは、肉体に作用することで、心に思いや観念、想像を植え付ける。しかし、主はそれとは正反対に働かれる。すなわち、心そのものに働きかけ、御心に適う知識を心に注ぎ込み、心を通じて肉体の放縦を抑制されるのである。

**65.** 真の祈りを愛しながらも、怒ったり恨みを抱いたりする者は、あらゆる非難に値する。なぜなら、その者は、はっきりと見ようとしつつも、その一方で自分の目に塵を積もらせている者と同じだからである。

**66.** もし正しく祈りたいと望むなら、祈りに逆らう（敵対する）ようなことは何一つしてはならない。そうすれば、神が近づき、あなたの元へ降りてきてくださるだろう。

**67.** 祈るときは、神に何らかの姿を思い描いてはならず、また、あなたの心が何らかのイメージに変容することを許してはならない（あるいは、自分自身を何らかの形で想像したり、心に何らかのイメージが刻み込まれたりすることを許してはならない）。むしろ、非物質的なものに対して非物質的な姿勢で臨めば、それとの合一が得られるだろう。

**68.** 敵の罠に気をつけよ。なぜなら、純粹かつ平穏な心で祈っているとき、突然、奇妙で異質な何らかのイメージがあなたの前に現れることがあるからだ。これは敵が、あなたを驕りに陥らせるために、ここに神性が（現れた）という考えを植え付けるためであり、さらに、このように突然現れたものと同様に、神性も量的に（場所を占め、広がり、部分を持つ）かのように思わせるためである。しかし、神性には量も形もないのである。

**69.** 嫉妬深い悪魔が記憶を動かしきれない場合、血や体液に働きかけ、それらを通じて心に異質な何かを想像させ、その心をイメージで満たそうとする。また、思考の渦に慣れ親しんだ心は、容易にそれに引き込まれ、非物質的で目に見えない知恵へと至っていると錯覚し、光の代わりに煙を受け入れてしまうのである。

**70.** 祈りの間、心を思い巡らしから守り、平穏な心持ちを保つよう努め、自らを戒めよ。そうすれば、「無知な者たちに憐れみ深い方」（ヘブライ人への手紙 5:2）があなたのところに来られ、あなたに祈りという尊い賜物を受け入れることを許してくださるだろう。

**71.** 物質的な事柄に巻き込まれ、絶え間ない心配事に心を乱されている限り、純粹に祈ることはできない。なぜなら、祈りとは（あらゆる雑念を）脇に置くことだからである。

**72.** 縛られた者は逃げることができず、また、何らかの情欲に支配された心は、霊的な祈りの場を見出すことができない。さらに、その心は情欲的な思いに翻弄され、揺るぎない立ち位置を持たない。

73. 心がようやく清く、情欲に囚われずに祈り始めると、その時、悪魔たちはもはや左側からではなく、右側から彼に襲いかかる。まるで神の栄光であるかのような現象や、感覚に心地よい何らかの象徴的なイメージを提示し、その結果、彼はまるで祈りの目的をすでに完全に達成したかのように思われるのである。これは、この事柄に精通したある人物（エヴァグリオス）が述べたように、虚栄心の情欲、悪魔による脳の特定の部位への接触、そしてその部位の神経の動揺（あるいは炎症）によって生じるものである。

74. 悪魔は、前述の部位に自由に触れることで、精神の周囲にある光を意のままに変容させているのだと思う。これにより、虚栄心が働き、精神を駆り立てて、神聖かつ本質的な知恵を軽率に自分のものだと主張させる。彼は肉欲的な不浄な情欲に悩まされることなく、清らかな心で祈りに専念しているため、そこに何らかの敵対的な作用があるとは全く考えず、——そして、それがまさに神聖な現象であると確信してしまう。しかし実際には、それは悪魔によるものであり、悪魔は極度の狡猾さを用いて、前述したように脳を通じて、心と結びついた光を変容させ、心そのものを形成する（心自身に形象を与え、あるいはあれこれと想像させるのである）。

75. 神の天使が現れると、一言で言えば、私たちの中の敵の働きを止め、知性の光が惑わされることなく働くように促すのである。

76. 『黙示録』で、天使が「聖徒たちの祈りを捧げるために」香を捧げると述べられていること（黙示録8:3）は、天使を通じて作用するこの恵みを指し示していると考えます。この恵みは、真に祈る術を授けるものであり、こうして、心はついに、思考の混乱もなく、落胆や臆病さもなく、祈りに専念できるようになる。

77. 香の入った壺は、そこに書かれているように、「聖徒たちの祈り」であり、それを捧げたのは「二十四人の長老たち」である（黙示録5:8）。この壺とは、神との交わり、すなわち神に対する完全で霊的な愛を意味しており、その愛の中で、祈りは霊と真理によって行われるのである。

78. 祈りの最中に、自分の罪について泣く必要などないと考えたなら、常に神の中に留まるべきであるにもかかわらず、自分が神からどれほど遠く離れているかを見極めよ——そうすれば、最も温かい涙を流すことになるだろう。

79. まことにその通りである。自分の実力（貧しさと無力さ）を自覚すれば、イザヤのように自らを呪いながら、甘美な涙を流すことになる——「自分は汚れており、口も汚れている」者として、そのような民、すなわち（神の敵である、不浄な力や思い）の中に生きながら、主サバオトの御前に立つことを敢えてするのだ（イザヤ書6:5）。

80. もし真摯に祈るならば、多くの点で完全な確信を得ることになり、天使たちはダニエルの時のようにあなたの元に集まり、なぜそのようなことが起こるのかという理由を啓示して、あなたを照らしてくれるだろう。

81. 天使たちは私たちが祈りに駆り立て、祈りの際に私たちと共に立ち、喜びながら私たちのために共に祈っていることを知れ。したがって、もし我々が怠慢で、不適切な思いを抱くならば、それによって天使たちを極めて怒らせることになる。なぜなら、彼らが我々のためにこれほど尽力しているにもかかわらず、我々は自分自身のために神に懇願しようとせず、神への奉仕を軽んじ、彼らの神であり主である方を置き去りにして、（思いの中で）不浄な悪魔たちと語り合っているからである。

82. 穏やかに、そして安らかに祈り、理にかなった心持ちで、穏やかな気分で歌いなさい。そうすれば、あなたは高みへと舞い上がる鷺の雛のようになるでしょう。

83. 詩篇の詠唱は情欲を鎮め、肉体の放縦への衝動を抑制する。そして祈りは、心をその本来あるべき知的な営みへと向かわせる。

84. 祈りとは、知性の尊厳にふさわしい行いであり、あるいはむしろ、知性の真の活用である。

85. 詩篇の詠唱は、多種多様な知恵の象徴であり、祈りは、非物質的な知の序章である。



86. 知恵は素晴らしい行いであり、それは祈りを助け、神の知恵を黙想するために心の思索力を奮い立たせる。

87. もしあなたがまだ祈りや詩篇の詠唱という賜物を受けていないなら、絶えず願い求めなさい。そうすれば、必ず与えられるだろう。

88. 「主は彼らに、常に祈り、絶えず祈り続けるべきであることを示すたとえを語られた」（ルカ18:1）。それゆえ、まだその賜物を受けていないからといって、嘆いたり落胆したりしてはならない。やがて受け取るからである。主はこのたとえに、次のような言葉も付け加えられた。「たとえ神を恐れず、人を恥じて、この未亡人が私に煩わしさを与えているから、私は彼女に報復してやる」（-5）。また、「神は、昼も夜も神に叫び求める者たちのために、まもなく報復をなされる」（-7）ともある。それゆえ、勤勉な忍耐をもって祈りに留まり、心を穏やかに保ちなさい。

89. 自分に関わる事柄が、自分の思う通り（より良い）になることを望んではならない。むしろ、神の御心にかなうように望め。そうすれば、あなたは祈りの中で安らかで、感謝の心を持つことができるだろう。

90. たとえすでに神と共にいるように見えても、淫行の悪魔には気をつけよ。なぜなら、彼は極めて魅惑的で狡猾であり、あらゆる手段を尽くして、あなたの清らかな心の志を打ち負かし、神への畏敬と畏怖をもって神の前に立っているときでさえ、その心を神からそらそうと努めるからである。

91. もし祈りを重んじるなら、悪魔の誘惑に備え、その鞭打ちを忍耐強く耐え忍びなさい。なぜなら、彼らは野獣のようにあなたに襲いかかり、あなたの全身を傷つけ尽くすからです。

92. 熟練した格闘家のように備えよ——たとえ突然幽霊を見ても動揺してはならない。たとえ剣が向けられようとも、あるいは火の玉が顔に突きつけられようとも、戸惑ってはならない。たとえどれほど醜く狡猾な姿が現れようとも、気落ちしてはならない（怯えてはならない）。しかし、正しい信仰を貫き、勇敢に敵たちを見つめよ。

93. 悲しみを耐え忍ぶ者は、喜びにも恵まれる。また、不快なことを耐え抜く者は、楽しいことにおいてもその分け前を奪われることはない。

94. 見よ、悪辣な悪魔たちが何らかの幻影であなただを惑わさないように。（もしそのようなことが起これば）心を落ち着かせ、祈りに立ち返り、神に願い求めよ。もしそれが神からのもの（戒めとして）であるならば、神ご自身があなたを啓発してくださるよう、そうでないならば、その惑わし手を速やかにあなたから追い払ってくださるよう。そして、臆することなく行動せよ。あなたが熱心な祈りをもって神に駆け寄れば、これらの犬どもは立ち向かうことはできず、神の力によって目に見えず、知られず打ちのめされ、あなたから遠くへ逃げ去るだろう。

95. あなたは、悪魔たちの次の狡猾な手口についても知っておくべきである。時折、彼らはグループに分かれる。ある者たちは誘惑を持ってやって来る。そして、あなたが助けを求めると、他の者たちが天使の姿で現れ、最初の者たちを追い払う。それは、あなたが彼らを本物の天使だと錯覚し、その栄誉に値する者だと自惚れるように仕向けるためである。

96. できる限り謙虚かつ勇敢であるよう努めなさい。そうすれば、悪魔たちの攻撃はあなたの魂には及ばず、その鞭もあなたの身体には近づくまいだろう。「主は御自身の御使いに命じて、あなたを守らせる」（詩編90:10,11）；そして御使いたちは、目に見えぬ形で、あらゆる敵の攻撃をあなたから退けてくれるだろう。

97. 清らかな祈りを保とうと努める者は、悪魔たちからの騒音や足音、叫び声、罵声を耳にすることもあろうが、思いに惑わされることなく、彼らに心を奪われることもなく、神に向かって「私は悪を恐れない。あなたが私と共におられるから」（詩編22:4）などと語るのだ。

98. そのような試練の時には、絶えず、簡潔でありながら熱意に満ちた祈りを捧げなさい。

99. もし悪魔たちが、あなたを驚かせ、あなたの心を奪うために、突然空中に現れると脅してきたとしても、彼らを恐れてはならず、そのような脅しを全く気にする必要はない。彼らは、

あなたが彼らを何らかの存在として見なしているのか、それともすでに完全に軽蔑しているのかを試し、あなたを脅かしているのだ。

**100.** もしあなたが、全能の神、創造主、そして摂理者である神の御前に祈りを捧げているのなら、なぜそれほど無分別な態度で御前に立つのか。神の打ち破ることのできない畏れを置き去りにして、ハエや蚊を恐れているのか。それとも、預言者がこう言っているのを聞いていないのか。「あなたの神、主を畏れよ」（申命記10:20）、そしてさらに、「すべての者が彼を恐れ、その力の御前に震える」など（歴代誌下36章、マナセの祈り）。

**101.** パンが肉体の糧となり、徳が魂の糧となるように、霊的な祈りは知性の糧である。

**102.** 聖なる祈りの場では、パリサイ人のようにではなく、徴税人のように祈りなさい。そうすれば、あなたも主によって義と認められるであろう。

**103.** 自分の祈りの中で誰かを敵視して祈らないよう努めなさい。そうしなければ、あなたが築き上げているものを破壊し、自分の祈りを（神の御前で）忌まわしいものにしてしまうことになる。

**104.** 「十タラントの闇」の借主が、あなたにこう教えてくれるだろう。「もしあなたが借主への（負債の）赦しを与えなければ、あなた自身も（自分の負債の）赦しを受けることはない」と。なぜなら、「彼を拷問者に引き渡した」と書かれているからである（マタイ18:34）。

**105.** 神への祈りの時、肉体の欲求を脇に置いておきなさい。そうすれば、ノミや蚊、ハエに刺されることで、祈りによってもたらされる最大の恵みを失うことがないだろう。

**106.** ある聖人が祈りを捧げようとしたとき、悪霊が激しく抵抗し、彼が両手を上げるとすぐに、その悪霊は獅子に変身して前足を上に掲げ、その爪を修道者の脇腹に突き立て、彼が両手を下ろすまで決して退かなかったという話が伝わっている。しかし、彼はいつもの祈りを終えるまでは、決して両手を下ろすことはなかった。

**107.** 同様に、我々が知っているように、堀の中で沈黙を守っていた「小さなヨハネ」、あるいはむしろ「最も偉大な修道士」もそうであった。彼は、竜の姿をした悪魔が彼に巻きつき、その肉を噛み砕き、その破片を彼の顔に吐きかけたときでさえ、神との霊的な交わりを絶えず保ち続けていた。

**108.** あなたはきっとタヴェンニシオスの修道士たちの伝記を読んだことがあるだろう。そこには、アッバ・テオドールが兄弟たちに説教をしていると、二匹のマムシが彼の足元に這い寄ってきたが、彼は少しも動じることなく、まるでアーチを描くように足を曲げ、その下にマムシを通し、説教を最後まで続けたと記されている。その後、その出来事を兄弟たちに語り、トカゲたちを見せたという。

**109.** また、別の霊的兄弟について、彼が祈っている時にマムシが這い寄って足に触れたが、彼はいつもの祈りを終えるまで手を下ろさなかった、という記述も読んだ。そして、自分自身よりも神を愛したこの人は、何の害も被らなかった。

**110.** 祈りの間は、気を散らさないよう目を注ぎ、肉体と魂から離れ、心で生きなさい。

**111.** ある別の聖人、すなわち荒野で沈黙を守り、熱心に祈りを捧げていた人物の前に、悪魔たちが現れ、二週間にわたり、彼をボールのように扱い、空中に投げ上げては藁の敷物の上で受け止めるという遊びを繰り返した。しかし、彼らは彼の心を、その燃えるような祈りから少しもそらすことはできなかった。

**112.** また別の、神を愛する修道士が、荒野を歩きながら知性的な祈りを捧げていたとき、二人の天使が現れ、彼を真ん中に挟んで共に歩いた。しかし、彼は、最善のものを損なわないよう、一瞬たりとも彼らに注意を向けることはなかった。なぜなら、使徒の「天使も、支配者も、力も、私たちをキリストの愛から引き離すことはできない」（ローマ8:38,39）という言葉覚えていたからである。

**113.** 修道士は、「天におられる御父の御顔を見る」ことを切望する祈りによって、天使に等しい者となる（マタイ18:10）。

114. 祈りの最中に、いかなる顔や姿を見ることが、決して望んではならず、求めてはならない。
115. 天使や力、あるいはキリストを感覚的に見ようとするな。そうしなければ、狼を羊飼いに取替えて、敵である悪魔たちにひれ伏して、正気を失うことになるからだ。
116. 心を惑わす始まりは虚栄心であり、それに動かされた心は、神性を何らかの姿や形として描写しようと企てる。
117. 私は、初心者に語ったのと同じことを繰り返す。祈りの間、完全な沈黙を保つ心は幸いである。
118. 気を散らすことなく祈り、神への渴望をますます深めていく心は、幸いである。
119. 祈りの最中に、物質的でもなく、貪欲でもない心は、幸いである。
120. 祈りの最中に、あらゆるものに対して完全な無感覚を保つ心は幸いである。
121. あらゆる人を、あたかも神に次ぐ神であるかのように尊ぶ修道士は、幸いである。
122. すべての人の救いと繁栄を、あたかも自分のことであるかのように見守る修道士は、幸いである。
123. 自らをすべての者の穢れとみなす修道士は、幸いである。
124. すべての人から離れつつも、すべての人と一体となっている者こそが、真の修道士である。
125. すべての者と共にある者と自らを尊び、すべての人の中に自分自身を見る者こそ、真の修道士である。
126. 常に自らの最初の思いのすべてを神に捧げる者が、祈りを成し遂げるのである。
127. あらゆる偽りとあらゆる誓いを避けよ。それは、祈りを強く願う修道士としてである。さもないと、自分にふさわしくない姿を無駄に装うことになる。
128. もし霊によって祈りたいと願うなら、肉から何も借りてはならない。そうすれば、祈りの最中に、あなたの前に広がる雲や闇に悩まされることはないだろう。
129. 肉体の必要を神に委ねなさい。そうすれば、あなたが霊的な必要も神に委ねていることが明らかになるだろう。
130. もし約束の恵みを受けるにふさわしい者とされれば、あなたは王となるだろう。それを見据えて、今の貧しさを喜んで耐え忍ぶべきではないだろうか。
131. 貧しさや（人生の）苦難——これらは軽やかな祈りの道具（翼）である——を拒んではならない。
132. 肉体の徳は、魂の徳の担保となり、魂の徳は霊的な徳の担保となり、そしてこれらは、非物質的かつ本質的な知恵の担保となるようにせよ。
133. ある思いに対して祈っているとき、それがすぐに、そして容易に静まったことに気づいたら、それが何によって起こったのかをよく見極めよ。そうすれば、罠にはまったり、欺かれて自分自身を裏切る者になったりすることはないだろう。
134. 時折、悪魔たちは、あなたに何らかの思いを抱かせた後、自らその思いに対して祈り、それに立ち向かうよう促し、そしてたちまち逃げ去ることがある。それは、あなたが「すでに思いに打ち勝ち、悪魔たちを威嚇し始めた」と錯覚し、惑わされるようにするためである。
135. もし、ある情欲や、あなたを苦しめる悪魔に対して祈るなら、詩篇の作者の言葉を思い起こしなさい。「私は敵を追い払い、追い詰め、彼らが滅びるまで引き返さない。彼らを打ちのめし、立ち上がれなくし、私の足の下に倒れる」など（詩篇 17, 38, 39）。しかし、これを適切な時に語り、謙遜をもって敵対者たちに対して身を守るようにせよ。
136. まず血を流すほどに戦わずに、徳を勝ち取ろうなどと考えてはならない。神の使徒の教えによれば、汚れのない者であり続けるために、死に至るまで罪に立ち向かい、奮闘しなければならない（ヘブライ人への手紙 12, 4）。
137. ある者に恩恵を与えた結果、（敵の策略によって）別の者から害を受けることがある。それは、不当な非難に直面した際に、不適切な発言や行動をしてしまい、そうして善く集めた

ものを悪く浪費してしまうためである。これこそが、狡猾な悪魔たちの狙いである。それゆえ、自分自身を賢明に戒めなければならない。

**138.** 悪魔たちがあなたに襲いかかってくる際には、彼らの奴隷とならないよう、あらゆる手段を講じて注意を払わなければならない。

**139.** 夜には、悪意ある悪魔たちが自ら霊的指導者を惑わそうと迫ってくる。そして昼間は、人々を通じて、不快な出来事や中傷、災難で彼を取り囲む。

**140.** これらの粗布の衣を耐え忍ぶことを拒んではならない。叩かれ、踏みつけられ、引き伸ばされ、撫でられようとも、それによってあなたの衣はより輝きを増すのだ。

**141.** あなたが情欲から完全に解き放たれず、あなたの心がまだ徳と真理に抵抗を示している限り、あなたは自分の内なる奥底に芳しい香（すなわち、清く温かい祈り）を見出すことはないだろう。

**142.** （正しく）祈りたいと願うか。この世から離れ、常に天に住まいを構えよ。言葉だけではなく、天使のような行いと、最も神聖な知性をもって。

**143.** もし、苦難の中（激しい誘惑にさらされ、墮落の危険にさらされているとき）に、あなたが審判者がいかに恐ろしく、容赦のない方であるかを思い起こすだけであるならば、あなたはまだ「主を畏れつつ仕え、震えつつ主を喜ぶ」（詩篇2:11）ことを学んでいないのである。霊的な喜びや慰めがある時こそ、なおさら恐れと畏敬の念をもって主に仕えるべきであることを知れ。

**144.** 完全な悔い改めに至るまで、自らの罪と、それに対する永遠の火における正当な報いについて、悲しみをもって思い続ける人は、賢明である。

**145.** 罪と神への冒涇の中に留まりながら、恥知らずにも神聖な事柄の認識や非物質的な祈りに手を伸ばそうとする者は、使徒の禁令を受け入れよ。すなわち、頭を露わにし、覆いもせず祈ることは、彼にとって安全ではないのだ。そのような魂は、使徒の言葉によれば、*「立ち会う者たちのために、頭に天使を置かなければならない」*（Iコリント11:10）のであり、恥じらいと、謙遜にふさわしい態度を身にまとうべきである。

**146.** 目の病める者にとって、真昼の最も強い光の中で太陽を長く、凝視することが何の益にもならないのと同様に、情欲に駆られ不純な心を持つ者にとって、霊と真理における恐ろしく超自然的な祈りを想像することも何の益にもならない。それどころか、神性は彼に対して憤りを抱かれるであろう。

**147.** 何ものにも欠けるところがなく、偏りなくおられる方が、供え物を持って祭壇に近づいた者を、その者が自分に恨みを抱く隣人と和解するまでは受け入れない（マタイ 5:23）のであれば、心の祭壇において神に喜ばれる香を捧げるためには、どれほどの自制と分別が必要か、よく考えよ。

**148.** 言葉に執着してはならないし、名声に執着してはならない。そうでなければ、もはや「背骨の上」ではなく、あなたの顔の上で「罪人たちが悪事を働いている」（詩編128:3）ことが明らかになってしまうだろう。そしてあなたは、祈りの最中に、彼らに引きずられ、惑わされて、不適切な思いに駆られ、彼らの笑いものになってしまうだろう。

**149.** 祈りを求める注意は、祈りを見出す。注意の後に続くのは、他に何ものもなく、ただ祈りであり、その祈りこそ、あらゆる配慮を払うべきものである。

**150.** 視覚がすべての感覚の中で最も優れているように、祈りはすべての美德の中で最も神聖なものである。

**151.** 祈りの価値は、量だけでなく質にもある。「祈るために教会に入った者たち」（ルカ 18:10）や、「祈るときは、無駄に多くの言葉を並べてはならない」といった言葉（マタイ 6:7）が、これを示している。

**152.** あなたが祈りにふさわしい体の姿勢にのみ注意を払い、あなたの心が外見的な礼拝所の美しさ（その他の祈りの外的な要素については……第44章を参照）のみを気にかけている限り

、その間（知っておきなさい）、あなたはまだ祈りの場を見出しておらず、その至福の道からはまだ遠く離れているのである。

**153.** 祈りの最中に、他のいかなる喜びよりも高い境地に達したとき、そのときこそ（知れ）、あなたは真に祈りを得たのである。<sup>73</sup>

**154.** 祈りと聖書の朗読は素晴らしい。それらは、思考のむなしいさまようのを止め、不適切なことに彷徨う心を結びつけ、この素晴らしい行いに没頭させ、少しも気を散らすことなく、有益な形でその心を留めておくのである（1, 16）。

**155.** 祈りは、私たちを神との対話へと導き、このことを長きにわたり実践することで、神との交わりへと導く。神は、取るに足らない人々をも愛をもって受け入れ、彼らとの親しい交わりを恥じることなく、彼らの中に宿る愛が彼らに大胆さを与える限り、そうしてくださるのだ（1, 17）。

**156.** 祈りは、心を感覚的なものに関するあらゆる思いから解き放ち、すべての存在を超越する神ご自身へと高め、神と対話し、神に大胆に望むものをすべて求めるようにする。こうして、人はあたかもすでに神との交わりの中にあり、まもなく再びその交わりに備えるかのように、清らかな生活を送るようになる（1, 19）。

**157.** パウロは「祈りに励む」こと（ローマ12:12）を教え、絶えず祈りに留まることによって、その習慣を自分の中に確立するよう促している（コロサイ4:2、エフェソ6:18）。さらに彼は、「あらゆる場所で祈りをささげる」よう命じている（1テモテ2:8）。これは、怠惰な者が、祈りの聖所から遠く離れて住んでいることを言い訳にできないようにするためである。あらゆる場所は祈りに適している。神は、清い心と義の行いをもって御自身を呼び求める者たちを受け入れ、彼らの心構えを見据えて、たとえ私たちが考えるに、彼らが御自身を呼び求める場所が何ら特別でないとしても、その祈りに耳を傾けてくださる（1. 20）。

**158.** 徹夜祷では、時には詩篇を速く読むべきであり、また時には詩篇を歌うことを優先すべきである。敵の策略に対抗して、私たちは行動様式を変えるべきである。敵は、時に魂が落胆に包まれるのを理由に、早読みに駆り立てようと囁きかけ、また時には荘厳で甘美な詠唱へと駆り立てようとするからだ（1, 234）。

**159.** もし敵対的な思いがあなたの心に襲いかかったら、祈りによってあれやこれやを求めるのではなく、涙という剣を研ぎ澄まして敵に立ち向かえ。このような強力な武装をもって敵に立ち向かえば、私たちはより早く敵を退却させることができるだろう。

**160.** 手仕事を磨くことを愛せよ。しかし、それ以上に祈りの記憶を磨くことを愛せよ。なぜなら、前者は常にではないが、後者は絶えずその行いの実を結ぶからである。祈りの義務を完全に果たすまでは、祈りを中断してはならない。また、「そろそろ仕事に取り掛かるべきだ」という考えに耳を傾けてはならない。同様に、仕事をしているときも、その仕事に過度に没頭して、慌てて心を乱し、祈りに不向きな状態にしてしまわないようにしなさい。

**161.** 神への思いが奪われ、神を思い起こすことから遠ざかってしまった心は、外的な感覚によっても無関心に罪を犯してしまう。なぜなら、その内側から自己修養への献身が失われてしまったため、もはや聴覚も言語も、そのような心を育むことはできないからである（1, 244）。

**162.** 純粋な祈りを捧げようと努めても、それができないことがある。しかし、自らを強いることなくとも、魂が純粋な祈りの中に留まっていることもある。前者は私たちの弱さによるものであり、後者は天からの恵みによるものである。その恵みは、それを通じて私たちに魂の清さを求めるよう招き、また、清く祈ることができたとしても、それを自分の功績とみなすのではなく、これを授けてくださる方の賜物であると認めるよう、私たちに教えているのである。「私たちは、どのように祈るべきか、自分ではわからない」（ローマ8:26）。祈りを清くしようと努めてもできず、心が曇ってしまうとき、頬を涙で濡らしながら、戦いの夜が晴れ、魂の中に光が輝くよう、神に懇願しよう（1, 264）。

<sup>73</sup> ここから、聖ニコスの他の著作からの補足——「祈りについて」——が続く。

**163.** 肉欲を思い起こすことは心を乱す。なぜなら、それは神との対話を妨げるだけでなく、一見祈っているように見える心さえも、卑猥な妄想によって汚してしまうからである。絶えず祈りに留まり、神との対話を心で実践することは良いことである。しかし、私たちにはそうできているだろうか？——しばしば祈りの言葉から気を散らし、私たちをそらそうとする思いに身を任せ、それらを拒絶せず、またそれらを嘆くこともない——それは、不適切なことを吹き込むものに対して意志が同意している証拠となるだろう。外見上は祈っているように見える——ひざまずいているため、見ている者には祈っているように映る——が、心の中では何か楽しいことを思い描いたり、友人と和やかに話したり、怒りを込めて敵を中傷したり、客人と宴を催したり、親族のために家を建てたり、木を植えたり、旅をし、商売に励み、無理やり聖職に就かされ、任された教会の事務を細心の注意を払って整え、これらすべての大半を心の中で反芻し、思いが囁くことすべてに、情欲が私たちの心をそのように向かわせようとするままに同意しているのだ（-2, 129-130）。

**164.** 祈りには、心があらゆる思いから清められ、たとえそれが尊いものであっても、祈りとは無関係なものを一切受け入れないことが求められる。しかし、神に靈感を受けた者として、あらゆるものから離れ、唯一なる神との対話を成し遂げるのである（2, 131）。

**165.** 手仕事と祈りの間に時間を割く者は、労働によって肉体を制し、その無秩序な要求を節度あるものへと導く。また、肉体と共に働き、ついに休息を渴望する魂を、それによって祈りというより容易な行いへと向かわせ、熱心かつ活力をもって祈りに至らせるのである。というのも、彼女は、仕事を変え、あることから別のことへと移る際に慰めを感じる一方で、同じことに長く従事していると退屈してしまうからである。彼女は単調さを苦に感じ、多様な活動には喜びを見出す。ある仕事を終えるとき、あたかもあらゆる疲労を振り払ったかのように感じ、そのため、あたかも新たに働き始めたかのように、新鮮な力で別の仕事に取り掛かるのだ。<sup>74</sup> -（2, 231. 232）。

**166.** 働くことを好まない者は、何もしないことで情欲を養い、欲望に自由を与え、自分に親和性のある対象へと向かわせる——これはとりわけ祈りの時に顕著に現れる。なぜなら、そのとき、心の注意はすべて心が占められている事柄に吸い込まれてしまい、神と対話し、自分にとって有益なものを神に求める代わりに、動き出した情欲によって植え付けられたことを、心の中でただ反芻するだけになるからである。このことを知っていた聖パウロは、怠惰を熱心に非難し、使徒としての権威をもってすべての人を労働へと義務づけた（Ⅱテサロニケ3:6-12）。仕事は思考の錨であり、思考に安全な方向性を与える。四方から嵐が迫り、突風が破滅を脅かそうとも、思考は仕事という錨に支えられて揺るぎなく立ち続ける。湧き上がる思いによって多少揺らぐことはあっても、危険に巻き込まれることはない。なぜなら、それを支える絆は、それを追い立てる風よりも強固だからである（2, 232. 234）。

**167.** 絶えず祈らなければならないという口実で手仕事を拒む者たちは、実際には祈ってもいない。彼らは、怠惰の中で心に心配事からの自由をもたらそうと考えるその行為によって、心を抜け出せない思考の迷路に迷い込ませ、それによって心を祈ることのできない状態に陥らせているのである。何かに取り組んでいる身体は、目と同様に、行われていることを注視し、身体が誤りのない行動をとれるよう助けるべき思考を、その場に留めておく。一方、休んでいる身体は、思考がめまぐるしくさまよう自由を与えてしまう。なぜなら、休息の時には情欲が掻き立てられ、あらゆる好色な回想が思考を誘い込み、まるで捕虜のようにそれを支配してしまうからである（2, 234. 5）。

**168.** 完全な者たちには、至高の祈りがある。それは、ある種の精神の高揚であり、感覚的なものからの完全な離脱である。そのとき、言葉にできない霊の嘆きによって、彼らは神に近づく。神は、書き込まれた書物のように開かれた心の状態を見通し、声なきイメージによってその

<sup>74</sup> この章と次の章は、エウヒト派に対する批判を目的としている。



意志を表現される。こうして、パウロは第三の天にまで引き上げられ、「肉体にいたのか、それとも肉体から離れていたのか」（Ⅱコリント12:2）と分からなかった（2, 235）。

169. 第一の祈りの後には（その下に）、第二の祈りがある。それは、言葉が発せられ、心が感動をもってそれに従い、誰に願いを捧げているのかを知っている状態である。

170. しかし、雑念（低次の思考）に遮られ、肉体の心配事と結びついた祈りは、祈る者にふさわしい心構えからは程遠い。そのような者は、思考があちこちと飛び回り、自分がどのような言葉を口に行っているのかさえ覚えていないため、自分自身にさえ耳を傾けることができない。しかし、もし祈る者がそのような状態であるならば、神の御耳は、その人が散漫さゆえに自らも聞き逃していることに、果たして耳を傾けてくださるだろうか。「わが祈りに耳を傾け、わが祈りを心に留めてください」（詩編16:1）と、「あなたの耳は、わが祈りの声に耳を傾けてください」（詩編129:2）と語った者たちの心は、すべてそこに注意深く集中しており、自制心を欠いた不注意な者たちの思考が通常散漫になり、散らばってしまうようなことにはなっていない（2, 236）。

## 2. 八つの悪霊について

### 1. 暴食について

1. 実りの始まりは花であり、活動的な生活の始まりは節制である。
2. 食欲を抑制する者は情欲を弱め、過食に打ち負かされる者は快楽を求める欲望を増大させる。
3. 言語の始まりはアマリクであり、情欲の始まりは暴食である。
4. 火の糧は薪であり、腹の糧は食物である。
5. 多くの薪は大きな炎を燃え上がらせ、多くの食物は欲望を養う。
6. 炎は物質の枯渇とともに消え去り、食物の不足は欲望を枯渇させる。
7. 食物への欲望が不従順を生み、その甘美な味わいが樂園からの追放を招いた。
8. 高価なご馳走は喉を喜ばせるが、絶え間なく蠢く欲望の虫をも養う。
9. 空腹の腹は祈りのための徹夜に備えさせるが、満腹の腹は深い眠りへと誘う。
10. 断食中の節制ある思索は心を澄ませるが、満腹で満足に満ちた生活は、心を深い眠りへと沈める。
11. 断食者の祈りは、高みへ舞い上がる鷲の雛のようであり、一方、美食にふける者の祈りは、満腹感に重くのしかかり、地上へと落ちていく。
12. 断食者の心は、澄んだ空に輝く明るい星のようだが、ご馳走をいただいた者の心は、月のない夜の空のように暗く沈んでいる。
13. 霧は太陽の光を隠すが、食べ尽くされた料理の濃い蒸気は心を曇らせる。
14. 汚れついた鏡は、そこに映った姿の特徴をくっきりと映し出さない。同様に、満腹感によって曇らされた精神の力は、神の知恵を受け入れることができない。
15. 長く耕作されない土地は茨を生じさせる。同様に、快楽に溺れる者の心は、恥ずべき思いを生み出す。
16. 糞尿の中に芳香を見出すことはできないように、好色家の中に、瞑想の芳香を見出すこともできない。
17. 貪食者の目は宴会の場所を、節制者の目は賢者たちの集いの場所を、それぞれ探し求める。
18. 食いしん坊の魂は殉教者たちを偲ぶ日を数え、節制する者の魂は彼らの生き方に倣う。
19. 臆病な戦士は、戦いを告げるラッパの音に震え上がるが、大食漢は、断食の始まりを告げる声に震え上がる。
20. 食いしん坊の修道士は、自らの腹の奴隷であり、その鞭の下で毎日の税を納めている。
21. 急ぐ旅人はすぐに町にたどり着き、節制を重んじる修道士は心の平安にたどり着く。

22. のろまな旅人は（住居にたどり着くことなく）野原で星空の下に夜を明かす。そして、食欲に溺れる修道士は、無執着の家にはたどり着けない。

23. 香を焚くことは空気を芳しくし、節制ある者の祈りは神の鼻を喜ばせる。

24. もし腹を満たす欲望に身を任せるならば、あなたの快樂への渴望を満たすには何一つ十分ではないだろう。なぜなら、大食は可燃物を焼き尽くす火であり、常に新たなものを求めるからである。

25. 適量（器に注がれるもの）は器を満たすが、腹は満腹になっても「もう十分だ」とは決して言わない。

26. 両手を挙げることはアマレクを退散させ、悲しみに向かってなされる行いは、肉欲に打ち勝つ。

27. 自分の中に情欲を煽るあらゆるものを根絶し、肉体の器官をしっかりと死に至らしめよ。

28. 倒された敵があなたに恐怖を抱かせないのと同じように、死んだ肉体はあなたの魂を乱すことはない。

29. 死体は火の痛みを感じないのと同じように、節制する者は、死んだ情欲の快樂を感じない。

30. エジプト人を打ち倒したら、砂の中に隠せ——すなわち、情欲の情熱に打ち勝ったら、肉体を満たしてはならない（あるいは断食させよ）。なぜなら、大地に水を注ぐことによって、そこに隠されていたものが芽吹くように、肉体を満たすことによって、そこに潜んでいた情欲の情熱が花開くからである。

31. 消えかけた炎も、新しい乾いた小枝をくべれば再び激しく燃え上がる。同様に、消えかけた肉欲の快樂も、腹を食物で満たすことによって再び蘇る。

32. 肉体が衰弱を訴えても、それを憐れんではない。また、その好む食物で十分に満たしてはならない。なぜなら、もし肉体が再び力を取り戻せば、あなたに反旗を翻し、あなたの魂を捕らえ、あなたを淫欲の奴隷とするまで、和解の余地のない戦いを仕掛けてくるからである。

33. 食事を控えめに与えられた体は、よく調教された馬のようで、決して騎手を振り落とすことはない。手綱で抑えられ、騎手の手に従順に従う馬のように、節制と不眠によって調教された肉体も、その上に座する思念の手から逃れようとはせず、情欲の衝動に駆られてそうするように、いなき声上げることもない。

\*\*\*

34. 食べ過ぎは思念を養い、酒に酔った者は夢で眠りを満たす（1. 248）。

35. 快樂の喜びは、食物が喉を通るやいなや消え去るが、その棺の中で好色心が蘇る。

36. 自分の土地を耕す労苦の果てには安息があるが、様々な快樂の果てには灼熱がある（ここでは肉欲的なもの、あるいはあちらでは懲罰的なもの）。

37. 功績によって肉体の輝きを衰えさせる者は、日々、肉体のうちに自らの死を思う（その肉体の消耗が、絶えず死を思わせるのだ）（1. 249）。

38. 心の分別をもって、節制の労苦を体の状態に合わせよ。そうすれば、体が衰えたとき、自分自身も苦しむことがない。

39. 肉体は、自然な欲求が節制された範囲での満足に留まるようにせよ。

40. あなたの肉体の修行は、道徳的な観点から行われ、心で（罪を）嘆き、魂で哀悼することを学ぶようにせよ。

41. （肉欲的な）快樂追求の母は、美食である。なぜなら、それは快樂を求める肉欲や、その他多くの情欲を生み出すからである。そこから、まるで根から茎が伸びるように、他の情欲が芽生え、やがてそれを生み出したものと同じ高さの木となり、天にまで届くほどに枝分かれして悪徳へと広がっていく。このように、金銭への執着、怒り、悲しみは、すべて貪食から生まれ、そこから育つものである。快樂追求者には、まず何よりも、常に燃え盛る自身の欲望を満たすた

めのお金が必要である。もっとも、その欲望は決して満たされることはないのだが。次に、金銭の獲得を妨げるものに対しては、怒りを抱かざるを得ない。そして、その怒りが行動に移せない場合、必然的に悲しみがそれに続くのである（2,73）。

**42.** 貪食に最も親和性があるのは、肉欲的な衝動である。そして自然そのものも、これらの情欲の親和性を示そうとして、性交の器官を腹の下に配置し、この近接性によって両者の密接な結びつきを示している。それゆえ、この情欲（性欲）が弱まるのは、より高いところ、すなわち腹の栄養が枯渇するためであり、また、それが強まり動き出すのは、そこから力が供給されるからである。しかし、腹の快楽は、この情欲の養い手や搾り手となるだけではない。それは人間の中からあらゆる善を根絶やしにしてしまう。それが優勢になると、たいてい、節制、貞節、勇気、忍耐、そしてその他すべての美德が失われ、消え去ってしまうのである（2,76）。

**43.** 必要の範囲内に留まり、全力を尽くしてそれを超えないよう努めることは素晴らしいことである。もし誰かが欲望に駆られて世俗の快楽の側に少しばかり引きずり込まれてしまえば、もはやいかなる言葉も、その（その方向への）前進を止めることはできない。なぜなら、必要以上のものには限界がないからである。しかし、満たされることのない心配と、度を越した終わりのないせわしさは、（それらを満たすための）労苦を増大させ、まるで炎が薪をくべることで燃え盛るように、欲望を煽るのである（2,88）。

## 2. 淫行について

**1.** 節制は貞潔を生むが、放蕩は淫らな情欲の母である。

**2.** 油は灯火の炎を養うが、女性との交わりは、情欲の甘美な炎を燃え上がらせる。

**3.** 波の衝撃によって、積荷のない船はあちこちへと揺さぶられる——そして、放埒な思いによって、自制心を失った心もまたそうである。

**4.** 淫らさは飽満を自らのものとし、心の敵の列に加わり、その敵たちと共に最後まで心と戦い続ける。

**5.** 静寂を愛する者は、この敵の矢に対して傷つきにくい。しかし、群衆の中に身を置く者は、絶えずその矢によって傷つけられる。

**6.** 女性の眼差しは毒矢であり、魂を傷つけ、そこに毒を注ぎ込む。そして、この傷が古くなるほど、より大きな害をもたらす。

**7.** これらの矢から身を守る者は、人混みの集まりには行かず、祝祭の場でうろうろと彷徨うこともない。祝祭を祝おうとして敵の格好の獲物になるよりは、静かに家に留まり、祈りに専念するほうがよいからである。

**8.** 貞潔でありたいなら、女性との付き合いを避け、決して彼女たちにあなたに対して大胆に振る舞う自由を与えてはならない。なぜなら、当初、彼女たちは、実際にそうであるか、あるいは偽善的に控えめで恥ずかしがり屋なふりをしているに過ぎないが、やがてはあらゆることに手を出すようになるからだ。——そしてそれは、あなたにとって死へと誘う罠となり、破滅へと引きずり込む巧妙に編まれた網となる。彼女たちが控えめな言葉であなたを欺くことのないように。なぜなら、その言葉の中にもまた、邪悪な獣の毒（深淵の獣の毒）が隠されているからだ。

**9.** 若きあなたが若いうちは、若い女性のもとへ近づくよりは、燃え盛る焚き火のそばへ近づくほうがましだ。なぜなら、火に近づいて痛みを感じれば、すぐに飛び退くが、女性の言葉に心を奪われてしまうと、そう簡単には離れられないからだ。

**10.** 水辺に生える草は枯れ果てる。同様に、女性たちとの交わりには、不品行への情欲が潜んでいる。

**11.** 腹を満たしておきながら貞節を誓う者は、わらで火の勢いを止められると主張する者に似ている。わらで勢いよく広がる火の勢いを抑えることが不可能なように、満腹感をもって不品行への燃えるような衝動を止めることも不可能である。

**12.** 柱はその土台に支えられているように、淫らな情欲は満腹感に支えられている。

13. 嵐に翻弄された船は港へと急ぐが、貞潔な魂は荒野を求める。船は危険を脅かす波から逃れ、魂は破滅をもたらす女性の顔から逃れるのである。

14. 華やかに着飾った女性の姿は、波よりもさらに人を溺れさせる。波からは、生への愛があればまだ泳ぎ上がることができるが、女性の魅惑的な姿は、命そのものを軽んじさせる。

15. 荒野の低木は炎から守られているように、女性から離れた貞潔な者は、不品行の情欲に燃え上がる危険から守られている。なぜなら、火の記憶が思考を焼き尽くさないのと同様に、情欲もまた、それを養う糧がなければ力を失うからである。

16. 敵を憐れめば、敵が生まれる。この情欲を容赦すれば、それはあなたに立ち向かうだろう。

17. 節制のない者が女性を見つめれば、不品行な情欲が掻き立てられるが、貞潔な者にとっては、神を賛美する心へと導かれる。

18. 女性と接する際、情欲が静まっているとしても、その情欲が約束する無欲さを信じてはならない。群衆に囲まれた犬でさえ尻尾を振るが、そこから離れるとすぐに本来の獐狂さを現すからだ。

19. 女性への思いが情欲を伴わなくなったら、そのとき初めて、あなたは貞潔の域に入ると結論づけなさい。一方、心に浮かぶ彼女の姿が魂を揺さぶるようであれば、あなたはまだこの美德から遠ざかっていることを知れ。しかし、前者の場合でも、そのような思いに留まってはならず、心の中で女性の姿と長く語り合ってはいけない。なぜなら、この情欲は元に帰ろうとする性質があり、そこから危険が迫っているからだ。

20. 適度な精錬が銀を清めるのに対し、度を越した精錬は銀を損なうように、貞潔の習慣もまた、心の中に長く留まる女性のイメージを損なうものである。

21. あなたの前に現れた人物と長く語り合ってはならない。そうすれば、その人物があなたの中に快樂への炎を燃え上がらせ、あなたの魂の穀倉に火をつけることのないように。

22. わらの中に長く放置された火花が炎を燃え上がらせるように、女性を長く思い続けることは、情欲に火をつけるのである。

\*\*\*

23. 霊を貪る肉体を、修業の労苦によって鎮めるならば、この世の彼方において、あなたは「幸いなる者」の教えによって約束された栄光を得るであろう。それは、あなたの体の中であなたの「心の律法に逆らう」者と戦い、「あなたの肢体にある罪の法則」によってあなたを捕らえている者との戦いに勝利した者として、この世の彼方で、祝福の教えによって約束された栄光を得るであろう（ローマ7:23）（1, 230）。

24. 肉的な淫行と霊的な淫行という、異なる種類の淫行が結びつくことがあることを理解せよ。淫らな思いがあなたの霊と融合するとき、あなたの魂は、その内に宿る惑わしの刻印と結びつくのである（1, 247-8）。

25. 悪魔は、魂を惑わして自分と交わらせるために、女性の姿をとる。無形の悪魔は、（妻という）姿をとって、淫らな思いによって魂を淫行へと誘い込む。実体のない幻影に惑わされてはならない。そうすれば、肉体においても同様の行いを犯すことにならぬよう。内なる姦淫を十字架によって退けられない者は皆、淫行の霊に惑わされるのである。

26. 不貞の思いを抑えるために食事を控え、不貞ではなく飢えについて考えるようにしなさい。

27. 祈りの徹夜に涙を添え、この真の戦いにおいて助けを得よ。

28. 淫行との戦いの最中は、宴会への招待を断りなさい。

29. 放蕩の悪魔は、熱心な修道士である戦士に素早く襲いかかり、情熱的な情欲の矢を突然浴びせる。それは、その修道士の労苦から発せられる光に満ちた炎の灼熱を、長く耐えられないからである。また、情欲の甘美な誘惑によって自己抑制の厳しさが弱まった者に対しては、悪魔は少しずつその心と対話しようと近づき、心が邪悪な欲望に燃え上がり、それらと語り合い、そ

れらに魅了され、この罪に対する憎しみを完全に捨て去ってしまうように仕向けるのである（1, 252-3）。

**30.** 心が情欲の快樂への習慣に深く陥っている場合が最も危険であり、この（情欲の）草を根こそぎ刈り取るには多大な労力を要する。

**31.** 思いが情欲の快樂と対話することを許してはならない。なぜなら、情欲に満ちた思考や衝動の群れの中で、火が燃え上がるからである（詩編105:18）。それらはあなたを熱狂させ、「本性の炎を抑えるのは難しい」「もはや本性に逆らうことはできない」と思わせ、そして「たとえ今日、やむを得ず罪を犯したとしても、明日は戒めに従って悔い改めればよい」と説得するだろう。なぜなら、（キリスト教の）律法は人を愛するものであり、悔い改める者の罪を容易に赦すからである。その際、彼らは、禁欲の後に堕ち、再び悔い改めた人々の例を挙げて、自分たちの欺瞞的な助言に信憑性を与えようとする。それは、悔い改めによって容易に立ち直れるというこの希望によって、抵抗の堅固さを打ち砕き、貞潔の聖殿を淫行の住処に変えてしまうためである（1, 253-4）。

**32.** 見よ、禁欲を実践する者よ、悔い改めを口実に、不確かな希望に惑わされてはならない。なぜなら、多くの者は堕ちた直後に死によって連れ去られ、また他の者たちは、情欲の快樂への習慣に、まるで律法のように縛られ、（堕ちた状態から）立ち上がる力がなかったからである。なぜ、あなたは、自分が生き続けるか、悔い改めるかを知っているというのか。どうして自らに生きる年数を定めているのか。——これに陥ることで、あなたは自分の肉体を甘やかすことになる。それよりもむしろ、死を心に留めることに専念し、心の中で恐ろしい裁きの判決を鮮明に思い描き、それによって燃え上がる肉体の思惑を鎮めるべきである。

**33.** 創造主は、私たち人間にも動物にも、同じ自然な生き方を定めておられる。「見よ、わたしはあなたがたに、野のあらゆる草を与える。それは、あなたがたと獣の糧となる」と、神は人間に語られた（創世記 1: 29, 30）。それゆえ、言葉を持たない者たちと同じ食物を与えられ、自らの工夫によってそれをより豪華なものに変えてしまった我々は、獣たちが神の定めを破ることなく自然の範疇にとどまっているのに対し、私たち——理性という賜物を受けた人間——が、古来の法から完全に逸脱してしまったとすれば、それは不公正ではないだろうか。なぜなら、言葉を持たない者たちに、いったいどのようなご馳走があるというのか。どのようなパン職人や料理人が、千の技を駆使して、彼らの貧しい腹を満たすためのご馳走を調理しているというのか。彼らは、草を食み、手に入るもので満足し、飲み物として水——それも時にはめったに飲まない——を摂る、古来の質素な生活を好んでいるのではないだろうか。それゆえ、彼らは肉欲の快樂にふけることが少なく、肥えるような食物で欲望を煽ることもなく、また常に男女の区別を知っているわけでもないのだ。というのも、この感情は彼らに一年のうちある特定の時期だけ与えられるものであり、その時期には、自然の法則が種族の存続の手段として、彼らを交配させ、自分たちと同じような子孫を産ませるように仕向ける。それ以外の時期には、彼らは互いに距離を置き、この欲望を完全に忘れてしまうほどである。一方、人間においては、高価なご馳走が、飽くことのない淫らな欲望を煽り立て、いついかなる時も情熱が鎮まることを許さなかった（2, 90）。

### 3. 貪欲について

**1.** 金銭への執着は、あらゆる悪の根源である。それは枯れた枝のように、他のあらゆる情欲を養い、そこから繁栄したものを枯れさせない。

**2.** 情欲を根絶やしにしたい者は、まずその根源を断ち切らなければならない。貪欲が残っている限り、枝を切り落としても何の役にも立たない。なぜなら、たとえ切り落とされたとしても、すぐにまた生えてくるからである。

**3.** 貪欲な修道士は、過度に積載された船のようなもので、嵐によって立ち上る波に容易に沈められてしまう。

**4.** 貪欲でない修道士は、軽やかな旅人のようで、どこにでも安住の地を見出す。



5. 貪欲でない修道士は、高く舞い上がる鷲のようで、食料の必要に迫られた時だけ、下へと降りてくる。

6. そのような者はあらゆる誘惑を超越し、この世のすべてを嘲笑し、山々を飛び越えて、地上のあらゆるものから離れ、天上の者たちと共に暮らす。なぜなら、心配事に縛られていない彼の翼は軽やかだからである。

7. 悲しみが訪れても、彼は悲しむことなくその場を去る。死が訪れれば、彼は穏やかにこの世を去る。なぜなら、彼の魂は、いかなる地上の束縛にも縛られていないからである。

8. しかし、貪欲な者は心配事に縛られ、まるで鎖でつながれた犬のごとくである。もし移住を余儀なくされれば、財産に対する悲しみに満ちた思い出を、重く無益な重荷として背負って行く。

9. 死が訪れたとき、彼は名残惜しそうに現世を去る。魂を明け渡しながらも、手元にあるものから目を離さない——そして、逃亡した奴隷のように無理やり引きずり出される。肉体とは別れるが、財産とは別れない。なぜなら、彼を引き留める情熱は、引きずり出す力よりも強いからである。

10. 海は多くの川を受け入れても満たされることはなく、金に執着する者の欲望は、すでに蓄えた財産では満たされない。それを倍に増やしても、倍になったものをさらに倍にしたいと望む。そして、死がこの無益な労苦を終わらせるまで、倍増させることを決してやめない。

11. 賢明な修道士は、ただ身体の必要のみを念頭に置き、空っぽの腹をパンと水だけで満たす。

12. 彼は、腹を満たすために金持ちに媚びることもなく、自由な精神を多くの支配者に隷属させることもない。なぜなら、身体に仕え、その自然な欲求を満たすには、両手さえあれば十分だからである。

13. 貪欲のない修道士は、捉えどころのない闘士であり、軽やかに駆け抜ける者であり、やがて「より高い召しの栄光」に到達する（フィリピ3:14）。

14. 貪欲な修道士は多くの収入を喜びとするが、無欲な修道士は、その功績による栄冠を喜ぶ。

15. 貪欲な修道士は懸命に働くが、貪欲でない修道士は祈りと読書に時間を費やす。

16. 金銭を愛する修道士は宝庫を銀で満たすが、貪欲でない者は天に宝を蓄える。

17. 偶像を作り、それを「隠し場所」に置く者は呪われる（申命記27:15）。しかし、金銭への執着を抱く者も同様である。前者は無益に偽りの神にひれ伏すが、後者は富への憧れを、偶像のように密かに心に抱いている。

\*\*\*

18. 貪欲でない者は気楽な生活を送るが、貪欲な者にとって富への執着は絶え間ない病である（1, 237）。

19. 物質的な心配事に心を奪われないとき、あなたは思考の群れを捕らえることができる。また、所有物を持つという欲望を捨て去るとき、あなたは気を散らすことなく十字架を背負うことができる。

20. 物質的な獲得への思いは、老いと病を予言する。それは、あなたが神への信頼を、財産への信頼と分け合うようにするためである。

21. 世を捨てて修道生活を選んだ者は、信仰に身を委ね、愛によって強められ、希望によって確固たるものとなるべきである。信仰とは、何もない状態に身を置くのではなく、忍耐強い希望と生きた愛をもって、最も完全なものを所有しているという揺るぎない確信である。

22. あらゆる物から離脱したとき、貧しさを責め立てようとする暗い思いに耳を傾けてはならない。それらは、現在の状況——あらゆる面での乏しさ、貧困、そして不名誉——をあなたに思い描かせ、そのような悪意によって、この栄光ある美德を悔い改めさせようとするのである。



しかし、そのような修行の理に深く入り込めば、むしろ、非難されているそのことこそが、あなたに冠を編み上げてくれることに気づくでしょう。

**23.** 世俗の事柄はひとまず置いて、霊的な恵みに目を向けよう。いつまで、大人の考え方を全く受け入れずに、子供の遊びにふけり続けるつもりなのか。幼少期には、骨やボールなどが遊びの道具となり、子供たちは成人するまでそれに夢中になるものだ。しかし、人が男となれば、これらすべてを捨て去り、全力を尽くして重要な事柄に取り組む。それなのに、私たちは皆、幼子のようなままであり、子供らしいことに驚き、より良いこと——すなわち、男にふさわしいこと——を気にかけようとしめない。立派な男が灰の山に座り、その灰の上に子供じみた遊びを描いているのを見るのは恥ずべきことだが、永遠の至福を志す者たちが、この世の物事の塵に埋もれているのを見るのは、それと同じくらい、あるいははるかに恥ずべきことであり、そのような不釣り合いな行いによって、誓いの尊厳を汚しているのだ。この原因として、私たちには、目に見えるものの以上に重要なものを想像できず、現世の恵みの取るに足らなさやあの世の恵みの優越性を自覚しておらず、ここで尊ばれているものの輝きに目がくらんで、あらゆる欲望をもってそれに執着してしまうことにあるようだ(2, 81)。

**24.** それでは、この世の利益から離れ始めよう。財産や金銭、そして心を自己に没頭させ、思考を沈めさせるあらゆるものを軽んじよう。嵐に翻弄されながら、舵取りである「知性」と、船乗りである「思考」が救われるよう、重荷を捨て去ろう。嵐のさなかに海を航行する者たちが、自らの積荷を顧みず、自らの手で高価な品々さえ海に投げ捨て、財産を命よりも軽んじるのであれば、なぜ私たちは、より良い人生のために、魂を深淵へと引きずり込むものを軽んじないのか。なぜ私たちには、彼らが海を恐れるほど、神への畏れが強くはないのだろうか？彼らはこの世の命への愛ゆえに、運んでいるものを失うことを大したことは考えない。一方、私たちは、永遠の命を渴望していると自負しながらも、些細なものでさえも捨て去ることをせず、むしろその取るに足らない荷物を手放して救われるよりは、それと共に滅びることを選ぶのだ。——それゆえ、どうかすべてを脱ぎ捨てよう。レスラーたちは服を着たまま試合に臨むことはない。レスリングの掟は、彼らを裸で競技場に立たせるのだ。暑かろうが寒かろうが、彼らは服を競技場の外に置いて、その姿で現れる。もしそのうちの誰かが裸になることを拒むなら、試合そのものを断念しなければならない。しかし、私たちは奮闘することを誓ったにもかかわらず、衣服(財産)を脱ぐどころか、何千もの重荷を肩に背負ったまま戦いに臨み、それによって敵に私たちを捕らえるための多くの好機を与えてしまっているのです(2, 82, 83)。

**25.** 悪意の霊にどう立ち向かえばよいのか。それによって、あらゆる方向から容易に攻撃が浴びせられるのだから。金にまみれた者に、金銭への執着の霊にどう立ち向かえばよいのか。あらゆる配慮から剥ぎ取られた悪魔たちを、いかにして追い越せるのか。数え切れないほどの心配事に身を包んだ者よ。聖書はこう述べている。「その日、裸の者は逃げ去る」(アモス書 2, 16)。裸とは、世俗の事柄に関する数え切れないほどの心配というぼろ服を身にまとっていない者のことである。金や財産に関する複雑な思いが、その走りの速さを妨げない者こそが「裸」である。なぜなら、悪意ある者にとって、裸の者を捕らえることは困難であり、さらには不可能だからである(2, 83, 84)。

**26.** 戦うときは裸でなければならない。ただ裸であるだけでなく、油を塗られていなければならない。裸になることで、敵は戦士を掴む場所を失う。また、油を塗っておけば、たとえ捕らえられたとしても、捕らえた者の手からすり抜けることができる。なぜ敵は互いに土を投げつけ合うのか。それは、塵によって油の滑らかさにぎらつきを与え、捕らえられた際に相手を掴みやすくするためである。しかし、あちらの「塵」は、私たちの奮闘においては「世俗的な事柄」であり、あちらの「油」は、こちらにおいては「心配事のないこと」である(2, 85)。

**27.** 心配を持たないことは完全な魂にふさわしいものであり、心配事で自らを苦しめることは不義な魂にふさわしいものである。完全な魂については、「いばらの中のユリのように」(雅歌 2:2)と述べられているが、これは多くのことを心配する人々のただ中で、心配することなく生きる魂を意味する。ユリは福音書においても、心配事のない魂を意味している。なぜなら、「働

かず、紡ぎもしない」とあり、それどころかソロモンよりも栄光に包まれているからである（マタイ6:28）。一方、肉体のことに多くの心配を抱く者たちについては、「不義の者の生涯はすべて心配に満ちている」（ヨブ記15:20）と述べられている。そして、肉体の心配を人生全体に広げ、未来に対して何の配慮も示さないことは、まことに不義なことである（2:86）。

**28.** 獲得の尺度となるべきは、必要である。この尺度を超えるものは、すなわち過剰であり、負担となるだけで、楽にはならない。体に合った衣服が、必要を満たしつつ装いにもなるのに対し、四方から垂れ下がり、足を絡め取り、地面を引きずり、見苦しい上に、あらゆる作業の妨げとなるような衣服は：同様に、身体的な必要性を超える財産も、徳にとって障害となり、物事の本質を見極めることのできる者たちから大きな非難を浴びることになる（2, 87）。

**29.** 私たちは、「無欲」という言葉を、必然的に生じ、精神を打ち砕き、自発的でないがゆえに耐え難いとみなされる、不本意な貧困を指すのではなく、思考の自律性によって獲得される、わずかなもので満足するという自発的な決意を指す。しかし、それには努力が必要であり、練習が習慣となり、長い間困難で耐え難いと思われていたことが耐えられるようになるまでの間、その努力を続ける必要がある。肉体的な美しさだけが人を魅了するのではなく、富の輝きも同様に強く欲望をかき立てる——そして、どちらの場合も、その誘惑に屈しないためには、気高い魂が必要である。

**30.** 真実において偉大であり、かつ勇敢であると称されるべきは、この戦いの場で勝利を収める者たちである。その間、思考は互いに戦い、競い合い、説得力のある論証を、あたかも身体の動きであるかのように用いて、多くの人の意見に同意すべきであることを証明しようと努め、一見良いと思われるものをすでに真に良いものと認め、一般的な見解において価値あるものと尊ばれているものを拒絶せず、創造主ご自身から与えられたものを所有することから逸脱せず、また、特定の目的を持って存在させられたものであり、無意味に生み出されたものではないものを、むやみに非難しない。これらの修行者たちは、敵に譲歩せず、道から逸れず、敵の手に落ちることなく、真に称賛に値する。正しい判断の上にしっかりと足を踏みしめ、彼らは地上の物事に傾くことなく、波乱に満ちた生活よりも平穏な生活を好み、必要を節制することで心の安らぎを得たのである（2, 99-101）。

**31.** 古代の聖人たちは、無所有への熱意をこれほどまでに推し進めたため、家も宿もない放浪の生活を送り、自然が与える食物を糧とし、たまたま見つけた場所で寝床をとった。彼らには屋根も寝床も食卓もなく、羊の皮を衣服として用いていた。彼らは、「天の鳥を見よ……野のユリを見よ……」という主の教えに、文字通り忠実に従おうと努めた。（マタイ6:26-28）。彼らは、これらを授けてくださる神に喜ばれるよう努め、何よりもまず天の御国を得ることに心を注ぐならば、肉体の必要は自ずと満たされると心から信じていた（2, 102-3）。

**32.** あらゆる面で満ち足りた生活を送る私たちにとって、あの至福の人々の生活と比べるべき点などどこにあるだろうか。彼らは、肉体や肉体的な事柄への思いに煩わされることなく、神聖なものへの清らかな渴望に満たされ、絶えず至高の境地へと引き上げられ、この世で輝かしいと称されるものを忘れるよう導かれていたのだ。彼らは、自然によって地上に留め置かれた肉体以外、この世に何も持っていなかった。しかし、彼らは、精神をもって天の至福を仰ぎ見ながら滞在していたあの場所へ、その肉体さえも連れて行きたいと願っていた。もし自然が、魂を肉体と結びつけた方への畏敬の念から、肉体の欲求を満たすために彼らを現世へと引き戻さなければ、彼らは決してあの世の至福から離れることはなかっただろう。彼らは、肉体からの疎外こそが極めて有益であると認めつつも、それでもなお、肉体の世話をすることを余儀なくされていたのである（2, 104）。

**33.** 肉体の欲求は瞬く間に過ぎ去る。過去においては現在について思い巡らすことはなく、現在においても未来について思い巡らすことはない。ただ現在のみを癒やすのである。一方、徳の勤労は、尽きることのない実を結ぶ種である。——その行いの最中にも、喜びを期待することで良心を喜ばせ、この世を去った後には、永遠の歓びにふさわしく、それを助長するものとなる（2, 105）。

34. 王国へと続く道は、狭く、四方から急流に囲まれているため、これほど多くの困難を伴うものである。それなのに、なぜ金やその他の財産の山を背負い込み、歩くことさえ不可能なこの道を歩もうとするのか。物質的なものへの心配事は、人の気を散らし、強くこの世に引き留めるため、特に物事の展開が鋭く冷静な注意を必要とする場面では、転落を容易にしてしまう。そして、そのような注意を払っていても、急流の横たわる狭い道の困難ゆえに、転落なく進むことはめったにない。ましてや、不必要な富の重荷を自ら背負った者にとっては、転落は避けられない。そもそも、富を貪ることそのものが、すでに墮落なのである（2, 111）。

35. 富の蓄積に対する私たちの態度は三つある。無欲、中庸、そして物質主義的で貪欲な生き方である。その由来は次の通りである。樂園において、初代の人間には次のように命じられた。「野の草を食べよ」（創世記 1, 29）。命じられた方の威厳が、そのような糧が、人間に定められた生活に完全に適していることを保証している。しかし、この適合性について補足するならば、それは、神の御姿に造られた者が望む洗練さを保つという点において、他のいかなるものよりもはるかに適していたと言える。そうすることで、精神の力は常に、何の重荷も負わず、心の明晰さは曇らされることなく保たれるのである。このようにして、肉体の生活に必要なものが自然に与えられていたとき、心は怠けることなく、肉体的な労苦から常に解放され、絶えず霊的な思索へと向かい、その中に尽きることのない喜びを注ぎ込んでいた。この生き方を彼の中に育んだのは、神ご自身であり、神はご自身の御心により、毎日彼のもとを訪れて対話を交わされた。「これこそが、人間にふさわしい生活の規範である！」その本質は変えられず、取り消されることもない。しかし、その目に見える営み方には別のあり方があり得る——そして、その後の墮落によって、その別のあり方が必要となったのである。戒めを破り、樂園から追放された者に対して、神はその墮落した状態にふさわしい別の生き方を定め、安らぎを本来あるべきように享受しなかった者に、労働と労苦によって糧を得るよう命じられた。それは、（樂園において）自由な時間があり、肉体的な労働の必要がなかったにもかかわらず、神への奉仕や神との対話に常に身を置くことができなかったからである。彼の糧として定められたのは、額に汗して得るパンであり、衣服としては皮の衣であった——これにより、貪欲と虚栄心には限界が設けられたのである。樂園における当初の無欲さは、このような質素な獲得へと置き換えられたが、それは、汗を流す労働にもかかわらず、それだけでは決まらず、何よりも神の祝福に依存していたのである。実際、このことから三つの生き方が明らかになった。ある者は、神への信頼のもと、汗を流して働く中で、ささやかな所有に満足した。またある者は、神への信頼を深めるにつれ、あらゆる所有を完全に放棄し（樂園の無所有の精神を取り戻そうと熱心に努め）、神によって養われた。第三の者たちは、あらゆる種類の労働に没頭し、それに必要なものを得るという希望を置き、生活の保障を富の多さに拠った。神は忘れ去られ、彼らにとって富こそが神となった。これらが、富に対する私たちの態度の三つの形態である（2, 116-123 – 要約）。

36. ここで挙げられた第二の態度は、（主に）理性ある存在にふさわしい振る舞いを表しており、すなわち、神への奉仕に時間を費やし、神の摂理の宝庫から受けるべきものを得ること；神の御加護を信頼し、地を単なる供物と見なすこと；創造主に誠実に仕え、被造物には自発的な供物として必要な分だけ課すこと；この世では旅人として過ごし、天に用意された住まいを尊ぶこと。この生き方を、創造主は初めから定められた——そして、この生き方によって、御心に従い、すべての聖人たちは生きたのである（例：エリヤ、エリシャ、預言者の弟子たち、洗礼者ヨハネ、使徒たち）（2, 124-129）。

37. 聖人たちのこのような無欲こそが「至高」のものである。しかし、それに次ぐ「中程度の」無欲も、時代や必要に応じて適したものであるため、多くの有益な点を持っている。たとえそれが至高の無欲と優劣を競うことはできず、その卓越した生き方と同等の榮譽を誇ることもできなくとも、疑いなく第二位の榮譽に値する。初期の聖人たち（完全な無所有を実践した者たち）は、肉体を何とも思わず、ただ一つの魂と、その魂を創造された神のために生きた。しかし、彼らは肉体の世話を一切せずとも、必要なものはすべて与えられていた。それはあらかじめ穀倉に蓄えられたものではなく、神の御心によって、まるで宝庫から取り出されるかのように、時

宜を得て与えられたものだった。その後を継いだ聖人たち（中程度の無所有の精神をもって）は、身体に必要な慰めを顧み、また、放置されがちな私たちの動物的な部分が、それを私たちと結びつけた方の御意志に反して崩壊しないよう配慮しつつ、身体に仕えることが避けられない必要性に応じて、その程度に限り、自らの手を仕事に用いた。そして、時間の大部分を、善行における進歩を念頭に置きながら、魂の世話、祈り、神への黙想、そしてふさわしい務めに費やした（2, 137）。

**38.** 一方、後者たちは、完全に肉体に囚われ、地上の偶像への奉仕に身を捧げた。彼らは、単に肉体の生活に必要なものだけでなく、他者よりも豊かであることを示すようなものを手に入れ、それによってせめて人々の注目を集めようとしたのである。こうして彼らは、自らの狂気を露わにし、非難されるべきことを称賛と見なして、それによって注目を集め、驚嘆を勝ち取ろうとしているが、それゆえに彼らは軽蔑と嘲笑に値する。なぜなら、それぞれの身分にふさわしいことは称賛される十分な理由となるのに対し、身分にそぐわないことは、たとえ他の点では悪くないとしても、本来あるべき場所以外では極めて非難されるべきものだからである（2, 138）。

**39.** では、両側に隣接する者たちのうち、「*中間の者たち*」はどちらにより近いのか？——もちろん、行動においてより近い者たちであり、生活において彼らと親しくありたいと努めることによって、その親和性を公言している者たちである。なぜなら、彼らは両者の間の中間の地位を占めているため、もはや双方に対して等しく傾倒しているわけではなく、先行者たちの後ろにはいるものの、彼らのすぐ後ろを追い、若々しい足取りでその足跡をたどっているからであり、後続者たちからは、走る者が歩いている者やその場に留まっている者から徐々に離れていくのと同じだけ離れているのである。一方、前者とも後者とも、何の共通点もない。物質的なものを多く持つ者たちと、の「*無欲な者たち*」との間に、どのような交わりがあるだろうか。肉的な知恵を重んじる者たちと、霊的な知恵を重んじる者たちとの間に、どのような調和があるだろうか。世俗の事に縛られている者たちと、神に無憂無慮に仕える者たちとの間に、いったいどのような共通点があるだろうか。ある者は使徒のように、得たものをすべて捨て去り、またある者は持っていなかったものを手に入れる。ある者は沈黙の中に留まり、内面において霊的な成長に心を配っているが、またある者はあらゆる種類の闘争を繰り広げ、金や財産をめぐる争っている。ある者は天の恵みのために悪意の霊たちと論争し、またある者は地上の恵みのために自分と同じような者たちに襲いかかる。ある者たちに対してパウロは、「*世の光として輝く者となる*」（フィリピ2:15）と語っている。彼らは確かにいのちの栄光を放ち、それを見る者たちにとって善き競争の模範となっている。一方、他の者たちにはこう言われている。「*あなたがたによって、わたしの御名が冒瀆されている*」（ローマ2:24）、すなわち、その名にふさわしくない行いをし、その行いと矛盾する外見を装っているあなたがたによって（2, 139-40）。

**40.** 世俗的なものを捨てたと口では言いながら、実際にはその享楽にふけっている者を、いったいどの言葉が嘲笑しないというのか。世を軽んじたと自慢しながら、狂おしいほどに世俗的な事柄に没頭している者を？ 地上のものには目もくれないと約束しておきながら、その行いによってその約束の虚偽を証明している者を？ 虚栄と決別したと主張しながら、それでもなおそれに執着しているのか？——あなたはエジプトを出たのだ。それなのに、なぜ今なおこの世の虚飾と関わり続けているのか？ 約束の地へと急ぐために荒野を歩んでいるというのに、なぜ虚しい仕事に没頭して、遠い旅路においてのろのろとした旅人となっているのか？ あなたの前に広がる道は細心の注意を要するはずなのに、なぜ分かれ道で迷い、安息にたどり着けない危険にさらされているのか？ あなたは鋤の柄に手を置いたのに、なぜ引き返し、天の御国へ導かれない者となっているのか？ あなたは五つの城の熱気を背後に残したのに、なぜそこで起きていることを見ようと振り返るのか。十字架を背負ったのか？ それなら、すべてを捨ててキリストに従え。なぜなら、あなたが結ばれたキリストは、何よりも愛されることを望んでおられるからだ（2, 141-2）。

**41.** 肉体に必要な慰めは多くない——その慰めに心を配れ。なぜなら、あなたは当分の間、肉体と結びついているのだから。それは、徳を積む上で肉体も協力者となり、魂の成長が妨げられないようにするためである。しかし、牛の世話をし、毎日羊の群れを数え、絶えずブドウ畑や

果樹園、畑、庭園の手入れに追われ、一日の時間がこれらの仕事に足りなくなるほどの人には、一体どこで、いつ神を思い起こす時間があるだろうか。いつ詩篇を歌うことができるだろうか。いつ祈ることができるだろうか。神を想う瞑想に身を鍛えるために、どのような時間を割けばよいのか。たとえ多くの仕事の合間に時折その機会を見いだせたとしても、彼の心が、多くの心配事や世話事から解き放たれていないのに、どうして主に対して清らかな祈りを捧げることができるだろうか。どのようにして情動の動きを観察し、昨日と今日の変化がより良い方向か、あるいは悪い方向かを見極めればよいのだろうか。互いに多様に置き換わり合い、観察そのものを困難にしている思考の絡み合いを、どうやって見つけ出せばよいのだろうか。あるいは、昼は仕事、夜はそれに対する心配事に押しつぶされ、休息の時間が苦痛の時間になっていることに気づいていないのだろうか。なぜなら、そのとき記憶は——誰が境界線を越えたか、誰が実りを損なったか、誰が灌漑用の水路を遮断したか、誰が牧草地を荒らしたか、誰が他の何らかの害を与えているか、あるいは与えたか、そしてそれぞれがどのように頑なに主張し、論争しているかを思い起こさせ、——それによって、魂の苛立ちを激化させ、復讐心を煽り立て、眠りや安らぎの時間を奪い、ましてや、深い静寂と長い自由な時間を必要とし、ある意味であらゆる心配事からの解放をもたらす祈りの時間を奪ってしまうのである（2, 142-144）。

#### 4. 怒りについて

1. 怒りとは、激しい情動であり、知恵ある者でさえも容易に激昂させ、魂を野蛮なものに変え、（友好的な）対話を妨げさせる。
2. 強い風も柱を揺るがすことはなく、怒りのない魂は苛立ちに流されることはない。
3. 水は風の勢いで波立つが、苛立ちやすい者は無分別な思いに駆られて動揺する。
4. 怒りっぽい僧は荒野の猪のようだ。誰かを見かけるや、歯ざしりをする。
5. 霧が濃くなると空気が重くなり、苛立ちの波が怒りっぽい者の心を荒くする。
6. 押し寄せる雲が太陽を覆い隠すように、恨みを抱く思いは心を覆い隠す。
7. 動物園のライオンは絶えず扉の掛け金を揺さぶるが、気性の激しい者は独房の中で怒りの思いをかき回す。
8. 穏やかな海は心地よい光景だが、心の平穏に勝るものはない。
9. 穏やかな海ではイルカが戯れ、心の平穏な状態には神聖な思いが湧き上がる。
10. 忍耐強い修道士は、すべての人に心地よい飲み物を与える静かな泉である。一方、怒りっぽい者の心は常に乱れており、渇きを覚える者に水を与えない。たとえ与えたとしても、それは濁っていて飲用に適さないものである。
11. 怒りっぽい者の目は濁り、血走っており、心の動揺を露呈している。一方、忍耐強い者の顔は穏やかで、目は慈愛に満ち、まっすぐに見つめている。
12. 人の柔和さは神に覚えられ（詩編131:1）、怒らない魂は聖霊の宮となる。
13. キリストは忍耐強い心に頭を垂れ、穏やかな心は聖三位一体の住まいとなる。
14. キツネは恨み深い魂の中に住み、獣たちは動揺した心の中に潜む。
15. 誠実な人は恥ずべき住処を避け、神は恨み深い心を避ける。
16. 落ちた石が水を乱すように、悪しき言葉は人の心を乱す。
17. 怒りの思いを自分の魂から取り除き、苛立ちがあなたの心に根を下ろすことを許してはならない。そうすれば、祈りの最中に心を乱されることはないだろう。
18. くすぶる藁からの煙が目を悩ませるように、恨み深い心もまた、祈りの時の心を悩ませる。
19. 怒りっぽい者の思いは、マムシの産物であり、それを生み出した心を蝕む。
20. 苛立ちに満ちた者の祈りは忌まわしい煙であり、怒りっぽい者の賛美歌は不快な音である。
21. 恨み深い者の捧げ物は、虫食いの供え物である。その者は、清めの祭壇に近づいてはならない。

22. 苛立ちに満ちた者は不穏な夢を見、怒りっぽい者は獣の襲撃を夢に見る。

23. 忍耐強い人は、聖なる天使たちの集いを見、恨みを抱かない人は霊的な言葉に励み、夜には奥義の啓示を受ける。

\*\*\*

24. 悪魔たちは、私たちが侮辱の最中に怒りに燃え上がらなかったのを見ると、静かに襲いかかり、私たちの中に「主権者」（心）を刺激して、かつて顔を合わせて平和を保っていた相手に対して、心の中で反旗を翻させようとするのである（1, 229）。

25. 何らかの不満をきっかけに兄弟との論争や口論が平和的に収まったとき、自分自身を過ちを犯した者と見なすべきである。そうすれば、心の静寂の中で、思いの葛藤に悩まされることがないだろう。その葛藤の中には、侮辱の取るに足らなさを強調して、「そもそもそれにこだわる価値などなかった」と責め立てるものもあれば、その重要性を強調して、「同じ侮辱で報復しなかったことを悔やむ」と囁きかけるものもある。

26. 共同生活を送る兄弟たちの誰かが激しい苛立ちに苛まれると、そのとき、思いは、彼らの前で隠遁生活を送る者たちを喜ばせ始め、兄弟たちから寛容な忍耐を奪ったのと同様に、彼らを愛の道からも遠ざけようとする。

27. 穏やかな忍耐をもって怒りを、愛をもって悲しみを退ける者は、二つの美德をもって、怒りに満ちた二つの邪悪な獣を退けるのである。

28. 怒らせた相手にひざまずいて怒りを収めるよう懇願する者は、その瞬間、両者を苛立ちから遠ざけるのである。

29. 怒り合う者たちを和解させる者は、怒りの精神そのものを打ち勝つのである。

30. 平和のために怒る者を忍耐強く受け入れる者は、まことに平和の子である（1, 230）。

31. 柔和でありつつ、敵に対しては戦いを好む者となるよう自らを鍛えよ。人々に対しては柔和に、そして我らの敵に対しては戦いを好む者となれ。なぜなら、怒りの自然な用い方とは、（古の）蛇に敵対して立ち向かうことにあるからである（1, 235）。

32. 柔和な者の柔和さとは、愛をもって兄弟に対して寛大でありつつ、（彼に対して敵意を抱く）思いと戦いを繰り広げることにある。

33. 柔和な者は、また戦いを好む者であれ。ただし、その柔和さを悪意ある思いにまで広げず、またその戦いを、本来近い者たちにまで広げないこと。

34. 怒りの自然な発露を不自然な形に変えてはならない。すなわち、蛇のようになることで兄弟に怒りを向けてはならず、また、悪意ある思いに同調して、その蛇と結託してはならない（1, 236）。

35. 柔和な人は、たとえ侮辱的なことを耐え忍ぶとしても、愛を捨てず、愛のために「すべてを覆い、慈しみ、すべてに耐える」（Iコリント13:4, 7）のである。

36. 愛の務めが忍耐であるならば、怒りをもって兄弟と戦うことは、愛の務めではない。

37. 怒りは悲しみと敵意を煽るが、愛はこれら三つすべてを追いつぶす。

38. もし愛に確固たる根拠があるなら、自分を傷つけることよりも、むしろ愛に耳を傾けなさい。

39. 愛という美德を身につけた者は、悪しき者に特有の情欲を制する。

40. 聖三位一体からこの三つの美德——信仰、希望、愛——を授かった者は、美德の塔が射撃口のように堅固に築かれた、三重の城となる。

41. 他人の悪口によって傷つきながら、その源を悪魔に帰さない者は、その悪口によって魂が打ちひしがれることで、敵が自分に向けて矢を準備することをさらに助長してしまうのである（1, 251）。

42. 最もひどい中傷や重い侮辱に遭っても、恨みを抱くことなく、むしろ祝福せよ（1, 252）。



43. 悪魔に対して恨みを抱く者は、人に対して恨みを抱かない。しかし、兄弟に対して恨みを抱く者は、悪魔と和解しているのだ。

44. 怒りと憎しみは心の炎であるが、恨みを抱かない魂は霊的な露に潤される。

45. 燃えさかる炭が火花を散らすように、恨み深い魂もまた、悪意に満ちた思いから火花を散らす。

46. サソリに刺されると最も激しい痛みが生じるように、恨み深い魂もまた、最も苦い毒をその内に秘めている。

47. 侮辱されたダビデは、それに反論することではなく、アベッサの復讐心さえも抑え込んだ（列王記下 16, 10）。あなたもまた、侮辱を受けたとき、侮辱で報いるどころか、あなたの代わりに復讐しようとする者さえもなだめよ（1, 228）。

48. 侮辱を忍耐強く耐え忍び、唇をもって怒りの扉を閉ざせ。これこそが、あなたにとっての成功である。

49. 脅す者には一切返答せず、沈黙をもって炎を吐く口を封じよ。

50. 自分の顎に手綱を課すことで、あなたは脅し手や侮辱者たちに最も痛烈な苦痛を与えることになる。

51. あなたは沈黙を守ることで、侮辱に飲み込まれることはない。一方、あなたを侮辱する者は、あなたがその厚かましさをいかに寛大に耐えているかを見て、あなたの沈黙によって深く傷つけられるだろう。

## 5. 悲しみについて

1. 悲しみに沈む修道士は、霊的な喜びを知らない。悲しみとは魂の沈滞であり、怒りの思いの結果である。なぜなら、怒りは報復を望むものであり、報復に失敗することが悲しみを生むからである。

2. 悲しみは獅子の口のようなものであり、悲しみに沈む者を容易に飲み込んでしまう。

3. 悲しみは心の虫であり、それを生み出した母を食い尽くす。

4. 母は子を産む際に苦しむが、産み終えればその苦しみから解放される。しかし、悲しみは出産の最中にも大きな痛みをもたらす、産み終えた後も、その痛みは決して和らぐことはない。

5. 悲しみに沈む修道士は、激しい熱に苦しむ者が蜂蜜の味を知らないように、霊的な喜びを知らない。

6. 悲しみに沈む修道士は、心を瞑想へと向けることはできず、決して清らかな祈りを捧げることはない。なぜなら、悲しみはあらゆる善の妨げとなるからである。

7. 足に縛られた鎖は速やかな歩みを妨げ、悲しみは瞑想の妨げとなる。

8. 野蛮人に捕らえられた者は鉄の鎖で縛られるが、情欲の虜となった者は悲しみに縛られる。

9. 他の情欲がないとき、悲しみには力がない。それは、縛るものがなければ、足枷も縛り付けないのと同じである。

10. 悲しみに縛られた者は情欲に打ち負かされ、その敗北の証として束縛を背負う。なぜなら、悲しみは自己愛に満ちた欲望が満たされないことの結果であり、そのような欲望はあらゆる情欲と結びついているからである。

11. 欲望に打ち勝った者は、情欲にも打ち勝ったのである。そして、情欲に打ち勝った者には、悲しみは支配しない。

12. 節制を重んじる者は、食糧を得られなかったことを嘆かず、貞潔な者は、恥ずべき放蕩に手を染めなかったことを嘆かず、怒りを抑える者は、復讐できなかったことを嘆かず、謙虚な者は、人間的な名誉を奪われたことを嘆かず、貪欲でない者は、失敗したことを嘆かない。彼らは自らの内から、そのようなあらゆる欲望を完全に消し去ったのである。それゆえ、悲しみを感

じないのだ。なぜなら、無執着な者には悲しみが刺さらないからであり、それはまるで鎧を身にまとった者に矢が貫通しないのと同じである。

13. 戦士には盾が、都市には城壁が安全をもたらすが、僧侶には、盾や城壁以上に、無執着が安全をもたらす。なぜなら、盾は猛烈な勢いで飛来する矢に貫かれることが少なくなく、城壁も多くの戦士によって破壊されるが、無執着は悲しみに打ち勝つからだ。

14. 情欲を克服した者は悲しみを克服したものであり、情欲の甘美さに打ち負かされる者は、その束縛から逃れることはできない。

15. 頻繁に悲しみを抱きながら、自らを無執着であると称する者は、健康であるふりをして、いる病人に似ている。なぜなら、病人は顔色でわかるように、情欲に囚われた者は悲しみによってその正体が暴かれるからである。

16. この世を愛する者は多くの悲しみを抱くが、この世のすべてを軽んじる者は常に陽気である。

17. 貪欲な者は、損失を被ると深く嘆くが、財産を軽んじる者は気楽である。

18. 名声を好む者は、不名誉に遭うと悲しむが、謙遜な者はそれを仲間のように入受け入れる。

19. 精錬炉は、精錬されていない銀を清める。そして、神への悲しみは、罪の中にいる心を清める。

20. 度重なる精錬は鉛を減らす——そして、世俗的な悲しみは知性を弱める。

21. 暗闇は目の活力を弱め、悲しみは知性の洞察力を鈍らせる。

22. 水の深みには太陽の光は届かず、悲しみに沈む心には、知性の明るい洞察の光は差し込まない。

23. 誰にとっても日の出は心地よいものだが、悲しみに沈む魂はそれさえも楽しめない。

24. 黄疸という病は味覚を鈍らせ、悲しみは魂の感覚を奪い去る。

25. 世俗の快楽を軽んじる者には、悲しみに満ちた思いは心を乱すことはない。

\*\*\*

26. 自分の中に存在する三位一体（すなわち、霊、魂、肉体）を平和の絆で結び合わせたとき、神の三位一体の戒めに従って自らを一つにした者として、こう聞くことになるだろう。「平和をつくる者は幸いである。彼らは神の子と呼ばれるからである」（マタイ 5,9）(1,230)。

27. この平和の結びつきは偉大である。なぜなら、それには、精神の目を照らし、至高の善を凝視させる喜びも結びついているからである。

28. もし困難な状況において平和をもたらす喜びを得ることができれば、私たちは感謝の心をもって、その状況に伴う悲しみを容易に退け、魂を飲み込もうと、とりわけ悲しみの時に襲いかかり、さらに、落胆の霊にも居場所を用意し、二人で力を合わせて魂をより深く暗くし、その労苦を台無しにしようとするのだ。

29. 私たちにとって、心に刻まれた掟となるように、この世の喜び、悲しみを追い払い、怒りを鎮め、憎しみを退け、復讐心を滅ぼし、気落ちを払拭し、悲しみを喜びへと変える喜びであれ (1,231)。

30. 平和な穏やかさに身を隠すこの喜びは、美德の海であり、十字架によって、それに敵対する悪魔の大群を溺れさせるものである。

31. また、この喜びとは対照的な、曖昧な喜びが存在することも理解せよ。そして、その影に惑わされて、両者を混同してはならない。なぜなら、悪魔たちは霊的な賜物さえも偽装し、幻影によって心を惑わせ、狂気へと追い込むからである。霊的な喜びは、いかなる外的な原因もなく訪れ、神を慕う悲しみの中に、至高の導き手を見出すのである。

32. 神への悲しみは、涙によって魂を新たにし、迫り来る死と審判に対する心からの配慮を植え付け、少しずつそれらを望みをもって待ち望むように教えてくれる (1,232)。

33. 叶わぬ願いは悲しみを生むが、祈りと感謝はそれらを枯れさせる。

34. 怒り合う者たちの間には、仲介する悲しみが漂う。もし、その中から誰かが真っ先に正気を取り戻し、激情から立ち直って、相手に謝罪の意を込めて手を差し伸べれば、その人は苦い悲しみを追い払うことになる。

35. 悲しみは魂と身体の病となる。それは魂を捕らえ、肉体は枯れ果てさせ、その場に置き去りにする。

36. 悲しみは、不快な事柄（災い、苦しみ、悔しさ）から生まれる。悲しみからは陰鬱な氣質が生じ（「機嫌が悪い」と言われるように）、そしてこの両者から、無意味な不平不満（あらゆるものへの愚痴）が生まれる。

37. 憂いと陰鬱な気持を打ち消したいなら、寛大な愛を抱き、悪意のない喜びを身にまとうがよい。

38. とりわけ苦難の時には感謝しなさい。なぜなら、それを通じて、執り成しの恵みがより鮮明に感じられるからである。そうして、感謝によって、あなたを襲う苦難から悲しみを追い払えば、気高い寛容さの輝かしい美しさを曇らせることはないだろう。

## 6. 気落ちについて

1. 気落ちとは魂の衰弱であり、魂が衰弱していると、その本質にふさわしいものを失い、誘惑に対しても勇敢に立ち向かうことができない。

2. 健康な体にとっての糧が何であるか、それこそが、気高い魂にとっての誘惑である。

3. 北風が草木を育むように、誘惑は魂の忍耐力を強める。

4. 水のない雲は風に吹き飛ばされるが、忍耐を持たない心は、気落ちの風に吹き飛ばされる。

5. 春の露は野の穀物の成長を促し、霊的な言葉は魂の在り方を高める。

6. 落胆の霊は修道士をその住まいから追い出すが、忍耐を持つ者は常に沈黙の中に留まる。

7. 気落ちした者は、病人の見舞いを外に出る口実にするが、実際にはそれとは別の目的を持っている。

8. 落胆した修道士は奉仕を厭い、それによって自分の欲望を満たすことを戒めだと考える。

9. 微風は弱い草を傾け、放浪への思いは気落ちした者を容易に誘い出す。

10. しっかりと根を張った木は風の吹きつけにも屈せず、気力を失った者も、強靱な魂には打ち勝つことはできない。

11. 放浪する僧は、枯れ果てた砂漠の枝のようだ。小部屋に少し座るや否や、またしぶしぶどこかへ駆け出していく。

12. あちこちに移される植物は実を結ばず、放浪する僧も徳の実を結ばない。

13. 病人は一つの食事だけでは満足せず、気落ちした修道士は一つの行いだけでは満足しない。

14. 快楽を好む者には一人の妻では足りず、気落ちした僧には一つの独房では足りない。

15. 気落ちした者の目は絶えず戸口に向けられ、その心は来客を待ちわびている。戸がきしむと飛び起き、声が聞こえると窓から顔をのぞかせ、退屈するまでそこから離れようとしない。

16. 気落ちした者は、本を読んでいると頻繁にあくびをし、眠気に襲われ、顔をこすり、手を上げて伸びをし、本から目を離して壁をじっと見つめる。再び本に目を向けると、ページをめくりながら少し読み進め、言葉の終わりが気になってページをめくり、ページ数を数え、紙の枚数を計算し、筆跡や装飾をけなす——そしてついに、本を折り曲げて枕の下に置き、あまり深くはない眠りに落ちる。というのも、空腹がすでに彼の魂を苛み始め、自分のことにも気を配らざるを得なくなっているからだ。

17. 気落ちした修道士は祈りを怠り、決して祈りの言葉を口に出さない。

18. 病人が重い荷に耐えられないように、気落ちした者は神の御業を丹念に果たすことはできない。なぜなら、前者は肉体の力が衰えているのに対し、後者は精神的な力が失われているからである。

19. 気落ちを癒やすのは忍耐であり、また（意欲が乏しくとも）神への畏れから、あらゆる自制をもって自分の務めを果たすことである。

20. あらゆる事柄において、自分なりの節度を決め、それを終えるまでは放棄してはならない。また、賢明かつ熱心に祈りなさい——そうすれば、気落ちの霊はあなたから逃げ去るだろう。

\*\*\*

21. あらゆる労苦において、勇敢な忍耐がすべてを導くようにせよ。なぜなら、落胆はあらゆる悪意をもってあなたに立ち向かい、あなたの労苦を監視し、それらすべてを試みているからである。そして、もしそのうちのどれかが忍耐によって強められていないと見なせば、それを耐え難いほど重くしてしまうのだ（1, 233）。

22. 神への礼拝の最中に気落ちの霊があなたを襲うとき、それは魂に「詩篇の詠唱は重荷だ」と囁き、その熱意に対抗する敵として怠惰を突きつけ——、肉体に休息を与えるために詩篇の詠唱を早めるよう唆す。まるで何らかの理由で肉体がひどく疲れているかのように。

23. 夜の徹夜祈祷に参加する際、礼拝の最中に気落ちして座り込んではいけません。そうすれば、悪魔たちがやって来て、雑念の殻を集め、それを即座に心に蒔いてしまうからです。

24. 礼拝の前に目覚めたら、心を明るい思いで満たしておこう。そうしてその思いに心を整え、冴えた思考をもって、その後、詩篇の詠唱に臨めるようにするためである（1, 234）。

25. 私たちの外なる人が、他者に負担をかけないように自らの手で働くように、内なる人もまた（その働きにおいて）働くべきである。そうして、心が思いに重荷を負わされることを許してはならない。なぜなら、思いは、神にかなう思いから解放され、空虚な状態にある魂を捉えたとき、魂に自らの働きを課すからである（1, 235）。

26. 人間愛に基づく手仕事と同様に、知恵に基づく精神的な力も養いなさい。前者は旅人の糧となり、怠惰を克服し、あるいは完全に追い払うために役立ち、後者は、思念から心を完全に清め、観想へと導く指針となるためである。

27. あちこちと場所を移すのではなく、むしろ沈黙の中で労苦に耐え忍ぶほうがよい。なぜなら、怠惰（および無為）から、思いが私たちを支配する力を持つからである（1, 238）。

28. 思いが、かつてその唆しによって私たちに愛着を抱かせた場所へ移るよう強いるとき、その後でそのことを後悔させ、あらゆる面で私たちを気まぐれで実りのない者にしてしまうのである。

29. 場所を変えることは、より安らかな生活のためではなく、より霊的な生活のために為すべきである（1, 239）。

30. 忍耐、寛容、そして愛は、苦難の中でも報われる。一方、気落ち、甘え、そして自尊心は、平穏な生活を喜ぶ。

## 7. 虚栄について

1. 虚栄心とは不合理な情熱であり、あらゆる徳行に容易に混入してしまう。

2. 水面に引かれた線は溶け込み（見えなくなる）；同様に、美德の労苦も、虚栄心に満ちた魂の中では見えなくなる。

3. 胸の奥に隠された白い手——そして、隠された行いは光よりもまばゆい輝きを放つ。

4. ツタは木に絡みつки、頂上に達すると根を枯らす。同様に、虚栄心は美德に接ぎ木され（付着し）、美德からその意義をすべて奪い取るまで、美德から離れることはない。

5. 地面まで垂れ下がった、あるいは地面に横たわった葡萄の房は、容易に腐敗する。虚栄に寄り添った美德もまた、滅びてしまう。

6. 虚栄心の強い修道士——無給の労働者——は、労苦を背負いながらも、報いを受けることはない。

7. 穴の開いた袋は中に入れたものを保てない。同様に、虚栄心は美德の報いを台無しにする。

8. 虚栄心の強い者の節制は、炉から立ち上る煙のようなものであり、どちらも空気の中に消え去ってしまう。

9. 風は人の足跡を消し去り、虚栄心は施しを無に帰す。

10. 石は、どれほど強く投げても天には届かない——そして、人に媚びる者の祈りも天には届かない。

11. 虚栄は隠れた岩である。それにぶつかりさえすれば、積荷を台無しにしてしまう。

12. 賢明な人は宝を隠し、高潔な修道士は徳の行いを隠す。

13. 虚栄心は、干し草の山の上で祈るよう勧めるが、虚栄心と戦う者は、自分の小屋の中で祈る。

14. 軽率な人は、自分の富を人々に公言し、多くの人を自分に対する悪意へと駆り立てる。しかし、あなたは、強盗がいる道を歩むときは、平和な町に着き、そこで安全に自分の財産を享受し始めるまで、持っているものを隠しておきなさい。

15. 虚栄心の強い者の美德とは、砕かれたいけにえに過ぎず、そのようないけにえは神の祭壇に捧げるべきではない（レビ記 22: 22）。

16. 気落ちは心の力を弱めるが、虚栄心は病人を健やかにし、老人を若者よりも強くする。ただし、その行いが多くの証人によって見られている場合に限る。そうすれば、断食も、徹夜も、祈りも容易になる。なぜなら、多くの人々からの称賛は熱意をかき立てるからである。

17. 人の栄光のために労苦を無駄にしてはならない。また、取るに足らない称賛のために将来の栄光を犠牲にしてはならない。人の栄光は塵と化し、その評判はこの世で消え去るが、徳の栄光は永遠に続くからである。

\*\*\*

18. 真の徳は、人々の称賛を求めず、栄誉——すなわち悪の母（1, 226）——に甘んじることもしない。

19. 栄誉の始まりは人に媚びること、その終わりは高慢である。

20. 栄誉を求める者は、自らを高く見なしており、そのような者は屈辱に耐えることができない。

21. 徳を積む労苦をあなたの誉れとし、求められて得た称賛を不名誉とせよ（1, 227）。

22. 肉体の栄光を求めないでほしい——あなたは、肉体の情欲から離れることを切望したのだから。むしろ、より良いものを求めよ。そうすれば、それがあなたにとっての栄光となるだろう。

23. 尊敬されたいと願う者は、自分より名声で優れた者を妬み、その妬みにさらに憎しみをも加える。

24. 名誉への強い欲望に打ち負かされた者は、誰かが自分より優遇されることを許さず、誰よりも劣っているように見られないよう、自らを第一位に据えようとする。

25. 彼は、自分より優れた者が自分の不在の際にも称えられることを許さず、その者の功績による栄光を、たいてい取るに足らないものとして扱う。

26. 名声に飢えた者にとって、中傷は最も痛烈な傷であり、中傷者への憎悪を免れることはできない。

27. 名声に飢えた者は、残酷な女主人の奴隷となっており、多くの専制者——自惚れ、嫉妬、妬み、そしてあらゆる悪霊の群れ——に売り渡される。しかし、謙遜をもって野心の霊を打ち砕く者は、悪魔の軍団全体を追い払うのである。

28. 謙遜によって自らを万人の奴隷とする者は、自らを低くし、奴隷の姿をとられた方（フィリピ2:7）に似る。

29. もし自分自身を小さな尺度で測るなら、他人と張り合うことはないだろう。

30. 涙をもって心の弱さを示す者は、自分の労苦を過大評価することはない（1, 228）。

31. 悪魔たちは、謙遜な者たちに屈辱や侮辱を招くことが少なくない。それは、不当な軽蔑に耐えかねて、彼らが謙遜さを捨ててしまうようにするためである。しかし、謙遜のうちに不名誉を勇敢に耐え忍ぶ者は、それによってむしろ知恵の高みへと引き上げられるのである。

32. 人間からの称賛という考えさえも、内から追い出せ。そうすることで、虚栄という見せびらかしを好む考えが生まれる前に、それを退けることができるのだ。

33. 情欲の原因と戦い、それらに打ち勝ったとき、悪意ある思いに自分を称賛させてはならない。それを信じて、惑わされることのないように。むしろ、自分が労力を費やした事柄の欠点を見出すよう努めよ。そうすれば、あなたの成功が内なる敵によって奪われることはないだろう（1, 230）。

34. ある人々は、その成功を称賛された後、やがて慢心してしまった。その結果、称賛は過ぎ去り、労苦も無駄になってしまった。

35. またある者は、自分の行いに対する驕りによって心が硬くなり、自分を偉大な存在だと夢想した。その間にも、良心はますます荒れていき、称賛を好む病は強まり、その思いは魂の視線をその傷から逸らし、称賛を隠れ蓑にして、彼らのすべての労苦を奪い去った（1240）。

36. 罪に対して熱心な悔い改めを捧げるとき、悪魔たちはあなたの悔い改めの行いを過大評価して罪を軽視し、しばしばそれらを忘却の彼方に隠したり、あるいは「罪は赦された」という考えを植え付けたりする。それは、あなたの努力を弱め、もはや自分の過ちを苦々しく嘆く必要はないと思わせるためである。

37. （古代の）蛇が持つ最も鋭い武器は、私たちのあらゆる労苦の果実を打ち砕く虚栄心である。しかし、あらかじめそれに対抗する秘密の善行という策を講じる者は、悪魔そのものの首を刎ねることに近づいている（1, 241）。

38. 修道者の労苦の香りを、沈黙の封印の下に隠せ。そうすれば、言葉によって外にさらされて、栄光によって奪われることはないだろう。

39. 修業の道を積極的に歩む中で、自分の言葉を隠せ（すなわち、言葉の代わりに功績が語らせるようにせよ）。なぜなら、そうすれば、沈黙の中でも、あなたの生活について信頼に足る証人——すなわち、あなたの行い——を、共に暮らす者たちが持つことになるからだ。何らかの具体的な行いが誰かを証言しているならば、その人は自分の言葉で自分自身を証言する必要はない。

40. 他の人々は、労苦の重荷を振り払うと、過去の行いを盾にして自らの怠惰を隠そうとし、実際には存在しない行いを、あたかも明白な証人であるかのように、不確かで説得力のない形で提示する。

41. 自分の罪を人々から隠すように、自分の労苦も彼らから隠せ。あなたは、侮辱や軽蔑にさらされないよう、自分の恥ずべき行いを明かすことを恥じているが、それはあなたの魂にとって有益なことである。また、自分の善行を人前にさらすことも警戒せよ。そうすれば、人望を求める罪が、あなたの魂に破滅をもたらすことはないだろう。もし、恥ずべき過ちを神のみに打ち明けるのであれば、それに対するあなたの闘いを人々に明かしてはならない。そうすれば、人々がそれを勝利の栄光と見なすことを防げるからだ。

42. ある人々は、悪行によって人々の間で悪評を博した後、清らかな生活を送り始めるが、それは自らの罪深い過ちを苦行によって悔い改めるためではなく、自分に対する非難の噂を覆い隠すためである。しかし、もし誰かが名声のためだけに敬虔な行いに手を染めるならば、その人は神のためではなく、人のために働いているのである（1. 245. 6）。



43. 修道生活において顔色が青白いことで際立つ者は、世間の称賛が訪れる前に、それを自ら遠ざけるべきである。すなわち、人々と出会う前から、敵が称賛を好む思いを抱かせようとする時である（1, 249）。

44. ワインやオリーブ油、その他の贅沢を控えて長い時間を過ごしていると、称賛を求める思いが時間を計算し始め、体のために労苦を緩めるようあなたに囁きかけるようになる。こうした悪意ある計算屋たちに対しては、彼らの企みを打ち砕くのに役立つあらゆることを、逆に語りかけよ。ある兄弟は、悪魔との戦いにおける自身の労苦を内なる思いが称賛する中、詩篇の言葉を用いてこう語った。「『ああ、幸い、幸い』と言って私を恥じさせた者たちが、今こそ立ち返りますように」（詩篇69:4）。

45. 虚栄の悪魔に身を包まないように、美しい衣服を身にまもってはならない。衣服の美しさが、あなたが美德の衣を身にまもっていることを示すのではなく、修道者の労苦こそが、金細工の装飾のように、あなたの魂の衣の美しさを証しするからである（1, 256）。

46. 活動的な生活と観想的な生活の経験を積んだ後、思念を見分ける術を未熟な者に授ける者は、そのような知識による自慢や、栄光のためにそれを誇示したいという欲望が忍び込まないよう、注意を払わなければならない。

47. 肉体の苦行に身を投じて自らに容赦なく勤しむ者は、称賛を求めて過労に陥ってはならず、また栄光によって高ぶってはならない。さもないと、悪魔たちは、これらの労苦と栄光によってその魂を傲慢にさせ、自らへの容赦なさをさらに強め、彼がさらに高ぶるよう、より大きな苦行に駆り立てるだろう。この目的のために、彼らはある者に対して、心の中で次のような対話を繰り返し広げる。「あの人物は自分を顧みずに奮闘し、これほど偉大な名声を獲得した。そのため、死後も人々の口に上っている。あなたもまた、功績の頂点に登り詰め、自らに栄光を勝ち取り、あなたの名が偉大となり、死後も大いなる称賛をもって語られるようにせよ（1, 268）。

48. また、ある者を夢の中で教師の座に就かせ、あたかも彼が説教をしているかのように見せかけ、さらに、修業の労苦や多方面にわたる知識によって名声を博したすべての人々よりも、世間の評判が彼を第一位に据えているかのように装う。それによって、彼らはその者に、競争心だけでなく、その功績が称えられ、その驚くべき行いも、また驚くべき博識も持つすべての人々に対する嫉妬をも掻き立てるのである（1, 269）。

49. 彼らは、肉欲の燃え上がりをおさめ、内なる不浄な思いを取り除き、狡猾な意図をもって、修行者に「自分の厳格な生活によって淫らな精神を完全に打ち負かし、心は清められ、聖なる者たちの聖さに近づき、聖性の頂点に到達した」と思わせることもある。彼らはしばしば、そのような者に自らの功績について自画自賛させようとする。「私はこれこれをした、このように修行し、身を削った」と。しかし、その際に「私ではなく、私の中に宿る恵みである」と付け加えることを許さない。また、彼らは、彼が自慢させられている事柄において、神を助け手として告白することを許さない。そうすることで、彼はあたかも自らの労苦によってすべての功績を成し遂げたかのように、その称賛のすべてを自分に帰属させてしまう。そして、このように神に栄光を帰さないことによって、神を冒瀆する深みへと陥り、無意味にも自らを「自力による者」として誇り高ぶってしまうのである。

50. 心にそのような名誉を貪る思いが聞こえ、それに対抗しないとき、修道士（とりわけ隠遁者）は精神の損なわれから遠くない。そのとき、理性は混乱する危険にさらされる。それは、悪魔の夢を真実として受け入れてしまったり、徹夜祈祷中の幻影、あるいは何らかの光り輝く姿で現れる悪魔によるものである。なぜなら、サタン自身、私たちを惑わすために、時に「光の天使」に変身するからである； その際、もし墮落した者が彼にひれ伏せば、これこれの賜物を与えたり、あるいは新しいエリヤのように、火の戦車に乗って天へと連れ去ると約束する。そして、これを信じて受け入れた者たちは、真理から逸れ、精神の異常をきたすこともあった。これを避けるために、愛をもって修業の労苦に励む目的を心に留め、あらゆる手段を尽くして自分の心を守りなさい。そうすれば、外見上の功績ばかりに耳を傾けるあまり、内面で（無意味な）自惚れという罠に巧妙に陥ることはないだろう（1, 270）。

51. 善行に励む者たちに対して、主はこう諭しておられる。「祈るときは、あなたの部屋に入り、戸を閉めて、隠れた所におられるあなたの父に祈りなさい」（マタイ6:6）、また、「施しをするときは、自分の前でラッパを吹いてはならない」（同 2）と、見せびらかすための善行を、有害な行いと同様に避けるよう命じておられる。また、預言者は、「報酬を求める者は、穴の開いた袋に蓄えているようなものだ」（ハガイ書1,6）と語ることで、虚栄という墮落した目的によって、あらゆる労苦（努力や善行）が——謙遜な思索によって守られていない心を通して、穴の開いた袋を通り抜けるかのように——無に帰してしまうことを示している。謙虚な知恵に満ちた心は、まことに宝庫であり、あらゆる方向から強固に守られた要塞であり、「そこでは虫もさし、さびも食わず、泥棒が掘り進んだり盗んだりすることもない」（マタイ6:20）のである。「虫」とは、人の内から生まれ、人の中に存在する善を破壊する自惚れを指し、「盗人」とは、外からやって来る称賛を指す。それらは、理不尽な虚栄心を煽り、善行への長い労苦によって集められた霊的な宝を、あっという間に奪い去ってしまうのである。なぜなら、虫が自らの存在の源である物質を食い荒らし、泥棒が壁を掘り崩して丹念に蓄えられた（物質的な善）を奪い去るように、善行によって高慢に駆り立てられた思いは、その善行そのものの価値を破壊し、人々の称賛は、軽薄な心を掘り崩して（内部に侵入し）そこに何の善も残さない——それは外から正当な道（扉）を通して持ち込まれたものであり、そこから耳の穴を通じて吐き出されてしまうのである。しかし、誰もこの情欲に自らをこれほどまでに支配させてはならない。名声への愛好という甘美な言葉に眠らされ、懸命な労苦によって得たすべてのものを完全に失うことのないよう、誰もが正気を保ち、警戒を怠らず、中傷者たちがまだ地を掘り返し始めたばかりの段階で、彼らが害を及ぼす前に、太陽が昇る前に、まさに地を掘り返しているその瞬間に彼らを打ち倒し、中傷を根絶しなければならない——そうして、思いが行動となるのだ（2,106-7）。

## 8. 傲慢について

1. 傲慢とは、腐った血で満たされた魂の腫れ物（膨れ）である。もしそれが熟すれば、破裂して大きな災いをもたらす。
2. 稲妻の閃光は雷鳴を予告し、高慢は虚栄の出現を予兆する。
3. 高慢は、高慢な者を大いなる高みへと引き上げ、そこから深淵へと突き落とす。
4. 神から背き、善行を自らの力によるものと見なす者は、高慢に病んでいる。
5. 蜘蛛の巣の上に立った者がその中に落ちて下へ引きずり込まれるように、自らの力に頼る者もまた転落する。
6. 実りの多さは木の枝を地面まで曲げ、多くの美德は人の知恵を謙虚にする。
7. 腐った果実は農夫にとって無益であり、高慢な者の美德は神にとって無用である。
8. 棒は実の重みでたわんだ枝を支え、神への畏れは徳ある魂を支える。
9. 果実の重みが枝を折るように、高慢は徳ある魂を打ち倒す。
10. 自分の魂を高慢に委ねてはならない。そうすれば、恐ろしい幻を見ることはない。なぜなら、高慢な者の魂は神に見捨てられ、悪霊たちの喜びの的となるからである。
11. 高慢な者は夜には襲いかかる多くの獣を想像し、昼には恐ろしい思いに苛まれる。眠っていても頻繁に飛び起き、目を覚ましているときは鳥の影さえも恐れる。
12. 葉のざわめきは高慢な者を恐怖に陥れ、水のせせらぎは彼の魂を打ちのめす。
13. ついさっきまで神に敵対し、神の助けを拒んでいた者が、今や取るに足らない幻影に怯えているのである。
14. 傲慢は主天使を天から引きずり下ろし、彼を稲妻のように地上に打ち落とした。しかし、人の謙遜は彼を天へと引き上げ、天使たちと共に喜び祝う準備を整える。
15. なぜ、人間よ、あなたは高ぶって雲よりも高く舞い上がるのか。あなたは塵に過ぎないというのに。
16. 自分の本質を見よ。あなたは土であり灰であり、まもなく塵と化すのだ。今は威風堂々としているが、やがては虫となる。まもなく朽ち果てるこの体を、なぜ誇り高ぶるのか。

17. 神に助けられるとき、人は偉大な存在となる。しかし、神に見捨てられるや否や、自らの本質の無力さを知るのだ。

18. あなたが神から授かっていない善きものは、何一つない。それなのに、なぜ他者から与えられたものを、あたかも自分のものかのように誇り高ぶるのか。なぜ、神の恵みによって与えられたものを、あたかも自分の努力で得たかのように自慢するのか。

19. 与えてくださった方を認め、過度に高ぶってはならない。あなたは神の被造物である。創造主から離れてはならない。

20. 神はあなたを助けておられる。恩人である神を否定してはならない。あなたは高潔な生き方へと登りつめたが、あなたを導かれたのは神である。徳において成功したが、あなたの中で働かれたのは神である。あなたを高めてくださった方を告白し、揺るぎなくその高みに留まるようにせよ。

21. あなたの同質者、すなわちあなたと同じ本質を持つ者を認め、高慢のゆえに彼との絆を否定してはならない。

22. 彼は卑しめられ、あなたは高められているが、ただ一人の創造主が両者を造られたのである。

23. 謙虚な者を軽んじてはならない。彼はあなたよりも堅固であり、地を歩み、そう簡単には倒れない。しかし、高慢な者は、もし倒れれば粉々に砕けてしまう。

24. 高慢な修道士は、根のない木のようなもので、風の勢いに耐えられない。しかし、謙虚な知恵は、守られた城のようなもので、そこに住む者は安全である。

25. 草の葉は風の吹きつけで高く舞い上がるが、高慢な者は狂気の勢いに乗って高みへと舞い上がる。

26. 弾けた泡は虚無と化す——そして、高慢な者の記憶もまた消え去るだろう。

27. 謙遜な者の言葉は魂を和らげる薬であるが、高慢な者の言葉は虚栄に満ちている。

28. 謙遜な者の祈りは神を感動させるが、高慢な者の願いは神を侮辱する。

29. 謙遜は家の冠であり、そこに入った者を安全に守る。

30. 徳の高みに登るとき、そこには大きな防護が必要となる。なぜなら、床に立っている者が倒れてもすぐに立ち上げられるが、高みから落ちた者は死の危険にさらされるからである。

31. 宝石には金の枠がふさわしく、人の謙遜は多くの美德によって輝きを放つ。

\*\*\*

32. たとえ悔い改めたとしても、自分の転落を忘れてはならない。しかし、自分の罪を涙をもって思い起こし、謙虚さへと導かれよ。そうして謙虚になることで、必然的に高慢を断ち切ることができるのだ（1, 240）。

33. 堕ちた者たちを、あたかも裁く者であるかのように、自分を高ぶらせる傲慢な思いで見ろ。むしろ、自分の行いを試み、評価する者として、冷静な思いで自分自身に耳を傾けよ（1, 245）。

34. 失敗したときは嘆き、成功したときは驕ってはならない。自分が非の打ち所がないことを誇ってはならない。そうすれば、栄光の代わりに恥をまとうことになるだろう。

35. ある極めて賢明な人物が、謙遜について語る中で、次のような話を伝えた。「ある非常に賢明な司祭が、激しい狂気の発作に襲われた悪霊に取り憑かれた男に頬を殴られた。すると司祭は即座に振り返り、もう一方の頬を差し出し、喜んでその一撃を受け入れようとした。すると、悪霊は、まるで稲妻に打たれたかのように謙遜に打ちのめされ、叫び声を上げ、たちまち神の被造物から出て行った」（1, 259-60）。

36. 地底へと降りていく者たちがそこで金を掘り出すように、黄金のような謙遜の境地へと降りていく者たちは、そこから美德を掘り出すのである（1, 266）。

37. 聖パウロは、「後ろのことは忘れて、前のことに邁進せよ」（フィリピ3:13）と命じている。そのような心構えを持つ者は、自分が成し遂げたことで高ぶるというよりは、目標に対し

て不足している点によって謙虚になり、未完のものを完成させることに心を配り、すでに終わったことには目を向けない。なぜなら、成し遂げたことは、軽率な者をしばしば無謀なほどに驕らせますが、成し遂げるべきことは、それが最後まで完遂されるかどうかという不確実性によって心を謙虚にし、成し遂げられる前から悲しみをもたらすからです。それゆえ、主は、徳の高みに登った者たちが自惚れに陥るのを防ぐために、こう言われている。「あなたがたは、命じられたことをすべて成し遂げたとき、『私たちは役に立たないしもべです。すべきことをしただけです』と言いなさい」（ルカ17:10）。義務を果たしたことを喜ぶことを妨げるわけではないが、それゆえに自分を高く評価することを許さない。なぜなら、それは義務を果たしたことであり、自発的な献げ物ではないからである（2, 112-13）。

**38.** 高慢は思考を傲慢へと駆り立て、あらゆる人間を軽んじ、自分と同じ人間を無価値なものとして侮蔑の眼差しで見よう教え込み、高慢な考えを狂気へと追いやり、神と対等であることを夢見させ、全知全能の神の摂理と慈愛を認めず、行いの対価として当然のことであるかのように、享受しているあらゆる恵みは当然の報いであると考え、自分の行いや成功の中に神の助けを見ようとはせず、あらゆる善行を行うのに自分だけで十分であると自負し、傲慢にも、実際には全く無力であるにもかかわらず、すべてを行う力があると考え。彼女は、自分に対する虚栄心で膨らんだ水泡のようなものであり、ひと吹きすれば、無に帰してしまう（2, 184）。

### 3. 勧告の章

1. 神を畏れ、神を愛し、良心の清らかな証しに従ってすべての人と接しなさい。
2. あなたが日々行うあらゆる事柄において、神ご自身があなたの前に立っておられると信じなさい。
3. 称賛を求めず、恥と非難を恐れるがよい。
4. 美德を実践するときは喜びなさい。しかし、安住の地で破滅を招かないよう、高ぶってはならない。
5. 律法の履行において成功すればするほど、自分は完全さからほど遠いと自覚しなさい。
6. あらゆる行いの終わりについて、それを始める前に吟味せよ。
7. 昼も夜も、自分の最期の日のことを思い巡らせよ。そうすれば、この世への愛がどれほど強くても、あなたをこの世に縛りつけることはないだろう。
8. 善良な人々が嫌悪していると思われる者とは、関わってはならない。
9. 何かを行うにせよ、語るにせよ、思索にふけるにせよ、誰にも害を与えないよう努めよ。
10. 人生の華に心を奪われてはならない。それは草の花のようなもので、触れた途端に枯れてしまう。
11. 苦難のさなかに感謝せよ——そうすれば、あなたの罪の重荷は軽くなるだろう。
12. 誘惑に遭ったときは、堅く立ちなさい。なぜなら、誘惑は多くの人々、さらには偉大な人々さえも（不堅固さや自制心の欠如によって）露呈させてきたからである。
13. 神の寛容を非難してはならない。それは万人のための癒やしだからである。
14. （人間の）乱れた生き方を憎め。しかし、そのことを神のせいにしてはならない。
15. 自分自身に注意を払おう——そうすれば、他人を非難することはなくなるだろう。なぜなら、私たち自身の中にも、他人を非難するようなことがたくさんあるからだ。
16. 祈りの詩篇を常にあなたの口に留めなさい。神の御名をただ一度口にすることで、悪魔たちは逃げ去るからである。
17. 私たちの祈りは、神が喜ばれないことを神に求めないよう、節度をもって行われよう。
18. 常に神を心に留めなさい。そうすれば、あなたの心は天のようになるでしょう。
19. 目を制御しなさい。なぜなら、目を注意深く見守らなければ、あちこちとさまようからである。

20. 舌を慎め。なぜなら、舌はしばしば、隠しておいたほうがよいことを口にしてしまうからである。
21. 律法の教えによって心を耕せ。絶え間ない教えは、そこから邪惡な思いを引き抜くからである。
22. 美德は隠せ。しかし、自分の生き様を証しする者を多く持つよう努めよ。
23. 肉の快樂を憎め。それらは肉体と魂を汚すからである。
24. 肉には必要なものだけを与え、それが情欲から求めるものを与えてはならない。
25. 快樂にふける生活を好んではならない。それは現世への執着を生むからであり、その両方が神に対する敵意を生み出すからである。
26. この世の喜びを避けよ。それらは、（人生の道を）歩む者たちを滑らせて転ばせるからである。
27. 富があるならそれを散財し、ないなら蓄えてはならない。
28. 断食を武器とし、祈りを城壁とし、涙を清めの浴場とせよ。
29. どのような罪を犯したにせよ、すべてを嘆きながら思い起こせ。それによって、魂に絶え間ない悔い改めの心が生まれるからである。
30. 貧しい人々を慰めよ。彼らは、裁き主を私たちに対して慈悲深い方にしてくれるからである。
31. 聖徒たちの必要に心を寄せよ。彼らを通して、神との交わりが生まれるからである。
32. 教会には、まるで天国に入るかのように入り、その中では、この世のいかなる事についても語らず、また考えもしてはならない。
33. 生活に必要なものを十分に持つことを必要と認めよ。しかし、その世話は神に委ねよ。
34. 善き労苦をもって肉体を疲れさせよ。しかし、それが（その重荷によって）完全に倒れないよう気をつけよ。
35. ワインはできるだけ控えめに飲め。その量を減らせば減らすほど、飲む者にとって有益となる。
36. 怒りを抑えよ。なぜなら、度を越すと、それは狂乱の源となるからである。
37. 病気のときは、まず医師や薬に頼る前に、祈りを捧げなさい。
38. すべての司祭を敬い、善良な者たちに頼りなさい。
39. 神の家を愛しなさい。しかし、自分自身も神の家として整えなさい。
40. 教会に頻繁に通いなさい。なぜなら、教会は私たちを外部の嵐や動揺から救い出してくれるからである。
41. この世のものはすべて一時的なものである。だから、そのようなものがあなたから奪われても、悲しむことはない。
42. 肉欲の思いがあなたを襲うときは、人々の前での恥と、神への冒瀆をその思いに突きつけよ。
43. 耳と目を塞ぎなさい。敵の矢はすべてそれらを通して侵入してくるからである。
44. 祈るときは、思いを神へと向けなさい。もし心が散って下へ下がってしまったら、再びそこへ向け直せ。
45. 心は絶えず思いを生み出すが、あなたは悪いものを追い払い、良いものを育みなさい。
46. 謙遜を喜びなさい。なぜなら、そこから生まれる高みは大きく、決して倒れることがないからである。
47. 肉欲の衝動を抑えるために必要なだけ努力しなさい。もし疲れ果てたら、快樂のためではなく、健康のために、体に休息を与えなさい。
48. 邪惡な思いは、他の善い思いによって追い払え。
49. 天の恵みの素晴らしさを思い巡らせよ。そうすれば、この世やこの世の快樂への執着は、あなたの中に決して入り込むことはない。

50. 邪惡な思ひは惡魔のまき種であると信じなさい。そうすれば、それらは止み、まき種を蒔いた者は恥をかくことになる。
51. とりわけ「聞くこと」に氣をつけよ。それは魂を散漫で不注意なものにするからであり、不注意な魂は容易に律法の轡を振り払ってしまうからだ。
52. 魂は、行いと祈りに分けなければならない（すなわち、時には行いに、時には祈りに専念するように）。そうすれば、惡魔が私たちに侵入する隙は少なくなろう。
53. もし仕事に手を伸ばすなら、舌は歌い、心は祈るようにせよ。神は、私たちが常に御自身を心に留めることを求めておられるからである。
54. あらゆる行いに祈りを捧げよ。とりわけ、疑いの思ひが浮かぶような行いには、なおさらそうすべきである。
55. もし、自分の手による行いが、世俗的なものではなく、神聖なものとなることを望むなら、それによって得たものは、困窮している人々と分かち合いなさい。
56. 聖人たちの訪問を喜びなさい。彼らを通して神が現れるからである。
57. 眞の聖人はその行いによって見分けよ。あらゆる木はその実によって知られるからである。
58. 聖人たちに会うときは、常にそこから何かを学ぼうと努めよ。彼らの眼差しと振る舞いを觀察せよ。そのどちらも、極めて有益だからである。
59. 心においては惡意を持たないよう努め、体においては清さを保ちなさい。なぜなら、その両方があなたを神の宮とするからである。
60. あなたを創造し、裁き、そしてあなたが神の御姿として清くあるようにすべてを整えてくださる方の神殿として、あなたの神殿を守りなさい。
61. 世俗の人々との会話は、心を神から遠ざける。それゆえ、あなた自身が彼らと話をしないだけでなく、彼らと話をしている者たちをも、そこから遠ざけるようにしなさい。
62. あなたが侮辱されたときは、自分が侮辱に値するようなことをしていないかよく見極めなさい。もししていないのなら、その侮辱を、すぐに消え去る煙のように考えなさい。
63. 砕かれた心なくして、情欲から解放されることはできない。そして、心は三つの節制によって碎かれる。すなわち、睡眠、食事、そして肉体の安息からの節制である。
64. 何かによって傷つけられたなら、忍耐に身を委ねよ。そうすれば、その害は傷つけた者たちへと移るだろう。
65. 富や名声、あるいは世俗の権力を目にしたときは、その儚さを思い起こせ——そうすれば、その誘惑を避けることができる。
66. 苦難に耐えよ。なぜなら、苦難の中には、茨の中の薔薇のように、美德が芽生え、熟していくからである。
67. 徳に匹敵する価値を持つものは何もない。なぜなら、徳は神の御姿そのものであり、神と同様に不変だからである。
68. 繁栄している罪人のために泣け。なぜなら、正義の審判者の劍が彼の頭上にぶら下がっているからだ。
69. 惡の根源は怠惰であると見なせ。なぜなら、それはあなたが持っている善を奪い去り、持っていない善を得ることを許さないからである。
70. 惡を行う者がそれを恥じないとき、その傷は重くなり、そして墮落は絶望へと向かう。
71. 氣落ちするたびに、信者たちにどのような恵みが用意されているかを思い起こせ——そうすれば、靈的な実（喜び）がすぐにあなたのもとに訪れるだろう。
72. 信者はすべての人に対して謙虚であるべきである。なぜなら、一部の人の前だけで謙虚であることは、偽りの謙虚さを持つことを意味するからである。
73. 隣人への愛を何よりも優先せよ。ただし、それによって神への愛が軽んじられるような場合は例外である。



74. 神の律法に反して、誰にも執着したり、偏愛したりしてはならない。なぜなら、誰かを神よりも優先する者は、神をその者よりも劣った存在として扱っていることになるからである。

75. 悪人を擁護してはならない。そうすることで、あなたは彼らを悪行へと助長し、彼らの行いに加担することで自らを汚すことになるからである。

76. 罪を犯す者を諭せ、しかし、つまづく者を非難してはならない。後者は悪口を言う者の行いであり、前者は改めさせようとする者の行いだからである。

77. 常に聖徒たちの行いについて聞き、語り合うよう努めなさい。なぜなら、それは魂を善き競争へと駆り立てるからである。

78. もし私たちのそれぞれの心が家庭教会であるならば、その心の中で私たちは教会の礼拝も執り行わなければならない。

79. 教会で礼拝が行われているなら、そこへ行きなさい。もし行われていないなら、（賛美歌を歌った後）使徒の福音書を読み、それから（自分の用事へ）行きなさい。

80. 美德の栄光については、聖人たちを基準として判断せよ。なぜなら、彼らの栄光は死後も不滅であるからである。

81. 悪を憎むようになるのは、それが私たちに対して悪魔が振りかざす剣であることを確信したときである。

82. 堕ちた者を諭すときは、憐れみを込めて言葉を和らげよ。そうすれば、その耳も柔らかくなり、心も明るくなるだろう。

83. 聖人たちと話すときは、霊的なことについて尋ねなさい。聖人以外と話すときは、そのことについて語ってはならない。

84. 善行を行うことには常に急ぎなさい。そうすれば、それを怠って、中途半端なままここを去ることはないだろう。

85. 「このように走り続けなさい。そうすれば、勝利を得ることができる」（Iコリント9:24）、すなわち、立ち止まることなく。なぜなら、人生の競技場を去るまで、徳の道を追い求め続けなければならないからである。

86. 戒めを行うことに、少しも怠慢であってはならない。そのような者にとっては、労苦を重ねても無駄になるからである。

87. 忍耐を鍛え、それが必要になる前から備えておきなさい。そうすれば、いざという時にも、その完全な武具が整っているのを見いだせるだろう。

88. 邪悪な思いと戦い、律法に記されていること（すなわち、それらに反対する神の御言葉）をそれらに語りかけよ。

89. この世の生活から目をそらすよう、大いに努めよ。なぜなら、そこから立ち上る悪の煙が、魂を乱すからである。

90. もし何か悪い習慣があなたを支配しているなら、それを少しずつ断ち切りなさい。そうすれば、大きな苦勞をすることなく、この茨を魂から引き抜くことができるだろう。

91. 清き神を清く愛しなさい。そして、万物の上に立つ神に比べれば、すべてのものを卑しいものと見なせ。

92. もし神の神殿でありたいと願うなら、絶え間ない祈りを、途切れることのない捧げ物として神に捧げなさい。

93. 怠惰に生きる者を助言者として選んではならない。なぜなら、悪を愛する者は、善を愛さない限り、善を助言することはできないからである。

94. 朽ちるものすべてから身を遠ざけ、毎日、神秘の晩餐に与れ。そうすることで、キリストの御体は私たちのものとなるからである。

95. 神から何らかの懲らしめを受けることがあっても、不平を言ってはならない。神は父として懲らしめられ、恩人として感謝に値するからである。

96. 侮辱を受けたときは、喜びなさい。もしそれが不当なものであれば、そのことに対する報いは大きいからであり、もし正当なものであれば、それによって貞潔を保つことで、懲罰という鞭から逃れることができるからである。

97. 人生の苦しみや喜びを、影や車輪に例えなさい。それらは影のように定まらず、車輪のように回転するからです。

98. 常に神に従って歩むよう努めなさい。なぜなら、わずかなことを積み重ねていく者は、やがて誰もが求める善き富を短期間で集めることになるからである。

99. 苦痛を伴う苦しみを避けたいならば、決して誰の悪口も言ってはならない。なぜなら、それによって神は心を痛められるからである。

100. もしあなたの家からあらゆる懲罰の災いを遠ざけたいと望むなら、あなたと同じ人間である人を悪口で誹謗してはならない。なぜなら、その人を創造された方は、このことに当然ながら心を痛められるからである。

101. あらゆる罪より高潔でありたいと願うなら、他人の行いを詮索してはならない。なぜなら、あなたが他人を罪ある者と見なすような点こそ、あなた自身の中にも多く存在するからである。

102. 人よ、たとえ富んでいようとも、神を敵に回さないよう、高慢を避けよ。

103. たとえあなたが偉大であっても、謙遜を愛しなさい。そうすれば、審判の日に高められるであろう。

104. 人を嘲笑してはならない。そうすれば、生涯を通じて嘲笑に耐える必要はなくなるだろう。

105. 教会にいるときは、心を散らしてはならない。王の御前に立つ者たちは、笑ったり、気を散らしたりはしないからである。

106. 語られたことをしっかりと心に刻め。そうすれば、それはあなたを一生を通じて栄光ある者とするだろう。

107. 尊厳ある生活を心がけよ。そうすれば、罪を犯す者を正す勇気が得られるだろう。

108. 傲慢さを抑え、誰をも非難してはならない。そうすれば、高慢な者として裁かれることはない。

109. 他人の転落を嘲笑してはならない。そうすれば、望まない者から嘲笑されることはないだろう。

110. これらの教えを守りなさい。そうすれば、それはあなたに栄光の冠をもたらすだろう。

111. これらの戒めを実践しなさい——そうすれば、あなたは人々の前で栄え、神に喜ばれる者となるだろう。なぜなら、これによって神は喜ばれ、そのような功績によって神への真の奉仕が報われるからである。

112. 常に善行に励むよう努めなさい。<sup>75</sup>

113. また、戦士も、あらかじめ長期にわたる訓練を受け、労苦や戦いを経て、敵に勝利することを実証しなければ、称賛されることはない。

114. ましてや、天の真の王のもとにおいては、あらかじめ聖なる戒めの学びに励み、それによって恵みそのものの天の武器を受け取り、悪意の霊たちとの戦いに身を投じない限り、誰も聖霊の天の賜物を受ける資格を得られない。

115. 霊的な奮闘においてどれほど進歩するかに応じて、その人は御霊の奥義と、知恵の秘められた宝の高みへと登っていくのである。

116. そして、恵みによってどれほど豊かになるかによって、主の助けにより、悪意の思惑を知ることによって成功する。主には、永遠の栄光と権威がありますように！ アーメン。（ギ

---

<sup>75</sup> これで、ギリシャ語教父集（Patr. gr.）における訓戒の章は終わる。モスクワ・アカデミーの翻訳は、参照した写本から、さらに以下の章を追加している。

リシャ語版『教父集』では、これらの勧告の章の冒頭に以下の章が置かれており、その後に「神を畏れよ……」などが続く。）

117. 救いの始まりとは、自分自身を裁くことである。

118. 言葉を放つよりは、石を無造作に投げるほうがましである。

119. すべての人に対して、自分が他人からそう扱われたいと願うように振る舞え。

120. 真理は言葉よりも行いによって示せ。

121. 多くの人に慈しみを示す者ではなく、誰をも傷つけない者こそが、敬虔な者である。

122. 良心（安らかな心）を持って木の葉の上で地面に寝る方が、それなしに金の寝台で寝るよりもましだ。

123. 魂を養ってくれる友こそ、心温まる友である。

124. 言葉で神を賛美し、行いで神に礼拝を捧げ、そして思いと心をもって神を畏敬せよ。

125. 理性、善き生活、そして（感情の）高潔さが、人を司祭たらしめる。

126. 最も悪い行いは、あらゆる恥ずべきものにへつらうことである。

127. 言葉をもって徳を学び、行いをもってそれを説き示せ。

128. 単に徳を持つことだけを立派な行いとして称えるのではなく、それをあるべき姿で持つことを尊べ。

129. 律法を尊べば、律法に従って生きることになる。

130. この世のあらゆるものに無縁な者こそ、真の旅人である。

131. 富める者に媚びるな。しかし、彼を怒らせるな。

132. 体は酒によって強められ、魂は神の言葉によって強められる。

133. 甘い食べ物ではなく、体に良いものを食べなさい。

134. 大衆に気に入られようとすれば、大衆のようになるだろう。

135. 何よりもまず、自分の肉体を死なせよ。

136. 余暇のない者こそ、勤勉な者である。

137. 神を冒瀆することは、許されざる罪である。

138. 耳と舌は、大きな災いの元である。

#### 4. 人を朽ちるものから遠ざけ、朽ちないものに結びつける思い

1. 美德への道は、この世からの逃避であり、それは善き、かつ近道である。

2. 朽ちないものを切望する者は、朽ちるものすべてを何とも思ってはならない。

3. 真の命を望むなら、常に人間の死を待ち望め。

4. 現世の生活を憎め。その車輪がいかにも無秩序に回り続けているか、お前は見ているのだから。

5. 享受は過ぎ去り、所有は失われるような恵みを、切望してはならない。

6. 何事においても成功する者たちを嘲笑し、何事においても不運な者たちに憐れみを抱け。なぜなら、前者は報いへと導き、後者は知恵へと導くからである。

7. 殉教者たちが示したような忍耐に励め。なぜなら、私たちにも良心の殉教（良心の要求に耐え抜くこと）が求められているからである。

8. すべてに優先して魂を重んじなさい。そうすれば、徳の道は苦勞なく開かれるだろう。なぜなら、すべてのものは朽ちるが、魂は不滅であり、朽ちるものよりも不滅のものを優先すべきだからである。

9. 苦難に備えよ。そうすれば、そこから大きな益を得ることになる。

10. 神に快いものを求めず、ただ有益なものを求めよ。なぜなら、前者をいくら求めても、神は与えてはくれない。たとえ何らかの形で手に入れたとしても、それはすぐに失われてしまうからだ。

11. 貧しさを非難してはならない。なぜなら、貧しさは、律法の戦いの場において、何ものにも気を取られない闘士を育むからである。

12. 富に心を奪われてはならない。なぜなら、富への心配事は、人を神から遠ざけ、その意志に反して行動させる最も頻繁な原因となるからである。
13. 終わりは近い。怠け者よ、鞭打ちに備えよ。
14. 収穫の時は間近だ。さあ、魂の畑から茨を取り除こう。
15. 審判者の御前からは何も隠れることはできない。罪を犯しながら、隠れようと努力しても無駄である。
16. 人々よりも、私たちのそばに多くいる天使たちを恥じ、あらゆる恥ずべき行いから遠ざかりなさい。
17. 裁き主の天秤について深く考えよ——そうすれば、その天秤に耐えられないもの（あるいは、異質な要素が混入しているために偽物であることが判明するもの、例えば、他の元素が混入したために本来の重量を満たさない金貨が偽物であることが判明するように）。
18. 怠惰や安逸を自らの損失と見なし、私たちに求められるべきことを急いで行いなさい。
19. この世の儚さを常に心に留めておけば、この世の何ものもあなたを惑わすことはできなくなるだろう。
20. この世の喜び——それは一時的なものに過ぎない——に惑わされてはならない。それは、まるで魚を誘い込み、捕らえるような、魂を惑わす罠だからである。
21. 誘惑に立ち向かい、必要な勇気を示せ。
22. 涙を流す貧しい者を決して軽んじてはならない。そうすれば、あなたの祈りの涙も軽んじられることがないだろう。
23. 知恵は、人にとって最も立派な財産である。しかし、それは唯一無二のものであるため、それを得た唯一の人と共にあることを望むのである。
24. 美德は神のヒトンである。それを織り上げよ——そうすれば、あなたはすべての被造物を覆う御方の衣をまとわせる者となるだろう。
25. 地上のものは盗人によって奪われる。盗人の指には届かない（この指では掴みきれない）天上のものを築きなさい。
26. 快楽は拒むべきである。なぜなら、それらは人のある行いに引き込み、その行いから醒めた後には嘆きが生じるからである。
27. 肉欲的な思いは、あらゆる手段で忌み嫌わなければならない。それらは肉体と魂を蝕み、汚すからである。
28. 地上の恵みも、苦勞なしには得られない。それなのに、なぜ苦勞を理由に、天の恵みから背を向けるのか。
29. 苦勞を感じることなく徳を積みたいと願うなら、その苦勞は一時的なものであり、その報いは永遠であることを心に留めておきなさい。
30. 無益な快楽に溺れている者たちは皆、その快楽の儚さと、それに対する罰の永続性について考えるべきである。
31. すべてのものを朽ちるものと見なせ——ただ美德のみが朽ちない。
32. 人を獣のようにするものはすべて軽んじ、あなたを天上の存在にすることができるその一つのことだけを行いなさい。
33. 美德を熱心に追い求めよ。なぜなら、美德は知恵を通じて、アダムを神として現すからである。
34. 腹を制しているのか？ ならば、舌も制せよ。そうすれば、一方の奴隷となるだけでなく、他方からは役に立たない自由人となることもないだろう。
35. 神を愛し、自分の身内に対して神以上に執着してはならない。そうすれば、たとえ本意でなくとも、神の御言葉によって、神にふさわしくない者となることがないだろう。
36. 苦難を忍耐強く耐え忍べ。なぜなら、そこには戦士たちのための冠があるからだ。
37. 悪に耐えることは幸いであり、悪を行うことは極めて罪深い。なぜなら、それに耐える者はキリストの相続人であり、行う者は悪魔の共同相続人となるからである。

38. 断食のパンは良いものである。そこには、快樂への執着という酵母が含まれていないからである。
39. 祈りの祭壇は聖なるものである。なぜなら、それは聖なる方、聖なる者たちを私たちのもとに引き寄せるからである。
40. 正義を美德の特権だと思ってはならない。なぜなら、正義がなければ、あらゆる行いは不浄だからである。
41. もし貧しい人々に種を蒔くならば、自分のものを蒔きなさい。他人のものは、雑草のように苦いからである。
42. 慈悲深い者であっても、もし彼が不公正であれば、それは盲目である。なぜなら、彼は収穫を得ることのできない畑を耕しているからである。
43. 常に死を待ち望め、しかし恐れてはならない（あるいは、恐れない心構えを持て）。なぜなら、その両方が真の知恵の表れだからである。
44. 美德の姿を装え。しかし、人を欺くためではなく、あなたを見る人々に益をもたらすためである。
45. 善を行わない者に対しても、善について語るべきである。そうすれば、その者は自分の言葉に恥じ入り、善を行うようになるだろう。
46. もし本当に天国を望むなら、この世のものは何の意味も持たない。なぜなら、それらは天国へと舞い上がることを妨げるからである。
47. 貧しさを受するあまり、富を得ようと望んではならない。神は、義人が「持っているものから」（ルカ11:41）施しをするよう定められたからである。
48. 冷たい水一杯が慈悲深い者を義と認めるのであれば、貧しい人々にすべてを惜しみなく与える者には、どのような報いが待っているだろうか。
49. 清さと憐れみは美德の母である。それゆえ、この二つがなければ、キリストに従うことはできない（あるいは、キリストの下で戦うことはできない）。
50. 憐れみを軽んじてはならない。それこそが、善き主を天から降臨させたからである。
51. 清さを軽んじてはならない。なぜなら、それによって受肉の器となった（至聖なるおとめ）は、私たちのために受肉された神を人々に授けてくださったからである。
52. 「敵に復讐しよう」と言ってはならない。なぜなら、天には義なる裁き主（そして復讐者）がおられるからである。
53. 快樂に浸って生きることも、富を得ることも、名声を得ることも望んではならない。それらはこの世の儚きものだからであり、私たちは朽ち果てるために造られたのではないからだ。
54. 死者を嘆いてはならない。それは誰もが通る道であり、その道の終わりを（非の打ち所なく）迎える者は幸いである。
55. 貧しい者のためではなく、罪人のために泣け。なぜなら、前者は自らに冠を、後者は苦しみを用意しているからである。
56. 無秩序に回り続ける人生の車輪を嘲笑せよ。しかし、その車輪が、その上で眠り込む者たちを投げ落とす深淵には気をつけよ。
57. 神とは多く語り、人とは少なく語れ。しかし、律法を学ぶことによって、その両方を正すことができる。
58. 魂にとって有益な「浴場」とは、祈りの時の涙である。しかし、祈りの後には、何のために泣いたのかを覚えておきなさい。
59. この世の権力者たちに媚びてはならない。なぜなら、「強き者は強く懲らしめられる」（箴言6:6）からであり、それゆえ彼らは、自分たちに対して最も厳しい裁き主を持つことになるのだ。
60. アダム（すなわち墮落した人間）には、労苦することが定められている（肉体的に、不本意に、そして報いもなく）。しかし、律法に従って労苦するとき、私たちは報いを得る。

61. エバの子孫たちは苦難に直面せざるを得ない。しかし、感謝をもってその苦難に耐えるとき、その試練は私たちにとって祝福となる。
62. 自分の行いにおいては、良心を灯として持ちなさい。なぜなら、良心は、どの行いが善であり、どの行いが悪であることを示してくれるからである。
63. 自らを裁けば、裁き主は和らげられる。なぜなら、御方は慈愛に満ちておられ、罪人がその重荷を解き放つのを見て喜ばれるからである。
64. もし私たちが何か不浄なことをしたなら、悔い改めによってそれを洗い清めよう。なぜなら、私たちは自分の中に神の御姿を清らかなものとして現さなければならないからである。
65. 心の傷は、それが露わになる前に癒やそう。そうして、この治療によって、懲罰の鞭を退けるためである。
66. 縛られた者が歩くのが困難であるように、世俗と絡み合っている者は、徳の道を清く歩むことはできない。
67. 罪を憎むべきである。そうすれば、たとえ誰かが罪に陥ったとしても、その罠からより早く抜け出すことができるからである。
68. 罪を憎まない者は、たとえ罪を犯さなくとも、罪人の中に数えられる。
69. 罪を犯す隣人のために嘆きなさい。そうすれば、自分自身のためにも嘆くことになる。なぜなら、私たちは皆、罪を犯しているからである。
70. つまづいた友には、裁き主のことを思い出させよ。そうすれば、それによってあなた自身の罪の傷も癒される。なぜなら、そのような助言は万人に効く薬だからである。
71. 何かを言おう、あるいは行おうとするときは、まもなく自分にも求められるであろう返答を心に留めておきなさい。そうすれば、恐れによって自制心が働くであろう。
72. 罪に対する罰を恐れ、その罪による恥辱を思うと身が凍りつくほど恐れるがよい。なぜなら、その両者の重みは計り知れないからである。
73. 美と将来の多くの恵みは限りないが、現在のものは影、煙、水泡に過ぎない。
74. 悪を蒔いてはならない。収穫の時が近づいているからだ。いばらを耕す者には、火が待ち受けている。
75. 偽善者、貪欲な者、快樂を追い求める者——彼らはこの世の薔薇である。しかし、少し待てば、（薔薇の代わりに）踏み荒らされた草が見えるだろう。
76. あらゆる悪行は、悪魔に我々に対する武器を与える。しかし、悪魔はそれをもって武装し、それを用いた者たちを容赦なく扱おうとする。
77. 敵を疲れ果てさせたいか。罪を切り捨てよ。そうすれば、羽をむしられた雀のように、敵を嘲笑することができるだろう。
78. 不義な者には災いがある。なぜなら、すべての人々が光に照らされる時、彼だけは闇に覆われるからである。
79. 神を冒瀆する者に災いあれ。裁き主の御前でその舌は結ばれ、自分を弁護する言葉など何一つ口にできないからだ。
80. 不義な者に災いあれ。彼は厳格な裁き主、義なる律法制定者の御前に立つことになるからだ。
81. 貪欲な者よ、災いあれ！ 富は彼から逃げ去り、火が彼を受け入れる。
82. 怠け者に災いあれ。彼は無駄に過ごした時間を悔やむことになる。
83. 傲慢な者よ、災いあれ。棺に横たわるとき、彼は自分が何者であるかを知るだろう。
84. 姦淫を愛し、婚礼の衣を汚した者よ、哀れな者だ！ 彼は恥辱のうちに、王の婚礼の宮殿から追い出されるであろう。
85. 喧嘩好きな者、そして彼と共に酒に溺れる者に災いあれ！ 彼らは殺人者と同様に扱われ、姦淫者と同様に罰せられる。
86. この短い間に快樂にふける者よ、災いあれ！ 彼は、屠殺に定められた子牛のように、自らを肥やしているのだ。



87. 狭い道を歩む者は幸いである。彼は冠を戴いて天に上るからである。

88. 快楽を踏み躪る者は幸いである。悪魔たちは彼を恐れおののくからである。

89. 心が清く、徳において偽りのない者は幸いである。彼は世を裁く者となり、世と共に裁かれることはないからである。

90. 祈りと聖書の朗読、そして善行に倦むことのない者は幸いである。そのような者は、死の床でも眠ることのないからである。

91. 高潔な生き方と謙虚な知恵を持つ者は幸いである。その者はキリストに倣い、キリストと共に座するからである。

92. 律法が口から離れない者は幸いである。なぜなら、そのような者の住まいから、神は決して離れることがないからである。

93. 多くの人に恩恵を与える者は幸いである。なぜなら、裁きの座において、彼は多くの擁護者を見出すからである。

94. 偽りのない徳を持つ者は幸いである。なぜなら、裁き主の鋏は、すべてを間違いなく吹き飛ばすからである。

95. すべてのものが試みられる火が現れる前に、自らの行いを整える者は幸いである。

96. 来たるべき命へと急ぐ者は幸いである。なぜなら、現世は朽ち果てる臭いを放ち、死へと引き寄せられるからである。

97. 蓄えた悪を捨て去り、清らかな裁き主の前に清らかな姿で現れる者は幸いである。

98. しかし、この言葉の要点はこうだ。「魂よ、油断してはならない!」。なぜなら、まもなくあなたは、私たちの神であるキリストの恐るべき裁きの天秤の前に立つことになるからだ。

## 5. 聖ニロスが他の聖書から引用した、前述の考えや訓戒に類似したもの

1. 平和の時代における徳の勇氣は称賛に値するが、戦いが訪れた時のその勇猛さは、なおさら称賛に値する。

2. 美德は、その行いにおいてのみならず、それに立ちはだかる試練の中にも現れる。

3. 多くの戦いにおいて苦難に耐え、勝利を収めた者は無執着である。しかし、戦いなしに徳を身につけたと語る者は、依然として執着している。

4. 戦いのない心は、美德を発揮する機会を失う。なぜなら、美德という名は、戦いの場で示される勇猛な功績に由来するからである。

5. 私たちは、思考による快楽を断固として断ち切り、その思考に対して全き怒りを向けるべきである。さもなければ、思考を快楽として受け入れてしまい、その対象に対しても共感を抱くようになってしまうからである。

6. 沈黙を知らない人の魂は、感覚からの印象と闘うが、沈黙を愛し、感覚を護る者は、思いと闘う。

7. 恵みによって修業の労苦に耐える力を授かった者は、その力が自分自身の内から自然に生じているという考えから身を守らなければならない。私たちの中にあるすべての善の源は、戒めを告げられた方であり、同様に、すべての悪の源は、誘惑を仕掛ける悪しき者である。それゆえ、どんな善行を為そうとも、善の源である方に感謝を捧げよ。一方、誘惑によってあなたを悩ませる悪については、すべての悪の源である者に帰せよ。

8. あらゆる労苦（困難、悲しみ）の終わりには、神——感謝すべき方——に感謝を捧げなさい。そうして心から捧げられた感謝によって、敵の悪意が恥じ入るようにするためである。行いに感謝を添える者は、罪に対して射撃用の窓を備えた二重の壁を築き上げ、盗まれることのない心の宝を持つことになる。

9. 活動的な生活と知的な生活を調和させ、両方の泉から潤される心の畑が、より豊かに美德を実らせるようにした人は、称賛に値する。なぜなら、思索は知的な本質に翼を与え、最も完全な事物を観想へと導き、一方、活動は「地上の肢体、すなわち、淫行、不潔、情欲、邪悪な欲

望』（コロサイ3:5）を死に至らしめるからである。それゆえ、実践と思索というあらゆる武具を身にまとった者は、すでに悪魔の狡猾さに立ち向かう準備が整っている。

10. 悪魔たちは思いによって魂と戦いを挑むが、彼らにとってより敏感な対象である忍耐がこれに立ち向かう。そして悪魔たちは、この強力な戦いの指揮官を目の当たりにすると、すでに畏怖の念を抱きながら戦いに臨むのである。

11. もし悪魔の軍勢との戦いに勝利したいのなら、自分の魂の門（感覚）を、孤独な沈黙で塞ぎ、父たちの言葉に耳を傾けなさい。そうして、思いの茨をよりよく見分け、怒りと拒絶をもってそれらを焼き尽くすことを学ぶためである。

12. 父たちの助言に耳を傾ける際、彼らの行いを裁く者ではなく、彼らの言葉を深く理解し、学ぶ者でありなさい。

13. 敵は、質問者の注意を助言者の行動へとそらすのが常である。それは、あなたをその助言者に対する厳格な審判者とするよう仕向け、その有益な助言を無効にしようとするためである。

14. 助言が提示されたときは、たとえ自分自身が博識であっても、それを拒んではならない。

15. 父の戒めを耳にさえ入れない者は、律法の戒めをも無視する。

16. 先人たちの功績について、単に自分の楽しみのためだけに語るのではなく、自らもそれを成し遂げる最も勤勉な実践者となるよう自らに求めよ。

17. どのような思いがどのような偉業と対立しているかを熱心に探求する者は、敵の誘惑との戦いにおいて巧みになるだろう。

18. あなたの霊的な労苦の全体において欠けているその行いの代わりに、それを奪い去り、通常はそれに反対する思いが忍び込んでいることを知れ。

19. 修行の労苦において、心もまた分別をもって守り抜くことを忘れるな。そうしなければ、より高き事柄への配慮を怠ることで心が奪われ、思いの虜となってしまうからだ。この束縛を忘れることは、悪意（敵）と結託しており、それが心を奪うやいなや、悪意（敵）はより素早くその心に入り込み、思いのままにそれを荒らしてしまうのである。

20. ある者が、別の者が誰かを誹謗中傷するのを聞くのを好むとき、その二人は互いに協力し合う二つの霊の道具となる。なぜなら、悪意を持って聞くことは悪口を煽り、悪口は悪意を持って聞くことを引き起こすからである。そして、この二つは共に、心を破滅へと導くために互いを愛し合っているのだ。

21. 悪口から耳を塞ぎなさい。そうすれば、自分自身を破滅的な情欲に慣れさせること、そして他人を悪口から遠ざけることができないこと、という二重の罪を犯さずに済む。

22. 嘲笑を好む者は、強盗のように（自分の仲間の）優れた者たちの魂を略奪し、中傷によって弱い耳を蝕んでいく。

23. 隣人を中傷する言葉から逃れる者は、自らの口からも中傷を追い払うことになる。

24. 中傷する者の言葉を快く聞く者は、耳を通じて（深淵からの）獣の毒を吸い込む。

25. あなたの耳がこの苦い毒を味わうことのないように。そうすれば、あなたもまた、他者に同じような毒を差し出すことはないだろう。

26. 噂話で自分の聴覚を麻痺させてはならない。この情欲に身を売り渡して、多くの情欲の奴隷となってしまうのではない。なぜなら、一つの情欲があなたの中に居場所を見つけると、その同じ巣（あるいは馬小屋）に他の情欲も引き込むからである。支配的な精神が多くの情欲の奴隷となるのは、ある情欲と結びついたとき、修行の労苦を完全に捨て去ってしまうときである。

27. あなたの中に嫉妬されるに値するものがあれば、それを何よりもまず、嫉妬する者から隠しなさい。

28. もし友人が、あなたの行いに対する称賛を自分への屈辱と見なし、嫉妬に苛まれて、さらには何らかの非難をもってその称賛を曇らせようと企むことがあっても、あなた自身も傷つか

ないよう気をつけなさい。そうして、苦い悔しさという毒があなたの魂に染み込むのを許してはならない。サタンの狙いは、嫉妬を煽り立て、あなたを悲しみで蝕むことにあるのだ。

**29.** しかし、私たちはむしろ謙虚になり、そのような者たちを「より大きな」敬意をもって尊ぶべきである（ローマ12:10）。そして、食事を通じて、嫉妬によって荒ぶった彼らの精神をなだめるよう努めよう。

**30.** ある忍耐強い隠遁者の長老を、ある者が、その高齢を理由に、荒野から連れ出そうと努めた。しかし、長老は彼にこう言った。「私をそうさせるのをやめてくれ。私という悪人にとって、追放の期間はまだ終わっていないのだから」。

**31.** 私が彼に、教訓となる言葉を授けてほしいと頼むと、彼はこう答えた。「何よりもまず、心に神への畏れを根付かせるよう熱心に努めなさい。そうすれば、自分の内から、人を分別へと導く必要な言葉を常に見出すことができるだろう」。

**32.** この同じ長老は、神への畏れをどのようにして得るのかと問われると、こう言った。「死を心に留めておくことを怠らない者は、それによって裁きの日への畏れへと導かれるのだ」。

**33.** 畏れに駆られて、毎日聖書と対話しなさい。聖書との対話を通じて、あなたは異質な思いの誘惑を退けることができるだろう。

**34.** 聖書の教えによって、心に霊的な知恵の宝を蓄える者は、そこから思い容易に追い払うことができる。

**35.** 徹夜祈祷の際の夜間の読経において、神の御言葉を聴きながら、眠りによって耳を鈍らせたり、魂を思いの虜にしたりしてはならない。むしろ、御言葉の棘で心を刺し、悔い改めの心に至り、救いへの熱意を抱き、不適切な怠慢を断ち切ろう。

**36.** 天を思い起こすことで神への愛に燃える者は、あらゆる人間への迎合を思考から追い払う。

**37.** あなたの行いの証人である良心を、墮落を軽んじ、それについて甘美な言葉で語る思いへと追いやってはならない。

**38.** 自分の肉に、その情欲を打ち砕く修業の労苦という治療を施さなければ、肉体の情欲を鎮めることはできない。また、まず自分の心を愛の実りで満たさなければ、魂の情欲を鎮めることもできない。

**39.** 肉体の情欲は、肉体の自然な欲求に由来するものであり、それに対しては節制が必要である。一方、心の情欲は、心の欲求から生じるものであり、それに対しては祈りが必要である。

**40.** 愛とは、無情の完全さであり、情欲の消滅である。愛は忍耐をもたらし、沸き立つ怒りを鎮め、謙遜を植え付け、高慢を和らげる。

**41.** 愛は、神以外に何ものも持たない。なぜなら、神こそが愛だからである。

**42.** 永遠の苦しみへの恐れの上に、神への畏れをまとうがよい。そうすれば、ゲヘナの火への恐れによって、自分の中に（神に喜ばれる行いへの）消えることのない熱意を燃え上がらせ、悪意に満ちた思いに対抗する知恵を早急に身につけることができる。なぜなら、恐れは知恵の始まりだからである。

**43.** 経験に基づいて心の惑わしを解き明かす者は、すべての人に理解されるわけではない。ただ、自ら経験豊かな者たちにのみ理解されるのである。なぜなら、これを悟るための道は、すべての人にとって経験のみだからである。

**44.** 経験による知恵の学校とは、活動的な生活である。これを勤勉に受け入れることによって、私たちは自分自身を知り、思いを見分けることを学び、神を知るようになるのである。

**45.** あなたの思いを抑える力となるのは、行いであれ。なぜなら、行動は知識や言葉よりも賢明であると同時に、はるかに困難だからである。行動があるとき、言葉は稲妻のように輝き、行いがなければ、言葉は行いの力によって輝かない。

**46.** 思いは、心の目を刺し貫き、私たちを盲目にし、たとえ最も優れた戒めであっても、最悪の形で用いるように仕向ける。

**47.** 悪魔たちは、自分のアッパへの従順によって際立っている（兄弟たち）に対して激しく怒り、彼らに向かって歯ざしりする。なぜなら、彼らは従順と、世俗に対する無憂無慮な放棄とを結びつけているからである。

**48.** 自分の父に従順な者たちに対して、悪魔たちはあらゆる口実を探し出し、彼に苦悩をもたらそうとする。そして、その際に怒りが生じると、彼に対する憤りを煽り立て、やがて少しずつ、彼が不当に罰を与えたり、偏りを見せたりしているかのように見せかけて、彼への憎悪を募らせていく。悪魔たちは、さまざまな方法で魂を揺さぶり、父の懷からそれを奪い去るために、このようなことを行うのである。

**49.** 悪魔たちは、時には修行の労苦を心の中で過大評価し、また時には何の役にも立たないものとして軽んじ、ある場合には驕りを植え付け、ある場合には絶望を撒き散らす。彼らは、怠惰に陥らせることができない者たちの修行を過大評価して、彼らを驕りに陥らせようとし、一方、驕りに陥ることを拒む者たちに対しては、彼らの功績は何の役にも立たないという一点ばかりを繰り返し説き、それによって彼らを怠惰へと導き、絶望の淵に突き落とそうとするのである。

**50.** もし思いが私たちの修業の労苦を称え上げるなら、それを軽蔑して退け、魂を謙遜させよう。そして、もしそれらの労苦を何の役にも立たないものとして貶めるなら、力の及ぶ限り、キリストの慈悲を称え上げよう。

**51.** 自分の肉体をどれほど苦しめるか、それと同じ程度に自分の良心を試みよ。心の奥底で忍び寄る思念の略奪を感じ取り、自らを深く知れ。そうすれば、それらの密かな略奪に無感覚なまま、まるで徳は厳しい生活によってのみ得られるかのような思いに惑わされることなく済むだろう。

**52.** まだ使われていない金が、溶解炉に入れられることでより清らかになるように、初心の修道士もまた、修道院で自らの気性を再鑄造し、忍耐の試練を通じて清らかになるのである。兄弟たちの指示によって彼は従順を学び、懲戒を行う者（アッパや長老）による懲罰を通じて、根深い忍耐を身につける準備が整う。そして、もし彼が侮辱を喜びをもって受け入れ、屈辱の中で謙遜を愛するならば、その反対の情欲よりも高みへと立ち、恵みによって与えられる力がますます増すにつれて、美德をさらに輝かせ始めるであろう。

**53.** 心は、情欲の原因を切り捨てて観想の境地に入ったときに安らぎを感じるが、情欲を切り捨てるまでは、不安定な足取りで敵との戦いに臨むかのように、労苦と危険を感じている。

**54.** 長老たちは、時宜にかなった隠遁生活を大いに是認している。すなわち、共同生活において徳を完成させた者が、それに踏み出す場合である。そのような者は、まず自分自身を試みて、隠遁生活で成功して生きられるかどうかを確かめるべきである。もし力の不足によりそれが自分には不可能だとわかったなら、共同生活に戻るべきである。そうしなければ、心の策略に立ち向かう力がなく、正気を失ってしまう恐れがあるからだ。

**55.** 泣く未亡人にとって息子たちが慰め手であるように、堕ちた魂にとっての慰めは、苦行の労苦である。それらは絶望の思いを取り除き、信仰に基づく悔い改めを深め、キリストの慈悲を宣べ伝え、犯した罪を償うのである。

**56.** 幼い子からパンを奪おうとする子犬のように、悪意ある思いは心の知性を狙う。それゆえ、幼子のようにではなく、敵対する勢力の狡猾さを注視し、魂を彼らに奪われないようにしよう。

**57.** きらめく星々の群れが空を明るく照らすように、神の言葉の真理は、あたかも内側に灯を灯すかのように、人を照らし出す。それゆえ、私たちは皆、同じ真理の姿を身にまとうべきである。なぜなら、「主は心を一つにする者たちを御家に住まわせられる」（詩編67:7）からである。

**58.** 太陽が輝かしい光線で全地に向かって微笑むように、愛もまた輝かしい行いをもってあらゆる魂を歓迎する。もし私たちが愛を身につけるならば、情欲を鎮め、天にまで輝きを放つだろう。聖なる愛を掴むやいなや、あらゆる労苦を成し遂げることができる。しかし、それがなけ

れば何事にも成功はなく——その時、怒りは激しくなり、気性は荒くなり、高潔さによる労苦に虚栄心が混じり込むのである。

**59.** まず情欲と戦い、多くの自制をもって、戦いの最中にあったことを心に刻み込まなければならない。そして、自ら経験したことに基づいて、他の人々に戦いの規則を伝え、戦いの進め方をあらかじめ示すことで、彼らの勝利をより容易なものにすべきである。また、長期間にわたる厳格な生活によって自らの情欲を克服した者もいるかもしれないが、勝利の方法を理解していない。それは、まるで夜の戦いのように、彼らは事態の全容を注視しておらず、その知性は敵の悪意を見抜くことができなかったからである。

**60.** 沈黙を味わい、多少なりとも観想の修練を始めた者は、肉体の心配事で心を縛り、霊的な知見から心をそらして地上の事柄に向かわせることに同意しないだろう。なぜなら、その心は大部分が極めて高みに浮遊しているからである。

**61.** 情欲が制圧されれば、もはやどこからも敵の妨害を受けることはなく、防御の武器を用いる必要もなくなる。その時になって初めて、他者の魂を耕すことに取り掛かることができる。しかし、情欲がまだ支配している間は、肉の思惑との戦いが続いているのだから、武器から手を離してはならない。悪意ある敵が、私たちの安らぎを攻撃の好機と捉え、血を流すことなく私たちを捕らえてしまわないよう、常に武器を手元に置いておくべきである。

**62.** 聖モーセは、イスラエルが約束の地に入り、そこに住む諸民族を滅ぼした際、次のような教訓を与えている。「彼らを滅ぼした後、彼らに倣おうとしてはならない」（申命記 12:30）。——この教訓は、情欲を切り捨てた後、自らの心に細心の注意を払っていない者たちにとって、非常に有益である。なぜなら、そのような場合、かつて存在したもののイメージが、まるで子孫のように彼らの内に芽生え始めるからである。そして、それらに自由を与え、支配的な心へと頻繁に陥ることを許し、そこへの侵入を阻止しない者は、情欲に打ち勝った後でも、再び自らの内に情欲の隠れ家を開き、それによって人生を葛藤から安全なものとはできないのである。なぜなら、情欲は、たとえ飼いならされ、牛のように干し草を食べるよう躰けられていても、飼いならした者の怠慢によって、再び野性的になり、獣のような凶暴さを取り戻すのが常だからである。

**63.** 「聖所の中に偶像を置く者は呪われる」（申命記 27:15）。何かを地中に永久に隠すことと、聖所の中に置くことは同じではない。地中に隠され、もはや感覚に捉えられないものは、時が経つにつれて記憶からも消え去るが、聖所の中に置かれたものは、たとえ部外者からは隠されていても、それを置いた者にはしばしば目に入り、その存在を思い出させる。このように、心の奥底に秘められた偶像となるのは、心に生じたあらゆる恥ずべき思いであり、それを吐き出さず、密かに抱え続けているものである。そうする者は、律法に定められた刑罰に処される。なぜなら、恥ずべき思いを育むことは、偶像を崇拝することと同じだからである。

**64.** 思考を損なうような思い込みを、心に近づけてはならない。なぜなら、もし心が不浄な思い込みによって曇らされてしまえば、まるで無理やり、かつ意に反して、情欲的な行いに引きずり込まれることになるからである。

**65.** 聖霊は聖人伝を記された。それは、どのような生き方を実践する者であれ、そのような模範によって真理へと導かれるためである。

**66.** 世の騒動から解放されたばかりの者には、（修道院や家の壁の内側で）沈黙を守り、頻繁な外出によって感覚的な刺激で心の傷を抉り出したり、古い罪の偶像に新たな像を加えたりしないよう助言すべきである。世を捨てたばかりの者にとって、この沈黙は困難である。なぜなら、その時には記憶が、そこに蓄積されたあらゆる不浄を呼び覚ますからである。以前は、絶え間なく続く多くの用事に追われて、そうする余裕がなかったのだ。しかし、それは始まりの頃だけのことであり、時が経つにつれて、沈黙は忍耐を武器として、邪悪な思いによる心の動揺から精神を完全に解放してくれるのである。

**67.** 罪をかううじて回避したばかりの心は、長期にわたる病から回復し始めた身体に似ている。その身体は、まだ完全に回復していないため、些細なきっかけでも病が再発してしまうこと

がある。その力はまだ弱く、だからこそ、もし誰かが群衆の中に身を投じて、情欲を刺激するきっかけを与えてしまえば、その情欲が再び頭をもたげるのではないかと恐れるべきである。強靱になり、成熟した修行者たちは、ここへ大胆に戦いに出向くこともできる。しかし、まだ戦う力のない者は、家に留まり、静寂の中で、安らかな安全を見出せばよい。

**68.** 内面に真の静寂が訪れ、情熱的な動きだけでなく、それらに関する記憶さえも静まり返るとき、魂は内なる平穏の中に留まり、かつて心に刻まれ、そこに潜むイメージを見極め、それら一つひとつと闘い、心から引き剥がすことができるようになる。しかし、イメージが次々と押し寄せてくる時、以前の痕跡を消し去ることは不可能である。なぜなら、思考は新しいイメージに占められており、それらが絶え間ない誘引によって魂の視界を曇らせてしまうからである。川底を乾いた状態で見たいと願う者たちは、自分たちが探しているものがそこにあると信じているまさにその場所で水を汲み出しても、何の役にも立たない。なぜなら、空になった場所はすぐに流れ込む水で再び満たされてしまうからだ。しかし、上流から水の流れをせき止めれば、残った水が自然に流れ去り、望む調査のための土地を乾いたまま残してくれるため、底は容易に明らかになる。このように、感覚が外部からもはや何ものももたらさないとき、心に刻まれた情欲のイメージを枯渇させるのは容易である。しかし、それらが流れのように次々と新たな印象をもたらすときは、情欲のイメージや衝動から魂を完全に清めることは、困難であるばかりか、不可能である。

**69.** 預言者はこう命じている。「バビロンの種を根絶やしにせよ」（エレミヤ書 50: 16）。これには、私たちへの助言が含まれている——それらのイメージがまだ感情の胎内にいるうちに根絶し、心の地に落ちて芽を出さず、頻繁な対話という雨に潤されて悪の実を結ばないようにするためである。また、別の預言者は、情欲が熟すのを待たず、まだ乳首から栄養を摂る赤ん坊のよううちにそれを根絶する者たちを称え、「あなたの赤ん坊を石に打ち砕く者は幸いである」（詩編 136: 9）と語っている。ヨブが語った言葉も、これと似たような意味を持っている。「蟻は滅びた。それは、食糧がなかったからである」（4: 11）。偉大なるヨブは、情欲の狡猾さを描き出そうとして、最も強い獅子の名と、すべての生き物の中で最も取るに足らない蟻の名を組み合わせ、それに対して「蟻と『獅子』」という複雑な名称を考案したことがわかる。なぜなら、情欲の侵食は微細な思いから始まり、蟻のように気づかれないうちに忍び寄るが、その後、拡大して、その侵食にさらされる者にとって、獅子の襲撃に劣らず危険なものとなるからである。なぜ修行者は、情欲がまだアリののように、その取るに足らない性質を餌にして襲いかかってくる段階で、それを打ち負かさなければならないのか。というのも、もし情欲がライオンの力に達してしまうと、もはや打ち負かすことができなくなり、大きな悩みの種となるからである。ここで決してそれらに糧を与えてはならない。すでに何度も述べられたように、それらの糧となるのは、感覚を通じて入り込む情欲のイメージであり、それらは情欲を養い、それぞれが魂に対して自らの偶像を武器として掲げるのである。

**70.** また、神殿において、立法者は「格子窓」（エゼキエル書 41: 16）を設けた。これは、自分の心を神殿のように清く保とうとする者たちに対して、そこでは格子窓によって、不浄なものが内部に入り込めないようになっているのと同様に、未来の裁きへの恐れをもって感覚を囲い込み、新たに生まれ、内部に侵入しようとする不浄なイメージの入り口を遮る格子のようになければならない。

**71.** 71、苛立たしい（情欲的な）視覚との闘いの最中、将来降りかかるであろう懲罰への恐れによって、海で荒れ狂う波と戦う者のように、自らを極めて激しい対立の状態へと追い込むことができる者。その者は、自分に打ち込まれる打撃を感じることなく、容易に自分を打ち負かそうとする者たちを打ち負かし、こう言うだろう。「彼らはわたしを打ったが、わたしは傷つかなかった。彼らはわたしを侮ったが、わたしは気づかなかった」（箴言 23: 35）、すなわち、彼らは侮辱しようとしてわたしを打ったが、わたしは打撃を感じさえしなかった。なぜなら、彼らの「矢は幼子の傷」であったからである（詩篇 63: 8）；また、彼らの誘惑にも注意を払わず、彼らの存在に気づいているような素振りさえ見せなかった。



72. 世俗の事柄を断つことは、決意を貫かず、再び誘惑に流され、思いに屈し、捨てたものへ頻繁に立ち返る者たちにとっては何の益もない。それは、ロトの妻のように、後ろを振り返ったために塩の柱と化したことを、そのような人々への戒めとして示している。 私たちが離れたものへの頻繁な誘惑は、疑いなく、まだ定着していない善い習慣から後退させ、前進への意欲を弱め、再び完全にその誘惑に引き寄せ、以前の悪しき行いに戻ってしまうことになる。 それによって、古くからの悪しき習慣はさらに強まり、かつて始めた善良な品性の習慣へと再び立ち返ることを、ほとんど許さなくなるだろう。なぜなら、習慣から熟達が生じ、熟達は本性へと変わるからである。そして、本性を変えることは難しい。 その習慣に従う魂を見てみよ。いかにしてそれが自らの偶像の上に座し、まるでそれに釘付けにされているか。「私はあなたの前に立ち上がることができません。私は女らしく座っているからです」と彼女は言う。（創世記31,35）。そして、古くから世俗の事柄に安住してきた魂は、それらを偶像のように座し、それらに釘付けにされており、それらと別れることもできず、また別れたくもないのである。

73. 神の聖徒たちは、堕落した人々との交わりが伝染病よりもはるかに有害であることを知っていたため、都市から逃げ出した。エリヤはユダを離れ、荒涼として獣に満ちたカルミルの山に住んだ。 この師の荒野を愛する姿勢を、弟子エリセイもまた見習った。また、ヨハネはヨルダンの荒野に住み、バッタと野生の蜂蜜を糧として、肉体の生活の必要を満たすことがいかに容易であるかを示した。あるいは、モーセもまた、イスラエルの民に「マナは一日分だけ集める」という律法を授けることで、同様のことを予告していたのかもしれない。それによって、人間の生計への配慮は一日分に限定すべきであることが示唆されていたのである。 また、「この世にふさわしくない」とされたすべての聖人たちは、人が住む世界を離れ、「荒野をさまよった」（ヘブライ人への手紙11:37,38）のである。彼らは、見かけ上は正当な人間の悪徳から逃れ、自らの志の力が、まるで激流のように、破滅的な世俗の生活という一般的な流れに巻き込まれないようにしたのだ。

74. 私たちは神の御姿に似せて造られたのは、その御姿を自分の中に保ち、私たちを見つめる人々に、卓越した生き方を通じて、神に似た性質の明確なしるしを示すためである。 神はこう言われる。「わたしは寛大で慈悲深く、忍耐強く、あわれみ深い」（詩編102:8；ヨエル書2:13）、そして真理を守る。これこそが神の御姿の特徴である。これらによって、神の似姿に与り、神性と親和性を持つようになった魂もまた、その正体が明らかになる。 神への愛ゆえに、神に似た者の完全性を熱望し、また、彼女を束縛する肉体の絆に縛られながらも、彼女は自らを清めるために次々と労苦を受け入れ、ついに神の本質を特徴づけるもの——慈愛、忍耐、善良さ、そして人間愛——を獲得するに至るまで努力を続ける。 そしてその時、彼女は「天使よりわずかに劣る者」（詩編8:6）となるのである。<sup>76</sup>

75. 世俗の乱れから逃れ、世の虚しさによる動揺に身を委ねず、軽薄で不確かな人々との交わりを避け、家ではほとんどの時間を沈黙のうちに祈りと神の御言葉の研鑽に費やし、めったに家を出ないが、外に出る際には、品行方正で、柔和で、怒らず、思いやりがあり、兄弟愛に満ちている。 このような者を、真に神の熱心な奉仕者、神の真の姿と似姿であり、神の慈愛という神聖な光に照らされ、神に似たその姿を、最も魅力的な花のように輝かしく現す美德によって示す者、と称さない者はいないだろう。

76. これこそが、神、そして神に似ることを熱心に求める人の際立った特徴である。すなわち、穏やかさ、悪意のなさ、怒りっぽくないこと、嫉妬心のないこと、慈善、思いやり、恨みを抱かないこと、人を愛すること、優しさ、敬意、他者の利益を重んじること、社交性、奉仕の心、虚栄心のなさ、——要するに、「悪人にも善人にも太陽を輝かせ、義人にも不義人にも雨を降らせる」（マタイ5:45）神が、その豊かな慈愛を現すすべてのものです。これらの特徴によって、神に倣おうと努める者が見分けられるのです。

<sup>76</sup> アンキルのディアコネスへの言葉より——ミグネ、第2巻、97頁。

77. この指針だけでも、従順な者たちに完全な生き方を教えるには十分であつただろう。しかし、ある者たちがその道へと導かれるのに苦労することを知っていた聖パウロは、多くの示唆を通じて、巧みに私たちを虚栄から遠ざけようと努め、さまざまな称賛の言葉をもって私たちの熱意をかき立てている。ある時は「あなたがたは神の宮である」（Iコリント3:16）と言い、ある時は「光の子として歩みなさい」（エフェソ5:8）と言い、またある時は「キリストの福音を宣べ伝えるにふさわしく生きなさい」（ピリピ1:27）と言い、また、「あなたがたの体はキリストの花嫁である」（Iコリント6:15）とも。ある箇所では私たちを「聖なる者、汚れのない者」（エフェソ1:4）と呼び、別の箇所では「無垢で、傷のない、神の汚れのない子ら」（ピリピ2:15）と呼んでいる。聖使徒は、これらすべてを、まだ私たちの中にもかかわらず、あたかもすでに私たちの中にあるかのように語っています。その目的は、もし私たちがそのような者となれなかった場合、こうした称賛が私たちへの非難や嘲笑に転じてしまうことを恐れて、全き熱意をもってそのような者となり、そのままであり続けるよう努めるようにさせるためです。なぜ聖使徒は、こうした称賛だけに留まらず、「キリストの満ち満ちた大人に達し、キリストの成長の度合いに至る」（エフェソ4:13）ための様々な方法や手段も示しているのでしょうか。

78. まず第一に、彼は、私たちが世に対して死に、十字架につけられることを求めている。そうして、この世の喜びも悲しみも、少しも感じないようにするためである。「あなたがたは死んだのです」と彼は言う。「あなたがたのいのちは、キリストとともに神のうちに隠されているのです」（コロサイ3:3）。これは、キリストと一つとなった者たち、すなわち「上のものを求め」、「上のことを考える」者たち、そして「この世の要素」から死んで、もはやそれに従って生きていない者たちが、どのように生きているかを示そうとするものである。また彼は、「あなたがたは、神に対して、死からよみがえった者として、自分自身をささげなさい」（ローマ6:13）とも述べており、一方では、御霊の 貪る肉の情欲を働かせるものに対して私たちがまさに死んでしまうことを望み、他方では、神に喜ばれる美德の行いを成し遂げるものに従って生きるよう命じている。それゆえ、「地上の肢体を死なせた者たち」（ローマ12:1；コロサイ3:5）や、「新しいいのち」の中を歩む者たち（ローマ6:4）を「生ける供え物」と呼んでいるのである。彼らは、供え物としての死を経た後、悪へと駆り立てられることもなく、善行を行うために怠惰に過ごすこともない。なぜなら、生ける供え物として、その力を失ったわけではなく、むしろ、古くから敵対する肉の思惑に対して、咲き誇る若々しい力としてそれを用いているからである。彼らはもはや、これらの無分別な欲望に引きずられることなく、肉的な生活から霊的な生活へと完全に移り変わり、肉によってではなく、霊によって生きているのである。

79. 肉に縛られながらも、もはやその無秩序な要求に悩まされることをやめた人々に対して、使徒はこう言っている。「あなたがたは、もはや肉の中にいるのではなく、御霊の中にあるのです」（ローマ8:9）。なぜなら、罪はもはや彼らの死んだ肉体に君臨しておらず、理性の律法に逆らい、通常は肢体にあるある種の律法によって彼らを束縛し、自らの命令に従うよう強要することもなくなつたからである。その代わりに、キリスト・イエスにおけるいのちの御霊の律法が君臨し、彼らをキリストの戒めへの完全な従順へと導いているのである。この秩序において、彼らは内なる人にとって最善のものを単に享受するだけでなく、それを実践し、かつて肉体の好みに従って許されていたあらゆる不従順に対し、それに反対する徳のための労苦をもって、喜んで肉体に報復を加えるのである。——では、その「報復」とはどのようなもので、どのように行われるのか。これについて使徒は次のように教えている。「あなたがたは、かつて自分の肢体を不潔と不法に、不法のために奴隷としてささげていたが、今や、自分の肢体を義に、聖なるものとしてささげなさい」（ローマ6:19）。この労苦がいかに大きいかは、習慣に支配され、悪い習慣を良いものに変えざるを得ない者たちが知っている。労苦は大きいものの、自分を惜しまない者たちは、神の恵みによってこのことに成功する。幾度もの後退と幾度もの前進を経て、彼らはいかに、かつて囚われていた悪しき誘惑から完全に離れることができ、自らの全き志向を悪いものから良いものへと完全に転換する——すなわち、すべての肢体を敵対する情欲に対抗するために用い、それらを不義の道具から義の道具へと変えるのである。

80. 思考の動きに注意を払い、思考が物事についての記憶をいかに生み出すかを観察し、それらの事物のイメージを偏見を持って受け入れるか、あるいは偏見なく受け入れるかを注視せよ。多くの者は、行動よりも思考において情欲に屈し、目に見えない形でそれに同意し、それに甘んじている。彼らは目に見える過ちを犯していないにもかかわらず、内面では墮落している。また、外見上は全く非の打ち所がないように見える者もいるが、本人は内面に隠された醜さを自覚しており、目に見えないものが目に見えるものと相反し、真実が威厳ある外見と矛盾しているため、良心が正当に恥じ入るのだ。そのような者は、魂が不適切なことを思い巡らせ、恥ずべき感情に満ちているとき、棺と何が違うというのだろうか？むしろ、彼は棺よりも悪いのではないか。棺は、肉体にまだ水分が残っている間は悪臭を長く閉じ込めるが、体液が枯渇するやいなや、悪臭も消え去る。しかし、恥ずべき思いに満ちた心は、腐敗する肉体よりも悪臭を放ち、常に嫌悪感を抱かせる——そして、それ自らが自らの恥辱を享受しているのだ。

81. 喜びと悲しみは欲望に続く（前者はその成就に、後者はその未達成に）ものであり、欲望は感覚（外界の事物からの印象、あるいはそれらに関する思考）によって喚起される。したがって、この後者（印象や思考）を許さなければ、前者（欲望や喜び、あるいは悲しみ）も生じない。それは、入り口で身動きが取れなくなった蛇の頭を打ち砕いた者が、その頭の後ろに続く体をドアの外に残すのと同じである。もし前に突き出た頭が自由な入り口を見つけたならば、その体は間違いなく自由にドアをくぐり抜けていただろう。これこそが、自己への注意、すなわち自製の法則である。

82. もし誰かが何か悪いものを渴望する場合、その渴望を満たそうと満たさなかりと、どちらの場合も彼にとって等しく有害である。すなわち、前者の場合の喜びも、後者の場合の悲しみも同様である。なぜなら、この悲しみは、聖パウロの言葉を借りれば、「悔い改めをもたらし、救いへと導く」（Ⅱコリント7:10）という「神による悲しみ」ではなく、また、この喜びは、良心を持って喜ぶ者たちが喜ぶような、主による喜びではないからである（フィリピ4:4）。この喜びは、本質的な善を味わうことではなく、その幻影に夢中になることに由来する、悪魔によって植え付けられたある種の精神的な錯覚である。

83. ここに、美德に献身する者が、可能な限り成功へと歩みを進める方法の特徴がある。その成功は、まるで美德が遠すぎることで人を怖がらせようとしているかのように思われないう、それほど遠くないものとして提示されるが、追いかける者がそれを捉えられるほどに不動のものでもない。これは、彼が死ぬまでその熱意を絶やさず、生涯を通じて勤勉さを強め、それをあらゆることに広げていくためである。

84. たとえ一生の時間をもってしても徳を育むには不十分であり、修行者にとっては、氣力を削ぐ肉体の働きゆえに、大きな自制心が必要とされる。では、思考が散漫で移ろいやすい中で、いかにして我々はこれほど長く困難な道を成功裏に歩み、数多く目に見えない敵の策略から身を守り、敵が我々の情熱や感情を武器として用い、神の慈愛が敵に対する防御として我々に与えてくださったものそのもので我々を打ち倒そうとするのを防ぐことができるだろうか。それゆえ、注意深くあり、敵が私たちに対して利用しているものに惑わされてはならない。これは明らかである。すなわち、私たちの偉業の成功に寄与しないものは、敵の利益となるのである。

85. 自分の思考を正しい方向へと導こうとする者は、どのような思いに導かれるべきか？——よく聞きなさい。——ダビデはある箇所ですべてこう言っている。「わが心の教えは知恵である」（詩編48:4）；別の箇所では、「あなたの義の教えを、私は常に学ぶ」（詩編118:16）とあり、さらに「あなたのすべての御業を学び、あなたの御計画に心を留める」（76:13）とも述べている。— そのように行いなさい。そうすれば、あなたの絶えず動き回る心は、不適切なことに心を奪われる暇もなく、深く掘り下げることで喜びと大きな益をもたらすことにひたすら没頭し、感覚を視覚で、魂を瞑想で喜ばせることになるでしょう。

## 6. 修道士たちへの訓戒

1. 食事の節制を欠くことは断食を台無しにし、不貞な情欲は、祈りを伴う自制によって退けられる。
2. 金銭への執着——偶像崇拜の母——は、無欲の心を押つぶし、肉体の必要への配慮は、神への希望を断ち切る。
3. さまよう心は、神の御言葉の読誦と、祈りを伴う徹夜祷を妨げる。
4. 怒りの襲来は、穏やかさと詩篇の詠唱を鎮めてしまう。
5. 落胆は忍耐と涙によって追い払われるが、世俗的な悲しみは、感覚的な快樂への嫌悪によって沈黙させられる。
6. 異郷を愛する心は、謙遜な知恵と、権力への執着や他者に対する優越感の欠如によってもたらされる。一方、高慢——この古来の悪、主の御前に忌むべきもの、神が敵対されるもの——を鎮めるのは、ただ「*「私は土であり、灰である」*（創世記 18:27）、そしてまた、「*主が家を建ててくださらなければ、建てる者の労苦はむなしく、見張る者の警戒もむなしい*」（詩篇 126:1）。
7. 濁った水を静めずに清めることができないのと同じように、修道士が沈黙なしに自らの内面を知ることはできない。
8. 戦いに身を投じずに勝利の冠を戴くことができないのと同様に、善行なしにキリスト者であることはできない。
9. 片方が重荷で押しつぶされているとき、天秤の皿が水平に保たれることができないのと同じように、肉的な思惑が優勢なとき、神の戒めを果たすことはできない。
10. 熱心に練習せずに技を習得することができないのと同様に、心の正しさをもって神にひれ伏さなければ、祈りを得ることはできない。
11. 清い祈りを得ていない者は、戦いのための武器を持っていない。
12. 身なりは立派であっても、その内面が神の美德に欠けている者は、悪魔の住处である。
13. 王が貧しい者の家に住むことがないのと同じように、キリストは罪によって汚された魂の中に宿ることはない。
14. 荒れ果てた畑が、勤勉な労働によって耕されるように、罪の中で荒れてしまった魂も、神の律法に従って生きようになれば、整えられる。
15. 海の深みに横たわる石が波の襲来を受け付けないのと同様に、徳に励み、その中にまるで浸っているかのような者は、悪魔によって動揺されることはない。
16. 熟練した医師が、目の前の病に対して即座に治療法を考案するように、心と魂に秘められた神への知識は、その信徒に、（堕落から）身を守り、より良い方向へと進む方法を教えるのである。
17. 川が自らその道を切り開くように、罪もまた、一度受け入れられると、それ自体がそれを犯した者を破滅へと導く。
18. 網にかかった鹿が逃げ出す術がないように、この世に溺れて情欲を育む者もまた、罪から逃れることはできない。なぜなら、狡猾で甘美な情欲は、解き難い束縛だからである。
19. 良い実を結ばないぶどうの木が、無駄に場所を占めることのないよう切り倒されるように、聖霊の実を結ばない者は皆、主によって根こそぎにされる。
20. 矢に射られた者が無傷でいられないのと同様に、邪な思いを抱いた修道士が、それによって傷つけられないということはありません。
21. 正しい道を失った人が、どこへ向かえばよいか分からず、見知らぬ土地をさまようように、唯一の本質を持つ三位一体を信じない人もまた、さまようのである。
22. 多くの部分に分かれていながらも、本質においては一つである人間のように、聖なる三位一体もまた、名称や位格によって分けられてはいるものの、本質においては一つである。たとえば翼を広げて神のもとへ舞い上がろうとも、神の本質を悟ることはできない。神は、我らの創造主として、測り知れないお方である。

23. 造られている器が、それを造る者の本質を知らないのと同様に、人間もまた神の本質を知ることとはできない。

24. 三位一体について探求してはならない。ただ信じ、礼拝せよ。探求する者は、信じていないからである。

25. 銀ではなく知恵を蓄えよ。あらゆる絹の衣よりも、むしろ私たちの主キリストの輝かしい衣を身にまといなさい。なぜなら、蓄えたものは死の日に何の益ももたらさないからである。

26. 火が茨を焼き尽くすように、あらゆる罪人は永遠の火に焼き尽くされるが、死ぬことはできない。なぜなら、不死の苦しみを受けることになるからである。

27. 私たちが義人になることに、何の大したことはない。なぜなら、その場合、私たちはただ、初めから神によって創造されたままの姿、すなわち極めて善き者となるだけだからである。

28. 自然の摂理に従って生きない者は、神の戒めを守らない。

29. すべての知恵は、主を畏れることにある。主の律法を教えないあらゆる学問は、暴挙であり、無知である。

30. 義の行いが伴わなければ、信仰も洗礼も、永遠の火から救い出すことはできない。もしあなたがキリストと結ばれたのなら、その戒めを守りなさい。また、未来を信じるなら、永遠の栄光を勝ち取るよう努め、火の剣を恐れなさい。もしあなたが神の戒めを守らないのなら、自分を信者とは呼んではならない。

31. あらゆる被造物は神の御心に従う。ただ一人、人間だけが、「万物が彼によって造られた」その方への従順を拒むことを敢えてする。

32. 私たちが清くあるように努めることは、神に何の益ももたらさないが、それによって私たちは自らに永遠の命と、言葉に尽くせない永遠の恵みによる喜びを勝ち取るのだ。

33. 「父や母、妻や子供、あるいは他の誰かからの妨げがあるため、神の戒めを守ることができない」などと言ってはならない。なぜなら、彼らは、来るべき怒りや、眠ることのない虫からあなたを救うことはできないからである。それゆえ、神と美德を求めるあなたの道を妨げる者はすべて、忌まわしく憎むべき存在である。そのような者とは「交わってはならない」。

## 聖エフREM・シリア人

### 彼に関する簡単な紹介

聖エフREMは、4世紀初頭、ニジビア近郊、あるいは同市そのもので、裕福ではない両親の間に生まれた。両親は彼を神を畏れる心を持って育てたが、若き日の彼はいくつかの道徳的な過ちに陥ってしまった。それにより、神の摂理に対する彼の信仰も次第に曇り始め、人生におけるすべての出来事は偶然に過ぎないと考えるようになった。こうした心の状態から、神の摂理は彼を非常に痛切な教訓によって癒やした。彼は羊の盗難の罪に問われ、牢獄に投獄された。彼と同時に、もう一人もそこに投獄され、さらにそこで三番目の人物が見つかった。彼ら全員が、この件に関しては無実であった。この監禁で七日間を過ごした聖エフREMは、夢の中で啓示を聞いた——この件に関しては彼は無実だが、過去の罪のために苦しんでいるのだ、と。同様に、彼の同房者たちもまた、過去の罪のために苦しんでいるのだ。目を覚ますと、彼はその夢を他の二人に語った。すると、皆が過去を振り返ったところ、確かに以前、同じような悪行を犯していたことが判明し、彼らは無罪放免となった。裁判官は聖エフREMを無罪としたが、これもまた、彼が夢の幻視の中で予言されていた通りであった。この出来事は、聖エフREMの心に、私たちを見守る神の摂理の御目に対する完全な信仰を植え付け、彼を深く感動させた。彼はためらうことなく世俗を離れ、近隣の山々へ隠遁者たちの元へ赴き、そこで後に偉大なニジビウスの聖ヤコブとなる人物の弟子となった。彼の指導の下、聖エフREMは敬虔な行いに励み、神の御言葉を学び、その両方の影響を受けて、その人柄はすっかり変わってしまった。かつては短気で疑念に揺れる若者だった聖エフREMは、ここでは謙虚で心を砕かれた隠遁者として現れ、昼夜を問わず自らの罪を



嘆き、神の摂理の道に完全に身を委ねている。聖ヤコブは、弟子の高い資質を熟知しており、司教となった後も、教会の運営において彼の能力を活用し、神の御言葉の説教を任せるほか、学校での子供たちの教育を任せ、ニカイアで開催された第1回全地公会議には彼を同行させ、帰国後は、ペルシャのサボルによる侵攻から都市を救うための自身の計画や祈りに彼を参画させた（337年）。聖ヤコブの死去（338年）後、聖エフREMは母の故郷である、同じくメソポタミアに位置するアミドの町を訪れ、しばらくの間、母のもとで過ごした。そこから、彼はエデッサにある聖地を参拝したいという願いに駆られて向かった。なぜなら、そこには救い主キリストがアヴガル王に送った返書が保管されていたからである。また、エデッサからは「手造りなきキリストの御像」が広く知られていた。また、王と都市、そして国全体を信仰によって啓蒙した使徒ファデオスの聖遺骨がそこに安置されており、都市の周辺では修道生活が盛んに行われていた。この街に到着すると、聖エフREMはここに留まることにした。生計の手段がなかったため、彼は浴場の経営者の下で働き手として雇われた。この仕事は彼の心境や目的とは合致していなかったが、彼は天からの導きを待ち望んでおり、それは間もなく訪れた。祈りと課せられた仕事以外の自由な時間は、異教徒たちとの対話に費やした。ある時、そうした対話の最中に、偶然、砂漠から来たある長老が彼の話を耳にした。その長老は、その対話の高い品格から、聖エフREMがこの場所にふさわしくない人物であると正しく見抜いた。そこで、その老人は対話が終わるのを待ち、彼に話しかけ、その修道的な志を知ると、近隣の修道院のいずれかに入会するよう勧めた。聖エフREMは即座にそれに同意した。山へと身を隠すと、彼はそこで自分の魂が求めていたすべてのものを見出した。そこには多くの偉大な修道士たちがおり、彼らは生涯を祈り、詩篇の詠唱、そして神への賛美に捧げていた。彼らには洞窟以外の避難所はなく、普通の食事も摂らず、植物のみを糧としていた。これらすべてを目の当たりにした聖エフREMは、熱意を込めてそのような生活様式を受け入れ、修道的な労苦と祈りに加え、ただひたすらに神の御言葉を学ぶことに没頭した。彼の魂はすぐにこれらの荒野を愛する者たちと親しくなったが、とりわけ、彼と同じく砕かれた心を持ち、同様に聖書の研究を愛していた修道士ユリアヌスと親交を深めた。絶えず神の御言葉の研究に励む中で、聖エフREMはそこから感動と知恵を汲み取った。しかし、彼の知識の宝は、その謙虚さゆえに、またおそらくそれらがまだ彼自身の知的な努力の成果であり、隠れることを好まず、すべての人々に教えを惜しみなく注ぐことを求める特別な教導の賜物ではなかったため、大部分は他者からは隠されたままであった。まもなく、この賜物が授けられた。それは、聖エフREMを街から連れ出したあの先見の明のある長老に、明るい天使が聖エフREMの口に何らかの神秘的な書を差し入れるという幻視として示されたのである。この時から、神と神聖な事柄に関する知識という生きた水に満たされた彼の魂は、心を打つ教えの抑えきれない流れとして溢れ出し始めた。生きた感情に温められ、神の恵みによって聖別された心の満ち溢れから湧き出る彼の言葉は、霊的な油注ぎに満ちていた。彼の口からは、極めて説得力のある勧告、自分自身や他者への心に響く自省、賢明な規範や助言が驚くほど次々と生み出され、しばしば、その敬虔な思いは予期せぬ飛翔をもって神のもとへ昇り、神の限りない愛の栄光を賛美したり、神に罪の赦しを請い求めたりした。聖書の例や格言、修道生活からの体験、自然界からのたとえや比喻——これらすべてが、彼の素朴で飾り気のない会話の中に、自然と現れていた。しかし、彼の著作の主題は、道徳的・霊的、あるいは修道的な教訓だけにとどまらなかった。彼は聖書の解釈にも少なからず労力を費やし、さらに、主に当時の異端者や過去の異端者たちが誤りを犯していた側面から、教義を解説することにも力を注いだ。彼の生涯はこうした労作に費やされ、すでにその終わりが近づいていた頃、エジプトの修道士たちに会い、カッパドキアの偉大な大司教ヴァシレイオス大聖人を訪ねたいという願いが湧き上がった。ギリシャ語を話せる弟子を伴い、彼は地中海に到達して船に乗り込んだ。祈りと神への信頼により、彼と同乗者たちは難破から救われた。ニトリア山は彼を歓迎すべき客として迎え入れ、偉大なるパイシオス——彼とは六日間も対話を交わした——や、ヨハネス・コロヴォス、その他の長老たちと再会する喜びをもたらした。ニトリア以外にも、彼は修道士たちが住む他の場所を訪れ、どこへ行っても、神に啓発された人物として人々の心に深い印象を残し、また、エジプトの故人および存命の修道士たちの生き方や規範について、そ



こから多くの教訓を持ち帰った。 エジプトからの帰路、聖エフREMは聖バシレイオス大主教に会うため、カッパドキアのケサリアを訪れることを決意した。二人の最初の出会いは教会でのことだった。聖エフREMが教会に入った時、聖バシレイオス大主教は民衆に説教を行っており、彼は聖バシレイオスの極めて恵み深い状態を目の当たりにした。 聖バシレイオス大主教もまた、聖霊によって聖エフREMのことを知らされ、彼を聖所へ招き入れた。そこで短い説明と互いの挨拶を交わした後、会話は家の中で様々な話題について続いた。 ケサリアの聖人は、聖エフREMに長老の位を授けようとしたが、謙虚なエデッサの修道士は、いかなる理由があってもこの位を受け入れることを拒んだため、聖バシレイオスは彼を助祭に叙階するにとどめ、長老の位には彼の弟子を叙階した。 その後、聖バシレイオスは二人の弟子をエデッサに派遣し、聖エフREMを司教の座に招いた。しかし、聖エフREMは、謙遜のゆえに自らをその榮譽に値しない者と見なし、狂気を装ってこの榮譽を辞退した。 エデッサの自身の隠遁地に戻った後、聖エフREMは残りの生涯を孤独の中で過ごそうとした。しかし、神の摂理は再び彼を隣人への奉仕へと招いた。当時、町の住民たちは飢餓に苦しんでいた。 聖エフREMは力強い言葉で富裕層を説得し、貧しい人々の苦しみを和らげるよう促し、自らその寄付金の配分を任じるという重責を引き受けた。これが、彼が教会のために行った最後の偉業であった。町から山へ戻ると、彼はまもなく病に倒れ、遺言を残して、372年または373年に安らかに息を引き取った。 彼は弟子たちや、彼を慕うエデッサの住民たちに抱かれて息を引き取り、大勢の民衆、聖職者、そして隠者たちが集まる中、その遺体は土に還された。しかし、しばらくして、その朽ちることのない遺骸は教会へと移された。

\*\*\*

『ギリシャの慈愛』には、聖エフREMに関する記述が一切ない。我々は、この教義の宝庫を収録した叢書から彼の教えを排除することは不当であると考えている。そこで、彼の著作の中から最も教訓に富むものを、以下の目次のもとで選りすぐることにした。

1. 悔い改めと救いの獲得への勧告。
2. 悔い改めに関する教訓。
3. 神に奉仕し、自らの救いを築くことに身を捧げた人々の生活に関する概説。
4. 美德と情欲について。
5. 八つの主要な情欲との戦いについて。
6. 修道生活に関する一般的な教訓。

7. これらすべてに加え、全教訓の総括として第50の言：修道者への助言が挙げられ、これには第55の言からの同様の助言も併せて含まれている。（引用は、聖エフREMの著作集（聖父たちの著作シリーズ）に基づく。各章の引用箇所は、その目次の後に明記されている）。

## 聖エフREMの修道者への訓示

### 1. 悔い改めと救いの獲得への勧告

1. さあ、愛する者たちよ、買い求める日が続くうちに、買い求めをしましょう。さあ、永遠の命を得、私たちの魂の救いを買い求めましょう。素晴らしい思いを抱き、御国と樂園を望みましょう。

2. この「十一時」に精進なさい。閉ざされた扉の外に取り残されないよう、急ぎなさい。夕暮れは近く、報いの主は大きな栄光のうちに、各人の行いに応じて報いを与えるために来られます。兄弟たちよ、まだ時間があるうちに悔い改めましょう。

3. 主の御言葉を聞きなさい。「一人の罪人が悔い改めるだけで、天には喜びがある」（ルカ15:10）。なぜ怠惰に身を任せるのか、罪人よ？ なぜ絶望に沈むのか？ あなたが悔い改めるとき、天に喜びがあるというのに、何を恐れる必要があるのか？ 天使たちは喜んでいて、あなたは怠惰に身を任せるのか？ 大天使が悔い改めを告げているというのに、あなたは恐れるのか？ 不可分にして崇められる三位一体があなたを招いているというのに、あなたは嘆き嘆くのか！

4. ここで少し泣いておこう。そうすれば、あそこで永遠の苦しみの中で泣くことはなくなるだろう。キリストの再臨は、恐ろしい稲妻のように突然訪れる。その時、誰もが自分の行いに応じて報いを受け、誰もが蒔いたものを刈り取ることになる。私たちは皆、隠すことのない姿でキリストの裁きの座に立たされ、一人ひとりが裁き主に対して自らを弁明することになる。その時、誰も誰かを助けることはできない。誰もが恐れと戦慄のうちに立ち、神の判決を聞くのを待つことになる。

5. なぜ私たちは聖書とキリストの御言葉を軽んじるのでしょうか。主がこうおっしゃっているのを聞いてください。「わたしが語った言葉こそが、最後の日にあなたがたを裁くのです」(ヨハネ12:48)。それはどのような御言葉でしょうか。それは、主の聖なる福音書、そして聖なる預言者や使徒たちの他の聖書です。ですから、書かれた御言葉を 軽んじてはなりません。「天も地も過ぎ去るが、キリストの御言葉は決して過ぎ去らない」(マタイ24:35)。

6. さあ、愛する者たちよ、あの恐ろしい日が来る前に、神の恵みの海に身を投じましょう。神ご自身が私たちを呼びかけておられます。「だれでも、わたしのもとに来なさい……そうすれば、あなたがたを休ませてあげよう」(マタイ11:28)。神はすべての人を招いておられます。なぜなら、すべての人を救いたいと願っておられるからです。だれも躊躇してはなりません。神はこう言っておられるからです。「わたしのもとに来る者を、決して追い出さない」(ヨハネ6:37)。——では、神のもとに来る者とは誰か。それは、神の御言葉に耳を傾け、その戒めを守る者である。さあ、神の御言葉に耳を傾け、従おう。なぜなら、「生ける神の御手に落ちることは恐ろしいこと」だからである(ヘブライ人への手紙10:31)。

7. 罪人よ、キリストの計り知れない人間愛を大胆に仰ぎ見て、悔い改めなさい。キリストはこう言われた。「わたしは義人を招くために来たのではなく、罪人を悔い改めさせるために来たのだ」(マタイ9:13)。まだ時間があるうちに悔い改めよ。そうすれば、恐ろしい審判の場で恥をかくことはないだろう。そこでは、数え切れないほどの天使や聖人たちが畏れおののきながら立ち会い、行いの書が開かれ、隠されたことが明らかにされる。審判者は力強く、裁きの座は容赦なく、行いは目の前にさらされ、そして燃える川が待っているのだ。これらすべてについて深く考え、急いで救いを求めなさい。

8. 何を待っているのか。何を考えているのか。果たして、誰かがあなたの代わりに答えるというのか。誰もが自分自身のために神に答えなければならないこと——誰もが蒔いたものを刈り取ること——誰もが自分の重荷を背負わなければならないことを、知らないというのか。まだ時間があるうちに、この罪の重荷を捨て去りなさい。

9. あなたはかつて、サタンとそのすべての行いを一度きりで永遠に断ち切り、多くの証人の前でキリストとの契約を結んだ。このことを心に留め、決して忘れてはならない。なぜなら、その瞬間、天使たちはあなたの言葉——あなたの誓いも、断絶の宣言も——を書き留め、恐るべき審判の日まで天においてそれを保管していることを知れ。審判の日に、彼らはあなたの手書きの文書と、あなたの口から出た言葉を、恐るべき裁きの座の前に持ち出すだろう。そしてその時、あなたはこう言われるのを聞くことになる。「あなたの口から出た言葉によって、あなたを裁く、悪しき僕よ」(ルカ19:22)。だから、自分自身に慈悲深くあり、あなたの魂を憐れんでほしい。

10. 他の人々を見よ。彼らがどのように奮闘し、救われるためにいかに努力し、あらゆる善行にどれほどの労力を注ぎ、あらゆる悪からいかに身を守り、いかに狭き道を愛しているか——断食し、徹夜し、苦難に耐え、泣き、——彼らの口は常に花婿を讃え、賛美し、彼らの目は常にその美しさを見つめ、彼らの魂は喜びに満ちている。

11. よく考えて、見よ。見よ、花婿はすでに近づいている。——彼は、律法に従って奮闘し、狭くきつい道を愛した者たちを冠するために来られる。慈悲深い者たちを憐れみ、——貧しくなった者たちを幸いとし、御名のために善を渴望し渴き求めた者たちを満たすために来られる。「隠された闇を光の中に引き出し、心の思いを表わすために来られる」(Iコリント4:5)、——そして「各人にその行いに応じて報いる」(ローマ2:6)のために来られる。

12. ついに、突然、叫び声が響き渡る。「見よ、花婿だ!」(マタイ25:6)。これこそが待ち望まれた喜び、義人たちの称賛、義の太陽である! これこそが「花婿だ——出迎えるために出て行け」という声である!

13. その時、灯が明るく燃え、清らかな衣をまとった者たちは、喜びと大胆さをもって彼を迎えに出かけ、自分たちの灯が消えることのないよう喜び、希望を抱く。しかし、あなたはどのようなだろうか? 自分の灯が消えかけていることに気づき、恐怖と悲しみに駆られて、あなたは最初の人々に懇願するだろう——「少しの油をください」と。するとこう言われるだろう。「売り手のもとへ行って、買え」(マタイ25:9)。

14. 行ってみても、買う場所が見つからないだろう。なぜなら、命の買い取りはすでに終わっているからだ。その時、極度の困惑の中で、泣きながら嘆き、あなたは自分にこう言うだろう。「行こう、キリストの慈悲の扉を叩こう。もしかすると、慈悲深い主が、その扉を開いてくださるかもしれない?」——あなたは行き、扉を叩く。しかし、内側から花婿があなたに答える。「まことに、あなたに告げる。私はあなたを知らない」(同12)。不義を行う者よ、私から離れよ。あなたは憐れみを与えなかったのだから、憐れまれることもない。あなたは自分の肉体を養い、その衣を不浄で汚した。それなのに、どうしてここへ登って来て、わたしの王国を汚そうというのか。あなたは悪魔の意志を実行し、わたしの意志を拒んだ。あなたには、わたしと共にいる分はない。「去れ、わたしから、永遠の火の中へ」(マタイ25:41)。

15. これを聞いて、あなたは恥じ入ったまま立ち尽くすだろう。——その一方で、喜びと歓喜の声があなたの耳に届く。あなたは友人一人ひとりの声を聞き分け、その時、苦々しくため息をつきながらこう言うだろう。「ああ、不幸な私よ! 私はなんと大きな栄光を失ったことか。そして、自分の邪悪で不道德な行いのゆえに、なんと素晴らしい交わりから締め出されてしまったことか!」——しかし、まことに神の裁きは正しい。まことに、私がこのような喪失に耐えるのは正しいことだ。彼らは節制して生きていたが、私はあらゆる種類の快楽を追い求めた。——彼らは詩篇を歌っていたが、私は恥ずべき歌を歌い散らした。彼らは祈っていたが、私は無頓着に横たわっていたり、遊び歩いたりしていた。彼らは泣いていたが、私は笑っていた。——そのせいで、彼らは今や喜び、私は嘆いている。彼らは楽しんでいるが、私は泣いている。彼らはキリストと共に永遠の世に君臨するが、私は反キリストと共に永遠の火に投げ込まれるだろう。ああ、哀れな私よ!

16. その時、あなたは苦悩しながら、このようなことを語るだろうが、そこから何の益も得られない。なぜなら、そこには益がなく、悔い改めにも益がないからだ。——さあ、ついに魂の救いへの配慮を始めよう。なぜなら、これこそが「必要なことのひとつ」だからである(ルカ10:41)。

17. 肉体もまたその世話が必要だが、それほど多くはない。しかし、魂への配慮は絶え間ないものでなければならない。なぜなら、魂はすべてに優るからである。あなたは魂と肉体から成り立っている。だから、魂には魂の糧を、肉体には肉体の糧を与えよ。魂を死なせてはならない。むしろ、神の御言葉、詩篇、賛美歌、霊的な歌、魂を救う聖書の朗読、断食、徹夜祈祷、祈り、涙、希望、そして来たるべき祝福への思いによって、魂を養いなさい。これらすべて、およびこれに類するものは、魂にとっての糧であり、命である。

18. 聖書の至る所で、狭い道を歩む者だけが祝福され、広く広い道に入った者には、至る所で悲惨が予告されている。それゆえ、滅びへと導く広い道を捨て、狭い道に入り、ここで少しの労苦を払うことで、果てしない永遠に王として治めることができるようにしよう。来たるべき方が生ける者と死せる者を裁かれることを常に心に留め、永遠の命、尽きることのない御国、天使たちとの歓喜、キリストとの交わりを絶えず心に刻みながら、努めよう。

19. 人生の華やかさに心を奪われてはならない。常に口に詩篇を詠もう。なぜなら、神の御名を唱えることは、悪霊たちを退散させるからである。たとえ仕事に手を伸ばすときでさえ、舌は詩篇を詠み、心は祈りを捧げよう。主ご自身が、ここにいるすべての人に、来世に備えるよう説きかけておられる。私たちもそうしよう。もしつまずいて罪を犯したとしても、悔い改める時

間があるうちに、涙をもってそれを癒やそう。悔い改めの時間は短い。しかし、天の御国には終わりが無い。

**20.** 私たちは聖人たちを称え、彼らのような冠を望みつつも、彼らの偉業を模倣しようとはしない。それとも、彼らが労苦や苦難なしに、ただ恵みによって冠を授かったとでもお考えなのか。聖人たちがこの世でどのような安息を得たか、聞いてみたいか。「彼らは打ちのめされ……拷問を受け……剥奪され、苦しみ、憎しみにさらされ……」など（ヘブライ人への手紙 11, 35-38）。彼らと共に永遠に統治したいか？——ならば、彼らの道を歩め。

**21.** 私たちの先人たちは、茨やアザミ、異端者や不義な者たちの間にあって、まるで貴重な宝石や高価な真珠のように、この地を照らし出した。彼らの高潔で清らかな生き方のゆえに、敵でさえも彼らを模範とするようになった。彼らの謙遜を見て、心を碎かずにいられた者がいるだろうか。彼らはここで奮闘し、あそこで喜びを得ている。なぜなら、神は彼らを通して栄光を受けられ、人々は彼らから教訓を得たからである。

**22.** しかし、私たちの生涯の流れは、まっすぐな道を離れ、急流や険しい場所をたどっている。神のために財産をすべて捨て、永遠の命のためにこの世を完全に断ち切った人など、見当たらない。柔和な者も、謙遜な者も、沈黙を守る者もない。侮辱を控える者はおらず、悪口を耐え忍ぶ者もない。しかし、誰もが怒りに傾き、反論することを好み、皆怠惰で短気であり、派手な服装を気にかけ、皆虚栄心が強く、名声を求め、皆自己中心的である。

**23.** 神ご自身が——御言葉が——私たちの罪のために木に釘付けにされ、死なれたと聞くのに、私たちは笑い、心ここにあらずの状態に陥っている。太陽は、主への冒瀆を許さず、その輝きを闇へと変えた。それなのに、私たちは罪深さという闇から抜け出そうとしない。神殿の幕は、少しも罪を犯さなかったにもかかわらず、自ら裂けてしまった。それなのに、私たちは、自分の罪に対する悔恨によって心が引き裂かれることを望まない。兄弟たちよ、ついに悔い改め、自分の罪について神をなだめよう。

**24.** あの日が突然私たちを襲い、私たちが裸で、貧しく、不適格なまま、見捨てられてしまわないか、私は恐れています。なぜなら、ノアの時代に生きていた人々にもまさに同じことが起こったからです。「彼らは食べ、飲み、結婚し、嫁がせ、買い、売り、していたが、洪水が来て、すべてを滅ぼした」（ルカ 17:27,28）。

**25.** 救われたい者は、救いを熱心に求めよ。また、御国に入りたいと願う者は、怠けてはならない。ゲヘナの火から逃れたい者は、律法に従って努めよ。絶え間なく蠕く虫に投げ込まれることを望まない者は、自制せよ。婚礼の宴に入り、喜びを分かち合いたいと願う者は、明るく燃える灯火と、器に満たされた油を用意せよ。その婚礼に招かれることを期待する者は、自分用に明るい衣を備えよ。

**26.** 王の都は喜びと歓喜に満ち、光と至福に満ちており、そこに住む者たちには、永遠の命とともに、あらゆる慰めが注がれている。王と同じ都に住むことを望む者は、その歩みを速めよ。なぜなら、日は傾きつつあり、道中で何が待ち受けているか、誰も知らないからである。ある旅人は、道が長いことを知りながらも、横になって夕方まで眠り、目を覚ますと、すでに日が傾いていることに気づく。そして歩き始めた途端、突然、雲、雹、雷鳴、稲妻、そして四方八方から災いが襲い、宿にたどり着くことも、元の場所に帰ることもできなくなってしまう。私たちも、悔い改めの時期に怠けてしまえば、同じ目に遭うことになる。私たちは「旅人であり、寄留者」である（詩編 38:13）。さあ、時機を逃さず、自分たちの都と故郷に入ろう。

**27.** 兄弟たちよ、私たちは霊的な商人であり、私たちの救い主キリストである、この高価な真珠、すなわち盗まれることのない宝を求めているのです。この真珠を手に入れようと努めることに、怠けてはなりません。、それを手に入れようと熱心に努めた者は幸い、三倍に幸いです。熱意を失い、私たちに共通する創造主を自ら手に入れることも、また主によって手に入れられることも怠った者は、極めて哀れで貧しい者です。

**28.** 私たちは、主である真のぶどうの木の実であるということを、知らないのでしょうか。ですから、私たちのうちのだれもが実を結ばない者とならないよう、気をつけましょう。真理の

父は、ご自身のぶどう園を耕し、実を結ぶ者たちを愛をもって世話し、さらに多くの実を結ばせるようにされます。しかし、実を結ばない者たちは、切り捨てられ、ぶどう園から追い出され、火で焼かれることになります。ですから、自分自身に注意を払い、実を結ばない者として切り倒され、火に投げ込まれることのないようにしなさい。

**29.** 私たちもまた、天と地の創造主であり、家の主であるキリストによって蒔かれた良き種です。さて、収穫の時はすでに熟しており、刈り取る者たちの手には鎌が握られています。彼らはただ、主の合図を待っているのです。どうか、私たちが籾殻となって、束に縛られ、永遠の炎の中に投げ込まれて燃やされないよう、気をつけなさい（マタイ13:30）。

**30.** 王の王である方が、ご自身の宮殿での婚礼に私たちを招いてくださったことを、あなたがたは知らないのですか。それなのに、なぜ怠慢に陥り、自分たちにふさわしい清らかな衣や、明るく燃える灯火、そして器に満たされた油を用意しようと努めないのですか。誰も裸のままそこに入ることはできないと、どうして悟らないのですか。もし、婚礼の衣装を持たずに強引に入ろうとする者がいれば、その者がどのような運命をたどるかは、ご存じでしょう。王の命令により、その者の手足は縛られ、暗黒の闇の中に投げ込まれ、そこでは「泣き叫び、歯ざしりする」ことになるのです（マタイ22:13）。ただ外見だけを整えた私たちが、肉欲の情に駆られて婚礼の宮殿から追い出されないか、私は恐れています。

**31.** これほどまでに憐れみ深い父が、他にいますでしょうか。これほどまでに慈愛に満ちた父が、他にいますでしょうか。私たちの主のように、ご自身のしもべである私たちに愛を示してくださる父が、他にいますでしょうか。すべての人を養い、すべてを豊かに備え、私たちの心の傷を癒やし、私たちに見捨てられても忍耐強く、すべての人を御国の相続人となることを望んでおられます。罪人の罪を赦し、彼を熱心に励まし、弱き者の声に速やかに耳を傾け、彼が気弱にならないようにして下さいます。主は力によって私たちが善へと導くこともできたが、私たちの自由意志が主の称賛を失うことのないよう、そうはなさらない。主がこれほど私たちが愛し、憐れんでくださるのに、私たちが主を喜ばせることに心を砕かないなどということがあるのでしょうか。主は私たちの心の目を贖い、照らして下さいました。主はご自身についての知識を私たちに授け、ご自身の甘美さを味わわせてくださり、私たちが主を心から慕うようにして下さったのです。主の愛を味わった者は幸いである。その者は、それによって、絶えずその愛を味わう準備を整えたのです。

**32.** このような主を愛さない者がいるだろうか。その御慈愛を告白せず、礼拝しない者がいるだろうか。もし私たちが反抗するなら、審判の日にどのような弁明ができるだろうか。あるいは、主に対して何と言うだろうか。「聞いていなかった」「知らなかった」「教えられていなかった」と言うのだろうか。しかし、その御言葉は全地へと広がった。私たちのために、なすべきことを、主はなさなかったというのか。主は、私たちのために、計り知れない高み、父なる神の祝福された御座から降りてこられなかったというのか。目に見えない御方が、私たちのために目に見える御方となられたのではないだろうか。不死の御方が、私たちのために受肉されたのではないだろうか。不死の御方が、私たちを生き返らせるために、私たちのために死なれたのではないだろうか。私たちが御自身と共に復活させるために、葬られたのではないだろうか。御方は敵を縛り、私たちに敵に立ち向かう力を与えて、私たちが敵から解放して下さった。私たちが彼を呼び求めたとき、彼が私たちの声を聞かなかったことがあっただろうか？ 私たちが扉を叩いたとき、彼が私たちに門を開かなかったことがあっただろうか？ たとえ彼が時折遅れたとしても、それは私たちの報いを増すためであったのだ。これらすべてを心に留めれば、誰が怠慢や無頓着のままでいられようか。それによって、そのような主を侮辱することになるではないか？

**33.** 兄弟よ、よく考えてみてほしい！ 昨日までここにいて、私たちと語り合っていた兄弟たちは、今日となってはすでに私たちのそばにいない。彼らは、各自が自分の「買い取り」を提示するために、彼らと私たちの主のもとへ召されたのだ。「昨日」と「今日」の違いが見えるか。「昨日」は、朝の花のように過ぎ去った。同様に、「今日」も、夕方の影のように過ぎ去っていくのだ。さあ、自分の買い物をよく見よ。それは神の御心になっっているか。私たちの日々は

、道化師のように駆け去っていく。日々、自分の買い物から大きな利益を得て、永遠の命のために蓄える者は幸いである。それなのに、愛する者よ、なぜ怠けているのか。なぜ怠けているのか。なぜ、倦怠（怠惰）を酒のように飲み干しているのか。

**34.** 二人の旅人が、それぞれ自分の家へ向かう途中、道で出会い、夕暮れを迎えたため、たどり着いた宿屋に共に泊まり、朝になると別れたと想像してみよ。それぞれが、自分の家には富か貧しさ、安らぎか悲しみがあるかを知っている。この世においても、私たちには同じことが起こる。なぜなら、この人生は宿屋のようなものであり、そこから自分の場所へと去って別れるとき、私たちは自分の前に何が待っているかを知っているからだ。なぜなら、誰もが、自分が天に何を捧げてきたか——例えば、涙の祈り、頻繁な徹夜祷、心を砕いての詩篇の詠唱、謙遜と知恵を伴う節制、地上のものからの離脱、あるいは偽りのない愛とキリストへの献身——を知っているからだ。もしあなたがこれらを捧げてきたのなら、勇気を出しなさい。あなたは安息へと旅立つのだから。

**35.** あなたには悔い改めるための時間が与えられているのに、あなたは悔い改めを怠っている。まさか死に、「待ってくれ、悔い改めさせてくれ」などと言うつもりか。さあ、愛する者よ、目を覚ませ、目を覚ませ。最後の時が網のようにあなたを襲ったとき、あなたは恐怖のあまりこう叫び始めるだろう。「ああ、私の日々は気まぐれに過ぎ去ってしまった。不適切な思いにふけて、私は自分の時間を浪費してしまった!」と、恐怖のあまり叫び始めるだろう。しかし、もはやこの世に留まることが許されない死の瞬間に、そのようなことを考えても何の益があるだろうか。今こそ、あなたの知恵をもってこれらの言葉を深く理解し、その力に従ってあなたの人生を築き上げなさい。

**36.** 誰が泣かず、誰が嘆かず、誰が恐怖に駆られないだろうか。宇宙の主が、ご自身で、またご自分のしもべたち——預言者や使徒たち——を通して説き、叫んでおられるのに、聞く者がいないという事実を。——「婚礼の宴は整った」と主は叫ばれる。「わたしの肥えた羊は屠られた」（マタイ22:4）。花婿は栄光と華やかさの中に婚礼の宴の間に座し、やって来る者たちを喜びをもって迎え入れている。扉は開かれており、僕たちは献身的に仕えている。扉が閉ざされる前に、急いで入りなさい。さもないと、外に取り残され、あなたたちを中へ導く者もいなくなる」。——しかし、これを理解する者はいない。誰も努力を払おうとしない。怠惰とこの世の心配事が、まるで鎖のように私たちの心を縛りつけている。私たちは聖書を正しく書き写し、正しく読んでいるが、正しく従おうとはしない。なぜなら、そこに命じられていることを実行するのが、私たちにとって好ましくないからである。

**37.** 真夜中、人類が眠りに沈んでいるとき、時折、天から突然、大きな轟音や恐ろしい雷鳴、そして地震を伴う恐ろしい稲妻が鳴り響き、眠っていた者たちはたちまち恐怖に襲われる。それと同じように、その刻、最も速い稲妻のように、突然、全地を震撼させるほどに、天からラッパが恐ろしく鳴り響き、眠る者を目覚めさせ、世の初めから眠りについていて死者を眠りから呼び覚ます。これらの天と「天の軍勢」は揺れ動く（マタイ24:29）、そして全地は、海の水のように、御栄光の御顔によって揺れ動く。なぜなら、恐ろしい火が御顔の先を行き、地を汚す不法から清めるからである。地獄はその永遠の門を開き、死は滅び、人間の朽ち果てた肉体は、ラッパの音を聞いて生き返る。その時、義人は喜び、敬虔な者たちは歓喜する。完全な修道士たちは、その苦行の労苦に対して慰めを受ける。殉教者、使徒、そして預言者たちは栄冠を授かる。その時に、「栄光のうちに雲の中に引き上げられ」、不死の花婿を迎えに行くことを許される者は、幸いである（Iテサロニケ4:17）。ここで各人が翼を伸ばしたように、あそこでも天へと舞い上がるであろう。ここで各人が心を清めたように、あそこでも御栄光を見るであろう。そして、各人がどれほど主を愛したかによって、あそこでも主の愛に満たされるであろう。

**38.** 私はあの時を思い出し、身震いした。その恐ろしい裁きについて考え、恐怖に襲われた。楽園の歓びを思い浮かべ、立ち上がって泣き崩れ、もうこれ以上泣く力さえ残らなくなるまで泣き続けた。なぜなら、私は怠惰と気散じの中で日々を過ごし、不純な思いにふけて年を重ねてきたからだ——それらがいかにして過ぎ去ったのか理解できず、いかにして流れていったのか



感じ取ることさえできなかった； 日々は乏しくなり、私の不義は増え続けた。ああ！あの時、私はどうすればいいのか。私を取り囲む知人たちは、私がこの敬虔な姿をしているのを見て私を称賛していたが、その実、私の内面は不義と不浄に満ちており、心を試み、内臓を吟味される主のことを忘れていたのだ。「そこには真の恥があり、そこで恥をかく者は哀れである。」——「人愛に満ち、慈愛深き主よ、あなたの恵みによってあなたに懇願します。私を、あなたを深く悲しませる山羊たちと共に左側に置かないでください。私に『『私はあなたを知らない』』と言わず、あなたの慈しみによって、私に絶え間ない涙を授けてください。私の心に悔い改めと謙遜を与え、それを清めて、あなたの恵みの宮とならせてください。

39. 愛する兄弟たちよ、どうか心を一つにしてください。まだ時間があるうちに、神に喜ばれるよう努めてください。 昼も夜も、祈りと詩篇の詠唱をもって御前で泣き求めなさい。そうすれば、主は私たちを、あの果てしない泣き声、歯ざしり、ゲヘナの火、そして眠ることのない虫から救い出し、御自身の御国、すなわち永遠の命において、私たちを喜びで満たしてくださるでしょう。そこでは悲しみも、病や嘆きが消え去り、常に喜びと楽しみと歓喜があり、神が御自身を愛する者たちのために備えてくださった霊的なご馳走に満ちた食卓がある場所である。そこに与る者は幸いであり、それを失う者は哀れである。

40. 「富める者が声を上げると、皆は黙り、その言葉は雲にまで届いた」（シラ書 13,28）。神は聖書の中で私たちに語りかけておられるが、私たちは黙って耳を傾けようとしない。 無論どこか、語る者のそばでうたた寝する者もいれば、どこか別の場所に思いを巡らせている者もいる。しかし、聖書は何と言っているか。「至高者の律法を聞くことを拒む者は、自らの祈りをも汚す」（箴言 28:9）。

41. あなたが召されている永遠のいのちのために、多くの証人の前で、あなたの正しい信仰告白を公に示しなさい。「あと少し、ほんの少しのところで、来るべき方は来られ、決して遅れることはない」（ヘブライ人への手紙 10:37）。

42. あなたの全力を尽くして主を畏れ、不義な者たちの行いに加わってはならない。彼らの火は消えることがなく、彼らの虫は死ぬことがないからである（マルコ 9:44）。

43. 「あなたはまだ若く、これから長く生きるはずだ。だから今は楽しみ、心を悲しませるな。老いてから悔い改めればよい」と言って、欺くような考えを吹き込む悪しき者に、決して信じてはならない。 ——兄弟よ、あなたはそれほど分別がなく、悪しき者がこの点であなたを欺くことを知らないのか。もしあなたが若く、力がみなぎっているうちに、あらゆる労苦に耐え、偉業を成し遂げることができる時に悔い改めなければ、年老いた時、老いの無力さを言い訳にするのではないか。 — もし、若いうちにここから連れ去られてしまったら、その時はどうするつもりなのか。それゆえ、敵の道を捨て、真の主の御声に耳を傾けよ。主はこう言われた。「だから、目を覚まして祈りなさい。その日、その時は、あなたがたにはわからないからである」（マタイ 25:13）。

44. 恐るべきその時は、遅れることなく必ずやって来る。その時、私たちは苦しめられても、弁明の余地はないだろう。なぜなら、私たちは主に対して何と言えようか。主が私たちのためになすべきことを、まだなされなかったことが、一体何があるというのか？ ——神、すなわち御言葉が、私たちも謙遜になるようにと、しもべの姿をとって謙遜になられたのを見なかったのか？ 私たちも侮辱されても激昂しないように、その計り知れない御顔が唾を吐きかけられるのを見なかったのか？ あるいは、私たちも従順に服従のくびきを負うように、その聖なる背骨が鞭打たれるのを見なかったのか？ あるいは、私たちも辱められても激怒しないように、その御顔が頬を打たれるのを見なかったのか？ あるいは、主が「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、へりくだっているから」（マタイ 11:29）と語られるのを、聞かなかったのか。それは、私たちも心優しくへりくだり、互いに嫉妬したり、互いを傷つけ合ったり、食い荒らしたりしないためではないか。では、私たちは主に対して、どのような弁明をすればよいのだろうか。

45. 神が多くの悔い改めた者たちを憐れんでくださったことは知っている。しかし、彼らの大部分は無知のゆえに罪を犯していた。神が多くの者を赦してくださったことも知っている。し

かし、彼らには神の御前で自分たちのために取り成してくれる者たちが大勢いたのだ。——コレイとダファンのことについて書かれた箇所を読み、神がモーセのために彼らをどのように罰されたかを見て、戦慄を覚える。また、彼の姉マリムについて記されていること——彼女がモーセに放ったたった一言のために全身がハンセン病に覆われた——について考えを巡らせると、身震いする。聖なる人物にさえこのような懲罰が下されたのなら、永遠の神による懲罰は、いったいどれほど凄まじいものになるのだろうか？ 兄弟を殺したカインでさえ、これほど長期にわたる刑罰に処されている。では、神を冒涇した者たちにはどうなるのだろうか。大洪水の時の裁きは厳しかった。私は、当時滅びた者たちと同じ運命をたどることのないか、恐れている。神は、完成することのなかった塔の建設に対して怒りを示された。では、私自身の墮落に対しては、一体何をしてくださるのだろうか？ 私は悔い改めたが、神を和らげることができたのかどうか分からない。聖人たちにも懇願しているが、もしかすると彼らの祈りは聞き入れられないかもしれない。なぜなら、エゼキエルが「ノアも、ヨブも、ダニエルも」は、彼らが求めることに成功しない、と言っているのを耳にするからだ（エゼキエル14:18）。

46. 父の御胸から降りて来られ、私たちのために救いの道となられた主は、その神聖な御声をもって、私たちが悔い改めに励ましてこう言われます。「私は義人を招くために来たのではなく、罪人を悔い改めさせるために来たのです」（マタイ9:13）。——もし私がこう言ったとしても、あなたは私の言葉に耳を傾けないかもしれない。しかし、主ご自身がこうおっしゃっているのなら、なぜこれを無視し、自分の命について考えようとしないのか。もし自分の内面に、思いや行いの傷があることを自覚しているのなら、なぜその秘められた傷について考えようとしないのか。医者をおそれているのか？！ しかし、主は慈愛と憐れみに満ちておられる。主はあなたのために、御父の懷から来られた。あなたが恐れずに主のもとへ近づくことができるように、あなたのために受肉された。あなたの重い傷を癒やすために、あなたのために人となられたのだ。——そして主ご自身が、大きな愛とあらゆる慈愛をもって、あなたを御自身のもとに招いておられる。

47. 悔い改めの扉は開かれている。さあ、罪人よ、それが閉ざされる前に、中に入るよう努めなさい。その扉が閉ざされる時が来て、あなたが怠惰にふけているのを見つけたら、それはあなたを待ってはくれないだろう。なぜあなたは自分の命を憎むようになったのか、哀れな者よ？——人間よ、あなたの魂よりも尊いものなどあるだろうか？ しかし、あなた、罪人よ、それを軽んじてしまったのだ。愛する者よ、天の医師がいつ、その癒しの扉を閉ざすよう命じるか、あなたは知らない。どうか、お願いだから、癒やされるよう努めてほしい。彼は、あなたの悔い改めによって天の軍勢を喜ばせたいと願っている。太陽はすでに夕刻を迎えているが、あなたが聖域にたどり着けるよう、あなたのためだけにその歩みを遅らせているのだ。

48. あなたは、その不浄な敵をいつまで耐え忍び、恥知らずにもその意志を遂行し続けるつもりなのか。彼はあなたを火の中に投げ込もうとしている。これこそが彼の企みなのだ！ これこそが、彼を愛する者たちへの彼の「贈り物」なのだ！ 彼は常にすべての人々と戦いを繰り広げ、邪悪で不浄な欲望で彼らを打ちのめす。そして、彼に服従した者たちを再び絶望へと追いやり、心を硬化させ、涙を枯らし、罪人が悔い改めることのないようにするのだ。人よ、彼をあらゆる面で避け、彼が好むものに対して憎悪と嫌悪を抱きなさい。

49. さあ、この時があるうちに、祈りを捧げよう。ここ、この世にいる間、私たちはいつでも神を和らげることができる。神の憐れみの扉を叩くのにまだ遅くないうちは、赦しを得ることは難しくない。涙が受け入れられるうちに涙を流そう。そうすれば、あの世へ旅立った後、無駄に泣くことにはならない。なぜなら、あちらでは涙は何の役にも立たないからだ。

50. なぜ私たちは救いを軽んじるのか。なぜ、まだ時間があるうちに癒やされようとしないのか。この時に流されるわずかな涙と悔い改めのために、神はすべての罪を赦してくださる。ここで少し泣いておけば、あの世で永遠に、漆黒の闇の中で泣く必要はなくなる。ここで悔い改めよ。そうすれば、あそこで消えることのない火に投げ込まれることはないだろう。

**51.** 多くの聖人と義人たちは、自由の善き意志と、神の戒めへの堅い信頼によって、この世とその行いから離れ、甘美な楽園で神の恵みを享受できると確信した。キリストを愛し、彼らはすべての朽ちるものよりもキリストを優先した。それゆえ、彼らは日々神の中で喜び、キリストに照らされ、聖霊の中で絶えず喜びを享受している。聖三位一体は彼らを喜び、天使たちと大天使たちは彼らを喜び、甘美な楽園は彼らを喜んでいる。

**52.** 一方、他の人々は朽ちるものに溺れ、ほとんど無知な者たちのようになってしまった。「人よ、なぜそのような罪深い生活を送っているのか。神はあなたを理性ある者として創造されたのに、自らを言葉を持たない者のような存在にしてしまうのか。少しでも正気を取り戻し、我に返りなさい。——あなたのために、至高の神が天から降りてこられたのだ。あなたを地から天へと引き上げられるために。あなたは天の花婿の婚礼に招かれている。それなのに、なぜ無頓着なのか？なぜ躊躇しているのか？教えてほしい、婚礼にふさわしい衣装も持たずに、どうして婚礼に行けるというのか？もしそれを着ずに中に入れば、すぐにこう言われるだろう。『友よ、どうして婚礼の衣装を着ずにここに入ったのか』（マタイ22:12）。彼を縛り上げ、火の炉に投げ込め。果たして、あなたはこれを恐れないのか。花婿が御自身の栄光のうちに現れる時が近づいていることにも、戦慄しないのか。——すべてがすでに整っており、天のラッパが合図を待っていることを、知らないというのか。——もしその時にふさわしい準備をしておかなければ、その時にあなたはどのようなつもりなのか。

**53.** 死の瞬間、すべての罪人には大きな恐怖が待ち受けている。別れの時は、すべての聖徒、すべての義人、すべての修道者に喜びをもたらすが、その同じ時は、不熱心で弱い者たちを悲しみに陥れ、彼らに、これまでの生涯における怠慢と無頓着さを思い起こさせる。その時、それまで自分の救いを顧みてこなかった人の心は、後悔によってひどく苦しめられる。この後悔の苦しみは、死や別れそのものへの恐怖さえも凌駕する。——それとは対照的に、義人、聖人、そして修行者たちは、死と別離の瞬間に喜びに満ちている。彼らは、自らの目の前で、修行、徹夜、祈り、断食、涙、裸の地面に伏すこと、そして粗末な寝床といった、自らの偉大な労苦を思い起こすからだ。彼らの魂は歓喜する。なぜなら、肉体との別離の後、安息に入ることを待ち望んでいるからである。しかし、死という現象は、罪人や、この虚しい世の中で清らかな生き方を顧みない弱い人々にとっては恐ろしいものである。そして、罪人の別れの時は極めて深い悲しみを伴う。彼には、自分自身のために何かを言うことは一切許されず、その時の命令は厳格に下されるのである。

**54.** この世のあらゆるものから解き放たれた者にとって、別れの時は悲しみをもたらさない。しかし、情欲に溺れた者の死は悲しみをもたらす。罪人の死は悲しみをもたらし、神に喜ばれる行いをするのを怠った怠惰な者の死も悲しみをもたらす。世俗的な心配事に魂を縛りつけられた貪欲な者の死も悲しみをもたらす。富める者を悲しませる。なぜなら、その者を否応なく富から引き離すからである。平和を愛する者を悲しませる。なぜなら、その者をこの世から引き離すからである。こうした者たちは皆、死の瞬間に悲しむ。なぜなら、彼らは世俗の心配事に縛られているからである。しかし、この世から解放され、その心配事から解き放たれた魂にとって、何に嘆き、何に悲しむことがあろうか？彼女は自由を望み、それを求め、手に入れ——そして常にそのままであり続け、神の道を勇敢に歩み、喜んで神に喜ばれる行いをした。——そしてあなたも、もし全霊をもって神にすがりつくならば、死の瞬間を決して恐れることはないだろう。むしろ、死と肉体との別れは、あなたにとって喜びとなるだろう。

**55.** 慈愛に満ちた神は、私たちに知恵の光をお与えになった。しかし、私たちは日ごとにそれを拒んでいる。もし私たちが神の御心を行っていたなら、報いの時、神の御心を行ってきたすべての人々と共に、至福を得ていたであろう。しかし、行わなかった以上、そこでは私たちに何の弁明の余地もない。なぜなら、私たちは皆、知っていながら罪を犯しているからである。私たちは皆、神の摂理と、慈愛に満ちた神が私たちに惜しみなく与えてくださったすべての賜物を体験している。神の恵みは、しばしば、あらゆる時に私たちの心を訪れ、もし安らぎを見出せば、入り込んで、絶えず魂の中に留まる。しかし、清らかな心を見出さなければ、たちまち立ち去っ

てしまう。しかし、神の寛大さは再び、その恵みを降らせ、私たち罪人を訪ねるように促します。なぜなら、私たちは皆、本性上ではなく、自らの意志によって変わりやすい存在だからです。私たちは常に気が散りやすく、弱く、嫉妬深く、狡猾であり、しばしば互いを悪く思い、悪意ある考えにふけり、まるで恐ろしい泥沼の中にいるかのように、常に思いに沈められています。そして、恵みが私たちを訪れようとしたとき、私たちの心の中には不浄な思いの悪臭が立ち込め、恵みはすぐに引き下がってしまいます。自分自身の望むように私たちの中に宿り、住み着くための入り口を見出せないからだ。ただ、その光に満ちた甘美さによって心に印象を与え、人が「恵みが訪れてはくれたが、入り込む場所を見つけられなかった」と気づくようにし、こうして恵みの輝きに甘んじて、その恵みを求めるようになるだけである。とはいえ、恵みそのものが私たちから完全に引き下がることはできない。なぜなら、恵みは自らの慈悲によって、すべての人を愛するように促されているからである。神の摂理が見えますか？キリストの慈悲が見えますか？聖なる神が常に私たちを愛し、私たちが救われることを望んでおられることがわかりますか？恵みが訪れたとき、美德の芳香と魂の聖さを発見し、永遠にその人の中に宿るよう、常に清い心を備えようとする人は、幸いである。

**56.** 敵の網にかかったにもかかわらず、その束縛を断ち切り、網から逃れた魚のように、敵から逃れて身を隠した者たちは幸いである。魚は、水の中にいる間は、たとえ捕らえられても網を破って深みへと身を隠せば、助かる。しかし、陸に引き上げられてしまえば、もはや自らを救うことはできない。私たちもまた、まだこの世にいる間は、神から与えられた力によって、敵の意志の束縛を断ち切り、悔い改めによって罪の重荷を振り払い、天の御国に救われることができるのである。しかし、もしあの恐ろしい命じが私たちを襲い、魂が抜け出し、体が土に還されるならば、もはや私たちは自分自身を助けることはできない。それは、水から引き上げられ、器に閉じ込められた魚が、もはや自分自身を助けることができないのと同じである。

**57.** 死が訪れるのを待ってはならない。そうしなければ、死者の復活の日に恥をさらすことになってしまうからだ。そのとき、聖徒たちは、善行によって自ら備えてきた輝かしい衣を身にまとうのである。もしその時、私たちが輝かしい栄光に包まれるどころか、黒ずんで悪臭を放っている姿を見ることになれば、どれほどの恥が私たちを襲うことか。——それゆえ、悔い改めの行いに励み、情欲から自らを清めることで、そのような危険にさらされないよう努めよう。

**58.** 罪は闇であり、徳は光である。罪は、それを愛し、犯すとき、その行い手を黒く染める。一方、徳は、それに励み、それに達した者を輝かせる。

**59.** 私たちの魂を肉体から引き離すという恐ろしい命令が下る前に、神に喜ばれる実を結ぼう。その時、私たちの主なる神を冒瀆し、悔い改めなかった者には、悲惨なことになるだろう！その者は、怠慢によって失った時間を探し求めることになるが、見つけることはできないだろう。さあ、私たちの主なる神の御前で泣き叫び、御前から恵みを得よう。まだ時間があるうちに、身を引き締め、主の祝福を受けよう。私たちが心配すべきは金銭ではない。たとえ誰かがそれを失ったとしても、その代わりに別のものを手に入れることができるのだから。私たちの魂こそが危機に瀕している。もしそれを失えば、二度と取り戻すことはできない（マタイ16:26,27）。

**60.** 私たちの日々は過ぎ去り、終わりが近づいています。深い闇に閉じ込められる前に、私たちの主なる神の御前で涙を流しましょう。もし私たちがこれらの日々を怠惰に過ごし、自分の救いのために少しも活用しなければ、その時には、いくら涙を流しても、これらの日々を取り戻すことはできなくなるでしょう。「今こそ好機であり、今こそ救いの日である」（Ⅱコリント6:2）。自制する者は幸いである。彼らは喜びの冠を授かるからである。「今、泣いている者は幸いである。彼らは慰められるからである」（マタイ5:4）、神の選ばれた者たちと共に。主のために労する者は幸いである。彼らには天国の喜びが待っているからである。

**61.** 私たちは他人の行いによって義と認められることはなく、また他人も私たちの行いのために裁かれることはない。私たちが裸のままで、ありのままの姿で、裁き主の前に引き出され、自分たちの行いについて報告を求められるとき、ある者が別の者のために裁かれることはない。「なぜなら、各人は自分の荷を負うからである」（ガラテヤ6:5）。

62. もし悪事を働いた者が領主に告発されたとしても、その被告は別の場所へ逃げることで、まだ罰を免れることができるかもしれない。しかし、神の御顔からは、どこへ逃げようか。こう言われた言葉の通りである。「あなたの御霊から、どこへ逃げようか。あなたの御顔から、どこへ隠れようか。『たとえ天に昇っても、あなたはそこにいます。たとえ陰府に下っても、あなたはそこにいます。たとえ朝早く翼を広げて、海の果てに住まおうとも、そこでもあなたの手は私を導き、あなたの右の手は私を支えてくださいます』（詩編 138: 7-10）。

63. 狭くきつい道を歩もう。砕かれた心を愛し、死の記憶が私たちの中に留まり、裁きから解放されるためである。なぜなら、「今、笑っている者たちよ、災いだ。あなたがたは泣き叫び、嘆き悲しむことになるからだ」（ルカ 6: 25）と書かれているからである。「今泣いている人々は幸いである。彼らは慰められるからである」（マタイ 5: 4）。墓をのぞき込めば、私たちの本質の秘密——互いに重なり合う骨の山、肉から剥き出しになった頭蓋骨、その他の骨——が見えるだろう。それらを見つめれば、そこに自分自身を見出すだろう。かつての鮮やかな色や、頬の健康的な輝きはどこへ行ったのか。これを深く考え、復活の日に恥をかかぬよう、肉欲を捨て去ろう。

64. 毎日、自分の死を待ち、その旅路に備えよ。なぜなら、予期せぬ時に、恐ろしい命令が下るからだ。備えのない者には悲惨なことになる！ 心の砕けは素晴らしい。それは人間の魂を癒やす。

65. 船乗りが永遠に船にとどまることができないように、また宿に泊まった旅人がそこから出て行かないことができないように、私たちもこの世に永遠にとどまることができない。私たちは旅人であり、よき客に過ぎない。さあ、このことを心の目で見つめながら、この世からの旅立ちに備えよう。

66. もしあなたが勤勉な人であったなら、来世への善き移り変わりが近づいていることを嘆いてはならない。富を携えて家路につく者は、決して悲しむことはない。

67. 神は人を自由な存在として創造された。それゆえ、人には栄誉と罰が定められている。すなわち、善行に励む者には栄誉と冠が、罪人や怠惰な者には罰と苦しみがあるのだ。「死に至る罪」（Iヨハネ 5: 16）というものがある。罪に固執し、禁じられた行いからより良い生活へと踏み出さない者は、自ら死を招くのである。

68. 死の瞬間、魂が肉体から離れるとき、その恐怖は甚大である。なぜなら、この別れの瞬間に、魂は昼も夜も行ってきた善悪の行いすべてを、その前に突きつけられるからである。戦慄しながら自分の行いを見つめ、魂はそれらにこう言う。「去ってくれ——私をここから出させてくれ。」すると、その行いたちは一斉にこう答える。「お前は私たちを生み出したのだ。私たちはあなたと共に、神の裁きへと向かう。」

69. 別れの日と時は、誰にも知られていない。私たちが地上で気楽に歩き回り、楽しんでいるとき、突然、恐ろしい命令が私たちを襲う——私たちの魂を肉体から引き離すという命令である。そして、罪人は、予期していなかったその日、その時に、罪に満ち、弁明の余地もない魂を携えて、その旅路へと去っていくのである。

70. 兄弟よ、この地でまだ何年も生きられるなどと思ってはならない。そして、罪深い思いや行いに甘んじて、怠けてはならない。主の命令は突然訪れ、罪人を、もはや悔い改めたり赦しを得たりする時間さえ残されていない状態で襲うのだ。——そして、兄弟よ、別れの時、すなわち死の瞬間、あなたは何と言うだろうか？！

71. 死と別れ、そして主の裁きの座への出頭を絶えず待ち望め。そして、救いを賢く守る者として、常に自分の灯火を準備しておき、毎時、涙と祈りの中でそれを点検し続けよ。

72. 日は夕暮れに傾き、我らの時は尽きようとしている。それなのに、我々は不信仰ゆえに、まだ朝だと思い込んでいる。収穫の時はすでに近づき、この世の終わりが来ようとしている。天使たちは鎌を構えて、合図を待っている。愛する者たちよ、恐れよう！すでに昼の十一時であるのに、道はまだ遠い。私たちが旅の途中で見つかるよう努めよう。目を覚まし、眠りから覚めよう。

73. 自分自身にこう言い聞かせなさい。「ほら、私たちの兄弟たちは働いているのに、私たち二人は怠惰に時間を過ごしている。彼らは神の御言葉を聞き、渇いた大地が雨を吸い込むようにそれを吸収している。一方、私たちは修道院の中にいながら、心はあちこちとさまよっている。彼らは自制しているのに、私たちは怠けている。彼らは祈りの中で目を覚ましているのに、我々は眠りと怠惰に縛られている。彼らは冠を受けたのに、我々は怠惰のままである。彼らは主に喜ばれているのに、我々は世に迎合している。なぜ我々は目を覚まさないのか。自分たちも報いを受けるために。

74. これらの日、年、月は、夢のように、また夕暮れの影のように過ぎ去り、まもなく恐ろしくも偉大なキリストの再臨が訪れる。——そして、まことに、神の御心に従い、救われることを望まなかった罪人たちにとって、その日は恐ろしいものである。——さあ、ついにこの世の心配事を振り払い、——その日を迎える準備を始めよう。

75. すべては過ぎ去り、すべては消え去り、その時、私たちがここで積んできた善行以外、私たちに何の益ももたらさない。その時、誰もが自分の行いと言葉を、義なる裁き主の御座へと持ち出すことになる。行いが明らかにされ、思いや言葉が厳しく吟味されるとき、心は戦慄し、内面は一変するだろう。そこで、私たち一人ひとりが秘密裡に、闇の中で行ったすべてのことが明らかにされたとき、誰が戦慄せず、誰が泣かず、誰が涙を流さないというだろうか。

76. これを説明するために、実りの多い木々を例として挙げよう。それらは、その時期になると、葉とともに実を結ぶ。木々は外からどこかのものを取り入れてその美しさをまとっているのではなく、それぞれが内側から、その種類に応じた実を結んでいるのです。それと同じように、あの恐ろしい日には、すべての人間の身体は、善いことも悪いことも、自分の中からすべてを吐き出し、各人は、善き実として行いを、葉として言葉を、恐るべき審判者の御座へと捧げるでしょう。聖人たちは、善行の果実——美しく尊いものを捧げるだろう。殉教者たちは、苦難や迫害の中での称賛に値する忍耐を捧げるだろう。修道者たちは、節制、徹夜祈祷、そして祈りの労苦を捧げるだろう。しかし、罪深く、不義で、汚れた人々は、恥と泣き叫びと嘆きと共に、そこに汚れと不義の実——眠ることのない虫と消えることのない火の糧——を捧げるだろう。

77. なぜ我々は怠慢なのか。それとも、何が我々を待ち受けているのかを知らないのか。それを知っているならば、なぜ昼夜を問わず泣き叫び、その恥と永遠の闇から逃れるために、神に悔い改めを授けてくださるよう懇願しないのか。そこでは、私たちの罪深い口は封じられ、すべての被造物が震え上がり、聖なる天使たちの位階さえも、主の来臨の栄光と威厳に震え上がるだろう。もし私たちがすべての時間を怠惰に過ごしてしまうなら、その日、主に対して何と言えよいいのだろうか？——ここでは主は忍耐深く、すべての人を御自身の御国へと招き入れ、慈しみをもって受け入れてくださいます。しかし、あそこでは清算を求められ、主に従おうとしながらも怠けていた者たちに対して、慈悲のない裁きを下されるでしょう。

78. 用意されているのは——一方には御国と命、安息と喜び、他方には——漆黒の闇における永遠の苦しみである。—行きたいところへ行きなさい。すべてに自由が与えられている。—それゆえ、もしあなたが怠慢で、救われたいとせず、神の正しい道を歩まず、その戒めを守ろうとしないなら、あなたは自らを滅ぼし、自らを天の宮殿から追放することになるのだ。—聖なる神は、あなたのために御独り子さえも惜しまなかった。それなのに、お前は、哀れな者よ、自分自身を憐れもうともしない。—さあ、そろそろ少しは正気を取り戻し、その罪深い眠りから目覚めよ！

79. 高みへ登れば、下にあるすべてのものが取るに足らないものであることがわかるだろう。しかし、高みから降りてくれば、小さな白く塗られた家さえも不思議に思うだろう。

80. われわれは自らの救いを考え、死の刻を心に留めよう。ああ、魂が肉体から引き離される死の刻とは、なんと恐ろしいことか！——その時、父は息子に、母は娘に、妻は夫に、兄弟は兄弟に付き添うのではなく、ただ各人の行い——善い行いか悪い行いか——だけが付き添うのだ。それゆえ、私たちも善い行いを先に行かせておこう。そうすれば、私たち自身がそこへ行く時、彼らが私たちを彼らの都に迎え入れてくれるだろう。



**81.** もし王国の御国を相続したいと望むなら、この地でまず王との交わりを深めなさい。あなたがここでどれほど主を敬うかによって、主はあなたをその程度まで引き上げてくださる。ここでどれほど主に仕えるかによって、主はあそこであなたをそれだけ尊んでくださる。なぜなら、こう記されているからだ。「わたしを賛美する者をわたしは賛美し、わたしを侮る者は恥をかく」（サムエル記上2:30）。それゆえ、全き魂をもって御方を敬え。そうすれば、御方もあなたを聖徒たちの栄光に与らせてくださるだろう。——「では、どうすれば御方の御心を得られるのか」と問うなら——もし持っていれば、困窮している人々を助けることで、御方に金や銀を捧げよ。もしそのようなものが何もないなら、他の贈り物を主にお捧げなさい——信仰、愛、節制、忍耐、寛大さ、謙遜。人を裁くことを控え、自分の目を守り、虚栄を見ないようにし、自分の手を守り、不正を行わないようにし、自分の足を悪の道から遠ざけなさい。気弱な者を慰め、弱き者に憐れみを示し、渇く者に冷たい水の杯を差し出し、飢える者にパンの切れ端を与えなさい。あなたが持っているもの、主があなたに与えてくださったものを、そのまま主にお捧げしなさい。なぜなら、キリストは未亡人の二レプタさえも拒まれなかったからである。

**82.** 罪人を待ち受ける苦しみについて、より頻繁に思い起こし、悔い改めと罪深い生活の断ち切りへと自らを奮い立たせよう。——蚊よりも小さいものがあるだろうか。しかし、私たちは蚊に刺されることさえ耐えられない。では、毒を持ち、休むことのない虫による苦しみは、あそこでどうなることか。——夕暮れになると、「暗いから灯りをともせ」と言う。そして、闇は灯りによって追い払われる。では、あそこで、透き通ることのない、絶え間ない闇に、私たちはどう対処すればよいのだろうか。——ここでは、太陽の光に焼かれると、人は日陰へ逃げ込む。では、消えることのない火のゲヘナに、私たちはどう対処すればよいのだろうか。

**83.** 正気を取り戻し、決して消えることのない炎を軽んじてはならない。もし軽んじるなら、ここでまず自分自身を試してみよ。あの残酷な苦痛の炎に耐えられるかどうかを。灯火に火を灯し、指の先を近づけてみよ。もしこの痛みを耐え忍ぶことができるなら、おそらくあそこでも自らを救うことができるだろう。しかし、もし全身が火の外にあるにもかかわらず、ほんの小さな一箇所の痛みさえ耐えられないのなら、全身が魂とともに火のゲヘナに投げ込まれたとき、一体どうするつもりなのか？

**84.** 私たちはこの世において旅人であり、よそ者である。しかし、いつここから連れ去られるか、私たちは知らない。朝目覚めた多くの者が、夕べまで生き延びられず、夕方に眠りについた他の者たちは、朝を迎えることができない。「人は空しいものに似ている。その日々は、影のように過ぎ去る」（詩編143:4）。そして、私たちの最期の時がすでに訪れていないと、誰が断言できようか。——それゆえ、私たちの救いについて怠ってはならない。

**85.** 死の瞬間に、主の御心に適う聖なるいけにえとなり、大きな喜びをもって肉体と虚しい人生と別れる者は、幸いである。天使たちは、天においてその人を見れば、自分たちと同じような、主を深く知るしもべとして、その人を称えるであろう。

**86.** 「主の御前にあって、その敬虔な者たちの死は尊い」（詩編115:6）；しかし、「罪人の死は恐ろしい」（詩編33:22）——その日は必ず来る。そして、私たちを免れることはない。その日、人はすべてとすべての人を置き去りにし、一人きりで、すべてに見捨てられ、裸で無力なまま、擁護者も同行者も持たず、準備もできておらず、応答もできない状態で、もしその日が怠慢のうちに訪れれば、「その日、その時は知られず、その時は予期せぬ時」（マタイ24:50）——その日、人は楽しみ、財宝を蓄え、贅沢にふけり、放蕩に明け暮れている。——突然、その時が訪れ、すべてに終わりが来る。ただ一夜の深く痛ましい夜——そして人は、被告人のように、自分を連れ去る者たちに導かれるままに去っていく。その時、人よ、あなたには多くの助け手が必要となるだろう。魂が離れるその刻には、多くの祈りが必要となる。あの世への移行の際、恐怖は大きく、戦慄は大きく、大変革が訪れる。今こそがその時であり、恐ろしいが避けられない時である。これはすべての人にとって共通の終わりであり、すべての人にとって恐ろしいものである。困難な道だが、誰もが通らなければならない道である。道は狭く窮屈だが、誰もがその道を歩むことになる。それは苦く恐ろしい杯だが、誰もがそれを飲み干すことになる。その時、

魂が経験するものは恐怖と戦慄に満ちているが、私たちの中でそれを知っている者は、先にそこへ行った者たち、つまりそれを実際に体験した者たち以外にはいない。

**87.** 最期を迎える人々を見て、その時がいかに恐ろしいか、お分かりにならないでしょうか？ 彼らはどれほど混乱し、いかにため息をつき、いかにあちこちと目を走らせていることか。時にはいかに歯ぎしりをする事か。その時、彼らはかつて見たことのないものを見、聞いたことのないものを聞き、耐えたことのない苦しみに耐え、救い主を求めるが、救う者はいない。

**88.** 死にゆく者の一人がこう言う。「さようなら、兄弟たちよ、さようなら。私は遠い道へと旅立つ——まだ歩んだことのない道へ、私にとって未知の国へ、そこから誰も戻ってこなかった国へ、暗い地へと。そこで何が私を待ち受けているのか、私にはわからない。さあ、私は去る——もう二度とあなたたちの元には戻らない。この時は私にとって狭すぎる。なぜなら、私は準備ができていないまま去らなければならないからだ。この夜は私にとって暗すぎる。なぜなら、私は実を結ばない木のように切り倒されるからだ。これから歩む道は私にとって重すぎる。なぜなら、私には良き旅立ちの助言がないからだ。——今になって、自分がいかに自分自身を欺いていたかがわかる。「私はまだ若い、今は人生を楽しもう。そのうちに悔い改めればよい。神は人を愛しておられるのだから、きっと私を赦してくださるだろう」と。そう毎日考えながら、私は自分の人生を無駄に過ごしてきた。私は教えられたが、耳を傾けなかった。戒めを受けたが、嘲笑した。聖書を聞いたが、まるで聞いていないかのように生涯を終えようとしている。裁きについて聞いたが、嘲笑した。死について聞いたが、不死身であるかのように生きてきた。そして今、全く準備ができていないまま死に臨んでいる——私には助け手もない。悔い改めていないまま捕らえられ——救い出す者もない。裁きにさらされ——救う者もない。——何度、悔い改めようと決心したか、そしてまたさらに悪いことをしてしまったか。何度、神にすがったか、そしてまた神から背を向けてしまったか。神は何度私を憐れんでくださったのに、私はまた神を深く悲しませてしまったのか？——そして今、私は絶望的な状況の中でこの世を去ろうとしている。——兄弟たちよ、嘆き、私のために涙を流してくれ！！」——このように語り終える者が時折、私たちに語りかけるが、突然、舌がもつれ、目が変わり、声が途切れ、口は黙り込んでしまう。

**89.** 最期の時が近づくと、魂を連れ去る天使たちが遣わされ、去りゆく魂を受け取り、神の裁きの座へと連れて行く。彼らが近づいてくると、その哀れな人は、たとえ王であろうと、支配者であろうと、世界の支配者であろうと、まるで地震に遭ったかのように全身が混乱に陥り——風になびく葉のように全身が震え——獵師の手の中の小鳥のように身もだえし、恐ろしい力、自分にとって未知の偉大な光景、威圧的で厳格な顔立ち、かつて見たことのない物事の秩序を目の当たりにして、全身が硬直し、呆然とする。——これらすべてを、その時、私たちから引き離されつつあるその人は見ており、もはや私たちには注意を向けていない。ただ、力の及ぶ限り、心の中で祈りを捧げているだけである。その様子から、彼が高次の力を目撃していると我々は推察し、互いに合図を送りながらこう言い合う。「黙って、もう横たわっている者をこれ以上煩わせないで。彼を混乱させてはならない。むしろ、彼の魂が安らかに旅立ち、寛大な審判者に出会えるよう、祈ろう。」

**90.** 彼は息を引き取った。もはやこの世にはいない。その生涯を終え、動かず、息もせず、声も発さずに横たわっている。「人間とは何なのか？」——それは、眠りの中の幻影であり、影に過ぎない。天使たちは、魂を抜き取り、空へと昇っていく。そこには、支配者たち、権威者たち、そして敵対する勢力の支配者たちが立っている。これらの邪惡な告発者たちは——ここでは誘惑者であり、我々の悪行を記録する者であり、あちらでは拷問者である。彼らは昇天する魂の道中で出迎え、それを精査し、自らの記録に基づいてその罪を数え上げる——若き日の罪も老後の罪も、自発的なものも不本意なものも、行い、言葉、そして思いによって犯されたすべての罪を。ああ、そこにはなんと恐ろしいことか、なんと震え上がるような恐怖が、その哀れな魂を襲うことか！ 数え切れないほどの闇に包まれた敵たちに囲まれ、天へと昇り、命の国に入り、生

ける者の光の中に住まうことを許さぬよう、彼女を中傷する者たちから、その時彼女が耐え忍ぶ苦しみは、言葉では言い表せないほどである。

**91.** こうして天使たちは、魂を受け取ると、彼らだけが知る道へとそれを導いていく。——一方、私たちは遺体を整え、墓地へと運び出す——そしてそこで、新たな恐ろしい神秘に遭遇する。身分の高い者も低い者も、王も庶民も、主人も奴隷も——すべてが同じ塵となり、同じ土となり、同じ灰となり、同じ悪臭となり、同じ腐敗となった。エチオピア人も、かつては端正だった者も、若者も、老人も、体の不自由な者も、体力の強い者も、すべては、初めから定められていた通り——土と灰（創世記3:19）——となった。——そして、何一つ区別がつかない。——まことに偉大で、恐ろしい神秘が我々の目の前にある！そこではあらゆる年齢の区別が消え去り、あらゆる肉体の美貌は変わり果て、あらゆる顔の美しさは消え失せ、あらゆる目を喜ばせる輝きは消え、あらゆる雄弁な口は封印され、あらゆる髪編み込みは朽ち果て——すべてが終わった。我々は語りかけるが——誰も耳を傾けず——泣き叫ぶが——誰も聞き入れない。

**92.** 横たわっている者たちに尋ねたい——「兄弟たちよ、どこへ去ったのか？どこに住んでいるのか？」あなたがたの居場所はどこなのか？ 私たちに声をかけ、かつてのように語り合ってください。そして、彼らにはこう答えてもらうのが教訓になるだろう。「私たち——まだ地上の生に留まっているあなた方から去った者たち、すなわち私たち一人ひとりの魂は——それぞれの魂の価値にふさわしい場所にいます。そして、あなたの目の前に横たわるこの塵、あなたがたが見ているこの灰、この悪臭、これらの腐り果てた骨——これらは、かつてあなたがたが切望していた若者たちの肉体である。この灰こそ、あなたがたが腕に抱きしめ、飽くことなく口づけを交わしたあの肉体そのものである。このむき出しの歯、昼夜を問わず数え切れないほどのキスで覆っていたあの唇。この膿と嫌悪すべき湿り気——これこそが、あなたがたが抱擁の中で罪にふけていたあの肉体そのものである。それゆえ、よく見よ、そして確信せよ。あなたがたが寝台で若い愛人を抱きしめる時、抱きしめているのは塵と泥に他ならないのだと。知っておきなさい、あなたがたが彼女たちの肢体を口づけするとき、あなたがたが口づけしているのは悪臭と膿なのだ。悟りなさい、あなたがたが彼女たちへの愛に燃え上がる時、あなたがたの欲望の対象は——蛆、灰、悪臭なのだ。迷いに陥ってはならない、愚かな若者たちよ！若さの儂い美しさに惑わされてはならない。なぜなら、今、あなたがたの目の前に横たわるこの腐り果てた死体たちでさえ、かつては、今あなたがたがそうであるように、見目麗しく、威厳に満ち、香油を塗られ、愛され、楽しみ、安楽な日々を過ごしていたのだ。そして今、ご覧の通り、そのすべてが幻となり、塵となり、灰となり、悪臭を放つものとなってしまった。もはや自分自身を欺いてはならない。しかし、あなた方より先に逝き、今や墓の中にいる私たちから学び、自戒し、確信しなさい——裁きがあり、果てしない苦しみがあり、透き通らない闇と救いようのない地獄があり、眠ることのない虫、絶え間ない泣き叫び、絶え間ない歯ざしり、癒えることのない悲しみがあるのだ」。

**93.** これこそ、言葉だけでなく、実際の行いをもって、私たちより先にそこへ行った兄弟たちが教えてくれていることである。さあ、眠りから目覚めよう。空しい希望で自分自身を欺くのをやめよう。狡猾な敵にこれ以上、私たちを弄ばせてはならない。長寿の約束という甘美な思い込みに、惑わされてはならない。多くの者は、あれこれと企てながらも、朝を迎えることさえできず、まるで小鳥が鷹に、あるいは子羊が狼に捕らえられるように、突然死にさらわれた。ある者は、夕方に健康なまま眠りにつき、二度と目を覚まさなかった。ある者は、食卓に着いたまま息を引き取った。またある者は、散歩や遊びの最中に突然亡くなった。また、風呂場で息を引き取り、そこで葬儀の清めを済ませた者もいれば、婚礼の最中、まさに婚礼の宴会場で突然死にさらされ——その婚礼の衣装は葬儀の装いとなり、婚礼で演奏していた者たちの代わりに嘆き悲しむ者たちが、踊っていた者たちの代わりに泣き叫ぶ者たちがその場を埋めた。——これらすべてを私たちは知っている——それにもかかわらず、なおも自らを欺き続けている。それゆえ、神の御許しを何一つ得られないのである。なぜなら、無知ゆえではなく、知っていながら欺きに身を

委ねているからだ——どうかお願いである——もはや聞き手にとどまらず、あなた方に提示された教えの実行者となってほしい。

94. この世の生涯を終え、魂が肉体から離れるその時、私たちはどのような恐怖とどのような苦難に直面するのだろうか？！ その時、恐ろしくも偉大な秘儀が執り行われるのだ！ 善き天使たちや数多くの天の軍勢が魂に近づく一方で、あらゆる敵対する力や闇の君主もまた近づく。双方とも、魂を自分たちの居場所へと引き込もうとするのだ。 その際、もし魂がこの世で善き資質を身につけ、誠実な生活を送り、徳を積んでいたならば、その死の日、この世で培った徳は善き天使たちとなり、魂を取り囲み、いかなる敵対する力も魂に触れることを許さない。むしろ、聖なる天使たちと共に喜びと歓びのうちにその魂を迎え入れ、栄光の主であり王であるキリストのもとへ運び、彼女と共に、またすべての天の力と共に、キリストに礼拝を捧げるのである。そしてついに、その魂は安息の地、言葉では言い表せない喜び、永遠の光へと導かれる。そこには悲しみも、嘆きも、涙も、心配事もなく、ただ天の御国において、神に喜ばれた他のすべての人々と共に、不死の命と永遠の喜びがある。——もしその魂がこの世で不品行な生活を送り、不名誉な情欲に身を任せ、肉欲の快楽やこの世の虚栄に溺れていたならば、この世を去るその日、この生で得た情欲や快楽は、邪悪な悪魔へと変わり、その哀れな魂を取り囲み、神の天使たちがその魂に近づくことを許さず、むしろ、敵対する勢力である闇の君たちと共に、涙を流し、落胆し、嘆き悲しむその哀れな魂を捕らえ、暗く、陰鬱で、悲しみに満ちた場所へと連れ去る。そこは、審判の日と永遠の苦しみまで、すべての罪人が留め置かれる場所であり、悪魔とその天使たちが投げ込まれる場所である。

95. それゆえ、まだ時間があるうちに、悔い改めによって情欲から身を清め、自己犠牲と善行の努力によって、その代わりに心に美德を植え付けよう。それらは、我々がこの世を去った後、我々のために取り成し、神の御使いたちと共に我らの主なる御前に立ち、御心の好意を我らに引き寄せてくれるであろう。

## 2. 悔い改めについての教訓

1. ああ、私はなんと哀れなことか！ なんと恥ずべきことか！ 私の内面は、外見とは異なるのだ！ 実のところ、私には敬虔さの「姿」はあるが、その「力」はない。私の心の奥底を知っておられる主なる神の御前に、私はどのような顔をして現れることができるだろうか？ これほど多くの悪行の責任を負わなければならない身として、祈りの場に立つときでさえ、天から火が降りてきて、私を焼き尽くしてしまうのではないかと恐れる。——しかし、神の寛大さを信頼して、絶望はしない。

2. 私の心は硬くなり、理性が歪み、知性は曇ってしまった。まるで犬のように、「自分の嘔吐物」に戻ってしまうのだ（Ⅱペテロ2:22）。私には真の悔い改めもなく、祈りの最中に涙も流れない。たとえ嘆き、この情欲の巣窟である胸を叩いたとしても。

3. そこでは、闇の中でなされたことも、公然と行われたことも、すべて明らかにされるだろう。今、私を「非の打ち所がない」と言っている者たちが、私が裁かれた姿を見たとき、どれほどの恥が私の魂を覆うことか！ 霊的なことを捨て、私は情欲に屈してしまった。学ぶことは望まないが、教えることは好む。従うことは望まないが、他人を自分に従わせることは好む。労苦することは望まないが、他人を労苦させることは好む。敬意を払うことは望まないが、敬われることは望む。非難は耐えられないが、非難することは好む。自分を卑しめられることは望まないが、他人を卑しめることは好む。——私は助言を与えることには賢いが、自らそれを実行することには賢くない。すべきことは口にするが、口にしてはならないことを実行してしまうのだ。

4. 「今日は罪を犯し、明日は悔い改めよう」と言ってはならない。むしろ、今日悔い改めるほうがよい。なぜなら、明日まで生きられるかどうかは分からないからだ。

5. 私たちは罪を犯したか？ 悔い改めよう。主は、心から悔い改める者の悔い改めを受け入れてくださるからだ。

6. 兄弟が罪を犯せば、喜んで彼を戒めるが、自分たちが罪を犯したときは、戒めを快く受け入れない。

7. 「真理に逆らってはならない。また、罰を受けないことを恥じてはならない。自分の罪を告白することを恥じてはならない」（シラ書 4, 29. 30）。 「『罪を犯したからといって、私に何が起こるといえるのか』と言ってはならない。主は寛容な方だからである。主のもとへ立ち返ることを遅らせてはならず、日を延ばしてはならない」（シラ書 5, 4. 8）。 「怒りは遅れることなく訪れることを心に留めよ」（シラ書 7, 18）。

8. 「誰が私の頭に水を、私の目に涙の泉を与えてくれるだろうか。そうすれば、私は昼も夜も自分の罪を嘆き泣くことができるのに」（エレミヤ書 9:1）。 私は笑いに対して（伝道の書 2:2）、「私から離れよ」と言い、涙に対しては、「私のもとに来よ」と言った。なぜなら、私の罪は主の御前で非常に大きく、私の過ちは数え切れないほどだからである。

9. 人々の涙には三つの異なる種類があることをご存知でしょうか。目に見える事柄に対する涙があり、それらは非常に苦く、虚しいものです。 また、魂が永遠の福を渴望する時の悔い改めの涙もあり、それらは非常に甘美で有益です。そして、「泣き叫び、歯ぎしりする」（マタイ 8:12）ような場面での後悔の涙もありますが、これらは苦く無益です。なぜなら、すでに悔い改める時間がなくなっている以上、全く無意味だからです。

10. 外見上は謙虚だが、その本性は残酷で非人道的である。外見上は敬虔だが、その本性は殺人者である。外見上は愛に満ちているが、その本性は敵である。外見上は友好的だが、その本性は憎悪に満ちている。 外見は修行者だが、その本性は修行者にとっての害虫である；外見は断食者だが、その本性は海賊である；外見は貞潔だが、心の中では姦淫者である；外見は沈黙を守る者だが、心の中では放蕩者である；外見は柔和だが、その本性は傲慢である； 外見は助言者のようだが、その気質は人を迷わせる者；外見は純真だが、その気質は危険である。——なぜそうなのか？ それは、我々の目の前に神への畏れがなく、主の戒めを、知らないか、あるいは知っているにもかかわらず曲解しているからである。

11. そして今なお（長年の自己改善を経てもなお）、私の中には多くの不純な思い——嫉妬、悪意、自己満足、食欲、怒り、虚栄心、所有欲——が残っている。 私自身は取るに足らない者なのに、自分を何かであるかのように思い込んでいる。悪人の一人であるのに、聖なる者としての名声を得ようと画策している。罪の中に生きながら、義人として尊敬されたいと願っている。自分自身が偽り者であるのに、偽り者たちを非難する。心の中で汚れているのに、淫行者を断罪する。 泥棒を非難しながら、貧しい者たちに不当な仕打ちをする。清いふりをしているが、実は全身が不浄だ。教会では最前列に立つが、実は最後列にすら値しない。不名誉を背負うべきなのに、名誉を要求する。女性の前では愛想よく見せ、金持ちの前では敬虔なふりをする。侮辱されれば復讐し、非難されると憤りを露わにし、お世辞を見抜くと怒り、上層階級を軽蔑しながらも、彼らの前では偽善的な態度をとる。ふさわしい者に敬意を払おうとせず、自分自身が値しないにもかかわらず、称賛を要求する。日々私を悩ませる考えや、虚栄への執着、祈りへの怠慢、噂話への情熱については、ここでは詳述しない。しかし、決まった手順に従って教会に通うこと、その際に意図的に時間を引き延ばすこと、わざと仕組んだ出会い、敬虔な女性たちとの偽善的な会話、献金を受け取る際のアグリーさ、より多くのものを得るための媚びへつらいについては記述するつもりだ。これが私の生活であり、これこそが私の欠点である！

12. もしかすると、誰かが「思いはそれほど重要なことなのか！」と言うかもしれない。それに対して私はこう答える。それは極めて重要であり、聖書にその証拠がある。ヨブは子供たちのために犠牲を捧げながら、こう言った。「もしかすると、彼らは心の中で何か悪いことを考えたのかもしれない」（1章5節）。 もし思いが責任を問われるものでなかったなら、なぜ思いによる罪のために一頭の雄子牛を捧げる必要があるだろうか？ ——コレエフの集団に属する悪意ある者たちも裁かれた。彼らは邪悪な思いを抱いていたため、焼き尽くされたのである。 また、救い主なる主は、において、姦淫を姦淫と呼び、妻への情欲をその行為そのものと呼び、怒りを殺人と呼び、憎しみを殺人と同等に扱われた。 私たちの思いに対する責任について、聖パウロもま

た、主が裁きの日に「心の思い」を明らかにし、「隠された闇」を明るみに出されると語ること  
で証言している（Iコリント4:5）。——それゆえ、それらの思いに同意することがその行為そのもの  
のとみなされる以上、「思いなど何の意味もない」などと言ってはならない。

**13.** 私たちが考慮すべきは、単なる思いだけではありません。むしろ、その思いを快いものと認め、それに傾くという意志の決断こそが重要なのです。農夫は地に種を蒔くが、すべてが地によって受け入れられるわけではない。同様に、心は意志に種を蒔くが、すべてが意志によって承認され、受け入れられるわけではない。地が受け入れたものから、農夫は実りを求める。そして、意志が承認し受け入れたものについて、神は説明を求めるのである。

**14.** 使徒は、自然に振る舞う人々を「霊的な者」と呼び、自然に反して振る舞う人々を「肉的な者」と呼んだ。一方、「霊的な者」とは、その本性を霊へと変容させる者たちである。神は、一人ひとりの本性、意志、そして力を知っておられ、彼らの中に御言葉を蒔き、その能力に応じた行いを求められる。神は超自然的に魂と霊、本性と意志（後者を強要することなく）に浸透される。もし人が自然のままで満足するなら、神は責められない。なぜなら、神は本性の限度を定め、それに法則を定めたからである。しかし、もし意志が本性に打ち負かされるなら、神は飽くことのない欲望と、神の掟の違反に対して責めを問われる。

**15.** 私は罪を憎むが、情欲の中に留まっている。不法を拒むが、不本意ながら快樂に従ってしまう。私は自分の本性を罪に隷属させ、罪は私の自由意志を買収し、私に必然性を強いている。情欲が川のように私の上に流れ込んでいる。なぜなら、私は自分の精神を肉体に結びつけてしまい、その分離は不可能だからである。急いで自分の意志を変えようとするが、以前の状態がそれに抵抗する。急いで自分の魂を解放しようとするが、数多くの負債が私を縛りつける。

**16.** 悪魔、あの邪惡な金貸しは、返済を催促したりはしない。惜しみなく貸し付け、決して取り戻そうとはしない。ただ隷属を強要するだけで、借金については争わない。私たちが情欲によって豊かになるよう貸し付け、与えたものを回収しようとはしない。私は返済したいのに、彼は以前の借金にさらに上乘せしてくる。私が彼に返済を強要すると、まるで彼の貸した金で返済しているかのように見せかけるために、何か別のものを差し出す。彼は、かつてなかった新たな情欲で私を蝕み、以前の情欲を消し去ることで、私に新たな借金を背負わせるのだ。古いものは、一見、返済されたように見える。しかし、彼は私を新たな情欲の義務へと巻き込み、私の中に新たな状況をもたらす。情欲について黙秘し、告白しないよう強要し、あたかも無害であるかのように、新たな情欲へと向かうよう説得する。これまでになかった情欲に慣れ親しみ、それらに楽しませられるうちに、かつての情欲を忘れてしまう。新たに私のもとへやってきたものたちと契約を結び、再び借金まみれになってしまう。友人であるかのようにそれらに飛びつくが、私に金を貸してくれた者たちは、またしても私の支配者となってしまう。解放されたいと願うが、彼らは私を売国奴のような奴隷にしてしまう。その束縛を断ち切ろうと急ぐと、新たな束縛に縛られる。そして、情欲の旗の下での戦いを避けようと努めるが、その繁栄と賜物ゆえに、結局は彼らの家政係となってしまう。

**17.** ああ、この蛇の奴隷状態よ、私から去れ！ この情欲の支配よ、去れ！ この根深い罪よ、去れ。それは私の知性を買取るために担保さえ与え、魂をその奉仕に捧げさせるために肉体を甘やかした。若さを先取りし、理性が起きていることを知らぬようにした。未熟な判断力を自分に縛り付け、それを通じて、まるで銅の鎖のように、浅はかな知性を拘束している。そして、もしこの知性が逃げ出そうとしても、繋ぎ留めて逃がさない。罪は知性を囲い込み、知識の扉を閉ざす。情欲は絶えず理性の番人となり、神に呼びかけることで、肉体が売り渡されるのを妨げないようにしている。肉体にふけることは少しも悪いことではなく、そのような些細なことには罰は下らないと誓う。数多くの入り組んだ思考を例に挙げ、それらを吟味することなど不可能だと断言する。その些細さ（取るに足らなさ）を理由に挙げ、そのようなものはすべて忘れ去られると保証する。これこそが、敵が欺瞞と諂いで私を縛りつけ、拘束している所以である。

**18.** パウロは、罪を犯す者について、彼が「肉に属する者」と述べた（ローマ7:14）。罪は、それを恣意的に行う者によって引き起こされる。しかし、本性と罪の間には習慣が介在



しており、情欲とは罪によって与えられ、本性によって受け入れられたものである。これを用いることは、魂の服従、精神の混乱、そして奴隷状態を意味する。なぜなら、罪は肉の中にあり、理性を支配し、魂を掌握して、肉を用いてそれを服従させるからである。罪は、管理者の代わりに肉を用いる。また、それを通じて魂そのものに重荷を負わせ、いわばその家政管理者となる。なぜなら、罪は仕事を課し、その遂行について報告を求めるからである。もし彼女に打撃を与える必要があるならば、肉を通じてその打撃を彼女に負わせる。なぜなら、肉をあたかも自身の鎖へと変え、その鎖で魂を、屠殺される羊のように縛りつけ、高く舞い上がる鳥のように、この鎖で彼女を縛り上げ、その鎖を用いて、まるで強靱な巨人が剣でそうするように、彼女の手足を切り落としたからである。私は逃げることもし、自らを助けることもできない。なぜなら、私は生きたまま死んでいるからだ。目で見ていますが、盲目である。人間から犬となり、理性を持ちながら、言葉を持たない者のように振る舞っている。

**19.** しかし、主が私を助けてくださるなら、この哀れで情欲に満ちた状態から解放されたいと願っている。もし主が、その豊かな憐れみをもって私を顧みてくださるなら、私を罪から救い出してくださるだろう。そして、もし主が私にその慈しみを注いでくださるなら、私は救われるだろう。主にはそれが可能であると確信しており、私は自分の救いを絶望してはいない。主の多くの恵みが、私の多くの罪に打ち勝つことを知っている。主が来られたとき、すべての人を憐れみ、洗礼によって罪の赦しを授けてくださったことを知っています。私はこの恵みを授かった者であるからこそ、これを告白します。洗礼後に犯した罪の癒やしを必要としていますが、死者をよみがえらせた主にとって、この点においても私を癒やすことは不可能ではありません。私は盲目ですが、主は生まれつき盲目だった者をも癒やされました。私はハンセン病患者のように疎まれています。しかし、主が望まれるなら、私をも清めてくださるでしょう。私は罪に溺れていますが、それによって主の私への慈しみが打ち負かされることはありません。主はザケイを、ふさわしい者として憐れんでくださいました。私のようなふさわしくない者をも、主は憐れんでくださるでしょう。

**20.** むなしい言葉もまた裁きを受ける。では、むなしい言葉とは何か。それは、信仰の約束でありながら、実際には果たされていないものである。人はキリストを信じ、告白するものの、キリストが命じられたことを行わず、むなしいままである。また、別のケースでも言葉が無益になることがある。すなわち、人が告白しながらも改心せず、悔い改めると言いながら再び罪を犯す場合である。他者に対する悪口もまた無益な言葉である。なぜなら、それは実際には行われていないこと、また目撃していないことを語り直すからである。

**21.** 罪人よ、善き医師のもとへ行き、労せずして癒やされよ。罪の重荷を振り払い、祈りを捧げ、腐りかけた傷を涙で濡らせ。この天の医師は、涙と嘆きによって傷を癒やすからである。さあ、涙を捧げて近づきなさい——これこそが最良の治療法である。なぜなら、天の医師が望まれるのは、誰もが自らの涙によって自らを癒やし、救われることだからである。この治療は長くは続かないが、効果はあり、傷を延々と引きずらせるのではなく、たちまちあなたを癒やす。医師はただ、あなたの涙を見ることを待っているのだ。恐れずに近づきなさい。涙と嘆きという治療法を携えて、その傷を彼に見せなさい。

**22.** 私たちの魂の救い主よ、あなたが涙を御自身の治療の代価として喜んで受け入れてくださる時、誰が驚かず、誰が感嘆せず、誰があなたの慈愛の偉大な憐れみを祝福しないというのか！ ああ、涙の力よ！ その力はなんと広大なのか！ あなたは大きな大胆さをもって、何ものにも阻まれることなく天そのものへと入っていく。ああ、涙の力よ！ 天使の位階とすべての天の勢力は、あなたのその大胆さを絶えず喜び祝っている。ああ、涙の力よ！ もし望むなら、あなたは喜びをもって、至聖なる主の聖なる高き御座の前に立つことができる。ああ、涙の力よ！ 瞬く間にあなたは天へと舞い上がり、神から願うものを授かる。なぜなら、神はあなたを迎えに出て、喜んで赦しを授けてくださるからである。

**23.** わが救い主よ、私の口が悪口で満ちているとき、どうしてあなたに懇願すればよいのでしょうか。私の良心が汚されているとき、どうしてあなたを賛美すればよいのでしょうか。あな

たの戒めを守らなかったとき、どうしてあなたを呼び求めればよいのでしょうか。——しかし、全き慈愛に満ちたあなたご自身よ、この取るに足らない私を軽んじないでください。この忌まわしい私を拒絶しないでください。この絶望的な私を見捨てないでください。なぜなら、私の敵は、私が自分自身に絶望する姿を見ることを大いに喜んでいるからです。絶望の結果、私が彼の捕虜となるのを見ることで、彼は喜びを覚えるのです。しかし、あなたご自身が、その憐れみをもって彼の望みを打ち砕き、私を彼の牙から救い出し、悪巧みから、そして彼が私に対して仕掛けたあらゆる罠から、私を救い出してください！ ——そして、自分の不品行な行いについて良心が痛むすべての人々に、懇願します。自分自身を絶望させず、敵に喜びを与えないでください。しかし、恥じることなく神のもとへ近づき、御前で泣き、自分自身に対する希望を失わないでください。なぜなら、私たちの主は悔い改める者を大いに喜ばれ、私たちの回心を待っておられるからです。主ご自身がすべての人をこう招いておられます。「*疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう*」(マタイ11:28)。それゆえ、たとえ罪を犯したとしても、だれも自分自身を絶望してはなりません。主は、御自身を拒み、悔い改めない者に対してのみ厳しくおられるのです。

**24.** 知恵をもって泣くことを望み、主の御前で、砕かれた心をもって、まるで貴重な真珠のように涙を地上に注ぐ者は、幸いである。

**25.** 魂が新しく植えられた木のように変わり、常に神への涙を水の灌漑のように注ぐ者は、幸いである。

**26.** 自分の魂に善き植物、すなわち美德を植え付け、その植えられたものを涙を流して祈りながら潤し、その植え付けが主に喜ばれ、実を結ぶように願う者は、幸いである。

**27.** 私は、涙の力をあなたがたに示したい。アンナは涙の祈りによって、預言者サムエルを授かり、心の中に歓喜と悲しみ、そして神への賛美を得た。シモンの家におった罪深い女は、泣きながら主の聖なる御足を涙で洗い清めたことで、主から罪の赦しを得ました。感動(神の前での心の涙)は、魂の癒やしです。それは、私たちが御子を切望するとき、御子を私たちの内に宿らせ、聖霊を魂に引き寄せてくれます。この世には、感極まりから生まれる喜びほど甘美な喜びはない。あなたがたのうち、神への涙によるこの喜びに照らされた者はいるだろうか。もしあなたがたのうち、これを体験し、その甘美さを味わい、祈りの最中に地の上へと舞い上がった者がいるなら、その瞬間、その人は全身が肉体から離れ、この世のすべてから離れ、もはや地上にはいなかったのだ。——神への聖く清らかな涙は、常に魂を罪から洗い流し、不義から清める。神への涙は、いつの時も神の前での大胆さを与え、不純な思いは、常に神への感銘を抱く魂には決して近づくことができない。感銘とは、奪われることのない宝である。ここで言う感銘とは、一日だけ続くものではなく、昼夜を問わず、生涯の終わりまで絶え間なく続くものを指す。感銘とは、魂の実り豊かな植栽(すなわち美德)を潤す清らかな泉である。

**28.** 誰かが不法を行う前に、敵はその行為をその人の目にはるかに軽微なものに見せかける。とりわけ、快楽への欲望を軽視し、あたかもそれを満たすことが、冷たい水の入った杯を床にこぼすのと同じことであるかのように装う。こうして、悪しき者は、人が罪を犯す前に、その罪を人の目には軽微なものに見せかける。しかし、罪が犯された後、悪しき者は、その罪に陥った者の目において、その不義を極限まで誇張する。その際、彼に絶望の波を押し寄せさせ、しばしばたとえ話を武器として、次のような考えを植え付ける。「お前は何を成し遂げたというのか、無駄な労苦を費やした者よ？ お前の行いは一体何に似ているというのか？ こうだ。ある者がブドウの木を植え、実がなるまでそれを守り育て、ブドウを収穫して樽にワインを満たした。ところがその後、突然立ち上がり、斧を手にとって樽を打ち砕いた。ワインはこぼれ出て失われてしまった。お前の行いは、まさにこれに似ているのだ」。これは、人を絶望の深淵へと突き落とそうとする悪意ある者が、人に吹き込む言葉である。

**29.** それゆえ、敵の策略をあらかじめ知っておき、罪から逃れよ。もし何らかの罪を犯してしまったとしても、その罪に固執してはならない。むしろ立ち上がり、心を尽くしてあなたの主なる神に立ち返り、あなたの魂が救われるようにせよ。邪惡な思いに対してこう言いなさい。「

たとえ私が樽を割って、ぶどう酒を台無しにしてしまったとしても、私のぶどう畑は無事であり、主は忍耐強く、大いなる慈しみと憐れみと正義に満ちておられる。そして、主の恵みの助けにより、再びぶどうを栽培し、収穫し、以前と同じように私の樽を満たすことができると信じている。なぜなら、主は預言者イザヤを通してこう言われているからだ。「たとえあなたの罪が緋色のように赤くても、雪のように白くする。たとえ緋色のように赤くても、波のように白くする」(詩編1:18)。

**30.** ある人には、思いがささやき、「あなたはまだ若い。老いてから悔い改めればよい」と言う。一方、老齢に達した人には、「あなたは年老いた。悔い改めの労苦をどこまで耐えられるというのか。あなたには安らぎが必要だ」という思いが浮かぶ。

**31.** 自分自身を絶望してはいけません。「もう救われることはできない」などと言っではいけません。それどころか、あなたはまだ十分に救われることができる。全き魂をもって神への畏れを愛しなさい。そうすれば、それはあなたの傷を癒やし、これからもあなたを傷つけられないように守ってくれるだろう。あなたの魂が主への畏れを愛している限り、悪魔の罠には陥らず、高みで舞い上がる鷺のようになるだろう。——しかし、もし魂がその後、神への畏れを軽んじて、自分勝手に振る舞うようになれば、高みから転落し、冥界の霊たちの遊びの餌食となる。そして、彼らはその魂の目を覆い、輒に引かれた牛のように、不品行の情欲へと押し込むのである。

**32.** もし邪悪な敵の矢に撃たれても、決して絶望してはならない。それどころか、何度打ち負かされようとも、敗北したまま留まってはならず、直ちに立ち上がり、敵と戦え。なぜなら、助ける方は常にあなたに御右の手を差し伸べる用意があり、あなたが倒れた時には必ず立ち上がらせてくださるからである。あなたが最初に御方に向かって右手を差し伸べたその瞬間、御方もまたあなたを立ち上がらせるために御右の手を差し伸べてくださる。一方、邪悪な敵は、あなたが倒れるやいなや、あなたを絶望の淵に突き落とそうとあらゆる手段を尽くす。彼を信じてはならない。たとえ一日に七度倒れたとしても、立ち上がり、悔い改めによって神をなだめるよう努めなさい。

**33.** たとえ我々が情に流されて倒れたとしても、悔い改めによって自らを癒やすよう努めよう。人間として情欲に堕したとしても、最後まで自分自身を絶望してはならない。それどころか、神に耳を傾け、主が「悔い改めよ。天の御国が近づいたからである」(マタイ4:17)と語られる声に従おう。神は、ある罪に対してのみ悔い改めを定め、他の罪に対しては定めなかったわけではない。それどころか、私たちの魂の医者である神は、あらゆる罪の傷から私たちを癒やすために、この治療法を与えてくださったのである。

**34.** 悔い改めとは、いつでも耕される畑である。それは、あらゆる方法で神に立派な実を結ぶ、実り豊かな木である。それは、罪によって死んだ者をよみがえらせる命の木である。それは神性に参加しており、神はご自身の創造の力として、それを喜ばれる。なぜなら、罪によって滅ぼされる者を、それは神の栄光のために新たに創造するからである。それは霊的な利子である。なぜなら、蒔かなかったものを刈り取り、与えなかったものを得るからである。

**35.** 善行を行う者たちは、悔い改めによって神の畑を肥やし、それによって教会を豊かにし、神の穀倉を満たした。それによって、地は天となった。なぜなら、聖徒たち——すなわち、この地上の天使たち——で満たされたからである。悔い改めによって、蒔かれたものを何倍にも増やした善き奉仕者たちは、称賛される。

**36.** 神は、人類が敵によって動揺させられることを見通し、その墮落に対抗するものとして悔い改めを備えられた。敵は罪を犯すよう説得するが、悔い改めは罪を犯した者を受け入れる用意がある。敵は不法を行うよう駆り立てるが、悔い改めは立ち返るよう勧める。敵は絶望へと引きずり込むが、悔い改めは救いの希望を約束する。罪は良心を打ち倒すが、悔い改めは良心を奮い立たせる杖となる。「主は打ち倒された者を立ち上がらせられる」(詩編145:7)。そして、主は悔い改めを通してこれを成し遂げられる。

**37.** 悔い改めにおいて、律法は灯の役割を果たす。なぜなら、罪を犯す者たちは、それを通して再び神と出会うからである。不法者は心が曇り、神の慈しみを見ることができない。それは

、敵が彼の魂を絶望で満たしたからである。しかし、悔い改めは、良き医師のように、魂から霧やそれを妨げるあらゆるものを取り除き、神の慈しみの光を魂に示してくれる。悪魔は、悔い改めの厳しさを彼らに思い描かせることで、不信心な者たちが心を改めることを許さない。しかし、悔い改めは、その狡猾さを見抜き、優しく近づいてこう言う。「ただ神を思い起こしてください——そうすれば、私があなたたちのために尽力します。心の中で神の憐れみを思い描いてください——そうすれば、私は嘆きながらあなたたちのために執り成します。罪人たちよ、悔い改めの心でほんの少し嘆きなさい——そうすれば、私はあなた方を神の僕とする。預言者イザヤはこう言った。「悔い改めて嘆き求めるとき、あなたは救われる」（イザヤ書30章15節）。「ここに証しを挙げる。ただ悔い改めよ」。もし罪を犯した者が嘆き悲しめば、その嘆きと共に、蛇によって課せられた罪の重荷は彼から取り除かれる。そうすれば、無知の霧も心から晴れ、魂の目は澄み渡り、悔い改めが魂を救いへと導き始めるのである。

**38.** 悔い改める罪人が神の慈愛を仰ぎ見たとき、ただ嘆息するだけでなく、深い悲しみをもって涙を流すことになる。なぜなら、長い間神から離れていた魂は、神を父として仰ぎ見たとき、涙を流さずにはいられなくなるからである。ついに自らの創造主を目にしたことから、魂は涙を流し、神を自分の方へと引き寄せる。それは、父なる神の御好意を愛しているからである。こうして、蛇によって導かれたあらゆるものから清められるのである。ダビデが「毎夜、私の寝床を洗い清める」（詩編6:7）と言ったことを聞いたことがないのか。しかし、彼はまず嘆息し、それから泣き出した。自然界でも同じである。まず風が吹き、それから雨が降る。まず雷が鳴り、それから雲から雨粒が生まれるのである。

**39.** 嘆き悲しんだダビデは、姦淫によって汚されたため、涙で自分の寝床を濡らした。彼は、不法な結びつきによって汚された自分の寝床を、涙で洗い清めた。彼はこう言った。「私は嘆きで疲れ果てた」（詩編6:7）。そして、嘆きの労苦は心の病の果実であり、それはまた多くの涙を生み出す。こうして、涙は先行する嘆きによって増し加わっていくのである。

**40.** 良心は神への自然な憧れ（神と神のすべてのものを支持する）を持ち、忍び込んだ惑わしを拒絶する。罪はしばしば恥知らずにも侵入してくるが、良心は時の状況を利用して、優位に立つ。暗闇の中で恐怖に襲われる者がいれば、良心はそれが罪によるものであると告発する。なぜなら、聖書は「不義の者は、追う者が一人いなくても逃げ去る」（箴言28:1）と述べているからである。あるいは、船上で荒れた海の波に動揺して混乱に陥る者がいれば、良心はその者に自身の不義を思い起こさせる。あるいは地震の際、良心は不法な行いを思い起こさせる。あるいは道行く者が、情欲に駆られた行いを記憶に蘇らせることもある。最後に、もし罪人が悔い改めなければ、弱さや肉体の病に陥った時に良心は彼を責め立て——彼は命への執着から、自分の中の罪を砕くことを神に誓うのである。死を恐れ、永遠のいのちの恵みを失うことを恐れて、彼は良心の呵責に苛まれ、悔い改めに頼る——これこそが、神と人との間の仲介者である。

**41.** 福音書に記されている若者は、父から遺産を受け取ると、遠くへ旅立ち、娼婦たちと遊び回ってそれを浪費してしまった。その結果、彼はあらゆる面で苦痛を伴う貧困に苦しむことになった。彼が苦難の重みに耐えきれなくなったとき、悔い改めが、かつて父のもとで送っていた安らかな生活を失ったことを彼に痛感させ、その生活に戻りたいという願望と、悔い改めによって父をなだめたいという希望を彼の中に蘇らせた。そして彼はこう叫んだ。「立ち上がって、父のもとへ行き、こう言おう。『父よ、私は天に対しても、またあなたに対しても罪を犯しました』」（ルカ15:18）。誘惑に負けた若者に敵が襲いかかり、彼を思うがままに弄んでいた間、悔い改めは静かに留まり、良心も沈黙を守り、時が来るまで行動を起こさなかった。しかし、彼にとって困難な時が訪れると、悔い改めはまるで母のようにその懷を広げ、彼をその腕の中に抱きしめ、継母である「快樂追求」の手から彼を引き離し、母である「敬虔」のもとへ連れ戻した。

**42.** 若者は叫んだ。「父よ、私は天に対しても、またあなたの前でも罪を犯しました」。罪を犯した息子は、自分を惑わしたのは継父であり、悪意ある者であると嘆きながら、父を認めた。彼はその狡猾さを見抜き、その惑わしを見抜き、母のもとへ駆け寄るように悔い改めに駆け寄った。長い間、彼はイネの穂を食らい、飢えに耐えていた。しかし、悔い改めは、慈愛に満ちた

母のように、この若者を迎え入れ、再び乳を飲ませ、自らの乳首を差し出した——罪が恥ずべき生活によって彼の力を消耗させてしまったため、乳で彼を養うのである。もしこの乳がなければ、彼は癒されることはなかっただろう。しかし、立ち上がることができなかった者を、悔い改めは乳で養い、立ち上がらせた。悔い改めは、極度に衰弱していた者を癒やし、父の腕に委ねたのである。

43. ご覧の通り、悔い改めは、罪人にとって最初は厳格なものではなく、寛容で容易なものとして現れるのだ！ 悔い改めは断食を課さず、禁欲も徹夜祈祷も求めず、ただ「罪を犯しました」という告白から始めるよう招いた。最も軽いところから始め、その後のことは良心が成し遂げると知っているからだ。良心は悔い改めの味方であり、魂を自らの保護下に置き、それを清めるために急ぐ。彼女は魂の従順さを知っており、騎手のようにそれを導く。彼女は悔い改めが受け入れられることを望み、それが罪人の中に根付き、太陽のように心に入り込み、それを照らすことを願っている。こうして彼女は彼らを穏やかに神のもとへと導き、短期間のうちに彼らを神の所有物とするのである。

44. 兄弟たちよ、私たちには、悔い改めという母がいるのだから、救いについて絶望してはならない。このような母が私たちを慰めてくださるのに、救いへの希望を失ってはならない。激しい敵に捕らえられた者たちを、悔い改めは神のもと、楽園へと導いた。果たして、悔い改めが私たちから背を向けるだろうか？ 教会の外にいた者たちを憐れんでくださったのに、果たして私たちに憐れみを示さないというのでしょうか。誰も、自分が苦勞して集めたものを、他人に自由に浪費させることは許しません。それならば、神であり父である方が、御子の血によって獲得された私たちを、どうして敵に明け渡すことができるのでしょうか。——私たちは神の群れであり、神は私たちの羊飼いです。神は、もし私たちが何か罪を犯したとしても、それによって清められるよう、悔い改めを清めの水として与えてくださった。私たちには、「再生」だけでなく「刷新」のための「浴場」もある。もし何か罪を犯しても、悔い改めによって洗い清められることで、私たちは清くなるのである。

45. 悔い改めは神の祭壇である。なぜなら、罪を犯した者たちは、それを通じて神を和解させるからである。律法の下にあった者たちは、罪を犯すと、物質的な犠牲を捧げなければならず、そのためにエルサレムへ行かなければならなかった。しかし、ある者には吝嗇が、ある者には貧困が、またある者には怠惰が、これを果たすことを妨げていた。新しい恵みの時代においては、これらすべてがただ一つの悔い改めによって成し遂げられ、良心の中でいけにえが捧げられる。そこには山羊は必要とされず、ただ告白が求められる。罪人よ、あなたには鳩がいいるのか？ ため息をつきなさい——そうすれば、神はそれを鳩以上にあなたに数えてくださる。鳩がいいるのか？ 自分の罪を神に告げなさい——それこそがあなたの全焼のいけにえとなる。他にどんな鳥も持っていないのか？ 泣け——そうすれば、それがあなたのいけにえとみなされる。もし祈るなら、神は子牛の代わりにあなたの祈りを受け入れてくださる。もし誠実な心でひれ伏すなら、あなたの熱意は、いけにえとして捧げられた雄牛よりも高く評価される。なぜ香を準備する必要があるのか？ 悔い改めは、煙を焚くことなくあなたを清めるのだ。

46. 悔い改めは神の食卓でもある。なぜなら、それを通して神は人間の救いを味わわれるからである。そして、救い主はこう言われている。「わたしの糧は、天におられるわたしの父の御心を行うことである」（ヨハネ4:34）。かくして、悔い改めは神の驚くべきパンである。神はその中で良心の告白を味わい、悔い改めの中で悔恨の涙を飲み、その中に漂う芳しい香り——すなわち、嘆きの真摯な感情——を享受される。なぜなら、それらは神にとって芳しい香炉だからである。これこそが、神の多様な供え物である。すなわち、節制、断食、徹夜祈祷、熱心な祈り、謙遜を伴う従順である。なぜなら、これらは多くの犠牲よりも神に喜ばれるからである。

47. 悔い改めは、神にとっての祝祭である。なぜなら、福音書は、「一人の罪人が悔い改めることについて、神は九十九人の義人についてよりも、さらに喜びを覚える」と述べているからである（ルカ15:7）。悔い改めは、神への祝宴をなし、天をもその宴に招き入れる。悔い改めが

彼らを晩餐に招くとき、天使たちは喜ぶ。天のすべての位階は、悔い改めによって喜びに駆け立てられ、祝宴を繰り広げる。

**48.** 悔い改めは、罪を犯した者たちを犠牲として捧げるが、同時に彼らを再び生かす。死に至らせるが、死から再びよみがえらせる。どうしてそうなるのか。聞いてほしい。悔い改めは罪人を受け入れ、彼らを義人とするのだ。昨日は死んでいたが、今日、悔い改めによって神のために生きている。昨日は神にとって他者であったが、今日、神の者となっている。昨日は不法であったが、今日、聖なる者となっている。悔い改めとは、銅を受け入れ、それを金に変える偉大なるつばであり、鉛を受け入れ、銀を返すものである。もし、ガラスがヒヤシンスやエメラルド、あるいはサファイアの色を帯びるのを見たことがあるなら、悔い改めの力によるこのような変容を疑うことはないだろう。悔い改めは、神の御心により、悔い改める者を聖霊の恵みと融合させ、その人を完全に神の子とするのである。

**49.** 律法は、聖なる品々をすべて金で作るよう命じていた。立法者は、これらの宝物に空虚な部分を残さなかった。それは、神の聖徒たちがその内に完全な聖さを備えていることを、私たちが知るためである。悔い改める者よ、聞きなさい！ 心を尽くして神に近づきなさい。そうすれば、神はあなたを完全に焼き直して、報いてくださる。あなたは悔い改めの炎による焼き直しを求めたのだ。見よ、焼き直されていないものを何一つ残してはならない。私が意味するのはこうだ。例えば、あなたが淫行について悔い改めを捧げるとしよう。見よ、あらゆる種類の淫行を捨て去れ。なぜなら、それらからあらゆる放蕩が生まれるからだ。それだけでなく、それらによる穢れへと導くものすべて——笑い、冗談、汚い言葉、食欲の満足——も捨て去れ。これらはすべて淫行への道である。

**50.** あらゆる罪を完全に捨て去りなさい。預言者モーセは、民が罪を犯したとき、蛇を十字架に架けるよう命じた。すなわち、罪を根絶せよ、と——そして、その蛇を空洞ではなく、鑄造された一体のものとした。それはなぜだろうか。これにより、あなたがあらゆる「悪巧み」から完全に背を向けなければならないことを示しているのだ。彼が蛇をすべて銅で造ったのは、あらゆる悪の根源が「金銭への執着」にあるからである。鑄造して炉から取り出したのは、あなたの心の中で、精神の墮落へと広がっていく「炎」を鎮めるためである。また、木に蛇を吊るしたのは、あなたが悔い改め、これらの三つの悪徳を自らの内に「磔」にするためである。なぜなら、それらは魂の死をもたらすからである。

**51.** 悔い改める者よ、私の言葉はあなたに向けられている。あなたの内に空虚な場所を残してはならない。罪に立ち向かい、善に堅く立つという決意を、岩のように固く保ちなさい。『預言者の言葉通り、『心を堅くし、動揺してはならない』（詩編 111:5,8)』。あなたは、ペトロのように、確固たる悔い改めを捧げなければならない。なぜなら、あなたは確固として罪を犯してきたからだ。神は、確固たる行いを伴わない悔い改めを受け入れられない。多くの人が王たちの歩き方を真似るが、それだけで王として敬われることはない。同様に、悔い改める者も、確固たる悔い改めを捧げなければ、悔い改める者の外見だけを持ち、悔い改めが与える力を持ち得ない。見せかけだけの悔い改めを捧げる者は、一つの罪だけでなく多くの罪を犯している。なぜなら、他の人々にも、表面的な悔い改めだけを捧げるよう促してしまうからである。そのような者には、罪が赦されないばかりか、さらに罪が加えられるのである。

**52.** 罪を犯した者よ、赦しを得るために、確固たる悔い改めを捧げなさい。聖パウロは、「木、わら、葦」の上に建てる者は報いを受けない、と語った。これは教えについてだけでなく、悔い改めについても語られたのである。もし誰かが真摯な悔い改めを捧げないならば、その人は水面に浮かぶ葦や薪のようなものである。悔い改めに真摯に取り組まない者は、薪のようなものである。そのような者は、拒絶されるだけでなく、言われているように、火によって焼かれることになる。なぜだろうか。それは、神を嘲笑おうとしたからである。

**53.** ニネベの人々のように悔い改め、私たちも救いを得よう。彼らは真に悔い改め、真に救われた。罪を犯したのと同じように悔い改め、受け入れられたのである。中途半端な悔い改めではなかった。王も庶民も等しく涙を流したからだ。彼らの一部だけが改心したわけではない。支



配者も奴隷も共に泣き崩れたからだ。短期間だけ悔い改めたわけでもない。丸三日間、男も女も、乳飲み子も老人も、絶え間なく告白を捧げ続けたからだ。彼らは裁きを信じ、まるで死に備えるかのように、互いに苦々しく嘆き合った。——私が「ニネベ」と言うとき、そこには「人間」を意味し、その多くの住民とは、魂の諸側面や心の動きを表している。彼らが国民全体として悔い改めに取り組んだように、私たちも全力を尽くし、組織全体として悔い改めを捧げなければならない。

**54.** 律法において、神は偶像や祭壇、偶像崇拜の場所を滅ぼすだけでなく、焼かれた石や木の灰をも、不浄なものとして陣営の外に捨て去るよう命じられた。悔い改める者よ、あなた自身の中に罪の痕跡をすべて根絶する義務が課せられていることを心に留めなさい。もしあなたの中に罪の灰が残っていれば、不浄な動物や這うものが引き寄せられるだろう。しかし、もしそれを自分の中から吐き出せば、罪の蚊や蚋でさえもあなたを悩ませることはないだろう。あなたの心を罪の死骸から完全に清めなさい——そうすれば、その悪臭そのものがあなたの中から消え去るだろう。罪の死骸とは、情欲に満ちた記憶のことである。もしそれらがあなたの中に残っていれば、あなたの思考を曇らせ、あなたの思いはめまいを起こさせ、それは濃い霧のようにあなたの霊的な目を覆い尽くすだろう。

**55.** 赦しの恵みを、あたかも自らの本来の色であるかのように失わないよう、悔い改めによって自らを絞り出そう。絞り出すとは、忌まわしいものを徹底的に取り除くことである。なぜなら、そのようにして私たちに与えられた（赦しの）色は、私たちの魂の中で鍛え上げられ、もはや消えることはないからである。染め職人が羊毛を洗い流すように、涙をもって自らを徹底的に洗い清め、謙遜に身を委ね、あらゆる面で自らを締めよ。そうして自らを清め尽くしたとき、あなたはすでに恵みを受け入れる準備が整った者として、神のもとへ近づくことができるのだ。

**56.** 悔い改める者の中には、再び罪へと戻ってしまう者がいる。それは、自分の中に潜む蛇を知らなかったからであり、たとえ知っていたとしても、それを自分の中から不完全な形で追い出し、その姿の痕跡を内に残してしまったからである。そして、その蛇は、まるで胎内で受胎したかのように、やがて再びその悪意の完全な姿を回復するのだ。悔い改めた者が再び罪を犯しているのを見たら、その者の心は変わっていないと理解すべきである。なぜなら、その者は自分の中にすべての罪への衝動を残しているからである。一方、真摯な悔い改めを示す兆しとは、整然として厳格な生活様式、傲慢や自惚れを捨て去ること、そして、キリストの恵みによって新しい人となることを願い、常に憧れのイエス・キリストへと目を向け、心を向けていることである。

**57.** 美德に反するものを遠ざけよ。もし断食しながらも無分別な笑い声を上げているなら、容易に躓かされるだろう。もし祈りの際には泣いていながら、人前では世俗的な振る舞いをしているなら、すぐに罨にかかってしまうだろう。もし貞潔な行いをしているにもかかわらず、油断しているなら、遅かれ早かれ墮落してしまうだろう。悔い改めは、心から行わなければならない。悔い改める者は常に一貫していなければならない、すなわち、当初のあり方のままであるべきである。もし誰かに欠点があるならば、それはすでに不完全な回心の兆候である。もしその人が変わってしまうなら、それは彼の心に、神に従う生活の確固たる基盤が築かれていないことを露呈している。そのような人は、まるで教えを受ける子供のように悔い改め、打たれた者が必要に迫られて泣くように、自らの意志ではなく泣くのである。世俗の法律は恐怖によって行動を正すが、心の在り方を変えることはない。——同様に、ある者の悔い改めは、おそらく自覚の薄い裏の意図——時折罪を大目に見ようという考え——を伴って行われるのである。

**58.** ある預言者はこう言った。「主の御前で、『涙』をもって中傷してはならない」（ミカ書 2:5,6）。ここで預言者は悔い改めそのものを否定しているわけではなく、主の前で謙遜な心を告白することを中傷と呼んでいるわけでもない。しかし、悪意を持って偽りの涙を流すのであれば、そのような悔い改めは不安定であると述べているのである。また、こうも言っている。「あなたがたの衣ではなく、あなたがたの心を裂きなさい」（ヨエル書 2:13）。なぜなら、預言者は、私たちが悔い改めを誇りとするのではなく、真に悔い改めることを望んでいるからである。ダビデもこう言っている。「私の涙で、私の寝床を濡らす」（詩篇 6:7）。私は教会で、人々の

前でただ外見だけを見せ、義人として認められるための名声を求めながら涙を流すのではなく、自分の寝床で毎晩、涙をもって寝床を洗い清め、次のように言われるキリストと調和を保つためである。「あなたの部屋を閉めて祈りなさい。そうすれば、あなたが『隠れて』これを行う御父が、あなたに報いてくださり、『公に』あなたを憐れんでくださる」（マタイ6:6）。

59. 多くの者は告白を商売にし、しばしば実態よりも優れた自分を見せびらかして、それによって自分を隠している。また、悔い改めを商売にして、それによって名声を得ようとする者もいる。さらに、悔い改めを傲慢の口実にし、赦しの代わりに新たな負債の義務を自らに課す者もいる。まだ以前の負債から解放されていないのに、新たな負債を負うのか？ 負債を返済しに来たのに、新たな義務に縛られるのか？ 借金から解放されようと努めながら、自ら新たな奴隷状態を招いているのか？——これこそが、「その祈りは罪となる」（詩編108:7）という言葉の意味である。そのような者が、どうして罪に逆戻りしないことができようか？ どうして再び情欲に身を委ねないことができようか？ 蛇は彼を放っておくだろうか？ 這う者たちは彼を悩ませるのをやめるだろうか？——ああ、悲しいかな！ そのような者には、キリストが言われた通り、「さらに七つの、より邪悪な霊」が彼の中に宿ることになるのだ（ルカ11:26）。

### 3. 主に仕えることに身を捧げた者たちの生活に関する概説

110章から要約して引用した。この言葉は修道者たちに向けられているが、概してすべての人に当てはまる。

1. 神に身を捧げ、常に「自分の体を、生きた、聖なる、神に喜ばれる供え物としてささげる」（ローマ12:1）と常に努めているすべての人々は、福音書およびその他の聖書の聖なる約束に従い、あらゆる善行と徳の修練に身を捧げることで、キリストの恵みと神の力によって、魂と肉体に生じる不品行の情欲から完全な解放と清めを得ることができると信じるべきである。私たちには不可能なことも、約束をなされた神にとっては可能である。さらに、罪深い情欲は、原初の人間の罪の結果として、後に魂と体に侵入したのである。

2. 私たち信者は、聖なる洗礼を通じて、約束された相続財産を何倍にも増やし、増大させるための「タラント」として、恵みの保証を受け取ったのである。使徒たちに与えられ、彼らを通じて唯一の真の神の教会に伝えられた、神聖で慰めを与える御霊は、洗礼を受けた瞬間から、清い信仰をもって洗礼を受けた一人ひとりの内に留まっています。そして、福音書に記されているように、誰もがこの「賜物」を受け取り、それを増やし、実らせ、成長させていくのです。

3. この世に生まれた乳児が、永遠に乳児のままでいるわけではなく、自然の法則に従って日々成長し、完全な成人となるまで成長するように、水と御霊によって上から生まれた者も、霊的な幼子として留まってはならず、絶えず奮闘し、労苦し、多くの忍耐を払いながら、霊的な敵との戦いを通じて、霊的な成熟の完全な段階に至るまで、成長し、発展していかなければならない——すなわち、使徒が教えているように（エフェソ4:13）、「キリストの満ち満ちた大人に至る」のである。

4. しかし、肉的な誕生によって生まれた乳児は、必然的な自然の法則に従って成人期に達する。なぜなら、神の摂理は、肉的な成長が自らの意思によるのではなく、自然の法則に従って完成に至るよう定めているからである。一方、上から来る霊的な誕生においては、神は別の秩序を定められた。すなわち、霊的な成長という営みにおいて、人の自由な意志に、労苦と奮闘、そして揺るぎない忍耐をもって（その目的へと）歩むことを委ねられたのである。「狭い門から入りなさい」と主は言われる（ルカ13:24）；また、「努力しなさい。なぜなら、『力強く求める者たちが天の御国を勝ち取る』からである」（マタイ11:12）；さらに、「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を勝ち取れ」（ルカ21:19）。このように、神の恵みは、一人ひとりが自らの気質と意志に従い、労苦と奮闘によって霊的な成長を遂げられるよう、その道を整えてくださったのである。

5. 人が肉体的・精神的な奮闘にどれほど身を捧げ、善行をあらゆる喜びをもって行うかによって、その人は、心の刷新における霊的な成長に向けて聖霊の参与を同じ程度に得る。——恵みによって救いの力をただ受け取るだけでなく、信仰と愛、そして自由意志による努力によって

、繁栄と完成へと昇りつめ、恵みと真理の両方によって、永遠の命の相続人となるのである。神の力と恵みのみによって、人間自身の協力や努力なしに、彼が成長し、繁栄するわけではない。また、自身の力と能力のみによって、聖霊の協力や助けなしに、私たちが神の完全な御心と清さの完成に至ることもできない。なぜなら、「主が家を建て、町を守ってくださらなければ、それを建てる者の見張りや労苦はむなし」（詩編126:1）からである。

6. 使徒が一人ひとりに勧め、説得して到達するよう促している「神の完全な御心」（ローマ12:2）とは何でしょうか。——それは、信仰と愛をもって自らを神に完全に委ねる魂の中で、疑いなく起こる、神の御霊による心の清めと聖化です。主はこう言われた。「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:7）。このような至福に到達することを願う者たちには、罪からの完全な清め、すなわち、不義の情欲からの断固たる解放と、自分の中に至高の美德を完全に根付かせることが求められる。これについて預言者も、祈りの中で「神よ、私のうちに清い心を造り、私の内なる霊を新しくしてください」（詩編50:12）と述べ、さらに「だれが主の山に登り、だれが主の聖なる所に立つのか」と問いかけた際、次のように答えている。「その手は清く、心は清い者」（詩編23:3,4）。これにより、聖霊は、私たちが自らの努力によって、行い、言葉、そして思いによって犯される罪を完全に断ち切り、霊の完全な清さを求め、聖霊の恵みによってそれを達成することを望まなければならないことを示されたのである。そこで使徒もまた、肉体的な結婚や世俗の束縛から離れ、貞潔を保とうとする魂がどのようなものであるべきかを説き、次のように語っている。「未婚の者は、主のことに心を留め、いかにして主に喜ばれるかを考え、ただ『肉体』だけでなく『霊』においても聖なる者となるように」（Iコリント7:34）。彼はこれにより、清き天の王と結ばれることを願う、キリストの花嫁である魂は、行為上の罪や心の罪、すなわち明らかな罪だけでなく、隠れた情欲からも自由になるべきであることを示唆しています。これは、神学者ヨハネの次の言葉にも表れています：「この希望を彼に置く者は皆、御自身が清いように、自分自身を清める」（Iヨハネ3:3）。

7. 魂は、姦淫、窃盗、暴食、中傷、無駄話、罵声、笑い、貪欲といった顕著な罪からだけでなく、世俗的な交わりから身を遠ざけ、朽ちることのない花婿との結びつきと交わりに留まることを願う者であるからこそ、清くなければならない。それどころか、魂は、最も強い内面の情欲や隠れた罪、すなわち、好色、虚栄、人に媚びる心、偽善、独断、諂い、悪意、憎しみ、不信仰、嫉妬、高慢、妬み、自己満足、自愛、虚栄、およびこれらに類する目に見えない「不義の情欲」（ローマ1:26）から、清さを保たなければならない。聖書は、心の奥底に潜む罪を、行動として現れた罪と同等のものと見なしている。なぜなら、それらはすべて同じ根源から生じているからである。こうして預言者はある者たちをこう非難している。「あなたがたは心の中で不義を行っている」（詩篇57:3）。また、自分自身についてはこう祈っている。「私の隠れた罪から、わたしを清めてください」（詩篇18:13）。だからこそ、外なる人、すなわち神の宮である肉体を、明らかな罪から守るためにどれほど努力するとしても、内なる人、すなわち魂をあらゆる邪惡な思いから守るためにも、同じだけの勤勉さと努力を払わなければならない。それは、次のように言われている通りである。「何よりもまず、あなたの心を守りなさい。それこそが命の泉だからである」（箴言4:23）。

8. この心の清めにおいて、私たちが成功を収めるためには、常に邪惡な思い——虚栄、憎しみ、見栄、お世辞、情欲、競争心、独断など——に立ち向かい、これに反対し、——自らを厳しく吟味し、心の奥底に潜む隠れた情欲との結びつきや調和から心を遠ざけ、それとは対照的に、あらゆる善き企て、労苦、そして奮闘に力を注ぎ、敵の行く手を阻むように努めるならば、なぜなら、もし私たちがこのように行動するならば、主は私たちの心の奮闘をご覧になり、その人愛によって、御自身の御霊の力によって、必ずや私たちの中に、隠れた情欲からの大いなる癒やしを成し遂げ、私たちの心の敵に報復してくださるからである。

9. 私たちがどの程度の霊的な高みを目指すべきか、それについては聖パウロから学ぶべきである。彼はこう述べている。「私たちのすべての関心は、『あらゆる人をキリストにおいて完全な者として提示すること』に向けられている」（コロサイ1:28）。そして、この完全さとは何

であるか、彼はエフェソの信徒たちへの祈りの願いの中で次のように示している。『神があなたがたに、御霊の力によって内なる人を強め、キリストが信仰によってあなたがたの心に宿り、愛に根ざして、……できるようにしてくださいように』など（エフェソ3:16-18）。すべての頂点にあるのは愛である。彼は別の書簡において、このことをさらに鮮明に示している。そこでは、神のさまざまな賜物や人間の自己犠牲を列挙しつつ、それらすべてに「愛がなければ、これらもすべて無に等しい」と付け加えている。そして愛は、あらゆる情欲を食い尽くし、滅ぼすものとして描かれている（Iコリント13:1-8）。これこそが完全さの極みである。このことから、聖パウロが列挙した賜物を受けるに値する者であっても、最も完全で力強い霊的な愛の力によって（情欲からの）解放をまだ受けていない者は、たとえすでに霊的な賜物を持っているとしても、依然として危険、闘争、そして恐れの中に置かれていることがわかる。

**10.** 使徒は、キリスト教の完全性へと正しく登りつめたいと願う人々のために、このことを示した。それは、何らかの賜物を受けた者が、たとえ恵みの働きが不完全であっても、すでに完全性に達したと思い込まず、また、もはや何のものにも欠けるものはないと夢想して、下位の賜物だけで満足してしまい、完全性のべき到達点に届かないままになってしまわないようにするためである。この完全性の目標を示すにあたり、使徒は、誰もが、そのような愛の豊かさの前では自らを貧しい者と認め、絶えず、そして衰えることなく善行に励み、目標に到達するまで霊的な戦いを歩み続けるよう教えている。それは、『このように走り続けなさい。そうすれば、勝利を得ることができる』（Iコリント9:24）という言葉のとおりである。

**11.** 私が修業の目的についてこれほど詳しく論じたのは、それを受け入れようとする人々の心に、私たちの希望がどのようなものであり、どのような戦いの場が待ち受けているのかという正しい考えを確固たるものにし、また、神に身を捧げた一人ひとりが、この考えに導かれて、私たちがどこへ召され、どのような水準に達すべきかを常に心に留め、あらゆる手段を尽くし、全力を挙げ、細心の注意を払いながら、自分自身とこの世で持つすべてのものを常に熱心に善のために捧げ、しかし、あたかも自分たちが何かであるかのような驕りを抱くことなく、むしろ、私たちの召しの完全な高さと、キリストの愛の測り知れない豊かさに比べれば、私たちは常に何者でもないのだと自覚するのです。『忍耐をもって、私たちの前にある戦いに邁進し、信仰の創始者であり完成者であるイエスを見つめ続けよう』（ヘブライ人への手紙12:1）——『後ろのことは忘れて、前のことに手を伸ばして』（フィリピ人への手紙3:14）。

**12.** さて、兄弟たちよ、私たちはどのように生き、互いに振る舞うべきでしょうか。真理を愛する者たちは、どのような労苦、汗、そして鍛錬によって、前述の目標を達成することができるのでしょうか。この目標を目指す者は、世や世俗の快樂から離れ、自らの魂を兄弟愛に捧げるべきである。救い主は、御自身の後を歩もうとする者が何を捨てなければならないかを列挙した後、『さらに、自分の魂までも』と付け加えられた（ルカ14:26）。さて、自分の魂を捨てる、あるいは魂を放棄するとは、どういうことか。それは、疑いなく、そして全面的に自らを兄弟団に委ね、決して自分の意志を行わず、身に着けている衣服以外は一切自分の支配下に置かないことである。そうすることで、何のものにも気を取られることなく、常に喜びをもって、命じられたことのみを遂行することができるようになるのだ。自分の魂を捨てた者は、すべての兄弟、とりわけ修道院長たちを主であり支配者として敬い、あらゆる「分別」をもって彼らに仕え、『人の目にだけ見られるように働くのではなく、人の気に入ろうとするのではなく、キリストのしもべとして』仕えなければならない（エフェソ6:6）。主ご自身に身を委ね、この狭くきつい道（従順）を歩み、キリストのこの善きくびきに喜んで身を委ね、それが自分にとって偉大な救いを備えてくれることを疑いなく信じなければならない。

**13.** 兄弟たちは、互いに素朴さ、清さ、一致、平和、そして心の誠実さをもって共に生きるべきである。誰も他者より自分を高く見たり、自分こそが誰よりも優れている、あるいは誰よりも高い存在であると見なしてはならない。それどころか、誰もがキリストの弟子として、自分こそがすべての人の中で最も貧しい者であると認めるべきである。そうして、愛と素朴さ、競争心

や虚栄心の欠如、互いに従い合うこと、そして神への畏れをもって、兄弟愛における平和の絆が保たれるように。あたかも、キリスト・イエスにおいて一つの体、一つの霊であるかのように。

**14.** こうした規則を守ろうとする者は、まず何よりも、あらゆる手段を尽くして、心に神への聖なる愛と畏れを抱くよう努めなければならない。絶えず神にそれらを授けてくださるようお願い求め、主と天の愛を頻繁に、いや、むしろ絶えず心に留め、恵みの助けを借りて、日々それらを自らの内に育むよう、あらゆる方法で熱心に努めなければならない。

**15.** 隣人への愛については、（これさえ守れば）すでに容易に成し遂げることができる。第一のものを第一の場所に据えれば、第二のものはそれに続いて、順を追って成し遂げられるだろう。もし誰かが、最初の 大いなる戒め——すなわち、神の助けによって、内なる心構え、良心、そして神に対する健全な考えから私たちの中に形作られる神への愛——を軽んじ、——もし、それに似た第二の戒めを気かけようと決意するなら、そこから生じるのは兄弟たちへの単なる外的な奉仕に過ぎず、その人は決してこの奉仕を純粹かつ健全に果たすことはできないだろう。なぜなら、悪意の策略は、その人の心が神を思い起こすこと、神への愛や神への憧れから遠ざかっているのを見抜き、魂の中に兄弟たちへの奉仕に対する不平や不満を生み出し、それを困難で重荷であるかのように見せかけるか、あるいはその人を高ぶらせ、自分を尊く偉大な存在であると夢見させ、すべての人々のために多くのことを成し遂げているという考えで惑わすからである。人が神を思い起こすことや神への畏れから遠ざかると、必然的に栄光を求め、仕える相手から称賛を得ようと執着するようになる。しかし、知性と心の在り方が常に神への思索と神への憧れに満たされているとき、人は神の愛にふさわしく、すべてのことを神の栄光のために行い、兄弟たちへの愛という清く神に喜ばれる行いで豊かになることで、その労苦において完全な成功を収め、それは神からの永遠の報いによって冠されることになる。

**16.** 私たちが取り組むあらゆる徳の修練は、神の栄光のために行われ、決して私たち自身の栄光のために行われることのないようにすべきである。戒めに従うことは、主を心に留め、神への畏れと神への愛をもって行われるときのみ、聖なるものであり、私たちによって清く成し遂げられるのである。このような心構えによって、戒めの履行を常に汚そうと企む敵は私たちから遠く追い払われ、戒めの中で命じられているすべてのことは、私たちにとって容易で実行しやすくなる。なぜなら、私たちの中にある神の愛が戒めを困難なものではなくし、その履行におけるあらゆる困難を取り除いてくれるからである。敵は、神を思い起こすこと、主への畏れと愛から、私たちの心をあらゆる手段でそらそうと、様々な地上の誘惑を用いて必死になります。そして、その後、何らかの好ましい見せかけを用いて、私たちの心を真の善、すなわち神への愛から、偽りの善へとそらそうとします。そして、人が行う善い行いのすべてを、悪しき者は、戒めの履行に虚栄や疑い、不平、あるいはそれに類するものを混ぜ合わせることで、曇らせ、汚そうと努める。そうすることで、行われた善が真の善とならないようにするためである。真の善とは、謙虚かつ熱心に神のために行われるときにのみ実現するものである。だからこそ、誰もが多くの知識と判断力を必要とするのである。そうして初めて、心は敵の策略や罠を見抜き、自らの行いからあらゆる罪深いものを切り離すことができるのだ。なぜなら、どんなに良い行いであっても、不注意に、あるいは無頓着に、あるいは不純な意図をもって行えば、それは神に喜ばれるものではなくなる。逆に、神の御心に従い、慎重に、冷静に、神のためにそれを行うならば、それは神の御前に喜ばれるものとなるからである。

**17.** 自らを神に完全に委ねた者は、力の及ぶ限りすべての戒めを履行しなければならない。なぜなら、敬虔という一つの目的が誰の目にも明らかであるからであり、——すなわち、信仰と熱意をもってあらゆる美德を実践し、聖霊による成就に与り、情欲からの完全な解放、すなわち、聖なる御霊によって信実で敬虔な者の魂に働く心の清めを得るためである。それゆえ、各人は、神に対する心の愛が及ぶ限りにおいて、善に身を捧げるべきである。—そして最後に、絶えず祈りたいと願う者がいるならば、その者は常に祈りの中に留まるべきである。（もちろん、隠遁者たちのことである）。

**18.** さて、兄弟たちのうち、天の恵みへの愛から祈りの修行に励みたいと願う者がいるならば、その者をそれに従わせるべきである。そして、その者は人々に対しても、また神に対しても、大いに称賛に値する。兄弟たちは心をつにして、そのような者が祈りに留まることを喜んで許すべきである。そうすれば、兄弟たちがその兄弟に許可を与え、善意をもって協力したことに對して、彼ら自身も神から報いを受けることになるからである。ただ、これに踏み切る者は、唯一の主と共にありたいという抑えきれない渴望を抱いて決断し、あらゆる余計な思いに抗いながら、主への絶え間ない憧れというこの修行に実際に身を置き、そのようにして、その実りが皆の靈的成長のために日々明らかになるようにすべきである。主を愛する者は、たとえ祈りの最中にまだ神の愛による心の刺し傷や燃え上がるような情熱を感じていなくとも、自らに努力を払い、奮闘し、意志をこの労苦へと駆り立て、疑いなく天の愛に身を委ね、真の靈的な祈りを得ようと努めるのであれば、そのような者には、他の兄弟たちが喜んで祈りの中に留まることを許し、むしろ、兄弟の完全なる成長を自らの成果として認め、助け手として彼を支援し、競争心や嫉妬から彼をこの道からそらしたり、美しく熱心な奮闘の始まりを妨げたり、神への善き志を中断させたりしてはならない。そして神は、互いの愛の熱意をご覧になり、互いに対する正しく善き意志を認め、すべての願いを叶えてくださるであろう。

**19.** 祈りの仲間に加わった者は、最も偉大な務めを引き受けたのと同様に、最も広範な功業も引き受けなければならない。なぜなら、絶え間なく祈りに留まることには多くの障害があるからだ。すなわち、眠気、気落ち、身体の重だるさ、思考の乱れ、焦り、弛み；さらにこれらすべてに加え、悪霊たちの反乱がある。彼らは、絶えず神を求める魂と戦い、それに立ち向かい、あらゆる手段を用いて神に近づくことを妨げようとする。それゆえ、人は内面で起きているすべてのことに常に冷静な注意を払い、闘い、忍耐し、涙を流しながら、祈りに不都合なことを一切許さないよう全力を尽くさなければならない。

**20.** もし私たちの祈りが、謙遜、愛、純真さ、そして慈愛によって飾られていなければ、そのような祈りは私たちに何の益ももたらさない。むしろ、それは祈りの仮面に過ぎない。もっとも、これは祈りだけに限ったことではなく、あらゆる行い——貞潔であれ、断食であれ、徹夜禱であれ、詩篇の詠唱であれ、奉仕であれ、あるいは徳のために為されるその他のあらゆる労苦——について言えることである。もしそれらを行う中で、愛、平和、喜び、柔和、謙遜、純真、誠実、忍耐、嫉妬のなさといった実が自分の中になければ、そのような労苦や行いはすべて無駄である。なぜなら、それらはまさにそのような実を結ぶために捧げられるものだからである。それゆえ、私たちの中にこれらの実が見出されないならば、私たちのあらゆる行いも、あらゆる功績も虚しいものとなる。これらの実を持たない者は、審判の日に、狂信的な処女たちと同じ列に並ぶことになるだろう。

**21.** まだ完全に祈りの業に身を捧げることができない者は、信仰と神への畏れをもって、兄弟たちへの奉仕、あるいは従順の務めを果たす準備をせよ。そして、この務めに就いたら、主の戒めを履行し、靈的な業を行う者としてそれを全うせよ。それを神の御業として注意深く扱い、主のしもべとして喜びをもって仕えなさい。決して、敵の悪意によって、人への迎合や不平、高慢、怠惰、不注意によって、あなたの善行が汚されることを許してはならない。それどころか、あらゆる方法で、神への畏敬と愛をもって、その素晴らしい従順を聖別するよう努め、それが主の御前に喜ばれるものとなるようにしなさい。

**22.** さて、一つの生活様式を歩むすべての兄弟たちには、上述した一つの目的が定められている。それゆえ、各人は自分の力の及ぶ限り努め、神を信じて、善への勤勉と徳の修練によって、キリスト者の子としての完全な境地に達することを確信せよ。また、単純さ、誠実さ、互いへの愛、喜び、そしてあらゆる事において謙遜な知恵が、兄弟愛の中で常に揺るぎないものとなるように。それこそが、さもないと、互いに高慢になったり、互いに傲慢になったり、不平を漏らしたりして、私たちの労苦を無駄にしないための基盤となるのである。また、絶えず祈りに専念する者は、まだそのような絶え間ない祈りを行うことができない者を高ぶって見下してはならない。そうしてこそ、その者の行いは神と人々の前で実を結ぶことができるのである。また、奉仕



やその他の従順な務めに身を捧げた者は、悪意に駆られて不平を漏らしたり、祈りと断食に励む者を中傷したりしてはならない。そうしてこそ、その者も神の恵みを得ることができ、その行いが神に喜ばれるものとなるのである。――互いに互いの肢体である以上、私たちは互いに安らぎを与え合わなければならない。一つの魂に導かれる身体の各部分が、嫉妬することなく互いに仕えるように、私たちもまた、互いの肢体として、一つの御霊に導かれ、一つの生ける真理の御言葉によって養われている者として、互いに安らぎを与えるために、愛と純真さ、慈愛と喜びをもって、共通の調和の中で歩まなければならない。－ 互いにこのような純真さを保つとき、祈りに励む者たちの余力が、この務めにおいて従順を実践する者たちの不足を補い、逆に、奉仕の務めを担う者たちの労苦の余剰が、祈りに専念する者たちの不足を補い、使徒の言葉にあるように、「等しさ」が実現されるのである（Ⅱコリント8:14）。ただ、兄弟たちの間に純真さ、愛、謙遜、そして嫉妬のなささえ確立されていればよい。そうすれば、各人がどれほど信仰し、愛し、労苦するかに応じて、日々進歩しつつ、御国にふさわしい者とされるだろう。これこそが真に天使のような生活である！ これこそが、「天におけるごとく、地においても御心が成されますように」という意味である。すなわち、嫉妬心なく、純真さ、愛、平和、喜びをもって互いに結び合い、隣人の繁栄を自らの獲得として尊び、同様に、弱さや欠点、悲しみを自らの損失として認めることである。次のように述べられている通りである：「自分のことばかりを顧みず、互いのことを顧みなさい」（フィリピ2:4）。このように互いに思いやり、とりわけ強い者は弱い者を、力ある者は力なき者を思いやることで、聖パウロが示したように（ガラテヤ6:2）、キリストの律法を全うすることができるのです。

#### 4. 美徳と情欲について

1. 人間は二面性、すなわち肉体と魂から成っているため、感覚も二種類あることを知っておく必要がある。五つの精神的な感覚と五つの肉体的な感覚がある。精神的な感覚は、賢者たちによって「（魂の力）」と呼ばれ、具体的には次の通りである：知性、理性（判断力）、認識（意味）、想像力、そして感覚；一方、身体的な感覚とは、視覚、嗅覚、聴覚、味覚、触覚である。ここから、二種類の美徳と二種類の悪徳が生じる。そして、あらゆる人間にとって、どのようなものが精神的な美徳であり、どのようなものが身体的な美徳であるか、またどのようなものが精神的な情動であり、どのようなものが身体的な情動であるかを、明確に知ることが極めて重要である。

##### 精神的な美徳

2. 精神的な美徳については、主に四つの根本的な美徳、すなわち、勇気、分別、節制、正義であると主張する。これらから、以下の精神的な美徳が生まれる：信仰、希望、愛、祈り、謙遜、柔和、寛大さ、忍耐、慈愛、怒りを抑えること、神への知識、穏やかさ、純真さ、動じなさ、偽りのなさ、真実を愛すること、自由、非難への嫌悪、虚栄心、見せびらかし、高慢、嫉妬、狡猾さ、金銭への執着への嫌悪、同情心、慈悲、寛大さ、敬意、畏敬の念、未来の不滅の福への憧れ、神の御国への渴望、神の子となることへの渴望。

##### 肉体的徳

3. 一方、肉体的徳については、神に従うことによって徳の道具へと変容すると言え、あらゆる偽善や人に媚びる心を排すれば、人を謙遜と無情において成長へと導くものであり、その内容は以下の通りである：節制、断食、飢え、渇き、徹夜祈祷、徹夜の立ち祈り、ひざまずき、風呂に入らないこと、一枚のキトンで満足すること、乾食、遅い時間かつ少量での食事、水のみを飲むこと、裸の地面に横たわる、貧しさ、貪欲の放棄、衰弱、衣服への無関心、自己愛の欠如、隠遁、沈黙、修道室からの外出禁止、質素、少ないもので満足すること、沈黙、自らの手による手仕事、あらゆる苦行およびあらゆる肉体的奮闘。これらすべては、体が健やかで、肉欲に苛まれている時には、極めて必要かつ有益であるが、体が衰弱し、神の助けによって内なる情欲を克

服した時には、それほど必要ではない。なぜなら、すべては聖なる謙遜と感謝によって満たされるからである。

### 精神的な情欲

4. 精神の情欲とは、忘却、怠惰、無知である。これら三つの情欲によって曇らされた魂の目、すなわち理性は、他の情欲の支配下に陥る。それらは、不敬虔、不信仰、すなわちあらゆる異端、冒瀆、苛立ち、怒り、憤り、短気、人間嫌悪、恨み、中傷、非難、理不尽な悲しみ、恐怖、恐れ、不和、嫉妬、羨望、虚栄、高慢、偽善、嘘、不信仰、不分別、見識の欠如、近視眼、飽くなき欲望、貪欲、怠惰、要求の多さ、偏愛、世俗への執着、気落ち、臆病、恩知らず、不平、見せびらかし、自惚れ、短気、傲慢、独断、人に媚びる心、狡猾さ、恥知らず、無感覚、お世辞、隠蔽、嘲笑、二面性、情欲による罪への屈服、絶え間ない罪への思い、心の迷い、自愛——あらゆる悪の母、金銭への執着——あらゆる悪徳と情欲の根源、悪意と狡猾さ。

### 肉欲

5. 肉欲とは、すなわち、美食、大食、贅沢、酩酊、密かな飲食、様々な種類の快樂追求、淫行、姦通、放蕩、不潔、近親相姦、児童虐待、獣姦、邪惡な欲望、およびあらゆる反自然的かつ恥ずべき情欲、窃盜、神聖冒瀆、強盜、嫉妬や理不尽な怒りによる殺人、あらゆる肉体的快樂、特に体が健康な状態における肉欲の満足、魔術、占い、魔術、予言、見栄、輕薄さ、怠惰、服装への執着、顔のすり込み、非難すべき放蕩、サイコロ遊び、世俗の快樂への偏った執着、肉欲に溺れた生活——これらは知性を鈍らせ、それを地につけたままの、家畜のような状態に陥らせ、決して神や美德の行いへと視線を向けることを許さない。そして、あらゆる悪の根源、あるいはある者が言うように第一の原因となるのは、快樂への執着、名声への執着、そして金銭への執着であり、これらからあらゆる悪が生まれるのである。

6. しかし、賢明な修道士マルコが言うように、もしあらかじめ、これらの強大な巨人、すなわち忘却、怠惰、無知が人間を圧倒し、支配しなければ、人はいかなる罪も犯さない。これらを生み出すのは、快樂を追い求め安逸な生活、そして人間的な名声や娛樂への執着である。そして、これらすべての根本的な原因であり、最も不適切な母であるのは、自己愛、すなわち、理性を欠いた肉体への執着と情熱的な傾倒、心の散漫さと気散じ、それに加えて、皮肉な悪口や、言葉や笑いにおけるあらゆる放縱であり、これらは多くの悪事や多くの墮落へと導くのである。

7. さらに、情熱へと変質した名声への執着は極めて多様であり、多くの形態をとること、また、魂が神の前で節制を保たず、神への恐れやキリストの愛に包まれず、徳を積むことに専心していないとき、魂を惑わす多くの快樂が存在することを知っておく必要がある。なぜなら、至る所から、魂の目を惹きつける無数の快樂が差し出されているからだ。肉体の美しさ、金銭、贅沢、名声、怠惰、怒り、支配欲、独裁欲、強欲など、私たちを惑わすために、輝かしく愛らしい姿をした快樂がもたらされる。それらは、何か似たようなものに魅了され、美德への強い愛を持たず、苦難を感じている人々を惹きつけるのに十分である。あらゆる地上の絆、いかなる物質的なものへの執着も、それがどれほど些細なものであれ、それに魅了された者には、たとえ不合理で、結果的には有害であるとしても、快樂と心地よい感覚をもたらし、魂の欲望の力をこれほどまでに強く隷属させるため、情熱に屈した者は、愛するものを失うことで、苛立ち、悲しみ、怒り、恨みへと陥ってしまう。そして、もし執着に加えて、たとえ些細な習慣であっても人を支配してしまうならば、ああ、残念なことに、その習慣は、不合理な執着に囚われた者を、そこに隠された快樂ゆえに、最後までそれに身を委ねさせてしまうのである。

8. 前述の通り、情欲の快樂は多岐にわたり、淫行やその他の肉体的快樂だけでなく、他の情欲においても満足を見出す。そして、貞潔とは、単に淫行や肉体的快樂を抑えることだけではなく、他の情欲からも自由であることにこそある。それゆえ、利欲に駆られる者、金銭を愛する者、貪欲な者は、貞潔ではない。ある者が肉体の美しさに魅了されるのと同様に、こうした者は金銭に魅了される。そして、後者はさらに甚だしく貞潔ではない。なぜなら、前者のように、自

然そのものの要求によって駆り立てられるような、比類のない衝動を持っていないからである。なぜなら、公正に言えば、最も不器用な騎手とは、気性が荒く気性の激しい馬を制御できない者ではなく、穏やかで従順な馬をうまく扱えない者である。これらすべてから、金銭への情熱が他の情熱よりも強く、かつ不自然なものであることが明らかである。そして、その衝動は我々の本性にあるのではなく、歪んだ意志にあるのである。それゆえ、これに打ち負かされる者は、許されざる罪を犯すことになる。したがって、快樂追求は単なる淫行や肉体的快樂にとどまらず、心の気まぐれや偏愛によって愛するあらゆるものに及ぶことを、我々は明確に理解しなければならない。

9. 情欲についてさらに明確に理解するために、我々は以下の点を付加することが必要であると認めた。魂は三つの要素、すなわち「思考の力」、「刺激の力」、「欲望の力」に分かれる。そして、「思考の力」に起因する罪とは、不信仰、異端、不分別、冒瀆、分別のないこと、不感謝、そして魂の「欲望の力」から生じる罪への容認である。これらの罪からの癒やしと回復には、神への揺るぎない信仰、真実で誤りのない教義、御霊の御言葉の絶え間ない研鑽、清らかな祈り、そして神への絶え間ない感謝が役立つ。苟立ちの力による罪は、次の通りである。すなわち、冷酷さ、憎しみ、無慈悲、恨み深さ、嫉妬、殺人、そしてこれらに類する事柄を絶えず思い巡らすことである。一方、これらの罪を癒やし、治癒させるものとしては、人愛、愛、柔和、兄弟愛、憐れみ、忍耐、そして慈愛が挙げられる。欲望の力に属する罪は、次の通りである。暴食、大食、酩酊、淫行、姦淫、不潔、放蕩、貪欲、虚栄、金、富、そして肉欲の快樂への渴望である。これらからの癒やしと治癒には、断食、節制、苦行、無欲、貧しい人々への施し、来世の福への志向、神の御国への渴望、神の子としての地位への渴望が役立つ。

10. さて、あらゆる罪を犯すきっかけとなる情欲的な思いについても述べておこう。邪惡な思いは全部で八つある。すなわち、食欲、淫行、金銭への執着、怒り、悲しみ、落胆、虚栄、高慢である。これらすべての思いが私たちを悩ませるか否かは、私たちの意志によるものではありません；しかし、それらが私たちの中に留まるか否か、また情欲を掻き立てるか否かは、私たちの意志によるものです。しかし、誘惑と結託、情欲と闘争、そして事柄に近づきそれに似る「承諾」、自発的な行動、そして囚われは、それぞれ異なるものである。誘惑とは、敵による単なる促しであり、例えば、「これこれを行え」というものである。敵が私たちの神であるキリストに言ったように、「『この石をパンに変えよ』」（マタイ4:3）といった具合である。そしてこれは、前述の通り、私たちの意志によるものではない。一方、「共謀」とは、敵によって吹き込まれる思いを受け入れ、いわばそれに没頭し、喜びをもって敵と対話し、それが私たちの自由意志によって行われることである。「情欲」とは、共謀の結果として形成された、敵によって吹き込まれる思いへの習慣であり、いわばそれについて絶えず思い巡らし、夢想することである。闘争とは、思いと精神との相互の対立であり、それは思いの中の情欲を根絶するか、あるいは情欲に満ちた思いに屈服するか、のいずれかに傾くものである。使徒が言うように、「肉は御霊に敵対し、御霊も肉に敵対する。この二つは互いに敵対し合っている」（ガラテヤ5:17）。「虜となること」とは、偏見や長年の習慣に支配された、強制的で不本意な心の傾きである。「容認」とは、思いの中で情欲に同意を示すことであり、「自発的行為」とは、情欲に満ちた思いに同意して行う行為そのものである。

11. 自らの矛盾と断固たる態度によって、最初期に第一の要素、すなわち誘惑を自らから退ける者は、それによって他のすべてを一挙に断ち切るのである。また、暴食は節制によって、淫行は神への愛と未来への憧れによって、金銭への執着は貧しい人々への憐れみによって、怒りは慈愛とすべての人への愛によって、世俗的な悲しみは霊的な喜びによって、落胆は忍耐と堅固さと神への感謝によって、虚栄心は——密かに徳を積むことと、心を砕いて絶えず祈ることによって、高慢は——自慢げなパリサイ人のように誰をも非難したり貶めたりせず、自らをすべての者の中で最後の一人と見なすことによって、このようにして、心は前述のあらゆる情欲から解放され、神のもとへと昇り、すでにこの世において、聖霊の保証を受け、至福の生活を送り始め、こ

の世を去った後は、無情と真の知恵をもって、聖なる神聖なる三位一体の光の中に、神聖な天使たちと共に置かれ、限りない永遠の歳月を通じて輝き続けるのである。

**12.** 魂は、前述の通り、三つの要素から成っている。なぜなら、そこには三つの力、すなわち思念、激情、そして欲望があるからである。もし激情の中に愛と博愛があり、欲望の中に清らかさと貞潔があるならば、その思念は明るいものである。しかし、もし激情の中に人間憎悪があり、欲望の中に放蕩があるならば、思念は暗くなる。理性が情動を支配しているとき、それは健全で、貞潔で、明るく、神の被造物たちの調和を霊的に観照し、聖なる至福の三位一体へと昇華する。同様に、苛立ちも、すべての人を愛し、誰に対しても不平を言わず、悪を記憶に留めないとき、自然な動きとなる。また、欲望も、節制、謙遜、無欲によって情欲、すなわち肉体的快樂、利得への執着、そしてつかの間の栄光への執着を死滅させたとき、本性にかなうものとなる。なぜなら、欲望には三つの傾向、すなわち肉体的快樂、空しい名声、あるいは富の魅力への欲求があり、この理性に反する欲求ゆえに、神や神の戒めを軽んじ、自らの高貴さを忘れ、隣人に対して苛立ちを募らせ、思考を曇らせ、真理へと視線を向けることを許さなくなる。しかし、至高の思考様式を身につけた者は、前述の通り、この世にいながらにして天の御国を先取りし、神を愛する者たちに用意された至福を待ち望みながら、至福の生活を送り始める。私たち不適格な者たちも、キリストの恵みによって、その至福に与ることができるように。

**13.** どのような美德であれ、生涯を通じて、たゆまぬ勤勉さをもって、積極的かつ慎重な努力によってそれを獲得しようと努めない者には、その美德の完成に至ることは不可能であることを知っておくべきである。これは、施し、祈り、愛、あるいは勇氣、分別、貞潔、正義といったあらゆる基本的な美德についても言えることである。——美德を実践する努力を絶え間なく続けるにあたり、例えば人に気に入られようとする心や、虚栄心といった不適切な目的を混入させることで、その価値や意義を損なったり、完全に失わせたりしないよう注意しなければならない。そして何よりも、美德を実践する際には常に分別をもって行わなければならない。分別は、あらゆる美德よりも高く、いわば女王のような存在であり、美德の中の美德である。

**14.** 美德において成功を望み、罪を避けようと努めるすべての人にとって、さらに知っておくべき極めて重要なことは、魂が肉体よりも比類なく高尚であるのと同様に、魂の美德、とりわけ神の名に因むものや神に倣うものは、肉体の美德よりも高尚であるということである。同様に、精神的な悪徳は、その作用においても、また課される罰においても、肉体的な悪徳よりも重く、有害である。とはいえ、なぜこれが多くの人々の理解から逃れているのか、私には分からない。酩酊、淫行、窃盗、およびこれらに近い悪徳については、多くの人が明らかに嫌悪し、警戒し、恐れ、避けている。しかし、精神的な悪徳として、はるかに重大な——嫉妬、恨み深さ、傲慢、狡猾さ、そしてあらゆる悪の根源である金銭への執着、およびこれらに類する悪徳——に対しては、無関心な目を向けている。

## 5. 八つの主要な情欲との戦いについて、総論

**1.** あらゆる悪を生み出す八つの思いがあることを知れ。すなわち、暴食、淫行、金銭への執着、怒り、不適切な悲しみ、気落ち、虚栄、高慢である。これらこそが、あらゆる人間と戦いを繰り広げているのだ。

**2.** もしあなたが「暴食」に打ち勝ちたいのなら、節制を愛し、神への畏れを持て——そうすれば打ち勝つことができる。

**3.** 「淫行」に打ち勝ちたいなら、徹夜と渴きを愛し、常に死を思い、決して女性と会話を交わさないようにしなさい。そうすれば、打ち勝つことができる。

**4.** 「金銭への執着」に打ち勝ちたいなら、無欲と儉約を愛しなさい。

**5.** 「怒り」に打ち勝ちたいなら、柔和さと寛大さを身につけ、ユダヤ人たちが私たちの主イエス・キリストにどれほどの悪行を働いたかを心に留めなさい。それにもかかわらず、人を愛する神である主は、彼らに怒りを抱くことなく、むしろ彼らのために祈り、こう言われたのであ



る。「父よ、彼らを赦してください」、この罪を。「彼らは、自分が何をしているのか分かっていないからです」(ルカ23:34)。

6. もし一時的な「悲しみ」を乗り越えたいのなら、決して一時的なことについて悲しんではならない。しかし、もし言葉で傷つけられたり、悩まされたり、辱められたりしても、悲しむのではなく、それどころか喜ぶべきである。悲しむべきは、自分が罪を犯したときだけである。しかし、その場合でも、絶望に陥ったり、滅びたりしないよう、節度を保つようにしなさい。

7. 「気落ち」に打ち勝ちたいなら、たとえ短時間でも、何か手仕事をしたり、本を読んだり、頻繁に祈ったりしましょう。

8. 「虚栄心」に打ち勝ちたいなら、称賛も、栄誉も、立派な服も、最前列の席も、優遇も好んではならない。それどころか、非難され、侮辱され、嘘をでっち上げられることをむしろ好むようにし、自分はどんな罪人よりも罪深いのだと自らを責めなさい。

9. 「高慢」に打ち勝ちたいなら、何をするにせよ、それが自分の労苦や自分の力によるものだと言ってはならない。断食しようが、徹夜祈祷に時間を費やそうが、裸の地面で眠ろうとも、詩篇を歌おうとも、あるいは何度もひざまずいて礼拝しようとも、これらは神の助けと神の加護によってなされているものであり、私の力や私の努力によるものではない、と語れ。

## 1. 食欲との戦いについて

1. 修道士は肉を欲してはならず、また酔うほどに酒を飲んでしてはならない。さもないと、あなたの心は鈍くなり、世俗的な心配事に終わりが見えなくなるだろう。

2. 若い修道士における善き生活の兆しとは、謙虚かつ賢明な節制、すなわち酒を飲まず、多弁を慎むことである。これらを好む者は、善き生活を最後まで全うすることはできない。

3. たとえその兄弟が昔から酒を飲んでいたとしても、酔い潰れるまで酒を飲ませるな。船は長い時間をかけて造られるが、たった一撃で瞬く間に砕けてしまうからだ。

4. 肉的な安らぎを望む者は、自らに多くの災いを招く。しかし、忍耐強い者は救われる。

5. 主について語り、主に感謝しながら食べる方が、食べずに、食べ、主に感謝する者たちを非難するよりも良い。

6. 食卓に着いたか。パンを食べよ。しかし、隣人を非難してはならない。非難によって、あなたが自分の兄弟を食い尽くす者とならないように。

7. 信仰において堅固であり、主の御名によって差し出されるものはすべて食べなさい。もし、あなたが食べたくないような料理が差し出されたとしても、他の人々がそれを食べて主に感謝したいと願っているなら、それを食卓から追い返してはならない。

8. 食卓に着いたか。人らしく食べよ。無知な者のようにきょろきょろと周りを見回してはならない。

9. ある兄弟はこう言った。「私が肉を食べないのは、何らかの嫌悪感からではない。なぜなら、『神の造られたものはすべて良いものであり、何一つ忌み嫌うべきものはない』(テモテへの手紙I 4:4)からである。しかし、『愚かな者には甘味も役に立たない』(箴言 19:10)と書かれているように、修道士が動物の肉を食べるのは賢明ではない」。

10. 切り分けられた(残り物の)肉が差し出されたとき、その断片を嫌ってはいけない。主は弟子たちに、パンくずの余りを集めて「何一つ無駄にしないように」(ヨハネ6:12)と命じられたからである。

11. 人間にとっての恥は、酒に酔いしれることである。多くの人々を見てきたが、酔いしれる者に匹敵する者など一人も見つからなかった。

12. 節制は肉体を疲れさせ、過食は心を鈍らせる。

13. 修道士よ、自分を律し、肉体を服従させよ。そうすれば、あなたは見捨てられることはない。

14. 自分の肉において行いなさい。そうすれば、神に実を結ぶことになる。

15. 修道士よ、兄弟たちの共同体において平安を得たいと願うか。兄弟たちの共同の食事に満足せよ。そうすれば、あなたの肉体には「癒やし」が与えられ、あなたの「骨には癒やし」がもたらされる（箴言3:8）し、あなたの魂は害を受けることはない。「もしあなたが杯や酒瓶に目を向けるなら、後に苦しむことになる。それは、蛇に噛まれたかのようなのだ」（箴言23:31）。

16. ライオンは、自らの腹を満たすための獲物を追いかけて、捕らえられてしまう。同様に、快楽を追い求める者は、腹の快楽のために自らを卑しめる。

17. 多くの食事は心を鈍らせるが、節制は心を清める。

18. 酒に酔い、短気な人は兄弟たちの心を乱し、その恥は常に彼につきまとう。

19. 夕方に酒を飲む者は、してはならないことを行い、言ってはならないことを口にし、朝になると後悔する。しかし、再び酒を手に入れば、また同じことを繰り返す。

20. たとえ共にいる友人が勧めても、酔い潰れるまで酒を飲むな。なぜなら、もし酒に打ち負かされれば、最初に勧めた者たちが真っ先にあなたに惑わされることになるからだ。

21. 食いしん坊は、腹を美食で満たすことに労力を費やし、頭を悩ませるが、食べ終わると消化の苦しみを受ける。一方、節制には健康と明晰さが伴う。

22. 腹を満たすことに執着する修道士は多くのことに気を取られるが、節制する者は野原のヤギのようだ。

23. 修道士よ、腹のことは気にかけるな。そうすれば安らぎを得られるだろう。

24. 森にあるすべての薪をもってしても、火を満足させるには足りない。それと同じように、肉体はいくら満たしても飽くことがない。

25. 酒に酔った羊飼いは、自分に託された羊を守ることができず、眠たげな者は自らも獣の餌食となる。なぜなら、「酒飲みの手にはいばらが生い茂る」（箴言26:9）からであり、節制する者の魂は神に寄り添うからである。

26. 節制とは、忍耐の徳である。

27. 人々の気に入ろうとして、酔い潰れるほどワインを飲むな。なぜなら、酔っ払っているところを見つけたとき、あなたは大きな恥をかくことになるからだ。

28. パンを味わい、満腹したなら、あなたを養ってくださった神に栄光を帰せよ。もし自分の体をわずかなもので満足させたいのなら、あなたを強めてくださった神に栄光を帰し、人々の前で「私はこれだけのパンも食べなかった」などと言ってはならない。－それによって、自分に何の得があるというのか？－ただ、食べて感謝している人々を非難しているだけではないか？

29. 食いしん坊の修道士は断食を悲しみの時と呼ぶが、節制を重んじる者は断食中であっても不機嫌そうな顔はしない。

30. 過度な節制は、私の考えでは称賛に値しない。しかし、適切な節制を怠ることも有益ではない。定められた食事を長期にわたって怠ると、弛緩を招き、奉仕のための力が不足するようになるのと同様に、美食に溺れることも非難の対象となる。「今、満ち足りている者たちよ、あなたがたは悲しむべきである。あなたがたは飢えることになるからだ」（ルカ6:25）と記されている。さらに、節制を欠く者は、度を越した行為によって肉欲の情に堕ちてしまう。それゆえ、敬虔かつ適切な方法で肉体を律する必要がある。

31. 慰めの食事（食事）を終えて席を立った後は、他の修道室を歩き回らず、自分の修道室で黙して過ごせ。なぜなら、悪魔は多くの者を酒によって惑わしてきたからである。それゆえ、慰めの食事の後、他人の修道室にいることは、無畏と堕落の幻影となる。このような集まりでは、特に修道院長の指導が機能していない場合、魂の堕落が生じる。なぜなら、神への畏れをもって自分の心を律しようとししない者には、人間の畏れが必要であり、それによって無益なことから遠ざけられるからである。それは、主人の厳しさによって奴隷が貞潔を保つのと似ている。

32. 食事は質素で必要なものとどめよ。そうすれば、あなたの心が「飲食や酩酊、そして世の憂い」（ルカ21:34）によって荒れることはない。なぜなら、そのような情欲や淫行に囚われた者たちは、淫行を淫行とは見なさず、姦淫を姦淫とは見なさず、神を知らない異教徒たちが行うあらゆる行いを拒絶することもない。むしろ、彼らはこれらすべてを恐れを知らずに犯し、泥



の中にいる豚と何ら変わらない。律法も、預言者たちも、不義の罪を滅ぼすために人となられた主ご自身も を全く心に留めていない。だから、肉や酒に執着してはならない。そうしなければ、あなたの心が霊的な賜物を受け入れる能力を失ってしまうからだ。

**33.** 風呂や酒、そして大量の肉に溺れてはならない。そうすれば、何か重要な事柄において過ちを犯し、克服できない危険に陥ることになるからだ。

**34.** 自己満足にふける人々の助言に耳を傾けてはならない。彼らは自らを腹と肉欲の奴隷にしてしまった者たちである。

**35.** 過食や過度の飲酒は、その場では快樂をもたらすだけであり、翌日には心に不快感と弛緩を残す。

**36.** 修道士は、まず沈黙と節制を愛さなければ、一つの場所に長く留まることはできず、安らぎを見出すこともできない。なぜなら、沈黙は静寂と絶え間ない祈りを教え、節制は心を散漫にさせないからである。ついにこれを身につけた者には、心の平安が待っている。

**37.** 腹を満たすことに惑わされてはならない。「また、酒に酔ってはならない。酒には淫行があるからだ」(エフェソ5:18)。神の御心を成し遂げる以外、あなたにとって何の益もない。

**38.** 知っておきなさい。人が、自らの災いとなるほどに肉体を温めれば温めるほど、その人の中で情欲は増大し、ついには、肉体の悪しき習慣に重荷を負わされた魂は、実を結ばなくなるのである。それゆえ、救い主はこう言われます。「あなたがたは、ご自身に注意しなさい。ごちそうや酒、またこの世の心配事で、あなたがたの心が重くならないようにしなさい」(ルカ21:34)。それゆえ、使徒もこう言っている。「私は自分の肉を打ち砕き、従わせている。それは、他の人々に説いていることを、自分自身が実践できない者とならないためである」(Iコリント9:27)。——もし誰かが自らを主の業に駆り立てるならば、それと同じだけその肉体も強くなり、魂も清められる。レスラーが、自分の体を格闘技に適応させるために絶えず肉体訓練に時間を費やすように、敬虔な修行者もまた、あらゆる善行に励まなければならない。使徒が言うように、「敬虔のために自分を鍛えなさい」(1テモテ4:7,8)。

## 2. 淫らな情欲との戦いについて

**1.** 好色な者は、女性と出会うと陽気になり、その美しさに惹かれる。肉体の美しさに心を奪われ、端正な顔立ちに魅了され、堂々とした姿に心を奪われ、女性との会話では快樂に身を委ねてしまう。見たことを思い出すと、好色な空想にふけり、心の中で女性の顔、情熱的な表情、魅惑的な微笑み、目配せ、華やかな服装、お世辞めいた言葉、唇をすぼめる様子を鮮やかに思い描く。男性といると彼は退屈するが、女性を見かけると顔色が明るくなり、奉仕しようと前後に駆け回る。その時、彼にはどこからともなく歌声や、機知に富んだ言葉、笑い、そして自分を面白く魅力的な人物として見せる術が湧き出てくるのだ。

**2.** 自分の目があちこちとさまようのを許してはならない。また、他人の美しさをじっと見つめてはならない。そうしなければ、あなたの敵があなたの目を利用して、あなたを陥れることになるからだ。

**3.** 修道士にとっての非難は、さまよう目である。さまよう目は、それに従う者に多くの悲しみをもたらす。もし目のさまようのを抑えなければ、貞潔のまっすぐな道を歩むことはできない。

**4.** 節制を愛すれば、淫欲の悪魔を制することができる。

**5.** 自分の肉体を養う者は、邪惡な欲望を養うものであり、その者からは恥ずべき思いが尽きることがない。

**6.** 目を制する者は軽やかになるが、視線がさまよう者は自らに重荷を負うことになる。なぜなら、「情欲の奔り(はけり)は、悪意のない心を歪める」と記されているからである(箴言4:12)。

7. もし衝動に駆られて、目にはるかに空しいものを見ることを許してしまうなら、肉欲の恥に陥らないよう、速やかにその目を制しなさい。
8. 肉欲が燃え上がったときは、さらに激しい情欲を引き起こさないよう、身体に触れてはならない。
9. 修道士よ、自分自身に注意を払い、女性と会う際には細心の注意を払いなさい。
10. 体を蝕む蛇から逃げる以上に、魂を蝕む女性から逃れよ。
11. 女性の美しさに心を奪われる者は、その魂の中に彼女の美しさへの欲望を植え付けるものであり、彼女の家で立ち止まる者は、氷の上を歩く者に等しい。なぜなら、そのすぐそばに誘惑が潜んでいるからである。
12. 二人の格闘士が戦うようなものだ、修道士が女と交わるのは。しかし、節度ある者は利益を得つつ、自ら盗まれることはない。
13. あなたの心が汚されないよう、恥ずべき言葉に耳を傾けてはならない。「煙が目に害を及ぼすように」（箴言25:20）、恥ずべき言葉もまた魂に害を及ぼす。
14. もし淫らな霊があなたを悩ませるなら、こう言ってそれを退けなさい。「主よ、悪臭に満ちた不浄の悪霊よ、あなたを滅ぼしてください」。なぜなら、「肉の思いは神に敵対する」と語った方がおられることを、私たちは知っているからである（ローマ8:7）。
15. 清さと貞潔を愛する者は皆、神の宮となる。
16. 「神の宮を破壊する者は、神によって破壊される」（Iコリント3:17）と、聖書は述べている。犬のように、淫行の悪魔に激しく抵抗しなさい。決してそのような思いに流されることに同意してはならない。なぜなら、火花から多くの炭が生まれるように、邪悪な思いから邪悪な欲望が増殖するからである。それらの記憶を、泥沼の悪臭よりもさらに激しく根絶するよう努めなさい。
17. 香りの良さが嗅覚を喜ばせるように、聖霊もまた清らかさを喜び、人の内に宿られるのである。
18. 豚が泥の中で転げ回るのが心地よいように、悪霊たちもまた、淫行や不潔さの中に快樂を見出す。
19. 清さの中には、偉大な光と喜びと平和と忍耐が宿っている。一方、淫行の中には、悲しみと落胆と飽くことのない眠りと、濃い闇が宿っている。
20. 修道士よ、キリストの愛における清さを愛しなさい。それは、大工が鑿を持つのがふさわしいのと同じように、あなたの生き方にもふさわしいものである。
21. ある修道士は、淫行の誘惑に耐えながら、悪魔にこう言い放った。「闇の中へ去れ、サタンよ！ 私はふさわしくない者ではあるが、それでもキリストの肢体を持っていることを知らないのか？」すると、その瞬間、情欲の炎はたちまち消え去った（まるで誰かが息を吹きかけて灯火を消したかのよう）。彼はそのことに自ら驚き、主を賛美した。
22. なぜ、それほど恐れを知らずに身なりを飾ることを好むのか。使徒の言葉を聞きなさい。「若者の欲望からは逃げなさい」（IIテモテ2:22）。あなたがどのような敵と戦っているのか、知らないのか。他人の魂にとって、罠となることがいかに辛いことか、知らないのか。そのような行いをする者たちが、どのような腐敗と朽ち果てを招くのか、どうして考えないのか。外見は華やかであっても、魂の住まいが汚されているならば、その美しさは遅かれ早かれ損なわれてしまうことを、あなたに知っておいてほしい。しかし、もしあなたが魂の美しさを身につけるならば、その美しさと光から、外見にも何かが注がれ、そのような美しさは永遠に続くのだ！
23. 衣服を飾り立て、腹を満たす者は、多くの非難に遭うだろう。しかし、節制ある者は敵にとって恐ろしい存在である。
24. 仕事中に淫らな思いに駆られたとしても、怠けずに両手を広げて祈りなさい。そうすれば、信仰による祈りがあなたのために立ちはだかるだろう。
25. 情欲があなたを打ち負かす前に、それを抑え込め。なぜなら、情欲に従う者は、地獄の底へと導かれるからである。

**26.** 主なる神の御顔を仰ぐにふさわしい者となるために、平和と聖潔（清さ）を愛しなさい。

**27.** 兄弟よ、冗談を控えるがよい。それらがあなたを恥知らずにしてしまうことのないように。恥知らずさは、不品行の母である。

**28.** 酒に酔う者たちの部屋には行くな。そうしなければ、貞潔という宝を突然失ってしまうことになる。

**29.** 肉体に情欲の炎が燃え上がったときは、消えることのない火と終わりのない虫のことを思い起こせ。そうすれば、直ちに肉体の燃え上がりは鎮まるだろう。さもなければ、気を緩めて敗北し、後悔することになり、悔恨の炎に包まれ、たとえ後悔していても罪を犯すことに慣れてしまうだろう。初めから、この欲望のあらゆる動きに対して厳格であり、それに打ち負かされないよう努めよ。そうすれば、戦いで自らに勝利を譲ることに慣れてしまうことはないだろう。なぜなら、習慣は第二の天性だからである。弛緩への習慣は、決してあなたに厳格さをもたらすことはない。それは常に創造し、破壊し、罪を犯し、悔い改める。もし、誘惑に襲われた時に緩むことに慣れてしまえば、あなたの生涯の記録には永遠に「悔い改め」と記されることになるだろう。欲望に自らを屈服させることに慣れた者は、常に良心に責められ、その人は常に悲しみに満ちており、他人の前では陽気な顔を見せても、内面では良心の告発ゆえに沈み込んでいる。なぜなら、情欲の常なる報いは、それに従う者に苦痛に満ちた悲しみをもたらすことだからである。それゆえ、全霊を傾けて注意を払い、常に神を心に留めておきなさい。

**30.** 自分自身に注意を払い、死ぬまで清くあり続けるよう努めなさい。そうすれば、不死の花婿を大胆さと喜びをもって迎えることができるでしょう。貞潔を尊びなさい。そうすれば、それはあなたを天の宮殿へと導いてくれるでしょう。それゆえ、使徒はこう言った。「あなたがたを、ただひとりの夫、すなわち清い処女として、キリストに献げるために婚約させた」（Ⅱコリント11:2）。

**31.** 創造主の前で偽りを犯さないよう、体を罪から守りなさい。なぜなら、私たちは自分自身を主への捧げ物として差し出したのであり、もはや自分の体に対する支配権を持たず、自分の意志でその捧げ物を取り戻すことはできないからである。もし誰かが神に誓いを立てて主に捧げ物をし、祭司がその捧げ物を受け取って神殿に納めたならば、たとえその捧げ物をした者が後に悔い改めたとしても、すでに主に捧げた以上、それを取り戻す権限はもはやない。もし密かにそれを奪い返そうと企てたならば、自分の所有物を取り戻した者として免責されることはなく、神聖冒瀆者として罰を受けることになる。これと同様に、自分の魂を神に捧げた者も、もはや自分の肉体に対する支配権を持たない。

**32.** 悪しき助言には気をつけよ。なぜなら、徳から逸脱した者たちは、自分だけが放蕩な生活にふけることのないよう、他の人々をも躓かせようと躍起になることがあるからである。彼らは、自分に従順な者たちを貞潔から引き離し、罪の中に陥らせるために、愛想よく語りかける。自ら墮落に陥ったにもかかわらず、立ち直ろうとはしないばかりか、他者を意図的に誘惑し、墮落と墮落へと導くのである。そして悪魔は、彼らを釣り針の餌のように利用している。「彼らの喉は開いた棺」であり、「不品行の情欲」に身を委ねている（ローマ3:13、ローマ1:26）。彼らの甘い言葉に惑わされないよう、用心せよ。

**33.** 謙遜の心をもって聖なるもの（純潔）を守る者は幸いである！——しかし、誰も（この事において）平安に達することを期待してはならない。敵の囁きに従うことに身を委ねてはならない。なぜなら、そうすれば、この苦しめる者は、たとえ恥すべき行いをしていなくても、淫らな思いや快樂を通じて彼らを捕らえておくからである。このような状況において、彼らは女性を知らないため、敵は彼らに「自分は処女である」と信じ込ませようとするが、実際には彼らの全身は情欲の汚れに満ちている。こうして敵は、彼らが罪から解放されたかのように自惚れるように仕向けるが、実際には敵は彼らを「胆汁の房、悲しみの房」（申命記32:32）で満たしているのである。

**34.** 酒に酔ったり、女性と時間を過ごしたりしてはならないことは、言うまでもない。なぜなら、それが徳とはいかにかけ離れているか、誰もがはっきりと理解しているからである。そして、悪魔の誘惑から身を守るべきなのは、この一点だけにとどまらない。男性とさえも、肉欲的な快楽を掻き立て、魂を破滅へと導きかねない、甘美な会話を交わしてはならない。——私たちが女性との面会を拒むのは、女性を狡猾だと見なしているからではなく、女性との面会や会話を通じて、敵が私たちを容易に陥れ、神の戒めを破る罪へと導いてしまうからである。私たちは、聖霊の全武装と力に希望を置きつつ、あらゆる方面から邪悪な霊の誘惑から身を守らなければならない。敵に対して一つの扉を閉ざし、二つの扉を開けておきながら、自分は安全だと考える者は、自らを欺いている。いいえ、あらゆる方面から身を守り、口実を求める者に口実を与えてはならない。

**35.** 貞潔という美德を軽んじてはならない。むしろ、全力を尽くして自らの内に聖さ（清さ）を保つよう努めよ。なぜなら、そのためにあなたは世を捨てたのだから。聖霊があなたの中に宿るよう、処女性を守り抜くのだ。恥ずべき欲望や虚しい愛撫に耳を傾けてはならない。自分を清く保ち、もしあなたの中で罪の炎が燃え上がろうとしたら、聖なるものを求め、その中で主に仕える者たちを愛してくださる主への涙と祈りによって、その炎を消し去りなさい。—正しい思いによる貞潔は、かけがえのない宝である。もしそれを愛するならば、主から称えられ、あらゆることに成功するだろう。

**36.** もしあなたの中に肉欲の戦いが起こっても、恐れったり、気落ちしたりしてはならない。そうすれば、敵にあなたに対する勇気を与えてしまい、敵はあなたに誘惑的な考えを植え付け始め、「自分の欲望を満たさなければ、あなたの中の燃え盛る情欲を鎮めることはできない」と囁きかけるだろう。しかし、「主を待ち望め」、涙を流してその御慈悲の前に祈りを注ぎ出せ。そうすれば、主はあなたを「聞き入れ」、あなたを「情欲の穴」、すなわち不純な思いから、そして「泥の渦」——つまり恥ずべき妄想——から救い出し、あなたの「足」を聖なるもの（清らかさ）の「岩」の上に「据えて」くださる（詩編39:1-3）。そうすれば、主からあなたに与えられた助けを目の当たりにするだろう。ただ耐え忍び、心を緩めず、舟から水を汲み出すようにして疲れ果てないようにしなさい。なぜなら、人生の岸は近いからだ。「あなたがまだ語っているうちに、主は『見よ、わたしは来た』と言われる」（イザヤ書58:9）。しかし、主は、あなたが死に至るまで罪と戦う覚悟があるかどうか、その奮闘を見るのを待っておられる。だから、臆病になってはならない。神はあなたを見捨てない。神はあなたの奮闘を見守っておられる。聖なる天使たちの御顔も、悪魔の群れも、それを注視している。天使たちは勝利者に冠を授ける準備ができていますが、悪魔たちは敗者に恥をかかせる準備ができています。だから、気を引き締めていなさい。自分の味方（天使たち）を悲しませず、敵（悪魔たち）を喜ばせてはならない。

**37.** 神の御目には、隠れる場所などない。「見られない」と囁いて、敵に惑わされてはならない。あなたは神の御足のすぐそばに立っているのだ。このことを軽んじてはならない。なぜなら、「天はわたしの御座であり、地はわたしの足の台である」と書かれているからである（使徒言行録7,49）。

**38.** 情欲に苛まれ、それと戦わなければならないこと自体は不幸ではない。しかし、自分に甘えて敵の前に倒れてしまうことこそが悲劇である。、決して消えることのない炎を避けるために、あなたを焼き尽くそうとする情欲に立ち向かえ。ひとたび情欲に打ち負かされれば、それは引き下がることなく、さらに激しくあなたを襲うことになるだろう。それゆえ、神の御顔の栄光を失わないよう、自分自身に注意を払いなさい。

**39.** 酩酊を避け、できる限り女性との出会いを避けよう。なぜなら、女性の言葉は心における「網」のようなもの（箴言7:21）であり、それを聞いた者は不品行へと引きずり込まれるからである。

**40.** 一時の快楽に惑わされないよう気をつけなさい。そうしなければ、永遠の命を失うことになる。あなたは商人として召されているのだ。十分に自制し、真珠を失わないようにし、敵にあなたの宝を奪われず、積荷を載せた船を沈められず、何も持たずに家へ帰ることのないように

しなさい。敵は、肉の汚れから身を清く保つ者が神の御前でどのような栄光を得るかを知っており、その者を思いで激しく攻め立て、それらに惑わされて将来の栄光を得られないようにしようと、人をその思いに絡め取ろうとする。そして、もし不品行な思いに背を向ける魂を見つけたとしても、敵は頻繁にそれを襲うことはないが、完全に引き下がるわけでもない。むしろ、敵は、少し押せばすぐに門戸が開かれるような場所へと向かい、抵抗しない者の肉体と魂を、最も不浄な欲望で穢し、最後に、あたかも良き助言者のように、彼に「このように自分の肉体を打ち砕くよりは、世に出て、伴侶を娶ったほうがよい」という考えを吹き込む。しかし、そのようなことは、節制ある者には決して近づかない。それゆえ、そのようなことがあなたに降りかからないよう、自分自身に注意を払いなさい。

**41.** あなたが神に誓ったことを覚え、聖なるもの（清さ）を守り、主の御前で恵みを得るようにしなさい。「淫行を避けなさい」（Iコリント6:18）と語った者の言葉に耳を傾けなさい。——淫行がいかに重い罪であるかを知りたいか。見よ。荒野で蛇に殺されなかった者たちでさえ、マディアムの地で淫行によって倒されたのである。もしあなたが罪に陥ったとしても、その状態に留まってはならない。また、神の寛容と憐れみを軽んじてはならない。「死は遅れることはないことを覚えよ」（シラ書14,12）。神の御手から逃れることは不可能であることを覚えよ。それゆえ、怠慢であってはならない。悔い改め、泣き、惑わされたことを嘆き悲しめ。たとえその過ちを忘れ去ったとしても、私たちが創造された神は、一人ひとりの行いを知っておられるからである。

**42.** 怠けてはならない。むしろ、勇気をもって敵に立ち向かい、敵が通常、あなたを荒らすために侵入してくる隙間を塞ぎなさい。そうすれば、敵は都合の良い入り口を見つけられず、何も得られずに立ち去るだろう。そして、その侵入経路を塞ぐとは、善も悪も魂に入り込む感覚、すなわち視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚を安全に守り、思考が不適切な方向へと流されないようにすることである。その支配によって地を荒廃させた巨人たちのことを心に留め、主が洪水によって一瞬にして彼らを地上の面から消し去られたことを思い起こせ。彼らの力は、彼らに何の益ももたらさなかったのだ。ソドムとゴモラの地が、その住民の罪のためにいかに滅ぼされたかを考えよ。彼らの贅沢や高慢は、彼らに何の益ももたらさなかった。それゆえ、私たちも自らの救いを顧み、私たちにも突然の死が訪れないように、また、ここから大いなる裁きを受けて去ることのないようにしよう。

**43.** あなたに邪悪で不浄な欲望を吹き込む者にはこう言いなさい。「おお、真理の敵よ！まさか、あなたがその欲望を満たすために、私が自らを辱めなければならないというのか？ あなたの放蕩者たちのところへ行け。あなたは自分自身の豚の群れを招き寄せたのだ！彼らと共に溺れ死ね。しかし、私はもはや自分の欲望に従順な奴隷にはならない。過去のことはもう十分だ。これからは真理に心を向け、私の神に、あなたの行いから私を完全に救い出してくださいよう懇願する。神は私に聖霊を与えてくださったが、私はその御心を傷つけた。清らかな魂と体を授けてくださったのに、私はそれらを汚してしまった」。愛する者よ、あなたにそのような情欲を吹き込もうとする者には、このように言いなさい。

**44.** ある聖人はこう言った。「淫行は犬のようなものだ。撫でてやれば、あなたから離れないが、追い払えば逃げ去る」。自分自身に注意を払い、自分の生き方を軽んじてはならない。わずかな快樂のために、自分の労苦の成果を台無しにしないよう気をつけなさい。不潔さのために、自分の行いの報いを手放したり、沈黙や徹夜、節制、その他の美德に対する報いを台無しにしたりしてはならない。受け取った報酬を穴の開いた財布に入れるような人になってはならない。——主への畏れをもって自らを守れ。

**45.** もし、花のように美しい者と話すならば、欲望があなたの心を乱さないよう、目を慎め。さもないと、情熱に満ちた言葉を延々と語り始め、口先だけで貞潔について語っているように見えても、心の中では情欲に身を委ね、それに完全に囚われてしまうことになる。それゆえ、そのような出会いに遭遇したときは、早々に会話を切り上げ、沈黙を守るほうがよい。なぜなら、

聖書はこう言っているからだ。「多くの言葉で彼を惑わせ」（箴言7:21）。この種の頻繁な会話は、魂に少なからぬ害をもたらす。

**46.** 淫行者は、自分の情欲を嫌悪する者を愛することはできず、「人は自分と同じような者に寄り添う」のである。

**47.** 自分の情欲をどのように克服すべきか、探求しなさい。なぜなら、それはあなた自身の行いに委ねられているからである。

**48.** 肉欲からの避難所となるのは、第一に、頻繁かつ真摯に祈ること、そして次に、理性と清らかな思考に支配権を委ね、敬虔な精神の在り方にそぐわない不品行な言葉を口にしないことである。主こそが誤りのない審判者であるという確信を持って。心の注意深さと裁きを待つ姿勢は、内なるくすぐったさを消し去り、強まる情欲を枯渇させる。そして、そのような魂には静寂が訪れる（情欲的な衝動は鎮まる）。

**49.** もしあなたが貞潔であるならば、その節制を誇ってはならない。むしろ、謙遜の心をもって、主が最後まであなたの守り手であられるよう祈りなさい。なぜなら、見張りの不注意によって、四足動物がぶどう園に突然侵入し、実を瞬く間に台無しにしてしまうことが、しばしばあるからである。

**50.** 就寝の際、必要以上に寝具を敷いてはならない。なぜなら、安楽は自然にあなたの体を熱くし、肉欲の火種を激しく燃え上がらせるからである。

**51.** 自分の体を救い主への聖なるものとして守り、異質な行いによって自分の魂を辱めることなく、主の御心に適った者であり続けた者は、幸いである。卑劣で恥ずべき行いを憎み、自分自身を主の御心に適う生けるいけにえとして捧げた者は、幸いである。

**52.** 行いによって迫害者（悪魔——魂の暴君）を糾弾し、情欲の炎に恐れを抱かなかった者は幸いである。その者の魂は、聖霊の露に潤されるからである。

**53.** もしあなたが、自分の行いの実りを奪おうとする者たち（虚栄の思い）に対して勇敢に戦っているなら、誰かが巧妙に下から忍び寄り、あなたを転ばせようとししないか（淫らな思い）に気をつけなさい。しかし、自分の思いを整え（注意を払い）、追い風を見逃さないようにし、装備を整えておき、船を救い、それを命の港へと導き入れなさい。

**54.** いちじくの木を植えておきながら、その実を放置する者がいるだろうか。ましてや、清さと貞潔については、なおさら注意を払わなければならない。——あるいは、アスピドに噛まれた者が、その巣穴に近づくのを警戒しない者がいるだろうか。もし噛まれた後、その巣穴に手をつき込んだら、また噛まれることになるだろう。そのとき、死の責任は誰にあるのか。毒を持つ動物か、それとも身を守らなかった人間か。——この言葉をよく理解せよ。

**55.** 修道士が女性と交わることは有害である。そして、もしあなたの中にまだ肉欲の思いがあるならば、処女には決して近づいてはならない。女性たちと共に酒を酌み交わして時を過ごす修道士は、火の中に飛び込む者と何ら変わらない。獵網から逃げるイワナのように、彼女たちとの出会いを避けよ。

**56.** 自分の体の清さを守りなさい。もしキリストへの愛によってそれを保つならば、あらゆる美德において容易に成功することができるだろう。あなたの中に宿る聖霊は、あなたが神の宮である自分自身を、清さと正しい意志の香りで満たしていることを喜び、あらゆる善行においてあなたを強めてくださるだろう。そして、徳と神聖な清らかさにおいて成功するために、あなたには次の三つの助けがある。すなわち、肉欲と舌の節制、そして目の抑制である。この三つすべてを守らなければならない。もし、例えば最初の二つを守っても、目をさまようことから守れなければ、確固たる清らかさを得ることはできない。壊れた水道管が水を留めておけないように、散漫な目は貞潔な心を留めておくことはできない。「他人の美しさをじろじろ見てはならない」（シラ書9,8）——そして、あなたの心は神への畏れに釘付けであるように（イザヤ書118,120）。



57. 修道士は、身体や足を過度に丹念に洗ってはならない。快樂を追い求める者たちが、身体や衣服の美しさの中に快樂を求めるように、敬虔な修行者は、これとは正反対の姿勢をもって敵対者たちに立ち向かうのである。

58. 聖なるもの（清さ）と不浄との間の戦いは決して小さくない。 私たちを汚れへと誘う者たちは、こう囁く。「誰もあなたを見ていない。何を恐れているのか？」 一方、聖なるものへと導く者たちは、彼らにこう反論する。「神は見ておられる。そして神の天使たちもあなたと共にいる。それなのに、どうして『誰があなたを見ているのか』などと言うのか？」 誘惑者は続ける。「彼らはどこにいる？ 今のところ、ここには誰も見えない」。そこで、聖なるもの側に立つ者たちは彼を遮る。「見えないのか？！ お前の言う通りだ。なぜなら、『悪意が彼らの目をくらませる』（箴言 2:21）と書かれているからだ。『目をお造りになった方が、見守っておられないだろうか』（詩篇 93:9）？ 神からどこに身を隠せるというのか（詩編 138:1-12）？」——これを心に留めなさい。そうすれば、罪はもはやあなたを支配せず、罪による悲しみもあなたを襲うことはなく、聖霊による喜びと平安があなたのもとに訪れるだろう。

59. 主において、自分の体の清さを、貴重な真珠のように守りなさい。衣服で誇示してはならない。視線は下に向け、魂は天に向けなさい。若者とは親しくなりすぎず、女性とは話すことさえも避けるべきである。 少年とは長く語り合わず、酒に酔う者や嘲笑する者たちと交わってはならない。 しかし、使徒の戒めを心に留め、常に神への恐れの中に留まりなさい。「酒に酔ってはならない。そこには淫行がある」（エフェソ5:18）。

60. 時に、悪しき者が次のような誘惑的な考えを植え付けることがある。「不品行な思いが絶えずあなたを悩ませている。この不安をいつまで背負い、耐え続けなければならないのか。戦いを避けるために、肉欲を満たしてしまえ。後で悔い改めればよい——大したことではない」。冷静にこう答えなさい。「もし私が自分の肉を墮落させたら、悔い改める時間を見つけられ、不法を行う者たちと共に引きずり込まれないと、誰が私に保証してくれるのか？ なぜなら、私たちの『この世での生活は天幕のようなもの』だからである（ヨブ記8:9）。 もしそうなれば、私が罪を犯すことは、剣を取って自ら命を絶つことと同じではないだろうか？ それに、どうしてあなたは『このことは大したことではない』などと言えるのか？ なぜなら、この誘惑に屈しなかった者たちがどれほど高く称えられ、それに屈した者たちがどれほど不名誉な扱いを受けているか、私は目の当たりにしているからだ。 ヨセフは代々、天においても地においても称賛されているが、エジプトの女は嘲笑の的となっている。貞淑なスザンナは称えられているが、好色な老人は後世に悪名を残した。——それでもなお、あなたは「一度だけ欲を満たせば、落ち着く」と言うのか？ ——悪魔よ、肉食に慣れた獣ほど、この情欲を満たす頻度が高くなることを知らないのか？ それなのに、あなたは、もし私が情欲を満たせば、それ以上私を悩ませることはないと私に信じ込ませようとしている。主よ、獅子のように私の魂を飲み込もうとする、狡猾で悪意に満ちた者よ、どうか彼を禁じ給え。 お前の甘美は苦く、お前の唆しは悪の深淵であり、お前の約束は死と破滅に満ちている。お前は、私を主の恵みから切り離し、聖霊を冒瀆する罪を私に吹き込もうとしている。「救いの日」に、私は「聖霊」によって印を刻まれたのだ（エフェソ4:30）；それなのに、あなたはそれが大したことではないと言う。あなたは私をそそのかし、「キリストの肢体を淫行の肢体とする」（Iコリント6:15）ように仕向ける。そうして、私が一瞬にして不滅の富を失い、聖化を台無しにしてしまうように——その聖化なしには、誰も主を見ることはできないのだ。それなのに、あなたにとっては、それが何の意味もないというのか？ あなたは、私が主を怒らせるよう誘惑している。そうすれば、あの恐ろしい日、恐ろしい裁きの御座の前で、義なる裁き主である主からこう告げられることになるだろう。「邪悪な僕よ、神を愛するよりも快樂を愛する者よ、あなたは自分の不潔さと罪によって地を汚した。」これでも重要ではないというのか？ ——あなたは、正義の神の恐るべき裁きの厳しさと不変性を、自ら体験したことがないのか。その神は、あなたや「あなたと共に罪を犯した天使たちをも容赦せず、闇の鎖で縛り、大いなる日の裁きに委ね、苦しむ者たちを見守るよう命じられる」というのに。それなのに、あなたは「大したことではない」と言うのか？ ——あなたは嘘であり、諂いであり、破滅そのものだ

。あなたは嘘と諂いで、知性の目を曇らせ、他の人々を巧みに誘惑し、このささやかな快樂を永遠の命よりも優先させようとしている。しかし、私たちは主にお委ねしているので、あなたを恐れない。主は私たちの要塞であり、主は私たちの避難所であり、主は私たちの助け手であり、守り手である」。

**61.** 淫行の悪魔は、食事の節制だけでなく、「*虚しいものを見ない*」（詩篇118:37）という目の節制によっても無力化される。散漫にさまよう視線の中には、すでに姦淫が含まれており、主はこう証言された。「*女を見て、彼女を欲する者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである*」（マタイ5:28）。目を下に向け、魂を主に向ける者は、このような姦淫を自ら根絶する。また、肉欲に打ち勝った者は、視線にも打ち勝ったのである。私たちにとって、散漫な目は恐ろしい裏切り者である。

**62.** 散漫な目によって引き起こされた戦いは、対象が目の前になろうとなかろうと、魂を情欲で燃え上がらせる。夢の中でも、その対象を心に思い描く。それは、悪霊たちが誘惑的なものを思考の中に描き出し、人の目で以前に見た誘惑的な対象の姿を繰り返し思い起こさせることで、心を占領するからである。まさにこのために、預言者はこう祈る。「*わが目をそらして、虚しいものを見させないでください*」。

**63.** 悪魔があなたの中に誘惑の対象を描き始め、かつてあなたが見たことのない女性の美しさをあなたの心に書き記し始めたら、神への畏れを心に抱き、罪の中に眠る者たちのことを思い起こしなさい。——あなたの魂が肉体から離れる、その最期の日のことを考えなさい。——真理を顧みず、キリストの戒めを守らなかった者たちが耳にする、あの恐ろしく戦慄を誘う声を思い描いてください：「*わたしから離れよ、のろわれた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ*」（マタイ25:41）——また、眠ることのない虫と、果てしない苦しみをも思い描け。このことを思い巡らし、心に留めよ——そうすれば、快樂への渴望は、火の前にある蠟が溶けるように、あなたの思いの中から消え去るだろう。なぜなら、悪霊たちでさえ、神への畏れの前には一瞬たりとも立ち向かうことができないからである。

**64.** 情欲に抗わず、自分の目を自由にさまよわせる者は、すでに心の中で情欲に屈しているに違いない。もし人間としての羞恥心がなければ、何度も肉体を墮落させていたであろう。なぜなら、もし彼が自制心を保たず、常に神への畏れを心に留めていなければ、遅かれ早かれ自分の肉体を墮落させることになるからだ。なぜなら、目に散漫さを教えるこの悪魔の後には、肉において実質的に罪を犯させる別の悪魔が続くからである。もし後者の悪魔が、前者の悪魔がすでに魂をそらして散漫にさせることに成功したのを見れば、直ちに、肉的な罪も犯されるよう唆し始めるのである。自分の目に打ち負かされた者に対して、悪魔は次のようなことを囁き始める。「見よ、あなたは心の中で罪を犯し、心の中で姦淫を犯した。すでに戒めを破り、戒めを破った罪はすでにあなたに帰せられている。だから今、欲望を満たせ。なぜなら、行うことも、渴望することも、同じことだからだ。せめてその欲望だけは満喫せよ」。——しかし、使徒の言葉にあるように、「*彼の企みを理解することはできない*」（Ⅱコリント2:11）と、その思惑を信じてはならない。なぜなら、彼はこれであなたの魂を捕らえようとしているからだ。——不法な罪を犯すよう唆すこの悪魔には、こう言い返すべきだ。「たとえ私が目で墮ち、心で姦淫を犯したとしても、悔い改めの嘆きをもってその姦淫に染まった心を砕き、墮ちた目を涙で洗い清める。なぜなら、『*砕かれ、へりくだった心を、神は侮らない*』（詩篇50:19）からである。

**65.** もし村まで行かなければならない必要が生じたなら、女性たちとの会話で気を散らしてはならない。さもないと、あなたの魂は、飲み込まれた獲物のように引きずり込まれてしまうだろう。その時はなおさら自制しなさい。なぜなら、墮落はすぐそこにあるからだ。もし自分自身に注意を払うなら、あなたは安息の地にいるようなものとなる。神への畏敬と畏怖の心をもって、誘惑と戦いなさい。恥知らずさは淫行の母である。女性たちは、あなたが彼女たちに気さくに接し、つまらないことを話しているのを見れば、さらに悪いことへと駆り立て、あなたを墮落へと導くだろう。——しかし、他者が悔い改めや畏敬のふりをして、その言葉であなたの心を緩ま

せないよう、注意しなさい。ある聖人はこう言いました。「彼らは、あなたを情欲へと誘い込もうとして、言葉を弄ぶのです。」

**66.** もし、ある思いが、少年や美しい女性との逢瀬へとあなたを引き寄せていることに気づいたら、あなたは敵の罠に近づいていることを知れ。もし、（そうしないよう）諭されてもなおその意図を捨てないなら、あなたはすでに罠に絡め取られており、快楽への執着を克服するのは容易ではないと知れ。「私はこの害に耐える」と言うかもしれない。しかし、燃える炭の上を歩いて足を火傷せずに済むことなどあり得るだろうか。

**67.** 貞潔でありたいと望むなら、節制を守り、有害な逢瀬を断ち切りなさい。人が誘惑をもたらすものにどれほど近づくかによって、その人の心は、思考の混乱や邪悪な欲望の燃え上がりなしにはいられなくなる。なぜなら、目の前の顔や言葉が、その人を情欲へと駆り立てるからである。湿ったものに近づけたスポンジが膨らんで水分を吸い込むように、心の持ちようが定まっていな人は、肉欲的な話をする者たちと親しくなったり、長く語り合ったりすると、害を吸い込んでしまう。それゆえ、これに酔いしれて、何の罪もないのに酩酊したようになり、すでに有害なもので満たされているがゆえに、霊的な言葉を受け入れられなくなるのである。

**68.** 改心し、清らかさを確立したいと願う者は、貞潔な思いにしっかりと固執し、善い労苦によって肉体を疲れさせ、絶えず神を心に留めることによって、あらゆる悪しきものや恥ずべきものから思いを清めなければならない。これにより、私たちの心は恵みに満たされる。そして、心に宿り、それを支配する神の恵みは、悪意ある敵が侵入しようとする際、その侵入を阻むのである。

**69.** もし、知恵に満ち、美しさに輝き、澄んだ瞳と輝く頬を持ち、顔にどこか作為的な表情を浮かべた女性を見かけ、彼女があなたの心を燃え上がらせ、欲望を掻き立てるならば、あなたを驚かせるものは土であり、あなたを燃え上がらせるものは灰であることを深く考えなさい。——そうすれば、あなたの魂は狂乱を止めるだろう。心の中で彼女の顔の肌に思いを馳せてみよ。そうすれば、その美貌がいかに取るに足らないものであるかがわかるだろう。そこには、骨と筋と悪臭以外、何もないからだ。また、彼女が老い、変わり、死に、そのすべての輝きが失われることを想像してみよ。何に驚いているのかをよく考え、恥じ入りなさい——そして恥じ入った上で、悔い改めなさい。

**70.** 神に喜ばれることを心に留め、キリスト王の聖なる神殿となるために自らの体を清く保つ人は、幸いである。あなたはすでに、自らの意志で神の宮となったのか。あなたの宮が墮落しないよう、昼も夜も自分自身に注意を払いなさい。もしそれを清く保ち、あなたの主のためにふさわしい状態にしておけば、神の御霊があなたの中に宿り、ますますあなたを聖別してくださるだろう。

**71.** 信仰と希望と愛をもって身を固め、強き者として見張り役となり、あらゆる不浄な思いから神の神殿を守り抜くがよい。全身を目とし、絶えず見張り、悪しき者の略奪者たちを警戒しなさい。これらの略奪者たちは、誰かが気を緩め、気が散っているのを見つけると、すぐにその者に襲いかかり、その哀れな者の肉体の神殿を墮落させ、もはや主のためにふさわしいものではなくなるようにしようとするのだ。だから、自分自身に注意を払い、あなたが自らこの悪しき者の略奪者たち、すなわち不純な思いや邪悪な欲望を自分の中に迎え入れてしまわないようにしなさい。

**72.** 情欲の根は恥知らずである。毎日それを切り倒しても、それは毎時間しおれていく。情欲の根を自分の心から完全に引き抜いて、それが毎時間しおれたり成長したりしないようにせよ。たとえ千回切り倒しても、その二倍の回数だけ再生してくるだろう——その根を完全に引き抜くまでは。

**73.** 自分自身に注意を払い、聖なる、清き主の代わりに、邪悪な敵をあなたの神殿に招き入れないよう、また、善を憎むこの敵の恥知らずさによって、あなたの神殿が汚されないようにしなさい。彼は恥知らずで、その意図に頑なである。何度となく叱責して追い出しても、彼は恥知

らずにも侵入しようと執拗に試みる。もし彼を自分の聖堂に招き入れれば、神はあなたを見捨てるだろう。そして、あなたの聖堂はあらゆる不浄、悪臭、そして闇に満ちてしまう。

### 3. 金銭への執着との戦いについて

1. 魂に害を及ぼす利益を求めないでください。何よりも魂が尊いのですから。

2. 謙遜の心をもって沈黙を守る貧しい修道士は、高慢と傲慢に満ちた裕福な修道士よりも優れている。

3. 金銭を愛する者は義と認められない。しかし、主を愛する者は祝福される。金銭に望みを置く者は倒れる。しかし、主に望みを置く者は救われる。

4. もし金銭を愛すれば、ここから何も持たずに去ることになる。しかし、もし無欲を愛すれば、天の富を失うことはない。

5. 貧しさを愛するならば、淫行の悪魔を退散させることができる。

6. 自分の修道室に金を隠す者は、高慢と不服従という情欲を自分の中に蓄えている。しかし、祈りと施しを自分の宝庫に蓄える者は、神において豊かになる。他の人々は金を蓄えるが、修道士よ、あなたは祈りと施しを蓄えなさい。

7. 必要を満たすものだけを求めよう。余分なものはただ気を散らすだけで、何の益ももたらさないからである。

8. 肉親からの遺産を求める修道士は誘惑に陥るが、主を求める者は救われる。

9. 「年老いたら、何を食べて生きればよいのか」と言ってはならない。なぜなら、私たちは明日のことさえ気にかけることを許されていないのに、あなたはすでに老後のことを気にかけているからだ。「まず神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべて与えられる」（マタイ6:33）。もしこれを何よりも先に求めないならば、私たちがそれについて気にかけていないことは明らかである。それゆえ、「あなたの悲しみを主に委ねよ。主はあなたを養ってくださる」（詩篇54:23）。

10. 貪欲な修道士は実を結ばないヤシの木であり、貪欲でない修道士は、剪定され、高く伸びるヤシの木のようなものである。

11. 物質に執着する修道士は、足に紐を巻かれたまま飛ぶ鷹のようだ。どこに降り立っても、たちまち絡まってしまう。一方、物質に執着しない者は、いつでも旅立つ準備ができている旅人のようなものである。

12. 金は忍耐をもたらしませんが、信仰は、それを得た者を堅固な土台の上に立たせる。

13. なぜ、あらゆる無益な心配を振り払い、この世の物の重荷から自分を解放しないのか。門が狭く、通り抜けるのが困難であり、貪欲な者はそこを通ることができないことを、あなたがたは知らないのか。神は、キリストのために自ら進んで欠乏や苦難に身をさらし、奮闘し、徹夜し、多くの苦難に耐える、貪欲でない人々を愛しておられる。

14. あなたの手は、受け取るために差し伸べるのではなく、むしろ施しをするために差し伸べるべきである（シラ書4:35）。

15. 金銭への執着という情欲は最も重いものである。なぜなら、それは「あらゆる悪の根源」だからである（テモテへの手紙I 6:10）。この情欲がどのようにして根絶されるかを知りたいか。——それは、心と魂のすべてをもって神に希望を置くことである。

16. ある兄弟には、悪霊が、必要以上に手仕事に熱心になるよう仕向ける。ここから金銭への執着が生まれる。すると、あらゆる悪の根源である金銭への執着に心を傷つけられた魂は、修道士を操り、朝は普段より早く手仕事に取り組み、夕方は本来終わるべき時間より遅くまでそれを続けるように仕向ける。その結果、可能であれば祈りや神への奉仕を顧みず、金銭への執着ゆえに、ただその仕事だけに没頭してしまうのである。礼拝の鐘が鳴ると、この兄弟は誰よりも遅れてやって来て、誰よりも先に礼拝を抜け出す口実を探し求める。——このことを知ったら、自分自身を戒めよ。そうして、全く許されない道へと逸らされてしまったとしても、自分の位を失わないようにせよ。——なぜなら、敵はそこで止まらないからだ。しかし、隙を見つけると、敵

は他の人を道から逸らそうとし、「あなたは苦勞に苦勞を重ねているのに、ほとんど何も得ていない。もっと儲かる手仕事を学んできなさい」と囁くのだ。——事態を正しく見極められないまま、ある兄弟はこれに誘われて世俗の世界へ出て行き、もはや完全にそこに留まってしまう。だから、用心せよ。

17. 貞潔とは、単に淫行や肉欲の快樂を控えることだけではなく、他のあらゆる情欲からも自由であることにある。利欲に駆られる者、金銭を愛する者、貪欲な者は、貞潔ではない。ある者が肉体の美しさに魅了されるように、この者は金銭に魅了される。そして、後者の方がより一層貞潔ではない。なぜなら、前者のように、自然そのものの要求によって彼を駆り立てるような、同等の衝動を彼は持っていないからである。金銭への情熱は自然のものではなく、その衝動は我々の本性にあるのではなく、歪んだ意志によるものである。それゆえ、自ら進んでそれに屈する者は、許されざる罪を犯すのである。

#### 4. 怒りと戦いについて

1. 怒りや苛立ちの精神を自らから追い払う者は、争いや反乱とは無縁であり、常に心は穏やかで、顔は明るく、精神は健全である——そして、その者は聖霊の住まいである。

2. 柔和な人は、たとえ傷つけられても喜び、侮辱されても感謝し、怒る者を愛をもってなだめる。打撃を受けても動揺せず、争いがあっても平静を保つ。——服従を強いられても喜び、（他人の）高慢に心を傷つけられることなく、屈辱の中でも喜び、功績を誇らず、すべての人と平和に接し、目上の人には従順で、あらゆる事柄に備え、偽りを知らず、嫉妬を知らない。

3. 嫉妬心のない者は名誉を求めず、喜ぶ者と共に喜び、成功する者を助け、善き道を歩む者たちを喜んで見守り、正しく生きる者を称賛する。そして、そもそも嫉妬心や競争心を持たない者は、他者のあらゆる成功やあらゆる立派な行いに喜びを感じる。

4. 嫉妬や競争心に苛まれる者は哀れである。なぜなら、その者は悪魔の共犯者であり、その悪魔の「嫉妬」によって「死が世に入り込んだ」からである（箴言2,24）。その心は常に悲しみで疲れ果て、体は青ざめて蝕まれ、その力は消耗していく。嫉妬と競争心は恐ろしい毒である。それらから、誹謗中傷、憎しみ、そして殺人が生まれるのである。

5. 悪口によって自らの舌を傷つかなかった者は、自らの心を守り、良心を汚すことなく保ったのである。悪口の問題に囚われなかった者は、自らが肉なる人間であることを真に悟り、恨み深い者とならないよう自らを律した。悪口言う者たちと交わらない者は、天使たちと共に住むことになる。悪口によって耳や舌を毒さなかった者は、愛の癒やしに満ちている。悪口によって自分の口を汚さない者の口からは、聖霊の実の芳しい香りが漂う。

6. 他人を中傷する者は、自らを裁くことになる。悪口には、誹謗、憎しみ、密告が含まれており、その者は兄弟殺しであると正当に認められる。

7. 敬虔という覆いの下に隠された憎しみや嫉妬は、黄金の器に注がれた苦い水のようなものである。そこに命の木を差し入れれば、その水は甘くなる。私たちの救い主の十字架によって、狡猾な敵によるあらゆる誹謗中傷は打ち砕かれた。

8. 愛は心の目を照らす。しかし、敵意や争いを好む者は、しばしば自分の手をアスピドの巢穴に差し込む人のようだ。

9. もし心に恨みを抱き続けるならば、あなたは怒りと無知、そして悲しみの住処となり、あなたの顔つきも変わってしまうだろう。なぜなら、「恨みを抱く者の道は死に至る」と書かれているからである（箴言12:28）。

10. 心に恨みを抱く者は、自分の胸の中で蛇を育てている者に似ている。

11. 短気な人は兄弟たちの心を乱すが、愛に満ちて忍耐強い人は神を畏れる。

12. 北風は海を荒れ狂わせ、短気は人の思いをかき乱す。しかし、寛大さは苛立ちを追い払い、苛立ちがなくなれば、怒りも収まる。

13. 手なづけられていない馬は、その騎手を悪人の手に委ね、激しい気性の人は災いに陥る。

。



14. 修道士よ、嫉妬に耳を傾けてはならない。兄弟に陰謀を企ててはならず、彼を非難するような呼び名をつけてはならない。恥をかかせてその地位から追い落とそうとするなら、自分が他人に企てているのと同じ目に遭わないよう気をつけよ。「隣人のために穴を掘る者は、その穴に落ちる」（伝道の書10,8）。こう書かれていることに耳を傾けよ。「罪人たちは自らの網に落ちる」（詩篇140,10）。

15. 「この兄弟は共同体に害を及ぼしている」という言い訳をしてはならない。しかし、あなた自身は他人に悪を行ってはならず、悪を行う者たちと交わってはならない。なぜなら、神は「心と内臓を試し」られるからである（詩編7:10）。

16. 忍耐と悪意のない道を見出した者は、いのちの道を見出したのである。

17. 兄弟の成功を妬む者は、自らを永遠の命から切り離すことになるが、兄弟を助ける者は、永遠の命においてもその兄弟の仲間となる。なぜなら、裁きにおいて、悪を行う者も、それに加担する者も罰せられるのであれば、主の御心を行うことを助ける者を、主がなおさら報いてくださるのではないだろうか。

18. 怒りを抑えきれないほど激昂するよりは、微笑みでその苛立ちを鎮めるほうがよい。

19. 煙は蜂を追ひ払うが、恨みは心から知恵を追い出す。

20. 主に祈り、その慈しみの御前で涙を流せ。そうすれば、恨みはあなたの魂に宿ることなく、あなたの祈りは主の御前で「香の炉」のようになるであろう（詩編140:2）。

21. どこにいても平和に生きたいと願う者は、自分の安らぎを求めるのではなく、主における他者の安らぎを求めよ。そうすれば、自らも安らぎを見出すだろう。しかし、口論好きで気性の荒い者は、決して安らぎを得られない。

22. 兄弟たちの間に争いが生じた場合、最初に悔い改めた者が勝利の冠を受けるが、もう一方も、悔い改めを拒まず、平和のために必要なことを進んで行なうならば、同様に冠を受ける。

23. 人の怒りっぽさは、その人にとっての落とし穴である。しかし、自分の中の怒りっぽさを克服した者は、その落とし穴を乗り越えたのである。

24. 兄弟たちの心が一つであるところには主がおられ、彼らの敵意は悪しき者を喜ばせる。

25. 過ちを指摘されても黙っている者は、心に恨みを抱いているが、柔和かつ平和に弁明（あるいは自白）する者は、恨みを抱いていない。

26. 短気で騒がしい人は誓いを軽々しく口にするが、沈黙を守る人は分別がある。

27. 短気とは何だろうか。それは厚かましく恥知らずな激情であり、その後に後悔が伴う。そして、その激情に陥った者の心は、悲しみに蝕まれる。

28. 反乱を愛する者は、突然、破滅と分裂、そして癒やしのない打ち砕きに見舞われる。なぜなら、その者は主が憎まれるすべてのことを喜ぶからである。しかし、平和を愛する者は平和を受け継ぐ。また、人の内にある柔和さは、怒りを防ぐ。

29. アスピドの毒とは、短気と恨み深い心のことである。それらは顔色を変え、思考を乱し、神経を弛緩させ、人に事を行う力を欠如させるからである。しかし、柔和さと愛は、これらすべてを遠ざける。

30. 恨みはどのようにして根絶されるのか。それは、心に神への畏れと、死の日を心に留めることである。「最期を思い、敵対することをやめよ」（シラ書28:6）。死を心に留め、高ぶってはならない。あと少しで、あなたは墓に下されるのだから。悪行があなたに何の益をもたらすというのか。

31. 神の子と呼ばれるにふさわしい者となるために、平和の使者となりなさい。

32. 火の糧は薪であり、怒りの糧は高慢である。

33. 怒りを抑えたいか。謙遜を心掛け、柔和で謙虚な人々の道を歩め。

34. 兄弟たちが互いに激しく争っているなら、平和を築く者は幸いである。しかし、彼らを争いに駆り立てる者は、罰を免れることはない。

35. 柔和で謙遜な人の内には、知恵の霊が宿る。知恵の道を歩む者を、主は愛される。

36. 柔和で沈黙を守る修道士は、永遠の命を相続する。



37. 柔和な修道士は、情欲を見張る番人である。

38. もし兄弟があなたに対して罪を犯したなら、彼を赦しなさい。そうすれば、主もあなたの罪を赦してくださる。

39. あなたを侮辱した兄弟のもとへ、いち早く赴き、純粋な心から彼の前で悔い改めよ。兄弟の罪を「七回だけでなく、七の七倍、すなわち七十回まで」赦すよう命じられた御言葉に従って（マタイ18:22）。

40. 兄弟よ、兄弟からの悔い改めを、神から遣わされた者からのものとして受け入れなさい。そうすれば、遣わされた方を辱めることもなく、御自身に対して御怒りを招くこともないでしょう。

41. 兄弟が悲しみに暮れている時には、彼を責めてはならない。また、彼の心の痛みに、さなる苦しみを重ねてはならない。

42. 兄弟の悪を覚えてはならない。なぜなら、「悪を覚える者の道は死に至る」と書かれているからである（箴言12:28）。

43. 侮辱に耐えられないのか。黙っていれば、心が落ち着く。

44. 自分自身に注意を払い、短気、苛立ち、恨み深さがあなたを支配しないようにしなさい。それらが支配すれば、あなたは不安で落ち着かない生活を送ることになる。むしろ、寛大さ、柔和さ、悪意のなさ、そしてキリスト者にふさわしいすべてのものを身につけ、平穏で安らかな生活を送るようにしなさい。

45. 誰に対しても心に憎しみを抱いてはならず、悪に対して悪で報いてはならない。むしろ、聖書があらゆる美德よりも高く位置づけた愛を身につけなさい。なぜなら、聖書は「神は愛である」（ヨハネ4:8）と述べ、その愛を万物を創造された御方ご自身に例えているからである。

46. 堕落した者であっても、心に憎しみや嫉妬を抱いていないなら、主はその者を堕落したままに放置されることはない。むしろ、立ち上がるための助けの手を差し伸べてくださる。なぜなら、その者は愛を拒絶しなかったからである。それに対して、一見堅固に立っているように見えても、高慢にふけり、憎しみを抱いている者は安全ではない。なぜなら、憎しみの闇が彼の目を覆い、どこへ向かっているのか見えなくなっているからである。

47. 怒りっぽくならないよう努めなさい。そうすれば、何の罪もないのに、怒りの情熱に身を重くして、酔いしれてしまうことがないように。

48. 隣人の成功を喜び、楽しむことは、完全さの証である。一方、他者が称賛される時に悲しみ、不満を抱くことは、悪意と邪悪な心持ちの表れである。

49. 愛によって美德を溶かしてしまうことなく、それを確固たるものにするというのは、不可能なことである（Iコリント13:2）。愛がなければ、私たちは天の門へと続くまっすぐな道から遠く離れてしまうだろう。さあ、憎しみ、嫉妬、高慢、そしてあらゆる悪魔的な汚れという束縛から解放されるために、涙を流そう。成功者の美德に腹を立てること——これこそが悪魔的な行いである。悪魔たちには憎しみが根付いている。彼らにとって何よりも望ましいのは、すべての人々が完全に滅びることである。一方、聖徒たちは主を模範として、「すべての人々が救われ、真理の知恵に至ることを願っている」（テモテへの手紙I 2:4）のです。なぜなら、愛に満ち溢れた彼らは、隣人を自分自身のように愛したからです。

50. 賢明さにおいて強くなるために、忍耐強くあれ。忍耐は素晴らしい賜物である。それは苛立ち、怒り、軽蔑を追い払い、魂を平穏な状態へと導く。

51. 誰かがあなたを中傷しても、怒りに燃えてはならない。むしろ、直ちに謙虚に、顔に微笑みを浮かべて、苛立ちを平和へと変えなさい。ただし、苛立ちのさなかに微笑むことは、相手の怒りをさらに煽ることを忘れるな。それゆえ、まず心を鎮めてから、微笑みを浮かべて語りかけなさい。火は火で消すことはできない。そして、愛と寛容をもって、苛立っている者の怒りを鎮めなさい。もし兄弟がこれで悟らないなら、他のあらゆる手段を尽くして、彼を癒やそうと努めなさい。そうして、最終的に彼の苛立ちが優勢となり、私たちの神へのあらゆる捧げ物を神に受け入れられないものにしてしまわないようにするためである（マタイ5, 23, 24）。「非難されて

も非難せず」(Iペテロ2,23)とされた救い主なる主に倣い、また、シェメイの悪口に対して「彼をののしらせよ。主が彼にダビデをののしるやうにと命じられたのだから..... 主が私のへりくだりを軽んじられないやうに」(列王記下 16章 10節、12節)。

**52.** 私たちの怒りのうちに日が沈むことのないやうに。むしろ、すべての負債者を赦し、愛を確かなものとしなさい。愛は多くの罪を覆うからである。兄弟に対して敵意を抱きながら、神に何かを捧げようと思う者は、犬を犠牲として捧げる者や、娼婦の代価を捧げる者と同様に扱われる。兄弟に対して敵意を抱きながら、キリストを愛していると思ひ込む者は、偽り者であり、自らを欺いているのである。

**53.** もしあなたが兄弟に対して何か恨みを抱いているか、あるいは兄弟があなたに対して恨みを抱いているなら、和解しなさい。もしそうしなければ、あなたが神に捧げるものはすべて受け入れられない(マルコ11:25; マタイ5:23,24)。しかし、もし主のこの戒めを果たすならば、大胆に主に祈りなさい。「主よ、私があるあなたの戒めを果たして兄弟を赦したやうに、私の罪も赦してください」と。すると、人を愛する主はこう答えてくださるでしょう。「もしあなたが赦したなら、わたしも赦そう。もしあなたが許したなら、わたしもあなたの罪を許そう」。

## 5. 悲しみとの戦いについて

**1.** 悪口を言われたり、傷つけられたりしても忍耐強く耐える者は、獅子を動物園に閉じ込めた者に似ている。一方、悪口や侮辱に反撃する者は、自らを(武器で)傷つける者に似ている。

**2.** 気弱になってはならない。なぜなら、私たちはこの世で永遠に生きるわけではないからだ。

**3.** 心に悲しみを抱いてはならない。「この世の悲しみは死をもたらしが、神による悲しみは、あなたに永遠の命をもたらしからである」(IIコリント7:10)。

**4.** 何が起ころうとも勇敢に耐え抜く覚悟のある修道士は、悲しみをほとんど味わうことはない。

**5.** 心に悲しみを抱いてはならない。むしろ、主によって自らを慰めなさい。

**6.** もし中傷に遭い、その後、あなたの良心の清さが明らかになったとしても、高慢になってはならない。むしろ、人間の中傷からあなたを救い出してくださった主に仕え、過度な墮落に陥らないやう、謙遜をもって努めなさい。

**7.** 悪意に満ちた魂は、お世辞を言われると高慢になり、侮辱されると激昂するが、善良な魂は、お世辞に喜ぶこともなく、侮辱に憤ることもない。

**8.** 愛に溶け込んでいる限り、忍耐に限りはない。

**9.** 悲しみの日には主を忍耐強く待ち望め。そうすれば、怒りの日に主があなたを覆ってくださる。

**10.** 悲しんでいる者を嘲笑してはならない。墮落していく者を見て喜んではならない。そうすれば、主があなたに怒りを向けることもなく、悲しみの日にあなたが守りを失うこともないだろう。

**11.** 自分だけが誰よりも多くの苦難に耐えているなどと思ってはならない。地上で生きる者がこの空気から逃れることができないのと同じやうに、この世に生きる者が苦難や病に試みられないことはあり得ない。地上のことに心を奪われている者は、地上のことから苦難も味わう。一方、霊的なものを求める者は、霊的なことから病むこともある。しかし、後者たちは幸いである。なぜなら、彼らの実りは主において豊かなものだからである。

**12.** もし私たちが救い主なる神の囚人であるならば、苦難の束縛を身にまとうことを恥じることはなく、むしろ喜びをもってそれを耐え忍び、天からの御降臨を待ち望むであろう。その時、主は私たちをも聖徒の列に加えられるからである。なぜなら、主の苦難に与る者は、慰めにも与る者となるからである(IIコリント1:7)。

13. 今や、この世に生きるすべての人を包み込む悲しみには二種類ある。神に由来する悲しみと、この世の悲しみである。そして、この現世を、そのいずれか——神に由来する悲しみか、この世の悲しみか——なしに過ごすことは不可能である。——世の苦しみは重く、報いを約束するものではない。しかし、神に由来する苦しみは慰めをもたらし、さらに永遠のいのちの約束によって心を大いに喜ばせてくれる。前者に直面したなら、それを後者に変えるよう急げ——そうすれば、心から苦痛に満ちた悲しみを追い払うことができるだろう。

14. もし、あなたが謙遜と畏敬の念をもって神の御業を行っているときに、敵が、あなたの正しい生き方を妨げようとして、不注意な人々をあなたに対して煽動したとしても、恐れてはならない。臆してはならない。そして、正しい道から逸れてはならない。「主を待ち望め」（詩編 26:14）、神に選ばれた者よ。そうすれば、今あなたを侮辱する者たちは、あなたの栄光に満ちた救いに驚嘆することになるであろう。次のように書かれているとおりである。「義人は、たとえ死を迎えようとも、安らぎのうちに眠る」（ソロモンの知恵4:7）。

15. 製錬所の火が金や銀を試すように、苦難の中で、主を助け手とする死すべき者の魂は試されるのである。

16. 試練を恐れてはならない。むしろ、キリストにある高き地位の栄光へと、大胆に突き進もう。主は、御自身を愛するすべての人を冠で飾ってくださるからである。

17. 修道士になりたいと願う者が、侮辱や屈辱、損害に耐えられないなら、その者は修道士にはなれない。

18. 悪口による侮辱を寛大に耐え忍びなさい。悪しき呼び名を善き呼び名と受け止め、最も不適切な呼び名を、神に喜ばれる呼び名と受け止めるのです。——そして、「主のしもべは、怒って争うべきではなく、すべての人に対して柔和であるべきである」（Ⅱテモテ 2:24）ということ、常に心に留めておくべきである。

19. もし病に倒れることがあっても、無益な助けや人間の庇護に頼ってはならない。むしろ、神の憐れみを待ち望み、神がすべてのことを導いてくださるよう忍耐をもって待つほうがよい。なぜなら、肉体が戒めを必要とする時もあるからである。何事においても、主を喜ばせよう。「主は私たちのことを気にかけておられるからである」（Ⅰペトロ 5:7）。人が病に伏すとき、その魂は格別に主を求めるようになる。なぜ戒めは、戒められる者が感謝する限りにおいて良いものなのか。もちろん、そのような人はこう言うだろう。「もし主から善を受け取ったのなら、悪も耐え忍ばなければならないのではないか。主の御名は、永遠に祝福されますように」（ヨブ記 2:10; 1:21）。

20. 試練の時には臆病になってはならず、祈りと善行に励んで心を澄ませなければならない。それは、海を航行する者たちに倣うことである。彼らは嵐が吹き荒れるとき、周囲を注意深く見渡し、警戒を怠らず、神に助けを求めるのである。主は、真実をもって御自身を呼び求める者を軽んじられることはない。それゆえ、私たちも苦難に襲われたとき、「主よ、私たちは苦難のうちにあなたを思い起こします」（イザヤ書 26:16）と語った者のように、主に頼るのだ。海は常に穏やかであるとは限りません。また、この現世を、試練なしに航海し抜くことは不可能です。しかし、もし主への信仰を舵のようにしっかりと握りしめていれば、その信仰は私たちを人生の港へと導いてくれるでしょう。そしてその時、労苦を脱ぎ捨て、私たちは命と朽ちることのないものに着飾ることになるのです。

21. もし悲しみが私たちを襲ったとしても、喜びが近づいてくるのを待ち望みましょう。海を航行する者たちを例に挙げよう。風が吹き荒れ、激しい嵐が襲うとき、彼らは波と戦いながら穏やかな天候を待ち望む。そして、静けさが訪れると、今度は嵐を待ち望む。それゆえ、彼らは常に警戒を怠らず、突然吹き荒れる風に不意を突かれて、海に転覆させられないようにしている。私たちも同様に振る舞わなければならない。悲しみや苦難に遭遇したときは、神からの安らぎと助けを待ち望もう。そうすれば、悲しみが続いても、「もはや救いの希望はない」という思いが、私たちを死に至らしめることはないだろう。同様に、喜びに満ちているときは、悲しみを待ち望もう。そうすれば、喜びが溢れすぎて、涙のことを忘れてしまうことはないだろう。

**22.** 誘惑や苦難に直面したときは堅固であり、あなたを燃え上がらせる快楽に抵抗しなさい。そうすれば、焼かれていないレンガのように、雨粒に浸食されることなく、自分が持っていると思い込んでいるような堅固さを、実際には持ち合わせていないという事態を避けることができるでしょう。

**23.** 神に喜ばれることを決意したなら、忍耐強くあれ。古の先人たちを見よ。そうすれば、すべての聖人たちが、絶え間なく長い忍耐によって約束されたものを成し遂げたことがわかるだろう。それゆえ、私たちも彼らと共に天の御国を相続できるよう、日々自らを奮い立たせよう。——私たちの不信仰ゆえに、忍耐は私たちから遠ざかってしまうのだ。主への熱意を心に抱き、忠実な者として勇気を奮い立たせ、大きな悲しみによって心の力を失わないようにしなさい。追放や鉾山、そして過酷な奴隷生活の中で拷問にさらされた人々を思い描き、主のために、あなたに降りかかる苦難に耐え忍びなさい。

**24.** もしあなたに悲しみが訪れたとしても、それを耐え忍ぶこと自体は、まだ究極の悪ではない。しかし、その悲しみに留まり続けることは、重く、また危険なことである。もしあなたが不在の間に誰かがあなたを中傷し、別の人が来て、「あの兄弟があなたを中傷した」と告げたなら、賢明な者として、それが誰の仕業なのかを見極め、その兄弟に対して心を乱してはならない。そして、そのことをあなたに伝えた者には、こう言いなさい。「彼は私を侮辱したが、彼は私の兄弟であり、私自身がその侮辱を受けるに値したのだ。とはいえ、彼が自発的にそうしたのではなく、敵が私たちの間に敵意を植え付けるために仕組んだことなのだ。主が、悪しき者の企みを打ち砕き、兄弟を憐れみ、私たちを見捨てないようお祈りしよう。」——もしまた面と向かって侮辱されたとしても、それを恨んだり、心を乱したりしてはならない。——もし悪い行いのために侮辱を受けることがあっても、冷酷になつてはならず、むしろ自分の過ちを正すべきである。

**25.** 悲しむ者を慰める者が霊的な人であれば、その人は害を与えるためではなく、大きな益をもたらすためにその人のもとへやって来る。しかし、肉的な考えを持つ者は、少しの益ももたらさず、むしろ悲しむ者を慰めようとして訪れたにもかかわらず、その人をさらに動揺させてしまう。

**26.** 不快な言葉を聞いて、あなたは悲しむ。しかし、もしその言葉によって正当に傷つけられたのなら、戒めのために傷つけられたことを喜び、自分の過ちを正すよう努めなさい。無駄に傷つけられたのか？ それならば、それを穏やかに耐え忍べば、あなたへの報いはなおさら大きくなる。使徒たちもまた、悪人のように町の真ん中で鞭打たれたが、怒ったり憤ったりはせず、「御名のために辱めを受けるにふさわしい者とされた」と喜んだ（使徒行伝5:41）。あなたもまた、御名のために辱めを受けるにふさわしい者とされたことを喜びなさい。

**27.** 怠惰な者の中には、こう言う者もいるかもしれない。「これほど多くの労苦の末に、このようなことが自分に起こったとは、悲しいことだ」と。——主のしもべよ、それがあなたにとって悲しいことなのか？ むしろ、これを通じて、これほど長い年月の労苦を経てもなお、あなたの情欲が依然として打ち負かされていないことを悟り、それを悟った上で、この出来事をきっかけにそれらを打ち負かし始める方が良いのではないか。「もし、自分が何かであると思い込む者がいるなら、その人は無に等しい。その人は自分の心を欺いているのである」（ガラテヤ6:3）。舵取りの技は嵐の時にこそ明らかになる。「私はこれだけの年数、修道者の生活を送ってきた」と自慢しながら、その生活の実践を示さない者は、まだ習得していない技の道具を身につけているに過ぎない。——わずかな苦難に遭っただけで、あなたはたちまち修道生活の規律から外れ、まるで修道生活そのものを否定したかのようだった。たった一瞬にして、長年の労苦を台無しにしてしまったのだ。——いいえ、兄弟よ、敵に背を向けてはならない。しっかりと立ち、戦い続けなさい。そうすれば、敵はあなたから逃げ去るだろう。信仰の鎧を身にまとい、「救いの兜」をかぶり、聖霊の「剣」、すなわち「神の言葉」（エフェソ6:17）を手に取り、戦いなさい。そうすれば、あなたの中に住まわれる聖霊は、あなたの勇猛さを喜び喜ばれるでしょう。

**28.** もし小さな試練に耐えられないなら、どうして大きな試練に耐えられるだろうか。もし少年を打ち負かすことができないなら、どうして完全な男を打ち負かすことができるだろうか。もし言葉に耐えられないなら、どうして打撃に耐えられるだろうか。もし叱責や打撃に耐えられないなら、どうして十字架を背負うことができるだろうか。もし十字架を背負うことができないなら、どうして天において、「あなたのために、私たちは一日中死に、屠られる羊のように数えられている」（詩編43:23）と言う者たちと共に栄光を相続できるだろうか？ 兄弟よ、私たち二人は、私たちの共通の主が私たちのために何を耐え忍ばれたかを、果たして忘れてしまったのだろうか。主は侮られ、辱められ、「あなたは悪霊に取りつかれている」と言われたが、怒られることはなかった。主は諂い者と呼ばれ、耳を引っ張られ、殴られ、十字架に釘付けにされた。胆汁入りの酢を飲み、脇腹を槍で刺された。これらすべてを、主は私たちの救いのために耐え忍ばれた。それなのに私たち——ああ、哀れな私たちよ！——私たちのためにこれほどまで耐え忍ばれた主のために、いかなる侮辱も、言葉一つさえも耐えようとはしない。

**29.** 神に喜ばれ、信仰によって神の相続人となり、聖霊から生まれた神の子と呼ばれることを望む者は、何よりもまず、寛容と忍耐を身にまとい、自分に降りかかる苦しみ、災い、そして必要を勇敢に耐え忍ばなければならない。——それが肉体の病気や苦しみであれ、人々からの侮辱や恨みであれ、あるいは、魂を怠惰、無関心、そして焦りに陥らせ、それによって命に入ることを妨げようとする悪霊たちが魂にもたらす、様々な目に見えない苦しみであれ。しかし、これらすべては神の御計画によるものであり、は、各人の魂が様々な苦難によって試されることを許しておられる。それは、神を心から愛する者たちが、神への希望を失うことなく、常に恵みによって、信仰と忍耐をもって救いを待ち望み、あらゆる試練を勇敢に耐え抜くことによって、——そして、このようにあらゆる試練に耐え抜くことによって、彼らが天の御国にふさわしい者となるためである。

**30.** 勇気を持たず、あらゆる試練や苦難を堅固に耐え忍ぶことができず、むしろ悲嘆に暮れ、落胆し、憤り、不安に駆られ、善行に励むことを怠り、さらには絶望に至るような魂は、もはや救いへの希望を持たず、確固たる信仰をもって神の慈悲を待ち望む希望を心に留めていない者は、当然ながら、生きるにふさわしい者とはなり得ない。なぜなら、その者はすべての聖人たちに従わず、主の足跡をたどらなかったからである。古来より、教父たち、族長たち、預言者たち、使徒たち、そして殉教者たちが、いかにしてこの試練と苦難の道を歩み抜き、神に喜ばれ、偉大な報いを受けるにふさわしい者とされたか、よく見守り、観察せよ。

**31.** 神は、御自身を信頼し忍耐強い魂が、絶望に至るほど、すなわち耐えられないような試練や苦難に陥るほどに試されることを許されない（Iコリント10:13）。また、悪霊も、自分の望むほどに魂を試み、苦しみで圧迫するのではなく、神によって許された範囲内でのみそうする。ただ、魂が信仰による希望にすぎり、神からの助けと救いを待ち望みながら、すべてを勇敢に耐え忍ぶならば、その魂が見捨てられることはあり得ない。それどころか、魂が信仰と希望をもって神にすぎり、神からの助けと救いを疑いなく待ち望むほどに、主は魂を束縛するあらゆる苦しみから、より速やかに救い出してくださる。なぜなら、主は魂がどれほどの試練と誘惑にさらされるべきかを知っておられ、その分だけ許されるからである。陶工が器を作った後、焼成して硬くするために窯に入れなければ、それらは人々が使うには適したものにはなりません。しかし、（窯に入れる際）、彼はそれらが使えるようになるまで、どれだけの時間火の中に置かなければならないかを知っており、焼きすぎてひび割れないよう、必要以上の時間を窯の中に放置することはない。また、未完成のまま使い物にならない状態にならないよう、時期尚早に取り出すこともない。さて、もし人々がこの儚い世の事柄についてこれほど見識と知識を持っているのなら、ましてや神は、御心に適おうとし、永遠の命を望む魂が、試練や誘惑をどれほど必要としているかを、どれほど深くご存知のことか。

**32.** 麻の茎は、何度も叩いてほぐさなければ、そこから細い糸を紡ぐのに適さないが、叩けば叩くほど、それはより清らかになり、紡ぐのに適したものとなる。それと同様に、神を愛する魂も、多くの誘惑や試練にさらされ、苦難を勇敢に耐え抜くことで、より清らかになり、霊的な

働きに適したものとなり、ついには天の御国を相続するにふさわしい者とされるのである。－ 苦難と誘惑は、魂が勇敢に、進んで、そして神への信頼をもって起こるすべてのことを耐え忍び、疑いようのない信仰をもって主からの救いと御慈悲を待ち望むならば、その魂を熟達した堅固なものにする。

**33.** 試練として苦難にさらされ、悪霊によって様々な形で苦しめられている魂——それが、内なる苦難の重荷や邪惡な思いといった隠れた形であれ、肉体の苦痛といった顕著な形であれ——もし勇敢に耐え忍び、希望を保ち、主からの報いを待ち望むならば、彼らは義の冠にふさわしい者とされ、審判の日に殉教者たちと同じく、神の前で大胆さを得るであろう。なぜなら、ある者は十字架の上で、またある者は彼らに働きかける邪惡な霊たちによって、苦難の中で同じように苦しんでいるからである。

**34.** 敵は、もし誰かを悪へと陥れ、思考によって打ち倒すことができなかった場合、その後、その人の理性を曇らせるために苦難を招き、それからであって初めて、その人の心に好きなように種を蒔くのである。もしこれでも人を悪へと導くことができないならば、敵は彼に生活のあらゆる快適さを与え、彼を高揚させ、あらゆる情欲よりも危険で悪質な大きな惑わしへと誘い込む。それは人を高慢にし、快樂の深淵へと引きずり込み、神への記憶、自身の弱さ、そして死の刻を忘れさせるからである。悪魔は、人が何に傾きやすいかを突き止め、その傾向に逆らうように仕向け、あらゆる不正をもってそれに立ち向かおうとする。

**35.** すべては神から来る——善きことも、悲しみも。しかし、あるものは神の御心により、あるものは神の摂理により、またあるものは神の許容による。神の御心によるのは、私たちが徳ある生活を送るときである。なぜなら、徳ある生活を送る者が忍耐の冠を戴くことは、神の御心にかなうからである。「家の管理」によるのは、罪を犯した際に戒めを受けるときであり、「許容」によるのは、戒めを受けても改心しないときである。——神は、私たち罪人を「家の管理」として懲らしめられる。それは、私たちが世と共に裁かれることのないようにするためであり、使徒が言うように、「主によって裁かれるのは、世と共に裁かれないためである」（Ⅰコリント 11:32）。——この意味において、「主が造られない限り、都に災いはない」（アモス 3:6）とあり、それらは飢饉、疫病、病気、敗北、戦乱などである。なぜなら、これらすべては罪からの清めのために役立つからである。——しかし、神は、罪なくして生きることを望まない者、あるいは戒められても改心せず、罪の中に留まり続ける者たちを、完全に放任される。「そこで神は、彼らを不健全な心へと引き渡される」、すなわち、彼らが「不品行な行い」を行う自由を許されるのである（ローマ 1:28）。

## 6. 気落ちとの戦いについて

**1.** 不平を言う者は、いかなる仕事にも適しておらず、やる気もない。彼は怠惰であり、仕事から逃れるための言い訳を常に用意している。そして、彼は他の人々をも堕落させ、「これは何のためか、あれは何のためか？ これには何の益もない」と言う。

**2.** 怠惰な者は、賛美歌を歌うように呼ばれると苛立ち、徹夜祈祷のために起こされると、腹痛や頭痛を理由に断る。諭されると、「自分で学べ」と言い、何かを教えられると、「自分でも知っている」と叫ぶ。

**3.** 働く力のある者が、怠惰のうちに他人のパンを食べるのは良くない。使徒はこう言っている。「私は、自分を貧しさから守り、これからも守り続ける」（Ⅱコリント 11:9）。

**4.** 不平を言う修道士は大きな害を被る。しかし、すべてを勇敢に耐え忍ぶ者は、喜びを受け継ぐ。

**5.** もしあなたに落胆の霊が襲ってきたとしても、自分の家を離れることなく、忍耐をもってその霊に立ち向かえ。あちこちと場所を移そうと囁く思いに、決して惑わされてはならない。なぜなら、もしその思いに屈すれば、あなたには決して忍耐が持てなくなるからだ。

**6.** しかし、修道士よ、「ここには争いと窮屈さがあるが、あそこ（ある場所）には穏やかで心配のない生活がある（あそこへ移ろうと考えながら）」と言ってはならない。なぜなら、誰



が私たちと戦っているか知っているか。私たちの敵は悪魔ではないか。そして、悪魔は「天の下  
のあらゆる場所を巡り歩いている」（ヨブ記2:2）のだ。したがって、どこへ行こうとも、あな  
たはどこでもこの世の中にいることになる。つまり、どこでも悪魔の手に落ちるのだ。だからこ  
そ、その場に留まり、「悪魔に立ち向かえば、彼はあなたから逃げ去る」ほうがよい。逆に、「  
神に近づけば、神もあなたに近づいてくださる」（ヤコブ4:7,8）のである。

7. 怠惰な修道士は言い訳をしてこう言う。「今日はここに住んでいるが、明日は別の場所  
へ行くのだ。それなら、なぜ苦勞しなければならぬのか？」

8. 怠惰な修道士は多くの言い訳を並べ立てるが、眠たげな者は災いに陥る。

9. 絶えず一つの独房から別の独房へと移り住む者は、虚しい思いを抱くようになる。一方  
、一つの場所に留まる者は、より沈黙を保つ。

10. 放浪する修道士は、自制心を保たなければ無傷ではいられない。しかし、召されたその  
場所に留まる者は、より早く安らぎを見出すだろう。

11. 怠惰は心地よいが、その結末は苦い。働きに疲れ果てても、その後に喜びを得る。

12. 怠惰で自己愛（自己憐憫）に満ちた修道士は、仕事を目にするやいなや身を隠すが、夕  
食の席では真っ先に自分の席を確保する。

13. 死と罰を心に留めることは、落胆という悪魔に対する剣である。

14. あらゆる重荷の中でも最も重いのは、落胆である。とりわけ、それが不信仰を伴ってい  
る場合はなおさらである。その実には、致命的な毒が満ちているからである。

15. 修道士よ、あなたは小部屋を離れ、世をさまよっている。「都における不法と争い」（  
詩編54:10）を、果たして恐れないのか。

16. 泉のそばに座りながら、手を伸ばして水を汲み、渇きを癒そうともしない渇きに苦しむ  
者ほど、怠惰な者がいるだろうか。また、書物を所有しながらも、それを読むことを怠る者ほど  
、無頓着な者がいるだろうか。

17. 読み書きを学ぶことが望ましい人に対して、神の驚くべき御業について読み、その驚く  
べき御名を賛美するよう、心を尽くして導きなさい。そうすれば、神があなたに報いてくださ  
るだろう。

18. 落胆している修道士には怠惰が襲いかかる。また、忍耐がある者には高慢が襲いかかる  
。しかし、真に主を愛する者は、そのどちらも退けるのである。

19. 怠惰な修道士は多くのものを失うが、節制ある者は一時間たりとも無駄にしない。

20. あちこちと場所を移すことを好んではならない。むしろ、忍耐をもって、住む場所で遭  
遇する不都合から益を引き出すほうがよい。教えてほしい、もし私たちが共に全世界を巡り歩い  
たとしても、救われたいと願うならば、結局は修道室が私たちを待っているのではないだろう  
か？ もし共同生活にも耐える忍耐がなく、孤独の中でも静寂を見出せないのなら、結局のところ、  
私たちに安住の地などあるのだろうか。それはまるで、「太陽の暖かさにも耐えられないし、日陰  
も私には耐え難い」と言っているようなものだ。恐らく、最後にはあの地獄に飲み込まれてしま  
うのではないかと心配だ。

21. 心を堅く保とう。心の弱さは美德に反するからだ。たとえ少しの気落ちに襲われても、  
臆病になってはならない。善良な旅人のように、自らを奮い立たせよう。旅人は、道中で力が尽  
きそうになっても、旅を続けるという目的を放棄せず、「あと少しで宿に着き、休める」という  
言葉で自分を慰める。——そして、主は、私たちが自らを奮い立たせているのをご覧になり、力  
を与え、困難を和らげてくださるだろう。

22. 生計を立てるために、神を信賴して働こう。労働を嘆いてはならない。多くの人は、何  
もしないことで、その無為そのものに苦悩した。施しを乞うことを学ばぬよう、働くことを学べ  
。仕事に怠慢であってはならない。「主は近くにおられる」（フィリピ4:6）。

23. 修道室に座って、聖なる殉教者たちが多くの拷問を受けた後、鉄の鎖で縛られたことを  
思い起こし、落胆してはならない。それゆえ、修道室の不便さを避けて逃げ回ったり、仕事を恋  
しく思ったりしてはならない。多くの聖人たちが主のために鉦山に送られたことを心に留めよう

。もし私たちがあの時代に生きていたとしたら、果たして苦難を理由に自分の生き方を変えてしまったでしょうか。果たして、極めて厳しい状況という理由だけで、自分の信仰を捨ててしまったでしょうか。

**24.** 怠惰に抗い、今住んでいるその場所に留まりなさい。なぜなら、場所の変遷や距離によってではなく、ただ心の注意深さによってのみ、情欲を制することができるからである。私たちには、「神の御心を成し遂げ、約束の恵みにあずかる」ために、「忍耐」が必要である（ヘブライ人への手紙 10:36）。落胆に身を委ねる者は、病人が健康から遠ざかるように、忍耐から遠く離れている。美德は落胆の中ではなく、忍耐の中にこそ現れる。そして忍耐は、心が瞑想と神の教えに没頭しているときに、新たにされ、強められる。こうして養われる心は、健康な食物によって体が力を得るように、力を得るのだ。もし心がこの恵みとこの高貴さから背を向けるならば、それは確かに貧しく、無力なものとなるだろう。それゆえ、物質への執着を振り払い、その神聖な行いに心を鍛えよ。そうすれば、体をあちこちへ移動させたり、祝福に値しない理由もなく放浪によって体を疲れさせたりする必要はなくなるだろう。なぜなら、「神の国は私たちの内にある」からである（ルカ 17:21）。

**25.** もし、聖書の読解が退屈に感じられ、霊的な教えを聞く気が起きないことに気づいたなら、そのとき、あなたの魂が重い病に陥っていることを知れ。なぜなら、それは悪意の始まりであり、それに罹った者たちは死の実を刈り取ったからである。

**26.** 刻一刻と、自分の中に美しく善良な思いを抱き続け、希望をもって、主の修道者たちが闘う「落胆」という邪悪な情欲に打ち勝つ者は、幸いである。

**27.** 主の業において勇敢な戦士のごとくなり、主の道において怠惰な者を奮い立たせ、気弱な者を励ます者は、幸いである。

**28.** 気落ちという情欲に、勇気がない者として打ち倒されることなく、すべての聖人たちが冠を受けた完全な忍耐を身につけた者は、幸いである。

**29.** 落胆の霊があなたを悩ませるとき、その思いに流されてはならない。むしろ、神があなたを置かれたその場所に留まり、当初、修道院の門をくぐったとき、あなたが神に対してどのような愛を抱いていたかを、心の中で思い巡らせなさい。その同じ愛を最後まで持ち続け、主を忍耐をもって待ち続けよう。それは、忍耐をもって自分に打撃を加える者を打ち負かす格闘家のように。なぜなら、「最後まで耐え忍ぶ者は、救われる」からである（マタイ 10:22）。

**30.** ある兄弟は、徹夜祈祷の前に、「今日は休んで、徹夜祈祷には参加しないほうがいい」という考えが心に浮かんだ。しかし、彼はその考えにこう答えた。「誰が分かるだろうか？ 明日、もしかしたら起きられないかもしれない。だから、今日は起きなければならないのだ」。また、仕事中にも、「今日は休んで、明日は働けばいい」という考えが彼に吹き込まれた。しかし彼は再びこう答えた。「いや、今日は働く。明日のことは主が顧みてくださる」。

**31.** もし落胆があなたを悩ませても、気落ちしてはならない。主にお祈りし、忍耐を授けてくださるようお願いなさい。祈り終えたら、座り、心を整えて、詩篇の言葉で自分の魂を慰めなさい。「わが魂よ、なぜあなたは悲しむのか。なぜ私を悩ませるのか。神に信頼せよ。私は神に告白する。神は私の救い、私の神である」（詩篇 41:6）。またこう言いなさい。「なぜ、私の魂よ、あなたは気力を失ったのか。私たちがこの世で永遠に生きるわけではないではないか。詩篇の作者がこう言っているのを聞きなさい。『私は地上の旅人であり、寄留者である。私の先祖たちも皆そうであったように』（詩篇 38:13）。神の御心に適う時が来れば、私たちもあなたと共に旅立つのだ。義人の命は、彼らの死後に始まる。それゆえ、預言者もまた、来たるべき命を切望してこう言っている。「鹿が水の泉を慕うように、わが魂はあなたを慕います、神よ。いつ、あなたの御前に現れることができるのでしょうか」（詩編 41:2,3）。聖人たちは、この現世を牢獄と見なしていた。それゆえ、ある聖人は喜びをもって「今、主よ、あなたのしもべを安らかに去らせてください」（ルカ 2:29）と叫び、また別の聖人は、「この世から解き放たれ、キリストと共にいることを願う」（フィリピ 1:23）と述べたのである。

32. 朝になると、兄弟は起き上がり、祈りを捧げた後、手仕事に取り組み始める。その時、善を憎む者、すなわち悪魔が、彼に落胆の思いを抱かせる。

33. もし兄弟が、自分の中に落胆が訪れたときにも、働き続け、労を惜しまなければ、恵みの助けにより、その落胆を自分から追い払うことができる。しかし、もし兄弟が、落胆が訪れたときに忍耐をもってそれを退けなければ、それに打ち負かされ、その虜となってしまう。その思いに身を任せて、彼は心の中でこう言い始める。「今日はなんだか気分が落ち込んでいて、体調も優れない。今日は休んで、明日の朝に二日分の仕事を片付けてしまおう」。こうして兄弟は、この初日、何もせず、明日の朝にこの怠慢を埋め合わせようと夢想する。ところが翌朝、善を憎む悪魔は、昨日よりもさらに強い気落ちを彼に吹き込む。すると、すでに思いに打ち負かされた兄弟は立ち上がり、手仕事を放り出す——そして、全く手をつけないか、あるいは形だけ、真剣に取り組まずに済ませる。——あるいは、敵は彼を独房から引きずり出し、ぶらぶらと遊ばせる。

34. あなたが何をしても、もし敵が作業中にあなたに気落ちを植え付けるなら、その敵に対抗するために、似たような仕事を取り上げて（こう付け加えなさい：「見よ、彼らは一時的なもののためにどれほど働いているか？ それならば、なぜ永遠のもののために働こうとしないのか？」と付け加えながら）。そして、どんな行いをするにせよ、自分の良心を証人として、自分の行いが神に従って行われていることを確信しなさい——そうすれば（気落ちから）救われるだろう。

## 7. 虚栄との戦いについて

1. 修道士よ、私の言うことをよく理解せよ。私たちには、外では敬虔さを装い、独房の中では無防備な放蕩を振るうようなことがあってはならない。「白く塗られた墓」（マタイ23:27）のようになってはならないのだ。なぜなら、あらゆる場所に、永遠に栄光ある唯一の神がおられるからである。アーメン。

2. 自らの強さを誇る修道士は、何よりもまず愚か者である。修道士にとって、自らの力を誇ることは恥であり、非難されるべきことである。「主を誇りなさい。そうすれば、主があなたを誇ってくださる」（Iコリント1:31）。

3. 良い評判を得たいか。「柔和さをもって、あなたの行いを成し遂げよ」（シラ書3,17）。

4. 侮辱されてもそれに気づかないことは、まだ美德とは言えない。しかし、それに気づきながらも、敬虔さのために耐え忍ぶこと、これこそが美德である。なぜなら、「怠け者は侮られても恥じ入らない」と記されているからである（箴言20,4）。

5. 名声への執着は、心の病であり、邪悪な情欲である。

6. 「誠実な者があなたを称え、あなたの口ではなく、他人が、あなたの唇ではなく」と記されている（箴言27:2）。また、「銀と金には試練がある」ともあり、人は「自分を称える者の口によって試みられる」のである（同21）。

7. 主のためにすべての人に敬意を払い、自らに名誉を求めず、そうすれば主の恵みを得るであろう。

8. 多くの人々に気に入られようと努めるが、主のためではない、人目につく者によって、決して驚かされてはならない。

9. 愛する者よ、ひそかに主の戒めを守りなさい。そうすれば、主は公にあなたに報いてくださる。

10. もし、地上の人が大きな尊厳を得ているのを見ても、それを不思議に思うな。むしろ、地上の栄光を憎んだ者を不思議に思うがよい。

11. 過度な名誉を望むあまり、自ら不名誉を招かないよう気をつけなさい。真の意味での人の名誉とは、すべてを神に従って行うことであり、大きな不名誉とは、戒めに背くことである。

12. あらゆる事柄において巧みであるかのように見せようと努めてはならない。そうすれば、虚栄に陥り、それが名声への執着、怒り、そして悲しみへとつながってしまうからだ。何よりも、自分を素朴で、何事においても穏やかであるように努めよ。

13. 雄弁さを誇って自慢してはならない。むしろ、学識のない素朴な人々の経験から得られた教えを宣べ伝え、キリストの使徒たちの弟子となるよう努めよ。外見上の知恵を誇示することは禁じられており、とりわけキリスト教徒にとってはそうである。「主について誇るなら、主を誇れ」（Ⅱコリント10:17）。

14. 人々に気に入られようとして徳を磨く者たちの救いの土台は、岩の上ではなく砂の上に築かれている。それゆえ、雨が降り、川が氾濫し、風（誘惑）が吹くやいなや、彼らは思いに流されて倒れてしまう。彼らは、たとえ倒れずに正しく生きていても、大きな高慢にふけり、倒れた時には、無益な絶望に陥る。

15. 「『自分は熟達している』などと自慢してはならない」（Ⅱコリント10:18）。それゆえ、まず自分の行いを吟味せよ。自画自賛するほどに、果たしてふさわしい生き方をしてきたのか——欲望に打ち勝ったか、貧しさを愛したか、中傷を憎んだか、虚栄心を捨てたか、情欲を憎んだか、快楽を嫌悪したか、確かに誰にも悪を行わなかったか、情欲に打ち勝ったか、侮辱されても確かに怒らなかったか、そして自分への称賛を聞いても高ぶらなかったか、全力を尽くして主を愛し、隣人を自分自身のように愛したか？——もし私たちがこれを守っていなかったのなら、なぜ自分について語る必要があるのか？——このことについて、主の慈しみのもとで嘆き、主が私たちの心の石化した部分を癒やし、ふさわしい生活を送る力を与えてくださるよう祈らなければならない。

16. 人々の見せびらかしのために何事もしてはならない。あらゆることにあって、清い心から行動すべきである。なぜなら、神は隠されたことや秘められたことを知っておられ、私たちはその神のみから報いを受けることを望んでいるからである。

17. 虚栄心の強い者は、財産が乏しくても、たとえ王の名を名乗ったとしても、まだ王にはなれない。同様に、密かに食事をしながら、兄弟たちの食卓では偽善的に断食者や節制者であるかのように振る舞う者は、まだ修道士とは言えない。彼は蜘蛛の巣のような偽りの衣を紡ぎ、聖人たちの正しい道ではなく、人に媚びる者の道を歩んでいるのである。

## 8. 傲慢との戦いについて

1. 高慢な者は、自分より優れた者を許さない——そのような者に遭遇すると、嫉妬するか、あるいは競争心を燃やすかのどちらかである。競争心と嫉妬は互いに結びついており、これらの情念のうち一つでも持つ者には、その両方が備わっている。

2. これらを抱く者は、他人の成功に苦しめられるが、抱かない者には、それが悲しみとはならない。後者は、他人が栄誉を受ける時も動じず、他人が高められる時も動揺しない。なぜなら、すべての人に優先権を与え、すべての人を自分より優先するからである。

3. 謙虚さがなければ、いかなる偉業も、いかなる節制も、いかなる従順も、いかなる無欲も、いかなる博学も、すべて無駄である。

4. 傲慢という不浄な霊は狡猾で多面的であり、すべての人を支配しようとあらゆる手段を尽くす。賢者には知恵で、強者には強さで、富める者には富で、美しき者には美しさで、芸術家には芸術で、それぞれを捕らえようとする。

5. また、霊的な生活を送る者たちに対しても、同様の方法で誘惑し、その罟を仕掛けることを怠らない。すなわち、世を捨てた者にはその断絶において、節制する者にはその節制において、沈黙を守る者にはその沈黙において、無欲な者にはその無欲において、祈る者にはその祈りにおいてである。あらゆる者に、彼は自らの雑草を蒔こうと努める。

6. 傲慢に対する治療法として、傲慢を戒める以下の聖書の箇所や、それに類する箇所を頻繁に読み返すべきである。「あなたがたは、命じられたことをすべて行っても、『私たちは役に立たないしもべです』と言いなさい」（ルカ 17:10）。「もしだれかが、自分は何かであると思

いながら、実は何者でもないなら、その人は自分の心を欺いているのである」（ガラテヤ6:3）。  
「人の中で高ぶるものは、主の御前に忌まわしいものである」（ルカ16:15）。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜である。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得る、と主は言われる」（マタイ11:29）。「主は、わたしたちのへりくだりを覚えてくださり、わたしたちを敵から救い出してくださった」（詩篇135:23）。「わたしはへりくだった。それゆえ、主はわたしを救われた」（詩篇114:5）。「高ぶる者はみな、主の御前で汚れている」（箴言16:5）。

7. もしあなたが心身ともに健やかであるなら、高ぶることなく、畏れを抱きなさい。

8. 自らを高ぶる者は、自らに恥をもたらし。しかし、謙遜の心をもって隣人に仕える者は、栄光を受ける。

9. 傲慢な思いがあなたを打ち砕く前に、その思いを謙虚にせよ。高慢な思いがあなたを打ち倒す前に、その思いを打ち倒せ。情欲があなたを打ち砕く前に、その情欲を打ち砕け。

10. 兄弟の気まぐれを非難してはならない。そうすれば、あなた自身もまた、同じ弱さに陥ることはないだろう。

11. 謙遜を欠く初心者は、敵に立ち向かうための武器を持っていない。そのような者は、大きな敗北を喫することになる。

12. 修道士は、自らを最下層の者の中でも最も低い者と見なすべきである。そうすれば、希望を得ることができる。なぜなら、「自分を低くする者は高められるが、自分を高くする者は低くされる」からである（ルカ18:14）。

13. 修道士にとっての邪悪な非難とは、高慢、傲慢、無感覚、恥知らず、無分別、短気、狂気である。

14. もし高慢を愛すれば、悪魔の一員となる。もし謙遜を愛すれば、主キリストの一員となる。

15. 高慢な人は多くの悲しみを負うが、謙遜な人は常に主を喜びとする。

16. 高慢な者は常に名誉を求めようとするが、謙遜な者は栄光にあっても驕らず、不名誉にあっても動じない。それは、主からの報いを待ち望んでいるからである。

17. 驕りは知恵ある者の目を曇らせるが、謙遜は愛によってその目を照らす。主は「柔和な者を御自身の道に導かれる」からである（詩編24:9）。

18. 人が自分自身に頼るのは危険であるが、主に頼る者は救われる。

19. 衣服を飾り立てる者は高慢になる。そして、高慢な修道士は、まだ羽が生え揃っていない鷺のようなものである。

20. 謙遜で賢明な修道士は、軽やかに速く歩き、（まるで）的を射抜く射手のようなものである。

21. 鉄があらゆるものを削り、屈服させるように、神による謙遜もまた、敵の策略を打ち砕く。

22. 獵師にとっての槍、戦士にとっての武器が、修道士にとっては謙遜である。

23. どのような形であれ、高慢は人間にとって危険である。高慢を愛してはならない。なぜなら、そこには何の益もないからである。あらゆる弱さは、世話と配慮によって癒やされるが、高慢という病は、治すのが困難な悪である。なぜなら、高慢は癒やしの治療を拒み、自らに死をもたらし毒を編み出すからである。キリストの僕たちの中に、高慢があってはならない。

24. 偉大になりたいか。——ならば、誰よりも小さくなれ（マルコ9:35）。

25. もし兄弟が修道院を去ったとしても、心の中で彼を見下してはならない。また、彼をあなたの目には不名誉な者としてではない。「その日その日に生じることを、重んじてはいない」（箴言3:28）。

26. 「立っている者は、倒れないように気をつけなさい」（Iコリント10:12）と言う者の言葉に耳を傾けなさい。また、「自分を賢い者だと思ってはならない。神が賢い者だと認めてくださる者こそが賢いのである」（IIコリント10:18）という言葉にも耳を傾けなさい。なぜなら、多くの者は自分たちが勝利を収め、支配していると思い込んでいたが、彼らは極悪人の中からさら

に極悪人となり、絶望していた者たちが恵みを受けたからである。神は「高ぶる者には逆らわれ、へりくだる者には恵みを与えられる」（ヤコブ4:6）からである。

27. もし、不従順で、高慢で、「自分こそ賢い」と自負する人を見たら、その人の根はすでに半死の状態にある。なぜなら、その人は、神への恐れによってもたらされる滋養を受け入れないからである。一方、もし、沈黙を守り、謙遜な人を見たら、その人の根は堅固であることを知れ。なぜなら、その人は神への恐れという滋養を吸収しているからである。

28. 謙遜な知恵には大きな成功と大きな栄光があり、そこには転落はない。謙遜な知恵のしるしとは、まるで自分自身が援助を受けているかのように、両手を尽くして兄弟の必要を満たすことである。

29. 高慢で不従順な人は苦難の日々を味わうことになるが、謙遜で忍耐強い人は、常に主を喜びとする。

30. 謙遜で忍耐強い人を見つけることは偉大なことであり、その善さは計り知れない。

31. 兄弟を軽んじる者は、悪霊たちに嘲笑される。

32. 雨は雑草を繁茂させ、世俗の人々との付き合いは高慢の情を生み出す。しかし、主を畏れる者は高ぶらない。

33. もしあなたが賜物を受けたとしても、高慢になってはならない。なぜなら、あなたには、神から「授かった」完全なものは一つもないからである（Iコリント4:7）。もしあなたが神の戒めと御心に従って歩まなければ、神はあなたから御自身の所有物を取り上げ、より優れた者に与えるだろう。そうすれば、あなたは、インクに浸したばかりの筆を取り上げられた人のようになるだろう。

34. 人がどれほど心の高慢によって自らを誇り高ぶろうとも、それでもなお、その人は、自らが生み出された地、そしてやがて帰っていく地を踏みにじっているに過ぎない。しかし、主は謙遜な者を高められる。

35. 傲慢は人を打ち倒すが、謙遜は勝利の報いを得る。

36. もし兄弟たちの前で、金のように清い者であると認められたとしても、それでもなお、自分を役に立たない器と見なすべきである。そうすれば、神にも人にも憎まれる高慢を避けることができる。

37. 兄弟が罪を犯しているのを見て、翌朝彼と顔を合わせたとしても、心の中で彼を罪人だと見なしして軽蔑してはならない。なぜなら、あなたが彼のもとを離れた後、彼がその過ちを悔い改め、何か善い行いを行い、嘆きと苦い涙をもって主を和らげたかもしれないことを、あなたは知らないからである。

38. 他人を非難することは控えるべきである。そして、私たち一人ひとりは、詩篇の言葉「わが不義はわが頭を覆い、重い荷のように私の上にのしかかっている」（詩篇37:5）を自らに当てはめ、謙虚になるべきである。

39. すべての者の主よ、服従や父なる方の戒めを憎むような心を、私に与えないでください。高慢な思いから私を遠ざけてください。主よ、あなたは高慢な者を禁じられたからです（詩編118:21）。

40. ただ視線を下に向けるだけでなく、心も他者に対して高ぶってはならない。

41. もし二人の初心者が長老と共に暮らすなら、主の御前でどちらが優れているか。それは、神を畏れて兄弟の前で自らを謙遜にする者である。なぜなら、「謙遜な者は高められる」と言われた方は、偽りを語られたのではないからである（ルカ18:14）。

42. 石を動かしたい者は、上からではなく、下からてこを差し込み、そうすれば石を容易に動かすことができる。——これこそが謙遜の模範である！

43. 傲慢は神にも人にも憎まれるが、謙遜を愛する者を主は高め給う。

44. 天の御国へと導くのは、尊厳でも、名誉でも、偉大さでもない。謙遜、従順、愛、忍耐、そして寛容さ——これこそが人を救うのである。悪魔が高慢のゆえに天から追放されたという



話を、聞いたことがないのか？ 神に逆らったために、どれほど偉大な栄光を失ったか、聞いたことがないのか。

**45.** 謙遜な人は、虚栄心を抱かず、高慢にならず、主を畏れる心をもって主に仕える。謙遜な人は、真理に背いて自分の意志を押し通すことはせず、真理に従う。謙遜な者は、隣人の成功を妬まず、その破滅（転落）を喜ばず、それどころか、喜ぶ者と共に喜び、泣く者と共に泣く。謙遜な者は、欠乏や貧困の中で屈服することもなく、また、繁栄や栄光の中で高慢になることもなく、常に同じ徳を保ち続ける。謙遜な人は、自分より上位の人だけでなく、自分より下位の人をも敬う。謙遜な人は、苛立ちに陥ることもなく、誰をも侮辱せず、誰とも争わない。謙遜な者は、たとえ真夜中に仕事へ呼ばれたとしても、頑固になったり怠けたりしない。なぜなら、主の戒めに従うことを自らに課しているからである。謙遜な者は、苛立ちも狡猾さも知らず、純真さをもって主に仕え、すべての人と平和に暮らしている。謙遜な者は、叱責を聞いても不平を言わず、耳を貸さされても忍耐を失わない。なぜなら、彼は私たちのために十字架を耐え忍ばれた方の弟子だからである。謙遜な者は自己愛を憎むため、首位を求めず、この世において自分を、まるで船に乗った一時的な水泳者のように見なす。

**46.** もし聖書全体を学び通したとしても、聖書に反して、その考えによって高慢にならないよう気をつけなさい。なぜなら、神の靈感を受けた聖書はすべて、私たちに謙遜を教えているからである。そして、学んだことに反することを考えたり行ったりする者は、それによって自ら罪人であることを示しているのだ。

**47.** もし高慢や独断、あるいは富という精神に悩まされるなら、それに流されてはならない。それどころか、悪意に満ちた、お世辞を言う霊の軍勢に対して、勇敢に立ち向かえ。心の中で、古びた建物や、朽ち果てた像、錆びついた柱を思い浮かべてみよ。そして、自分自身と向き合い、これらすべての所有者や建設者が今どこにいるのかを考えてみよ。そして、天の御国にふさわしい者となるよう、主に喜ばれるよう努めよ。「すべての肉は草のようで、人の栄華は草の花のようだからである」（ペトロの手紙一 1:24）。王の威厳と栄光よりも高貴で栄光に満ちたものがあるだろうか？ しかし、王たちも、その栄光も過ぎ去ってしまう。一方、天の御国にふさわしい者とされた者たちは、そのようなことを一切経験することなく、天使たちと共に天において平和と喜びのうちに過ごし、病気も悲しみも嘆きもなく、喜びと歓びのうちに、天の王であり全地の主である方を賛美し、栄光を帰し、称え続けるのである。

**48.** もしあなたが誰よりも早く神の礼拝に参列し、最後まで留まるとしても、そのことで高慢になってはならない。なぜなら、高慢は、蛇が巣を作り、近づいてくる者を殺す穴のようなものだからである。

**49.** 私たちは高ぶるのではなく、むしろ自らを謙遜に保つようにしよう。ほんのわずかな困難でさえ私たちを地に打ち倒してしまうのに、私たちに高ぶるほどの力などあるだろうか。それゆえ、主が私たちから顔を背けられないよう、謙遜を愛そう。

**50.** あらゆる場所、あらゆる行いにおいて、謙遜の知恵を身に付けよう。なぜなら、外が暖かかろうと寒かろうと、体が衣服を必要とするように、魂もまた常に謙遜の知恵という衣を身にまとうことを必要としているからである。謙遜の衣を脱ぐよりは、むしろ裸足で服を着ないまま歩くことを選びなさい。なぜなら、謙遜を愛する者たちを、主は覆ってくださるからである。

**51.** 高みに上って恐ろしい転落を招くことのないよう、謙遜な心構えを持て。

**52.** 謙遜の始まりは、従順である。謙遜を、あなたの答えの基盤とし、またその装いとしなさい。そして、あなたの言葉は、神の愛に満ちた、素朴で親しみやすいものであれ。高慢は従順ではなく、不従順で、反抗的であり、自らの思いのままに動く。しかし、謙遜は従順で、穏やかで、控えめであり、大小を問わずすべての人に敬意を払う。

**53.** 敬虔な生活を選んだなら、悪しき者が敬虔を装って、あなたに異質な思い、すなわち虚栄と高慢を植え付け、それによって兄弟たちと共に労苦することを望まなくなることはないよう、警戒しなさい。他の兄弟たちと同様に働き、あなたの敬虔を守りなさい。

54. もし自惚れの思いがあなたを悩ませるなら、あなたと戦っているその思いにこう言いなさい。「去れ、邪悪な思いよ。私が一体何をしたというのか、どのような徳を成し遂げたというのか、なぜ私にそのような考えを植え付けるのか？ 聖徒たちは「石で打ち殺され、拷問を受け、試練に遭い、剣によって殺された」（ヘブライ人への手紙 11, 37）。万物の主ご自身が、私たちのために十字架の「苦難」を耐え忍ばれ、恥を顧みられなかった（同 12:2）。それなのに、私は人生のすべてを罪の中で過ごしてきたのに、審判の日にどのような答えを返せばよいのか？」——こうして、あなたは高慢を自分から追い払うことができる。

55. ある兄弟が言った。「私は主から謙遜の心を授かるよう願いました。そうすれば、兄弟が私に何かをするよう命じたとき、『これはあなたの主です。その言葉に従いなさい』と心に言い、もし別の兄弟が命じても、また『これはあなたの主の兄弟です』と言うことができるように」。また、もし子供が命じたとしても、その時は『あなたの主人の息子に従いなさい』と言うのだ。」——こうして、彼は異質な思いに抗い、恵みの助けを借りて、平穏な心で自分の務めを果たしていた。

56. 恐れを知らぬ心は高慢を生み、高慢は不従順の母である。謙遜と柔和は、それらを備えた者を、神の宮に堅く立てられた柱のように、神への畏れにしっかりと結びつける。

57. 傲慢という悪魔から身を守り、高慢や不服従の精神に陥って、自らを傷つけることのないようにせよ。主のもとで従順にあり、自らの手で善を行うことに、恥じる必要はない。この小さな炉——そして主のためにあなたが耐えている苦難——は、あなたに永遠の命をもたらすだろう。誰かが一ドラクマと引き換えに何千タラントもの金を手に入れると想像してみよ。それは、悪を行う者たちが将来直面する苦しみと比べれば、修道生活におけるあらゆる悲しみも同様である。あなたはわずかなものを手放すが、その代わりに偉大なものが与えられるのだ。——それゆえ、高慢を捨てよ。そうすれば、主があなたの分となるであろう。

58. 真の謙遜を持つ人の特徴と徴は、次の通りである。すなわち、神の前で何の善行も成し遂げていない、すべての罪人の中でもとりわけ罪深い者と自らをみなすこと、あらゆる時に自らを責め、あらゆる場所で、あらゆる行いについて自らを責め、誰をも中傷せず、この世に自分よりも罪深く、怠惰な人間などいないと見なし、常にすべての人を称え、賛美し、決して誰をも非難せず、貶めず、誹謗せず、常に沈黙を守り、命じられるか、極度の必要がない限り何も語らないこと；しかし、尋ねられたとき、あるいは意図があるとき、あるいは極度の必要に迫られて話したり答えたりせざるを得ないときは、静かに、穏やかに、控えめに、まるで強制されて、かつ恥じ入っているかのように話すこと。何事においても度を越して自分を誇示せず、信仰についても他のことについても、誰とも議論してはならない。しかし、誰かが良いことを言えば「はい」と言い、悪いことを言えば「お好きにどうぞ」と答えること；従順であり、自らの意志を有害なものとして嫌悪すること。常に目を伏せて地面を見つめること。自らの死を常に眼前に置き、決して無駄話をせず、空虚な言葉を吐かず、嘘をつかず、上層部に逆らわないこと；侮辱や屈辱、喪失を喜んで耐え忍び、安逸を憎み、労苦を愛し、誰をも悲しませず、誰の良心も傷つけないこと。これらが真の謙遜の徴であり、これらを持つ者は幸いである。なぜなら、そこではすでに神の住まいであり神殿となり始め、神がその者に宿り、その者は御国の相続人となるからである。

59. 罪人が自分を罪人だと認めることには、謙遜さはない。しかし、謙遜さとは、自分の中に多くの偉大なものがあることを自覚しつつも、自分について何も偉大なことを思い描かないことにある。パウロのような者は謙遜であるが、彼は自分自身についてこう述べている。「自分には何もない」（Ⅰコリント 4:4）、あるいは「キリスト・イエスは、罪人を救うためにこの世に来られた。その罪人の筆頭が、私である」（Ⅰテモテ 1:15）と言う。すなわち、功績においては高きにありながら、心の中では自らを低くすること——これこそが謙遜である！

## 6. 修道生活に関する一般的な教訓

1. 言葉の節制がある——多くを語らず、空虚なことを言わず、悪口を言わないこと。言葉で人を傷つけず、誓いを立てず、無駄話をせず、互いに中傷せず、他人のことを噂せず、秘密を漏らさず、自分に関係のないことに干渉しないこと。

2. 耳の節制がある——耳を制御し、空しい噂に動揺しないこと。

3. 視覚の節制がある——視覚を制御し、罪深い快楽や不適切なものに視線を向けないこと。

4. 怒りの節制がある——怒りを制御し、突然激昂しないこと。

5. 栄誉における節制がある——称賛や名誉を望んだり求めたりせず、自惚れたり、高慢になったり、自分を過大評価したりしないこと。

6. 思いの節制がある——神への畏れをもって思いを抑え、惑わし、心を燃え上がらせるような思いに傾かず、それに甘んじないこと。

7. 食事における節制とは、多種多様で甘美かつ高価な食事を望んだり求めたりせず、決まった時間以外には食べず、貪食の気風に身を任せず、食事の美味しさに誘われて食欲に駆られず、ある時はこの料理、ある時はあの料理と欲しがらないことである。

8. 飲酒における節制とは、ワインだけでなく水も節度を超えて摂取せず、巧みに調合された飲み物を楽しむことに走らず、様々な飲み物を求めず、必要のない時にワインを飲まず、宴会に出席しないことである。

9. 邪悪な快楽への耽溺を控えること——偶然に湧き上がった情欲の動きに流されないこと、恥ずべき思いに傾かないこと、肉の欲望に従わないこと、そして神への畏れをもって情欲を抑制することである。

10. 尊き聖父たちは、悔い改めの行いと労苦のための規則を私たちに残し、こう語った。「今日だけ節制して、明日はご馳走を用意してはならない。今日だけ水を飲んで、明日はワインを手に入れてはならない。今日だけ毛皮の衣を着て、明日は高価な布を着てはならない。今日だけ柔和で謙遜であってはならず、明日は傲慢で高慢であれ；今日だけ静かで従順であってはならず、明日は無作法で頑固であれ；今日だけ泣き叫んで嘆いてはならず、明日は笑い、無関心であれ；今日だけ裸の地面で眠ってはいけず、明日は柔らかい寝床で休め。しかし、愛する者よ、ただ一つの規則を心に留めておきなさい。それによって、あなたは神に喜ばれ、自分自身と隣人にも益をもたらすことができるのだ。

11. 聖なる父たちは、40年あるいは50年にわたり、自らの規則、すなわち、食事、言葉、裸の地面での睡眠、謙遜、柔和、信仰と愛、無欲、涙と悔い改めを伴う絶え間ない祈り——これらを通し、こうして自らを清めた。それゆえ、神は彼らの中に宿り、彼らを通して栄光をお示しになったのである。

12. もし誰かが、あらゆる悪事、不純な思い、邪悪な欲望、怒り、苛立ち、嫉妬、高慢、虚栄、憎しみ、不平、非難、空虚な言葉——一言で言えば、——神が憎まれるすべてのものから——それらを忌み嫌い、自らを遠ざけなければ、神はその人の内に宿られることはない。愛する者たちよ、神が私たちの内に宿られ、私たちが神の約束に与ることができるように、自らを清めようではないか。

13. 自分の心に何があるか知りたいなら、よく耳を傾けなさい。称賛を好むことは、私たちが虚栄心を持っていることのしるしであり、ご馳走を好むことは、私たちが快楽主義者であることを示し、怠惰は、私たちが怠け者であることを露呈し、食欲は、私たちがキリストを愛していないことを示し、嫉妬は、私たちの中に愛がないことを告げ、他人を非難する時の喜びは、私たちが憎しみに満ちていることを意味する。こうして、目に見えない魂は、肉体の行いによって、それが善であるか悪であるかが明らかになるのだ。

14. しかし、心が何を愛し、何に執着しているかを最も抑えがたく告げ知らせるのは、舌である。口によって、私たちの心の秘密は暴かれる。口が開かれ、それを守るものがないとき、私たちの言葉は無差別に発せられ、心の中にあるすべてのものを外に吐き出してしまう。だから

こそ、心の思いを知りたければ、口に注目せよ。そこから、心が何を気につけ、何に心を砕いているのか——地上のことか天上のことか、霊的なことか肉的なことか、快楽か節制か、貪欲か無欲か、謙遜か高慢か、愛か憎しみか——が分かるのだ。口は心の宝庫から、訪れる者たちに糧を差し出し、舌が何を語っているかによって、心が何を愛しているのか——キリストなのか、それともこの世の何かなのか——が示される。

**15.** 私たちの魂は本来善であるが、自らの自由な意志によって悪へと変貌する。情欲は不自然なものであり、それらは悪意ある意志によって植え付けられ、育まれる——そして習慣が、自然がそうであるように、それらを強固なものにする。自然とは隷属であり、習慣とは意志である。意志は自由であるゆえに、いわば農夫のようなものであり、私たちの自然に、善い習慣も悪い習慣も、その意のままに植え付けるのである。自然とは、私たちが耕す土地であり、意志は農夫であり、そして神の聖書は、私たちの農夫に、どのような悪い習慣を根絶すべきか、またどのような善なる美德を植え付けるべきかを教える助言者であり教師である。

**16.** たとえ私たちの農夫がどれほど冷静で熱心であっても、神の聖書の教えがなければ、彼は強くもなければ、知識も持ち合わせていない。聖書の教えは、彼に知恵と力を与え、同時に、その枝から生える善徳——すなわち、信仰、希望、愛、知識、勤勉など——を自然の木に接ぎ木する力を与えるのである。しかし、もし私たちの農夫が、その高慢さゆえに、いつの日か自分の教師であり助言者である、すなわち 神聖な聖書を、いつの日か見捨てようとするれば、彼は誤った行動を取り始め、自然には本来備わっていないもの——すなわち、不信仰、無知、憎しみ、嫉妬、高慢、虚栄、名声への執着、快楽追求、争い、反抗、その他多くの類似したものを、自然に接ぎ木することになる。なぜなら、律法者を見捨てた者は、自らもまた律法者に見捨てられるからである。もし、悔い改めて自らを責め、律法者の御前にひれ伏して、「あなたを見捨てたのは私の罪です」と言うならば、すると、立法者は、そのお持ちの慈愛によって、直ちに彼を受け入れ、彼に知恵と善の力を与え、再び自らの本性の畑を耕し、そこに根付いた悪い習慣を根絶し、その代わりに善なる美德を植え付けるように導く。さらに、その功績に対して冠を与え、称賛の言葉を惜しみなく注いでくださる。

**17.** もしあなたがまだ世俗の快楽を求め、裸である代わりに衣服を求め、渇きである代わりに酒を飲むのであれば、一体なぜこの世を捨てたのか。——あなたは戦いに召されているのに、武器を持たずに敵との戦いに臨もうとしている。徹夜すべきところを眠りに沈み、泣き嘆くべきところを笑い、兄弟への愛を育むべきところを憎しみを抱いている。あなたは従順を求められているのに、反抗している。神の御国の相続へと召されているのに、地上のことを考え、謙遜と柔和の代わりに、傲慢と高慢を露わにしている。

**18.** 兄弟たちよ、私たちは霊的な商人であり、この世の商人に似ている。商人は毎日、利益と損失を計算し、もし損失を被ったなら、その損失を埋め合わせるために尽力する。それと同じように、愛する者よ、あなたも毎日、朝も夜も、自分の商売がどのようになっているかを慎重に熟考しなさい。——そして「夕方」、自分の心の聖所に入り、振り返って自分自身に問いかけてみよ。「私は何かで神を怒らせたのではないか？ 無駄な言葉を口にしなかったか？ 不注意ではなかったか？ 兄弟を悲しませなかったか？ 誰かを非難しなかったか？ 口で詩篇を歌っている間、私の心は世俗的なことを夢想していなかったか？ 肉欲が私の中で蘇り、それを快く楽しんではいなかったか？ 私はこの世の心配事に心を奪われてはいなかったか？」もし、上述した点で何か欠点があったなら、失ったものを取り戻すよう努めなさい。そして、再び同じ過ちを犯さないよう、嘆き、泣くがよい。そして「朝」になったら、再び自分自身と向き合い、こう問いかけてみよ。「この夜はどのように過ぎたか？ その間に、私は自分の行いから何らかの益を得たか？ 私の心は体と共に覚醒していたか？ 私の目から涙は流れたか？ ひざまずいている間に、眠気に襲われてはいなかったか？ 邪悪な考えが頭に浮かび、それを快く思い巡らせてはいなかったか？」もしこれらのいずれかに打ち負かされたなら、癒やされるよう努め、再び同じ過ちを犯さないよう、心に番人を置け。——もしこのように注意深くあるならば、あなたは自分の財産を無傷のま

ま保つことができるだろう。そうすることで、あなたは主の御心に適う者となり、自分自身にも益をもたらすことになる。

**19.** 決して怠惰に陥らないよう、自分自身に注意を払いなさい。なぜなら、怠惰が優勢になることは、破滅の始まりだからです。ミツバチを見習い、その驚くべき秘密をじっくりと観察しなさい。ミツバチが、地面に散らばった花々から、いかにして自らの産物を集めているかを。この取るに足らない生き物に、あなたの思考を深く向けなさい。たとえ地上のすべての賢者や、宇宙のすべての哲学者を集めたとしても、彼らはその知恵を明らかにすることはできないだろう。そして、理知ある者は皆、その働きを見て、創造主である神を賛美し、これほど小さな生き物からこれほど多くの知恵が生まれることに驚嘆する。これと同様に、愛する者よ、あなたもミツバチのようにあり、神の聖書から豊かで盗まれることのない宝を集め、それを天へと送り出せ。

**20.** 修道士は、戦場へ向かう戦士に似ている。戦士はあらゆる方向から完全な武装で身を護り、勝利が訪れるまで気を緩めず、敵に不意を突かれないよう、また予防策を講じなければ捕虜とならないよう、常に警戒している。同様に、僧侶も、もし気を緩めて怠惰に陥れば、容易に敵に捕らえられてしまう。なぜなら、敵は彼の中に不浄な思い——すなわち、高慢や虚栄、嫉妬や非難、食欲への耽溺、飽くことのない眠り——を植え付け、彼はそれを喜んで受け入れるからであり、さらに敵は彼を絶望へと追い込むのである。しかし、もし修道士が常に自制を保っているならば、神の恵みを味方につけ、神にどのように喜ばれるかを神から学び、神にとって称賛に値する者となり、神を賛美する者となる。鏡に映る自分を眺める者が、同時に見る者であり、見られる者でもあるように、恵みもまた、もし人の中に安らぎを見出し、その人の中に宿るならば、その人を賛美すると同時に、それ自体もその人によって賛美されるのである。

**21.** 恵みの助けがなければ、心は主に対して適切に懺悔するための十分な力を持ち、深い悔い改めの心で満たされることはできない。それどころか、人は徳に乏しく貧しく、その内には忌まわしく不浄な思いが宿ることになる。「*廃墟に止まる夜のガラス*」（詩編 101:7）。それゆえ、人の義務は、恵みを呼び求め、それが来て自分を照らすようにすることである。また、人は自らを清め、恵みが自分の中に宿り、自分を助けてくれるよう求める義務がある。そして、恵みによって、人はあらゆる美德において成功を収め、恵みによって照らされた者は、来たるべき世の恵みの多様さと素晴らしさを理解することができるようになる。恵みは人にとって防壁となり、要塞となり、この世から来たるべき世のいのちへと守るものである。

**22.** 神が愛するすべてのもの（すなわち愛）によって飾られた、完全な美德を身につけるよう努めなさい。それは「唯一の美德」と呼ばれ、あらゆる美德の美しさと多様性をその中に包含している。王のティアラが、宝石や厳選された真珠なしには編み上げられないのと同様に、この唯一無二の美德も、様々な美德の美しさなしには成り立たない。それはまさに王のティアラに似ている。後者と同様に、もし一つの宝石や真珠が欠けていれば、王の頭上で輝きを放つことはできない。同様に、この唯一無二の美德も、他の美德の美しさのどれか一つでも欠けていれば、完全な美德とは呼ばれない。

**23.** また、それはあらゆる精緻な香辛料で調理される高級な料理に似ているが、塩がなければ成り立たない。これらの高価な料理が、塩がなければ食用に適さず、美味しくないのと同様に、様々な美德のあらゆる美しさで飾られたこの美德も、キリストと隣人への愛を欠いていれば、少しも魅力的ではない。

**24.** また、それは完璧で美しいアルファベットの構成にも似ています。そこでは文字が精巧に仕上げられ、装飾されていますが、たとえ一文字でも取り除けば、全体が全く役に立たないものになってしまいます。同様に、この美德も、他の美德の一つでも欠けてしまえば、全体が無益なものとなってしまいます。

**25.** また、それは大きく高く舞い上がる鷲のようでもある。その鷲は、網にかかった獲物を見つけると、全速力でそれに飛びかかるが、獲物を奪おうとした際に爪の先が引っかかり、この些細なことでその強靱な体全体が拘束されてしまう。一見、その全身は自由で網の外にあるように見えるが、しかし、その全力は網に縛り付けられてしまう。これと同様に、この美德も、もし

地上の何かに縛られてしまえば、活力を失い、衰え、滅びてしまい、もはや高みへと舞い上がることはできなくなる。なぜなら、地上のものに釘付けにされてしまうからである。

**26.** ある人が、貴重で素晴らしい真珠を探すために深海に潜り、それを見つけると水面へと浮上し、その富を携えて陸へと駆け上がるように。それと同じように、あなたもまた、あらゆる世俗の汚れから身を清め、この美德を身にまとい、それによって身を飾り、昼も夜も自制を保ち、それがあなたから剥ぎ取られないようにしなさい。この美德を身に持つ魂は、いかなる災難——飢え、裸、落胆、病気、貧困、迫害、あるいはその他の悪魔的な誘惑——によっても揺るがされることはない。もしその魂が自制を保ち続けるならば、それによってさらに成長し、栄光に包まれ、絶えず神に従って繁栄し、輝きを増していくのである。死そのものでさえ、彼女に害を及ぼすことはできない。それどころか、肉体を離れた後、天使たちは喜びに満ちた彼女を天へと迎え入れ、光の父のもとへと導くのである。

**27.** 父と子と聖霊は、彼女を喜び祝う。父は彼女を喜び祝う。なぜなら、彼女は父を愛し、父以外の誰をも愛さなかったからである。父の独り子は彼女を喜び祝う。なぜなら、彼女は彼を慕い求め、彼以外の誰をも求めなかったからである。聖霊は彼女を喜ばれる。なぜなら、彼女は聖霊のために聖なる神殿となり、聖霊が彼女の中に宿られたからである。天と天の軍勢も彼女を喜び、彼女が義のすべての美しさをもって天使のような徳に飾られているのを見て、心をついにひれ伏し、父と子と聖霊を賛美する。樂園も彼女を喜び祝う。なぜなら、彼女は樂園を相続したからである。唯一の善き、人を愛する神に栄光と威光あれ。神は、その慈しみによって、私たちに御国を授けてくださる。

**28.** この短い間に、目を覚まし、努めよう。夕べは近い。報いの与え主が栄光のうちに、各人の行いに応じて報いを与えに来られる。成功した後、あなたがたのうちの誰かが慢心して、救い主の計り知れない報いを台無しにしないよう、注意しなさい。修道士は、種を蒔かれた畑に似ています。その畑は、実り豊かな雨と露によって成長し、喜びの実を結びます。そして実りの時を迎えると、農夫は雹や野獣が畑を荒らさないよう、大きな心配を抱くようになります。そして農夫が収穫という報いを受け、刈り取った実りを穀倉に集めたとき、神に感謝して喜び、歓喜する。同様に、修道士も、この肉体に宿っている間は、永遠の命に心を配り、怠慢によって自らの歩みを無意味なものにしないよう、最後の日まで修行に励まなければならない。そして、その修行を終え、農夫のように自らの労苦の果実を天へと運ぶとき、天使たちに喜びと歓びをもたらすのである。

**29.** ある者が、王の前に立ち、王と語り合っている最中に、自分と同じようなしもべの呼びかけに応じて、王との素晴らしく栄光に満ちた対話を中断し、そのしもべと話し始める姿を想像してみてください。詩篇の詠唱中に会話をする者も、これと同じです。愛する者たちよ、私たちが誰の前に立っているのか、しっかりと自覚しましょう。天使たちが大きな畏敬の念をもって御前に立ち、創造主への賛美を捧げるように、私たちも詩篇の詠唱の際には畏れをもって御前に立たなければならない。ただ肉体だけが御前に立ち、心は他のことを想っているようなことがあってはならない。

**30.** 三つの種類の行いが悪を増大させ、四つ目は善の部類には属しません。すなわち、若者が従わないこと、長老たちが若者の成功を妬むこと、敬虔な者たちが不品行な行いに傾くこと、そして修道院長が自らの無知ゆえに兄弟たちを圧迫し、苦しめることです。

**31.** 三つの行いは善を増し加え、四つ目の行いは主と人々の前で善とされる。すなわち、兄弟たちが柔和と真実において心をついにすること；兄弟が兄弟に主への畏れを教えること；年下者が年長者を主人のように従うこと；そして、修道院長が兄弟たちを自分自身のように愛し、彼らの魂の救いを真に気遣うことである。

**32.** 何かを売買している人を見かけたら、心の中でこう言いなさい。「この人は、一時的なものを渴望し、はかない富を集めるためにこれほどまで耐えているのだ。それなのに、わが魂よ、あなたは朽ちないものを軽んじるというのか？」——互いに争っている者たちを見かけたら、心の中でこう言いなさい。「これらの人々は、何の益もないことについて、これほどまでに労力



を費やし、互いに論争している。それなのに、私の魂よ、あなたは多くの才能に恵まれながら、自分の罪が赦されるよう、神にふさわしく身を委ねないというのか？」——もし、粘土で家を立てている人々を見かけたら、心の中でこう言いなさい。「これらの人々は、粘土で家を立て、その仕事を成し遂げるために努力を注いでいる。それなのに、わが魂よ、あなたは永遠の住まいを軽んじるというのか？」しかし、あれこれと個別に論じて言葉を長引かせないために、こう言おう。人生で何を見ようとも、世俗的な考えや日常的な議論を霊的なものに置き換え、私たちを助けてくださる恵みによって、必ずや益を得ることになるのだ。

**33.** 修道士とは何だろうか。修道士は、高所から落下している最中に、地面から高く吊り下げられたロープに出くわし、それにしがみついた人のようなのだ。そのロープにぶら下がりながら、絶えず主に向かって助けを叫び続ける。もし力が尽きて両手からロープを離せば、落ちて死んでしまうことを知っているからだ。

**34.** 主のためにわずかな苦難に耐えることを拒むがゆえに、知らず知らずのうちに多くの重い苦難に陥ってしまう。主のために自分の意志を捨てようとしながゆえに、自ら心に害をもたらしているのだ。主のために従属や屈辱に耐えようとしながゆえに、私たちは自ら、義人たちの慰めを奪っている。主のために私たちに与えられる戒めに耳を傾けないがゆえに、私たちは自らを悪魔たちの遊び場にしまっている。杖による懲らしめを受け入れないがゆえに、私たちを待っているのは、慰めの手が差し伸べられない苦悩の場である。

**35.** 狡猾な敵は、様々な方法で私たち一人ひとりに毒を注ぎ込み、その策略によって一人ひとりを躓かせている。ある者は断食を守ったが、競争心と嫉妬の支配下に身を委ねている。またある者は恥ずべき欲望を抑えたが、虚栄心に縛られている。ある者は徹夜祈祷に励んだが、非難の網に絡め取られている。ある者は非難を避けようとするが、不服従と反抗心に満ちている。ある者は食事を控えているが、高慢と傲慢に溺れている。ある者は祈りに倦むことなく励んでいるが、苛立ちと怒りに心を支配されている。ある者は些細なことで成功を収め、自分より怠惰な者たちを見下して高ぶっている。誰もが何らかの形で罪に縛られているが、それを悟る者はいない。

**36.** 私たちの戦いは、目に見える人々とのものではない。目に見える人々なら、注意を払えば身を守ることができる。私たちと戦っているのは目に見えない者たちである。それゆえ、怠惰な者たちには大きな危険が待ち受けており、勝利者には大きな報いが与えられる。——私たちは、巧みに彼らと戦い、彼らに打ち勝つのだ。——例えば、敵が——と例を挙げよう——暴食を煽るなら、断食をもってそれに立ち向かおう。もし女性への情欲を私たちの中に掻き立てるなら、忍耐を武器にしてその感情を克服すれば、敵はたちまち私たちから逃げ去るだろう。もし怒りを煽るなら、平和を武器にしよう。もし私たちが苛立たせようとするなら、柔和さを取り入れよう。もし私たちの中に憎しみを燃え上がらせようとするなら、愛に固執しよう。もし名誉を求めるよう煽るなら、謙遜を示そう。もし名声を求めるよう煽るなら、自分の取るに足らなさを自覚しよう。もし夢想的に高みへと導こうとするなら、主の謙遜を心に刻もう。——このようにして敵に立ち向かえば、敵は私たちに打ち勝つことができず、逃げ去り、恵みが私たちのもとに戻ってくるだろう。

**37.** 修業を愛する者よ、自分の内面に注意を払い、あなたの日々が散漫に過ぎ去ることのないようにしなさい。あなたの力が敵との戦いで衰えないよう、心に悪意ある考えを許してはならない。あなたの修行の道のりが実を結ぶよう、常に心の中に最も甘美なる主を留めておきなさい。あなたの修行の戦いを急ぎなさい。なぜなら、勤勉な者たちが報われ、怠惰な者たちが悔いる日が、突然訪れるからである。時があるうちに徳を身につけよ。目に敬虔を、耳に真理を、舌に命の言葉、足には病人の見舞いを、心に主の御姿を、肢体には貞潔の成就を身につけよ。そうすれば、天使や人々の前で、より大きな栄誉に浴することができるようだろう。魂のない木でさえ、もしその上に死すべき王の姿があれば尊ばれるのだ。ましてや、今この世においても、来たるべき世においても、その内に神を宿す魂こそが、なおさら尊ばれるであろう。

**38.** さあ、私の友よ、主のもとにひれ伏そう。そうすれば、主は私たちの魂に啓示を与え、敵——すべての美しいものを憎む私たちの敵——の策略を見抜く知恵を授けてくださるだろう。なぜなら、彼は私たちの道に、つまり、誘惑、害、この世の散漫さ、肉欲の快楽、現世の永続性への希望、奮闘時の恐れ、祈りにおける怠惰、そして詩篇を歌う時の眠気や肉体的安らぎを仕掛けてくるからである。しかし、彼がどれほど用心深いかに反して、私たちは無防備であり、彼が狡猾さを増すほど、私たちはなおさら無頓着になる。私たちの日は短いことを知りながら——栄光の主が来られるというのに。

**39.** 私たちは、いのちの実を結ぶという誓いを立てた。しかし、私たちの実には、それを成熟へと導く涙がない。涙の息吹によって実が花開くような、心を砕く悔い改めもない。激しい暑さの中で実を覆い守るような謙遜もない。何ものにも妨げられないよう、無欲さもない。神の愛——実を支えるこの強固な根——もなく、地上の事柄への無関心もなく、祈りの中で心を清める儆醒も、明晰な精神もない。これらの美しく善き美德の代わりに、私たちにはそれらとは正反対のものがある。激しい怒りと苛立ちがあり、それによって打ちのめされた実は何の役にも立たなくなってしまう。貪欲があり、それが実を押しつぶし、深い落胆がある。これらすべての不利な状況が、実が本来あるべきように熟し、その主のためにふさわしいものとなることを許すだろうか。

**40.** 一人ひとりの生き方を見て、その生き様に倣うため、すなわち、熱意を胸に「より高い召しの栄光」へと急ぐ者（フィリピ3:14）の生き方に倣うためには、ある者には完全で確かな信仰を、またある者には神への希望を、さらに別の者には主と隣人への二重の愛を、またある者には、いかに神を畏れて自分の番を固守し、あらゆる悪事から身を守り、非難されることも非難に値することもない生活を送り、それどころか、その清らかさと非の打ち所のない振る舞いゆえにすべての人から称賛されているかを、観察しなければならない。

**41.** 見よ、ある者は、敵によって様々な情欲に苛まれながらも、祈りをもって神にすがり、砕かれた心で愛をもって神にすがりつき、恵みの助けを受け、不品行で不純な思いから解放され、——大いなる嗚咽と涙と嘆きをもって犯した行いを悔い改め、悲しみをもって自らの罪を嘆き、祈りと徹夜祷の中で神に告白し、断食と節制と苦しみによって悪と戦い、これらの武器をもって自らを救おうと努めるのだ。あなたもまた、真の戦士として、死に至るまで戦おうと努めなさい——修業は冗談事ではなく、救いはただ大きな勤勉さによってのみ達成されるということを心に留めておきなさい。

**42.** この世を完全に捨て去った人々を見習いなさい。そうすれば、徳の高みへと容易に登りつめることができるだろう。誰かに完全な無欲さを見たら——その人が、すべてを捨てて、あらゆる心配事から心を解き放ち、気を散らすことなく祈りに専念し、いかなる思いや心配も祈りを妨げないように努めているのを見たら——全力を尽くしてその人に倣いなさい。清い心で、愛と涙をもって神に祈る者は、まるで鏡のように、神ご自身をその心の中に映し出す。そして、この計り知れない恵みは、貧しさ、困窮、そしてあらゆる面で窮屈な生活によって得られるのである。「狭い門と狭い道こそが、いのちへと導く」（マタイ7:14）。

**43.** 生活様式において聖人たちに倣いなさい。ある者は神への畏敬と畏怖において、ある者は謙遜において、ある者は自己卑下と自己批判において、ある者は沈黙において、ある者は柔和さにおいて、ある者は穏やかな忍耐において、ある者は譲歩と平和愛好において、ある者は友愛と一致において、ある者は節制と分別において、ある者は愛想の良さ、親しみやすさ、寛容さにおいて、ある者は侮辱を赦すことにおいて、勇気と寛大さにおいて、ある者は偉業と従順において、ある者は手仕事と兄弟たちへの奉仕において、ある者は熱意と情熱において、ある者は世からの完全な疎外と、十字架にかけられた者のように日々自らを死なせることにおいて、ある者は精神の強さと真理を愛する心において、ある者は貞潔と純潔において。また、誰には慈愛と助けようとする心があるか、誰には穏やかな気性と優しさがあるか、誰には憐れみと慈悲があるか、誰には公平さと正義があるか、誰には気取らない謙虚さがあるか、誰には少ないもので満足する心と節度があるか、誰が素朴さと率直さを持っているか、誰が絶え間ない祈り、詩篇の詠唱、そ

して涙の奔流を持っているか——要するに、すべての人の中に神に喜ばれる生活の特質を見出し、——彼らに倣いなさい。

**44.** 私たちは、天上のことに目を向け、天上のことを思い巡らし、常に天上のことを心に留め、天上のことに全身全霊を注ぎ、天上のものと絶え間ない交わりを保つよう努めよう——そして、決して自分の視線を、快樂があり、この悪しき、人を死に至らしめる世の欲望がある地上のものへと向けてはならない。心の目で常に天上のものを注視し、この瞳孔に何か——邪惡な思いや、神に喜ばれない他の何か——が入り込み、心を曇らせることがないように、あらゆる点で用心することが素晴らしい。

**45.** 私たちは絶えず祈らなければならない。主が私たちを惡魔の策略から救い出してください。なぜなら、思いは、私たちが独りきりで修道室に座っている時だけでなく、主の家に集まっている時にも、私たちを圧倒し、激しく立ち上がるからである。男性の体を清らかな心で見えていないかのように仕向け、蛇は妄想的な思いによって、私たちを最も恥すべき行いへと追い込む。惡魔は、兄弟が散漫になり、清らかな心で私たちの救い主である神の至聖なる奧義に耳を傾けることができなくなるよう、ある種の雜多な思いの種を蒔くのである。——しかし、目を慎み、心を注意深く保つことで、節制を重んじる者は、神の恵みの助けを借りて、これを克服する。それゆえ、全き警戒をもって自らの心と感覚を守らなければならない。なぜなら、この人生において、我々は偉大な戦いを繰り広げており、我らの敵は猛烈だからである。

**46.** 戦いを放棄してはならない。情欲と和解している者は、すでに自らを罪の快樂の奴隷として売り渡し、喜んで拷問者に貢ぎ物を納めているのだから、どうしてそれらと戦えるというのか。なぜなら、敵意があるところには戦いがあり、戦いがあるところには闘いがあり、闘いがあるところには栄冠があるからだ。もし誰かが苦い奴隷状態から解放されたいと願うなら、惡魔と戦いに挑むべきである。この戦いに勝利した聖人たちは、天の恵みにあずかるにふさわしい者とされた。

**47.** 敵の侮辱から解放され、その苦い奴隷状態から逃れたいと願う者は、この我らの暴君の意志に立ち向かい、創造主への愛ゆえに彼と戦わなければならない。なぜなら、彼らは口先だけでなく、心の底から惡魔にこう告げる時、勇猛な闘いの証しを示すことになるからだ。「惡魔よ、我々は汝の声に従わない。もはや汝の欲望に仕えることはしない」。しかし、闘いの最中には、神へと祈りの声を捧げなければならない。そうして、神が御自身のしもべたちを害しようとする者を恥じ入らせてくださるよう。その時、この猛威を振るう拷問者が七倍の炎で欲望の炉を燃え上がらせようとも、主を信賴する者たちは、やがてその炉が露へと変わるのを目にするだろう——そして、かつて恐怖を植え付けていた拷問者自身が、彼らの前で震え上がるのである。

**48.** ある聖人はこう言った。「悪いことを考えないために、良いことを考えなさい。なぜなら、心は空虚な状態にあることを許さないからである」。——それゆえ、我々は心を神の言葉による教え、祈り、そして善行に捧げよう。虚しい考えにふけることは虚しい行いを生み出し、善い考えにふけることは善い実を結ぶからである。

**49.** たとえ目に見える涙がなくても、心からの悔い改めがあるようにせよ。なぜなら、涙にも違いがあるからだ。——しかし、自分の魂を鏡のようにして主を仰ぎ見、その慈愛の御前にて、涙とともに主への賛美を注ぎ出す者は幸いである。その祈りは聞き入れられるからである。

**50.** もしあなたが選ばれた器になりたいと願うなら、主について教えてくださる師への従順と、謙遜の心において励みなさい。聖人たちの生涯は、従順によって高められ、輝かしいものとなった。ヨシュアは、モーセに対する完全な従順ゆえに、彼の後継者となるという賜物に値した。サムエルは、祭司エリヤに従順であったため、神の御声を聞く恵みにあずかった。エリシャは、従順ゆえに、師の特別な恵みを受けた。神ご自身——御言葉——は、受肉して、謙遜と従順のうちに生涯を過ごされました。福音書記者もこう述べています。「そして、彼らに従っておられた」（ルカ2:51）。また、使徒はこうも言っています。「ご自身を低くし、死に至るまで、それも十字架の死に至るまで従順であった」（フィリピ2:8）。あなたは善き意志をもって歩み始めま

した。どうか堅く立ち続け、主が天の御国において、柔和で謙遜な者たちと共にあなたを高くしてくださるよう願います。

**51.** ある兄弟が、霊的な父たちへの従順を守りながら、別の兄弟のところへ来てこう言った。「霊的な父たちのもとを離れ、一人で黙想にふけりたいのです」。すると、その兄弟はこう答えた。「ある男に息子がいた。彼はその子のある職人のもとへ預け、その技を学ばせた。その少年は仕事に無関心だった。数日後、その子は父親のもとへやって来て言った。「お父さん、先生のもとから私を引き取ってください。自分一人でも、この技術をよりよく習得できますから」。しかし、父親は彼にこう言った。「他の人から学んでも、彼らの指導の下で何も身につけられなかったのなら、どうして一人で何かを成し遂げられるというのか？ お前の職人技の習得が不十分であることは明らかだ。私が君のために尽くした努力が無駄だったのではないかと心配している。だから、きちんと自分の仕事に取り組み、師匠の指導の下で技術を身につけなさい。そうしてこの職人技に熟達すれば、将来それを生業にできるだろう。」——それならば、兄弟よ、私たちもまた、神への奉仕において未熟なまま残されたり、誘惑に陥った時に無力になったりしないよう、主よ、従属というくびきを自ら振り払おうとはしないようにしよう。

**52.** 情欲に打ち勝ち、自分の中にあるあらゆる世俗的な執着を根絶したとき、聖霊の恵みは私たちの中に安らぎを見出し、油をたっぷり注がれ、灯火を備えた準備の整った燭台のように、私たちの心を照らしてくれるでしょう。しかし、もし私たちがまだ情欲に支配され、それに溺れているならば、それは油も灯台も失った灯火のようで、闇の中に座しているようなものです。それゆえ、知的な光を受け入れる準備を怠らず、霊的な命を求めよう。そうすれば、聖霊の支配下にある私たちの心も、聖霊と交わりを持つ私たちの体も、聖別されることになる。

**53.** たとえ話。二人の人が、三十スタディオン離れた町へと向かった。二、三スタディオン進んだとき、道沿いに木陰の茂る小森に出くわした。そこには小川が流れ、心地よい場所がたくさんあった。旅人たちがその場所に入ると、一人は一刻も早く町を見たいと願い、そこを急いで通り過ぎたが、もう一人は立ち止まって見物し、後れを取ってしまった。見回した後、彼も町へ向かおうとしたが、暑さを恐れ、木陰に留まった。しかし、その場所の心地よさを満喫してうだうだしている間に、森から獣が現れ、彼を捕らえて巣穴へと連れ去ってしまった。一方、この場所に心を奪われなかったもう一人は、無事に町へとたどり着いた。——このたとえ話は、次のような意味を持つ。二人の人物とは、敬虔の道に踏み出し、その道で精進し始めた者たちのことである。道中の魅力的な場所とは、その魅力に満ちたこの世のことである。通り過ぎた者は、何にも気を留めることなく、「キリストにある高い地位の榮譽に到達する」ことを急ぐ人々（フィリピ3:14）を意味する。一方、魅力的な場所に心を奪われた者は、自分の目的を忘れ、目に見えないものから目に見えるものへと心をそらしてしまった人々を意味する。灼熱とは、徳を積むための労苦である。ある人がその場に立ち止まったために獣の餌食となってしまったということは、つまり、誰かが地上の欲望に思いを留める時、その欲望から罪が生まれ、人を支配して、凶暴な獣のようにその人を食い尽くしてしまうことを意味する——次のように書かれている通りである。「欲望が芽生えれば罪を生み、罪が成されると死を生む」（ヤコブ1:15）。さあ、私たちが再び罪の奴隷とならないよう、世俗的な欲望から逃れよう。

**54.** 恥ずべき思いに陥らないよう、無益な言葉を避けなさい。善い言葉が魂に有益であるのと同様に、善くない言葉は魂を墮落させる。使徒が言ったように、「悪い交わりは善い言葉を腐らせる」（Iコリント15:33）。

**55.** 修道生活の中で怠惰になり老いてしまった人々を見かけたときは、彼らに嫉妬して同じ道を歩んでしまわないよう、また、自制心を保ったからといって彼らの前で高慢にならないよう、細心の注意を払わなければならない。高慢になることは、高慢という悪に自らを明け渡すことだからである。「自分自身に耳を傾けよ」と言う者の言葉に耳を傾け、自分の魂を慎重に守りなさい。

**56.** 自分の思いをすべての人に打ち明けてはならない。霊的な人々であると確信できる者のみ打ち明けよ。悪魔の罠は数多いからだ。霊的な人々からは何も隠してはならない。そうしな

ければ、敵が隙を見つけて、あなたの中に巣くってしまうからだ。しかし、肉欲に囚われた人々とは相談してはならない。

**57.** 無益な会話を避け、神への畏れを軽んじる者たちとは付き合わないようによせよ。彼らは有益なことを何も語らず、主のために何もしない。徳についても、敬虔についても、清さについても語らないからだ。彼らの言葉は死の罠であり、彼らの助言は地獄の深淵であり、彼らとの交わりは魂の破滅である。

**58.** 人の名誉や栄光、あるいは食べ物や飲み物、衣服のために、神に対する大胆さを失わないように気をつけなさい。なぜなら、これらすべては朽ちるものだが、各人の行い、善いものであれ悪いものであれ、すべて記録されているからである。「天のことに心を留め、地上のことに心を留めてはならない」（コロサイ3:2）。そうしてこそ、天の父の約束を受け取ることができるのだ。

**59.** 地上の王の兵士たちは、その王に気に入られるために血を流す。しかし、あなたには血を流す必要はない。ただ、罪に打ち負かされないようにし、死の実を結ばないようにしなさい（ローマ7:5）。目を覚ませ、兄弟よ、目を覚まして、労苦に励みなさい。神は不義な方ではなく、あなたの労苦を忘れられることはない。また、あなたが独房に閉じ込められて耐えているその苦難のゆえに、真理の光があなたに輝き渡るだろう。「信仰の善き戦いを戦いなさい」（テモテへの手紙I 6:12）。そうすれば、あなたは敵に勝利し、恥じることなく、栄光の王にひれ伏すことができるでしょう。主は、剣によって亡くなった者や迫害者たちによって苦しめられた者たちだけでなく、修業と愛において熟達した者たちをも栄冠で飾られるからである。最初の者たちが主のために侮辱に耐えたように、最後の者たちもまた、主のために苦難に満ちた生活と修業に耐えたのである。

**60.** 自分自身に注意を払い、「あなたの心に悪意の言葉」があってはならない。邪悪な考えに傾いてはならない。こうして、昔、ある者が、誓いから逃れるために茂みに何かを隠したために災いに遭った（ヨシュア記7:1-26）。同様に、預言者エリシャの従者ヒエジースも災いに遭った。彼らは神からだけでなく、人々からも隠れることはできなかった。彼らは密かに罪を犯したが、その報いは公然と下された。一人は人々の前で石打ちにされ、もう一人はらい病を患った（列王記下 5:27）。「神は侮られることはない。人は何を蒔くか、そのものを刈り取るからである」（ガラテヤ人への手紙 6:7）と語ったのは、決して嘘ではなかった。

**61.** 敵はどのような点から私たちを打ち負かすのか。どのような点から、私たちの中に情欲が増大するのか。——それは、私たちの不従順のせいではないのか。——教えられても、私たちは注意を払わない。過ちを正そうと指摘されても、私たちは拒絶する。人からは身を隠すが、神に対しては不注意である。恐ろしい蛇は、私たちを正そうとする者たちを言葉で打ち負かす知恵を私たちに吹き込み、それゆえに、罪は敵を持たずに私たちの中で増大していくのである。

**62.** 修道士における心の墮落の始まりは、笑いと放縦である。修道士よ、もし自分の中にこれを見いだしたなら、あなたは悪の深淵に足を踏み入れたことを知れ。この死からあなたを救い出してくれるよう、神に祈り続けることをやめてはならない。笑いと放縦は、若い修道士だけでなく、年老いた修道士をも恥ずべき情欲へと陥らせる。ある聖人は放縦についてこう語った。「放縦は灼熱の風のようなものであり、修道士の果実を滅ぼす」。さて、笑いについて聞け。笑い、泣く者に約束された至福（マタイ5:4）を人から奪い、内面の善き秩序を破壊し、聖霊を冒瀆し、魂を傷つけ、肉体を蝕む。笑いは美德を追い払い、死を思い起こすことも、苦しみについて考えることもない。

**63.** 嘆きの始まりは、自己認識にある。それゆえ、私たちの嘆きは人間のためではなく、心の奥底を知っておられる神のためであり、神から慰めを受けられるようにしよう。それゆえ、私たちは主の賜物と聖霊を喜び、明るい顔でいよう。しかし、心の中で泣き嘆き、神に懇願して、私たちのすべての罪を赦し、死に至るまで永遠に私たちを罪から守ってくださるよう願おう。涙は築き上げ、守り抜く。涙は魂を洗い清め、それを清らかにする。嘆きは貞潔を生み出し、情欲を切り捨て、美德を強める。嘆きは神を喜ばせ、天使たちからの慰めをもたらす。

64. 神への記憶があなたの中に保たれるよう、霊的なことに励みなさい。そして、無益な言葉を忌み嫌いなさい。なぜなら、悪臭と香気が調和することは、不可能なことだからである。

65. 隠遁者は、見る、聞く、話すという三つの戦いの苦しみから解放されている。また、注意深い共同生活者も、買うこと、売ること、そして強盗の襲撃という三つの戦いの苦しみから解放されている。しかし、どこにいても自分自身に注意を払い、良心を清く保たなければならない。

66. 「私は修道院に入り、天使の姿を身にまとっている」などと言ってはならない。人々だけでなく、神ご自身にとっても、単なる外見だけでは喜ばれるものではない。何よりも必要なのは、善行の果実である。——それゆえ、花を咲かせる木のように立ち、自らの美德の実を守り続けよ。「高慢」があなたの謙遜を蝕まないように。「虚栄」があなたの敬虔さを曇らせないように。「怒り」があなたの柔和さを奪わないように、苛立ちがあなたの寛容さを枯渇させず、争いがあなたの平安を乱さず、敵意が友情の妨げとならず、恨み深さが相互の愛を断ち切らず、恨みが調和を破壊させず、「暴食」が断食を妨げず、貪欲が節制を滅ぼさず、「不注意」が勤勉さを妨げず、眠りが警戒心を鈍らせず、「気落ち」が熱意を重くせず、怠惰が奉仕を妨げず、不平が服従を弱めず、「不従順」が従順への道を塞がず、無駄話が賛美歌に打ち勝たず、戯れが賛美に打ち勝たず、笑いが涙に打ち勝たず、「淫行」が貞潔を蝕まず、金銭への愛着が質素さを凌駕しなかった。両親をキリスト以上に愛したり、この世を神の御国以上に愛したりしないよう気をつけなさい。また、悪口への情熱があなたの舌を煽らないようにし、誰かに対する嫉妬に苛まれないようにし、欺瞞があなたの心の清さを汚さず、偽善が真の恵みを味わう喜びを奪わず、窃盗があなたを御国から遠ざけず、偽りが樂園への道を塞がず、人に好かれようとする心があなたの大胆さを滅ぼさず、快樂への愛があなたから神への愛を奪わず、情欲があなたの心の悔い改めを消し去らないように。

67. 人が自分の意志をどれほど断ち切り、謙虚にするかによって、その人はそれだけ成功へと向かう。そして、自分の意志にどれほど固執すればするほど、自分自身に害を及ぼすことになる。それゆえ、自分の意志にへつらうことを望んではならない。むしろ、神の御意志に従順であるほうがよい。

68. 礼拝のために、あるいは誰かと話すために小部屋を出るときは、目を守り、心を敬虔な思いで奮い立たせ、その際、「あなたは画家ではないし、人の姿を模写する方法を学びに出たわけでもない」と自分に言い聞かせなさい。自分自身に注意を払いなさい。もしあなたの注意が感覚的なことに奪われてしまっているなら、どうして清らかな心——まるで鏡のように——をもって天上のものを観想し、神を思い起こすことで喜びと慰めを得ることができるだろうか。

69. 他人の罪について詮索するのをやめなさい。そうすれば、それによってあなたの敬虔な思いが自然に損なわれることはないだろう。

70. 沈黙を守りなさい。それはあなたを多くの汚れから救ってくれる。罪人たちの窮状を絶えず心に留め、自分も間もなく彼らの数に加えられることのないよう、恐れなさい。

71. 自惚れてはならない。自惚れからは、まるで枝が伸びるように、あらゆる情欲が生まれてくるからである。しかし、自惚れは愛によって根絶される。愛はすべての人を一致へと導き、一つに結びつける。愛は偉大で尊い財産である。それゆえ、愛から離れないよう努めよ。

72. 自らの救いを念頭に置き、信仰、愛、忍耐、清さ、従順、謙遜、神への畏れにおいて、隣人への徳の模範を自らに示そう。悪しき欲望に流されることなく、霊的な労苦に励むのである。

73. 神の戒めを受け入れるためには（鳩のような）純真さを持ち、敵の策略を退けるためには（蛇のような）狡猾さを持て。

74. あなたの内なる人が安らかに休めるよう、有害な出会いを賢く避けなさい。

75. あなたの思いが墮落しないよう、役者たちと時間を過ごしてはならない。彼らの言葉は極めて有害だからである。彼らは年配者を若者のように振る舞わせ、若者たちを不法な行いに引きずり込む。



76. 人が泣いているときは、決して罪を犯すことはない。また、心が砕かれている者は、誰も悪を企てたりはしない。心が砕かれると涙が流れ、涙の後に続くのは、悪事から身を遠ざけることによって悪を和らげることである。

77. もしあなたが若ければ、沈黙と勤労に慣れなさい。勤労はあなたを人々に負担をかけない存在にし、沈黙は心の光を消えることのないものとして保ち、いかなる情熱によってもその光が曇ることを許さない。

78. 人を世俗的にするのは、髪や衣服ではなく、悪しき気質と、世俗的かつ不純な欲望への傾きであり、それによって魂は忌まわしいものとなる。

79. 剃髪や修道服が人を修道士にするのではなく、天への渴望と神聖な生き方こそが、そこに人生の完全性が現れるのである。

80. 試練に直面する前に、自分を過大評価してはならない。なぜなら、実際に降りかかった試練は、一見堅固に見える者たちさえも、しばしば恥をかかせるものだからである。だからこそ、警戒を怠らず、その心をつまずきから守るよう努めなければならない。

81. すべてのことにおいて、神に喜ばれるように行い、そう考えるようにしなさい。もしその思いがなければ、あなたのあらゆる行いは価値を失ってしまうからである。

82. 共同生活を送っていようとも、あるいはすべての人から離れて沈黙を守っていようとも、あなたが求めるもの、すなわち清い心と砕かれた霊を、怠慢に任せてはならない。これを獲得した者は、神によって辱められることはない。しかし、これを軽んじることは、大きな危険である。

83. 神の御水（神の御言葉と秘跡）で自分の魂を潤しなさい。そうすれば、魂は繁栄し、真理の中で実を結ぶでしょう。私たちは、動物たちが緑豊かな牧草地へと駆け寄るように、魂に有益なものを追い求めるべきです。

84. 魂が健全であるとき、身体もまた善き働きのための力を得る。しかし、もし魂が悪しき思いに迷い込んだならば、身体も必然的に罪によって墮落してしまう。

85. 悪しき者は日々、私たちの魂に隠れた罠を仕掛け、それを誘惑して永遠の苦しみへと陥れようとする。これらの罠は、不注意な魂を惑わし、誘い込むために甘美さに満ちている。兄弟よ、惑わすような思いに流されて、この死に至る甘美さに甘んじてはならない。思いは誘惑者であり、もし魂への入り口を見出せば、罪深い考えで魂を甘やかし、やがて罪によって魂を死に至らしめる。そして、それは魂にとっての罠となる。しかし、我に返り、急いでこの罠を切り裂きなさい。祈り、涙、節制、そして徹夜祈祷によって、その思いを魂から追い出さなければならない。——その他、常に警戒を怠らず、誘惑的な思いに一瞬たりとも留まってはならない。すべての罠、誘惑、情欲から解放されるために、常に祈り、断食、そして涙をもって神にすがりなさい。

86. 私たちは儉約な戦士となり、日々、悪しき者との戦いに打ち勝とう。この戦いの掟を学ぼう。それは目に見えないものであり、その掟とは、すべての地上のものから身を剥ぎ取ることである。もし死を待ち望み、日々それを目の前に置いているならば、私たちは罪を犯すことはないだろう。もしすべての地上のものから身を解き放てば、戦いで打ち負かされることはない。地上のものは私たちを下へと引きずり込み、情欲は心の目を曇らせるからである。それゆえ、悪しき者との戦いにおいて、私たちは彼に打ち負かされてしまうのだ。

87. 修道士よ、こう言って論じてはならない。「修業の労苦は甚大だが、私は力が弱く、無力であり、修業に励むことができない。」——もし遠い国や土地へ行くことを決意したなら、一瞬にしてその道のりをすべて歩み通すことは不可能だが、毎晩の宿から次の宿へと進み、時を重ねていけば、目指す国にたどり着くことができる。天の御国や至福の樂園についても、同じことが言える。誰もが、生涯にわたる労苦——断食、節制、徹夜——によってそこに到達する。節制、涙、祈り、徹夜、愛——これらが天へと導く宿である。それらを忍耐強く、そして喜びをもって歩み続けなさい。それぞれの宿を過ぎるごとに、あなたの魂の足取りは確かなものとなり、天へと続くあなたの道に困難を見出すことはないだろう。

**88.** 深く考えもせずに修道生活に入った者には、敵は巧みに放縱の心を植え付けようとする。一方、敬虔な心から修道者となった者には、敵は自分の力の及ばないような偉業を成し遂げよと囁く。しかし、真に神を畏れる者は、どちらの考えにも惑わされることはない。神への恐れこそが、その心を照らし、正しい道を歩ませるのだ。

**89.** ある兄弟は、修道生活に入った後、共同生活から抜け出したいという考えと闘っていた。——そして、その思いは彼に次のような例を提示した。「庭のこの緑を見てごらん。もし、これらの畝を手入れする者が植物を引き抜いて別の場所に移植しなければ、それらは成長しないだろう」。しかし、という名のその兄弟は、その思いに対してこう答えた。「果たして、園丁はこれらの畝に蒔かれたものをすべて根こそぎ引き抜くのだろうか？ 畝に残して、土壌が養分を与えるようにしないだろうか？ それに、引き抜かれたものは、その場に残されたものほど安定していない。だから、あなたも引き抜かれない者たちの仲間でありなさい」。——こうして、彼は神の恵みの助けを借りて、その思いに打ち勝った。

**90.** 修道士は、敵が自分に対して企んでいることを見抜くために分別ある者でなければならない。あることは笑い飛ばし、あることは謙虚に受け止め、またあることは、巧みに練られた言葉で退けるべきである。

**91.** 魂が地上のものを夢見ている限り、この世の様々な欲望や、魂の思いの中に浮かぶ虚しい快樂が、その力を弱めさせる。それゆえ、修道室に籠もる者も怠惰に陥ってしまう。しかし、もし誰かがこの世から完全に身を切り離し、この世とその誘惑を憎み、心と魂のすべてを尽くして主のしもべとなるならば、怠惰は彼を支配することはなく、その結果、彼は自由に自分の務めを果たすことができるだろう。彼に待ち受けるのは、虚栄の思いとの戦いだけである。しかし、主のしもべは、自身の弱さと、その賜物が誰から与えられたものかを心に留めることによって、この思いをも追い払うであろう。それは、「あなたがたが持っているものは、すべて神から受けたものである」（Iコリント4:7）と語られた言葉に従ってのことである。また、彼は肉の弱さとの戦いにも直面する。しかし、主のしもべは、それによって恐れに陥ることもなく、神の愛から自らを遠ざけることもない。それは、「誰が私たちを神の愛から引き離すことができようか」（ローマ8:35-39）と語られた御言葉によるのである。あらゆる情欲の背後には淫らな霊が潜んでいる——しかし、恥ずべき言葉を避けよ。そうすれば、不純な思いからも逃れられるだろう。

**92.** 賢明な長老たちは、兄弟たちにとって、魂を潤し、強める香油である。

**93.** もしあなたが世を捨てたのなら、求める真珠を手に入れるために、自分の務めに励みなさい。なぜなら、世を捨てて世俗の生活から離れた者たちの中には、ある者は軍務を離れ、ある者は富を浪費したが、結局は自分の意志に導かれて墮落してしまった者もいるからである。何しろ、神の御心に従って生きるのではなく、自らの意志に支配されることほど悲惨なことはいないからだ。彼らは、この世のあらゆるものから離れるための大門を通ったふりをしたが、隠された扉を通して再びこの世へと戻ってしまったのである。

**94.** あらゆる状況において自らを責め、自らを責めつつも、同じ過ちに陥った他者を非難しないこと——これこそが、人間における知恵の芳香である。

**95.** 心が思念の嵐によって曇り、情欲に打ち負かされている者は、人を恥じず、神をも恐れない。もしその者が権力者であれば、恐れを知らずに悪を行う。もし弱く貧しい者であれば、自らの粗暴な気性に身を任せて、恥じることなく同様に悪行に及ぶ。

**96.** 戦士たちの戦いは一時的なものだが、救いを求める者の戦いは、主のもとへ旅立つまで続く。それゆえ、あらゆる注意と冷静さ、そして忍耐をもってこの務めに取り組まなければならない。もし獅子を殺そうと決意するなら、獅子が陶器の器のようにあなたの骨を砕いてしまわないよう、断固としてこれに立ち向かえ。もし海に投げ込まれたなら、陸に上がるまでは氣力を失ってはならない。そうしなければ、石のように深淵に沈んでしまうからだ。闘いに臨むなら、冷静であれ。そうすれば、敵はあなたを打ち負かして喜ぶこともなく、あなたは栄冠の代わりに、それとは正反対のものを手にすることもないだろう。

97. 修道士になりたい者は、勇気ある忍耐に備えておかなければならない。そうすれば、修道生活に入った後、「自分にこんなことが起こるなんて知らなかった」と言わずに済むだろう。このことはすでにあなたに知らされている。さあ、自分の心を整え、忍耐を武器としなさい。そうすれば、今、剃髪式で「すべてに耐え忍ぶ」と誓ったにもかかわらず、翌朝には言葉と行いの両方で、その誓いを破る者となってしまうように。神の御使いたちは傍らに立ち、あなたの口から出るすべての言葉を聞いています。決して偽りを語らないように注意しなさい。なぜなら、主は「偽りを語る者をすべて滅ぼされる」からです（詩編5:7）。

98. 主に仕えようとする者を、多くの誘惑が取り囲む。しかし、心を尽くして神の導きに身を委ね、神の御心にとどまる者は、それらすべてに打ち勝つ。神は私たちにただ決意を求めるだけであり、ご自身で力を与え、勝利を授けてくださる。「主は、主を信頼する者の守り手である」（詩編17:31）。

99. 怠惰な者たちを見ず、神を目の前に置いて自分自身に注意を払いなさい。それは、「主が私の前に立っておられるのを見た。主は私の右におられるから、私は揺らぐことはない」（詩編15:8）と記した者の模範に従ってのことである。

100. 誰をも非難してはならない。その人が自分の修道室でどのように振る舞っているか、あるいは神の前でどのように労苦しているか、我々は知らないからだ。その人が笑ったり話したりしているのを見ても、非難してはならない。その人が修道室でどのような心境にあるか、我々は知らないからだ。私たち一人ひとりは、自分自身に注意を払わなければならない。なぜなら、私たち一人ひとりが、自分自身について神に答えなければならないからである。

101. 誘惑に打ち勝つことを望むか。ならば、あらゆる自己の意志を切り捨てよ。たとえその行いが自分には善いと思えても、修道院長が主の御名においてそれを善いとは認めないならば、主の御名において彼に従え。論争に巻き込まれたり、自分の意図に従ったりすることは、すでに墮落の兆しである。すべての人が、詩篇に記されているこの言葉を聞きなさい。「主を畏れて仕え、主を畏れおののきながら喜びなさい。主が怒られる前に懲らしめを受け入れなさい。さもないと、義の道から外れて滅びてしまう」（詩篇2:11,12）。

102. 今日、節制と柔和さを保ちながら、翌朝には節制を欠き、高慢になるような振る舞いはしてはならない。今日、沈黙と徹夜、謙遜を保ちながら、翌朝には娯楽や飽くことのない眠り、不服従などといったことをしてはならない。今日、私たちが主への信頼に基づき、世を捨て、地上のすべてを捨て、祖国や友人、両親を捨てているのに、翌朝には故郷や親族、遺産に会いたいと願う——それは数多くの悪へと陥らせるものである。ロトの妻が後ろを振り返ったために塩の柱になったことを、心に留めておこう。そして主はこう教えられている。「だれも、鋤に手をかけ、後ろを振り返ってはならない。そうする者は、神の御国に入ることはできない」（ルカ9:62）。

103. すべてのものを捨て去り、主のためにこの世を去ったあの日——あなたが神への畏れに燃え、主への熱意に燃えていたあの日を、常に心に留めておきなさい。そして、その心構えを最後まで貫き通せ。なぜなら、「最後まで耐え忍ぶ者は、救われる」からである（マタイ10:22）。

104. 心に浮かぶ思いに気を緩めてはならない。それは闘争の始まりだからである。雨水の溜まりから教訓を得よ。雨が降った直後、雨の恵みが溜まりに集まったばかりの頃は、水は濁っているが、時間が経てば経つほど、水は澄んでいく。——辛抱しなさい。そうすれば、あなたの思いも落ち着き、安らぎを与えてくれるだろう。

105. 邪悪な思いについてのたとえ話を聞いてほしい。ブドウの実が蔓から収穫され、搾り器に入れられ、搾られてワインとなり、それが器に注がれると、そのワインは最初、まるで最も強い火で加熱されているかのように沸き立ち、そのため、優れた器でさえその勢いに耐えきれず、時に張力によって破裂することがある。人間の思いもまた同様で、この虚しい世とその心配事から、天上の事へと移ろうとき、そうなるのである。悪魔たちは、人間の熱意を許さず、様々な方法でその心を惑わせ、「濁った墮落」（アッバク2,15）を混ぜ込もうとする。そして、欠点の

ない器、すなわち不確かで疑い深い魂を見つけると、それを引き裂くのである。悪魔たちは、まるで貪欲な狼のように、修道士たちの独房を徘徊し、自分たちのために開かれた扉を探し、そこに押し入って、彼らに従順な魂を堕落させようとする。しかし、もし扉が閉ざされており、信仰に堅く立っている魂を見つけたならば、彼らはうつむいて引き返していく。

**106.** あらゆる行いにおいて、従順の母である謙遜を保て。——二心を取り除き、すべてにおいて信仰を身にまといなさい。そうすれば、主はあなたの魂の熱意を見て、あなたの行いを強めてくださるだろう。——怠惰、競争心、あらゆる悪癖や嫉妬に対して、強い憎悪を抱き続けなさい。あなたは主のためにすべてを捨てたのだから。もし初めのうちにそのような思いに流されてしまえば、後に多くの苦勞と害を被ることになることを知っておきなさい。

**107.** 庭に汚れが溜まらないようにすると同様に、自分の内にも肉欲の欲望が強まらないようにしなさい。

**108.** 広い道には、次のようなものがある。悪意、娯楽、暴食、酩酊、浪費、放蕩、不和、短気、傲慢、気まぐれなどである。そして、それらに続いて現れるのは、不信仰、不服従、反抗であり、あらゆる悪の最後を飾るのは絶望である。——一方、狭い道、細い道には次のようなものがある。沈黙、節制、貞潔、愛、忍耐、喜び、平和、謙遜、そしてこれらに類するもの。そして、それらの後には不死の命が続く。

**109.** とりわけ、放縦には気をつけよ。そうすれば、多弁や恥知らずさに囚われることもなく、悪魔たちの喜びの的となることもなく、ついには兄弟愛を失うこともないだろう。野生のロバが穀物を荒らすのと同じくらい、放縦は修道士たちの労苦を台無しにするのだ。

**110.** 地上の王の前に立ち、朽ちゆく玉座に仕える者たちを思い描いてみよう。彼らはどれほど注意深く、畏れをもってその王の前に立っているだろうか。それならば、私たち信徒はなおさら、畏れと戦慄、そしてあらゆる敬虔さをもって、天の王の前に立たなければならないのではないだろうか。それゆえ、私たちの主であり救い主であるイエス・キリストの御体と御血という秘跡を、恥知らずな目で凝視することは、良いことではないと私は考える。そして、聖書は次のように語って、このことを私たちに確信させてくれる。「モーセは恐れおののき、（燃える荊の茂みを）見ることを敢えてしなかった」（使徒行伝7:32）。

**111.** 私の考えでは、夜間に人を惑わす眠気には三つの種類がある。「第一の」ものは、兄弟が詩篇を歌い始めたときに、悪者の働きによって兄弟が経験するものである。しかし、兄弟に怠惰がなければ、それは何の力も持たない。一方、兄弟の腹が食事や飲み物で満たされている場合は、より強く心を乱す。「第二の」ものは、神への礼拝の最中に、兄弟自身の怠慢によって生じる。すなわち、兄弟が礼拝の規則を最後までやり遂げる努力をせず、礼拝の途中で詩篇を歌う者たちを置き去りにして、眠りにつこうとする時である。「第三の」ものは、通常の礼拝の規則が終わった後、生理的な欲求によって生じる。——だから、怠けてはならない。預言者サムエルが、何度も呼びかけられても、まだ少年であったにもかかわらず、一度も起きるのを怠らなかったという話を、聞いたことがないのか。神の礼拝に立ち、兄弟たちの間でも、あるいは独りであっても、私たちの救い主イエス・キリストを賛美しているとき——最初のうたた寝の誘惑があなたを襲うなら、それに気づいたら抵抗しなさい。そうすれば、怠惰のせいで神への奉仕の果実を失うことはないだろう。たとえ一度や二度、うたた寝で目を閉じてしまっても、強く耐え忍び、その場から離れてはならない——そうすれば、大きな益を得ることになるだろう。飽くことのない眠りへの執着は、食欲の情欲に似ている。もし誰かが多く食べることに慣れているなら、その性質もまた多くを要求する。しかし、もし誰かが節制に慣れているなら、その性質は過食を要求しない。漁師たちを自分の例に当てはめてみよ。彼らは一晩中、仕事を休むことなく目を覚ましていて、もしそのうちの誰かが、眠気に襲われて怠慢に陥り、眠り込んでしまったなら、眠りから覚めたとき、何も獲れていないことに気づくだろう。そして、その怠慢を悔やみ始めるだろう。あなたもまた、うたた寝や眠りに身を任せてしまえば、同じことが起こるだろう。預言者が言うように、「彼らは眠りに落ち、何も得られなかった」（詩篇75:6）のである。

**112.** 海上の船のように、そこに小さな穴が開き、速やかに手を打たなければ、その船は、いかに巨大であっても、そのわずかな穴ゆえに波に飲み込まれてしまう。それと同様に、敵の誘惑を心に許してしまった魂も、自分を創造された方へと立ち返らなければ、同じ運命をたどることになる。それゆえ、兄弟よ、私たちには、冷静さと偉大な謙遜が必要なのです。心を神に向けることによって、あらゆる悪意は無力化されるのです。

**113.** 水を汲もうとして器を手取る者が、水を満たすことなくそれをひっくり返して割ってしまうことがある。キリスト教の完全さを追求するために修道院に入ったにもかかわらず、神の恵みを拒み、再び世俗の生活に戻ってしまう者も、この者に似ている。

**114.** 信仰はあらゆる善の母であり、それによって人は、主であり救い主であるイエス・キリストの約束を自らに成就させるのである。聖書に記されているとおり、「*信仰がなければ、神に喜ばれることはできない*」（ヘブライ人への手紙 11:6）。——しかし、悪魔が豊かに実らせるものは不信仰であり、それはあらゆる悪しき行いの母である。そこから二心というものが生まれ、それは混乱をもたらす。「*二心のある人は*」、こう言われている、「*そのすべての道において定まらない*」（ヤコブ 1:8）。

**115.** 誘惑や悪口を避けたいか。主について語る際には、口に鍵をかけ、「*空しいものを見ないよう、自分の目をそらせ*」（詩編 118:37）——そうすれば、悪口は沈黙によって、誘惑は目を慎むことによって、どちらも避けることができる。もし自分の中でこれを打ち負かさなければ、どこへ行こうとも、自分自身の内に敵を宿すことになる。彼らに打ち勝てば、どこに住んでいようとも平安を得られるだろう。

**116.** 祈りと断食は素晴らしいが、それらを強めるのは施しである。なぜなら、「*私は慈しみを求め、いけにえを求めない*」（ホセア書 6:6）と記されているからだ。また、救い主は慈しみ深い者を祝福される。「*慈しみ深い者は幸いである。彼らは憐れみを受けるからである*」。また、天使がコルネリウスに言った言葉、「*あなたの祈りと施しは、神の御前に上り、記憶にとどめられている*」（使徒行伝 10,4）——これは祈りだけではなく、施しも含まれているのである。

**117.** いかなる用事をも口実に、教会の礼拝を軽んじてはならない。雨が種を育むように、教会の礼拝は魂を徳において強めるのである。

**118.** 今日は沈黙を守り、神の御業に心に向けていながら、翌朝には修道室から修道室へと、あるいはさらに悪いことに、村から村へと歩き回るようなことをしてはならない。むしろ、絶えず沈黙を守りなさい。人が沈黙を守るほど、その思いは清らかになり、沈黙から遠ざかるほど、その心は粗野になることを心に留めておきなさい。

**119.** 神への畏れは、敵の面前における堅固な柱である。この柱を壊してはならない。そうすれば、捕らえられることはない。人愛する御方に身を委ね、預言者と共にその御慈愛に向かって叫べ。「*主よ、わたしはあなたに望みを置きます。永遠に恥をかくことのないように。あなたの義によって、わたしを救い、わたしを贖ってください*」（詩編 30:1-6）。そうすれば、主もあなたにこう言われるでしょう。「*わたしはあなたと共にいる。あなたを見捨てたり、軽んじたりはしない。強くあれ、勇気を奮い起こせ*」（ヨシュア記 1:5,6）。

**120.** 私たちは寛大であり、互いの重荷を担い合い、倒れた者や敵に捕らえられた者を救い出すよう努めよう。仲間が敵に捕らえられたのを見て、その仲間を捕らえた者の手から救い出すために戦いに加わり、敵と戦わない戦士などいるだろうか。もし彼を救い出す力がなければ、友を思い出し、泣き悲しむだろう。それならば、私たちこそなおさら、互いのために自らの命を捧げるべきではないだろうか。なぜなら、私たちの主であり救い主であるイエス・キリストはこう言われたからだ。「*『この愛以上に大きな愛はない。すなわち、自分の命を友のために捧げることである』*」（ヨハネ 15,13）。

**121.** 怠惰に日々を過ごす者は、主が義人たちに用意された祝福や、罪人たちに用意された懲罰について全く考えもせず、何の恐れもなく快樂に身を委ねて、自らを欺いているのである。そのような者に対して、悪霊はあらゆる種類の肉欲を働かせる。しかし、その者は、門がそこを

出入りする者たちに気づかないのと同じように、それに気づくことができない。なぜなら、肉欲が彼の心に巢食って、彼の目を曇らせてしまっているからである。

**122.** 放縦と嘲笑を避けよ。食欲は節制によって、金銭への執着は無欲によって、多弁は沈黙によって、じっとしていられない気性は修道室に留まることによって、怠惰は将来の恵みを思い起こすことによって、不従順は謙遜によって、それぞれ抑えよ。とりわけ、自由奔放さを避けよ。私の理解では、それはあらゆる悪の根源である。もしそれを抑えなければ、それはあなたを恥知らずにしてしまうだろう。しかし、それを抑えれば、あなたは幸いとなる。なぜなら、「すべてのことを畏れ敬う人は幸いである」（箴言28:14）と書かれているからである。

**123.** 怠慢や散漫によって自分の時間を無駄にしないよう、自分自身に注意を払いなさい。あなたはぶどう畑を植えたのだ。それを柵で囲みなさい。あなたは自分自身の園を手に入れた。その実を守り、最後には喜びを得られるようにしなさい。そして、あなたの労苦で耕した土地に豚を放して、それを荒らさせないようにしなさい。一日を築き上げて、二日間を荒らすようなことでは、何の益があるだろうか。そのようなやり方では、いつになったら事が終わるというのか。

**124.** あらゆる種類の罪の誘惑が全人類の中に散らばっており、人は絶えず知性をもってそれと闘わなければならない。しかし、ある者は闘うが、ある者は誘惑に屈して堕ちてしまう。そして、堕ちる者たちは、それぞれの気質に応じて、ある者はある誘惑に、別の者は別の誘惑に陥るのである。これは敵の関与なしには起こり得ないが、敵もまた私たちの気質に配慮している。そして敵は、ある人間を罪深い欲望で縛りつけようとする時、その人が快楽を感じる欲望で縛りつける。そうすることで、その人は束縛そのものに快楽を見出し、決して自らを解き放とうとはしなくなるのだ。私たちが縛る者は狡猾であり、誰を何で、どのように縛るべきかをよく知っている。もし不本意な束縛で誰かを縛れば、その心は即座に束縛を断ち切り、すぐに逃げ去ってしまうことを知っているのだ。それゆえ、彼は一人ひとりを、その人が喜び、安らぎを感じるもので縛る。それゆえ、私たちは縛られていても嘆くことはなく、むしろそれを喜びとし——捕らえられても、それを誇りに思うのである。そう誇る理由は、例えば嫉妬に縛られている者が、姦淫には縛られていない限り、自分は何も縛られていないと自負し、虚栄心に縛られている者が、明らかな不正には縛られていない限り、自分は卑しい束縛から自由だと考えるからだ。縛られている者たちは皆、自らの束縛に気づかず、自分に向けて仕掛けられた罠にも気づかない。彼らは皆、酔いしれた者たちの無知に苦しんでいる。束縛された者は、まるで陶醉しているかのように、自分が束縛されていることを知らない。酒のせいで束縛を忘れ、陶醉の中では身の回りに張られた罠に気づかないのだ。

**125.** 罪深い情欲が混じることによって、あらゆる善が損なわれ、滅ぼされてしまうことを心に留めておきなさい。真実には卑劣な狡猾さが混じると、それは滅ぼされてしまう。純潔は、好色さが触れると損なわれる。信仰は、占いの言葉に耳を傾ければ滅びる。慈善は、高慢を抱けば曇る。断食は、その最中に非難の余地を与えれば辱めを受ける。だから、自分自身に注意を払い、このような善を滅ぼす混入を許してはならない。

**126.** あなたは、それぞれの肢体を、ふさわしい方法で有害なものから守らなければならない。もしあなたの体が淫行から清いのであれば、他人を非難することから口を慎め。口は淫行を犯すことはできないが、嘘をついたり中傷したりすることはできる。もしあなたの体の一つの部分が清く、もう一つの部分が罪を犯しているなら、その一つの部分を非難されるだけで、あなた全体が非難の対象となる。非難を些細なこととして軽んじてはならない。獵師の獲物となる者たちの例から、どんなに些細なことでも軽んじてはならないことを学べ。鳥が小さな爪一つで網に引っかかり、取るに足らない爪の先によって、その翼の力が抑え込まれ、打ち負かされることがある。たとえ鳥が完全に網の外にいても、その爪一つによって捕らえられてしまうのだ。

**127.** 悪意ある思いは避けよう。なぜなら、思いは行いと同様に裁かれるからである。善き思いに励もう。それは、心を試される方から、行いと同様に報いを受けるものである。意図はす



で一つの行いである。なぜなら、あらゆるものを生み出すものとして、そこに私たちの自由の基盤が据えられているからである。

**128.** 慈悲深い主は、あらゆる敵の攻撃に対抗するための武器を私たちに備えてくださった。ただ、それらを用いることを怠らなければ、害を受けることはない。もし敵が燃え盛る矢を私たちにに向けて放ってきたとしても、私たちには破れない盾——すなわち祈り——がある。もし敵が偽りによって私たちを捕らえようと企てても、私たちは真理に訴え、救われる。もし敵が人間嫌悪をもってあなたを傷つけようと企てても、人間愛の力を持ってそれに立ち向かえ。もし敵が傲慢であなたを捕らえようとしたら、謙遜をもって戦え。もし肉欲を煽ろうとしたら、速やかに貞潔の鎧を身にまといなさい。もし敵が飽くなき欲望で我々を襲ってきたら、断食という翼を身につけよう。——このように、敵には矢があるが、私たちのな弱さにも矢があるのだ。戦いの敗北は、武器の不足によるものではなく、不注意やそれらを用いることを怠ったことによるのである。

**129.** たとえすべてを持っていたとしても、救いをもたらす愛を持たないなら、何の益があるだろうか。もし誰かが王や諸侯を招くために盛大な宴を催し、何一つ欠けることのないよう豊かに準備したとしても、そこに塩がなければ、その宴を味わうことはできるだろうか。間違いなく不可能である。ここでも同じことである。たとえ誰かが貞潔を守り、断食し、徹夜祈禱を行い、祈りを捧げ、貧しい者に宿を提供し、献げ物や初物、あるいは実りを捧げようと考え、教会を建て、あるいは他の何事を行おうとも、愛がなければ、これらすべては神の前では何の価値も持たない（Iコリント13:1-4）。

**130.** 私たちに約束された永遠の恵みを獲得することに心を配ろう。日が暮れる前、市が終わる前に、このことに尽力しよう。あの世の生活のために、貧しい者や無一文の者たちを友として迎え入れよう。彼らから油を買い、それを先立ってあちらへ送ろう。なぜなら、あちらの灯火のための油をここで売っているのは、未亡人、孤児、病弱な者、身体に障害のある者、足の不自由な者、盲人、そして教会の門前に座っているすべての貧しい人々だからである。

**131.** 神の御前に出て祈るときは、神に歌を捧げるための素晴らしい器官、すなわちあなたの思いが、敵によって奪われないように気をつけなさい。もしその器官、すなわちあなたの思いが捕らえられてしまったら、どうやって、あるいは何をもって神に仕えることができるだろうか。神への奉仕には、思い、魂のすべての強さと力、そして知性が、散漫になることなく神に向けられていることが求められる。自分の金に銅や鉛を混ぜてはならない。すなわち、自分の魂に、多くの不純な思いを混ぜてはならない。夫と婚約した乙女が、他者に誘惑されれば、夫の目には忌まわしいものとなる。それと同様に、不純な思いに引きずられ、それに同意する魂は、天の花婿であるキリストにとって忌まわしいものである。——魂は、これらの思いとの関わりをあらゆる手段で避け、それらに同意して快感を味わってはならない。そうしてこそ、主は彼女への愛を見出し、彼女に御心に向けてくださり、彼女の敵——すなわち、彼女の思いを主から遠ざけようとする者たち——を滅ぼしに来られるのである。なぜなら、主は、その魂が懸命に心を整え、絶えず主を求め、夜には主を待ち望み、昼には主に叫び求めているのをご覧になれば、直ちにそのために報復をなされ、彼女の中にまだ残っている罪から彼女を清め、汚れのない花嫁として御自身の御前に立たせてくださるからである。

**132.** あなたの心を開き、生涯のすべての日に神を慕うことを決意しなさい。神を慕うことは、絶え間ない喜びと啓発、そして絶え間ない歓びである。もしあなたが常に神を慕うならば、神は常にあなたの中に住まわれるだろう。——神は、神を畏れる者の魂の中に住まれ、——神を愛する者の御心を成し遂げられる。

**133.** 聖なる、汚れなき神の宮になりたいか。常に心に神の御姿を留めておきなさい。ここで言う神の御姿とは、絵の具で描かれた像のことではなく、善行、断食、徹夜祈禱、善への精進、節制、祈りによって魂の中に描き出される御姿のことである。そして、この天の主の御姿を描くための絵の具とは、清らかな思い、あらゆる地上のものからの脱却、そして常に清らかな生活である。

**134.** この世においても、修道生活においても、闘いなしに冠を受ける者はいない。闘いなしには、誰も朽ちることのない冠と永遠の命を得ることはできないからだ。なぜなら、この現世の生活は常に競技場のようなものだからである。闘いにおいて完全でありたいか。常に美德を、あたかも闘いの武器であるかのように身にまとうがよい。美德を身にまとうことができたか。それを脱ぎ捨てないよう、絶えず努力せよ。

**135.** 敬虔な先人たちの生活と美德を模範とするよう努めなさい。彼らの歩んだ道をたどり、彼らと同じように奮闘しなさい。——心をもって奮闘し、霊をもって奮闘し、体をもって奮闘し、服装においても、食事においても、言葉においても、視線においても、思いにおいても、修道士として振る舞い、あらゆる点において完全となるためである。

**136.** 祈りの最中に気が散らないよう、自分自身に注意を払いなさい。神の御前に祈る時は、畏れと戦慄をもって御前に立ちなさい。心の中から、この世のあらゆる事柄に関する思いや心配をすべて断ち切りなさい。祈りの時間には、全身全霊で天の天使となり、あなたの祈りが聖く、清く、汚れのないものとなるよう努めなさい。そうすれば、その祈りが天へと昇るのを見て、天の門が直ちにその前に開かれ、それが（天へと昇っていくのを）見て、天使たちと大天使たちが皆、喜びをもってそれを出迎え、至聖なる主の聖なる、高き御座へと導いてくれるように。そうして、祈りの時には、常にケルビムやセラフィムのように、神の御前にひれ伏しなさい。

**137.** あなたの戦いは、ただのありふれた戦いではない。それどころか、すべての天使たちとその主は、あなたが敵と繰り広げるその戦いを見守っているのだ。——それゆえ、あなたが敵に打ち勝ったとき、神と天使たちはあなたに拍手を送るだろう。そして天使たちは喜びながら、あなたに悪しき者を打ち負かす力を授けてくださった神を賛美するだろう。こうして戦いはますます激しさを増していく。それは、あなたが熟達し、神が栄光を受け、人々があなたを模範とするようになったからである。

**138.** 疲労から怠惰に陥ってはならない。むしろ、希望を心に留めよ。なぜなら、功績があるところには報いがあり、戦いがあるところには栄誉があり、闘いがあるところには冠があるからだ。このことを心に留め、忍耐の教訓をもって自らを鍛えよ。聖徒たちと共に絶えず叫びながら、自分自身にこう言い聞かせなさい。「**勇気を奮い起こし、心を強くし、主を待ち望め**」（詩編26:14）。

**139.** 旅立ちに備えて自分の行いを整えよ。自分の畑のすべてを秩序正しく整えよ。その畑とは、この人生のことである。良き盾——新約聖書——を手に取り、自分の領地を茨で囲え（とげのある草木で垣根を作れ）——断食、祈り、そして教えによって。もしあなたにそのような柵があれば、獣、すなわち悪魔は侵入しない。美しいぶどう畑のようにあなたの魂を耕しなさい——そして、ぶどう畑を守る者たちが手を叩き、大声で叫び、その騒ぎで悪意ある者たちを追い払うように：あなたもそうしなさい——声を張り上げ、詩篇を唱和して叫べば、狡猾な獣——すなわちキツネ、つまり悪魔を追い払うことができる。もしあなたの心が不品行な行いに傾こうとするなら、絶えず敵を警戒しなさい。そして、もしあなたの魂に、まるで投石器から放たれるかのように、邪悪な思いが投げつけられるなら、信仰の盾を掲げ、希望の兜をかぶれ。「**霊の剣、すなわち神の言葉**」（エフェソ6:17）を抜き出せ。こうして敵に対して武装したら、忍耐し、戦いに怠慢になってはならない。それどころか、あらゆることに警戒を怠らず、「我々は敵の企みを知っている！」と宣言せよ。

**140.** もし邪悪な考えが心に浮かんたら、自分の剣、すなわち心に神への畏れを立てなさい。そうすれば、敵のすべての力を打ち砕くことができる。そして、戦いのラッパの代わりに、神の御言葉を用いなさい。ラッパがその音で戦士たちを集めるように、神の御言葉もまた、私たちに呼びかけ、善き思いを集め、それらを神への畏れをもって整列させ、敵と対峙する軍団を編成する。なぜなら、私たちの思いは、まるで戦士のように、王の敵と戦っているからである。さらに、戦いの最中にラッパがその音で若い戦士たちを奮い立たせ、敵に立ち向かう覚悟を掻き立てるように、神の御言葉もまた、善への熱意を掻き立て、情欲との戦いにおいてあなたを強固にするのである。

**141.** 自分の力の及ぶ限り、できるだけ頻繁に聖書を読むよう自らを奮い立たせなさい。そうすれば、敵がその悪巧みによって、あなたに狡猾な考えを植え付け、あなたの思いを散らしているのを、聖書がまとめ上げてくれるでしょう。その間、敵はあなたに頻繁な苦難をもたらしたり、あるいは多くの成功や世俗的な安楽を与えたりしているのです。敵は、その悪意から、人を神から遠ざける意図をもって、このように振る舞うのである。

**142.** 冷静であり、常に熱心に聖書の読解に励みなさい。そうすれば、敵の罠を避け、永遠の命に至る方法を聖書が教えてくれるでしょう。

**143.** 聖書の読解は、迷い歩く心を落ち着かせ、神についての知識を与える。なぜなら、「心を静めて、わたしが神であることを悟れ」（詩篇45:11）と書かれているからである。清い心をもって神の聖典の読誦に励む者が、神についての知恵を得るのだと、聞いているだろう。それゆえ、怠けてはならない。この読経——そして祈り——に励み、あなたの心が照らされ、「完全で、欠けるところのない者」（ヤコブの手紙1:4）となるようにしなさい。

**144.** ある人々は、高官や公爵、王たちとの対話を誇りに思うが、あなたは聖書の中で聖霊と対話していることを誇りに思え。なぜなら、聖霊は聖書を通して語られるからである。

**145.** 神の御言葉を読み、絶えず祈りに留まるよう努めなさい。なぜなら、あなたがそれらを通して神と語り合うたびに、あなたの体と魂は聖別されるからである。このことを知って、それらに励むよう努めなさい。

**146.** もし読むことができないなら、耳を傾けて益を得ることができる場所から離れてはならない。なぜなら、「もし賢い人を見かけたら、彼のもとへ早朝に赴き、その戸口で足を踏みしめよ」（シラ書6,36）と書かれているからである。これは、読むことができない人だけでなく、読むことができる人にとっても有益である。なぜなら、多くの人は読んでいるものの、自分が何を読んでいるのか分かっていないからである。

**147.** 読もうとする時、敵が落胆や気散じを誘ったり、「まずはこれこれの用事を済ませなさい。大したことではないのだから。そうすれば、その後、穏やかな心で読むことができる」と言ったりして、あなたの邪魔をしないように気をつけなさい。そう囁くことで、敵は手仕事に特別な熱意を煽り立て、あなたをできるだけ早く読書から引き離そうとする。これは、兄弟が熱心に読書に励み、そこから益を得ているのを見ると、敵がその活動から彼を引き離し、これや他の口実を用いて妨害しようと試みる時に行われる。彼を信じてはならない。むしろ、水の泉、すなわち神の聖書へとたどり着き、そこから飲み、情欲によって焼き尽くされそうな渇きを癒やそうと切望する鹿のようでありなさい。

**148.** 主があなたに聖書のどの御言葉を読むこと、そしてそれを知ることを授けてくださったとき、それが（無駄に）通り過ぎてしまわないように気をつけなさい。むしろ、自分の知性をもってそこから学び、それを心に刻み込み、消えることのない記憶として心に留めておきなさい。なぜなら、「あなたの裁きによって、私は学ぶ」（詩編118:16）と記されており、また、「あなたの御言葉を私の心に秘めた」（同11）ともあるからである。

**149.** 読むときは、熱心に、そして注意深く読みなさい。各単語に細心の注意を払い、ただページをめくるだけにとどまらず、必要であれば、その力強さを理解するために、二回、三回、あるいは数回と、その節を読み返すことを厭ってはならない。

**150.** 150 座って読むとき、あるいは読んでいる人の話を聞くときは、まず神にこう祈りなさい。「主イエス・キリストよ！ 私の心の耳と目を開いてください。そうして、あなたの御言葉を聞き、あなたの御心を行うことができますように。「私の目を開いてください。そうすれば、あなたの律法の不思議を悟ることができます」（詩編118:18）。私の神よ、あなたが私の心を照らしてくださることを信じます」。——常にこのように神に祈りなさい。神があなたの心を照らし、御言葉の力をあなたに明らかにしてくださるよう。多くの人々は、自分の知恵に頼ったために迷い落ち、「自分たちは賢いと言いながら、愚かになってしまった」（ローマ1:22）のである。

**151.** 沈黙を、堅固な壁のように身につけなさい。なぜなら、沈黙はあなたを情欲よりも高い位置に置くからである。あなたは上から戦い、彼らは下から戦うことになる。だから、神への畏れをもって沈黙を身につけよ。そうすれば、敵のあらゆる矢もあなたに害を及ぼすことはない。神への畏れと結びついた沈黙は、それを身につけた者を天へと引き上げる炎の戦車である。

**152.** 沈黙は、悔い改めの母であり、罪の鏡であり、抑えきれない涙の泉であり、思いとその推論を省みる学校であり、断食の確固たる支えであり、食欲への障壁であり、祈りと読書の修練の場であり、思いの鎮静、心配事から逃れる揺るぎない安息の地、善き軽やかな輓、それを負う者を安らげ、支えるもの、敬虔の母、情欲の束縛、目と舌と耳のための手綱、無欲の冠、善き実を結ぶキリストの豊かな畑である。

**153.** マリアが選んだこの良き分け前を、自らも手に入れよ。彼女は主の足元に座り、ただ主のみに寄り添うことで、沈黙の模範となった。このゆえに、主は彼女を称え、こう言われた。「マリアは良き分け前を選んだ。それは彼女から奪われることはない」(ルカ10:42)。ほら、沈黙とはこういうものなのだ！主ご自身が、それを得た者を称賛される。さあ、沈黙を得よ。そうすれば、「主よ」(詩編36:4)を味わい、主の足元に座り、ただ主のみに寄り添うことができるようになる。そうすれば、あなたは大胆にこう言うことができるだろう。「わが魂はあなたにすがりつく。あなたの右の手は、わたしを喜ばせる」(詩編62:9)。

**154.** 病気は突然不治のものになるわけではないが、怠慢から悪い始まりを受け、計り知れない損傷へと移行する。また、魂の情欲も些細な原因から生じるが、もし根絶されなければ、魂に計り知れない混乱をもたらす。銅の表面に緑色の錆がどんどん深くなっていくのを見ますか？——それゆえ、怠慢が魂に情欲を生み出すことを理解しなさい。錆をきれいに取り除かなければ、シミは消えません。肉の性質を徹底的に打ち砕かなければ、情欲を自分の中から追い払うことはできません。錆は銅と密接に結びついている。情熱もまた、そのようにして本性に根を下ろすのだ。錆びつく前に銅を磨き上げる者は、もはやそれを気にする必要はない。魂を美德で覆う者は、危険にさらされることもなく、悪の隠れた侵食にも耐えることはない。銅は磨きによって、まるで衣服のように輝きを得る。そして、まだ錆に侵されていない銅を磨けば、長く使い続けられるが、そうでない場合、その輝きは見せかけに過ぎない。そのような器は脆く、傷んだ銅で作られたもののようになり、すぐに壊れてしまう。魂もまた、すでに墮落した状態で美德に踏み出そうとすれば、迷いに陥り、その迷いから再び墮落へと至る。

**155.** 魂が湿った肉体と結びつくことによって肉的なものとなるのと同様に、魂が朽ちることなく神の種と一つになる時、肉体もまた霊的なものとなる。そして聖パウロは、霊的な人と肉的な人を区別している。彼は、肉的な者にも魂があり、霊的な者にも肉体があることを知っていた。しかし、人間においてどちらが優勢であるかによって、その優勢な方の名称が人間全体を指すようになるのである。もし人間において肉が魂に優勢であれば、その人は肉的な者であり、もし魂が優勢であれば、その人は霊的な者である。また別の箇所でも、同じことを示唆して、彼はこう言っている。「肉は御霊に敵対し、御霊も肉に敵対する。両者は互いに相反するからである」(ガラテヤ5:17)。福音書は、天の御国は熱心に求める者たちのものだと言っている(マタイ11:12)。霊は、自然を神聖なものへと高めるよう努める。なぜなら、自然は肉によって地上のものへと引きずり込まれるからである。この自然に対する霊の努力こそが戦いであり、それは二つの形で現れる。初学者の場合は、彼らが肉と一体となることを防ぐためであり、完成された者の場合は、肉体そのものを霊的なものにするためである。

**156.** もし人間の本质が不滅の魂であるならば、神が人間を朽ちることのないものへと向かわせたことに、何の不正もない。神は複雑な人間の性質に強制を加えるのではなく、ただ御霊の力によって、罪によって墮落した肉体を、まるで奴隷のように、自発的に朽ちることのないものへと引き寄せるよう促すのである。まるで燃え盛る炉の中で銅が火のような姿をとるかの如く、肉体もまた、朽ちることのないものと溶け合えば、霊化される。同じ銅でも、地中に埋められると錆に蝕まれて塵と化す。情熱に溺れた肉体もまた、同じように終わるのだ。

**157.** 聖人たちは肉体をどのように扱うのか？——肉体の本性は安らぎを求めるが、彼らはむしろそれを打ち砕き、荒ぶらせることに努める。私たちの（傷つき、肉欲に満ちた）本性は栄光に喜びを見出すが、彼らは中傷されても慰めを見出し、自らの行いを秘める。肉体の本性は食物を味わうことを求めるが、彼らは断食によって肉体を疲れさせ、苦行によって消耗させる。自然は性生活へと傾くが、彼らは禁欲によってそれを抑制し、情欲を掻き立てるあらゆる原因を断ち切る。自然は生活の安楽を追い求めるが、聖人たちは、侮辱を受けても耐え忍び、盗まれても寛大に受け入れる。概して、彼らは「あなたの十字架を背負い、わたしに従いなさい」（マタイ16:24）という主の御言葉に従い、肉的な生活から完全に離れている。使徒もまた、「地上の肢体を死なせなさい」（コロサイ3:5）と言って、同じことを教えている。神は御自身の被造物を滅ぼそうとしているのではなく、霊の力によってその中に存在する不自然なものを死なせ、肉的なものを生かし出そうと望んでおられる。神は「肉体の肢体を死なせよ」とはおっしゃらず、「地にある肢体」とおっしゃった。それは一体何だろうか。——淫行、不潔、邪悪な情欲、貪欲、そしてそれらに類するすべてのもの。罪によって屈辱を受け、墮落させられた肉적인人は、これらすべてに快樂を見出している。罪は本性に暴力を振るう。そしてその時、本性は満足の代わりに飽くなき欲望に、渇きを飲み物で癒やす代わりに酩酊に、結婚の代わりに淫行に、真実の代わりに虚偽に、愛の代わりに敵意に身を委ねてしまう。これらはすべて本性に付随するものであり、使徒は、傷ついた本性を制圧し、御霊の支配下に置かれることで、それがその限界を超えてはならないようにと、これらを死に委ねるよう教えている。また、救い主は、修行者にとって「足の不自由な者」や「貧しい者」が御国に入る方がよい（マタイ18:8）と仰せになったとき、御自身が創造された肢体を切り捨てるよう命じられたのではなく、それらを罪の道具にしてはならないと命じられたのである。

**158.** キリストのために修業を志す者は、悪魔に立ち向かい、私たちの救い主に喜ばれることができるよう、次のような武装を身につけなければならない。すなわち：

**159.** 戦いの代わりに、からしの種のように、同質かつ不可分なる三位一体への信仰を受け入れよ。からしの種が完全に丸く、あたかも自ずから動くかのように、あなたの信仰もまた、自ずから動くものであれ。信仰の働きとは、徳のことである。ある者は信仰を持ちながら行いを伴わないが、それは死んだ信仰であり、真の信仰ではない。「行いのない信仰は死んでいる」（ヤコブ2:20）と書かれている通りである。信仰を持ち、その信仰に基づく行いを実践する者には、まるで自発的に動くからし種のようなものである。それを身につけ、信仰において健やかで無傷であり続けなさい。私たちの救い主の戒めを熱心に守り、あなたもまた、主からこう言われるようにしなさい。「よくやった、良い忠実な僕よ。あなたの主の喜びの中に入りなさい」（マタイ25:23）。主は、その行いのゆえに彼を「良い」と、信仰のゆえに「忠実な」と呼んだのである。

**160.** 兜の代わりに、未来の祝福への希望を受け入れなさい。「それは、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないものであり、御使いたちでさえも、それを覗き見ようと切望している」（Iペテロ1:12；Iコリント2:9）。この希望は、苦難や悲しみの中であなたに確かな慰めを与え、それを思い起こすことはあなたを喜ばせるだろう。キリストの祝福された殉教者たちはこれに耳を傾け、鋭い刃の中、恐ろしく多様な拷問の中、灼熱の炎の中で、この切望される希望を目の前に掲げ、それゆえ、ただその希望を得るためだけに、喜んで、そして感謝をもってあらゆる苦難に耐え抜いたのです。この希望を常に絶え間なく心に留めておきなさい。そうすれば、その望みへの渴望が、あなたを移ろいやすい事柄について考えることを許さず、さらに、あらゆる善行への意欲をあなたの中に掻き立ててくれるでしょう。

**161.** 帯の代わりに、神と隣人への完全な愛を腰に締めよ。愛があれば、あなたは障害に遭遇することなく前進できるだろう。帯を締めた者は、あらゆるものを容易かつ妨げられずに通り抜ける。ましてや、愛を腰に締めた者は、どこへでも容易に通ることができる。なぜなら、「愛は」、言われているように、「すべてを覆い、すべてに耐える」（Iコリント13:7）からであり、愛に満たされた聖パウロはこう語った。「誰かが弱っているとき、私が弱らないことがあろうか

。誘惑に遭う者がいるなら、私もまた誘惑に遭わないだろうか」（Ⅱコリント11:29）と語った。愛の憐れみと力が見て取れるだろう！

**162.** 履物の代わりに、謙遜を身に付けなさい。履物が足で踏みつけられるように、謙遜を身につけた者は、たとえすべての人から踏みつけられても、それを物事の自然な成り行きとして受け入れるのです。兄弟よ、あなたもまた、謙遜を身につけなさい。この履き物は肉体的なものではなく、霊的なものである。それはあなたを守り、「あなたの足が石につまずくことのないように」（詩編90:12）してくれる。祝福されたダビデは、謙遜を身につけてこう言った。「わたしは虫であり、人ではない」（詩編21:7）。見よ、神がいかに謙遜を愛し、それを身につけた者にどれほど近づき、常にその者を見守っておられるかを。なぜなら、こう記されているからだ。「高き所に住まわれる方は、謙遜な者を見守られる」（詩編112:5,6）、また、「その目は貧しい者を見守られる」（詩編9:29）。貧しい者について聞くと、財産を失った者を指すのではないと理解せよ。なぜなら、多くの王が神に喜ばれた一方で、多くの貧しい者が滅びたからである。しかし、ここで「貧しい者」とは、霊的に貧しい者を指す。それは、「霊的に貧しい者は幸いである。天の御国は彼らのものだからである」（マタイ5:3）と語られている通りである。

**163.** 盾の代わりに、尊い十字架をもって自らを守り、それをもって自分の肢体と心を印づけなさい。また、単に手で十字の印を付けるだけでなく、心の中でも、あらゆる行い——出入り、座ることや立ち上がること、そして寝床に至るまで——にその印を刻みつけなさい。そして、どのような奉仕を行うにせよ、何よりもまず、祝福として、父と子と聖霊の御名によって、自らに十字架の印を付けなさい。これは極めて強力な武器であり、この武器で身を守っていれば、誰もあなたに害を及ぼすことは決してできない。もし、地上の王の印を帯びている者でさえ、誰も害を加えることができないのであれば、ましてや、私たちが天の偉大なる王のそのような印を身に帯びているとき、誰も私たちに敵うことはできない。この武器を、兄弟よ、より頻繁に用いなさい。なぜなら、それは敵の矢に強く立ち向かうからである。十字架で身を守ることを決して忘れるな。そうすれば、悪魔があなたのために仕掛けた罠を断ち切ることができる。なぜなら、「この道、私が歩むこの道に、彼らは罠を仕掛けた」（詩編141:4）と書かれているからだ。常に十字架の印を自分に刻め。そうすれば、悪はあなたの霊に触れることはない。

**164.** 弓の代わりに、祈りのために両手を広げなさい。「あなたは私の腕に青銅の弓を授けてくださった」（詩編17:35）と書かれている通りである。なぜなら、敵に対する真の青銅の弓とは、導きに従って捧げられる祈りのために広げられた両手であり、それは弓を引き絞った者が的確に放つ矢だからである。もし思いがさまようことを許せば、あなたは、手に弓を持ちながら敵を狙うことができず、矢を雨の中に放ってしまう人になってしまう。あなたが手に弓を持ちながら、敵ではなく、やみくもに矢を放ったとして、その一撃が敵を怖がらせるだろうか？——全くそうではない。しかし、知恵をもって祈り、思考をさまよわせず、自分が誰であり、誰の前に立ち、誰と語り合っているかを理解している者だけが、その祈りは神に近づき、敵は心臓に矢を射抜かれたかのように激しく苦しむ。その時、魂は神の恵みによってますます成長し、敵は神の天使に追われ、風の前の塵のように逃げ去る。だからこそ、悟りを持ち、自らの思考を制して勇敢に奮闘する者は、敵を苦しめるのである。

**165.** 意識を持って（誰に、何について祈っているのかを自覚して）祈りなさい。もし祈りの最中に、何かが、あるいは視覚を通じて、あるいは他の何らかの理由で心が散漫になることがあれば、それは敵の仕業であると悟り、急いで祈りを終わらせようとはならない。まず自分自身を戒め、再び心を整えてから、意識を持って祈りなさい。そうすれば、神に何を、どのような目的で求めているのかが明確になり、無駄な言葉を口にしたり、冗長になったりすることを防げるだろう。——そして、思考を、まるで手当たり次第に放たれた矢のように飛び回らせ、人が心に留めていることに集中し続けられないようにするのは、サタンの仕業である。なぜなら、サタンは、人が祈りを続ければ、たとえその人が数え切れないほどの罪を犯していたとしても、その人を創造された方がその祈りを聞いてくださることを知っているからである。それゆえ、敵は人をあれこれと考えさせるように仕向け、その思いが、雨に向かって放たれた矢のように飛んで



いくようにするのだ。そして、祈りのために両手を広げているにもかかわらず、口は一つのことを語り、心は別のことを考え、想像してしまうことがあり、それは敵の嘲笑の種となる。それゆえ、わが兄弟よ、常に、特に必要とされ、特別な欠乏があることについて、そしてその欠乏を深く感じながら、神に願い求めなさい。エリコの二人の盲人を見よ。彼らは主に向かって叫んだ。「**ダビデの子よ、私たちを憐れんでください**」。そして主が彼らに「何を望むか。あなたがたのために何を**してあげようか**」と尋ねられたとき、彼らは病と心の嘆きをもって、「**彼らの目が開かれますように**」と願った（マタイ20:30）。「これやあれをくれ」とは言わなかった。彼らには必要とするものが山ほどあったはずだ。しかし、彼らはただ一つ、最も切実な必要を訴えたのである。——カナンの女を見てほしい。彼女は主の後を追って何を叫んだか。「**主よ、私を憐れんでください。私の娘が悪霊に取りつかれて苦しんでいます**」（マタイ15:22）。彼女は、自分の心の病以外の何ものも語らなかった。同様に、主のもとに來た者たちは皆、自分の心の病を主の前に打ち明けていたのではないだろうか。病人が医者のところへ行くとき、自分がどこが痛いのかを示すのではないだろうか。そして、兄弟よ、あなたもまた、自分の魂の病を神に打ち明けてほしい。——信仰の助けを借りて、心の目で主を見つめなさい。そうすれば、聖書に記されている通り、「**高い御座に坐し、高く上げられた方**」（イザヤ書 6章1節）と、その御前に立つ天使や大天使の軍勢を見ることができ、主の慈愛の前にひれ伏し、御前に願いを注ぎ出すことができるでしょう。まず自分の罪を告白し、それから神の御前で自分の言葉、あるいは自分の悲しみを告げなさい。そうすれば、神は御自身の慈しみによって憐れみ深く、あなたに御自身の恵みを注いでくださるでしょう。「**おお、魂よ！『あなたの信仰は大きい。あなたの望むとおりにしてあげよう』**」（マタイ15:28）。

**166.** 知性の目が啓発され、常に開かれている者は、自分自身の力ではなく、神の無敵の力によって、悪しき者の誘惑から救われていることを正確に知っている。人間に可能な自由とは、悪魔に立ち向かう決意の有無にのみある。しかし、そのような抵抗が可能であるとしても、人は情欲に対して完全な支配権を持っているわけではない。もし人間の性質が、聖霊のあらゆる武具なしに悪魔の策略に立ち向かうことができたならば、主は祈りの中で「**私たちを誘惑に遭わせず、悪者から救ってください**」と言うよう命じられることはなかっただろう。したがって、悪者の燃え盛る矢から逃れ、無情の境地に達し、神の栄光に与ることを望む者は、飽くことのない志をもって、心を尽くし、力を尽くして常に天からの助けを求め、その助けによって情欲に打ち勝ち、そのような屈辱のない勝利を通じて、清らかさの領域に到達しなければならない。「**その領域にあってこそ、主を仰ぎ見ることができるのである**」。

**167.** 非難の余地のない神の子となるよう努め、「**キリストが私たちのために先立って入られた**」その安息（ヘブライ人への手紙6:20）に入りなさい。長子たちと共に天の教会に名を記されるよう努めなさい。甘美の樂園がある天のエルサレムに昇るよう努めなさい。——しかし、昼も夜も、まるで川のように涙を流し続けなければ、これらの驚くべき恵みにあずかることはできないことを覚えておきなさい。それは、「**毎夜、私の寢床を洗い、私の涙で私の寢床を濡らす**」（詩編67:7）と語る聖人のように。「**涙を蒔く者は、喜びを刈り取る**」（詩編125:5）ということを知らないのか。それゆえ、預言者はこう言っている。「**わたしの涙を黙してはいけません**」（詩編38:13）。また、「**あなたは、あなたの約束のとおり、私の涙を御前に置かれた**」（詩編55:9）；また、「**私の涙は、昼も夜も私の糧となった**」（詩編41:4）；「**私の飲み物は、嘆きとともに薄められた**」（詩編101:10）。悟りの中で、深い悲しみと共に、心の奥底が清らかに燃え上がる中で流される涙は、魂の糧であり、永遠の命のために魂を養う天のパンである。

**168.** 「大空」と呼ばれるこの目に見える天があるように、その上には、肉眼には見えない、光に満ちた別の天があり、そこには天使たちの隊列がいる。そこには、人の手によって造られたものではない幕屋があり、聖なる天使たちはそこで奉仕を行っている。これらすべては神聖であり、言葉では言い表せず、光を放ち、この世のものではなく、夜も、邪悪な霊も、争いもない別の世界に属している。しかし、誰であれ、内なる目をもって天上のものを見ることを許されているわけではない。それゆえ、ある種の幕のように、天の穹蒼が設けられている。それは、彼ら

もそこから、単にすべての人々を仰ぎ見るのではなく、心清く、精神において聖別された者たち、すなわち自らの同胞であり、信仰の仲間である者たちのみを仰ぎ見ることができるようになるためである。そして、その幕が取り除かれたとき、義人たちに何が待ち受けているかが、義人たちに明らかにされるであろう。

**169.** 長く続けられ、魂に苦しみを抱き、心を集中させて捧げられる祈りは、天へと昇っていく。水が、平らな場所を流れ、広い空間を享受している間は高みへは上がらないが、水道管が下流で流れをせき止め、それを圧迫すると、その水は窮地に追い込まれ、いかなる矢よりも速く上へと駆け上がる。それと同様に、人間の心も、大きな自由を享受している間は広がり、散漫になる。しかし、心の砕けや痛みがそれを締め付けるとき、その美しい抑圧の中で、心は高みへと舞い上がり、清く力強い祈りを神へと捧げるのである。悲しみをもって捧げられる祈りが特に聞き入れられることについては、預言者が次のように語って証ししている。「私が悲しみのうちに叫んだとき、主は私を聞き入れてくださった」（詩編119:1）。それゆえ、良心を奮い立たせ、罪の記憶によって魂に悲しみを呼び起こし、その祈りが聞き入れられるにふさわしいもの、冷静で、覚醒した、その叫びが天にまで届くようなものとなるようにしよう。痛みを伴う感情や悲しみほど、私たちの怠惰や無関心を追い払うものではありません。それらは心を一つにまとめ、自分自身へと立ち返らせてくれるからです。このように悲しみを抱き、祈る者は、祈りの後、自らの魂に大きな慰めをもたらすことができるだろう。雲が集まると最初は空気が暗くなるが、そこから雨が降り、雲が蓄積した水蒸気を次々と放出すると、空気は再び清らかで澄み渡るようになる。それと同様に、心の悲しみも、内側に閉じ込められている間は私たちの思考を曇らせますが、祈りの言葉と涙の中でその力を尽くし、外へと出ていくとき、魂に大きな明晰さをもたらし、まるで一筋の光のように、祈る者の心に神の助けという思いを注ぎ込むのです。

**170.** 心を散らさずに祈りたいか？——あなたの祈りが魂の奥底から湧き出るようにしなさい。深く根を張った木々が、たとえ千倍もの強風に見舞われても、折れることも引き抜かれることもないのは、その根が地中の深みにしっかりと固定されているからである。それと同様に、魂の最も深いところから捧げられる祈りは、確固として根を下ろしたかのように高みへと伸び、いかなる邪念の誘惑も、それを迷わせることができない。この例を、預言者は自らについてこう語ることで示している。「主よ、私は深みからあなたに呼びかけました」（詩編129:1）。

**171.** 私は勝利者たちの武器庫をくまなく調べ、それを身にまとった者に決定的な勝利をもたらす武器がどれであるかを深く考察した。——そこには多くの武器が私の目に映った——そして、その一つひとつで輝かしい勝利を収めることができる。まず、私は清らかな断食を見た——これは決して鈍ることのない剣である。次に、貞潔、清らかさ、そして聖さを見た——これは、鋭い矢が悪者の心臓を貫く弓である。また、銀やあらゆる財産を軽蔑して拒む貧しさ——悪魔の巧妙な矢が心臓に届くのを防ぐこの鎧——も見た。そこで、愛——この盾——と、平和——この堅固な槍——に気づいた。これらによってサタンは震え上がり、逃げ去るのだ。また、徹夜祈祷——この鎧、祈り——この鎧、そして義——この軽やかな戦車を見た。——しかし、これらすべての武装を吟味し、どれが最も堅固かを推し量るうちに、私は謙遜という要塞を目にし、これほど堅固なものはないと悟った。なぜなら、いかなる敵の武器もこれを貫くことはできず、悪しき者はこれを強襲して奪う力を持たないからである。それゆえ、もしあなたが戦いに勝利を収めたいと願うなら、謙遜という要塞の背後に避難所を求めなさい。そこに身を隠し、この防護壁を離れないでいなさい——そうすれば、捕食者に捕らえられることはない。また、悪しき者に打ち倒されないよう、他の武器だけに全面的に頼ってはならない。

## 7. 修行者への助言

**1.** 修道生活の始まりは、神を畏れることである。神を畏れない修道士は、神の御国の門の外に追いやられる。修道士にとっての善き生活の始まりは、神を知ることである。神を知らぬことは、修道士の魂を曇らせる。

2. 修道士にとっての良き遺産とは、貞潔と聖さである。これらを持たない修道士は、先祖からの遺産を失うことになる。
3. 修道士にとっての修行とは、聖書を学び、神の戒めを守ることであり、これに励まない修道士は、真の修行者とは言えない。
4. 修道士にとっての糧とは、神の御心を行うことである。しかし、肉的な糧は修道士をキリストの御前に立たせることはなく、「腹に入り、アフエドロンから出て行く」（マタイ15:17）に過ぎない。
5. 修道士の足は、規律正しく歩み、それによって教会の階段を磨くべきである。しかし、家から家へと渡り歩き、無秩序に振る舞ってはならない。
6. 修道士は、分別ある者たちと相談すべきであり、分別のない者の助言は、その心に宿ってはならない。
7. 詩篇や賛美歌、霊的な歌に心を留めて徹醒する修道士は、夜の空想を追い払う。しかし、自分の善行に驕って眠る修道士は、蜘蛛の巣を紡ぐのである。
8. 勇気ある修道士は、キリストの十字架によって悪魔の罠を避ける。
9. 地に足をつけ、すべてにおいて地にひれ伏す修道士は、悪魔的な行い（戒律への反抗、狡猾さ、自己満足）に身を委ねる。
10. 修道士の思いは、常に善行に注がれているべきである。修道士の修行とは、善き思いを抱くことである。修道士の覚醒は、不純な思いを抑え込む。
11. 修道士の耕作とは、福音に従って実を結ぶ善き魂である。それを耕す修道士こそが、その実を最初に味わうのである。
12. 修道士における不滅の力は、十字架を背負う無欲である。一方、金銭への執着は彼らにとって破滅的である。それは、彼らにとって天の御国への道を閉ざしてしまうからである。
13. 修道士への善き賜物とは、エリヤと共に戦車に乗って天へと昇らせる貞潔である。貞潔の力は、食事における節制にある。しかし、酒に溺れる修道士は自らの肉体を汚す。
14. 目からこぼれる涙は、謙遜の高みへと立ち返る命の木である。これを得た修道士は、良き実を収穫するであろう。
15. 自分の賜物を人々に公言する修道士は、嫌悪を招く——そして主からこう告げられるだろう。「あなたはすでに自分の報いを受け取った」（マタイ6:2）。しかし、それを語ることを恥じる者は、秘められたことを導かれる主から報いを受けるであろう。
16. 「神のものを神に」捧げる際、修道士よ、高ぶってはならない。むしろ、主に祈りながらこう言いなさい。「主よ、あなたのものからあなたのものをお捧げします。主よ、私はただあなたにのみ、魂の救いを求めます。」
17. 清い心で夜の祈りを捧げる修道士は、主によって聞き入れられる。そして、主は昼の間、その者を昼のように明るくし、日々ますますその者を明るくしてくださる。
18. 修道士の傲慢の中には主は留まらず、その謙遜の中には聖霊が留まる。
19. 修道士のヒトン（織られたものではなく、霊的なもの）は、いかなる時も汚されてはならない。そのような修道士は、真夜中に花婿と共に宮殿に入るのである。
20. 修道士よ、花婿を迎えるために油を用意しておきなさい。もしその時、明かりが明るく燃え続けるように燭台に注ぐものが何もないならば、あなたは狂信的な乙女たちと共に宮殿の外に取り残されてしまうだろう。
21. 修道士の生活は、天使たちに倣い、罪を焼き尽くすものでなければならない。それは、悔い改める者の絶え間ない善の実りであるべきである。
22. 修道者の生活は、そのすべての肢体に情欲を死滅させる印を刻むものであれ。彼にとっての模範は、洗礼者ヨハネの生涯である。
23. 悪魔の嵐は修道士たちから逃げ去り、天使の静寂が彼らの中で喜びを謳歌するように。悪魔の嵐が襲ってきたとき、修道士よ、自分の苛立ちを抑えよ。なぜなら、修道士の生活は常に柔和と忍耐という衣を身にまとうべきだからである。

24. 神への熱意に燃える修道士は悪魔を追い払うが、（高慢な）競争心から兄弟と競い合う修道士は、悪魔を引き寄せる。
25. 怒りのうちに日が沈むことのないようにし、また、苛立ちに満ちた喉から発せられる無秩序な叫びが、兄弟たちを動揺させることのないようにせよ。
26. 賛美歌を聴くことを拒んではならない。それは天使たちの賛美だからである。しかし、悪魔的な催しの喧騒からは逃げよ。それは悪魔の誘惑だからである。
27. あなたの額には常にキリストの十字架を、心には神への畏れを保ちなさい。
28. 清い心による沈黙は、修道士を聖霊の油で塗るものである。
29. 善良な気質は兄弟愛を生み出し、争いを追い払う。
30. 主と結ばれた者は、婚礼の殿堂で恥をかくことのないよう、悪魔に身を委ねることはない。
31. 修道士にとっての破れない盾は、その口から響く天使の歌声である。彼にとって死とは、歌声よりもなお愛おしい眠りである。
32. 修道士にとっての宝は、自発的な貧しさである。それを身にまとった修道士は神聖である。天に自分の宝を蓄えよ。なぜなら、喜びの永遠は尽きることがないからである。
33. あなたの心は常に神の御言葉に没頭していなさい。あなたの扉は、鉄の錠前ではなく、礎石（主イエスの御名が、覚醒のうちに唱えられるもの）によって閉ざされていなければならない。
34. 祈りの中にある修道士の顔は驚くべきものとなり、その霊的な喜びの跡は、多くの修道士たちを喜びへと導く。
35. 肉体を顧みず、酒を好まない修道士は、天使のようになる。
36. 言葉では言い表せない美しさとは、修道士の魂に輝く純潔であり、その純潔が汚されると、彼の顔は最も醜いものとなる。
37. 修道士にとって最も悪いのは、罪に陥ることである。罪は、火が藁を焼き尽くすように、その人のすべての善を食い尽くしてしまう。
38. 世を捨てた修道士は、キリストの対話者となる。しかし、世俗の事に囚われた者は、主であるキリストに喜ばれることはない。
39. 金銭に執着しない修道士こそ、天の御国の最も忠実な宣教者であり、金銭への執着に蝕まれている者は、悲惨な末路をたどる者である。
40. 若い修道士にとっての飾りは、汚れなき貞潔を保つ貞節である。
41. 修道士にとっての宝は従順である。これを身につけた者は、主の御耳に届くであろう。
42. 修道士は善き言葉を吐き出し、その口をもって至高者の御言葉を語らなければならない。
43. 修道士は、この世の肉体を謙遜させ、天に属する魂を高めるために、自発的な断食を実践すべきである。
44. 修道士は真理の言葉を語り、その口から偽りが追い出されるようにせよ。
45. 厳しい言葉を聞いても、怒りに任せることなく、謙虚であれ。なぜなら、平和の仲介者となることで、平和に対する確かな報いを受け、至高者の子と呼ばれるからである。
46. 獅子は野生のロバにとって恐ろしい存在である。修道士もまた、情欲に満ちた思いに対しては、そのようにあるべきである。
47. 断食の期間外に断食を解く修道士は、（自分が住む）柱の土台を掘り崩す者と同じである。
48. 平原で塵を巻き上げる旋風こそ、修道院で情欲的な動きを煽る高慢な修道士である。
49. 地上の天使とは、快樂への欲望の矢に傷つけられていない善良な修道士のことである。
50. 恐ろしい転落を招かないよう、高慢に陥ってはならない。パウロの謙遜な知恵に倣い、彼と共に相続人となれ。

51. モーセの柔和さを手本としなさい。そうすれば、神はあなたの石のような心を水の湖に変えてくださり、あなたはその恵みを体験して、「主は水の上で、穏やかにわたしを育ててくださった」（詩編22:2）と、賛美の声を上げることができるだろう。

52. 謙遜の美德がいかに素晴らしいかを悟り、それを自ら選びなさい。なぜなら、それは天へと導くからである。謙遜の美德に対して、天の御国という素晴らしい報いがあなたに約束されている。それを軽んじてはならない。

53. 若き修道士よ、虚栄を軽んじ、貞潔に堅く立ちなさい。貞潔に養われる修道士は、神によって聖別された新しい植樹である。

54. 断食は修道士にとってのくつわである。このくつわを振り払う者は、「暴れ馬」となる（エレミヤ書5:8）。若い修道士よ、腹を制御できなければ、肉欲の罪から逃れることはできない。

55. 儉約な修道士は、昼も夜も熱心に祈りに専念する。自らの胸を打ちながら、涙を流し、天からの恵みを自らに注ぎ下す。

56. 地上の命の木とは、情欲に囚われず、天使のような生活を受け入れた修道士のことである。

57. 悪魔に対する最も鋭い剣とは、修道士の口から発せられる詩篇である。

58. エリセイの枯れ木は深みから鉄を引き出したが、修道士の乾いた体は、（情欲の）深みから魂を引き出す。修道士の断食は、快樂への渴望の泉を枯らす。修道士にとって断食の限界は死であり、死を迎えるまで、それを離れることはない。

59. 情欲に対する剣とは、祈りにおける修道士の覚醒である。修道士にとって祈りの限界は定められていない。それゆえ、彼は常に主を賛美すべきである。

60. 怒りの日に自分の舌を制することができない修道士は、情欲をも容易に制することはできない。怒る修道士は自らの魂を殺し、鋭い矢で隣人を傷つける。

61. 誘惑に直面する前に、自らを武装せよ。そうすれば、誘惑に直面した際、巧みに立ち向かうことができるだろう。

62. 富を蓄えたり、肉体を甘やかしたりしてはならない。狭くきつい道は、その道に役立たないものをすべて脇に置くことを求める。パウロに倣い、「すべてのものを損失と見なし、キリストを得よう」（フィリピ3:8）とせよ。富と肉欲の満足は、天国の門には許されない。それゆえ、無欲と節制を愛しなさい。そうすれば、その門の外に取り残されることはないだろう。

63. 修道士の中に燃え盛る火とは、酒飲みによって煽られた快樂への執着である。キリストは絶えず流れ出る泉である。キリストから汲み取り、その悪臭を放つ炎を消し去れ。

64. 悪しき言葉を口にしてはならない。さもないと、あなたは茨を生やすぶどう畑になってしまう。隣人との会話には、最も心地よい言葉を用いよ。常に苦味のない蜜をもたらすミツバチに倣って。

65. 軽率な修道士は、思いの嵐に翻弄される。しかし、自制心のある者は、福音の言葉によって自らを強める。一方、怠惰な修道士は、いばらに覆われた小麦のように、思いに押しつぶされてしまう。

66. 兄弟に対する悪意ある言葉を心に留めてはならない。そうすれば、祈りの中で「救してください…… 私たちも救すように」（マタイ6:12）と宣言することができるからだ。

67. 修道士にとっての誉れの冠は、平和と聖さである。これらを得た者は、「主を仰ぎ見る」であろう（ヘブライ人への手紙12:14）。

68. 修道者の知恵とは、どのような労苦を負うべきかを知ることではなく、それらを賢明に担うことにある。そのような者は、言葉をもって教えるのではなく、行いをもって人を諭す。

69. 賢明な修道士は、悪魔の軍勢と戦っても、その矢に傷つけられることはない。キリストの十字架によって強められ、彼は蛇の頭を砕くのである。

70. 修道士にとっての貴重な財産とは、施しの光に照らされた貞潔である。これを獲得し、守り抜いた者は、間違いなく婚礼の殿堂に入るであろう。

71. 至高者の戒めを守り、教父たちの規則を重んじよ。そうすれば、あなたは天の御国の相続人となるであろう。
72. 自由奔放で傲慢な修道士は、誘惑と悪魔の罠に陥る。しかし、柔和な者には平安と聖なる冠が与えられる。
73. 過度に食事を摂る修道士は、惑わしや夜の空想に陥る。しかし、断食する者の寝床は汚れず、その眠りは安らかである。
74. 神を畏れる修道士は、いかなる悪しきものも許さない。なぜなら、主はそのような者を守っておられるからであり、死の日に彼には贖いのいけにえが与えられるからである。
75. 修道士の従順さは、偉大な功績によって知られるのではなく、誘惑の中で試される。苦難の中で忠実に守られる修道士の忍耐は、彼に恥じることのない希望をもたらす。そして、彼は最期の息を引き取るまでそれを守り通すべきである。なぜなら、「最後まで耐え忍ぶ者は救われる」からである（マタイ10:22）。耐え忍べ、修道士よ。忍耐の時は短いが、喜びの世は果てしなく続くからである。
76. 修道士の賛美は絶えることのないものであれ。セラフィムたちは絶え間なく主を賛美しているからである。修道士よ、あなたの口には、あなたを襲う誘惑の重荷を和らげる霊的な賛美歌があるように。
77. 従順な修道士は、善き大胆さをもって十字架の傍らに立つであろう。なぜなら、十字架の上には、死に至るまで従順であった主がおられ、その死こそが十字架の死だからである。
78. 祈りの柔和さをもって、修道士の声が、動じることのない口から、心から神へと昇りつめるように。
79. 地上の真の光は、舌を滑らせなかった修道士である。そのような者で、罪によって自らの体を汚さなかった者は、キリストの友である。
80. もし神への畏れが修道士を包み込むならば、彼は打ち破ることのできない柱のようになる。神への畏れを身につけていない修道士は、敵に容易に捕らえられてしまうだろう。
81. この世において、何一つ持たない修道士こそが、清らかな光である。なぜなら、「金銭への愛は、あらゆる悪の根源である」（テモテへの手紙I 6:10）からであり、それは良い実を結ばないからである。
82. 修道士にとって、肉を食べ、ワインを飲む方が、陰口の中で兄弟たちの肉を食い荒らすよりもましである。
83. 金は火の炉で試されるように、修道士は多くの修道者たちの中であってその真価が試される。
84. 修道士の手は、敵を打ち破るために、神に向かって敬虔に差し伸べられるべきである。それは、両手で十字架を形作り、アマレクを打ち破ったモーセに倣うものである。
85. 十字架につけられ、日々死んでいる修道士には豊かな恵みが注がれる。天使たちは彼を喜び、天の御国へと迎え入れる。
86. 情欲を抑制する手綱は断食であり、情欲を死滅させるのは、施しを伴う祈りである。
87. 肉欲を超越した修道士は雪よりも白く、キリストのみを慕う者は、恵みの日にキリストが彼に冠を授けるのを見るであろう。
88. ささやき屋である修道士は、多くの修道士を追い散らし、友人を離反させる。蛇はささやきによってエバを楽園から追放した。ささやき屋である修道士もまた、隣人の魂を滅ぼし、自らの魂をも救わないという点で、蛇に似ている。
89. 心の中で賢明に歌う者は、神に聞き届けられるであろう。修道士の魂は、散漫な目をせず、神を見つめよ。なぜなら、世を捨ててキリストと結ばれたその魂には、地上のあらゆるものを軽んじることがふさわしいからである。
90. 霊的に芳しい香りを放つ修道士の魂は、その嗅覚を蛇から聖なるもので遮り、その中に潜む情欲の汚れを嗅ぎ取らないようにする。——また、心に神への畏れを持つ者には、情欲の汚れは及ばない。



91. 常に純真で誠実であるよう努め、心の中で思うことと口に出すことを一致させよ。なぜなら、それは偽りだからである。
92. 真実を愛し、偽りを語ってはならない。偽りは悪魔から来るものだからである。
93. 悪に対して悪で報いてはならない。しかし、もし誰かがあなたに悪を行っても、その人を赦しなさい。そうすれば、神もあなたを赦してくださるだろう。
94. もし恨みが心を蝕むようなら、その兄弟のために心から祈りなさい。そうすれば、恨みはあなたから去っていくでしょう。
95. 嫉妬という情念を自分の中に抱かないように気をつけなさい。そうすれば、悪魔に生きたまま飲み込まれることはない。むしろ、速やかに懺悔し、神に、そのような危険からあなたを救ってくださるよう祈りなさい。
96. 罪を犯している者を見かけたら、その罪を公にしたり、非難したり、憎しみを抱いたりしてはならない。そうすれば、あなた自身も同じ罪に陥ることはないだろう。むしろ、「私は彼よりも悪い。今日、彼が罪を犯したが、明日には私が罪を犯すだろう」と言うのがよい。
97. また、悪魔たちは沈黙、断食、徹夜祈祷、節制、謙遜、祈り、涙、そしてその他の修道者の美德を恐れていることを知っておきなさい。
98. もし神から涙と悔い改めと無情を授かりたいと願うなら、絶えず死と自分の墓を心に留めておきなさい。
99. もし悪魔に惑わされ、大小の罪を犯してしまったとしても、絶望したり、自らを破滅に追い込んだりしてはならない。むしろ、告白と悔い改めに頼りなさい。そうすれば、神はあなたから背を向けられることはない。
100. 町へ出かけることを好んではならない。なぜなら、罪深いものを見なければ、あなたは清いままでいられるからである。
101. 酔うほどにワインを飲んではならない。さもないと、あなたの心は狂おしいほどに快樂へと突き進むことになる。
102. 一日二回も食事をとってはならない。そうすれば、あなたの体が鈍くなり、それに伴って情欲も強まってしまうからだ。
103. あまり長く眠ってはならない。しかし、「鳥が網から逃れるように」（箴言6:5）と、絶えず神の助けを求めよ。
104. 嘘に陥らないよう、あまり多くを語ってはならない。
105. 必要以上のものを手に入れてはならず、節度ある生活を送れ。
106. 沈黙を守り、自分の務めを果たせ。
107. 全力を尽くして、舌と腹を制しなさい。
108. 謙虚さを持ち、何も知らない無知な者のように振る舞え。
109. すべての人に対して柔和であれ。
110. おしゃべりや笑いには多くの害がある。賢明な人は沈黙を守る。
111. 常に死を眼前に置きなさい。そうすれば、誘惑は決してあなたを墮落させることはない。
112. 夕べと朝には、自分がその時間をどのように過ごしたかを自ら省みよ。しかし、これは（絶え間ない自己観察と心の内への注意を払うことなしには）成し遂げられない。
113. 自分のすべての行いについて神に答えなければならない者として、神を畏れよ。
114. 毎日、自分に問いかけてみよ。「今日、どの情欲に打ち勝ったか?」と。
115. 審判があることを信じる者は、いかなる人をも裁くことはなく、むしろ自分自身を厳しく戒め、些細で取るに足らない悪事からも身を守る。
116. 自分の肉体が復活すると信じる者は、その肉体を汚れから清めるよう努める。
117. 神への畏れにしっかりと立ち、あなたがなすべきすべてのことを守り、実行しなさい。そして、自分の良心のつまずきを軽んじてはならない。むしろ、良心に注意を払い、それがあ

あなたの守護者となり、あなたが何に陥ろうとしているかを即座に示し、あなたを見捨てず、敵の手に落ちることを許さないようにしなさい。

**118.** 修道士の心が自らの意志から離れ、神にすがり始めるとき、まず最初に彼を襲うのは落胆であることを知れ。そのような落胆を根絶するために役立つのは、祈りと神についての絶え間ない思索である。この思索は節制によって支えられ、節制は肉体労働によって守られる。これこそが、「いのちへと導く」（マタイ7:14）狭い道である。

**119.** もしあなたが真に主を愛し、来たるべき御国を得るために努力を尽くし、自らの罪のゆえに労苦することを誓ったのであれば、裁きと永遠の苦しみとを心に留め、この世からの死を恐れつつ待ち望みなさい。

**120.** 金にも、財産にも、両親にも、世の名声にも、友人にも、親族にも、兄弟たちにも、そしてこの世のいかなるものにも、執着してはならない。これらについて、いかなる心配も気遣いもしてはならない。あらゆる絆を断ち切り、心配事を捨て去り、これらを憎み、さらには自らの肉体をこれらすべてから解き放ち、気楽に、怠けずにキリストの後に従い、常に天を見上げ、そこから助けを待ち望め。死は突然訪れ、裁きは近いからだ。そして、準備ができていない者には悲惨なことになる！

## 聖ヨハネ・クライマコス

### 聖人に関する概要

聖ヨハネの両親、出生地、およびシナイの修道院に入るに至った経緯については不明である。彼の著作からは、彼が優れた教育を受けたことがうかがえるが、神と共に在ることを切望したため、世俗と名声を捨て、当時賢明な教父たちで知られていたシナイの修道院に隠遁した。彼は16歳で同修道院に入り、長老マルティリオの指導と教えに身を委ねた。4年後、彼が20歳の時に、長老は彼に修道服を授けた。長老に対する彼の従順さは極めて深く、まるで自分自身の意志を全く持っていないかのようにであった。一方、兄弟たちに対しては、気取ることなく謙虚に振る舞い、誰に対しても優越感を微塵も示さなかった。師と共に19年間を過ごした後、聖ヨハネは師を亡くし、その死後、人里離れた場所、「フォラ」と呼ばれる、修道院から5スタディオン離れた場所を選んだ。ここで彼は40年間を過ごした。隠遁生活は平穏に流れ、厳格な修業に励んでいたが、彼はそれを巧みに隠し、何ら特別なことをしているようには見せないようにしていた。毎週土曜日と日曜日には、修道院を訪れ、教会で礼拝に耳を傾け、キリストの聖体拝領を受け、その後、聖なる父たちと語り合い、彼らの助言によって自身の状態を省みていた。そのような集まりでの対話において、聖ヨハネもしばしば語ることがあり、当然のことながら、彼の言葉は他の者たちよりも際立っていた。謙虚な者たちはこれを喜んだが、見識に乏しい者の中には、この賢明な語り手を虚栄心のある者と疑い始め、その疑念を隠すことができなかった者もいた。そこで聖ヨハネは、弱き者たちを惑わさないよう、自らに完全な沈黙を課し、それを丸一年間厳格に守り通した。そして、彼をそのような苦行へと追い込んだ者たち自身の熱心な懇願によって、ようやくその沈黙を解くこととなった。40年にわたる沈黙の生活の後、聖ヨハネは、すべての兄弟たちの総意により、シナイ修道院のイグメノス（院長）に選出された。しかし、この霊的な群れを4年間導いた後、彼は再び隠遁生活に戻り、その死はそう遠くない時期に訪れ、80歳の時、563年に息を引き取った。ライフ修道院のイグメン（同名の）の要請により、聖ヨハネは『霊の梯子』を著し、その中で30の「言葉」を通じて、霊における完全性への登り段を描き出した。『霊的梯子』に加え、彼は『牧者への言葉』も付記し、その中で霊的牧者の義務を説いている。『霊的梯子』の30の「言葉」から、以下の見出しで抜粋を行う：

1. 修道生活の一般的な原則
2. 悔い改めについて
3. 美德と情欲、および情欲との闘い全般について

4. 八つの主要な情欲との戦い b) 淫欲 c) 怒り e) 落胆 z) 傲慢
5. 無情について

## 聖ヨハネ・クライマコスによる修道生活の教訓

### 1. 修道生活の一般的な原則

1. 神は、自由意志を授けられたすべての人にとって、命であり救いである。
2. 神に身を捧げた者は、物質的かつ儂い肉体に包まれながらも、無形の存在たちの生活と状態に倣い、——あらゆる時、場所、行いにおいて、ただ神の言葉と戒めのみを守り、——常に絶え間なく自らの情欲を抑制し、自らの本性に暴力を加え、あるいは非難を加え、——常に死を思い、魂を悲しみと苦しみで満たし、——この世で称賛される物質的な恵みから背を向け、来世の恵みを得るために努める。
3. 世俗の生活を熱心に捨て去った者たちは、疑いなく、来世の御国のために、あるいは自らの多くの罪ゆえに、あるいは神への愛ゆえに、そうしたのである。もし彼らがこれらの意図のどれ一つも持っていなかったとすれば、彼らのこの世からの離脱は不合理であった。とはいえ、我らの良き導き手は、彼らの歩みの結末がどうなるかを待っておられる。
4. 私たちがエジプトを出てファラオから逃れようとする時、私たちにもある種のモーセ、すなわち神への、そして神による執り成し手が必要である。その人は、行いと導きの只中に立ち、私たちのために神に向かって両手を挙げ、その導きによって私たちが罪の海を渡り切り、情欲というアマレクを打ち負かすことができるようにしてくれるのである。
5. 肉体をもって天に昇ろうと試みるすべての人にとって、真に求められるのは、自己抑制（自己を律すること）と絶え間ない自己懲らしめ（自発的な禁欲）である。特に、離脱のまさに初期の段階においては、快樂を好む我々の気質が清められ、無感覚な心が神への愛によって温められるまではなおさらである。なぜなら、この偉業においては、真の労苦と、深く秘められた苦悩が避けられないからである。私たちの心——この激しく快樂を追い求める犬——が、貞潔で愛に満ちたものとなるまでは。——しかし、情欲に駆られ、力なき者たちよ！——気楽にいよう。私たちの弱さを主キリストに告白し、揺るぎない信仰をもって、まるで右の手のように、それを主の前に差し出そう。そうすれば、必ずや主の助けを受けるだろう——たとえそれが私たちの値打ちを超えるものであっても、ただ常に謙遜の深みへと自らを降ろし続ける限りは。
6. この修行に臨む者は、堅固な土台を築くために、あらゆるものを拒絶し、あらゆるものを軽蔑し、あらゆるものを嘲笑し、あらゆるものを振り払わなければならない。次の三本の柱からなる土台がよい：悪意のなさ、断食、そして貞潔。
7. 確固たる出発点（決意）は、たとえその後私たちが弱まったとしても、間違いなく私たちに益となる。なぜなら、かつては勇敢であった魂が弱まったとしても、かつての熱意を鋭い武器のように思い起こすことで、傷つけられることがあるからである。ある人々は、弛緩から、このように何度も自らを奮い立たせてきた。
8. 魂が自らを裏切り、その至福で切望される熱意を台無しにしてしまったとき、その魂は、どのような理由でそれを失ったのかを注意深く探求すべきである。そして、その理由に対して、自らの全労力と全熱意を注ぐべきである。なぜなら、かつての熱意は、それが去っていったのと同じ扉を通してしか取り戻すことはできないからである。
9. 禁欲生活のまさに初めには、疑いなく、苦勞と自制、そして苦痛を伴いながら美德を実践する。しかし、進歩するにつれて、それらに苦しみを感じなくなるか、あるいは感じてみわづかになる。そして、私たちの肉体的な思案が熱意の炎によって打ち負かされ、捕らえられたとき、私たちはすでに、すべての喜びと渴望、そして神聖な炎をもってそれらを実践するようになるのである。

**10.** 信徒たちが私に尋ねた。「私たちのように、妻と共に暮らし、世俗の心配事に縛られている者が、どうして最も完全なキリスト教的生活に触れることができるのでしょうか？」——私は彼らにこう答えた。「あなたがたができる限り、あらゆる善行を行いなさい。誰をも非難せず、盗まず、誰にも嘘をつかず、誰に対しても高慢にならず、誰に対しても憎しみを抱かず、教会の集会を欠かさず、困っている人々に慈悲深くあり、誰をも誘惑せず、他人の名誉を傷つけず、妻たちへの忠実さを保ちなさい。——もしこのように振る舞うなら、天の御国から遠くは離れていない。

**11.** 喜びと勇気をもって、この善き業に取り掛かりましょう。敵を恐れてはなりません。なぜなら、彼らは目には見えなくとも、私たちの魂の顔を見つめているからです。そして、恐怖によってその表情が変わったことに気づくと、私たちが怯えているのを見て、さらに激しく私たちに対して武装してくるのです。それゆえ、大胆に彼らに対して武装しよう。なぜなら、勇敢な戦士には誰も敵わないからだ。

**12.** 真にキリストのために働きたいと願う者は、まず第一に、霊的な父たちの助けと自らの分別をもって、自分にふさわしい場所や生活様式、道や教えを選ぶよう努めなければならない。なぜなら、共同生活がすべての人にとって有益であるわけではなく、また、すべての人が沈黙を守れるわけではないからである。各人は、自分の資質にふさわしい道がどれであるかを吟味しなければならない。

**13.** 修道生活全体は、三つの主要な生活様式と修行の形態に集約される。すなわち、修行者としての隠遁生活と隠者生活、あるいは一人、あるいは多くても二人と共に過ごす沈黙の生活、そして最後に、共同生活における忍耐強い生活である。

**14.** 主を真に愛し、来たるべき御国を真に願い求め、自らの罪を真に嘆き、裁きと永遠の苦しみへの思いを真に心に刻み、この世の死を真に恐れる者は、その者はもはや一時的なものを何一つ愛さず、もはや世俗の財産や獲得物、この世の栄光や名誉、あるいは地上のいかなるものについても、慌ただしく心を配ったり心配したりすることはなくなる。むしろ、この世のあらゆる心配事を捨て去り、さらには自らの肉体さえも憎み、裸身で、心配や怠惰を排してキリストに従い、絶えず天を仰ぎ、そこから助けを待ち望む。聖なる方が言われた言葉、「わが魂はあなたにすがりつく」（詩編62:9）、また、ある永遠に記憶される方の言葉、「主よ、私はあなたに従うことに労を惜しまず、人の安息の日をも望みませんでした」（エレミヤ書17:16）に従うのである。

**15.** すべてを捨てた私たちが、再び同じことについて心配するのは恥すべきことだ。これこそが、後戻りし、神の御国へと導かれないことを意味するのだ。

**16.** ほぼすべての戒めを果たしたあの若者に、主がこう言われた言葉を聞きなさい。「あなたには一つだけ欠けている。あなたの財産を売り払い、貧しい人々に分け与え、自らも貧しい者となって、他者からの施しを受けるようにしなさい」（ルカ18:22、マタイ19:21）。

**17.** 狭い道を進んでいると思いながら、実際には広く広々とした道をさまよっていないか、自分自身に注意を払おう。これこそが、狭い道の真の姿である。腹を空かせ、徹夜で立ち続け、水を控えめに飲み、パンを乏しくし、不名誉を清める飲み物、非難、嘲笑、罵倒、自らの意志を断ち切り、攻撃への忍耐、軽蔑されても不平を言わず、重い苦難に耐え忍ぶこと——傷つけられても勇敢に耐え、中傷されても憤らず、非難されても怒らず、辱められても謙虚になること。ここに示された道の道を歩む者は幸いである。すなわち、「彼らのものこそ天の御国である」（マタイ5:3-12）。

**18.** 自分には何ものにも執着がないと思いながら、それを失うと心を悲しませる者は、自らを欺いているのである。

**19.** この避難所（世からの離脱）は、救いの原因にも、災いの原因にもなり得る。この心の海を渡る者たちは、そのことを知っている。しかし、深淵から救われた者たちが、まさにその避難所において溺れ死んでいく様は、痛ましい光景である。

20. 世から身を引いたら、それに触れてはならない。なぜなら、情欲は容易に再び戻ってくるからである。

21. 堕落のきっかけとなるような場所からは、まるで鞭のように逃げよ。禁じられた実が見えなければ、それほど強くそれを欲しがらないからである。

22. ロトに倣い、その妻のようににはならないよう努めよう。なぜなら、魂が去ってきた場所へと立ち返れば、力を失った塩のようになり、動かなくなるからである。 エジプトからは二度と戻らないように逃げよ。なぜなら、エジプトに心に向けた者たちは、エルサレム——すなわち、無執着の地——を見ることはなかったからである。

23. あなたの罪の重荷を取り除くのを助け、またそう望む者を、あなたの父とせよ。母とは、あなたを汚れから洗い清めることのできる悔い改めである。兄弟とは、天上のものへの志において協力者であり、競い合う者である。切っても切れない伴侶として、死の記憶を受け入れよ。心からの嘆きを、あなたの愛すべき子らとせよ。あなたの体はあなたの奴隷となり、天の力を友とせよ。それらは、魂が旅立つ時に、もしあなたの友であるならば、あなたにとって有益となるだろう。「この者」とは、「主を求める者たち」のことである（詩篇23:6）。

24. この世から離れるにあたり、私たちは慰めや虚栄の誘惑がなく、謙虚な場所を住处として選ばなければならない。そうでなければ、私たちは情欲に駆られて行動することになる。

25. 片方の目で天を見つつ、もう片方の目で地を見ることは不可能であるように、心と思いをを用いてこの世とのあらゆる結びつきから離脱していない者が、心の災難に遭わずに済むことはあり得ない。

26. 善良で整った品性は、多くの労苦と努力によって獲得されるものである。しかし、長い努力の末に得たものを、一瞬にして失うこともある。「善き交わりは悪しき言葉を滅ぼすからである」（Iコリント15:33）。

## 2. 悔い改めについて

1. 悔い改めとは、洗礼の更新である。悔い改めとは、良心の清めである。悔い改めとは、生活を改めることについての神との契約である。悔い改めとは、以前の罪とは正反対の善行を行うことによって、主と和解することである。悔い改めとは、自己批判の思いであり、外的な心配事から解放された自己への配慮である。悔い改めとは、希望の娘であり、絶望の拒絶である。

2. 不義の穴に落ち込んだ私たちが、その穴から引き上げられることは、謙遜の深淵に身を沈めなければ不可能である。

3. 悔い改める者たちの碎かれた謙遜と、依然として自らの罪に陥っている者たちの良心の呵責と、そして神の御業によって完全な者たちに訪れる謙遜の至福の富とは、それぞれ異なるものである。後者（の謙遜）の特徴は、不名誉に対する完全な忍耐である。——かつての習慣は、（それについて）嘆き悲しむ者たちさえも、しばしば苦しめる。そして、これを不思議に思うな。堕落が何から、どのようにして生じるのか——それらは魂にとって暗く、全く理解しがたいものであり、そのうちのどれが怠慢によるものか、どれが家庭の務めを怠ったことによるものか、どれが神の背きによるものかは、全く見分けがつかない。しかし、ある人が私にこう語ってくれた。家庭生活において私たちに起こる堕落においては、私たちはそこから速やかに立ち直ることができるのだ、と。なぜなら、私たちがそれらに委ねられる方は、悲しみの悪魔に私たちが長く囚われさせないからである。

4. 傷がまだ新しく、熱を帯びているうちは、容易に治る。しかし、古くからあり、放置され、悪化してしまった傷は容易には治らず、治癒のためには多くの労力、切開、薬の塗布、焼灼を必要とする。多くの傷は、時が経つにつれて治らなくなってしまうが、「神にはすべてのことが可能である」（マタイ19:26）。

5. 罪に陥る前は、悪魔たちは神を人を愛するお方として私たちに描くが、墮落後は、近づきがたいほど厳格なお方として描く。



6. 墮落した後、罪の軽さを囁き、「あれとあれさえしなければ、これは何でもない」と言う敵の言葉を聞き入れてはならない。しばしば、ささやかな捧げ物でさえ、裁き主の激しい怒りを鎮めたことがある（その逆もまた然り）。

7. 自分の罪の赦しを真に求める者は、たとえその日に多少の善行を成し遂げたとしても、泣かない日はすべて失われた日だと考える。

8. 罪を嘆くべき者は、誰もこのことへの熱意を緩めてはならない。「私の最期（死の瞬間）に、赦しの知らせを受けるだろう」という期待に自分を惑わしてはならない。未知のことは確かな真実ではない。「その知らせによって私を安らげ、その知らせなしには、ここから去ることさえできない」（詩篇38:14）。「主の御霊があるところには、束縛は解かれる」（Ⅱコリント3:17）；計り知れない謙遜があるところには、束縛は解かれる。しかし、この二つを備えていない者は、自分を欺いてはならない。彼らは束縛されているのだ。

9. この世に生きる者たちは、彼らだけがこれらの啓示から遠ざかっている。しかし、その中には、施しの道を歩む者もあり、最期の時になって、それが自分たちにとってどれほど実り多いものであるかを悟る。

10. 自分のことばかり嘆いている者は、他者の嘆きや転落、あるいは非難に気づくことはない。——獣に傷つけられた犬は、その傷の痛みゆえに、さらに激しく獣に怒りをぶつけ、抑えきれないほど狂乱して襲いかかる。

11. 良心がもはや私たちを責めなくなったのは、まるで悪によって抑圧されたからであり、清くなったからではないのか、よく考えてみよう。墮落における解放の兆しとは、常に自らを罪人であると認めることである。

12. 私たち皆、とりわけ墮落した者たちは、不敬虔なオリゲネスの破滅的な教えが私たちの心に侵入しないよう、注意を払おう。その邪悪な教えは、主に神の愛を強調しており、快樂を追い求める者たちの心に大いに響くものであった。

13. 修行の最初期に、私たちは自分の罪を、良き裁判官である（霊的父）に、二人きりで告白しよう。もし彼が命じれば、皆の前でも告白する。なぜなら、傷は、明らかにされることによって悪化するのではなく、むしろ癒やされるからである。

14. 懺悔の際、外見においても、内面の感情や思考においても、有罪判決を受けた犯罪者のように、顔を地面に向けてうつむいていなければならない。そして、可能であれば、涙で霊的父の足を、まるでキリストご自身の足であるかのように濡らすべきである。

15. 悪魔たちは通常、私たちに、父に罪を告白しないよう、あるいは告白はするものの、自分の罪の責任を他人に転嫁するよう、唆してくる。

16. 自惚れの心に惑わされることなく、隠すことなく自分の罪を神父に告白しなさい。なぜなら、自らを恥じることなくしては、永遠の恥から逃れることはできないからである。医師に自分のかさぶたを見せ、恥ずかしがらずにこう言いなさい。「父よ、これは私の腫れ物であり、私の傷です。これは他の誰かのせいではなく、私自身の怠惰から生じたものです。このことについて、人も、霊も、肉体も、その他何者も非難されるべきではなく、ただ私の怠慢だけが原因なのです」。

17. 洗礼者ヨハネは、洗礼を受けるために彼のところへやって来た者たちに告白を求めた。それは彼自身がそれを必要としていたからではなく、やって来た者たちの救いを求めていたからである。

18. 悔い改める者にとって、短気による動揺ほど嫌悪すべきものはない。なぜなら、悔い改めには大きな謙遜が求められるが、短気は大きな高慢の表れだからである。

19. 穴から家の中に差し込んだ太陽の光は、その中をすべて照らし出し、空気中に舞うごく微細な塵さえも見えるようになる。これと同様に、主への畏れが心に宿るとき、それはその人にすべての罪を明らかにする。

20. 水が文字を洗い流すように、涙もまた罪を清めることができる。



21. 水がないために、他の方法で文字を消すように、涙を欠いた魂もまた、悲しみや嘆息、そして多くの嘆きによって、自らの罪を清め、消し去るのである。

22. 生々しい傷はすぐに治るように、それとは対照的に、長年にわたる心の傷は、たとえ癒えることができたとしても、治癒に時間がかかる。

23. 父を葬った者が、葬儀から戻った直後に結婚式に出席するのは恥ずべきことであるように、自らの罪を嘆き泣く者が、この世において安らぎや、人々からの名誉や栄光を求めようとするのはふさわしくない。

24. 市民の住まいが有罪判決を受けた犯罪者の住まいとは異なるように、自らの罪を嘆く者の生き方も、罪のない者の生き方とは全く異なっていなければならない。

25. 魂の感覚は、その自然な性質である。しかし、罪はこの感覚を鈍らせる。良心の働きは、悪の停止、あるいはその軽減をもたらす。そして、この自覚は良心の産物であり、良心とは、洗礼の際に私たちに与えられた守護天使の言葉であり、告発である。それゆえ、洗礼を受けていない者たちは、自分の悪行によって信者たちほどには魂を苦しめられることはないが、その苦しみは何か曖昧なものとして現れるのである。

26. 自らの罪の重荷から解放されたいと願う者は、城の外の墓のそばに座っている人々に会い、温かく熱い涙を絶えず流し続け、また、心の声なき嗚咽を絶やすことなく、自らもイエスが来られ、心の頑なさの石を取り除き、ラザロのように私たちの心を罪の束縛から解き放ち、御使いである天使たちに「彼を情欲から解き放ち、行かせなさい」（ヨハネ 11:44）、至福の無情へと向かわせるまで。

### 3. 美德と情欲について——そして、後者との闘いについて——全般的に

1. 思索とは、いつでも、どこでも、いかなる事柄においても、神の御心を正しく理解することであり、それは心清き者にのみ与えられるものである。

2. 主要な情欲のうち最初の三つ（虚栄、金銭への執着、食欲）を打ち倒した者は、残りの五つ（淫欲、怒り、悲しみ、落胆、高慢）も同時に打ち倒したことになる。しかし、最初の三つを打ち倒すことに努めない者は、どれ一つとして打ち勝つことはできない。

3. 悪魔によるあらゆる戦いは、三つの主な原因から生じる。すなわち、私たちの怠慢、高慢、あるいは悪魔の嫉妬である。

4. あらゆる場合において、神に従って（信仰と主の戒めによって照らされた）良心を指針とし、風がどこから吹いているかを悟ったなら、その指針に従って帆を広げよう。

5. 私たちが神に喜ばれようと努めるあらゆる行いにおいて、悪魔たちは私たちのために三つの落とし穴を掘る。第一に、私たちの善行を妨害しようと争う。第二に、この最初の試みで敗北すると、行われたことが神にかなうものでないように仕向けようとします。そして、この企みでも成功を収められないとき、彼らは静かに私たちの魂に忍び寄り、あたかも私たちが神に喜ばれる生き方をしているかのように、私たちを甘やかすのです。——最初の誘惑には、（救いへの）熱意と死への配慮が抵抗し、二つ目には服従と謙遜が、そして三つ目には絶え間ない自己戒めが立ち向かう。「この労苦は、神の火が私たちの聖所に入るまで、私たちの前にある」（詩編 78:16）。— その時、もはや私たちの中には悪しき習慣による暴力がなくなるでしょう。「なぜなら、私たちの神は、あらゆる情欲の燃え上がりや動き、あらゆる悪しき習慣、内面的・外面的、目に見えるもの・心の中にあるものを焼き尽くす火だからです」（ヘブライ人への手紙 12:29）。

6. 悪霊たちが魂を支配し、知性の光を曇らせたとき、私たち、この呪われた者たちの中には、もはや冷静な注意も、分別も、知識も、羞恥心も存在しなくなる。その代わりに、冷酷さ、無感覚、無分別、そして盲目さがその場所を占めることになる。

7. 魂の略奪とは、善のないものを善とみなすことである。それは目に見えない富の喪失であり、知られざる魂の捕囚である。魂の「殺害」とは、言葉による知性を死に至らしめ、不道徳

な行いに陥ることである（神への畏れ、良心、そして霊的な感覚が、死に至る罪によって抑圧されること）。魂の「滅び」とは、不法を犯した後に絶望に陥ることである。

8. 情欲に屈していた者たちよ、悔い改めた者たちよ、勇気を出せ！ たとえ彼らがあらゆる穴に落ち、あらゆる網に絡まり、あらゆる病に苦しんだとしても、回復した暁には、すべての人にとっての光であり、医者であり、灯火であり、導き手となるだろう。それぞれの病の性質や種類を明らかにし、自らの経験をもって、墮落の瀬戸際にいる人々を救うのである。

9. 「すべての人」（初心者）にとって最も優れたアルファベットは、次の通りである。従順、断食、粗布、灰、涙、懺悔、沈黙、謙遜、徹夜、勇気、寒さ、労苦、苦難、屈辱、砕かれた心、恨みを抱かないこと、兄弟愛、柔和、単純で好奇心のない信仰、世の心配をせず、両親に対する清らかな憎しみ、無私、悪意のない単純さ、自発的な質素さ。

10. 「成功している」者たちの状態と特徴は、次の通りである。虚栄心がないこと、怒りがないこと、善き希望、沈黙、思慮、裁きに対する確固たる記憶、慈悲、他者への愛、節度ある教え、絶え間ない祈り、金銭への執着がないこと。

11. 一方、「敬虔において完全な」魂の極み、状態、および法則は、次の通りである： 捕らえられない心、完全な愛、謙遜の泉、知性の流出、キリストの感動、光と祈りの奪われなさ、神の啓示の豊かさ、死への渴望、生への憎悪、肉体への嫌悪、平和のための祈り手、あたかも神を無理やり憐れみに導くかのように、天使たちの共同奉仕者、知性の深淵、秘儀の住まい、言い表せない啓示の宝庫、人々の救い主、悪霊たちに対する神、情欲の主、肉体の支配者、自然の統治者、罪とは無縁な者、無情の住まい、主の助けによる主の模範者。

12. 私たちは絶えず霊的な感覚を大切にし、それを求めなければならない。なぜなら、それが現れたとき、外的な感覚はもはや魂を惑わすような働きをしなくなるからである。このことを知って、ある賢者はこう言った。「そうすれば、あなたは神の感覚を見出すであろう」（箴言 2:5:3）。

13. 修道生活は、行い、言葉、思い、そして動作において、心の感覚に従って営まれるべきである。そうでなければ、それは修道生活とは言えず、ましてや天使のような生活などあり得ない。

14. ある人々は、いわば生まれつき、節制や沈黙、清らかさ、謙虚さ、柔和さ、あるいは感動に傾きやすい。しかし、他の人々は、上述したこれらの美德とはほぼ正反対の性質を持っているにもかかわらず、無理やりそれらを実践しようと努め、時には打ち勝つこともあるが、自然の傾向に逆らって努力する者として、私は彼らを前者よりも高く評価する。

15. 修道士たちの光は天使たちであり、修道士たちはすべての人々にとっての光である。それゆえ、彼らはあらゆる点において良き模範となるよう努め、「何事においても、誰に対してもつまずきを与えない」（Ⅱコリント 6:3）ように、行いにおいても言葉においてもそうあるべきである。

16. 聖三位一体の助けを借りて、三つの主要な情欲に対して三つの美德をもって武装しよう。そうでなければ、私たちは自らに多くの苦難を招くことになる。

17. もし神が私たちのうちに御業をもってよみがえられるならば、神の敵は散り散りになるであろう。また、もし私たちが御姿によって神に近づくならば、「神を憎む者たち」は、神の御顔からも、私たちの御顔からも「逃げ去る」であろう。

18. それから、（労苦をもって）何よりも、単なる言葉ではなく、神の真理を知ることを学ぶよう努めよう。なぜなら、救いの時が来たとき、私たちが示すべきは言葉ではなく、行いだからである。

19. ある場所に宝が隠されていると聞いた者は、それを探し求め、苦勞して見つけた後は、見つけたものを大切に守る。しかし、苦勞せずに富を得た者は、浪費しがちである。

20. 八つの主要な情欲的な思いからどのような罪が生じるのか、また、五つの残りの罪それぞれについて、三つの主要な情欲のうちどれが親となるのか。——淫行の母は暴食であり、落胆の母は虚栄である。悲しみと怒りは三つの主要な情欲すべてから生じる。そして、高慢の母は虚

栄である。——では、八つの主要な情欲からどのような罪が生じるのか。これについては、激しい情欲には理屈も秩序もなく、あらゆる無秩序と混乱がある、と申し上げよう。

21. 例えば、場違いな笑いは、時には淫欲の悪魔から生じ、時には虚栄心から生じる——人が心の中で恥知らずにも自分自身を称賛するときである。また、時には飽食からも笑いが生じる。

22. 過度の睡眠は、時には満腹から生じ、時には断食から生じ（断食者が高揚した時に）、時には気落ちから、また時には単に本性から生じる。

23. 多弁は、時には満腹から生じ、また時には虚栄心から生じる。

24. 冒瀆は本来、高慢から生じるものであるが、しばしば、隣人に対する同じ点での非難、あるいは悪魔たちの敵意に満ちた嫉妬から生じることもある。

25. 心の硬化は、時には飽食から、時には無感覚から、また時には何かに執着することから生じる。そして、その執着は、時には淫行から、時には金銭への執着から、時には食欲の満足から、時には虚栄心から——そして他にも多くの理由から生じる。

26. 偽善は、高慢や怒りからも生じる。

27. 偽善は、自己満足と独断から生じる。

28. これらと正反対の美德は、正反対の源から生まれる。しかし、それら一つひとつについて個別に論じるには時間が足りないため、総じて簡潔に言えば、前述したすべての情欲を死滅させることは謙遜であり、この美德を身につけた者は、すべての情欲に打ち勝ったのである。

29. 上司に対して抱く畏れを、私たちににとっての神への畏れの模範としよう。また、肉体の美しさへの愛を、私たちににとっての神への愛の模範としよう。なぜなら、美德の模範を、それとは正反対の行動からも得ることに何ら妨げはないからである。

30. 神は労苦そのもののの中に現れるのではなく、労苦に寄り添う謙虚さと慎み深さの中に現れる。「神の力は、弱さの中でこそ完全に現れる」（Ⅱコリント12:9）とはいえ、謙虚さを欠いた働き手は、主によって拒まれる。

31. 病は、時に罪を清めるために、また時に高ぶりを謙遜させるために送られる。

32. 私たちの善き、そして至善なる主は、誰かが修行に対して極めて怠惰であるのをご覧になると、より容易な修行として、その肉体を病によって謙遜にさせられる。そして時には、それによって魂を邪惡な思いや情欲から清められる。

33. 私たちに起こるすべての出来事、目に見えるものであれ見えないものであれ、三つの態度で受け止められる。すなわち、善意をもって、情欲をもって、あるいはその中間の心構えをもってである。私は、損失を被った三人の兄弟を見た。そのうちの一人は憤り、もう一人は悲しむことなく、そして三番目の者はこれを大いなる喜びをもって受け入れた。

34. 私は、同じ種を地に蒔く農夫たちを見た。しかし、その際、彼ら一人ひとりがそれぞれ独自の意図を持っていた。ある者は借金を返済するため、ある者は富を得るため、またある者は贈り物をもって主を敬うためであった。また、中には、この人生の道を歩む人々から善行を称賛されるため、あるいは嫉妬深い敵を苛立たせるため、あるいは怠惰であるという人々の非難を避けるために、そうする者もいた。——これら農夫たちの種子の名称とは、断食、徹夜祈祷、施し、様々な奉仕、およびそれに類するものである。兄弟たちよ、各自の意図を、主の御前で自ら入念に吟味せよ。

35. 泉から水を汲むとき、時に気づかぬうちに水と一緒にヒキガエルも汲み上げてしまうことがある。それと同じように、美德を実践する中で、私たちはしばしば、それらと密かに絡み合った情欲を遂行してしまう。例えば、異国愛には暴食が絡み、愛には淫行が、分別には過度な厳格さ（リゴリズム）が、賢明さには狡猾さが、柔和さには疑心、遅滞、怠惰、反抗、独断、不従順が、沈黙には教導の重圧が、喜びには自惚れが、希望には怠惰が、愛には再び非難が、沈黙には落胆と怠惰が、清さには苦味が、謙遜には（度を越した）大胆さが伴う。そしてこれらすべてに、まるで万能の薬、いやむしろ毒のように、虚栄が付きまとう。

36. 主から何かを願い求めても、長い間聞き入れられないからといって、嘆いてはならない。主ご自身は、すべての人々が瞬く間に無執着になることを望んでおられる（しかし、私たちの自由意志によって大きな妨げに直面している）。

37. 神に何かを願い求めても得られない者は皆、間違いなく、次のいずれかの理由によってそれを得ていないのである。すなわち、時期尚早に願っているからか、あるいは自分の力量を超えて虚栄心から願っているからか、あるいは願いが叶った場合、高慢になったり、怠惰に陥ったりしてしまうからである。

38. 信者だけでなく、不信仰者の中にも、あらゆる情欲が消え去り、ただ一つだけが残る場合がある。それは、あらゆる悪の根源として他のすべての情欲に取って代わるものであり、天そのものからさえも引きずり下ろすほど有害なものである（それが高慢である）。

39. （情欲という）物質は、神聖な炎によって魂から蝕まれ、根絶されることで消費されていく。<sup>77</sup>

40. 時には、悪魔たちは私たちを油断させるために、自ら退くこともある。しかしその後、突然、哀れな魂に襲いかかり、それを略奪し、悪徳に慣れさせる。その結果、その魂はもはや自らを非難し、自分自身と戦ってしまうほどになる。

41. 私は、それらの獣たちが引き下がる別の様相も知っている。それは、魂が罪深い習慣に完全に定着してしまった時に起こる。その例は、長い間指をしゃぶる習慣がついた乳児に見られる。母親がもはや乳房を吸わせてくれなくなった時、彼らは指をしゃぶり続けるのである。

42. また、私は第五の無情についても知っている。それは、過度の純真さと称賛に値する無悪意から、魂の中に生じるものである。そのような者たちには、「心の正しい者を救う」（詩編7:11）神からの助けが送られ、彼ら自身は、情熱から解放されていることに気づかない。まるで、乳児が服を脱がされても、自分の裸であることに全く気づかないのと同じである。

43. 罪や情欲は、当然ながら、人間の本性には存在しない。神は情欲の創造主ではない。一方、神は私たちの本性に多くの美德を授けてくださった。その中には、次のようなものがある。施し——異教徒でさえも憐れみを持つからである。愛——言葉を持たない動物でさえ、互いを失った際に涙を流すことがよくあるからである。信仰——というのも、私たち皆が自らそれを生み出すからである；希望——というのも、私たちが互いに与えたり受け取ったりするときも、種を蒔くときも、船を漕ぐときも、豊かになることを期待してそうしているからである。さて、愛と美德が私たちの本性に自然に備わっていることが証明されており、愛こそが律法の成就であるならば、美德が私たちの本性に無縁ではないことは明らかである。そして、美德を実践しないことを自らの無力さのせいにする者たちは、恥じるべきである。

44. しかし、清さ、怒りを抑えること、謙遜、祈り、徹夜、断食、そして絶え間ない感銘といった点に関しては、これらの美德は自然を超越している。そのうちのいくつかは、人々が自らの模範によって私たちに教えてくれたものであり、他のものは天使たちが私たちにとっての模範であり、また他のものについては、教師であり授ける者こそが、御言葉である神ご自身である。

45. 祈りにふけている最中に、遅滞を許さない慈善の行いに遭遇することがある。そのような場合、愛の行いを優先すべきである。なぜなら、愛は祈りよりも偉大だからである。祈りは個別の美德であるが、愛はすべての美德を包含するからである。

46. しばしば神は、御自身の摂理の定めにより、霊的な人々にごく些細な情念を残される。それは、彼らがこれらの軽微で、ほとんど罪のない弱さに目を向け、自らを深く責めることによって、謙遜という朽ちることのない富を得るためである。

47. 初めから従順に生きてこなかった者は、謙遜を身につけることはできない。なぜなら、独学で技術を身につけた者は、皆、自分自身を過大評価しがちだからである。

48. 教父たちは、活動的な生活を主に二つの美德——断食と従順——によって制限している。それは当然のことである。なぜなら、前者は快樂への執着を根絶し、後者はその根絶を謙遜の

---

<sup>77</sup> オプティナ訳には、次のような追加部分がある。「そして、物質が根絶され、魂が浄化されるにつれて、人が物質的な生活や怠惰によって自ら再びそれらを引き寄せない限り、情欲も去っていく」。

知恵によって守り抜くからである。また、涙には二つの作用がある。一方では罪を根絶し、他方では謙遜の知恵を生み出すからである。

**49.** 求める者すべてに与えることは敬虔な者にふさわしいが、求めない者にも与えることは最も敬虔な者の行いである。そして、受け取った者からその代償を求めないこと、とりわけその者が返す能力がある場合にはなおさら、それはただ無執着な者たちのみが成し得るものである。

**50.** あらゆる情欲と美德に関して、私たちがどこにいるのか——初めか、中間か、それとも終わりか——を絶えず自問しよう。

**51.** 私たちに対する悪魔のあらゆる攻撃は、次の三つの理由から生じている。すなわち、自己満足、高慢、そして悪魔の嫉妬である。

**52.** 思いに対して祈ることは一つのことであり、それに反論することは別のことであり、また、それらを何とも思わずにそれらより高みに立つこと（あるいはそれらを支配すること）はまた別のことである。その中間の者（すなわち、反論できる者）は、自身の準備不足ゆえに、しばしば最初の方法に頼る。しかし、最初の者はまだ第二の方法で敵を退けることはできず、第三の者は最終的に敵を嘲笑する。

**53.** 健全な嗅覚を持つ者が、たとえ誰かが密かにそれを身につけていたとしてもその香りを感じできるのと同様に、清らかな魂は、他者の中に、自ら神から授かった芳香と、自分自身が完全に免れている悪臭とを認識する。たとえ他者がそれに気づかなくても。

**54.** 誰もが情熱に流されないとは限らないが、救われることは誰にでもできる。

**55.** 神の摂理と人間に対する御視察の言い表せない運命を、あなたに試させようとするあの異邦人たちに、あなたを支配させてはならない。彼らは、主が偏りを持たれるかのように密かに吹き込もうとする。これらは傲慢の産物であり、そのように自らを認めているのである。

**56.** ある者たちは、ある悪霊たちが他の悪霊たちに抵抗していると述べたが、私は、彼らすべてが私たちの破滅を望んでいることを確信した。

**57.** 目に見えるものであれ、精神的なものであれ、あらゆる霊的な行いには、それ自体の意志と最も誠実な願望が先行し、それらが神の御助けによって実行に移されるのである。なぜなら、もし前者（意志と願望）が先行しなければ、後者（神の御助け）も続くことはないからである。

**58.** 『伝道の書』は、「天の下にあるすべての物には時がある」と述べている。それゆえ、時が満ちて初めて訪れるものを、時期尚早に求めようとする高慢な熱意に惑わされてはならない。種まきの時期に、収穫に属するものを求めようとしてはならない。なぜなら、労苦を蒔く時があり、また、言葉に尽くせない恵みの賜物を刈り取る時があるからだ。そうでなければ、その時期にふさわしいもの、その時期に固有のものさえ、その時期になっても受け取ることができなくなるだろう。

**59.** 神の摂理の測り知れない御計画により、ある者は労苦に先立って恵みの賜物を受け、ある者は労苦の最中に、またある者は労苦の後に、さらにある者は死の直前にそれを受けた。彼らの中で、誰が他者よりも謙虚であるか、それは試練に値する。

**60.** 罪の多さと良心の重荷による絶望があり、また、高慢と驕りによる絶望もある。後者は、罪に陥った者たちが、自分たちは堕落するに値しなかった（堕落を免れるに値した）と考えてしまう場合である。——前者の絶望からは、罪を慎むことと善への希望が癒やしとなり、後者の絶望からは、謙遜と誰をも裁かない心が癒やしとなる。

**61.** あなたのあらゆる企てや行い、外的なものであれ内的なものであれ、それらが真に神の御心にかなうものとして行われ、成し遂げられているかどうかを吟味しなさい。 私たちの行いが神に喜ばれることのしるしは、初心者の場合には謙遜における進歩であり、中級者の場合には内なる葛藤の終息であり、完成者の場合には神の光の増大と豊かさである。

**62.** 空が雲から清められるとき、太陽はその輝きを余すところなく現す。それと同様に、罪の赦しを授かり、情欲的な習慣（および思い）から解放された魂は、疑いなく神の光を見るのである。

63. ある人々は、奇跡やその他の目に見える霊的賜物を何よりも称賛するが、それよりもはるかに優れた賜物が数多くあり、それらは秘められているがゆえに墮落から守られていることを知らない。

64. 情欲から完全に清められた者は、隣人の魂を見る——その本質そのものではなく、その構成、感情、そして気質である。一方、まだ成長途上にある者は、その肉体の行動によって魂を判断する。

65. 魂が未熟な者は、肉体の病気や苦難、外的な誘惑を通して、主の訪れと彼らへの主の憐れみを知るべきである。一方、完全な者は、自分の中に聖霊が宿っていること、そして賜物が豊かになることによって、神の訪れを知る。

66. 悪霊の中には、「先駆者」と呼ばれる悪魔がおり、目覚めるやいなや現れて私たちに誘惑し、私たちの最初の思考を汚す。一日の始まりを主に捧げよ。なぜなら、最初に誰にそれを捧げるかによって、それが誰のものになるかが決まるからだ。ある極めて熟達した実践者が、私に次のような注目に値する言葉を語った。「朝の始まりによって、私はその日の一日の流れをすべて知るのだ」。

67. 私たちに降りかかる誘惑において、悪魔たちは私たちを翻弄し、不合理なことを言わせたりさせたりしようとし、そして、私たちを打ち負かすことができないときは、静かに近づき、密かに神への高慢な感謝を植え付けます。

68. 死後、天上の事柄を深く悟った者は天に昇り、地上の事柄に執着した者は冥界へと下る。なぜなら、肉体から離れる魂にとって、第三の、中間の場所など存在しないからである。

69. 渇きに苛まれる鹿が水を渴望するように、修道士たちもまた、神の善き御心を悟ることを渴望すべきである。そして、その御心だけでなく、そこに我々の自らの意志が混じり合う時、さらには、それとは反対の力が働く時でさえも、それを悟ることを渴望すべきである。さらに、どのような行いを遅滞なく、いかなる躊躇もなく実行すべきか、またどのような行いを、慌てず慎重に行うべきかについても、彼らが考察すべきである。

70. 主の御心を知ろうとする者は皆、まず自分自身の意志を死なせなければならない。そして、信仰と偽りのない純真さをもって神に祈り、心を謙虚に保ち、心に何の疑いも抱かずに、父たちや兄弟たちに尋ね求め、たとえそれが自分自身の理性に反するものであっても、彼らの助言を神の御口から語られたものとして受け入れなければならない。——この規則に疑いなく従う者たちは、深い謙遜の知恵に満ちている。——そして神は、彼らが惑わされることを許されない。

71. ある人々は、次のようにして神の御心を知った。すなわち、自分の思いを、魂のこの或いはあの意志へのあらゆる傾き——つまり、行動へと駆り立てるものにも、それに反するものにも——から切り離し、自らの意志から心を解き放ち、定められた日数の間、熱心な祈りと共にそれを主の前に差し出した。こうして、神の御心を知るに至ったのである。それは、内なる知性が彼らの心にそれを告げ知らせるか、あるいは、そうした思いのうちの一つが魂から完全に消え去ることであった。

72. 他の人々は、自分たちの取り組みが直面した苦難や困難から、それが神の御心につながっているとの結論に至った。それとは対照的に、ある人々は、その事業において受けた予期せぬ助けによって、それが神に喜ばれるものであると感じ、心の中でこう言った。「神は、善を選ぶ者にのみ協力してくださるのだ。」

73. 天からの啓示によって自らの内に神を宿した者は、迅速な対応を要する事柄においても、また遅延が許される事柄においても、第二の方法（すなわち、物事が順調に進むこと）によって、神の聖なる御心を知らされる。

74. 神は義なる方であり、謙遜をもってその門を叩く者たちに対して、御自身の慈悲の門を開ざされることはない。

75. あらゆる場合において、私たちは自らの意図を吟味しなければならない。なぜなら、主は私たちのあらゆる行いにおいて、その意図を見つめておられるからである。偏見やあらゆる不



純さから遠く離れ、他の何のためでもなく、ただ神のためだけになされることはすべて、たとえそれが完全に善であるとは限らなくても、私たちにあって善とみなされる。

**76.** 神への強い愛と心の謙虚さから、自らの力量を超える行いに挑む勇敢な魂がいる。しかし、（敵の唆しによって）同じような試みに踏み切る高慢な心もまた存在する。 というのも、敵はしばしば、わざと私たちを身の丈を超えた行いに駆り立て、そこで成功を収められずに落胆し、自分の力に見合った行いでさえ放棄してしまうように仕向けるからだ。そうして、私たちは敵の笑いものになってしまうのである。

**77.** 私は、心身ともに弱く、自らの多くの罪ゆえに、自分たちの力量を超える偉業に挑戦したが、それを成し遂げることができなかった人々を見た。私は彼らに、神は悔い改めを労苦の度合いではなく、（涙、砕かれた心、そして罪からの離反を伴う）謙遜の度合いによって裁かれるのだと告げた。

**78.** 時には教育が極悪の原因となり、また時には悪い交友関係が原因となることもある。しかし、多くの場合、魂の墮落そのものが、その魂を滅ぼすのに十分である。最初の二つの悪から解放された者は、おそらく三つ目の悪からも解放されるだろう。しかし、三つ目の悪に支配されている者は、いかなる場所においても役に立たない。 天ほど安全な場所はないが、それでもそこですら、墮落した意志ゆえに滅びた者たちがいる。

**79.** 不浄な霊の中には、他の者よりも狡猾なものがいる。彼らは、私たちを罪へと誘い込むだけでは満足せず、私たちに他の者をも悪の共犯者とするよう唆し、私たちに最も激しい苦痛をもたらそうとする。 ——ある人が、自分の罪深い習慣を他人に伝えたのを見た。その後、その人は正気に戻り、悔い改め始め、罪から離れた。しかし、彼から教えられた者が罪を犯し続けたため、その人の悔い改めは実際には本物ではなかった。

**80.** 霊的父たちの偉業や美德に関する物語に耳を傾けることは、心と魂を熱意へと駆り立てる。また、彼らの教えに耳を傾けることは、暗闇における灯火であり、迷える者を正しい道へと導き戻し、盲目な者を照らすものである。

**81.** 貞潔な体と清らかな心を主に捧げたいと願う者は、怒りを抑え、節制を守らなければならない。なぜなら、この二つの美德がなければ、私たちのすべての労苦は無駄になってしまうからである。

**82.** 美德の中には「娘」もあれば、「母」もある。賢明な者は、とりわけ「母」となる美德の獲得に励む。神ご自身が御自身の御業によって「母」となる美德を教えられ、一方、「娘」となる美德を教える指導者は数多くいる。

**83.** （食事による）快樂の乏しさを、過度の睡眠で補ったり、その逆を行ったりしないよう注意しよう。そうすることは賢明ではないからである。

**84.** 不浄な霊の中には、私たちの霊的生活の初期に、神の聖書を解説してくれるような者もいる。彼らは通常、虚栄心の強い者たちの心の中で、さらに言えば、外的な学問を学んだ者たちの心の中でこれを行い、彼らを少しずつ惑わして、ついには異端や冒涇へと陥れるのである。 この悪魔的な神学、あるいはむしろ神への反逆は、その解釈が行われている最中に魂に生じる動揺や、秩序を欠き、無秩序な喜びによって見分けることができる。

**85.** 私たちは、この世においても、来世においても、常に新たな知性の光（天からの啓示）を受け入れ続ける限り、徳と愛において進歩することを決してやめない。そして、知性ある存在である天使たちも、進歩を止めることなく、常に栄光に栄光を、知性に知性を重ねていくのである。

**86.** 言葉では偉大な徳について教える一方で、善行を行うことには怠惰な者たちを、厳しく裁いてはならない。なぜなら、行いの欠如は、しばしばその教えの益によって補われるからである。私たちは皆、すべてを等しく得ているわけではない。ある者は行いよりも言葉に優れており、またある者は逆に、言葉よりも行いが強いのである。

**87.** 神は悪の創造主ではない。それゆえ、「ある種の情動は魂にとって自然なものである」と語る者たちは誤っている。彼らは、私たち自身が、善に向けた生来の性質を情動へと変えてし

まったことを理解していないのだ。例えば、本来、私たちは子孫を残すための種を持っているが、それを不法な肉欲に用いている。また、本来、私たちの中には怒りも備わっているが、それは古の蛇に対するものであるはずなのに、私たちはそれを隣人に対して用いている。私たちに嫉妬心が与えられたのは、美德を羨むためであるはずなのに、私たちは悪徳を羨んでしまう……といった具合である。

**88.** 怠惰な魂は、悪魔たちを自分に対する戦いに駆り立てる。しかし、戦いが増えれば増えるほど、冠もまた増えるのである。敵に傷つけられない者は、いかなる冠も得られない。しかし、起こる攻撃に気落ちしない者は、勇敢な戦士として天使たちに称賛されるであろう。

**89.** 自分の中に現れる情動の表れを絶えず吟味しなさい。そうすれば、自分の中に多くの情動が存在することに気づくだろう。それらは、私たちが心の病に冒されているため、あるいは私たちの弱さゆえに、あるいは深く根付いた罪深い習慣のせいで、見分けることさえできないものである。

**90.** 悪魔たちはしばしば、私たちを最も容易で有益なことからそらし、最も困難なことに取り組ませようとする。

**91.** 神の御心になかった共同生活は、あらゆる汚れ、粗野さ、そして魂のあらゆる醜さを洗い流す霊的な漂白場である。一方、隠遁生活は、まず欲望、恨み、短気から清められ、その後で初めて沈黙の地へと退いた者たちにとっての染色場と呼ぶことができる。

**92.** 淫行の悪魔、怒りの悪魔、暴食の悪魔、気落ちと眠気の悪魔は、私たちの心を高ぶらせる性質を持たない（むしろ、それを謙虚にする）。一方、金銭欲、独断、多弁、およびその他多くの悪の悪魔は、通常、悪の誇りを加える。また、非難の悪霊もこの点においてそれらに似ている。

**93.** もし修道士が、世俗の人々を訪ねたり、あるいは彼らを自分のところに迎え入れたりした後、彼らと別れてから一時間あるいは一日のうちに、悲しみの矢に刺され、自分の流れを妨げる網から解放されたことを喜ぶ代わりに、虚栄や淫行という情欲の遊び場になってしまうならば。

**94.** 私たちは、いつ、どのような場合に、情欲の対象に立ち向かい、それと闘うべきか、またいつ退くべきかを、深く思慮して検討しなければならない。なぜなら、時には、力の及ばないゆえに、魂が死なぬよう、逃れることを選ぶことも許されるからである。

**95.** 風が、穏やかな天候の時には海面だけを揺らす一方で、別の時には海の深淵そのものを動かし始めるように、闇の風についても同様に結論づけなければならない。なぜなら、情欲に囚われた人々においては、それらは心の奥底そのものを揺さぶるが、精神的に成熟した人々においては、もはや知性の表面だけを揺さぶるに過ぎないからである。それゆえ、後者たちは、手つかずのまま残されていた自らの平常の静けさを、より早く取り戻すのである。

**96.** 節制は健康の母である。そして、節制の母とは、死への思いと、私たちの主、主権者、神が味わわれた、酢と混ざった苦い液体を堅く心に留めることである。

**97.** 沈黙は貞潔の源であり、その助け手である。断食は肉の情欲を鎮める。そして、心の碎けは、悪意に満ちた冷酷な思いの敵である。

**98.** 蛇が狭い穴をくぐり抜けなければ古い皮を脱ぐことができないように、私たちもまた、断食と苦行という狭くきつい道を歩まなければ、かつての邪悪な習慣や、魂の朽ち果て、古き人の衣を捨て去ることはできない。

**99.** 翼の下で温められた卵が命を吹き込まれるように、霊的父から隠された思いもまた、行いへと変わる。

**100.** 良馬たちが共に駆けるとき、互いに競い合って奮い立つように、善き兄弟たちの共同生活においても、互いに善き熱意へと駆り立てるのである。

**101.** 雲が太陽を覆い隠すように、邪悪な思いもまた、心を曇らせ、滅ぼしてしまう。

**102.** 貧しい人々が王の宝物を見て、自らの貧しさをさらに痛感するように、魂もまた、聖なる教父たちの偉大な徳行に関する物語を読むとき、知らず知らずのうちに、自らの考え方をさらに謙虚なものにする。

**103.** 香を身にまとった者が、その意志に反して芳香を放つように、主の御霊をその内に宿す者も、その言葉と謙遜さによって知られるのである。

**104.** 盗人が、王の武器が置かれているのを見て、軽率にそのような場所へは近づかないのと同じように、心の盗人たちもまた、心を込めて祈りを捧げ、それを心にしっかりと根付かせた者を、そう簡単には狙おうとはしない。

**105.** 優れた舵取りを持つ船が、神の助けにより無事に港に入港するように、善き羊飼いを持ちさえすれば、かつて多くの罪を犯したとしても、魂は安らかに天へと昇っていくのである。

**106.** 道案内人がいない者は、たとえどれほど賢明であっても、容易に道に迷ってしまう。それと同様に、修道生活の道を独断で歩む者は、たとえこの世のあらゆる知恵を知っていたとしても、容易に滅びてしまう。

**107.** 肉体が弱く、多くの重い罪を犯した者は、謙遜とそれに伴う美德の道を歩むべきである。なぜなら、彼にはそれ以外の救いはないからである。

**108.** 悪行を軽んじることは、そこから離れることを生み出す。そして、そこから離れることは、悔い改めの始まりである。悔い改めの始まりは救いの始まりであり、救いを成し遂げる始まりは、（神に喜ばれるという）善き決意である。この善き決意は行いを生み出し、行いの始まりは美德である。美德の始まりは花であり、美德の花は行いである。美德の生み出しは絶え間なさ（それについての思念と熱意）であり、絶え間ない思念（と熱意）の果実であり生み出しは、習慣である。習慣の生み出しは、魂を善で満たすことであり、魂を善で満たすことは、畏れの母である。畏れは、天と地の戒めを守ることを生み出し、戒めを守ることは、愛のしるしである。愛の始まりは謙遜の豊かさであり、謙遜の豊かさは愛の充満である。そして、無情によって心を清めた者たちの中に、神が完全に宿る。「そのような者たちは神を見るからである」（マタイ5:8）。

## 4. 八つの主要な情欲との戦いについて

### 1. 暴食との戦い

**1.** 誰かが、墓に入る前に、腹からの攻撃から解放されるなどということは、あり得ないことだろう。

**2.** 過食という情欲に駆られると、腹は満腹であっても「飢えている！」と叫び、満腹で過剰な食事のせいで膨れ上がっているときでさえ、「私は空腹だ」と訴える。この情欲は、目の前にご馳走があると、すべてを一度に平らげてしまおうと人を駆り立てる。

**3.** 獅子を撫でる者は、しばしばそれを飼いならすが、肉体に迎合する者は、その獰猛さを増幅させる。

**4.** 腹の奴隷は、どのようなご馳走で祝宴を飾るかを模索するが、神の僕（しもべ）は、どのような賜物によって自らを豊かにできるかを考える。

**5.** 客が訪れると、食欲に溺れる者は、貪欲に駆られて歓待に励み、来客を慰める機会こそが、自分にとってあらゆることを許される許可であると考えてしまう。他者の訪問を、酒を飲むことを許す口実と見なし、徳を隠すという名目のもと、情欲の奴隷となってしまう。

**6.** しばしば虚栄心は過食と敵対する。そして、この二つの情欲は、貧しい修道士をまるで買い取られた奴隷のようにめぐり、互いに争う。過食は自制を緩めるよう強いるが、虚栄心は自らの徳を示すよう唆す。しかし、賢明な人は、そのどちらの深淵も避け、都合の良い時機を利用して、一方の情欲をもう一方の情欲で打ち消す術を知っている。

7. もし肉体がまだ暴れ回っているなら、いつでもどこでも節制によってそれを抑えなければならぬ。しかし、それが静まったとき（とはいえ、死ぬ前にそれが訪れるとは期待していないが）、その時は他人の前での節制を隠すことができる。

8. もしあなたの霊的指導者が、若きあなたに祝宴でのワイン飲用を許すなら、その指導者自身がどのような人物かを見極めよ。もし彼が神を畏れる人であれば、少しなら許されてもよい。しかし、もし彼が必ずしも賢明でないなら、彼の祝福に耳を貸さず、節制を保つほうがあなたにとって良い。特に、まだ肉欲の炎と戦っている間はなおさらである。

9. 腹を制御するにあたっては、賢明な段階を踏むようにしよう。まず、太らせるような食べ物を断ち、次に、欲情を煽るものを断ち、その後、甘美なものを断つのだ。自分の腹には適量で消化しやすい食物を与え、適度な満腹感によってその食欲を抑え、食物の迅速な消化を通じて、災いである情欲の燃え上がりから解放されよう。

10. 堕ちていない者にとっては、情欲が湧き上がる時のみ、特別な節制が必要である。しかし、堕ちた者にとっては、死に至るまでそれが必要である。最期を迎えるまで、彼らは自らの肉体に慰めを与えず、妥協することなくそれと闘わなければならない。前者の務めは、常に心の秩序と調和を保つことのみである。一方、後者には、さらに心の嘆きと（飢えと渇きによる）衰弱をもって、神をなだめることが求められる。

11. 来たるべき火の苦しみについて思いを巡らせ、腹を制しよう。腹に従った者の中には、（それによる情欲の燃え上がりゆえに）ついに自らの性器を切り落とし、二重の死を遂げた者もいる。よく見れば、過食こそが、私たちに降りかかる（情欲の海への）溺れ死の唯一の原因であることがわかるだろう。

12. 断食する者の心は清らかに祈るが、節制を欠く者の心は不浄な妄想に満ちている。腹を満たすことは涙の泉を枯渇させるが、節制によって乾かされた腹は、涙の水を湧き出させる。

13. 自分の腹に仕えながら、その一方で淫らな霊に打ち勝とうとする者は、油で火を消そうとする者に似ている。

14. 腹が抑えられているとき、心も謙虚になる。しかし、食物によって満たされると、心は思いにふけて高ぶってしまう。

15. 節制によって腹を苦しめよ。そうすれば、それによって自分の口を封じることができる。なぜなら、舌は多くの食物から力を得るからである。

16. 腹を満たす者は内臓を拡張させるが、節制によって腹を苦しめる者の内臓は、少しずつ狭まっていく。狭まった内臓は、もはや多くの食物を求めず、受け入れることもない。

17. 悪魔はしばしば腹に張り付き、たとえ人がエジプトのすべての食物を食い尽くし、ナイル川の水をすべて飲み干したとしても、その人を満腹にさせないことを知れ。

18. もしあなたがキリストに、狭くきつい道を歩むと誓ったのなら、自分の腹を苦しめなさい。「広き道」である暴食は、「滅びへと導く」放蕩であり、「多くの人がその道を歩んでいる」が、「狭き門、狭き道」である節制は、「命へと導く」清さであり、「それを通る者は少ない」（マタイ7:14）。

19. ごちそうが並ぶ食卓に着くときは、心の中で死と裁きを思い描け。そうしてこそ、過食の情欲を少しでも抑えることができるのだ。酒を飲むときは、常にあなたの主の「酔」と「胆汁」を思い起こしなさい。そうすれば、節制の範囲内に留まるか、少なくとも、立ち直って自分の思いを謙虚にすることができるだろう。

20. 過食は、修道院におけるあらゆる墮落や（誓いの）破りの原因である。もしあなたがこの「女主人」に打ち勝てば、あらゆる場所があなたにとって無情の境地に至る助けとなるだろう。しかし、もし彼女に支配されてしまえば、墓場に至るまで、どこにいても苦難に苛まれることになるだろう。

21. 死を常に心に留めることは、飲食の節制を妨げるものを断ち切る。そして、飲食の節制が謙虚さをもって断ち切られるとき、他の情欲も同時に断ち切られるのである。

22. かつて、私がまだ若かった頃、ある町か村を訪れたことがあった。そこで昼食をとっている最中、突然、暴食と虚栄の念が私を襲った。しかし、暴食がもたらす悪影響を恐れた私は、虚栄に打ち負かされるほうがましだと判断した。俗人にとってあらゆる悪の根源は金銭への執着であり、修道士にとっては過食である。

23. 私は、ある必要に迫られて、食事において腹を少しばかり緩めた後、この呪われた体を徹夜の立ち祈りで疲れさせ、それによって、満腹を喜んで拒むよう体を訓練している、気高い行者たちを見た。

24. 修道生活の初期において、過食や虚栄から完全に清くあることは不可能なことである。しかし、虚栄と戦うために、腹を満たして快楽を求めるべきではない。

25. 判決を下され、処刑場へ向かう犯罪者が、民衆の娯楽について語り合わないよう、真に自らの罪を嘆く者も、腹を満足させるようなことはしない。

26. 大量の糞の中から多くの蛆が生まれるように、多くのごちそうからは多くの墮落、邪悪な思い、そして（恥ずべき）夢が生じる。

27. もし、食欲の極致が「食べたくない時でも無理に食事を摂ること」であるならば、節制の極致は「その時に何の罪もないにもかかわらず、食欲が渴いている時に、自らの本性を抑えること」である。

28. 肥えた鳥が高く飛べないのと同じように、肉欲に迎合する者は天に昇ることはできない。

29. 乾ききった泥は豚の好物とはならないように、苦行によって衰えた肉体も、もはや悪霊たちを満足させることはない。

30. (暴食の告白)。私があなた方の本性と結びついているのに、どうして私から逃れようというのか？——私の扉は食事への欲求であり、習慣が私を飽くことのない存在にしている——そして、その習慣は、魂の無感覚や死への無関心と相まって、私への情欲の根拠となっているのだ。——私の長子は淫行であり、それに次ぐ第二の産物は心の硬化、そして第三は——眠気である。邪悪な思念の海、不浄の波、名状しがたい汚れの深淵——これらもまた、私から生じている。わが娘たちは、怠惰、多弁、厚かましき、嘲笑、冒瀆、反抗、残酷さ、不従順、無感覚、心の囚われ、自慢、傲慢で狂気じみた自惚れ、世への愛——その後が続くのは穢れた祈り、思考の浮き上がり、そしてしばしば予期せぬ災難が続き、これらすべてに続いて絶望——あらゆる情念の中で最も苛烈なものが訪れる。——罪の記憶は私に立ち向かうが、打ち勝つことはできない。死の思いは私に激しく敵対するが、人間の中には私を完全に消し去り得るものは何一つない。慰め主を受け入れた者は、祈りを込めて私にまつわることを彼に訴え、彼はその願いを聞き入れ、私がその人の中で情欲的に働くことを許さない。しかし、彼を味わったことのない者たちは、あらゆる手段で私の甘美さを味わおうと求めている。

## 2. 淫行との戦い

1. 腹を満たすことは淫行の母であり、腹を空かせることが清らかさの源である。

2. 私たちが満腹になると、貪食の霊は去り、私たちに淫らな霊を送り込み、私たちがどのような状態にあるかを告げ、「行って、あの者を惑わせよ。その腹は満腹しているから、お前は少ししか苦勞しないだろう」と言う。その者はやって来て微笑み、眠りによって私たちの手足を縛り上げ、すでに望むままに私たちを弄び、夢によって魂を穢し、放縱によって体を汚すのである。

3. 清さを保つことを学んだ者たちは、誰もそれを自らの功績として誇ってはならない。なぜなら、誰かが自らの本性を打ち勝つなどということは不可能なことだからである。そして、本性が打ち負かされたところには、本性を超えたお方の到来が知らされる。何と言っても、小さなものは大きなものによって打ち消されるからである。

4. 清らかさの始まりとは、思いが淫らな妄想と結びつかず、夢見ることなく、時折眠りの中で排泄が起こる状態である。清らかさの中間段階とは、自然な排泄が単に食事による満腹感か

ら生じ、夢見ることや排泄から自由である状態である。そして、清浄の極致とは、不浄な思いの死滅に先立って、肉体の死滅がもたらされることである。

5. 祈りによって好色な犬を追い払う者は、獅子と戦う者に似ている。抵抗によってそれを打ち倒す者は、敵を敗走させ、追撃する者に似ている。そして、その誘惑そのものから完全に自由となり、一度きりで永遠にそれへのあらゆる接近を不可能にした者は、たとえ肉体に留まっても、すでに墓からよみがえったのである。

6. もし清らかさの証が、眠りの中の夢においてさえ情欲の衝動を感じないことであるならば、当然、情欲の極致とは、現実の世界において、単なる思考や記憶だけで情欲の奔流に耐えることとなる。

7. 肉体の労苦と汗をもってこの敵と戦う者は、敵を縄で縛り上げた者に似ている。自制と徹夜によって敵と戦う者は、敵を鉄の足枷で縛り上げた者に似ている。また、謙遜と無怒と渴望をもってこれに立ち向かう者は、敵を殺し、その死体を砂の中に隠した者に似ている。

8. ある者は功績によって、ある者は謙遜によって、またある者は神の内なる啓示によって、この苦しめる者を縛りつける。第一の者は明けの明星に、第二の者は満月に、第三の者は輝き渡る太陽に似ている。しかし、彼らすべては天に住まいを持つ。

9. キツネは眠っているふりをし、悪魔は貞潔なふりをする。前者は鳥を欺くためであり、後者は魂を滅ぼすためである。生涯を通じて、この朽ちゆく肉体に信頼を置いてはならない。また、キリストの御前に立つまでは、それに頼ってはならない。

10. 信仰の初歩にある者たちの肉欲の罪への陥落は、通常、美食の過剰から生じる。中級者においては、高慢から生じ、その原因は初歩の者たちと同じである。しかし、完全さに近づく者たちにおいては、それは隣人を非難することからしか生じない。

11. ある人々は、生まれつき（先天的に）去勢された者たちを、肉の苦しみから解放された者として称賛する。しかし、私は、日々自らを去勢し、思いという刃で自らを切り捨てることに慣れている人々を称賛する。

12. 異議や論証をもって、淫行の悪魔を打ち倒そうなどと考えるのはならない。悪魔の側には恵まれた口実があるのだから。悪魔は、私たちの本性を用いて私たちと戦っているのだ。

13. 自分の肉と戦おうとする者、あるいは自らの力でそれを打ち負かそうとする者は、無駄な努力をしている。なぜなら、もし主が肉欲の家を打ち壊し、魂の家を築いてくださらなければ、自らの力だけでこれを成し遂げようとする者の徹夜や断食は、むなしいものとなるからである。

14. 自分の本性の弱さを主の前に打ち明け、あらゆる点における自分の無力さを自覚すれば、知らず知らずのうちに貞潔の賜物を受け取ることになる。

15. 過ちを犯し、情欲の落とし穴に落ちた者たちは、（ヤコブが見た）その天の梯子を昇り降りする者たちから遠く離れてしまう。そして、彼らが再びそのような昇り始められるためには、多くの労苦と極度の自制が必要となる。

16. 妻を知らずに犯す淫行もあるが、それは自然に反するものであるため、より大きな苦しみをもたらす。これはある種の死であり滅びであり、私たちは常に、とりわけ若き日に、これを自分の中に抱えているのである。しかし、私はこの滅びを聖書に基づいて公言する勇氣はない。なぜなら、「彼らには、口に出して語るのも恥すべきことである」と述べた言葉が、私の手を止めているからである（エフェソ5:12）。

17. 非人道的な敵、すなわち淫行をそそのかす者は、神を人愛に満ちた存在として描き出し、神がこの情欲を自然なものに見なして大いなる寛容を示していると吹き込む。しかし、この悪意に満ちた者をよく観察してみれば、この罪が犯された後、彼はすでに神を別の姿——ただ正義に満ち、決して赦さない存在——として描いていることがわかるだろう。最初の唆しは、私たちを罪に引きずり込むためであり、二番目の唆しは、私たちを絶望の淵に突き落とすためである。



**18.** 罪を犯した後、私たちを苦悩と絶望が苛むとき、再び墮落に陥ることは通常私たちにはない。しかし、それらが静まると、悪意に満ちた敵は再び、神の慈愛について私たちに語り始めるのである。

**19.** 主は、朽ちることなく無形であるゆえに、私たちの体の清さと汚れなさを喜ばれる。しかし、悪魔たちは、悪臭を放つ淫行ほど喜ぶものではなく、体を汚すこの情欲ほど好むものはない。

**20.** (慰めをもたらす) 果実の甘美さの母は、大地と露であり、清らかさの母は、沈黙と従順である。沈黙によってのみ達成される身体の清らかさは、世と親しくなるにつれて、しばしば揺るぎないものではなくなくなってしまふ。しかし、従順によって得られる清らかさは、あらゆる場面で優れており、揺るぎないものである。

**21.** 禁欲のみをもってこの戦いを断ち切ろうとする者は、片手だけで海の深淵から這い上がろうと奮闘する人に似ている。禁欲に謙遜を組み合わせよ。なぜなら、前者が後者なしでは役に立たないからである。

**22.** 自分の中に支配的な情欲を見いだしたら、とりわけその情欲に対して、そしてとりわけ生まれつきの内なる敵に対して、最も強く武装せよ。なぜなら、もし私たちがあなたと共にこの情欲に打ち勝たなければ、他のものに対する勝利は私たちにとって何の益にもならないからだ。しかし、このエジプト人を打ち倒せば、確かに私たちも謙遜の荆棘の中で神を仰ぎ見ることになるだろう。

**23.** 誘惑にさらされていた時、私は喜びや涙、慰めを感じ、幼さゆえに、それが霊的な実りだと考えていたが、それは敵の惑わしであった。

**24.** 若き者よ、欺かれてはならない！ 私は、愛する人のために祈る者たちを見たが、彼らは淫らな情欲に駆られながらも、聖なる愛の義務を果たしていると思い込んでいたのだ。

**25.** 寝床に就く時こそ、私たちは最も自制心を働かせなければならない。なぜなら、その時、肉体から離れた精神が悪魔たちと戦っているからである。もし精神が、情欲の甘美さへの共感をまだ断ち切っていないならば、容易に裏切り者となってしまう。

**26.** 死の記憶が、あなたと共に眠りにつき、共に目覚めるように。そして、イエスの祈りも共にありなさい。なぜなら、眠りの間にこれほど強力な守りをあなたに与えてくれるものは、これら以外の何物もないからである。

**27.** 睡眠中の失禁は、時には食事の過剰、あるいは一般的に肉体の過度な安らぎから生じることもある。また時には、長い間失禁から解放されていたことで高慢になり、それによって高ぶってしまうことから生じることもある。さらに時には、隣人を非難することから生じることもある。また時には、単に悪魔的な嫉妬から生じることもある。神は、罪のない者にこの災難を許容されるのは、それによって謙遜を教えるためである。

**28.** 日中に、夢の中で見た幻想について思い巡らすことを許してはならない。悪魔たちは、夢を通じて、目覚めている私たちを汚そうとしているからである。

**29.** 肉欲の誘惑という嵐が吹き荒れる時、私たちにとって大きな助けとなるのは、毛皮の衣、灰、徹夜での立ち祈り、飢え、灼熱の渇き(ほんの数滴の水でさえも癒されないもの)、墓地での滞在、そして何よりも心の謙遜、そして可能であれば、助けに駆けつけてくれる熱心な兄弟や、知恵に富んだ霊的指導者である。なぜなら、誰かがたった一人で、自らの力だけで、この深淵から自らの船を救い出すことができるなどということは、私には奇跡に思えるからだ。

**30.** ある人は、並外れて美しい女性を見て、その女性を通して創造主を賛美した。彼女を見つめたことで、彼の中に神への愛が燃え上がり、目からは涙の泉が溢れ出た。そして、他者にとっては破滅をもたらすようなことが、彼にとってはむしろ本性を超えた(勝利の)冠となった様子は、見るに驚くべきものであった。もしそのような人が、常に同様の状況において同じ感情と行いを持つならば、彼は普遍的な復活に先立って、朽ちることなき命を受け取ったのである。

31. 私たちは、賛美歌や歌についても、同じ原則に従わなければならない。神を愛する者たちは、世俗的な歌であれ霊的な歌であれ、通常、聖なる喜び、神の愛、そして涙へと駆り立てられるが、快樂を追い求める者たちは、その正反対のものへと駆り立てられる。

32. 肉欲の罪を味わった者は、清いとは呼べないと主張する者もいるが、私は彼らの見解を反駁してこう言う。望む者にとっては、接ぎ木によって野生のオリーブの木を良質な木に変えることは可能であり、また容易なことである。もし天国の鍵が、肉体的に純潔な者に委ねられていたならば、前述の人々の見解は、おそらく正当であっただろう。しかし、妻を持つ身でありながら清くなり、天国の鍵を携えている者が、彼らを恥じ入らせるであろう。

33. 肉欲という蛇は多くの姿を持つ。その甘美さを味わったことのない者には、「一度だけ味わって、それでやめるように」と囁きかけ、すでに味わった者には、この狡猾な蛇が再び味わうようそそのかすのである。初期の信徒の多くは、この悪を知らないがゆえに、戦いの苦しみから免れている。一方、後期の信徒たちは、この忌まわしさを味わってしまったがゆえに、戦いや誘惑に苦しめられている。もっとも、これとは逆のことが起こることもよくある。

34. 私たちが眠りから目覚め、穏やかで平和な心持ちでいるとき、それは聖なる天使たちの秘められた働きによるものであり、特に祈りと節制をもって眠りについていた場合にはなおさらである。しかし、悪夢に悩まされたために、陰鬱で不機嫌な気分が目覚めることもある。

35. 非物質的なものが非物質的なものと戦うことは不思議ではない。しかし、物質に包まれた者が、敵対的で狡猾なその物質と戦いながら、非物質的な敵を退散させることこそ、真に驚くべき奇跡である。

36. 思慮深い教父たちは、あるものは「付加」、あるものは「結合」、あるものは「併置」、あるものは「捕縛」、あるものは「闘争」、そしてあるものは、いわゆる「魂における情動」であると見なしている。彼らは、前置詞とは単なる言葉（思考）であるか、あるいは何らかの対象のイメージであり、それが再び心に現れ、心に取り込まれるものであると定義している。結合とは、現れたイメージや情熱との対話であり、それは情熱を伴う場合もあれば、無情な場合もある。併置とは、見たものへの魂の傾きであり、それは喜びと結びついている。「虜」とは、目にしたものに対する心の強制的かつ不本意な引きつけ、あるいはそれとの完全な融合であり、私たちの健全な精神構造を破壊するものである。「闘争」とは、相手に対する激しい抵抗を指し、それは勝利か敗北のいずれかで終わる——これは自発的なものである。一方、「情欲」とは、魂に巢食った後、長い習慣を通じてあたかも魂の自然な性質であるかのように形成される、そのような貪欲な傾向を指し、その結果、魂はもはや自発的かつ自然にその満足を求めようとする。これらすべての中で、第一のものは罪がない。第二のものは完全には罪がないとは言えない。第三のものは、奮闘する者の心構えによって、罪ある場合もあれば罪のない場合もある。この闘いは、栄冠をもたらすこともあれば、苦しみをもたらすこともある。祈りの最中に生じた場合はある種の裁きに服し、それ以外の時に生じた場合は別の裁きに服する——ある者は無関係な事柄を思案している時に、またある者は悪しき事柄を思案している時に、それぞれ異なる裁きを受けるのである。一方、という情念は、いかなる場合でも疑いなく非難されるものであり、同等の悔い改めによって清められなければ、永遠の苦しみを受けることになる。しかし、最初のもの、すなわち「付随する情念」に対して無情に接する者（それに注意を留めることなく、それを振り払う者）は、その後のすべてを一挙に断ち切るのである。

37. 最も賢明で思慮深い教父たちは、前述のすべてよりもさらに繊細な、別の思いにも注目した。それは「思考の襲来」と呼ばれ、特定の時間もなく、言葉やイメージもなく、矢のような速さで、誘惑される者に情欲を植え付けるものである。肉体においてこれほど速く駆け抜けるものではなく、精神においてこれほど速く、瞬時的なものは何もない——この思いが、一つの微かな暗示——時を超え、言葉にならず、ある者にとっては知ることさえできないもの——によって、魂に事前の対話や相談もなく、突然その存在を現すことほどである。——この思いの繊細さを、涙をもって（理解し、把握し得た）者がいれば、その人は、魂が一瞥や手の触れ合い、あるいは歌

声を聞くだけで、それを意図せず、企てもせずに、情熱的に墮落し（欲望によって穢され、墮落する）ことがいかにして起こるのか、私たちに説明してくれるだろう。

**38.** 時には、情欲が魂の内から生まれ、肉体へと移り、また時には肉体から魂へと移ることもある。後者は通常、世俗に生きる者に見られ、前者は修道生活を送る者に見られるが、それは彼らに（情欲の）材料が乏しいためである。

**39.** 私たちの朽ちゆく肉の味方である悪魔との長い闘いの末、断食という石と謙遜という剣によって、ついに彼を私たちの心から追い出したとき、この忌まわしい者は、まるで虫のように私たちの体の中で這い回り、ある種のくすぐりによって私たちを汚そうと躍起になり、時期尚早で言葉にできないような動きを引き起こそうとする。

**40.** この悪魔は、私たちが肉体をもって彼に立ち向かって祈ることができない瞬間を、他のどの悪魔よりも注意深く見張っている。そしてその時、この不道德な悪魔は特に、私たちを襲おうと企むのである。

**41.** まだ真の心の祈りを身につけていない者たちにとっては、（不純な情欲との戦いにおいて）肉体的な祈りによって自らを疲れさせることが助けとなる。つまり、手を挙げる、胸を打つ、天を仰いで目を潤ませる、嘆き交じりのため息をつき、頻繁にひざまずくことである。——しかし、他者の存在ゆえに、こうしたことをしばしば行うことができない。——まさにその時こそ、悪魔たちは特に彼らを襲おうと試みる。そして、彼らはまだ、心の強さと祈りの目に見えない力によって悪魔に立ち向かう力がなく、やむを得ず、時に自分たちと戦う悪魔たちに屈してしまうこともある。そのような場合は、可能であれば、できるだけ早く人々から離れ、しばらくの間、誰にも気づかれない場所に身を隠しなさい。そしてそこで、もし可能なら心の目で、それができなければせめて肉眼で、悲しげに天を仰ぎ、両手を十字架のように広げ、このようにして心の中のアマリクを恥じさせ、打ち負かすために、——救うことのできる全能者に向かって叫びなさい。巧みな言葉ではなく、謙虚な言葉で、何よりもまず「私は弱き者であるゆえ、憐れみ給え」（詩編6:3）と訴えなさい。そうすれば、あなたは経験を通じて至高者の力を知り、目に見えない助けによって、目に見えない者たちを退散させることができるだろう。このように戦うことに熟達した者は、やがて魂一つで敵を追い払うようになる。なぜなら、この第二の力は、第一の行いに対する報いとして、神から行い手たちに与えられるからである。

**42.** あらゆる人からの侮辱を、姦淫の情欲を清めるこの薬として、命の水のように熱心に飲み干せ。そうすれば、深い清らかさがあなたの魂に輝き、神の光があなたの心の中で尽きることはないだろう。

**43.** 暗黒の炎の深淵、容赦のない僕たち、無慈悲で容赦のない裁き主、地獄の炎の果てしない深み、地下への狭い階段、恐ろしい深淵、その他これに類するものを、絶えず思い描き、思い起こし続けなさい。そうすることで、これらの思い起こしから生まれる恐怖によって、あなたは淫らな感覚を自らから遠ざけ、朽ちることのない清らかさと結びつき、すべての火よりも輝かしい非物質的な光の輝きを、あなたの魂の中に受け入れることができるように。

**44.** ある悪魔は、私たちが寝台に横たわるやいなや、私たちの元へやって来て、狡猾で不浄な思いを抱かせる。それは、私たちが祈りによってそれらに対抗する準備をするのを怠り、不浄な思いを抱いたまま眠りにつくことで、その後、不浄な夢に襲われるようにするためである。

**45.** 目で見なかったものは、耳で聞いただけでは喉もそれを強く欲しがらない。同様に、肉体的に清い者たちは、自らの無知ゆえに（淫らな快楽を）味わうことで、淫らさとの戦いにおいて大きな安らぎを得る。

**46.** ライオンと戦う者が、もしそこから目をそらせば、たちまち命を落とすように、自分の肉欲と戦う者も、もしそれを休ませてしまえば、同じように滅びてしまう。

**47.** 肉欲と闘う者たちにとって、時として沈黙はふさわしいものである——ただし、彼らをよく知る指導者の許可を得た上でである。

48. 私は、気落ちの悪霊が淫行の悪霊に先立ち、その道を整えることを知った。それは、体を強く弛緩させ、眠りに沈めることで、淫行の悪霊が眠っている者に、まるで現実のように穢れをもたらす機会を与えるためである。

49. 地上の王にとって、自分の前に立ちながら、同時に顔を背け、敵と語り合う者が忌まわしいのと同様に、主にとっても、祈りの場に立ちながら不浄な思いを抱く者は忌まわしいものである。

50. この犬（淫行の悪魔）があなたのところに來たら、祈りという霊的な武器で追い払いなさい。たとえ彼がどれほど恥知らずな振る舞いを続けようとも、決して彼に屈してはならない。

51. （淫らな情欲の告白）。魂は問う。「教えてくれ、わが妻よ——私の本性よ（なぜなら、あなたに関することを尋ねるには、あなた以外の誰にも尋ねたくないのだから）——教えてくれ、どうすれば私はあなたによって傷つけられることなくいられるのか？ どうすれば、あなたの苦しみに打ち勝つことができるのか？」彼女は、自分の魂に答えてこう言う。「あなたが知らないことは言わない。しかし、私たち二人が理解していることについては話す。私の中には、私の父——自己愛（自己満足、そして自己憐憫）——がいる。あらゆる快樂や安らぎが、遠くから私の情欲を煽り立てている。この安らぎとそれに伴う行いから、やがて私の内側に情欲の炎が燃え上がる。そして、その炎が燃え始めると、私は罪を犯し、それらが生まれた後、今度は絶望を通じて魂の死を招くのだ。——もし、私とあなた自身の弱さ——明白で深遠な弱さ——を自覚するなら、あなたは私の両手を縛ることになる。もし喉を飢えて苦しめるなら、あなたは私の両足を縛り、私がこれ以上進まないようにする。もし従順と結びつくなら、あなたは私との絆を断ち切る。そしてもし謙遜を身につけるなら、あなたは私の首を切り落とすことになる。

### 3. 金銭愛との闘い

1. 金銭への執着は、不信仰の娘である。それは、起こりうる弱さ、老いの訪れ、干ばつによる突然の飢餓などを、自分への言い訳として掲げる。

2. 金銭愛好者は、福音の嘲笑者であり、自発的な違反者である。（福音の精神とは愛である）。しかし、愛を持つ者は、金銭を惜しまない。愛と金銭の両方と折り合いをつけようとする者は、自らを欺いているのである。

3. 自分自身を嘆く者は、（財産だけでなく）自分の肉体さえも拒絶することになる。そして、時が来れば、その肉体さえも容赦なく奪われるだろう。

4. 「貧しい人々のために施しを集める必要がある」（彼らを助けることで御国を得るために）などと言ってはならない。御国は二レブタで買うこともできるのだから。

5. 異郷を愛する者と金を愛する者が出会い、後者は前者を「計算高くない」と非難した。

6. この情欲（金銭愛）に打ち勝った者は、あらゆる心配を切り捨てた。しかし、それに縛られている者は（常に心配に苛まれ）、決して清らかな心で祈ることができない。

7. 金銭への執着は、施しをするという前提から始まり、貧しい者への憎しみで終わる。そして彼（金銭に執着する者）は、集めている間は慈悲深いふりをしているが、集め終えるやいなや、手を固く閉ざしてしまう。

8. 私は、金持ちでありながら、霊的には貧しい生活を送り、霊的に豊かになり、かつての貧しさを忘れてしまった人々を見た。

9. 貪欲でない者は、（この世の）あらゆる心配事を脇に置き、生活や世俗のことに心を砕くことなく、何の妨げもなく自らの道を歩む。彼は、すべての悲しみを神に委ねた、この世の主である。彼は人に自分の困窮を語らないが、訪れるものはすべて、主の手から与えられたものとして受け入れる。

10. 無欲な者は何ものにも執着せず、自分が持っているものについても、あたかもそれが存在しないかのように考えない。なぜなら、隠遁者になる決心をした時点で、すでにすべてを捨て去ったからである。何かに悲しむ者は、まだ無欲ではない。

11. 無欲な者は清らかに祈るが、貪欲な者は祈りの最中、物質的なイメージに満たされ、あたかもそれらに祈っているかのようになる。

12. 従順に生きる者たちは、金銭への執着とは無縁である。なぜなら、彼らはすでに自らの肉体さえも捧げてしまったのだから、他に何を所有物として持つことができようか。

13. 天上のものを味わった者は、地上のものを何とも思わない。しかし、前者を味わっていない者は、（後者の）蓄財に喜びを見出す。

14. 修道者たちよ！鳥たち——彼らは蓄えもせず、集めもしない——よりも信仰が薄い者になってはならない。

15. あらゆる財産を敬虔に放棄した者は偉大である。しかし、自らの意志でそれを拒む者こそ聖なる者である。前者は財産や賜物において百倍の報いを受け、後者は永遠の命を相続する。

16. 海には波が付きまとうように、金に執着する者には怒りと悲しみが付きまとう。

17. 揺るぎない信仰はあらゆる心配を断ち切り、死を思い起こすことは、肉体を捨てることを教えてくれる。

18. ヨブには金銭への執着の痕跡すらなかった。それゆえ、彼はすべてを失っても、動揺することなく過ごした。

19. 「あらゆる悪の根源」は、「金銭への愛」と呼ばれる（テモテへの手紙一 6:10）。なぜなら、それは憎しみ、盗み、嫉妬、分裂、敵意、争い、恨み、冷酷さ、殺人を生み出すからである。

20. 信仰と巡礼の生活こそが、金銭愛を滅ぼすものであり、また、憐れみと愛は、肉体さえも惜しまない。

21. 足に足枷を嵌められた者が快適に歩くことができないように、金を蓄える者も天に昇ることはできない。

22. もし金銭への執着の極致が、人が富を蓄えることをやめられないこと、あるいはそれに満足できないことにあるとすれば、無欲の極みは、自らの肉体さえも惜しまないことにある。

23. 心配事は捨て去ろう。私たちは、心配事から解放された者たちの数に名を連ねているのだから。もしこれを果たさなければ、私たちには何の言い訳もできない。一つ思い起こそう——聖なる洗礼による再生を通して主を受け入れた者たちに、主は「神の子となる特権」を与えられた（ヨハネ1:12）。それゆえ、彼らにはこう告げられている。「静まり、わたしが神であることを悟れ」（詩篇45:11）。

24. 主——人間ではなく主ご自身が——私たちを召されたその召命に従ってすべてを捨てた私たちが、この大きな苦難の時、すなわち魂の旅立ちの時に、私たちに何の益ももたらさない事柄に心を奪われることは、大きな恥である。これこそが、主が言われたように、背を向け、天の御国に入ることができないということなのである。

25. 貪欲の悪魔は、物欲のない者たちと戦っている。そして、彼らを打ち負かすことができないとき、貧しい人々を彼らの前に現し、慈悲を装って、彼らが非物質的なものから再び物質的なものへと戻るよう説得する。

26. 金と粘土を交換する者が大きな損失を被るように、肉体的利益を得るために自らの霊的な成果を公言し、広める者たちも、ただ損失を被るだけである。

#### 4. 怒りとの戦い

1. 怒りとは、心の奥底に潜む憎しみを思い起こすこと、すなわち恨みを抱くことである。「怒り」とは、自分を悲しませた者に悪を行いたいという欲望である。「短気」（激昂）とは、心が一瞬にして燃え上がる状態である。「憤り」とは、魂にこびりついた不快（苛立ち）な感情である。「激怒」とは、穏やかな気質の墮落であり、魂の恥辱である。

2. ある人々は、苛立ちや怒りやすい傾向があるにもかかわらず、それに注意を払わず、この情念を癒やすことにも心を配らない。彼らは、至賢者が「怒りの衝動は、その人自身の破滅となる」（シラ書1,22）と語ったことを思い至らないのである。

3. 怒りは、素早く回る石臼のように、一瞬にして魂の麦や実をすり潰し、滅ぼしてしまう——それは、一日中他の何ものよりも甚だしい。それゆえ、自分自身に細心の注意を払わなければならない。怒りは、強い風に煽られる炎のように、ゆっくりとした火よりも早く、魂の畑を焼き尽くし、滅ぼしてしまう。

4. 怒りを抑えることは、虚栄心のある者たちが称賛を過度に求めるのと同様に、不名誉を貪る飽くなき欲望である。怒りを抑えることは、侮辱に対して無感覚でありつつ、労苦と汗によって獲得される、本性に対する勝利である。

5. 柔和とは、不名誉や称賛に直面しても変わらず、常に同じままである魂の不動の在り方である。

6. 怒りを抑えることの始まりは、心が動揺した際の口をつぐむことである。その中間は、魂がわずかに動揺した際の思いの沈黙であり、その終わりは、不浄な風が吹き荒れる中でも揺るぎない静寂を保つことである。

7. 絶え間なく火に注がれる水が、それを完全に消し去るように、真の嘆きの涙は、通常、あらゆる怒りと憤りの炎を消し去る。

8. 光が現れると闇が退くように、謙遜の香りはあらゆる悲しみや怒りを消し去る。

9. 悔い改める者にとって、苛立ちに満ちた怒りほど不適切なものはない。なぜなら、神に立ち返るには大きな謙遜が求められるが、苛立ちは自分を過大評価していることの表れだからである。

10. もし、極度の柔和さの極限が、自分を苛立たせる者の前であっても、心の中でその者に対して平和的かつ愛をもって接することにあるとすれば、疑いなく、極度の怒りの極限は、人が独りきりでいる時に、自分を侮辱した相手に対して、言葉や身振りでそれを示しながら、激しい争いや闘いを繰り広げることにある。

11. もし聖霊が魂の平安であり、怒りが心の動揺であるならば、聖霊が私たちの中に留まることをこれほど妨げるものは、苛立ちに満ちた怒り以外にはない。

12. 口を閉ざすことは、怒りに対する最初の武器である。しかし、沈黙という覆いの下で、恨みを抱き続けることを隠すこともできる。それはさらに悪いことである。たとえ怒りの中であっても、むしろ本音を口にしたほうがましである。ある者は怒りのあまり食事を摂らないが、それによってこの情念をさらに深めてしまう。またある者はたくさん食べるが、それによって狂乱状態に陥る。一方、節度ある慰めは、しばしば怒りを鎮める助けとなってきた。それゆえ、この激情との闘いには、大きな慎重さが求められる。そして、この激情は、肉欲という蛇と同様に、本性によって助長されるのである。

13. 時には、節度ある甘い歌声が苛立ちをうまく払拭することもあるが、時には、それが度を越えて不適切な時に歌われると、快樂追求を助長してしまう。だからこそ、この手段を用いる際には、その程度と時期を賢明に定めなければならない。

14. 怒りっぽい者にとっては、兄弟愛の中で暮らすことが有益であり、好色な者にとっては、淫行や悪臭を放つ不浄に対する治療法として、沈黙の生活を送ることが望ましい。また、これら両方の病に苦しむ者は、指導者の父の手に身を委ねるべきである。そうすれば、父は時として彼らを沈黙の中に留め、時として共同生活の従順という修行へと導いてくれるだろう。

15. 「私の目は怒りに曇った」（詩編6:8）と語った者の言葉にあるように、苛立ちによって心の目を乱すことは大きな害である。しかし、怒りの心の動揺を言葉で表すことは、さらに大きな害である。その際に手まで動かしてしまうことは、修道生活——天使的かつ神聖な生活——に全く反し、そぐわないことである。

16. よく観察してみれば——怒りっぽい人々の多くが、熱心に徹夜祈祷、断食、沈黙を守っていることがわかるだろう——そして敵は、彼らがそうすることを妨げはしない。なぜなら、敵は、悔い改めや嘆きの行いの下でさえ、この情念を養い、再び燃え上がらせるための材料を準備することができるからである。



17. 至福の無悪意の始まりは、魂の苦しみや痛みにかかわらず、侮辱を忍耐強く耐え忍ぶことにある。その中道は、そうした時にも心を悲しみのない、憂いのない状態に保つことである。そして、もしそれが実現するならば、その完全さは、それらを自らの称賛と見なすことにある。

18. 初心者の無怒は、悔い改めの涙から生じるものであり、一方、完成者に見られる無怒は、怒りに対する不動の心である。前者においては、怒りは涙という手綱によって抑えられているが、後者においては、この蛇は無情の剣によって打ち倒されている。

19. 私は、共に不名誉な扱いを受けた三人の修道士を見た。そのうちの一人は侮辱を感じたが、黙っていた。もう一人は自分のことを喜びつつも、侮辱した者のことを悲しんだ。そして三番目の者は、隣人の害を心に刻み、そのために熱い涙を流した。ここには、恐れ、報い、そして愛を実践する者たちの姿が見て取れる。

20. 恨みを抱き続けることは、怒りの極みであり、（隣人による）罪を心に留め続けることであり、神が定められた「赦せば赦される」という赦しの道から背を向けることであり、——これらは、これまでのあらゆる美德を台無しにし、魂を蝕む毒であり、心を食い荒らす虫であり、祈ることを恥じる原因（「私たちもそうであるように、彼らを赦してください」と、どうして言えるだろうか？）であり、魂に打ち込まれた釘であり、絶え間ない罪であり、休むことのない不法であり、刻一刻と続く悪である。

21. 怒りを抑えた者は、恨みの芽生えと記憶を断ち切った。なぜなら、子孫は生きている父からしか生まれないからである。

22. 愛を勝ち得た者は敵意から遠ざかる。しかし、敵意を抱き続ける者は、安らぎを知らない苦悩を自らの中に増大させる。

23. 恨みを抱くなら、悪魔に対して恨みを抱き、敵意を抱くなら、常に自分の肉に対して敵意を抱きなさい。肉は恩知らずで狡猾な友である。それに迎合すれば、なおさら害を及ぼす。

24. 恨み深さは、聖書を歪めて解釈する者であり、御霊の言葉を比喩的に自分都合に曲解する者である。しかし、主イエスによって与えられた祈りが、その者を恥じ入らせるであろう。心に恨みを抱いている限り、私たちはその祈りを口にすることはできないのだ。

25. もし、自分自身に多大な努力を払っても、このとげを自分の心から引き抜くことができないならば、たとえ言葉だけであっても、敵意を抱いている相手の前で悔い改めて謙虚になりなさい。そして、その相手に対して長らく続けてきた自分の偽善を恥じ、良心が火のように心を焼きつける中で、その相手を自分の愛の中に受け入れるようになるでしょう。

26. この傷から解放されたと認めるのは、侮辱した者のために祈ったり、贈り物を贈ったり、食事に招いたりした時ではない。むしろ、その者が何らかの精神的あるいは肉体的災難に見舞われたと聞き、まるで自分自身のことであるかのように心を痛め、その者のために涙を流す時である。

27. 主イエスの苦難を思い起こすことは、恨み深さを癒やす。主の悪意のなさによって、その恨み深さは深く恥じ入らされるからである。

28. ある人々は赦しを得るために労苦と汗に身を投じるが、恨みを抱かない者は彼らに先んじる。なぜなら、「あなたがたも赦せば、あなたがたも赦される」という言葉は真実だからである（ルカ6:37）。

29. 悪を忘れることは、真の悔い改めのしるしである。しかし、悪を覚えていながら悔い改めが成されていると考える者は、夢の中で自分が走っていると思い込んでいる人のようだ。

30. 私は、恨み深い者たちを見た。彼らは、他の恨み深い者たちに「恨みを抱いてはならない」と助言したことで、自らの言葉に恥じ入り、その情熱から離れることができたのである。

31. 憎しみと恨みから、悪口が生まれる。それは、愛の血を吸い取る、目に見えない病、隠れたヒルのようなものである。

32. ある者は、悪口を「愛」や「改心させたいという願い」という名目で覆い隠す。しかし、もしあなたが隣人を愛しているのなら、その人を中傷するのではなく、その人のために祈りなさい。そのような行動こそが、主の御心に適うのである。

33. 非難の精神から解放されたい者は、つまりく者ではなく、誘惑する悪魔を責めるべきである。なぜなら、誰も神に対して罪を犯そうとは望んでいないが、誰もが強制されることなく（すなわち、自ら進んで）罪を犯すからである。

34. 罪の赦しを得るための最も近道の一つは、誰をも裁かないことにある。なぜなら、「裁くな。そうすれば、あなたがたも裁かれない」（ルカ6:37）と書かれているからである。

35. 火が水と相容れないように、悔い改める者にとって他人を裁くことはふさわしくない。たとえ魂が肉体から離れようとしている最中に、誰かが罪を犯しているのを見かけたとしても、その者を非難してはならない。神の裁きは人々の目には隠されているからである。ある人々は表向きは大いなる墮落に見えたが、密かにはさらに大きな善行を行っていた。そして、噂話好きな者たちは、煙だけを見てその背後の太陽を見過ごしたために、誤りに陥ったのである。

36. 経験から分かっていることだが、肉的なものであれ精神的なものであれ、どのような罪について隣人を非難しようとも、我々はまさにその同じ罪に陥ることになる。

37. 隣人の過ちを早々と厳しく非難する者たちは、自らの過ちについて完全かつ絶え間ない自覚と悔恨を持っていないがゆえに、そのような激情に駆られて憤慨するのだ。なぜなら、もし誰かが、自尊心のベールに覆われることなく、自分の悪行を正直に見つめれば、それ以外のことなどもう気になくなるだろう。たとえ百年生きたとしても、また自分の目でヨルダン川全体が溢れ出るのを見たとしても、自分自身を嘆き悲しむ時間さえ、生涯を通じて足りないのだと、正しく考えるからである。

38. 魂の殺し手である悪魔たちは、私たちに罪を犯させるか、あるいは罪を犯さない場合は罪を犯す者を非難させ、それによって私たち——そして罪を犯さない者たちまでも——を汚そうとするのである。

39. 敵意に満ちた心で、隣人の教えや行い、美德を快く非難することは、恨み深く、嫉妬深い人々の特徴であることを知っておきなさい。

40. 私は、重大な罪を密かに犯しながらも、それが公になっていない人々を見た。彼らは、自分たちは清いと思い込んで、たとえ軽微であっても公になった罪を犯した者たちを容赦なく攻撃していた。

41. 裁くことは、神の権威を恥知らずに奪うことであり、非難することは、自らの魂を滅ぼすことである。

42. 誇りが、他のいかなる情念もなくして人を滅ぼすように、非難そのものが、それだけで私たちを完全に滅ぼしてしまう。あのパリサイ人は、まさにそのために非難されたのである。

43. 怒りっぽい者と偽善者が互いに出会い、彼らの会話の中には、真実の言葉が一つも見当たらなかった。前者の心の中を覗けば、狂乱が見て取れる。後者の魂をじっくりと観察すれば、狡猾さが明らかになる。

44. 風が深淵を波立たせるように、怒りはあらゆる情念の中で最も激しく心を乱す。

45. （この情念の告白）。狂おしくも恥ずべき情念よ、汝を生み出した父の名は何か、また汝を悪しき形で産んだ母の名は何か、さらに、汝の邪悪な息子や娘たちの名は何か、そしてそれだけでなく、汝と争う者たちは誰であり、汝を殺そうとする者たちは誰なのか、我らに告げよ。—「、私には多くの母がおり、父も一人ではない。私の母たちは、虚栄、金銭への執着、食欲、そして時には淫行である。私の父は、主に高慢である。私の娘たちは、恨み深さ、憎しみ、敵意、自己正当化である。私の敵は、私の娘たちとは正反対の美德——怒りを抑えることと柔和さ——であり、私を誹謗する者は謙遜である」。

## 5. 悲しみとの戦い

1. 世を憎んだ者は、悲しみを免れた。しかし、目に見える何かに執着する者は、まだ悲しみから解放されていない。なぜなら、愛するものを失って、どうして悲しまずにいられようか。あらゆることに冷静さを保つ必要があるが、とりわけこの点においては、最も賢明かつ注意深くあるべきである。

2. 修道院長が、有益な懲らしめとして、叱責や非難によって私たちが試すとき、私たちは全宇宙の審判者の恐るべき御言葉を心に思い起こそう。そうすれば、私たちの中に植え付けられた無分別な悲しみや苦悩を、疑いなく、両刃の剣のような柔和さと忍耐をもって断ち切ることができるだろう。

3. もし私たちが堕ちてしまったなら、何よりもまず、悲しみの霊に立ち向かおう。なぜなら、その霊は私たちの祈りの最中に現れ、かつての私たちが神に対して示した大胆さを思い起こさせ、私たちが祈りから遠ざけようとするからである。

4. 不名誉を愛することは、苛立ちを癒やす。また、詩篇の詠唱、慈悲、そして無欲こそが、悲しみを打ち倒すものである。

5. 薪が多すぎると炎を押しつぶして消し、大量の煙を立てるように、過度な悲しみもまた、魂をあたかも煙に包まれたかのように暗くし、涙の泉を枯渇させてしまう。

6. 狭い道は、不名誉、非難、嘲笑、罵倒、そして苦難によって示される。しかし、もしあなたが——傷つけられても——勇敢に耐え、中傷されても——憤らず、辱められても——怒らず、非難されても——謙虚に受け入れるならば、その道は救いとなる。この道の道を歩む者は幸いである。天の御国は彼らのものだからである（マタイ5:3-12）。

7. あらゆる苦難を自発的に耐え忍ぶことこそ、真の救いをもたらす悔い改めの道である。

8. すでに耐えている目に見える苦難や目に見えない苦難だけでなく、さらに大きな苦難にも耐えるにふさわしいと自らを認めることは、実践的な悔い改めのしるしである。

9. 圧迫された水が上へ湧き上がるように、災いに押しつぶされた魂もまた、悔い改めの中で神のもとへ流れ上がり、救われるのである。

10. あるアッバキルという人物は、修道院で毎日侮辱を受けていた。また、奉仕者たちはほぼ毎日、彼を食事の席から追い出していたため、彼はしばしば食事も取れないままだった。私（聖ヨハネ・クライスト）は彼に、このことをどう考えているのかと尋ねた。彼は答えた。「信じてください、父よ。これらの父たちは、私が本当に修道士であるかどうかを試しているのです。そして、彼らがそれを本気で行っているわけではないので、私も彼らの意図を知っているからこそ、快くこれを耐え忍び、不満を抱くことはありません」。——そして、2年後に臨終の際、彼はこう言った。「兄弟たちよ、感謝します。あなたがたが私の救いのために私を試したおかげで、私は17年間、悪魔の誘惑から解放されていたのです」。

11. ある別の年老いたマケドニウスという修道士は、正当な理由に基づき、懲罰として常に初心者の間にいるよう命じられていた。しかし、その期間が終了したとき、彼は自ら、あたかも重大な罪を犯したかのように、この屈辱的な悔悛の生活にとどめておくよう懇願した。——その後、彼は聖ラファイルにこう告白した。「あらゆる内なる戦いにおいて、これほどの安らぎを感じたことは一度もなく、また今ほど、自分の中に神の光の甘美さを感じたこともなかった」。

12. 叱責に心を痛めつつ、主が私たちの困窮と、私たち自身が自らに課している苦しみをご覧になり、私たちの罪を赦してくださる間、自らの罪を思い起こそう。そうすれば、私たちの心を蝕む悲しみは喜びへと変えられるだろう。詩篇の作者がこう語っているように：「わが心に多くの病があるが、あなたの慰めがわが魂を喜ばせた」（詩編93:19）。

13. 神のために日々叱責され、辱められても、自らを忍耐へと駆り立てる者は幸いである。その者は殉教者たちと共に喜び、大胆に天使たちと語り合うことになるだろう。——正しいものであれ、正しくないものであれ、戒めを拒む者は、自らの救いを拒むものであり、悲しみをもって、あるいは悲しみなくそれを受け入れる者は、まもなく罪の赦しを受けるであろう。

14. わが子よ！もしあなたが最初に、不名誉に耐えることを自らに課すならば、心の至福の平安を得るために費やす労苦はわずかになるだろう。

15. 小さな火が多くの蠟を柔らかくするように、わずかな屈辱もまた、しばしば突然、心を和らげ、それを甘美にし、そのすべての獐狂さ、無感覚さ、そして苛立ちを根絶する。

16. 悔しさ、屈辱、そしてそれと同様のあらゆる出来事は、修道見習いの魂においてヨモギの苦味に例えられ、称賛、名誉、そして賛同は蜂蜜に例えられる。しかし、ヨモギはあらゆる内なる不純さを浄化するが、蜂蜜は通常、胆汁を増幅させる。

## 6. 落胆の霊との戦い

1. 落胆とは、魂の弛緩であり、行いへの怠慢であり、誓願への嫌悪である。それは、世俗の人々を喜ばせるものであり、神を、あたかも慈悲がなく非人道的であるかのように中傷するものである。詩篇の詠唱においては調和を欠き、祈りにおいては力なく、肉体的な奉仕においては鉄のように堅固であり、手仕事においては怠けず、命令に対しては迅速かつ進んで従う。

2. 従順な服従にある者は、落胆を知らない。そして、感覚的なものを通じて、霊的なものにおいて成功する。

3. 共同生活は気落ちの敵であるが、沈黙を守る者にとっては、気落ちは常に同居人である。死が訪れるまで気落ちは彼から離れることはなく、最期を迎えるまで彼と戦い続ける。気落ちは隠者の小部屋を見ると微笑み、近づいて彼のそばに居座る。

4. 医師は朝に病人を訪ねるが、気落ちは正午頃に修行者を訪ねる。

5. 気落ちは、旅人へのもてなしへと駆り立て、手仕事による施しを行うよう執拗に囁きかける。また、病人を訪ねるよう熱心に促し、「私は病んでおり、私のもとに来た」（マタイ25:36）という言葉の思い出させる。執拗にこう言い続ける。「悲しむ者や気弱な者のところへ行け」と——そして、自らも気弱でありながら、気弱な者を慰めるよう勧める。

6. 祈りに専念しようとする者には、必要な務めを思い出させ、あらゆる手段を講じて、まるで言葉なき手綱のように、何らかの祝福をもって私たちが祈りからそらそうとする。

7. 他のあらゆる情欲は、それぞれある美德によって打ち消されるが、修道士にとって落胆は、すべてを包み込む死である。八つの悪の指導者の中で、落胆の霊は最も重くのしかかるものである。

8. 詩篇の詠唱がないときは、気落ちは現れない。また、規則の終了時（そこで眠気が襲ってくる）には、目は生き生きと開かれる。

9. 気落ちが襲ってくる時、（本性の）弱点が露呈する。そして、（注意深い）修道士にとって、気落ちほど多くの栄冠をもたらすものはない。

10. 自分自身を嘆く者は、気落ちを知らない。

11. 金銭を愛する修道士は、気落ちを知らない。彼は刻一刻と使徒の言葉を思い起こす。「怠ける者は食べてはならない」（テサロニケの信徒への手紙二 3:10）、そしてもう一つ、「この両手は、私と私と共にいる者たちのために働いた」（使徒言行録 20:34）。

12. 気落ちは、時に感覚的な快楽を味わうことから生じ、また時に神に対する畏れを欠くことから生じる。

13. 熱心な祈りは、気落ちの破滅であり、最後の審判を心に留めることは、（神に従って行動するための）熱意を生む。

14. 善き希望は、修道士が気落ちに打ち勝ち、それを断ち切る剣である。

15. （気落ちの告白）。教えてくれ、怠惰で緩んだ情欲よ、誰があなたを悪しき形で生み出したのか？ あなたの産物は何か？ あなたと戦っている者たちは誰か？ そして、あなたの殺し手は誰か？ ——（答え）。——私には多くの生みの親がいる。時には魂の無感覚、時には天の恵みの忘却、また時には過度な労苦である。私と共にいる私の産み出したものは、居住地の変更、霊的父の戒めの軽視、最後の審判への無関心、そして時には修道誓願の放棄である。私を縛りつける敵とは、詩篇の詠唱と手仕事である。私の敵は死への思いであり、永遠の恵みにあずかるという確固たる希望を伴う祈りが、私を死に至らしめるのである。

## 7. 虚栄との戦い

1. 虚栄とは、労苦の浪費であり、汗の無駄であり、魂の宝を奪う者であり、人生の脱穀場にいる蟻のようなものである。それは小さくとも、常に私たちの労苦と功績の果実を奪い取ろうとしている。

2. 虚栄心はあらゆるものにまとわりつく。断食をすれば虚栄にふけるが、人々に自分の節制を隠すために断食を解くときも、自分を賢いと思い込んでまた虚栄にふける。立派な服を着れば虚栄心に打ち負かされるが、粗末な服を着てもやはり虚栄にふける。口を開けば虚栄心に打ち負かされ、黙っていれば、また同じ虚栄心に打ち負かされる。この三叉の矛をどのように投げて、その先端は常に上を向くのだ。

3. 虚栄心のある人は偶像崇拝者である。彼は神を崇めていると思っているが、実際には神ではなく、人々に気に入られようとしているのだ。

4. 自分を誇示することを好む者は、誰でも虚栄に満ちている。虚栄心の強い者の断食は報われず、その祈りも実を結ばない。なぜなら、彼はそのどちらも、人からの称賛を得るために行っているからである。

5. 虚栄心の強い修行者は、自らに二重の害を及ぼしている。なぜなら、自分の体を酷使しながら、報いを受け取らないからである。

6. 主は、私たちが身につけた美德を、しばしば私たちの目から隠される。しかし、私たちが称賛する者、あるいはむしろ、私たちに媚びる者は、その称賛によって私たちの目を開かせてしまう。そして、ひとたび目が開かれるやいなや、美德の豊かさは消え失せてしまう（まるで目の前から食い尽くされてしまうかのようだ）。

7. お世辞を言う者は悪魔の僕であり、高慢の導き手であり、憐れみの破壊者であり、美德の破滅者であり、真の道から逸らす者である。「あなたがたを祝福する者たちは、あなたがたを讃え、あなたがたの足の歩みを乱す」と預言者は言っている（イザヤ書 3:12）。

8. 私は、称賛されたことで怒りに燃え上がり、まるで商売でよくあるように、ある情熱を別の情熱と取り替えてしまった、泣いている人々を見たことがある。

9. 隣人、あるいは友人が、あなたの不在時あるいは面前であなたを叱責したときは、愛を示しなさい——その人を称賛しなさい。

10. 人の称賛を心から拒むことは偉大なことだが、悪魔の称賛を自分から遠ざけることは、それ以上に偉大なことである。

11. 自らを貶める者は謙遜を示しているわけではない（なぜなら、誰が自分自身からの侮辱に耐えられようか）。真に謙遜なのは、他者から非難されても、その人への愛を損なわない者である。

12. 虚栄の悪魔は、修行者がたとえわずかなものであっても心の穏やかさを身につけたのを見ると、直ちに彼を世へと駆り立て、「滅びゆく魂たちの救いのために行け」と囁く。

13. 虚栄心は、軽薄な者たちに、他人の前では謙遜を装い、その振る舞いや表情、声の調子において敬虔さを示すよう促す。食事の席では、目立って節制するよう強いる。賛美歌の歌唱においては、怠惰な者を熱心にし、声の悪い者を美しい歌声の持ち主に変える。

14. 虚栄心は、寵愛される者を高慢にし、軽蔑される者の中に恨みの種を蒔く。

15. 虚栄心は天賦の才に非常にうまく結びつき、それを通じて、しばしばその不幸な僕たちを破滅へと突き落とす。

16. ある時、私は、虚栄の悪霊が、その兄弟である怒りの悪霊を追い払うのを目撃した。ある兄弟が別の兄弟に腹を立てていたが、信徒たちがやってくると、彼は突然静まり返り、虚栄に身を売り渡してしまった。というのも、彼はこの二人の主人に同時に仕えることはできなかったからである。

17. 虚栄の奴隷となった者は、二重の生活を送る。一つは外見上の生活、もう一つは思考や感情の生活であり、一つは独りきりの時、もう一つは人前での生活である。



18. 天の栄光を先取りして味わった者は、当然、あらゆる地上の栄光を軽蔑する。もし、前者を味わわずに後者を完全に軽蔑する者がいたとしたら、私は驚くだろう。

19. 私は、ある人々が虚栄心から霊的な行いを始めたのを見た。しかしその後、その行いにおける意図を変え、非難されるべき始まりを称賛に値する結末へと導いた。

20. 機知、理解力、読解や発音の巧みさ、頭の回転の速さ、その他、私たちにとって容易に得られるような類似の能力といった、生まれつきの才能を誇りとする者は、決して自然の恵み以上のものを得ることはない。なぜなら、「小さなことに不忠実な者は、大きなことにも不忠実になる」からであり、それはその者の虚栄心によるものである（ルカ16:10）。

21. 労苦の対価として神に賜物を求める者は、危険な土台の上に立っている。それに対し、自らを神に対する永遠の債務者と見なす者は、思いがけないほどに、突然、天の富に恵まれていることに気づくであろう。

22. この扇動者の言葉に耳を傾けてはならない。彼が、聞く者の利益のために自分の美德を誇示するよう教えるとき、「人が全世界を手にしても、自分の魂を失うなら、何の益があるだろうか」（マタイ16:26）と。謙虚で偽りのない品性と、それと同じような言葉ほど、隣人にこれほど多くの益をもたらすものはない。こうして私たちは、他の人々も高ぶらないよう促すことになる。これ以上に有益なことが他にあるだろうか？

23. 称賛は魂を高揚させ、傲慢にさせる。魂が高ぶると、そこには傲慢が宿り、天へと引き上げ、やがて深淵へと引きずり下ろす。

24. 邪悪な虚栄心は、私たちに、自分にはない美德の姿を装うよう教え込み、救い主の御言葉「あなたがたの光を人々の前で輝かせ、人々があなたがたの善行を見るようにしなさい」（マタイ5:16）によって、私たちを惑わすのである。

25. 隣人に躓きの原因を与えないように、という考えで自分の恥を隠してはならない。もっとも、この「絆創膏」を使うことが、あらゆる場合において有益であるとは限らず、罪の性質によって異なる。

26. 私たちを称賛する者たち、あるいは、より正確に言えば、お世辞を言う者たちが、私たちを称賛し始めたとき、私たちは急いで自らの数多くの罪（そして、人間のそれとは異なる神の裁き）を思い起こすべきである。そうすれば、彼らが私たちを称えるために語ったり行ったりしていることに、私たちが値しないことがわかるだろう。

27. 心が純朴な者は、この毒に侵されにくい。なぜなら、虚栄心は純朴さを滅ぼし、偽りの生き方をもたらすからである。

28. しばしば、虫が成虫になると、翼を生やして高みへと舞い上がる。それと同様に、虚栄心も強まると、あらゆる悪の源であり完結者である高慢を生み出す。

29. 虚栄を根絶する第一歩は、口を慎み、不名誉を愛することであり、その中間は、虚栄によるあらゆる心の蠱きを断ち切ることである。そしてその終わり（もし深淵に終わりがあるとするならば）は、他人の前でも動じることなく、不名誉につながる行いをするのである。

30. 自分の高潔さを隠し、自分の名声を誇ってはならない。そうすれば、言葉と行いが一致し、矛盾した生き方をするにならないだろう。

31. 私は、ある未熟な弟子が、数人の人々の前で師の美德を自慢し、他人の功績を自分のものにして栄光を独り占めしようとしたが、その代わりに不名誉を招いてしまったのを見た。皆が彼に「どうして良い木が実のならない枝を生んだのか」と言ったからだ。

32. 虚栄心は、饒舌の座に堂々と現れることを好む。しかし、口を閉ざすことは、虚栄心を打ち砕く。

33. 虚栄の悪魔に支配された者は、淫らな思いから一時的に解放され、自分自身について深く考え始めると、時期尚早な情欲の衝動に駆られることになる。それによって引き起こされた淫らな衝動は、その人の心の奥底に潜む虚栄を自覚させ、また、時折訪れる心の清らかさを、自分の勤勉さや努力の成果と見なさないよう教える。それは、使徒の教えに従うものである。「あな



たが持っているものは、受けたものだから」（Iコリント4:7）、すなわち、神から直接、あるいは他者の助けや彼らの祈りを通じて与えられたものである。

34. 沈黙と静寂は虚栄の敵である。しかし、もしあなたが共同生活の中にいるならば、侮辱に耐えなさい。

35. もし、周囲に自分を称賛する者が誰もいないと見て、独りきりの時に虚栄的な行いを露わにするのが極度の虚栄であるならば、完全な無虚栄のしるしとは、他者の面前にあっても虚栄の思いに染まらないことである。

## 8. 傲慢との戦い

1. 高慢とは、神の拒絶であり、人々の軽蔑であり、非難の母であり、称賛の産物であり、神の助けを遠ざけるものであり、墮落の原因であり、怒りの源であり、他人の行いを苦しめる苦い拷問者であり、非情な裁判官であり、神の敵であり、冒涇の根源である。

2. 高慢の始まりは、虚栄心の根付きである。「中間」は、隣人の貶め、自らの労苦についての恥知らずな自慢、心の中の自画自賛、叱責への憎悪である。そして「終わり」は、神の助けの拒絶、自らの努力への傲慢な依存、悪魔的な気質である。

3. 私は、口では神に感謝しながら、心の中では自分を誇っていた人々を見た。このことに対する明確な証拠は、ファリサイ派の人が「神よ、あなたに感謝します」（ルカ18:11）と言った時に見られる。

4. 墮落が起きた場所には、まず高慢が根を下ろしていた。なぜなら、高慢は墮落の前兆だからである。

5. 高慢な修道士は激しく反論するが、謙虚な修道士は反論しないばかりか、目を上げることも敢えてしない。

6. キパリスは頭を垂れることも、地面に這うこともない。それと同じように、高慢な修道士は謙遜な従順を持つことはできない。

7. 「神は高慢な者に敵対される」（ヤコブ4:6）というなら、誰が彼らを憐れむことができようか。また、「高慢な者はみな、神の御前で不浄である」（箴言16:5）というなら、誰が彼を清めることができようか。

8. 戒めを拒む者は高慢の情を露わにする。しかし、それを受け入れる者は、高慢の束縛から解き放たれる。

9. ある賢明な長老が、高慢な兄弟を諭した。しかし、その兄弟は魂が盲目であったため、「お許してください、父よ。私は決して高慢ではありません」と言った。すると、賢明な長老はこう反論した。「わが子よ、あなたが高慢であることを、これほど明確に証明できることが他にあるだろうか。それは、自分には高慢がないと断言すること以外にはない」。

10. 高慢な気質の人々にとって、最も有益なのは、従順であり、最も粗末で軽蔑されるような生活を送り、高慢の破滅的な結果や、それからの超自然的な癒やしについての物語を読みふけることである。

11. 他人の装飾品を自慢するのは恥ずべきことであり、神の賜物を誇りに思うのは極度の狂気である。あなたが生まれる前に成し遂げた美德のみを誇りとするがよい。そして、生まれた後に成し遂げた美德は、誕生そのものと同様に、神があなたに授けたものである。——もしあなたが知性の助けなしに何らかの美德を磨いたのなら、それだけがあなたのものであると認めなさい。なぜなら、知性そのものも神から授けられたものだからである。——また、もしあなたが肉体を持たずに何らかの偉業を成し遂げたのなら、それだけがあなたの努力によるものである。なぜなら、肉体さえもあなたのものではなく、神の創造物だからである。

12. 裁き主からあなたについての最後の言葉を聞くまでは、自分の美德に頼ってはならない。なぜなら、福音書には、すでに婚礼の宴の席に着いていた者でさえ、手足を縛られ、真っ暗な闇の中に放り出されたと記されているからである（マタイ22:13）。

13. 自らを吟味し、私たちの生き方を、私たちより先に生きた聖なる父たちや聖人たちの生き方と比較することを決してやめないようにしましょう。そうすれば、私たちはこれらの偉大な人々の生き方の足跡をたどるために、まだ一步も踏み出していないこと、さらには自分の誓いさえも適切に果たしておらず、依然として世俗的なあり方に留まっていることに気づくであろう。

14. 修道士とは、自ら身を投げ込み、あらゆる悪霊を溺れさせた謙遜の深淵である。

15. 高慢からは罪の忘却が生まれる。しかし、罪を記憶することこそが、謙遜の取り成し手である。

16. 高慢とは、魂の貧しさであり、それは自らを豊かであると夢見、闇の中にありながら光を持っていると思い込むものである。

17. 高慢な者は、内側は腐り果てているが、外側は美しさで輝いているリンゴのようだ。

18. 高慢な者は、誘惑者である悪魔を必要としない。彼は自ら、自分自身の悪魔であり敵となったのである。

19. 高慢な心からは冒瀆的な言葉が生まれ、謙虚な魂からは天上の幻視が生まれる。

20. なぜそうなるのかは分からないが、高慢な者の多くは、自分自身を知らずに、すでに無執着の境地に達したと思い込み、この世を去る時に初めて自らの貧しさを悟るのである。

21. 高慢に囚われている者には、そこから解放されるために、神の並外れた助けが不可欠である。なぜなら、人間的な手段ではその救いには至らないからである。

22. 冒瀆的な思いは高慢から生まれ、高慢はそれを霊的父に打ち明けることを許さない。それゆえ、この苦境が人々を絶望に陥れ、まるで木を蝕む虫のように、彼らの希望をすべて食い尽くしてしまうことがしばしばあるのである。

23. (高慢のゆえに) 冒瀆的な思いほど告白するのが困難な思いは他にない。それゆえ、多くの人々の中で、それは老いに至るまで残ることが少なくない。しかし、その一方で、私たちがそれらを告白せず、心に秘めておくこと——それがそれらを養うこと——ほど、悪魔や邪悪な思いに対して私たちを弱体化させるものはない。

24. 誰も、冒瀆的な思いを抱いたからといって、自分が罪を犯したなどと考えるべきではない。主は心を見通すお方であり、そのような言葉や思いは私たち自身のものではなく、私たちの敵によるものであることをご存知だからである。

25. 私たちは冒瀆の霊を軽蔑することを学び、その霊が植え付ける思いには一切注意を払わず、こう言い返そう。「サタンよ、私について来い。『私の主なる神』を礼拝し、『そのお方のみ』に仕える。あなたの『病』とあなたの言葉は、あなたの『頭』に返り、あなたの『頂』に、今この世においても、また来たるべき世においても、あなたの冒瀆が降りかかろう(詩篇7:17)」。

26. この敵を軽蔑する者は、その苦しさの束縛から解放される。しかし、他の方法でこの敵と戦おうとする者は、この敵に打ち負かされる。言葉で霊に打ち勝とうとする者は、まるで風を閉じ込めようとする者のようだ。

27. 聖なる謙遜が私たちの内に花開くようになれば、その時、私たちはあらゆる称賛や人間的な栄光を軽んじるようになるだろう。そしてそれが熟成すれば、私たちは自分の善行を無価値と見なすだけでなく、それらを忌まわしいものとさえ見なし、自分でも気づかぬうちに美德を浪費することで、日々自らの罪の重荷を増やしているのだと考えるようになる。

28. 真摯な悔い改めと、あらゆる汚れから清められた涙は、心に謙遜の神殿を築き上げ、砂の上に建てられた高慢の小屋を打ち壊す。

29. 高慢が消え去り、謙遜が根付く兆しとは、侮辱や屈辱を喜びをもって受け入れ、怒りを鎮め、自らの美德を信じないことである。

30. あらゆる情欲の終着点は、自己に注意を払わない者にとって、虚栄と高慢である。しかし、それらを根絶する謙遜の知恵は、その持ち主をあらゆる致命的な毒(情欲)から無傷で守り抜く。

31. 謙遜な修道士は、理解しがたい事柄について好奇心を抱かない。しかし、高慢な者は、主の御計画の深みまでも探ろうとする。

32. 最も分別のある兄弟の一人に悪霊たちが近づき、彼を喜ばせようとした。しかし、この謙虚で賢明な者は彼らにこう言った。「もしあなたがたが私の心の中で私を称賛することをやめたなら、私はあなたがたが去ったことから、自分が偉大であると結論づけるだろう。しかし、もし称賛をやめないなら、その称賛から私は自分の不浄さを見る。なぜなら、『高慢な者はみな、主の御前で不浄である』（箴言 16:5) からである。それゆえ、私が自分を偉大な人間だと見なせるよう、立ち去ってほしい。あるいは、私を称えてほしい——そうすれば、私はあなた方を通して偉大な謙遜を身につけることができる。」この両刃の剣のような言葉に、彼らは深く打ちのめされ、たちまち姿を消した。

33. 自分を誇ることに、誇らないこと、そして謙遜であることは、それぞれ別物である。ある者は一日中他人を裁き、ある者は何も裁かないが、自分自身をも非難せず、またある者は、罪を犯していないにもかかわらず、常に自分自身を非難する。

34. 馬は、一人で走っているときは速く走っているように感じるが、他の馬たちと一緒に走ると、自分の遅さを悟る。（自分を優れた者たちと比較すれば、自惚れを避けることができる）。

35. 不浄な悪霊たちは、ある注意深い修行者の心に、密かに称賛の言葉を植え付けようとした。しかし、彼は神の靈感に導かれて、このような敬虔な知恵をもって、霊たちの狡猾さを打ち負かすことができた。すなわち、自分の修道室の壁に、至高の美德、すなわち完全な愛、天使のような謙遜、清らかな祈り、朽ちることのない清らかさ、その他類似の美德の名称を書き記したのである。その後、思いが彼を称賛し始めると、彼はそれらにこう言った。「さあ、検証に行こう」——そして壁に近づき、書き記された名称を読み上げ——さらにこう付け加えた。「たとえこれらすべての美德を身につけたとしても、あなたはまだ神から遠く離れていることを知れ」。

36. 祈りへの揺るぎない愛を勝ち取りたいと望むなら、まず、他人の罪に目を向けないよう心を鍛えよ。しかし、その先駆けとなるべきは、虚栄心への憎しみである。

37. もし自分自身を深く理解したいと望むなら、自らを試し、自らを懲らしめることを決してやめてはならない。そして、魂の真の感覚において、すべての隣人が自分よりも優れていると心に留めておくならば、神の憐れみは私たちから遠く離れてはいない。

38. 多くの人が自分を罪人と呼び、おそらくは実際にそう思っているのかもしれない。しかし、心は（他者からの）蔑視によって誘惑される。

39. 謙遜の香りを嗅ぎ取ると言う者——たとえ称賛のさなかにあっても、心がほとんど動かない者であっても——は、惑わされてはならない。なぜなら、その者は欺かれているからである。

40. 「主よ、私たちではなく、私たちではなく、あなたの御名に栄光を」と、ある人は心の内から語った（詩編 113:9）。なぜなら、彼は、人間の性質がこれほどまでに弱く、称賛を無害に受け入れることができないことを知っていたからである。「主よ、大いなる教会において、私の賛美はあなたから来る」（詩編 21:26）——それは来世のことである。それ以前には、私はそれを安全に受け入れることはできない。

41. レモンの木には、実を結ばないときは枝を上向きに伸ばすが、その枝が傾くと、かえって実を結びやすくなるという性質がある。——知識を得た者は、このことを理解する。

42. もしある天使たちの高慢が悪魔へと変えたのであれば、疑いなく、謙遜は悪魔をも天使に変えることができる。それゆえ、堕ちた者たちは、神に希望を置いて、勇気を出すべきである。

43. 貧しさの中にあり、施しによって生計を立てることほど、魂を謙虚にするものはない。

44. 議論において、たとえそれが正当な意見であっても、頑なに自分の意見を擁護しようとする者は、自分が悪魔の病（高慢）に冒されていることを知るべきである。もし同輩との会話で

そう振る舞うなら、年長者からの叱責によって癒やされるかもしれない。しかし、自分より偉大で賢明な人々に対してそう振る舞うならば、人々はこの病を癒やすことはできない。

45. ある時、私は最も熟達した長老の一人に、従順と謙遜はどのように結びついているのかと尋ねた。彼はこう答えた。「賢明な従順な者は、たとえ死者をよみがえらせ、涙の賜物を受け、罵りから解放されたとしても、常に、それは自分の霊的指導者の祈りによって成し遂げられたものだと考え、虚栄に満ちた自負からは遠く離れている。そもそも、自分自身が自覚しているように、それは自分の努力ではなく他者の助けによって成し遂げられたことであるのに、どうしてそれを誇りとするなどできようか。

46. 共同生活を送る際には、自分自身に注意を払い、決して何事においても他の兄弟たちより義にかなっているように見せようと努めてはならない。さもないと、あなたは二つの悪を犯すことになる。すなわち、偽りであり見せかけの熱心さによって兄弟たちを傷つけ、自分自身に高慢の口実を与えてしまうのである。

47. 熱心であれ。しかし、その熱意は心の内に留め、外見や言葉、あるいは何らかの暗示的なしぐさなどによって、決して表に出してはならない。高慢を避けるために、あらゆる点で兄弟たちと同じであるようにしなさい。

48. 偽りの感動からは高慢が生まれ、真の感動からは慰めが生まれる。

49. 自分の涙を内面で誇り、泣かない者を心の中で非難する者は、王に敵に対する武器を求め、それを使って自分自身を殺す者に似ている。

50. もし誰かが、自分が高慢や短気、狡猾さや偽善に容易に打ち負かされることに気づき、これらの敵に対して「柔和と悪意のなさ」という両刃の剣を抜き出そうとするなら、その人は、あたかも救いの漂白場であるかのように、兄弟たちの集いへと急いで入るべきである。——しかも、自らの悪しき習慣を完全に断ち切りたいと願うならば、最も厳格な兄弟たちの集まりへ——急いで入るべきである。そうすれば、そこで兄弟たちからの非難や屈辱、動揺に揺さぶられ、彼らによって精神的に打ちのめされ、時には感覚的にも押しつぶされ、踏みつけられ、踵で蹴られる中で、彼は自らの魂の衣を——そこに宿る汚れから——清めることができるだろう。

51. 私は、高慢が謙遜の原因となることがあるのを見た。なぜなら、傲慢の結実は罪への墮落であり、救いを求める者にとって、その罪の墮落はしばしば謙遜の知恵へのきっかけとなるからである。

52. 高慢な魂は恐怖の奴隷である。自らを頼りにするゆえに、それは生き物たちの微かな音や、影そのものさえも恐れる。

53. 淫らな者は人が正し、悪賢い者は天使が正すが、高慢な者を癒やすのは神ご自身である。

54. 目に見える高慢は、苦難によって癒やされる。しかし、目に見えない高慢は、まず「見えない方」によって癒やされる。

55. 心の目で、高慢を絶えず見守れ。なぜなら、惑わしの中で、この情念ほど破滅的なものはないからである。

56. もし滅びの兆し、すなわち高慢とは、些細で取るに足らない行いにおいても自らを高ぶらせることであるならば、救いとなる謙遜のしるしとは、偉大な事業や改革においても謙遜な心構えを持つことである。

57. かつて私は、この狂おしいほど魅惑的な女を、彼女の母である「虚栄」の肩に担がれて私の心の中へと運び込まれたその姿を捉えた。二人を「服従」の絆で結び、「謙遜」の鞭で打ち据えながら、私は彼女たちに、どうやって私の魂の中に入ったのかと白状させた。 ついに鞭打たれながら、彼女たちはこう語った。「私たちには始まりも誕生もない。なぜなら、私たち自身があらゆる情欲の支配者であり、生みの親だからだ。私たちの敵の一人——服従から生まれる心の碎け——は、私たちに対して少なからぬ敵意を抱いている。しかし、誰かに従属すること——これだけは我々は耐えられない。それゆえ、我々は天においても支配者であったが、そこから退いたのだ。要するに、我々は謙遜の知恵に反するすべてのものの母であり、それに寄与するものは

すべて、我々に抵抗するのだ。とはいえ、もし私たちが天においてもそのような力を持っていたとすれば、あなたは私たちの顔からどこへ逃げられるというのか。私たちは、侮辱に耐え、従順と怒りを抑え、恨みを抱かず、隣人に仕えることを、極めて頻繁に追い求めている。私たちの産物は、霊的な人々の堕落そのものである。すなわち、怒り、中傷、苛立ち、短気、叫び、冒涇、偽善、憎しみ、嫉妬、反抗、わがまま、不従順である。私たちには抗う力のないものが一つある——あなたに激しく打ちのめされつつ、私たちはこうも言うだろう——もしあなたが主の御前で心から自らを責めるならば、私たちを蜘蛛の巣のように軽んじるだろう。ほら、と高慢は言った、私が乗っている馬は虚栄心なのだ；しかし、敬虔な謙遜と自己懲戒は、その馬とその騎手を嘲り、甘美にあの勝利の歌を歌うだろう。「主を賛美しよう。主は栄光に満ちておられる。馬と騎手を海に投げ込まれた」（出エジプト記 15:1）、すなわち、謙遜の深淵へと投げ込まれたのだ」。

## 5. 無情について

1. 天の穹蒼の輝きは星々であり、無情の装飾は美德である。

2. 無情なる者とは、自らの肉体を情欲によって腐敗させず、心をあらゆる被造物よりも高く掲げ、すべての感覚を心に服従させ、自らの魂を主の御前に捧げ、常に、たとえ自らの力の及ばないところであっても、主へと手を伸ばし続ける者を指す。

3. また、ある人々は、無情とは肉体の復活に先立つ魂の復活であると述べ、他の人々は、それが神に対する完全な認識（神との合一）であり、天使に次ぐものであると説く。

4. 主に関するこの完全なる、そして決して完結することのない完全性は、それを味わったある人が私に語ったように、最終的に知性を聖化し、あらゆる物質的なものからそれを切り離す。こうして、この天の安息所に達すると、肉体に宿る人生の大部分において、知性は天への熱狂的な観想の中に留まるのである。

5. 無情な者もいれば、無情な者の中でも最も無情な者もいる。なぜなら、一方は悪を激しく憎むが、もう一方は徳を飽くことなく蓄えるからである。

6. 純潔（貞潔）もまた、無情と呼ばれる。それは当然のことである。なぜなら、それは普遍的な復活と、朽ちるものの不朽への前兆だからである。

7. もし、情欲への完全な隷属のしるしが、人が悪魔によって密かに植え付けられるほぼすべての思いにすぐに従ってしまうことにあるとすれば、私は、ダビデと共に偽りなくこう言える者を、聖なる無情のしるしと見なす。「わたしから離れる悪しき者を、わたしは知らない」（詩編100:4）と偽りなく述べることができ、その者がどのようにやって来たのか、何のために来たのか、そしてどのように去ったのかを知らないこと、すなわち、私はすべてにおいて神と完全に結ばれ、常にそのような状態にあることを望んでいるため、それらすべてに対して無感覚になったのである。

8. この境地に達する恵みを受けた者は、まだこの世にあり、朽ちる肉体に縛られながらも、生ける神の宮となる。神は、その者のすべての言葉、行い、思いにおいて、彼を導き、教え導かれる。そして、内なる啓示によって、あたかもある声を聞くかのように主の御心を悟り、あらゆる人間の教えを超越して、「いつ、私は神の御前に現れるだろうか」（詩編41:3）と語るのです。もはや天への渴望に耐えられず、朽ち果てる前にあなたが私に授けてくださったあの不滅の美しさを求めます。

9. 無情な者——何と言おうか——「もはや自分が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられる」（ガラテヤ2:20）と、まさに「善き戦いを戦い抜き、競走を走り終え、信仰を守り抜いた」（テモテへの手紙第二4:7）者が語った通りである。

10. 一つの石から王冠は作られないように、たとえ一つ的美徳を軽んじても、無情は成就しない。

11. 従順から謙遜が生まれ、謙遜から無情が生まれ、それによって謙遜は完成される。謙遜の始まりは従順であり、謙遜の娘である無情は、その母である謙遜を完成させるのである。



12. ある者たちは、無情や豊かな賜物、奇跡、洞察力を得るために、自らの体を酷使用する。しかし、これらの哀れな者たちは、これらの恵みの母が労苦ではなく、何よりも謙遜であることを知らない。

13. 謙遜という美德と結婚した者は、柔和で、穏やかで、説得しやすく、慈悲深く、とりわけ平和で、喜びに満ち、従順で、心配知らずで、儉約家で、怠惰ではなく、そして——言うまでもないが————情欲に囚われない者となる。なぜなら、「われらの謙遜のゆえに、主はわれらを覚え、われらの敵から救い出された」（詩編 135:23-24）からであり、すなわち、われらの情欲や汚れから救い出されたのである。

14. 多くの者がすぐに罪の赦しを受けたが、誰もすぐに無情を身につけることはなかった。なぜなら、それを身につけるには長い時間と、多くの愛の労苦、そして神の助けが必要だからである。

## 聖なる敬虔な父たち バルサヌフィオスとヨハネ

### 彼らに関する簡単な紹介

ニコディモス・アギオリトスによって著された彼らの伝記より抜粋。聖バルサヌフィオスはエジプト出身であった。幼い頃から、彼は修道生活を送りたいという強い願望を抱いていた。ある日、馬の競走場を通りかかった彼は、その中に入り、そこで皆が互いに追い抜こうと競い合っているのを見て、心の中でこう言った。「見よ、儂い栄冠を求める者たちが、どれほど熱心に奮闘していることか。——それならば、天の御国の相続人である我々は、なおさら精進すべきではないか？」——そして、その光景を後にし、以前にも増して修道生活への情熱に燃えてその場を去った。彼がエジプトのどの修道院に所属していたかは不明である。伝承によれば、彼はパレスチナで修道士として過ごしていたとされる。聖地を巡礼するためにエルサレムを訪れた彼は、そこに留まり、最初は長老マルケルの指導の下で生活し、その後、ガザ近郊のアッバ・セリダの修道院に移った。そこで、より高い修業を志し、彼は修道院の外に小さな独房を設け、そこに閉じこもって、至極甘美な沈黙を味わった。この沈黙の生活が始まった当初、修道院からは週に三つのパンだけが届けられていた。しかし、彼は涙に身を委ね、その涙から大きな甘美さを得ていたため、この言い表せないほどの甘美さを感じると、しばしばたった一つのパンで満足し、何度もそれを口にすることさえ忘れてしまった。こうして彼は、時には週に二回、時には一回だけ食事をとった。というのも、彼はしばしば霊的な糧に心を奪われ、その甘美さゆえに、肉的な糧のことを忘れてしまうからであった。時が経つにつれ、絶え間ない涙で自らを洗い清めるうちに、この至福の人は、心と肉体の情欲から自らの心をこれほどまでに清め、敵の矢の及ばない高みへと至り、聖霊の賜物の器である心の平安を得、——また、彼の中にはあらゆる情欲的な動揺や思案が眠りにつき、あるいはむしろ死滅した。それゆえ、彼は自らの隠遁所を「墓」と呼んだのである。彼が心を情欲から清め、聖霊の宮であり住まいとなるにふさわしい者とされたその時から、そのような清らかさの結果として、彼は高尚で、真に、そして完全な謙遜に富むようになり、それによって、言葉だけではなく実際に行動をもって、自らを土と灰と見なし、常にこう自問した。「私はいったい何者なのか？ そして、誰が私を何かと見なしているのか？」と。このような謙遜によって、彼はすべての美德の中で最も偉大なもの——神から修道士に管理者として与えられる「思索」——に恵まれたのである。そして、この分別によって、偉大なるバルサヌフィオスは洞察力を授かるに値した。聖ペトロス・ダマスキノスの解説によれば、この洞察力によって、感覚的および精神的な被造物の、心的な本質や秘められた本質が把握されるのである。また、この洞察力を通じて、彼は先見の明と預言の賜物にも恵まれた。すなわち、遠くで起きていることをあたかも近くにあるかのように、また未来のことをあたかも現在のことであるかのように見



通すことができたのである（回答31. 812）。また、彼は神の恵みによって人々の心の内も知り、彼に問いかける者たちには、その言葉そのものではなく、彼らの心や思考の方向性に応じて答えていた。また、神聖なるダビデの言葉に従い、絶えず心の中で神への昇華を願い、謙遜に謙遜を重ね、沈黙に沈黙を重ね、愛に愛を重ねた結果、ついに彼は最高の賜物——神への恍惚——に到達する栄誉に浴し、それによって第七の天へと昇りつめた。それは夢想的な思考の翼によるものではなく、言葉に尽くせぬ御霊の力によるものであり、そこで祝福を受け、言葉に尽くせぬ恵みと神の御国の奥義を目撃した。彼は、偉大なるパウロのように（Ⅱコリント12:3）、自分が肉体の中にいるのか、それとも肉体から離れているのかさえ分からなかった。そしてその後、彼には豊かな奇跡を行う賜物が与えられ、主イエス・キリストの御名によって死者をよみがえらせ、悪霊を追い出し、不治の病を癒やし、その他の力や奇跡を行い、エリヤのように天を閉じたり開いたりすることができた。このような偉大な賜物を受け、これほどまでに徳の至高の境地に達したのが、教父たちの中でも偉大なるバルサヌフィオスである。しかし、彼によって獲得されたこれらの偉大な賜物は、多くの者が実際に耐えられないばかりか、その話を聞くことさえできないような試練の中で得られたものであった。同様に、この至福の聖人は重い病にも見舞われたが、それらをこれほどまでに勇敢に耐え抜いたため、病床にあっても安らぎを求めて寝台に横たわることはおろか、手仕事さえも決して中断しなかった。この聖人は6世紀、ユスティニアヌス帝の時代に生きたが、50年以上にわたり、彼を見た者は誰一人としていなかった。ただ一度だけ、彼の存在に対する疑念を払拭するために、数人の兄弟たちの前に姿を現し、彼らの足を洗ってあげた。さらに、生涯の終わりに近づいた頃、彼は教会の益のために、自らを大切にしてきた沈黙を捨てた。それは、ユスティニアヌス帝が、彼が庇護していたアフォルトドケト派の教えを受け入れない者たちを弾圧し始めたためである。エルサレム総主教は、この窮地において、この偉大なるアッバに、皇帝のもとへ赴き、その怒りを慈悲へと転じるよう請願するよう説得した。使節団の使節は成功を収めた。アッバの言葉の力に感銘を受けた皇帝は、自分に対して不従順であると見なしていた者たちへの迫害計画を中止し、エルサレム教会への好意を取り戻して、バルサヌフィオスを通じて贈り物を送った。この偉大なアッバは563年に逝去した。また、年を特定せずに「600年より前」と一般に言われている。もう一人の長老、聖ヨハネは、バルサヌフィオスと同様に沈黙の生活を送り、彼と同じ聖霊の賜物、とりわけ先見の明と預言の賜物を授かったため、預言者と呼ばれた。聖ヨハネがどこ出身で、どこからこの修道院に来たのかは不明である。彼は、偉大なるバルサヌフィオスが同じ修道院の近くに別の住居を構えた際、その最初の独房に住み、そこで18年間、最期を迎えるまで沈黙を守り続けた。その修道院のイグメンが証言しているように、彼が微笑む姿や、戸惑う様子、あるいは涙を流さずに神の聖餐を受ける姿を目撃した者は誰もいなかった。神の摂理の賜物により、尊師ヨハネは他にも多くのことを予言し、それらは彼が予言した通りに実現した。また、自身の死についても予言し、次のように語った。「私はアッバ・セリドの修道院で息を引き取るだろう。もしアッバ・セリドがもっと長く生きていれば、私もあと五年は生きられただろうが、神がこれを私から隠して彼を召された以上、私もこれ以上は生きられないだろう」。しかし、当時まだ若かったアッバ・エリアンは、修道服をまとい、修道院のイグメナに任命されたものの、修道院の規則や兄弟たちをどのように統率すべきかを知らなかったため、聖ヨハネに懇願した。ヨハネに「せめて二週間だけでも時間をください。修道院とその運営についてお尋ねしたいのです」と懇願した。すると、長老は彼を憐れみ、その内に宿る聖霊に導かれて、こう言った。「よし、あと二週間は君と一緒にいよう」。そしてアッバ・エリアンは、共同生活の運営に関するあらゆることを彼に尋ねた。二週間が過ぎると、尊者（アッバ）は修道院の兄弟たち全員を呼び集め、一人ひとりに個別に挨拶をした後、彼らをそれぞれの独房へと帰した。そして、安らかに神の御手にその霊を委ねた。尊者ヨハネの死後、聖バルサヌフィオスは完全に沈黙し、もはや誰にも答えを与えなくなった。これは、アッバ・ドロフェイが自身の第二

の説教の冒頭で述べている通りである。ドロフェイは、バルサヌフィオスの沈黙後、その修道院を去り、独自の共同生活を設立した。

\*\*\*

これらの祝福された父たちは、心から隣人を愛し、生前に霊的な恵みをもって彼らに恩恵を与えただけでなく、死後もなお、私たちに魂を救う書物——すなわち、神に賢明な彼らの回答集——を、子らへの父なる遺産として残し、私たちがそれを熱心に読み、そこから大きな霊的益を得られるようにして、恩恵を与え続けているのである。本書には、司教、司祭、修道士、信徒、長老、若者、病弱な者、健常者など、様々な人々からの多様な質問に対してなされた850の回答が収められている。これらの回答のうち、一部は、いわゆる「もう一人の長老ヨハネ」によって記され、他方、その大部分は、偉大なる長老バルサヌフィウス自身によって与えられたものである。ただし、彼は自らそれを書き記したのではなく、アブ・セリダを通じて伝えたのである。ここで、次の事実は驚くべきものである。偉大なるバルサヌフィウスが回答を述べ始めた際、アブ・セリドを呼び寄せ、自分の答えを口頭で伝え、それを書き留めるよう命じた（その回答は、ミロサヴ修道院の修道士ヨハネ宛てのものであった）。アブ・セリドは、聖人が語ったすべての言葉を自分の心の中に留めておくことはできないと悟り、これほど多くの言葉をどうやって書き留めればよいのかと戸惑い、長老がインクと紙を持ってくるよう命じ、話を聞きながら一言一句書き写すことになるだろうと考えていた。聖バルサヌフィウスは、与えられた洞察の恵みによって、セリドの秘めた思いを悟った。その顔は火のように輝き、彼はセリドにこう言った。「行って、書きなさい。恐れることはない。たとえ私が、書き留めるべき言葉として数えきれないほど多くの言葉をあなたに告げたとしても、聖霊は、たとえあなた自身がそう望んだとしても、語られた言葉より一語多くも少なくも書くことを許さない。むしろ、聖霊はあなたの手を導き、すべてを正確に、順序立てて書き記させるだろう。」この書物はまさにそのようなものである！それは、驚くべき論考に満ち溢れ、最も解決困難な疑問を解き明かし、忍耐の師であり、不平の根絶者であり、自己の意志を切り捨てる剣であり、人に媚びる心を打ち砕く斧であり、真の完全な謙遜への導き手であり、自らを無と見なすことを教えてくれるものであり、悔い改めの先駆者であり、涙の母であり、主キリストにおける魂の救いと完全さのための執り成し手である。

## 修道的な訓示

（修業や情欲との戦いに関連するものをすべて続けて選ぶ）

1. 使徒の「すべてのことに感謝しなさい」（Ⅰテサロニケ5:18）という言葉に心を留め、あらゆることに神に感謝する心構えを持ちなさい。あなたが悲しみの中にあろうとも、困窮の中にあろうとも、迫害の中にあろうとも、あるいは病気や肉体の苦痛の中にあろうとも、あなたに降りかかるすべての事柄について神に感謝しなさい。なぜなら、「多くの苦難を経てこそ、私たちは神の御国に入るにふさわしい」からである（使徒行伝14:22）。それゆえ、あなたの魂に疑いを抱かず、心の中で何事にも緩んではならない。むしろ、使徒の言葉を思い起こしなさい。「私たちの外なる人は朽ちていくが、内なる人は日ごとに新しくされている」（Ⅱコリント4:16）。苦難に耐えなければ、十字架に登ることもできず、その救いの実を分かち合うこともできない。

2. 船が海上にいる間は、危険や風の吹き荒れることにさらされる。しかし、静かで平和な港にたどり着けば、もはや危険や災難、風の吹き荒れることを恐れることはなく、安全に留まることができる。それと同じように、あなたが人々と共にいる間は、悲しみや危険、そして心の風による試練を覚悟しなさい。しかし、あなたのために用意された静寂の安息の地にたどり着いたとき、もはや恐れることはない。

3. 共同生活のために労苦し、あなたが背負っている肉体の苦しみや労苦に、落胆してはならない。というのも、これもまた「兄弟たちのために自分の命を捨てる」（Ⅰヨハネ3:16）ということだからである。そして、この労苦に対する報いは、大きなものになると私は信じている。主がエジプトで飢饉のさなかに（詩編32,19）、ヨセフを兄弟たちを養うために立てられたよう

に、主はあなたをも共同体のために仕える者として立てられたのです。私は使徒の言葉をあなたに繰り返します。「だから、わが子よ、聖霊の恵みによって強くなれ」（Ⅱテモテ 2,1）。

4. ある者は神にかなう行いによって神の安息に至り、またある者は謙遜によって同じ安息に至ります。あなたは、心の中の苛立ちを鎮めることによって怒りが消え去ったとき、その両方によって安息を得られるよう、その心構えを保ちなさい。そうすれば、聖書の言葉「わたしのヘリくんだりと労苦を見て、わたしのすべての罪を赦してください」（詩篇 24:18）が、あなたの中で成就するでしょう。主が、あなたの魂と体と霊を、あらゆる悪から、悪魔によってもたらされるあらゆる敵意から、そして心の動揺を引き起こすあらゆる妄想から守ってくださいますように。

5. 何よりも、あらゆる悪や様々な誘惑を生み出す落胆の精神に気をつけなさい。なぜ、キリストの羊たちから受ける苦しみによって、あなたの心は弱まり、疲れ果ててしまうのか。私があなたに言うことをよく聞きなさい。忍耐こそが、あらゆる善の母である。モーセを見よ。彼は、「一時的な罪の快楽を味わうよりも、むしろ神の民と共に苦しむことを選んだ」（ヘブライ人への手紙 11:25）のである。

6. 狡猾な蛇たちに盗まれたり、その毒（怒り）で毒殺されたりしないよう、用心しなさい。それは致命的である。悪によって善を行う者は決していない。なぜなら、人は悪によって自ら打ち負かされてしまうからだ。それとは逆に、「善」によって「悪」は正されるのである（ローマ 12:21）。あなたは「見世物」の場に立っている。だからこそ、エフェソスの使徒のように（Ⅰコリント 15:32）、獣たちと戦わなければならない。その使徒は、獣たちに打ち勝ったことを誇ったのである。あなたは海の嵐に投げ込まれている。それゆえ、多くの危険に耐え、荒れ狂う波に立ち向かわなければならない。神の助けによってそれらに打ち勝てば、私たちの主キリスト・イエスにある静かな安息の地に入ることができるだろう。

7. あなたは、他人を動揺させたり、他人に動揺させられたりするように促す思いに悩まされている。しかし、私の兄弟よ、知っておきなさい。もし誰かが、行いによってであれ言葉によってであれ、他人を傷つけるならば、その後、その人は百倍もの傷を受けることになるのだ。だから、何事においても忍耐強くあり、自分の意志を何事にも混ぜ合わせないように気をつけなさい。自分の思いが、死をもたらす毒（怒り）であなたの心を汚染したり、蚊をラクダに、小石を岩山と見なすようにあなたを惑わしたりしないよう、注意深く吟味しなさい。そうしなければ、あなたは、自分には丸太があるのに、他人の小枝ばかりを見ている人になってしまう。

8. あなたは自分を罪人だと言うが、実際にはそう感じていないことを示している。自分を罪人であり、多くの悪の加害者であると認める者は、誰とも対立せず、誰とも争わず、誰に対しても怒りを抱かず、むしろすべての人を自分よりも優れ、賢明であると敬う。もしあなたが罪人であるなら、なぜ隣人を責め、あたかも彼を通してあなたに苦しみをもたらしているかのように非難するのですか？——どうやら、私たち二人はまだ、自分自身を罪人として敬う境地に達していないようです。——兄弟よ、私たちがいかに嘲笑されているか見てごらん。口ではそう言っているが、行いは正反対を示しているではないか。——なぜ、邪な思いに逆らおうとしても、それを退ける力が得られないのか？ それは、まず隣人を非難することに走ってしまうからであり、それによって私たちの霊的な力が弱まり、自分自身が過ちを犯しているにもかかわらず、兄弟を責めてしまうからだ。— あらゆる思い主にお委ねし、「神は有益なことをご存知だ」と語りなさい。そうすれば、あなたは安らぎを得、少しずつ耐える力を得るでしょう。

9. もし誰かが侮辱に耐えられなければ、栄光を見ることもないだろう。また、もし苦々しさから清められなければ、甘美さを感じることもないだろう。あなたは兄弟たちや様々な出来事の只中に身を置いたのは、燃やされ、試されるためである。金もまた、火によってのみ試されるのだ。決して自分自身に（規則として）何かを定めてはならない。そうすることで、あなたは非難や心配事に身をさらすことになるからだ。しかし、神への畏れをもって、その時々にはふさわしいことを試み、熱意だけで行動してはならない。可能な限り怒りから遠ざかり、誰をも非難せず

、とりわけあなたを試す者たちを愛しなさい。よく考えてみれば、彼らこそが私たちを繁栄へと導いてくれるのだと気づくでしょう。

**10.** 苦難の中にあって忍耐強くあれ。それは、「あなたがたは世で苦難に遭うが、勇気を出しなさい。わたしが世に打ち勝ったからである」(ヨハネ16:33)と語る主の御言葉に到達した者としてである。そうすれば、それを得た者を王の宮殿へと導き、キリストの兄弟とする、打ち勝つことのできない愛に到達することができるだろう。

**11.** 乳を搾れば油となる。しかし、手で乳首を強く握れば、血が出る(箴言 30.33)。もし誰かが木やブドウのつるを輪のように曲げようとするなら、徐々に曲げれば折れることはないが、もし突然強く曲げれば、木はたちまち折れてしまう。(これは修道院長たちの厳しい措置について、また修道士たちの過度な修行についてである)。

**12.** なぜ、肉的な人間のように、苦難の中で疲れ果てているのか。あるいは、あなたに苦難が待ち受けていることを聞いていないのか。そして、「義人には多くの苦難がある」(詩篇33:20)ということを知らないのか——彼らは、炉の中の金のように、それらによって試されているのだ。それゆえ、もし私たちが義人であるならば、苦難による試練に快く身を委ねよう。もし罪人であるならば、それにふさわしい者として、それらに耐え忍ぼう。——世界の始まりからすべての聖人たちを心に留め、彼らが善を行い、善を語り、真理に揺るぎなく留まりながら、どれほど多くの苦難に耐えてきたかを思い起こそう。彼らは最期を迎えるまで人々に憎まれ、侮辱され続けた——そして、救い主の御言葉通り、「敵や、自分たちに害を加える者たちのために祈った」(マタイ5:44)のである。果たして、あなたもまた、貞潔なヨセフのように売られたことがあっただろうか。モーセのように、幼少期から老齢に至るまで、悪意に満ちた扱いを受け続けただろうか。サウルから迫害を受けたダビデのように、迫害されたことがあっただろうか。あるいは、ヨナのように、海に投げ込まれたことがあっただろうか。それなのに、なぜあなたの思いは緩んでしまうのか。神の約束を失わないよう、勇気を欠いた者のように恐れおののいてはならない。不信仰者のように戦慄してはならず、むしろ、信仰の薄い自分の心を奮い立たせなさい。あらゆる苦難を愛し、聖徒たちの熟達した子となるようにしなさい。

**13.** 町にたどり着きたいと願う者は、誰も横になってはいない。働きたいと願い、昇る太陽を見て、怠惰にふける者はいない。自分の畑を肥やしたいと願う者は、それを顧みないことはない。しかし、町にたどり着こうとする者は、日が暮れる前にそこへ急いで向かう——(自分の仕事を終わらせようとする者は)、昇る太陽を見て、何かに足を止められることを恐れ、元気よく仕事へと急ぐ——そして、自分の畑を肥やそうとする者は、それが全く役に立たなくなる前に、それを済ませようと努める。——「聞く耳のある者は、聞きなさい！」

**14.** 悲しみから解放され、それに悩まされたくないか? ——さらなる大きな悲しみを待ち望め——そうすれば、心は安らぐだろう。ヨブや他の聖人たちがどのような苦難に耐えたかを思い起こし、彼らの忍耐を身につけよ——そうすれば、あなたの魂は慰められるだろう。勇気を奮い起こし、力を出し、祈りなさい。

**15.** 泣き、嗚咽しなさい。人に何かと見なされようと求めず、何事においても自分を他人と同列に置かないようにしなさい。この世を捨て、十字架に登り、地上のものを振り払い、足から塵を払い落とし、「恥を恐れてはならない」(ヘブライ人への手紙12:2)と、カルデア人と共に炉に火を点けてはならない。そうすれば、神の怒りによって彼らと共に焼き尽くされることはないだろう。あらゆる人を自分より優れた者に見なせ——自分の死者を悼め——自分の丸太を削り直せ——倒れた家を再建せよ、そして叫べ。「ダビデの子よ、私を憐れんでください……目が見えるようにしてください」(ルカ18:38,41)。

**16.** まだ時間があるうちに、自分自身に耳を傾け、沈黙を学ぼう。もしすべてに対して平穩でありたいのなら、あらゆる人に対して死んだ者となりなさい。そうすれば、あなたは安らぎを得るだろう。これは、思いや、あらゆる行い、人との付き合い、そして心配事について私が言っていることである。

17. あなたはこう書いていた。「私の罪のために祈ってください」。私もあなたにこう言おう。「私の罪のために祈ってください」。なぜなら、「あなたがたが人々にしてもらいたいように、あなたがたも人々にしてあげなさい」（ルカ6:31）と書かれているからだ。私は罪深く、誰よりも劣っているが、それでも今に至るまで、自分の力の及ぶ限り、「互いに祈り合い、癒やされるようにしなさい」（ヤコブ5:16）という戒めに従って、これを実践している。

18. もし信仰について論じることができないのなら、論じてはならない。信仰に堅固な者は、異端者や不信仰者と語り合い、論争しても、決して動揺することはない。なぜなら、その内には、平和と静寂の源であるイエスが宿っているからである。そのような者は、平和的な論争の末、多くの異端者や不信仰者を愛をもって、私たちの救い主イエス・キリストへの認識へと導くことができる。しかし、あなたにとっては、他の事柄について論じることがあなたの力量を超えることであるから、王の道、すなわち聖なる教父たちの信仰（そして現代の私たちにとっては、七つの公会議によって確立された信仰）に固く立ちなさい。あなたはまさにその信仰によって洗礼を受けたのである。その信仰は、完全に理解する者たちにとって、すべてを正確に包含している。自分の罪と、神があなたをどのように迎えてくださるかを思い巡らし、なおさら自分自身に注意を払いなさい。

19. 自分への称賛を耳にしたときは、聖書の言葉を思い起こしなさい。「わが民よ、あなたがたを喜ばせようとする者たちは、あなたがたを讃えておるが、それはあなたがたの歩む道を乱すものである」（イザヤ書3:12）。このような称賛は、私たちの行いの醜さを直視することを妨げる。それは、（霊的な成長において）適度な境地に達した者たちにも害を及ぼし、また、「互いに栄誉を受け合っているのに、どうして信じることができるのか」（ヨハネ5:44）と語られる神への信仰から遠ざけてしまうのではないか。使徒の謙遜を受け入れる者は、むしろ「狂気」を選び、その結果として「賢くなる」であろう（Iコリント3:18）。しかし、自分を知的な者であり、ましてや霊的な者であると見せかける者は、傲慢さのために定められた非難を免れることができるだろうか、と私は不思議に思う。

20. （夜間の恐怖に関する問いに対して）。市民たちは、王からの援助がない限り、敵の侵攻を恐れている。しかし、軍司令官が自分たちの街に入城したという知らせを受けると、指導者たちが自分たちのことを気にかけてくれていると知って、もはや不安を感じなくなる。たとえ敵が接近しているという話を耳にしたとしても、守ってくれる者がいれば、もはや恐れることはない。それと同じように、私たちも神を信じるならば、悪魔を恐れることはない。なぜなら、神は私たちに御自身の助けを送ってくださるからである。

21. 礼拝の時刻と賛美歌は教会の伝統であり、すべての人々が（祈りにおいて）一致するために、また共同生活において多くの者が調和を保つために、適切に定められている。一方、スキタイの修道士たちは、礼拝の時刻も賛美歌も唱えず、一人きりで手仕事や読書、黙想に励み、しばらくしてから祈りの姿勢をとる。祈りの姿勢をとるときは、古い人から解放されるよう祈るべきである。、あるいは「主の祈り」を唱えるか、あるいはその両方を合わせて行い、その後、手仕事に取り組み始める。また、祈りの姿勢でどれくらいの時間祈り続けるべきかについては、使徒の言葉（Iテサロニケ5:17）に従って「絶えず祈る」のであれば、時間の長さは問われない。

22. 夜の睡眠については、夕方から日没を基準にして二時間祈り、賛美を終えたら六時間眠り、その後起きて徹夜祈禱を行い、残りの四時間は目を覚ましていなさい。夏の間も同様ですが、夜が短い分、賛美を短縮し、詩篇の朗読も減らしてください。

23. 主は、謙遜の知恵をどのように得るかを、次のように語って私たちに教えられた。「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、謙遜であるから。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るであろう」（マタイ11:29）。もしあなたも完全な平安を得たいと願うなら、主がどのような苦難に耐えられたかを知り、あなたもそれに耐え、あらゆる事において自分の意志を切り捨てなさい。救い主ご自身がこう言われました。「わたしは天から下って来たのは、自分の意志を行うためではなく、わたしを遣わした父の意志を行うためである」（ヨハネ6:38）。また、完全な謙遜とは、私たちの師であるキリスト・イエスが耐え忍ばれた非難や侮辱、その他あらゆる苦

難を耐え忍ぶことにある。これこそが、人が完全な祈りに達したことのしるしでもある。すなわち、たとえ全世界が彼を侮辱したとしても、もはや動揺しないということである。

**24.** 完全な祈りへの入り口となるのは、心が散漫になることから解放され、主によって照らされた自分の心が喜びで満たされていることに気づくときである。完全に祈る者とは、この世とその安らぎに対して自らを死なせる者である。また、神のために熱心に自分の務めを果たすとき、それは散漫さではなく、神に喜ばれる勤勉さである。

**25.** 飲食における節制の度合いについて、教父たちは、食べ物も飲み物も、適量より少し少なめに摂るべきである、すなわち、胃を完全に満たしてはならないと説いている。そして、誰もが、調理された食事においても、ワインにおいても、自らその度合いを定めるべきである。もっとも、節制の度合いは食事や飲酒だけに限られるのではなく、会話や睡眠、衣服、そしてあらゆる感覚にも及ぶ。これらすべてにおいて、それぞれの節制の度合いが求められるのである。

**26.** 食事と飲酒の節度を、適切とされる量より少し控えめにするには、どのように定めればよいのか？——食事の総量、すなわちパンやその他の食事からは、1オンス弱を差し引くこと。また、ワインと水については、両方とも杯の半分未満を差し引くこと。もし自制心が効いて、一度だけ飲むことが難しくないなら、それでよい。もしそれができないなら、二回に分けて飲むが、そのたびに適正量より少なめにすべきである。また、心が乱れたり葛藤が生じたりしている間は、普段の食事や飲み物の量も少し減らすべきである。すなわち、食事はさらに1オンス、飲み物はすべてさらに1杯分減らす——つまり、全体として食事の量を2オンス、飲み物の量を1杯分減らすようにする。

**27.** では、適切な量とはどのように定めればよいのか、あるいは、各人がどれだけの食事と飲み物を必要とするかを、どのようにして知ればよいのか。——数日間、パン、その他の食事、野菜など、すべての食事について自分自身を観察することで、人は経験から、自分の体にどれだけの食事と飲み物が必要か（負担を感じることなく満腹になるために）を知ることができる。この基準から、食べ物を1オンス、飲み物を半杯分差し引くようにしよう。戦時中は、さらにそれぞれ1オンスと半杯ずつ差し引くようにしよう。

**28.** 自分の力に応じた節制とは何か。自分の力に応じて節制するとは、前述の通り、すなわち、食事や飲み物を本来必要な量より少し少なめに摂ること、そして睡眠についても同様である。しかし、労苦や疲労のためにこれに反して少し多く摂ったとしても、それは「自分の力に応じて」という規則の違反にはならない。——「睡眠の適量はどれくらいか」と問うなら、教父たちはそのために夜の半分を定めている。食事に関しては、もう少し食べたいと思う時点で食べるのをやめ、そのようにして常に節度を持って摂取せよ。

**29.** 「気まぐれで」食事を摂るとはどういうことか、また「自然の要求に従って」とはどういうことか。——「気まぐれ」とは、身体の必要性ではなく、胃（および喉）を満足させるために食事を摂りたいと願うことを意味する。しかし、もし自分の身体が、甘さのためではなく、消化のしやすさゆえに別の食物をより好んで受け入れるのを見れば、それを摂ることは気まぐれではない。また、ある人は性質上甘い食べ物を求め、ある人は塩辛いものを、またある人は酸っぱいものを求めるが、これらは気まぐれではない。しかし、特定の食べ物を特に好み、それを貪欲に欲しがめることは、気まぐれであり、腹を満たすことへの執着の現れである。——もし自分が美食への情熱に囚われているかどうかを知りたいなら、次のように見極めなさい。もし食べ物があるあなたの思考を支配している（それゆえにそれに抗うことができない）のであれば、あなたは美食家である。もしそのような支配がなく、体の必要に応じてあらゆる食べ物を自由に受け入れているのであれば、あなたには美食への情熱はない。貪食のもう一つの兆候は、時期尚早に食べたいと願うことです。これは、正当な理由がある場合を除き、決して行ってはなりません。

**30.** もし（大食への）欲望が、食事の前に私を襲うのではなく、食事の最中に現れた場合、私はどうすべきか——食事を控えるべきか、それとも控えないべきか？——他の人と一緒に食事をしているときは、食事を残してはならない。しかし、神の御名を呼び求めて、欲望を追い払い



、少量だけ口にせよ。その食べ物はすぐに悪臭を放つものへと変わることを心に留めておくのだ。一方、一人でいて空腹のときは、パンや、他に抵抗を感じない食べ物を食べなさい。

**31.** 心に生じるあらゆる思いについて、長老たちに尋ねるべきか？ —心に生じるすべての思いについて尋ねる必要はない。ただ、人の心の中に長く留まり、その人を苦しめるものについてのみ尋ねるべきである。これは、たとえ多くの人から嫌がらせを受けていても、不快なことを無視し、気に留めない人の様子に似ている。しかし、もし誰かが立ち上がって彼を攻撃してきたなら、その時は彼はその者を支配者に告発するのだ。

**32.** 私たちと闘う思いに反論すべきか？ ——反論してはならない。なぜなら、敵はそれを望んでおり、（反論を見れば）攻撃を止めないからである。しかし、主に対して彼らのために祈り、御前に自分の無力さをさらけ出せば、主は彼らを追い払うだけでなく、完全に滅ばしてくださるかもしれない。

**33.** 夜の夢や不浄な思いは、高慢から、あるいは飽食から、あるいは悪魔の嫉妬によって生じることがある。この最後の点について言えば、私たち側に高慢や飽食といった敵を助長する要素がなければ、悪魔はこれを頻繁に繰り返すことはできない。家を建てる者が、必要な材料を見つけられなければ無駄な労力に終わるが、悪魔もこれと同様である。

**34.** 自分の食欲を抑え、食事の量を減らしたいのですが、できません。たとえ一時的に減らしたとしても、しばらくするとまた以前の量に戻ってしまいます。飲み物についても同様です。これはなぜでしょうか？ ——このことから解放される者は、次のように言った者のように節度を保った者以外にはいません。「私のパンを運ぶのを忘れてしまった。私の嘆きの声ゆえに、私の骨は私の肉に張り付いている」（詩編101:5,6）。そのような人は、すぐに食事や飲酒を減らすことができる。なぜなら、涙が彼にとってのパンとなるからだ——そしてついには、聖霊によって養われるに至るのだ。信じてほしい、兄弟よ。私はそのような境地に達した人を知っている。一週間に一度か二度、あるいはそれ以上の頻度で、彼は霊的な糧に心を奪われ、その甘美さゆえに肉的な糧を忘れてしまう。そして、パンを味わう時が来ても、まるで満腹したかのようにそれを口にしながら、口にしながら自らを責め、「なぜ私はいつもこのような状態ではないのか」と言い、さらに上達することを願うのである。

**35.** どうすればそのような境地に達することができるのか？ ——人のすべての思いが、神において一つの全体をなすとき、その時、この肉体もまた神への思いに従うようになり、——心の内に御霊の喜びが現れ、魂を養い、体を豊かにし、その両方を強めるのである。そのような人はもはや弱ったり、落胆したりすることはない。なぜなら、イエスがそこからその人のために執り成し、彼を「あらゆる病気、悲しみ、嘆きが遠ざかる」（イザヤ書 51: 11）——そして、聖書の言葉「あなたがたの宝のあるところ、そこにあなたがたの心もある」（マタイによる福音書 6: 21）が、その人に成就する。人をそのような境地へと導くのは、謙遜である。

**36.** （節制による）身体の衰弱のうち、自然なものと悪魔によってもたらされるものをどのように見分けるべきか、また、どれだけの食事を摂るべきか。 — 衰弱について言えば、もし身体が（通常の節制の範囲内で）毎日の食事を摂っても衰弱してしまうなら、それは悪魔によるものである。そうでない場合（節制の度合いを過度に厳しくしすぎた場合）、それは自然な衰弱である。また、通常の節制の程度とは、長老たちが初心者に定めたように、食事の席を少し空腹のままで立ち去ることである。——その後、人がこの節制、さらにはそれ以上の節制に定着すれば、すでに習慣として身につけた者として、自分がどれだけの量を食べるべきかを見極めることができるようになる。

**37.** 「私のために祈ってください。私は深く嘆いています」。——忍耐と苦難によってこの世に完全に死にゆく者たちは、成熟の域に達する。ああ、愛する兄弟よ！ ——主は十字架の苦しみを耐え忍ばれた——それならば、あなたもまた、天の御国へと導く忍耐である苦しみの中で、喜びを見出さないはずがないではないか。あなたが悲しんでいること——それは良い兆しである。主が誰かに御自身の憐れみを備えようとされる時、苦しみや試練が増すことを、あなたは知らないのか。そもそも、主があなたに与えられない限り、肉体の安らぎを求めてはならない。なぜ

なら、肉体の安らぎは主の御前で忌まわしいものだからである。そして主は言われた。「あなたがたは世で苦難に遭うであろう」（ヨハネ16:33）。

38. 毎日の食事をどのように決めるべきか。——もし修道室で毎日の食事を決めてしまうと、それはあなたを心配や争いへと導くことになる。神が与えてくださるものに、ただ満足しなさい。「まっすぐに歩む者は、希望を持って歩む」（箴言10:9）。

39. 詩篇を読む際、各詩篇の後に「主の祈り」を唱えるべきでしょうか? ——「主の祈り」を一度唱えれば十分です。

40. 私たちも歩んだその道を、先人たちに倣って歩みなさい。完全な平安を見出したとき、私たちがそれを享受したことは一度もなかったと記憶しています。むしろ、「あなたは自分の胎内に善きものを蓄えた」（ルカ16:25）と仰せになった方を恐れ、「多くの苦難を経てこそ、神の御国に入るにふさわしいのである」（使徒14:22）ということを中心に留めながら、あらゆる方面から些細な苦難や悲しみを混ぜ合わせようと努めた。多くの財産が私たちの手に渡った時でさえ、私たちはそうしていた。そして、私たちのために貧しくなられた方のために、私たちがどれほどの貧しさの中で暮らしていたか、神のみがご存知である。— あらゆる事において安逸にふけるのは良くない。それを求める者は、神のためではなく、自分のために生きている。なぜなら、そのような人は自分の意志を切り捨てることができないからである。

41. 主は、あなたがすべての人を自分よりも尊ぶことを望んでおられる。あなたの指導者には、あらゆる事において従順を示し、彼があなたに言うことはすべて、それが食事であれ、飲み物であれ、あるいはその他の事柄であれ、すべて実行しなさい。もしあなたが中傷されたとしても、喜びなさい。それはあなたにとって大いに有益なことである。もし侮辱されたなら、耐え忍びなさい。「最後まで耐え忍ぶ者は、救われるからである」（マタイ10:22）。すべてのことについて神に感謝しなさい。感謝は、弱さを神の御前で取り成してくれるからである。あらゆる事において、常に自分を罪を犯し、惑わされている者として自責しなさい。そうすれば、神はあなたを裁かれない。あらゆる事において謙遜であれば、恵みを受けるだろう。

42. あらゆる場面で、謙遜に身を委ねよう。なぜなら、謙遜な者は地に伏しているが、地に伏している者がどこへ転げ落ちるだろうか。しかし、高みにいる者は転げ落ちやすい。もし私たちが悔い改め、正されたとしても、それは私たちによるものではなく、神の賜物である。なぜなら、「主は倒れた者を起こし、盲人の目を開かれる」（詩編145:8）からである。

43. 病気は、私たちに対する神の戒めであり、もし私たちが神に感謝するならば、それは繁栄につながる。ヨブは神の忠実な友ではなかったか? しかし、神に感謝し、神を賛美しながら、彼はどんな苦難も耐え抜いたではないか。そして、その忍耐は、ついに彼を比類なき栄光へと導いた。あなたも（病気の中で）少しの間耐え忍べば、「神の栄光を見る」ことになる（ヨハネ11:40）。——（病気のせいで）断食ができないとしても、悲しむことはない。神は誰に対しても、力の及ばない労苦を求めたりはしないのだ。そもそも、断食とは、健康な肉体を鎮め、情欲に対して無力にするための肉体の懲らしめに他ならない。使徒の言葉にあるように、「私が弱い時にこそ、私は強い」（Ⅱコリント12:10）。そして、病気はこの懲らしめ以上に厳しいものであり、断食の代わりとみなされ、断食よりもさらに高く評価されるのです。神に感謝しつつ忍耐をもって病に耐える者は、その忍耐によって自らの救いの実を得るのです。断食によって体の力を弱める代わりに、体はすでに病気によって弱められているのです。ですから、断食という労苦から解放されたことを神に感謝しなさい。たとえ一日に十回食事をしたとしても、悲しむ必要はない。それは自分自身を甘やかすためではなく、神への奉仕として行っているのだから、そのことで裁かれることはない。

44. 悪魔たちは（信仰の果実に対する）嫉妬から、私たちに不信仰をもたらし。もし私たちがそれを受け入れるならば、私たちは彼らの僕となり、共犯者となるのである。

45. （日々の修練）。あなたは、詩篇の詠唱を少し行い、口頭での祈り（暗唱による祈り）も少し行うべきである。また、自分の思いを試み、それを守ることに時間割く必要がある。しかし、詩篇の詠唱や暗唱による祈りについては、自分に縛られることなく、主があなたを強め

てくださる分だけ行いなさい。また、聖書の朗読や内なる祈りも怠ってはならない。あれを少し、これを少しと、そうして一日を過ごし、神に喜ばれるようにしなさい。私たちの完全な先達たちは、決まった規則を持っていませんでしたが、一日を通して自らの規則を実践していました。少しは詩篇の詠唱に励み、少しは口頭で祈りを唱え、少しは自分の思いを試み、わずかながら食事にも気を配り——そしてこれらすべてを、神を畏れる心をもって行っていたのです。なぜなら、「あなたがたが何をするにせよ、すべてを神の栄光のためにしなさい」(Iコリント10:31)と書かれているからである。

**46.** あなたの苦難において、敵に惑わされてはならない。試練や苦難が、神の許しなしに誰かに降りかかることなどあるだろうか。いいえ。神は私たちの魂の益のためにこれを許されるのだが、悪魔は、かつて先祖たちを樂園から追放した時と同じように、物事を私たちに歪めて見せているのだ。——しかし、私たちはこのことを深く考えず、神があらゆる汚れから私たちを清めるために苦難を送ってくださることを忘れてしまい、動揺し、落胆してしまう。——もし救われたいのなら、自分の思いに惑わされてはならない。悪魔たちはあなたの中に悪の種を蒔き、あるものを別のものとして見せかけるからだ。決して誰をも、何事についても非難してはならない。むしろ、あらゆることにあって隣人を喜ばせるよう努めよ。また、誰に対しても悪を思ってはならない。なぜなら、それによってあなた自身が悪となるからだ。悪を思うのは悪人であり、善を思うのは善人だからである。「彼らは私のことを話している」という考えが浮かんだときは、それが敵があなたに囁いているのだと知れ。決してそのような疑いを抱いてはならない。すべてを、喜びと楽しさをもって耐え忍びなさい。忍耐に対する報いは大きいからである。そして、悪魔たちを信じてはならない。彼らがあなたに見せているようなことは、実際には存在しないからだ。彼らはただ、何らかの形であなたを惑わせようとしているだけなのである。

**47.** (「また侮辱か」)。兄弟よ、あなたの純真さには驚かされる。まさか、悪魔が誰かを誘惑することをやめるとでも思っているのか？ それに、地面に倒れ込み、泡を吹いている悪霊に取り憑かれた者たちを、どうして責めることができるだろうか？ 同様に、悪魔によって私たちに敵対し、侮辱を浴びせるように仕向けられた者たちを責めることもできない。責めるべきは彼らではなく、情欲そのものと、それを煽る者なのだ。あなたは敵に惑わされており——自分の罪には目を向けず、隣人の罪ばかりを鋭く見ている。兄弟の過ちを執拗に指摘しながら、自分のことを忘れてしまっている。——そもそも、あなたは一体何者なのか、他人の罪を詮索する資格などあるのか？ ——ラザロのことを思い出せ——彼は、神に感謝しつつ、どれほど長い間耐え忍んだことか。

**48.** 「私は(夢の中で恥ずべき)妄想に陥ってしまった」。——神は、私たちが自らの無力さを悟り、自分ではなく、ただ神のみに信頼と希望を置くようにと、妄想やその他の情欲に陥ることを許しておられるのだ。——しかし、私たちが神の御心によって妄想やその他の情欲に陥るのだなどと考えるのはならない。むしろ、私たちの怠慢ゆえに、神はこれを許しておられるのだ。そして、神の慈愛により、(私たちの中に現れる)悪を通して、私たちの救いのために謙遜へと導いてくださるのだ。さあ、あなたがどのような者であるかを悟り、神の前だけでなく、人々の前でも謙遜になりなさい。そして、私たちが求めるものや考えることよりも、比べものにならないほど多くのことを成し遂げることができる御方に、すべての心配事を委ねなさい。

**49.** 「誘惑に疲れ果てている」。——疲れ果ててはならない、兄弟よ。神はあなたを見捨てたことはなく、これからも見捨てたりはしない。主が私たちの共通の父であるアダムに下された「額に汗を流してパンを得よ」(創世記3:19)という宣告は、揺るぎないものであることを知れ。るつぽで精錬される金のように、清められて王冠にふさわしいものとなるように、苦難によって試練にさらされる人も、感謝をもってこれを耐え忍ぶならば、御国の子となるのである。だから、あなたに起こるすべてのことは、あなたが神の前で大胆さを得られるよう、あなたの益となるのだと信じてほしい。

**50.** (病に伏し、気落ちしている者へ)。私たちの救い主の苦難に深く思いを馳せなさい。あたかもあなたも主と共に、侮辱、傷、屈辱、唾を吐きかけられることによる冒瀡、緋色の衣に

よる非難、いばらの冠による恥辱、胆汁入りの酢、釘打ちの激痛、槍による貫通、水と血の流出——これらを味わい、そこからあなたの病への慰めを見出してください。主は、あなたの労苦を無駄にはされません。主は、あなたがその時に、苦難の忍耐の果実を結び、栄光に包まれた聖徒たちを見たとき、彼らと疎遠になることなく、聖徒たちやイエスと共にある者となり、聖徒たちと共に主の前で大胆に振る舞えるようにと、あなたにわずかな病を耐え忍ばせることを許されたのです。だから、悲しむことはない。神はあなたを忘れてはおられず、むしろ「姦淫者」としてではなく、誠実な御子として、あなたを慈しんでおられるのだ。

**51.** その偉大なる私たちの兄弟、すなわち、私たちを御自身の兄弟とすることをお許しくださった私たちの主イエス・キリスト（ヘブライ人への手紙2:11）が、私たちすべてに助けを与えてくださいますように。そして、私たちはすでにその兄弟となり、天使たちも私たちを祝福しています。——ああ、なんと偉大な方を私たちの兄弟として持つことか！ 私たちを強めるために力強い方、——戦利品を分け与えるために強靱な方、——戦いの際に、私たちを襲う敵を打ち倒すために軍司令官、——私たちの内なる人と外なる人を共に癒やし、内なる人を外なる人に従わせるために医者、——霊的な糧で私たちを養う養い主、——私たちを生かす生ける方、——私たちを憐れんでくださる慈悲深い方、——私たちを恵んでくださる寛大な方、——私たちをも王とする王、——私たちをも神とする神。— それゆえ、すべてが御方にこそあることを知って、御方に祈りなさい。——そうすれば、あなたが自ら御方を妨げない限り、御方はあなたの心の願いを叶えてくださる。

**52.** 「求めなさい。そうすれば与えられる」（ヨハネ16:24）と言われた主イエスが、あなたのすべての願いを叶えてくださいますように。ただ、神の賜物を受け入れるために、自分の家を準備し、入念に清めておきなさい。それらは清められた家においてのみ守られ、不浄のない場所でこそその芳香を放つのである。それらを味わう者は、世のために十字架につけられた古い人とは無縁となり、世もまたその者にとって無縁となり、常に主のうちに生きようになる。敵の波がどれほど打ち寄せようとも、その船を打ち砕くことはできない。それゆえ、彼は敵にとって恐るべき存在となる——彼らは彼に聖なる印を見出すからである——そして、彼が敵にとって敵となるほど、偉大なる王にとって誠実で愛すべき友となるのである。

**53.** 悪魔的な情欲や妄想によってもたらされる不安に、心を乱されてはならない。悪魔たちは私たちを悩ませ、誘惑してはいるが、私たちがわずかな忍耐を保つよう自分自身に注意を払い続ければ、彼らは何も成し遂げることとはできず、かえって私たちの徳を高めてくれるのだと信じなさい。人愛に満ち、慈悲深い神から与えられた約束を失わないよう、努力を怠ってはならない。与えることは神に委ねられており、それを守ることは私たちの役目である。そして、神の聖なる約束と悔い改めのない賜物を受けた後、悪魔たちが再びあなたに対してその恥ずべき情欲を煽り立て、計り知れない富を奪い取ろうと企んでいるとしても、驚いてはならない。しかし、神ご自身が聖ヨブについて証しされた後、あの悪魔たちが、この忍耐の柱を倒そうとして、彼に対してどのような誘惑や試練を仕掛けたか、彼らがどれほど恥知らずであったかを思い起こしなさい。しかし、彼らは彼を打ち負かすことはできず、彼の輝かしい信仰と感謝の宝を奪い取ることもできなかった。金は火を通ることでより純粋になる。すなわち、義人は数多くの試練を通ることでより純粋になるのだ。神は、義人に対するご自身の特別な証しがあった後も、主のしもべが試練に遭うことを許し、容認された。それは、主のより大きな栄光と誉れのためであり、敵たちの無力さを示すためである。だから、落胆してはならない。約束の印は損なわれていない。「主を待ち望め」（詩篇26:14）、「終わりまで耐え忍ぶ者は、救われる」（マタイ24:13）——これは、私たちの主キリスト・イエスについてのことである。

**54.** （回答）。——心に動揺が生じるのは、あなたの心が定まっていないからである。——（ブドウの）ワインを完全に断つ必要はないが、少しずつ飲むようにしなさい。— 座ったまま眠ることは、やがて謙遜へと導く。— とにかく、神を恐れつつ、自分自身をすべて神に委ねなさい。

**55.** 自分自身に注意を払いなさい。悪魔たちは、座ったまま眠ったり、枕を使わなかったりといった、あまり益のないことにあなたを誘惑しようとしている——それは「ミント、クミン、コップル」と同じことである——そして、「*律法のより重要な事柄を捨てよ*」（マタイ23:23）と囁き、すなわち、怒りを鎮め、苛立ちを消し去り、あらゆる事において従順になるよう仕向けるのである。彼らがあなたの中にこれを植え付けるのは、あなたの体を衰弱させ、それによって病に陥らせ、やむを得ず柔らかい寝床や様々な食事を求めさせるためである。むしろ、枕一つで満足し、神への畏れをもってその上で安らぐべきである。あなたの壺に、謙遜、従順、信仰、希望、愛といった心の薬の調合を注ぎ入れなさい。これらを持つ者は、天の王キリストに祝宴を捧げるのです。

**56.** 「私は冒瀆的な思いに囚われてしまった」。——魂を滅ぼす冒瀆的な悪魔が、あなたに敵対し始めてから、すでにかかなりの時間が経っている。その悪魔は、あなたを殺すために、グリヴナ（首の鎖——情欲）であなたを捕らえたのだ。ああ、神よ、どうかその悪魔があなたに対してその意志を遂行することを許さないでください（IIテモテ2,26）。——しかし、絶望してはならない。あなたの悔い改めを受け入れてくださる神が、あなたの前に立っておられる。囚われの惑いから目覚めよ——そして何よりもまず、怒りと苛立ちを鎮めよ。それらが人を、神に対する破滅的な冒瀆へと導くことを知れ；そして、悪魔を焼き尽くす謙遜、神の御子が人の内に入る道を開く従順、人を救う信仰、恥じることの無い希望、人が神から離れることを許さない愛を身につけなさい。あなたはこれらの美德を顧みることなく、それどころか、その正反対である怒り、苛立ち、そして完全な破滅——前述の冒瀆——を選んだ。しかし、神の慈愛に目を向け、主がどれほど多くの恵みを与えてくださったかを思い巡らし、改心するよう努めなさい。——過去は赦されたが、これからは改めよ。— 40日間、神に悔い改めを捧げなさい。毎日三回ひれ伏し、「私を誹謗した者、私の神よ、お赦してください！」と唱えなさい。そして、神を冒瀆したあなたの口で、一日に三回、「私の神よ、あなたに栄光あれ。あなたは永遠に祝福されます。アーメン！」と告白しなさい。—そして、これ以上悪いことが起きないように、再び同じ過ちを犯してはならない。心の無感覚からあなたは怒りに陥り、その怒りから聖体拝領から背くに至った。完全に囚われて、冒瀆の落とし穴にも落ちてしまったのだ。——もし、慈愛に満ちた神の御手と聖人たちの祈りが先んじていなければ、あなたの魂は絶望という破滅に陥っていたことでしょう。見よ、この取るに足らない私を通して、神はあなたにこう言われます。「あなたは罪を犯した。もう二度と罪を犯してはならない。」かつての罪についても祈りなさい。神は慈悲深く、私たちが（改心する）意志を持つならば、私たちの罪を赦してくださいます。

**57.** （アヴヴァが他の人を自分より優先していることを嘆いている）。兄弟よ！ あなたは自ら自分を誘惑している。「人はそれぞれ、自分の欲望に誘われて誘惑される」（ヤコブ1:14）ということを知らないのか？——自分以外の誰の言葉にも耳を傾けるな。また、他人のことを詮索するな。それは、いかなる点においてもあなたにとって有益ではないからだ。——そして見よ、サタンがいかに取るに足らないことで、お前の心を惑わせたかを。——さあ、神の御手に支えられて立ち上がれ——そして、悪魔たちが自分たちの意のままに物事を示すために用いる、お前の思い込みを信じてはならない。

**58.** （敬意を表すようなことを提案されたとき）。何かで称賛されたときに喜ぶことの無いよう自制し、神と神を愛する者たちが憎む不従順を追い払うような従順を示せ。天へと導き、それを実践する者を神の御子に似せさせるような従順に固執せよ。

**59.** （悔い改めを始めるには？）もし悔い改めを始めたいと願うなら、姦婦が何をしたかを見よ。「彼女は涙で主の足を洗い清めた」（ルカ7:38）。涙はあらゆる者を罪から洗い清める。しかし、人は苦労の末に、聖書の多くの教え、忍耐、恐ろしい審判と永遠の恥についての思索、そして自己犠牲を通じて、その涙に到達する。主が言われたように：「わたしに従いたい者は、自分を捨て、自分の十字架を負い、わたしに従ってきなさい」（マタイ16:24）。すなわち、自分を捨て、自分の十字架を負うとは、あらゆる事において自分の意志を切り捨て、自分を無に等しいものと見なすことを意味する。

**60.**（肉体の弱さゆえに、教父たちのように精進することができない）。もしあなたが弱く、多くのことを耐えられないのであれば、自分の力の及ぶ範囲で行動し、必要量より少し少なめのパンと飲み物を摂りなさい。なぜなら、神は未亡人の二レプタを受け入れ、他のすべてのものよりもそれを喜ばれたからである。——他人に気兼ねせずに接しないよう自らを鍛えよ。そうすれば、あなたは救われる。

**61.** 私の内に湧き上がる思いはこう言う。「他国へ行け、そうすればそこで救われるだろう」。——これは敵によるものであり、敵は真理を装ってこれをあなたに提案し、あなたを嘲笑し、多くの人々にとっての誘惑の対象とし、あなたが彼らの代わりに裁きを受けるように仕向けるためである。——とはいえ、あなたがこれにさらされているのは、あなたの怠慢と虚栄心によるものである。悪魔たちは、あなたの魂を滅ぼすために、その怠慢と虚栄心に自らの策略を結びつけているのだ。だから、自分自身を注意深く見守り、怠惰と虚栄心を追い払うよう、思いに立ち向かって奮闘しなさい。自分の意志で何も行わず、自分の中に湧き上がる思いや自己正当化を受け入れてはならない。さもないと、あなたは激しい転落に見舞われることになる。堅固さを身につければ、それは隣人に対する自由な振る舞い——人間におけるあらゆる悪の原因——をあなたから取り除いてくれる。あらゆる心配事を捨て去れば、あなたは自由に神に仕えることができる。あらゆる人に対して死んだ者となれば、あなたは旅人となる。自分を無に数えれば、あなたの思いは惑わされることはない。自分が何か善いことをしたなどと考えるのはならない——そうすれば、あなたの報いは損なわれることなく保たれるだろう。さらに、あなたがこの肉体に長く留まることはないことを心に留め、その日、大胆に「私は備えをなし、動揺しなかった」（詩編118:60）と言えるよう努めよ。兄弟よ！ 労苦なしに生きることはできず、誰しも功績なしに冠を受けることはない。自分の救いのために奮闘するよう自らを奮い立たせなさい——そうすれば、「すべての人を救い、真理の知恵に至らせたいと願っておられる」神が、あなたを助けてくださるだろう（Iテモテ2:4）。

**62.** 修道院に住む者すべてが修道士というわけではない。修道士とは、修道者の務めを果たす者のことである。主はこう言われた。「『主よ、主よ』と言う者すべてが天の御国に入るわけではない。天におられるわたしの父の御心を行う者こそが入るのである」（マタイ7:21）。兄弟よ！ なぜあなたは、敵に嘲笑され、墮落の危険にさらされることを許しているのか？——あなたはそう問いながら、自分に告げられたことを実行しようと努めていない。また問い続け、人に気に入られようとして虚栄心からそれを他人に伝え、——それによって自ら、すぐに成功することを妨げているのだ。私たちには、自分の情欲を知り、泣き叫びながらその癒やしに励むための時間が与えられている。もし独房にいながら心が散漫になるなら、そのことを自ら責め、自分の弱さを神の御前にさらけ出せ。

**63.** 修道士になりたい者は、いかなる事においても決して自分の意志を持ってはならない。主キリストは、このことを私たちに教え、こう言われた。「わたしは、自分の意志を行うためにこの世に来たのではない」（ヨハネ6:38）。もしあなたが、あることは実行し、別のことは拒むならば、それはあなたが、あなたに命じる者よりも分別があることを示すことになり、それはまさに、悪霊たちに侮られることと同じである。それゆえ、たとえ命じられたことが罪のないことではないように思えても、すべてに従わなければならない。それを命じたアッバは、あなたの罪も背負い、あなたの代わりにその責任を問われることになる。もしそのことがあなたにとって極めて不便で危険であるか、あるいはあなたの力の及ばないものであるならば、それをアッバに説明し、彼の判断に従って行動せよ。

**64.**（会話を始めると、夢中になって自分を見失ってしまう。そして後で恥じ入り、嘆くことになる）。弱き者がこのような状態に陥ったり、名声への執着に陥ったりしないためには、あらゆる手段を尽くして多弁を避け、何か言い訳をして会話を切り上げ、話し手たちから離れるべきである。－ 会話が有益であり、より重要な用事の妨げにならない場合は、彼らが話している間はその場に留まりなさい。もしその会話が有益でないなら、「すみません、私は力不足です」と言って、その場を離れなさい。



65. 他人と出会ったときはどう振る舞えばよいか。誰かと出会ったときは、挨拶だけに留めなさい。その後、「私のために祈ってください。用事があるので行きます」と言って立ち去りなさい。もし何か尋ねられて、その答えを知っているなら、答えてからその場を離れなさい。知らない場合は、「知りません」と言ってその場を離れなさい。

66. 逢瀬を断ち切りたい。一気に断ち切るべきか、それとも少しずつ断ち切るべきか。——もし一度に逢瀬を断ち切れれば、あなたは安らぎを得るだろう。そうでなければ、自分自身にとっても他人にとっても、多くの困惑の原因となるだろう。

67. (病人が、医学書を読むべきかどうか尋ねる)。読んでよいが、それらを読んだり、誰かに治療法について尋ねたりするときは、神なしには誰も癒やされないということを忘れてはならない。医術に身を捧げる者は、神の御名に身を委ねなければならない。そうすれば、神は彼を助けてくださる。医術は、人が敬虔であることを妨げるものではない。しかし、あなたはそれを、兄弟たちのために、手仕事のように行いなさい。何をするにせよ、神を畏れて行いなさい。そうすれば、聖人たちの祈りによって守られるだろう。

68. 「一日中仕事に追われていて、神のことを思い出す余裕がない」。ある人は、ある町について多くの話を聞くことがあるが、いざその町に入ったとき、それが自分が聞いていたまさにその町であることに気づかないことがある。それと同じように、兄弟よ、あなたは一日中、神を心に留めて過ごしているのに、そのことに気づいていないのです。戒めを受け、それを神の御言葉として守ろうと努めること、これこそが神への従順であり、神を心に留めることなのです。

69. 私たちは日々食物を必要としているが、それを快楽として味わってはならない。食物を口にする際、それを与えてくださった神に感謝し、自分たちを不適格者として自責するとき、神は、その食物が私たちの聖化と祝福となるよう導いてくださる。また、何かを必要としてそれを手に入れることができたなら、助けてくださった神に感謝し、自分には値しない者として自らを責めなさい。そうすれば、神はあなたから執着を取り除いてくださる。

70. 人はそれぞれ、自分の分に応じて隣人を愛する。しかし、完全な愛の尺度とは、人が神に対して抱く愛と同じ愛をもって、隣人を自分自身のように愛することにある。——若者たちは、互いへの不分別な愛や、特別な会話を交わすために集まることから、墮落に陥りやすい。— 互いへの愛の度合いは、次のようなものでなければならない。互いに中傷せず、憎み合わず、侮辱せず、自分の利益のみを求めず、肉体の美しさや何らかの肉体的行為のために互いを愛さず、極度の必要がない限り互いに一緒に座らないこと。そうすることで、修道者のすべての実りを台無しにし、彼を枯れ木のようにしてしまう傲慢に陥らないためである。

71. 「救われたいが、救いの道が分からない」。——兄弟よ！神は聖書と教父たちを通して、私たちに救いの道を示され、こう言われました。「あなたの父に尋ねよ。そうすれば、あなたの長老たちはあなたに告げ、あなたに教えてくれる」(申命記 32:7)。——それゆえ、救いの道において迷いたくないのなら、霊的な父たちに尋ねることなく何事も行ってはならない。そうすれば、「すべての人が救われ、真理の知恵に至ることを望んでおられる」(テモテへの手紙I 2:4) 神の恵みによって、迷うことはないだろう。

72. 「もしどこかへ行って一人で暮らせば、完全な沈黙に達することができるだろう」と、私の思いは告げている。——私たちの主イエス・キリストは、十字架にかけられる前に、多くの苦難と侮辱に耐え、その後、十字架に上られたのである。同様に、誰も(兄弟たちの間にあって)キリストと共に苦しみ、使徒の言葉を思い起こして、キリストのすべての苦難を耐え忍ばなければ、完全で実り多い静寂や、聖なる完全な安息に到達することはできない。「もしキリストと共に苦しむなら、キリストと共に栄光を受ける」(ローマ 8:17)。自分を欺いてはならない。これ以外に救いの道はないのだ。

73. (病人に)。この病は、あなたが実を結ばぬまま神のもとへ去らないようにと、あなたに降りかかったのである。もしあなたがこれを耐え忍び、神に感謝するならば、それはあなたの修道生活が短かった分、功德の代わりとして認められるだろう。

74. 命じられずにどこへでも行ってはならない。なぜなら、自分の思いのままに行うことは、神に喜ばれないからである。しかし、命じられて行くときは、遣わした方の命令を果たすことの中に、祈りと神への奉仕が込められている。神はこう言われた。「わたしは天から下った。わたしの御心を行うためではなく、わたしを遣わした父の御心を行うためである」（ヨハネ6:38）。

75. （従順に励むのに疲れ果てている。助手を頼むべきだろうか？）兄弟よ！イエスのもとに来て、救いの道を歩みたいと願う者は、刻一刻と試練や苦難に備えなければならない。聖書はこう言っている。「子よ、もし主のために働くことを志すなら、試練に備えてあなたの魂を整えよ」（シラ書2,1）。また、主は言われた。「わたしに従おうとする者は、自分を捨て、毎日自分の十字架を負い、『わたしに従え』」（マタイ16,24）。したがって、主の弟子になりたいと願う者は、死ぬその日まで従順を尽くさなければならない。他人を招くよりも、一人で少し苦勞するほうが、あなたにとって有益である。兄弟が単にあなたを助けてくれる時よりも、彼が常にあなたと共にいる時の方が、交わりの自由はより強められるのである。

76. （誰に思いについて尋ねるべきか、また、ある人に尋ねた後、同じことについて別の人にも尋ねるべきか？）——尋ねるべきは、あなたが信頼を寄せ、その人がその思いを受け止められると知り、神のように信じている人である。同じ思いについて他の人に尋ねることは、不信仰と詮索深さの表れである。もし、神が御自身の聖なる者を通して語られると信じるならば、ここで試練など必要だろうか。あるいは、同じことについて他者に尋ねることで、神を試す必要などあるだろうか？

77. 「その事柄について啓示を受けるために、何回祈ればよいのか？」——自分の長老に尋ねることができないときは、あらゆる事柄について三度祈らなければならない。そしてその後、たとえ髪の毛一本ほどの差であっても、心がどちらに傾いているかを見極め、その通りに行動すべきである。なぜなら、啓示は心に明らかになり、あらゆる形で理解できるものだからである。

78. 「三回祈るとするのは、別々の時間に祈るべきか、それともすぐに祈るべきか。先延ばしにできない場合もあるからだ。」——もし余裕があるなら、三日の間に三度祈りなさい。しかし、救い主の受難の時のように極度の緊急事態に直面した場合は、主が三度祈りのために離れ、三度祈るたびに同じ言葉を繰り返された（マタイ26:44）ことを手本としなさい。

79. （指導について）。船が波に翻弄されるとき、もし舵取りがいれば、その者は神から与えられた英知によって船を救い、その船に乗っている者は、船の安泰を見て喜ぶ。とりわけ、病人は医師のことを思い出すだけで大いに元気づけられ、その技量にはなおさら励まされる。また、強盗の危険にさらされている旅人は、警備員の声を聞くだけで勇気づけられ、ましてや彼らの存在そのものにはなおさら励まされる。もしこれが事実であるならば、父なる神の「/」という御言葉は、それを聞くすべての人、とりわけ「互いに祈り合いなさい。そうすれば、癒やされるでしょう」（ヤコブ5:16）と仰せになった神への熱心な祈りと結びついているとき、はるかに大きな喜びをもたらすはずではないだろうか。

80. 自分の罪を告白する者は、聖書の言葉によれば、その罪において義と認められる。「あなたの不義を先に告げよ。そうすれば、あなたは義と認められる」（イザヤ43:26）、また、「わたしは言った。『主よ、わたしの不義を告白します。』すると、あなたはわたしの心の不義を赦してくださいました」（詩篇31:5）。これからは自らを慎み、過去のことについては神がすでに赦してくださったのだ。

81. もし誰かが、断食を守りつつ、自分の意志で何かを混ぜたり、あるいは人の称賛やそこから得られる利益を求めて断食したりするなら、その断食は神にとって忌まわしいものとなる。あらゆる事柄において同様である。神への愛のみから行われるのではなく、そこに自分の意志が混じっているあらゆる善行は、不純であり、神にとって好ましくないものである。これは、神の律法からも知ることができる。「あなたの畑に、異なる種類の種を混ぜて蒔いてはならない。また、羊毛と亜麻を混ぜて衣服を作ってはならない」（申命記22:9-11；レビ記19:19）。

**82.** 詩篇を暗唱する際、高慢になってはならない。さもなければ、無益な言葉で空気を満たすことになり、それがあなた自身の裁きとなる恐れがある。神の言葉は善の種である。もしそれがあなたの中で実を結ばなければ、あなたは、増やすために与えられた銀を地中に隠した者と共に裁かれることになる。

**83.** まず私たちを創造し、次に敵対する者たちに対する助けを授けてくださった方——そして何よりも重要なこととして、私たちの悔い改めの場を与え、罪の赦しと心の確固たる支えのために御自身の御体と御血を授けてくださった方——に、どのような口をもって感謝を捧げればよいのだろうか。——私たちは、その御方にふさわしい感謝を捧げるには到底及ばない。しかし、口と心をもって、できる限りの感謝を捧げよう——とりわけ、御方のために死に至るまであらゆることを耐え忍ぶことによって——そうすれば、御方はその慈愛により、これらすべてを福音書に登場する未亡人の二レプタに匹敵するものとしてくださるだろう。

**84.** もし、神にかなうある行いが心に浮かび、それとは反対の思いがそれに抵抗するならば、それこそがその行いが真に神にかなうものであることの証しとなる。——しかし、祈りを捧げてみよ。そして、祈っている間に、あなたの心が善に確固として立ち、その善が増し加わり、減じることのないならば、その時にあなたを悩ませる反対の思いが残るかどうかを見極めよ。もし残らなければ、その行いは神によるものであると知れ。なぜなら、善には必ず悪魔の嫉妬による痛ましい抵抗が伴うが、それ（善）は祈りによってこれを打ち勝つからである。もし、一見善に見えるものが悪魔によって吹き込まれ、かつそこから生じる抵抗もあるならば、その場合、祈りによってその見せかけの善も弱まり、それとともに見せかけの抵抗も弱まるのである。このような場合、敵が自ら植え付けた考えに抵抗するのは、それを通じて私たちを惑わし、その考えを善であると受け入れるように仕向けるためだけであることは明らかである。

**85.** もし心の中で自分を称賛する思いが湧き、その害を避けられないときは、神の御名を呼び求め、その思いにこう言い聞かせなさい。「聖書にはこう書かれている。『わが民よ、あなたがたを喜ばせようとする者たちは、あなたがたを惑わし、あなたがたの歩む道を乱している』」（イザヤ書3:12）。他者から称賛されたときも同様にしなさい。その際、人間の称賛を受け入れる者は何の益も得られないことを思い起こしなさい。主ご自身がこう言われているではないか。「あなたがたは、人から栄光を受けながら、どうしてわたしを信じることができるのか」（ヨハネ5:44）。——そもそも、「主を誇る」べきであるということを、心と魂に留めておく必要がある（Ⅱコリント10:17）。なぜなら、たとえ私たちに神によるものがあったとしても、それはすべて神の助けによるものだからである。なぜ使徒は、偉大な境地に達したにもかかわらず、自らを誇ることなく、「私は、神の恵みによって、今ある者である」（Ⅰコリント15:10）と叫んだのでしょうか。

**86.** 詩篇の詠唱、あるいは祈り、あるいは聖書の朗読の最中に、邪な思いが浮かんできたときは、それを無視し、賛美歌や祈り、あるいは聖書の朗読にさらに深く没頭して、口にする言葉から力を得なさい。もしその思いが執拗に続くなら、神の御名を呼び求めるよう努めなさい。そうすれば、神はあなたを助け、敵の策略を打ち砕いてくださるでしょう。

**87.** 「祈り、聖書の朗読、および詩篇の詠唱において、いかにして心を動かされるか？」——祈りにおける心の動揺は、自らの罪を思い起こすことから生じる。祈る者は、自分の行いを思い起こし、同様の行いをする者たちがどのように裁かれるか、そして「わたしから離れよ、のろわれた者たちよ。永遠の火の中へ」（マタイ25:41）という恐ろしい声を心に留めなければならない。——また、聖書の朗読や詩篇の詠唱において、心が動かされるのは、自分の心をその言葉に集中させ、そこに込められた力を魂に受け入れるときである。もし、それにもかかわらず、まだ無感覚な状態が続いているとしても、挫けてはならず、忍耐強く努力し続けなさい。なぜなら、私たちの努力を受け入れてくださる神は、慈悲深く、寛大で、忍耐強い方だからです。常に詩篇の作者の言葉を思い起こしてください。「私は主を待ち望み、主は私に应えてくださった」（詩篇39:1）。このことを心に留め、まもなく神の恵みがあなたを訪れると信じてください。

88. 詩篇を詠んでいる時、あるいは人々と共にいる時に、神を呼び求めることがあっても、口に出さなければ神を呼び求めているなどと考えてはならない。神は心を知り、心を見られる方であることを覚え、心の中で神を呼び求めなさい。これこそが、聖書に記されている「戸を開けて、隠れた所であなたの父に祈りなさい」（マタイ6:6）という言葉である。——たとえ心の中で神の御名を口に出さず、ただ神を思い起こすだけでも、それはなおさら呼び求めることに等しく、あなたを助けるには十分である。

89. 深い感銘を伴う真の涙は、過去の罪を消し去り、汚れを洗い流し、それを得た人を絶えず神の御名によって守り、笑いとしづきを追い払い、絶え間ない嘆きを保たせる。それは、悪魔の燃え盛る矢をすべて弾き返す盾である（エフェソ6:16）。これを持つ者は、たとえ人々の間にいても、さらには娼婦たちと共にあっても、戦いの傷を受けることはない。

90. 不完全な嘆きは、救いへの思い（熱意）が時として燃え上がり、時として弱まるのに応じて、去ったり現れたりします。しかし、その熱意が恒常的なものになると、そこには偉大で絶え間ない感動が生まれ、それに続いて真の嘆きが訪れる。この真の嘆きを得るためには、自らを奮い立たせて、それを手に入れるよう努めなければならない。

91. 謙遜とは、あらゆる事において自らの意志を切り捨て、何事にも心を留めないことにある。情欲（色欲、食欲、金銭欲）の根源を断つとは、すなわち自らの意志を断ち切り、可能な限り自らを苦しみ、感覚器官をその秩序を保たせ、それらを乱用しないよう強制することを意味する。これにより、これらだけでなく、他の情欲の根源も断ち切られるのである。

92. すべてを神の御心に委ねることは、何が起ころうとも、人を動揺から守ってくれる。しかし、それでもなお動揺が生じ、起こったことを感謝と喜びをもって受け入れることを妨げる可能性がある。そのような場合、神の御心への献身を新たにし、「すべては神から来るものであり、神から来るものはすべて私たちにとって善である」という確信を取り戻すことで、この動揺と戦わなければならない。——いかなる善も、私たちの努力だけで成し遂げられるものではなく、神の力と御心によって成し遂げられる。しかし、神は私たちに対しても、御心にかなう努力を求めておられ、悪者から来るような、いかなる狡猾さや偽りに基づいた努力を求めてはおられない。

93. 沈黙は、いかなる教訓的な会話よりも優れており、驚くべきものである。私たちの先人たちはそれを尊び、愛で、それによって栄光を得たのである。しかし、私たちは自らの弱さゆえに、まだ完全な者たちの道を歩む境地に達していないのだから、霊的啓発に役立つことについて語り合おう。その際、聖書の解説に深入りすることなく、教父たちの言葉に依拠して語り合うようにしよう。なぜなら、このことは無知な者たちにとって少なからぬ危険を伴うからである。聖書は霊的に語られているが、肉的な人は霊的なことを理解することができない。むしろ、この語り合いにおいて教父たちの言葉に頼り、そこに含まれる益を見出そう。しかし、それらも節度を持って用いるべきであり、「言葉が多ければ、罪を免れることはできない」（箴言10:19）と語った人の言葉を思い起こそう。そして、その際に高慢や自惚れに陥らないよう、私たちが語ることを行い、果たさなければ、それは自分自身を非難することになるのだと心に留めておこう。

94. 沈黙が善き会話よりも有益であると認められるならば、なおさら、中程度の事柄（——都市、村、商売、平和と戦争、および類似の事柄）についての会話においては、沈黙はより有益である。しかし、沈黙を守れず、こうした話題に夢中になって会話に没頭してしまうときは、少なくとも、冗長な言葉によって敵の罠に陥らないよう、会話を長引かせないようにしよう。

95. 世俗的なことや霊的なことについて語り合う人々の集まりにいるなら、害を含まない範囲で、かつ分別を持って、何か一言二言を述べることを許そう。それは、黙っているだけだと相手から称賛されるのを避けるためである。しかし、そうして、つまりあまり話さないようにしても、彼らを「おしゃべりだ」と非難することには気をつけなければならない。

96. 何かをしようと考え、心に動揺を感じ、神の御名を呼び求めた後も、たとえほんのわずかであってもその動揺が残っているならば、そこから、あなたがしようとしているその行いは、悪しき者によって吹き込まれたものであると悟り、それを行ってはならない。なぜなら、動揺を

伴って行われることは、何一つとして神に喜ばれるものではないからである。——しかし、もし誰かがその動揺に抵抗する場合（つまり、動揺に抵抗する思いが生じた場合）、その行いをすぐに有害だと決めつけるべきではなく、それが善か悪かをよく検討すべきである。もし善でなければそれをやめ、もし善であれば、動揺を顧みず実行すべきである。

**97.** 会話を始めてから、それが罪深いことに気づいたなら、それを打ち切り、「いや、そのことについては話さない」と言うか、あるいは少し間を置いて、「何の話から始めたか忘れてしまった」と言い、その会話を別の——罪のない——話題へと転じなさい。

**98.** 自己正当化とは何か。それは、アダム、エバ、カイン、および彼らのように罪を犯しながらも、自分を正当化しようとしてその罪を否定した者たちに見られるような、罪を否定する行為である。

**99.** あらゆる思いや行いは、前述の通り、それが善であるか悪であるかを吟味し、善を行う一方で、悪は拒絶しなければならない。しかし、善行が困惑を招かないようにするためには、（その際に）支配的な思い、すなわちどのような目的で何かを行うのかを吟味する必要がある。そして、神への畏れをもって自らに問いかけるならば、神はあなたが迷い落ちることを許されないだろう。——しかし、いかなる場合でも、神の御名を呼び求めることを忘れてはならない。

**100.** （兄弟から打撃を受け、彼と縁を切りたいと思っている者へ）。特に、嫉妬深い悪魔の思惑に惑わされた人に対しては、軽率な行動をとらないよう、動揺してはならない。ある病人は、激しい熱によって意識が朦朧としているため、自分たちに仕える健常者を苦しめるが、病気によって完全に支配されているため、自分ではそのことに気づいていない。同様に、誘惑にさらされている者も、たとえ自らの魂を滅ぼしているとしても、そのことに気づいていません。なぜなら、彼は病の情熱に溺れており、敵対する者の働きによって、常に目の前のすべてが歪められ、破滅の穴へと突き落とされるよう仕向けられているからです。彼は怒りや報復を受けるに値するのではなく、憐れみと寛容に値するのです。神は、これらを通して私たちも試練に遭うことを許しておられる——そして、私たちが神の御前で熟達した者となるよう、見識を持って許しておられるのだ。それゆえ、隣人が肉体的・精神的な戦いを繰り広げている間、私たちは隣人に寛容であり続けよう。なぜなら、「互いに重荷を担い合いなさい。そうすれば、キリストの律法を全うすることになる」（ガラテヤ6:2）と記されているからである。——自分の立場を離れ、兄弟と離れるようなことを企ててはならない。それは神にかなうものではなく、悪魔の意志の成就となるからだ。もしあなたがこれに踏み切れば、敵は静まることなく、さらに悪いことを仕掛けてくるだろう。むしろ、心を尽くして兄弟のために祈り、私たちの主キリスト・イエスのゆえに彼を愛したほうがよい。

**101.** （恐れに悩まされている兄弟へ）。兄弟よ！ あなたは、神があなたにおいて聖書の御言葉、「神は真実な方であり、あなたがたが耐えうる以上の試練に遭わせたりはしない」（1コリント10:13）という御言葉を成就してくださることを、神を賛美すべきである。神は、あなたの力に应じて、霊的な戦いを学ぶことを許しておられる。一方、偉大な人々に対しては、彼らの力に应じて大きな試練を与え、彼らはそれを喜んでいる。なぜなら、試練は人を成長へと導くからである。善があるところには、戦いもあるものだ。ですから、試練を恐れることなく、むしろそれを喜びなさい。なぜなら、それらは成長へと導くからです。この試練を軽んじなさい。神はあなたを助け、あなたを守ってくださいます。

**102.** 謙遜と従順を身につけるよう努めなさい。いかなる場合でも、自分の思い通りにしようと強要してはならない。それによって怒りが生まれるからである。また、誰をも裁いたり、見下したりしてはならない。それによって心は衰え、知性は曇り、そこから怠慢が生じ、心の無感覚が生まれるからである。絶えず目を覚まし、神の律法を学び続けなさい。そうすることで、心は天の火によって温められるからである。「わたしの教えによって火が燃え上がる」（詩編38:4）と書かれている通りである。あなたの口を、むなしい言葉や空虚な話から守り、あなたの心が悪しき言葉に慣れ親しむことのないようにしなさい。「神よ、罪人である私に憐れみをお与えください」（ルカ18:13）と語り、神の御前にひれ伏しなさい。そうすれば、神はあなたを憐れみ、

守り、あらゆる悪から覆い隠してくださり、あなたが闇から真の光へ、惑わしから真理へ、死から、私たちの主キリスト・イエスにある命へと移ることができるようにしてくださる。

**103.** 体には必要なだけの（食物を）与えなさい。そうすれば、たとえ一日三回食べても害を受けることはない。もし人が一日一回しか食べなくても、無分別であれば、それによって何の益があるだろうか？——過食の後には淫行の誘惑が続き、敵はその後、体を眠りで重くして、それを汚そうとするのだ。

**104.** 礼拝（祈りの時間）や手仕事をしている最中に、時折強い倦怠感を感じることもあるが、それを不思議に思うな。この道とはそういうものなのだ。人は時にそう感じ、時にまた違ったように感じる。それは、旅人が、時には平坦な道を歩き、時には急流や山に遭遇し、またやがて平らな道に戻るのと似ている。衰弱に目を向けるな。ただ、自分のすべきことをひたすら行いなさい。

**105.** （規則通りに食事をとることができない病人に）。自分の快樂のためではなく、肉体の弱さゆえに食べる者を、神は非難されない。食物が禁じられているのは、私たちが飽食や肉体の興奮から守られるためであるが、弱さがあるところでは、その禁令は適用されない。なぜなら、弱さがあるところには、神への呼びかけがあるからだ。

**106.** （衰弱のあまり祈りを求めた病人に）。気落ちし、不平を漏らす兄弟よ！なぜ嘆くのか？なぜ叫ぶのか？イエスがあなたのそばに立っておられ、あなたが助けを求めて呼びかけることを望んでおられるのに、なぜ遠くへ（助けを）求めに行くのか！——「導き主よ！」と彼に呼びかけなさい。そうすれば、彼はあなたに答えてくださる。彼の衣の端に触れなさい。そうすれば、彼はこの一つの苦しみだけでなく、あなたのあらゆる苦しみからもあなたを癒してくださる。もしあなたの心が、あるべき場所にあったならば、毒蛇やサソリの咬み傷でさえ、あなたをそこから引きずり下ろし、肉体の病の感覚へと陥らせることはできなかったでしょう。「」とあります。「『私の嘆きの声によって、私のパンが失われることを』」（詩編101:5）。悲しむことはありません。神の憐れみはあなたのすぐそばにあります。

**107.** 虫に食われることになるこの肉体を軽んじなさい。それが朽ち果てたとき、あなたを少しも助けることはない。使徒はこう言っている。「肉の欲望に従って、肉欲を満たしてはならない」（ローマ13:14）。

**108.** （病人：体の弱さに甘んじてよいのか？）神は、私たちが聖書によって正しい道に導かれるよう、私たちに理性を与えてくださった。使徒はこう言っている。「すべてを試みて、良いものを保ちなさい」（テサロニケの信徒への手紙I 5:20）。人は、情欲に駆られて何かを摂取したり、何かを行ったりしないよう注意すべきである。しかし、弱さや必要に迫られて行うことについては、罪とも、自制の欠如ともみなされない。健康な状態では、肉体に安らぎを求めるのは情欲によるものであるが、必要に迫られて肉体を養うならば、それは私たちの務めを果たす上で助けとなる。私たちの必要を満たしてくれる動物たちの世話をしているのなら、なおさら、魂の道具である肉体の世話をすべきである。道具が鈍ると、たとえその芸術家が機知に富み、博識であったとしても、作業は困難になる。使徒は、聖テモテの胃の病気と虚弱さに目を留め、彼にワインを飲むよう命じました（Iテモテ5:23）。とはいえ、彼は「伝道者の務め」を果たす中で、「苦難に耐える」（2テモテ4:5）よう命じていたのです。そして、人は何事においても理性を保つべきであり、そうすれば、そう簡単には堕落することはない。

**109.** 「戦いがますます激しくなって、私を襲っている」。——兄弟よ！戦いの時は、働く時である。気を緩めることなく、働きなさい。戦いを続けなさい。そして、戦いが激しくなればなるほど、あなたもまた、「主イエス・キリストよ！」と叫びながら、自分を強めなさい。あなたは私の弱さと苦しみをご覧になっている。どうか私を助けてください。「私を迫害する者たちから私を救い出してください。私はあなたのもとにきましたから」（詩編141:7、142:9）。そして、清い心で神に仕える力を得られるよう、祈りなさい。

**110.** 神は人々に、それによって救われ、古い人のあらゆる情欲から解放されることのできる二つの賜物を与えられた。それは謙遜と従順である。しかし、私たちはそれらを求めようとせ



ず、それらにとどまろうとも、それらに導かれようとしめない。——あらゆる逸脱を捨て、あなたの心を謙遜と従順に向けなさい。そうすれば、恵みを受けるであろう。もしあなたが、教父たちから聞くことを謙遜と従順をもって実行するなら、主はあなたが取り組んでいるその事柄においてのみならず、あなたのすべての行いが成功するよう導いてくださる。なぜなら、主は御自身を畏れる者の道を保ち、その歩みを覆ってくださるからである。なぜ憤るのか。なぜ論争するのか。もしあなたが常に神の忍耐の中に留まるならば、神の憐れみがあなたを助けてくださるでしょう。怒りっぽく、苛立ちやすく、嫉妬深いことをやめなさい。あらゆる人に対して、自分を死なせなさい。心の中でこう問いかけなさい。「私は誰か？」——「土と灰」（創世記 18:27）、「犬」（マタイ 15:27）である。他人を批判し、貶め、嘲笑してはならない。「これは何だ？なぜそうなのか（シラ書 39,22）？なぜ私にはあの人やこの人に匹敵する者がいないのか？」などと言わないよう、自らを律しなさい。しかし、神を恐れつつ、自分のささやかな手仕事に勤勉に励めば、それに対して少なからぬ報いを受けるだろう。

**111.** 気落ちからうとうとしてしまい、目の前の仕事に支障が出る時は、立ち上がって祈り、祈りを絶やしてはならない。そうすれば、主は祈りによってそのうとうとを払いのけてくださる。

**112.** （「最後になりたい」と願う者——ただ修道院に受け入れられるためだけに）。——最後の一人になることについては、それを求めるのはあなたの役目ではない。——それはあなたのアッパ次第であり、あなたの役目は従順に備えることである。

**113.** もし人が自ら、自分の力の及ぶ限り努力せず、聖人たちの祈りに自らの労苦を添えなければ、聖人たちが彼のために祈ってくれても、何の益も得られない。聖人たちが彼のために断食し、祈っている間に、彼が快樂を追い求め、無秩序な生活を送っているとしたら、彼に対する聖人たちの祈りは、いったいどのような益をもたらすというのか。なぜなら、ここには聖書に記されている言葉が当てはまるからだ。「一人は築き、もう一人は壊す。どちらがより多くの成果を上げるかといえば、ただ労苦のみである」（シラ書 34,23）。また、使徒はこう言っている。「義人の祈りは、力強い」（ヤコブ 5:16）。すなわち、聖なる義人が罪人のために祈るとき、罪人もまた、自らの力で、悔い改めによって聖人たちの祈りに協力しなければならないのである。

**114.** 誰かが他人に何かを求め、その相手がそれを持っていない場合、求められたものを与えなかったからといって、その人は非難されることはない。使徒ペトロも、足の不自由な人が施しを求めてきたとき、こう言った。「私には銀も金もない」（使徒行伝 3,6）と答え、彼に与えるために借金をすることもなかった。——同様に、もし誰かが自分自身の生活に必要なものを持っているならば、それを施しに費やすべきではない。そうしなければ、後に自分自身が不足に陥った際、貧困に耐えきれず嘆き悲しむことになってしまうからである。そして、物乞いがしつこく迫ってきて、「ごめんなさい、あなたにあげるものがない」と言ったとしても、それは嘘ではない。なぜなら、自分自身の必要最低限のものしか持っていない者には、他人に与えるものなどないからだ。物乞いにこう言えばよい。「ごめんなさい、私には自分自身の必要最低限のものしかありません。」他の者たちがランプ用の油を分けてほしいと頼んだとき、「」と答えた五人の乙女たちを思い出してほしい。「私たちにもあなたたちにも、十分にあるでしょう」（マタイ 25:9）。また、使徒パウロはコリントの信徒への手紙の中で、「あなたがたの豊かさが、彼らの不足を補うように」（Ⅱコリント 8:14）と述べ、さらに「他の人々に喜びを与え、あなたがたに悲しみをもたらすことのないように」（Ⅱコリント 8:13）とも語っている。

**115.** 施しをしようとしたとき、心の中に「施さないほうがよいのではないか」という疑念が湧くことがある。そのときは、自分の心を吟味し、もしそれがけちさから来ていることがわかったなら、施すべきだという考えに反して、さらに少し多めに施しなさい。

**116.** 「施すものがない者は、どうすれば至福に与ることができるのか？」——至福は、施しをする者だけに約束されているわけではない。「霊的に貧しい者は幸いである」、「泣く者は幸いである」など（マタイによる福音書 5 章 3 節以降）。それゆえ、施しをすることができないなら、聖徒たちと共に天の御国を相続できるよう、霊的に貧しい者でありなさい。この世で自分

の罪を嘆き、嘆く者たちと共に慰めを受けなさい。地を相続するために、柔和さを身につけなさい。神の栄光の中にある神を仰ぎ見るために、心を清く保ちなさい。主のために侮辱や迫害、偽りの中傷に耐え忍び、天において多くの報いを受けて喜びに満ちるようになさい。

**117.** もし主の律法があることを命じ、この世の律法がそれとは反対のことを定めているなら、どうすべきか。——神の律法の方が重要である。なぜなら、それは魂の救いについて語っているが、この世の律法は肉的なものであり、肉的な者たちに語りかけているからである。

**118.** あなたの愛は、あなたが目の前のものに情熱を込めて見つめ、魂を奪われてしまうことについて私に尋ねている。これは明らかに、悪魔からの攻撃によるものである。その際、あなたは私たちの本性の朽ち果てと悪臭、そして墓の中にいるとき私たちがどのように変容するかを思い起こさなければならない。また、将来の恐るべき神の審判を目の前に思い描き、そのような行いをする者たちの運命がどうなるか、そして、天使や大天使、すべての人々、そして義なる裁判官の前で私たちの行いが暴かれたとき、その大きな恥をどのように耐え忍ぶことができるか、また、そのような行いをする者たちの口がその時どのように封じられるかを考えなさい。「自分を欺いてはならない。淫行者、姦淫者、男色者、男娼は、神の国を相続することはできない」(I コリント6:9,10)と仰せられた方、また「女を見て、彼女を欲する者は」(マタイ5:28)などと仰せられた方を恐れよう。(マタイ5:28)。あなたはこれを心に留め、この葛藤を感じる人々のところへ頻繁に足を運んではならない。しかし、彼らに、なぜ距離を置いているのかを明かしてはならない。そうすることで、彼らに様々な憶測を抱かせる口実を与えないためである。——そして、彼らと話す必要が生じたときは、神の聖なる御名を助けとして呼び求め、こう言いなさい。「主イエスよ！ 私をお守りください、そして私の弱さを助けてください。」と祈りなさい。そして恐れてはならない。主は敵の弓を砕かれる。主の御名によって、悪は無力化されるからである。多くのことを語るのではなく、言葉を控え、耳や思いに自由を与えないようにしなさい。しかし、誰にも何が起きているのか気づかれないよう、品位を保ち、動揺せずに振る舞いなさい。もしこれによって力を得たとしても、敵に対して傲慢になってはならない。彼らは恥知らずであり、たとえ千回も打ち負かされても、再び戦いを仕掛けてくるからだ。しかし、勝利者なる神は、御自身の御心によって受肉することを望まれた人間の謙遜を助けてくださる。

**119.** 「心はどのようにして淫らな思いに引き込まれるのか？」——心の引き込みや逸脱(そして囚われ)は、淫らな情欲に関してだけでなく、他の場合にも起こる。心は散漫さによってこれに陥る——そして、それが起きたとき、人は自分自身にこう呼びかけなければならない。「主よ、あなたの聖なる御名のゆえに、私を赦してください。私の怠慢のゆえに、私はこれに陥りました。私を散漫さから、そしてあらゆる敵の罠から救い出してください。」——そして、そのような心を奪われる状態を見分けるための兆候は、次の通りである。もし誰かが他者と会話している際に、その心があちこちへと散漫になり、あることについて話している最中に、思考が別の事柄へと移ってしまうことがある。これこそが、心を奪われる状態である。— 同じように、淫らな思いも私たちを惑わす。誰かが他者と会話している際、もし敵が神に喜ばれる節制から心をそらすことに成功すれば、その散漫さの結果として、心に淫らな欲望が現れる。— これもまた「夢中になること」である。なぜなら、それは熟考や回想によるものではなく、人がうっかりしてそれに引き込まれてしまったからである。— 我に返ったそのような人は、前述の通り自らを戒め、神の慈悲にすがらなければならない。主は慈愛に満ちておられ、その人を放蕩息子として迎え入れてくださる。もし、心が散漫でないにもかかわらず、そのような戦いが心に生じたならば、正気を取り戻し、そのような思いに甘んじたり、それに耽ったりすることなく、速やかに主なる神に助けを求めるべきである。

**120.** 女性とのあらゆる会話を避けるのが最善である。やむを得ず彼女たちと関わりを持たなければならない場合は、他者を通じてそれを果たすよう努めよう。もしそれも不可能な場合は、彼女たちと関わる際、火に近づく者が身を守るように、自らを慎まなければならない。その人は火にやけどをしないようあらゆる手段を講じる。それと同じように、私たちも女性と接するときは、あたかも火に近づくかのように振る舞い、あらゆる面で神への畏れを確固たるものにする

。いかなる状況であっても、女性を見ないこと。自分の目に自由を与えず、彼女たちとの会話に長引かせないこと。それこそが情欲の火を生むからである。むしろ、速やかに彼女たちから離れ、神に祈り、この困難な時に、私たちの前に仕掛けられた悪魔の罠から救ってくださるようお願い、絶えず神を思い起こそう——そうすれば、私たちの主キリスト・イエスにおける神の偉大な力が、私たちの弱さを覆ってくださるであろう。

**121.** 「修道院に入るつもりで妻を離れることは、私にとって有益でしょうか？」——あなたは彼女を勝手に置いて行ってはなりません。なぜなら、使徒の戒めを破ることになるからです。使徒はこう言っています。「もし妻に縛られているなら、離縁を求めてはならない」(Iコリント7:27)。もし彼女が(あなたと別れた後)罪を犯し、不品行な生活を送るようになったとしても、その罪はあなたに帰する。ただし、彼女と相談し、互いの合意のもと、そして有益であるために彼女を離れる場合は別である。——しかし、この件は神に委ねなさい。神の慈愛が望むままに、神はそうしてくださるだろう。

**122.** この世の事柄について嘆くべきではなく、ただ一つの罪についてのみ嘆くべきである。また、「喜ぶ者と共に喜ぶ」とは、神に従って徳を積み、将来の祝福への希望に喜びを見出す者たちと共に喜ぶことを意味し、「泣く者と共に泣く」とは、罪を悔い改める者たちの悔い改めに共感することを意味する。

**123.** (「平和をつくる者は幸いである」について)。むしろ、自分の心を和らげるほうがよい。これは誰にでもふさわしいことであり、そうする者は幸いである。しかし、争っている者たちを和解させることは、すべての人にふさわしいわけではなく、自分自身に何の害も及ぼさずにこれを行うことができる者だけにふさわしい。一方、力のない者は、すべての人の平和を喜ぶべきであるが、一人ひとりの和解のために仲介者となるべきではなく、せいぜい神の御心に従って愛する者たちのためにのみそうすべきであり、それも、自分に心の害が及ばない場合に限る。

**124.** 「ある者から侮辱を受けている。どうすればよいか？」——その者に善を行いなさい。

**125.** 「ある長老が私のところに来るが、彼に差し出すべき物がない。それで悲しんでいる。」——そのような考えは悪魔から来るものだ。「今あるもので満足せよ」(ヘブライ人への手紙13:5)という言葉の通り、手元にあるものを差し出すだけで十分である。そうすれば、神は彼らにあなたの熱意を伝えてくださるだろう。もしあなたがどこかへ出かけることがあっても、そこで安らぎを見出せると期待してはならない——そうすれば、あなたは動揺することはないだろう。しかし、安らぎを見出せると夢見て、それが見つからなかったとき、あなたは自分を受け入れてくれた人を悪く言うことになるだろう。だが、悪口は魂の死である。——すべてに感謝しなさい。なぜなら、そこにこそ、霊的な、そして魂に有益な糧と安らぎがあるからだ。

**126.** 長老たちに問う者は、「しもべの姿をとって、ご自身を低くされた」(フィリピ2:7,8)キリストに倣うのである。助言なしに生きる者は、自分自身にとっての敵である。なぜなら、聖書は「すべてのことを助言を得て行え」(シラ書32:21)と述べているからである。自分の意志のままに進むよりも、謙遜に尋ねるほうが有益である。なぜなら、主ご自身が、尋ねる者の謙遜と心の正しさのために、尋ねられた者の口に何を語るべきかを授けてくださるからである。

**127.** 決して信仰について論争してはならない。神はあなたにそれを求めておられるのではなく、ただ、洗礼の際に聖なる教会から授かったとおりに正しく信じ、神の戒めを守ることを求めておられるだけである。これを守り通せば、あなたは救われる。もし問われたら、こう答えよ。「聖なる父たちよ、お許しください。これは私の理解を超えることです。」

**128.** 神があなたに求めておられないことについては、何も探求してはならない。むしろ、私が上で述べたように、正しい信仰を告白することに満足し、それ以上のことについては好奇心を抱いてはならない。

**129.** もしあなたが一般信徒たちと一緒にいて、彼らが無駄話をし始めたら、特に用事がない限り、その場を離れなさい。そして、必要があれば、彼らを非難することなく、自分の無力さを自覚しつつ、心の中で自分の祈りに専念しなさい。——もっとも、もし彼らがあなたに好意的

であり、神の御言葉を喜んで聞く人々だとわかっているなら、聖人の伝記から何かを語ることで、その空虚な会話を有益なものに変えてみるように努めなさい。

**130.** もしあなたの知人の誰かが異端的な思索にふけているなら、正しい信仰を知るよう諭しなさい。しかし、彼と論争してはならず、また、その毒に感染しないよう、彼がどう思索しているかを聞こうと望んではない。もし彼が信仰の真理を聞きたいと望むなら、キリストにおいて彼に益をもたらすことのできる聖なる教父たちの教えへと導きなさい。そうすれば、あなたは自分自身に害を及ぼすことなく、神の御心に沿って彼を助けることになる。しかし、もし彼が最初の勧告や二回目の勧告でも改心しないなら、使徒の言葉に従って、そのような者からは「離れる」ようにしなさい（テトス3:10）。

**131.** 「心の中で、あまり頻繁に家を出ないほうがよいと告げられているのですが、週の間に何度か礼拝があることがあります。礼拝に行くべきでしょうか、それとも家で（祈りに）専念したほうがよいでしょうか？」— 家を出ると、出会う人々があなたに害を及ぼすことを知っているなら、教会の礼拝のためであっても、頻繁に（家から）出ない方があなたにとって有益であり、時折だけに出るべきです。なぜなら、沈黙は多くの悪から救ってくれるからです。

**132.** 「もし、私自身の用事や、父たちの命令によって家を出なければならない状況になった場合、（その際に）教会に行かないことは、良心の重荷となるのではないのでしょうか？」——もし、やむを得ない用事や、父たちの命じるところにより家を出る必要があるならば、神を畏れつつその用を済ませ、礼拝に出席できないことについて疑うことなく、家に帰り、そこで自分の罪を省みよ。もし怠惰や気が散っているために家を出るのであれば、その場合は教会の集会に行き、気を散らすことなく、自分自身に耳を傾けるほうが有益である。

**133.** 「夜（徹夜祈祷のために）教会に行くのは良いことか、それとも自分の力の範囲内で家で徹夜祈祷を行うのが良いか？」——家で徹夜祈祷を行うのが良い。なぜなら、教会では雑談が交わされることがあるからだ。

**134.** 「ある思いが、私に生活に必要な資金が不足していることを思い起こさせ、『家族を養うことができない』と囁き、それゆえに悲しみが私を襲う。」——これはあらゆる種類の悲しみである。もし私たちが神への希望を持っていれば、神ご自身が御心に従って私たちを導いてくださるだろう。それゆえ、「あなたの悲しみを主に委ねよ」（詩編54:23）と。そうすれば、主はあなたとあなたの家族に必要なものをすべて、悲しみや苦しみなく与えてくださる力をお持ちである。主に向かって「御心が行われますように」と告げなさい。そうすれば、主はあなたを悲しみや苦しみの中に置き去りにされることはない。

**135.** 「何か不正なことをした後、それを正すと、私の心は高慢になり、あたかも善いことをしたかのように思い込んでしまいます。この場合、私は心に何と言えましょうか？」— 彼にこう言いなさい。「神なしには、私たちは何一つ善いことを行うことはできません。神ご自身が『わたしなしには、あなたがたは何もできない』（ヨハネ 15:5）とおっしゃった通りです。また、使徒もこう言っています。『あなたが持っているものは、受け取ったものではないか。もし受けたのなら、なぜ『受けなかった』と自慢するのか』（Iコリント4:7）と。それゆえ、善を行うことにおいてさえ、我々は高慢になることはできないのだから、ましてや悪を避けることにおいてはなおさらである。罪を犯さないことを自らの称賛とするのは、大きな愚かさである。

**136.** 「あらゆる食物には本来の甘みがある。それは、それを口にする者に害を及ぼすのではないか？」——主なる神はあらゆる種類の食物に甘みをお与えになり、感謝してそれを口にする者には、そこから害は生じない。しかし、偏食には常に警戒しなければならない。それは魂にとって害となるからである。

**137.** 「例えば、私が建物を建てたり、他の何かを作ったりする際、出来上がりがきれいになるように仕上げることは、不適切ではないのでしょうか？」——その物が清く美しく仕上がるようにすることは、その物が果たすべき用途のためであれば不適切ではない。ただし、執着を伴わずに。なぜなら、主はあらゆる清さを喜ばれるからである。もし自分の中に物への執着を感じたら、その物がやがて朽ち果てる結末を思い起こしなさい。そうすれば心が落ち着くでしょう。な

ぜなら、常に同じ姿のまま存続する物は一つもなく、すべては儚く、移ろいやすいものだからです。

## 聖アバ・ドロフェイ

### 彼に関する略歴

アッバ・ドロフェイは、6世紀末から7世紀初頭にかけて活躍した。彼は若い頃、世俗の学問を非常に熱心に学んだ。教育を終えた後、しばらくの間、故郷で、アッバ・セリダの修道院からそう遠くない場所——おそらくアスカロンかガザ——で暮らした。彼の経済状況は十分に裕福であった。やがて彼は、偉大な長老であるバルサヌフィオスとヨハネと交流を持つようになった。彼らの教えに心を動かされた彼は、すべてを捨てて、二人が静養していたアッバ・セリダの修道院で修道生活を送ることを決意した。彼らの指導の下で、彼は修道者としての修養を積んだが、主に長老ヨハネの指導を受けつつ、同時に修道院の長アッバから課された奉仕も果たしていた。アッバは当初、彼に客間（ストランノプリムニツァ）の管理を任せ、その後、病院の管理を任せた。この最後の奉仕期間中、彼は聖ドシフェイの指導者であった。アッバ・セリダと聖ヨハネ長老の死後、彼らの共通の師である偉大なるバルサヌフィオスが完全に自身の独房に閉じこもると、ドロフェイ師はアッバ・セリダの共同生活から離れ、別の修道院の院長となった。おそらくこの時期に、彼が弟子たちに語った教訓が属するものであろう。これら21の教訓と数通の手紙こそが、この教父の著作として私たちに残されたすべてのものである。彼の教えの光は、修道院内だけでなく、キリスト教徒の間にも広く輝いていた。彼の没年は620年頃と推定されている。記念日は6月5日である。

### 修道者の訓示

（順次抜粋）

1. 神は御自身の慈しみにより、私たちが清める戒めを与えてくださいました。それは、私たちが望むならば、戒めを守ることで、罪だけでなく、情欲そのものからも清められることができるようにするためです。なぜなら、情欲と罪とは別物だからです。情欲とは、怒り、虚栄、快樂追求、憎しみ、邪悪な欲望などである。一方、罪とは、情欲そのものが実際に実行に移された行為、すなわち、情欲に駆られて身体をもってその行いを犯すことである。なぜなら、情欲を抱いていても、それに従って行動しないことは可能だからである。

2. （旧）律法の目的は、自分自身が被りたくない苦しみを与えないように私たちに教えることにあった。それゆえ、律法は私たちが悪を行うことからだけ止めていたのである。しかし今（新約において）は、悪を行うように駆り立てる情欲そのもの——憎しみそのもの、快樂追求そのもの、虚栄心そのもの、その他の情欲——を追い出すことが求められている。

3. 主がこう言われているのを聞いてください。「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、へりくだっているから。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るだろう」（マタイ11:29）。ここで主は、あらゆる悪の根源と原因、そしてそれらに対する治療法——すなわち、あらゆる善の理由——を示されたのです。すなわち、高慢こそが私たちに墮落させ、その反対である謙遜な知恵を通してでなければ、赦しを得ることは不可能であることを示されたのである。——なぜ私たちはあらゆる苦難にさらされたのか？ それは高慢のせいではないか？ 人間はあらゆる喜びの中に創造され、樂園にいた。しかし、ただ一つのことをしてはならないと命じられていたのに、彼はそれを犯してしまった。高慢が見えるか？ 不従順（高慢の娘）が見えるか？ ——そこで神は言われた。「人間は一つの喜びだけで満足することはできない。もし災難を経験しなければ、さらに先へ進み、完全に滅びてしまうだろう。もし苦しみや労苦が何であるかを知らなければ、

ば、喜びや安らぎが何であるかも知ることができない」——そして、神は彼を樂園から追放された。——そこで彼は、自らの自尊心と自らの意志に委ねられ、それらが彼の骨を砕くようにされた。それによって、彼は自分自身に従うのではなく、神の戒めに従うことを学び、不従順による苦しみそのものが、従順による至福を彼に教えるためであった。預言者がこう述べているように：「あなたの背きは、あなたを懲らしめる（教える）であろう」（エレミヤ書 2:19）。——今、神の慈しみはこう呼びかけている。「疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。そうすれば、あなたがたの魂に安らぎを見いだすであろう」（マタイによる福音書 11:28）。いわば、こうです。あなたがたは苦勞し、苦しみ、不従順の悪しき結果を味わいました。さあ、今こそ来て、心を改めなさい。高慢によって自らを死に至らしめた代わりに、謙遜によって自らを生き返らせなさい。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜である。そうすれば、あなたがたの魂は安らぎを得るであろう」（マタイ 11:29）。

4. アッパ・マルコは言った。「心の砕けなしには、悪から解放され、徳を身につけることはできない。心の砕けによって、人は戒めに従順となり、悪から解放され、徳を身につけ——そして、やがて自らの安息へと至るのである。」

5. 聖なる洗礼によって情欲の働きを断ち切った後、情欲そのものを打ち勝ち、無情欲の境地に至ろうとした神を愛する人々もいた。例えば、聖アントニオス、聖パコミオス、そしてその他の神に導かれた教父たちである。彼らは、「肉と霊のあらゆる汚れから自分を清める」（Ⅱコリント 7:1）という善き決意を抱いた。しかし、この世にいる限り、これを達成するのは困難であることを知っていた彼らは、独自の生活様式、独自の行動様式、すなわち、この世から離れた隠遁生活という独自の道を編み出し、この世から逃れて荒野で暮らし始め、断食と徹夜祈祷に励み、裸の地面で眠り、その他あらゆる苦難に耐え、故郷や親族、財産や所有物から完全に背を向けたのである。

6. 彼らは戒めを守っただけでなく、神に捧げ物も捧げた。戒めはすべてのキリスト教徒に与えられており、あらゆるキリスト教徒はそれを守る義務がある。これは、この世で王に納めるべき貢ぎ物に他ならない。しかし、この世には、王に貢ぎ物を捧げるだけでなく、贈り物も捧げる偉大で高貴な人々があり、それによって特別な栄誉や賞、地位を授かっているのと同様に、同様に、教父たちは戒めを守って神に税を納めただけでなく、神に贈り物——貞潔と無所有——も捧げました。これらは戒めではなく、自発的な行いです。なぜなら、前者については「受け入れることができる者は、受け入れなさい」（マタイ 19:12）とあり、後者については「もし完全になりたいのなら……持ち物を売り払い、貧しい人々に施しなさい」（マタイ 19:21）と記されている。

7. 彼らは自らこの世を十字架につけ、その後、使徒の言葉を模範として、自らもこの世に対して十字架につけるよう努めた。使徒はこう言っている。「私にとって、この世は十字架につけられ、私もまたこの世に対して十字架につけられた」（ガラテヤ 6:15）。なぜなら、人が世を捨てて修道者となる時——両親や財産、そしてあらゆる世俗的な事柄や心配事を捨て去る時——その人は自らにとって世を十字架につけるのである。そして、外的なものから解放された後、彼はさらなる努力を重ね、あらゆる快樂や、物への渴望、さらには自身の欲望に対しても立ち向かい、情欲そのものを死に至らしめる。そうして初めて、彼は自らを世に十字架につけるのであり、使徒と共に大胆にこう言うことができるのである。「世は私にとって十字架につけられ、私もまた世にとって十字架につけられた」と。

8. 私たちの先人たちは、世を自らに十字架につけ、また自らを世に十字架につけ、修行に身を捧げた。しかし私たちは、一見したところ、世を捨てて修道院に入ったことで、世を自らに十字架につけたように見えるが、しかし、自分自身を世に十字架につけることを望んでいない。なぜなら、我々は依然として世の快樂を愛し、世への執着を持ち、世の栄光に共感し、美食や衣服、その他の虚栄への執着を心に抱き続けているからである。しかし、私たちはそうしてはならない。世とその物から離脱したのと同様に、それらの物に対する執着そのものからも離脱しなければならない。



9. 私たちは世を捨てたのだから、世への執着も捨てなければならない。なぜなら、たとえそれが些細で平凡で取るに足らない事柄に関するものであっても、執着は再び私たちを世に縛りつけ、世と結びつけてしまうからである。しかし、もし私たちが完全に生まれ変わり、執着から解放されたいと望むなら、自分の欲望を切り捨てることを学ばなければならない——それがどんなに些細な事柄に関わることでも。なぜなら、自分の意志を切り捨てることほど、人々に大きな益をもたらすものはないからである。そしてまことに、人はこれによって、他のいかなる美德よりも大きな進歩を遂げるのである。ところで、このような自らの意志や欲望を切り捨てることは、一瞬のうちにできるものである。例えば、誰かが歩いているとしよう。心は「あっちやこっちを見てみる」と囁くが、彼はその欲望を切り捨て、見ない。彼は話している人々に遭遇する。心は「彼らと一言二言話せ」と囁くが、彼はその欲求を切り捨て、何も言わない。台所に近づくと、心は「料理人が何を作っているか尋ねに行こう」と囁くが、彼はその欲求を切り捨て、中に入らない。などなど。——このように自らの欲望を切り捨てることで、彼はそれを切り捨てる習慣を身につけ、小さなことから始めて、やがて大きなことにおいても苦勞することなく、穏やかにそれを切り捨てられるようになる。こうして、ついに全く自分の意志を持たなくなり、何が起ころうとも平静を保つようになる。このようにして、自らの意志を断ち切ることで無偏無党が得られ、無偏無党から、神の助けによって、完全な無情へと至るのである。

10. ある長老が言った。「何よりもまず、私たちには謙遜が必要だ」。なぜ彼はそう言ったのだろうか？——なぜ「何よりもまず、私たちには節制が必要だ」と言わなかったのだろうか。使徒はこう言っている。「競技する者は、すべてを節制する」(Iコリント9:25)。あるいは、なぜ「何よりもまず、私たちには神への畏れが必要だ」と言わなかったのだろうか。なぜなら、聖書には「知恵の初めは主を畏れることである」(箴言1:7)と記されているからだ。また、なぜ「何よりもまず、私たちには施しや信仰が必要だ」と言わなかったのだろうか。なぜなら、「施しと信仰によって罪は清められる」(箴言15:27)とあり、また「信仰がなければ、神に喜ばれることはできない」(ヘブライ人への手紙11:6)とも記されているからです。では、なぜ彼は、これらすべてのように必要なものを脇に置き、ただ謙遜だけを強調するのでしょうか。長老はこれによって、神への畏れも、施しも、信仰も、節制も、その他のいかなる美德も、謙遜なしには完全なものにはなり得ないことを私たちに示している。そして、謙遜によってこそ、敵や対立者のすべての矢は打ち碎かれるのである。すべての聖人たちは、その道と労苦を歩んできた。「わが謙遜と労苦を見よ、そしてわがすべての罪を赦せ」と、詩篇の作者は叫ぶ。また、「私は謙遜になり、主はわたしを救われた」(詩篇24:18、114:6)ともある。

11. 同じ長老はこう言った。「謙遜は誰に対しても怒らず、また誰をも怒らせない。謙遜は魂に神の恵みを引き寄せる。そして、神の恵みが臨むと、魂をこれら二つの重い情欲から救い出す。なぜなら、隣人に怒り、また隣人を怒らせることほど重いことがあるだろうか。」——しかし、私が言っているのは、謙遜がたった二つの情欲からだけ救い出すということだろうか？ 謙遜は、あらゆる情欲やあらゆる誘惑からも魂を救い出すのである。

12. 聖アントニオが、悪魔の罠が至る所に張り巡らされているのを見て、ため息をつきながら神に「一体誰がそれらを免れることができるのか」と尋ねたとき、神は彼に「謙遜こそがそれらを免れるのだ」と答え、さらに驚くべきことに、「それらは謙遜な者には触れることさえできない」と付け加えられた。この美德の力がお分かりだろうか。まことに、謙遜に勝るものはなく、それを打ち負かすものなど何もない。もし謙遜な者に悲しい出来事が起こったとしても、彼は直ちに「自分はそれを受けるに値する」と自らを責め、誰をも非難したり、他者に責任を転嫁したりはしない。こうして彼は、動揺も悲しみもなく、完全な平静をもってその出来事を耐え忍ぶ。それゆえ、誰に対しても怒りを抱かず、誰をも怒らせることもない。

13. 謙遜には二種類あり、それは高慢にも二種類あるのと同じである。「第一の高慢」とは、兄弟を責め、非難し、取るに足らない者として辱め、自分こそが彼より上だと考えることである。そのような者は、もしすぐに我に返って改めようと努めなければ、次第に「第二の高慢」へと至る。それは、神ご自身に対して高慢になり、自分の功績や美德を神ではなく自分自身に帰し

、あたかも神の助けではなく、自分の知識と知恵によって自ら成し遂げたかのように振る舞うものである。このことから、二つの謙遜が何から成っているかが分かる。「第一の」謙遜とは、兄弟を自分より賢く、あらゆる点で自分より優れていると敬うこと、あるいは、自分を誰よりも低い者と見なすことである。「第二の」謙遜とは、自分の功績を神に帰することである。これこそが、聖人たちの完全な謙遜である。

**14.** 完全な謙遜は、戒めを守ることに由来する。木に実がたくさんなる時、その実そのものが枝を下へ引き下げ、枝を曲げる。一方、実のなき枝は上へ伸び、まっすぐに成長する。また、枝が上に向かって伸びている間は実を結ばない木（レモンの木など）もある。しかし、誰かが石を取って枝に結びつけ、それを下へ曲げれば、その木は実を結ぶ。同様に、魂も謙遜するとき実を結ぶのであり、実を結べば結ぶほど、ますます謙遜していくのである。それゆえ、聖人たちは、神に近づくほど、自分たちが罪深い存在であることをより強く自覚する。アブラハムも、主を見たとき、自らを「塵と灰」と呼んだ（創世記 18:27）； イザヤは、高き所にいらっしゃる神を仰ぎ見て、「私は呪われ、汚れた者です」と叫びました（イザヤ書 6章5節）。

**15.** 謙遜とは何であるか、またそれがどのようにして魂の中に生まれるかを、経験から知らなければ、誰も言葉で表現することはできない。言葉だけでは、誰もこれを理解することはできない。かつてアッバ・ゾシマが謙遜について語っていたとき（「人は聖なるほど、より謙遜である」と）、そこにいたあるソフィストが彼に尋ねた。「あなたは自分に美德があることを知らないのですか？ あなたは戒めを守っているのがお分かりでしょう。それなのに、どうしてそのような行いをしているのに、自分を罪人だと言えるのですか？」長老は彼にどう答えればよいか分からず、ただこう言った。「あなたに何と言えよいか分からないが、私は自分を罪人だと考えている」。そして、ソフィストが「どうして？」となおも問い詰めてきたとき、長老はただこう答えた。「どうしてかは分からない。しかし、私は確かにそう考えているのだ。私を困惑させないでくれ」。また、アッバ・アガフォンが臨終に近づいたとき、兄弟たちが彼に「あなたも恐れているのですか、父よ？」と尋ねると、彼はこう答えた。「私はできる限り戒めを守るよう自らを律してきたが、私は人間に過ぎない。私の行いが神の御心に適っているかどうか、どうして知ることができるだろうか。神の裁きと人間の裁きとは異なるのだから」。

**16.** 何が謙遜へと導くかについて、ある長老は次のように語った。「謙遜への道は、分別をもって行われる肉体の労苦、すなわち、自分を誰よりも低い者と見なすこと、そして絶えず神に祈ることである」。——肉体的な労苦は魂を謙遜へと導く。なぜなら、魂は肉体に共感し、肉体で行われるすべてのことに共に参加するからである。肉体的な労苦が肉体を謙遜にさせるように、それとともに魂もまた謙遜になるのだ。自分を誰よりも低い者と見なすことは、謙遜の顕著な特徴であり、このことへの慣れと実践は、それ自体で謙遜を根付かせ、私たちが最初に挙げた高慢を根絶する。なぜなら、自分を誰よりも低い者と見なす者が、どうして誰かの前で高慢になったり、誰かを非難したり、貶めたりすることができるだろうか。——同様に、絶えず祈り続けることも、第二の傲慢に明らかに反する。なぜなら、神の助けなしにはいかなる美德も成し遂げられないことを知りながら、神が自分に恵みを施してくださるよう、絶えず神に祈り続ける者は、明らかに謙遜へと身を傾けているからである。なぜならば、絶えず祈る者は、たとえ何かを成し遂げるに値する者となったとしても、なぜそれを成し遂げたのかを知っているため、高慢になることができない。なぜなら、それを自分の力によるものと見なすことはできず、すべての成功を神に帰し、常に神に感謝し、その助けを失わないようにと戦々恐々として、常に神を呼び求めているからである。かくして、彼は謙遜をもって祈り、祈りによって謙遜となる。そして、徳においてますます成功すればするほど、ますます謙遜になる。そして、謙遜になるにつれて、助けを受け、謙遜の知恵において成功するのだ。

**17.** 神は人間を創造された際、その内に神聖な何かを吹き込まれた。それは、火花のような、光と温もりを兼ね備えた思いであり、心を照らし、何が善で何が悪であることを示してくれるものである。これを「良心」と呼ぶが、これこそが自然法である。この法——すなわち良心——に従うことによって、先祖たちやすべての聖人たちは、書かれた律法が与えられる以前から、神に

喜ばれたのである。しかし、人々が墮落によって良心を覆い隠し、踏みにじったとき、そこで書かれた律法が必要となり、聖なる預言者たちが必要となり、私たちの主イエス・キリストご自身の来臨さえも必要となった——それは、良心を明らかにし、立て直すためであり、聖なる御戒めを守ることで、埋もれてしまったその火花を再び燃え上がらせるためであった。

**18.** 今、私たちには、その良心を再び埋もれさせるか、あるいは従うならば、私たちの中で輝かせ、私たちを照らさせるかの選択権がある。私たちの良心が何かをするよう告げているのに、それを無視するとき——そして再び良心が告げても、それに従わず、踏みつけ続けるとき——その時、私たちは良心を埋もれさせてしまう。そうすると、良心は、その上にのしかかる重荷のために、もはやはっきりと私たちに語りかけることができなくなり、良心の奥で輝く灯火のように、物事をますます暗く、暗く映し出し始めるのである。多くの泥で濁った水の中では、誰も自分の顔を見分けることができないように、私たちも罪を犯すことで、良心が何を語っているのか理解できなくなり——その結果、まるで良心が自分には全く存在しないかのように思えてしまうのである。

**19.** 良心が「敵」と呼ばれるのは、常に私たちの邪惡な意志に抵抗し、私たちがすべきことをしていないことを思い出させ、また、すべきでないことをしているときは私たちを非難するからである。それゆえ、主はそれを「敵」と呼び、私たちにこう命じられる。「敵と和解しなさい。彼と共に道を進んでいる間は」（マタイ5:25）、すなわち、聖バシレイオス大主教が言うように、この世にいる間は。

**20.** それゆえ、この世にいる間、私たちは良心を大切に守り、いかなる行いにおいても良心に非難されることのないようにし、たとえそれがごく些細なことであっても、決して良心を踏みにじってはならない。この些細で、本質的には取るに足らないことを軽んじることから、やがて大きなことも軽んじるようになることを知っておきなさい。もし誰かが、「このつまらないものを食べても、何の問題があるというのか？ あれやこれやの物を見てみても、何の問題があるというのか？」と言い始めたら、そこから、「これくらい大したことない、あれも大したことない」——という考えから、その人は悪しき習慣に陥り、偉大で重要なことさえ軽んじ、自らの良心を踏みにじるようになる。そしてこのように悪に染まっていくうちに、完全な無感覚に陥る危険にさらされることになる。

**21.** 良心は、神に対しても、隣人に対しても、物事に対しても守らなければならない。——神に対しては、神の戒めを軽んじない者が良心を保つのである。、人々の目には見えないこと、また誰も私たちに求めないことにおいてさえ、彼は神に対する良心を密かに保っている。－ 隣人に対する良心を保つとは、行動や言葉、あるいは態度や視線によって、隣人を傷つけたり誘惑したりすることが分かっているようなことは、決して行わないことを意味する。－ 物に対する良心を保つとは、いかなる物に対しても粗末に扱わず、傷めず、不必要に捨てないことにある。－ これらすべての点において、主ご自身が私たちに警告しておられるような災いに陥らないよう、自分の良心を清く、汚れのない状態に保たなければならない（マタイ5:26）。

**22.** 聖ヨハネはこう言っている。「完全な愛は恐れを追い払う」（Iヨハネ4:18）。では、なぜ聖預言者ダビデは、「主を畏れよ、主の聖なる者たちよ」（詩編33:10）と言っているのでしょうか。これは、二つの恐れがあることを示しています。一つは初歩的な恐れ、もう一つは完全な恐れです。前者は初心者特有のものであり、後者は完全な愛の境地に達した完全な聖人たちに特有のものなのです。苦しみへの恐れから神の御心を行う者は、まだ初心者の段階にある。しかし、神への愛から、すなわち神に喜ばれるために神の御心を行う者については、その愛が彼を完全な恐れへと導く。それによって、彼は神と共にいることの甘美さを味わった後、そこから離れることを恐れ、その甘美さを失うことを恐れるのである。そして、この愛から生まれる完全な畏れこそが、最初の畏れを追い払うのである。

**23.** もし最初に原初的な畏れを身につけなければ、完全な畏れに到達することはできない。知恵の書シラはこう述べている。「神への畏れは初めであり、終わりである」（1:15, 18）。「始まり」とは原初的な畏れを指し、その後、聖徒たちの完全な恐れが続く。原初的な恐れは、魂の

状態に固有のものである。それは魂をあらゆる墮落から守る。なぜなら、「主を畏れる者は、すべて悪から遠ざかる」（箴言 15,27）と記されているからである。しかし、罰を恐れて悪を避ける者は、主人を恐れる奴隷のように、次第に自発的に善を行うようになる——最初は、傭兵のように、善行に対する何らかの報いを期待してのことである。もし彼がこのように、奴隷のように恐れから常に悪を避け、傭兵のように報いを期待して善を行うのであれば、神の恵みによって善の中に留まり、それに応じて神と結びついていくうちに、ついに善の味わいを知り、真の善をある程度実感するようになり——もはやそれとは離れたたくなる。そうして彼は子の位に至り、善そのもののために善を愛するようになる——そして、恐れはあっても、それは愛しているがゆえである。これこそが、偉大で完全な恐れである。

24. この段階的な過程を、聖預言者ダビデも次の言葉で描いている。「悪から身を遠ざけ、善を行え。平和を求め、それを追い求めよ」（詩編33:15）。「悪」から「遠ざかれ」、と彼は言う。すなわち、あらゆる悪を避け、罪へと導くあらゆる行いから遠ざかれ、ということである。しかし、そう言うだけで終わらず、彼はさらにこう付け加えた。「そして善を行え」。なぜなら、悪を行わないが、善も行わないという人がおり、例えば、人を傷つけないが、慈しみも示さない、あるいは憎まないが、愛もしないといった場合があるからだ。こうして語った後、彼はさらに次のように続けた。「平和を求め、それを追い求めよ」。単に「求めよ」と言うだけでなく、それを達成するために懸命に努力せよ、と述べたのである。——この言葉を心で注意深く追いかけて、聖人が指摘している微妙な点に留意せよ。——もし誰かが、悪から身を遠ざける恵みにあずかり、その後、神の助けを借りて熱心に善を行うようになれば、直ちに敵からの攻撃が彼に降りかかる。そして彼は奮闘し、労苦し、心を痛め、時には奴隷のように再び悪へと逆戻りすることを恐れ、時には傭兵のように善に対する報いを期待しながら、奮闘し、労苦し、心を痛めるのである。しかし、敵からの攻撃に耐え、敵と戦い、それに抵抗する中で、こうした動機によって、彼は善を行うとはいえ、大きな悲しみと多大な苦労を伴って行うのである。しかし、神からの助けを受け、善を行うことにある程度の熟達を得ると、彼は安らぎを見出し、平和を感じ、悲痛な戦いが何を意味し、平和の喜びと歓びが何であるかを悟る。——そして、その後はすでに平和を求め始め、それを達成し、完全に獲得し、自らの内に定着させるために、懸命にそれへと向かっていく。この境地に達した者は、ついに平和を築く者たちの至福を味わう（マタイ 5:9）。——そして、この魂を、その善そのものを楽しむこと以外に、何か他の目的のために善を行うよう駆り立てることができる者が、果たして誰がだろうか。その時こそ、その者は完全な畏れを知るのだ。

25. 教父たちは、人は死と苦しみへの記憶を持ち、毎晩その日をどのように過ごしたかを自ら省み、毎朝、夜をどのように過ごしたかを振り返り、傲慢にならず、そして最後に、神を畏れる人と親しく交わりを持つことによって、神への畏れを得るのだと語った。ある兄弟が、ある長老に「父よ、神を畏れるためにはどうすればよいでしょうか」と尋ねたという。長老は彼にこう答えた。「行って、神を畏れる人と共に暮らせ。そうすれば、その人は神を畏れる者であるゆえに、あなたにも神を畏れることを教えてくれるだろう」。——私たちは、言われたこととは正反対のことを行うことによって、神への畏れを自分から遠ざけてしまう。すなわち、死の記憶も、苦しみへの記憶も持たず、自分自身に注意を払いもせず、時間をどのように過ごしているかを省みることもしない。その代わりに、無頓着に生き、神を畏れない人々と交わり、さらには傲慢になる。そして、この最後の点が最も悪い。それは完全な破滅である。なぜなら、傲慢ほど神への畏れを魂から追い払うものはないからだ。かつてアブバ・アガフォンにこのことについて尋ねたところ、彼はこう答えました。「傲慢は、吹き荒れると誰もが逃げ出し、木々の実をすべて台無しにしてしまう、強烈で灼熱の風のようなものです」。——神よ、このすべてを滅ぼす情熱、すなわち傲慢から私たちをお救いください。

26. 厚かましきには様々な形がある。言葉や身振り、視線においても厚かましいことがある。厚かましきゆえに、ある者は無駄話をし、世俗的なことを語り、滑稽なことをし、他人を不適切な笑いへと駆り立てる。また、不必要に他人に触れたり、笑っている人に手を伸ばしたり、誰

かを突き飛ばしたり、手から物を奪い取ったり、恥知らずな目つきで誰かを見つめたりすることも、すべて傲慢によるものである。これらはすべて、心に神への畏れがないことから生じるものであり、それゆえに人は少しずつ、完全な無頓着へと至っていくのである。——それゆえ、神は律法の戒めを授けられた際、「イスラエルの子らよ、畏敬の念を持って行動せよ」（レビ記 15:31）と仰せられたのである。なぜなら、畏敬の念と慎み深い謙虚さ（控えめさ）がなければ、人は神ご自身をも敬わず、いかなる戒めも守らないからである。それゆえ、厚かましきほど有害なものはない。それゆえ、厚かましきこそがすべての情欲の母なのである。それは畏敬の念を追い払い、魂から神への畏れを遠ざけ、不注意を生み出すからである。

**27.** アッバ・バルソノフィオスの弟子であるアッバ・ヨハネは、訪ねてきた兄弟たちを見送る際、時にはこれ、時にはあれと、次の四つの格言を繰り返す習慣があった。「隣人に対する良心を保つことによって、謙遜な知恵が生まれる。——決して自分の意志を兄弟の意志よりも優先してはならない；——あらゆる人間的なものから逃げよ、そうすれば救われる；——『互いに重荷を担い合い、それによってキリストの律法を全うせよ』（ガラテヤ6:2)」。—彼は毎回、これらの言葉を次のような言葉で前置きしていた。「かつて私が言ったように、兄弟よ——神が愛を守ってくださいますように——先人たちが言ったように」——そしてその後、自身の格言の一つを添えていた。

**28.** どんな事柄に直面しても、たとえそれが極めて必要で細心の注意を要するものであったとしても、あなたがたが議論したり戸惑ったりしながらそれに取り組むことを望みません。むしろ、あなたがたが行うあらゆる事柄——それが大小を問わず——は、目指すべきものの八分の一に過ぎないことを確信してください。そして、たとえそれによってその事柄を成し遂げられなかったとしても、自分の心構えを保つことこそが、自身の精神状態を保つことこそが、残りの七八分の一に相当するのです。したがって、もしあなたが何らかの事柄に取り組み、それを完全かつ徹底的に成し遂げたいと望むならば、その事柄自体を成し遂げることに努めると同時に——それは、私が述べたように、目指すべきものの八分の一に相当します——自身の精神状態を損なわずに保つことにも努めてください。それが残りの七八分の一を構成するのです。もし、奉仕の務めを果たすために、相手と争い、自分自身や他者を傷つける必要が生じたとしても、八分の一を守るために七八分を失う必要はない。

**29.** 英知に満ちたソロモンは箴言の中でこう語っている。「導きのない者は、葉のように倒れる。しかし、多くの助言の中に救いがある」（箴言 11:14）。ご覧の通り、聖書は私たちに何を教えているのでしょうか。聖書は、自分自身に頼ったり、自分こそがすべてを理解していると思い込んだり、自分だけで自分を律することができると信じたりしてはならないと戒めています。なぜなら、私たちは助けを必要としており、神に従って私たちを導いてくれる人々を必要としているからです。神の道において導き手を持たない人々ほど、不幸で、滅びに近い者たちはいない。なぜなら、「導きのない者は、葉のように落ちゆく」という言葉は何を意味するのか。葉は最初は常に緑で、色鮮やかで美しいが、その後徐々に枯れ、落ち、ついには足で踏みつけられる。それと同じように、誰にも導かれていない人は、最初は常に、断食、徹夜祈祷、沈黙、従順、そしてその他の美德に対して熱意を持っている。その後、その熱意は少しずつ冷めていき、彼には、彼を導き、支え、その熱意に再び火を灯してくれる者がいないため、知らず知らずのうちに枯れ、落ち、ついには敵の支配下にある奴隷となり、敵は彼を好き勝手に扱うようになる。

**30.** 自分の思いや行いを明らかにし、すべてを相談して行う者たちについて、至賢者はこう言っている。「救いは多くの相談にある」。「多くの者の助言の中に」とは言っていない——それは一人ひとりと相談せよという意味ではなく、あらゆる事柄について相談すべきだという意味です。もちろん、信頼できる相手とであり、あることは話し、別のことは黙り込むのではなく、すべてを明らかにし、あらゆる事柄について相談するのです。そのような者にこそ、「多くの助言の中に」ある真の救いがあるのです。

**31.** 私たちが自分の考えや意図を明かさず、経験豊富な人々の助言を求めないとき、私たちは自分の意志に固執し、自分の正当化（すなわち、自分自身が正しいと考えること）に従ってし

まう。そして、一見善行を行っているように見えても、実は自分自身に罫を仕掛け、それに気づかぬまま滅びてしまうのである。なぜなら、もし自分自身の言葉を信じ、自分の意志に固執しているならば、どうして神の御心を理解し、あるいはそれに完全に身を委ねることができるだろうか。——だからこそ、アッバ・ピメンは、「私たちの意志は、人と神との間の銅の壁である」と語ったのである。

**32.** 自分の知性を信じ、自分の意志に身を委ねる者に対して、敵は思いのままに墮落の罫を仕掛ける。一方、助言に従ってすべてを行う者には、敵は近づくことができない。それゆえ、敵は自分に関する問いかけや指導を憎み、そうした言葉の声そのもの、音そのものを憎むのである。その理由を言うべきだろうか？——それは、有益なことについて問われ、語られ始めれば、彼の悪意が即座に露見してしまうことを知っているからだ。そして、彼は自分の正体がバレることほど恐れるものはない。なぜなら、そうなれば、もはや思いのままに陰謀を企てることはできなくなるからだ。誰かが経験豊富な人物に尋ね、次のような助言を聞いたとき——「これは行いなさい、あれはするな」とか、「今はその事柄を行う時ではない」あるいは時には「今がその時だ」——そのとき、悪魔は彼にどのように害を及ぼすべきか、あるいはどのように彼を陥れるべきか見当がつかない。なぜなら、彼は常に助言を求め、あらゆる方面から身を守っているからだ。こうして、「救いは多くの助言にある」という言葉が彼に当てはまるのである。

**33.** 敵は、自分の理性に頼る者を好む。なぜなら、彼らは敵を助け、自らに罫を仕掛けるからである。修道士が陥る墮落として、自分の心に信頼を置く場合以外に、私は他に知らない。ある人々は、「これやあれが原因で人は堕ちる」と言うが、私は、人が自分自身に従うとき以外に、墮落の原因を知らない。堕ちた者を見かけたら、その者が自分自身に従ったのだと知れ。これほど危険なものはなく、これほど破滅的なものはない。

**34.** 私はいつもあなた方に言っている。些細な自己への甘えから、私たちはやがて重大な罪に至るのだと。隣人を非難することほど重い罪があるだろうか。神がこれほどまでに憎み、これほどまでに嫌悪されるものは他にあるだろうか。それにもかかわらず、人は一見取るに足らないこと——すなわち、隣人の些細な過ちを許してしまうこと——から、このような大きな悪へと至ってしまうのである。なぜなら、それを許してしまうと、心は自分の罪を無視し始め、隣人の罪にばかり目を向けるようになるからだ。そして、このこと（この習慣）から、噂話、非難、悪口——そして最終的には——破滅的な非難が生まれる。しかし、隣人への非難、悪口、そして非難ほど、神を激怒させ、人を（神の恵みから）剥ぎ取り、破滅へと導くものはない。

**35.** 中傷することと、非難したり貶めたりすることは別物である。中傷とは、誰かについて「あの人は嘘をついた、あるいは不貞を働いた、あるいは怒りを露わにした、あるいは他の悪事を働いた」と言うことを意味する。このように、ある人は兄弟を中傷した、すなわち、その人の罪について熱心に語ったのである。一方、断罪するとは、「あの人は嘘つきだ、淫乱だ、短気だ」と言うことを意味する。このように、ある人はその人の魂の在り方そのものを断罪し、彼が「あのような人だ」と言ってその人生全体に判決を下し、その人そのものを断罪したのである。これは重大な罪である。

**36.** ファリサイ派の人は、自分の美德について神に祈り、感謝を捧げたが、嘘をついたわけではなく、真実を語った。彼はそのことで非難されたのではない。なぜなら、私たちが何か善行を行うことができたときは、神に感謝すべきだからである。それは、神が私たちを助け、その行いに協力してくださったからである。彼が非難されたのは、そのことのためではなく、「私は、他の人々のようにではありません」と言ったことのためでもなかった。しかし、徴税人の方を向いて、「それとも、この徴税人のようにか」と言ったとき、彼は（他者を非難したことで）非難の対象となったのである。なぜなら、彼はその人物そのもの、その心のあり方、その人生全体を非難したからである。それゆえ、徴税人は彼よりもむしろ義と認められて帰ったのである（ルカ18:11）。

**37.** 義と認めるか、あるいは非難するかは、唯一の神にのみ属する。なぜなら、神は一人ひとりの心の在り方や力、志や才能、体格や能力を知っておられ、それに応じて、それぞれを正し



く非難したり、義と認めたりされるからである。すべてのものを創造し、全知である唯一の神以外に、これらすべてを正しく知ることができる者がいるだろうか。

**38.** 時に、私たちは隣人を非難するだけでなく、侮辱することさえある。なぜなら、非難することと侮辱することは別物だからである。侮辱とは、人が単に非難するだけでなく、他者を軽蔑し、まるで何らかの忌まわしいもののよう嫌悪し、背を向けることである。これは非難よりも悪く、はるかに有害である。

**39.** 救われようとする者は、隣人の欠点には目を向けず、常に自分の欠点を見つめ、そうして成長していく。兄弟が罪を犯したのを見て、ため息をつき、「ああ、私は不幸だ！彼が今日罪を犯したように、私も明日罪を犯すだろう」と言った者が、まさにその典型であった。この魂の賢明な心構えが見て取れるだろうか？ 彼はどのようにして、即座に兄弟を非難することを避ける手段を見出したのか？ 「私も明日そうなるだろう」と言ったことで、自分も間もなく罪を犯すかもしれないという恐れと警戒心を自らに植え付け——こうして隣人を非難することを避けたのである。それだけでなく、彼はそれだけでは満足せず、自らをその兄弟の足元にひれ伏させ、「この人は自分の罪を悔い改めるだろうが、私は本来あるべきように悔い改めることができず、悔い改めに至らず、悔い改める力もない」と言った。神聖な魂の啓示が見えるだろうか？

**40.** 時に、非難という毒が私たちの魂を満たし、他者へと注ぎ出されようとする。そこで私たちは、誰に対しても平和的な別の兄弟に出会おうと、急いで「あれこれの出来事があった」と彼に伝え、彼の心に非難という罪を植え付け、彼に害を与えてしまう。私たちは、「友を濁った墮落で陥れる者は災いに遭う」（アバク．2,15）という言葉に恐れてはいないが、悪魔的な行いを犯し、それについて無頓着である。なぜなら、他人を惑わせ、害を与えることなど、悪魔の所業以外の何ものであろうか？ こうして、私たちは自分と隣人の破滅へと向かう悪魔の手先となってしまう。なぜそうなるのか。それは、私たちの中に愛がないからだ。なぜなら、「愛は多くの罪を覆う」（Iペトロ4:8）。

**41.** 聖人たちは、罪を犯す者を非難したり、彼から背を向けたりはせず、むしろ彼に同情し、彼のために嘆き、諭し、慰め、病んだ肢体のように彼を癒やし、彼を救うためにあらゆることを行うのである。——兄弟たちがやって来て、戸惑いながら「父よ、あそこの兄弟の独房に女がいるので、行って確かめてください」と言ったとき、聖アモンはどのように対応したでしょうか。彼はどのような慈悲を示したのでしょうか。その兄弟が樽の下に女を隠していることを察すると、彼はそこへ行き、その樽の上に座り、兄弟たちに独房の隅々まで探すよう命じました。しかし、彼らが何も見つけられなかったとき、彼は彼らにこう言いました。「神があなた方を赦してくださいますように」。こうして彼は彼らを恥じ入らせ、隣人に対する告発を安易に信じるべきではないと教えることで、彼らに大きな恩恵を与えました。また、その兄弟についても、神にかなう形で彼を庇っただけでなく、適切な機会を見計らって彼を諭し、改心させたのです。というのも、彼は皆を部屋から追い出した後、その兄弟の手を取り、「自分の魂のことを考えなさい、兄弟よ！」と言ったからである。すると、その兄弟はたちまち恥じ入り、心を改め、罪を断ち切った。このように、長老の人愛と憐れみは、彼の魂に極めて有益な影響を与えたのである。

**42.** 円を想像してみてください。その中心を「中心点」、中心点から伸びる半径を「光線」とします。これらの半径は、中心点から遠ざかるほど互いに広がり、互いに離れていきます。逆に、中心点に近づくほど、互いに近づいていきます。さて、この円を世界、円の中心そのものを神、そして中心から円周へ、あるいは円周から中心へと伸びる直線（半径）を、人々の人生の道だと仮定してみましょう。ここでも同じことが言えます。聖者たちが神に近づこうとして円の内側、すなわちその中心へと入っていくほど、彼らは入っていくにつれて、神にも、互いにも近づいていく。しかも、神に近づくほど互いにも近づき、互いに近づくほど神にも近づくのである。——遠ざかることについても、同様に理解すべきである。神から遠ざかり、外的なものに向き直るとき、彼らが中心から離れ、神から遠ざかるのと同じだけ、互いからも遠ざかることは明らかである——そして、互いから遠ざかるほど、神からも遠ざかるのである。これこそが愛の性質である。すなわち、私たちが外側にいて神を愛さない限り、その分だけ、誰もが隣人からも遠ざか

っている。もし神を愛するならば、神への愛によって神に近づくほど、愛によって隣人とも結びつき、隣人と結びつくほど、神とも結びつくのである。

**43.** なぜ、時には誰かが侮辱的な言葉を聞いても、それを気にも留めず、まるで全く聞いていないかのように動じることなく受け流す一方で、時にはそれを聞いた途端にすぐに動揺してしまうことがあるのでしょうか。なぜそうなるのでしょうか。動揺しない理由は次の通りである。**第一に**、祈りや善行の後、心が穏やかな状態にある人がいて、そのため兄弟に対して寛容になり、その言葉に動揺しないことがある。また、ある人は誰かに対して強い好意を抱いているため、その人から向けられるあらゆることを、心を痛めることなく受け流すこともあります。さらに、ある人は自分を侮辱しようとする者を軽蔑し、その侮辱を何とも思わないこともあります。—これとは反対のことで動揺するのは、心が穏やかでないから、あるいは侮辱した相手に対して敵意を抱いているから、あるいはその他の理由によるものである。—しかし、あらゆる動揺の主な原因は、私たちが自分自身を戒めないことにある。

**44.** アッバ・ピメンは言った。「自らを責める者は、どこへ行こうとも、どんな害や不名誉、あるいはその他の苦難に遭遇しようとも、あらかじめ自分にはあらゆる不快なことがふさわしいと心得ており、決して動揺することはない。これほど心配のない状態があるだろうか？」……

**45.** 誰かがこう言うかもしれない。「もし兄弟が私を侮辱し、私が自らを省みて、彼にそのような理由を何一つ与えていないと分かったなら、どうして自分を責めることができるだろうか？」——実のところ、もし誰かが神への畏れをもって自らを省みれば、行動であれ、言葉であれ、態度であれ、あらゆる形でそのきっかけを与えてしまったことに気づくでしょう。もし現時点で何らかのきっかけを与えたことがなかったとしても、間違いなくいつか別の機会に、この件であれ他の件であれ、あるいは、他の兄弟を傷つけ、そのために罰を受けるべきだった——あるいは、しばしば他の何らかの罪のために。だからこそ、私はこう言うのです。もし誰かが神への畏れをもって自らを省み、良心を厳しく吟味すれば、必ずや自分には罪があると気づき、自らを責めることになるでしょう。

**46.** 時として、ある人は静寂な孤独の中に座り、平安を保っていることがある。しかし、そこに兄弟が訪れ、会話の途中で何か不快なことを言ったため、その人はたちまち動揺し、後でこう言う。「もし彼が私のところに来て、私を動揺させなければ、私は罪を犯さなかっただろう」。——なんと滑稽な理屈だろう！彼に言葉を投げかけた者が、彼に情欲を植え付けたというのか？その者は、すでに彼の中にあつたものを表に出させたに過ぎない。——そして今、彼がすべきことは、兄弟を嘆くことではなく、その情欲を悔い改め、自らを責めることである。そのような人は、外見は良くて中はカビが生えている腐ったパンに似ている。誰かがそれを割ると、その腐敗が露わになる——あるいは、中は悪臭と悪臭で満たされた清らかな器に似ている。誰かがそれを開けると、その悪臭がすぐに感じられるようになるのだ。この人もまた、自分では平穏な状態にあると思い込んでいたが、その内側に情欲が潜んでいることに気づいていなかった。兄弟が彼に一言かけただけで、彼の内に隠されていた腐敗が露わになった。それゆえ、もし彼が赦されたいと望むなら、自らを責めて悔い改めるべきである。この道によってのみ、彼は清らかさを得て、成功を収めることができる。また、彼にそのような恩恵をもたらしてくれたその兄弟には、感謝すべきである。

**47.** 魂は、罪を犯すにつれて、その罪によって衰弱していく。なぜなら、罪はそれに身を委ねる者を弛緩させ、衰弱させるからである。それゆえ、彼に起こるあらゆる出来事が、彼を重く圧迫する。しかし、もし人が善において成功するならば、成功するにつれて、かつては重かったことが、彼にとってより軽くなるのである。

**48.** いずれにせよ、私たちは苦難に目を向けるべきである。誰かが私たちに善を行ってくれたとしても、あるいは誰かから悪を受け たとしても、私たちは苦難に目を向け、私たちに起こるすべてのことに神に感謝し、常に自分自身を戒め、「もし私たちに良いことが起これば、それは私たちに対する神の慈悲深い摂理によるものであり、もし悪いことが起これば、それは私たちの罪によるものである」と語らなければならない。

49. 私たちは、日々罪を犯し、自らの情欲にふける、嘆かわしい者たちである！ 私たちは、先人たちが示してくれた正しい道——すなわち自己を戒める道——を捨て、隣人を責めるという曲がりくねった道を歩んでいる。そして、私たち一人ひとりは、あらゆる事柄において兄弟に責任を転嫁し、すべての重荷を彼に負わせようと努めている。誰もが怠惰であり、いかなる戒めも守ろうとしない一方で、隣人に対してはすべての戒めを守ることを要求している。

50. 「この道であなたが発見した最も重要なことは何ですか、父よ」と尋ねられたとき、「あらゆる事において自らを責めることである」と答えたあの長老は、どこにいるのだろうか。

——アッバ・ピメンもまた、嘆息しながらこう言った。「あらゆる美德がこの家に入ったが、一つの美德がなければ、人は立ち続けることは難しい」。「それは一体どのような美德なのか」と尋ねられると、彼はこう答えた。「人が自らを責めることである」。また、聖アントニオはこう言った。「神の御前で自らの罪を自らに負い、最期の息を引き取るまで試練を待ち続けることは、偉大な行いである」。そして至る所で、私たちの先人たちが、たとえ些細なことでもすべてを神に委ねつつ、常に「あらゆる事において自らを責める」というこの規則を守り通したことによって、平安を見出していたことがわかる。

51. 教父たちは、修道士が怒ったり、誰かを侮辱したりすることはふさわしくないと述べ、さらにこうも言っている。「短気を克服した者は悪魔を克服したものであり、この情欲に打ち負かされる者は、修道生活とは全く無縁である」など。——では、私たちが苛立ちや怒りに身を任せるだけでなく、恨みを抱き続けているとき、自分たちについて何と云えばよいのでしょうか？——このような哀れで人間らしくない（私たちの魂の）状態を嘆き悲しむ以外に、私たちに何ができるというのでしょうか？——しかし、兄弟たちよ、私たちは自分自身に耳を傾け、神の助けを借りて、この破滅的な情念の苦しみから解放されるよう努めましょう。

52. 兄弟たちの間では、しばしば混乱や不満が生じますが、彼らは通常、こうした不和を早急に解決し、和解します。しかし、中には、頭を下げて和解した後でも、兄弟に対して悲しみを抱き続け、彼に対する敵意を抱き続ける者もいます。これこそが恨み深さであり、これに固着して滅びてしまわないよう、細心の注意を払わなければならない。怒りの直後に和解した者は、怒りを癒やしたものの、恨み深さに対しては未だ戦っていないため、兄弟に対して恨みを抱き続けているのである。なぜなら、恨み深さは怒りとも、短気とも、動揺とも異なるものだからである。これをよりよく理解してもらうために、例を挙げよう。火を焚く者は、まず小さな炭を拾う。それが、侮辱を投げかけた兄弟の言葉である。もしあなたがその言葉を耐え忍ぶなら、その炭を消したことになる。しかし、「なぜ彼はそんなことを言ったのか？ それなら、私も彼にこう言ってみよう。もし私を傷つけるつもりがなかったのなら、そんなことは言わなかったはずだ——だから私も彼を傷つけてやる、必ず」と考えるなら——そうしてあなたは、火を燃やす人のように小枝などをくべ、煙を立てたことになる。その煙こそが動揺である。動揺とは、まさに心を騒がせ、苛立たせるような思考の動きや興奮のことである。そして苛立ちとは、自分を悲しませた者に対する報復的な反発であり、それは傲慢へと変わる。聖アッバ・マルクが言ったように、「思考によって養われる悪意は心を苛立たせるが、祈りはそれを打ち消す」のである。もし兄弟の些細な言葉を気に留めたとしても、動揺が生じる前に、その小さな火種を消し止めることができたはずだ。——しかし、もし望むなら、それがまだ新しいうちに、沈黙や祈り、あるいは心からの一礼によって、それを容易に消し止めることもできる。——もしあなたが煙を立て続ける、すなわち、「なぜ彼は……だから私も……」といった思いで心を苛立たせ、興奮させ続けるならば、それによってあなたの心は燃え上がり、苛立ちの炎が生まれるだろう。——もし望むなら、怒りが生じる前に、その炎も消すことができる。しかし、もし自分を動揺させ、苛立たせ続けるならば、それは火に薪をくべる人のようになり、そこから炎が生まれる——それが怒りである。そして怒りは、もし固着すれば、恨みへと変わり、そこから人は、自らの血（自己修養のための汗と労苦）を流さなければ解放されることはない。

53. これまでに、最初の動揺とは何か、苛立ちとは何か、怒りとは何か、そして恨み深さとは何かを、あなたがたは聞いてきた。たった一言から、これほどまでの悪に至ることをお分かり

だろうか。もしあなたが最初に自らを戒め、兄弟の言葉に忍耐強く耐え、彼に復讐しようとはせず、一言に対して二言や五言を返したり、悪に悪で報いたりしなければ、これらのすべての悪から解放されていたはずである。それゆえ、私はあなたがたに言います。情欲は、まだ若いうちに、それが根を下ろし、あなたがたの中に強固になり、あなたがたを苦しめるようになる前に、常に切り捨てなさい。そうでなければ、そのために多くの苦しみを味わうことになるからです。小さな草を抜き取るのと、大きな木を根こそぎにするのとでは、話が別なのです。

**54.** 悪に悪で報いることは、行いだけでなく、言葉や態度によっても行われる。ある者は、実際には悪に悪で報いていないと思っているが、実際には言葉や態度、身振り、あるいは視線によって報いていることが判明する。なぜなら、これらすべてによって兄弟を傷つけることができるからであり、これもまた悪に悪で報いることなのである。またある人は、行いでも、言葉でも、態度でも、身振りでも、悪への報復をしようとしなが、心の中では兄弟に対して不満を抱き、彼を嘆いている。またある人は、兄弟に対して悲しみを抱いてはいないが、もし誰かがその兄弟を何らかの点で侮辱したり、罵倒したり、辱めたりしたと聞いて、それを喜ぶならば、その人もまた、心の中で悪に悪をもって報いていることになる。またある人は、心に悪意を抱かず、自分を侮辱した者が屈辱を受ける話を聞いても喜ばず、むしろその者が侮辱されれば悲しむ。しかし、その者の幸福にも喜びを感じない——例えば、その者が称賛され、慕われているのを見ると、悲しむのである。これもまた、たとえ最も軽いものであっても、恨み深い心の現れである。

**55.** またある人は、誰かに侮辱されたとしても、双方が互いに頭を下げて和解すれば、その相手と平和に暮らし、心の中にその相手に対する悪意を抱かない。しかし、しばらくしてその相手が再び自分にとって悲しむべきことを口にしたとき、彼は以前のことを思い出し始め、その新しいことだけでなく、以前のことにしても動揺してしまう。——これは、傷を負い、その上に絆創膏を貼った人に似ている。現在、傷は治り、かさぶたもできたが、その箇所はまだ痛んでいる。もし誰かが彼に石を投げれば、その箇所は体の中で最もひどく傷つき、たちまち血を流し始める。その人もまた同じことを経験している。彼には傷があり、そこに絆創膏を貼った——つまり、頭を下げて、和解によってその傷、すなわち怒りを癒やしたのだ。また、心に悪意を抱かないよう努め、恨みを抱くことに対しても強くなろうとし始めた。これは、傷が塞ぎつつあることを意味する。しかし、まだ完全に治ったわけではない——恨みの残滓がまだ残っており、人がたとえ軽い打撲を受けただけでも、そこから容易に傷が再発してしまうのだ。

**56.** 努力しなければならない——内なる膿を完全に浄化し、患部が完全に癒え、いかなる醜さも残らず、その場所に傷があったことさえ全く分からなくなるようにするためである。では、どうすればこれを達成できるのか？——傷つけた相手のために心を込めて祈り、「神よ、彼の祈りのゆえに、私の兄弟と私を助けてください！」とすることである。——このように兄弟のために祈ることで、彼は憐れみと愛を示し、また、その兄弟の祈りのゆえに自分への助けを求めることで、謙遜の心を示すのである。憐れみと愛と謙遜があるところに、苛立ちや恨み、あるいはその他の情念など、どうして根付くことができようか？ —そしてアッバ・ゾシマはこう言った。「たとえ悪魔が、すべての悪霊を率いて、その悪意のあらゆる策略を駆使したとしても、キリストの戒めに基づく謙遜によって、そのすべての狡猾さは無に帰し、打ち碎かれるだろう」。また、別の長老はこう言った。「敵のために祈る者は、恨みを抱くことはない」。

**57.** 行動をもって長老たちの助言に従いなさい。そうすれば、彼らが何を言っているのかをしっかりと理解できるようになるでしょう。もし従わなければ、言葉だけでは決して修業の道を学ぶことはできません。ある技を習得したいと願う者が、言葉だけでそれを理解できるでしょうか。いいえ、まず彼は作業し、失敗し、作業し、自分の作品を台無しにする。そうして少しずつ、労苦と忍耐をもって、その労苦と意志を見守ってくださる神の助けを借りて、その技を身につけていくのだ。それなのに、私たちは、実際に手を動かすこともなく、言葉だけで「芸術の中の芸術」を学ぼうとしている。そんなことがあり得るだろうか？！——さあ、自分自身に耳を傾け、まだ時間があるうちに、丹念に努力しよう。

58. 偽りに騙されないよう、あらゆる点で注意を払わなければならない。なぜなら、偽り者は神と結びつくことはないからだ。偽りは神とは無縁である。聖書には、「偽りは悪魔から来る」とあり、悪魔は「偽りそのものであり、偽りの父である」と記されている（ヨハネ 8:44）。見よ、悪魔は偽りの父と呼ばれているが、真理こそは神である。なぜなら、神ご自身がこう言われているからだ。「わたしは道であり、真理であり、いのちである」（ヨハネ 14:6）。ご覧の通り、私たちは誰から自らを遠ざけ、誰と偽りによって結びついているのか！——それゆえ、もし真に救われたいと願うならば、私たちは全力を尽くし、全心を込めて真理を愛し、あらゆる偽りから身を守らなければならない。そうしてこそ、偽りが私たちを真理と命から引き離すことを防げるのだ。

59. 嘘には三つの異なる種類がある。ある者は思いで嘘をつき、ある者は言葉で嘘をつき、またある者は自らの生き方そのもので嘘をつく。－ 思考によって嘘をつくのは、自分の推測、すなわち隣人に対する根拠のない疑いを真理として受け入れる者である。例えば、誰かが自分の兄弟と話しているのを見て、「」と勝手に推測し、「あいつは私のことを何か言っているに違いない」などと思うような場合である。－ そのような者は思考によって嘘をつく。なぜなら、彼は真実を語っているのではなく、ただ自分の意見に基づいて話しているだけであり、そこから中傷、噂、敵意、非難が生まれるからだ。－ 要するに、例えば、徹夜祈祷に立ち上がるのが面倒で、「すみません、立ち上がるのが面倒でした」と言わず、「熱があった、体調が悪かった」と言い、ひざまずくこと一つもせず、謙虚になることも避けるために、数え切れないほどの嘘の言葉をでっち上げる者が、嘘をついているのである。また、何かを望むとき、率直に「私はこれを望んでいる」とは言わず、病気を理由にしたり、困窮を理由にしたりして、言葉をねじ曲げ、欲望が満たされるまで嘘をつき続ける。そのような者には、やがて真実を語っても信じられなくなる。——淫乱でありながら禁欲的なふりをしたり、利己的でありながら慈悲深いふりをしたり、高慢でありながら謙虚なふりをしたりする者は、自らの生き方そのものが嘘である。

60. 自分自身を大切にしよう。もし私たちが無駄にこの時間を浪費してしまうなら、誰が私たちにこの時間を与えてくれるだろうか。まことに、いつかこの日々を求めようとしても、もはや見つけることができない時が来るだろう。アッバ・アルセニオスはいつも自分自身にこう言い聞かせていた。「アルセニオスよ、お前はなぜこの世を離れたのか？」

61. もし私たちがほんの少しばかり修業しようと望むなら、それほど悲しむこともなく、困難に直面することもないだろう。なぜなら、もし誰かが自らを修業へと駆り立てるなら、修業を続けるうちに少しずつ進歩し、やがて安らぎをもって徳を全うすることができるからだ。神は、その人が自らを駆り立てているのを見て、助けを与えてくださるからである。さあ、自らを奮い立たせよう。私たちはまだ完全には至っていないが、もし努力を続ければ、その努力によって助けを得、その助けによってあらゆる美德を身につけることができるからだ。それゆえ、ある教父はこう言った。「血を注ぎ、霊を受けよ」、すなわち、努力すれば、美德の習慣を身につけることができる、と。

62. 大工の技術を学びたいと願う者が他の職に就かないのと同様に、霊的な行いを学びたいと願う者たちも、他の何事にも気を取られることなく、昼夜を問わず、それをいかにして身につけるかを学ぶべきである。ただし、何事にも節度が必要である。ある長老はこう言った。「王の道を歩み、その距離（ヴェルスタ）を数えよ」。なぜなら、徳とは過度と不足の間にあるものだからである。それゆえ、聖書にもこう記されている。「右にも左にもそれではならず、王の道を歩め」（申命記 5:32; 17:11）。

63. 悪はそれ自体、無に等しい。なぜなら、それはいかなる存在でもなく、いかなる構成も持たないからである。しかし、魂は徳から逸脱すると、情欲に駆られ、罪を生み出し、その後、その中に自然な安らぎを見出せずに苦しむ。木に、本来、内部に虫がいるだろうか？ しかし、その中にわずかな腐敗が生じ、この腐敗から虫が生まれ——そして、まさにこの虫が木を食い荒らすのである。同様に、魂も自ら悪を生み出し、そして再び自らその悪によって苦しめられる。こ

れは、聖グレゴリオス・テオロゴスが言った通りである。「火は物質から生じるものであり、物質を食い尽くす。それは、悪が邪悪を食い尽くすのと同じである」。

**64.** 肉体の病気においても、まったく同じことが見られる。誰かが不規則な生活を送り、健康を顧みないとき、体内に何かの過剰や不足が生じ、それによって人は病気になる。しかし、それ以前は病気など全く存在せず、何ものでもなかった。そして、体が癒やされると、病気はもはや全く存在しなくなる。まさにそれと同様に、悪とは、その本質に固有であり、本来備わっているべき健全さ、すなわち美德を失った魂の病である。

**65.** 人間には三つの状態がある。すなわち、情動に従って行動するか、それに抵抗するか、あるいはそれを根絶するかである。情欲に従って行動するとは、それを実行に移し、それに従うことである。情欲に抵抗するとは、それに従って行動せず、それを断ち切るわけでもないが、賢明に、いわば情欲を回避しつつも、その情欲を内に抱えている状態である。そして、情欲を根絶するとは、情欲に立ち向かい、それに抗って行動する者である。

**66.** 情欲に従って行動する者は、敵から放たれた矢に撃たれたにもかかわらず、その矢を拾い上げ、自らの手で自分の心臓に突き刺す人に似ている。情欲に抵抗する者は、敵から矢の雨を浴びせられているが、鎧を身にまとっているため傷を負わない人に似ている。そして、情欲を根絶する者は、敵の矢の雨を浴びながらも、それらを打ち砕くか、あるいは敵の心に突き返す者のようだ。詩篇に「*彼らの武器は彼らの心に突き刺さり、彼らの弓は砕かれる*」とあるように。

**67.** ある兄弟は七日間高熱にうなされていたが、それからさらに四十日が過ぎても、まだ体力が回復していない。「この謙虚な者は七日間病気だった——それなのに、どれほど日経っても、まだ回復していないのか。魂についても同じことが言える。ある者は大した罪を犯さないが、その後、改心するまでにどれほどの時間を費やし、自らの血を流すことになるだろうか。」

**68.** 私たちの兄弟たちが私たちの仲間から連れ去られていくのを見ていながら、私たちは自分自身に注意を払わない。それなのに、私たち自身も少しずつ死に近づいていることを知っているではないか。さあ、自分自身に注意を払い、まだ時間があるうちに、それを無駄に過ごしてはならない。あの長老の言葉を、どうして忘れていられようか。「もし誰かが金や銀を失っても、その代わりに別のものを見つけることができる。しかし、怠惰と無為に生きて時間を失ってしまったなら、失ったものの代わりとなるものを見つけることはできない」と。実のところ、この時間のたった一時間さえ探そうとしても、見つけることはできないのだ。

**69.** ある偉大な長老が、大小さまざまなキパリスが生えている場所で、弟子たちと散歩をしていた。長老は弟子の一人に言った。「このキパリスを引き抜いてみよ。」そのキパリスは小さかったので、その兄弟はすぐに片手で引き抜いた。長老は、それよりも大きな別のキパリスを指さして言った。「これも引き抜いてみよ。」その弟子は両手で木を揺さぶり、引き抜いた。長老はさらに大きな別の木を指さした。彼はそれもうち抜いたが、大変な苦労を要した。その後、長老はさらに大きな別の木を指さした。弟子はとてつもない苦労の末、まず木を激しく揺さぶり、汗だくになりながら奮闘し、ついにこの木もうち抜いた。最後に、長老はさらに大きなヒノキを指さした。しかし、その兄弟は、いくら苦労して汗を流しても、それを引き抜くことはできなかった。長老は、彼が一人ではできないのを見て、別の兄弟に彼を助けるよう命じた。そして、二人はかろうじてそれを引き抜くことができた。—そこで、長老は弟子たちにこう言った。「情欲もこれと同じだ。まだ小さいうちは、望めば容易に引き抜くことができる。しかし、それを小さなものとして軽んじていると、情欲は強固になり、強固になればなるほど、私たちにさらなる労力を要求してくる。そして、それが私たちの中に深く根を下ろしてしまった時には、たとえ多大な労力を費やしても、神によって私たちを助けてくださる聖人たちの助けを得なければ、自分一人ではそれを自分の中から引き抜くことさえできないのだ」

**70.** 預言者はバビロンの娘に向かってこう言っている。「*あなたの乳飲み子を石に打ち砕く者は、幸いである*」（詩編 136:9）。——バビロンの娘とは、あらゆる罪深く、神に背くものの象徴である。その産物は、情欲に駆られた思いと行いである。自分の中に生じる悪意ある思いを受け入れず、それらが自分の中で育ち、悪を行わせる余地を与えず、それらがまだ小さいうちに



、根を下ろして自分に立ち向かう前に、あらゆる手段を尽くして揺るぎない決意という岩に打ち砕き、主イエス・キリストの御名によってそれらを根絶しようとする者は、幸いである。

**71.** 教父たちは、人がどのようにして徐々に自らを清めていくべきかを教えてくれた。毎晩、その日をどのように過ごしたかを自ら省み、また朝には、夜をどのように過ごしたかを省み、罪を犯してしまったことについて神の御前で悔い改めなければならない。 私たちに至っては、多くの罪を犯しているため、忘れっぽい性質ゆえに、六時間が経過した時点で、その時間をどのように過ごしたか、またどのような点で罪を犯したかを自ら省みる必要がある。

**72.** このように自らを省みる者においては、悪が少しずつ減り始めるだろう——もし九つの過ちを犯していたなら、八つに減るだろう——そして、神の助けにより徐々に進歩していく中で、情欲が自分の中に根を下ろすことを許さないだろう。何らかの情欲に習慣化してしまうことは、大きな災いである。

**73.** 一度だけ怒ったからといって、その人をすでに「怒りっぽい」と呼ぶわけではない。一度だけ淫行に及んだからといって、その人をすでに「淫乱者」と呼ぶわけではない。一度だけ慈悲を示したからといって、その人をすでに「慈悲深い」と呼ぶわけではない。 しかし、美德においても悪徳においても、それらを頻繁に実践することで、魂は習慣を身につけ、その後、その習慣は魂を苦しめるか、あるいは安らぎを与えるかのどちらかとなる。 美德は安らぎをもたらす。なぜなら、善行を重ねれば重ねるほど、美德における習慣を身につけ、それによって本来の性質を取り戻し、本来の健全な状態へと立ち返るからである。一方、悪徳は苦しめる。なぜなら、それによって我々は、自らの本性に異質で敵対的な習慣を身につけてしまい、それが本性を破壊してしまうからである。

**74.** 驚は、体全体が網の外にあっても、たった一つの爪が網に絡まってしまえば、そのわずかなことでその全力が失われ、獵師は望むだけでそれを捕らえることができる。 それと同様に、魂も、たとえたった一つの情欲を習慣としてしまっても、敵は思い立った時にいつでもそれを打ち倒すことができる。なぜなら、その情欲のゆえに、魂は敵の手に落ちているからである。だから、いかなる情欲も習慣とならないよう注意し、誘惑に陥らないよう、昼夜を問わず神に祈り、努めよ。 もし私たちが人間として打ち負かされ、罪を犯してしまったとしても、直ちに立ち上がり、その罪を悔い改め、神の慈愛の前で涙を流し、目を覚まして精進するよう努めましょう。そうすれば、神は私たちの善意、謙遜、そして砕かれた心を御覧になり、助けの手を差し伸べ、私たちに憐れみをお示しくくださるでしょう。

**75.** 起こるすべての出来事を神に委ね、こう言うべきである。「神の御心なしには何事も起こらない。神は、これやあれが善であり有益であることを知っておられる。それゆえ、このように起こるのだ」。神が創造されるすべてのものの中に、善でないものは一つもなく、「すべては善であり、極めて善である」（創世記 1:31）のである。 したがって、誰も起こる出来事を嘆くべきではなく、それを神に委ねて、心を安らかにすべきである。 起こる悲しみによってひどく打ちひしがれ、命そのものを拒み、ただ悲しみから逃れるためだけに死を甘美だと考える人々もいる。しかし、これは気弱さと多くの無知に起因するものである。彼らは、魂が肉体から離れる時に私たちが待ち受けるあの恐ろしい苦難を知らないのだ。

**76.** ある非常に熱心な兄弟が、ある長老に尋ねた。「なぜ私の魂は死を望むのでしょうか？」長老は彼に答えた。「それは、あなたが現在の苦難に耐えることを望まず、これから訪れる苦難がここでのものよりはるかに重いことを知らないからです。」——また、別の兄弟も長老に尋ねた。「なぜ私は自分の独房にいながら、油断に陥ってしまうのでしょうか？」すると、長老は彼にこう言った。「それは、あなたがまだ待ち受ける安らぎも、将来の苦しみも知らないからだ。もしあなたがそれを確かに知っていたなら、たとえあなたの独房が虫でいっぱい、首までその中に埋もれて立っていたとしても、あなたは気を緩めることなくそれを耐え抜いたはずだ」。しかし、私たちは眠りながら救われようとし、それゆえに苦しみの中で力尽きてしまう。それなのに、ここでは少しの苦しみを受けることで、あそこで大きな安らぎを得られることを、神に感謝し、自分たちを幸いだと考えるべきなのである。

77. エヴァグリオスはこう語った。「情欲に身を委ね、一刻も早く死ぬことを神に祈る者は、大工に（その苦しみの中でそれでもある種の慰めを得ていた）寝台を一刻も早く切り刻んでくれるよう懇願する病人に似ている。なぜなら、この肉体の中にいる間、魂は自らの情欲から安らぎと、ある種の慰めを得ているからだ。ここでは、人は食べ、飲み、眠り、語り合い、友人たちと交流する。しかし、魂が肉体から離れると、その魂は自らの情欲と二人きりになり、それゆえ常にそれらに苦しめられることになる。情欲に包まれ、その燃え盛る炎に焼かれ、それによって苛まれ、ついには神のことを思い出すことさえできなくなるほどである。この神への思いは、詩篇に「私は神を思い出し、喜びに満たされた」（詩篇76:4）とあるように、魂を慰めることができるはずだが、それまでは情欲がそれを許さない。

78. この世の苦しみから、あの世の苦しみとはどのようなものか、ある程度理解することができる。例えば、誰かが熱を出したとき、何がその人を焼くのだろうか。どのような火がこの灼熱感を引き起こしているのでしょうか。それと同じように、情欲に駆られた魂は、そこで常に自らの邪悪な習性によって苦しめられ、情欲から生じる苦い記憶と耐え難い印象を抱き、それらが絶えず魂を焼き、燃え上がらせているのです。

79. さらに、聖書に記されている恐ろしい苦しみを受ける場所——火、闇、容赦のない拷問の使者たち、そしてその他の苦しみ——すなわち、あの世の火がまさに彼らのために用意されている悪魔たちとの共存（マタイ25:41）を、誰が恐怖を感じずに思い起こすことができようか？——それどころか、裁きを受けるという恥辱そのものが、どれほど心を打ち砕き、命を奪うものであろうか。聖金口ヨハネはこう言っている。「たとえ火の川が流れていなくとも、恐ろしい天使たちが立ちまわってははいなくとも、ただすべての人々が裁きに召され、ある者は称賛を受けて栄光に包まれる一方で、他の者は不名誉のうちに追い払われ、神の栄光を見ることを許されなかったとしよう。その恥と不名誉という罰、そしてこれほど多くの恵みを奪われることへの悲しみは、いかなるゲヘナよりも恐ろしいものではなかっただろうか？」——

80. それでは、そのような災いから逃れるために、自らを清めるよう努めよう。もちろん労力は必要だが、努力して、神の憐れみを得よう。畑を持っている者がそれを放置すれば、雑草が生い茂るのではないか？——そして、放置すればするほど、その畑は茨やアザミで満たされるのではないだろうか？その後、怠慢の間に生い茂らせてしまったあらゆる雑草を畑から取り除こうとしたとき、放置していた期間が長ければ長いほど、その人の手にはより多くの血がにじむことになるのではないか？——なぜなら、単に草を刈るだけでなく、根こそぎ引き抜かなければならないからだ。そうしなければ、いくら刈ってもまたすべてが生えてくるからである。私たちの魂についても同様である。魂を顧みなければ、それはあらゆる悪しき情欲の草に覆われてしまう。そして後になって、我に返ってそれを清めようとすれば、苦痛を伴う労苦は避けられない。なぜなら、私たちは単に情欲に駆られた行いを控えるだけでなく、情欲そのものの習慣を根絶しなければならぬからである。しかし、情欲の習慣ほど悪いものはない。「邪悪な習慣を克服することは、決して小さな偉業ではない」と聖バシレイオス大主教は言う。「なぜなら、習慣は長い時間をかけて根を下ろすと、しばしば本性の力を持つようになるからだ。」

81. 情欲そのものを断ち切るだけでなく、その原因も断ち切り、その後、悔い改めと涙をもって自らの気質をしっかりと肥やす必要がある。そうして初めて、善の種、すなわち善行を蒔き始めることができるのである。それはまるで畑のようである。すなわち、畑を清め、肥やした後、そこに善の種を蒔かなければ、雑草が生え、清められてふかふかになった土壌を見つけると、そこに深く根を下ろしてしまう。人間も同様で、過去の行いを悔い改め、品性を正したにもかかわらず、美德を身につけることに努めなければ、福音書に記されているように、不浄な霊が以前の住处、今や清められ、掃除されたその住处に、さらに七つの他の霊を伴って戻ってくる——その結果、その人は以前よりもさらに悪い状態になってしまうのである（マタイ12:44）。

82. 救いを望む者は皆、悪を行わないだけでなく、善を行う義務がある。詩篇に「悪を避け、善を行え」（詩篇33）とあるように。例えば、かつて怒りっぽい人であった者は、怒らないだけでなく、柔和さを身につけなければならない。高慢だった者は、高慢にならないだけでなく、

謙遜になるべきである。なぜなら、あらゆる情欲には、それとは正反対の美德があるからである。  
。、高慢には謙遜、吝嗇には慈悲、淫行には貞潔、臆病には忍耐、怒りには柔和、憎しみには愛  
。

**83.** かつて私たちが美德を追い払い、その代わりに情欲を受け入れたように、今や私たちは、情欲を追い払うだけでなく、その代わりに美德を自分の中に根付かせるよう努めなければならない。私たちには、神から与えられた美德が本来備わっている。なぜなら、神は人間を創造された際、すべての美德をその内に吹き込まれたからであり、次のように言われた通りである。「『われわれは、われわれの像と似姿とに従って人を造ろう』」（創世記1.26）。「像」と語られているのは、神が魂を不死かつ自由なものとして創造されたからであり、「似姿」とは美德を指す——いわば、「あなたがたは聖なる者となりなさい。わたしが聖なる者であるように」（Iペトロ1:16）。したがって、美德は私たちの本性に属するものである。一方、情欲は私たちの本性に属するものではなく、そこに持ち込まれるものである。すなわち、魂が自己満足に身を委ねるとき、美德から逸脱し、情欲をその内に宿すのである。

**84.** アッパ・ピメンが、修道士の成長は試練の中で明らかになると述べたのは正しい。なぜなら、真に「主に仕えることに取り掛かる」修道士は、「試練に備えて自分の魂を整え」（シラ書2,1）——そうして、自分に起こるいかなる事にも決して驚いたり動揺したりすることなく、神の摂理なしには何事も起こらないと信じるためである。そして、神の摂理にあるものはすべて善であり、魂の益となる。なぜなら、神が行うすべてのことは、私たちを愛し、憐れんでくださるゆえに、私たちの益のために行われるからである。そして私たちは、使徒が言ったように、「すべてのことに感謝」しなければならない（エフェソ5:20； Iテサロニケ5:18）神の恵みに感謝し、私たちに起こったことについて決して悲しんだり、気落ちしたりしてはならず、私たちに起こるすべてのことを、動揺することなく、謙遜と知恵をもって、神への希望を持って受け入れ、神が私たちに対してなされることはすべて、私たちを愛し、私たちのために、御自身の恵みによってなされるのだと信じなければならない。

**85.** もし誰かが友を持ち、その友が自分を愛していると確信しているなら、たとえその友から何か、たとえそれが辛いことであっても被ったとしても、その友は愛ゆえにそうしたのだと考え、決してその友が自分に害をなそうとしたなどとは信じないでしょう。それならばなおさら、私たちが創造し、無から有へと導き出し、私たちのために人となり、私たちのために死んでくださった神については、神がご自身の慈しみによって、私たちを愛しておられるからこそ、私たちに対してすべてを行っておられるのだと考えるべきである。友人については、こう考える者もあるかもしれない。「彼はすべてを私を愛し、憐れんで行っている（そして常にそうする用意がある）。しかし、彼には、私に関わるすべてのことを常にうまく整えるほどの分別がない。そのため、本意ではないにせよ、私に害を及ぼしてしまうことがある。しかし、神についてはそうは言えない。なぜなら、神は知恵の源であり、私たちにとって有益なことをすべて知っておられ、それに応じて、私たちに関わるすべてのこと、たとえ些細なことさえも整えてくださるからである。また、友人については、彼は私たちを愛し、憐れんでくれており、私たちに関わることをうまく整えるだけの十分な分別はあるものの、彼が私たちに利益をもたらそうと考えていることにおいて、私たちを助ける力には欠けている、とすることができる。しかし、神については、そのようなことも言うことはできない。なぜなら、神にはすべてが可能であり、神にとって不可能なことは何一つないからである。これらすべてに照らして、私たちは、たとえそれが悲しいことであつたとしても、私たちに起こるすべてのことを、神、すなわち恩人であり、慈愛に満ちた主から来るものとして、感謝をもって受け入れるべきである。

**86.** もし誰かが忍耐と謙遜をもって試練に耐えれば、その試練は彼に害を及ぼすことなく過ぎ去るだろう。しかし、もし彼が気弱になり、動揺し、あらゆる人を非難するならば、彼はただ自分自身に重荷を背負い、何の益も得られず、むしろ自分自身を傷つけるだけである。一方、動揺することなく試練に耐える者にとっては、試練は大きな益をもたらすのである。

**87.** たとえ情熱に心を乱されても、私たちは恥じるべきではない。情熱に駆られる者よ、情熱に心を乱される時、何を不思議に思い、何を恥じるというのか？ ——「お前自身が自分の中にそれを生み出し、自ら進んで抱いているのに、なぜ戸惑うのか？」——その担保を受け入れながら、「なぜそれが私を悩ませるのか」と言うのか？ ——むしろ耐え忍び、奮闘し、神に助けを祈るべきだ。情欲に身を委ねてきた者にとって、情欲による痛ましい襲撃を受けないなどということとはあり得ないのだ。 アッバ・シソイが言ったように、それらの器はあなたの内にある。それらにその担保を返せば、それらはあなたから離れていく。私たちがそれらを愛し、働かせた以上、私たちを駆り立て、私たちの意志に反して情欲を行わせようとする情欲的な思いに囚われないことは不可能である。なぜなら、私たちは自発的に自分自身をそれらの手に委ねてしまったからだ。

**88.** 情欲的な思いが、その人が情欲に従って行動する以前に立ちはだかる者は、まだ自分の城の中にいる。その人は自由であり、神に助け手を持っている。なぜなら、その人がこの状況において神の前で謙虚になり、少しばかり戦えば、神の助けが現れて、情欲の攻撃から彼を解放してくれるからである。しかし、もし誰かが戦おうとせず、自分に甘えて肉欲の快楽に身を委ねてしまうならば、神の助けは彼から離れ、情欲は彼を情欲的な行いへと引きずり込み、その結果、彼はすでにその情欲に不本意ながら仕えることになってしまうのである。

**89.** ある偉大な長老の弟子が肉欲の戦いに襲われたとき、長老はその苦闘を見て、彼にこう言った。「もし望むなら、神に祈って、この戦いを和らげていただこうか？」すると、その弟子はこう答えた。「師よ、私には重く、また困難ではありますが、自分の中にその苦労の果実が見えます。ですから、神に、私に忍耐を与えてくださるようお祈りください」。老賢者はこれに対し、「今、私は、あなたが私よりも優れており、私を凌駕していることを悟った」と言った。これこそが、真に救いを求める者たちである！そして、謙遜をもって誘惑のくびきを負うとは、まさにこのようなことなのである！

**90.** 神がモーセを遣わして、イスラエルの民をエジプトとファラオの奴隷制から救い出そうとされたとき、ファラオは彼らにさらに過酷な労働を課した。同様に、悪魔も、神がその魂に憐れみを示し、情けをかけ、情欲という重荷から解放しようとしているのを見ると、かえってその魂を情欲でさらに重くし、より激しく戦いを仕掛けてくる。しかし、教父たちはこのことを知っており、自らの教えによって人を強め、恐れに屈することを許さない。「主を待ち望む者たちよ、勇気を出し、心を強くせよ」（詩編30:25）。

**91.** 神への畏れは、魂に戒めを守るよう促し、戒めによって魂の住まいが築かれる。それゆえ、私たちは神を畏れ、自分たちの住まいを築こう。そうすれば、冬や雨、稲妻や雷の時に避難場所を見出すことができる。なぜなら、住まいを持たない者は、冬に大きな災難に遭うからである。

**92.** 心の家をどのように築くべきか、それはこの世の家を建てることから学ぶことができる。家を建てる者は、四方の壁をすべて築き上げ、ただ一つの壁だけに関心を向けることはない。そうでなければ、費用と労力を無駄に費やすことになる。同様に、心の家を築こうとする者も、その建物のどの側面も疎かにしてはならず、均整を保ち、調和のとれた形でそれを築き上げなければならない。これこそが、アッバ・ヨハネが「人は毎日、あらゆる美德を少しずつ身につけていくべきである」と述べた意味であり、ある人々がそうしているように、一つの美德に固執してそれだけに留まり、他の美德には無関心でいるようなことではない。

**93.** このようにして、心の家はあらゆる側面から均整のとれた調和のとれた形で築き上げられるのである。——まず第一に、信仰という土台を据えなければならない。なぜなら、「信仰がなければ、神に喜ばれることはできない」（ヘブライ人への手紙 11:6）からである。そして、その土台の上に、均等に建物を築き上げていくのである。すなわち、従順の機会があれば、従順の礎石を据え、兄弟からの苦しみに出くわせば、忍耐の礎石を据え、節制の機会が訪れれば、節制の礎石を据えるべきである。このように、機会が与えられたあらゆる美德について、建物に一つずつ石を据え、そのようにしてあらゆる側面から建物を築き上げていくのである。建物には、時

には憐れみの石を、時には自己の意志を切り捨てる石を、時には柔和の石を、といった具合に据えていくのである。しかし、それと同時に、忍耐と勇氣にも気を配らなければならない。なぜなら、それらは礎石であり、それによって建物が結びつけられ、壁と壁が連結され、互いに傾いたり、互いから離れたたりすることがないからである。忍耐と勇氣なしには、誰もいかなる美德も成し遂げることはできない。それゆえ、「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」（ルカ21:19）と語られているのである。

94. 家を建てる者は、石の一つひとつに石灰を塗る。もし石灰なしで石を積み重ねれば、石は崩れ落ち、家は倒壊してしまうからである。（魂の築き上げにおいて）石灰とは謙遜のことである。なぜなら、それは大地から採られ、すべての人の足元にあるからである。そして、謙遜なしに行われるあらゆる美德は、美德ではない。このことについて、教父の教えにもこう記されている。「釘なしに船を造ることができないように、謙遜なしに救われることはできない」。— 普通の家には屋根がある。心の家の屋根とは愛であり、それは美德の完成を成すものである。まさに、家の屋根が家の完成であるのと同じである。— 屋根の周囲には手すりが設けられている。これは、律法（申命記22:8）が言うように、子供たちが屋根から落ちないようにするためである。心の家における手すりは、節制、注意、そして祈りであり、子供たちとは、節制と祈りを守る、心の中に生じる思いのことである。

95. しかし、この建設の作業においては、もう一つ必要なことがある。すなわち、建築者が熟練していることである。なぜなら、もし彼が熟練していなければ、壁を歪ませてしまい、いつの日か家は崩れ落ちるかもしれないからである。熟練しているとは、徳を賢明に実践する者のことである。なぜなら、徳を積むという労苦を引き受ける者はいても、その労苦を不賢明に行うために、自らそれを台無しにしたり、絶えず仕事を台無しにしたりすることがあるからだ。そうして、建物は完成に至らず、ただ建てては壊すだけになってしまうのである。

96. これは数ある例の一つに過ぎない。もし誰かが、虚栄心から、あるいは自分の中で「ある特別な美德を実践している」と考えて断食をするならば、その者は不合理に断食していることになる。そのため、自分を偉大な存在だと見なして、後に兄弟を非難し始める。結果として、彼は一つの石を積んだだけで二つも取り除いてしまっただけでなく、隣人を非難することで壁全体を崩壊させる危険にさらされていることが判明する。一方、賢明に断食する者は、特別な美德を成し遂げているとは考えず、断食者として称賛されることを望まない；むしろ、節制によって貞潔を身につけ、それを通じて謙遜に至るのだと考える。教父たちが言うように、「謙遜への道とは、賢明に行われる肉体の労苦である」——などというように。——そのような者は、自らの家を堅固に築き上げることができる熟練した建築者となるのである。

97. 美德は自分の力を超えており、自分には成し遂げられない、といった考えに惑わされてはならない。むしろ、信仰に励まされて、大胆に第一歩を踏み出し、神の前で善意と努力を示せ——そうすれば、美德を成し遂げるために神が与えてくださる助けを見出すだろう。——二つの梯子を想像してみなさい。一つは天へと昇り、もう一つは地獄へと下る。そして、あなたは両方の梯子の真ん中、地上に立っている。こう考えたり言ったりしてはならない。「どうすれば、この地上から飛び立ち、突然天の高み、すなわち梯子の頂上にたどり着けるだろうか」と。ただ、悪事を働いて下へ降りてしまわないよう気をつけなさい。そして、上へは、出会う善行を一つずつ積み重ねながら、少しずつ登るよう努めなさい。一つ一つの行いが、上への一歩となるのです。そうして、神の助けを借りて一段ずつ登っていくうちに、やがてははしごの頂上にたどり着くでしょう。

98. 求めれば見出し、願えば与えられる。なぜなら、福音書にはこう記されているからだ。「求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば見つかる。門をたたきなさい。そうすれば開かれる」（マタイ7:7）。「求めよ」とは、私たちが祈りの中で神に助けを求めることを意味し、「探し求めよ」とは、徳がどのように現れ、何がそれをもたらすのかを見極め、それに応じて徳を身につけるために自らの努力を注ぐことを意味する。また、「叩きなさい」とは、戒めを守ることを意味します。なぜなら、誰であれ、何かを「叩く」ときは手を使うものであ

り、手とは活動そのものを表すからです。したがって、私たちは単に求めるだけでなく、探し求め、行動し、使徒の言葉に従って、「あらゆる善い行いに備える」（Ⅱコリント9:8、Ⅱテモテ3:17）よう努めなければならない。すなわち、神が望まれる通り、また神に喜ばれる通りに、神の御心を賢明に実行する完全な準備を整えておくことである。

**99.** 使徒は、「神の御心、すなわち、善であり、神に喜ばれ、完全なものであることを見極める」（ローマ12:2）よう命じました。それは、その後、その御心に従って行動するためです。——では、どのような神の御心が「善い」ものなのでしょう？——それは、互いに愛し合い、憐れみ深くあり、施しを行うことなどです。これこそが「神の善き御心」です。では、「神に喜ばれる御心」とはどのようなものなのでしょう？ 善いことを行う者すべてが、必ずしも神に喜ばれるように行っているわけではありません。例えば、ある人が、貧しくも美しい孤児を見つけるとしよう。その美しさに惹かれて——彼はその子を引き取り、育て上げる。孤児として貧しい存在であると同時に、美しい存在としても育て上げるのだ。これこそが神の「善き」御心ではあるが、「神に喜ばれる」ものではない。一方、「神に喜ばれる」とは、人が何らかの人間的な動機からではなく、これを命じられた神のため、善そのもののため、純粋な憐れみから慈善の行いを行う場合を指す。これこそが神に喜ばれるのである。—最後に、「完全な」神の御心とは、誰かが、けちけちすることなく、怠惰もなく、軽蔑もなく、全力を尽くし、全意志を注いで、あたかも自分が受け取るかのように慈しみを行い、あたかも自分が恩恵を受けるかのように善行を行うときのことである。その時、神の完全な御心が成就される。——これこそが、人が神の善き、御心に適った、そして完全な御心を成就する方法である。

**100.** 食への耽溺には二種類ある。第一は、人が美味しい食べ物を求め、必ずしもたくさん食べたいわけではないが、美味しいものを望む場合である。第二は、大食いに駆られる場合である。この人は良質な食事を求めず、その味にも関心を示さない。ただひたすらに食べ続け、食べ物を区別することなく、ただ腹を満たすことだけに関心を向ける。前者は「喉の暴走」、後者は「腹の暴走」と呼ばれる。——自らの罪を清めるために断食を行おうとする者は、これら二つの種類の食欲を避けなければならない。なぜなら、それらは身体の必要を満たすのではなく、情欲を満たすものであり、もし誰かがそれらにふけるならば、それはその者に罪として数えられるからである。

**101.** しかし、断食するにあたっては、前述の食事に関する規則を守るだけでなく、あらゆる他の罪からも身を遠ざけなければならない。すなわち、腹を断食するように、言葉によっても断食し、中傷、嘘、無駄話、兄弟への侮辱、怒り、そして言葉によって犯されるあらゆる他の罪を慎まなければならない。また、目によっても断食しなければならない。すなわち、虚しいものを見ず、目に自由を与えず、誰に対しても恥知らずで恐れもなく見つめてはならない。同様に、手や足もあらゆる悪事から遠ざけなければならない。

**102.** 互いに訪問する際、どのような目的を持つべきか。第一に、愛をもって互いに訪問すべきである。第二に、神の御言葉を聞くためである。なぜなら、多くの兄弟たちが集まる中で、神の御言葉はよりよく理解されるからである。ある者が知らないことを別の者が知っており、前者が後者に尋ねることで、それを知ることでもできるからである。最後に、自分の心のあり方や状態を知り、聖アントニオがそうであったように、他者から生き方の模範を学ぶためである。ある者からは柔和さを、別の者からは謙遜を、また別の者からは沈黙を学び、そのようにして、訪問した一人ひとりの美德を自分の中に集めていくのである。

**103.** 他者を見る際、何よりも避けるべきは、有害な非難を生む疑心である。私は、誰もが自分の気質に従って他者を判断するという真実を裏付ける、数多くの経験を持っている。例を挙げよう。ある人が夜、ある場所に立っていたとしよう。そこを三人の人が通りかかる。その人物を見て、一人は「誰かを待っているに違いない。行って不品行にふけるつもりだ」と考え、もう一人は「きつと泥棒だ」、三番目は「近くの家の人かと共に行動して、どこかで祈りを捧げる約束をしたに違いない——その相手を待っているのだ」と考えた。このように、三人が同じ場所でも同じ人物を見たにもかかわらず、彼について抱いた見解は一致せず、一人はこう、もう一人はあ



あ、三番目はまた別の見方をした——そして明らかに、それぞれが自身の心の状態に応じてそう考えたのである。黒胆質や痩せ型の体が、たとえ有益な食物であっても、摂取したあらゆる食物を質の悪い体液に変えてしまうのと同様に、気性の悪い魂も、たとえ遭遇するものがどれほど良きものであっても、あらゆるものから害を受けるのである。一方、善良な気質を持つ者は、栄養豊かな体を持つ者に似ている。そのような者は、たとえ多少有害なものを口にしたりしても、それが体内で良質な体液へと変化する。同様に、私たちも善良な気質を持ち、心の状態が良好であれば、たとえその事柄自体が有益でなかったとしても、あらゆる事柄から利益を得ることができるのである。

**104.** ある兄弟について聞いた話がある。彼は、兄弟たちの誰かのところを訪ねて、その独房が掃かれておらず、片付けられていないのを見ると、心の中でこう言ったという。「この兄弟は幸いである。この世のあらゆる心配事を脇に置き、心をすべて天に向け、独房を片付ける時間さえ見つけられないほどだから。」 また、別の兄弟を訪ねて、その独房が片付けられ、掃除され、清潔であるのを見ても、彼は再び心の中でこう言った。「この兄弟の魂が清いように、その独房も清く、独房の状態は彼の魂の状態と一致しているのだ。」 そして彼は決して誰に対しても、「この人は怠惰だ」とか「高慢だ」などとは言わず、自らの善意に満ちた心持ちによって、すべての人を善良な者として見なし、すべての人から益を得ていた。慈愛に満ちた神が、私たちにも同じように善意に満ちた心持ちを与えてくださり、私たちもまた、すべての人から益を得ることができ、隣人の欠点に決して目を向けることがないようにしていただきますように。

**105.** 「*修道生活の見習いへの訓示*」。もしあなたが従順の道を歩んでいるなら、決して自分の心を信じてはならない。なぜなら、心は古びた偏見によって目が曇らされるからだ。いかなる事においても自分の判断に従ってはならず、尋ねたり助言を求めたりすることなく、自ら何かを決定してはならない。自分が師よりも優れており、義にかなっているなどとは決して考えたり推測したりしてはならない。また、師の行いを詮索してはならない。そうすることで、あなたは従順となり、穏やかに、そして安全に、私たちの先人たちの道を歩むことができるだろう。あらゆる事において自らを律し、自分の意志を切り捨てなさい。そうすれば、キリストの恵みと教えによって、自分の意志を切り捨てる習慣が身につく、やがては無理や苦しみなくそうできるようになり、その結果、あなたの望む通りにすべてが進むようになるでしょう。すべてが自分の望む通りに進むことを望んではならない。むしろ、物事があるがままになることを望め。そうすれば、あなたはすべての人と和解できるだろう。そして、私たちに起こるすべてのことは、ごく些細なことに至るまで、神の摂理によるものであると信じなさい。そうすれば、あなたは自分に降りかかるあらゆることを、動揺することなく耐え忍ぶことができるだろう。不名誉や非難は、あなたの魂の傲慢を癒やす薬であると信じなさい。そして、あなたを非難する者たちを、あなたの魂の真の医師として祈りなさい。不名誉を憎む者は謙遜を憎み、自分を悲しませる者を避ける者は柔和さから逃れているのだと確信しなさい。隣人の過ちを知ろうとせず、敵によって植え付けられた疑いを彼に対して抱いてはならない。もし、私たちの罪深さゆえにそのような疑いが心に生じたとしても、それを善き思いへと転換するよう努めなさい。すべてに感謝し、慈愛と聖なる愛を身につけなさい。何よりもまず、私たちはすべてにおいて——神に対して、隣人に対して、そして物事に対して——自らの良心を保ち続けよう。そして、何かを言ったり行ったりする前に、それが神の御心にかなっているかどうかを吟味しよう。そして、祈りを捧げた上で、自分の弱さを神の御前にさらけ出し、神の助けを求めながら、その言葉や行いを実行しよう。

**106.** もし、信仰に基づく聖なる思いが、適切な時に、不義な衝動や思考、感情を断ち切るための鎮静効果を発揮することを望むなら、常にそれらを学び、心の中で頻繁に反芻しなさい。そうすれば、神に誓って、あなたは平安を見出すだろう。また、祈りを教えと融合させなさい。このことに励み、肉体的あるいは霊的な苦難に遭遇したとき、悲しみや重荷を感じることなく、忍耐をもってそれを乗り越えられるようにしなさい。

**107.** 自分がしていないことをしたと言われたとき、それを不思議に思ったり、心を痛めたりしてはならない。ただ直ちに、謙虚にその人に頭を下げ、「お許しください。そして私のため

に祈ってください」と言い、その後、教父たちが言ったように黙っていなさい。もし相手が「それは本当か、それとも嘘か」と尋ねてきたら、その時は謙虚に頭を下げて、事の真相をありのままに語り、語り終えたら再び謙虚に頭を下げて、「私を許し、私のために祈ってください」と言うのだ。

**108.** もし兄弟たちと出会ったり、顔を合わせたりした際に、変わらぬ心の在り方を保つことができないのであれば、少なくとも、何にも惑わされず、誰をも非難せず、悪口を言わず、兄弟の言葉や行い、仕草をこっそり観察しないように努めなさい。それはあなたにとって何の益ももたらさない。むしろ、あらゆる事柄から自分自身の教訓を引き出すよう努めるほうがよい。

**109.** どのような思いに苛まれたり、その思いによって悲しんだりしても、それを告白しない者は、自らその思いを自分に対して強めてしまう、すなわち、その思いに、さらに激しく戦い、自分を苦しめる力を与えてしまうのだと知れ。もし彼がその思いの罪を告白し、自らの思いと戦い、それに抵抗し、それに反する行いをするならば、その情欲は弱まり、彼と戦い、彼に悲しみをもたらす力を失うだろう。そしてその後、少しずつ努力を重ね、神からの助けを得て、彼はその情欲そのものを克服するだろう。

**110.** アッバ・ピメンは、神を畏れ、神に祈り、隣人に善を行うこと——これらが三つの主要な美德であると語った。——彼が神を畏れることを第一に挙げたのは、神への畏れがあらゆる美德に先立つからであり、「知恵の始まりは主を畏れること」（詩編110:10）であり、「神を畏れる者は、すべて悪から遠ざかる」（箴言15:27）からである。次に、神に祈ることを挙げたのは、人間は自力では善を行うことも、美德を身につけることもできず、神への畏れによって奮い立たされた自らの努力に加え、あらゆることに神の助けが必要だからである。また、最後に隣人への慈善を説いたのは、それが愛の行いであり、愛こそがキリスト教の完全性の頂点であるからである（ローマ13:10）。

**111.** 魂が鈍感になっている時には、聖書や神を宿した教父たちの心を打つ言葉を頻繁に読み、恐るべき神の審判や、魂が肉体から離れること、そしてこの短くも悲惨な人生において悪を行ってきた魂を迎え撃つ恐ろしい闇の勢力について思い起こすことが有益である。

## 聖イサアク・シリア人

### 彼に関する簡単な紹介

聖イサアクはニネベの出身であった。彼の両親については何も知られていない。若さの真っ盛りに、世と世俗のすべてから身を引いて、兄弟と共に聖マティア修道院に入り、そこで修道生活を送ることを誓った。この修道院で苦行に励み、徳を十分に培った後、彼は沈黙への渴望に駆られた。そこで、修道院から遠く離れた場所に身を移し、荒野の独房に定住して、誰とも交わることなく、ただ自分自身と神にのみ耳を傾ける、完全に孤独な生活を送り始めた。実の兄は、前述のキノヴィアの運営を引き継ぐと、彼に強く説得し、渓谷を離れて以前の修道院に戻るよう懇願した。しかし、彼は渓谷に深く愛着を抱いていたため、たとえ短期間であってもそこを離れることに同意しなかった。しかし、兄弟の懇願では成し得なかったことを、神の啓示が成し遂げたのである。実の兄弟の言うことを聞き入れなかった聖イサアクは、ニネベの教会を統治するよう天から召された父に従った。それゆえ、彼は荒野を去り、大都市ニネベの司教として按手を受けたのである。なぜなら、この灯は荒野の陰に隠れるのではなく、牧会の燭台の上に置かれ、輝かしい美德の光を遠くまで放つべきものだったからである。しかし、この状態は長くは続かなかった。この光が輝き始めたかと思うと、すぐに再び隠れてしまったのである。聖人は、次のような事情により、主教の座を去ることとなった。二人の男——貸し手と借り手——が司教邸を訪れた。貸し手は借り手に対し、債務の即時返済を要求したが、借り手は債務を認めた上で、少しの間猶予を与えてくれるよう懇願した。しかし、貸し手はこう言い放った。「もし彼が今すぐ借金を返済しなければ、直ちに裁判官に引き渡す」と述べた。聖イサアクは彼にこう指摘した。「福

音書の戒めに従えば、あなたから借りた者から借金を回収することさえしてはならないのだから、ましてや、すぐに借金を返済すると約束する者に対しては、なおさら寛大であるべきではないか」。すると、その冷酷な男はこう答えた。「福音の戒めなど、今は脇に置いておけ」。そして、それ以上聞く耳を持たなかった。そこで、神の聖人は心の中でこう言った。「もし彼らが主の福音の戒めに従わないのなら、私にここでできることは何があるだろうか？」——さらに、荒野で慣れ親しんだ沈黙と平穏が、事務処理の必然によってどれほど乱されているかを目の当たりにし、彼は座を離れ、愛する荒野の隠遁所へ戻ることを決意した。ここで死を迎えるまで、聖イサアクがどのように悪魔や肉欲との闘いで偉業を成し遂げ、活動的な生活と観想的な生活の双方に求められる徳においてどれほど進歩し、どのような霊的完成に達し、また、この世のうちに、どのような恵みにあずかったか——これらについて語る必要はない。彼の著作を読めば、容易に知ることができるからだ。聖イサアクは多くの著作を残したが、そのすべては実体験に基づいていた。彼はまず、後に著作に記すことになるすべてを自ら実践し、自らの実践を通じて指導を受ける者たちを教え導いた。こうして彼は荒野においても、清らかで命を与える泉を絶えることなく湧き出させ、兄弟たちの魂を豊かに潤し続けた。聖イサアクの著作はシリア語とアラビア語で現存しており、そのうちの半分ほどがギリシャ語に翻訳され、さらにギリシャ語からロシア語へと、聖父たちの著作の一つとして、91番目に『言葉』が翻訳された。聖イサアクは6世紀末に天の御国へと旅立った。セルギイ大司教の暦によれば、その記念日は1月28日である。

## 修道者の教訓

(短い記事から抜粋)

1. 神への畏れは徳の始まりである。それは信仰から生まれ、心が世俗的な散漫さから遠ざけられ、空想にふける思考をまとめ、将来の復活について思索にふけると、心に蒔かれるのである。
2. 美德の基礎を築くためには、人が世俗の事柄から身を遠ざけ、正しい聖なる道を照らす律法に留まることが最善である。これは、聖霊が詩篇の作者を通して示されたとおりである(詩篇22:3、118:35)。
3. 人生の道の始まりは、常に心をもって神の御言葉を学び、貧しさの中で生活することにある。一方に没頭することは、他方の完成に寄与する。もし神の御言葉の研究に没頭すれば、それは貧しさの中で成功するのに役立つ。また、無欲において成功することは、神の御言葉の研究に励むための余裕をもたらしてくれる。そして、この両者の助け合いが、美德という建物全体を速やかに築き上げるのに寄与する。
4. 世から離れることなくして、誰も神に近づくことはできない。ここで私が「離れる」と言うとき、それは肉体の移住を意味するのではなく、世俗的な事柄からの離脱を意味する。世から離れるという美德とは、自分の心を世のことに占めさせないことにある。
5. 人の内に恵みが増し加わるとき、切望する義への道において(あるいはその道の障害に直面したとき)、死への恐れは彼にとって取るに足らないものとなる。そして彼は、神への恐れゆえに、苦難を当然のこととして耐える用意があるという多くの理由を自らの魂の中に見出す。そのとき、肉体に不快であり、苦しみをもたらす可能性のあるあらゆるものは、彼が将来に期待しているものと比べれば、彼の目には何の意味も持たなくなる。しかし、人の内に恵みの欠乏が増大すると、その人の中で、またその人に起こることは、前述したことと正反対になる。その時、調査(それは感覚的なものにのみ依拠しうる)に基づく知識が、その人にとって信仰よりも重要になり、あらゆる事柄において神への信頼が失われ、神の摂理に対する理解も変わってしまう。そのような人は絶えず恐怖にさらされ、暗闇の中でその矢で彼を「打ち倒そう」と待ち伏せしている者たちの策略にさらされる(詩篇10:2)。
6. 心の疑いは魂に恐れをもたらすが、信仰は、たとえ手足を切り落とされようとも、意志を堅固にすることができる。肉への愛があなたの中でどれほど優勢であるかによって、あなたが

愛するものを取り巻く多くの対立に直面した際、それほど大胆かつ恐れを知らずに振る舞うことはできないのである。

7. 貞潔な者とは、闘争や労苦、そして偉業の最中に、淫らな思いが絶える者ではなく、心の真実さによって、自分の精神の視線を貞潔に保ち、それが不品行な思いへと向かうことを許さない者である。——そして、その良心の誠実さが目のまなざしによって（清らかさの律法への）忠実さを証しする一方で、羞恥心は幕のように心の奥底に垂れ下がり、その清らかさは、貞淑な乙女のように、キリストへの信仰によって守られているのである。

8. 魂がすでに抱いている不品行への傾向を退けるためには、聖書の研究への愛に没頭し、その思想の深遠さを理解することほど役立つものはない。思いが、言葉の中に秘められた知恵を理解することの喜びに浸るとき、その時、人はそこから啓発を引き出すほどに、世を後にして、世にあるすべてのことを忘れるのである。——しかし、たとえ心が神の聖書の海の表面を漂うだけであり、聖書の思想の深淵にまで入り込むことができないとしても、その場合でも、聖書を理解しようとする熱意に没頭しているという事実そのものが、彼にとっては十分であり、その称賛に値する一念によって自らの思考をしっかりと結びつけ、物質的・肉欲的なものへと向かうのを防ぐことができるのである。

9. 聖書の中で出会うあらゆる事柄について、その言葉の真意を究明し、聖人たちの思想の深みへと入り込み、それをより正確に理解するように努めなさい。神の恵みに導かれて人生において啓発を受けている人々は、常に、あたかも知性ある光線が書かれた聖句を照らし、単なる言葉と、深い思索をもって霊的な導きに語られたものとの違いを区別してくれるかのように感じる。

10. もし人が、多義的な詩句を深く掘り下げることなく読むならば、その心は貧しいまま（何の味わいも得られず）となり、魂の驚くべき理解によって心に最も甘美な味わいを与える聖なる力が、その人の中で消え失せてしまう。

11. あらゆるものは、通常、自分と親和性のあるものへと向かう。そして、霊の賜物を持つ魂は、秘められた霊的な力を内包する言葉を耳にすると、その言葉の内容を熱烈に自分へと引き寄せる。霊的に語られ、秘められた偉大な霊的な力を内包している言葉が、すべての人を驚嘆へと目覚めさせるわけではない。徳に関する言葉は、この世のことに心を奪われていない心を必要とする。しかし、その心がはかないものへの心配事で重荷を負っている人においては、徳はそれを愛し、それを手に入れようとする思いを起こさせない。

12. 物質からの離脱は、その存在そのものによって神との結合に先立つものであるが、恵みの導きにより、ある者においては後者が前者に先行することも珍しくない。修道者の導きの道筋は、一般の人々に共通する道筋とは異なる。——あなたは、一般的な道筋を守りなさい。もしあなたの中で恵みが先立つなら、それは恵みの働きである。もし先立たないなら、すべての人々の通る道を通して、あなたもまた霊的な柱の高みへと登りなさい。

13. 美徳を獲得することへの魂の飽くなき渴望は、それに結びついた肉体の目に見える（感覚的な）欲望の一部を、自らの利益へと転化させる。あらゆるものは節度によって美しくなる。節度を欠けば、美しいと称されるものでさえ害となる。

14. 自分の心をもって神と交わりたいか？ ——施しを行いなさい。目に見えない姿（神の御姿）を自らの内に刻み込む霊的な愛へと至る道は、主が言われたように（ルカ6:36）、人がまず第一に、天の父が完全であられるのと同じ程度に寛大で愛に満ちた者とならなければ、他にない。

15. 壁に水を描きながらも、その水で自分の渴きを癒すことのできない画家のようである。それと同様に、行いによって裏付けられていない言葉も無意味である。自ら実際に体験した美徳について語る者は、自分の労苦によって得た金を他人に渡すのと同じように、それを聞き手に伝えるのである。また、自らの蓄えから、耳を傾ける者たちの心に教えを蒔く者は、大胆に口を開き、霊の子らにこう語る。それは、年老いたヤコブが貞潔なヨセフに言ったのと同じである。 /

わたしは、アモリ人の地で、わたしの剣と弓をもって奪い取ったものの中から、あなたの兄弟たちよりも一割を、あなたに与える」（創世記48:22）。

16. ある人が見事にこう述べた。「死への恐怖は、良心に責められている人を悲しませる。しかし、心に良き証しを持つ者は、生と同じくらい死をも望むのである。」

17. もし何かがあなたの魂と深く結びついているなら、それをこの世だけの財産と見なすのではなく、それが来世にもあなたと共に続くものと信じなさい。そして、それが何か良いものであるならば、喜び、心の中で神に感謝しなさい。もしそれが何か悪いものであるならば、悲しみ、嘆き、この肉体に宿っている間に、そこから解放されるよう努めなさい。

18. 悲しみに暮れ、憤りを感じている人々の最も重い苦しみについて、常に心に留めておきなさい。そうすれば、あなた自身に降りかかる些細で取るに足らない苦しみに対して、ふさわしい感謝を捧げ、それらを喜びをもって耐え忍ぶことができるようになるでしょう。

19. 熱意が冷め、怠惰に陥った時には、かつての自分の勤勉さを心に思い起こせ。いかに些細なことまで気を配っていたか、どのような偉業を成し遂げたか、そして、あなたの歩みを妨げようとした者たちに、どれほど熱心に抵抗したかを。そのような回想によって、あなたの魂はあたたかも深い眠りから覚めるかのように再び目覚め、熱意の炎に包まれ、まるで死者の中からよみがえるかのように、悪魔と罪に対する熱烈な戦いを通じて、かつての地位へと戻ることでしょう。

20. 十字架の行いは二種類ある。一つは、肉体的な苦しみ（情欲との闘いにおいて避けられない肉体の苦難）を耐え忍ぶことにあり、これは「行為」と呼ばれる。もう一つは、精神の繊細な働き、神への黙想、祈りの中に留まることなどにあり、これは「観想」と呼ばれる。前者は魂の情欲的な部分を清め、後者は魂の知的な部分を照らし出す。第一の部分において完全な修練を積む前に、その甘美さに惹かれて——ましてや自らの怠惰に駆られて——この第二の部分に移行する者は、まず「地上の肢体」（コロサイ3:5）——すなわち、十字架の屈辱を耐え忍ぶ訓練によって思考の弱さを癒やすことなく、あえて心の中で十字架の栄光を夢想した——という理由で、怒りに見舞われることになる。これこそが、古の聖人たちが語った「もし心が、その感覚器官が弱さから癒やされて平静に至る前に、先に十字架に登ろうと企てれば、神の怒りがその心に下る」という意味である。もし誰かの心が恥ずべき情欲によって穢され、空想的な思いで自分の心の思いを実現することに急ぐならば、その者の口は禁じられる。なぜなら、まず苦しみによって心を清めず、肉欲を征服せず、耳で聞いたことやインクで書かれたことに頼り、目が見えないまま、闇に満ちた道をまっすぐ突き進もうとしたからだ。

21. 美德を肉体、観想を魂、そしてその両者を、感覚的な部分と理性的な部分という二つの部分から霊によって結び合わされた、一人の完全な人間であると想像してみよ。そして、魂が、身体とその各器官を形成することなく、自らの存在を現す状態に至ることは不可能であるのと同様に、徳の行いを成し遂げることなく、魂が観想に至ることも不可能である。

22. 世から離れ、世を捨て、世にあるすべてのものから清められなければならないと聞くと、あなたはまず、庶民的な概念ではなく、純粹に理性的な概念に基づいて、「世」という名称そのものが何を意味するのか、この名称がどのような差異から成り立っているのかを理解し、知らなければならない。そうすれば、あなたは自分の魂が世からどれほど遠く離れているか、また世から何が混入しているかを、知ることができるだろう。——「世」とは、いわゆる「情欲」を包括する総称である。情欲を総体として指すときは「世」と呼び、その名称の違いによって区別したいときは「情欲」と呼ぶのである。

23. 「世界」とは何かを知ったとき、その下に含まれるすべてのものを区別することで、自分が世界とどのように結びついているか、またどのようにそこから離脱したかを知ることになる。端的に言えば、「世界」とは肉欲的な生活であり、肉体の思惑である。人がそこから自らを解放放ったという事実そのものによって、その人が世界から抜け出したことが分かるのである。

24. 人々の間では、肉体を案じる恐れが極めて強く、その結果、彼らはしばしば、称賛に値し、尊い行いを成し遂げる能力を失ってしまう。しかし、肉体を案じる恐れに、魂を案じる恐れ



が加わると、肉体の恐れは、燃え盛る火の力の前で蠟が溶けるように、魂の恐れの前で力尽きてしまう。

**25.** 魂は本来、無情である。情念とは付随的なものであり、それについては魂そのものが責任を負う。——かつて魂の本性が、神の光を受け入れたことにより明るく清らかであったように、また、原初の状態に戻ったときにも同様に清らかになるのであれば、教会の信徒たちが主張するように、魂が情動的な動きに陥るやいなや、その本性から外れてしまうことは疑いようがない。

**26.** 魂の自然な状態とは、感覚的および知的な神の被造物を認識することである。その超自然的な状態とは、実在を超越した神性を観想する動き（あるいは行為および状態）である。一方、その反自然的な状態とは、情動に駆られ、情動に支配される人々にみられるような、魂の動きや心構え、そして生き方である。したがって、魂の情欲は、その本質において魂に属するものではないことが明らかである。

**27.** もし人間の秘密を知りたいと願うが、まだ霊によって知る段階に達していないならば、各人の言葉、生活様式、そして気質によってそれを知ることができる。心が清く、生活態度に汚れない者は、常に貞潔をもって御霊の言葉を語り、その理解力の範囲に応じて、神聖な事柄についても、また自分自身の中にある事柄についても論じる。しかし、心が情欲に満ちている者は、その情欲によって舌も動かされる。たとえ霊的なことについて語ろうとも、情欲の影響下で論じるだろう。賢者は初対面でそのような人間を見抜き、清らかな者はその悪臭を嗅ぎ取る。

**28.** 修道者の務めは次の通りである。肉的なものからの解放、祈りにおける肉体労働、そして神を絶えず心の中で思い起こすことである。

**29.** 祈りと、祈りにおける観想とは別物であるが、祈りと観想は互いにその源を共有している。祈りは種まきであり、黙想は収穫である。その収穫の際、刈り取る者は、自分が蒔いた小さくむき出しの種から、いかにして突然、これほど美しい穂が目の前で実ったのかという、言葉に尽くせない光景に驚嘆させられるのである。

**30.** 救い主は、断食によって私たちの救いを成し遂げる業を始められた。同様に、この基盤の上に立って救い主に従う者たちは皆、自らの業の始まりを確固たるものとする。なぜなら、断食は神によって備えられた武器だからである。——もし誰かがこれについて異議を唱えるなら、その者はこのことについて非難されないだろうか？——律法の制定者ご自身が断食されるのであれば、律法を遵守する義務を負う者が断食しないなどあり得ようか？ それゆえ、断食以前、人類は勝利を知らず、悪魔もまた、私たちの人間性に対して一度も敗北を味わったことがなかった。しかし、この武器によって、悪魔は実際に打ち負かされたのである。そして、私たちの主はこの勝利の先導者であり、その先駆けとなられ、私たちの人間性の頂点に最初の勝利の冠を授けられたのである。そして、悪魔が人間の一人にこの武器を見出すやいなや、この敵であり拷問者である者は直ちに恐怖に襲われ、救い主によって荒野で受けた敗北を思い巡らし、と回想する——そしてその力は即座に打ち碎かれ、私たちの元帥から与えられたこの武器を目にするだけで、悪魔は焼き尽くされてしまうのである。——断食という武器を身にまとった者は、常に熱意に燃え上がる。——その中に留まる者の心は揺るぎなく、あらゆる激しい情欲に立ち向かい、これを退ける準備ができています。

**31.** そうして初めて、行いと労苦は魂に無情をもたらし、「地上の肢体」を死に至らしめ、思念に安らぎを与える。すなわち、沈黙に親しむとき、外部の感覚からの印象によって引き起こされる魂の動揺が収まる時である。そうでなければ、この道で成功することはあり得ない。なぜなら、もし木が毎日水を注がれているなら、その根がいつか枯れてしまうだろうか。毎日水を注ぎ足されている器の水は、いつ減るだろうか。——人が静寂に至るとき、魂は情熱を明確に区別し、内なる人は霊的な業に奮い立ち、それらを打ち勝ち、日ごとに魂を清らかさへと高めていくのである。

**32.** いつ、ある人が清らかさに達したと言えるのか。——すべての人を善き者と見なし、誰も不浄で穢れた者とは見なさないとき、その人は真に心清らかなのである。



**33.** 沈黙を守り、自分の独房に留まる修行者は、どのようなことを行うべきか。——分別があり、魂が清らかな人が、自分一人きりの時にどう振る舞うべきかを尋ねる必要などあるだろうか。 — 修道士が自分の独房で、嘆き以外にどのような行いができるというのか？そして、これより優れた行いがあるだろうか？修道士のその存在そのものと孤独は、人間の喜びから遠く離れた棺の中での生活に似ており、彼に、その活動とは嘆きであることを教えている。そして、すべての聖人たちは、嘆きの中でこの世を去っていったのだ。 — それでは、主が私たちに涙を授けてくださるよう祈りましょう。なぜなら、もしこの恵み——他のあらゆる賜物よりも優れ、卓越したこの恵み——を受け取ることができれば、その助けによって清らかさに達することができるからです。そして、ひとたびそれに達すれば、この世の生涯を終えるその日まで、それはもはや私たちから奪われることはないでしょう。

**34.** 心清き者は幸いである。なぜなら、彼らが涙の甘美さを味わわない時などないからである。その甘美さの中で、彼らは常に主を仰ぎ見ている。彼らの目にまだ涙がある限り、彼らは祈りの高みにおいて主の啓示を仰ぐにふさわしい者となり、涙のない祈りなど彼らにはない。これこそが、主が言われた「泣く者は幸いである。彼らは慰められるからである」（マタイ5:4）という意味である。なぜなら、修道士が涙の助けによって情欲の領域を乗り越え、心の清らかさの境地に入ることができたとき、神が彼らの清らかさのために泣く者たちに与える慰めが、彼を待ち受けているからである。涙を流し、泣くことは、無情な者たちに与えられた賜物である。もし、泣き嘆く者の涙が、一時的に彼を無情へと導くだけでなく、その心を情欲の記憶から完全に清め、解放することさえできるのなら、昼夜を問わずこの行いに励む者たちについては、何と言おうか。

**35.** ある聖人は、誘惑を恐れ、極端な事態に陥って命を失うことのないよう努める肉体こそが、罪の友となると述べた。それゆえ、聖霊はその肉体を死に迫いやる（修行者に自らを死に委ねるよう促す）。なぜなら、死ななければ罪に打ち勝つことはできないと知っているからである。もし誰かが、主が自分の中に宿られることを望むなら、自分の肉体を主の奉仕に駆り立て、使徒が記した御霊の戒めに従って働き、使徒が述べた肉体的な行い（ガラテヤ5:19）から自分の魂を守らなければならない。一方、罪に染まった肉体は、肉体的な行いに安らぎを見出し、神の御霊はその実において安らぎを得ない。なぜなら、肉体が断食と謙遜によって衰え果てる時、魂は祈りによって強められるからである。

**36.** 肉体が、沈黙の苦しみによって深く圧迫され、欠乏や不自由を耐え忍び、命を失う寸前になると、たいていあなたに懇願してこう言う。「少しばかりの自由を与えて、まともに生きさせてほしい。私は今、あらゆる苦難に試されたからこそ、正しい道を歩んでいるのだ」。そして、あなたが憐れみをもってその苦しみから安らぎを与え、少しばかりの休息をもたらすと、肉体は少しずつ、甘言を交えて（その甘言は非常に強力である）あなたに囁き始める。「この世にいても、今私たちが従っているのと同じ規則に従って、立派に生きることができる。なぜなら、私たちは多くの試練を経ているからだ。ただ私を誘惑してみて、もし私があなたの望むようになれば、戻ってきてもいい。荒野は私たちから逃げはしない」。——たとえそれが激しく懇願し、多くの約束をしても、それを信じてはならない。それは、口にしたことを果たすことはない。もしその願いに屈すれば、それはあなたを大きな転落へと突き落とし、そこから立ち上がり、抜け出すことはできなくなるだろう。

**37.** 誘惑によって落胆し、それに嫌気がさしたときは、自分自身にこう言いなさい。「また、不浄で恥ずべき生活を渴望しているのだ」。——そして、もし肉体が「自ら命を絶つことは大罪だ」と言ってきたら、こう答えなさい。「不浄な生活を送ることはできないから、自ら命を絶つのだ。ここで死ぬのは、私の魂の真の死——神にとっての死——を目撃しないためだ。清らかさを守るためにここで死ぬ方が、この世で墮落した生活を送るよりはましだ。私は自らの罪のために、この死を自ら選んだのだ。私は自らを殺す。主に対して罪を犯したからである。もはや主を怒らせることはない。神から遠く離れた人生に、私にとって何の意味があるだろうか。天の希

望から疎外されないために、私はこれらの苦難に耐えよう。もし私がこの世で悪しき生き方をし、神を怒らせるのであれば、この世における私の生に、神にとって何の意味があるだろうか」。

**38.** 修道士にとって、この世や世俗的なものを見ることは有害である。長い間、自分自身と沈黙を保っていた者が、突然再びこの世の渦に巻き込まれ、自分にとって不慣れな物事を見たり聞いたりする時、その心にはどのような変化が起こるだろうか！ ——「何かを見たり聞いたりすることには何の害もない」「孤独な時と世の中にいる時とで、私たちの考えは変わらない」「修道室の中も外も、私たちの謙虚さは乱されず、悪い変化も起こらない」などと主張する者たちに、惑わされてはならない。また、人や物と出会っても、情欲による動揺を感じないなどと言う者たちには、決して騙されてはならない。そう断言できるのは、たとえ傷を負ってもそれを自覚しないほど、精神が堅固な者たちだけである。しかし、私たちはまだそのような健全さに達しておらず、依然として悪臭を放つ傷を負っている。もし一日でもその傷の手当てを怠り、包帯を巻かず、絆創膏を貼らず、包帯で締め付けなければ、その傷は蛆が湧き出るほど化膿してしまうだろう。

**39.** 一度信仰をもって神に身を委ね、幾度もの経験を通じて神の御加護を味わった魂は、もはや自分自身を気にかけることはなく、驚嘆と沈黙に包まれ、かつての生き方に戻ってそれを用いることはできない。そうしなければ、神の摂理を失ってしまうことになるからだ。その摂理は、密かに絶え間なく魂を見守り、そのことを気遣い、絶えず注視している——もしそうしなければ、魂は、あたかも自らの知恵の力だけで十分に自分自身を顧みることができるかのように、傲慢に夢想していることになってしまうからである。

**40.** 信仰の光が輝いている者たちは、もはや、祈りの中で神に「これを与えてください」とか「あれを取り去ってください」と再び懇願するような厚かましきには至らず、自分自身のことなど少しも気につけない。なぜなら、彼らは信仰という霊的な目を通して、刻一刻と父なる神の摂理を見ているからである。その真の父は、計り知れないほど大きな御愛をもって、あらゆる父の愛を凌駕し、何よりも、私たちが願い、考え、想像する以上に、豊かに、そしてはるかに大きな恵みをもって私たちを助ける力をお持ちだからである。

**41.** 信仰の甘美さを味わう恵みにあずかり、再び魂の知識へと立ち返った者は、高価な真珠を見つけながら、それを銅の器と交換した者に似ている。さらに、完全な自由を捨てて、恐怖と奴隷状態に満ちた貧困の状態へと戻った者にも似ている。

**42.** 知性が上昇し、下降する三つの精神的な道がある。これらの道とは、肉体、魂、霊である。知恵とは、理性ある被造物の本質に対して、その創造の初めに神から与えられた賜物であり、その本質は太陽の光のように単純で分割不能であるが、その働きに応じて変化や分割を伴うようになる。——この働きの順序がどのようなものか、聞いてほしい。

**43.** 「知性の第一段階」。知性が肉欲に従うとき、それは以下の諸要素を一つに統合する。すなわち、富、虚栄、装飾、肉体の安らぎ、この世を統治するのに適し、発明、芸術、科学において革新をもたらす言葉による知恵への傾倒、そしてこの目に見える世界で肉体を飾るその他すべてのもの。——そして、これらの特徴によって、この知恵は信仰に反するものとなる。——それは「裸の知恵」と呼ばれる。なぜなら、あらゆる神の摂理を排除し、肉体の優位性ゆえに、心に理不尽な無力感をもたらし、その関心を完全にこの世のみに限定してしまうからである。この知恵が自らをこう捉えている：あたかもそれが、人を密かに支配する精神的な力であり、神の摂理が彼を見守り、彼のために完全に心を配っているかのように。それゆえ、この知性は世界の統治を神の摂理に帰するのではなく、人間におけるあらゆる善、彼にとって有害なものからの救い、そして私たちの性質に密かに、あるいは公然と付きまとう困難や多くの逆境からの自然な回避さえも、すべて自身の思慮深さと独自の手段の結果であるかのように見なすのである。これこそが、自らを嘲笑する知性の概念である。それは、万事が自らの思惑通りに起こると夢想しており、この点において、この世には統治など存在しないと主張する者たちと一致している。とはいえ、それは絶え間ない配慮と、肉体を案じる恐れなしには存続できず、それゆえ、臆病、悲しみ、絶望、悪霊への恐怖、人々への恐れ、強盗の噂、死の噂、病気への心配、貧困や生活必需品の

不足への配慮、死への恐怖、 苦しみや猛獣への恐れ、その他これらに類するあらゆるもの——それらは、この知性を、昼夜を問わず刻一刻と波が荒れ狂い、泳ぎ手たちへと押し寄せる海のようなものにしてしまう。この生き方は、神への信仰の希望をもって、自らの世話を神に委ねることができないため、自分自身に関わるあらゆる事柄について、絶えず策略を練り、手段を考案することに迫られている。しかし、ある特定の状況において、その考案した手段が無効であることが判明すると——そこに神の摂理の神秘を見出せないため——、それを妨げたり反対したりする人々との間で論争を繰り広げる。この点において、この生き方には、愛を根絶やしにする「善悪の知識の木」が植え付けられている。——そこには傲慢と高慢が宿っている。——それは自慢げに振る舞う一方で、実は闇の中を歩んでいる——そして、自分の所有物を地上のものと比較して評価し、それよりも優れたものが存在することを知らない。

**44. 「第二の知の段階」。**人が第一の段階を離れ、心の思念や願望に没頭するとき、魂の本性の光の中で、次のような卓越した行いを行う。すなわち、断食、祈り、施し、聖書の読誦、徳ある生活、情欲との戦いなどである。なぜなら、すべての善行、魂に見出されるすべての美しい特質、そしてキリストの宮廷での奉仕に用いられる驚くべき方法のすべては、この第二の段階において、その力を働かせて聖霊によって成し遂げられるからである。そして、それこそが心に、私たちを信仰へと導く道を指し示し、その中に真の世への備えを集めるのである。悔い改めを経て、聖霊の恵みの助けを借りて、心を清めることを目的とした善行と修業が行われる。しかし、ここでの導きもまだ肉的であり、複雑である。そこには、私たちを信仰へと導き、その道に留まらせる道があるだけである。さらに高い段階の導きがある。もし誰かが成功すれば、キリストの助けを借りて、その段階へと引き上げられる機会を見出すだろう。それは、人々の目から離れた静寂の中で、聖書の朗読、祈り、そして第二の導きに関わるすべてのことを成し遂げるその他の善行に、自らの行いの基盤を置くときである。そして、それらによってすべての美しいことが成し遂げられる。それは「行いの導き」とも呼ばれる。なぜなら、感覚的な行い、すなわち肉体の感覚を媒介として、外的な段階において自らの業を成し遂げるからである。

**45. 第三の段階の営み、すなわち完全性の段階である。**さて、人がいかに洗練され、霊的なものを獲得し、その生き方において、感覚によって生み出される行いではなく、心の配慮によって成し遂げられる奉仕を行う目に見えない力に似ていくかを聞いてほしい。知性が地上の事柄や地上の営みへの配慮を超越し、目に見えない内なるものに思いを巡らせ始め、高みへと向かい、来たるべき世への配慮、私たちに約束されたものへの渴望、そして秘められた神秘の探求において信仰に従うようになると、その時、信仰そのものがこの知恵を吸収し、それを変容させ、再び生み出すので、知恵は完全に霊となる。そうして初めて、それは無形の領域へと翼を広げて舞い上がり、触れることのできない海の深みに触れ、心の中で、思念的な存在や感覚的な存在の本質における神聖で驚くべき統治の働きを思い描き、単純かつ繊細な心で理解し得る霊的な奥義を探索する。そうして、内なる感覚は、不死と朽ちることのないあの世の生活においてあるべき姿に従って、霊的な営みのために目覚めるのである。なぜなら、この世においてさえ、いわば秘密のうちに、普遍的な復活の真の証しとして、精神的な復活がすでに受け入れられているからである。

**46. ここに三つの知の道がある。**——人が善と悪を区別し始める時から、この世を去るまで、その魂の知はこれら三つの段階にとどまる。あらゆる不義と不敬虔の極み、また真理の極み、そして霊のあらゆる奥義の深みに触れること——これらすべてを、前述の三つの段階における唯一の認識が生み出し、そこには、心が善へと昇る時も、悪へと降りる時も、あるいは善と悪の中間に位置する時も、あらゆる心の動きが包含されている。これら三つの次元は、教父たちによって「自然的」「反自然的」「超自然的」と呼ばれている。これらは、理性ある魂の記憶が上昇し、また下降する三つの方向性である。すなわち、前述の通り、自然に従って真理を行う者もいれば、自然を超えてその記憶に陶醉し、自然を超越した神の観想にふける者もいれば、あるいは、自らの分別という富を浪費し、多くの悪魔と共に働きながら、豚の世話をしに行く者もいるのである。

47. 第一の知の段階は、神に従って歩む行いのために魂を冷やす。第二の段階は、信仰の段階にあるものへと速やかに流れ込むために魂を温める。第三の段階は、行いからの安息であり、未来の神秘を享受する、心の一つの修練である。しかし、私たちの本性は、まだ死んだような状態や肉の重荷から完全に超越することはできないため、人が肉体に生きている限り、一方から他方へと移行する過渡的な状態にとどまる。まるで貧しい物乞いのようであり、その魂は美徳の第二、すなわち中間の段階において奉仕を始め、また、子としての地位の霊を受け入れた者たちのように、自由の秘儀において、それを与える方の尊厳にふさわしく、霊的な恵みを享受し、そして再び、肉体の助けを借りて行われる自らの行いの謙虚さへと立ち返る。なぜなら、不完全な世には完全な自由はないからである。

48. 第二段階における行いは、行為とその継続的な実践にある。一方、第三段階における行いは、信仰の営みであり、それは行為によって生み出されるものではなく、霊的な心象によって、純粹に魂の営みとして成就されるものであり、それは感覚を超越している。—ここでいう信仰とは、人が、崇拜に値する神の位格の差異や、私たちの性質の受容における受肉という驚くべき御業について論じる際に抱くような信仰のことではない——もっとも、この信仰も極めて高尚ではあるが——しかし、恵みの光によって魂の中に輝き、知的な証しによって心を強め、あらゆる疑いから遠く離れた、揺るぎない希望の中で心が揺らぐことのないようにする信仰のことである。そして、この信仰は、耳で聞くことによるものではなく、霊的な目によって現れる。その目は、魂に隠された奥義、肉の子らの目からは隠されている目に見えない神の富を見出し、キリストの食卓から養われ、キリストの律法による教えを受ける者たちに、御霊によって明らかにされるものである。主が言われたように：「もしあなたがたがわたしの戒めを守るなら、わたしはあなたがたに助け主である御霊、すなわち真理の御霊をお送りする。世はこの御霊を受け入れることができないが、その御霊があなたがたにあらゆる真理を教え導いてくださる」（ヨハネ14:17, 26）。

49. 認識にはさらに別の区別がある。目に見えるものに取り組み、あるいは感覚を通じて目に見えるものから伝えられるものを受け入れる認識は、自然的と呼ばれる。一方、思考の力によって、また内面において無形の存在の本質に取り組む認識は、霊的と呼ばれる。なぜなら、その知覚は感覚ではなく、霊によって受け取られるからである。そして、これら二つの源（可視的なものと霊的なものの知覚）ゆえに、どちらの認識も魂の外側から生じる。一方、神聖な力によってもたらされる認識は、超自然的と呼ばれる。それはさらに不可知であり、認識そのものを超えたものである。そして、この認識を魂が受け入れるのは、最初の二つの認識のように、魂の外にある物質からではない。むしろ、魂の内部において、非物質的かつ幽玄に、瞬時に、そして予想を超えて、その認識が内なる最も奥底から現れ、明らかにされるのである。なぜなら、キリストの御言葉「天の御国はあなたがたの内にある」（ルカ17:21）とあります。それは、予兆によって希望を養うものでもなく、「遵守」によって訪れるものでもなく、秘められた心に刻まれた像の内に、それについて考えることなく、自ずと現れるのです。第一の知識は、絶え間ない勉学と学習への勤勉さの結果であり、第二の知識は、善き生活と理にかなった信仰の結果である。そして第三の知識は、知識そのものを無に帰し、行いに終止符を打つ、ただ一つの信仰にのみ与えられるものである。

50. 祈りの際、あるいは毎時の読経の際に、強い感動や絶え間ない悔い改めがそれに続かないとしても、私たちの詩篇による祈りの力を疑ってはならない。

51. 経験に基づく言葉は、たとえそれを語った者が学識のない人であっても、必ず受け入れるべきである。なぜなら、王の宝は地上の何よりも大きいとはいえ、乞食から受け取った一毛さえも、自らの宝に加えることを軽んじないからである。また、小さな流れが集まって川となり、その流れの中で偉大なものとなるのである。

52. 善の記憶も悪の記憶も、あたかも指で指し示すかのように、私たちの思いの恥辱、あるいは私たちの生き方の高みを示してくれる。そして、それぞれがその性質に応じて、私たちの中に、善なる思いや行動、あるいは悪なる思いや行動を強固なものにするのである。私たちは心の

奥底でそれらに思いを巡らせている。しかし、この内なる思索の中に、私たちの人生の行方が映し出され、そこに私たち自身を見出すことができるのである。

**53.** ある愛は、油で養われる小さな灯のようなもので、その油が尽きると灯は消えてしまう——あるいは、それを構成する雨水が枯渇すると流れが止まる雨の流れのようなものである。しかし、ある愛は、大地から湧き出る泉のようなもので、決して枯れることがない。前者は人間的な愛であり、後者は神的な愛であり、その源は神そのものである。

**54.** 礼拝の最中に詩の韻律を味わい、あなたが口にする御霊の御言葉の意味を深く理解したいと願うか。——詩の数量は完全に脇に置き、詩の韻律の知識は考慮せず、いつもの大声を抑えるがよい。その代わりに、あなたの魂が高次の理解へと奮い立たされ、それによって賛美、あるいは有益な悲しみに駆り立てられるまで、あなたの心で御霊の言葉を深く探究しなさい。——一方、奴隸的な行い（定められたことだけを読み上げるようなこと）には、心に平安はない。そして、混乱は通常、意味や理解力を損ない、思考を乱す。この混乱は、悪魔の戦車と呼ぶにふさわしい。なぜなら、サタンは御者のように心にまたがり、多くの情念を連れ、それらと共に不幸な魂に入り込み、その魂を混乱に陥れるのが常だからである。

**55.** 敵によってあなたに植え付けられる思いに逆らってはならない。むしろ、神への祈りによって、それらとの対話を断ち切るほうがよい。私たちは、常にそのような反対の思いに抗い、それを断ち切る力を持っているわけではない。それどころか、そのような場合、しばしばそれらから、長い間癒えることのない傷を負わされる。あなたの知恵や分別がどれほど優れていようとも、敵はあなたを打ち負かすことに成功してしまう。しかし、たとえあなたが彼らに打ち勝ったとしても、そのとき、不純な思いがあなたの心を穢し、の悪臭が長い間、あなたの鼻に残ることになるだろう。しかし、最初の方法を用いれば、あなたはこれらすべてと恐怖から解放される。なぜなら、神以外に助けはないからである。

**56.** あなたが小部屋で沈黙を守っている間に、手仕事に励むときは、父の戒めを、あなたの金銭への執着を隠す口実にしてはならない。気落ちを避けるために、心を乱さないようなささやかな仕事を持て。しかし、祈りが何よりも尊いものであることを忘れてはならない。

**57.** あなたの守護者が常にあなたと共にいること、そして他の被造物と共に、あなたもまた、ただ一つの御手振りで万物を動かし、すべてを整える唯一の主の下に立っていることを確信しなさい。だから、勇敢に立ち、心を穏やかに保ちなさい。悪魔であれ、有害な獣であれ、邪悪な人間であれ、統治者の御意志がそれを許さず、一定の範囲内でその余地を与えない限り、あなたを傷つけたり破滅させたりする彼らの意志を遂行することはできない。それゆえ、自分の魂にこう言い聞かせなさい：「私には私を守ってくださる守護者がおられる。天からの命令がない限り、いかなる被造物も私の前に現れることはできない。もし、私の主が、悪しき者たちが被造物に打ち勝つことをお望みになるのであれば、私はそれを悲しむことなく受け入れる。私の主の御心が果たされないことを望まないからである」。このようにして、あなたは誘惑の中にあっても喜びに満たされるだろう。なぜなら、主の御手があなたを導き、支配しておられることを知り、はっきりと自覚しているからである。そうして、主への信頼をもって、あなたの心を強めなさい。

**58.** 舌を慎むことは、ただ心を神へと向かわせるだけでなく、肉体の助けを借りて行われる顕在的な行いに対しても、その遂行のために密かに大きな力を与え、また、教父たちが語っていたように、秘められた行いにおいても啓発をもたらす。なぜなら、口を慎むことは、もし人が自覚を持って沈黙を守っているならば、良心を神へと向かわせるからである。

**59.** あらゆる善意の思いの後には、「熱意」が続き、その熱さは燃える炭に似ている。そして、それは通常、その思いを護り、いかなる抵抗、妨げ、障壁もそれに近づくことを許さない。これこそが、これなしには善は生み出されない美德である。キリストに身を包んだある人は、この熱意を「神の律法の番犬であり守護者」と呼んだ。この熱意の力は、家（魂）を守るために、二つの方法で目覚め、強められ、燃え上がる——そして同様に、二つの方法で衰え、眠気、怠惰へと導かれる。その目覚めと燃え上がりは、（第一に）ある「恐れ」が人の心に浮かんだとき、すなわち、自分が獲得した、あるいは獲得しようとしている善が盗まれたり、破壊されたりしな

いよう、それを恐れるようになる時に起こる。この恐怖が喚起されると、嫉妬は昼夜を問わず燃え盛る炉のように燃え上がり——ケルビムのように絶えず周囲に注意を払い、内外のあらゆる敵の誘惑から自らの善を懸命に守り抜く。また、この嫉妬心を燃え上がらせる別の方法がある。それは、魂の中で美德への渴望が最も高まる時である。そして、魂の中でこの渴望がどれほど高まるかによって、美德への嫉妬心も同様に燃え上がるのである。その嫉妬心が冷める最初の原因は、魂の中で善への渴望そのものが減退するか、あるいは絶えてしまう時である； 第二の理由は、ある種の確信や大胆さという考えが魂に入り込み、そこに定着したときである。そうして人は、いかなる力からも害を受けることを恐れる理由はない、と期待し、考え、その考えに固執するようになる。それゆえ、人は警戒心を捨ててしまい、家は守りのない状態となり、番犬は眠りにつき、長い間見張りを怠ってしまうのである。こうしたことは、魂に何らかの極めて微細な高慢の思いが入り込み、そこに巢食ったためである。あるいは、人はつかの間の事柄への気遣いにますます没頭したり、世との頻繁で魅惑的な交流にふけったりするようになったためである。あるいは、あらゆる悪の母である「腹」に起因することもある。修行者が世と交わるたびに、その魂はたちまち衰弱してしまう。同じことが、虚栄心から必然的にその魂を打ち砕く多くの人々と交わる場合にも起こる。世と交わる修行者の心は、海を穏やかに航行していた船長が、突然岩礁の真ん中に迷い込み、難破してしまうようなものである。

**60.** 善き意志を優先させることは、望む者の務めである。しかし、その善き意志の選択を完成させることは、神の御業である。このため、人は神の助けを必要とする。それゆえ、私たちの中に湧き上がる善き願いに続いて、頻繁に祈りを捧げよう。その祈りにおいては、単に助けを請うだけでなく、その願いが神の御心にかなうものか否かを示してくださるよう願うのである。なぜなら、あらゆる善き願いが神から心に入ってくるわけではなく、有益な願いのみがそうだからである。

**61.** 時に、人は善を願うが、神はそれを助けてくださらないことがある。なぜなら、そのような願いが、時に悪魔から入ってくることもあり、それは私たちにとって益ではなく害となるからである。あるいは、願うことが私たちにはまだ不相応であるからであり、私たちはそれにふさわしい生き方にまだ達していないからである。——あるいは、それが私たちが自ら受け入れた生き方にそぐわないから——あるいは、それを実行したり、その実行を始めたりできる時期がまだ来っていないから——あるいは、それ するために十分な知識も肉体的力も持っていないから——あるいは、その時の状況が私たちにとって好ましくないからである。一方、悪魔はあらゆる手段を講じて、そのような行いを一見立派なものに見せかけ、私たちをそれに傾かせ、心の平安を乱したり、体に害を及ぼしたりしようとします。それゆえ、善意に基づく願望でさえも、慎重に検討すべきです。何事を行うに際しては、助言を仰ぐのが最善です。

**62.** 美德は悲しみの母であり、悲しみから謙遜が生まれ、謙遜には恵みが与えられる。そして、後に与えられる報いは、もはや美德のためでも、美德のための労苦のためでもなく、それらから生まれる謙遜のためである。もし謙遜が失われてしまえば、それ以前のものはすべて無駄になってしまう。

**63.** 主は、単に戒めを守ることを求めているのではなく、むしろ魂の改心を求めておられる。主は、その改心のための手段として戒めを定められたのである。——肉体は、善い行いにおいても悪い行いにおいても等しく働くが、心は、その心構えによって、正しいか、あるいは罪を犯すか決まるのである。

**64.** 試練を伴わない賜物は、それを受け取る者にとって破滅である。もし神の前で善を行い、神があなたに賜物を与えられるなら、あなたにふさわしい限り謙遜する力を与えてくださるよう、あるいはその賜物を守る守護者をあなたのそばに置いてくださるよう、あるいはそれがあなたにとって破滅の原因とならないよう、その賜物をあなたから取り去ってくださるよう、神に懇願せよ。なぜなら、富を蓄えることがすべての人にとって有益であるわけではないからである。

**65.** 美德は苦難と結びついている。苦難から逃れる者は、間違いなく美德とも別れを告げることになる。もし徳を望むなら、あらゆる苦難に身を委ねよ。苦難は謙虚さを生むからである。



真の知恵に達するまでは、試練を通じて謙虚さに近づいていくのである。苦難なしに自らの徳にとどまる者には、高慢への扉が開かれている。

**66.** 人が高慢に留まっているとき、その人のそばにいて、その人の中に義への配慮を喚起する、摂理の天使は彼から離れていく。しかし、人がこの天使を侮り、天使が彼から離れてしまうと、そこには異質な存在（闇の霊）が近づいてくる——そしてその時から、彼にはもはや義への配慮はなくなる。

**67.** 神はしばしば、徳ある者たちが何らかの試練に遭うことを許される——あらゆる方面から彼らに試練が立ちはだかることを許し、ヨブのように彼らの肉体を打たれ、貧困に陥らせ、人々が彼らから背を向けるように仕向け、彼らが得たものを奪い取る。ただ、彼らの魂には害が及ばない。——そして、私たちが正義の道を歩むとき、悲しみに遭遇せず、病や労苦によって肉体が衰えずに、変わることなくあり続けるなどということはありません。ただ、私たちが徳をもって生きることを愛する限りにおいてである。——人が神に従って歩むとき、そのようなことに遭遇したとしても、そのとき、自分の道から逸れることはふさわしくない。むしろ、彼は喜びをもって、躊躇することなくそれを受け入れ、この恵みを送ってくださった神に感謝すべきである。そして、神のために試練に遭い、この道のゆえに苦難に耐えた預言者たち、使徒たち、その他の聖人たちと共に、その苦しみに参加する者となることが許されたのだ。たとえ人々からであれ、悪魔からであれ、あるいは肉からであれ、試練が彼に降りかかろうとも、それが彼にとって感謝するきっかけとなるように。なぜなら、神と共にありたいと願う者に対して、神が真理のために試練を送ること以外で恵みを施さないなどということはありませんからである。また、人がこの偉大さ——すなわち、試練に身を投じ、それを喜びとする——にふさわしい者となることは、キリストの恵みなしには不可能である。このことは極めて偉大なことであり、聖パウロは、人が神への希望のために苦難を受けるにふさわしくなることを、明らかに「賜物」と呼んでいる。フィリピの信徒への手紙において、彼はこう述べている。「神は、あなたがたに、ただ神を信じるだけでなく、神のために苦難を受けることも賜物として与えてくださった」（フィリピ 1:29）。また、聖ペトロもその書簡の中で、「義のために苦しむなら、あなたがたは幸いである」（Iペトロ 3:14）と記している。それは、あなたがたがキリストの受難に与る者となったからである。あなたがたは、安楽な生活を送っている時には喜んでではなく、苦難に直面した時には顔をしかめ、それらを神の道とは無関係なものとして見なしてはならない。なぜなら、神の道は、太古の昔から、世代を超えて、十字架と死によって切り開かれてきたからである。さて、あなたには（神の道を冷淡に歩むという）そのような考えが、一体どこから生じたのか。——このことから、あなたが神の道から外れ、そこから遠ざかっていること、聖人たちの足跡をたどることを望んでいないこと、あるいは自分だけの特別な道を切り開き、その道を苦しみなく歩もうとしていることを悟りなさい。神の道とは、日々の十字架である。気楽に生きて天に昇った者は誰もいない。——気楽な道については、それがどこで終わるのか、我々は知っている。

**68.** 真の義人は常に、自分たちは神にふさわしくないと思い続けている——そして、彼らが真の義人であるということは、彼らが自らを呪われた者であり、神の御守りを受けるに値しない者と認め、これを公然と、また密かに告白し、聖霊の導きによって、この世に生きている限り、労苦と苦難の中に留まるよう努めていることから明らかである。しかし、安息の時は、神が彼らに来世において備えておられる。そして、御自身の中に生ける主を宿している者たちは、それゆえに、たとえ時折、霊的な慰めが神秘的に与えられることがあっても、安息の中にあり、苦しみから解放されることを望まない。

**69.** 御霊の御心とは、御自身の愛する者たちが労苦の中に留まることである。安息の中に留まる者たちの中には、神の御霊は留まっていない。それゆえ、神の子らは苦難の中で生きるという点で他の人々と区別される。一方、この世は贅沢と安息を誇りとする。神は、御自身の愛する者たちが肉体にある限り安息することを望まれなかった。むしろ、彼らがこの世にいる間、苦しみ、重荷、労苦、貧しさ、裸、困窮、屈辱、侮辱、疲れた肉体、悲しみに満ちた思いの中に留まることを望まれた。それは、彼らに対して次のように語られた言葉が成就するためである。 「あ

あなたがたは、この世で苦難に遭うであろう」（ヨハネ16:33）。主は、安らぎのうちに生きる者たちが御自身の愛にとどまることは不可能であることを知っておられ、それゆえ、彼らに安らぎや喜びを与えることを拒まれるのである。

**70.** 聖徒たちが神の御名のために苦しみながら神に示した愛によって、彼らの心は、隠すことなく神を仰ぎ見、希望をもって神に願い求める「大胆さ」を得る。——大胆な祈りの力は偉大である。それゆえ、神は御自身の聖徒たちがあらゆる悲しみに試みられることを許し、また、神の助けと、神が彼らのためにどれほど御手配をなさっているかを、経験を通じて知らしめられるのである。試練の結果、彼らは知恵を身につけ、経験からあらゆる事柄についての知識を汲み取り、悪魔たちから嘲笑されることのないようにする。もし神が彼らをただ一つの善においてのみ鍛えられていたなら、他の面での訓練が欠けてしまい、戦いの場において彼らは盲目となっていただろう。

**71.** もし人がまず悪の試練にさらされなければ、善の味わいを知ることはできず、悪の中に善に出会ったとき、それを自分のものとして知恵をもって活用することができない。経験と実践そのものから得られた知識がいかに心地よいものであり、長年の経験を通じて自らそれを身につけた者にどれほどの力を与えるか——これは、この知識の助け、そして自然の弱さと神の力の助けを自ら体験し、それを確信した者たちによって知られている。なぜなら、彼らがこれを真に知るようになるのは、神がまず御自身の力を彼らへの助けとして差し控えた後、自然の無力さ、誘惑の困難さ、敵の狡猾さ、そして彼らが誰と戦っているのか、どのような性質に覆われているのか、また、いかに神の力によって守られてきたか、どれほどの道を歩んできたか、神の力がどれほど彼らを高めてくれたか、そして、もしこの神の力が彼らから遠ざかれば、あらゆる情欲との戦いにおいて彼らがどれほど無力であるかを悟るのです。こうして、これらすべてを通じて彼らは謙遜を身につけ、神に近づき、神の助けを待ち望み、祈りの中に留まるようになるのです。もし、神の許しによってこの悪に陥り、多くの悪について経験を得ていなければ、彼らはこれらすべてをどこから得ることができたでしょうか。使徒が言うように、「多くの啓示によって高ぶらないように、私に肉の刺、すなわちサタンの使者が与えられた」（Ⅱコリント12:7）のである。しかし、試練の中で、神の助けを幾度も体験することで、人は確固たる信仰も得る。それによって恐れを知らなくなり、試練の中でも平静さを保つようになるのである。

**72.** 試練はあらゆる人にとって有益である。修行者は、自らの富に何かを加えるために試練を受ける。怠惰な者は、有害なものから身を守るために試練を受ける。眠りに沈んでいる者は、目覚めに備えるために試練を受ける。神から遠く離れている者は、神に近づくために試練を受ける。神に属する者たちは、大胆に神と共に喜ぶために誘惑される。——訓練を受けていない息子は、父の家から富を受け取っても、それを自分のためにはしない。それゆえ、神はまず誘惑し、苦しめ、その後で賜物を示されるのである。

**73.** 人は、無関心である間は死の瞬間を恐れ、神に近づくときを恐れ、しかし完全に神の御前に立つようになれば、その両方の恐れは愛によって飲み込まれる。——なぜだろうか？——それは、人がまだ肉的な知識と生活の中に留まっている限り、死を恐れるからである。しかし、霊的な知恵と善き生活の中にいるときは、その心は常に将来の裁きを思い起こすことに占められている。なぜなら、その人は本来あるべき姿に正しく立ち、霊的な次元を歩み、自らの知恵と生活に専念し、神に近づくために整えられているからである。しかし、神の奥義の知識が彼の中に喚起され、来世への希望が確固たるものとなったとき、すなわち真理の知識に達したとき、その肉的な人は、屠殺を恐れる動物のように、また神の裁きを恐れる理性ある人のように、愛に包み込まれる。そして、御子となった者は愛によって飾られ、恐ろしい懲らしめの杖によって戒められるのではなく、「私と私の父の家は、主に仕えるでしょう」（ヨシュア記24:15）と言うのである。

**74.** 常に神を思い、その知恵の対話において神のみと共にある者は、幸いである。神に対する喜びは、この世の生活よりも強固であり、それを得た者は、苦しみなど目にも留めないばかりか、自らの生活さえも顧みない。愛は人生よりも甘美であり、愛を生み出す神への知恵は、蜜や

蜂の巣よりもさらに甘美である。愛する者たちのために苦難の死を受け入れることは、愛にとって悲しみではない。愛は知恵の産物であり、知恵は心の健康の産物である。そして、心の健康とは、長きにわたる忍耐から生まれる力である。

**75.** 永遠の命は神における慰めである。そして、神において慰めを見出した者は、この世の慰めを余分なものとして見なす。もし誰かが御霊から知恵を受け取ったならば、その人は、自らの内奥と感性の中にあり、謙遜な品性を教えるその知恵そのものから、それを悟るであろう。もし誰かが謙遜に達したならば、その人は、この世と交わり、あるいは言葉をもってこの世に迎合することを自ら忌み嫌うかどうか、また、この世の栄光が自らの目には憎むべきものであるかどうかによって、それを知るであろう。

**76.** 情欲（作用としての）とは、この世の事物によって引き起こされ、「生活の必要を満たす」という口実の下で人を誘惑する誘惑である。そして、この世が存在する限り、これらの誘惑は絶えることがない。しかし、神の恵みにあずかり、これよりも高いものを味わい、実感した人は、これらの誘惑が自分の心に入ってくることを許さない。なぜなら、それらの代わりに、それらよりも優れた別の渴望が彼の中で優勢になったからである。そして、これらの情欲そのものも、それらが生み出すものも、彼の心には近づく、外で無力なまま留まっている。それは、もはや情欲が存在しないからではなく、それらを受け入れる心がそれらに対して死んでおり、別の何かに生きているからである；それは、人が分別と行いを保つことによって落ち着きを得たからではなく、彼の心には何ものからも不安がなく、彼の意識が別の何かに満たされ、それを満喫しているからである。

**77.** もし我々が節制の法則と分別ある行動を心に留めておくならば、情欲の誘惑との闘いは、決して理性に近づくことはない。それらが心に侵入することを禁じられるのは、闘いの結果ではなく、魂を満たしている意識と知恵の充足、そして魂の中に存在する驚くべき観想への渴望によるものである。人が生きている限り、自らの宝を守るためには、節制と慎重さ、そして儉約が必要である。しかし、もし人が自分に定められた境界（断食）を離れてしまえば、弱体化し、奪われてしまうだろう。実りが見えるまで努力すればよいというものではない。最期に至るまで奮闘しなければならない。なぜなら、熟した実でさえ、突然の雹に打ち碎かれることが珍しくないからだ。

**78.** もし善き思索（心の中の教え）に自らを慣れさせれば、情欲に直面した途端、それを恥じるようになるだろう。しかし、情欲に近づくこと自体を、その罪深さゆえに恥じるようになるのだ。

**79.** 神への愛から何らかの行いを成し遂げたいと願うとき、その願いの限界を死と定めよ。そうすれば、あらゆる情欲との闘いにおいて、実際に殉教の段階に昇るにふさわしい者となり、その限界の内で遭遇するいかなる害も、最後まで耐え抜き、気を緩めなければ、被ることはないだろう。弱き理性の思いは、忍耐の力も弱くしてしまう。しかし、堅固な精神は、その思いに従う者に、自然にはない力を与えるのである。

**80.** この世の生活は、板に文字が刻まれたようなものである。そして、誰かが望み、願えば、そこに文字を加えたり、減らしたり、文字の順序を変えたりすることができる。しかし、来世の生活は、王の印章で封印された真っ白な巻物に記された手書きの文書に似ており、そこにはもはや追加も削除も許されない。それゆえ、私たちがまだ変化の真っ只中にいる間は、自分自身に注意を払い、自らの手で書き記す人生の原稿に対する支配権を持っているうちに、善き生き方によってそこに補足を加え、過去の生き方の欠点を消し去るよう努めよう。なぜなら、私たちがこの世にいる限り、神はこの世を去るその瞬間まで、善にも悪にも封印を施されないからである。

**81.** 祈りには、心が長期間それに留まることに熟達できるよう、修練が必要である。祈りの前には、隠遁生活（孤独、あらゆる雑念からの離脱）が求められる。隠遁生活は祈りのために必要であり、祈りは、私たちが神の愛を得るためである。なぜなら、祈りによって、神を愛する理由が見出されるからである。

**82.** 私たちは、密に行われる神へのあらゆる語りかけ、神に対する善き心のあらゆる配慮、霊的な事柄に関するあらゆる思索が、すべて祈りによって確立され、祈りという名で呼ばれ、この名の下に一つにまとめられることを知るべきである。——さまざまな聖書の朗読であれ、神を賛美する声であれ、主に対する思いやりのある悲しみであれ、身体による礼拝であれ、詩篇の詠唱であれ、あるいは真の祈りの儀式を構成するその他すべての事柄であれ、そこから神の愛が生まれるのです； なぜなら、愛は祈りから生じ、祈りは孤独の中に留まることから生じるからである。私たちは、神とより心地よく語り合うことができるよう、孤独を必要としているのである。

**83.** 自分の中に良い変化が起きたとき、自惚れに陥らないよう自戒せよ。この自惚れの微妙な点について、自分の無力さと無知を、祈りの中で主に対して丁寧に打ち明けよ。そうすれば、見捨てられることもなく、恥ずべきことに誘惑されることもないだろう。なぜなら、高慢の後には淫行が、自惚れの後には惑わしが続くからである。

**84.** 他のあらゆる修道的な行いを片方の皿に、沈黙をもう片方の皿に載せてみると、沈黙の方が天秤の上で重くのしかかっていることがわかるだろう。人々は多くの助言を持っているが、沈黙に親しむ者にとっては、それらの助言を守ることは余計なことであり、以前の行いも無駄なものとなり、その者自身はそれらの行いを超越した者となる。なぜなら、その者は完全さに近づいたからである。

**85.** 常に施しがあなたの中で優位を占めるようにせよ。私たちの慈悲は、神の本質と神の真の姿に宿るその似姿と真の姿を、私たち自身の中に映し出す鏡となるようにせよ。冷酷で慈悲のない心は、決して清められることはない。慈悲深い人は、自らの魂の医者である。なぜなら、彼はまるで内なる強い風のように、情欲の闇を吹き飛ばすからである。これは、福音の「いのちの言葉」によれば、私たちが神に貸し与えた善き義務である。

**86.** 寝床に近づくとき、こう言いなさい。「今夜、この寝床よ、あなたは私の棺となるかもしれない。そして、今夜、一時的な眠りの代わりに、永遠の眠りが私を訪れるかどうか、私にはわからない」。それゆえ、まだ足があるうちに、解くことのできない束縛に縛られる前に、行いの後を追いなさい。指があるうちに、死が訪れる前に、祈りの中で自らを十字架につけよ。目があるうちに、それが塵に覆われる前に、涙で満たせ。風が吹きかけるだけで萎れてしまう薔薇のように、もしあなたの内なる要素の一つに息が絶えれば、あなたは死ぬのだ。人よ、今にも旅立ちが迫っていることを心に刻み、絶えずこう言い聞かせなさい。「見よ、すでに私のところへ遣わされた使者が戸口に立っている。それなのに、なぜ私は座っているのか？」——私の移住は永遠であり、もはや戻ることはないのだ。

**87.** キリストとの対話を愛する者は、孤独を愛する。しかし、多くの人々と共にいることを好む者は、この世の友である。もし悔い改めを愛するなら、沈黙も愛せよ。なぜなら、沈黙なくして悔い改めは完全には達しないからである。もし沈黙——悔い改めの母——を愛するなら、沈黙のためにあなたに降りかかる、わずかな肉体の苦痛も、非難も、侮辱も、喜んで愛しなさい。沈黙への献身とは、絶え間ない死の待ち望みである。この思いを持たずに沈黙に入る者は、この生き方に必然的に伴うものを耐え忍ぶことはできない。

**88.** 私たちの心の中から世俗が死滅するまで、沈黙を愛そう。常に死を心に留め、その思いをもって心をもって神に近づこう——そうすれば、世俗の快樂は私たちにとって軽蔑すべきものとなるだろう。

**89.** ある沈黙の修道士はこう語った。「私は、読経や祈りの際に聖句が私にとって甘美なものとなるよう、沈黙の中で精進している。そして、その意味を理解する喜びから私の舌が沈黙するとき、まるで夢の中にいるかのように、私の感覚と思考は収束した状態に入る。そして、この沈黙が続くうちに、記憶の騒動から私の心が静まると、内なる思いによって絶え間なく喜びの波が私へと送られ、予想を超えて突然、私の心を喜ばせてくれるのだ」と。

90. またある者はこう語った。「沈黙は、新たな思いに至る口実や理由を切り捨て、その壁の内側で、私たちが以前抱いていた記憶を朽ち果てさせ、枯れ果てさせる。そして、古い事柄が思考の中で朽ち果てると、心はそれらを正し、本来の秩序へと戻るのだ」。

91. またある者はこう言う。「自分にとって喜びとなる行いを選びなさい——それは、夜通し絶え間なく祈りを捧げることである。その間、すべての教父たちは古い人を脱ぎ捨て、心の刷新に恵まれた。この時間において、魂はその不死の命を感じ取り、その感覚によって闇の衣を脱ぎ捨て、聖霊を受け入れるのである」。

92. さらに、「これらの（外的な）感覚を魂の支配下に置くことは、沈黙と人々からの疎外なしには不可能である。なぜなら、理性ある魂は、本質的にこれらの感覚と結びつき、一体となっているため、人が内なる祈りの中で儂くなければ、それらの感覚や自身の感覚の影響を受けて、知らず知らずのうちに思考が引きずられてしまうからである」。

93. 断食の汗という種から貞潔の穂が実るように、満腹からは情欲の燃え上がり、飽食からは不潔さが生じる。飢えと謙遜に満ちた腹には、決して恥ずべき思いが魂に侵入することはない。

94. 貞潔よ、あなたの美しさは、裸の地に横たわり、眠りを奪う飢えの労苦、そして食事を控えることによって肋骨と腹の間に深い溝のようになる肉体の苦しみにによって、いかに輝きを増すことか！ 私たちが口にするあらゆる食物、そして肉体のあらゆる安らぎは、私たちの中に恥ずべき想像や醜い妄想を生み出す。それらは生じると、私たちを刺激し、恥ずべき行いへと密かに傾かせようとする。しかし、腹の空虚さと私たちの思考は、心を、思いに乱されることのない荒野とし、あらゆる反逆的な思いから静寂をもたらす。

95. 沈黙を守る者へのいくつかの必要な指針：もし様々な礼拝の最中に、可能な限り心の浮き立ちから遠ざかっているにもかかわらず、突然、あなたの舌から詩句が途絶え、あなたの自由の意思とは無関係に、沈黙の枷があなたの魂に課され、それが長期間の沈黙の後に続くのであれば、そのときは、あなたが沈黙の中で前進しており、柔和さがあなたの中で深まり始めていることを知ってください。なぜなら、単なる沈黙は、まことに非難に値するからです。もし、あなたの魂の中で、そこに生じるあらゆる思いや、あらゆる回想の際、そしてあなたの沈黙の中で起こる瞑想の最中に、あなたの目が涙で満たされ、その涙が無理に流されることなく頬を伝うことに気づくなら、それならば、敵対する者たちを打ち砕くために、あなたの目の前で障壁に裂け目が生じ始めていることを知れ。もし、時折、事前の意図もなく、通常の手続きを逸脱して、あなたの思考が内面へと沈み込み、その状態が約一時間、あるいはある程度の時間続き、その後、あなたの思考の中に平安が支配していることに気づく——そして、それが常に繰り返されるのであれば、その時は、雲があなたの幕屋を覆い始めたのだと知ってください。もし、この行いに取り組んだ際、自分を苛む情欲から平安を見出せないとしても、驚く必要はありません。太陽の光が遠ざかると、世界の深淵は長く暗いままであるように、葉の匂いや空気に漂う香りも、散って消え去るまでかなりの時間を要します。それならばなおさら、情欲は、肉屋で血を舐めることに慣れた犬のように、いつもの餌を与えられないと、その古い習慣の力が打ち砕かれるまで、そこに立ち止まって吠え続けるものである。しかし、あなたが前進するとき、次のような明らかな兆候が、あなたの魂のすぐそばに見出されるだろう：あらゆることに希望をもって強められ、祈りによって豊かになるだろう。——人々と出会い、人間の本性の弱さを感じるたびに、常に益となるものがあなたの心から尽きることはない（そのような出来事はすべて、あなたを高慢から守ってくれるだろう）。——隣人の欠点は、あなたの目には注目に値しないものとなるだろう。——あなたは、来世に留まりたいと願うのと同じ熱意をもって、この肉体から抜け出したいと切望するようになるだろう——公然と、あるいは密かにあなたに降りかかるあらゆる苦難について、これらすべてが正義と裁きによってあなたに近づいたものであると悟り、そのことに対して神に感謝を捧げるようになるだろう。

96. 情動は、何らかのイメージによって、あるいはイメージを伴わない感覚によって、また最初は情動的な動きや思考を伴わない記憶によって引き起こされ、その記憶が後に苛立ちを生じさせるのである。

97. 絶え間ない祈りと読経、そしてそれに続く頻繁な礼拝は、心の穏やかな状態を確実に築くのに遅滞なく寄与する。そして、それを得た者は、まさにこれらの手段によってそれを得たのである。再びそれを得たいと願う者は、沈黙の中に留まり、同時に前述の行いを実践する必要がある。何よりもまず、彼らは自分の魂以外の何ものにも思考を執着させず、内面的な実践に励むとともに、その行為そのものについての考察においても、特に自分にとって身近に感じられる、良い心持ちを確かなものにしてくれる特定の感覚を伴う行為において、まさにそれらに励む必要がある。

98. あらゆる理性的な性質には数え切れないほどの変化があり、一人ひとりの人間にも刻一刻と変化が生じている。思慮深い者は、自らを試みることによって、このことを理解することができるだろう。もし自制を保ち、心の中で自分自身を観察すれば、自分の思考がいつどのような変化を遂げるか、また、いかにして平穏な状態から突然動揺へと至るのか、そしてその原因が何であるかを容易に知ることができるだろう。このことについて、聖マカリオスも兄弟たちへの訓示の中で、状況が悪化した際に絶望に陥らないよう記している。なぜなら、清らかさの段階に立つ者たちでさえ、まるで空気が冷えるかのように、常に最良の状態から最悪の状態へと落ち込むことが起こるからであり、その一方で、彼らには怠慢や自己への甘やかしなどはないのである。それどころか、彼らが自らの規律を守っているときでさえ、自らの意志に反するような落ち込みが彼らに起こるのです。同じことを、至福のマルコも次のように述べています。「変化は誰にでも起こるものであり、それは空気のようなものだ」。「誰にでも」、つまり、下位や劣った者だけでなく、完全な者にも起こることです。自然界において寒さが訪れ、その直後に暑さが訪れるように——また、雹が降り、その少し後に晴れ間が訪れるように——私たちの修行においても、時には戦いがあり、時には恵みによる助けがある。時には魂が荒れ狂い、激しい波が押し寄せることもあるが——そして再び変化が起こる。それは、恵みが訪れ、人の心を神からの喜びと平安、そして清く穏やかな思いで満たしてくれるからである。

99. それゆえ、心が荒れ狂うときでも絶望してはならない——また、平安に包まれるときでも、驕ってはならない。それどころか、むしろ、心が荒れ狂っているとき、思いが混乱し無秩序になっている時に、あなたの心に根付いた不純な思いや、ふさわしくないイメージを、よく見つめ直すべきである；——また、あなたがどれほど速やかに情欲へと逸れ、心の曇りの中でそれらと語り合ったかについても考えてみよ。そして、これらすべてが、私たち一人ひとりを思いやり、誰にとって有益かを整えてくださる神の摂理によって、私たちの謙遜のために導かれたことを知れ。

100. 謙遜は、たとえ善行が伴わなくても、多くの罪を赦し得るものとする。しかし、謙遜がなければ、善行も無益であり、むしろ私たちに多くの悪をもたらすことさえある。あらゆる食物にとっての塩がそうであるように、あらゆる美德にとっての謙遜もまたそうである。謙遜を身につけるためには、自らを低く見、分別をもって心を痛めつつ、絶えず思いに沈むことが必要です。そして、もしそれを身につけることができれば、それは私たちを神の子とするでしょう。

101. 私たちの主は、祈りにおいて私たちの弱さの支えを示され、こう言われました。「目を覚ましなさい。『目を覚まして祈りなさい。そうすれば、試練に陥ることはない』（マタイ26:41）。祈り、怠けることなく、常に「目を覚まして祈り続けなさい」（コロサイ4:2,3）。「求めなさい。そうすれば与えられます。探しなさい。そうすれば見出されます」。「叩きなさい。そうすれば開かれます。求める者はみな受け、探す者は見出し、叩く者には開かれる」（マタイ7:7,8）。主はこの御言葉を特に強調され、真夜中に友人のところへ行ってもパンを求めたある友人のたとえ話を通して、私たちに一層の勤勉さを促されました。主はこう言われます。「まことに、あなたがたに言います。友であるからといって彼に与えないのではなく、その厚かましきのゆえに、起きて、求めているものを与えるのです」（ルカ11:8）。ですから、あなたがたも祈りな



さい。そして、怠けてはなりません。なんと、言葉に尽くせないほどの、大胆に祈るよう促す励ましでしょう！

**102.** 主は、死が訪れるまで、私たちから道に迷う可能性を取り去られることはないこと、すなわち、徳から悪徳への移行という変化が私たちに極めて近いこと、そして人間とその本性が相反するものを自ら受け入れてしまうことをご存じである。それゆえ、主は私たちに慎重であり、絶え間ない祈りに励むよう命じられたのである。主が私たちに祈るよう命じられたのは、単に明らかな変化から自分自身を守るためだけではなく、常に私たちに降りかかる事柄の繊細さと不可解さのためでもあり、私たちがしばしば自らの意思とは無関係に置かれるような状況において、それらは私たちの知性では把握しきれないからである。なぜなら、たとえ私たちの思いが極めて堅固で、善に固く結びついていても、神の摂理は繰り返し私たちを試練の境地に置き、その中に投げ込むからです。聖パウロが言ったように、「私に肉のとげが与えられた」（Ⅱコリント12:7-9）のです。

**103.** この世は競技であり、競い合うための場である。今この時は、闘いの時である。そして闘いの最中、すなわち競技の最中には、法は適用されない。すなわち、王は競技が終わり、すべての人が「王の王」の御前に導かれ、そこで競技に勝利したか、あるいは背を折ったかが試されるまで、自らの兵士たちに制限を設けないのである。ここにはただ一つの法則がある——警戒し、立ち向かうことである。——だから、祈りを怠ってはならない。また、主の助けを求めることを怠ってはならない。主なしには、主の御心に適うことを何一つ成し遂げることはできないのだから。——私たちがこの世にあり、肉体に留まっている限り、たとえ天の穹蒼にまで昇ったとしても、何もしていないでいるわけにはいかず、労苦を免れることも、無関心のままでいることもできない、ということをしかりと心に留めておこう。

**104.** この道の完成は、悔い改め、清さ、そして自己の完成にある。（悔い改めた者は情欲との戦いに身を投じ、心がそれらから清められるまで戦い続ける。心の清めこそが戦いの終着点であり、完成の領域への扉である）。

**105.** ある人が「悔い改めとは何ですか」と尋ねられた。すると彼は、「過去の行いを捨て、それを嘆くこと」と答え、また「砕かれた心と謙遜な心」とも答えた。

**106.** また、「人はどのようにして謙遜を身につけることができるのか」と問われた。彼はこう答えた。「自らの罪と死の近さを絶えず思い起こし、粗末な衣服を身にまとい、常に最下位の座を好み、いかなる場合でも進んで最も末席で卑しい務めを引き受け、不従順にならず、——沈黙を守る、——集会に出席することを好まず、無名であり、何事にも選ばれないことを望む、——いかなる物も完全に自分の支配下に置かない、——多くの人々との会話を嫌う、——利益を好まず、さらに、いかなる人間に対しても無条件に非難したり責めたりするような心境を超越し、嫉妬をも超越し、——誰にでも手を差し伸べ、また誰からも手を差し伸べられるような人間ではなく、ただ一人、孤独の中で自分の務めに専念し、自分自身以外のこの世のいかなる事柄についても責任を負わないこと。要するに、放浪の生活、貧しさ、そして孤独な生活——これこそが謙虚さを生み出し、心を清めるのである」。

**107.** 完全さを達成した者たちの徴はこうである。たとえ一日に十回、隣人への愛のために火刑に処されたとしても、彼らはそれに満足しない。モーセ（出エジプト記32:32）や、聖パウロ（ローマ人への手紙9:3）、その他の使徒たちが示したように。——神は、被造物への愛ゆえに、御子を十字架の死に委ねられた。もし神にそれよりも尊いものがあれば、それさえも私たちに与え、それによって私たちという民を御自身のもとに引き寄せられたであろう。——これに倣い、すべての聖人たちは、完全さを求めて、隣人への愛の完全さにおいて神に似ることを目指している。

**108.** 誰も、自らの希望の奥底を深く感じ取らなければ、この愛の境地に達することはできない。この世を愛する者たちは、人への愛を身につけることはできない。愛を身につけた者は、その愛とともに、神ご自身を身にまとうのである。そして、神を得た者にとっては、神と共に他の何ものも得ようとしただけでなく、自らの肉体を脱ぎ捨てることも必要である。もし、この

世への愛によって、誰かがこの世とこの人生に身を包むならば、それを捨て去るまでは、神に身を包むことはできない。なぜなら、神ご自身がこう証言されたからである。「もし誰かが」これを捨てず、「自分の魂を憎まないなら、わたしの弟子となることはできない」（ルカ14:26）。これを捨てるだけでなく、憎まなければならないのである。

**109.** なぜ希望はこれほど甘美であり、希望があればあらゆる行いが容易になるのか。——それは、その時に聖徒たちの魂の中に（幸福への）自然な願いが呼び覚まされるからであり、希望は彼らに修道院で自らの杯からこれを飲ませ、彼らを陶醉させるからである。それゆえ、彼らはもはや労苦を感じず、労苦や悲しみに対して無感覚となり、その歩みの全期間を通じて、自分たちの歩みがまるで空を飛ぶかのように行われ、人間の足で歩いているのではないと考えるのである；なぜなら、彼らには道の困難が見えず、彼らの前には丘も川もなく、道中の険しい場所も平坦になるからである（イザヤ書40章4節）。彼らの注意は父の懷に向けられており、希望そのものが、あたかも指で指し示すかのように、あらゆる瞬間に、遠く離れた目に見えないもの——しかし信仰の秘められた目には見えるもの——を彼らに示し、その遠く離れたものへの渴望が、あたかも火のように、魂のあらゆる部分を燃え立たせる。彼らの思いのすべての向かい先はそこへと伸びており、彼らは常にそこへ到達しようと急いでいる。——このように、希望は火のように彼らを燃え立たせ、彼らは喜びをもって成し遂げられる、この激しく絶え間ない流れの中で、自らに休息を与えることができないのである。

**110.** 無情とは、単に情欲を感じないことだけではなく、それらを自分の中に受け入れないことにもある。聖人たちが獲得した、顕在的かつ潜在的な、多種多様な美徳の結果として、情欲は彼らの中で衰え、容易には彼らの魂に立ち向かうことはできない。また、彼らの心は絶えず注意深く思索にふける必要もない。なぜなら、彼らの心は常に、最も優れた徳について思索し、語り合うことによって、意識とともに理性の中で喚起される考えで満たされているからである。そして、情欲が刺激され始めるとすぐに、心はそれらとの接近によって、心に浸透したある種の洞察に突然魅了される。そして、聖マルコが述べたように、情欲は彼らの中に、いわば無為なまま残されるのである。

**111.** 神の恵みにより、徳ある行いをなし、知恵に近づいた心は、魂の邪悪で愚かな部分をほとんど感じなくなる。なぜなら、知恵は心を高みへと引き上げ、この世のあらゆるものから遠ざけるからである。また、聖人たちの清らかさ、その精神の繊細さ、柔軟さ、鋭さ、そして彼らの功績ゆえに、彼らの心は清められ、肉体の枯渇によって、啓発された状態となる。また、沈黙を修練し、それに長く留まることによって、あらゆる内的な観想が容易かつ速やかに与えられ、観想の対象に彼らは驚嘆させられる。こうして、彼らは通常、観想に満ち溢れ、その心は理解すべき対象に決して事欠くことがなく、また、彼らの中に霊の実を結ばせるものが欠けることも決してない。長年の習慣によって、心の中で情欲を煽る記憶は消し去られ、悪魔の力の勢いは弱められる。なぜなら、魂が情欲について思い巡らすことで情欲と親しくならないとき、魂は絶えず他の事柄に心を奪われているため、情欲の力は魂の霊的な感覚をその爪の中に留めておくことができないからである。

**112.** 傲慢が魂を高みへと連れ去り、自らの思考の雲の中を舞い、万物の間を旋回する自由を与えるのと同様に、謙遜は沈黙によって魂を一つに集め、魂は自らの内へと集中する。魂が体の中に隠され、人々の視線や交わりから隔てられているように、真に謙虚な人は、人々に目に見えたり知られたりすることを望まないばかりか、自らの意志によって、自分自身から自分自身へと深く沈み込み、無となり、あたかも存在しないかのように、まだ存在に至っていないかのようにありたいと願うのである。——そして、そのような人が秘められ、自己の中に閉じこもり、世から隔絶されている間、彼は全き意味でその主のもとにとどまっている。

**113.** 謙虚で賢明な人は、集まりや人々の集まり、騒ぎ、喧騒、騒ぎ——に目を留めることは決してない。言葉や会話、叫び声、そして散漫な感情には注意を払わない。彼にとって望ましいのは、多くのものを持ち、絶え間ない仕事に追われることなく、いつでも自由であり、心配事を持たず、その思いが自身の外へ逸れないことである。なぜなら、彼は、多くのことに手を

出せば、思考が乱れることなくいられなくなることを確信しているからである。多くの事柄には多くの心配事がつきものであり、複雑に絡み合った思考の群れが生じるからである。そしてそれによって、情欲への扉が開かれ、分別ある静寂は遠のき、平安への扉は閉ざされてしまうのである。それゆえ、謙虚で思慮深い者は、あらゆる多事から身を守り、それによって常に静寂、安らぎ、平和、謙虚さ、そして敬虔さの中にいるのである。

**114.** 謙虚で賢明な者には、決して性急さや慌てふためき、動揺、熱狂的かつ軽率な考えはなく、常に安らぎの中にいる。彼を驚かせたり、動揺させたり、恐怖に陥らせたりするようなものは何一つない。なぜなら、悲しみの中でも彼は恐怖に駆られたり動揺したりせず、喜びの中でも驚きや高ぶりを示さないからである。しかし、彼のすべての喜びと歓びは、主の御心にかなうことにある。

**115.** 謙遜で賢明な者は、神に祈ったり、何かを求めたりすることさえ敢えてせず、何を祈ればよいかも知らない。ただ、すべての感覚を静め、ただ一つの恵みと、崇敬すべき偉大なる御方の御顔から彼に対して示される御意志を待ち望んでいる。——彼が顔を地に伏せ、心の内なる視線が至聖所の門へと向けられるとき、そこには、住まわれる場所は闇であり、セラフィムたちの目がその御前で閉じられるお方がおられ——彼はただこのように語り、祈ることを敢えてするのみである。「主よ、御心のままに、私になさってください」。

**116.** 神の前では、知恵を弄ぶのではなく、純朴さをもって歩みなさい。純朴さの後には信仰が続き、知恵の洗練や狡猾さの後には自惚れが続き、自惚れの後には神からの離反が続く。

**117.** 祈りの中で神の御前に立つときは、心の中で、まるで言葉を話せない幼子のような者になりなさい。知識に基づいて神の御前で何かを語るのではなく、幼子のような思いで神に近づき、神の御前で歩みなさい。そうすれば、父が自分の幼子たちに対して抱くような、父なる神の御配慮に与ることができるでしょう。「主は幼子たちを守られる」（詩編114:5）とあります。これは、肉体的に若い者たちだけでなく、この世で賢い者たち、すなわち、自らの知識を捨て、自らの意志によって幼子に倣い、書物による学習の労苦では到達し得ない、すべてを支配する至高の知恵を学び始めた者たちについても言われているのです（書物による）学習の労苦では到達し得ない、そのすべてを支配する至高の知恵について学び始めた者たちのことである。神に、この信仰の境地に達することができるよう祈り求めよ。このことについて、怠惰にならず、熱心に願い求め、大きな切実さをもって懇願し続けよ。それが叶うまで。もし、まず信仰をもって、自分の心配事を神に委ね、自分の配慮を神の摂理に置き換えるよう自らを奮い立たせるならば、あなたはこれを授かることになるだろう。そして、神があなたの中に、清らかな思いをもって自分自身よりも神ご自身を信頼し、自分の魂よりも神に希望を置くというこの意志を見出されたとき、その時、その計り知れない力があなたの中に宿り、あなたには間違いなく力が伴っていることをはっきりとを感じるでしょう。それは、多くの人がその力を自分の中に感じ、火の中へも恐れずに入り、水の上を歩いても、溺れるのではないかという恐れに心を揺るがされることなく進む、まさにその力なのです。

**118.** この霊的な知見は、あらゆる点で、魂による知見として受け取られる可能性があると思わないか？——この霊的な知見を、魂による知見で受け取ることは不可能であるばかりか、魂による知見に熱心に励む者であっても、感覚によってそれを感じ取る可能性すら存在しないのだ。そして、もし彼らのうち、別の霊的な知恵に近づきたいと願う者がいたとしても、この魂の知恵や、その精妙な曲折、複雑な手法をすべて捨て去り、思考を赤子のようにはじめ、それまでは、たとえわずかであっても、霊的な知恵に近づくことはできないだろう。それどころか、彼らがこの「魂の導き」の習慣や概念を少しずつ消し去らない限り、それらは彼らにとって大きな障害となる。その霊的な導きは単純であり、魂の思いの中には現れない。理性が多くの思考から解放され、純粹さの単一な単純さに至るまでは、霊的な導きを感じることはできない。

**119.** もしあなたが一度、あなたを守り、見守ってくださる全能の主に身を委ねたのであれば、もうそのようなことを心配する必要はない。むしろ、自分の魂にこう言いなさい。「あらゆる事柄において、私がかつて魂を委ねた方が、私のためにすべてを司ってくださる。私はここに

はいない。主はそれを知っておられる」。——そうすれば、実際に神の奇跡を目にするだろう。神が、御自身を畏れる者たちを救うために常に近くにおられ、また、目には見えないながらも、神の摂理があなたを取り囲んでいることを目にするだろう。しかし、肉眼には見えない守り主があなたと共にいてくださるからといって、あたかもその方がおられないかのように、その方について疑ってはならない。なぜなら、あなたを慰めるために、その方はしばしば肉眼にも現れてくださるからである。

**120.** 人が目に見えるあらゆる助けや人間的な希望を自ら拒み、信仰と清い心をもって神に従うやいなや、直ちに神の恵みがそれに続き、様々な助けを通してその力を示してくださる。まず、この目に見える、肉体に関わる事柄において御自身を現し、その人への御摂理によって助けを与え、それによって、その人が神の摂理の力をより深く実感できるようにする。また、目に見える助けを理解することで、人は目に見えない助けについても確信を持つようになる。その考察の中で、恵みは人の前に、複雑に絡み合った困難な思考や思いの網を明らかにする。その結果、人はそれらの意味や相互のつながり、その誘惑、そしてそれらが互いにどのようにして生まれ、魂を滅ぼしていくかを容易に見出すことができる。同時に、恵みは彼の目の前で、にある悪魔たちのあらゆる悪巧みを恥じ入らせ、あたかも指で指し示すかのように、もし彼がこれを悟らなかったならば、どのような苦難に遭っていたかを彼に示す。そこで彼の中には、大小を問わずあらゆる事柄について、祈りの中で自らの創造主に求めるべきだという考えが生まれる。

**121.** 神の恵みが、これらすべてにおいて神に信頼すべきだという彼の考えを確固たるものにしたとき、彼は少しずつ試練に直面し始める。そして、神の恵みは、その人がその力を耐え忍べるように、その人にふさわしい程度の試練が送られることを許すのである。そして、これらの試練の中で、助けがはっきりと彼に近づく。それは、彼が徐々に学び、知恵を身につけ、神への信頼をもって敵を軽蔑するようになるまで、彼が穏やかな心でいられるようにするためである。なぜなら、人が霊的な戦いにおいて賢くなり、自らの摂理者を知り、自らの神を感じ取り、神への信仰において内面から確固たるものとなることは、耐え抜いた試練の力によってのみ可能だからである。

**122.** 恵みは、人の心にわずかな疑いが芽生え始め、自惚れ始めたと察すると、直ちに、その人が自らの無力さを悟り、再び謙遜のうちに神にすがりつくまで、彼に対する誘惑が強まり、確固たるものとなるよう許すのである。

**123.** 徳の実践に取り掛かると、四方八方から苛烈で激しい苦難が降り注ぐとしても、驚くことはない。なぜなら、その実践に困難が伴わないものは、徳とは見なされないからである。それゆえ、聖ヨハネ（コロフ、あるいは預言者）はこう言った。「徳は通常、困難に直面するものである。安らぎに縛られているときは、非難に値する」と語った。また、福者マルコはこう述べている。「あらゆる完全な徳は、御霊の戒めを果たすとき、十字架と呼ばれる」。これは使徒たちの教えであり、「主を畏れて生きたいと願う者は皆」、「キリスト・イエスのために迫害を受ける」（Ⅱテモテ3:12）。主はまたこう言われている。「わたしのために自分の魂を捨てる者は、それを得る」（マタイ16:25）。それゆえ、主はまず最初にあなたに十字架を差し出し、あなたがまず自ら十字架への決意を固め、その後こそ、自分の魂を主の後を追うように遣わすのである。

**124.** 絶望ほど強いものはない。絶望は、右手であれ左手であれ、誰がそれを打ち負かすことなどできない。人が心の中で自分の命から希望を奪ったとき、それ以上に大胆不敵なものは存在しない。敵の誰一人として彼に立ち向かうことはできず、その知らせを聞いただけで彼の思慮を衰えさせるような悲しみなど存在しない。なぜなら、起こるあらゆる悲しみは死よりも軽いものであり、彼は死を受け入れるために頭を垂れているからだ。

**125.** 安らぎへの希望は、いつの時代も人々に、偉大で善きものや美德を忘れさせてきた。私たちの時代以前からも現在に至るまで、他の何ものでもなく、まさにこのことゆえに、人々は力尽き、勝利を収めるどころか、最善のものを失ってしまうのである。それゆえ、端的に言えば

、もし人が天の御国を顧みないのなら、それはこの世のささやかな慰めへの希望のためでしかない。鳥たちが安らぎを求めて網に近づいていくことを、誰が知らないだろうか。

**126.** 心が徳に熱意を抱くとき、外的な感覚もいかなる困難にも打ち勝つ。心が霊に熱意を抱くとき、肉体は苦難を嘆かず、恐れを抱かず、恐怖に縮こまることもない。なぜなら、そのとき心はダイヤモンドのように堅固であり、その強靭さをもって、あらゆる誘惑に立ち向かうからである。さあ、熱意を抱こう——そうすれば、怠惰を生む無気力は私たちから遠ざかるだろう。熱意は勇気を生み出し、魂に勝利をもたらす力を与える。魂が生まれ持った熱意を悪魔たちに向けて奮い立たせたとき、いったいどのような悪魔の力がそれに抗えようか。

**127.** 私たちの古代の先人たちは、私たちの心が常に一つのことに集中し、その警戒を保つことができるわけではなく、また時には自分に害を及ぼすものを見抜くことさえできないことを知っていたため、彼らは無欲を武器として身にまとい、情欲の原因となる世俗的な営みがない荒野へと退き、苛立ちや欲望、恨みを抱く口実を持たないようにした。これらすべてやそれに類するものに対して、彼らは打ち破ることのできない柱のように、自らを強固にし、守り抜いた。

**128.** 人が無欲の境地に身を置いているとき、この世からの旅立ちが絶えず心に浮かぶ——そして彼は常にその準備に心を配り、——あらゆる安らぎを避け、世を軽んじる思いが心の中で生き生きと躍動し、恐れずに危険に立ち向かうために心を強靭にし、死を恐れない。なぜなら、刻一刻と死へと視線を向けているからであり、もし悲しみに遭遇しても、それが冠をもたらすことを知って、喜びと歓びをもって受け入れるのである。しかし、もし彼が一時的なものを手に入れてしまったならば、そのまさにその瞬間に、彼の魂の中に肉体への愛が芽生え始め、肉欲的な安らぎや、それを得るための手段についての思いが湧き上がる。これにより、彼は、無欲のゆえに世を超越していたかつての心の堅固さを失い、命への恐怖を招く思いが魂を覆い始めるため、神への確固たる信頼が彼から遠ざかってしまう。

**129.** 様々な格言。——頭が水の中に沈んでいる者が、清らかな空気を吸い込むことができないのと同様に、この世の心配事に思いを沈める者も、あの新しい世界に関する感覚を自分の中に取り込むことはできない。死を招く悪臭が肉体の構成を乱すように、不適切な光景もまた心の平和を乱す。ガラスが近くにある石と衝突して無傷でいられないように、聖なる者も、妻と長く共にいて語り合うと、その清さを保ち、穢れずにいることはできない。強い水が絶え間なく流れ込むことで木が根こそぎ引き抜かれるように、肉体を狙う誘惑の奔流によって、心の中の世俗への愛も根こそぎ引き抜かれるのである。苦い薬が体内の不純な体液を根絶するように、苦難の厳しさもまた、心を邪悪な情欲から清める。戦場で敵を容赦する者が無傷でいられないのと同様に、修行者もまた、自分の肉体を容赦すれば、その魂を滅びから救うことはできない。恐ろしい光景に打ちのめされた若い乙女が、両親のもとへ駆け寄り、彼らの衣にすがりついて助けを求めるように、魂もまた、誘惑の恐怖によってどれほど苦しめられ、打ちのめされるかによって、それだけ急いで神にすがりつき、絶え間ない祈りの中で神を呼び求めるのである。そして、誘惑が次々と彼女を襲い続ける間、彼女は祈りを重ねる。しかし、解放されるとすぐに、思いにふけてしまう。ある人が王に偉大な贈り物を捧げ、王から慈愛に満ちた眼差しで報われるように、祈りの中に涙を込める者に対しても、永遠の偉大なる王である神は、あらゆる罪を赦し、好意に満ちた眼差しで報いてくださる。まるで、貴重な真珠を身につけた人が、強盗がうろつく道を通りながら、襲われて略奪されるのではないかという絶え間ない恐怖に苛まれるように、貞潔という真珠を携え、敵に満ちたこの世という道を歩む者もまた、墓という住処、すなわち安息の地に至るまでは、これらの強盗たちへの恐怖から逃れることはできない。嘆きの日に酒を飲み、酔いしれて自らの苦境に対するあらゆる悲しみを忘れる人のように、神の愛に酔いしれた者もまた、この世、すなわち嘆きの家において、自らの労苦や悲しみをすべて忘れ、その陶醉ゆえにあらゆる罪深い情欲に対して無感覚となり、その心は神への希望によって強められ、その魂は羽のある鳥のように軽やかであり、その心は刻一刻と地から昇り、あらゆる人間的なものを超えて、その思いは舞い上がり、至高者のもとで不死を享受する。

**130.** 謙遜の知恵は、神性の衣である。受肉された御言葉はこの衣をまとい、この謙遜の知恵によって御自身の偉大さと栄光を覆い隠し、被造物が御姿を見ることで焼かれることのないよう、私たちの肉体のうちにあって私たちと語りかけられたのである。もし御方が被造物の一部を受け入れ、そのようにして被造物と語り合うようにならなかったならば、被造物は御方を仰ぎ見ることはできなかったであろう。それゆえ、この謙遜という衣を身にまとう者は、すべてキリストご自身を身にまとうのである。なぜなら、キリストがご自身の被造物に見え、彼らと共に生きたその姿に、その者もまた、内なる人として身を包もうと願うからである。

**131.** 謙遜とは、ある種の神秘的な力であり、生涯の歩みを全うした後に、完全な聖人たちが受け取るものである。この力は、徳において完全な者にのみ、恵みの力として与えられる。なぜなら、この徳はすべてをその内に包含しているからである。

**132.** 謙虚で、寡黙で、柔和である者すべてが、すでに謙遜の境地に達しているわけではない。また、自らの罪の墮落を思い起こし、それを深く悔いて謙遜の心を持つ者であっても、たとえばそれが称賛に値する行為であるとはいえ、まだ謙遜な知恵を備えた者とは呼べない。なぜなら、その者はまだ真の謙遜を身につけておらず、ただ巧妙にそれを自分へと近づけようとしているだけだからである。その者は謙遜を望んでいるだけであり、まだ真の謙遜を身につけてはいないのだ。真に謙遜な者は、自らの思索によって謙遜への理由を編み出す必要はなく、あらゆる事において、苦労や無理を強いられることなく謙遜を現している。

**133.** もし誰かが、どうすれば謙遜を得られるかと問うならば、我々はこう答えるであろう。「弟子は師に似るべきであり、しもべは主人に似るべきである」（マタイ10:25）。見よ、謙遜を命じ、この賜物を授けてくださる方が、いかに謙遜を示されたかを——その方に倣えば、あなたも謙遜を身につけることができる。

**134.** 私たちの中に悪しき情動をかき立てるあらゆるものを、あらゆる手段を尽くして避けなければならない。とりわけ、情動の原因となるものや、たとえごく些細なものであっても情動を働かせるものを、自らから断ち切らなければならない。それでもなお情動が動き出したときは、それに立ち向かい、戦わなければならない。その両方において最善の方法は、自分の内なる人に没入し、そこで孤独に留まり、絶えず自分の心のぶどう畑を耕すことである。私たちの心がそこで孤独に、隠遁者のように留まっているとき、もはや心自身が情欲と戦っているのではなく、恵みが戦っているのだ。

**135.** 救い主が、私たちの情欲に満ちた状態における浄化の薬として、命を与える御戒めを授けてくださったのは、最初の罪によってもたらされたな損傷から魂を清め、それを原初の状態に回復させるためであった。病んだ身体にとっての薬がそうであるように、戒めは情欲に満ちた魂にとっての薬である。そして、戒めが情欲に反して定められ、罪深い魂を癒やすためのものであることは明らかである。

**136.** この損傷は、戒めへの違反から私たちにもたらされたものである。このことから、戒めを守ることで健康が再び取り戻されることはすでに明らかである。しかし、戒めを実践せずに——まず第一に、魂の清らかさへと導くその道を歩み始めない限り——私たちは魂の清めを望むことも、期待することもあってはならない。そして、「神は戒めを実践しなくても、恵みによって私たちに魂の清めを授けてくださる」などと言ってはならない。それは主の裁きであり、教会は私たちにそのようなことを求めるよう命じてはいない。ユダヤ人たちは、バビロンからエルサレムへ帰還する際、自然の道を歩んだ。しかし、エゼキエルは超自然的な方法でエルサレムに到着し、神の啓示の中で将来の刷新を目撃した。心の清さについても、これと同様のことが言える。ある者は、困難な生活の中で戒めを守り、自らの血を流すことで、すでに踏み固められた道をたどって心の清さへと至る。また、ある者は恵みの賜物によってそれを授かる。そして不思議なことに、恵みによって与えられる清さを祈りの中で求めることは許されず、戒めを行う生活から離れることも許されていないのである。なぜなら、主に向かって「何をすれば永遠の命を得られるか」と尋ねた金持ちに対し、主ははっきりと「戒めを守りなさい」（ルカ10:25）と言われたからである。しかし、その金持ちがさらに詳しく知りたがったとき、主はこう言われた。「もし



完全になりたいのなら、行って、あなたの財産を売り払い、貧しい人々に施し、自分の十字架を負って、わたしに従いなさい」（マタイ19:21）。これはすなわち、自分が持っているすべてのものに対して死んで、それからわたしの中に生きよ、というものである。情欲に満ちた古い世界から出て行き、それから御霊の新しい世界に入りなさい。なぜなら、主は「自分の十字架を負え」（マタイ16:24）と仰せになり、それによって人に、この世のあらゆるものに対して死ぬことを教えられたからである。そして、人が自分の中の古い人、すなわち情欲を死に追いやったとき、主は彼に「わたしに従ってきなさい」と言われた。古い人には、キリストの道を歩むことはできない。

**137.** 祝福されたバシレイオス大聖人、そして祝福されたグリゴリオスたちは、荒野を愛し、沈黙を称賛した者たちであるが、沈黙の境地に至ったのは、戒めを実践していなかったからではなく、まず世の中で暮らし、社会に生きる者が守るべき戒めを守り、その後、心の清らかさに至り、霊的な観想にふさわしい者となったからである。そしてその後、彼らは急いで荒野の静寂へと向かった。その時から、彼らは内なる人と共に過ごした。それゆえ、彼らは観想者となり、キリストの教会の牧者となるよう恵みによって召されるまで、霊的な観想の中に留まり続けたのである。

**138.** 荒野は情欲を鎮める。しかし、人間に求められるのはただ一つ——自らの情欲を鎮めること、さらには、それらが我々に逆らって頑なに立ちはだかる時には、それらを根絶し、すなわち克服することである。しかし、鎮められた情欲も、それが現実のものとなる原因に遭遇するやいなや、再び目覚めてしまう。それゆえ、私たちは、単に情欲を鎮めるという理由だけで荒野を望むのではなく、感覚的なものが欠如し、すべての人から離れたその場所で、そこに適応できるようになり、私たちの中に、キリストにあって内面的で霊的な人が新たにされることを願いましょう。いつでも自分自身を観察し続け、私たちの心が汚え渡り、刻一刻と自らを守り、その希望の記憶が奪われることのないように。

**139.** 私たちの主は、私たちが天の父の偉大さに似るよう、私たちに憐れみを定められたが、修道者たちは憐れみよりも沈黙を好む。これはどのように調和するのだろうか。主は、私たちが天の父に似るよう、慈悲を定められました。なぜなら、慈悲は慈悲深い者を神に近づけるからです。そして私たち修道者は、慈悲を排除することなく沈黙を尊び、虚しい心配事や動揺から可能な限り遠ざかるよう努めています。——私たちは（隣人に対する）義務に背くつもりはないが、沈黙を重んじるのは、（むしろ別のより高い義務を果たすために）神への思索に留まるためであり、それによってこそ、自らの清らかさを取り戻し、神に近づくことができるのである。もし、ある期間、兄弟たちが私たちに何らかの必要を要する場合、それを怠ってはならない。それゆえ、私たちは絶えず自らを奮い立たせ、いかなる時も内面において、あらゆる理性ある存在に対して慈悲深くあるよう努めよう。なぜなら、主の教えはそう私たちに説いているからであり、私たちの沈黙の特質は、こうした点にこそあり、何ら空虚な事柄にはないからである。そして、この内なる慈悲を保つだけでなく、状況がそう求める時には、自らの愛を公然と示すことについても、怠ってはならない。

**140.** 命の与え主は、戒めのすべてを、他のすべての戒めを包含する二つの戒め——神への愛、そして神の御姿への同様の愛——に集約された。そして、前者は霊的観想の目的を満たし、後者は観想と実践の両方を満たす。なぜなら、神の本質は単純であり、目に見えず、本来何ものにも欠けることがないからである。また、意識が自己深淵へと沈潜する際、神に対して、また肉体的活動において、本来に何ものにも欠けることはない。その際の活動は単純であり、肉体的感覚を超越した、崇拜に値するヴィーナの単純さに応じて、精神の一部分において現れるのである。そして第二の戒め、すなわち隣人愛は、本性の二面性ゆえに、私たちが意識の中で目に見えない形で実践していることを、同様に肉体においても実践することを求めている。活動はあらゆる場面において観想に先行するものであるから、まず低い次元の行いを実際に成し遂げなければ、誰もこのより高い領域へと昇華することはできない。また、隣人への愛に関して、自分の魂においてそれに長けていると誰も断言することはできない。なぜなら、力の及ぶ限り、時と場所に即

して肉体的に実行すべき部分が、その人によって置き去りにされているからである。この実行があって初めて、その人に完全な愛があることが確かなものとなるのである。そして、私たちがこの点において、可能な限り忠実かつ真実であるとき、魂には、単純で他に類を見ない概念を通じて、高さもの、神聖な観想の偉大な領域へと至る力が与えられる。しかし、肉体的かつ目に見える行いによって隣人への愛を実践することが不可能な場合、神の前においては、魂のみによって行われる隣人への愛で十分である。

**141.** 何よりも神を愛したいと願う者は、自らの魂の清らかさを重んじなければならない。そして、魂の清らかさは、情欲に打ち勝ち、それを根絶することによって得られるのである。情欲とは、清らかさの前に閉ざされた扉である。もし誰かがこの閉ざされた扉を開かなければ、その人は汚れのない清らかな心の領域に入ることはできない。そしてこれなしには、魂は祈りの時に大胆さを持つこともできない。なぜなら、この大胆さは清らかさの果実であり、それを獲得するための努力の成果だからである。これらすべては、次のような順序で成し遂げられる。忍耐は、自らを律して、清らかさのために情欲と戦う。もし魂が情欲に打ち勝てば、清らかさを獲得する。そして、真の清らかさは、祈りの時に心が大胆さを得るよう導くのである。

**142.** 神に高尚なものを求めることはやめよう。むしろ何よりも、私たちに起こるあらゆる事柄に対して忍耐を身につけ、私たち自身の中にあるものや私たちの思いについて、深い謙遜と悔い改めの心をもって、罪の赦しと心の平安を祈り求めよう。ある教父はこう記している。「自分を罪人とは認めない者の祈りは、主によって受け入れられない」。また、「*神の御国は、目に見える形で（すなわち、顕著な形で）到来するものではない*」（ルカ17:20）とも記されている。私たちもまた、悔い改めの行いと神に喜ばれる生活によって、心の領域を整えるようあらゆる努力を尽くします。心の場所が清く、汚されていないならば、主の御国は自ずとやって来るでしょう。さて、私たちが「*目に見える形で*」求めているもの、すなわち神の崇高な賜物とは、神の教会によって是認されていないものであり、それを受け入れた者たちは高慢と堕落を招いてしまった。そして、それは人が神を愛しているという証拠ではなく、むしろ心の病である。そもそも、パウロが苦難を誇りとし、キリストの苦難に与ることを神からの高い賜物として尊んでいるのに、どうして私たちが神の崇高な賜物を求めようとするのでしょうか。

**143.** 魂が情欲に病んでいる限り、それは自らの感覚によって霊的なものを感知することも、それを渴望することもできず、耳で聞いたことや聖書に書かれたことだけに基づいて渴望するに過ぎない。これらの病から魂を癒やすのは、キリストの受難に参与しつつ、戒めを秘かに実践することである。当初、私たちの本性は、キリストの受肉において刷新を受け、キリストの受難と死に参与した。そしてその後、刷新を経て、血の注ぎによって聖別され、新しく完全な戒めを受け入れることができるようになったのである。もしこれらの戒めが、血の流され、すなわち私たちの性質の刷新と聖化が行われる前に人々に与えられていたならば、おそらく、最も新しい戒めでさえ、古の戒めと同様に、魂の中の悪徳を切り取るだけであり、魂の中の悪徳の根源そのものを根絶することはできなかったであろう。しかし、今はそうではない。神への畏れをもって魂が守る、内なる行いと新しく霊的な戒めは、魂を刷新し聖別し、そのすべての部分を内面から癒やすのである。なぜなら、それぞれの戒めが魂の中でどのような情欲を静かに癒やすかは誰の目にも明らかであり、その効果は、癒やす者にとっても癒される者にとっても実感できるものだからである。それは、出血の病を患っていた女の場合と同様である。

**144.** 魂の情欲に支配された部分の癒やしは、祝福された使徒たちの例のように、神の恵みによっても成し遂げられることがある。しかし、これは神による特別な選びによるものであり、通常、魂は正当な道を通じて健全さを得るものである。すなわち、戒めを実践し、真の生活における困難な行いによって情欲に打ち勝った者は、正当かつ一般的な道を通じて魂の健全さを得、この世の物質化を超えた乳を飲み干し、かつての気質を自ら断ち切り、当初のように、霊的な領域において、また恵みによって、内なる人の認識を得た者として、霊の領域において見えるようになり、それによって、複雑さのない新しい世界を自らの内に受け入れたのである。

**145.** 知性が刷新され、心が聖別されると、そこで生じるあらゆる概念は、その人が入り込む世界の性質に従って喚起される。まず、神への愛が において喚起され、その人は天使たちとの交わりと、靈的知恵の秘義の啓示を渴望する。その心は、被造物に対する靈的な知見によって清められ、聖三位一体の奥義、また私たちのために尊ばれる神の家造りの奥義の観想が、その心の中で輝き出す。そしてその後、未来への希望の知見と完全に一体となる。

**146.** もし魂が、情欲の領域に閉じ込められている時に、靈的なことを真に理解することができたならば、靈的な世界の秘儀について尋ねたり探求したりする必要はなかっただろう。しかし、情熱に支配されている状態での学びや知識は役に立たず、清らかさの前に閉ざされた扉を開くには不十分であることは明らかである。情熱が魂から取り除かれたとき、心は照らされ、本性の清らかな場所に置かれ、問いを必要としない。なぜなら、その場所に存在する恵みをはっきりと見ることができるからである。なぜなら、外部の感覚が、学習の結果としてではなく、それらが接触する自然や物事を感知するように、それぞれの感覚は自然に、その前に現れる物事を感知するからである。同様に、靈的な観想についても、このように考えてほしい。なぜなら、靈の秘められた奥義を透視する心は、もしその自然な健全さを保っているならば、キリストの栄光を完全に観想し、問うことも学ぶこともなく、自由意志を超えた新しい世界の奥義を、キリストへの信仰と希望の熱意に比例して享受するからである。

**147.** もし、あなたの心が新しい世界の奥義の住処となることを望むならば、まず、肉体の行い、断食、徹夜、礼拝、苦行、忍耐、思いの抑制などによって、自らを豊かにしなさい。聖書の読解とそれに深く入り込むことに心を向け、戒めを目の前の場所に書き記し、絶え間ない祈りの対話と祈りの言葉への没頭によって、以前に受け入れたあらゆるイメージや類似を、あなたの心から根絶しなさい。あなたの心を、常に救い主の家庭経営の奥義に深く入り込むように訓練しなさい。その場その時に言葉では言い表せないほどの知恵や洞察を求めることをやめ、戒めの実践と清らかさを得るための努力を続け、主から賢明な生き方を授かるよう願い求めなさい。この生活の始まり、中間、そして終わりは、キリストとの合一によってすべてを切り離すことにある。もしあなたが奥義の観想を渴望するなら、単にその知識を求めることだけではなく、実際に戒めを自分の中に育んでいかなければならない。靈的な観想は、清らかさの領域において私たちの中に働くのである。

**148.** 信仰の秘跡を持つ者たちにおける観想は、信仰と結びついており、聖書の牧草地で養われる。知識では理解し得ない言葉も、信仰の助けによって私たちには理解できるようになり、それらについての知識は、清めを経て得られる観想の中で得られるのである。知性を超え、肉体の感覚も理性の力も感知することのできない靈的な奥義について、神は私たちに信仰を与えてくださいました。その信仰によって、私たちはただ、これらの奥義が存在することのみを知ることができます。そして、この信仰から、それらに関する希望（すなわち、それらを理解できるという希望）が私たちの中に生まれます。私たちは信仰によって、神が万物の主、支配者、創造主、そして秩序の定めておられる方であることを告白する。これに基づき、良心に促されて、私たちは神の戒めを守らなければならないと決意し、古き戒めは恐れによって守られ、キリストの命を与える戒めは愛によって守られることを理解する。主がこう言われているように。「もしあなたがたがわたしを愛するなら、わたしの戒めを守るべきである。『そして、わたしは父に願い求め、別の助け主をあなたがたに与える』」（ヨハネ14、15、16）。「助け主の到来」とは、靈的な奥義の啓示が与えられることを指す。それゆえ、使徒たちが受け入れた御霊を受け入れることこそが、靈的知識のあらゆる完全性である。また、主は御父に願い求めて、彼らに慰め主を与えると約束された。それは、彼らが戒めを守り、自らを清める際に、慰め主が永遠に彼らと共に留まるためである。ご覧の通り、戒めを守ることで、心は神秘的な観想と靈的知恵の啓示という恵みにふさわしいものとなるのである。

**149.** 戒めを守ることは、それを与えてくださった方への愛から行われるとき、恐れからではなく、そのような力を現す。それゆえ、観想へと導く正当な門は愛である。啓示や靈的洞察へのあらゆる登り道において、神の愛は、それを得た者たちを導き、また下ろしてくれる。それゆ

え、まず愛を獲得しなければならない。そうして初めて、霊的な洞察は私たちにとって自然なものとなる。また、至福のパウロの知恵を理解せよ。彼は、恵みによって与えられるあらゆる賜物を捨て去り、最も本質的なもの——すなわち、賜物を受け入れ、保つためのもの、つまり愛（コリントの信徒への手紙第一 13章）——を求めたのである。愛こそが啓示の場であり、その場において、観想は自ずと私たちにその姿を現すのである。自然な成長に伴い、魂が世に存在する事物についての新たな知識を次々と受け入れ、日ごとにそれをますます深く学ぶように、霊的な領域においても、人は霊的な観想と神聖な感覚を自らに受け入れ、知性が理性的な生活の中で成長するにつれて、それを学んでいくのである。そして、愛の領域に至ったとき、人はその場において霊的なものを観想する。

**150.** 人が霊的なものが自分へと降りてくるよう努力している間は、それは従わない。もし人が大胆に空想にふけり、視線を霊的なものへと向け、時期尚早に理解をもってそれに近づこうとすれば、すぐにその視力は鈍り、現実の代わりに幻影やイメージが見えるようになる。あなたがこのことを分別ある心で悟るやいなや、時期尚早に観想を求めようとはしなくなるだろう。もし、今この時点（清らかさと愛の領域に入る前）ですら、すでに観想を見ているように思えるなら、その観想は幻影の影に過ぎず、真の観想ではない。なぜなら、あらゆる思考には類似物や夢想的なイメージが存在する一方で、真の観想もまた存在するからである。また、自然の摂理においても、時には実在するものが視られ、時にはそれとは正反対のものが視られることがある。目は実在の代わりに影を見たり、水のない場所に水を見たり、地上に立っている建物が空中に浮かんでいるように見えたりする。このような肉体の現象と同様に、精神的なものについても同じことを想像せよ。

**151.** もし心の視力が、戒めの実践や沈黙の生活による行いによって清められず、愛の光を完全に獲得せず、キリストによる更新において成長を遂げなければ、神の観想における真の観者となることはできない。とはいえ、心が自ら作り出そうとする霊的な類似物は、すべて「幻影」と呼ばれ、現実ではない。そして、心があるものを別のものと見なししてしまうのは、心が清められていないことに起因する。これは、神からの真の教えを受け入れなかった事柄を霊的なものと見なし、不適切な自惚れの中でそれについて大言壮語し、唯一の神を多神教に分裂させ、互いに嘲笑的な考えを語り合い、合意し、自らの思考の狂気のこの幻想を「自然の観念」と呼んだ、外的な哲学者たちにも当てはまることである。

**152.** 感覚的および超感覚的な本性、そして聖三位一体そのものに対する真の観想は、キリストの啓示において示されている。キリストは、当初、ご自身の位格によって人間の性質を刷新し、人間に本来の自由を取り戻させ、与え、そしてご自身の命を与える戒めによって、私たちが真理へと至る道を自ら切り開かれたとき、このことを人々に教え、示されたのである。そして、私たちの性質が、空想的なものではなく、真の観想の観者となる能力を持つのは、人がまず、苦難の耐え忍び、行い、そして悲しみを通じて、情熱に駆られた古い人を脱ぎ捨てる時、まるで生まれたばかりの赤ん坊が母の胎内から持ち出される衣服を脱ぎ捨てるようにして、そうする時だけである。そうして、精神的に再生した心は、自らの故郷の観想を受け入れることができるようになる。

**153.** そして、この観想は、心が最初の観想よりも高い観想を受け入れる状態に至るまで、心の糧となる。なぜなら、ある観想は人を別の観想へと導き、心が完全な愛の領域へと導かれるまで続くからである。愛は霊的な住处であり、魂の清らかさに宿る。心が愛の領域に立つとき、恵みが働き、心は霊的な観想を受け入れ、秘められたものの目撃者となる。

**154.** すでに述べたように、知的な観想による啓示の賜物は、二つの方法によって与えられる。時には、熱烈な信仰に対する恵みとして与えられ、また時には、戒めを守ることと清らかさに対するものとして与えられる。恵みによって与えられるのは、例えば、祝福された使徒たちのように、戒めの実行によってではなく、熱烈な信仰によって心を清めた者たちへのものです。彼らは純真な心でキリストを信じ、疑いなく燃え上がる心をもって、キリストに従ったからです。そして、キリストが崇敬に値する御自身の家造りを成し遂げられたとき、御自身は彼らに慰め主

である御霊を送られました。御霊は彼らの心を清め、完成させ、彼らの内にある古い情欲に満ちた人を効果的に死に渡し、彼らの中に新しい霊的な人を効果的に生かし出されたのです。——こうして、祝福されたパウロもまた神秘的に刷新され、その後、奥義の啓示を直観するに至った。イエスが彼と公然と何について語り合ったかは記されていないが、アナニアが彼にこう言ったと記されている。「サウロよ、兄弟よ、私たちの『主』イエス・キリストが、道で現れて、私をあなたのもとへ遣わし、『あなたの目が開かれ、聖霊に満たされる』ようにと命じられたのです」（使徒言行録9:17）。——そして、彼に洗礼を受けたとき、彼は聖霊に満たされ、啓示の秘められた奥義を悟った。これは、主イエスが聖使徒たちにこう語られたときにも同様に起こったことである。「あなたがたに語るべきことはまだたくさんあるが、今はあなたがたには耐えられない。しかし、聖霊が来られるとき、その方があなたがたをすべての真理に導き、来るべきことをあなたがたに告げ知らせるであろう」（ヨハネ16:12,13）。

**155.** そして、祝福されたパウロは、まさにその時、聖霊を受け入れ、聖霊によって新たにされ、啓示の奥義に与るにふさわしい者とされ、啓示の霊によって観想するようになり、その観想に喜びを見出し、言い表せない言葉を聞き、自然を超越した至高の観想を目の当たりにし、天の力による啓示に感嘆し、霊的な喜びに浸った。そして、異端者（エウクティティ）たちがその狂気の中で主張するようなこと、すなわち、彼が自らの意志によってこの高みへと達したなどという説が、決してあってはならない！ 理性など、決してそこへ昇ることはできない。それとは対照的に、パウロは啓示の霊に満たされていた。彼自身がコリントの信徒への手紙（Ⅱコリント12:2,4）に記している通りである。聖なる使徒たちに自分を例え、自らの思い描く空想を霊的な観想と呼ぶ、こうした虚栄に満ちた人々とは正反対に。

**156.** 情欲に満ち、肉体的および非肉体的な法則の研究に没頭し、それゆえに健康維持の規則を説く病人たちと何ら変わらない人々の論考について、ある聖人は次のように記している。「幸いなのは、パウロは、戒めを軽んじ、情欲に打ち勝てなかったにもかかわらず、情欲から清められて初めて可能となる秘義の観想における至福を渴望していた弟子たちについて知ったとき、彼らにこう言った。『まず、情欲に支配された古い人を脱ぎ捨てなさい。そうして初めて、奥義の知識によって造り主の似姿へと新しくされた新しい人を身にまとうことを切望しなさい。そして、私や他の使徒たちが、恵みによって実際に完成された至福を、切望してはならない。なぜなら、「神は、御心に適う者を憐れみ、御心に適わない者を頑なになさる」（ローマ9:18）。まことに、誰が御顔に逆らうことができようか。あるいは、御意志に抗うことができようか。——神は時に無償で賜物を与え、時に業と清めを求め、その後に初めて賜物を送られる。また時には、業と清めを経ても、この世では与えず、御自身の御座において観想の恵みを受けるために、それを留めておかれるのである」。

**157.** 私たちは、これに比べてより小さな賜物、すなわち罪の赦しについても、神が同様に振る舞われることを見出す。なぜなら、洗礼はただで与えられ、信仰以外に全く何も求めないからである。一方、洗礼後の罪の悔い改めにおいては、ただちに赦すのではなく、労苦、苦しみ、悲しみ、砕かれた心、涙、長きにわたる嘆きを求め、その後に初めて赦してくださる。十字架上の言葉によるただ一度の告白だけで、強盗をただちに赦し、彼に御国を約束されたが、罪深い女に対しては、信仰と涙も求めたのである。

**158.** 神を愛する魂は、神の中に、そして神のみに安らぎを見出す。まず、自分の中にあるあらゆる外的な結びつきを解き放て。そうして初めて、心をもって神と結びつくことができる。なぜなら、神との合一には、物質からの離脱が先行するからである。乳児には、まず母乳で育てられた後にパンが与えられる。同様に、神聖な道において成長しようとする者は、まず、乳児が母の抱擁や乳首から離れるように、自らをこの世から切り離そうとするのである。肉体的な働きは、アダムの体に吹き込まれた魂に先立って存在したように、魂の働きに先立つ。肉体的な働きを成し遂げなかった者は、魂の働きも持つことはできない。なぜなら、後者は前者から生まれるからであり、それはまるでむき出しの小麦の粒から穂が生まれるかのようである。そして、魂の働きを持たない者は、霊的な賜物も失うことになる。

**159.** 涙を流して種を蒔いた後に喜びの収穫が訪れるように、神のために苦難を耐え忍んだ後には喜びが訪れる。農夫にとって、汗水垂らして得たパンは甘く感じられる。同様に、キリストの教えを受け入れた心にとって、義の行いは甘美である。神の前で大胆に振る舞えるようになるために、喜んで屈辱と謙遜に耐えよ。知恵をもって、あらゆる厳しい言葉を耐え忍ぶ人は、その言葉を口にした者に対して自ら先に不正を働いていない限り、たとえその際に自分の頭に茨の冠を被ることになっても、それでも幸いな者である。なぜなら、本人は気づいていないが、朽ちることのない冠を授かっているからである。

**160.** 知恵をもって虚しい名声を避ける者は、その魂の中で来世をすでに感じ取っている。現世の安らぎを追い求める者は、その心はすでに来世を垣間見ている。そして、貪欲に縛られている者は、情欲の奴隷である。金や銀を手に入れることだけが貪欲だと思ってはならない。貪欲とは、あなたの意志が執着するあらゆるものを手に入れることである。肉体的快樂に溺れ、その一方で感覚——すなわち、耳、開け放たれて抑えきれない口、そしてさまよう目——に身を任せる者を称賛してはならない。

**161.** 罪を犯した者たちの罪を赦すことは、正義の行いに属することを知れ。そうすれば、あなたの心の至る所に静けさと明るさが満ちているのを見るだろう。もし慈悲深い者が自らの正義を超えることがなければ、その者は慈悲深いとは言えない。すなわち、真に慈悲深い者は、自らの所有物から人々に施しを与えるだけでなく、他者からの不正も喜んで耐え忍び、彼らを赦すのである。兄弟のために自らの魂を捧げる者こそが慈悲深いのであり、施しによってのみ兄弟に慈悲を示す者はそうではない。また、兄弟から非難されたとしても、それに応じてその心を悲しませるような厚かましきを見せない者も、慈悲深いのである。

**162.** 祈りの行いを愛しなさい。そうすれば、あなたの魂に親しい者たちから慰めを見出すことができるだろう。沈黙の中で読書に励みなさい。そうすれば、あなたの心は常に神の御業へと向けられるだろう。忍耐をもって貧しさを愛しなさい。そうすれば、心が浮き立つことから解放され、心を一つに集めることができる。贅沢な生活を憎みなさい。そうすれば、自分の思いは穏やかなままでいられる。多くのことから身を控え、ただ自分の魂のことだけに関心を向けなさい。そうすれば、内なる静寂が散逸するのを防ぐことができる。

**163.** 貞潔を愛しなさい。そうすれば、神の御前で祈る時に恥じることはないだろう。行いに清さを保ちなさい。そうすれば、祈りの中であなたの魂は照らされ、死を思い起こすことによって、あなたの心には喜びが灯されるだろう。自分の行いに怠惰になってはならない。そうすれば、友人の間にいる時に恥をかくことはないだろう。快樂をもたらすものに自分の自由を縛られてはならない。そうすれば、あなたは奴隷の奴隷になることはないだろう。衣服に関しては、粗末なものを好むようにしなさい。そうすれば、あなたの中に生じる思い、すなわち心の高慢を打ち砕くことができる。華やかさを好む者は、自由な思考を得ることができない。なぜなら、心は内面において、外見の様相に倣って形成されるからである。

**164.** 謙遜の知恵には、節制とあらゆる事柄における自制が伴う。謙遜は、絶え間ない自己抑制によって、瞑想に至り、魂を貞潔で飾る。一方、虚栄心は、絶え間ない心の動揺と混乱によって、出会うものすべてから不浄な宝を集め、心を穢す。それは不品行な眼差しで万物の本質を見つめ、心を恥ずべき想像で満たすが、謙遜は黙想によって霊的に自らを整え、それを身につけた者を賛美へと駆り立てる。

**165.** 奴隷たちを奴隷制から解放するよりも、あなた自身が罪の束縛から自らを解き放つほうがよい。あなたの内にある三つの構成要素、すなわち肉体、魂、そして霊が一致して、あなたの魂と和解するほうが、あなたの教えによって意見の異なる者たちを和解させるよりもよい。グリゴリウスはこう言っている。「神のために神学を論じることは良いことだが、人間にとってそれよりも、神のために自らを清めることの方がより良い」。死者をよみがえらせるよりも、情欲によってあなたの魂の中で墮落したものを、神への思いに心に向けることによって立て直すことに心を配る方が、あなたにとって有益である。



**166.** 人生のすべての日々、どこへ行こうとも、自分を旅人だと見なせ。そうすれば、振る舞いの自由から生じる害から身を守ることができるだろう。常に口をもって祝福せよ。そうすれば、誰もあなたを悪口で罵ることはない。なぜなら、悪口からは悪口が生まれ、祝福からは祝福が生まれるからだ。あらゆる事柄において、自らを乏しい者と見なして学び続けよ。そうすれば、生涯を通じて賢明であり続けるだろう。自ら経験したことのないことを他人に語ってはならない。そうすれば、自分自身を恥じることもなく、また、自分の生き方を振り返ったときに、自分の偽りが露見することもないだろう。

**167.** 異端の教えを読むことには気をつけなさい。なぜなら、それによって、あなたの中に冒瀆の精神が育まれることが最も多いからである。飽くことなく、しばしば教師たちの著書から神の摂理について読みなさい。それらは、神の被造物や御業の中に秩序を見出すよう知性を導き、それによって知性を強め、その繊細さによって光り輝く思索を得る準備を整え、清らかな心で神の被造物を理解できるよう導いてくれるからである。全宇宙を知るために神から授けられた福音書を読み、あなたの心が神の奇跡に浸るようにしなさい。あなたの読経は、何ものにも乱されない静寂の中で行われ、肉体の過度な心配や世俗の騒動から解放され、甘美な悟りの中で、あらゆる感覚を超える最も甘美な味わいを魂で感じ取り、魂がその中に留まることによってそれを感じられるようにせよ。

**168.** あなたの魂を清め、あなたの本質の外にあるものへの心配を振り払い、あなたの思考と行動に貞潔と謙遜のベールをかけなさい。そうすることで、あなたは自分の本質の内側に何があるかを見出すでしょう。なぜなら、謙遜な者には奥義の啓示が与えられるからです。

**169.** もしあなたが、心を清める祈りの業と、明晰な知性を得るための夜間の覚醒に、自らの魂を捧げようとするならば、世間の目から遠ざかり、人との面会をやめ、習慣通り、友人たちを、たとえ有益であるという名目であっても、あなたやあなたの同志たちと志を同じくし、考えを同じくする者たち以外、受け入れてはならない。心の対話が乱されることを恐れ、外的な対話を断ち切った上で、あなたの祈りと施しを結びつけなさい。そうすれば、あなたの魂は真理の光を見るであろう。なぜなら、心が外的な事柄に心を乱されるのをやめるほど、その知性は神聖な思念や行いを理解し、悟りと驚嘆に至るからである。魂は、わずかな注意を払えば、ある会話を別の会話にすぐに置き換えてしまうものだからである。

**170.** ある会話（虚しいもの）を別の会話（魂を救うもの）に置き換えるためには、聖書や聖人の伝記を読むことに励みなさい。そして、祈りと日課に取り掛かる際、世の中で見聞きしたことを思い巡らす代わりに、読んだ神聖な聖書について内省するようになるだろう。その内省によって、世俗的なことを覚えていたことは忘れ去られ、こうして心は清らかになるのだ。そして、ここに書かれていることは、すなわち、読書は祈りに臨む際に魂を助け、また、魂は祈りによって読書において啓発される、ということの意味する。さらに、読書は、外的な雑念の代わりに、様々な種類の祈りに糧をもたらす。それゆえ、読書によって魂は啓発され、常に怠けず、動揺することなく祈ることができるようになるのである。

**171.** 肉欲に溺れる者や快樂を追い求める者が、霊的な事柄を探究することにもふさわしくないのは、娼婦が貞潔について大言壮語するのと同じである。極度に病弱な体は、脂っこい食事を耐えられない。同様に、世俗的なことに心を奪われた心は、神聖な事柄の探究に近づくことはできない。湿った薪には火がつかない。同様に、な安らぎを愛する心には、神の熱意は燃え上がらない。自分の目で太陽を見たことがない者が、噂だけでその光を誰かに伝えることはできず、ましてやその光を感じることもできないのと同じように、魂で霊的な行いの甘美さを味わったことのない者もまた、そうである。

**172.** もし日々の必要以上に余分なものがあるなら、それを貧しい人々に分け与え、大胆に祈りを捧げに行け。すなわち、子が父と語るように、神と語り合え。施しほど心を神に近づけるものではなく、また、自発的な貧しさほど魂に静けさをもたらすものはない。施すときは、寛大な心で、顔に優しさを浮かべて、求められた量よりも多く与えなさい。ふさわしい者とふさわしくない者を区別しようと努めてはならない。善行を行うにあたっては、すべての人を平等に扱え。

なぜなら、この方法によって、ふさわしくない者をも善へと導くことができるからだ。魂は、肉体の働きを通じて、すぐに神への恐れへと引き寄せられるからである。

**173.** 自分の小部屋から余分なものを取り除きなさい。そうすれば、たとえ本意でなくとも、節制へと導かれるからである。あらゆる事において質素であることは、人に節制を教える。外なる戦い——すなわち、感覚、聴覚、視覚などが魂に対して仕掛ける戦い——に勝利した者は、内なる戦いをも恐れることはない。人が城門、すなわち感覚を閉ざすとき、その内側で戦いを繰り広げ、城の外にいる悪意ある者たちを恐れることはない。このことを知り、多くの事柄に心を乱されることなく、自らの肉体のすべての活動を祈りの業へと向ける者は、幸いである。

**174.** 神が内面からあなたの心を感動へと導いておられる間、絶えず頭を下げ、ひざまずきなさい。その時に、悪魔たちが他の事柄に取り組むようあなたを説得し始めたとしても、決して自分の心が何かを気にかけることを許してはならない。そして、その時に何が起こるかを見守り、驚嘆しなさい。修道者の闘いにおいて、キリストの十字架の前に身を投げ出し、昼夜を問わず祈り、まるで両手を後ろで縛られているかのように過ごすことほど、重要で困難であり、また悪魔たちにこれほどの嫉妬を掻き立てるものはない。もし自分の熱意が冷めたり、涙で衰えたりしたくないのなら、これに専念しなさい。そして、あなたに告げられたことを昼夜を問わず心に留め、他の何ものも求めようとしないなら、あなたは幸いである。もし精進しなければ、得ることはなく、もし熱意をもって扉を叩き、絶えずその前で徹夜祈りを捧げなければ、聞き入れられることはない。

**175.** 外なる人が、罪だけでなくあらゆる行い、すなわちこの世のすべてに対して死に、また内なる人が、悪意ある思いに対して死に、そして肉体の自然な動きが、心に罪の甘美さと呼び起こさないほどに衰え果てるまでは、神の御霊の甘美さは人の内に呼び起こされることはなく、その肢体は、この世の生活において清さを受け入れず、神聖な思いは彼の魂に入り込まず、感じられず、目に見えないままである。—そして、人が心の中で、肉体の必要不可欠な欲求を除いて、世俗的な事柄への関心を無力化し、その世の事柄を神に委ねない限り、その人の中に霊的な歓喜は湧き起こらない。

**176.** すべての人の共通の結末がどのような平等へと導くかを、確信と感情をもって心に留めている者は、世俗を捨て去るために、他の師を必要としない。自発的に情欲の原因から遠ざからない者は、知らず知らずのうちに罪へと引きずり込まれる。罪の原因とは、酒、女性、富、肉体の健康である。もっとも、それらが本質的に罪であるからではなく、人間の性質がこれらによって罪深い情欲へと容易に傾くためであり、それゆえ人はこれを慎重に警戒しなければならない。人々は貧困を忌み嫌うが、神にとっては、高慢な魂や高ぶる心の方がはるかに忌まわしい。人々にとって富は名誉であるが、神にとっては謙虚な魂こそが尊い。

**177.** 善行を始めたいと思うなら、まず、自分に降りかかる誘惑に備えよ。なぜなら、敵は、誰かが熱烈な信仰をもって善き生き方を始めたのを見ると、様々な恐ろしい誘惑をもってその人に立ち向かい、それによって恐怖を抱かせ、善き意志を冷めさせ、もはや神に喜ばれる行いに熱心に近づく意欲を失わせることを常としているからである。それゆえ、徳に襲いかかる誘惑に勇敢に立ち向かう覚悟を固めてから、その実践を始めなさい。

**178.** 神の戒めは、この世のあらゆる宝よりも尊い。それらを身につけた者は、自らの内なる神を見出す。常に神の御守りに安らぐ者は、神を家の守り人として得る。神の御心の成就を切望する者は、天の天使たちを道案内として得る。罪を恐れる者は、恐るべき旅路を妨げられることなく歩み、闇のさなかであって、目の前にも内面にも光を見出す。罪を恐れる者の足元は主によって守られ、誘惑に襲われる時には、神の慈しみが先立って彼を護る。自らの過ちを些細なものに見なす者は、以前よりもさらに悪い状態に陥り、七倍の罰を受けることになる。

**179.** 謙遜のうちに施しを蒔きなさい。そうすれば、裁きの時に憐れみを刈り取ることになる。善を何によって滅ぼしたか、それによって再びそれを取り戻しなさい。もしあなたが貞潔を損なったならば、淫行にふけている限り、神はあなたからの施しを受け入れられない。なぜなら、神はあなたに身体の清さを求めておられるからだ。そして、あらゆる病は、それに見合った

薬によって治される。あなたは嫉妬に打ち負かされているのに、なぜ（嫉妬ではなく）眠気と戦うことに力を注ぐのか。

**180.** 過ちがまだ小さく、熟していないうちに、それが枝を広げて実り始める前に、それを根絶やしにせよ。欠点がまだ些細に見えるうちに、怠慢に陥ってはならない。なぜなら、後になって、その中に非人道的な支配者を見出し、奴隷や囚人のようにその前から逃げ出さざるを得なくなるからだ。しかし、初めから情欲に立ち向かう者は、やがてそれを支配するようになる。

**181.** たとえそれを退ける手段を手にしていても、喜びをもって侮辱に耐えうる者は、神への信仰によって神からの慰めを受けたのである。また、謙虚な知恵をもって、自分に向けられる非難に耐える者は、完全さに達しており、聖なる天使たちもその者に驚嘆する。なぜなら、これほど高貴で、達成が困難な美德は他にないからである。

**182.** 試練に遭い、自らが不変であることを知るまでは、自分が強いと信じてはならない。自分の力に頼ってはならない。そうすれば、弱さゆえに墮ちることを許されることはないだろう。そして、自らの墮落によって、初めて自分の弱さを知るようになるのだ。自分の知識を過信してはならない。そうすれば、敵が隙を突いて、その狡猾さであなたを捕らえてしまうからだ。決して自分の行いを言葉で自慢してはならない。そうすれば、恥をかくことになるからだ。人が何を自慢しようと、神はその人を変容させることを許し、その人が謙遜を学び、へりくだるようになるのだ。

**183.** 絶えず目を神に向けよ。なぜなら、神の庇護と摂理はすべての人を包み込んでいるが、神は目に見えず、罪から身を清め、常に神、それもただ神のみを思い巡らす者にのみ、その御姿が明らかにされるからである。とりわけ、神のために試練に直面するとき、彼らには神の摂理が明らかに示される。なぜなら、その時、彼らは、それぞれが直面する試練の程度と理由に応じて、あたかも肉眼で神の摂理を捉えるかのようにそれを感じ取り、ヤコブ、ヨシュア、三人の少年、ペトロやその他の聖人たちの例のように、神の摂理が人間的な姿で現れ、彼らを励まし、敬虔さにおいて確固たるものにしたのである。

**184.** 世から隔絶された修行者や隠遁者たちについては、言うまでもないだろう。彼らは荒野を都とし、天使たちの集落や住処へと変えた。彼らの生活が整えられていたため、天使たちは常に彼らのもとを訪れ、唯一の主の戦士として、時折互いに協力し合った。彼らは生涯を通じて荒野を愛し、神への愛ゆえに、山々や洞窟、地上の深淵に住まいを構えた。彼らが地上のものを捨てて天上のものを愛し、天使たちの模範となったため、最も聖なる天使たちもまた、当然のことながら彼らからその姿を隠すことはなく、彼らのあらゆる願いを叶え、あらゆる面で彼らにあらゆる助けを与えたのである。

**185.** 一度きっぱりと神に身を捧げた者は、心の安らぎの中で人生を送る。無欲でなければ、魂は思考の動揺から解放されることはできない——そして、感情を静寂へと導かなければ、思考の中に平安を感じることはできない。誘惑に身をさらさなければ、誰も霊的な知恵を得ることはできない。熱心に読書をしなければ、思考の微妙なニュアンスを知ることはできない。思考の静寂がなければ、心は秘められた奥義へと向かうことはない。信仰による希望がなければ、魂は試練に勇敢に立ち向かうことはできない。神の明らかな御加護を体験しなければ、心は神に希望を置くことができない。もし魂が、悟りをもってキリストの苦難を味わわなければ、キリストとの交わりを持つことはできない。

**186.** 貧しい者を憐れむ者は、神を自らの守り手とし、神のために貧しくなる者は、尽きることのない宝を得る。神は何も必要とされないが、人が神の御姿を安らかにし、神のためにそれを尊ぶのを見ると、喜びを覚える。誰かがあなたに持っているものを求めてきたとき、心の中で「これは自分の魂のために取っておき、これで安らぎを得よう。その人には、神が別の場所から必要なものを与えてくださるだろう」と言ってはならない。そのような考えは、不義で神を知らない人々にふさわしいものである。義にかなった善良な人は、自分の名誉を他人に譲ることはなく、恵みの時を無駄に過ごすことも許さない。貧しく困窮している人は神から供給を受ける。なぜなら、主は誰一人見捨てないからである。しかし、あなたが貧しい人を追い返したとき、あな

たは神から与えられた名誉から背き、神の恵みを自分から遠ざけてしまったのである。それゆえ、施すときは喜び、こう言いなさい。「神よ、安らぎを与えるべき人を見つけさせてくださったことを、あなたに栄光がありますように」。もし与えるものが何もないなら、なおさら喜び、神に感謝してこう言いなさい。「わが神よ、あなたに感謝します。あなたが私にこの恵みと栄誉——御名のゆえに貧しくなること——を与えてくださり、御戒めの道に課せられた苦難を、病と貧困の中で味わうことを許してくださったからです。この道を歩んだあなたの聖人たちが味わったように。」

**187.** 私たちの性質は、情欲を容易に受け入れるようになってしまった。この世には多くの誘惑があり、悪はあなたから遠く離れてはいない。それはあなたの内から滲み出ており、あなたの足元にあるのだ。目に見える時代が互いに近接しているように、誘惑も人々に近接している。神は、あなたの益のために、このことを極めて賢明に定められた。それは、あなたが絶えず神の門を叩き、苦難の恐れによって神への思いがあなたの心に植え付けられ、祈りの中で神に近づき、絶え間ない神への思いによってあなたの心が聖別されるためである。神は、あなたが悲しみに無縁な存在として造られたわけではない。それは、あなたが神になろうとする欲望を抱いたとき、当初は「明けの星」であったが、後に高慢のゆえにサタンとなった者が受け継いだのと同じ運命を、あなたが受け継がないようにするためである。また、神はあなたを不変で不動の存在として造られたわけでもない。それは、あなたが無生物のような性質を持つ存在にならないようにするためである。

**188.** 神を心に留め、神の前で絶えず自らを清めなさい。そうすれば、長い間神を忘れ去っていたとしても、神のもとへ来たときに、大胆さを失うことがないだろう。なぜなら、神の前での大胆さは、神との頻繁な対話と多くの祈りによってもたらされるものだからである。人との交わりは肉体を通じて行われるが、神との交わりは、心の中で神を思い起こし、祈りの中で神に注意を向け、自らを神に全身全霊で委ねることを通じて行われる。神を思い起こし続けることを長く続けることで、魂は時折、驚きと感嘆に満たされる。「主を求めよの心は喜び躍れ。主を求めよ」、罪人よ、「そして希望をもって堅く立ちなさい」；「悔い改めをもって主の御顔を求めよ」（詩編104:3,4）——そして、主の御顔の聖さによって聖められ、自らの罪から清められよ。

**189.** 不義な者に試練が降りかかるとき、その者は神を呼び求め、神からの救いを待つ希望を持たない。なぜなら、安息の日々において、神の御心から遠ざかっていたからである。苦難があなたを襲う前に、神に祈りなさい。そうすれば、悲しみの最中に神を見出し、神はあなたの祈りを聞いてくださるだろう。ノアの箱舟は平和の時代に造られ、その木材は百年の歳月をかけて加工された。怒りの時には不義な者たちは滅びたが、義人にとってはそれが覆いとなった。

**190.** 心に平安が死んでいる者は、喜んで侮辱に耐える。しかし、心に平安が生きている者は、侮辱に耐えることができず、虚栄心に駆られて怒り、不合理な行動によって混乱に陥ったり、悲しみに包まれたりする。侮辱に耐える忍耐と寛大さという美德に秀でたいと願う者は、身内から離れ、放浪者となる必要がある。なぜなら、故郷ではこの美德に秀でることは不可能だからである。偉大で強靱な者だけが、身内の中でそのような苦難に耐えることができる——そして、この世への執着を捨て去った者だけがそれを成し遂げられる。なぜなら、彼らはもはやこの世において何の慰めも期待していないからである。

**191.** 恵みが謙遜に近いのと同様に、苦難は高慢に近い。主の御目は謙遜な者たちに向けられ、彼らを喜ばせるためである。しかし、主の御顔は高慢な者たちに向けられ、彼らを謙遜にさせるためである。自分の偉大さにおいて軽んじられやすい者であり、自分の小ささにおいて誇り高ぶる者であってはならない。名誉を求める者からは、名誉は先へ逃げていく。しかし、名誉から逃げる者には、名誉が後ろから追いかけてくる。神のために渴き、切望する者を、神は御自身の恵みで満たしてくださる。神のために裸を耐える者は、神によって朽ちることのない栄光の衣をまとう。神のために貧しくなる者は、神の真の富によって慰められる。生涯を通じて自らを罪人であると認めよ。そうすれば、生涯を通じて義と認められるであろう。謙遜な者たちと交わ

りなさい。そうすれば、彼らの品性を学ぶことができる。すべての人に対して親しみやすく、敬意を払うことを、常にあなたの品性として保ちなさい。

**192.** 魂の益となるよう、神は魂が情欲の影響を受けやすいように許されたが、第二の再生の前に魂を情欲よりも高い位置に置くことは有益とは見なさなかった。——魂が情欲の影響を受けやすいことは、良心を痛めるために有益であるが、情欲の中に留まることは、厚かましく、恥知らずなことである。美食が思考の乱れを生むように、多弁や無分別な会話は、無意味さと、精神がその秩序から逸脱することを生む。世俗的な事柄への配慮は魂を混乱させ、それらによる動揺は精神を惑わせ、その静寂を奪う。天の業に身を捧げた修道士は、常に世俗のあらゆる心配事から離れていなければならない。そうして自らの内面に深く没入し、現世に属するものを何一つ見出さないようにするためである。そのようなものすべてから解放されて初めて、彼は気を散らすことなく、昼も夜も主の律法を学ぶことができるのである。

**193.** 心の清さのない肉体的な労苦は、実を結ばない胎や枯れた乳房と同じである。なぜなら、それらは神の知恵に近づくことができないからである。彼らは肉体を疲れさせるが、心の中の情欲を根絶することには気を配らない。それゆえ、何の実も刈り取ることができない。茨の中に種を蒔く者が何も刈り取れないのと同じように、恨みや貪欲によって自らを滅ぼす者は、何事においても成功することはできず、ただ、事柄への重苦しい心配のせいで不眠に苛まれ、寝床でうめき声を上げるだけである。

**194.** もし魂が、神を思い起こし、昼も夜も絶え間なく目を覚ましていることによって輝き出せば、主はその内側に、魂を守るための雲を張り巡らせ、昼はそれを覆い、夜は燃えるような光で照らし出す。その闇の中に、光が輝き出すのである。

**195.** 雲が月の光を覆い隠すように、満たされた腹から立ち上る蒸気は、魂から神の英知を追い払う。乾いた薪の中の炎がそうであるように、満たされた腹を持つ肉体もまたそうである。ある可燃物が別の可燃物に接触して炎を強めるように、様々な食物は体内の情欲的な動きを増大させる。快樂を追い求める体には、神の知恵は宿らない。そして、自分の体を愛する者は、神の恵みを得ることはできない。出産の苦しみの中で、産んだ者を喜ばせる子がこの世に生まれるように、喉の苦しみの中で、魂には神の奥義を知る実が生まれる。父が子らを慈しむように、キリストもまた、御自身のために苦しみを受ける肉体を慈しみ、常に御口のそばにいてくださる。

**196.** その思いによってこの世のすべてから離れた者こそ、真の巡礼者である。この世の外に留まり、常に神に祈り、将来の恵みを得られるよう願う者こそ、真の修道士である。修道士の富とは、涙の中に見出される慰めであり、心の奥底で輝きを放つ信仰による喜びである。その貞潔な者は、肉欲的な交わりによって体を汚さなかつただけでなく、それに関するほんのわずかな連想さえも恥じる者である。貞潔を愛するならば、読書の修練と絶え間ない祈りによって、恥ずべき思いを抱くことを追い払え。そうすれば、それに対する自然な衝動に対する武器を得ることになる。これなしには、魂の清らかさを見ることは不可能である。

**197.** もしあなたが真に慈悲深いのであれば、自分の不当なものが奪われたとき、心の中で嘆いたり、その損失を他人に語ったりしてはならない。あなたを傷つけた者たちによってもたらされた損害は、ワインの渋みが大量の水によって溶け込むように、あなたの慈悲によって飲み込まれていくようにせよ。あなたを傷つけた者たちに与える善行によって、あなたの慈悲の深さを示しなさい。それは、自分を捕らえようとした敵たちに対して、祝福されたエリシャがしたように（列王記下 6:13-23）。

**198.** 真に謙遜で賢明な者は、自分が正当であると証明されても憤らず、正当であると証明された事柄について自分の弁護をすることもなく、中傷を真実として受け入れ、中傷されていることを人々に説得しようとせず、ただ許しを請う。ある者たちは、実際にはそうではないにもかかわらず、自ら進んで「不品行な者」というレッテルを自らに貼らせた。またある者は、姦淫とは程遠い身でありながら、姦淫者と呼ばれることを耐え忍び、涙ながらに、自分たちが犯していない罪の果実を背負わされていることを証し、犯していない不法行為について、傷つけた者たちに泣きながら許しを請うた。そのとき、彼らの魂はあらゆる清さと無垢さで飾られていたのだ。

る。また、ある者たちは、密かに守っていた卓越した生活規範によって称賛されることを避けるため、神の塩によって溶かされた「聖なる狂人」の姿を装い、自らの静寂の中で揺るぎない姿勢を保ち、その完全さの高みにおいて、聖なる天使たちを自らの美德の伝道者として持っていた。

**199.** 救い主は、父のもとにある多くの住处について、その国に定住する者たちの知性の様々な程度、すなわち、知性の程度に応じて享受される霊的賜物の違いや多様性を指して語られた。なぜなら、場所の違いによってではなく、賜物の程度によって、住处を「多く」と称されたからである。感覚的な太陽の光を、視力の清らかさと受容力に応じて各人が享受するように、また、一つの家にある一つの灯火から照らされる光の具合が異なるように——光そのものが多くの光に分かれるわけではないにもかかわらず——それと同様に、来たるべき世において、すべての義人は一つの国に分け隔てなく住まわれるが、各人はそれぞれの分に応じて一つの霊的な太陽に照らされ、その価値に応じて、あたかも一つの空気、一つの場所、玉座、光景、そして姿からであるかのように、喜びと歓びを自らに引き寄せするのである。——そして、誰も他者の程度——高い者も低い者も——を見ることはない。そうすれば、もし他者の自分より優れた恵みと、自身の欠如を目にしたとしても、それがその者にとって悲しみや嘆きの原因となることはないからだ。ここでは、誰もが与えられた恵みに応じて、それぞれの分に応じて内面から喜びを覚えるのである。しかし、それらすべてを包み込むのは一つの光景であり、一つの国である——つまり、この二つの段階、すなわち天上の国と地上の国、そしてその中間に、報いの違いによる多様性があるということである。

**200.** 悪魔が淫らな記憶によって心を穢そうとする時、まず彼らの虚栄心への愛を利用して忍耐を試み、この考えの始まりは情欲として現れない。悪魔は通常、自分の心を守り、容易に不適切な考えを植え付けることのできない人々に対してこのように振る舞う。しかし、悪魔が人をその堅固な砦から引きずり出し、その人が最初の思いに耳を傾け、自らの砦から離れ始めると、悪魔は淫行を連想させる何かでその人を待ち伏せし、心を不道德な対象へと誘惑する。心はまず、それらの突然の誘惑に戸惑うが、やがてそれに順応し、さらに思考から行動へと至る。しかし、もし心が後退し、最初の思考の誘惑を未然に防ぐならば、神の助けによって、その情欲を容易に克服することができる。

**201.** 情欲を退けるには、抵抗するよりも美德を思い起こすほうがよい。なぜなら、情欲は自らの領域から飛び出し、戦いを挑むとき、その姿や似姿が心に刻み込まれるからである。この戦いは心に対して大きな力を持ち、思考を激しく乱し、混乱に陥らせる。しかし、私たちが述べた最初の規則に従って行動すれば、情欲を追い払った後、心にはその痕跡さえ残らない。

**202.** 人が慰め主を受け入れるまでは、善なることを心に刻み込み、絶え間ない読経によって善への志を新たにし、罪深い道の狡猾さから魂を守るために、神の聖書が必要である。なぜなら、彼はまだ、迷いを払い除け、魂に有益な記憶を捕らえる御霊の力を獲得していないからである。御霊の力が、人の中で働く心の力に降り注ぐとき、聖書の律法の代わりに御霊の戒めが心に根を下ろし、そのとき彼は御霊から密かに教えを受け、感覚的な物質の助けを必要としない。なぜなら、心が物質から学んでいる間は、教えの直後に迷いと忘却が伴うからである。しかし、教えが御霊によって授けられるとき、その記憶は損なわれることなく保たれる。

**203.** 羽の生え揃っていない鳥とは、悔い改めの際に、つい最近になって情欲の束縛から抜け出し、祈りの最中に地上のものより高みへ昇ろうと努めるものの、それができず、それどころか、飛ぶ力を持たずに、依然として地の上を這い回っているような心を指す。しかし、読書や行い、畏れ、そして多くの美德への配慮によって、その心は思考を一つにまとめる。なぜなら、それ以外のことを知る能力がないからである。そして、これにより、心は一時的に穢されないままで保たれる。だが、やがて記憶が蘇り、心を乱し、穢してしまう。なぜなら、人はまだ、長い時間を経て、地上のことを忘れることによってのみ心を導き入れる、その自由の穏やかな空気を感じていないからである。人は肉体的な翼、すなわち外的に行われる美德のみを獲得したが、観想的な美德をまだ見ておらず、それらを感じる恵みにもあずかっていないからである；それらはまさに、人が天的なものに近づき、地上のものから遠ざかるための、精神の翼なのである。



**204.** 人が感覚的な何ものかをもって主に仕えている限り、その感覚的なイメージは彼の思考に刻み込まれ、彼は神聖なものを肉体的なイメージとして捉える。しかし、彼が内的な感覚を得たとき、その感覚の程度に応じて、心も時折、物事のイメージを超えて高まっていくのである。

**205.** あなたの魂が闇から抜け出す段階に近づいたとき、あなたにとっての兆しはこうである。あなたの心は燃え上がり、昼も夜も火のように燃え盛る。それゆえ、あなたは全世界を塵や灰と見なし、新たな、燃え盛る思いの甘美さゆえに、魂の中で絶えず湧き上がるその思いのゆえに、食事さえも望まなくなる。突然、涙の泉があなたに与えられ、それは無理なく流れる小川のように、あなたのあらゆる行いに混じり合う。すなわち、読書や祈り、思索のとき、食事や飲み物を摂るとき、そしてあなたのあらゆる行いの最中にも。そして、あなたが自分の魂の中でこれを見出したなら、希望を抱きなさい。あなたは海を渡り切ったのだから。そして、自分の務めに熱心に取り組み、注意深く見張りを続けなさい。そうすれば、恵みは日ごとにあなたの中で増し加わっていくでしょう。しかし、自分の中にこれを見出さない限り、あなたはまだ自分の道を全うしておらず、神の山に足を踏み入れてはいない。もし、涙の恵みを見出し、それを受け入れた後も、涙が途絶え、あなたの熱意が冷めてしまい、しかも他の何ものにも変化がない、すなわち肉体の衰えによるものでもないのであれば、ああ、あなたは悲惨だ！ あなたは、傲慢、怠慢、あるいは怠惰に陥ったことで、何を台無しにしてしまったのか？！——しかし、涙の後に何が続くかについては、後ほど記すことにしよう。

**206.** やるべきことがなければ、美德について語るな。神への、そして神のための悲しみは、いかなる祈りや犠牲よりも神の御前で尊く、その汗の匂いは、あらゆる香よりも尊い。肉体の労苦なしに成し遂げられたあらゆる美德は、時期尚早で、魂のない胎内の実とみなせ。義人の捧げ物は彼らの流す涙であり、神に喜ばれるいけにえは、徹夜祈祷の際の彼らの嘆きである。義人たちは、肉体の重荷に押しつぶされながら主に呼びかけ、病のさなかに神への祈りを捧げる。そして、彼らの叫び声に応じて、聖なる位階の者たちが助けに来て、希望をもって彼らを励まし、慰める。なぜなら、聖なる天使たちは、聖なる人々に近いため、彼らの苦しみや悲しみに共にあるからである。

**207.** ワインは体を温め、神の言葉は心を温める。熱意に燃える者は、待ち望むものについて思いを巡らせ、その思いを来たるべき世へと向ける。酒に酔った者は目の前の障害を見ない。同様に、希望に酔いしれた者は、悲しみも、この世のいかなるものも知らない。神への愛のために、悲しみの海に立ち向かうべく、純真さと無欲な気質で腰を締め、決して背を向けぬ者たちは、幸いである。希望を持って険しい道に踏み出した者は、後戻りすることもなく、そのことについて考察にふけるために立ち止まることもない。しかし、海を渡り終えたとき、道の険しさを振り返り、自分たちが気づかなかったにもかかわらず、窮地や急流、そしてそのような道の険しさから救い出してくださった神に感謝を捧げるのである。希望は、航海に乗り出す際、最初の熱意をもって進み、肉体のことなど微塵も気かけず、始めた労苦から何らかの成功が得られるかどうかを自問することもしない。神の御業を始めようとするなら、まず、この世で生きることはもうないかのように、死に備え、現世を諦め、自分の寿命が尽きたかのように、遺言を書き残せ。あらゆる善行には勇気を持って着手し、二心を持ってそのような行いに取り掛かってはならない。神への信頼をもって心を揺るがすことなく、あなたの労苦が無益なものとならず、あなたの行いが重荷とならないようにせよ。

**208.** 神に従って生きる者たちの行いは次の通りである。ある者は一日中、頭を地面に打ちつけ、礼拝、すなわち時課を行う代わりにこれを行う。ある者は、絶え間なく長くひざまずきながら、祈りの回数を重ねる。またある者は、自らの多くの涙をもって神への礼拝に代え、それで満足する。ある者は、読んでいる言葉の意味を深く理解しようと努め、それに一定の規則を組み合わせる。またある者は、魂を飢えで苦しめ、その結果、神への礼拝を行うことができない状態になる。ある者は、詩篇の熱心な教えに没頭し、自らの礼拝を絶え間ないものとする。ある者は読書に時間を費やし、その心は温められる。ある者は、聖書の中に神聖な意味を推し量り、その

世界に没頭する。またある者は、詩篇の中に現れる驚異的な奇跡に心を奪われ、通常の読経を控え、沈黙に包まれる。ある者は、これらすべてを味わい尽くして満腹すると、元に戻り、無為の境地に入った。またある者は、ほんの少ししか味わわずに慢心し、迷いへと陥った。またある者は、重い病気や無力感によって、自らの戒律を守ることを妨げられた。またある者は、何らかの習慣、あるいは何らかの欲望、あるいは気まぐれ、あるいは虚栄心、あるいは貪欲、あるいは物質的なものを集めることへの執着に支配されてしまった。またある者はつまずいたが、立ち上がり、貴重な真珠を手にするまで、決して屈することはなかった。

**209.** すべての始まりは、神の御前にある善き決意（神に喜ばれることを決意すること）である。続いて、世俗の事柄から距離を置くことに伴い、渴望、読経、徹夜祈祷、そして節制ある徹夜——各人の力の及ぶ範囲で——そして数多くの礼拝が行われる。これらは日中に執り行うのが有益であるが、夜に行うことも少なくない。たとえごくわずかな量であっても、三十回の礼拝を捧げ、その後、尊い十字架に礼拝して終わるようにしなさい。しかし、自分の力の範囲内でこの拝礼の回数を増やしていく者もいる。また、ある者は、心を清らかに保ち、無理をせず、思考がふらつくこともなく、顔を地面につけて、一つの祈りに三時間を費やす。（すなわち、ある者は頻繁に、しかし少しずつ祈り、またある者は一度祈りに立ち入ると、長く立ち続けるのである）。

**210.** 私たちの敵である悪魔には、修行に踏み出す者たちに対して、その戦いを狡猾に変化させるという古くからの習慣がある。彼らに対して様々な武器を用い、その者の意図を見極めながら、戦い方を変えてくるのである。*敵の戦いの最初の技。*——意志が怠惰で、思考が弱い者たちに対しては、最初から激しく襲いかかり、彼らに対して強い誘惑を突きつける。それは、最初の試練から彼らを恐怖に包み込み、その道を過酷で通るに耐えないものに見せかけるためである。そして彼らはこう言うのだ。「道の始まりがこれほど重く困難であるならば、その先に待ち受ける多くの戦いを、果たして誰が最後まで耐え抜くことができるだろうか？」そして悪魔は彼らとの戦いを長くは続けず、すぐに彼らを敗走させる。それは、彼らが疑念と冷淡さを持って主の戦いに臨んだからである。しかし、神は、御心にかなうために死ぬ覚悟をもってこの業に臨むよう命じられ、忠実な働き手に殉教の栄誉を授けると約束されている。彼らが初めから自らを死に委ねる決心をしなかったからこそ、これほどまでに弱々しいのだ。それゆえ、彼らはあらゆる戦いにおいてもはや堅固ではなく、自己愛に満ち、何よりも自分の肉体を惜しんでいる。そして敵は、聖人たちに通常見られるような彼らの内なる力を認めず、嵐のように彼らを追い立てる。人の意志によって神へと向かうとき、神は協力し、助け、その人に対する御計画を示される。また、人が心を乱さず、あるいは神がそれを許さない限り、悪魔は人に近づいたり、誘惑を仕掛けたりすることはできない。

**211.** *第二の方法。*——悪魔の目には、勇敢で、死を何とも思わず、大きな熱意をもって行動に赴く者たちが映る。悪魔は、そのような者たちにはいきなり立ち向かわず、彼らの最初の突進の際には戦いを挑まない。熱意あふれる戦士たちはそう簡単には打ち負かされないことを知っているからだ。それゆえ、悪魔は彼らがそのような姿である限り、彼らの熱意が冷め、心の中で用意していた武器——彼らを助け支える神の言葉や教えを背くことによって——を自ら捨て去ったのを見るまでは、彼らに触れることさえ敢えてしない。しかし、彼らが最初の思いから逸れ始め、自らを打ち負かすものを作り出し始めるとすぐに、彼ら自身の知恵による甘言によって自らを消耗させ、怠惰から生じる思考の浮遊によって自らの魂に滅びの穴を掘り始め、それによって思考と心に冷たさが支配するようになると——その時、悪魔は容赦なく彼らに襲いかかるのである。しかし、悪魔がこれまで彼らへの攻撃を控えてきたのは、燃えるような熱意をもって神に近づき、神に希望を置き、神を信じる者たちを、ある力が包み込んでいるからである。神は、この理由により、悪魔の悪意の猛威を彼らから退け、それが彼らに近づくことを許さない。敵は、常に彼らを守護する守護者を見て、その勢いを抑え込まれる。なぜなら、彼らが助けの源である祈りや謙遜の行いを自ら拒む限り、執り成し手であり助け手である方は、決して彼らから離れることはないからである。

**212.** 神の足跡をたどる者よ、自らの修業のあらゆる時において、この道に踏み出した時の始まりと最初の熱意、そして初めて家を出て戦列に加わった時の、あの燃え上がるような思いを決して忘れるな。毎日、自らを省みよ。そうすれば、あなたの魂の熱意が、あなたが身にまとったいかなる武具においても、また、あなたの奮闘の始まりにあなたの中で燃え上がっていた熱意においても、決して冷めることはないだろう。そして、軍営の中で絶えず声を張り上げ、この地の民を勇気づけ、勇気を奮い立たせ、敵側には、あなたが冷静であることを示しなさい。それと同時に、信頼すべき神に呼びかけ、神の慈愛の前に泣き、涙を流し、神があなたに助け主を送ってくださるまで努力し続けなさい。そうすれば、もはやあなたは敗れることはないだろう。

**213.** 敵との戦いの第三の手段。——敵は、人が神への熱意と信仰をもって神に呼びかけることによって神から受ける力を目にするや、彼を助ける天使を彼から遠ざける何らかの手段を模索しようとする。——すなわち、その人に高慢の思いを抱かせようと企み、まるで自分のすべての強さが自らの力に依存しているかのように、また自分自身の力で敵や殺し屋から身を守っているかのように思わせるのだ。敵によって植え付けられたこのような考えを信じる者からは、神の助けが離れ——その者は敵の手に落ちる。しかし、これらの唆しに屈せず、自分を助けてくださる方をしっかりと心に留め、心の目を絶えず天に向け続ける者に対しては、敵は新たな戦術を編み出す。

**214.** 敵の戦いの第四の手口は、人間の自然な欲求（特に妻への欲求や、生計を立てるための手段への欲求）を利用して、その人を圧迫し始めることにある。（妻に関して）。人は沈黙によって守られており、その住まいも罪の誘因や原因から遠く離れているため、敵は人にそのような行為を実際にさせることはできない。しかし、修行者の心の中にそれを幻影として見せるよう仕向け、真実を装って彼らの中に偽りの幻想を植え付けようと試みる。さらに、彼らが夢見るものに渴望するように、敵は彼らの中にくすぐったい感覚を生み出し、恥ずべき思いに思考を留めさせ、それに同意させ、そしてそれらによって罪を犯させるよう仕向ける。なぜなら、敵は、修行者にとって敵に対する勝利と克服が、その思いによって生み出され、一瞬のうちに成し遂げられることを知っているからだ——ただその思いが定位置から動き出し、高みから地上へと降りてきて、一瞬の意志によって同意を示すだけで、——これは、女性の美しさを夢想する際に多くの人々に起こったことである。もし彼らが世の誘惑に一步、あるいは二歩近づいたならば、敵はしばしば、実際に女性を彼らの元へ連れてくるという手段に訴えた。このような手段によって、敵は時折、用心深くなく、心が強くない者たちに対して勝利を収めた。しかし、他の人々はこうした誘惑に打ち勝ち、神の恵みに支えられて、敵とその妄想に勝利した。（第二の欲求に関して）。また、敵はしばしば、彼らに金や宝石、その他の宝物を幻として見せることもあった。時には実際にそれらを見せ、そうした幻想によって彼らの歩みを止め、自らの罟や網の一つに引っ掛けられるかもしれないと期待していたのである。これが許されるのは、彼らが、隠遁生活においてこれらの物が取り除かれ、欠乏と貧しさの中に置かれたとき、果たして神を愛しているのか、また、これらの物に遭遇した際、神への愛ゆえにそれらを軽んじようとし、また、それらに惑わされても、神の愛に比べれば取るに足らないものとして、それらに打ち負かされないかどうかを確かめるためである。真の修行者は屈服せず、試練を経て、るつぼの中の金のように清められて現れる。一方、怠惰で弱い者は、わずかな困窮に直面しただけで打ち負かされ、後戻りして修行を放棄してしまう。

**215.** 自分の無力さを自覚し、それを真に実感した者は、直ちに魂を弛緩から奮い立たせ、慎重さを備える。しかし、たとえ肉体的であれ精神的であれ、わずかな誘惑さえも自分に許され、そこから救い出されることがなければ、誰も自分の無力さを実感することはできない。なぜなら、その時初めて、彼は自らの努力や手段の無益さをはっきりと悟るからである——安全を見出せると期待していた慎重さ、節制、そして魂の防護が、何の役にも立たなかったこと、そして救いはそれらすべてとは無関係に訪れたことを悟るのである。ここから、彼自身は何者でもなく、救うのは神の助けのみであるという確信が得られるのである。神の助けを必要としていると悟った者は、数多くの祈りを捧げる。そして、祈りを重ねるほどに、その心は謙虚になっていく。

なぜなら、祈り、求める者は誰でも、謙虚にならざるを得ないからである。「砕かれ、謙虚な心を、神は侮らない」（詩編50:19）。人が謙虚になるやいなや、直ちに神の慈しみがその人を包み込む。そしてその時、心は神の助けを感じ取り、その内に湧き上がるある種の確信の力を得る。そして、神の助けが確かに自分に役立っていると感じたとき、その人の心は真に信仰で満たされる。これにより、人は祈りが助けを求める者にとっての避難所であり、救いの源であり、希望の宝であり、動揺から救い出す安息の場であり、弱き者の支えであり、試練の時の覆いであり、戦いの際の救いの盾であり、敵に対する鋭い矢であることを悟る——そして、数え切れないほどの霊的な恵みが、祈りによって彼に与えられることが明らかになる。ここから、彼はすでに信仰の祈りを楽しむようになる。もはや苦労や疲労を伴って祈るのではなく、心の喜びと驚きをもって、数え切れないほどのひざまずきの中で、絶えず感謝の念を溢れさせながら祈るのだ。

**216.** 神の助けを強く願うゆえに、人は祈りの中に留まりながら神に近づく。しかし、その人が自らの意志をもって神に近づく度合いに応じて、神もまた御自身の賜物をもってその人に近づき、その人の深い謙遜ゆえに、その人から恵みを奪うことはない。しかし時には、寛大で慈愛に満ちた神は、それが神に近づく動機となるよう、また人が自らの必要のために絶えず神の御前に留まり、益となる働きを注ぎ出す準備ができるようにと、恵みの賜物を彼から差し控えることもある。神はいくつかの願いを速やかに叶えるが、それはまさに、それなしには誰も救われることのできないものに限られる。一方、他の願いについては、叶えるのを遅らせることもある。また、ある状況では、敵の灼熱のような力を彼から退け、散らすこともあれば、別の状況では、誘惑に陥ることを許すこともある。それは、この試練が彼にとって神に近づくきっかけとなり、誘惑に対する経験を得させ、自らの無力さを目の当たりにすることで、ますます謙遜に堅く立つようになるためである。自らの弱さを知らない義人の行いは、まるで剃刀の刃の上を歩くかのようで——彼は転落や、高慢という腐敗をもたらす獅子から遠くない。自らの弱さを知らない者には謙遜が欠けており、謙遜が欠けている者はまだ完全さに達していない。それを達成していない者は常に恐れの中に留まっている。なぜなら、その城は鉄の柱や銅の敷石、すなわち謙遜の上に築かれていないからである。謙遜なくして、人の行い（求めるもの）は成就されず、その自由の証書にはまだ御霊の印が押されていない——今なお彼は完全に奴隷であり、その行いは恐れから自由ではない。

**217.** それゆえ、主は御自身の聖徒たちに、熱心な祈りの中で謙遜と心の砕かれへのきっかけを残しておられる。それは、主を愛する者たちが謙遜を通じて主に近づくためである。また、主はしばしば、彼らの本性の情欲や、恥ずべき不純な思いの誘惑によって彼らを恐れさせ、人々からの非難、侮辱、中傷によって、時には肉体の病気や不調によって、またある時は、貧困や生活必需品の不足、あるいは激しい恐怖による苦しみ、見捨てられ、悪魔による露骨な攻撃、そして様々な恐ろしい出来事によっても試される。これらすべては、彼らに謙遜する理由を与え、怠惰という眠りにはまらないようにするためである。

**218.** もし、あなたの魂が内面から闇に満たされ、まるで地上の太陽の光が雲の霧に覆われるように、魂がしばらくの間、霊的な慰めを失い、内なる恵みの光が薄れてしまうことがあっても、それは魂を覆う情欲の雲のせいであり、また、あなたの中の喜びをもたらす力が幾分弱まり、心に異様な霧が立ち込めているからである。その考えに惑わされることなく、耐え忍びなさい——教父たちの書物を読み、自らを祈りに駆り立て、助けを待ち望みなさい。その助けは、あなたが気づかないうちに、すぐに訪れるでしょう。なぜなら、大地を包み込む空の闇から、太陽の光によって大地の表面が照らし出されるように、祈りは魂の中の情欲の雲を消し去り、散らし、心を喜びと慰めの光で照らすことができるからである。

**219.** あなたが涙の領域に到達するまでは、あなたの内なるものはまだこの世に奉仕している——すなわち、あなたはまだ世俗的な生活を送っており、神の業をまだ外なる人として行っているが、あなたの内なる人は実を結んでいない。なぜなら、その実りは涙から始まるからである。涙の領域に到達したとき、そのときこそ、あなたの心はこの世の牢獄から抜け出し、新しい時代の道に足を踏み入れ、驚くべき新しい空気の香りを嗅ぎ始めたのだと知れ。涙が流れ出すのは

、霊的な赤ん坊の誕生が近づいたからである。すべての母である恵みは、神秘的に未来の世の光の中に神の御姿を現そうと切望している。しかし、この涙の段階は、沈黙を守る者たちが時折（時には瞑想中、時には読書中、時には祈りの最中に）経験するような断続的なものとは異なる。私が言っているのは、そのような断続的な涙ではなく、昼夜を問わず絶え間なく続く涙のことである。この境地に達した者の目は、2年あるいはそれ以上の間、泉の如く涙を流し続け、その後、思いは静まり返る。そして、思念が静まると、本性が部分的に受け入れる限りにおいて、聖パウロが語った「あの安息」（ヘブライ人への手紙4章3節）に入る。この平和な安息によって、心は奥義を黙想し始める。その時、聖霊は彼に天の御業を啓示し始め、神が彼の中に宿り、御霊の実を彼の中で蘇らせる。しかし、さらに聞いてほしい。心の静まりの領域に入る時、あなたから多くの涙が引き離され、適度な量の涙が、適切な時にあなたのもとへ訪れるのである。

**220.** 人が達する段階には三つある。すなわち、初級、中級、そして完成の段階である。第一の段階にある者は、思考の傾向は善に向いているものの、心の動きは情欲に左右されることがある。第二の段階は、情欲に駆られる状態と無情の状態の中間にあり、善と悪の思いが等しく心に湧き起こり、光と闇を絶えず放ち続けている。この状態で、もし神の聖典を頻繁に読むことや、心の中で神の観念を思い描くことを、たとえ短期間であっても中断し、外的な慎み——そこから内的な守りが生まれるもの——を怠れば、人は情欲に流されてしまう。しかし、もし彼が霊的なことへの熱意を前述の方法で養い、——求め、志し、聖書の読解によって善き思いを養い、それらが俗世へと逸れるのを防ぎ、愛をもって自らの魂を守り、倦むことのない祈りの中で忍耐をもって神に寄り添うならば、神はついに、とりわけその謙遜さゆえに、彼に御自身の扉を開かれるであろう； なぜなら、奥義の啓示は謙遜な者に与えられるからである（これが第三の位階である）。

**221.** 神への希望に先立つのは、神のための労苦と、行いの中で流される汗である。もし神を信じるなら、あなたは善行を行っていることになる。しかし、信仰には行いが求められ、神への希望は、徳のために苦難に耐えることにおいて現れる。神が御自身の被造物を思いやり、全能であると信じているか。ならば、その信仰にふさわしい行いを伴わせよ。そうすれば、神はあなたに耳を傾けてくださるだろう。自分の手のひらで風を留めようと努めてはならない。すなわち、行いのない信仰を。しばしば、ある人は知らずに、野獣や殺人者、あるいはそれに類するものが潜む道を歩むことがある。しかし、神の摂理が彼を危害から救い、あるいは野獣が立ち去るまで旅人の歩みを何らかの形で遅らせたり、何らかの出会いを引き起こして道を外れるようにさせたりするのだ。時には、邪悪な蛇が道に潜んでいて目に見えないこともある。しかし、神は人をその誘惑にさらしたくないため、蛇が突然ヒスヒスと音を立て始め、その場から動き出して旅人の前を這うようにさせる。旅人はそれを見て用心し、難を逃れるのである。家や壁、あるいは石が崩れ落ちることも珍しくありませんが、そこに誰かが座っている場合、神は慈愛に満ちて天使に命じ、そこに座っている人々が立ち去るか呼び戻されるまで、崩れ落ちるものを支えておくようにされます。そして、彼らが立ち去るやいなや、神は直ちに崩れ落ちるものを落下させます。これらすべて、およびこれに類するものは、普遍的かつ遍在する神の摂理の働きである。一方、義人には、その人に対する特別で絶えることのない摂理が働いている。他の人々に対しては、神は自分の事柄を分別をもって処理し、神の摂理のもとで自らの知恵も用いるよう命じられたが、義人は知恵の代わりに信仰を培い、それによって何ものも恐れることなく、「獅子のように、希望を持って歩む」（箴言28:1）のである。そして、その絶え間ない配慮が神に捧げられているように、神もまた彼についてこう言われる。「わたしは彼と共にあり、その苦難のうちに、彼を救い出し、彼を栄光に導く。長い生涯を与え、わたしの救いを彼に示す」（詩篇90:15,16）。怠惰で自分の務めを疎かにする者は、そのような希望を持つことはできない。しかし、あらゆる事において神と共にあり、その行いの善さによって神に近づき、心の目を絶えず神の恵みへと向け続ける者は、神聖なるダビデが語ったように、自分自身についてこう言うことができる。「わが目は、わが神に望みを置くゆえに、衰え果てた」（詩編 68:4）。

**222.** 私たちが世からの逃避を求める時、私たちを世からこれほど隔て、私たちの情欲をこれほど死に至らしめ、霊的なものに向けて私たちをこれほど生かすものは、嘆きと、思慮を伴う心の痛みほどない。しかし同様に、私たちをこれほどまでに世の共犯者とし、知恵の宝や神の奥義の認識からこれほど遠ざけるものもない。それは、軽薄な笑いと、気ままな振る舞いによる思考の浮遊である。——これこそが、放蕩の悪魔の所業である。愛をもって懇願する。敵の悪意に警戒し、軽薄な言葉によって、十字架の木の上であなたのために苦胆を味わわれたキリストへの愛の熱意が、あなたの魂の中で冷め果てることのないように。また、敵が、神の前でのその甘美な修行と大胆さのかわりに、あなたが目覚めている間に、多くの空想であなたの魂を満たしたり、眠っている間に、天使たちさえもその悪臭に耐えられないような、荒唐無稽な幻影であなたの魂を虜にしたりしないように。キリストの謙遜に倣うよう自らを奮い立たせなさい。そうすれば、キリストによってあなたの中に植え付けられた火が速やかに燃え上がり、それによって、新しい人を殺し、聖なる全能の主の宮を汚すすべての世の動揺が根絶されるでしょう。なぜなら、私は聖パウロと共に、私たちが神の宮であると敢えて言うからです（Iコリント3:16）。それゆえ、神ご自身が清いように、私たちも神の神殿を清め、神がそこに住まわれることを望まれるようにしましょう。また、神ご自身が聖なるお方であるように、私たちも神の神殿を聖別し、あらゆる善き行いと誠実な行いでそれを飾り立て、神の御心の平安の香りと、清く心からの祈りによって、その神殿を芳しく香らせよう。そうすれば、神の栄光の雲が魂を覆い、神の偉大さの光が心の内に輝き渡るであろう。

**223.** 多くのことを気にかける人は、沈黙を保つことはできない。なぜなら、たとえ本人が望まなくても、数多くの行いがその静寂と沈黙を乱してしまうからである。修道士は、もし真に自分の心を守り、心に忍び込む異質な動きを退け、思念の静寂の中で入ってくるものと出ていくものを区別したいと願うならば、神の御前に身を置き、常に目を神に向けなければならない。心配事から解放されなければ、自分の魂の中に光を求めるな。また、感覚が放縱になっている時には、静寂や沈黙を求めるな。絶え間ない祈りなしには、神に近づくことは不可能である。そして、祈りの労苦の後、心に新たな心配事を抱くことは、思考を散漫にさせる。祈りの最中の涙や胸を打つ行為、そして祈りを続けようとする熱烈な熱意は、心に涙の甘美な熱さと呼び覚まし、心は称賛に値する熱狂をもって神へと舞い上がり、こう叫ぶのである。「わが魂は、力強く生ける神であるあなたを渴望します。いつ、あなたの御前に参り、御顔をお目にかかれるでしょうか」（詩編41:3）。——このぶどう酒を飲み、その後それを失った者だけが、自分がどれほど哀れな状態に置かれているか、また、その弛緩のゆえに何が奪われたかを、身をもって知っている。

**224.** 沈黙の生活を送る者にとって、人との出会いや会話がいかにも有害なことか！——激しい雹が突然木の実に降り注ぎ、それらを打ち碎き滅ぼすように、人との面会も、たとえ短時間であっても、悔い改めの水の源に植えられた魂の茎を、見事に飾り立て、まさに咲き誇った美德の花々を打ち碎くのである（詩編1:3）。激しい霜が、大地からかろうじて芽吹いた若草を覆い尽くして焼き尽くすように、人との交わりもまた、美德という穀物を生み出し始めた知性の根を焼き尽くしてしまう。気高く高潔な人が酔っ払うと、その気高さを忘れ、酒から生じる不適切な考えによって嘲笑の対象となるように、魂の貞潔もまた、人々を目の当たりにしたり、彼らと会話したりすることで乱される。——人は自身の慎重さを忘れ、思考の中で意志の意図が薄れ、称賛に値する生活様式の基盤が根こそぎにされてしまうのである。

**225.** 人よ、修道生活において、夜の徹夜祷よりも重要な行いなど何一つないと思えるべきである。それによって、もし修行者が肉体の事柄や儂いものへの気遣いに気を取られなければ、その心は短時間で、まるで翼を得たかのように山々を飛び越え、神による至福へと高みへと昇っていく。もし修道士が分別をもって心の徹夜祷に留まるならば、その姿はあたかも肉体を帯びていないかのようである。生涯をこの行いに捧げる者たちが、その節制、心の冴え、そして神への思いの献身的な傾きに対して、神からいかなる賜物も与えられずに放置されるなどということはあり得ない。覚醒の状態に留まることに努める魂は、絶えず視線を天に向け、天の光景を仰ぎ見るために、ケルビムの目を持つようになるだろう。



**226.** この神聖な務めを選んだ者は、日中は集まりの騒ぎや世俗の事柄への気遣いから、あらゆる手段を講じて身を守らなければならない。さもないと、眠りを控えるという労苦は負うものの、そこから実りを得ることはできない。なぜなら、そのような状況では、心が詩篇の詠唱や祈りにふさわしく参与することが不可能になるからである。しかし、日中の心配事に代わって、神の聖書の読誦に励む者がいれば、それは心を強め、とりわけ祈りを潤し、祈りと密接に結びついた徹夜祷を助けるものである。そのとき、この読経において正しい道への導き手を見出し、すべてのものを養う祈りの黙想の種を見出すのである。それは、思いがふらつくのを防ぎ、絶えず魂の中に神への記憶を蒔き続けるものである。

**227.** 絶え間ない沈黙と読経、節度ある食事、そして徹夜祷は、沈黙を乱すような理由がなければ、すぐに思いを驚嘆へと駆り立てる。沈黙の中で自然に湧き上がる思いは、意図的な努力なしに、両目から溢れ出る涙が、その豊かさによって頬を洗い流すことで、まるで洗礼の浴槽のようになるのである。

**228.** 誰かが罪の原因を、真に、心から憎むようになるまでは、その人は罪の効力によってもたらされる快樂から解放されることはない。これこそが（罪への共鳴との）最も苛烈な闘いであり、血を流すことさえ厭わないほどである。この闘いにおいて、美德への（排他的な）愛におけるその人の自由が試されるのである。この闘いにおいて——敵は通常、この罪の力を用いて貞潔な人々の魂を混乱に陥れ、彼らが、決して自分の中に受け入れたことのないものを体験するよう強いるのである。そして、これは目に見えない奮闘の時であり、この戦いが長年の習慣によって大きな力を得て、自らの思いに身を委ねて自ら敗北へと向かっていた者たちに対して、極めて過酷なものとなるのである。

**229.** 怠惰に気をつけなさい。そこには確実な死が潜んでいるからである——そして、それなしには、私たちを捕らえようとする者たちの手に落ちることはあり得ない。その日、神は私たちを詩篇のことや、祈りを怠ったことについて裁かれるのではなく、その怠慢によって悪魔たちに侵入の隙を与えたことについて裁かれるのである。そして、悪魔たちが居場所を見つけ、入り込んで私たちの目の扉を閉ざしたとき、彼らは私たちに対して、神の裁きと最も厳しい罰にさらされるようなことを、苦痛を伴って実行するのだ。この（詩篇の詠唱と祈りの）儀式を修道院の部屋の中で行うことは、啓示の霊に従い、私たちの命を守るために賢者たちによって定められたものであるが、賢明でない者たちはこれを軽視している。これら後者の者たちは、そこから生じる害を顧みないため、彼らの道の始まりも途中も、無知な自由であり、それは情欲の母である。

**230.** 私たちは、情欲のきっかけを自分の中から完全に排除することはできない。それゆえ、望まぬにもかかわらず誘惑にさらされるのである。私たちは罪そのものを望んではいないが、時に、私たちを罪へと導くきっかけを喜んで受け入れてしまうことがある。そして、そうしたきっかけこそが、罪を犯す原因となるのである。情欲のきっかけを愛する者は、知らず知らずのうちに情欲の奴隷となってしまう。自分の罪を憎む者は、罪を犯すことをやめるだろう。そして、罪を告白する者は、赦しを受けるだろう。しかし、人がまず罪に対する敵意を抱かなければ、罪の習慣を断ち切ることは不可能であり、また、罪を告白する前に赦しを受けることも不可能である。

**231.** 人が自らの罪による陶醉という毒を内に抱いている限り、自分が何をするにせよ、すべてが妥当に思えてしまう。そして、本性がその秩序から外れるやいなや、それが酒による陶醉であれ、情欲による陶醉であれ、結果は同じである。なぜなら、そのどちらもを現在の状態から逸脱させるものであり、その両方とも体内に同じ熱狂を引き起こすからである。その方法は異なっても、結果としての崩壊は同じである。

**232.** もし自分の独房に一人でいるのに、まだ真の瞑想の力を身につけていないのであれば、常にトロパリオやカフィスモの朗読、死の想起、そして来世への希望に心を向けるようにしなさい。これらすべては心をついにまとめ、真の瞑想が訪れるまで心が迷うことを防いでくれる。なぜなら、霊の力は情欲よりも強大だからである。また、来世への希望においては、神を思い起こすことに心を向け、トロパリオンの意味をしっかりと理解するよう努め、欲望を掻き立てるあ

らゆる外的なものから身を守りなさい。同時に、自分の独房で行う些細なことにも注意を払いなさい。自分の思いを試み、あらゆる行いにおいて神の御目があるよう祈りなさい。そうすれば、そこから喜びが湧き出し始め、やがて蜜よりも甘い苦しみを見出すことになるだろう。

**233.** 目に見える、あるいは実感できる徳によってでなければ、誰も情欲に打ち勝つことはできない。また、霊的な知識の研鑽によってでなければ、誰も心の浮き立ちを克服することはできない。私たちの心は軽々しく、何らかの思索に縛られていなければ、浮き立ちを止めない。そして、前述の美德を完成させなければ、この守りを獲得することは不可能である。なぜなら、敵に打ち勝たなければ、平安を得ることはできないからである。情欲は、魂の秘められた美德に対する障壁となる。そして、それらがまず顕著な美德によって打ち倒されなければ、その背後に内なる美德は見えなくなる。

**234.** 神への愛は本来熱烈なものであり、誰かに度を越して襲いかかると、その魂を熱狂的なものにする。この愛を体感した者には、並外れた変化が見て取れる。その顔は燃えるように輝き、喜びに満ち、体は温まり、恐怖や羞恥心は彼から遠ざかる。恐ろしい死さえも喜びとして尊ぶ。その精神の観想は、天上のことについて考える際にいかなる妨げも許さない。彼は物事に刺激されて動くことを感じない。なぜなら、何かをしていても、それを全く感じていないからである——その精神は観想の中に浮遊しており、その思考は常にまるで誰かと語り合っているかのようだからだ。かつて使徒たちや殉教者たちは、この霊的な陶醉に浸っていた。ある者たちは世を巡り、労苦し、侮辱に耐え、またある者たちは恐ろしい苦しみの中でも臆することなく、勇敢にそれらに耐え抜いた。——また、ある者たちは荒野や山々、洞窟をさまよったが、不遇の中にあっても最も安らぎを得ていた。彼らは愚か者と見なされたが、賢者の中でも最も賢明な者たちであった。

**235.** 修道生活は聖性の母である。そこから、キリストの奥義を初めて体験する道が開かれる——これこそが、霊的認識の第一段階と呼ばれるものである。汚れた魂は清らかな王国に入ることはできず、聖霊たちと交わることもできない。あなたの貞潔の美德を、涙と断食、そして孤独な沈黙をもって磨き上げよ。神のために耐える小さな苦しみは、苦しみなく成し遂げられる偉大な行いよりも優れている。労を要せず成し遂げられること、すなわち、外見上は施しを行う世俗の人々の真実であるが、彼ら自身は、内面において何ものも得ていない。しかし、あなたは自ら内面で奮闘し、キリストのために苦難を共にし、キリストの栄光を味わうにふさわしい者となるようにせよ。肉体がキリストのために苦難を耐えなければ、心はイエスと共に栄光を受けることはない。

**236.** 十字架に登るには二つの方法がある。一つは肉体の磔刑であり、もう一つは観想への昇華である。前者は情欲からの解放の結果であり、後者は霊の業の効力によるものである。肉体が心に服従しなければ、心は服従しない。心の王国とは、肉体の磔である。そして、自由が理性に服従しなければ、心は神に服従しない。自らを神に服従させる者は、万物が自分に服従することに近い。

**237.** あらゆる善の基盤、敵の捕囚からの魂の帰還、光と命へと導く道——これらすべては、次の二つの方法に集約される。すなわち、自己を一つにまとめ、常に断食すること、つまり、知恵と分別をもって、腹の節制、一箇所に留まること、絶え間ない神への思索を自らの規則とすることである。ここから、感覚の服従、精神の明晰さ、肉体の中で湧き上がる激しい情欲の鎮め、明るい思考の動き、徳行における勤勉さ、涙と死の記憶、あらゆる空想や誘惑的な思考から遠く離れた清らかな貞潔、つまり、ここから、真の人間の自由、霊的な喜び、そして御国におけるキリストとの復活が生まれるのである。もし誰かがこの二つの道を軽んじるならば、その者は、前述したすべての点において自らを損なうだけでなく、あらゆる美德の基盤そのものを揺るがし、その結果、これらとは正反対の二つの悪徳、すなわち肉欲の放蕩と不品行な食欲に走るようになることを知っておくべきである。これこそが、前述した教えに反する始まりの核心であり、それらは魂の中にあらゆる情欲の入り込む余地を与えるのである。

**238.** 敵は、私たちの自然な欲求が自然を駆り立てて自己満足を求める時を知っており、また、視線がさまよい、腹が満たされると、心が混乱に陥ることを知っている。まさにそのような時に、我々の自然な欲求を増大させ、邪悪な考えのイメージを我々の心に植え付けようと努める。そうして、激化した闘いの中で情欲が自然を制し、人が罪の墮落に沈むようにするためである。それゆえ、敵がそのような時機を窺っているのと同様に、私たちもまた、とりわけこのような時に、賢明に行動し、吹き込まれる思いのままに軽率に意志を遂行することを許さず、貪欲に勝利を譲らず、ましてや、沈黙の場から動いたり、都合の良い場所へ足を運んだりしてはならない。そうすることで、荒野から完全に去ってしまう口実を作ることのないようにするためである。

**239.** 敵は昼も夜も私たちの目の前に立ち、注意深く観察し、待ち構え、私たちの感覚のどの隙間から侵入できるかを窺っている。そして、私たちが何か一つでも怠慢を許したとき、この狡猾で恥知らずな犬は、私たちにその矢を放つのである。時には、自然そのものが安らぎ、自由、笑い、空想、怠惰を愛し始め——それが情欲の源となり、反逆の深淵となる。また時には、敵がこれを魂に吹き込むこともある。些細なことで自分に甘えないよう気をつけよ。そうしなければ、大きなことへの甘えへとつながり、やがて大いなる転落を招くことになる。ある人が言ったように、些細な不注意が、しばしば大きな危険へとつながるのだ。些細で取るに足らないことにおいても常に冷静であること——これこそが知恵である。

**240.** あなたに命をもたらすことに関して、落胆してはならない。また、そのために死ぬことを怠ってはならない。なぜなら、臆病さは落胆の兆しであり、不注意は両者の母だからである。臆病な人は、二つの病、すなわち生への執着と信仰心の薄さに苦しんでいることを自ら露呈している。生への執着は不信仰の兆候である。しかし、これを軽んじる者は、全霊をもって神を信じ、未来を待ち望んでいることを自ら証明しているのだ。心の活気と危険への無頓着さは、次の二つの理由のいずれかによるものである。すなわち、神への大いなる信仰か、あるいは冷酷さである。冷酷さの後には高慢が続き、信仰の後には心の謙虚さが続く。

**241.** 人は、まず自分の力の及ぶ範囲で神の御心を行わなければ、神への希望を持つことはできない。なぜなら、神への希望と心の勇氣は良心の証しから生まれるものであり、私たちの心が真に証しをして初めて、神への希望を持つことができるからである。そして、心の証しとは、人が自分の力の及ぶ範囲で果たすべき義務を怠ったかのように、良心がその人を少しも非難しないということにある。もし私たちの心が私たちを非難しないならば、「私たちは神に対して大胆に振る舞うことができる」(Iヨハネ3:21)。したがって、この大胆さは、徳の成就と良心の清さの結果として生じるものである。

**242.** 人が常に沈黙し、静寂を保つのは、次の三つの理由による。すなわち、人間の栄光のため、あるいは美德への熱烈な熱意のため、あるいはその人が内面で何らかの神聖な対話を持っており、その心がそれに引き寄せられているためである。徳とは、肉体によって行われる多種多様な行いを顕示することではなく、希望に満ちた心の中にある最も賢明なものである。なぜなら、正しい目的こそが心を神に結びつけるからである。肉体的な行いのない心は善を行うことができるが、心の知恵のない体は、たとえ何かを行っても、そこから益を引き出すことはできない。とはいえ、神の人は、善行を行う好機を見いだしたとき、自らの行いという労苦によって神への愛を証明せずにはいられない。

**243.** 肉欲の衝動との戦いにおいて、女性を直視しないことを、自分にとって強力な武器と見なすべきである。なぜなら、敵は、自然がその力によって成し遂げ得ることを、私たちの中に引き起こすことはできないからである。自然が、子孫を残すため、またこの試練に耐える者たちを試すために、神によって自然に植え付けられたものを忘れていないなどと考えてはならない。しかし、欲望の対象から遠ざかることは、肢体における情欲を死滅させ、それを忘れさせ、根絶する。対象は、目に見えないときは、軽やかでかろうじて感じられる動きしか生み出さない。しかし、目に見えるときは、その近接によって情欲を刺激し、灯油が灯火の炎を養うように情欲を養い——すでに死滅し、消え去った情欲さえも、再び燃え上がらせるのである。外部からの何ものかの加わりがなければ、自然な動きは意志の清らかさを乱したり、貞節を脅かしたりすることは

できない。なぜなら、神は、神へと向かう善き意志を打ち負かす力を、自然には与えなかったからである。もし、時折、自らの意思で感覚的なものに溺れ、度を越した量の飲食にふけったり、女性との親密な関係や、彼女たちを見つめたり、彼女たちについて語り合ったりすることに身を任せてしまうならば——それによって、肉欲の炎が燃え上がり、体内に急速に広がっていく。それによって、本来穏やかであるはずの体内の動きを、自らの意志の衝動によって、獐犢で抑えがたいものへと変えてしまうのである。神が創造されたものはすべて、美しく、調和のとれたものである。そして、私たちの中に自然との調和の度合いが正しく保たれている限り、自然な動きは私たちを道から逸らすことはできない。しかし、体内で喚起されるのは、調和のとれた動きだけであり、それらは私たちの中に自然な情熱があることを知らせるに過ぎず、貞節を妨げるほどのくすぐったさや動揺を引き起こすことはない。

**244.** 時に、私たちの傲慢さに対する神の許しによって、四肢に動きが生じることがある。この戦いについて、私たちは、長い間自分自身に注意を払い、しっかりと努力し、さらには自分がある程度成功したとさえ思うようになったとき、謙遜を学ぶために、それを耐え忍ぶことが許されるのだと知っている。また、他の試練は、私たちの怠惰や、肉体の過度な安逸に起因する。すなわち、生活様式において、あらゆる苦痛や困難を排除すること——とりわけ、修道室に閉じこもって出ることのない生活や、肉体労働の重荷を避けること——から生じるのである。生活の苦しみ、困難、そして窮屈さは、肉欲を縛り、死滅させる。一方、安楽、満足、そして肉体の安息は、肉欲を解き放ち、養い、蘇らせるのである。私たちが困窮しているとき、神とその天使たちは喜びますが、私たちが安らぎの中にいるときは、悪魔とその手先たちが喜びます。苦しみと窮屈さは、戒めを守ることを広げ、容易にします。一方、安らぎは情欲に場所を与え、それによって戒めを守ることを妨げ、断ち切ります。苦難にさらされた肉体においては、思いは危険な空想にふけることができない。誰かが喜びをもって労苦や悲しみを自らに負うとき、その人は容易に思いを抑制することができる。なぜなら、労苦によって思いは不活動状態に置かれるからである。人がかつての自分の罪を思い起こし、自らを懲らしめるとき、神はその人を好意をもって見守られる。神は、人が御自身の道から逸れたことに対して自ら罰を課したことを喜ばれる——それは悔い改めのしるしとなるからである。そして、自分の魂に課す制約が多ければ多いほど、神のその人への好意はさらに増すのである。しかし、美德に由来しないあらゆる喜びは、それを得た者に即座に情欲的な衝動を呼び起こす。

**245.** 美德は互いに連続しており、それによって美德の道が困難で重荷となることなく、順序立ててそれらを修め、その中で安らぎを見出し、こうして美德のために耐える困難そのものが、善なるものとして愛おしいものとなるのである。そうであるから、誘惑を喜んで耐え忍ぶ覚悟を固めなければ、真の無欲を身につけることは誰にもできない。そして、自らをその苦難にさらす覚悟をした者が、その苦難の代わりに、肉体の安らぎを超える何かを得られると確信して初めて、誘惑に耐えることができるのである。物質的なものを自ら断ち切りながらも、感覚の現実——すなわち視覚や聴覚——を自らから奪わなかった者は、自らに二重の苦しみをもたらしたものであり、二重の貧困と悲しみに苛まれることになる。なぜなら、物そのものが存在しないにもかかわらず、物に対する心象が人に苦痛をもたらすのであれば——ましてや、物そのものが私たちのそばにあり、身近にあるときは、どうだろうか？——その場合、人はそれらの物によってもたらされる感覚によって、以前その行為を行っていたときに耐えていたのと同じ苦しみを味わうことになる。なぜなら、それらに対する慣れを思い出すことが、その人の頭から離れないからである。この点において、隠遁生活はなんと素晴らしいことか！そこでは、誘惑となるのはただ思いのみである。しかし、隠遁生活は、その思いを抑えることにも大いに、そして力強く寄与するのだ。

**246.** たとえその人が極めて賢明であっても、自分とは異なる生活様式を送っている人から助言を求めようとしてはならない。自分の考えを託すなら、学識はあるが実際に試したことがない哲学者よりも、学識はないが実務を経験してその実情を熟知している人に託すほうがよい。経験を積むとは、単に物事に近づいてそれを見るだけではなく、その知識を自分の中に取り入れ、

長い間それを使いこなすことで、その利点と害を経験から明確に実感することである。外見上は有害に見えるものが、その実、内面は有益に満ちていることは珍しくない。逆に、有益に見えるものが、内面は害に満ちていることもまた珍しくない。それゆえ、自らすべてを試み、忍耐強く、あなたの事柄において熟考を要する点を議論し、あなたにとって真に有益なものを正しく示してくれるような助言者を頼りにしなさい。

**247.** 自分の道の途中で、何の変化もない平穏な世界を見つけたら、恐れなさい。それは、聖人たちの労苦に満ちた足跡によって踏み固められた正しい道から、遠く離れているからです。あなたがまだ神の国の都へと向かう道にある限り、神の都に近づいていることのしるしとして、次のことを心に留めておきなさい。すなわち、激しい誘惑があなたを待ち受けているということだ。そして、あなたが近づくほど、また前進するほど、あなたの前に立ちはだかる誘惑はますます増大する。それゆえ、もし自分の道において、心の中で最大かつ最も激しい誘惑を感じたなら、そのとき、あなたの魂は確かに密かに新たな、より高い段階へと踏み込んだのであり、置かれたその状態において恵みが倍増していることを知ってください。なぜなら、恵みの偉大さに応じて、神はまさにその同じ程度に、試練という苦難の中に魂を導かれるからです。もし魂が弱く、大きな誘惑に立ち向かう十分な力がなく、それゆえにそれらに直面させないようお願い、神がその願いを聞き入れてくださるならば、その場合、魂が大きな試練に立ち向かう十分な力を欠いている分だけ、大きな賜物を受けるのにも不十分であることを、確実に知っておくべきである。そして、大きな試練への道が魂に閉ざされるのと同様に、大きな賜物もまた魂から遠ざけられるのである。なぜなら、神は大きな試練なしに大きな賜物を与えないからである。試練に見合った賜物は、神の英知によって定められており、その英知は神によって創造された者たちには理解し尽くせないものである。

**248.** 善き生活への歩み始めや「その成長の過程」における試練は、心の「高慢を戒める」ために許される試練とは異なる。霊的な杖によって「その繁栄」と成長のために魂に与えられる試練、すなわちそれによって魂が教えられ、試され、奮闘へと導かれる試練は、以下の通りである：怠惰、身体の重さ、四肢の弛緩、気落ち、思考の混乱、身体の衰弱による疑心、一時的な希望の断絶、思念の曇り、人からの助けの欠如、身体に必要なものの不足、およびこれらに類するもの。これらの試練によって、魂には孤独感や無防備感、心の曇り、そして謙虚さが生じる。しかし、神は、それらを受け入れる者の力と必要に応じて、試練の度合いを調整される。試練の中には、慰めと敗北、光と闇、叱責と助け、要するに、窮地と安らぎが混在している。そして、これこそが、人が神の助けによって前進していることのしるしとなる。

**249.** 神の御許しによって、神の慈愛を前にして「高ぶる」者たち、すなわち自らの「高慢」をもって神を冒瀆する者たちに降りかかる試練は、以下の通りである。人が持つ知恵の力の奪い取り、高慢を謙虚にするために許される、心の中に安らぎを与えない不純な思いの感覚、すぐに苛立つ気性、すべてを自分の意志通りにしたいという欲求、言葉の争い、叱責、すべてを軽んじる心、完全な精神の迷い、神の御名に対する冒瀆、狂人じみた、嘲笑に値する考え、まるで人々がそれらを軽んじているかのように、彼らの名誉は無に帰し、また、隠れても公然と、様々な方法で悪魔から恥と侮辱を受け、ついには世の人々と交わり、関わろうとする欲求、絶えず話し、無分別な空言を吐くこと、常に新しい情報や偽預言さえも探し求め、自分の力の及ばないことを多く約束すること。これらが霊的な誘惑の本質である。肉体的誘惑には、次のようなものがある。痛みを伴う、複雑で長期にわたり、治りにくい発作、常に邪悪で不信心な人々との出会い、侮辱者たちの手に落ちる、予期せぬつまずきや危険な転倒、彼ら自身やその家族にとって破滅的な出来事などである。我々が述べたこれらすべては、高慢の誘惑に属する。その端緒は、人が自らの目において自分を賢いと思い始めたときに現れる。そして、その人は、そのような高慢な考えを自分の中に取り込んでいくにつれて、これらすべての災難を経験する。そうした考えをどれだけ抱くかによって、それだけ高慢があなたの中に浸透していくのである。

**250.** もう一つの種類の誘惑として、忍耐の欠如による臆病さがある。あらゆる苦境や悲しみは、そこに忍耐が伴わなければ、さらなる苦しみをもたらす。なぜなら、人の内にある忍耐は

災難を和らげるが、臆病さは苦しみの母だからである。忍耐は慰めの母であり、通常、心の広さから生まれるある種の力である。人間にとって、絶え間ない祈りと涙の注ぎによって得られる神の賜物なしに、自らの苦しみの中でそのような力を見出すことは難しい。神が人間を大きな苦しみに見舞わせようとされる時、神は彼を臆病の手に陥らせることを許される。そして、その弱気は、人を圧倒する落胆の力を生み出し、その中で人は魂の抑圧を感じる——これこそがゲヘナの味わいであり、そこから数千もの誘惑が湧き出るからである。すなわち、動揺、苛立ち、冒瀡、運命への不満、邪惡な思い、ある国から別の国への移住などである。これらすべての原因は、あなたの怠慢にある。あなた自身、この病の治療法を求めようとはしなかった。しかし、これらすべてに対する治療法はただ一つ、すなわち心の謙遜である。それなしには、誰もこれらの悪の障壁を打ち破ることはできない。謙遜の度合いに応じて、苦難における忍耐が与えられる。忍耐の度合いに応じて、悲しみの重荷は軽くなり、慰めが受け入れられる。慰めが増すにつれて、神への愛が深まり、愛が深まるにつれて、聖霊による喜びが増すのである。神は御自分のしもべたちから試練を取り去ることはなさらないが、彼らの信仰と、御心への献身ゆえに、試練における忍耐を彼らに与えてくださる。

**251.** 神にかなう肉体の生活とは、肉体の行い、すなわち、徳ある活動において、情欲から肉体を清めるための肉体の奮闘である。知的な生活とは、裁きについて注意深く考えながら絶え間なく続けられる心の働きであり、また、絶え間ない心の祈り、神の摂理と御守りについて、個人的なものも、全世界に見られるもの、そして、内面的かつ霊的な領域において情欲的なものが何一つ生じないように、隠れた情欲から自らを守ることである。

**252.** 洗礼を受けた人々に、恵みの上にさらに恵みとして与えられるのが悔い改めである。なぜなら、悔い改めは神による第二の再生だからである。悔い改めは慈悲への扉であり、この扉を通して私たちは神の慈悲に入る。この入り口以外には、慈悲を見出すことはできない。悔い改めは第二の恵みであり、信仰と畏れから生まれる。そして、その畏れとは、私たちが霊的な至福の樂園に到達するまで、私たちを導く父の杖である。その後、それは私たちから離れていく。樂園とは神の愛であり、その中にはあらゆる至福の喜びがある。命の木とは神の愛であり、アダムはそこから離れてしまった。それ以来、彼はもはや喜びに巡り会うことはなく、茨の地で働き、苦勞してきた。神の愛を奪われた者たちは、もし義に従って歩むならば、墮落後の原初の人間に命じられたのと同じく、自らの行いによる汗のパンを食べることになる。愛のうちに生きる者は、神からのいのちの実を結び、この世にいながらにして、すでに復活の息吹を嗅ぎ取る。愛こそが御国である。主は、使徒たちに対し、御国においてその愛を味わうことを神秘的に約束された。「あなたがたは、わたしの御国の食卓で食べ、飲むことになる」（ルカ22:30）と語られたが、これは愛以外の何ものであろうか。これこそが「人の心を喜ばせるぶどう酒」（詩篇103:15）である。このぶどう酒を飲む者は幸いである！

**253.** 船や小舟なしに大海原を渡ることが不可能なように、誰も恐れなしに愛に到達することはできない。私たちと心の中の樂園との間にある悪臭を放つ海を、私たちは「悔い改め」という小舟に乗ってのみ渡ることができる。その小舟には、「恐れ」という漕ぎ手たちが乗っているのだ。しかし、もし恐怖という漕ぎ手が、この世の海を渡って神のもとへ至る悔い改めの船を操船しなければ、私たちはこの悪臭漂う海で溺れてしまう。悔い改めは船であり、恐れはその舵取りであり、愛は神聖な埠頭である。恐れは私たちを悔い改めの船へと導き、人生の悪臭漂う海を渡らせ、愛である神聖な埠頭へと案内してくれる。この港には、悔い改めによって、すべての苦勞し、重荷を負う者たちがやって来る。そして、私たちが愛に到達したとき、私たちは神に到達し、私たちの道は完成し、父と子と聖霊がおられるあの世の島にたどり着くのである。

**254.** 信仰に先立つ知識があり、信仰から生じる知識がある。信仰に先立つ知識は自然的な知識であり、信仰から生じる知識は霊的な知識である。自然的な知識は善と悪を区別し、それは「自然的な分別」と呼ばれ、それによって私たちは学問なしに自然に善と悪を見分けることができる。神はこの分別を理性ある本性に植え付けられた。そして、学問の助けを借りて、それは増進され、充実していく。これを持ち合わせていない人間は一人もいない。これは、理性ある魂の



中に存在する自然の知の力であり、その力は絶えず魂の中で働いている。理性ある本性の栄光とは、善と悪を区別する分別であり、これを失った者たちを預言者は、正しくも無知な家畜に例えた（詩篇48:13）。

**255.** 信仰に先立つ自然な直感は、信仰へと、そして神へと至る道である。神によって私たちの本性に植え付けられたこの直感は、万物を存在へと導かれた神を信じなければならないことを、それ自体で私たちに確信させる。この信仰は私たちの中に畏れを生み出し、その畏れは私たちを悔い改めへと駆り立てる。そして、その行い（すなわち、行いそのもの）によって、人には霊的な知恵、あるいは神秘の感覚が与えられ、それが真の観想の信仰を生み出すのである。単なる信仰そのものから霊的知恵が生まれるわけではない。しかし、信仰は神への畏れを生み出し、神への畏れを抱いて行動し始めると、その畏れに基づく行動から霊的知恵が生まれるのである。聖金口ヨハネが述べたように：「もし誰かが、神への畏れと正しい思考様式にふさわしい意志を身につけたならば、その者はまもなく秘められた啓示を受け入れることになる」。ここで彼が「秘められた啓示」と呼んでいるのが、霊的啓示である。

**256.** しかし、この霊的知恵を生み出すのは神への畏れそのものではなく、この知恵は神への畏れを実践することへの賜物として与えられるのである。神への畏れの実践とは悔い改めであり、悔い改めはその全過程を経て完結したとき、霊的知恵が与えられる場所へと導くのである。霊的な知恵とは、秘められたものを感知することである。そして、誰かがこの目に見えないものを感知したとき、その知覚の中に、最初の信仰に反するものではなく、むしろその信仰を確固たるものにする、別の信仰が生まれる。これを「観想的信仰」と呼ぶ。それまでは「聞くこと」であったが、今は「観想」であり、観想は「聞くこと」よりも疑いの余地がない。

**257.** これらすべては、善と悪を区別するあの自然な知性から生まれる。それは美德の良き種である。この人間に備わる自然な知性には、次のようなものが伴う——絶え間ない良心の呵責、死への絶え間ない思い、そして最期を迎えるまで続くある種の苦悩——そしてその後、悲しみ、落胆、神への畏れ、自然な羞恥心、——過去の罪に対する悲しみ、ふさわしい慎重さ、共通の道への思い、その道へと自らを導くための配慮——あらゆる存在が通らなければならないこの門への善き入りを神に涙ながらに懇願すること——世への無関心、そして美德をめぐる激しい闘い。これらすべては、自然な知恵によって獲得されるものであり、— 誰もが自らの行いをこれと照らし合わせてみるべきである。もし人がこれを獲得したことが明らかになれば、それはその人が自然な道を歩んでいることを意味する。そして、これを超えて愛の境地に入るとき、その人は自然の域を超え、— あらゆるものにおける闘い、恐れ、労苦、そして疲労は終わりを告げる。これこそが、自然な知恵の結果である。——そして、この知恵を快樂を追い求める自らの意志によって曇らせないとき、私たちはこれを自らの内に見出すのである。— そして、私たちがこれらすべてから解放してくれる愛に到達するまでは、この段階にとどまることになる。誰もが、私たちが述べたすべてに基づいて、自らの歩みがどこにあるのか——不自然な道にあるのか、自然な道にあるのか、それとも超自然的な道にあるのか——を自ら照らし合わせ、吟味すべきである。

**258.** 善き思いは、神の恵みによってのみ心に宿る。邪惡な思いは、人を誘惑し試すためだけに近づく。自らの無力さの度合いを知るに至った者は、謙遜の完成に達したのである。神の賜物は、絶え間ない感謝へと駆り立てられる心を惹きつける。主はあらゆる人間の弱さを忍ばれるが、常に不平を言う者を容認せず、戒めなしにはお置きにならない。恵みには謙遜が先立ち、懲罰には傲慢が先立つ。高慢な者は冒瀆に陥ることを許され、行いによる徳を誇りとする者は淫行に陥ることを許され、自らの知恵を誇りとする者は無知という暗い罠に陥ることを許される。

**259.** 神を心に留めつつあらゆる人を敬う者は、神の御心により密かに、あらゆる人から助けを得る。不当な扱いを受けた者を守る者は、神を自らの擁護者として得る。隣人を助けるために手を差し伸べる者は、自らの助けとして神の力を得る。兄弟の過ちを非難する者は、神を自らの告発者として得る。自分の部屋で兄弟を戒める者は、自らの過ちを癒やす。しかし、人々の集まりの前で誰かを非難する者は、自らの傷の痛みを増大させる。密かに戒める友は賢明な医者であり、多くの人の目の前で戒める者は罵倒者である。

**260.** 神は愛をもって戒められ、報復はなさない（決してそうあってはならない）。神はただ御自身の御姿を癒やすことのみを求められ、怒りを抱かれることはない。報いを期待して善を行う者は、すぐに心変わりする。この世において、人が神への憧れの中でどれほど完璧になろうとも、すべては神の背後に留まる。しかし来世において、神は彼に御自身の御顔をお示しになる——もっとも、それは神そのものではない。この世の義人たちは、どれほど神を仰ぎ見ようとも、鏡に映る像を見るに過ぎないが、来世では真理の現れを目の当たりにするのである。

**261.** 乾いた薪に燃え上がった火は、なかなか消えることがない。そして、世を捨てた者の心に神の温もりが宿れば、その炎は消えることなく、火よりもさらに激しく燃え上がる。罪の力が肢体に侵入すると、心はあらゆる事柄における厳しさを忘れてしまう。そして、神への思いが魂の牧草地を支配するようになると、目に見えるすべてのものへの思いは心から一掃される。この世における来世の感覚は、海に浮かぶ小さな島のようなものである。そして、それに近づく者は、もはやこの世の幻影の波に翻弄されることはない。修道士は、まだ労苦を続けるべき時が必要だと感じている間は、肉体との別れを嘆く。しかし、自分の魂の中で、時を償い、その保証を受け取ったと実感したとき、来世を切望するようになる。商人が海上にいる間は、波が彼に襲いかかり、その事業の希望が沈んでしまわないかと、全身に恐怖が走る。同様に、修道士がこの世にいる間は、彼の中に嵐が巻き起こり、若き日から老いに至るまで労苦を捧げてきたその業が減びてしまわないかと、恐怖が彼の生活を支配する。

**262.** 船乗りは、海を航行している間、星を見つめ、星を頼りに船の進路を正し、港にたどり着くまでそうする。一方、修道士は祈りに目を向ける。なぜなら、祈りが彼自身を正し、毎時の祈りの中で彼の生き方が向かっているその港へと、彼の歩みを導いてくれるからである。裸の泳ぎ手は真珠を見つけるために海に飛び込む。同様に、修道士はすべてのものを脱ぎ捨て、自らの内にある真珠——イエス・キリスト——を見出すために生涯を歩む。そして、彼を見出したとき、もはやキリストの御許に存在する他の何ものも求めない。

**263.** 処女にとって、人々の集まりや人混みの中にいることは有害であり、修道士にとって、多くの人々との会話は有害である。鳥は、どこにしようとも、自分の巣へと向かい、そこで子を育てる。同様に、分別ある修道士は自分の居場所へと急ぎ、自らの内に命の実を結ぶのである。雲は太陽を覆い隠す。多弁は、祈りの黙想によって照らされ始めた魂を暗くする。シレーナと呼ばれる鳥について、その甘美な歌声を聞いた者は皆、すっかり魅了され、砂漠をその鳥の後を追って歩き、歌の甘美さに我を忘れ、やがて倒れて死んでしまうと言われている。これは、魂に起こることに似ている。天の甘美さが魂に降り注ぐとき、神の言葉の甘美な響きが心に深く刻まれるにつれて、魂はその後に全き心に向けて突き進み、肉体の生活を忘れてしまう。そして、肉体はその欲望を失い、魂はこの世の生活から神のもとへと昇っていくのである。

**264.** 木は、まず古い葉を振り落とさなければ、新しい枝を生やすことはない。同様に、修道士も、自分の心から過去の行いの記憶を消し去らない限り、キリスト・イエスに関する新しい実や枝を結ぶことはない。真珠が生まれる貝殻の中では、人々が言うように、稲妻によってある種の火花のようなものが生じ、それが空気から物質を取り込むまで、それは単なる肉に過ぎない。同様に、修道士の心も、理性を用いて天の物質を取り込むまでは、その行いは平凡なものであり、自らの貝殻の中に慰めの実を宿すことはない。自分の鼻孔を舐める犬は、自らの血を飲み、その血の甘さゆえに、自らの害に気づかない。同様に、虚栄に酔いしれがちな修道士は、自らの命を飲み干し、その一瞬の甘さゆえに、自らの害に気づかないのである。

**265.** 聖書に記された秘跡の言葉に、祈りもなく、神への助けを求めることもなく、安易に近づいてはならない。むしろ、「主よ、その中に秘められた力を感じ取ることができますように」と祈りなさい。祈りを、聖書に記された言葉の真の意味への鍵として尊べ。心をもって神に近づきたいと願うなら、まず肉体的な労苦をもって神への愛を証明せよ。そこに生活の始まりがある。——そして主は、それらを完全さの基礎とされた。怠惰を、魂を曇らせる始まりと見なしなさい。そして、その曇りをさらに深めるもの、すなわち、雑談のための集まりを曇りの源と見な

すべきである。たとえ有益な言葉であっても、節度を欠けば魂を曇らせるのだから、ましてや虚しい言葉はなおさらである。長時間にわたる雑談の多さは、魂を無価値なものにしてしまう。

**266.** 生活における節度と定められた規則は、心を照らし、混乱を招かないようにする。無秩序（定まった規則の欠如）による心の混乱は、魂に曇りを生じさせ、その曇りがまた混乱を生むのである。（心の）平安は、良き秩序の結果であり、平安から光が生まれる。そして、光と平安によって、心の中に清らかな空気が満ちる。

**267.** 利己的な魂は知恵を失うが、慈悲深い魂は御霊によって知恵に満ちる。神からの賜物への心の鍵は、隣人への愛によって与えられ、心が肉体の束縛から解き放たれるにつれて、知識への扉もまたその前に開かれる。隣人への愛は、その配慮が私たちを神への愛からそらさない限り、なんと美しく、称賛に値するものだろうか！

**268.** 霊的な兄弟たちとの対話は、その最中にも神との対話を保つことができる限り、なんと心地よいことか！ 霊的な兄弟たちとの対話を大切にすることは良いことですが、それは節度を保っている限り、すなわち、その口実によって、内なる働きや生活、そして神との絶え間ない対話を失わない限りにおいてです。後者は、前者が始まった途端に乱れが生じます。なぜなら、心には二つの対話を同時に続けるだけの余裕がないからです。霊的な兄弟たちとの会話でさえ、度を越せば有害となります。世俗の人々については、遠くから眺めるだけでも有害であり、たとえ姿が見えなくても、彼らの声の響きだけで、心の平安が乱されてしまうのです。

**269.** 魂が本来、肉体よりも優れているように、霊的な肉体もまた、肉体的肉体よりも優れている。しかし、当初、肉体の創造がそこに命が吹き込まれることに先立っていたように、肉体の行いもまた、霊的な行いに先立つ。そして、絶え間なく続けられる高潔な生活こそが、偉大な力なのである。弱い一滴が絶えず滴り落ちることで、硬い石をも貫く。あなたの中に霊的な人がよみがえる時が近づくと、あなたの魂の中に喜びが燃え上がり、あなたの思いは、あなたの心の中にあるその甘美さによって、あなたの内側に閉じ込められる。しかし、まだ「世界」が再びあなたの中で立ち上がろうとする間、あなたの中での思考の浮き立ちが増大する。「世界」とは、心の浮き立ちから生じる情欲のことである。それらが生まれ、成熟に達すると、罪となり、人を死に至らしめる。子供が母親なしには生まれ得ないのと同じように、情欲も思考の浮き立ちなしには生まれず、罪を犯すことも、情欲との対話なしにはあり得ない。

**270.** もし私たちの魂の中に忍耐が深まるならば、それは私たちが密かに慰めの恵みを受け入れたしるしである。魂が自らの希望の喜びと神の喜びに満たされているとき、たとえ体が弱くとも、苦しみを感ぜない。その時、体は力の衰えを見せることなく、倍の重荷をも担うことができる。これは、魂がその霊的な喜びに入るときに起こる。もしあなたが自分の言葉を慎むならば、神から心の感動という恵みが与えられ、それによって自分の魂を見出し、霊的な喜びに入ることができるだろう。神のためにどれほど奮闘したかによって、その人の心は祈りにおいて大胆さを受け入れる。また、人がどれほど多くのことに気を取られているかによって、それだけ神の助けを失うのである。

**271.** 神の愛によって人の内に宿り、魂を生命へと導く最初の思いとは、「この自然界の終焉」についての思いが「心」に深く刻まれることである。この思いに続いて、自然と世への軽蔑が生まれる。そしてこれによって、人を生へと導くあらゆる善き動きが、人の内に始まるのである。これこそが、神の力が人の内に生を現そうと望む際、その基盤として据えるものである。——そして、もし人が、私たちが述べたこの思いを、世俗の心配事や空虚な言葉によって自ら消し去ることなく、沈黙の中でそれを反芻し、瞑想によってそこに留まり、それに没頭するならば、それは彼を、誰も言葉で表現することのできない深い瞑想へと導くであろう。サタンはこの思いに憎悪を抱き、人間の中からそれを根絶やしにするために、あらゆる力を尽くして攻撃してくる。もし可能であれば、サタンは全世界の王国を彼に与えようともするだろう。ただ、娯楽によって人の心からそのような思いを取り除いてしまいたいがために。なぜなら、この狡猾な者は、もしこの思いが人の内に留まっているならば、その心はもはやこの惑わしの地には留まらず、彼の策略は人に近づくことができないことを知っているからだ。

**272.** これに続いて起こる もう一つの働きは、人が善き人生を歩み、神の御業の観想と実践を味わう段階に近づき、上から「霊的知恵の甘美さを味わう恵み」を受けるときである。この営みの始まりは次の通りである。まず、人は神による人間への御摂理を確信し、創造主への愛によって啓発され、同時に、理性ある存在たちの秩序と、それらに対する神の偉大な御配慮に驚嘆する。ここから、彼の中に神聖な甘美さと神への愛の炎が燃え上がり始め、それは心の中で燃え盛って、魂と肉体の情欲を焼き尽くしていく。この愛は、強い勤勉さと良心と相まって、やがて突然燃え上がり始める——そして人は、まるで酒に酔うかのようにその愛に陶醉し、その心は神へと捕らえられていく。そして、人がどれほど善き生活を送ろうと努め、自らを律し、読書や祈りに時間を費やすかによって、この力は彼の中で確固たるものとなり、強固になっていくのである。

**273.** 心が曇っているときでも、動揺してはならない。ここで言うのは、時折魂が苦しめられ、まるで波間にいるかのような状態になる、あの特別な曇りのことだ。人が聖書を読み、あるいは礼拝を行おうとも、何事に取り組もうとも、曇りが次々と押し寄せてくる。そのような状態にある者はその行いを放棄し、しばしばそれに近づくことさえ許されない。この時は絶望と恐怖に満ちており、神への希望や信仰による慰めは魂から完全に追い払われ、魂全体が疑いと恐怖で満たされてしまう。しかし、神はそのような状態に魂を長く置き去りにされることはなく、まもなく救いをもたらしてくださる（Iコリント10:13）。そこで、あなたに一言申し上げ、助言を差し上げよう。もし自制する力がなく、祈りのために顔を地面につけて倒れてしまうのであれば、その時は、頭にマントを被り、この暗闇の時間が過ぎ去るまで眠りなさい。ただし、修道室からは出てはいけません。この誘惑に最もさらされやすいのは、知的な生活を送り、その歩みの中で信仰の慰めを求める人々です。それゆえ、この時間は心の揺らぎによって、彼らをとりわけ苦しめ、疲れさせます。これに続いてしばしば冒涇が生じ、時には復活への疑念や、我々が口にしてはならない他の何かが人に訪れる。肉体的な事柄に従事する者たちは、これらの誘惑から完全に自由である。彼らには、誰もが知る別の気落ちが訪れるが、その現れ方は、これらや類似の誘惑とは全く異なるものである。これを、戸口を出ることなく耐え抜く者は幸いである。もっとも、この闘いは一時間ですむものではない。また、恵みが再び訪れて魂に宿るのも、たちまちのことではなく、徐々にである。そして、誘惑の時もあれば、慰めの時もあり、それらが交互に訪れるのである。

**274.** 理にかなわない嫉妬深い人は、決して心の平安には至らない。そして、心の平安から遠ざかっている者は、喜びからも遠ざかっている。もし心の平安が完全な健康と呼ばれ、理にかなわない嫉妬が心の平安に反するものであるならば、それはすなわち、悪意ある嫉妬を抱く者が重い病に苦しんでいることを意味する。肉体の明らかな行いにおける無力さと無為に対する悲しみに満ちた心は、これらすべての肉体の行いにとって代わる。心の悲しみなき肉体の行いは、魂のない肉体と同じである。心で嘆き、自らの感情に自由を与える者は、肉体に苦しめられ、自分に有害なあらゆる食物を口にするとする者、あるいは一人息子がいるにもかかわらず、自分の手で少しずつその子を殺していく者に似ている。

**275.** 貞潔と女性との会話は、一軒の家に雌ライオンと羊が共にあるようなものである。神の前で憐れみのない行いは、父親の目の前で息子を殺すようなものである。海に投げ込まれた一握りの砂のように、あらゆる肉体の罪の墮落は、神の摂理と神の慈悲に比べれば取るに足らないものである。そして、水が豊富な泉が一握りの塵によって塞がれることがないのと同じように、創造主の慈悲は被造物の悪徳によって打ち勝たれることはない。恨みを抱きつつ祈ることは、海に種を蒔いて収穫を待つようなものである。炎が上へ昇らずにはいられないように、慈悲深い者たちの祈りもまた、天へと昇っていくものである。傾斜した場所を流れる水の流れがどのようなものであるか、それが、怒りの力が私たちの心に侵入したときの様子である。

**276.** 謙遜には、神への畏れによるものもあれば、神への愛によるものもあり、また喜びによるものもある。神への畏れによる謙遜な者には、常に、あらゆる面における慎み深さ、感情の節度、そして碎かれた心が伴う。謙遜な者たちの集いは、セラフィムの集いのように、神に愛さ

れている。神の前において、貞潔な体は、清いいけにえよりも尊い。この二つの美德——謙遜と貞潔——は、魂の中に聖三位一体への婚約の証を備えさせるのである。

**277.** 腹を戒めよ。しかし、視覚を戒めるようにしてはならない。なぜなら、内なる戦いは、疑いなく、外なる戦いよりも軽いからである。兄弟よ、肉体を善き秩序ある状態に整えずに、内なる思いを抑えることができるなどとは信じてはならない。敵よりも習慣を恐れよ。習慣を心に抱く者は、火に糧を与える者と同じである。もし習慣が一度何かを求め、その要求が満たされなければ、次にはその習慣は弱まっていることに気づくだろう。しかし、一度その意志に従えば、二度目にははるかに大きな力であなたに襲いかかってくることに気づくだろう。

**278.** 笑い好きで、人前に自分をさらけ出すことを好む者とは、友になってはならない。さもないと、その者はあなたに、怠惰に身を任せる習慣を教え込んでしまうだろう。誰かがあなたの前で兄弟を中傷し始めたら、顔を伏せなさい。そうすれば、神の前でも、その人の前でも、あなたは慎み深い者となるだろう。困っている者に施しをするなら、その施しに先立って、あなたの顔に喜びの表情を浮かべ、優しい言葉でその人の悲しみを慰めなさい。そうすれば、あなたの優しさは、その人の必要を満たす以上の施しよりも、その人の心の中でより尊く思われるだろう。あなたのあらゆる行いにおいて、肉体の節制と良心の清さが先立つようにせよ。それらがなければ、神の前ではいかなる行いも虚しいものとなるからである。

**279.** たとえあなたが迫害されても、迫害してはならない。たとえあなたが十字架につけられても、十字架につけてはならない。たとえあなたが傷つけられても、傷つけてはならない。たとえあなたが中傷されても、中傷してはならない。裁判に訴えることは、キリスト教徒の生き方ではない。キリストの教えには、そのことについての一言の示唆もない。喜ぶ者と共に喜び、泣く者と共に泣きなさい。これこそが清らかさのしるしだからである。病める者と共に病み、罪人と共に涙を流し、悔い改める者と共に喜びなさい。すべての人と親しく交わりつつ、心の中では独りであり続けなさい。

**280.** 誰をも非難したり、中傷したりしてはならない。たとえその人の生き方が極めて悪かったとしても。倒れている者の上に自分の衣を広げ、彼を覆ってあげなさい。人間の悪行を知らないために、私たちは修道室の扉から出てはならないのだと知れ。そうすれば、無知な心の中で、すべての人を聖なる者、善良な者として見ることができるだろう。もし肉体で労苦することができないなら、せめて心の中で悔い改めなさい。もし二日間断食できないなら、少なくとも夕方までは断食しなさい。もし夕方までさえできないなら、過食に気をつけなさい。もしあなたが平和の使者でないなら、せめて反乱を好む者にはなるな。もし友人を非難する者の口を塞ぐことができないなら、せめてその者と交わることには気をつけなさい。

**281.** もしあなたから火が出て、他の人々を焼き尽くすならば、神はあなたの手によって、あなたの火で焼かれた魂たちの報いを求めることを知れ。また、もしあなたが火を放たないとしても、火を放つ者に同意し、それを喜んでいるならば、裁きの時には、その者の共犯者として数えられることになる。この世の人々が歩むあらゆる道において、彼らは平安を見出すことはできない。神への希望に近づくまでは。心は、労苦や躓きから安らぎを得ることができない。希望が心に宿り、それを和らげ、喜びを注ぎ込むまでは。まさにその希望について、崇敬すべき御口はこう語られた。「疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう」(マタイ11:28)。知性の光は信仰を生み出し、信仰は希望の慰めを生み出し、そして希望こそが心を強めるのである。

**282.** 神の御子は十字架の苦しみを耐え忍ばれた。それゆえ、私たち罪人は、悔い改めに大胆に身を委ねることができる。心の悲しみは、あらゆる肉体の行いに代わるのに十分である。聖グリゴリウスはこう述べている。「神と一つになっている者こそが恵みの神殿であり、常に神の裁きについて思いを巡らせている」。至福のバシレイオスはこう述べた。「絶え間ない祈りは、魂の中に神についての明瞭な思いを生み出す。そして、私たちが自分の中に神への記憶を据えることは、神を私たちの中に宿らせることである」。こうして私たちは神の神殿となる。砕かれた心は、神における安息への準備となる。

**283.** 私たちが怠惰な時に得たものは、祈りの時に私たちに恥じ入らせる。節制は、仕事よりも人間を助ける。一方、放縦（心の放埒）は、（肉体の）安らぎよりも人間に害を及ぼす。安らぎから家庭内の争いが生じ、人を悩ませるが、人はそれを止めることができる。なぜなら、人が休息を捨てて、行いの場に戻るやいなや、これらの争いは彼から離れ、去っていくからである。しかし、放縦によって生じるものは、休息によって生じるものとは異なる。人が休息の間に自らの自由の領域にとどまっている限り、彼は再び戻って、自らの定めた規則に従って自分を律することができる。なぜなら、彼はまだ自らの自由の領域にいるからである。しかし、（快樂を伴う思考への）許しを自分に与えると、人は自らの自由の領域から外れてしまう。もし人が自己観察を完全に放棄していなければ、安らぎをもたらさないものに、無理やり、また不本意ながら従わされることはなかっただろう。

**284.** 人よ、自分の感覚のどれか一つにも自由を与えてはならない。そうすれば、再び自由へと立ち返ることが不可能になる事態を招くことになるからだ。安逸は若者にのみ害を及ぼすが、放任は老いた者や完成された者にも害を及ぼす。安逸の結果、邪悪な思考に陥った者であっても、再び自己観察へと立ち返り、高潔な生き方を確立することができる。しかし、ある事柄への期待から自己観察を怠った者たちは、高潔な生き方から引き離され、放蕩な生活へと囚われの身となってしまふ。

**285.** 何かにつまずいた時だけでなく、とりわけその過ちに固執してしまった時にこそ、私たちは悲しむべきである。なぜなら、つまずきは完全な者にも頻繁に起こるものだが、同じ過ちに固執することは、完全な心の曇りだからである。つまずいた時に感じる悲しみは、純粋な行いの代わりに、恵みとして私たちに与えられるのである。悔い改めを期待して、意図的に二度目の過ちを犯す者は、神に対して狡猾に振る舞っている。死がいつ襲ってくるか分からず、その者は、美德の行いを成し遂げると期待していた時を迎えることができない。

**286.** 感覚に身を任せた者は、皆、心にも身を任せたことになる。なぜなら、心の働きは、外的な感覚を束縛する鎖となるからである。もし誰かが分別をもってこの行いに取り組むならば、それは彼に現れる次の三つの徴候によって明らかになる。すなわち、彼は肉体の快樂に縛られず、美食を好まず、そして決して苛立ちを許さない。この三つが存在するところには、たとえ外見が非の打ち所がなくても、内面に真の秩序は存在しない。分別をもって肉体を軽んじることは、何もののにも縛られない心、安逸や人間的な愛着への無関心を生み出す。もし誰かが、喜んで進んで神のために不利益を受け入れるならば、その人は内面的に清いのである。自分に敬意を払う者を快く見ず、自分を辱める者に憤りを抱かない者は、この世においてすでに死んだも同然である。

**287.** 罪人を憎んではならない。なぜなら、私たち皆が責任を問われるからだ。もし神のために彼に立ち向かうなら、彼のために泣け。そもそも、なぜ彼を憎む必要があるのか。彼の罪を憎み、彼のために祈れ。そうして、罪人に対して怒ることなく、彼らのために祈られたキリストに倣うのだ。神の慈しみの宣教者となりなさい。なぜなら、神はあなたのような不適格な者を導いておられるからである。あなたは神に多大な負債を負っているにもかかわらず、神の裁きはあなたには見られない。そして、あなたが成し遂げたささやかな行いに対しても、神はあなたに大きな報いを与えてくださるからである。

**288.** 神を畏れよ。それは神への愛からであり、神に与えられた威厳ある御名ゆえではない。神を愛せよ。それはあなたが神を愛すべき義務があるからであり、将来神があなたに与えてくださるもののためではなく、私たちが現在受けているもの、そして神が私たちのために創造してくださったこの一つの世界のためである。当初、誰が神を説得して、私たちを存在へと導いたのか。私たちが神を思い起こさないとき、誰が私たちのために神に懇願しているのか。私たちがまだ存在しなかったとき、誰が私たちのこの肉体を命へと目覚めさせたのか。知恵の思いは、どこからして土の中に宿るのか。なんと計り知れない慈愛であろうか、私たちの罪深い性質を、再び再生へと導いてくださるのだ！ さあ、分別ある者たちよ、来て、驚嘆せよ。誰が、賢明で驚くべき知恵を持ち、私たちの創造主の慈しみにふさわしく驚嘆することができるだろうか？



**289.** 人がこの世をどれほど軽んじ、神への畏れをどれほど熱心に求めるかによって、神の摂理はそれだけ彼に近づく——そして人は密かに摂理の助けを感じ、それを理解するために清らかな思いが与えられるのである。もし誰かが自発的にこの世の恵みを自ら断つならば、その人がそれらを断つ度合いに応じて、神の憐れみがその人を伴い、神の慈愛が支えてくれる。一方、自発的な、すなわちすべてからの離脱によって真の命を得る力が弱い人々の魂については、神は不本意な苦難を通じて彼らを徳へと導かれる。それは、貧しいラザロの例に見られる通りである。神は、苦しみの中で神に叫び求める者の、苦しむ心に近くおられる。たとえ時に肉体の欠乏やその他の苦難にさらされることがあっても、主は、その苦しみにおける苦痛の激しさに見合うほど、苦しむ者の魂に対して偉大な慈愛を示されるのである。

**290.** もし、キリストへの愛への渴望が、キリストへの喜びによって、あらゆる苦しみの中で無情でいられるほどまでに、あなたの中で勝利を収めていないならば、キリストよりもむしろこの世があなたの中に生きていることを知れ。病気、貧困、肉体の衰弱、あるいは肉体に害を及ぼすことへの恐れが、あなたの心を乱し、あなたが抱く希望の喜びや、主に喜ばれるよう努めることからあなたを引き離してしまうほどであるならば、あなたの中に生きているのは肉体であり、キリストではないことを知れ。端的に言えば、あなたの中で何に最も強く執着しているか、それこそがあなたの中に生きているのだ。もしあなたに必要なものが欠けることなく、体も健やかで、何ものにも恐れを抱かず、その状態でキリストのもとへ清く歩むことができると言うなら、あなたは精神が病んでおり、神の栄光を味わうことを失っているのだと知れ。

**291.** たとえあなたが、「肉体が誘惑や苦難の中で打ちのめされているとき、その精神が弱さを完全に超越した人間など一人もいなかった」と言い、また「キリストへの愛によって精神の悲しみを打ち勝った人間など一人もいなかった」と言ったとしても、——私はあなたに殉教者たちのことを思い起こさせてあげよう。そして、キリストの愛の力に支えられた彼らの忍耐が、いかに大きな悲しみや肉体の病に打ち勝ったかを見てほしい。そのような不屈の精神を示したのは彼らだけではない。真の神を知らなかった哲学者や異教徒の中にも、驚くべき勇気の力を示した者たちがいた。そのうちのひとり、沈黙を守ることを自らの掟とし、明らかな死の危険に直面しても、この決意から決して退かなかった。また、ある者は肉欲を完全に踏みにじり、ある者は中傷を平然と耐え忍び、ある者は苦しみなく残酷な病に耐え抜き、さらにある者は苦難や大いなる災いの中で忍耐を示した。もし彼らが、空しい名誉や希望のためにこれらに耐えたのであれば、神との交わりに召された私たち修道士は、なおさら耐えなければならないのではないだろうか。

## 第Ⅲ巻

### 序文

ロシア語版『ドブトロリュピイア』の第3巻をここに紹介する。ここに収録された記事のほぼすべては、ギリシャ語版『ドブトロリュピイア』から引用されたものである。追加されているのは、聖マリア・エジプトの指導者であったアバ・ゾシマの対談と、聖マクシムス・殉教者の著作からの「修道者の言葉」のみである。これらは以下の順序で収録されている：

1. フォティカの主教、至福のディアドコスによる、100章からなる修道者の言葉。その冒頭には、主要な美德の最終段階に関する10の定義が置かれている。
2. カルパフスの聖ヨハネによる、慰めと諭しを込めた100章。
3. アッバ・ゾシマの対談集。

4. 聖マクシムス・殉教者——a) 問答形式の修道説教。b) 愛に関する400章。c) 彼の700章の中から選ばれた、観想的および実践的な章。

5. ファラシオス尊者による400の章——愛、節制、そして霊的生活について。

6. 聖テオドロス、エデスの司教——魂に有益な100の章。

7. ある別のテオドロスによる——瞑想的な教訓の言葉。

8. アッベ・フィリモンに関する極めて有益な物語。

9. 聖テオグノスト——活動的な生活と瞑想的な生活について、75章。

10. シナイのフィロフェイ聖人——節制に関する40章。

11. イリヤ長老による『花園』。HTML版編集者注(2005年)『ドブトロリュピエ』第2巻から第5巻までの本文は、現代のロシア語の綴りや発音に近づけるよう編集されています。聖書からの引用は変更せずに残されています。その内容は、必要に応じて新ロシア語版旧約聖書および新約聖書を参照して確認することができます。また、「mip」(社会、時には被造物としての宇宙全体)、「мир」(安らぎ、調和、一致、調和)、「μνρο」(聖なる塗油のための芳香剤)という語の綴りの違いも、変更せずに残されている。

## イリュリアのエピロス地方フォティカの司教、至福のディアドコス

### イリリアのエピロスにて

#### 彼に関する簡単な紹介

聖ディアドコスの出自や、司教に就任するまでの初期の生涯については、何も知られていない。しかし司教として、彼は聖なる生活と極めて賢明な教えによって名声を博した。アフリカのウティカの司教ヴィクトルは、自身が約490年に著した『ヴァンダル族の迫害史』(Migne Patrol. Lat. t. 58)の序文において、自らをその弟子と称し、自身の榮譽としてこの称号を用いているほか、「この至福のディアドコスは、教義およびキリスト教の生活に関する正統な教義の記念碑を極めて多く残したため、あらゆる称賛をもって称えられるにふさわしい」と付け加えている。」——このことから、彼が5世紀後半に活躍し、おそらくその世紀の終わりまであと少しのところで亡くなったと結論づけなければならない。これは、エピロス地方の司教たちが皇帝レウス(457-473)に送った書簡に彼の署名も記されていることから推測できる。彼の生涯に関するその他の事情は不明である。彼の著作のうち、現在知られているものは以下の通りである：a) 2つの説教——1つは主の昇天に関するもので、神の御言葉の受肉に関する正統的な教義を説いたものであり、もう1つはアリウス派に対する反論である；b) 霊的生活に関する100章からなる修道論、その冒頭には、主要な美德の究極の完成形に関する10の指針が記されている。これらの著作について、エルサレム総主教ソフロニオスは、モノフェリテ派に対する回勅(『フォティオス書誌』第231章)の中で言及しており、聖マクシムス・殉教者も度々彼を引用している。我々の叢書に収録した彼の修道に関する章について、至福のフォティオスは次のように述べている。「この書(すなわち100の章)は、修行に励む者たちにとって極めて有益であり、長年の修練を通じて完全性へと導く行いの熟達を得た者たちにとっても、不明確な点は何一つない。なぜなら、そのような場合、経験によって得られた知識は、この書が提示する教えの軌跡に容易に追従するからである。」一方、『ギリシャ語版「慈愛」』の編纂者たちは、この著作の序文において次のように述べている。「私たちの聖なる父ディアドコスは、行いにおいて賢明であり、観想において明晰な人物であった。これは、彼が長年の経験と、自らの心の神聖な高みから霊的な知恵を汲み取り、見事に著した、今に伝えられているこの言葉から、望む者なら誰でも知ることができる。彼はこれを百の章に分け、その各章において、切望される美德の最も深遠な奥義を細心の注意を払って明らか

にし、さらに、聖書の頻繁な引用と、信仰によって啓発された理性の洞察をもってそれらを彩っている。この著作において、彼は、後に続くすべての禁酒者たちや神を宿す教父たちのために、あらゆる美德と結びついた聖なる禁酒に関する模範的な教えを残したと言えるでしょう。それゆえ、彼らのうち非常に多くの者が、これらの章を真理への最も確かな指針として参照し、節制に関する自らの著作の中で、そこから逐語的な引用を引用していることがわかるだろう。アンドロニコス・パレオロゴス帝の時代に開かれた公会議の後、テッサロニキのグリゴリオスとシメオン、シナイのグリゴリオス、至聖カリストス、そして他の多くの人々がそう行い、それによって彼の教えの非の打ち所のないことを証ししたのです。聖教会は、修道生活において輝かしい功績を残したすべての聖人たちと共に、聖ディアドコスを「チーズの土曜日」に記念している。この日の礼拝において、第2の賛歌では次のように歌われる。「私は、エウスタフィオスおよびユウェナリウスという偉大なる父たちと共に、ディアドコスを讃える。」

### 至福のディアドコスによる、主要な美德の究極の限界、すなわち完全性の頂点についての示唆

1. 信仰の完成の極、すなわち頂点は、心が神に無執着に没入することである。
2. 希望の極みとは、心のかねてより待ち望む恵みへと向けることである。
3. 忍耐の極限とは、目に見えないものを、あたかも見えるかのように知性の眼で捉え、揺るぎなく忍耐を貫くことである。
4. 無欲の極みとは、他者が所有することを望むのとは異なり、所有しないことを望むことである。
5. 知性の極致とは、神への熱狂（あるいは全き傾倒）のさなかに、自らを自覚しないことである。
6. 謙遜の極み——自らの善行を断固として忘れること。
7. 怒りを抱かないことの極み——怒らないという強い願い。
8. 清らかさの極み——絶えず神に寄り添う心。
9. 愛の極みとは、自分を侮辱し、中傷する者たちに対する友愛の心を増し加えることである。
10. 神を甘美に味わうことにおける完全な変容の極み——死の悲しみを喜びと見なすことである。

### 百の章に分けられた修道者の言葉。各章は、霊的な知識と考察に満ちた実践的な内容である

1. 精神の霊的観想に先立って、指導者のように先導すべき三つの美德について。<sup>78</sup>  
兄弟たちよ、霊的な観想においては、信仰、希望、そして愛——とりわけ愛——が先導すべきである。なぜなら、信仰と希望の二つは、目に見える恵みを軽んじることを教えるだけであるが、愛は美德を通じて魂そのものを神と結びつけ、知的な感覚によって不可視なる神を悟らせるからである。
2. 人はいつ、どのようにして善となるのか。  
本質的に善なるものは唯一の神である。しかし、人間もまた、善き徳を熱心に追求することによって善となることがある。すなわち、本質的に善なるお方によって、本来持たない性質へと変容させられるのである。魂が善を熱心に追求することにより、自らの力によってそれをどれほど切望し、積極的に追い求めるかに応じて、神において実在するようになる時、「天におられるあなたがたの父が善であり、憐れみ深いように、あなたがたも善であり、憐れみ深くなれ」（ルカ6:36、マタイ5:48）と記されているからである。
3. 罪はいつ、どのようにして始まるのか。

<sup>78</sup> これらの見出しはギリシャ語原文にはない。ラテン語の翻訳者が考案したものである。これらが聖ディアドコスの至高の教えの理解と記憶に大いに役立つと考え、彼からこれを借用する（*Patrologia Graeca*, Migne, t. 65）。

悪は自然界には存在せず、本質的に悪である者もない。なぜなら、神は悪なるものを何一つ創造されなかったからである。しかし、誰かが心の欲望によって悪の姿を自らの中に取り込むとき、それは自然界には存在しないにもかかわらず、そうする者が望んだ通りの姿で存在し始めるのである。だからこそ、神を絶えず心に留めつつ、悪への日常的な誘惑に耳を傾けてはならない。なぜなら、自然界に存在する善は、習慣を通じて外部から自然界に入り込む悪よりも強力だからである——善は本来存在するが、悪は存在しないからである——ただし、それが行われる場合を除いては。

4. 私たちはいつ、どのようにして、神の似姿となることに至るのか。

私たち人間は皆、神の像に造られている。しかし、神に似るということは、大きな愛によって自らの自由を神に捧げた者たちだけの特権である。なぜなら、私たちが自分自身のものではなく、自分自身を拒絶するとき、私たちは、その愛によって私たちを御自身と和解させてくださった方と似通うようになるからである。——しかし、自己満足的で自己中心的な生活の誘惑に心を奪われないよう、自らの魂を説得できなければ、誰もこれを達成することはできない。

5. 意志が常に善のみに向くようにするにはどうすればよいか。

自己支配とは、理性的魂の自由意志であり、望むものなら何にでも進んで向かうものである。常に善き思いによってあらゆる悪しき考えを根絶し続けるならば、その自由意志を善のみに向ける準備が整うのである。

6. 真の洞察の光とは何か、

また、心の中でこの光を活用させるものは何か。

真の知恵の光とは、善と悪を間違いなく区別することである。そしてその時（すなわち、そのような区別があり、それに基づいて人生そのものが整えられているとき）、正しい道は、心を真理の太陽である神へと高め、その無限の精神的な啓蒙へと導く——まるで、ついに唯一の愛を大胆に（信仰と希望をもって）求めた者のように。正しいものは、それを貶め、踏みにじる者たちの手から、怒りを伴わない熱意をもって取り戻さなければならない。なぜなら、敬虔さへの熱意は、（怒りに満ちた）憎しみによってではなく、（愛に満ちた）非難と説得によって勝利を収めるからである。

7. 霊的な言葉がもたらすものについて——そして、

愛の働きが、神についての対話を軽やかで豊かなものにすることについて。

霊的な言葉は、知性的な感覚に満足のいく確信をもたらす。なぜなら、その言葉は愛の働きによって神から発せられるからである。それゆえ、私たちの心は苦労や重荷を感じることなく、神学的な思索の波に乗って動き、明るい思索の痛ましいほどに乏しい状態や、心を悩ませるような不足に悩まされることはない。この状態において、それは愛の働きが望む限り、広大無辺な観想の中を自由に漂うのである。神について語る際には、常に信仰をもって、愛によってもたらされる知的な啓発を期待することは、実に良いことである。なぜなら、神を抜きにして神について論じようとする時ほど、知性が貧しい状態はないからである。

8. 神聖な事柄について語り始めるのにふさわしい時。

霊的に啓発されていない者が霊的な黙想に手を出すべきでないのと同様に、聖霊の恵みに豊かに照らされている者も、それらについて語り合うべきではない。なぜなら、前者においては、明るい思索の乏しさが心を知の闇に包み込むのに対し、後者においては、その豊かさゆえに語ることが許されないからである。この時、魂は神の愛に酔いしれ、主の栄光を黙して味わいたいと願うからである。したがって、神について語る言葉（神に関する対話）には、霊的な高揚が適度なバランスを保っている時に取り組むべきである。なぜなら、そのような節度こそが、魂に（目に見えない霊的な対象を正確かつ明瞭に描き出す）栄光に満ちた言葉のイメージをもたらすからであり、その一方で、切望される霊的な啓示は、語る者の信仰を養い、教えを受ける者が、愛から湧き出る知識の実を真っ先に味わうようにするからである。「働く者は、まずその実を味わうべきである」（Ⅱテモテ 2:6）。

9. 知識の賜物と知恵の賜物について、

それぞれがどのように啓発し、どのように得られるかについて。

唯一の聖霊には、他のすべての神聖な賜物と同様に、知恵と知識の賜物がある。しかし、これらの賜物のそれぞれは、他のすべての賜物と同様に、独自の働き（エネルギー）を持っている。それゆえ、使徒は、ある人には知恵が与えられ、ある人には啓示が与えられると証言している（Iコリント12:8）。幻視は、経験的（実感的に）魂を神と結びつけるが、これやその他の霊的な事柄について語り合うよう魂を駆り立てることはない。それゆえ、知恵を重んじて隠遁生活を送る者の中には、知恵によって感覚が啓発されているにもかかわらず、神聖な事柄について語ろうとはしない者もいるのである。一方、知恵は、もし神への畏れによる啓示と共に誰かに与えられることがあれば（これは稀なことだが）、愛をもって幻視の最も内なる働き（エネルギー）を明らかにする。というのも、幻視は通常、内なる働きによって啓発するが、知恵は言葉によって啓発するからである。これらは次のようにして得られる。知識は、完全な無憂無慮の状態で祈りと深い沈黙によってもたらされる。一方、知恵は、御霊の言葉に対する虚栄心のない探究、とりわけ、すべてを与える神の恵みによってもたらされる。

10. 魂が葛藤しているときは、沈黙を守るべきである。

そして心が落ち着いたら、会話を広げ、

ただし、謙遜な知恵をもって心を律しつつ。

魂が怒りに駆られて情欲に立ち向かうときは、その時こそ沈黙すべき時であることを知るべきである。なぜなら、それは戦いの時だからである。しかし、その動揺が、祈りによってであれ、施しによってであれ、鎮まったのを見たら、その時は、神聖な言葉を語りたいという愛の衝動に身を委ねてもよい。ただし、謙遜という束縛で心の翼を抑制しつつあるべきである。なぜなら、もし誰かが極度の自己卑下によって自らを謙遜にしないならば、神の偉大さについてふさわしく語ることなどできないからである。

11. 霊的な言葉は虚栄へと導かず、

しかし、世俗の知恵の言葉は、虚栄へと導く。

なぜ、両者は異なるのか。霊的な言葉は、魂を虚栄から守ってくれる。なぜなら、魂のあらゆる部分を霊的な光の豊かさで満たすことで、魂が人間からの名誉を一切必要としないようにするからである。それゆえ、それは常に心を空想にふけることなく保ち、そのすべてを神の愛に浸らせるのである。一方、世俗の知恵の言葉は、常に人を名声への執着へと誘う。なぜなら、それは感覚に、それ自体から来る恵み（心を満たすようなもの）を実際を感じさせることはできず、その代わりに、それ自体が虚栄心のある人々によって生み出されたものであるため、その信奉者たちに人間からの称賛への愛を与えるからである。私たちが話す必要のない時間を、心配事のない沈黙の中で、神への温かな思いにふけて過ごすならば、神の霊的な御言葉のこのような性質を、私たち自身も間違いなく知ることができるだろう。

12. 自己愛と神への愛について――

また、自己愛と神愛に特有の性質について。

自分を愛する者は、神を愛することはできない。しかし、神の愛のあふれる豊かさゆえに自分を愛さない者こそ、真に神を愛する者である。そのような者は、もはや決して自分の栄光を求めず、常にただ神の栄光のみを求める。なぜなら、自己愛に満ちた者が自然に自らの栄光を求めると同様に、神を愛する者もまた自然に、その創造主の栄光を求め、愛するからである。神を愛する魂、すなわち神の御心で満たされた魂には、自らが行うすべての戒めを全うする中で、ただ神の栄光のみを求め、自分自身に関しては、謙遜に喜びを見出すことがふさわしいのである。なぜなら、神にはその偉大さゆえに栄光がふさわしく、人には謙遜がふさわしいからである。それによって、私たちは神に近づくことができる。もし私たちもそうしたいと願うなら、聖ヨハネ・バプティスタの模範に従い、主の栄光を喜びながら、絶えずこう言い続けるべきである。「あの方は高められるべきであり、私たちは低くなるべきである」（ヨハネ 3:30）

13. いつ、またなぜ、

ある人が、神を深く愛しているにもかかわらず、



まるでそうしたいと願っているかのように思えるのに、実際には神を深く愛している場合がある。

私はある人物を見た。彼は、自分が望むほどに神を愛していないと嘆き、泣き続けていた。しかし実際には、神を深く愛しており、ただ神だけが自分の中で栄光を受け、自分自身が無に等しい存在となることを切望する、燃えるような願いを絶えず心に抱いていたのである。そのような人は、自分が何者であるかを悟っておらず、自分に向けられる称賛そのものでさえも喜びとは感じない。なぜなら、謙遜への強い渴望の中で、彼は自分の尊厳を理解しておらず、律法が司祭たちに命じるように神に仕えつつ、神を愛する強い志によって、自分の尊厳への記憶を薄れさせ、神への愛の深みの中に、謙遜の精神をもって、本来備わっている称賛を隠し、謙遜への強い渴望ゆえに、自らの思いの中で常に、自分に対して何の価値もない奴隷のように見えるようにしているのだ。このように行動するならば、私たちもまた、私たちをこれほどまでに愛してくださった主への愛の限りない豊かさのために、あらゆる名誉や栄光を避けるべきである。

#### 14. 心の奥底で神を愛する者について、

また、その者が、自己への愛を完全に捨て去ることで、  
神への熱烈な愛に至るのか。

心の奥底で神を愛する者は、神に知られている。なぜなら、心の奥底で神への愛を受け入れる者は、その分だけ自らも神の愛の中に留まるからである。なぜならば、そのような者は、ある種の強い熱意をもって、知性における啓発を渴望することをやめず、それに向かってこれほどまでに熱心に突き進むため、時には自らの骨の力が完全に枯渇したかのように感じ、もはや自分自身を認識できなくなるほどであり、神への愛によって完全に変容し、その愛に飲み込まれてしまうからである。そのような者こそ、この世にありながら、もはやこの世にない者である。なぜなら、まだ自らの肉体の中に留まりつつも、愛の力による魂の動きによって絶えず神へと向かい、神のもとで不思議な受け入れられ方をしているからである。なぜなら、心の中で尽きることのない愛の炎が絶えず燃え盛っているため、彼は必然的に心から神に固く結びつき、この神への愛の力によって、自己愛から完全に離脱しているからである。「もし私たちが驚いているなら、それは神に対してであり、もし私たちが節制しているなら、それはあなたがたに対してである」（Ⅱコリント5:13）。

#### 15. 人が隣人を愛し始めると、

なぜ肉的な愛はすぐに枯渇してしまうのか、  
霊的な愛は決して尽きることがないのか。

誰かが神への愛を豊かに感じ始めたとき、その人は霊的な感覚の中で隣人も愛し始め、一度愛し始めれば、決してやめない。これこそが、聖書全体が語る愛である。肉的な愛は、霊的な感覚と結びついていないため、たとえ些細なきっかけが訪れただけでも、非常に簡単に消え去ってしまう。しかし、霊的な愛はそうではない。たとえ何らかの苦しみを受けることがあっても、神の御影響下にある神を愛する魂においては、愛の絆は断たれることはない。神への愛の温もりに身を包むや、直ちに穏やかな心境へと立ち返り、たとえ相手から少なからぬ侮辱を受けたり、大きな損害を被ったりしたとしても、大きな喜びをもって隣人への愛を受け入れる。なぜなら、その時には、不和の苦味が神の甘美さによって完全に飲み込まれてしまうからである。

#### 16. 心の奥底にある神への愛について、

それがどのようにして得られるかについて。また、  
また、神への清めの恐れを伴わない完全な愛、および  
不完全な愛、すなわち清めの恐れと結びついた愛について。

まず心の奥底で神への畏れを育まなければ、誰も心から神を愛することはできない。なぜなら、魂は、神への畏れの働きによって清められ、柔らげられた後に初めて、真の愛に至るからである。しかし、この世のあらゆる心配事から解放されなければ、誰も神への畏れ、そしてそこから生まれる実りへと至ることはできない。なぜなら、心が完全な静寂と無憂無慮の中で安らぐとき初めて、神への畏れが救いをもたらす働きを始め、強い感覚をもってあらゆる地上の重荷か



ら心を清め、それによって全善なる神への完全な愛へと導くからである。したがって、畏れは、まだ清められつつある義人たちに属するものであり、彼らには中程度の愛が備わっている。一方、完全な愛は、すでに清められた者たちに属するものであり、彼らには畏れがない。なぜなら、「完全な愛は恐れを追い出す」からである（Iヨハネ4:18）。これら両者は、聖霊の働きによって徳を修めている義人たちにのみ見られる。それゆえ、聖書には「神を畏れよ、その聖なる者たちよ」（33:10）とあり、また「主を愛せよ、その敬虔な者たちよ」（詩篇30:24）、——と記している。これは、神への畏れが、まだ清められつつある義人たちにのみ固有のものであり、前述の通り中程度の愛を持つ者たちのものであるのに対し、すでに清められた義人には完全な愛が固有のものであることを、私たちに明確に理解させるためである。彼らの中にはもはや恐ろしい思いは一切なく、聖霊の働きによって、ただ絶え間ない熱意と、神への魂の固い結びつきのみが存在する。預言者が言うように、「わが魂はあなたに固くすがり、あなたの右の手がわたしを受け入れてくださる」（詩編62:9）。

17. 病んだ魂が、神への畏れによってどのように癒やされ始め、

また、愛によってどのようにして徐々に完全な健康へと導かれていくのか。

体に生じた傷は、適切に洗浄し、準備をしなければ、医師が投与する薬の効果を感じることができない。しかし、洗浄されれば、薬の効き目を感じ、それによって完全な治癒に至る。それと同様に、魂も、怠惰なままであり、快樂への執着という癪病に覆われている限り、たとえ誰かが絶えず神の恐ろしく、洗い流すことのできない裁きについて説き明かしたとしても、神への畏れを感じることはできない。しかし、自分自身に完全に注意を向けることによって浄化され始めると、そのとき初めて、ある種の生ける薬のような神への畏れを、まるで火の中にいるかのように、非難の言葉によって焼き尽くされるかのように感じ始める。こうして少しずつ浄化されていき、ついに完全な浄化に達するのだ。この際、彼女の中に愛がどれほど注がれるかによって、それと同じだけ恐れは薄れていき、やがて完全な愛に至る。その愛の中には、すでに述べられたように、恐れはなく、神の栄光によってもたらされる完全な無情がある。それゆえ、私たちにあって、絶え間ない称賛の源となるのは、まず神への畏れであり、そして最終的には愛、すなわちキリストにおける完全さの律法の充満であってほしい。

18. 世俗の心配事に縛られた魂は、神を愛することも

、ましてや自らの置かれた状況を正しく判断することさえできない。

この世の心配事から解放されない魂は、神を心から愛することも、悪魔をふさわしいように忌み嫌うこともできない。この世の生計への配慮は、重い覆いのようにその魂に重くのしかかり、その心は、この世の裁きについて自らの内なる判断を確立することができず、自分自身の中で（良心の）誤りのない裁きの判決を明確に聞くことができない。だからこそ、あらゆる手段を尽くしてこの世から離れることが必要なのである。

19. 清らかな魂に特有のものは何か。

清らかな魂には、嫉妬のない言葉、悪意のない熱意、そして主の栄光に対する絶え間ない配慮が備わっている。そうして（魂が清らかであるとき）、心は（天秤の皿が定まるように）自らの皿を正しく定め、最も清らかで賄賂を受け入れない法廷においてのように、あらゆる事柄に対する判断において冷静さを保つのである。

20. 信仰と行いを結びつけ、行いと信仰を結びつけることが必要である。

行いのない信仰も、信仰のない行いも、同様に認められることはない。信者は、自らの信仰を証明するために、主に行いを捧げなければならない。私たちの父アブラハムも、その信仰の果実である息子を神へのいけにえとして捧げなければ、その信仰は義とみなされなかったであろう。

21. 行いのない信仰とはどのようなものであり、愛をもって働く信仰とはどのようなものか。

神を愛する者は、心から信じ、信仰に基づく行いを敬虔に成し遂げる。しかし、ただ信じるだけであり、愛の中に留まらず、また、持っているように見えるその信仰そのものさえも、実

際には持っていない。彼は、ある種の気楽な心持ちで信じているだけで、その内には、彼を一つに定めてくれる、栄光に満ちた愛という確かな基準を持っていない。ただ「愛によって働く信仰」（ガラテヤ5:6）こそが、美德の偉大な頂点である。

## 22. 信仰の深さを好奇心から探求すべきではない。

信仰の深さを探求する者は、思いの波に翻弄される。一方、純真な心持ちでそれを静観する者は、甘美な内なる静寂を味わう。信仰の深さは、忘却の水であるため、好奇心に駆られた思いでそれを覗き込んだり、見極めようとしたりすることを許さない。さあ、私たちは心の純真さをもってこの水の上を漂い、そうして神の御心の岸边へとたどり着こうではないか。

## 23. 魂が、心の感覚や味わいによって

天の恵みの香りを感じできないとき、たとえそれを強く望んでいたとしても。

自分自身を裁く者とならなければ、誰も心から愛したり信じたりすることはできない。なぜなら、私たちの良心が自らの告発によって動揺しているとき、心は至高の恵みの芳香を感じることを許されず、直ちに疑念によって二分されてしまうからである：これまでの信仰体験により、温かい感動をもってそれらを切望して向かうものの、すでに、私が述べたように、非難する良心の頻繁な呵責ゆえに、心の感覚でそれらを愛情を込めて受け止めることはできなくなってしまう。しかし、もし私たちが最も温かい祈りと注意をもって自らを清めれば、再びこの切望する恵みを享受することができ、神における経験に裏打ちされた、さらに深い味わいを伴うものとなるだろう。

## 24. 肉的な感覚と霊的な感覚の二種類について、そしてどのようにして

霊的な感覚を天の恵みを味わうために喚起すべきかについて。

目に見える恵みへと、肉的な感覚が私たちを無意識のうちに引き寄せるのと同様に、目に見えない恵みへと、通常は知的な感覚——すなわち霊的な感覚が、神の慈愛を味わうとき、私たちを導くのである。万物は己に似たものを渴望する。魂は、無形であるゆえに、天の恵みを、そして肉体は、土から生まれたものであるゆえに、地上の快樂を渴望する。したがって、労苦によってこの鈍った肉体を洗練させれば、我々は間違いなく、非物質的なものを体験的に味わう境地に達するであろう。

## 25. 魂の感覚は、その働きにおいて、かつては

無垢の状態において一つであった。墮落によってそれは二分されたが、聖霊の恵みは、それを再び統一の単純さへと導き戻す。

自然な感覚が一つであるということは、聖なる知恵の働きそのもの（恵みによって啓発された理性）が私たちに教えてくれる。アダムの子によって、それは二つの働きに分かれたが、聖霊によって再び一つとなり、単純なものとなる。しかし、これを自らの内に見出すことができるのは、未来の恵みを待ち望み、この世の恵みを喜んで捨て去り、節制によって肉体の感覚のあらゆる欲望を枯渇させる者たちだけである。なぜなら、そのような者たちにおいてのみ、心は完全な無憂無慮ゆえに、健全かつ生き活きとその働きを成し遂げ、感覚をもって言葉に尽くせぬほどに神の恵みを味わい、同時にその成長に応じて喜びを肉体にも伝え、愛という計り知れない言葉によって、告白を通じてその喜びを表明し、こう言うのである。「わが心は主を待ち望む。主はわたしを助け、わが肉体は栄え、わたしは喜んで主に告白する」（詩編27:7）。この場合、魂と肉体に生じるこのような喜びは、永遠に朽ちることのない命についての、偽りのない思い起こしである。

## 26. 心を動揺させずに保つ必要がある。

思いが神から来るものか、悪魔から来るものかを正しく見分けるためである。

修行者は常に、自分の思考が迷わないよう注意を払わなければならない。そうしてこそ、心に浮かぶ思いを見極め、善きものや神から遣わされたものを記憶の宝庫に蓄え、不適切なものや悪魔的なものを自然の器から追い出すことができるのである。海もまた、静まり返っているときは、漁師たちにはその最深部まで見通せるため、そこで動く生き物のほとんどすべてが彼らの目から隠れることはない。しかし、風が吹き荒れて波立つと、心地よい静けさの中で惜しみなく

見せていたものが、その透き通らない濁りの中に隠されてしまう。そのため、その時は、漁の策略を練る者たちの技も役に立たなくなる。これと同じことが、思索的な精神にも起こり得る。とりわけ、魂の深みが不当な怒りに揺さぶられる時にはなおさらである。

#### 27. なぜ、自らの過ちを完全に理解し、

そして、それを達成するために何が必要なのか。

自らの過ちをすべて正確に把握し、その心が決して神を想うことから離れることのない者は、ごくわずかである。私たちの肉眼は、健康な時には、空を飛ぶごく小さな蚊やハエに至るまで、すべてをはっきりと見ることができます。しかし、ほこりが積もったり、何か湿ったもので覆われたりすると、大きく、常に目に入るものは、たとえかすかにでも見えますが、小さなものは視覚では全く捉えられなくなります。それと同様に、魂もまた、自己への注意によって、世俗への愛から生じる曇りを追い払うとき、自らの小さな過ちを極めて大きなものとして重んじ、深い感謝を込めて涙に涙を重ね、そのことを深く悔い改める——「義人はあなたの御名を告白する」（詩編139:14）と記されているように、しかし、世俗的な気質に囚われているときは、たとえ殺人を犯したり、その他の罰に値する行いをしたりしても、それほど深く感じず、他の過ちには全く気づくことさえできず、しばしばそれらを美德とさえ見なし、熱心に擁護することを恥じもしない、哀れな者である。

#### 28. 聖霊がどのようにして魂を清めるか、そしてそのために私たちが何をすべきか。

心を清めるのは、聖霊のみが成し遂げられる業である。なぜなら、もしこの「より強い方」が来られず、その捕食者を捕らえて縛り上げなければ（ルカ11:22）、彼に奪われたものは決して解放されることはないからである。それゆえ、あらゆる美德、とりわけ心の平安をもって、自分の中に聖霊を安らげ、常に輝き続ける知性の灯を自分の中に持つべきである。なぜなら、聖霊が絶えず魂の奥底で輝いているとき、悪魔のささやきは、たとえ些細で曖昧なものであっても、心の中で明らかになるだけでなく、その聖なる輝きによって暴かれ、無力かつ不安定なものとなるからである。それゆえ、使徒は「御霊を消してはならない」（1テサロニケ5:19）、すなわち、悪行や悪意によって聖霊の恵みを「冒涇してはならない」（エフェソ4:30）と語っているのです。そうすることで、万物を打ち勝つそのの灯を失うことのないようにするためです。なぜなら、永遠に存在し、命を与える御霊は、それによって消え去るわけではないが、御霊を悲しませること、あるいはむしろ御霊を遠ざけることは、私たちの心を頑なにし、知識の光から遠ざけてしまうからである。

#### 29. 罪以前の魂の調和について

、および罪によって生じるその分裂について——また、不合理な欲望が

理性的であるものと調和することについて。

私が述べたように、魂における自然な感覚は一つである[なぜなら、よく知られている五つの肉体的感覚は別物であり、それらは、至聖にして人を愛する神の御霊が私たちに教えておられるように、身体の必要に奉仕するものであるからである]。しかし、それは今や、悪への傾き——不従順によって理性に付着してしまったもの——のために、魂の動きの現れにおいて二つに分かれている。なぜなら、それは時に魂の情欲的な部分に引き寄せられ——それによって私たちはこの世の恵みに甘美な共感を抱く——、また時にはその理性的で思索的な動きに共鳴するからである。というのも、私たちが節制を保つとき、私たちの心は渴望をもって天の美へと向かうからである。もしそれゆえに、私たちがこの世の恵みを軽んじる習慣を身につけるならば、ついに、私たちの中に住まわれる聖霊との交わりによって、魂の地上的欲望を、その理性的な心構えと調和させることができるでしょう。なぜなら、もし御神性が私たちの心の奥底を力強く照らし出さなければ、私たちは分かつたれぬ感覚、すなわち魂の全き傾きをもって、天の恵みを味わうことはできないからです。

#### 30. 真の慰めと偽りの慰めは、いつ、どのようにして知性の感覚によって区別されるのか。

知性の感覚とは、霊的な事柄を正しく見分けるその「味覚」である。私たちの肉体の味覚が、健全な状態において、良いものと悪いものを間違いなく区別し、心地よいものを望み（不快なものからは遠ざかる）のと同じように、私たちの心もまた、良い心持ちで、つかの間の事柄を全く気にかけずに働き始めるとき、神聖な慰めを豊かに感じ取り、それに反する何ものにも少しも惑わされることはない。なぜなら、肉体が地上の甘美さを味わうことによって、この感覚において誤りのない経験を積むのと同様に、心もまた、肉体的な思索を超越したとき、聖霊の慰めを偽りなく味わい、見分けることができるからです。聖書の言葉にあるように、「味わって、主がいかに良き方であるかを知れ」（詩編33:9）とあり、愛の働きによってこの味わいを忘れがたい記憶として留め、聖使徒の言葉にあるように、より良いものを間違いなく見分けることができます。「また、このことについて祈ります。すなわち、あなたがたの愛が、知恵とあらゆる感情においてますます豊かになり、あなたがたが最善のものを試みることができるように」（フィリピ1:9）。

31. 安らぎの眠りの間にサタンがもたらす偽りの慰めについて、

また、心がイエスの御名を温かく呼び求めることによってそれを打ち消し  
サタンそのものを退散させるかについて。

心が聖霊の恵み深い慰めを感じ始めると、その時、サタンもまた、夜の安らぎのさな、ある種の極めて微細な眠り（あるいは入眠）の瞬間に、一見甘美な感覚という形で、自らの慰めを魂に注ぎ込むのである。もしその時に、心が主イエスの聖なる御名を最も温かく心に留め、誘惑に対する確かな武器として、この至聖にして栄光に満ちた御名を用いるならば、その悪辣な誘惑者は即座に退散するが、その代わりに、ついに自らの姿（思考ではなく）をもって魂に対して戦いを挑んでくる。このように、心は悪しき者の欺瞞的な誘惑を正確に見抜くことで、霊的な事柄を見分ける能力をますます高めていくのである。

32. 魂への良き慰めについて、それが覚醒状態にあるときであれ

、あるいは眠りによって安らぎを得ている時にもたらされる魂への良き慰めについて、また、サタンが

が睡眠中に、偽りの慰めをもって魂を惑わそうとするかについて。

真の慰めは、肉体が覚醒しているとき、あるいは眠りに落ちるときに訪れるものであり、そのとき人は神を温かく思い起こし、あたかも神への愛に引き寄せられているかのようになる。一方、私が述べたように、欺瞞的で惑わすような慰めは、修道者が神への思いが中途半端な状態で、ある種の微かなうたた寝や意識の朦朧状態に陥った時に常に生じる。神に由来するものは、敬虔な修道者の魂を、神への愛へと導き、魂の感情を強く溢れさせる。しかし、それは通常、魂をある種の欺瞞的な魅惑の風で包み込み、肉体の眠りの間に、たとえ心が神を思い起こすことに關してある程度健全であっても、何か心地よいものを味わうことでその感覚を奪おうと企むのである。—したがって、私が述べたように、その時に心が主イエスを冷静に思い起こしているならば、敵の、一見心地よく見えるこの欺瞞的な息吹を即座に払いのけ、恵みにより、自らの称賛に値する霊的な経験をもち、敵に対する武器を備え、喜びをもって敵との戦いに立ち向かうのである。

33. 聖霊による喜びが、悪魔による偽りの喜びとどのように見分けられるか、

また、悪魔が偽りの慰めをもって誘惑を仕掛けてくる時。

もし魂が、揺るぎなく、空想にふけることなく、神の愛へと燃え上がり、この言い表せない愛の深みへと、その肉体までもを何ともなく引き込んでいくとき——それが覚醒状態であろうと、あるいは、私が述べたように、聖なる恵みに導かれた修行者が眠りに落ちているときであろうと、その間、魂は、その一つに駆り立てられていること以外、他の何ものについても全く考えを巡らせない——そのとき、これは聖霊の働きであることを知るべきである。その言葉に尽くせぬ神聖な甘美さから生じる心地よい感覚に全身を満たされているため、その時は他の何事についても考えることができず、ただ尽きることのないある種の喜びに満たされていると感じるだけである。もし、そのような高揚状態において、心が何らかの疑わしい動揺や、不純な思いを抱き、

その際に、神への愛のためではなく、単に悪を退けるためにのみ、主の聖なる御名を用いるのであれば——その慰めは誘惑者によるものであり、単なる喜びの幻に過ぎないことを知らなければならぬ。そのような喜びは外から吹き込まれるものであり、魂の性質や恒常的な在り方として現れるものではない。どうやら、ここで敵は魂を惑わそうとしているようだ。心がその感覚の真の熟達を示し始めているのを見ると、敵は、一見善そうに見えるある種の慰めをもって魂を慰めようと近づき、魂がこの甘美で湿った快樂に氣を取られている間に、誘惑者との交わりに気づかないことを期待している。これらの特徴によって、私たちは「真理の霊と欺きの霊」を見分けることができる（Ⅰヨハネ4:6）。——とはいえ、神の慈愛を感覚で味わうことも、悪魔の苦しみを実感することも、誰にも不可能です。もし、自分の心の奥底に恵みが住处を築き、邪悪な霊たちが心の器官の周囲に巣くっていることを、自ら確信しない限りは。しかし、悪魔たちは、人々がこれを何らかの形で確かめることを決して望んでいない。なぜなら、心がこれを正しく知れば、神を絶えず思い起こすことによって、悪魔たちに対して身を守るようになるからである。

#### 34. 二種類の愛——自然的愛と霊的（恵みによる）愛——

およびそれぞれの違いについて。

魂には、自然の愛と、聖霊によってそこに注がれる愛とがある。前者は、もし我々が望めば、我々の意志に応じて相応の動きを見せる。それゆえ、我々が強い緊張感を持って自らの意志を保つのをやめれば、悪霊たちによって容易に奪われてしまうのである。一方、後者の愛は、神への愛によって魂をこれほどまでに燃え立たせるため、魂のあらゆる部分が、計り知れない単純さの中で、神の愛の言い表せない甘美さに引き寄せられる。なぜなら、そのとき、心はあたかも霊的な（恵みによる）働き（エネルギー）によって満たされたかのように、愛と喜びの豊かな流れを注ぎ出すからである。

#### 35. 神の恵みについて——それこそが、動揺する魂の動きを鎮める唯一のものである。

波立つ海に油を注ぐと、通常は静まる。それは、油の濃厚さが、嵐によって立ち上がる波の力を打ち勝つからである。同様に、聖霊の恵みによって油を注がれた私たちの魂も、甘美な静けさに満たされる。なぜなら、預言者の言葉にあるように：「わが魂よ、神に従え」（詩編61:6）——と預言者が語ったように、そのとき、魂の喜びのために、その内にあるあらゆる動揺は鎮められ、魂を覆う聖霊の恵みと、それによって生み出される平静に道を譲るのである。それゆえ、その時に悪魔が魂にどのような動揺を引き起こそうとも、魂は内なる平安を保ち、あらゆる喜びに満ちている。しかし、神への畏れをもって絶えず自らの魂を正し、慰めなければ、誰もそのような状態に到達することも、そこに留まることもできない。なぜなら、主への畏れは、奮闘する者たちに、ある種の無垢さと清らかさをもたらすからである。「主への畏れは清く、世々限りなく続く」と預言者は言う（詩編18:10）。

#### 36. 魂はいつ、どのようにして神の栄光を感じることができるか；

また、時に光、

あるいは光に似たものを示すことについて。

誰も、心の感覚について聞くと、あたかも神の栄光が感覚的に現れるかのように想像してはならない。私たちは、魂が清いとき、言葉に尽くせないある種の味わいによって神の慰めを感じる、と言うが、それは、それによって目に見えないものが感覚的に現れるという意味ではない。「なぜなら、私たちは今、信仰によって歩んでおり、見えるものによって歩んでいるのではない」と、祝福されたパウロが言っているように（Ⅱコリント5:7）。それゆえ、修行者の中に光や、火のような幻影、あるいは声が現れたとしても、いかなる形であっても、そのような現象を真実であると受け入れてはならない。なぜなら、それは明らかに敵の惑わしであり、実際にこれを経験した多くの人が、無知ゆえに真の道から迷い出ってしまったからである。しかし、私たちは、この朽ちるべき肉体の中で旅人として生きている間は、神から離れている（Ⅱコリント5:6）——すなわち、神ご自身も、また天上の神の驚くべき御業も、目に見える形で見ることはできないのだ。

### 37. 神によって送られる夢と、悪魔によって吹き込まれる夢、およびそれらの違いについて

神の愛によって魂に現れる夢は、魂の健全さを示す、決して欺くことのない指針である。それらは一つの姿から別の姿へと変化することはなく、恐怖を招くことも、笑いや突然の悲しみを誘発することもなく、ただ静寂のうちに魂に迫り、それを霊的な喜びで満たす。それゆえ、魂は肉体が目覚めた後も、夢の中で味わったその喜びを、切望して求めるのである。悪魔的な夢においては、すべてがこれとは正反対である——それらは一つの姿にとどまらず、その姿を長くは見せようとしなない。なぜなら、それらは自らの意志によるものではなく、ただその虚偽性から借りてきたものに過ぎないため、長く満足し続けることができないからである。その際、彼らは多くを語り、偉大なことを約束する一方で、脅しによってさらに恐怖を煽り、しばしば戦士の姿をとることさえある。時には、騒々しい叫び声とともに、魂に迎合するようなお世辞を口ずさむこともある。心が清らかなときは、すぐにそれらを見抜き、時には精神的な緊張によって体を目覚めさせ、時にはむしろその姿勢のまま留まり、彼らの狡猾さを見抜くことができたことを喜び、その夢の中で彼らを暴き、それによって彼らに自分に対する激しい怒りを抱かせる。——もっとも、良い夢でさえ、魂に喜びをもたらすのではなく、ある種の甘美な悲しみと、痛みを伴わない涙をもたらすこともある。これは、すでに偉大な謙虚な知恵に到達した者たちに起こる現象である。

### 38. いかなる夢も信じないという美德について。

我々は、経験豊富な長老たちから直接聞いた話に基づき、良い夢と悪い夢を見分ける方法を述べた。しかし、いかなる夢の空想も決して信じないというこの規則こそが、偉大な美德として、私たちにあってさらに重要なものである。なぜなら、夢の大部分は、思考の偶像、想像力の戯れ、あるいは、すでに述べたように、私たちに對する悪魔たちの侮辱や遊びに他ならないからである。もし、この規則に従って、神から送られたような夢さえも時折受け入れなかったとしても、慈愛に満ちた主イエスは、私たちが悪魔の策略を恐れてそうしていることを知っておられるため、そのことで私たちが怒られることはないでしょう。というのも、前述した夢を見分ける方法は確かに正しいものの、時として、魂が敵によるある種の誘惑によって無自覚に、そして不本意ながら穢されてしまうことがあり——これは、私の考えでは誰しも免れないことだが——その結果、正しい見分けの糸口を見失い、良くない夢を良い夢として信じてしまうことがあるからである。

### 39. 神が、御自身から送られた夢に對する

という証拠となる事例。

このことを証明するために、次の事例を挙げよう。長い間家を空けていた主人が帰宅し、夜、門の前に立って使用人に門を開けるよう呼びかけた。使用人は、それが主人であるかどうかを正確に見分けられず、声の似通いに騙されて悪人の中に入れてしまい、主人から託された財産を裏切る者になってしまうことを恐れて、断固として門を開けることを拒んだ。そして主人は、日が明けると、この件で彼を怒るところか、かえって大いに称賛して褒め称えた。自分の声を偽りだと見抜き、自分の財産の何一つも失いたくなかったからである。

### 40. 魂が自分の中に宿る霊的な光を見るとき、敵對する光について

そして、この世に生きながらして、この世に属さないようにする方法について。

私たちの心は、神聖な光がその中で顕著に働き始めると、全体が明るくなり、その中に存在するこの光を自ら豊かに見るようになる。これについては疑う余地はない。魂が情欲を強く制するようになれば、常にそうなるのである。しかし、敵の悪意によって、光のように、あるいは火のように、幻のようなものが心に現れることもある。神聖なるパウロが、「サタン」も時には「光の天使に変装する」と教えているように（Ⅱコリント11:14）。なぜ、そのような希望（すなわち、自分の中に光を見るとき希望）を抱いて、修道生活に乗り出してはならないのか。それは、サタンが、そのために誘惑にさらされる準備が整った魂を見つけ出し、実際に誘惑して連れ去ってしまうことを防ぐためである。しかし、その際、一つのことを心に留めてお



くべきである。すなわち、全感覚をもって、そして心の完全な確信をもって神への愛に到達すること——それこそが、全霊、全心、全思いをもって神を愛することである（ルカ10:27）。神の恵みによってこのことが成される者は、世に生きながらも、世とは無縁となる。

41. 従順について——それは美德の中で最も偉大なものであり、愛への扉であり、すべての美德の先導者である。

従順は、周知の通り、初歩的な美德の中で第一の善である。なぜなら、それは虚栄を断ち切り、私たちの中に謙遜な知恵を生み出すからである。それゆえ、心から従う者たちにとって、それはキリスト——すなわち神——への愛への入り口となるのである。アダムはこれを捨てたため、地獄の深淵へと堕ちた。しかし、主は彼を愛し、私たちの救いの計画を成し遂げるために、十字架と死に至るまで御父に従順であられた（フィリピ2:8）、——それは、いかなる点においても、御自身の威光に何ら劣るものではなかったにもかかわらず——御自身の従順によって、人間の不従順の罪を償い、従順のうちに生きる者たちを、至福の永遠の命へと導くためであった。したがって、悪魔の傲慢との戦いに身を投じる者たちは、何よりもまずこの美德を熱心に追求すべきである。そして、この美德が先導することで、後に彼らに美德のあらゆる道を間違いなく示してくれるだろう。

42. 節制はあらゆる事において守らなければならないということ、単に肉体の徳を積むだけでなく、内なる人を清める徳もまた獲得すべきであること。

節制はすべての美德に不可欠な要素である。それゆえ、「奮闘する者」はあらゆるものから「節制」しなければならない（Iコリント9:25）。まるで、人間の体のほんのわずかな部位が一つでも失われると、たとえ欠けている部分がどれほど小さくとも、人間の姿全体が醜くなってしまうように、ある人がただ一つの美德を軽んじるだけで、自らが気づかぬうちに、節制のすべての美しさを損なってしまうのである。なぜならば、徳を実践するには、単に肉体の快楽を断つだけでなく、私たちの内なる力を通じて人を清める徳もまた、困難を伴うものだからである。なぜなら、魂が不従順の悪魔と淫行にふけっているのに、体を貞潔に保つことに何の益があるだろうか。あるいは、暴食やその他のあらゆる肉欲から身を守りつつ、虚栄や名声への執着を顧みず、ほんのわずかな侮辱さえも耐えられない者が、一方で、真理の光が、謙遜の精神をもって行われた義の行いのみによって、（報いの）杯の均衡を保つことを知っているというのに？

43. 食事における節制の益と実践方法について。

修行者たちは、あらゆる言葉に表せない欲望を、その憎悪が習慣となるほどに憎むべきである。また、食事における節制は、誰も決して特定の食物を忌み嫌うことのないよう、守らなければならない。これは悪魔的な行いであり、誓いの近道である。なぜなら、私たちが特定の食物を控えるのは、それらが本質的に悪だからではない——とんでもない！——そうではなく、それらを控えることによって、燃え盛る肉体の欲望を相応に抑え込むためであり、さらに、私たちが消費せずに残した食物が、貧しい人々の切実な必要を満たすために用いられるようにするためである——これこそが、誠実な愛の証なのである。

44. 美食やその他の快楽を容易に断つにはどうすればよいか。

食事や飲み物として提供されるものすべてを、神に感謝して食べたり飲んだりすることは、決して神の御心の律法に反するものではない。なぜなら、神の被造物すべては「極めて良い」からである（創世記1:31）。しかし、過食や甘いものを自発的に控えることは、極めて賢明かつ英知に満ちたことである。——ただ、目の前の美味をそれほど自発的に断つことは、実際の行いと経験を通じて、五感のすべてで神の甘美さを味わわなければ、私たちにはできないのである。

45. 過度な節制を排することについて、

霊的な偉業のために、体が強靱であり続けるように。

多くの食事に重荷を背負わされたとき、私たちの体は心をどこか無頓着で鈍重なものにしてしまう。同様に、過度な節制によって疲弊すると、魂の観想的な部分は気力を失い、思考を好まなくなる（おそらく、物事を論じる意欲を失う）。したがって、身体の栄養摂取は、身体の力

と強靱さの状態に合わせて調整すべきである。健康なときは必要に応じて節制し、衰弱しているときは少し緩めるべきである。修行者は身体を緩めてはならず、その行いに必要なだけの力を保ち、たとえ肉体の労苦を通じてであっても、魂が適切に清められるようにすべきである。

#### 46. 兄弟たちや他の旅人の来訪に際して、

兄弟たちや他の巡礼者が訪れた際について。

もし、兄弟たちや旅人が訪れた際、虚栄心がこの機会に乗じて動き出し、その毒で私たちが煽り立て、食事に関する規則を破らないようそそのかすようなことがあれば、その時はなおさら、通常の食事の節制を少し緩めることが極めて有益である。なぜなら、そうすることで、私たちは悪魔を、その誘惑が失敗に終わったことを嘆き悲しませながら追い払い、愛の律法を賢明に果たし、節制の秘義を、その緩和を通じて明かされることなく守ることができるからである。

#### 47. 断食およびその他の肉体的徳について――

それらは、心の善意が伴わなければ

神の前では何の価値もない。

断食は、貞潔を志す者を整える手段としては価値があるが、神の前では価値がない。それゆえ、敬虔な修行者たちは、断食について高慢になってはならず、ただ神への唯一の信仰によって、自らの目的の達成を期待すべきである。また、ある芸術の達人たちは、その技量の完成度において、道具の良さを証明するのではなく、忍耐強く作品を仕上げることで、それが彼らの技量の熟達度を示す指標となるのである。

#### 48. 魂の霊的な実りをもたらすための、飲酒における節制の益について。

適度に水を注がれた大地が、そこに蒔かれた純粋な種を豊かに実らせるのに対し、あまりにも激しい雨に打たれた大地は、いばらやアザミしか生み出さないように、それと同様に、心の土壌も、ワインを適度に飲むときは、その本来の種を清らかに現し、聖霊によって蒔かれた種が葉が茂り実りの多いものとして実らせる。しかし、過度の飲酒によって土壌を水浸しにしてしまうと、そのすべての思いから、いばらやアザミしか生み出さなくなるのである。

#### 49. 飲酒の節度を欠くこと、それがいかに恥ずべき情欲を引き起こすか。

私たちの心が過度の飲酒という波に揺られているとき、夢の中で悪魔によって提示されるイメージを情熱的に見つめるだけでなく、自らも心の中に美しい顔を描き出し、そのような空想をまるで生きた存在であるかのように、情欲にふけて悦に入ってしまうのである。というのも、肉欲的な体の部分が酒の熱で温まると、心には、そのような情欲の影を快楽を求めて心に思い描こうとする衝動がのしかかってくるからである。だからこそ、節度を守り、度を越した行為による害を避けるべきなのである。そうすれば、心は、罪の快楽に駆られてそれを描くよう促されることなく、夢にふけることなく、さらに良いことに、快楽に染まることもない。

#### 50. 食欲を刺激する飲み物、

人工的に調製されたものについて。

身体の昂ぶる部分を抑制したいと願う者は、人工的に調製された飲料に手を出してはならない。そのような発明を企てた狡猾な者たちは、それらが通常、多くの食物を腹へと導く道を開くという理由で、それらを「前飲み」と呼んでいる。なぜなら、その性質が修行に励む身体に害を及ぼすだけでなく、その成分を無意味に混ぜ合わせるという行為そのものが、神を畏れる良心を深く傷つけるからである。そもそも、ワインの性質に何が欠けているというのか。その強さを和らげるために、様々な甘味料を混ぜる必要などあるだろうか。

51. 主は、十字架上で、葦の棒の先に付けたスポンジから酢を受け取られたとき、何を教えたのか。

私たちの主であり、この聖なる（修道的な）生活の師であるイエス・キリストは、ご自身の受難の際、悪魔の命令に従う者たちから酢を飲まされた。それは、私たちが聖なる苦行をどのような心構えで歩むべきかについて、明確な模範を私たちに残すためであったと、私は思う。これにより、主はあたかもこう言われているかのようです。「罪と戦う者は、甘い食べ物や飲み物を口にしてはならない。むしろ、戦いの苦味を忍耐強く耐え忍ばなければならない。」 また、ヒ

ソプとスポンジの意味を併せて考えることもでき、それによって私たちの清めの姿をより完全に表すことができる。ヒソプは硬い物として、苦行の性質を表し、スポンジは清めの際に用いられる物として、清めの完全な完成を想起させる。

52. 霊的な者は風呂に行くべきではない。その理由は以下の通りである。

風呂に行くことを、誰も罪深いことや不合理なこととは考えないだろう。しかし、節制のためにこれさえも避けることは、私は勇敢かつ最も貞潔な行いだと考える。なぜなら、そうすることで、私たちの肉体はあの快楽的な沐浴によって墮落することもなく、また魂の中に、アダムの不名誉な裸体への記憶が呼び起こされることもないからだ。そうすれば、彼のように、二度目の裸体という恥を隠すための葉っぱを気にかける必要もなくなるのである。これは、この世の破滅的な墮落からまだ間もなく解放された私たちにとって特に必要であり、私たちはあらゆる手段を尽くして、清らかな身体の純潔さという貞潔の美しさと、切っても切れない一体感を保つよう努めなければならない。

53. 修道院において、病気の治療のために医師を招くべき理由；

また、そのような場合、荒野で孤独に暮らす者たちはどうすべきか。

病気のときに医師を招くことに、何の妨げもない。神は、医療技術が必要となることを予見され、それが最終的に人間の経験に基づいて確立されることを御心に適うものとされた。そのために、あらかじめ被造物の列の中に医療技術の存在を定められたのである。とはいえ、治癒の希望をそれらに置くべきではなく、私たちの真の医師であり救い主であるイエス・キリストに置くべきである。とはいえ、私がこう語るのは、修道院や都市で修道生活を送っている人々に対してである。なぜなら、彼らを取り巻く状況の推移から判断すると、愛に囲まれているため、常に絶え間ない信仰の働きを維持できるとは限らないからであり、——あるいは、彼らが虚栄や悪魔の誘惑に陥らないようにするためでもある。その誘惑によって、彼らの中には多くの人の前で「医者など必要ない」と公言する者もいるからだ。もし誰かが、志を同じくする兄弟二、三人と共に荒野で隠遁生活を送っているならば、いかなる病に襲われようとも、私たちのあらゆる病と弱さを癒やす唯一の主、に身を委ねるべきである。主によって、彼は荒野のただ中であっても、病の中にあっても十分な慰めを得ている。さらに、彼の信仰の働きが決して尽きることがないのと同様に、荒野という良きベールに覆われているため、忍耐という美德を誇示する機会もないのである。それゆえ、主は心をつににした者たちを家の中に住まわせられるのである（詩篇67:7）。

54. 病気における臆病さと、平静さとは何か。

私たちが、身に降りかかる身体の不調に極度に苦しむとき、魂がまだ裸のままで、肉欲に支配されていることを知るべきである。なぜなら、物質的な快楽を渴望するように、彼女は世俗の恵みから離れることを望まず、病気のために肉体的快楽をもたらすものを享受できないことを、大きな重荷とみなすからである。——もし彼女が病気による苦難を感謝の心をもって耐え忍ぶならば、それは彼女が無執着の境地に近づいているしるしである。それゆえ、彼女は真の生命への入り口をもたらすものとして、死そのものを喜びをもって待ち望むのである。

55. 魂がこの世の恵みに甘んじることなく、

むしろ肉体から解き放たれることを切望するためには、何が必要か。

魂は、この空気（すなわち、あらゆる世俗的・現世的なもの）に対して完全に無関心にならないければ、肉体から解き放たれることを望まないだろう。——あらゆる肉体的感覚は信仰に抵抗する。なぜなら、感覚は現在・現実存在するものを味わうことのみを求めるが、信仰は未来の恵みの豊かさを約束するからである。それゆえ、修行者は、枝葉が茂り木陰の深い木々についても、清らかな泉についても、花咲き乱れる草原についても、壮麗な家屋についても、親族との楽しい会話についても、決して思い巡らすべきではない——同様に、もしかつて豊かな供え物で敬意を表されたことがあったとしても、それを思い出すべきではない。むしろ、彼は必要なものを感謝の心をもって利用し、この人生を、あらゆる肉体的快楽とは無縁の、ある種の巡礼の道とし

て導ぶべきである。なぜなら、このようにしてのみ、自らの思考を抑制し、それをすべて、永遠の命へと導く道へと向けることができるからである。

56. 肉体の感覚を平和的ではない方法で享受することが、  
神とその戒めを心に留めることを妨げ、  
また、いかにしてこの悪を避けるか。

視覚や味覚、その他の感覚を節度なく用いると、心の記憶が薄れてしまうこと——このことを、最初に私たちに告げたのはエバである。なぜなら、彼女が禁じられた木を貪欲な眼差しで見ると、神の戒めをしっかりと心に留めていたからである。そのおかげで、まるで神の愛の翼に覆われているかのように、彼女は自らの裸さえも気づかなかったのだ。しかし、彼女がその木を貪欲な眼差しで見つめ、激しい欲望をもってそれに触れ、ついには抑えきれない渴望をもってその実を口にしたとき、その瞬間、彼女は肉欲的な快楽への傾向を身につけ、まるで裸であるかのようにその情欲と結びつき、目に見える果実の魅力に惑わされて、自らの嗜欲のすべてを、真の快楽を味わうことへと向け、それによって自身の堕落とアダムの堕落を招いた。その結果、人間の心は、神や神の戒めを思い起こすことが困難になった。しかし、私たちは、常に神を絶えず心に留め、自らの心の深みを見つめながら、人生の誘惑に目がくらんで迷いやすいこの道を、まるで目が見えない者のように歩いていくであろう。なぜなら、真に霊的な知恵とは、私たちの中に本来備わっている「美しいものを見る」という衝動を、過度に高ぶらせることなく保つことにあるからである。これについて、最も経験豊かなヨブもまた、次のように語って私たちに教えている。「たとえ私の心が私の目の後を追うとしても」（ヨブ記 31:7）。このような振る舞いは、極度の節制の確かなしるしである。

57. どうして、御霊に導かれる者は肉欲を知らず、  
悪魔はその清さを誘惑しても無駄である。

常に自らの心にとどまり、この世のあらゆる魅力的なものから遠く離れ、御霊に導かれて歩む者は、肉欲を知ることはできない。このように、その人は美德に守られながら歩みを成し遂げ、まさにそれらの美德を、清らかさの城の門番として持っている。それゆえ、悪魔のあらゆる策略は彼に対して無力であり、たとえ時折、万人に共通するこの情欲の矢が、本性の窓にまで達することがあっても。

58. 肉欲を追い払った後に時折襲ってくる気落ちについて——  
それがどのようなものであり、いかにしてそれを追い払うか。

魂がもはやこの世の美しいものを渴望しなくなると、たいていの場合、ある種の気落ちした精神が忍び込んでくる。それは、言葉の奉仕に進んで労を惜しまず取り組むことを許さず、将来の恵みに対する確固たる願望も魂の中に残さないばかりか、さらに、この現世の生活を、美德にふさわしい行いが何もないかのように極めて無益なものとして描き出し、その知識そのものを、他の多くの人々にも与えられているもの、あるいは私たちに特別なことを何も告げていないものとして軽んじさせる。この冷淡で怠惰な情熱から逃れるには、私たちの思考を極めて狭い範囲に限定し、ただ神への記憶のみを心に留めておかなければならない。なぜなら、そうして初めて、霊は本来あるべき燃え盛る情熱に燃え上がり、その不合理な怠惰を自らから追い払うことができるからである。

59. 心の奥底で絶え間なく

心の奥底でイエスの御名を温かく思い起こし続けることは、どれほど大きな助けとなることか。

私たちの心は、神の記憶によってそのすべての出口を塞がれたとき、その絶え間ない活動性を満たすために、何らかの義務的な務めを与えられることを必要とする。そこに与えられるべきは、主イエスの聖なる御名だけであり、それによってのみ、心は定められた目標を達成しようとする熱意を完全に満たすのである。しかし、使徒が言うように、「聖霊によらなければ、だれも主イエスを主と告白することはできない」（Iコリント12:3）ということを確認すべきである。

私たちの側には、前述の言葉（「主イエス・キリストよ」など）を、心の中で絶えず繰り返し唱

え、その内奥で、いかなる雑念にもそれることなく、ひたすらに心に留めておくことが求められる。この聖なる、まことに栄光に満ちた御名を、絶えず心の奥底で思い巡らせている者は、自らの心の光（思考の明晰さ、あるいはあらゆる内的な動きに対する明確な自覚）を見出すことができる。さらに、この驚くべき御名を、集中した注意をもって心に留め続けることは、魂に現れるあらゆる汚れを極めて顕著に焼き尽くす。「なぜなら、私たちの神は、あらゆる悪を焼き尽くす火である」と使徒が述べているように（ヘブライ人への手紙12章29節）。こうしてついに、主は魂を御自身の栄光への大いなる愛へと導かれる。なぜなら、その至高にして切望される御名は、それを思い起こすことによって、温かい心の中の精神を研ぎ澄まし、私たちの中に、何ものにも妨げられることなく御恵みを愛する習慣を生み出すからである。その時には、もはやそれを妨げるものは何もないからである。そして、これこそが、その貴重な真珠であり、人々はすべての財産を捧げてこれを手に入れ、それを見出したことによる言い表せない喜びに満たされるのである。

60. 二つの喜び——初めの喜びと完全な喜び、  
そしてその中間に流れる涙について。

喜びには、始まりをもたらすものと、完結をもたらすものがある。前者は（自己に関する）空想と無縁ではないが、後者は謙遜の知恵に満ちている。その中間には、神を愛する悲しみと、苦痛を伴わない涙がある。「知恵の多さには理性の多さがあり、思慮深い理性は悲しみをもたらす」（伝道の書 1:18）。このゆえに、まず始まりの喜びをもって魂を偉業へと招き、その後、聖霊の真理による告発と試練に委ねなければならない。それは、かつて犯した罪についても、また自己忘却の中でなおも犯されようとしている過ちについても同様である。「主よ、あなたは彼らの不義を責め、人を懲らしめ、その魂を蜘蛛の巣のように溶かされた」（詩篇38:12）。そうして、神の責めが炉のように彼女を試練した後、彼女が神を温かく思い起こす中で、夢見がちな喜びではない真の喜びの働きを受け入れるようにするためである。

61. 神の忘却と、神への記憶の回復について、  
前者の原因と、後者への手段、  
およびその最高の現れについて。

魂が怒りに駆られたり、過食によって重荷を負わされたり、あるいは激しい悲しみに覆われたりするとき、たとえ何らかの形でそうするよう強要されたとしても、心は神への記憶を保つことができない。というのも、これらの情念の激しさによって全体が覆われてしまうと、心は自らの感覚から完全に疎遠になってしまうからである。そのため、欲望はその印を刻む場所を失い、それによって心が神への思いを忘れがたく、不変のものとして保つことができなくなる。そのとき、情念の苛烈さゆえに、その記憶は鈍ってしまうからである。——しかし、そのような動揺から解放されているとき、たとえ時折、忘却が一瞬にして最愛の主への思いを奪い去ったとしても、心はその活力と活気を回復し、直ちに再び熱意をもって、その切望され、救いをもたらす獲物に飛びつくのである。なぜなら、その時こそ、恵みそのものが魂に寄り添い、こう呼びかけるからである。「主イエス・キリストよ!」。それは、母親が子供に教える際、子供が他のどんな言葉よりも「父」という言葉を、たとえ夢の中でもはっきりと発音できるようになるまで、何度も繰り返し「父」という名を一緒に唱えるのと同じである。それゆえ、使徒はこう言っている。「御霊ご自身が、私たちの弱さを助けてくださる。私たちは、どのように祈るべきかを知らないが、御霊ご自身が、言葉にできない嘆きをもって、私たちのために執り成してくくださる」（ローマ8:26）。なぜなら、私たちはこの祈りの美德の完成にはまだ幼子のような状態にあるため、間違いなく御霊の助けを必要としているからです。そうして、御霊の言い表せない甘美さが私たちのすべての思いを満たし、甘くしてくれるとき、私たちは心のすべてを傾けて、神であり私たちの父である方を思い起こし、その方を愛するよう励まされるのです。それゆえ、あの素晴らしいパウロが言うように、「私たちは『アッバ、父よ』と叫ぶ」（ローマ8:15）のです。それは、御霊によって心を整えられ、神である父を呼び求めるようになるからです。

62. 怒りについて——いつ、どのようにしてそれを許容すべきか。

怒りは、他のあらゆる情動よりも、通常、魂を動揺させ、混乱に陥らせるものである。しかし、魂にとって極めて有益となる場合もある。例えば、不敬虔な者や、その他の方法で恥知らずな行いをする者たちに対して、彼らが救われるか、少なくとも恥じるようにと、ためらうことなく怒りを抱くとき、私たちは魂に柔和さをもたらしことになる。なぜなら、そのような場合、私たちはあらゆる点で神の正義と慈愛の目的を助長しているからである。また、魂の中に好色な衝動が湧き上がる時、その罪に対してより強く怒りを抱くことで、しばしば魂を正気に戻し、それに立ち向かうための男らしい力を与えるのである。また、精神が極度に乱れているときでさえ、その乱れをもたらし精神そのものに怒りを込めて立ち向かい、死が私たちを打ち負かすと自慢する恐怖さえも、思索によって乗り越えることができることは、疑う余地がありません。主は、ラザロの復活において、まず心の中で地獄を制し、自らを奮い立たせ、その後、いつもそうであったように揺るぎない意志をもって、ラザロの体に魂を戻されたのである。したがって、私の考えでは、節度ある怒りは、私たちを創造された神によって、むしろ正義の道具として私たちの本性に与えられたものである。もしエバが蛇に対してその怒りを用いていれば、あの情欲に満ちた欲望の破滅的な影響を受けることはなかっただろう。だからこそ、敬虔さへの熱意から節度ある怒りを用いる者は、心の不動さゆえに決して怒りに駆られることのない者よりも、義の報いの天秤においてより高く評価されるだろうと考える。というのも、後者の場合、人間の思考や感情を司るその支配者は鍛えられていないままであり、一方、前者は美德の馬にまたがり、常に戦いの最中にあり、悪魔の軍勢の中を駆け巡りながら、絶えず神への畏れをもって「節制」という四頭立ての馬車を鍛え上げている。聖書はこの馬車を「イスラエルの戦車」と呼んでいるが、これは神聖なエリヤが天に上げられた際の記述に見られる通りである（列王記下2:12）。神は初期のユダヤ人たちに、四つの美德について多岐にわたって教えられた。それゆえ、知恵（勇気、正義、節制）のそのような、そしてこれほどまでに優れた弟子は、火の風に乗ってその霊が天に上げられた際、これらの美德を馬として従えていたのだと、私には思われる。

#### 63. 霊的生活において完成された者は、裁きを行うべきではない。

聖なる知恵に恵まれ、神の甘美さを味わった者は、（誰かが彼に対して訴えを提起したとしても）決して争うべきではなく、たとえ誰かが彼が着ている服を剥ぎ取ったとしても、自ら誰かに対して訴訟を起こすべきではない。なぜなら、この世の権威の正義は神の正義よりも劣っている——いや、むしろ、神の正義の前では無に等しいからである。そもそも、神の子らとこの世の人々との違いとは、後者の正義が前者の正義とは比べものにならないという点以外にあるだろうか。それゆえ、前者は「人間の正義」と呼ばれ、後者は「神の正義」と呼ばれるのである。それと同じように、私たちの主も「非難されても非難せず、苦しめられても報復しなかった」（Iペテロ2:23）。それどころか、服を脱がされることさえ黙って耐え忍んだだけでなく、それよりもはるかに尊いことに、御自身に対して悪辣な行いをした者たちの救いのために、御父に祈られたのである。一方、この世の人々は、争っている相手から求めているものを余すところなく手に入れるまで、争いをやめない。特に、借金で利益を得ようとする場合はなおさらである。そのため、彼らの「正義」はしばしば、大きな不正の始まりとなってしまふ。

#### 64. 耐えうる不正を神の裁きに委ね、

裁判に持ち込むよりも、祈りに耳を傾け、心を慎むほうがよい。

ある敬虔な人々がこう語っているのを聞いたことがある。「私たちの生計や貧しい人々の救済のために持っているものを、誰にも奪わせてはならない。そのような悪を容認することで、私たち自身が私たちを傷つける者たちの罪に加担することにならないためである。特に、それがキリスト教徒から受けるものである場合はなおさらだ。——しかし、そうすることは、他ならぬ、自分自身よりも自分の所有物を救おうと願うことに他ならない。なぜなら、もし私が祈りを怠り、自分の心に耳を傾けることをやめて、私を傷つけた者たちに対する裁きを求め、法廷の玄関先でうずくまるようになれば、私が求めているものが、私自身の救い、いや、救いをもたらし戒めそのものよりもはるかに大切であることは明らかだからです。そして、私に「あなたから奪う者をも懲らしめてはならない」（ルカ6:30）と命じる福音の戒めの従者であると自認するならば



、使徒の言葉に従って、「自分の財産が略奪されることを喜んで受け入れる」（ヘブライ10:34）ようにならないければ、その戒めは、裁判によって奪われたものを取り戻した者でさえ、強奪の罪から解放しないのではないか？ 朽ちるもの（一時的なもの、あるいは朽ちるものによって生み出される裁き）は、朽ちることのない神の裁きを無効にすることはできない。そして、有罪者は、自分の事案が属する法に従わなければならない、その法に基づいて自らを弁護しなければならない。すなわち、私たちを不当に扱おうとする者たちからの暴行に耐え忍び、彼らの悔い改めのゆえに——彼らが私たちから奪ったものを返してもらうためではなく——彼らの強奪の罪が赦されるよう、彼らのために祈ることが、善き行いなのである。なぜなら、神の義は、私たちが、横領された物ではなく、横領者その人を、悔い改めによって罪から解放された者として受け入れることを求めているからである。

65. すべてのものを売り払い、貧しい人々に分け与えなさい。これには、とりわけ謙遜が導いてくれる。

真の敬虔の道を悟ったならば、直ちにすべての財産を売り払い、その代金を主の戒めに従って貧しい人々に施し、また、（貧しい人々を助けるという）戒めを常に果たせるようにしておきたいという欲求を口実に、この救いをもたらす命令（一度にすべてを施すこと）に背くことを許してはならない。これにより、まず第一に、私たちにはより良き無憂無慮がもたらされ、そこからさらに、中傷の対象とならない貧しさが生まれる。その貧しさはそれ自体が天上の知恵であり、私たちに何も残らなくなれば、強欲な者たちの強欲の炎を煽るようなものは何もないため、他者が私たちに対して不当な非難を仕掛ける口実を与えないのである。その時、他のあらゆる美德以上に、謙遜の知恵が私たちを温め、まるで裸の者のように、私たちの心の奥底を安らげてくれるでしょう。まるで、母親が自分の子供を抱き上げ、その腕の中で安らぎを与え、温めてくれるように。その子は、幼子ならではの純真さゆえに、自分の衣を脱ぎ捨て、それを遠くへ放り投げ、その大きな無邪気さゆえに、色とりどりの美しい衣よりも、裸であることのほうが自分にとって心地よいと感じるのです。「主は幼子たちを守られる。私はへりくだり、主は私を救われた」（詩編114:5）と記されているからである。

66. すべてを分け与えること——それは謙遜への道である。

主は、私たちに施しについて説明を求めるであろう。「持っている者には、持たない者には」というように（Iコリント8:12）。それゆえ、もし私が、神を畏れ、熱意をもって、主の御命令に従い、長年にわたって配るはずだったすべてのものを短期間で配ってしまったら、もはや何も持たなくなったとき、さらに非難されることになるのだろうか？——しかし、誰かがこう言うだろう。（もしすべてを配ってしまったら）、今、私たちの力の及ぶ範囲での施しによって生計を立てている貧しい人々は、その後どこから施しを受けることになるのか、と。——そのような者には、次のような教訓がふさわしい。自分の貪欲を隠すために、神に対して非難されるようなことを企ててはならない。神には、初めからそうされてきたように、ご自身の被造物を慈愛をもって整える手段が尽きることはない。そして、この人あるいはあの人が施しをするよう促される前から、貧しい人々は食べ物や衣服に困っていただろうか？ どうか確信しておきなさい。真理を知った直後に、富への執着から生じる不合理な思案や高慢を捨て去り、自らの欲望——すなわち、自分の魂を憎むこと——を憎み、すべてを貧しい人々の奉仕に喜んで捧げることが、はるかに良いことであると。そうして、もはや財産を絶えず施すことを自画自賛して喜ぶ口実がなくなれば、私たちは、まるで何の善行も行っていないかのように、自らを卑しめるようになるのです。なぜなら、富に溢れている間は、その気になれば、神の命令を喜んで果たすかのように、それを施すことに大きな喜びを感じるものだからである。しかし、すべてを使い果たした時には、まるで正しい行いを何一つ行っていないかのように、謙遜と砕かれた心で満たされるのである。その結果、魂は深い謙遜のうちに自分自身へと立ち返り、日々の施しによってもはや得ることのできないものを、熱心な祈り、忍耐、そして謙遜な知恵によって授かるにふさわしい者となるのである。なぜなら、「主よ、貧しく、困窮する者は、あなたの御名を賛美します」（詩編73:21）と記されているからである。さらに、神学を論じる賜物も、神の福音の栄光のために自らのすべてを

捨て去り、神に喜ばれる貧しさの中で神の御国の富を宣べ伝える用意をあらかじめ整えている者たち以外には、神から誰にも与えられないのである。これは、「神よ、あなたは御恵みをもって貧しい者に備えてくださった」と述べた者、そしてこれに「主は、福音を宣べ伝える者に大いなる力を与えてくださる」（詩編77:11,12）と付け加えた者が示唆していることである。

#### 67. 神学の賜物について——そこからどれほどの、またどのような恵みが生じるか。

私たちの神の賜物はすべて極めて善く、あらゆる恵みをもたらすものである。しかし、そのどれ一つとして、神学の探究ほど、私たちの心を燃え立たせ、神の慈愛を愛するよう奮い立たせるものはない。なぜなら、それは神の慈愛の最も最初の産物であるゆえに、魂に最も重要な賜物を与えるからである。第一に、それは私たちを、この世のあらゆる快い慰めを喜んで軽んじるように導く。なぜなら、そこには、はかない慰めの代わりに、神の言葉の言い表せないほどの豊かさがあるからである。そして次に、それはある種の燃えるような変容によって私たちの心を照らし出し、それによって私たちの心を奉仕する御霊たちの交わりに加わらせるのである。愛する者たちよ、ふさわしく備えを固めた上で、この美德——輝かしく、すべてを見通す、地上のあらゆる心配事を断ち切り、言い表せない光の輝きの中で、神の言葉によって心を養う——へと歩み出しましょう。そして、長々と語るまでもなく、——言葉による、すなわち理性ある魂を、聖なる預言者たちを通して、神——御言葉——との不可分の交わりへと整えていくのである。そして人々の魂の中にも——なんと驚くべき奇跡であろうか！——神を讃える歌を響かせ、この神聖な花嫁の導き手は、神の偉大さを力強く歌い上げるのである。

#### 68. なぜ私たちの心は

なぜ神学的な思索ほどには祈りに向かわないのか。

また、そのような思索において成功するためには、祈りがどれほど必要なのか。

私たちの心は、祈りの徳によって束縛され、制限されるため、たいていの場合、祈りにはあまり向いていない。一方、神学的な思索には、<sup>1</sup>、神聖な観想の広大さと無限さゆえに、より進んで没頭するのだ。そこで、心の中で自由に饒舌を振るわせたり、高尚な空想に際限なくふけるといふその欲求に甘やかしたりしないよう、私たちはとりわけ祈り、詩篇の詠唱、そして聖書の朗読に最も力を注ぎ、その際、真の信仰の知恵に満ちた賢明な人々の解釈を軽んじてはならない。このように行動することで、私たちは、その心に、恵みある言葉に自らの言葉を混ぜ合わせさせないだけでなく、虚栄心に駆られて、自己満足や饒舌の影響下で空想にふけて散漫になることも許さない。さらに、瞑想の時間にその心を夢想から遠ざけることを学び、その思考のほとんどすべてを涙に満ちたものにするだろう。沈黙の時間に自らの内に安らぎを見出し、とりわけ祈りの甘美さに酔いしれるとき、彼は前述した情欲的な動きから解放されるだけでなく、むしろ新たに生まれ変わり、神聖な観想の中に留まる力を容易かつ労なく受け取り、同時に、大きな謙遜をもって、実践的な知恵においても進歩する。もっとも、祈りはあらゆる広範な観想よりも高次のものであることを知っておくべきである。そして、祈りそのものは、あらゆる感覚や知覚において聖なる恵みに満たされた者たちにのみ固有のものである。

#### 69. 恵みは当初、魂に対して極めて顕著に作用するが、

その後、その働きを弱め、さらには完全に隠してしまう。

これは魂にとっていかに有益なことか。恵みは当初、通常、強い感覚を伴ってその光で魂を照らし出す。そして、霊的・キリスト教的な生活における進歩が進むにつれて、恵みは、神を愛する魂にはほとんど知られぬまま、その魂の中で秘跡を成し遂げるのである。その後（魂が安らぎを得た後）、あたかも私たちが無知から知識へと招き出されたかのように、喜びのうちに神の観想の道へと導き入れ、また（情欲から魂を鎮める）修行の最中には、私たちの思いが虚栄に満ちたものとならないよう守ってくれるのである。私たちは、あたかも恵みから取り残されたかのように、適度に悲しみに沈むべきであり、それによってさらに謙虚になり、主が私たちのために定められた御心に従うことを学ぶべきである。そして、やがて時が来れば、良き希望に翼を得て喜びへと入っていくのである。なぜなら、計り知れない悲しみは魂を絶望と無力感へと導くのと同様に、過度な喜びもまた、魂を自惚れと虚栄へと導くからである。私は、まだ人生と知性に

おいて幼子のような者たちについて語っている。恵みの啓示と見捨てられとの間の中道は「試練」であり、悲しみと喜びの中道は「希望」である。「私は主を待ち望み、主は私を聞き入れてくださった」（詩編39:2）とあり、また「私の多くの病の中、あなたの慰めが私の魂を喜ばせた」（詩編93:19）ともある。

#### 70. 多弁は心に害を及ぼすが、沈黙は有益である。

サウナの扉が頻繁に開かれると、内部の熱がすぐに外へ逃げてしまうように、多くの人が話しかけてくると——たとえその言葉がすべて良いものであったとしても——魂は、言葉という扉を通じて自らの記憶（霊的な事柄に対する意識的な立ち位置）を放出してしまいます。これにより、心はついに最も清らかな思念を失い、無秩序に押し寄せる思考に翻弄され、周囲の人々に対して混乱した言葉を吐くことになる。そのような場合、心にはもはや、私たちの思考を空想から守ってくれる聖霊は宿っていない。なぜなら、この聖霊は、あらゆる動揺や空想とは無縁な善なる存在であり、多弁を避けるからである。－ それに対し、沈黙は有益であり、賢明な思念の母である。

#### 71. 神を愛する魂が、正義の感覚をいかに適切に導くべきか。

啓示の言葉そのものが、神を愛する魂（神に喜ばれる道を歩み始めた者）には、当初、多くの情動、とりわけ怒りや憎しみが群がって襲いかかることを教えている。しかし、彼女がこれにさらされるのは、悪霊の働きによるというよりは、むしろ霊的生活における彼女の成長の過程によるものである。なぜなら、魂が世俗的な思索に囚われている限り、たとえ真理が他者によって踏みにじられているのを目撃しても、それに対して無関心であり続けるからである。すなわち、自らの欲望に完全に囚われているため、神の真理を気にかかる余裕がないからである。しかし、魂が自らの情欲や欲望を超越するようになると、現世的なものからの離脱と神への愛によって、夢の中でさえ神の真理が踏みにじられているのを見て無関心ではいられなくなり、悪を行う者たちに対して怒りと憤りを抱くようになる。そして、その真理を冒涇する者たちが、敬虔な思いによって（神への畏れを抱き、悔い改めた結果として）。このようにして、彼女は当然のことながら不義な者を憎み、義なる者を深く愛する。なぜなら、魂の目（視線）は、その覆いである肉体が、極度の節制によって精錬されると、不義な見解に惑わされることがないからである。とはいえ、不義な者たちを憎むよりも、彼らの無感覚を嘆くほうがはるかに良い。なぜなら、彼らは憎まれるに値するとはいえ、真理の言葉は、神を愛する魂が憎しみによって動揺することを是認しないからである。魂に憎しみがあるとき、真の知恵は機能しなくなるからである。

#### 72. 神学者の心と、知者の心。

神学者の心は、神の言葉そのものによって魂の中で甘美に満たされ、燃やされ、十分な広さをもって無情の境地に達する。なぜなら、「主の言葉」は、言われる通り、「清い言葉、精錬された銀、地で試練を経たもの」だからである（詩篇11:7）。一方、知者の心は、恵み深い影響による試練に耐え抜くことで、情欲を超越する。神学者もまた、もし謙遜な心構えを自らに確立すれば、知者の経験の恵みを味わうことができ、知者もまた、もし魂の理性的部分が過ちを犯さないものであれば、ある程度の観想的徳に与ることができる。なぜなら、これら二つの賜物を誰もが完全に獲得できるわけではないからである。どちらか一方を持つ者は、もう一方が自分より優れていることに感嘆しつつ、義にかなった生活への熱意をもって、謙遜の徳において成長していくのである。それゆえ、使徒はこう言っている。「ある人には御霊によって知恵の言葉が与えられ、またある人には、同じ御霊による分別のある言葉が与えられる」（Iコリント12:8）。

#### 73. 声に出して、また心の中で捧げられる祈りについて。

魂が自らの自然な実りに満ち溢れているときは、賛美歌を声高らかに歌い、とりわけ声を出して祈ることに傾く。しかし、聖霊に動かされる時は、あらゆる喜びと甘美さをもって、心をついに歌い、祈る。最初の心境には、（自己満足による）夢想的な喜びが続き、第二の心境には霊的な涙が、そしてその後には沈黙を愛するある種の喜びが訪れる。なぜなら、声を抑えつつも温かさを保った記憶は、心を整え、涙を誘うような、内面へと深く入り込む思索を生み出すからである。この中にこそ、真に祈りの種を見出すことができる。それは涙を伴いながらも喜び

に満ち、豊かな収穫への確かな希望をもって（詩編125:5）、心の地に蒔かれるのである。もっとも、より大きな悲しみに押しつぶされそうになる時は、少し——もう少し大きな声で詩篇を詠むべきである。希望の喜びをもって魂の悲痛な叫びを押し殺し、この重い悲しみの雲が、詩篇の旋律という風によって吹き飛ばされるまで。

#### 74. 自然かつ恵みによる神への愛について。

魂が自己を自覚するに至るとき、魂は自らある種の温もりと、神への愛に満ちた謙虚さを醸し出す。なぜなら、世俗の心配事に動揺されることなく、魂は（神への）ある種の愛を自らから世界へと放ち出し、世界の神を相応に求めるからである。しかし、この（求められている神への）思いはすぐに散じてしまう。それは、感覚の印象がこの記憶を覆い隠すからか、あるいは、本性がその乏しさゆえに、自らの善をすぐに使い果たしてしまうからである。なぜギリシャの賢者たちは、禁欲を通じて達成しようとしたものを、本来あるべき姿で得ることができなかったのか。それは、彼らの知性が、永遠にして全き真理である至高の知恵の影響を受けていなかったからである。しかし、聖霊によって心に与えられる神を愛する温もりは、第一に、すべてが穏やかで絶えることがない。次に、それは魂のあらゆる部分を神を愛するように招き、心の外へ飛び出そうとはせず、それ自体によって、全人間を計り知れない愛と喜びで満たす。それを得よう努めなければならないのは、それを知った者たちである。なぜなら、自然的な愛は、自制によって本性が健全であることのしるしではあるが、霊的な（——恵みによる）愛がそうするように、心を無情の状態へと高めることはできないからである。

#### 75. 魂に対する恵みの光に満ちた影響について——

また、闇の力の作用による魂の曇りについて。

私たちを取り巻く空気は、北風が吹くとき、その風のもつある種の繊細さと清涼な作用によって清らかになるが、南風が吹くときは、その風によって何らかの重さが加わり、まるで空気が凝縮されるかのようになる。南風は、その土地から乾燥した霧を運び出し、全宇宙にまき散らすからだ。同様に、魂も、真の聖霊の息吹の影響を受けるとき、悪魔による曇りから完全に解放される。しかし、惑わしの霊に強く吹きさらされると、魂全体が罪の雲に覆われてしまう。したがって、私たちは常に、全力を尽くして自らの志を、聖霊の清めと命を与える息吹、すなわち預言者エゼキエルが啓示の光の中で北から来るのを見たあの霊（— 1, 4）へと向けなければならない： そうして、とりわけ私たちの魂の観想的な部分が常に清く保たれ、私たちが神聖な幻視にふさわしく入り、光の空気の中で、光の中にあるものをはっきりと見るようにするためである。これこそが、真の知識の光である。

#### 76. 洗礼の前と洗礼の後において、真理の霊と惑わしの霊が魂の中でどのように作用するか。

ある人々は、恵みと罪、すなわち真理の霊と惑わしの霊が、共に洗礼を受ける者の心の中に潜んでいると主張した。なぜなら、ある者は心を善へと導き、もう一方はそれとは正反対のものへと導くからだ。彼らは言うのである。しかし私は、神の聖書と、心自身の（経験的な）感覚から、洗礼の前には恵みが外側から魂を善へと導き、サタンは魂の最も深いところに巣くって、心に正しい道がすべて塞がれるよう仕向けていることを悟った。洗礼によって新たに生まれ変わるその瞬間から、悪魔は外側にあり、恵みは内側にあるのである。それゆえ、かつては魂を惑わす誘惑が支配していたのと同様に、洗礼後は真理が魂を支配していることが分かる。その後もサタンは以前と同様に、時にはそれ以上に激しく魂に働きかけるが、それは恵みと共存するものではない——決してそうあってはならない！——むしろ、肉体の湿り気や、言葉にできない快樂の甘美さを通じて、いわば精神の前に煙のように立ち込めるのである。これは神の許しによって起こるものであり、人は嵐や火、試練を通り抜けることによってのみ、善の喜びに到達するのだ。なぜなら、「我らは火と水の中を通り抜け、あなたは我らを安息へと導かれた」（詩編65:12）と記されているからである。

#### 77. 魂における神の恵みの働き。

私が述べたように、恵みは、私たちが洗礼を受けるその瞬間から、心の（霊の）最も深いところにひそかに宿り始め、その存在を心（感覚）そのものから隠している。しかし、誰かが自らの全意志（心）をもって神を愛し始めると、恵みは言葉に尽くせぬある種の言葉によって、心の感覚を通じて魂に語りかけ、その恵みの一部を魂に伝えるのである。この結果、この獲得したものを永遠にしっかりと自分の中に留めておきたいと願う者は、大きな喜びをもって、すべての現世の恵みから身を引くことを望むようになり、そうして、人生の隠された宝を見つけたその場所を完全に手に入れようとするのである（マタイ12:44）。なぜなら、誰かがこの世の富のすべてを捨て去るとき、その人は自分の中に、神の恵みが隠されている場所を見出すからである。そして、魂が成長するにつれて、神聖な賜物（恵み）は心の中でその善き働き（恵み深さ）を現し始める。しかし、その一方で、主は悪魔たちに魂をより激しく悩ませることを許される。それは、魂に善と悪を分別する分別を教え、さらに謙虚にさせるためである。なぜなら、魂がそのような誘惑にさらされるとき、悪魔的な思念による恥辱から、大きな羞恥心に覆われるからである。

78. 洗礼によって、聖霊が心に宿り、悪霊は追い出される。

しかし、それによって罪への誘惑が完全に断ち切られるわけではない。

私たちは神の御姿に似せて造られており、魂の知的な（霊的な）働きによって成り立っている。肉体はいわばその住まいである。しかし、アダムの罪によって、魂の特性が汚されただけでなく、私たちの肉体も朽ち果てる運命に陥ったため、至聖なる神の御言葉は受肉され、神として、ご自身の洗礼を通じて、私たちに再生のための救いの水を授けてくださった。なぜなら、私たちは聖霊、すなわち命を与える御霊の働きによって水の中で再生され、その結果、もし完全な心構えをもって神に近づくならば、直ちに魂と体の両方が清められるからである。このとき、聖霊が私たちの中に宿り、罪（あるいは罪の父）は聖霊によって追い出される。なぜなら、魂の特徴である「統一性と単純性」において、ある人々が考えていたように、これら二つの存在が共存することは不可能だからである。さらに、神聖な恵みが聖なる洗礼を通じて、神の御姿の特質と計り知れない愛をもって結びつき、神に似た者となる保証となる時、悪しき者の存在がどこに居場所を得ようか——光と闇との間に何の交わりもないのだから（Ⅱコリント6:14）。それゆえ、私たちは聖なる行いの道を歩む者として、「再生の浴場」（テモテへの手紙Ⅰ 3:5）によって、邪悪な蛇が心の深みから追い出されると信じている。とはいえ、洗礼を受けた後も、善意とともに悪意を抱くことがあることに、私たちは驚くことはない。なぜなら、聖化の洗礼は、罪の汚れを取り除くものの、私たちの欲望の二面性を消し去るわけではなく、また、悪魔たちが私たちと戦い、惑わす言葉を投げかけることを禁じるわけでもないからである。それゆえ、私たちが自然の状態にある間に何かを保持してしまうことがないように、義の武器を手に取り、神の力によってそれを守らなければならないのである。

79. 恵みは知性の感覚を通じて働き、サタンは肉感的な感覚や欲望を通じて働く。

サタンは、私が述べたように、聖なる洗礼によって魂から追い出される。しかし、前述の理由により、彼は肉体を通じて魂に影響を及ぼすことを許されている。神の恵みは、魂の最も深いところ、すなわち知性に宿る。なぜなら、「王の娘のすべての栄光は内にある」とあり、それは悪霊たちには見えないからである（詩編44:14）。だからこそ、私たちが神を温かく思い起こすとき、神の愛がまるで流れのように私たちの心の奥底から湧き出ているのを感じるのです。一方、悪霊たちは肉体の感覚に襲いかかり、そこに巣くって、手近な肉体を介して、まだ魂が若い者たちに都合よく働きかけるのです。このように、神の使徒の言葉を借りれば、私たちの心は常に御霊の律法に喜びを見出すが、肉感的な感覚は快楽を求める傾向に容易に引きずられてしまう（ローマ7:18）。それゆえ、知識の追求に熱心に励む者たちにおいては、恵みが知性を通じて、また肉体そのものを通じて、言い表せない喜びで彼らを喜ばせる。しかし、私たちが不注意かつ無防備に敬虔の道を歩むとき、悪魔たちはそのような私たちを見つけ出し、肉体の感覚を通じて私たちの魂を捕らえ、魂が望まないものへと無理やり引きずり込み、殺し屋となるのである。

80. 洗礼を受けた者の心には、恵みと罪が共存していると主張する者たちに対する反論。

二つの存在、すなわち恵みの霊と罪の霊が、信者の心の中に共存していると主張する者たちは、この自らの見解を裏付けるために、福音書の「光は闇の中に輝いており、闇はそれを包み込めなかった」（ヨハネ1:5）という言葉を用いて、たとえ神の光が悪魔の闇に少しでも近づいたとしても、神の光は邪悪なものと共存することによって決して穢されることはない、と結論づけている。しかし、にあるように、この福音書の言葉もまた、彼らが聖書に則らない知恵を振りかざしていることを暴いている。なぜなら、神は「御言葉」、すなわち真の光であり、その計り知れない人間愛により、御自身の肉において被造物に現れることを御心に留め、私たちの中に御自身の聖なる知恵の光を灯されたが、この世の知恵は、すなわち神のこの御計画を把握し得なかったからである。なぜなら、「肉の思いは神に敵対する」（ローマ8:7）とされているからである。この理由により、神学者はこのような言葉を用いたのである。そして、さらに数語を述べた後、この偉大な人物は次のように述べている。「まことに、この真の光は、この世に来るすべての人を照らす」——「導き、命を与える」という表現の代わりに。「世は神から出たものであり、神は世に現れたが、世は神を知らなかった。神は御自分の民のもとに来られたが、御自分の民は神を受け入れなかった。しかし、神を受け入れた人々、すなわち、御名を信じる者たちには、神の子となる特権を与えられた」（ヨハネ1:9-12）。また、至賢なるパウロは、この「受け入れなかった」（知らなかった）という言葉の説明として、次のように述べている。「私は、すでに到達した、あるいはすでに完成したからではなく、追い求めている。もし追い付くことができれば、キリスト・イエスによって追い付かれたその方になるためである」（フィリピ3:12）。したがって、福音書記者が「真の光を知らなかった」と語っているのは、サタンのことではない——サタンは初めからその光とは無縁であったからである——。むしろ、この言葉によって、神の力や奇跡について聞きながら、心の曇りのために、その知識の光に近づこうとしない人々を、正當に非難しているのである。

81. 悪霊には二種類ある。一つは極めて微細で、魂を攻撃するものであり、もう一方は最も粗雑なもので、むしろ肉体に作用するものである。

啓示の言葉は、悪霊には二種類あることを教えてくれる。一方はより精妙であり、もう一方はより粗雑で物質的である。最も精妙なものは魂を攻撃し、最も粗雑なものは、通常、ある種の恥ずべき快楽的な衝動を通じて肉体を虜にする。それゆえ、魂を襲う悪霊と肉体を襲う悪霊は、常に互いに敵対し合うのである。もっとも、人々に害を及ぼそうとする熱意においては、両者とも等しい。人の内に恵みが宿っていないとき、悪霊たちは蛇のように心の奥底に巣くって、魂が善を望むことを許さない。しかし、恵みが心の奥底にひっそりと宿るとき、それらの悪霊は、まるで暗い雲のように心のあちこちを駆け巡り、罪深い情欲や様々な幻のような空想へと姿を変え、思い出を通じて空想で心を惑わせ、恵みとの対話を断ち切ろうとするのである。それゆえ、魂を襲う悪霊たちによって、心の情欲、とりわけすべての悪の母である自惚れや高慢に駆り立てられたとき、自らの肉体の朽ち果てを思い起こし、名声に飢えた自己顕示の傲慢を恥じ入らせなければならない。また、体に戦いを挑む悪霊たちが、私たちの心を恥ずべき情欲で沸き立たせようとするときにも、同じようにすべきである。なぜなら、この一つの回想は、神への記憶と結びついて、あらゆる悪霊の誘惑を強く打ち砕くからである。もし、そのような思い起こしをきっかけに、心の悪魔たちが、肉の腐敗を理由に、人間の性質には何の尊厳もなく、計り知れないほど無価値であるという考えを植え付けようとした場合（なぜなら、誰かがそのような考えで彼ら自身を苦しめ始めると、彼らはそうするのを好むからです）、——天の御国の栄光と威光を思い起こし、その際、神の偽りのない裁きの恐ろしさを心に留めることを忘れてはならない。そうすることで、気弱な絶望を防ぎ、欲望に流されやすい私たちの心に、立ち向かうための堅固さと力を与えるのである。

82. 恵みにある者たちの心には、悪魔は存在し得ない。

悪魔は肉体を媒介として彼らと戦っているのです。

主は御自身の聖なる福音書において、サタンが戻ってきて、自分の家が掃除され、空っぽになっているのを見つけたとき、すなわち心が実を結んでいないのを見つけたとき、彼は自分よ



りもさらに邪惡な七つの靈を連れてきて、その心に入り込み、そこに巣くうことで、その人の最後の状態を最初の状態よりもさらに悪いものにしてしまうと教えておられる（ルカ11:25）。ここから、聖靈が私たちの中に住まわれている限り、サタンは魂の奥底に入り込み、そこに住み着くことはできないと理解すべきである。しかし、神聖なるパウロもまた、この事柄に対する同様の見解を教えている。すなわち、修道的な（経験的な）知見からこの事柄の本質（つまり、それが真実においてどのようなものであるか）を見抜いたとき、彼は次のように述べている。「私は内なる人においては神の律法に喜びを見出しています。しかし、私の肉には別の律法があり、それは私の心の律法と戦っており、私の肉にある罪の律法によって、私を捕らえているのです」（ローマ7:22,23）。また、御靈による生活において成功した人々については、さらに次のように述べている。「今や、キリスト・イエスにある者、すなわち、肉に従って歩まず、御靈に従って歩む者には、もはや罪の宣告などない。キリスト・イエスにあるいのちの御靈の律法は、私を罪と死の律法から解き放ってくださったのである」（ローマ8:1,2）。また別の箇所では、サタンが、聖靈の交わりに与るようになった魂に対して、肉体を通じて戦いを仕掛けていることを示すために、彼は次のように述べている。「それゆえ、真理をもって腰に帯を締め、義の鎧を身に着け、平和の福音を宣べ伝えるために足を履き整えなさい。さらに、すべてのものに対して、信仰の盾を取りなさい。それによって、悪者の放つ燃えるような矢をすべて消し去ることができる。また、救いの兜と、神の言葉である靈的な剣とを取りなさい」（エフェソ6:14-17）。しかし、捕らえられ（ ）ることと戦いとは別物である。前者は、ある種の強制的な支配下に置かれることを意味するが、後者はそれに匹敵する対抗闘争を指すからである。それゆえ、使徒は、悪魔が、自分の中に主キリストを宿している魂たちに対して、火の矢で襲いかかると述べているのである。というのも、通常、敵に直接手を伸ばして攻撃できない者は、矢を用いて、遠くから戦いを挑む敵を矢の飛翔で傷つけようとするものだからである。同様に、サタンも、かつてのように、恵みが宿っているために、修練者の心の中に巣くうことができないため、体の中に巣くう者として、情欲の湿り気に襲いかかり、その誘惑によって魂を惑わそうとするのである。だからこそ、肉体を乾かすべきなのである。そうすれば、情欲の湿気に引きずられる心が、快樂の罠に滑り落ちて墮ちることはないからである。使徒の言葉そのものから、修行者の心は神の光の作用の下にあるため、神の律法に従い、それに喜びを見出していることが容易に理解できる。一方、肉体は悪への墮落性ゆえに、邪惡な靈に従属し、その邪惡な唆しに従うように引き寄せられるのである。このことから、心は神と悪魔が共に住む場所などではないことが自明である。そうでなければ、あたかも私が心をもって神の律法に仕え、一方で肉体は罪の律法に従うことになってしまう。もし私の心が、あらゆる自由をもって悪魔たちと対抗せず、恵みが心に及ぼす善き働きに喜んで従う一方で、身体が、私が述べたように、悪霊たちがそこに巣くうことを許しているがゆえに、言葉なき快樂の心地よい香りに誘われてしまうのであれば、どうしてそうなるだろうか。使徒もこう言っている。「私は、私、すなわち私の肉の中には、善が住んでいないことを知っている」（ローマ7:18）。このように、善行によって罪に立ち向かう者たち（使徒は自分自身について語っているのではない）に対しては、悪魔たちは知性をもって戦いを挑み、一方、肉体は甘美で心地よい衝動によって、彼らを緩め、情欲へと誘い込もうとする。というのも、義なる裁きにより、悪魔たちは体の奥深くに潜むことを許されており、罪に対して堅く奮闘する者たちの中にも潜むからである。なぜなら、人間の思慮の意志は常に誘惑にさらされているからである。もし誰かが、この世のうちに修業の労苦によって死ぬことができれば、その人はついに全身が聖靈の住まいとなる。なぜなら、そのような者は死の前にすでに復活しているからである。——聖パウロ自身もそうであったし、罪に対して完全な奮闘を繰り広げてきた者、そして今も奮闘している者たちも皆、そうである。

83. サタンによって植え付けられた思いもまた、心から発するものとみなされる。

心は、善い思いも悪しき思いも自ら生み出す。もっとも、悪しき思いは、その本質から生じるのではなく、過去の誘惑によって悪しきことへの記憶が習慣となってしまったために生じるものであり、その大部分、とりわけ最も邪惡なものは、悪魔の悪行に起因するものである。しか

し、私たちはそれらすべてが、あたかも心から発しているかのように感じる。それゆえ、ある人々は、私たちの心の中に恵みと罪が共存していると考えようになった。そして、これを裏付けるものとして、主の次の御言葉を引用した。「口から出るものは、心から出るものであり、それが人を汚すのである。『なぜなら、心から悪意、殺人、姦淫、淫行などが生じるからである』」（マタイ15:18, 20）。しかし彼らは、私たちの心が、ある極めて微細な感覚の働きによって、また悪霊によってそこに植え付けられる悪しき思いによって、それらを自らのものにしてしまうことを知らない。というのも、肉の働きにより、自己満足に傾きやすい肉体は、それ以上に、どのようにしてかは分からないが、魂と融合しているがゆえに、魂を誘惑するからである。なぜなら、肉体は魅惑的な甘言を限りなく愛するからである。この理由により、悪魔によって魂に植え付けられた思いは、あたかも心から湧き出るかのように見え、我々はそれらを共に味わおうと渴望するとき、それらを自らのものとして受け入れてしまうのである。主はこのことを戒められ、神聖そのものである御言葉によって、前述の言葉を語られたのである。なぜなら、誰かが、悪賢いサタンによって心に植え付けられた思いに共鳴し、それらの記憶をあたかも自分の心に書き記すかのようにするとき、その後、その人が自らの内からそれらの考えを生み出していることは明らかではないか。

#### 84. 聖書からの例を用いて、恵みと悪魔は

が共に心の中に留まることはできないことを説明する聖書の例。

主は福音書の中で、強い者は、自分より強い者が彼を縛り、彼の持っているものをすべて奪い取り、彼を追い出さない限り、自分の家から追い出されることはない、と語っておられます（マタイ12:29）。このような屈辱を受けた後、この追い出された者が、どうして再び中に入り、真の家主と共に、その家が安らぐ場所で、自分の意のままに過ごすことができるだろうか。また、自分に反旗を翻した暴君を打ち負かした王が、その暴君を自分の王宮で共に過ごさせたいと思うだろうか。むしろ、即座に彼を刺し殺すか、あるいは縛り上げて、兵士たちに引き渡し、最も長い苦痛と最も悲惨な死を味わわせるのではないだろうか？

#### 85. これと同じことが、霊的生活の経験からも証明される。

あるいは、恵みと罪が、霊的に成長している者にどのように作用するかという点についても同様である。

もし誰かが、私たちが善と悪の両方について共に考えるという事実に基づいて、聖霊と悪魔が共に心の中に宿っていると結論づけるならば、その人にはこう知っておいてほしい。これは、私たちがまだ「主は善き方である」（詩編33:9）ということを知っても見てもいいがゆえに、私たちに起こっていることなのだ。なぜなら、冒頭で私がすでに述べたように、恵みは洗礼を受ける者の前でその存在を隠し、魂の意志を待っているからである。しかし、人が完全に神へと立ち返ったとき、恵みは言葉に尽くせないある種の感覚をもって、その存在を心に明らかにし、そして再び魂の動きを待ちつつ、その間、悪魔の矢が魂の感情の最も深いところまで届くことを許す。それは、魂が最も熱烈な意志と最も謙虚な心持ちをもって神を求めるようになるためである。もしその結果として、人がついに確固たる決意をもって戒めを守り、絶えず主イエスを呼び求めるよう前進し始めれば、その時、聖なる恵みの炎は心の外的な感覚にまで広がり、人間の地にある茨を目に見える形で焼き尽くす。それゆえ、悪魔の助言や唆しは、（心が恵みと共にある）その場所から遠く離れたところには留まることができず、魂の情欲的な部分にわずかに触れるだけとなる。しかし、人が修行によってあらゆる美德、とりわけ完全な無欲を身にまとうとき、そのとき、恵みは彼の全存在を、ある種の最も深遠な感覚をもって照らし出し、彼の中に神への最も温かい愛を燃え上がらせる。そのとき、悪魔の矢は肉体の感覚の外でさえもその勢いを失う。なぜなら、聖霊の息吹が心を深い平安で満たし、悪魔の燃えるような矢は、空を飛んでいる最中にさえも消されてしまうからである。とはいえ、この境地に達した者に対しても、神は時に悪魔の悪意ある働きにさらされることを許される。その際、神は彼の心を啓発されないままにしておく。それは、私たちの自己支配が恵みの絆によって完全に束縛されないようにするためであり、単に罪が功績によって打ち負かされなければならないからだけでなく、人間が霊的な熟達に

おいてさらに、そしてさらに進歩すべきであるからでもある。なぜなら、学び手にとって完全と見なされるものでさえ、その進歩を熱心に願う愛に満ちた、教え主である神の豊かさと比較すれば不完全であり、たとえその進歩のために努力し、ヤコブに示された天の梯子の頂点に登った者であっても、そうであるからである。

#### 86. 神の許容は教訓的であり、神の拒絶は懲罰的である。

主ご自身が、「サタンは天から落ちた」（ルカ10:18）と語っておられる。それは、この醜悪な者が聖なる天使たちの住まいを見ることを許されないためである。では、神の善良なしもべたちとの交わりに値しない彼が、どうして人間の心という、神と共通の住まいを持つことができるだろうか。たとえ、これが神の許容によるものだとして主張したとしても、それだけでは何の証拠にもならない。なぜなら、教訓的な許容は決して魂から神の光を奪うものではなく、その際に起こることは、私がすでに述べたように、恵みとその存在を心から隠すことだけだからである。それは、悪魔の苦しみによって魂が、敵の邪悪な働きを自ら体験し、恐れと深い謙遜をもって神の助けを求めるように促すためである。これと同様に、授乳の規則に従うことを嫌がり、暴れ回る自分の子供を、母親はしばらくの間、自分の腕から離すことがある。そうすることで、子供は周囲にいる見知らぬ醜い人々や、あるいは何らかの獣を恐れて、大きな恐怖と涙の中で、再び母親の腕に戻ろうとするのである。また、神の嫌悪によって生じる許容は、自分の中に神を宿すことを望まない魂を、あたかも縛られたかのように悪魔に引き渡すのである。しかし、私たちは見捨てられた子らではなく、信仰を持つ者として、神の恵みの真の子らであり、その稀な許容と頻繁な慰めによって養われ、そのような神の恵みの働きによって、「キリストの満ち成す年齢に至るまで、完全な大人」となるよう成長するのです（エフェソ4:13）。

#### 87. 魂に対する、神の教育的な許し

および懲罰的な見捨てが魂に及ぼす作用について；

また、その両方においてどのように行動すべきかについて。

教訓的な許容は、まず魂に大きな悲しみ、屈辱感、そしてある程度の絶望感をもたらし、それによって魂の中の虚栄心や、自らを誇示したいという欲望を抑え込み、魂をふさわしい謙遜へと導くのである。しかし、その直後に、それは心に神への畏敬の念と涙の告白、そして至善の沈黙への強い願望をもたらす。一方、神の嫌悪による見捨ては、魂を自分自身に委ね、魂は絶望と不信仰、傲慢と怒りに満たされる。それゆえ、私たちには、この二つの「許容」と「見捨て」を知り、それらが訪れる際に、それぞれの性質に応じて神に近づくべきである。前者においては、私たちの気性の奔放さを慰めの剥奪によって慈愛をもって懲らしめ、父のように善と悪を正しく見分けることを教えてくださる神に、感謝と誓いを捧げなければならない。そしてここでは、絶え間ない罪の告白、途切れることのない涙、そしてより一層の孤独を捧げ、そうした労苦の積み重ねによって、神が以前のように私たちの心に目を留めてくださるよう、懇願し、神を屈服させることができるのです。もっとも、知っておくべきことは、教訓的な許容のもとで、魂がサタンと一対一で戦うとき、恵みは自らを隠しつつも、知られざる助けをもって魂に協力し、敵たちに、彼らに対する勝利は魂自身の力によるものであることを示すのだ、

#### 88. 例を挙げて説明すると、

恵みのもとで、善と悪がどのような思いから生じるかを示す。

そして、霊的なことについて考えるにふさわしい者は、まるで冬の間、どこかの屋外に立ち、一日の始まりに東を向くときのように、その体の前面はすべて太陽の光で温められるが、背面は太陽の暖かさに触れることがない。なぜなら、そのときは太陽が頭上にはないからである。これと同様に、霊的な歩みの初期段階にある人々にも同じことが起こる。すなわち、彼らの心は時折、聖なる恵みによって部分的に温められるため、そのとき彼らの心は霊的な思索の果実を結び始める。しかし、心の外側の部分は依然として肉的な思索にとどまっている。なぜなら、心のすべての部分が深い感覚の中で聖なる恵みの光に照らされているわけではないからである——（これを理解できない者たちは、修練に励む者の心の中に、互いに敵対し合う二つの人格が存在するかのよう思い込んだ）。だからこそ、魂は善と悪を同時に思い巡らすことになるのである。

それは、前述の例で、人が同じ瞬間に冷たさと温かさの両方の感触を同時に感じるのと同じである。というのも、私たちの心は、認識の二元性に陥って以来、たとえ望まなくても、同じ瞬間に善と悪を同時に思い巡らすというある種の衝動を抱いているからであり、特に思索の精妙さに達した人々においてはなおさらである。なぜなら、たとえ常に善を思おうとどれほど努めようと、すぐに悪も思い起こされてしまうからである。それは、アダムの子以来、人間の記憶がどうしても二元的な思考に分かれてしまったからである。しかし、もし私たちが熱烈な熱意をもって神の戒めを実行し始めれば、そのとき、恵みは深い感覚の中で私たちのすべての感覚を照らし出し、私たちの罪深い記憶をすべて焼き尽くし、また、絶え間ない愛の平安をもって私たちの心を慰め、肉的なことではなく、霊的なことを考えるように私たちを導いてくれるでしょう。これは、完全さに近づく者たち、すなわち心の中に絶えず主を思い起こしている者たちに、非常に頻繁に起こる。

89. 洗礼によって、恵みは神の御姿を回復し、  
その後、神の似姿は、

、

その頂点にある愛こそが、神に似た姿の最も高い特徴である。

聖なる恵みは、私たちを再生させる洗礼を通じて二つの恵みを授けてくれますが、そのうちの一つは他方を計り知れないほど凌駕しています。しかし、そのうちのひとつは直ちに与えられる。すなわち、水そのものによって、神の御姿を構成する魂のあらゆる特徴を新たにし、照らし出し、私たちからあらゆる罪の汚れを洗い流すのである。もうひとつは、私たちと共に、私たちの中で生み出されるのを待っている。それが、神の似姿である。——したがって、心が深い感動をもって至聖なる御霊の恵みを味わい始めたとき、私たちは、恵みがあたかも神の御姿の輪郭の上に、神に似た特徴を描き出し始めているのだと知るべきである。なぜなら、画家がまず一つの色で人物の姿を大まかに描き、その後、少しずつ色を重ねていくことで、描かれている人物を髪の毛一本に至るまでそっくりな姿として表現するように、それと同様に、神の聖なる恵みも、まず洗礼を通じて、人の内に神の御姿の特徴を回復させ、創造された当時の状態へと人を導く。そして、私たちが全き意志をもって神の似姿の美しさを渴望し、そのアトリエ（工房）に裸のまま、恐れを知らずに立っているのを見ると、美德が次々と魂の中で花開き、栄光から栄光へとその姿を昇華させ、彼女に神の似姿の特徴を授けるのである：その際、感覚は、神に似た特徴が私たちの中にどのように映し出されているかを示し、神に似た完全さは、恵みによる啓示によって知ることになる。心は、ある種の節度と言葉に尽くせぬ調和の中で成長し、感覚を通じてあらゆる美德を受け入れる。しかし、聖霊によって、その全き豊かさをはっきりと啓示されなければ、誰も霊的な愛を得ることはできない。なぜなら、もし知性が神聖な光から完全な神似を受け入れなければ、たとえ他のすべての美德を身につけることができたとしても、完全な愛に関しては依然として無縁のままである。なぜなら、人が神の美德に完全に似る時（ここでは、人間にとって可能な範囲での神への似姿について述べている）、初めてその人は神聖な愛の似姿も備えるからである。まるで誰かの肖像画を描くとき、最も美しい色と最も不可欠な特徴が、描かれた顔に施されることで、その人物を、微笑みに至るまで、描かれている人物に完全に似せることができるように：同様に、神の恵みが誰かに神の似姿を描き出すとき、愛という輝かしい特徴が加えられることで、神の御姿の特徴がすべて、神の似姿の輝きへと高められていることが示されるのである。また、無情（情欲からの浄化と解放）という状態を、唯一の愛以外のいかなる美德も魂にもたらすことはできない。なぜなら、「愛の律法の成就」（ローマ13:10）であるからである。したがって、私たちの内なる人は、愛を味わうことによって日々新しくされるが、完全な成熟に達するのは、愛が完全に全うされたときだけである。

90. まず、恵みによる慰めを十分に味わうことが許されるが、  
その後、それらは隠される。前者は、  
を保つためであり、後者は、奮闘する者が謙虚になるためである。

愛における恵みの完全な現れ……そして、それはどのように起こるのか。聖霊は、歩みのまさに始まりにおいて、もし人が神の美德を熱烈に愛するならば、魂に神の甘美さを完全な感覚をもって、確信を持って味わわせ、心は神を愛する労苦の果実がいかに偉大であるかを正確かつ明確に認識できるようにする。しかしその後、聖霊はこの命を与える賜物の豊かさを長い間隠しておかれる。それは、たとえ私たちがあらゆる徳において進歩したとしても、聖なる愛が私たちの中で恒常的な気質へと変わっていることを自らに見出せないため、自分たちは無に等しいと考えるようにするためである。というのも、その頃になると、憎悪の悪魔が、時にこれほど強い力で修行者の魂に襲いかかり、彼らは自分を愛する者たちに対しても敵意を抱き、挨拶や口づけの最中でさえ、この腐敗させるような敵意の行為を保ってしまうことがあるからである。このため、魂は深く嘆き、病む。なぜなら、霊的な愛を記憶に留めている（愛の義務を自覚している）にもかかわらず、自分には至高の努力が足りないと感じているがゆえに、その愛を感情として抱くことができないからである。だからこそ、私たちは今のところ、自制心をもって無理やり自分自身を愛の行いに駆り立て、そのようにして愛を味わい、完全な感覚と確信に満ちた満足を得なければならないのである。しかし、この肉体に生きる者の中で、殉教と完全な信仰告白に至った聖人たちを除いて、誰もそれを完全に獲得することはできない。それを成し遂げた者は完全に変容し、食事さえも嫌々口にするようになる。なぜなら、神の愛に養われている者に、この世の善に対する欲望など、もはやあり得るだろうか。このゆえに、至賢なるパウロ——この偉大な知恵の宝庫——は、義人たちの将来の慰めについて私たちに福音を宣べ伝えるにあたり、そのことに対する自身の確信に基づき、次のように語っている。「天の御国は、食べたり飲んだりするものではなく、義と平和と聖霊による喜びである」（ローマ14:17）と語っている。これらは完全な愛の果実である。このように、霊的生活において進歩している者は、ここでしばしば愛の働きを味わうことができるが、もしあらかじめ「死んだものを腹で食い尽くす」（Ⅱコリント5:4）ことが完全に成されていないならば、誰も完全な形でそれを得ることはできない。

#### 91. 神への恵みある愛の働きについて。

神を飽くことなく愛するある人が私にこう語った。「私が神の愛を具体的に体験したいと願ったとき、慈愛に満ちた主は、それを完全な感覚と充足感をもって私に与えてくださった。そして私はその働きをこれほど強く感じたため、その時、私の魂は言い表せないほどの喜びと切迫感をもって、肉体から抜け出し、主のもとへ去り、この一時的な人生のあり方を完全に忘れた」と願った。そして、このような愛の働きを体験した者は、たとえ誰から千もの侮辱や苦難を被ったとしても、その者に怒りを抱くことはなく、むしろ、自分を侮辱し傷つける者に対しても、心の中で深く結びついていくままである。ただ、貧しい者たちを襲う者たち、あるいは聖書が言うように（詩篇73:6）「神について偽りを語る」者たち、あるいはその他の方法で正しく生きていない者たちに対してのみ、熱意を燃やすのである。なぜなら、神を自分自身よりもはるかに愛する者、あるいは自分自身を全く愛さず、ただ神のみを愛する者は、もはや自分の名誉を守ることを求めず、ただ、永遠の栄光をもって自分を尊ばれた神の真理が尊ばれることだけを望むからである。そして、彼はこれを、軽薄でつかの間の願望として望むのではなく、神への愛を完全に味わったゆえに、不変の気質としてそのような心持ちを持っているのである。さらに知っておくべきことは、神によってそのような愛へと駆り立てられる者は、その愛が彼の中で働いている間、信仰そのものよりも高くなるということである。それは、すでに心の中で完全な愛をもって、信仰によって尊ばれる方を抱いているからである。聖パウロは、「今や、信仰、希望、愛、この三つが残っている。しかし、このうちで最も偉大なのは愛である」（Ⅰコリント13:13）と語ることで、これをはっきりと示している。なぜなら、私が述べたように、愛の豊かさの中で神を抱いている者は、そのとき、愛そのものとして存在しているため、自らの信仰をはるかに超えた存在となるからである。

#### 92. 神学の研究において成功するためには、 他者との調和を乱した関係を修復すること。

聖なる知恵の働きは、その性質上、ある苛立ちから誰かを不快にさせ、その人を敵にしてみましたとき、私たちに少なからぬ苦悩を強いる。そのため、説明や謝罪を通じて、傷つけた相手を以前のような好意的な関係に戻すことができるようになるまで、聖なる知恵は絶えず私たちの良心を苛み続けるのである。とりわけ、この世の人々が——たとえそれが不当なことであっても——私たちに怒りを抱いたとき、そのような苦悩は特に強く現れる。これは私たちを極めて重く圧迫し、心を悩ませる。なぜなら、私たちはあらゆる点で、その人にとって誘惑やつまずきの原因となってしまったからである。このため、その時は私たちの心は神学的な考察を行うことができない状態になってしまう。なぜなら、本質的に愛そのものである知識は、もし私たちが先に、不当に私たちに怒りを向けている者を再び愛をもって受け入れない限り、私たちの思考が神聖な観想を生み出すために広がっていくことを許さないからである。もしその方がそれを望まない場合、あるいは私たちの元を去ってしまった場合には、私たちは、その方の御姿を、抑えきれないほどの魂の溢れ出る思いをもって自らの好意の中に迎え入れ、心の奥底で愛の律法を全うしなければならない。なぜなら、神についての知識を得ようとする者たちは、不当に怒りを向ける人々の姿でさえ、怒りを抱かない思いをもって心の中に思い描かなければならないからである。そうすれば、心は神学の領域においてのみならず、愛の実践においても、まるで第二の段階から第一の段階へと昇るように、完全な大胆さをもって高みへと昇っていくのである。

### 93. 美徳の道は、最初は困難で苦いものだが、

その後、快適で心地よいものとなる。

敬虔さを愛し始めたばかりの人々にとって、徳の道は過酷で恐ろしいものに思えるが、それは道そのものがそうであるからではなく、人間の性質が母の胎内を出たその瞬間から、快楽に浸って生きることに慣れ親しんでいるからである。しかし、すでにその道の半ばまで進んだ者たちにとっては、その道はすべて善く、喜びに満ちたものとなる。なぜなら、私たちの悪しき欲求が善き習慣によって抑え込まれると、それとともに、言葉にできない快楽そのものの記憶さえも消え去るからである。その結果、魂はすでに、あらゆる徳の道を心から喜びながら歩むようになるのである。それゆえ、主は私たちを救いの道へと導きながら、命へと至る道は狭く、また苦しみに満ちており、それを歩む者は少ない、と語っておられる（マタイ 7:14）； また、熱意をもって主の聖なる戒めを守ることを切望する者たちに対しては、こう言われます。「わたしのくびきは心地よく、わたしの荷は軽い」（マタイ 11:30）。それゆえ、私たちの歩みの初めには、ある種の意志に抗いながら神の聖なる戒めを守る努力をしなければなりません。そうすれば、慈愛に満ちた主は、私たちの善意と努力をご覧になり、喜んで御自身の栄光ある御心に従うための準備と自発的な意志を私たちに授けてくださるでしょう。「主は御心を備えておられる」（箴言 8:35）。その後、私たちは大きな喜びをもって絶えず善を行うようになり、その時こそ、「神は、私たちのうちに働いて、善を望ませ、善を行わせられる方である」（フィリピ 2:13）ということを実感するでしょう。

### 94. 外的および内的な試練は、奮闘する者たちを

神の美しさを自らの内に刻み込むことができるようにする。

温められず、柔らかくされていない蠟が、それに押し付けられた印をうまく刻み込むことができないのと同じように、人もまた、労苦や弱さによって試みられなければ、神の美徳の印を心に刻み込むことはできない。それゆえ、主は神聖なパウロにこう言われる。「わたしの恵みは、あなたに十分である。わたしの力は、弱さの中でこそ完全に現れるのである」（Ⅱコリント 12:9）。使徒自身も次のように誇りをもって語っている。「むしろ、私は自分の弱さを誇りに思う。そうすれば、キリストの力が私のうちに宿るからである」（同上）。同様に、箴言にもこう記されている。「主は愛する者を懲らしめ、受け入れるすべての息子を打たれる」（箴言 3:12）。使徒は、「弱さ」という言葉で、十字架の敵による反乱を指しています。当時、彼自身やすべての聖徒たちにも頻繁に起こっていたこれらの出来事は、彼が言うように、啓示の過剰によって高ぶることのないようにするためでした（Ⅱコリント 12:7）。むしろ、彼らは謙遜によって完全さの姿にとどまり、頻繁な屈辱を通じて神からの賜物を敬虔に守り抜いたのです。一方、私たちが「弱



さ」と呼ぶのは、邪惡な思いや肉体の苦難のことです。なぜなら、当時、罪と闘った聖徒たちの肉体は、死に至る傷やその他の様々な苦難にさらされながらも、罪によって人間の本性に生じた情欲よりもはるかに高みにあったからです。しかし今、主のもとで教会の平和が広まるにつれ、敬虔に励む人々の肉体は頻繁な苦難によって、魂は邪惡な思いによって試される必要がある。とりわけ、あらゆる感覚と確信をもって力強く知識を持つ者たちについては、彼らが虚栄心や高慢に陥ることなく、偉大な謙遜のゆえに、私が述べたように、聖なる預言者の言葉「主よ、あなたの御顔の光が私たちの上に輝きますように」（詩編4:7）。ゆえに、私たちに対する主のこのような御計画に、感謝をもって耐え忍ぶべきである。そうすれば、病も、悪魔的な思いとの闘いも、私たちにとって第二の殉教として数えられることになるだろう。なぜなら、当時、不義な支配者たちの口を通して聖なる殉教者たちに「キリストを否定し、この世の栄光を愛せよ」と語った者は、今なお、神の僕たちに自ら語りかけているからである。当時、義人の肉体を苦しめ、悪魔的な策略に仕える者たちを通じて高潔な教師たちを極度に辱めたその者が、今なお、敬虔さを告白する者たちに、大きな侮辱と屈辱を伴う様々な苦難をもたらしめている。とりわけ、彼らが主の栄光のために、抑圧された貧しい人々を力強く助ける時にはなおさらである。このゆえに、私たちはあらゆる危険と忍耐をもって、神の御前で自らの良心の証しを築き上げなければならない。「私は主を待ち望み、主は私を聞き入れてくださった」（詩編39:2）。

#### 95. 二種類の謙遜について——中程度の謙遜と完全な謙遜。

謙遜は容易に得られるものではない。なぜなら、その高みが高ければ高いほど、それを獲得するにはより大きな労力を要するからである。しかし、それは聖なる知恵に与る者たちに二つの方法で訪れる。すなわち、敬虔な修行者が霊的な成長の途上にあるとき、彼は自分自身について最も謙遜な思索を抱くようになる。それは、肉体の弱さのため、あるいは正しい生活を熱心に実践する者たちに対する敵対者たちからの苦難のため、あるいは悪意ある思いのためである。しかし、心が完全な自覚を持ち、聖なる恵みに確かに照らされたとき、魂はあたかも自らの自然な性質であるかのように、謙遜な知恵を持ち始めるのである。なぜなら、神の慈しみによって神聖な恵みに満たされ、潤されている以上、たとえ絶えず神の戒めを守っていたとしても、もはや虚栄心や自慢心に膨れ上がることはなく、神の恵みとの交わりの感覚の中で、（すなわち、神の憐れみによってそうであるという自覚）。その謙遜は、大抵の場合、悲しみや気力の衰えを伴うが、これは知恵に満ちた恥じらいを伴う喜びである。それは、私が述べたように、修行の途上にある者たちに訪れるものであり、これはすでに完全さに近づきつつある者たちに授けられるものである。なぜか、世俗的な成功によって心をくじかれる者が少なくないが、この者は、たとえ誰かが世界のすべての王国を差し出しても動じず、罪の最も恐ろしい矢を恐れるどころか、まったく感じさえしない。なぜなら、完全に霊的な状態にあるため、もはや外的な栄光に対する感覚を持たないからである。しかし、この最終段階に至るには、修行者は必ずや最初の段階をあらゆる形で通過していなければならない。なぜなら、最初の段階において、試練によって、また情欲の台頭を許容するという教育的な過程を通じて、私たちの意志をあらかじめ和らげなければ、恵みは私たちにこの第二の富を与えてはくれないからである。

#### 96. 空虚で邪惡な思いや言葉から身を守るについて。

この世の快樂を愛する者たちは、思いから墮落へと移っていく。無分別な高揚に駆られて、彼らはほとんどすべての情欲に満ちた企みを、欲望を込めて、不適切な言葉や不法な行いによって表してしまう。一方、修道生活を堅実に送ろうと決意した者たちは、墮落から邪惡な思い、あるいは邪惡で有害な言葉へと移っていく（悪行からは遠ざかったものの、まだ不善な思いや言葉の領域にとどまっている）。そして、悪魔たちは、そのような者たち——あるいは、陰口や中傷にふける者、あるいは、空虚で不適切な会話を交わす者、あるいは、不適切に笑う者、あるいは、度を越して怒る者、あるいは、虚栄的で空しい名声を渴望する者——を見かけると、直ちに群れをなして彼らに襲いかかる。彼らは虚栄心を悪行の口実にし、それをまるで暗い扉のようにして飛び込み、彼らの魂を略奪する。それゆえ、徳を積むことに身を捧げる者たちは、名声を望んではならず、多くの人との交わりを求めず、頻繁な外出や散歩を楽しまず、たとえ非難に値す

る者であっても誰かを誹謗せず、たとえ一つの良いことを語れるとしても、多くを語ってはならない。なぜなら、多弁は心を計り知れないほど散漫にし、霊的な行いを行う能力を奪うだけでなく、落胆の悪魔の手に委ねてしまうからである。その悪魔は、少しずつ心を緩め、やがて計り知れない悲しみの悪魔へと引き渡し、最終的には怒りの悪魔へと導くのである。だからこそ、常に心を聖なる戒めを守ることと、主の栄光を深く思い起こすことに鍛えなければならない。聖書はこう述べている。「戒めを守る者は、『悪意ある言葉』に惑わされない」（伝道の書8:5）。すなわち、不品行な思いや言葉へと逸れることはない。

#### 97. 主を絶えず思い起こし、心を慎み続ける祈り

と心を慎むこと——これこそが、心を清める唯一の手段である。

心が、ある種の灼熱するような痛みを伴って悪魔の矢を受け止め、戦っている者があたかもその矢そのものを背負っているかのように感じる時——それは、魂が情欲を熱心に憎むようになったしるしである。そして、これこそが魂の清めの始まりである。なぜなら、もし魂が罪の恥知らずさから生じる大きな苦痛に耐えなければ、後に真理の恵みについて豊かに喜ぶことはできないからである。その後、自分の心を清めたいと願う者は、主イエスを絶えず思い起こすことで心を温め、これを唯一の神への思索の対象とし、絶え間ない霊的な行いとして行わなければならない。なぜなら、自らの腐敗を振り払おうとする者は、時折祈ったり祈らなかつたりするような振る舞いをしてはならず、たとえ礼拝所から遠く離れた場所に住んでいようとも、常に心を研ぎ澄ませて祈りに励まなければならないからである。なぜなら、金を精錬しようとする者が、たとえ短時間であっても炉の火を消せば、精錬中の鉱石が再び硬くなってしまうのと同じように、時折神を思い起こし、時折そうしない者は、祈りによって得たものを、祈りを中断することで失ってしまうからである。しかし、徳を愛する男には、常に神を心に留めることによって心の地上的さを焼き尽くすことがふさわしい。そうして、善き記憶という火の作用によって悪が徐々に蒸発していくにつれ、魂は完全な栄光のうちに、本来の輝きへと完全に昇華するのだ。

98. 無情、すなわち心の清さとは何から成るのか。無情とは、悪魔に戦われないことではない。もしそうであれば、使徒の言う通り、私たちは「この世から出て行く」べきだからである（I コリント5:10）。しかし、悪魔が私たちと戦うとき、戦われないままであることである。まるで鎧を身にまとった戦士たちが敵の矢にさらされ、飛んでくる矢の音を聞き、自分たちに向けて放たれる矢そのものさえ目にするにもかかわらず、その堅固な鎧のおかげで傷つけられないのと同じである。しかし、彼らは鉄で守られているため、戦いの最中に傷つくことはない。私たちもまた、善行を行うことによって——聖なる光の全武装と救いの兜を身にまとい——闇の悪魔の軍勢を打ち散らすであろう。なぜなら、清らかさをもたらすのは、もはや悪を行わないことだけではなく、むしろ、善に対する全力を尽くした熱意をもって、自分の中の悪を完全に根絶することにあるからである。

#### 99. 最も長く戦いを続ける二つの悪魔について——

過度な嫉妬と肉欲という二つの悪魔について。

そして、それらとどう戦うか。神の人が自分の中の情欲をほぼすべて打ち負かしたとき、なおも彼に対して戦いを続ける二つの悪魔が残っている。そのうちの一方は魂を苦しめ、神への深い愛を理由に度を越した嫉妬を煽り立て、他の誰かが自分以上に神に喜ばれることを許そうとしない。もう一方は肉体を煽り立て、ある種の燃えるような衝動によって肉欲へと駆り立てるのである。このことが肉体に起こる第一の理由は、そのような情欲の快楽が、子孫を残すために私たちの本性に備わっているものであり、それゆえに容易には克服できないからであり、第二の理由は、神の許しによるものである。というのも、主が、修道者たちのうち誰かが美德を高めることにあまりにも高みへと登りすぎているのをご覧になると、その者がすべての生きている人々の中で最も劣った者であると自らを思えるように、時折、この邪悪な悪魔に彼を惑わされることを許されるからである。この情欲による攻撃は、善行を成し遂げた後に起こることもあれば、その前に起こることもある。この情欲の動きが、善行に先行するにせよ後続するにせよ、たとえその人がどれほど偉大な行いを成し遂げたとしても、魂を自らの目には最も不品行なものに見せかけ

るのである。——しかし、最初の（過度の嫉妬を煽る悪魔）に対しては、謙遜と愛をさらに深めることで戦い、第二の（肉欲の悪魔）に対しては、節制、怒りを抑えること、そして死を深く思い起こすことで立ち向かう。それによって、自分の中に絶えず働く聖霊の働きを感じ、主においてこれらの情欲をも超越する者となるためである。

100. すべての無意識の罪や自覚のない罪も、神に告白しなければならない。

さもないと、死の時には苦しみを受けることになる。

私たちの中で聖なる知識の参与者となった者は、ヨブが言うように、「もし私が不本意のうちに罪を犯したとしても、あなたはそれを知っておられる」（ヨブ記14:17）と、無意識の心の動きについても、必ず報告しなければならない——そしてそれは正しいことである。なぜなら、もし誰かが常に神を心に留め、神の聖なる戒めを怠らなければ、その人は不本意な罪にも、自発的な罪にも陥ることはないからです。それゆえ、私たちは不本意な過ちについても、直ちに主に対して悔い改めの告白を捧げ、それを私たちの日常の祈りの規則に組み込むべきです。人は人間の過ちに陥らずにはいられないものだから（それゆえ、常にそれらについて主への懺悔を捧げるべきである）、良心が愛の涙の中でその赦しを確信するまでは。なぜなら、聖ヨハネが言うように：「もし私たちが自分の罪を告白するなら、神は真実で正しい方ですから、私たちの罪を赦し、あらゆる不義から私たちを清めてくださいます」（Iヨハネ1:9）。なぜ絶えず、砕かれた心による告白の感覚に耳を傾け（この感覚を育む）なければならないのか。それは、私たちの良心が、「すでに十分に心を砕き、神に告白した」と思い込んで、自分自身を欺くことのないようにするためである。なぜなら、たとえ誰であれ、自分には悪いことを何もしていないと完全に確信していたとしても、神の裁きは私たちの良心の裁きよりもはるかに厳しいからです。私たちの賢明なパウロは次のように教えています。「しかし、私は自分自身を弁護するつもりはありません。私は自分自身に何の罪もないと主張するつもりもありません。私を弁護してくださる方は、主ご自身です」（Iコリント4:3,4）。もし私たちが、これらの（無意識の、自覚のない）罪についても、ふさわしい形で告白しなければ、この世を去る時、心の中に何とも言えない漠然とした恐怖を感じるでしょう。しかし、主を愛する私たちには、その時、いかなる恐れにも巻き込まれないようお願い、祈るべきである。なぜなら、その時恐れを抱いている者は、地獄の支配者たちの前を自由に通り過ぎることはできないからである。彼らは、魂のこの臆病さを、彼ら自身の中にあるのと同じように、その魂が彼らの悪に加担している証拠だと見なすからである。一方、神の愛に満たされた魂は、肉体から解放される時、天の御使いたちと共に、あらゆる闇の軍勢よりも高く舞い上がる。なぜなら、そのような魂は霊的な愛によって力強く支えられており、その愛の中に、何一つ欠けることのない律法の完全な成就を見出しているからである。それゆえ、この世を去る際にそのような大胆さを持つ者たちは、主の再臨の際、すべての聖徒たちと共に天に引き上げられるのである。一方、死の瞬間に、たとえわずかながらも恐怖に襲われる者たちは、その時には他のすべての人々の群れの中に残され、裁きを受ける者として置かれる。それは、裁きの火によって試練を受けた後、彼らの行いに応じた相応の報いを、私たちの慈愛に満ちた神であり、王であるイエス・キリストから受け取るためである。まことに、御方は正義の神であり、御自身を愛する私たちには、御国の恵みの富が、今この世において、また世々限りなく与えられている。アーメン。

聖マクシムによる、ある者たちからの質問に対する、本第100章の次の言葉「裁きの火によって試みられて……」などについての解説。「神への完全な愛を勝ち得、徳によって魂の翼を軽やかにした者たちは、使徒の言葉によれば、雲の上に引き上げられ、裁きの場には現れない。しかし、そのような完全さに達しておらず、善行を行う一方で罪を犯すこともない者たちは、裁きの場へと連れて行かれ、そこで彼らの善行と悪行が精査されることにより、あたかも火によって試されるかのようにになる。もし善行の杯が優勢であれば、彼らは罰から免れるのである」。

# 私たちの尊い父、ヨハネス・カルパフス

## 彼に関する簡単な紹介

私たちの聖なる父、ヨハネス・カルパフスについて、彼がどのような人物であったか、どの時代に活躍したか、どこで修道生活を送ったか、その他彼に関するあらゆる事柄については、何も知られていない。ただ、至福のフォティオスが第201の講読において、彼について次のように証言している。「ある書物を読んだ。そこには、十の主要な美德の定義と、ディアドコスによる百の章に続き、エピロスのフォティキ司教の著作であり、また聖ニロスのいくつかの著作に続いて、ヨハネ・カルパフスの著作も収録されており、彼はこれに次のような目次を付けている。『インドから慰めを求めて彼のもとに訪れた修道士たちへの慰めの言葉』。そして、この言葉もまた100章から成っている」。－聖ヨハネとディアドコスおよびニロスをこのように並べてみると、彼は彼らの同時代人として尊ばれ、5世紀に生きたと結論づけられる。カルパフは、ロードス島とクレタ島の間に位置する大きな島である。聖ヨハネは、その地出身であったか、あるいはそこで修業に励んでいたのである。－この言葉によって、聖父は、読者に、苦難に耐え、直面している誘惑に打ち勝つための勇気を、父のように注ぎ与えている。

## インドに滞在し、彼に手紙を送ってきた修道士たちへの、百の訓戒の章

地上の王たちに春の花を献上すると、請願者の中には拒絶されるどころか、時には特別な贈り物さえ授かる者もいた。それと同様に、私も、皆様のご要望に応じ、どこからか借りてきた百の善き言葉を、天に御住まいになる皆様にお届けいたします。どうか好意をもって受け入れていただき、皆様からの祈りの賜物を受けられるよう願っております。

1. 万物の王は、御自身の王国に始まりも終わりもない、永遠に存在されるお方である。それゆえ、御自身と、御心に適う美德のために奉仕することを決意した者たちの努力は、なおさら真摯であるべきである。なぜなら、現世の栄誉は、たとえどれほど輝かしいものであっても、現世とともに消え去るが、神がふさわしい者たちに与えられる栄誉は、不死とともに与えられるため、永遠に続くからである。

2. 祝福されたダビデは、すべての被造物の代表として神に賛歌を捧げ、天使たちやすべての天の軍勢に言及した上で、地上にまで目を向け、獣も家畜も、鳥も這うものも、一つとして見落とさず、それらに代わって、それらを創造された方への礼拝としてこの賛美を捧げ、あたかもあらゆる被造物が、この中でそれぞれにふさわしい役割を果たすことを願っているかのようなであった。それゆえ、サファイアの金に例えられる修道士が、詩篇の詠唱において、いついかなる時も気を緩めたり、怠けたりすることを許されるはずがない。

3. 火が藪を包み込みながらも焦がさなかったように、無情の賜物を受けた者たちにおいては、たとえ彼らが非常に重く熱い肉体を帯びていたとしても、身体の熱は肉体も心も悩ませたり汚したりすることはない。「主の御声は炎を断ち切るからである」（詩編28、7）自然の炎を断ち切り、神の御心と御言葉は、自然によって結びつけられたものを分け隔てるのである。

4. 月は、時には満ち、時には欠けることで、時には善行を行い、時には罪を犯し、そして再び悔い改めによって徳の道に踏み出す人間の状態を表している。罪を犯した者の心は滅びてはいない——あなたがたの一部が考えているようなことではない——それは、月においても、その体が小さくなったのではなく、光が弱まったのと同じである。このように、悔い改めによって、人は再び自分に本来備わっている輝きを取り戻す。それは、月が欠けた後、再びいつもの光をまとったのと同じである。「キリストを信じる者は、たとえ死んでも、生き返る」（ヨハネ11:25）。「あなたがたは、わたしが主であることを知るであろう。わたしは語った。そして、それを成し遂げる」（エゼキエル37:14）。

5. もし、敵対的な想像の群れが心の中であなたに襲いかかり、あなたがそれに屈して打ち負かされたなら、あなたは一時的に神の恵みから切り離されていたことを知れ。それゆえ、の義なる裁きにより、あなたは自らの堕落の手に委ねられたのである。だから、あなたの怠慢のせいで、恵みが決して、たとえ一瞬たりとも、あなたを見捨てることがないよう、奮闘せよ。さて、誘惑を乗り越え、情欲に満ちた思いや、敵の悪意によって次々と押し寄せる邪悪な誘惑の壁をくぐり抜けることができたとき、そこに天から与えられた賜物であることを認めず、恩知らずとなつてはならない。むしろ、使徒の言葉に従って、「私ではなく、私と共にいる神の恵みである」（Ⅰコリント15:10）と告白しなさい。神の恵みが私の中にこの勝利をもたらし、私に立ち向かう不浄な思いよりも高い所に私を置き、「不義な者」、すなわち悪魔や古い人から「私を救い出してくださいました」（詩篇17:49）。なぜ、御霊の翼によって天へと引き上げられ、あたかも肉体から解き放たれたかのように、私は自分を追い求める悪魔たち——通常、快楽追求の網で人間の心を捕らえる者たち——よりも高く舞い上がる力を得たのか。その快楽から解放されるよう祈り求めた者は、こう叫ぶ。「私をエジプトの地、すなわち魂を滅ぼすこの世から救い出し、この御手は、私のために密かに戦われ、アマレクを打ち倒し、主が私たちの目の前から、他の不品行な情欲に駆られた諸民族をも滅ぼしてくださるという希望を私に与えてくださった（出エジプト記17:14-16）。この私たちの神は、知恵と力を与えてくださる。なぜなら、ある者たちは知恵を得たが、敵を打ち負かすための御霊の力は得られなかったからである。この神は、あなたの頭をあなたの敵たちの上に高く掲げ、あなたに「鳩のような翼」を与え、「あなたは飛び立ち、神のもとで安らぐ」ようにしてくださる（詩篇54:7）。主はあなたの筋肉をミディアン弓のようにし、敵対者に対してあなたが堅固で、素早く、力強いことを示し、あなたに立ち向かう者すべてをあなたの足の下に打ち倒してくださる（詩篇17:35-40）。主があなたの清さを守ってくださったことに感謝を捧げなさい。主は、あなたを、あなたの肉の欲望や血の欲望、そしてそれらを通して働く不浄で腐敗した霊たちの手に閉じ込めることなく、まるで城壁のように、御右の手であなたを守ってくださったのです。モーセがアマレクを撃退した時のように（出エジプト記17:15）、主に祭壇を築き、主にこう歌い上げよ。「このゆえに、私はあなたに告白し、あなたを賛美します」主よ、「あなたの御名を讃え、あなたの御力を称えます」（詩篇17:50）、あなたは私の命を朽ち果てるものから救い出し、多岐にわたり、巧妙で狡猾な悪意の罠や縛りから私を救い出してくださいましたからです。

6. 邪悪な悪魔たちは、私たちの中に不浄な情欲を燃え上がらせ、それを甦らせ、高め、増幅させる。しかし、神の御言葉についての思索、とりわけ涙を流しながら行うものは、たとえそれらが根深いものであっても、それらを死滅させ、根絶やしにし、魂と肉体の有害な罪深い行いを、まるで存在しないかのように少しずつ無に帰させていくのです。ただ、祈りと希望を怠らず、衰えることなく、絶えることなく、主の御前にひざまずき続けよう。

7. なぜキリストは、悪意に満ちた幼子のような信者たちの口を通して賛美を捧げられるのか。もちろん、詩篇の賛美によって、度を越えて暴虐を振るう敵であり復讐者——美德の敵であり、悪意に満ちた復讐者である悪魔——を打ち砕くためである。なぜなら、「あなたの栄光の多きによって、あなたは敵を滅ぼされた」（出エジプト記15:7）とあり、私たちに敵対する者たちをも滅ぼされたからである。

8. 人は皆、自らの歩みの実を味わう——その半分は今この世で、もう半分は来世で。

9. 修道士は常に最も良き禁欲を守り、情欲に惑わされることなく、偉大な沈黙を育まなければならない。

10. 私たちの魂を憎む者たち、すなわち悪魔たちは、ある人々に私たちに対して取るに足らない称賛を贈らせるよう唆し、その後、私たち自身もそれに喜びを感じるようそそのかす。もしその後、自惚れによって気を緩め、虚栄心に場所を与えてしまえば、敵たちは私たちを完全に捕らえるのに、もはや大した苦勞を要しないだろう。

11. あなたを称賛する者よりも、あなたを非難する者を受け入れるほうがよい。聖書によれば、称賛する者はののしる者と何ら変わらないからである（箴言27:14）。

**12.** 断食という行いを熱心に実践しているとき、力の及ばないためにその行いを緩めてしまったなら、そのときは心を砕き、万物の摂理者であり審判者である御方に感謝を捧げなさい。もし常にこのように主の前で謙虚な姿を見せ続けるならば、いかなる人の前でも決して高ぶることはないだろう。

**13.** 敵は、祈りが私たちにとって最も勝利をもたらす武器であり、また敵にとっては破滅的なものであることを知っており、あらゆる手段を尽くして私たちを祈りから遠ざけようと努め、時に、私たちが疎遠になっていたギリシャの書物に取り組みたいという欲望を私たちの中に植え付ける。しかし、その唆しには従ってはならない。そうしてこそ、私たちの霊的实践の法則や秩序から逸れることなく、いちじくやぶどうの房の代わりに、いばらやアザミを摘み取ることにしないのだ。「この世の知恵は、神の御前では愚かである」(Iコリント3:19)。

**14.** 「大いなる喜びを」と天使は言う。「すべての人々に与えられるこの福音を、あなたがたに告げ知らせる」(ルカ2:10)と。ある一部の人々ではなく、すべての人々である。また、「全地よ、あなたを礼拝し、あなたを賛美せよ」(詩編65:4)ともある。地の一部ではなく、全地である。歌うことは、何かを得るために涙ながらに祈る者たちにはふさわしくなく、望みを叶えて喜ぶ者たちにふさわしいものである。そうであるならば、私たちは絶望することなく、喜びながらこの現世を生き、この言葉からそのような喜びと穏やかな心への励ましを得よう。しかし、神への畏れをもってこの喜びを和らげよう。別の箇所にも「主を恐れつつ喜びなさい」(詩編2:11)とあるように。マリアと共にいた女性たちも、畏れと大きな喜びをもって墓から逃げ去った(マタイ 28:8)。もしかすると、私たちもいつか、畏れと喜びをもって、心の中で墓から駆け出すことになるかもしれない。もし恐れなくしてそうできるなら、それは驚くべきことだろう。なぜなら、たとえモーセであれ、使徒ペトロであれ、罪のない者は誰もいないからだ。しかし、そのような人々においても、神の愛が勝利し、出エジプトの時、恐れを追い払うのである。

**15.** 情熱的な者が、心を尽くし、謙遜をもって信仰を持つことによって、無情の賜物を受け取るということについては、聖書にその証しがある。今日、主は賢明な「強盗」に、「あなたは私と共に楽園にいるだろう」(ルカ23:43)と語られる。出血の病を患う女には、「あなたの信仰があなたを救った。平安のうちに去りなさい」と、至福の無情を告げられた(マルコ5:34)。他にも、「あなたがたの信仰のとおりになれ」(マタイ9:29)といった、同様の箇所が少なくない。

**16.** 情欲に対して厳しく接しているとき、悪魔たちによって恥ずべき思いにさらされ、より強く苦しめられることがある。そのような時こそ、主への信仰に最も確固として立ち、約束された永遠の恵みへの希望を自分の中に最も強固に築き上げなければならない。敵たちは嫉妬から、私たちをその恵みから奪い、そこから遠ざけようと努めているのである。なぜなら、もしこれらの恵みが極めて偉大でなかったならば、悪魔たちはこれほどまでに私たちに対して嫉妬に燃えることもなく、これほど頻繁に邪悪な思いで私たちを襲うこともなかっただろう。彼らは、せめてこれによって自らの悪意を満たそうとし、この度重なる耐え難い攻撃によって私たちを絶望へと追い込もうと考えているのである。

**17.** ある人々は、最も真の知識とは(真実に基づいて)行動することであると定義している。それゆえ、信仰と知識を、何よりも行いによって示すよう努めなさい。なぜなら、知識だけを誇りとする者は、「神を見たと言ふが、その行いは神に拒まれる」と告げられるからである(テトス1:16)。

**18.** 多くの場合、祝祭や聖なる集会の最中、とりわけ誰かが聖餐に与ろうとする時、悪魔たちは、恥ずべき妄想や精液の流出によって、修行者を汚そうと画策する。しかし、それをもってしても、あらゆることを忍耐強く、勇敢に耐え抜くことに慣れた者を打ち砕いたり、気力を失わせたりすることはできない。そして、(蛇のように)弓のように曲がりながら、あたかも真っ直ぐであるかのように振る舞う者たちが、私たちのことを自慢してはいけません。

**19.** その不屈の精神と熱意に対して、敵は報復し、様々な言葉に尽くせぬ誘惑で魂を苦しめる。しかし、勇気を奮い立たせよ! これらの計り知れない大きな苦難によって、あなたのため



に冠が編まれているのだ。さらに、「弱さの中にこそキリストの力が現れる」（Ⅱコリント12:9）のであり、最も悲痛な状況においてさえ、御霊の恵みは栄えるのが常である。預言者の言葉が保証しているように、「闇の中で、義人のために光が輝く」（詩篇111:4）と。もちろん、「もしあなたがたが、大胆に踏み出し、私たちが誇るこの希望を最後までしっかりと保ち続けるならば」（ヘブライ人への手紙3:6）。

**20.** 通常、穏やかな気持ちを乱すものとして、笑い、冗談、そして無駄話ほどひどいものはない。また、老朽化した魂をこれほどまでに刷新し、神との親交へと備えさせるものは、神への畏れ、善き配慮、神の言葉による絶え間ない教え、祈りによる武装、そして実りある徹夜祈祷の追求以外にない。

**21.** あらゆる苦難——それが人によってもたらされたものであれ、悪霊によってもたらされたものであれ——を、私たちがあらゆる重荷に値する者であることを自覚し、そのことについて自分以外の誰をも責めずに、堅く耐え忍ぶことは、適切であり、同時に魂にとって有益である。自らの苦難において他者を責める者は、正しくふさわしい判断から逸脱してしまう。

**22.** 人は、たとえ勤勉であっても、増大する誘惑のために自分の立場から逸脱し、正しい立ち位置から外れてしまうことがある。聖書が言うように、それらの誘惑によって「そのすべての知恵と技芸が飲み込まれてしまう」のである（詩編106:27）。これが許されるのは、「私たちが自分自身に頼らないため」（Ⅱコリント1:9）であり、「イスラエルが『私の手が私を救った』と言って誇らないため」（士師記7:2）である。しかし、神の御命令によって、すべてを情熱的に見たり聞いたりさせ、罪へと駆り立てる悪しき者があなたから離れ、追い払われるとき、あなたはかつての素晴らしい状態に再び回復されることを信じなさい。また、まるで濃い雲のように心を覆い隠し、肉体に言い表せないほどの重荷と負担を感じさせ、本来は単純で悪意のない生来の思いさえも、まるで生まれたばかりの赤ん坊のように、あらゆる罪において複雑で極めて巧妙なものへと変え、あちこちへと傾きながら、それを堕落させ、歪めてしまうのです。

**23.** 内面的に成長し、美德によって称賛される人間とは、実に偉大な存在である。それにもかかわらず、この偉大な者でさえ、象がネズミを恐れるように罪を恐れる。「他人に説くことを自ら守れぬ者とならないためである」（Ⅰコリント9:27）。

**24.** ダニエル書（7:25）が語るように、悪魔は世の終わりに「至高者に対して言葉を放つ」だけでなく、今この瞬間にも、私たちの思いを通じて、天そのものに対して激しい冒涇を投げかけ、至高者ご自身、その被造物、そしてキリストの聖なる秘跡を貶めている。しかし、私たちは、の知識という岩の上にしっかりと立っているのだから、これを恐れたり、この不義の者の厚かましさに驚いたりしてはならない。むしろ、信仰と最も熱心な祈りをもって武装し、至高者からの助けを仰ぎ、大胆に敵に立ち向かわなければならない。

**25.** 敵は、脅しと罵倒をもって、肉体から離れたばかりの魂に厚かましく襲いかかり、その過ちを指摘する苦々しく恐ろしい告発者として現れる。しかし、そのとき、神を愛し忠実な魂が、たとえ以前に何度も罪によって傷つけられていたとしても、敵の攻撃や脅しを恐れることなく、それどころか、主において強くなり、喜びに満たされ、勇気に奮い立たされる。彼女に付き添う天の軍勢と、壁のように彼女を守り抜く信仰の光を見て、大きな大胆さをもって邪悪な悪魔に向かって叫ぶ。「神に背いた者よ、お前と我々とは何の関係があるのか？ 天から追放され、悪の奴隷となった者よ、お前と我々とは何の関係があるのか？ お前には我々に対する権威などない。我々や万物に対する権威は、神の御子キリストが持っておられる。我々はキリストに対して罪を犯したのだから、キリストに対して答えを返すのだ。我々に対するキリストの憐れみと、キリストにある救いの証しである、その尊い十字架を頼りにして。お前は、この忌まわしき者よ、我々からさらに遠ざかって行け。お前は、キリストの僕たちにとって何者でもない。——このような大胆不敵な言葉に、ついに悪魔の魂は折れ、キリストの名に抗う力を失い、悲鳴を上げて引き裂かれる。一方、魂は悪魔より高みにあり、敵の上空を舞いながら、いわゆる「速翼のカラスのように」その耳元で囁くのである。——その後、その魂は喜びのうちに、神聖な天使たちによって、その状態に応じて定められた場所へと運ばれる。

26. 時には、神の許しによって、些細な誘惑が熱心な者の成功の妨げとなることがあるが、このことをエヘニオスが証明してくれるだろう。エヘニオスとは、ほんの小さな魚であり、その一触で闇の物で満載された船を止め、それ以上前進させないものである。また、次のように自らについて語った人物を思い出してほしい。「私はパウロである。かつて一度、二度とあなたがたのところへ行こうとしたが、サタンがそれを妨げた」（1テサロニケ2:18）。しかし、このことで動揺してはならない。むしろ、忍耐をもってこれに立ち向かい、そうすれば恵みを受けるであろう。

27. 美德に富む者が怠惰のゆえに、ふさわしい道から逸れたとき、アマリク、すなわちマディアン（士師記第6章）の邪悪な東方の者たちが彼に立ち向かう。——淫らな力——が、彼らのらくだ、すなわち数え切れないほどの情欲的な記憶を伴って立ち上がり、地のすべての実、すなわち最も善き行いと習慣の実を荒廃させる。その結果、イスラエルはついに貧しくなり、氣力を失い、主に向かって叫ぶことを余儀なくされる。その時、天から彼に善き思いが送られ、大いなる信仰と謙遜さにおいてゲデオンに倣う者が現れた〔彼は「私の千人はマナセの者たちより劣る」と語ったからである（士師記 6:15）と語ったのである〕；そして彼は、わずか三百人の弱者たちを率いて、これほど多くの襲撃者たちに立ち向かい、神の恵みの助けを得て、敵に対する勝利の記念碑を輝かしく打ち立てたのである。

28. 長い祈りによって神に懇願し、天使たちを味方として得て、彼らがあなたをその腕に抱き上げ、あらゆる物質愛に囚われた思索よりも高い境地へと導いてくれるのでなければ、あなたは「アスピドやバシリスクを踏みにじり、獅子や蛇を踏み潰す」（詩編90:13）ことはできない。

29. 熱心に奮闘する者の中で、誰かが打ち負かされたとしても、その者は氣力を失わず、氣性を緩めてはならない。むしろ、イザヤの言葉に励まされて身を引き締め、次のような歌を歌いながら心を明るく保たなければならない。「力ある者よ、服従せよ」、よこしまな悪魔たちよ！「たとえ再び力を振るおうとも、再び打ち負かされるであろう。また、あなたがたがどんな策を練ろうとも、主はそれを打ち碎かれる。神は我らと共におられるからである」（イザヤ書8,9,10）——神は、打ち倒された者を立ち上がらせ、我々が悔い改めるやいなや、敵たちを悲しみと悔しきで引き裂かれる方である。

30. 試練によって鍛えられる者にとって、悲しみを避けることはできない。しかし、その後、そのような者たちは、心の中に苦しみと碎かれた心を育んだゆえに、大きな喜び、甘き涙、そして神聖な思いに与かるにふさわしいのである。

31. 切望するイサクも、望ましい祝福を求めて駆け寄ったエサウも、期待したものを得られなかった（ローマ9:16）——神は、私たちが望んだ者ではなく、創造以前に御自身に仕える者としてあらかじめ定められた者を、憐れみ、祝福し、御霊によって油を注がれるからである。それゆえ、たとえ哀れで最下位の兄弟たちが徳において栄えているのを見ても、決して戸惑ったり嫉妬したりしてはならない。あなたはきっと、主がたとえ話の中で「この人に席を譲りなさい」（ルカ14:9）と語られたことも聞いただろう——それは、あなたより位の高い者がそこに座するためである。それゆえ、この裁き主の御業に、なおさら驚嘆すべきである。主は、最も小さく、最も末席にある者が先頭に立ち、導くようにと、至高の知恵と測り知れない御心をもって定められたのだ。たとえ私たちが、功績や年齢においてその者に優れていても、私たちは末席に置かれるのである。主が各人に与えられた分量に従って、私たちは歩むべきである。「もし御霊によって生きるなら、御霊によって歩もう」と書かれている通りである（ガラテヤ5:25）。

32. あなたの下に服従している者が、「徳のために、しばらくの間、私に権限を与えてください。あれこれの事を試みて、このように、あるいはあのように成し遂げさせてください」と言ったとしても、決して承諾してはならない。なぜなら、そう言う者は明らかに、自分の意志を遂行しようとしており、最善の服従の誓約を退けているからである。

33. 肉的な情欲や心の情欲は、やがて神の御導きによって、たとえそれがどれほど多くあろうとも、根絶されることがわかるだろう。しかし、キリストの憐れみは決して絶えることはない

。なぜなら、「主の憐れみは、今この世から来るべき世に至るまで、主を畏れる者たちの上にある」からである（詩編 102:17）。

**34.** 王の宝庫は金で満たされるが、真の修道士たちの心は知恵で満たされる。

**35.** 時に、教師が不名誉に陥り、彼から霊的な益を受けた者たちのために試練にさらされることがある。なぜなら、「私たちは不名誉な者であり」——肉の悪行者であるゆえに不名誉であり——「また弱い者であるが、あなたがたはキリストにおいて栄え、力強い者である」と述べられているからである（Iコリント 4:10）。

**36.** 肉による墮落の源であり支えとなるのは、情欲に満ちた思いである。しかし、墮落の後に正気を取り戻した者は、悔い改めによってそれを魂から追い出す。なぜなら、「あなたがたが泣いて、あなたがたをこの行いに駆り立てた、邪悪で不品行な思いが、あなたがたの中から取り除かれるほうが、むしろ良かったであろう」（Iコリント 5:2）と記されているからである。このように、涙は墮落の霊に立ち向かうのである。

**37.** 恥と徳を為す力のなさによって打ちひしがれている者に、将来だけでなく、今この地においても、無情を通じて彼のもとに来る力と大きな栄光をもって、イエスを仰ぎ見ることができると、誰が告げ知らせるだろうか。それゆえ、サラのように、不妊の中で老い、約束によってついに義の息子を産んだその魂は、こう言うだろう。「神は私に笑いを与えてくださった」、すなわち、多くの情熱のために長年にわたり悲しみの中にあった私に、大きな喜びを授けてくださった、と。あるいは別の訳では：「神は私に若さを与えてくださった」——「私の若さは、鷲のように新たにされた」（詩編 102:5）。というのも、かつては罪と不品行な情欲によって老いていたが、今や私は新たに生まれ変わり、かつては肉体の重みによって荒れていたものが、若々しく柔らかな者となり、今や世俗の事柄を軽やかに見るできるようになった。それは、私の本性にふさわしい純真さと無関心さを取り戻したからであり、神の豊かな御恵みによって私の心が健全となり、ヨルダン川での知識の洗礼を通じて、私の肉体はシリア人ネエマンのように、赤ん坊の肉体のようになった後、今や私は、神の恵みによって、蛇の知恵や、悪に熟達し、物質に溺れた（感覚に没頭した）悪しき思いの群れから解放され、心を一つにしています。

**38.** 主ご自身があなたにこうおっしゃると仮定してください。「かつて、私はあなたから、あなたが知性をもって満足し、安らぎを得ていた、あの賜物とこの賜物を取り去った。そして、その代わりに、それらと同等の、このような賜物とあのような賜物をあなたに与えた。しかし、あなたは奪われたものばかりを考え、その代わりに与えられたものには目を向けず、嘆き、痛み、悲しみに苛まれている。しかし、私から与えられた苦しみを受け入れることで、私を喜ばせているのだ（IIコリント 2:2）。なぜなら、私は、私の尊い息子を救うために、むしろ滅ぼすためではなく、益となるように苦しみを与えるからである。」

**39.** 魚を食べないという戒めを自らに課してみよ。そうすれば、その後、敵が絶え間なくあなたを魚への欲望へと駆り立て始める様子、そして同様に、あなた自身も、本来は望んではならないものを味わおうと狂ったように突き進む様子を、よく見てみよ。そうして、アダムに起こったことを身をもって体験するのだ。というのも、彼もまた、「この木の実だけは食べてはならない」と告げられたとき、そのただ一つの禁じられたものへと、あらゆる欲望を注いで突き進んだからである。

**40.** ある者を神は知性によって救い、またある者を純真さと悪意のなさによって救われる。なぜなら、神は悪意のない者を拒むことはないということを、あなたは知るべきだからである。

**41.** 祈りに熱心な者ほど、より恐ろしく激しい誘惑にさらされる。

**42.** もしあなたが、無情の境地に達するよう選ばれたのなら、油断してはならない。持てる力の限り、それを達成するよう努めよ。なぜなら、「私たちは、天の住まいを切望して嘆き、この死すべき体を捨て去りたいと願っている」（IIコリント 5,2.4）とあり、それはこの世の終わりと共に肉体的にだけでなく、ここにおいて霊的にも、前兆としてすでに成し遂げられている。なぜなら、「死は勝利によって滅ぼされた」（Iコリント 15,54）からである。そして、私たちを

追いかけて侮辱するすべてのエジプト人は、天から私たちに送られた力の波によって滅ぼされるであろう。

43. もしあなたが、「私は、他の人々に説いていることを、自分自身が実践できない者とならないようにと恐れている」（Iコリント9:27）や、「立っている者は、倒れないように気をつけなさい」（Iコリント10:12）と言った言葉を忘れてしまったなら——さらに、「自分自身に気をつけなさい」（霊的な人々への言葉）、「あなたもまた誘惑に陥らないように」（ガラテヤ6:1）、——もしあなたが、あれほどの恵みを受けた後でありながら、ソロモンが正しい道から逸れたことや不義を忘れてしまったのなら、もし偉大なるペトロの予期せぬ否認を忘却の彼方に追いやったのなら——その場合は、自分の知性に頼り、自分の生き方を誇り、長きにわたる偉大な修業を自慢し、高慢に身を委ねなさい。—しかし、兄弟よ、決して（仰向けに寝転がって）怠けてはならず、不注意に陥ってはならない。むしろ、たとえモーセの年齢に達したとしても、鼻の穴に息がある限り恐れ続け、次のように祈りなさい：『主よ、私の老いの時に私を捨てないでください。私の力が衰えるとき、私の神、私の救い主よ、私を見捨てないでください。あなたを讃える歌を、私は口にします』（詩編70:9,6）。

44. 主は、マタイに言われたように、あなたにもこう言われる。「わたしに従ってきなさい」（マタイ9:9）。——もし今、あなたが、切に慕う主の後に従って人生の道を熱心に歩んでいる最中に、情欲という石に足を引っかけて、突然罪に陥ったり、ぬかるんだ場所に出くわして、しばしば、望まぬままに滑って転んだりすることがあっても、たとえ何度転んで、自分の体に耐え難い痛みを負うことがあっても、そのたびに以前と同じ熱意をもって再び立ち上がり、主の跡を追って走り続け、主のもとへたどり着くまで続けなさい。かくして、「聖なる」思いをもって、「あなたに現れ、私を救うあなたの力と栄光を見る。あなたの御名のために、私は両手を上げ、油と香油に満たされた者として自らを奮い立たせ、私の口は喜び歌う」と、あなたに歌を捧げる（詩編62:3-6）。私にとって大きな栄誉は、キリスト者という名を与えられたことにある。主がイザヤの口を通して私に語られたように、「あなたがわたしのしもべと呼ばれることは、あなたにとって大きなことである」（イザヤ49:6）。

45. 「父は、御自分に求める者たちに良いものを与えてくださる」（マタイ7:11）と記されている箇所と、「御自分に求める者たちに聖霊を与えてくださる」（ルカ11:13）と記されている箇所があるが、これらの言葉は、罪の赦しだけでなく、天の賜物もまた、神に祈る者たちに与えられることを示唆しており、主がそのような恵みを義人ではなく罪人に約束されたという考えによって、彼らの願いは強められているのである。それゆえ、たとえあなたが徳のある生活において完全ではなく、弱く、何の価値もない者であっても、絶えず、揺るぎない心持ちで願い求めなさい。そうすれば、偉大なものを授かるであろう。

46. 不信者や信仰の薄い者は、アリが翼を得たり、ある虫が鳥になったり、その他多くの驚くべき現象が生き物たちの間で起こっていることを考えてみるがよい。そうして、たとえそのようにしてでも、不信と絶望という病を振り払い、ついに翼を得て、木のように栄光に満ちた知恵を芽吹かせるように。「わたしは」と主は言われる、「枯れた木を生き返らせ、乾いた骨に命を与える者である」（エゼキエル17:24、37:4、9）。

47. 決して、肉体の必要のために心配事に蝕まれてはならない。むしろ、かつてある善人が言ったように、全き魂をもって神を信じよう。「主に身を委ねよ。そうすれば、主もあなたがたに身を委ねてくださる」——そして、祝福された使徒ペトロが書いているように、「祈りにおいて慎み深く、自制しなさい」（Iペトロ4:7）——あなたがたのすべての憂いを神に委ねなさい。神はあなたがたを顧みておられるからである（Iペトロ5:7）。もしあなたがまだ疑い、主があなたを養うために気遣ってくださると信じられないのなら、クモを見て、人間とクモとの違いを思索してみてください。クモ、そう、これほど弱く無力なものは他にないのです。それなのに、クモには財産もなく、あちこちを歩き回ることもなく、争うことも怒ることもなく、貯蔵庫も持たず、完全な柔和さと貞潔、そして極度の沈黙の中でその生涯を送り、隣人については詮索せず、ただ自分のことを行い、自分の務めに静かに、穏やかに従事している。それによって、彼は言葉

を発することなく、無為を好む者たちに、「労を厭う者は生きるべきではない」と語っているのだ。彼は非常に沈黙を貫いており、その点では、ギリシャ人がどの哲学者よりも最も驚嘆するピタゴラスさえも遥かに凌駕している。ピタゴラスは、言葉を慎むというその偉業によって、ピタゴラスは誰とでも話すわけではなかったが、時折、密かに友人たちと語り合い、また、牛や鷺に向かって話しかけることもあり、それは笑いを誘うような無意味なものであった。彼は酒を一切口にせず、水だけを飲んでいた。このようなピタゴラスの言葉の節制を、クモはその完全な無言によって凌駕した。また、彼がワインを飲まないという節制は、水を飲むことさえ避けるという点で、さらに上を行く。このように無言の状態に留まっているのは、弱く謙虚なクモであり、外に出てあちこちをさまようことも、過度に労働や疲労に身を委ねることも好まない。また、天にまします方は、謙虚な者たち（クモほど謙虚なものはいない）を見守り、その御手配をクモにまで及ばせ、その住処の近くから毎日、ある種の餌を送り、クモの必要に応じて小さな昆虫が網にかかるようにしている。

**48.** もしかすると、食欲の悪魔に支配された者の中には、こう言う者もいるかもしれない。「私はたくさん食べるし、それゆえに多くの出費を強いられるのだから、多くの世俗的な煩わしさや取引に巻き込まれざるを得ないのだ」と。しかし、そのような者もまた、大西洋で放牧されている巨大なクジラたちを見てみるがよい。それらは神から豊かに養われており、決して飢えることはない。その一方で、これらの獣の一頭一頭が食べる魚の量は、最も人口の多い都市でさえ一日に消費し尽くすことのできないほどである。「すべてはあなたを待ち望んでいます。時が来れば、彼らに糧を与えてください」と、聖なる預言者は歌っている（詩編107:27）。食べる量が多かろうと少なかろうと、どちらの場合も神が養ってくださるのだ。これを聞いたあなたも、広大で深遠な心を持つ者として、あらゆる世俗的な心配事や過度に心配性な心を振り払い、自分自身をすべて神と信仰に委ね、不誠実ではなく、誠実でありなさい。

**49.** もし私たちが真に神に喜ばれ、神から至福の愛をもって愛されたいと願うならば、この世の何ものも——芸術であれ、知識であれ、詭弁的な思索であれ——何も持ち込まず、何も抱かない、裸の心を神に捧げよう。たとえ私たちがこの世のあらゆる知恵を学び尽くしたとしても。なぜなら、神は、傲慢な気質を持ち、虚栄心に満ち、高慢な者からは背を向けられるからである。ある解説者たちは、この虚しい自惚れを、「自分自身に溺れること」や「うぬぼれ」と呼んでいる。

**50.** かつて根を下ろした罪を、いかにして克服できるだろうか。自己抑制（すなわち、自らの意志の欲望に強制的に従わせる）が必要である。なぜなら、「人は労苦の中で自らを労し、自らの滅びを（無理やり追い払い）」（箴言16:26）とあり、常に自らの思いを聖なるものへと向けるよう努めなければならない。暴力をもって暴力を打ち砕くことは、法によって禁じられてはいない（すなわち、罪の暴力に対して、善なる志の暴力で対抗すること）。何らかの善き行いに対して自己強制を行うとき（すなわち、自らを無理やり駆り立てて善き志を実践させる）、そのとき、エルサレムに宿る高みからの力が私たちに臨むのを待ち望むのである（ルカ24:49）、すなわち絶え間ない祈りとその他の美德の中に留まり、その力強い力が私たちのもとにやって来るのを待ち望むのである。その力は、私たちの微力な努力とは異なり、肉体の口では表現し得ないほど力強く打ち勝ち、罪深い気質や悪霊の悪意を制し、私たちの魂の悪への傾きを打ち勝ち、あらゆる不品行な肉体の動きをも打ち勝つ。「すると」と書かれている、「天から、激しい風のような音がした」（使徒行伝3:2）、それは、常に私たちが悪へと引きずり込もうとする悪を、力強く私たちの中から追い出すためであった。

**51.** 敵は「罨の中に潜み、檻の中の獅子のごとく」（詩篇9:30）とあり、不浄で不敬虔な思いの網や罨を私たちから隠している。しかし、私たちも、眠っていなければ、敵にとってさらに大きく、より危険な網や罨、待ち伏せを仕掛けることができる。なぜなら、祈りと詩篇、徹夜祈りと謙遜、隣人への奉仕と慈愛、感謝と神の言葉への傾聴——これこそが敵に対する待ち伏せであり、罨であり、落とし穴であり、鞭であり、網であり、絞め殺しだからである。

**52.** 長寿を全うした神聖なるダビデは、彼を選ばれた神に感謝し、神の祝福についての告白の終わりにこう語っている。「今や、あなたのしもべは、この祈りをもってあなたに祈る心を見いだしました。」これは、心の平安な状態、すなわち「心のもう一つの天」——使徒が「あなたがたは、イエス・キリストがあなたがたのうちにおられることを知らないのですか」（Ⅱコリント13:5）と述べているように、キリストが住まわれる、この「心の天国」と呼ばれる場所の初步に到達するためには、偉大な努力と、祈りに費やす多くの時間が必要であることを、私たちに理解させるために語られているのです。

**53.** もしキリストが「私たちにあって、神からの知恵であり、義であり、聖化であり、救いである」（Ⅰコリント1:30）のであれば、安息でもあることは明らかである。なぜなら、キリストはこう言われているからだ。「疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう」（マタイ11:28）。それゆえ、主が人のために安息日、すなわち安息となられたとすることができる。なぜなら、人類はただ唯一のキリストにおいてのみ、安息を見出すことができるからである。

**54.** 墮落の杯や怒りの杯があるように、弱さの杯もある。主は私たちからこの杯を受け取り、ふさわしい時にそれを敵の手に渡される。そうすることで、私たちではなく、悪霊たちが弱り、倒れるようにするためである。

**55.** 外的な事柄に両替商、織工、鳥捕り、戦士、建築者がいるように、内的な事柄についても、思いの中には賭博者、毒殺者、海賊、獣狩り、淫行者、殺人者、およびそれらに類する者たちがいることを理解せよ。そうした者たちは、敬虔な反論と祈りによって直ちに追い払わなければならない。とりわけ、淫らな汚染者たちは、聖なる場所を汚したり、神の民を忌まわしい者にしてしまわないようにしなければならない。

**56.** 主は、十字架の上から主に向かって叫んだ強盗の場合のように、言葉だけでなく、思いによっても救いの賜物を与えられる。そうして、出血の病を患っていた女性は、心の中で（すなわち、信仰をもってこう考えた）：「もしその衣の端に触れさえすれば、私は救われるだろう」（マタイ9:21）；また、アブラハムのしもべも、リベカについて「心の中で神に語りかけた」（創世記24:15）。

**57.** 犯した罪は、悔い改める者が罪の悪臭、重荷、そして狂乱を自覚するやいなや、ほぼ即座にその者を神のもとへと駆り立てる。しかし、悔い改めに身を委ねようとしない者に対しては、罪は彼を神のもとへ駆り立てることはなく、むしろ自分のもとに引き留め、解き難い絆で縛りつけ、破滅的な欲望をますます強く、そして凶暴なものにしていくのである。

**58.** イゼベルの魔術（列王記下9:22）から身を守りなさい。その中でも最も凶悪なのは、虚栄と空しい名声への思いである。しかし、神の恵みによって、あなたはそれらから解放されることができる。それは、自分の魂を卑しめ、貶め、主の御前にひれ伏し、主があなたを助けてくださるよう呼び求め、あなたが求めている救いが天からの賜物であることを告白するときである。それゆえ、「天から与えられない限り、人は何ものも受けることができない」（ヨハネ 3:27）と語られているのである。

**59.** 兄弟団の集まりの最中に、時宜に合わないことを口走ろうとする虚栄心のある思いが湧き上がることがある。しかし、天使的な思いは、このおしゃべりで時宜に合わない思いを追い払うようあなたに促す。——したがって、もしあなたが善き沈黙をもってそれを追い払わず、虚栄心に駆られてそれを口に出してしまうならば、それによって生じる悪い結果を背負わなければならない——正義のゆえに、さらなる大きな罪、あるいは外的な悲惨な出来事、あるいは兄弟たちからの重い不愉快な扱い、あるいは来世における苦しみへと陥ることになる。なぜなら、無益で虚栄に満ちた言葉—— ——が、言葉の訓練不足から発せられたとしても、私たちはそれについて説明を求められるからである；だからこそ、自分の舌を慎重に守らなければならない。

**60.** 肉欲的な快楽、怒り、名声への執着、その他の情欲に誘惑される者たちについて、彼らは昼は太陽に焼かれ、夜は月に照らされると言われている（詩編120:6）。それゆえ、敵の灼熱を避けるために、神聖な露を降らせる雲があなたを覆うよう祈りなさい。



61. 決して、酒を好む者や、放蕩な宴会の奴隷たち、また、たとえ白髪で覆われていようとも、また長い間修道生活を送ってきたとしても、恥知らずな言葉を好んで語る者たちに、自分への接近を許してはならない。彼らの腐敗があなたをも覆い尽くし、あなたが不浄で、心に割礼を受けていない者たちの仲間入りをしないようにするためである。

62. ペトロにはまず鍵が授けられたが、その後、彼は主キリストを否認するに至った。それは、そのような墮落によって、彼が自らを過信する心を戒めるためであった。それゆえ、あなたもまた、理解の鍵を受け取ったにもかかわらず、様々な誘惑に陥ることがあっても、それを不思議に思うな。むしろ、神聖なる導きに続く自惚れを、転落によって抑制してくださる唯一の至賢なる主を賛美せよ。なぜなら、誘惑とは、神の摂理による手綱であり、人間の傲慢を抑制し得るものだからである。

63. もし主が、例えばヨブから富を奪われたように、しばしば私たちから恵みを奪われるとしても——主が与えられたのだから、主が取り去られたのである（ヨブ記 1:21）——それならば、永遠なる方が私たちにもたらされた災いも、やがて私たちの手から取り去られるに違いない。なぜなら、賢者が言うように、「善も悪も主から来る」（シラ書 11,14）。そして、私たちに悪をもたらす方こそが、永遠の栄光と共に永遠の喜びをも私たちに与えてくださる。主はこう言われる。「私が、あなたがたを滅ぼし、あなたがたに悪をもたらすために目を覚ましていたように、私はまたあなたがたを再建し、もはや滅ぼすことはなく、植え付け、もはや引き抜くことはない。」「一度悪くなれば、もう良くなることはない」という民間の諺は、もはや沈黙すべきである。なぜなら、私たちの状況を悪化させた方は、当然、再び予期せぬ形で、それを最も明るい状態へと変えることができるからである。

64. 自制や祈り、あるいはその他の美德によって悪魔に立ち向かう者は、より強く、勝利を渴望する者であるが、その者自身も悪魔から最も深い傷を負い、さらには絶望に陥り、自分の魂に「心の死」という裁きが下されているのではないかと疑い、こう叫ばざるを得なくなる。「だが、この死の体からわたしを救い出してくれるのか」（ローマ 8:24）と叫ばざるを得なくなる。なぜなら、敵は私の意志に反して、私にその律法に従わせているからである。

65. 以前、ある者たちが互いにこう語り合ったことが、単に記されているだけではない。「立ち上がって、希望を持って、安らかに住む民のもとへ行こう」（士師記 18:9,10）と書かれているだけではない。さらに、「ユダへ上り、彼らと話し合い」て、欺瞞の言葉で「彼らを真理から我々のほうへ引き離そう」とも書かれている（イザヤ書 7:5-6）。このように、悪霊たちは通常、生涯を通じて静寂な生活を選んだ者たちに対して、誘惑の剣を研ぎ澄ませ、より敬虔で神を畏れる者たちには、さらに激しい狂乱をもって襲いかかり、敬虔な行いそのものを口実に、言い表せないほどの悪口雑言で彼らを罪へと誘い込み、そうして、せめてこの方法で彼らをキリストへの信仰や祈り、そして安らぎから逸らし、打ち負かそうとするのである。しかし、主よ、私たちはダビデの言葉（詩編 79:19）に従い、あなたが私たちを憐れみ、私たちを食い尽くそうとする者たちが私たちから退くまで、あなたから離れることはありません。あなたが、私たちを誘惑する者たちを私たちから遠ざけるよう命じ、私たちが忍耐と揺るぎない無執着によって生き返るまで、あなたから離れることはありません。なぜなら、誘惑こそが人間の生き様であり、しばしば、定められた時に、神ご自身が、私たちが他者の足元に倒れることを許されるからです。しかし、偉大で高潔な魂には、悲痛な出来事の中でも絶望しないという性質があります。

66. もし悪魔がそれほど強力で、人が望まない時でさえ、その人が本来持つ真の秩序から逸脱したことを理由に、人を屈服させ、自らの意志へと引きずり込むことができるのなら、神からの命令を受けて定められた時に、人のあらゆる状態をより良いものへと導く天使は、どれほど強力なことか。また、凍てつく北風が、水の最も柔らかな性質さえも石のような硬さへと変えてしまうほど強いのであれば、最も暖かい南風にはできないことなどあるだろうか。極度に冷やされた空気が、すべてに従わせ、その冷たさで満たすのである。「誰が寒さの前に立ち向かえるだろうか」（詩編 147:6）と。それならば、暖かさがその性質に従って万物を変容させないはずがないではないか。何しろ、暖かさの前に誰が立ち向かえるというのか。さあ、私たちの心の冷たく黒

い石炭も、遅かれ早かれ、あるいはもっと早く、神聖な炎に触れることで、熱く、光り輝くものになると信じよう。

**67.** 現世においても、確かな証しと徴をもって、私たちの内なるヨセフに現れている無情の状態がある。そこでは、私たちの心はエジプトを脱し、情欲の誘惑や隠れた最も恥ずべき奴隷状態から離れ、かつて知らなかった言葉を聞くのである。それは、悪魔の言葉——不浄で健全な理性を蝕むもの——ではなく、心を肉的なものから非肉的なものへと変容させる天使たちの聖なる言葉であり、それを受け入れる魂を啓発する言葉である。

**68.** 私は、肉体に重い病を患い、断食を守ることができないある兄弟たちが、私にこう尋ねてくるのを聞いた。「断食をせずに、どうすれば悪魔や情欲から解放されることができのでしょうか？」 そのような者たちには、単に食物を断つことだけでなく、心から神への叫びによって、悪しき衝動や、それを煽る者たちをも根絶し、追い払うことができると答えるべきである。なぜなら、こう記されているからだ。「彼らは苦難のうちに主を呼び求め、主は彼らの苦しみから救い出された」（詩編106:6）； またこうも記されている。「陰府の深みから、わが叫びを聞き、わが声を聞き届けてくださった。『わが命は滅びの底から立ち上がるであろう』（ヨナ書 2:3, 7）。なぜ「不義」、すなわち罪の重荷が「過ぎ去る」まで、と述べられているのか。「私は天の神に叫び求める」（詩篇56:23）、そして私に最大の恵みを与えてくださるよう、主は御自身の御力によって罪の根源そのものを根絶やしにし、情欲に満ちた心の偶像を消し去り、偶像のない者たちに、偶像に満ちた私たちの弱さを明らかにしてくださるのです。それゆえ、もしあなたが節制の賜物を受けていないとしても、主はあなたの祈りと希望ゆえに、あなたが主に呼び求める時、あなたに耳を傾けてくださることを知ってください。今や、主があなたに対して下されたこのような裁きを知った以上、断食という偉業を成し遂げる力がないことを嘆くのではなく、むしろ祈りと穏やかな忍耐をもって、敵から解放されるよう努めなさい。もし、弱さや苦難の思いがあなたを断食の都から追い出すなら、別の都（マタイ10:23）——すなわち、祈りと感謝の都——へと逃げなさい。

**69.** ファラオは祈りながらこう言った。「神よ、この死を私から取り除いてください」——そしてその祈りは聞き入れられた。同様に、主に対して「深淵へ行くよう命じないでください」と懇願した悪霊たちも、その願いを叶えられた。それならば、心の死からの救いを祈るキリスト教徒の祈りが、なおさら聞き入れられるのではないだろうか。

**70.** ある時は神の恵みによって啓発され、安らぎを得ているが、その恵みが薄れると、心の動揺や不適切な欲望に陥り、それに対して不平を言う者、あるいは無益な落胆に身を委ね、祈りをもって勇敢に自分の中に救いをもたらしその心構えを再び取り戻そうと熱心に努めない者は、それは、王の宮殿から施しを受けた貧しい者が、王の食卓に同席するために中へ招かれなかったことを憤るのに似ている。

**71.** 「見ずして信じた者は幸いである」（ヨハネ20:29）、また、恵みの働きが弱まるにつれ、自分自身の中に慰めを見出せず、それどころか悲しみと深い闇が交互に訪れる中でも、絶望に陥ることなく、信仰によって強められ、目に見えないものを見ていると確信して、勇敢に耐え忍ぶ者たちもまた、いかに幸いなことか。

**72.** 神の恵みによって、多くの功績、闘い、そして涙を経て、やがてそれを求める者に上から与えられる謙遜は、徳から逸脱した者に見られる謙遜とは比べものにならないほど強く、高尚なものである。これに恵まれた者たちは、まことに完全な人々である。

**73.** 悪魔が主のもとを去ったとき、「天使たちが主のもとにやって来て、主に仕えた」（マタイ4:11）のである。そして、主が試練に遭われた際に天使たちが傍らにいたとは書かれていないのと同様に、私たちがある時に試練に遭うときも、天使たちはすぐそばに控えており、試練を与える者たちが去った後、私たちの元に来て仕え、神聖な思い、確信、啓示、悔い改め、慰め、忍耐、喜び、そして戦いに疲れた魂を救い、強め、再生させるあらゆるものを与えてくれるのである。ナタナエルにはこう告げられた。「これから、人の子の上を昇り降りする天使たちを見る

であろう」（ヨハネ 1:51）。すなわち、これから人類の上に、天使たちの奉仕と助けが豊かに注がれるのである。

74. 悪魔が彼に抵抗するためにその右側に立ったあの大祭司のことを思い起こせ（ゼカリヤ書 3:1）。すなわち、あらゆる正しい思い、言葉、行いに対してである。そうすれば、同様のことが起こったとしても、驚かないだろう。

75. 修道士は、「主よ、私は弱き者であるから、私を憐れんでください」（詩編 6:3）という言葉にあるように、弱さとは何か、また神からの離反とは何か——それは悪魔とその天使たちの病である——を知らなければならない。

76. 鉄が火によってその浸透から守られるように、頻繁な祈りは、敵との戦いにおいて心を最も強靱なものにする。それゆえ、悪霊たちは、祈りが彼らにとって敵対的であり、戦いの場で心に力を与えるものであることを知っており、あらゆる力を尽くして、怠惰によって私たちが忍耐強く祈りに留まることを妨げようとするのである。

77. ダビデは、セケラグから異民族に対して共に旅立った者たちの熱意を高く評価した。彼らは疲れ果てて、ヴォソロヴェの小川で立ち止まっていたにもかかわらずである。<sup>79</sup> なぜならば、異民族に対する勝利を収めて帰還した際、疲れ果てて小川のほとりに座り込んでいた者たちには戦利品の分け前を与えるべきではないと語る者たちの声を耳にし、彼らが言葉を失って恥じ入っているのを見て、最も慈悲深いダビデは彼らを擁護してこう言ったのである。彼らは物資を守るためにその場に配置されていたのだ」と言い、勇敢かつ快活に戦った戦士たちに与えたのと同様の分け前を、彼らにも割り当てたのである（Iサムエル記 30:21）。さて、もし兄弟の誰かが、当初は[断食や徹夜祈祷などの行いに対して]熱心な熱意を示していたものの、その後それらにおいて少し弱まってしまった場合、彼の内なる善き心構えが保たれていると仮定するならば、——信仰、悔い改め、謙遜、涙、忍耐、希望、寛大さなど——が保たれていると仮定するならば、それらに固執し、主キリスト・イエスを待ち望みながら忍耐強くそれらにとどまっている者は、たとえ目に見える行いにおいては弱くとも、ある種の永遠の賜物としてふさわしいものを得ることになる。

78. レビ人および祭司とは、活動においても観想においても、自らをすべて神に完全に捧げた者たちを指す。一方、レビ人の家畜（民数記第3章）とは、徳の道を揺るぎなく歩む力には欠けるものの、それでも徳を喜びとし、絶えずそれを求め、力の及ぶ限り熱心にそれを追い求め、たとえ常に成功するわけではないとしても、彼らから力を奪う悪のせいである者たちを指す。しかし、時が来れば、彼らもまた——そう期待してよい——神の慈愛によって、無情の賜物を受けることになるだろう。なぜなら、「主よ、貧しい者の願いを聞き入れてください」（詩編 9:38）と記されているからである。

79. 敵が私たちに与える打撃は、明らかなものもそうでないものも、私たちはしばしば気づき、目にする。しかし、私たちが徳を積んだり、過ちを悔い改めたり、侮辱に耐えたり、不幸の中でも穏やかに過ごしたり、祈りに専念したり、あるいはその他の敬虔な行いを実践したりするとき、敵が私たちから受ける苦しみや苛立ち——それによって敵が引き裂かれ、苦しみ、泣き、心が引き裂かれる——これらすべてを、私たちが驕らないようにと、神の御心により、私たちは目にすることはない。「なぜなら、神にとって正しいこととは」、使徒が言うように、「あなたがたを侮る者たちに苦しみを与えることである」（Iコリント 1:6）。

80. もし、地や石の上で古びた切り株が、水分の湿気によって新しく植えられたかのように新芽を出すのであれば、私たちも、聖霊の力によって生かされる時、本来備わっていた朽ちないものを育み、たとえ古い人に堕ちていたとしても、新しく植えられた木が実を結ぶように実を結ぶことが可能である。

<sup>79</sup> セケラグから出発した全軍は600人であった。そのうち200人は、ヴァソロヴァ川にたどり着くと、それ以上進む力がなかった。ダビデは彼らをそこに留めて荷物を守らせ、400人を率いて先へ進んだ。——彼らが示した熱意は言うまでもない。

**81.** 誘惑の多さと罪の多さのために絶望し、「希望は失われた、私たちは死んだ」と言う魂に対して、私たちの救いにおいて絶望しない神は、こう言われているではないか。「あなたがたは生き返り、わたしが主であることを知るであろう」（エゼキエル37:6）。また、どのような徳の力によってキリストにあって新たに生まれ変わることができるのかと戸惑う魂に対しては、「聖霊があなたの上に臨む」（ルカ1:35）と語られている。聖霊が宿る場所では、自然の法則や、原因と結果の通常の連鎖を求めようとしてはならない。なぜなら、全能であり崇められる聖霊は、自然の理では実現不可能なことさえ、その御力によってあなたの中に成し遂げ、あなたは驚嘆するであろうからである。さらに、かつては打ち負かされていたあなたの心を、今や勝利者として現わしてくださる。なぜなら、上から私たちに降りてこられる慰め主は、何よりも高きお方であり、あなたをあらゆる自然の働きや悪魔的な情欲よりも高い位置に立たせてくださるからである。

**82.** あなたの高貴な心の輝きを損なわぬよう、努めなさい。もしあなたがあらゆるものに情熱を注ぎ始めたなら、それは主があなたを暗くし、あなたの顔に覆いを被せたことを意味する——そして「あなたの目の光はあなたと共にない」（詩編37:11）のである。しかし、たとえそのような状態にあっても、倦むことなく、弱まることなく、聖ダビデと共にこう祈りなさい。「あなたの光と、あなたの真理を、落胆によって暗くされた私に送ってください。私の救い、私の神よ」（詩編42:3,5）；「あなたの御霊を送り出してください。そうすれば、それらは築き上げられ、あなたは地の面を新たにしてください」（詩編103:30）。

**83.** ここで昼も夜も、祈りと詩篇を飽くことなく味わい、聖書の栄光に満ちた朗読によって自らを強める者は幸いである。なぜなら、そのような聖餐は、来世において魂に尽きることのない喜びをもたらすからである。

**84.** 倒れないよう、全力を尽くして身を引き締めよ。なぜなら、強き戦士が倒れることはふさわしくないからである。もし倒れてしまったとしても、速やかに立ち上がり、再び善き戦いに立ち向かえ。たとえ恵みが離れることによって、最初のことが何度あなたに起ころうとも、二度目のこと、すなわち立ち上がることにしても、同様に何度でもそうあれ。そうして、生涯の終わりまで続けよ。なぜなら、「義人は七度倒れても、七度立ち上がる」と書かれているからである（箴言24:16）。聖なるスキーマの武器（すなわち、神に仕える決意）を、涙と神への懇願をもって握りしめている限り、たとえ頻繁に倒れたとしても、あなたは立ち続ける者たちの列に数えられるのである。修道士たちと共にいる限り、勇敢な戦士として、正面から傷を負うことになる——その傷ゆえに、傷つけられても屈せず、屈服せず、後退しなかったとして称賛されるだろう。しかし、もし修道者たちから離脱すれば、もはや背後から傷を負うことになるだろう。それは、隊列から離れ、混乱して逃げ出した逃亡者や臆病者のように。

**85.** 絶望することは、罪を犯すことよりも悲惨である。裏切り者ユダは気弱で、戦いに不慣れであった。それゆえに絶望に陥り、敵が襲いかかってきて、彼に縄を掛けられたのである。一方、ペトロ——この堅固な岩——は、恐ろしい転落に見舞われながらも、戦いに熟達した者として、極度の苦しみの中でも氣力を失わず、絶望することもなかった。むしろ跳ね起き、砕かれ、謙虚な心から最も苦い涙を流した。我らの敵はこれを見て、まるで顔に最強の炎が降り注ぐかのように感じ、たちまち跳び退き、激しい悲鳴を上げて遠くへ逃げ去った。

**86.** 修道士は、以下の三つの情欲に対して、最後まで妥協のない戦いを繰り広げなければならない。すなわち、食欲、虚栄心、そして金銭への執着、すなわち偶像崇拜である。

**87.** あるイスラエルの王は、詩篇や賛美歌、そしてダビデのオルガンで奏でられる霊的な歌、さらに彼の言葉によって、洞窟に住む者たちや彼らと共にある他の野蛮な民を打ち破った（歴代誌下 12:3; 20:22）。あなたの中にも、洞窟に住む野蛮人、すなわち悪魔たちがおり、あなたの感覚や肢体を圧迫し、肉体を情欲で燃え上がらせ、情熱的に見たり、聞いたり、嗅いだりするように仕向け、不品行な言葉を語らせ、目を淫らで満ちし、バビロンのように内も外も混乱させている。だから、あなたもまた、偉大な信仰と、詩篇、賛美歌、そして霊的な歌によって、あなたの中で悪事を働くこれらの洞窟住人たちを、徹底的に根絶やしにするよう努めなさい。

88. 主が、人が人を通して救われることを望まれるのと同様に、悪魔もまた、人が人を通して滅びるよう力を尽くしている。それゆえ、軽薄で、悪意に満ち、おしゃべりな男に近づいてはならない。そうしなければ、彼と共に地獄に落ちることになるからだ。なぜなら、義人とも親しくなれば、かろうじて救いを得られるに過ぎないからである。もし誰かが、悪意ある者と恐れもなく交わるならば、それはまるで伝染病やハンセン病のように、難破に遭うことになる。そして、楽しい顔で竜に近づく者を、誰が憐れむだろうか。だから、言葉を巧みに操る未熟者や、不和をまき散らす者、内にも外にも動揺を招く者からは、逃げよ。

89. 賢明で理知に富み、神の友と呼ばれることを望む者は、主から授かったままの、清く、傷一つなく、全く汚れのない魂を、主のもとに捧げるよう熱心に努めよ。それゆえに、その者は天において冠を与えられ、天使たちによって祝福されるであろう。

90. かつては放蕩者であったあの強盗を、たった一つの善き言葉が清く聖なる者とし、樂園へと導いた。また、たった一つの悪しき言葉が、モーセの約束の地への入りを阻んだ。それゆえ、言葉の過ちを些細な病と軽んじてはならない。悪口を言い、空しい言葉を弄する者たちは、自ら天の御国を閉ざしてしまうからである。——異教徒の男は、たとえここではまだ何らかの成功を収めることができたとしても、あちらでは全く成功せず、「悪しき者たちは彼を滅びへと捕らえる」（詩編139:12）のである。ある賢者は、「高みから地に落ちるよりも、舌によって倒れる方がましだ」とよく言った。それゆえ、私たちは聖ヤコブに従うべきである。彼はこう書いている。「すべての人は、聞くことに速く、語ることに遅くあれ」（ヤコブの手紙1:19）。

91. 虚栄に惑わされて心が浮遊したり散漫になったりしないためには、預言者の次の言葉に耳を傾けるのがよい。「わが民よ、行け、あなたがたの聖所に入りなさい」——あらゆる感覚的な印象から隠された、あなたがたの心の聖所へ、無情と聖なる恵みの光に照らされた、形のないその住まいへ——「目に見えるものすべてから、その扉を閉ざしなさい」、「ほんのわずかな、ほんのわずかな間、身を隠しなさい」——なぜなら、人間の生涯そのものが短いのだから——そしてその後、こう付け加えている。「主の怒りが過ぎ去るまで」（イザヤ書26:20）。ある人が言ったように：「不義が過ぎ去るまで」（詩篇56:2）。なぜなら、不義、ひいては悪魔や情欲、罪もまた、神の怒りそのものだからである。イザヤが神にこう語っているように：「あなたは怒りを燃やされ、私たちは罪を犯しました」（64:5）。人は、祈りの中で絶えず心に耳を傾け、自らの内なる、誰にも近づきたい聖所において、内面を保つために熱心に闘うことによって、この怒りを避けるのである。ある人は言う、「あなたの最も内なる部分に知恵を引き寄せよ」（箴言8:12、シラ書45:31、51,18）と語っている。なぜなら、「王の娘のすべての栄光は内にある」（詩篇44,14）と別の者が述べ、さらに次のように付け加えている。「この労苦は、私が神の聖所（『詩篇』72,17）に入り、また『嗣業の山』（詩篇67:17）、「備えられた住まい」（詩篇32:14）へと至るまで、この労苦は私の前にある。主よ、あなたが造られたその住まいは、「あなたの御手が備えられた聖所」（詩篇77:54）である。

92. 真にこの世を捨て去ろうとする者は、至福の預言者エリシャに倣うべきである。彼は、神への愛が炎のように燃え盛っていたゆえに、自分の所有物から何一つ持ち去らなかった。その人が持っているものはすべて、貧しい人々に分け与え、そのようにして主の十字架を背負い、自発的に死へと向かい、それによって永遠の御国への道を開くようにせよ。

93. アモリ人があなたの中で樅の木のように勢いを増しているのを感じたときは、熱心に主に祈りなさい。そうすれば、主はその実、すなわち行いとして現れる罪を、上から枯らし、その根、すなわち不純な思いを下から枯らしてくださるでしょう。そして、主があなたの前からアモリ人を追い払ってくださいますように！

94. 私たちの沈黙を嘲笑する者たちを見ても、驚くべきではない。彼ら自身、沈黙を守ることができないからである。むしろ、歌によって彼らの与える悪しき印象を払いのけよ。ただし、恨みを抱くことなく、自分の中に神へのより深い従順を確立し、歌の中でこう叫べ。「しかし、わが魂よ、神に従え」（詩編61:6）、「彼らはわたしを愛する代わりに、わたしを誹謗したが、わたしは祈った」（詩編108:4）と、わたし自身と彼らとの癒やしを願って。

95. 海に強風が吹かなければ、波は立たない。また、悪霊が私たちを襲わなければ、魂も体も情欲に揺さぶられることはない。

96. もしあなたが常に祈りと神の恵みによって温められているなら、聖書が言うように、あなたは光の武具を身にまとっていることになる。あなたの衣は温かく、あなたの敵たちは、まるで二重の衣をまとったかのように、恥と寒さによる震えに包まれている。

97. 自分の過ちを心に留めつつ、胸を叩くことを怠ってはならない。その打撃によって、石工が金属を含む土壌を砕くように、石のように固まった心を砕き、柔らかくするのだ。そうすれば、その中に金の鉱脈を見出し、秘められた宝に喜びを感じるだろう。

98. 至高の善への渴望の炎と、御霊の御言葉に関する聖なる神への思いが、あなたの魂の祭壇の上で絶えず燃え続けますように。

99. もし常に「平和の福音を宣べ伝える備えを足に履く」（エフェソ6:15）よう努めるならば、間違いなく、あなた自身の家も、あなたの隣人の家も、うまく整えることができるだろう。しかし、（困難に直面した際に）気弱になれば、目に見えない形で唾を吐きかけられ、律法に従って「靴を脱がされた者の名」を継ぐことになる（申命記 25:9, 10）。

100. ヨハネによれば、神は愛そのものであるならば、愛する者は神のうちに留まり、神もその人のうちに留まる。それゆえ、愛の絆を断ち切って隣人を憎む者は、明らかに愛の代わりに憎しみを受け入れたのである。したがって、自分と同じ性質を持つ者を憎む者は、神から遠く離れている。「神は愛であり、愛にとどまる者は神にとどまり、神もその人にとどまる」からである（Iヨハネ4:16）。神に、永遠の栄光と権威がありますように。アーメン。

## 至福のアッバ・ゾシマ （パレスチナ）

### 彼に関する簡単な紹介

尊者ゾシマの対話を翻訳した古代のラテン語訳者は、その冒頭に次のような序文を添えている。「私はこれらの対話を高く評価し、尊んでいる。それは、そこに修道行いの真の本質が明快に述べられているからであり、それらが満ち溢れる霊的な油注ぎに浸されているからであり、また、そこから漂う聖なるものの最も甘美な香りのためである。これほど喜んで書き写したものはなく、これほど心から喜びを感じながら翻訳したものは他にありません。そのため、私は、その著者がどのような人物であり、いつの時代に活躍したのかを探求せざるを得ませんでした。というのも、そのどちらも明確に知られていなかったからです。「対話集」のすべてがそれほど多く残されているわけではない。それらは、どうやらある熱心な聴き手が、長年にわたる修道生活の中でキリスト教の完全性のあらゆる段階を経て、神の恵みによって人間が到達しうる聖性の頂点に登りつめた、高齢の長老の口から直接聞いた言葉を書き留めたものらしい。対話の著者は、至福のアッバ・ゾシマと呼ばれている。記録者については、彼が常にその話を聞いていた聴衆の一人であり、おそらくヨルダン川沿いにあったアッバ・ゾシマが住んでいた修道院の兄弟であったことだけがほのめかされている。「しかし、この至福のアッバ・ゾシマとは一体誰なのか？ この件について長く丹念に調査した結果、私の見解はついにこう落ち着いた——すなわち、これらの対話の著者は、聖なる悔い改めの女マリア・エジプトの生き様を彼女自身の口から直接聞くために天から選ばれ、またこの尊い母への最後の助言と埋葬にあたった、あの栄光あるゾシマその人である、ということである」。彼は、この見解を、これらの教えを説くアバ・ゾシマの生涯におけるいくつかの状況が、聖マリア・エジプトの女を見守り、彼女について語ったアバ・ゾシマの生涯の状況と類似しているという事実によって裏付けている。



1. 聖マリア・エジプトの生涯に関する伝承によれば、アッバ・ゾシマは若い頃からある修道院に入り、そこで53年間を過ごした。その後、天からの特別な啓示により、ヨルダン川沿いの修道院の一つに移り、そこから外へ出た際に聖マリアを目撃したという。また、これらの対話集においては、それらを語ったアッバ・ゾシマが、かつてティルスのある修道院に住んでいたことが記されている（第24章）。その後、これらの対話集は、彼がネアポリス（サマリア、第14章）を通り過ぎる姿を伝えている。そして最後に、聖ゲラシモスの修道院（第2章）に。後者の記述は、明らかに前者を補足するものである。

2. 聖マリアに関する伝承において、アッバ・ゾシマについては、彼が霊的な経験に富んでいたため、自身の修道院だけでなく、近隣や遠方からも多くの人々が彼に助言を求めて訪れたと記されている（第2項——ギリシャ語版）。彼は書くことを好まず、ただ語るだけだったことがうかがえる。また、聖マリアに関する伝承も、彼が書き記したのではなく、口頭で伝え、それが兄弟たちの間で受け継がれていたが、聖ソフロニオスが『』にそれを書き記すまで続いていた。これらの教訓を語った人物も同様であったことは、その記述様式そのものが証明している。すなわち、彼に質問が投げかけられ、彼は答えたのである。彼の二十九番目の対話は、聖ゲラシモスの修道院で行われている。他の対話もすべて、その場で聞かれ、彼の最も身近な弟子たちの誰かによって書き留められたものと推測される。

3. 教訓を説き、教父たちの言葉を引用することを好んだアッバ・ゾシマは、最も古くからの長老たちの言葉をすべて引用しているが、その際、彼らに対する記憶が当時まだ鮮明であったことがうかがえる。これは、4世紀末から5世紀初頭を示唆している。マリア・エジプトは430年頃に永眠したとされている。アッバ・ゾシマは、おそらく70歳の時にヨルダン川沿いの修道院に移った。彼はこの修道院で30年ほどを過ごした。というのも、彼は100歳でこの世を去ったからである。5世紀前半に生きた者にとって、4世紀の長老たちの言葉は記憶に新しいものであったはずである。こうした指摘は、対話の著者を特定する上で同意すべきものであり、それらがいつ生まれたか、またどのようにして生まれたかを決定づけるものである。アッバが語り、霊的な啓発を愛する弟子が書き留めた。こうして、すべての対話は「アッバ・ゾシマは言った、あるいは語った、あるいは話した」という言葉で始まるのである。対話が数多く行われたのと同様に、それらが数多く記録されたことは疑いようがない。これらの対話は、『霊的果樹園』（リモノリア）の編纂者であるヨハネス・モスクスが見て読んだ断片であると考えられる。尊者ゾシマの記念日は4月4日である。ミグネ版『教父学』では、これらの対話は第78巻に収録されている。また、聖サヴァ・パレスティナ修道院の写本『パテリコン』にも収録されており、第1章の末尾に付録として置かれている。写本においては、これらの対話は一切の区分なしに並んでいる。印刷版では14の区分が示されているが、そのうちのいくつかの区分には、一つの対話だけでなく複数の対話が含まれている。翻訳にあたっては、それぞれの訓示や語りを個別の項目として区切る方がより適切であると判断された。これは、印刷版にはすべての対話が収録されているわけではなく、収録されているものの中にも完全には掲載されていないものがあるため、なおさら必要であった。こうして、31の区分となった。

## 至福のアッバ・ゾシマの対話集

1. 口元に十字を切った後、至福のゾシマは次のように語り始めた。「神である御言葉は、受肉なさって、御自身を信じ、御自分に信仰を置く者たちに、偉大な恵みを授けてくださった。現代においても、望むならば、今からでも信仰を持ち始めることは可能です。なぜなら、もし私たちの意志がそれを望み、恵みが働きかけるならば、望む者すべてにとって、この世のすべてを何とも思わなくなることができるからです。それから彼は、手近にあったもの——おそらく藁の茎か、木片か、あるいはその他の取るに足らないもの——を手に取り、こう付け加えた。「これ

のために、誰が罵り合ったり、論争したり、恨みを抱いたり、悲しみに打ちひしがれたりするだろうか。真に正気を失った者以外には、あり得ないのではないか？」 神に属する者、すなわち神に従って人生において成功し、前へ進んでいる者が、たとえ実際にすべてを所有していたとしても、この藁の一本と同じ価値しか世界全体に持たないのではないだろうか？ なぜなら、私がいつも言っているように、持たないことは害にはならないが、執着を持って持つことが害となるからだ。 私たちが持っているもののの中で、体ほど私たちにとって貴重なものは何もないということを知っているだろうか。それゆえ、時が来れば、私たちは体さえも顧みないよう命じられているのだから、体以外のものについてはなおさらのことではないか。 とはいえ、自分の持ち物をむやみに、適当にばら撒いてはならない。自分自身を無分別に死に投げ出すべきではないのと同じだ。なぜなら、そのような行動は正気を失った者にしか見られないものだからである。むしろ、時が来た時に備えて、そのための準備を整えておく必要があるのだ。 そう言いながら、彼は野菜を育てていた兄弟のことを思い出し、こう語った。「彼は種を蒔かなかったのか？ 労苦しなかったのか？ 収穫しなかったのか？ 肥料を与えなかったのか？ しかし、彼は無差別にそれらを引き抜いたり捨てたりはせず、まるで持っていないかのように扱っていたのだ。」 それゆえ、ある長老が彼を試そうとして訪れ、野菜を根こそぎにしようとしたとき、彼は姿すら見せずに隠れてしまった。そして、たった一つの根だけが残ったとき、彼は長老にこう言った。「もしお望みなら、父よ、これを残してください。それでご馳走を作りましょう。」 このことから、聖なる長老は、彼が野菜の奴隷ではなく、真の神の僕であることを悟り、彼にこう言った。「神の御霊があなたの中に宿っている、兄弟よ。」——もし彼が野菜に執着を持っていたなら、すぐに悲しみや動揺によってそれを露呈していただろう。しかし、彼は、まるで持っていないかのようにそれらを扱っていたことを示したのである。 そしてアッバ・ゾシマはこう結論づけた。「悪霊たちはそのような出来事に気づく。もし誰かが物事に無執着であり、それを失っても動じないのを見れば、悪霊たちはそこから、その人がこの地上を歩んでいるものの、自分の中には世俗的な思惑を持っていないと悟るのだ。」

2. 意志の傾きにすべての力がある。熱意に満ちた意志は、たった一時間で、それのない長期間の労苦よりも、神に喜ばれるものを神にもたらすことができる。生気のない、怠惰な意志は、何もしないのと同じである。

3. 悪魔たちは、誰かが侮辱や不名誉、損害、その他あらゆる不快な目に遭いながらも、そうした目に遭ったこと自体ではなく、それに遭いながら勇敢に耐え抜くことができなかったことを嘆いているのを見ると、恐れる。なぜなら、彼らはそこから、その人が真の道を歩み始め、神の戒めに完全に従って歩むという確固たる意志を持っていると悟るからである。——これに伴い、アッバ・ゾシマは聖パコミオスのことを思い出した。彼の兄が「虚栄心に駆られて修道院を拡張するのはやめなさい」と叱責した際、聖パコミオスはどのように振る舞ったか。聖パコミオスは、天から与えられた命令に従ってそうしていたのである。 なぜならば、それを聞いたとき、善行を貫いているかのように、憤りの感情が湧き上がったからである。しかし、その時は兄に対して何も反論しなかった。夜になり、心の不快な動揺が収まると、彼は自分の小さな祈りの部屋に入り、泣きながら祈り始めた。「おお、神よ！ 私の中には依然として肉的な思惑があり、私は依然として肉に従って生きている。ああ、私はなんと哀れなことか！ そのような者として、聖書にある通り（ローマ8:13）『死ななければならぬ』。このような奮闘の後、このような心の準備をした後でも、たとえ善のためであっても、再び怒りに駆られてしまう。主よ、私を憐れんでください。最後まで滅びることのないように！ なぜなら、もしあなたが私を完全に善に堅く立たせてくださらないなら、敵が私の中に、たとえごくわずかな部分であっても、その足掛かりを見いだしたなら、私はその捕虜となってしまいますからです。『だれでも、律法のすべての戒めを守っていても、ただ一つの戒めに背けば、すべての戒めに背いたことになる』（ヤコブ2:10）。 しかし、主よ、もしあなたがその偉大な寛大さによって私を助けてくださるなら、私はついにあなたの聖徒たちの道を歩むことを学び、常に「前へ前へと進み」（フィリピ3:13）、敵そのものをふさわしい形で打ち負かすことができると信じています。 そうでなければ、主よ、私がまず自分自

身と敵に打ち勝たなければ、あなたが私と共にこの人生を歩むよう召される人々を、どうして教え得ましょうか？」彼はこのような祈りを一晩中続け、日が昇るまで涙ながらにそう語り続けた。そして、収穫の時期であり、その場所は非常に暑かったため、彼の足元には汗でぬかるみがあった。「これは驚くべきことだ」と、至福のゾシマは言った。「彼の涙には限りがない。これ以外のすべてに対して無関心であるような、これほど熱意に満ちた意志に対して、神が求められたあらゆる恵みを授けないはずがないではないか。」

4. アッバ・ゾシマはさらにこう語った。「誰かが、自分を侮辱した者、害を与えた者、中傷し誹謗した者、あるいはその他の悪事を働いた者を思い起こし、その者に対して陰謀を企てる時、その者はまるで悪霊のように自分自身を誹謗することになる。そしてその時、その者を誹謗するには、彼自身で十分なのである。そして、私が「陰謀を企てる」と言っているのはどういうことか。——もしその人を恩人であり、医者であるかのように思い起こさないのであれば、その人に対する態度は極めて不当である。なぜなら、その人は、あなたが苦しんでいるその情念を、それを癒やすために表に出させているのだから。それゆえ、あなたは彼を、キリストからあなたに遣わされた医者として思い起こさなければならない。キリストのために、あなたはこのすべてのことを耐え忍ばなければならない。それは、そのような恩恵に対するキリストへの感謝の表れである。もしあなたがこれを正しく活用せず、自分の邪惡な情念から離れられないとしても、その責任は主なる神にあるのではない。あなたが苦しんでいることそのものが、あなたの魂が病んでいる証拠である。もしあなたが病んでいなければ、苦しむこともなかっただろう。それゆえ、あなたは、それを通して自分の病の経過を知ることができたことに対して感謝し、また、それによって耐え忍んだことを、主イエスご自身から送られた癒しの治療として、愛をもって受け入れるべきである。もしあなたが感謝しないばかりか、侮辱し、反抗し、不平を言い、それに対して陰謀を企てるならば、それによって、あなたはあたかも主イエスにこう言っているようなものです。「あなたによって癒やされたくない。あなたの治療を受け入れたくない。自分の傷の中で朽ち果てたい。悪霊に従いたい。私は主を知らない。主がどなたであるのか、どうしてその御声に従うことができようか（出エジプト記5:2）？そして、結局、主は何をなさるだろうか？」——主は、私たちの欠点に対して慈しみ深く、それらを癒やすための戒め、すなわち灼燬や浄化の方法を私たちに与えてくださった。なぜなら、癒やされたいと願い、それを求める者は、たとえ苦痛を伴うとしても、医師が課す処置を黙って耐え忍ばなければならないからである。何しろ、肉体の病に苦しむ者でさえ、切開や烙焼、あるいは下剤を飲むことを快いとは思いません。しかし、それなしには病を治すことは不可能だと確信しているからこそ、医師の手に身を委ね、この小さな苦痛を耐え忍ぶことで、激しい内臓の不調や長期にわたる病から解放されると確信しているのです。しかし、キリストの「焼灼者」とは、傷つけ、害を与える者のことである。

5. さらに彼はこう言った。「誘惑や邪念を根絶せよ——そうすれば、聖人は一人もいなくなるだろう」。救いをもたらす誘惑から逃げる者は、永遠の命から逃げているのである。ある聖人はこう言っている。「聖なる殉教者たちにその冠をもたらしたのは、彼らの迫害者たち以外、誰であろうか？ 聖ステファノに、彼を取り巻くそのような栄光を授けたのは、彼を石で打ち殺した者たち以外、誰であろうか？」——これに、別の聖人の次の言葉を添えている。その聖人はこう語った。「私を中傷する者たちを責めることはなく、むしろ彼らを私の恩人と呼び、敬う。そして、虚栄に満ちた私の魂に不名誉という治療を施してくださる『魂の医者』を拒むことはない。いつか主が私の魂に対しても、『バビロンを癒そうとしたが、癒されなかった』（エレミヤ書51:9）と、また『あなたがたの子らを、雌鶏が翼の下に巣に集めるように集めようとしたが、あなたがたは望まなかった。それゆえ、あなたがたの家は荒れ果てたままになる』（ルカによる福音書13:34,35）と、いつの日か私の魂に言われるのではないかと恐れているからだ。」

6. またこうも語った。「エヴァグリオスは、主が彼を責めるとき、『あなたは虚栄心に病んでいた。だから私は、それによってあなたが清められるよう、不名誉という治療をあなたに施した。しかし、あなたは癒されなかった』と言われるのではないかと恐れていた。」——私たちを責める者以外、誰も私たちについて率直な真実を語らないことを、私たちは知っておくべきで

ある。心と内臓を試される主は、たとえすべての人々が私たちを称賛し、お世辞を言っても、それにもかかわらず、私たちのすべては叱責と非難に値することをご存じである。もし「あなたはこれこれをした」と言われるなら、私はこう答えるだろう。「しかし、私の行いのうち、一体何が良いというのか？」——私を称賛し、お世辞を言う者以外、私について嘘を語る者はいない。また、私を責め、貶める者以外、私について真実を語る者もいない。そして、彼らでさえ、私についての真実のすべてを語っているわけではない。もし彼らが、私の悪行のすべてではなく、その一部を知ることになったとしても、彼らは私の魂の悪臭と悪臭に嫌悪感を抱くだろう。もし人間の体のすべての部位が、私たちを非難するための舌に変わったとしても、それでも彼らは私たちの不名誉を完全に表現することはできないと、私は確信している。どんな非難者も、ある一部分だけを非難するに過ぎず、すべてを知ることにはできない。もしヨブが「私は不義に満ちている」（ヨブ記 10:15）と言うなら、満ちているものにはもはや何も収まる余地はない。では、悪の深淵である私たちは、何と言えよのか。悪魔はあらゆる罪によって私たちを謙遜にさせた——そして、私たちは、屈辱によって私たちを謙遜にさせる者たちに感謝しなければならない。なぜなら、自らの屈辱に感謝する者たちは、悪魔の頭部を打ち砕くからである。聖なる教父たちはこう語った。「もし謙遜が地獄にまで落とされたとしても、それは天にまで昇る。逆に、もし高慢が天にまで高まったとしても、それは地獄にまで落とされる。」誰が、へりくだった者に、誰かに対して悪意を抱かせたり、あるいは誰かを誹謗したり、他者に罪をなすりつけたりさせることができるだろうか。なぜなら、へりくだった者は、どんな苦難に遭おうとも、どんな言葉を耳にしようとも、そこから自らを誹謗し、へりくだるための口実とするからである。これについて、至福のゾシマは、聖職者たちがアッバ・モーセを祭壇から追い出し、「さっさと出て行け、エチオピア人」と言ったとき、彼が自らを卑しめ、「彼らは君に対して正しく振る舞った、黒人よ！人間ではないのだから、人々の間には行くな。彼らは正しくやったのだ」と言い始めたことを思い出した。

7. また、次のように語った。「私たちの聖なる、そして実践的な導き手であるアッバ・アモンから聞かされたことを実践するには、これほど適したことはない。彼はこう言っている。『自分が何のためにこの世を離れ、なぜここにいるのか、よく自問せよ。そして、誰かがあなたに何らかの痛みを与えたときは、絶え間ない祈りによってあなたの心が鎮まるまで、黙って決して一言も口にしないよう、あらゆる手段を尽くせ。そしてそれから、兄弟に許しを請え。』」なぜなら、真のまっすぐな道を愛する者は、何かに動揺したとき、常に自分自身を厳しく責め、こう言い聞かせるからだ。「わが魂よ、なぜ狂乱するのか。なぜ正気を失ったかのように騒ぎ立てるのか？」これこそが、あなたが病んでいることを示している。もし病んでいなければ、苦しむことはないはずだからである。それなのに、なぜ、自分自身を責めることをやめて、あなたの病を指摘してくれた兄弟を非難するのですか。行いと真理によって、主キリストの戒めを学びなさい。主は「責められても、決して責め返さず、苦しめられても、決して抗議されなかった」（ペトロの手紙一 2:23）のです。主が何を語り、どのような行いによって示しておられるか、聞いてみよ。「わたしの頬を傷に、頬を打たれるために差し出し、唾を吐かれることへの嫌悪を顔に表さなかった」（イザヤ書 50:6）。それなのに、哀れな魂よ、あなたは、ほんの少しの侮辱や軽視、ある種の蔑視や嫌悪、非難や中傷のために、数え切れないほどの敵意に満ちた思いを抱き続け、まるで悪魔のように自分自身を誹謗している。悪魔そのものが、そのような魂に対して、その魂が自ら自分にしていること以上に、何ができるというのか。私たちはキリストの十字架を目にし、私たちのために彼が耐え忍ばれた苦難について毎日読んでいる。それなのに、自分たちはたった一つの侮辱さえも耐えられない。まことに、私たちは正しい道から逸れてしまったのだ。

8. またこうも言われた。「たとえ誰かがマフサロのように長生きしたとしても、すべての聖人たちが歩んだその正しい道を歩まず、——ここで言うのは、侮辱や不当な損害を受け、それらを勇敢に耐え抜く道のことである——その者は、少しも成功せず、戒めに秘められた宝を見出すこともなく、ただ人生の年月を無駄に費やすだけである。そこで彼はこう付け加えた。「私が至福のディオニシアのところに行った時、ある兄弟が彼女に祝福として何かを求め、彼女はできる

限り、できる限りのものを彼に与えた。しかし、彼が期待していたほど多くは与えられなかったため、彼は彼女を誹謗し、彼女や私に対して荒唐無稽な言葉を浴びせ始めた。これを聞いた彼女は怒り、彼に何らかの報復をしようとした。それを察した私は彼女に言った。「何をしていますのですか？　そうすることで、あなたは自分自身に誹謗を招き、自分の魂からすべての美德を奪い取ってしまうのです。キリストがあなたのために耐え忍ばれたようなことを、あなたはどれほど耐え忍んでいるのですか？」　奥様、あなたが全財産を屑のように散財してしまったことは承知していますが、もし柔和さを求めなければ、あなたはまるで鉄の塊を叩くだけで、必要なものを造り出せない鍛冶屋と同じになってしまいます。神を宿すイグナティウスの言葉を聞いてください。「柔和さを求めなさい。それによって、この世の支配者のすべての力が打ち砕かれるのです。」　世を完全に捨て去ったことのしるしは、何事にも動揺しないことにある。ある者は多くの宝を軽んじながらも、針に執着し、その執着が彼に動揺や不安をもたらすことがある。そうして、針が彼にとって宝の代わりとなってしまうのだ。　こうして、ある者は針や、笛や、マントや、書物の奴隷となり、もはや神の奴隷でなくなるのである。ある賢者が「魂の中に情欲がいくつあれば、それだけ主も多くなる」とよく言った。また、主はこう言われている。「あなたがたの宝のあるところ、そこにあなたがたの心もある」（マタイ6:21）。　また、使徒も次のように述べている。「誰に打ち負かされようとも、その者に仕えることになる」（Ⅱペトロ2:19）。これを聞いた彼女は、驚いた様子で私を見つめ、こう言った。「どうか、あなたが切望する神を見出せますように。」

9. また、聖人はこうも語った。「魂は救いを望んでいるが、虚しい善を渴望し、それらを気にかけるあまり、救いのための労苦から逃げてしまう。実のところ、戒め自体が重いのではなく、私たちの邪悪な欲望こそが重いのだ。」　しかし、時には、海で溺れることや、強盗の手に落ちることを恐れて、死が目前に迫っているのを見ると、私たちはすべてを軽んじ、進んで自分の持ち物を捨ててしまうことがある。　しかし、もしこの地上でもう少し長く生きるために、私たちはすべてを軽んじ、すべてを失ってでも、強盗や海から自分たちを救うことを幸福だと考えるのであれば——しかも、その直前に一文銭のことで激怒していた者でさえ、一時的な命さえ守ればと急いですべてを捨て去るのに——なぜ私たちは、永遠の命に関してもそのような考えを持たないのでしょうか？　なぜ、ある聖人が言ったように、海に対する恐れと同じくらい、神への恐れが私たちの中に強くないのだろうか。

10. これを裏付けるように、アッバは、ある人々から聞いた次の出来事を語った。かつて、ある宝石商が子供たちを連れて船に乗り込んだ。彼は、向かう先で高値で売れることを期待して、多くの宝石や真珠を携えていた。　神の御心により、彼は船上で自分に仕えていたある少年を特に可愛がることになった。そして、彼自身がその少年に慰められていたのと同じように、少年を慰め、自分が食べるものと同じものを彼にも与えていた。　ある日、その少年は船員たちがひそひそと話し合うのを耳にし、耳を澄ませて聞いていると、彼らがその商人の宝石を狙って、彼を海に投げ込むことに決めたことを知った。彼はそれを聞いて深く悲しんだ。　その後、悲しそうな顔をして、いつものようにその宝石商人の世話をしようと彼のところへ行ったとき、商人は彼に尋ねた。「なぜ今日はそんなに悲しそうな顔をしているのか？」　「何でもない」と少年は、真実を言う勇気がなく答えた。商人は再び尋ねた。「何かあるのか？　正直に教えてくれ、一体何だ？」　少年は泣き出し、こう言った。「船乗りたちが、あなたに対してこんな計画を立てているんです。」「本当に？」と商人は尋ねた。「はい」と少年は答えた。「彼らはそう話し合っていました。」「そこで商人は自分の子供たちを呼び寄せ、こう言った。「私が言うことは何でも、反抗せずに実行しなさい。」それから布を広げ、彼らに言った。「箱をここに持って来なさい。」子供たちは箱を持って来た。そして彼は石を並べ始めた。すべて並べ終わると、こう言った。「人生とはこういうものだ！」「これらの物のせいで、私は海に投げ込まれ、やがて何も持たずに死ぬ危険にさらされているのだ。」そして子供たちに命じた。「これをすべて海に投げ捨てなさい。」すると子供たちは、その言葉と共に、すぐにすべてを海に投げ捨てた。船乗りたちは驚愕し、彼らの邪悪な企みは失敗に終わった。　この話を終えると、至福のアッバ・ゾシマはこう付け加え

た。「ご覧なさい、彼の思いがいかに突然ある方向へと向かったか。いかにして彼は、言葉においても行いにおいても、たちまち賢明になったか。そしてそれは、このはかない命を守るためであった。もし死んでしまえば、これらの石が彼に何の益があるだろうか、と考えた彼の行動は正しいものであった。」しかし、私たちは、キリストの戒めのために、わずかな損失や欠乏さえも無関心で受け入れることを望まない。しかし、もし悲しむことを避けられないのであれば、私たちに害を与えた者の滅びについて悲しむべきであり、財産の損失についてではない。なぜなら、不義を犯した者は自ら神の国から追放されたからである。「不義な者は神の国を相続しない」(Iコリント6:9)。そして、義と認められたあなたには、主がそのような者たちにこう言われるように、永遠の命が与えられている。「喜び、喜びなさい。天にはあなたがたの報いがたくさんあるからである」(マタイ5:12)。それなのに私たちは、キリストの肢体の滅びに対する悲しみを捨て去り、座して、朽ちゆくもの、取るに足らないもの、滅びゆくもの、何の価値もないものについて思いを巡らせている。まことに、私たちはあらゆる懲罰に値する者です。神は、私たちを、私たちの神であるキリストを頭とする体の肢体として立ててくださいました。使徒が言ったように、「体のすべての肢体は、数こそ多いが、一つである」(Iコリント12:12)。そして、すべてのものの頭はキリストです(エペソ1:22)。それゆえ、兄弟があなたに悲しみをもたらすとき、それは、苦しむ手や痛む目が他の肢体を苦しめるのと同じようなものです。なぜなら、手や目が私たちに痛みをもたらしたとしても、私たちはそれらを切り落としたり捨てたりせず、また目をえぐり出したりもしないからです。それらの肢体のいずれかを失うことは、自分にとって大きな害であると考えるからです。それどころか、むしろ、キリストの最も尊い印である十字の印をその部位に施し、聖人たちに祈りを捧げるよう呼びかけ、彼らについて熱心に神に祈りを捧げるとともに、その患部を癒やすために、眼軟膏や湿布を用意するのです。さて、あなたが自分の目や手が癒やされ、これ以上痛みをもたらさないよう祈るように、兄弟のためにも同様に祈りなさい。しかし、私たちは、キリストの肢体がそのような心の傷を負っているのを見て、彼らのために悲しむどころか、むしろ彼らに対して祈りさえしている。これはまことに、慈悲深い心を持たない者たちに特有の行いである。

11. また、聖人はこうも語った。「寛大さの宝を蓄えた者は、愛と憐れみによって、まず自分自身を喜ばせ、益を与え、その後隣人を喜ばせ、益を与える。それとは対照的に、悪意は、まずそれを抱く者自身を傷つけ、痛めつけるのである。」たとえ、その人が隣人の財産や名誉、あるいは肉体そのものに害を与えているように見えても、実際には自分自身を永遠の命から遠ざけているのである。これについて、アッパは次のような言葉を添えた。「魂にとって害とならないものは、人にとっても害とはならない。」

12. 彼はまたこう言った。「ある人が私にこう言ったのです。『アッパ、私たちに命じられていることはあまりにも多く、何を守り、何を守っていないかを考え始めると、心が曇ってしまいます』と。」私は彼にこう答えた。「そのことで動揺してはならない。ただ、このことを心に留めておきなさい。物事に執着しなければ、あらゆる美德を容易に実践できるのだ。それらのことで争わなければ、恨みを抱くこともないだろう。そうなれば、敵のために祈ることが、あなたにとってどれほどの苦労になるだろうか？ 土を掘るのと同じことだろうか？ ——しかし、忍耐の道を歩み、不当な財産の損失を快く受け入れ、辱めを受けたことに対して感謝しなさい。そうすれば、あなたは聖使徒たちの弟子となる。彼らは裁判所で殴打された後、帰路につく際、「キリストの名のために辱めを受けるに値したことを喜びとした」(使徒行伝5:41)のである。そして彼らは、清く聖なる者として、キリストの御名のために辱めを受け入れた。しかし、私たちは自らの罪のために辱めにさらされなければならない。たとえ誰も私たちが辱めようとしなくても、私たちは不義であり、また呪われている。「あなたの戒めから逸れる者は呪われている」と預言者は言う(詩篇118:21)。キリストの御名のために侮辱に耐えることは、すべての人に与えられたことではない。すべての人ではなく、私が述べたように、聖なる者や清い者にのみ与えられたことである。一方、私たちのような者たちの務めは、感謝をもって侮辱を受け入れ、自分たちの悪行のゆえに正当に苦しんでいることを告白することである。自分の不純な行いを知り、自分が



受けていることが当然であると悟りながら、座して良心を欺き、「彼は私にこう言った、私を辱め、中傷した」と妄想を紡ぎ出すような魂は、呪われるべきものである。そうして自らに誹謗をなすりつけ、自ら悪魔の代わりとなる場所を占めてしまうのだ。なぜなら、芸術家たちに起こることは、魂にも同様に起こるからである。そこでは、師匠が弟子に技法を教え終えると、その後は弟子に独りで作業させ、もはやその傍らに座する必要はなく、ただ時折、怠けていないか、あるいは作品を台無しにしていないかを見守るだけである。それと同じように、悪魔たちも、従順で邪悪な考えを容易に受け入れる魂を見れば、その魂をこの悪魔的な術に委ね、もはやその傍らに居る必要はないと考える。その魂が自分自身を誹謗するのに十分だと確信しているからだ。ただ時折、その魂が道を踏み外していないかを確認しに来るだけである。

13. アッバはまたこう語った。「すべての人を愛することと、すべての人から愛されること、どちらがより容易か。そして、キリストの戒めには、どれほどの慰めがあることか。——しかし、意志はそれらを実行しようと向かわない。もし向かっていたなら、神の恵みの助けによって、すべては容易なことだったはずだ。私たちの意志が善へと向かうわずかな衝動さえも、神の助けを引き寄せるのだ。私がしばしば語ったように、また神聖なアントニオスが言うように、徳を積むために必要なのは私たちの願いと経験だけである。天の御国を得るために遠くへ旅立つ必要も、徳を積むために海を渡る必要もない。——柔和で謙遜な者は、なんと大きな安らぎを味わうことか！ まことに、『*柔和な者は地を受け継ぎ、多くの平安を享受する*』（詩編36:11）のである。

14. また、その祝福された方はこう語った。「ある時、私と一人の兄弟、そして数人の信徒たちが、（サマリヤの）ナポリ街道を歩いていて、税関のある場所にたどり着いた。その場所の慣習を知っていた信徒たちは、何も言わずに関税を納めた。しかし、私と一緒にいた兄弟は、彼らに「修道士から関税を徴収するなんて、よくもそんなことが言えるか！」と反論し始めた。それを聞いて、私は彼に言った。「兄弟よ、何をしているのか？ あなたは、たとえ不本意であっても、私を聖人のように敬えと言っているに等しいではないか。」もし彼が、あなたの善意と謙遜さを見て、恥じ入り、「すみません、受け取りません」と言ったのなら話は別だ。しかし、あなたは柔和で謙遜な師の弟子として振る舞わなかった。支払うべきものを納め、平穩に先へ進みなさい。

15. 別の時、私が聖都にいたとき、キリストを愛する者の一人が私のところに来て、こう言った。「私と私の兄弟は、互いに些細な不和を抱いてしまいました。そして、その兄弟は私と和解しようとしません。どうかお力添えをいただき、彼に話をしてください。」私は喜んでそれに応じ、その兄弟を呼び寄せて、愛と和解へと導くような言葉をかけました。彼は納得したようでしたが、その後、私にこう言いました。「いいえ、彼と和解することはできません。十字架にかけて和解しないと誓ったからです。」そこで私は微笑んで彼にこう言った。「あなたの誓いは、つまり『あなたの聖なる十字架にかけて、私はあなたの戒めを守らず、あなたの敵である悪魔の意志を行う』という意味なのだ。」知っておきなさい。私たちは、悪事を働くという自分の言葉を守らなければならないどころか、むしろ、自らそう振る舞うことを決めたことについて悔い改め、心を痛めなければならないのだ——『神を宿すバシレイオス』が語ったように；もしヘロデが正気に戻り、自らの誓いを果たさなかったならば、キリストの先駆者である洗礼者ヨハネの首を刎ねるという大罪を犯すことはなかったでしょう。最後に、私は彼に聖福音書の物語を引用した。主が聖ペトロの足を洗おうとされたとき、ペトロは誓いを立てる者に特有の熱意をもって「決してそうはさせない」と言ったが、その後、それに同意しただけでなく、さらにそれ以上のことを望んだのである（ヨハネによる福音書第13章）。

16. また、その祝福された方はこう語った。「怒りをどのように抑えるべきか、と私に尋ねられたので、私はこう答えた。『怒りを抑える第一歩は、怒りの感情が続いている間は、何も語らないことである』と。」この例をアッバ・モーセに見ることができる。ある時、長老たちが彼を試そうとして集会で互いに「なぜこのエチオピア人が私たちの集会に入ってくるのか」と話しかけていたが、彼はそれを聞いても黙っていた。そして集会後、何人かが彼に「恥ずかしかった

か」と尋ねると、彼は「恥ずかしくなり、語らなかつた」（詩篇76:5）と答えた。しかし、それは当初のことでした。その後、彼が成長し、助祭に叙階されると、彼は沈黙するだけでなく、動揺することさえなくなりました。次のような出来事がありました。大司教は彼を試そうとして、聖職者たちにこう言いました。「アッバ・モーセが聖所に入ってきたら、彼を追い出さない。そして、彼の後を追い、彼が何を言うか盗み聞きしなさい。」彼が祭壇に入ると、聖職者たちは彼に言った。「出て行け、黒人のエチオピア人よ。」そこで彼は出て行きながら、心の中でこう言った。「お前にはよくやった。人間でもないのに、なぜ人々の集まりに入るのか」（『アッバ・モーセに関する伝承』、第3、4項）。今や彼は、嘲笑に対して黙り込んだだけでなく、動揺もしなかった。それどころか、動揺しなかったばかりか、自らを戒めたのである。動揺して口を閉ざすのは、未熟で初心者に特有のことであり、動揺しないことこそが完成された者の業である。預言者が言うように、「私は備えをなし、動揺しなかつた」（詩編118:60）。そして、これこそが偉大な美德である。——しかし、私たちは、怒りが湧き上がった時に自分自身を克服し、沈黙を守るよう努めようとしないうちに、自らの大きな怠慢ゆえに、この美德は高すぎて自分たちには手の届かないものだと考えてしまうため、たいていの場合、最も初心者のレベルよりも低い位置に立っていることになる。この自己克服の努力を始め、それによって神の恵みを助けとして招き入れようとする意志さえ示さない。あるいは、一見その意志を示しているように見えても、それは生氣なく、確固としておらず、神からいかなる恵みも受けるに値しないものである。

17. これに、聖人は次のように付け加えた。私たちの人生の営みはこうである。すなわち、各自が自らの意志による労苦をその営みに注ぎ込み、それによって、自分にとって必要なものを神の恵みから受けるのである。農夫がたとえ少ししか種を蒔かなくても、神がその労苦を祝福してくだされば、多くの収穫を得る。イサクについてこう記されているように、「イサクはその地に種を蒔き、その年の夏に大麦の百倍の収穫を得た。主は彼を祝福された」（創世記26:12）。同様に、主が私たちの意志による労苦を祝福してくださるなら、私たちは苦勞することなく、強制されることなく、喜びをもってすべてのことを行い、すべてから益を得ることになるでしょう。自己強制と忍耐による祈りは、軽やかで、清く、甘美な祈りを生み出します。そして、自制を伴う祈りは意志の働きであり、喜びをもって行われる祈りは恵みの働きである。これは、芸術を習得する過程でも同じことが言えるのではないだろうか。芸術に取り組む者は、たとえ習得したいという固い意志を持って始めたとしても、最初は苦勞して取り組み、各部分をうまく調和させられず、しばしば失敗してしまう。しかし、彼は氣落ちすることなく、再びその作業に取り組み、たとえまた失敗したとしても、その作業を放棄せず、師に自らの意志の強さを示す。もし彼が氣落ちしてその努力を放棄すれば、何も学ぶことはできない。しかし、たとえ頻繁に失敗しても作業を放棄せず、忍耐強く努力し続ければ、やがて神の御加護によりその技を身につけ、すべての作品を少しずつ、苦もなく、喜びをもって作り出すようになり、その成果は自身の生計を十分に賄えるほどになる。同様に、靈的生活においても、美德を築こうと決意した者は、すぐにそれにおいて成功するとは考えてはならない。なぜなら、それは不可能だからである。しかし、努力を惜しまず、たとえ最初は物事が思うように進まなくても、始めたことを諦めてはならない。さもないと成功には至らない。むしろ、何らかの技術を習得しようとする者がそうするように、次々と新たな努力を重ねるべきである。彼がこのように、氣力を失うことなく忍耐強く努力し続けるならば、神はその意志の働きに目を留め、強制されることなくすべてを行う力を与えてくださるだろう。これこそが、アブバ・モーセが語ったことの意味である。すなわち、美德を身につけようとする者にとっての力は、失敗したとしても氣落ちすることなく、再びそのことへの熱意と努力を取り戻すことにある。

18. 彼はさらにこう語った。「あらゆる美德には、労苦と時間、そしてそれを心から望むことが必要であり、とりわけ神の御加護が必要である。なぜなら、もし神が私たちの意志に御加護をなさらないならば、私たちの労苦は無駄になってしまうからだ。それは、自分の土地を耕し種を蒔いた農夫が、もし神がその種に雨を降らせてくださらなければ、その労苦が無駄になるのと

同じである。」しかし、神の御加護には、私たちの祈りと懇願が必要である。なぜなら、それによってのみ、私たちは神の助けを引き寄せ、私たちのために取り成していただくことができるからである。もし私たちが祈りを怠るなら、神は私たちの労苦をどのようにご覧になるだろうか。また、たとえ祈ったとしても、怠惰に、あるいは気が散った状態で、あるいはすぐに祈りに飽きてしまうようでは、何も授かることはできないでしょう。私がいつもあなた方に言ってきたように、神は私たちの意志をご覧になり、それに基づいて賜物を与えてくださるからです。かつてアッバ・モーセは、強盗の頭目ではありませんでしたか？ 彼は数え切れないほどの罪を犯し、その悪行のゆえに主人の前から身を隠さざるを得なかったではありませんか。しかし、彼が勇敢に、そして という熱意をもってその務めに取り組んだため、彼がどのような境地に達したかは誰もが知るところであり、彼の伝記の著者が述べているように、神の選民の一人として数えられるに至ったのです。一方、私たちは、禁欲の初めには熱意を示しても、時が経つにつれて怠慢のせいでそれを失い、神や隣人への愛の代わりに、心を冷めさせ、空虚で何の価値もないものに傾いてしまう。さらに、もし何か善行を成し遂げたとしても、あたかも自分の力で行ったかのようにそれを自分の手柄とし、神から授かったものではないかのように考えてしまう。しかし、真理はこう告げている。「あなたが持っているものは、もともと持っていたものであり、授かったものではない。もし授かったのなら、なぜ『授かっていない』と自慢するのか」（Ⅰコリント4:7）。

19. またこうも語った。「もし主イエスが、私たちがすでに賜ったものを、自らの益と御栄光のために用いているのをご覧になったとしても、聖なる先祖たちを豊かにされたのと同じような恵みを、私たちにも授けるために、主イエスが貧しくなったり、力を失ったりすることはない。」しかし、私たちが自分の未熟さゆえに、主がすでに与えてくださったわずかで数少ない賜物を、かえって自分自身に害となるように用いているのをご覧になると、慈愛に満ちた方として、私たちが最終的に滅びてしまわないよう、より大きな賜物を私たちに託すことはなさらないのです。もし主が、私たちがすでに与えられたわずかなものを自分の益のために用いているのをご覧になっておられたなら、私が先に述べたように、もちろん、私たちにもっと大きなものを授ける力がないはずはありません。神は、私が常々述べているように、慈愛に満ちておられるゆえに、私たちに自由と、あらゆるものから益を得る機会を与えてくださいました。しかし、私たちは偏愛や乱用によって神の賜物を台無しにし、すでに与えられた恵みを、自らの悪意や悪癖によって自らに害となるように用いることで、それらを自ら手放してしまっているのです。

20. また、聖人はしばしばこう語っていた。「忠実な魂に害を及ぼすことのできる者は誰もいない。しかし、その魂がどのような苦難に遭おうとも、それはすべてその魂にとって益となるのだ。」労働者は、たとえ重労働に苦しめられても、労働の後に報いを受けると確信して、快く働き続ける。一方、不信仰な者は、苦難に直面すると、自らの不信仰ゆえに、まるで地獄にいるかのように苦しむ。信者は、あらゆる苦難の中でも信仰を保ち、忍耐に対する報いを確信して待ち望むことで、そこから大きな慰めを得る。一方、信仰を持たない不信仰者は、主から何を受け取れるというのか。どのような慰めを得られるというのか。わずかな悲しみに遭遇しただけで、心の中でくすぶり続け、こう独り言を呟く。「彼は私にそう言ったが、私も彼に言いたいことがある」と——恨みを抱き、実現不可能なことを企むが、それを実行に移す力は全くない。なぜなら、人が企むことすべてが、必ずしも実行できるわけではないからだ。いいえ、神が許されることだけが実現するのです——そして、その運命を定めているのは、まさに神ご自身なのです。人はしばしば他者に悪をなそうと企てますが、もし神がそれを許さなければ、その努力は無駄に終わり、それによって人間の意志が試されるだけなのです。聖なる総主教たちに害を加えようとどれほど企てられたことか。しかし、神がそれを許さなかったため、誰も彼らに何の害も与えることはできなかった。次のように記されている通りである。「人が彼らを傷つけることを許さず、王たちが彼らを非難することを許さない。わたしの油注がれた者たちに手を触れてはならない。わたしの預言者たちを欺いてはならない」（詩編 104, 14, 15）。しかし、神が御自身の力の限りなき豊かさを示そうと望まれるとき、最も無慈悲な者たちの心さえも憐れみへと導かれる。ダニエル書に記されているように、「神はダニエルを、宦官の長たちの目の前で、好意と恵みを受ける

ようにされた」（ダニエル書 1,9）。神を渴望することによって、真に神の賜物を受け入れる準備を整えた魂は幸いである。なぜなら、神はそのような魂を決して見捨てず、あらゆる面でその魂を守り、無知ゆえに神に求めなかったことさえも、すべてにおいてその魂を顧みてくださるからである。至賢者はよくこう言われた。「知恵ある人は神の庇いの下にとどまる」（詩編 30:21）。サウルは、祝福されたダビデを殺そうと何度企てたことか。何をしなかったというのか。いかにしてその企てを成し遂げられなかったというのか。しかし、主がダビデを覆ってくださったため、サウルのあらゆる企みは徒労に終わった。それだけでなく、彼自身もしばしば聖なる方の御手に委ねられたが、聖なる方は彼に対して激しい復讐心を持たず、彼を容赦してくださったのである。

21. ある時、アッバにこう尋ねられた。「他者から侮辱され、悪口を言われようとも、怒らないようになるにはどうすればよいでしょうか。」彼は答えた。「心の中で自分を最も取るに足らない者と見なす者は、いかなる侮辱にも動揺しない。アッバ・ピメンが言ったように、『もし自分を卑しめれば、平安を得られる』のである。」

22. アッバはさらにこう語った。「私と共に暮らし、私から修道服を授かった兄弟の一人がいた。私は彼にあらゆる美德を教えようと努め、また彼が虚弱な体質であったため、時にはその弱さを憐れんで見過ごしていたのだが、ある日、彼は私にこう言った。『私のアッバよ！私はあなたを深く愛しています。』私は彼にこう答えた。「私が彼を愛しているのと同じくらい、私を愛してくれる人に出会ったことはない。今、あなたは私を愛していると言う——私はそれを信じている。しかし、もし私から何か不快なことがあったとしても、あなたは同じようにはいられないだろう。」しかし、私があなたからどんな仕打ちを受けようとも、私は常にあなたに対して同じ思いを持ち続け、何ものも私をあなたへの愛から引き離すことはできない。」その時からそう長くは経たないうちに——彼はどうしたのか、私に対して多くのことを言い始め、さらには恥ずべき言葉さえ口にするようになった。私はそのすべてを耳にしていた。その時、私は心の中でこう思った。「彼はイエスの治療者であり、<sup>80</sup> 私の虚栄に満ちた魂を癒すために遣わされたのだ」と。そのような人々から、自分自身に注意を向ける者は、自分を喜ばせようとする者たちによって失っていたものを再び取り戻すことができる。彼は私の真の恩人である。そして私は、彼を常に自分の医師であり恩人として思い起こしていた。また、彼の言葉を私に伝えた者たちにはこう言った。「彼は私の明らかな欠点だけを知ったに過ぎず、それもすべてではなく、ある一部に過ぎない。私の隠された欠点は数え切れないほどあるのだ。」時が経ち、彼は（パレスチナの）ケサリアで私と会った。近づいてきて、いつものように私を抱きしめ、口づけをし、私も彼にそう返した。まるで私たちの間に何事もなかったかのように。あのような中傷があったにもかかわらず、彼が私に会った際にこのように抱きしめてくれたのは、間違いなく、私がすべてを聞いていたにもかかわらず、彼に対して何の疑いも、わずかな侮辱の表情さえ見せなかったからに違いない。すると彼自身が私の足元にひれ伏し、私の足を抱きしめて言った。「主の御名において、父よ、あなたについてこれほど多くの悪口を言ったことをお許しください。」私は彼に優しく口づけをして、こう言った。「神を愛するあなた、覚えていますか。あなたが『あなたを深く愛しています』と言った時、私は『私を、私があなたを愛しているのと同じように愛してくれる人に出会ったことがない』と答えました。そして、『もしあなたに何か不愉快なことが起こっても、あなたは変わらないでしょう。たとえ君からどんな苦しみを味わおうとも、私はいつも君に対して同じように接し、何ものも私を君への愛から引き離すことはできない、と答えたことを覚えているか？』——あなたの心が確信するように、あなたが語ったことのうち、私から隠されたものは何一つありません。どこで、誰に話したとしても、私はすべて聞いていましたし、決して「そうではない」と言ったことはありません。また、誰も私に悪いことを言わせようとはできませんでした。しかし、私はさらにこうも言いました：『彼が語ることは真実であり、愛から語っている』とも語った。そして、あなたを我がものとして、私の祈りの中であなたを忘れることは決して

<sup>80</sup> 東洋には、灼熱療法を行う習慣がある。

なかった。さらに、あなたへの私の愛を証明するために、かつて私の目がひどく病んだ時、あなたのことを思い出し、その目に聖なる十字架の印を掲げてこう言ったことを明かそう。『主イエス・キリストよ！ 彼の祈りのゆえに、私を癒してください！』——すると、私はたちまち癒やされた。

23. また、この福者はしばしばこう語った。「私たち人間は、どうすれば愛され、尊敬されるかを知らず、あらゆる分別を失っている。もし誰かが、兄弟が怒ったり、彼に対して悲しんだりしている時に、少しばかり忍耐を示せば、その兄弟はすぐに我に返り、相手が自分に対してどれほど忍耐を示してくれたかを知って、自らの魂さえもその人のために捧げるだろう。」そこで、ある時、聖人はある兄弟のことを思い出した。その兄弟は、かつて非常に柔和なアブ（師）を持っていたと彼に語っていた。そのアブは、その偉大な徳と、彼によって行われた奇跡ゆえに、国中の人々から神の天使として崇められていた。ある日、その兄弟は敵にそそのかされ、アブの元に近づき、皆の前で極限まで彼を中傷し始めた。長老はそれを見て、その口元を見つめながら静かに立ち、そしてこう言った。「神の恵みが、あなたの口にあるのだ、わが兄弟よ！」すると、その兄弟はさらに激昂して叫んだ。「わかっている、お前がそう言うのは、無知で腹の空いた老いぼれが、自分を柔和に見せかけるためだ！」これに対し、長老は言った。「その通りだ、わが兄弟よ。お前の言うことは正しい。」——その後、ある者が長老に尋ねた。「神の長老よ、あなたは本当に動揺しなかったのですか？」長老は答えた。「いいえ。しかし、私の魂は、あたかもキリストに覆われているかのように感じていた。」——これに対し、聖人は次のように付け加えた。「真実、そのような人々には感謝し、敬うべきである。もし誰かが情熱的であるならば、その魂の傷を癒やす医者として、また誰かが無情であるならば、彼に天の御国をもたらす恩人として。」

24. さらに、その聖人はこう語った。「私がまだティルス修道院にいた頃、そこから移る前に、徳に優れたある長老が私たちのところへやって来た。私たちが、聖なる長老たちの記憶に残る物語や賢明な言葉が記された本を読み始めたとき（なぜなら、その至福の者はそれらを読むことを愛し、まるでそれらを呼吸するかのよう、あらゆる徳の教えをそこから汲み取っていたからである）、ある長老についての物語にたどり着いた。その長老は、強盗たちがやって来て、彼の独房にあるものをすべて奪うと告げたとき、彼は穏やかにこう答えました。「子供たちよ、あなたがたがそう思うなら、何でも持って行きなさい」。そして、彼らがすべてを持ち去り、一つの袋だけを残して去ったとき、彼はその袋を手に取り、彼らを追いかけて叫びました。「子供たちよ！ 『私たちの小部屋に置き忘れたものを、私から受け取ってください』と叫びながら追いかけた。すると、彼らは老人の悪意のなさ、心を打たれ、悔い改めながら互いに『まことに、この人は神の人だ』と言い合い、小部屋にあるものをすべて彼に返した。——私たちがこれを読み終えるやいなや、老人は私にこう言った。「知っていますか、私のアッパよ、この物語は私に大きな益をもたらしました。」私は彼に尋ねた。「どうしてですか、父上？」すると彼はこう答えました。「かつて、私がヨルダン川沿いの地域に滞在していた時、これを読んで長老に感銘を受け、『主よ、あなたが私にその姿（スキマ）を授けてくださった方々の足跡をたどることを、私にもお許してください』と祈りました。その願いは私の心にずっと残っていました。そして二日後、強盗たちがやって来て、扉をノックしたのです。私はすぐにそれが強盗たちだと気づき、心の中でこう言った。「神に感謝！ 今こそ、私の願いの成果を示す時だ。」それから扉を開けて彼らを温かく迎え入れ、灯りをともして品々を見せ始めながら、こう言った。「恐れることはありません。主を信じるように、あなた方から何も隠しません。」彼らは私に言った。「金はあるか？」「ある」と私は答え、「ここに3枚の硬貨がある」と言って、彼らの前で壺を開けた。彼らはそれを受け取り、平穏に去っていった。——私は微笑みながら、その聖人にこう尋ねた。「あの老人たちの例のように、彼らはあなたのところに戻ってきたのか」。聖人は即座に答えた。「神よ、そんなことは決してありません。彼らが戻ってくるなどとは、私には微塵も思いもよらなかったのです」。——これに対し、聖人は次のように付け加えた。「これこそが老人の熱意であり、

聖人たちに倣おうとする彼の心構えがもたらしたものである——すなわち、悲しむどころか、あたかも特別な恵みにあずかったかのように喜んでいたことである。」

**25.** 先ほど皆さんと話していた際、私はこう述べた——もし怒っている兄弟に対して少しばかり忍耐を示せば、その魂を救うことができる、と。そこで今、この件に関して、ペディアドスの修道院長である聖セルギイから聞いた話を皆さんに伝えたい。彼は私にこう語りました。「かつて、ある聖なる長老と共に旅をしていた時、道に迷ってしまいました。どこへ進めばよいかわからず、作付けされた畑に入り込み、少しばかりの草を踏み荒らしてしまいました。それを見た、たまたまそこで働いていた農夫は、私たちを激しく叱りつけ、怒りを込めて叫びました。『お前たちは修道士だろう！ 神を恐れないのか？ もしあなたがたが心に神への畏れを持っていたなら、こんなことはしなかったはずだ。』すると、その聖なる長老はすぐに私たちにこう言いました。「主のために、誰にも何も言うな。」そして農夫に向かって穏やかにこう語りかけました。「お前の言う通りだ、子よ。もし私たちが神への畏れを持っていたなら、こんなことはしなかっただろう。」すると農夫は再び怒って罵り始めました。長老は再び彼にこう言いました。「その通りだ。もし私たちが修道士であったなら、こんなことはしなかっただろう。しかし、主の御名において、私たちを赦してください。私たちはあなたに対して罪を犯してしまったのです。」この言葉に農夫は深く心を打たれ、長老のもとへ歩み寄ると、その足元にひれ伏して言いました。「主の御名において、父よ、私を赦してください。そして、私をあなたと共に連れて行ってください。」そして実際に彼は私たちについてきた、と至福のセルギイは語った。そして修道院に着くと、修道服を身にまとった。アッバ・ゾシマはこう付け加えた。「神の助けにより、聖なる長老の柔和さと慈愛が成し遂げたこととは、まさにこれである。すなわち、神の御姿に造られた魂——それは、この世の闇やその富よりも、神によって切に望まれているのだ。」

**26.** アッバ・ゾシマはさらにこう語った。「ある時、私が至福のセルギイのもとを訪れた際、彼は私に『聖書から何か読んで聞かせてくれ』と言った。私は『箴言』を読み始め、次のような箇所にし掛かったとき——『多くの木には火が燃え移るが、怒りを鎮めれば、争いは静まる』（箴言 26,20）という箇所にし掛かったとき、私は彼に尋ねた。「この言葉はどういう意味ですか？」すると彼は答えて言った。「木が（物質的な）火の炎の原因であるように、もし木が足りなければ、火はすぐに消えてしまう。それと同じように、情欲にもその原因がある。もし誰かがこれらの原因を切り捨てれば、情欲は活動しなくなるのだ。」すなわち、アッバ・モーセが言ったように、淫行の原因とは、節度なく食べたり飲んだりすること、十分に眠ること、何もしないで座っていること、遊びにふけること、無駄話をする事、そして身だしなみを整えることを好むことである。もし誰かがこれらすべてを断ち切れれば、淫行への情欲は無力になる。また、怒りの原因とは、彼が同様に述べたように、与えることと受け取ること（煩わしい取引をすること）、自分の意志を通すこと、教えることを好むこと、自分を賢いと思い込むことである。これらを断ち切る者には、怒りの情欲は力を失う。すべての情欲についても同様である。そして、これはアッバ・シソイが、ある兄弟から「なぜ情欲が私から離れないのか」と尋ねられた際に語った言葉の意味である。彼はこう答えた。「その器、すなわち原因があなたの内にあるからだ。それらに担保を渡せば、情欲は去っていく。」

**27.** また別の機会に、彼はこう語った。「罵倒が絶えない怒りっぽい人とは、最初の苛立ちに満足せず、自らを煽って二度目の怒りを引き起こす者である。」怒りに燃えても、すぐに我に返り、自分の過ちを自覚して、怒りをぶつけた兄弟に許しを請う者は、二度怒る者とは呼ばれない。その者の中では罵りが静まる。なぜなら、自分の過ちを自覚して兄弟と和解した途端、その者の中にはもはや罵りの居場所がなくなるからである。しかし、怒った後、自分の過ちを認めず、かえってさらに怒りを募らせ、怒ったこと自体を悔やむのではなく、怒りのあまり言ったこと以上に、もっとひどいことを言わなかったことを悔やむ者——この者は「二度怒る者」と呼ばれる。その者の中では争いが収まることはない。なぜなら、怒りの後、恨み、敵意、そして悪意が



彼を支配するからである。——主イエス・キリストが、私たちをそのような性質から救い出し、柔和で謙遜な性質を授けてくださいますように。

**28.** 彼はまた、悪魔の悪巧みに対抗するには、細心の注意と少なからぬ知恵が必要であるとしばしば語っていた。なぜなら、悪魔は時に何でもないことで不安や不満をかき立て、そのために一見正当な口実を吹き込み、その状況下で怒ることが正当であり、それには十分な理由があるかのように見せかけることがあるからである。しかし、悪魔が何を吹き込もうとも、真に聖なる修道者の道を歩もうとする者は、いかなる苛立ちも、それがどれほど正当に見えようとも、決して許してはならないことを知っておくべきである。マカリオスが言うように、「修道者は怒ってはならない」し、さらに「隣人に悲しみを与えてはならない」のである。その際、彼は私たちに次のような話をした。かつて私は、ある熟練した筆写師に、私のためにいくつかの本を書き写すよう依頼したことがある。書き終えたと、彼は私に使いを送り、「書き終えました。お決めになるものを送ってください。そして受け取ってください」と伝えた。ある兄弟がこれを聞き、私の名においてその筆写師のもとへ行き、所定の報酬を支払って本を受け取った。ところが、私もその出来事を知らずに、手紙と代金を携えた兄弟を遣わして、それらを受け取らせようとした。筆写師は、本を受け取った兄弟に嘲笑されたことを知り、激しく腹を立て、「必ず彼のもとへ行って、私を嘲笑したこと、そして自分のものではないものを受け取ったことに対して、彼を責めてやる」と言った。私はこれを聞いて、彼にこう伝えさせた。「私の兄弟よ、私たちが本を手に入れるのは、そこから愛、謙遜、柔和を学ぶためであることは、あなたも当然ご存知でしょう。もし本を手に入れるという行為そのものが、争いへとつながるのなら、争わないためにも、私はそれらを持ちたくありません。『神のしもべは、争うべきではないからである』（Ⅱテモテ 2, 24)」。このように、書物を断ることで、私はその兄弟に意図的な不快感を及ぼさないようにした。

**29.** ある日、私たちと共に座って魂の救いに関する事柄について語り合っていたとき、至福の者は聖なる長老たちの格言を引用し始め、アッバ・ピメオンが「自らを非難する者はどこにいても平安を見出す」と述べた言葉にたどり着き、さらにニトリ山のアッバが、「父よ、この道においてあなたが最も得たものは何ですか?」という問いに答えて言った言葉にまで至った。」という問いに対し、「常に自分自身を非難し、責め続けることだ」と答えた。すると、質問者は「これ以外に道はないのか」と付け加えた。これらの言葉を思い出して、至福の者はこう言った。「聖人たちの言葉にはなんと大きな力があることか! そしてまことに、彼らが語ったことはすべて、神聖なアントニオスが証言するように、経験と真理に基づいて語られたものである。」彼らの言葉が力強いのは、実践者たちによって語られたからであり、ある賢者がすべての人に命じているように、「あなたの言葉は、あなたの生き方によって裏付けられなければならない」のである。そこでアッバは、次のような出来事を私たちに語ってくれた。私がまだアッバ・ゲラシモスのラヴラに滞在して間もない頃、ある日、私が親しくしている兄弟と座って、魂の救いに関する事柄について語り合っていた。私は、前述のアッバ・ピメンの言葉と、あの別のニトリアの長老の言葉を思い出した。すると、その兄弟は私にこう言った。「私は経験を通じて、これらの言葉の真実を知り、それらを実践することによってもたらされる平安を味わった。私は、このラヴラのある助祭と心からの友情を築いていた。理由は分からないが、彼はある一件について私を疑い始め、それに腹を立て、私を陰しい目で見つめるようになった。その陰しい様子に気づき、私はその理由を説明してほしいと頼んだところ、彼はこう言った。「君はこんなことをした、あんなことをした」。私はそのようなことをした覚えがなかったので、自分の無実を証明しようとしたが、彼はそれに対してこう言った。「すまないが、納得できない」。自分の独房に戻り、私は自分の心を省みて、かつてそのようなことをしたことがあるかどうかを確かめ始めたが、見つからなかった。その後、彼が聖杯を手にとって配っていた時、私は神に誓って、そのようなことをした記憶はないと彼に告げた。しかし、彼はそれでもなお、その言葉によって確信を持とうとはしなかった。そこで再び心を落ち着かせ、長老たちのあの言葉を思い出し、その真実を完全に信じて、自分の内省に目を向け、こう言った。「この助祭は私を心から愛しており、その愛に動かさ

れて、彼が私に対して抱いている思いを打ち明けてくれたのだ。それは、私がそのようなことをしないよう、自制心を保って振る舞うためである。」ところで、私の哀れな魂よ、あなたが言うように、その行いをしなかったというのか？ あなたは数え切れないほどの悪行を犯してきたのに、それらを忘れてしまったのではないか。昨日、あるいは十日前にあなたがしたことはどこにあるのか？ それを覚えているか？ それならば、以前のことを忘れたのと同じように、これもまた、あの時と同じようにして、そして忘れてしまったのではないのか？ こうして、私は心の中で、確かにそれを成し遂げたのだと確信した。しかし、以前のことを忘れたのと同じように、このことも忘れてしまった。そして、主と助祭に感謝し始めた。主が助祭を通して、私に自分の罪を悟らせ、悔い改める機会を与えてくださったからだ。その後、私は立ち上がり、そのような思いを抱きながら、助祭の前で告白し、彼に感謝するために兄弟のもとへ向かった。しかし、私がドアをノックするやいなや、彼は真っ先にドアを開け、私に頭を下げながらこう言った。「許してください。私は悪霊に惑わされ、あの件であなたを疑ってしまいました。神は、あなたがその件に関して無実であることを確かに私に示してくださいました。」そして、私がこれ以上彼を安心させようとする、と、「もうその必要はありません」と言って、それを許さなかった。この話を語り終えると、至福のゾシマはこう付け加えた。「これこそが、彼を愛した兄弟の心を、真摯な謙遜がどのように動かしたかという好例である。彼は、助祭の振る舞いに憤ることも、彼を恨むこともなかった——第一に、助祭が自分を疑ったことに対して、第二に、自分の無実を主張する言葉を信じなかったこと——それだけでなく、犯してもいけない罪を自ら引き受け、それだけでなく、その助祭に感謝までしたのです。この美德がどのような働きをするか、お分かりでしょうか？ この美德を愛する者を、いかなる高みへと導くのでしょうか。もしその兄弟が望んだならば、執事を通じて悪魔となるための千もの口実を得ることができたでしょう。しかし、彼が美德へと向かったため、執事に対して憤るどころか、むしろ感謝したのです。美德が彼の心を包み込んでいたからです。同様に、もし私たちもあらかじめ、自分の中に柔和と謙遜の種を蒔き、心をそれらに向けておいたなら、敵はそこに悪の種を蒔く余地を持たなかっただろう。しかし、敵が私たちを善き思いのない空っぽの状態、あるいはそれ以上に、自ら悪へと駆り立てている状態で見つけると、そこから口実を得て、私たちを自らの悪で満たそうとするのである。一方、徳を愛する場合には、これとは全く逆のことが起こる。なぜなら、その時、主は、魂が救いを渴望し、いかに熱心に自分の中に善の種を蒔いているかをご覧になり、その善意のために、ご自身の賜物をもってその魂を満たしてくださるからである。

**30.** ある時、至福のアッバは、隣に住む兄弟に盗みを働かれていたある長老のことを思い出した。その長老は、そのことを知りながらも決してその兄弟を非難せず、むしろ「もしかすると、その兄弟には困窮しているのかもしれない」と言って、さらに熱心に働いていたという。アッバは聖人たちの慈愛に感嘆し、その際に次の出来事を語った。私がペディアドに滞在していた頃、ある修道院長が私にこう語ってくれた。私たちの修道院の近くには、ある長老が住んでおり、彼は極めて善良な人柄であった。彼の隣に住んでいた兄弟が、ある日、長老が不在の間に、悪魔の誘惑に駆られて、長老の独房の扉を開け、中に入り、彼の持ち物や本を持ち去ってしまった。長老が戻ってきて、独房の扉を開けたところ、自分の持ち物が見つからなかったため、その兄弟のところへ行き、このことを伝えようとした。しかし、彼の独房に入ると、その真ん中に自分の持ち物が置かれているのが見えた。兄弟がまだそれらを片付ける暇がなかったからだ。しかし、その兄弟を恥じ入らせたり非難したりしたくなかったため、腹痛に襲われたふりをして外へ出た。そして、その兄弟がその間に荷物を片付けることができるよう、用を足すふりをしてしばらくその場を離れた。その後、彼のところに戻ると、彼は別の話題を切り出し、その兄弟を非難することはなかった。数日後、その兄弟の所持品の中に長老の物が混じっていることが発覚し、彼は連行されて拘束された。長老はそのことを何も知らなかった。しかし、兄弟が牢屋にいと聞き、なぜ彼がそこにいるのかを知らないまま、私のところへやって来た——とイグメンは言う。彼はよく私たちを訪ねてきていたからだ——そしてこう頼んだ。「どうか慈悲を、卵をいくつか、そして少しばかりの焼きたてのパンをください」。私は彼に言った。「今、君のところには誰か

いるのだろうか？」——「はい」と長老は答えました。彼は、牢屋に行って兄弟を慰めるために、それらを受け取ったのです。彼が牢屋に入った途端、兄弟は彼の足元にひれ伏して言いました。「アッパ、私がここにいるのはあなたのためです。あなたの持ち物を盗んだのは私だからです。——でも、あなたの本はあの人のもので、服はあの人のです。」長老は彼に言った。「わが子よ、よく心に留めておきなさい。私がここに来たのは、そのためではない。あなたが私のためにここにいてことさえ知らなかった。しかし、あなたがここにいると聞いて悲しくなり、あなたを慰めに来たのだ。ほら、卵と焼きたてのパンがある。さあ、私は行って、あなたをここから連れ出すまで、あらゆる手を尽くすつもりだ。」彼は出かけて行き、その徳の高さゆえに彼を知っていた数人の高官たちに頼んだ。すると、彼らはその兄弟を牢から釈放するよう命じた。

**31.** 同じ老人のことだが、ある時、彼は服を買うために市場へ行ったという話もある。服を買って、金貨一枚を支払った。残りの代金を小銭で支払う必要があった。彼は服を手に取り、自分の下に置き、小銭を板の上で数え始めた。すると、誰かが近づいてきて、彼の下から服を引き抜こうとした。それに気づいた老人は、その意図を悟り、働く者を憐れんで、まるで小銭を手を持ちながら伸びをするかのように少しずつ体を持ち上げ、相手が服を引き抜いて立ち去るまで待った。そして、老人はその者を非難しなかった。——その後、至福のゾシマはこう言った。「彼のその衣服や、彼から盗まれた品々など、一体どれほどの価値があったのか？ しかし、彼の意志の自由はなんと尊いことか！ 彼は、それらを持っていたとしても、まるで何も持っていないかのように振る舞ったのだ。」それらが奪われたときも、彼は変わらず、それを嘆くことも、それに腹を立てることもなかった。なぜなら、私がいつも言っているように、害となるのは「持つこと」そのものではなく、「執着して持つこと」だからである。この長老は、たとえ全世界を持っていたとしても、まるで何も持っていないかのように振る舞っただろう。なぜなら、彼の行いは、彼がすべてから自由であることを示していたからである。さあ、兄弟たちよ、私たちも聖なる父たちの模範に倣い、彼らの言葉を熱心に実行しましょう。そうして、この地上で善き実を結ぶことにより、私たちの主キリスト・イエスにおいて、永遠の祝福に与ることができるように。主キリスト・イエスに、父と聖霊と共に、今、そして常に、世々限りなく、栄光と権威がありますように。アーメン。

## 聖マクシムス・殉教者

### 彼に関する簡単な紹介

聖マクシムは、ツァレグラードの貴族の出身であった。神学、哲学、その他当時必要とされたあらゆる分野において十分な教育を受けた後、皇帝イラクリオスによって宮廷に仕える者として迎えられ、首席秘書官の職務を成功裏に、かつ称賛に値する形で遂行した。モノフェリテ派の異端が勃発し——その発生には皇帝と総主教にも責任があった——宮廷、都市、そして王国の他の地域で騒乱が始まると、聖マクシムスはこれを、世俗を離れて何らかの修道院に入るという長年の願いを叶えるための恵まれた機会と捉えた。世務から身を引くと、彼はクリソポリの修道院に入院し（641年）、厳格な修道規則に従って熱心に禁欲の修行に打ち込み、あらゆる点において、すべての人にとって模範となるような生き様を示した。そのため、修道院に新たな院長が必要となった際、彼は満場一致でこの職務に選出され、自らを甘やかすことも、人に媚びることもなく、その職責を立派に果たした。その間、宮廷や総主教に支持されたモノフェリテ派の異端はますます勢力を増し、それに伴い混乱も拡大していった。この混乱に耐えかねた聖マクシムスは修道院を去り、ローマへと向かった。途中、アフリカのカルタゴにしばらく滞在し、そこで開かれた公会議において、当時現地に滞在していた（職務から離れていた）コンスタンティノーブル総主教ピルスを代表として、モノフェリテ派の説の欠陥を糾弾した。その後、ローマへ渡り、そこでもまもなく、皇帝の命令——「ティピク」、すなわち皇帝が作成した信仰告白の要約（そこ

にはモノフェリテ派の邪説も盛り込まれていた)を受け入れ、署名するよう命じられたことを契機として、聖マルティヌス教皇が招集したモノフェリテ派に対する公会議に参加した。この公会議において、モノフェリテス派の教義、皇帝の『ティピク』、そしてこの異端の教えを受け入れるすべての者に対する が非難され、破門された。その後、この公会議の決定は、西と東の至る所に伝達された。これに激怒した皇帝は、聖マルティン教皇と聖マクシムを捕らえ、コンスタンティノーブルへ連行するよう命じた。彼らがここに連行されると、聖マルティンは信じがたいほどの拷問を受けた後、ヘルソネスへ流刑に処され、そこで息を引き取った(655年)。一方、聖マクシムに対しては、彼を自分たちの側に引き込もうと、非常に熱心に働きかけが行われた。最初は皇帝の宮殿で、次にコンスタンティノーブルの監獄で、さらに、聖なる殉教者が最初に流刑に処されたフラキアの小さな町ヴィジエへ。その後、そこから呼び出されて再びコンスタンティノーブルに戻り、聖テオドロスの修道院に収容されたが、そこではより厳粛かつ威圧的な雰囲気の中で過ごした。審理は上院議員たちによって行われ、時には司教たちも立ち会った。その目的は、聖マクシムに彼らの教義を受け入れるよう説得するか、せめて『ティピク』に署名させるか、あるいは少なくとも沈黙を強いることにあった。しかし、何一つ成功しなかった。聖マクシモスの口から語られる正教の真理は、そのたびに勝利を収め、敵対者たちに沈黙を強いられるだけでなく、彼らを屈服させた。真理の擁護者の勇気を揺るがそうと、約束や脅迫、他人に気づかれないように真理を回避する方法の指示、そして最終的には最後の会議での暴行までもが試みられた。しかし、何一つ効果はなく、聖マクシムスはセリムヴリヤを経由して、マーブル海の西岸沿いにあるペルヴェラへと、第二の流刑地へ追放された。しかし、真理の敵たちは安穩としていらなかった。聖マクシムスは再びコンスタンティノーブルに呼び出され、決定的な説得を受けた。その説得は、王宮、監獄、そして再び王宮という三つの場面で、より執拗に行われたが、やはり成果は得られなかった。そこで、最終的な決定が下された。殉教者を生かしておくが、死よりも過酷な苦痛を与えること。そして、この目的のために、彼を都の地方総督の手に引き渡した。この非人道的な拷問者は、尊者を引き取り、プレトールに連れて行き、服を脱がせ、地面に寝かせ、最も鋭い鞭で打つよう命じた。そして、神の長老をあまりにも非人道的に打ち据えたため、その体には無傷の箇所が一つも残らず、彼の身の下にある地面全体が血で染まった。——その後、かろうじて息をしているだけの彼を牢獄に放り込んだ。翌朝、聖人は再びプレトールに連行され、さらに残酷な処刑にさらされた。神の言葉を語り、異端を糾弾したその舌を切り落とされ、教訓と糾弾の書物を著した罪として、右手をナイフと槌で切り落とされた。その後、プレトリアンから引きずり出され、服を脱がされ、靴も脱がされた聖人は、切り落とされた舌と右手を民衆に見せつけられながら、嘲笑の的として市場を連れ回された。ついに、このような非人道的な拷問と侮辱の末、聖人は遠く離れたミングレリアへと追放され、そこでスケマルスの牢獄に投獄された。そこで3年間、あらゆる苦難に耐え抜いた後、聖マクシムスは、死の直前にある啓示的な幻視によって慰められ、主のもとへ旅立った。これは662年のことである。聖マクシムスの記念日は1月21日である。聖マクシムスは多くの著作を残しており、教義論や批判的なものもあれば、それ以上に道徳教訓や禁欲に関するものが多かった。『ギリシャの慈愛』には、その中から以下のものが収録されている: 愛に関する章400章、至聖三位一体および神の御言葉の受肉に関する章700章——さらに美德と情欲に関する章、そして主の祈りの解説。我々は、この中から以下のものを本選集に収録する——祈りに関する章はすべてそのまま収録し、700の章からは、より理解しやすく、道徳的・禁欲的な章を厳選して収録する。——ここで省略される部分の代わりに、Mignēの版に基づき、修道者の言葉を収録する。このようにして、聖マクシムスからは以下のものが提示される:

1. 修道者の言葉——弟子の問いと長老の答え
2. 愛に関する400の章(新訳)
3. 『ギリシャの慈愛』の700章から選ばれた、観想的および実践的な章

## 1. 修道者の言葉——弟子の問いと長老の答え（ ）

1. 兄弟が長老に尋ねた。「お願いです、父よ、主の受肉の目的は何だったのか、教えてください。」——長老は答えて言った。「兄弟よ、あなたは毎日『信仰告白』を聞いているのに、なぜ私にそんなことを尋ねるのか、不思議に思うよ。」——「とはいえ、主の受肉の目的は、私たちの救いだったと伝えよう。」兄弟は言った。「父よ、そのことを説明してください。」——長老は答えた。「なぜなら、人間は初め、神によって創造され、樂園に置かれたが、戒めに背いたため、朽ち果てと死にさらされたからだ。その後、神の多岐にわたる摂理によって、あらゆる時代や世代において善へと導かれていたにもかかわらず、常に悪のみに没頭し、数多くの肉欲に駆られて絶望へと陥っていった。それゆえ、神の独り子、永遠の御言葉、父なる神から出でた、命と不死の源である方が、闇と死の陰に座する私たち（イザヤ9:2. マタイ4:16）に、聖霊と至聖なる処女によって受肉して現れ、私たちに神に似た生き方の模範を示し、聖なる戒めを与え、それに従って生きる者には天の御国を約束し、それを破る者には永遠の苦しみという警告を与えられました。また、救いのための受難を耐え忍び、死者の中から復活されたことにより、私たちに復活の希望と 永遠のいのちを授け、御自身の従順によって原罪の罪を贖い、死によって死の支配を打ち砕き、『アダムにおいてすべての人が死ぬように、キリストにおいてすべての人が生き返る』ようにされた（Iコリント15:22）；そしてついに天に昇り、御父の右の座に着かれた後、命の保証として聖霊を遣わされました。それは、私たちの魂を啓発し聖別するためであり、また、救いのために奮闘し、御命令を果たそうとする者たちを助けるためです。以上が、簡潔に言えば、主の受肉の目的でした！

2. 兄弟が言った。「父よ、救われるために、私がどのような戒めを守らなければならないのか、簡潔にお聞かせいただきたいのですが。」——長老は答えた。「主ご自身が復活の後、使徒たちにこう言われたのです。『行って、あらゆる国の人々を弟子とし、父と子と聖霊の名によって彼らに洗礼を授け、わたしがあなたがたに命じたすべてのことを守るように教えなさい』（マタイ28:19,20）。つまり、命を与える、神に由来する三位一体の御名によって洗礼を受けたすべての人は、主が命じられたすべてのことを守らなければならないのです。主は、正しい信仰とすべての戒めの遵守を不可分の結びつきで結びつけられました。なぜなら、一方が他方から切り離された場合、人は救われることができないと知っておられたからです。それゆえ、ダビデもまた、正しい信仰を持っていたにもかかわらず（それだけに満足することなく）、神に向かってこう語ったのである。『あなたのすべての戒めに従い、あらゆる不義の道を憎みました』（詩編118:128）。あらゆる不義の道に対して、主はそれに反対する戒めを私たちに与えておられます。もし誰かがそのうちのどれか一つでも守らないならば、それと同時に、それに反対する不義の道へと踏み込んでしまうのです。

3. 兄弟が言った。「父よ、これほど多くの戒めがある中で、いったい誰がすべての戒めを守り尽くすことができるのでしょうか？」——長老はこれに対し、こう答えた。「主に倣い、一歩一歩主に従う者である。」兄弟は言った。「では、誰が主に倣うことができるのでしょうか？主は神であり、たとえ人となられたとはいえ、私は罪深い人間であり、数え切れないほどの情欲に支配されています。どうして私が主に倣うことができるのでしょうか？」長老はこう答えた。「この世とその虚栄に囚われている者たちのうち、だれも主に倣うことはできない。しかし、『私たちはすべてを捨てて、あなたに従いました』（マタイ19:27）と言える者たちは、主に倣い、主のすべての戒めに導かれる力を得るのだ。」兄弟が尋ねた。「どのような力ですか？」長老は答えた。「主ご自身がこう言われているのを聞きなさい。『見よ、わたしはあなたがたに、蛇やサソリや、あらゆる敵の力に打ち勝つ権威を与える。何もあなたがたを害することはない』（ルカ10:19）。

4. そのような力と権威を受けた使徒パウロは、こう語った。「あなたがたは、わたしを模範としてください。わたしもキリストを模範としています」（フィリピ3:17）。また、「今や、キリスト・イエスにあって、肉に従って歩まず、御霊に従って歩む者たちには、もはや罪の宣告などありません」（ローマ8:1）とも。。さらに、「キリストにある者は、情欲や欲望とともに



に、肉を十字架につけたのである」（ガラテヤ5:24）。また、「私はこの世に対して十字架につけられ、この世も私に対して十字架につけられた」（ガラテヤ6:14）。

5. ダビデはこの同じ力と助けについて預言し、次のように語った。「至高者の助けに生きる者は、天の神の御庇護の下に住もう。主に向かってこう言う。『あなたは私の守り、私の避難所、私の神。私はあなたに信頼する』」（詩編90:1,2）。そして少し下には、「あなたはアスピドやバシリスクを踏みにじり、獅子や蛇を打ち倒し…… 御使いに命じて、あなたのすべての道においてあなたを守らせる」（11～13）。一方、肉に執着し、この世の虚栄を愛する者たちは、主からこう告げられていることに耳を傾けなさい。「父や母をわたしよりも愛する者は、わたしにふさわしくない」（マタイ10:37）。さらに、「自分の十字架を負って、わたしに従ってこない者は、わたしの弟子となることはできない」（ルカ14:27）。また、「自分のすべての所有物を捨てない者は、わたしの弟子になることはできない」（33）。したがって、主の弟子となり、主にふさわしい者と認められ、悪の霊たちに対抗する力を主から受けたいと願う者は、あらゆる肉欲的な習慣から離れ、物質的なものへのあらゆる執着を捨て去り、そのようにして、主の戒めのために目に見えない敵と戦い続けるのである——主ご自身が、ご自身においてその模範を示してくださったように。すなわち、荒野で彼らの首領から試みられた時も、また（公の宣教の時期に）この世に現れた際、彼らの影響下で活動する者たちから試みられた時もそうであった。

6. 兄弟は言った。「しかし、父よ、主の戒めは数多くあります。ましてや、私のような知恵の乏しい者が、それらすべてを心に留めて、すべてのために奮闘することなどできるでしょうか？ ですから、私は、それを心に留め、自分の救いを成し遂げるために、簡潔な言葉（簡潔な規則）を聞きたいのです。」長老は答えた。「戒めは確かに多いが、兄弟よ、それらはすべて、次の「ただ一つの言葉」に集約される。『主なるあなたの神を愛せよ……あなたの全き力と、あなたの全き思いをもって。また、あなたの隣人をあなた自身のように愛せよ』（ルカ10:27）。この言葉を守るよう努める者は、すべての戒めを即座に果たすことになる。しかし、先に述べたように、物質的なものへのあらゆる執着から離れない者は、真の意味で神をも隣人も愛することはできない。物質に執着しつつ、神を愛することなど、同時にあり得ないのだ。主もまた、こう語られたとき、このことを示しておられた。「だれも、ふたりの主人に仕えることはできない」（マタイ6:24）と語られたとき、まさにこのことを示しておられたのである。また、「神とマモンとに仕えることはできない」（ルカ16:13）とも。なぜなら、心がこの世の物事にどれほど執着するかに応じて、それだけそれに奴隷とされ、神の戒めを軽んじ、恐れることなくそれを破ってしまうからである。

7. 兄弟が言った。「父よ、あなたが言う『執着』とは、どのような事物を指しているのですか？」長老は答えた。「ご馳走、金、あらゆる種類の財産、名声、親族、その他それに類するものだ。」——兄弟が言った。「父よ、これらすべてを神が創造し、人々のために用いるように与えられたのではありませんか？」それなのに、どうして今、神はこれらに触れることさえ禁じられるのでしょうか！」長老は答えた。「その通り、神はこれらすべてを創造し、人々が利用できるように与えられた。そして、神から出たものはすべて良いものである（創世記1:31）（そして、それらは私たちに与えられた）。私たちがそれらを正しく用いて、神に喜ばれるためである。しかし、私たちは弱く、思考が俗世に縛られているため、愛の戒めよりも物質的なものを優先し、それに執着した結果、人々と争いを引き起こしているのです。目に見えるすべてのもの、さらには自分の肉体さえも、あらゆる人への愛に優先させるべきである。その愛こそが、神への愛のしるしとなるのである。主ご自身が福音書の中で、「もしあなたがたがわたしを愛するなら、わたしの戒めを守るべきである」（ヨハネ14:15）と語っておられるように。では、この戒めとは一体どのようなもので、それを守ることによって私たちが主を愛していることになるのか。主が再びこう言われているのを聞いてほしい。「これがわたしの戒めである。互いに愛し合いなさい」（ヨハネ15:12）。お分かりでしょう——互いに愛し合うことこそが神への愛であり、それがあらゆる神の戒めの成就である（ローマ13:10）のです。だからこそ、主は、この世の物事に執着し



ないだけでなく、真に御自身の弟子となることを願う者には、あらゆる所有物からも離れるよう命じられるのです。

8. 兄弟が言いました。「父よ、あなたは、目に見えるすべてのもの、さらには自分の肉体さえも、あらゆる人への愛に優先させるべきだとおっしゃいました。しかし、私を憎み、私から背を向ける者を、どうして愛することができるのでしょうか？」私を妬み、中傷をでっち上げ、陰謀を企て、悪事を働こうとする者——そのような者を、どうして愛することができるのでしょうか？——自然の理から言えば、父よ、それは不可能だと私には思えます。なぜなら、悲しみの感情は、当然のことながら、その悲しみをもたらした者から背を向けさせるものだからです。——長老はこう答えました。「這うものや、本能に導かれる獣たちにとっては、自分たちに与えられた恨みに対して、力の及ぶ限り報復しないことは確かに不可能です。しかし、神の御姿に造られ、理性によって導かれ、神を知る恵みにあずかり、神から律法を受け入れた者たちにとっては、自分を侮辱する者から背を向けず、自分を憎む者を愛することは可能です。」それゆえ、主もまた、「敵を愛し、あなたを憎む者たちに善を行いなさい」などと（マタイ5:44）語られたとき、これを決して不可能なこととしてではなく、可能なこととして命じられたのである。そうでなければ、主はこの戒めに背く者に対して罰を下すことはなかっただろう。そのような愛が可能であることを、主とその弟子たちは自らの行いによって示した。彼らは隣人への愛のために死に至るまで奮闘し、自分たちを殺した者たちのために温かく祈ったのである。しかし、私たちは物質を愛し、快楽を追い求め、戒めよりも（物質や快楽を）優先してしまうため、それゆえ、私たちには、私たちを憎む者を愛することさえできず、それだけでなく、しばしば彼らのせいで、私たちを愛してくれる者たちさえも遠ざけてしまい、その性質において獣や這うものよりも劣った存在となってしまうている。このようにして神の足跡に従うことができない以上、私たちは神の目的を知り、そこから力を得ることもできないのである。

9. ある兄弟が言った。「父よ、私はすべて——親族、財産、この世の楽しみや栄光——を捨てました。ですから、私にはこの肉体以外には何もありません。それにもかかわらず、私を憎み、私から背を向ける兄弟を愛することはできません。とはいえ、実際には、悪に対して悪で報いることは控えています。」教えてください。私が心からそのような者——いや、いかなる形であれ私を侮辱し、中傷するあらゆる者を——愛することができるようになるためには、何をすべきでしょうか。」——長老は答えた。「たとえ世と世にあるすべてのものを捨て去った者であっても、主の御心を真に悟らなければ、侮辱する者を愛することはできない。しかし、主がその目的を知らしめ、その指し示す通りに歩むことを切望するようになったとき、その人は、その目的を知っていた使徒たちが愛したように、自分を憎み、侮辱する者を心から愛することができるようになるのだ。

10. 兄弟が言った。「その主の目的とはどのようなものか、どうか私に説明してください、父よ。」——長老は答えた。「もし主の目的を知りたいのなら、賢明に耳を傾けなさい。私たちの主イエス・キリストは、本質において神でありながら、人間愛ゆえに人間となることを望まれ、女性から生まれ、神聖な使徒の教えに従い、律法の下におられました。それは、人間として戒めを守り、アダムの古き呪いを打ち破るためでした。律法と預言者全体が二つの戒めに懸かっていることを知っておられたからです——「心を尽くして主なるあなたの神を愛し、隣人を自分自身のように愛せよ」——これら二つの戒めに懸かっていることを知っておられ、初めから終わりまで、人間としてありながら、これらの戒めを完全に守るよう、そのように行動された。しかし、初めから人間を惑わし、それによって死の支配権を握った悪魔は、洗礼の際に父が御子について証しされた様子、また御子が天から、人間として聖霊を受け入れ、その後、悪魔による試練を受けるために荒野へ出られた様子を見て、全戦力を御子に向け、御子までもが神への愛よりもこの世の恵みを優先するように仕向けようと企んだ。また、すべての人間の（欲望や快楽）が巡る三つのもの、すなわち、美食、金、名声があり、悪魔はこれらを用いて常に人々を滅びの深淵へと陥れていることを知っていたため、この三つを用いて主をも惑わそうとした。しかし、主はこれらすべてを超越しておられ、威厳をもってこう命じられた。「私に従え、サタンよ。」

11. これこそが神への愛の証である（すなわち、それらの事柄よりも高い立場に立つこと）。そして、サタンは主イエス・キリストをその愛を裏切るよう誘惑することができなかったため、約束したことを破らせようと、主が公の働きを始められた後、不義なユダヤ人たちを通じて、あらゆる手段を尽くして、主を「隣人愛」の戒めを破るよう仕向けようとしたのである。そのため、主がいの道の教えを説き、御自身の行いによって天の生活の模範を示し、死者の復活を宣べ伝え、信じる者には永遠の命と天の御国を約束し、信じない者には永遠の苦しみで脅かし、御言葉の真実を裏付けるために驚くべき神聖なしるしを行って人々を信仰へと招かれたとき、——彼は、不義なパリサイ人や律法学者たちを煽り立て、主に対して様々な誹謗中傷を仕掛けさせた。そうすれば、彼らが期待していたように、主が誘惑に耐えきれず、誹謗者たちへの憎しみに駆られて行動を起こすだろうと——そして、その悪意に満ちた者は、主を「隣人愛の戒め」に背く者として見せかけることで、こうして自らの目的を達成できたはずである。

12. しかし、主は神として、その企みを知っておられ、御自身によって煽動されたパリサイ人たちに対して憎しみを抱くことはなかった（御自身が本質的に善である以上、それがどうしてあり得ようか）。それどころか、彼らへの愛をもって、彼らを煽動したその者自身を打ち負かされたのである。そうして、彼らは敵対的な煽動にさらされ、主を受け入れないこともあったが、もし受け入れたとしても、それは恣意的に、不注意や無防備さゆえに、煽動者の唆しに流されたからに過ぎなかった。主は彼らを諭し、非難し、叱責し、哀れみつつ、同時にあらゆる方法で彼らに恩恵を与え続け、中傷も穏やかに耐え、苦しみながらも忍耐し——彼らに対してあらゆる愛の行いを示された。このように、御自身に対して煽動された者たちへの人間愛をもって、主は煽動者その人を打ちのめされたのである。なんと驚くべき戦いでしょう！憎しみではなく愛を示し、慈しみをもって悪意の父を打ち倒されるのです。彼らから、いや、より正確に言えば彼らのために、これほど多くの悪に耐え、人間として愛の戒めのために死に至るまで奮闘し、悪魔に対して完全な勝利を収められた後、ついに私たちのために復活の冠を受け取られました；——こうして、新しいアダムは古いアダムを刷新した。——これこそが、神聖な使徒が語った言葉、「キリスト・イエスにあるように、あなたがたの中にもその思いが満ちあふれるように」（フィリピ2:5）の意味である。

13. 主の目的は、私たちのために人間として、愛の戒めを守りつつ、悪魔に打ち勝ち、悪魔が煽動した律法学者やパリサイ人たちによって苦しみを受けながらも、死に至るまで父に従順であることでした。こうして主は、あたかもご自身に勝利を許すかのように、自由な心で、ご自身を打ち負かそうとしていた者を打ち負かし、その暴政から世界を解放されたのです。「キリストは弱さゆえに十字架につけられた」（Ⅱコリント13:4）が、この弱さによって、主は死を滅ぼし、死の権威を持つ者を無力化された（ヘブライ2:14）。同様に、パウロもまた、自らの中に弱さを抱き、「弱さの中であって、キリストの力が私のうちに宿るように」と誇った（Ⅱコリント12:9）。

14. この勝利の姿を考察し、聖パウロはエフェソの信徒への手紙の中で次のように述べている。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者や権威、力に対するものである」（エフェソ6:12）。そして、目に見えない敵と戦っている者たちに対し、義の鎧、希望の兜、信仰の盾、そして霊的な剣を身に着けるよう命じ、「悪者の放つあらゆる燃え盛る矢を消し去ることができるように」（同 11~14）としました。そして、この戦いの姿を行いで示しながら、こう語った。「私は、むやみに走っているのではなく、むやみに戦っているわけでもない。ただ、自分の肉体を打ち負かし、従わせているのだ。そうでなければ、他の人々に説いていることとは裏腹に、自分自身が失格者になってしまうからである」（Ⅰコリント9:26,27）、また、「今に至るまで、飢え、渇き、裸になり、苦しんでいる」（Ⅰコリント4:11）、さらに、「労苦と奮闘と、数多くの徹夜と、寒さと裸身と」（Ⅱコリント11:27）とも語った。

15. 彼は、肉欲を煽る悪魔たちに対しても、同じ戦いを繰り広げ、自らの肉体を酷使することで、それらを追い払った。そして、憎しみを煽り、敬虔な者たちに対して最も不誠実な者たちを立ち向かわせ、彼らに誘惑されて敬虔な者たちを憎み、それによって愛の戒めを破らせるよう

な悪魔たちに対する勝利の姿を、自らの行いによって私たちに示しつつ、こう語った。「責められても祝福し、迫害されても耐え忍び、ののしられても慰められます。私たちは世から切り離された者であり、今に至るまですべての者から踏みにじられているからです」(Iコリント4:12,13)。悪魔たちは、使徒を非難し、中傷し、迫害するように仕向けることで、彼を非難する者、中傷する者、迫害する者に対する憎悪へと駆り立てようとした——その目的は、彼を愛の戒めを破るに至らせることだった。しかし、使徒は彼らの企みを知らず、非難する者たちを祝福し、迫害する者たちを忍耐し、中傷する者たちには、そうした行為を煽る悪魔たちから離れ、善なる神に帰依するよう懇願した。このようにして、悪を教える悪魔たちの戦いを、彼は常に打ち破り、救い主に倣って善をもって悪に打ち勝った。こうして彼や他の使徒たちは、勝利を収めたと思い込んでいた者たちを自らの敗北によって打ち負かし、全世界を悪魔から引き離し、神のもとに帰した。ですから、兄弟よ、もしあなたもその目標を固く持ち続けるならば、あなたもまた、自分を憎む者たちを愛することができるでしょう。もしそうしなければ、それはできません。なぜなら、そうでなければそれは不可能なことだからです。

16. 兄弟は言った。「まことに、父よ、その通りであり、それ以外にはありません。」——それゆえ、主は、侮辱され、頬を打たれ、ユダヤ人たちからその他の苦しみを受けながらも、すべてを耐え忍ばれた。主は、無知のゆえに を犯し、惑わされている者たちを憐れみ、十字架の上でこう言われた。「父よ、彼らをお赦しください。彼らは、自分が何をしているのか分かっていないのです」(ルカ23:34)と語られた。また、悪魔とその支配者たちのあらゆる狡猾さと誘惑に対して、十字架上で勝利を収められた。あなたが言われたように、主は死に至るまで、愛の戒めのために彼らに立ち向かい、その偉業を成し遂げられたからである。主は、この彼らに対する勝利を私たちに授けてくださいました。そして、死の支配を打ち砕き、ご自身の復活によって全世界にいのちを授けてくださいました。しかし、父よ、私のために祈ってください。私が主とその使徒たちの目的を完全に悟り、試練の時に冷静さを保ち、悪魔とその悪霊たちの企みを誤って理解することがないように。

17. 長老はこれに対し、彼にこう言った。「もしあなたが常にこの言葉を心に留めておくならば、(悪しき者の)企みを誤解することはないだろう。」しかし、あなたが試みを受けるのと同じように、あなたの兄弟も試みを受けているのだと悟ったなら、試みを受けている兄弟には赦しを与え、試みを行う悪魔——すなわち、試みを受けている兄弟への憎しみにあなたを陥れようとする悪魔——には、その策略に屈することなく立ち向かいなさい。まさにこれを、神の兄弟ヤコブも、その手紙の中で次のように語っている。「神に従いなさい。悪魔に抵抗しなさい。そうすれば、悪魔はあなたから逃げ去る」(4:7)。このように、前述した通り、常に上記のことを冷静な心で心に留めておくならば、主とその使徒たちの目的を知ることができ、人々が誤った行いをする時には彼らに憐れみを持って愛し、悪意ある悪魔たちには常に愛をもって立ち向かうことができるでしょう。しかし、もし私たち二人が放埒で、無頓着で、怠惰であり、自分の思いを肉欲の快楽に委ねてしまうならば、私たちは悪魔に対してではなく、自分自身や兄弟たちに対して戦いを挑むことになり、悪魔に喜ばれることになり、彼らのために人々と戦っていることになるでしょう。

18. 兄弟は言った。「その通りです、父よ。私の怠慢をきっかけに、悪魔たちは常に私に対して立ち向かう機会を得ています。しかし、父よ、お願いです。どうすれば私は節制を身につけることができるのか、教えてください。」長老は答えた。「この世の事柄に対する完全な無関心と、神の御言葉による絶え間ない学びこそが、魂を神への畏れへと導き、その神への畏れこそが、節制をもたらすのである。そうして初めて、魂は悪魔たちが思いを通じて自分に対して戦いを仕掛けているのを見抜き、それらを撃退し始める。ダビデもこう語っている。「わが目はわが敵を見据える」(詩編53:9)。このような悪魔との戦いについて、使徒たちの指導者であるペトロは、弟子たちを奮い立たせてこう言った。「目を覚まし、警戒しなさい。あなたがたの敵である悪魔は、ほえたける獅子のように歩き回り、誰かを食い尽くそうとしている。しかし、信仰を堅くして、彼に立ち向かいなさい」(Iペトロ5:8)。また、主はこう言われた。「目を覚まして祈り

なさい。そうすれば、試練に陥ることはない」（マタイ26:41）。また、伝道の書もこう言っています。「もし支配者の霊があなたに臨んだなら、あなたの居場所を離れてはならない」——（10:4）。そして、心の居場所とは、徳、知識、そして神への恐れです。最後に、驚くべき使徒、極めて冷静かつ勇敢に戦った方は、こう語りました：「私たちは肉体にあって歩んでいるが、肉に従って戦っているのではない。私たちの戦いの武器は肉的なものではなく、神によって力強いものであり、堅固なものを打ち砕くためである。すなわち、思いを取り除き、神の知恵に逆らうあらゆる高ぶりを打ち砕き、あらゆる思いをキリストの従順へと従わせ、あらゆる不従順に対して報復する用意がある」（Ⅱコリント10:3-6）。——だから、もしあなたも聖徒たちに倣い、神のためにあらゆるものから苦勞して自分を空しくするなら、あなたは正気であり続けるでしょう。

19. 兄弟が言った。「父よ、絶えず神と共にいるためには、何をすべきでしょうか。」長老は答えた。「愛、節制、祈りという次の三つの美德を身につけなければ、心が常に唯一の神と共にいることは不可能である。愛は怒りを鎮め、節制は情欲を枯らし、そして祈りは、心をあらゆる思いから解き放ち、その心をありのままに神ご自身の御前に差し出す。この三つの美德は、すべての真理をその内に包含しており、それらがなければ、心は唯一の神と共に留まることはできない。

20. 兄弟が言った。「父よ、お願いします。愛がどのようにして怒りを鎮めるのか、教えてください。」長老は答えた。「愛の務めとは、隣人を慈しみ、彼に善行を施し、彼に対して忍耐強くあり、彼から受けるあらゆることを耐え忍ぶことである。これはしばしば語られてきた通りだ。このような性質を持つ愛は、それを身につけた者の怒りを自然に鎮めるのである。」兄弟は言った。「その業は決して小さなものではありません。しかし、それを得ることができた者は幸いですね。私は実のところ、それから程遠い存在ですが、それでも父よ、どうか『忍耐強くある』とはどういうことか、教えてください。」

21. 長老は答えた。「不幸の中にあって精神を堅く保ち、あらゆる悪に耐え、試練の終わりを待ち、怒りに駆られたり、不適切な言葉を口にしたり、何かを疑ったり、敬虔な人にふさわしくないことを考えたりしないことである。聖書にもこう記されている通りだ。『忍耐強い者は時が来るまで耐え忍び、その後、喜びが彼に報いられる。』時が来るまで、彼は自分の言葉を隠し、口では信仰の告白を語る」（シラ書 1:23, 24）。

22. これこそが忍耐の性質である！——それだけでなく、自分自身を誘惑の原因と見なすことも、忍耐の性質である。そして、おそらく実際にそうなのかもしれない（すなわち、原因は私たち自身にあるということだ）。なぜなら、私たちに起こる出来事の多くは、私たちを教え導くため、あるいは過去の罪を清めるため、あるいは現在の怠慢を正すため、あるいは将来の過ちを防ぐために起こるものだからである。誘惑が、上述したいずれかの目的のために自分に起こったと考える者は、打たれても怒ることはない——特に、その際に自分の罪を自覚しているならば；また、誘惑をもたらした者を非難することもないだろう。なぜなら、その者を通じてであれ、他の者を通じてであれ、いずれにせよ彼は神の裁きの杯を飲み干さなければならなかったのだから——しかし、彼は心をもって神に目を向け、誘惑を許された神に感謝し、自分だけを責め、喜んで戒めを受け入れるだろう。それは、ダビデがセメイに対して、またヨブが妻に対してそうしたように。しかし、分別のない者は、しばしば神に憐れみを求めるが、いざ憐れみが与えられても、それが自分の望む形ではなく、魂の医者である神が有益であると裁かれた形であったために、それを受け入れない。なぜ彼は気弱になり、動揺し、時には人々に怒りをぶつけ、時には神に対して冒瀆の言葉を吐き散らすのか。こうして彼は不感謝さを露呈し、戒めの杖による癒やしを受け取らないのである。

23. 兄弟が言った。「よく解説してくださいました、父上。しかし、お願いします。節制がどのようにして情欲を枯渇させるのかについても、お教えてください。」長老は答えた。「禁欲とは、必要不可欠な欲求を満たすものではなく、単に快樂をもたらすものすべてから身を引くことを教える。生活に必要なもの以外には手を触れさせず、快樂を追い求めることを許さず、有益なものを求めるよう命じる。また、飲食を必要に応じて節度よくし、体内に余分な湿気が溜まるのを

防ぎ、ただ肉体の生命を維持し、それを情欲の衝動から解放された状態に保つのである。このようにして、節制は情欲を枯渇させるのだ。——それとは対照的に、快楽や、食物や飲み物の過剰摂取は腹を熱くし、恥知らずな情欲の最も強い衝動を燃え上がらせ、人を、理性を欠いた動物のように、不道德な交わりに引きずり込む。そうすると、目は恥知らずになり、手は抑制されず、舌は耳をくすぐる言葉ばかりを語り、耳は軽薄な話ばかりを喜んで聞く。心は神を顧みず、魂は心の中で淫行を犯すだけでなく、身体をも不適切な行為へと引きずり込むのである。

24. 兄弟は言った。「まことにその通りです、父よ。しかし、どうか祈りについても教えてください。それがどのようにして心をあらゆる思いから解き放つのか。」長老は答えた。「私たちの思いとは、物事に関する思考のことであり、その中には感覚的なものもあれば、知的なものもある。それらに心を奪われているとき、心はそのことについて考えを巡らせ、それらを反芻するのだ。しかし、祈りの恵みは、心を神と結びつけ、神と結びつくことによって、あらゆる思いから解き放つ。そうして、心は裸のまま神と語り合い、神に似たものとなる。そうして神に似たものとなった心は、神にふさわしいものを神に求め、その願いにおいて決して過ちを犯すことはない（常に求めたものを得る）。それゆえ、使徒は「絶えず祈りなさい」（Ⅰテサロニケ5:17）と命じているのである。それは、私たちがより頻繁に自分の心を神と結びつけることで、物質的なものへの執着を少しずつ捨て去ることができるようにするためである。

25. 兄弟は言った。「しかし、心はどうやって絶えず祈ることができるのでしょうか。なぜなら、歌ったり読んだり、誰かと話したり、誰かの世話をしたりするとき、自然と多くの考えや想像に心を奪われてしまうからです。」長老は答えた。「聖書は、不可能なことを命じることはありません。」この言葉を語った使徒自身も、歌い、読み、そして（使徒としての）奉仕の務めを果たしていた——それにもかかわらず、絶えず祈っていたのだ。——絶えず祈るということは、大きな畏敬の念と温かい願いをもって心を神に固く結びつけ、神への信頼にすがり、あらゆる事柄——行いや出来事において——神に委ねることを意味する。このように心構えを定めていた使徒は、こう言っている。「誰が私たちを神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮地か」——など（ローマ8:35）。そしてそのすぐ後に、「私は、死も、生も、天使たちも」と述べている（38）。さらにまた、「あらゆる苦難に遭っても、絶望はしない。見込みがなくても、落胆はしない。迫害されても、滅びはしない。いつも、主イエスの死をこの身に負い、イエスの命が私たちの体に現れるようにしている」（Ⅱコリント4:8-10）。

26. このように心構えを定めていた使徒は、絶えず祈りを捧げていた。なぜなら、前述の通り、あらゆる事柄や出来事において、彼は神の希望にすがっていたからである。また、すべての聖徒たちは、それらを通して神の愛に熟達することを期待して、常に苦難を喜びとしていた。それゆえ、使徒はこう語ったのである。「私は喜んで、自分の弱さを誇ります。それは、キリストの力が私のうちに宿るためです」（Ⅱコリント12:9）。そして、その少し下には、「私が弱い時にこそ、私は強いのです」（同10節）とある。しかし、私たち貧しい者たちは、聖なる父たちの道を離れ、それゆえにあらゆる霊的な行いから遠ざかってしまっている。

27. 兄弟が言った。「父よ、なぜ私には悔い改めの心が持てないのでしょうか。」長老は答えた。「それは、あなたと私に、目の前で神を畏れる心が欠けているからだ。私たちがあらゆる悪の隠れ家となってしまう、神の恐ろしい懲罰を、まるで空虚な想像であるかのように軽んじているからだ。」例えば、モーセが神の御名において罪人についてこう語っているのを聞けば、どうして心を痛めないでいられようか。「わたしの怒りは火のように燃え上がり」、「地獄の底まで燃え広がり、大地とその実りを焼き尽くし、山の土台を焼き尽くす」（申命記32:22-23）。さらに、「わたしの剣を稲妻のように研ぎ澄まし、わたしの手が裁きを行い、敵に報復し、わたしを憎む者たちに報いる」（41）。あるいは、イザヤがこう叫ぶように：「シオンの不義な者たちは退き去り、不義な者たちは恐怖に襲われる。あなたがたの心の強さはむなしい。あなたがたは火に包まれる。誰が、火が燃えていると告げ知らせるのか。誰が、永遠の場所を告げ知らせるのか」（イザヤ33:14）。また、「彼らは出て行き、わたしに背いた者たちの死体を目にする。彼らの虫は尽きず、彼らの火は消えず、彼らはあらゆる肉の恥辱にさらされる」（イザヤ書66章24節）

）。あるいは、エレミヤが言うように：「夕暮れになる前に、また、あなたがたの足が暗い山々に躓く前に、あなたがたの神、主に栄光を帰せよ。あなたがたは光を待ち望むが、そこには死の天幕があり、あなたがたは暗闇に置かれる」（エレミヤ書13章16節）。また、「聞け、このことを、愚かで心のない民よ。目がありながら見ず、耳がありながら聞かない者たちよ。あなたがたは、わたしを恐れないのか、と主は言われる。あるいは、わたしの御前から恥じ入らないのか」（エレミヤ5:21,22）。さらに：「あなたの背きはあなたを罰し、あなたの悪意はあなたを告発する。そして、悟りなさい。わたしを捨てたことが、あなたにとっていかに悪であり、苦いことであるかを、と主は言われる……わたしはあなたを実り豊かな、真のぶどうの木として植えた。それなのに、あなたはどのようにして、異国のぶどうの木へと変わり、苦いものとなってしまったのか」（エレミヤ書 2, 19-21）？ また、「私は彼らの宴席に加わって遊んだことはなく、ただあなたの御手の御顔を恐れて、孤独のうちに座し、悲しみに満ちていた」（エレミヤ書15:17）。また、エゼキエルがこう語っているのを聞いて、誰が戦慄しないだろうか。「あなたの終わりは来た。わたしはあなたに怒りを注ぎ、あなたの行いに応じて報復し、あなたのすべての忌まわしい行いをあなたに下す。わが目は容赦せず、憐れみも示さない……そして、あなたがたは、わたしが打つ主であることを知るであろう」（エゼキエル7:3,9）。ダニエルが最後の審判の日について、「見よ、御座が設けられ、古き方がその上に座しておられた。その衣は雪のように白く、その頭の髪は清らかな波のようであった。その御座は燃える炎であり、その車輪は燃え盛る火であった。御前の前から火の川が流れ出ていた。千の千が御前に仕え、無数の天使たちが御前に立っていた。裁きの座が設けられ、書物が開かれた」（ダニエル書7:9,10）、すなわち、一人ひとりの行いが裁かれるのである。また、「夜の夢の中で、見よ、天の雲に乗って、人の子のような方が来られ、古き日々に至り、その御前に連れて行かれた。そして、その方に権威と栄光と王国が与えられ、すべての民、部族、国々がその方に仕える。その権威は永遠の権威であり、決して滅びることなく、その王国は崩れ去ることはない。わたしダニエルの心は、その姿に震え、頭の中に浮かぶ幻に動揺した」（ダニエル書 7:13-15）。

**28.** ダビデがこう語っているのを聞いて、誰が恐れないだろうか。「神は一つの御言葉を語られたが、私は二つのことを聞いた。それは、神の御力と、主よ、あなたの慈しみである。あなたは、各人にその行いに応じて報いるからである」（詩篇61:12,13）。－また、『伝道の書』にはこう記されている。「言葉の結末はこうだ。すべてを聞き、神を畏れ、その戒めを守れ。これはすべての人にとってのことである。なぜなら、神はすべての被造物を裁きの座に引き出し、善であれ悪であれ、すべての過ちを裁かれるからである」（伝道の書 12: 13, 14）。

**29.** 使徒からも同様の言葉を聞いて、誰が心を震わせないだろうか。使徒はこう言っている。「すべての人は、キリストの裁きの座の前に現れ、各人が、この世で善であれ悪であれ、行なったことに対して報いを受けることになる」（Ⅱコリント5:10；ローマ14:10）。これを受けて、私たちの不信仰と魂の盲目さについて、誰が涙を流さないだろうか。これらすべてを聞きながら、悔い改めず、このような怠慢や無頓着さに対して苦い涙を流さないとは。エレミヤはこれを予見して、こう語った。「神の御業を怠って行う者は皆、のろわれる」（48:10）。もし私たちが自分の魂の救いを気にかけていたなら、主の御言葉に身震いし、私たちの救いの源である主の戒めを、全力を尽くして急いで果たそうとしたことでしょう。しかし、私たちは、主ご自身から「いのちへと通じる狭い門から入りなさい」（マタイ7:13,14）と聞いていながら、滅びへと通じる広く広い道を選んでしまった。それゆえ、主が生ける者と死せる者を裁きに来られる時、私たちは主からこう言われるのを聞くことになるでしょう。「私から離れよ、のろわれた者たちよ。悪魔とその天使たちのために用意された永遠の火の中へ」（マタイ 25:41）。

**30.** そして、この言葉を聞くのは、悪事を働いた時だけでなく、善行を怠り、隣人を愛さない時にもある。もしその上、悪行まで犯してしまったなら、そのような魂の惨めな状態のまま、あの日をどう耐え忍ぶことができるだろうか。さらに知っておくべきことは、「姦淫してはならない、盗んではならない、殺してはならない」など、その他の戒めが、昔、モーセを通して語られていたということである（マタイ5:28）。しかし、主は、キリスト者が人生において完全にな



るためには、これらを守るだけでは不十分であることを知っておられ、こう言われた。「まことに、あなたがたに告げる。もしあなたがたの義が、律法学者やパリサイ人よりも優れていなければ、決して天の御国に入ることはできない」。それゆえ、主は、その言葉の前後を通じて常に、魂の完全な聖さを求められた。その聖さのために肉体も聖別されるものであり、また、すべての人々に対する誠実な愛を律法として定められた。その愛を通じてこそ、私たちは主ご自身への愛も得ることができるのである。この模範を、主はご自身と弟子たちを通して私たちに示された。これは何度も語られてきたことである。

**31.** このような模範を目の前にしながら、なおも怠慢のままである私たちに、その日、どのような弁明ができるというのでしょうか。 私たちを嘆き悲しんで、エレミヤはこう言っています。「誰が私の頭に水を、私の目に涙の泉を与えてくれるだろうか。そうすれば、私は昼も夜も泣き続けるだろう」と、この民について（エレミヤ9:1）——私たちはこのような恵みにあずかりながら、このような怠慢に留まっているばかりか、むしろあらゆる悪に満ちているのです。 また、モーセも私たちについてこう語っているのを聞きます。「ヤコブは食べて満ち足り、愛された者を捨てた。彼らは肥え太り、膨れ上がり、自分たちを創造した神を捨て、救い主である神から背いた」（申命記32:15）。 ミカもまた、私たちについて嘆き、こう語っている。「ああ、私の魂よ、悲しむ。義人が地から滅び去り、人間の中に正しい者はいない。誰もが隣人を 悪意をもって傷つけ、悪を行うために手を備えている」（ミカ書7:2,3）。 同様に、詩篇の作者も私たちについて語り、次のように祈った。「主よ、私を救ってください。敬虔な者が減り、人の子らから真実が失われてしまったからです」（詩篇11:2）。

**32.** 私たちを悼みつつ、使徒もまた預言的にこう語っている。「彼らはみな道を踏み外し、一様に不品行にふけた。善を行う者は一人もいない。彼らの喉は開いた墓であり、その舌は人を欺く。彼らの唇の下にはアスピスの毒があり、その口はのろいと苦しみで満ちている。彼らの道には破滅と憎悪があり、平和の道知らない。彼らの目の前には、神への恐れがない」（ローマ3:12-18）。 また、預言的な予見の中で、現在の私たちの邪悪な生活について、彼はテモテに次のように書いている。「まず、終わりの日には、厳しい時代が来ることを知っておきなさい。人々は、自己中心的で、金銭を愛し、高慢で、傲慢で、中傷し、親に逆らい、恩知らずで、不義で、愛情がなく、和解を拒み、誹謗し、自制心がなく、柔和でなく、愛がなく、裏切り者で、傲慢である」——などとしている（Ⅱテモテ3:1-4）。それゆえ、私たちが悪の極みに達してしまったことは、悲しむべきことである。なぜなら、私たちのうち、挙げられたこれらの悪徳の類に無関係な者が誰一人としているだろうか。この預言は、まさに私たちに成就したのではないだろうか。私たちは皆、腹を満たすことばかりを追い求めてはいないか。皆、快樂を愛してはいないか。皆、狂おしいほどに物質を愛してはいないか。 怒りっぽい者ばかりではないか？ 恨み深い者ばかりではないか？ あらゆる美德を裏切る者ばかりではないか？ 悪口を言う者ばかりではないか？ 他人の悪口を言う者ばかりではないか？ 敬意を欠く者ばかりではないか？ 兄弟を憎む者ばかりではないか？ 尊大でうぬぼれた者ばかりではないか？ 傲慢な者ばかりではないか？ 高慢な者ばかりではないか？ 虚栄心の強い者ばかりではないか？ 誰もが偽善的ではないか？ 誰もが狡猾ではないか？ 誰もが嫉妬深くないか？ 誰もが従順でないのではないか？ 誰もが怠惰ではないか？ 誰もが欺瞞的ではないか？ 誰もが無頓着ではないか？ 誰もが救い主の戒めを軽んじていないか？ 誰もがあらゆる悪に満ちていないか？ 私たちは、神の神殿の代わりに、偶像の礼拝所となってしまったのではないか？ 聖霊の代わりに、悪霊の隠れ家となってしまったのではないか？ 私たちは、神を「父」と呼ぶことを偽っているのではないか？ 私たちは、神の子たちの代わりに、ゲヘナの子供たちとなってしまったのではないか？ 今やキリストの偉大な御名を持つ私たちは、ユダヤ人たちよりも悪くなってしまったのではないか？ そして、このような真理を聞いても、誰も憤りを感じない。あの者たち（ユダヤ人）は、律法に背く者でありながら、「私たちにはただひとりの父、神がおられる」と言っていた。しかし、救い主からは、「あなたがたは、あなたがたの父である悪魔の子であり、あなたがたの父の欲望を行おうとしている」（ヨハネ8:41, 44）と告げられた。

**33.** 御命令に背く私たち罪人にとっても、御方からこのような言葉を聞くのは当然のことではないでしょうか。見よ、使徒は御霊に導かれる者たちを神の子と呼びました。「御霊に導かれる者は皆、神の子である」と彼は言っています（ローマ8:14）。それなのに、私たちが肉적인思惑に導かれているのに、どうして神の子と呼ばれることができるのでしょうか。御霊に導かれる者たちは、御霊の実によってそれが明らかになると、使徒は言っています。使徒は、霊の実とは、愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制であると述べています（ガラテヤ5:22）。私たちには、これらの中に何かあるのでしょうか？むしろ、そのすべてに反対のことではないでしょうか。それゆえ、私たちは神の子と呼ばれるべきではなく、それとは正反対のものと呼ばれるべきなのです。誰かから生まれた者は、その親に似るものです。しかし、主はこう言われます。「御霊から生まれた者は、御霊そのものです」（ヨハネ3:6）。しかし、私たちは御霊を渴望する肉となってしまった。それゆえ、私たちには次の宣告が正当に下されるのである。「わたしの霊は、このような人々に留まることはない。彼らは肉だからである」（創世記6:3）。私たちの中にキリストに属するものが何一つないのに、どうしてキリスト者などと呼べるだろうか。

**34.** 誰かがこう言うかもしれない。「私はキリストを信じている。救いを得るには、この信仰だけで十分ではないか？」しかし、使徒ヤコブはこれに反論してこう言っている。「悪霊たちも信じて震えている」（ヤコブ2:19）。さらに、「行いのない信仰は、それ自体、死んでいる」（17:26）ともある。——果たして、私たちはキリストを信じているのだろうか？！現世や現在のことさえ信じていないのに、どうして未来についてキリストを信じていると言えるだろうか。私たちは信じていない。なぜなら、物質的なものに執着し、肉欲に溺れ、御霊に敵対して戦っているからだ。しかし、真にキリストを信じ、戒めを守ることでキリストを自分の中に宿した人々は、こう言います。「もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。今、私が肉において生きているのは、私を愛し、私のためにご自身を捧げてくださった神の御子の信仰によって生きているのです」（ガラテヤ2:20）。なぜ、他者の救いのためにキリストのために苦しみながら、キリストに忠実な模範者として、またキリストの戒めを真に実践する者として、彼らはこう言ったのでしょうか。「責められても祝福し、迫害されても耐え忍び、ののしられても慰められている」（Iコリント4:12）。それは、彼らが「敵を愛し、あなたを憎む者に善を行い、あなたをののしる者を祝福し、あなたを迫害する者のために祈りなさい」（マタイ5:44）と命じた御言葉を聞いたからである。こうして、彼らの言葉と行いを通して、彼らの中に働くキリストが明らかにされた。しかし、私たちは、あらゆる御命令に背いて行動しているため、あらゆる不潔さに満ちている。それゆえ、私たちは神の神殿の代わりに商売の場となり、祈りの家の代わりに強盗の巢窟となり、聖なる民の代わりに罪深い民となり、神の民の代わりに罪に満ちた民となり、聖なる種子の代わりに邪惡な種となり、神の子らの代わりに不法の子らとなり；主の戒めを捨て去ったため、私たちは不浄な情欲を通じて悪霊に仕え、イスラエルの聖なる方を怒らせてしまったのである。

**35.** それゆえ、偉大なるイザヤは、私たちを嘆きつつ、同時に私たちの墮落を助けようと願い、こう叫んでいる。「なぜなおも、不法を行って自らを傷つけるのか。すべての頭は病に、すべての心は悲しみに満ちている。足から頭まで、健全な箇所はない。かさぶたも、ただれも、焼けるような傷もない。貼る絆創膏もなく、油もなく、包帯もないのか？」（1:5, 6）。では、その先はどうかなのか。「シオンの娘は、ぶどう畑の茂みのように、果樹園の貯蔵庫のように、戦いの的となった町のように、見捨てられる」（-8）。使徒もまた、私たちの魂のこのような荒廃を示して、こう言った。「彼らは、心の中で神を神として認めようとしなかった。それゆえ、神は彼らを、不健全な心へと引き渡し、あらゆる不義、放蕩、欺瞞、強奪、悪意に満ちた行いを犯させ、また、嫉妬、殺人、争い、諂い、悪意に満ちた者たち、中傷者、誹謗者、神を冒瀆する者、煩わしい者、高慢な者、傲慢な者、悪を企む者、親に逆らう者、無分別な者、和解を拒む者、愛のない者、誓いを守らない者、憐れみのない者。また、神の義を理解しながらも、このような行いをする者は死に値することを知りつつ、自ら行うだけでなく、行う者たちを容認している。このため、神は彼らを恥辱の情欲に任せ、その肉体を自ら汚すようにされた」（ローマ1:28-32, 26,

24)。そして、その先には何があるか。「神の怒りが、天から、人々のあらゆる不義と不正に対して現れる」と書かれている（-18）。

**36.** このような魂の荒廃を意味して、主はこう言われた。「エルサレム、エルサレム。預言者たちを殺し、あなたに遣わされた者たちを石で打ち殺した者よ。鶏が雛を翼の下に集めるように、何度、わたしはあなたの子らを集めようとしたことか。しかし、彼らは望まなかった。それゆえ、あなたがたの家は荒れ果てたままにされる」（マタイ23:37,38）。イザヤはまた、私たち修道士が、ただ肉体的にのみ礼拝を執り行い、神への霊的な奉仕を怠っているにもかかわらず、それにもかかわらず高慢になっている様子を見抜き、こう語った。「主の御言葉を聞きなさい。ソドムの君たちよ、神の律法に耳を傾けなさい。ゴモラの民よ。『あなたがたの多くのいけにえなど、わたしには何の益もない』と主は言われる。『わたしは、羊の全焼のいけにえや、子羊の脂肪、若牛や山羊の血にはもう飽き飽きしている。あなたがたの手からこれらを求め、わたしの宮の庭を歩かせる者はいない。たとえあなたがたが七分の1の献げ物をわたしに捧げても、それは無駄である。香炉の香りは、わたしにとって忌まわしい。あなたがたの月のはじめの祭りと安息日、大いなる祭りも、わたしは耐えられない。あなたがたの断食や祝祭、祭日も、わたしの魂は憎む。あなたがたはわたしにとって、満腹の重荷であり、それゆえ、あなたがたの罪を耐え忍ぶことはできない。あなたがたがわたしに向かって手を差し伸べても、わたしはあなたがたから目を背ける。たとえ祈りを重ねても、わたしはあなたがたに耳を傾けない」。なぜだろうか。「あなたがたの手は」と彼は言う、「血にまみれている」——（イザヤ書 1:10-15）。なぜなら、「兄弟を憎む者は、人を殺す者である」（Iヨハネ 3:15）。それゆえ、愛を欠いたあらゆる修道的な労苦は、神に喜ばれないのである。

**37.** そして、私たちの偽善を遠くから暴き出される神は、こう言われます。「この民は口先ではわたしを敬うが、その心はわたしから遠く離れている。彼らはむなしくわたしを敬っている」——以下同様（イザヤ書 29章13節）。また、主がパリサイ人たちを叱責して語られた言葉は、このような恵みにあずかりながら、彼らよりもさらに悪い行いをしている現代の偽善者である私たちにも、まさに当てはまる。 私たちもまた、重く、背負いにくい荷を結び、それを人々の肩に負わせながら、自分たちは指一本触れたくもないのではないだろうか（ルカ11:46）？ —— 私たちもまた、人に見られるために、すべての行いをしているのではないだろうか（マタイ6:5）？ 私たちもまた、夕食の席で上座に座ることや、集会で最前列に座ることを好んでいないだろうか？ 私たちもまた、人から「先生、先生」と呼ばれることを好んでいないだろうか。そして、そのような敬意をあまり示さない人々を、死に至るまで迫害していないだろうか？ 私たちもまた、知恵の鍵を受け取ったにもかかわらず、それを使って開くのではなく、人々の前で天の御国を閉ざし、自分たちも入らず、他の人々も入らせないようにしてはいないだろうか？ 私たち指導者たちもまた、蚊の血を絞り取りながら、ラクダを丸ごと飲み込んでしまうような盲目な者ではないだろうか？ —— 私たちは外側の杯や皿をきれいに洗い清めているが、内側は盗み、強奪、そして節制の欠如で満ちてはいないだろうか？ 私たちはミントやコップル、キメンにこだわり、神の裁きと愛を置き去りにしてはいないだろうか？ 私たちもまた、外見上は人々に義人に見せかけながら、内面は偽善と不法、あらゆる不潔さで満たされた、閉ざされた棺のようなのではないだろうか？ 私たちは殉教者の墓を築き、使徒たちの遺骨を飾り立てているが、その気質は彼らを殺した者たちと何ら変わらないのではないか（マタイ23:3-32）に似た者なのではないのでしょうか？ このような状態にある私たちを見て、誰が涙を流さないのでしょうか？ 私たちのこのような囚われの身を見て、誰が憐れみを感じないのでしょうか？ それゆえ、私たち、神の子ら、高潔な者たちは、土の器と見なされてしまったのです。それゆえ、私たちの金は曇り、私たちの良質な銀は変質してしまったのです（エレミヤの哀歌 4:1,2）。このゆえに、雪よりも輝いていたシオンのナゾレ人である私たちは、かつては乳よりも白かったのに、インクよりも黒くなってしまった。このゆえに、私たちの姿は煤よりも黒くなり、私たちの不義はソドムの不義よりも増大した。それゆえ、私たち、日と光の子らは、夜と闇の子らとなってしまった（Iテサロニケ5:5）。それゆえ、私たち、御国の子らは、ゲヘナの息子となってしまった。それゆえ、私たち、至高者の子らは、人のよう

に死に、君主の一人のように倒れる（詩篇80:7）。それゆえ、私たちは不法な敵、すなわち邪悪で凶暴な 悪魔たちの手、そして全地の中で最も不義で狡猾な王、すなわち彼らの首領であるサタンの手に引き渡された。なぜなら、私たちは主なる私たちの神の戒めに背き、罪を犯し、不法を行ったからである（ダニエル書3,29-32）、神の御子を踏みにじり、契約の血を無に等しいものと見なした（ヘブライ人への手紙10,29）からです。しかし主よ、「御名のゆえに、私たちを最後まで見捨てず、御契約を破棄せず、御慈悲を私たちから取り去らないでください」（ダニエル書3,34,35）、御父よ、天におられる方よ、御子の寛大さゆえに、また聖霊の慈しみゆえに、御恵みをお与えください。「私たちの初めの不義を思い出さないでください。主よ、あなたの恵みが速やかに私たちに先立ってくださいますように。私たちはひどく貧しくなりました。神よ、私たちの救い主よ、あなたの御名の栄光のために、私たちを助けてください。主よ、私たちを救い出し、あなたの御名のゆえに私たちの罪を清めてください」（詩編78,8.9）、私たちの始まりを覚えてください。御子、御独り子は、人間愛により私たちからその始まりを受け取り、天において私たちのためにそれを保ち、救いの確かな希望を私たちに与えてくださいます。そうして、絶望によってわたしがさらに悪くなることのないように。世の命のために流された御子の尊い御血のゆえに、御名のゆえに自らの血を流した聖なる使徒たちと殉教者たちのゆえに、また、あなたの聖なる御名に喜ばれるよう尽力した聖なる預言者たち、教父たち、そして総主教たちのゆえに、私たちを助け、救い出してください。主よ、私たちの祈りを軽んじず、最後まで私たちを見捨てないでください。なぜなら、私たちは自分の義に頼るのではなく、あなたが私たちの民を養ってくださるその憐れみに頼っているからです。私たちはあなたに祈り、あなたの恵みを求めて、あなたの独り子によって私たちの救いのために定められた秘跡が、私たちにとって裁きとならないようにしてください。私たちをあなたの御前から追い出さないでください。私たちの不甲斐なさを嫌わず、あなたの偉大な憐れみによって私たちを憐れみ、あなたの数えきれないほどの慈しみによって私たちの罪を清めてください。そうして、裁かれることなくあなたの栄光の御前に進み出て、あなたの独り子による庇護に与かる者となり、自分の罪によって悪意に満ち、救いようのない奴隷となることのないようにしてください。全能の主よ、主よ、私たちの祈りを聞き入れてください。私たちは、あなた以外の神を知りません。あなたの御名を呼び求めます。あなたは万物においてすべてを働かせられる方であり、私たちはあなたからあらゆる助けを求めます。天より私たちを見下ろし、あなたの聖なる栄光の住まいから私たちをご覧ください。「あなたの熱意と力はどこにあるのか。あなたの豊かな憐れみと恵みはどこにあるのか。あなたはなぜ私たちにこれほどまで忍耐してくださるのか。あなたはまことに私たちの父であります。アブラハムは私たちを導かず、イスラエルも私たちを知りませんでした。主よ、私たちの父であるあなたは、私たちを救ってください。なぜなら、初めから私たちにはあなたの聖なる御名が与えられているからです」と、また、あなたの独り子と聖霊とを。「主よ、なぜあなたは私たちを御自身の道から逸らし、私たちの心を頑なにして、あなたを畏れさせなかったのですか？」主よ、あなたの聖なる教会と、世の初めからいるあなたのすべての聖徒たちのために、あなたのしもべたちを立ち返らせてください。「せめて少しばかり、あなたの聖なる山々を相続させてください。私たちの敵は、あなたの聖所を踏みにじりました。かつてのように、あなたが私たちを支配しておらず、あなたの御名が私たちに付けられていなかったあの頃のように」（イザヤ書63:15-19）。

**38.** 「もし天が開かれるなら、山々はあなたを畏れて震え、火の御前に蠟が溶けるように溶け去り、敵は火によって焼き尽くされ、あなたの御名は敵対者たちにとって恐ろしいものとなる。あなたが栄光を現される時、山々はあなたを畏れて震える。古より、私たちは聞いたこともなく、私たちの目も見ただこともない。ただあなたと、恵みを待ち望む者たちのためにあなたがなされる御業を除いては。恵みは、義を行う者たちに注がれ、あなたの道は思い起こされる。あなたは怒りを燃やされ、私たちは罪を犯した」。——むしろこう言うべきだろう。「私たちは罪を犯し、あなたは怒りを燃やされた」。「それゆえ、私たちは迷い、皆、不浄な者となり、不浄な港のようであり、私たちのすべての義は、私たちの不義のゆえに、葉のように落ちた。風が私たちを吹き飛ばすように、あなたの御名を呼び求める者も、あなたを留めようとする者もない。あ

あなたは御顔を私たちから背け、私たちの不義のゆえに私たちを捨てられたからである。主よ、今、あなたは私たちの父であり、私たちはみな、あなたの御手による造り物、御業です。私たちに深く怒りを向けることなく、私たちの不義のときを思い起こさないでください。今、私たちを御覧ください。私たちはみな、あなたの民です。あなたの聖所の都は荒れ果て、シオンは荒野のようになり、エルサレムは呪いの対象となりました。私たちの聖なる家、すなわち私たちの先祖たちが祝福した栄光は、火によって焼き尽くされ、私たちのすべての栄光は共に滅びました。主よ、あなたはこれらすべてを忍ばれ、沈黙を守り、私たちを深く謙遜にさせられました」（イザヤ書 64:1-12）。

39. これはかつてあなたの古の民に予型として起こったことですが、今や私たちにおいて真に成就しました。「私たちは隣人、すなわち悪魔たちから嘲笑の的となり、周囲にいる者たちから嘲りや侮辱の対象となりました」（詩編78:4）。しかし、天から御目を向けてご覧になり、御名のゆえに私たちを救ってください。敵の策略を見抜く知恵を私たちに与え、彼らの陰謀から私たちを救い出してください。御助けを私たちから取り去らないでください。私たち自身には、私たちを襲う者たちに打ち勝つ力はありませんが、あなたはすべての敵から私たちを救う力をお持ちです。主よ、御慈悲により、この世のあらゆる苦難から私たちを救い出してください。そうして、清い良心をもって人生の海を渡り切り、清く汚れのない者として、あなたの恐れ多い御座の前に立ち、永遠の命に与えることができますように。

40. これらすべてを聞き、深い悔恨に打ちひしがれた兄弟は、涙ながらに長老にこう言った。「父よ、私の目には、救いの望みなどないようです。『私の罪は私の頭をも超えてしまった』（詩編37:5）。では、私はどうすればよいのでしょうか。どうか教えてください。」長老は彼にこう答えた。「人間が自ら救われることは不可能である。しかし、主ご自身が言われたように（マタイ19:26）、神にとってはすべてが可能である。それゆえ、『告白をもって御前に進み出よう……ひれ伏して礼拝し、私たちを造られた主の御前で泣き叫ぼう。主こそが私たちの神であるから』（詩編94:2,6）とあります。また、預言者イザヤを通して語られた御言葉、「あなたがたが立ち返って嘆き悲しむとき、救われる」（イザヤ30:15）を私たちは聞いています。さらに、「主の御手には救う力がないというのか。それとも、主は耳を塞いで、聞こうとされないというのか。しかし、あなたがたの罪が、あなたがたと神との間を隔てている。あなたがたの罪のゆえに、神は御顔をあなたがたから背け、憐れみを与えないのである」（イザヤ書59,1,2）。なぜこう言われるのか。「身を洗い、清くなれ。わたしの目の前で、あなたがたの魂から偽りを取り除き、あなたがたの偽りをやめよ。善を行うことを学び、正義を求め、虐げられた者を救い、孤児を裁き、寡婦を擁護せよ。そして、来なさい。わたしと論じ合おう、と主は言われる。たとえあなたがたの罪が緋色のように赤くても、雪のように白くする。たとえそれが深紅のように赤くても、羊毛のように白くする。もしあなたがたが望み、わたしに従うなら、地の恵みを享受するであろう。主の口はこう語られたのである」（イザヤ書1:16-20）；また、ヨエルを通して、主はこう言われる。「あなたがたは、断食と嘆きと泣き叫びをもって、心を尽くしてわたしに立ち返りなさい。あなたがたの衣ではなく、あなたがたの心を裂き、あなたがたの神、主のもとに立ち返りなさい。主はあわれみ深く、恵みに富み、悪を悔い改める方だからである」（ヨエル2,12,13）。また、エゼキエルに対しても、「こう告げよ。人の子よ、イスラエルの家に向かってこう言いなさい。『私たちの不義と罪は私たちの中にあり、私たちはそれらに埋もれている。どうして私たちが生きられるだろうか。彼らにこう告げよ。『主なる神はこう言われる。わたしは罪人の死を望まない。むしろ、不義な者がその道から立ち返り、生きることを望む。あなたがたは、その悪しき道から立ち返れ。なぜ、イスラエルの家よ、あなたがたは死ぬのか』」（エゼキエル書33:10,11）。また、列王記第三は、神の慈愛の限りなき豊かさを示して、次のように述べている。アハブが——イゼベルによってナボテが殺され、そのぶどう園を相続したナボテのぶどう園にいたとき——エリヤの言葉を聞いた。エリヤはこう言った。『主はこう言われる。あなたが彼を殺してその地を相続したから、犬たちが彼の血を舐めたその場所で、犬たちはあなたの血も舐めるであろう……』また、イゼベルはイゼレルの郊外で犬に食われるであろう。」アハブはこの言

葉を聞くと、主の御前から顔を伏せ、泣きながら歩き、自分の衣を引き裂き、体に荒布を巻きつけ、断食し、昼も夜も「荒布を身にまとった」ままであった。「主はエリヤに語りかけて言われた。『アハブがわたしの御前から顔を伏せたのを見たか。それゆえ、彼の生きている間は災いを下さない』」（列王記下 21:19, 23, 27, 29）。また、預言者ダビデはこう言っている。「わたしは自分の不義を悟り、自分の罪を隠さなかった。わたしは言った、『主よ、わたしの不義をあなたに告白します』と。すると、あなたはわたしの心の不義を赦してくださった。それゆえ、すべての敬虔な者は、必要な時にあなたに祈るであろう」（詩篇31:5,6）。また、福音書において、主はこう言われます。「悔い改めよ。天の御国が近づいたからである」（マタイ4:17）。そして、ペテロが主にお尋ねになったとき、「もし私の兄弟が私に対して罪を犯したなら、何度まで赦すべきでしょうか。七回まででしょうか？」その善き御性質と、言葉に尽くせぬ慈愛をもって、主は彼にこう答えられた。「七回までとは言わない。七の七倍、すなわち七十回まで赦しなさい」（マタイ18:21,22）。このような慈愛に匹敵するものがあるだろうか。このような人間愛を何に例えようか。

41. このようにして、旧約聖書と新約聖書の双方から、神への恐れ、また神の慈愛と人間愛を知った以上、私たちは心を尽くして神に立ち返ろう。兄弟たちよ、なぜ私たちが滅びなければならないのか。私たちの罪深い手を清め、二心のある心を正し、悔い改め、心を砕き、自分の罪を嘆き悲しもう。悪行をやめ、主の慈愛を信じ、その懲らしめを恐れ、その戒めを守ることを誓おう。心を尽くして互いに愛し合いましょう。「あなたがたは私たちの兄弟です」と語りかけましょう。そして、私たちを憎み、侮る者たちに対しても、主の御名が栄光を受けるように。互いに誘惑に遭うときは、互いに赦し合いましょう。なぜなら、私たち全員を、共通の敵が襲っているからです。私たちは、神を味方として呼び求め、自らの邪惡な思いに立ち向かい、それによって自分の中から悪しき霊や不浄な霊を追い出しましょう。肉を霊に従わせ、それを死なせ、あらゆる苦難によって服従させましょう。肉と霊のあらゆる汚れから自分自身を清めましょう。互いに愛と善行を励まし合いましょう。他人を妬んではならず、また、私たちを妬む者たちに対して苛立ちを覚えてはなりません。互いに憐れみを示し、謙遜をもって互いを癒やしましょう。互いを非難したり嘲笑したりしてはなりません。私たちは互いに一つの体の肢体だからです。怠慢と無頓着を捨て去り、悪霊たちに対して勇敢に戦おう。私たちには、父なる神への執事として、義なるイエス・キリストがおられる。その方が私たちの罪の清めである。だから、清い心と全き魂をもって、その方に祈ろう。そうすれば、その方は私たちの罪を赦してくださる。「主は、真実をもって主を呼び求めるすべての人々に近くおられるからである」（詩編144:18）。なぜ、「主への賛美のいけにえをささげ、いと高き方への祈りを捧げよ。あなたの苦難の日にわたしを呼び求めよ。そうすれば、わたしはあなたを救い出し、あなたはわたしを賛美するであろう」（詩編49:14,15）と記されているのはなぜでしょうか。また、イザヤはさらに何と言っているのでしょうか。「すべての不義の束縛を解き、暴虐な文書による重荷を打ち砕き、砕かれた者を自由の身とし、あらゆる不義の文書を引き裂きなさい。飢えた者にあなたのパンを分け与え、血の流れない貧しい者をあなたの家に招き入れ、裸の者を見かけたら、あなたの同族を軽んじてはならない。そうすれば、あなたの光は夜明けとともに輝き、あなたの癒しは速やかに現れ、あなたの正義があなたの前に進み、神の栄光があなたを包み込む」。その後何が続くか？——「その時、あなたが呼び求めれば、神はあなたに耳を傾け、あなたがまだ語っているうちに、『見よ、わたしは来た』と言われる。そうすれば、あなたの光は暗闇の中で輝き、あなたの暗闇は真昼のようになる。あなたの神は常にあなたと共にいて、あなたの魂が望むままに満たされる」（イザヤ書58:6-10）。ご覧の通り、あらゆる不義の結びつきを解き、心を尽くして隣人に善行を施そうと決心するとき、私たちは知識の光に包まれ、不義の情欲から解放され、あらゆる美德に満たされ、神の栄光の光に照らされ、あらゆる無知から解放されるのです。——キリストに祈れば、その祈りは聞き入れられ、常に神を伴い、神聖な願いが満たされるのです。

42. 互いに愛し合いましょう。そうすれば、神からも愛されるでしょう。互いに忍耐し合いましょう。そうすれば、神も私たちの罪を忍んでくださいます。悪に対して悪で報いてはなりま



せん。そうすれば、主も私たちの罪に応じて報いることはありません。兄弟たちを赦すことによって、私たちの罪の赦しを得ることができます。なぜなら、隣人に対する私たちの慈しみのうちに、私たちに対する神の慈しみが秘められているからです。それゆえ、主はこう言われました。「赦しなさい。そうすれば、あなたがたも赦される」（ルカ6:37）。また、「もしあなたがたが人の罪を赦すなら、あなたがたの天の父もあなたがたを赦してくださる」（マタイ6:14）とも。さらに、「憐れみ深い人は幸いである。彼らは赦されるからである」（マタイ5:7）とも。また、「あなたがたが人に対して用いる尺度で、あなたがたにも測られる」（マタイ7:2）。主は私たちのために救いの道を備え、「神の子となる特権を授けてくださった」（ヨハネ1:12）。これによって、私たちの救いはもはや私たちの意志にかかっている。

**43.** それゆえ、私たちは自らを完全に主に委ね、また主を完全に受け入れ、主を通して神となるようにしよう。なぜなら、神であり主である御方が、その御性質のままに、まさにそのために人となられたからである。心を尽くして主に従えば、主は絶えず私たちの敵を退けてくださるだろう。「もしわたしの民がわたしに聞き従ったなら」と主は言われる。「イスラエルよ、もしわたしの道に歩んだなら、敵を何一つとして彼らを苦しめることはなかっただろう。そして、彼らを侮る者たちには、わたしの手を下したであろう」（詩編80, 14, 15）。私たちのすべての望みを、ただ主のみに置き、すべての悲しみを主に委ねよう。そうすれば、主はあらゆる苦しみから私たちを救い出し、生涯にわたって私たちを養ってくださる。あらゆる人を心から愛そう。しかし、いかなる人にも私たちの希望を託してはならない。主が私たちを守ってくださるからこそ、友は私たちを助け、敵は私たちの前に無力となるのである。しかし、主が私たちを見捨てられるとき、友もまた（無力なまま）私たちを見捨て、敵は私たちを打ち負かす。しかし、自分自身に頼る者は驚くべきほどに倒れ、主を畏れる者は高められる。それゆえ、ダビデはこう語った。「わたしは自分の弓を頼みとせず、わたしの剣もわたしを救わない。あなたは、私たちを敵対する者たちから救い出し、私たちを憎む者たちを恥じ入らせたからである」（詩編43:7,8）。

**44.** 私たちの罪を軽んじ、すでに赦されていると欺いて信じ込ませようとする考えを受け入れてはならない。主は、こうしたことから私たちを戒めるために、こう言われた。「羊の衣をまとうてあなたがたのところに来る生ける預言者たちに、よく注意しなさい。彼らは内面では貪欲な狼である」（マタイ7:15）。私たちの心が罪によって冷め切っている間は、まだその罪の赦しを得ていないことを知れ。なぜなら、私たちはまだ悔い改めにふさわしい実を結んでいないからである。悔い改めの実は、魂の無情であり、無情とは罪の消し去りである。時として情欲に心を冷やされることがあり、またそうでないこともあるならば、我々はまだ完全な無情の状態には至っていない。つまり、我々は完全な罪の赦しもまだ得ていないのである。原罪からは聖なる洗礼によって解放されたが、洗礼後に犯してしまった罪からは、悔い改めを通じてのみ解放されるのである。

**45.** それゆえ、情熱から解放され、罪の赦しを得られるよう、心から悔い改めよう。一時的な利益を軽んじ、それゆえに人々と争って、愛の戒めを破ったり、神の愛から離反したりしないようにしよう。「御霊によって歩み、肉の情欲を行ってはならない」（ガラテヤ5:16）。目を覚まし、正気を取り戻し、無防備という眠りを振り払いましょう。救い主の聖なる修道者たちに倣い、彼らの偉業を模範とし、過去を忘れ、未来へと歩みを進めましょう。彼らの疲れを知らない歩み、熱烈な熱意、節制における不変の姿勢、貞潔の聖さ、忍耐の強さ、揺るぎない寛容さ、誠実な憐れみ、動じない柔和さ、熱意の温かさ、偽りのない愛、高潔な謙遜、完全な無欲、勇気、慈善、穏やかな気質を模範としよう。快樂への誘惑に甘んじず、思いに緩みを許さず、良心を汚してはならない。すべての人と平和を保ち、聖さを保とう。これらがなければ、だれも主を見ることはできない（ヘブライ人への手紙12:14）。これらすべてに加え、兄弟たちよ、この世とこの世の支配者から逃げましょう。肉と肉的なものを捨て去りましょう。天へと向かい、そこで、神聖な使徒に倣って、私たちの住まいを築き、いのちの源である先導者に達し、いのちの泉を味わうことができるようにしましょう。天使たちや大天使たちと共にの聖歌隊を組み、私たちの主

イエス・キリストを賛美しましょう。主には、父と聖霊と共に、今、そして常に、世々限りなく、栄光と権威がありますように。アーメン。

## 2. 愛に関する四百の章

### エルピディオへの序文

さて、修道生活に関する書簡に続き、エルピディオ神父よ、あなたの誠実さへ、四つの福音書と同じ数の百の章からなる「愛」に関する書を送ります。これは、おそらくあなたの期待には全く沿わないかもしれませんが、私たちの力の及ぶ範囲内のものであります。とはいえ、あなたの聖なる御心には、これもまた私の知恵の産物ではないことをご承知おきください。しかし、聖なる教父たちの著作を読み、そこから私の主題に心を向けるべき箇所を摘出し、格言や章という形で、多くの内容をわずかな言葉に凝縮し、記憶しやすく、心の中で概観しやすいようにして、——これを貴殿に差し上げます。善意をもって読み、ただ益のみを求め、言葉の美しさには目を向けず、また、いかなる霊的な実りにも恵まれない私の不甲斐なさを祈ってくださるようお願いいたします。また、この文章を重荷として受け取らないようお願いいたします（あたかも私が良心に重い負担を課しているかのよう）。というのも、私は従順の戒めを果たしているに過ぎないからです。私がこう申し上げるのは、今日、教訓的な言葉で良心を重く圧迫する者は多いものの、行いによって教える者、あるいは行いから学ぶ者は極めて少ないからです。各章を、より注意深く読み解くよう努めてください。なぜなら、私の考えでは、すべての内容が誰にとっても容易に理解できるわけではないからです。一見、非常に簡潔に述べられているように見えても、多くの箇所は多くの探究を要するでしょう。そうしてそこから明らかになったことは、魂にとって有益なものとなるかもしれない。しかし、もちろん、もし誰かが探求心だけで読むのではなく、神への畏れと愛をもって読むならば、それは神の恵みによって実現するだろう。もし誰かが、この本や他の本を、霊的な益のためではなく、著者を非難するための言葉を見つけ出し、自分の方が著者よりも知識があることを虚栄心から誇示するために読むならば、その人には、どこにおいても、いつであっても、何の有益なことも明らかにはならないでしょう。

### 愛に関する第一百章

1. 愛とは、魂の善き心構えであり、それによって魂は、存在するあらゆるものの中で、神を知ることにも勝るものを何一つ選ばない。しかし、この世の何かに執着している者には、そのような愛に満ちた心構えに至ることは不可能である。

2. 愛は無執着から生まれ、無執着は神への信頼から生まれ、信頼は忍耐と寛大さから生まれ、これら後者はあらゆる事柄における節制から生まれ、節制は神への畏れから生まれ、畏れは主への信仰から生まれる。

3. 主を信じる者は、地獄の苦しみをおそれます。苦しみを恐れる者は、情欲を自制します。情欲を自制する者は、忍耐強く苦難に耐えます。苦難に耐える者は、神への信頼を抱くようになります。神への信頼は、心をあらゆる地上の執着から解き放ちます。そこから解き放たれた心は、神への愛を抱くようになります。

4. 神を愛する者は、神によって創造されたあらゆるものよりも神を知ることを選び、絶えず熱望をもってそれに専心する。

5. もしすべての存在が神によって、また神のために存在するものであり、神ご自身が、神によって存在を与えられたものよりも優れているのであれば、神を離れ、卑しい事柄に没頭する者は、神によって存在となったものを神よりも優先していることを示していることになる。

6. 愛によってその心が神に固く結びついている者は、目に見えるすべてのものを何とも思わない。自らの肉体でさえ、あたかも他人のもののように扱う。

7. もし魂が肉体よりも優れており、それを創造した神がこの世界よりも比類なく優れているのであれば、魂よりも肉体を、神よりも神によって創造された世界を優先する者は、偶像崇拜者と何ら変わらない。

8. 自分の心を神への愛や神の御前に留まることから遠ざけ、感覚的な何かに執着する者は、魂よりも肉体を、神である創造主よりも、神によって存在し得たものを優先する。

9. もし知性の命が認識による啓蒙であり、その光が神への愛から生まれるのであれば、「神の愛に勝るものはない」という言葉はまさに的を射ている。

10. 愛の引力によって心が神へと高められるとき、その心は自分自身も、存在するいかなるものも全く感じなくなる。神の計り知れない光に照らされ、それはすべての被造物に対して無感覚となる。それは、太陽の輝きによって星々を見る肉眼がそうであるのと同じである。

11. あらゆる美德は、神を愛する心において心を助けるが、中でも最も優れたものは清らかな祈りである。それによって神へと羽ばたかされる心は、あらゆる存在の外に立つ。

12. 愛によって心が神の認識に魅了され、存在の彼方に立ち、神の無限性を悟るとき、神の預言者イザヤの例に倣い、驚愕の末に自らの無力さに気づき、この預言者の言葉を心から叫ぶのである。「ああ、私は滅びる者だ。私はこの人間として、清くない唇を持ち、清くない唇を持つ人々のただ中に住んでいる。それなのに、私は主、サバオテの王をこの目で見たと」（イザヤ書6:5）。

13. 神を愛する者は、まだ清められていない者たちの情欲を良しとはしないものの、あらゆる人を自分自身のように愛さずにはいられない。それゆえ、彼らの回心と改心を目にする時、計り知れず、言葉に尽くせない喜びに満たされるのである。

14. 不純で情欲に満ちた魂は、淫らな思いや憎しみに満ちている。

15. ある人の過ちを理由に、自分の心の中にその人への憎しみの痕跡を見出す者は、神への愛とは全く無縁である。なぜなら、神への愛は、人への憎しみを決して許さないからである。

16. 「わたしを愛する者は、わたしの戒めを守る」と主は言われる（ヨハネ14:15）。そして、わたしのこの戒めとは、互いに愛し合うことである（ヨハネ15:12）。したがって、隣人を愛さない者は戒めを守っておらず、戒めを守らない者は主をも愛することはできない。

17. あらゆる人を等しく愛することができる人は、幸いである。

18. 朽ちるものや一時的なものに何一つ執着しない人は、幸いである。

19. すべての被造物を超越し、絶えず神の美しさに心を満たしている心は、幸いである。

20. 肉体の世話が欲望にまで及び、一時的な事柄のために隣人に対して恨みを抱く者は、創造主よりもむしろ被造物に仕えているのである。

21. 自分の体を甘味や病気から守る者は、その体の中に、より高きものへの奉仕における協力者を持つのである。

22. あらゆる世俗的な欲望から逃れる者は、あらゆる世俗的な悲しみよりも高い位置に身を置くことになる。

23. 神を愛する者は、必ず隣人も愛する。そのような者は財産を固守することはできず、神にふさわしい方法でそれを管理し、求める者すべてに与える。

24. 神に倣って施しを行う者は、肉体の必要において、悪人と善人、義人と不義人の間に区別を設けない。しかし、必要に応じてすべての人に平等に分け与える。もっとも、その善意ある意志ゆえに、徳ある者を不徳な者よりも優先する。

25. 本質において善く、情に流されない神は、すべての被造物を等しく愛しておられるが、徳ある者を、ご自身と気質が似ている者として称え、悪しき者にはご自身の慈しみをもって憐れみ、この世で懲らしめつつ、その者を改心させる。同様に、良識があり、情に流されない人間も、すべての人を等しく愛する——徳ある者をその性質ゆえに、また善意ゆえに愛し、不徳な者をその性質ゆえに、さらには憐れみをもって、無知で闇の中を歩む者として慈しむのである。

26. 愛の心は、単に財産を分け与えることによってのみ示されるのではなく、むしろ神の言葉を説き、肉体的な奉仕を行うことによって、さらに強く示されるのである。

27. 世俗のものを心から捨て去り、偽りなく愛をもって隣人に仕える者は、あらゆる情欲からより早く解放され、神の愛と神の知恵に与る者となる。
28. 神の愛を自らの内に得た者は、神の預言者エレミヤのように、「主なる神に従うことに労を惜しまない」（エレミヤ書 17:16）が、いかなる労苦、侮辱、中傷も勇敢に耐え忍び、誰に対しても全く悪意を抱かない。
29. もし誰かから侮辱されたり、何らかのことで屈辱を受けたりしたときは、怒りの思いに気をつけなさい。その侮辱を理由に、それらがあなたを愛から引き離し、憎しみの領域へと移してしまわないように。
30. 非難や不名誉によって苦しむときは、そこから大きな益を得たことを知れ。なぜなら、屈辱によって、神の御計画により、あなたの中から虚栄心が追い払われたからである。
31. 火を思い起こしても体が温まらないように、愛のない信仰は、魂の中に知恵の光を生み出さない。
32. 太陽の光が健全な目を惹きつけるように、神を知ることは、愛を通じて自然と清らかな心を惹きつけるのである。
33. 無知から抜け出し、神の光によって照らされている心こそ、清らかな心である。
34. 情欲から解放され、絶えず神の愛によって喜びに満たされている魂こそ、清いものである。
35. 情欲は、魂の自然な動きではないため、非難に値する。
36. 無情とは、魂が平穏な状態にあり、悪へと容易に傾くことのない状態である。
37. 自らの努力によって愛の実りを得た者は、たとえ千の悪に遭おうとも、愛から離れることはない。このことについては、キリストの弟子ステファノや、彼に似た者たち、そして、自らの殺害者たちのために父に祈り、無知のゆえにそのような行いをした彼らに神の赦しを請うたキリストご自身が、あなたに証ししてくださるであろう（ルカ 23:34）。
38. もし愛の性質が忍耐強く、慈悲深いことであるならば（Ⅰコリント 13:4）、怒り、悪意を抱く者は愛から遠ざかっていることは明らかである。しかし、愛から遠ざかっている者は、神からも遠ざかっている。なぜなら、「神は愛である」からである（Ⅰヨハネ 4:8）。
39. 「あなたがたは神の宮だなどと言ってはならない」と、神聖なるエレミヤは語っている（7:4）。あなたもまた、「主イエス・キリストへの信仰さえあれば、私は救われる」などと言ってはならない。なぜなら、行いによって証しされる、主への愛を備えなければ、それは不可能だからである。さて、単なる信仰について言えば、「悪魔たちもまた信じて震えている」（ヤコブ 2:19）のである。
40. 愛の行いとは、隣人への熱心な善行、寛大さ、忍耐、そして物事を賢明に用いることである。
41. 神を愛する者は、誰をも悲しませず、また一時的な事柄のために誰に対しても悲しむことはない。ただ、救いをもたらす悲しみによってのみ悲しませ、また悲しむのである。それは、祝福されたパウロ自身が悲しみ、またコリントの人々を悲しませたのと同じものである（Ⅱコリント 2:4）。
42. 神を愛する者は、地上で天使のような生活を送り、断食し、徹夜祈りを捧げ、賛美し、祈り、あらゆる人に対して常に善意を抱く。
43. 人は皆、何かを望むと、それを手に入れようと努める。しかし、あらゆる善や望まれるものよりも、はるかに優れ、切望される存在こそが神である。それならば、本来善であり、切望される神に到達するために、私たちはどれほどの熱意を示すべきだろうか。
44. 恥ずべき行いで自分の肉体を堕落させてはならない。邪惡な思いで魂を汚してはならない。そうすれば、神の平和があなたの上に降り、愛をもたらしてくれるだろう。
45. 断食と徹夜によって肉体を鍛えよ。また、怠けずに詩篇の詠唱と祈りに励め。そうすれば、貞潔の聖化が、愛を伴ってあなたの上に降りてくるであろう。

46. 神の知恵に与かり、愛によってその啓示を得た者は、決して虚栄の精神に高ぶることはない。しかし、それに与からなかった者は、極めて容易にそれに惑わされてしまう。とはいえ、そのような者が、何をするにせよ、常に神に目を向け、すべてを神のために為すならば、神と共にあって、この病を容易に避けることができる。

47. まだ神の知恵に達しておらず、愛に導かれていない者は、自分の行いが神によるものであると過度に思い込みがちである。しかし、心からその知恵を授かった者は、神の御出現に恵まれた際に、族長アブラハムが語った言葉を繰り返す。「私は土であり、灰に過ぎません」（創世記 18:27）

48. 主を畏れる者は、謙遜な知恵を常に自分の伴侶とし、その戒めによって、神への愛と感謝へと立ち返る。彼は、かつて世の精神に従って過ごした生活、若き日から直面した誘惑による様々な過ち、そして主がそれらすべてから彼を救い出し、情欲に満ちた生活から神に従う生活へと導いてくださったことを思い起こし、恐れと愛をもってそれを受け入れ、絶えず深い謙遜をもって、私たちの生活の恩人であり支配者である神に感謝する。

49. 欲望や怒りの思いを抱き続けることによって、自分の心を汚してはならない。そうしなければ、清らかな祈りから離れ、落胆の精神に陥ることになるからだ。

50. 心は、邪悪で不純な思いと交わるとき、神への大胆さを失う。

51. 情欲に駆られる愚かな者は、怒りに動かされて動揺すると、思慮もなしに兄弟たちから逃げ出そうとする。一方、情欲に燃え上がると、後悔して再び駆け寄り、彼らと会話を交わす。しかし、分別ある者は、どちらの場合でも異なる振る舞いをする。怒りに駆られたときは、動揺の原因を断ち切り、兄弟たちに対する憤りを解消する。情欲に駆られたときは、言葉にならない衝動や無駄な会話を控える。

52. 誘惑に遭ったとき、自分の修道院を離れてはならない。むしろ、特に悲しみや落胆を招くような心の動揺を、勇敢に耐え忍びなさい。そうすれば、苦難によって賢明に試練を受けた者として、神に対する確固たる希望を抱くことができるからである。もし修道院を離れてしまえば、あなたは熟達しておらず、勇敢でもなく、不変でもない者であることが露呈してしまうだろう。

53. もし神の愛から離れることを望まないのなら、兄弟があなたに対して憤りを抱いたまま眠りにつくことを許してはならないし、あなた自身も兄弟に対して憤りを抱いたまま眠りにつくこともあってはならない。「行って、あなたの兄弟と和解し、戻ってきて」（マタイ 5:24）清い良心をもって、熱心な祈りの中でキリストに愛の捧げ物をささげなさい。

54. もし、神聖な使徒の言葉によれば、御霊のすべての賜物を持っても、愛を持たない者は何の益も得られないというのなら、私たちはそれを得るために、どれほどの努力を払わなければならないだろうか（Iコリント 13:3）。

55. もし愛が「誠実な者に対して悪を行わない」（ローマ 13:10）のであれば、兄弟を妬み、その良い評判に心を痛め、悪口でその名を汚し、あるいは悪意から彼を中傷する者は、自らを愛から遠ざけ、永遠の裁きに値する者となってしまうのではないだろうか。

56. もし愛が「律法の成就」である（ローマ 13:10）ならば、兄弟に対して恨みを抱き、彼に罣を仕掛け、彼を呪い、その転落を喜ぶ者は、律法に背く者ではなく、永遠の苦しみを受けるに値するのではないだろうか。

57. 「兄弟を中傷し、兄弟を非難する者は、律法を中傷し、律法を非難する」（ヤコブ 4:11）のであり、キリストの律法とは愛である（ヨハネ 13:34）とすれば、中傷者はキリストの愛から離反し、自ら永遠の苦しみを受ける原因を作っているのではないだろうか。

58. 中傷者の言葉に耳を傾けてはならない。また、悪口を好んで語り、あるいは隣人に対する言葉を喜んで聞く者の言葉に、自分の耳を傾けてはならない。そうすれば、神の愛から離れず、永遠の命から遠ざかることもないだろう。

59. あなたの父に対する非難を受け入れてはならない。また、父を辱める者を助長してはならない。そうすれば、主はあなたの行いに怒りを抱かず、あなたを生きている者の地から滅ぼすことはないだろう。

60. 中傷する者の口を封じよ——あなたの耳にその言葉が入らないように。そうすれば、彼と共に二重の罪を犯すこともなく、自らもこの破滅的な情念に染まることもなく、また彼が隣人を誹謗中傷することを妨げないこともないだろう。

61. 「しかし、わたしはあなたがたに言う」と主は言われる。「あなたがたの敵を愛し、あなたがたを憎む者に善を行い、あなたがたに迫害を加える者のために祈りなさい」（マタイ5:44）。なぜ主はこれを命じられたのか。——それは、あなたを憎しみ、悲しみ、怒り、恨みから解放し、完全な愛という最大の恵みにあずからせるためである。神の模範に従ってすべての人を等しく愛し、「すべての人が救われ、真理を知るようになることを望んでおられる」（テモテへの手紙I 2:4）神のように、すべての人を等しく愛さない者には、この愛を得ることは不可能です。

62. 「しかし、わたしはあなたがたに言う。悪に抵抗してはならない。もし、だれかがあなたの右の頬を打つなら、左の頬も向けなさい。また、あなたと裁判をしようとする者には、上着だけでなく、下着までも与えなさい。もし、だれかが力づくで一リグを奪おうとするなら、二リグを彼に与えなさい」（マタイ5, 39-41）。その目的は何か。それは、あなた自身を怒りや不安、悲しみから守り、あなたの悪意のない態度によって相手を教え、そして二人とも愛の轡の下に導くためである。主は善き方だからである。

63. かつて私たちが何かに執着していたならば、そのものについて情熱的な想像を抱くことになる。だからこそ、情熱的な想像に打ち勝つ者は、当然ながら想像上の事物をも軽蔑する。なぜなら、物事に関する記憶との戦いは、物事そのものとの戦いよりもはるかに困難であり、思考によって罪を犯すことは、実際の行為によって罪を犯すよりも容易だからである。

64. 情動の中には、肉体的であるものもあれば、精神的であるものもある。肉体的であるものは身体からきっかけを得、精神的であるものは外部の対象からきっかけを得る。しかし、そのどちらも、愛と節制によって断ち切られる。前者は精神的な情動を、後者は肉体的である情動を断ち切るのである。

65. 情動の中には、魂の刺激的な力に属するものもあれば、渴望的な力に属するものもある。これらはいずれも感覚によって喚起されるが、魂が愛と節制から離れているときにこそ喚起されるのである。

66. 魂の刺激的な力に属する情欲を克服することは、渴望的な力に属する情欲を克服することよりも困難である。それゆえ、それらに対抗するために、主から最も強力な治療法——愛の戒め——が与えられているのである。

67. 他のすべての情動は、魂の「刺激的な部分」か、「渴望的な部分」、あるいは「思考的な部分」のいずれかのみに関わるものである。例えば、忘却や無知などがそうである。しかし、落胆は魂のすべての力を包み込み、一瞬にして、一息に、ほぼすべての情動を動かし始める。それゆえ、それは他のどの情動よりも重いのである。主は、これに対する治療法を与えてくださり、こう言われている。「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」（ルカ21:19）。

68. 兄弟たちを、特に罪のない者を、決して殴ってはならない。そうすれば、その者は苦しみ耐えきれずに去ってしまうだろう。そうなれば、あなたは良心の呵責から決して逃れることはできず、それは祈りのたびに常にあなたに悲しみをもたらし、神への大胆な心を遠ざけてしまうだろう。

69. いかなる人に対しても、疑念という誘惑をもたらす者を容認してはならない。なぜなら、意図的か否かを問わず、偶然に起こる出来事から何らかの形で誘惑を受け入れる者は、「平和の道」（ローマ3:17）を知らないからである。その道は、愛を通じて、神を愛する者たちを神の認識へと導くものである。



70. 人々の気質に応じて態度を変え、ある者を愛し、別の者を何らかの理由で憎んだり、あるいは同じ人物を同じ理由で時には愛し、時には憎んだりする者は、まだ完全な愛を持っていない。

71. 完全な愛は、人々の単一の本質を、その気質の違いによって区別することはない。むしろ、常にその本質を見据え、すべての人を等しく愛する。善良な者を友として愛し、不善良な者を敵として愛し、彼らに恩恵を与え、忍耐強く接し、彼らから受ける苦難に耐え、決して悪で報いることなく、むしろ必要とあれば彼らのために苦しみさえも受け、可能であれば彼らをも友とするためである。しかし、たとえそれが不可能であっても、主は彼らに対する好意を決して曲げることなく、常にすべての人々に等しく愛の実を現わされる。同様に、私たちの主であり神であるイエス・キリストも、私たちに対する御自身の愛を示し、全人類のために苦しみを受け、すべての人に等しく復活の希望を授けられた。もっとも、各人が自ら、栄光に値するか、あるいは地獄の苦しみを受けるに値するかを決定するのである。

72. 栄光と不名誉、富と貧しさ、喜びと悲しみを何一つとして重要視しない者は、まだ完全な愛に達していない。完全な愛は、これらすべてを何とも思わないだけでなく、この一時的な生と死さえも何とも思わないのである。

73. 完全な愛に達した者たちの言葉を聞きなさい。彼らはこう言っている。「誰が私たちを神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮乏か、迫害か、飢えか、裸か、危険か、あるいは剣か。聖書に書かれているとおり、『私たちはあなたのために、一日中死に渡されている。私たちは、屠られる羊のように見なされている』のである。しかし、これらすべての事において、私たちを愛してくださった方のゆえに、私たちは勝利を収めている。なぜなら、死も、生も、御使いたちも、支配者たちも、現在のもものも、未来のもものも、高きものも、深きものも、その他のいかなる被造物も、私たちの主キリスト・イエスにある神の愛から、私たちを引き離すことはできないと、私たちは知っているからである」（ローマ8:35-39）。

74. 隣人への愛について、彼らがこう語っているのを再び聞いてください。「キリストについて真実を語り、偽りはない。聖霊によって私の良心に導かれてこう言う。私の心には大きな苦しみと絶え間ない痛みがある。なぜなら、私は、私の兄弟たち、すなわち肉による同胞であるイスラエル人のために、自分自身がキリストから引き離されることを願うほどだからである」——など。（ローマ9:1-4）。モーセや他の聖人たちも同様に語った。

75. 虚栄心や快樂追求、そしてそれらをもたらし、それらによって生じる金銭への執着を何とも思わない者は、怒りの原因を断ち切ることができない。そして、それらを断ち切らない者は、完全な愛に到達することはできない。

76. 謙遜と苦行（肉体の苦しみ）は、人をあらゆる罪から解放する。なぜなら、前者は心の情欲を断ち切り、後者は肉体の情欲を断ち切るからである。至福のダビデは、神への次の祈りからも明らかなように、このように行いました。「わたしの謙遜と労苦をご覧になり、わたしのすべての罪をお赦しください」（詩編24:18）。

77. 主は、戒めを守る者たちを、それによって無情な者とし、また神聖な教義によって、彼らに知識の光を授ける。

78. すべての教義は、神について、あるいは目に見えるものと見えないもの、あるいはそれらに現れた摂理と裁きについて語っている。

79. 施しは魂の苛立ちを癒やし、断食は情欲を枯らし、祈りは心を清め、存在の観想へと備えさせる。なぜなら、主は魂の力に応じて、私たちに戒めを与えてくださったからである。

80. 「わたしから学びなさい——と主は言われる——わたしは柔和で、心は謙遜だからである」（マタイ11:29）。柔和さは、苛立ちが動揺へと発展するのを防ぎ、謙遜は、心を傲慢や虚栄から解放する。

81. 神への畏れには二種類ある。一つは、懲罰の脅威から生じるものであり、そこから順に、自制、忍耐、神への信頼、そして無情が生じ、そこから愛が生まれる。もう一つは、愛そのも

のと結びついており、魂に敬虔さを生み出し、愛の過信によって神を軽んじるに至らないようにする。

82. 前者の恐れは、完全な愛によって「追い出される」(Iヨハネ4:18)ものであり、その愛は魂から貪欲を排除し、もはや苦しみをも恐れない。一方、後者の恐れは、前述の通り、愛と常に結びついている。第一の恐れには、聖書の次の言葉がふさわしい。「主を畏れる者は、すべて悪から遠ざかる」(箴言15:27)、「また、知恵の初めは主を畏れることである」(箴言1:7)；第二の恐れについては、「主を畏れる心は清く、永遠に続く」(詩篇18:10)、「主を畏れる者には、欠けることがない」(詩篇33:10)という。

83. 「だから、地上のあなたがたの肢体を死なせなさい。すなわち、淫行、不潔、情欲、邪悪な欲望、貪欲などである」(コロサイ3:5)。ここで使徒は、肉的な思惑を「地」と呼んでいる。淫行とは、行いとしてなされる罪のこと；不潔さとは、それへの同意のこと；情欲とは、情欲に満ちた思いのこと；邪悪な欲望とは、情欲的な思いを受け入れること；貪欲とは、情欲を生み出し、それを助長する物質のことである。これらすべてを、肉的な思惑の構成要素として、神聖な使徒は死なせるよう命じたのである。

84. まず、記憶が単純な思いを抱くことを心に持ち込む。もしその思いが心の中に留まれば、そこから情欲が動き出す。情欲を根絶しなければ、それは心を同意へと傾かせる。そして、これが起これば、もはや罪へと至り、行為として現れるのである。それゆえ、至賢なる使徒は、異教徒から改宗したキリスト教徒たちに書き送るにあたり、まず第一に、行為としての罪を犯すことをやめるよう命じ、その後、以前の順序に遡って、その原因にまで至るよう促している。情欲を生み出し、再び呼び起こす原因は、前述の通り、貪欲であり、私の見解では、ここでは「飽食」を意味しており、それは淫行の母であり養い手である。なぜなら、貪欲は財産に関してだけでなく、食物に関しても悪であり、同様に、節制は食物に関してだけでなく、財産に関しても善だからである。

85. 足に紐で縛られた鳥が、上へ舞い上がろうとした途端、紐に引っ張られて再び地上に引き戻されるように、まだ無情の境地に達していない心は、たとえ天上の事物を認識しようと高みへ舞い上がろうとしても、情欲に引きずられて再び地上に引き戻されてしまうのである。

86. 心が情欲から完全に解放されたとき、その心は存在の観想へと妨げられることなく歩みを進め、聖三位一体の認識へと道を導くのである。

87. 心が清いとき、物事についての概念を得ると、それらについての霊的な観想へと駆り立てられる。しかし、怠惰によって不純になると、他の物事についての思いが単純に浮かび上がり、人間的な何かを受け取ると、それを恥ずべき悪しき思いへと変えてしまう。

88. もし祈りの最中に、いかなる世俗的な思いもあなたの心を襲うことが決してないならば、あなたは無情の領域の外にはいないことを知れ。

89. 魂が健全であると感じ始めたとき、そのとき初めて、夢も清らかで安らかなものとなる。

90. 感覚的な目が目に見えるものの美しさに惹かれるように、清らかな心は目に見えないものを知ることによって惹かれる。私が「目に見えないもの」と呼ぶのは、無形のものを指す。

91. 物事に執着しないことは偉大なことだが、それよりもはるかに偉大なのは、それらの想像に対して無執着であることだ。なぜなら、思考を通じて悪霊たちは私たちと戦いを挑んでくるが、その戦いは物事そのものを通じた戦いよりもはるかに苛烈だからである。

92. 美德に優れ、知識を豊かにした者は、物事が本来どのようなものであるかをすでに見抜いているがゆえに、常に健全な理性に従って行動し、言葉を発し、決してそこから逸脱することはない。なぜなら、その理性に基づいて判断されるからこそ、私たちが物事を賢明に、あるいは不賢明に利用しているか、また私たちが美德ある者であるか、あるいは堕落した者であるかが決まるからである。

93. 完全な無執着の徴とは、覚醒時にも睡眠時にも、物事のイメージが常に単純な形で心に浮かぶことである。

94. 戒めを実践することによって、心は情欲から解き放たれる。目に見えるものを霊的に観想することによって、物事に対する情欲的な思いから解き放たれる。目に見えないものを知ることによって、目に見えるものを観想することから解き放たれる。そして最後に、聖三位一体を知ることによって、目に見えないものを知ることそのものから解き放たれるのである。

95. 太陽が昇って世界を照らすとき、それ自身と、それによって照らされる物とを現すように、真理の太陽もまた、清らかな心の中で輝きを放つとき、それ自身と、そこから生じ、また存在し続けるすべてのものの理解とを現すのである。

96. 私たちは、神の本質によってではなく、神の被造物の素晴らしさと、それらに対する神の摂理によって神を知る。それらを鏡のようにして、私たちは神の限りない慈愛、英知、そして力を仰ぎ見るのである。

97. 清らかな心は、人間的な事柄に関する単純な思索の中に、あるいは目に見えるものに対する自然な観想の中に、あるいは目に見えないものに対する観想の中に、あるいは聖三位一体の光の中に、とどまるのである。

98. 目に見える事物を観想する際、心はそれらの自然な性質、あるいはそれらが象徴するものを探究するか、あるいはその根本的な原因を求めようとする。

99. 一方、目に見えない事物を観想する際には、その自然な性質や、その存在の原因、そこから何が導かれるか、そしてそれらに対する神の摂理と裁きがどのようなものであるかを、知ろうとする。

100. そして、神の中にいるときは、まず燃えるような愛から、神の本質を理解しようと努めるが、その際に慰めを見出すのは、神の中に何があるかという認識からではない。なぜなら、それはあらゆる被造物の本質にとって等しく不可能であり、理解し尽くせないことだからである。むしろ、神を取り巻くもの、すなわち、永遠性、無限性、言葉に尽くせぬ性質、慈愛、至知、そして遍在する力、遍在する摂理と遍在する裁き。そして、神が無限であるということは、神においてのみ万人が理解し得るものであり、神の不可知性そのものを知ることこそが、知性を超えた認識である。これは、神学の大家であるグリゴリオスとディオニシオスが述べた通りである。

## 愛に関する第二の百篇

1. 神を心から愛する者は、いかなる気散じもなく祈るものであり、同様に、いかなる気散じもなく祈る者は、神を心から愛している。しかし、その心は何らかの地上のものに釘付けになっている者は、気散じなく祈ることはできない。したがって、その心は何らかの地上のものに縛られている者は、神を愛しているとは言えない。

2. 感覚的な事柄について長く思索を巡らせる心は、当然ながらそれに対する情欲、すなわち渴望や嘆き、あるいは怒り、あるいは恨みを抱くものであり、もしその事柄を何とも思わなければ、その情欲から解放されることはできない。

3. 情欲に支配された心は、物質的な対象に縛り付けられ、神から引き離されて、それらに没頭させられる。それに対し、神の愛が心を支配すれば、その束縛を解き放ち、感覚的な対象だけでなく、この世の命そのものさえも大切にすると説得する。

4. 戒めの目的は、物事について単純な考えを持つことにあるが、読書や瞑想の目的は、心を非物質的かつ非視覚的なものにすることにある。そして、その結果として、心が散らされることのない祈りが生まれるのである。

5. 心が情欲から完全に解放され、気が散ることなく祈ることができるようになるためには、能動的な方法だけでは不十分である。もしそれが様々な霊的な観想を伴わないならば。能動的な方法は、心を節制の欠如や憎しみから解放し、観想は、心を忘却や無知から救い出す。こうして、人はふさわしい形で祈る能力を得るのだ。

6. 純粋な祈りの至高の状態は二つある。一つは活動的な生活を送る人々に、もう一つは観想的な生活を送る人々に起こる。一方は、神への畏れと善き希望から魂に生じ、もう一方は、神聖な愛と極上の清らかさから生じる。前者の特徴は、あらゆる世俗的な思いから心を集め、気が

散ったり混乱したりすることなく祈りを捧げ、あたかも神ご自身が目の前におられるかのように——実際その通りであるように——感じる状態である。第二の兆候は、祈りそのものに没頭している最中に、心が神聖で計り知れない光に魅了され、自分自身を全く感じず、また、その光による啓示を彼の中に愛をもって生み出している「唯一なる方」以外の、存在するいかなるものも感じないときである。この状態において、神に関する言葉の理解に努める者は、神についての清らかで明るい認識を得る。

7. 何かを愛する者は、それをあらゆる手段で抱きしめたいと願うものであり、それを失わないために、その妨げとなるものはすべて取り除こうとする。同様に、神を愛する者は清らかな祈りを大切にし、その妨げとなるあらゆる情欲を自らから追い出すのである。

8. 情欲の母である自愛を拒む者は、神の助けにより、怒り、悲しみ、恨み、その他あらゆる情欲を容易に捨て去ることができる。しかし、自愛に囚われている者は、たとえ望まなくても、他の情欲にも苦しめられることになる。自愛とは、すなわち肉体への情欲的な愛である。

9. 人々は、次の五つの理由によって、称賛に値する、あるいは非難されるべき形で互いを愛する。すなわち、神のために——徳ある者がすべての人を愛するように、また、徳ある者を愛するのは、徳のない者でさえもそうである；あるいは自然の摂理によって——親が子を愛し、その逆もまた然り；あるいは虚栄心によって——称賛される者が称賛する者を愛するように；あるいは利己心によって——金持ちが小遣い目当てに；あるいは快樂追求によって——腹を満たすために働く者や、腹の下にあるもののために饗宴を催す者がそうであるように。これらの中で、第一の愛は称賛に値し、第二の愛は双方に共通するものであり、残りの愛は情欲に駆られたものである。

10. ある者を憎み、別の者を愛しても憎んでもいない。また、ある者を愛しているが、その愛は中途半端であり、別の者を非常に強く愛している。この不平等から、あらゆる人を等しく愛するよう促す完全な愛からは、まだ程遠いことを悟れ。

11. 「悪を避け、善を行え」（詩編 36:27）、すなわち、情欲を弱めるために敵と戦い、その後、それらが増大しないよう警戒し、さらに美德を身につけるために戦い、そしてその後、それらを維持するために警戒せよ。これこそが、「耕し、守る」（創世記 2:15）ということである。

12. 神の許しによって、私たちを誘惑する者たちは、魂の欲望の力を煽ったり、激情の力をかき立てたり、思考の力を曇らせたり、体に苦しみを与えたり、あるいは肉体の欲求を奪ったりする。

13. 悪魔たちは、自ら私たちを誘惑するか、あるいは主を恐れない人々を私たちに対して武器として用いる。自ら誘惑するのは、私たちが人々から離れて一人になる時であり、これは主が荒野で誘惑されたのと同じである。人々を通して誘惑するのは、私たちが人々と関わる時であり、これもまた、ファリサイ派の人々を通して主が誘惑されたのと同じである。しかし、私たちは私たちの模範、すなわち主を見上げることによって、どちらの場合でも彼らを退けることができる。

14. 心が神の愛において成長し始めると、その時、冒涇の霊もまたその心を誘惑し始め、いかなる人間も思いつくことのできないような考えを吹き込みます。それは、悪魔、すなわちそれらの父だけが成し得ることです。悪魔は、神を愛する者を妬んでこうするのです。そのような考えを思い描いた者が絶望に陥り、もはやいつもの祈りをもって神のもとへ舞い上がることを敢えてしなくなるようにするためです。しかし、このことで悪者はその目的のために何の利益も得られない。むしろ、私たちをより堅固にするのである。なぜなら、戦いを強いられ、対立する中で、私たちは神への愛においてより熟達し、より誠実になるからである。「彼らの剣が彼らの心に突き刺さり、彼らの弓が碎かれるように」（詩編 36:15）。

15. 知性は、目に見えるものに向き合うとき、感覚を介して物事を自然に理解する。知性も、物事に対する自然な理解も、物事そのものも、感覚も、いずれも悪ではない。それらはすべて神の被造物だからである。では、ここに悪とは何だろうか。明らかに、物事に対する自然な理

解に執着する情欲である。そして、知性が覚醒していれば、物事に関する自然な概念を用いる際に、その情欲は生じない。

**16.** 情念とは、魂の不自然な動きであり、あるいは無分別な愛によるもの、あるいは何らかの感覚的なものに対する無分別な憎しみによるもの、あるいは感覚的な何かのためのものである。無分別な愛によるもの、あるいは美食、あるいは女性、あるいは財産、あるいは一過性の名声、あるいはその他のいかなる感覚的なもの、あるいはそのために生じるもの。——理性を欠いた憎悪によるもので、前述のように、理性を働かせずに前述のいずれかの対象、あるいはその理由によって誰かを憎む場合である。

**17.** あるいはまた、悪とは、認識された事柄に関する誤った判断であり、それに伴う不適切な使用を伴うものである。事柄に関して言えば、性交について、その目的を子孫の繁栄と定めるのが正しい判断である。しかし、その際に単なる肉欲の快樂のみを念頭に置いている者は、判断を誤り、悪を善とみなしている。そのような者は、妻と交わる際、これを悪用している。他の事柄の理解や使用についても、同様に考えるべきである。

**18.** 悪魔たちが、あなたの心を貞潔から遠ざけ、淫らな思いで取り囲むとき、涙を流して主に向かってこう叫びなさい。「今、わたしを追い払う者たちが、わたしを取り囲んでいる。わが喜びよ、わたしを取り囲む者たちから、わたしを救い出してください」（詩編 16: 11; 31: 7）。そうすれば、あなたは救われるだろう。

**19.** 淫行の悪魔は重く、この情欲と戦う者たちに激しく襲いかかる。とりわけ、食事の節制を怠ったり、女性との出会いや会話の際などに、その攻撃は強まる。悪魔はまず、気づかれないうちに、肉欲の快樂への誘惑で心をつらえ、次に記憶の扉を通して沈黙している者の内に入り込み、肉体を燃え上がらせると同様に、心に様々な恥すべきイメージを浮かび上がらせ、それによって罪を犯すことに同意するよう誘うのである。もし、この状態が自分の中に続くことを望まないなら、断食、労働、徹夜、そして熱心な祈りを伴う善き沈黙を実践しなさい。

**20.** 絶えず私たちの魂を追い求める者たちは、情欲に満ちた思いを通じて、それを心の中の罪、あるいは実際の罪へと陥れようと画策する。しかし、それらを受け入れない心に出会うと、彼らは「恥じ入り、辱めを受ける」ことになる。一方、霊的な黙想に没頭している心を見つけると、彼らは引き返し、「まもなく大いに恥じる」ことになる（詩編 34: 4、6: 11）。

**21.** 「助祭」の務めは、心を聖なる行いに備えさせ、そこから情欲的な思いを取り除く者が果たすものであり、「長老」の務めは、存在の認識によって心を啓発し、偽りの知識を滅ぼす者が果たすものである。「司教」の務めは、聖なる油注ぎによって、崇拜される聖三位一体への奉仕を完成させる者によって果たされる。

**22.** 戒めの実行によって私たちの内に情欲が弱まると、悪魔たちは衰え、魂の無情によって、魂の中に自分たちを留めておいたものや、魂に対して戦っていたものを見出せなくなり、魂から完全に消え去る。これこそが、「彼らはあなたの御前から衰え、滅びる」（詩編 9: 4）という意味である。

**23.** 人々の中には、人間的な恐れから情欲を抑える者もいれば、虚栄心から抑える者もおり、禁欲のために抑える者もいる。また、神の御業によって情欲から解放される者もいる。

**24.** 主の御言葉はすべて、次の四つの要素を含んでいる。すなわち、戒め、教義、警告、そして約束である。そして我々は、これらのために、断食、徹夜、裸の地面での就寝、欠乏、従順に伴う労苦、侮辱、不名誉、苦しみ、死など、あらゆる厳しい生活条件に耐えている。「あなたの口からの御言葉のために」と預言者は言う、「私は厳しい道を歩んできた」（詩編 16: 4）。

**25.** 節制の報いは無情であり、信仰の報いは知恵である。無情は分別を生み、知恵は神への愛を生む。

**26.** 知性は、活動的な生活を正しく送ることで分別を、観想的な生活を正しく送ることで知恵を培う。前者は、それに励む者を美德と悪徳の区別に導き、後者は、その実践者を無形および有形の存在の性質の認識へと導く。の神学的な賜物には、知性が、愛の翼に乗って前述のすべて

を飛び越え、神の中に留まる境地に達し、人間の知性が可能な限り、御霊によって神の性質を観想するようになった時に初めて、それにふさわしくなるのである。

**27.** 神学を志す者は、神そのものの内にあるものを探してはならない。なぜなら、それを見つけることは、人間の知性だけでなく、神に次ぐ存在である他のいかなる者の知性にもできないからである。しかし、可能な限り、神を包み込む属性、すなわち、永遠の存有、無限性、言葉では言い表せない性質、慈愛、至高の知恵、そして万物を創造し、万物を摂理し、すべての存在を裁く力を考察せよ。なぜなら、人間の中で、これらの神の属性を少しでも明らかにする者は、すでに偉大な神学者だからである。

**28.** 知識と行動を結びつけた者は強い。なぜなら、そうすることで彼は情欲を枯らし、怒りを鎮めるからである。それによって心を解き放ち、神のもとへと移り住むのである。

**29.** 主が「わたしと父とは一つである」と言われるとき、それは本質の一致を意味する。また、「わたしは父の中にあり、父はわたしの中にある」と言われるときは、位格の不可分性を示している。こうして、トリバイト派（三神論者）は、御子を父から分離させることによって、双方の側面から深淵に堕ちてしまう。すなわち、御子が父と同質であることを認めつつも、御子を父から分離させるならば、御子が父から生まれたのではないと主張せざるを得なくなり、その結果、三つの神と三つの起源を認める異端に陥ることになる。あるいは、御子を父から生まれたものと認めつつも、御子を父から分離させることで、必然的に御子が父と同質ではないことを認めざるを得なくなり、時の主を時間に服従させることになる。偉大なるグリゴリオスの教えによれば、唯一の神を保ちつつ、それぞれ固有の性質を持つ三つの位格を告白すべきである。なぜなら、彼の教えによれば、三位一体は分離しているが不可分であり、結合しているが別個だからである。なんと驚くべき分離と結合であろうか！しかし、もし父と子が、人間同士が結合し分離するのと同じように結合し分離するだけで、それ以上の何物でもないとしたら、そこに何の驚くべき点があるだろうか？

**30.** 愛において完全であり、無情の極みに達した者は、自分と他者、あるいは自分と他人のもの、あるいは信者と非信者、あるいは奴隷と自由人、さらには男性と女性の間の違いを知らない。しかし、情欲の暴政を超越し、ただ一つの人間の本質を見つめることで、すべての人を平等に見なし、すべての人に対して等しく好意を抱くのである。その人には、ユダヤ人もギリシア人もなく、男性も女性もなく、奴隷も自由人もなく、すべての人の中に、またすべての人において、キリストがおられるのである（ガラテヤ人への手紙 3, 28）。

**31.** 悪魔たちは、魂に潜む情欲から、私たちの中に情欲的な思いを抱かせる口実を借りてくる。そして、それによって心を打ち負かし、罪を容認するように心を屈服させる。この点で心を打ち負かすと、心を思いによる罪へと導き入れ、それが成し遂げられると、まるで捕虜のように、その罪の行為そのものへと心を連れて行く。その後、ついに思いを通じて魂を荒廃させた後、悪魔たちはそれらの思いと共に去っていく。心には、主が「あなたがたは、聖なる場所に立つ荒廃の憎むべきものを見るであろう」（マタイ 24:15）と語られる、罪の偶像（心のイメージ）だけが残る。読者は、聖なる場所と神の神殿とは人間の心であり、そこで悪魔たちが情欲に満ちた思いによって魂を荒廃させ、罪の偶像を据えたことを理解すべきである。主が語られたことが歴史的にも実現したことは、ヨセフス・フラヴィウスを読んだ者なら誰も疑わないだろう。もっとも、ある人々は、反キリストの時代にも同様のことが起こるだろうと言っている。

**32.** 私たちを善へと駆り立てる三つの原動力がある。それは、生まれながらに備わっている（内なる善の）種、聖なる力、そして善なる意志である。自然の種とは、例えば、他者から自分に対してそうして欲しいために、自分たちも他者に対して同じように振る舞うとき、あるいは、困窮や窮地に陥っている人を見て、自然と憐れみを抱くときのことである。聖なる力とは、善行への衝動を感じたとき、自分の中に善なる助けを見出し、それを成し遂げることができることである。最後に、善意とは、善と悪を見分け、善を選ぶことである。

**33.** 同様に、私たちを悪へと駆り立てる三つの原理がある。それは、情欲、悪魔、そして悪意である。情欲とは、無分別な欲望を抱くことである。例えば、時節外れで必要もないのに食物



を欲したり、子孫を残す意図もなく、また不法な関係にある女性を欲したりすることである。また、不名誉な行為をした者や、我々に害を与えた者など、怒るべきではない相手に対して怒りや悲しみを抱くこともこれにあたる。悪魔とは、私たちが気を緩めている間に、好機を見計らって突然襲いかかり、大きな力で前述の情欲やそれに類するものを煽り立てるものである。最後に、邪惡な意志とは、善を知りながら悪を選ぶことである。

**34.** 徳行における功績に対する報いは、無情と知恵である。なぜなら、それらは私たちにとって天国の原因となるのに対し、情欲と無知は永遠の苦しみをもたらすからである。それゆえ、それらが善であるからではなく、人間の栄光のためにそれらを求める者は、聖書からこう告げられる。「求めながら受けられないのは、悪を求めているからである」（ヤコブ4:3）。

**35.** 人間の行いのうちには、それ自体としては善であるものが多くあるが、何らかの理由で悪となることがある。例えば、断食や徹夜祈祷、祈りや詩篇の詠唱、施しや旅人のもてなしは、それ自体としては善い行いである。しかし、虚栄心から行われるならば、もはや善い行いとは言えない。

**36.** 私たちのあらゆる行いにおいて、神は、その意図、すなわち私たちが神のためにそれを行っているのか、それとも他の理由のために行っているのかを見極められる。

**37.** 「各人にその行いに応じて報いる」（ローマ2:6）という聖書の言葉を耳にしたときは、正しい意図なしに行われた行いは、たとえそれが善いように見えても、神はそれに対して善い報いを与えないことを覚えておきなさい。神が善い報いを与えられるのは、まさに正しい意図をもって行われた行いに対してである。なぜなら、神の裁きは、行われることそのものだけでなく、どのような意図をもって行われるかにも目を向けるからである。

**38.** 傲慢の悪魔には二つの狡猾さがある。一つは、修道士に、自分の善行を、善の与え主であり、善行の助け手である神ではなく、自分自身に帰属させるよう説得することである。あるいは、修道士がこれに同意しない場合、より未熟な兄弟たちを貶めるようそそのかすことである。しかし、彼は、そのような行動をとることで、悪魔が彼に神の助けを拒むよう唆していることに気づいていない。なぜなら、自分と同じように善行を成し遂げることができなかった者たちを貶めることで、彼はまさに自らの力によって特別な善行を示したかのように見せかけているからである。それは不可能なことである。主が言われたように、「わたしなしには、あなたがたは何も行いうことができない」（ヨハネ15:5）。なぜなら、私たちの弱さは、善を望んだとしても、善の与え主なしにはそれを最後まで成し遂げることができないほどだからである。

**39.** 人間の本性の弱さを知った者は、神の助けとなる力についても経験的な知識を得たのである。そして、その助けによってすでに何かを成し遂げ、また別のことを成し遂げようと努める者は、決して人を軽んじたりはしない。なぜなら、その力が自分をも助け、多くの情欲や苦難から救い出してくれたのと同様に、神が望まれる時には誰にでも、とりわけ神のために奮闘する者たちを助ける力があることを知っているからである。ある種の運命により、すべての人を一度に情欲から解放するわけではないが、慈愛に満ちた人思いの医師として、御自身のもとへ駆け寄る一人ひとりを、その時に応じて癒やしてくださる。

**40.** 情欲が沈静化すると、その原因が隠されているか、あるいは悪魔たちが狡猾に逃げ去ったかして、高慢が忍び寄る。

**41.** ほとんどすべての罪は、自己満足の快樂のために行われるものであり、それゆえ、悔い改めの行いによって、あるいは何らかの災い——神の私たちに対する摂理によって慎重にもたらされるもの——によって、自発的であろうと非自発的であろうと、苦しみと悲しみによって根絶されるのである。「もし私たちが自分自身を吟味していたなら」と聖書は言う、「私たちは裁かれることはなかったでしょう。しかし、主によって裁かれるのは、私たちが世と共に裁かれることのないようにするためです」（Iコリント11:31,32）。

**42.** もし予期せぬ誘惑があなたに訪れたとしても、それを持ち込んだ者を責めるのではなく、なぜそれが訪れたのかを探りなさい。そうすれば、是正の道を見出すだろう。なぜなら、それ

がその者を通じてであれ、他の誰かを通じてであれ、あなたは神の裁きの杯から苦味を飲み干さねばならなかったのだから。

**43.** あなたが邪悪であればあるほど、その苦難から逃れようとせず、それによって謙虚になり、高慢を吐き出せるようにしなさい。

**44.** 誘惑は人々に、あるものは喜びを、あるものは悲しみを、またあるものは肉体の苦しみを招く。なぜなら、魂の医者である神は、ご自身の定めにより、魂の中に潜む情動の原因を見極めて、その治療を施されるからである。

**45.** 誘惑は、ある者には過去の罪を消し去るために、ある者には現在犯している罪を止めるために、またある者にはこれから犯そうとしている罪を防ぐために与えられる。ただし、ヨブの場合のように、人を試すために与えられるものは別である。

**46.** 賢明な者は、神の御計画の癒やしの力を思い巡らし、それによって自分に降りかかる災難を感謝をもって耐え忍び、自分の罪以外には、その災難の責任を誰にも帰さない。しかし、分別のない者は、罪を犯してその報いを受ける際、神のこのことに関する至高の摂理を理解することなく、自分の災いの原因を神か、あるいは人々か、とみなしてしまう。

**47.** 情動の動きを止め、それが増大するのを防ぐ手段がある一方で、情動を弱め、消滅へと導く手段もある。例えば、断食、労働、徹夜は情欲を増大させない。一方、孤独、瞑想、祈り、そして神への愛は、情欲を弱め、消滅へと導く。同様に、怒りについても言える。寛大さ、恨みを抱かないこと、そして柔和さは、怒りを抑え、それが増大するのを防ぐ。一方、愛、施し、善意、そして人愛は、怒りを弱めるのである。

**48.** 心を絶えず神に向け続ける者の欲望は、神への渴望へと高まり、その苛立ちはすべて神聖な愛へと変容する。なぜなら、の神聖な啓示への長きにわたる交わりを通じて、心は全体が光に満ちたものとなり、その渴望する部分を自ら抑え込み、打ち砕くことで、前述の通り、絶え間ない神への渴望と、神への衰えぬ愛へと変容させ、それを完全に地上のものから神聖なものへと移し替えるからである。

**49.** 嫉妬せず、怒らず、侮辱した者に対して恨みを抱かないからといって、必ずしもその者を愛しているとは限らない。なぜなら、愛していなくても、戒めに従って悪に悪で報いることはできるからである。しかし、無理に自分を追い込まずに、悪に対して善で報いることはそれほど容易ではない。なぜなら、憎む者に対して善を行おうとする心構えは、霊的に完全な愛にのみ固有のものだからである。

**50.** 他者を愛さない者は、すでにその者を憎んでいるわけではない。同様に、憎んでいない者も、すでに愛しているわけではない。しかし、その者に対しては中立の立場、すなわち愛しても憎んでもいない状態にある可能性がある。なぜなら、魂における愛の心は、通常、この第二百五条の第9項に示された五つの動機——一つは称賛すべきもの、もう一つは相互的なもの、そして三つは戒めとなるもの——によってもたらされるからである。

**51.** もし、自分の心が物質的な事柄に喜びを見出し、それらについて考えることに心地よさを感じていることに気づいたら、あなたは神よりもそれらを愛しているのだと知れ。「あなたがたの宝のあるところには、あなたがたの心もあるからである」と主は言われる（マタイ6:21）。

**52.** 神に固く結びつき、祈りと愛をもって神の中に留まる心は、賢く、善良で、強く、人を愛し、慈悲深く、寛大であり、端的に言えば、ほぼすべての神聖な特性をその内に備えている。しかし、神から離れ、物質的なものに親しみ、快樂にふける者は、獣のようであったり野蛮であったりし、そのために人々と争うことになる。

**53.** 聖書は、感覚的な事物を「世」と呼び、それらに心を奪われている者たちは「世俗的な人々」である。聖書は、彼らの恥をさらに深めるために、こう告げている。「世を愛してはならない。また、世にあるものも愛してはならない。「世にあるすべてのもの、すなわち肉の欲望、目の欲望、そしてこの世の誇りは、父から出たものではなく、この世から出たものである」（Iヨハネ2:15,16）。

54. 修道士とは、自分の心を感覚的な事柄から遠ざけ、節制と愛と詩篇の詠唱と祈りによって、絶えず神に寄り添う者である。

55. 霊的な意味において「家畜の飼育者」と呼ばれるのは、勤勉な人である。なぜなら、霊的生活において、道徳的に正しい行いは、働く家畜のような意義を持つからである。それゆえ、ヤコブはこう言っている。「家畜を飼う人々は、あなたの僕たちである」。一方、羊の牧者は、観想的な男性である。なぜなら、観想の山々において知性によって牧される思念は、羊の意味を持つからである。それゆえ、「エジプト人、すなわち敵対する勢力にとって、『あらゆる羊の牧者』は忌まわしいものである」（創世記46:34）とされている。

56. 邪悪な心は、肉体がそれ特有の欲望や快楽に対する感覚によって刺激されると、それに従い、その空想や願望に同調する。しかし、徳ある心は自制し、情熱的な空想や願望から自分を遠ざけ、さらに自らの行いをより良いものにするよう努める。

57. 美德の中には、身体的なものと精神的なものがある。身体的なものとは、断食、徹夜、裸の地面での睡眠、奉仕、手仕事などであり、これらは他人に負担をかけないため、あるいは施しを行うためなどである。一方、精神的な美德とは、愛、寛大さ、柔和さ、節制、祈りなどである。したがって、何らかの必要や身体的な状態、例えば病気やその他の類似した理由により、上述した身体的な美德を実践できない場合、その理由を知っておられる主から寛大な赦しを受けることができる。しかし、精神的な美德を実践しない場合には、いかなる言い訳も通用しない。なぜなら、それらはそのような障害の影響を受けないからである。

58. 神への愛は、その信徒に、あらゆるつかの間の快楽、あらゆる肉体の苦しみや悲しみを軽んじさせる。キリストのためにこれほど多くの苦難を耐え忍んだすべての聖人たちが、このことをあなたに証ししてくれるであろう。

59. 悪の母である自愛、すなわち肉に対する無分別な愛に気をつけよ。なぜなら、それからは、一見祝福されているかのように、最初の三つの根源的な、情熱的で狂おしい思い、すなわち、食欲、金銭への執着、虚栄心が生まれ、それらは肉体の必要性から口実を得ているからである。そして、これらからあらゆる情欲の種が生まれるのである。だからこそ、前述の通り、自己愛を大いに警戒し、並外れた警戒心をもってこれに立ち向かわなければならない。なぜなら、自己愛を根絶すれば、そのすべての産物もまた根絶されるからである。

60. 自愛という情欲は、修道士に肉体を勞わらせ、健康維持や肉体の合理的な管理という名目で食事において肉体に甘んじさせる。こうして少しずつ肉体の側に傾いていくうちに、彼は快楽追求の深淵に陥ってしまうのである。一方、平信徒は、平信徒であるという理由だけで、「*肉体の世話をすることを情欲として行う*」（ローマ13:14）。

61. 祈りの至高の状態とは、祈りの最中に心が肉体やこの世から離れ、完全に無形かつ不可視となることであると言われる。この状態を揺るぎなく保つ者は、まことに絶えず祈っているのである。

62. 肉体が死ぬとき、すべての世俗的な事柄から完全に切り離されるように、心もまた、最も完全な祈りの行為の中で死ぬとき、すべての世俗的な思いから切り離される。もし心がそのような死を遂げなければ、神と共にあり、神と共に生きることはできない。

63. 謙虚な修道士よ、快楽や虚栄にふけることで救われるかのような考えに、誰にも惑わされてはならない。

64. 肉体が行いによって罪を犯し、その養いとして肉体の徳を備えて節制を保つように、心もまた情欲的な思いによって罪を犯し、その養いとして魂の徳を備え、物事を清く偏りなく見つめて節制を保つのである。

65. 日が夜に、夏が冬に続くように、虚栄と快楽追求は、現世であれ来世であれ、悲しみや痛ましい苦しみへと続くのである。

66. 罪を犯した者は、この世において自発的に苦痛を伴う労苦を課すか、あるいは不本意な災いによる苦しみを受けなければ、来るべき裁きを免れることはできない。

67. 神が私たちが悪魔に苦しめられることを許されるのは、五つの理由によるものだとされている。第一の理由は、私たちが苦しみ、闘いながら、徳と罪を見分ける力を身につけるためである。第二の理由は、闘いと労苦によって徳を勝ち得たとき、それを確固たる不変のものとするためである。第三に、徳に励む中で、自分を過大評価することなく、謙虚さを学ぶためである；第四に、行いを通じて罪がいかにかに悪いかを体得し、完全な憎悪をもってそれを憎むようになるためである。そして最後に、第五にして最も重要な理由は、無情になったとしても、自らの弱さと、私たちを助けてくださった方の力を忘れないようにするためである。

68. 飢えた者の心がパンを、渴いた者の心が水を切望するように、好色者の心は様々なご馳走を、情欲に溺れる者の心は女性の顔を、虚栄心の強い者の心は人々の称賛を、金銭に執着する者の心は利益を、恨み深い者は、自分を侮辱した者への復讐を、嫉妬深い者は、嫉妬する相手の不運を夢見る。他の情欲についても同様である。なぜなら、情欲に苛まれる心は、肉体が覚醒している時も眠っている時も、情欲に満ちた思いを抱くからである。

69. 情欲が高まると、心は夢の中で快樂をもたらす事柄を夢想し、苛立ちが高まると、恐怖を誘う事柄を見る。不浄な霊たちは、私たちの怠慢を味方につけ、情欲を煽ることで情欲を強める。一方、聖なる天使たちは、私たちを美德の実践へと導くことで、情欲を弱めるのである。

70. 魂の欲望の力が頻繁に刺激されると、快樂を求める行いへの抗いがたい習慣が魂に根付いてしまう。また、苛立ちが頻繁に起こると、心は臆病になり、勇気を失ってしまう。前者は、長期にわたる断食、徹夜、そして祈りによって癒やされ、後者は、慈善、博愛、愛、そして慈悲によって癒やされる。

71. 悪霊たちは、物によって、あるいは物に対する情熱的な思いによって、私たちと戦っている。物によって、その中に身を置く者たちに対して戦い、思いによって、物から離れた者たちに対して戦うのである。

72. 行いによって罪を犯すよりも、思いによって罪を犯すほうがはるかに容易である。それゆえ、思いによる戦いは、物による戦いよりもはるかに厳しいのである。

73. 物事は心の外にあるが、それらについての思いは心の内にある。それゆえ、それらを善用するか悪用するかは、心の裁量に委ねられている。なぜなら、思考の誤った用い方に続いて、物事の乱用が生じるからである。

74. 心は、次の三つの経路を通じて情欲的な思いを抱く。すなわち、感覚を通じて、身体の状態を通じて、そして記憶を通じてである。感覚を通じてとは、感覚に印象を与える物事——すなわち、我々が情欲を抱くようなもの——が、心の中に情欲的な思いをかき立てる場合である。身体の状態を通じて——食事の節制を守らないこと、あるいは悪魔の働き、あるいは何らかの病気によって変化した身体の状態が、心を情欲的な思いへと駆り立てたり、神の摂理への反抗へと向かわせたりするとき；回想を通じて——記憶が、私たちが執着する事柄についての思いを呼び起こし、それによって心に情欲的な思いをかき立てる場合。

75. 神から私たちに与えられた物の中には、魂の中にあるものもあれば、体の中にあるものも、また体の周囲にあるものもある。魂の中にはその力が、体の中には感覚やその他の器官が、体の周囲には食物、財産、金銭などが存在する。これらの事物や、それらがもたらす偶然の出来事を善く用いるか悪く用いるかによって、私たちは徳ある者となるか、あるいは悪徳な者となるかが決まる。

76. 前述した出来事の中には、魂に属するもの、体に属するもの、そして体の周囲に属するものがある。魂に属するものには、知と無知、記憶と忘却、愛と憎しみ、恐怖と大胆さ、喜びと悲しみなどがある。身体においては、快樂と疲労、感覚の鋭敏さと鈍麻、健康と病気、生と死などである；身体の世界においては、子孫の多さと少なさ、富と貧しさ、名誉と不名誉などである。これらの中で、あるものは人々によって善とされ、あるものは悪とされる。しかし、本来の意味において、これらはいずれも悪ではなく、その用い方によって善にも悪にもなるのである。

77. 知識は本質的に善であり、健康も同様である。しかし、多くの人々にとっては、その反対の方がはるかに有益であった。なぜなら、悪人にとって知識は善をもたらさないからであり、

たとえそれが本質的には、前述の通り善であるとしても。同様に、健康や富、喜びも、彼らにとっては善にはならない。なぜなら、彼らはそれらを自らの益のために用いないからである。そのような者たちにとっては、これとは正反対のものがより有益である。したがって、それ（すなわち正反対のもの）も、悪のように見えるが、本来の意味では悪ではない。

**78.** 思考を乱用してはならない。そうすれば、必然的に物事も乱用することにはならないからだ。なぜなら、もし先に思考において罪を犯さなければ、決して行いにおいて罪を犯すことはないからである。

**79.** 「地上の姿」（アダム）とは、無分別、臆病、節制の欠如、不正直といった主要な悪徳のことである。「天上の姿」とは、分別、勇気、貞潔、正義といった主要な美徳のことである。

「しかし、私たちが地上の姿を着たように、天上の姿もまとうべきである」（Iコリント15:49）。

**80.** もし命へと導く道を見つけないのなら、こう言われた「わたしこそが道であり、門であり、真理であり、命である」（ヨハネ14:6、10:9）というその道の中でそれを求めなさい。そうすれば、そこでそれを見つかるだろう。しかし、熱心に探し求めなさい。なぜなら、「それを見出す者は少ない」（マタイ7:14）からであり、そうでなければ、この「わずかな者」たちから取り残され、多くの者たちの仲間入りをすることになってしまうからです。

**81.** 魂は、次の五つの動機によって罪から遠ざかる。すなわち、人間に対する恐れ、裁きへの恐れ、将来の報いへの期待、神への愛、そして最後に良心の呵責のためである。

**82.** ある人々は、私たちを悪へと引きずり込むある種の外部の力がなければ、被造物の中に悪は存在しなかっただろうと言う。しかし、この力とは、他ならぬ、私たちの心本来の働きに対する怠慢に他ならない。だからこそ、その働きに熱心な人々は常に善を行い、決して悪を行わないのである。したがって、もしあなたも同じことを望むのであれば、怠慢を追い払いなさい。そうすれば、同時に、思考の誤った用い方であり、濫用や物事に伴う悪も追い払うことになる。

**83.** 私たちの中にある理性的な部分は、その性質上、神の言葉に従うことで、私たちの中にある非理性的な部分を支配すべきである。この秩序がすべてにおいて守られるならば、被造物の中に悪は存在せず、また悪へと誘うものも現れないだろう。

**84.** 思考の中には単純なものもあれば、複雑なものもある。単純なものは無情であり、複雑なものは情に満ちている。それは情と想いが組み合わさって形成されているからである。とはいえ、単純な思考の多くが、思考によって罪を犯そうと動き始めたとき、複雑な思考の後を追うことが見て取れる。例として金を挙げよう。誰かの頭に金に対する情欲に満ちた思いが浮かび、心の中でそれを盗もうと急いだ。そうして、彼はすでに心の中で罪を犯してしまったのである。金についての思いに続いて、財布や金庫、物置などの思いが浮かんだ。ここで、金についての思いは、情欲と結びついていてため複雑であった。一方、財布や金庫などについての思いは、心がそれらに対して情欲を抱いていなかったため単純であった。これは、あらゆる他の思い、すなわち虚栄心や妻に関する思い、その他についても同様である。なぜなら、例示されたように、情欲に満ちた思いに続くすべての思いが、必ずしも同様に情欲的であるとは限らないからである。このことから、どの思いが情欲的であり、どの思いがそうではないかを認識することができる。

**85.** ある人々は、悪魔が睡眠中に私たちの体の性器に触れることで、淫らな情欲を掻き立てると言う。そして、その掻き立てられた情欲が記憶によって、女性の姿を心に思い起こさせるのだ。また、他の人々は、悪魔そのものが女性の姿で心に現れ、その後、体の性器に触れることで、女性への欲望を掻き立て、そのような種類の妄想が生じると考えている。さらに別の説では、近づいてくる悪魔に支配されている情欲が、人間の中にも同様の情欲を喚起し、それによって魂が妄想に燃え上がり、記憶を通じてイメージを呼び起こすのだと考える。このように、他の情欲的な夢についても、ある者はこうだと主張し、別の者はああだと主張する。とはいえ、魂に愛と節制が備わっている限り、体が覚醒している時も眠っている時も、悪魔は前述のどの方法によっても、いかなる情欲をも喚起することはできない。

**86.** 律法の戒めの中には、肉体的にも精神的にも守らなければならないものもあれば、精神的にのみ守ればよいものもある。例えば、「姦淫してはならない、殺してはならない、盗んでは

ならない/といったものは、肉体的にも精神的にも守らなければならない。そして、精神的には三つの方法によって守らなければならない。それに対して、割礼を受けること、安息日を守ること、子羊を犠牲に捧げること、苦い薬草を添えた無酵のパンを食べることなどは、精神的にのみ守ればよい。

**87.** 修道士には三つの主要な道徳的状态がある。第一は、いかなる行いにおいても罪を犯さない状態。第二は、心に情欲的な思いが留まることを許さない状態。第三は、女性や自分を傷つける者たちの姿を、心の中で無情に眺める状態である。

**88.** あらゆる所有物から手を引き、この世において肉体以外に何一つ持たず、さらにはその肉体に対してもあらゆる愛着を捨て去り、自分自身に関するすべての世話を神と敬虔な人々に委ねた者こそ、貪欲ではない。

**89.** 財産を蓄える者の中でも、ある者は無執着にそれを得る。それゆえ、かつては自分の財産が略奪されることを喜んで受け入れた者たちのように、それを失っても悲しまない（ヘブライ人への手紙10:34）。他方、ある者は情熱的に財産を蓄える。それゆえ、財産を失うことになると、福音書に記されている金持ちのように、「悲しんで去って行った」（マタイ19:22）ように嘆き、実際に失うことになれば、死を思わせるほど深く嘆くのである。このように、財産の喪失は、その人が無欲な所有者か、それとも執着心のある所有者かを明らかにする。

**90.** 高潔な祈りの人々は悪魔に襲われ、彼らの心に感覚的な事柄に関する単純な思いを抱かせ、それによって祈りから気をそらされる。知識の探求に励む者たちには、情熱的な思いが長期間にわたって留まるように仕向けられ、実践的な生活を送る者たちには、行いによって罪を犯すように誘惑される。——呪われた者たちは、人々を神から遠ざけるために、あらゆる手段を用いてすべての人々と戦っている。

**91.** 神の摂理により、この世で敬虔に生きる者たちは、次の三つの試練にさらされる。すなわち、健康、美貌、子宝、富、名声、およびそれに類するものといった快いものの授与によって；あるいは、子供、財産、名声の喪失といった、悲しみを伴う試練によって；あるいは、病気や苦痛など、肉体に苦しみをもたらすものによって。第一の誘惑について、主はこう言われます。「自分のすべての財産を捨てない者は、わたしの弟子になることはできない」（ルカ14:33）。第二および第三の誘惑については、「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」（ルカ21:19）と。

**92.** 身体の状態は変化し、それによって心に情欲的な、あるいは無情な思いがもたらされるが、その原因は次の四つであると言われている。すなわち、天使、悪魔、空気、食物である。天使は言葉によって、悪魔は接触によって、空気はその変化によって、食物は飲み物や食べ物の質、その過剰や不足によって、それぞれ変化をもたらすとされる。これに加えて、魂が悲しみや喜びといった状況の影響をあらかじめ受けた場合、記憶、聴覚、視覚によっても変化が生じることがある。それらによって影響を受けた魂は、身体の状態に変化をもたらし、その変化した身体の状態は、前述の通り、心に相応する思考をもたらす。

**93.** 死とは、本来、神からの疎遠である。そして、死の刺とは罪であり、アダムはこれを自ら受け入れたため、一挙に生命の木からも、楽園からも、そして神からも追放され、その結果として必然的に肉体の死も招かれたのである。一方、命とは本来、「わたしは命である」（ヨハネ14:6）と語られた御方そのものである。この御方は、死の中にあった者を再び命へとよみがえらせたのである。

**94.** 何か書かれるとき、それは自分自身のために記憶として、あるいは他者の益のために、あるいはその両方のために、あるいは一部の者にとって害となるために、あるいは見せびらかすために、あるいは必要に迫られて書かれるのである。

**95.** 「悪の谷」（詩篇22:2）とは、積極的な徳であり、「静かな水」とは、被造物に対する知識である。



96. 「死の陰」とは、人間の生涯のことである。そして、神と共にあり、神に守られている者は、大胆にこう言うことができる。「たとえ死の陰の谷を歩むとしても、私は悪を恐れない。あなたが私と共におられるから」（詩編22:4）。

97. 清らかな心は物事を正しく見極める。鍛錬によって養われた言葉は、目に見えるものをあたかも他者の目の前にあるかのように提示する。そして、開かれた耳はそれを受け入れる。しかし、これら三つのものを欠いた者は、語った者を非難する。

98. 聖三位一体とその創造、そして摂理を知り、また魂の情欲に支配されやすい部分を無情な状態に保つ者こそ、神と共にいるのである。

99. 「杖」は神の裁きを意味し、「棍棒」は神の摂理を意味すると言われる。このことを悟った者は、「あなたの杖とあなたの棍棒、それらが私を慰めてくださる」（詩編22:4）と語ることができる。

100. 心が情欲から解き放たれ、存在の観想によって照らされたとき、そのとき初めて、人は神の中にあり、ふさわしいように祈ることができるのである。

### 愛に関する第三の百篇

1. 思念や事物を賢明に用いることは、貞潔、愛、そして知恵をもたらすが、不賢明に用いることは、節制の欠如、憎しみ、そして無知をもたらす。

2. 「あなたは私の前に食卓を用意してくださった」、など。ここでの「食卓」とは、積極的な徳を意味する。なぜなら、それはイエス・キリストによって、私たちを苦しめる者たちに対抗するために用意されたものだからである。心を潤す「油」は被造物の観想を意味し、神の「杯」は神の認識を、神の「恵み」は神の御言葉と神ご自身を意味する。なぜなら、神は御自身の受肉によって、パウロのように救われるべき者すべてに到達するまで、日々私たちを追いかけられるからである。「家」とは、すべての聖徒たちが住まうことになる御国を意味し、日々の長さは永遠の命を意味する（詩篇21:5,6）。

3. 罪は、心の力、すなわち欲望の力、激情の力、思考の力を誤って用いることによって生じる。思考の力を誤って用いることは無知であり、激情と欲望の力を無分別に行うことは、憎しみと節制の欠如である。一方、それらを正しく用いることは、知恵、分別、愛、そして貞潔である。そうであるならば、神によって創造され、存在を与えられたものの中に、悪は一つもない。

4. 悪とは食物そのものではなく、暴食であり、子孫を残すことではなく、淫行であり、金銭そのものではなく、金銭への執着であり、名声そのものではなく、虚栄である。そうであるならば、実在するものの中に悪は存在せず、ただ、本性（精神の力、およびその善き方向性）を養うことに対する心の怠慢から生じる濫用のみが存在する。

5. 聖ディオニシオスは、悪魔における悪とは、無分別な苛立ち、狂気じみた欲望、軽率な空想であると述べている。しかし、理性ある存在における無分別、狂気、軽率さは、分別、知性、そして慎重さの欠如に他ならない。そして、その欠如は、何かを所有していた後に生じるものである。したがって、かつては彼らにも理性と知性、そして敬虔な慎重さがあった時期があったのである。もしそうであるならば、悪魔たちも本来は悪ではない。しかし、自然の力を濫用したために、彼らは悪となったのである。

6. ある情欲は節制の欠如を生み、ある情欲は憎悪を生み、またある情欲は節制の欠如と憎悪の両方をもたらす。

7. 過食や甘味への耽溺は不貞の原因となり、金銭への執着や虚栄心は隣人への憎悪の原因となる。これらを産み出す母である自己愛こそが、両者の原因である。

8. 自己愛とは、肉体を情熱的かつ無分別に愛することである。それとは対極にあるのが、愛と節制である。自己愛を持つ者は、あらゆる情欲を抱えていることは明らかである。

9. 「だれもまた」、使徒は言う、「自分の肉を憎んだ者はいない」（エフェソ5:29）：しかしそれにもかかわらず、それを「死に追いやる」し、「服従させる」（Iコリント9:27）のであり、「衣食」（Iテモテ6:8）以外は何も与えず、それもまた、それらが生活に不可欠であるという

理由だけで与えているのである。このように、彼らは肉体を淡々と愛し、神の僕として、「養い、温める」のは、ただその欠乏を補うためだけである。

**10.** 人は、愛する者のためにあらゆる手段を尽くしてその意を汲もうとする。したがって、神を愛する者は、当然ながら神に喜ばれる行いをしようと努める。一方、肉を愛する者は、肉を満足させる行いをするのである。

**11.** 神に喜ばれるのは、愛、貞潔、黙想、そして祈りである。一方、肉に喜ばれるのは、食欲の満足、放縱、そしてそれらをもたらしあらゆるものである。それゆえ、「肉にある者は、神に喜ばれることはできない」（ローマ8:8）のであり、「キリストに属する者は、情欲や欲望とともに肉を十字架につけた」（ガラテヤ5:24）のである。

**12.** 心が神に向くとき、その人は肉体を奴隷とし、生きるために必要なもの以外は何も与えない。しかし、肉に向くときは、その情欲に支配され、肉への配慮は常に情欲の中で行われる（ローマ13:14）。

**13.** もし思いから解放されたいのなら、情欲を癒やしなさい。そうすれば、それらを心から容易に追い払うことができる。とりわけ淫らな情欲に対しては、断食し、徹夜祈禱を行い、労苦し、人里を離れて過ごせ。怒りや悲しみに関しては、栄光も不名誉も、その他の地上の事柄も何とも思わないようにし、恨みに関しては、自分を傷つけた者のために祈れ——そうすれば、それらから解放されるだろう。

**14.** 最も弱い人々に自分を合わせようとするのではなく、むしろ愛の戒めに従って自分を広げていきなさい。人々に合わせようとするれば、高慢の深淵に落ちることになる。しかし、愛の戒めに従って自分を広げていけば、謙遜の高みに達するだろう。

**15.** もしあなたが隣人への愛の戒めを忠実に守っているのなら、なぜ彼に対する恨みの苦さを心に抱き込むのか。あなたが愛よりも一時的なものを優先し、それを擁護するために兄弟に対して戦いを挑んでいることは明らかではないか。

**16.** 金銭が人々にこれほどまでに望まれるようになったのは、必要に迫られてというよりは、それによって多くの者が快樂を満足させているからに他ならない。

**17.** 富を愛する理由は三つある。快樂追求、虚栄心、そして不信仰である。その中でも、不信仰は最初の二つよりも強い。

**18.** 快樂を好む者は、それを使って快樂を味わうために銀を愛し、虚栄心のある者は、名声を博すために愛し、不信仰な者は、飢えや老い、病氣、あるいは追放を恐れ、それを隠して蓄えるために愛する。そして、あらゆる生き物——最も小さな動物に至るまで——の創造主であり、摂理者である神よりも、むしろ銀に希望を託しているのである。

**19.** 富を蓄える人は四種類いる。前述の三種類と、四つ目の「家事を重んじる人」である。明らかに、この最後の者だけが正しく富を蓄えており、万人に必要なものを与えるその手が決して枯渇することがないようになっている。

**20.** あらゆる情欲的な思いは、魂の欲望の力を刺激するか、怒りの力を掻き立てるか、あるいは思索の力を曇らせるかのいずれかである。それゆえ、精神的な観想や祈りの高みへの昇華において、心は盲目となってしまうのである。それゆえ、修道士、とりわけ沈黙を守る者は、思いに細心の注意を払い、その原因を見極め、断ち切らなければならない。その見極め方は次の通りである。魂の欲望の力を刺激するのは、女性に関する情欲的な記憶であり、その原因は、飲食の節制の欠如や、女性との不適切な関わりが頻繁にあることにある。それらを断ち切るものは、飢え、渇き、徹夜、そして孤独である。——苛立ちの力は、私たちを悲しませた人々への情熱的な思い出によって掻き立てられる。その原因は、快樂追求、虚栄心、そして愛欲であり、情熱的な者は、それらによって、あるいはそれらを失ったこと、あるいは得られなかったことによって、悲しむのである。これらを断ち切る唯一の方法は、神への愛から、これらの事柄を無価値と見なし、軽蔑することである。

**21.** 神は御自身を知り、御自身の被造物を知っておられる。また、聖なる力たちは神を知り、神の被造物を知っている。しかし、聖なる力たちが神とその被造物を知る方法は、神が御自身と御自身の被造物を知る方法とは異なる。

**22.** 神は、ご自身の至福の本性によってご自身を知り、また、すべてを創造されたご自身の英知によってご自身の被造物を知っておられる。一方、聖なる力たちは、あらゆる参与を超越して存在される神を、（神の知恵という）参与を通じて知り、また、被造物については、それらの中に存在する知的な観照を認識することによって知る。

**23.** 被造物は知性を持たないが、神はそれらの観照を自らの内に受け入れる。しかし、永遠に存在し、無限であり、言葉では言い表せない神においてはそうではない。神は、神から由来するすべての存在に、存在、幸福、そして永遠の存在を授けておられるからである。

**24.** 聖なる神——すなわち、神の慈愛と至知——には、理性ある精神的な存在が、その存在そのもの、幸福への能力、そして永遠の存在という恵みによって、参与する。この恵みによって、理性的な存在は神を知覚する。また、前述の通り、被造物において観照される、すべてを秩序づける知恵——それは繊細であり、心の中で思念として構成される——を認識することで、神の被造物を知覚する。

**25.** 神は、その至高の慈愛によって理性と知性を備えた存在を存在へと導き出し、これらの被造物に、それらを包含し、守り、救う四つの神聖な属性——存在、永遠の存在、慈愛、そして英知——を授けられた。そのうち最初の二つは存在そのものに、後の二つは道徳的能力に授けられた。すなわち、存在そのものには「存在」と「永遠の存在」を、道徳的能力には「慈愛」と「至高の知恵」を授けたのである。これは、被造物が、神ご自身が本質においておられるものに参加することによって、それに倣って造られるためである。このゆえに、人は神の像と似姿に従って創造されたと言われるのである。すなわち、像に従って創造されたとは、存在する者として存在する者に、永遠に存在する者として永遠に存在する者に、創造されたことを意味する。もっとも、それは無始ではないが、無限である。また、「似姿」に造られたとは、すなわち、善なる者が善なる者の似姿として、英知ある者が英知ある者の似姿として、神が本質においておられるものと同じものを、恵みによって備えているということである。神の「像」にはあらゆる理性ある存在が含まれるが、「似姿」には善く、かつ英知ある者だけが含まれる。

**26.** あらゆる理性ある知的な存在は二つに分けられる——すなわち、天使の本性と人間の本性である；そして、天使の本性はさらに二つの主要な道徳的連合および共同体、すなわち聖なるものと呪われたもの、つまり聖なる力と不義な悪魔たちへと分けられる。また、人類全体はただ二つの連合、すなわち敬虔な者と不敬虔な者にのみ分けられる。

**27.** 神は、自己存在、自己善、自己英知、あるいはより正確に言えば、これらすべてを超越して存在される方として、御自身に反対となるものを全く持たれていない。しかし、被造物——すべては参与と恵みによってのみ存在を有するものであり、理性ある者や知性ある者はさらに、善と至知の能力をも有する——には、その対極が存在する。すなわち、存在に対しては非存在が、善と至知の能力に対しては、悪と無知が存在する。それらの永遠の存在あるいは非存在は、それらを創造された方の権能に委ねられており、その方の善と英知への参与あるいは非参与は、理性ある被造物の意志に委ねられている。

**28.** ギリシャ人たちは、被造物の本質が永遠に神と共にあり、彼らが神から受けたのは自らの属性のみであると考えたため、その本質には対立するものは何もなく、対立は彼らの属性の中にのみ存在すると主張する。しかし、我々は、唯一の神の本質には対立するものが存在しないと断言する。なぜなら、それは永遠であり、無限であり、他のすべての本質に永遠性を授けるものだからである。一方、被造物の本質に対立するのは非存在であり、その永遠の存在あるいは非存在は、まさに「存在者」ご自身の権能に委ねられているのである。しかし、神の賜物は後悔されることなく不変であるため、被造物は、全能の力によって支えられている限り、今あるがままに今後も存在し続ける。たとえ、前述のように、それ自体とは対極にある「非存在」を有していて

も、それは非存在から存在へと導かれ、存在するかしないかは神の御意志に委ねられているからである。

**29.** 悪が善の欠如であり、無知が知識の欠如であるように、非存在（非在）もまた、存在（在）の欠如である——ただし、それ自体は真に存在するものではない。なぜなら、それには対極となるものが存在しないからである——しかし、真に存在するものに参与して存在するものである。最初の二つを欠くことは被造物の意志に依存するが、二つ目を欠くことは、被造主の意志によるものである。被造主は、その慈愛により、常に被造物が存在することを望み、常に被造物に恩恵を施そうとされている。

**30.** すべての被造物は、あるいは理性と知性を備え、その内に相反するものを許容する者、すなわち美德と悪徳、知識と無知を許容する者、あるいは相反する要素から成る様々な身体、例えば、土、空気、火、水から成るものである。あるものは完全に無形かつ非物質的であるが、その中には身体と結びついているものもある。また、あるものは単に物質と形態（形）のみから成っている。

**31.** すべての物質は本質的に不動であるが、魂によって動かされる。あるものは理性的な魂によって、あるものは非理性的な魂によって、またあるものは無感覚な魂によって動かされる。

**32.** 魂の力には、栄養・成長を司るもの、想像・衝動を司るもの、そして最後に理性・思考を司るものがある。第一の力は植物に、第二の力は第一の力と共に無言の動物に、第三の力は前者の二つと共に人間に備わっている。最初の二つの力は朽ちるものだが、第三の力は朽ちることなく不死であると見なされている。

**33.** 聖なる力たちは、互いに啓発を伝え合う中で、人間の本性に対しても、それらの中に存在する美德と知恵を伝えている。美德とは、すなわち神に倣う善であり、それによって彼らは自分自身や互いに恩恵を与え、また彼らより低い存在たちを神に似た存在とするのである；——知恵とは、いわば、神に関する何らかの至高の真理である。預言者が言うように、「主よ、あなたは永遠に高きお方です」（詩篇91:9）。あるいは、肉体を持つ存在に関する最も深遠な真理、あるいは無形の存在に関する最も正確な真理、あるいは摂理に関する最も明快な真理、あるいは裁きに関する最も明確な真理である。

**34.** 心の不浄さは、第一に、誤った知識にあり、第二に、普遍的な事柄に対する無知にある。これは人間の心に関して言うことであり、天使にとっては、たとえ部分的な事柄であっても知らないということはある得ないからである。第三に、情欲に満ちた思いにあり、第四に、罪を容認することにある。

**35.** 魂の不浄とは、それがその本性に沿って行動しないことにある。なぜなら、そこから心の中に情欲的な思いが生まれるからである。魂がその本性に沿って行動するのは、その情欲的な力、すなわち刺激を受けやすい力と欲望に駆られる力が、物事やそれらに関する思考の影響を受けた際にも、無情なままであるときである。

**36.** 身体の不浄とは、行いによって犯される罪である。

**37.** 世俗的なものに無関心な者は静寂を愛し、人間的なものを何一つ愛さない者はすべての人を愛し、また、誰にも惑わされない者——その者の墮落のゆえにせよ、その者に対する疑念から生じる思いのゆえにせよ——こそが、神と神性についての知見を持つのである。

**38.** 物事に執着しないことは偉大なことであるが、それらについて考える際にも無執着であり続けることは、それよりもはるかに偉大なことである。

**39.** 愛と節制は、物事に対しても、またそれらについての思いに対しても、心は無執着に保つ。

**40.** 神を愛する者の心は、物事やそれらについての思いに対してではなく、それらの思いに伴う情欲に対して備えを固める。すなわち、彼は女性に対しても、自分を傷つけた者に対しても、あるいはそれらの想像に対しても立ち向かうのではなく、それらの想像に伴う情欲に対して立ち向かうのである。

41. 修道士が悪魔に対して行うあらゆる戦いは、情欲を思考から切り離すことにある。そうでなければ、彼は物事を無情に見つめることはできないからである。

42. 物、思い、情欲はそれぞれ異なるものである。例えば、物とは夫、妻、金などであり、思いとは前述した事柄に対する単なる回想であり、情欲とは、それらに対する言葉にできない愛、あるいは無分別な憎しみである。——修道士には、そのような情熱による争いがある。

43. 情熱的な思いとは、情熱と思考から成り立つ思考である。情熱と思考を分離すれば、純粹な思考が残る。もし望むならば、靈的な愛と節制によって、それらを分離することができる。

44. 美德は心を情欲から解き放ち、靈的な瞑想は単純な思考から解き放ち、清らかな祈りは心を神ご自身へと向かわせる。

45. 美德は被造物を認識するためのものであり、認識は認識する者のためのものであり、認識する者は、未だ知られざる被認識物のためのものであり、認識を超越する導き手のためのものである。

46. すべてに満足しておられる神は、何らかの必要があったからではなく、被造物たちがそれぞれの受容力に応じて神の至福に与り、喜びを享受できるように、無から有へと被造物を生み出された。神ご自身は、被造物たちが喜び、飽くことのないもので常に飽くことのないほど満たされているのを見て、ご自身の御業を喜ばれたのである。

47. この世には、靈的に貧しい者が多くいるが、それは本来あるべき姿ではない。泣いている者も多くいるが、それは財産の喪失や子供の死を嘆いているに過ぎない。柔和な者も多くいるが、それは不純な情欲に対してである。飢え渴いている者も多くいるが、それは他人のものを不正に奪い、利得を蓄えようとするためである。多くの憐れみ深い者がいるが、それは肉体や肉적인なものに対するものであり、心の清い者も、虚栄心からであり、平和をつくる者も、魂を肉に服従させているに過ぎない。多くの追放される者がいるが、それは自らの不品行のためであり、多くの侮辱される者がいるが、それは恥ずべき罪のためである。しかし、キリストのために、またキリストについて行動し、苦難を受ける者たちだけが、まことに幸いである。なぜか。「彼らには天の御国がある」からであり、「彼らは神を見る」からである（マタイ5:3,8）。そして、そのほかにもある。彼らがそう行動し、苦しむからといって幸いなわけではない。前述の人々もまた同じことをしているからだ。しかし、キリストのために、そしてキリストについて行動し、苦しむからこそ、彼らは幸いなのである。

48. 私たちがするすべての事において、繰り返し語られてきたように、神は、その目的が神のためなのか、それとも他の何のためなのかを見据えておられる。それゆえ、善を行おうとする時、人の好意を得ることを目的とせず、神に喜ばれることを目的とし、常に神に目を向け、すべてを神のために行うべきである。そうでなければ、労苦を背負いながらも、報いを失うことになる。

49. 祈りの間は、人間的な事柄についてのありふれた考えや、すべての被造物についての思索を心から追い払いなさい。さもないと、些細なことに心を奪われて、あらゆる存在よりも比類なく優れた御方から離れてしまうことになるからだ。

50. もし私たちが真に神を愛するならば、その愛そのもので情欲を追い払うことができる。神を愛するとは、この世よりも神を、肉よりも魂を優先することであり、すべての世俗的なものを軽蔑し、常に自分を神に捧げること——節制、愛、祈り、詩篇の詠唱などを通じて——である。

51. もし長い間神に耳を傾け、魂の情欲に満ちた部分を丹念に顧みるならば、もはや思いの誘惑によって正しい道から逸れることはなく、それらの原因をより正確に理解し、それらを切り捨てていくことで、先見の明を持つようになる。そうして、私たちには預言の言葉が成就するのだ。「わが目はわが敵に向けられ、わが上に立ち上がり、悪巧みをする者たちの声を、わが耳は聞く」（詩篇91:12）。

**52.** もし自分の心が敬虔かつ正しく、世俗的な思いにふけているのを見たら、あなたの体もまた清く、罪のないままであることを知れ。しかし、心が思いの中で罪にふけているのを見て、それを断ち切らないならば、あなたの体もまた、遅かれ早かれ同じ罪に陥ることを知れ。

**53.** 身体にとって物事が「世界」となるように、心にとっても思いが「世界」となる。また、身体が女性の身体と交わるように、心もまた、自らの身体の想像を通じて女性への思いと交わる。なぜなら、心は、自らの身体の像が女性の像と交わっている様子を心の中で見ているからである。同様に、思考においても、心は自分の身体の像を用いて、自分を傷つけた相手の像に復讐する。他の罪についても同様である。なぜなら、身体が物事の世界において行為によって生み出すものは、心もまた思考の世界において思考によって生み出すからである。

**54.** 神が「父は、だれをも裁かず、すべての裁きを御子に委ねられた」（ヨハネ 5:22）というのに、——御子はこう叫ばれる。「裁くな。そうすれば、あなたがたも裁かれない」（マタイ 7:1）、「非難するな。そうすれば、あなたがたも非難されない」（ルカ 6:37）。同様に、使徒もこう述べている。「主が来られるまで、時期尚早なことは何一つ裁いてはならない」（Iコリント 6:5）と述べている。さらに、「あなたがたは、他人を裁くその裁きによって、自分自身を非難している」（ローマ 2:1）ともある。そうであるにもかかわらず、人々は自分の罪を嘆くことをやめ、御子の手から裁きの権威を奪い取り、あたかも自分たちが罪のないかのように、互いに裁き、非難し合っているのか。天はこれに戦慄し、地は震えおののく。それなのに、彼らは恥じることもない、無感覚な者たちだ！

**55.** 他人の罪に好奇心を抱く者、あるいは疑いをもって兄弟を裁く者は、まだ悔い改めの第一歩を踏み出しておらず、自らの罪——それはまことに、何ポンドもの鉛の重さにも匹敵するほど重い——を知ることを顧みず、人がなぜ「心が重く、虚栄を愛し、偽りを求める」（詩篇 4:3）のか。それゆえ、狂人のように暗闇の中をさまよひ、自らの罪を顧みることなく、単なる疑惑だけで、他人の真実の罪や架空の罪を夢想するのだ。

**56.** 自愛は、繰り返し述べられてきたように、あらゆる情欲的な思いの原因である。なぜなら、そこから魂の欲望に満ちた部分における三つの主要な思い、すなわち、食欲、金銭欲、虚栄心が生まれるからである。そして、食欲からは淫らな思いが、金銭欲からは貪欲な思いが、虚栄心からは高慢な思いが生まれる。その他のすべての思いは、これら三つのそれぞれに続いて生じる。すなわち、怒りの思い、悲しみの思い、恨み深い思い、気落ちした思い、嫉妬の思い、中傷の思いなどである。これらの情念は、心を物質的な対象に縛りつけ、まるで最も重い石のように心に重くのしかかり、心を地上へと引きずり下ろす。それに対し、心は本来、火よりも軽く、繊細なものである。

**57.** あらゆる情念の始まりは自己愛であり、その終わりは高慢である。自己愛とは、無分別な肉体の愛好である。これを断ち切れば、そこから生じるすべての情念もまた断ち切られる。

**58.** 肉親が自分たちから生まれた者たちに偏愛を抱くように、心もまた自然に自らの思考に傾くものである。そして、最も偏愛の強い親にとって、たとえその子供たちがあらゆる点で誰よりも嘲笑に値する者であったとしても、彼らは誰よりも謙虚で立派に見えるものである。同様に、不合理な心にとっては、たとえそれが最も不合理であったとしても、自分の考えこそが最も合理的であるように思える。しかし、賢者にとっては、自分の考えはそうは思えない。たとえそれが真実で善いものであるという確信を持っていたとしても、それゆえにこそ、自分の判断をますます信用せず、他の賢者たちを自分の考えや推論の審判者として立て、それが無駄に流れたり、流れたりしないようにする（ガラテヤ人への手紙 2,2）；そして彼らから承認を受け入れるのである。

**59.** 貪欲や淫欲、怒り、強欲といった最も不名誉な情欲のいずれかを克服すると、直ちに虚栄の思いがあなたを襲う。そして、それを克服すると、今度は高慢の思いがあなたを支配する。

**60.** あらゆる不名誉な情欲は、魂を支配することで、そこから虚栄の思いを追放するが、打ち負かされると、その思いが魂に入り込む道を切り開く。



61. 虚栄は高慢を生み出すが、時には追い出され、時には残る。しかし、追い出されると自惚れをもたらし、残ると傲慢をもたらす。

62. 虚栄は密やかな行いによって根絶され、高慢は、正しく行われた行いを神に帰することによって根絶される。

63. 神を知る恵みにあずかり、その甘美さを真に味わった者は、欲望の力から生じるあらゆる快楽を軽蔑する。

64. 世俗的な欲望に導かれる者は、美食、あるいは食欲の満足、あるいは人間的な名声、あるいは富、あるいはそれに続く他の何かを望む。そして、もし心がこれらのものよりも優れたもの、すなわち自分の欲望を移すべき対象を見つけられなければ、生涯を通じてそれらを軽蔑する決心はつかない。それよりも、神と神聖な事柄を知ることが、これらとは比べものにならないほど優れている。

65. 快楽を軽蔑する者は、恐怖から、あるいは希望から、あるいはその無価値さを知っているがゆえに、あるいは神への愛ゆえに、それらを軽蔑する。

66. 神聖な事柄に対する執着を伴わないその認識は、理性を物質的なものを完全に軽蔑するよう説得するものではなく、単に感覚的な事柄について考えるのと同様のものとなる。それゆえ、多くの知識を持ちながらも、泥の中に転げ回る豚のように（Ⅱペトロ2:22）、肉欲の情欲にまみれている人々を多く見出すことができる。というのも、彼らは善を熱心に追い求める間に多少清められ、それについてある程度の知識を得たものの、その後怠惰に陥り、王位に就きながらもそれにふさわしくない生き方を始め、恐ろしい怒りによってその座から引きずり下ろされたサウロのようになったからである。

67. 人間的な事柄についての単なる考えが、心を神聖なものを軽んじさせるのと同様に、神聖なものについての単なる知識も、心を人間的なものを完全に軽んじさせるようには説得しない。なぜなら、ここでは真理はまだ影や推測の中に留まっているからである；それゆえ、精神を霊的な観想と結びつけ、物質的なものより非物質的なもの、感覚的なものより思念的なもの、そして神聖なものを優先するよう説得する、聖なる愛への至福の献身が必要とされるのである。

68. 情欲を切り捨て、思考を単純にした者すべてが、それによってすでにそれらを神聖なものへと向かわせたわけではない。しかし、その者は人間的なものにも神聖なものにも傾倒していない可能性があり、これは、まだ知恵に恵まれていない活動的な人々、すなわち、苦痛への恐れから、あるいは天国の希望から情欲を控えている人々にのみ起こり得る。

69. 「私たちは信仰によって歩み、見えるものによってではない」とあり、私たちの認識は、まだ鏡に映った姿や占いのようである（Ⅱコリント2:7）。それゆえ、私たちは長きにわたる訓練を必要としている。すなわち、長期間にわたる教えとそれに専心することによって、絶えることのない観想への揺るぎない習慣を身につけるためである。

70. もし、一時的に情欲の原因を切り離して、霊的な黙想に励むとしても、常にそこに時間を費やすわけではなく、ただそれだけに専念するならば：そうすれば、私たちは容易に再び肉欲的な情動へと立ち返ってしまうことになる。そこから得られるのは、単なる知識と自惚れ以外の何物もなく、その結末は、認識そのものが徐々に曇り、精神が物質的な対象へと完全に傾いていくことである。

71. 非難されるべき愛の情は、心を物質的な対象に占めさせる。一方、称賛に値する愛の情は、心を神聖なものに引き寄せる。なぜなら、心は通常、注意を留める対象へと傾くものであり、傾く対象へと、欲望や愛も向けられるからである。すなわち、神聖で、心にふさわしい、精神的な対象へと向かうか、あるいは肉体的な事物や情欲へと向かうかのいずれかである。

72. 神は目に見えない世界と目に見える世界を創造された。また、魂と肉体も同様に神が創造された。もし目に見える世界がこれほど美しいのなら、目に見えない世界はいったいどれほど美しいのだろうか。もし目に見えない世界がこれよりも優れているのなら、それらを創造した神は、その両者をどれほど凌駕しているのだろうか。もし、すべての善の創造主が、最も優れた被造物よりも優れているのなら、なぜ心は最も優れたものを置き去りにし、最も劣ったもの、すな

わち肉欲に没頭しているのだろうか。それは、生まれながらにしてそれに慣れ親しんできたからであり、最も優れ、最も高貴なものをまだ全く経験していないからではないだろうか。このように、感覚的な快楽を長期にわたり断ち、神聖な教えを説くことによって、私たちが少しずつ彼をそのような習慣から遠ざけることができれば、彼は徐々にこの道で進歩し、神聖なものに心を向け、自らの尊厳を悟り、ついにはその全き献身を神へと移すことになるだろう。

**73.** 兄弟の罪について冷静に語る者は、二つの理由からそうする。すなわち、その者を改心させるためか、あるいは他者に益をもたらすためである。もし、これらの目的もなく、その兄弟自身に、あるいは他者に語るならば、それは兄弟を非難したり中傷したりして語っていることになり、そのような者は神に見捨てられることを免れず、必ず同じ、あるいは別の罪に陥り、他者から非難され、糾弾されて恥をかくことになる。

**74.** 同じ罪を犯した者であっても、その行為そのものによって一律に裁くべきではなく、（罪を犯した理由に基づいて）区別して裁かなければならない。なぜなら、習慣から罪を犯す場合もあれば、突発的で抑えきれない衝動から罪を犯す場合もあるからである。後者の場合、その人は罪を犯す前にもそのことについて考えていなかったし、罪を犯した後もそれへの欲求を抱くことはなく、それどころか、起きたことについて深く嘆き、苦しんでいる。習慣的に罪を犯す者については、事情は全く異なる。なぜなら、その者は罪を犯す前から心の中で罪を犯し続けており、罪を犯した後もその心構えが変わらないからである。

**75.** 虚栄心から美德を実践する者は、知識もまた虚栄心から求める。しかし、そのような者はもはや、他者の啓発のために何もしないし、何も語らない。むしろ、あらゆることにあって、自分の行いを見る者や言葉を聞く者から称賛を得ようとばかりしている。この情欲は、そのような者たちのうち何人かがその言葉や行いを非難したとき、彼がそれに対して極めて深く悲しむことによって露呈する。それは、彼らが教訓を得られなかったからではなく——そもそも彼にはそのような目的などなかったのだから——、彼が彼らによって屈辱を受け、あるいは貶められたからである。

**76.** 金銭愛の情は、常に喜んで受け取る一方で、与えるときは悲しむような態度をとる者に現れる。そのような者は、真に儉約家であることはできない（第19項参照）。

**77.** 苦難に耐える者は、以下の理由によって苦難に耐える。——神への愛から、あるいは報いの希望から、あるいは拷問への恐れから、あるいは人間への恐れから、あるいは生まれつきの忍耐強さから、あるいは将来の喜びのため、あるいは利己心から、あるいは虚栄心から、あるいは必要に迫られて。

**78.** ある者は思いから解放され、またある者は情欲から解放される。情欲を抱いていた対象が目の前にないとき、しばしば思いから解放されるが、その間も情欲は魂の中に潜んでおり、対象が現れると露見する。それゆえ、そうした事柄に直面した際には心を観察し、それがどのような情欲を抱いているかを把握しなければならない。

**79.** 真の友とは、隣人が誘惑にさらされている時、動揺や不安を抱くことなく、あたかも自分自身が経験したかのように、その隣人の悲しみ、苦難、不幸、災難を共に耐え忍ぶ者である。

**80.** 常に最善の助言を与えてくれる良心を軽んじてはならない。なぜなら、良心はあなたに神と天使の助言を授け、心の隠れた汚れからあなたを解放し、この世を去る際には、神への大胆さを与えてくれるからである。

**81.** もしあなたが賢明でありつつも謙虚でありたいと願い、自惚れの情に支配されたくないのであれば、常に物事の中に、あなたの理性から隠されているものを探し求めなさい。そして、自分には知られていない多くの多様な事柄があることに気づけば、あなたは自身の無知に驚き、その知恵を謙虚に受け入れるようになるだろう。そして、自らの無力さを悟ることで、多くの偉大で驚くべき事柄を知るようになる。しかし、自分の知識を誇りに思うことは、知恵を深める妨げとなる。

**82.** 治療の薬に抵抗しない者こそ、心から救いを望んでいるのである。——その薬とは、様々な不幸によってもたらされる苦しみと悲しみである。災いに抵抗する者は、この地上において

どのような取引が行われているのか、また、ここから去る際にどのような利益を得て去ることになるのか、いずれも知らないのである。

**83.** 虚栄心と金銭への執着は、互いに生み出すものである。なぜなら、ある者は虚栄心から富み、またある者は富を得てから虚栄にふけるからである。しかし、世の常とはそういうものである。一方、修道士は、物欲がないときほど虚栄心を募らせる。そして、銀を持っていれば、自分の身分にふさわしくない物を所有していることを恥じて、それを隠してしまう。

**84.** 修道士の虚栄心には、徳とその成果を誇ることが特徴的である。一方、その高慢には、成功を誇り、他者を貶め、それを神ではなく自分自身に帰することが特徴的である。一方、一般人の虚栄心と高慢には、美しさ、富、力、そして分別や世俗的な賢明さを誇り、それに高慢になることが特徴である。

**85.** 世俗の人々の成功は、修道士にとっては墮落であり、修道士の成功は、世俗の人々にとっては墮落である。世俗の人々の成功とは、富、名声、力、快樂、肉体的快樂、子孫の多さ、およびこれらに類する事柄にあり、修道士がこれらに足を踏み入れると滅びてしまう。一方、僧侶の成功とは、無所有、無名、無力、禁欲、苦難、欠乏、およびこれらに類するものである。これらを不本意ながら強いられると、世俗を愛する者はそれを大きな不幸と見なし、しばしば首に縄をかける危険に瀕し、中には実際にそうした者さえいた。

**86.** 食物は、栄養と治療という二つの目的のために造られている。それゆえ、その本来の意図に反して、また神から与えられたものをその有益な目的通りに用いない者は、快樂追求者として非難される。あらゆる物事において、その不適切な使用は罪である。

**87.** 謙遜は、涙と苦悩を伴う清らかな祈りから生まれる。なぜなら、その祈りは常に神の助けを呼び求めるものであり、自分の力や知恵に無謀に依り頼んだり、他者より自分を優位に置いたりすることを許さないからである。これらは、高慢という情欲の二つの激しい病である。

**88.** 単なる思いが情欲を煽らないようにそれと戦うことと、情欲に満ちた思いと戦い、罪への同意が生じないようにすることとは別物である。しかし、これら二つの戦いはいずれも、私たちの思いが鈍ることを許さない。

**89.** 恨み深さと悲しみは切り離せない。したがって、心が悲しみを抱きながら、まるで鏡を見るかのように、自分を侮辱した兄弟の顔を自分の中に認める時、その心に恨みがあることは明らかである。「恨み深い者の道は死へと通じる」(箴言 12:28)、「恨みを抱く者は不法な者である」(箴言 21:24)。

**90.** もし誰かを恨んでいるなら、その人のために祈りなさい。そして、祈りによって、その人があなたに与えた悪の記憶から悲しみを切り離すことで、情動の動きを止めることができる。さらに、友好的で人愛に満ちた態度をとることで、魂からその情動を完全に追い払うことができる。また、他者があなたに対して悪意を抱いているときは、その人に対して優しく、謙虚に振る舞い、その人と仲良く暮らしましょう。そうすれば、その人を情動から解放することになるでしょう。

**91.** 嫉妬する者の悲しみは、止めるのが難しい。なぜなら、彼は、あなたに嫉妬するものを、自分にとっての不幸だと見なしているからだ。そして、それを彼から隠す以外には、彼をなだめる方法はない。もしそれが多くの人にとって有益である一方で、彼に悲しみをもたらすのであれば、どちらを軽視すべきだろうか。多くの人にとって有益な側につくべきである。しかし、可能な限り彼を軽んじず、情欲の狡猾さに流されることなく、情欲そのものではなく、それに苦しむ者に助けの手を差し伸べるべきである。そして、謙遜な知恵をもって彼を自分より優れた者に見なし、いつでも、どこでも、どんな事柄においても、彼を自分より優先させるべきである。また、嫉妬を止めるには、嫉妬する相手の喜びを共に喜び、その人が悲しむことについて共に悲しむことである。使徒の戒め「喜ぶ者と共に喜び、泣く者と共に泣く」(ローマ 12:15)を実践するのである。

92. 私たちの心は、それぞれが固有のものを植え付ける二つの存在の間に位置している。一方は美德を、もう一方は悪徳を植え付ける。すなわち、天使と悪魔の間にあるのである。しかし、心には、どちらに従うか、あるいはどちらに抵抗するかという権能と力がある。

93. 聖なる力たちは私たちを善へと導き、善の自然な種と善意が私たちを助けてくれる。一方、悪魔の誘惑には、情欲と悪意が力を与えている。

94. 清らかな心は、時に神ご自身が降りてきて教え、また時には聖なる力によって善が植え付けられ、さらに時には、その心が観照する物事の本質によって導かれる。

95. 知恵に恵まれた心は、物事に対して無執着な思考を保ち、誤りのない観照を保ち、平穏な祈りの状態を保つべきである。しかし、悪魔の唆しによって、煙のように肉欲の衝動が押し寄せ、心が曇らされるため、これを常に保つことはできない。

96. 私たちが悲しむことすべてが、怒りの対象となるわけではない。なぜなら、悲しませる出来事は、怒らせる出来事よりも多いからである。例えば、あれが壊れたり、これが失われたり、あの人物が亡くなったりといったことである。そのような場合、私たちはただ悲しむだけだが、他の場合には悲しみと怒りを同時に抱き、穏やかな心持ちにはなれない。

97. 心は物事についての思いを受け入れる際、通常、それぞれの思いに応じてその様相を新たに変える。しかし、それらを霊的に観照するとき、それぞれの観照に応じて、様々に変容する。しかし、神の中にいるときは、全く形もなく、目に見えない状態となる。なぜなら、唯一の姿を凝視するとき、自身も唯一の姿となり、すべてが光に満ちた姿となるからである。

98. 完全な魂とは、その渴望する力がすべて完全に神へと向けられているものである。

99. 完全な知性とは、真の信仰によって「知ることのできない方」を知り得ないままに知り、そのすべての被造物を概観し、神から、それらにおける神の摂理と裁きについての、人間に理解可能な範囲での包括的な認識を受けたものである。

100. 時間は三つの部分に分けられる。信仰はこれら三つの部分すべてに及ぶが、希望は一つの部分に、愛は二つの部分に及ぶ。信仰と希望には限界があるが、愛は無限なるものと結びつき、常に増し加わり、果てしない永遠に存続する。それゆえ、「何よりも愛に勝るものはない」(Iコリント1:3, 13) ののである。

## 愛に関する第四百篇

1. 第一に、心は、あらゆる点において無限である神性——その測り知れず、多くの人々が切望する深淵——について考えるとき、驚嘆する。第二に、神が如何にして無からすべての存在を創造されたかについて、感嘆する。しかし、「その偉大さには限りがない」(詩編141:3) ように、「その知恵には限りがない」(バルク3:18) ののである。

2. なぜなら、その近づきがたく、驚くべき善の根源を仰ぎ見るとき、どうして驚かないでいられようか。あるいは、言葉と知性という本質、そして四元素——それらが生み出される以前に、それらを先立ついかなる物質も存在しなかったというのに——が、どのように、またどこから生じたのかを考えるとき、どうして恍惚としないでおられようか。一体どのような力なのか、それが働きかけて、それらを存在へと導いたのか? しかし、ギリシャ人たちは、全能の慈愛と、その生命を吹き込む力、そして知性を超えた英知と理性を理解していないため、これを受け入れない。

3. 永遠より存在される神は、その限りなき慈愛により、御自身の御心に従って、御自身と同一の本質を持つ御言葉と御霊によって創造なさる。「どうして、常に善である創造主が、今になって初めて現れたのか」と問うてはならない。なぜなら、無限の存在の測り知れない英知は、人間の理解の及ぶところではないと、私もあなたに告げるからである。

4. 創造主は、永遠の昔から御自身の中に存在していた、あらゆる被造物に関する知識を、御心のままに実現し、成し遂げられた。全能の神が、御心のままに何かを実現できるかどうかを疑うことは、不適切であるからである。

5. 神が何のために何を創造されたのか——それを探究せよ。なぜなら、それは知ることができるからである。しかし、どのように、またなぜそうされたのかについては、あまり深く追求してはならない。それは、あなたの理性の及ぶところではないからである。神聖な事柄の中には、人間にとって理解できるものもあれば、理解できないものもあるからである。思索は、もしそれを抑制しなければ、ある聖人（グレゴリオス・テオロギス）が言ったように、深淵へと突き落とす恐れがある。

6. ある人々は、被造物が永遠から神と共に存在していたと言うが、それは不可能である。なぜなら、あらゆる点で有限な存在が、いかにして永遠から無限なるものの中に共存し得るのか。また、もし被造物が創造主と同時代であるならば、それらは一体どのような被造物なのか。しかし、これはギリシャ人たちの主張であり、彼らは神を、決して本質ではなく、単なる属性のみの創造主として捉えている。一方、我々は神を全能であると認めつつ、神は単なる属性のみならず、属性を持つ本質そのものの創造主であると説く。もしそうであるならば、被造物は永遠から神と共に存在していたわけではない。

7. 神性および神的なものは、ある点においては認識可能であるが、ある点においては認識不可能である。認識可能なのは、神を取り巻くものについての観想を通じてであり、認識不可能なのは、神がそれ自体として存在する点においてである。

8. 聖三位一体の単純かつ無限の本質において、いかなる傾向や能力も探してはならない。そうすることで、被造物のようにそれを複雑にしてしまうことのないようにするためである。それは不合理であり、神には当てはまらないことだからである。

9. 単純で、一様で、属性を持たず、平和で、動じず、静穏である——それは、無限にして全能、万物を支配する唯一の本性である。一方、あらゆる被造物は、本質と偶有性から成り立ち、変転から自由ではないため、常に神の摂理を必要としている。

10. あらゆる知性的・感覚的な本質は、存在へと導かれたとき、物事からの印象を受け入れる力を神から授かった。すなわち、知的なものは思考する力を、感覚的なものは感じる力を授かった。

11. 神はただ与えるのみであるが、被造物は受け取り、また与える。すなわち、存在と幸福を受け取り、幸福のみを与えるのである。ただし、有形の自然と無形の自然では、そのあり方が異なる。

12. 無形の存在は、語り、行動し、また観照されることによって幸福をもたらすが、有形の存在は観照されることによってのみ幸福をもたらす。

13. 理性ある存在および知性ある存在の永遠の存在あるいは非存在は、「あらゆる善を極めて」創造された方の意志に由来する。しかし、善あるいは悪として存在することは、それらの被造物の意志によるものである。

14. 悪は、被造物の本質においてではなく、その誤った、かつ不合理な動きの中に観照される。

15. 魂は、その欲望の力が節制によって鍛えられ、激情が愛を熱望し、憎しみを避け、思慮が祈りと霊的な観想によって神の中に留まる時、賢明に動くのである。

16. 試練の時に、悲惨な出来事に直面しても寛大さを示さず、霊的な兄弟たちへの愛から自らを断ち切る者は、まだ完全な愛も、神の摂理に関する深い知識も持ち合わせていない。

17. 神の摂理の目的は、悪によって様々な形で引き裂かれた者たちを、正しい信仰と霊的な愛によって再び結びつけることにある。救い主は、「神の子らが散らされているものを一つに集めるため」（ヨハネ 11:52）に苦難を受けられたのである。したがって、困難な出来事を乗り越えようともせず、悲しみを耐え忍び、苦痛に耐え抜こうとしない者は、神の愛と摂理の目的の外を歩んでいるのである。

18. 「愛は寛容であり、慈しみ深い」（Iコリント 13:4）：それゆえ、悲しい出来事に直面して気弱になり、自分を悲しませた者たちに悪意を抱き、彼らへの愛から自らを断ち切る者は、神の摂理の目的から逸脱しているのではないだろうか。

19. よく自省せよ。兄弟との間を引き裂く悪は、兄弟ではなく、あなた自身の中に潜んでいないか。愛の戒めから離れないよう、速やかに兄弟と和解せよ。

20. 愛の戒めを軽んじてはならない。それによってこそ、あなたは神の子となるが、それを破れば、ゲヘナの息子となってしまいうからである。

21. 友同士の愛は、次のようなことで破壊される。嫉妬したり、嫉妬の対象になったりする場合；損害を与えたり、被ったりする場合；不名誉を与えたり、受けたりする場合；そして最後に、兄弟に対して疑念を抱き、それを抱き続けたりする場合である。さて、あなたはそのようなことをしたか、あるいはそのような被害を受けたか。それゆえに、あなたは友愛から背を向けているのではないだろうか。

22. 兄弟からの誘惑に遭い、その悔しさが憎しみへと至ったとしても、憎しみに打ち負かされてはならない。むしろ、愛をもって憎しみを打ち勝て。それを打ち勝つには、次のようにすればよい。神にその兄弟のために心から祈り、兄弟からの謝罪を受け入れるか、あるいはその謝罪によって自らを癒やし、自分自身が誘惑の原因であると認め、雲が過ぎ去るまで耐え忍ぶのである。

23. 試練の終わりまで待ち続け、耐え抜いたことに対して称賛を受ける者が、忍耐強い者である。

24. 「忍耐強い人は知恵に富む」（箴言 14:29）。なぜなら、起こるすべてのことを最終的な結末へと見据え、それを待ち望む中であらゆる苦難に耐えるからである。そして、使徒の言葉によれば、「結末」とは「永遠の」いのちである（ローマ 6:22）。「これが永遠の命である。すなわち、唯一のまことの神であるあなたを知り、また、あなたが遣わされたイエス・キリストを知ることである」（ヨハネ 17:3）。

25. 霊的な愛を拒むことに急ぐな。なぜなら、人々に救いへの他の道は残されていないからである。

26. 昨日、霊的な兄弟であり、徳ある者と敬っていた者を、今日、悪しき者や邪悪な者と見なしてはならない。それは、悪しき者の誘惑によってあなたの中に生まれた彼への憎しみによるものではない。むしろ、忍耐強い愛をもって、昨日の善を思い起こし、今日の憎しみを心から払い除けなさい。

27. 昨日、善良な者として称え、徳ある者として讃えた者を、今日、あなたの愛が憎しみに変わったからといって、墮落した者や邪悪な者として誹謗してはならない。兄弟への誹謗を、彼に対するあなたの中のこの邪悪な憎しみの言い訳にしてはならない。たとえまだ心に悔しさが残っていても、彼への称賛をそのまま保ち続けなさい。そうすれば、救いとなる愛へと容易に立ち返ることができるだろう。

28. 兄弟に対する憤りがまだあなたの内に潜んでいるからといって、他の兄弟たちとの会話において、いつもの彼への称賛を変えたり、言葉の中にさりげなく非難を織り交ぜたりしてはならない。むしろ、彼について話すときは心からの称賛を述べ、自分自身のことのように誠実に彼のために祈りなさい。そうすれば、まもなく破滅的な憎しみから解放されるだろう。

29. 兄弟のことを思い出すのを嫌がる時、「私は兄弟を憎んではない」などと言ってはならない。むしろ、モーセの言葉を心に留めよ。「心の中で兄弟を憎んではない。隣人を戒め、その罪のために彼を庇ってはならない」（レビ記 19:17）。

30. たとえ何らかの誘惑によって、兄弟が長くあなたを中傷し続けたとしても、あなたは愛に満ちた状態から逸れてはならず、その悪霊にあなたの心を乱させてはならない。もし、中傷され、誹謗されている者であっても、その者を祝福し、善意を持って接するならば、あなたは愛の心から離れることはないだろう。これこそがキリストによる知恵の道であり、この道を歩む者はキリストと一つとなるのである。

31. たとえ彼らが真実を語っているように見えたとしても、あなたに苛立ちや兄弟への敵意を生じさせる言葉を浴びせる者たちを、善意ある者とは見なしてはならない。むしろ、彼らの悪



口を断ち切り、自分の魂を悪意から救うために、そのような者たちを、まるで致命的な蛇であるかのように避けよ。

**32.** 兄弟をほのめかしで傷つけてはならない。そうすれば、彼からも同様の仕打ちを受けることなく、互いの間に愛の情が失われることもない。むしろ、愛に満ちた大胆さをもって彼のもとへ行き、彼を戒めよ（マタイ18:15）。そうして、悲しみの原因を取り除き、自分と彼とを不安や苛立ちから解放するのだ。

**33.** 自分の良心を徹底的に吟味し、兄弟があなたと和解しないのはあなたの過ちによるものではないか、と自問せよ。そして、偽りの理屈でその良心の告発を退けてはならない。その良心は、あなたの秘められたことを知り、この世を去る時にあなたを裁き、祈りの時にはあなたにとってつまずきの石となるものである。

**34.** 平和な時には、兄弟が苛立ちのさなかに言ったことを思い起こしてはならない。たとえあなたの面前で不快な言葉が語られたとしても、あるいはあなたの不在中に他人にあなたについて語られ、その後でそれを耳にしたとしても、悪意に満ちた思いを抱いて、再び兄弟への破滅的な憎しみへと逆戻りすることのないように。

**35.** 人に憎しみを抱く知性ある魂は、私たちに「もしあなたがたが人の罪を赦さないなら、あなたがたの天の父も、あなたがたの罪を赦さない」（マタイ6:15）という戒めを与えられた神に対して、平和であることはできない。たとえ兄弟が和解を望まなくても、あなたは敵意を抱かないようにし、心からその人のために祈り、誰の前でもその人を悪く言わないようにしなさい。

**36.** 聖なる天使たちの言葉では言い表せないほどの平和は、次の二つの心構え、すなわち神への愛と互いへの愛によって支えられている。同様に、古来の聖人たちの平和もまたそうである。そして、私たちの救い主は、次のように見事に語られた。「この二つの戒めの上に、律法全体と預言者たちが懸かっている」（マタイ 22:40）。

**37.** 自己満足に陥ってはならない。そうすれば、兄弟を憎む者にもならない。自己愛に溺れてはならない。そうすれば、神を愛する者となる。

**38.** 霊的な兄弟たちと共に生きたいと願うなら、彼らの門の前で自分の欲望を捨てよ。そうでなければ、神とも、共に暮らす者たちとも、和解することはできないからである。

**39.** 完全な愛を勝ち取り、その愛に従って生涯を過ごした者は、「聖霊」によって「イエス」を主と呼ぶ（Iコリント12:3）。これとは正反対の者からは、正反対のことが生じる。

**40.** 神への愛は、常に心を神と神性についての対話へと開かせようとする。一方、隣人への愛は、常にその人について善きことを思い巡らすように導く。

**41.** 虚栄を愛する者、あるいは何らかの物質的なものに執着する者は、一時的なことで人々に腹を立てたり、恨みを抱いたり、憎しみを抱いたり、恥ずべき思いに支配されたりしがちである。しかし、神を愛する魂には、これらすべては縁遠いものである。

**42.** 心の中で恥ずべきことを語らず、行わず、自分に害を与えた者や、自分を中傷した者に対して恨みを抱かず、また祈りの際、心が常に物質やイメージから解き放たれているとき、あなたは無情と完全な愛の境地に達したのだと知れ。

**43.** 虚栄から解放されることは、決して小さな功業ではない。しかし、秘かな徳の修養と頻繁な祈りによって、そこから解放されるのである。そして、その解放のしるしとは、自分を中傷した者、あるいは中傷している者に対して恨みを抱かないことである。

**44.** もし義人になりたいと望むなら、あなたの中の各部分、すなわち魂と肉体に、それぞれにふさわしいものを与えなさい。魂の思索的な部分には、読書、霊的な黙想、そして祈りを；激情的な部分には、憎しみとは正反対の霊的な愛を；欲望の側面には、貞潔と節制を；そして肉体には、必要不可欠な食物と衣服を与えることである。

**45.** 知性はその本性に従って作用する。——情動に従順に抑えるとき、万物の意義を熟考し、神と共に在る。

**46.** 動物の体に健康と病が見られるように、海に光と闇が見られるように、魂には美德と悪徳が、そして心には知識と無知が見られる。

47. キリスト教徒は、戒律、教義、そして信仰という三つの道によって知恵を得る。戒律は心を情欲から解き放ち、教義は心を「存在」の認識へと導き、信仰は聖三位一体の観想へと導く。

48. 修道者の中には、情欲的な思いだけを追い払う者もいれば、情欲そのものを断ち切る者もいる。情欲的な思いは、詩篇の詠唱、祈り、神への黙想、あるいはその他の適切な行いによって追い払われる。一方、情欲は、人が情欲を抱く対象を軽蔑することによって断ち切られる。

49. 私たちは、女性や財産、名声などに対して情欲を抱くことがある。女性に対しては、世を捨て、節制によって体を枯らすよう努めれば、無関心や軽蔑に至ることもできる。財産に対しては、あるがままに満足するよう自らの心を説得すればよい。名声に対しては、唯一の神に捧げられる美德の秘められた営みを愛すればよい。他の情欲についても同様である。これらすべてを軽蔑する者は、いかなる嫌悪にも決して至らない。

50. 妻や財産など、世俗的なものから離脱した者は、外なる人を修道士とした。しかし、内なる人まではまだではない。一方、情欲的な思いから離脱した者は、内なる人、すなわち精神をも修道士としたのである。外なる人を修道士にするのは、望めば容易なことである。しかし、内なる人を修道士にするのは、決して小さな功業ではない。

51. では、この種の人々のうち、情欲的な思いから完全に解き放たれ、清らかであらゆるものから離れた祈りに達するにふさわしい者は誰か。それこそが、内なる修道者のしるしである。

52. 私たちの魂の中には多くの情欲が潜んでいるが、それらはその対象が現れたときに現れるのである。

53. ある者は、その対象がない時には情欲に動揺せず、わずかな無情の境地に達しているかもしれない。しかし、対象が現れるやいなや、情欲は直ちに心を誘惑し始める。

54. 情欲の対象がないからといって、自分が完全な無情に達したとは考えないこと。しかし、対象が現れても、それ自体にも、その後のその記憶にも動じないならば、そのときこそ、あなたは無情の境地に足を踏み入れたと知れ。とはいえ、そのときでさえ油断してはならない。なぜなら、長きにわたる徳は情欲を死滅させるが、もしそれを怠れば、情欲は再び甦るからである。

55. キリストを愛する者は、疑いなく、可能な限りキリストに倣うものである。キリストは人々に慈愛を注ぐことを決してやめなかった。感謝されるどころか侮辱されても、忍耐強く耐え忍ばれた。彼らから殴られ、殺されても、誰に対しても悪意を抱くことなく、それを耐え忍ばれた。これら三つの行いは、隣人への愛の業である。これらなしに、キリストを愛しているとか、その御国を受けると語る者は、自らを欺いている。主はこう言われた。「『主よ、主よ』と言う者すべてが天の御国に入るわけではない。ただ、わたしの父の御心を行う者だけが入るのである」(マタイ7:21)。また、「わたしを愛する者は、わたしの戒めを守る」(ヨハネ14:15, 21)とも述べられている。

56. 救い主の戒めの目的はすべて、心を節制の欠如や憎しみから解放し、主と隣人への愛へと導くことにある。その愛から、聖なる実践的知恵の光が生まれるのである。

57. 神からある種の知恵を授かったなら、愛と節制を軽んじてはならない。それらは、魂の情欲に満ちた部分を清め、知恵への道をあなたにとって平坦なものにしてくれるからである。

58. 知恵への道とは、無情と謙遜である。「これらを持たない者は、だれも主を見ることはできない」(ヘブライ人への手紙12:14)。

59. 「知性は誇り高ぶるが、愛は築き上げる」(Iコリント8:1)とあります。ですから、知性に愛を結びつけなさい。そうすれば、あなたは高慢とは無縁となり、霊的な家政管理者となり、自分自身を、またあなたに近づくすべての人々を建て上げる者となるでしょう。

60. 愛が築き上げるのは、嫉妬せず、嫉妬する者たちに心を乱されず、また、人々に嫉妬されるに値することを公然と誇示しないからである。(愛は)すでに完全な境地に達したとは考えず(フィリピ3:12)、知らないことについては、その無知を認めることを恥じない。このようにして、愛は心を驕りから守り、常に知識を深めるよう導くのである。

61. 通常、知識の獲得には、特に初期の段階において、自惚れと嫉妬が伴う。自惚れは内面だけに現れるが、嫉妬は内面と外面の両方に現れる。内面では（私が）知識を持つ者に対して、外面では（私に対して）無知な者たちから生じる。愛は、これら三つの不正を退ける。自惚れについては、「誇らない」からであり、内なる嫉妬を、「嫉妬しない」から；外なる嫉妬を、「忍耐強く、慈愛に満ちている」から（Iコリント13:4）。——したがって、知恵を持つ者は、愛もまた身につける必要がある。そうしてこそ、愛があらゆる事において心は無傷に保ってくれるのである。

62. 知識の賜物を受けたにもかかわらず、人に対して憤りや悪意、あるいは憎しみを抱いている者は、いばらや茨で自分の目を刺すようなものである。このように、知識には愛が不可欠である。

63. すべての肉体に費やすのではなく、その力に応じて肉体にふさわしい務めを定めた上で、全精神を内面に向けよ。なぜなら、「肉体の鍛錬はわずかに役立つが、敬虔はすべてに役立つ」からである（Iテモテ4:8）など。

64. 内面に留まり、絶えず内面を顧みる者は、貞潔を保ち、忍耐強く、憐れみ深く、謙遜である。それだけでなく、瞑想し、神学を論じ、祈りを捧げる。これこそが、使徒が「御霊によって歩みなさい」（ガラテヤ5:16）などと語っている意味するところである。

65. 霊的な道を歩む術を知らない者は、情欲的な思いに気を配らず、ただ肉体のことばかりを気にかける。そして、あるいは食欲にふけり、放蕩し、苛立ち、怒り、恨みを抱き、そのようにして心を曇らせるか、あるいは度を越して修行に没頭し、それによって思考を抑圧してしまう。

66. 聖書は、神から私たちに与えられたものを何も奪うことはないが、節度のない行いを抑制し、無分別さを正す。すなわち、聖書は、食べることも、子をもうけることも、金銭を所有し、それを正しく使うことも禁じてはいない。しかし、暴飲暴食や姦淫などは禁じている。それらについて考えることさえ禁じてはいない。なぜなら、それらは考えるために与えられているからである。しかし、情欲に駆られて考えることは禁じている。

67. 私たちが神のために行うことの中には、戒めに基づいて行われるものもあれば、戒めではなく、いわば自発的な捧げ物として行われるものもある。戒めに基づいて行うとは、私たちが神と隣人を愛し、敵を愛し、姦淫を犯さず、殺人を犯さず、その他を行うことである。もしこれらに背けば、私たちは非難にさらされる。戒めに基かない行為とは、貞潔を守り、独身生活を送り、あらゆる所有物から身を切り離し、隠遁生活を送るなどである。これらの行為は、もし弱さゆえに何らかの戒めを果たせなかったとしても、これらの捧げ物によって私たちの慈愛に満ちた主をなだめるための、捧げ物としての意義を持つのである。

68. 独身生活や貞潔を選んだ者は、「腰に帯を締め」（ルカ12,35）、「灯をともした」（同12,35）状態でなければならない。「腰に帯を締め」とは節制を意味し、「灯をともした」とは、祈り、神への思索、そして霊的な愛を意味する。

69. 兄弟たちの中には、自分には聖霊の賜物を持つことができないと考えている者もいる。それは、戒めの履行を怠っているため、キリストへの真の信仰を持つ者は、神のすべての賜物を要約してその内に持っているということを知らないからである。しかし、私たちの怠惰ゆえに、私たちの中に宿る神の宝を明らかにしてくれる、神への積極的な愛から遠く離れている以上、私たちは神の賜物から疎外されていると正当に考えるべきである。

70. もし、神聖な使徒の言葉によれば、私たちの心の中に「信仰」によってイエス・キリストが住んでおられ（エフェソ3:17）、「キリストには、知恵と知識のすべての宝が隠されている」（コロサイ2:3）とされているならば、私たちの心には知恵と知識のすべての宝が宿っていることになる。そしてそれらは、各人が戒めによって清められていくにつれて、心に明らかにされていくのである。

71. 「畑に隠された宝」（マタイ13:44）とは、あなたの心のことであり、あなたは怠惰のゆえに、まだそれを見出していない。もし見出していたなら、すべてを売り払い、その畑を買っ

たであろう。しかしあなたは、その畑を置き去りにして、その周囲で働いているが、そこには茨やアザミ以外には何もない。

**72.** それゆえ、救い主はこう言われる。「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」(マタイ5:8)。彼らは、愛と節制によって自らを清めたとき、そして清めれば清めるほど、神と、神の中に存在する宝とを見るのである。

**73.** それゆえ、主はさらにこうも言われている。「あなたがたの財産を売り払い、施しをなささい」(ルカ12:33)、「そうすれば、あなたがたはすべて清くなる」(ルカ11:41)と語っておられる。それは、もはや肉体に関わる事柄に心を奪われることなく、主が「心」と呼ぶ(マタイ15:19)自らの精神を、憎しみや節制の欠如から清めようと努める者たちへの言葉である。なぜなら、心を汚すあらゆるものは、聖なる洗礼の恵みによってその中に住まわれるキリストを見ることを妨げるからである。

**74.** 聖書は美德を「道」と呼んでいる。そして、あらゆる美德の中で最も優れたものは愛である。それゆえ、使徒は「さらに、最も優れた道(至高の道)をあなたがたに示そう」(Iコリント12:31)と述べた。それは、すべての物質的なものを軽んじ、一時的なものを永遠のものに優先させないように導くものである。

**75.** 神への愛は情欲と対立する。なぜなら、それは心を感官的な快樂から遠ざけるように導くからである。また、隣人への愛は怒りと対立する。なぜなら、それは名声や富を軽んじるようにさせるからである。これらこそが、救い主が宿屋の主人に与えた二枚の銀貨(ルカ10:35)であり、それによって主人はあなたを世話するのです。しかし、強盗たちに加わって恩知らずになってはなりません。そうすれば、再び傷つけられ、かろうじて生きている状態ではなく、死んでしまうことになってしまうからです。

**76.** 怒り、恨み、そして恥ずべき思いから、あなたの心を清めなさい。そうすれば、あなたの中にキリストが宿っておられることを知ることができるでしょう。

**77.** 誰が、聖なる、同質であり、崇拝される三位一体への信仰によって、あなたを啓発したのか。あるいは、聖なる三位一体から唯一なる方の受肉による救いの業について、誰があなたに知らせたのか。誰が、無形なるもの、目に見える世界の起源と終焉、あるいは死からの復活と永遠の命、あるいは天の御国の栄光と恐るべき審判についての知識を、あなたに教えたのか。あなたの中に宿るキリストの恵み、すなわち聖霊の保証こそが、それではないのか。この恵み以上に何があるだろうか。あるいは、このような知恵と知識に勝るものがあるだろうか。このような約束に勝るものがあるだろうか。もし、これにもかかわらず、私たちが怠惰で無気力なままであり、私たちの心を盲目にし、太陽そのものよりも鮮明に輝くこれらの真理を見ることを妨げる情欲から自らを清めようとしないのであれば、私たちは自分自身を責めるべきであり、私たちの中に宿る恵みを否定してはならない。

**78.** あなたに永遠の恵みを約束し、あなたの心に御霊の保証を与えてくださった神は、あなたが自分の生き方に心を配るよう命じられた。それは、内なる人が情欲から解放され、この現世においてすでにその恵みを味わい始めるためである。

**79.** 崇高な神の御姿を仰ぐにふさわしくなったならば、とりわけ愛と節制に心を配りなさい。そうすれば、情欲に満ちた部分を平静なまま保ち、魂の中に絶えることのない光を宿することができるでしょう。

**80.** 魂の苛立ちの力を愛によって抑え、欲望の力を節制によって死滅させ、思考の力を祈りによって高揚させなさい。そうすれば、あなたの心の中の知性の光は決して曇ることはないだろう。

**81.** 愛を断ち切る原因は、次の通りである。不名誉、被った損害、信仰や生活に対する誹謗中傷、殴打、打撃、傷など。また、こうしたことが本人自身、あるいはその親族や友人の誰かに起こった場合である。こうした理由のいずれかによって愛を断ち切る者は、キリストの戒めの真の目的をまだ理解していないのである。

**82.** できる限り、あらゆる人を愛するよう努めなさい。もしそれがまだできないのであれば、少なくとも誰をも憎んではならない。しかし、この世のあらゆるものを軽蔑しなければ、これさえも成し遂げることはできないだろう。

**83.** ある者があなたを中傷したとしても、その者を憎んではならない。中傷そのものと、その者にそうさせた悪魔を憎め。もしあなたを中傷した者を憎むならば、あなたは人間そのものを憎んだことになり、戒めに背いたことになる。その者が言葉でなしたことを、あなたは行いによって行っているのだ。もし戒めを守るなら、その人に対して愛の行いを示し、できる限り彼を助け、彼を悪から遠ざけなさい。

**84.** キリストは、あなたが人に対して憎しみや苛立ち、あるいは怒りや悪意を抱くことを望んでおられない。それがどのような形であれ、また一時的なことであっても、いかなる理由によるものであっても同様である。このことは、四つの福音書がすべての人に説いている。

**85.** 口先だけで行動する者は多いが、実際に行動する者は少ない。しかし、誰も自分の不注意を正当化するために神の言葉を歪めてはならない。むしろ、神の真理を隠さずに自分の無力を告白し、戒めを破る罪に加え、神の言葉を誤って解釈するという罪にも陥らないようにすべきである。

**86.** 愛と節制は魂を情欲から解放し、聖書の読解と神への黙想は心を無知から救い出し、祈りに専念することは、祈る者を神ご自身の御前に立たせるのである。

**87.** 悪魔たちは、私たちがこの世のものを軽んじ、そのために人々を憎んだり、愛から離れることを望んでいないのを見ると、私たちに誹謗中傷を仕掛け、私たちがその苦痛に耐えきれず、誹謗者たちを憎むように仕向けるのである。

**88.** 魂にとって、中傷ほど重い重荷はない。信仰であれ、行いであれ、中傷されることは誰にとっても耐え難い。しかし、スザンナのように、唯一の力ある神に目を向け、神が彼女を救い、人々に真実を明らかにしてくださったように、私たちも苦難から救い出し、彼女について示されたように、希望をもって魂を慰めてくださる方を見上げる者だけが、これを軽んじることができるのである。

**89.** あなたが中傷した者のためにどのように祈るかによって、神は、あなたを誘惑した者について、真実を明らかにしてくださるだろう。

**90.** 本質において善なる方はただ神お一人である。しかし、魂の在り方において、神に倣う者はただ一人である。なぜなら、その者の主たる目的は、本質的に善なるものと悪なるものを結びつけ、悪なる者たちをも善なる者とするにあり、このため、侮辱されても祝福し、迫害されても耐え忍び、中傷されても慰め、殺されても、殺す者たちのために祈る（Iコリント4:12, 13）。彼は、自らの主たる目的である「愛」から逸脱しないために、あらゆることを行うのである。

**91.** 主の戒めは、私たちに中庸なものを祝福をもって用いることを教えてくれる。中庸なものを祝福をもって用いることは、魂の状態を清くする。清い魂の状態は分別を生み出し、分別は無執着を生み出し、そこから完全な愛が生まれるのである。

**92.** 誘惑に直面した際、友人の過ち——それが実際に存在するにせよ、あるいは単にそう見えるにせよ——を無視することができない者は、まだ無情の境地に達していない。なぜなら、そのような者の魂に潜む情欲が刺激されると、それは知性を曇らせ、真理の光を見極め、善と悪を区別することを妨げるからである。そのような者は、裁きの恐れを追い払う完全な愛（Iヨハネ4:18）をまだ獲得していないと見なすべきではないだろうか。

**93.** 「友に裏切り（取り替え）はない」（シラ書 6:15）：彼は友の不幸を自分のものとして尊び、友と共にそれを背負い、死に至るまで苦しみさえも分かち合う。

**94.** 友は多いが、それは順境の時だけである。試練の時になれば、たった一人さえ見つけるのは難しい。

**95.** あらゆる人を心から愛すべきであるが、希望はただ一人の神に置き、全力を尽くして神のみに仕えるべきである。なぜなら、神が私たちを守ってくださる限り、友は皆私たちに好意を

示し、敵は誰も私たちに害を及ぼす力を持たないからである。しかし、神が私たちを見捨てられたとき、友は皆私たちから背を向け、敵は皆私たちに対して力を振るようになる。

96. 神に見捨てられることには、主に四つの種類がある。一つは摂理的な見捨てられであり、主ご自身に起こったように、見捨てられたように見える状態を通じて、見捨てられた者を救うためである。もう一つは試練としての見捨てられであり、ヨブやヨセフに起こったように、一人は勇気の模範として、もう一人は貞潔の模範として現すためである。また、霊的・教育的見捨てられがあり、これは使徒ペトロの場合のように、謙遜と知恵によって彼の中に恵みの豊かさを保つためである。そして最後に、背きによる見捨てられがあり、これはユダヤ人の場合のように、懲罰によって彼らを悔い改めへと導くためである。これらすべての見捨てられ方は、救いをもたらすものであり、神の恵みと人間愛に満ちている。

97. 戒めを忠実に守る者たちや、神の御計画の真の秘儀に精通している者たちは、神の許しによって試練に遭っている友を見捨てたりはしない。しかし、戒めを軽んじる者や、神の御計画の秘儀に無知な者たちは、友が繁栄している時には共に喜びを分かち合うが、試練に遭って苦しんでいる時には、その友を見捨てるのである。時には、彼らが敵の側に立つことさえある。

98. キリストの友はすべての人を心から愛するが、すべての人から愛されるわけではない。一方、世俗の友はすべての人を愛するわけでもなく、すべての人から愛されるわけでもない。キリストの友は最後まで愛の絆を保つが、世俗の友は、世俗的な事柄をめぐって互いに衝突が生じるまでは、その絆を維持するに過ぎない。

99. 「友は忠実であり、絆は強固である」（シラ書 6, 14）。なぜなら、友が繁栄している時には良き助言者であり、心をつにして協力する者となり、苦難に遭っている時には、最も誠実な擁護者であり、最も思いやりのある支援者となるからである。

100. 多くの人が愛について多くを語ってきたが、探せば、キリストの弟子たちの中にのみ、その愛を見出すことができる。なぜなら、彼らだけが、愛の師である真の愛を持っていたからであり、それについてこう言われている。「たとえ私が預言の賜物を持っていたとしても、あらゆる秘密を知り、あらゆる知恵を持っていたとしても、愛がなければ、何の益もない」（Iコリント 13:2,3）。愛を得た者は、神ご自身を得たのである。「神は愛である」（Iヨハネ 4:8）。神に永遠の栄光あれ。アーメン。

### 3. 『ギリシャの慈愛』の七十章から選ばれた、観想的および実践的な章

1. 神は唯一であり、初めなく、測り知れず、存在すること（そのあり方）の力を完全に備え、「いつ」「どのように」存在するかというあらゆる考えを完全に排除し、すべての人にとって到達不能であり、いかなる被造物にもその本質を知られ得ないお方である。

2. 存在するすべてのものは、推論可能であり、認識可能である——すなわち、それに関する認識に証明の根拠があるもの——と呼ばれる。一方、神は推論不能であると言われるが、推論可能で認識可能なものから、神が存在することが信仰によって認められる。

3. 被造物に関する認識は、自然的な過程を通じて得られる独自の根拠をその証明として持ち、それによって自然に定義される。一方、神については、これらの事物に含まれる根拠に基づいて、ただ神が存在すると信じられるのみであり、敬虔な者たちに、神が存在するという、いかなる証明よりも確固たる告白と信仰を与えている。信仰とは、証明不可能な原理を持つ真の認識であり、知性や言葉を超越した事柄に対する確信である。

4. 神は、あらゆる存在の始まり、中間、そして終わりである。すなわち、創造主としての始まり、摂理者としての中間、そして完成者としての終わりである。なぜなら、聖書が言うように、「万物は、神から、神によって、神のうちにあって存在する」からである（ローマ 11:36）。

5. 本質的に理性的である魂ほど、尊いものはない。神は、善なる方として、あらゆる魂を御自身の姿に似せて創造し、それを自発的——（自由な）——存在として現存させる。その後、



各人は自らの意志によって、名誉を選ぶか、あるいは不名誉を招くか、自らの行いによって自由に決定する。

6. 聖書に記されているように、神は「正義の太陽」（マラキ書4,2）であり、その慈愛の光線で万物を等しく照らされる。一方、魂はその気質によって、通常、神を愛する者は蠟のようになり、物質を愛する者は泥のようになる。泥はその性質上、太陽によって乾き、蠟は太陽によって自然に柔らかくなるように、物質を愛し、世俗を愛するあらゆる魂もまた、神から与えられる啓示を受け入れつつも、自らの心構えによってそれを拒むとき、泥のように硬くなり、ファラオのように自らを破滅へと陥れる。一方、神を愛するあらゆる魂は、この時、蠟のように柔らかくなり、神聖な事物の像の刻印を受け入れることで、霊において神の住まいとなるのである。

7. 神聖な知恵によってその心を照らし、神聖な賛美歌によって言葉を鍛え、絶えず創造主を崇め、あらゆるものへの視線を清らかなものによって聖別した者——この者は、存在の自然な善にその姿を合わせ、自発的な善意によって幸福をその姿に似せて築き上げたのである。

8. 自らの心を唯一の神とその完全性について思索するよう促し、言葉をそれらの完全性を正しく解釈し解き明かすものとし、感覚を、目に見える世界とそこにあるすべてのものを敬虔に見つめ、そこに隠された理性の偉大さを魂に告げ知らせるよう訓練した者こそ、その魂を穢れないままに保つのである。

9. 神は、暴君たる悪魔たちによる苦い奴隷状態から私たちを解放し、人間を愛する敬虔の軛——すなわち謙遜——を授けてくださった。この謙遜によって、悪魔のあらゆる力は鎮められ、その軛を受け入れた者においてはあらゆる善が整えられ、奪われることなく保たれるのである。

10. 信者は神を畏れる。神を畏れる者は謙遜になる。謙遜な者は柔和となり、怒りや情欲といった不自然な感情に支配されない心構えを身につける。柔和な者は戒めを守る。戒めを守る者は清められる。清められた者は光に照らされ、光に照らされた者は、秘儀の宝庫において、花婿——御言葉——と共に横たわるにふさわしい者となる。

11. 農夫が、木を移植するのに適した畑を見渡しているとき、時に予期せず宝物に出くわすように、それと同様に、謙虚で偽りのない、心の平静を保ち、地上の情欲の藪とは無縁なあらゆる修行者は、至福のヤコブのように、父から「成功の秘訣は何か」と問われたとき、「わが子よ、これは何なのか、なぜこれほど早く見出したのか」という問いに対し、次のように答えることができるだろう：「主なるあなたの神が、私の前に与えてくださったものです」（創世記27:20）。なぜなら、神が、私たち側の何の労苦もなく、それを期待していなかった私たちに、ご自身の英知に関する深遠な洞察を授けてくださる時、私たちは、突然霊的な宝を見出したのだと思うからである。熟練した経験豊かな修行者は、霊的な農夫である。感覚を通じて目に見えるもの——例えば野生の木——の中に熟成しつつあるものを認め、それを霊的な畑に移し植え、その過程で宝——被造物の中に現れる神の英知の恵み深い洞察——を見出すのである。

12. 見せびらかしのために知識を求め、それを得られない者は、隣人を羨ましがったり、悲しみに打ちひしがれたりしてはならない。むしろ、定められているように、知識を得るための準備としての労苦——すなわち、積極的な徳の実践——を成し遂げるべきである。これを身体をもって熱心に先立って実践することで、彼は魂を知識を受け入れる準備を整えるのである。

13. 敬虔な意図をもって物事の認識に真摯に取り組む者たちは、他人の前で見せびらかそうなどという考えを一切抱かずに、それらに関する極めて輝かしい洞察に巡り合い、自分自身をより正確に知るための指針を見出すであろう。律法は、そのような者たちにこう告げている。「約束の地に入れば、あなたがたは、自分たちが造らなかった『大きく、良い町々』、自分たちが建てなかった『あらゆる恵みに満ちた家々』、自分たちが掘らなかった『掘り当てられた泉』、自分たちが植えたのではない『ぶどう畑やオリーブの木』を相続するであろう」（申命記6章、10, 11）。なぜなら、自分のためではなく神のために生きる者は、神の賜物に満たされるが、それは情欲の脅威的な襲来ゆえに、必ずしも明らかになるとは限らないからである。

14. 偽善者は、まだ正体が暴かれていないと思っている間は、安らぎを得て沈黙し、義人に見えることから得られる名声に満足している。しかし、その正体が露見すると、他人を中傷することで自らの恥を隠そうと、辛辣な言葉を吐き散らすのである。聖書は、そのような者を、悪意に満ちたエヒドナの子孫に例え、悔い改めにふさわしい実を結ぶよう命じている。すなわち、外見通りに、心の奥底にある内面的な心構えをも改めることである。

15. 隣人に害を及ぼすために友人を装う者は、羊の衣で自らの悪行を覆い隠す狼である。そのような者は、素朴な人柄や、キリスト教的な純真さをもって語られた言葉や行いに遭遇すると、それを捕らえて食い尽くし、その後、その言葉や行いを攻撃した者たちに対して、数え切れないほどの侮辱を浴びせる。「兄弟たちの自由を監視する者、すなわちキリストについて」（ガラテヤ2:4）である。

16. 悪意を持って沈黙を装う者は、隣人に対して陰謀を企てる。しかし、それがうまくいかないときは、心の苦悩を抱えたまま、自らの情欲へと立ち去る。一方、益のために沈黙を守る者は、友情を深め、闇を追い払う光を受けたかのように喜びながら立ち去る。

17. 兄弟たちの集まりにおいて、会話の聴取を急いで遮る者は、名声への執着に苛まれていることを隠さない（すなわち、露呈させる）。その執着に囚われた彼は、話題の流れを乱そうとして、その主題について多くの直接的・間接的な考えを提示する。

18. 賢者は、教えつつも学びつつ、ただ一つの有益なことを学び、教えようとする。しかし、賢者のふりをしている者は、問いかけたり問われたりしながら、ただ好奇心を煽るものばかりを提示する。

19. 神の御心により、どのような恵みの恩恵に与る者であれ、主の御言葉「ただで受けたものは、ただで与えよ」（マタイ10:8）に従い、他者に妬まれることなく、それらを伝えなければならない。地中に賜物を隠す者は、それを与えた者を冷酷であるかのように中傷し（マタイ25:24）、肉体の安楽のために徳を否定する。また、真理を敵に売り渡す者は、後に裁かれ、名声に執着し、不名誉に耐えられず、絞首刑に処されることになる。

20. まだ情欲との戦いを恐れ、目に見えない敵の攻撃を恐れている者たちは、沈黙を守るべきである。すなわち、徳のための戦いにおいて、対立という手段を用いるべきではなく、祈りに頼り、自分自身への配慮と保護を神に委ねるべきである。これは『出エジプト記』に次のように記されている。「主があなたがたのために戦われる。あなたがたは静かにしていなさい」（出エジプト記14:14）。また、自分を追う敵が打ち負かされた後、感謝の念を抱き、どのような徳の道を歩み始めればよいかを知ろうとする者たちは、ただ心の耳を開き、主が語られることに耳を傾けるべきである。それは、イスラエルに命じられた通り、「イスラエルよ、聞け」（申命記6:4）ということである！ また、心が清められた後、神の導きを抑えきれないほど切望する者には、畏敬の念に満ちた大胆さがふさわしく、その結果として、「なぜわたしに叫ぶのか」（出エジプト記14:15）と言われるのである。したがって、恐れゆえに沈黙を命じられた者には、神にすぎることだけがふさわしい。また、聞くよう命じられた者には、神の戒めを聞き入れ、実行する用意がふさわしい。そして、霊的な理解に達した者には、悪の回避を願い求めると同時に、受けた恵みに対する感謝を表明する、絶え間ない祈りの叫びがふさわしい。

21. 神ご自身が、その魂への慈愛によって、その魂に触れ、御自身のもとへと引き上げられない限り、魂は決して神を知ることには至ることはできない。また、人間の知性が、神ご自身が、人間の知性が感化され得る限りにおいてそれを感化し、神聖な光で照らしてくださらなければ、神聖な啓示を受け入れるほどに高みへと昇ることは決してできなかったであろう。

22. 福音によれば、信仰を持つ者だけが、善行に励む生活によって罪という「山」（マタイ17:19）を動かせる。すなわち、移ろいやすく変わりやすい感覚的なものへの以前の執着を、自らから断ち切るのである。そして、弟子となることができた者は、御言葉から霊的知恵のパン（切り分けられたパン）を受け取り、それによって何千人もの人々を満腹させ、行いによって御言葉の増殖する力を示すのである（マタイ15:32など）。また、使徒となることができた者は、「あらゆる病やあらゆる患いを癒し、悪霊を追い出す」（マタイ10:1）のである。「悪霊を追い出す」

とは、すなわち情欲の働きを追い払うことである；「病を癒やす」とは、すなわち、信仰を失った人々を、希望によって敬虔な心境へと導くことである。また、病を治すとは、怠惰によって衰えた人々を、裁きに関する言葉によって奮い立たせ、強めることである。しかし、「蛇やサソリを踏みつける権能」（ルカ10:19）を与えられた者は、罪の始まりと終わりを根絶する。

23. 使徒と弟子は、もちろん信者でもある。しかし、弟子が必ずしも使徒であるとは限らないが、常に信者である。ただ、信者であるからといって、必ずしも弟子や使徒であるとは限らない。とはいえ、生活と黙想によって、この第三の者（信者）が第二の者（弟子）の位と尊厳に昇り、またこの第二の者が第一の者（使徒）の位と尊厳に昇ることも可能である。

24. 時間の中で一時的な順序に従って生み出されるものは、完全さに達するとそこで止まる。なぜなら、その時点でその自然な成長が止まるからである。しかし、神の恵みが徳ある生活の順序に従って生み出すものは、完全さに達しても再び成長へと向かって進む。なぜなら、ここでは一つの終わりが別の始まりとなるからである。自らの内に宿る朽ちるべき情欲を、積極的な徳によって断ち切った者は、それとともに、「栄光から栄光へと」（Ⅱコリント3:18）という、他の、より神聖な変容を同時に開始したことになる。なぜなら、彼の中で働かれる神は、始めからそうであったように、善を行うことを決してやめないからである。光の性質が「輝く」ことであるように、神の性質は「善を行う」ことだからである。なぜなら、一時的なもの、すなわち生まれ、そして死ぬものという事物の状態に即した律法によれば、安息日は仕事を休む日として尊ばれているが、一方、霊的・精神的な事物の状態に即した福音によれば、安息日は善行を行うことによって祝われる。しかし、安息日は人のためにあるものであって、人が安息日のためにあるのではないこと——そして、人の子である主こそが安息日の主でもあること——を理解しない者たちは、これに憤慨する（マルコ2:27,28）。

25. 霊的な喜びを味わうためには、戒めを守ることで美德を身につけなければ、単に情欲を制するだけでは不十分である。「喜んではならない」と主は言われる。「悪魔たちがあなたがたに従うからである」——すなわち、情欲の働きのことである。「むしろ、あなたがたの御名が天に記されていることを喜びなさい」——すなわち、子としての地位という恵みによって、徳のために、あなたがたは無情欲の欄に書き換えられたということである。

26. 私たちが、自らの本性および神に次ぐあらゆるものから、心をもって清らかさへと脱却するまでは、美德への揺るぎない習慣を身につけたとは見なすことはできない。なぜなら、愛によってそのような心構えが私たちの内に確立されて初めて、私たちは神の約束の力を知るからです。なぜなら、ふさわしい者たちの完全な不変性は、信じるべきこととして、あらかじめ心がその愛によって力を根付かせた場所に確立されているからです。そして、自分自身や、何らかの形で思い巡らすことのできるあらゆるものから離れず、また、あらゆる思考を超越した沈黙（心のあらゆる動きの静寂）の中に確固として立っていない者は、決して移ろいから自由になることはできない。

27. 偉大なるモーセは、すでに自分の幕屋を陣営の外に設けた後——すなわち、自分の心と精神を、目に見えるすべてのものの外にしっかりと定めた後——神への礼拝を始め、そして闇、すなわち目に見えず、形のない知の領域に入った後、そこに留まり、最も神聖な秘儀を執り行い（あるいはそのために奉献される）（出エジプト記33:7；20:21）。

28. 聖書においては、あたかもそれがあある種の霊的な人間であるかのように、肉と霊を区別することができる。そして、聖書の文字は肉であり、その意味は霊、あるいは魂であると誰が言ったとしても、その者は真理に背くことにはならないだろう。明らかに、朽ちるべきものとして肉を捨て、朽ちることのない霊に全身全霊を傾ける者は、賢明である。

29. 律法を生活と行いによって実践する者は、情欲に駆られた行いを控え、言葉なき情欲の働きを神へのいけにえとして捧げる。そして、その者の霊的な幼さにおいては、これだけで救いには十分である。

30. 預言者の言葉によって、情欲的な行いを拒むよう導かれた者は、心の中に生じるそれらへの共感や共感を捨て去るよう努める。そうすることで、最悪の部分、すなわち肉体において罪

を遠ざけていることを示しつつ、最良の部分、すなわち魂において、抑えきれない衝動によって密かに罪を犯すことのないようにするのだ。

**31.** 福音の教えを真摯に受け入れた者は、罪の始まりと終わりを自らの内から断ち切り、あらゆる美德を行為と心をもって実践し、情欲の積極的な攻撃から解放され、それとの心の中の戦いからも自由となり、未来の祝福への希望をもって魂を養う、飽くことのない至福のみを享受する者として、神に賛美と告白の捧げ物をささげるのである。

**32.** 感覚、すなわち感覚的な印象の知覚は、「活動的な」者——美德の実践に励む者——に付きまとう。一方、無感覚、すなわち感覚的な印象に動じないことは、「観想的な」者——その心を神に集中させ、肉と世から切り離す者——に固有のものである。前者は、肉への共感という自然な束縛から魂を切り離すべく、「活動的な」者として善の道において労苦に励むが、しばしば疲労を感じ、その高揚した気分が衰えていくのを感じる。一方、この者は、修行と観想に留まることによって、この共感という棘を引き抜いたため、もはや何ものにも完全に囚われたり引き留められたりすることはなく、かつて自分を支配しようとした者たちが、通常、傷つけたり引き留めたりしていたものから清められているのである。

**33.** 不従順の果実が罪であるように、従順の果実は美德であり、不従順の後に戒めの違反と、戒めを与えた方との結びつきの断絶が続くように、従順の後に戒めの履行と、戒めを与えた方との最も緊密な結びつきが続くのである。従順によって戒めを守った者は、真理を全うし、戒めを授けられた方への愛の一致を断ち切ることなく保った。一方、不従順によって戒めに背いた者は、罪を犯し、戒めを授けられた方との愛の一致から自らを遠ざけたのである。

**34.** 罪を犯したために結びつきが断たれた後、再びその結びつきを取り戻そうとする者は、まず情欲から離れ、次に情欲に満ちた思いから離れ、さらに自然および自然界のすべて（すなわち物質世界）から離れ、次に、思念上の事柄およびそれらに関する認識（すなわち、霊的な世界）から離れ、ついに、摂理の多様な計画（出来事の流れ）を乗り越えて、いかにして「あらゆる理解を超えた神の平安」（Iペテロ1:8）、「あらゆる知恵を超える神の平安を見いだしたかのように」（フィリピ4:7）、そして、それにふさわしい者とされ、墮落から絶えず守られている。

**35.** ゲヘナの恐怖は、その道に導かれる者（初心者の者）に罪を避けるよう促し、善行に対する報いの望みは、徳の実践に励む者たちに意欲を与える。そして、愛の秘儀は、心をあらゆる被造物を超えて高揚させ、神以外のあらゆるものに対して盲目にする。なぜなら、神以外のあらゆるものに対して盲目となった者たちのみを、主は知恵を与え、最も神聖なものを示してくださるからである（詩編145:8）。

**36.** 主を、ある種の信仰の土台として、善という高き建物を築き上げるとき、私たちは（この土台の上に）「金、銀、そして良質な石」、すなわち純粹で偽りのない神学、明るく栄光に満ちた生活、神聖な思い、そして真珠のような観想を据えるべきであり、決して「木、わら、葦」（Iコリント3:12）、すなわち偶像崇拜や感覚的なものへの執着、不合理な生活、成熟した穂のように賢明な知恵を欠いた情熱的な思いなどではない。

**37.** 修業に身を捧げる者は、神がモーセに言われたように、「あなたはここで、わたしと共に立ちなさい」（出エジプト記33章2節以下）と、主の御前で自らの魂の歩みを揺るぎなく定めておかなければならない。しかし、主の御前に立つ者たちの中にも違いがあることを知っておくべきである。もし賢明な人々が次の言葉をさらりと読み流さずに熟読するなら、「ここに立っている者の中には、死を味わうことなく、神の御国が力強く到来するのを見る者もいる」（マルコ9:1）と書かれているからだ。なぜなら、主は御前に立つ者すべてに常に栄光のうちに現れるわけではないからである。主への道を歩み始めたばかりの人々（初心者の者）には、しもべの姿で臨まれるが、主の変容の山という高い山への登りにおいて、主に従う力のある者たちには、世界が存在する以前の御姿、すなわち神の御姿で現れるのである。したがって、同じ主であっても、御自身に近づく者たちに対して、ある者にはある姿で、別の者には別の姿で現れることがあり得る。それは、各人の信仰に応じて、その御姿の現れ方が異なるからである。

38. 活動的な生活を送る者については、彼は一時的に肉体に宿る旅人であり、徳行を実践することで、自らの魂から肉体への愛着を切り離し、物質的な誘惑から自らを遠ざけることを目的としている、と述べられている。一方、観想的な生活を送る者については、まるで鏡や占いの如く真理を凝視する者として、美德そのもののものに「旅人」として留まっていると言われる。なぜなら、彼には、まるで対面するかのように味わうことによって、待ち望まれる恵みの真の姿が、そのありのままの姿としてまだ見出されていないからである。そして、あらゆる聖人は、将来の恵みに関して「像として歩み」、こう叫ぶのである。「わたしは旅人であり、寄留者である。わたしの先祖たちすべてと同様に」（詩編 38: 7, 13）。

39. 常に、あらゆるものから身を離し、私たちに命じられているように、神を求めることは良いことである（詩編 45: 11、104: 4）。なぜなら、現世の性質上、神を求めつつも、私たちは神の深みの極みに達することはできないが、もしかすると、その深みのほんの少しにさえ達したとき、聖なるもののの中で最も聖なるもの、霊的なもののの中で最も霊的なものを仰ぎ見ることができるかもしれないからである。これは、大祭司が、聖所（幕屋の第一部）——それは中庭よりも聖なる場所——から、至聖所——それは聖所よりも聖なる場所——へと入る際に、比喩的に示していることでもある。

40. もし神であり父である御子の、すなわち神の御言葉が、人々を神々とし、神の子とするために、そのために人の子となり、人となられたのであれば、私たちは、今や「キリストが、すべての体の頭として」（コリントの信徒への手紙一 1: 18）が、人間性において私たちのために父なる神への「先駆者」となられた場所に、私たちも居ることを信じよう。なぜなら、神々の群れ、すなわち救われた者たちの群れの中に、神が真ん中に立ち、その場所の至福の報いを（各人のふさわしさに応じて）分け与えつつ、ふさわしい者たちを互いに区別することなく、皆を等しく包み込むからである。

41. なおも肉の情欲に駆られている者は、カルデアの地にあって、偶像の奉仕者かつ製造者として生きている。しかし、健全な判断をもって、自らの本性にふさわしい生き方を多少なりとも認識し（それに共感を抱くようになれば）、その時、カルデアの地を離れ、メソポタミアのハラン（創世記 11: 28-31）へと向かう——すなわち、美德と罪が隣り合わせであり、まだ感覚的な誘惑から完全に清められていない状態へと。そして、彼がこの中庸的な感覚的な善の理解の限界を越えたとき、彼は「善き地」、すなわちあらゆる罪と無知から解放された状態へと入る。それは、偽りの神ではなく、神ご自身が、神を愛する者たちへの美德の報いとして示し、与えると約束しているものである。

42. 敬虔の精神をもって知恵を得ようと熱望し、目に見えない力に対して戦いの態勢を整えた者は、自然の識別力（善と悪の区別）——その光はそれほど強くないが——と、御霊の啓発の恵みが、常に自分と共にあり続けるよう祈るべきである。前者は肉を積極的な徳へと導き、後者は知性を照らし、すべてに優先して知恵との交わりを求めるようにする（箴言 8: 2）。「その知恵によって、悪の要塞や、神の知恵に逆らうあらゆる高慢が打ち砕かれる」（コリントの信徒への手紙二 10: 4）。これは、祈りの中で「太陽がガバオンに留まるように」と願ったヨシュアによっても示されている——すなわち、思索的な観想の山において、神の知恵の光が彼の中に沈むことなく保たれるように——、「そして月が森に留まるように」（ヨシュア記 10: 12）——すなわち、肉体の弱さの上に位置する善悪の自然な区別が、徳に関して不変であり続けるように——と祈ったことにも示されている。

43. 「ガバオン」とは高次の知性を指し、「藪」とは死によって謙遜にされた肉体を指す。「太陽」とは、知性を照らし、それに観想の力を与え、あらゆる無知からそれを救い出す「御言葉」であり、「月」とは、肉体が戒めの軛を受け入れるために、法に従って霊に従うことを義務付ける自然の法則である。の性質の象徴として月が用いられるのは、その変幻性ゆえである。もっとも、聖者たちにおいては、徳への不変の鍛錬ゆえに、その性質は不変である。

44. 主を求める者は、自分たちの外ではなく、自分自身の内において、信仰によって主を求めなければならない。その信仰は行いによって証しされるものであり、「言葉はあなたの近くに

ある」と使徒は言う。「あなたの口と心にある、すなわち信仰の言葉」（ローマ10:8）。なぜなら、信仰の言葉を求めるとは、キリストご自身を求めることだからである。

45. 神の無限の高さを思い巡らしても、その高さのゆえに神の愛が私たちに届かないかのように、神の愛を絶望してはならない。また、罪によって陥った私たちの底知れぬ深さを思い起こしても、私たちの中で死んだ美德がよみがえる可能性を疑ってはならない。そのどちらも神にとっては可能である——私たちの心に降りてきて、知識をもって私たちの心を照らすことも、また、義の行いを通じて、私たちの中に美德を再び蘇らせ、私たちを御自身と共に高めることも。「あなたの心の中で、『誰が天に上るのか。すなわち、キリストを降ろすのか。あるいは、誰が深淵に下るのか。すなわち、キリストを死者の中から引き上げるのか』と言ってはならない」と使徒は言っている（ローマ10:6-7）。

46. 感覚のみのために生きる動物たちと同様に、人々は神の被造物を、情欲を満たすために乱用している。「神の御業から神を知り、神を賛美し、また、私たちがどこから来て、何者であり、どのような目的のために、そして何を目指して、目に見えるものを通して創造されたのかを理解せよ」という、知恵の明らかな言葉に耳を傾けず、彼らは生涯を闇の中をさまよい、神についての無知だけを両手で掴んでいる。

47. 聖書の文字だけに耳を傾け、律法に基づく肉体の奉仕によって魂の尊厳を束縛する者たちは、言葉を持たない動物の犠牲によって神を喜ばせることができると考えている。彼らは肉体とその外的な清めには多くの配慮を払うが、情欲の傷によって歪められた魂の美しさについては顧みない。それなのに、その魂のために、数多くの目に見えるものが造られ、すべての律法と神の言葉が与えられているのである。

48. 主が「イスラエルの多くの人々の墮落と立ち上がりとなる」（ルカ2:34）という御言葉は、その両方を良い意味で捉えれば、信者一人ひとりにおいて、情欲や邪悪な思いによる墮落と、美德やあらゆる神を愛する思いによる立ち上がりを意味することになる。

49. 「ユダヤ人への恐れから、戸を閉ざして上階の部屋にいた」（ヨハネ20:19）——すなわち、悪意の霊たちへの恐れから、啓示の地において、神聖な観想の高みにしっかりと立ち、戸のように感覚を閉ざし、——彼らは、いつ現れるか分からない神——御言葉——を受け入れない。御言葉は、彼らに現れる際、感覚的な現象の順序に従わず、世界を通じてあなたがたに無情を授け、息吹を通じて聖霊の交わりを与え、悪霊に対する権威を伝え、ご自身の秘跡の象徴を示されるのである。

50. 「カルデアの地」とは、罪深い偶像を造り、それらを崇拝する情欲に満ちた生活のことである。「メソポタミア」とは、相反する両極の間を行き来する生活様式のことである。そして「約束の地」とは、あらゆる（霊的な）恵みに満ちた（霊の）状態のことである。古代イスラエルのように、この善き心構えを顧みない者は、再び情欲の奴隷へと堕ち、与えられた自由を失うことになる。

51. 聖人たちのうち、自発的にバビロンへ去った者は誰もいなかったことに留意すべきである。なぜなら、神を愛する者にとって、善であるべきものを捨てて悪を選ぶことは、不適切であり、不合理だからである。もし彼らのうちの一部が、民と共に不本意ながらそこに連れて行かれたとすれば、ここでいう「彼ら」とは、自らの意思ではなく、特別な事情により、導きを必要とする者たちの救いのために、高次の知恵の言葉を捨てて、情欲に関する教えへと移行した者たちを指すのである。この状況ゆえに、偉大なる使徒もまた、弟子たちのために、道徳的教義の教えを続けること、すなわち肉体に留まることを、より必要であると見なした。彼は本来、道徳的教義から離れ、至高かつ単純な霊的観想を通じてキリストと共にありたいと切望していたにもかかわらずである（フィリピ1:29）。

52. 祝福されたダビデがハープを弾いて、悪霊に苦しめられていたサウルを慰めたように（サムエル記上16:23）、あらゆる霊的な言葉は、そこに浸透する思索的な観想によって甘美であり、てんかんに苦しむ心を慰め、その心を圧迫する邪悪な良心から解放する。



53. 「優しい瞳を持つ者」とは、偉大なるダビデ（サムエル記上 16:12）のように、神になった輝かしい生活を送り、それと同様に光に満ちた知恵の言葉を備えている者のことである。そのような者においては、善き行いと黙想が調和しており、前者は様々な美德の輝きを放ち、後者は神聖な思念の光を放つのである。

54. 日々の糧を得るために祈る者は、もちろん、その糧そのものをそのまま受け入れるのではなく、受け入れる者が受け入れ得る形でそれを受け入れるのである。求める者すべてに、は慈愛に満ちた方として、御自身を「命のパン」（ヨハネ6:35）として与えてくださるが、すべての人に等しく与えるわけではない。義の偉大な行いをした者には多くを与え、そのような行いが乏しい者には少なく与える。それは、それぞれの心の品格（あるいは善意）が受け入れることができる分だけである。

55. 積極的に人生を歩む者には、主は美德を通じて臨在されるが、美德を何とも思わない者からは、主は遠ざかる。また、瞑想的な人に対しては、物事の真の認識を通じて主は臨在されるが、この点において何らかの過ちを犯す者からは、主は遠ざかる。

56. 人々を敬虔へと導く学びの初期段階では、その取り組みは通常、あたかもそれが肉体のみに関わるかのように進められる。そして、神への敬虔に踏み出す最初の頃、私たちは精神よりも文字通りに基づいて語り合う。その後、少しずつ霊に近づき、言葉の肉적인側面を靈的な観想によって洗練させていくにつれ、人間として可能な限り、私たちはすでにキリストのうちに純粋に存在するようになる。それゆえ、使徒の言葉に従ってこう言うことができる。「かつては肉によってキリストを知っていたが、今はもはやそうではない」（Ⅱコリント5:16）。これは、心がいかなる覆いもなく、単純（あるいは純粋）に御言葉に近づくためであり、私たちはすでに、御言葉の肉적인理解から、「父から独り子として来られた方の栄光」を仰ぎ見る境地へと昇りつめたからである（ヨハネ1:14）。

57. キリストにあっての生活を始めた者は、律法に基づく義や自然の義をも超越した。神の使徒はこれを示してこう言っている。「キリスト・イエスにあっては、割礼も無割礼も何の意味もない」（ガラテヤ6:15）——つまり、「割礼」という言葉は律法に基づく義を指し、「割礼なきこと」という言葉は、自然の法則に基づく同様の義をほのめかしている。

58. 神の言葉は道である（ヨハネ 14,6）であり、それは、活動的な生活を送り、虚栄心によって右へ、あるいは情欲への誘惑によって左へと逸れることなく、堅く正しく徳の道を歩み、神に導かれてその歩み続ける者たちのためのものです。しかし、ユダヤの王アサは、これを最後まで守り通すことができず（列王記上 15,23）は、神に従って生きる道を最後まで歩み通すことができず、老齢になって足に病を患い、まるで衰弱し、力を失ったかのように、神に従って生きる道を歩み続けることができなくなったのである。

59. 「わたしは門である」と主は言われた（ヨハネ10:9）。なぜなら、主は、徳の道をすべて立派に歩み終え、その活動的な生涯を汚れなく過ごした者たちを、知恵の領域へと導き入れ、光として、彼らに知恵の輝かしい宝を示してくださるからである。主は、道であり、門であり、鍵であり、御国でもある。道とは、道しるべとして。鍵とは、ふさわしい者たちに神の宝への入り口を開くものとして。門とは、導き手として。御国とは、受け継がれるものであり、聖体拝領によってすべての人の中に存在するものである。

60. 主は「光、命、復活、真理、すなわち『光』」と呼ばれ、魂を照らす者として、無知の闇を追い払う者として、不可解な事柄を理解できるよう心を啓発する者として、清き者だけがアクセスできる秘儀を示す者として、「命」として、主を愛する魂に、神聖な事柄の領域におけるふさわしい営みを与える方として；「復活」として、物質への死んだ執着から心を奮い立たせ、あらゆる朽ち果てや死の気配から心を清める方として；「真理」とは、ふさわしい者たちに、善行に対する揺るぎない志向を与えるものである。

61. 言葉だけで敬虔に神を崇める者ではなく、神のために戒めゆえに忍耐強く苦難や労苦に耐える者こそ、自らの内に神を賛美する者である。そのような者は、神の内に存在する栄光をもって神から互いに賛美され、聖餐によって無情の恵みを内に宿すという徳への報いとして、その

栄光を受けるのである。なぜなら、実践的な生活において徳のために苦難を耐え忍び、自らの内なる神を賛美する者は、皆、観想の状態において、神の光線による無情の啓示を通じて、神の内にも自らもまた賛美されるからである。そして、自発的な受難に向かおうとする主はこう言われる。「今や、人の子は栄光を受け、神もまた彼によって栄光を受ける。もし神が御子によって栄光を受けられるならば、神は御自身の中で御子を栄光に輝かせ、直ちに御子を栄光に輝かせるであろう」（ヨハネ13:31,32）。ここから明らかなように、徳のために受ける苦しみには、神からの恵みの賜物が後に続くのである。

62. 魂が、力から力へ、栄光から栄光へと移りゆく、すなわち、徳からより大きな徳へと進み、知識からより高い知識へと昇っていく限り、それは「**「わが魂は長く旅路を歩んできた」**」（詩編119:6）。なぜなら、その距離は遠く、また「**喜びと賛美の声、祝祭の歓声の中に、神の御殿に至るまで、驚くべき住まいへと至る**」（詩編41:5）に至るまで——常に声に声を重ね、霊的な声には霊的な声を添え、霊的な観想において進歩し、知恵をもって見極められた事柄を喜び、喜びとそれにふさわしい感謝をもって。このような祝祭は、「**心の中で『アッバ、父よ』と叫ぶ御霊**」の恵みを受けたすべての人々によって行われる（ガラテヤ4:6）。

63. 「**住まいの場所は驚くべきものである**」とは、徳に対する無執着で揺るぎない善意の心であり、それによって、神である御言葉が来られ、幕屋のように、さまざまな徳の美しさをもって魂を飾り立てるのである。神の家は、多くの異なる観想から成る知恵であり、それによって神は魂を訪れ、多くの知恵で満たしてくださる。「**喜びの声**」とは、多くの美德を目の当たりにした際の魂の躍動である。「**告白**」とは、栄光に満ちた充足、すなわち至高の知恵による満たしに対する感謝である。「**ざわめき**」とは、喜びと告白という両者の混ざり合いから生じる、絶え間ない神秘的な賛美である。

64. 肉欲を勇敢に克服し、不浄な霊たちに対して十分な勝利を収め、その思いをご自身の魂の領域から追い出した者は、清い心を与えられ、正しい霊が彼の内なる奥底で新たにされるよう、すなわち、神の恵みによって悪しき思いから完全に清められ、神聖な思いに満たされるよう祈るべきである。

65. 自分の心を清めた者は、二次的な事柄や神に次ぐ存在の意味や価値を知るだけでなく、それらすべてを通り過ぎて、ある意味で神ご自身をも仰ぎ見る。これこそが、至福の極みである。そのような心を訪れた神は、御霊によって、モーセの石板のように、その心に御自身の御言葉を刻むことを許される。それは、その心が、「**増えよ、満ちよ**」（創世記35:11）と神秘的に命じる戒めに従い、善き行いと黙想によって自らを成長させた分だけである。

66. 聖徒たちが受け入れるキリストの御心は、「**私たちはキリストの御心を持っている**」（Iコリント2:16）と述べられている通り、——それは、私たち自身の知性の力を奪うものでもなく、また本質的かつ個人的に私たちの知性の中に（その場所に）移り入るものでもなく、その性質によって私たちの知性の力を照らし出し、その働きを御自身と一つに引き寄せるものである。私の考えでは、キリストの御心を持つとは、すべてのことを御霊によって考え、あらゆる事柄を通してキリストへの思いへと導かれる者のことである。

67. 私たちは、使徒の言葉「**あなたがたはキリストの体であり、その一部である**」（Iコリント12:27）という御言葉に従って、「**キリストの体**」と呼ばれている。それは、私たちの肉体が失われるからではなく、キリストの体となるからでもなく、また、キリストご自身が私たちの中に移り住まれるからでも、あるいは各肢体に分けられるからでもない。むしろ、キリストの肉と同様に、私たちの肉体もまた、罪の朽ちるものから解放されるからである。なぜなら、キリストが本質において、人間として肉体と魂の両方において罪なき方であったように、私たちもまた、キリストを信じ、御霊によってキリストに覆われた者として、自らの意志によって、キリストのうちにあって罪のない者となることができるからである。

68. この世に生きている限り、たとえどれほど完全であっても、この世の状況において、行動や思索において、知識も預言も聖霊の保証も、あくまで部分的にしか持たず、完全な状態には至らない。その完全な状態に至るとき、ふさわしい者には、真理がそれ自体としてあるがままに

、顔と顔を合わせて示されるのである。そうして、その人は完全性のほんの一部を持つだけでなく、聖餐によってその完全性そのものをすべて内に宿すことになる。なぜなら、使徒は、その時、すべての人（すなわち、救われる者たち）が「キリストの満ち満ちた成長に至る」（エフェソ4:13）と語っているからである；「御子には、知恵と理解のすべての宝が隠されている」（コロサイ2:3）；その顕現によって、「今あるものは部分的に廃される」（コリントの信徒への手紙一13:10）のである。

69. ある人々は、神の御国において完全さに至る者たちの状態がどのようなものになるのかを探究している。そこには（より良く、さらに良いものへと）進歩や変化があるのか、それとも不変に定まった一つの状態となるのか。そのとき、肉体と魂はどのような状態になり、それをどのように考えるべきだろうか。これについて考えてみると、誰かがこう言うかもしれない。すなわち、肉体の生活において、食物には二つの意味がある——それは、成長のためにも、また養われる者の維持のためにも役立つ——つまり、——肉体の成長が完全な段階に達するまでは、成長のために栄養を摂り、肉体の成長が止まった後は、成長のためではなく維持のために栄養を摂る——これと同様に、魂にとっても食物には二つの意味がある。魂は、成長している間は美德や思索によって養われ、あらゆる存在を超越して、キリストの完成の段階に達するまで続く。しかし、これに達すると、定められた手段による成長や発展は止まり、朽ちることのない糧によって、理性を超えた方法、ひいては最高度の成長そのものによって養われるようになり、もはや、与えられた神に似た完全性を保つため、そしてその糧から得られる計り知れない喜びを味わうためだけにそれを受け入れる。その糧を受け入れることで、常に等しく訪れる幸福を享受し、神聖な恩寵に与ることで神となり、知性と感覚によるあらゆる行為から自らを離れ、同時に、自分と共に、その身体が到達しうる神格化の程度に応じて結合された身体の自然な作用をも停止させる。こうして、魂と身体を通して唯一の神が輝き、その自然な特徴を栄光の豊かさによって打ち勝つのである。

70. 愛する者たちの中には、永遠の住まいと約束された嗣業の違いが何にあるのか、すなわち、それが場所によって決まるのか、それとも各人の霊的完全性の量と質によって決まるのか、そのすべてを究明しようとする者たちがいる。ある者には前者が、また別の者には後者が正しいように思われる。「神の国はあなたがたの内にある」（ルカ17:21）ということ、また「わたしの父の家には住む場所がたくさんある」（ヨハネ14:2）ということを知った者は、後者の立場に立つだろう。

71. 神であり父である御国の全能性は、すべての信者の中にありますが、恵みによって、自然的（霊的・肉体的）な生活へのあらゆる傾向を完全に捨て去り、霊的な命を得た者たちの中にこそあります。それゆえ、彼らは「もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです」（ガラテヤ2:20）と語ることができるのです。

72. 善行の労苦によって「地上の肢体を死に委ね」（コロサイ3:5）ことができ、また御言葉の戒めを果たすことによって、自分の中に存在するこの世に打ち勝つ者は、すでにこの世を捨て、情欲に満ちたこの世の支配者であり、あらゆるこの世の与え主であるキリストの中に住み始めた者として、いかなる悲しみも抱くことはない。なぜなら、物質的なものへの執着を捨てていない者は、当然、悲しみを抱くことになる。それは、本質的に変わりやすいものが変化することにつれて、その感情も変化してしまうからである。しかし、キリストのうちに生きるようになった者は、それがどのようなものであれ、もはや物質的なものの変化を、いかなる形でも感じ取らないのである。それゆえ、主はこう言われている。「これらのことをあなたがたに語ったのは、あなたがたがわたしの中に平安を持つためである。世には苦しみがあるが、勇気を出しなさい。わたしはすでに世に打ち勝ったからである」（ヨハネ16:33）。すなわち、わたし、すなわち御言葉の中にあって、あなたがたは、地上の事柄や情欲の移ろいや混乱から解放され、平安を持つことになる。一方、この世、すなわち物質的なものへの執着においては、そこでは絶え間なく物事が変化し続けるため、あなたがたは苦難に直面することになる。悲しみは、徳を行なう者も、それに伴う労苦ゆえに、また世を愛する者も、物質的なものにおける損失や欠乏ゆえに、双方に生じ

る。しかし、一方にとってはそれが救いとなり、他方にとっては破滅的で有害なものとなる。どちらにとっても、安らぎは主にある。前者にとっては、善行の労苦の末に、観想の状態における無情の安らぎを与えてくださるからであり、後者にとっては、悔い改めを通じて、朽ちゆくものへの常習的な執着を取り除いてくださるからである。

**73.** 私たちは、肉体の情欲を打ち倒すだけでなく、心の情欲に満ちた思いをも根絶しなければならない。それは、「朝、私は地のすべての罪人を打ち砕き、主の都から不法を行う者たちをすべて滅ぼす」（詩編100:8）と語られる聖なる方に倣うためである； すなわち、肉体の情欲とは、心の不義な思いのことである。

**74.** 敬虔かつ正しい知恵をもって、徳の道を、それに反する側へ逸れることなく、汚れのないままに保つ者は、無情のゆえに自分に降りかかる神の試練を理解するであろう。同じ聖なる預言者が、「私は歌い、理解する。清き道のうちに、主が私のところに来られるとき」（詩編100:2）

**75.** 敬虔の道に導かれる者は、戒めを守るための善意のみに導かれるべきではなく、神の正義の裁きの厳しさを心に留め、より頻繁に善行に励むよう奮い立たされるべきである。そうして、愛をもって神聖なものを渴望すると同時に、恐れをもって悪から身を遠ざけるのである。なぜ「主よ、私はあなたの慈しみと裁きを歌います」（詩編100:1）と語られるのか。それは、愛によって喜びに満たされた者が祈りを込めて神と語り合うのと同様に、恐れによって強められて神への賛美を捧げることを証ししているからである。

**76.** 唯一無二の、始まりも本質も超越した善なる存在、三位一体の唯一者、すなわち父、子、聖霊、この三つの無限なるものが互いに支える存在がある。その存在について、すなわち、神がどのようなお方であるか、何であるか、どのようなお方であるかについては、被造物の知性にはいかなる理解も及ばない。それは、思考する者たちのあらゆる理解から逃れ去るが、決してその内なる秘められた本質から生じるものではなく、あらゆる知識をはるかに凌駕する知識である。

**77.** 唯一の神である父、唯一の御子の生み主、そして唯一の聖霊の源；融合することのない唯一性、そして分割することのない三位一体；始まりなき知性、唯一の御子、すなわち本質的に始まりなき御言葉、および唯一の永遠に存在する命、すなわち聖霊の源である。

**78.** 唯一の神、始まりなく、本質的に存在する唯一性であり、部分を持たず、分割できない；唯一性と三位一体は、まさに同一である。

**79.** 神であるキリストは生まれ、理性を備えた魂を持つ肉を受け入れて人となられた。すなわち、すべての被造物に存在を授けた方であり、その方を処女が超自然的に産みながらも、処女のしるしを何一つ失うことはなかった。なぜなら、御自身が人間となられたとき、その本質を変えず、その力を変容させなかったのと同様に、御自身を産んだ方を母としつつも処女として保たれ、一つの奇跡の中で別の奇跡を示し、それぞれの奇跡が互いに他方を覆い隠しているからである。神ご自身は、その本質において、常に神秘的に隠されており、もし時折、ご自身の自然な隠秘性からご自身を現わされとしても、その現れそのものが、かえってその隠秘性をさらに深めるような形でなされるのである。かくして（人間として誕生された際にも）、神は聖母を産む母とされ、その誕生そのものが、処女性の解きがたい絆を築き上げたのである。

**80.** 私たちは信仰をもって、神の受肉の神秘を見つめ、私たちのためにこれを行ってくださった方を、詮索することなくただ賛美しましょう。なぜなら、自分の理性の探究力に頼って、神である御言葉がどのようにして受胎するのかを言い表せる者がいるのでしょうか。種なしに、どのようにして御身に肉体が形作られるのでしょうか。朽ちることなく、どのようにして生まれ出るのでのでしょうか。いかにして、その母は、出産後もなお処女であり続けたのか。いかにして、あらゆる完全さを超えた御方が、成長を遂げられたのか（ルカ2:52）。いかにして、清らかな御方が洗礼を受けられたのか。いかにして、飢え渴く御方が自ら飢え渴く者を満たされたのか。自ら労苦しながら、どうして力を与えられたのか。自ら苦しみながら、どうして癒やしを与えられたのか。自ら死に臨みながら、どうして生を与えられたのか。そして——最初のことから最後のこと

へと述べるならば——どうして神が人となり得るのか、さらにそれ以上に神秘的なこととして、どうして御言葉が、位格としては本質的に肉の中にありながら、本質としてはすべて父の中に留まり続けているのか。いかにして、神は本質において唯一でありながら、いかなる本質——神である神の本質も、人間となった私たちの本質も——を一切否定することなく、自然に人間となられたのか？——これらすべての神秘は、言葉や理性を超えた実在を告白する一つの信仰によって包含されている（ヘブライ人への手紙11:1）。

**81.** アダムは戒めに背いたことで、私たちの本性の誕生が感覚的な快樂に端を発することを知った。主は、この快樂を本性から排除されたため、ご自身にとって種による受胎はふさわしくないと認められた。戒めに背いた妻は、私たちの本性の誕生が苦しみから始まることを示した。主は、これらを本性から切り離し、ご自身が誕生された際、産んだ者が朽ち果てることを許されなかった。それは、自発的な快樂と、それによる不本意な苦痛とを共に本性から取り除くためであり、創造主ではなかったものを滅ぼす者となられたのである。そして、霊において、おそらくは苦しみや病から始まるかもしれないが、あらゆる点で神聖な甘美と果てしない喜びをもって終わる、別の命が神秘的に始まるべきであることを教えるためである。このために、人を創造された方が人となり、人として生まれ、人を救い、情欲を情欲をもって癒やし、私たちの情欲を滅ぼす者として現れ、さらに御自身の肉における苦難によって、慈愛をもって私たちの霊的な善き心構えを新たにしてくださる。

**82.** 徳のためには、苦痛を伴う労苦の中で奮闘することが有益である。なぜなら、そのような場合、徳は、すべてを快く耐え忍ぶ者への報いとして、魂の無情をもたらすからである。それによって、魂は愛をもって神と結びつき、肉と世への愛着から解き放たれる。肉体の消耗は、魂の強化である。

**83.** 感覚的な快樂の誘惑に溺れ、私たちは真の命よりも死を選んだ。それゆえ、この快樂を打ち砕く肉体の労苦を感謝して耐え忍ぼう。そうすれば、死によってその快樂が滅ぼされ、それとともに、その快樂によって生じた死も滅ぼされたとき、かつて快樂と引き換えに売り渡した命が、今やわずかな肉体の労苦と引き換えに再び買い戻され、私たちのもとに帰ってくるのを受け入れることができるだろう。

**84.** もし、肉体が健やかで満ち足りているとき、罪の力が通常強まるのであれば、肉体が乏しいとき、徳の力が強まるのは明らかである。さあ、私たちは、この肉体の疲労——心の汚れを清め、将来の栄光をもたらすもの——を勇敢に耐え忍ぼう。「今この時の苦難は、私たちの中に現れようとする栄光に比べれば、取るに足らないものだからである」（ローマ8:18）。

**85.** 医師が身体を治療する際、すべての人に同じ薬を処方するわけではないのと同様に、神もまた、魂の病を癒すにあたり、すべての人に適した単一の治療法を知っているわけではない。しかし、それぞれの魂にふさわしいものを与え、癒やしを成し遂げられるのである。ですから、たとえ私たちに苦しみがあるとしても、癒やされている者として、神に感謝しましょう。その結末は至福だからです。

**86.** 疲弊した肉体の反抗ほど、魂の在り方を如実に暴くものはない。なぜなら、もし魂がそれに屈すれば、神よりも肉体を愛していることを示すことになるからである。しかし、もしそのような誘惑に動じずにいられば、肉体よりも徳を尊んでいることを明らかにする。それゆえ、神を自らの内に住まわせることになる。神は、そのために、私たちの人間性をもって苦しみを受け入れ、かつて弟子たちに「勇気を持ちなさい。わたしがすでに世に打ち勝ったのだから」（ヨハネ16:33）と叫ばれたのである。

**87.** もしすべての聖人たちが教訓的な懲らしめを受けたのであれば、私たちも、教訓的な懲らしめを受ける際に、彼らと共に感謝し、彼らの栄光に与るにふさわしい者となるよう願おう。「主は愛する者を懲らしめ、受け入れるすべての息子を打たれる」（箴言3:12；ヘブライ人への手紙12:6）。

**88.** アダムは、彼に甘美さを差し出した「肋骨」（肋骨から造られた妻）を受け入れたが、それによって人類を樂園から追放してしまった。しかし、主は、肋骨を槍で貫かれることを喜ん

で受け入れ、強盗を樂園へと導かれた。それゆえ、肉体の苦痛に満ちた試練を愛し、その甘美さを憎もう。なぜなら、前者は樂園へと導き、その恵みにあずかせてくれるが、後者はそこから追い出し、その恵みを奪い去るからである。

**89.** もし神が人となられて肉体の苦しみを受けられたのなら、神をその苦しみの共同者として、苦しむ時に誰が喜ばないだろうか。なぜなら、神と共に苦しむことは、御国への道となるからである。「私たちは神と共に苦しみ、神と共に栄光を受ける」（ローマ8:17）と語った者は真実である。

**90.** もし、私たちの性質に先祖によって混入された欲望のゆえに、病に苦しむことがあらゆる点で避けられないのであれば、私たちはその欲望の刺を鈍らせ、その欲望による永遠の苦しみから私たちを救い出す、一時的な苦痛を勇敢に耐え忍ぼうではありませんか。

**91.** あらゆる善の究極は愛である。なぜなら、愛は、その中を歩むすべての人を導き、至高の善である神——あらゆる善の源——へと近づけ、そこに至らせるからである。愛は常に忠実であり、決して離れることなく、常に不変であり続ける。信仰は、真理を確固として確立するものであり、それに続く希望と愛の基盤である。希望は、その左右に立つ愛と信仰の砦であり、それ自体によって両者に（信仰の対象である）真実性と（愛されるべき）愛らしさを示し、それへと至る道を自ら示して教えるものである。愛はそれらの成就であり、あらゆる最終的な望みを包み込み、その中で安らぎを与えるものである。それは、あるがままの現実への信仰や、未来への希望に代わって、それらを現実のものとして所有し、本来備わっているものとして味わうことを、自ら（そしてその内面において）もたらすのである。

**92.** 三つの悪がある。それらは最も大きく、悪の根源であり、端的に言えば、あらゆる悪の生みの親である。すなわち、無知、自愛、そして憎しみであり、これらは互いに密接に結びつき、相互に支え合っている。なぜなら、神に対する無知から自愛が生まれ、そこから同質なるものに対する憎しみが生じるからである。そして、悪しき者が、私たちの中にそれらを生み出し、煽り立て、私たちの力——理性、欲望、そして活力——を悪用するよう教えていることについては、誰も異議を唱える者はいない。

**93.** 無知の代わりに、理性をもって、神を熱心に探求し、渴望によって神を知ること、神へと高みへ昇るべきである。その際、理性を自己愛という情欲から清め、すべての欲望をもってただ神のみに向かい、憎しみから解き放たれたエネルギーをもって、唯一の神を捉え、自分の中に神聖で至福の愛を築き上げるよう努めなければならない。その愛は、神と結びつき、神を愛する者を神として現すものであり、それら（すなわち、神への認識と神への渴望）から生まれ、またそれらのために存在するものである。

**94.** 自愛——私が述べたように、あらゆる悪の始まりであり母である——を拒絶するとき、それとともに、そこから生じるすべてのものも拒絶されることになる。なぜなら、自愛がなくなれば、いかなる種類の悪も、いかなる痕跡も、もはや私たちの中に立ち続けることはできないからである。

**95.** 私たちは、キリストご自身が、私たちのために苦難を受けることをお選びになり、ご自身の模範によって最初に示されたように、自分自身と互いを尊び、愛さなければならない。

**96.** 神への完全な愛の現れであり、その証しとは、隣人に対する誠実で慈愛に満ちた心遣いである。なぜなら、「目に見える兄弟を愛さない者が、目に見えない神を愛することができるだろうか」と、神聖なるヨハネは述べているからである（Iヨハネ4:20）。

**97.** ここに、入る者が至聖所に入り、聖なる御三位一体の、誰にも近づきがたい美しさを仰ぐにふさわしい者となるための門がある。

**98.** 情熱によって神に反抗し、罪という代価を喜んで、魂の破壊者である邪悪な暴君、悪魔に捧げている私たちにとって、まずこの悪しき者に対して断固たる戦いを挑まない限り、神と交わることは不可能である。なぜなら、たとえ自分たちを「信者」と名乗っていても、不義の情欲に自ら進んで奴隷となっている限り、私たちは神の敵であり、対立者であり続けるからである。そして、私たちの魂がその気質において邪悪であり、その創造主に対して反旗を翻し、神の王権



の下に置かれることを拒んでいる限り、この世の平和から何の益も得られない。その一方で、魂は、自分を罪へと陥れ、救いの道ではなく、むしろ破滅へと導く道を、お世辞を並べて選ぶよう仕向ける、数え切れないほどの邪惡な主たちに自らを売り渡しているのだ。

**99.** 神は、私たちが神の性質にあずかる者となり（Ⅱペテロ 1:4）、神の永遠の本質にあずかり、神に似た者となる（Ⅰヨハネ 3:2）ために、私たちを創造されたのである。それは、すべての存在が整えられ、存続し、まだ存在しないものが存在へと導かれ、生み出されるための、恵みによる神化によるものである。

**100.** もし私たちが神の者と呼ばれ、また神の者でありたいと願うなら、ユダのように御言葉を情欲に売り渡したり、ペトロのように御言葉を否認したりしないという奮闘を受け入れよう。一方、御言葉からの背きとは、何らかの恐れゆえに善を行うことを拒むことであり、裏切りとは、行為による意図的な罪、そして自ら進んで罪を犯そうとする衝動である。

**101.** 人々の自尊心と肉欲的な思惑は、互いを引き離し、律法を歪めて解釈することで、（本来一つである）統一された本性を多くの部分に分断し、今やすべての人を支配する冷酷さを強いた。そして、そのような心構えによって、自然そのものを自分自身に対して（すなわち、人々を互いに敵対させるように）武装させた。それゆえ、健全な分別と高潔な思索をもって、このような自然の気風を打ち砕くことに成功した者は、誰であれ、まず何よりも自分自身に慈しみを示し、心を自然の理にかなうように整え、その心構えによって自然に神に近づき、神の御姿に似せて造られたとはどういうことかを自らの身をもって示し、また、神が初めに、私たちの本性を御自身に似せて、御自身の慈愛をその中に鮮やかに映し出すように創造し、あらゆる点で自分自身と等しく、暴力的ではなく、平和で、動揺せず、神と自分自身とを愛によって密接に結びつけ、——そのような性質によって、私たちは神を渴望して（すなわち、渴望される善として）抱きしめ、互いを共感をもって（同じ実在する本質として）抱きしめるのである。

**102.** 人を愛する神は、人間の性質（すなわち、すべての人々）を御自身のもとに集め、悪への墮落からそれを食い止めるために、人間となられたのである。それによって、人間の本性は、他者に対する態度の不安定な変動（変わりやすさ）ゆえに、自ら分裂し、自らに反旗を翻し、何の抑制も持たない状態にあるのである。

**103.** 現世の快樂や、その苦難への恐れから、力の及ぶ限り距離を置き、あらゆる情欲的な思いや、悪魔のあらゆる悪巧みから確実に解放されよう。なぜなら、私たちは快樂のために情欲を愛し、苦難を理由に徳から逃げてしまうからである。

**104.** 罪の魅惑と甘美さは、通常、それが行われる手段が実行されるのと同時に消え去るものである。それゆえ、人は経験そのものの指し示すところによれば、あらゆる罪の甘美さの後には、常に悲しみと不快感が絶え間なく続くことを知り、甘美さにはあらゆる渴望を抱き、不快感や悲しみにはあらゆる嫌悪を抱くようになった。そして、前者を全力を尽くして求め、後者をあらゆる手段で防ごうと努め、——もっとも、まったく不可能なことだと信じている——この方法で両者を互いに切り離し、ただ快樂だけで自らの邪惡な自尊心を満たそうとし、いかなる悲しみも全く許容せず、情熱に目がくらんでいるときによくあるように、罪深い快樂には常に不快という苦味が伴うことを忘れてしまうのである。なぜなら、罪の甘美さには、本来、悲しみの苦味が混ざり合っているからだ。たとえそれを味わう者たちが、情熱的な甘美さに圧倒されてそのことを忘れてしまうとしても。なぜなら、手に入れたものは常に注意を惹きつけ、その後待ち受けているものに対する感覚を完全に遮ってしまうからである。このように、自己愛から快樂を追い求め、同じ理由であらゆる苦みをあらゆる手段で避けようとすることで、私たちは数え切れないほどの腐敗した情欲を自らに植え付けてしまうのである。

**105.** あらゆる肉欲的な傾向から解放され、真に愛すべき、最も尊く、至高の善である神に、心で結びつき、いや、むしろ心に深く寄り添うとき、誰もそのような甘美さや苦味を感じることはない。

**106.** 神に純粹に仕えるには、魂を完全に清める以外に道がないのと同様に、被造物もまた、自己満足のために肉体を慈しむことなくしては、神に仕えることはできない。この腐敗を招く

肉体的奉仕を行うことで、それゆえに自ら快樂を愛する存在である人間は、絶えず甘美と苦味の力と作用を帯び、常に不従順の木の実を味わっていた。その木には、善と悪の認識が同時に溶け込んでおり、それは実際に感覚によって体験されるものである。

**107.** 理性が支配しないところには、通常、感覚的な力が支配しており、そこには罪の力が不可分に結びついている。その力は、快樂を通じて、魂を、本質的に肉体に親和する欲望へと引き寄せる。その結果、魂は、あたかも自分にとって自然なことであるかのように、肉に対する情熱的で快樂を追い求める配慮を自らに受け入れ、人間を真の自然な生活から遠ざけ、自立した存在を持たない悪の支配者となるよう誘い込むのである。

**108.** 理性ある魂にとっての悪とは、肉と世界に対する情熱的な関係に起因する、自らの自然な善の忘却である。この関係は、指導者となった知性が、靈的な秩序に関する自らの知識に基づき、世界と肉の起源および本質を正しく解釈することで、これを消滅させ、そして魂を、それにとって本来的である靈的な領域へと導く。そこでは、罪の法則が決して踏み込むことはなく、罪を理性（あるいは、理性的で靈的な領域）へと導く橋渡しとなるような感覚が存在しないからである； というのも、かつてこの感覚が魂と持っていた関係はすでに崩壊し、あらゆる感覚的な光景は通り過ぎてしまったため、知性はそれらを乗り越え、もはや全くそれらを感じず、気質的にも自然的にもそれらとは無縁となっているからである。

**109.** 理性が情動を支配下に置き、感覚を美德の道具とするのと同様に、情動もまた、理性を掌握した際には、感覚を罪へと向かわせる。そして、魂が、かつて罪を犯す際に用いていたのと同じ手段を用いて、美德を生み出し、確立するために、いかにしてふさわしい善き行動様式を守るべきかについて、冷静に見極め、考察する必要がある。

**110.** 聖なる福音は、肉的な生活からの離脱と、靈的な生活の受容を説いている。私が言っているのは、人間として、すなわちこの世における肉に属する人間としての生活において常に死んでいる（Iコリント15:31）者たちのことである。彼らは、神の使徒の教えに従い、御霊によって神のためだけに生きている——もはや自分の人生で生きているのではなく、自分の中にキリストが生きているのである（ガラテヤ2:20）。同様に、この世で大きな苦しみ、苦痛、迫害に遭いながらも、喜びをもって迫害やあらゆる種類の試練に耐える者たちも、肉において死んだ者とみなされる。

**111.** あらゆる情欲は、感覚的な対象と感覚との結合から生じ、また形成されるものであり、それは、自然な活動力——すなわち、刺激、欲望、あるいは理性——が、その正しい自然な作用様式から逸脱したときに生じる。さて、もし心が、これら——すなわち感覚的な対象、感情、そしてこれに関与する自然な活動力——が互いに結合する目的を見極め、その推論によって、これらの一つひとつを、それらが本来持つべき秩序へと導き、それぞれをそれ自体として観照することができれば、すなわち、感覚的な対象をそれに対する感覚とは切り離して、感覚をそれに関連する感覚的な対象とは切り離して、そしてこれに関与する能動的力——例えば欲望、あるいはその他の何らかの力——を、感覚的な対象や感覚に対する情熱的な傾向なしに、情熱そのものにその思索を導かせることなく——もし、と私は言うが、理性がこれを成し遂げることができれば； そうすれば、それはかつてイスラエルが溶かした子牛（出エジプト記32:20）のように、どのような情欲であれ、その集合体を粉々に砕き、知識の水の上に散らし、情欲を生み出す事物を本来あるべき自然の状態へと戻すことによって、情欲に関する最も微細な思いさえも完全に消滅させるのである。

**112.** 肉欲による多くの罪の墮落で汚された人生は、「汚れた衣」（ユダの手紙23節）である。なぜなら、人はその生き方という衣を通じて、自分が義人であるか不義人であるかを通常明らかにするからである。ある者は清い衣、すなわち徳のある人生を持ち、またある者の人生は悪行によってすっかり汚れている。——あるいは、より正確に言えば、「肉によって汚された衣」とは、内面の心構えや気質であり、それは、肉から生じる悪しき衝動や行為を思い起こすことによって、良心（あるいは良心の前で）において魂がどのような姿であるかを映し出すものである。そして、その衣を絶えず身にまとっているのを見て、（魂は）情欲の悪臭に打ちのめされる。

なぜなら、霊から、美德同士の理にかなった調和を通じて、魂の中に朽ちることのない衣が作られるのと同様に——それを身にまとうことで、魂は善く、また輝かしいものとなる——同様に、肉からは、様々な情欲が互いに親和性を持って絡み合うことによって、彼女のためにある種の不浄で汚れた衣が生み出され、それは魂そのものを表し、神聖な姿や似姿の代わりに、別の姿や似姿を魂に重ねてしまうのである。

**113.** 人間の本性における神化への希望の堅固かつ確かな基盤は、神の受肉にある。それは、神ご自身が人間となられたのと同じ程度に、人間を神とするものである。なぜなら、罪なくして人となられた方は、その性質を神性へと変容させることなく、ご自身が人のためにご自身を低くされたのと同じ程度に、その性質を御自身へと高め、神格化することができることは明らかだからである。——この神秘について教えながら、偉大なる使徒は、「来るべき世において、神の恵みの限りない豊かさが、私たちの上に現れる」と語っている（エフェソ2:7）。

**114.** 快樂という不浄が、さびのように覆い尽くした魂は、苦痛を伴う労苦によって清められ、物質的なものへのあらゆる傾向が、それを愛することの害を実際に知ることによって、その魂から完全に根絶される。このため、神は正義の裁きに基つき、悪魔が人々を苦痛に満ちた悲しみで苦しめることを許しておられるのである。

**115.** 喜びと悲しみ、そしてそれらに続く欲望と恐怖は、当初、人間の本性とともに創造されたものではない。そうでなければ、それらはこの本性を規定する特徴の一つに数えられていたはずである。しかし、偉大なるグリゴリオス・ニッサスの教えに従えば、それらは、我々の本性に固有の完全性を失った後に導入され、我々の本性の最も理性を欠いた部分に接ぎ木されたのである。そして、戒めを犯した直後、それらが介在することで、至福に満ちた神の御姿の代わりに、我々が言葉を持たない動物に似ていることが、明白かつ明確に露呈したのである。なぜなら、理性という尊厳が曇らされた後、人間の本性は、まさにそれによって非理性の特徴を身につけたものそのものから、正義にかなった形で罰を受けるべきであったからである。神は、人間がそれを通じて理性の優越性を自覚するように、かくも英知に満ちた仕組みをなされたのである。

**116.** 善き、そして救いをもたらす生活を求める熱心な人々の手にある情念もまた、それらが肉欲的なものから賢明に切り離され、天のものを得るために用いられるとき、すなわち、欲望を神の恵みに対する霊的な渴望の激しい動きとし、快樂を、神の賜物に心が感嘆する際に生じる活力を与える喜びへと変え、恐怖を、罪による将来の苦しみを受けないよう注意深く警戒することへと変え、悲しみを、現在の悪を正すことを目的とした悔い改めへと変えるとき、要するに、これらの情動を、現在あるいは予期される悪を消滅させたり防いだりするため、また美德や知恵を獲得し維持するために用いるとき、それは、賢明な医師が、体内にすでに存在する毒による損傷や、毒を持つエヒドナという小獣によって体に現れようとしている損傷を、消滅させたり防いだりするのと同様である。

**117.** 旧約の律法は、能動的な知恵によって、私たちの性質をあらゆる汚れから清める。一方、新約の律法は、観想的な導きによって、心を肉体的なものから、それにふさわしい精神的な事物の光景へと精神的に引き上げる。

**118.** 聖書は、まだ導き入れられたばかり（初心者）の者たち、すなわち神の美德の宮殿の玄関口に留まっている者たちを、「恐れる者たち」（恐れに導かれる者たち）と呼んでいる。一方、徳を理解し実践する上で相応の熟達を得た者たちを、通常「進歩している者」と呼び、また、霊的な知性によって徳の真の知識の頂点に到達した者たちを、「完全な者」と呼ぶ。したがって、情熱による古い循環から背を向け、恐怖の働きによって自らの全心を神の戒めに委ねた者は、たとえまだ美德の習熟を身につけておらず、「完全な者たちの間で語られる」知恵に与る者となっていなくても、初心者にふさわしいいかなる恵みも奪われることはない（Iコリント2:6）。同様に、進歩している者も、その段階にふさわしい恵みのどれ一つとして失うことはない。たとえば、完全な者たちに特有の、神聖な事柄に関する究極の知識をまだ得ていなくとも。そして、すでに神秘的に観想的な神学に与り、あらゆる物質的な妄想から心を清めた完全な者たちは、神の

美の像を何一つ欠けることなく完全に体現する神の愛を、自らの内に深く根付かせているのである。

**119.** 恐れには二種類ある。一つは清いものであり、もう一つは清くないものである。罪の意識と、それに伴う苦痛への予感によって生じる恐れは、清くない。なぜなら、その原因は自覚している罪にあり、また、悔い改めによって罪が取り除かれるとともに消え去るため、永遠に続くことはないからである。一方、罪によるこの恐ろしい不安がなくとも、常に魂の中に存在する恐怖は清く、決して消えることはない。なぜなら、それは被造物としての捧げ物として、あらゆる王国や力を凌駕する神の偉大さに対する、万物に共通する自然な畏敬の念を現すものであり、神に内在するものであるからである。

**120.** 聖霊は、すべての人を包み込み、すべての人を顧み、すべての人の中に（善の）自然な種を働かせる者として、すべての人の中に普遍的に存在する。しかし、律法の下にある者たちにおいては、聖霊は、戒めの違反を指摘し、キリストに関して預言された約束を明らかにする者として、明確に存在する。一方、キリストにあって生きる者たちにおいては、前述した役割に加え、御子を与える方、すなわち養子縁組をもたらす方としてもおられます。また、知恵の与え手として、前述した者たちの誰の中にも、単純かつ無条件に御霊がおられるわけではありません。ただ、御業を理解し、神に似た生活によって御霊の神性なる臨在にふさわしい者となった者たちの中にのみ、御霊がおられるのです。なぜなら、神の御心を行わない者は、たとえ忠実であっても、悪しき思いの巣窟である不賢明な心を持ち、罪に服従する（すなわち、罪に有罪である）肉体は、常に不浄で情欲に満ちているからである。

**121.** すべての人類の救いを望み、彼らが神となることを切望する神は、彼らの虚栄と自惚れを、実を結ばないイチジクの木のように呪いによって枯らし（マタイ21:19）、彼らが、単に義人に見えることよりも真の義を優先し、偽善的な「善人ぶった見せかけ」という衣を脱ぎ捨て、神の御言葉が望むように、真摯に徳の実践に取り組み、敬虔に余生を送り、人々の前で外見的に善人ぶるよりも、むしろ神の前で心の善き在り方を保つよう努めるようにするためである。

**122.** 悪魔は神の敵であり、復讐者である。敵とは——神に対する憎しみから、私たち人間に対して偽りの、しかし破滅的な愛を装い、様々な情欲を煽り立て、そこから得られる快樂の誘惑によって、私たちの意志を惑わし、永遠の善よりも一時的な快樂を優先させ、それによって魂のすべての向きを奪い取り、私たちを神の愛から完全に遠ざけ、私たちを創造された方に対する恣意的な敵へと変えてしまうものである。復讐者——それは、私たちに対する憎しみをすべて注ぎ出し、罪によってあたかも彼に従属するようになった私たちへの罰として処刑を要求するときである。なぜなら、人間の が処刑されるのを見るほど、悪魔を喜ばせるものはないからである。そして、それが彼に許されると、彼は嵐のように、神の許しによって権威を与えられた者たちに襲いかかり、（自発的な情欲に対する）不本意な苦しみの一つまた一つを次々と仕掛け、神の命令を果たそうとするのではなく、ただ私たちに対する彼の激しい憎しみを満たそうとするのである。そうして、悲しみや苦難の重みに耐えかねた魂が、神の助けへのあらゆる希望を捨て去り、教訓となるべき悲惨な出来事が、かえって神の存在そのものへの信仰を失わせる原因となるようにするためである。

**123.** 神の許しなしには、悪魔たち自身も何一つ悪魔に仕えることはできない。なぜなら、神は、人間を愛し、善なる摂理をもって、私たちが犯した罪に対して、その僕たちを通じて悪魔が様々な懲罰を行うことを、いかに適切に許すべきかを知っておられるからである。聖書はヨブ記の記述において、このことをはっきりと示している。そこには、悪魔が神の許しなしには、ヨブに対してまったく何もできなかったと記されている。

**124.** 神は善なるお方であり、私たちの中から悪の種、すなわち、神への愛を心から奪い去る快樂を求める欲望を完全に根絶したいと願っておられるがゆえに、悪魔が私たちに苦難や苦しみをもたらすことを許しておられる。それは、苦難を通じて、以前の欲望の毒から魂を清め、現在の、単なる官能を喜ばせるだけの欲望——以前の欲望を満たした際、苦痛以外の何の益ももたらさなかったもの——に対する憎悪と完全な嫌悪を魂に植え付けるためであり、——かつてそれ

らの欲望を満たした際、苦痛を伴う結果以外に何の益ももたらさなかったように——そして、このようにして、敵の最も苦痛に満ち、人間を憎むような力を、自発的に美德に背いた者たちが美德へと回帰する直接的な原因とするためである。

**125.** 神の恵みが踏みにじられたことに苦しむ者は、もし自分を癒やす神の摂理の目的を知れば、起こった不幸な出来事も感謝をもって喜び受け入れ、罰せられる罪を喜んで改める。しかし、そのような癒しの意図に対して無感覚なままである者は、与えられた恵みを正当に失い、情欲の混乱に陥り、内面に持っていた傾向や志を実現することに任されることになる。

**126.** 神の許しにより、自らの改心を促すために、不本意な試練として降りかかる悲惨な災難を、感謝をもって受け入れず、自らを義人であると見なす驕りから、悔い改めを先延ばしにする者は、その者は、神の正義の裁きの定めに対抗し、神の御命令に従ってバビロンの王のくびきの下に置かれることを恣意的に拒む者として、捕虜となり、鎖や束縛、飢餓、死、そして剣に苦しみ、自らの地から完全に追放される。これらすべて、そして他にも多くの同様の苦難を耐え忍ぶのは、自らの土地から、徳と知恵の精神における善意と習慣を、自らの不本意、高慢、そして罪の清めに対する自己への虚栄心から失い、神の使徒の言葉を借りれば、「*苦しみ、困窮、窮地*」（Ⅱコリント12:10、6:4）に喜んで留まることを拒む者もまた、これらすべてと、その他多くの類似した苦難に耐えているのである。偉大なる使徒は、過酷な肉体的状況による外的な屈辱が、魂の中に神の宝を保つ性質を持っていることを知っていた。だからこそ、彼は自らも、また、自身の内に信仰と徳の模範を示すべき人々のためにも、それらを喜んで耐え忍んだのである。それは、たとえ彼らが自らの過ちによって何か苦しみを被ったとしても、懲罰を受けたあの者、コリント人（Ⅰコリント5:5）のように、たとえ自らの過ちによって同様の苦しみを味わったとしても、無実の者が苦しんでいる姿を目の当たりにし、それを慰めとし、その忍耐を模範とすることができるよう。

**127.** 神聖な使徒は、聖霊のさまざまな働きを、同じ聖霊によって与えられるさまざまな賜物と呼んでいる（Ⅰコリント12:4）。このような聖霊の現れは、各人の信仰の程度に応じて、特定の賜物への参与として与えられる。すなわち、信者一人ひとり、その信仰と内面の状態に応じて、聖霊の働きを相応に受け入れ、それによって、ある戒めや別の戒めを果たすのに十分な心構えと力を与えられるのである。

**128.** ある者は知恵の言葉を、ある者は理解の言葉を、またある者は信仰を、さらに別の者は、偉大な使徒が列挙した賜物（Ⅰコリント12:8-12）のうちの他の何かを受け取るのと同様に、ある者は信仰に応じて、御霊を通して、神に対する完全で、直接的であり、物質的なものを一切含まない愛の賜物を受け取る。またある者は、同じ御霊によって、隣人への完全な愛という賜物を受け、さらに別の者は、私が述べたように、同じ御霊によって別の賜物を受けます。なぜなら、各人には、その人の中で働く独自の賜物があるからです。実際、戒めを果たすためのあらゆる実効的で力強い心構えを、使徒は御霊の賜物と呼んでいるのです。

**129.** 信仰とは、内なるすべてを善き心構えの中に保つ力であり、あるいは、信仰する者と信仰の対象である神との、超自然的かつ直接的、そして完全な合一をもたらす、その善き心構えそのものである。

**130.** 人は魂と身体から成り立っており、二つの律法、すなわち肉の律法と霊の律法の影響を受ける。このうち、肉の律法は感覚的な作用を持ち、霊の律法は思念的あるいは霊的な作用を持つ。この際、肉の法則は感覚的に作用して通常は物質と結びつけるが、霊の法則は知的あるいは霊的に作用して、神との直接的な合一をもたらす。したがって、「*心の中で思案しない*」（ルカ11:23）——すなわち、信仰によって成し遂げられた神との直接的な合一を断ち切らない——という者がいるのは、全く自然なことである。その者は、無情な者であるばかりか、むしろ信仰による神との合一の力によって神となった者として、「*この山よ、ここからあそこへ移れ*」と言うと、*山は移る*（マタイ17:20）と言う。この言葉は、指で指し示すかのように、肉体の思慮と律法が実に重く、動かしがたいものであり、私たちの自然な力にとっては全く不動で揺るぎないものであることを示している。

**131.** 人間の本性には、感覚を通じて、理性を欠いた生存欲、すなわち動物性という力が深く根付いているため、多くの人々は、人間を、現世の快樂を享受する能力しか持たない肉体以外の何物でもないと思っている。

**132.** 主は、「*まず神の国とその義を求めなさい*」（マタイ6:33）、すなわち、何よりもまず真理の認識を求め、その後に敬虔な品性を身につけるための積極的な実践を求めよ、と仰せになり、信者たちは唯一の神の知恵と、それを善行によって飾る美德を追求すべきであることを明確に示された。

**133.** 信仰者が神の認識と徳のために求めなければならないものは多く、それらは次のようなものである。すなわち、情欲からの解放、誘惑への忍耐、徳の理解、およびそれに相応する行いの認識、肉に対する魂の執着の排除、感覚が感覚的なものに向く傾向からの疎外、心からすべての被造物への完全な離脱——そして総じて言えば——罪と無知から遠ざかり、知恵と徳を身につけるために必要なものは数え切れないほど多い。それゆえ、主はこう言われた。「*あなたがたが祈りの中で求めるものはすべて、信仰をもって受け取るであろう*」（マタイ21:22）と仰せられたのである。これは、神の認識と徳に寄与するあらゆるものを、敬虔な者たちは理性と信仰をもって求め、願い求めるべきであることを示している。なぜなら、これらすべては私たちにとって魂の救いとなるものであり、主は常に、御自身に求める者たちにこれを与えてくださるからである。

**134.** 「*命の香りを放つ者*」（Ⅱコリント2:16）であった使徒は、自らの模範によって、信者たちが徳の芳香を得るために積極的に努めるよう導き、また、説教者として、恵みの御言葉に従順な者たちを、感覚的な生活から霊的な生活へと移し変えた。「*死に至る死の香り*」として、無知の死から不信仰の死へと転落した者たちに対しては、彼らに待ち受ける裁きを実感させたのである。

**135.** 魂には三つの力がある。すなわち、理性的な力、衝動的な（精力的な）力、そして情欲的な力である。理性的な力によって、我々は何が善であるかを知ろうとし、情欲的な力によって、知られた善を渴望し、衝動的な力によって、その善のために奮闘し、闘うのである。神を愛する者たちは、これらの力を用いて神聖な美德と知恵を求め、一つはそれを求め、もう一つはそれを渴望し、三つ目はそのために奮闘することで、朽ちることのない糧と、心を豊かにする神聖な事柄の知恵を受け入れるのである。

**136.** 人間の本性を創造された神は、御自身の御心により、人間に存在を授けると同時に、それにふさわしい行いを実行する力も併せて与えられた。ここでいう「力」とは、本質的に私たちの本性に組み込まれた、美德を実践しようとする衝動（誘引）を意味し、それは、それを有する者の意志によって、意識的に行動として現れるものである。

**137.** 人間が、感覚的であり、身体に固有の、物事を快・不快によって区別するという一点に固執するならば、神の戒めに背き、善悪の知識の木、すなわち感覚的な無言、あるいは非理性から実を味わうことになる。つまり、身体の健全性を保つために役立つものをよく見分け、その結果として、快いものを善として受け入れ、不快なものを悪として避けることができるのである。もし彼が、一時的なものと永遠なるものを正しく区別する理性的な推論に全面的に従うならば、神の戒めを守り、命の木、すなわち心の中に築かれる至知を味わい、魂の救いに役立つものを正しく見分けることを知り、その結果として、永遠の恵みの栄光を善として受け入れ、一時的な恵みの儚さを悪として拒むのである。

**138.** 知性にとっての善とは、霊的なものに対する無欲な傾きであり、悪とは、感覚的なものへの情欲に駆られた傾向である。一方、感覚にとっての善とは、快樂を求める情欲を味わうことによる肉体への情欲的な衝動であり、悪とは、それが奪われることによって生じる不快な状態である。

**139.** ブドウはワインを生み出し、ワインは酩酊をもたらし、酩酊は狂乱（悪、すなわち一時的な理性の喪失）である。活気ある心——それはブドウに例えることができるが、——もまた



、美德によって耕作されることで知恵を生み出し、その知恵は、心を感覚の束縛から解き放つ善なる恍惚を生み出すのではないだろうか。

**140.** 感覚的な事柄についての思念とともに、悪意ある者は、それらの外見や形態に関する想像を狡猾に混入させる。それによって、通常、私たちの理性的な活動が、思考的・精神的なものと向かう途上で、（あるいは貫いて）存在する感覚の只中を、思考的なものや霊的なものへと向かう途上で停止してしまう。そこでこそ、敵は魂を墮落させ、情熱的な動揺へと陥れることに成功するのだ。

**141.** 神の言葉は光であり火である。それは、自然な思いに光を当て、不自然な思いを焼き尽くすからである。また、戒めを守ることによって待ち望まれるより良い生活を目指す者たちのために、感覚的な生活の闇を追い払う一方で、肉への愛ゆえに自ら進んでこの（感覚的な）生活の暗い夜にとどまる者たちを、裁きと非難の火によって罰するからである。

**142.** 私たちの知性の力は、その性質上、有形および無形の存在を認識することができる。しかし、聖なる三位一体については、ただ一つの恵みによってのみその知識を受け入れ、それが存在することだけを信じ、決して悪魔的な知性がそうするように、その本質が何であるかを究明しようとはしない。

**143.** 信仰の清らかな眼をもって、来たるべき祝福の輝きを仰ぎ見た者は、喜んで、自らの地、自らの親族、そして実家から去るよう命じられたことに従い、肉に対するあらゆる同情や執着、感覚やあらゆる感覚的なものへの愛着を捨て去り、もしこの世からの誘惑に遭遇したとしても、自然を超越して、その誘惑の理由を自然よりも優先する。それは、イサクよりも神を優先した偉大なるアブラハム（創世記22章1節以下）に倣うものである。

**144.** 栄光のためでもなく、貪欲の目論見でもなく、お世辞や人に気に入られようとするためでもなく、見せびらかしのためでもなく（1テサロニケ2:3-5）、徳を修め、神の聖書を学ぶよう努め、すべてを神のためにし、語り、考える者は、知恵をもって真理の道を歩んでいるのである。

**145.** 断食し、あらゆる情欲を煽る食物を控え、その他にも、魂を罪深い欲望から解放するのに役立つような多くのことを行う者は、次のように語られている道（ルカ3:4）、「**主の道を整えよ**」を備えているのである。しかし、虚栄心や強欲、あるいはお世辞や人に気に入られようとするため、あるいは神に喜ばれるためではなく、他の何らかの理由でそのような生活様式をとる者は、「**神の正しい道を歩んでいない**」のである。道を備えるための労苦は負うが、その歩む道において神を宿すにはふさわしくない。

**146.** 真の生活に身を捧げた者は、あらゆる苦難——自発的なものであれ、不本意なものであれ——が、「**死の母である情欲**」（ヤコブ1:15）に対する「**死**」となることを知っており、あらゆる鋭い、不本意な誘惑に遭遇しても、喜びと楽しさをもって受け入れ、忍耐をもってこれらの苦難を平坦で滑らかな道へと変え、——高き召しの栄光（フィリピ3:14）へと、迷うことなく導き、その道を敬虔に歩みながら神聖な歩みを全うする。なぜなら、死の母は情欲であり、情欲の死は、自発的であるか、あるいは意志に反して生じる苦難だからである。

**147.** あらゆる曲がりくねった、複雑に構成され、あらゆる感覚と多様に絡み合った欲望を節制によって抑え込み、「**険しい道をまっすぐにした**」者であり、遭遇した耐え難く残酷な苦難を忍耐によって乗り越え、険しい道を滑らかにした者である。なぜならば、彼は美德とそのための労苦に対する報いとして、それらを正しくかつ正当に受け止め、美德への渴望をもって情欲に打ち勝ち、真理への愛をもって悲しみの苦痛を抑え込み、これらすべてにおいて神聖な偉業を勇敢に成し遂げたゆえに、聖書に記されているとおり、「**神の救い**」を「**仰ぎ見る**」のである（イザヤ書40:5）

**148.** 自発的な情欲、すなわち欲望の動きによる曲がりくねった道（すなわち、歪みや紆余曲折）を、節制によって真っ直ぐにし、また、不本意な誘惑による鋭い試練、すなわち様々な種類の苦難を、忍耐によって和らげ、道を平らにした者——この者は、真に「**神の救い**」を仰ぎ見る。すなわち、心が清くなった者は、美德と敬虔な瞑想の力によって、闘いと奮闘の果てに神を

仰ぎ見るのである。これは主の御言葉「心清き者は幸いである。彼らは神を仰ぎ見るからである」（マタイ5:3）とあり、徳を全うするための労苦の報いとして、無情の恵みを受け取る。この恵みなしには、誰も神を見ることはできない。

**149.** 心は、神への記憶がそこに生き続けている限り、黙想を通じて主を求める（詩編26:4, 8）。しかし、それは容易なことではなく、「主への畏れをもって」（歴代誌下26:5）、すなわち戒めを全うすることによって行われるのである。なぜなら、この実行なしに主を求める者は、主を畏れる心をもって主を求めなかったため、主を見いだせないからである。「主は彼を繁栄させてくださる」（同上）。なぜなら、知識をもってなすべきことを行う者すべてに対し、主は繁栄をもたらし、様々な美德を教え、被造物の真の意味を明らかにしてくださるからである。

**150.** 信仰、希望、愛がなければ、悪なるものから何一つ完全に根絶されることがないのと同様に、善なるものからも何一つ完全に確立されることはない。信仰は、苦闘する心を神にすがらせるよう説得し、あらゆる霊的な武器が彼のために用意されているという確信によって、彼に大胆さを与える。希望は、敵対する勢力の根絶を約束し、神の助けに対する欺くことのない保証人となり、愛は、たとえ戦いの最中であっても、その心を神との親密な結びつきから容易には引き離せないもの、むしろ全く引き離せないものとし、その心の全力を神への渴望へと向けさせる。

**151.** 信仰は、苦闘する精神を慰め、助けが確実であるという確信をもってそれを鼓舞する。希望は、確かな助けを眼前に示すことで、敵対者たちの攻撃を退ける。そして愛は、神を愛する精神にとって、敵の攻撃を無力（あるいは無効）なものとし、神への切なる憧れによって敵を完全に無力化させる。

**152.** 神への回心は、それ自体、神聖な希望が心から完全に受け入れられていることを明らかに証している。この希望がなければ、いかなる者においても、いかなる理由によっても、神への志向は決して生じない。なぜなら、希望とは、未来を現在のように目の前に描き出し、敵の力に苦しめられている者たちに、彼らを庇護する神が決して彼らから離れることはないことを確信させる性質を持つからである。聖徒たちが戦いを繰り広げるのは、まさにその神のためであり、その神のためにである。何らかの期待——それが達成しやすいものであれ難しいものであれ——がなければ、誰にも善への回心は決して起こらないからである。

**153.** 神の力に支えられたあらゆる精神は、あたかも長老や君主のような存在を備えている。すなわち、——「思考の力」であり、そこには理性的な信仰が生まれ、常に神に不可言のうちに内在するものを観想し、未来の恵みをあたかも現在のもののよう希望をもって享受することを教える——「渴望の力」——これによって神聖な愛が確立され、意志を最も清らかな神性への渴望へと結びつけ、渴望する対象への好意を揺るぎないものとして保つ；——そして「刺激の力」——これによって神聖な平和が力強く定着し、あらゆる渴望の動きを神性への愛へと向かわせる。あらゆる精神は、悪を根絶し、美德を植え付け、維持するにあたり、これらの力をその助け手として持っている。

**154.** あらかじめ情欲から清められていない者は、自然界の事物について考察してはならない。なぜなら、感覚的な事物のイメージは、情欲から完全に解放されていない精神を情欲へと引きずり込む恐れがあるからである。なぜなら、感覚の快楽に溺れ、感覚的な事物の表象に長い間思いを留めている心は、不浄な情欲を生み出す原因となり、それゆえに、それと同質である精神的な事物を観想する力を持たないからである。

**155.** 情欲が蠢く時、勇敢に感覚を封じ、感覚的な事物の夢想や記憶を完全に追い払い、心の外にあるものを探究しようとする心の自然な衝動を完全に抑え込む者こそ、神の恵みの助けを借りて、自分に立ち向かう悪しき暴虐的な情欲と悪魔の暴力を、勝利をもって打ち負かし、恥をかかせるのである。

**156.** 心が狂い、怒りが抑えきれず、欲望が獣のようになり、その結果として無知、わがまま、そして恥ずべき衝動が魂を支配するとき、罪深い習慣は、様々な官能的な快楽と結びついて、力強く現れるのである。

157. (目に見えない敵との) 目に見えない戦いあるいは衝突を賢明に避けることを学んだ心は、悪の勢力の攻撃を受けている間、自然な推論に及ぶことも、他の何事を行うこともすべきではなく、ただ祈り、労苦をもって肉体を疲れさせ、物質的な思索を細心の注意をもって断ち切り、そして城の城壁——つまり、心の美德という見張り、あるいは美德を守る手段、すなわち節制と忍耐——を守り抜くべきである。そうすることで、敵が何らかの形で魂を巧みな手口で惑わせ、その志向を自らの側に引き寄せ、神から遠ざけ、「濁った墮落」(アッバク 2, 15)で魂を酔わせ、より良いものを求める心を、架空の善によって悪いものへと引きずり込まないためである。

158. 分別ある包括的な節制と忍耐をもって、勇敢に感覚を封じ込め、精神の力を通じて感覚的なイメージが知性に入り込む道を遮断した者は、悪魔のあらゆる邪悪な策略を巧みに打ち砕き、恥じ入らせながら「来たのと同じ道」(列王記下 19, 33)。

159. 誘惑が湧き上がる時、物事への思いにふけることを控え、心をすべてから自分自身と神へと集めて祈りに専念する者は、罪深い傾向を打ち砕き、それによって、その傾向を煽る悪魔を恥じ入らせて退けさせるのである。悪魔は、その傾向への期待を頼りに、いつものような厚かましさをもち魂に近づき、真理に逆らう高慢な思いで立ち向かってくる。このことについて、経験を通じてあらゆる心の戦いの様相を熟知していた偉大なダビデは、自らそれを知り、苦しみ、そして成し遂げた後、次のように語ったのである。「罪人が私の前に立ちあがるとき、私はおののき、へりくだり、恵みについて黙した」(詩篇 38, 2.3)：そして彼の後に、神聖なるエレミヤは民に「野原へ出てはならない。道を行ってはならない。敵の剣が周囲に潜んでいるからだ」(エレミヤ書 6, 25)と命じた。

160. 自然な欲求や快楽は、それらを経験する者を非難の対象とはしない。なぜなら、それらは我々の本性の仕組みから必然的に生じる結果だからである。というのも、自然なものは、我々の意志とは無関係に、快楽をもたらしてくれるからだ——空腹を満たす食事、——渴きを癒やす飲み物、——覚醒によって消耗した力を回復させる睡眠、——そして、私たちの本性の幸福に不可欠であり、徳を追求する者たちにとって徳の獲得に有益な、自然な必要性に基づいて生じるその他すべてのもの。これらすべては、罪深い衝動を避けつつ、かつ、理性的かつ適切な範囲内であれば、すべて妥当である。その範囲とは、私たちが内面に自発的に生じ、非難されるべきものであり、不自然な情欲——それらは、制御不能な理性を除けば、私たちの中に他の起源を持たず、制御不能な理性の働きによる自然な欲求や願望に他ならない。それらは、私たちを不死で長寿な生命へと導くために生来備わっているわけではない。

161. 至高の慈愛の業とは、神聖で無形の知性を持つ被造物を、その受容能力に応じて、計り知れない神の栄光の不可思議な美しさをすべて受け入れることができる存在として、言い表せない神の栄光の反映とただだけでなく、さらに、知性的な被造物に比べ多くの点で不十分な感覚的な被造物においても、その偉大さの明らかな痕跡を刻み込み、それらに深く没入する人間の精神を、直接神へと導き、目に見えるすべてのものを超えてその精神を歓喜させ、あたかも至高の至福の領域へと導き入れるのである。

162. 実践者の能動的な知恵は、彼を情欲よりも高みへと導き、一方、観想者の知恵は、彼をあらゆる目に見えるものよりも高い位置に置き、その精神を、彼にふさわしい対象へと引き上げる(4, 100)。

163. 行為と知恵とを結びつけ、知恵と行為とを結びつけるものは、神の御座であり、神の御足の台である。御座は知恵によるものであり、御足の台は行為によるものである。もし誰かが、物質的なものへのあらゆる夢想から清められ、常に神聖なものへの超然とした思索に没頭し、あるいはそれ以上に彩られているような人間の精神を「天」と呼んだとしても、その人は、私の考えでは、真理の限界を越えることはないだろう。

164. あらゆる情動の動きの始まりは、通常、それと同質である感覚的な対象である。なぜなら、何らかの感覚を介して魂の力を引き寄せるような対象がなければ、情動的な動きは決して生じないからである。感覚的な対象のない情動などあり得ないからだ。妻がいなければ淫行はな

く、ご馳走がなければ大食はなく、金があれば金銭への執着がある。このように、私たちの自然の力が引き起こすあらゆる情動の始まりは、感覚的な対象、あるいはそれを通じて魂を罪へと駆り立てる悪魔である。

**165.** 神と人間の間には、感覚的な対象と知性によって観照される対象が存在する。人間の知性は、神へと至ろうとするならば、活動的な生活において感覚的な事柄に支配されてはならず、また、観照的な生活において知的な対象に決して引き留められてはならない。

**166.** 神の怒りとは、教えを受ける者たちが抱く苦痛を伴う感情である。この苦痛を伴う感情は、人生における不本意な苦難によってもたらされるものであり、神はしばしば、美德や知識によって高慢になっている精神を、それらを通じて謙虚さとへりくだりへと導き、それによって自らを知り、自身の無力さを自覚させる。その無力さを痛感した精神は、心の虚しい高慢を捨て去るのである。

**167.** 主の怒りとは、神の賜物の授与を縮小あるいは断ち切ることである。この（断ち切り）は、自らを過大評価し、神から与えられた恵みを、あたかもそれらが自身の美德の成果であるかのように自慢するあらゆる精神にとって有益である。

**168.** 出来事の展開における神の摂理の、まことに神聖な限界と法則とは、より良い境遇にあっても恩知らずであった者たちに、不幸を通じて感謝の心を教えるように懲らしめることにある。すなわち、現在の苦難という試練を、以前の幸福の中で働いていた神の力を認める道とするのである。そうでなければ、もし摂理によって、私たちの中に存在する善を妨げられることなく誇り高ぶることが許されていたならば、私たちは神に背く高慢に陥り、美德や知恵の獲得が神の恵みではなく、私たち自身の自然な力によって達成されるものと妄想してしまうだろう。

**169.** すでに美德の頂点に達したと自負する者は、もはや善の根源的な原因を求めようとはせず、善において成功する力を自分だけに帰し、それによって自ら、救いの確証と守り、すなわち神を自ら奪ってしまうのである。一方、自分の中に善を行うための力が本来乏しいと感じる者は、自分に欠けているものを補うことのできる全能者へと、絶えず切実に頼り続けるのである。

**170.** 義なる怒りは、自らを過大評価する心、すなわち、その心を放置すること、あるいは悪魔からの攻撃にさらされるのを許すこと——活動においても思索においても——に降りかかる。それによって、その知性が自らの生来の無力さを自覚し、自身を覆い、その内にあるすべての善を成し遂げる神の力と恵みを認識し、不自然で自分とは無縁な高慢さを自らから遠く切り離して謙虚になるためである。そうしなければ、別の怒り——すなわち、以前に授けられた賜物を奪い去る怒り——が彼に降りかかることになるからである。

**171.** 最初の怒りの形、すなわち見捨てられという形によって悟りを得ず、それを感謝の良き教師として認め、謙虚にならなかった者は、彼に降りかかる別の怒りに直面する。その怒りは、以前の賜物の働きを彼から奪い取り、これまで彼を守ってきた力を彼から奪い去るものである。なぜなら、神は恩知らずなイスラエルについて、それをぶどうの木に例えてこう言われるからである。「その囲いを取り除き、略奪にさらされるようにし、その壁を打ち壊し、踏み荒らされるようにする。また、わたしのぶどう畑を放置し、剪定も耕作もされず、そこに、荒れ地のように荻が生い茂る。そして、雲に命じて、その上に雨を降らせないようにする」（イザヤ書 5, 5.6）。

**172.** さらに、不義へと導く別の道がある。それは、美德を失うことへの無感覚である。なぜなら、神への不従順（戒めの無視）に慣れきった者は、ある状況（戒めへの忠実さを死をもって脅かすような状況）がそれを促すとき、神そのものを否定してしまうからである。彼は、神よりも肉的な生活を好み、心の感覚における肉的な快樂を、あらゆる神の命令よりも優れたものと見なしているからである。

**173.** 神を愛し、徳高い人は、エゼキヤのように、悪魔に対して知恵をもって力を備えている。もし、心の中で目に見えない戦いを仕掛けてくる悪霊の誘惑に遭遇したとしても、そして、祈りのゆえに、神から彼に遣わされた天使、すなわち、より大きな知恵の言葉を天から受け入れ、この悪魔の軍勢を打ち砕き、散らしたとしても——それでもなお、そのような勝利と救いの原

因を神に帰さず、ただ自分自身に帰するならば、——そのような者は、神の報いにふさわしく神に報いていない（歴代誌下32:25）のである。すなわち、救いの偉大さにふさわしい感謝の多さを示さず、救い主の恩恵に比例した神への好意を示していないのである。

**174.** 神の知恵によって心を照らし、その知恵にふさわしい振る舞いの姿をもって体を美しく飾り、情欲を拒絶することで、体を徳の理性的器としよう。なぜなら、体に生まれつき備わっている情欲は、理性によって制御されている限り、非難されるべき点は何もないが、その制限なしに情欲が動き出すことを許されると、それらは非難を招くからである。それゆえ、その動きは自然であるものの、その行使がしばしば自然の摂理に反し、理性によって制御されていないような情欲を、拒絶すべきであると言われているのである。

**175.** 受けた賜物によって心が高ぶり、高慢になった者は、「私は受け入れない」（Iコリント4:7）と述べた者は、神が悪魔に心の中で彼と結びつき、その徳の秩序を揺るがし、またその明晰な理解を曇らせることを許されたとき、当然ながら神の怒りを被ることになる。そうして彼は自らの無力さを自覚し、私たちの中で情欲に打ち勝つ唯一の力がどこにあるかを悟り、悔い改めて謙虚になり、自惚れの気風を捨て去ることで、神を和らげ、悔い改めない者たちに向けられる、通常は魂を守る恵みを奪い、恩知らずな心を空虚にする怒りを、自分から遠ざけてもらうのである。

**176.** 誰も、もし自分の体を美德によって聖別せず、魂を真の知識によって照らさなければ、神を真に賛美することはできない。美德への好意は、真の知見の高みへと引き上げられる、思索する心の天への向きである。

**177.** 神が、あたかも器官の中にあるかのように、私たちの中であってあらゆる業と観想、徳と知識、勝利と知恵、慈愛と真理を成し遂げ、それゆえに私たちが自らそこから何一つ持ち寄るものではなく、ただ善を望む心持ち一つだけであるということを、真に悟った者は幸いである。この心持ちを備えて、偉大なるゾロバベルは神に向かってこう語りかけた。「主よ、私たちの父なる神よ、私に知恵を与えてくださったことを感謝します。勝利も知恵も、あなたの栄光もすべてあなたから来るものであり、私はあなたのしもべです」（エズラ記第二4,60-59）。真に感謝するしもべとして、彼はすべてを、すべてを授けてくださった神に帰した。神から受け取ったゆえに、彼は知恵を持っていたのである； また、告白の中で、与えられた恵みのすべての力を神に帰した。それらの恵みは、前述の通り、勝利と知恵、徳と知識、行いと観想、慈愛と真理の結合である。なぜなら、それらは互いに結びついて、神の唯一の栄光と輝きの光線を放つからである。

**178.** 聖人たちのあらゆる完全性は、明らかに神の賜物であった。それゆえ、誰も、与えられた恵み以外のものを全く持たない。その恵みは、万物の主である神ご自身によって、それを受け入れる者の感謝と好意の度合いに応じて量られ、神に捧げるものこそが、その唯一の所有者となるのである。

**179.** 私たち一人ひとり、自分の中に存在する信仰の程度に応じて、御霊の明らかな働きを得る。それゆえ、誰もが自分自身のために恵みの分配者となるのである。それゆえ、賢明な者たちは、恵みに満ち溢れている他者を決して羨むことはない。なぜなら、神の恵みを受けるための条件となる好意を得ることは、自分自身にかかっているからである。

**180.** 神の恵みの授与における違いの原因は、各人の信仰の度合いにある（ローマ12:6）。そして、私たちがどのように信じるかに応じて、信仰の精神に基づいて行動しようとする熱意もまた備わるのである。したがって、（信仰の精神に基づいて行いを行う）者は、その活動の度合いによって信仰の度合いを示し、信じた分だけ恵みを受けるのである。一方、そうしない者は、その不作為の度合いによって不信仰の度合いを示し、不信仰に陥った分だけ恵みの欠如を被ることになる。なぜ、善行を行う者を妬む者は、信仰と行いの増大、そして信仰（およびそれにふさわしい行い）に応じて与えられる恵みの受け入れが、明らかに他者ではなく、その者自身の手に委ねられているにもかかわらず、そのような行いをするのは良くないのだろうか。

**181.** 「そして、神の御霊、知恵と知性の御霊、助言と強さの御霊、知識と敬虔の御霊が、彼の上に宿る。神の畏れが彼を満たす」とイザヤは述べている（イザヤ書 11:3-4）。これらの霊的賜物に固有のものは、次の通りである。「畏れ」には悪行を控えること、「力」には善行を行うこと、「助言」には義務に反するものを識別すること、「敬虔」には正しいことを間違いなく見極めること；「知恵」——行いそのものを通じて、美德に秘められた理性を見出すこと；「分別」——知られたものに対する魂の完全な傾き（それを味わうこと）；「英知」——神との不可解な合一であり、これに触れる者を神の参与者とするものである。

**182.** 「神への畏れ」の霊とは、悪行を控えることである。「強さの霊」とは、戒めを精力的に履行しようとする熱心な志向と行動である。「助言の霊」とは、（善と悪を）区別する習慣であり、それによって、より良いものから悪いものを切り離し、理性的に戒めを履行する。「敬虔の霊」とは、美德の創造像を誤ることなく見極めることであり、これに基づいて行動するとき、決して理性の健全な判断から逸脱することはない。「知識の霊」とは、戒めとその合理的な根拠を正しく理解することであり、美德の創造像もまた、その根拠の上に立っている。「理性の霊」とは、美德の様相と根拠との調和（前者を履行し、後者に従って行動する決意）、あるいはより正確に言えば、それらに基づく自己の変容であり、それによって自然の力が戒めの様相と根拠と融合する；「知恵の霊」とは、戒めの中に存在する最も霊的な知性における「原因」への熱狂であり、それとの結合である。その力によって、いかにしてかは知れず、人間に可能な限り、神の中に存在する事物の知性に奉献され、まるで種の水から湧き出るかのように、心から湧き出る言葉によって、それを他の人々に伝えるのである。

**183.** 信仰によって神の戒めを守らない者は、盲目的な信仰を持っている。なぜなら、もし神の戒めが光であるならば（箴言 6,23）、神の戒めを守らない者は、神の光から遠ざかっていることは明らかであり、その者は、真の神聖な称号ではなく、単なる名ばかりの称号を掲げているに過ぎないからである。

**184.** 罪を犯した者は、誰一人として、肉の弱さをその罪の言い訳にすることはできない。なぜなら、神である御言葉との合一は、誓いの解除によって全被造物の力を回復させ、それによって、私たちの意志が情欲に傾くことを許されないものとしたからである。御言葉の神性は、常に恵みによって御言葉を信じる者たちと共にあり、肉にある罪の法則を無力化している（ローマ 8:2）。

**185.** 神への畏れによって抑制されない知識は、高慢を生み出し、それによって高慢になった者に、与えられたものを自分のものだと見なさせる。一方、神の愛とともに増し加わる活動は、何をすべきかという以上の知識を得ることなく、実践者を謙虚で賢明な者とする。

**186.** 天の住まいとは、情欲に染まらない徳ある習慣であり、また、思考を混乱させるようないかなる誤りも含まない知識である。

**187.** 第一の無情とは、悪行を完全に控えることであり、これは初心者にみられる。第二の無情とは、悪を心に企てる考えを完全に拒絶することであり、これは理性をもって徳の道を歩む者に見られる。第三の無情とは、情欲的な願望の完全な不動であり、これは目に見える事物から心による観想へと昇華する者たちに見られるものである。第四の無情とは、最も単純で素朴な夢想さえも完全に浄化することであり、これは知識と観想を通じて自らの心を、神を映し出す清らかで明晰な鏡とした者たちの中に形成されるものである。かくして、情欲的な行いから自らを清め、それらに対する心の中の執着から解放され、それらへの欲望の衝動を断ち切り、それらについての単純な思いさえも心の中から排除した者は、これら四つの主要な無情を備えて、物質的な被造物の領域を離れ、心的な存在、すなわち神聖で平和な存在の位階へと入るのである。

**188.** 第一の無情とは、実際の罪へと向かう身体の動きが、その場から動かない状態を指す（衝動はあっても、それが実行に移されない）。第二の無情とは、心の情欲的な思いの完全な拒絶であり、これにより、第一の無情によって生じうる動きが抑え込まれ、行動へと駆り立てる情欲的な思いがなくなる。第三の無情とは、情欲への渴望が完全に静止した状態であり、これによって第二の無情、すなわち思念の清らかさが実現される。第四の無情とは、あらゆる感覚的な空



想を思考から完全に排除することであり、これにより第三の無情が始まり、情欲の情景を描き出す感覚的な空想がなくなるのである。

**189.** すべての人の救いの始まりと終わりは、知恵である。それは初めは恐れを生み出し、やがて完成に至って愛を生み出す。あるいは、より正確に言えば、初めは、その愛する者を悪から遠ざけるために、それ自体が注意深く恐れとして現れ、やがて終わりには、それ自体が自然に愛となり、彼女との交わりによってすべての目に見える富の所有に代えた者たちを、霊的な喜びで満たすのである。

**190.** あらゆる懺悔は魂を謙虚にする。それは、魂に、恵みによって義と認められていることを教えることもあれば、自らの怠慢ゆえに、自分の罪については自分自身が責任を負うことを認めさせることもある。

**191.** 告白は、その内容によって二種類に分けられる。一つは、授けられた恵みに対する感謝の念によるものであり、もう一つは、自己非難の念と、悪事を犯したという自覚によるものである。なぜなら、告白とは、深く心に刻まれた神の恵みを感謝して思い起こすことも、また、悪行を犯した者としてその悪行を率直に自覚することも指すからである。どちらの場合も、謙遜の源となる。なぜなら、恵みに感謝する者も、罪を悔い改める者も、通常は謙遜になるからである。前者は、与えられた恵みに自分には値しないと考えるからであり、後者は、罪の赦しを懇願するからである。

**192.** 傲慢という情念は、二つの無知、すなわち自覚の欠如から成り立っており、これらが一つに融合して、一つの混ざり合った（傲慢な）思索を生み出す。なぜなら、神の助けも人間の弱さも認めない者こそが、傲慢な者だからである。このように、傲慢とは、神に関する知識と人間に関する知識の欠如である。

**193.** 虚栄とは、神にかなう目的からの逸脱であり、神にかなわない別の目的への転向である。なぜなら、神の栄光のためではなく、自らの栄光のために徳を重んじ、自らの労苦によって、ただ人間の移ろいやすい称賛を買い求めることのみを念頭に置いている者が、虚栄に満ちているからである。

**194.** 人目を気にする者は、ただ一つのこと、すなわち、自分の外見的な振る舞いが派手であるように見せかけ、お世辞を言う者からの称賛を勝ち取ることに心を砕く。それは、目に見えるものや聞こえるものだけで喜びを感じたり驚いたりし、感覚に訴えるものによってのみ美德を判断する人々の、視覚と聴覚を自分の都合に合わせて買収するためである。このように、人に媚びることは、人々の前で、そして人々のために、善良な品行や言葉を装うこととなる。

**195.** 偽善とは、友情を装うこと、あるいは友情の仮面をかぶった憎しみ、好意を装って働く敵意、愛の性質を模倣する嫉妬、あるいは真の美德ではなく美德の偽りの姿による華やかな生活、あるいは正義を装い、あたかもそれが守られているかのように見せかけること、守られているかのように見せかけること、あるいは真実を装った欺瞞である。——これらはすべて、蛇に倣う者たちが道徳的墮落の中で巧妙に仕組んでいることである。

**196.** すべての被造物と、それらの中に存在するすべての善の根源は神である。なぜなら、徳や知識によって高ぶる者、すなわち、恵みの助けによって徳、すなわちその徳における進歩を成し遂げながらも、自らの無力さを自覚しない者は、明らかに高慢という悪霊を免れてはいないからである； 自らの栄光のために善を行う者は、虚栄の棘に刺され、神よりも自分自身を優先させたのである。「人に見られるため」（マタイ23:5）という目的だけで徳を実践したり、それについて語ったりする者は、人の称賛を神の称賛よりも高く置き、人に気に入られようとする情熱に苦しんでいるのである； また、単に美德の立派な外見で自らの振る舞いを飾り立て、悪意を持って欺くために、敬虔さの表向きの姿で心の邪悪な気質を隠す者は、の偽善の狡猾さによって美德を売り物にしている。これらの人々の誰もが、万物の原因ではなく、他の何かに向かって自らの目的を定めていることは明らかではないか。

**197.** 悪魔たちは、貞潔を憎むこともなければ、断食を嫌うこともない。同様に、財産の分配も、旅人の受け入れも、詩篇の詠唱も、読書への勤勉も、隠遁生活も、高尚な思索も、裸の地

面での睡眠も、徹夜も、その他、神に従う生活の特徴となるあらゆるものも、——そうした行いの目的が、彼らにとって好ましい何かに置かれている限りは。

**198.** 徳の欠如の中で戦いを挑む悪魔とは、淫行や酩酊、金銭への執着や嫉妬を教唆する者たちである。一方、徳がある者たちに対して戦いを挑む悪魔とは、自惚れや虚栄、高慢を教唆する者たちであり、こうして彼らは巧妙かつ密かに、私たちの内に悪の種を蒔くのである。

**199.** ああ、もし私たちも、霊的な友情を装って目に見えない形で私たちに近づき、「善意」をもって私たちに罪による「死」をもたらそうとする（ローマ7:3）これらの悪意ある霊たちに対し、「私たちもあなたたちと一緒に建てましょう」（2エズラ5:65）と言う——と、私たちが「あなたたちと私たちとで、私たちの主なる神の家を建てることなどあり得ない。私たちだけで、イスラエルの神、主のためにそれを建てよう」（2エズラ5:68）。「私たちだけで」——というのは、徳の欠如ゆえに戦いを挑んでくる霊たちからすでに解放され、それらを回避した私たちは、再びあなた方によって誘惑されることを望まず、徳の豊かさに満ちて高みへと昇り、墮落に陥り、その墮落は最初のものよりもはるかに破滅的である。なぜなら、最初の墮落においては、立ち直る希望がより容易であったからである。当時、私たちは弱さゆえに寛大に赦される者たちの数に含まれていたが、今回の場合は、その弱さが全くないか、あるいは非常に困難である。なぜなら、私たちは高慢ゆえに憎まれる立場にあるからである。—そして、私たちは「一人ではない」のです。なぜなら、善を行う上で聖なる天使たちを助け手として持ち、さらに、御自身の義の御業によって御自身を現し、あらゆる情欲から解放された聖なる神殿として私たちを御自身に造り上げてくださる神ご自身がおられるからです。

**200.** 「義人の祈りは、力強い」と書かれている通りである（ヤコブ5:16）。その祈りが力を持つのは、二つの場合である。第一に（祈る者自身が義人であるとき）、戒めに従った行いを伴って神に祈りを捧げる場合である。それは、単なる言葉だけで成り立つものではなく、空虚な声の響きとして発せられるものでもなく、実体のない空虚なものでもない。むしろ、戒めに従った行いによって活気づけられ、実効性があり、生きたものである。なぜなら、祈りの力と実効性は、美德を実践することによる戒めの履行にかかっているからである。その結果、義人は、戒めによって支えられた、力強く、大いなる力を持つ祈りを持つのである。第二に、義人に祈りを求める者が、自ら祈りにふさわしい行いを行い、以前の生活を改めることを約束し、実際に改め、その善き改心によって、義人の祈りを力強く、全能なものにする場合である。

**201.** 罪深い行いに美德よりも喜びを見出している者にとって、義人の祈りは何の益ももたらさない。かつて偉大なるサムエルも、罪を犯すサウルを嘆き悲しんだが、その嘆きに相応しい罪人の改心を伴わなかったため、神を彼のために和らげることはできなかった。それゆえ、神は御自分のしもべを無益な嘆きから引き止め、「いつまでサウルを嘆くのか。わたしは彼を貶め、イスラエルで王となることを許さなかった」（サムエル記上16:1）と告げられたのである。

**202.** また、最も憐れみ深いエレミヤも、悪魔の惑わしに狂おしいほど執着していたユダヤの民のために祈ったが、その祈りは聞き入れられなかった。なぜなら、彼の祈りは、不敬虔なユダヤ人たちがその惑わしから立ち返ることによって裏付けられていなかったからである。それゆえ、神は彼をも、無益な絶え間ない嘆願から止めさせ、「この民のために祈ってはならない。彼らに憐れみが与えられるよう願い求めてはならない。また、彼らのために私に近寄ってはならない。私はあなたの声を聞かないからである」（エレミヤ書7章16節）と告げられたのである。

**203.** 心に破滅的な行いを楽しみとしている者が、聖人たちの祈りによって救いを求め、自惚れながら実際にはその思考や感情を汚していることについて赦しを請うことは、大きな無知、いや狂気と言っても過言ではない。義人の祈りを求める者は、もし真に悪を憎むのであれば、自らその祈りを実りのない無力なものにしてはならない。むしろ、自らの美德をもってその祈りに翼を与え、それを力強く効果的なものとし、罪の赦しを与えることのできる全能者へと届かせなければならない。

**204.** 「義人の祈りは大きな力を持つ」というのは、その祈りを捧げる義人自身、あるいは義人に祈りを捧げるよう求める者によって、その力が後押しされるからである。義人側において

は、義人の祈りは、義人の願いを叶える力をお持ちなる御方の御前で、彼に大胆さを与えることによって力づけられる。また、義人に祈りを依頼する者側においては、その者が以前の悪行を捨て、心を尽くして徳に向き直すことによって力づけられる。

**205.** 真理の言葉は二種類の悲しみを知っている。そのうちの一つは魂の中で目に見えない形で生じ、もう一つは感覚的な次元において目に見える形で生じる。前者は、良心の鞭によって引き起こされ、魂の深淵全体を包み込む。後者は、悲痛な災難の重みによって、魂が本来持つ広がりを抑え込み、感覚的な領域を覆い尽くす。

**206.** 真理の言葉は、二つの悲しみを認識するように、二つの種類の誘惑も知っている。そのうちの一つは、内なる意志の領域において、邪悪な欲望の喚起によって生じ、もう一つは、意志とは無関係に、外から、不本意な不都合、苦しみ、災難という形で訪れる。前者は心の悲しみの原因となり、後者は感覚的な悲しみの原因となる（5,90）。

**207.** 意志の領域で生じる誘惑は、魂に悲しみをもたらす一方で、感覚には快楽を与える。それに対し、不随意の誘惑は、（理性をもってそれを受け止める）魂を慰める一方で、肉体を悲しみに苦しめる。

**208.** 主であり私たちの神が、弟子たちにどのように祈るべきかを教えられた際、「私たちが誘惑に遭わせないでください」（マタイ6:13）という言葉によって、意志の領域で生じる誘惑、すなわち善意や善意の意図を揺るがす情欲の衝動から身を守るよう祈ることを示唆されたのだと思う。また、主の兄弟と呼ばれる偉大なヤコブは、真理のために奮闘する者たちに、直面する試練に動揺しないよう教え、次のように述べて、自発的ではない試練を指していた。「兄弟たちよ、さまざまな試練に遭うとき、それを喜びとせよ」（ヤコブ1:2）、すなわち、私たちの意志とは無関係に生じ、苦しみや重荷をもたらす、自発的ではない試練のことである。——これは、この言葉と次の言葉の両方に続く記述が明確に示している。なぜなら、そこでは主が次のように付け加えているからである：「しかし、悪しき者から私たちを救い出してください」と付け加えておられます。そしてここでは、偉大なるヤコブが次のように説いています。「あなたがたの信仰が試練を受けることで忍耐が養われることを知ってください。忍耐は、その働きを完全に成し遂げるものであり、あなたがたが完全となり、何一つ欠けることのない者となるためです」（ヤコブ1:3,4）。

**209.** 自発的な試練には節制をもって戦い、非自発的な試練には忍耐をもって耐え忍ぶ者が「完全」であり、また、行為を自覚的に行い、思索を怠らない者が「欠けることのない」者である。

**210.** 理性と感覚は互いに相反するものであり、その対象が極めて異なっており、異なるため、それぞれ自然な働きを持つ。理性はその対象として、無形かつ非物質的な実体を持ち、それらを非物質的に知覚する。一方、感覚はその対象として、感覚的かつ物質的な性質を持ち、それらを感覚的に知覚する。

**211.** 理性が、感覚を自らの固有の自然力であると見なし始めると、感覚的な事物の表象に絡め取られ、肉欲的な快楽の創出者となってしまう。感覚への偏った傾向ゆえに、可視的な事物の本質を超えて高みへ昇る力を失ってしまうのである。

**212.** 「救いとなる快楽」とは、徳によって魂が喜びを得ることである。一方、「魂に有益な苦しみ」とは、徳のために肉体が苦しむことである。なぜなら、感覚的な快楽に情熱的に没頭する者は、その志を正しい方向に向けないからであり、また、それらの快楽を奪うような不測の事態を避ける者は、逃げるべきではないものから逃げているからである。

**213.** 太陽の光がなければ目が感覚的なものを知覚できないのと同様に、霊的な光がなければ人間の知性は決して霊的な観想を知覚することはできない。なぜなら、感覚的な光は、感覚的な事物の視覚的知覚に向けて感覚を自然に照らし出すが、霊的な光は、超感覚的なものを観想的に把握するために知性を照らし出すからである。

**214.** 恣意的な困難をでっち上げたり、不本意な困難を招いたりすることは、欲望を鎮め、その積極的な動きを断ち切ることはあっても、私たちの本性に法則として備わっている生み出す

力や能力を、決して減ぼすことはない。——なぜなら、徳ある知恵は通常、本性ではなく意志の無情を生み出すからである。その意志の無情によって、神の至福の恵みが知性を訪れるのである。

215. 本質において賢明であり、義であり、全能である主が、——知恵ある者として、（罪によって病んだ私たちの自然を）癒やす方法を知らなかったり、義なる者として、罪のくびき（および罪の責め）の下にある人間の救いを、支配者として何ら成し遂げようとしなかったり、全能なる者として、私たちの癒やしに必要なことを成し遂げる力がなかったりすることはあり得ない。

216. 神の至高の知恵は、御自身が真に本質的に人となられたことに現れている。その真实性は、御自身が誕生によって、私たちと同様に苦しみ得る性質を受け入れられたことにある。全能性は、御自身が苦しみと死によって、私たちの本性のために絶え間ない命と、不変の無情を築き上げられたことにある。

217. 神と私たちを妬んだ悪魔は、神が人間を妬んでいるかのように偽って人間に吹き込み、それによって彼を戒めの違反へと誘った。悪魔が神を妬むのは、人間を神として崇める神の、真に讃えられ尽くすべき力が明らかにならないようにするためであり、人間を妬むのは、彼が徳によって、目に見える形で神の栄光に与る者とならないようにするためである。このように、この最も邪悪な者は、徳ゆえに神から受ける私たちの栄光に対して私たちを妬むだけでなく、私たちの救いにおける神の讃え尽くすべき愛の現れに対しても、神を妬んでいるのである。

218. 神は、その善の唯一かつ限りなく力強い御意志によって、天使も人も、善人も悪人も、すべてを包み込み、支えておられる。しかし、彼らすべてが、すべての人々を妨げることなく通り抜けていかれる神に等しく参与しているわけではなく、それぞれの心構えに応じて参与しているのである。

219. 私たちはキリストにおいて人格の区別を認めない。なぜなら、三位一体は三位一体のままであり、御言葉が受肉した後も、この受肉によって聖三位一体に新たな人格が加わったわけではないからである。しかし、御言葉と本質的に同一である肉を告白することのないよう、キリストにおいて本質の区別は認める。

220. 誓約違反者とは、すなわち、神の名によって偽って誓う者であり、神に対して徳ある生活を送ると約束しておきながら、その後、自らの口で述べた誓約とは無関係な事柄に全精力を注ぎ、戒めを守らないことによって、敬虔な生活を送るという聖なる誓約を破る者である。要するに、神に従う生活を志しながらも、現世において完全に死んだ者となっていない者は、偽り者であり、誓いを破る者である。すなわち、神に誓った、つまり、神に喜ばれる行いによって汚れない生活を送ると約束しておきながら、それを果たさなかった者である。

221. 聖ヨブや勇敢な殉教者たちのように、不本意な誘惑の襲来を揺るぎない英知をもって耐え忍ぶ者は、力強い灯火であり、主から授かった力によって、消えることのない救いの光を自ら保っている。また、悪者の策略を知り、目に見えない戦いにおける闘争（衝突、激突）を熟知する者——この者もまた、知恵の光に照らされ、他者にとっての灯火となり、偉大なる使徒のように、「その思惑を理解することはできない」（Ⅱコリント2:11）と、ふさわしく語ることができるのである。

222. 油がなければ、灯が消えずに保たれることは不可能であるように、習慣となった善き心持ち——それに見合った言葉、行い、品性、そしてそれに調和した感情や思いによって内なる善を養うもの——がなければ、霊的な賜物の光を維持することは不可能である。なぜなら、あらゆる霊的賜物は、それに見合った、絶えず油のようにある種の精神的な物質を注ぎ込み続ける習慣（あるいは心構え）を必要とし、それによって、その賜物を受けた者の善き心構えによって、それが完全に保たれるからである。

223. 神は、神から与えられた霊的な新生を、徳ある品行によって証しする者たちに対してのみ、恵みによって「父」と呼ばれ、また父となられるのである。こうした品性には、いわば魂の顔が見て取れ、徳において、その魂を産み出した神の明らかな特徴を映し出している。そして

、それらを持つ者たちは、自分たちの生活を徳の最も立派な模範として示し、それを見る者たちに神を賛美させるように導くのである。なぜなら、神は通常、単なる言葉によってではなく、義の行いによって、ましてや神の栄光を宣言する言葉よりもはるかに力強く、賛美されるからである。

**224.** 知性が行動によって具現化され、行動が知性によって活気づけられていることを自ら示す者は、私たちの中に真の神の働きをもたらす正確な方法を見出したのである。しかし、これらの特徴のいずれかを他と切り離して持っている者は、知識を空虚な空想（確証されず、支配されないもの）にしてしまったり、行為を魂のない偶像に変えてしまったりする。なぜなら、行動を伴わない知恵は、それを裏付ける活動を持たない点で、空想の夢と何ら変わらないからであり、また、意味を持たない活動は、それを活気づける知恵を持たない点で、偶像と同じものだからである。

**225.** 真に呪われるべき情念とは、高慢であり、それは「誇り」と「虚栄」という二つの悪が組み合わさったものである。そのうち、「誇り」は美德と自然の創造主から背を向けるものであり、「虚栄」は自然も美德そのものも偽りとするものである。なぜなら、高慢な者においては神に従ってなされることは何一つなく、虚栄心のある者においては自然にかなうことは何一つないからである。

**226.** 書かれた律法は、恐怖によって不正から遠ざけることで、真理へと慣れさせる。やがて、この習慣は真理を愛する心を生み出し、そこから善への確固たる心構えが生まれ、それによって以前の墮落を忘れさせるのである。

**227.** 割礼とは、霊的な意味において、肉欲への傾向を完全に断ち切ることである。

**228.** 安息日とは、情欲の動きの静止、すなわち情欲の完全な不活動である。

**229.** 神が安息日、新月、および祭日を尊ぶよう命じられたのは、単に「日」そのものを人々が尊ぶことを望まれたからではない。もしそうであれば、それは「被造物を創造主よりも崇めること」（ローマ1:25）を正当化することになり、あたかも日そのものが本質的に尊ばれるべきものであり、それゆえ礼拝に値するかのような考えを招くからである。しかし、これらの日を尊ぶよう定められたことにより、神は象徴的に御自身を尊ぶよう命じられたのである。なぜなら、神ご自身が、すなわち安息日であり、それは世の労苦や心配事、そして義の業による労苦からの安息である。また、神ご自身が過越であり、それは罪という苦役の中に囚われている者たちを解放する方である。そして、神ご自身が五旬節であり、それは万物の始まりであり終わりである。

**230.** 霊的な犠牲とは、「*霊の剣、すなわち神の言葉*」（エフェソ6:17）によって鍛え上げられる情欲の死のみならず、すべての自然の力を神に奉獻し、御霊の恵みの火によってそれらを神への全焼のいけにえとして捧げることでもある。

**231.** 罪の力、すなわち肉的な思惑は、聖なる洗礼の恵みによって断ち切られ、神の戒めへの積極的な従順は、御霊の剣によってそれを完全に滅ぼし尽くす。

**232.** 快樂を貪る思いによる食欲の情欲は、まるで剣のように、多くの美德を無残に打ち碎いてきた。それは節制の種を自制心の欠如によって殺し、正義の法秩序を不道德な情欲によって蝕み、人間愛の自然な絆を自己愛によって断ち切り、要するに、食欲の情欲はあらゆる美德の産物を根絶やしにするものである。

**233.** 救いを切望する者は皆、徳の行いと聖なる思念に励む。なぜなら、徳と知恵なしには、これまで誰も救いを得ることに成功したことがないからである。徳の行いとは、健全な判断によって肉体の動きを秩序立て、手綱を巧みに操るようにして、不適切な衝動からそれを抑え込むことである。また、知恵の務めとは、いかに行動すべきかをよく熟考し、理性的に議論し、その後、それを実行に移す準備を整えることである。

**234.** 「*地上の肢体*」（コロサイ3:5）をすべて死に渡し、自らの肉的な思惑をすべて消し去り、それに対するあらゆる共感を断ち切った者は——そうして、祝福された使徒パウロと共にこう語ることができるのである。「*だれが私たちがキリストの愛から引き離すことができようか*」（ローマ8:32）と語ることができる者——そのような者は皆、偉大なるメルキゼデク（ヘブラ

イ7:3)のように、父も母も、また血筋の系譜もなく、御霊との完全な合一が彼の中で成し遂げられたため、その肉と本性が彼を引き留めるものは何もないのである。

**235.** この世の終わりを「死」と呼ぶのは正しくないと思う。むしろ、死からの解放、朽ちゆく領域からの脱出、奴隷状態からの解放、不安の終焉、争いの終息、闇からの脱出、労苦からの休息、激動の鎮静、恥からの隠れ場、情欲からの逃避、そして総じて言えば、あらゆる悪の終着点である。聖人たちは、自発的な自己犠牲によって心を正し、この世において自らを異邦人であり旅人としたのである。なぜなら、彼らは世や肉、そしてそれらから生じる反乱と勇敢に戦い、両者から生じる、感覚的なものへの共感によって引き起こされる誘惑を打ち砕き、奴隷と化すことなく、自らの内に魂の尊厳を保ち続けたからである。

**236.** 聖人たちは善良で人愛に満ち、寛大で慈悲深く、全人類に対して等しく愛の心を抱いていた。その力によって、生涯を通じてあらゆる善のうちで最も優れたもの、すなわち謙遜、この「善の守護者」であり、それとは正反対の「悪」を打ち砕く者である謙遜を、生涯を通じて忠実に守り続けた。それゆえ、彼らは、私たちに苦しめるあらゆる誘惑——私たち自身の意志によるものも、私たちにはどうすることもできないもの——から逃れ、前者の反乱を節制によって鎮め、後者の襲来を忍耐によって退けたのである。

## 至福のアッバ・ファラシオス

### 彼に関する略歴

私たちの尊い父ファラシオスは、7世紀前半に活躍し、リビアの荒野にあるある修道院の長老兼院長であった。この至福のアッバは、敬虔さへの愛と、霊的啓蒙への愛とを結びつけ、聖書の研究に深く没頭した。彼は聖マクシムス・殉教者と同時代の人物であり、彼とは霊的な交わりを保っていた。聖マクシムスから彼宛ての書簡が数通残っており、また、聖書の難解な箇所を解説を収録した一冊の本が彼に捧げられている。聖マクシムはこのアッバを深く敬い、ある手紙では彼を自らの師とさえ呼んでいます。彼の至福の死は、おそらく660年以前に訪れたものと見られます。ここに紹介される、愛、節制、そして霊的生活に関する彼の400の格言は、教訓に満ちています。それらはすべて主に道徳的・禁欲的な内容であるが、聖ダマスコスが信仰の解説において用いたような教義的な思想を含むものもある。原本に従って格言の頭文字だけを順に読み進めると、ある特定の思想が浮かび上がる——それが各百の冒頭に掲げられているものである。

### アブバ・ファラシオによる、愛、禁欲、そして霊的生活に関する、長老パウロへの書簡

#### 第101篇

その頭字詩は次の通りである。「霊的な兄弟であり、愛すべき主パヴェル・ファラシウスへ。外見上は沈黙を守る者だが、実のところ虚栄心の強い商人である。」

1. 神にのみ向けられた愛は、愛する者たちを神と、また互いに結びつける。
2. 霊的な愛を身につけた心は、隣人について、愛にふさわしくないようなことは何も考えない。
3. 愛を装って偽善を隠しているのは、口では祝福しながら、心の中では貶めている者である。
4. 愛を身につけた者は、敵から引き起こされるあらゆる悲しみや苦難を、動じることなく耐え忍ぶ。
5. 愛のみが、被造物を神と、また互いに、心をつなげて結びつける。
6. 隣人に対して、いかなる疑念も言葉も許さない者こそ、真の愛を身につけた者である。
7. 愛を乱すようなことは何一つ行わない者は、神と人々の前で尊ばれる。



8. 偽りのない愛には、「良心から出る善い言葉」（テモテへの手紙I 1:5）が伴う。
9. 好意を装って、他者から聞いた非難の言葉を兄弟に伝える者は、嫉妬を隠している。
10. 肉的な美德が人々からの称賛を引き寄せるのと同様に、霊的な美德は神からの称賛を引き寄せる。
11. 愛と節制は魂を清め、純粋な祈りは心（精神）を照らす。
12. 行いと知性によって悪を追い払う者こそ、真に強き者である。
13. 無情と霊的な知恵を身につけた者は、神の恵みを得る。
14. 情欲に満ちた思いから解放されたいなら、節制と隣人への愛を身につけなさい。
15. 節制の欠如と憎しみから身を守れば、祈りの際に妨げに遭遇することはない。
16. ゴミ溜めには香りを期待できないように、恨み深い魂には愛の芳香は宿らない。
17. 怒りと情欲を勇敢に抑え込めば、やがて邪惡な思いから解放されるだろう。
18. 虚栄心は善行を隠すことを滅ぼし、高慢は誰にも屈しない精神を追い払う。
19. 虚栄には偽善と嘘が付き物であり、高慢には自惚れと嫉妬が付き物である。
20. 自らを制し、魂と肉体を精神（霊）に従わせた者こそ、真の支配者である。
21. 友の誠実さは、試練の時に、すなわち我々が困窮している時に、彼が我々と共にいてくれるかどうかによって分かる。
22. 沈黙の孤独の中で感情を封じ、心に湧き上がる思いに厳しい裁きを下せ。
23. 悲しい侮辱に対しては恨みを抱かず、好色な思いに対しては敵意を持って接せよ。
24. 沈黙の孤独、祈り、愛、そして節制——これらは、心を天へと引き上げる四頭立ての戦車である。
25. 断食と徹夜によって肉体を疲れさせよ。そうすれば、苦痛を伴う快樂を求める思いは追い払われる。
26. 「火の前の蠟が溶けるように」（詩編67:3）、不純な思いも神への畏れによって溶けていく。
27. 理性ある魂にとって、恥ずべき情欲の中に長く留まることは大きな悪である。
28. 悲しく、心を引き裂くような不測の出来事を忍耐強く耐え忍べ。それらは、神の摂理があなたを清めようとするためである。
29. 財産を捨て、この世を捨て去ったならば、ついに邪惡な思いをも捨て去りなさい。
30. 知性にふさわしい行いは、常に神の言葉から学ぶことである。
31. 神が世界を治めるのが神の務めであるように、魂が肉体を治めるのが魂の務めである。
32. 今なお肉欲の快樂に奴隷となっている私たちが、どのような希望をもってキリストを迎えることができるだろうか。
33. 欲望は、それが自発的なものであれ、神の摂理によってもたらされたものであれ、苦しみや悲しみを根絶する。
34. 貪欲は情欲の糧である。なぜなら、それはあらゆるものを包み込む自己満足的な情欲を支え、育むからである。
35. 悲しみは快樂（あるいは快樂への満足）の枯渇を生む。一方、快樂はあらゆる情欲と密接に結びついている。
36. あなたが自分の肉体にどのような尺度で測るかに応じて、神からも同じ尺度で測られることになる（マタイ7:2）。
37. 神の裁きの業は、肉を通じてなされた行いに対する報いである。
38. 美德と知恵は不死を生むが、それらが失われることは死の母となる。
39. 神への嘆きは情欲を取り除き、情欲の除去こそが魂の復活である。
40. 無情とは、悪に対する魂の不動の状態であるが、キリストの恵みなしには、これを獲得することはできない。
41. キリストは魂と体の救い主であり、その足跡に従う者は、あらゆる悪から解放される。
42. もし救いを得たいと望むなら、肉欲の快樂を捨て、節制と愛と祈りを受け入れよ。

43. 無情には真の分別が伴い、それによってすべてのことが正しい尺度で行われる。

44. 私たちの主であり神はイエス・キリストである。そして、主に従う心は、闇の中に留まることはない。

45. 心を整え、思いに注意を払い、情欲に駆られているものを見つけたら、それに対して戦いなさい。

46. 思いが生じる源は三つある。すなわち、感覚、記憶、そして肉体の充足である。その中でも、記憶から生じるものが最も厄介である。

47. 知恵を授けられた者は、霊的な者たちの理解に与る者となり、この世界の始まりがどのようなものであり、その終わりがどのようなものであるかを知る。

48. ふさわしい行いを怠ってはならない。そうすれば、あなたの心は啓発されるであろう。なぜなら、そのような者には、「隠された、目に見えない宝を、わたしはあなたに開く」（イザヤ書45:3）と約束されているからである。

49. 情欲から解放された者は神の恵みを得、知識に与る者は大いなる憐れみにあずかる。

50. 情欲から解放された心は、あらゆる存在の観想によって絶えず照らされ、光に満ちたものとなる。

51. 魂の光とは知恵であり、これを失った愚かな者は闇の中をさまよう。

52. 無知な者は闇の中で生涯を過ごし、無知の闇に包まれる。

53. イエスを愛する者は悪から解放され、彼に従う者は真の光を見るであろう。

54. 情欲から解放された心は、肉体が覚醒している時も、眠りに落ちている時も、微細な思いを見通す。

55. 至高の清らかさに達した心は、被造物によって束縛されていると感じ、あらゆる被造物の外にあることを望む。

56. 限りなき無限に到達した者は幸いである。しかし、これに到達しうるのは、あらゆる限界を超越した者だけである。

57. 神を崇める者は神の言葉を吟味し、その真理を愛する者はその真意を見出す。

58. 正義に動かされる心は真理を見出すが、何らかの情欲に動かされる心は、それを捉えることはできない。

59. 神はその本質において不可知であるように、その偉大さにおいても測り知れない。

60. 始まりも終わりもない存在は、その英知もまた測り知れない。

61. あらゆる被造物の救いとは、それを創造した御方の、その被造物に対する至善の摂理である。

62. 主は、御自身の憐れみによって、倒れる者をすべて支え、地に打ち倒された者をすべて立ち上がらせてくださる。

63. キリストは、生ける者と死せる者の審判者であり、あらゆる行いに対する義なる報い主である（使徒言行録10,42；詩篇61,13）。

64. もし魂と肉体を支配したいと望むなら、情欲の原因を未然に断ち切るように努めよ。

65. 魂の力を美德と結びつけよ。そうすれば、あらゆる情欲の衝動はそこから切り離されるであろう。

66. 情欲の衝動は節制によって抑え、怒りの衝動は霊的な愛によって抑えよ。

67. 沈黙の孤独と祈りは、徳にとって最も強力な武器である。それらは心を清め、その視力を研ぎ澄ますからである。

68. 有益なのは霊的な対話のみであり、それ以外のすべてにおいては沈黙を優先すべきである。

69. 五つの種類の対話のうち、三つは続け、四つ目は頻繁に行わず、五つ目については控えるがよい。

70. 沈黙は、この世の何ものにも執着しない者を愛する。また、人間的なものを何一つ愛さない者は、すべての人を愛する。

71. 真の師とは良心であり、それに従う者は妨げられることなく生き続ける。
72. 良心が傷つけないのは、徳の頂点に達した者、あるいは悪の最深部に堕ちた者だけである。
73. 完全な無執着は清らかな思念を生み出し、完全な知見は人を不可知なる御方の御前に立たせる。
74. 肉欲の快樂を得られなかった者は、称賛に値しない悲しみに沈むが、それらを輕蔑した者は、安らかである。
75. 悲しみとは、概して、望む快樂の喪失であり、それが神によるものであれ、世の精神によるものであれ、同じことである。
76. 神の御国とは、慈愛と知恵であり、これらを得た者は天に宿る。
77. 魂を肉体と見なし、神の平和よりも行いを優先した者は、呪われている。
78. 善に励む者を妬まず、善を顧みない者を憐れむ者は、すべての人に対して等しく愛を勝ち得たのである。
79. 魂と体のために徳の要求を律法として定めた者こそ、ふさわしい方法で統治すべきである。
80. 来世のために、この世の喜びも苦しみも等しく捨て去った者こそ、真の靈的な良き商人である。
81. 魂を強めるのは愛と節制であり、心（精神）を強めるのは清らかな祈りと靈的な瞑想である。
82. 有益な言葉を聞くときは、語り手を裁いてはならない。そうしなければ、魂を救う教訓を自ら奪うことになってしまうからだ。
83. 邪惡な心は邪惡なことを企み、隣人の善行を、その行いを歪めて解釈することで、悪行へと変えてしまう。
84. 隣人を非難する思いには従ってはならない。惡しき宝を持つ者は、惡しきことを思い巡らすからである。
85. 善き心は善き思いを生み出す。その人の心の宝が、その人の思いとなるからである。
86. 思いに氣をつけ、惡から遠ざかりなさい。そうすれば、あなたの心が曇ることなく、物事を歪んで見ることもなくなるだろう。
87. ユダヤ人たちについて考え、彼らの行いから身を守りなさい。彼らは嫉妬に目がくらみ、主であり神である方を、冒瀆的にベルゼブルと呼んだのである。
88. 邪惡な疑心は心を曇らせ、道を外れたものを正しいものとして見させる。
89. あらゆる美德の傍らには、情欲も滲み出ている。それゆえ、情欲に驅られた人々は、美德を情欲として誤解してしまうのである。
90. 心が長く喜びや悲しみに留まると、すぐに絶望という情動に陥ってしまう。
91. 清らかな良心は魂を高揚させるが、不純な思いは魂を奈落の底へと突き落とす。
92. 情動が動き出すと、虚栄心を追い払うが、情動が去ると、虚栄心は再び戻ってくる。
93. すべての情欲を一挙に断ち切りたいなら、節制、愛、そして祈りを実践せよ。
94. 祈りをもって神に留まる心は、魂の情欲に満ちた部分をも情欲から解放する。
95. 神は被造物に存在を与え、御自身の摂理によってそれらすべてを包み込んでいる。
96. 万物の主でありながら、神は自らしもべとなることをお選びになり、それによって被造物に対する御摂理の至高の程度を示された（フィリピ2:7）。
97. 神である御言葉は、揺るぎなく受肉し、肉を通じてすべての被造物と結びついた。
98. 天と地における驚くべき奇跡とは、神が地上に、人が天に在るということである。それは、人々を天使たちと結びつけ、共にすべての被造物に神化を授けるためである。
99. 天使と人々の聖化と神化とは、聖なる、かつ同質なる三位一体の認識である。
100. 罪の赦しとは、情欲からの解放である。恵みによってそこから解き放たれていない者は、まだ赦しを得ていないのである。

## 第102章

その頭字詩は次の通りである： 「最も誠実な兄弟よ、私のために祈ってください。私は、自らの意志による行いの報いとして、大きな苦難——心の悲しみと肉体の苦痛——を当然の報いとして待ち受けているからです。」

1. 一挙に情欲から解放されたいか？——情欲の母である自愛を捨てよ。
2. 魂の健康とは、無情と知恵であり、肉欲の快楽に支配されている者には、それを得ることは不可能である。
3. 肉体的であれ精神的であれ、快楽への執着を枯渇させるのは、忍耐を伴う節制と、寛大さを伴う愛である。
4. 魂にとっての邪惡な情欲の源は自愛であり、自愛とは肉欲（あるいは自己憐憫）である。
5. 理性的な者の特徴は、自らを理性に従わせると同時に、肉体に従え、支配することにある。
6. 理性ある者が非理性に従い、恥知らずな欲望の満足ばかりを企てることは、非難されるべきことである。
7. 理性ある魂にとって、自分を創造した方を捨てて、肉体にへつらうことは破滅的である。
8. あなたは肉体を奴隷とせよと命じられているが、その快楽に支配されることは自然の理に反する。
9. 肉体との結びつきを断ち切り、この奴隷には、必要最低限のもの以外は何も与えてはならない。
10. 感覚を、沈黙の孤独という要塞に閉じ込め、それらが心を、その感覚に固有の欲望へと引きずり込まないようにせよ。
11. 忍耐をもって沈黙を守る者にとって、最も強力な武器は、節制、愛、祈り、そして読書である。
12. 心は、肉体を征服して観想に身を委ねるまで、肉欲の快楽の対象を巡り続ける。
13. 私たちは、情欲から解放されるために戒律の遵守に励み、また、知識に与るにふさわしくなるために、神の教義を守ることに努めるのである。
14. 魂の平穩は、無情と知恵から生じるものであり、肉欲の快楽に支配された者には、それを得ることは不可能である。
15. 肉体の快楽を求める欲望を切り捨てて肉体を服従させよ。そうすれば、肉体をその重苦しい隷属から解き放つことができる。
16. 自由なる者として創造され、自由へと召されているのだから、不浄な情欲にへつらうことを許してはならない。
17. 悪魔たちは、悲しみや喜び、欲望や恐怖によって、心を感覚的なものに縛りつける。
18. 神への畏れは情欲を抑え、神への慕情は快楽への執着を追い払う。
19. 知恵への渴望は恐れを軽んじ、知識の甘美さは悲しみを追い払う。
20. 聖書には、次の四つの主題が含まれている。すなわち、戒め、教義、警告、そして約束である。
21. 欲望を抑制するのは節制と労苦であり、それを枯渇させるのは沈黙の孤独と神への愛である。
22. 謎めいた不審な言葉で兄弟を傷つけてはならない。なぜなら、もしそのようなことが起これば、あなた自身も同様のことを耐えられないからである。
23. 怒りを抑えるのは寛大さと悪意のなさであり、それを滅ぼすのは愛と憐れみ（寛容）である。

24. 知恵を与えられた者には、知性の光が与えられる。しかし、それを受けながらそれを汚す者は、闇を見るだろう。
25. 戒律を守ることとは無執着を生み出し、魂の無執着は知恵を守る。
26. 感覚的なものを知的な観想へと転換すれば、感覚を感覚的なものより高い次元へと引き上げることができる。
27. 女性は、禁欲的修行に励む魂を象徴する。彼女との結合によって、心は徳を生み出す。
28. 神の言葉を研究することは、真に、敬虔に、そして熱心にそれを求める者の心に、神の知恵を授ける。
29. 見る者や見えるものにとっての光が何であるか、それは、考える者や思考されるものにとっての神である。
30. 感覚的な天は、信仰の天を意味し、その上で、天体のようにすべての聖人たちが輝いている。
31. エルサレムは天上の都であり、無形の知である。なぜなら、そこでは世界の幻が観照されるからである。
32. 活動的な生活を怠ってはならない。さもないと、知恵も衰えてしまう。そして、それによって生じた飢えのゆえに、あなたはエジプトへと下ることになるだろう（創世記 26: 1, 2）。
33. 霊的な自由とは、情欲からの解放である。キリストの恵みなしには、誰もこれを獲得することはできない。
34. 約束の地とは天の御国であり、無情と知恵によって、私たちはその御国にふさわしい者とされるのである。
35. 霊的なエジプトとは、情欲による心の曇りであり、あらかじめ飢えに襲われない限り、誰もそこへ降りることはない。
36. あなたの耳を霊的な言葉であふれさせよ。そうすれば、あなたの心は不純な思いから遠ざかるだろう。
37. 本質において善であり、至賢なるのは唯一の神のみである。しかし、心がそれを切望するならば、知性もまた、神との交わりによってそのようなものとなる。
38. 腹と眠りと怒りと舌を制せよ。「そうすれば、あなたの足が石につまずくことはない」（詩編 90: 12）。
39. すべての人を等しく愛するよう努めよ。そうすれば、すべての情欲を一挙に追い払うことができる。
40. 感覚的な知覚は、心と感覚に共通のものだが、知的な（霊的な）知見は、心のみが持つものである。
41. 感覚や感覚的なものへの傾きをあらかじめ断ち切らなければ、知性が霊的な事柄に取り組むことは不可能である。
42. 自然な感情は感覚的なものへの偏愛を持ち、それに気を取られることで、知性もまた気を取られてしまう。
43. 感覚を理性の奉仕に捧げ、感覚が理性を惑わす時間を与えてはならない。
44. 心が感覚的な事柄に没頭しそうになったら、その感覚による気晴らしを未然に防ぎ、目の前の事柄に対する霊的な理解へと心を導き上げよ。
45. 心が霊的な事柄に没頭していることのしるしは、感覚を喜ばせるあらゆるものを軽蔑することである。
46. 精神は、霊的な対象の観想へと向かうとき、そこから絶え間ない甘美さを得る。
47. 心が「唯一者」の知恵によって豊かになると、感覚さえもすべて、必然的にその支配下に入る。
48. 自分の心が感覚的な事柄にふけることのないようにしなさい。そうすれば、それらに特有の喜びや悲しみを味わうこともないだろう。

49. 心が常に霊的な対象に没頭している者においては、魂の望ましい部分さえも神聖な武器となる。
50. 魂の望ましい部分が、それに見合う美德で飾られなければ、心が知識で満たされることはあり得ない。
51. 知性は、感覚的なものに対するあらゆる感情を完全に断ち切ったとき、初めてこの世から疎遠となる。
52. 魂の理性的な部分の顕著な特徴は、神を知るための修練であり、欲望的な部分の特徴は、愛と節制であるべきである。
53. 知性には、それに対する偏愛がなければ、常に感覚的な事柄に没頭し続けることはできない。
54. 知恵に満ちた心こそが完全であり、美德に根ざした魂こそが完全である。
55. 知性が感覚的なものに向く傾向があると、それは肉体の快楽の奴隷となってしまう。
56. 望ましい部分が美德から遠ざかると、知性も知識の座から動揺する。
57. 私たちは「神の子となる権能」を受け入れた（ヨハネ1:12）が、情欲を脱ぎ捨てなければ、神の子となることはできない。
58. まだ自分の中に神の御性質を身につけていない者は、自分が真に神の子になったなどと考えるべきではない。
59. 善い品性や悪い品性を身につけることは、人を神の子とするか、あるいはサタンの子とするかを決める。
60. 自分自身に耳を傾け、あらゆる汚れから速やかに清めようとする者こそ、賢い人である。
61. 心が硬化している者は、たとえ鞭打たれても痛みを感じず、恩人に対しても何の感情も抱くことができない。
62. 不浄な衣を身にまとった者は、神の婚礼の宴から追い出され、漆黒の闇の仲間となる（マタイ22:12,13）。
63. 神を畏れる者は、自らの魂を大切にし、悪しき運命から自らを救い出す。
64. 神を見捨てて、肉欲の快楽にひれ伏す者には、神の憐れみを得ることはできない。
65. イエス・キリストは、「だれも、ふたりの主人に仕えることはできない」（マタイ6:24）と語っておられるが、私たちはそれを信じようとしなさい。
66. 汚された魂は情欲によって荒ぶようになり、切り刻まれたり焼かれたりすることなしには、信仰を持つことはできない。
67. 荒ぶった者には恐ろしい試練が必要である。なぜなら、激しい苦痛なしには、彼らは心を和らげることができないからである。
68. 賢明な人は自らの魂を大切にし、自ら進んで苦しみを受けることによって、不本意な苦しみから逃れるのである。
69. 魂への配慮とは、苦行（自己犠牲の行い）と謙遜であり、そのために神はすべての罪を赦してくださる。
70. 情欲と怒りが罪を増大させるのと同様に、節制と謙遜はそれらを消し去る。
71. 神への悲しみは心を打ち砕く。その悲しみは、地獄の苦しみへの恐れから生まれる。
72. 神への悲しみは心を清め、不浄な快楽から心を遠ざける。
73. 忍耐とは、魂の勤勉さ（魂を過度に労わろうとする願い）である。そのような勤勉さがあるところには、快楽への執着は追い払われる。
74. あらゆる罪は快楽のために行われるが、あらゆる赦しは苦しみと悲しみのために与えられる。
75. 自発的な苦しみをもって悔い改めようとしなさい者は、神の摂理によって、不本意な苦しみを受けることになる。



76. キリストは全世界の救い主であり、人々に救いへの悔い改めを授けられた（マタイ4:17）。

77. 悔い改めは戒めの遵守を生み出し、戒めの遵守は魂を清める。

78. 魂の清めとは、情欲からの解放であり、情欲からの解放は神への愛を生む。

79. 神を愛する魂こそ清く、無知から解放された心こそ清い。

80. 神の戒めのために、死に至るまで努めよ。なぜなら、それらによって清められたとき、あなたはいのちに入るからである。

81. 体を戒めの僕として用い、可能な限り、快樂を追い求めず、病のない（健康な）状態を保ちなさい。

82. 肉の反逆は、祈り、食事制限、沈黙を怠ることから生じる。

83. 善き沈黙は、善き実——愛、節制、そして清らかな祈り——を生み出す。

84. 読書と祈りは心を清め、愛と節制は魂の望ましい部分を清める。

85. 常に一貫した節制を守りなさい。不均一さによって、それに反する状態に陥らないようにするためである。

86. 自らに律法を課したならば、後にそれを詭弁的に歪めて解釈し、自分自身の信念を裏切ってはならない。なぜなら、このようにして律法から自らを遠ざける者は、自らを惑わしているからである（自らが悪魔となる）。

87. 情欲に駆られた魂は、心の夕暮れである。なぜなら、そのような魂には、真理の太陽が沈んでしまったからである。

88. 神の御子とは、慈愛、知恵、力、そして正義において神に似た者である。

89. 魂の病とは邪惡な傾向であり、その死とは、行いによって成し遂げられた罪である（ローマ5:12）。

90. 靈的な無欲とは、完全な無執着であり、それによって心はこの世のあらゆるものから離れる。

91. すべてのことを徳に従って行いなさい。それによって、義の実が生まれるからである。

92. 心の中で対象を思索することは、物質や形とは全く無縁であるため、無形であると言われる。

93. 四元素が物質や形から切り離せないのと同様に、それらから構成された身体もまた、それらから切り離せないものである。

94. 人愛によって肉となった御言葉（ヨハネ1:14）は、かつてあったものを変えることもなく、また、なったものを変えることもなかった。

95. 私たちは、受肉された御子である神について、神性および人間性から成り、神性および人間性の中に存在すること、また二つの本性から成り、二つの本性の中に存在することを語る。

96. 私たちは、不可分につながった二つの本性において、キリストにあって一つの位格を告白する。

97. 私たちは、キリストにおける唯一かつ不可分の御人格を賛美し、キリストにおける二つの本性の混ざり合うことのない合一を告白する。

98. 私たちは、三位一体の唯一の神の本性に礼拝を捧げ、同質なる聖三位一体を賛美する。

99. 三つの位格のそれぞれに、父性、子性、発出が固有のものであり、三つの位格に共通するのは、実体、本質、神性、慈愛である。

## 第103篇

その頭字詩は次の通りである： 悪とは、本来、肉体を苦しめるものではなく、魂を清めるものであり、良心を傷つけ、肉体を快樂に浸らせるものである。

1. 本質的に善なる方については、善きことを思い、あらゆる人については善きことを思いなさい。

2. 審判の日に、私たちは言葉、行い、そして思いについて、神の御前で答えを述べなければならぬ。
3. 善か悪かという習慣が、私たちに善か悪かを考え、語り、行わせる。
4. 情欲に支配された心は、ふさわしくないことを思い巡らす。そして、その思いは言葉や行いとして表れる。
5. 悪しき思いには情欲が先行し、情欲の原因は感情にあり、そしてそれらを悪用する原因は、明らかに心にある。
6. 感情を抑え、思いに打ち勝ち、戒めの武器をもって自らの情欲を打ち砕きなさい。
7. 悪は根が深く、それを断ち切るには長きにわたる努力を要する。なぜなら、深く根付いた習慣は、そう簡単には動かないからである。
8. 忍耐と沈黙を伴った、節制と愛による継続的な奮闘は、蓄積された情欲を消し去る。
9. より頻繁に心を祈りに向けよ。そうすれば、心の中で渦巻く思いは追い払われる。
10. 修業には忍耐と勇気が求められる。なぜなら、快楽への執着は、長期的かつ自発的な自己鍛錬によってのみ追い払われるからである。
11. すべての節度を持って、規則に従って行えば、修業の業を円滑に成し遂げることができる。
12. 修行においては常に同じ節度を保ち、極度の必要がない限り、定められた規則を破ってはならない。
13. 愛と節制が思いを清めるように、黙想と祈りもまた、「あらゆる高ぶりを打ち砕く」（Ⅱコリント10:5）のものである。
14. 修道的な行い、すなわち断食、徹夜祈祷、忍耐、寛大さこそが、良心を清めるのである。
15. 不本意な誘惑の試練を穏やかに耐え忍ぶ者は、謙遜で賢明になり、（霊的な面で）熟達し、信頼できる者となる。
16. 忍耐は、自らを労する心の願いに根ざしている。それは、それに伴う労苦や不本意な誘惑に立ち向かうことにある。
17. 恐ろしい誹謗中傷を穏やかに耐え忍ぶことは、悪意のなさを生み出す。そして、最後まで忍耐し続けることは、魂からあらゆる悪を根絶する。
18. 過酷な不運の打撃は心を引き裂き、それによって生じる悲しみは快楽への執着を追い払う。
19. 四つの主要な情欲があり、そのうちの一つをもう一つに対して、摂理は極めて賢明に用いる。
20. なぜなら、快楽への執着は悲しみを招くことによって滅ぼされ、情欲は地獄の苦しみへの恐怖によって萎えさせられるからである。
21. 賢明な知性は、魂に霊的な行いを教え、体をあらゆる肉体的奮闘に慣れさせる。
22. 修道士として、外見だけの人ではなく、内面の人をも示すよう努めよ——それは、情欲から彼らを清めることによってである。
23. 最初の放棄とは、物（財産）からの解放であり、第二と第三の放棄とは、情欲と無知からの解放である。
24. 望む者なら誰でも、物からは容易に離れることができる。しかし、物への執着から離れるには、少なからぬ労力が必要である。
25. 情欲を手握っている者は、怒りも抑えられない。なぜなら、そこに怒りの苛立ちの原因があるからだ。
26. さて、我々は情欲に満ちた思いから清められ、その結果として清く、物質を超越した祈りを味わうことができたのか、それともまだなのか。
27. 情欲から解放され、すべての被造物から離れ、神の中に留まる心は偉大である。

28. 成功する者は、次の三つの事柄について深く思索する——戒めの履行、教義の認識、そして聖三位一体への信仰についてである。
29. 情欲から解放された心は、次のようなことに没頭する——繊細な思索、被造物の観想、そして永遠の光である。
30. 私たちの魂の中には、最も邪悪な情欲が潜んでいる。しかし、それらの行いが暴かれるとき、それらは明らかになる。
31. 心が平静を保ち、ある種の無情をわずかに得ていることもあるが、実践のための対象（あるいは課題）が欠けているため、熟達には至らない。
32. 情動は、前述の通り、次の三つの事柄——その対象に関する記憶、肉体の満足と安らぎ、そして感覚——によって動き出す。
33. 感覚を適切に統制し、肉体を秩序正しく整えた心には、ただ一つの戦い、すなわち記憶との戦いだけが残る。
34. 節制と霊的な愛がないとき、感覚を通じて情動が動き出す。
35. 節度ある断食、徹夜祈祷、そして詩篇の詠唱は、通常、身体の調子を整える。
36. 以下の三つの事柄は、明らかに身体の調子を悪化させる。すなわち、食事の乱れ、気候の変化、そして悪霊の憑依である。
37. 情熱的な思いは、祈り、読書、節制、そして愛によって和らげられる。
38. まず感覚を沈黙で封じ、それから美德という武器をもって記憶と戦え。
39. 心の罪とは、悪意のある思考を用いることであり、行為の罪とは、物事を悪用することである。
40. 思いや物に対する濫用は、その両者を悪のために用いる不敬虔かつ不義な行為である。
41. 非難すべき情欲とは、心を感覚の世界に縛りつける鎖である。
42. 行いや物事、あるいはそれらを思い出すことに対しても、いかなる執着も持たない者こそ、完全な無執着を備えている。
43. 善き魂は隣人に慈愛を施し、もし恩知らずな態度に遭遇しても、その人に対して寛大であり、もしその人から何らかの被害を受けたとしても、忍耐強く耐え忍ぶ。
44. 邪悪な思いこそが真の悪であり、それらから清められていない者は、真の知恵を学ぶことはできない。
45. キリストの御言葉に耳を傾ける者は自らを照らし、キリストに倣う者は自らを正す。
46. 恨み深さは魂の病である。それは、不名誉や損失、あるいは疑わしい思いによって生じるものである。
47. 主は、隣人の幸福を正しく悲しむことができないという理由で、嫉妬深い者の心を盲目にされる。
48. 中傷的な魂は三つの刃を持つ舌を持っている。それは、自分自身も、それを聞く者も、時には中傷される者までも傷つけるからである。
49. 侮辱した者のために心から祈る者は悪意を持たない。また、その者に恵みを惜しまない者は、恨みを抱くことから解放される。
50. 隣人への憎しみは魂の死である。これこそが、中傷者の魂が持ち、また自らに招くものである。
51. 怠惰は魂の衰えから生じる。快楽に溺れる魂は、勤勉さを失う。
52. 主イエスを愛する者は、修道的な労苦に身を捧げる。そして、その労苦における不屈の精神こそが、怠惰を追い払うのである。
53. 魂は修業の労苦によって強められ、すべてを節度をもって行うことによって、怠惰を追い払う。
54. 腹を制する者は情欲を枯らし、その心は淫らな思いに屈服することはない。
55. 節制する者の心は聖霊の宮であり、好色な者の心はカラスたちの住処である（イザヤ書 34: 11）。

56. 満腹は様々な料理への欲望を生み出すが、空腹はパン一枚さえも甘美なものにする。
57. 嫉妬される者を密かに喜ぶ者は、嫉妬から解放される。また、嫉妬されるべきものを隠す者は、嫉妬から人々を解放する。
58. たとえ多くの人々から名高い者であっても、怠惰に生きる者からは遠ざかりなさい。
59. 勤勉な人を友とせよ。そうすれば、その人に自分の過ちを覆い隠すものを見出すだろう。
60. 怠惰な者は多くの主人に身を売り渡した。そして、彼らが彼を導くままに、彼は生きる。
61. 怠惰は、友として平穏な時にはあなたに好意を寄せるが、試練の時には敵としてあなたに立ち向かう。
62. それは、情欲が湧き上がる前には、あなたの代わりに自らの魂を差し出すが、情欲が湧き上がると、あなたの魂を奪い取る。
63. 荒れ果てた土地は茨に覆われるが、怠惰な魂は不浄な情欲で満たされる。
64. 賢明な心は自らの魂を抑制し、肉体を疲れさせ、情欲を従わせる。
65. 目に見える動きは、目に見えない内面の動きを示すものであり、実を結ぶ木がどのような木であるかを、その実が示すのと同じである。
66. 言葉と行いは、偽善者を暴くものであり、それらはまた、隠れた偽預言者をも明らかにする。
67. 狂った心は自らの魂を教え導かず、愛と節制から遠ざける。
68. 不品行な考えの原因は、虚栄心、高慢、傲慢によって支えられた悪しき気質にある。
69. こうした情欲に支配された者には、偽善や狡猾さ、さらには悪知恵、嘲笑、そして最も卑劣な嘘が付き物である。
70. そのような者たちは、嫉妬や熱狂、怒りや激怒、悲しみや恨みにも屈服してしまう。
71. これが怠惰に生きる者たちの道であり、これこそが私の内に秘められた宝である。
72. 苦行（厳しい肉体の修行）と謙遜は魂を救い、前述の情欲から魂を解き放つ。
73. 賢明な心のしるしは有益な言葉であり、善良な魂のしるしは善行である。
74. 啓発された心は賢明な言葉を紡ぎ出し、清らかな魂は神聖な思いをかき立てる。
75. 熱心な者の思いは至高の知恵を学び、その言葉は聞く者の心を啓発する。
76. 魂に善なる傾向が備わっているとき、それは善き思いを生み出し、悪しき傾向が備わっているときは、不品行な思いを生み出す。
77. 情欲に駆られた魂は、邪悪な思いの巣窟であり、その宝庫から邪悪なものを引き出す（マタイ12:35）。
78. 善き宝とは徳ある習慣であり、善き心はそこから善きものを生み出す。
79. 神の愛に動かされる心は、神についての善き思いを育むが、自己愛に動かされる心は、それとは正反対のものを生み出す。
80. 隣人への愛に動かされる心は、絶えずその人について善を思う（Iコリント13:5）。しかし、それとは反対のものに動かされる心は、その人に悪を見出す。
81. 善き思いの原因は徳であり、徳の原因は戒めであり、そしてそれらを実践する原因は善き意志である。
82. 美德と悪徳は、魂の中にあり、またそこから去っていくとき、魂を善または悪へと傾かせ、互いに敵対する思いへと駆り立てる。
83. 邪悪な思念の原因は情欲であり、情欲の原因は戒めの無視であり、無視の原因は感覚による誘惑であり、誘惑の原因は、感覚を制御することに対する理性の怠慢である。
84. 成長途上にある者においては、善き心構えは容易にその反対へと転じうるが、完成された者においては、これらの心構えは容易には転じない。
85. 魂の力は、徳における揺るぎない習慣であり、これを達成した者はこう語った。「誰が私たちを神の愛から引き離すことができようか？」（ローマ8:35）。

86. あらゆる情動に先立つのは自己愛であり、それらすべてに続くのは高慢である。

87. 三つの主要な情欲は、自己愛という情欲から生じている。

88. この三つとは、食欲、虚栄、金銭への執着であり、これらから他のすべての情欲が派生する。

89. 食欲の後に淫行が続き、虚栄心の後に高慢が続き、その他の情欲はこれら三つのすべてに続く。

90. この三つの情欲のすべてに続いて現れるのは、悲しみ、怒り、恨み、嫉妬、怠惰、その他である……。

## 祈り

1. 万物の主キリストよ！これらすべてから、すなわち破滅的な情欲からも、またそれらが生み出す思いからも、私たちに救い出してください。

2. 私たちはあなたのために創造され、あなたが植えられた楽園に置かれ、あなたの中で至福を享受するのです。

3. しかし、現在のこの不名誉は、私たちが自ら招いたものであり、至福の喜びを捨てて、破滅的なものを選んだからです。

4. そのゆえに、私たちは自らその報いを受け入れ、永遠の命の代わりに死を受け継いでしまいました。

5. 今、主よ、あなたが常に私たちを見守ってくださったように、終わりまで私たちの守り手であり続けてください。私たちのために受肉してくださったその御心のよう、私たちがすべてを救ってください。

6. なぜなら、あなたは滅びた私たちを救うために来られたのです。どうか、救われる者たちの仲間から私たちを締め出さないでください。

7. 私たちの魂をよみがえらせ、肉体を救い、あらゆる汚れから私たちを清めてください。

8. 私たちを縛る情欲の鎖を打ち砕いてください。不浄な悪魔の軍勢を打ち砕かれたように。

9. そして、その暴政から私たちを救い出し、唯一なる御方、永遠の光であるあなたに仕えさせてください。

10. 死からの復活の際、天使たちと共に、一つとなり、至福に満ち、永遠に断ち切られることのない聖歌隊を成すとき。

## 第104番

その頭字詩は次の通りである：　しかし、私たちの神に熱心に祈り、現実の悪も、現実ではないがそう見なされている悪からも、私たちに救い出してください。

1. 肉への愛着や甘えから心を解き放った者は、命を与える御霊によって「肉の行いを死に委ねた」（ローマ8:13）のである。

2. もしあなたの心がまだ肉に固有のことに囚われているなら、肉的なものへの傾きから離れるなどと考えてはならない。

3. 肉には感覚と感覚的なものが固有であるように、魂には知性と精神的なものが固有である！

4. 魂を感覚や感覚的なものから遠ざければ、あなたの心は神の中に留まり、霊的な事柄に専念するようになるだろう。

5. 知性ある存在は神性に親和しており、それらは知性によってのみ認識される。一方、感覚や感覚的な事物は、知性に奉仕するために創造されたのである。

6. 感覚や感覚的な事物が、肉体の欲望を満たすためではなく、霊的な観想のためにあなたに仕えるようにせよ。

7. あなたには「肉の行いを死に委ねよ」と命じられている。それは、肉の快樂によって死んだ魂を、困難な修行によってよみがえらせるためである。
8. 神から与えられた主権を保ち、感覚を支配し、より優れた者として、自分より劣るものに自分に対する支配権を与えてはならない。
9. 神は永遠であり、無限であり、制限のないお方であり、神に従う者たちには、永遠で無限、そして言葉では言い表せないほどの恵みを約束された。
10. 知性には、神の中に留まり、神について、また神の摂理やその恐るべき裁きについて思索することがふさわしい。
11. あなたはこれかあれかに傾く力を持っているが、より良いものの側に立てば、より悪いものを自分に従わせることができる。
12. 感覚も感覚的なものも、善なる神の被造物として素晴らしいものであるが、決して理性や知的なものとは比べものにならない。
13. 神は、理性と精神的な本質を、万物および神ご自身を知る能力を備えたものとして創造され、感覚と感覚的なものは、これを有益に用いるために造られたのである。
14. 従順でない奴隷が善良な主人に服従するのは不適切であるのと同様に、知性ある心が朽ちゆく肉体に服従するのも不適切である。
15. 感覚を支配できない心は、感覚を通じて罪に陥る。なぜなら、感覚的な快樂に惑わされると、心は往々にして放蕩を生むからである。
16. 感覚を自分の支配下に置くならば、記憶もしっかりと封じ込めよ。なぜなら、まず感覚を通じて受けた印象が、次にその記憶を通じて、再び情欲を掻き立てるからである。
17. 体を酷使し、より頻繁に祈りなさい。そうすれば、まもなく偏った考えから解放されるだろう。
18. 絶えず神の御言葉に励みなさい。なぜなら、このことへの勤勉な実践こそが、情欲を根絶するからである。
19. 読書、徹夜祈祷、祈り、そして詩篇の詠唱は、心を情欲的な事柄への迷いから解き放つ。
20. 春が植物を蘇らせるように、無情は心を「ある者」の認識へと駆り立てる。
21. 戒めを守れば、安らぎを見出すだろう。神を愛すれば、知恵を得るだろう。
22. 苦痛を伴う労働と額に流れる汗によって、あなたは知恵のパンを食らうことを定められている。
23. 怠慢が先祖を墮落へと導き、樂園の慰めの代わりに、死を宣告した。
24. あなたもまた、あなたのエバに、蛇に警戒するよう命じなさい。そうすれば、彼女が蛇に惑わされて、禁断の実をあなたに差し出すことはないだろう。
25. 魂が本来、肉体に命を与えるように、徳と知恵は魂に命を与える。
26. 自らを賢いと思い込む心は、虚栄と高慢の風に吹き流される、水のない雲のようなものである。
27. 虚栄を慎むとともに、淫行にも気をつけよ。名誉を避けるあまり、不名誉に陥ることのないように。
28. 虚栄を避け、神に目を向けるがよい。そうしなければ、自惚れや不品行に陥ってしまうからだ。
29. 虚栄心は見せびらかすことを好むものであり、高慢は他人を貶め、怒りを露わにするものである。
30. 食欲を避けつつ、人に媚びることを戒めよ。偽って顔色を良く見せようとする者には気をつけよ。
31. 少食を喜び、質素な食事に満足し、かつ人に媚びることを避けるような断食は、実に素晴らしいものである。



32. 夕方まで断食するならば、満腹になるまで食べてはならない。そうしなければ、つい先ほど破壊したものを、また自ら築き上げてしまうことになるからだ。
33. 酒を控えるなら、水もあまり飲んでではない。さもないと、結局は淫行の材料を与えてしまうことになるからだ。
34. 傲慢は、神の助けから背き、自分自身を頼り、人々より高ぶることを招く。
35. 高慢に対する治療法は二つある。もしこれらを利用しなければ、人は不本意ながら、三つ目の極めて過酷な報いを受けることになる。
36. 高慢を追い払うのは、涙を伴う祈り、誰をも軽んじないこと、そして自発的な苦しみである。
37. 試練を通じた悟りは、霊的な杖であり、無知ゆえに高ぶる者に謙遜の知恵を教えるものである。
38. 賢明な行いとは、密かに隣人を誹謗する者の考えに従わないことである。
39. 雑草を抜き取らない園丁が、その雑草によって野菜の成長を妨げるように、思いを清めようとしなない心は、修業の労苦を台無しにしてしまう。
40. 助言に耳を傾ける者は賢明である。とりわけ、その助言が神に従って霊的父によって与えられる場合はなおさらである。
41. 情欲に支配された者は、助言を理解することさえできず、霊的な指導に従うことなど到底できない。
42. 助言を受け入れない者は、正しい道を歩まず、常に急流や深淵をさまよう。
43. 修道士とは、感覚的なものから離れ、快楽を求める思いさえも目にすることを許さない心である。
44. 医師とは、自らを癒した心であり、自らを癒したそのもので他者を癒す者である。
45. 美德を求め、そしてそれを失わないよう熱心に努めよ。そうすれば、恥辱にまみれて生きることも、慈悲なく死ぬこともないだろう。
46. 私たちの主イエス・キリストはすべての人に光を与えられたが、主を信じない者たちは自らを闇の中に閉じ込めている。
47. 美德を失うことを軽んじてはならない。それによって死がこの世に入り込んだのである。
48. 戒めを忠実に守ることは、死者の復活である。なぜなら、命は徳の自然な帰結だからである。
49. 戒めを破ることによる心の死には、必然的に肉体の死が続く。
50. アダムが戒めに背いて死に陥ったように、救い主は従順であったゆえに、死を滅ぼされた。
51. 罪を滅ぼしなさい。そうすれば、死者としてよみがえることもなく、小さな死から大きな死へと移ることもない。
52. アダムの罪を理由として、救い主は受肉し、誓いを果たしてすべての人を復活させるためであった。
53. 情欲を滅ぼし、無知から解放された者は、この世の命から永遠の命へと移る。
54. 聖書を深く探求すれば、戒めを見出すだろう。そして、その教えを実践すれば、情欲から解放される。
55. 戒めを守ることは魂を清め、魂が清められることで、魂は光に与るようになる。
56. 命の木とは、神を知ることには他ならない。神と交わりを持つ者となり、清められた者は、不死となる。
57. 活動的な生活の始まりはキリストへの信仰であり、その終わりは神への愛である。
58. イエス・キリストは、私たちに永遠の命を得るための御自身への信仰を授けてくださった、私たちの主であり神である。

59. 御方は、神性と魂と肉体を結びつけて私たちの前に現れ、神として、魂と肉体の両方を死から救うためであった。

60. 私たちは、知識の光が生まれる愛に到達するために、信仰を培う。

61. 信仰を培うことには、次のようなものが続く：神への畏れ、快樂の自制、労苦への忍耐、神への希望、無執着、愛。

62. 誠実な愛から、本性の知恵が生まれる。その後、至高の願いの成就、すなわち神学の恵みが訪れる。

63. 情欲を抑制する心は、神への畏れという力によって、それらを確実に抑制する。それは、神と、神が警告されたこと、そして約束されたことを信じているからである。

64. 信仰を授けられた者には、節制が求められる。それが確立されると、勤勉な習慣を支える忍耐が生まれる。

65. 忍耐のしるしは、労苦への愛である。心はこれに依り頼んで、約束されたものを得、脅かされたものを避けるという希望を抱くのである。

66. 将来の恵みへの期待は、心をその期待するものと結びつける。そして、この結びつきの中に留まることで、心は現在の恵みを忘れてしまう。

67. 待ち望むものを味わった者は、現在を捨て去る。なぜなら、そのとき彼はすべての欲望を、その待ち望むものに委ねるからである。

68. 未来の幸福を約束されたのは神ご自身であり、神を信じる者は、未来を現在と同じように切望する。

69. 心が待ち望む恵みの中に生きていることのしるしは、この世の事柄を完全に忘却しようと努め、未来の恵みについての認識を広げていくことにある。

70. 真理の神が教える善なる真理は、神を愛する魂に対し、あらゆる方面からその真実性を立証するものである。

71. 約束の相続人たちに用意された恵みは、永遠のものであり、すべての世よりも先立ち、また心や言葉よりもさらに先にある。

72. 私たちは、情欲に流されて希望から離れることのないよう、敬虔の規範に従うように努めよう。

73. イエス・キリストは聖三位一体の御子であり、あなたこそがその御子の共同相続人となるのである。

74. 神から実在に関する知識を授かった者は、聖書に予言されていることについて、信仰において迷うことはない。

75. 聖霊は、情欲から解き放たれた心を見つけると、それに応じて、密かにそれを、待ち望むものの認識へと導く。

76. 心の清めに応じて、魂は神の言葉の認識へと導かれる。

77. 自分の肉体を適切な秩序に整え、神の知恵の修練に励む者は、まさにその知恵によってますます清められていく。

78. 神聖な事柄について思索し始める心は、信仰から始まり、その後、それらの事柄の中で巡り歩みながら、再び信仰に到達するが、それはより高次の信仰である。

79. この思索の始まりには畏れが伴い、その終わりには愛が先行することが見出される。

80. 注意深く耳を傾ける信仰（あるいは何を信じるべきかを理解する信仰）から思索を始める心は、あらゆる知性の限界を超越する神学に到達する。それは、忘れがたい信仰（常に意識に内在し、その中に不動に留まるもの）と、秘められたものの観想によって定義されるものである。

81. 聖なる、そして至福の父たちによる神に関する言葉は、それらが神そのものである（神の本質や偉大さに合致している）というのではなく、神についてのものである（神について、私たちの知性が理解しうる範囲内で明らかにしてくれるもの）として、彼らによって観照されるのである。

82. すなわち、神について語られるすべての言葉は、肯定的であれ否定的であれ、当然ながら神を指している。

83. 例えば、「実体」、「神性」、「恵み」、およびその他類似のものは肯定的に語られ、「無始」、「無限」、「不可視」、および類似のものは否定的に語られる。

84. 本質は唯一であり、あらゆる知性や言葉を超越しており、聖三位一体の秘められた神性も唯一である。したがって、聖三位一体について語られ、観想されるすべてのものは、総じて語られ、観想されるのである。

85. 聖三位一体の神性が唯一であると信じられるのと同様に、その唯一の神性の三つの位格もまた告白される。

86. 上記で述べた肯定的および否定的な属性は、聖なるかつ同質なる三位一体全体に共通して適用される。ただし、個々の位格に固有の属性については、その中には肯定的なものもあれば、否定的なものもある。

87. 神の位格の個人的属性とは、父性、子性、発出、およびその他、位格に固有に帰属するものである。

88. 位格は、本質と個人的属性によって規定される。したがって、各位格は、本質に共通するものと、その位格に固有のものとの両方を有している。

89. 聖三位一体全体に共通して帰属する属性のうち、否定的なものが最も重要と見なされるが、個人的属性に関してはそうではない。なぜなら、すでに述べたように、それらの中には肯定的なものもあれば、否定的なものもあるからである。例えば、「非誕生」と「誕生」、および類似の属性などがそれにあたる。「無生」は「有生」とはその意味において異なる。すなわち、「無生」は父を意味し、「有生」は子を意味するからである。

90. 言葉や名称は、聖三位一体の本質について観照される事柄を明らかにするために用いられる（第81章参照）。しかし、本質そのものについては用いられない。なぜなら、本質に属する事柄は、知性には知ることができず、言葉では言い表せないものであり、唯一の三位一体のみがそれを知っておられるからである。

91. 神性の単一の本性が「三位一体」と呼ばれるように、聖三位一体は「同質」とであると告白される。

92. 父は、無始なるものとして、また始まりとして観照される。無始なるものとは、生まれざる者であるからであり、始まりとは、御子の父であり、聖霊の源であるからである。聖霊は、永遠に父から出、父の中に存在する。

93. 三位一体へと向かう際、その「一」は「一」のままであり、また「一」へと帰着する際、三位一体は三位一体のままである。これこそ実に驚くべきことである！

94. 御子と聖霊は、無始ではないが、永遠であると告白される。無始ではないというのは、始まりと源として父に帰属するからであり、永遠であるというのは、一方は永遠から生まれ、他方は発出によって、父と共に存在しているからである。

95. 三位一体の不可分な唯一の神性は常に正しく観想され、唯一の神性の混ざり合わない三つの位格は常に正しく告白される。

96. 位格的な属性とは、父においては「非誕生」、子においては「誕生」、聖霊においては「流出」である。子と聖霊の始まりは、時間を超えたものとして告白される。なぜなら、太陽から、また太陽の中に光があるように、彼らもまた、永遠なる者から、そして永遠なる者の中であって、永遠の存在を有しているからである。

97. 位格の個人的属性は、不動かつ不変のものとして常に観照され、共通の本性、すなわち神性は、不可分なものとして観照される。

98. 我々は、三位一体における一、および一における三位一体を、不可分でありながら区分され、区分されながらも結合されているものとして告白する。

99. 神性における唯一の源——父——は、子と聖霊の源として、また、彼らと同等に永遠であり、彼らと同等に無限である源として、観照される。そして、この三者は同一の本質を持ち、

不可分である。また、すべての被造物の創造主、摂理者、そして裁き主は、三位一体の神、すなわち御子を通して聖霊において現れる御父である。なぜなら、「すべては、御父から、御子によって、御子の中であって」と記されているからである。それゆえ、御父に永遠の栄光がある。アーメン（ローマ11:36）。

**100.** 私たちは、御子と聖霊を、御父と同等であり、また同源であると告白する。すなわち、彼らは永遠にして始まりなき存在であり、御父から、また御父の中であって、その存在と起源を持つのである。彼らは永遠に御父と共にあり、御父の中にあり、また御父は永遠に彼らと共にいる。父が彼らなしに、また彼らが父なしであった瞬間は、かつて一度もなかった。これこそが、本質において唯一であり、三つの位格を持つ神の在り方である。神に、世々限りなく栄光と權威があるように。アーメン。

## 聖テオドール、エデスの司教

### 彼に関する略歴

エデッサの住民である両親の祈りと幻視の果てに生まれたテオドールは、学業を始めるようになると、学習の才能を見せることはなかったが、その意味が明らかになるよう神に祈り続けた。ある時、彼は聖体礼儀の最中に聖なる食卓の下に身を隠したところ、ある若者が彼に蜂蜜を与え、孤独の甘美さを植え付けた。その様子を目撃した司式者である司教は、テオドールを朗読者に叙任し、彼は修道院に残って、総指導者ソフロニオスのもとで当時の学問を容易かつ自由に学んだ。18歳の時、両親を亡くすと、彼は財産を分配し、その一部だけを姉に分け与え、20歳の時にはエルサレム近郊にある聖サヴァの修道院に隠遁し、そこで12年間は共同生活を送り、24年間は隠遁生活を送った。この隠遁生活から、アンティオキアおよびエルサレムの総主教たちの決定により引き出され、エデッサの司教に叙階された（）。そして彼はエデッサへと向かった。エデッサに到着すると、彼は全力を挙げて教会と信徒たちの繁栄に尽力したが、その活動は、イスラム教徒である都市の支配者たちや、街に溢れる異端者たちから大きな妨害に遭った。自らの努力が実を結ばず、さらには命の危険さえあることを悟った聖テオドロスは、バグダッドのカリフ・マウイヤのもとへ赴き、慈悲を請うた。カリフの病を癒やした彼は、キリキア、シリア、メソポタミアの統治者たちに対し、エデッサの教会にその財産を返還し、正教への改宗を妨げないよう命じるよう、カリフを説得した。エデッサに戻ると、彼は正教会の信徒たちから喜びをもって迎えられた。その後、異端者たちの改宗によって信徒の数は増え、天から導かれるこの熱心な牧者によって、教会は善き導きのもとで治められていった。死の訪れを予感し、かつての隠遁の修道室で息を引き取りたいと願った聖テオドロスは、パレスチナへと向かった。そこで、かつて荒野で修行に励んだその地で、まもなく7月9日に息を引き取り、その日が彼の記念日と定められた。当時、コンスタンティノーブルではミカエルが母テオドラと共に統治していた——9世紀のことである。ここで紹介する魂を救う百の章は、彼がまだ隠遁生活を送っていた頃、修道院の長老たちの要請に応じて彼自身がまとめたものである。『ギリシャの慈愛』の編者たちは、これらについて次のように記している。「聖テオドロスが他にどのような著作を残したかについては、確かなことは言えない。しかし、彼が勤勉に編纂したこれら100の章は、節制に関する他の教父たちの著作と並べて掲載する。なぜなら、それらは聖なる節制の業を良く描き出しており、また、これを相応の注意を払って読む者たちに、豊かな霊的益をもたらすことができるからである。」

### 私たちの尊き父、エデスのテオドールによる、魂に極めて有益な百の章

**1.** 私たちは、慈愛に満ちた神の恵みにより、サタンとその行いを拒絶し、キリストと結ばれたのである。それは、かつて「再生の浴場」においてそうであったように、今や修道誓願において再びそうである。それゆえ、私たちは主の戒めを守らなければならない。これは、単に私たちの厳粛な誓いだけでなく、自然な義務としても求められていることである。なぜなら、私たち

は初めから神によって「極めて善きもの」として創造されたのだから、そのままであるべきだからである。たとえ、私たちの不注意から生じた罪が、私たちの中に不自然なものを生み出したとしても、しかし、私たちの偉大なる神の豊かな憐れみにより、私たちは再び招かれ、無情な者の情熱によって新たにされ、主キリストの血の代価によって贖われ、こうして古の先祖の罪から解放されたのです。したがって、もし私たちが義となるならば、そこには何ら偉大なことなどありません。しかし、それゆえに、もし私たちが真理から離れるならば、なおさら憐れみと非難に値することとなるでしょう。

2. 正しい信仰を伴わない善行は、完全に死んでおり、無力であるのと同様に、義の行いを伴わない信仰だけでは、私たちを永遠の火から救うことはできない。なぜなら、「わたしを愛する者は」、主は言われる、「わたしの戒めを守るであろう」（ヨハネ14:23）。したがって、もし私たちが主を愛し、主を信じるならば、永遠の命を得るために、主の戒めを守ることでその証しをなすべきである。もし、すべての被造物が従う主の戒めを、私たちが軽んじて守らないのであれば、あらゆる被造物よりも尊ばれている私たち——しかも、創造主の戒めに従わず、恩人に対して恩知らずである者たち——が、どうして自分を「信者」と呼ぶことができるのでしょうか。

3. キリストの戒めを守るとは、何もののにも欠けることのない、すべての善の与え主である御方に何かを差し上げるためではなく、私たち自身が永遠の命と、言葉に尽くせないほどの恵みの喜びに値する者となるために、自分自身に恩恵をもたらすことなのである。

4. 神の戒めを守ることによって、私たちに逆らう者は、それが父であれ、母であれ、あるいは誰であれ、私たちにとって忌まわしく憎むべき存在である。それは、「わたしよりも父や母、あるいは他の誰かを愛する者は、わたしにふさわしくない」（マタイ10:37）という言葉が聞かされることのないためである。

5. それゆえ、私たちは全力を尽くして主の戒めを守ることに専心しよう。そうすれば、邪悪な欲望や肉欲の快楽という解き難い束縛に縛られることはないだろう。さもなければ、私たちに対しても、「実を結ばないいちじくの木」についての裁きが下され、「切り倒して、その場所を耕せ」（ルカ13:7）と言われることになるのではないか。なぜなら、「善い実を結ばない者は、みな切り倒され、火に投げ込まれる」（ルカ3:9）と、主は言われているからである。

6. 情欲や快楽に打ち負かされ、この世に目を向ける者は、すぐに罪の罠に陥る。一度犯された罪は、葦原の火の如く、山から転がり落ちる石の如く、支流が合流して勢いを増す川の流れの如きものである。そうなるのである。そして、あらゆる罪は、それを犯す者を滅ぼす。

7. 魂は罪によってその本来の秩序から逸脱し、それによって野性化し、罪の快楽という茨に満ちて、恐ろしい獣たちの住処となる。それは、「そこにはオノケンタウロスたちが休み、ハリネズミが巣を作り、悪霊たちがオノケンタウロスたちと出会う」（イザヤ書34, 14, 15）——これらは様々な罪の情欲である。しかし、魂が自らの本来の秩序へと立ち返り（肉体に結びついていない間であれば、望めばそれは可能である）、自己に対する勤勉な努力によって自らを制し、神の律法に従って生きるようになれば、その時、かつて彼女の中に巣食っていた獣たちは逃げ去り、私たちの命の守護者である天使たちが到来し、彼女の回心の日は喜びと歓喜に満ちた日となる。そして、聖霊の恵みが彼女に降り注ぎ、善の中に自らを保つだけでなく、さらにその善において繁栄する方法を彼女に教えてくれるのである。

8. 教父たちは、祈りを霊的な要塞と呼んでいる。これなしには、敵の槍に刺され、敵の国へと連れ去られないよう、戦いに赴くことはできない。しかし、心正しき状態で神に寄り添わなければ、誰一人として実効性のある清らかな祈りを得ることはできない。なぜなら、神こそが祈る者に祈りを与え、人に知恵を授ける方だからである。

9. 情欲が魂を悩ませ、戦いを仕掛けてくることは、私たちの力ではどうすることもできません。しかし、情欲的な思いが私たちの中で勢いを増し、情欲を掻き立てることは、私たちの力の及ぶ範囲内です。前者は、私たちの力及ばないことであるため罪にはならない。しかし後者は、勇敢に抵抗して打ち勝てば栄冠をもたらすが、弱気になって敗れば、苦しみを受けることになる。

**10.** 三つの最も主要な情欲がある。すなわち、快樂への執着、金銭への執着、そして名声への執着である。これらに続いて、他の五つの悪意の霊が現れる。そして、これらから最終的に、数え切れないほどの情欲と、あらゆる種類の多様な罪深い傾向が生み出されるのである。だからこそ、最初の三つの情欲の支配者や指導者を打ち負かした者は、同時にその後続く五つの情欲をも打ち倒し、ひいてはあらゆる情欲を制圧するのだ。

**11.** 私たちが情欲に駆られて行ったことについて、その記憶が情欲によって魂を揺さぶる。しかし、情欲に満ちた記憶が心から完全に消え去り、もはや心に近づくことさえなくなるとき、それは過去の罪が赦されたしるしとなる。なぜなら、魂が何か罪深いものに対して情欲を抱いている限り、その魂には罪の支配が宿っていると認めなければならないからである。

**12.** 肉体的で物質を愛する情欲は、通常、肉体の苦行（自発的な断食や肉体の修業）によって弱まり、衰えていく。一方、精神的な、目に見えない情欲は、謙遜、柔和、そして愛によって滅ぼされる。

**13.** 情欲は、謙遜を伴う節制によって衰え、燃え盛る怒りは愛によって鎮められ、暴走する思いは、神を念じながらの熱心な祈りによって集中させられる。こうして、魂の三つの部分がすべて清められるのである。これらを正そうとして、神の使徒はこう語った。「平和と聖さを保ちなさい。これらを備えていない者は、だれも主を見ることはできない」（ヘブライ人への手紙 12:14）。

**14.** ある人々は、どのように言えばよいか迷っている——「思い」が情動を動かすのか、それとも情動が「思い」を動かすのか、と。ある者は前者を、またある者は後者を主張するからだ。しかし私は、思いは情動によって動かされると考える。なぜなら、もし魂の中に情動が存在しなければ、情動に駆られた思いが魂を悩ませることはないだろうからである。

**15.** 常に私たちと戦っている悪霊たちには、ある常套手段がある。すなわち、私たちにとって達成可能で実行しやすい美德には障壁を設け、達成不可能で時期尚早なもの（まだ取り組むべき時ではないもの）に対しては、強い志を抱かせるのである。具体的には、共同生活における従順に長けている者たちには、沈黙を守る者たちの行いを強要し、一方、沈黙を守る者や隠遁者には、共同生活の規則に従うよう唆す。彼らはあらゆる美德に対しても、同様のやり方で振る舞う。しかし、私たちは「彼らの企みを悟らない」（Ⅱコリント2:11）ようにし、すべては時と度合いに応じて行われることが善であり、度を越したことや時期尚早なことは有害であることを知っていなければならない。

**16.** 世の中で生活し、情欲の対象に遭遇する者たちに対しては、悪霊たちは彼らを情欲的な行いに引きずり込み、戦いを挑む。一方、そのような対象のない荒野に住む者たちに対しては、情欲的な思いで心を乱す。この第二の戦いにおいて勝利を収めることは、第一の戦いよりもはるかに困難である。前者の戦いには、時間や場所、その他の便宜が必要とされるが、心はその思いにおいて容易に動き、抑えがたいものである。この目に見えない戦いに対抗するために、私たちには清らかな祈りが与えられており、使徒は私たちに絶えずその祈りに留まるよう命じている。祈りは、肉体の関与なしにも行えるため、心を戦いに強くし、常に戦いの準備を整えてくれるのである。

**17.** 情欲の完全な死について、使徒は次のように述べている。「キリストに属する者は、肉と情欲と欲望とを十字架につけたのである」（ガラテヤ5:24）。なぜなら、情欲を死なせ、欲望を滅ぼし、肉の思惑を御霊に従わせたとき、初めて私たちは十字架を背負い、キリストに従うことになるからである。そして、世からの離脱とは、まさにこの情欲の死と、キリストにあって秘められたいのちの現れに他ならない。

**18.** この朽ちるべき肉体の反乱に苦しめられ、その絶え間ない戦いによって刻一刻と疲れ果てている者たちは、そのことを肉のせいにするのではなく、自分自身を責めるべきである。なぜなら、もし彼らが肉に力を与えず、欲望に至るまで肉を気遣うことをやめれば、それほどまでに肉に苦しめられることはなかったはずだからである。あるいは、彼らは、情欲や欲望とともに自らの肉を十字架につけ、死んだ肉の中にイエスの死を宿している者たち（ ）を見ないのだろうか



。彼らは、肉を善においてむしろ協力者として持ち、対立するものではなく、神の律法に従順で導かれているのだ。彼らも同様にすれば、同じ平安を味わうことができるだろう。

**19.** 禁じられた情欲と結びついたあらゆる思いの交わり、あるいは情欲の快樂への傾きは、修道士にとって罪である。なぜなら、まず思いが欲望の要素によって心を曇らせ始め、次に魂は戦いに耐えきれず、罪深い快樂へと傾き、ついには、前述の通り罪である交わりが生じるからである。もしこれが続けば、そこから情欲的な誘惑が生まれ、それが少しずつ罪そのものへと導いていく。まさにこの理由から、預言者はバビロンの乳児たちを岩に打ち砕く者たちを称賛している（詩編136:9）。この意味は、賢明で分別ある者たちには明らかである。

**20.** 天使たちは、愛と平和の奉仕者であるため、私たちの悔い改めと徳の向上を喜び、それゆえに私たちを霊的な黙想で満たそうとし、あらゆる善において私たちを助けてくれるのである。それに対して、怒りと悪意の僕である悪魔たちは、徳が損なわれることを喜び、そのすべての労力を、私たちの魂を恥ずべき妄想へと誘い込むことに注ぎ込むのである。

**21.** 信仰とは、心を善き方向へと導く善である。それは私たちの中に神への畏れを生み出す。そして神への畏れは、戒めを守ること、すなわち善き活動的な生活を送ることを教えてくれる。活動的な生活からは、誠実な無執着が生まれ、無執着から生まれるのは愛であり、この愛こそがすべての戒めの成就であり、それらすべてをその中に結びつけ、支えているのである。

**22.** 健康な身体が、自分を襲う病気を感知するように、それを認識できない者は無感覚ゆえに苦しむ。同様に、心も、本来備わっている活動を完全に保っている限り、自らの力を自覚し、より暴虐な情欲がどこから襲ってくるかを看破し、その部分に対してより執拗な抵抗を向けるのである。しかし、もし心が無感覚のうちに日々を過ごしているならば、それはまるで夜間に敵と戦っているのに敵の思惑が見えないようなものであり、その状態は悲惨である。

**23.** 私たちの思慮の力が絶え間なく美德の観想に専念し、また、渴望の力がそのみと、その与え主である主キリストへと向けられ、一方、怒りの力が悪魔たちに対して武装するとき、その時こそ、私たちの力は本来あるべき姿で作用する。

**24.** 聖グレゴリオス・テオロゴスによれば、理性ある魂は三つの部分から成っている。彼は、思惟力の美德を「分別」「知恵」「賢明さ」と呼び、激情力の美德を「勇気」と「忍耐」、そして渴望力の美德を「愛」「貞潔」「節制」と呼んだ。しかし、これらすべてにおいて、真理はそれぞれの役割を果たし、正しい行いを教えるのである。真理は「分別」をもって敵対する天使たちと戦い、美德を守り抜く。「貞潔」をもって物事を冷静に見つめ、「愛」をもってすべての人を自分自身のように愛するよう促し、「節制」をもってあらゆる快樂を断ち切り、「勇気」と「忍耐」をもって目に見えない戦いに対して身を守る。これこそが、魂という楽器の調和のとれた響きである。

**25.** 貞潔を重んじ、至福の清らかさを渴望する者は——誰であれ、これを「無情」と呼んでも過言ではない——容赦なく肉体を打ち砕き、服従させ、謙虚な心で神の恵みを呼び求めれば、望むものを得るであろう。一方、飲食を節制せずに肉体を肥やす者は、淫らな精神に苛まれることになる。なぜなら、大量の水が炎を消し去るように、飢えと渇き、あるいはあらゆる節制と心の謙虚さが、肉の燃え上がりや恥ずべき妄想を滅ぼすからである。

**26.** 恨みという情欲を、あなたの魂から完全に追い払いなさい。そして、決して自分の中に敵意の居場所を与えてはならない。なぜなら、わらの中に隠された火がそうであるように、心に巢食う恨みもまたそうだからである。それどころか、あなたを侮辱した者のために熱心に祈り、できる限り、できる方法でその者に恩恵を与えなさい。そうすることで、あなたの魂を死から救い、祈りの際に不遜にならないようにするためである。

**27.** 主は謙遜な者の魂に安らぎを与え、高慢な者の心には不義の情欲が宿る。なぜなら、高慢な思いほど、彼らを私たちに対して強めるものはないからである。それとは対照的に、かつての悪を魂から根こそぎ引き抜くのにこれほど効果的なものではなく、それは「情欲の殺し手」と正しく呼ばれる、至福の謙遜である。

28. あなたの魂が、邪悪な記憶からますます清められ、最も善き思いによって照らされますように。そして、常に次の言葉を心に留めておきなさい——死の刻において、快樂を追い求める心は牢獄であり束縛であるが、勤勉な心は開かれた扉である、と。 まことに、清らかな魂は、肉体から離れる際、天使たちに付き添われ、至福の生活へと導かれる。しかし、穢れ、悔い改めによって清められていない魂は、ああ、悲しいかな、悪霊たちに奪われてしまうのである。

29. インド産の宝石や真珠で輝く貴重なティアラで飾られた頭は美しい。しかし、神の知恵に富み、光り輝くな観想に照らされ、至聖なる御霊をその内に宿す魂は、それよりも比べものにならないほど美しい。そして、そのような至福の魂を、誰が言葉でふさわしく描き表すことができるか！

30. 怒りや激怒を、あなたの魂に宿らせてはならない。なぜなら、「激しい人は見苦しい」（箴言11:25）とあり、「柔和な人の心には知恵が宿る」（箴言14:33）からである。もし怒りの情があなたの魂を支配するならば、世に生きる者たちの方があなたより優れていると見なされ、あなたは不適格な修道士であることが露呈し、恥にまみれることになるだろう。

31. あらゆる試練においても、あらゆる戦いにおいても、祈りを無敵の武器としなさい。そうすれば、キリストの恵みによって勝利するであろう。しかし、その祈りは、私たちの賢明な師が「男たちは、あらゆる場所で、怒りや思案を排し、敬虔な手を挙げて祈るべきである」（1テモテ 2:8）と命じているように、清らかなものでなければならぬ。——そのような祈りを怠る者は、誘惑や情欲に身を委ねることになる。

32. 「ぶどう酒は人の心を喜ばせる」と書かれている（詩編103:15）。しかし、泣き、嘆くことを誓ったあなたは、そのような喜びを自ら遠ざけなさい。そうすれば、霊的な賜物によって喜ばされるでしょう。一方、酒にふけて楽しめば、恥ずべき思いと共に人生を過ごし、多くの悲しみを味わうことになるでしょう。

33. 祝祭日は、酒宴にふけるのではなく、心の刷新と魂の清らかさの中で過ごせ。もし腹を美食と酒で満たせば、その祝祭が捧げられるお方を、かえって怒らせることになる。

34. 詩篇の詠唱、祈り、聖書の朗読に心を向けることは、常に私たちに命じられているが、祝祭日にはなおさらである。徹夜する修道士は、魂に有益な瞑想のために心を研ぎ澄ますが、長時間の睡眠は心を鈍らせる。しかし、注意せよ。徹夜の間に、空虚な回想や罪深い思いにふけてはならない。そのような虚栄や、自分にふさわしくない行いによる自己の穢れのために徹夜するよりは、眠っているほうがましだからである。

35. 自らの胎内に蛇を宿す者と、心に悪意を抱く者は、どちらも滅びるだろう。前者は毒針によって肉体を傷つけられ、後者は魂に致命的な毒（悪意）を注ぎ込むからである。しかし、私たちがエヒドナの産物をいかに迅速に打ち倒すかのように、邪悪な思いが心の中で生まれるのを許してはならない。そうしてこそ、後にそれらによって苦々しく苦しむことを免れるのである。

36. 清らかな魂は、選ばれた器であり、まさに「囲まれた果樹園、封印された泉」（雅歌4:12）や「感覚の座」（箴言 12:23）とも呼ばれるにふさわしい。しかし、不純な情欲によって穢された魂は、罪の悪臭に満ちている。

37. 経験豊富で活動的な長老たちから、魂の中の罪深い思いは、身だしなみを気取る態度、腹を満たしすぎる食生活、そして有害な会話から生じるものだ聞いた。

38. 財産への欲望が、修行者の魂に根を下ろしてはならない。貪欲な修道士は、穴の開いた船のようで、多くの心配事の波に翻弄され、悲しみの深淵へと沈んでいく。多くの情欲による愛欲の病は、あらゆる悪の母であり、まさに「すべての悪の根源」（テモテへの手紙I 6:10）と正しく呼ばれている。

39. 無欲と沈黙は、修道生活の畑に隠された宝である。さあ、あなたが持っているものをすべて売り払い、貧しい人々に分け与えなさい。そうして、その畑を買い取り、それを掘り起こして宝を見つけたら、盗まれることのない富で豊かになるために、その宝を自分の中に慎重に守りなさい。

**40.** 霊的父と共に暮らし始め、彼から恩恵を受けていると実感したら、誰にも、彼への愛や彼との共同生活からあなたを引き離させないようにしなさい。いかなる点においても彼を非難してはならない。たとえ彼に叱責され、さらには殴られたとしても、彼の悪口を言ってはならない。他の誰かが彼を中傷し始めたとしても、耳を貸してはならない。また、主があなたに怒りを抱き、命の書からあなたの名を消し去ることのないよう、決して彼を誹謗する者と親しくなってはならない。

**41.** 従順の業は、私たちが経験したように、自分自身とあらゆるものからの放棄によって確立される。この道を歩む者は、信仰、希望、そして至聖なる神の愛という三つの砦をもって自らを守りなさい。それらによって守られてこそ、善き業に励み、義の冠を得ることができるのである。

**42.** あなたの父の行いを裁く者ではなく、その戒めを守る者となりなさい。悪魔たちは、いつものように、父の欠点をあなたに指摘し始め、その教えに耳を塞がせようとする。それによって、あなたを戦いの場で無力で臆病な戦士にするか、あるいは不信仰の思いだけであなたを緩め、あらゆる美德に対して怠惰にさせるのである。

**43.** 父の戒めに耳を傾けない者は、自らの誓いの最も重要な条項に背く罪人となる。しかし、従順を心に深く根付かせ、従順の剣をもって自らの意志を切り捨てた者は、多くの証人の前で主キリストに誓った、自分にふさわしい義務を果たしたのである。

**44.** 修道士たちを観察する中で、私たちははっきりと見て確信した。すなわち、従順に励む父たちに対して、私たちの命の敵である悪魔たちが激しく悪意をむき出しにし、彼らに向かって歯ざしりし、あらゆる悪意ある策略を企てているのだ。そして、彼らを父の懷から引き離すために、悪魔たちは何をしないことがあり、何を吹き込まないことがあろうか。彼らは、あたかも祝福されたことであるかのように不従順の口実を並べ立て、不快な状況を仕掛け、父に対する反感を煽り、父の教えを非難のように見せかけ、その非難を鋭い矢のように心に突き刺す。そして、「なぜ、自由であるにもかかわらず、奴隷となり、しかも無情な専制君主の奴隷になったのか」と彼らは言う。いつまで、自由の光を見ることなく、奴隷のくびきを引きずり続けるつもりなのか?」——その後、彼らはこう囁く。「むしろ、旅人のもてなしに励み、病人の世話をし、貧しい者たちを気遣うほうがよい。」そして、完全な隠遁と沈黙の行いを称賛し、あらゆる種類の邪悪な雑草を敬虔な修行者の心にまき散らす。それはただ、彼を父なる神の霊的な囲いから追い出し、安らぎの港から引きずり出して、魂を揺さぶる荒れ狂う嵐の海へと放り出すためである。もし最終的に彼らがこれに成功すれば、彼を捕虜として自らの支配下に置き、悪意ある欲望に従って行動させるのだ。

**45.** だから、霊的な父に従う身として、敵や対立者たちのこの悪意を心に留め、神の前で誓ったあなたの召命の誓いを決して忘れないようにしなさい。ののしりによって打ち負かされてはならず、非難や侮辱、あるいは嘲笑を恐れてはならず、罪深い思いの誘惑に流されてはならず、父の厳しさから逃げてはならず、傲慢な自己満足や独断によって、謙遜という良き軛を汚してはならない；むしろ、心の中に主の御言葉、「最後まで耐え忍ぶ者は救われる」（マタイ10:22）を刻み込みなさい。「信仰の創始者であり、完成者であるイエスを見据え、忍耐をもって、あなたの前にある戦いに走り続けなさい」（ヘブライ12:1-2）。

**46.** 金細工師が炉に金を入れ、それを最も純粋なものにするように、修道生活の初心者は、父たちの意志に従うという試練に身を委ね、神に従う生活におけるあらゆる苦難によって鍛えられ、苦労と大きな忍耐をもって従順を学び、自分の中からすべての悪しき習性を焼き尽くすことで、謙遜に満たされ、全身が輝きに満ち、天の宝、悲しみのない生活、そして至福の住まいにふさわしい者となる。そこでは悲しみや嘆きが消え去り、絶え間ない喜びと歓びが根付いている。

**47.** 正しく深く根付いた信仰は、神への畏れを生む。そして、神への畏れは、私たちに戒めを守ることを教える。なぜなら、「畏れがあるところには、戒めを守る心がある」と言われているからである。戒めを守ることにこそ、能動的な徳があり、それが観想の始まりである。これらすべての果実は無情であり、無情によって愛が私たちの内に宿る。そして、愛について、愛され

た弟子はこう言っている。「神は愛である。愛にとどまる者は神にとどまり、神もその人にとどまる」(Iヨハネ4:16)。

**48.** 修道生活とは、まことに美しく、まことに善きものである！ 聖霊に導かれたその創始者たちや指導者たちが定めた規範と法則の範囲内で、それらに従って営まれるとき、それはまことに美しく、まことに善きものである。なぜなら、キリストの戦士は、何ものも持たず、この世のいかなる企みや事柄にも心を奪われてはならないからである。使徒が言うように、「戦士である者は、世の商売に心を奪われてはならない。そうしてこそ、指揮官に喜ばれるのである」(IIテモテ2:4)。

**49.** したがって、修道士は、無所有であり、無情であり、あらゆる罪深い欲望から遠ざかり、美食家でもなく、酒飲みでもなく、けちでもなく、怠惰でもなく、金銭を愛する者でもなく、快楽を愛する者でもなく、名声を愛する者でもあってはならない。なぜなら、もし誰かがこれらすべてから離れることをしなければ、その人はこの天使のような生活を正しく送ることはできないからである。しかし、まさにそのように振る舞う者たちにとって、それは善き軛であり、軽い荷である。なぜなら、そのような場合、神聖な希望が彼らのためにすべてを軽くしてくれるからである。この生活は心地よく、その行いは喜びに満ち、それを手に入れた魂から決して奪われることの無い、素晴らしい部分である。

**50.** 世俗の心配事を捨て去り、修道者の務めを受け入れたならば、貧しい人々に施すための富を望んではならない。というのも、それもまた悪しき者の誘惑の一つであり、虚栄へと導き、心を煩わしい雑事に陥らせるものだからである。ただパンと水さえあればよい。それだけで、旅人をもてなす報いを得ることができるのだ。たとえそれらさえ持たずとも、ただ善意をもって旅人を受け入れ、慰めの言葉をかけさえすれば、それによっても旅人をもてなす報いを得ることができる。その手本として、貧しい未亡人の例がある。主は福音書の中で、彼女が自らの善意により、たった二レプタを捧げたことで、富める者たちの施しを上回ったと証言されたのである。

**51.** これは、沈黙のうちに生きる者たちに向けて語られたものである。一方、父の教えに従う者たちは、ただ一つ心に留めておくべきである。すなわち、父の戒めから何事においても逸脱してはならないということだ。なぜなら、これを適切に果たすことで、彼らには求められるすべてのことを果たしていることになるからである。逆に、この義務を正確に果たすことから逸脱する者は、あらゆる種類の徳や霊的な生活において未熟なままである。

**52.** さて、キリストを愛する者よ、あなたへのもう一つの助言はこれだ。放浪の生活を愛せよ、すなわち、自国の出来事とは無縁な旅人のようにあれ。親の心配事や親族への愛情に惑わされてはならない。都会での生活を避け、忍耐をもって荒野にひっそりと留まり、預言者の言葉を繰り返せ。「私は逃げ去り、荒野に身を寄せた」(詩編54:8)。

**53.** 人里離れた、世から隔絶された場所を求めよ。たとえそこで生活必需品が乏しく、苦しむことになっても、恐れるな。たとえ敵が、蜂や邪悪なスズメバチのようにあなたを取り囲み、あらゆる種類の戦いを仕掛け、あらゆる手段であなたの心を乱そうとしても、恐れてはならない。彼らの言葉に耳を傾けてはならず、戦いの場から逃げ出してはならない。むしろ、勇敢にすべてに耐え忍び、自分自身に歌いかけ、こう言い続けよ：「主を待ち望んで耐え忍んだ。主はわたしの耳を傾け、わたしの祈りを聞いてくださった」(詩編39:2)。そうすれば、あなたは神の偉大さ、神の御加護、御配慮、そしてあなたに対するあらゆる救いの御計画を見出すだろう。

**54.** あなたは、あなたにとって教訓となり、生活様式があなたと一致するような人々を友とすべきである。なぜなら、聖書はこう言っているからである。「平和な人々を友としなさい。霊的な兄弟たち、聖なる父たち。主もまた、彼らについてこう言われた：「天におられるわたしの父の御心を行う者たちこそ、わたしの母であり、わたしの兄弟たちである」(マタイ12:49)。

**55.** 多種多様で高価なご馳走に執着してはならず、またそれらを飽きるほど食べてはならない。なぜなら、聖書には「飽きるほど食べる者は、生きたまま死んでいる」と記されているからである(テモテへの手紙I 5:6)。また、可能であれば、高価な料理であれ、満腹になることを

避けなさい。なぜなら、「腹を満たすことに惑わされてはならない」（箴言 24:15）と書かれているからである。

**56.** もしあなたが沈黙の生活を選んだのなら、頻繁に独房の外に出ることを自分に許してはならない。なぜなら、それは非常に有害であり、恵みを奪い、思考を曇らせ、熱意を弱めるからである。それゆえ、「情欲の熱気は、悪意のない心を乱す」（ソロン4:12）と語られているのである。あなたの心が熱狂的になり、沈黙の秩序を乱すことがないように、外部との交わりを断ち切らなければならない。

**57.** 独房に座しているときは、無意味な行いをせず、時間を怠惰に費やすな。目的のない旅人は、無駄に労力を費やすと言われるからだ。しかし、善行を積み、心を整えよ。常に死の最後の時を眼前に置き、この世の虚しさ、それがいかに人を惑わすか、そして同時にいかに不安定で取るに足らないものであるかを心に留めよ。裁きの場における恐ろしい試練の状況を思い巡らせ、その時、私たちの苦い告発者たちが、彼らが植え付けた私たちの行い、言葉、そして思い——私たちが受け入れたもの——を心に留め、地獄の苦しみや、そこに閉じ込められる魂たちの様子も思い描け。また、あの偉大で恐ろしい日——すなわち、普遍の復活の日、神の御前に立つ日、そして偽りのない審判者による最終的な裁きの日——を想像せよ。罪人を待ち受ける苦しみ、恥、そして良心の告発を思い描き、また、彼らが神に拒絶され、永遠の火、眠ることのない虫、そして泣き叫びと歯ぎしりのある、透き通らない闇へと投げ込まれる様子を想像しなさい。そして、他のあらゆる苦しみを見渡しながらか、嘆き悲しみ、涙を流して自分の顔、衣服、そして座っている場所を濡らし続けなさい。私が見たところ、このような思いにふけることで、多くの人々が涙をふんだんに流し、魂のすべての力を驚くほど清めていた。

**58.** また、義人たちに備えられている恵み、すなわちキリストの右の座に置かれること、主なる御方の御声が「祝福された者たち」と呼ぶもの、天の御国の嗣業、彼らの理解を超える賜物、その最も甘美な光、終わりのない喜び、いかなる悲しみにも妨げられない喜び、天使たちとの交わりのある天の住まい、そして主を畏れる者たちに約束されたその他すべてのものについて思いを巡らせなさい。

**59.** そのような思いが、食卓に坐する時もあなたと共にあり、眠りにつく時もあなたに付き添い、目覚める時もあなたと共にありますように。見よ、決してそれらを忘れることなく、どこにしようとも、それらを思い起こすことから心をそらさないでください。そうすれば、邪悪な思いはあなたから逃げ去り、神聖な慰めがあなたの魂を満たすでしょう。これらの思いによって守られ、武装されていない魂は、正しく沈黙を保つことはできない。なぜなら、水を蓄えていない泉は、その名をむなしく冠しているに過ぎないからである。

**60.** そして、沈黙を守る者たちが送るべき生活様式は、次のようなものである。将来の安息のために、力の及ぶ限りの断食、徹夜、裸の地面での睡眠、そしてその他あらゆる自発的な苦行。なぜなら、聖書が言うように、「今この世の苦しみは、私たちの中に現れようとする栄光に比べれば、取るに足らないものだからである」（ローマ8:18）；とりわけ、清く、絶えず、途切れることのない祈りこそ、強固な壁であり、安らぎの避難所であり、美德の守りであり、情欲の根絶であり、魂のなを整えであり、心の浄化であり、苦しむ者への安らぎであり、泣く者への慰めである。祈りとは、神との対話であり、目に見えない事柄の観想であり、その真実性を確認することを切望する者たちとの交わりであり、天使たちとの対話であり、善における成功であり、期待されることの確証である。この美德の女王を受け入れよ、修道者よ。そして、全力を尽くしてそれを自分の中に保ち続け、昼も夜も、心が穏やかな時も動揺している時も、畏れと震えをもって、冴え渡り、清らかな心で祈りなさい。そうすれば、あなたの祈りは主の御心に適うであろう。なぜなら、聖書はこう言っているからである：「主の目は義人に向けられ、その耳は彼らの祈りに傾けられている」（詩編33:16）。

**61.** ある古人の言葉は、極めて的確であり、事実合致している。すなわち、私たちと対立する悪魔のうち、最初に戦いに加わるのは、肉欲的な欲望を司る者たちであり、彼らは金銭への

愛着を植え付け、虚栄へと誘う。一方、他のすべての悪魔は、彼らの後を追って、彼らが傷つけた者たちを連れ去るのだ。

**62.** そしてまことに、よく観察してみると、人が何らかの罪や情欲に陥ることは、あらかじめこれら三つのうちのいずれかによって傷つけられていなければあり得ないことがわかった。それゆえ、悪魔は当時、救い主に対してもこの三つの思いを抱かせようとしたのである。しかし、主は彼らには手の届かないお方であることを示し、悪魔に御自身から退くよう命じ、私たちにも悪魔に対する勝利を授けてくださった。それは、罪を除いては私たちと全く同じ肉体をまとい、罪を犯さないための真実の道を私たちに示してくださった、慈愛に満ちた、人を愛する主としてのことである。その道を歩むことによって、私たちは自分の中に新しい人を築き上げ、「*彼を創造された方の御姿に倣って新しくされる*」（コロサイ3:10）。

**63.** 私たちの救いの敵である悪魔たちを、完全な憎しみをもって憎むこと——ダビデの言葉は、このように私たちに教えている。そしてこれは、徳を修める上で非常に有益である。しかし、救いの敵を完全な憎しみをもって憎む者とは、いったい誰のことだろうか。それは、行いだけでなく、思いにおいても罪を犯さない者である。もし、彼らへの愛着の器、すなわち情欲の原因が私たちの中にあるならば、どうして彼らに対する憎しみが私たちの中に根付くことができようか。なぜなら、快楽を愛する心は、彼らに対する憎しみを自分の中に抱く力を持たないからである。

**64.** 婚礼の衣とは、世俗の快楽から離れ、あらゆる不品行な欲望を断ち切り、神を愛する思いと最も清らかな観想に全身全霊を捧げる、知性ある魂の無情である。しかし、もし彼女が不品行の情欲に甘んじ、それらに固執するならば、この貞潔の衣を脱ぎ捨て、破れ、汚れたぼろ服を身にまとうことになる。福音書に示されているように、手足を縛られ、真っ暗な闇の中に投げ込まれる者（マタイ22:13）ように、そのような思いや行いによって織りなされた衣を身にまもっていたことが示されている。その衣は、主の御言葉によって、神聖で朽ちることのない婚礼の宮にふさわしくないものと見なされたのである。

**65.** すべてを憎む自愛について、ある賢者は正しくこう述べた。「自愛という激しい戦いは、ある種の暴君のように、あの三つと五つのものが私たちの心を魅了するあらゆる思いの頂点に立っている。」

**66.** 常に美食に飽きるほど耽溺している者が、無情を身につけることができるとしたら、それは驚くべきことだろう。ここで私が無情と呼ぶのは、行いにおいて罪から遠ざかることではない——それは単に節制に過ぎない——。むしろ、情欲に満ちた思いそのものが心から湧き出るのを完全に断ち切った状態、すなわち「心の清さ」と呼ばれるものである。

**67.** 不浄な魂を清める方が、一度清められたものの、再び情欲の傷を負って傷ついた魂を健康な状態へと回復させるよりも容易である。なぜなら、世俗の束縛から脱したばかりの者にとって、どのような罪に陥ろうとも、無情の境地に達することがより容易だからである。しかし、「*神の良き御言葉を味わった*」（ヘブライ人への手紙6.5）と、すでに救いの道を歩んでいたにもかかわらず、その後再び罪へと逸れてしまった者たちにとっては、無情への道は、ほとんど乗り越えられない障壁によって塞がれているのである。これは、定着した罪の習慣や根深い罪への傾向によるものであり、それと同様に、慣れ親しんだ罪の悪霊が心の眼の前でうろつき、絶えずその罪の姿を提示し続けることによるものでもある。とはいえ、熱心で勤勉な魂は、私たちに対して慈愛に満ち、忍耐強く、悔い改めへと招き、帰還する者を計り知れない寛大さをもって受け入れてくださる神の恵みの助けにより、この最も困難な業をも容易に成し遂げることができる。それは、福音書にある「放蕩息子」のたとえ話から私たちが学んでいる通りである。

**68.** 私たちのうち、誰一人として、自らの力だけで悪者の罠や策略を避けることはできず、ただキリストの無敵の力によってのみ可能である。それゆえ、神の恵みによってのみ取り除かれる罪を、自らの行いや意志の力によって取り除こうと夢想する者は、危険な誤りに陥っている。教会の光であるヨハネス・クラマティオスは、天からの助けが得られなければ人間の努力だけでは不十分であると述べている。また、自らの努力がなければ、天からの助けも何の役にも立たな



いとも述べている。ユダとペトロは、それぞれその両面を体現しています。ユダは、恵みをこれほど多く受けたにもかかわらず、自らの意志を注ぎ込まず、努力を払わなかったため、そこから何の益も得られませんでした。一方、ペトロは熱心な意気込みを示したものの、天からの助けを受けられなかったため、倒れてしまいました。このように、美德は両者が織りなされて成り立つものであることは明らかです。それゆえ、すべてを神に委ねつつも自ら眠ることなく、また熱心に努めつつも、すべてを自らの努力だけで正そうとは考えないよう、お願いいたします。

**69.** 神は、私たちが「何もしない」姿を見ることを望んでおられない。だからこそ、すべてを御自身でなさらないのだ。また、私たちが自分自身を過大評価することを望んでおられない。だからこそ、すべてを私たちの意志や努力に委ねてはいないのだ。しかし、どちらの側面からも有害なものを取り除き、有益なものだけを残してくださったのである。詩篇の作者もまた、次のように言って私たちに教えています。「主が町を建てられないなら、それを建てる者たちの労苦はむなしい」（詩篇126:1）。また、「アスピドやバシリスクを踏みつけ、獅子や蛇を踏み砕く」（詩編90:13）ことも、もし誰かが、まず人間の力及ぶ限り自分自身を清め、使徒たちに「あなたがたに、蛇やサソリを踏みつけ、敵のあらゆる力に打ち勝つ権威を与える」（ルカ10:19）と告げられた方から、そのための力を授からなければ、「アスピドやバシリスクを踏みつけ、獅子や蛇を踏み砕く」こと（詩編90:13）は不可能です。それゆえ、私たちは祈りの中で天の父に「私たちを誘惑に遭わせず、悪者から救い出してください」（マタイ6:13）と懇願するよう命じられているのです。なぜなら、もし私たちがキリストの力と助けによって、悪者の燃える矢から逃れられず、無情の境地に達することができないならば、自らの力や熱意によって何か相応しいことを正そうと望んで努力しても、それは無駄な労苦に終わるからです。したがって、悪魔の策略に立ち向かい、それを無力化し、神の栄光に与ることを望む者は、涙と嘆き、飽くことのない渴望と燃えるような魂をもって、昼夜を問わず神の助けと神の御加護を求めなければならない。そして、それらを得ようとする者は、自分の魂を、この世のあらゆる快楽や、あらゆる情欲や欲望から清めなければならない。なぜなら、神はまさにそのような魂について、「わたしは彼らの中に住み、彼らと共に歩む」（Ⅱコリント6:16）と語っておられ、また主は弟子たちにこう言われた。「わたしを愛する者は、わたしの戒めを守る。そうすれば、わたしの父もその人を愛し、わたしたちは彼のもとに行き、彼のもとに住み所を築く」（ヨハネ14:23）。

**70.** 古の賢人の一人が、思いについて極めて賢明かつ有益な言葉を述べた。「心の入り口（そこへ入る際）で、その思いが私たち自身のものであるか、それとも敵対する者たちからのものであるかを吟味せよ。そして、私たちに親しみ、善きものは、魂の最も内なる宝庫へと導き入れ、そこを盗まれることのない宝庫として守りなさい。そして、敵対的なものは、理性の鞭で痛めつけた後、直ちに追い出し、自分の魂の周辺にさえ安息の場や居場所を与えないようにせよ。あるいは、祈りと至聖なる教えの剣でそれらを完全に打ち砕くのがなお良い。そうすれば、そのような根絶やしによって、盗人たちの恐怖が彼らの首領自身にも及ぶだろう。このように思念を丹念に懲らしめる者は、戒めの履行においても真の熱心な守り手となることを知れ。

**71.** 自分と闘い、心を乱す思いや衝動を切り捨てようと努める者は、味方や同志をさらに多く集め、共に戦うために彼らを身近に寄せよ。——それとは、心の謙遜、肉体の労苦、その他あらゆる修道的な自己犠牲、そしてとりわけ、砕かれた心からあふれる多くの涙を伴う祈りである。ダビデが歌うように、「わが謙遜と労苦をご覧になり、わがすべての罪を赦してください」（詩編 24:18）また、「主よ、私の涙を無視しないでください」（詩編 38:13）、さらに「私の涙は、昼も夜も私の糧となった」（詩編 41:4）と。また、「私の飲み物は、泣きながら薄めた」（詩編101:10）。

**72.** 私たちの人生の敵である悪魔は、様々な考えによって私たちの罪を軽んじ、しばしばそれらを忘却のベールで覆い隠そうとする。それは、私たちが努力を怠り、もはや自分の過ちを嘆くことを考えなくなるようにするためである。しかし、兄弟たちよ、たとえ悔い改めによってすでに赦されたように思えても、私たちは自分の過ちを忘れることを許してはならない。常に自分

の罪を心に留め、嘆き悲しむことをやめないようにしよう。そうして、謙遜という良き伴侶を身につけることで、虚栄と高慢の罟を避けられるように。

73. 自分の力だけで労苦に耐え、徳において成功できるなどと考えてはならない。なぜなら、私たちにとってすべての善の源は神であり、すべての悪の源は、私たちの魂を惑わす者、すなわち悪魔だからである。それゆえ、善行を為したときは、その源である神に感謝を捧げよ。また、悪事が降りかかったときは、それをそのような事柄の支配者に帰せよ。

74. 知恵とそれにふさわしい行いを結びつける者は、称賛に値する霊的な耕作者であり、二つの最も喜ばしい泉から魂の畑に水を注ぐ者である。このとき、知恵は最善のものを観想することで心に翼を与え、それにふさわしい行いは、「地上の肢体、すなわち、淫行、不潔、情欲、邪悪な欲望」（コロサイ3:5）を死に至らせるのである。これらが死に至ると、美德の素晴らしい花が咲き誇り、豊かな霊的な実——「愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制」（ガラテヤ5:22, 23）——をもたらす。そうしてようやく、この貞潔な行い手は、「情欲や欲望を伴う肉」を十字架につけた後、神に導かれた説教者と共にこう語るでしょう。「もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。今、私が肉において生きているのは、私を愛し、私のためにご自身をささげられた神の御子の信仰によって生きているのです」（ガラテヤ 2:20）。

75. そして、キリストを愛する者よ、あなたに隠してはならないもう一つの事がある。すなわち、一つの情欲があなたの中に居場所を見つけ、習慣として根を下ろすと、その同じ家に他の情欲たちをも招き入れるということである。なぜなら、情欲は互いに競い合い、その原因である悪魔たちも同様に競い合うが、私たちの滅びを皆が一致して求めているからである。

76. 苦行によって肉の華を枯れさせ、そのあらゆる意志を切り捨てる者——これこそが、「主キリストの傷跡を、この死すべき肉体に負っている」者である（ガラテヤ6:17）。

77. 修道者の労苦の果てには、無情の安らぎがあり、一方、肉体の様々な慰めには、不義の情欲がある。

78. 修道生活の長さを立派な功績だと自負してはならない。また、荒野での長い滞在や、そこで耐え忍んで厳しい修行を積み重ねたことを理由に、自画自賛に陥ってはならない。むしろ、主の御言葉を心に留めよ。あなたは依然として解き放たれていない奴隷であり、主の戒めをまだ果たしていないのだ。実際、私たちがこの現世にいる限り、追放から呼び戻されたとはいえ、依然としてバビロンの川辺に座し、エジプトの重荷の下で苦しみ、まだ約束の地を見ていないのである。それは、まだ魅惑的な欲望の中でくすぶる古い人を脱ぎ捨てておらず、まだ天の御姿に身を包んでおらず、まだこの世の御姿を着ているからである。それゆえ、私たちには自画自賛する道はなく、ただ泣くべきであり、全能なる方に向かって、苦いファラオの奴隷状態から私たちを救い出し、その苛烈な暴政から引き離し、約束の良き地へと導いてくださるよう祈らなければならない。そうして、ついに神の聖所において安息を見出し、至高者の右の座に置かれるにふさわしい者とされるのである。これらの恵みは、偉大な知恵をも超えるものであり、私たちが真理のうちに成し遂げた行いによってではなく、神の計り知れない憐れみによってのみ、私たちに与えられるのです。ですから、次のように語った方に倣い、昼も夜も涙を流すことをやめましょう。「私は嘆きで疲れ果て、毎夜、涙で寝床を洗い、涙で寝床を濡らす」（詩編6:7）。なぜなら、涙を蒔く者は、喜びを刈り取るからである（詩編125:5）。

79. 饒舌な精神を自分から遠く追い払え。なぜなら、そこにはあらゆる悪意に満ちた情念が潜んでいるからだ。そこから嘘が生まれ、そこから傲慢が生まれ、そこから嘲笑、卑猥な言葉、軽薄な言葉、その他多くのものが生まれる。それゆえ、「饒舌からは罪を免れない」（箴言10:19）という言葉が確かに当てはまる。——「沈黙する人は知恵の座である」（箴言12:23）。しかし、主もまた、私たちはあらゆる無駄な言葉について答えなければならないと仰せられた（マタイ12:36）。

80. 私たちを中傷し、非難し、あるいは他の方法で攻撃してくる者たちに対して、私たちは同じように応じるよう命じられているわけではない。すなわち、悪口で返したり、非難で返した

りするのではなく、それとは逆に、彼らのことを善く語り、彼らを祝福するよう命じられているのである。なぜなら、私たちが平和でない人々と和解するとき、私たちは悪魔たちと戦いや争いの中にいることになる。しかし、兄弟たちと敵意や争いの中にいるとき、私たちは悪魔たちと和解していることになる——私たちは、悪魔たちを完全な憎しみをもって憎み、絶え間なく彼らと戦いを続けるよう教えられているのだ。

**81.** 悪意ある言葉によって隣人に躓きを与えないよう避けなさい。そうすれば、あなた自身も、あらゆる悪の源である悪魔によって躓かされることはないだろう。なぜなら、預言者がこう叫んでいるのを聞きなさい。「主は、血にまみれた者と、お世辞を言う者を憎まれる」（詩編 5:7）また、「主は、お世辞を言うすべての口、二枚舌を滅ぼされる」（詩編 11:4）とも。同様に、兄弟が過ちを犯した際に彼を非難することも避けよ。そうしてこそ、慈愛と愛から離れることがない。なぜなら、兄弟に対する慈愛と愛を持たない者は、神を知らないからである。神は愛そのものであると、雷の子であり、キリストの愛する弟子であるヨハネが叫んでいるように（1ヨハネ 4:8）。——もしキリスト、すなわち万人の救い主が、私たちのために御自身の命を捧げられたのなら、私たちもまた、兄弟たちのために命を捧げなければならない（1ヨハネ 3:16）。

**82.** 愛は、まさに「美德の母」であり、「律法と預言者の頂点」と呼ばれるにふさわしい。さあ、私たち一人ひとりが、この尊い愛を掴み取るまであらゆる労苦に耐え、それによって情欲の支配から解放され、美德の翼に乗って天へと昇り、人間の性質が許す限り、神を仰ぎ見よう。

**83.** もし神が愛であるならば、愛を持つ者は、その内に神を持っていることになる。しかし、愛がないならば、私たちには全く何の益もなく、神を愛しているなどと言うことは到底不可能である。なぜなら、聖ヨハネはこう言っているからである。「もしだれかが『私は神を愛している』と言いながら、兄弟を憎むなら、それは偽りである」（1ヨハネ 4:20）、そしてまた、「だれも、どこであれ、神を見たことはない。しかし、互いに愛し合うなら、神は私たちのうちにおられ、神への愛は私たちのうちで完全なものとなる」（1ヨハネ 4:12）。ここから、愛こそが聖書に記されたすべての善のうちで最も高い善であることが明らかである。——そして、神と共存し、結びつく人間の美德のうち、愛と結びついておらず、愛から発しておらず、言葉に尽くせぬほど愛に包まれ、守られていないものは一つもないのである。

**84.** 私たちのもとにやって来る兄弟たちを受け入れる際、——愛の掟を破らないよう、それを重荷と感じたり、沈黙の妨げと見なしたりしてはならない。また、彼らに善を行う者として招くのではなく、むしろ、彼らから善を受け取る者として、彼らに恩義があるかのように、の祈りと喜びに満ちた顔をもって彼らを温かく迎え入れよう。これは、総主教アブラハムが私たちに示した模範である。それゆえ、神学者は次のように教えている。「わが子よ、言葉や口先だけで愛してはならない。行いと真理をもって愛しなさい。そうしてこそ、私たちが真理から出ていることを知るのだ」（1ヨハネ 3:18,19）。

**85.** 総主教は、旅人へのもてなしを自らの恒常的な務めとして選び、自分の天幕の前に座り、通りかかる人々——不信心者や異教徒を含め、すべての人を区別することなく——を招き入れ、ためらうことなく食事を振る舞った。それゆえ、彼は天使たちや主ご自身をもてなすという、あの驚くべき共食の恵みにあずかることができたのである。 私たちもまた、天使たちだけでなく、神ご自身をも迎え入れることができるよう、全力を尽くし、喜んで旅人をもてなすことに励みましょう。主はこう言われているからです。「あなたがたが、これらのわたしの兄弟たち、すなわち最も小さい者たちの一人にしたことは、わたしにしたことである」（マタイ 25:40）。すべての人に善行を施すことは良いことですが、とりわけ、報いるものを持たない者たちに施すことが最も重要です（ルカ 14:14）。

**86.** 神の戒めを破ること、怠慢、あるいは敵意に満ちた考えを抱くことに心が惑わされない者は、心清く、「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ 5:8）という言葉聞くにふさわしい。

87. 私たちは、感覚、とりわけ視覚、聴覚、そして言葉を賢明に制御できるよう努めよう。情熱的に何かを見たり、聞いたり、話したりせず、すべてを私たちの霊的な益のために用いることを自らの掟とすべきである。なぜなら、これらの感覚器官が理性によって制御されていないとき、これほど罪へと誘いやすいものはないからである。逆に、理性がそれらを支配し、秩序を保ち、あるべき場所へ、また望む場所へと導くとき、救いの業にとってこれほど有益なものはないからである。なぜなら、それらが暴走するとき、嗅覚は甘え、触覚は狂おしく不適切な対象へと伸び、数え切れないほどの情欲が押し寄せる。しかし、それらが理性によって秩序正しく保たれているとき、私たちの至る所に偉大な平安と揺るぎない静寂が現れるのである。

88. 貴重な香油は、たとえ器に封じ込められていても、住まいの空気をその香りで満たし、その近くにいる者だけでなく、遠く離れた者をも心地よい感覚で満たす。それと同様に、徳高く神を愛する魂の芳香は、身体のあらゆる感覚を通じて放たれ、それを見るすべての人々に、内面に秘められた徳を示してくれるのである。なぜなら、その舌が不適切で不品行な言葉を一切発せず、聞く者にとって有益なことのみに語り、その目が慎ましく見つめ、その耳が不適切な旋律や言葉を一切受け入れず、その足が品良く歩み、その顔が笑いで歪むことなく、むしろ今にも溢れ出そうな涙と嗚咽を示しているのを見る者は、——これらすべてを見て、その内側にどれほど豊かな美德の香りが秘められているかを悟らない者がいるだろうか。それゆえ、救い主もこう言われている。「あなたがたの光を人々の前で輝かせなさい。そうすれば、人々はあなたがたの善行を見て、天におられるあなたがたの父を賛美するようになる」(マタイ5:16)。

89. キリスト、すなわち私たちの神が福音書の中で「狭く、苦難に満ちた」と名付けたその道を、後に「良いくびき、軽い荷」と呼んだ(マタイ7:13,14; 11:30)。では、一見相反するのに見えるこの二つの側面が、どうして同一のものとして捉えられるのでしょうか。——その理由はこうです。この道は、その性質上、厳しく困難なものです。しかし、それを歩む人々の意志や、善き希望によって、この道は、善を愛する魂にとって、苦しみというよりはむしろ、切望され、愛され、甘美なものとなるのです。だからこそ、この狭く苦難に満ちた道を 선택した者たちは、広大で広い道よりも、より進んでその道を歩むのだ。使徒たちについて、聖ルカがどのように語っているか聞いてほしい。彼らは鞭打たれた後、喜びながら公会の前から立ち去ったのである(使徒行伝5,40,41)。しかし、鞭の本質はそうではない。鞭は甘美さや喜びをもたらすのではなく、苦しみや病をもたらすものである。もしキリストのために鞭打たれることが甘美であったのなら、キリストのために他の種類の苦難や肉体の苦痛も同様に甘美なものとなるのは、何ら不思議なことではないだろう。

90. 情欲に苦しめられ、その虜となっている私たちは、しばしば困惑しながら心の中で問いかける。「なぜ私たちはこのような苦しみを味わわなければならないのか?」——知っておくべきことは、このような束縛が私たちに訪れるのは、私たちが神を仰ぎ見ることを怠ったためであるということだ。しかし、もし誰かがその心を私たちの神であり主である御方に固く結びつけるならば、——神は真実であられる——すべての者の救い主ご自身が、そのような魂をあらゆる束縛から解放放ってください。預言者が言うように、「私は主が私の前に立っておられるのを見た。主は私の右におられ、私は揺らぐことがない」(詩編15:8)。主が常に右手にいて、私たちを覆い、守り、揺るがせないようにしてくださることに勝る甘美さがあるだろうか。しかし、これに与かるかどうかは、私たち次第である。

91. 教父たちがこう述べたのは、正しく、疑いようもなく真実である。すなわち、人は、この世には神しか存在しないという最も内なる心構えを自らに培い、確立して初めて安らぎを見出すことができる。その人は、決して自分の心を他の何ものにも向けず、ただ神のみを慕い求め、神のみに固く結びついて生きるのである。そのような者は、まことに平安を見出し、情欲の暴政から解放される。「わが魂はあなたにすがりつきます。あなたの右の手は、私にとって喜びです」と、詩篇の作者は語っている(詩篇62:9)。

92. 自己愛、快樂追求、名声追求は、魂から神への記憶を追い払う。そして、神への記憶が断たれるとき、情欲の反乱が私たちの内に巢食うのである。

93. 自己愛は、数え切れないほどの情欲の母となる。それゆえ、誰かが自分の心から自己愛を根絶すれば、主の助けを借りて、他の情欲に対しても容易に力を発揮することができるのである。なぜなら、自愛からは通常、怒り、悲しみ、恨み、快楽追求、そして抑制のきかない傲慢が生まれるからであり、自愛に打ち負かされた者は、必然的に他の情欲にも打ち負かされることになる。ここでいう自愛とは、情欲的な傾向と、肉体の欲望を満たすことへの愛を指す。

94. 何かを愛する者は、その対象と絶えず共にありたいと願い、愛する対象と交わり、心一つにすることを妨げるあらゆるものから背を向ける。明らかに、神を愛する者もまた、常に神と共にあり、神と語り合うことを切望するからである。そして、これは私たちにとって清らかな祈りによって達成される。私たちは、力の及ぶ限り、この祈りに心を注ぐべきである。なぜなら、祈りこそが私たちを主のもとに引き寄せるからである。「神よ、わが神よ、私はあなたを待ち望み、私の魂はあなたを渴望する」（詩編62:2）と語った者は、まさにそのような人であった。なぜなら、あらゆる悪から心を遠ざけ、絶えず神の愛に深く打たれている者は、神に向かって朝を待つ者だからである。

95. 節制と謙遜から、私たちが学んだように、無情が生まれ、信仰から知恵が生まれる。これらを通じて、魂は分別と愛において成長する。また、神の愛を自らの内奥に宿した者は、清らかな祈りの翼に乗って、絶えずその愛の至高の境地へと昇りつめ、「神の御子の知識に至り、完全な人となり、キリストの満ち満ちた成長の度合いに達する」（エフェソ4:13）のである。

96. 実践的な徳によって、情欲は服従させられ、怒りは抑え込まれる。また、知恵と観想によって、心は翼を与えられ、あらゆる物質的なものを超えて昇り、神のもとに移り住み、神において真の至福を見出すのである。

97. 私たちの最初の務めは、情欲を和らげ、力の及ぶ限りそれを打ち負かすことである。第二の務めは、徳を積み、自分の魂を空虚で無為なままにしないことである。第三の務めは、私たちの徳と労苦の果実を冷静に守り抜くことである。なぜなら、私たちには勤勉に働くだけでなく、儉約してそれを守り抜くことも命じられているからである。

98. 「腰に帯を締め、灯火をともしておきなさい」と主は言われる（ルカ12:35）。私たちの腰をしっかりと締めること、すなわち、それによって私たちが物事に適応し、行動しやすくなることは、謙遜な心をもって自制することである。ここでいう自制とは、あらゆる情欲を切り捨てることを意味する。そして、霊的な灯の光源は、清らかな祈りと完全な愛である。このように、真に善き心を持つ者たちは、主を待ち望む人々に似ている。主が来て戸を叩かれると、彼らは直ちに主を迎え入れ、主は父と聖霊と共に来られ、彼らの内に住まいを築かれるのである。「主が来られたとき、このようにしているのを見いだされるその僕たちは、幸いである」（ルカ12:36,37）。

99. 修道士は、子として心を尽くし、思いを尽くして神を愛さなければならない。また、しもべとして、神の前で畏敬の念を抱き、神に従い、恐れと震えをもって神の戒めを果たさなければならない。霊に燃え、聖霊の全武装を身にまとい、永遠の命を得るという希望に安らぎを見出し、命じられたことはすべて怠ることなく行い、節制を保ち、悪しき思いから自分の心を守り、善き思いの中で絶えず聖なる神への黙想を行い、毎日、自分の思いや行いについて自己反省を行い、不足している部分を補い、成し遂げたことで驕ることなく、自分を「不適格な僕」と呼び、義務を適切に果たせなかったと認め、すべてについて至聖なる神に感謝し、自分の生活の中で正しいことをすべて神に帰し、虚栄心や人に好かれようとするために何事も決して行わず、ただ唯一の神からの称賛を期待して、すべてを密かに行うこと；何よりもまず、そして何よりも、自らの魂において、使徒である神の宣教者たちおよび聖なる教父たちから受け継がれた、全地教会のすべての教義における正統な信仰によって守られなければならない。なぜなら、このように生きる者には、父と子と聖霊、すなわち同質にして三位一体の神のもとで、終わりのない命と揺るぎない住まいという、大きな報いが与えられるからである。

100. 「言葉の終わり、すべての人よ、聞きなさい。神を畏れ、その戒めを守れ。これこそがすべての人の務めである」と、伝道の書（12章13節）は述べている。「私は」と彼は言う、「

簡潔な言葉で、神の道が何であることを示そう。神を畏れ、その戒めを守れ」。ここでいう「畏れ」とは、当然ながら、拷問への恐怖といった導入的なものではなく、完全であり、完全さを生み出すものであり、戒めを与えてくださった方への愛ゆえに、私たちが持つべきものである。なぜなら、もし私たちが罰への恐れから罪を犯さないのであれば、明らかに、もしこれらの恐ろしい報いを受けることがなければ、罪を好む性質を持つ私たちは、当然、ためらうことなく罪を犯していたはずだからである。もし、罰への恐れではなく、罪そのものへの嫌悪から罪を控えるのであれば、それは なる主への愛からであり、主を怒らせることを恐れて行動しているのです。戒められたことを何か一つでも怠らないようにと恐れるとき、そのような恐れは清いものです。なぜなら、それは善そのものから生じるものであり、私たちの魂を清め、完全な愛に等しいものだからです。この恐れを持ち、それに基づいて戒めを守る者——それこそがすべての人、すなわち、あるべき姿の真の人間である。このことを知っては、そのような恐れをもって神を畏れ、その戒めを守り、「完全で、何一つ欠けるところのない者となり、徳において何一つ欠けることがないように」（ヤコブ1:4）と、謙遜な知恵と砕かれた心を持って、絶えず主に向かって、偉大なる神のアルセニオスの祈りを捧げよう。「わが神よ！ 私を見捨てないでください。

私はあなたの御前で善いことを何一つ行っていませんが、

しかし、御恵みによって、その第一歩を踏み出させてください」。なぜなら、私たちの救いはすべて、神の慈愛と人間愛にあるからです。父と子と聖霊に、今、そして常に、世々限りなく、栄光と権威と礼拝がありますように。アーメン。

## 聖テオドール・エデス

### 彼に関する略歴

本論は、私たちの霊的生活における内面的現象を賢明に解釈し、そこから修行者たちにふさわしい教訓を導き出している点において、他の修道的な著作と並ぶにふさわしいものである。この著作の著者が誰であるかは不明である。表題では、彼は聖テオドールと呼ばれている。しかし、彼が誰であったかは明らかではない。『ギリシャの善行集』の編纂者たちは、この説教に、聖テオドール・エデスの『百章』に含まれる思想と類似した考えを見出し、これを後者に帰属させ、その『百章』の後に収録した。しかし、チェルニヒフのフィラレート大主教は（『教父論』§277、注10において）、聖テオドロス・エデスにこの言葉を帰属させることはあくまで推測の域を出ないと記している。実際、この言葉自体には、それを裏付ける決定的な根拠は見当たらない。そこで、この言葉が聖テオドロス・エデスに帰属するかどうかを認めるか否かは各人の判断に委ねつつも、その読解が読書から益を求めるすべての人々にとって有益であると考えため、ギリシャ語版『ドブトロピア』の例に倣い、聖テオドロス・エデスの100章の後にこれを掲載する。

### 我らの尊き父テオドロスの思弁的な説教

1. 物質愛という強固な束縛を断ち切り、その束縛から解放され、善行の習慣を身につけるという業は、なんと偉大なことか！ まことに、あらゆる物質的なものから離れるためには、高潔で勇敢な魂が必要である。

2. では、この後に何を追求すべきかといえば、単に情欲からの浄化だけではない。なぜなら、それはそれ自体ではまだ美德ではなく、あくまで美德への準備に過ぎないからである。しかし、悪しき習慣の浄化には、美德の獲得も併せて行わなければならない。

3. 魂の浄化とは、「思念の面」において、この世の魅惑的な習性、すなわち世俗的な心配事や気遣い、悪しき傾向、不適切な推測や憶測を改め、完全に捨て去ることである。「欲望の側



面」においては——物質的なものを一切求めず、感情に流されることなく、理性に従順であること。「激情の側面」においては——起こるいかなる事象にも動揺しないこと。

4. そして、このように、私たちの力を不純にするあらゆるものを浄化し、根絶し、それらを整えた後、霊的な完全性と神化への昇華が求められる。なぜなら、悪から離れた者は善を行うべきだからである（詩篇33:15）。この際、まず第一に自己を捨て、そのようにして十字架を背負い、主に従うことで、至高の神化の状態に到達しなければならない。

5. では、この完全性への昇華と神化とはどのようなものか。「知性」の面においては、これは、人間の性質が許す限りにおいて、存在するもの、およびすべての存在を超越する御方についての最も完全な認識である。「渴望」の面においては、至高の善への限りなく絶え間ない渴望と志向である。「情動の側面」においては、渴望する対象への最も精神的かつ活動的な動きであり、絶えることなく衰えることもなく、遭遇するいかなる苦難によってもその前進が阻まれることなく、抑えがたく、決して後戻りすることなく、前進し続けるものである。

6. 善への魂の動きは、悪への動きよりも、精神的な美が感覚的な美を凌駕する分だけ強くなければならない。したがって、肉体への配慮も、その必要を満たし、生命を維持するために必要な範囲内でのみ許容されるべきであり、そうでなければ、私たちの動物的な有機体を強制的な混乱に陥らせてしまうことになる。しかし、これを自分自身で理解することは容易だが、実際に実行に移すことは極めて困難である。なぜなら、魂の古びた習慣を苦勞なしに根絶することはできないからである。

7. ある芸術の修得が汗なしには得られないのと同様に、至福の本性——すなわち神——への集中した凝視と注意の向け合いも、多くの労苦と長い時間を経て初めて達成される。それは、渴望する力がそのような志向の結果に慣れ、その実を味わうようになるまでの間である。その際、私たちの心は、この世的なものへと引きずり込もうとする感覚に対して多大な抵抗を示さなければならない。それゆえ、私たちの中には死に至るまで絶えることのない戦い、すなわち肉との闘いがある。とはいえ、怒りや情欲が抑えられ、経験に裏打ちされた知恵と心の戦いにおける技量によって豊かになった軀の下に感覚が従うようになると、その戦いは時折、弱まっているように見えることもある。

8. しかし、注意すべきは、啓蒙されていない魂は、通常、神からの助けを受けていないため、真に清められることも、神聖な光へと昇ることもできないということである。前述の通り、この言葉は信者について述べられたものと見なすべきだからである。これをより明確に理解するためには、私たちの認識にはどのような違いがあるのかを簡潔に説明する必要がある。この地上の認識のうち、一つは自然の範疇に属し、もう一つは自然を超えたものである。この後者が何であるかは、前者から明らかになるだろう。

9. 自然的な知識とは、魂が、自然な方法と力を用いて探究と調査を行うことにより、創造物および創造主について得ることができる知識を指す——もちろん、物質と結びついている魂にとって、それが理解可能な範囲内においてのことである。というのも、精神の力は、身体との接触や融合によって弱められ、それゆえに精神は観念的な事物と直接的に接触することができず、それらについて考えるためには、広大で分厚い形象を作り出す性質を持つ想像力に頼らざるを得ないからである。したがって、肉体に宿る精神は、物事を判断し理解するために、それに対応する形象を必要とする。この自然な方法によって、その存在そのものである精神が得る認識こそを、我々は「自然的認識」と呼ぶ。

10. 一方、超自然的知識とは、理性の自然な方法や能力を超える経路を通じて理性にもたらされるもの、あるいは、認識される対象が肉体に結びついた理性に比べて比較的に優越しているものであり、したがって、そのような認識は明らかに無体の理性固有のものである。それは、唯一の神が、あらゆる物質的な執着から清められ、神の愛に満たされた精神を見出したときに、神から与えられるものである。

11. ところで、このように区別されるのは知識だけではなく、徳も同様である。ある種の徳は、本性を超えるものではなく、当然「自然的」と呼ばれる。一方、別の徳は、善の第一の源か

ら作用するものであり、私たちの自然な力や状態を超えているため、適切に「超自然的」と呼ぶべきである。

12. これを説明した上で、我々は、自然的な認識と自然的な美德は、啓蒙されていない者でも持つことができるが、超自然的なものは決して持つことができないと考える。なぜなら、ここに作用する至高の起因者との交わりを持たない者が、どうしてそれらを身につけることができようか。一方、啓蒙された者は、その両方を持ち得る。

13. ここに、もう一つの相違点を付け加えたい。超自然的な美德は、まず自然的な美德を身につけなければ獲得することはできない。しかし、超自然的な知識については、自然的な知識がなくても、それを身につけることを妨げるものは何もない。しかし、知っておくべきことは、感覚や想像力を動物も持っているのと同様に、人間もそれらを持っているが、人間においてはこれらの力がはるかに優れており、高次であるということだ。同様に、自然的な美德や知識についても、教養のある者もなければない者も、どちらもそれらを持っているが、教養のある者においては、それらは教養のない者よりもはるかに優れた、より高い状態にあるのである。

14. さらに付け加えるならば——「自然的」と呼ばれる認識のうち、美德およびそれに反対する傾向を扱うものは、やはり二種類に分けられる。一つは「抽象的な」認識であり、これは哲学者がそのような気質について論じるものの、実際にそれを体験していない場合である。このような認識は、時に疑念に揺らぐことがある。もう一つは、実践的な、いわば心の奥底から湧き上がるような知識であり、そのような気質を実際に試すことで裏付けられたものである。この種の知識は明白かつ確かで、決して揺らぐことがなく、疑いを許さない。

15. さて、こうしたことが起こる中で、徳を身につける上で理性に逆らう四つの要素があることがわかる。「第一」は、徳に反する習慣への傾向であり、これは長年の習慣によって、世俗的なものへと傾くことを招く。「第二に」、感覚の働きである。これは感覚的な美しさに心を奪われることで、同時に知性をも引きずり込む。「第三に」、知性の活力の衰えである。これは、知性が肉体と結びついているために生じるものである。なぜなら、視覚と視覚対象との関係、ひいては感覚と感覚対象との関係は、知性と概念との関係とは異なるからである。——私は、まだ肉体の中に存在する魂の知性について語っているのだ。——なぜなら、無形の知性は、視覚が視覚対象と接触するよりも、より効果的に観念的なものと接触するからである。——しかし、視力が曇っているとき——それは、目に見える物事の形態を、はっきりと、正確に、ましてや明確に映し出せないのと同様に、私たちの心もまた、思考の対象を認識してはいるものの、思考の対象としての美しさを効果的に見ることができない。それと同時に、そこから何もかも渴望することもできない。なぜなら、傾倒の度合いは認識の度合いによるものだからである。——そして、心は直ちに、より鮮明に映る感覚的な美へと引き戻されてしまう。なぜなら、心は必然的に、目の前にある「善」へと向かうからであり、それが真実であろうと、そうでなかろうと関係なく。——これらすべてに加え、さらに（第四に）——非人間的で不浄な霊たちによる襲撃がある。彼らが魂を捕らえるために、どれほど多くの、そしてどのような罠を仕掛けているか、嘆かわしいことに、言葉では言い表せないほどである！——道中の至る所に、多種多様かつ多岐にわたり、感覚において、言葉において、知性において、あるとみなされるあらゆるものの中に——もし、迷い出た羊を自らの肩に担ぎ上げた方が、御自身に目を向ける者たちを、その計り知れない慈しみによって、より高き存在として下さっていなかったならば、いかなる魂もこれらを避けることはできなかっただろう。

16. これらすべてを避けるために、私たちには次の三つの手段が必要である。そのうち「第一」かつ最も重要なものは、心を尽くして目を神に向け、神から助けの手を求め、すべての希望を神に託すことである。それは、もし神が守ってくださらなければ、私たちを自分たちの方へと引き寄せようとする者たちの捕虜となることが避けられない、という真摯な確信に基づくものである。「第二」のものは、私の考えでは第一のものの原因ともなるものであり、それは知恵によって絶えず心を養うことである。ここでいう「知」とは、感覚的・概念的なあらゆる存在が、それ自体としてどのようなものであるか、また、第一原因に対してどのような関係にあるか——す

なわち、第一原因から生じ、第一原因のために存在するものであるか——を理解すること、そして、神から発するものを手がかりとして、あらゆる存在の創造主を私たちが観想できることを指す。なぜなら、被造物の本質を探究することは、それらに対する情欲的な傾きを清め、それらによる惑わしから解放し、その起源へと導くからである。それはまるで鏡のように、美しく、不思議で、偉大なものの中に、最も美しく、最も不思議で、最も偉大なもの——いや、むしろあらゆる美しさ、不思議さ、偉大さを超えたもの——を見させるのである。常にそのような思索にふけている心が、真の善を望まないはずがあるだろうか。なぜなら、もし心が時折、自分にとって異質なものを求めるのであれば、なおさら、自分自身のものを求めるはずではないだろうか。こうして魂がこの想いに魅了されたならば、この世にあるものの中に、一体何に執着することを許すだろうか。それらは通常、魂を、魂を愛し、魂に愛される方から遠ざけてしまうのだから。いや、魂は肉体の生活そのものさえも、真の善を獲得し味わう上での障害であると見なして、不満を抱くようになるだろう。なぜなら、前述のように、物質的なものの中に精神的な美しさを心が見出すことは明らかであるが、精神的な善は、その美しさの海からのわずかな流れや、その光の微かな現れでさえも、心を説得し——あらゆる非精神的なものを飛び越えて、ただその唯一の至福へと突き進み、たとえその甘美さから一步も退くことを決して許さず、たとえそれによって何か苦いものに陥ることになっても。そして、これに付随すべき「第三の要素」とは、私たちの「肉」という配偶者を死に至らせることである。そうでなければ、前述した天上の善の現れを、はっきりと、かつ明確に捉えることは不可能だからである。肉は、断食、徹夜、裸の地面での睡眠、必要最小限の粗末な衣服、そして過酷な労働によって死に至らされる。このようにして、肉体は死に至らしめられる、あるいはむしろ、キリストと共に十字架につけられるのである。こうして、肉体が洗練され、清められ、軽やかで整えられた状態になると、それは抵抗することなく、心の動きに順応し、心と共に高みへと昇っていく。——これなしには、このことに関する私たちのあらゆる努力は無駄になってしまうのである。

17. この尊い三位一体は、それ自体が調和しているとき、魂の中に至福の美德の姿を生み出す。そして、この三位一体によって飾られた者の中に、いかなる罪の痕跡も残ったり、いかなる美德も欠けていたりすることはあり得ない。そのような者においては、もはや、すでに捨て去られたものとしての富の追求も、すでに軽蔑されたものとしての名声も、心を乱すことはない。魂がそれらに執着している限り、多くの情欲によって傷つけられるのである。また、富や名声に執着する魂が至高の境地へ昇ることは不可能であると断言する一方で、前述の三つの霊的实践にかなり長い間励み、それらに熟達した魂が、それらを気にかけることが可能であるとは言わない。なぜなら、そのような心構えにある魂は、至高の善以外の何ものも真の善とは見なさず、他の善のうちでは、それが至高の善に最も近いと確信しているものを最良のものと見なすのだから、どうして金や銀、あるいはこの世の他のものを愛し、好意を持って受け入れることができようか。——このことは、名声についても同様に言える。

18. たとえこの最も飽くことのないもの——すなわち、心配事——でさえ、その時には、反対側から理性への攻撃を仕掛けることはない。——なぜなら、この世の何ものにも執着せず、また何ものにも心を奪われていない者が、一体何を心配するというのか。心配の雲は、最も主要な情欲——快樂への執着、金銭への執着、名声への執着——から立ち上る蒸気によって形成される。したがって、これらから自由な者は、心配とも無縁なのである。

19. 前述の人々——すなわち、これら三つの霊的行いに熟達した者たち——には、もう一つの知恵と称される分別も欠けておらず、それは苦難を乗り越えるための最も強力な手段である。なぜなら、美德の学問には、善とそれに反するものとの正確な識別が含まれており、そのためには分別が必要だからである。その導きのもとで、経験と肉欲との闘いは、いかにして善を行い、悪に抵抗するのが最善かを教えてくれる。

20. そして、彼らには恐れも宿っている。なぜなら、愛が増すにつれて恐れも増し、善を得るという希望がある限り、得られないという恐れもまたそれだけ強くなるからである。そして、この恐れは、数え切れないほどの苦痛による脅威よりも、愛に傷つけられた魂をはるかに深く苛

む。なぜなら、至福を得ることはどれほど素晴らしいか、それを得られないことはどれほど悲惨なことか、ということだからである。

21. 私たちの道において、この言葉が他の形でも先立って示されるようにするためには、終わりから始める必要がある。なぜなら、あらゆる事物は、その終わりから、各部分の区別と、それらの秩序立った関係とを同時に得るからである。私たちの人生の終わりは至福、すなわち天の御国、あるいは神の御国である。そしてそれは、ただ至高の三位一体を仰ぎ見るだけでなく、同時に神の招きを受け入れ、いわば神化を体得することであり、この招きによって、私たちに欠けているものが満たされ、不完全なものが完成されるのである。そして、まさにこれこそが、精神的な存在たちの糧となる——すなわち、神の招きによって欠けているものが満たされることである。ここでは、ある種の絶え間ない循環が成され、それは同じ点から始まり、同じ点で終わる。なぜなら、理解すればするほど渴望し、渴望すればするほど味わうことになり、味わえば味わうほど、さらに大きな理解へと駆り立てられるからである。そして直ちに、この不動の運動、あるいはむしろ不動の静止が始まるのである。

22. さて、私たちの理解が及ぶ限りにおいて、人生の結末はこのようなものである。では、次に、いかにしてその結末へと至るべきかを考察すべきである。理性ある魂たち——それらは知性ある存在であり、天使の知性からほとんど遜色のないものである——にとって、この世の生活は闘いであり、肉体に宿る生活は彼らに与えられた試練なのである。そして、その功績と闘いに対する報いは、前述の状態そのものであり、神の慈愛と神の正義の両方にふさわしい賜物である。正義であるのは、それらの善が自らの労苦と汗なしには達成されないからであり、慈愛であるのは、その賜物があらゆる自らの労苦を計り知れないほど凌駕しているからであり、さらに、善を行うことができることそのものが、神の賜物だからである。

23. しかし、ここでの偉業とは一体何なのか？——理性ある魂は、土から生まれた、存在を持ち、下界へと引き寄せられる動物的な肉体と結びついている。そして、この理性的な魂は、この肉体と、魂と肉体という、互いに全く対極にある二つの要素から、変容することなく、またそれらの部分が混ざり合うこともなく——とんでもない！——ただ、それぞれの自然の本質を保ったまま、二つの完全な本質を併せ持つ一つの存在として形成されているのである。このように、ある種の二本性を持つ存在として成立したこの複合的な生き物——人間は、それぞれの本性に固有の性質を現し、行動に移すのである。—そして、肉体にとっては、それと同様の——すなわち肉体的なものを欲することが自然である。このような同類への欲望は、あらゆる存在にとって自然なものであり、なぜなら、それらの存在そのものが、自分と同様のものを自己の中に実現することによって条件づけられているからである。肉体にとっては、感覚において同類のものを享受することも自然であり、さらに、疲労時には休息が心地よい。これこそが、我々の動物的な本性にとって自然であり、望ましいものである。—一方、理性的な魂は、知的な本性として、同様に知的なものを求め、それに固有の喜びを味わうことが自然であり、望ましいことである。しかし何よりもまず、神への愛が彼女の中に自然に根付いている。そして彼女は、神やその他の知的な事物を享受することを自然に望んでいるが、それを妨げられることなく行うことはできない。

24. 最初の人間は、感覚を通じて感覚的なものを、また知性を通じて知的なものを、妨げられることなく知覚し、それに喜びを見出すことができた。しかし、彼にとって最優先すべきは、より悪いものではなく、より良いものに専念することであつた。たとえ彼自身が、知性を通じて知的なものと、感覚を通じて感覚的なものと、それぞれ交わりを持つことができたとしても。私は、アダムが感覚を利用すべきではなかったと言っているのではない。なぜなら、彼が肉体を与えられたのは無駄ではなかったからである。しかし、彼が主に感覚的なものに、また感覚的なもののために喜びを見出すべきではなかったということである。むしろ、感覚的な印象を通じて被造物の美しさを見出し、その美しさの源である方へと心向け、創造主に対して驚嘆すべき十分な理由を抱きつつ、創造主そのものに驚嘆して喜びを見出すべきであつた。感覚的なものに執着し、それに驚嘆して、創造主の知的な美しさを置き去りにしてはならなかった。アダムはそうあるべきだった。

25. しかし、彼は感覚を誤って用いて、感覚的な美しさに驚嘆するようになり、目には美しく、食べるには良い実を見て、それを口にし、精神的な事柄による喜びを捨ててしまった。そこで、義なる審判者は、彼を神と万物——彼が軽んじたもの——を仰ぎ見るにふさわしくない者と見なし、「*闇を自分の天幕とし*」、すべての非物質的な対象を彼から遠ざけた（詩篇17:12）。なぜなら、不浄な者に聖なるものを与えるべきではなかったからである。しかし、彼がそれを愛したため、神は彼にその喜びを許し、知的な生活のわずかな痕跡を残して、感覚的な生活を送るようになされたのである。

26. これこそが、思念的な事柄との交わりを達成するための修練が、私たちにとって最も困難なものとなった理由である。なぜなら、洗礼によって清められ、高められ、そのために大きな助けを得ているとはいえ、感覚で感覚的なものを楽しむのと同じように、知性で思念的なものを楽しむことは、私たちの力には及ばないからである。とはいえ、私たちに可能な範囲で、感覚的なものではなく、精神的なものに心を向けるよう努めなければならない。精神的なものには驚嘆し、それを渴望すべきであり、感覚的なものには何にも驚嘆せず、それ自体（感覚的なものとして、また感覚の満足として）から喜びを得ることを望んではならない。なぜなら、真実において、感覚的なものは精神的なものとは比べものにならないからである。実在の存在も、美の美も、より驚くべきものであることがわかる。しかし、それらがどのようなものであるか、その通りに我々はそれらに向き合わなければならない。最も壮麗なものよりも恥ずべきものを、最も尊いものよりも卑しいものを愛好することは、あらゆる狂気を凌駕するものではないか？ これは、たとえそれが観念的なものであれ感覚的なものであれ、被造物に対してそう接する場合の話である。しかし、もし私たちが万物の上に立つ御方に対してもそう接し、御方よりも醜く取るに足らない物質を優先するならば、一体何と言えようか？

27. さて、今や私たちの務めは、自分自身に細心の注意を払い、常に精神的なものに喜びを見出し、知性と欲望をそこへと向け、決して感覚的なものに心を奪われ、その感覚そのもののために驚くほどそれに夢中になることを許さないことにある。しかし、もし感覚を用いる必要があるならば、それは被造物を通して創造主を知り、水の中に太陽を見るように、それらの中に御方を見るために用いるべきである。なぜなら、存在するすべてのものには、それが許容する範囲内で、万物の第一の源が映し出されているからである。

28. これが我々に課せられた務めである。しかし、それをいかに果たすべきか、それについて考えるべきである。なぜなら、すでに述べたように、肉体は感覚を通じて、それ特有のものを享受することを望み、満たされれば満たされるほど、さらにそれを欲するからである。そして、これは魂の志向に反する。それゆえ、魂の第一の務めは、前述の通り、感覚的なものに甘んじることのないよう、あらゆる感覚に歯止めをかけることである。なぜなら、肉体は強くなればなるほど、自らの求めるものへと強く向かうものであり、その志向が強ければ強いほど、抑えがなくなるため、魂は断食、徹夜、立ち瞑想、裸の地面での睡眠、その他あらゆる苦行によって、肉体を死に至らしめるよう懸命に努めなければならない。そうしてその力を消耗させ、霊的な行いにおいて肉体を謙虚で従順な状態に保つのである。これこそが、魂が果たすべき最も重要なことである。しかし、これを望むことは容易でも、実行することは困難であり、また、全神経を集中させているにもかかわらず、感覚に気を取られて、すべきことを怠ってしまうことが多々ある。そこで、第三の賢明な治療法として考え出されたのが、祈りと涙である。祈りは、授かった恵みに感謝し、罪の赦しと、さらなる成功のための力の授与を請うものである。なぜなら、すでに述べたように、神の助けなしには、魂は単独では何事も正しく行うことができないからである。さらに、祈りは、魂が求めた御方との合一と、御方による喜び、そして御方へと向かう切なる願いをもたらす。これが、敬虔な生活において最も重要なこと、すなわち、意志を傾けてこれを可能な限り強く望むことである。——そして、涙には大きな力がある。それは、私たちの罪について主をなだめ、感覚的な快樂によってもたらされる汚れを清め、天上のものへの渴望に翼を与えるのである。

29. つまり、要点はここにある。最も重要なのは、心や霊的な善を熟考し、それらを全身全霊で切望することである。この力によって、断食や貞潔など、肉体の支配を克服する行いは、互いに支え合うものである。また、この目的のために、そしてそれと併せて、祈りがある。これらの行いのそれぞれは多くの部分に分けられるが、それらはすべて相互に関連しており、あるものが別のものを必要とし、一方なしに他方は存在し得ない。

30. 誰も、名声への執着や金銭への執着が肉的な情欲に属するものと考えるべきではない。肉的な情欲とは、ただ快樂への執着のみであり、それは肉を死なせることに相応しい治療法を見出す。しかし、前述の二つの情欲は、無知から生じるものである。真の善——知的なものであれ霊的なものであれ——を体験も認識もせずに、魂は偽りの善を考案し、霊的な善の欠如を富によって慰めようとした。魂は、快樂への渴望や名声への渴望を満たすため、また富そのものがある種の善として尊ぶために、富を追い求めているのである。これらすべてが、真の幸福に対する無知から生じていると言える。名声への渴望は、肉体的欲求の不足に起因するものではない。なぜなら、それによって、肉体的欲求が満たされることはないからである。それは、第一の幸福と真の名声を知らず、経験していないことに起因するのだ。

31. そして、名声への執着だけでなく、端的に言えば、あらゆる悪の根源は、無知にある。なぜなら、物事の性質、そしてそれぞれがどこから来てどのような目的を持っているかを正しく認識した者が、その後、自らの最終的な結末を忘れて、地上のものに奔走することなどあり得ないからである。魂は、それが単なる見せかけの善に過ぎないと確実に知っているような善を、決して望むことはない。たとえ習慣が暴君のように魂を何かに引き寄せようとも、魂は事柄に対する正確かつ明晰な認識によって、その習慣そのものを打ち勝つことができる。しかし、習慣がまだなかった頃でさえ、魂は無知ゆえに惑わされていたのである。それゆえ、何よりもまず、そして早いうちに、あらゆる存在に関する正しい認識を身につけるよう努め、その後、それに応じて、自らの意志を「第一の至福」への憧れで高揚させなければならない。そして、それらの真の至福がすべて空虚であることを正しく認識した者にとって、それらを軽んじることは難しくない。

## 尊者アッバ・フィリモン

### 彼に関する略歴

私たちの最も尊い父フィリモン——神に愛された父たちの中でも最も節制に富み、涙に満ちて心を砕いていた方——がいつの時代に生きたかについては、教父たちの記録には明記されていない。しかし、彼が最も敬虔で、経験豊富であり、他のどの長老たちよりも沈黙を愛し、偉大なるアルセニオスの最も忠実な模範者であったことは、この言葉を読む者なら誰でも理解できるだろう。なぜなら、彼は祈りと懇願に没頭し、昼夜を問わず忍耐強く自身の荒野の洞窟に留まり、絶え間なく流れ出る涙と最も甘美な嘆きの泉で自らを清め、あらゆる感覚的・思念的なものから神を愛する心をもって超越して、まるで耳が聞こえず口が利けないかのように常に神の御前に立ち、神の恵みによる驚くべき啓示に恵まれた。その啓示はまるで太陽の輝きのごとく、この永遠に記憶されるべき人物は、極限の沈黙と静寂の中で、単に論じたり考察したりするだけでなく、見通したり予見したりする賜物をも豊かに授かったのである。その確かな証左が、ここに記された彼に関する物語であり、そこには、長年にわたる彼自身の経験に基づいた、実践的かつ観想的な側面からなる、神聖な節制に関する彼の極めて明快な教えが示されている。それゆえ、情欲という汚らわしく忌まわしい衣を脱ぎ捨て、あるいは古き人を脱ぎ捨て、無情と恵みの明るい衣、すなわちキリスト・イエスにある新しい人を身にまといたいと願う者は、この長老の教えを頻繁に学び、その真髓を理解した上で実践に励むならば、望むところへ容易に到達するであろう。



## アッパ・フィリモンに関する大いに有益な物語

1. 隠者アッパ・フィリモンについては、ラヴラからそう遠くない、ロミエヴァと呼ばれる洞窟に身を閉じこもり、修業の労苦に打ち込みながら、偉大なるアルセニオスが自らに語ったと伝えられる言葉を心の中で繰り返し唱えていたと言われている。「フィリモンよ、なぜここへ来たのか？」彼はこの洞窟にかなりの期間滞在した。彼の仕事は、数珠を編んだり、籐の籠を編んだりすることであり、それらを会計係に渡すと、その見返りとして小さなパンを数枚受け取り、それを糧としていた。彼は塩を振ったパン以外は何も食わず、それも毎日ではなかった。彼は明らかに肉体のことなど全く気にかけていなかったが、瞑想に励む中で神聖な啓示に照らされ、そこから言葉に尽くせぬ神秘的な導きに与るようになり、霊的な喜びの中に留まっていた。土曜日と日曜日には教会へ行く際、彼は常に独り、内省にふけりながら歩み、心が自分の行いから逸れないよう、誰にも自分に近づかせなかった。教会では、隅に立ち、顔を地面に向けて、涙の泉を流し、絶え間ない嘆きを口にし、心の中で死の記憶と聖なる教父たちの姿を巡らせていた。とりわけ、アルセニオス大聖人の足跡をあらゆる面でたどろうと努めていた。

2. アレクサンドリアとその周辺に異端が現れたとき、彼はそこを離れ、ニカノールの修道院へと向かった。彼を迎え入れた、神を深く愛するパヴリンは、彼に自分の隠遁の場所を譲り、彼のために完全な静寂を整えた。丸一年、彼は誰にも彼に会うことを許さず、自分からも、必要なパンを差し出す時を除いては、少しも彼に干渉しなかった。キリストの聖なる復活の日が訪れた。面会の際、二人の間に会話が交わされ、話題が隠遁生活に触れたとき、フィリモンは、この最も敬虔な兄弟パヴリンもまた（隠遁生活を送るという）崇高な志を抱いていることを悟り、聖書（ ）や教父たちの言葉から、修道的な教えを豊かに彼に注ぎ込み、——完全な孤独なくしては神に喜ばれることは不可能であることを、神に啓示された父モーセがどこででも説いているように——沈黙が修行を生み、修行が嘆きを生み、嘆きが恐れを生み、恐れは謙遜を生み、謙遜は悟りを生み、悟りは愛を生み、愛こそが魂を健全で無執着なものとし、そうして人は、自分が神から遠くないことを悟るのだ。

3. 彼（フィリモン）は彼にこう言った。「あなたは沈黙を通じて心を完全に清め、絶え間ない霊的な働きを心に与えなければならない。」目が見えるものに目を向けて凝視するように、清らかな心は精神的なものに目を向け、霊的に観照されるものに心を奪われ、もはやそこから引き離すことはできない。そして、沈黙によって情欲から解き放たれ、清められるほどに、その人は（それらの霊的な事柄に関する）知恵にふさわしい者となる。そして、心は、本質的な知の領域に入り、神と結ばれたときに、初めて完全なものとなる。その時、心は王のような尊厳を帯び、たとえあなたがすべての王国を差し出そうとも、もはや貧しさを感じず、偽りの欲望に惑わされることもない。それゆえ、もしこのような美德を成し遂げたいと望むなら、この世から急いで逃げ出し、熱心に聖人たちの道を歩み、外見への気遣いを捨て、質素な衣服を身にまとい、謙虚な身だしなみを保て。気質は素朴に、言葉は飾り気なく、歩みは虚栄心を排し、声は偽りのないものであれ。貧しさの中で生き、誰からも顧みられないことを愛しなさい。何よりもまず、心の守りと節制に心を配り、あらゆる苦難に耐え忍び、すでに得た霊的な恵みを、あらゆる手段を尽くして損なわれず、変わることなく保ちなさい。自分自身を注意深く見守り、密かに忍び寄る快樂を一つたりとも受け入れないようにしなさい。なぜなら、沈黙は心の情欲を鎮めるが、もしそれらに燃え上がり、鋭くなることを許せば、通常はさらに激しさを増し、それを許した者を、より大きな力で罪へと引きずり込むからである。同様に、肉体の傷も、こすられたり引き裂かれたりすれば、治癒しなくなる。悪魔たちがそう仕向けてきて、感覚もそれに同調するとき、たった一言でさえ、心を神の記憶から遠ざけてしまうことがある。魂を守ることは、偉大な功業であり、また大きな恐れでもある。それゆえ、あなたは世から完全に離れ、魂を解き放ち、肉体へのあらゆる同情を捨て去り、無郷の者、無住の者、所有を持たず、金銭を持たず、物欲を持たず、煩わしさを持たず、交わりを求めず、人間のことには無知であり、謙虚で、思いやりがあり、善良で、柔和で、穏やかな気性であり、神の導きから心に示される啓示を受け入れる準備ができてい

る者となるべきである。なぜなら、偉大なるヴァシリーが私たちに教えているように、蠟の上には、あらかじめそこに刻まれた文字を消さずに書き加えることは不可能だからである。これこそが、世のあらゆる慣習から完全に離れ、心の中に揺るぎない天の知恵を保ち、神の律法によって啓発され、敬虔な行いと言葉によって輝きを放った聖人たちの姿であった。彼らは「地上の肢体を死に委ね」（コロサイ3:5）を「地上の肢体を死なせ」、節制、神への畏れ、そして愛によって輝かせたのです。なぜなら、絶え間ない祈りと神の聖書による教えによって、心の知的な目が開かれ、力の王を仰ぎ見るからである。そうして大きな喜びが生まれ、魂の中で抑えきれない神聖な渴望が激しく燃え上がり、同時に御霊の働きによって肉体もそこに引き上げられ、人は全身全霊で霊的な存在となるのである。これこそが、至福の静寂と最も厳格な修道生活を実践する者たちが享受するものであり、彼らはあらゆる人間的な慰めから身を遠ざけ、天にいらっしゃる唯一の主と二人きりで絶えず語り合っているのだ！

4. この話を聞いたその神を愛する兄弟は、魂の奥底で神の愛に深く打たれ、（自分の居場所を離れ）、その（フィリモン）と共に、偉大なる教父たちが敬虔の道を全うした隠遁地へと向かった。彼らは聖ヨハネ・コロヴァ修道院に身を寄せ、沈黙を守りたかったため、身の世話は修道院の会計係に委ねた。そして彼らは、神の恵みにより、完全な沈黙の中でここに留まり、土曜日と日曜日には教会への礼拝に出席して共同の集会に参加し、その他の日は自分の部屋にとどまった。その際、各人は個別に祈りと奉仕を行っていた。

5. 聖なる長老（フィリモン）には、次のような奉仕の規則があった。夜には、彼は全詩篇と賛歌（詩篇集に収められている9つの賛歌）を、急がず、慌てず、ゆっくりと詠み上げ、福音書の冒頭の一節を読み上げ、それから座り込み、心の中で「主よ、憐れみたまえ！」と繰り返し唱えながら、全神経を集中させ、かなり長い間、もはやこの呼びかけを声に出して唱えられなくなるまで続け、そしてようやく眠りについた。その後、夜明けとともに再び第一時を詠み、東を向いて座り、気ままに、時には（詩篇を）歌い、時には使徒書簡や福音書から朗読した。こうして彼は一日中、絶え間なく歌い、祈り、天の御姿を仰ぎ見て喜びを味わいながら過ごした。彼の心はしばしばその瞑想に深く引き込まれ、自分が地上にいるのかどうかも分からなくなるほどであった。

6. ある兄弟は、彼がこれほど熱心に祈りの務めに励み、時には神聖な思索に没頭して別人のようになってしまうのを見て、彼にこう言った。「父よ、この年老いた身で、これほどまでに肉体を死なせ、従わせるのは、お辛いことではありませんか？」彼はこう答えた。「信じてほしい。神は、祈りの奉仕に対するこのような熱意と愛を私の魂に注ぎ込んでくださったので、私はその渴望を完全に満たすことなどできないのだ。しかし、肉体の弱さは、神への愛と来世の恵みへの希望によって打ち勝たれるのだ」。こうして、彼のすべての願いは、食事の最中であっても、他の時と同様に、知恵によって天へと高らかに舞い上がっていた。

7. ある日、彼と同居していたある兄弟が彼に尋ねた。「黙想にはどのような奥義があるのでしょうか」。すると彼は、その兄弟の執拗さと、真摯に教訓を求めている様子を見て、こう言った。「子よ、言うておくが、心が完全に清められた者には、神が奉仕の力や（天使の）位階に関する幻を明らかにしてくださるのだ」。

8. 彼はさらにこう尋ねた。「父よ、なぜあなたは、あらゆる神の御言葉の中でも特に詩篇を愛で、静かに歌いながら、まるで誰かと話しているかのように見えるのですか？」これに対し、彼はこう答えた。「神は、預言者ダビデ自身のように、私の魂に詩篇の力を深く刻み込まれたのです。私は、そこに秘められたあらゆる黙想の喜びから、どうしても離れられません。なぜなら、それらは神の聖書全体を包含しているからです」。彼は、尋ねてきた者に、益となるようにと、また長い間執拗に懇願された末に、大きな謙遜をもってこのように告白した。

9. ヨハネという名の兄弟が、海辺から駆けつけて、この聖なる偉大なる父フィリモンのもとへやって来て、その足に抱きつき、こう言った。「父よ、どうすれば私は救われるのでしょうか？」「私の心は、あるべきではないあちこちへとさまよい、漂っているからです。」すると、聖フィリモンは少しの間沈黙した後、こう言った。「この（精神的な）病は、外的な者たちに特

有のものであり、彼らの中に宿っている。あなたの中にもそれがあるのは、あなたがまだ神に対する完全な愛を抱いておらず、神への愛と認識の温もりがまだあなたの中に訪れていないからだ。」兄弟は彼に言った。「では、私はどうすればよいのでしょうか、父よ？」すると彼は言った。「行って、その秘められた教えを心に受け入れなさい。そうすれば、それがあなたの心をこの病から清めてくれるでしょう。」その言葉の意味を理解していなかった兄弟は、長老に尋ねた。「父よ、その『秘められた教え』とは一体何のことでしょうか？」すると、長老は彼に言った。「行って、心の中で自制し、思いの中で、畏れと戦慄をもって、冷静にこう言いなさい。『主イエス・キリストよ、私を憐れんでください！』」このように、至福のディアドコスも初心者に教えている。

**10.** その兄弟は去り、父の祈りによる神の御加護で心を落ち着かせ、その教えにしばらくの間、喜びを覚えた。しかしその後、その喜びは彼から去り、もはやそのような行いを冷静に行い、祈ることはできなくなってしまった。そこで彼は再び長老のもとへ行き、起こったことを話した。長老は彼にこう言った。「今や、あなたは沈黙と賢明な行いの道を学び、そこから生じる甘美さを味わったのだ。だから、これを常に心に留めておきなさい——食事をしているときも、飲んでいるときも、誰かと話しているときも、旅の途中でも、あるいは独房に座しているときでも、冷静な思考と迷いのない心をもって、そのような祈りを捧げ、賛美し、祈りと詩篇から学び続けなさい。たとえ最も必要な用を足しているときでさえ、心を怠けさせず、内なる学びと祈りに専念させなさい。そうしてこそ、あなたは神の御言葉の深みと、そこに秘められた力を悟り、心に絶え間ない働きを与え、使徒の「*絶えず祈りなさい*」(Iテサロニケ5:17)という戒めを果たすことができるのである。ですから、自分自身に細心の注意を払い、悪しき思いや、何らかの虚しい、無益な考えを受け入れないように、あなたの心を守りなさい。しかし、眠っている時も、起きている時も、食べている時も、飲んでいる時も、会話をしている時も、常にあなたの心が密かに心の中で、時には詩篇から学び、時には次のように祈るようにしなさい。「主イエス・キリスト、神の御子よ、私を憐れんでください！」また、口で詩篇を歌うときも、口では歌いながら、心は別のことに漂わないよう注意しなさい。

**11.** 兄弟はさらに彼に尋ねた。「眠っている間に、多くの空しい夢を見ます。」長老は彼に言った。「怠けたり、気弱になったりしてはならない。しかし、眠りにつく前に、心の中で多くの祈りを捧げ、悪魔が自分の意のままにあなたを導こうとする誘惑に、思いをもって立ち向かいなさい。そうすれば、神があなたを受け入れてくださるだろう。」力がある限り、口に詩篇と賢明な教えを留めたまま眠りにつくよう努めなさい。決して不注意から、自分の心がよそ者の思いを受け入れることを許してはならない。むしろ、どのような思いで祈ったか、その教えに学びながら寢床に就きなさい。そうすれば、眠っている間も、それらがあなたの中に留まり、目覚めた時には、あなたと語り合うように。また、眠りにつく前に、正教の信仰の聖なる信条を口に出して唱えなさい。神を正しく信じることは、すべての恵みの源であり、守りだからである。

**12.** さらに、その兄弟は彼に尋ねた。「父よ、愛を現してください。あなたの心はどのような働きをしているのか、教えてください。私も救われるように、教えてください。」彼は彼に言った。「なぜ、それを知りたいがるのか？」その男は立ち上がり、聖人の足を抱きしめ、それに口づけをしながら、それを教えてくれるよう懇願した。しばらくして、長老は言った。「お前はまだこれを背負うことはできない。」それぞれの感覚にふさわしい働きを与えることは、真理の恵みの中に身を置く者にふさわしいものであり、この世の虚しい思いから完全に清められていない者が、この賜物を受けることは不可能である。それゆえ、もしあなたが真にこれを望むなら、この秘められた教えを清らかな心の中に留めておきなさい。なぜなら、もしあなたの中に絶え間ない祈りと聖書の教えが宿るならば、あなたの魂の目は開かれ、そこには大きな喜びと、言葉に尽くせないで熱烈な感覚が、御霊と肉体が温められるにつれて生じ、その結果、人全体が霊的なものとなるからである。それゆえ、夜であれ昼であれ、神が清らかな心で散漫にならずに祈ることをあなたに許してくださるなら、いつもの祈りの規則は脇に置き、力の及ぶ限り、心と知性を尽くして神に寄り添うよう努めなさい。そうすれば、神はあなたが取り組んだ霊的な行いにおいて

、あなたの心を照らしてくださるでしょう。これに付け加えて、彼はこう語った。「かつてある長老が私のところへやって来た。私が彼の心の在り方について尋ねると、彼はこう言った。『私は二年間、神の御前で祈りを捧げ、心を尽くして熱心に懇願し続けました。すなわち、主が御自身の弟子たちに授けられた祈りが、絶え間なく、また散漫になることなく、私の心に刻み込まれるよう、主が私に与えてくださるよう願ったのです。すると、恵み豊かな主は、私の努力と忍耐をご覧になり、私が求めたものを与えてくださいました。』そして、彼はさらにこう語った。「魂の中に生じる、虚しい事柄に関する思いは、怠惰を愛し、無関心に身を任せた魂の病である。それゆえ、聖書に従い、私たちはあらゆる手段を尽くして自分の心を守り、気を散らすことなく賢明に賛美し、清らかな心で祈らなければならない。」それゆえ、兄弟よ、神は、私たちがまず（修業と善行による）労苦によって、次に愛と絶え間ない祈りによって、神への熱意を示すことを望んでおられる——そうすれば、神は私たちに救いの道を与えてくださる。明らかに、天へと至る道は、あらゆる悪から完全に離れ、あらゆる善を求め、神への完全な愛を育み、敬虔と真実のうちに神と共に歩むこと以外にありません。したがって、これらを備えた者は、まもなく天の御国へと昇ることになるでしょう。しかし、その一方で、高みへと昇りたいと願う者は皆、地上の肉体を速やかに死に委ねなければならない。なぜなら、私たちの魂が真の善の観想によって甘美さを得たとき、もはや罪の甘美さによって煽られるいかなる情欲にも立ち返ることはなく、あらゆる肉体的な快楽から背を向け、清く汚れなき思いをもって神の御姿を仰ぎ見るようになるからである。それゆえ、私たちは自らを厳重に守り、多くの肉体的労苦と魂の浄化を必要とする。そうして神を私たちの心に宿らせ、神の戒めを罪なく果たし、神ご自身が、私たちに注がれた聖霊の恵みによって、太陽の光のようにその影響力を私たちに放ち、神の律法を堅く守るよう私たちを導いてくださるためである。労苦と試練を通じて、私たちは、理性を持ち、あらゆる知恵を受け入れ、神に似せられて創造されたその姿を清めなければならない。すなわち、感覚を、試練という試練の中で何らかの形で精錬し、あらゆる汚れから清め、王の尊厳へと変容させるのである。神は、人間の本性をあらゆる善に参与し得るものとして創造され、栄光、主権、力、原理、権威を持つ天使たちの歓喜、近づきがたい光、まばゆいばかりの栄光を、心の中で観想し得るようにされた。しかし、あなたが何らかの美德を身につけたとき、そのことで兄弟より自分の方が優れていると高ぶらないように気をつけなさい。あなたがそれを身につけた一方で、彼は怠けてしまったからといって、そう考えるのは、高慢の始まりだからである。何らかの情欲と闘うとき、戦いが執拗であるからといって、落胆したり臆病になったりしないように気をつけなさい。むしろ立ち上がり、神の御前で自らを打ち砕き、心から預言者と共にこう言いなさい。「主よ、わたしを傷つける者たちを裁いてください」（詩編34:1）。なぜなら、わたしは彼らに対して力がなからず。そして主は、あなたの謙遜をご覧になり、すぐに御自身の助けをあなたに送ってくださるでしょう。誰かと共に旅をする時は、虚しい会話にふけることなく、主が持っておられたような霊的な行いに心を向けなさい。そうすれば、この善き習慣と世俗の快楽を忘れる心がある人の中に留まり、彼は無情の港から離れることがないでしょう。このように、そして他にも多くの言葉を兄弟に説いた後、長老は彼を見送った。

13. しかし、ほどなくして、彼は再びやって来て、口を開き、「父よ、私はどうすればよいのでしょうか」と尋ねた。「夜の祈りの時間、眠気が私を重く圧迫し、冷静に祈り、より長く徹夜することができません。そして、歌っている時に、手仕事を始めたいと思ってしまいます。」これに対し、長老は言った。「清醒に祈ることができる時は、手仕事に手を触れてはならない。しかし、うとうとと眠気に襲われた時は、その思いに少し抵抗し、それに立ち向かいながら、手仕事に手を触れてよい。」その者は再び尋ねた。「師よ、あなたご自身は、奉仕の最中に眠気に襲われることはありませんか？」長老は言った。「そう簡単ではない。しかし、時折うとうとと眠気が襲ってくる時は、少し身を引き締め、ヨハネによる福音書を最初から読み始め、心の目を神に向ける。そうすれば、その眠気はたちまち消え去るのだ。」私も、思いについて同様のことを行っています。つまり、何か思いが浮かんだ時には、涙を流しながら火のようにそれに立ち向かい、そうすればそれは消え去ります。あなたはまだ、それらに対してこのように身を守るこ

とはできないでしょう。しかし、むしろこの秘められた教えを心に留め、聖なる父たちが定めた、日中の祈り——第三時、第六時、第九時、晩課——や、夜の礼拝を熱心に捧げるよう努めてください。そして、全力を尽くして、人に気に入られようとして何かをすることを避け、兄弟たちの誰かと敵対することのないよう気をつけなさい。そうして、自分の神から遠ざからないようにしなさい。また、自分の心を散らさず、内なる思いに全力を尽くして注意を向けるよう努めなさい。教会にいて、キリストの聖なる秘跡に与るつもりであるなら、完全な平安を受けるまでは、そこから出てはならない。一か所に立ち、礼拝が終わるまでそこから離れてはならない。心の中では、自分が天におり、聖なる天使たちと共に神の御前に立ち、御心を自分の心に受け入れるのだと心に留めよ。聖なる力にふさわしくない者となって聖体拝領することのないよう、恐れと戦慄をもってこれに備えよ。このように兄弟をしっかりと備えさせ、主とその恵みの御霊に委ねた後、長老は彼を見送った。

14. これについて、彼と共に暮らしていた兄弟もまた、次のように語っていた。ある日、彼のそばに座って、私は彼に尋ねた。「荒野で暮らしていたとき、悪魔のささやきによる誘惑に遭ったことはありましたか」。すると彼は言った。「許してください、兄弟よ。もし神が、私が受けたような悪魔からの誘惑をあなたに許されるなら、あなたがその苦しみに耐えられるとは思えません」。私は七十歳、あるいはそれ以上だが、様々な荒野で完全な沈黙の中で暮らしながら、多くの誘惑に耐えてきた。私がこれらの悪魔から何を経験し、耐え抜いたか、その苦しみを、まだ沈黙の試練を経験したことのない者たちに語ることは有益ではない。そのような誘惑に直面したとき、私は常にこうしてきました。すなわち、私のすべての希望を神に託し、神に断念の誓いを立てたところ、神はすぐに私をあらゆる苦難から救い出してくださったのです。それゆえ、兄弟よ、私は今や自分自身について何の心配もせず、ただ神が私のことを気にかけてくださっていることを知っているのです。私に降りかかる誘惑を非常に容易に耐え忍ぶことができるのです。そして、私が神に捧げるのはただ一つ、絶えず祈ることだけです。この際、大きな苦難や災いが襲うほど、耐え忍ぶ者にはそれに見合った大きな栄冠が用意されているという希望も、大いに助けとなります。なぜなら、義なる裁き主のもとでは、それらすべてが互いに均衡を保っているからです。このことを知っているのです、兄弟よ、気弱になってはならない。あなたは戦うために戦いの場に入ったのだ。そして、私たちのために神の敵と戦ってくれる者たちが、敵の大軍よりもはるかに多いという事実にも勇気づけられ、戦い続けなさい。そもそも、もし御言葉なる神の力強い右の手が私たちを抱きしめ、守り、覆ってくださらなければ、どうして私たちが、私たちの種族にとってこれほど恐ろしい敵に立ち向かう勇気を持てようか。人間の性質が、その中傷にどうして耐えられようか。なぜなら、ヨブが言うように、「誰が彼の覆いを剥ぎ取ることができるだろうか。誰が彼の胸の裂け目に入り込むことができようか。彼の口からは燃える松明のように出て、火の火花のように飛び散る。彼の鼻孔からは、炭火で燃える炉の煙が立ち上る。彼の魂は炭のようで、彼の口からは炎が噴き出す。その口には力が宿り、その前を破滅が流れる。その心は石のように堅く、金床のように動じない。深淵を銅の炉のように沸き立たせ、海を香油の壺のように見なし、深淵のタールタルを囚人のように扱う。あらゆる高きものを眺め、自らもまた水の中にいるすべてのものの王である」（ヨブ記 41:4-25）。兄弟よ、我々の戦いはまさにこの者に対するのだ！ この暴君を、御言葉はかくも鮮明に、そしてこれほどまでに力強く描き出しているのだ！ それにもかかわらず、彼に対する勝利は、正しく隠遁生活を送る者たちにとっては容易なものである。なぜなら、彼らには彼に属するものが何一つなく、世を捨て去り、高潔な徳を備え、そして私たちのために戦ってくださる方がおられるからである。なぜなら、主のもとへ歩み寄り、その畏れを心に受け入れた者が、その本質を変容させず、神聖な律法と行いによって自らを照らし、自らの魂を明るくし、神聖な知恵と思いを放つことができるようにしなかった者が、いったい誰がいるというのか？ 神をその内に宿している以上、主は決してその魂を怠惰にさせることはなく、神は心をかき立て、飽くことなく光へと向かわせるのです。そして、このように絶えず影響を受けている魂に対し、霊は情欲に溺れることを許さない。むしろ、まるで恐ろしい怒りと懲罰を吐き出す王のように、容赦なくそれらを打ち砕くのである。そのような者は決して

後戻りすることはなく、天に向かって両手を挙げ、知的な祈りを捧げながら（徳の実践）によって、戦いに勝利を収めるのである。

15. その兄弟はさらに、アッバ・フィリモンが他の美德に加え、次のような美德も持っていたと語った。すなわち、彼は無益な言葉を聞くことを耐えられず、もし誰かがうっかりして、魂の益にならないことを語り始めたとしても、彼はそれに対して全く反応しなかった。また、私が用事で出かける際、彼は「何のために出かけるのか」と尋ねることはなかった。そして私が戻ってきて、「どこに行っていたのか」とか、「何をして、どうしていたのか」などとは決して言わなかった。ある時、私は必要な用事でアレクサンドリアへ船で向かい、そこからある教会関連の用事で、神の僕に知らせることなくコンスタンティノーブルへ向かった。その後、そこでかなりの時間を過ごし、現地の敬虔な兄弟たちを訪ねた後、ついに彼のスキートへ戻った。私を見ると、長老は喜び、いつもの挨拶を交わし、祈りを捧げてから座った。しかし、私に何も尋ねることなく、いつものように思索にふけていた。

16. かつて、彼を試そうとして、私は数日間、彼に食べるパンを与えなかった。しかし、彼はパンを求めず、それについて何も言わなかった。そこで私は頭を下げて尋ねた。「父よ、どうか慈しみを示して、教えてください。私がいつものように食べ物を差し上げなかったことで、あなたは不快に思われませんでしたか」。彼は言った。「許してください、兄弟よ！ たとえ二十日間、あなたが私にパンを与えなくても、私はあなたにそれを求めたりはしません。なぜなら、魂が耐え忍ぶ限り、肉体もまた耐え忍ぶからです。」彼はかくして、真の善の観想に没頭していたのである。

17. 彼はこう語った。「この隠れ家にやって来て以来、私は自分の思いが小部屋の壁の外へ出ることを許さなかった。また、神への畏れと来世の裁き以外のいかなる考えも心に受け入れることはなかった。罪人に対する脅威的な裁きと永遠の火、そして漆黒の闇を心に留め、罪人と義人の魂がどのように生きているか、義人にはどのような恵みが用意されているか、そして各人がその労苦に応じてそれぞれの報いを受ける様子——ある者は修道生活の労苦に対して、ある者は施しと偽りのない愛に対して、またある者は貪欲を排し世を完全に捨て去ったことに対して、ある者は謙遜と完全な沈黙に対して、ある者は極度の従順に対して、またある者は巡礼生活に対して。これらすべてを心に留め、私は他の考えが自分の中で働くことを許さず、もはや人々と共にいることも、彼らに心を奪われることもできない。それは、神聖な思念から遠ざからないためである。

18. これに加えて、彼はある隠遁者についての話を付け加え、その者はすでに無情の境地に達し、天使の手からパンを食として受け取っていたが、怠惰（注意力の緩み）のせいで、そのような栄誉を失ってしまったと語った。なぜなら、魂が心の洞察力と集中力を緩めたとき、その魂は闇に包まれるからである。神の光が照らさないところでは、すべてが闇の中のようにぼやけてしまう。そして、そのとき魂は唯一の神を見つめ、その御言葉に畏敬の念を抱くことができないのである。「『わたしは近づきゆく神である』と主は言われる。『遠く離れた神ではない。人が隠れた所に身を潜めても、わたしがそれを見ないはずがあるだろうか。天と地を満ちさせるのは、他ならぬわたしではないか』」（エレミヤ書 23, 23. 24）。そして彼は、同様の苦難に遭った多くの他の人々のことも思い起こした。また、ソロモンの墮落についても言及し、彼は、ソロモンがそのような知恵を与えられ、すべての人から称賛されていた——まるで朝に昇る明けの明星のように、知恵の輝きですべての人を照らしていたにもかかわらず——わずかな快樂のために、その栄光を失ってしまったと語った。このように、怠惰に甘んじることは恐ろしいことである。しかし、他の何らかの思いが私たちを神から引き離したり、神の代わりに何か他のものが私たちの心に立ちはだかったりしないよう、絶えず祈らなければならない。清らかな心だけが、聖霊の住処となり、まるで鏡のように、自分自身の内なる神、すなわち万物の神を清らかに見つめることができるのである。

19. これを聞いて、アッバ・フィリモンと共に暮らしていた兄弟は言った。「彼の行いを見て、私は、彼の中で肉的な情欲がすでに完全に消え去り、彼があらゆる完全さを熱心に愛する者



であり、常に神の御霊によって変容させられているのを見出した。（栄光から栄光へと）変容し、言葉に尽くせぬ嘆息を漏らし、心の中で自らと対話し、自らを秤にかけるように（あるいは、天秤の上でバランスを保つかのように）自らを吟味し、何事が起こってもその心の清らかさを乱さず、いかなる汚れも密かに彼に付着することのないよう、あらゆる面で精進していた。「これを見て、そのような生き方への熱意に駆られ、私は熱心に彼に懇願してこう尋ねた。『どうすれば、私もあなたのように心の清らかさを手に入れることができるのでしょうか？』すると彼は言った。『行け——努力せよ。なぜなら、そのためには労苦と心の苦悩が必要だからだ。』熱心な探求と労苦に値する霊的な恵みは、私たちが寝台に横たわって眠っているだけでは、決して手に入らない。また、この世の恵みも、労苦なしには誰にも手に入らない。成功を望む者は、何よりもまず自らの欲望を捨て去り、絶え間ない嘆きと無欲を身につけなければならない。他人の罪には耳を貸さず、ただ自分の罪のみに目を向け、それらについてのみ昼夜を問わず嘆き、いかなる人とも虚しい交わりを結んではならない。なぜなら、自らの悲惨な境遇を嘆き、過去の罪の記憶に心を痛める魂は、この世に対して死んでいるのと同様に、この世もまたその魂にとって死んでいるからである。すなわち、その時には肉欲は無力となり、人はそれらの情欲に対して無力となるのである。さらに、世を捨て、キリストと結ばれ、沈黙の中に留まる者は、神を愛し、神の御姿を保ち、神に似ることによって豊かになる。なぜなら、その者は上から神より聖霊の賜物を受け、悪魔の住処ではなく神の住まいとなり、義の行いを神に捧げるからである。こうして、生活において清くなり、肉の汚れから解放され、いかなる汚れや欠点も持たない魂は、ついに義の冠を戴き、美德の輝きを放つようになるのである。しかし、悔い改めの初めに、心に嘆きも、霊的な涙も、終わりのない苦しみへの思いも、真の沈黙も、絶え間ない祈りも、詩篇の詠唱も、聖書の教えも宿らない者、これらを習慣として身につけなかった者、その結果、絶え間なくこれに身を委ねているゆえに、理性を働かせて、たとえ不本意であってもそれを行わざるを得ない——そして神への畏れがその魂を支配していない者。そのような者は、依然として世との交わりに安住しており、祈りにおいて清らかな心を持つことはできない。なぜなら、敬虔さと神への畏れのみが、魂を情欲から清め、心を自由にして、その心に本来備わっている観想へと導き、神学に触れさせるからである。神学は至福の形で受け入れられる（「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」）、——これは、これに倣おうとする者たちにとって、すでにこの世において（未来の）保証となり、（彼らの霊的な心構えを）揺るぎないものとして保つのである。それゆえ、私たちは全力を尽くして、（美德と功業という）実践的な行いに励み、それによって敬虔、すなわち（精神的な）清らかさへと高められよう。その実りこそが、（心にとって）自然な神学的観想である。なぜなら、行いとは観想への昇華であるからであり、これは（洞察力に富み、神学に最も精通した）グリゴリオス・テオロゴスの言葉通りである。もしその行いについて怠慢になれば、あらゆる知恵から遠ざかってしまうだろう。なぜなら、たとえ誰かが徳の頂点に達したとしても、肉体の無秩序な欲望を抑制する修業の労苦と、思考の厳格な管理が、その者にとって不可欠だからである。そして、この方法によってのみ、私たちはかろうじてキリストの内住を得ることができ。なぜなら、私たちの義がますます増すほど、霊的な成熟もますます高まり、ついに心は完全な境地に達して、そのすべてが神に密着し、神聖な光に照らされ——そして、秘儀の言い表せない神秘が彼に明らかにされるからである。その時、彼は真に、知恵がどこにあるか、力がどこにあるか、万物を認識する理性がどこにあるか、長寿と命がどこにあるか、目の光と平和がどこにあるかを悟る。なぜなら、彼が情欲との闘いに忙殺されている限り、これらを享受する機会はないからである。美德も悪徳も、心を盲目にさせるからだ。美德は美德を見えなくさせ、悪徳は悪徳を見えなくさせるのである。しかし、戦いの安らぎを受け入れ、霊的な賜物に恵まれるとき、絶えず恵みの働きを受けながら、その人は全身が光に満ち、霊的な事柄の観想から決して逸れることがなくなる。そのような者は、この世の何ものにも執着せず、死から命へと移り変わったのである。模範となるべき生活を受け入れ、神に近づこうと熱望する者は、汚れのない心と清らかな口を持つべきである。そうして、清らかな口から出る清らかな言葉が、神をふさわしく賛美できるようになるためである。なぜなら、神に寄り添った魂は、絶えず神と対話し続けるからで

ある。さあ、兄弟たちよ、このような徳の高みに達することを願い、情欲に執着して地を這い回することをやめよう。神に近づき、神の聖なる光に与り、神への愛に貫かれた者は、神聖な詩篇が語るように、主の不可思議な霊的な喜びを味わうのである。「主を喜びなさい。そうすれば、主はあなたの心の願いをかなえてくださる。主はあなたの義を光のように輝かせ、あなたの運命を真昼のように照らし出される」（詩篇 36, 4. 6）。そして、あらゆる悪から清められた魂に、神から注がれる愛ほど、強く、抑えがたい愛が他にあるだろうか。そのような魂は、心の真の思いからこう語る。「私は愛に刺し貫かれた」（雅歌 2:5）。神の美の輝きは、言葉に尽くせず、説明のしようもない！言葉ではそれを描き表すことはできず、耳でもその全貌を捉えることはできない。夜明けの輝きを挙げようとも、月の明るさを挙げようとも、太陽の光を挙げようとも、これらすべては、その栄光と比べれば取るに足らないものであり、真の光の前では、最も深い夜や最も暗い闇が、最も清らかな真昼の前でそうであるように、さらに貧弱なものとなる。かくして、教師たちの間で傑出した我がバシレイオスもまた、これを体験から知り、これを学んだのである。

20. アッバと共に暮らした兄弟は、これだけでなく、さらに多くのことを語っていた。しかし、彼の偉大な謙遜の証しとして、次の事柄に驚かない者がいるだろうか。はるか昔に長老の位を授かり、その生涯と知性をもって天の御国に深く触れていたにもかかわらず、彼は神聖な聖務を重荷であるかのようにあらゆる手段で避け、長年にわたる修道生活の中で、（聖務のための）聖餐に与ることを極めて稀にしか承諾しなかった。しかし、そのような常に慎み深い生活を送っていたにもかかわらず、人々と交わり、語り合う機会があった際でさえ、彼は聖体拝領を行わなかった。もっとも、その際、彼は彼らに世俗的なことは何も語らず、彼との対話を求めた者たちにとって魂に有益なことだけを語っていたのである。そして、神の秘跡を拝領しようと決心したときは、その前に長い間神に懇願し、祈りや詩篇の詠唱、そして懺悔によって神をなだめていた。彼は、その際に「聖なる者よ、聖なる者へ」と宣言する司祭の声を恐れていた。なぜなら、その瞬間、彼はこう語ったが、教会全体が聖なる天使たちで満たされ、力ある王ご自身が神秘的な聖務を執り行い、パンとぶどう酒を御自身の体と血へと変容させ、聖体拝領を通じて私たちの心に宿られるからである。それゆえ、と彼は付け加えた、私たちはただ、汚れなく清らかに、あたかも肉体を離れてかのように、いかなる疑いや迷いもなく、至聖なるキリストの秘跡への聖体拝領に踏み込み、そこから与えられる啓発に与る者となるべきなのである。多くの聖なる教父たちは、彼らを（あらゆる不適切なことから）守ってくれる聖なる天使たちを見ていました。それゆえ、彼ら自身も深い沈黙を守り、誰とも話さなかったのです。

21. そして（その兄弟は）さらにこう語った。長老自身が手作りの品を売らなければならない状況になったとき、もし会話や値切り交渉をすることで、何らかの嘘や、神への誓い、余計な言葉、あるいはその他の罪が紛れ込むことのないよう、彼は狂人のふりをして立っていた。そして、その手仕事を買い求めようとする者は誰でも、彼からそれを手に入れ、望む対価を支払った。彼は小さな籠を編んでいたが、それに対する対価を、この賢明な人は一言も発することなく、感謝の念をもって受け取っていた。

## 聖なる父テオグノスト

### 彼に関する簡単な紹介

聖テオグノスト、すなわち本章で取り上げる聖父が、フォティオスが第106章で言及しているアレクサンドリアの解釈者であったのか、それとも別の人物であったのか、またいつの時代に生きたのかについては、確かなことは言えない。しかし、「木は実によって知られる」と言われるように、彼もまた、「行い」と「知恵」によって立派に生き、清らかな生活によって御自身の中に聖霊を宿すにふさわしい者とされた一人であり、その聖霊の啓示によって心を照らされ、命を与える息吹に鼓舞されて、ある種の神聖な歌を詠んだかのように、これらの章を著した。そこ

には秘められた恵みと霊的な観想が込められており、読む者の耳と心を喜ばせ、その教えに従って生きるための熱意を彼らの中に呼び覚ます。なぜなら、そこには活動的な生活の正しい模範が示され、観想的な生活への迷いのない道筋が示されているからである。さらに、望む者は、聖職という尊い地位にある者がどのような在り方をすべきか、またどのように行動すべきかについても、そこから学ぶことができる。そして概して、これらを熱心に読み込む者たちには、豊かな道徳的啓発と、救いへの覚醒へと導く確かな指針をもたらすであろう。

### 活動的な生活と瞑想的な生活、そして聖職について論じた章の

それらの頭字詩は次の通りである。「最も尊い父たち、ラザロとヴァルラアムへ。すべての人にとって貧しいテオグノストより。現世に生きる者の中で、誰よりも不適格な者より。」

1. 地上に存在するすべてのものを全く無に等しいものと見なし、常に清い良心をもって、主のもとへ移り住む用意を心に抱いているとき、こそ、あなたは真の徳を備えていると考えなさい。もし神に認められたいと望むなら、人々に知られぬ者であり続けなさい。

2. 過度な肉体的快樂を警戒し、それらを控えて、それらがあなたの労苦の価値を損なわないようにしなさい。感覚的な快樂を自ら断つこと自体を損失と見なすのではなく、それらを味わうことによってより良いものから遠ざかってしまうことを損失と見なすべきである。

3. 神によって造られた人間となるために、全感覚をもって自分を蟻や虫のように見なせ。なぜなら、まずそれがなければ、後続するものでもないからである。自己に対する感覚においてどれだけ低く身を置くかによって、現実においてそれだけ高く昇ることができるのだ。主の御前で、詩篇の作者(38篇6節)のように、自分を無に等しいとみなすとき、あなたは小さな者の中から秘かに偉大な者となる。また、自分が何も持たず、何も知らないと自覚するとき、あなたは主の御前で称賛される行いと知恵に富む者となる。

4. 罪人および悪賢い者の背骨——すなわち、あらゆる悪を生み出す快樂追求と悪巧み——を、節制と謙虚な無悪意をもって打ち砕きなさい。そうすれば、たとえ裁きの時に、あなたの中に罪が厳しく探り出されたとしても、あなたの行いの中にそのようなものは何一つ見出されないであろう。なぜなら、過ちは、私たちがそれを犯した原因を憎み、それに対して戦いを始め、最初の敗北を最後の勝利で償うとき、消し去られるからである。

5. 純粋な祈りほど優れたものはない。そこから、泉のようにあらゆる美德——分別と柔和、愛と節制、そして涙によって天から降り注ぐ庇護と慰め——が湧き出るのだ。その善さは、舌によって語られ、その際に心で思われることに注意を向け続けること、そして、心が「ある者」を熟視することで主の後を追いかけて、燃えるような愛をもって目に見えない御方を渴望し、御方を覆う闇に遭遇すると、再び自分自身へと立ち返り、至上の畏敬の念に満ちた謙虚さをもって、今、観想によって有益に開かれているものに満足し、それによって慰めを得ることにある。しかし、やがて「鏡に映るように」という幻視が終わり、神との絶え間ない「顔と顔を合わせて見る」清らかな視界が訪れる時、望むものを確実に達成できるという、良き希望を抱き続けなさい(Ⅰコリント13:12)。

6. もしあなたがまだ究極の無情に達していないならば、より高い観想を控えなさい。追いつくことのできないものを追い求めたり、自分の力を超えたものを求めたりしてはならない。もしあなたが、ある人が言うように、神学者や観想者になりたいと望むなら、生活の道を通じてこの境地に至り、清らかさによって清らかなものを得なさい(神学)。神学について触れたついでに、あなたにこう忠告しておく。——その高みへと限りなく手を伸ばしすぎないように注意し、まだ美德の乳を飲んでいる我々が、そこに舞い上がろうと試みるのはふさわしくないことを知れ。そうすれば、若い雛鳥のように無駄に羽を失うことにはならないだろう。たとえ知識の甘美さが我々の欲望を強く惹きつけても。しかし、貞潔と涙によって清められた後、エリヤやアバクムのように、かつて雲の上で体験されるはずの歓喜を予感し、あるいはその前兆として、この地上から心を離し、観想的かつ清らかで、浮つかない祈りによって感覚を超越して神を求めるとき、そのときこそ、おそらく私たちは多少なりとも神学に触れることができるだろう。

7. 同様に、神の御姿の啓示と心の啓発に与ることを望むならば、まず平和で静寂な生活を愛し、あらゆるものから身を離して、自分自身と神を知りなさい。もしそうであれば、もはや何ものもあなたを妨げることはない。まるで微かな風のそよぎ（涼しい声）のように、あなたの内面が清く、いかなる情欲にも乱されることなく整えられているとき、すべての人にとって不可視なる御方を、あなたに救いを告げる御方を、その最も印象深い認識を通じて、知恵をもって見出すことができるだろう。

8. 稲妻が光った後、すぐに雷が鳴るのを待つように、神聖な浄化が輝いたところでは、情欲の嵐は静まる。そしてそこでは、これを得た者に、あの世（未来）の至福の保証が同時に与えられる。しかし、創造主よりもこの世を愛し、目に見えるものへの執着を抱き、あらゆる欲望をもって肉体的快樂や享樂を渴望する魂には、神の慈愛を感じることも、無情への希望を抱くことも決してない。

9. 神性とは何か、またそれがどこにあるのか、理性を用いて探求してはならない。なぜなら、それは超自然的であり、あらゆる存在を超越しているため、場所によって囲まれることはないからである。ただ、（受肉によって）描写可能な神である「御言葉」を、可能な限り、自分自身の中に鏡のように映し出せ。この場合、神の御言葉は、その神聖な本質から明るい光線を放ちつつ、神性の不可言性ゆえに遍在しつつも、心の中で特定の場所に位置づけられるのである。とはいえ、あなたが清められれば清められるほど、神の啓示にふさわしい者となり、その光に照らされるようになるのである。

10. 真の知恵と、疑いのない救いの確信を渴望するなら、まず、魂と肉体との情欲的な結びつきを断ち切り、物質的なものへの執着を脱ぎ捨て、謙遜の深淵へと降りていくように努めなさい。そうすれば、まるで貝殻の中に神の知恵の中に秘められ、神の御国の輝きをあなたに約束する、その貴重な救いの真珠を手に入れるだろう。

11. 霊的な従順を立派に果たし、肉を霊に従わせた者には、人間からの従順は求められない。なぜなら、そのような者は、感謝に満ちたしもべとして、神の御言葉と律法に従っているからである。しかし、肉体と魂との間で闘争や戦いが続いている者たちにとっては、指導者や統治者を持ち、その者に従うことが必要である。その者は、知識をもって私たちの生活の舵を取り、時宜にかなった武器を私たちに備えさせ、目に見えない敵に捕らえられたり、私たちの未熟さゆえに情欲に溺れたりしないようにしてくれるからである。

12. もはやいかなる情欲もあなたを動揺させなくなるとき、神聖な渴望はあなたの内、すなわちあなたの心の中で高まっていくであろう。その上、死を眠りとして尊び、もはや死を恐れることなく、むしろ肉体からの解放を切望するようになれば、その時、あなたは救いの保証を当然の如く得て、天の御国を自らの内に宿し、言い表せない喜びに満たされるであろう。

## 聖職について

1. 神聖かつ尊い聖職に就くに当たり、何よりもまず、あなたは常に自分自身を、情欲や肉欲の快樂を死なせることによって犠牲として捧げなければならない。そうして初めて、神聖な火によって、まるで燃えやすい物質のように焼き尽くされることを望まないならば、命を与える恐るべき犠牲に敢えて近づくことができるのである。なぜなら、セラフィムでさえ、トングなしでは炭に触れることを敢えてしなかった（イザヤ書6章6節）のだから、あなたが無情心なしに、どうしてそれに触れることができようか。それによってこそ、あなたは聖なる舌と、清められた口と、肉体とともに汚れなき魂と、そしてあらゆる悪よりも輝かしい両手——超自然的な火と犠牲の奉仕者としての——を持つことになるのだ。

2. 語られた言葉の力を深く悟りなさい。なぜなら、あなたは日々、この救いをもたらす神の秘儀を目撃しているからである。かつてシメオンという老人がこれを一度見たとき、驚愕し、死を願ったほどである； また、もし聖霊から、あなたが天使に等しい者として、神と人との間の恵まれた仲介者であるという啓示を受けていないならば、自らの破滅を招くことにならぬよう、神聖かつ畏れ多い神の秘儀の聖なる儀式に、その御前では天使たちさえも畏敬の念を抱き、多く



の聖人たちも、ザナのように至高者の裁きによって生ける者の数から除かれることのないよう、この聖なる秘儀を深く畏れて遠ざかってきたのである。

3. 「自分自身に注意せよ」と使徒は言った（Ⅰテモテ7:16）。自分自身に注意を払い、常に自らの過去の罪について捧げ物を捧げよ。そうすれば、もしあなたの中に、あるいは今もなお、弱さゆえに不浄なものが残っていると看做しても、それが神の火によって焼き尽くされるであろう。そうすれば、あなたは、いわば選ばれ、有益で、清く、そのような犠牲にふさわしい器として、たとえ木製や土器であったとしても、銀や金に自らを捧げることができる。ただ、あなたの大胆な希望によって、神があなたへの憐れみに心を傾けてくださるならば。なぜなら、神が聞き入れようとしておられるところには、あるものを別のものへと捧げることが妨げるものは何もないからである。

4. あなたが天使に等しい栄誉に浴していることを心に留め、あらゆる徳と清らかさをもって、召されたこの位において汚れのない者であり続けるよう努めなさい。高慢のゆえに墮落したルシファーが、どのような者になったか、あなたは見ているでしょう。あなたもまた、自分自身について偉大なことを夢想して同じ運命をたどることのないよう、むしろ自分を土、灰、恥と見なし、神の無限の愛と言ひ表せないほどの慈しみによって、神聖な聖体拝領や聖なる秘儀という畏れ多い聖務の執行に、それにもかかわらず許されていることを常に感謝しなさい。

5. 聖職を受けた者は、あらゆる情欲から清くあるべきであり、とりわけ淫行と恨みからは遠ざからなければならない。これらについては、たとえわずかな思いさえ抱いてはならない。さもなければ、王の身体に触れようとしたハンセン病患者や煤で汚れた者のように、神の怒りと呪いにさらされることになるだろう。

6. 雪よりも白く染まった涙の川の流れと共に、清らかな良心をもって、聖なる秘跡に触れよ。聖人のように、外見は天使のような美貌をもって、内なる魂の美しさを現しなさい。しかし、神聖な秘儀を執り行うにあたり、単なる人間の伝承に満足してはならない。むしろ、あなたと共にあり、この際、より高きものを悟らせる恵みが、秘められ、神秘的にあなたに与えられるようにせよ。

7. 朽ちることなきものと不死を切望し、敬虔かつ畏敬の念をもって、命を与える朽ちることなき秘儀を執り行いなさい。そして、信仰によって完全な者となった者として、この世からの移り住みを同時に願いなさい。もし死を恐れるならば、あなたはまだ、自らの手でその御体を食するにふさわしいと認められ、その御肉によって満たされているキリストと、愛によって一つになってはいないのである。もしそうであったなら、あなたは、愛する御方がおられる場所へと、命も肉体も何とも思わずに、急いで向かおうとするはずだからである。

8. 聖体拝領によって神の御体の祭司であり、その交わりの仲間となったあなたは、御自身の死に倣うことを義務づけられている。「もはや自分自身のために生きるのではなく」、使徒の言葉によれば、あなたのために十字架にかかり、死なれた方のために生きるのだ（Ⅱコリント5:15）。もしあなたが肉とこの世のために情欲に駆られて生きるならば、死後、永遠の苦しみを受けることになるだろう。ただし、死ぬ前に自発的に「血なき犠牲」を捧げることがやめない限りは。不適格な聖職者の多くが、この世で突然の死を遂げ、そのままあの世の苦しみ場へと送られたことは、誰の知るところでもないだろうか。

9. ある司祭であり、同時に修道士でもあった人物がいた。彼は敬虔さで知られ、外見上は多くの人々から高潔な人物として尊敬されていたが、内心では密かに情欲にふけり、身を汚していた。ある日、神聖なる聖体礼儀を執り行っている最中、ケルビムの賛歌の箇所に至り、いつものように聖なる食卓の前に頭を垂れたとき、「誰もふさわしい者はいない」と読み始めたその瞬間、突然息絶えてしまった。それは、彼の魂がその姿勢のまま彼を去ってしまったからである。

10. 正しい知性と導きほど望ましいものはない。なぜなら、そこから神への畏れと神への愛が生まれるからである。前者は敬虔と自制によって心を清め、後者は明るい心持ちと分別によって心を完成させ、そして心は高い観想と高みへの昇華の中で自由に舞い上がるようになる。しか

し、畏れがなければ、神の愛へとまっすぐに至ることはできず、愛を飛び越えて、待ち望むものへと舞い上がり、その中に安らぐこともできない。

**11.** さあ、救いを切望する者よ、熱意をもって、疲れを知らずに走り続け、到達するまで進め。困難を乗り越えて求め、絶えず願い求め、忍耐強く叩き続け、ついに、堅固な信仰と謙遜を、旗印のように天の梯子の頂上に掲げ、それを掴み取れ。そして、望みを叶えたとき自認するのは、罪の赦しを受けた時ではなく、あらゆる情欲の反乱を恐れなくなり、恐れなく、大胆に肉体を離れる準備ができた時である。

**12.** 多くの涙を流して、救いの確証を得られるよう求めよ。しかし、もしあなたが謙虚で賢明であるならば、死を迎えるまではそれを求めないこと。さもなければ、その後、心配事がなくなると、救いの業を軽んじてしまう恐れがあるからだ。しかし、最期の時が近づいた時にそれを得よう、祈りなさい——それは疑いようのないことではあるが——。大胆にも、それをすでに得ていると自惚れて思い込み、ついに待ち望んだ時が来た時に、目指していた場所にたどり着けないことのないように。それでは、聖霊によって与えられる確かな保証も、疑いようのない救いの証しもないまま、お前はどこへ行くというのか、この呪われた者よ？！

**13.** 神に似た無情を望むならば、まず従順と謙遜をもってこの望みを求めよ。そうすれば、別の道を通してそれに至ろうとして、無駄な労苦を自ら招くことはないだろう。また、無情を体得した者は、時として情欲に苛まれ、時としてそれらから平穏と安らぎを得る者を尊ぶべきではなく、絶えず無情を享受し、情欲の原因が存在してもそれらに動じず、情欲に関する思いが浮かんでも何ら動揺しない者を尊ぶべきである。

**14.** 敵は、身体から離れた魂に対して、その墮落を告発する苦々しく恐ろしい告発者のように、罵倒や非難をもって厚かましく迫ってくる。しかし、その時、神を愛する魂は、かつてはしばしば多くの罪によって傷つけられていたにもかかわらず、その攻撃や脅しに微塵も動じることなく、主の中に確固として立ち、彼女に付き添う聖なる力を見て喜びに翼を与えられ、大胆さに満ち溢れ、信仰の光に守られながら、大いなる恐れを知らぬ心で、悪しき者にこう叫ぶのだ。「お前と私とは、何の関係があるというのか、天から追放された者よ、悪の奴隷よ？ お前には私たちに對する権威などない。私たちの上には、万物と同様に、神の御子キリストが権威を持っておられる。私たちはキリストに対して罪を犯したのだから、キリストにのみ説明責任を果たす。キリストこそが、私たちへの憐れみと、キリストにおける私たちの救いの保証人であり、その尊い十字架がそれを証ししているのだ。」「さあ、この忌まわしき者よ、我々からさらに遠ざかれ。お前も、キリストの僕たちも、何者でもないのだ」。このような魂の大胆な言葉に、悪魔はついに屈服し、叫び声を上げながら引き裂かれ、キリストの御名の前では耐えられなくなった。その後、その魂は、空中の支配者たちの領域を通り過ぎ、喜びに満ちて、神の御使いたちによって、その性質に応じて定められた場所へと導かれる。

**15.** 天上の知恵ある者よ、移ろいやすい物への愛が、あなたを地上に引き留めることのないように。もし地上の恵みへの何らかの執着があなたを縛っているなら、あなたは爪を網に引っ掛けられ、高みへ飛び立つことのできない鷲のようだ。それゆえ、より良いものを望みつつ、すべてのものを「ゴミ」と見なし（フィリピ3:8）、尊びなさい。そして、時が来れば、この肉体そのものを脱ぎ捨て、あなたを導く天使に自由に従うことができるだろう。

**16.** 王の印章のない硬貨を、普通の硬貨と一緒に王の宝庫に納めることができないのと同じように、正しい知恵と無執着なしに、あの世の至福の保証を受け入れ、大胆さと確信をもってここから待ち望む場所へと出て行き、選ばれた者たちと結ばれることは不可能である。ここで言う「導き」とは、知恵のことではなく、神と神聖なるものに対する誤りのない認識を指す。それによって、神を愛する者は、地上の情欲に引きずられることなく、聖霊の恵みによって神化へと高められるのである。

**17.** たとえあなたが、活動的な生活に関わるすべてのことを成し遂げたとしても、自分自身を過信してはならない。また、あたかもすでに無情の境地に達し、この世を気ままに生きられるかのように思ってはならない。そうすれば、情欲に満ちた姿をとって、本来の自分に戻る前に、



自分の生活様式に不都合な何かに遭遇することになるかもしれないからだ。しかし常に、畏れに導かれつつ、自らの移ろいやすく変わりやすい本性を熱心に戒め、情欲の原因から賢明に遠ざかるようにしなさい。なぜなら、至高の不变性を備えた無情は、完全な愛に達し、絶え間ない観想によってあらゆる感覚的なものより高みに保たれ、謙遜の頂点に登りつめた者たちにのみ見られるものであり、彼らにはもはや、主の御声によって、彼ら（完全な者たち）を朽ちることのないものへと移すために断ち切られる情欲の炎は及ばないからである。

18. 時期尚早に無情を望んではならない。そうすれば、未熟なまま知識の木の実を味わった原初の人間が被ったのと同じ苦難を被ることになるからだ。しかし、忍耐をもってあらゆる面での節制と絶え間ない祈りに励み、自己軽蔑と極度の謙遜をもって実践的な習慣と規律を守り続けられれば、やがて時が熟した時に、嵐や動揺の後に訪れる安息の港である無情の恵みを受け入れることになるだろう。神は、正しい道を歩む者たちのために、時が来れば無情の扉を開いてくださる、というお方だからである。

19. 「怠け者よ、蟻を見よ」（箴言6:6）——そして、そこから勤勉な働きを学べ。しかし、その際、私たちの善行を神は必要とされないことを忘れてはならない。神は、何一つ欠けることなく、すべてに満ち溢れているからである。しかし、神ご自身が豊かに恵みを施し、恵みによって、分別があり、自らの意志で神に忠実であり、感謝する者たちを救ってくださる。とはいえ、神は人間愛をもって、彼らの力の及ぶ範囲での行いを受け入れてくださる。それゆえ、もしあなたが、神が以前あなたに与えてくださった恵みに対する債務者として労苦し、善を行うならば、神の憐れみはあなたに近づく。しかし、もしあなたが、表向き善と思われる行いによって神に借りがあると考えているなら、あなたは迷い、正しい道から逸れてしまったのである。なぜなら、恩人である者がどうして借主になり得ようか？ とはいえ、傭兵のように努めよ。そうすれば、少しずつ進歩し、神の憐れみによって、求めるものを手に入れるだろう。

20. もし望むなら、救いへの、いや、むしろ無情への別の道も示そう。全力を尽くして、祈りによってあなたの創造主に懇願し、目の前の目標から逸れないようにしなさい。常に、天のすべての力とすべての聖人たち、そして至聖なる神の母を、御前に取り成し手として差し出しなさい； また、そのような賜物に値しない者として、無情を求めず、むしろ苦勞を伴う救いを願い求めなさい。そうすれば、救いと共に無情も授かるでしょう。その二つは、一方が銀に、もう一方が純金に例えられるものです； また、この神のしもべとして、とりわけ秘められた行い、すなわち神への言葉のいくつかの秘められた奥義を保ちなさい。それらは、あなたを神として崇める者たちによるものであり、それによって神は喜ばれ、深く感銘を受けられるのである。

21. 救いの保証を、疑いのない確信をもって、あなたの心の中に受け入れるよう努めなさい。そうしなければ、出エジプトの時に、予期せぬ恐怖や戦慄に遭遇することになるだろう。さあ、あなたが、いかなる罪にも目を向けられない心と、怒りによって責められることのない良心を持つようになったとき、野獣のような情欲の荒れ狂いが神の恵みによってあなたに服従したとき、慰めの涙が自然と流れ、心が清く、空想にふけることなく祈るとき、そして、多くの人々にとって恐ろしく、避けたいと願う死を、喜びと心の準備をもって待ち望むとき、

22. 使徒ペトロが証言したように（ヨハネ6:68）、神である御言葉が持つ「永遠のいのちの言葉」とは、御言葉によって成し遂げられたことに関する言葉であり、それによって、御言葉にひそかに導かれる者は、この世にいながらにして、永遠のいのちと御霊の保証、そして恥じることのない救いの希望をすでに得ているのである。しかし、魂よりも肉を優先し、地上の恵みに執着し、それらを享受する者は、これにふさわしくない。

23. 「理性的（logikoz）」とは、発話可能な言葉（明瞭に話す能力）を持つ者のことではない。なぜなら、そのような能力はすべての人に備わっているからである。むしろ、理性的（知的な）力によって、いかにして神を見いだすかを求め、探究する者のことである。とはいえ、その人は、本質において超自然的なものであるものを決して見出すことはない。これはいかなる本質にとっても不可能なことである。しかし、あらゆる存在の至高の知恵による秩序、それに対する配慮、その保全、導き、そして統治において、いわばこの「美」が、「狡猾な創造主」であり「

始祖」である者によって、観照され、実感されているのである（『至賢者ソロン』13, 1. 4, 5）が、まるで家建てる者が自らの手による業から知られるように、その「美しさ」が観照され、実感されるのである。

24. 無欲は、無執着なしには正しく得られず、無執着は愛なしには得られず、愛は神への畏れと清らかな祈りなしには得られず、これらもまた、信仰と無憂無慮なしには得られない。これらに翼を与えられた心は、下界に縛られる思索を捨て、高さところへと舞い上がり、そこを見渡し、その主を求め続けるのである。

25. 清さを、まるで自分の瞳のように愛しなさい。そうすれば、あなたは神の神殿となり、神が望まれる住まいとなるであろう。なぜなら、貞潔なくして神のものとなることは不可能だからである。これによって、神への愛、世に対する無執着、そして世からの離脱が生まれ、謙遜な知恵、節制、絶え間ない祈り、霊的な黙想（神への思索）、涙、そして思索が保たれる——これらの善は、無執着なしには得られないものである。

26. 使徒の言葉（ヘブライ人への手紙12章14節）に反して、「聖さ」（清さ）なしに神を仰ぎ見ることができるかのように、誰もあなたを惑わしてはならない。なぜなら、全き善であり、あらゆる清さを超えておられる主は、内面的に不浄な者に御自身を現わされることを好まれないからである。父や母、あるいは娘や息子を神以上に愛する者が神にふさわしくないのと同様に、神への愛よりも一時的かつ物質的なものを優先する者、ましてやこの忌まわしく悪臭を放つ罪を優先する者は、神にふさわしくない。この不浄から背を向けようとししない者からは、神も背を向けられる。なぜなら、「朽ちるものは、朽ちないものに引き継がれる」からである（Iコリント15:50）。

27. 知識なきところには神の愛は与えられず、信仰なきところには知識は与えられない。ここで言う信仰とは、単なる空虚なものではなく、徳行の実践によって生み出されるものである。そして、節制、徹夜、祈り、そして謙遜によって、あなたの肉に癒着した情欲の甘美さを枯らし尽くし、主イエスと共に十字架につけられ、もはや情欲に支配されて生きるのではなく、「高き召命と選び」への希望に倣って、御霊によって生き始める時、真の悔い改めを得ることになる（ペトロの手紙第二1:10）。

28. 「これによって、あなたがわたしを愛しておられることを知った」と、預言者は神に向かって叫びます。「わたしの敵は、わたしについて喜ぶことはない」（詩編40:12）。敵は最後まで、情欲によってわたしを虐げ、辱め続けています。しかし、その終わりが来る前に、私をその手から救い出し、御心に適うように霊的に生きさせてください。そして、幸いな最期を迎えた後、救われた者として私を御座の前に進め、そこから、御慈悲により、救いの保証と、その中に疑いのない確証を携えていくことを、どうかお許しください。なぜなら、死の刻に準備ができておらず、震えおののいている状態で迎えることは、私にとって耐え難い災いであり、死や地獄そのものよりも苦く、最も恐ろしいものだと考えるからです。

29. 信仰と希望とは、決して単純でも、偶然のものでもない。信仰には堅固な魂が求められ、希望には正しい気質と心が必要である。さらに、恵みなしに、目に見えないものを容易に信じることができる者がいるだろうか。また、主の賜物による正しい経験がなく、それによって未来が現在と同様に確かなものであるという確信を得ることができない者が、不確かな未来への希望を抱くことができるだろうか。これら二つの美德には、私たちの意志の力と、神の導きと助けの両方が必要であり、それらがなければ、私たちの努力は無駄である。

30. 真の美德は、知恵、あるいは無執着、あるいはその両方の組み合わせによって生じるものである。したがって、もし誰かが私たちの中にこれらをむなしく探し求めたならば、私たちの美德は真の美德ではなく、見せかけの美德に過ぎないというのは間違いではないだろう。なぜなら、もしそうではなかったなら、それは葉っぱだけではなく、実も豊かに結んでいるはずだからである。このように、善を行う動機が、人に好かれたいという欲求、自己満足、あるいは神に好ましくない他の何かにあるならば、その人は偽り者であり、神を愛する者ではない。しかし、もし私たちがその動機となる原因を正すならば、疑いなく真の徳における完全さに達することにな

るでしょう。その徳は、やがて適切な時に、全き善なる私たちの神の恵みによって、私たちに知恵と無情をもたらししてくれるのです。

**31.** 「敵の企みを悟りなさい」（Ⅱコリント2:11）と、恵みの光によって悟り、涙を流して神の御前にひれ伏し、自分の無力さを告白し、自分を何者とも見なしてはならない。たとえ私たちの誘惑者が、私たちが何かであるかのように思わせようとも。もしそれらが救いや謙遜の維持に寄与しないのであれば、賜物の授与を求めないでください。むしろ、神を知るための根拠となる、高ぶらせない知識を求め、また、情欲という暴君に最後まで苦しめられないようにし、無情のうちに、あるいは少なくとも罪に対する悔恨のうちに、肉から解き放たれることを求めなさい。

**32.** 翼なしに高みへ飛び立つことができないのと同様に、この世において確かな保証なしに、望まれるものを得ることもできない。この確信は、謙遜から生じるか、あるいは神に完全に喜ばれた者たちへの聖霊の恵みから生じる。彼らには当然、無情が備わっており、神に喜ばれる度合いや清めの程度に応じて、部分的にも完全にも現れるのである。一方、別の形で肉体から離れる者たち、すなわち「情欲の冬」や「安息日」（すなわち、徳行の行いをしない状態）（マタイ24:20）にある者たちは、報いの時に裁きと苦しみを受けることになる。

**33.** 救われた者は、救い主なる神に感謝せよ。もし神に捧げ物をしたいと望むなら、未亡人のような魂から、感謝の気持ちを込めて二レプタ——すなわち、謙遜と愛——を捧げよ。そして、主はそれらを受け入れてくださる——私はそれをよく知っている——多くの人が救いの宝庫に積み上げている善行という多くの富よりも、はるかに価値あるものとして。もしあなたが、ラザロのように、情欲によって死んでしまい、蘇生を必要としているのなら、まさにこれらの美德を、実の姉妹のように、御前の前で執り成し手として差し出せ——そうすれば、間違いなく求めているものを得るだろう。

**34.** 徳ある生活の積極的な守りを、あるべき姿で果たしたとしても、それだけでは、清く、何ものにも妨げられることなく祈ることができるような、無情の安息の地には到達できない。もし同時に、あなたの心が、啓発的な知恵と実在の認識による霊的な観想に包まれていなければ、それらに翼を与えられ、照らされることによって、真の、愛に満ち溢れた祈りの中で、あなたと親和性のある高次の非物質的な位階の光へと急速に高まり、そこから、可能な限り、偉大なる光、すなわち三つの太陽のような神の源である三位一体へと昇りつめるはずである。

**35.** 私たちは、罪を犯したという理由で来世において罰せられることも、そのために裁かれることもない。なぜなら、私たちは変わりやすく不安定な性質を与えられているからである。しかし、罪を犯したにもかかわらず悔い改めず、悔い改める力と時間を与えられながら、悪の道から主へと立ち返らなかったことのために、罰せられるのである。神は悔い改める者に対して慈愛深く憐れみ深いお方である。たとえ神が威嚇し、怒りを表しておられるように見えても、それは悪と罪に対するものであり、私たちに対するものではない。神は、私たちの顔に悔い改めの涙を見れば、いつでも喜んで私たちを受け入れてくださる。そもそも神は、私たちの行いや心構えに応じて、一人ひとりにその生き方にふさわしい報いを与えてくださるのだ。

**36.** もし偶然、善き立ち位置から揺らいだとしても、恐れることなく、速やかに身を引き締め、悲しみ、悔恨、自己非難、そして心を砕く涙をたっぷりと流して、かつての善き状態へと急いで立ち返りなさい。これらによって、起こった転落から立ち直り、救いの喜びの懷へと入り、心に「これからはしっかりと立ち続け、再び裁き主を怒らせて、清めのために涙や砕かれた心が必要としないようにしよう」と決意するのだ。なぜなら、もしここでそうしなければ、将来、当然ながら相応しい苦しみから逃れることはできないからである。

## 聖職について

**1.** 再び、尊き聖職について語ろう。それは、いかなる天使的な品格と清らかさを要求するものであり、また、それを受け入れた後は、以前よりもさらに大きな堅固さと貞潔が求められる。なぜなら、不浄なものは多少なりとも清めなければならないが、清らかなものをどうして穢れ

にさらすことを許せるだろうか。さもなくば、もし光が曇ることを許し、芳香のある香油に悪臭を放つものを混ぜてしまうならば、悲しいかな、私たちはアナニアやサファイラのような神聖冒瀆者たちと同様に、破滅を招くことになるだろう。

2. たとえ、あなたが、滅びゆく不浄な器から、わずかな清さゆえに、使徒の言葉によれば、主にとって好ましい選ばれた器となり、天使的かつ神聖な聖職の位にふさわしく就いたように思えるとしても、それでもなお、あなたが授かった汚れなき名誉を、全力を尽くして守り続けなさい。神からの賜物を、瞳のように大切に守りなさい。そうすれば、十分な注意を払わずに聖餐に与ることで、高みから深淵へと投げ落とされ、そこから抜け出すのが困難になるような事態を避けることができるでしょう。

3. 賢明な者として、「神が義と認めてくださるなら、誰が非難できようか」（ローマ8:34）ということを知りなさい。そして、召されて神聖な聖職という恵み深い高位の地位に就いたならば、たとえ過去に過ちを犯したことがあったとしても、過去の生活について心配する必要はない。ただ、直ちに神の助けを借りて清められ、改心すればよいのである。しかし、その後、あなたがまず第一に、注意深く、冷静に心を配るべきことは、この恵みを曇らせないことです。そうすれば、もし誰かが、あなたの過去の行いを理由に、あなたの聖職への叙階を不合理に非難しようとしても、その人は戒めとして、次のように呼びかける神の声を聞くことになるでしょう。「神が清められたものを、あなたは汚してはならない」（使徒言行録10:15）。

4. 聖職の位は軽く、その重荷もまた軽いが、それは、それを受け入れると同時に、あるべき姿へと正し始め、神の御霊の恵みを金で買おうとする企てがなかった者に限られる。もし、人間の求めや朽ちるべき贈り物によって、買収不能で売り渡せないものが買われたと錯覚されるならば、その場合、その地位が上から与えられたものではなかったのと同様に、その重荷も極めて重くなるだろう。それは、その価値に見合わず、力の及ばないものを背負うことになるからであり、そのくびきは、それを背負う者の背を激しくすり減らし、引きずる者の力を打ち砕き、もしそれを捨てない限り、その者を完全に消耗させ、疲れ果てさせるまで続くだろう。

5. 聖職という軛に大胆に近づくならば、正しく自らの道を歩み、正しく真理の言葉を語れ。それによって、恐れと震えをもって自らの救いを築き上げよ。なぜなら、我らの神は焼き尽くす火だからである。もしあなたが、金や銀のように神に触れるならば、バビロンの少年たちが炉の中で焼かれたように、焼かれることを恐れるな；しかし、もしあなたが草や葦のように、燃えやすい物質から成る、この世の知恵に囚われた者であるならば、天の火に焼かれないよう恐れなさい。恐ろしい秘儀を控えることでロトのように神の怒りから逃れず、あるいは悔い改めの涙で身を清めることを急がなければ、そうなるだろう。涙の水で身を濡らして初めて、かつての弱々しい藪の草のように、あなたは燃え尽きることなく、真理の火に対して無傷となるだろう。その場合、我々が自らの弱さゆえに容易に陥ってしまう罪のうち、完全な清らかさをもって行われる奉仕や、実効性のある清めによって、神の火によって消し去られないものがあるかどうか、私には分からない。

6. 長年の習慣ゆえに、情欲的な心構えから離れ、清められることに耐えられないというのに、お前は、この忌まわしき者よ、天使たちにとっても触れてはならないものに、どうして手を出そうとするのか。それゆえ、今こそ身を引き締め、神聖な儀式から身を引いて、それによって神の正義をなだめるか、あるいは無感覚で改心不能な者として、生ける神の御手に身を委ねよ。神は、憐れみをもってあなたを容赦することはないが、むしろ、王の婚礼の宴に、魂を穢し、ぼろ服をまとったまま恥知らずにも近づくという罪に対し、容赦なく罰を下されるであろう。お前は王の宮殿に入る資格さえなく、ましてやその宴に席を連ねるなど、到底許されることではないのだ。

7. 私は、ある聖職者を知っていた。彼は、自分の中に渦巻く淫らな情欲のせいで、ふさわしくないまま神聖な秘儀に与ろうとした。そのために彼は重く不治の病に倒れ、すでに死の淵に近づいていた。このように、病を癒やすためにあらゆる手を尽くしたにもかかわらず、彼は少しも回復せず、病は続くばかりかさらに悪化していった。そこで、意識を取り戻し、不適格な状態

で聖体礼儀を行ったことが死の原因であると悟ると、彼は二度と聖なる儀式に参列しないと誓いを立てた。この言葉の直後に病は癒やされ、その痕跡は微塵も残らなかった。

8. 聖職の位階と聖なる祭服は輝かしいものであるが、それは、聖職に就いた者がその内面に、清らかさに輝く魂を備えている場合に限られる。しかし、もし彼が不注意によって自らを汚し、その恥を証しする良心を軽んじるならば、そのとき、光は闇となり、永遠の暗闇と炎の原因となる。もし、両側に急流が渦巻くこの道を捨て、謙遜に満ちた徳ある生活——それが神の御国へと安らかに導く道——を選ばなければ。

9. 救いの獲得は、高貴な聖職——天使に等しい生き方を要求するもの——によってではなく、卑しい境遇にあっても徳によって達成される。それゆえ、天使のように無情であり、思索によってあたかもこの世や肉体を離れたかのように振る舞い、そのようにしてこの天の梯子に登るか、あるいは、自らの無力さを自覚し、不備な者にとっては大いなる転落を招く恐れのある高さを恐れ、大多数の人々が歩む、神へと導き、神を自らのものとするあの特別な人生に、もしそこで転んでしまったとしても、悔い改めと、私たちの慈悲深き神の恵みによって、再び立ち上がるのがあなたにとってより容易である。

10. 「神の御国のものは、肉と血とは受け継ぐことができない」(Iコリント15:50)。しかし、あなたは神の肉と血を聖餐として受け、神と一体となり、神の血と融合している。それゆえ、あなたはすでに内に天の御国を宿しているのだ。それなのに、どうしてあなたは肉と血の情欲に苛まれるのか。恐らく、あなたの中には、「肉なる者」(創世記6,3)のように、神の御霊が留まっておらず、審判の時には、あなたは真っ二つに切り裂かれることになるでしょう。その時、あなたからは、そのような恵みに値しない者として、至聖なる聖職が剥奪され、永遠の苦しみを受けるために地獄へと追放されるのです。

11. まるであなたの目の前には神への畏れがないかのようだ。あなたは、神聖な務めを軽んじ、取るに足らないものとして扱っているようだ。それは、神性が善であるかのようにあなたに囁く自惚れに惑わされているからである。かつてダファンとアヴィロンも、大地に飲み込まれるまで、この考えに安住していた。——あなたもまた、そのことを恐れるべきであり、真に畏れを抱くべきである。畏れがあるところには(詩篇13,5)にあるように、畏れを真に抱き、聖職の務めがいかに偉大なものであるかを心に留めよ。そして、もしあなたが、ふさわしく清く——言うまでもなく——天使に等しい者として、神聖な聖職の権威を行使するならば、あるいは、賢明な人間として、この恐るべき奉仕から身を引くがよい；さもないと、今この務めを怠り、あなたを責める良心を欺き、詭弁に走った結果、やがてすべてが正しく裁かれ、断罪されたとき、あなたは嘆き悲しみながらこう叫ぶことになるだろう。「私が恐れていた恐怖が私の上に臨み、私が恐れていたものが私を襲った」(ヨブ記3,25)と嘆き叫ぶことのないように！

12. まず、自分自身について、冷静かつ痛切に、悔い改めと涙をもって、清めのための世を救う聖なる犠牲を捧げなさい。なぜなら、あなたが死んだとき、あなたのようにあなたを憐れみ、あなたのために犠牲を捧げてくれる者が、他に誰がいるだろうか。なぜ、これから起こることを予見し、あたかもすでに葬られたかのように自分自身を偲び、あなたの救いのために、この聖なる供え物を食卓の上で神に捧げ、ここでの神の自発的かつ人愛に満ちた犠牲を思い起こすのか。

13. 救いを確信して魂が肉体から離れ、それをまるで衣服のように脱ぎ捨てる時、なんと言葉に尽くせぬ、表現し難い慰めであろうか！なぜなら、まるで待ち望む恵みをすでに手中にしているかのように、魂は安らかに肉体を離れ、喜びと歓喜をもって上から降りてくる天使のもとへ平穩に歩み寄り、彼と共に何ものにも妨げられることなく大空を通り抜け、悪意ある霊たちからのいかなる攻撃にもさらされることなく、大胆さと感謝の叫びを上げて喜びのうちに昇り続け、ついに創造主への礼拝に到達する。そしてそこで、普遍的な復活の時まで、彼女と同じような者たち、徳において同等の者たちの群れに加わるという定めを受けるのである。

14. 恐ろしい言葉をあなたに告げよう。しかし、驚かないでほしい。——たとえ、おそらくは暴君的な気質ゆえに無情の境地に達し得なかったとしても、この世を去る時に、無情な者たち

に決して劣らない深い謙遜の心を抱いていれば、雲に乗って昇天するだろう。なぜなら、無情な者たちの宝はあらゆる美德から成り立っているかもしれないが、謙遜という宝石は、それらすべてよりも尊く高貴であり、それを手に入れた者には、神の前での赦しだけでなく、選ばれた者たちと共に、神の御国の婚礼の殿堂への入場も与えられるからである。

**15.** 神から罪の赦しを受け入れたなら、神を賛美せよ。神はあなたの悪を覚えておらず、それに対して報復もなさらないのだから。そして、自発的な過ちから身を全力を尽くして守りなさい。たとえ死に至るその日まで、毎日罪の赦しを受けることが可能であっても、知っていながらこれほど容易に罪を犯すならば、あなたは恩知らずとなるからだ。しかし、もし、希望という石をもって絶望という犬を追い払い、絶え間なく忍耐強く神の慈しみに懇願するなら、多くの罪が赦され、来たるべき世において、あなたもまた、慈愛に満ちた、至福なる御方を愛するようになるであろう。

**16.** 神の恵みの働きによって、涙を流しながら祈りを捧げて神の御前に立つときは、ひれ伏し、十字架の形に地面に身を横たえ、頭を地面に打ちつけながら、この世からの解放、すなわち朽ちるものからの解放と、誘惑からの救いを願い求めなさい。しかし、あなたが望むようにではなく、神がいつ、どこで、どのようにと御心になさるかに従って、この世を去ることを願い、さらには深い謙遜のうちに、これらの涙と共に主のもとへ旅立つ用意を、愛をもって示しなさい。そうして、あなたの渴望と探求の炎を鎮めるのです；しかし、もし神がより良いことをご計画されているならば、現時点での延期も耐え忍ぶことに同意しなさい。ただ一つ、切実に、そして絶えず求めなさい——神から離れないこと——そのために、何をせず、何を言わず、何を意図せず、何を行わないか。

**17.** 肉体をまわっている以上、たとえあなたの魂の知性が清い時にはそのように導くとしても、精神的なことや霊的なことを、そのありのままに探求しようと試みてはならない。なぜなら、肉と血の束縛に囚われた無形の魂が、この重荷から解き放たれ、知的な力と一つになるまでは、それらについて正しく思索し、理解することはできないからである。それゆえ、物質的な束縛——まるで暗く陰鬱な第二の母胎のようなもの——から抜け出し、非物質的で光に満ちた存在へと向かう準備をするにあたり、死を超えて私たちが待ち望むより良い存在へと導いてくださる恩人（神）を賛美しつつ、心穏やかに、絶えず自制し、警戒し続けなさい。私たちの周囲を徘徊する不浄な悪魔たちは、常に私たちの幸福を妨げ、人生の最期まで狡猾に私たちの足元を狙っているからだ——そして、未来が不確実であり、自らの恣意によって気まぐれで変わりやすいものとして創造されたゆえに、最期を迎えるその瞬間まで、自らの身を守り続けよ。

**18.** 敵は、魂が徳の至高の境地に達したと感じると、残酷で恐ろしい誘惑をもって私たちに襲いかかる。これは、祈りの言葉と、それが肉体と感覚という物質的な二元性を超越していることによって証明される。そしてその時、人間を憎む者は、私たちが生きていくことさえ絶望せざるを得ないほど、悪意に満ちて誘惑してくる。しかし、その虚しい敵は、忍耐を通じて私たちにより経験豊かにし、私たちのために輝かしい冠を編み上げることで、どれほどの恵みを私たちにもたらしているかを知らないのである。

**19.** 貞潔と純潔の功業ほど偉大な功業は他にない。誠実に独身を保つ者は、天使たちをも驚嘆させ、殉教者たちと同様に栄冠を授かる。なぜなら、肉と血に縛られながらも、清らかさを通じて常に無形の存在の無形性を模倣しようと努める者にとって、どれほどの労苦と汗が必要とされるだろうか。そしてまことに、この行いはあまりにも偉大かつ崇高なため、もし神が上から御自身の庇護を示し、弱く儂い本性を強め、確固たるものとし、神の愛と約束された報いへの希望によって、ある意味でこの世からそれを立て直してくださらなければ、超自然的なこととして不可能であったであろう。

**20.** 過度の食事と過度の睡眠によって鈍った肉体は、貞潔にとって大きな障害である。しかし、真の貞潔は、眠りの中の夢の中でも揺るぎない。なぜなら、もし心が眠りの中でそれらに甘んじているならば、それは心の奥底にこの情欲という病を抱えていることのしるしとなるからである。もし神の恵みによって、眠りの中で神と語り合うことが許されるならば、その人は明ら



かにこの情欲の影響を受けていないことが明白であり、それゆえ、彼は常に魂と体の儉約な守護者となり、両者を互いに調和のとれた状態に保ち、まるで悪意ある狼から守るためにそれらを見張る犬のように、それによって捕食を免れているのである。

**21.** 奇妙なことを言うが、驚かないでほしい。神と魂との間に、ある秘められた神秘が成し遂げられるのだ。これは、完全な清さ、愛、信仰の至高の境地に達した者たちに起こる。すなわち、人は完全に生まれ変わり、絶え間ない祈りと瞑想によって、神に属するものとして神と結ばれるのである。この段階に至って、エリヤは天を閉ざして雨を止め、天の火でいけにえを焼き尽くし、モーセは海を切り分け、手のしぐさでアマレク人を敗走させ、ヨナは鯨と海の深みから救い出される。なぜなら、最も人を愛する神にとって、これにはある種の必要性があるが、それは神の御心にかなう範囲内でのことだからである。これに恵まれた者は、たとえ肉体に縛られていても、朽ちるものと死すべきものの限界を超え、まるで普通の眠りのように死を受け入れ、その慰めとして、常に待ち望んでいたものへと導かれるのである。

## 聖職について

**1.** 主の御受難、私たちのために御自身を尽くされた神の御言葉、そして私たちの中に注がれ、私たちと一つとなる命を与える神聖な御体と御血の犠牲と融合を畏敬の念をもって仰ぎ見つ、私たちは聖体拝領のみならず、聖体礼儀そのものにも与ることを許されているのだから、屠られる羊のように自らを謙虚に保ち、すべての人を真に自分より優れた者と敬い、また、誰かの良心を傷つけないよう、あらゆる点で自重しなさい。自らを清めずに聖なる秘跡に触れることを敢えてしてはならない。さもないと、神の火によって干し草のように焼き尽くされ、蠟のように溶けて流れ出してしまうことになろうか。

**2.** まことに、もしあなたが、この神聖で、至高にして、畏れ多い聖務を、あるべき姿で執り行い、良心が何一つあなたを責めることがなければ、他のいかなるものにも、これほど確かな救いの希望を見出すことはできないだろう。なぜなら、そこから得られる恵みは、他のいかなる行いや瞑想よりもはるかに大きいからである。——もしそうでないなら、これが何を意味するのか、あなた自身でよく考えてみよ。——そして、自分の無力さを自覚して司祭という高位の職を辞退する方が、自分の不適格さと不浄さを自覚しながらそれを受け入れ、その地位に就き、多くの人々には高貴に見えるものの、実際には不適格ゆえに、嘆きに値する死体のような存在となるよりも、断然良いのである。

**3.** 誠実な聖職者による奉仕、そして神への贖罪と、神の前で皆のために絶え間なく捧げられる執拗な執り成しは、あらゆる賛美歌や祈りを、太陽が星々を凌ぐほどに遥かに凌駕している。なぜなら、私たちは御子そのものを犠牲として捧げているからである。——人間愛により罪人のために自らを犠牲にされた御方を、私たちは捧げ、罪の赦しだけでなく、私たちが必要とし、祈り求めているすべてのものの授与を懇願するために、御前に導き出すのである。そして、神性との一体となった御体は、あたかも炭のようにあらゆる不法を焼き尽くし、信仰をもって近づく者たちの心を照らし出す。同様に、神聖かつ至聖なる御血は、いかなるヒソプよりも力強く、あらゆる不浄と汚れを洗い流し、清めます。それは、あらゆる悔い改めと希望に満ちた謙虚さをもって聖なる秘跡に近づく者たちのものです。このようなものを、他にどこで得ることができるでしょうか？！

**4.** ある聖人が述べたように、天に昇らなかった神の御言葉の御体は、天から降りてきて食されるのではなく、信仰をもって、畏れ、愛、そして神聖な秘儀への畏敬の念をもって、尊い聖職に就く者たちによって執り行われるとき、この秘儀において、至聖なる御霊の働きと導きによって、あるものが別のものへと変容するのです。神の御体に触れる司祭には、いかなる清さと聖さが求められるのか。また、神と人々の間の仲介者となるべき司祭には、いかなる大胆さが求められるのか。彼には、至聖なる神の母と共に、天の天使の位階、そして世の初めから存在するすべての聖人たちが、祈りの仲間として傍らにいたるのだから。私には、天使、あるいは大天使の位であるように思われる。なぜなら、位階にはそれにふさわしい資質が伴うべきだからである。

5. 兄弟よ、あなたが留意すべきことは、聖別されるべき聖なる供え物が、使徒信条の後に開かれた状態で置かれているのは、それらが何らかの形で供え物を捧げる者たちのために祈り、天に御住まいの御方に言い表せない声で叫び、彼らを見捨てず、彼らに目を留めてくださるよう、罪人のために御子が自ら進んで耐えられた苦難、その言い表せない降臨、そして人類を愛する犠牲を思い起こしてくださるよう。なぜなら、御方は御自身の苦難を通じて、義人である私たちに贖いと救いを与えられたのではなく、墮落した私たちを憐れみ、立ち直らせてくださったからである。御方は慈愛に満ち、悪意のない方だからである。

6. 神と非物質的に結びつく清らかな非物質的な精神による祈りに努め、すでに、まるで鏡を見るかのように、この世の生涯の終わりの後に待ち受ける運命を視るに至り、御霊の保証を受け、天の御国を内なる感覚をもって完全な確信をもって獲得したとしても、それにもかかわらず、死の予兆なしに肉体から解放されることを許してはならない。むしろ、このことについて熱心に祈り、もし神の御心に適い、あなたにとって有益であるならば、この世を去る前にこれを授かることができるよう、内なる確信を持って待ち望み、——そのために、昼夜を問わず自らを備え、あらゆる恐れを振り払い、あたかも大空を通り抜け、悪意ある霊たちを避けたかのように、大胆かつ恐れを知らず、すでに天の領域にあって、天使の位階に並び、世の初めから選ばれた義人たちに数え入れられ、また、可能な限り、あるいはあらゆる方法で、神が私たちのために備えてくださった恵みを仰ぎ見、その御光で天上のすべてを照らす神の御言葉を見つめ、その清き御肉と共に、父と聖霊と共に、すべての天の軍勢とすべての聖者たちから礼拝される神を礼拝するのです。アーメン。

## シナイのフィロフェイ聖人

### 彼に関する略歴

私たちの尊い父フィロフェイは、シナイにある修道院の修道者たちの群れのイグメンであり、そこから「シナイの」という異名を得た。彼がいつの時代に生き、いつ亡くなったかは不明である。40章に分かれた彼のこの著作は、見事に構成され、完成度が高く、その霊的な知恵と魂の救いにおける偉大さは筆舌に尽くしがたい。それゆえ、この著作を、節制に関する他の教父たちの著作群から切り離すことは不当であると見なされている。——そして、この著作はより大きな注目に値する。なぜなら、もし誰かがこれを、節制、精神の保ち方、そして心の清らかさに関する正確な解釈であり、確かな指針であると称したとしても、真実に対して過ちを犯すことはないからである。

### 私たちの父、シナイのフィロフェイ聖人の【節制に関する40の章】

1. 私たちの中には、感覚的な戦いよりもさらに重い、心の中の戦いがある。敬虔を実践する者は、真珠や貴重な宝石のように、神への記憶を心の中に完全に秘蔵できるよう、その目的を心に留め、追求しなければならない。唯一の神を自らの心に得るためには、すべて、さらには肉体さえも捨て去り、この現世の命そのものを軽んじなければならない。なぜなら、聖金口ヨハネは、知性による神の御姿の観想一つだけで、悪しき者たちを根絶するのに十分であると述べたからである。

2. 心の中の戦いを戦う者は、聖書の教えに従い、全力を尽くして霊的な行いを選び、それらを癒しの絆創膏のように心に貼り付けなければならない。ある人はこう言います。朝からは、神を強く心に留め、魂の中で絶え間なくイエス・キリストへの祈りを捧げながら、勇猛かつ揺るぎなく心の扉に立ち、この心の中の番人によって、地上のすべての罪人を打ち倒すべきであると。すなわち、神に対する確固たる、強められ、心を高揚させる記憶をもって、主のために、強者の首領や戦いを引き起こす思いの源を打ち砕くのである。なぜなら、我々が知っているように、心の修練の労苦にも、それなりの神聖な秩序と行動の順序があるからである。——（御国のため

に) 自らを鍛錬する者は、定められた食事の時間が来るまで、このようにすべきである。その後、霊的な糧と肉的な糧という二つの糧で私たちを養ってくださる主への唯一の慈愛に感謝を捧げた後、死についての記憶と黙想によって自らを鍛錬しなければならない。そして翌日、再び自制をもって朝の務めに取り掛からなければならない。なぜなら、このような日々の行いによってのみ、かろうじて主において、心の敵の罠を避けることができるからである。しかし、このような行いが私たちの中に定着すれば、次の三つの美德、すなわち信仰、希望、愛が生まれる。このうち、信仰は私たちを真の神への畏れへと導き、希望は奴隸的な恐れを克服して、人を神の愛へと至らせるのである。もし希望が恥をかかせることなく、通常、律法と預言者たちが依拠する二つの愛を生み出すのであれば、愛もまた、その一方で、この世においても決して失われることはない。なぜなら、愛は、それを受ける者において、神の律法の規定が成就される原因となるからであり、来世においても同様である。

3. 心の中で沈黙を保つ者を見つけることは、極めて稀である。これは、神の恵みを自らに引き寄せ、そこから流れ出る霊的な慰めに満たされるためにあらゆる手段を尽くす者たちだけの特権である。——したがって、もし私たちが彼らのように、心の守りと節制におけるこのキリストの哲学、すなわち知的な修行を実践したいと望むならば、多くの食物を控えることからこの道を始め、食事と飲み物を可能な限り少量にとることを心がけよう。節制は、まさに「道」と呼ばれるにふさわしい。なぜなら、それは王国の——すなわち、私たちの内なる王国と未来の王国——へと導くからであり、また「知的な工房(心の工房)」とも呼ばれる。なぜなら、それは心の品性を磨き上げ、情熱的なものを無情なものへと変容させるからである。また、それは小さな窓のようでもあり、その窓を通して、神は身を乗り出して心に現れるのである。

4. 謙遜と、神への記憶、そして冷静さと注意深さ、さらに敵に対して頻繁に捧げられる祈りがあるところ——そこには神の御座、すなわち心の天国があり、そこでは悪魔の軍勢でさえ、神がこの場所に宿っておられるゆえに、立ち止まることを恐れるのである。

5. 多弁ほど破滅的なもの、そして節度のない言葉ほど有害なものはない。また、魂の富をこれほどまでに激しく乱し、滅ぼすものもない。なぜなら、私たちが日々自分の中に築き上げているものを、多弁は再び破壊し、苦勞して集めたものを、言葉の乱れによって魂は再び浪費してしまうからである。これ(節制のない言葉)よりも悪いものとは何か。それは抑えきれない悪である。それに限界を設け、抑制し、制限し、そして、こう言おう、必要にのみ仕えさせるようにしなければならない。——そして、(節制のない)言葉から生じる魂への害のすべてを、誰が言い表すことができようか。

6. 心のエルサレムへと導く最初の扉、すなわち心の注意深さとは、口による理知的な沈黙であり、たとえ心がまだ沈黙していないとしてもである。第二の扉は、飲食における節度(適度な量に定められたもの)である。第三の扉は、心と体を清めるものであり、死について絶えず思い起こし、熟考することである。かつてこの最後の美を目の当たりにし、目ではなく霊によって、その美に心を打たれ、その甘美さを味わったとき、私はその美しさと輝きを愛し、生涯の伴侶として彼女を自分のものにしたいと願った。なんと彼女は謙虚で、喜びと悲しみを併せ持ち、思索にふけり、将来の義による拷問をいかに恐れ、人生の延長(偶然)をいかに恐れていることか! 彼女は通常、肉眼からは癒やしの生ける水を、心の目からは豊かな知恵の泉を湧き出させ、それが流れ、跳ね回りながら理性を喜ばせるのだ。この、私が言ったように、アダムの子、すなわち死の記憶を、私は常に自分の伴侶として持ち、彼女と共に眠り、彼女と語り合い、そして彼女と共に、この肉体を脱ぎ捨てた後に私に何が起こるのかを探求したいと切望していた。しかし、しばしば、この破滅的な忘却——すなわち、闇に覆われた悪魔の子——が、それを許さなかった。

7. 悪意の霊たちが、思考を通じて魂と密かに戦う戦いがある。なぜなら、魂は目に見えないものであるから、それらの悪意ある力は、その本質に即して、目に見えない戦いで魂を襲うのである。そして、敵側にも、魂側にも、武器や作戦(軍勢の配置や戦いの進め方)、欺瞞的な策略や威嚇的な攻撃(相手を怯えさせるための猛烈な突撃)、双方の白兵戦、そして双方の勝利や

敗北が見て取れるのである。この私たちが描写する想像上の戦いにおいて、感覚的な戦いと比較して欠けているのはただ一つ——戦争宣言の明確な時期である。現実の戦いでは通常、時期が定められ、それに関する規則が遵守される。しかし、この（想像上の）戦いは、予告なしに心の奥底のすぐそばで突然勃発し、運命のくじを引き（選択的なもの、あるいは、心に植え付けられたものに同意することで優位に立つ）、罪を通じて魂を殺すのである。一体何のために、どのような目的で、この戦いや闘争が私たちに対して仕掛けられるのか。それは、私たちが「御心が行われますように」（ルカ11:2）と祈って求めている神の御心、すなわち神の戒めが、私たちによって果たされないようにするためである。そして、もし誰かが、心を定めて、主において完全な覚醒の状態に迷いを断ち切り、彼ら（目に見えない敵）の（心への）侵入や、空想の夢の中で起こる（覚醒した心との）争いを注意深く観察するならば、その人は経験からこれを悟るだろう。それゆえ、主もまた、その目的を悪意ある悪魔たちに向け、神として彼らの企みを予見し、彼らの目的に対抗して御自身の戒めを定め、それを破る者たちには罰を科すことを定められたのである。

8. 五感によってもたらされる目に見える悪から身を控え、遠ざけることにある程度の熟達を得たとき、その後、私たちはイエスと共に自分の心を守り、イエスによってその心の中で啓発され、ある種の温かい心持ちをもって、知性をもってイエスの慈愛を味わうことができるようになる。なぜなら、私たちが心を清めるという律法を受け入れたのは、悪しき思いの雲が心の大気から追い払われ、絶え間ない注意によって散らされたとき、まるで晴れな日のように、義の太陽であるイエスをはっきりと見ることができ、その威厳ある御言葉によって、いくらかでも心が照らされるためであって、なぜなら、それらの言葉は通常、すべての人に明らかにされるのではなく、自らの心を清める者たちだけにのみ明らかにされるからである。

9. 私たちは毎日、神の御前に立つにふさわしい心構えを保たなければならない。預言者ホセアはこう言っている。「恵みと裁きを守り、あなたの神に近づきなさい」（ホセア書12:6）。また、預言者マラキも神の御名においてこう語っている。「子は父を称え、しもべは主人を畏れる。しかし、もしわたしが父であるなら、わたしの栄光はどこにあるのか。もしわたしが主であるなら、わたしへの畏れはどこにあるのか、と全能の神は言われる」（1:6）。使徒も同様にこう記している。「あらゆる汚れ、肉と霊の汚れから、自分たちを清めよう」（Ⅱコリント7:11）。また、知恵はこう教えている。「何よりもまず、あなたの心を守りなさい。そこから命の泉が湧き出るからである」（箴言4:23）。また、主イエス・キリストご自身もこう命じておられます。「内側の杯を清めよ。そうすれば、外側も清くなる」（マタイ23:26）。

10. 不適切な空虚な会話の結末として、時にはそれを聞く者たちからの私たちへの憎悪が生じることがある。また、彼らが私たちの言葉の愚かさ気づいた時には、非難や嘲笑を招くこともある。時には良心の汚損となり、また時には神からの裁きや聖霊の悲しみを招くこともある。これは何よりも恐ろしいことである。

11. 自分の心を清め、そこから主に対する罪を根こそぎ引き抜き、神の知恵を得るために努力し、多くの人には見えないものを知性で捉えることができるようになった者であっても、そのことを理由に誰かを見下してはならない。被造物の中で、無形の存在や、多くの知識を持つ天使よりも清いものなどあるだろうか？ しかし、彼もまた、高慢になったために、稲妻のように天から打ち落とされた。その高慢さは、神によって不浄と見なされたのである。——地中から金を掘り出す者たちがどのように行動するかは周知の通りである（すなわち、知識という金を得るために、彼らが地中にあるように、すべての者の下にあるべきである）。

12. 使徒はこう言っている。「競技する者は、あらゆることを控える」（Ⅰコリント9:25）。なぜなら、食物で満たされた腹を抱えては、原理や、目に見えない悪意ある力、すなわちこの重く、常に霊を貪る肉に縛られた者たちに対して立ち向かうことは不可能だからである。「神の国は、食べたり飲んだりするものではない」（ローマ14:17）。「肉の思いは神に対する敵対である。それは神の律法に従わず、また従うことさえできないからである」（ローマ8:7）。できないのは、明らかに、それが地上のものとして、体液、血液、粘液から成り立っているため、常に地上

のものに傾倒し、この世の滅びをもたらす快樂にふけているからである。「なぜなら、肉の思いは死である。肉にある者は、神に喜ばれることはできないからである」（ローマ8:8）。

**13.** もし私たちが、まず第一に神に対して、そして（第二に）人々に対して、心を主のうちに保つことを心から願うのであれば、大きな謙遜が必要である。私たちは常にあらゆる方法で自分の心を砕き、それを謙遜に導くことができるあらゆるものを求め、実践に移さなければならない。周知の通り、かつての世での生活を正しく思い起こすことは、心を砕き、謙遜に導く。また、若き日から犯したすべての罪を、一つひとつ心の中で振り返るとき、それは通常、心を謙遜にさせ、涙を誘い、また、神への心からの感謝へと私たちを駆り立てる。それは、常に心を揺さぶる（心に深く響く）死の記憶と同様に、その記憶は同時に、甘美な喜びの涙と、心の清らかさを生み出すのである。とりわけ、私たちの思索を謙虚にし、目を地に向けさせるのは、私たちの主イエス・キリストの受難を思い起こすことであり、それを記憶の中でたどり、すべてを詳細に思い返すときである。これもまた涙を誘う。さらに、神の偉大な恵み、すなわち私たちに対する恵みを、誰かが詳細に列挙し、振り返るとき、それは真に魂を謙虚にさせる。なぜなら、私たちは高慢な（神に恩知らずな）悪魔たちと戦っているからである。

**14.** もしあなたがそれらを必要としているのであれば、自尊心から、これらの魂を救う治療法を拒んではならない。そうでなければ、あなたはもはやキリストの弟子ではなく、パウロの模範者でもないことになる。パウロは自分自身について、「私は使徒と呼ばれるに値しない」（Iコリント15:9）と述べ、また別の箇所では、かつては冒涇者、迫害者、暴虐者であったと告白している（Iテモテ1:13）。—ほら、高慢な者よ、この聖人を見よ。彼はかつての自分の人生を忘れてはいなかったではないか。そして、創造の初めから今に至るまで、すべての聖人たちは、この究極の神の聖なる衣（すなわち、謙遜）を身にまもってきたのである。私たちの主イエス・キリストご自身も、測り知れず、理解し難く、言葉では言い表せない神であられながら、受肉した生涯を通じて、謙遜を身にまもっておられました。それゆえ、聖なる謙遜は、正しく「神聖な美德」であり、「主の戒め」であり、「装い」と呼ぶべきなのです。また、天使たちや、あらゆる光り輝く神聖な力たちも、高慢になったサタンがいかにして墮落したか、そして彼が（この罪への）墮落をいかに恐れるべきかの手本として、（この罪において）天使や人間が墮落を恐れるべきであるという教訓として、その狡猾な者は深淵に横たわっており、その高慢ゆえに、神の前において他のいかなる被造物よりもさらに不名誉な存在として現れている。また、私たちは、アダムが高慢のゆえにどのような墮落を遂げたかについても知っている。このような高慢を生み出す美德の例を目の前にして、私たちは常に、上記の で示された治療法を活用し、力の及ぶ限りあらゆる方法で自らを謙虚に保ち続けよう。魂と肉体、思慮、欲望、言葉、思い、外見において、また内面と外面の両方で、自らを謙虚に保とう。特に注意すべきことは、私たちのために存在してくださるイエス・キリスト、神の御子であり神ご自身が、私たちに敵対することのないようにすることです。「主は高ぶる者に敵対し、謙遜な者には恵みを与えられる」（箴言 3:34）。「高ぶる者はみな、主の御前で清くない」（箴言 16:5）。「自分を低くする者は高められる」（ルカ 18:14）。「わたしから学びなさい。わたしは柔和で、心は謙遜である。と救い主は言われる」（マタイ 11:29）。——この言葉に耳を傾けるべきである。

**15.** 「自分自身に気をつけなさい」と主は言われる。「あなたがたの心が、ご馳走などで重くならないように」（ルカ 21:34）。「競技する者は、あらゆることに自制する」と使徒は述べている（Iコリント 9:25）。聖書の中で私たちに向けられたこうした教えをすべて心に留め、節制のうちに人生を歩んでいこう。まず第一に、多種多様な食事を控え、体に節度ある習慣と規律を身につけさせ、適量の食物を与えるようにしよう。なぜなら、そうすることで、情欲の奔動は容易に抑えられ、理性に従うようになるからである。そして、率直に言えば、怒りの衝動も同様である。また、この際、他の罪からも節制を保つ方が容易である。なぜなら、実践と経験を通じて徳を体得する者たちにとって、あらゆる悪から遠ざかること、すなわち全面的な節制こそが、徳として尊ばれているからである。かくして、神——すべての善の源であり与え主——に次ぐ清



らかさの理由は、毎日等しく、また定められた尺度に従って、過食を控えることにあるのである。

**16.** サタンは、神に反抗し、神の御心、すなわち戒めが成就されないことを望んで、私たちを通じてその成就を妨げようと企むことによって、神に対して戦いを挑んでいる。 それに対して、神は、私たちを通して御自身の聖なる御心、すなわち私が述べたように、神聖で命を与える戒めが成就されることを望まれ、御自身の御手によって、悪しき者の破滅的な企みを打ち碎かれるのである。 神の戒めを破らせることによって神に抵抗しようとする敵の狂った欲望を、神ご自身が人間の弱さを通じて打ち碎かれるのである。そして、見てごらん、まさにそうではないだろうか？——すべての神聖な戒めは、魂の三つの部分に対する法則を定めており、その命令を通じて魂を健全なものにするのである。 それらを厳格に守る者においては、この三つの部分からなる魂が真に健全なものとなる。 しかし、悪魔もまた、この魂の三つの部分に対して昼夜を問わず戦いを仕掛けています。もしサタンが魂の三つの部分に対して戦いを仕掛けているのなら、彼がそれを通じてキリストの戒めに対しても戦っていることは明らかである。なぜなら、キリストは戒めを通じて、魂の三つの部分、すなわち、感情、欲望、思考の力を律法によって規定しているからである。 ——そして見よ。「むやみに兄弟に怒る者は、裁きを受けることになる」（マタイ5:22）という警告、およびそれに続く主の戒めこそが、情動的な部分を癒やすものである。 この戒め、およびそれに伴って定められた他の戒めを、敵は、嫉妬、恨み、羨望といった思いを通じて、内面から貶めようと企んでいる。この敵（私たちと神の敵）は、激情の力を司るものが思考の力であることを知っている。 だからこそ、敵はまず、すでに述べたように、疑惑、嫉妬、争い、口論、狡猾さ、虚栄心といった思いを通じて、そこに矢を放ち、精神的な力をその本来の権威を放棄させ、怒りそのものに手綱を委ね、一切の管理なしに放置するように仕向けるのである。 そうして、怒りはその支配者を振り払い、抑制されることなく、かつて心に秘められていたもの、すなわち、心が怠慢である間に敵対的な思いによってそこに蓄えられていたすべてのものを、口を通して言葉として吐き出してしまふのである。 そのとき、心は神の御霊や神聖な思いではなく、（抑えきれない）悪意に満たされる。なぜなら、主が言われるように、「口は心の満ち溢れるところから語る」からである（ルカ6:45）。 こうして、悪しき者が人をその境地に追い込み、かつて内面で密かに企んでいたことを言葉として吐き出させ始めたとき、この（敵に）囚われた者は、兄弟に対して「ただの狂人か、あるいは愚か者」と言うにとどまらず、最も苛立たしい言葉を浴びせ、さらには殺人にまで至ってしまうのである。 ——これこそが、神から与えられた「むやみに怒ってはならない」という戒めに対して、悪霊が用いる策略である。 ——しかし、もし苛立ちが湧き上がった直後に、祈りと内面での出来事に注意を向けることによって、心から（怒りを煽る思い）を追い出していけば、不快な言葉や、それに続く事態にまで至ることはなかったはずだ。 そうして、その悪の化身は、自らの心に植え付けた思いの影響を受けて、神の戒めを破る用意のある者を見つけたときのみ、その邪悪な目的を達成するのだ。

**17.** では、神の主の戒めは、欲望の面において何を定めているのか。「女を見て、彼女を欲する者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである」（マタイ5:24）。 — では、このような戒めが与えられているのを見て、悪人はこの戒めに反して、心の中でどのような罫を仕掛けるのだろうか。欲望を刺激する対象が遠ざけられているため、彼は内面へと侵入し、そこで前述の戒めに対して情欲に満ちた戦いを仕掛けるのである。 — 彼は、心に淫らなイメージを描き出し、刻み込むことによってこれを行う。時には、情欲を煽る言葉さえ聞こえてくることもある。また、心の戦いに陥った者たちが知っているような、他にも多くのことが起こる。

**18.** では、ついに、心の力を導く指針となる戒めとはどのようなものか。「わたしはあなたがたに言う。決して誓ってはならない。ただ、『はい』は『はい』、『いいえ』は『いいえ』であるようにしなさい」（マタイ5:34）。 さらに、「自分のすべての財産を捨てない者は、わたしの弟子になることはできない」（ルカ14:33）。そして、「狭い門から入りなさい」（マタイ7:13）。 これらが精神的な部分に対する戒めなのでしょうか？ ——私たちの敵は、この精神的な力を、まるで勇敢な将軍のように、自分の手下にしようとして、まず、食欲や怠惰といった思いを通



じて、その健全な判断力を奪い取ります。こうして、他の力に対する本来の支配力を奪い、酔っ払った指導者のように嘲笑した上で、苛立ちと情欲を手先として利用し、自らの唆しや欲望に従わせるのだ。一方、これらの力、すなわち情欲的であり、かつ苛立ちを誘う力は、精神的な力として放置されると、私たちの五感すべてを、従順な僕のように、明白な罪への道具へと変え始める。その結果、どのような罪や堕落が生じるか！心が内側から感覚を抑制し、束縛しないとき、目は好奇心からあちこちをさまよひ、耳は虚しい話を好んで聞き、嗅覚は甘え、口は抑えがなくなり、手は触れてはならないものを触ろうと伸びていく。その結果、真実の代わりに虚偽が、知恵の代わりに愚かさが、貞潔の代わりに淫乱が、勇気の代わりに臆病がもたらされる。そして、これら四つの主要な美德、すなわち真実、知恵、貞潔、勇気は、その性質上、もしそれらが魂の中で健全で力強いものであれば、魂の三つの部分をうまく統制する。そして、うまく統制された魂の三つの部分は、感覚をあらゆる不適切なことから遠ざける。そうして、理性は静寂の中にあり、他の諸力が神の御心に従って統制され、それに従順であるとき、心の戦いにおいて容易に優位に立つことができる。しかし、不注意のゆえに他の諸力が混乱に陥ることを許してしまうと、悪しき者の誘惑に打ち負かされ、神の戒めを破ることになる。戒めの違反には、必ずや、相応の悔い改めか、来世における苦しみかのいずれかが伴う。したがって、心が常に明晰であることは、極めて善きことである。なぜなら、それによって、心は本来あるべき姿に落ち着き、神の戒めの真の守護者となるからである。

**19.**（罪を愛する）魂は、まるで壁で囲まれたかのように悪意の霊たちに包囲され、闇の束縛に縛られている。そして、この魂を取り巻く闇のゆえに、本来あるべきように祈ることができない。なぜなら、魂は密かに（その内奥や深みにおいて、あるいは自らも気づかぬうちに）闇に縛られ、内なる目が盲目となっている。しかし、彼女が（我に返り）神への祈りの呼びかけを始め、祈りの中で力を尽くして正気を保つようになると、その時、彼女は祈りの力によって、少しずつ闇から解き放たれ始める。そうでなければ、闇から解き放たれることは決してない。この時、彼女は、心の中に別の闘争、別の秘められた対立、別の心の戦いが存在することを悟る。それは悪意の霊によって煽られるものであり、聖書もまた、「もし支配する霊があなたに襲いかかっても、その場から逃げ出してはならない」（伝道の書 10,4）と証言している。一方、心の居場所とは、徳と節制の中にしっかりと立ち続けることである。——徳ある生活にも、罪深い生活にも、立ち位置はある。なぜなら、聖書はこう述べている。「不義の者の助言に従わず、罪人の道に立たない人は、幸いである」（詩編 1:1）。また、使徒はこう教えている。「真理をもって腰に帯を締めなさい」（エフェソ 6:14）。

**20.** キリストをしっかりと、しっかりと握りしめよう。なぜなら、あらゆる手段を用いて、魂からキリストを引き離そうとする者が少なくないからだ。そして、私たち自身も、イエスが「魂の内に存在する」思いの「群衆」（ヨハネ 5:13）に流されてしまうことなど、決して許してはならない。しかし、苦痛を伴う心の労苦なしに、キリストを留めておくことは不可能です。私たちが謙虚に人生を送れるよう、キリストが肉において歩まれた生涯の足跡を、心で感じ取ろうと努めましょう。キリストの受難を心に刻み、キリストに倣って、あらゆる苦難を忍耐強く耐え忍びましょう。主が私たちに対して示してくださる、言葉に尽くせないほど慈愛に満ちた寛容を味わい、その甘美な味わいを魂で感じ取ることで、主がいかに恵み深い方であるかを悟りましょう。そして何よりも、あるいは何よりもまず、主が語られるすべてのことを疑いなく信じ、日々、私たちに向けられた主の御摂理を待ち望み、何が起ころうとも、何に遭遇しようとも、感謝と愛、そして喜びに満ちた満足をもってそれを受け入れ、御自身の神聖な知恵の法則に従って万物を治められる唯一の神を見つめることを学びましょう。これらすべてを行うとき、私たちは神から遠く離れることはないでしょう。（その際、次のことを心に留めましょう。）敬虔とは、終わりのない完全さである、と、神に導かれた、霊において完全な人々のうちの一人が語ったように。

**21.** 自分の生涯の時間を善く活用し、絶えず死について思い巡らし、それを心に留めている者は、それによって知恵をもって心を情欲から解き放つ。その人は通常、死の記憶を持たずに人生を送り、理性の働きだけで心を清めようとし、常に悲しく嘆かわしいという思いを心に留めて

おくことなしに過ごす者よりも、悪魔の誘惑によるあらゆる罠をより鋭く見抜くのである。そのような者は、自らの機知によってあらゆる有害な情欲を掌握していると思い込みながら、それらを結びつける、最も悪しき一つの情欲に気づかずに、神を抜きにして（何かで成功しようとする者のように）高慢に陥る。彼は、傲慢のゆえに理性を失わないよう、強く自制しなければならない。なぜなら、使徒パウロが言うように（Iコリント8:1）、あちこちから知識を集める魂は、自分より知識が少ないと思われる者たちの前で、たいてい驕り高ぶるものだからである。その理由は、私の考えでは、彼らの中に、人を建て上げる愛の火花がないからだと考える。そして、絶えず死を心に留めている者は、そうではない者よりも鋭い洞察力を持ち、悪魔の誘惑に気づき、巧みにそれらを追い払い、踏み潰すのである。

**22.** 神、すなわち イエスへの、心の怒りと救いをもたらす悲しみをもって、通常、あらゆる思考の魅惑、様々な暗示、言葉、空想、陰鬱な想像、そして要するに、私たちの魂を飲み込もうと、すべてを滅ぼす敵が武装し、それをもって厚かましく立ち向かってくるすべてのものを打ち砕くのである。イエスは、呼び求められれば、すべてを容易に焼き尽くされる。なぜなら、キリスト・イエス以外に、私たちに救いはないからである。救い主ご自身も、「わたしなしには、あなたがたは何もできない」（ヨハネ15:5）と語られた。

**23.** それゆえ、あらゆる時、あらゆる瞬間に、心の鏡を曇らせる思いから、あらゆる注意を払って自らの心を守り続けよう。その鏡には、父なる神の知恵であり力である、ただひとりイエス・キリストのみが刻まれ、輝いて映し出されるべきである。心の内にある天の御国を絶えず求めよう。そうすれば、心の目を清めれば、確かに、自分自身の内から、一粒の麦も、真珠も、パン種も、その他すべてのものを神秘的に見出すことになるだろう。まさにこのために、私たちの主イエス・キリストは、「神の御国はあなたがたのうちにある」（ルカ17:21）と仰せになったのです。これは、心の内に宿る神性を指しておられるのです。

**24.** 輝きに至るまでの節制は、良心を清める。こうして清められた良心は、まるで覆いを取り除かれた瞬間に光が突然輝き出すかのように、内なるあらゆる闇を追い払う。そして闇が追い払われると、良心は、絶え間なく続く真の明晰さの中で、忘れられていたもの、あるいは自覚されることなく隠されていたものを再び明らかにする。同時に、良心は、その明晰さを通じて、知性によって認識される敵との目に見えない闘争や、思考における戦いを教え、——この一対一の戦いでどのように槍を投げ、善き思いの矢を巧みに（敵へと）放ち、その矢が心を射抜くことを許さず、矢のように心をキリストのもとへ、すなわち破滅的な闇の代わりに、切望される光のもとへ逃げ込ませるかを教えるのである。この光を味わった者は、私が何を語っているのかを理解する。この光を味わうことは、むしろ飢えのように、それを糧とする魂を苦しめる。魂は決して満たされることはなく、味わえば味わうほど、ますます渴望するのだ。この光は、太陽が目을惹きつけるように心を惹きつけ、それ自体は言い表せない光であるが、言葉ではなく、その影響を受け入れる者、あるいはより正確に言えば、それに心を刺される者の経験によってのみ、解釈可能となる光である——は、私に沈黙を命じている。とはいえ、私の心は今なお、今まさに語られていることについての対話を楽しみたいと願っている。

**25.** 「平和を保ち、聖なる者となりなさい。そうすれば、主を仰ぎ見る者は、彼ら以外には誰もいないからです」（ヘブライ人への手紙12:14）。これは愛と清さを獲得するためである。なぜなら、それこそが平和であり、聖なるものだからである。しかし、怒りをもって武装すべきなのは、心の中で私たちに敵対し、猛威を振るう悪魔たちに対してのみである。しかし、私たちの中で絶えず繰り広げられている戦いをどのように戦うべきか、よく聞き、そのように行動しなさい。節制と祈りを組み合わせなさい——そうすれば、節制が祈りを強め、祈りが節制を強めることになる。自制心は、内なるすべてを絶えず注視し、敵がそこに入り込もうとするのを察知し、その力の及ぶ限りで彼らの侵入を阻むと同時に、主イエス・キリストに助けを求め、主がこれらの狡猾な戦士たちを追い払ってくださるよう願うのである。このとき、注意力は矛盾によって侵入を阻み、呼び求められたイエスは、悪魔たちとその妄想を追い払われる。

**26.** 極限まで注意を張り巡らせて、自分の心を守りなさい。（敵の）思いに気づいたら、直ちにそれに反論し、同時に、主キリストに報復を求めなさい。そして、最も愛すべきイエスは、あなたがまだ話している間にこう言われるでしょう。「私はあなたと共にいる。あなたを擁護するために。」しかし、あなたの祈りによって、これらすべての敵が鎮められた後も、再び熱心に心に注意を払い続けなさい。ほら、再び（思いの）波が、以前よりもさらに多く、次々とあなたに押し寄せてくる。それによって、魂はまるで深淵に沈み込むかのように、滅びようとしているかのようだ。しかし、イエスもまた、弟子に促されて、神として悪しき風（思い）を制し、それらは静まる。あなたは、敵の攻撃から一時的に解放されたその時間や瞬間を捉え、あなたを救った方を賛美し、死について深く思いを巡らせなさい。

**27.** 心の奥底から注意を払い、魂の感覚をもって、我々の道を歩んでいこう。注意と祈りは、日々結び合わされることで、エリヤの火の戦車のようなものを成し遂げ、それに参与する者を天の高みへと引き上げる。私が何を言っているのか？ 節制を身につけた者、あるいはそれを身につけようと努める者にとって、清らかな心は、太陽と月と星を持つ心の天となり、神秘的な幻視と昇華（精神の高揚）によって、計り知れない神を宿す器となるのである。神聖な美徳への愛を持つ者は、あらゆる瞬間に主の御名を唱え、全力を尽くして言葉を行いに移すよう努めよ。通常、魂を傷つける五感に対して、ある程度の自制をもってそれを抑え込む者は、あらゆる点で、心にとって最も軽やかな心の奮闘と戦いを成し遂げているのである。こうして、あらゆる外的なもの（魂に有害な誘惑や印象）を未然に防ぐよう努め、それらから内面に生じる思いに対しては、神から授かった手段、すなわち霊的な技法に従って戦いなさい： 徹夜の祈りの労苦によって、感覚的な快楽への衝動を抑制し、飲食を節制し、自らの体を十分に痩せさせ、あらかじめ心の戦いを容易なものにせよ。これらすべてによって、あなたは自分自身に恩恵をもたらすのであり、他者ではない。死を思うことで魂を鍛え、キリスト・イエスを思い起こすことで散漫な心を整えよ。特に夜、心が通常より清く明瞭になる時には、神とすべての神聖なるものをはっきりと観想せよ。

**28.** 肉体の修練による労苦も拒んではならない。なぜなら、大地から小麦が実るように、それらから霊的な喜びと善における経験が育まれるからである。偽りの思索によって良心の要求を退けてはならない。なぜなら、良心は私たちに救いをもたらし、行動を促すものを吹き込み、常に私たちの義務とは何か、何に責任を負うべきかを告げているからである。とりわけ、生きた、活発で、繊細な精神の明晰さによって清められている時にはなおさらである。その場合、良心はその清らかさゆえに、通常、あらゆる事柄に対して（正当かつ断固とした）明確な判断を下し、いかなる迷いも排除する。これらすべてのために、誤った思索によって道から逸れてはならない。なぜなら、彼女は内なる私たちに、神に喜ばれる生活を告げ、もし魂が罪によってその意味を汚したならば、厳しくそれを糾弾し、過ちを正す方法を示し、堕ちた心に悔い改めを促し、甘美な確信をもってその癒やしを教えるからである。

**29.** 薪から立ち上る煙は、目には重くのしかかるが、やがて光をもたらし、かつて不快感を与えていた者たちを喜ばせる。また、知的な目を絶えず緊張させ続ける注意力は、頭を疲れさせ、重くのしかかる。しかし、祈りの中で呼び求められたイエスは、来られて心を照らしてくださる。主を想うことは、（私たちの内なる）啓示と共に、至高の恵み（すなわち、主ご自身）をもたらしてくれる。

**30.** 敵は、私たちの心を乱すことに長けており、私たちを、彼と共に土を食らい、神の御姿に造られたにもかかわらず、腹を頼りに生きるように誘惑しようと望んでいる。しかし、神は言われた。「わたしは、あなたとそれとの間に敵意を置く」（創世記3:15）。このため、私たちは常に神に心に向けるべきであり、それによって、悪魔の燃え盛る矢に傷つけられることなく、毎日を経過することができるのです。「私は『覆う』」（詩篇の作者を通して神は）言われます、「わが名を認める者には」（詩篇90:14）。また、「しかし、主を畏れる者たちのそばには、主の救いがある」（詩篇84:10）。

31. 祝福された使徒、選ばれた器、キリストにあって語る者は、私たちの内面で起こる、目に見えず、心の中で繰り広げられる戦いに多くの経験を持ち、エフェソの信徒への手紙の中で次のように述べている。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の暗闇の支配者たち、天の下の悪意の霊たちに対するものである」（エフェソ6:12）。使徒ペテロもまたこう言っている。「目を覚まし、警戒しなさい。私たちの敵である悪魔は、ほえたける獅子のように、誰かを食い尽くそうとしてうろついているからです。信仰を堅く保って、彼に立ち向かいなさい」（1ペテロ5:8-9）。私たちの主イエス・キリストご自身も、福音の言葉を聞く際の心構えの違いについて語られ、こう言われました：「その後、悪魔が来て、心からその言葉を奪い去る」——悪魔は、悪意ある忘却を招くことによってこの「盗み」を行い、「信じない者たちが救われることのないように」するのです（ルカ8:12）。——そして再び使徒（パウロ）はこう言っています：「内なる人としては、神の律法に喜びを見出している。しかし、私の肉には、私の心の律法に敵対し、私を捕らえてしまう別の律法がある」（ローマ7:22,23）。——彼らはこれらすべてを語り、私たちを教え、私たちには隠されていたことを明らかにしてくれたのである。

32. 理性は、自責の念と謙遜を失うと、たいてい、自分こそが多くの者よりも優れていると思込み、慢心するものである。自らの無力さを自覚したいと願うならば、こう言った人のように知恵を働かせよう。「兄弟たちよ、私は自分自身がすでに目標に達したとは考えていない。『ただ、後ろのものを忘れて、前のものに向かって進み、キリストの栄誉ある召しを目指して熱心に追い求めている』（フィリピ3:13,14）。また、『私は、むやみに走るのではなく、空を打つように戦うのでもなく、自分の肉体を打ち砕き、従わせている。それは、他の人々に説いていることを、自分自身が実践できない者とならないためである』（1コリント9:26,27）。ほら、これがいかに謙遜であり、同時にいかに徳への志であるか、お分かりだろうか？ ご覧なさい、これほど偉大で、な聖パウロの謙遜とは、どのようなものか。（しかし、彼がさらに何を語っているか聞いてほしい）。——キリストはこう言われている。「わたしは、罪人を救うためにこの世に来た。その筆頭が、まさにわたし自身である」（1テモテ1:15）。——このような墮落した本性を持ちながら、私たちが謙遜にならないわけにはいくでしょうか。何しろ、塵よりも悪いものなどあるでしょうか。また、私たちは神を心に留めなければなりません。なぜなら、そのために私たちは創造されたからです。そして、主の後に従うことがより容易になるよう、自制の修行に身を鍛えるべきなのです。

33. 邪悪な思いにふける者が、外なる人において罪から清いままであることは不可能である。心から邪悪な思いを除き去らない者にとって、それらが相応する悪行として表に出ないということはある得ない。ある者が淫らな眼差しを向ける理由は、まず内なる目が淫らになり、曇ってしまったことにある。また、恥ずべき話を聞きたいという欲求の原因は、邪悪な悪魔たちが私たちの破滅のために内側から囁くあらゆることを、心の耳で喜んで聞き入れていることにある。私たちは主において、内面も外面も清めなければならない。私たち一人ひとは、自分の感情を慎み、日々、情欲の影響や罪から自分自身を清めなければならない。かつて、私たちが愚かであった日々、この世で心の虚栄に翻弄されていたとき、全知性と全感覚をもって罪の誘惑に身を委ねていたように、今や神にかなう生活へと立ち返った私たちは、全知性と全感覚をもって、生けるまことの神、神の真理と御心のために働くべきである。

34. まず「接近」（προσβολή——接近、投げられた物が投げられた対象にぶつかる行為）があり、次に「結合」（συνδυασμός——結合、注意が対象に釘付けになり、魂がその対象と結びつき、それに占領される状態）があり、さらに「結合」（衝突し、注意を独占した対象が欲望を喚起し、魂がそれに同意したことで、結合が成立する）；これに続いて「虜化」（対象は、それを渴望し、まるで奴隷のように縛られた魂を虜にし、その行為へと導く）；最後に「情欲」（πάθος——魂の病）であり、頻繁な繰返し（同じ欲望の満足）と習慣（その欲望を満たす行為への慣れ）によって、魂に定着し（性格の一面となった）。これこそが、私たちの内で行われる戦いに勝利するための戦場である！ 聖なる教父たちもこのように定義している。

35. そして、「付着」とは、単なる思考、あるいは心に生まれ、心に現れたばかりの何らかの事物のイメージであるとされている。「結合」とは、現れたもの（対象やイメージ）との、情熱的あるいは無情な対話である。「融合」とは、心の目で視認される対象へと、魂が喜びをもって傾くことである。「虜」とは、心を強制的かつ不本意に（虜として）引き離し、そこに留め置き、心を虜にした対象とあたかも一つの生命（*sunousia*）のように融合することであり、この（融合）によって、私たちの善き状態は失われ（安らぎが失われる）；一方、情熱とは一般的に、（ある対象に対する）長期にわたる偏愛として魂に根付くものとされる。これらすべての（行為や状態）のうち、「第一」は罪なく、「第二」は完全には罪がないとは言えない。「第三」は、修行者の状態（おそらくは修行と闘争の程度に応じて）による。「戦い」は、耐え抜いた時には栄冠をもたらし、倒れた時には苦しみをもたらす原因となる。

36. 祈りの最中の「捕らわれ」と、祈りの最中ではない時の「捕らわれ」とは異なる。情欲は間違いなく、それに相当する（相殺する）悔い改め、あるいは将来の苦しみを受けることになる。第一のもの、すなわち情欲に抵抗するか、あるいは無情に接する者は、一度にしてすべての恥ずべきものを断ち切る。——これが、修道士や非修道士に対する邪惡な悪魔たちの戦いであり、その中で、私たちが述べたように、勝利もあれば敗北もある。勝利者には冠が待っており、倒れて悔い改めない者には苦しみがある。それでは、彼らの邪惡な助言が、目に見える罪深い行いとして実行されないよう、心の中で彼らに立ち向かおう。あらゆる罪を心から断ち切り、自らの内なる天の御国を見出すことに熱心になろう。このような素晴らしい行いを通じて、私たちは心の清さと、神の前での絶え間ない悔い改めを保つのである。

37. 多くの修道士たちは、悪魔によって心が惑わされることを知らない。彼らは、心のことには気を配らず、行いにおいて正しくあることに専心し、素朴で純真な生活を送っている。彼らは心の清さを味わったことがないため、内なる情欲の闇を全く知らないのだと思う。聖パウロが語る戦いを知らない者たちは、おそらく経験上、善と悪の区別がつかないのであり、行いによって犯される罪だけを墮落と見なし、感覚的な目には見えない心の勝利や克服を顧みない。それらは秘められており、ただ唯一の功労者である神と、奮闘する者の良心のみが知っているからである。聖書の次の言葉は、まさにそのような人々に向けて語られているように思われる。「『平安、平安』と言うが、平安はない」（エゼキエル13:10）。純真さゆえにそのような状態にある兄弟たちのために祈り、可能な限り彼らを教え導き、目に見える悪行だけでなく、心の中で働く悪からも遠ざかるようにしなければならない。一方、神聖な願い——すなわち、魂の目（魂の視力そのもの）を清めたいと願う者たちにとっては、そこにはキリストの御業があり、また別の秘跡がある。

38. 死を深く心に留めることは、実に多くの美德を兼ね備えている。それは嘆きの母であり、あらゆる面での節制への導き手であり、ゲヘナを思い起こさせるものであり、祈りと涙の母であり、心の守護者であり、内省と分別という泉である。その実りである、神への深い畏れと、情欲的な思いから心を清めることは、多くの主の戒めを包含している。そのような心の中には、極度の苦勞を伴いながら耐え抜かれる闘いと偉業が映し出される。そして、これこそが、多くのキリストの戦士たちのすべての関心事なのである。

39. 予期せぬ出来事や災難は、通常、精神的な集中を乱し、心を救いをもたらす穏やかな心境から引き離し、より良いものへの願望を消し去って、罪深い争いや不和へと引きずり込む。しかし、私たちにあってこれほど有害な災難が生じる原因は、誘惑（いつどこから襲ってくるか分からないほど、常に私たちを襲う準備ができているもの）に対して、何の備えもしていないことにある。

40. 常に私たちを待ち受けているあらゆる悲惨な出来事も、それが避けられないことを自覚し、常にそのことを心に留めておくならば、私たちを動揺させたり悲しませたりすることはないでしょう。だからこそ、神聖な使徒パウロはこう言っているのです。「私は、弱さ、苦難、必要の中であって喜ぶ」（Ⅱコリント12:10）。また、「キリスト・イエスにあって敬虔に生きようと

する者は皆、迫害を受ける」（Ⅱテモテ3:12）とも。それゆえ、世々限りなく栄光がありますように。アーメン。

## イリヤ長老兼エクディク

### 彼に関する簡単な紹介

このイリヤ長老（エクディクとも呼ばれる）が、聖グレゴリオス・テオロゴスの神学用語を解説したイリヤ・クリテスであるのか、それとも別の人物であるのかは定かではない。しかし、以下の章節から判断するに、彼は外的な知恵、とりわけ私たちの霊的な知恵において、極めて賢明な人物であったことが見て取れる。また、彼の言葉は、所々難解ではあるものの、表現力豊かで力強い。それゆえ、賢明なイリヤの章節がそう呼ばれているように、この『花の集い』をある種の霊的な庭園——色とりどりの穀物だけでなく、果樹にも満ち溢れた——と呼ぶのは誇張ではないだろう。そして、霊的な慰めを求める人々をこの楽園に招き入れることを恥じる必要はない。彼らのすべての霊的な感覚——視覚、嗅覚、味覚——が、ここで豊かな満足を見出すと確信しているからだ（要約——グレチ・ドブロトの序文より）。長老イリヤの各章の題名である『アンフォロギオン』（花語、あるいは花の集い）は、それらが聖なる教父たちの著作を読んでいる際にまとめられたことを思わせる。神の老人は、教父たちの思想を自らのものとし、それを自分の中に留めておきたいと願い、時には教父たちの言葉で、時には自身の言葉で表現しながら書き留めたのである。そのため、これを読む人々は、そこに聖父たちのうちの一人あるいは別の人の反映を見出したり、あるいは西欧で実際に起きたように、それらを聖父たちの誰かに帰属させたりすることさえあった。そこ、すなわち聖マクシムスの著作を収めたバチカン写本においては、それらはこの教父に帰属させられている。また、聖教父たちの著作を最近刊行したミグネは、それらを聖マクシムスの著作の中に、彼の700章にわたる観想的・実践的な章の後に、次のような見出しを付けて収録した。『聖マクシムスの著作集（ヴァチカン写本）』（Patrologia graecae t. XC）から採られたその他の章。我々は、『ギリシャ教父叢書』の編纂者たちが、これらの章を誰の著作に帰すべきかを見極めるのがより容易であったと考え、彼らに従い、これらの章をあるイライア司祭の著作であると認める。参考までに、『ギリシャ教父叢書』では、これらの章が二部（109～140）に分けられていることに留意されたい。ミグネの版では、章は最初から最後まで連続した番号が振られている。我々は、この点において後者の方式に従う。読者は、我々の翻訳において、章の番号が連続しておらず、欠番があることに気付くだろう。これらの欠番は、それに対応する章が、理解しにくいため省略されたことを意味する。もっとも、そのような章はごくわずかである。

### イリエ、最年少の長老、およびエクディクによって精選された『花集』

1. 神を正しく信じるキリスト教徒は、無頓着に油断に身を任せてはならず、常に試練を予期し、それに立ち向かう準備をしておかなければならない。そうすれば、試練が訪れた際、驚いたり動揺したりすることなく、感謝の心をもって苦難の重荷に耐え忍ぶことができる。その際、詩篇において預言者がこう語っていることを心に留めておくべきである：「主よ、わたしを試み、わたしを試練にさらしてください」（詩編25:2）——また、別の詩編において、預言者が「あなたの懲らしめ」が「わたしを滅ぼす」とは言わず、「ついにわたしを正してください」（詩編17:36）と語っていることである。

2. 善の始まりは神への畏れであり、その終わりは神への愛である。あらゆる善の始まりは、能動的な知性と意味ある行いである。なぜなら、知性なき行いは善ではなく、行いのない知性は不成功（進歩しない）だからである。



3. 体の行いは断食と徹夜であり、口の行いは詩篇の詠唱である。しかし、祈りは詩篇の詠唱よりも優れており、沈黙は言葉よりも尊い。手の働きとは、それらが不平を言わずに成し遂げることであり、足の働きとは、それらが最初の合図に従って実行することである。魂の働きとは、純朴さを伴う節制であり、節制をもって行動する純朴さである。また、知性の働きとは、観想における祈りであり、祈りににおける神の観想である。

4. すべての美德を率いるのは、慈悲と真理であり、その産物は謙遜である。そして、聖なる教父たちによれば、そこから生じる分別こそが、それなしには（前述の美德の）どれ一つとしてその終着点を見出す（あるいは到達する）ことはできない。

5. 行いは、理性の轡を軽んじるため、あちこちを無益にさまよう子牛のようだ。一方、理性は、行いの正直な衣を脱ぎ捨てると、いかに巧妙にそう見せかけようとも、品位あるものとは見なされない。

6. 気高い魂は、二つの燃える灯火——能動的なものと観想的なもの——を手を持つ妻のように、生涯を通じてその務めを果たす。これとは対照的に、快樂に甘やかされた魂には逆のことが起こる。

7. 魂が罪から完全に解放されるためには、自発的な苦難だけでは不十分であり、さらに、自発的ではない苦難という灼熱の炉の中で鍛え直されなければならない。

8. 魂は、罪から完全に清められるために、剣のように火と水、すなわち自発的および非自発的な労苦と苦難を通り抜けない限り、不快な出来事に遭遇した際に無傷でいられることはない。

9. 自発的な誘惑には、健康、富、名声という三つの主な原因があるように、非自発的な誘惑にも、損失、病気、中傷という三つの原因がある。しかし、これらすべては、ある者にとっては建設となり、またある者にとっては破滅となる。

10. 真に徳ある者は、その内に善を根付かせているが、虚栄心の強い者においては、それは単なる思考に過ぎない。一方、徳を妬む者は表面に悪を抱え、自己満足な快樂主義者は心の奥底に悪を抱えている。

11. 悪を憎む者が、善き行いに欠けることは、めったになく、また意図的なものでもない。しかし、なおも悪の原因を育てている者においては、それは頻繁に、しかも自発的に起こる。

12. 悔い改める気概を持たない者は、より頻繁に罪を犯す。一方、気概なくして罪を犯す者にとっては、悔い改めは容易に果たせるものであり、そもそもその必要性が生じることも稀である。

13. 語られる言葉には、感情と良心が伴わなければならない。そうしてこそ、「その中に主がおられる」（マタイ18:20）と語られた神の御言葉が、語られたことやなされたことにおける厚かましきや無作法さのために、恥をかくことがないようにするためである。

14. 行いによって自らの魂を不義に染めていない者であっても、言葉によってその魂を汚れから守っているとはまだ断言できない。また、言葉によって魂を清く保っている者であっても、思いによってそれを汚していないとはまだ断言できない。なぜなら、罪を犯す者は三つの方法（すなわち、行い、言葉、思い）によって罪を犯すからである。

15. 罪の姿をまだ快樂をもって思い描いている限り、あなたは徳の姿をはっきりと見ることはできない。罪の姿を最初に味わいたいと願い、そのイメージから自分の顔を遠ざけたとき、初めてその罪はあなたにとって憎むべきものとして映るだろう。

16. 悪魔たちは、最初に行いではなく思いによって魂と戦う。しかし、彼らが主に狙っているのは、やはり行いである。行いの原因は聴覚と視覚であり、思いの原因は習慣と悪魔である。

17. 魂の罪深い部分は三つあり、それは行い、言葉、そして思いとして現れる。一方、罪を犯さないという善は六つある。なぜなら、それを実現するためには、五感と発する言葉を、決して過ちを犯さないよう守らなければならないからである。「もし、言葉において罪を犯さない者がいるなら、その人は完全な人であり、全身を制する力がある」と聖ヤコブは述べている（ヤコブの手紙3:2）。これは五感にも当てはまる。

18. 言葉を持たない魂の部分は六つに分けられる。すなわち、五感と、語る言葉である。この言葉は、無情な時には他のすべての部分を正し、それらに不可分に分かれて作用するが、情に流されると、それらすべてを自らによって穢してしまう。

19. 肉体は断食と徹夜なしには清められず、魂は慈悲と真理なしには清められない。また、知性も、神との黙想と対話（すなわち祈り）なしには清められない。これら二つのうち、この最後のものでこそ最も重要なものである。

20. 前述した美德の輪の中で巡り続けることで、魂は、忍耐という砦を築き、誘惑の矢が及ばない場所とする。「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」と主は言われる（、ルカ21:19）。もし魂がそれとは異なる状況にあるならば、それはまるで城壁のない城のように、遠くから聞こえる轟音や騒音にさえ、恐怖の衝撃によって激しく揺さぶられてしまうのである。

21. 言葉において賢明な者が、すべて霊的な行いにおいても賢明であるとは限らない。しかし、霊的な事柄において賢明な者は、すべて外的な事柄においても賢明である。なぜなら、この外的なもの（肉体、感覚、立場）は、すべての人から貢ぎ物を徴収しているが、誰もが等しく貢ぎ物を支払っているわけではない。中には、これを完全に拒む者さえいるからである。

22. 理性は、その本質において分割不可能であるが、しかし様々な分量に分けられる。ある者にはその大きな分量が与えられ、別の者には小さな分量が与えられるからである。活動的な美德が、種族的（普遍的）な美德の助けを借りて増大し、拡大していくにつれて、それぞれの美德において可能な限りの善を成し遂げるようになるまで。なぜなら、行動的な生活の欠如に応じて、理性もまたより少ない分量しか得られないのが常だからである。

23. 賢明な沈黙の食卓の仲間、時間と節度である。その食事とは真理であり、その力によって、嘘の父は、すべてから身を遠ざけた放浪者の魂を訪れても、そこで普段求めているものなど何一つ見出せない。

24. 真に慈悲深いのは、気まぐれに余分なものを配る者ではなく、必要なものを略奪者たちに進んで譲る者である。

25. ある者は、物質的な富をもって、施しを絶えず続けることによって、非物質的なものを得る。また、ある者は、尽きることのない善を味わい続けることによって、非物質的なものを通じて物質的なものから離れるのである。

26. 誰もが恵みに富むことを喜ぶが、神の摂理によって富を得た者が、それを長く享受することを許されないのは、悲しいことである。

27. あなたの意志に反して、あなたを「手術」（すなわち、あなたの中に潜む悪を糾弾によって引き出した）した者を恨んではならない。むしろ、取り除かれた不浄なものを見つめ、自分自身を嘆き、あなたに対してそのような取り決めをなされた神を賛美せよ。

28. 自分の（精神的な）病の困難さを見て、気落ちしてはならない。むしろ、それに対する最も効果的な治療法である困難な行いを実践し、もし自分の魂の健康を心から気にかけているのなら、その病から自分自身を遠ざけなさい。

29. 自分の心の病を強く感じるほど、その病を指摘してくれた者に感謝しなさい。なぜなら、それによってその人は、あなたにとって完全な清めのきっかけとなったからである。その清めなくしては、心は祈りの清らかな領域に入ることができない。

30. 非難されたときは、黙っているか、あるいはその非難が中傷的なものであるならば、穏やかに反論すべきである。それは自分の主張を通すためではなく、おそらく無知ゆえに惑わされた非難者の過ちを正すためである。

31. 高慢な者が自分の欠点を知らないのと同じように、謙遜な者は自分の美德を知らない。なぜなら、前者においては、自己を責める無知がすべてを覆い隠し、後者においては、神に喜ばれるものがすべてを覆い隠しているからである。

32. 非難は魂に活力を呼び起こすが、称賛は魂を緩め、善を行うことを怠惰にさせる。

33. 富の支えは金であり、徳の支えは謙虚さである。金に恵まれない者は、たとえ外見上はそう見えなくとも貧しいものであるように、謙虚さのない徳ある者は実りある者とはならない。
34. 金なしでは、たとえその才能がどれほど優れていようとも、商人は商人とは言えないのと同様に、謙虚さなしでは、たとえ自分の分別をどれほど頼りにしていようとも、善行に励む者は美德の良き実を見出すことはできない。
35. すべての戒めを忠実に守ることに励むべきであるのと同様に、婚礼の宴に招かれた者たちの間にあって、自分だけがよそ者とならないよう恐れる者は、謙遜の知恵にますます深く浸らなければならない。
36. 質素さと節制を結びつけ、謙遜と知恵を真理と調和させよ。そうすれば、あなたは真理の食卓を共にする者となるだろう。真理の後には、あらゆる他の美德が、まるで食卓に招かれるかのように、喜んで寄り添うのである。
37. 善良な気質は美德の美しさを物語り、身だしなみの良さは魂の平安を物語る。
38. 第一の善は、何事においても過ちを犯さないことである。第二の善は、自分の過ちを明らかにすることを恥じないことである。しかし、その過ちを恥知らずにも誇示してはならず、むしろ謙虚になり、非難された時には自分自身をも戒め、喜んで悔い改めを受け入れることである。もしそうしなければ、神に捧げられるすべてのものは価値を持たない。
39. 自発的な苦難（自己犠牲の行い）においては、中傷、損失、病といった不本意な苦難も、従順に受け入れるべきである。これら後者を従順に受け入れず、それらに不満を抱き、不平を言う者は、常に塩のないパンを食べようとする者に似ている。
40. 主でありながら、しもべの姿を受け入れる者とは、神の言葉をもって隣人の（魂の）衣の汚れを洗い流し、破れた部分を繕い、継ぎ当てを当てる者である。しかし、このように行う者は、まるで虚栄心からそうしているかのように見られがちだが、そうする理由と、それに対する報いによって、自分にふさわしい権威の尊厳を失わないよう、注意しなければならない。
41. 「主はあなたの出入りを守られる」（詩編120:8）——これは、食事と言葉に対する節制によってである。なぜなら、食物——入ってくるもの——と、言葉——出ていくもの——の摂取を節制する者は、目の欲望を避け、無分別な怒りを抑え込むからである。これらは、修行者が何よりも注意を払うべきことであり、それらが表に出ないようにしなければならない。これにより、活動は力を得、瞑想は堅固さを得る。
42. 一方、食物の摂取には細心の注意を払うものの、言葉の発言については無頓着な者もいる。そのような者たちは、『伝道の書』にあるように、心から怒りを、肉から情欲を追い出す術を知らない（伝道の書 11:10）。それによってこそ、私たちを新たにする聖霊によって、心は清く造り変えられるのである。
43. たとえ食糧の不足によって腹が空いて燃えるようになろうとも、また、言葉を慎むことによって心が苦しくなろうとも、あなたの力——すなわち、常に渴望し、苛立ちやすいその力——は、常に善のために用いられるであろう。
44. 修行者は、敵である肉体をいつ、どのような食物で養うべきか、また、疲れ果てた友として、いつそれを慰め、力づけるべきかを知らなければならない。そうすることで、敵である時に友としての食物を、友である時に敵としての食物を誤って与えてしまい、そのどちらかで肉体を苛立たせ、試練の時に、戦っている敵の側に立ってしまうような事態を避けるためである。
45. 食物を口にする者が、喉の快楽よりも栄養を優先するとき、涙の恵みが彼を訪れ、彼を慰め始める。その力はあまりにも強大であるため、彼は他のあらゆる甘美さを忘れ、これらの涙の比類なき甘美さに完全に満たされるのである。
46. 自分の道を広げようとする者からは涙は枯れ果てるが、狭い道を愛する者からは、涙が泉のように湧き出る。
47. 罪人であろうと義人であろうと、悲しみなしにはいられない。しかし、前者はまだ罪から完全に離脱できていないことを悲しみ、後者はまだすべての善を掌握できていないことを悲しむのである。

48. 祈りと沈黙は、私たちの力の及ぶ範囲にある美德に属する。一方、断食と徹夜は、私たちの力の及ぶ範囲に完全には属さない美德に属する。なぜなら、それらは体の体質にも依存するからである。したがって、修行者は、自分にとって最も実行可能で有益なものを選ぶべきである。

49. 祈りの家は忍耐である。なぜなら、忍耐によって祈りは支えられているからである。そして、祈りの糧は謙遜である。なぜなら、謙遜によって祈りは養われているからである。

50. 小さなことに縛られてはならない。そうすれば、大きなことにも支配されることはない。なぜなら、小さな悪よりも大きな悪が先に生じるようなことは決してないからである。

51. 慈悲と真理が君臨する者には、神に喜ばれるすべてのものが備わっている。なぜなら、慈悲なくして誰をも裁くことはなく、真理なくして誰に対しても人間愛を示すことはないからである。

52. 節制を純真さによって溶かし去った者は、あの世の至福に与る者となる。

53. あなたと闘う情欲を断ち切ることはできない。なぜなら、それらが糧を得る土壌を耕すことをあらかじめやめない限り、それらを根絶することはできないからである。

54. ある者は肉体のみを清めようと努め、またある者は魂までも清めようとする。なぜなら、ある者は罪深い行いからだけ自制する力を得たが、またある者は情欲からも自制する力を得たからである。そして、欲望そのものからも自制する力を得た者は、極めて少ない。

55. 罪への誘惑が思考よりも強い者は、たとえまだ罪を犯していなくとも、情欲に駆られている。罪の行為（エネルギー）が思考よりも弱い者は、たとえ内面で情欲に支配されていようとも、快楽に溺れている。そして、どちらにも自由気ままに、あるいはむしろ卑屈に執着している者は、情欲に囚われている。無情な者とは、こうした様々な罪深い動きや状態を知らない者（それらを経験しない者）のことである。

56. 情熱は断食と祈りによって、好色は徹夜と沈黙によって、偏愛は沈黙と注意によって、魂から追い出される。一方、無情は神への記憶によって確立される。

57. 無情の口からは、まるで蜜の巣のように、永遠の命の言葉が滴り落ちる。果たして、誰がその口に自らの口を触れさせ、その乳首の間に身を寄せ、その衣の甘い香りに包まれるにふさわしい者だろうか？ ——すなわち、感覚を通じて私たちが知るあらゆる香りよりも優れた芳香を放つ美德の果実を味わうこと（雅歌 4:10, 11）なのか？！

58. 目に見えるものからは、あらゆる魂が裸にされる。しかし、罪の体からは、この世の生活の甘美さを味わった者たちのうち、そう多くは裸にされない。

59. 生きている者の中で、肉体的には皆死んでいるが、罪に対して死んでいるのは、心の底からそれを憎んだ者たちだけである。

60. 理性ある魂は、感覚的な光と思考的な光の境界に位置しており、一方の助けを借りては肉体的な事柄を見たり行ったりすることができ、もう一方の助けを借りては霊的な事柄を見たり行ったりすることができる。しかし、当初から定着していた感覚的な光への慣れにより、その魂の中で精神的な光が曇り、感覚的な光がより鮮明になってしまったため、祈りの際に精神的な光に完全に身を委ねない限り、その魂は神聖な事柄へと視線を全面的に向けることはできない。しかし、やむを得ず、闇と光の狭間に留まらざるを得ず、（感覚的な）闇の中では習慣や傾向に従って彷徨い、（精神的な）光の中では単なる空想にふけることになる。

61. 祈りが、太陽の光線のように心と共に在るように。祈りなしには、感覚的な気遣いが、水のない雲のように周囲を漂い、心に本来備わっている明るさを奪ってしまうからである。

62. 情欲に駆られた心は、まず感覚的なものに対する快楽を求める思いに執着を捨て去らなければ、狭い祈りの扉をくぐることはできない。そうしなければ、常にその（思い）の影の中でぐるぐると回り続け、実りのない苦しみを受けるだけである。

63. もし心が、感覚的なものに対するあらゆる余分な執着を捨て去らなければ、容易に高みへと昇ることはできず、また自らの位階を理解することもできない。

64. 涙に支えられた祈りは、魂からそれに敵対するあらゆる思いを外へと吐き出す。しかし、それらを再び呼び戻すのは、無駄話によって助長される心の迷いであり、それを追い払う者は、同時に、すべてを滅ぼす傲慢の悪（視線、言葉、動作における節制の欠如）も追い払うのである。

65. 断食は、その顕著さゆえに昼の象徴であり、祈りは、その隠微さと秘匿さゆえに夜の象徴である。もし、その両方を適切に実践し、互いに調和させることができれば、その人は目指す都に到達し、そこから「病も、悲しみも、嘆きも」遠ざかるであろう（イザヤ書 54: 11）。

66. 霊的な行いは、それに応じる肉的な行いがなくとも、成し遂げられ、維持されることができる。そして、物質的な行い（すなわち肉的な行い）よりも、より優れた非物質的な（すなわち霊的な）行いを優先した者は、幸いである。それを持つ者は、他者には隠されているが、神には明らかな祈りの生活を送ることで、外的な行いの欠如を補うのである。

67. 使徒は、信仰をもって忍耐し、希望をもって喜び、祈りに留まるよう私たちに呼びかけています。そうすることで、喜びという恵みが私たちのうちに留まるのです。そうであるならば、忍耐を持たない者は信仰も持たず、喜びを持たない者は希望も持たないということになる。なぜなら、喜びの源である祈りを拒み、その中に留まっていないからである（ローマ12:12、コロサイ4:2、ヘブライ12:1）。

68. かつて、自分の領域から目を離れた心は、その輝かしい光輝を忘れてしまった。それと同じように、今、この世のすべてを忘れてしまった心は、祈りによって再びそこへ立ち返らなければならない。

69. 幼子にとって母の乾いた乳房がそうであるように、心にとって、慰めを与えない祈りとはそのようなものである。しかし、もし祈りが異なるものとなるなら（すなわち、心に慰めをもたらすなら）、そのとき心は、喜びのあまり母の腕の中で眠りにつく幼子に似る。

70. 食物と衣服以外のすべての物質的なものから離脱していない者は、祈りと交わることはできない（1テモテ6:8）。もし心をつにして祈りに没頭したいのなら、他のすべてのものから離れよ。

71. 祈りにおいて、すべての人が同じ目的を持っているわけではない。ある者はある目的を、またある者は別の目的を持つ。ある者は、可能であれば自分の心が常に祈りと共にあり、祈りの中でますます高みへと昇っていくことを願って祈る。またある者は、祈りの最中に雑念に邪魔されないよう（その習慣を身につける）ことを願って祈る。しかし、概して言えば、すべての人が、善のうちに保たれること、あるいは悪に引きずり込まれないことを願って祈っているのだ。

72. もし祈りから離れる者が、誰一人として謙遜でない者などいないとすれば——なぜなら、誰もが祈るとき、謙遜のうちに心を砕くからである——それならば、外見上、高慢で厚かましい態度を示す者は、明らかに謙遜のうちに祈っていないということになる。

73. 祈りにふけている間に、冷酷な裁判官に正義を行わせるよう懇願した未亡人の姿を見つめるならば、祈りによって求める恵みがすぐには得られなくても、「失望すること」（ルカ18:3）はなくなるだろう。

74. もし内面で虚しい思いにふけり、外では空虚な会話に耽っているなら、祈りはあなたと共に留まることはない。しかし、祈りのために自らの内から多くのものを断ち切る者には、祈りはすぐに戻ってくるのが見られる。

75. もし祈りの言葉が魂の奥底に浸透しなければ、涙は魂の頬を洗い清めることはない。

76. 天の御国への鍵は、祈りである。それを正しく守る者は、その友たちに約束された（備えられている）恵みを見る。しかし、現世のことしか見ない者は、まだ祈りにおいて大胆さを得ていないのである。

77. 祈りの最中、知性が神の前で大胆にこう言うことはできない。「あなたは私の束縛を解き放たれた。私はあなたに賛美のいけにえを捧げよう」（詩編115:7）；もし、より良いものを渴望して、臆病さ（肉体の束縛による命への恐れ）や怠惰、過度の睡眠や過食——これらこそが墮落の原因である——から脱却していなければ。

78. 祈りの最中に心がさまよっている者は、第一の垂れ幕の外（幕屋の庭）に立っている。この垂れ幕の内側、すなわち幕屋の中（その前部で「聖所」と呼ばれる場所）には、心が散らされることなく祈る者がいる。至聖所には、自然の思いや動きを鎮め、あらゆる被造物を超えたお方と一つとなり、そのお方から必要な啓示を受け取る者だけが、入り込むことができる。

79. 魂があらゆる外的なものから解放され、祈りと一体となったとき、あたかもある種の炎がそれを包み込み、その全体を、まるで鉄が火に貫かれたかのようにする。そしてその時、魂——それは依然として同じ魂であるが——は、赤熱した鉄のように、あらゆる外部のものに対して不可侵となる。

80. 活動的な生活を立派に送っている者たちにとって、祈りは時に雲のように彼らを覆い、彼らを焼き尽くそうとする思いを抑え、また時には雨の雫のように彼らを潤し、霊的な観想を彼らに示してくれる。

81. 心は、高みへと向かうとき、即座にそこへ駆け上がるのではなく、この世のあらゆるものを完全に軽んじ、神聖な行いに身を捧げた後に、ようやくそこへ至るのである。

82. もしあなたが、肉体や美食、金銭に対するあらゆる執着から自分の心を解き放つならば、そのとき、あなたが何をするにせよ、そのすべてが、あなたから神への純粋な捧げ物として数えられるだろう。そして、その報いとして、あなたの心の目が開かれ、そこで神の律法を明確に学ぶことになるだろう。それらの律法は、そこから発せられる心地よさゆえに、あなたの知性ある喉には、蜜や蜂の巣よりも甘く感じられるだろう。

83. あなたが自分の心を、肉体や金、美食への欲望よりも高い次元へと引き上げることができないのは、それを義人の清らかな国へと導かないからである。その国において（あるいはその国の働きによって）、死と神への記憶が心に深く根ざし、地上の欲望によるあらゆる反逆をその中から滅ぼすのである。

84. 死の記憶ほど恐ろしいものではなく、神の記憶ほど素晴らしいものはない。前者は救いをもたらす悲しみを植え付け、後者は霊的な喜びで満たしてくれる。なぜなら、預言者ダビデはこう歌っている。「私は神を思い起こし、喜びに満たされた」（詩編76:4）。また、知恵の書はこう教えている。「あなたの最期を思い起こせ。そうすれば、永遠に罪を犯すことはない」（シラ書7:39）。

85. 心が「神の栄光を明らかにした顔」を仰ぎ見る（Ⅱコリント3:18）までは、魂はその心の中で「わたしは主を喜び祝う」（詩編103:34）、「その救いを喜び祝う」（詩編19:6）と、その心の中で叫ぶことはできない。なぜなら、自己愛という覆いとその心に覆いかぶさっており、それは自発的・非自発的な苦しみや欠乏なしには取り除かれることがないからである。そして、それが覆いかぶさっている限り、万物が如何にあり、如何に起こるかを彼女に見せることはない。

86. エジプトからの脱出の後、すなわち、行いによって罪が断ち切られた後でもなく、海を渡った後、すなわち、罪への共感や傾きが断ち切られた後でもなく、荒野での滞在の後、すなわち、あらゆる苦難、欠乏、悲しみを耐え抜いた後、イスラエルの指導者は、約束の地、すなわち、鋭い知的な洞察力を備えた無執着を、見ることに至ったのである（申命記34:1）。

87. 荒野を旅する者たち——すなわち、罪が活動停止状態にある者たち——は、ただ聞くだけで、その至福の地の恵みを知っている。その恵みを自らの目で目撃する者たち——すなわち、徳と従順の労苦の中にあり、希望をもってそれらを抱く者たち——は、その地に入ることを許された者たちは、五感のすべてをもって、蜜や乳のようにそれらに満たされるのである。

88. 肉적인自然な衝動を持つ者は、まだキリストと共に十字架につけられてはおらず、肉적인思いや感情を抱く者は、まだキリストと共に葬られてはいない。では、そのような者が、いかにしてキリストと共に立ち上がり、「新しいいのちを歩む」（ローマ6:4）ことができるだろうか。

89. 太古の昔から、人々は神殿に「脱穀場と搾乳場からの初穂」を捧げるよう命じられていた（出エジプト記22:29）。しかし今、私たちは神に、実践的な徳の初穂として節制と真理を、



また観想的な徳の初穂として愛と祈りを捧げなければならない。前者は情欲や怒りの衝動を断ち切り、後者は虚しい思いや、それらが生み出す悪しき考えを断ち切るためである。

90. 実践的徳の始まりは、節制と謙遜、真理と貞潔であり、その終わりは、心の平安と身体の聖なる清さである。

91. 真に善い行いは、単に善意（すなわち、善き心をもって）善を行うことだけでなく、適切に行うこと、すなわち、行う者が行うことに対して、時と度合いをわきまえることも必要とする。

92. 行動に観想が伴わなければ確固たるものにならないのと同様に、相応する行動を伴わない観想は真の観想とはならない。行動は観想に浸透されなければならないのと同様に、観想もまた行動によって確固たるものとなるべきである。それは、一方では悪を無力化し、他方では善意に満ちた善行の実践において、徳を力強く現すためである。

93. 活動的な生活の目的は情欲の克服にあり、観想的な生活の目的は美德の洞察にある。

94. 実践的な徳の分野において、多くの者は「走り去るが、栄冠を受けるのはただ一人である」（Iコリント9:24）——それはまさに、観想を交えつつその究極を目指そうとする者である。

95. 活動的な者は、長く観想の中に留まることはできない。なぜなら、彼は観想に関して言えば、誰かにその家に迎え入れられた旅人のようであり、しかしその家からはすぐに立ち去らなければならないからである。

96. 活動的な者は、神の戒めの門を通して祈りに入る。一方、観想者は、霊的な賛美と歌声に包まれながら、美德の庭に留まる。前者は束縛から解放されたことを感謝し、後者は、自分たちに戦いを挑んできた者たちを捕虜にしたことを感謝する。

97. 心の船の漕ぎ手とは、思いのことである。懼とは、魂の生命力——活力（エネルギー）と欲望、意志と自発性（選択、決意）——のことである。行動的な者は常にこれらを必要とするが、観想的な者は必ずしもそうではない。

98. 行動する者においては、感覚的な事物のイメージが多数あるため、祈りの最中、心に覆いがかけられており、それらへの共感によってその覆いを開くことができない。一方、そのような共感を持たない観想者だけは、率直な心で、神の栄光を部分的に見ることができる。

99. 理性ある魂の庭とは感覚であり、神殿とは推論であり、大祭司とは知性である。こうして、庭には時宜に合わない思念にふける知性が立ち、神殿には時宜にかなった思索に没頭する知性がある。しかし、神聖な聖所へと入ることを許された者は、そのどちらにも関与しない。

100. 活動的な魂の家には、労苦の重さゆえに「嘆き、哀れみ、悲しみ」（エゼキエル書2:10）が宿っている。一方、観想的な魂には、知恵の喜びゆえに「喜びと告白の声」（詩篇41:5）が聞こえる。

101. 精神的な事物を観想することは、まさに楽園である。霊的な人は、祈りの中でそこへ家に入るかのように入っていく。一方、活動的な人は、それに対して、そこを覗き込みたいと願う通行人のようであり、しかし、その家の塀が自身の霊的な成長よりも高いため、中に入ることができないのである。

102. 活動的な人は、もし、族長アブラハムのように、自然の法である「自分の家」から、そしてそれに匹敵する自己満足的な生活である「自分の親族」から「出て行かない」限り、完全な道徳的美しさを身につけることはできない。なぜなら、そうして初めて、彼もまた、印として、生殖の欲望の割礼（創世記17:11；ローマ4:11）を受けることになるからである。その欲望こそが、生まれながらにして私たちを覆い、完全な自由を受け入れることを妨げているのだ。

103. 活動的な生活において、断食と徹夜は「腰に帯を締めること」であり、観想的な生活において、沈黙と祈りは「燃え続ける灯」である（ルカ12:35）。

104. 不完全な心には、実り豊かな祈りのぶどう園に足を踏み入れることは許されない。その心には、貧しい者に与えられる「ぶどうの収穫の残骸」（申命記24:21）のように、ただ詩篇の詠唱だけが与えられるのである。

**105.** 王と語り合うことを許された者すべてが、その食卓に招かれるわけではないのと同様に、神との祈りの対話に臨む者すべてが、祈りの観想の状態へと導かれるわけではない。

**106.** 怒りを抑えるのは時宜を得た沈黙であり、言葉に表れない欲望を抑えるのは節制ある食事であり、抑えきれない思いを抑えるのは簡潔な祈りである。

**107.** 深淵に降りて、そこから感覚的な真珠を手に入れようとする者も、高みへと昇って、そこで霊的な真珠を見出そうとする者も、前者が衣服を脱ぎ捨てず、後者が感覚的なものすべてから身を解き放たなければ、望み求めているものを得ることはできない。

**108.** 祈りの際に心の奥底に意識を集中させる知性は、花嫁と語り合う花婿のようだ。しかし、自らの内面に入らない者は、婚礼の殿堂の外に立ち、嘆きながらと叫び、「誰がわたしを、守りの城へと導いてくれるのか」（詩篇59:11）と。あるいは、祈りの際に「虚しいことや偽りの騒ぎに目を向けない」（詩篇39:5）ように、誰が私の導き手となってくれるのか。

**109.** 塩のない食物が喉にとって何であるか。それと同じように、悔い改めを伴わずに捧げられる祈りは、心にとって何であるか。

**110.** まだ祈りを求めている魂は、陣痛に苦しむ妻のようだ。しかし、祈りを見出した魂は、出産を終え、その誕生によって喜びに満ちた妻のようだ（ヨハネ16:21）。

**111.** かつて、山に住んでいたアモリ人は、「その山の頂上へ登ろうとした者たち」を打ち倒した（民数記14,44.45；申命記1,44）。しかし今や、邪悪な忘却が、心の清らかさを達成する前に、清らかな祈りの頂点へ登ろうとする者たちを追い払っている。

**112.** 祈りは、祈りとして、初心者を含める糧となる。何らかの観想と結びついた祈りは、心を潤す油となり、また、観想を伴わない（想像を伴わない）祈りは、芳醇なぶどう酒のようで、それを飽くことなく飲む者は恍惚の状態に至る（詩篇103:15）。

**113.** 修行者は、自分の体を一つの種類の食物に限定し、心を単一の言葉による祈りに集中させる必要がある。そうすれば、情欲に支配されなくなるため、祈りの最中に主への歓喜に浸ることができるようになる。

**114.** 棒を振りかざして犬を威嚇すれば、犬は自分に対して敵意を抱く。同様に、純粹に祈ろうと自らを律する者は、悪魔たちを苛立たせるのである。

**115.** 絶え間ない祈りの修練によって、祈る者の心に詩篇の言葉が刻み込まれると、その時、その人は肥沃な大地のように、自ら進んで、時には霊的な領域における観想の薔薇を、時には物質世界の美しさと調和を理解するユリを、時には目に見え難い神の多様な裁きを悟るスマイレを、生み出し始めるのである。

**116.** 自分自身から完全に離脱し、祈りに全身全霊を捧げた魂は、被造物よりも高い領域から地上へと降りてくる。それは、魂が望む時ではなく、私たちのすべてを量りと重さで支配される御方が御心に適う時にのみ起こる。

**117.** 戦士は戦いが終わると武器を置く。そして、観想者は、心を解き放たれて主のもとへ昇る時、思考を置くのである。

**118.** 将帥は、戦いで戦利品を得られなければ嘆く。一方、活動的な人生を送る者は、祈りの中で霊的な観想に与ることができないとき、嘆き悲しむ。

**119.** 鹿は、獣に傷つけられたかのように、物質的な水の泉へと駆け寄る（詩編41:2）。一方、祈りの最も甘美な矢に貫かれた魂は、霊的な啓示へと向かっていく。

**120.** 星々は日の出とともに姿を隠すが、思いは、心がその領域へと戻るにつれて消え去る。

**121.** そして、瞑想的な心もまた、本性の欲求に駆られて天から地上に降りてきたとき、かつてこう語った者と同じことを叫ぶことができる。「神の美しさ以上に驚くべきものがあるだろうか？　そして、神の威光について考えること以上に喜びに満ちた思いがあるだろうか？」そして、神によって、あらゆる悪から清められた魂に燃やされる愛ほど、生き生きとして抑えがたい感情が他にあるだろうか。その魂は、心の満ち溢れるままにこう語るのだ。「私は愛に刺された」（雅歌2:5、5:8）。

**122.** 「わが心はわが内に温まり、わが教えの中に火が燃え上がる」（詩編38:4）と言うことは、神を慕って祈ることに倦むことなく、「人の目」を見ることを望まなかった者（エレミヤ書17:16）にふさわしい。

**123.** また、活動的な魂も、『雅歌』の花嫁のように語りかけよ。彼女がすべての悪、邪悪な悪魔や悪意ある思いを取り除いた後、それらが悪魔たちが彼女を「再び虚しさや偽りの狂乱に目を向けるよう」（詩編39:5）強要し始めたとき、こう言うのである：「私は自分の衣を脱ぎ捨てた。どうしてまたそれを身にまとうことができようか。私は自分の足を洗った。どうしてまたそれを汚すことができようか」（雅歌 5:3）と。

**124.** 神を愛する魂よ、もしあなたが大胆に神にこう呼びかけることができるなら、なんと幸いなことか：「教えてください」、慈愛に満ちた羊飼いわ、あなたがあなたの羊をどこで牧し、そして「正午にあなたの羊たちにどこで休息を与えられるのか」、そうすれば、彼らに従って、「あなたの他の群れの間をさまようことのないように」（雅歌 1:6）？

**125.** 祈りの言葉を心に留めようと努めながらも、それが叶わない活発な魂は、歌の中の花嫁のように叫ぶ。「夜、私の寝床で、私の魂が愛する方を探し求めた。彼を探したが、見つけれなかった。彼を呼び求めたが、彼は私に応えてはくれなかった。「だから、私は起き上がり」と、最も困難な祈りを捧げ、「町中を、市場を、穀物置き場を巡り歩き、私の魂が愛する方を探し求める」（雅歌 3:1,2）。もしかすると、私はあらゆるものの中にも、またあらゆる存在の外にも、彼を見出すかもしれない。「そして、その栄光が現れるとき、私は満たされる」（詩編16:15）。

**126.** もし、自分の家に王を迎え入れた者が、それによって極めて栄光に満ち、他のいかなる喜びよりも大きな喜びに満たされるのであれば、の清めを経て、王の王をその偽りのない約束（ヨハネ14:23）に従って自分の中に迎え入れた魂は、どのような思いを抱くべきだろうか。そして、その魂は、御主に仕える者たちの安らぎを妨げかねないようなものを、自分の中から一切排除せずに残しておくだろうか。あるいは、御主に明らかに喜ばれるものを、自らの中に迎え入れることに心を配らないだろうか。

**127.** 朝、王の御前に召されるのを待ち望む者が、王に喜ばれる言葉を考え出すこと以外に、何に心を配るといえるのか。——そして、神に対してこのことを守るあらゆる魂は、あの世の裁きの座に備えができていないということはないだろう。

**128.** 今まさに主が御自身のもとに来られることを待ち望み、一日の労苦を——ひいては夜の労苦さえも——全く無意味なものとし、朝が来れば主が直ちに御自身に現れてくださると考える魂は、幸いである。

**129.** 神はすべてを見通しておられる。しかし、祈りの時に神以外の何ものも見ていない者だけが、神を見るのである。そして、このように神を見る者こそ、神に聞き入れられるのである。聞き入れられない者は、神を見ない。見ることは神から来るものだと思ふ者は幸いである。そのような者は、神に喜ばれる道から逸れることはないからである（詩編 15:8）。

**130.** 私たちの内にある御国の恵みは、平和を愛する目には見えず、野心的な耳には聞こえず、聖霊を欠いた心には思い浮かばない。それらは、将来のキリストの御国において義人に授けられるべき恵みの前兆である。ここで御霊のこれらの実を味わわない者は、あちらでもそれらを味わうにふさわしい者とはなり得ない。

**131.** 活動的な人々の思いは、鹿に似ている。なぜなら、鹿が獵師を恐れて山頂をさまようかと思えば、谷間に下りて、そこに実るものを味わいたいという欲求に従うように、同様に、彼らもまた——霊的な観想に常に留まることは、その力不足ゆえにできないし、また、物事の自然な流れに常に身を任せることも、そこから得られる安らぎを必要とするが、それらが安らぎを与えてくれないため、できないのである。

**132.** 川が下流へと流れ下らないようその流れを遮ることは、それほど難しいことではない。それよりも、心が目に見える物事に引きずられず、祈りに集中して、その本質にふさわしい高

みへと向かうよう、その衝動を止めることの方がはるかに難しい。後者はその本質にかなっているが、前者はそうではないからである。

**133.** 長い捕囚の末に解放された囚人が故郷へと急ぐ速度よりも、物質的な執着から解放された心が、喜びに満ちた足取りで、その本質にふさわしい天上の事柄へと向かう速度の方がはるかに速い。

**134.** 注意を払わずに祈り、祈りの中で心が散漫になる者にとって、詩篇は異言のように思え、彼自身も詩篇にとっては異言を話す者のようになる（Iコリント14:17）。悪霊たちは、そのような者を嘲笑の的とする。

**135.** 世に十字架につけられた者と、自ら世に十字架につけられる者とでは、同じことではない。ある者にとっては断食と徹夜が釘の役割を果たすが、他の者にとっては無欲と自己卑下がそれにあたるからである。さらに、後者がなければ、前者の労苦は無益である。

**136.** 美への愛や名声への野心に囚われている者は、清らかに祈ることはできない。なぜなら、これらの事柄への執着や虚しい思いは、まるで縄のようにその者を縛りつけ、祈りの最中に、空へ飛び立とうとする縛られた鳥がそうであるように、彼を地面へと引きずり下ろすからである。

**137.** もし心が、あらかじめ節制と愛との交わりを築いていなければ、祈りの中で安らぎを得ることはできない。そのうちの第一は、神のために、肉体が魂に対して抱く敵意を滅ぼすことに努め、第二は、魂が隣人に対して抱く敵意を滅ぼすことに努める。それによって、ついに「あらゆる知力を超える平安」（フィリピ4:7）がもたらされ、そのように心を静めた者の内に、神はご自身の住まいを築かれるのである（ヨハネ14:23）。

**138.** 神の御国に入ろうと努める者の義の業には、善行に満ち溢れていることが不可欠である。「自分の乏しさの中から」（マルコ12:44； ルカ 21:4）；また、主のために、労苦や忍耐を伴う平和のための働きにおいても。

**139.** 情欲には、肉的なものと精神的なものがある。前者を断ち切り、後者には全く心を配らない者は、野獣から身を守るために高く堅固な柵を築きながら、鳥たちが心のぶどうの房を喜んでつつくのを見許している人に似ている。

**140.** 感覚を開放しないことは、城門を開かないことと同様に不可能である。しかし、必要な時にそれらが開かれる際、敵にとって有利なものがそこから侵入したり、争いの原因となったりしないよう、注意を払わなければならない。

**141.** 多くの者が、苦難の十字架（自発的な肉体的苦行）に登るが、その釘を受け入れる者（自らを永遠にそこに釘付けにする者）は少ない。多くの者が自発的な服従の奴隷となるが、恥辱に身を委ねるのは、野心を捨て去った者たちだけである。

**142.** すべてのことにおいて神への畏れが先立たない者たちの思いは、羊飼いのいない羊のように混乱している。しかし、神への畏れが降りてくる者、あるいはそれを先導する者たちの思いは、羊小屋の中の羊のように、従順と秩序の中に留まっている。

**143.** 神への畏れは信仰の子である。それ自体は、肥沃な牧草地で羊を飼う羊飼いのように、戒めの履行を守る守護者である。その母である信仰を身につけていない者は、主の群れの羊として認められることはない。

## 第Ⅳ巻

聖テオドール・ストゥディテス

### 序文

『善意』の第4巻は、その全編が聖テオドロス・ストゥディツスによる修道士たちへの訓示のみで構成されている。当初は、この聖なる父の修道に関する教えを、それまで知られていた彼の『小カテキズム』からの抜粋のみとすることを意図していた。しかし、この作業に着手する前に、アトス山のパンテレイモノス修道院に所属するロシア人長老たちが、パトモス島の聖ヨハネ・テオロゴス修道院において、神の御導きにより、聖テオドロスの『大カテキズム』（全3巻）を発見し、それを書き写すことができた。——そこで、聖テオドロスの教訓を、小カテキズムだけでなく、大カテキズムからも抜粋して修道士たちに提供しようという考えが浮かびました。そして、それは実行に移されました。これらの修道生活に関する教訓の数が多いため、我々の『ドブロトリュビヤ』から一巻を丸ごと割くこととなりましたが、これは我々の叢集にとって何の損にもなりません。なぜなら、これにより、修道生活に関する教訓における大きな空白、すなわち、通常の目に見える修道生活の体制を、修道生活の主たる目的を助けるものへとどう転換すべきかという指針の欠如が埋められるからです。これまでの三巻および最新の第五巻に含まれるすべての禁欲的な書物は、内面的生活を念頭に置いており、それらはそれらの中で多角的に明らかにされている。しかし、修道生活の目的との関係における修道院の体制については、聖テオドロス・ストゥディツス以外、誰も考慮に入れていなかった。彼においても内面的生活に関する教訓は確かに述べられているが、それはあくまで指針としての原則に過ぎない。彼にとって重要なのは常に修道院生活に関わる事柄であり、それはまさに、修道生活の主たる目的に対してどのような立場を取るべきかという点から論じられている。いかなる最も些細な従順であれ、それが適切な精神をもって行われるならば、神の前において最も高貴な従順に劣らず価値あるものと彼は見なしている。そして彼は、彼らのあらゆる労苦が天の御国への一步であり、殉教の冠へと至る道であると確信させ、常に皆を鼓舞している。修道院の兄弟たちにとって、これは計り知れない価値を持つ書物である。しかし、一般信徒にとっても、ここには多くの有益なことが見つかるだろう。聖テオドロスの教えの中で、死、審判、地獄、そして天の御国について何らかの形で触れずに終わるものはほとんどありません。注意深く読む者にとって、これらの出来事の情景は心に深く刻み込まれ、誰にとっても悔い改めへの動機付けとなり、正しい生活を送るための励みとなるでしょう。——だからこそ、ギリシャの『ドブロトリュビエ』が聖テオドロスの教えを一切取り上げていない一方で、私たちは、修道生活を送る兄弟たちの教訓として、彼の教えを掲載する義務があると考えたのです。抜粋の番号は巻ごとにではなく、最初から最後まで通して付けられています。どの巻からの教訓であるか、またその巻の番号に基づく番号は、抜粋された教訓の目次の末尾に記載されている。なお、小カテキズムの教訓は、第4巻の名の下に置かれている。聖テオドロスの教訓は、必ずしも一つの主題に限定されているわけではなく、多くの主題を扱い、修道生活の当面の必要に応じて、時には関連のない事柄にも触れている。一方、写本中の説教の目次は、ある一つの、より際立った主題を示しているに過ぎないため、説教の内容のすべてが目次からは明らかではない。このため、より詳細な新しい目次を作成することとなり、それがここに提示されている。アトス山のロシア人修道院である聖パンテレイモン修道院の図書館に所蔵されている聖テオドロスの説教写本、およびロシア国内に一部所蔵されているものについて、簡単な注記を添えることは有益であると考えます。アトス山の聖パンテレイモン修道院には：

1. 最近書き写された『大教理問答』。平易な文字で、普通の紙に書かれた3巻からなり、第1巻には87の説教、第2巻には124の説教、第3巻には60の説教が収録されている。計271の教訓である。この中には、現存しない『』も含まれている。写本元となったのは、11世紀の羊皮紙に書かれた写本である。この写し書きの作業には、現在は引退している元ペルシオス都主教アンフィロキオスが尽力した。



2. 11世紀の羊皮紙写本による、1巻に収められた『小教理問答』。これには134の教訓が収録されている。注記

3. サンクトペテルブルク神学アカデミーの図書館には、11世紀以前、もしかすると9世紀のものと思われる、羊皮紙に書かれた『小教理問答』の写本が所蔵されている。これは、エルサレム近郊にある聖サヴァ修道院から、同修道院の故アルヒマンドリト・イオアサフ院長の手によって寄贈されたものである。

4. モスクワのシノダル図書館には、10世紀、11世紀、12世紀の聖テオドロスの説教を収めた3点の古代の羊皮紙写本が所蔵されている。1点目には126の説教、2点目には123の説教、3点目には76の説教が収録されている。その目次から明らかなように——これは、極めて尊厳あるシノダル・リズニチ（聖具室長）であるアルヒマンドリト・ウラジーミル神父によって必ず報告されたものである——これらは『小カテキズム』を構成する部分から抜粋されたものである。これらのカテキズムからは、古くから修道院での教会用として説教の抜粋集が作成されてきた。現在、聖パンテレイモン修道院で使用されているものは以下の2つである：

5. 一つは、小カテキズムからのみ引用された105の説教から成るものです。

6. もう一つは95の説教からなり、これらは『大カテキズム』の第1巻と第2巻、および『小カテキズム』から、ほぼ同数ずつ引用されている。ただ、後者のものについては、オプティナ修道院によって翻訳・刊行されたものが当方にあるのみである。これらはギリシャ人によっても印刷版として出版されている。聖教父たちの西方版、すなわちかつての版や最近のミグネ修道院長による版には、『小教理問答』しか収録されておらず、それもラテン語訳のみである。ここで疑問が生じるかもしれない。なぜ教訓の抜粋が提案されているのか、完全な教訓そのものではなく？——それに対し、私たちの目的は「本」そのものではなく、すなわち本を提供することではなく、そこに含まれる教訓的な内容にあると答えます。この目的には、抜粋の方がより適しているのです。とはいえ、これらの抜粋も、容易に気づく通り、わずかな省略——時には冒頭、時には末尾、また時には中盤——があるものの、実質的にほぼ完全な説教そのものです。しかし、提示されている内容はすべて、聖父自身の言葉です。さらに、一部の説教は完全には保存されておらず、全く保存されていないものもあり、また内容が不明瞭なものもあります。そのようなものはすべて省略されている。——したがって、どこかで完全な写本が見つかるまで待つ必要がある。その時には、教訓をその全容のまま一度に翻訳することになるだろう。HTML版編集者注（2006年）

【ドブロトリュピエ】の第2巻から第5巻までの本文は、現代のロシア語の綴りや発音に近づけるよう編集された。聖書からの引用文は変更せずに残されている。その内容は、必要に応じて新ロシア語版旧約聖書および新約聖書を参照して確認することができる。また、「мир」（社会、時には被造物としての宇宙全体）、「мир」（安らぎ、調和、一致、調和）、「μυρο」（聖なる塗油のための芳香剤）という語の綴りの違いについても、変更を加えていません。

### 聖テオドロス・ストゥディイタスの生涯概説<sup>81</sup>

聖テオドロスは、高貴で位の高い両親（父は王室への貢納金の徴収を担当していた）の息子として、キリスト教の良き躰を受けて育ち、ギリシャのあらゆる知恵を学び、優れた修辞家であり、立派な哲学者であり、同時に教義に精通した神学者でもあった。コンスタンティノス・コプロニモス帝の治世に、特に偶像排斥運動が激化した際、彼の両親は世俗の生活を捨てて修道生活に入ったが、聖テオドロスはコンスタンティノーブルに残り、学業を修了した。コプロニモスの後を継いで即位したのは、同じく異端者であったその息子レウスであり、その後には彼の妻イリナが息子コンスタンティノスと共に統治した。イリナは息子と同様に正教を守り続け、聖タラシ

<sup>81</sup> この伝記は修道士ミハイルによって執筆された。『Patrologiae Graecae Migne』第99巻を参照のこと。ここではその抜粋を掲載する。



オス総主教と共に、聖なる教父たちの公会議、すなわち第7回全地公会議を招集し、そこで偶像排斥の異端は非難され、破門された。この公会議にはプラトンが参加していた。聖テオドロスの母方の叔父であった。彼は公会議終了後、聖テオドロスと、修道生活を送ることを決意したその兄弟ヨセフおよびエウフィミオスを連れて荒野へ赴き、森に囲まれ、水が豊富な高台にある美しい場所、サククディオンに彼らと共に定住した。その場所は人里離れた場所で、そこへ通じる道は一本の小道だけだった。彼らはその場所を気に入り、そこに修道院と、聖ヨハネ・テオロゴスに捧げられた聖堂を建立した。兄弟たちが彼らのもとに集まり始め、賢明なプラトンの指導の下、修道生活は順調に営まれるようになった。

聖テオドールは、学識と才能において誰よりも優れていたが、修道誓願を立てた後は、誰よりも修業に励み、断食や徹夜祈祷、そして修道院の における最も卑しく過酷な労働によって自らの肉体を鍛え上げた。薪を割り、水を運び、庭や菜園の土を掘り起こして耕し、自らを謙遜に鍛え上げたのである。とりわけ、彼は敬虔で神に愛される品性を養うことに心を砕いた。そのために、彼は毎日、師であるプラトンに心のあらゆる思いや動きを告白することを掟とし、認められたことはさらに磨きをかけ、認められなかったことは正そうと努めた。また、毎日、神を想う時間と心からの祈りの時間を定め、心を乱すことなくただ神の御前に立ち、密かに神への奉仕を捧げていた。彼は旧約聖書と新約聖書、そして聖なる教父たちの著作、とりわけ聖バシレイオス大主教の著作を読むことを好んだ。また、そこから導き出された修道生活の規則や規範を極めて高く尊び、それらを不可欠なものとして重んじたため、それらを遵守しない者を修道士として認めなかった。

至福の老僧プラトンは、聖テオドロスの修道生活におけるこのような目覚ましい進歩を見て、彼を司祭の位に就かせることを決めた。そして、聖タラシイ総主教は、彼の推薦と請願に基づき、これを執り行った。聖テオドロスはこのように、意志というよりはむしろ必要に迫られて叙階を受けたが、自らを何一つ緩めることなく、むしろ修業をさらに高みへと押し進め、すべての人にとって善き修道生活の模範となり、自身の修道院内だけでなく他の場所でも多くの追随者を集めた。

しばらくして、至福の長老プラトンは、老衰による衰弱が進行しているのを感じ、職務から退き、残りの年を静寂の中で過ごしたいと願い、後継者として聖テオドロスを指名した。ある時、彼は病に倒れ、兄弟たちを呼び寄せて、自分が病気であることを告げ、この病がどうなるかは誰にも分からないと述べた。だからこそ、後継者を選びたいと述べ、彼らに「誰を望むか」と尋ねた。彼らは皆、口を揃えて「テオドロス」と答えた。そこで、プラトン長老はテオドロスに権限と修道院長としてのすべての務めを委ね、自身は静養の場へと退いた。

この地位に就いて最初の数日から、聖テオドロスは自らの修行をさらに深めると同時に、修道生活に関する規則の厳格な遵守を全員に求めた。とりわけ、不注意や表面的な形式主義、そして貪欲に対して強く立ち向かった。修道者たちの中には不満を漏らす者もいたが、次第に改心していった。そして概して言えば、修道院における修行の精神は高まっていった。

修道院内では、聖テオドールのもとで物事は順調に進んでいた。しかし、修道院の外では、まもなく苦難と迫害が始まった。その最初のきっかけとなったのは、若き皇帝コンスタンティノスの不法な結婚であり、聖テオドロスはこれを容赦なく非難した。彼は、慈悲深いフィラレートの花嫁マリアと結婚していた。しかしその後、彼は別の女性を愛するようになり、最初の妻を捨てて彼女と結婚した。この結婚を執り行ったのは、あるヨセフという教会の会計係であり、タラシウス総主教の意思に反して行われたものであった。総主教はその後、あらゆる手段を尽くしてこの結婚を無効にしようと努めたが、間に合わなかった。そして、さらなる災いを恐れて——皇帝が偶像破壊運動を起こすと脅していたからである——この件について彼に詰め寄るのをやめた。

しかし、聖テオドロスは沈黙しなかった。とりわけ、貴族や高官たちも同様の行動を取り始めたからである。そのような不法行為が法律にすり替えられることを恐れた聖テオドロスは、すべての修道士たちに書簡を送り、王を教会から破門された者、あるいは自らの行いによって破

門という罰に自ら身をさらした者として敬うよう命じた。このことは広まり、王の耳にも入った。王は当初、このことを嘆いていた。というのも、彼の新しい妻テオドティアは、母方の血縁で聖テオドールとつながっていたからである。とはいえ、甘言をもって彼と和解できると期待し、王は不貞を働いた妻に、聖テオドールへ多額の贈り物を送り、自身と一族のために祈りを捧げてくれるよう懇願するよう命じた。しかし、聖テオドールは贈り物だけでなく、それに同行した使者たちさえも面会を拒んだ。そこで王は、何とかして自ら聖人に会い、話をしようと企てた。そのために、まるで用事でどこかへ向かうかのように、聖テオドールの修道院の前を通るルートを用意した。聖テオドールが修道士たちと共に王を出迎え、修道院へ招き入れてくれることを期待してのことだった。

しかし、聖人はそのことを知ると、門を閉ざし、いくら叩かれても開けるなと命じた。「彼らは何度も叩いたが、結局何も得られずに立ち去った。このため、皇帝は聖人に激怒し、彼を殴打して流刑に処すよう命じた。「兵士たちがやって来て、傷で肉が砕けるほど激しく殴りつけ、地面は血で染まった」——そして、彼らは聖人をテッサロニキへ送った。同時に、修道院の主要な長老たち、計11名も流刑に処された。聖テオドロスはすべてを穏やかに耐え忍び、苦難に遭っている兄弟たちには、彼らを慰め、降りかかった悲しみを従順に耐え忍ぶよう説得する手紙を書いた。「神の御心はかくであり、神から来るものはすべて、私たちが謙虚に服従するならば、私たちにとって益となるのです。」——彼は教皇にも手紙を書き、教皇からは、神への熱意と揺るぎない勇気を称賛する慰めの返答を受けた。

一方、王は放蕩な生活を送り、王国をさらにひどく統治していた。そのために王位から追放され、まもなく亡くなった。王国は再び、イコノスタシスを復活させた母イリーナの手に渡った。彼女は直ちに、息子によって投獄されていた者たちを全員、元の地位に戻した。聖テオドロスは再び散り散りになっていた弟子たちを集め、修道生活は再び順調に営まれるようになった。しかし、数年後、に、それほど重くはないが厄介な別の悲劇が訪れた。アガリア人がツァリグラードに迫ってきたのである。彼らの手による災難に巻き込まれることを望まなかった聖テオドロスは、自身のサククディオンを離れ、ツァール・グラードへ移り住んだ。そこで女王と聖総主教は、彼にストゥディオス修道院を譲り渡した。この修道院からは、偶像破壊派のコプロノスによって修道士たちが追い出されており、新しい修道士はまだ集まっていなかった。当時、そこにはわずか十二人しかいなかった。

この修道院を受け入れた聖テオドロスは、修繕が必要な箇所を改修し、不足している部分を増築して兄弟たちを配置し、修道生活はそこでいつものように営まれるようになった。兄弟の数は増え続け、まもなく千人に達した。すべてを自らの目で監督することができなかった聖人は、この務めを他の最もふさわしい長老たちと分担し、修道院の様々な奉仕業務において適切な秩序が保たれるよう彼らに任せた。そして、それぞれの業務について相応しい規則を定めた。特に聖人は、兄弟たちが何らかの用事で町へ出かける必要がないよう配慮した。そのために、修道院内にあらゆる種類の職人を配置した。彼らには、仕立て屋、靴職人、大工、ガラス職人、鍛冶屋、石工などがいた。修道士たちは、それぞれの能力や適性にに応じてこれらの仕事に割り当てられ、その先頭には特別な管理者兼監督者がいた。すべては世俗の世界と同様に行われていたが、世俗的なやり方ではなかった。至る所に規律と敬虔さが支配しており、手は仕事に励み、口には常にイエスの祈りとダビデの詩篇が唱えられていた。——大小を問わず、秩序を乱すあらゆる行為は、定められた悔悛の行いによって罰せられた。そのような必要が生じることをできるだけ避けるため、尊師は常に説教の中で、一般的なキリスト教の掟や修道者の戒律を説く際、修道院での生活秩序を定める規則についても触れていた。これにより、あるべき姿への記憶が新たにされ、一人ひとりの心に、些細なことさえもすべてにおいて模範となるよう努めようとする熱意が呼び覚まされた。その間、暴君ニキフォロス王はイリーナ王妃を王位から追放し、その最初の行いとして、聖教会の規範に反して、コンスタンティノスとテオドティアの婚礼を執り行ったために聖職を剥奪されていた宮廷司祭ヨシフを、自らの権力によって復職させ、教会を騒然とさせた。聖タラシアの時代から続いた、最も高潔な人物であったニキフォロス総主教は、できる限りこれに

抵抗したが、やがて皇帝の激怒を目の当たりにし、教会にとって最悪の事態を恐れて、ヨセフを聖体拝領の交わりに受け入れた。しかし、聖テオドロスは譲らず、王の不正を公然と非難した。これに激怒した王は、聖テオドロスを流刑に処した。王は彼の兄弟ヨセフや、長老プラトン、そして他の多くのストゥディオス修道院の修道士たちに対しても同様の措置をとった。

その頃、近隣の蛮族がフラキアに侵攻し、王は彼らと戦うために出陣せざるを得なくなった。出陣に先立ち、王は聖テオドロスのもとへ使者を送り、甘言と脅しを用いて、自分と足並みを揃えるよう説得しようとした。しかし、聖テオドロスは神の御霊に導かれて、次のように答えた。「王よ、戦いに赴くにあたり、あなたは悔い改め、神の教会でああなたが荒廃させたものを正すべきであった。しかし、あなたがそれをしなかった以上、戦場から生きて帰れないことを知っておきなさい。それが、あなたに対する神の義なる裁きである」。そして実際、王は戦いで殺された。彼の死後、息子のスタヴリキオスが王位を継いだ。彼もまた、戦いで負った傷のために間もなく亡くなった。王位には、ミハイル・キロパルトという人物が選ばれた。彼は、まさに王の権威にふさわしい、善良で正統な信仰を持つ人物であった。——彼は聖テオドロスを流刑地から呼び戻し、彼と共に迫害を受けていた者たち全員を解放し、彼らを敬意をもって遇し、教会の分裂を解消した。一方、ヨセフは、不品行な一員として、再び教会から追放された。この頃、聖なる、かつ称賛に値する長老プラトンが主のもとへ召され、スチュディオス修道院において、総主教自らが執り行った尊厳ある葬儀をもって埋葬された。霊的な父であるプラトンが世を去った後、聖テオドロスは兄弟たちと共に、わずか二年だけ平和と安らぎの中で暮らした。その後、再び偶像排斥の嵐が巻き起こり、教会全体を騒然とさせた。

これを引き起こしたのは、新帝レウ・アルメニア人であった。彼は東方諸国の軍司令官であったが、内戦を避けるため自ら帝位の紫の衣を脱ぎ捨て、修道士の毛皮の衣を身にまとい、反乱を起こした暴君に王国を譲り渡した敬虔な皇帝ミハイルに対して反旗を翻した。このレフは当初、敬虔で温厚な人物を装っていたが、王位を固めると、聖なるイコンを冒瀆し、イコン崇敬を非難し始めた。聖ニキフォロス総主教は、王の前で聖像崇敬の真の意味を明らかにし、この問題に関する教会の教えに反対することで教会の平和を乱さないよう説得した。しかし、王は一切耳を貸さず、むしろ王としての権威を振りかざして、すべての人を自らの独断に従わせようとした。そこで、彼は著名な司祭や修道士たち、そして聖パトリアルヒや聖テオドロスを一堂に集め、皆の前で公然と自身の迷信を露わにし、聖なるイコンを崇敬しない者を称賛し、崇敬する者を非難した。

彼は、このような考えの根拠として、主に「あなた自身のために、偶像やいかなる形をも造ってはならない」という第二の戒めなどを掲げた。また、次のような論拠も加えた。、言い表せないものをどうして描写できるのか、また、収まりきらないものをどうして肘ほどの大きさのイコンに収められるのか。絵の具で描かれたものを、どうして神と呼べるのか。霊的指導者たちは、旧約聖書の律法がキリスト教徒にとって無条件に義務付けられているわけではないこと、イコンが神を描写するのは、神が言葉では言い表せず、収まりきらない存在としてではなく、神が聖なる者として自らを現わそうと御心になさった姿、とりわけ受肉において自らを明らかにされた姿としてであり、彼らが「神」と呼ぶのは、キャンバスや絵の具そのものではなく、心の中で神へと昇り、その御姿を見つめるのだと説明した。彼らは様々な形でこうした考えを提示したが、聖テオドールは、あたかもそれらすべてを一つにまとめ上げるかのように、王を諭すために長々と演説を行った。「王よ、聖なる教会に異端的な命令を持ち込み、天の恵みと使徒および教父たちの教えによって織りなされたその尊厳ある衣を引き裂こうという、この悪しき思惑は、どこから生じたのか？ 旧約の律法に依拠して賢明を装っているのか？ ならば、理にかなった知恵を示せ。

旧約聖書の、像や似姿を作り、それらを崇拜することを禁じている箇所をすべて検討してみよ——それらは何を語っているのか？ ——それは、いかなる像や形像を作ったとしても、それを神として崇めたり、神への礼拝を捧げたりしてはならないということについてであり、像や形像を作って所有し、それらを尊ぶこと自体を禁じているわけではない。聖なる教会は、人の手に

よって作られた像や形を神として崇めることはなく、ただ、尊ぶべきものを表すものとしてそれらを敬っているに過ぎない。したがって、第二の戒めも、この戒めに類似した旧約聖書の多くの箇所も、聖なる教会のイコンには当てはまらない。それらには——例えば——ケルビムの像を作り、それを最も尊い場所である契約の箱の上に置くという神の命令や、さらに蛇の像を作り、蛇の毒から救われるためにそれを畏敬の念をもって見つめるという命令、およびこれらに類するものが含まれる。

このように、旧約の律法は、それらが理性に基づいて行われる限り、イコンの制作や崇敬を否定するものではない。では、新約の恵みにおいては、どのようなことが見られるだろうか。主であり、私たちの救い主ご自身が、布に御自身の姿を写し取り、アヴガル王に送られた。アヴガル王はそれに触れることで癒やしを受けた。聖ルカは、御母マリアが永遠の御子を抱いている姿を描き、それを御母に献上したとき、御母はそれに対して御子であり神である方の祝福を受けられました。それ以来、神の教会には聖なるイコンが絶えることなく存在し、その多くは奇跡を起こすものであり、今なおその力を保ち続けています。これらすべてが、イコンの制作と崇敬が人間的なものではなく、神的な起源を持つものであることを、太陽よりもはっきりと示しているのではないだろうか。——「見えない、また言葉では言い表せない神性を絵の具で描くことを望まない」とおっしゃいますが、私たちもまた、神性は目に見えず、言葉では言い表せないものであると信じています。しかし、イコンに描く神性は、その本質そのものではなく、受肉という特別な御業において、御自身が私たちに御自身を現わしてくださった姿として描いているのです。

『救い主キリストのイコンを非難する者は、主の受肉そのものを非難しているのだ。』」これをすべて聞き終えると、王は激怒し、聖テオドロスにこう言った。「お前がどれほど気難しく高慢で、自分より賢い者はいないと自負しているか、私はかねてより知っている。そして今、私をただの凡人であるかのように、これほど無礼に話しかけてくるのだから、今すぐ罰すべきところだ。しかし、我々の思慮の正しさがより明確に明らかになり、認められるまでは、お前を容赦してやる。もしその時になっても従わないなら、慈悲を期待するな。」その後、当時王の御前にいた司教たちは、これ以上何も語らないことに決めた。戒めを求めるのではなく、権力者として信仰を強要しようとする者に、何を語れというのか。一方、聖テオドロスはこう言った。「王よ、理解し、耳を傾けてください！ 聖なる教会の信仰に関する事柄を裁き、整えることは、あなたの務めではありません。あなたの務めは、世俗の秩序を守ることであり、

信仰と聖なる教会を正しい秩序に保つことは、牧者たちと教会の教師たちの務めである。使徒の言葉を聞きなさい。『神は教会において、第一に使徒、第二に預言者、第三に教師を置かれた』と（Iコリント12:28）。お分かりか？——教師であり、王ではないのだ。——聖書の他の箇所もまた、教会の務めを司るのは牧者や教会の教師であり、王ではないと命じているのだ」。王は言った。「まさか、お前が私を教会から追い出すつもりか？」——聖人は答えた。「いいえ、私ではありません。教会から追い出すのは、神聖な使徒たちと聖なる教父たちの教えです。それらに従い、私たちもこう断言します。たとえ天使が天から降りてきて、信仰に反する何かを宣べ伝えたとしても、それは破門に値するものです。

それゆえ、もしキリストのイコンを崇拝する私たちと共に、キリストの教会の中に留まりたいと望むなら、あらゆる点において総主教と、彼と共に存在する聖公会に従いなさい。」この言葉に王は激怒し、全員を追い出した。——その後、ギリシャ人エパルハを通じて、王の勅令が街中に広められ始めた。それによれば、誰も信仰について解釈したり論争を起こしたりしてはならず、すべての者が王の意志に従わなければならないというものであった。このことは聖テオドロスの耳にも入った。彼はこれを伝えた者たちにこう言った。「神よりもあなた方の言うことを聞くほうが正しいかどうか、あなたがた自身で判断してください」（使徒言行録4,19）。真の信仰が歪められようとしている時に、沈黙してそれを守らないよりは、むしろ舌を切り落とされる方がましである。——それ以来、彼は恐れを知らずにすべての人を教え、教父たちから受け継がれた正しい信仰を堅く守るよう説得した。ある者たちには自ら呼びかけ、ある者たちには自ら訪ね、またある者たちには手紙を書いた。また、しばしば総主教のもとを訪れ、共通の信仰によっ

て互いに慰め合い、また、これから待ち受ける苦難や迫害を穏やかに耐え忍ぶよう、総主教を励ました。

こうした迫害と苦難はまもなく訪れた。総主教は罷免され、ツァリ・グラードから追放され、他のすべての正教会の司教たちは流刑の判決を受けた。また、イコンは冒瀆され、地面に投げ捨てられ、足で踏みつけられ、火に投げ込まれ、街全体に大混乱が巻き起こった。この光景を目の当たりにした聖テオドールは、魂の底から深く悲しみ、イコンに対するあからさまな冒瀆に対し、そのあからさまな崇敬をもって対抗しようと決意し、間近に迫ったヴァイの祝日に、修道院の周囲で十字架の行列を行うことを定めた。その行列の中で、修道士たちはイコンを手に取り、それを高く掲げながら、歩きながら次のように歌った。「あなたの至聖なる御姿に拝礼いたします、慈愛に満ちた方よ」といった歌を歌った。

このことを知った皇帝は、彼に厳しい警告を送り、もし聖像崇拜の擁護をやめなければ、投獄、傷、そして死に直面することになると告げた。聖人は、言葉や文章を通じてこれをやめることができなかったため、彼は流刑の判決を受け、アポロニア（アジアの、あるいはビティニアの）へ送られ、メトパと呼ばれる要塞の牢獄に閉じ込められた。しかし、彼はそこからでも至る所に書簡を送り、教会が守っているイコン崇敬を厳格に守るよう説き続けた。その書簡は王の耳にも届いた。王は直ちに、アレクセーエフの息子であるあるニキタを遣わし、尊者（聖人）をそこからさらに離れた、ヴォニタと呼ばれる場所へ移送させ、そこで牢獄に閉じ込め、イコン崇拜について語ったり書いたりすることを厳しく禁じたのである！ 使者が皇帝の命令を伝えると、彼はこう答えた。「場所の変更は喜んで受け入れる。神はどこにでもおられるからだ。しかし、語らず、書かずにはいられない。」そして、別の場所へ移送された後も、彼は実際に語り、書き続けた。これを知った王は激怒し、再び同じニキタを聖人に遣わして、彼に激しい傷を負わせさせた。

使者がこのことを聖テオドロスに告げると、彼は喜んで自ら衣を脱ぎ捨て、殴打されるために身をさらした。しかし、ニキタは、聖人の肉体がどれほど衰弱しているかを見ると、それを傷つけるために手を上げることはできなかった。そして、聖人に触れもせずには引き返した。一方、聖人はその場に残り、再び恐れることなく聖像に関する真理を広め、訪ねてくる人々と詳しく語り合い、至る所に書簡を送った。また、エルサレム、アレクサンドリア、アンティオキア、そしてローマの各総主教にも書簡を送り、コンスタンティノーブルで起きている事態を詳述するとともに、正教を祈りと行動の両面から支援するよう懇願した。ある時、アジア教会のある聖職者が彼の元を訪れた。その聖職者は聖人の話を聞き、聖像破壊の異端を捨てて正教に改宗した。そして、自分のいる場所に戻ると、別の聖職者をも改宗させた。このことを知った司教は、尊者について皇帝に告発した。そこで皇帝は、アジアの総督に対し、聖テオドロスに激しい鞭打ちの刑を科すよう命じた。総督は部下の一人を遣わし、尊者に50回の鞭打ちを加えさせた。しかし、この使者もまた、聖人の裸の体を目の当たりにして、手を上げるのを恥じ、聖人に頭を下げながら、王の邪惡な命令を遂行せずに戻って行った。その使者が派遣者に報告しに戻るやいなや、聖テオドールのもとには、王自らから派遣された新たな使者、アナスタシウスという名の、残忍で冷酷な男が現れた。彼は自らの手で聖人を殴打し、100か所もの傷を負わせた。その弟子であるニコライに対しても同様のことを行い、その後、二人を暗く狭い場所に閉じ込め、あらゆる苦難の中で彼らを厳しく拘束するよう命じて——その場を去った。

この残酷な命令は厳格に実行された。そこは暗く、悪臭が漂い、湿気がひどかった。小さな窓から、一人分にも足りないほどの小さなパンの切れ端が投げ込まれ、水は時々、一日おき、あるいはそれ以上の間隔で与えられた。まるで飢えで彼らを死なせようとしているかのような状況の中、聖テオドールは信仰に励まされ、持参していた備蓄の糧から、主の聖なる御体のみを糧とすることを決意した——それでも、与えられたものはすべて弟子に譲り渡した。

しばらくして、ある王室の高官がその地を通りかかり、聖人とその弟子の境遇を知ると、彼らの苦しみを和らげるよう命じ、より多くの食事と飲み物を与え、彼らに対してより慈悲深く

接するよう指示した。こうして三年余りが過ぎた。そこへ、聖テオドロスの書簡の一つが王の手に渡った。その書簡には、王の不敬虔を糾弾し、正教を堅く守り、そのために迫害や苦難を勇敢に耐え抜くよう勧める内容が記されていた。王は激怒し、ある獣のような高官を遣わして、その書簡を聖人に見せさせ、それが彼のものだ確認したら、息絶えるまで殴りつけるよう命じた。聖人はその書簡が自分のものであることを認め、容赦なく殴打され、かろうじて息をしているだけの状態にされた。その弟子に対しても同様の扱いが行われた。悪意を存分に満たした使者は、送り主のもとへ戻った。一方、真理のために快く苦難に耐えた両者は、互いを気遣い始めた。

聖テオドールは身動きもできず、衰弱してかろうじて息をするだけで横たわり、食事や水も口にできなかった。弟子は少し体力が残っており、自分のことは顧みず、すべての世話を聖人に注ぎ、ある草を混ぜた大麦の煎じ汁を飲ませて養った。聖人が少し回復すると、今度は聖人が弟子を手助けし、特に傷の手当てに尽力した。二人は互いの傷を洗浄し、垂れ下がった肉片を切り取り、化膿した部分を洗い流し、手持ちの物で潰瘍に薬を塗った。こうして彼らは九十日間も苦しんだが、まだ完全に回復しないうちに、王からまた別の使者が到着した。その使者は残酷で非人道的であり、殉教者たちをスミルナへ連行せよとの命令を持っていた。この移送は、容赦のない監視の下、飢えや拷問、困窮、そしてあらゆる苦痛に苛まれながら行われた。

神の特別な助けがあったからこそ、殉教者たちは指定された場所までたどり着く力を得ることができた。そこで彼らは、邪悪な人物であり、迷信の指導者である司教の手に引き渡され、低く、狭く、暗い小屋に閉じ込められ、あらゆる欠乏と困窮に耐え忍んだ。ほどなくして、かつて王から冷遇されていたアナスタシウスが到着し、尊者に対して百回の鞭打ちを加えた後、再び引き返した。尊者はこれらすべてを、神に感謝しつつ、穏やかに耐え忍んだ。当時、スミルナ地方を統治していたのは、王の甥であり、思想を同じくする者であった。彼は病に倒れ、死の淵に近づいていた。彼に仕えていた信者の一人が、病を癒す力を持つ聖テオドールについて彼に話した。病人は、祈りを願って聖人に使者を送った。聖人は、正教徒たちに対して彼が犯した数々の残虐行為——それゆえに永遠の苦しみから逃れられないであろうこと——を列挙し、たとえ最期の時であっても悔い改めるよう彼に勧めた。総督は、自分に待ち受けている運命に恐怖を覚え、聖人に許しを請い、もし癒やされれば正教を受け入れると約束した。聖テオドールは彼に聖母マリアのイコンを送り、生涯を通じてそれを崇敬するよう命じた。イコンを受け取った地方総督は、たちまち安堵感を覚え、回復し始めた。彼の回復も終盤に差し掛かった頃、彼はスミルナの異端の司教に惑わされ、再び以前の迷信へと逆戻りしてしまった。その後、病人はその司教から祝福の聖油を受け取った。しかし、その油を塗られた途端、彼は以前の病に倒れ、悲惨な最期を遂げた。尊者（プレボドニー）はスミルナで一年半以上も病に苦しんだ。

さらに苦しみ続けるはずだったが、不義の王が殺害され、その後を継いだミハイル（トラウリウスまたはヴァルボス）は信仰に対して無関心であり、誰もが望むままに信仰することを許した。彼の治世下で、以前の王の治世中に追放され、投獄されていた者たちは皆、自由を取り戻した。聖テオドロスとその弟子たちをも釈放せよという勅令が下った。（聖テオドロスは、レヴォス・アルメニアヌスの治世下でのこの投獄で約7年間を過ごしたが、それ以前にもコンスタンティヌスの治世下で、結婚の不正を糾弾した罪により5年間投獄されていた）。そこで、かつて追放されていた弟子たちが皆、聖人のもとへ集まった。聖人は彼らと共に故郷へ帰還し、至る所で喜びと愛をもって迎えられた。なぜなら、教会全体が彼の帰還を喜んでいたのである。ハルキドンに到着すると、彼は聖

ニキフォロス総主教と面会し、二人は、信仰という一つの正しい大義のために共に苦難を分かち合った者として、互いに慰め合った。二人は共に皇帝のもとへ赴き、正教を受け入れるよう説得した。しかし、王はこう言った。「私はイコンを崇拝するつもりはない。また、コンスタンティノープルでそれらが目につくのも望まない。好きな場所に置いて、自分たちのやり方で崇拝すればよい。」そこで、聖テオドロスは弟子たちと共にクリスケンティオスの地へ移り、そこに定住して、ついに安らぎを得られることを望んだ。しかし、王位を奪おうとしたあるトマスの反乱を機に、彼は反乱が収まるまでの間、一時的にツァール・グラードに身を隠さざるを得なか



った。というのも、異端的な偶像破壊主義に満ちた街に、永遠に住み続けるつもりはなかったからである。この騒動が収まると、彼はクリステンティエフの地ではなく、アクリトスのヘロニスにある聖トリフォンの教会へと移り、そこで弟子たちに囲まれながら、生涯を修道生活に捧げて過ごした。ついに、生後67年目に、彼の至福の死の時が訪れた。この知らせが広まると、あらゆる身分や地位の人々、近隣や遠方から、至聖なる方のもとへ集まり始めた。皆が彼の言葉を聞いたがり、至聖なる方も語られたが、衰弱のため声は極めて弱く、すぐそばに立っている者でさえかろうじて聞き取れる程度であった。そこで、聖人の言葉を聞くことができなかった人々も教訓を欠くことのないよう、速記者が配置された。希望する者は、尊者による教訓の写本でそれらを読むことができる。ところで、病状は少し和らぎ、聖人は歩くこともでき、教会にも足を運び、翌週の日曜日には礼拝を執り行い、兄弟たちに説教をし、食事の席にも彼らと共にいた。また、翌日の11月6日、聖パウロ殉教者の記念日に、神聖な聖体礼儀を執り行い、兄弟たちに説教をし、同日の晩課の賛美にも参加した。しかし、独房に戻ると、再び床に就き、体調を崩し始めた。四日間病床に伏し、五日目に主のもとへ、苦しみなき命へと旅立った。

彼の臨終の時が近づくと、兄弟たちは彼の元に集まり、まるで自分の父であり師であるかのように泣き崩れた。彼らを見つめながら、彼も少し涙を浮かべ、こう言った。「さあ、父たちよ、兄弟たちよ、私の生涯の終わりが来た！ 私たちは皆、この杯を飲み干さなければならない。ある者は早く、ある者は遅く、しかし誰もこれを避けることはできない。私は、先人たちが歩んだ道へと旅立つ。永遠の命がある場所へ、私の魂が愛し、私の心が慕い、私がそのしもべと名乗った——たとえその務めを十分に果たせなかったとしても——私たちの神、主がおられる場所へと旅立つのだ。——愛する兄弟たち、愛する子らよ、私があなたがたに伝えた私の言葉に留まり、正しい信仰と敬虔な生活を守りなさい。私が、教会でも、また個人的にでも、あなたがたに神の御言葉を絶えず宣べ伝えてきたことは、あなたがたも知っているとおります。今、私は心からあなたがたに願います。そのことを心に留め、守り続けてください。あなたがたのことを思うと、私の心は悲しみに満ちています。なぜなら、私はあなたがたについて証言しなければならないからです。ですから、主の御前に罪のない者として立つことができるよう、ここから去ることに心を配ってください。」こう言って別れを告げると、彼は弟子たちにろうそくを取り、火を灯し、別れの歌を歌うよう命じました。弟子たちは周囲に立ち、こう歌い始めた。「清き者は幸いである」（詩編118篇）。そして、順番に歌い進め、次のように歌い終えたとき、「あなたの義を、私は永遠に忘れません。それによって、あなたは私を生かしてくださったからです」（93節）、——聖人はこの言葉を残して息を引き取った（826年）。その魂は神の天使たちによって受け入れられ、神の御座へと運ばれた。これは、幻視の中でその光景を目撃した聖イラリオン・ダルマティウスも、偽りなく証言している。

この日、11月11日、聖ミーナの記念日に、彼は自分の果樹園を一人で歩きながら詩篇を歌っていると、ある不思議な声を聞き、言葉に尽くせない芳香を嗅ぎ取った。このような出来事に驚き、彼は空を見上げると、明るく喜びに満ちた顔をした多くの白衣の修道士たちが、歌を歌いながら高みから降りてきて、ある尊い人物を出迎えているのを見ました。これを見た聖人は恐怖のあまり地面に倒れ込み、誰かがこう言うのを耳にした。「これは、イコンのために血を流して苦難に遭い、今まさにこの世を去った、スタウディオス修道院の修道院長テオドロスの魂である。今、彼は莊厳に山を登り、それを出迎えるために天の軍勢が降りてきているのだ。」——この幻視について、至福のイラリオンは他の徳高い修道院長たちに語った。彼らはこの出来事の日時を記録し、その時期から、まさにその時に称賛に値するテオドロス・ストゥディオスが世を去ったことを知ったのである。聖テオドロスの死には多くの奇跡が伴った。それらは、彼の死の前だけでなく、死後——棺や彼の聖遺物からも——数多く見られた。

## 1. 修道生活がいかに崇高であるか

1. 1) 修道生活がいかに崇高であるか。—— 2) 神に従って行われるあらゆる従順は、たとえそれがごく単純なものであっても、天国へと導く。—— 3) 天国へと導く美德の列挙。[1, 2]<sup>82</sup>

1. 神は、私たちが善行をもって神に喜ばれ、天の御国の相続人となるために、私たちをこの世に導かれた。そして私たち修道者には、この世に導かれた後、とりわけ偉大な恵みを授けてくださった。それは、すべての人の中から私たちを選び出し、御自身の御前に立たせて、御国の奉仕に就かせてくださったことにある。さあ、今、一人ひとりが、自分が召された地位にふさわしく歩んでいるか、そして神に喜ばれること以外には何も気にかけていないかを、注意深く見極めなさい。

2. 従順を果たすにあたり、私たちはあたかも神ご自身からその命令を直接受けたかのように行動しなければならない。神は、生きている者たちに、その力の及ぶ範囲での行いを求めておられる。そして、私たちは、他人の前では虚栄心に、自分の前では自惚れに駆られて、あたかも何か偉大なことをしているかのように振る舞うことを、あらゆる手段を尽くして避けつつ、その行いを実践していこう。主は、働く者一人ひとりにふさわしい報いを用意しておられる。給仕人は、最初の殉教者ステファノと共に喜びを分かち合うだろう。パン職人は、主のために清らかなパンそのものとなるだろう。野菜保管人は、楽園の豊かな実りを味わい、その住人となるにふさわしい者とされるでしょう。そして、ぶどう畑の世話をする者、木工職人、書道家、門番、そして一般的に、どのような務めを担う者であれ、それを主のための仕事として行うならば、ふさわしい報いを受けるでしょう。主はすべてをご覧になり、主から隠れるものは何一つありません。そして、すべてに対して神にふさわしい報いを与えてくださいます。

3. 「信仰に立ち、勇気を奮い起こし、堅く立ちなさい。あなたがたすべてが愛に満ちあふれますように」(Iコリント16:13,14)。永遠に生きるために、日々死んでいきなさい。悪しき思いは、実際の行いと同様に避けなさい。多弁を多くの罪と見なし、笑いを淫行と見なし、過食と満腹を情欲の奴隷状態と見なせ。心を低く保ち、目を地に下ろせ。体も魂も清くあれ。希望に励まれ。地上の何ものにも執着してはならない。唯一の神を畏れよ。もしこのように振る舞い、このように心を整えるならば、私たちは天使たちと共に喜び、すべての聖人たちと共に永遠に喜び祝うことになるだろう。

## 2. 自分について高慢になってはならない

2. 1) 自分を高く思ってはならない。— 2) すべての兄弟のために生きよ。それは、体の各部分が全身のためにあるのと同じである。— 3) 私たちの従順は重荷ではないが、自らの意志を捨て去ることで、殉教者の冠に値する。[1, 3]

4. 神に召された人びとよ、あなたがたはこの世を捨て、心の目を神に向け続けていることは、賢明な行いです。ですから、神に喜ばれるように生きよう努め、そのように生きながら、「自分たちを高く評価してはならない」(ローマ12:16)——霊的な美德においても、肉体の優位性においても——そうして、「あなたが持っているものは、受け取ったものではないのか? もし受けたのなら、なぜ『受けなかった』と自慢するのか」(Iコリント4:7)。多くのことを成し遂げる者は、キリストの恵みによって成し遂げるのであり、神から上より与えられた力を、自分のためではなく、隣人のために用いているのである。

5. あなたがたは皆、互いに従い合い、互いに助け合う者であり、一つの体の生きた肢体である。もし目が手を導かなくなったり、片方の手がもう片方の手を支えなくなったり、足が全身の益のために求められるように歩まなくなったり、あるいは各肢体がそれぞれ自分の意志で行動し始めたりすれば、それらは自らの強さを保つどころか、自らを乱すことで、全身をも乱してしまうだろう。それゆえ、他者のために、寒さや雨、暑さに耐えながら、より多くの労苦を強い

<sup>82</sup> 目次の上にある数字は、引用される教訓の番号を示しており、目次の後に[ ]で囲まれた数字は、1つ目は巻番号、2つ目はその巻の教訓番号を示している。目次の各項目は、その後続く各節に対応しており、各項目ごとに1つの節が割り当てられている。

れることがあっても、誰もがそれを喜びとすべきである。一方、何もしないで座っている者は、役に立たない肢体として、体のためにではなく、体の中で生き、切り落とされるに値する者として、泣き、悔い改めるべきである。

6. これを聞いて、あなたがたの耳が重くならないように。それどころか、いかにわずかで、いかに少ない労苦をもって、私たちに天の御国を得る機会が与えられているかを深く考えなさい。私たちは殉教者のように血を流すわけでもなく、手足を切り落とされることも、骨を砕かれることもない。しかし、もし私たちが、神に喜ばれ、兄弟たちに愛をもって仕えたいという願いをもって、この軽くてわずかな労苦に自らの意志の放棄を添えるならば、それによって私たちは、多くの苦難に耐えた殉教者たち、さらには私たちのために十字架にかかり、死を遂げられた主ご自身にさえ、似るようになるのである。さあ、喜んで労苦しなさい！ あなた方を待っているのは殉教者の冠です。

### 3. 目を覚ましていなさい。敵は眠らないのだから——これは、慰めとして、また牧者への言葉である

3. 1) 目を覚ましていなさい。敵は眠らないからです。——これは牧者への慰めでもあります。—— 2) 労苦を怠ってはなりません。なぜなら、あらゆる労苦に対して、天には直ちに報いが蓄えられているからです。—— 3) 訓示：カノナルクへ；—— 4) ランプ係へ；—— 5) 病棟係へ；—— 6) 病める者たちへ。[1, 4]

7. 私は聖なる教父たち、とりわけ私の義なる長老から、悪魔は決して眠らず、私たちの魂を滅ぼすための働きを怠ることもないことを知っている。むしろ、常に目を覚まし、「眠っている人」（マタイ13:25）の間に、自らの雑草を蒔くことに熱心である。だから、神に召されたわが子らよ、あなたがたも目を覚まし、自制しなさい。そうすれば、あなたがたのうちだれも悪魔の罠に陥ることはないでしょう。私は、あなたがた一人ひとりの成長の話聞くのが大好きです。ある人の従順さ、別の人々の謙遜な知恵、また別の人々の勤勉さに、私は慰められます。しかし、不従順で、不平を言い、高慢で、怠惰で、怠け者で、動こうとせず、ささやき、おしゃべりな者については、私の魂は憎む。——しかし、このように語っている私は誰なのか？——私は、不適格ではあるが、あなたがたの牧者であり、あなたがたは私の羊である。主はあなたがたを私に託してくださったので、私は主に対してあなたがたについて報告するのだ。

8. さあ、皆で牧草を食み、よく牧草を食み、心をつにして、共に牧草を食みなさい。誰も取り残されてはならない。取り残された者は、敵によって迷路へと導かれ、滅ぼされてしまう。まるで、取り残された羊が狼にさらわれ、森や山へと連れ去られるように。救いの道は容易ではない。そこへの道は多岐にわたり、骨の折れるものであり、懸命な労苦、徹夜、わずかなもので満足すること——わずかな食事、わずかな休息、粗末な衣服——を必要とし、とりわけ自分の意志を持たないことを求める。主は、各人の労苦に応じて報いを与えられ、労する者一人ひとりのために、日々冠が蓄えられている。

9. 私たちは、教会の礼拝を、あらゆる規律と敬虔さ、そして温かな心をもって執り行うべきである。そして、わが子よ、カノナルク（典礼長）であるあなたは、この私たちの第一にして偉大な務めを見守るよう任命されている者として、警戒を怠らず、聖歌隊を率い、各聖歌に定められた時間を正確に守り、また、詩篇やスティヒールに関して、命じられた通りに、清い良心をもって他のすべてのことを遂行しなさい。歌う能力のある者は歌わせ、朗読に適した者は朗読に当たらせなさい。怠ることなく注意深くあり、兄弟たち一人ひとりに、ある日は誰が朗読し、誰が歌うか、また別の日は誰が担当するか——平日は誰に、祝日は誰に——を、声、発音、朗読の速さを考慮して正しく割り当てなさい。そうすれば、たまたま立ち寄った人々も、その恩恵を受けることができるだろう。すべてが品位を保ち、秩序正しく行われるように（Iコリント14:40）。そうして、主から「よくやった、良い忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる」（マタイ25:21）と聞き、天において聖徒の列に加えられるように。

**10.** そして、あなたよ、灯火を灯す者よ、あなたに与えられた務めを遂行するにあたり、畏敬の念を持ち、細心の注意を払いなさい。それは神から与えられたものであり、神聖な務めだからです。神殿の照明を、まるで自分の両目のように大切に守りなさい。それは神の御前でなされることだからです。もし王の前で蠟燭に火を灯す者が、王の目の前で気に入られるよう全神経を集中させるのであれば、ましてやわが子よ、あなたは畏敬と愛をもって、すべての被造物から賛美される全能の神に、ランプに火を灯し、ランプを清め、燭台を整え、適切な明るさを保つべきではないか。また、教会の清潔さにも気を配りなさい。少なくとも週に二回は掃除をし、イコンのほこりも払って傷まないようにし、その他すべてを整頓して片付けなさい。教会の品物を傷つけないよう、あらゆる点で細心の注意を払いなさい。

**11.** 三番目に私が心に留めているのは、病院の従事者であるあなただ。命じられた通りに歩みなさい。この極めて困難で、休息を知らず、殉教的な、それゆえに高貴であり、高き報いにふさわしい奉仕において、あなたは少なからぬ栄冠に値する。ここで安らぎを待ち求めたり、探したりしてはならない。そうすれば、あそこで安らぎを得られるのだ。もしここで真摯に労を惜しまなければ、あそこで間違いなく安らぎを得られるだろう。ある者は聖書を読み、ある者は祈り、またある者は沈黙を守り、さらに他の者は称賛に値する行いをしている。しかし、あなたも彼らと肩を並べて歩んでいる——いや、むしろ彼らを先んじているのだ。——日が昇り次第、病人のもとを一人ずつ回り、それぞれの病状を確かめ、誰に何が必要で有益かを判断しなさい。もしそのような労苦に励み続けるなら、冠を戴いて天の御国に入ることができるだろう。

**12.** さて、私の子供たちよ、病に苦しむ者たちよ、あなたたちに起こるすべてのことを感謝して受け入れ、与えられるものに満足しなさい。もしそれ以外に望むことがあれば、ただそれを伝えておきなさい。そして、その後、あなたたちに付き添う兄弟があなたたちのために何をしてくれるか、愛をもって感謝しなさい。不平を言うてはならない。兄弟が神への愛から、まるで奴隷のようにあなた方に仕え、修道院の財力の範囲内で一人ひとりにふさわしいものを与えてくれているだけで十分である。もしそう振る舞わなければ、大きな苦しみを受けることになるだろう。

#### **4. 死と清算を心に留め、誓いを熱心に守りなさい**

4. 1) 死と清算を心に留め、誓願を熱心に守りなさい。－ 2) 口を慎みなさい。－ 3) 兄弟たちは、修道院長にとって手、目、足のような存在である。－ 4) 私たちにとって、肉体労働もまた霊的なものである。互いに励まし合いながら働け……。キリストがあなた方と共におられます。－ 5) 料理人への教訓と励まし。[1, 5]

**13.** 天の高さと地の深さ、そして私たち人間が死を迎えるという自らの本質を顧みよう。私たちはここから、この世の境界を越えた、この世を超えた領域へと移されるのである。その時、私たちは何の隠れ蓑もなく、義なる審判者の御前に立ち、自らの行いを報告することになる。その後、もし善行を積んでいれば天の御国に迎え入れられ、もし罪の中に留まっていたならば、消えることの無い火に投げ込まれることになる。それゆえ、私たちが修道院に入った際に抱いた、神に喜ばれる生活への熱意を絶えず燃やし続けよう。当時、どのような言葉を語り、どのような誓いを立てたかを思い起こし、常にそれに忠実であるべきという自らの義務を自覚しつつ。なぜなら、私たちはこれらの言葉によって裁かれるからである。

**14.** 口を清く保ち、常に神に喜ばれることだけを語りなさい。お世辞も、不当な非難も許してはならない。「腐った言葉が、あなたがたの口から出てはならない」(エフェソ4:29)。

**15.** あなたがたのうち、労苦し続ける者たちは、まさにわたしの手である。さあ、わたしの手よ、労苦し続け、すべきことに全力を尽くして疲れ果てるな。なぜなら、「主の力があなたがたを強める」からである(詩編88:22)。あなたがたは、他者を見守るために置かれた、わたしの目そのものである。だから、正しく見守り、つまずきに陥りかねない者たちを予見し、警告しなさい。そうして、あなたたち自身も神の御目にかかえるにふさわしい者となるためである。わたしには足もある。わたしの足よ、神の戒めの正しい道に立ち続けなさい。これらは、他の兄弟た



ちの重荷を勇敢かつ快く背負う者たちであり、もしこの善き心構えを保ち続けるならば、永遠の安息へと導かれるであろう。これらの言葉をもって、私は落ち込んだ者を立ち直らせ、怠惰になった者を熱意へと奮い立たせ、気力を失った者に勇気を与えたいと思う。

**16.** 喜び、慰められ、熱意に燃えなさい。何事からも背を向けてはならない——心の労苦からも、肉体の労苦からも。なぜなら、私たちの肉体は、神に捧げられている以上、霊的なものだからである。さらに、肉体のことに勤勉な者は、霊的なことにも勤勉である。互いに励まし合い、祈りにおいても、従順においても、謙遜においても、互いを鼓舞しなさい。あらゆる善に向けて互いに奮い立たせ、すべてにおいて品位と秩序をもって行動しなさい。互いに従い合い、助け合いなさい。そうすれば、あなたがたは「キリストの子であり、ある意味で神の子」となるのです（Iコリント12:27）。私は、あなたがたの頭はキリストであると信じています。キリストを頭としておられるなら、あなたがたが恐れるべき者は誰でしょうか。そして、キリストと共にあれば、何が得られないというのでしょうか。あなたがたは天と地の支配者となり、約束されたすべてのものを相続するでしょう。

**17.** そして、わが子よ、料理人であるあなたへ——日々、火の中で奮闘し、薪を割り、料理を作り、水を運び、野菜を洗い清め、顔を煤で黒くし、服を汚し、汗を流し、暑さに耐えながら、兄弟たちに必要な食事を何とかして提供しようとあらゆる努力を尽くしている——あなたは聖徒たちと共に栄誉を得、アブラハムの懷の温もりがあなたを安らかに包むだろう。ただ忍耐強く耐え忍び、喜びをもって日々を過ごし、自分の務めに対してこれほど熱心かつ勤勉でありなさい。そうすれば、あなたの奉仕は夢の中までも現れるだろう。朝一番から、まるで火のように自分の務めへと突き進め。そうすれば、自分の務めを立派に果たし、勝利者として立ち去ることができるだろう。

#### 5. 善において互いに競い合い、悪においては競い合わない

5. 1) 善においては互いに競い合い、悪においては競ってはならない。— 2) 私たちは、まるで海を航海するように生きている。航海におけるあらゆる偶然は、私たち全員にとって霊的なしるしである。— 3) 模範的な兄弟は兄弟愛に善をもたらし、悪しき兄弟は害をもたらす。— 4) 報いは計り知れない。私たちは無駄に流れているのではない。喜びなさい。[1, 6]

**18.** 今こそ善き日々であり、行いの時であり、神に求められる夏である。夏のみならず、一日たりとも無駄に過ごしてはならない。私たちには、救いへの不屈の奮闘と献身があり、互いに善きことを競い合い、互いの美德を模範とする熱意があるように。もし誰かに際立った美德——例えば、穏やかさ、敬虔さ、従順、謙遜、あるいはその他の称賛に値するもの——を見いだしたなら、その人と同じレベルに立とうという善き願望に心を動かされよう。そこから、私たちの間に平和の絆と愛に満ちた親しみが生じるでしょう。これとは正反対のことは、競争を通じて学んではなりません。つまり、不注意な人を見ても不注意にならず、食欲に溺れる人を見ても食欲に溺れず、おしゃべりな人を見てもおしゃべりにならないようにしましょう。しかし、知恵ある者として、また神ご自身から教えられた者として、「すべてのことを吟味し、良いものを保ち続けよう」（Iテサロニケ5:21）。

**19.** 私たちは信仰という錨をしっかりと握り、希望という帆を掲げ、全力を尽くしてこの世の生活という大海原を航海していこう。なぜなら、この航海の最中、必然的に私たちに風が吹きつけるからだ——つまり、肉の反逆、——肉欲の動揺が湧き上がり、心の深みから生じる渦、邪悪な思い、そして海を航海する際に起こるような多くの事柄に遭遇するでしょう。海賊——あらゆる悪意を持つ悪霊、浅瀬——無知による盲目、水中の岩——私たちの魂に対する予期せぬ罠、危険な船倉への浸水——罪や罪深い思いの隠蔽であり、それによって魂は滅びてしまう。まるで、船倉の浸水を顧みず、眠気に襲われて船と共に海の深みへと沈んでいく水泳者たちが滅びるように。しかし、最も誠実な兄弟たちよ、私たちはこうしたものすべてから身を守り、神の道を警戒して歩んでいこう。とりわけ、私たちの心の中で起こるすべてのことを明らかにし、悪しき思

いの水が私たちの魂を溢れさせず、ある預言の言葉にあるように（ヨナ書2章6節）、**「最後の深淵が私たちを飲み込まない」**ようにしよう。

**20.** 兄弟愛において、霊的な奮闘においても肉体的労苦においても、あらゆることに即座に備え、天の星のように輝き、多くの人々を導く者。 敬虔な行いに勤勉で、天にふさわしい、偽りのない、嘲笑されることのない、沈黙を守る者は、地上の天使であり、ケルビムの玉座の前で、神と被造物の主にお仕えしている。 自らの美德をもって他者を益し、彼らの中に霊的な行いへの熱意を喚起する者は、輝かしい太陽であり、黄金のように輝き、兄弟団のすべてを温める存在である。では、陰鬱で、暗く、夜のような者は誰か。その者は、自分より下の者たちをも暗くし、彼らを自分と同じような者にしてしまうのではないか。 高慢、快樂追求、嘲笑、無為、恥ずべき行い、中傷、傲慢、そして邪惡な思念と結びつく不純さによって、天から墮ちたサタンに似通っている者、それ以外には誰がいるだろうか。我々は、そのような者たちの影響に従ってはならない。

**21.** あなたがたの労苦は一時的なものだが、報いは永遠である。苦しみは短いものだが、喜びは永遠である。重荷は一時的なものだが、安息は限りない。 そこでは、あなたがたは喜び祝うことになるでしょう。**「すべての喜び祝う者たちの住まい」**（詩編86:7）であり、そこから**「病、悲しみ、嘆きは去り」**（イザヤ35:10）、泣き声はなく、ただ喜びのみがある場所です。では、あなたがたは無駄に走っているのでしょうか？ むなしく労しているのでしょうか。決してそうではありません！ それどころか、それは理にかなっており、高貴であり、驚くべきものであり、至福であり、使徒的であり、殉教的であり、父性的であり、天使的であり、天的なものであり、神に喜ばれる——そして、あなたがたは（この世から）出て行き、（私たちのところへ）来て、私たちのもとで霊的な誕生を遂げ、成長し、戦士となり、霊的な武器を身につけ、アマレク人、アモリ人、カナン人、そしてその他の情欲の部族たちを打ち倒しているのです。 あなたがたは（この世を拒絶することで）この世の海を背後に残し、スキマ（修道服）を受けるという啓発的かつ浄化的な第二の洗礼によってヨルダン川を渡り（それは実効ある悔い改めであるから）、ここから、あなたがたの嗣業の分、すなわち、偽りのない私たちの神が御自身の約束によって示された地——不死と永遠の命の蜜と乳が流れる地——へと入り始めようとしている。このことを喜び、歓喜し、楽しみなさい。神のこのような人愛を目の当たりにして。私たちの目の前には命があり、顔の前には喜びがあり、足元には至福がある。扉は少し開かれている——**「走れ、そうすれば得るであろう」**（Iコリント9:24）。このような状況において、誰が躊躇して立ち止まることができるだろうか。誰が、これから与えられる宝を他の人より先に手に入れようと、ますます熱心に突き進まず、努力し続けられないだろうか。

## **6. 情欲に対して。この火によって永遠の火が燃え上がるからであり、その最中に死が襲いかかるかもしれない**

6. 1) 情欲に反対せよ。この火によって永遠の火が燃え上がるからであり、死がその最中に襲いかかるかもしれない。—2) つまずいたなら、罪を憎み、善を愛して立ち上がれ。—3) 些細な罪、特に無駄話を避けよ。会話の話題が示されている。[1, 7]

**22.** 勇気を出し、悪魔の策略に対して勇敢に立ち向かいなさい。私たちの戦いは、肉と血との戦いではなく、目に見えない、私たちの苦い迫害者であるサタン、そしてその配下にある背教的な勢力との戦いであることを知れ。それゆえ、もし誰かに淫らな思いが襲いかかっても、動揺したり戸惑ったりしてはならない； むしろ、祈りと嘆き、そして涙を流すことによって、その思いを引き返し、それを退けなさい。その（永遠の）火を思い起こし、今、私たちの内に燃え上がるこの炎こそが、あの（永遠の）炎に燃え移る原因となることを心に留めなさい。 それゆえ、一日に何度そのような思いが襲ってこようとも、それを徹底的に根絶せよ——そうすれば、我々に裁きは下らない。もしこの情欲とともに、思いの曇りや、修行の重荷を感じるような思いが重なるならば、心の目を高く上げ、いつでも死ぬ可能性があるという思いを巡らせて、この悪魔の罠



を切り裂きなさい。終わりのない命における安息を思い巡らしつつ、労苦する者すべてが力づけられますように。

**23.** 私たちの主の恵みがあなたがたを覆い、現在の困難に耐え抜く強さを与えてくださいますように。戦いや闘いの中で奮闘し、つまづくことなく道を全うするためにあらゆる努力を尽くしなさい。もし、そのようなことが起こったとしても——あなたがたにそんなことが起こることを私は決して望みませんが——速やかに立ち直りなさい。目に見えるものをよく見てください。「天は高く」、と書かれているように、「地は深い」（箴言25:3）。罪に堕ちた者たちのうち、誰がそこに登り得ようか。それゆえ、罪を憎み、それを忌み嫌い、そこから背を向けなさい。そして、善を追い求め、神に喜ばれる行いをしなさい。

**24.** お願いです。大きな罪を避けるのと同様に、いわゆる「小さな」罪、すなわち、無駄話や嘲笑も避けましょう。——すべての人に対して静かに、柔和に接してください。そして、単に退屈を紛らわすためだけに会話を交わすときでさえ、その会話が善きものでありますように。あなたがたの会話は、これから行う手仕事についてであれ、聖書のどの箇所に関する疑問の解決であれ、規定に従った朗読であれ、ある聖人の生涯についてであれ、あるいは私たちの肉体の死、天使たちの来臨、そして主であり神である御前での、この世での全生涯に対する私たちの答えについてであれ、聖徒たちがどのようにして言い表せない喜びへと去り、罪人たちがどのようにして慰めのない苦しみへと向かうのか；そして、互いに問いかけ合いなさい、いかにして私たちはこの情熱（空虚な言葉）を避け、それとは正反対の美德（賢明な言葉）を勝ち取ることができるのか；涙はどのようにして溢れ出し、流れ出るのか、また何によって枯れてしまうのか。そして、偽りのない従順、謙遜、そして口を閉ざすことによって、魂の芽生えは潤され、楽園の真ん中で命の木のように花開く。しかし、多弁、笑い、不適切で時宜に合わない視線、不平、粗暴な言葉、長眠、過食、そして我々が気ままに身を委ねるあらゆる他の情欲によって、それらは枯れてしまうのである。

## 7. 地位は尊い。誓いを守ることに感謝せよ

7. 1) 高貴な地位；誓いを守ることによる感謝。—2) 最も重要なことは、神を得ることである。—3) その地位への忠実さが、人を天の市民とする；この忠実さによる行い。—4) 主の顕現における神への捧げ物。—5) 約束された恵みの偉大さに関する聖書の言葉。[1, 8]

**25.** 見よ、主、すなわち私たちの神は、すべての人を御自身のもとに導くために、人愛の光を放ち、人々に御自身の慈しみを示しておられる。そして、私たち修道士たちを、とりわけ暗闇から光へと導き出してくださったのである。私たちを選んで召してくださった神に、どのような感謝を捧げればよいのか。——それは、情欲に満ちた生活や快樂を追い求める生活を捨て、敬虔に歩むことを目指して生きるということである。——兄弟たちよ、我々の召命を自覚し、修道生活が求めるもの、そして天使たちの御前で誓った誓いを常に心に留め、神が呼びかけられるやいなや、この世を旅先として、喜びに満ちて自らの住まいへと移る準備が整っているかのように、そうして生きていこうではありませんか。

**26.** この世の生活の無意味さがお分かりでしょうか。人間の命がいかに移ろいやすく、はかないものであるか、お分かりでしょうか。——ただ一つの幸いな道、ただ一つの幸いな生活、そして尽きることのない恵みがあります。それは、神の戒めを守ることによって神を得ることです。しかし、これには労苦と、自分自身を厳しく律する努力が求められます。

**27.** あなたがたは、エルサレムの市民であり、楽園の住人であり、聖なる天使たちの仲間に加わっているのです。もしあなたがたが、その地位にふさわしく立ち、それに忠実であり続け、心を尽くしてそれを愛し、その業に自らを駆り立て、それに反するあらゆるものから身を遠ざけ、あらゆる面で自らを律するならば。さあ、主への畏れをもって喜び、あらゆる不浄な心構えから身を清めなさい。光の子らとして、身を白くし、輝きなさい。年長者には敬意と従順と謙虚さを示しなさい。互いに愛し合う心が、あなたがたのうちに豊かに増し加わりますように。そして

、自分の気まぐれに従うことや、自己中心的な考えは、あなたがたにとって憎むべきものとなるように。

**28.** 見よ、主の顕現の日が到来した！天より主がおいでになる。清らかな心で主をお迎えしよう。聖なる心構えを整え、すべての被造物からの贈り物として、全き方へ、新たに生まれ変わった命、神を仰ぐ瞑想、そして神を愛する心の燃えさしを捧げよう。また、ある者は沈黙への愛を、ある者は絶え間ない覚醒を、ある者は多くの祈り、節制、従順、そして不平を言わない心を捧げよう——すべて、あなたがたに何一つ欠けることがないように。

**29.** 神は御自身の聖徒たちを通して、将来私たちが待ち受ける栄光がどのようなものであるかを告げ知らせておられます。聖パウロはこう叫びます。「私たちには、現れようとしている栄光への熱望に値しない」（ローマ8:18）。聖ダビデはこう歌います。「あなたの宮の庭での一日は、千日よりも優れている」（詩編83:11）と詠み、また「あなたの栄光が現れるとき、私は満ち足りる」（詩編16:15）とも歌っています。他の預言者たちの中にも、そこから「病や悲しみ、嘆きが消え去る」（イザヤ35:10）と叫ぶ者がいます。そして、望む者は聖書の中で、このような証言をさらにいくつも見つけることができるでしょう。それらは、私たちに、想像を絶する喜び、限りない歓び、そして神に喜ばれる者たちに神が約束された、言葉では言い表せないほどの恵みを示しています。ですから、私たちはこの信仰に立ち、確固として、キリスト、私たちの神において築き上げられ、完全なものとなっていきましょう。

## 8. 弱気になってはならない。労苦は小さく、報いは計り知れない

8. 1) 弱気になってはならない。労苦はわずかだが、報いは計り知れない。— 2) すでに死の道を歩んでいるかのように思い込んで、肉体に甘えてはならない。— 3) 戒めのためにあらゆる犠牲を払え……何事も恐れてはならない。[1, 9]

**30.** 神への奉仕において立ち止まったり、怠惰に陥ったりしてはなりません。また、現在の困難に目を向けて、来たるべき世における喜びを自ら奪ってはなりません。しかし、言葉も行いもすべてを穏やかに受け入れ、神の愛のうちに互いを受け入れ、困難な事柄において互いに助け合うように、自分の人生を整えなさい。たとえ一世紀もの間、功績を積み重ねて生きても、それは永遠の不死の計り知れない充実感に満ちたたった一時間とは比べものになりません。さらに、それは至福であり、人間的な言い方をすれば、非常に得なことです——まるで夢の中のようにほんの少しの間、苦難に耐えるだけで、その報いとして、限りなく至福に満ちた命を得ることができるのですから。

**31.** 聖人たちが敵と見なし、あらゆる節制によって謙遜させたこの肉体を甘やかしてはならない。なぜなら、肉体を喜ばせることは霊的な生活に反するからである。あと少しで、私たちはこの世を去ることになる。その例を、次々と墓へと旅立つ兄弟たちの姿に見ることができる。——果たして、私たちだけがここに残るだろうか？ もちろん、そうではない。——ああ、兄弟たちよ！死というものはなんと恐ろしいことか！なぜ我々は、あたかも上から啓示を受けたかのように、常に瞑想の境地に身を置き、まるで今まさに死に瀕しているかのように——今にも魂が肉体から離れる時が訪れ、天使たちがやって来る（決して「悪魔たちも押し寄せる」などと言わせないでほしい； というのも、それは情欲に支配された者たちに起こるからです）、そして「時が来た、魂よ、出て行け！」という声が聞こえるのです。その時、その結びつきが解かれることによる苦しみと病は、なんと大きなものでしょう！——その時、善行と良心の非難なき状態こそが、去りゆく者たちにとって大きな助けとなり、慰めとなり、執り成しとなるのです。その時、従順は勇気を与え、謙遜は神の御心を惹きつけ、涙は慈悲を招き、多くの行いは悪魔に打ち勝ち、あらゆる行いに対する忍耐が擁護者となる——そして敵は手ぶらで引き返し、魂は天使たちと共に大いなる喜びのうちに救い主のもとへ赴く。しかし、もし魂が情欲の習慣に囚われたまま、何らかの形で罪に支配されているとすれば、それは恐ろしいことだ。なぜなら、その時には悪魔たちが優勢となり、その哀れな魂を自分たちと共に地獄の深淵、闇、そして苦痛に満ちたタルタ

ロスへと突き落とすからである。これこそが（情欲に甘えることによる）その魂への害なのである！

**32.** それでは、この世にいるうちに自らを清めよう。功績のために血を流し、神の戒めから私たちを引き離すようなものは、何一つ持たないようにしよう。労苦も、病気も、快楽も、安らぎも、あらゆる満足も。たとえ毎日死ななければならぬとしても、この世の思惑を超越して生きるよう努め、それを喜びをもって耐え忍ぼう。恐るべき審判者である神以外、私たちは何も恐れない。人も、獣も、火も、剣も、海も、その他恐ろしいと思われるものも一切恐れない。なぜなら、神の御姿に似せて造られた人は、地上の生き物の主であり支配者だからである。

## 9. 魂の畑を清め、種を蒔き、水をやり、霊的な実を結ばせること

9. 1) 魂の畑を清め、種を蒔き、水をやり、霊的な実を結ばせること。— 2) 食事と睡眠における節制、およびその実り。— 3) 衣服や履物の質素に耐えること。— 4) 未来のために進んで苦難に耐えること。[1, 10]

**33.** 聖霊の神の恵みあふれる流れから降る雨に潤された肥沃な大地のように、実を結び、命に満ちた穂のように美德を育みなさい。あなたがたが畑を耕すように、神への畏れという火と真理の剣をもって、心の地から心の茨を取り除きなさい。さあ、使徒の戒めに従い、肉に蒔いてはならない。そうすれば、肉から朽ち果てを刈り取ることはない。むしろ、御霊に蒔きなさい。そうすれば、御霊から霊的な実を刈り取ることができるのです〔ガラテヤ6:8〕——忍耐、堅忍、寛大さ、謙遜、互いへの愛を学びつつ、嫉妬、偽り、欺き、侮辱、中傷を憎むのです。

**34.** また、節制を身につけなさい。節制とは、身体に必要な分だけ食物を与え、身体に過度の負担をかけず、また過度に軽くもしないことである。これは船に荷を積む際の扱いと同じである。なぜなら、船が過度に満たされると沈没する恐れがあり、過度に軽すぎると転覆する危険があるからだ。睡眠についても同様である。有益な分だけ眠るべきである。適度な食事の後は安らかな眠りが訪れ、続いて、賛美歌を歌う際の活気、朗読への注意深い傾聴、そして神聖な歌の歌詞の一語一語を賢明に理解する力がもたらされる。こうして、これらすべてによって魂が悦ばされると、心は穏やかになり、温められ、照らされ、あらゆる面での節制の果実を味わうことになる。一方、過食からは重い夢がもたらされる。それによって、思考が曇り、歌の言葉を理解できなくなり、口が固まり、目も魂も体も暗くなる。なぜなら、外側の状態は内側の状態と調和するからである。その時、魂の盗人が押し寄せ、好きなものを盗んでいく。それゆえ、主は「目を覚ましていなさい」（マタイ26:41）と言われたのである。

**35.** 神は、心のこもった言葉、従順な答え、善きもの——すなわち、動揺しない顔、穏やかな気性、謙虚な会話を愛される。——他の人々よりも苦難を穏やかに耐え忍び、必要な衣服や靴、あるいは頭巾が不足していても感謝する者——その人は真の神の働き手であり、一時的で取るに足らないものを、将来の偉大な恵みと取り替えているのである。私は皆を満足させるよう心掛けている。このように言うのは、何かが不足したとしても、誰も悲しんだり、苛立ったり、不平を言ったりしないようにするためである。また、神への愛に燃え、自ら進んで何かを断つ者もいる。しかし、いつ、どのようなものであれ、与えられたものを感謝して受け入れる者は、誰でも確かに善行を行っているのだ。

**36.** 天の御国は目前にあり、神に喜ばれる者たちには、永遠の至福のいのちという報いが待っている。誰がそこへ向かわないだろうか。誰が、このように差し出される宝を手にとろうと急がないだろうか。誰が、これほど多くの恵みのために、進んで苦難に耐え、裸になり、寒さや霜に耐え、行いによって自らを死なせることを決意しないだろうか。——しかし、あなたがたは、そのような労苦や功績とは無縁ではありません。なぜなら、自らの欲望を切り捨て、あらゆるものから離脱し、あらゆる種類の忍耐を通じて、あなたがたは日々死んでいるからです。その一方で、あなたがたの命は、私たちの主であるキリスト・イエスの中に秘められているのです。やがて、私たちのいのちである主キリストが現れるとき、その時、あなた方も主と共に永遠に喜び始



めるのです（コロサイ3:4）。ですから、この世で安らぎを求めるのではなく、あの世の永遠の安息への保証として、この世の苦難を尊びなさい。

### 10. 主が降りて来られる——耐え忍びなさい——そして、何によって力を得るのか

10. 1) 主は来臨される——耐え忍びなさい——そして、何をもって身を支えるか。—— 2) ほら、これがあなたがたの最期であり、楽園である。そこでは、あらゆる苦難を忘れるだろう。—— 3) 主の宮殿では、苦難を耐え抜いた者たちへの歓喜がある。誰が喜んでそれを選ばないだろうか。—— 4) 苦難と貧しさの中で生きていることを喜びなさい。これこそが修道者の道である。——5) あらゆる事において互いに助け合いなさい。——主は近くにおられる。[1, 11]

1. 神の道を歩みなさい。主の約束に従い、日々、主があなたがたのところに來られることを心に留めて。なぜなら、主ご自身が御使徒たちを通して、「御契約と御証しを求める者たち」（詩篇 24:10）すべてに、「世の終わりまで」（マタイ 28:20）彼らと共ににおられると告げられたからである。主の道と歩みは知れぬものである。主は心の目に目に見えぬ形で共におられ、心清き者たちとは声なき対話を交わされる。嫉妬深い悪魔の罠を避け、正しい道を歩み続けよ。神の愛の翼を広げ、あらゆる地上の罠を越えて、雲のように舞い上がれ。喜びの油と貞潔の油で、あなたの足を油を塗り、主の悲しみの道を歩むことを恐れてはならない。もし臆病から渴きを覚えるなら、忍耐の水を飲め。もし心の疲れから飢えを感じるなら、人の心を養い強めるパン、すなわち、善き力と勇気を与える知恵の言葉を味わえ。あなたがたはしっかりと腰を締め、気力を保っている。しかし、苦難を前にして、背負いにくい重荷——すなわち、敵からの悪意ある願い——を自らに負うことのないように。地から天へと続く道を歩む者にとって、臆することなくこの道を歩み、いかなる重荷も自らに負わないことこそが、十分なのである。

2. あなたがたは、この世を去り、今や神の家にふさわしく身を置き、主のために働き、日々主に仕え、この世の一切、血縁、祖国、そしてあらゆる肉の欲望から背を向けている。これは、私たちの仕事であり、天使たちの仕事である。あと少し耐え、あと少し苦難に耐えましょう。すでに私たちの命の終わりと限界が近づいています。聖なる天使たちに迎えられ、すべての聖人たちと共に約束された祝福の相続人となり、永遠に喜び始めるのです。そしてその時、私たちには何の後悔もないでしょう——勝利したことについても、修行に励んで疲れ果てたことについても、断食したこと、睡眠を削ったこと、寒さや冷えに耐えたこと、あるいはその他の方法で自分の欲望を満たすことを拒んだことについても。それどころか、神が私たちにこの世から逃れ、修道服を身にまとうことをお許しくださったその日、その時を、私たちは祝福し、称え称えることになるでしょう。そこでは、この世でのあらゆる苦難に対して、一人ひとりに百倍の報いが与えられ、悲しみのかわりに、喜びに満ちた、永遠に続く命を得ることになるのです。だからこそ、私たちのうちだれも、今直面している苦難に耐えることを拒んではならない。その見返りとして、言葉に尽くせない永遠の喜びを得るからである。私たちのうちだれも、「思い起こせ。あなたは胎内にあって、すでにその恵みを受けたではないか」 また、「私たちとあなた方の間には、大きな隔たりがある」と言われることのないように（ルカ18:26）。これは、罪人と義人を隔てる恐ろしい声であり、それを思い浮かべるだけでも恐ろしい。それを実際に聞くこととなれば、いったいどのようなことだろうか！

3. 天が地からどれほど離れているか、それと同じだけ、罪の中に生きる者たちは、私たちの主なる神から遠く離されることになる。しかし、神の友であり、真のしもべたちは、神のもと、すなわち神の天の御国、天上のエルサレム、あの偉大な都へと入っていく。そこには、計り知れない宝、限りない栄光、そして永遠の喜びがある。そこで私たちは互いに顔を合わせ、互いを認識するでしょう。そして私は、もし私たちが常に神の御心を行えば、そこで共に尽きることのない喜びに包まれると信じています。もしそうであるなら、私たちは喜んで労苦し、進んで苦難に耐えるのではないのでしょうか？ 嘲笑や侮辱を、まるで乳を飲むかのように喜びをもって飲み干さないのでしょうか。最下位の場所や地位に甘んじ、あるいは誰よりも踏みにじられることさえ望まないのでしょうか。キリストの無垢な子羊たちのように、自らの意志で毎日死ぬことを選ばない

でしょうか。そう、私の兄弟たちよ！私の父たちよ！聖人たちは、このような心構えをもって神に喜ばれたのです。

4. ここでは、いかなる不快や苦難とも無縁な、何不自由ない生活を求めようとはしない。むしろ、苦難に遭う時には喜び、困難な状況にある時には楽しみ、不当な扱いを受けたり、圧迫されたり、必要な物、住居、飲食、履物や衣服、あるいはその他の生活必需品において不足を強いられたりしても、喜びましょう。これこそが私たちの証であり、このために修道士は、絶えず闘いと功績の中に身を置いている者として祝福されるのです。もしあなたがたがそうではないならば、たとえ偽り、見せかけ、偽善的にその名を名乗っていても、明らかに修道者の道に立っているとは言えません。とはいえ、あなた方については、修道規則に誠実に従い、その道を巧みに歩み、天使のように生きていることを私は知っている。あなた方には、あなた方を支える神の御手があり、あなた方を強める聖霊の慰めがあり、あなた方を助ける聖なる天使たち、そしてすべての神に祝福された殉教者や聖人たちがいるからだ。

5. 「神の山に登り、その聖なる宮へ行きなさい」と、最も高き預言者イザヤは語っています（詩編2:3）。だれも取り残されることなく、だれも腰を下ろすことなく、互いに助け合い、互いに堅い愛の絆で結ばれ、互いに励まし合い、互いに競い合い、互いに模範としなさい。——不適切な笑いも、気を散らし、人を甘やかすような娯楽も、長々とした無駄話も、決してあってはならない。また、不和や不従順といった言葉は、あなたがたの間で口にされることさえあってはならない。あなたがたは、品位を保ち、誠実に語り、互いに親しみを持って接し、穏やかに、そして親しみを込めて互いに語り合うことが望ましい。「すべてを試みて、良いものを保ち、あらゆる悪しきものから遠ざかりなさい」（1テサロニケ 5:21,22）。そして、平和の主が、あなたがたの魂に力と強さをお与えになり、ご自身であなたがたを牧し、ご自身で「静かな水辺であなたがたを養ってくださる」（詩篇 22:2）と、あなたがたを義の道へと導き戻し、あらゆる悪意に満ちた蛇の策略から守り、喜びを与え、慰め、天の御国にふさわしい者としてくださいますように。

## 11. 敵は情欲をかき立てるが、それに立ち向かえば打ち勝つことができる。主は助け手である

11.1) 敵は情欲をかき立てる。しかし、それに立ち向かえば打ち勝つことができる。主は助け手である。－ 2) 仕事においても礼拝においても、非の打ち所のない働きをなしなさい。それを台無しにしてはならない。－ 3) 死の瞬間やその後に恐ろしい出来事に遭遇することなく、ただ一つの喜びを見出せるよう、努力し、備えよう。[1, 12]

6. さあ、皆で心をつにして、神に仕え、神に喜ばれるために、さらなる準備と熱意を新たにしましょう。そして、何ものも私たちにその妨げとならず、それを阻むことがないように。また、この世を完全に断ち切り、肉欲に打ち勝ち、血縁から離れ、快楽を軽蔑し、労苦を選び、その他あらゆる徳行を実践し続けよう。そうして、自らの召命にふさわしい者となり、天の御国を相続できるようになろう。恐ろしく、あらゆる悪意に満ちた悪魔は、私たちの滅びを望んで執拗に這い回り、ひそかに忍び寄り、私たちの心に入り込み、一人ひとりに悪の種を蒔く。ある者には罪の甘美さを与え、その快楽と一時的な享楽のために、永遠の祝福を味わう機会を奪い、消えることのない火の中に送り込む。ある者には、兄弟の誉れを妬む、殺人に等しい嫉妬の情を植え付け、その嫉妬によってその者の心を曇らせ、まるで夜の闇の中を歩く者のように、神の栄光を見ることを許さず、その者の中に破滅をもたらす新たなカインを現そうとする； 誰かを食欲に誘い込み、肉欲の快楽に打ち勝たせて、神から遠ざける者； 誰かに気落ちを吹き込む者； ある者には、自らの召命や、同志たち、あるいは修道院に対する嫌悪を生み出し、ある者には、詩篇の詠唱や読書、そして黙想を重荷に感じさせる——また、ある者に対しては、想像を絶するほどの情欲的な思いや衝動の嵐を巻き起こし、正しい道から逸らして滅ぼそうとする。しかし、「勇気を奮い起こし、心を強くせよ」（詩編30:25）。なぜなら、私たちは、死の支配を打ち砕き、「私たちに、蛇やサソリ、そして敵のあらゆる力に立ち向かう力を与えてくださった」（ルカ10:19）主を信頼しているからである。この模範を、聖アントニオ大聖人に見ることができます。彼は敵

の力をこれほどまでに打ち砕き、滅ぼしたため、敵は彼の聖所の影さえも耐えられませんでした。また、すべての神に愛された教父たちは敵に打ち勝ち、現代においても、心を尽くして神に仕えるすべての人々が敵に打ち勝っています。

7. あなたがたが熱心に労苦し、その労苦を神への捧げ物としているのを見ます。しかし、あなたがたの労苦があらゆる点で非の打ち所がなく、報いにふさわしいものでありますように。——では、どうすればよいのでしょうか？——静かに、黙して働きなさい。時宜に合わない言葉が口から出ないようにしなさい。高慢を避けなさい； 厚かましさを忌み嫌いなさい。謙遜を身にまとい、あらゆる従順に身を捧げなさい。注意しなさい。いかなる罪によっても死を招かないようにし、情欲の時には互いに近づいてはならない。二人きりで密会しようと試みてはならない。そこには罪の炎があるからだ。いかなる部位であれ、特に一つの部位には触れてはならない。そこには怒り、炎、死があるからだ。聖書の朗読に耳を傾けよ。目を覚まして賛美を唱えよ。神の御前に立つときは眠らず、神から賜物を受けよ。神は常に目を覚ましている者に賜物を与えられるからである。王の御前から、ある者は賜物を受け取って去り、ある者は何も持たずに追い返されるというのは、哀れなことです。両者とも同じ仕事に従事していたにもかかわらず、ある者は怠惰に、眠たげに働き、ある者は誠実に、全力を尽くして働いたため、その運命はこれほどまでに異なってしまったのです。

8. 急ぎ、奮闘し、走り、到達せよ。そうすれば、私たちのために門が閉ざされることなく、私たちの命の時間が途絶えることなく、準備不足のまま棺に下りることなく、罪を犯した者として肉体との結びつきから解き放たれることなく、魂が肉体から離れる時に聖なる天使たちを恐れおののいて見つめることなく、天にまで届くあのエチオピア人が、アントニオス大聖人に示されたように、私たちの罪を理由に私たちを捕らえることのないように。また、カオスや冥界、タルタロス、絶え間なく轟く炎、あるいは泣き叫びと歯ざしりがある他の苦しみ場が、私たちを飲み込むことのないように。しかし、そこで平和で至福に満ちた長寿を得、私たちの主であり神であるキリストに寄り添い、その計り知れない美しさ、その近づきがたい御顔の栄光を仰ぎ見、聖なる天使たちやすべての聖人たちと共に踊り、そこで喜び祝うことができますように。そこでは、「病、悲しみ、嘆きが去り」（イザヤ書 35: 10）という場所から。

## 12. ここから去ろう.....すなわち、情欲の領域から、腹、目、舌、耳、手、足による節制を通じて

12. 1) ここから去ろう.....すなわち、情欲の領域から、腹、目、舌、耳、手、足を節制することによって。——2) 会計係、作業監督者、倉庫係、菜園師および庭師、馬小屋の管理者、そして製粉業者への教訓。[1, 13]

9. 主が弟子たちに「立ち上がれ、ここから去ろう」（ヨハネ 14: 31）と告げられたように、私もあなたがたに宣言します。私がこう言うのは、私たちの徳を試すために私たちをこの体に結びつけた神が召される前に、体から抜け出そうという意味ではなく、体の中にありながらも、体を超えた事柄について思索し、——神聖なるパウロが自分自身について記したように（ガラテヤ 6: 14）、——世に対して自分を十字架につけることである。なぜなら、彼自身が述べたように、「キリストにある者は、肉と情欲とを十字架につけたのである」（ガラテヤ 5: 24）からである。それゆえ、あらゆる重荷や悲しみを勇敢に耐え忍び、あらゆることに節制を保ちなさい。なぜなら、もし私たちの先祖がこの点において、神に捧げられた戒めに従順であったなら、節制を欠いたために、命の代わりに死を味わうことはなかったであろうからである。それゆえ、断食し、罪という極めて苦い木の実を、可能であれば、思いさえも口にしないようにしなさい。しかし、あらゆる方法で、行いによってそこから身を守りなさい。貪欲な目で情欲に満ちた視線を向けず、自らを魅惑に陥らせてはならない。無分別な言葉や無益な語り聞かせを耳にしないよう、耳を塞ぎなさい。口は、神に喜ばれる言葉のみを語り、空虚な言葉を口にしないよう訓練しなさい。手、足、そしてあなたのすべての肢体が、あらゆる情欲から守られるようにしなさい。



10. 「経済」の務めを任されたあなたは、兄弟たちの間で非の打ち所がなく、つまずきなく歩むよう努め、すべてを謙虚な知恵をもって取り仕切りなさい。「畑仕事」の監督を任されたあなたは、あなた特有の知恵と堅実さをもってこの務めに専念し、それにふさわしいことをすべて忠実に実行し、すべてを秩序正しく保ちなさい。疲れ果てている者たち、とりわけ新入りの者たちに対しては、寛容であり、忍耐強く接しなさい。「あなたがたの言葉は、塩で味付けられ、聞く者に恵みをもたらすものであれ」（コロサイ4:6、エフェソ4:29）。品位を保ち、言葉遣いを慎み、慰めを与え、教え、規律正しく、それぞれの務めにおいて指導的でありなさい。あなたはケラー（おそらく宮廷の、あるいは物資管理官）である。神に信頼し、「その力と強さによって力づけられ」（エフェソ1:19）なさい。兄弟たちの世話に率先して取り組みなさい。彼らを養うことは、神を養うことである。なぜなら、あなたが養っているのは人々ではなく、もし望むなら、神の使徒たちだからである。彼らに食事と飲み物を用意し、与えなさい——あなたが持っているものの中で最良のものを。しかし、香辛料も、甘い物も、また、腹を満たすことだけを考えている者たちが腹を膨らませるようなものは、一切あってはならない。これらは敬虔な者たちにはふさわしくない。野菜、パン、水——これこそが彼らのための定めである。このことに、私たちの先人たちは大きな慰めを見出していた。そしてあなたも、わが子よ、「善良な料理人」よ、兄弟たちの世話をし、彼らを慰めるための食事を用意して、天の御国で太陽のように輝き出でよ。あなたがたは「菜園師や園師」である。働き、あらゆる種類の野菜を兄弟たちに提供して彼らを満足させるよう努めなさい。彼らに奉仕することで神に喜ばれ、永遠の安息を享受するにふさわしい者となるのだ。「貯蔵庫に勤める」者たちよ、全力を尽くし、善意をもって、血を流すことさえ厭わず、自らの務めに力を注ぎなさい。そして、あなたがたは彼に依存しているのだから、主任貯蔵係に敬意を払いなさい。「馬小屋」の業務を司る者たちよ、神と私たちにとって喜ばしい従順を示し、他の者たちよりも二倍の奉仕を兄弟たちに捧げなさい。それゆえ、あなたがたは二重の冠で飾られることになる。あなたがたのうち、他者のことをより深く思いやり、彼らのために働き、労苦する者は、間違いなくより大きな報いを受けるであろう。「製粉所」に配属されたあなた方も、私のところに来てください。あなた方には、自分の務めに対して大きな配慮を払うべきだと申し上げます。しかし、定められたことに反して、食事においても、飲み物においても、その他のいかなることにおいても、余計なことを決して許してはなりません。また、定時の礼拝や詩篇の詠唱、その他の奉仕に参加できないことについては、私たちとしてもそうなることを望んではいけないが、極度の必要に迫られているため、他にどうすることもできない。しかし、落胆してはならない。たとえ私たちが罪人であっても、その点においてあなたがたに欠けている部分を、私たちが補って差し上げるからである。ただ、自分自身にしっかりと気を配り、神を畏れ、世俗的な会話からは遠ざかってください。

### 13. 起床；早課；第一時；仕事

13. 1) 起床；早課；第一時；労働。－2) 会話の主題；競争；安逸を好まないこと；神への熱意と労働における忍耐。－3) 主のように忍耐し、……その慈しみにあずかろう。－4) 自己満足のための行いや、兄弟たちへの嫌悪。－5) 修道院長の指示に満足する者は立派である。これらの指示を批判してはならない。主が秩序を乱す者たちを整えてくださるように。[1, 14]

11. 私たちのために定められた規則と秩序に従って生き、大小を問わず、あらゆる事において正しくあるよう自らを律しよう。鐘が鳴り響くやいなや、まるで天使に招かれたかのように、皆、心穏やかに教会に集まり、神と語り合い、賛美の歌をもって神に仕え、その報いとして、はかない一時的なものではなく、神からの魂を生き生きとさせる賜物を受け取ろう。教会に着いたら、心をつにして主なる神への賛美を声を合わせて謳い上げ、その後、詩篇の詠唱に耳を傾け、朗読に注意深く耳を傾けなさい。そうして、その両方から啓発され、喜びのうちに礼拝を満ち豊かに過ごし、悪魔を恥じ入らせなさい。しかし、その際、内面において清らかな心で祈りを捧げることを忘れてはならない。そうして、清らかで、さらに光に照らされた姿として、曇ることなく教会を後にできるようになれ。礼拝の時間が終わりました。静かに、穏やかに礼拝堂を後に

しましょう。その後、一人ひとりが学びに取り掛かり、その際に、詩篇の詠唱から得た宝を無駄話によって台無しにしないよう心がけ、むしろ、今学んだことをその恵みに加えられるように努めなさい。また、望みがあり、必要とする者は、ベッドに横たわって休息をとってもよい。ただし、その際も、十字架の印を と自身に刻み、品位を保って横たわった上で、誘惑者である敵からの誘惑にさらされないよう、思索を込めて何らかの詩篇を心の中で読み上げなさい。 というのも、悪魔たちは礼拝の後、私たちの魂を邪惡な衝動で乱すことを好むからだ。それは、教会での注意深く敬虔な在り方によって彼らに与えられた敗北への復讐であり、私たちが教会の賛美歌や朗読から善く得たものを、悪しき形で浪費させてしまうためである。 そのため、彼らは私たちの思考を曇らせ、詩篇の詠唱による疲労を理由に体を従順でなくさせ、不適切な感情や妄想を引き起こすのです。 しかし、もちろん、眠りを控え、詩篇への思索にふけるか、あるいは他の何らかの行いに専念し、圧倒的な眠気に駆られない限り、すぐに寢床に飛び込まない者の方が、より善行を行っていると言える。なぜなら、そのような場合、その人は誘惑から自由であり続けるからである。 このように時間を過ごした後、私たち皆は互いに遅れを取ることなく、最初の礼拝の時間に向けて急ぐべきである。なぜなら、何のために私たちの報いを失い、良心に重荷を負わせる必要があるだろうか。 その後、神に「私たちの手の業が正されますように」（詩編89:17）と祈り、一日が善行をもって全うされるようお願い、割り当てられた仕事に取り掛かりなさい。各自が自分の仕事に専念する場合もあれば、必要に応じて皆で一つの仕事に共に取り組む場合もあるでしょう。 あなたがたの労苦と仕事は、詩篇の詠唱、祈り、そして善意をもって行われよ。それが畑での仕事であれ、ぶどう園での仕事であれ、台所での仕事であれ、あるいは定められた時間に通常行われるその他のことであれ——これらすべてが、詩篇の詠唱を伴い、誠実に遂行されるようにせよ。

**12.** あなたがたの言葉は、常にふさわしい事柄についてあるようにしなさい。それが肉的な生活に関することであろうと、靈的な生活に関することであろうと、例えば、トロパリや、何らかの行いについてであろうと。 — 互いに善において競い合いなさい。あなたがた一人ひとりにそれぞれの長所があるが、ある者に欠けているものは、別の者が持っている。その者は、花から勤勉に蜜を集める善良なミツバチのように、そこからそれを借り受けなさい。— 安逸を好む心は私たちから遠ざけられ、怠惰は追い払われなければならない。 — 神に対して温かくあり、修行においては忍耐強くありましょう。そして、断食であれ、徹夜であれ、寒さであれ、暑さであれ、侮辱であれ、生活必需品の不足であれ、何ものも私たちと神への愛との間に障壁となってはなりません。すべてを二次的なものと見なし、何よりも私たちの救いを優先しましょう。

**13.** 主が私たちのためにどれほど恐ろしい苦難を耐え忍ばれたかを思い起こし、すべてを穏やかに受け止めよう。——しもべと主とを、どうして比べられようか。——なぜなら、私たちがどんな苦難に遭おうとも、それは取るに足らないことだからである。 しかし、この慈愛に満ちた主は、御自身の慈しみによって、私たちのささやかな善意さえも受け入れてくださいます。主は、主を忍耐する者に近くおられ（詩編144:18）、主を求める者に見出されます。 もし主が御門を開いてくださるなら——もし私たちが粘り強く待ち望むなら、主は私たちを受け入れ、天上の喜びへと導き、人の手によらず造られた天国の婚礼の殿堂へと導いてくださる。

**14.** 私は、天と地と聖なる天使たちを証人として呼び求め、あなたがたに叫びかけます——自分の救いを軽んじてはなりません。いかなる戒めも軽んじてはなりません。啓示のない（思いの）闇の中を歩んではなりません。 密かな食事は避け、甘い物には溺れず、あなたがたの魂を剣で貫いてはなりません。すなわち、たとえ自分の肢体に対してであっても、そこに傲慢の炎を注ぎ込んでではありません。それらはキリストのものであり、それゆえ尊いものであることを心に留めてください。 互いに悪口を言わず、怒りに燃えず、嫉妬を抱かず、悪に悪で報いず、支配を求めず、時期尚早に聖職の位を渴望せず、そのことを思いの中で甘んじてはならない； むしろ、（自分の靈的指導者たちに）すべてを喜んで打ち明け、それによって癒やされ、それによって健全であり続け、あらゆることに心から従順でありなさい。これこそが、聖職であり、聖務であり、神への崇敬である！

15. 私の謙遜の前で、自らのすべてを清らかな心で打ち明け、自分自身について謙遜な考えを持ち、あらゆる生き物の中で最も低い者と自らを位置づけ、私の謙遜から授かったもの以上のものを何も求めない者——これこそが、私の考えでは、高貴で尊い人物である！ しかし、私の決定を覗き見たり、自分なりの解釈で論じたり、あるいは、なぜある者にはこのような任務を与え、別の者には別の任務を与えたのか、なぜある者を聖職者としたのか、別の者を別の役職に就かせたのか、といったことを論じることは、あなた方にとって有益ではなく、またふさわしいことでもない。——私たちの主であり神である方よ、ふさわしい者をふさわしくない者から引き分け、「腐敗の穴から貧しい者を高められる」（詩編 112:7）方よ、謙遜な者に恵みと知恵を与え、弱き者を力によって支えてくださる（詩編 17:33）は、あなたがたを整え、和らげ、御自身の御国に迎え入れ、良き生涯を与え、あらゆる事において、完全な行い、戒めの履行、神への奉仕、そして天の御国を相続するために天使たちに倣うよう、あなたがたを強めてくださいますように。

#### 14. 神へと心を向け、それ以外のことはすべて無に帰せ

14. 1) 神に心を向け、他のことはすべて無に帰せ。— 2) 修道院においてあらゆる労苦に励む者は、至福を味わうために天の都へと善き道を歩む。— 3) あなたがたの外面は立派である。しかし、あなたがたの中に、内なる姿においてユダやヒエゼイア、あるいは彼らに似た者たちがいないか、よく見極めよ。— 4) 「あれをしよう、これをしよう、あれを達成しよう」などと言ってはならない。ただ働き、その後のことはすべて主に委ねよ。[1, 16]

16. さあ、子らよ、私の言葉に耳を傾け、私の謙虚な言葉を心に刻みなさい。私はすべての人に向かって叫び、すべての人に告げる。神のもとへ昇り、情欲から離れよ。預言の言葉が、こうあなたがたに叫んでいる。「さあ、主の山へ、ヤコブの神の家へ上ろう」（イザヤ書 2, 3）——無情の家へ。そして、私たちの知恵ある目で、私たちのために用意された喜び、すなわち天の恵みの約束を見よう。熱意を抱き、鳩のように燃える翼を広げ、ここから美德の右側にある場所へと飛び立ち、神への渴望による喜びと霊的な愛を掴み取り、神の最も甘美な愛を味わい、その中で他のすべてを二の次と見なし、虚しい栄光も、肉欲も、獣のような怒りも捨て去りなさい；そして、ここで慰めとなると思われるものは何一つ、あなた方を魅了することはできない。しかし、しっかりと帯を締め、私たちは軽やかで、鋭い視力を持ち、天の御国へと続く道を素早く歩んでいくであろう。

17. 旅する者は、苦難や貧しさに耐えることが避けられない。私たちも同様である。なぜなら、ご覧の通り、私たちの務めには労苦、奮闘、そして疲労が伴うからです。働く者、疲れ果てる者、汗を流す者、飢えと渇きに耐える者——ある者は畑で、ある者はぶどう畑で、ある者はオリーブ搾油機で、ある者は台所で、ある者は建築現場で、ある者は貯蔵庫で、そして単に、それぞれが割り当てられた務めに従事しているのです。これらすべての人々は神の道を歩み、偉大な都に近づき、死を経て、神を愛する者たちに用意された恵みを味わう喜びへと導かれるのです。

18. 善き道を歩む者たちをはっきりと見て、私たちは慰められ、一方、秩序を乱す者たちを見ると、憤り、悲しみ、そして可能な限り彼らを正す。しかし、あなたがたの心の内は、あなたがた自身と神のみに知られている。——しかし、あなたがたの中に、あたかも闇の中にいるかのように、密かに不適切な行いをする者が一人もいないようにしなさい。なぜなら、全知の御目からは何一つ逃れることはできないからである。たとえそれが私たちの目からは逃れていても。私は常に、あなたがたについて最善のことを考えています。しかし、誰が知るでしょう——あなたがたの中に、十二使徒とユダのような者がいないと？ 善良な指導者ヒエゼイアのもとにも、心に永遠の癪を宿す悪意ある者がいないと？ あなた方の間にも、祭司エリヤの息子たちのように、密かに食事をし、神を怒らせる者たちがいないだろうか。彼らの最期は、罪深いエリヤよりもさらに悲惨で、私にとっても災いとなるだろう。——私たちも何らかの害を被ることのないよう、主よ、憐れみ給え！ ——アナニアとサッフィラのようなこと、すなわち使徒たちに嘘をつこうとし

て、苦い転落を遂げたようなこと。なぜなら、あなた方の間にも、心に嘘を抱え、質問への答えや何気ない会話の中で、真実を語らない者がいるかもしれないからだ。 また、私は、聖ペトロ——使徒たちの筆頭——の弟子になりたいと見せかけながら、実際には人間の名誉と栄光のためにそうしていた魔術師シモンの転落も恐れています。どうか、あなたがたのうちだれも後ろを振り返らず、当初の決意から逸脱することのないように！

**19.** だれも、「あれこれをする」「何歳までにこれこれを達成する」などと言ってはならない。そう言いながら、今日という一日を生き延びられるかどうか分からないあなたが、次のような言葉を聞くことになることを考えないのか。「愚か者よ、今夜、あなたの魂はあなたから奪い取られ、あなたが備えていたものは、誰のものになるのか」（ルカ12:20）。使徒たちがその師であり万物の神である方と結んでいた、断ち切ることのできない一致に倣い、主の御目の前で常に生きているかのように、私たちの救いへと向かう歩みを早めよう。その後のすべてを神の御手に委ね、この世で少しの苦難や悲しみを喜んで耐え忍び、永遠の喜びを得るために。神はこれを求められ、聖霊はこれに協力し、主イエス・キリストはこれを支えてくださる。恐れるな！悪魔は打ち倒された。キリストは復活され、もはや死は支配していない。

**15. この世からは逃げ出したが、敵によって煽られる情欲の動揺からは逃げ出していない。これに注意を払い、立ち向かわなければならない**

15. 1) この世からは逃げ出したが、敵によって煽られる情欲の動揺からは逃げ切れてはいない。これに注意を払い、立ち向かわなければならない。－ 2) 信仰によって従順の奇跡を示した例：ドシフェイ、アナニイ、ザカリアなど。－ 3) 戒めの道を歩み、不平を言わずに従順を全うすれば、救われる。[1, 17]

**20.** 私たちは世俗のすべてから逃れ、聖なる修道服を身にまとい、あたかも港にたどり着いたかのようなものである。しかし、それでもなお、私たちはこの世に、まるで海の上にいるかのように留まっている。いつ悪魔の荒れ狂う風が私たちに襲いかかり、私たちの魂の舟を深淵へと沈めようとするか、——どこで、どのようにして心の海賊に出くわすのか、——いつ知らぬ間に情欲という暗礁に乗り上げてしまうのか、そして、生涯を通じて、難破することなく、この地から天へと向かう航海を成し遂げることができるのか。それゆえ、わが子らよ、耳を傾け、身を守り、目を覚まし、注意深く見守り、悪魔の狡猾な誘惑を見抜かなければならない。そうして、情熱の囁きに立ち向かう準備ができていない状態で、その攻撃を退け、信仰という舵を握り続け、安らかに航海を続けられるようにするためである。

**21.** 修道生活を目指す者たちは、先人たちの善き模範によって啓発され、揺るぎない信仰によって自らの労苦に堅く立ち続けるのである。——聖ドシフェイは信仰によって、疑うことなく従順の道を歩み、指導者のあらゆる命令を忠実に実行し、その過程で時には頬を打たれ、時には嘲笑されることも、不平を言わずに耐え抜いた。信仰によって、至福のアッバ・キルスは、十五年間にわたり、若々しい勇気をもって殴打、嘲笑、迫害に耐え、あたかも苦難の重圧を感じていないかのように振る舞い、ただ不平を言わなかっただけでなく、聖なる父が彼に問い詰めた際には、攻撃者たちを力強く擁護し、正当化した。信仰により、聖テオドールは、教皇職への志を抱いたため、大パホミオスから三年間破門の処分を受けたが、抵抗も不平も漏らさなかった。信仰により、三年間、忍耐強く熱心に父の杖に水を注ぎ続けた者は、従順という熟した実を結んだ。信仰によるアカキイ、永遠に生きる者は、時には目の下に痣ができ、時には頬に打たれた跡があり、時には体のあちこちが傷つくこともあったが、すべてを謙虚に、不平を言わずに耐え忍び、それゆえに不死の栄誉に浴した。信仰によって、永遠に記憶されるザカリアは、神の御霊に満たされていたにもかかわらず、傷を穏やかに耐え忍び、父のもとを離れようとはしなかった。ある驚くべき人物は、ワニに背負われて川を渡った。そして、敬われる諸聖父や完全な人々は皆、信仰という武器をもって、悪しき者の誘惑という火と水の中を通り抜け、永遠の安息の地へと至った。



**22.** もしあなたがたが救われたいと願うなら、そのための妨げも障壁も何一つない。救われた者たち、そして今まさに救われつつある者たちの、偽りのない模範が、あなたがたの目の前にある。私を見るのではなく、私の言葉に耳を傾けよ。なぜなら、私は罪人ではあるが、あなたがたに真理を語り、まっすぐな道を示しているからである。さあ、わが子らよ、不従順を捨て、不信仰を振り払い、努めなさい。主の戒めの道を畏れつつ歩みなさい。「求めよ、そうすれば与えられる。叩けよ、そうすれば開かれる」(マタイ7:7)。私はこれを確かに知っており、これに完全に確信している。不平を言わずに、与えられた命令に従いなさい。怠けずに、命じられたことに励みなさい。不従順であってはならず、反抗や報復に走ったり、魂の破滅や滅びを招くような無謀な行いをしたりしてはならない。栄光を求めずとも、来世だけでなく、ここでも、今すぐ、輝かしくそれを見出すことになるだろう。互いに争わず、ある者には高貴な務めが、別の者には卑しい務めが与えられたことを理由に、辛辣で侮辱的な言葉で互いを苛立たせてはならない。そうすれば、あなたがたは第一と認められ、永遠の神の住まいにおいて第一の地位を得るであろう。もしこれに反して振る舞うならば、その逆の結果を招くことになる——悪を行うあらゆる魂には、今この時も、また将来も、激怒と憤りと恥辱が降りかかる(ローマ2:8,9)。どうか、あなたがたにそのようなことが起こらないように！

**16. あなたがたの進歩を見て、私は喜んでいいる。しかし、あなたがたが立ち止まってしまわないか心配している。どうか、不適切なものをすべてから遠ざかり、なすべきことすべてに熱心に取り組むことで、その流れを絶やさないでほしいと願う。**

16. 1) あなたがたの進歩を見て、私は喜んでいいる。しかし、あなたがたが立ち止まってしまわないかと恐れているので、お願いである。流れを断ち切ることなく、あらゆる不適切なことから遠ざかり、すべての正しいことに熱心であり続けてほしい。－ 2) 死が目前にあるのを見て、心を整えよう。大きな肉体的奮闘を続けることは、私たちにとって困難である。しかし、心に善き心構えを保ちさえすれば、規則と指針に従ってあらゆる面で節度ある自制を保ちつつも、偉大な人々から遅れをとることはないでしょう。－ 3) 共同生活の兄弟愛は、その構成においても、また奇跡においても驚くべきものです。なぜなら、あらゆる情欲の克服は、悪魔の追放に他ならないからです。[1, 18]

**23.** 私の謙虚な魂は、あなたがたが真の道を歩み、日々前進して成功を収めることで救われることを切に願い、その強い願いに心を奪われている。あなたがたがすべてを捨て、この世から献身的に身を引いていること、身内から取り返しのつかないほど疎遠になっていること、あらゆる財産を散財し、自らの意志さえも犠牲にしていること、そしてあなたがた全員が心を一つにして、一致団結して一つの目標に向かって邁進していること——これらを見て、私は慰められている。しかし、あなた方の誰かが、何らかの形で期待される恵みを失ってしまうのではないかと、不安にも駆られます。それゆえ、お願いし、懇願します。あなた方の歩みを止めず、むしろますます熱心に、自己の成長と隣人の啓発のために善を行うことに励み、毎日、神と兄弟たちの前で、非の打ち所がなく、過ちのない姿を示し、また、嫉妬に満ちた熱意にも、破滅的な不平にも、神に背く高慢にも、奴隸的な偏愛にも屈することなく、従順に、静かに、平和に、——虚栄や野心なく、賢明かつ誠実に、善そのもののため、私たちの聖なる共同体のため、神の戒めと修道院長のご命令のため、そして総じて言えば、私たち自身の救いのために、この現世の最期が訪れるまで、日々、ただ一つ神に喜ばれるものを求め、そのみを追い求めていくのである。

**24.** 最後の時はまだ来てはいないが、急速に近づいており、ある人々にとってはすでに目前に迫っている。なぜ、まるで私たちの目の前や足元に立っているかのように、私たちを恐れさせ、謙虚にさせ、清め、いかなる悪や正しい道からの逸脱という罪から遠ざけ、互いに敬虔と平穩、そして善き一致の精神をもって生活を送り、また神の聖書を学び、清らかな祈りと力の及ぶ限りの労苦に励むことを教えてくれるのでしょうか。また、断食は、たとえ肉体的であるとはいえ、聖なる謙遜がそれを導くのであれば、霊的生活への手段である。聖なる教父たちの偉大な功績に我々が及ぶことはできず、また、それは有益でもない。しかし、前述されたこと(すなわち、

死の記念、敬虔、平穩、一致、聖書の教え、清らかな祈り、労働、そして身の丈に合った断食）を守り、私たちの従属的な立場において、法に定められた通り、共同生活の規則を厳格に遵守しつつ、私たちにふさわしいものを選びましょう——飲食においては、——パンや野菜だけでなく、ワインやオリーブオイル、さらには魚やチーズをも、相応の節度をもって摂取し、しかし自分の判断に従ってではなく。なぜなら、それは不適切であり、私たちが定めた通りであるから——そして、その他すべての事においても賢明かつ理にかなった行動を取り、— 眠るときも、休むときも、歩くときも、座るときも、共に集まって語り合うときも、祝うときも——同様に、植樹し、種を蒔き、建築し、大工仕事をするときも——このように振る舞い、断言するが、我々はあの先人たちの偉大さに決して劣ることはないだろう。

**25.** 偉大な光景であり、奇跡の一つは、私たちの主イエス・キリストの名において、さまざまな国や家柄、年齢、生活様式を持つ人々が、調和のとれた一つの体として集い、共に働き、共に奉仕する方向へと導かれていることです。それゆえ、この集まりは、多くの魂から成り立っているにもかかわらず、多くの心と多くの知恵を持ちながらも、一つの思いと一つの心で結ばれている。それは、何か悪いことのためではなく、神に喜ばれるため、そして至聖なる三位一体の栄光のために働くためである。このように、私たちの集い（兄弟愛）は、それ自体、偉大な奇跡に匹敵するほど偉大で尊いものです。しかし、私たちが正しく生きるならば、その集いの中で実際に奇跡が成し遂げられるのです。なぜなら、ここでも悪霊は追い出されているのではないのでしょうか？——追い出されています。それは特定の日に限らず、毎日、さらには毎時間、追い出され、焼き払われているのです。私たち一人ひとりが、情欲に打ち勝つたびに、その情欲の悪魔を焼き尽くし、追い出しているのです。淫行に打ち勝つ者は淫行の悪霊を追い出し、怠惰に打ち勝つ者は怠惰の悪霊を追い出し、怒りと恨みに打ち勝つ者は怒りと恨みの悪霊を追い出し、非難と不平に打ち勝つ者は非難と不平の悪霊を追い出す。他の情欲への打ち勝ちについても、同様に理解すべきである。そうすれば、あなたがたは、望むならば、奇跡を行う者となるのではないか？——そして主は、そのような驚くべき奇跡を成し遂げた隠者や柱上者の功績と同様に、あなたがたの生活におけるこの生き方を認められるのである。

## **17. なぜ世を離れたのか。清められるためである。そして、この生活の精神、とりわけ修道院長への信仰のうちに生きる者は幸いである。**

17.1) なぜこの世を離れたのか。清められるためである。そして、この生活の精神、とりわけ確固たる信仰のうちに生きる者は幸いである。—— 2) 救われるために、人々は私たちの修道院を訪れる。それゆえ、修道生活の手本と修道院の規律を示しなさい。[1, 19]

**26.** 私たちは自らに耳を傾け、節制し、目を覚まし、思いをもって神へと昇ろう。偉大なるアルセニオスのあの忘れがたい呼びかけを、より頻繁に自分自身に語りかけよう。「アルセニオスよ、なぜあなたはここへ来たのか?」。なぜなら、私たちもまた、この世から離れたのだから。——では、何のためにか?——肉体の安らぎのためでも、快楽を味わうためでもなく、また単に読み書きや書道を学ぶため、あるいは知識を得るため、あるいは優れた朗読者になるためでもなく、また、自己中心的な奉仕にふけり、名声を求め、威張ったり、他人を軽んじたり、独断専行したりするためでもなく、——そのようなことやそれに類するもののためではなく、では何のためか?——罪から清められ、神への畏れを身にまとい、死に至るまで自らを謙遜に保ち、すなわち、十字架の死、つまり心の欲望を捨て去り、肉欲を死に至らしめること、敵である悪魔と戦い、「この世の闇の支配者たち、権威、力、支配者たち」（エフェソ6:12）と戦い、肉体の様々な誘惑に屈せず、そして最後に、指導者であるイグメンの執り成しに対する強固な信仰を築き上げるためである。それによってこそ、私たちはまことに、悪者の放つ燃え盛るすべての矢を消し去ることができるのである（エフェソ6:16）。さて、あなた方の状況はどうでしょうか?——よく見極め、熟考し、吟味してください。そして、あなたがたのうち、またあなたがたの中にいる者の中で、戒めを守り、罪の売り手たちの獲物とならず、従順に忠実であり、完全な懺悔によって啓発され、神から与えられた謙遜な知恵と、黄金のように輝き、キリストに倣う従順に照らさ



れ、また、まるで紫のマントをまとったかのように、指導者であるイグメヌに対する揺るぎない信仰に身を包み、彼が指示した事柄において迷うことなく、彼の決定に先立って何も決めつけず、彼が自分にとって救いであると認めるもの以外を、この地上で自分にとって最も救いとなるものとしてしない者。ここで私が言及しているのは、私自身のことではなく、神の戒めを厳格に守る者たちのことである。

**27.** 真に神によって遣わされた魂たちが、私たちの修道院で救われるためにやって来る。それゆえ、私たちにおける戒めの履行は、最も完全かつ厳格でなければならない。彼らは啓発されるために来たのであり、心を曇らせるためではない。だから、兄弟たちよ、たとえ私が暗くとも、輝き続けなさい。たとえ私が墮落に満ちていようとも、恵み深い美德をもって自らを清めなさい。——あなたがたの称賛すべき点は何か。それは、言葉において兄弟に譲り、決して反論せず、何に対しても不平を言わず、悪意のない子羊となり、とげのない、私たちの大牧者キリストに柔順であること、不品行な笑いと恥ずべき会話を避け、詩篇の詠唱に励み、祈りにおいて節制を保つことにある。さあ、わが子らよ、ますます知恵を深め、身を清め、貞潔を保ち、完全になり、聖別され、神々となるよう努めなさい——この言葉は大胆に聞こえるかもしれないが——救い主が詩篇の作者を通して約束されたように、「あなたがたは神々であり、いと高き方の子らである」（詩篇81:6、ヨハネ10:34）。

## 18. 共同生活は称賛に値する。その精神をもって生きる者は幸いである

18. 1) 共同生活は実に称賛に値するものであり、その精神に従って生きる者は幸いである。—— 2) ますます精進し、日々を無駄に過ごしてはならない。—— 3) 先人たちに栄光あれ！彼らは真理の御言葉に耳を傾け、修道者らしく模範的な生活を送った。彼らに倣いなさい。[1, 20]

**28.** 怠けずに、あなたがたの尊い魂の救いを熱心に求めるよう、私は勧めます。なぜなら、私たちの尊厳ある生活について思い起こさせることほど、あなたがたにとって有益なことは他にないと思うからです。そして、私の話がいつも同じことばかりであるからといって、退屈しないでください。——他に何を論じればよいというのか？——私たちが始めた生き方を変えたというのか、それゆえに会話の内容も別のものに移すべきだというのか？——いいえ、同じことを何度も繰り返し語り、同じことについて幾度も語ることをやめるべきではない。そして、私たちは決して善を称え、悪を戒めることをやめない——この世からの完全な離脱と、兄弟たちの心をつにいた共同生活がいかに善く、至福に満ちているかを告げ知らしめ、また、この共同生活に入ってきた者が、謙遜を身にまとい、従順を装い、（詩編132:2）であることを確証する。もし誰かが、この共同生活に加わり、謙遜の知恵を身にまとい、従順を衣とし、自らの意志を断ち切り、神への限りない愛を受け入れ、霊において力から力へと高まり、すべてを愛し、共同体の規則で求められることをすべて忍耐強く実行し、何事においても偽りを働かず、謙遜な修練者を神や修道院長から遠ざけるような疑わしい考えや企みを抱かないのであれば。兄弟たちよ、共同生活において存在するすべてのこと、また起こるすべてのことを、たとえそれが異質で不快に思えるものであっても、聖なるものであり救いをもたらすものとして、愛をもって受け入れよう。それによって、私たちの角が削られ、丸みを帯び、目標へとよりスムーズに転がっていけるようになるからである。

**29.** 互いに益をもたらすよう努め、自分の利益を求めず、あらゆる点において共同体に有益なものを求めなさい。そして、あなたがたの魂がますます強められ、整えられていくにつれ、絶え間ない従順を保ち、日々新たにされ、日、月、年が過ぎゆくにつれて、より良く、さらに良いものへと移り変わり、成功し、豊かになる時間があるうちにそうしなさい。怠けてはならない。眠りや無頓着に身を任せてはならず、この人生の日々を無駄に過ごしてはならない。清算の時が来れば、その時こそ、労苦の果実と怠慢の不毛さをはっきりと見ることになるだろう。自分自身と自分の務めに注意を払った者は実を結んだこと、そしてそれに注意を払わなかった者は破滅したことを、私たちは目の当たりにするだろう。

**30.** まことに賢明で分別ある、聖なる父たち、尊い父たちの祝福された魂に栄光あれ！ 彼らは真理の言葉をむやみに聞くことなく、それを地に投げ捨てたり、自らの足で踏みつけたりはしなかった。むしろ、誠実に汗を流して労苦し、謙虚に身を低くし、自らの意志を断ち切り、最後になることを愛し、あらゆる面での質素と貧しさを愛し、対立を避け、すべてを忍耐をもって穏やかに耐え忍び、父なる者の命令に喜んで従い、信仰に燃え、沈黙を愛し、弱き者の弱さを担い、殉教者のように彼らのために自らの血を流す覚悟さえあった。これ以上、何を語る必要があるだろうか？ あなたがた自身、先人たちや指導者たちを知っている。彼らに倣い、彼らの足跡をたどり、その栄光に与ることができるようにせよ。

**19. 各自、ますます自らの美德において精進せよ。従順な者は従順において、謙遜な者は謙遜において、勤勉な者は勤勉において**

19. 1) 各自、それぞれの美德においてますます精進せよ。従順な者は従順において、謙遜な者は謙遜において、勤勉な者は勤勉において。——2) どのような従順の務めに任命されていようと、その務めにおいて忠実に務めよ。——3) もしあなたがたがこのように行動するなら、主は、この世においても、来世においても、あなたがたを慰めてくださるであろう。[1, 21]

**31.** 始めた通り、そのまま続けてください。善行を中断するどころか、ますますそれを重ね、ますます熱意を燃やし、天の生活の至高の境地へと急ぎ進みなさい。「**従順な者**」は、ますます従順になり、従順の果実を収穫するようにしなさい。権威ある者だけでなく、一般の人々に対しても、何を命じられようと、騒ぎ立てたり抵抗したりすることなく、従順に従いなさい。「**謙遜な者**」は、ますます謙遜になり、あらゆることに譲り、すべてに同意し、自らを低く見なす心持ちで、質素な外見、穏やかな口調、そして寡黙を保ち、かつては貴族であったかもしれないこと、あるいはすでに長い間修道服を身にまとっていること、あるいは高い位階にあり多くの任務を遂行していることなど、——さらに付け加えるならば——、賢明である、堂々としている、話し方が心地よい、何事にも有能である、あるいはその他の称賛に値する資質を持っているという理由で、目を上げたり、厳しい眼差しを向けたり、特別な歩き方をしたりしてはならない。「**勤勉**」であり、与えられた従順の務めを熱心に果たし、人ではなく主のために働く者として、ますます恥じることのない働き手であることを示し、最も困難な仕事を自ら引き受け、隣人のために自らを過労させることを喜びとし、それによって天に大きな報いが蓄えられていると確信している。

**32.** 私たち皆——貯蔵係、看護係、書道家、果樹園係、菜園係、靴職人、料理人、会計係、教師、番人、起床係、規則係、燭台点灯係、パン職人、大工、そして大小を問わず、大小を問わず、それぞれの務めを全うする者たちは、絶えることのない流れに乗って前へと進み、永遠の恵みへの消えることのない渴望をもって、勇敢に自らの労苦を担い、すべてを喜んで耐え忍び、すべてを神に喜ばれるように行い、自らに益をもたらしつつ、互いのために自らを犠牲にし、各人が兄弟のために自らの魂さえも捧げる覚悟を持つほどに、互いに尽くし合うのです。

**33.** もしあなたがたがこのように行動するなら、神の独り子である御子があなたがたを慰めてくださるでしょう。御子は、父なる神への従順のために、計り知れないほどの謙遜の極みまで御自身を尽くし、万物の主でありながら奴隷となり、死、それも十字架の死を味わわれたのです。——私のような罪人にも、戒めを守るあなたがたにも、この世で、あなたがたの行いを見るあらゆる人々から称賛され、敵との戦い、その攻撃や策略を退ける様子を目にする人々から称賛されているだけでなく、来たるべき世においても、天使の合唱団と共に、キリスト・神の栄光の御前で喜び躍ることになるでしょう。そこは「**喜び躍る者たちの住まい**」なのです。

**20. あなたがたの成功は私を喜ばせます……ある者は謙遜を、ある者は**

20.

1) あなたの成功は私を喜ばせます……ある人には謙遜が、ある人には……（修道者の美德を列挙する）。— 2) 同じ文脈において——「まだ長く生きる……間に合う」という考えを、ます

ます遠く、高く追い払う。—— 3) 生まれ持った才能にも、後天的に得たものにも驕ってはならない。神はさらに大きなものを与えてくださる。その逆であれば、損失を被ることになる。[1, 22]

1. 農夫は実りの多い畑を喜ぶが、修道院長たちは、自らの指導に委ねられた魂たちの霊的な実りを、それ以上に喜ぶ。あなたがたもまた、私の子供たちよ、私の植えたもの、神による収穫（Iコリント3:6）として、私を喜ばせてくれる。あなたがたの救いに必要なすべての事柄に対する勤勉さ、熱心さ、そして情熱を見て、私は喜んでいる。私を喜ばせるのは、ある者には柔和さ、ある者にはたゆまぬ努力、ある者には羞恥心と敬意、ある者には敵の誘惑への抵抗と克服、ある者には課せられた従順を不平なく果たす姿勢、ある者には心の平和と静けさ、ある者には素朴な気質、私の威厳よりもむしろ私の謙遜を信じる者、無情さと平和を愛さない気質を持つ者——あなたがた全員の霊的な成長と完成、そして愛による一つの体としての結合が、天からの神の導きと、私の父でありあなたがたの父である方の祈りによって成されることを。私はこれを喜び、また驚嘆する。なぜなら、これはあらゆる驚嘆に値するからである。

2. 主が、私の不注意と、主の罪に対する私の深い悲しみゆえに、私たちの上に差し伸べられた御手の御摂理を受け入れられず、私たちの間に、口にすどころか考えることさえふさわしくないようなもの——ある魂の怠惰や動揺、あるいは隠れたものであれ明らかなものであれ、墮落——が入り込んでしまわないか、と恐れています。どうか自分自身に耳を傾け、あなた方の進むべき道から逸れることなく、その道を歩み続けながら、光から光へ、神への畏敬から神への畏敬へと変容して行ってください。揺るぎなくあり、神と天使たち、そして私の謙遜の前で誓った行いの輪から外れてはならない。むしろ、労苦に労苦を重ねよ。長寿への思いに心を乱されず、自己抑制と自己規律をもって生きるという決意の強さが緩まぬよう、自戒せよ。この考えは誤りである。なぜなら、我らの生涯とは何なのか。それは夢であり、影に過ぎない。この考えは誤りであるが、人を惑わすものである。なぜなら、謙遜に謙遜を重ね、従順に従順を重ねる代わりに、自らに寛容を次々と許してしまうように仕向けるからであり、それはしばしば、神に喜ばれる生活の完全な乱れへとつながるからである。

3. あなたがたのうちで完全さのように見えるものが、罪の棘とならないよう用心しなさい。——あなたがたが物事をすぐに習得する能力であれ、知識であれ、霊的生活におけるある種の経験であれ、時折の良心であれ、勤勉さであれ、手仕事の技量であれ、調和のとれた歌声であれ、心地よい声であれ、堂々とした風貌であれ、その他これに類するいかなるものであれ。これらすべては神の賜物であり、それらを授けてくださった神に対する畏れと謙遜を深めるために用いられるべきものです。このように心構えをすれば、神は私たちに対してさらに慈しみ深く、さらに寛大に恵みを注いでくださるでしょう。そして、あらゆる善によって豊かになり、賜物に賜物を重ねて飾られ、神の聖なる宮となるのです。もし逆に、神の前で頭を高く上げ、兄弟たちの前で高慢になり、眉をひそめ、肩をすくめ、高慢な歩き方をし、あれはなぜ、これはなぜ、なぜそうなのか、あれは違うのか、なぜ私にこの奉仕の監督が任されていないのかと、あれこれと批判し、あの人になぜあの仕事を任されているのか、あそこの仕事は全く無駄で、労力と時間を無駄に費やしているだけだ——もし私たちがそうするならば、実りのある時を不作の時期に変え、利益を得る時期を損失を被る時期へと、善き労働の時期を有害な無為や悪行へと変えてしまうことになる——そして、美德の山を登る代わりに、罪の深淵へとますます深く、深く沈んでいくことになるだろう。

**21. 善に留まりなさい——そして敵を自分たちのそばに近づけてはならない。そうすれば、敵は「皆が悪くなった」と叫ぶことになるだろう**

21. 善に留まりなさい——そして敵を自分の中に近づけてはならない。そうすれば、敵は「皆が悪くなった」と叫ぶだろう。[1, 28] あなたの魂の目の前で、戒めの道を清く保ちなさい。あらゆるつまずき——それが非難に値する不従順であれ、恥を覆い隠す矛盾であれ——を謙虚に自覚し、正しなさい。正しい道を歩めば、あなたの魂は安らぎを見出すでしょう。私たちの敵は、あらゆる口実を利用して、私たちの兄弟愛の中に割り込み、それを乱そうとする。彼を受け入れ



てはならない。信仰の盾で身を守り、神の言葉という剣で彼を撃退せよ——そうすれば、この破滅者は決してあなた方の内に居場所を見いだすことはなく、あなた方を躓かせたと自慢することもないだろう。あなたがたは、敵にとって攻略不可能な神の軍勢の一隊であることを示し、敵が自慢する代わりに、かつて聖マカリオがそうであったように、「すべての悪が私に向かっている」と嘆くようにさせなさい。あなたがたには、主キリストが軍司令官であり、天使たちが助け手であり守護者である。「あなたがたの足を迷わせないでください。イスラエルを守る方は、まどろむことも、眠ることもありません」（詩編120:3）。

## 22. すべては神から来るものですが、それでも、守られ、前進し続けるためには、私たちの努力も求められます

22. 1) すべては神から来るものですが、守り、前進するためには、私たち自身の努力も必要です。— 2) これまで主はあなたがたをしっかりと守ってこられました——そしてあなたがたは繁栄しました。その姿勢——祈り、沈黙、その他——を保ち続けてください。— 3) 苦難や悲しみに耐えなさい。人生はたった一日ですが、それによって永遠の至福を得ることができます。[1, 24]

4. 私たちのあらゆる成功について、主に感謝しよう。なぜなら、人々のあらゆる善は、主の豊かな恵みによるものだからである。「すべては、主から、主によって、主のうちに」である（ローマ 11, 36）。もし誰かが、自分が何かであるかのように自慢しようものなら、使徒のこの言葉を耳にすることになるだろう。「あなたが持っているものは、受け取ったものではないか。もし受け取ったのなら、なぜ受け取っていないかのように自慢するのか」（Iコリント 4:7）。—とはいえ、それにもかかわらず、努力と、謙遜を伴った絶え間ない精進と勤勉さが求められます。それらは、私たちの心を敬虔で神聖な生活の中に確固たるものとし、守り、集中させるものであり、私たちが善き取り組みから逸脱したり、これまでの労苦をその後の怠惰によって台無しにしたりしないためであり、また、徳ある生活から悪しき生活へと逆戻りすることなく、善への変容によってますます清められ、照らされ、日々山々を登り、明るいものからさらに明るいものへと変わり、星から太陽へと昇華し、力から最も高貴な力へと身を包んでいくのです。どうか、お願いいたします。あらゆる肉欲的な思惑と、徳の最大の妨げである世俗的な名声を捨て去り、霊的な剣をもってあらゆる偏愛と肉の欲望を切り捨て、神に寄り添い、霊的な梯子を登って神のもとへ至り、日々、神に似た原理を心に据え、霊的な基盤を深め、欲望を切り捨てることによって肉欲的な傲慢を打ち倒し、燃え上がる情熱を涙の注ぎによって鎮め、食べ物や飲み物への耐え難い渴望、あるいはその他のあらゆる虚しさを、未来の祝福を想うことで追い払ってください。

5. これまで、私の父であり、あなた方の父でもある者の祈りによって、主はあなた方をしっかりと守ってこられました。あなた方は、徳という王の道を歩み、無情の美しさに包まれ、情欲から解放され、それらを超越して、すべての地上のものに対して王のように支配し、いわば神と共に統治することほど、善く、また愛すべきものはないことを悟りました。このことを忘れず、また、あなた方に委ねられ、あなた方が立派に歩んできたこの生活を中断することなく、ますます「告白をもってその門を通り、賛美をもってその庭に入りなさい」（詩編 99:4）；従順の果実によって豊かになり、その果実の中で、あなたがたの聖なる心を喜ばせる悔い改めのぶどう酒を飲み干せ；他の神にふさわしい行いも絶やさなさい。口を閉ざし、ある食物を偽りや独断的な禁欲によって断つような見せかけの行いで、兄弟の良心を傷つけないでください。厳しい表情を浮かべず、多弁にならず、空虚な言葉を語らず、自分の安らぎを隣人の益よりも優先しないでください。私たちの主キリスト・イエスにおいて、みな一つの魂、一つの心、一つの意志となりなさい。主をその頭として。

6. 「主と、その力強い御力によって強められなさい」（エフェソ 6:10）、そして、私たちの死の神秘を心の眼に留め、この世での生活のすべてを短いものと見なして、あらゆる不快なこと、悲しみ、困難を勇敢に耐え忍びなさい。聖グリゴリオス・テオロギスによれば、救いという主要な務めに熱心に励む者たちにとって、人生全体はたった一日である。しかし、この一日、こ

の儚く、夢のように過ぎ去る時間の中で、私たちは天の御国、すなわち尽きることのない喜びと歓喜の王国を勝ち取ることができるのである。

### 23. 敵、すなわち情欲を煽る者に立ち向かえ

23. 1) 敵、すなわち情欲を煽る者に立ち向かいなさい。—2) 年長者は年少者を助けなさい。  
—3) 何度あったことか……情欲が湧き上がっても、祈りをもって立ち向かえば、すべては静まる。  
—4) だから、落胆してはならない。主は近くにおられる。[1, 25]

7. 奮い立て、わが愛する子らよ、わが主よ、わが君よ、悪魔の策略に対して、日々あなた方に向けられるその攻撃に対して、情欲の炎に対して、落胆による心の曇りに対して、場所から場所への悲惨な移り変わりに対して、嫉妬という蛇に対して、時節外れの言葉や嘲笑の奔放さに対して、あなた方に立ちはだかり、対立するあらゆる情欲に対して、奮闘しなさい。

8. 先立つ者は後れを取る者に、強い者は弱い者に、試練を経た者は試練に遭う者に、霊的な実りによって豊かになった者はそれによって貧しい者に、成功した者は初心者に、古参者は新参者に——助け、手を差し伸べ、言葉で諭し、より良い道を示し、有益なことに励ませ、そうして私たち全員が救われるように。

9. あなたがたがどれほど長い年月を献身的に歩んできたか、また、今日に至るまでどれほどの、そしてどのような試練を経てきたかを思い起こしてください！ 一人ひとりが、何度誘惑に襲われ、疲れ果て、気力を失ったかを思い起こしてください。そして、突然、戒めの言葉や兄弟の祈りを通じて、力、穏やかな心、強さ、生ける霊、そして奮い立たせられる気持ちを受け取ったことを。その後、再び奮闘し——そして再び、神の力強い御力によって強められたことを。これからのあなたがたの修道生活においても、そうであり、それ以上に——「火と水を通して、無情の安息に入る」（詩編65:12）ことになるでしょう。

10. それゆえ、だれも落胆してはならない。だれも気力を失ってはならない！ 互いに助け合い、互いに慰め合い、愛と忍耐、そして神の戒めを果たすことへの熱意をもって、互いに励まし合おう。そして、私たちの主イエス・キリスト、私たちの真の神、頼りない者の希望、倒れる者の支え、病む者の医者、歩む者と共に歩み、その労苦を和らげてくださる方、そして総じて言えば、地の果てと海の彼方にいるすべての者の希望である方が、あなたがたの道を整え、平らにしてくださり、また、あらゆる行いと動きにおいて、完全な救いへと向かうあなたのまっすぐな歩みと、神の御住まいの都への到達において、あなたがたに幸いをもたらされますように。

### 24. 情欲の高ぶりに対しては、神の言葉、感覚、とりわけ視覚の自制、そして肉体に安らぎを与えないこと：自制せよ。洗礼後に堕ちたとしても、修道誓願の後には堕ちてはならない。

24. 情欲の高まりに対しては、神の言葉、感覚、とりわけ視覚の自制、そして肉体に安らぎを与えないこと：用心せよ。あなたは洗礼後に堕ちたが、スキマの誓願の後にも堕ちてはならない。[1, 27] ここでの季節は暑く、火のような熱さである——もちろん、自然の火のことではなく、目に見えない、魂を焼き尽くすような火のことである。それは、敵の霊たちが私たちの心に情欲の火花を投げ込み、罪の炭火に火をつけることによって生じるものである。しかし、あなた方には、それを消し去るために、神の御口から川のように溢れ出る御霊の注ぎ（神の御言葉）が与えられており、火の炉の中にいた三人の若者のように、（この）火に焼かれることなく、また火に侵されることなく留まることができるのである。その際、感覚を慎むべきであり、とりわけ視覚には注意を払わなければならない。なぜなら、不注意にこれを用いると、敵は特にこの感覚を通じて、魂に情欲の炎を投げ込むのが常だからである。また、肉欲による他者からの誘惑からも身を守らなければならない。その誘惑は、食事、飲酒、睡眠、およびその他のあらゆる肉体の安息における節制の欠如によって引き起こされる。なぜなら、あらゆる面での節制から徳に留まる強さが生まれるのと同様に、この点における不注意からは、あらゆる罪の暴政が生まれるからである。どうか、ふさわしい誓いを立てて現在の地位に就くことでこの奴隷状態から解放されたのだから、再びそれに逆戻りすることのないよう気をつけなさい。そして、洗礼後およびスキマ（

修道服)を着用した後の墮落という、二重の苦しみをご自身の頭上に招くことのないようにしなさい。

**25. 情欲に打ち勝つ者には冠が、情欲に屈する者には苦しみがある。もしあなたが前者の部類に属するなら幸いだが、後者であるなら、速やかに改心せよ。**

25. 1) 情欲に打ち勝つ者には冠が、情欲に屈する者には苦しみがある。もしあなたがたが前者であれば幸いだが、後者であるなら、速やかに改心せよ。 2) 戒めに邁進せよ。誰も怠惰であってはならず、二心を持ってはならず、高慢であってはならない。— 3) 各自、自分の従順さから、自分の分を果たせ。主は、それがどれほど小さくとも受け入れてくださる。— 4) 困難にひるむことなく、互いに助け合いながら進め。 5) 外的な苦難も内的な苦難も移ろいやすい。耐え忍べば、やがて安らぎが訪れる。— 6) 苦勞なしに栄冠を得た者がいるだろうか? ——しかし、死はすぐそこであり、苦勞にも終わりが来る。あなたは聖徒の列に加わるのだ。[1, 28]

**11.** これこそが競い合う場である! これこそが闘いである! ——機敏に戦い、力強く走り、その心をあらゆる感覚的・情欲的なものから切り離して保っている者は、真の勝利を収め、不滅の栄光の冠を戴き、神の子として宣言され、この世にいながらにして永遠の祝福の相続人となる。しかし、罪の快樂に溺れ、自ら悪魔の罠に陥る者は、真の敗北を味わい、罪のゆえに恥にまみれ、悪魔の子となり、ゲヘナの火やその他様々な永遠の苦しみを受け継ぐことになる。さあ、自らの内面を見つめ、自分の信仰を吟味し、自分の立ち位置や歩みがどのようなものであるかを悟りなさい。もしあなたがたが正しい道にあり、王の道を歩んでいるのなら、それは良く、実に素晴らしいことです! ——しかし、もし歩みの途中で罪を犯し、罪の急流に巻き込まれてしまったのなら、この第七の世が暮れ、裁きと報いを伴う第八の世が訪れる前に、急いで立ち返りなさい。

**12.** 神の戒めに邁進し、あなたがたの心に美德の種を蒔きなさい。そうすれば、時が来れば、義の果実を刈り取ることができるでしょう。だれも怠け者になってはなりません。さもないと、泉からこう言われることになるでしょう。「怠け者よ、蟻のところへ行け。あるいは、勤勉な蜂のところへ行け」(箴言 6:6, 8)。誰も、心の中に一つのことを抱きながら別のことを語る、偽りや二心を持ってはなりません。そうすれば、聖なる詩人ダビデの恐ろしい宣告に打たれることがないでしょう。彼はこう言っています。「主は、すべての偽りの口、巧みな舌を滅ぼされる」(詩篇 11:4)。誰も無為に過ごしたり、怠惰になったりしてはならない。そうすれば、聖パウロが「働こうとしない者は、食べることも許されない」(テサロニケの信徒への手紙二 3:10)と述べた裁きを受けることにならないためである。誰も、聖ヤコブが「主は高ぶる者に敵対し、へりくだる者には恵みをお与えになる」(ヤコブ 4:6)と警告しているような試練に遭わないよう、自分こそ賢いと思い込んではいけません。

**13.** 皆、主において力強く歩み、主の戒めを守り、それぞれが私たちの共同生活を、あたかも私たちの宝庫であるかのように、そこに持ち寄ってください(マルコ 12:43)各自が自分にできること、手近なことを——ある者は会計、ある者は聖職奉仕、ある者は病人の世話、ある者は賛美歌、ある者は朗読、ある者は園芸、ある者は書道——持ち寄ってください。そして、誰も何も捧げない者とならず、主の御前に空っぽのままで現れないようにしましょう。主は、偉大な捧げ物だけでなく、ごくささやかな捧げ物も受け入れてくださる。たとえ、死を思い起こさせる一節を口にするだけであっても——もし他に何もできないのであれば——それは、未亡人の二レプタのように、主はそれさえも受け入れてくださる。神は、行う者の意志を見て、その行いの価値を定めておられる。神は慈愛に満ち、憐れみ深く、私たち自身以上に私たちの救いを望んでおられるのだから、私たちは神の正しい道を歩み、私たちの魂に平安を見いだそう。

**14.** 私たちの福音の道における偶発的な困難のどれ一つとして、誰の歩みを妨げてはならない。たとえ道が険しく困難であっても、速やかに進み、心を穏やかに保ち、勇気を奮い起こし、丘から丘へ、小高い丘から小高い丘へと通り抜け、越えていき、主の山に登り、主の聖なる無執



着の場所に立つまで進みましょう。共に歩む者たちは、互いの道を軽くし合う。「互いの重荷を」、使徒の言葉によれば、「あなたがたも担いなさい」（ガラテヤ6:2）。

**15.** いつもそうであるように、今日は臆病でも明日は勇気となり、今は憂鬱な気分でも突然高揚し、今この瞬間は情念が沸き立つが、次の瞬間には神の助けが訪れ、それらが鎮められるのである。愛する者よ、あなたは明後日には昨日とは異なる姿となり、いつまでも同じままでいることはない。しかし、神の恵みがあなたに臨み、主があなたのために勝利をもたらしてくださる。その時、あなたはこう言うだろう。「主よ、あなたは今までどこにおられたのですか？」と。すると主はこう答えてくださる。「あなたがどのように戦っているかを見守り、待っていたのだ」と。さあ、忍耐強くあり、少しばかり寛大になりましょう。自らを律し、肉体を抑え込み、それを従わせ、情欲を自分から遠く追い払いましょう。

**16.** 誰が労苦せずに冠を受けるだろうか。誰が苦難に遭わずに安息を得るだろうか。誰が、自らの魂に美德を植え付け、育て上げることなく、いのちの実を収穫できるだろうか。植え付け、接ぎ木し、労苦し、汗を流せ、わが子らよ、神の働き手たちよ、天使たちに倣う者たちよ、無形の者たちと競い合う者たちよ！ 功業の終わりが見えないのか？ 兄弟たちが死ぬことはめったにないのか？ 私たちは毎日、眠りについた者たちの墓前で追悼の歌を歌っているではないか。なぜ、気弱な者よ、あなたは悲しみに打ちひしがれているのか？ 死はあなたのもとにも訪れるのだ。今ではない——明日、あなたは死ぬのだ。どれほど大きな喜びをもって、あなたはこの世を去り、天へと昇り、神のもとへ、近づきたい光の中へ、言葉に尽くせぬ喜びの中へ、想像を絶する栄光の中へ、天使たちの住まいへ、主の宮廷へ、長子たちの教会へ、アブラハムの懐へと至るのだろうか？ そして、そこであなたは誰を目にするだろうか？ 主なる神、私たちの救い主、神の母、世界の支配者、無形の力、ケルビムとセラフィム、そして聖使徒、預言者、聖職者、殉教者、敬虔な者、そして数えきれないほどのすべての聖人たちのすべての位階である。これこそが、あなたを魅了し、心を奮い立たせ、あらゆる労苦、あらゆる悲しみ、あらゆる不快さを凌駕するものではないでしょうか？

## **26. 修道生活の高みからこの世を見下ろせば、虚栄の海が波立っているのが見えるでしょう。それから解放されたことを喜びなさい**

26. 1) 修道生活の高みから世を見下ろすと、虚栄の海が波打っているのが見える。それからはなれたことを喜びなさい。— 2) 次に、自分自身に目を向けると、同じ対象（両親、親族、財産など）が、ただ神聖で至福をもたらす性質を帯びて見える。どうか善き道を歩み、それを達成せよ。——3) 高みへと導く美德と、低みへと引きずり下ろす悪徳の列举。——4) 修道生活における不備に対する嘆き。[1, 29]

**17. さて、**今、私は使徒の宣言をもって、あなた方への教えを始めよう。「主において、常に喜びなさい」（フィリピ4:4）。あなたがたは、すべてをその英知をもって整えておられる神の、あらかじめ知られ、あらかじめ定められた召しによって、この福音の修道生活に受け入れられるにふさわしい者とされ、今や高き住まいの見晴らしの良い場所に座し、海の上で波立つように揺れ動き、物事の移ろいやすい動きによってあちこちへと運ばれる、取るに足らず、地にひれ伏すような人間の虚しさを見下ろしているのです。ご覧の通り、そこには確固たるものは何もなく、何一つとして一つの位置に留まることはありません。王たちも交代し、公爵たちは没落し、地の支配者たちも人間と同様に死に、結婚した者たちはすぐに離婚し、互いに見捨てていくのです。美は衰え、若さは瞬く間に過ぎ去り、快楽はすぐに消え去り、あらゆる所有物は影や夢のように消え失せる。死者と別れる際の泣き叫びや胸を打つ悲しみ、愛する者との別れによる落胆や絶望、望むもの、あるいは結婚、地位、財産、慰めや快楽を求める中で失敗した際の耐え難い苦しみ、嫉妬や羨望による苛立ち、偶発的な屈辱や恥辱——などなど、枚挙にいとまがない。

**18. さて、**あなたがたはどのような召しを受けているのか。また、主の山に登ったとき、何を見るのか。——そこには、あなたがたのために次のようなものが用意されている——地の代わりに天、両親の代わりに神、真の父であり至高の父、親族の代わりに同志であり、霊において同

質の兄弟たち、友人の代わりに無形の、神に似た天使たち、財宝の代わりに徳の富、高い地位の代わりに言い表せないほど偉大で尽きることのない天の御国、淫らな快樂の代わりに甘美で飽くことのない無欲、あらゆる満足の代わりに想像を絶し、言葉に尽くせない恵みが広がっている。このことを知って、唯一の生ける神を畏れ、靈的に身を守り、戒めという鎧と全武装を身にまとい、神の言葉である霊の剣を手に取り、この世の闇の支配者たちや悪意の霊たちを打ち倒し、神聖なるパウロと共にこう叫ぶことができるようにせよ：「私は善き戦いを戦い抜き、走りを終え、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私を待っている。その冠を、義なる審判者である主が、あの日に私たちに授けてくださる」（Ⅱテモテ4:7）。

19. 「天に昇り、深淵に下る」と聖ダビデは歌っています。これを靈的に受け止めると、次のような教訓が得られます。小さなことからでも、なすべきことを正しく行う者は、徳のより高い段階へと昇り、怠惰に身を任せる者は、破滅の深淵へと下っていくのです。それでは、何が人を高みへと導き、何が人を低みへと引き下げるのかを見てみよう。人を高みへと導くのは、キリストに倣う従順、神と結びついた謙遜、自己顕示からの離脱、あらゆる野心、優越感への執着からの離脱、目立ちたいという欲求、狡猾さ、他人の不幸を喜ぶ心、野心、嘲笑やあざけり、そして過去の生活における何らかの事柄を誇示し、高ぶること（例えば、「私はかつてあれこれであり、あれこれを持っており、あれこれの行いをした」と語る者がいるように——ああ、なんと恥ずべきことか！ 隠すべきことを、彼はむしろ自慢し、神に倣うべき自分の立場を忘れてしまっている）。さらに付け加える： 落ち着き、兄弟たちとの親しみやすさ、すぐに謝罪する姿勢、額や頭、目や眉を下げて地面に向けること、手足の控えめな振る舞い、何をどう着ているかについて気につけないこと、そして何よりもまず——あらゆる心の動きについて率直に語ること——そして、これ以上言葉を長引かせないために、——これらに等しいあらゆる他の善き感情、心構え、そして行い。——しかし、以下は墮落へと導くものである： 神への畏れのないこと。神への畏れがないところには、あらゆる悲しみ、怒り、冒瀆がある（エフェソ4:31）、使徒の言葉によれば、それらの結果として、高慢な思案、高慢な顔つき、目の歪み（あるいは上向き）、鼻の穴の広がり、まぶたの細め、逆立った髪（毛が逆立つ）がある。

20. 私の罪ゆえに、私は兄弟たちのうちで、墮落し、神との契約や恐るべき誓いを忘れ、将来、私たちが恐るべき裁きの座の前に立たなければならないという事実さえも忘れてしまった者たちを目にしている。ああ、愚かで心が鈍い者たちよ（ルカ24:25）、私たちが当初に合意し、決意したことを心に留めておこうではないか！ 私たちは誓いを立てなかったか——渇き、飢え、準備を整え、嘲笑や罵倒、傷、さらには死さえも耐え忍ぶと？ しかし、今や私たちの中に、ほんの少し不快なことが誰かに起こっただけで、すっかり落ち込んでしまうような者がいるではないか。——さあ、皆、自分自身について深く考え、神への畏れを抱きなさい。私たちのうち、誰も、一度捨てたものに帰ろうなどとは決して思っていない。信徒たちの墮落を嘆き、彼らを憐れむあまり、私たちの罪深さゆえに、今この世でも来世でも、彼らから痛切に嘆かれるようなことになってはならない。「聖なる父よ」と人々があなたに呼びかけても、何の意味があるというのか？！ 人々が私たちに祝福を求めても、私たち自身が祝福されず、野獣のように制御不能なままであるなら、何の意味があるというのか？！——神、すなわち私たちの主イエス・キリストの父が、御自身の道を歩む者たちを守り、つまずいた者たちを再び御自身の戒めの道へと導いてくださいますように！

27. 日々の教会礼拝には多くの労苦と忍耐が求められ、生活は質素であり、共同生活の規則の遵守、罰金や悔悛の行いもある。しかし、これらは救いにつながり、その報いとして冠が与えられるのだから、勇気を出しなさい

27. 1) 毎日の教会礼拝、質素な生活、共同生活の規則の遵守、罰金や悔悛の行いは、多くの労苦と忍耐を要する。しかし、これらは救いにつながり、その報いとして冠が与えられるのだから、勇気を出しなさい。－ 2) 善においては賢く、悪においては愚かであるよう、励みなさい。とりわけ、あなたがたの言葉は整然としたものであれ。[1, 31]

**21.** 祈り、主にお願いしなさい。私の謙遜な口から、あなたがたの魂を慰め、励ます言葉が語られるように。なぜなら、兄弟たちよ、あなたがたが日々、どれほど大きな労苦を耐え忍んでいるか、私は見ているからです——徹夜祈祷を行い、祈りの規則を遵守し、そのために真夜中や真夜中より前に目を覚まし、その後も決まった時間に、一日に七度、主の御前に出て、その義の御業について告白し、ひざまずき、数多くの礼拝を捧げ、邪惡な思いを抑え、それを父たちに打ち明け、それによる恥を耐え忍び、惡者の燃える矢を退けるために悔い改めの行いを実践しているのです。これに加えて、眠気を克服し、肉体がこれほどまでに好む食事や飲み物、休息や散歩への欲望を断ち切り、兄弟たちとの交わり、時には不潔で、だらしなく、みすぼらしく、穴の開いた服を謙虚に着ることを実践する。さらに：あれを語らず、あれを見ず、あれに触れず、あそこへは行かず、あれにおいて自分を律し、あれにおいて臆せず、あれに常に備え、あれから心を離さず……これらすべて、およびこれに類するものは、困難であり、重く、苦い。しかし、これらすべてが私たちの魂の救いへと導かれるものであるならば、それは私たちにとって甘く、軽く、心地よいものでなければならぬ。そうしてこそ、私たちは使徒と共に、自分自身についてこう語ることができるのだ。「これらすべての事において、私たちが愛してくださった」主であり神である方によって、私たちは勝利する（ローマ8:37）。天の冠、すなわち殉教の冠が私たちのために用意されており、言い表せない喜びと、永遠の恵みによる至福があります。「主を待ち望む者たちよ、勇気を出し、心を強くしなさい」（詩編30:35）。

**22.** あなたがたの修道的な、そして至福に満ちた生活において、さらに、さらに鍛錬を重ねなさい。そうすれば、その生活に長く留まることによって徳の富を蓄え、肉体の成長とともに靈的な成長も成し遂げ、謙遜、従順、そして自己の意志を断ち切ることに賢明かつ熟達し、しかし、高慢、対立、偽りにおいては、愚かで分別のない者とならないように。「偽りを行う者は滅びる。主を待ち望む者は、地を相続する」（詩篇36,9）。互いに、独断的な奉仕によって互いのつまずきとなるようなことのないようにし、あらゆることにあって、隣人に害を及ぼさないものを選び、行うよう努めなさい。「あなたがたの言葉は」、わが子らよ、「常に恵みの中に塩で味付けられたものとなるように」（コロサイ4:5）——見せかけではなく、粗野でもなく、高慢でもなく、重苦しくもなく、不快でもなく、惡意や虚榮の情熱に満ちておらず、恥ずべきものでもなく、矛盾しておらず、論争的でもなく、冗長でもなく、滑稽でもなく、不注意でもなく、怠惰でもない；むしろ、敬意を払い、柔和に、好意をもち、純真に、平和に、譲り合い、砕かれた心と謙遜な思索に満ち、従順に、静かに、節度を保ち、品位をもって、それを通して互いの救いと相互の励ましに奉仕しましょう。—惡魔の欲望の突発的な衝動を抑え込み、敵対的な思いの群れを追い払いなさい。それこそが、私たちの心の健康と幸福、私たちの繁榮と人生の順調な流れ、そしてあらゆる善に対する私たちの準備と適性をもたらすからです。

## **28. あなたがたは、まるで肥沃な大地のように、ある者はこうであり、ある者はああでありながら、美德の実を結んでいる**

**28. 1)** あなた方は、肥沃な大地のように、ある者はこうであり、ある者はあのように、美德の実を結んでいる。——そのことに慰めを見出しています。しかし、あなた方のうち何人かが、豊かで目立つ人生を送った後、私たちの貧しく無名の生活を受け入れたこと、また、あなた方全員が、血縁による情愛やその他の偏愛という専制から身を引いたことに驚嘆しています。まことに、これは殉教に等しいことです。——**2)** その報いは大きい。その報いのためこそ、血を流すことに近いほど苦痛に満ちた私たちの生活も耐えうるものとなるのだ。[1, 32]

**23.** あなたがたは、まるで肥沃で良き大地のように、私の謙遜の言葉を受け入れ、常に良き実を結び、さまざまな美德の美しさで彩られた樂園のように、豊かな実りを結んでいる。なぜなら、私はあなたがたの中で何がなされているか、また何に熱心であるかを視認し、ある者の柔和な氣質、ある者の熱意の温かさ、ある者の沈黙、ある者の詩作、ある者の勤勉さ、またある者の徹夜、またある者は別の何かに、そして皆が、私たちの共同生活の秩序の中に留まるという、不屈で、衰えることなく、乗り越えられないほどの不変の姿勢によって——そして、かつては幸福



と満ち足りた生活を送っていたあなたがたのうち、主のために生き始めた者たちが、そのことを少しずつ忘れ、全く別の人物となり、現在の不便や欠乏を勇敢に耐え忍び、それによってかつての罪を相殺し、償っていることに、私は驚嘆する。しかし、まことにキリストの愛はすべてを成し遂げ得るものであり、高慢な者を謙遜へと導き、贅沢な生活を営む者をわずかなもので満足させ、富を貪る者を貧しく質素な者へと変えるのである。私が驚かされるのは、これらの人々だけではなく、主の福音のためにすべてを捨て去ったすべての人々——両親、兄弟、妻、親族、祖国、家、慣習——である。誰しもが、何か大切なものを捨ててきた。そして、一見すると些細なものを犠牲にただけで、偉大な人々とは比べものにならないと思われる者が、実は最も多く、そしてより大きな苦勞を背負っていることが、しばしばある。なぜなら、たとえ他に何もないとしても、親族への思いや、あるいは恣意的な偏愛といったものからの支配を断ち切ったという事実だけでも、彼に殉教の称号を与え、使徒たちの筆頭のように、主キリストに向かって大胆にこう叫ぶ資格を与えるには十分だからである：「私たちはすべてを捨てて、あなたに従いました。では、私たちには何が与えられるのでしょうか？」と叫ぶ大胆さを与え、また、「来世において……あなたがたも十二の座に着き、イスラエルの十二部族を裁くことになる」（マタイ19:27,28）という答えを聞く栄誉に浴するにふさわしいのである。

**24.** これほど多くの報いが私たちに用意されているならば、私たち全員が、ますます自らを奮い立たせて、敬虔な行いをし、成し遂げるよう努めないわけにはいかないではないか。主のために、人生におけるあらゆる苦しみや重荷を、どうして耐え忍ばないことがあろうか。節制、徹夜、自戒、従順、教訓、懺悔、そしてその他すべての労苦——それゆえに、私たちにはこの預言者の言葉が当てはまるのだ。「主よ、私たちはあなたのために一日中死に続けています。私たちは、屠られる羊のように数えられているのですか？」（詩編43:23）。そして実のところ、あなたがたはこれから遠く離れてはいません。なぜなら、あなたがたもまた、自らの欲望を切り捨てることで、非難の傷を負い、互いに従順な生き方によって、まるで犠牲のように捧げられているのではないのでしょうか。そして、そのような時、血は、たとえ肉体的ではなくとも、魂のレベルで、あなたがたの心から流れているのではないのでしょうか。しかし、喜びなさい。あなたがたは実りのない苦しみを味わっているのではなく、使徒が言うように（Iペトロ5:4）、「朽ちることのない栄光の冠」を自ら備えているのですから。偽りのない知識の光、この世から離れさせる神への愛、そして情欲を死に至らせる永遠の命への渴望が、あなたがたのうちに輝きますように。神があなたがたを導き、私たちすべての者を、心の強さと揺るぎない確固たる思いをもって、私たちの敬虔の目標である最高の段階へと引き上げてくださいますように。

## **29. もうすぐ、ここから旅立つ時が来ます。しかし、その旅立ちが、私たちにとって幸いなものとなりますように**

29. 1) もうすぐ、ここから旅立つ時が来る。しかし、その旅立ちが、私たちにとって良い見送りとなるように。－ 2) 一日中、従順の務めと祈りに励んでいるが、決して弱気になってはならない。それこそが、あなたがたの救いだからである。－ 3) 修道院において、欠乏の中、自らの意志や欲望を断ち切り、屈辱やその他の心痛を伴う状況の中で、忍耐強く生きよ……これこそが殉教である。－ 4) 終わりまで耐え忍び、すべての聖人たちと共に喜びを分かち合うことを待ち望み、聖母マリアと主ご自身を仰ぎ見よ。[1, 33]

**25.** 私が思うに、私が謙遜の言葉をあなた方に説くことは無駄な労苦ではなく、また、あなたがたがそれを聞くために時間を費やすことも無駄ではない。——しかし、すべてがここにあるわけではない。なぜなら、やがて完全な沈黙の時が必ず訪れるからだ。私たちが永遠に生きるわけではないではありません。神が定められた通り、私であれ、あなたがたであれ、この世を去る日は、そう遠くないでしょう。しかし、私たちが求めるべきことは、この世を去る際、善き備えをなし、戒めを全うし、私たちの主イエス・キリストに喜ばれるようにすることです。

**26.** あなたがたが、いつものように自分の務めを熱心に果たしている様子が見て取れます。ある者はパンの準備や焼き上げに、ある者はぶどう畑の耕作に、ある者は用事の遂行に、またあ

る者は手仕事に——裁縫、文書の作成、洗濯、焼き菓子作り、料理、食事の準備、鍛冶場、貯蔵室、病院などで——従事し、——その一方で、教会のすべての礼拝に欠かさず出席しています。第一、第三、第六、第九の時課、晩課、そして晩祷に、敬虔に集まり、立ち、歌い、祈っています——これらすべてを、怠けたり欠かしたりすることなく行っています。あなたがたのこうしたすべての労苦、この窮屈さと重荷を、私は常に心に留めている。しかし、気弱になってはならない。使徒が言うように、「これらすべての事において、私たちが愛してくださった主によって、私たちは勝利する」からである（ローマ8:37）。ですから、この労苦は極めて大きいものの、それを通して私たちに永遠の救いと計り知れない喜びが輝き出るので、私たちはこの労苦の中で喜び、楽しみ、さらに大きな功績に身を捧げ、共同生活の規則に従って、私たちの殉教的な生活における戦いにしっかりと立ち、いかなる重荷の下でも倒れることなく、後戻りすることなく、また、いかなる悲しみや困難の前でも退くことなく、立ち続けるべきです。

**27.** お願いいたします。立ち続け、あらゆる善とあらゆる美德に励み、主の御言葉に従い、忍耐をもってあなたがたの魂を救い出してください。死の刻を念頭に置き、日々自らを新たにし、すべてを二の次と見なして、品行、分別、そして霊的な愛のうちに身を保ち、あらゆる面で破滅的な傲慢から遠ざかり、互いに従順であり、不平を言わず、争わず、嫉妬せず、傲慢にならず、隣人の恵みを自分のものとして尊び、時として何らかの事情で兄弟から向けられる無関心にも耐え、降りかかる非難や侮辱を、魂の葉として賢明に受け入れ、すべてを柔和かつ誠実に、すべてを率直に、偽りや動揺なく行い、常に生きておられる私たちの主の御前で。これこそが、私たちの殉教である！——それゆえ、ある熱心な信徒は、しばしば外部の迫害者たちからキリストのために苦難を受けることを求めるのである。——ここ（すなわちキノヴィア）において、勇気と正しさをもって苦難、功績、そして信仰の告白に耐えなさい。バアルの前にひざまずかず、魂を情欲の犠牲に捧げず、約束したことを否定せず、走っている競技場から最後まで飛び降りず、立っている場所から動かないでいなさい。そうすれば、聖なる教父たちが声高に証言しているように、殉教のうちに自らの血を流した者たちと同等の価値を持つことになるだろう。

**28.** ただ一度、あるいは数回何かを耐え忍んだだけで、すでに救われたなどと考えるはならない。しかし、何が起ころうとも、快く耐え忍び、最後まで耐え忍び続ける者こそ、救われるのである。しかし、もし誰かが途中で、あるいは終わりに近づいて弱り、この至福の従順を放棄するならば、その者は哀れみと嗚咽に満ちた、最もふさわしい破滅を被ることになる。それは、それによってこれまでのすべての労苦を台無しにしてしまうからであり、とりわけ、神の義の審判の日に、避けがたく裁きを受けることになるからである。それゆえ、神の栄光のため、自らの魂の救いのため、そして天にいます私たちの先人たちと共に幸いな運命を分かち合うために、あなたがたは、人生のあらゆる事柄において、また生涯のすべての日にわたり、清く、汚れのない者であり続けなさい。そうして、大アントニオス——この輝ける星が輝いていた場所、神を宿すエウフィミオスとキリストを宿すパホミオス、多くの賛美を受けるサヴァ、至福のテオドシオス、神に啓発されたドロフェイ、天使に等しいドメティアヌス、全聖なるアカキオス、神に喜ばれるドシフェイ、永遠に生きるヴァシレイオス——すなわち従順な<sup>83</sup>——、聖霊に満たされたザカリヤ、そして神の僕アフレがおり、他の人々については言うまでもありません。——使徒十二使徒の筆頭であるペトロとパヴェル、そして主教、司祭、聖殉教者たちの御墓がある。たとえ私たちが彼らと肩を並べるほどには至らぬとしても、彼らの御姿を見、語り合い、その執り成しを受けることは決して奪われることはないだろう。また、我らは、主の御母、万王の女王、我らの主権者である聖母マリア御自身の御臨在を拝見し、その御足元にひれ伏すことを切に願う。また、あらゆるものの主であり、私たちの主ご自身をも、たとえそれが大胆な願いであっても、目にすることを待ち望んでいます。なぜなら、神聖なるパウロは、私たちが雲の中に引き上げられ、主と出会うとき、この世を去った後も、常に主と共にいると語ったからです（Iテサロニケ4:17）。さて、私たちにこのような栄光、このような喜び、そしてこのような命が待ち受けているならば、

<sup>83</sup> 『テオドシオス大帝の伝』1月11日および四旬節前の日曜日のカノン第2歌を参照のこと。

誰が躍動せず、誰が羨望せず、誰が燃え上がり、神への愛に翼を与えられず、また、それがどれほどの代償を要しようとも、ふさわしいことをすべて行うことに奮い立たないというのでしょうか。

**30. 気まぐれさを避けるために、共同生活の規則に従うこと。この規則は、兄弟たちの中でのあらゆる孤立を排除し、すべての者を行いにおいて平等に保ち、それによって墮落から守ってくれるものである**

30.

1) 気まぐれを避けるために、共同生活の規則に従うこと。この規則は、兄弟たちの中でのあらゆる孤立を排除し、すべての者を行動において平等に保ち、それによって墮落から守ってくれるものである。－ 2) 以前にもあなたがたには試練があったが、主が助けてくださったおかげで、それを乗り越えることができた。今だって屈服してはならない。そうすれば、それは過ぎ去るだろう。－ 3) まるで主の御前で裁きを受けるかのように、修道者の徳を保ち、ますますその徳に励んでいけ。[1, 341]

1. あなたがたの進歩を見て、私は神を賛美し、主を喜びます。しかし、意志の弱さや軽率さゆえに、人間の決意が移ろいやすく、一貫性を欠くことを恐れています。なぜなら、善き行いを始めた者だけが幸いなのではなく、それを習慣とし、その中に完成に達した者こそが幸いなのです。しかし、常に同じ心持ちを保ち、あらゆる悪意に満ちた罪の変転に陥らないことは、いかに難しいことか。それゆえ、お願いし、懇願します。私たちが神の真の道、すなわち王の道——中道——を歩み、右にも左にも逸れることなく、共同生活の規則、戒め、そして法に従って、人生のあらゆる瞬間に私たちに課せられたことを常に果たしていけるように。共同生活においては、すべての者がすべてのことに対して同じように見なし、すべてのことに対して同じように望むことが求められます。そこには、個人的な欲望や個別の志はなく、独りよがりや選り好みもなく、隠れた策略や多面的な狡猾さもなく、好奇心による覗き見やあらゆることを探り回すこともなく、多くのことに夢中になったり、多くのことに奔走したりして、力を消耗し、枯渇させるようなこともありません。それは節制、祈り、悔い改め、裸の地面での寝床やその他の行いを愛するが、すべてにおいて、聖なる従順という一つの規則を守り、それによってすべてを抱擁し、すべてにおいて、教父たちが命じる通りに導かれている。

2. どうか、信仰という岩の上にしっかりと立ち、徳の道を揺るぎなく歩んでください。そして、私の目が、肉欲であれ、独断の病であれ、高慢の傲慢であれ、虚栄心であれ、あるいはその他のいかなる情欲であれ、何らかの罪によってあなたがたのうちの誰かが悪魔の獲物となっているのを目にすることのないように。あなたがたは努力を重ね、魂の宝庫に美德の富を蓄えてきたのです。あなたがた一人ひとは、修道生活に入った時から、どのような誘惑に、どれほど多くの誘惑にさらされ、いかに疲れ果て、気力を失い、生き延びることを望めなくなったかを覚えているでしょう。サタンの思惑や、共同生活における困難や重荷に捕らえられ、傷つけられていたのです。そして、私たちの慈愛に満ちた神が、次々と押し寄せる様々な試練を通じて、あなたがたをこれらすべてを乗り越えさせ、迫り来る破滅から救い出し、忍耐にふさわしい報いを授けてくださったことを。それらの偉業——そして耐え抜き、獲得したすべてのもの——を見つめつつ、現在に待ち受けるもの、そして将来に期待されるものにも目を向けることを忘れずにいましょう。そして、たとえそれが人々からであれ、悪意ある悪魔からであれ、いかなる悲惨な出来事によっても、私たちの善き決意から引き離されることがないように。

3. どうか、常に神に目を向け、自分たちが最期の息を引き取ろうとしているかのように思い描き、天使の群れを目にし、全知全能の審判者に報告を行い、善と悪に応じて相応の報いを受ける姿を思い描いて、善に励み、誘惑を乗り越え、道のあらゆる石やつまずきを払い除け、待ち望む日が来るまで、天の生活の山を力強く登り続けてください。率直さ、謙遜、互いの尊敬、一致団結、奉仕、手仕事、詩篇の詠唱、徹夜祈祷、そしてあらゆる善き行いや敬虔な行いへの熱意を培いなさい。あなたがたはすでにこれらを備えています。私は、あなたがたがますます熱心



にこれらを豊かに蓄えるようにと、このことを語っているのです。すでに備えてはいますが、私は、あなたがたが私たちの主キリスト・イエスにおいて、ますます多くのものを蓄えるよう努めるようにと、このことを思い出させているのです。

**31. ここで私たちが耐え忍ぶことはすべて、あそこで言い表せないほどの報いがあるでしょう。ですから、私たちも怠けずに、聖人たちの足跡をたどり、彼らと同じような人間であった聖人たちが歩んだ困難な道を歩み続けましょう。**

31. 1) ここで私たちが耐え忍ぶことはすべて、あそこで言い表せないほどの報いとなる。それゆえ、私たちも怠けずに、この困難な道を歩み続けよう。私たちと同じ人間であった聖人たちが歩んだ道を、その足跡に従って。－ 2) 修道院内で様々な務めを担う者たちを詳細に列挙し、すべての人に次のような戒めを与える。「自分の務めを、神の御前で、神の御業として、神の栄光のために果たしなさい。」 [1, 35]

4. あなたがたが私の謙虚な言葉をこれほど熱心に、注意深く聞いてくださるのだから、私もまた、あなたがたに説教することに熱意に満ちており、まるで飽きることなく、私の謙虚な口から出る言葉を、あなたがたの聖なる魂に蒔き続けているのです。今、私たち二人は共にこの重責を担っている——私が語り、あなたがたが聞き、そして語られたこと、聞かれたことを実行に移し、に成し遂げている。やがて収穫の時、実を刈り取る時が来れば、その時、私たちは喜びと歓喜のうちに、労苦し、嘆き、苦難に遭い、疲れ果て、悲しみに沈み、安らぎを知らず、頭を垂れ、気力を失い——さらに言えば、——飢え、渇き、両親、友人、兄弟、親族、祖国、そしてこの世のあらゆる地上の恵みを捨て去ったこと——それらすべてについて、義なる報い主である神から報いを受け取り、喜びに満ちて、世々限りなく祝おう。——そして、その報いとはどのようなものか?! ——枯れることのない永遠の栄光と誉れ、言葉では言い表せない、決して消えることのない喜びと楽しみと命、飽くことのない満ち足りた心、そして、かつて見られたことも、聞いたことも、語られたこともないそれらの恵みによる至福の喜び、天の御国、御子としての地位、そして、真の神であり、世々限りない王である、私たちの主イエス・キリストの御国。これらを見据えて、たとえ私たちの務めや労苦において（ここで）どのような悲しみや苦難が訪れようとも、あれこれとさせられたり、従順と服従のうちに心に棘を感じたりすることがあっても、怠けたり気弱になったりしてはなりません。しかし、使徒の言葉に従い、「後ろのことは忘れて、前のことに手を伸ばし」、「上の召しの栄光に向かって、目標に向かって走り続ける」（フィリピ3:13）ようにし、殉教によって、あるいは清らかな生活によって完成された聖人たちと、神の愛において競い合いましょう。さて、彼らは私たちと同じ人間であり、私たちと同様に情欲にさらされていたのではないだろうか。しかし、彼らが望み、限りなく愛したからこそ、私たちも望むならば、神に近づき、高貴な人生を送ることができるのである。

5. どうか、各自の務めに注意を払い、熱心に励んでください。書記は、愛と忍耐をもって、整然とした美しい筆跡で書くことに、倉庫係は、倉庫管理において、肉体の必要をたゆまず満たし、不合理な要求にも、ふさわしい穏やかさと品位をもって対応し、必要に応じて謝罪すること； 耕作者は、ぶどう畑を耕すことに専念せよ。また、農業、重荷の運搬など、他のいかなる仕事に従事する者も、不平を言わず、詩篇の詠唱（詩篇の特定の節の反復）を忘れず、沈黙を守り、無駄話を避けて勤めよ。園芸担当者は、果樹園や菜園の耕作に励み、兄弟たちに十分な野菜や果物を供給すること。料理担当者は、料理の調製にあたり、火の熱さやあらゆる手間を、自分の務めとして不平を言わずに耐え忍ぶこと； 看護係は、病弱な兄弟たちの安らぎのために全力を尽くし、ある者にはより適した食事を、ある者には慰めと安らぎの言葉を与え、心と体の病を癒やすことに努めなければならない。聖歌隊長は、調和のとれた整然とした聖歌と明瞭な朗読を組織し、維持することに努めなければならない。同様に、ランプ点灯係、羊皮紙製作者、パン職人、包丁職人、食堂係、金細工師、銅細工師、屋根職人、仕立て屋、そして門番、起床係、見張り番、管理者、教師——最後に会計係とその補佐——そして皆、それぞれの務めを、神の御前で、神の御業として、神の栄光のために果たしなさい。

**32. 王の道とは、すべてを規定通りに行うことである。それから逸脱する者は、過度に傾くか、あるいは過小評価に傾くかのいずれかである。逸脱も許されるが、それは修道院長が承知している場合に限られ、そうでなければ良い結果には至らない。**

32. 1) 王の道とは、すべてを規則に従って行うことである。規則から逸脱する者は、過度に傾くか、あるいは不足に傾くかのいずれかである。規則からの逸脱も許されるが、それは修道院長が承知している場合に限られ、そうでなければ良い結果には至らない。—— 2) 初心者の修行——心と肉体の欲から離れ、霊的なものに慣れることである。しかし、霊的な甘美さを味わうと、悪魔による、極めて過酷な別の困難が立ちはだかる。イグメンの指導に身を委ねる者は、ここでも安全である。[1, 36]

6. 旅をする際と同様に、最初はそうした労苦に慣れていないため、歩みは重く困難なものとなるが、それを続けるうちに筋肉がほぐれ、肉体が柔らかくなると、それはそれほど困難でも重くもなく、より軽快になる。主の道を歩むときも、まさにそうである。神はすでに、試練や誘惑を経て、どの道がまっすぐで、どの道が迷い道であるか、そしてどのようにして少しずつその終着点に到達できるかを、私たちに知らせ、見せてくださった。さあ、教父たちが語ったように、その道の距離を測りながら、両側の危険を避け、すなわち、不足も過剰も避けましょう。これらは、食事、飲酒、徹夜、詩篇の朗読、暗唱（詩篇や祈り）、祈り、沈黙、そして心の秘められた働きにおいて、定められた規則や定められた戒めに従わずに振る舞い始めたときに生じるものです。これらすべての慣例からの逸脱も許されるが、それは助言と承認を得て行われる必要がある。そして、私は罪人ではありますが、私の承知の上で行われること、そして私に明らかにされることはすべて光である、と申し上げます。一方、私から身を隠す者は闇の中を歩み、自ら破滅の渦へと突き進んでいることに気づかず、神に喜ばれようとして、かえって神を怒らせ、他者にとってもつまずきの原因となってしまいます。それゆえ、わが子らよ、従順の律法があなた方を歩むよう呼びかけているその道、を歩みなさい。あなた方にとって理解しがたいことを理解しようとせず、探究心では解き明かせない従順の務めや、私の多岐にわたる修道院長としての指示について、詮索しようとしなさい。

7. 初心者のための修行とは、世俗の慣習や風習を捨て去り、かつて心に芽生えていた欲望を捨て、嵐や動揺、移ろいやすい心配事や情欲に駆られる行いから離れ、無憂無慮と神愛の安息の港へと入ることである。しかし、それと同じくらい、いや、むしろはるかに大きく、困難な修行がある。それは、世俗の騒乱から逃れて安らぎを味わった後、自らを傷つけられないように保つことである。なぜなら、ここには、私たちの中で反乱を起こす思いもあれば、この人生の海で私たちを襲う海賊——すなわち、私たちの魂の舟と、その舟が運ぶあらゆる善を沈めようとする悪魔たち——もいるからである。しかし、もし私たちが謙遜という追い風を熱心に利用し、勝手な同意（自分の船の進路を変えること）によって舵取りの尊厳を損なわなければ、間違いなく天の御国の港にたどり着くでしょう。さあ、わが子らよ、「蛇のように賢く、鳩のように純真であれ」（マタイ10:16）であり、善き行いと敬虔な行いを実践し、各自が自分の務めに勤勉に励みましょう。忍耐し、自らを謙遜にする者は幸いです。雲のように漂い、無駄に時を過ごし、日を重ねる者は、私たちにも主にも喜ばれるものではありません。

**33. 神の御言葉から、いかに生きるべきかを導き出す際には、神への畏れから始まり、深い謙遜で終わるまで、それを行い、全うした聖人たちの生涯を思い起こすべきである**

33. 1) 神の御言葉からどのように生きるべきかを導き出す際には、聖人たちの生涯を思い起こすべきである。彼らは、神への畏れから始まり、深い謙遜に至るまで、その道を実際に歩み遂げたのである。— 2) 声や歌声などの生来の賜物を誇ってはならない。むしろ、あらゆる善の源であり、すべての恵みの賜物が与えられる理由である謙遜の知恵をもって、自らを飾るべきである。— 3) 謙遜の知恵をもって、あらゆる美德において成長しなさい。とりわけ、情欲との戦いにおいては、最初の誘惑を退け、それさえもから身を守りなさい。[1, 37]

8. 私が謙遜の心をもって諸君に語る言葉は、法律的なものでも、権威的なものでも、空虚な言葉でもなく、むしろ、私たちの神聖な先人たちの教えと生涯を思い起こさせる、諭しと慰めのあるものであると私は思う。神の恵みはすでに、何が敬虔であり、何が義であり、何が信心深いかを私たちに明らかにしてくださった。そして、あなたがたは、天の御国を得るために、どこへ、どのように歩みを向けるべきかを、はっきりと知っている。ですから、神の救いが何であるか、また聖なる先人たちの神聖な行いがどのようなものであったかを、日々思い起こし、心に留めておきなさい。そして、彼らの模範に従って、畏敬の念という色彩で自らの魂を生き生きと彩りながら、彼らの生涯を模倣することを心に描いてください。彼らは、その修業の始まりも終わりも、心の奥底から湧き上がる主への畏れに置いていました。それゆえ、神の前での高貴な謙遜が彼らの中に輝き出ました。その力によって、彼らはサタンのあらゆる罠を何とも思わなかっただけでなく、その罠を仕掛けた者そのものを縛り上げ、福音書の言葉（ルカ10:19）の通り、踏みつけられ、嘲笑されるように、自分たちの足元に置いたのです。多くの聖人の中から、昨日の朝の朗読で取り上げられた方を例に挙げましょう。それは聖シルヴァノスについてのものであり、皆さんはその言葉に耳を傾けました。ご存知の通り、彼は誓願を立てた後、いかに素晴らしい姿を見せ、謙遜という武器で悪魔を打ちのめし、涙の海に沈め、そして私たちの最も良き住まいである高みへと昇り、偉大なる父パホミオスの完全な姿を、ただ一人、自らに体現したのです。なぜならば、彼は短い生涯であったにもかかわらず、聖テオドール、三度祝福されたペトロニウス、讃美に満ちたオルシシウス、そしてその聖なる兄弟団全員にとって、最も愛される存在として現れたからです。彼は、天使たちの賛美歌が響く中、この地から天へと移されたのですから。

9. 謙遜という神からの賜物は、なんと偉大なことか！聖人の中で、この美德によって神に喜ばれた者以外には、誰もいない。あなた方もこの美德を身にまといなさい。そして、美しい歌声や旋律、心地よい朗読、その他あらゆる天賦の才能や能力から注意をそらし、この目標の達成に向けて全力を注ぎましょう。私が言いたいのは、前述した優れた資質を完全に捨て去るべきだということではなく、それらを二次的なものと見なし、美德という主人の後ろに置くようにすべきだということです。なぜなら、もし私たちが、前述の優れた資質を理由に、音痴な人々を前にして自分を偉く見せたり、無学な人々を前にして高慢になったり、読み方が拙く教養のない人々を前にして自分を誇示したり、声の出ない人や歌の下手な人々を前にして鼻を高くしたりすれば、それならば、私たちのすべての労苦は無駄であり、矢を的ではなく自分自身に向けて放つことになり、そのような過ちによって、私たちは自らを深淵の獣、すなわち悪魔の獲物にしてしまうのです。そうではない、わが子らよ、そうではない。しかし、謙虚さをもって語り合い、謙虚さをもって働き、謙虚さをもって読み、謙虚さをもって歌い、謙虚さをもって歩き、謙虚さをもって食事を味わい、謙虚さをもって答えを返し——すべてを謙虚さをもって行おう。そうすれば、この美德の果実がいかに甘美で、いかに愛らしく、いかに輝かしいかを知ることになるだろう。この美德は、私たちを神に倣う者とするものであり、神はこう言われている。「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、へりくだっている。そうすれば、あなたがたの魂に安らぎが与えられる」（マタイ11:29）。まことに、その中にこそ平安が宿り、そのゆえに魂の中に恵みの波が湧き上がり、それを通して心の清さが輝き、そこから涙が豊かに溢れ出し、そこから悔い改めが泉のように湧き出し、そこには知恵、分別、敬虔、節制、沈黙、そしてあらゆる他の善が存在し、見られ、称えられているのです。

10. これが、謙遜の徳について私が語る言葉である。神の子らよ、そしてわが謙遜の子らよ、これを種として受け入れ、良き土のように実を結べ。ある者は三十倍、ある者は六十倍、ある者は百倍、神の賜物に応じた善行をもって実らせ、あらゆる悪しきこと、悪意ある行いから身を守り、傲慢を避け、兄弟愛を求め、悪意ある策略から遠ざかり、無憂無慮を愛しなさい。なぜなら、「慈しみと正義は、わたしに固く結びついている」（詩編24:21）と記されているからである。だれも、ある者を他の者よりも愛してはならない。また、髭のない者が髭のない者と大胆に交わってはならない。彼らが人目につかない隠れた場所に留まってはならない。しかし、皆、悪魔の策略に対して打ち負かされることなく立ち向かい、神への祈りと叫びによって情欲の炎を消

し去りなさい。情欲が訪れるのは、よくあることである。しかし、私たちの義務は、それが現れたその瞬間からそれを退けることである。敵が来て、矢を放ち、逃げ去った。誘惑者が不品行な想像を植え付けようとしたとき、魂の目を開いて見よ。苦い獵師が罪への餌を心に投げ込んだとき、甘美の釣り針を遠くへ投げ捨てよ。エバの耳に死を囁いた者が、お世辞めいた言葉をあなたに向けて語りかけ始めたとき、耳を塞げ。「触れてはならない。味わってはならない。口にしてはならない」（コロサイ2:21）。罪の甘美さを用意し、差し出す者が、あなたが座っていようが歩いていようが（家にいようが、旅の途中にいようが）、あなたに近づいてきたら。それを受け入れてはならない。あらゆる方向から身を守りなさい。要塞となれ。青銅の壁となり、揺るぎない岩となれ。そうすれば、どれほど風があなたに吹きつけようとも、あなたは揺らぐことなく立ち続けることができる。勇気をもって悪魔を撃退し、主の良き戦士、キリストの傷跡を背負う者、恵みの殉教者として現れ、使徒と共にこう言う大胆さを得よ：「善き戦いを戦い抜き、歩みを全うし、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私を待っている」（Ⅱテモテ4:8）。

### 34. 規律に対する騒動を防ぐためには、誰かが陰謀やストライキを企てていることに気づいたら、直ちに院長に報告しなければならない

34. 1) 規律に反する騒動を防ぐためには、誰かが企みやストライキに気づいた時点で、直ちに院長に報告しなければならない。－ 2) 普段は、各自が自分の務めを果たし、情欲や欲望に耐え、それと闘うこと。[1, 38]

11. 私たちは、自分に割り当てられた務めに留まり、自分の分を超えたことを企てず、もしそのようなことがあっても、それに固執してはならない。わが子よ！ 頻繁な集まりや派閥を見かけたら、それらから背を向けなさい。もし誰かがそのような提案を持って近づいてきたら、その人から飛び退き、話を聞くことさえ承諾してはならない。修道院長への信仰を揺るがし、彼への愛を弱めるような言葉を耳にしたら、火から逃げるように逃げなさい。なぜなら、そこから生じる害は、少しずつ心に忍び込み、やがて救いの根幹そのものにまで及ぶからだ。もしあなたがたが真に私の従者でありたいと望むなら、私以外の誰をも秘密の相談相手や導き手にしてはならない。また、悪意ある言葉を取るに足らないものとして軽んじてはならない。「あれこれのことなど、大したことではない」などと言ってはならない。そうではない、わが子らよ、そうではない。しかし、もし誰かが不信仰へと逸れて、皆に害を及ぼすようなことがあれば、すぐに駆け寄ってすべてを話してください。もしかすると、ある者は無知で愚かにもこう反論するかもしれませんが。「それによって兄弟たちが私を非難し、憎むようになるのではないか！」と。しかし、そうではありません。なぜなら、もし彼らが私の真の子らでないのなら、彼らの称賛などあなたにとって何の価値があるのでしょうか。真の子らは、間違いなくあなたに従い、あなたを称えるだろう。一言で言えば、懇願しつつ思い出させておく――すべてにおいて、完全に私に身を委ねなさい。そして、誰も私に隠し事や明かさないことを持ってはならない。さもないと、それは痛ましい傷へと変わってしまうだろう。

12. これまで行ってきた善行を続け、力を合わせて、主にある歩みを心を一つにして最後まで全うしなさい。そして、侮辱、労苦、苦難、肉の誘惑、心の曇り、怠惰や落胆の波、その他、私たちに日常的に起こるあらゆることを、神への恥じることのない希望と、死を常に心に留め、自らの欲望を切り捨てつつ主の戒めを厳格に守ることに、すべてにおいて唯一の助けを見出して耐え忍びなさい。そうすれば、あなたがたは殉教の冠にふさわしくなり、天の御国で天使たちと共に喜び祝うことになるでしょう。

### 35. 私たちの中に働く神の霊と、欺く霊の働きの現れについて、それらを知ること、前者には熱心に励み、後者からは遠ざかるようにと示されている

35. 私たちの中に現れる神の御霊と、誘惑の霊の働きについて、それを知ることによって、前者には熱心に励み、後者からは遠ざかるようにと示されている。[1, 39] 敵は常に猛烈な勢いで私たちに襲いかかってきますが、神の力と、私の父であり、あなたがたの父である方の祈りによ



って、常に退けられています。そして、誰かが彼に場所を与え、自分の中から神の御霊を追い払い、異質な霊を受け入れたときのみ、敵は獲物を見つけるのです。その異質な霊こそが、敵に、自分自身が好むことを行い、語るように教えるのです。 私たちがこの二つの働きを見分けることを学ぶために、私はその両者の特徴を指摘しておこう。聖霊を持つ者は、喜び、平和、寛容、愛を示し、その言葉は蜜や蜂の巣よりも甘美である。 それは、主が言われたように、それを受け入れる者たちを啓発し、慰めるために、心の満ち溢れから湧き出るものだからです。彼らからは絶えず、「お赦してください、あるいは祝福してください、父よ。私は愚か者であり、ただ一人の罪人であり、兄弟の仲間に数えられるに値せず、あらゆる被造物よりも低い者です」という声が聞こえてきます。 このように語り、このように感じることは、私たちが聖霊を宿していることのしるしである。反対の霊のしるしを聞きたいか。それはこうだ。それを宿す者の心からは、激怒、憤り、非難、中傷、不信仰、嫌悪、憎しみ、傲慢、不従順、反抗、頑固さが噴き出す。 そのような魂からは、光、聖さ、そして敬虔さが逃げ去り、謙遜、悔い改め、忍耐が後退し、涙、嗚咽、そして心の痛みは枯渇し、天の黙想、 死の記憶や、死後に彼女を付き添う天使たちの記憶も消え去り、恐るべきキリストの審判の座への全世界の臨在、恐ろしい裁き、そして修道生活に入った時からではなく、生まれた時から、考え、語り、行ってきたすべての事柄に対する自らの無責任さについての思いは、忘却の闇の中に隠れてしまった。 これらすべてをあなたがたに述べるのは、何に固執すべきか、何を避けるべきかを理解してもらうためである。 なぜなら、私にあるのはただ一つの願いとただ一つの祈り、すなわち、あなたがた全員が光と日の子となり、神の相続人となり、キリストの共同相続人となり、選ばれ聖別された器となり、一つの御霊によって一つに結ばれ、聖ダビデが語った次の言葉を、行いによって知り、心で実感するようになることだからです。 「善きこと、美しいこととは、兄弟たちが共に住み、平和のうちに、心を一つにして暮らすことである」（詩編132:1）。

### 36. 善行は必要である。しかし、あらゆる行いにはそれぞれの報いがあるため、それらは賢者たちの成功を妨げるものではない

36. 1) 偉業は不可欠である。しかし、あらゆる行いにはそれぞれの報いがあるため、それらは賢者たちの成功を妨げるものではない。 — 2) 私の指導に加え、善に対するあなた方の理解と、互いに励まし合う心も注いでください。なぜなら、私たちには共通の使命があるからです。 — 3) 善に留まり、熱意を保ち、言葉を慎み、道具や持ち物を大切にし、祈りなさい。 [1, 40]

**13.** 私たちには、労苦、霊的な汗、神に捧げられた功績、正しい熱意、魂の奔流が必要である。そうしてこそ、競争の場に立ち、その終着点を立派に達成し、敬虔な死の後、勝利の冠を戴くことができるのだ。 労苦は安らぎをもたらし、悲しみは喜びで報われ、嘆きは心の慰めをもたらし、窮屈さは広々とした空間をもたらし、 飢えと断食は不滅の歓喜を育み、渇きと喉の渇きは、主が語られた（ヨハネ 4:14）「命の川」を注ぎ出す——そして、概して「涙をもって蒔く者は、喜びをもって刈り取る」（詩編125:5）と、詩編の作者である聖ダビデが確言している。「これを知れ」、しかし「これを行うなら、あなたは幸いである」と書かれている（ヨハネ3:17）。 「愚かな者はこれを悟らず、無知な者はこれを理解しない」（詩編91:7）。しかし、あなた方は賢く、心優しく、分別があり、注意深く、思慮深い。なぜ、ある美德はすでに達成し、ある美德は達成しつつあるのか——そして、今後もさらに達成し続けるであろうと付け加えよう。なぜなら、戒めには限りがないからである。しかし、神を知るほどに、人は戒めから遠く離れていることをますます自覚するのだ。

**14.** わたしはあなたがたに律法を授け、導きを与える。あることから遠ざけ、あることには励まし、また、どこへ向かうべきかを示す。あなたがたはあらゆる事においてわたしを信じ、鍛冶屋の手にある鉄のように、わたしが戒めとして望むことすべてに従う。——それゆえ、あなたがたの航海は安らかであり、生活も平穏である。 しかし、あなた方自身も、互いに何が善であり有益であるかを理解した上で、それを実践し、互いにそれを思い起こし合いなさい。なぜなら、私たち全員が、まるで海を航行する船に乗っているかのように、船長も船員も共通の任務に専

念しているのと同様に、すべての人にとって有益なことを唯一の目的としているからだ。私とあなた方との関係は、まさにそのようなものである。私の役目は、舵を握り、元気よく船を導き、天を仰ぎ見て、真理の星々を注視し、それに従って航路を定めることです。しかし、あなた方もまた、警戒を怠らず、各自の務めを果たし、周囲をくまなく見渡して、船を難破させるようなもの——浅瀬や水中の岩礁——にぶつからないようにし、索具を に整え、緩めるべきところは緩め、締めるべきところは締め、必要なことはすべて行い、私たちの船が、私たちの魂の救いの港に無事にたどり着けるようにしなければならない。このために、私たちは世とその慣習、そしてあらゆる肉欲的な快楽や楽しみを捨てたのである。

**15.** 兄弟たちよ、私たちは善行に励み、忍耐強くその務めを果たしましょう。そうすれば、私たちは冠を受け、天の市民となり、そこで至福を享受することになると確信しています。ここでは、「あらゆる病気、悲しみ、嘆きが消え去る」（イザヤ書 35:10）のです。堅く立ち、力を得なさい。そして、あなたがたの熱意の灯が、絶え間ない勤勉という油で燃え続け、消えることがないようにし、私たちが、狂信的な乙女たちの望まぬ運命をたどることのないように。敬虔なる父たちよ、沈黙を保ちなさい。決して何も話してはならないと言っているわけではありません。それは私たちの生活と相容れないからです。しかし、不適切な事柄について語ったり、それによって笑いを誘ったりしてはなりません。なぜなら、「多弁からは罪を免れない」と知恵は断言しており、「口を慎む者は賢くなる」（箴言 10:19）。従順な務めを遂行するにあたっては注意深くあり、不注意な行動によって、必要な物——例えば荷車や鋤、斧、あるいは杯や皿、その他の物——を損なわないようにしなさい。そうしなければ、作業が中断され、霊的な行いに費やすことのできた時間が、つまらないことに浪費されてしまうことになる。また、常に祈りなさい。そうすれば、目に見えない敵や目に見える敵に対して、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天からの助けがあなた方に与えられるでしょう。

### **37. わたしへの信仰と愛をもって、勤勉でありなさい。仕事の責任者は賢明に指揮し、部下はそれを忠実に実行しなさい**

37. 1) 私への信仰と愛をもって、勤勉でありなさい。仕事の責任者は賢明に指揮し、部下はそれを忠実に遂行しなさい。－ 2) 嘲笑や互いの不和を避けなさい。互いに親切で、敬意を払い、あらゆる非難すべきことや誘惑を避けなさい。[1, 41]

**16.** 神に祈ります。あなたがたの信仰が衰えることなく、謙遜なわたしに対するあなたがたの霊的な愛が冷めることのないように。むしろ、私たち全員が同じ理解（Iコリント 1,10）と、私たちの主イエス・キリストの戒めを履行することへの同じ熱意に堅く立たされるように。あなたがたが悪に苦しみ、欠乏に直面し、重労働に耐え、汗を流していることを私は知っています。しかし、主への愛のために、どうか弱くならないでください。忍耐強く善の業に励み続け、天において喜びの冠を授かるようにしてください。もし私の足の病がなければ、私も皆さんと共に労苦し、皆さんと共に働きに出て、労働によって自分の肉体を謙遜に保ちたいと願っています。なぜなら、兄弟たちと共に力尽きるまで労苦することは幸いであり、彼らの畑仕事に参加することは尊いことだからです。あなたがたは、そのような労苦によって自らの体を聖別し、魂を最も無情なものへと変えるのです。それはまさに主の働き手としての姿です。ただし、命じられたことを適切な分別をもって守る限りにおいて——すなわち、指導者や管理者たちが神への畏れと兄弟たちへの憐れみをもって指示を出し、従属する者たちが指導者たちに対して従順と服従を保つ場合に限りです。——それゆえ、管理者たちよ、労苦に労苦を重ねることのないよう注意し、無情に、あるいは無頓着にではなく、正義にかなった、慈愛に満ちた、兄弟愛に溢れ、分別ある方法で統率せよ。なぜなら、すべての兄弟が気質、年齢、体力において等しいわけではないからだ。この条件の下でのみ、あなたがたは兄弟たちに対する統率権を与えられたのである。もしあなたがたがこのように行動するなら、幸いである。なぜなら、偉大な賜物と恵みが、永遠にあなたがたの所有物となるからである。また、従う者たちよ、あなたがたも注意し、指導者たちの指示を謙虚に受け入れ、心から従順に行動しなさい。



17. 主を悲しませるような嘲笑があってはなりません。聖霊を悲しませるような無駄話があってはなりません。また、互いに敵意を抱くような苦々しさが、あなたがたの間にはあってはなりません。なぜなら、使徒はこう言っているからです。「あらゆる苦々しさ、激怒、怒り、そしてあらゆる悪意を、あなたがたから取り除きなさい」(エフェソ4:31)。また、「腐った言葉は、あなたがたの口から出てはならない。ただ、聞き手にとって益となるような、建設的な言葉だけを語るようにしなさい」(エフェソ4:29)ともあります。「互いに親切にしなさい」(エフェソ4:32)、穏やかで、兄弟愛に満ち、「愛をもって互いに忍び合い」(エフェソ4:2)、「互いの重荷を担い合い」(ガラテヤ6:2)、寛容であり、赦し合い、互いを尊び、譲り合い、神への畏敬と恐れをもって歩みなさい。もしあなたがたがこのように歩み、そのような生活を送るなら、あなたがたは私の聖徒であり、それどころか、神の聖徒であり、地上の神の御使いたちであり、神の御力の崇拝者であり、神の栄光の奉仕者であり、天の御国の相続人であり、聖徒たちと共に住む者であり、樂園の住人であり、彼らのために蓄えられている計り知れない恵みを享受することを許された者たちです。だからこそ、私はそのことについて祈り、願い、懇願します。あなたがたの歩みが常に神に導かれ、神の力強さによって強められ、あなたがたの中に誘惑やつまずき、致命的な不従順、災いをもたらす不平、命を奪うような傲慢、非難されるべき悪しき欲望、その他あらゆる禁じられた罪深い行いがありませんように。神の知恵の光が、あらゆる動きと行いに先立ってあなた方を照らし、平和な調和があなた方を導き、兄弟愛の静けさがあなた方の内に支配しますように。——主なる神、が、平和の天使、忠実な導き手、あなたがたの魂と肉体の守護者を、あなたがたに遣わしてくださいますように。昼夜を問わず、邪悪な悪魔たちをあなたがたから追い払い、善き生活へとあなたがたを導いてくださいますように！

### 38. 従順の生活様式はすべてに優る。主もまたそれを選ばれたのだ

38. 1) 従順の生活様式はすべてに優る。主もまたこれを選ばれた。-2) それゆえ、忍耐強く、倦むことなく、この道をしっかりと歩みなさい。なぜなら、死が訪れ、すべてに終わりが来るからである。しかし、その一方で、他の美德、とりわけ愛を忘れてはならない。[1,42]

18. お願いし、懇願します。立ち続け、勇敢に耐え忍び、寛容であり、勇気を持ち、三度祝福された聖なる修道見習いたちがどのような栄光に与かるかを思い巡らせてください。もちろん、どの生活様式において神に喜ばれた者も、それに応じて来世においてそれぞれの報いを受けるでしょう。しかし、どの生活様式がより優れているのでしょうか？——よく聞いてください！——「山々、洞窟、地の深淵」(ヘブライ人への手紙11:38)において神に仕える者たち、すなわち隠遁者、柱上修行者、閉鎖生活者、そしてその他の生き方によって神を賛美する者たちは、偉大である。しかし、ご存じの通り、計り知れない恵みの与え主である私たちの主イエス・キリストは、この地上に降りて来られた際、荒野での生活や柱の上での生活、あるいはその他のいかなる生活様式も好まれることなく、従順の道を歩まれることをお選びになりました。なぜなら、御自身についてこう言われたからである。「わたしは天から下ったのは、自分の御心を行うためではなく、わたしを遣わした父の御心を行うためである」(ヨハネ6:38)。また、「わたしがあなたがたに語ることは、わたし自身について語るのではない。わたしを遣わした父が、わたしに、何を語り、何を告げるべきかを命じられたのである」(ヨハネ14:10、12:49)。また、主は布を腰に巻き、しもべの姿をとって弟子たちの足を洗い、その布で拭きながら、別の箇所でもこう言われました。「わたしはあなたがたの中であって、しもべとして仕えているのです」(ルカ22:27)。ご覧の通り、万物の主である御方が、他の誰よりも、私たちの従順な生き方を受け入れてくださったのです。それならば、あなたがたは、主のように生きているという事実を、どうして喜ばず、どうして歓喜せず、どうして感嘆しないことができるのでしょうか。これ以上に、あなたがたにとって、これほど喜ばしいことは他にあるのでしょうか。また、他の生き方に対して、これ以上の好意を抱くことができるのでしょうか。ですから、もしあなたがたが従順な生活を正しく送っているのであれば、自分たちの生き方よりも他の生き方を称賛してはなりません。それゆえ、ゲロンディカにおいても、あるいは「三人の労苦者」の聖なる長老たちに関する伝承においても、

啓示によって、隠遁者や病に苦しむ者よりも、病を感謝と穏やかな心で耐え忍ぶ従者の方が、より栄光に満ちた存在として示されたのです。いや、言うておくが、私たちの生き方は偉大であり、聖なるものである。そして、あなたがたも、自分の歩みを立派に全うすれば、アブラハムと共に称えられ、殉教者たちと共に喜び、義人たちの仲間に加わるだろう。

**19.** さあ、立ち止まることなく、しっかりと走り続けなさい。悪魔の嫉妬に満ちた目が、あなた方を惑わすことのないように。忍耐の油であなた方の足を塗り、心の熱意に燃え上がり、自らの道を全うすることに満足できるようになりなさい。義と喜びの衣をまとい、清さと貞潔の水を飲み、決して「いつまで続くのか」と言うてはならない。それは怠惰な者の言葉である。我々は千年の命を持つわけではない。今日か明日か、死が訪れる。日々、このことを心の眼に留めつつ、父の律法に従って歩み、善行を積むのである。この律法に従って、私たちの先祖たちは、この世でのわずかな日々を過ごしました。ですから、私の父の聖なる祈りに従い、あなたがたのうちに、憐れみ、平和、愛、嫉妬せず、妬まず、節度、善き従順、善き言葉、協力、互いの思いやり、謙遜な知恵がありますように。そのように生き、そのように行動しなさい！

### **39. 主を目の前に置き、いかなる悪事にも心を動かされないようにしなさい。終わりの日、とりわけ恐ろしい審判とその裁きを心に留め、善を行うよう自らを奮い立たせなさい。**

**39.** 主を目の前に置き、いかなる悪事にも心を動かされないようにしなさい。出エジプトの出来事、とりわけ恐るべき審判とその裁きを心に留め、善を行うよう自らを奮い立たせなさい。  
[1, 43] 平和の絆の中で互いに愛を保ち、主を、あなたがたの右にいらっしゃる方として仰ぎ、情欲にも、怒りにも、嫉妬にも、嘲笑にも、無駄話にも、あるいはその他のいかなるものにも誘惑されないようにしなさい。それらは、たとえどれほど小さくとも、あなたがたを地獄の罠に陥れ、地獄の支配下に留めてしまうものだからである。聖ドロフェイの言葉を思い出してください！彼はこう言います。「鷲がたとえ全身を自由に羽ばたかせていても、たった一つの爪が網にかかっているだけで、それでも網の中にいるのです。そして獵師は、難なくそれを捕らえるか、矢で射落とすでしょう。」ですから、自分自身に注意を払い、自らを鍛えなさい。自らを鍛える者には、天の御国があるからです。——もし私たちが不注意に人生を送るならば、特に大天使のラッパがすべての人々——あらゆる民族、あらゆる部族、あらゆる言語——を目覚めさせるあの恐ろしい日に、私たちは自分の最期にどのような恐怖と戦慄に直面することになるのでしょうか？！その時、何が起こるか考えてみてください。天は裂け、自然界は燃え尽き、すべての被造物は変容するでしょう。万物の審判者が裁きの座に着き、数えきれないほどの聖なる天使の群れが御身の周囲に集まり、その後、すべての人の行い、言葉、そして思いが、その種類、人物、場所、時間、そして実行の様式に応じて、万人の前で暴かれる——そしてこれらすべてが一瞬のうちに起こるのです。最後に、聖書が語るように、永遠の命において善を行った者はそこへ行き、悪を行った者は永遠の苦しみへと送られる。そこには、泣き叫びと歯ざしり、消えることのない火と休むことのない虫、そして恐ろしく、醜悪で、あらゆる悪意に満ちた悪魔たちの群れがある。「では、私たちはどこへ行くのでしょうか？」——もし私たちが生涯の終わりまで、神への畏れと神への愛を保ち続けるならば、永遠の命へと行き、主と共に永遠に過ごすことになるでしょう。それは、私たちの心から「誰が私たちが神の愛から引き離すことができようか？」（ローマ8:35）と叫び上がるような愛です。

### **40. 神への畏れは、私たちの敵の剣を退ける**

**40.** 1) 神への畏れは、私たちの敵の剣を退ける。—— 2) 侮辱に耐えなさい。—— 3) 外見上の優位性を誇らず、謙遜に従順でありなさい。—— 4) それゆえ、あなたがたは殉教者たちと共にいることになる。[1, 44]

**1.** 長年の経験を通じて、あなたがたは修道生活における神に喜ばれる生き方を十分に悟った。だから、決して迷うことなく、また、あなたがたの正しい分別から逸脱してはならない。あなたがたに命じられたことを愛し、あらゆる点でそれを守りなさい。また、私がこの世の何より

もあなたがたを愛しているように、私への愛のうちに留まりなさい。しかし、敵には多くの策略があり、彼は巧みに私たちの間に、そして私たちの内に悪をまき散らします。神への畏れに満たされた者たちだけが、聖なる言葉のダビデ（詩編 75, 4; 88, 44）のように、その剣を遠くへ退け、活気に満ちて敬虔な行いに励み、心を尽くして天の瞑想と行いに専念するのです。

2. 見よ、私はあたかもあなたがたと共にいるかのように、兄弟たちの誰かに対して、非難や侮辱、あるいはその他の厳しい言葉が吐き出されるのを、目にして耳にしている。しかし、私の兄弟よ、そのような侮辱を受けたとしても、凶暴な獣のようになってはならず、また臆病になってはならない。堅固で、揺るぎない者でありなさい。なぜなら、侮辱や恥辱は、それを吐き出す者に降りかかるものであり、冷静にそれを受け入れる者にこそ勝利が属するからです。その者は神の人であり、一方、前者は制御不能な奴隷であり、その瞬間に自らを滅ぼす者なのです。

3. 切に願う。互いに罵り合ったり、侮辱し合ったり、眉をひそめたり、大言壮語したり、あるいは「自分の方が歌が上手だ」「自分の方が勤勉だ」「自分の方が敬虔だ」、あるいは時には「世俗的に見て自分の方が高貴だ」「顔立ちがより立派だ」などと自慢したりしてはならない。このようなことについて、論じたり語ったりしてはならない。しかし、あらゆることに謙遜を身にまとい、服従と従順によって、主と修道院の指導者たちの御前に自らを低くしなさい。

4. この道を歩みなさい。そうすれば、あなたがたの労苦は無駄にならず、その行いも実を結ぶでしょう。私は、私たちの主なる神、その聖なる天使たち、そしてすべての被造物の御前で、あなたがたにこう福音を告げ知らせる。あなたがたは、その生涯を善く全うしたとき、殉教者たちと共に喜び祝うようになり、アブラハムの懷が永遠にあなたがたを慈しみ、義人の群れがあなたがたをその中に迎え入れるであろう。

#### 41. 経済官を独立した権力として扱うことは、二重統治と分裂を招く。しかし、権力が分裂すれば、王国は存続し得ない

41. 1) エコノモスを独立した権力として扱うことは、二頭政治と分裂を招く。そして、権力が分裂すれば、王国は存続し得ない。— 2) 私はすべてを兄弟団に捧げている。他に何も必要としない。 3) 唯一の主は、人間の社会においても唯一の権威があることを御心に適うものとされた。 [1, 45]

5. 無知からなのか、不注意からなのか、あるいは悪意からなのかは知らぬが、あなたがたは私の不名誉となるようにエコノムを称え、私の恥となるようにその顔を晒し、しばしばこう言う。「もしここにエコノムがいたら、あの件はあのよう処理されず、もっとうまくいっただろう。」「その執事はどこにいるのか？ 彼ならこれをどう見るだろうか？」——そして、これは私の耳元で囁かれるのだ。また、ある者たちはこう付け加える。「待て、待て！ 執事が来れば、これをすべて正し、収めてくれるだろう。」——しかし、果たしてそれがふさわしいことだろうか？ それは彼にとっても、私にとっても、そしてあなた方にとっても良いことなのだろうか？ あなた方は、自分たちを不従順の化身として見せつけ、彼を——自分の身分や権限の枠を超えて行動できる者として見せ、私を——神の御心ではなく、肉的な欲望、すなわち偏愛や兄弟への過度な好意に従って行動した者として見せつけたのです。このようにして、あなたがたは二人の主、二人の支配者、二つの原理を持ち込んでいることに気づかないのですか。私たちの主イエス・キリストは、「**分裂した王国は存続しない**」（マタイ 12:25）と語られました。二頭政治はすでに多頭政治であり、多頭政治は派閥を生み出し、派閥は分裂と腐敗の原因となります。なぜ、自分たちにふさわしい分際や地位に留まらず、それを本来あるべき姿から逸脱させることによって、自ら災いを招くのでしょうか。

6. 私は罪深く、無能な者ですが、すべてを捨て去り、身をさらけ出して、この聖なる場所に大胆に留まっています——私の狂気ゆえに、あえてこう語りますが——兄弟のためにも、叔父のためにも、父や母のためにも、親族のためにも、あるいは肉的なもののためであっても、何事においても正しい道から逸れることはありません。たとえ、私の肉体を捧げたり、血を流したり



することが求められたとしても、神の助けと父の祈りによって、あなた方にとっても私にとっても益とならないことを決して行わない限り、それを拒むつもりはない。

7. 主であり、律法の制定者はただお一人である。聖書に記されているように、万物の上に立つ権威は一つであり、神の源も一つである。この唯一の統治者、あらゆる知恵、慈愛、そして秩序の源は、神の慈愛によってその起源を与えられたすべての被造物に及んでおり、それらの被造物の意志とは無関係に、ただ一人の人間にのみ、神の似姿に従って自らの生活の秩序を自由に整えることが許されている。なぜなら、神聖なるモーセは、世界の起源を記述するにあたり、神の口から発せられた次の言葉を引用しているからである。「われわれは、われわれの像と似姿とに従って、人を造ろう」（創世記1:26）。ここから、人々の間におけるあらゆる指導的地位と権威、とりわけ神の教会における以下の制度が確立されたのである：総主教区には一人の総主教、大主教区には一人の大主教、司教区には一人の司教、修道院には一人の修道院長、そして世俗の生活においても、もし従う気があるならば、一人の王、一人の軍司令官、船には一人の船長がいるのである。もしこれらすべてにおいて、一人の意志がすべてを統率していなければ、何事にも秩序や規律は存在せず、それは良いこととはならないだろう。なぜなら、意志の不統一はすべてを破壊するからである。

#### 42. 四旬節は、肉体的な節制だけでなく、精神的な節制も求める

42. 1) 四旬節は、肉体的な節制だけでなく、精神的な節制も求める。— 2) 共同生活における断食の程度は中庸である——毎日少しずつ。— 3) 恐るべき裁き主である神を畏れよう。そして、死が私たちを準備不足の状態で襲うことのないように。— 4) 私は死と、それに伴うあらゆることを極めて恐れている。— 5) 立ち上がり、神に喜ばれる行いに邁進しよう。[1, 46]

8. すべてのものをその英知をもって治め、時と季節を極めて善く、また英知をもって定められる神は、一年の間に、私たちのために、救いをもたらし、魂に益となる断食の日をいくつか定められました。それは、それらを神のみに捧げ、私たちに起こる罪による汚れを清めるためです。そのような日を定め、今、私たちがそれらを迎えるまで生き延びさせてくださった神に感謝します。私たちは常に清く、汚れのない生活を送り、神のあらゆる戒めを守らなければなりません。とりわけ、今こそそれが私たちに課せられているのです。今こそ清めの時です。さあ、自らを清めましょう。今こそ節制の時です。さあ、節制を守りましょう——それは単に飲食に限ったことではありません。それだけでは不十分だからです。心の快樂への執着、恥ずべき妄想、兄弟の誉れに対する嫉妬、隣人への怒りや不満、舌の奔放さから——舌が自分の意志のままに動くことを許さず、ふさわしいことのみを語るための限界、時間、節度を定めて——、目の不品行な視線から、そして悪意に満ち、神に喜ばれない言葉を聞くことから、自制しましょう。そう、わが子らよ、そうである。——お願いだから、聖霊のオルガンや甘美な詩篇のように、自らを調律しなさい。あなたがたの手を、無分別な動きや情欲に駆られた接触から守り、放蕩に陥らないようにし、互いに平和を保ちなさい。

9. 尊き四旬節は、肉体にとっては多少の制約となるかもしれませんが、それによって気力を失ってはなりません。少しの間耐え忍び、慣れてしまえば、特に最初の週が過ぎれば、その重荷を感じなくなるでしょう。私たちにとっては、パンと水、そして身を養うための何かがあれば十分です。ご存知の通り、私たちの三つの祝福を受けた先人たちは、ほとんど食事を摂らずに過ごしていました。ある者は四旬節の間ずっと、ある者は一週間ずつ、ある者は三日間、またある者は毎日少しずつ口にしていました。私たちは毎日、様々な食事を摂っていますが、「私たちの謙遜のゆえに、主が私たちを覚えてくださいますように」（詩編135:23）とあり、この私たちのささやかな行いを、大アントニオスの行いとして受け入れてくださるよう願います。なぜなら、私たちは共同生活を送り、先人たちが何よりも重んじた王のような道を歩んでいるからです。ただ、魂の奥深くにある聖なる住まいで、常に自分自身を清く保ち、自分の魂にとって有害なことを決して行わないようにしてください。

**10.** 「闇の秘密を明らかにし、心の思いを表わし」(Ⅱコリント4:5)、「行い」だけでなく、言葉や思い、さらには、さらに恐ろしいことに、無知による罪までも「一人ひとりに報いる」(ローマ2:6)神を畏れよう。いったい誰が、その激しい怒りの前に立ち向かえるだろうか。誰が、その御顔の前に罪のない者として現れることに満足できるだろうか。——これを知って、誰が正しい道を熱心に歩もうとしないだろうか。誰が、無頓着さや眠たげな怠惰を捨て去ろうと努力しないだろうか。——さあ、目を覚ませ。夜は過ぎ去り、来たるべき報いの日がすでに輝いている。死が私たちを準備不足のまま襲うことのないように、また、私たちに治ることのない永遠の傷を残さないように。

**11.** 私は貧しく、いかなる人よりもさらに貧しい。むしろこう言うべきだろう——あらゆる苦しみを受けるにふさわしい者である。肉体からの離脱、聖なる天使たちが魂を迎えに来ること、そして聖アントニオの伝記に記されているように、私が大空を通り抜け、世界の支配者に言葉を捧げる様子を思うと、恐れ、戦慄し、震え上がる。ああ、私の無力さよ！ 私に何が待ち受けているのか？ そして、私は日々、いかに不品行にふけり、自らの罪の中でうたた寝や眠りに身を委ねていることか。万物の審判者であり主である神の御前に、私はどのような姿で現れることになるのか！ 深淵を干上がらせ、恐ろしい言葉で山々を打ち砕く御方を、私はどのような目で仰ぎ見ればよいのか？ そこで、私は自分の弁明として何を言えばよいのか？ どのような擁護者を見出せるというのか？ もはや容赦なき御方に対し、いかにして懇願すればよいのか？ どのような苦い涙で、どのような和解の言葉と心の底からの嘆きをもって、御自身の正義ゆえに近づきたい方の慈悲にひれ伏せばよいのか？！——ああ、哀れな私よ、哀れな私よ、兄弟たちよ！ 私はすでにここから自分の末路を見ている。私に希望はただ一つ——聖なる父の祈りと、あなたがたの祝福に満ちた執り成しである。

**12.** とはいえ、私たちは何度も何度も立ち上がり、あらゆる神に喜ばれる行いに自らを駆り立て、現在を勇敢に耐え忍び、未来への希望に慰めを見出そう。肉体を軽んじ、労苦にも、悲しみにも、侮辱にも、飢えにも、そして自分の務め以外の何ものにも目を向けてはならない。——もしこのように生きるならば、間違いなく救われ、天国において聖人たちの仲間を迎え入れられ、古来より主キリストに喜ばれてきたすべての聖人たちと共に喜びを分かち合うことになるでしょう。

#### **43. 共同生活を送る勤勉な者たちは祝福される：喜びなさい！**

**43. 1)** 共同生活を送る勤勉な者たちは幸いである。喜びなさい！ —2) 私たちは狭い場所で暮らしているが、古の修道者たちもそう暮らしていたし、現代の人々もそう暮らしている。だから、落胆してはならない。—3) 戒めと規則を守り、互いに助け合い、聖書の朗読に耳を傾け、畏れをもって救いを築き上げよ。女性との交わりは避けよ。[1, 47]

**13.** 神は、その人愛のあふれる恵みにより、御自身の予知の御計画に従って、私たちを聖なる召しへと招き、この聖なる修道生活において、神に全身全霊を捧げ、神への最も直接的かつ誠実な奉仕と、天使に倣う賛美に身を捧げるよう、——そして、このようにして私たちの心を動かして、両親、親族、祖国、その他あらゆるものから離れ、主の善き救いの轡を自ら負うようにしてくださった——また、私たちの謙遜を、あなたがたと共に生活し、共に住むことに結びつけてくださった。もちろん、それはあなたがたを導き、牧会するためではなく、私はそのようなことを考えることさえ敢えてしなかったが、たまたまそうなったのである。愛する子らよ、常に主において喜びなさい。天の市民であり、地上の追放者であるあなたがた、天のエルサレムの住民であり、この世からの移住者であるあなたがた、天の御国の相続人であり、地上の恵みを失った無相続者であるあなたがたよ。神の戒めのために、追放の道と旅路の苦難を歩む者たちよ、喜びなさい。この世では最後とされる者たちよ、しかし知恵というより大きな恵みを持つ者たちよ、喜びなさい。喜びなさい、善き、神に集められた共同体よ。心をついにし、心をついにし、父を愛し、兄弟を愛する集会よ。地上のもう一つの天使の御姿よ。私たちの尊き先人たちの古き住まいの刷新者たちよ。喜びなさい、神の僕たちよ、労働者たちよ。誰にも負担をかけず、ただ自分た

ちを満たすだけでなく、兄弟たちの中でも最も弱い者たちや、外部の困窮している者たちをも支えるために、昼も夜も自らの手で働く者たちよ。喜びなさい、断ち切ることのできない固い絆よ、神によって定められた姿よ。王の脅しにも、諸侯の恐怖にも、待ち受ける死にも、その姿は揺るがされなかった。喜びなさい、互いに喜びを分かち合う者たちよ。あなたがたは、それぞれが兄弟の幸福を尊び、その間には嫉妬も、熱狂も、競争心もなく、平和と愛と一致が支配している。私がこう言うのは、私たちが戦いを経験していないからではない。なぜなら、打ち負かされず、対抗し、矢を受け入れず、それを放つ者を傷つける者でなければ、誰が冠を戴くことができようか。しかし、私たちがサタンの攻撃に屈しないからである。まことに、神に集められたわが子らよ！ あなたがたは御霊の賜物を糧とし、主が与えてくださる水を飲んでゐる。その水を飲む者は「永遠に渇くことがない」ばかりか、その水は彼にとって「永遠の命へと流れる水の泉」となるのである（ヨハネ4:14,15）。

14. 冬が訪れましたが、私たちの住まいは少なく、しかも質が悪く、狭いです。しかし、気落ちしてはなりません。なぜなら、それにもかかわらず、あなたがたは徳において広大であり、この点においても称賛に値するからです。たとえそれが嘆かわしいことであっても、それを何とも思わず、ただ常に神に喜ばれることを行うことだけを心掛けていますからです。さらに、古の聖なる教父たち、あるいは現在も奮闘している人々を思い起こせば、私たちが宮殿のような場所で暮らしていることがわかるでしょう。ご覧になりませんか。今もなお、神の僕たちは、ある者は野外で暮らし、ある者は洞窟や墓に閉じこもり、またある者は鎖を身に着け、ごくわずかな食事で済ませ、パン一つで満足し、時にはそれさえも断ち、一日に一度、木の実でその必要を満たしているのです。まさに今なお、その通りなのです。しかし、あなた方も悲しむ必要はありません。なぜなら、あなた方は決して彼らに後れを取ることはなく、彼らと同等、あるいは先達たちが保証するように、彼らよりも優れた者と認められるからです。ただ、常に怠けず、あらゆる事柄に意欲的であり続けてください。熱意をますます燃やし、ますます力を奮い立たせ、ますます勇気を奮い立たせてください。敵を打ち倒し、あなたがたの謙遜、告白という剣、従順という刃で踏みつけなさい。正義の太陽が常にあなたがたの心に輝き、情欲の闇を追い払うように。なぜなら、太陽が昇れば、獣たちはそれぞれの巣へと引き上げ、「その寢床に横たわる」からです。この言葉を霊的に理解しなさい。私たちは、人生の朝から死の夕べに至るまで、主の御業のために出向き、自らの務めを果たそう（詩編103:22,23）。あと少しで勝利を収める。

15. 規則、戒め、および定めを守りなさい。倒れた者がいれば助け起こし、弱った者がいれば力づけ、そしてあらゆる事において互いに助け合いなさい。そうすれば、賢者の言葉「兄弟は兄弟を助け合う。それは堅固で高い城壁のようだ」（箴言 18, 19）が、あなたがたの中にも成就するであろう。朗読に耳を傾け、誰にとってより有益な言葉であるかに注意を払いなさい。各自、自分の務めを、あたかも神の御業であるかのように、丹念に果たしなさい。そして皆、「恐れと震えをもって、自分の救いを成し遂げなさい」（フィリピ2:12）。自分の心に剣を突き立てたり、魂の務めを怠ったりしてはならない。兄弟たちよ、ある兄弟たちから、あなたがたがいくつかの場面で振る舞いが良くないことが私に告げられた。すなわち、女性をじっと見つめ、私たちを楽園から追放した彼女たちと会話を交わしているのだ。エバがアダムに何をしたか、知らないのか。さあ、偉大なるマルティニアヌスのように、たとえ肉体ではなくとも、あらゆる方法で霊をもって、彼女たちから逃げなさい。——「なぜあの人は、あるいはあの女性は、復活の日ここに来なかったのか！」などという話は、一体何のことでしょうか。しかし、次回皆、来ることを忘れないでしよう。——お願いいたします。どうか、あなたがたの改心の良い証しを、私が常に耳にできるようお祈りください！ 私たちの主イエス・キリストの父なる神は、聖なる私の父の執り成しと、あなたがたの祈りによって、日々、御力の腕をもって私を罪の深みから救い出してください。どうか神が、あなたがたにも「知恵を働かせ、同じ規範に従って歩む」（フィリピ3:16）と、あなたがたに一つの霊、一つの思い、一つの意志が与えられますように。また、敬虔かつ義にかなった生活を送り、世の初めから神に喜ばれてきたすべての聖徒たちと共に、約束された祝福を受けるにふさわしい者となりますように！



#### 44. 修道院長職に関する自己への恐れ

44. 1) 執事職をめぐる自己への恐れ。— 2) 審判を心に留め、あらゆるものからの離脱に励みましょう。善を行うよう自らを奮い立たせれば、それは容易になるでしょう。— 3) 人に顔色をうかがうことや、他者や自分の肢体への情欲的な接触を避けなさい。[1, 48]

16. 私は、あなたがたに語りかけ、真理の言葉をもって、できる限り頻繁に励ますことに倦むことはない。それは、無知や怠慢によって、あなたがたのうちの誰かが、死の刺、すなわち罪によって傷つけられることのないようにするためである。戒めを破り、ふさわしくない行いをして——もし、私がそうしている間に、悪巧みなサタンがあなた方のうち数人に働きかけているのを見つけたなら、その者たちについて、私は深く嘆き、打ちひしがれるほどの悲しみを覚える。なぜなら、あなたがたがどのような形であれ犯したすべての罪について、私という不適格な者が、義の裁きの日、すなわち人々の行いすべてが主なる神の御前で明らかにされる日に、責任を問われることになるからです。もし私があらかじめあなたがたに告げず、あらかじめあなたがたを確固たるものにし、教え導かなければ。「あなたがたに福音を宣べ伝えなければ、私は悲惨な者です！」(Iコリント9:16)。とりわけ、羊とさえ呼ばれるに値しない私が、牧者の地位に就いていることこそ、私にとって悲惨なことです！ 私自身がつまるところ闇であるのに、どうして他者を啓発できるというのか。私自身も情欲に支配され、それに引きずられているのに、どうして情欲に苦しむ者たちを癒やすことができるというのか？！しかし、あなたがたへの愛と、父なる神の命令への従順から、あなたがたに害を及ぼすよりは、むしろゲヘナの火の餌となることを選ぶ。私は日々、神の裁きとはどのようなものか、また神がすべての人、とりわけ御言葉の指導者に対して、あらゆる点で完全であり、あらゆる美德に満ちていることをいかに厳しく求めておられるかを思い巡らし、熟考しています。では、私はどうすればよいのでしょうか。何に頼ればよいのでしょうか。誰を同志とすべきか？ 残された道はただ一つ——私の父の祈りと共に、皆様の祈りに身を委ね、その祈りによって強められ、皆様を正しく導き、自らの情欲と戦い、あらゆる事において主の御心に沿うことができるようにすることです。

17. 天の御国は私たちの前に広がっている。神の戒めを守ること、その御国を勝ち取ろう。快樂を追い求めたり、怠惰に陥ったりしてはならない。むしろ、この世と世にあるすべてのものからの離脱をますます深め、欺きの霊に打ち勝ち、救いをもたらず揺るぎない永遠の命の避難所に身を寄せよう。怠慢な者たちを待ち受けるのは、なんと苦い苦しみであろうか！「悪を行うあらゆる人の魂に対する怒りと憤り」——それはあらゆるキリスト教徒の魂、とりわけ修道者の魂に向けられているのだ！（ローマ2:8,9）。なぜなら、私たちが尊ばれるほど、私たちにはより大きな生活の清さが求められるからである。自己規律による苦しみは一時的なものだが、そこから永遠に湧き出る喜びは、この短期間の自己規律によってあらゆる善への絶え間ない善意を勝ち得るならば、これは食事に関しても、睡眠に関しても、短気さに関しても、邪悪な思いに関しても、その他あらゆる事柄に関しても同様である。——なぜなら、もし私たちが善を愛し、それに向けて自らを奮い立たせるならば、神はそれを実践するための力を与えてくださるからです。そうすれば、私たちにとって徳の道は容易で平坦なものとなるでしょう。一方、罪は、それに身を委ねる者たちにとって、困難、急流、悲しみ、闇、忌まわしさ、そして破滅に満ちています。さあ、わが子らよ、神の道を歩みましょう。それは悲しみと無悲しみ、狭さと広さを併せ持つ道です。祈りの際には、堅固な善意を保ち、心を込めて歌い、心を込めて祈り、兄弟たちに対して愛を持ち、ある種の控えめで謙虚な態度を保ちましょう。

18. 大いなる悪は、あらゆることに大胆に挑み、人を殺すものである。そして、狡猾な悪魔は、もし誰かが自分自身に注意を払わなければ、その隙に素早く襲いかかり、泥棒のように忍び込み、その悪意の矢で私たちの魂を傷つけ、若者の美しい顔に目を奪わせ、甘い微笑みで、あちこちの人々の情熱を燃え上がらせるのである。そして、悪魔がひとりを惑わし、不純な愛へと誘い込むことに成功すると、今度はその相手が情熱を注ぐ相手をも狙い、その相手を自分に惹きつけ、情欲に駆り立てようとする。その後、互いに視線を交わし合い、心の内を吐露し、官能的な

情熱に燃え上がるようになる。そして最後に、もし神の特別な助けや、父なる神の庇護、そして誘惑に遭った者たち自身の自覚がなければ、そこには破滅——ソドムの焼失とゴモラの滅亡が待っている。しかし、私たちは皆、これから逃げよう！ 私は、先に誘惑を受けた者として、誘惑に遭っているあなた方へと手を差し伸べる。これに対する偉大な支えと防護とは、目を慎み、誠実に告白することである。——しかし、自分自身に対しても、このような不注意な大胆さを許してはならない。なぜなら、ここにも死が潜んでいるからだ——そのことを知らない者には、むしろ明かさないほうがよい。苦しんでいる者たちは、私が何を言っているか知っているだろう。しかし、すべての人もまた、用心すべきである。触れてはならない、また座ってはならない——そして、カナンの呪いにかからないよう、自らの裸を見ないこと。なぜなら、アントニオス大聖人が語ったあの荒野の柱が倒れたのは、まさにこのことによるものであり、たとえ賢明な父がそれを口にしなかったとしても。どうか、あなたがたがどれほど危険な道を歩んでいるかを自覚し、死の腕に抱かれることのないように注意しなさい。哀れな人よ！ 使徒がこう言っていることを知っているか。「誰が、この死の体からわたしを救い出してくれるのか」（ローマ7:24）。あなたは、まるで野獣や獅子のように、この肉と共に生きている。もし彼に剣を突き立てなければ、彼はあなたをさらい去り、打ち砕き、殺してしまうだろう。

#### 45. 悪魔たちは情欲を煽って人を誘惑し、滅ぼす。戦わなければならない

45. 1) 悪魔たちは情欲を煽って人を誘い込み、滅ぼす。戦わなければならない。— 2) 倒れたか？ 嘆き、悔い改めて立ち上がれ。主が癒してくださる。— 3) 主の御声に耳を傾けよう。気弱になってはならない。武装しよう。— 4) 共同生活において、非難されるべきことはすべて避け、求められることすべてにおいて成功せよ。[1, 49]

19. 私たちはどのようにして自分の道を正すべきか。それは、神の御言葉と、その義の定めを守ることに以外に何があるだろうか（詩編 118:9）。しかしそれだけでなく、私たちはまことに、この世の闇の支配者たちとの絶え間ない戦いを強いられている。そして、『天への階段』に記されているように（第4段階、35節； 26, 126）に記されているように、彼らの私たちに対する憎しみは大きく、絶えることがない。彼らは襲いかかり、動揺させ、欲望で苦しめ、下腹部の衝動をかき立て、情欲の炉に火をつけ、悪を増やし、多様化させる——そして、彼らの誘惑は死をもたらすものである。貧しい人は、もし自分自身に耳を傾けなければ、これらの中から何かに必ず捕らえられてしまう。嫉妬——それは殺人に等しい——、あるいは虚栄心、あるいは密食、あるいは邪悪な思念を抱いて悪しき者たちと結託することなどである。なぜなら、これらの一つだけでも、この苦しむ魂は地獄へ落ちる可能性があるからである。しかし、前述した事柄のどれに捕らえられようとも、その者はもはや神を持たず、天の御国も持たず、永遠の命を失い、果てしない喜びを失い、消えることのない火、眠ることのない虫、漆黒の闇、そして悪魔たちとの共存を相続することになる。——兄弟たちよ、私たちにはそのような苦しみが訪れないようにしよう。敵の罠を避けようと努め、力強く戦い、情欲の炎に耐え抜こう——そうすれば、その炎は必ず消え去る。なぜなら、全能なる神の御手は、私たちが戦う限り、この炎に焼かれることを許さないからである——そして私たちは、清らかさの露による涼しさの中へと歩み出し、聖なる少年たちと共に神を賛美するのだ。嫉妬が襲ってきても、この情欲に対して武装しよう。そうすれば、それはしばらく留まった後、去っていく。一時間か三時間、あるいは一日中続くかもしれないが、私たちの寝床の上では消え去る。そして、このように戦いを勝ち抜いたあなたは、苦しみではなく冠を受けるキリストの戦士たちの仲間入りを果たすことになる。

20. あなたは傷つけられたが、自らも傷つけた。あなたは倒れた——しかし、そのようなことがあってはならない——速やかに立ち上がれ。あなたは言葉に惑わされてふさわしくないことをし、目の見えざるものに誘惑され、心の怠慢によって空想に囚われ、笑い声を上げたのか？ 再び正しい道に戻り、再び自らの位に立ち返り、悔い改める者となり、神に栄光を帰し、告白を行い、魂の奥底から温かい涙を流し、心の奥底から嘆息をあげ、嘆き、頭を垂れ、心を砕き、謙遜に振る舞え。これこそが魂の治療である！ なぜなら、こう記されているからだ。「あなたが立

ち返って嘆き悲しむとき、あなたは救われ、自分がどこにいたのかを理解する」（イザヤ書 30:15）；また、「あなたがまだ語っているうちに、主は『見よ、わたしは来た』と言われる」（イザヤ書 58:9）；さらに、「悲しむ者は、老いて行くが、わたしはその道を癒やす」（イザヤ書 57:17）。見よ、私たちには、なんと慈愛に満ち、なんと和解をもたらし、なんと慰めを与え、なんと祈りに耳を傾けてくださる神がおられることか！「その方は、私たちの罪の贖いであられる」（イヨハネ 2:2）；私たちのために貧しくなり、私たちの救いのために御身を消耗させ、傷を受け、侮辱され、罵られ、嘲笑され、その至聖なる御血を注ぎ出された——そして「その傷によって、私たちは癒やされた」と書かれている通りである（イザヤ書 53:5）。さあ、近づき、「御前にひれ伏し、御前で泣き叫ぼう。主こそは私たちの神であり、私たちは主の牧場の民、主の御手の羊だからである」（詩編94:7）。

**21.** 今日、私たちは御声に耳を傾け、もはや主を悲しませたり、不信仰ゆえに不平を漏らした昔の者たち（荒野のイスラエル人）のように墮落したりせず、狭く苦難に満ちた道を通って至る約束の地へと、怠ることなく向かいましょう。もし当時の民が、彼らの指導者であるヨシュアとエフォニヤの子カレブに聞き従っていたなら、神から約束された地を相続することができたはずである。しかし、彼らは、神の無敵の力の助けがあるにもかかわらず、その困難な道を歩むことを重荷に感じ、臆病になり、遭遇する諸民族の抵抗を恐れたため、滅ぼされることとなり、彼らの記憶は騒然として消え去った。今、私たちにも同じことが起こるだろう。なぜなら、もしあなたがたが、私たちのような不適格な者たちの言葉に従わず、気概を示さず、エジプトでの奴隷生活や、神の恵みと御好意によって解放されたこの世の情欲への隷属を思い巡らし、肉欲の釜の周りに座り込んでしまうならば、しかし、私たちと共に奮い立ち、熱意に燃える心で生き活きと立ち上がり、平和の福音を宣べ伝える備えを足に履き、揺るぎない信仰の鎧を身にまとい、あらゆる祈りをもって、霊によって絶えず祈り続ける（エフェソ6:14-18）：そうすれば、私たちは皆で霊的な道を順調に歩み、立ち足はかかる異質で野蛮な情欲を踏みつけ、打ち負かし、涙をもって心の中でヨルダン川を渡り、不死の命と、知性を超えた恵みの豊穡が実るその地を受け継ぐことになるでしょう。

**22.** 今この時も、いつものように、私は、あなたがたの魂を鍛えるために、多くもなく、また不十分な言葉をもって、あなたがたに種を蒔いているのです。とはいえ、この乏しい言葉も受け入れて、あなたがたの善行によって、このわずかな言葉を三十、六十、百倍に増やしてください。どうか、この言葉によって、あなたがたの人生における困難を快く耐え忍び、委ねられた務めを全力を尽くして果たしてください。皆、喜び、私と共に喜び、そして皆が順調でありますように。だれも不平を言わず、だれも他の（務め）を望まず、だれも隣人の前で高慢にならず——そのような者は主にも人々にも忌み嫌われるから——、だれも心でも体でも恥ずべき行いをせず、だれも密かに食べず、だれも嘘をつかず、だれも非難せず、誰も咎めてはならない。怠けてはならない。罪の言い訳をでっち上げてはならない。誰も二枚舌であってはならない。陰口を叩く者、自慢屋、大言壮語する者、偽善者、兄弟を憎む者、怠惰な者、頑固者であってはならない。それどころか、皆、神の道に従って慈愛に満ち、善行に励み、穏やかで（目立たず）、自制心に富み、倦むことなく、謙虚で、従順で、親しみやすく、傲慢な大胆さを憎み、互いに愛し合い、偽りのない者でありなさい；このように生活し、振る舞うことによって、私たちの前にある使命を成功裏に果たし、神に喜ばれることで、約束された祝福を得ることができるようになる。

**46. 私たちは高潔な生き方に召されている。しかし、果たして私たちは、自ら決意した通り、また他者が期待する通りに生きているだろうか。**

46. 1) 私たちは高貴な生活へと召されている。しかし、私たちは、自ら決意した通り、また他者が期待する通りに生きているだろうか？——2) 善において揺るぎなくあり、行動においてのみならず、夢想においても情欲に流されないようにしよう。——3) なぜ私たちはこの世を離れたのか？それは、欠乏の中にあっても——希望を持って——生きるためである。[1, 50]



23. 「神の恵みが現れた」と、尊きパウロの言葉によれば、「すべての人にとって救いとなるものであり、この世の欲望を捨て去り」、とりわけ修道生活を受する私たちは、「貞潔に」、敬虔に、そして「義にかなった生活を送り、祝福された希望と、偉大なる神であり、私たちの救い主であるイエス・キリストの栄光の現れを待ち望もう」（テトス 2, 11. 12）を待ち望みましょう。主は、「善行の忍耐」によって天の御国を授けられる一方、善き志や行いを捨て、「情欲」と肉の欲望に駆られた者たちには、「怒り」と、永遠の火における絶え間ない苦しみを与えられるのです（ローマ 2, 7. 8）。——さあ、私たちは果たしてそのように生きているだろうか。初めから心に抱いていたその意図通りに生きているだろうか。それゆえ、聖徒、修道者——という名と称号を受けた以上、その後の行いによって当初の呼び名を辱めることのないようにし、最初は芳香を放つが、最後には焦げ臭さで嗅覚を刺激する香や、初めは明るく輝き家中のすべてを照らしていたが、後に隠されたり、見えなかったりする灯火のようになってはならない。

24. 真の徳の顕著な特徴は、常に自らの品性を保つことにある。そして、これこそが私たちの務めである。なぜなら、私たち人間は、ある場所で神聖な声によって語られたように、「人の思いは、若き日から悪に傾きやすい」（創世記 8, 21）。ゆえに、この世を捨てた以上、再びその一員となり、情欲に駆られることのないようにしよう。栄光を捨てた以上、悪意によって再びそれに囚われることのないようにしよう。ここで、私たちがすべてから身を剥ぎ取ったことを自ら告白した以上、もはや私たちにとって異質な欲望や恵みに再び近づいてはならない。なぜ、天使や人々の証しの前で立てた誓いを忘れ、ある者は優位を、ある者は師の座を、ある者は安らぎを求めようとするのか。また、ある者たちは、何事においても自分たちに多少の無関心を見せられたり、最も敬虔な人々として敬意を払われなかったりすると、極度の不満を露わにする。彼らは、目の前には死も、恐ろしい審判も、な思考や行いに対する裁きも、そして彼らを重く圧迫する罪の重荷も存在しないかのように振る舞い、むしろ、心が惹かれ、渴望するもの、そして卑しい思いが地に描くもの——それは、夢の中である者を聖職者へと導き、別の者を修道院長へと昇格させ、ある者には知恵の言葉を授け、またある者には修道院の建設や必要事項の世話の任を託す。これこそ、サタンの誘惑と欺瞞ではないのか？！すべての人をこの点で非難するわけではないが、そのような者も一部にはいる。しかし、私たちの言葉は、皆が善き思いと感情を確固たるものにしよう、広くすべての人に向けられている。

25. あらゆる名誉を二の次とし、この世のあらゆるものから訣別した以上、その代わりに私たちが着手したことに、これからも励んでいく。いったい何のために、私たちはこの世を離れたのか？——私たちは、物乞いし、泣き、飢え、渇き、心を清くし、平和を愛し、もしあれば侮辱され、迫害され、中傷されるために——この世の屑となるために、そして最後に、迫害の時が来れば、私たちのために死なれた方のために、自らを死に委ねるために出たのです。なぜなら、それを決意し、常にその準備ができている者は、実際にその苦難を受けた者たちに数えられ、彼らと共に栄光を受けるからである。そして、私たちの唯一の神であり、万王の王であるキリストと共に、御国を治めることになるのだ。

#### 47. 受け入れた生き方に堅く立ち、自分自身の前にある喜びを自ら奪ってはならない

47. 1) 受け入れた生活において堅固であり、自らに待ち受ける喜びを自ら奪ってはならない。— 2) 主があなたのために、あなたより先に耐え忍ばなかった苦難など、あなたに何があろうとも。— 3) 修道院から逃げ出した者への嘆き、および長老たちへの諭し。— 4) 逃げ出した者のために祈るよう招くこと。[1, 51]

26. 私たちの罪のためにご自身を捧げられた、私たちの主イエス・キリストの愛をもって、あなたがたに懇願します。主の聖なる、命を与える戒めを忠実に実行するにあたり、堅固であり、揺るぎないものであってください。だれも、罪に滑り落ちることのないよう、うたた寝してはなりません。だれも、私たちを誘惑する悪魔の誘惑に屈してはなりません。だれも、私たちにはあることを告げながら、人々の道を注視し、秘められたところまで見通しておられる神の前では別の姿を見せるなどして、悪巧みをもって罪を隠してはなりません。永遠の命においてあなたが

たに待ち受ける喜びを、自ら奪ってはならない。この反抗的で墮落した世から救われよ。この世と、この世にあるもの、あらゆる情欲、甘い快樂、自分の意志、そして自己満足を憎め。私たちはすでにこの世と決別し、神への恐れへと歩み始めたのだ。私たちは罪に対して死んだのです。ですから、私たちが拒絶したものを一切許してはなりません。その後も再びそれに従ったり、それを受け入れたりしてはなりません。あなたは世と世俗的なものから逃れてここに来たのです。従順の奴隷となるという、善き、そして驚くべき決意を受け入れ、キリストのために、たとえ血を流すことになっても、すべてを喜んで耐え忍びなさい。これは、あなたが神とその御使たちの御前で、自らの断念の誓いにおいてすでに約束したことである。あなたがその通りであるかどうかは、あなた自身が知っている。しかし、人よ、よく見よ、「神は侮られることはない」(ガラテヤ6:7)。「モーセの律法を拒んだ者は、二、三人の証人の前で、容赦なく死に追いやられる。神の御子を踏みにじり、自らの誓いを破り、契約の血を汚した者には、どれほど厳しい苦しみがあるか」(ヘブライ人への手紙10:28,29)。

**27.** 主は私たちのために苦しまれた。しもべであるあなたが、どうして主と同じくらい苦しみを受けることができるだろうか。愛する者よ、なぜ怒るのか。なぜ我を忘れるのか。なぜ憤るのか。なぜだ? ——罵られたのか。主もまたそれを耐え忍ばれた。頬を打たれたのか? 主ご自身も、打つ者に御顔を差し出されたではないか。嘲笑われたのか? あなたの主もまた同じことをされた。主は預言者を通してこう言われた。「あなたを侮る者たちの侮りが、わたしに降りかかった」(詩編68:10)。また、「わが手とわが足とを打ち砕き、わがすべての骨を砕いた」(詩編21:17,18)。主キリストの命を与える受難と、私たちのために死なれたことを思うとき、どれほど石のような心であっても、柔らかくならないはずがない! しかし、あなたがたは、毎日、自ら進んで御方のために自分を犠牲に捧げる決意を固めてはいないでしょうか。実際、それはまさにその通りであり、私が思うに、あなたがたは上述のことに対して熱意を欠くことなく、救い主に倣い、御方と共に苦難を分かち合うことを求め、天の御国において御方と共に栄光を受ける者となることを望んでいるのです。もちろん、あなたがたの中には、それぞれの持つ美德に応じて、他の人より優れており、それを凌駕している者もいます。しかし、主なる神が、あなたがたすべてに、キリストの完成の段階に至るだけの力と強さをお与えになりますように!

**28.** 私が何かに喜ぶときは、あなたがたも共に喜んでほしいと願うし、悲しむときは、あなたがたも私と共に悲しんでほしいと願う。 ——今、私はオルシシウス兄弟のことで少なからぬ悲しみに苛まれている。彼は昨日のうちに私たちの目の前から姿を消してしまった。その原因は他ならぬ、私自身の罪にある。私は不適格な牧者として、この弱き者を予見せず、戒めず、またその病を未然に防ぐこともできなかったのだ。ああ、私はなんと不幸なことか! 私は当然、裁きと非難を受け、苦しみと拷問にさらされるべきである。私を憐れんでほしい。しかし、あなた方自身も身を引き締めてほしい。私のあなた方への指導が、私の永遠の破滅の原因とならないように。あなた方一人ひとりが、正しい規範に堅く立ち、告解の際には必ずすべてを私に打ち明けてほしい。各人は、召されたままの立場にとどまりなさい。諸君、特に、他の人々より先に世を捨てた長老たちは、諸君の無分別さゆえに、また同様のことが起こらないよう注意しなさい。なぜなら、諸君は、分を超えた振る舞いを許し、私が望み、また各従属者に対して求めている通りの秩序をすべてにおいて守っていないからである。というのも、あなたがたが殴打を行っていると聞くからだ。私は、聖書によって禁じられているとして、これを命じたことはない。もっとも、聖なる教父たちは、必要に迫られて、また特定の者に対して、一部のケースにおいてこれを容認していたが、それは騒ぎ立てることなく、他者を通じて行われ、情欲を満たすためではなかった。あなたがたは罵倒し、しかも不適切な方法でそれを行っているが、中にはそれが習慣となってしまった者もいる。 ——説得と柔和さ、そして徳の模範によって、兄弟たちを正しい道へと導かなければならない。なぜなら、私たちの権威は専制的なものではなく、自由を尊重し、自発的な服従を引き出すものだからである。「愚かなガラテヤ人」「馬鹿」「エヒドナの産物」といったような侮辱的な言葉は、私たちの間に聞かれることがあってはならない。とはいえ、厳しさを帯びつつも、動揺や激情を伴わず、慈愛と愛をもって語られる言葉は、救いの薬となることがある。

なぜなら、医師もまた、目の前の病気を治すのに適しているならば、メスや烙鉄を用いるからです。 私たちにも、悔い改めの行いや戒めの言葉といった、独自のメスや焼灼器がある。 私たちはそれらを用いるべきであり、その際、ただ一つのことを心に留めておかなければならない——すなわち、堕ちた者が立ち上がり、再び自分の道を歩み始めること、そして、特に未熟な者たちに対しては、寛大さを示すことである。 睡眠においても、食事においても、休息やその他のことにおいても、それらに慣れている者とそうでない者を同列に扱うことはできない。だからこそ、初心者が慣れ、自ら熱心にすべてを行うようになるまでは、彼らに寛容であるべきだと私は願う。果たして、私たちには、労働やブドウ畑、オリーブ畑のためにだけ兄弟たちがいるというのか。決してそうではない。彼らに、自らの救いを築くための準備をさせるためである。このことについて、指導者たちは第一に配慮すべきであり、第二に物質的な事柄について考えるべきである。福音書にあるように、謙遜で砕かれた魂は、心の良き宝庫から良き言葉を注ぎ出す。そのような魂の叱責や戒めは、それを受け入れる者にとって、甘い飲み物よりもさらに甘美なものとなる。一方、高慢な者の心は、激しい眼差し、鼻の穴を膨らませ、獣のような表情を伴った、罵りや苦々しく粗野な言葉を結実させる。では、罪を犯した兄弟は、どのようにしてこのことから癒やされるのだろうか？

**29.** 祈りなさい。そうすれば、主は心を和らげ、その兄弟がどこにいるかを私たちに明らかにしてくださるでしょう。なぜなら、このことが私に深い悲しみをもたらし、苦い涙の原因となったからです。オルシシウスの逃亡は、彼が末席にいる者だからといって、取るに足らないこと、些細なことだと考えてはなりません。しかし、私にとってはこれは大きなことです。なぜなら、キリストは彼のために死なれたからです。

#### 48. 死は目前です。情欲から身を清め、備えなさい

48. 1) 死は目前である。情欲から身を清め、備えよ。 -2) 精進しなければならない。 3) 無駄話や笑い事を避け、沈黙を愛せよ。もし話すなら、あなたにとって有益なことを語れ。 [1, 52]

**30.** 日々は次々と過ぎ去り、前へと勢いよく流れ、決して止まることのない川のように流れていく。そしてそこには死がある。「人は、生きていながら死を見ない者がいるだろうか」（詩編 88, 49）。 「人は野の花のようで、その日々は天幕のように過ぎ去る」（詩編 101:12、102:15）。聖なる天使たちが私たちを迎えに来る時に、準備ができていない姿を見せて、嘲笑の的となるようなことは避けよう。むしろ、いつこの世から連れ去られてもおかしくないかのように、あらゆる行い、あらゆる動作、そして言葉に細心の注意を払い、神の御手によるすべての者の旅立ち、そして私たちの死の主の招きを受け入れるのを、待ち焦がれるように、しっかりと備えを固めていよう。もしこのように振る舞うならば、いかなる悪も私たちに打ち勝つことはなく、不注意によって神の裁きから目を背けることもないでしょう。もはや互いに争ったり、口論を仕掛けたりすることはありません。互いに相手より大きな名誉を求めたり、あの人やこの人がこれを学ばなかった、あれを暗記できなかった、あれこれのことに熟達できなかったと嘆いたりすることもなくなるでしょう。しかし、これらすべてを「損失と見なして」（フィリピ 3:8）、ただ一つだけを求める——それは、魂を情欲から清め、神のものとなることである。——私がこう言うのは、あなたがたに学ぶことを禁じるためではありません。というのも、私もそれを求めており、何をどのように学ぶべきかについて、詳細な指針を自ら与えたからです。しかし、何が第一であり、何がその後に来るべきか、また何が本業であり、何が付随的なものかを示すためなのです。 私たちの主なる神よ、弱き者に力を与え、「貧しい者を腐敗の場から引き上げ」（詩編 12:7）であり、敬虔において新たに生まれた私たちを日ごとに「完全な人」へと変容させてくださる方よ。どうか私たちを、そのための男らしい力で満たし、私たちの価値以上に完全な者として現わしてください。

**31.** 使徒は、私たちにますます大きな完全さを求めるよう教えています（コロサイ 3:1）。ですから、私たちにまだ欠けているものを探し求めることをやめることなく、ますます進歩し、あらゆる善に富むよう努めましょう。もしあなたが星であるなら、太陽になるよう努めなさい。



もしあなたがすでに神の御庭の中にいて、救われる者たちの数に加えられているなら、五つの、あるいは十の町を治める立場に置かれるよう、その境地に達することを目指しなさい。多くの者たちの上に立つために、自分の才能を増やしなさい。多くを愛すれば、多くが与えられる。主の忠実なしもべとなりなさい。そうすれば、家にあるすべての者たちの中で、あなたが第一となるだろう。これこそが、神聖で 恐るべき声であり、それを聞くときも、それについて考えるときも、栄光から栄光へと私たちを導いてくれるのである。

**32.** 悪魔に立ち向かい、そのあなたたちへの攻撃を退けなさい。私は、あなたがたの多くが軽薄な会話にふけり、夕方の集まりで恥じることなく嘲笑に耽っていると聞きました。これは、それを行う者にとっても、それに加わる者にとっても有害なことです。あなたがたのうちの誰かが嘲笑を誘う言葉を口にすると、その無言の笑いは、たちまち一人から始まり、皆を苛立たせるのです。そして悪魔は喜ぶ。なぜなら、彼はそこで支配者であり、それによって喜びを得るからである。一方、主は御自身の聖なる天使たちと共に、あなたがたのこのような不品行を恥じておられる。神を畏れ、節度を保ちなさい。もしこれが真実でないなら、私が嘘をついていると証明してくれ。そうすれば私は黙る。もし真実なら、これからはこれに警戒し始めなさい。なぜ、おしゃべりな性質を抑制せず、尋ねられるまで何も語らず、沈黙を守らないのですか？ 沈黙の甘美さを、あなたは確かに知らないのでしょうか。その沈黙は、沈黙する者の魂を、あらゆる喜びよりも大きな喜びで満たすのです。なぜなら、そのような者は、聖霊を語り相手としているからです。あなたがたは、これを些細なことだと考えているが、そこにあらゆる悪が凝縮されていることを知らない。なぜなら、神聖なるヤコブが語ったように、舌は「抑えがたい悪であり、致命的な毒に満ちている」ものであり、それを抑える者は「完全な人」だからである（ヤコブ3:2, 8）。ですから、たとえ私があなた方を悲しませているとしても、私を恨まないでください。私はあなた方の父です。聖パウロの言葉をもってこう言います。「私を喜ばせる者は、私から来る苦しみを受け入れる者ではないか」（Ⅱコリント2:2）。あなた方は話し始めたのですか？ ——結構だ。だが、トロパリオやスティヒラについて語り、聖人の物語を語り、有益な事柄や、あなたがたに課せられた務めについて論じなさい。ある畑や菜園、雄牛や牛舎、あるいはそれ以外の、あなたがたにとって何の役にも立たないことについて話すのか？ 誰がそんなことを尋ねる必要があるのか、そして誰がそれに真の答えを与えられるというのか？ — ある者は唐突に尋ね、別の者がその質問を繰り返した——そして、とめどなく空虚な話をし始めた。それなら、むしろ独房に座って黙っているほうがましだ。繰り返すが、沈黙を守る者は神の御霊を同居人として持つが、それとは正反対の者は明らかだ。

#### 49. 私たちのために苦難を耐え忍ばれた救い主の御姿：御方に栄光と感謝を！

49. 1) 私たちのために苦難を耐え忍ばれた救い主の御姿：御方に栄光と感謝を！ — 2) 務めの変更の際し、これに不平を言い、従順でない者たちへの言葉。 — 3) 口では何でもやる用意があると言うが、実際にはそうではない者たちへの戒め。[1, 53]

**33.** 私たちは再び、キリストの受難を力強く記念する、聖なる、そして名高い七週間に足を踏み入れ、栄光の主、私たちの神であり創造主である方が、私たちのために、どのようなことを、どれほど、そして何のために、喜んで耐え忍ばれたのかを、改めて学ぶのである。そして、主が弟子たちに裏切られ、不法者たちの手に引き渡され、兵士の手によって縛られ、法廷へと連行され、この真実なる方が告発され、「諂い者であり悪人だ」と告げられる様子を思い描いて、どれほど石のように硬くなった魂であれ、心を痛めずにはいられず、身震いせずにはいられないだろう。万人の救い主は——頬を打たれても耐え忍び、唾を吐きかけられても抵抗せず、茨の冠を痛ましくも被りながらも、傲慢な者たちを責め立てず、王のように緋色の衣をまとい、悪人のように杖で打たれ、ついには十字架にかけられ、槍で刺され、すべての者の命のために死を味わわれた。しかし、その直後に復活し、私たちをも墮落から立ち直らせ、絶えることのない不死へと導いてくださる。おお、主なる神、私たちの創造主よ！ 私たち、塵と灰に過ぎない者が、あなたに何をお返しできるのでしょうか？！ あなたの計り知れない豊かな慈しみにより、あなた

は滅びゆくご自身の被造物を軽んじることなく、極みであり言葉に尽くせぬ謙遜の御姿をもって、私たちのもとに来られ、救ってくださることをお許しくださいました。そして今、救いと、あなたから授かった力を感じながら、罪深い口と不適格な身をもって、私たちを満たす賛美と感謝をあなたに捧げます。

34. 私たちの間で、担当業務の変更が行われました。ある者はある業務へ、別の者は別の業務へと、それぞれにとって新しい担当業務に移されました。これは、先人たちが定めた規則に従って行われたものです。なぜなら、この方法によってこそ、兄弟愛、一致、そして同心和意が最もよく保たれ、強められるからです。—しかし、あなた方のうちには、これを負担に感じることなく受け入れた者もいれば、重荷に感じた者もありました。というのも、前者は自らの意志を断ち切ることに慣れていたのに対し、後者はその準備ができていなかったからです。前者はどの奉仕に配属されても構わないという姿勢でしたが、後者はある奉仕は気に入っても別の奉仕は気に入らず、ある奉仕を名誉あるものと見なす一方で、別の奉仕を屈辱的だと見なしているのです。とはいえ、後者のうち、ある者は少し嘆いたものの、自らを克服して、自分たちにとって新しい任務を受け入れたが、他の者は依然として頑なであり、新しい秩序に従うことを拒み続けている。——さて、皆さん全員に、私の謙虚な言葉を申し上げます！ 私たちの決定を、あたかもそれが神から発せられたものであるかのように受け入れ、自らの意志を切り捨てて、自分に割り当てられたことに進んで取り組んだ者たちは、幸いであり、私たちにとっても主にとっても喜ばしい存在であり、殉教者たちと同等です——それは単なる思い込みではなく、真実なのです。当初は不満と悲しみをもってこれを受け入れたものの、やがて謙虚に改心し、神に血を注ぐ犠牲を捧げた善き戦士として自らを現した者たち。しかし、第三の者たちは、依然として不従順のままであり、自らの情欲に駆られて自分たちを正当化する言い訳を編み出している。彼らは背教者であり、彼らについては、「彼らは私たちの一員ではなく、かつてそうであったこともない」と正しく言えるのである。

35. 主はこう言われた。「『主よ、主よ』とわたしに言う者すべてが、天の御国に入るわけではない。天におられるわたしの父の御心を行う者だけが、そこに入るのだ」(マタイ7:21)。また、「もしわたしを愛するなら、わたしの戒めを守るべきである」(ヨハネ14:15)。これに関連して、私もあなたがたに言う。私に『父よ、父よ』と言う者すべてが、私の弟子であるわけではない。私の命令を守る者だけが、私を愛しているのだ。言葉だけで賢く振る舞い、いざ行動となると、自分の言葉とはかけ離れた態度をとってはならない。「自分の血を流し、あなたのために死んでもいい。もし望まれるなら、海に身を投じてもいい。もし望まれるなら、裸で歩いてもいい。もし望まれるなら、石を食べてもいい。もし望まれるなら、自分の手足を切り落とされても構わない」と、あなた方から何度聞かされたことか。それを聞いたとき、私は喜び、神に感謝したものです。しかしその後、あなたがたのところへ行ってみると、言葉とはかけ離れた姿を見て、泣き叫びながらこう嘆きました。「この人々は口先では私を祝福するが、その心は私から遠く離れている。」私はあなたがた全員についてこう言っているわけではありません。多くの人が、まるで神の御使いたちのように従順であることを私は経験したからです。しかし、他の者たちについてはそう言わざるを得ません。とはいえ、彼らもまた、全員が常に自分の欲望に固執しているわけではありません。私は、私たち全員があらゆる点において正しい者となるよう、一般的なことを述べているのです。さあ、私たちの先祖たちが神の前で常に忠実であり続けた、先祖たちの規範を求めなさい。彼らに倣いなさい。もしそう行動しなければ、あなたがたは死の際、聖なる天使たちの付き添いを受けることはできず、先祖たちの仲間に加わることもできないでしょう。なぜなら、この世でどのような者であるかによって、あの世でもその通りになるからです。あなたがた全員が救いを望み、救われる者たちの数に含まれていることを私は知っています。ですから、善に励み、誘惑に遭っても、自らを堕落させてはなりません。もしつまずいても、速やかに立ち上がり、もしうたた寝しても、目を覚ましましょう。私はあなたがたを非難するのではなく、神の僕として尊び、私の心の中に大切に抱いています。

## 50. 死者を目の当たりにしての教訓：肉体ではなく、天国を気につけよ

50. 死者を目の当たりにして学ぶ教訓：肉体ではなく、天を気につけよ。[1, 54] これは、私たちに關するどのような神秘なのでしょう。すべての人を待ち受ける住まいとはどのようなものなのでしょう。三尺の棺。土から取られ、再び土へと歸る：肉体はここに残り、魂は天へと舞い上がる。私たちは以前何であり、戒めを破ったことで今何になったのか？ それが死を生み出し、そのために私たちは朽ちるものとなった。私たちもまた、同じ姿で自分自身を見るだろう。なぜなら、私たちもまた死ぬからだ。私たちを待ち受けるものは何か？ どこへ行くのか？ 何に出会うのか？ ——いったい何のために、私たちはこの肉体をこれほどまでに慈しんでいるのか——私たちのものであり、私たちのものではない、友であり敵であり、中傷者であり守護者であり、破滅をもたらすものであり、救いをもたらすものであるこの肉体を。いくら養い、いくら安らぎを与え、いくら快樂を与えようとも、結局は虫や悪臭を放つ泥へと変貌してしまうのではないだろうか？ 灰の世話をし、塵のために争うことに、私にとって何の益があるというのか。『肉と血は神の国を相續することはできない』と聖書は述べている（Iコリント15:50）。それゆえ、私たちは自分自身をしっかりと顧み、家畜のように生きることを許してはならない。理性を欠く動物には、肉を愛し、腹を満たし、肉欲を養い、血が沸き立ち、体を肥やし、あらゆる感覺を快樂で満たすことが常である。しかし、真に神の御姿として尊ばれ、創造された通りに生きたいと願う人間にとって、こうしたことは何一つふさわしくない。人間の務めは、天使の務めと同じであり、天の恵みを仰ぎ見、創造の光景を俯瞰し、真の神への愛に燃え、悪魔を憎み、肉体についてはあまり気につけず、必要最小限のものを節度を持って少しずつ与えることである。さあ、どうか、正しく賢明に振る舞いましょう。そうすれば、來たるべき世において、すべての者がその行いと業に応じて報いを受ける時——義人には永遠の命が、罪人には消えることのない火が与えられる——、私たちがこのように行動したことで罪を犯したわけではないと悟るでしょう。

## 51. 修道院の者たちは皆、それぞれの献身を共同の利益に捧げて働いている。それなのに、なぜ修道院で行われたことが誰のものでもよいとされるのか

51. 1) 修道院の者たちは皆、各自の捧げ物を共同の財産に捧げながら働いている。それなのに、なぜ修道院で生産されたものが誰にでも自由に持ち帰られてしまうのか。－ 2) 食事、飲み物、そしてワインは皆に提供されるが、誰もがそれを控える自由を持っている。－ 3) 兄弟の数を増やすことがどのような意味で良いのか。修道院長はどのような心構えで彼らを受け入れるべきか。また、兄弟たちもこのことに一役買う。高齢や身体に障害のある人々を受け入れることは義務である。[1, 55]

1. 『使徒の言葉にあるように、『あなたがたの体を、義の奴隷として聖所に捧げなさい』（ローマ6, 19）。神の御計らいをさらに豊かに受け入れ、あなたがたの尊い生活様式が持つ、真に天使的な尊嚴を深く悟りなさい。とはいえ、あなたがたはすでにそれを悟り、謙遜のうちに完全に神に身を委ね、日々の靈的・肉体的務めにおいて、快く勞苦を背負っている。なぜなら、その両者は等しく有益であり、互いに補い合っているからである。ある者は読書に励み、ある者は祈りを捧げ、ある者は家に座って手仕事をし、ある者は屋外で働き、ある者はブドウ畑を耕し、ある者は畝を作り、ある者は用事に奔走し、ある者は大工仕事に従事しています。そして、誰も無為に過ごしたり、手をこまねいて座り込んだりすることなく、皆がそれぞれの力の範囲内で勞力を捧げているのです。私の考えでは、入ってくる人々を見張る門番も、鳥を追ひ払う菜園の番人も、軽んじてはならない。なぜなら、彼ら一人ひとりが、足や指という些細な役割を担いながらも、全身に貢献しているからだ。——我らは皆、一つの魂、一つの意志である。そうあり続けよう。そして、誰も兄弟団との協力や共苦から自らを切り離してはならない。あなたの方の手は聖別され、神への捧げ物と供え物は、あなたの方の勞働によってもたらされるのだ。私がこう言うのは間違っているだろうか？ あなた方は年長者を養っていないのか？ 旅人たちにパンや野菜、『冷たい水』の杯、あるいはワイン、そして修道院にある他のあらゆるもので満足させてはいないか？ 訪れる友人をもてなしてはいないか？ 自分たちの生計を立てているのではないのか？

私たちをも養ってははいないか？——これらすべてが、神への捧げ物でなければ何なのか？ 「私は慈しみを望み、いけにえを望まない」（マタイ9:13）と書かれているからです。修道院から何かを与えられるとき、あなたがたこそが慈しみ深いのです。なぜなら、そうするとき、私だけが与える者ではなく、私たち全員が、金であれ、衣服であれ、その他のものであれ、与えていることになるからです。あなたがたは私の子供であり、私のすべて——霊的なものも肉体的なものも——を分かち合う者たちです。私の心はあなたがたに向かって燃え上がり、あなたがたは「私の内臓に収まりきれないほど」です（Ⅱコリント6:12）。私は一人ひとりを霊的な愛で抱きしめ、一人ひとりに同情し、一人ひとりを温め、安らぎを与えようと努めています。なぜなら、もし誰かが誰かに敵対するなら、それは私に対しても敵対していることになるからです。その人は、すなわち私そのものだからです。ですから、あなたがたの間には平和があり、霊的な愛があり、互いに敬い合い、助け合いがあるようにしてください。末の者たちを、私そのもののように、最も偉大で最優先すべき者として敬い、あらゆる事において畏れと愛をもって彼らの言葉に従いなさい。もし従わない者がいれば、その者は私の子ではありません。

2. まず、霊的な糧をもって自らを強めなさい。節度と活力をもって定められた礼拝と聖なる祈りを捧げ、その後、労働の困難さゆえに、肉体の糧——パン、煮た野菜、そして定められた量のワイン——を摂りなさい。これは、健康がそれほど強くない者たちのためのものです。もし禁酒を望む者がいるなら——主を賛美せよ！——禁酒すればよい。しかし、飲む者は、まるで罪を犯したかのように恥じる必要はなく、飲まない者も、まるで偉大なことをしているかのように高ぶってはならない。なぜなら、「食物は私たちを神の御前に立たせるものではない」（Ⅰコリント8:8）からであり、特にそれによって自惚れるのであればなおさらである。若者に酒を飲むことがふさわしくないことについては、誰が異議を唱えるだろうか。しかし、酒を飲まないことはすべての人にとって有益であり、とりわけ体力の強い者にとってはなおさらである。とはいえ、私は規則に従い、彼らの心を謙虚にするために、意図的にある者たちに一時的に酒を飲むことを許している——永遠にではなく、一時的な措置としてである。

3. ご存知の通り、ほぼ毎日、私たちの修道院に入りたいと願う人々が訪れます。しかし、私は全員を受け入れているわけではありません。なぜなら、私は、ここが他の修道院よりも人数が多いことなどには関心がなく、たとえ虚栄心があっても、それを自慢したくはないからです。私たちは、あなたがたが増え続けることを望んでいます、それは神の栄光のため、そして神の御心に従って増え続けることを望んでいるのです。大勢の人々が一つに集まれば、もちろん神への賛美はより大きくなりますが、それは彼らが神の御名によって集められた場合に限り、たった一人の悔い改める罪人に対してさえ神が喜ばれるのであれば、ましてやそのような人々が大勢いる場合、なおさらではないでしょうか。また、御名のもとに集まった二人、三人の真ん中に神がおられる（マタイ18:20）のであれば、ましてや大勢の真ん中にはなおさらではないでしょうか。しかし、私は自分が弱く、情欲に駆られやすい者であることを自覚しているため、自分自身さえも制御できないのに、多くの人々を率いることには乗り気ではありません。ただ、「来る者を追い出してはならない」（ヨハネ6:37）という戒めと、「子供たちを私のところに來させるがよい。このような者たちこそ、天の御国に属する者である」（ルカ18:16）というもう一つの戒めのために、私は身を低くし、幼い子供たち、若者、年老いた者、既婚者、未婚者、全身が健やかな者、身体に障害のある者、片腕の者、足の不自由な者たちをも受け入れている。私はこれを、何か偉大なことを成し遂げているかのように、自分の気まぐれでやっているのではなく、神聖な先人たちに倣い、そうする義務を負った従順な者として行っているのです。もしそうしなければ、私は戒めを破る者となってしまいます。さて、皆さんはどうお考えでしょうか？ 私に同意し、自らもこれに参加する用意はありますか？ はい、それともいいえ？ ——この事業に私が一層熱心に取り組めるよう、一人ひとりが答えてほしい。なぜなら、あなたがたの労苦の果実こそが、彼らを養い支える糧となるからだ。あるいは、むしろ、「あらゆる慈しみを全うされる」（詩編144:17）、「家畜や、御名を呼び求めるカラスたちの雛に食物を与えられる」（詩編146:9）と、また「天の鳥を見よ。彼らは種を蒔かず、刈り取らず、それでも天の父は彼らを養ってくだ



さる」（マタイ6:26）と仰せになった方です。とはいえ、私は皆様の善意を信頼しております。私たちが共に常に熱心にすべての戒めを遵守し、いかなる点においても非難されるようなことのないよう願っております。なぜなら、もし私が年老いた者を受け入れず、足の不自由な者を安らかにさせなければ、ただ一つの戒めだけでなく、多くの戒めにおいて律法の違反者となってしまうからです。戒めは切ることのできない連鎖を成しており、互いに結びついているからです。そして、その履行も違反も、この連鎖に準じています。だからこそ、たとえ一つの戒めを破っただけでも、私たちは天の御国において「小さい者」と呼ばれることになる（マタイ5:19）。そして、聖金口ヨハネによれば、「小さい者」と呼ばれるということは、まさに永遠の苦しみを受けることを意味するに他ならない。——それでは、子供たちも、高齢者も、身体に障害のある人々も受け入れましょう。そうすれば、慈愛に満ちた神は 私たちを見捨てず、初日から今日に至るまで私たちが神から受けてきたように、魂と肉体の両方に必要なものをすべて与えてくださるでしょう。

**52. 兄弟愛が保たれますように。皆、自らを清めて救われなさい。無駄話や笑い声を避けなさい。あなたがたの中に何か不適切なことがあるのを聞くのは、私にとって痛ましいことです。**

52. 1) 兄弟愛が保たれますように。皆、自らを清めて救われなさい。無駄話や笑い声を避けなさい。あなたがたに何か不適切なことがあると聞くのは、私にとって痛ましいことです。 — 2) 長老たちの許可なく、互いに食べ物を分け与えてはならない。これは誘惑である。これに従わない者には、怒りからではなく、愛から、悔い改めの罰が課される。 — 3) 常にすべてにおいて正しくありたいか。死を心に留めよ。[1, 56]

4. 互いに悪意を抱くことを許さず、互いに善き競い合いとふさわしい兄弟愛を示しなさい。私は、皆が救われることを願って、こう言います。なぜなら、私たちの主イエス・キリストはこう言われているからです。「わたしの天の父は、だれ一人として滅びることを望んでおられない」（マタイ18:14）。それゆえ、皆が救われるように。そのために、皆が励み、互いに競い合って、初め創造されたときのように、神の御姿に似た清らかな姿で神の前に立つよう努めなさい。生意気になったり、散漫な多弁に陥ったりしてはなりません。夕方に集まる時は、笑い声を立てず、共に働く時も、互いに堕落へと誘い合うようなことをしてはなりません。「わが腹は痛む。わが心の思いは」と、神の教えに熟達した言葉の中で、声高きエレミヤは語っている（4:19）。ここに、不浄で呪われた私ですが、あなたがたに向かって叫びます。あなたがたが不品行を働いていると聞くと、死に至る病が私を襲い、思いの矢が私を傷つけるのです。わが子らよ、恐るべき神を畏れなさい。そして、あなたがたの長い奮闘と、祝福に満ちた労苦を、いかなる怠慢によっても台無しにしてはなりません。我々は長い航海を成し遂げた。まさか、棧橋のすぐ手前で難破するなどということがあるだろうか。長い道のりを歩んできた。まさか、神の御住まいの入り口で居眠りなどするだろうか。私の言うことをよく理解せよ。なぜなら、あなたがたには神から知恵が与えられているからだ。「勇気を奮い起こし、心を強くせよ」（詩編30:25）。奮い立ちなさい——そして謙遜の知恵を身にまといなさい。自分の意志に甘んじてはならず、それによって私の指示を喜んで実行しない者となってはなりません。なぜなら、もし誰かが自分の意志を死なせれば、たとえ課せられたことがどれほど重くとも、拒んだり、怠ったり、嫌がったりせず、喜んで従い、聞き入れ、同意し、反論しないからです。それは、聖書の言葉にあるように、理性を欠いた動物が自分を縛る者に従うのと同じです（詩編72:22）。さあ、あなたがた一人ひとりが、従順という点において、自分自身がどのような者であるかを自ら見極めなさい。もっとも、私もまた、外見上の振る舞いから、その内面に何があるかを察することができる。聖ドロテオによれば、自分の意志を持たない者は、修道院で何がなされようとも、それをすべて自分の務めとみなす——そしてそのような者は常に安らかである。しかし、そうでない者は、疲れ果て、動揺しているように見える。自分の欲望に翻弄され、あちこちへと引きずられ、あれやこれやに惑わされ、次々と様相を変えるからである。私たちの中に、そのような者が一人もいないように。むしろ、皆が心をつにして、一つの精神をもって神に仕えよう。もし私がこうで、あなたがたがそ

うではないなら、そこには争いと分裂が生じる。しかし、私があなたがたに語っていることが正しいのなら、なぜ私と争うのか。なぜ私に苦労や心配をかけるのか。

5. 兄弟たちよ、一つ申し上げたいことがあります。なぜ、他の戒めと同じように、私の戒めの一つさえも守らないのですか。それは些細なことのように思えるかもしれませんが、それを破ることは、あなたがたのすべての偉大な善行を台無しにしてしまいます。そもそも、なぜ「この小さな戒めは偉大だ」などと言う必要があるのでしょうか。神の戒めはすべて守られなければならないものであり、あらゆる不従順には当然、それ相応の罰が伴う。私は何度も厳重な警告をもって、あなたがたの一人一人が他者に食べ物や飲み物を渡すことは許されない、と述べてきた。これは、私、会計係、副会計係、あるいは貯蔵係、あるいはこの件に関して私が命令を下した他の上級者たちのみが担当すべきことである。そこで改めて確認するが、今日から誰もこのようなことをしてはならない。これに対しては、密食と同様に、あらゆる懲戒の対象となる。どうか、軽率さからこの罪に陥らないよう気をつけよ。あなたがたは、互いに恥じ合うことがかえって害となり、恐れるべきでないところで恐れを抱いている。兄弟を傷つけないと言うが、その一方で、神を冒瀆し、不肖の私をも傷つけているのだ。ああ、あなたがたのそのような良心の働きよ！これは、心の軽薄さ、神への愛の欠如、独断、そして肉欲的な交わりの表れである。あえて申し上げますが、たとえ相手が天使であったとしても、その者からは何も受け取ってははいけません。何しろ、あなたがたはしばしば祝福された野菜を受け取っています。それらは誰もが食べてよいのです。もし誰かがそれを食べられないのであれば、その人はそれを倉庫係に返すか、あるいは誰かに渡したい場合は、その旨を倉庫係に伝えるべきです。そうする者は、非難されることはない。それとも、そこから不適切な親交が生まれることを知らないのか？あるいは、あなたがたは、不純な好意を抱いている相手にそれを渡しているのかもしれない。たとえそのような意図がなくても、その行為自体が誘惑的ではないか？そして、ある者が受け取り、別の者がただ見ているだけという状況は、ささやきや不満を生むのではないか？後者はあらゆる点で、自分は愛されていないと自ら思い込んでしまうかもしれない。もし、他人の面前では与えないと言うなら、そのために特別な時間と場所を探す必要があるだろう。そうすることで、あなたは秘密の結託や協議を仕組んでいることになるのだ。—しかし、聖バシレイオス大主教は何を言っているのでしょうか？—目配せや耳元でのささやきは、隣人に「ここで何か不穏なことが企てられている」と思わせる口実を与えてしまう、と。<sup>84</sup>したがって、この件に任命された者たちの知らぬところで、また彼らの許可なくして、このような行為（すなわち、他者に食料を渡すこと）を行うことは決して許されません。もしこれに違反した者がいれば、その者は懲戒の対象となります。しかし、これが怒りや苛立ちからくるものだと考えてはなりません。いいえ、私はこれを行ってきたし、これからもう行うつもりですが、それは皆さんへの愛に動かされてのことです。私はこの点において、主を模範としようとしています。使徒は主について次のように証言しています。「主は愛する者を懲らしめ、受け入れる子を打たれる」（ヘブライ人への手紙 12:6）——そして、この同じ使徒は、自分自身についてこう語っています。「私を喜ばせる者は、私から苦しみを受ける者以外、誰がいるのでしょうか。（コリントの信徒への手紙第二 2:2）。

6. 常に、またあらゆる事において、正しい者でありたいと願うか？——死を、魂が肉体から離れることを、天使たちの御前への出で立ち（死の瞬間）を、あの長い旅路と放浪（試練の道）について、主なる神であり私たちの救い主であるイエス・キリストとの再会について、私たちのすべての行いに対する恐ろしい裁きについて、永遠の苦しみについて、天の御国と、そこに約束された言葉では言い表せないほどの恵みについて、心に留めておきなさい。

<sup>84</sup> 第5章。第3節「修道生活について」、82ページ。



**53. 私は去りますが、魂はあなた方と共に残します。私がいなくても、私がいた時と同じようにいてください**

53. 1) 私は一時的に離れますが、魂はあなた方と共に残します。私がいなくても、私がいた時と同じようにいてください。－2) 会計係への訓示。－3) この機会に兄弟たちへの教訓。[1, 57]

7. 一時的にあなた方から離れるにあたり、私は自分の魂をあなた方と共に残し、あなた方を、父でありあなた方の父でもある方の祈りに委ねます。その方は、あなた方を永遠に堅固で揺るぎない者として守ってくださる方です。あなた方には、主であり私たちの神の戒め、聖なる先人たちの伝承、そして私の謙虚な訓示と助言があります。「どうか、あなたがたが歩む道がいかに危険であるかをよく見極めなさい。愚かな者ではなく、賢い者として」(エフェソ5:45)。あたかも私があなたがたから離れているのではなく、あなたがたと共にいるかのように。師の不在は、偽りの弟子たちには喜びをもたらすが、真の弟子たちには悲しみをもたらす。神にふさわしいあなたがたは、敬虔かつ義にかなった生活を送っておられます。どうかそのままいてください。主は福音書の中でこう言われています。「その主人が帰って来て、命じられたとおりにしているのを見つけたしもべは、幸いである」(マタイ24:46)。私たちは、あなた方にこのような言葉を捧げるに値する者ではありませんが、あなた方が善き生活において確固たるものとなるよう、私たち自身を超えた何かを申し上げざるを得ません。私が去る時と同様に、あなた方が神を求め、また、心をついにし、考えをついにし、心をついにして結ばれていることを、どうか見出せますように。

8. サタンの誘惑は数多いことを、あなたがたもご存じでしょう。今は春の時節であり、心地よい日々が続いています。罪の矢が、あなたがたのうちの誰かに刺さらないよう、気をつけてください。まず第一に、わが子よ、私の代わりに兄弟たちの指導者となっているあなたは、あらゆる面で彼らに有益であり、彼らに寛容であり、私の代わりに彼らの霊的な必要を満たし、詩篇の詠唱と祈りの規則を厳格に守り、可能なときはあることを許し、必要なときは別のことを禁じてください。過度に寛大にも、過度に厳格にもなってはならない。むしろ、その両方をすべてにおいて調和させ、その両方を善のために働かせなさい。病む者には共に痛み、悲しむ者には共に悲しみ、労苦する者には助けを与えなさい。宇宙の偉大な教師であるパウロがこう言っているのを聞いているか。「誰かが弱り果てても、私も弱り果てないのか。誰かが誘惑に遭っても、私も動揺しないのか」(Ⅱコリント11:29)。私の言っていることが分かるか。主が、あらゆることに知恵を与えてくださいますように。しかし、あなたには私たちの共通の父もおられる。その聖なる助言と命令に、すべてにおいて従いなさい。「ふさわしくないものからふさわしいものを引き出しなさい。それは、わたしの口がそうであるように」と、主は御自身の神聖な御言葉の中で語っておられる。兄弟団を統率する者は、自分に従う者たちをふさわしく導くならば、天において偉大と呼ばれるであろう。主は聖なる偉大なペトロに何とおっしゃったか。「もしこれらよりもわたしを愛するなら、わたしの羊を牧しなさい」(ヨハネ21:15、9)。

9. あなたがたはキリストの羊であり、わが子らであり、兄弟たちである。私たちの罪のためにご自身を捧げられた、私たちの主イエス・キリストの御名によって、あなたがたに懇願する。あなたがたの上にある長老に従いなさい。だれもその命令に逆らってはならない。なぜなら、彼に逆らうことは、神の命令に逆らうことだからである。彼には副執事がいるでしょう。その人にも従い、若さゆえに彼を軽んじてはなりません。なぜなら、神の御言葉(箴言4:8)が言うように、老いは年の数によるものではないからです。しかし、老人の知恵を身につけた者こそが、真の老人である。それゆえ、あなたがたは皆、知恵ある者となり、皆、分別において年長者となり、知識において幼子とならないようにしなさい。むしろ、「神の御心、すなわち、善であり、御心に適い、完全なものであることを悟り」(ローマ12:2)、その指針に従って歩みなさい。

**54. 神に喜ばれるようにしなさい。互いに気遣い、自分自身の満足を求めないでください。自分自身の知恵に頼らず、心を一つにしてください**

54. 1) 神に喜ばれるようにしなさい。互いに気遣い、自分自身の満足を求めず、自分勝手に賢ぶらず、心を一つにしなさい。－ 2) 修道生活には労苦が伴い、とりわけ謙遜が求められる。安らぎは未来にあるが、ここにも労苦の果実がある。すべての修道院は労苦によって生かされている。これに謙虚に従い、どこへ行こうとも平和に生きなさい。－ 3) パホミイ兄弟は眠りについた。彼の美德——謙遜、節制、微笑みに留まる笑い（それも時折のみ...）、そして節制——を偲び、彼に倣いなさい。私たちの間にふさわしい人々を現してくださる神に感謝する。[1, 59]

**10.** 神が私たちに求めておられるのは、永遠の命を得ることを望みながら、この世において修道的な自己抑制に身を捧げ、神に喜ばれるように生きることであることを、あなたがたはご存知でしょう。それゆえ、裁きにおいて唯一にして恐るべきお方を畏れ、互いに善く振る舞いなさい。肉欲的な欲望を何よりも優先させず、互いに自分の情欲へと引きずり込まないようにしなさい。——あなたがたが互いの会話において論争好きであることは承知している。皆にとって有益なことを論じたり探求したりするのではなく、各自が自己満足へと向かう気質に駆られて、それぞれの思いのままに振る舞っているのだ。そして、これによって、あなたがたは「一つの体の肢体として互いに気遣い合う」という使徒の戒めを果たしていないのである（Iコリント 12, 25, 26）。もしあなたがた全員が善きことにおいて一致しているなら、その行いは幸いなものである。しかし、もし意見が分かれ、その結果、自己中心的で、自分たちこそ賢いと思い込んでいるなら、預言者の「わざわいだ！」という言葉の適用を受けることになる。なぜなら、大預言者イザヤはこう言っているからだ。「わざわいだ、自分たちこそ賢いと思い、自分たちこそ理知ある者だと自負する者たちよ」（イザヤ書 5章 21節）。何事においても頑なにならず、自分の個人的な考えや決断に基づいて何かを言ったり行ったりするのではなく、目の前の必要に応じて行動する者が、正しく生きる者である。もしあなたがたがそのような者であれば、互いに争うことはなく、互いの衝突や高慢、あるいは嘲笑も許さないだろう。当初、エルサレムには多くの信者がいたが、聖書に記されているように、皆が心を一つにし、誰も自分のもの、すなわち欲望も所有物も持っていなかった。

**11.** わが子らよ！修道者の生活は多忙であり、また困難を極め、汗と忍耐、そして何よりも謙遜を要する。聖なる教父たちによれば、この美德を備える者は堕落から守られ、精錬された金のように、あらゆる務めに適した、かけがえのない存在となるのである。あなたがたは、自分の務めに疲れ果てるほど励んでいる——私は知っている。主が、この世の生涯を終えた後、来世において、あなたがたに恵みと安らかな生活をお与えになりますように。しかし、ここでもまた、私たちは肉体の慰めと安らぎとなる労働の果実を見出している。その際、生活に必要なものを労苦によって得ているのは私たちだけではないことを、どうか確信してください。どの修道院もまた、労苦によって自らの命を守り、維持しているのです。なぜなら、私たちの偽りのない神が、先祖に「額に汗してパンを得よ」と言われた御言葉を、私たちが偽りとするなどできるでしょうか。（創世記3:19）決してそうではありません。この生活の法則に謙虚に従う者は、神の道を正しく歩むのです。あなたがたには、慰めと励ましとして、私たちの父からの祝福があります。また、私の謙虚な熱心な祈りもあります。私はその祈りに値しない者ではありますが、毎日、慈悲深い神に懇願しております。互いに平和を保ち、互いに慈しみ、愛し合い、愛し合うように。そうすれば、あなたがた一人ひとりがこの肉体を離れる時が来たとき、良心に咎められず、良き希望を持ってこの世からあの世へと移り、そこで永遠の至福の報いを受けることができるでしょう。

**12.** 昨日、私たちの兄弟パホミイが永眠した。この人の徳、すなわち彼がどれほど謙虚であり、どれほど節制を貫いていたかを思い起こしてほしい。というのも、私たちの父はこう語っていました。彼が庭師をしていた頃、食事が出されたもの以外、たとえごく些細な果実であっても、自ら手をつけることを許さなかったと。また、他の人々から聞いたところによれば、彼は食事の時間に配られるものさえ、誰かが彼を貪欲だと疑うことのないよう、庭で口にすることはなか

ったそうです。また、彼が決して笑うことはなく、微笑み以上の表情を見せることもなく、常に自分自身に対して厳格な注意を払い、冷静な心持ちを保っていたことも、私たち皆が知るところである。そして彼は、まさに疲れを知らぬ神の働き手であり、ご存じの通り昼夜を問わず働き続け、至福のうちにこの世を去った。彼を最大限の敬意をもって称え続けることをやめないでください。しかし、彼の美德に倣うよう努め、あなた方一人ひとりがこの世を去る際、良い思い出と、すべての兄弟たちにとって教訓となる模範を残せるようにしてください。そうすれば、死後、どのような存在として認められたいかは、あなた方の手に委ねられているのです。至福者であれ、聖人であれ、敬虔な者であれ、あるいは他のどのような名で称えられたいと望むにせよ、この世にいる間にすでにそのように自らを律していれば、それは可能である。そして、それを望み、そのように自らを現した人々の例が示すように、それに対する乗り越えられない障害も、不可能性も何一つない。あなた方もまた、至福者、天使に等しい者、神に喜ばれる者と称されたいと願うでしょう。そして、もし私たちが自分の欲望を控え、あらゆる善を行うよう自らを律することを愛し、あらゆることに謙虚に振る舞うことを選ぶならば、それは私たちにも実現するでしょう。私は確信しています。あなたがたはすでにそのようであり、これからもそのままであり続けるでしょう——そして、あなたがたのうちの多くが、神に捧げられる尊い供物として、私たちの修道院に捧げられているのです。神が、私の甚だしい不適格さにもかかわらず、このような兄弟たちを私に授けてくださったことに、私は感嘆し、あらゆる慰めに満たされています。——あえて申し上げれば——古の聖人たちから何一つ逸脱することなく、彼らと同様に世を捨て、従順に身を委ね、神の御名のために死に至るまで身を捧げた兄弟たちを授けてくださったことに、私は感嘆し、あらゆる慰めに満たされています。このような御自身の選民を召し出し、現してくださった神に、この終わりの時代においても感謝を捧げます！なぜなら、至る所、全地において、神に喜ばれる者たちが大勢いるからです。「主を畏れて仕え、主を畏れおののきながら喜びなさい」（詩編2:11）。主を求めなさい。そうすれば、天の御国を授けてくださる主を知ることができるでしょう。

## 55. 熱心な勤労者たちへの好意を表し、霊的な行いにも、修道院の従順にも熱心に取り組むよう求めている

55. 1) 熱心な勤労者たちへの好意を表し、霊的な行いにも修道院の従順にも熱心に取り組むよう求めている。— 2) 互いに励まし合い、別の呼びかけを待たずに、速やかに務めに取り掛かりなさい。情欲に打ち勝ちなさい。たとえそれによって傷を負ったとしても、善き戦士としての報いを失うことはない。— 3) 人々だけでなく、家畜に対しても慈愛を尽くしなさい。— 4) 物——たとえば古着や粗末な木片であっても——を大切にしなさい。— 5) 常に死を待ち望みなさい。帆を上げて航海する時、どこから水が入り込まないか注意深く見守りなさい……これは感覚を通じた誘惑である。[1, 63]

13. 聖バシレイオス大主教はこう述べた。「全善なる神が私たちに言葉の賜物を与えられたのは、互いに心の助言や思いを開き合うためである。」そして今、私はあなたがたに、私の謙遜な心に何があるかを明かします——私自身は多くの罪ゆえに呪われているものの、自分の無力さや置かれた状況の危険さを脇に置き、私のすべての関心をあなたがたに向け、あなたがたのために恐れ、戦慄し、あなたがたのためにあらゆることに励んでいるのです。それゆえ、あなたがたのうち、何よりもまず自分の救いを気にかける者は、私の子ではなく、主であり、支配者であり、父である——そして私は心の中でその方の足元にひれ伏す。自分の務めを悲しみと熱意をもって果たす者は、私の力であり、砦である。沈黙を守り、謙虚で知恵に富み、神の御言葉に畏敬の念を抱く者は、私の魂であり、私の心であり、私の知性である。しかし、何もしない者には腹を立てる。それは、神聖なるパウロが言うように、「食べるに値しない」者（テサロニケの信徒への手紙二 3:10）であるのと同じだ。また、ぐずぐずする者、怠惰な者、不平を言う者、眠たがり屋、そして務めを怠ってうたた寝する者に対しても同様である。どうか、立ち上がってください——わが子らよ、兄弟たちよ、天へと続くこの道において、私と共に歩む同志たちよ。まず第一

に、霊的な行いに熱心に、力強く取り組み、火のように燃え上がり、夜の詩篇の詠唱や日中の祈りに急ぎ向かってください。そして次に、手元にある肉体的な務めにも取り組みなさい。できるだけ早く起き、聖バシレイオスが命じたように、太陽が誰かを寢床に留めているようなことがあってはなりません。日中の暑い時間帯には少し眠っても構いませんが、一時間だけで十分です。そして、すぐに起きなさい。— 神聖な福音書にこう書かれているのを聞いているか。「夜明け前に、女たちが墓に来た」（ルカ 24:1）、「ペトロとヨハネは、非常に早く起きて」（ヨハネ 20:24）；「真夜中に」パウロとシラは祈りのために起き上がった（使徒行伝 16:25）、これは詩篇（118:62）に歌われていることに倣ったものではないか？ そして、パウロはさらに自分自身について何と言っているか？——「昼も夜も働き、あなたがたのうちのだれにも負担をかけないように」（テサロニケの信徒への手紙一 2:9）。お分かりだろうか？——ここに、使徒であり、福音の宣教者であり、全世界を捕らえた者が、そのような御言葉による奉仕の後、仕事や手作業に励み、私たちに神にかなう生き方の模範を示しているのだ。

14. 「御言葉を聞くだけで忘れる者」（ヤコブ 1:25）ではなく、神の御計画に従って、私たちに告げられた律法の創造者であり、その実行者でありなさい。——互いに競い合い、互いに励まし合いなさい。誰が他の人より早く従うか。それは、命じる者からの二度目の言葉を待たない者である。誰が謙遜において優れているか。それは、最初の言葉を聞いた途端にひれ伏して赦しを請い、あらゆる中傷を受け入れる者である。もしあなたがたがそのような者であるならば、私はよく知っている。あなたがたは喜び、楽しみ、希望をもって無情の境地へと向かい、天の至福への期待を抱き、魂を清く保ち、嫉妬せず、情欲に流されないままでの。なぜなら、たとえ情欲による刺し傷やくすぐりを受けようとも、そのような霊的な美德を武器として、あなた方は戦いを挑む悪魔たちを撃退しているからです。ところで、戦っている者の中で、たとえ勝利を収めたとしても、傷を負わない者がいるだろうか。たとえ全身が傷だらけであっても、罪によって殺されていなければ、天の王は、そのような者を栄冠で飾らないはずがないではないか。

15. 「あなたがたも、天の父が憐れみ深いように、憐れみ深くなれ」（マタイ 6:36）。「不義の者の腹は、書かれているとおり、憐れみがない。しかし、義人は自分の家畜の魂をも憐れむ」（箴言 12:10）。まず互いに慈しみを示し、それから動物に対しても慈しみを示しなさい。しかし、彼らを飢えさせたり渴かせたりしてはならない。時機を見て餌を与え、水飲み場へ連れて行きなさい。それが、家畜が修道士に属していることの最も明白な証拠となる。すなわち、彼らが肥え太り、力強いときである。もしそうでないならば、彼らは修道院のものではなく、悪人あるいは無分別な世俗の人々のものなのである。

16. あなたがたは、生活規則を、些細な点に至るまで正確に遵守していることを示しなさい。他の事柄においてこれらの規則に忠実であることを熱心に心がけると同様に、物事に対しても規則を守りなさい。野菜をむやみに捨てたり、果物を腐らせたりしてはならない。古着の切れ端や、わずか一ピャデンほどの端切れでさえ軽んじてはならず、ましてや衣服についてはなおさらである。なぜなら、『ゲロンディカ』に記されているように、修道士は、もし門の外に三日間放り出しても誰も拾わないような衣服を身に着けるべきであるからである。<sup>85</sup> それならば、肩に掛かっている限り、いったいどのような衣服を軽んじることができるというのか？ 私がこのように語るのは、それだけのことではない。どんな薪であっても軽んじてはならず、無駄に燃やしてはならない。また、まだ何かに使えるかもしれない板の切れ端も同様である。同様に、ワインをこぼしたり、聖油を無駄に流したりしてはならない。うわっ！ これは一体何に合致するというのか？

17. 毎日、この肉体からの解放を待ち望みなさい。——そうすれば、私たちは主の恐るべき御顔を仰ぐことになるでしょう。——そのために、あなたがたにとって「涙が昼も夜もパンとなる」（詩編 41:4）ようにし、これを思い起こして、主の御前で心を注ぎ出してください。そして私は、あなたがたが「喜びの叫び声とともに、神の宮に至る、驚くべき住まいへと歩み入る」こ

<sup>85</sup> 『聖人伝』1846年版、272ページ。



とを、また、霊的な「天で祝う者たちの歓声」（詩篇41:5）の中で、そうなることを願っている。ですから、たとえ情熱があなた方を激しく揺さぶったとしても、悲しみに沈んだり、動揺したりしてはなりません。むしろ、魂の帆を掲げ、穏やかに航海を続け、私たちの父の祈りに導かれながら、この偉大で多くの災いのある人生の海を乗り越えようと努めてください。その際、たとえ小さなひび割れのように、感覚を通じて——視覚を通じて、たとえ無意識であっても情熱的に見つめてしまったとき、あるいは聴覚を通じて、心地よい言葉や旋律を受け入れたとき、あるいは嗅覚を通じて、香油を塗られた身体や香りのよい香油の香りを感じたとき、——あるいは味覚を通じて、何らかの料理を味わったとき、あるいは触覚を通じて、自分の体や隣人の体に触れたとき——意図的であろうと偶然であろうと——もしそのようなことが起これば、速やかに懺悔と涙によってそれを追い出さなければならない。情欲の風があまりにも強く吹き荒れるなら、帆を下ろさなければならない。すなわち、真の謙遜を受け入れることである。もし綱、すなわち忍耐の強さが切れてしまったなら、速やかに心の力を回復させることによってこれを正しなさい。このように行動すれば、あなたは美德という荷を背負って、嵐のない永遠の命の安息の地へと安全にたどり着くことができるだろう。

## 56. 初心者は、残存する罪深い情欲や習慣のために、強い誘惑にさらされる

56. 1) 初心者は、罪深い情欲や習慣の名残ゆえに、強い誘惑にさらされる。- 2) 私たちの生き方は、今持っているもの、そして待ち望んでいるものという点において、世俗の生活と比較すれば、実に偉大なものである。- 3) 外から、あるいは肉や情欲から誘惑が襲ってきたときは、勝利するまで立ち向かい、戦い続けなさい。- 4) 善と悪の双方の思いが列挙され、後者には抵抗し、前者には固く従うよう勧められている。[1, 64]

18. あなた方のうち、ある者はつまずき、またある者は私たちから完全に離れてしまうことがあっても、驚く必要はありません。特に、修道院に入ってから間もなく、まだ試練の期間にある者たちについてはなおさらです。彼らは、自分たちの中に残っている悪しき気質や傾向——怠惰、世俗への愛着、そして罪深い習慣——のために、キリストの善き軛に耐えられず、それゆえに「犬が自分の吐いた物に戻るように」（Iペトロ2:22）後戻りしてしまうのである。「父なる神が好意を寄せる羊の群れは少ない」（ルカ12:32）という主の言葉は偽りではない——「狭い門を通過して、苦難の道を歩み、天の御国に入る者は少ない」（マタイ7:13,14）というように、また……「もしだれでも、自分の父、母、妻、子供、兄弟、姉妹、さらには自分の命さえも憎まないなら、わたしの弟子になることはできない」（ルカ14:25）。

19. 私たちの天使的な生活の様相は、偉大かつ尊いものである。主が、この世の取るに足らない者の中からその生活のために選び出し、主の御声に従って駆け寄り、この至高の生活様式に身を置き、今や精神の観想によって天の御国を仰ぎ見ることを待ち望む者は、幸いである。なぜなら、この世には闇と薄暗がりがあり、永遠で朽ちることのない、言葉に尽くせず、想像も及ばない恵みの代わりに、虚しく、朽ちやすく、はかない、この世の生活のみを愉しむことを選ぶあらゆる人は、まるで夜の戦いのようであり、どこから、どのように打撃を受けているのか、何が原因で、どのようにして不利な状況が押し寄せ、波のように自分を打ちのめしているのかを知らず、見てもいない。これを悟り、理解した者は、悪魔の網に捕らわれたこの群衆から抜け出し、鳥のように高みへと舞い上がり、神に喜ばれる生活の精神的な山へと登っていく。その足元には、主の御言葉に従い、嘲笑され、踏みつけられた獵師——サタンがいる。主はこう言われたのである。「わたしはあなたがたに、蛇やサソリ、また敵のあらゆる力に打ち勝つ権威を与える」（ルカ10:19）。さあ、踏みつけなさい。その多様な頭と、その高慢で闘争的な力をすべて踏みつけなさい。の修道者の全武装を身にまとして。これこそが、あなたがたが聖霊によって神の子とされていることを証しし、あなたがたを神の子とするものである。

20. あなたがたに起こるいかなる出来事によっても、神を愛するあなたがたの心構えが試されるとき、決して動揺してはなりません。内なるものであれ外なるものであれ、戦いが起こったとき、血を流すまで自分の立場を貫き、忍耐によって間違いなく冠に与ることを確信して、

落胆してはなりません。勇気を奮い起こし、あなたたちと戦っている狡猾な蛇に立ち向かいなさい。肉体の反乱を知りなさい。聖なる家、すなわちあなた方の清らかな魂に対する、この内なる炎を知りなさい。恐れを知りなさい。これらアラビアの狼たちは、外見は羊の衣をまとっているように見せかけているが、内面は悪意に満ちた万物を滅ぼす者たちである。聖福音書に従い、その実によって彼らを見分け、しっかりと立ち続けなさい。

**21.** あなたがたの中に、神を愛する心、貞潔、敬虔、悔い改め、忍耐、死の記憶、この世の終わり、天使たちとの出会い、主の御前に立つこと、主の裁きにおける答弁といった思いが湧き上がる時、——ここに、最初のを最後に置いて付け加えるが——、また、従順、謙遜、自己の意志の断ち切り、嘲笑の耐え忍び、およびこれらに類する思いが生じたときは、それらが右側の思い、すなわち天の御国の思いであり、そこへの昇りゆく道を切り開き、それを伴うものであることを認めなさい。これとは正反対の思い、すなわち、世俗への愛、罪への愛、快楽への愛、厚かましき、無駄話、過度の睡眠、虚栄心、不従順、不信仰、独断的な奉仕——これら一つひとつを挙げていく必要はあるだろうか？——「それらを数え上げようとしても、砂よりもさらに多く増え続ける」（詩編138:18）。このように、何が善に属し、何が悪に属するかを理解した上で、後者からはさらに遠くへ逃げ、それを退けなさい。聖使徒ヤコブが教えるように、「悪魔に抵抗しなさい。そうすれば、悪魔はあなたから逃げ去る」（ヤコブ4:7）と。一方、前者とは結びつき、心を合わせ、共に歩み、同じ使徒によって約束されたものを受けなさい。「神に近づきなさい。そうすれば、神もあなたがたに近づいてくださる」（ヤコブ4:8）。決して、自惚れ、独断、独善を許してはならない。なぜなら、父なる神の言葉は、これらすべてを修道見習いにとってあらゆる惑わしの源であると見なしているからである。それどころか、常に兄弟愛、素朴さ、偽りのなさ、世への愛着のなさ、偽りのなさ、寛容さ、従順さ、神への知恵、敬虔さ、そして神への完全な献身を保ちなさい。

## 57. 戦いの最中である。私は、軍司令官として、言葉をもってあなた方を奮い立たせる。「立ち続けよ」

57. 1) 我らは戦いの最中にある。私は軍司令官として、言葉をもって諸君を奮い立たせる。立ち続けよ。- 2) 私たちの功績は小さなものではない。しかし、目に見えるものを見ず、目に見えないものを見据え、喜びなさい。なぜなら、報いは大きいからである。- 3) 主は私たちのためにご自身を捧げられた。私たちもまた、それぞれの務めを堅く守りながら、主のためにご自身を捧げよう。[1, 65]

**22.** 私たちは戦いの最中にあり、それは困難で、勝利への道のりには不都合な戦いです。なぜなら、神聖な使徒はこう言っているではありませんか。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威たち、この世の闇の支配者、天上の悪の霊たちに対するものです」（エフェソ6:12）。なぜなら、軍隊の指揮官が敵との交戦に先立ち、配下の兵士たちを言葉で鼓舞し、勇敢に敵を打ち破るよう奮い立たせるように、それと同様に、私自身は力不足ではあるが、主の軍勢であるあなたがたを、ある特定の時だけではなく、常に奮い立たせ、励まし、悪魔の軍勢や、不義の様々な情欲を撃退するよう促す義務があり、またそうしたいと願っている。

**23.** あなたがたの霊的な奮闘には、少なからぬ労苦と汗が伴っていますが、それは極めて緊張感に満ち、戦意に溢れ、闘争的で、驚くべき、そして超自然的なものです。なぜなら、あなたがたは日々、血を流すかのように自らの欲望を切り捨て、深い傷のように非難や侮辱を受け入れ、競技のような訓練として服従の重荷を負っているからである。そして、あなたがたのうち誰一人として、義務と命じられたことの範囲を越えて行動することは許されない。しかし、あなたがたは皆、共に戦いに身を投じ、疲れ果てるまで苦難に耐え、飢えと渇きの中、冬と裸身の中、栄光と恥辱の中、そして使徒が誇ったその他すべての事柄において、奮闘する者にふさわしいあらゆることに、あらゆる手段を尽くして自らを駆り立てているのである（Ⅱコリント6:4-8; 11, 27）。しかし、喜びなさい、わが子らよ、喜びなさい。見えるものを心に留めるのではなく、見えないものを心に留めなさい。見えるものは一時的であり、見えないものは永遠だからです（Ⅱコリ



ント 4:18)。そして、「あなたがたのいのちは、神のうちにキリストとともに隠されている」こと、また「あなたがたのいのちであるキリストが、復活のときに現れるとき、あなたがたも現れる」（コロサイ3:4）、あなたがたのあるがままの姿で現れるのです——そして永遠に喜び祝うことになるでしょう。なぜなら、あなたがたの主なる神は、肉において成し遂げたあなたがたの功績に対して、永遠で尽きることのない報いを与えてくださるからです。

**24.** わが主、わが主よ、神の愛にとどまりなさい！ 主が私たちを愛し、私たちのためにご自身を死の裁き、すなわち十字架の死に委ねられたように、私たちもまた、主のために自らを捧げ、人愛に満ちた主が私たちにそのような恵みを与えてくださったこと——御名のために、あらゆる世俗的な事柄や営み、あらゆる肉欲の快楽や、この世に属するすべてのものから離れることを。さて、私たちをこのことに堅く立たせてくださった神に、どのような報いを捧げればよいのでしょうか？ 他に何があるのでしょうか。それは、によって成し遂げられたことを、怠慢や無感覚によって台無しにせず、現在の状況に直面しても臆することなく、未来を決して恐れないこと、そして、たとえ血を流さなければならないとしても、それを私たちにとって喜ばしく、極めて望ましいこととすることです。ですから、堅く立ち、ますます、ますます確固たるものとなり、今より永遠に、より熱心に、より生き生きと、神に似て、互いに愛し合いながら行動しなさい。

**58. 私は死と、その時に起こるすべてのことを思い起こし、清められ、火の試練に遭わずに済むよう祈ります。あなたがたは、たとえ今の状況が悲痛であっても、報いを仰ぎ見て喜びなさい。**

58. 1) 私は死と、その時に起こるすべてのことを思い起こし、清められ、火の試練に遭わずに済むよう祈ります。あなたがたは、現在の生活が苦しくとも、報いを仰ぎ見て喜びなさい。 — 2) 四旬節がやってきました。これを、清めと心の安らぎの時として喜びをもって迎えましょう。また、これが霊的な種まきの時でもあることを忘れず、この有益な種まきに励みましょう。ただし、あらゆることに節度という王道の道を歩み、謙遜において成長することに一層心を配りましょう。[1, 66]

**25.** ある尊い兄弟の死を思い起こし、私は嘆き、魂の底から悲しみに沈んだ。この死、この魂と肉体の分離と断絶が、この「別の地」への移送、ある別の道への歩み込み、そして異世界——慣れない、未体験の、未知の、言い表せない、言葉にできない世界——への移行とは、いったいどのようなものなのかと考えた。なぜなら、そこでどのような出会いを経験し、どのような出来事に遭遇し、どのような光景や出来事が待ち受けているのか、誰が言い得ようか。神のしもべたちは、私たちをこの地から天へと連れ去るために、どのような者たちが神から遣わされるのだろうか？ そして、その使節団は悪しき天使たちで構成されることはないだろうか？ そのような事態を恐れるべきである！ 誰が私たちのもとへ降りてきて、その国へと私たちを案内してくれるのだろうか？ そして、私たちはどこへ入るのだろうか——安息の地へか、「驚くべき住まい、すなわち神の御殿へ、喜びと賛美の声、祝宴の喧騒の中へ」（詩編41:5）か。それとも、それとは逆に、火の中、闇の中、虫のいる場所、そして数え切れないほどの他の苦しみの中へと向かうのだろうか？ これを思うとき、私は驚き、恐怖に震え、戦慄し、祈る。あのすべてを焼き尽くす終わりのない火にさらされる前に、ここで涙をもって私の数え切れない罪を洗い流し、少しでも自分を清めることができるようにと。しかし、あなたがたは、徳のために奮闘し、このことを聞き、思い巡らしているのですから、喜び、活気づき、花開いて——主のうちに生きなさい。周囲の状況は嘆かわしいものであっても、永遠の報いに目を向け、怠惰や臆病に負けず、最後まで自分の歩みを全うするよう熱心に努めなさい。

**26.** 聖なる四旬節、すなわち、清らかで啓発に満ちた聖なる日々の期間が始まりました！ 誰も恐れることなく、誰も怠けることなく。この時期、心からの感動、神聖な思いの受け止め、天上の観想の思い描くこと、心と体の清め、情欲の汚れの排除、神の前での悔い改めの涙による清めは、すべて甘美なものです。さあ、これらの日々を、肉体と魂の安息と慰めの時として、とりわけ後者（魂の安息）を前者（肉体の安息）よりも重んじて迎えよう。——この時はまた、種蒔きの時でもある。肉体にどれほど蒔こうとも、そのすべては朽ち果ててしまう。そしてそこか

に残るのは、血を沸き立たせる、動物的で無言の欲望の炎だけである。そして、私たち人間は、移ろいゆくものや、はかないものに心を奪われ、いかに誤った道を歩んでいることか！ しかし、魂の蒔き種においては、受け入れられたものは何一つ失われることなく、何一つ無駄に消費されることなく、何一つ滅びることもなく、すべてがしっかりと保たれ、真に不滅の糧によって、あなたがたの誠実な魂を養うのである：そこには喜び、平和、信仰、希望、愛、啓蒙、浄化、聖化、そしてついに神化がある。しかし、私たちは、身体に関して過度に走ったり、定められた秩序から逸脱したりしてはなりません。食事や飲酒、徹夜、隠遁、裸の地面での睡眠などにおいても、王の道を歩み続けましょう。むしろ、神の謙遜をもって自らを低くすることに、なお一層努めよう。そのために、偽りなく従い、あなたがたがそうしているように、自分の悪意ある意志を根こそぎ断ち切ろう。このように行動すれば、あなたがたは静けさと愛のうちに、また聖霊に導かれて、キリストの聖なる復活の輝かしい日へと入っていくでしょう。私は、負債者としての義務として、これをあなたがたに思い出させ、これからも思い出させ続けます。どうかこの戒めと、私の謙遜な言葉を実行してください。——そして、聖霊があなたがたに御自身の印を押してくださいように！

## 59. この世の虚栄の中に身を置いた後、私は、私たちがそこから逃れ出せたことを神に感謝した

59. 1) この世の虚栄の中に身を置いた後、私たちが皆さんと共にそこから逃れ出られたことを神に感謝した。—— 2) 私たちの現状ほど至福なものはなく、それは目的そのものにあるからであり、また即座に与えられるからである。—— 3) 神を愛そう。なぜなら、愛にふさわしい者は他に誰がいるだろうか。そして、この愛よりも至福なものは何だろうか。あなた方はこれに取り組み、始めたばかりだが、終わりにはまだ遠い。— 4) 肉体を死なせなければならない。とりわけその情欲を、それを刺激しうるあらゆるものを避けることによって。[1, 67]

27. 一昨日、我らの主の命により、私は修道院を出て、総主教庁へ赴き、そこから皇帝の聖体礼儀へと向かった。私は一日中そこに過ごし、様々な光景や人々の顔、世俗の事柄の渦巻きや、人々をあちこちへと駆り立てる慌ただしさ、彼らの饒舌さ、多くの心配事、そして世俗的な陰謀を目の当たりにした。それもまた、聖なる四旬節の期間中というのに。この光景は私を普段の気分から遠ざけ、私の耳には奇妙な言葉が響き渡り、私の目は数え切れないほど多様な空想にふけていた。そして今もなお、その感覚が私の中に残っている。そこで、私はこの好機を利用して、これをあなたに打ち明けることにした。まるで厚く垂れ込めた雲から雨粒が降り注ぐように、— そうして、胸が締め付けられるように、私の目からは涙がこぼれ落ちました。そして私は、心の奥底からため息をつき、思考の動揺を鎮めた後、祈りの深い嘆きをもって主に感謝を捧げ、また、あなたがたがそのような者たちの間から抜け出し、彼らから離れ、この世の不浄に触れることさえ拒み、従順の道に留まり、日々忍耐の試練と戦い、神に喜ばれる善き心構えと行いをもって、徳の高みへと霊的に昇りつめているのです。

28. あなたがたの立場と境遇ほど、至福に満ち、切望され、輝かしいものがあるでしょうか。——あなたがたはまことにキリストの子らであり、神であり父である方のしもべであり、肉と血を捨て去った者たちです。世俗の人々の目標は地上のものにあるが、あなたがたの目標は天にある。彼らにとって重要なのはこの世の平和であり、あなたがたにとっては天国である。彼らには、喜びもなくこの世のことに喜びを見出し、富の感覚もなくこの世の富を蓄え、快楽への渇きを癒やすことなくこの世の快楽を享受する傾向がある。彼らについては、そう言わざるを得ない。——しかし、あなた方には、希望から湧き出る喜び——来たるべき世に約束されていることへの喜び——、この世での貧しさの中での永遠の富、悲しみに満ちた節制の中での、想像を絶するほど甘美な霊的恵みの味わいがある。— それゆえ、天の定めによって私たちに与えられ、聖霊が私たちに恵んでくださったもの以外、他の何ものをも喜ばせたり、他の何ものにも視線や注意を向けたり、他の何ものをも渴望したりしてはならない。

29. さあ、私たちを召してくださった方に栄光を捧げよう。さあ、私たちをこれほどまでに愛してくださった方を愛そう。さあ、彼に忠実に仕え、万物に対する支配権を授かるようにしよ

う。さあ、主を畏れよう。そうすれば、世は私たちを畏れ、天使の群れは私たちを愛してくれるだろう。さあ、悪行や邪念から身を清めよう。そうすれば、真に近づきたい光である主が、御霊の稲妻で私たちを照らし、神の住まいである高い山へと導き上げ、私たちを人々に、神の都として示してくださるだろう。ゲロンディカの聖なる父たちの誰かがこう語っているのを聞いたことがあるだろうか。「もし我々が唯一なる方、すなわち神を敬うならば、すべての者が我々を敬うようになるが、もし我々の罪によって神を冒瀆するならば、その逆の事態に直面することになる」と。——そうである。誰が主を愛さないというのか。誰が、この偉大で絶えることのない光にすがりつかないというのか。誰が、この偉大なる功労者であり、冠を授ける方へと駆け寄らないだろうか？ 誰が、この世々限りない全王と共に君臨することを望まないだろうか？ 誰が、天と地におけるあらゆる父性のもとである方——恵みの父であり、万物の主である方——からの「子としての地位」を、何よりも優先しないだろうか？ 誰が、私たちの主イエス・キリストと共に、言葉では言い表せず、耳には収まらず、思いでは測り知れない、その父なる神との交わりを共に受け継ぐことを羨ましく思わないだろうか。あなたがたはこれを選び、愛し、呼びかけに応じてやって来て、成し遂げ始め、今も成し遂げ続けている。しかし、戦いの業（競技場での競い合い）はまだ終わっておらず、走りの限界にも達していない。なおも懸命に努力し続けなければならない。聖霊の偉大で黄金の口が語ったように、競い合いの時はまだ尽きていないのだ。この世の光であるパウロが、「このように、私は目標に向かって走っている。ただ、目に見えないものを追い求めているわけではない。このように、私は戦っている。ただ、空を打つようなことをしているわけではない。むしろ、自分の肉を打ち負かし、従わせている。そうでなければ、他の人々に説いていることとは異なり、自分自身が失格者になってしまうのではないか」（Iコリント 9:26,27）。

**30.** ほら、神の人がこう語ったのがお分かりでしょうか。この手に負えない「肉の馬」を死に至らしめ、力強く従わせることが必要なのです。さあ、それを抑え込み、手綱を締めてみましょう。情熱に駆られ、罪深い私から、皆様をお願いいたします。この馬が口銜を噛み砕いたり、騎手である「知性」を振り落としたりして、私たちを敵の笑いものにしてしまわないように。より安全に進むために、急流の場所を避けましょう。——私が何を言っているか、もちろんお分かりでしょう。——悪意に満ちた視線よ、嘆け。それは魂に罪の毒を注ぎ込むからだ！ 忌まわしい傲慢よ、嘆け。それは美德の家を瞬く間に焼き尽くすからだ！ ひげのない者同士、あるいはひげのある者同士が互いに交わす若者の微笑みに災いあれ。それらは一瞬にして、私たちを情欲の深淵へと突き落とすからだ！ 腹を満たし、十分に眠ることに災いあれ。それらは、邪悪な情欲の種を生み出し、増殖させるからだ！ 二人一組で親しくなり、密かに共に座り、語り合い、とりわけ互いの利益や享楽のためであるかのように、互いに恥ずべき思いを抱き合う者たちよ、悲しむべきだ。なぜなら、彼らの間にはキリストではなく、サタンがいるからだ！ しかし、神への畏れをもって自らを守り、天への昇りゆく道において、ますます高みへと登り続けなさい。

## 60. 立ち上がり、万物の医者である主の癒やしを求めなさい

60. 1) 立ち上がり、万物の医者である主の癒やしを求めなさい。- 2) 私たちの命は高きもの、すなわち天使的なものであるが、私たちは肉体的で地上の存在である。それゆえ、人生で成功するためには、私たちに大きな奮闘が求められる。[1,69]

**1.** 立ち上がり、身を引き締め、善き道を歩みなさい。怠惰の中でうたた寝している者は、熱意に目覚めよ。両手を垂れ、両足が跛行している者は、主の戒めの道筋を正しく歩み始めよ。情欲に溺れて盲目となっている者は、涙の洗礼槽で目の瞳を洗い清め、無情によって視力を取り戻し、主を賛美せよ。ハンセン病患者のように罪の瘡蓋に覆われている者は、温かく主のもとへ歩み寄り、「清くなれ」（マタイ 8:3）という声を聞き、清められた後は、この病に再び陥らぬよう気をつけなさい。魂が耳が聞こえず、心が盲目である者は、聞くことと語ることの恵みを求めなさい。そうすれば、それを見出すだろう。なぜなら、内なる人が病んでいる者すべてを癒やすのは、神の御言葉だからである。私は、あなたがたのうちの弱き者たちのために、このように



語りかける。なぜなら、「健康な者は医者が必要としない。病んでいる者こそが必要とする」からである（マタイ 9:12）。

2. 私たちの生き方という、偉大で栄光に満ちた道は、ただ単に完成に至るのではなく、多くの汗と努力によって成し遂げられるものである。しかし、それがどれほど高貴で、神聖であり、天使に倣うものであるかによって、それだけ多くの労苦と努力が求められるのです。なぜなら、私たちは肉なる者でありながら、無肉なる者に似ようとし、この世にしながら天にあるかのような生活を送ろうと熱心に努め、肉と血に縛られながらも、無肉かつ無血の状態で生きよう自らを鍛え上げているからです。なぜなら、使徒の言葉によれば、「肉と血は神の国を相続することができず、朽ちるものは朽ちないものを相続することもできない」からである（Iコリント15:50）。それゆえ、私たちには多くの堅固さ、多くの注意、そして一層の勤勉さが必要である。「肉は御霊に敵対し、御霊も肉に敵対する。これらは互いに敵対し合う」と、使徒は言っている（ガラテヤ5:17）。さあ、私たちの中のより良い部分が、より悪い部分に服従することのないよう、また、私たちの中で主たるべきものを、肉の卑しい情欲に隷属させないよう気をつけよう。そうして、頭を下にして足を上に掲げて歩いているような者にならないように。

## 61. 大斎の折り返し。努力を重ね、その実りを見出しています。それは神の憐れみです。感謝を捧げ、さらに前進しましょう

61. 1) 四旬節の半ば。努力を重ね、その実りを見出している。それは神の憐れみである。感謝を捧げ、さらに前進しよう。 – 2) 神と天使たち、そしてすべての聖人たちが、私たちの歩みを見守っている。障害を乗り越え、苦難をものともせず、精進しよう。[1, 69]

3. 聖霊の恵みにより、私たちは大いなる強さと勇気をもって、四旬節の半ばまで無事にたどり着くことができました。この恵みが今後も私たちに降り注ぎ、罪の赦しと、皆様のさらなる繁栄をもたらす、命と光に満ちた復活の日へと私たちを導いてくださることを信じております。振り返って、かつてのあなたがたの状態がどのようなものであったか、そして今それがどれほど高みに達したかを見てください。魂は、一度救いへの熱意を抱くと、知らず知らずのうちにこの道を進み、美德の高みへと登り、天へと舞い上がっていくのです。私たちもまた、兄弟たちよ、熱意をもって共にこの日々を歩み始め、あらゆる困難や障害を取り除き、これまで正しく良き道を歩んできました。そして、規律と戒めの正確な履行を愛する者となり、かつて得たものを何も失うことなく、新たな富を得ました。そして、あなたがたの神聖な行いの実りが倍増し、あなたがたの聖なる熱意が最良の報いを受けたことを知り、私の心は喜び、私の霊は歓喜しました。しかし、これらすべては、使徒の言葉によれば、「望む者でもなく、走る者でもなく、憐れみ深い神によるもの」（ローマ9:16）です。それによって、弱い者は強くなり、力のない者も「力に帯を締め」（詩編17:33）ます。しかし、すでに達成されたことだけに満足することなく、若者のように前へと突き進み、「わが若さが鷲のように新たにされ」（詩編102:5）と、常に前進し、成功を収め続けよう。死の門をくぐり、この世から永遠の世界へと移るその日まで、これまでに得た恵みや到達した段階を何ら誇りとはせず。そうすれば、兄弟たちよ、私たちはまことに幸いであり、祝福された天使たちの分け前を受けることになるだろう。

4. 私たちが、あるべき姿に従って生活するとき、なんと栄光と誉れなことでしょうか。私たちを見つめて、万物の主は喜び、すべての聖人たちも喜び、歓喜する。私たちが肉眼で競技場に駆け抜ける者たちを見るように、神とすべての天使の御姿、そしてすべての聖人の集いもまた、私たちを見つめ、私たちの行いの価値を定めておられる。さあ、兄弟たちよ、この地から天へと続く道における偉大な競走に励みましょう。私たちの敵に打ち勝ち、彼が私たちと戦おうと試みる時には打ちのめし、私たちの勇猛な奮闘によって彼を遠くへ追い払いましょう。彼は臆病で、無力で、卑しい存在です。だからこそ、神の兄弟であるヤコブはこう叫んでいるのです。「悪魔に抵抗しなさい。そうすれば、悪魔はあなたから逃げ去る。神に近づきなさい。そうすれば、神はあなたに近づいてくださる」（ヤコブ4:7,8）。いことにおいても、決して後戻りしてはならない。なぜなら、それは懸命に走る者にはふさわしくないからだ。気だるく歩んではならない。

なぜなら、それは勝利を急ぐ者には不適切だからだ。しかし、自分の行いや欲望から身を解き放ち、天に向かって目を向けながら、その歩みを全うしよう。そうすれば、私たちもパウロと共にこう言えるようになるだろう。「私は良い戦いを戦い抜き、走り終え、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私に与えられる」(Ⅱテモテ4:7)。

## 62. あなたがたの秩序は整えられている。それを守りなさい

62. 1) あなたがたの立場は整えられている。それを守りなさい。—— 2) 各自が自分の務めを果たしなさい。とりわけ、執事であるあなた、そしてあなたに続く者たちよ。指導者は適切に指揮を執り、部下は喜んで従いなさい。—— 3) 悔い改めと奉仕の役割の交代を愛しなさい。許可に関する聖テオドロスの戒め。[1, 70]

5. 私たちを集め、心をつにし、意志をつにしてください。主は、栄光と感謝を捧げます。なぜ私が、私たちの頭はキリストであると敢えて言うのか。私たちは、キリストを源であり指導者として、すべてをキリストに帰し、すべてをキリストの栄光へと向かわせるからです。もしあなたがたが、この善き心構えから最後まで離れることなくいられるなら、あなたがたほど幸いな者はいないでしょう。——主が、あなたがたに常に互いに和やかに交わり、ますます清められ、啓発され、たとえ小さな善行であっても絶えず前進するよう、お与えになりますように。あなたがたの立場は整えられています。それを守りなさい。

6. 各自、命じられたとおりに従いなさい。各自、自分自身に注意を払い、互いに高ぶることなく、あらゆる点でこの秩序を守りなさい。——とりわけ、執事の子よ、あなたに課せられた務め、すなわち「柔和をもって、反抗する者たち(すなわち、不従順な者たち)を戒める」(Ⅱテモテ 2:25)、また、偏見や怒りに駆られて行動してはならない。使徒は言う、「時宜にかなう時も、時宜にかなわない時も」(Ⅱテモテ 4:2)。「時宜にかなわない時」とは、あらゆる時を意味する。いかなる時も、粘り強く、警戒を怠ってはならない。——とはいえ、私が見せる姿のままであれ。私はあらゆる点で乏しい者だが。私が許す範囲で、あなたも許し、私が控える範囲で、あなたも控えるのだ。私が打つなら、あなたも打て。私が容赦するなら、あなたも容赦せよ。私が憐れむなら、あなたも憐れめ。私が赦すなら、あなたも赦せ。愛するならば、愛しなさい——そうすれば、「よくやった、良い忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びに入れ」(マタイ25:21)という言葉聞くことになるだろう。これと同様に、あなたの後に続く者も、そしてさらにその後続く者たちも、そう行動すべきである。これは実に素晴らしい法則である。すなわち、部下は指導者に倣い、指導者たちがすべての人に対する思慮深い配慮を豊かに示すほどに、部下たちもまた、従順さ、反抗のなさ、謙虚な服従、そして命じられたことを速やかに実行する姿勢を豊かに示すべきである。

7. 懲戒や、服従および手仕事の変更を愛しなさい。これらを命じる者たちが、あなた方の益を念頭に置いていと確信して。——しかし、私の不注意や私の罪によって過ちを犯したとしても、時期尚早に私から許可を求めないでください。私は——たとえ罪人であっても——主の御前でこれらの束縛を守る者である。主は、偉大にして至高の使徒ペトロを通じて、私にもこう言われた。「あなたが地上で縛るものは、天においても縛られ、あなたが地上で解くものは、天においても解かれる」(マタイ16:19)。それなのに、私——どうか私を憐れんでください、わが子らよ——どうして、解くことのできないものを軽々しく解き、結ばれたものを引き裂くなどできようか。このような束縛や解除において、常に神の御許しを得て、私を助けてくださるよう、私がどれほどの畏れをもってこれを行わなければならないか、お分かりにならないのか。では、私たちの裁定(懺悔の課し)や断罪が、いわば神と共に為されるような、その判断の光を、どこに見出すことができるのでしょうか。こう言うのは大胆なことかもしれませんが、しかし、事の本質から言えば、それはまさにそうあるべきであり、また実際にそうなっているのです。このように語るにつれ、私は恐怖に打ちのめされ、恥に覆われ、大地が割けて私を飲み込まないよう、あるいは山々が動いて私を覆い隠さないよう、祈るばかりである。ああ、私はなんと不幸なことか! ああ、私はなんと不幸なことか! なんと恐ろしい任務に就かされたことか! このことを知って

おきながら、私を苛立たせないでほしい。なぜなら、私が許可しても、神が私の祈りを拒んで許可されないかもしれないからだ。至聖なる御性質は、私の無分別な衝動や決定に従うことなく、私の行いを是認せず、エリヤのように生ける者の世界から連れ去ってしまうかもしれないからである。神が、兄弟たちよ、私があなたがたを悲しませるつもりでこう言っているのではないこと、また、あなたがたを圧迫し、権威をもって束縛するためでもなく、あるいは「キリストの群れを、強制や強制によってではなく」（Iペテロ5:2）牧するためでもないことを、あなたがたに証明してくださいように。主よ、私にそのようなことがあってはなりません！ それによって、私に何の益があるというのでしょうか。私の唯一の関心事は、あらゆる手段を尽くして、あなたがた、すなわちキリストの小羊たち、神の羊たちを救うことなのです。なぜなら、主は、神聖なるペテロへの問いかけ（ヨハネ21:15以下）において、これを主への愛の第一かつ最大のしるしとして定められたからです。このような言葉を心に留め、自らの生き方において忠実に守りながら、私たちの主キリスト・イエスを喜びとして、力強く歩んでください。

**63. 過越祭を祝った後、四旬節の精神をもってさらに歩みを進めましょう。そうすれば、その期間中に得た恵みを無駄にすることなく、むしろ増やしていくことができるでしょう。**

63. 1) 過越祭を祝った後、四旬節の精神をもって歩み続けよう。そうすれば、この期間に得たものを浪費することなく、むしろ増やしていくことができる。－ 2) 私たちがどこへ向かっているのか、何に到達するのかを心に留め、快樂への執着に甘んじたり、肉体の美しさに執着したりしてはならない。－ 3) 私たちは復活祭やそれ以前にこれほど多くの恵みを受けたのです。今、それとは正反対のことに飛びつくのは賢明ではありません。－ 4) 兄弟たちが次々とこの世を去っていきます。私たちも取り残されないよう、自らの務めに専心しましょう。[1, 71]

8. 私たちは「日々の女王」である聖なる復活祭を祝い、神聖な秘跡によって啓発され、平和と霊的な愛の絆の中で聖霊の聖別を受け入れた。今、再び一年の新たな日々の始まりを迎えている。それゆえ、これらの日々においても、善き変容を遂げ、以前よりもさらに良き者となり、いかなる点においても後退することを許さず、先立つ四旬節の期間における奮闘と霊的労苦を辱めることなく、むしろ高みから高みへと登り続け、これまでの美德の上に新たな美德を築き上げよう。そして、私たちが敬虔さの中であれ、沈黙の中であれ、貞潔の中であれ、純真な心の中であれ、断食の中であれ、あるいは他のどのような献身の中であれ、善く獲得し、築き上げたものを、このようにして日々、単に完全な状態を保つだけでなく、善き資質によって増し加え、さらに完成させていきましょう。

9. 私たちは神のもとへと流れ、天の御国へと向かい、光へと、命へと、言葉に尽くせぬ喜びへと、その甘美で至福の樂園へと、永遠の住まいへと、栄光の驚くべき場所へと、天使たちの賛美へと、聖徒たちの歓喜へと、永遠に続く私たちの相続財産へと向かっている。ですから、私たちの前にある目標を忘れてはなりません。その道のりにおいて努力を緩めたり、不適切な思いに流されたりしてはなりません。快樂を追い求めたり、世俗に溺れたり、肉欲にふけったり、顔立ちや振る舞い、微笑みの美しさに心を奪われたりしてはなりません。神学者グリゴリウスが呼びかけているように、私たちは自分自身を見つめ続けましょう。罪深い実の美しさに魅了され、エバが苦しんだことをお分かりでしょうか？ 私たちには、そのような苦しみを味わうことのないように！——そもそも、欲望や情熱的な衝動に甘んじたところで、私たちに何が得られるというのでしょうか？ 何もないのがまだましです。そうではなく、内面の混乱に加え、神と人々の前での恥と屈辱さえも招くのです。

10. 神は、長い断食の日々を経て、聖なる復活祭へとあなたを導き、御自身の聖なる御体と御血の聖体拝領によってあなたを生き返らせてくださった。それなのに、お前は、この呪われた者よ、どうして主に対して逆らうようなことをするのだ？ どうして、ふさわしくない行いに立ち返ることを許すのだ？ 神はあなたに知恵を与えなかったのか？ 神はあなたを理性ある者として創造しなかったのか？ あなたには心の目がないのか。なぜ、無言でいるのか。なぜ、右手にある主の計り知れない美しさを見ず、魂をそれへと向けようとせず、むしろ、目に見えるもの、すなわ



ち罪の恥辱や、邪惡な情欲の不浄さに視線を向けるのか。 さあ、私たちは正氣であり続けよう。永遠の至福へと導くものに心を向け、そのために私たちの意志と労力を注ごう。

**11.** 私が絶えずあなたがたに御言葉を語りかけるのは、単にあなたがたの耳を楽しませるためでも、宣教の務めをただ果たすためでも、あるいは称賛の声を聞くためでもありません。それは、私の熱心さゆえに恐れを抱き、あなたがたの救いを切に願っているからです。 私たちは生ける神に仕えており、汚れなく、賄賂を受け入れない裁きの座が私たちのために用意され、尽きることのない報いが待っています。なぜなら、「そこでは火が消えることなく、虫も死なない」からです（マルコ9:44）。 それゆえ、私はあなたがたに叫びかけ、あたかもあなたがたの嘆きに寄り添うかのように、懇願します——最期の時が私たちを準備不足のまま迎えることのないよう、また、私たちの生涯の終わりが怠慢によって締めくくられることのないように。 私たちは絶えず死という神秘の営みを目の当たりにしており、ご覧の通り、私たちの兄弟たちが目の前で逝って行きます。これを見て、心の中でこう自問してください。「私たちはどうなるのか？ 私たちもそうなるのではないだろうか？ 私たちはまだここに残れるだろうか？ もし残れたとしても、長く生きられるだろうか？ 墓が私たちをも待っているのではないか？ 私たちの棺——虫だらけで耐え難い悪臭に満ちた、最後の寢床であり安息の場——が見えないだろうか？」と。なぜなら、「人は、生きていて死を見ない者がいるだろうか？」（詩編88:49）とありますから。

#### 64. 私たちは高貴な召しを授かった。喜び、感謝し、あらゆる労苦をそのために引き受け、あらゆる試練に耐えながら行動しよう

64. 1) 私たちは高貴な召しを授かった。喜び、感謝し、そのためにあらゆる労苦を引き受け、あらゆることを耐え忍びながら行動しよう。— 2) 苦難が多くあろうとも、私たちには永遠の命と天の御国が待っている。それゆえ、これらの苦難を愛し、意気揚々と耐え忍ぼう。— 3) 聖なる教父たちの模範を見習いましょう。— 4) 従順によって栄光を得た人々の模範を見習いましょう。— 5) そして彼らに倣い、彼らと同じ恵みにあずかるようにしましょう。[1, 72]

**12.** 私たちは、神に召され、このような聖なる生活のために選ばれたことを喜び、将来の喜びを待ち望みながら、修道生活の労苦を忘れ、徳ある生活の道で遭遇するあらゆる苦難を軽々と受け止めるほどに、大いに喜ぶべきである。 私たちが得て、今持っているのは、軍隊の階級でも、市民の位でも、軍司令官の地位でも、多くの人々が切望する王の支配権でもない。それよりもはるかに偉大で、最も高き天の住まい——それは言葉の上だけでなく、実際の行いにおいて真実である。「もし彼と共に苦しむなら、彼と共に王となる」と使徒は言っている（ローマ 8: 14; II テモテ 2:12）。このように、神からこのような特権を、自らの努力によるのではなく、賜物として授かった以上、私たちはどれほど喜び、楽しみ、感謝し、祈り、そして、この特権を守り抜き、私たちに敵対する地獄の支配者による多種多様な誹謗中傷から奪われないようにするために、あらゆることを行い、あらゆる言葉を語るべきでしょうか。 それゆえ、兄弟たちよ、私たちに課せられた義務を果たすにあたり、あらゆる苦難が喜びとなり、あらゆる労苦が甘美で望ましいものとなるように。そしてこのために、あらゆる修道的な苦行を、喜びとして受け入れよう。——世からの離脱を、神への接近として——快樂からの疎外を、天の恵みの聖餐として——節制による制約を、豊かな糧として受け入れることができるでしょうか。

**13.** たとえ私たちが水を飲み、乾パンを食し、自らの手で働くことに疲れ果て、思いに苛まれ、肉の誘惑に焼かれ、欲望に引き裂かれ、欠乏によって死に至らしめられ、友も知人もなく、親族もなく、父も母もなく、この世に生きようとも、それが何だというのか？ 私たちには永遠の命が待ち受けており、天の御国が備えられ、数え切れないほどの計り知れない恵み、至福の不死、栄光と名誉の富、そして人間の言葉では表現しきれないほど多くの他の偉大な恵みが用意されているのだ。 さあ、私たちは元気よく、力強く歩みましょう。自己犠牲の偉業と善行の労苦を愛し、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心にさえ浮かんだことのないような冠と宝物を手に入れましょう（コリントの信徒への手紙一 2:9）。

14. 私たちは、古の先人たちの生き方に倣い、彼らの美德の足跡をたどり、彼らの行いを愛し、彼らの生き方の姿を自らの内に映し出すべきである。まさに、私たちの偉大なる先導者である聖アントニオは、私たちの敵を最初に打ち破り、修道的な勝利への道を切り開いてくれた人物である。そのような方が、至福の、天使に等しいアルセニオスであり、修徳の最高位に達し、私たちの栄光のために先立って眠っておられる。そのような方が、聖なる、神聖なパホミオスであり、私たちの先祖と称される方である。これこそが、毎朝輝く稲妻の如く、徳によって輝きを放った、至神なるイラリオンである。かくの如く、祝福され、至聖なるエウフィミオス——その名は祝福そのものを意味する——、そして彼と共に、至尊なるサヴァ、聖なる、天使に等しいテオドロシオス、その他、宇宙を照らす最も輝かしい光たちである。

15. さて、ここで、最も完全な従順の模範を示した人々についても触れておこう。なぜなら、前述の人々もまた、従順の恵みによってあらかじめ備えられていたからこそ、その名声を博したからである。光の子、神に与えられた私たちの父ドシフェイは、私たちに思慮を要しない従順を勧めてくださいます。神に啓発された私たちの父ドメティアヌス<sup>86</sup> は、指導者である父たちへの私たちの愛を強めてくださいます。神に選ばれた私たちの父アッバキル<sup>87</sup> は、侮辱や不義に対する忍耐において私たちを確固たるものにしてください。ザカリア<sup>88</sup>、私たちの至聖なる父は、私たちに謙遜の知恵へと導いてくださいます。シルヴァン<sup>89</sup>、私たちの涙に満ち、深く謙遜な父は、私たちに善き変容へと変えてくださいます。イオナ<sup>90</sup>、勤勉で、主の戒めを守る模範である父は、私たちの手仕事への熱意を奮い立たせてくださいます。競い合うことなく、至福のペトロニウス<sup>91</sup>の神への愛、神聖なアフレ<sup>92</sup>の従順さ、聖マルコ<sup>93</sup>、そして至聖なるパウロ<sup>94</sup>の純朴さ、これらすべての謙遜な美德を思い起こすことはできるだろうか？

16. しかし、彼ら全員を列挙するには一時間でも足りないだろう。これらだけでも、私たちが彼らと競い合い、彼らの行いに倣うよう奮い立たせるには十分である。さあ、彼らが行ったように行動し、あたかも彼らと肩を並べて、彼らの助けを得ながら労苦しましょう。そうして、彼らと同様に、敬虔で義なる行いによって豊かになり、やがて、私たちの主イエス・キリストの天の御国において、彼らの栄光と冠に与る者となるにふさわしい者となるでしょう。

## 65. 預言者たち、使徒たち、そして他の聖人たちが天の御国のために耐え忍んだことを思い起こし、彼らに倣おう

65. 1) 預言者たち、使徒たち、そして他の聖人たちが天の御国のためにどのような苦難に耐えたかを思い起こし、彼らに倣おう。－ 2) 肉欲の愛のために、他人が耐えられないようなことなどあるだろうか。私たちに、主のためにすべてを耐え忍ぶことができないはずがないではないか。[1, 73]

17. 天の御国に至ることは大したことではない、などと考えるはならない。聖書に記されているように、聖徒たちはその御国のために、「羊皮や山羊の皮を身にまとい、貧しさと苦しみと迫害に耐え、荒野や山々、洞窟や地の裂け目をさまよい歩いた。彼らは、全世界が受け入れるに値しない者たちであった」（ヘブライ人への手紙 11:37, 38）：イザヤはのこぎりで切り裂かれ、エレミヤは泥の堀に投げ込まれ、ヨナは海に沈められ、クジラに飲み込まれ、ダニエルは獅子の餌にされ、三人の若者は燃える炉に投げ込まれ、洗礼者ヨハネの父ザカリヤは剣によって殺され、洗礼者ヨハネ自身もまた剣によって首を切られた。また、神聖なるパウロについて語るには

<sup>86</sup> 聖サヴァの弟子。乳断食期間中の日曜日の礼拝。

<sup>87</sup> エジプトの聖人、6世紀。乳断食期間中の日曜日。

<sup>88</sup> エジプトの聖人、12月5日。

<sup>89</sup> パレスチナの聖人、乳断食の土曜日。

<sup>90</sup> おそらくテオドロスとテオフアノスの父。9月22日。

<sup>91</sup> 聖アントニオの弟子。乳製品断食期間中の土曜日。

<sup>92</sup> ニトラの聖人。土曜日、乳製品禁止。

<sup>93</sup> エジプトの聖人、3月5日。

<sup>94</sup> 10月4日。

時間が足りません。彼は、飢えと渇き、寒さと裸、労苦と奮闘（Ⅱコリント 11,27）や、その他数え切れないほどの苦難に遭ったこと——石打ちに遭った聖ステファノについて——神の兄弟ヤコブが神殿で殺害されたことについて。ましてや、他の使徒たちの受難、聖殉教者たちの苦しみ、そして敬虔な父たちの偉業を、私がすべて列挙する余裕などあるだろうか。それらは数え切れないほどである。こうして彼らは、永遠の世にわたって約束された、言葉では言い尽くせない恵みを受けるにふさわしい者とされたのです！ 私たちもまた、謙虚な者として、同様に奮闘しましょう。なぜなら、偉大なる神聖なバシレイオスによれば、その栄誉、労苦、そして冠は、勝利者のものだからです。戦い続けましょう。常に戦いに備え、身をさらけ出し、敵に立ち向かいましょう。困難の前で退かず、打撃に屈せず、後戻りもしない。熱意が火のように我らの内なる心に燃え上がり、何ものも我らの目の前では立ち向かうことができず、悪魔たちさえも逃げ去るであろう。なぜなら、聖書に記されているように、彼らはこの霊的な火の御顔の前で、蠟のように溶けてしまうからである（詩編67:3）； 人々も恐れ、あるいは少なくとも恥じるであろう。そして我らは、すべてを乗り越えて、我らの命と、言葉に尽くせぬ安らぎがある場所へと昇っていくであろう。

**18.** 肉欲に囚われた者が、悪しき欲望を抱く相手との親密さをただ一つ念頭に置き、あらゆる苦難に耐え、あらゆる労苦を引き受ける姿を、私たちはしばしば目にする。彼は食べ物で満腹になることもなく、飲み物で満足することもなく、眠りで安らぐこともなく、他のいかなる快樂や慰めも望まない。しかし、その哀れな者は、もし必要とあれば血を流すことさえ厭わず、あらゆる労苦や苦難に耐える用意がある——一体、何を獲得し、何を宝として蓄えようというのか？——それは、終わりのない火のゲヘナにおいて自らの魂を滅ぼすためである。私たちこそ、善きもの、美しいもの、言葉に尽くせぬ、至高のキリストへの愛ゆえに、神であるキリストへの温かな愛ゆえに、この至福で聖なる従順のくびきの下に、老いるまで従順に留まり、あらゆる苦しみ、あらゆる矢——それが思いであれ、情欲であれ、侮辱であれ、攻撃であれ、誘惑であれ、欠乏であれ、中傷であれ、軽蔑であれ、屈辱であれ、誹謗中傷であれ、あるいはそれらに類する他の何であれ——を耐え忍ぶべきではないだろうか？——私たち理性ある存在は、無知な家畜に倣ったり、彼らに似たりしてはならない。しかし、かつて始め、これまで順調に歩み、ある程度の成果を成し遂げてきたように、これからも気力を失わず、主において自らの道を無事に全うできるよう努めよう。

#### 66. あなたがたは神によって私に託されたのです。だからこそ、私は熱心にあなたがたを教えようとしているのです

66. 1) 神はあなたがたを私に託された。それゆえ、私は熱心にあなたがたを教えようとしている。 - 2) お願いである。あなたがた自身を救い、そして、自分自身を救った上で、私をも救ってほしい。[1, 74]

**19.** 罪人である私にとって、私の群れであり、私の分であり、私の遺産であるあなたがたを養い育てること以上に、重要な事柄が他にあるでしょうか。なぜなら、もし、この世の王から国民統治や軍指揮を任された者が、王の意に反する何事かを犯して罰や処罰を受けることのないよう、日々、全精力を注いでいるとすれば、ましてや、私のような貧しい者が、真にキリストの戦士であるあなた方に対する指導権を委ねられた以上、一年や一ヶ月どころか、たとえ一日や一時間であっても、不注意に身を任せて、言葉と行いの両方であなた方への全き配慮を示さないなど、あり得るでしょうか。たとえその両方が乏しいものであったとしても？ それゆえ、私は——たとえ不適格で、不器用であっても——あなたがた、すなわち私の心であり、私の光であり、私の誉れであるあなたがたに対し、その名にふさわしく歩むよう、繰り返し注意し、告げ知らせ、説き、強く勧め、懇願するのです。

**20.** あなたがた全員の救いと、それに対する偉大な報いを思うとき、私はどれほど大きな喜びを感じるか。それと同じくらい、あなたがた一人ひとりについて、にどのような答えを述べなければならないかを想像するとき、私は大きな恐れと戦慄に包まれます。ですから、わが子らよ



、私を助けてください。指導者の不甲斐なさや盲目さにかかわらず、あなたがた自身を救い、それによって私という貧しい者をも共に救ってください。あなたがたに命じられ、課せられたすべてのことを忠実に実行することに熱心になり、救われてください。無条件の従順を保ち、神に倣う謙遜、揺るぎない信仰、啓発的な啓示、事柄への着実な勤勉、詩篇の詠唱における敬虔な注意、苦にならない節制、服装における質素さ、傲慢さを排すること、笑いと言争からの遠ざかり、見せびらかしを好まないこと、そして互いへの愛を保ちなさい。

## 67. あなた方を愛する者として、あなたがたが繁栄する時には喜び、あるような気風を見る時には悲しむ

67. 1) あなた方を愛する者として、あなたがたが繁栄する時には喜び、ある種の気風を目にする時には悲しみます。－ 2) あなたがたは偉大な称号にふさわしい者とされ、そのためにすべてを捨てた。それゆえ、あなたがた一人ひとりはいこう聞くべきである。「喜びの中に入りなさい」。－ 3) あなたがたのようにありたいと願う者は多いが、そうできない者もいる。それゆえ、神に栄光を帰し、正しくありなさい。[1, 75]

21. いつの日か、私は完全な沈黙に包まれることになるでしょう。しかし、私の鼻孔に息がある限り、私の義務として、あなた方への温かい愛を込めて、ふさわしいことをあなた方に語り続けることをやめないでしょう。あなたがたは、神の御心と恵みによって、私の子供たちです。だからこそ、あなたがたの品行方正さと端正な姿、そして救いをもたらす生き方を見る時、私は大きな喜びに包まれるのです。その時、私は良き希望に翼を与えられ、まるで王のように歩み、神を賛美します。そして、その時には、もはや他の何ものも私を喜ばせることはありません。しかし、あなたがたの間で不和が見られると、まるで山が私の魂を押しつぶすかのように感じられ、私は打ちのめされたかのように、うつむいて歩き、悲しみ、あなたがたへの指導が不十分だったと自らを責め、かつてナザレについて語られたように、「このような指導者から、果たして何か良いことが生まれるだろうか」と自問するのです。どうか、私の子供たちよ、私を憐れんでください。そして、あなたがたのために、あなたがたの繁栄と、あなたがたに与えられた幸いな運命のために、私が常に喜び、神を賛美できるようにしてください。

22. あなたがたはまことに聖なる地位に就き、敬虔な生活を送り、天使の位に数え入れられました。それは、あの神聖な御声に耳を傾け、それに従ったからです。「もし完全になりたいのなら、行って、あなたの財産を売り払い、貧しい人々に施しなさい.....そして、わたしに従いなさい（マタイ 19, 21）。こうして、あなたがたはこの世に十字架につけられ、もはや「この世に属していない」。もしあなたがたがこの世に属していたなら、この世はあなたがたを愛したであろう。しかし、あなたがたはこの世に属していないゆえに、「このゆえに」、主の御言葉（ヨハネ 15:19）のとおり、この世はあなたがたを憎むのかもしれない。その日、あなたがたは聖なる使徒たちと共に、主に向かって「私たちはすべてを捨てて、あなたに従いました」（マタイ 19:27）と誇りをもって告げることができるようでしょう。さらに、あなたがたは父も母も、兄弟も姉妹も愛さず、「すべてのものを無に等しいものと見なして」（フィリピ 3:8）、ただあなた一人を得ることを、何よりも尊い富と見なしたのです。――私は嘘をついているのでしょうか。真実を語っていないのでしょうか。あなたがたは実際にそうしなかったのでしょうか。――それゆえ、あなたがたはこう言われるのを聞くことになるでしょう。「わたしの父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意された御国を受け継ぎなさい」（マタイ 25:34）；あるいは、「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入りなさい」（マタイ 25:21）、あるいはこれに類する言葉である。

23. これほど偉大な恵みにあずかり、これほど素晴らしく、この世のものではない生活に入ったのですから、喜びませんか。歓喜しませんか。ダビデと共に、「主が私に与えてくださったすべての恵みに、私は主に対して何をお返しすればよいのでしょうか」（詩編 115:3）と歌いませんか。－ はい。しかし、次の言葉も付け加えてください。「私は救いの杯を受け取る」（同上）。

これは、必要とされるときには殉教者として血を流す覚悟があることを意味します。— まことに、まことに、あなたがたが見ているものを見たいと願い、あなたがたが聞いていることを聞きたいと願い、あなたがたが得たものを得たいと願う人々がどれほど多いことか。しかし、妻との結びつきのため、あるいは子供たちのため、あるいは肉欲的な交友のため、あるいは世の栄光のため、あるいは富のため、あるいは世俗の慣習のため、あるいはその他様々な外的な生活様式のために、地上のものから離れ、天上のものへと向かう力がなく、——外見上は 外見上は幸福であるかのように見えながらも、内面においては多くの悲しみに押しつぶされている。さあ、神に栄光を帰し、常に善に善を、神に喜ばれることに神に喜ばれることを重ねるよう努めよう。そうして成功し、完成されていく中で、互いの平和と調和のうちに、些細な言葉、わずかな身振り、視線、振る舞いに至るまで、すべてにおいて整った状態を保ち、死の門を通して天にある私たちの至福の御国へと至る、至福の結末に常に備えている者となれるように。

#### 68. 虚しい世の平和など取るに足らない。しかし、私たちの目標は高く、その労苦は実り多い

68. 1) 取るに足らない虚栄の中に平和があるが、私たちの目標は高く、その労苦は実り多い。— 2) 誰が私たちに断念する力を与えてくれたのか。私たちの願いを祝福してくださった神である。それゆえ、選ばれた道に忠実であり続けよう。[1, 77]

24. 母の胎内からこの聖なる召命に選び、修道生活の驚くべき至福の高みへと招いてくださった神に栄光あれ。 私たちには——こう言うのは大胆ではあるが、修道生活の目的とは無縁ではない——まことに、この世に生きる者たちよりも、天の御国の奥義を理解する恵みが与えられている。この世に生きる者たちの多くは、彼らを魅了する地上の事柄のために、心は盲目となり、見ているようで見ていないのである。なぜなら、彼らには何があるというのか？ 富やはかない名声に溺れ、快楽や楽しみを喜び、香油や香料にふけり、酒宴、柔らかな衣、美しい馬、大勢の奴隷、豪華な邸宅、宝石の輝き、その他様々な虚飾に溺れ、山羊や雌山羊のように笑い、踊り、跳ね回り、屠殺に備えられているかのように飽食し、肥え太っている。彼らの他の多くの罪深い習慣については触れないが、そこから生じるものや、それが何をもたらすかについては、私たちの言葉はここで終わりにしよう。彼らにとって、これらは自慢であり、誇りであり、慰めである。しかし、情欲や欲望と共に自らの肉を十字架につけた者たち、すなわち使徒の言葉（ガラテヤ 5:24）に従い、「キリストに属する者」である私たち、主イエス・キリストの僕であり子である者たちにとってはそうではない。 私たちには別の願いがあり、別のものへの傾きがある。私たちは、もともと人間が楽園で与えられていた慰めと甘美さを求めている。それらは、かつての無分別によって私たちから奪われてしまったものである。そのため、私たちは古の聖なる先人たちの生き方を模範とする。「彼らは羊の皮や山羊の皮を着て歩み、全世界も彼らにふさわしくなかった」（ヘブライ人への手紙 11, 37）という、古の聖なる先人たちの生き方を模範とし、魅惑に満ちたこの世から離れ、天を仰ぎ見、そこへと向かって神に近づこう。しかし、あらゆるものから離れることによって、私たちはすべてのものの上に立つ者となる。これこそが、私たちの召しの偉大さである！

25. いったい誰が、私たちを肉と血、両親、親族や知人、故郷、町や村、そして幼少期から慣れ親しんできたあらゆるものから引き離したのだろうか。誰が私たちを、霊的な父たちや修道院長たちのしもべとして身を捧げ、禁欲、徹夜祈祷、そして裸の地の上での睡眠といった、日々繰り返される修業の労苦に身を投じるよう導いたのか？ 誰が私たちを啓発し、金や銀、華やかさや壮麗さ、さらには王のティアラや紫の衣さえも何の意味もないものと見なし、きらびやかなマントを身にまとうよりも、このぼろぼろで継ぎ目の多い（繕いの入った）衣を身にまとうことこそが、より価値があり、より尊いことであると教えてくれたのか？ 誰が私たちに、感覚的かつ肉欲的なものすべてから離れ、貞潔を通じて天上の者たちに倣い始め、天使たちのように清く、汚れないままでいる力を与えてくれたのでしょうか？ 神は、私たちが唯一の神を愛し、来たるべき祝福、永遠の栄光、言い表せない喜び、絶えることのない歓喜、尽きることのない富、そして太古の昔から私たちの祝福された先祖たちに約束され、唯一の神に熱心に奉仕するすべての人々

のために用意されたすべてのものを切望したからこそ、これらすべてを私たちに授けてくださったのです。しかし、もし私たちがこれを決意し、これを選び、この道に身を定めたのであれば、全力を尽くしてこの道を歩み続け、決して後戻りすることなく、その日が来た時に一般の信徒たちより遅れをとらないよう、自らを厳しく戒めなければならない。清くあり続け、ますます貞潔を堅く守り、心にも、目にも、心にも、体にも、墮落を許さないよう努めよう。

**69. 遭遇するあらゆる不快な事柄に耐えなければならない。そして、殉教者たちの列に加わるにふさわしい者となろう。**

69. 1) 遭遇するあらゆる不快なことを耐え忍び、殉教者たちの列に加わるにふさわしい者となりましょう。—2) 救い主のように、地上で謙遜な境遇に満足し、神を慕い求めましょう。[1, 78]

**26.** わたしはあなたがたの魂のために目を覚まし続け、昼も夜もあなたがたを気遣い、言葉と行いをもってあなたがたを導き、あなたがたをふさわしい完全さの境地へと導かなければならない。しかし、あなたがたも決して手を緩めてはならない。なぜなら、あなたがたの教師と名乗るに値しない私が、あなたがたのために何かを耐え忍んでいるのなら、あなたがたもまた、私のため、そして互いのために耐え忍び、共に苦しみ、共に喜びを分かち合わなければならないからです。その際、それを自分にとって異質なものと見なしたり、恐れったり、逃げ出したり、直面する苦難に気力を失ったりしてはなりません。私たちは「まだ血を流すほどの試練には至っていない」（ヘブライ人への手紙 12:4）し、「まだ火や水の中を通り抜けてはいない」（詩篇 65:12）のです。聖なる殉教者たちのように、また、敬虔で義なる人々一人ひとりのように、私たちはまだ傷つけられもせず、試練にさらされてもいないのです。それなのに、私たちに降りかかる些細な不快な出来事さえも、勇敢に、そして穏やかに耐え忍ぶことさえできないのに、どうして来世において、私たちもキリストのために苦難に遭ったと誇ることができるのでしょうか。いかなる非難、恥辱、屈辱、侮辱、軽蔑——さらに付け加えるならば——断食、水分の制限、ぼろぼろの衣、従順の労苦、礼拝のための早起き、詩篇詠唱時の立ちっぱなし、課された悔悛の行いの履行などです。——さあ、わが子らよ、あらゆる困難や不快なことを穏やかに耐え忍び続けよう。そうしてダビデと共に真実をもってこう歌えるように：「主を待ち望み、忍耐した」と。そしてそれによって、神の憐れみにより、「主は私に耳を傾け、私の祈りを聞いてくださった」（詩編 39:2）という恵みにあずかることができるように。来たるべき世において、他の人々はそれぞれ異なる実りを捧げることになるでしょう。三度祝福された殉教者たちは血を、尊い父たちは自らの偉業と徳を、そして私たちは、前述した謙虚な忍耐を捧げるのです。そして私は、神聖なるアントニウスが証言しているように、私たちがそれらの分け前を奪われることはないことを確信しています。

**27.** 「何よりもまず神を求めよ。そうすれば、あなたの魂は生き生きとする」（詩編 68:33）。「その御顔を求めよ」、そうすれば、それがあなたの清い心に映し出されるであろう（詩編 104:4）。「主が成し遂げられた御業を思い起こせ」（詩編 104:5）——かつての年月にわたって、また今なお、私たちの中で成し遂げられ、私たちの兄弟愛を増し加え、養い、現世の生活に必要なものを何一つ欠かすことなくしてくださっている。そして、主が私たちのために成し遂げてくださるすべてのことに、私たちは主に対して相応の感謝を捧げよう。主が私たちに求めておられるのは、他でもない、主を畏れ、心を尽くし、思いを尽くして主を愛し、力ある限り、受肉してこの世に暮らされた主の生き様に倣うことではないでしょうか。天から降りてこられ、地上で旅人となられたのは、私たちもまた、自分の思いから欲望を遠ざけるためでした。主は御父に従われた。それは、あなたがたもまた、不適格な私に従順に従うためである。主は死に至るまでご自身を低くされた。それは、あなたがたもまた、思考、言葉、行い、そして動作において自らを低くし、謙遜することで、同じように振る舞えるようになるためである。——神のために人々の間で栄光を受けずにあること以外に、真の、神聖な栄光とは何でしょうか。神のために侮られ、不名誉な者たちと同列に数えられること以外に、修道士の誉れや名声とは何でしょうか。そして、私たちの救い主であり神である方は、肉体をまとわれた際、人々の間で栄光ある者や富める者



を恥じ入らせるために、へりくだり、卑しめられた道を選ばれました。そのために、馬小屋で生まれ、飼い葉桶に寝かされ、大工の息子と呼ばれ、ナザレ人と呼ばれ、簡素なマントを羽織ったキトンを身にまとい、徒歩で歩き、 労苦を味わい、ユダヤ人たちから石打ちの脅しを受け、侮辱され、捕らえられ、十字架にかけられ、槍で刺され、棺に納められ——そして後に復活された——それは、私たちが奮い立たせ、御自身の御使いたちの御前で、御自身と同様にすべてに耐え忍び、やがて天の御国において私たちが栄冠で飾ってくださるためである。

**70. 神はあなた方に何を求めておられるか。自分の意志を捨て、修道院長のただ一つの意志に従順であることである。それゆえ、いかなる事においても、たとえ善いことであっても、他者から抜き出ようと決してしてはならない。**

70. 神はあなた方に何を求めておられるのか。それは、自分の意志を捨て、修道院長の一つの意志に従服することである。それゆえ、いかなる事においても、たとえそれが善いことであっても、他者から孤立しようと試みてはならない。 [1, 79] 私が求めていること、あるいはそれ以上に、万物の主であり私たちの神があなた方に求めていることは何でしょうか？ それは、あなた方がよく従順であり、血を流すことになっても躊躇なく服従を示し、聖なる天使たちの御前で誓い、そのように生き、行動すると決意したことから決して逸脱しないこと、それ以外に何ものでもありません。 あなたがた自身もよくご存じの通り、私が一人ひとりに剃髪を行い、喜びと歓喜の衣を身にまとい、未解決のまま残っていた過ちを赦した際、あなたがたの口からどのような言葉が語られ、どのような誓いが立てられたか。それは、私のこの地における謙虚な赦しによって、天の御方がそれらを赦してくださるといふ揺るぎない希望に基づくものでした。 それなのに、なぜあなた方には、私たちの主イエス・キリストの御名において、私の父でありあなた方の父である者を通じて、またあなた方の先達たちの同意を得て、定められ確立されたもの以外の、無意味な思い、無分別な判断、無言の言葉、そして不適切な願望が生まれるのでしょうか。 ——ある者は自分の望むように断食を望み、ある者は自分の好むように沈黙を守り、ある者は自分の気に入ったことを学び、またある者は自分が求める役職に就こうとする——それらは独断的な計画であり、さらに個人的な企てであり、そこから全体的な崩壊が生じているのではないか？ 果たして、あなたがたはこうした目的のために一つになったのでしょうか？ ——「キリストを分け合ったのですか。それとも、パウロの名によって洗礼を受けたのですか」(Iコリント1:13)。 ——この言葉は、自分自身の個人的な欲望に流され、私が謙遜をもって事態を十分に検討した上で表明している唯一の事柄に目を向けず、注意も払わない者たちに、まさに当てはまる。神があなたがたに求めておられること、望んでおられることは、大げさなことや驚くべきことではなく、 ただ一つ、神があなたがたを召された共同生活を遵守すること——私の不甲斐なさや多くの罪ゆえに、あえて言うつもりはありませんが——そして、神から与えられた牧者の御心と導きに従って生き、行動し、崇められる御名の栄光のために尽くすこと、それだけを求めておられるのです。 これこそが、あなたがたの特別な偉大さと素晴らしさ——いや、むしろ、あなたがたの清らかな魂の殉教的な偉業——を現す場なのです！ もし誘惑にさらされたとしても、何が不思議だというのでしょうか？ しかし、決してそれが悪魔の意のままにあなた方を支配することを許してはなりません。また、あなた方の敵であり神の敵であるこの者の狡猾で邪悪な囁きに耳を傾けてはなりません。ただ一つ、すべてを最後まで耐え忍び、謙遜に富み、愛に励み、見せびらかしたり、眉をひそめたり、優越を競ったりせず、 厳しくならず、聞く者の破滅につながるような争いや論争を起こさないこと。「だから、真理をもって腰に帯を締め、義の鎧を身に着け、平和の福音を宣べ伝えるために足を履き整えなさい」(エフェソ6:14,15)。 ——主なる神が、あなたがたを助け、救ってくださいますように！

## 71. 罪の原因は、高慢と不従順であり、それらからあらゆる苦難が生じる。それとは対照的に、謙遜と従順からは

71. 1) 罪の原因は、高慢と不従順であり、それらからあらゆる苦難が生じる。それとは対照的に、謙遜と従順からはあらゆる善が生まれる。— 2) 貴族や富裕層から私たちのところに来られた方々は、高ぶることなく、謙遜になり、私たちのためにご自身を低くされた主に倣ってください。— 3) 私たちは、神に倣う生活のために全力を尽くします。[1, 80]

1. 私たちは、魂が病むことのないよう自戒し、これらの病気を引き起こす原因から遠ざかり、それによってそれらに伴う悪を避けるようにしよう。魂の病の第一の原因は高慢であり、そのために、夜明けを照らす明けの明星は堕ちた。第二の原因は不従順であり、そのために、原初の人には至福の樂園から追放された。そして、これら二つの原因から、憎むべき罪の数え切れないほどの種類と形態が生まれたのである。それゆえ、誰かが繁栄を愛し、その喜びを味わいたいと願うだろうか。高慢から遠ざかり、無条件の従順に伴う謙遜を身にまといなさい。そうすれば、喜びと楽しさがあなたの頭上に留まるだろう。なぜなら、この良き衣はどれほどの恵みをもたらすだろうか。——平和、柔和、敬意、信頼、無条件の従順——そして、真の神の人が特徴とする、あらゆる善きもの、心地よいもの、切望されるものすべてである。

2. 傲慢な生活から私たちのところへ来られたあなたがたは、神にかなう生活において謙遜になったからといって、高慢になってはなりません。高貴な家柄から私たちのもとへ駆けつけたことを誇ったり、以前持っていたあれやこれを自慢したりしてはなりません。なぜなら、あなたがたは神の恵みに乏しく、貧しいかもしれないからです。しかし、私たちの主であり神であるキリスト、すなわち万物の主であり真に豊かな方を見つめ、謙遜な心で（ローマ12:16）、思いや感情を導き、主の行いに倣いなさい。主は外見上は貧しく、両親に従い、徒歩で歩き、しばしば疲れ、「懲らしめられても反抗せず、苦しみを拒まず」（Iペトロ2:23）、頬を打たれ、服装も特別ではなく、ヒトンとマント一枚で満足し、草の上や裸の地面で眠り、パン一枚と流れ出る水だけで食の必要を満たしておられました。もし今、私たちがこのすべてをはるかに多く持っているにもかかわらず、重荷を感じ、疲れ果てているのなら、私たちは一体どのような主の模範者と言えるのでしょうか。

3. なぜ私が懇願するのか。それは、神に倣う生活を勇敢に歩むためである。私たちのように、（世俗的に見て）身分の低い、裕福ではない境遇にある者が、食事や衣服、あるいはその他の必要物資のために重荷を感じ、嘆くことなど、これらすべてが他の人々と同様に満たされているのに、一体どのような言い訳ができるのでしょうか。——そのような者たちは皆、自分がかつて何であり、今何になったかを思い起こすべきです。——とはいえ、私は前者も後者も区別したり、分けたりするつもりはない。なぜなら、あなたがたは皆、本質的に一つだからである。しかし、私がこう言うのは、皆が命令されたことを喜んで実行し、私の指示について、「なぜ、どのように、何のためにそうするのか」などと論じないためである。

## 72. 懺悔やその他の矯正措置は、いかに救いとなるか？ それらは天国への道である

72. 1) 懺悔やその他の更生措置は、いかに救いとなるか。それらは天国への道である。——2) そもそも、共同生活における私たちの従順な生活こそが、何よりも救いとなるのである。[1, 81]

4. ここで少し悲しみを味わい、あそこで喜びを享受し、ここで懲らしめを受け、あそこで喜びに満ち、ここで窮屈な生活を送り、あそこで広々とした生活を送る方が、どれほど良いことだろうか！ 私たちは喜んで懲らしめを受け入れ、私たちを正してくれる人々を愛すべきである。なぜなら、私たちが神の道から逸れたとき、それによって引き起こされた悪から救いの治療を受け入れなければならないのではないだろうか？ まさにこの理由から、私の考えでは、聖なる、そして人愛に満ちた私たちの父たちは、神聖な憐れみに動かされ、教え子たちを救うために、時として厳格な措置を講じたのです。彼らは懺悔、破門、さらには体罰さえも課しました。それは何を意図していたのでしょうか？ それを受けた者だけでなく、その光景を目撃した者、同時代の人

々、そして後世の人々までもが救われるためです。なぜなら、多くの人々は、人間的な恐れゆえに、より良い道へと立ち返るからです。だからこそ、もしあなたがたが私の厳しい教えに耐え抜くならば、生ける神の御前で断言する。あなたがたは天の御国で救われるだろう。そこでは、病や悲しみ、嘆きは消え去る。もし従順のくびきを負うならば、罪深い情欲から解放され、神の子としての地位へと高められるでしょう。——情欲の炎を消し去り、永遠の命の泉で、心を涼しくし、命を与える水を飲むにふさわしい者とされ、——従順の道を立派に歩み終え、偉大なる王から勝利の冠を授かるでしょう。

5. かくして、我らの共同生活は偉大かつ栄光に満ちている。そのくびきは重くもあり軽くもある。それは、キリストのくびきと同様であり、キリストご自身の御言葉によれば、まさにその通りである。このことは、事柄そのものが証し、真理そのものがこれを示している。そして、誰も、柱に縛られた者、隠遁者、あるいは荒野の修道士を、真の従順な者であると称賛したり、そう呼んだりしてはならない。私が「真の」と言ったのは、真の従順な者は、ただ自分の魂を修道院長に委ね、血を流すことになってもなおその意志に従い続ける者だけだからである。このような恵みに恵まれたならば、私たちは喜び、祝うべきである。それは実に驚くべきことだからだ。——一方、孤立して生活する者については、たとえ彼が正しく生活していても、驚くべきことではない。さあ、私たちの生活様式を尊び、死ぬまで誠実な従順を守り続けよう。他人が私たちを称賛しようが非難しようが、気にかけることはない。もし神を畏れるならば、人を恐れることはなく、彼らの攻撃に打ち負かされることもないだろう。私たちの高い目標を心に留め、主の道に従ってそれに向かって進もう。そうすれば、主が私たちの歩みを導いてくださるだろう。

### 73. 道は重く、悲しみに満ちている。しかし、その代わりに計り知れない慰めが待っている。耐え忍ぼう

73. 1) この道は重く、悲しみに満ちている。しかし、その代わりに計り知れない慰めが待っている。耐え忍ぼう。 — 2) かつてすべての教父たちはこのように耐え忍び、今やそのことを忘れて慰めを受けている。私たちも彼らに倣おう。 — 3) 厳しい言葉を聞いたか？ 耐え忍べ。主もご自身を最下位と見なして耐え忍ばれたのだから、このこと、そして他のあらゆる苦難も乗り越えられるだろう。[1, 82]

6. 戦いの中に立ち続け、服従という偉業と殉教的な従順の中に身を置き、この世の生涯が日ごとに過ぎていく中で、天の御国の保証として、徳をもって魂を豊かにし、私たちに約束された言い表せないほどの恵みを宝として蓄えなさい。神の道は狭く、苦難に満ちている。しかし、私たちを待ち受ける安息は広く、広大である。悪魔の燃え盛る矢が次々と私たちの魂の家に降り注ぐが、聖霊の露はそれらを消し去り、永遠の命へと流れる水を私たちへと導いてくれる。窮屈さと悲しみ、落胆と気弱さ、労苦と汗、疲労と衰弱、そしてそれらと共にしばしば非難や叱責が伴います。——これこそが私たちの運命である。しかし、これらすべてに対して、言葉に尽くせぬ喜びと計り知れない歓びが私たちに蓄えられている。——さあ、勇気を持ってこのわずかな闘いの日々を耐え忍び、その報いとして義の冠を戴こう。

7. 私たちの三つの祝福を受けた先人たちは、断食、徹夜祈祷、涙、祈り、そしてあらゆる苦難の中で日々を過ごしながらか、どのような労苦を背負ったことか。しかし今や、彼らには過去に対する悲しみはもはやない。彼らは言い表せない喜びと、至福の安息を受け入れたのである。それゆえ、私たちもまた、時折私たちを襲う苦難を賢明に見据え、それらを取るに足らないもの、あるいはむしろ夢や影のように過ぎ去るものとして軽んじ、それらによって気力を失うことを許さず、それらに目を向けず、若々しい活力をもって主の戒めを果たしていこう。ののしりに心を痛めず、侮辱に恥じず、非難に動揺せず、悲しみに打ちのめされず、高慢にふくれ上がることはないように。むしろ、目を下に向け、心を天に向け、互いに親切で、穏やかで、忍耐強く、寛容でありなさい。

8. 誰かが厳しい言葉を口にしたとしても、それでどうだということか。なぜその侮辱に苦しむのか。キリスト、すなわち私たちの神は、「あなたは悪霊を持っている」（ヨハネ7:20）と告



げられても、黙っておられた。「ベエルゼブブによって悪霊を追い出している」(マタイ12:24)と非難されても、動じられなかった。それなのに私たちは、本来無価値であり、その生き方においてもあらゆる非難に値する者でありながら、ほんの少し侮辱的な言葉を聞いただけでも、ハリネズミのように逆立つ。なぜ、謙遜の甘美さをより深く味わわないのか。なぜ、善き服従の教訓を学ぼうとしないのか。なぜ、この際、真の修道士たちの武器を手にとろうとしないのか。その武器とは——美しい筆跡でも、甘い歌声でも、白衣の装いでも、背の高さでも、華美な身なりでも、甘やかされた気質でも、世俗的な威厳を振りかざす態度でも、大言壮語でも、大胆な言葉や反論、あるいはそれに類するものでもない。むしろ、心の中で自分を最も卑しい者と見なし、すべての人を自分より高き者と敬い、言葉、とりわけ厳しい言葉を軽々しく口にせず、軽率にならず、慎重であり、いわゆる「謙遜」を追い求め、謙遜に導かれるようにし、協調的で、愛に満ち、とりわけ嫉妬心を持たないことである。——しかし、あなたがたは神に教えられた者として、すべてを知っており、常に神に喜ばれることを行っている。どうかそのままであり続け、すべてに満足し、常に心から喜び、私たちの召命という唯一の希望に励まされてほしい。

**74. 王が夕食に招くと、皆は急いで駆けつける。私たちを招かれたのは天の王である。あらゆる困難を乗り越えて、どうして急がないことができようか。だから、気弱になってはならず、あらゆることに勇敢に立ち向かおう**

74. 1) 王が夕食に招くと、皆は急いで駆けつける。私たちを招いてくださったのは天の王である。あらゆることを耐え忍びながら、どうして急がないことができようか。だから、気弱になってはならず、あらゆることに元気よく立ち向かおう。— 2) 主が地上の生涯で耐え忍ばれたすべてのことを思い起こし、もしあなたにも同様のことが降りかかっても、喜びなさい。[1, 83]

9. 王によって栄光、繁栄、富、慰め、そして快樂へと招かれた人々が、怠ることなく、全力を尽くし、喜びをもってそれらを追い求めるのであれば、ましてや、万物の神であり王である方によって、前述のような朽ちゆく取るに足らないものへとではなく、天の御国、絶えることのない光、終わりのない命、言い表せない至福、神の子としての地位、そしての永遠の恵みの相続へと招かれている我々は、なおさら、喜びと尽きることのない熱意をもって、毎日、毎時間、この声に耳を傾け、その導きに従って、あらゆる障害を乗り越え、何ものをも恐れず、何ものにも立ち止まることなく、苦しみや窮状の前でも、飢えや渇きの前でも、死の危険や剣の前でも、勇敢に、活気に満ちて、心を一つにして修業の道を歩み、私たちの前にある至福の希望のために、すべてを軽々と耐え忍ばなければならない。偉業を前にして気力を失い、臆病になるのは、魂が眠りについてしまったからに他なりません。ですから、あなたがたの業の成就の終わりを仰ぎ見ながら、忍耐強く、与えられた苦難に満ちた境遇を耐え忍び、その中にある美德——自らの欲望からの断念、従順な行動、数多くの兄弟たちとの間で生じる悲痛な衝突を黙って耐え忍ぶこと、そして時には下位者からの侮辱や上位者からの叱責——そうすることで、使徒の言葉が、まさにあなた方にも当てはまるようになるのです：「今に至るまで、飢え、渇き、裸で過ごし」、安らぎを知らず、疲れ果てている。「しかし、これらすべてにおいて、私たちを愛してくださった神によって、私たちは勝利している」(Iコリント4:11; 参照：ローマ8:34)。

10. 「主と、その力強い御力によって、強くなれ」(エフェソ6:10)、そして、あなたがたのこれまでの功績や試練への耐え忍びに加え、現在および将来のものも加えなさい。救い主キリストのために喜んでこれらに耐え、御方の受難に倣う者となることが許されたことを、大きな喜びとして受け止めなさい。このことこそ、その事柄を理解する者たちが、自分たちにとって最大の報いであると見なすべきものである。主が私たちのためにどれほど苦しまれたかを思い出してください。主は肉において幼子ではなかったでしょうか。ヘロデの殺意に満ちた狡猾さから逃げなかったでしょうか。両親に従わなかったでしょうか。十二歳の時、学びもしていないのに、神殿に集まった人々を戒めなかったでしょうか。——主は、学問を受けていない人々が悲しまないように、そうされたのです。徒歩で歩かれ、疲れ、イチジクの木で食べ物を求められませんでしたか？ ユダヤ人たちから侮辱されませんでしたか？「お前は悪霊に取りつかれている」とか、「

ベエルゼブル、悪霊の王よ、悪霊を追い出しているのか」と言われませんでしたか？ 人々は彼を石で打ち殺そうとしましたが、彼はそこから身を隠しませんでしたか？ それ以前にも、四十日間の断食の期間中、人間として悪魔から誘惑されなかったか。その後、しもべとして弟子たちの足を洗わなかったか。裏切り者に裏切られなかったか。ユダヤ人たちに捕らえられなかったか。アンナとカイアファに嘲笑されなかったか。召使いの手によって頬を打たれなかったか。ご自身が創造された者たちの手によって鞭打たれなかったか。侮辱のために茨の冠を被せられなかったか。十字架に登られなかったか。その聖なる手と足は釘で打ち付けられなかったか。十字架の上で多くの侮辱の言葉を聞かされなかったか。その肋骨は槍で刺されなかったか？ 渴きを癒すために胆汁を飲まされなかったか？ 葬られ、神として三日目に復活しなかったか？ ——さて、私たち自身について、これと似たような苦しみを味わったと言えるだろうか？ 兄弟よ、あなたの背中は、あなたのキリストのように鞭打たれたか？ あなたの頬には打たれた跡が見えるか？ あなたの耳は、数え切れないほどの嘲笑や侮辱、冒瀆にさらされたか？ あなたの全身は、苦しみにによって聖別されたか？ ——もちろん、あなたにはそのようなことは何一つない。それならば、せめて、あなたが穏やかに、愛をもって受け入れているささやかな苦難を受け入れなさい。そうすれば、人を愛する主は、その計り知れない慈しみによって、来世においてあなたを栄光に輝かせてくださるでしょう。あなたの修道服のためにそうしなさい。なぜなら、修道服とは、主のために十字架と死を耐え忍ぶという誓いに他ならないからです。

**75. 私たちの規律に従った善き生活の果実を見たら、それをより厳格に守りなさい。そうすれば、あなたは三位一体の神の住まいとなるでしょう。**

75. 1) 私たちの規律に従った善き生活の成果を見て、それをより厳格に守りなさい。そうすれば、あなたは三位一体の神の住まいとなるでしょう。 - 2) 聖書の言葉に導かれて、あらゆる点で正しく、神に喜ばれる者となり、非難されるべきものすべてから遠ざかりなさい。[1.84]

**11.** ご覧なさい、あなたがたの心をついにし、心をつにして、あらゆる善のために少しずつ自らを律してきたことが、あなたたちをどのような境地へと導いたか。そして、それがあなたたちにどのような実を結ばなかったのでしょうか？ ——そこから平和と静けさが生まれ、そこから互いへの誠実な信頼と切っても切れない一致が生まれ、そこから救いをもたらす悲しみと有益な告白が生まれ、そこから深い悔い改めとそれにふさわしい謙遜が生まれ、そこから兄弟愛と父のような慈愛に満ちた心構えが生まれたのです。「すべてのことにおいて」、使徒の言葉によれば、「ふさわしい『事柄』において、自分たちが清い者であることを示しなさい」（Ⅱコリント7:11）。「主は祝福される。主は御自分の民を顧み、救いを成し遂げられたからである」（ルカ1:68）：「あなたがたは主の民であり、選ばれた民である。主はあなたがたのために救いの角を高く掲げられた」（ルカ1:69）、あなたがたの新たに得た善き心を通じて。そこには、あなたがたにとって喜びと楽しみ、名誉と良き誉れ、知恵、分別、そして完全な知識があり、神の御前で称賛に値する清い人生を送ることができるのです。このことについて、外部の人々のうち誰も（彼らの判断は時に私たちの生活にも当てはまるものですが）こう言いません：「私は、たとえ読み書きができず、ギリシャ人が好んで取り組むような事柄について論じる術を知らなくても、汚れなく非の打ち所のない生活を送る者を賢いと呼ぶ」。——たとえ、話すことと聞くことだけに全力を注ぐ者たちにとってさえ、そう見えるのであれば、聖人たちが定めたこと以外に、私たちが何か別のことを考え出すべきでしょうか？ どうか、主なる神を畏れ、震えおののき、その戒めを守るよう努めなさい。そうすれば、恵みはあなたがたを「あらゆる善き業のために備えられた、選ばれた器」として現わしてくれるでしょう（Ⅱテモテ2:21）。なぜなら、心の清さのために、父と子と聖霊が宿る場所には、どんな善、どんな知恵、どんな霊の熱意、どんな啓発、教化、導きがないのでしょうか。しかし、それがなければ、そこには冷たい言葉と見せかけや自己顕示ばかりがあり、しばしば惑わしや迷いがあり、常に無益なものばかりです。

**12.** 朗読に耳を傾けなさい。そして、聖書の御言葉があなたがたの中から失われてはならない（忘れられてはならない）。悪から舌を守りなさい。とりわけ、この舌を制御することに慣れ

ていない、最も若いあなたがたは、この気まぐれで、致命的な毒に満ちた舌から、私たちが常に多くの罪に陥っているのだから。あなたがたの間に、悪意に満ちた交わりがあってはならない。あなたがたのうちの二人が、悪意に満ちた、ユダヤ的な方法で結託してはならない。アナニアやサファイラのように、偽りの言葉や隠蔽があってはならない。ファリサイ派やサドカイ派のように、隠された企みや邪悪な策略があってはならない。聖ザラトウストが叫ぶように、「私のもの、あなたのもの」という、数え切れないほどの悪に満ちたものが、あなたがたの間にはあってはならない。「古いものは過ぎ去り、すべてが新しくなった」（Ⅱコリント5:17）。なぜ、かつての（以前の生活）ことを、ただ同じ情欲を避けるためだけに、自らの内において思い起こすべきであり、互いに思念の炎を燃え上がらせるためではないのか。「あなたがたが、より良くなり、救いに固く留まることを、私は望んでいる」（ヘブライ人への手紙 6:9）。もしかすると、私たちが以前の状態に陥ったのは、深淵や嵐、そして多くの動揺から逃れ、私たちの平和で静かな安息の地へと駆け込み、もはや波間の危険な航海に出ることを好まず、この謙遜な港で、私たちの主キリスト・イエスについて、波立たず静かに黙想するようになるためです。

#### **76. 聖なる生活を送る者には、常に祝日がある。これを望むか。神に喜ばれることを熱心に求め、そのためにあらゆることを耐え忍べ。**

76. 1) 聖く生きる者には、常に祝日がある。これを望むか。神に喜ばれることに熱心であり、そのためにあらゆることを耐え忍べ。 - 2) 私たちがなぜこの世から離れたのかを覚え、それを目標とせよ。特に清さを守り、これに背く者との交わりを避けよ。 [1, 85]

**13.** 聖なる生活を送る者には、常に祝日がある。その者は、常に啓発され、清められ、高められ、常に神を宿し、神に似た者となっているため、祝日のように日々を過ごすことを決してやめない。もしあなたがたもそのような者になりたいと望むなら——お願いいたします、懇願いたします——あらゆる善と、神に喜ばれることすべてに対して、自発的であり、進んで取り組み、自らを奮い立たせてください。永遠の恵みを仰ぎ見るために目を向け、そのために、遭遇するあらゆるものを、受け入れ、乗り越え、耐え忍んでください： 苦しみ、窮屈さ、暴力、困窮、苛立ち、中傷、労苦、汗、そしてその他あらゆる類似のものを、私たちが望むものを得、この世を去った目的を果たすために。ああ、私の父たちよ、正しく、適切に、確信を持って生きることほど、なんと至福なことでしょう！ そして、悔い改めと謙遜と畏敬の念をもって日々を過ごし、この世を去る時、すべての者の恐るべき審判者である神との対面、そして御前での答弁に備えることは、なんと尊いことでしょうか！

**14.** 「アルセニイよ、あなたは何のためにこの世を去ったのか？」この尊い方は、自らを救うための戒めとして、よくこう語っていた。 私たちもまた、何のためにこの世を離れたのかを知り、その達成に向けて全力を尽くし、美德の美しさで自らの生涯を飾り、輝かしい純潔を守り、自らを清く、汚れなく、穢れのないままに保つことによって、主なる神の花嫁として魂を備えようではありませんか。なぜなら、私たちは神の宮と呼ばれているからです。そして、「神の宮を破壊する者は、神によって破壊される」と聖書は言っています（Ⅰコリント3:17）。まさにこのゆえに、私はある人々について泣き、嘆き悲しんでいます。彼らは「心の中で神を認めることを拒んだ」救い主である神を心に留めることを試みなかったため、神は「彼らを、不品行を行うような、愚かな心へと引き渡された」（ローマ1:28）のです。また、「あなたがたも高慢になり、むしろ泣いて、このような行いをした者をあなたがたの中から追い出すべきであった」（Ⅰコリント5:2）と申し上げたいのです。ここから不注意が生じ、さらに無関心へとつながる。なぜなら、あなたがたは本来あるべきように、彼から背を向けていないからだ。あなたがたは彼と親しく交わり、共に笑い合い、預言者が非難してこう語った者と同じようになっている。「もし盗人を見たら、彼と共に走り、姦淫を行う者とは共犯者となった」（詩篇 49:18）。とはいえ、このような非難に対して私を怒らないでほしい。なぜなら、もし私があなた方を非難し、正しい行いのためにあなた方の前に立ち続けなければ、私は悲惨である。また、もしあなたがたが悪しき生活を送る者たちから遠ざからなければ、あなた方もまた悲惨であるからだ。



**77. 人生は波乱に満ちている。しかし、まず第一に、あなたがたの舵取りが冴え、賢明であるよう祈りなさい。そして、良い結末にたどり着くという希望をもって、心を慰めなさい**

77. 1) 人生は波乱に満ちている。しかし、まず第一に、あなたがたの舵取りが冴え、賢明であるよう祈りなさい。そして、良い結末に到達するという希望をもって心を慰めなさい。－ 2) あなたがたの間では、些細なことで多くの口論が起きていると聞く。それは謙遜の欠如によるものである。－ 3) 聖ドロフェイ、ドシフェイ、アカキイらは、黙して謙虚にすべてを受け入れ、平穏を保っていた。―― 4) 私たちは自らの欲望に苛まれ、それが満たされないことに心を乱されている。それは、欲望を捨てたことへの報いを忘れてしまったからである。－ 5) 私たちの仲間には病気になる者が多い。病める者たちよ、耐え忍びなさい。看病する者たちは、謙虚に尽くしなさい。医師の診察の際には、混乱が生じないよう気をつけなさい。そして、回復した後も怠けてはならない――気ままに振る舞ってはならない。[1, 86]

**15.** さらに、さらに寛容であり続け、忍耐し、気丈であれ。悪魔や人々から来る、目に見えないものも見えるものも含めた、あらゆる試練に耐えよ。あなたがたの生活がいかに多くの戦いに満ちているか、誰が見ていないというのか？ あなたがたの道がいかに多くの苦難に満ちているか、誰が証言しないというのか？ それゆえ、日々、あなたがたに対して争いが起こり、あちらからは痛ましい災難が襲い、時には兄弟たちとの衝突、時には従順を果たした後の不愉快な出来事や絶え間ない揺さぶり、四方八方からの押し寄せ――まるで深淵に翻弄されるかのように、希望の帆を掲げて天国へと向かいながら、この偉大で災難に満ちた世の海を航海しているのです。しかし、まず第一に、あなたがたの舵取りである、神の力と父なる神の祈りによって、常に心の目を開いており、見ることでできる者となり、目覚めている者として、どのようにしてあなたの船をうまく操り、信仰によってそれを救いの港へと導くべきかを悟れるように。そして、このような苦勞を乗り越えてこの人生の海を航海し、永遠の命を受け継ぐことができることを喜び、楽しみなさい。決して、迷ったり、立ち止まったり、何かに妨げられたりしてはなりません。むしろ、快活に、生き生きと、力強く前進し、古の蛇である悪魔を踏み砕き、主の戒めを果たすために、あらゆることに取り組み、乗り越えていくのです。あなたは若く、修道生活の初歩にあるのですか？ 謙遜と従順を受け入れ、それらを守り続けなさい。そうすれば、良い出発点から、少しずつ高みへと昇り、完全さへと至ることができるでしょう。すでに長い間、修道服を身にまとっているのですか？ 年数ではなく、徳の優越性によって、自らをそのように認めなさい。

**16.** 私がこう言うのは、あなたがたの間で、無駄話や論争、混乱、苛立ちや激昂、罵り合い、悪口、不和などが起きていると聞くからです。もっとも、全員がそうというわけではありませんが。兄弟たちよ、これは一体どこから来るのでしょうか。どのような原因から生じたのでしょうか。私は、謙遜の欠如以外に原因はないと思います。ですから、使徒の言葉をもって、あなたがたに懇願します。「心において子供になってはならない。むしろ、悪意においては幼子のようにあれ」（Iコリント14:20）。何の益もない無駄話をせず、自分の主張を通そうとして、あれこれと論じたり、様々な理由を並べ立てて、空論を繰り広げたりしてはなりません。」「誰が」と預言者は問う、「命を求める人、良い日々を見たいと願う人とは誰か！」そして自らこう答える。「あなたの舌を悪から遠ざけ、あなたの口が諂いの言葉を語らないようにせよ。悪から離れ、善を行い、平和を求め、それを追い求めよ」（詩編33:13-15）。

**17.** 聖ドロフェイは、何によって良き日々を目にし、安らかな生涯を送ることができたのか。また、偉大なるドシフェイ、永遠に記憶されるアカキイ、そしてそのような人々の集まり全体は、何によってそれらを享受したのか。あるいは――これを不遜と見なされないことを願うが――私たちの兄弟団の中にも、今も生きている者やすでに天に召された者たちの中には、ここで動揺や不安なく至福のうちに生きた人々がいたのは、一体何によるのだろうか。しかし、それはこのことによるのだろうか？――彼ら一人ひとりが自らを無に等しいものと見なし、あらゆる事柄において誰に対しても従順である用意があったからではないだろうか。

18. 私にとっては——「あなた方」とは言わないが——虚栄心、わがまま、そして快樂への執着が、安らかに生きること、平和に暮らすこと、そしてこの世のわずかな日々を素朴さと悪意なく過ごすことを、いずれも許してくれない。それゆえ、不安や重荷を感じている者は、隣人ではなく自分自身を責めるべきである。正しく歩み、平和に暮らしたいと願う者は、自分の欲望に固執してはならない——そうすれば、悲しみは消え、論争は静まり、ヨブが言ったように、野獸たちも彼と和解するだろう。さらに、知っておき、信じてほしい。望まない服を着ること、修理された靴を履くこと、好ましくないマントをまとうこと、従順のあり方が変わることを受け入れること、罵声を耐え忍ぶこと、中傷に耐えること——こうした些細な事柄の一つひとつによって、あなたがたには天の御国が約束されているのだ。さあ、力の及ぶ限り、主に喜ばれるよう努めましょう！そして、あたかも神が自分を見守っておられるかのように、その奉仕を保ち、成し遂げ、全うする者は幸いである。

19. 今、私たちは病の時代を迎えており、多くの兄弟たちが病に倒れている。病床にある者よ、勇気を出しなさい。あなたにとって行いの時が来たのです。病める人々の安息のために、金や貴重な宝石以上に多くの報いを集めるこの機会を逃してはなりません。そして、病める者たちは、忍耐の果実を集めなさい。与えられるもの以上のものを求めず、肉体だけでなく魂までも病んでしまわないようにしなさい。——なぜ、あなた方はこれほど無作法なのだろう。医者が来ると、皆が彼のもとへ駆け寄り、皆が質問し、皆が自分の体の部位を見せ、病気を訴えるのか？——世俗の人間の前で恥ずかしくないのか？もう二度と、彼はここに来ないかもしれない。だからこそ、私は特にこのことを指摘し、あなた方を正さざるを得ないのだ。なぜ秩序を守らないのですか？順番に、自分や自分の病気についてすべて話すことができますし、必要な場合は看護助手やその補助者を通じて伝えることもできます。しかし、このような無秩序は悪そのものです。そうではありません、私の子供たちよ。これからは、このようなことがないようにしてください。——また、病気を理由に何もしないようなことはしないでください。回復した後も、無駄にここへあそこへと歩き回ったり、節制を欠いたりしてはいけません。そうすれば、再び病気になって、健康な人たちに負担をかけることになりかねません。しかし、健康な皆さんにも、主のため、そして兄弟愛のために、忍耐強く奉仕し、弱き者の弱さを担ってあげてください。

**78. アラブ人が迫ってくると、彼らの手に落ちないようにあらゆる手段を講じて用心するように、私たちもまた、霊的な武器を身にまとい、心の敵から身を守らなければならない**

78. 1) アラブ人が近づいてくる時、彼らの手に落ちないようにあらゆる手段を講じて用心するように、私たちもまた、霊的な武具を身にまとい、心の敵から身を守ろう。— 2) 屈服することなく、勇敢に戦い、無執着の平安に到達しよう。[1, 87]

20. 現在、アラブ人たちは私たちに恐怖を与えている。彼らは突然襲いかかり、財産を略奪するだけでなく、人々を捕虜にする。そして、連れ去らない者たちについては、男女、老若を問わず容赦なく殺戮し、根絶やしにする。しかし、注意深く周囲を見渡せば、私たちもまた、人間からではなく、悪魔たちから、それ以上に恐ろしい攻撃や暴政にさらされていることがわかるだろう。彼らは私たちに対して、休むこともなければ、終わりのあることもない、絶え間なく激しい戦いを繰り広げている。ある者には罪の矢を放ち、別の者には情欲の縄で縛り上げ、心のエジプトへと捕虜として連れ去る。ある者には、魂と肉体のあらゆる部分を罪深い欲望の毒で満たし、またある者からは、神の救いの御言葉の種を奪い取り、飢えで苦しめる。こうして、これらの略奪者であり暴君である者たちは、私たちに対して様々な侮辱と拷問を加えているのである。——あなたがたの間で、信仰という霊的な剣を手に取り、打つことはあっても打たれることはなく、傷を負わせることはあっても負うことはなく、捕らえることはあっても捕らえられることのない、そのようなキリストの戦士は幸いである。しかし、私たちも皆、勇気を奮い起こし、私たちの戦いの武器——肉体的なものではなく霊的なもの——を掲げ、隊列を乱さず互いに助け合いながら、私たちと戦う者たちを打ち負かしていこう。使徒の言葉によれば、善き信仰こそが鎧であるから、鎧を身に着けない者は誰もいないように。謙遜こそが盾であるから、盾を持たない者は

誰もいないように。誰も、神聖な祈りである剣を持たない者であってはならない。誰も、従順である兜を持たない者であってはならない。誰も、あらゆる善行への生きた準備である心の馬を持たない者であってはならない。誰も、私たちの内なる人を守るその他の武装を持たない者であってはならない。敵に私たちを傷つけさせたり、打ち倒させたり、その足元にひれ伏させたりしてはならない。戦いに強き主は、十字架という武器をもって、この世の支配者の支配の源と権威を打ち砕かれ、「私たちに、蛇やサソリ、そしてあらゆる敵の力に立ち向かう権威を与えてくださった」（ルカ10:19）。

**21.** ですから、不遜になってはなりません。不遜に走る者は、槍で刺されたかのように打ち倒され、死に至るからです。注意せよ、情欲に従って行動してはならない。なぜなら、情欲に従って行動する者は、永遠の死に陥るからである。また、心に悪意のある考えを抱いてはならない。そのような者は捕らえられてしまうからである。不従順に陥ってはならない。不従順な者は、敵の矢に身をさらすことになるからである。高慢になってはならない。高慢によって、あなたは罪の剣の下に置かれることになるからだ。怠けてはならず、賛美歌の詠唱や手仕事を怠ってはならない。そうすることは、自分を悪魔の手に委ねることになるからだ。特に、内面では悪事を密かに行いながら、外面では内面とは異なる人物を装っている場合、そうなる傾向が強い。使徒はこうしたことすべてについてこう語っている。「どのように歩むべきか、注意深く見極めなさい。愚かな者ではなく、賢い者として、時を贖いなさい。なぜなら、日は悪だからである」（エフェソ5:16）。私たちはすでに年を重ねているのだから、十分な戦いの経験を持たなければならない。そして、戦うことを学んだ者は、敵を恐れぬ。それゆえ、主の尊い軍勢、主の聖なる民、主の選ばれた戦士たちよ、私はあなたがたに懇願し、お願いする。臆することなく、屈服することのないように。しかし、もし傷を負ったなら、悔い改めによってそれを癒やしましょう。もし打ち倒されたなら、涙と悔い改めによって生き返りましょう。もし心のバビロンへと連れ去られたなら、私たちの主イエス・キリストの尊い御体の聖体拝領によって解放されましょう。このようにして忍耐強く戦い続ければ、戦いは次第に遠のき、敵は逃げ去り、無執着の平和が私たちの内に輝き、私たちは神の子と呼ばれるようになるでしょう。なぜなら、「平和をつくる者は幸いである。彼らは神の子と呼ばれるからである」（マタイ5:9）と書かれているからです。

#### **79. 時は過ぎゆく。あなたがたが今行っているように、特に謙遜と柔和を重んじ、キリストに倣うよう、注意を払わなければならない**

79. 1) 時は過ぎ去る。あなたがたがそうしているように、特に謙遜と柔和を重んじ、キリストに倣うよう、注意を払わなければならない。－ 2) 天使たちや聖人たちは見守っている。あるべき姿で生きないのは恥ずべきことだ。たとえ困難であっても、偉大な報いを備えることになる。－ 3) 天国も地獄も私たちの目の前にある。どちらを選ぶかによって、その報いを受けることになる。－ 4) 情欲に従って行動する者の行いは、薪や藁のようなものだ。彼は燃え尽きることなく、永遠に燃え続けることになる。[2, 1]

**22.** 時は流れ、私たちを現世の終わりに引き寄せていく。しかし、このことを悟り、それを求める者は、悪魔の狡猾な策略によって、救いの業に無関心なまま人生を無駄に過ごすことはないだろう。誰が、無防備さに屈することなく、自らに耳を傾け、日々死に備え、霊的なものであれ肉的なものであれ、あらゆる行いを全能の神の御前に差し出すように歩んでいるだろうか？ 誰が、魂の目を天へと向け、そこにある幻の美しさを凝視し、その愛のすべてをあの世への渴望へと移し、天の力と共に舞い上がり、あらゆる重苦しい苦難を何とも思わず、侮辱も、屈辱も、苦しみも——飢えも渇きも、寒さや暑ささえも、また、聖書に記されている通り、誠実な石のように兄弟愛の輪の中で回っている者——あなた方のうちには、一人や二人ではなく、多くの者が、真摯な信仰と熱意をもってふさわしいものを求め、さらに、示唆に耳を傾け、従順で、忍耐強く、率直で、信頼でき、忠実であり、学問的な教育を受けていないにもかかわらず、その不足を多読や思索、あるいは暗記によって補おうともせず、ただ一つ、最も必要とされ、彼らがキリストに倣うもの、すなわち謙遜と柔和さ——「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、謙遜であ

るから」（マタイ11:29）という主の御言葉に耳を傾けているのです。さあ、あなたがたの注意を、光と真理、正義と柔和、謙遜と慈愛に向けなさい。どうか、あらゆる苛立ちや憤りから身を守ってください。「人の子らよ」と聖ダビデは呼びかけます。「いつまで、あなたがたは心硬いのか？ なぜ、あなたがたは虚しさを受し、偽りを求めるのか？」（詩編4:3）。「いつまで、敵は侮り、敵対する者は怒りを煽るのか？」（詩編73:10）。

**23.** どうか私をお赦してください。私は聖なる天使たちの前で恥じ入っています。彼らは、私たちの守護者として私たちを見守っているからです。また、私たちがその生き方を模範とし、その生き方を実践している聖なる父たちや敬虔な父たちの前でも、私は恥じ入っています。さあ、兄弟たちよ、敬虔な行いは敬虔に、聖なる行いは聖く行いましょう。どうか、冷酷で、反抗的で、矛盾した者にならないでください。言葉が粗暴で、怒りっぽく、口先だけの者にならないでください。嘲笑者、中傷者、誹謗者にならないでください。多弁で、滑稽で、厚かましい者にならないでください。神を受し、淫らなことを受してはなりません。沈黙を守り、無駄口を叩いてはなりません。粗末な衣服に満足し、見栄を張ることを好んではなりません。目は地に、心は天に向けなさい。周囲をよく見渡し、不注意のせいで罪の矢に撃たれることのないようにしなさい。それでは、その結果はどうなるのか？——労苦の代わりに安らぎが、偉業の代わりに冠が、侮辱の代わりに名誉と栄光が、屈辱の代わりに称賛、刺し傷の代わりに喜びの歓迎、奴隷状態の代わりに十の町を治める権威、両親や親族との別れの代わりに、私たちの主イエス・キリストの相続と共同相続、自らの意志を断ち切ったことへの報いとして、最初の殉教者ステファノと共に天に迎え入れられること； あれは一時的で、移ろいやすく、影のように過ぎ去るものだが、これは永遠であり、不滅で、終わりが無い。

**24.** もしあなたがたが天の御国を得たいと願うなら、もし永遠の命を味わいたいと願うなら、もし神の子としての地位を得たいと願うなら、もし楽園の住人になりたいと願うなら、もしアブラハムの懷で安らぎを得たいと願うなら、もし人の手によらず造られた花嫁の部屋に入ることが許されたいと願うなら、あるいはその他これに類するものを得たいと願うなら、これらすべてはあなたがたにとって可能であり、手の届くところにある、身近で、すでに用意されている。——しかし、もしあなたがたが、これとは正反対のもの——尽きることのない火、眠ることのない虫、ゲヘナの炎、歯ざしり、山羊の群れ、呪われた者たちの運命——を望むならば、これらすべてに遭遇することになるでしょう。どうか、そのようなことがあなたがたに起こりませんように！ しかし、もし私たちが正しく生きず、善意を培わず、自分の立場を確立しなければ、そうならないことはないでしょう。そのような者は、自らの魂をも救い、兄弟たちをも救い、そしてこの貧しい私をも救うのである。善行をなし、神を畏れて歩む者は、主の御前で誠実であり、その言葉もその顔も誠実である。その者は幸いであり、その死後も幸いな記憶を残すであろう。

**25.** 冷酷な者にとって、その冷酷さは何の益となるのか。反抗的な者にとって、その反抗は。不従順な者にとって、その不従順は。高慢な者にとって、その高慢は。彼は、怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、自らに怒りを蓄えているのではないだろうか。そして、その行いは薪や干し草、葦のようにではないだろうか。また、「その行いは燃え尽き、灰となる。しかし、本人は、まるで火から抜け出したかのように、救われる」という言葉が、彼に当てはまるのではないだろうか（Iコリント3:12, 15）。すなわち、来たるべき世において、彼は肉体的には地獄の火に焼かれることになるだろう。魂は、聖徒たちの栄光を仰ぎ見ながら、それを渴望しつつも永遠にそれを奪われたまま、計り知れず、果てしなく、心を引き裂かれ、苦しめられることになるでしょう。あなたがたのうち、だれ一人として、このような運命や状態に陥ることのないように！ なぜなら、私たちがまだここにいる間に、将来の炎に遭わないよう、神への恐れという火によって自らを清めなければならないからです。



**80. あなたがたの従順さを称賛する。そのままであり続けよ。また、必要物や奉仕を配る者も、それを受ける者も、神を畏れて行動せよ**

80. 1) あなたがたの従順さを称賛する。そのままであり続けなさい。また、必要や奉仕を配る者も、それを受ける者も、神を畏れる心をもって行動しなさい。— 2) 神に倣って、慈愛の行いで豊かになりなさい。成し遂げられたとしても驕らず、成し遂げられなくても落胆してはならない。[2, 2]

1. あなたがたがいかに成長し、いかに高まり、いかに完成され、神と私たちにどのような実を結んでいるか、また、善き生活の中で整えられ、従順によってあなたがたの魂を勝ち取っているか、よく見なさい。あなたがたは、その謙遜さによって、生活という角を高め、その従順さによって、偽りや偽善なく従順を全うしているという良心の証しを示しました。そして、常にそのままでいてください。——例えば、ある者がある任務に、別の者が別の任務に任命される際、それが行われるときは、どうか偏見も敵意も怠慢もなく、むしろ、すべてを見通す神の御前で、一人は割り当てを行い、もう一人は分別をもって、誠実に、そして称賛に値する態度でそれを受け入れるようにし、その日にこう言われるのを聞くためです。「よくやった、良い忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入りなさい」（マタイ 25:21）。お許しください、神を畏れる心なく、偏見を持って、兄弟たちに必要なもの——衣服や靴——を配ったり、奉仕の任務を割り当てたりする者たちは、このような声を聞くに値しません。むしろ、次のような声を聞くことになるでしょう。「神の業を不注意に行う者は皆、呪われる」（エレミヤ書 48:10）。なぜなら、ここからどれほどの悪が生み出されることか。一方では卑屈さ、他方では不平不満と平和な関係の崩壊である。私がこう言うのは、受け取る者たちが配る者たちに反旗を翻すように促すためではなく、配る者であるあなたがたが、神への畏れと兄弟愛に基づき、任された管理の分野において最善の方法で行動するようにするためである。もしあなたがたがそう行動するなら、秩序と平和と静けさは、私たちの愛すべき兄弟愛の中でますます強まり、根付くことになるだろう。

2. お願いいたします。どうか、あなたがたの心をあらゆる種類の善き行いで満たし、互いに愛し合い、互いの成功を喜び、隣人のつまずきを悲しんでください。「地上の指環は指環のようであり、天上の指環もまた天上の指環のようである」と使徒は言っています（Iコリント 15:48）。天の神は「慈しみと裁きを愛される」（詩編 32:5）のものであり、「その慈しみは全地を満たしている」（118:64）と、聖ダビデは歌っています。私たちも神に倣い、今これを成し遂げ、明日はまた別のことに取り組もう。その際、失敗しても気落ちせず、成功しても驕らないようにしよう。しかし、成功した際には主に感謝を捧げよう。なぜなら、これは「望む者でもなく、走る者でもなく、憐れみ深い神によるもの」だからである（ローマ 9:16）。前者の場合は忍耐し、そうすれば私たちには与えられるでしょう。主は、「求める者はみな見出し、叩く者には開かれる」（マタイ 7:8）と約束しておられるからです。このように、日々、あなたがたは自らの魂の救いを成し遂げ、ますます高いところへと登り続けていくのです。今こそ、滅びることのない真の贖いの時であり、霊的な競争の時であり、永遠の恵みによる豊かさの時である。走る者は幸いである。耐え忍ぶ者は三倍に幸いである。神への渴望の炎と神への愛をもって、日々自らの内を燃やし続ける者は、何よりも幸いである。

**81. 剣よりも恐ろしい情欲の反乱に警戒し、戒めによって身を守り、罪に対する嫌悪を武器としよう**

81. 1) 剣よりも恐ろしい情欲の反乱に警戒し、戒めによって身を守り、罪に対する嫌悪を武器としよう。— 2) 今日はこの悪魔が、明日はあの悪魔が立ち上がる。すべてを主の御名と、善への自制によって撃退しなければならない。また、悔悛の業を課されたとき、臆してはならない。[2, 4]

3. たとえ剣が私に向けられようとも、傷を負わされようとも、追放されようとも、死の脅威にさらされようとも、私はそれらをそれほど恐れてはいない。むしろ、私の謙虚な魂の中に湧

き上がる悪魔の攻撃を恐れているのだ。すなわち、私の肉体に君臨する罪が、まるで武装した軍勢のように、徳に対して数多くの狂おしい情欲を送り込む時である。その時、私にとって恐ろしいのは、肉ではなく心を傷つける罪の甘美さの矢である。その時、私にとって恐ろしいのは、地の上ではなく、目に見えない剣によって魂の上に注がれる血である。これこそが私が恐れるものであり、これこそが私が戦慄するものである。さあ、兄弟たちよ、自分自身に耳を傾け、いかなる中傷者も、高慢な思いも、罪の甘美さも、——貪欲、あるいは憤りを招く不従順、あるいは破滅的な独断、あるいは悔い改めない頑なさ、あるいは屈しない頑固さ、あるいは説得力のない自己正当化、あるいはその他、魂を乱す可能性のあるもの。しかし、あたかも塹壕のように、神の戒めをもって自らを守り、常に無傷で安全であり続けよう。もし、そのような捕食者が侵入してきたとしても、それを察知したその瞬間、速やかに捕らえ、縛り上げ、自分から遠く離れた場所に放り捨てよう。とりわけ情欲に対しては、心を閉ざし、精神の強さを身につけて武装しよう。そうすれば、戦わなければならない時にも倒れることなく、私たちに立ち向かってくる目に見えない敵を撃退し、遠くへ追い払うことができるだろう。

4. 今日はこのような悪魔が戦いを仕掛けてくるが、明日は別の悪魔が襲いかかり、その先にはまた別の悪魔——例えば、淫行、暴食、高慢、傲慢、厚かましき、独断、その他数え切れないほどの情欲——が現れるだろう。私たちはこれらすべてに立ち向かい、すべてと戦い、すべてを打ち負かさなければならない。それは、報いの日に私たちに勝利の冠を授けてくださる、私たちの主イエス・キリストの御名によってである。兄弟よ、これを聞き、理解し、守り、さらに付け加えるならば、日々、心の戦いに自らを駆り立てる者は幸いである。なぜなら、救いの業は不可欠であり、天の御国は自らを鍛える者だけが勝ち取るものだからである。あなたがたが試練に遭うことがあっても、驚く必要はない。それは、あなたがたを試み、戦いの術を教えるために起こるからである。戒められ、非難され、悔い改めの課題を課され、必要ならば破門されても、氣落ちしてはならない。むしろ、穏やかな心で、氣力を保ち、大きな熱意をもってその務めに取り組め。それこそが、あなたがたの救いであり、成功であり、殉教であり、それゆえに冠が与えられるのである。

**82. 兄弟は去ってしまった。なぜか。自分自身に耳を傾けず、惑わすような思いに屈してしまったからだ。もし自分自身に耳を傾けていれば、詩篇の教えが彼を正してくれただろう。そして、その意志は堅固ではなかったのだ。**

82. 1) 兄弟は去っていった。なぜか。自分自身に耳を傾けず、惑わすような思いに屈してしまったからだ。もし自分自身に耳を傾けていれば、詩篇の教えが彼を悟らせてくれただろう。そして、その意志は堅固ではなかった。— 2) 地上の王の兵士たちは、地上の利益のために王に忠実である。それならば、私たちも天の御国のために、天の王に忠実であり続けるべきではないか。さあ、先人たちに倣って、そのようにありましょう。[2, 5]

5. 私は、敵の誹謗中傷に対して自分自身に注意を払うよう、あなたがたに勧めてきた。今、自分自身に注意を払わなかったことによる悪い結果を指摘しよう。哀れな兄弟アバクムが、私たちのもとから逃げ去ってしまったのだ。もちろん、これは彼が自分自身に注意を払わず、心の中で自分自身を守る備えを持っていなかったからに他ならない。彼は、神のために戦うことのできた、神に忠実で敬虔な思いを抱くのではなく、神とその真理を魂から遮る、惑わすような思いを抱いていた。それゆえ、彼は苦難に遭ったのである。すなわち、自ら私たちの仲間から離れ、悪魔の後に従ったのだ。そして今、彼はどこを、捕食者に襲われる羊のように、導きも牧者もなくさまよっているのか？——自らの誓いを破って神から背いた彼が、今どうして神を賛美することができるだろうか？ そのような道を歩みながら、どうして「不義の者の助言に従わない人は幸いである」と歌うことができるだろうか？ あるいは、どうして「これは私の永遠の安息、ここに私は住む。私が望んだとおり」（詩編 131: 14）と言えるだろうか。また、「私は主を辛抱強く待ち望んだ。主は私に耳を傾け、私の祈りを聞いてくださった」（詩編 39: 2）という言葉も、彼からは程遠い。彼にとっては、次の詩篇の言葉の方がふさわしいと感じるだろう。「あなたの戒め



から逸れる者は呪われる」（詩篇118:21）。もし主なる神が、私の父であり、あなた方の父である者の祈りと、あなた方の協力によって、彼を回心へと導いてくださらなければ、彼は今や呪われており、これからも呪われ続けるだろう。しかし、なぜ私たちにこのようなことが起こるのか？なぜサタンは私たちを自分の手先として見つけ出し、さらっていくのか？なぜ私たちは、神の畏れに縛られず、私たちの神であるキリストへの愛という鎧を身にまとうことを怠っているのでしょうか。なぜ私たちは、自分の欲望に打ち負かされ、その結果、冷淡で、姦淫にふけり、揺らぎやすく、率直に言えば、実を結ばない者となってしまっているのでしょうか。先人への信仰はどこへ行ったのでしょうか。兄弟たちへの愛はどこにあるのか？そして、わずかな苦難に直面しただけで完全に力尽き、まだ戦いの場に足を踏み入れる前から引き返してしまうようなあなたがたは、いかにして肉体的・精神的な誘惑から逃れられるというのか？

6. この世の王の兵士たちを見てごらんさい——彼らは王への忠誠を守り、王のために戦い、自らの血を流しています。それは一体何のためでしょうか？——何らかの榮譽や位階を得るためです。私たちの行いはそうではありません。それらは、唯一の永遠にして目に見えない万物の王、神のためであり、地上の何物のためでもなく、天の御国を受け継ぎ、主キリストの共同相続人となり、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだことさえないものを味わうためなのです。それにもかかわらず、私たちは皆、常に彼に忠実であり続けるわけではない。私たちは誘惑され、惑わされ、引きずり込まれることもある。しかし、私たちこそ、正気を保たなければならないのではないのか。私たちこそ、心を強めなければならないのではないのか。私たちこそ、血を流すまで立ち続けなければならないのではないのか。私たちの誕生は、天からのものではないのか。私たちは光の子ではないのか。どうして私たちが従順な子であることを示さないでいられようか。どうして私たちが聖なる種であることを示さないでいられようか。どうしてあらゆる思いキリストへの従順へと従わせないのか？どうして世俗の思惑を超えて高みを目指さないのか？どうしてキリストのために死なないのか、たとえ一日に一度は主のために死ぬべきであるとしても？——さあ、わが子らよ！私たちの聖なる父たちや、彼らの導きの下で生きたあの祝福された人々の模範に倣い、力の息子たち、キリストの戦士たち、真に神の民、天使の合唱団、揺るぎない軍団となりましょう。そうすれば、聖シルヴァン、尊者ドシフェイ、永遠に記憶されるザカリア、そしてすべての尊者たちの弟子たちがそうであったように、サタンを私たちの足の下に踏みつけ、侮辱しましょう。なぜなら、栄光に輝いているのはドシフェイ一人、シルヴァン一人、ザカリア一人だけではなく、彼らのすべての忠実な弟子たちや追隨者たちもまた、その栄光に与っているからです。私たちも、どうか、彼らのようにありたいと願います。敵の誹謗中傷に打ち負かされることのないよう、彼らの恐怖を恐れることなく、罪の死によって自らを滅ぼすことのないように。むしろ、残りの日々、そして人生のすべての時間を、私たちの主なる神に喜ばれるように生きましょう。

### 83. 何ものも、私たちが神の愛から引き離してはなりません。しかし、キリストの完全さに達するまで、私たちは善行と徳に励み続けましょう。

83. 1) 何ものも私たちが神の愛から引き離してはならない。しかし、キリストの測り高さに達するまで、善行と徳に励み続けよう。— 2) この世を捨てたことで、私たちは偉大な業を成し遂げた。先人たちに倣い、怠慢や自己満足によって、この取り組みを恥じさせることのないようにしよう。[2, 6]

7. 民に何らかの災いが起こり、すべてが混乱に陥っているとき、私たちは昼夜を問わず神にひれ伏し、涙と嘆きをもって、神の怒りを憐れみに変え、世に平和を回復してくださるよう祈らなければならない。その御業は、神の測り知れない知恵によるものである。しかし、その一方で自らの霊的な務めを怠ることなく、むしろ、私たちが襲うこの共通の災いさえも、その務めの益となるよう向けなければならない。なぜなら、使徒が言ったように、「神を愛する者たち」には、「すべてのことが共に働いて益となる」からである（ローマ8:28）。したがって、現在の災いも、それよりもさらに恐ろしい他のいかなる災いも、あるいは使徒の言葉で言えば、「死も、

生も、御使いたちも、支配者たちも、力ある者たちも、現在のことも、未来のことも、高いところも、深いところも、その他のいかなる被造物も、私たちの主キリスト・イエスにある神の愛から、私たちを引き離すことはできない」（ローマ8:38,39）。それゆえ、神のもとへ心に向け、そこに備えられている恵みに目を向けながら、私たちの前にある戦いを、喜びと確固たる決意と熱意をもって成し遂げよう。落胆して気を緩めることなく、断食によって衰えることなく、徹夜によって疲れ果てることもなく、祈りに飽きることもなく、他の戒めを果たす労苦によって身がこわばることもなく；むしろ、これらすべてに向かって、あたかも何らかの祝祭や喜び、あるいはそれ以上に、光へと、神ご自身へと向かうかのように、熱心に駆け寄ろう。こうして、戒めの実践において力から力へと、また美德によって自らを飾ることに栄光から栄光へと昇り、ますます神聖な完全さに富み、「私たち全員が、信仰の一致と、私たちの主イエス・キリストの『成熟した成長』の度合いに至るまで」（エフェソ4:13）に至るまで。その方のために、私たちは世に対して十字架につけられ、世もまた私たちに対して十字架につけられた（ガラテヤ6:14）。その方のために、私たちはすべてを捨て、すべてを損失と見なし、ただその方のみを所有するようになったのである（ピリピ3:8）。

8. 見よ、わが子らよ、私たちが世から逃れ、この世のあらゆるもの、親族や故郷、両親、兄弟姉妹、町や家、そして肉と血を慰めるあらゆるものから離れることで、どのような、そしてどれほどの業を成し遂げたか。——このような私たちの行いを、怠惰や不注意、無関心によって辱めてはなりません。もし私たちが肉の欲望を満たし、心の情欲に従って行動し始めれば、そうになってしまうでしょう。聖なる父たちや敬虔な父たちはそうではなかった。彼らは、神に倣う謙遜、理屈を排した従順、誠実な信仰、世への嫌悪、神への愛、驚くべき功績、そして敬虔な行いの模範を私たちに残してくれた。私たちも彼らに倣い、自らを奮い立たせて彼らの足跡をたどり、彼らの栄光の一端に与えることができるようにしよう。

#### 84. 誰がこのような不敬虔な者ではないのか。悪しき生活を送る者すべてである。とりわけ、誓願に反して、修道院の質素な生活環境に不満を抱く者たちである。

84. 1) 誰がこれほど不敬虔な者だろうか。不品行な生活を送る者すべてであり、とりわけ、修道院の質素な生活環境に不満を抱き、誓願に背く者たちである。— 2) 食事で提供されるものに満足すべきであり、あらゆる慰めを、永遠の慰めの縮小と見なすべきである。私自身も常にそう感じている。— 3) 私たちの食事は決して悪くはない。病院では、食事もその他すべてが非常に充実している。— 4) 付け加えるなら、あなたたちは修道院に何も持ち込まなかつたくせに、「あれこれくれ」と要求する。その一方で、あなたたちはほとんど何にも役立たないのに、あなたたちより少しマシな人々はあらゆる面で懸命に働き、耐えている。神の義なる怒りがあなたたちに向けられている。[2, 7]

9. 「滅びをもたらすパンではなく」と主は言われる、「永遠の命に至るパンを造りなさい」（ヨハネ6,27）、すなわち、「昼も夜も主の律法に学び」て戒めを守りなさい。そうすれば、神聖なダビデの言葉にあるように、あなたがたは「水の源のほとりに植えられた木」のようになり、そして、あなたがたから「実」が「その時期」に「与えられ」、あなたがたの救いの「葉」が来世において「落ちることのない」ように。「不義な者たちのようではない。そうではなく、風によって地の面から吹き飛ばされる塵のようである」（詩編1:3,4）。ここでいう「不義な者」とは、誤った信仰を持つ者だけでなく、主の戒めに背くすべての者を指す。私たちの会派に当てはめれば、それは不従順な者、高慢な者、口先だけの者、虚栄心の強い者、傲慢な者、また密かに禁じられたものを食べる者、不平を言う者、身だしなみを好む者、好奇心旺盛な者（常に詮索し、探り回す者）、怠惰な者、無頓着な者、ひそひそと囁く者、わがままな者、中傷する者、とりわけ恩知らずで、相応以上のものを要求する者たちである。——彼らは、神から与えられた賜物（すなわち、修道院で皆に提供されているもの）に満足せず、魂のケアを怠り、肉体を甘やかす一方で、自分たちにふさわしくない食事や飲み物を求め、それらをめぐって争い、その言い訳として自分の体格や習慣、体の弱さを挙げている。もし彼らが実際に病気になれば、それは良

いことだろう。そうすれば、おそらく彼らは最大の病——不感謝——から解放されるかもしれない。——あの忌まわしい者たちは、まるで、我々の仲間に加わった際、神に何を誓ったか、また、目に見えない証人たちや目に見える証人たちの面前で何を告白したかを忘れてしまったかのようだ！ 飢えと渇きの中に留まり、あらゆる苦難や窮屈さ、飢え、迫害、苦痛、そして死を耐え忍ぶことを誓わなかったか？ それなのに今、ワインやご馳走をめぐって争いを繰り広げているのだ！ —しかし、彼らが誓いを冒瀆したように、彼ら自身も冒瀆されることになるだろう。そして、神が彼らの誓いの見守り手であり聞き手であることを思い出すことを怠った以上、私は「神が彼らを、不適切な行いを行うよう、不健全な心へと引き渡さないか」と恐れる（ローマ1:28）。

**10.** そのような者たちは、どうか正気を取り戻しなさい。とりわけ、眠りから、神聖な事柄への無関心から、この世への傾倒から、「熱くも冷たくもない」状態から、魂を目覚めさせなさい。神聖な愛と畏れに燃え上がりなさい。懲らしめを受け入れ、義の武具を身にまといなさい。戦慄し、恐れなさい。そして、食卓に供されるもののために争ってはならない。煮込み料理や魚、チーズがある時だけでなく、たとえパンと油を塗った野菜、煮崩れた豆、あるいはその他類似のものが供される時でさえ、それを大いなる慰めとして受け止めなさい。そして、謙虚な者たちのうち、このような慰めさえも原因となって永遠の恵みを失うのではないかと考え、これを恐れない者がいるだろうか。私自身については、あらゆる食事や飲み物を、地獄への道の途中の旅費と見なしており、とりわけ、私が病弱だった時に与えられたものはなおさらである。信じてほしい。たとえ私が狂気の中で語っているとしても、もし私たちの共通の父への不従順という大きな恐怖に襲われず、またあなた方の分別ある言葉に説得されなければ、私は死ぬまで食事の通常量を一切変えなかっただろう。ただこの理由によってのみ、私は様々なものを食べ、飲んだのです。しかし、これもまた狂気の中で申し上げますが、私は心を痛め、嘆き、悲しみながらそうしました。一方では私の不甲斐なさゆえに、他方では病に伏しているあなた方への配慮と、修道院の物資の乏しさゆえにです。

**11.** とはいえ、主キリストの恵みにより、私たちには必要なものが備わっている。神に栄光を帰せよ、恩知らずどもよ！ 私たちはワインを飲み、油や魚を味わい、病院で安らぎ、治療を受けている——それも一度や二度ではなく、毎日である。——病気の治療に熟達した選ばれた兄弟が、私たちの主な看護担当者である。彼には三、四、あるいは五人の助手がついている。専属の料理人、専属の物資管理人、そして軟膏、絆創膏、包帯、ガーゼを調製する専任の者がおり、ここでの業務は一瞬たりとも途切れることがない。そして、経費も少なくありません。毎日、死刑囚のうちの3、4人の漁師から、あるいは市場から調達した魚が配られます。どれだけの量のワイン——そしてどのような種類のものが——消費され、今も消費され続けています。オリーブ、蜂蜜、上質なパン、その他多くの物資も同様です。——これらすべてに対して、私たちのような恩知らずな者たちが、どうして感謝しないことができようか？ どうして神に栄光を帰さないことができようか？ どうして神を賛美しないことができようか？

**12.** さらに付け加えよう。私たち自身は修道院に何も持ち込んでおらず、私たちの仕事からも何の利益も得ていない。それなのに、「あれをくれ」「これをくれ」と要求される。——その一方で、私たちは門番をするにも、食堂で給仕をするにも、何の役にも立たない無能な者たちなのだ。しかし、私たちは無感覚で無分別なため、自分たちがもしかすると最下層の存在であり、私たちよりもはるかに誠実な兄弟や修道院長たちが——ある者は修道院の外で、ある者は修道院の中で——寒さや風の中、あるいは暑さや炎天下で、まるで奴隷のように土を掘り、耕し、ブドウの枝を切り、洗濯し、縫い物をして、鍛冶をし、徒歩で用事を済ませに町へ、野原へ、山へと向かい——過酷な労働に身をさらし、疲れ果てている。しかし、皆、静かに耐えている。——まことに、そのような者たちのものこそが天の御国である！ しかし、お前よ、盲目で、心硬く、愚賢く、絶望的な者よ！ その日、お前が「その手と足を縛り、真っ暗な闇の中に投げ込め」（マタイ22:13）という言葉の聞かぬよう気をつけよ。ああ、お前たちは悲惨だ！ あなたがたは、神が直ちに罰を下さないのを見て、神の怒りを軽んじている。まことに、あなたがたについてこう言われている。「その心の中で、愚かな者は『神などいない』と言う」（詩篇52:2）。なぜか。それ

は、あなたがたが「その行いにおいて墮落し、忌まわしくなり、善を行う者ではないからである。しかし、主は天から「毎日」注視し、「誰が悟り、主を求めるか」を見守っておられる（詩篇13:1,2）。そして、そのような人々を命の書に記し、他の人々を見過ごされる。もし聖ダビデが来ず、あなたがたについて歌わなかったなら——そして、「彼らの腹を裂く」（詩編16:14）という歌があなたがたに実現しなかっただろうと、私は恐れる。誰のことか？——善を行って歩む者たちから離れた、これらの邪惡な者たちのことである。——しかし、「神を忘れる者たちよ、これを悟れ。いつ奪い去られても、救い出す者はいない」（詩編49:22）。そして、私のような愚かな者をも赦してください、私の愛する子らよ。なぜなら、あなた方を慈しむゆえに、愛を込めて涙ながらにこれを語ったのです。今、言葉であなた方を戒める方が、後に永遠の鞭打ちにさらされるよりはましだと考えたからです。その鞭打ちから、私たち全員が、私たちの主イエス・キリストの恵みによって救われますように。

#### 85. さらに二人が去ってしまったのは悲しいことだ

85. 1) さらに二人が去ってしまったとは、悲しいことだ。—— 2) そうであるから、自分自身にも、他者にも頼ってはならない。—— 3) 私たちはほんの少しのことしか成し遂げられないのに、なぜか高慢になり、それゆえに倒れてしまうのだ。—— 4) だから、自分自身に注意を払い、彼らのために祈りなさい。[2, 8]

13. 再び試練、再び誘惑。再び、この哀れな私は、愛する者たちが離れていったこと（二人の兄弟が逃げ出したこと）、高みにいた者たちが地に転落したこと、そして「自分たちは賢いと思い込んでいる者たち」が曇ってしまったこと、長年にわたり敬虔さのために偉大で多大な功績と汗を流してきた者たちが、一瞬にしてすべてを失い、私にとってぶどうの代わりにいばらとなり、喜びの代わりに悲しみとなり、待ち望んでいた幸福の代わりに不幸となってしまったこと。そして、私たちの兄弟たちの墮落と打ち砕かれについて、何を語り、何を叫べばよいのか、私にはわからない。ただ座り込んで泣きながら、「もしこれが事実であるなら、主よ、『誰が救われることができるのか』」と呟くことしかできない。

14. 人の最期を迎えるまでは、その人を称賛してはならない。それこそ、私たちの救いの道はこれほどまでに困難で完全なものなのだ。一体誰が、悪魔のこれほど多くの罠を避けられるだろうか。また、誰が自分の最期を迎えるまで、自分自身に心を奪われずにいられるだろうか。このことをよく知っていたあの聖なる父は、すでに死の門に立っていた時、悪魔が「お前は私から逃れた」と言ったとき、「知らない」と答えた。彼は自分自身をそれほど恐れていたため、その高潔な労苦の度合いにもかかわらず、この最期の時でさえ、自分の救いについて確固たる確信を持つことを取えてしなかったようである。

15. しかし、私たちは、修道院で五、十年を過ごし、修道院の規律に慣れ、あるいは聖書の言葉をいくつか暗記し、あるいはこれだけの回数のひざまずきをこなし、あるいは長く祈り、断食をすれば、すでにすべてを成し遂げたと思い込み、高慢になり始める。このため、「私たちは葉のように散る」（箴言11:14）。「私たちの骨は陰府で砕かれる」（詩篇140:7）、そして私たちは「喜びに満たされる前に枯れてしまう」（詩篇128:6）のである。私たちは、無学でありながら自分を賢いと思い、言葉を知らないのに口先だけで語り、自らを教師、敬虔の擁護者、そしてその忠実な代表者として任命し、真理がもはや私たちの中にのみ残されていると認めている。それゆえ、私たちにこのような事態が起こったのです。それゆえ、私たちは闇を光と見なしてしまうのです。それゆえ、まるで樂園から追放されたかのように、私たちはキリストの宮廷から、またその群れから追放された者となってしまったのです。

16. 兄弟たちよ、どうか自分自身に注意を払い、あなたがたの徳と信仰を少しずつ失わないようにしてください。そうしなければ、完全に枯渇し、墮落の手に陥ってしまうでしょう。また、道を踏み外してしまった者たちについては、心を尽くして祈りましょう。主が彼らを悟らせ、私たちのもとへ戻してくださいますように。



**86. 私はあなたがたの堅固さと不変の姿勢に励まされています。さらに、自らを奮い立たせて前進し続けてください。そうすれば、神の祝福があなたがたの上にあります。しかし、そうでない者たちは、神の者ではありません。**

86. 1) 私は、あなたがたの堅固さと不変の姿勢に励まされています。さらに、自らを律して前進し続けてください——そうすれば、神の祝福があなたがたの上にあります。しかし、そうでない者たちは、神のものではありません。 — 2) 私たちは、洗礼と悔い改め、そして私たちの誓いによって、すっかり変わり、新しくなりました。ですから、私たちが破壊したものを再び築き上げたり、私たちが去ったこの世に再び立ち返ったりしてはなりません。それは、エジプトを出た後、エジプトを懐かしんだイスラエル人のようであるからです。私の言葉があなた方をこのことに奮い立たせ、主があなた方を助けてくださいますように。 [2, 9]

**17.** 私は毎日、あなたがたに、修道的な従順の道を堅く歩み続ける力と強さを与えてくださる私の父なる神を賛美し、謙虚に祈ります。主がますますあなたがたの心の目を開いてくださり、主のすべての道を悟り、主への神聖な愛への渴望を心に抱き、あらゆる肉欲を鎮め、情欲の支配から解放され、あなたがたが「あらゆる行いにおいて、善に満ち、完全なものとなる」ように（コロサイ4:12）。——そしてこれは、ご存知の通り、激しい努力なしには成し得ず、苦難なしには成し得ず、また一朝一夕に成し得るものではありません。しかし、大きな苦勞と自己犠牲を払い、昼夜を問わず自らの本性を抑え込み、私たちの共同生活において、人であろうと悪魔であろうと、私たちに降りかかるあらゆる悲しみを耐え忍ぶという条件の下であれば、成し得るのです。なぜなら、この重荷の下で疲れ果てることなく、神の助けによってすべてを耐え忍び、乗り越える者は、「主からの祝福と、救い主なる神からの恵み」を受け（詩編23:5）、天の御国にふさわしい者とされるからである。それゆえ、このような苦難を背負い、キリストの受難を分かち合い、怒りや罵り、傲慢や高慢、対立や敵意、不服従や論争、憤りや罵倒、中傷、偽りの言葉や嘲笑に身を委ねてはならない。そのような者たちが、どうしてキリストの者と呼ばれることができようか。彼らはむしろ、反抗の子ら、怒りの子らであり、永遠の祝福の相続人ではなく、果てしない苦しみを受け継ぐ者ではないだろうか。

**18.** 兄弟たちよ、あなたがたの位は天使の位ではないか。あなたがたの生活は聖なるものではないか。あなたがたの歩みは神に選ばれたものではないか。——しかし、使徒は何と言っているか。「もし私が破壊したものを、再び築き上げているなら、私は自分を罪人としていることになる」（ガラテヤ2:18）。私たちは、多様な蛇の誘惑の結果として朽ち果てつつある古い人を脱ぎ捨て、最初の苦い味見と、追放に値する不従順の果実であったもの、そしてそれによってこの世に多き苦しみを伴う死が入り込んだものを拒絶し、私たちは、生まれながらの罪を、まず水と御霊による洗礼によって、次に、神の偉大な人間愛により、悔い改めと世からの離脱という第二の洗礼によって洗い流し、あなたがたの神への誓いは、聖なる天使たちの証しによって記され、この貧しい私のもとにも記録されている。——こうして、あなたがたは清められ、聖別され、罪の束縛から解き放たれ、神に倣って義と真実をもって造られた新しい人を身にまとったのです。それなのに、なぜまた後ろへ逃げ戻るのですか？ なぜまた、自らの嘔吐物へと戻ろうとするのか。なぜ天の御国において、自制を欠いた者となるのか。主の御言葉によれば、「鋤に手をかけながら後ろを振り返る者」（ルカ9:62）とは、まさにあなた方のことではないか。——主が証人です。私がこう語るのは、あなたがたを愛し、憐れみ、痛ましいほどに苦しんでいるからです。旧約聖書はイスラエル人について何と言っていますか。彼らは心の中でエジプトへと向き直った、と。なぜなら、エジプトのタマネギや肉、鍋、そしてそこで送っていた貧しい生活を思い出したからです（出エジプト記16:3）。それと同じように、私たちもこの世へと心向け、この世にあるものへと向き直り、かつてそこで行っていたことを、今ここで行っているのです。——ああ、悲しいかな！ 天使たちと同等であるべき私たちが、怠慢のゆえに少しずつこのような墮落に至ってしまっている今、どうして敬虔な一般信徒たちと同等ですらないのでしょうか。——どうか、私が皆様に謙虚に説くこの教えが、墮ちていない者にとっては確固たる支えとなり、墮ちた者にとっては癒やしとなり、怠慢な者にとっては戒めとなり、熱心な者にとっては励ましとなり、

気落ちしている者にとっては奮起の源となり、苦闘している者にとっては助けとなり、そして総じて——「すべての人にとって、すべてとなる。あなたがたが救われるためです」（Ⅰコリント 9:22）。なぜなら、あなたがたのためにこそ、言葉も息もあるのです。私自身は、それなしには無言であり、ましてや人間ですらないのです。神、すなわち私たちの主イエス・キリストの父が、私たちの過ちを正し、正しいものを堅くし、欠けているものを補ってくださいますように。また、神が私たちをこの世のエジプトから導き出し、罪の荒野を通り抜けさせてくださったように、また、悪意に満ちた情欲の海をも切り開き、干上がらせ、私たちのために徳の道を切り開いて、私たちをその海を越えさせてくださいますように。また、かつて私たちを「選ばれた民」「聖なる国民」と呼んでくださったように（Ⅰペテロ 2:9）、そして、私たちを美德の良き地、とりわけ死を通して、柔和な者たちの国へと導き入れてくださいますように。

**87. 世を捨てておきながら、またそれに目を向ける——それは愚かであり、破滅を招く行いです。どうか正気を取り戻してください**

87. 世を捨てておきながら、またそれに目を向ける——それは無分別であり、破滅的な行いです。どうか正気を取り戻してください。[2, 10] 賢明な人々として、神のためにすべて——親族も兄弟も、この世も、この世にあるすべてのものも——を捨て、キリストの軽い軛を負ったのに、なぜ無駄なことをし、世俗に染まり、さらに自分の行いによって悪魔のようになるのか。「モーセの律法を拒んだ者は、二、三人の証人の前で、憐れみなく死に至る。それならば、あなたがたは、どれほど厳しい苦しみを受けることになるか」（ヘブライ人への手紙 10, 28, 29）、聖バシレイオスによれば、従順を破ることで御霊の契約を破り、敵と世を拒絶し、キリストと結ばれた日に塗られた「契約の血」を「汚した」とでもお考えなのか？ 果たしてそれがふさわしいことなのか？ 果たして、あなた方はこの人生のたった一時間（——それは、果てしない永遠と比較すれば、ほんのわずかなものに過ぎないが——）さえ、主と共に過ごすことができなかったというのか？ 神を証人とし、聖なる天使たちが耳を傾ける中で立てた、あなた方の誓いは、まさにそのようなものだったのか？ あなた方の手から、まるで主の手から与えられたかのように私に渡されたそのハサミは、果たしてそのような意味を持っていたのか？ それこそが、当時のあなた方の心に働きかけた衝動による、涙に満ち、謙虚で、自らを卑しめるような身振りや視線だったのか？ ああ、わが子らよ、わが子らよ！ いかにしてあなた方はかつての決意を忘れ、そこから背を向けてしまったのか？ しかし、お願いし、懇願します、わが子らよ、わが胎の子らよ、わが肢体よ、皆、正気を取り戻し、皆、霊において新たにされ、皆、一つの思慮、一つの希望、一つの心において一致しなさい。あなたがたは私と共に、私はあなたがたと共に、主の御前にあって、天の御国を得るために、そのように生き、そのように歩みましょう。

**88. あなたがたが順調に過ごしていることを喜んでいる。しかし、それは私の功績ではなく、神の賜物である。私が喜ぶのは、私たちがあなたがたと一つになっているからである。主があなたがたを守り、あなたがたが繁栄するよう助けてくださいますように。**

88. 1) あなたがたが順調に過ごしていることを喜んでいます。しかし、これは私の功績ではなく、神の賜物です。私が喜ぶのは、私たちがあなたがたと一つになっているからです。主があなたがたを守り、あなたがたが繁栄するよう助けてくださいますように。－ 2) 私たちは、悪いものや取るに足らないものよりも、良いものや尊いものを選んだのです。ですから、落胆してはいけません。－ 3) 殉教の冠が待ち受けています。勇気を出しましょう。天の栄誉に目を向けながら、従順の重荷と肉の疲労に耐え抜きましょう。[2, 11]

**19.** 神の恵みを隠さず、時が来ればそれを宣べ伝えることは善きことである。それによって、私たちは自分の務めにおいてさらに熱心になれるからである。私は、あなたがたにそのような恵みが見られます。なぜなら、あなたがたは、キリストの恵みにより、私たちの同じ務めについて頻繁な教えと戒め、そしていわば日々の説得を通じて、善意と神を愛する熱意をもって、霊的な成長の道に踏み出したからです。私が真実を語っていることは、あなた方自身がその証人であ



り、また、あなた方のために抱えていた困難な病苦から解放され、多くの心配事を経て、あたかも静かな安息の地のように、あなた方の整然とした生活の中に入り、心からそれを喜んでいる私もまた、その証人です。「あらゆる懲らしめは、その時は喜びとは感じられないが、後に義の平和な実を結ぶ」（ヘブライ人への手紙12章11節）という言葉は、まさに真実であり、偽りではありません。この教えを受けた者たちにとって、それは真実なのです。しかし、この実りは私の働きによるものでも、私の配慮や労苦によるものでもなく、皆様の熱意と父のような助けによる神の賜物です。では、なぜ私は、他者の労苦に加わる者として、喜び、楽しみを感じているのでしょうか。それは、私たちが完全に一つであり、あなたがたが私の中に、私があなたがたの中にあり、双方の個別の行いが互いに帰せられるからです。主は、その力において畏るべき方であり、その強さにおいて威厳ある方です。今より今後に至るまで、私にも、聖なる戒めをふさわしく探究し、探求し、解き明かすことへの熱意と強さを与えてくださいますように。また、あなたがたを、揺るぎない従順、偽りのない服従、そして不変の信仰の中に守り続け、あなたがたをますます徳高く、ますます熱心で、あらゆる霊的な奮闘——苦しみや窮屈さ、飢えや渇きに耐え、あらゆる労苦に取り組み、あらゆる重荷や悲しみを耐え忍ぶこと——こうして、無敵の者となって、義なる審判者の報いの日に、忍耐の冠を受け取ることができますように。

**20.** まことに、あなたがたの得たものは尊い。なぜなら、朽ちるものを捨てて朽ちないものを得、両親を失って父なる神を父として得、兄弟たちから離れて聖徒たちを同居人としたからである。あなたがたは「選ばれた民、王の祭司」（Iペテロ 2:9）であり、あなた方を生み育てた故郷の代わりに、あなたの故郷となったのは、「その設計者であり建設者は神である」（ヘブライ人への手紙 11:10）天の都であり、朽ちやすく滅びゆく家の代わりに、今やあなた方には敬虔で義なる人々の住まいがあり、虚しい栄光や滅びゆく名誉の代わりに——神聖で天使に等しい尊厳が、物質的な満足と幸福の代わりに——永遠の恵みを享受し、欲望への服従と断ち切りの代わりに——殉教者たちとの喜びを分かち合い、孤独と故郷なき放浪の代わりに——すべての聖人たちとの最も親密な絆が与えられています。それなのに、なぜ私たちは落胆しなければならないのか。なぜ気力を失い、悲しむ必要があるのか。皆、神聖なダビデと共にこう叫ぼう。「わが魂よ、なぜ悲しむのか。なぜわたしを悩ませるのか。神に望みを置け。わたしたちは神に告白するのだから」（詩編41:12）。「もし私たちが彼と共に苦難に耐えるなら」修道生活において、「彼と共に王となるであろう」（ローマ8:17；テモテへの手紙第二2:12）。

**21.** 殉教の冠はここでも獲得される。そして、修道院での生活様式は、まさに「闘いの場」と正しく呼ばれる。それゆえ、従順な者はいかに幸いなことか。告白者（すべてを自ら明らかにする者）はいかに驚くべきことか。忍耐強い者はいかに尊いことか。戒めを忠実に、変わることなく守る者は、いかに神に祝福されたことか。なぜ、私たちが始めたことから背を向けたり、逸れたりせず、定められた秩序に動揺せず、後戻りしたり立ち止まったりせず、敵に背を向けたりしないのか。愛する兄弟たちよ、同胞たちよ、共に戦う仲間たちよ！ 肉体を労わってはならない。時は短く、人生は儂い。たとえ七十や八十歳まで生き延びたとしても、それは果てしない永遠の歳月に比べれば何ものでもない。今この一毛を捧げれば、無数の黄金を得るだろう。今この一瞬を捧げれば、果てしない永遠を手にするだろう。今この一時間の労苦を耐えれば、果てしない安息を得るだろう。今泣けば、永遠に至福の喜びに浸ることができるだろう。キリストへの愛のために今涙を流せば、尽きることのない歓喜の中で喜び踊ることができるだろう。このように、高き召しの栄光を仰ぎ見つつ、喜びをもって善き業に励み、あなたがたの最期の時を迎え、この世から永遠の命へと移るその日まで、主イエス・キリストにあって歩み続けなさい。

**89. 神の召しに応え、アブラハムのように、あなたがたはすべてを捨てました。ですから、嘆くことなく、希望に励まされて、あらゆることを耐え忍びなさい。先には冠が待っています。**

89. 1) 神の召しに応え、アブラハムのように、あなたがたはすべてを捨てました。ですから、嘆くことなく、希望に励まされて、あらゆることを耐え忍びなさい。先には冠が待っています。 - 2) 不適切な行いは一切行わないようにし、盗みもしてはならない。それは何にも合致せず、

罰を免れることはないからだ。— 3) 断食期間中、神を腹の満腹と見なしてはならない。むしろ、美德に満ち溢れるようにせよ。[2, 12]

**22.** 福音の言葉に従い、この世のすべてを捨て、この偉大で、至福に満ち、天に勝る従順の業を自ら引き受けた、神の子らであるあなたがたに、私は何を語ればふさわしいだろうか。——しかし、謙遜な者たちを慰められる神が、聖霊の臨在によってあなたがたをも慰め、御自身の戒めの道に正しく導き、御自身の御国の相続人とならせてくださいますように。 ああ、私の兄弟たちよ！ あなたがたは、神に召されて、先祖アブラハムの模範に従い、自分の地、自分の一族、父の家を出て、主ご自身が示し、また導いてくださったこの修業の地へ来たとき、なんと善き行いを成し遂げ、なんと賢明な決断を下したことでしょう。 あなたがたは肉的な思惑に打ち勝ち、それを乗り越えました。神のために、親族への愛に引き留められることも、慣れ親しんだ生活に足を止められることも、先祖からの遺産に縛られることも、その他いかなるものにも妨げられることも許しませんでした。それゆえ、あなたがたは幸いであり、まことに幸いなのです。ですから、落胆したり、悲しんだり、氣力を失ったりしてはなりません。 しかし、あなたがたに約束された祝福への希望に支えられ、現在の苦難や修道生活の苦しさを乗り越え、喜びと楽しみをもって、その道を歩み続けなさい。そして、忍耐をもって、勇気と活力をもって、日々、週、月、年を乗り越えていってください。——そして、結局はどうなるのか？——主が天と地を呼び集め、御自分の民を裁かれるとき、あなたがたは朽ちることのない栄光の冠を授かることになるのです。

**23.** 怠惰に陥ってはならない。うたた寝してはならない。冷淡であってはならない。口論してはならない。争ってはならない。悪口を言ってはならない。無駄話をしてはならない。食欲に溺れてはならない。——ここに、聞くに値しないことを付け加えるが——これは一部の者だけに限る——盗んではならない。——ナッツを盗み始めた者は、やがてそれ以上のものまで手を出し、筆（書き用の羽根）を盗むことに慣れた者は、衣服にまで手を伸ばすようになる。——こうして、私たちの間では、衣服や帯、靴、その他あれこれの盗みが起きている。これは良いことでしょうか？ これこそがキリストの僕たちなののでしょうか？ これこそが世から離れた者たちなののでしょうか？ これこそが、地上のものではなく、天の御国を求め、その御国を相続しようとする者たちなののでしょうか？ これこそが、聖なる者、祝福された者と称され、人々から敬意を込めて頭を下げられる者たちなののでしょうか？ これこそが、あなた方の勤勉さ、あなた方の成功、あなた方の完成形なののでしょうか？ ——とはいえ、これは決して一般的な罪ではない。私が称賛から叱責へと移っても驚かないでほしい。ある者にはある言葉を、別の者には別の言葉を語るのだ。 — たとえかつてそのようなことがあったとしても、これからは決してあってはならない——私は懇願し、祈り、命じ、警告する。この訓示の後で、もし誰かがそのようなことを行えば、悔い改めと告白によって神を和らげない限り、キリストの教会から追放されることとなる。しかし、これ以前にも盗みを働いた者は、自らの罪を認め、それを明らかにすること以外には、癒やされる道はない。 かつて、ある品々を盗み隠したことが、アハルに石打ちの刑をもたらしたように（ヨシュア記7:21, 25）、この情欲に囚われ、罪を認めない者は、目に見えない石によって打ち殺されるであろう。それゆえ、堕ちた者は立ち上がり、主のもとで生きよ。

**24.** さて、断食期間である。かつて無駄に費やしていたことに思いを巡らせたり、まるで犠牲の日であるかのように食事を楽しむ者たちのようになってはならない。腹に支配されている者にとって、「腹は神であり、その誇りはその恥にある」（フィリピ3:19）のである。 そのような者の中から誰か一人を選んで、その心と体がどのような状態か見てみよ。——これが望ましいことだろうか、教えてほしい。これが模範となるに値するものだろうか？ ——もちろんそうではない。それどころか、あらゆる嫌悪と軽蔑に値するものである。 あなたは、肉やワインを摂らず、食事の必要を控えめに満たすことに満足しなさい。肉体を満たすことに気を取られるのではなく、聖霊の果実——平和、愛、希望、信仰、祈り、詩篇の詠唱、詩作、従順、謙遜、徹夜祈祷、早起き、悪意のなさ、素朴さ、清らかな思い、悔い改め、清めの涙——これらを、あなたの絶え間ない断食とせよ。

**90. 私が、常にあなたがたを戦いに奮い立たせる義務を負っているのと同様に、あなたがたもまた、常に霊的な武装を万全に整えて立ち、戦わなければならない**

90. 1) 私が常にあなたがたを戦いに奮い立たせるのが私の義務であるように、あなたがたもまた、常に霊的な武装を固めて立ち、戦わなければならない。— 2) 戦いが長く続いていると嘆くのはふさわしくない。戦士たちの例が挙げられ、勇気を奮い立たせるよう勧められている。— 3) 幽霊を恐れてはならない。恐れを知らぬ心と祈りこそが、それらに対する最良の手段である。[2, 13]

1. 神の御業のために疲れ果てるまで労苦し、至福でありながらも多難な従順の道を歩むあなたがたに対し、私は常に慰めと諭しの言葉を差し伸べることを、至急の務めとしている。もしあなたがたの奮闘や、敵の策略との戦いが、ある特定の時期に終わりを告げるのであれば、私があなたがたに与える慰めや諭しもまた終わりを告げることになるだろう。しかし、それらの試練は決して絶えることなく、昼も夜も安らぎを与えないのですから、当然のことながら、私にもそれに応じて、皆さんの魂に慰めと奮起と希望をもたらし、目に見えない敵の軍勢を殲滅するための力と活気と熱意を注ぎ込む義務があるのです。ご存知の通り、戦士は常に戦士らしく振る舞い、その称号に求められるすべてのことを厳格に守らなければなりません。それゆえ、キリストの真の戦士であるあなた方も、常に自らの武器が整っているか、一人ひとりが従順の剣、信仰の鎧、救いの希望の兜、謙遜の盾、祈りの弓、そして私たちの霊的な戦いにおいて必要なその他すべてのものを備えているかを確認しなければなりません。肉的な戦士が全武装している姿を見ることは、上述したすべてのものを備えたキリストの戦士を見ることに比べれば、それほど美しくも驚くべきことでもありません。それゆえ、わが子らよ、武装し、身を守り、整列し、戦い、あなたがたを襲う悪魔に打ち勝ちなさい。そして、あなたがたに起こるいかなる事にも、打撃や攻撃を受けることにも、滑って転ぶことにも、驚いてはならない。ただ、速やかに立ち上がれ。

2. ある人々は、自分たちが恥知らずな情欲や、怒りや、冒涇や、嫉妬や、気まぐれ、あるいはその他類似のものに苛まれていることに、苛立ち、驚き、あるいは絶望さえ抱く。しかし、私はむしろ、彼ら自身に驚かされる。教えてほしい、兄弟よ。あなたは、苦労や苦難もなく、闘いも勝利もなく、ただそうして冠を得られると期待しているのか? ——しかし、彼はこう言う。「私はすでにこれこれの年齢であり、これこれの回数、断食し、懺悔し、聖体拝領し、あれこれを示し、涙と嘆きに溢れ、私と共に暮らした兄弟たちの弱さにおいて、彼らに役立ったのです。」ああ、なんという『知恵』だろうか?! 教えてほしい、君はこの戦いに何年身を捧げてきたのか? 三、五、十か? しかし、祝福されたアンマ・サラは、四十年にわたり淫行の悪魔と勇敢に戦い、これを気高く耐え抜いた。アッバ・パホメのことも、彼が教会で自ら裸になったこと、そしてアッバ・アポロスが支えたある人物のことも、あえて言及しておこう。そもそも、なぜ私が数え切れないほどの例を挙げる必要があるだろうか。誠実な戦士たちがどのような偉業と闘いを通じて勝利を収めたか——ある者はこう、ある者はああという違いはあれど、どこにも落胆はなく、どこにも臆病さはなく、どこにも勇気の喪失はなかった。彼らは自らの弱さの中で力尽きるまで、天からの導きによって敵の攻撃を退け続けたのだ。それに対して、私たちは臆病な者らしく、臆病に、無防備に、そして未熟なままに語り、行動している。——私がこれを思い起こさせるのは、私たちが気力の衰えから立ち直り、神への信頼をもって、活気に満ち、揺るぎない者となるためである。一人ひとりが心の中でこう唱えるのだ。「たとえ軍勢が私に対して立ち向かうとも、私の心は恐れない。たとえ戦いが私に対して起ころうとも、私は主を信頼する」(詩編 26:3)。

3. 悪魔が夜、夢の中で時折作り出す恐怖や怪奇な幻影を恐れてはならない。悪魔は気まぐれに姿を変え、形を変化させ、あれやこれやを見せつける。時には音を立て、名前を呼んだり、獅子の姿をとったりすることもある。しかし、あなたは恐れを知らぬ心で大胆にそれを打ち碎けば、それが塵のように散り散りになるのを見るだろう。もし悪魔が屋根と同じくらい高く、巨大に見えたとしても、祈りに身を委ねなさい。そうすれば、偉大なるアントニオのように、悪魔が

消え去るのを見ることになるでしょう。たとえ悪魔があなたに向かって歩み寄り、襲いかかってくるように見えたり、あなたの住まいを揺さぶり、あなたの上に倒そうとしても、恐れてはなりません。すべては、ただの夢のように過ぎ去るでしょう。このようなことが起こる者たちは、恐れのないところに恐れを抱いているからである（詩編13:5）。だから、よく耳を傾け、全く恐れるに足らないものを恐れてはならない。むしろ、あなたがたが神への希望と祈りの力によって、恐怖を煽る者こそが、あなたがたを恐れるようにさせよ。

## **91. 春が訪れました。用心してください。私は、酒を控え、腹いっぱい食わず、街へ出かける際は注意深く行動し、そこから世俗的なものを修道院に持ち込まないよう勧めます。**

91. 1) 春が訪れました。注意してください。私は、酒を控え、腹いっぱい食わず、町へ出かける際は用心し、そこから世俗的なものを修道院に持ち込まないよう勧めます。— 2) ちなみに、規則に反して菜園へ行き、野菜を要求する者たちについて言及されています。[2, 14]

4. 神への信頼に強く、揺るぎなく立ち、悪魔の複雑に絡み合った策略を打ち破り、情欲を超越し、肉の快楽や欲望を踏みつけ、貞操と清らかさを心身ともに守り抜くがよい。ご覧の通り、今は春の季節であり、あらゆる生き物は生命の誕生へと向かっています。これに倣って、私たちは睡眠と食事を整える必要があります。「善きことは」と使徒は言います、「肉を食わず、酒を飲まず、それによってあなたの兄弟がつまづくことのないようにすることである」（ローマ 14:21）。私もまた、兄弟たちよ、強制ではなく助言として、あなたがたの清らかな魂のために、しかも病んでいる者ではなく、健康な者たちに言います。ワインを飲まないことは良いことです。特に若いあなた方にとってはなおさらです。なぜなら、ワインは情欲を燃え上がらせるからです。私たちはもともと、私たちの本性に固有の快楽による動揺を抱えているのですから、なぜそこにさらにワインによる刺激を加える必要があるのでしょうか。試してみて、ワインを控えることがいかに益であるかを知ってください。ワインを控える者は、思いに振り回されることもなく、心が燃え上がることもなく、常に神への愛に満ち、最善の事柄と救いに貢献することに熱心であることに気づくでしょう。酒を断つ者は聖霊をその内に宿し、水を飲む者は悔い改めの衣をまとう。——食事に関しても、子らよ、あなた方にこう助言する。言葉にできないほどの満腹や、常に満ち足りた状態を避けなさい。それらは淫行やソドムの罪の種となるからです。しかし、他のあらゆる注意を払いつつ、食べ物や飲み物をこう取りなさい——甘美なものを支配し、それに支配されないように、肉体を支配し、その支配下に置かれないうように。魂と肉体との関係において最善の秩序とは、下位のものが上位のものを侵害しないことである。修道院からの外出に関しては、兄弟たちを惑わす恐れのある世俗的な会話を修道院に持ち込まないという規則を堅く守りなさい。

5. あなた方のうち、ある者たちが菜園に入り、菜園管理人に野菜を要求し、規則通りに与えられないと彼と争っていることを知りました。これは悪魔的な行いであり、あってはなりません。そのような者たちは懲戒の対象となります。提供されているもので十分ではないのでしょうか？ 野菜に打ち負かされているあなたが、どうして情欲を克服できるというのでしょうか？ 謙虚な兄弟よ、自制によって思いを引き締めていかなければ、あなたは羽よりも軽くなってしまうだろう。かつて、自制のない者が自制ある者となり、情欲に駆られる者が無情な者となったように、私たちも、あらゆる面で厳格に自らを律することを怠らなければ、そうなることを信じている。主があなたがたを強め、確固たるものにしてくださいますように。

## **92. 自らの意志を断ち切ること、それが私たちの第一の美德である**

92. 1) 自らの意志を切り捨てることは、私たちの最も重要な美德である。— 2) 時は流れゆく。死は目前に迫っており、その先には裁きが待っている。その裁きにおいて、善き者だけが認められるのだ。それゆえ、あらゆる悪を避け、善き者となろう。— 3) 子供たちを修道院で育てることに対する不平は、無知によるものである。[2,15]



6. 天の御国への道は多くあり、かつ一つの道である。一つであるのは、実体が一つであり、美德は様々な善行を通じて成就し、現実に見れるからである。この唯一にして全能なる美德を受け入れよう。ある者は、神に倣う従順の道——妨げられず、断たれることのない道——を歩み、もう一人は、キリストに倣う謙遜の道——滑らかで最も短い道——を歩もう。この二人は共に、自らの意志を切り捨てることを、汚れなき犠牲として捧げよう。「人は誰か、命を望み、良き日々を見ることを愛する者は？」と、私も預言者と共に問う——そして答える：それは、真に自らの意志を切り捨てる者である。「この人は生き、死を見ることのない者である」（詩編88:49）——墮落から免れ、自らの魂を地獄の手から救い出す者である。この人は光の子であり、あらゆる情欲から清められた魂を持つ者である。なぜなら、彼はあらゆる情欲を根こそぎ引き抜くからである。私たちの悲しみ、不愉快、争い、論争、嫉妬は、どこから来るのでしょうか。それは、自分自身の立場を貫き、自分の決断や願望を守ろうとするからではないのでしょうか。はい、まさにその通りです。そして、悪魔の策略から私たちを救う方法は、この「自らの意志を切り捨てる」こと以外にありません。

7. 日々は流れ、訪れては去っていく。川の流れのように、私たちの命は前へと急ぎ、死に近づいていく。あなたがたは幸いである。取るに足らない一時的なもので、永遠の天の御国を勝ち取っているのだから。そして、神が御自身の栄光の御座に着き、聖なる天使たちが御前に侍る日が来ます。その時、神はあなた方を呼び寄せ、義人の住む場所に迎え入れてくださるでしょう。——しかし、どのような人々か？ 従順で、謙虚で、敬虔で、慈愛に満ち、心清く、砕かれた心を持つ者、涙を流すことを好む者、勤勉な者、父を愛する者、兄弟を愛する者、沈黙を愛する者、祈りを愛する者——そして、その他あらゆる神聖な行いを熱心実践する者たちである。あなたがたの中には、一つの美德だけでなく、多くの美德に彩られている者たちがいます。そのような者たちは、御霊の多くの恵みの賜物を輝かせ、人間の子らよりもさらに善良さで輝いています。ですから、醜く、人を墮落させるような罪の恥辱に近づいてはなりません。むしろ、破滅的な傲慢、互いを悪意を持って見つめること、抑制のきかない嘲笑、悪魔的な不平、悪意に満ちた憤りから、逃げるように遠ざかりましょう。そして、食べ物、飲み物、衣服、従順など、いかなるものであれ、すべてを善意をもって受け入れましょう。これこそが、あなたがたにとっての善き行いであり、これこそがあなたがたの誠実さの証であり、これこそが霊的な戦いにおけるあなたがたの成功であり、そしてこれこそが、最終的にあなたがたに与えられる冠なのです。

8. ある愚かな者たちが、当修道院で育てられている子供たちを見て、「これこそが、我々が滅びる理由だ！これこそが、修道院が荒廃する理由だ！」と言っているのを耳にする。——なんと狂気なことか。これは他ならぬ、主ご自身への非難に他なりません。主はこう言われています。「子供たちをわたしのところに来させなさい。神の国は、このような者たちのものである」（マルコ10:14）。キリストご自身も赤ん坊ではなかったか？ 乳を飲まなかったか？ 幼子ではなかったか？ 「十二歳」の少年ではなかったか？（ルカ 2:42）。 「三十歳頃から」奇跡を行われるようになった、完全な成人ではなかったか？（ルカ 3:23）。では、なぜこの人は黙り込んでいるのか。そして、なぜ自分自身を、自らの過ちによる破滅について、さらに嘆かないのか。——そのような人々は、修道院長よりもはるかに賢く、理知に富んでおり、右より右の道を歩み、神を必要以上に愛していると主張しつつ、その一方で定められた規則の外をさまよっているのだ。——ただし、付け加えておく。もしこのように語った者が誰もいないのなら、この言葉は一陣の風のように過ぎ去り、私は誰をも非難しない。もしいるのなら、自らを改め、悪魔の罠に陥らないようにすべきだ。あの聖なる長老は、何と言ったのか？ 「子供が私に命じることは、あたかも私の主の御子が私に命じられたかのように受け入れる。」——それとも、あなたがたは自分が読んでいることを理解していないのか？！——

**93. あなたがたは、あらゆる点において善に励んでいる。労苦は大きいけれど、報いはそれ以上に大きい。だから、ますます励みなさい**

93. 1) あらゆることに善を行いなさい。労苦は大きいですが、報いはそれ以上に大きいのです。ですから、ますます励みなさい。－ 2) あなたがたには多くの試練がありますが、気落ちしてはなりません。主は近くにおられます。また、将来の安息を心に留めておけば、決して勇気を失うことはありません。[2, 16]

9. 主の御言葉「あなたがたの忍耐によって、あなたがたの魂を救い出せ」（ルカ21:19）に従い、あなたがたの修道生活の労苦と暑さを臆することなく耐え忍び、「昼も夜も主の律法を学び」、そして「水のほとりに植えられた木のように」（詩編1,3）。あなたがたには多くの労苦がありますが、神の賜物はそれ以上に多く、多くの汗を流しますが、その報いは永遠のものです。あなたがたが奮闘し、あらゆる方法で自らを鍛え、殉教者のように生き、槍で刺され、自らの欲望を切り捨てることで十字架にかけられていることを私は知っています； しかし、喜びなさい。なぜなら、あなたがたのために天の御国が備えられているからです——至福の不死、神の子としての地位、キリストとの共同相続、善き生活、至福、喜び、そして尽きることのない平安。これほど多くの、そしてこれほど大きな恵みが待ち受けているのに、誰が落胆できましょうか？ 死を経て待ち望むものへと至るまで、いかなる労苦や奮闘の前でも立ち止まることができる者がいるだろうか？ ——「今この世の苦しみは、やがて私たちに現れる栄光に比べれば、取るに足らないものである」（ローマ8:18）と知っていながら、あなた方もまた、情欲の灼熱、落胆の重荷、労苦による疲労、節制の飢え、その他あらゆる面での窮屈さと乏しさを耐え忍んできたのではないのでしょうか。それゆえ、使徒と共にこう言えるのではないのでしょうか。「私たちは、あなたのために一日中、死に渡され、屠られる羊のように数えられているのです」（ローマ8:36）。あなたがたは、悪魔的な妄想や情欲の反乱を恐れず、徳の高みへと進み、登りつめています。——しかし、この言葉は、怠惰に陥り、迷い、道に迷っている者たちのためだけでなく、あなたがたのためにも必要なのです。それは、あなたがたを確固たるものにし、油を注ぐためであり、敬虔な歩みを立派に全うできるようにするためです。さあ、皆で集まりましょう。恐れに恐れを重ね、互いに親切で、穏やかで、愛に満ち、従順で、親しみやすく、嫉妬せず、欲張らず、高慢でなく、虚栄心を持たず、人を惑わせず、不平を言わず、あなたがたの善き生き方の基盤である忍耐を保ちましょう。

10. あなたがたには日々多くの悲しみがある——それは否定しないが、それはあなたがたの救いのためではないのか、永遠の祝福を相続するためではないのか。もし、このために苦労や疲労、努力や苦闘、汗や飢え、窮屈さや嘆き、心の動揺や誘惑の波——この人生の海において、目に見えない敵によって私たちに押し寄せられるもの——があるのなら、決して気弱になったり、恐れおののいたり、絶望に陥ったりしてはなりません。キリストは私たちと共におられます。主は御手を伸ばし、この海に「黙れ、静まれ」（マルコ4:39）と命じられ、大いなる静寂が訪れるでしょう。私たちもまた、さらに力を振り絞り、さらに急ぎ、さらに前進し続けなければなりません。そして私は確信している。私たちは無事に航海を成し遂げ、災いから救われ、天の御国の港に無事に入港するだろう。そしてそこでは、「病や悲しみ、嘆きは消え去る」（イザヤ書35章10節）のだ。——光、命、喜び、平和、慰め、そして計り知れない安らぎが輝き出る、これほど至福な行いと、これほど大きな労苦が他にあるのでしょうか。このような信仰と希望をもって徳の道を歩む者は、たとえすでに背負いきれないほどの重荷や悲しみがあっても、また、たとえ死や肋骨を貫かれ、血を流すようなことが待ち受けていたとしても、決して疲れ果てることも、立ち止まることも、引き返すこともない。このゆえに、殉教者たちは自らを苦難に委ね、あらゆる種類の拷問に耐え抜いた。このゆえに、聖人たちは聖性を求め、あらゆる修業の労苦に立ち向かった。このゆえに、私もまた、あなたがたを招き、修業の道に踏み出すよう説得する。そうして、あなたがたの至福の服従と殉教的な従順のゆえに、栄冠を授かるためである。どうか、お願いいたします。私たちを、それらの言い表せない、想像を絶する恵み、すなわち天の御国の子



であり相続人と呼ばれること、キリストの花嫁としての喜び、すべての聖徒たちが計り知れない喜びのうちに、歓喜に沸き、言葉に尽くせない神聖な恵みを満喫しているのです。

**94. 私たちが修道院に来た理由は、皆さんご存知の通りです。それとは相反するようなことは決して許さないでください**

94. 1) 私たちが修道院に来た目的は、あなたがたも知っている通りです。それとは相反するものを決して許してはなりません。あなたがたはすでにそのように行動していますが、その労苦が無駄に消え去ることのないようにしてください。— 2) 私はあなたがたを気遣い、最善の道を指し示しています。それなのに、なぜ勝手に、苦行や鎖、荒野といった試練を自らに課そうとするのですか？ それは良いことではありません。私たちの共同生活こそが、修行に最もふさわしい場所なのです。— 3) 他の人より高みを目指したい者は、修行の徳——肉体的であれ精神的であれ——においてすべての人を凌駕するよう努めなさい。それらを磨くのに、共同生活ほど適した場所はありません。— 4) 修道院で徳を磨いている者たちがどのような徳を備えているかが列挙され、熱心な者たちは彼らに倣うよう招かれている。[2, 17]

**11.** 私たちはなぜ、世を離れ、肉親や親族、友人、都市、故郷、村、家から身を切り離して、ここに来たのか。それは、自らの魂を救うためではないのか。かつて犯した罪の赦しを受けるためではないのか。神に喜ばれるためではないのか？ 永遠の恵みを獲得するためではないのか？ 肉体を離れた精神を持つ、聖なる、そして三つの祝福を受けた私たちの先達たちに倣い、天使のように生きるためではないのか？ ——それならば、どうしてその後、それとは正反対のことをするのでしょうか。泣く代わりに笑い、悔い改める代わりに楽しみ、敬虔である代わりに不敬を行い、祈る代わりに無駄に奔走し、安らぎの代わりにめまぐるしく動き回り、沈黙の代わりに騒ぎ立て、清められる代わりに汚され、静寂の代わりに傲慢になり、断食の代わりに放縱にふけり、詩篇の詠唱の代わりに悪口を言い、従順の代わりに独断専行し、謙遜の代わりに高慢になることなどでしょうか？ そう、私たちの敵は、往々にして自らの誓いを忘れた者たちを、その誓いにそぐわない行いに誘い込むのです。しかし、あなたがたは、なぜここに集まったのか、そして自らの目標を達成するためにどれほど熱心に努めているかをよく知っています。すなわち、自分の罪を清め、聖化されているのです。ですから、子らよ、お願いいたします。どうか、あなたがたの労苦が無駄にならないようにしてください。——あなたがたは、どれほど、そしてどれだけの苦難に耐えてきたでしょうか。どれほど断食し、今も断食しているでしょうか。どれほど熱心に、今もなお徹夜祈祷に励んでいるのか？ どれほどの中傷、侮辱、そして欠乏に耐え、今も耐え続けているのか？ そしてそもそも、自分の生活を正すために、これまでにどれほど成し遂げ、今も成し遂げているのか？ ——どうか、熱意が冷めたり、一時の快楽に惑わされたりして、これらの実り多く、切に望まれた行いを台無しにしないようにしてください。むしろ、これまでの労苦に新たな労苦を加え、この短い人生の旅路を立派に全うし、終わりのない命の静かな港へと、安らかにたどり着けるようにしてください。

**12.** 主よ、私があなたがた一人ひとりの安らぎをいかに気にかけているか、また、あなたがたの状況に応じて、私の魂をどのように整えているかをご存知です。悲しむ者と共に悲しみ、力尽きる者と共に力尽き、まるで魂が弱き者のように、気弱な者と共に気弱になり、戦う者と共に戦い、苦しむ者と共に苦しみ、試練に遭う者と共に熱意を燃やしています。そうであるならば、なぜあなたがたはこれを妨げ、命じられたことに従わず、むしろそれに逆らい、自分の欲望、いや、むしろ邪悪な情欲や高慢な意志を押し付け、従順の法則や共同生活の秩序に反して、わがままに自分たちなりの新しい規則をでっち上げ、それこそが最も聖なる、神聖なものだと主張するのです——それらは不敬虔であり、不法ではないのでしょうか？ ある者は独断専行により、あるいはむしろ悪魔の命令に従い、密かに、私の知らぬ間に自らに束縛を課し、他の人々をもそれに従わせ、この悪魔の罪に加担させている。またある者は、彼らを空虚にしようとする悪魔に従い、隠遁生活を称賛している。またある者たちは、もちろん私たちの魂を滅ぼそうとする敵の唆しによって、あれこれとでっち上げて提案している——その内容については、あえて明かすつもり

はない。なぜ、自分たちの現在の、適切で、神に喜ばれ、救いをもたらす生活には目もくれず、このようなことが行われるのか？——聖なる方々のうち、誰がそのようなことをしただろうか？もし誰かがそうしたとしても、それは天からの何らかの指示、あるいは自分の霊的指導者の祝福によって、そう決心したからに他ならない。しかし、あなたがたは、過去の罪からまだ清められていないか、あるいは清められたとしても、内面がまだ安らぎを得ておらず、物事を区別する甘美さを味わっていないまま、無分別と独断に目がくらみ、蛇の誘惑に突き動かされて、急流を転がる玉のように、これに突き進んでいるのです。そうではありません、わが子らよ、決してそうすべきではありません。しかし、信じてほしい。あなた方にとって、最も賢明な者の中でも最も賢明であり、最も聖なる者の中でも最も聖く、そして最も善き行いの中でも最も善き行いとは、主があなた方を召されたその地位に留まり、共同生活の中で、父の導きの下、兄弟たちとの交わりの中で、この神に守られた霊的な育成の場にとどまることである。そこから離れる者は獣に捕らえられ、そこに留まる者は、その特徴である一致、同心、協力、共労、共苦、そして神への賛美を身につけるのです。そして、他者と自分を区別するようなことを、決して思いついてはなりません。

**13.** 徳において他者を凌駕したいと願う者は、心の中で自らを誰よりも低い者と見なし、誰に対しても反論せず、その口から諂いや不平が漏れることのないようにせよ。また、「怒りに鈍感」であり、従順であることに速やかであり、言葉の頑なさに直面した際には、なおさら速やかに「許してください」と言うようにせよ。内面の穏やかな心持ちと神への祈りの姿勢ゆえに、その顔は明るく喜びに満ちており、目は下を向き、心は神へと向けられているようにせよ；常に笑いを控え、穏やかな微笑み以上の表情を見せないようにせよ。言葉においても節度を保ち、腐った言葉や、教訓にならない言葉を一切口にしないようにせよ。共同の食卓で出されるものに満足し、満腹になるまで食べないようにせよ；定められた睡眠時間に満足し、礼拝の際には清々しく冴えた状態で臨み、一節たりとも注意を怠ることなく聞き逃さないよう努めよ。毎日を新たな始まりと見なし、夕暮れまで自分の命の限界を延ばすことなく、魂が肉体から去るその瞬間にいつでも備えよ。毎日涙の川を流し、とりわけ夕べには、怠慢のゆえに犯した過ち（ ）や、死の瞬間に魂が肉体から離れること、天使たちに連れ去られる様子、悪魔の試練をくぐり抜ける様子、そして生涯の行いすべて——すなわち、行いも思いも、その後にその貧しい魂がどこに定められるのか——主の右に立つのか、アブラハムの懷で安らぐのか、キリストの花嫁として至福を得るのか、それとも山羊たちのところへ去り、彼らと共に「私から離れよ、呪われた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ」（マタイ25:41）。——これこそ、あなたがた一人ひとりが怠ることなく、他者を凌駕するよう熱心に努めるべきことである。しかし、この点において成功を収めるには、共同生活ほど適した場所はない。聖バシレイオス大主教によれば、共同生活こそがあらゆる美德の源泉であるからである。

**14.** 私は、適切な生き方をしていない者たちに競争心を喚起するため、名前を挙げずに、あなたがたのうち数人の美德を明らかにしたいと思います。あなたがたの中には、ある日には、神への誠実な信仰と燃えるような愛によって、全く眠らない者たちがいます；また、一日として熱い涙を流さずに過ごすことのない「涙の行者」もいれば、あらかじめ涙の水をたっぷりと流さなければ聖体拝領にさえ臨まない者もいます。清浄を愛するあまり、汚れないよう他人の顔さえ見ようとしない者もいれば、座ったまま眠りの欲求を満たす者もいます；食事の時間以外は何も飲まず、食べない者もいれば、衣服や靴、あるいはその他の物事を求めて私に懇願したことは一度もなく、ただ救いのために断食や徹夜、あるいはその他の自己犠牲の程度を定めてほしいと願う者もいる。——これこそが心正しい者たちであり、真摯に天上のものを求める者たちである；これこそが、自らの救いを熱心に求め、隣人に害を与えないよう心掛け、それだけでなく、あらゆる方法で隣人の役に立ち、自らの行いによって正しい道を思い起こさせ、それによって怠惰な者を勤勉へと、堕落した者を立ち直りへと導く者たちである。望む者は、このような者たちに倣うがよい。もしそのような願いがないならば、一般的に定められた善行に満足しなさい。なぜなら

、節度は救いをもたらすものであり、それを誠実に守る者たちは、疑いなく、慈悲深く寛大な神から冠を授かるからである。

**95. 私たちはキリストの軍勢である。見よ、あなたがたの全武装は整っているか。敵は眠っていないのだから——そして戦え**

95. 1) 私たちはキリストの軍勢である。見よ、あなたのすべての武具は整っているか。敵は眠っていないのだから——そして戦え。—— 2) あらゆる務めを忠実に果たせ。私たちの命はほんの一瞬に過ぎないが、この一瞬のうちに永遠の至福を得ることができる。だから、怠けずに励みなさい。 [2, 18]

**15.** 私たち——キリストの軍勢、全世界から主のために選ばれた捧げ物、神に奉獻された供え物——は、血肉を持つ敵と戦うのではなく、この世の闇の支配者たち、悪意の霊たち、すなわち、この世の支配者たち、権威者たち、支配者たちと戦っているのです（エフェソ6:12）。なぜ、私たちにとって不可欠なこの事柄——すなわち、一つに集まり、協議し、議論すること——を、年に一度、二度、三度ではなく、絶えず行わなければならないのか。それは、私たちの敵との戦いが絶え間なく続き、私たちも絶えず誘惑にさらされているからである。さあ、キリストの戦士たちよ、あなたがたの魂は塹壕で囲まれているか、信仰の鎧を身に着けているか、謙遜の盾を持っているか、従順の槍を構えているか、救いの希望の兜で覆われているか、勇気という剣を手に行っているか、そして何よりも、あなたがたの尊い体は穏やかで従順であり、訓練され、制御しやすい状態にあるか。そうでなければ、くつわを噛みしめて、敵の前にある「乗り手」——すなわち心——を振り落としてしまうのではないか？ はい、あなたがたはこれらすべてを備えている。私が自ら保証しよう。しかし、さらに、さらに備えなさい。なぜなら、「多くの者が」「高き所から」私たちと戦っている（詩編55:3）からであり、また、悪者の矢は燃え盛っており、その悪者は、一瞬たりとも遅れをとらず、食わず、飲まず、眠らず、昼も夜も戦い続けているからである。彼自身が、ある聖なる教父の一人にそう語ったように。彼の生気のない人生と破滅的な働きとは、「貧しい者や困窮する者を打ち倒し、心正しき者を打ち砕く」（詩編36:14）ことにある。しかし、彼の「剣」が彼の「心に突き刺さり」、彼の「弓」が「砕かれる」（詩編36:15）ように。どうすればよいか。それは、前述の武器をもって彼を撃退することである。この万物を滅ぼす者自身が認めたように、謙遜な知恵は彼を打ち砕き、従順は彼を打ち負かし、祈りは彼を逃亡させ、断食は彼を飢えさせ、兄弟愛とその他すべての美德の実践は彼を打ち倒すのである。

**16.** 罪の囚人である私が、あなたがたに願うのは、私たちが召された名にふさわしく歩むことです。忍耐を保ち、手の仕事、畑の耕作、畝掘り、衣服の仕立て、書物の筆写、大工仕事、パン焼き、その他あらゆる技能や従順において、あらゆる労苦に励んでください。これらすべてに対して、天にはあなたがたのために大きな報いが用意されています。見よ、私たちの人生は疾走する者のように駆け抜け、鳥の飛翔のように過ぎ去っていく。しかしその間にも、兄弟たちよ、私たちは良い買い物を成し遂げることができる。ほんの一瞬のうちに、私たちはすべての時代の至福の相続人となることができるのだ。なぜなら、無限の永遠に比べれば、私たちの生涯のすべては、ほんの一瞬に過ぎないからである。七つの必要の一つにまとめ上げた者は幸いであり、この世を憎んだ者は三倍に幸いであり、主のために両親、親族、友人、兄弟、そしてこの世にあるすべてのものを捨てた者は、すべて幸いである。——あなたがたがそう行っただから、どうしてあなたがたが称賛されないことがあろうか。主ご自身がこう言われたからだ。「わたしを賛美する者を、わたしは賛美し、わたしを辱める者は、恥をかくことになる。」——あなたがたはまことに、自分の体をもって神を賛美している。キリストの肢体は聖別されているのだから、自分自身を犠牲としてささげ、従順によって絶えず実を結べ。だれも、その最善の歩みを断ち切ってはなりません。だれも、落胆したり、怠けたりしてはなりません。だれも、うたた寝したり、眠りにふけったりしてはなりません。皆、互いに協力し合い、愛の絆で結ばれ、心をつにし、思いを一つにして、神にかなう善き歩み手となり、善行に励み、絶えず前進し続けなさい。



96. 私たちが以前どのような者であったか、どのように召されたか、そして今どのような者であるかを思い起こそう。そして、言葉をもって、とりわけ正しい生活をもって、神に感謝しよう。

96. 1) かつての私たち、召された時の姿、そして今の姿を思い起こしましょう。そして、言葉をもって、とりわけ正しい生活をもって、神に感謝しましょう。— 2) この世というエジプトを出て、神の守りと導きのもと、約束の地に入ることを待ち望みながら、この人生の荒野を忍耐強く歩んでいこう。[2, 19]

17. 主への愛と永遠の福への渴望という燃える灯を内に持つ私たちは、この灯が消え、私たちを闇の中に置き去りにしないよう、またその結果として闇の中であちこち彷徨い、情欲という破滅の落とし穴に陥らないよう、絶えず聖油を注ぎ続けなければならない。では、この油とは何でしょうか。それは、かつてあったこと、今あること、そしてこれから起こるであろうことについての回想、思索、そして考察です。——それでは、私たちの若き日のことを思い起こしましょう。あの頃、私たちは、まるで闇の中を歩くかのように無知の中にあり、あるいは、まるで海の波に翻弄されるかのように、虚しい事柄の流れに身を任せており、あるいは、まるで水の深淵に沈むかのように、肉欲の快楽に溺れていたのです。そして、そこから慈愛に満ちた神が私たちを呼び出し、御手を差し伸べて救い出し、平和な道を示してくださり、この明るく聖なる生き方に歩み寄るよう私たちに促してくださったことを思い起こそう。さらに付け加えるならば、その間、これほど多くの親族や知人、友人、知人が依然としてあの苦い境遇にとどまっている一方で、私たちだけが、まるでエジプトの奴隷制から解放されたかのように、そこから救い出され、この住まいの高い山へと引き上げられ、ここから下を見下ろすと、人々が、まるで底知れぬ深い溝の中でぐるぐると回りながら、むなしくもがいて、互いに押し合い、互いに足をすくわせ、額に汗を流して、何か偉大なもの、すなわち、移ろいやすく、はかなく、すぐに過ぎ去ってしまう地上の富を求めている様子が見える。そしてさらに嘆かわしいことに、その報いとして、永遠の苦しみを受けるために地獄に落ちるのだ。このたった一つの救いに対して、私たちはどれほどの感謝を覚え、私たちの恩人である神に捧げるべきだろうか？——それゆえ、私たちは絶えず神に感謝し、イスラエルの歌よりも大きな声で賛美を捧げ、こう歌おう。「主を賛美しよう。主は栄光に満ちておられる。馬と騎手を海に投げ込まれた」（出エジプト記 15: 1）。しかし、もし私たちがこの恵みを適切な形で活用しないならば、すなわち、この世を厳しく拒絶し、身内から距離を置き、地上の恵みを何とも思わず、私たちの生活の掟に祝福に満ちた従順をもって従うことを怠るならば、そのような感謝は不完全なものとなってしまいます。

18. この世とその魅力や欲望から解放されたならば、この人生の荒野を正しく歩むべきである——すなわち、従順で、聞き分けが良く、忍耐強く、寛大であり、清さと主の戒めを愛する者であり、決して、あの昔の民のように不平を言う者であってはならず、頑固でも、肉欲に溺れる者でも、快楽を追い求める者でも、厚かましい者でも、矛盾した者でも、律法の制定者ご自身に反旗を翻す者であってはなりません。エジプトの釜を思い起こすとき、私たちは神の恵みによってそこから離れ、それを拒絶したのです。どうかそのようなことのないよう、お願いいたします。しかし、神の聖なる民として、従順であり、天からの導きが命じる場所へ、いつであれ喜んで移り、常に神の御心に従って歩み、旅路の苦難——食糧の不足、飲み物の乏しさ、その他あらゆる困難——を穏やかに耐え忍びましょう。もし私たちがこのように従順であれば、神の御使いが私たちの先頭に立ち、主は私たちのために、異邦人のような情欲を打ち破ってくださり、私たちはアモリ人、カナアン人、ペリジ人、エヴェイ人の地ではなく、柔和で義なる人々の地、聖なる蜜と乳が流れる地に入り、主キリストと共に統治しながら、約束されたすべての恵みを相続することになるでしょう。兄弟たちよ、私たちに待ち受ける報いをご覧になり、私たちのために用意された慰めを知り、それとは対照的に、不注意に生きる者たちを待ち受ける懲罰と苦しみも知っています。さあ、私たちに待ち受ける道を、すべての喜びと熱意、そして揺るぎない忍耐をもって歩みましょう。カアフとメラリヤの子ら（民数記4:15）がかつて聖なる器を据えたように、一人ひとりが自分に課せられた務めを、神聖な務めとして熱心に果たしましょう。誰も不従順であってはならず、誰も不平を言ってはならず、誰も傲慢であってはならず、誰も偽りを語ってはな

らない、誰も嘲笑してはならない、誰も嫉妬してはならない、誰も中傷してはならない、誰も怠慢であってはならない、誰も怠け者であってはならない、誰も何事においても、私たちの聖なる住まいを辱めてはならない。むしろ、皆が全力を尽くして神に喜ばれることのみを行い、私たちの善き業を立派に成し遂げた後、ついに、私たちの主キリスト・イエスにおける義の冠を受け取ろう。

**97. あなたがたは、この世を捨てたこと、殉教的な従順、そして情欲や目に見えない敵との戦いによって、間違いなく永遠の至福を相続するでしょう。ですから、しっかりと立ち続けなさい**

97. あなたがたは、この世からの離脱、殉教的な従順、そして情欲や目に見えない敵との戦いによって、間違いなく永遠の至福を相続するでしょう。ですから、しっかりと立ち続けなさい。[2, 20] 死の門が、あなたがたすべてを天界および天上の領域へと舞い上がらせるように——そこでは、「病、悲しみ、嘆きが遠ざかる」（詩編 35, 10）のです。かくして、この不肖の身は、あなたがたがそこへ赴き、すべての者が喜び祝う住まい、喜びの顔と祝宴の声が響く場所にたどり着くことを切に願う。それは、古よりキリストに喜ばれたすべての聖徒に約束されたものであり、あなたがたの善き歩み、称賛に値する至福の生涯、この世からの逃避、肉親との断絶、自らの欲望の断ち切り、日々の闘いにおける堅忍、そして殉教的な従順の耐え忍び、その中で、あなたがたはまことに主を告白し、悪の根源である悪魔を拒絶し、絶え間なく、心や感覚を通じて加えられる打撃——時には肉欲から、時には悪魔の唆しから、時には兄弟たちとの衝突から、時には会計係や 工房の責任者や管理者らからのあらゆる他の奉仕の務め——それらを受け入れ、退けつつ、主の御前で自らの誓いを決して破ることなく、大胆かつ勇敢に救いの道を歩み、あなた方に対して立ちはだかる悪魔の軍勢を恥じさせ、退散させるのです。これこそがあなたがたの功績であり、あなたがたは使徒と共にこう叫ぶことができる。「誰が私たちが神の愛から引き離すことができようか。苦難か、窮屈か、迫害か、飢えか、裸か、危険か、剣か。『私たちは、あなたのために一日中死に渡されている。私たちは、屠られる羊のように数えられている』と書かれているとおりである」（ローマ 8:35,36）。まことに、あなたがたは幸いであり、三度も幸いである——しかし、忘れてはならない——もしあなたがたが、神の御前でこの偉業を最後まで変わることなく守り抜くならば。なぜなら、あなたがたには日々戦いがあるが、それと同時に、日々栄冠も待っているからである。

**98. 私たちは貧しい。しかし、神は私たちを養ってくださる。神に感謝しよう。しかし、私たちも怠けていてはならない。各自が自分の務めに従って働くべきである。そうすれば、神は私たちのわずかな働きをも増やしてくださる**

98. 1) 私たちは貧しい。しかし、神は私たちを養ってくださる。神に感謝する。しかし、私たちも怠けていてはならない。各自が自分の務めに従って働くべきである。そうすれば、神は私たちのわずかなものを増やしてくださる。－ 2) 私たちの間ではすべてが共有されており、一人の労苦は全員に及ぶし、その逆もまた然りである。そして、労苦と熱心さに応じて、神からの報いが全員を待っている。外で肉体的に働く者も、内で霊的に働く者に劣らず報いを受けるであろう。－病める者たちは、穏やかで不平を言わない態度に対して報いを受けるであろう。[2, 21]

**19.** 私の心配と祈りの第一の目的は、あなたがたが、聖く徳ある生活において、清く、熱心で、非の打ち所のない者であり続け、誰も悪魔の誹謗中傷に惑わされることなく、皆が、祝福された従順のふさわしく尊い行いを行うにあたり、冷静で活気に満ちた状態を保ち続けることである。なぜなら、これが適切な形で保たれているならば、他のことについては、たとえ普段悲しんでいるとしても、私には何の悲しみもないからです——つまり、これまで続いてきたような肉体の生活の窮屈さについてですが、私はこの窮屈さを広々とした空間と、貧しさを富と、不足を充足と見なしているからです。この点において、主は義人の魂を飢えさせず、御自身の敬虔な者たちを見捨てないという確信を与えてくれる希望に導かれています。あなたがたは、キリストの恵みにより、天の御摂理によって養われ、潤され、覆われ、温められているのです。それは魂だ

けでなく、肉体においても同様です。そして、大部分が貧しく、人間からの援助を一切受けていないこのような大勢の人々を、神の御手が助けなければ、誰が適切に養い、必要なものをすべて供給することができるのでしょうか？——目を上げてご覧ください。この王の都に入った私たちの数はどれほど多く、その中にはどれほど多くの老人、体の不自由な者、病人、若者、そして子供たちがいることか。そして主は、すべての者の必要を満たしておられるのです。これは驚くべきことではありませんか？ 賛美に値することではありませんか？ ああ、私の兄弟たち、そして子供たちよ。——とはいえ、私たちもただ手をこまねいてはなりません。私たちもまた、兄弟愛の必要を満たすために、労苦と汗を捧げなければなりません。なぜなら、神は、その戒めがすべての兄弟愛によって互いに守られているのをご覧になると、憐れみを示してくださるからです。そして、目に見えない泉から、満ち足りるための手段を送ってくださるのです。それゆえ、懇願して訴え、繰り返し呼びかける。どのような務めに就いていようと、誰もが全力を尽くして働き、霊的にも肉体的にも多くの実を結ぶよう努めよ。なぜなら、ここでは一方から他方が知られ、肉体のことに心を配る者は霊的なことに対しても同様に心を配るものであり、逆に、霊的に実を結ばない者は外的なことにも無関心だからである。

**20.** 私たちの間では、肉体的・感覚的なものだけでなく、霊的・精神的なものまでもがすべて共有されています。ある者の美德や善行が他のすべての人々と共有されるのと同様に、その逆もまた然りです。また、労苦についても、聖使徒パウロの次の言葉にあるように、身体という例から見てとれる通りです：「**体は一つであり、多くの肢体がある。すべての肢体は一つの体のものだが、多くの肢体があっても、体は一つである。もし一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、もし一つの肢体が榮えれば、すべての肢体が共に喜ぶ**」(Iコリント12:12, 27)。そして、体において頭から足まで、右から左まで、各肢体で生じる欲求とその充足が感じられるように、魂についても同様に理解すべきである。私の父であり、あなたがたの父である方が第一の肢体であり、私が第二であり、その後、順番に最後の一人まで続く。裁きの日には、私たち全員が共に称賛を受けるか、あるいは叱責を受けることになるのである。このことを知って、わが子らよ、私たちは皆、励み、皆、努力し、一人ひとりが共通の事業に自分の役割を果たし、その奉仕と力の程度において、誰も他者より軽んじられることがないようにしよう。しかし、もちろんあなたがたもご存知の通り、私たちがここで順位を定めるのとは異なり、神はその日、それらを定めておられる。なぜなら、神の裁きと人間の裁きとは異なるからである。神は、三百番目を三番目や四番目に据えたり、十番目を真ん中に下げたり、最後尾を第一位に引き上げたりされるかもしれない——それは、一人ひとりの勤勉さと徳に応じてのことである。口にすることも恐ろしいことですが、神は、ある者を私たちの集団から完全に除外し、地獄へ送られる可能性もあります。もちろん、それはここでも異なる精神、異なる考え方、異なる心持ちを持っていた者に対してのことです。しかし、私は敢えて皆様に断言いたします。私たちの中で働く者の誰もが無駄に働いているわけではありません。——畑を耕す者もむなしく耕すわけではなく、畝を掘る者もむなしく掘るわけではなく、料理人もむなしく料理をするわけではなく、パン職人もむなしくパンを焼くわけではなく、貯蔵係もむなしくその務めを果たすわけではなく、などなど。そして、これらすべての人々は、他の人々ほど孤独に詩篇の詠唱や詩作に励んでいるわけではありませんが、修道室で自分の務めに従事している者たちと同様に、もしそれ以上の熱意をもって、しかも主のために働いているのであれば、報いを受けるでしょう。誰が兄弟愛のためにどれほどの労力と熱意を捧げるかによって、それに見合った報いが与えられるのです。このことを知って、修道院内で働く者は、外で働く者を軽んじてはならず、外で働く者も、まるで軽んじられているかのように落胆してはならない。各人への報いは、労苦と熱心さによる。では、病人の報いは何だろうか、と誰かが言うかもしれない。彼は働くことができないのだから。彼への報いは、感謝、不平を言わないこと、そして忍耐である。



## 99. 教えは無駄ではない。それは眠る者を目覚めさせ、目覚めている者を強め、導くものである

99. 1) 教えは無駄ではない。それは眠っている者を目覚めさせ、目覚めている者を強め、導く。こうして私たちは皆、少しずつ前進していくのだ。——2) ここに神の慈しみを認めよう。私たちの間にある悪は弱まり、善は強められる。倒れる者もいるが、彼らは立ち上がり、改心する。だから、あなたがたの善き心構えと熱意を保ちなさい。[2, 22]

21. ある人々はこう言うだろう。「教えの内容を実践しないのなら、その教えに何の意味があるのか?」と。なぜなら、笑ってはいけなさと何度も聞いても、その点で改まらないことがよくあるからだ。無駄話をすべきではないと何度も教えられても、依然として無駄話をしている。隣人を妬んではならないと繰り返し諭されても、依然としてその情念に打ち負かされ、昼夜を問わず行われる詩篇の詠唱や祈りの際に、怠慢で眠たげな態度をとってはならないと頻繁に注意を受けても、依然として心がさまよい、居眠りをしてしまう——要するに、ほとんど何一つ改められていないのだ。——しかし、そう言う人々は不当なことを言っている。第一に、誰も何一つ改善されないなどということはあり得ず、また、すべての人がすべての点で突然改善されることも不可能である。しかし、今日ある者は、明日また別の者が、自己改善への努力を始め、それを続けているのだ; 第二に、階段を上る時のように、最初の段から最後の段へ一気に飛び移ることはできず、一つずつ順番に踏みしめながら上っていくものです。徳の道においても同様で、少しずつ進歩を重ねて、その高みに到達するのです。これら両方の点において、カテキズムによる戒めは極めて有益であり、成功への熱意を喚起し支え、そのための方法や手段を提示することで、誠実な諸君の魂が、少しずつ力から力へと、地から天へと昇っていくのを助けるのである。さらにこう言えるでしょう。もし、神の栄光のために、あるべき姿や是正すべきことについてこれほど頻繁に語られ、聞かれているにもかかわらず、情欲の抑制が見られないのであれば、もし沈黙が支配し、あるべきことが適切に指摘され、説明されなかったとしたら、一体どのような事態になり、私たちはどれほど悪くなっていたでしょうか。私は先人たちから、言葉は行いへの道であり、善い言葉は善い行いへ、悪い言葉は悪い行いへと導くものであると教えられてきた。そして私は、それが事実であることをよく知っている——より良い生き方について語ることが、常に人をより良い方向へと導くのだ。私の子供たちよ、私はあなたがた自身について証しする。神に靈感を受けた聖書の読解、そして私の謙虚な教えを聞くこと——たとえそれがほんのわずかであっても——によって、あなたがたは皆、高みへと昇り、前へと進み続けているのだ。情熱的な者たちは眠りから覚め、自らを改め始め、すでに善き道を歩んでいる者たちは、ますます大きな成功へと勇気づけられているのです。

22. 私たちはここで神の恵みを告白し、神の慈しみを隠すことはない。なぜなら、ご覧の通り、私たちの間には争いも、中傷も、非難も、侮辱も、不従順も、密食もほとんどないからです。もしそのようなことが起こったとしても——私たちは悪へと傾きやすい肉体をまとっているため——罪を犯した者は直ちにそれを認め、悔い改め、定められた悔悛の行いによって改心します。食事からの排除、断食、立ち礼、拝礼など、その弱さを癒やすのにふさわしい方法に応じて行われます。だから、誰も「教えには益がない」などと言ってはなりません。私たちは教えによって益を受け、それを通じて、キリストの恵みと、私とあなた方の父である神の祈りの助けにより、徳の山へと善き登り道を登り続け、啓発され、聖別され、神聖化されていくのです。もっとも、それは多大な労苦と汗を伴って達成されるものです。ですから、皆様にお願いし、懇願いたします。私たちの善き意志と前向きな心構えを保ち続け、あらゆる二心を取り除き、臆病さを永遠に追い払い、善き希望と、将来の報い、そして永遠の祝福への期待をもって自らを奮い立たせましょう。——私たちの鼻孔に息がある限り、そうして、現在の苦難や困難を経て、死後、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天の御国の相続人となるにふさわしい者とされるためです。

**100. 統治することは困難である。しかし、主のため、すなわち私たちのために十字架の死に至るまで苦しまれた方のために、私は耐えている。あなたがたも耐えなさい**

100. 1) 統治するのは困難ですが、主のため、私たちのために十字架の死に至るまで苦しまれた方のために、私は耐えています。あなた方も耐えてください。－ 2) 古の人々がどのように耐えたかを心の中で思い描いてみてください。3) それでは、彼らに倣いましょう。[2, 23]

1. もし私が肉眼で、ほぼ毎日私たちに降りかかる悲しみや不快な出来事を見つめていたら、とっくに力尽きて、指導の任を他人に譲っていたことでしょう。しかし、その一方で、私の謙虚な心が神に目を向ける時——あなたがたもまた、その神のためにここに招かれ、私もまたあなたがたに身を委ねているのだから——私は拒むことも絶望することなく、私の父でありあなたがたの父である方の祈りによって、私の愛する者たちであるあなたがたのために、また私の主であり主権者である方のために、主キリストに強められて、あらゆることを耐え忍ぶ用意がある。なぜなら、万物を創造された御方が、私のために、受肉という神秘の御業によって、試練を受け、侮られ、辱められ、嘲られ、十字架につけられ、槍で刺され、葬られることをお許しになったのですから。それならば、私に耐えられないことなどあるでしょうか。あるいは、むしろ、私たちが喜んで耐えられないことなどあるでしょうか。悲しみ、苦難、傷、欠乏、死が訪れようと構わない。これらすべては、もし私たちが善く戦い、気高く立ち、勇敢に立ち向かえば、報いとして永遠の祝福を得られるという揺るぎない信仰があれば、何の問題があるだろうか。弱き肉体が衰え始めたとき、それに甘んじれば、神の怒りの日、すなわち神の義なる裁きが明らかにされる日に、自らに怒りを招くことになるのだと自覚し、気高き勇氣に立ち返ろう。

2. ああ、かつてのあの聖なる魂たちは今、どこにいるのか！彼らを奮い立たせていた熱意は、今やいかに乏しくなってしまったことか！彼らにとっての喜びと楽しみは肉体の苦しみであり、栄光と偉大さは——極限の自謙であった。彼らは主への燃えるような愛に満たされ、自らの意志を遂行することではなく、決してそれを遂行しないことへの飽くことのない渴望に蝕まれていた。彼らは支配することを求めるのではなく、老いゆくまで従属し、従順であることを求めている。あの至福に満ちた老いた長老は、どこへ行ったのか。食事の終わりまで謙虚に立ち続けていたあの人は。あの三十年にわたり従順の真珠として試練に耐え抜いた人は、どこへ行ったのか。あの人も、この人も、今どこにいるのか？——なぜなら、あらゆる美德を放つ聖人たちのその神聖な集い全体が、まるで星の群れのように、私の心の前に現れているからだ。——心の中で、彼らの聖なる修道院を巡ってみよう。ここに、偉大なるパホミオスの修道院がある。——そこで、永遠に記憶されるイオナ、栄光に満ちたペトロニウス、聖化されたテオドロスに目を向けよう。続いて、偉大なるテオドシオスの修道院へと移り、そこでも永遠に生きるヴァシレイオス、驚くべきアエティオス——そしてあの者、この者——に目を向けよう。ここから、至福のテオクティスト、偉大なるエウフィミオス、聖化されたサヴァの聖なる修道院へと移りましょう。言葉を簡潔にまとめれば、古代、中世、そして近代の修道院に存在したすべてのものを心の中で駆け巡り、それぞれがそこでいかに、そしてどれほど、自らの生涯を善きものとするために精進したかを思い巡らせましょう。

3. 同様に、私たちも、真の命と光を得たいと願うならば、あらゆることを耐え忍び、すべてに耐え、何事においても「つまずきを与えず、私たちの奉仕が『非の打ち所のないもの』となるように」（Ⅱコリント6:3）歩まなければならない。「これらすべての上に、信仰の盾を取り、それによって、悪者の放つあらゆる燃える矢を消し去ることができる」（エフェソ6:16）。そして、無敵であり続け、互いに喜び合い、愛し合い、キリストのひとつの体として、御霊のひとつの息吹によって調和されなければならない。

**101. 私たちは、労苦、欠乏、そして苦難によって罪から清められるよう召されている**

101. 私たちは、労苦、欠乏、そして苦難によって罪から清められるよう召されています。それは困難なことですが、その見返りとして、永遠の至福の命が約束されています。ですから、そのようなすべてのことについて喜びましょう。[2, 24] 私たちが召されている修業について、簡

潔に思い出させておきたい。それによって私たちは過去の罪を清め、そのために日々苦難に耐えているのである。主の御言葉にあるように、私たちの道はまことに狭く、また苦難に満ちています。しかし、そこには永遠の命の約束があるのですから、喜び、その道を成功裏に歩み終えることに熱心に取り組み、善き熱意をもって互いに競い合い、競技場のように走り、敵に打ち勝ち、報いの日に義の冠を受け取りましょう。このゆえに、私たちにとって重いものは軽いものと、不利なものは有利なものと、悲しむべきものは喜びあるものと、欠乏を伴うものは有益なものと、不名誉は名誉と、侮辱は称賛と、必要の乏しさは充足と、水を飲むことはワインを飲むこと、遅く食べることは早く食べることとして、尊ぶべきである。これこそが、私たちの生活の殉教的な特徴であり、これによって、将来の祝福への期待と希望が確固たるものとなるのです。どうか、私たちの生活が心を悲しませ、苦しめるものであるからといって、嘆き悲しんだり、気弱になったりしてはなりません。むしろ、その生活が私たちに神の子としての地位、天の御国、そして至福の不死という宝を秘めていることを見据え、——より熱心にこの人生に打ち込み、絶えずその中で新たに生まれ変わらしましょう。労苦に労苦を、偉業に偉業を、勤勉に勤勉を、従順に従順を、自己の意志の断ち切りに断ち切りを、祈りに祈りを、徹夜祈祷に徹夜祈祷を、神への思索に神への思索を、涙に涙を、愛に愛を。これこそが、私たちのわずかな人生であり、はかない世の生活とは異なり、それよりも高さのものであり、世俗の知者たち、肉に支配され、未来よりも現在を優先する者たちにとっては、奇妙で異質なものである。これこそが、世と、世にあるもの——両親、兄弟、子供たち、そしてあらゆる世俗的なもの——を捨て、主への愛ゆえに、常に貧しさや苦しみ、侮辱、拷問、そして死を甘んじて受け入れる覚悟のある、あなた方である。それゆえ、天にはあなたがたのための偉大な報いが秘められている。あなたがたはこの世から神のもとへ移され、この世の一時的な生涯を後にし、永遠の命へと移り行くことになる。ただし、最後まで忠実な従順の証しを現し続けるならば、である。

## 102. 共同生活の行いに誠実かつ成功裏に取り組んでいるあなた方を祝福する

102. 1) あなたがたが共同生活の行いに誠実かつ成功裏に励んでいることを称賛する。— 2) 「どこにでもそのような者は少なくない」と囁く者たちを信じてはならない。— 3) 私たちの最も重要な武器は、心の思いの啓示である。— 4) それによって、私たちのあらゆる修道的な行いが実を結ぶのである。[2, 25]

4. あなたがたが、この時代、この時代にあって、主を求め続け、自らの心に目を配り、あなたがたの霊が神と共にあると信じていることを、私は祝福する。また、あなたがたが、偽りなく、不純なものが混じることなく、真に世を捨て、偽りなく世から離れ、実際にあなたがたが呼ばれている通りの者となっていることについても、祝福します。なぜなら、あなたがたはすべてから真に分離し、唯一の神と共にあり、その唯一の神に仕え、あなたがたの素晴らしい生活を送っているからです。ここから、あなたがたの共同生活が生まれ、それゆえ、あなたがたの間では何一つとして誰かの所有物とは呼ばれないのです。ここから、あなたがたの肉親である両親や親族からの取り返しのつかない疎遠が生まれます。ここから、私に秘められたあなたがたの心の願いが啓示されることによって、私の謙遜に対する偽りのない信仰が現れるのです。ここから、あなたがたには、窮屈さの中に広々とした余裕があり、貧しさの中に満足があり、肉体の欲求の欠如の中に慰めと喜びがあるのです。そして、これ以上何を語る必要があるでしょうか——ここから、あなたがたの生活の栄光が生まれ、あなたがたが皆の口に上る所以なのです。

5. これはあなた方を褒め称えるために言うのではなく、あなたがたが堅固で強靱であり続け、また、あらゆる手段を尽くして、この高みから転落することのないよう、また、自分の意志の善き決意を弱めることのないよう、修道生活における闘いを放棄したり、墮落した詭弁や人々のうた声に惑わされたりしないように注意するよう、思い出させるためです。それらの声は、あちこちで、私たちよりもさらに神を畏れ、神に仕えている人々がたくさんいると、確信を持って吹き込もうとするものです。「そのような誘惑があるのは、何のためか。それは、あなたがたのうちに、誰が熟達しているかが明らかになるためである」(Iコリント11:19)。それゆえ、自らの



意志の善き決意を固く保ち、主を愛することを怠らず、善行によってそれを示し、私たちの救いに必要なものを求め続けなさい。なぜなら、私たちには見えないことが多く、気づかぬうちに、あるいはダビデの言葉が告げているように、「**誰が自分の過ちを悟り得ようか**」（詩篇18:13）とさえ言わざるを得ないほど、私たちはつまづいてしまうからです。

6. そこで、救いにおいて、心の内を明らかにすることほど効果的な治療法はないことを、あなたがたに知っていただきたい。これは、あなたがた自身も経験していることである。——それなのに、なぜあなた方のうちの一部は、主がこの賜物を与えてくださったにもかかわらず、そのような癒しの手段が手元にあるにもかかわらず、告白と心の内を明かすことに躊躇し、沈黙によって自らを苦しめ、未解決の思いに囚われ、まるで虫に蝕まれるかのように心を満たしているのでしょうか。あなたがたが誰であれ、私はあなたがたを憐れみ、その弱さに心を痛めます。なぜ、健康を取り戻し、啓発され、喜びを得る手段が備わっているというのに、その反対の事態に自らをさらすのでしょうか？ 神はすべてをご覧になる。なぜなら、「**神の御前に隠れた被造物はなく、すべてが裸であり、神の御目の前にさらされている**」からである（ヘブライ人への手紙4,13）。——さらに、私はあなた方を明らかにしなければならない。なぜならば、私が彼らを知り、彼らが私を知るために、私の子供たちの率直さが必要だからである。

7. そして、これこそが真の霊的な絆であり、偽りのない従順、安らかな歩み、甘美な祈り、絶え間ない進歩、そして完全さへの昇華である。目からこぼれる悔い改めの涙は善であり、清らかな祈りは善であり、昼夜を問わず捧げられる祈り、苦難への忍耐、手仕事の営み、読経への真剣な傾聴、言葉を急がず、笑いを交えない会話、節度ある自制、死を思い起こし、聖人たちの生涯を可能な限り模倣すること、情欲の奔放さから逃れ、神聖な謙遜を保つこと；しかし、これらすべてよりもさらに善いのは、自分自身に対する容赦ない自己開示と、心の思いの告白である。「**すべてを試みて、善いものを保ちなさい**」（1テサロニケ5:21）。

### **103. この世における思考や感情、言葉や行いは、私たちのものとはまったく異なっている。私たちは、まるで楽園にいるかのように、これらすべてを受け止めている。**

103. 1) この世における思考や感情、言葉や行いは、私たちのものとは全く異なる。私たちはこれらすべてを、あたかも楽園にいるかのように捉えている。— 2) 神が私たちに与えてくださったおかげで、私たちの内面も外面も、すべてがこの世のものとは異なっている。— 3) しかし、世の人々よりも劣った者とならないよう、用心しなければならない。[2,26]

8. 母の胎内からこの聖なる地位に私たちを選んでくださった神に栄光あれ！ 私たちを至福で素晴らしい修道生活へと招いてくださった主に感謝を捧げます！ — 私たちには——こう言うのは大胆ではあるが、真実からそう遠くない——まことに、世にいる者たちよりも、天の御国の奥義を理解する恵みが与えられている。世にいる者たちの多くは、目の前で起きていることを見ても、その実態を正しく見極めることができないのだ。なぜなら、彼らの考えや欲望がどのようなものであるか、ご覧なさい。彼らは富や儚い名声を称え、快楽や享楽を喜び、香りのよい香油や柔らかな衣服、宝石、美しい住居、庭園、果樹園、その他あらゆる虚栄の物事に心を奪われているのです。笑い、踊り、屠殺に供される動物のように肥え太り、その他多くのことを行っている。それについては口にするのも好ましくないし、そこから生じる結果——それは良いものではないが、彼らによって称賛されている——についても同様である。これこそが、彼らが称賛し、自慢し、喜びとしているものなのだ！ ——しかし、これらすべては、「**情欲や欲望とともに、自分の肉を十字架につけた**」（ガラテヤ5:24）者たちの目には、取るに足らないものであり、軽蔑に値するものである。——聖使徒の言葉を借りれば、主イエス・キリストにあって、あなたがたもまた、自分の肉を十字架につけた者たちである。私たちには別の渴望があり、他の事柄への志向がある。私たちは、追放されたあの甘美な楽園にあったような幸福を求め、それを手に入れようと努めています。そのために、原初に近い生活様式を受け入れ、魅惑的なこの世から離れ、神のもとへと向かい、世俗の闇を脱ぎ捨てて知的な光に身を包み、すべてを捨て去ることで、万物の主となるのです。

9. ああ、なんと素晴らしく偉大な地位であろうか！ 誰が私たちを、肉と血、両親、親族、故郷、世俗の慣習、そしてこの世のあらゆるものから引き離したのか？ 誰が私たちを説得し、修道院長や霊的父たちに自らを奴隷として捧げ、禁欲、徹夜祈祷、そして裸の地の上での睡眠という禁欲的な行いを受け入れるようにさせたのか？ 誰が私たちを啓発し、物事を気散じたり夢中になったりすることなく見つめ、金、銀、美、世俗の華やかさ、さらには王のティアラや紫の法衣さえも偉大なものとして崇めず、それどころか、これらのぼろぼろで継ぎはぎだらけの衣を身にまとい、それをもって誇りとするのを、きらびやかな外套よりも尊く、偉大なこととして崇めるように導いたのは誰なのか？ 誰が私たちに、すべての物質的・肉欲的なものから逃れ、天使たちのように貞潔を保ち、清く、墮落することなく、より高次の生活様式と調和する力を与えてくれたのでしょうか？ これこそが私たちの賛美です！ 神は、御自身を愛し、将来の祝福——近づきがたい光、永遠の栄光、言い表せない喜び、絶えることのない歓喜、永遠の嗣業、天の御国、尽きることのない富、そして天使たちや教父たちによって語られたすべての約束——を切望する私たちに、これらを授けてくださったのです。

10. そうである以上、私たちはよく見極め、注意深く耳を傾け、再び反対の方向へ転じたり、後に世俗的な生活を送る者たちの後れを取ったりしないようにしなければなりません。だからこそ、私たちは自らを繰り返し清め、処女性をますます確固たるものにし、心と知性を用いて、決して悪魔に隙を与えないよう注意を払うのです。言葉は言葉によって誘われ、視線は視線によって引き寄せられ、怠慢は怠慢によって助長され、少しずつそれに慣れ親しんでいくうちに、私たちは夜のカラスのような境遇に陥り、罪による死を招いてしまうのです。そうではないのです、子供たちよ、そうではないのです。お願いいたします。互いに互いを戒めなさい。隣人こそが、生と死をもたらすからです。わずかな怠慢、無防備な不注意が、罪の深淵へと突き落とします。よく耳を傾け、よく見なさい。年少者も年長者も、先立つ者も後続する者も、指導者も被指導者も。かつて私たちは至福の境地にありましたが、ここでは不名誉な扱いを受けています。上界では天使たちのように生きる者として現されていたが、ここではサタンに似てしまっている。ある者については、「生まれなかった方がましだった」（マタイ26:24）と言われている。これについても同じことが言える。——しかし、この話はこれくらいにしておこう。——私がこう語ったのは、あなた方を悲しませたいからではなく、あらかじめ警告することで、迫り来る罪の剣を退けたいからである。

#### 104. 私に語る義務があり、あなた方には聞く義務がある

104. 1) 私が語る義務があり、あなたがたには聞く義務がある。—— 2) あなたがたは口先では私を敬っているが、心はそれから遠く離れている。私が生活上の困窮について語り、その理由を説明したとき、あなたがたは私たちの置かれた状況を受け入れた。しかしその後、特に「なぜ多くの人が受け入れられるのか」という点について、不平を言い始めた。—— 3) それについて、こう説明しよう。神は養い主であり、助けてくださる。—— 4) 不平を言ってはならない。さもないと、荒野で不平を言い、そのために約束の地に入ることができなかったイスラエルの民のように、あなた方も神の御国に入ることはいかなる理由でもできないだろう。—— 5) 私たちの先祖たちに、そのようなことがあったらどうか。それどころか、皆が困窮に耐えつつも、他者には決して拒むことはなかった。— 6) あなたがた自身、何も持たずにここに来て、ここで養われてきたではないか。それなのに、なぜ今、他の人々に慈しみを示そうとしないのか。飢え死にしそうな犬さえ追ひ払わないのに、あなたがたは、キリストが死んでくださった人々を追ひ払おうとしている。— 7) あなたがたは皆、私と共に耐え忍ぶと約束したではないか。それなのに、今はどうなのか？ それとも、苦しむことが私たちの宿命であることを忘れてしまったのですか？ — 8) 悔い改めなさい。私は決して変わったりはしません。それに、これらの事柄にはあなた方も加わっているのです。私たちは一つだからです。— 9) 神が何度私たちを困窮から救い出してくださったかを思い出してください。それなのに、なぜ戒めに従って行動することを恐れるのですか？ [2, 30]

11. 私の務めであり、たゆまぬ努力は、常にあなたがたに御言葉を伝え、ふさわしいことを思い起こさせ、神に従って歩むあなたがたの善き人生の忍耐において、慰めを与えることにある。なぜなら、言葉を持たない群れの牧者たちが、必然的に、眠ることなく、彼らに託された羊たちの世話に労を惜しまず、羊たちを牧草地に連れ出し、その中を導いているのであれば、それならば、キリストの羊であるあなたがたに対する指導権を、不適格な身でありながら授かった罪深い私にとって、どれほど大きな必要が課せられていることか。心の目を絶えず見張り、言葉という笛を吹き鳴らして、あなたがたに正しいこと、有益なことを示し、不適切で有害なことから戒めなければならないのです。しかし、私にそのような責務が課されている以上、あなたがたも私の言葉を適当に受け流すことは許されず、私の牧者の声に注意深く耳を傾けなければならない。「わたしの羊は」と主は言われる、「わたしの声に聞き従い、わたしのもとに来る。見知らぬ者のところへは行かず、むしろそこから逃げ去る。見知らぬ者の声を認識しないからである」（ヨハネ10:27,5）。これは、私とあなた方との関係にも当てはまります。

12. しかし、なぜ私はこのような序文を述べたのでしょうか。——あらかじめ申し上げておきますが、この言葉があなた方の負担とならないように——あなた方のうちには、口先では私を敬いながらも、心は私から遠く離れている者がいるからです。では、その理由を説明しましょう。——ここ数年の不作に加え、神が世の深淵から救いのために私たちの修道院という安息の地へと送り込んでくださった人々の流入、そしてこの王都に位置するゆえに、宿泊施設やその他の避難所が増えたことなどにより、私たちは物質的な必要に迫られているのです。私はこのことを皆に告げ、深い悲しみと、今年度の必要を満たす方法に対する私を重く圧迫する懸念を表明しつつ、私たちの手工芸品の生産を、規定量よりも多く生産するよう熱意を持って取り組んでくれるよう懇願し、天の御国を求める私たちにとって、苦難と窮屈さ、飢えと渇き、労苦と汗、裸と貧しさ、その他類似の試練に直面することを、あらゆる点でふさわしいことであると指摘し、さらに、神はしばしば私たちに小さな試練に遭わせることを許しておられるが、それは私たち神への愛がどれほどであるか、また神のために直面する苦難を喜んで耐え忍ぶかどうかを試すためであると付け加えました。——そのとき、あなた方はふさわしい姿を見せ、私の期待に応えてくれました。しかし、あなた方は神に対する真の心を持ち合わせておらず、当時は口先だけで神に感謝しただけだったため、まもなくその後、起こった出来事にうんざりして不平を漏らし、あるモーセのような人物ではなく、罪深い私に対して反旗を翻し、「養うことさえできないのに、なぜ彼はこれほど多くの人々を集めるのか？ それに、一体何の意味があるのか？」と非難した。一体誰が彼に、これほど大勢を集めるよう強いているというのか？

13. まさにこれらの言葉について、私は語り、神の真理を告げ、そのような者たちに下る神の剣を示さなければならない。そうして、彼らの滅びの血が、私の罪深い手によって求められないようにするためである。——まず第一に、彼らは、私の真の子らではないかのように、私と心をついにせず、「なぜ我々は彼らを受け入れるのか」と言った。むしろ、他人の、しかも不義な子らとして、「なぜ彼が受け入れるのか」と言い、それによって私との交わりから自らを排除したのだ。——次に、彼らがそう言ったとはいえ、彼らは依然として罪があり、非難に値する。なぜなら、詩篇に歌われているように、「神を中傷し、『神がこのような人々に食事を用意できるはずがない』と断じた」（詩編77:19,20）——と歌われているように、これほどの大勢に食卓を用意できるとでも言うのか？ 私が食料の供給者なのか、あるいは実りを捧げているのか、あるいは穀倉を満たしているのか？ また、私が勝手に、独断で訪れる者たちを受け入れ、兄弟愛を増しているというのか？ ——主であり神ご自身が、この世の養い主であり、「御手を広げ、あらゆる恵みを満たしてくださる方」ではないのか？（詩編144:16）。主ご自身がこうおっしゃっていないか。「まず神の御国と神の義を求めなさい。、そうすれば、これらのものはみな、あなたがたに与えられる。」（マタイ6:33）。また、臆病な者たちを励ましてこう言われたのは、他ならぬ主ご自身ではありませんか。「空の鳥を見なさい。彼らは種を蒔かず、刈り取らず、倉に集めもしないのに、あなたがたの天の父は彼らを養ってくださる。ましてや、あなたがたのような小さな信仰の者たちには、なおさらではないか」（マタイ6:26； ルカ12:28）。また、ある賢者を



通して、主ご自身がこう示唆しておられるのではないだろうか。「主を信じた者が、恥をかいたことがあろうか。主を畏れて歩んだ者が、見捨てられたことがあろうか。主を呼び求めた者が、主に見下されたことがあろうか」（シラ書2:10）。また、福音書を通じて、主ご自身がこう約束しておられるのではないだろうか。「わたしのもとに来る者を、決して追い出さない」（ヨハネ6:37）。そして、主ご自身がこう命じておられるのではないだろうか。「子供たちがわたしのところに来るのを妨げてはならない。彼らを咎めてはならない。神の国は、このような者たちのものである」（ルカ13:16）。聖書には、これと一致する箇所が他にも数多くあります。それなのに、なぜあなたがたは、私のような貧しい者に立ち向かい、言葉の乱れの中で、無意味なことを口にするのですか。

**14.** あなた方は、どうやら、ある種のイスラエルの民であるようだ。目に見えないファラオの手から、情欲という奴隷状態における苦々しい苦役から、そして世俗の虚栄という暗黒のエジプトから救い出された者たちである。——しかしその後、苦難に満ちた修道的な荒野の旅路を歩む中で、重い試練に直面した際、神に感謝もせず、神に栄光を帰すこともなかった。神の御心による必要な恵みがもたらされるよう、その善意に報いることもせず、むしろ神に対して不平を漏らし、まるでこう言わんばかりに：「エジプトで死んだ方がましだった」と、エジプトの鍋を思い出し、その下には、この世で自分にとって最も快樂をもたらしたものをそれぞれが思い描いていたのである。——しかし、あなたがたもご存知の通り、当時、そのような不平を漏らした者たちは罰を受けた。彼らのうち、だれ一人として約束の地に入ることを許されず、彼らの骨はすべて荒野に散らされたのである。子らよ、私たちも彼らと同じことをして、同じ報いを受けることのないよう、恐れています。しかし、当時は幕屋と律法の幼子時代でしたが、今はキリストの恵みと真理の完成の時です。そして、これを行ったのは一般の信徒ではなく、天使のような高みへと昇った私たちの中の一人でした。

**15.** いつ、どこで、私たちの尊い父たちの間に、そのような不平が聞かれたことがあったでしょうか。あるいは、彼らの修道院で救いを求めた者の中で、肉体の必要が乏しいという理由で受け入れを拒まれた者がいたでしょうか。むしろ、彼らの門は常に開かれていたのではないか。世を捨てようとする者だけでなく、あらゆる困窮する貧しい者のためにも。彼らはこのことに関して、死後の特別な遺言を残していなかったでしょうか。私たちの偉大な導師エウフィミオスがこの件についてどのような指示を出していたか、皆さんはご存知だろう。また、永遠に記憶される私たちの父サヴァヤや大テオドシオス、そして至福のパホミオスにおいても、それがどのように行われていたか、皆さんは読んでいるはずだ。彼らに物資の不足はあったでしょうか？——一度や二度ではなく、しかも少なからぬものでした。ある者は、例えば復活祭の際、聖体礼儀を執り行うためにさえ必要なものがなかったのです。他の者たちにも、また別の形で同様のことがありました。このように、彼らは時に豊かに、時に乏しく、多岐にわたり様々な状況に置かれていましたが、どちらの場合も神に感謝し、穏やかに耐え忍びました。彼らと共に、真の子らもまた、喜びと歎きのうちに苦難を分かち合った。しかし、当時も今もそのような生き方をしていない者たちは、呪いを受け、滅びていく。だからこそ、わが子らよ、兄弟たちよ、この言葉に耳を傾けるべきである。

**16.** そして、不平を言うあなたたち自身も、自分の労苦によって生計を立てているわけではないこと、また、ここに来たとき、何も持参しなかったことを思い起こしなさい。当時、引き返さずに済んだことを、あなたたちは神と私たちに感謝し、賛美したではないか。それなのに、愚かな者たちよ、なぜ今、当時自分たちが受けたものを他者に施そうとせず、受けた恵みを他者に分け与えることをけちるのか。不親切で、思いやりがなく、無慈悲な者たちよ！もし私たちが、言葉も話せず、飢え死にしそうな犬たちを受け入れたとしても、それだけでも称賛に値するはずだ。「義人は自分の家畜の命を慈しむ」（箴言12:10）と書かれているのではないか。それなのに、理性を備えた人間、私たちと同じ本質を持つ仲間、私たちの兄弟たち——難破して私たちの港に迎え入れ、キリストが死んで救おうとされた者たちを極度の窮地から救ってほしいと懇願してい

る者たち——を受け入れないというのか？ しかし、そのようなことは、分別のない者たちの心には微塵も浮かばない。

**17.** あなたがたは、主の御名のために私と共に死ぬと誓わなかったか？ それなのに今、わずかな苦労や困窮に直面しただけで、私を否定し、後ずさりしている。なぜ、やって来る貧しい者たちが、食事を与えられず、飲み物を与えられず、求めている援助を受けずに立ち去ることのないよう、私をもっと強く促さないのか？ しかし、あなたたちはただ自分たちが満腹になり、さらには飽きるほど食べ、魚を食べ、ワインを飲むことばかりを好んでいる。しかも、二、三杯のクラソヴリにとどまらず、聖なる父たちが禁じているほどに、さらに多くを飲んでいる。そして、「誰も二つの主人に仕えることはできない」という言葉が、あなたたちに当てはまっている——つまり、食欲と、神への愛のことである。しかし、愚かで心が鈍い者たちよ、聖なる教父たちが命じ、私のような罪人である私が絶えず言い聞かせている通り、このように苦しみ、多くの苦難を経て天の御国に入るのが、私たちにふさわしいことだと悟りなさい。

**18.** それゆえ、主の御前で数え切れないほど多くの罪を犯したことを悔い改めなさい。——しかし、私は決して拒むことも、態度を変えることもない。始めた通り、これからも、心からの歓待と熱意をもって、訪れるすべての人を受け入れ続けるつもりだ。それは私だけではなく、これを命じられた神、そしてあなた方自身も私と共にそうするのだ。なぜなら、私たちは皆、一つだからである。私が裸の人に服を着せ、寒さに震える者を温め、裸足を履かせ、血の流れた者を家に迎え入れ、飢えた者に食べ物を与え、渴いた者に飲み物を与えるとき——これらすべては、私たちの罪の贖いのためにご自身を捧げられた、私たちの真の神、イエス・キリストの御名によって行われるのです。私は、神の約束の真実を信じています。「義人の魂を飢えさせはしない」（箴言 10:3）という約束の真実を信じ、不平を言わず——私はすべての人を非難するわけではない——神の戒めの成就と兄弟愛の増大を喜び、神の試練に耐え忍び、すべてを捨て、死に至るまで神の御業に立ち続ける覚悟のある、あなた方の魂はどのようなものでしょうか。

**19.** よく考えてみてください——再び、罰を受けなかったあなた方に向けて語りますが——神が私たちを極度の困窮から救ってくださったのは、たった一度だけだったのでしょうか？ そして、私の父であり、あなた方の父である方の祈りによって、神はどのような恵みを授けてくださったのでしょうか？ ——食糧不足の時期に、神は私たちに小麦やぶどう酒を与えてくださらなかったのでしょうか？ 主は善良な人々を動かして、私たちの糧となるよう彼らの穀物倉を開いてくださらなかったのでしょうか？ 今に至るまで、村や島、都市から——蜂蜜、オリーブ、チーズ、毛布、衣類、そして司教や指導者たち、さらには紫の衣をまとった者たちからの金——が私たちに送られてきてはいないのでしょうか？ ——主があなたがたを赦し、将来さらに強めてくださいますように。そうして、他の兄弟たちと共にあらゆる試練に耐え忍び、彼らと共に義の冠を受けるにふさわしい者とされますように。

### 105. 今は誘惑の多い季節（春）である。体をしっかりと制御せよ

105. 1) 今は誘惑の多い季節（春）です。肉体をしっかりと制御しなさい。－2) 飲酒と食事の節度。－3) 節制によって得られる天の恵みは、この世の恵みなど比べものにならない。－4) あなたを取り巻く美德の仲間たちを見据え、天を見上げなさい。そうすれば、すべてが耐えられるものとなるだろう。[2, 31]

**20.** 善は苦勞してこそ得られるが、不注意な者からは容易に奪われてしまう。また、長い時間をかけて築き上げたものでも、一瞬の不注意によって失われることがある。だからこそ、特に今の春の時期には、身体が活発になり、肉体が、すなわち地のような存在として、地上のことに従って行動しようとする傾向にあるため、自分自身に細心の注意を払うべきである。肥料を与えられ、肥沃にされた大地は、その性質に応じた実りを生み出す。同様に、様々な食事や飲み物で肥え太った肉体も、その内に秘められた情欲によって自ずと沸き立つのである。ですから、その肉を手に取り、抑制し、使徒の言葉にあるように、「情欲にふけるために肉を喜ばせてはならな

い/（ローマ13:14）と、理性的な範囲内で必要なものを与えつつ、御霊によって生きるように努めなさい。

**21.** 食事にも酒にも節度を保ちなさい。酒は、わずかな慰めとして、祝日や、極めて過酷な労働の後、病気の時、あるいは目的地までの道のりが遠い時にのみ、飲むようにしなさい。それ以外の時は、一杯で満足し、多くてもせいぜい二杯にとどめるべきである。なぜなら、このことについてゲロンディカで語られていることを、あなたがたも知っているからである。また、パンに関しては、使徒の次の言葉をあなたがたに伝える。「パンは廃止されるべきである」（Iコリント16,13）。私がこう言うのは、それらを完全に避けるようにと説くためではなく、あなたがたが、品位を保ち、神にふさわしく、魂の救いとなり、また、なすべき務めを果たすための体の強さとなるよう、食べたり飲んだりすることを願ってのことである。

**22.** このような節制と、世俗の快樂、肉食、酒飲み、風呂、温室、その他諸々からの自制によって、命の木と不死の水、御霊の喜び、そして永遠の恵みの言い表せない美しさを備えた、あの神聖な樂園が、あなたがたのために用意されていることを、知らないのですか？ あなた方のために、そこには安息とあらゆる慰めが秘蔵されている。まもなく、死の門を通してそこに到達し、飽くことなく、永遠にそれらを味わい、飲み始めることになるのだ。一方、この世において、たとえ王宮にあるような恵みをとったとしても、それらは甘美（τρυφή）ではなく、虫の糧（τροφή）に過ぎません。それらを味わうことは、豊かな生活ではなく、無気力であり、それらによる喜びは、喜びではなく悲しみであり、——それらによる歓びは、所有ではなく喪失であり、——その遺産は、この世の慰めを存分に味わった最も賢明なソロモンが語ったように、まさに「空の空」である。

**23.** あなたがたには、友として節制があり、妻として従順があり、娘たちとして清らかさと貞操と施しがあり、聖なる乙女たちとして悔い改めと謙遜がある。山々の天を見上げれば、そこが私たちの住まいであり、私たちの頭であり、すべての者の父である主キリストがおられる場所であり、私たちの都である天のエルサレムであることがわかるでしょう。まことに、すべてに耐え抜けば、勝利を得ます。すべてに満足すれば、栄冠を授かります。そのようにしてこの世を去れば、天の御国の門があなた方に開かれるでしょう。

#### 106. 聖パウロの言葉と模範に従い、永遠の至福を望みながら、すべてに耐え忍びましょう

106. 1) 聖パウロの言葉と模範に従い、永遠の至福への希望をもって、すべてに耐え忍びましょう。— 2) なぜなら、私たちも彼と同様に、刻一刻と耐え忍ぶべき事柄に直面しているからです。3) もしこれを耐え忍ぶならば、神の御好意が私たちの上にあるでしょう。[2, 32]

**24.** 労苦し、奮闘しなさい。そして、キリストにあってあなたがたの生涯に降りかかる苦難を、自分とは無関係な——奇妙で、予想外のこととして起こるもの——と見なしてはならない。この世からここに来たとき、あなたがたは神と神の選ばれた御使いたちの前で、天の御国のために、あらゆる苦しみや苦難を快く 耐え忍ぶと告白したではないか——飢えや渇き、寒さや裸、侮辱や中傷、そしてその他の修道的な重荷の中で。むしろ、それらには全く目を向けず、ただ耐え忍び、耐え忍び続けなさい。その先にある至福の結末を見据えて。では、その結末とは何でしょうか。——天の御国の相続、永遠の恵みによる喜び、不死の味わうこと、絶えることのない命の至福、神の子としての地位、樂園の甘美さ、そしてその他あらゆる慰めです。まことに、偉大なる使徒はこれについて、「今この時の苦難は、私たちの中に現れようとする栄光に比べれば、取るに足らないものである」（ローマ8:18）と、ふさわしくまた正しく宣言した。当時、彼はまるで獅子や虎の群れの中を歩くかのように、全宇宙を巡り歩き、不信仰者たちに引きずられ、引き裂かれ、飢えと渇きに苦しみ、昼夜を問わず労働に励み、自らの手で働き、誰にも負担をかけず、自らの労苦によって、自分自身と共にある者たちの必要を満たしていたのである。

**25.** もし私たちも、今置かれている状況において、すべてを感謝と忍耐をもって受け入れるならば——幸いなことに——その恵みの一部を奪われることはないだろう。しかし、もし私たちが気弱で、不満を抱き、不平を漏らすような者となれば、罪と戦い、血を流すほどに奮闘した人

々との間に、いったいどのような交わりがあるというのか。そして、その日、私たちは、些細なことさえも穏やかに、そして適切に果たすことができないのであれば、あらゆる恥辱に値する者となってしまわないだろうか？——つまり、矛盾のない従順、不平を言わない労働、高慢でない奉仕、時宜を得た沈黙、分別ある言葉、必要に応じた別の務めへの移行、その務めにふさわしい注意と努力、自己の意志の断ち切り、課された悔悛の業への感謝の心、昼夜を問わず絶え間なく賛美歌を歌い祈りを捧げること、そしてその日に定められた詩篇を忍耐強く唱えること。

26. これらすべて、そして数えきれないほど多くの他の事柄を、もし私たちが従順に、穏やかに、そして喜んで受け入れ、耐え忍び、実行するならば、私たちの生活は素晴らしいものとなり、それによって喜ばれる神は、私たちに好意を持って目を向け、私たちを祝福してくださるでしょう。——このような生き方から決して逸脱してはなりません。たとえ毎日死ぬべきことになっても、それを喜びをもって受け入れましょう。「何事においてもつまずきを与えず、私たちの奉仕が非難されるところのないものとなるように」（Ⅱコリント6:3）。

#### 107. 今や四旬節である。それゆえ、一人ひとりが、この季節が求める通りに身を整えよ

107. 1) 今は四旬節である。それゆえ、一人ひとりが、この季節が求める通りに身を整えよ。— 2) 単に外見上の肉の死や肉体の苦行が求められるのではなく、むしろあらゆる悪と自分の意志を切り捨て、謙遜と従順を重んじることである。[2, 33]

27. ご存知の通り、今は聖なる四旬節であり、この期間は平常時よりもはるかに多くの霊的な行いを私たちに求めています。すなわち、あらゆる善に対する熱心な準備、温厚さ、勇気、勤勉さ、忍耐、天に届く祈り、涙を誘う感銘、心を砕く謙遜、そして食事や飲み物だけでなく、嫉妬、憎しみ、怒り、好戦性、不平、高慢、そして善を憎む情熱からも、相応の節制が求められています。さあ、自分自身をより注意深く見つめ直し、先に述べた指針に従って自らを清め、聖霊に動かされる、神の声を伝える器として自らを整えなさい。今こそその時であり、これこそがまさに断食である。

28. 誰も私にこう言うてはならない。「私はこれだけの賛美歌を歌い、詩篇を唱え、これだけの祈りを捧げ、食事や飲み物もごくわずかししか摂らず、座っている間はほとんど眠らず、これだけの回数をひざまずき、何時間も天に向かって両手を上げている」と。もちろん、これらすべては望ましいことである。しかし、私にこう答えてほしい。あなたの思索は謙虚か、霊は砕かれているか、自分の意志は断ち切られているか。常に従順であり、決して反論せず、決して不平を言わず、全く議論せず、兄弟を妬まず、無駄な考えを抱かず、無駄な言葉を口にせず、「なぜあれなのか、なぜこれなのか」と問うこともないか。「なぜあの人はある立場にあり、この人は別の立場にあるのか？」——そして、それによって心が揺らぎ、顔つきが荒々しくなり、心の善なる宝ではなく、悪なる宝から、不信仰の言葉、無畏、そして不和を吐き出す。それらは、その人自身だけでなく、それを聞く者たちをも、墮落の穴へと突き落とす可能性があるのだ。断食の行いも、節制の修練も、そのようなものではない。しかし、もし誰かが謙遜と従順の行いを心に持っているならば、この二つの美德を二つの翼として、天へと舞い上がり、神の対話者となるのである。

#### 108. 私たちが神のために働いていることを心に留め、怠惰を許してはならない。神は、その熱心さと熱意に応じて報いてくださるからである。

108. 1) 私たちが神のために働いていることを心に留め、怠惰に陥ってはならない。神は、その熱心さと熱意に応じて報いてくださるからである。— 2) それとともに、内面においても外面においても、生活のあらゆる秩序を完全に守り抜こう。— 3) 勇気を出そう。私たちには、神、至聖なる聖母マリア、そして神の聖人たち、とりわけ私たちの守護聖人である聖ヨハネ・バプティストと聖ヨハネ・テオロゴスが味方としておられる。この修道院は彼らに捧げられているのだ。— 4) 不適切な会話は控え、魂に有益なことのみに語り合おう。[2, 84]



**29.** 注意せよ。落胆や怠慢、不適切な思いによって私たちの心が重くならないようにし、それによって魂の内に墮落という災いが生じないようになさい。しかし、若々しい活気と熱意をもって、私たちの短く、絶えず衰えていく残りの人生を共に生き抜くよう努めよう。そうして、善行、神聖な修行、そして称賛に値する美德を成し遂げた後、この世から来世へと移り、報いを与える神から朽ちることのない義の冠を授かるにふさわしい者となれるように。それゆえ、一人ひとりが自らの奉仕がどのように行われているかをよく見極め、老いるまで、あたかも御臨在の主仕えているかのように、怠慢にも、無気力にも、怠惰にも、偽りにも陥ることなく、この奉仕を通じて侮辱されるのは人間ではなく、その奉仕が捧げられている神ご自身であることを自覚して、そのように務め続けなければならない。私たちここで、主の戒めを思い起こさせる単なる同労者に他ならないではないか。それゆえ、戒めを守る者も、破る者も、私たちの前で罪を犯しているわけではなく、私たちに喜ばれようとしているわけでもない。戒めを与えられた善き主、すなわち神に喜ばれようとしているのである。それゆえ、書物を書き写す者であれ、奉仕する者であれ、畑を耕す者であれ、畝を掘る者であれ、あるいは他の何をする者であれ、誰もが自分の務めを、人の前ではなく、神の御前でなすべきである。そうすれば、その務めは清くあり、心を御覧になる神によって、そこに注がれた労力と熱意に応じて評価されるであろう。

**30.** 舌は軽薄な言葉から守り、目は不適切な光景から遠ざけ、心は不純な思いから守り、すべての感覚を神への畏れをもって慎ましく保たなければならない。互いに謙虚かつ賢明に接し、傲慢さのない愛をもって互いに接し、品位ある会話を交わし、有益なものを眺め、ふさわしい言葉を聞き、謙虚さをもって接し、神聖な事柄について思いを巡らせ、こうして喜び、互いに喜び合いながら、神の戒めを全うし、魂を救うために、この地上での日々を全うしよう。

**31.** 勇気を出しなさい。私たちには、このような人生の歩みにおいて、神が助け手であり、守り手としておられ、また、至聖なる神の母の執り成しと、私たちの主である偉大なる聖人、洗礼者ヨハネと神学者ヨハネの祈りが、強固な覆いとなっている。私たちは彼らの名に因んで修道院を営んでいるのである。しかし、「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか」（ローマ8:31）。「主が私たちのいのちの守り手であるなら、誰を恐れることがあろうか」（詩編26:1）。もし私たちが聖母マリアと聖人たちの助けを得ているなら、誰が私たちに打ち勝つことができようか。決して誰もいない。そうすれば、悪魔たちも私たちから遠く離れていくし、人々は私たちを称賛するだろう。敵たちは驚嘆し、誰も私たちの前に立ちはだかることはできない。しかし、もし私たちがそのような者でなければ、私たちには全く異なることが起こるだろう。

**32.** なぜ私たちは、とりわけこのような都市に住んでいる以上、ふさわしい節度をもって自らを律すべきなのか。私たちには無関係な事柄についての会話を控えるべきである。王たちについて語り合うことも、支配者たちについて話し合うことも、あれこれと探りを入れることも、私たちには無関係なことなのである。「これらを命じられたことを悟れ」（シラ書3,22）と、賢者は言います。私たちには別の関心事があり、別の会話があります。世俗の人々は世俗の事柄について、日常の人々は日常の事柄について語りますが、しかし、私たちは、私たちの救い主である神について、そして魂に有益なことについて語ります。すなわち、美德について、私たちの敬虔な先人たちの生涯について、死について、天に召されることについて、聖なる天使たちとの出会いについて、キリストの御座の前での裁きについて、義なる報いについて、天の御国についてです。このように語り合うことで、私たちは天使のように啓発され、もし機会があれば信徒たちをも啓発する。しかし、もし虚しい会話に陥れば、自分自身を傷つけるだけでなく、他者からの嘲笑や非難にさらされることになる。——それゆえ、これからは自らに耳を傾け、不適切な会話から口を慎みなさい。そして、私たちの善行を広く伝え、それによって神を愛する熱意をさらに燃え上がらせ、神の真理のために死さえも選ぶようにしなさい。そうすれば、神はあなたがたのそのような決意を、行いとして受け入れ、その日、殉教者の冠であなたがたを飾ってくださるでしょう。

**109. 熱心に、そして全力を尽くして、この世のものを求めないでください。神は祝福してください**

109. 1) 熱心に、そして全力を尽くして、この世のものを求めないでください。神は祝福してください。もしそのように振る舞うなら、成功するでしょう。なぜなら、すべての先人たちはそのように生きたからです。—2) 再び、物欲に駆られる者たちへの戒め。[2, 35]

**33.** ある者はあるものを、またある者は別のものを、自らの追求の対象として選ぶ。ある者は支配を求め、ある者は外見的な官職による栄光を求め、またある者は家や使用人、畑における安逸と富を求める。この世の欲望は実に多様である。しかし、あなたがたはこれらすべてを捨て、心をもって別の世界へと移り、この世を超えた天上のものを願い求め、心の中でそこに留まっている。あなたがたのすべての配慮と労苦は、この一点に注がれている。情欲の完全な浄化と、砕かれた謙遜な心、怠けのない祈り、絶え間ない努力、涙を伴う悔い改め、完全な無関心を除いて、あなた方を悩ませたり、心を占めたりするものは何一つありません。友人や知人だけでなく、実の両親やあらゆる虚栄についても同様です。—ああ、これこそが、神があなた方に対して示される御好意なのです！そして私は、あなた方一人ひとりが、自らを奮い立たせ、自分を追い込み、自分を苦しめる情欲から離れ、唯一の神との交わりに留まろうと努めているのを見ます。もしあなたがたがこのような殉教的な奮闘を貫き通すならば、私たちの神であるキリストは、あらゆる情欲や悪魔的な抵抗を退け、かつて生きた聖なる人々や神に愛された教父たちのように、あなたがたの前にある三つの祝福に満ちた偉業を成功裏に成し遂げるための力と強さを与えてくださるでしょう。果たして彼らは、肉体をまとして私たちと同じような性質を持ちながら、労苦や奮闘なしに生涯を過ごしたのでしょうか。決してそうではありません。彼らは、多岐にわたる多くの苦難を耐え抜き、あらゆる従順と謙遜、そして節制やその他のあらゆる美德によって、肉体を霊に従わせ、聖なる生活の高みへと昇り、彼らが獲得し、そのことで称賛されたものを手に入れたのです。私たちの魂の教訓となるよう、私たちの尊き父サヴァ<sup>95</sup>の美德を思い起こしましょう。修道見習いの頃、ご存じの通り、彼は極めて従順で、謙虚で、奉仕の精神に富み、最も卑しい奉仕の務めを引き受ける際にも、まるで栄光ある行いを成し遂げているかのように喜びました。昼夜を問わず労苦に励み、水や薪を運び、詩篇の詠唱には一番乗りで参加し、最後に出るまでその場に留まりました。彼については他にも多くのことが記されていますが、今ここで列挙する時間はありません。さあ、私たちも彼に倣いましょう、子らよ。それは決して不可能なことではありません。ある者はこれに従い、別の者はあれに従い、互いに助け合い、互いに競い合いながら、何よりも、たとえそれが良いことのように思えても、適切な確認なしに自分の意志で何事も行わないよう、細心の注意を払うのです。

**34.** ある一件について黙ってはいられない。もう一件は、どういうわけか、あなた方の間にある種の無知な者たち——あらゆる秩序を軽蔑する者たち——によって行われているのだが、これは非常に嘆かわしいことだ。つまり、当修道院で頻繁に起こる紛失、あるいはむしろ盗難のことである。例えば、誰かが用事で短時間あるいは長期間外出する際、自分の独房にサンダルやペン、あるいはその他の手仕事道具を置いていくが、戻ってみると置いていったものがなくなっている、といった具合だ。これはまさに悪魔的な行いであり、兄弟愛において嘆かわしく、憤慨すべきことです。そして、疑惑や中傷、悲しみ、さらには敵意さえも生じることになり、おそらくは有罪者よりも無実の人々の方が、その矛先を向けられることになるでしょう。——さあ、盗人どもよ、聖使徒パウロの厳しい言葉を聞きなさい。「盗人……および強奪者」——「神の国を相続することはできない」（Iコリント6:10）。「略奪者」と言ったとき、銀や金、あるいは高価な衣服といった具体的なものを付け加えなかったが、一般的な定義を述べたのである。——略奪が何に関することでも、たとえごく些細なものであっても、略奪者は神の国を相続することはできない。盗人や略奪者たちよ、この言葉を聞いているか？——お願いだから、盗みや略奪をやめてほしい——糸、針、千枚通し、ペン、小さな水差し、杯、小さなナイフ、帯——そしてそのよう

<sup>95</sup> この教えは、彼の記念日にあたる。



なものすべてを。なぜなら、そのようなことをすべて行う者は、繰り返すが、神の御国を相続することはできないからだ。——それとも、使徒の宣告を恐れないのですか？ まさか、私のような貧しい者が、このような脅しを口にするはずがありません。——それゆえ、改めてお願いいたします。私たちが召された名分にふさわしく、清く、敬虔に、そして義にかなった歩みをし、前述の悪徳から遠ざかり、永遠の祝福の相続人となれるように。

### 110. あなたがたの交わりによって、一人ひとりの善はすべての人に伝わり、すべての人々の善は一人ひとりに伝わる

110. 1) あなたがたの交わりによって、一人ひとりの善はすべての人に伝わり、すべての人々の善は一人ひとりに伝わる。—— 2) それゆえ、怠けたり、自己流に振る舞ったりしてはならない。共同の生活を送りながら、悪を避け、称賛に値することを熱心に追求しよう。—— 3) 私たちが行い、経験することは、起こっては過ぎ去り、もはや感じられなくなる。しかし、それは内面に残り、審判の日に、正当化のため、あるいは非難のために明らかになる。[2, 87]

1. 聖書に書かれているように、誰もがそれぞれの賜物を持っている。ある者はこれ、ある者はあれである。しかし、兄弟たちよ、愛の絆で結ばれたあなたがたは、この愛の力によって、互いに相手の労苦や徳を自分のものとして受け入れている。例えば、ある人は不名誉を穏やかに耐え忍び、ある人は勤勉さを際立たせ、ある人は沈黙を重んじ、またある人は従順さを示す。そして、互いに交わり合う中で、あなたがた一人一人は、自分自身のものだけでなく、他の人々が持つものも持っている。あなたがたの善は、互いに一人からすべての人へと、またその逆にも行き渡るのだ。それゆえ、喜び、互いに喜び合いなさい。また、それぞれが与えられた賜物に応じて、虚栄を避け、兄弟の美德をより尊ぶようにして、その賜物において励みなさい。もし私たちがそのような者であり、互いにこのように結びつき、愛の結束によって一つに結ばれているのなら、ますます励んで成長するよう努めよう。そうすれば、神は私たちの行いによって栄光を受けられ、宇宙の広きところにおいて、私たちの生き方が広く知られるようになるだろう。

2. しかし、だれも独断的であったり、自己流であったりしてはならない。「自らを賢いと思い、自分より賢い者などいないと自負する者たちよ、災いだ」（イザヤ書 5:21）。誰も怠慢で怠惰であってはなりません。「怠け者よ、蟻を見よ」（箴言 6:6）と言われることのないように。また、誰も判断において二心を持ってはなりません。「二心のある人は、そのすべての道において定まらない」（ヤコブの手紙 1:8）と言われることのないように。しかし、常に活発で、戒めを行うことに迅速であり、誠実であり、自分の内なる思いを告白することによって非の打ち所がなく、虚栄心に囚われず、また自分の欲望に流されないようにしなさい。なぜなら、そのような者は、「風によってかき乱され、吹き飛ばされる海の波」（ヤコブ 1:6）に似ており、心に定まらず、基盤を持たない者である。しかし、そのようなものはすべて、あなたがた全員から遠く離れるようにし、「尊く、称賛に値するもの」を求め、それを蓄え、魂の宝庫に宝として蓄え、天の御国を得るよう努めなさい。

3. あなたがたの一人ひとりが毎日行っていること、それが称賛に値するものであれ、非難されるべきものであれ、そのすべては過ぎ去り、水の流のように運び去られてしまいます。そのため、昨日のことから今日にかけて、感覚の上ですらほとんど何も残らないのです。戒めのために苦しむ者、労苦する者、泣く者、耐える者、汗を流す者、心を痛める者、抑圧される者、疲れ果てる者、侮辱を受ける者——あるいはその他の苦しみを受ける者——その瞬間はそれを感じますが、すぐに過ぎ去ってしまいます。しかし、それを経験した者においては、そのすべてが残り、報いを受けるために永遠に保存される。それとは対照的に、慰めを求め、笑い、楽しみ、放蕩し、遊び、怠惰にふけり、誰の言葉も聞かず、軽薄に振る舞い、嫉妬し、怒り、狂乱し、策略を練り、高慢になり、その他同様の行いをする者は、今この瞬間、そこから何の益も得られないばかりか、報いの日と神の義なる裁きの日に、自らに正当化できない非難を蓄えているのである。このことを考えよう、兄弟たちよ。そして、徳を重んじ、罪をあらゆる手段で避けよう。それは

災いをもたらし、すべてを滅ぼす悪であるから。そうして、神に喜ばれるように私たちの生涯を終え、神に喜ばれたすべての人々と共に、約束された祝福に与ることができるようにしよう。

**111. 教訓は、あなたがたがそれを聞いて改心するために語られているのに、あなたがたは皆、相変わらずのままである。それゆえ、これほど注意を払わず、行動も伴わない態度をやめなさい**

111. 教訓は、あなたがたがそれを聞いて改心するために語られるもののなのに、あなたがたは皆、相変わらずのままである。それゆえ、それほど注意を払わず、行動も伴わない態度をやめなさい。[2, 38] 問うが、教訓は一体何のために語られるのか？ ただ決まった時間に読み上げられ、耳をくすぐるためか、あるいは私が称賛されるためか、それとも明確な目的もなく行われるためか？ そのようなことのためではない。あなたがたが語られたことに深く入り込み、魂のすべてをもって言葉の力を受け入れ、私の父でありあなたがたの父である方の助けと祈りによって、キリストの恵みの実を結ぶためである。—それが私の意図であり、義務です。しかし、私の目に映るのは何でしょうか？——説教が終わるやいなや、あなた方の記憶からすべてが跡形もなく消え去り、まるで何も語られなかったかのように見えるのです。それゆえ、礼拝が終わって外に出るとすぐに、私たちはいつものように同じ過ちに陥ってしまいます。ある者は時節外れに話し始め、ある者は不平を言い、ある者は陰口を叩き、またある者は隅に隠れて居眠りをして手仕事の時間を無駄にし、戻ってきたときには、その「手は力なく、膝は弱っている」（シラ書25,26）状態になっている。他のことについては触れないでおこう。そうではない、わが子らよ、そうあってはならない。さもないと、あなたがたにこう言われることになるだろう。「この人々は口ではわたしを祝福するが、その心はわたしから遠く離れている」と。しかし、救いの言葉を聞いたとき——それが私の教えであれ、読まれた聖書であれ——その都度、あなたがたの心に神への恐れ、神への愛の火花、成長への願い、そして神の聖なる戒めを忠実に守る決意が芽生えるように。そうして、私たちは神の御国にふさわしい者となれるように。

**112. 私たちには霊的な競走がある：観客は誰か？ 走る者たちは何に注意を向けるべきか？ 誰が模範的に走っているか？**

112. 1) 私たちには霊的な走りがある。観客は誰か。走る者は何に注意を向けるべきか。誰が模範的に走っているのか。— 2) 修道院における通常の区別を羨んではならない。そのような場合に不満を抱く者たちが言うことはすべて不合理である。「改めよ、誰に倣っているのか」と。[2, 39]

4. あなたがたは神の主の速歩者であり、その走りは地の上ではなく、地から天へと続く。観客は人間ではなく、天使と聖人たちの大群である。冠を授ける方は主ご自身であり、その冠は決して枯れることがない。修道服を身にまとい、この競技の場に足を踏み入れたあなたがたは、まことに幸いである。しかし、ここでのあなたがたは、まだ始まりに過ぎない。冠は、走り終えた者にのみ与えられるのである。だから、あなたがた一人ひとは、自分の走りぶりをよく見極め、競技場にある、走りの成功、すなわち徳における進歩を決定づけるしるしに気づき、障害物——すなわち、肉、この世、そして悪魔による誘惑——を鋭く見据え、聖霊からそのための力を受け取り、それらを乗り越えるよう全力を尽くしなさい。誰も周囲を見回してはならない。レースのゴール地点という一点に視線を固定し、そこへ全力を注ぎなさい。レースはまだ終わっていない。これまで、あなたがたは立派に走ってきた。これからも、それ以上の熱意と努力をもって走り続け、互いに競い合い、互いに助け合え。誰が先頭に立つことができるか？ 誰よりも謙虚な者が先頭に立つのだ。誰が模範的に走るか？ 誰が一番従順で、敬虔で、不平を言わず、賛美に最も熱心で、最も沈黙を守り、最も勤勉で、最も祈りに熱心で、最も率直で、最も謙虚で、最も悪意がなく、最も嫉妬心がなく、最も忠実で、最も父を愛し、その他あらゆる点において、心と体の両面で完全な美德の行いが現れる者。これこそが、あなたがたの歩むべき道であり、これによってこそ、私たちは力から力へと、この世から天へと昇っていくのです。

5. 愛こそが、あなたがたを主の弟子として特徴づける、際立った資質であってほしい。愛にとどまりつつ、兄弟たちのあらゆる違い、彼らの優先順位や、奉仕、手仕事、立場、序列にお

ける昇進を、愛をもって受け入れてほしい。嫉妬、熱狂、怒りが退くように。兄弟たちにとって有益なことは、皆、自分自身の利益であるかのように受け入れ、彼らの成功を喜びなさい。そうしてこそ、神に喜ばれ、万物に対する完全な勝利が得られるのです。愛は美德の冠です。ある人が特定の事柄や奉仕において優先されたことを嘆くことは、腐敗し有害な行いであり、敵対する側の兆候です。そうではない、わが子らよ、そうではない。「あの者よりも私の方がもっと慰められるべきだ」とか、「私はあの者より年長だから、私こそがより高い地位に就くべきだ」と言うのは不当である。どうか、そのような悪魔の罠からは逃れなさい。しかし、善きこと、正直なこと、聖徒にふさわしいこと、兄弟愛に満ちたこと、謙遜で知恵あること、最も末席にあること——これらを心に留め、これらを追い求め、これらを得るよう努めなさい。すべてにおいて、主の選ばれた民として、子供のように、悪意なく、誠実に振る舞い、命じられたこと以外は何も許さないようにしなさい。もし何らかの過ちを犯してしまったとしても、速やかにそれを正し、悔い改めの行いによって償い、報いの日に、あの天から響く声を聞くことができるようにしなさい。「わが父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意された御国を受け継ぎなさい」(マタイ25:34)。

### 113. あなたがたは善き決意を固めました。しかし、それだけでは、あなたがたが今まさに経験している敵の誘惑から逃れることはできません。

113. 1) あなたは善き決意を固めました。しかし、それだけでは敵の誘惑から逃れることはできません。今まさに、その誘惑に直面しているのです。しかし、自分の誓いを忠実に守りなさい。そうすれば、神が立ち続ける力を与えてくださいます。— 2) それゆえ、闇の行いを捨て去り、光の行いに励みなさい。前者は神の怒りを招き、後者は祝福をもたらすからです。— 3) 今、私たちの中には多くの病人がいます。健常者は病める者に仕えましょう。病める者は忍耐強くあり、すべてに満足しなさい。私たちには使用人がいません。兄弟たちは愛と従順の心をもって奉仕しています。働く者たちよ、勇気を奮い立たせてください。神はすべてをご覧になっています。  
[2, 40]

6. 神の御心により、あなたがたは皆、救われる者たちの数に含まれており、皆、救いの道に踏み出しており、あなたがた全員にとって、救いを得る以外に求めるものは何もない。しかし、あらゆる善の敵である悪魔が存在するため、私たちの多くは彼による望まぬ誘惑にさらされています。ある者たちには、若さの欲望を味方につけて、肉欲の快楽で心を煽り立て、——ある者たちを、彼自身が天から堕ちた原因である独断専行によって打ち倒し、またある者たちを怠惰で緩め、気落ちで縛りつけ、思いのままに、望むままに導き、不信仰で心を乱し、わがままに囚わせて、不適切な行いを教え込むのです。彼が日々、私たちを刺し貫こうと企むあらゆる手段の一つひとつを列挙するよりも、ただこの一点に立ち止まり、私たちがいつ自制心を緩め、放蕩に身を任せるかを待ち構えるだけでよいのではないか？ しかし、海に向かって「黙れ、静まれ」(マルコ4:39)と言われた主なる神が、彼を禁じ、私たちから遠く離れたどこかに追い払ってくださいように。これは、私たちが自分自身に集中し、修道院に入った際の第一の目的を絶えず心に留めているときにこそ起こるのです。なぜなら、私たちは神を証人として、死に至るまであらゆる苦難や苦痛に耐えることを誓ったからです。

7. それゆえ、救いを求めることに反するあらゆるものを捨て去りなさい。臆病な者は臆病さを、権力欲の強い者は権力欲を、怠惰な者は怠惰を、快楽を愛する者は快楽を、高慢な者は高慢を、虚栄心の強い者は虚栄を、傲慢な者は傲慢を、無法を働く者の無法、多弁な者の多弁、世俗を愛する者の世俗愛、肉欲を愛する者の肉欲、理不尽な悲しみに沈む者の悲しみ；嫉妬する者の嫉妬、挑発的な者の挑発、口論好きな者の口論、怠惰を愛する者の怠惰。これこそが闇の行い、悪の様相——悪しき者の発明と唆しである！ しかし、善き神に喜ばれるのは、平和、柔和、謙遜、従順、嫉妬心のないこと、勤勉、精進、倦むことのない活力、愛、希望、品行、祈りである。これこそが光の行いであり、義と聖徒たちの勇気の武器である！ 主への愛ゆえに、懇願する。情欲に眠らされている者よ、目を覚ませ。敵の誘惑の魔力に魅了されてうたた寝している者よ



、倦むことのない活力を取り戻せ。もし私たちが善き人生を送り、幸いな日々を望むならば、次のように語る者の言葉に従おう。「悪を避け、善を行え。平和を求め、それを追い求めよ」（詩編33:15）。主の慈愛に満ちた御目はどこにあるのか。「主の御目は、義人と主を畏れる者に向けられている」（詩編32:18）。では、主の怒りの御顔はどこに向けられているのか。「主の御顔は」——「、悪を行う者たちに向けられており、彼らの記憶を地から消し去るためである」（詩編33:14）。そして、この詩篇の続く言葉はすべて、深く考えようとすれば、素晴らしい示唆を与えてくれる。

8. 昨今、私たちの周りには多くの病に伏している兄弟たちがいます。これほど不健康な時代はありません。健やかな者たちは、病める者たちを助けよう。病める者たちは、この主の懲らしめを救いとなるものとして受け入れ、穏やかに病に耐え、与えられたすべてのものに感謝しよう。そして病から解放されたら、むやみにあちこちと駆け回ることなく、再び自分の務めに取り掛かろう。なぜなら、私たちには、世俗の人々のように、ただ奉仕することだけを目的に定められた雇い人がいないからです。私たちは自分自身に対して、奴隷であり、主であり、奉仕する者であり、奉仕を受ける者でもあります。その際、誰もが、時期尚早に奉仕を受けることよりも、より多く奉仕するよう心がけなければなりません。神は、あなたがた一人ひとりと、その行い、そして奉仕を見守っておられます。かつてどのような者であったか、今どのような者になったか、世の中でどのように暮らしていたか、修道院でどのように暮らしているか、いかに自分を律し、あらゆることを耐え忍んでいるか、どのような服を着、どのような靴を履いているか、そして自分の務めを果たすにあたりどのような労苦を背負っているか——これらすべてを見守っておられ、時が来れば、それぞれの行いに応じて報いてくださいます。それゆえ、だれも気落ちしてはならない。私たちは神の前にさらされており、恐るべき神の裁きの座の前に立ち、生きた人生を報告した後、相応の報いを受けることになるのだ。

#### 114. 農夫が自分の畑を耕すように、霊的な意味であらゆることを行い、自らの魂を耕そう

114. 1) 農夫が自分の畑を耕すように、霊的な意味で農夫が行うすべてのことを行い、自らの魂を耕そう。 – 2) 戦士たちが振る舞い、戦うように、私たちもまた戦い、振る舞おう。戦士たちが、戦いで報いを期待してあらゆる苦難に耐えるように、私たちもまた、天の御国のために、従順の道においてあらゆることに耐えよう。[2, 41]

9. 農夫は、自分の畑を耕す際、手を休めたり怠けたりしないよう、労働の重さに目を向けず、将来の利益を見据え、そのために労苦や汗、そして疲れるような苦難に身を捧げるのである。私たち一人ひとりもまた、ある種の畑のように、この世において耕すべき魂を授かっているのだから、私たちもまた、その魂の中で霊的な行いを耕すべきである。そして、審判の日に、私たちを創造された神は、このことについて私たちに説明を求めるであろう。それゆえ、私は皆さんに懇願し、お願いいたします。共に熱心に自らの魂の畑を耕し、敬虔の法則に従ってそれを刷新し、情欲という茨の中に種を蒔くことのないようにしましょう。まず、罪というあらゆる雑草を畑から取り除き、そこに種を蒔き、その後、神に心を砕かれた涙という霊的な雨でそれを潤し、神への畏れという堅固な垣根で囲み、心の獣たちが芽生えを食い荒らさないようにし、愛の太陽の光で照らし温め、やがて私たちの知恵ある両手を実で満たし、キリストの戒めに従って聖なる行いの豊かな収穫を刈り取ることができるように。このために、主なる神はあらゆる魂をこの世に召され、とりわけ私たちを天使のような生き方へと招かれたのです。どうか、皆さん一人ひとりが、その善き行いによって、自分の畑が花咲き、実り豊かで、主にとって喜ばしい香りを放っていることを示してください。それは、肉的な習性や関係性を完全に変えること、すなわち、従順な服従とキリストに倣う謙遜を通じて、日々完成へと至り、栄光から栄光へと変容し、善行という輝かしい衣をまとい、あらゆる不従順を断ち切り、あらゆる心の思いをもキリストへの従順へと従わせ、兄弟団の共通の規則に則り、常に自己懲戒を心に抱くことで、それによって、高慢とわがままという多頭の竜を容易に踏みつけ、打ち倒し、滅ぼすことができるのである。

10. 兄弟たちよ、私たちは特にどのような務めに召されているのでしょうか。それは戦いと闘いです。ただ何気ない、取るに足らない相手との軽い戦いではなく、神聖なる使徒が言うように、目に見えない霊の恐ろしい力との苛烈な戦いです。「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者、天上の悪の霊たちに対するものである」（エフェソ6:12）。それゆえ、誰も戦いに備えを怠ってはならない。誰も武装せずに戦場へ出てはならない。また、戦いの印を忌み嫌ってはならない。しかし、傷や打撲を負ったり、衝突に遭遇したりしても、驚いてはならない。こうしたことはすべて、戦う者にとって避けられないことなのである。この戦いで死ぬのは、一度傷を負った者や一撃で倒れた者ではなく、ましてや何度も、あるいは数え切れないほどその目に遭った者でもなく、自ら進んで敵の手に身を委ね、犠牲となる者である。それゆえ、兄弟たちよ、父たちよ、耳を傾け、キリストの戦士として戦いにしっかりと立ち続けよう。ご存知の通り、あらゆる戦士は、戦いに赴く際、灼熱の太陽や雨、あるいは寒さなどにより、多くの不便や苦労、不快な出来事に直面する。そこで過ごす生活は決して安楽なものではなく、時にはパンを一切れ食べたり、冷たい水を一杯飲みたいと願っても、それが叶わないこともある。一日中、あるいは夜通し、移動し続け、場所から場所へと移り、塵や泥の中に身を置き、疲労と衰弱に苛まれる——その目的は何か？ 彼を軍に編入した指揮官に気に入られ、脱走兵のリストに載らないようにし、勲章の授与の際、文句なくその価値があると認められるためである。——それは私たちの間でも起こることですが、ただその性質が異なります。あちらの賞は一時的で、すぐに過ぎ去るものですが、私たちの賞は永遠で朽ちることなく、万物を治める神から与えられるものです。—だからこそ、私たちは何度も何度も耐え忍び、それぞれが自分に課せられた務めに従って、清く、非の打ち所のない働きをもって主に仕え続けよう。管理する者は賢明かつ思慮深い管理を行い、奉仕する者は不平を言わず熱心に務めるのだ。私たちもまた、飢えと渇き、侮辱と屈辱、衝突と冒涇、とりわけ夜の詩篇詠唱や祈りの最中の疲労と気力の衰え、そして手仕事やその他の奉仕を行っている最中に、目に見えるもの、見えないものを問わず、日々私たちを襲い、打ち砕くあらゆる種類の不快な出来事を耐え忍びましょう。そうして、私たちの父なる神への祈りによって、善き行いに励み、その道を全うした者として、その日、私たちの主キリスト・イエスにおいて、義の冠を受けるにふさわしい者とされましょう。

### 115. あらゆる情欲と怒りを捨て去り、主に固くすがり、修道者としての務めにおいて、偽りなく主に仕えよう。

115. あらゆる情欲と怒りを捨て去り、主にとどまり、修道者としての務めにおいて、主のために偽りのない働きをしよう。[2, 42] 耳を傾けて聞き、理解して悟りなさい。聖なる父たちが私たちに語り、戒めていることを。というのも、私自身が、不適格ながらも、まさに同じことを私の教えの中であなたがたに提示しているからです。彼らが具体的に何を語り、私たちの魂に何を植え付けようとしているのか、今回は次の二つの神の御言葉の箇所にとまとめて示します。一つは次のように警告しています：「自分を欺いてはならない。淫行者、偶像礼拝者、姦淫者、汚れた者、男色者、男娼、強奪者、盗人、酔っ払い、侮辱者、強奪者は、神の国を相続することはない」（Iコリント 6:9）——そして別の箇所では、「あらゆる苦しみ、怒り、激怒、叫び、ののしりは、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除かれなさい。互いに寛容であり、慈愛に満ち、互いに赦し合いなさい。神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように」（エフェソ4:31,32）；また別の箇所では、「さあ、来て、主を礼拝し、ひれ伏し、私たちを造られた主の御前で泣こう」と招いています（詩篇94:6）、そしてさらに、「告白をもってその門に入り、賛美をもってその庭に入りなさい」（詩編99:4）。さて、警告によって心を固め、この呼びかけを心に留めたならば、皆で共に集まり、主を礼拝し、主の御前で、これまで歩んできた人生や、知らず知らずのうちに犯してきた日々の過ち、行いや言葉や思いによって犯した日々の過ちについて、主の御前で涙を流し、賛美と賛美の歌をもって主の宮に入りましょう。しかし、悪口や狂乱、不従順、高慢をもって入ってはなりません。不平を言う者は、罪を犯している。だから、私たちは不平を言わず、激昂せず、わがままを言わず、空しい知恵を振りかざしてはならない

。なぜなら、私たちは土であり灰であり、塵であり、特に、肉的な行いや霊的な行いによって自分が栄光ある者だと愚かに考える者たちであるからだ。私は、「この世の様相が私たちから去った」（Ⅰコリント7:31）と見ています。なぜなら、私たちは世の人々とは異なり、ある種の異質な衣をまとい、異質な生き方をしているからです。すなわち、未婚であり、名もなく、相続人もなく、捉えがたく、ましてや無形であり、「肉にある者は神に喜ばれることはできない」（ローマ8:8）からです——私たちは世に対して十字架につけられたのです。私たちが自ら選んだ人生がこのようなものである以上、私たちは、名ばかりではなく真に、自ら名乗った者となるために、その明らかなしるしを身にまとうべきです。それゆえ、従順であり、迅速であり、神を畏れ、善良であり、敬虔であり、互いに愛し合い、勤勉であり、忍耐強く、与えられるすべてのものに感謝し、善き生涯を送り、私たちが切望し、求める天の御国の相続人となろうではありませんか。

#### 116. ある者たちが逃げ出したことを受けて：立ち止まり、自らを磨き上げなさい。たとえそれが善いことであっても、自分の意志で行動することをあらゆる点で警戒しなさい

116. ある者たちが修道院を逃げ出した件について：立ち止まり、自らを磨き上げなさい。たとえ善意であっても、自分の意志で行動することをあらゆる点で警戒しなさい。[2,43]（ある者たちが修道院を逃げ出した。このことに対する遺憾の意を述べた後、聖なる父は次のように付け加えている……）あなたがたは、彼らの例に倣って節制を保ち、主があなたがたにその恵みを示してくださったことを悟りなさい。すなわち、あなたがたは悪魔の策略に惑わされることなく、信仰の堅固さによって揺るぎなく立ち続け、あなたがたに委ねられた聖なる従順の戒めから逸脱しなかったのです。どうか、彼らに倣わないでください。光の子として、闇と不従順の子とならないでください。そして、あなたがたの多くの祝福に満ちた労苦を無駄に浪費し、それとともに、あなたがたの魂を永遠の裁きに委ねてしまわないでください。なぜなら、「モーセの律法を拒んだ者は、二、三人の証人の前で、憐れみなく死にます。それならば、あなたがたが考えているような者たちは、どれほど激しい苦しみを受けることになるのでしょうか」（ヘブライ人への手紙10,28,29）——すなわち、私たちの聖なる召しの誓約、告白、そして契約を破り、私たちの完全さの秘跡を嘲笑った者たちのことである。どうか、自分自身に注意を払い、神の道を正しく歩み、祈りつつ、彼らもまた、悪魔の魂を蝕み、死をもたらす誘惑から立ち上がり、立ち返ることができるようお願いしたい。とはいえ、あなたがた一人ひとりが、その内なる心構えによって、選ばれた器であるか、それとも滅びの器であるかを、自ら示していることは周知の事実である。なぜなら、共通の規則に従わず、また共通の利益のためでもなく、ただ修道院長の命令に従って、あなたがたの間で行われていること——読書であれ、詩篇の詠唱であれ、節制であれ、徹夜祈祷であれ、あるいはその他、善く、ふさわしいと思われることであれ——が、独断的な意志によって行われている場合、——それゆえ、兄弟団全体に混乱が生じることが常である——そのような者は明らかに邪悪な敵の器であり、服従と従順の絆を引き裂き、自らの欲望の跡を辿って闇の中を歩んでいるのである。また、次の点にも留意すべきである。すなわち、義なる裁きによって、不義な者は敬虔な者から、偽りの者は真実な者から、偽善的な者は誠実な者から、狡猾な者は真に敬虔な者から、悪徳な者は高潔な者から、それぞれ切り離されるのである。なぜなら、「光と闇とが、どうして交わることがあろうか。キリストとベリアルとの間に、いったいどのような一致があるだろうか？」（Ⅱコリント6:14,15）。——したがって、私たちが寛容の精神と改心の期待から、そのような者たちを切り離さないとき、彼ら自身が逃げ出すことによって自らを切り離し、排除するのである。もし望む者がいれば、『ゲロンディカ』に記されていることも思い出してほしい。「その場所そのものが、その場所の務めを果たさない者たちを追い出す」と。

#### 117. 再び逃げ出した者たち。——このような転落を避けるにはどうすればよいのか？

117. 1) 再び逃げ出した者たち。——このような転落をどう回避すべきか。敵の唆しや、敵に惑わされた者たちの言葉に耳を貸してはならない。——2) ある者たちは夕方に騒ぎ立ててパンとワインを要求する。これについては全体への通達を出すつもりだ。勝手な振る舞いはやめるが



よい。——3) ある者は勝手に従うべき対象を次々と変えている。そのようなことがあってはならない。自分の意志は破滅をもたらす。[2, 44]

11. (再び逃亡者について)。このような墮落からどうすれば逃れられるか? ——蛇の助言を受け入れてはならず、また蛇そのものを自分の心の中に隠してはならない。むしろ、一刻も早くそれを暴き出さなければならない——そうすれば、蛇は火から逃げるように逃げ去るだろう。もし我々の逃亡者たちがこれらの規則を守っていたなら、被害を受けるような事態には至らなかったはずである。しかし、わが子らよ、用心し、これを守りなさい。キリストの群れの羊として、自ら進んで悪魔の餌食になってはならない。キリストの戒めの楽園に導かれた者として、いかなる形であっても、邪悪な蛇の誘惑に惑わされてはなりません。そうしてこそ、罪の暗黒の闇へと突き落とされることはないでしょう。天使のように生き、自己都合による逃亡という闇に覆われることを許してはなりません。忍耐強く耐え忍び、戒めを忠実に守り通してください。だれも、欺く者たちの群れと交わってはならず、不義な者たちとは共に座してはならない(詩篇25:5)。不義で欺瞞に満ちているのは、誰かと結託して、逃亡や、あるいは他の何らかの情欲を満たすことについて密談し、自分自身と、それに従うことに同意した者を破滅へと導く者である。それゆえ、そのような者があなたを他の人々から引き離し、その舌から悪の毒を注ぎ込み始めたら、飛び退いて彼から遠く離れなさい。自分自身と彼を救うために、耳を塞ぎなさい。たとえ彼が、その誘惑に直面して悲しんでいるあなたを見て、再び狡猾に近づいてきたとしても、正義の心で悲しみ、憤りを感じているあなたを受け入れてはならない。なぜなら、それはあなたを自分の側に引き込もうと画策する蛇だからである。彼があなたの楽園、すなわち共同生活を非難し始めたり、あなたと共に暮らす者たち——すなわちあなたの兄弟たち——を、「あの人間はこうだ、この人はああだ」とか、「ここにはこんな悪いところがある、あれは良くない」などと責め立て始めたら、彼を突き放し、適切に糾弾しなさい。そうして彼を正し、自分自身も救うのです。——しかし、そのような者たちは何と言うのか? ——「この連中とは縁を切ろう。イグメンは厳しすぎる。工房の責任者は思いやりが無い。書道家は無分別だ。仕事は多いのに、報酬は微々たるものだ。皆が命令し、皆が指示する。重労働に耐える力もなく、ここで救われる見込みもない。ここから逃げ出そう。——どこへ? 「目に見える限りどこへでも。とにかくここから出られさえすれば。」——もし、分別ある者が、彼らの内面を覗き見ることができたなら——彼らは陰鬱で、恐ろしく、悪魔のようで、健全なものは何一つ持っていない——意志も、理性もなく、迷い羊のようにあちこちをさまよっている——と見るだろう。——私がこう言うのは、ただ彼らを恥じ入らせたいからだとお考えにならないでください。いいえ、いいえ。それどころか、彼らにはさらに多くの悪があり、その数は語り尽くせないほどです。とはいえ、彼らが発見され、自発的に、あるいは我々の手によって帰還するよう、心を込めて祈り続けなさい。——そして、私たち自身の務めとして——そのような墮落の原因を避け、天の栄冠を得るために善行に励み、揺るぎない姿勢を保ちなさい。——しかし、あなた方のうちの一部が、逃げ出した者たちを軽率に擁護しているという噂が私の耳に入りました。彼らは擁護されるどころか、単にその名を口にすることさえ値しないのです。あなた方には、彼らをただ残念な思いで名指しすることだけが相応しいのです。なぜなら、使徒たちでさえ、裏切り者をもはや「使徒」とは呼ばず、ただ「ユダ」、すなわち「裏切り者」、「裏切り者」と呼んでいるからです。

12. 夕方の時間帯に、再びあなたがたの間で混乱が生じていると聞いている。ある者はパンを、ある者はワインを要求している——それも四旬節の期間中に。あなたがたもご存知の通り、この都に入ってから、私たちは都の外で守っていた生活様式をすでに少し変えています。つまり、四旬節の間、また水曜日と金曜日には、オリーブ油、ワイン、煮込み料理を摂取しているということです。——それだけでも十分でしょう。——しかし、私はあなたがたに深く同情している。私自身の弱さもあり、またこの街での節制の難しさも考慮し、今後、前述の期間の夕方には、希望する者全員にワイン一杯とパン一片を配ることを決定する。そして、何としても、混乱や争い、あるいは次のような理不尽な言葉が生じないようにしてほしい。「私はこれこれを受け取るべきだ。私は他の人より多く働いたのだから」といったような。秩序を乱す者は、当然の懲罰と

破門を免れることはできない。職人の監督者、秩序の守護者、家政管理者、およびその他の各部門の責任者たちよ、再び同じ被害に遭わないよう、予防策を講じてほしい。

**13.** もう一つ指摘しておきたいことがある。——ある者たちは、割り当てられた職務に留まらず、軽率さと気まぐれさゆえに、理由もなく次々と職を転々としている。それによって、彼ら自身も、また規律を守る者たちにとっても迷惑となり、さらに、工房や手仕事場の監督者たちにも、不必要な煩わしさと労苦を強いている。——今後、このようなことがあってはならない。——しかし、誰もが自分に割り当てられた任務に対して忍耐強くあり、定められた通りに働くようにせよ。なぜなら、自分勝手に仕事を作り出したり、自分の気まぐれを叶えようと求めたりすることは、無秩序、無知、そして不服従の表れだからである。今や、このような悪事が指摘され禁止された以上、誰ももうそのような行為をしてはならない。さもないと、規律違反による懲戒処分を受けることになるだろう。聖ドロフェイが何と言っているか、ご存じないのですか？ 自らの意志を切り捨てた者は、内なる平安の完全な境地に達したのです。なぜなら、内なる平安を味わいたいと願う者は、それを達成するために、この道、すなわち自らの意志を切り捨てることに従うべきであり、そうすれば、この世に留まる間も、また将来の永遠の世においても、平安を得ることができるからです。——神、すなわち我らの主イエス・キリストの父が、あなたがたすべてに、同じ知恵を与え、すべてにおいて一致させてくださいますように。そうして、永遠の命への道しるべとして、また天の御国の相続として、あらゆる修業の闘いを忍耐強く耐え抜くことができるように。

**118. 苦行は短いが、それによる報いは永遠である。罪の快樂はつかの間だが、それによる苦しみは果てしない。不注意な者は、これを免れることはできない。**

118. 偉業は束の間のものだが、それによってもたらされる恩恵は永遠である。罪の快樂はかないが、それによる苦しみは果てしない。不注意な者には、これを免れることはできない。[2, 45] この現世は、功績を成し遂げる時であり、苦しみと汗に満ちた時である——それは、誰かが「一時的」あるいは「短期間」と呼ぶような功績や苦しみ、汗ではなく、昼夜を問わず、長期にわたり、生涯の終わりまで絶えることのないものである。しかし、私たちが戦うのは、取るに足らない、取るに足らない、人間的な目的のためではなく、神聖な目的と天の恵みのためであることを忘れてはならない。なぜなら、もし私たちが、絶え間ない忍耐と、聖なる戒めを全力を尽くして守ることによって、この戦いに成功するならば、天の御国を相続し、尽きることのない至福、そして言葉に尽くせず、耳にしたこともなく、想像も及ばない永遠の恵みを味わうことになるからです。しかし、もし——そうならないことを願いますが——怠慢や怠惰、あるいはこの世の墮落した快樂への執着や愛着によって、この戦いに勝利できなければ、私たちは永遠の苦しみ、計り知れない恥辱、そしてあの恐ろしい声を聞きながら、絶望のうちに立ち尽くすことになるでしょう。「わたしから離れよ、のろわれた者たちよ。悪魔とその天使たちのために用意された永遠の火の中へ」（マタイ25:41）。しかし、私たちがこの恐ろしい声を聞くことのないように、また、聖徒や義人たちから最も悲惨な分離を経験することのないように——彼らが言い表せない喜び、言葉に尽くせない光、飽くことのない至福へと迎え入れられるとき、一方で、私たちは悪魔たちと共に永遠の火へ、眠ることのない虫のいる場所へ、歯ざしりのする場所へ、最も深い深淵へ、解き放たれることのない束縛の中へと連れ去られる——そしてそれは、短期間でも、数年でも、数百、数千、あるいは無数の年でもなく、永遠に——主の定めにより、いつまでも変わらず続くのである。それでは、聖人たちが言うように、救い出し、守ってくれる兄弟や父、あるいは母はどこにいるのか？——しかし、「兄弟は救わない。人は救うだろうか。人は自分のために贖いをなし、自分の魂の救いの代価を払うことはない」（詩編48:8）。そこで私は、こう問わざるを得ない。では、無頓着な者たちの無頓着さ、怠惰な者たちの怠慢はどこにあるのか。では、矛盾した者たちの矛盾、不従順な者たちの不従順はどこにあるのか。では、高慢な者たちの高慢、わがままな者たちの傲慢はどこにあるのか。貪食者たちの貪食、偽り言葉を語る者たちの言い訳、神の前で立てた誓いを破った者たちの背信はどこにあるのか？——彼らは神の御子を

踏みつけ、契約の血を無に等しいものと見なし、死も復活もないと考え、——裁きも報いもないと思ひ込み、聖霊における兄弟的な交わりから離れ、聖霊そのものを失い、快樂を追い求める欲望の急流や深淵をさまよっている者たち。

### 119. 私たちは世から出たのだ。世で苦しむのは、何ら不思議なことではない。しかし、それは私たちにとって害ではなく、むしろ助けとなるのだ

119. 私たちは世から出たのである。世で苦しむことが、何ら不思議なことだろうか。しかし、これは私たちにとって害ではなく、助けとなる。さあ、耐え忍ぼう。時は急速に流れ、まもなくすべてに終わりが来る。主はすべてをご覧になり、すべてに報いてくださる。[2, 46] 肉によれば、あなたがたは、血筋も故郷もない者となった。あなたがたには、万物の父なる神がただお一人おられる。あなたがたの都はただ一つ、天のエルサレムであり、同胞は、世の初めから聖なる者たちすべてである。それゆえ、ここで私たちが、修道的な苦行や苦難の中で悪に苦しめられ、時には侮辱され、罵倒されることがあっても、何がおかしいというのか。動揺してはならない。それは妨げとなるのではなく、むしろ、私たちの中に真理と豊かな平安、光、命、言い表せない喜び、そして天使のような歓びが輝き出るのを助けるものだからです。ですから、お願いいたします。忍耐をもって魂を強め、主において知恵を確固たるものとし、大いなる望みの恵みを受けることを待ち望みながら、すべてを寛大な心で耐え忍び、乗り越えてください。時は急速に流れ、私たちは死に近づいています——いや、死ではなく、老いることのない命へと近づいているのです。なぜなら、あなたがたが自らの意志によって、この世を捨て去ることであらかじめ死んだのであれば、死はあなたがたに対して権威を持たないからです。それゆえ、私たちは自分の務めに全力を尽くし、一人ひとりが自分に課せられた従順の務めを、清く、敬虔に果たすよう努め、良心をもって、報いを与えてくださる神にそれを捧げましょう。主は一人ひとりを、その行いも、その熱心さも、あるいは怠惰や先延ばしも、すべて見通しておられ、天の御国において、その功績に応じてすべてに報いてくださるからである。

### 120. 私たちの霊的生活において、地上で肉体をまとして生きた主の生き様を映し出そう

120. 私たちの霊的生活において、地上で肉体をまとして生きた主の生涯の特徴を映し出しましょう。[2, 47] 主が私たちに「与えてくださったすべてのもの」について、私たちが「主に報いる」とは（詩編 115:3）、それを心に留め、感謝すること以外に何があるのでしょうか。見なさい、何が起きたのか？ 主は私たちのために、どれほど高い地位から、どれほど深く身を下げてくださいったのでしょうか。万物の神であり主であるにもかかわらず、しもべの姿をとられ、至聖なる聖母の胎内に宿り、生まれ出でると、赤ん坊のようにおくるみに包まれ、飼い葉桶に寝かされました。幼子のように乳を飲み、少しずつ成長し、幼子から少年へ、そして青年へと変わり、やがて洗礼を受けることを望まれたとき、私たちに再生の浴を注ぎ、完全な成人となりました。そしてついに、裏切り、命を与える苦難、十字架刑、死、そして三日目の復活を経て、御自身の奉仕を全うされました。これらすべては私たちのためにあったのであり、私たちも霊的に同じ道を歩むためである。なぜなら、御父から世の初めより前から無形として生まれられた御方が、私たちのために後に至聖なる処女から肉体をもって生まれられたからである。それゆえ、私たちも、最初は肉体的に生まれ、その後霊的に生まれ変わる。すべての人々が聖なる洗礼においてそうであるように、とりわけ、聖なるスキマを授かった修道者たちはなおさらではないか。なぜ私たちは、とりわけ最近スキマを受けた者たちは、幼子のように振る舞い、子供たちの純真さに倣わなければならないのでしょうか。それは、誰かに侮辱されたり傷つけられたりしても、野獣のように怒りを露わにするのではなく、まるで子供たちがそうするように、気づかないふりをすることができるためです。主キリストはあらゆる点で御両親に従われました。私たちもまた、霊的な両親、すなわち父たちに従わなければなりません。主キリストは、御業を始められた際、狂信的な律法学者やパリサイ人たちから「あなたは悪霊に取りつかれている」（ヨハネ 8:48）、「ベルゼブル、すなわち悪霊の君によって悪霊を追い出している」（マタイ 9:34）、「この人は大工の息

子ではないか」（マタイ13:55）といった非難の言葉や、その他同様の言葉を浴びせられ、さらに唾を吐きかけられ、耳を引き裂かれ、鞭打たれることを耐え忍ばれました。しかし、彼はそれに対して一言も反論せず、ただ感謝し、こう祈った。「父よ、彼らをお赦しください。彼らは、自分が何をしているのか分かっていないのです」（ルカ23:34）。救われ、聖徒たちと共に御国を相続したいと願う者は、この模範に倣うべきである。初めの者から最後の者まで、皆、自分自身に注意を払いなさい。熱意やわがまま、あるいは不従順から生じるものが何一つないよう、すべてにおいて神聖かつ温かく自分の務めを果たし、キリストが喜ばれ、栄光を受けられるようにせよ。主が、あなたがたにますます清められ、完全になり、啓発されるための力と強さをお与えになり、世の中で星のように輝くようにしてくださいますように。

#### **121. 誰も自分を特別だと思わず、自分の父への信仰を失ってはならない。また、悪を巧みに企む敵の言うことを聞いてはならない**

121. 1) 誰も独り立ちしてはならず、父への信仰を失ってはならない。また、悪を巧みに企てる敵の言うことを聞いてはならない。— 2) これは、思いを開くことによって達成されるものであり、私はあなたがたの救いのために、そのことを切に願っている。[2, 49]

1. あなたがたの進歩を見て、私は喜び、楽しみを感じている。しかし、喜びと同じくらい、一方で、何か不和が生じ、あなたがたが多くの労苦と汗をもって得たすべてを台無しにしてしまわないかという恐れと戦慄に襲われている。それゆえ、あなたがた全員に向けてこう呼びかけます。「用心し、目を覚まし、祈りなさい！」誰も自分だけ特別だと思い、自分だけを守ろうと企んではなりません。誰も、霊的な父である信仰という堅固な岩から、自分の足をずらしてはなりません。修道的な労苦を怠ってはならず、また、いかなる方法によっても、罪へと誘う多頭の蛇、あらゆる悪を企み、罪への誘惑において狡猾で巧妙な者を——どのような形であれ、どのような方法であれ、どのような見かけ上正当な口実の下であれ——決して自分の中に受け入れてはならない。彼は、罪の多才な発明者であり、悪の種をまく者であり、天から追放され、稲妻のように地上に降り注ぎ、泥棒のように楽園に忍び込み、私たちの先祖であるアダムを惑わし、それ以来今日に至るまで、人々にあらゆる不義と罪を教えている。彼はキリスト教徒たちをも異端や不品行な行いに導き、私たちを罪の矢で傷つけ、殺そうと企んでいる。

2. それゆえ、私は懇願し、お願いする。あなたがたは、すべての武具を身にまとい、しっかりと自らの道を歩み続け、決して彼に侵入を許さず、近づかせることさえあってはならない。これを成し遂げるには、私が述べたように、父なる神への善き信仰、揺るぎない信仰告白、そして心の奥底を完全に打ち明けること、さらに謙遜と偽りのない従順、そして寛容な忍耐が必要です。兄弟たちよ、私は神のために、報いのために、永遠の命とその喜びのために、そしてそれとは正反対のもの——消えることのない火やその他の計り知れない苦しみ——への恐れのために、あなた方に懇願し、お願いいたします。私たちは、さらに、さらに努力し、活気に満ちて歩み続け、正しく歩み、戦い、この偉大なる人生の海を無事に渡り切り、死後に義の冠と至福の不死を得られるように。

#### **122. 旅人たちは、道の終わりを見据えて、道中で遭遇するあらゆる困難を喜んで耐え忍ぶ。私たちもまた、天の御国のために、あらゆることを耐え忍ばなければならないのだ。**

122. 1) 旅人たちは、道の終わりを見据えて、道中で遭遇するあらゆる困難を喜んで耐え忍ぶ。私たちもまた、天の御国のために、あらゆることを耐え忍ばなければならない。—— 2) そして、すべての称賛される聖人たちも耐え忍んだ。なぜなら、それ以外に道はないからである。[2, 50]

3. 長い旅路を歩む者たちが、ある場所から別の場所へと移りゆくように、道は時に平坦で踏み固められており、時に溪谷が横切ったり、雨でぬかるんだりしている。それと同じように、私たちもこの現世を生きながら、日ごとに、年ごとに移り変わり、時には不快で辛いことに遭遇し、時には愉快で喜びに満ちたことに遭遇する。そして、旅人たちが道の長さに疲れもせず、途中で遭遇する困難のせいで立ち止まることもなく、ただ道の終着点だけを見つめているように、



私たちもまた、修道生活と断食という善き行いに励み、天の御国へと続く善き道を歩む者として、落胆したり、引き返したり、遭遇する不快な出来事や障害、悲しみによって気力を失ったりしてはならない。それらは、私たちを慈しむ神の摂理によって許された、私たちのためになるものだからです。なぜなら、もし彼らが、この世の生活における些細で取るに足らない利益のために、目の前にある旅の苦勞を厭わずに進むのであれば、ましてや私たちにとっては、永遠の、計り知れないほど偉大な恵みのために、望みとするものを得るにふさわしい者となるためだけに、あらゆることを耐え忍び、すべてを快く受け入れ、乗り越えるべきではないでしょうか。さあ、私の兄弟たち、子供たちよ、私たちに起こるすべての事柄、そして私たちの生き方と切り離せないすべてのもの——労苦、重荷、断食、徹夜祈祷、ひざまずき、裸の地面での就寝、暑さと寒さ、飢えと渇き、衣服や靴の貧しさ、労苦によるある種の身だしなみの乱れ、従順と祈りの務めの緊急性、そして私たちの修道生活においてこれらに関連するその他すべての事柄を。あなたがたは幸いであり、まことに幸いである。霊的な行いに励み、心や感覚に訪れる誘惑を愛をもって迎え入れているのだから。

4. そもそも、古来より輝かしい聖人たちの中に、苦勞や努力、誘惑や苦難なしに、真の人生を送った者が果たして一人でもいるだろうか。族長たちの偉大な一人であるアブラハムや、彼の後に続いた族長たち、預言者たち、教師たちを挙げてもよいし、使徒たち、すなわちパウロをはじめとする他の使徒たちの誉れを称えてもよいし、あるいは後に名声を博した教父たち——最初の殉教者ステファノや、彼と共に、また彼の後にキリストのために殉教したすべての人々、——大アントニオスや、彼と共に、また彼の後に奮闘したすべての聖人たちのことを挙げるができるだろうか。彼ら全員において、計り知れない労苦、汗、闘い、疲労、悲しみ、迫害、攻撃、中傷、そしてあらゆる種類の誘惑が見出される。「彼らは」と聖パウロは言う、「羊の皮や山羊の皮を身にまとい、貧しく、悲しみ、虐待され、全世界が彼らにふさわしくない者たちとして、荒野や山々、洞窟や地の深淵をさまよった」（ヘブライ人への手紙 11, 37. 38）。彼ら全員がそうであった。そうでなければ、神に喜ばれることはできず、苦勞なしに救いの道を歩むことも、偉業なしに切望する勝利を収めることもできない。では、私たちも彼らと同じ事業に取り組む以上、彼らがその儚い生涯を生き抜いたのと同じ生き方をしてこそ、その事業に成功できるのではないだろうか。

### 123. 互いに何を競い合い、互いに何において優れ、互いに何において調和すべきか

123. 互いに何を競い合い、何において互いを凌駕し、何において互いに調和すべきか。[2, 51] さあ、気落ちや怠惰を捨て去り、主のすべての戒めを果たすための勤勉さと熱意を胸に抱こう。さあ、互いに競い合いましょう——言葉ではなく行いによって、自分の主張を押し通すのではなく（それは我々に敵対する側特有の行いだからです）——譲り合い、侮辱や中傷、嘲笑に耐えるために。——さあ、互いに競い合いましょう——怒りを煽ったり怒ったりするためではなく、また、身分の低い者に対して眉をひそめ、身分の高い者の前で高慢に頭を上げたりするためでもありません。なぜなら、全能の神に逆らって高ぶったそのような高慢は、天の高みから地へと打ち落とされたものだからです； —むしろ、平和であり、和解をもたらし、柔和であり、人をなだめ、謙遜な心とへりくだった知恵を持つことにある。なぜなら、神の御子は、従順と謙遜によって人となり、十字架と死によって人類を救われたからである。さあ、互いに模範とし合いましょう。それは、怠けて神への日中の礼拝や夜の詩篇の詠唱を怠るということではなく——それは怠け者や幼子にふさわしいことだからです——神の御業に迅速に取り組み、詩篇の詠唱が始まる前に他の人々より先に神の神殿に参拝するという点においてです。それこそが、敬虔と徳を熱心に守る者たちの姿だからです。しかし、一つひとつ挙げていくのは避け、総じてこう言います。私たちは皆、善において互いに模範とし、控えめな愛と、平和な心持ち、そして良き生活における謙遜な知恵をもって結ばれましょう。偽りや互いの疑いを避け、霊的な結びつきによって互いの信頼の中で魂を確固たるものにしましょう。誰も裏切り者のユダになってはなりません。二心で気まぐれな者でも、自制心を欠き淫らな者でも、厳格で残酷な者でもあってはなりません； 決

してそのようなことを行ったり、そのような振る舞いをしたりしてはならない。むしろ、誰もが敬虔で、義にかなった、神に喜ばれる生き方に励み、日々、自らの死の時を待ち望み、私たちの主イエス・キリストの再臨の日を待ち望もう。その日には、すべてのものが変容し、刷新される。そして私たちは、恐るべき裁きの御座の前に立ち、すべての無形の天使たちの御前で、すべての行い、言葉、そして思いについて報告することになるのです。

#### 124. 内面においても外面においても、あらゆる点において整えられよ

124. 1) すべてにおいて、内面も外面も、正しくありなさい。— 2) 修道院には、町の人々だけでなく、村人たちも受け入れなさい。[2, 52]

5. (監禁中に書かれたもの)。主キリストの真の僕として、喜びなさい。あなたがたが心の善き態度を保ち、世にあって定められた秩序を守り、汚れなく清く、従順で、謙遜であり、手仕事に励み、詩篇の詠唱や詩作に励み、思いを開示し、その他あなたがたに課せられたすべてのことを果たすならば。

6. 新しい兄弟たちの受け入れに関しては、私たちの兄弟団が、都市住民だけでなく、私たちの定めた労苦や仕事に適しており、それに慣れている農民たちによっても満たされることを望みます。都市住民の増加は、私の考えでは、肉体的にも精神的にも、私たちにとって健全で有益なものではないでしょう。

#### 125. 神の戒めと私たちの規則を守り、古の人々に倣って、皆がひとりの人のように行動しなさい

125. 先人たちに倣い、神の戒めと我々の規律を守りなさい——皆が一人であるかのように。[2, 53] (同上)。神が、私の最も誠実な兄弟たちよ、あなたがたの御業と心の奮闘において、あなたがたを強め、あらゆる事において、聖霊の力によって与えられ、神のすべての戒めを全うし、あらゆる種類の従順に備え、主の御出現を愛する者たちに約束された祝福を目の前に見据え、この世のあらゆるもの——栄光、快樂、楽しみ、そして肉の安らぎ——を何とも思わず、自らをこの世に釘付けにし、心を天の御国への黙想に注ぎ続けるのです。かくして、私たちのすべての古の教父たちも、この世と世にあるすべてのものを捨て去り、私たちの聖なる天使的な位階において主に仕えて、このように生きてきたのである。さあ、わが子らよ、受け継いだ伝統を守り続けなさい。情欲の炎を貞潔と清らかさの露で消し、欲望の誘いを従順の剣で断ち切り、主の戒めと、今あなた方を統率する者が定めたあなた方の務めとにおいて、熟練した実行者となりなさい。——あなたがたの兄弟団は皆、一つの魂の如く、またあたかも一人の人の如く、活気に満ち、穏やかで、心をつにして、霊的なものであれ肉的なものであれ、すべての行いを、主の御前にあるかのように行いなさい。

#### 126. 地上のものを捨て、天上のものへと向かい、とりわけ怒りと情欲と戦いなさい

126. 1) 地上のものを捨て、天上のものへと志を向け、とりわけ怒りと情欲と戦いなさい。— 2) 従属者および指導者への訓示。[2, 54]

7. (同上)。あなたがたは世に対して十字架につけられ、世はあなたがたに平和をもたらす。それゆえ、地上のものから離れ、天の住まいへと高みを目指し、他のすべてに死んで、唯一の神のために生きなさい。あなたがたの信仰があるところへ、あなたがたの目も向けられ、あなたがたが何に心を奪われているか、そこへあなたがたの心も留まるようにしなさい。主が言われたように：「あなたがたの宝のあるところ、そこにあなたがたの心もある」(マタイ6:21)。ご覧なさい、あなたがたはどのような恵みにあずかり、どのような住まいを授かったのか。それは天使のような住まいである。天使たちのように歩み、偶然の出来事の影響に屈してはならない。怒りに対しては柔和さで立ち向かい、情欲に対しては貞潔をもって立ち向かえ。毎日、毎時間あなたがたを悩ませる些細な快樂に、決して打ち負かされてはなりません。それに対する武器を、こう言われた方が示してくださいました。「私は主を待ち望み、主は私にご注目になり、私の祈りを



聞いてくださった/（詩編39:2）。そして、かなりの時間が経ってからとはいえ、私を情欲から救い出してくださったのです。

8. 従う者たちよ、あなたがたには従順の法則が知られている。そして、指導者たちよ、あなたがたには先導の法則がある。すなわち、あなたがたが第一であるからこそ、自ら進んで最後となること——憐れみと愛をもってその姿勢を保つことである。寛容であることも必要だが、時には厳格になることも必要だ。話すことも必要だが、沈黙を守ることも必要だ。霊的な慰めとして明るく親しみやすく微笑むこともあれば、再び厳しい表情を浮かべることもあり、どちらの側にも行き過ぎがないよう、分別を持って振る舞わなければならない。あなたがたの目は、規則を守ることに常に注意を払い、返答の際には親しみやすいものであれ。鼻の穴が怒りで広がることなく、眉が傲慢に上がることもなく、舌が虚栄心で歪むこともなく、あらゆる感情が謙虚に保たれ、あらゆる肢体が調和し、口は賛美の器となり、心は天の事のみを思い巡らし、手は敬虔と愛の行いのみを行うように。誰も反抗的であってはならず、誰もわがままであってはならず、誰も心が硬くてはならない。皆が心をつにして互いに和合し、謙虚に互いを愛し合い、神に救われるべきあなたがたの生活のために、互いに右手を差し伸べなさい。

### 127. あなたがたが散らされていたところから再び集まり、あるべき姿に整えられたことを喜ぶ

127. 1) あなたがたが散らされていた状態から再び集まり、あるべき姿に整えられたことを喜ぶ。どうか、内面においても外面においても、自らの職務に忠実であり続けよ。— 2) 代理人のソフロニオスへの訓示——特に；そして他のすべての指導者および被指導者への——一般的なもの。[2, 55]

9. （同上）。ここを訪れた執事が私に報告したところによると、あなた方全員が再び一堂に会し、指導者も被指導者も、通常の秩序を回復したとのこと。指導者たちは、あるべき姿で指揮を執り始め、各人に相応しい指示を与え、部下たちはそれを穏やかに、謙虚に受け入れ、仕事に取り掛かった。その際、あなたがた全員が愛によって結ばれ、キリストによる兄弟愛をもって互いに愛し合っており、平和で整った生活を通じて、あなたがた全員に一つの魂、一つの思い、一つの願いがあるという。このことに、私の謙虚な魂がいかに喜び、いかに主に感謝したかについては、言うまでもありません。なぜなら、あなたがたが神の戒めを遵守し、あなたがたの天使の位階の規則に忠実に従って、善く生きることには勝る、この世でこれほど喜ばしく慰めとなるものは、私にとって何もないからです。今や、そのようなすべてがあなた方の間で回復されたのですから、どうか一人ひとりが穏やかな忍耐を保ち、偽りのない従順の中で、魂を救うように日々を過ごしてくださるよう、お願いし、祈ります。あなたがたの間には、不和や独断、わがままや自己中心、不平や陰口、分裂、甘えや傲慢、軽薄さ、怠惰や臆病、高慢、その他主の御心に適わないものが何一つないよう願います。なぜなら、私たちはそれゆえに、この世と、この世にあるすべてのもの——両親、兄弟、友人、知人、村、町、市場、娯楽、その他あらゆる情欲や快楽を捨てたのである。それは、キリストを我がものとし、天の住まいに住み、情欲を根絶し、美德によって豊かになり、この世において敬虔かつ義にかなった生活を送り、尊い先人たちの模範に倣って、私たちに約束された恵みを受けるにふさわしい者となるためである。私たちの召命と望みがこのようなものである以上、あなたがたの行い、態度、振る舞いもまたそのようにあり、あなたがたの名前と生き様もまた、善行によって輝き、あなたがたに近づく同じ位階にある者たちや信徒たちに恵みを与え、天におられる私たちの父の御名が、天におられる御父の御名が栄え、私たち謙遜な者たちも、それを目にするか、あるいはそれを知ることができ、喜びとすることができるようになります。

10. わが子よ、ソフロニエ！ 多くの者の中から、私はあなたを私の後継者として選び、兄弟たちの指導者とした。見よ、未熟さを露呈して、わたしを恥じさせたり辱めたりすることのないように。むしろ、あなたの美德の光が輝き、あなたの名が兄弟たちの間だけでなく、外の世界でも称えられるようにせよ。なぜなら、神の聖なる戒めを守ること、自分の中に神を宿す者（ ）は、天においても地においても名高い者となるからである。兄弟たちに心を配り、慈愛に満ち

、教訓を与え、理にかなった方法で義務を思い出させ、不品行な者を優しく戒め、過ちを犯した者には正しく悔悛を課し、弱き者を父のように癒やし、無知な者を諭し、すべてを兄弟団の益となるよう行いなさい。なぜなら、このためにこそ、私自身が神の摂理によって神から賜った権威を、あなたに与えたのである。——そして他のすべての人々——指導者も、指導を受ける者も——神を畏れつつ、それぞれの務めを忠実に果たしなさい。そうすれば、神はすべての聖なる天使たちと共に、あなたがたを喜ばれるであろう。熱心に労苦し、悪意なく歩み、互いに率直に接しなさい。心の奥底にある思いや願いを打ち明けることを妨げてはならない。それこそが、魂の救いであり、情欲からの解放だからである。詩篇の詠唱、詩句の朗読、徹夜祈祷、聖書の朗読を、すべて規定通りに守りなさい。また、霊的指導者の指示に従い、詩篇やトロパールを暗唱できるよう学びなさい。——そして最後に、私の謙遜のために祈ってください。主が私に慰めと、これから訪れる苦難に耐え抜く強さを与えてくださいますように。

#### 128. あなたがたは善く生きている。あなたがたの中に、道徳的に墮落した者が一人もいないように。

128. あなたがたは善く生きています。あなたがたの中に、道徳的に墮落した者が一人もいないように。ぶどう園の労働者のように、家主から報酬を得るために勤勉に働きなさい。兵士のよう、戦って、戦いの主から冠を授かるにふさわしい者となりなさい。[2, 56] (同上)。あなたがたは皆、主のために生き、あらゆる悪巧みや不品行への誘惑から遠ざかりながら、救いの豊かな実を蓄えている。——そして、あなたがたの中に、破滅的なほどに厚かましい者、怠惰な者、快楽を愛する者、罪を愛する者、肉欲に溺れる者、魂が恥知らずな者、憎しみに満ちた者、略奪者（たとえ些細なものであっても）、嫉妬深い者、論争好きな者、挑発的な者、不平を言う者、怠惰な者、無為な者、不従順な者、高慢な者、無礼な者、偽りの言葉を語る者、争いを好む者、分裂を好む者、おしゃべりな者、眠り虫、肉と世の奴隷、ユダ、すなわち自らの魂の裏切りを企み、いかなる兄弟をも兄弟団から引き離そうとする者。これらは、自らを神から奪い取り、神から逃げ去り、罪の迷路をさまよう者たちである。彼らは日中の労苦に耐えようとはしない。それゆえ、園丁からの報いも受け取らない。あるいは、全能の神の戦士として、勇敢に戦い、主を喜ばせるために戦いの労苦を負うことを望まない。それゆえ、彼らは報いを受けることもなく、脱走兵の名簿に載せられ、捕らえられた時にはその代わりに処刑を受けるのである。——さあ、善良な戦士たち、同志たち、戦友たち、共に歩む者たちよ！ 進もう、追いかけて、あらゆる困難に立ち向かい、耐え抜こう。主は近くにおられ、私たちに冠を授けてくださる。主ご自身が天から走る者一人ひとりを眺め、最後まで耐え抜く者たちに冠を編んでおられるのだ。それゆえ、皆は告白によって清くあり、謙遜によって平和であり、活動への愛によって意欲的でありなさい。指導者よ、指導者として、各メンバーに何が必要かをよく見極め、誰が何をすべきかを定めた上で、すべてとすべての人を動かしなさい。

#### 129. 牢獄から救い出されたことを、皆で神に感謝するよう招く

129. 1) 神が私たちを牢獄から救い出してくださったことを、すべての人に神に感謝するよう招いている。-2) 私たちの試練は、真の兄弟と偽りの兄弟とを分け隔てた、と述べている。-3) 後者たちを憐れみ、彼らの改心を期待して彼らのために祈る。一方、前者たちには、神に感謝しつつ、すでに成し遂げたことについては感謝し、不足していることについては向上するよう努めるよう促す。[2, 57]

11. (同上)。慈悲に速く、恵みに富む、全き善なる私たちの神は、私たちの主の母である聖母マリアの執り成しと、私たちの守護者である聖ヨハネ・バプティストおよび聖テオロゴスの祈り、そして皆様の願いに応じて、試練を取り除き、私たちを牢獄からの監禁から救い出してくださった。それゆえ、私たちは皆、悲しみを喜びに変え、私たちに向けられた悪者の策略を打ち砕いてくださった、恵みの神に感謝の賛歌を捧げましょう。とはいえ、私が苦難に遭ったのは、

他の何らかの理由によるのではなく、私の罪によるものです。このことを思うとき、私は安らぎを感じ、私が耐え抜いたことが、私の罪の清めとなることを信じています。

**12.** 私たちの試練において、私たちは皆、すでに炉の中の金のように試練にさらされており、とりわけこの地の人々はそうである。なぜなら、以前より聖霊に生き、揺るぎない信仰を持っていた者たちは、少しも変わることなく、むしろ起こった災難によってさらに強められ、確固たるものとなったからである。一方、心が冷たく、二心があり、肉欲に溺れ、怠惰にふけていた者たちは、悪の打撃が及ぶやいなや、葉のように落ち、ふるいからこぼれ落ちた籾殻のように、自ら修道院から飛び出してしまった。それによって、誰が清らかな小麦に似ていたかが明らかになったのである。このことを悟り、神聖なるダビデは詩篇の中でこう語った。「*彼らの腹の中で彼らを分け隔てよ*」（詩篇 16:14）、すなわち、罪人や怠惰な者を、徳ある者や敬虔な者から分け隔てよ、と。しかし——ああ、なんと嘆かわしいことか！ 自らの不注意ゆえに、「*彼らの骨は陰府の滅びの場所で散らされた*」（詩編 140:7）のである。

**13.** とはいえ、私は彼らのことを案じ、涙を流し、息がある限り、彼らの回心を願い続けることをやめない。もしかすると、彼らの中には、神を知るという小さな火花に燃え上がり、悔い改めに立ち返ることで、罪の束縛から解き放たれ、迷い出た羊のように、悪の道から立ち返る者もいるかもしれない。あなたがたは、彼らの墮落を理由に臆することなく、むしろさらに大胆に、敬虔の業、禁欲の修行、手仕事の労苦、闘争の汗、そして日々起こる悲しみや誘惑への勇敢な立ち向かいにおいて立ち続けなさい。それは血を流すこと、さらには死に至るまでであってもよい。なぜなら、あなたがたもご存知のように、私たちは聖なる修道服を受けた際に、そのように誓ったからです。今、一人ひとりが自らを省み、誓ったことのうち、何が果たされ、何がまだ果たされていないかを吟味しなさい。そして、まず第一に、それらすべてを成し遂げる力を与えてくださった方に感謝を捧げなさい； 第二に、まだ果たせていないことを実行に移すために、相應の努力を傾けるように。そうしてこそ、あなたがたは殉教の冠にふさわしく飾られることになる。主はこう言われている。「『主よ、主よ』と言う者ではなく、わたしの御心を行う者こそ、わたしの忠実なしもべである」（マタイ 7:21、ルカ 6:46）。

### **130. それゆえ、私たちは神に喜ばれるためにすべてを捨てた**

**130. 1)** それゆえ、私たちは神に喜ばれるためにすべてを捨てた。聖なる者たちや王たちの歩んだ道を模範として、美德がますます増し、情欲がすべて追い払われるその道を歩み続けるのである。— **2)** もしあなたがたがそのような者であるならば、神はあなたがたの中におり、神と共にあらゆる善、あらゆる助け、そして守りが与えられる。[2, 58]

**1.** （同上）。主においてご機嫌よう。そして、主の戒めを遵守し、主の義に歩み、他の何ものも心に留めず、情欲を死なせ、美德を身につけることによって神に喜ばれること以外を何も望まず、いつものように善き生活を続けてください。それゆえ、私たちは世俗を離れ、修道院に入ったのです。世俗のあらゆる喧騒、あらゆる執着、あらゆる友情や愛——親子の愛、兄弟愛、子としての愛、親族愛——はもとより、あらゆる肉欲の快樂、世俗の名声、その他すべての儂く空しいものを捨て去りました。このように決心し、このように生きることを望んだ以上、私たちはその目的と願いに従って行動すべきであり、聖人たちの生涯の足跡をたどり、彼らの教えに従い、彼らの模範に倣い、あちこちと目を向けることなく、王の道を歩むべきである。その道には、無条件の従順、神に倣う謙遜、天上の無私、神聖な清らかさ、天使に等しい無情、柔和、正義、愛、平和、熱意、忍耐、勤勉、そしてその他あらゆる神に喜ばれる心構えと行いが備わっている道である。一方、不従順、不平、高慢、虚栄、怠惰、厚かましき、偏見、肉欲、その他の悪行は、それらの美德と対立している。

**2.** 美德は神によって生み出され、情欲と罪はサタンによって生み出される。光と闇との間に何の交わりもなく、キリストとベリアルとの間に何の調和もない。それゆえ、あなたがたは神の子、すなわち従順と服従の子となり、怒りと反抗と破滅の子となってはならない。——誰も欲望や考えにおいて他者から際立ってははいけません。誰も怠惰を愛してはなりません。誰も不平を



言ってはなりません。誰も偽善者であってはなりません。むしろ、皆、善を行うことに熱心であり、皆、感謝し、親切で、謙虚で、親しみやすく、喜びを分かち合い、友好的で、嫉妬せず、争わず、そして、主があなたがたの中に存在していると認められるようにしなさい。なぜなら、二人または三人が御名のゆえに集まるところには、主がおられるからである（マタイ18:23）；これほど多くの人々が集まっているあなたがたの中に、主がいられないはずがあるのでしょうか。あなたがたが、常に主の戒めを守ることに絶えず熱心であるならば。しかし、もし神があなたがたのうちにおられるなら、何があなたがたを悲しませ、あるいは苦しめ、あるいは氣力を失わせるのでしょうか。何一つありません。たとえ困難であっても、それが精神的なものであれ肉体的なものであれ、すべては耐えうるものとなるでしょう。なぜなら、「神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか」（ローマ8:31）からです。——そして、もし神が「御子を惜しまず、私たちすべての者のために御子を渡された」のであれば、「どうして神が御子と共に、すべてのものを私たちに与えてくださらないことがありましようか」（ローマ8:32）？ それゆえ、揺るぎなく確信を持って立ち続けなさい。もしあなたがたが善き生活を変えることなく保ち続けるならば、間違いなく天の御国の相続人となるからです。——さあ、子らよ、心からお願いし、懇願します。あなた方の内に神の愛の炎を灯し、熱心に奮い立ち、勇気を強め、清さと無垢さに立ち、祈り、嘆願、詩篇の詠唱、徹夜祷、悔い改め、告白、涙、嘆息によって自らを照らしてください。

### 131. 修道院へ向かう道中、自分自身のために祈りを捧げ、彼らの労苦において神の助けを願う。 なぜなら、収穫の時期だからである

131. 1) 修道院へ向かう道中、自分自身のために祈りを捧げ、彼らの労苦において神の助けを願う。なぜなら、収穫があるからだ。－ 2) アファナシオスとエフREMに対し、各人の気質や弱さに配慮しつつ、兄弟たちを適切に導くよう促す。 3) すべての人に、自らの目標を忠実に追求するよう促す。－ 4) 父祖の戒めを守り、裁きと死への恐れをもって自らを律しよう。これに伴い、あるロゴフエトがどのように死んでいったかが語られ、そこから教訓が導き出される。[2, 59]

3. （同様に）。私たちは修道院へと急ぎ、皆様のもとへ向かっております。まず第一に、皆様の祈りをお願い申し上げます。主が私たちの旅路を、陸でも海でも順調に進ませてくださり、私たちが心身ともに主の御心に適う者となるよう助けてくださいますように。第二に、私たちが皆様のことを気にかけず、皆様の状況に無関心であったわけではないことをお伝えします。むしろ、常に謙虚な心で皆様を想い、善意を捧げてまいりました。特に今、収穫の時期にあたり、皆様が大きな忙しさと労苦の中にいらっしゃる今こそ、なおさらです。主なる神が、あなたがたの内なる人にも外なる人にも力を与え、外的な苦難も内的な苦難も勇敢に耐え抜く力を授けてくださいますように。さらに、悪魔の策略や罠、誘惑を誰が見抜くことができますようか？

4. さあ、私の子供たちよ、アファナシイとエフREMよ、神に喜ばれるように兄弟たちを導き、一人ひとりに必要なものを——霊的にも肉体的にも——与えなさい。そして彼らと接するにあたっては、それぞれの性格や気質に配慮しなさい。なぜなら、すべての人に同じものが求められるわけではないからです。ある人には鞭が必要であり、ある人には手綱が必要であり、ある人には悔い改めが必要であり、ある人には赦しが必要であり、またある人には叱責と諭しが必要です。誰にでもそれぞれの情欲や習慣がある。それらに合わせて、治療法も調整しなければならぬ。

5. それにもかかわらず、あなたがた、他の兄弟たちよ、あなたがたは神の子である。御方のために、あなたがたはこの世を捨ててここへ来られ、御方のために、肉と血とのあらゆる交わりを断ち切り、御方のために、御方の十字架を自らの肩に担ぎ、御方への愛ゆえに、すべてのものを塵と見なし、来世において御方から約束された恵みよりも、この世のいかなる一時的なものをも優先しませんでした。旅人であり、よそ者として、あなたがたはこの修道院に来て、修道生活の様式を受け入れました。あなたがたの選択は祝福され、その決断は聖なるものです。しかし、兄弟たちよ、私は懇願し、お願いいたします。この偉大な位にふさわしい生活を送ってください

い。世の外にいながら、世俗的な振る舞いをしてしまわないように。また、肉から逃れたにもかかわらず、肉に従って生きてしまわないように。そのようなことが実際に起こり得ることは、私が言わなくても、あなたがたもご存じの通りです。なぜなら、もし私たちが快楽を追い求め、情欲に溺れ、自分の欲望に固執し、優位を争い、マントやその他の衣服、立つ場所、便器やその他の取るに足らない事柄について論争するならば——それは私たちが肉的な者ではないと言えるでしょうか？ 私たちの争いは世俗的なものではないのでしょうか？ 兄弟たちよ、私たちの最も聖なる地位が、滑稽な子供じみた争いへと堕ちてしまうことを、決して許してはなりません。修道士の栄光とは、神のために、非難や侮辱に値する何事もせず、無名であり、侮られ、中傷されることにあるのです。修道士にとっての装飾とは、最も見栄えのしない服を身にまとうことなのです。これについてはこれ以上詳しく述べない。

6. 父なる者の戒めを守り、聖人たちの言葉を無視してはならない。また、一瞬の快楽のために、永遠の至福を軽んじてはならない。ついに、すべての者を裁く方が来られる。遅れることはない。あるいは、その御降臨よりも前に、魂を肉体から引き離す恐ろしい天使がやって来るかもしれない——それは、力尽き、最後の息を引き取る時である。それもまた恐ろしく、あまりにも衝撃的であるため、耐えきれずに死んでしまうのだ。では、魂が去った後、天使たちがそれを迎えに来た時、一体どうなるのだろうか。どの国が勝利し、私たちを連れ去るのだろうか？ ——これについては、私たちとは身分の異なる人物に起きたことではあるが、非常に示唆に富む小さな出来事の一つお話ししよう。ある有名なロゴフェト、スタヴリキオスが死を迎える時、彼は最期の息を引き取る間際、汗を流し、体を震わせ、歯を食いしばりながら、力強い声でこう叫んだという。「助けてください、救ってください、主よ、憐れみ給え！ なんと、黒く醜悪な悪魔の群れが海から現れ、私に向かってやってくるのです」。——彼は海辺に住んでいたのだ。——立ち会っていた者たちの誰も何も見てはいなかったが、かつて多くの人々に対して冷酷であったそのロゴフェトは、それを見て苦々しく嘆いていた。——そうであるならば、私たちがこの世を去る時、天使の合唱団と悪魔の軍勢、果たしてどちらが勝利するのだろうか。その時、私たちがここで愛した者たちは、すぐに私たちに口づけをするだろう。もし私たちが清らかさ、従順、謙遜、その他の美德を愛していたなら、天使たちだ。しかし、もし虚栄心、反抗心、対立、贅沢、笑い、娯楽を愛していたなら、悪魔たちだ。なぜなら、情欲は悪魔であり、美德は天使だからだ。では、一体どちらが勝利するのだろうか？ 誰が私の魂を奪うのか？ ——憐れんでください、憐れんでください、兄弟たちよ！ ——しかし、私たち全員が共に美德を愛そうではありませんか。そうすれば天使たちが勝利し、私たちを連れ去ってくれるでしょう。そして——情欲を愛してはなりません。そうすれば悪魔たちが勝利し、私たちを連れ去ってしまうからです。ああ、悲しいかな！ それならば、私たちなど生まれてこなかった方がましだったでしょう。なぜなら、「強い者は強い苦しみを受ける」（箴言 6:6）とあり、とりわけ、私たちの修道生活を送る者たち、司祭、修道院長、そしてその他の指導的立場にある者たちはなおさらである。このような言葉を口にしたからといって、私を責めないでほしい。私は、不当にあなた方を脅かすためにこれを述べているのではない。むしろ、私の義務を果たし、あなた方を愛し、あなた方の幸福を願って、当然の事を宣言しているのだ。

### 132. ソフロニオスに、教父たちの規則の遵守を見守るよう促す。なぜなら、そこからあらゆる善が生まれ、その反対からはあらゆる悪が生まれるからである

132. 1) ソフロニウスに、教父たちの規則の遵守を監督するよう促す。なぜなら、そこからあらゆる善が生まれ、その反対からはあらゆる悪が生まれるからである。－ 2) 精神的・肉体的な労苦の度合いにおいて、中道を保つこと。－ 3) いかなる過ちも、懲戒なしに見逃してはならない。——4) こうした厳しさは、怒りによるものではなく、愛によるものである。[2, 60]

7. (同上)。わが子よ、兄弟よ、ソフロニオよ！ 自分の務めを怠ることなく、あらゆる注意と努力を尽くして取り組み。——あなたの熱意を奮い立たせるために、常に同じことを書き送る必要があると感じている。——だから、活気を持って耳を傾け、あらゆる面で兄弟たちを導き

、アブ・アカキオを自分の助け手兼助言者として頼りにしなさい、わが子よ。一人ひとりの行い、すなわち彼らがどのように振る舞い、どのように行動し、どのように過ごしているかを注意深く見守り、観察しなさい。そうすれば、あなたがたのすべてが神の栄光へと導かれ、あなたがたの生活は、聖なる先人たちの規範と掟、そして私の謙遜の戒めに基づいて確立されるでしょう。なぜなら、そのように生き、行動する場所には、神が喜ばれ、光が輝き、平和が支配し、サタンが入り込む余地はなく、情欲も遠く離れているからである。しかし、これを顧みず、この精神に従って行動しないところには、これに反するあらゆるものが巣くう——善の代わりに悪が、光の代わりに闇が、キリストの代わりにヴェリアルが現れる。それゆえ、目を覚まし、注意を払い、告白を通じて兄弟たちの心を注視し、彼らをあらゆる善き行いへと導きなさい。

8. 中道を保ちなさい。すなわち、沈黙や祈り、聖書の朗読が、肉的な生活における務めを乱すことのないようにすると同様に、また、この肉的な生活における過度な労苦によって、心が神を思い起こすことや、神聖な事柄を深く思索することから逸れ、物質的なものに没頭することのないようにしなさい。これこそが、真の敬虔の法則である。もしあなたが自らそのように生きれば、兄弟たちもあなたに従い、それを受け入れ、実践し始めるだろう。なぜなら、私たちが世を離れたのは、ここで安らかに食べ、飲み、着るためではないからだ——果たして、そこに私たちの救いがあるというのか？——また、私たちがこの修道服を身にまとったのも、何もしないでじっと座り、食事も衣服もなしに過ごすためではない。むしろ、使徒の言葉にあるように、「すべては品位を保ち、秩序正しく行われるように」（Ⅰコリント14:40）と、その両方とも、それぞれ適切な時に、賢明に行うためである。さらに、この偉大な使徒は、自分自身について、決して怠けてパンを食べたことはなく、自分と共にある者たちの必要を満たすには、聖なる御手による労働で得たもので十分であったと語っている（2テサロニケ3:8；使徒行伝20:34）。この行いを実践し、この道を歩み続けなさい。「だれも、あなたの若さを軽んじてはならない」（テモテへの手紙Ⅰ4:12）。

9. 是正を要する事柄を放置してはならない。そうすることで、一見善意に見えるような些細な怠慢が、放置されたまま兄弟たちを大きな過ちに導くことのないようにせよ。密かに食事をする者はいるか。その者の悔い改めの期間中である。祝福なしに、たとえそれがごく些細なことであっても、何かを独り占めしている者はいないか。その者を懲戒せよ。許可なく他人に食べ物を渡したり、誰かと物を交換したり、その他類似の行為をした者は？ その者を懲戒せよ。不平を言うか？ 同様に懲戒せよ。不従順を示したか？ 懲戒せよ。働こうとしないか。「それなら、食べる資格もない」（Ⅱコリント3:10）。蓄財したり盗んだりするか。破門とせよ。その他.....我々の懲戒に関する規定の通りである。

10. これを聞いて、わが子らよ、兄弟たちよ、私の言葉を重荷だと考えたり、こうしたことがすべて無慈悲さから定められていると思ったりしてはならない。それどころか、これは父なる愛によるものであり、あなたがたの魂を案じるからに他なりません。私たちはそれらの魂について報告する義務があり、もしあなたがたにすべきことを告げず、悪から遠ざけず、善に堅く立たせなければ、厳しい裁きが私たちの頭上に下ることになるでしょう。さらに、良き父の務めとは、自分の子供たちを罰せず放っておくことではなく、小さな警告や罰を通じて、彼らが永遠の命を得る道へと導くことである。息子たちが律法を破った際に、彼らを戒めも罰もしなかったため、非難と叱責に値する父エリイは、まさにこの理由だけで、その息子たちと共に命を落としたのである。

### 133. 私たちの労苦はさほど大きくないが、報いは計り知れない

133. 私たちの労苦はさほど大きくないが、報いは計り知れない。それゆえ、死と、それに伴うあらゆる事柄を心に留め、自らを奮い立たせて、熱心に努めよう。[2, 61]（同上）。子らよ、私たちは幸いである。善行をなし、善く生きることによって、修道生活における私たちのささやかで取るに足らない苦難を通じて、天国の慰めを勝ち得ているのだから。なぜなら、教父たちが言うように、修道生活のあらゆる労苦は軽く、終わりのない至福の喜びの前には、それについ



て語る価値すらないからである。もし今、あなたがたがこの労苦を耐え忍ぶならば、喜びなさい。天においてあなたがたの報いは大きいからである。しかし、私たちが今どこにいて、どこへ移り住むのか、また、この世からの旅立ち、天使たちとの出会い、神の御前への出で立ち、審判者の裁き、そしてその結果として右の座か左の座へと送られることが、どのようなものになるのかについて、注意を払い、絶えず心を巡らせる必要があります。これこそが、あなたがたが朝ごとに心に留めるべきことであり、これこそがあなたがたが熟考すべきことであり、これこそがあなたがたが心を向けるべきことです。私は、神の御前 および神の選ばれた天使たちの前で、あなたがたにこう証しする。あなたがたが、その名にふさわしく歩み、左側へ逸れたり、罪に誘われたり、傲慢の罠に陥ったりしないように。このことについて、私は叫び続け、叫ぶことをやめない。さあ、耳を傾け、心を燃やし、私の言うことを理解し、自らを清く保ちなさい。そうすれば、神のぶどう園の働き手として、計り知れないほど豊かな報いを受けるであろう。

**134. あらゆる点において模範となり、あなたがたの後に修道院に入る者たちにとって良き種となるようにしなさい。神を目の前に置き、死と神の裁きの判決を心に留めなさい。去るにせよ、来るにせよ。**

134. あらゆる点において模範となり、あなたの後に修道院に入る者たちにとって良き手本となるようにしなさい。神を常に心に留め、死と神の裁き——去るか、来るか——を念頭に置きなさい。これらに比べれば、他のすべては取るに足らない。 [2, 64] (同上)。あなたがたが修道生活に入る際、生きている限りそれらを守るという誓いを立てて私から受け入れた私の戒めを、厳格に実行しなさい。そして、イグメンの指導の下、自らの修養に全力を尽くしなさい。そうして修養を積み、あなたがたの後に入会する兄弟たちにとって良き種となるため、自らの生き様や生活様式によって彼らを熟成させ、愛の炎で焼き上げ、彼らを神に喜ばれるパンとして天の食卓に捧げられるようにせよ。肉体の安らぎや自らの欲望を満たすことに時間を費やすのではなく、天の慰めと魂の安らぎを求めなさい。その後こそ、節度ある肉体の慰めを受けるのがふさわしい。なぜなら、そのような慰めに霊的な慰めが先行するとき、それは非難されることがないからである。敬虔と真実をもって歩み、互いに和睦し、常に神を目の前に置き、死を絶えず心に留め、肉の衣を脱ぎ捨て、この世を去り、神の御前に立ち、そして、あなたがたを待ち受ける神の裁きの最終的な判決を聞くことを思い起こしなさい。その判決は、必ず次の二つのうちのいずれかとなるであろう——すなわち、「わたしから離れよ、のろわれた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ」か、あるいは「来なさい、わたしの父に祝福された者たちよ。世の初めからあなたがたのために用意された御国を受け継ぎなさい」(マタイによる福音書第25章)。これに比べれば、この世も、地上の富も、人間の栄光も、美しい衣も、香りのよい香料も、宴会も、祝宴も、楽しみも、すべては取るに足らないものです。——あなたがたは、神と神聖な事柄によって満たされ、聖霊の恵みに酔いしれ、蜜や蜂の巣よりも甘い聖書の御言葉に喜びを見出し、貞潔と正義と節制をもって身を飾り、善行によって豊かになり、謙遜の知恵をもって称えられ、無情によって天に昇り、天使たちと共に神を賛美し、神への畏れと聖なる祈りをもって敵を撃退しなさい。ますます啓発され、ますます清められ、ますます天的な者となりなさい。そうすれば、あたかも主の口から語られるかのように、あなた方に対してもこう言われるでしょう。「あなたがたはこの世のものではない」(ヨハネ15:19)。

**135. 最後の審判と裁きを心に留めて、精進しなさい。その際、有益な行いが示され、とりわけ、肉欲との戦いにおいて何が必要であるかが示される。**

135. 出エジプトと審判を心に留めて、精進しなさい。そこでは、有益な行いが示されており、とりわけ、肉欲との戦いに必要なことが述べられている。 [2, 65] (同上)。わが子らよ、精進し、霊的な道を歩みなさい。心の目を天に向け、天を見据え、永遠のものを仰ぎ見、いつ、どのように——冬であろうと収穫の時期であろうと、昼であろうと夜であろうと、今であろうと老後であろうと、今年であろうと来年であろうと、この日であろうとこの時であろうと——私

の最期の息が尽きる時が来るのか。死は必ず訪れるからだ。魂を理解する者たちがやって来る。敵である対抗者がやって来る。そして、すべてが勝利か喪失か決まるのだ。このような思いに心を奮い立たせるならば、あなたは罪を犯すことに急ぐこともなく、悪の深淵に堕ちることもなく、ついに天のエルサレムの恵みを仰ぎ見、永遠の命のすべての日々、それを仰ぎ見続けることになるだろう（詩編127:6）。肉体的な行いもなすべきであり、その両方にも努め、神の御口をもって賛美し、舌をもって真理を語り、手をもって自分の力の及ぶ限り働き、足をもって平和の道を歩みなさい。あなたがたの全身は聖なるものであり、あなたがたのすべての肢体はキリストの肢体である。「もしキリストの肢体を取り去って、人間の肢体を作ったとしても、それはあってはならない」と使徒は言っている（Iコリント6:15）。不品行を避けなさい。だれもだれかを傷つけてはならない。だれもだれかを中傷してはならない。神の御前から隠れることのできるものは何一つありません。なぜなら、「主の御目は、最も明るい太陽よりもさらに明るい闇であり、人のあらゆる道を照らし、隠れた場所をも見通しておられる」からです（シラ書23:27,28）。無作法に笑ってはなりません。会話の際は、互いに近づきすぎて座ってはいけません。腹を満たして血を沸き立たせてはならない。ワインを飲んではならない——これは健康な人々への善意の助言として申し上げる。私たちには内なる波動も、自然な火も十分にある。もしそこにワインの火をさらに加えるならば、災いをもたらす大火を燃え上がらせてしまうだろう。肉体は耐えきれず、沸き立ち、その欲求を満たそうとするだろう。私は、破滅的な結果を予見して、あなた方に警告します。神は試練の日を定められ、そのような行いをする者たちを裁き、悪魔たちと共に想像を絶する苦しみへと引き渡されるでしょう。悪魔に吹き込まれた誘惑を打ち明け、告白によって主に先んじてください。すべてを品位をもって行い、適度に眠り、できるだけ早く目覚めて、定められた徹夜祈の儀式を執り行いなさい。そして、主があなたがたをそのように行っている者として見出されるならば、あなたがたは幸いである。

### 136. 彼らの立場がどのようにあるべきか、また誰かが不適切な方向へ逸れてはいないかについて問いかけることで、義務ある生活の全構造を思い起こさせる

136. 1) 彼らにとって何がふさわしい状態であるか、また誰かが不適切な方向へ逸れていないかについて問いかけることで、義務ある生活の全体的な秩序を思い起こさせること。— 2) その後、次のように鼓舞する。「労苦し、今もなお労苦しなさい。戦い、今もなお戦い続けなさい。あなたがたの労苦が無駄になることを許してはならない。裁きの日に実りある報いと神の御承認が与えられるという約束をもって、彼らを奮い立たせるのである。」[2, 66]

11. (同上)。依然として書簡をもって皆様に挨拶を申し上げるとともに、皆様の近況はいかがでしょうか？ 神の平和はどのように皆様を守っているのでしょうか？ 主への畏れはどのように皆様の清めているのでしょうか？ 神の義はどのように皆様の心を喜ばせているのでしょうか？ 規律の調和はどのように皆様の結びつけているのでしょうか？ 誠実な信仰はどのように皆様の確固たるものにしているのでしょうか？ 確固たる服従の誓いはどのように皆様の結びつけているのでしょうか？ 偽りのない従順が、いかにあなた方を高めつつあるのでしょうか。キリストに倣う謙遜な知恵は、どのようなものでしょうか。あなた方の出入りはどのようなものでしょうか。また、心の奥底を告白することは、どのように進んでいますか。——さらに、あなた方の手による働きは、どうでしょうか。収穫は始まりましたか？ .....これらやその他のすべてを私たちに知らせて、私たちを喜ばせてください。——私たちはあなた方を信頼していますが、同時に恐れてもいます。そして不安を抱きながら、時折こう考えます。あなた方の間で、誰かが無法を働いているのではないか？ 不平を漏らしているのではないか？ 肉欲にふけっているのではないか？ 傲慢に陥っているのではないか？ あるいは、悪魔と結託し、集まった者たちと共に主とそのキリストに対して、『彼らの絆を断ち切り、彼らのくびきを私たちから振り払おう』と企んでいる者はいないか。しかし、天にいます生ける方は彼らを嘲り、主は彼らを嘲笑われる。その時、主は御自身の怒りをもって彼らに語りかけ、御自身の激怒をもって彼らを打ち砕かれる」（詩篇2篇）。なぜなら、私はあなたがたの自由な同意に基づき、あなたがたの上に立てられており、あなたがた自身も進んで私に

服従を誓ったからである。それゆえ、私は主の命令をあなたがたに告げ知らせるために、このように語るのである。

**12.** あなたがたは労苦し、今もなお労苦し、戦い、今もなお戦っている。あなたがたの修行において、従順において、自らの意志を切り捨て、欲望を抑え込む中で、主を忍耐強く待ち望んでいるのだ。どうか、これまで成し遂げてきたことを台無しにしないでください。しかし、涙と嘆き、あらゆる苦難の中で種を蒔き、今も蒔き続けているように、すべての裁き主が各人の行いに応じて報いを与えられるその時には、喜びのうちに刈り取ることができますように。「天よ、聞きなさい。地よ、聞き入れなさい。主が語られたからである」。——ああ、兄弟たちよ、私たちにとって、この御言葉が現実となることのないように。「わたしは子らを産み、育てたが、彼らはわたしを拒んだ。自分の所有者を知り、主人の飼葉桶を知ったろばでさえ、イスラエルはわたしを知らず、わたしの民は理解しなかった！」（イザヤ書1:2,3）。しかし、こうあってほしい。「あなたの息子たちは、あなたの食卓の周囲に植えられた新しいオリーブの木のように」——これは霊的に理解されるものである。「主を畏れる人は、このように祝福される」（詩篇127:4,5）。——どうか、よく聞いてください。皆、同じ知恵を持ち、同じことに心を合わせ、あなたがたのイグメンの導きに従ってください。毎日死ぬかのように生きなさい。食べ物や飲み物のために動揺したり、過度に悲しんだり、不平を言ったりしてはなりません。使徒は何と言っていますか？——「もしパンが私の兄弟を躓かせるなら、私は、兄弟を躓かせないために、永遠に肉を食べない」（Iコリント8:13）。だから、あなたがたは、反抗の子でも、不品行の子でも、怒りと罪の子でもあってはならない。恥ずべき行いで神を怒らせてはならない。「ああ、あなたがたの心よ！ ああ、あなたがたの知恵の目よ！」——「神は報復の主である！」（詩編93:1）。「御前に隠された被造物は一つもなく、すべてが御目の前で裸にされ、明らかにされている」（ヘブライ人への手紙 4:13）。誰が恐れないだろうか。誰が戦慄しないだろうか。誰が「血を流すまで」神に喜ばれるよう自らを捧げないだろうか。

### 137. 収穫の時期に、どのように礼拝を行い、食事で体力を補い、休息を取り、夜を過ごし、そして全般的にどのように振る舞うべきかについての指針

**137.** 収穫期において、どのように儀式を執り行い、食事を摂り、休息を取り、夜を過ごし、また全般的にどのように振る舞うべきかについての指針。 [2, 67]（同上）。あなたがたが今、収穫と葡萄の収穫のために、太陽の光に焼かれ、汗にまみれるという大変な労苦の中にいることを、私はよく知っている。だからこそ、まさにこのあなたがたの労苦について、ふさわしいことを今こそ語るべき時だと考えたのである。——主の祝福があなたの方の上にありますように、わが子らよ。そして、あなたの方の神、主が、その聖なる高みからあなた方を祝福し、あなた方を生き生きとさせ、魂と肉体を強めてくださいますように。そうして、霊的な奉仕にも肉体的な労働にも十分な力を持ち、どちらの務めも過度の疲労を感じることなく果たせるように。私は、収穫期の夏の日々がいかに過酷で、どれほどの疲労をもたらすかを知っています。もし、働く者たちの並々ならぬ熱意が力を与えてくれなければ、それを耐え抜ける者はほとんどいないでしょう。ですから、キリストの愛のゆえに、どうか、どちらの務めにおいても堅く立ち続けてください。早朝、品位を保ち、穏やかな心持ちで、いつもの詩篇の詠唱と神への祈りを捧げた後、目の前の仕事に取り組み、第三の時間が来るまで、心の中でと詩篇を読みながら働いてください。そこで仕事を中断し、第三の時間を主に向かって心を込めて賛美し、聖霊の恵みを請い求め、天に向かって両手を挙げ、魂と肉体の強めを願い求めなさい。その後、三回、四回、あるいはそれ以上のひざまずきを、心を込めて祈りながら行い、私たちの慣例に従い、水曜日と金曜日を除いて、主が与えてくださった食事を召し上がってください。——ただし、この食事の時間には、騒ぎや押し合いが起きないよう注意しなさい。——また、収穫の作業中も、口論や独断による争い、それによる罵りや叫び声、さらには会話や笑い声、不平不満など、そのようなものや類似のことが、あなたがたの間で決してあってはならない。しかし、神の御前でなされるあなたの働きが祝福されますように。そして、互いに助け合わなければなりません。あなたのそばで働いている者が、力



尽きたり、何らかの困難に直面して遅れをとったときは、あなたも立ち止まり、彼を助けてください。そうして、収穫が順調に進み、皆が等しく競争心を持ち続けられるようにするためです。作業監督者の指示により、正午に休憩をとったり、夜間に木陰や日除けの下で眠ったりするときは、互いの体が近づきすぎたり、ましてや触れ合ったりしないよう注意し、また、二人が他の者から離れて人目につかない場所に隠れたりしないようにしなさい。これについては、作業責任者が監視しなければならない。ここに、目に見えない雑草を蒔く者が潜んでいる。彼がこっそりと忍び寄り、誰かにその破滅的な毒を注ぎ込まないように、またそれによって私たちが主なる神を怒らせることがないように、このために警戒せよ。礼拝においては、詩篇の詠唱がそれほど多くないため、それを慌ただしく、あるいは混乱して行わないよう注意し、あらゆる善き行いに心を向けることができるよう、注意深く行わなければならない。皆が礼拝に参加し、誰も欠席しないようにせよ。たとえその後、一人で十人の分の仕事をこなしたとしても、その日は聖餐を受けるに値しない。私は、あなたがたの救いを思いやり、だれも神の道から逸れないよう注意を促すために、こう言っているのです。もし誰かに何らかの悲しみがあるなら、それを隠さず、長老たちに告げなさい。彼らはそれを裁き、癒やしを必要とするものを癒やすでしょう。誰も怠けていてはならない。そのような者は兄弟たちとの交わりを持ち得ず、主を求める者たちの数にも数えられない。——「木を切る力が足りないのか、それともできないのか、兄弟よ？　なら、鉋の柄を持って。柄すら持てないのか？　それなら、ぶどうを摘んだり、水を運んだり、あるいは必要な他の仕事を、屋外であれ家の中であれ、果たせ。そして神は、あなたの熱心さに応じて、それを未亡人の二レプタのように受け入れてくださるだろう。」

**138. 兄弟たちに関する良い知らせを聞くと喜び、指導者たちがどのように行動すべきか、またすべての兄弟たちがどのような者であるべきかを示しながら、さらに励み、成功するよう促す。**

138. 兄弟たちに関する良い知らせを聞くと、喜び、指導者たちがどのように行動すべきか、またすべての兄弟たちがどのような在り方であるべきかを示しつつ、さらに前進するよう励まします。[2, 68]（同上）。兄弟たちが訪れ、あなた方の近況を伝えてくれた。それによって、私は言葉に尽くせないほど喜んだ。なぜなら、あなたがた全員がキリストの恵みによって救われ、善き心を保ち、神の戒めを履行し、それによって啓発されて光の子となり、天の御国の相続人となっていると聞くことは、私にとって少なからぬ喜びだからである。さあ、わが子らよ！　このように知恵を働かせ、このように身を守り、このように日々を過ごしてください。神の愛に温められ、あなたがたの内に住まわれる聖霊によって新たにされながら、墮落した肉のあらゆる快楽とあらゆる欲望を死に渡し、その代わりに、神の樂園のように、永遠に生き続ける美德を植え付け、育んでください。すべてを覆い、すべてを忍び、従順と服従、善行と愛、憐れみをもって、互いに善を行い、互いを喜び、互いの重荷を担い合いなさい。そして何よりもまず、わが子よ、バルサヌフィエよ、私があなたに託した奉仕を、非の打ち所なく守りなさい。万物を生かす神の御前で、偏見や傲慢、憤り、無分別な謙遜、あるいは心の動揺に駆られて行動することなく、乳母が自分の子供たちを温めるように、賢明かつ慈愛に満ちて行動し、兄弟たちや私の子供たちのために、喜んで自分の魂を捧げなさい。キリストの群れを牧することは偉大な業である。主は使徒ペトロに何と言われたか。「もしわたしを愛するなら、わたしの羊を牧しなさい」。それと同じように、わが子よ、もしあなたが主キリストと、罪深いわたしを愛するなら、わたしの子供たち、いや、むしろキリストの子羊たちをしっかりと牧しなさい。もし彼らの中に、子山羊のように跳ね回る者がいるなら——そのような話も耳にしている——その奔放さを抑え、彼らにこう説き明かしてください。「もしあなたがたが子山羊のままでいるなら、審判の日に、主キリストの羊の群れから外され、滅びる者たちの側、すなわちサタンの陣営に置かれることになる」と。この言葉で彼らの心を恐れさせ、この恐ろしい言葉で彼らを打ちのめし、彼らもまた子羊となるようにしなさい。なぜなら、子羊は柔和で、悪意がなく、謙虚で、従順で、騒がしくないが、子山羊は活発で、抑えがたく、反抗的で、気性が荒いからだ。そのような者たちは悲惨である。彼らには永遠の火による裁きが待っているからだ。わが子らよ、あなたがたのうち、だれもそのような者にな

ってはならない。どうか、そうならないように願う。さもなければ、牧者は、彼らを飢えさせたり、あるいは自分の群れから追放したりせざるを得なくなるだろう。しかし、私の言うことをよく理解し、神の御心を行いなさい。－ わが子ダニエルよ、あなたもまた、兄弟たちの間でどのように振る舞うべきかを見極めなさい。彼らを啓発し、戒め、諭しなさい。無秩序や新奇な慣習、騒々しさを許してはならない。品行方正で、敬虔な顔つきをし、傲慢ではなく、落ち着きがあり、勤勉で、従順で、謙虚で、不平を言わず、嘲笑しない者を愛しなさい。彼らとは正反対の者たちに対しては、憎しみを抱くことなく容認せず、より良い模範を示して正しなさい。そうすれば、あなたがたの中に、神から遠く離れ、神に喜ばれない者が一人もいなくなるだろう。神から遠く離れ、神に喜ばれない者とは、無法者、陰口を言う者、不平を言う者、嘲笑する者、密かに食べる者である。あなたがたの中にそのような者が一人もいないようにしなさい。むしろ、あなたがたは皆、神を畏れ、神に動かされ、神に導かれる者でありなさい。主があなたがたを守ってくださいますように、わが子らよ！

### 139. 神への畏れと愛は熱意を燃え上がらせ、正しい道に留まらせる。しかし、それらを持たない者は、怠惰に陥り、墮落する

139. 1) 神への畏れと愛は熱意を燃え上がらせ、正しい道に留まらせる。しかし、それらを持たない者は、怠惰に陥り、墮落する。－ 2) そのような者たちが正しい道に戻れるよう配慮し、祈るべきであり、その間、自分たちはより厳格に振る舞わなければならない。[2, 69]

13. (同上)。あなたがたに恵みと平安がありますように。あなたがたの良き生活、従順、謙遜、敬虔、慈愛、そして昼夜を問わず捧げる賛美と詩歌において。どうか、これらすべてが、あなたがたのうちに絶えることなく保たれるよう心がけてください。これは、あなたがたが神を畏れ、あなたがたの心の中で神の愛の炎が消え去らないときでなければ、あり得ないことです。なぜなら、もしその炎が誰かの魂の中で消え去れば、その魂には臆病や怠惰、その他の情欲という茨や荊棘、肉体の弛緩や放縱、怠惰や気落ち、度を越した眠気、飽くことのない食欲、その他あらゆる種類の罪、とりわけ燃え上がるような情欲、心を曇らせる思い、破滅的な生活への傾向や行いが現れ始めるのです。その聖なる、非物質的な炎が消えていないことのしるしは、魂が常に善を熱心に求め、怠ることなく、また臆することなく、従順、労働、詩作、懺悔、手仕事、祈り、定められた節制、そして至福の従順に含まれるあらゆる他の行いにおいて、弱まることも臆することなく、熱心にすべてを成し遂げていることにある。そのような者は幸いであり、神に喜ばれ、すべての人に愛される。その心という良き宝庫から、花のように神の恵みの現れを咲かせ、それはその神聖な顔つきにも、あらゆる動作や言葉にも反映されている。一方、不適切な思いに囚われた者は、少しずつ正しい道から逸れ、やがては自らの信仰告白（誓い）から完全に離反し、悪魔の餌食となってしまふ。

14. しかし、正しい道から逸れたすべての人々を日々呼び戻してくださる方が、彼らをも御自身の群れへと戻してくださるよう祈りましょう。そうすれば、罪が彼らを完全に枯渇させることはないでしょう。とはいえ、迷い出た者を救い出すべきことについては、あなた方自身も怠ってはなりません。なぜなら、もし理性を持ち合わせない動物を何匹か失った者でさえ、その損失を容易に受け入れられないのであれば、ましてや、理性ある羊の世話が任されている者たちは、その中から迷い出た者たちを救い出すことに全力を尽くすべきではないでしょうか。――彼らが墮落してしまった以上、他の者たちはなおさら堅く立ち、正しい道を歩み続けなければなりません。なぜなら、「不義な者が倒れるとき、義人は恐れを抱く」（箴言 29, 16）。さあ、畏れを抱き、より慎重に歩み続けなさい。なぜなら、悪魔はあなたの左右両側から、落とし穴を仕掛けているからです。それゆえ、誰も告白されていない思いを抱いたままにしておいたり、自分の意志のままに行動したりしてはなりません。誰も、快楽を追い求めたり、自己愛に溺れたりしてはならない。なぜなら、そうした悪しき心持ちに囚われた者たちは、破滅の落とし穴に滑り落ちて逃げ去ってしまったからだ。そして今、彼らは、迷い羊のように、みすばらしい姿で、あちこちをさまよっている。祈りは彼らから遠ざかってしまった。神から逃げ去った彼らに、一体誰に向か

って手を差し伸べればよいというのか。詩篇や賛美歌は彼らの口の中で途絶えてしまった。臆病のゆえに自らを滅ぼしてしまった彼らが、いったい誰に向かって「主を待ち望んだ」と歌うことができるのか。それゆえ、あなたがたは彼らの回心を祈りなさい。しかし同時に、自らの堅固さも祈りなさい。「たとえ戦いが私の上に立ち上がっても、私は主を信頼する」（詩編26:3）。「若き日から、多くの者が私と戦ったが、彼らは私を打ち負かすことはできなかった」（詩編128:2）。「これは私の永遠の安息の地、ここに私は住む。私が望んだとおり」（詩編131:14）——そうして、キリストの戦士として、戦いながらも倒れることなく、忍耐によって義の冠を受けるにふさわしい者となれるように。

#### 140. 誓いを破り、修道院を去る者たちを嘆き、あらゆる方法で彼らに正しい道に戻り、修道生活に堅く留まるよう説得する

140. 誓いを破り、修道院を去る者たちを憐れみ、あらゆる手段を尽くして彼らに正しい道に戻り、修道生活に堅く留まるよう説得する。[2, 70] 今、あなたがたの間で起きていることを知り、私は喜び、また悲しんだ。あなたがたの副修道院長たちの健康と安寧、そして正しい道を歩んでいる兄弟たちや、かつて正しく歩んでいた兄弟たちが、敬虔な従順と、善き忍耐、そして神に喜ばれる生活を送っていることを喜び、道から逸れ、逃げ去った者たちについては、たとえ彼らが再び呼び戻されたとしても、心を痛めました。主が、あなたがたをますます守り、あなたがたの真の生涯の歩みを全うできるよう、ますます強めてくださいますように。また、道から逸れた者たちには、預言者の次の言葉を捧げます。「人の子よ！ なぜ、あなたは虚しさを愛し、偽りを求めるのか？」（詩篇 4:3）——あなたがたは、情欲に駆られて自らの欲望を満たそうとし、神への畏れを心に留めず、洗い流すことのできない裁きも、消えることのない火も、漆黒の闇も、歯ざしりと想像を絶するほど恐ろしい地獄も顧みることなく、かくも恐れを知らず、厚かましくも、これほど偽り深く、軽率に、神について裁きを下し、道に外れた行いにふけている。いつまであなたがたは神の裁きを忘れ続けるのか。いつまで悔い改めの心を持たないのか。いつまで魂の中に悪巧みを抱き、罪の言い訳をでっち上げ、虚しい期待に身を委ね続けるのか。——さあ、ついに堕ちた状態から立ち上がりなさい。あなたたちを取り巻く闇を追い払い、その狂おしい欲望を断ち切りなさい。あなたたちは誰から逃げているのか？ 誰を否定しているのか？ 救いの日に受け入れた聖霊ではないのか？ ——しかし、これまでにしておこう。——これ以上、罪を犯してはならない。悪魔にあなたたちを喜ばせてはならない。敵に迎合するのをやめなさい。私たちを愛してくださった主を愛し、慈愛に満ちた主を心の中に迎え入れなさい。そして、主は全き慈愛に満ちた方として、あなたたちの謙遜のゆえに、過去の過ちを赦してくださるだろう。どうか、お願いいたします。そして懇願いたします。あなたがたの魂の欠点を正し、心の土台を固め、散漫な思いをまとめ直してください。あなたがたの誓いを思い出してください。その誓いがある以上、たとえ火や剣が脅かそうとも、たとえ苦痛や拷問が待ち受けていようとも、決してそこから逸れるべきではありませんでした。しかし、あなた方は、取るに足らない邪惡な欲望のせいで、神の契約と神聖な誓いを破り、刺された子牛のように飛び上がり、水もなく通れない場所へと駆け込み、村に定住し、世俗の男女と交わり、まるで犠牲の宴のように食べ、飲んだのです。——そのような種から、いったいどのような実が生まれるというのか？！ ああ、不幸な私よ！ むしろ大地が私を飲み込んでくれたほうがましだった。——今こそ、私は預言者と共にこう言うべき時である。「山よ、私の上に崩れ落ちよ。丘よ、私を覆い隠せ」と、この不法で罪深い者（ホセア書 10,8）。なぜなら、私が生み出した者たちは、神の律法を捨て、自らの肉体を汚し、純潔を裏切り、従順を拒み、悪魔たちの笑いものとなってしまったからだ。サタンは、自分に従順な者たちをあちこちへと導き、やがて罪の口によって彼らを食い尽くすのではないだろうか？ ——しかし、せめてここから立ち返り、正気を取り戻し、周囲を見渡し、敵の誘惑と私たちの無分別さを吟味し、自らを戒め、謙虚になり、心を砕き、懺悔の姿勢でひれ伏し、少しずつかつての私たちの美しい生活を取り戻しましょう。さあ！ 主の家、私たちの神の庭に立つすべての皆さん、お願いです！ 勇敢に立ち、揺るぎなく歩み続け、あなたの指導者や、あなた方の



他の指導者たちに従順でありなさい。彼らを拒む者は、わたしをも拒むものであり、彼らを受け入れる者は、わたしを受け入れるのである。いや、わたしではなく、神を受け入れるのである。神のゆえに、わたしはわたしであり、あなたがたはあなたがたなのである。

#### 141. 正しい生活において確固たる成功を収めるために、自分の思案や意志を捨て、信仰をもって導きに身を委ねるよう説く

141. 正しい人生において確固たる成功を収めるために、自分の思案や意志を捨て、信仰をもって導きに身を委ねるよう説いている。[2, 71] あちこちから私たちに対して繰り広げられる攻撃を見据えて、私は使徒の言葉をもってこう言える。「まことに、私たちには『肉の害悪、サタンの使』が与えられている。それは、私たちが高ぶらないためであり、むしろ懲らしめられて謙虚になり、他に救われる術のない者として、神の力強い御手に頼るためである。」私たちが全力を尽くして、この不従順な思い込みを制し、自分たちが完全に墮落しており、神の助けなしには、たとえそれが誰であれ、私たちを導く者の仲介なしには、正しく行動することができないと自らを悟ったとき、その時、天使が私たちの情欲の穴へと降りてきて——かつてバビロンの穴に降りたことのないように——心から情欲の炎を引き抜き、魂の中に——まるで露を運ぶ風のように——清らかさの賜物をもたらしてくれるでしょう。それゆえ、私たちは謙虚になりましょう。私たちの知恵を捨て、目も捨てましょう。理性がその首を垂れるように。そうすれば、人を愛する神の憐れみが近づきます。——口では祝福しながら、心は遠く離れているような、不誠実な者、偽りある者、偽善的な者があってはなりません。それは、ただ自分の気質と理性に従う者になるからです。「だれも自分の利益を求めず、むしろ隣人の利益を求めなさい」(Iコリント 10:24)。全き光となり、全き誠実さを持ち、全き真の子らでありなさい。子らとして、兄弟として、共同相続人として歩みましょう。互いに害となるようなものは何一つ受け入れず、新たな悪行を一切許してはなりません。

#### 142. 世俗のすべてを捨て、苦行の労苦の中で、欠乏と悲しみに満ちた乞食のような生活を送っていることを喜びなさい。なぜなら、それこそが天の御国の相続へと至る確かな道だからである

142. すべての世俗的なものを捨て、苦行に励みながら、欠乏と悲しみに満ちた乞食のような生活を送ることを喜びとするよう招いている。なぜなら、これこそが天の御国を相続するための確かな道だからである。[2, 72] 少々大胆ではあるが、使徒の言葉をもってあなたに告げよう。「主において常に喜びなさい。また言う、喜びなさい」(フィリピ4:4)。その理由は何か。それは、あなたがたが神の業を成し遂げ、修道服を身にまとい、従順の律法の下にあり、日々それを果たしているからである。苦しみ、窮屈に耐え、困窮し、悲しむとき——断食や徹夜祈祷、裸の地面での就寝、労苦や疲労、服従の務め、自己意志の断ち切り、予期せぬ命令、身を洗わないこと、ぼろ服や不潔な衣服や靴を身に着けること——さらに付け加えるならば、懲戒や追放、そしてそれ以上に、——絶え間ない攻撃、突き、刺し、まるで刺し傷や矢のように、目に見えるものも見えないものも、悪魔たち——淫行、怠惰、過食、思考や欲望の定まらなさ、そしてその他数え切れないほどの情欲——によって私たちを襲うこと。——さあ、ご自身で判断してください。私が「常に喜びなさい」と言ったのは、正しかったのではないのでしょうか。ああ、私の兄弟たちよ！ あなたがたは、神のためにこれらすべてに耐え、これを選び、これを愛しているゆえに、幸いであり、三倍に幸いなのです。そして、そこから何が生まれるのでしょうか？ ——来たるべき世において、あなたがたの心の中に真理と豊かな平安、命、喜び、そして永遠の安息、神の子としての地位、そして天の御国の相続が輝き出るのである。あなたがたは、世と世にあるすべてのものを憎み、両親、兄弟、親族、友人、知人すべてから身を切り離し、町、村、野原、家、そして故郷を捨て去り、唯一の神、主、栄光の王に固くすがりつき、善き、至善なる主のために働き、主の前に立ち、主に仕え、絶えず主を賛美し続けるのです。そして、あなた方には、父や母についての言葉もなく、妻や子供たちへの心配もなく、奴隷たちへの配慮もなく、財産や所有物への不安もなく、地位や栄誉をめぐる争いもなく、ご馳走やきらめくワイン、その他の肉欲的な快楽

への煩わしさもなく、——この世の、朽ちゆくものについては一切なく、ただ神に喜ばれる唯一の生活と、天に約束された永遠の祝福を相続することだけである。それゆえ、神があなたがたを愛してくださることは、ふさわしいことではないか。神があなたがたを「子」と呼んでくださることは、ふさわしいことではないか。その日、神があなたがたにこう言われるのは、正しいことではないでしょうか。「来なさい、わたしの父に祝福された者たちよ。世の初めからあなたがたのために用意されていたものを相続しなさい。」これこそがあなたがたの功績であり、あなたがたの追求であり、あなたがたの希望なのです！——それゆえ、再び言います。「常に喜びなさい」。

#### 143. 修道生活を競技場での走りに例え、この走りを成功裏に終え、報いを受けるための詳細な指針を与える

143. 修道生活競技場での走りに例え、この走りを成功裏に終え、報いを受けるための詳細な指針を与える。[2, 76] 私たちの修行は、聖パウロが指摘したように（Iコリント9:24）、競技場での走りに似ています。しかし、そこでの走りは限られた空間と短い時間で定められています。一方、私たちの修行の道は地から天へと広がり、その期間は一生にわたり、その後に勝者たちに冠が授けられるのです。私たちの競技の観客は、数え切れないほどの聖なる天使たちであり、その競技の主催者は、あらゆるものの主ご自身、すなわち、近づきたい栄光の御座に坐しておられる方です。そして、敵は、あらゆる手段を用いて私たちに障害を仕掛け、足元をすくって滅ぼそうとする悪意に満ちた悪魔たちです。——このことから、この戦いを単に良いスタートを切るだけでなく、最後まで成し遂げるためには、私たちがどれほど注意深く、慎重に、献身的に、そしてたゆまず努力しなければならないか、お分かりいただけるでしょう。ただ始めるだけでは何の益もありません。若者のような活気と男らしい不屈の精神をもって前線へと突き進まなければなりません。しかし、たとえ私たちの命がどれほど長く続こうとも、その同じ熱意と緊張感をもって死に至るまで戦い続けなければ、勝利は得られないのです。さあ、兄弟たち、父たちよ、さらに、さらに努力し続けよう。人愛に満ちた神から上からの助けと力を求めながら、前へと前へと突き進み、しっかりと努力し、定められたゴールや目標に無事に到達できるよう努めよう。神の御言葉は、私たちに最も恐るべき偉業を示しておられます。よく走り、勝利する者には言い表せない喜びと栄光を約束し、一方、怠惰で不注意な者、すなわちその場から動こうとしない者、あるいは障害物の前で立ち止まり、勝手に道から逸れる者には、最も悲惨で恐ろしい運命を脅かしています。「耳のある者は聞きなさい」と主は言われる。さあ、子らよ、この言葉を聞き、よく耳を傾けなさい。倦むことなく走り続け、鋭く周囲を見渡せ。悪意ある悪魔たちが、常に私たちの行く手を阻み、つまずきを設けようと待ち構えていることを知れ。知っておきなさい。あらゆる重荷を脱ぎ捨て、信仰という胸当てだけを身につけなければ、誰も真に神に喜ばれることはできない——つまり、あらゆる外的な財産を捨てるだけでなく、内なる様々な思いや地上の欲望をも排除しなければならないのだ。私たちの闘いにおいて、肉体をわずかな食事と飲み物で満足させるよう訓練しなければ、誰も成功することはできません。また、香油の代わりに、不屈の精神と尽きることのない忍耐で身を固めなければなりません。さらに、修道服を着用する前に、ある種の体操コースのように、試練となる修行を乗り越えなければなりません。また、その道のりにおいては、誰も他の同志の邪魔をしてはならず、彼らを妬んだり、中傷したりしてはならない。むしろ、心と目をに向け、修行の終着点に順調に到達する方法を模索し、努力に努力を重ね、熱意に熱意を加え、奮起に奮起を重ね、左右を見ず、称賛に耳を傾けず、虚栄に惑わされず、疲労や障害、衝突に直面しても臆することなく、つまずきによって気力を失うことなく、このようにしてすべてを敬虔に、謙虚に、兄弟愛に満ちて、誠実に全うし、修行を無事に終えた後、我らが主から約束された報いを受けるにふさわしい者となれるように。

**144. あらゆる美德を熱心に追い求め、あらゆる悪からは身を守ろう。とりわけ、善のように見える悪からは特に警戒しよう**

144. 1) あらゆる美德を熱心に追い求め、あらゆる悪からは身を守ろう。とりわけ、善のように見えるものからは。－2) 敵には多くの罠がある。それらを見分ける最良の手段は、心の内を明らかにすることである。－3) あらゆる情欲に対しては、それに対抗する闘いをもって武装しなければならない。例として、嫉妬と闘う方法が挙げられている。－4) あらゆる事において節度を守るよう促される。[2, 77]

1. すべての人にとって有益であることを願う心に動かされて、ここに来てください。救いへの最も熱烈な熱意を抱き、大小を問わず、初心者の者も長老も、皆がふさわしい行いをし、正しいことを願い、有益なものを求めましょう。肉と霊のあらゆる汚れから自らを清め、選ばれた器となり、霊において聖なるものを築き上げ、罪への誘惑を避け、高慢、不従順、快樂追求、肉欲を避け、謙遜、従順、清さ、兄弟愛といった美德によって豊かになるよう努めよう。肉欲や快樂を追い求める傾向を私たちの心から遠く追い払い、これを助長するような交わりを断ち切りましょう。それは外部との交わりだけでなく、内面的なものに対してもです——つまり、ある兄弟に対して他の兄弟よりも大きな愛を抱かないようにすることです。なぜなら、そのような愛は偽りであり、神に憎まれるものであり、一見兄弟愛のように見えても、本質的には悪魔的なものだからである。

2. 悪魔の待ち伏せがいかに多く、その罠がいかに巧妙に張り巡らされているか、また、自分の指導者への信仰を伴い、謙遜と従順をもって、思いや欲望を告白すること以外には、誰もそれらから逃れることはできないことを、あなたがたは知っている。この道を歩まない者たちは、聖書に記されているように、かつて倒れ、今も倒れ続けています。しかし、この律法に従う者たちは、罪と悪魔の闇を避け、自らの欲望を死なせることによって、世の中で輝く光となりました。

3. ですから、私たちの主イエス・キリストの愛によって、あなたがたに懇願します。自分の救いのために知恵を働かせてください。どのような情欲に苛まれているにせよ、その情欲に対抗する行いを実践しなければならない。例えば、嫉妬に対しては、嫉妬に打ち勝つ行い、すなわち、この世の一時的な栄光への憎悪である。なぜなら、この情欲は、隣人よりも何らかの点で優れているように見せたいという欲望から生じるからである。あるいは知性の鋭さ、あるいは調和のとれた賛美歌、あるいは心地よい朗読、あるいはその他の霊的あるいは肉体的能力などによってであり、一度芽生えたと、それはゆっくりとした炎のように燃え上がり、人を消耗させ、蝕んでいく。しかし、私たちは互いに肢であり、皆がひとつの体である以上、他者が持つあらゆる特質を自分のものとして尊び、互いに喜びを分かち合おう。なぜなら、ある者はこれ、別の者はあれ、また別の者はさらに別の点で異なってはいても、それでもなお兄弟愛という一つの体を成しているのだから、これらすべてによって兄弟愛は際立ち、完全なものとなる。その栄光は一人ひとりに及ぶのである。ある者は旋律に富み、あなたは力強い声を持つ。ある者は明瞭に読み上げ、あなたは読まれた内容を素早く理解する。ある者は知性が鋭く、あなたは用事をこなすのが得意だ；ある者は仕事の指揮にさらに長けており、あなたは従順であることに熱心だ；そして後者は前者よりもはるかに優れている。なぜなら、真にそうであるものよりも、何かであるかのように見えるものは、何ものでもないからである。旋律であれ、調和であれ、朗読であれ、手際の良さであれ、書道であれ、音楽であれ、それらは、至福で愛すべき謙遜と従順、善良さや素朴さ、柔和さと静けさ、悪意のなさや不平を言わないこと、神への愛や実効ある祈り、そして他の美德——これらを身につけることは意志と探求によるものだが——に比べれば、たとえ声が出ず、歌が下手で、読み方が拙く、言葉遣いが不器用で、斜視で、顔立ちが悪く、足が不自由な人であっても、それらははるかに及ばない。このように、私たちの慈愛に満ちた神は、美德という恵みを、肉体の優位性ではなく、心の在り方に依存するように定め、それによって美德が心に蒔かれ、育まれ、完全さを達成できるようにし、私たちすべてにとって容易に達成でき、容易に手に入れられるものとしてくださいました。



4. 私たちは、自分の中にあるものに満足し、兄弟一人ひとりが持っているものにも喜びを見出し、互いに一致し、あらゆる秩序をもって神にかなう生活を送りましょう。兄弟たちよ、ご覧の通り、私たちは増え続けています。ですから、私たちのすべてが秩序正しくある必要があります。なぜなら、たとえ些細なことでも秩序から外れれば、兄弟団全体が動揺し、揺らぎ、美德の輝きを失ってしまうからです。これは、や他のあらゆる共同体でも同様です。私たちの主イエス・キリストの御名のもとに一つに集い、天使の住まいの秩序に属する私たちにとって、あらゆる面での完全な秩序は、差し迫った必須の要件である。つまり、騒ぎや混乱なく歌い、祈り、立ち、場所を変え、座り、立ち上がり、眠り、目覚め、降り、上がり、黙り、語り、食べ、飲み、入り、出、問い、答え、集まり、散り、求め、与え、仕え、仕えられ、置き、持ち、着替え、脱ぎ、履き、脱ぐ——これらすべてが、私たちの間で日々目に見える形でなされている。これらすべてにおいて秩序が保たれているとき、私たちの兄弟愛全体は、まるで穏やかな海のように、動きはあっても、聖霊によってもたらされるかのような穏やかな波の動きを呈している。しかし、不注意によって何らかの乱れが生じると、それはあたかも強い風や暴風によって巻き上げられるかのように、波が荒れ狂い、沸き立つのです。これはまさに、あなたがたの間で騒ぎや叫び声、笑い声、雑談が巻き起こる時に、私たちが見ている光景ではありませんか——つい先日、聖アギアスマの配給時や食事の席を離れる際、四人の規律担当者がかろうじてあなたがたの間で適切な秩序を取り戻した時のように。——そうではありません、わが子らよ、兄弟たちよ、そうではありません。神の御心について、「ただ『善い』だけでなく、『完全』であり、『神に喜ばれる』ものである」（ローマ12:2）と語られていることは、あなたがたもご存知でしょう。これは多くの人々の益となるものです。——もっとも、私がこれを述べたのは、あなたがたを責めるためではなく、かつてあったことを思い起こさせ、今後このような事態を避けるためです。さて、世界の主であり、あらゆる慰めの神、天と地にあるすべてのものを秩序のうちに保たれる方が、あらゆる善き行いと活動、あらゆる平和と一致、あらゆる規律と静けさ、そして互いへの誠実な愛において、あなたがたに力と強さをお与えになりますように。御自身の啓示の日に、聖徒たちの御顔と聖なる者たちの群れの中に、古くから主に喜ばれてきたすべての聖徒たちと共に、私たちも加わることができるようになります。

#### 145. 共同生活における従順な忍耐の生活；これこそが真の殉教である

145. 共同生活における忍耐強い生活；これこそが真の殉教である。[2, 78] 邪惡な共謀、傲慢な独断、そして修道院の規則を破る有害な行為から身を守り、すべてにおいて、私たちに伝えられた聖なる教父たちの規則に従うようにしなさい；なぜなら、私たちに定められたことは、むやみに定められたのではなく、古くからの長い試練と、多くの労苦と汗の末に定められたものであり、また、定められたことは、私たちの天使的な生活様式の要求と本質に従って定められたものであり、主の戒めについて異なる見解を持つ者たちを糾弾するためのものであるからである。さあ、あなたがたの善き歩みを続け、主における道を最後まで歩み続けなさい。柔和と忍耐の油を身に塗り、あらゆる種類の修道的な苦難に耐え忍びなさい。それによって、永遠の祝福による広大な喜びが備えられているのです。では、その苦難とはどのようなものか？ まさに、あなたがたが毎日実際に経験しているもの、すなわち、徹夜祈祷や詩篇の詠唱、手作業、食事や飲水の節制、次々と続く服従の務め、教会での立ち位置や行列の順序、歩行の仕方、服装、履物、頭巾における規律——そして、欠乏や差別、軽蔑、その他あらゆる類似の事柄による苦しみです。そして、多くの聖なる教父たちが正しく証言しており、とりわけ聖バシレイオス大主教は、従順の状態こそが真の殉教であると証言している。——しかし、ごらんない、そこから私たちにどのような恵みがもたらされるのでしょうか？ そして、それに対する報いはどのようなものなのでしょうか？——朽ちることのない義の冠、天国の相続、神の子としての地位、朽ちることのない体、不死、そしてその他あらゆる想像を絶する至福です。このような約束があるのですから、兄弟たちよ、神にかなう私たちの生活のために、目の前にある修業の労苦を、何度でも耐え忍びなさい。時折起こるある者たちのつまずきを恐れず、また直面する困難や悲しみによって氣力を失うことな

く： なぜなら、もしここで悲しみを味わわなければ、あの日にも喜びを得ることはできないからです。もしここで苦難に耐え、嘆き悲しまなければ、来たるべき世において広々とした安らぎと喜びに出会うことはないのです。しかし、ここでより深く悲しみ、嘆き、勝利を収め、抑圧されるほど、あちらではより大きな慰めに出会うことになる。悲しみの代わりに喜びを、貧しさの代わりに富を、この世のささやかな財産の代わりに、天の宝の多くの財産を、肉体の病の代わりに心の安らぎを、この世を捨てる代わりに、主ご自身への召しを授かるのです。なぜなら、あの祝福に満ちた御声が呼びかけ、こう告げられる時、私たちにはどのような状態が、どれほどの恵みが与えられるのでしょうか。「来なさい、わたしの父に祝福された者たちよ。世の初めからあなたがたのために用意されているものを相続しなさい」（マタイ25:25）。もし、キリストの愛のために日々死ぬことが私たちに求められるのであれば、私たちはそれを選び、聖なる殉教者たちが耐えたように、打たれ、焼かれ、切り裂かれ、あらゆる苦痛に耐えることを自ら進んで受け入れるでしょう。なぜなら、彼らにふさわしい愛と崇拜は一つであり、私たちにふさわしいものは別のものであるからではありません。しかし、私たちには一つの功業と一つの志がある。なぜなら、本質において私たちは一つであり、神の被造物として、ただ一つの目的——すなわち、神の聖なる戒めを果たすことによって神を賛美すること——のためにこの世に遣わされたからである。一方、四肢の切断、血の流血、暴君による拷問は、常に、また至る所で起こっていたわけではない。私たちは、従順という高き生活という真の偉業に加わる恵みにあずかり、別の形で殉教を掲げている。四肢の切断の代わりに、自らの意志を切り捨て、血の流血の代わりに、罪深い思いや欲望を吐き出し、暴君による拷問の代わりに、悪魔の攻撃や世からの敵意に耐えている。それゆえ、私たちは、来世において聖なる殉教者たちと共にその分け前を得られることを、むなしい希望としてではなく、確信をもって待ち望んでいるのである。

#### 146. 地震を機に、最後の日に天と地が揺れ動くことを想起させ、それにふさわしい訓戒を与える

146. 地震を機に、最後の日に天と地が揺れ動くことを想起させ、それにふさわしい教えを説く。[2, 79] 昨日、私たちの地で起きた地震の後、それについて語る以上にふさわしい話題は他にない。すなわち、地震は何が原因で、どのような目的で起こるのか、ということである。ギリシャ人たちは、ある者はこう言い、ある者はそう言うが、私たちには、神聖なるダビデが、神についてこう語ることでこれを明らかにしている。「主は地を見下ろし、それを震わせ、山々に触れれば、それらは煙を上げる」（詩篇103:32）。まるで、主人が怒りの眼差しを奴隷に向ける時、奴隷が戦慄に襲われるように、万物の真の主であり創造主である神は、すべての被造物が奴隷や女奴隷のように御前にひれ伏している中で、私たちの罪に対して御自身の義なる憤りを示そうと望まれるとき、全知の御目で御自身の力をもって被造物に威厳をもって注視し、「それを震え上がらせる」のである。それは、私たちが、怒りを招いたしもべとして恐れおののき、身を引き締め、御命令の履行へと立ち返るためである。——見よ、兄弟たちよ、その御力はなんと恐ろしいことか！ その憤りの現れ、その怒りの激しさとは、なんと恐ろしいことか！ もし現在がこれほどまでに恐ろしいのであれば、万物が滅びる時の未来は、いったいどのようなものになるだろうか。なぜなら、主ご自身が脅しをもってこう言われているからだ。「わたしは天と地を再び激しく揺るがす」（ハガイ書 2:7）と、その事態の並外れた性質を示しておられる。地が世の初めから死んだ者たちをすべて引き出し、天が巻物のように巻き上げられ、星々が落ち、天体が変わり、大天使のラッパの音が地上のすべての生きとし生ける者の上に響き渡り、私たちの神ご自身が明らかに来られ、数えきれないほどの天使や大天使、そして至高の力たちが御前に進み、玉座が設けられ、裁きの座が設けられ、賄賂を受け入れない裁き主であり主なる方が、私たちが経験してきたすべての隠されたことを明らかにされる時、これらすべてが瞬く間に成し遂げられた後、偉大かつ恐ろしい裁きが下され、義人は天の御国と永遠の命へと招かれ、罪人は永遠の火、漆黒の闇、恐ろしい地獄の深淵へと追放され、陰鬱なタルタロスへ、眠ることのない虫たちのもとへ、歯ざしりとその他あらゆる恐ろしい苦しみへと追いやられる時、兄弟たちよ、誰がこれらすべてに耐えうるだろうか？ 誰がそのような恐怖と戦慄に耐えうるだろうか！ 誰が、この圧倒的で狂

乱へと駆り立てる出来事の前に立ち向かえるだろうか！ 天が引き裂かれ、地が揺れ動き、無数の天使たち、そして主なる神ご自身が、全地を裁くために雲に乗って来られるのを目撃するのだ！！ ——しかし、この待ち望まれる出来事は遠くにあるのではなく、すぐそばにあるのだ。「裁き主が門の前に立っておられる！」——「これこそ花婿だ！ 出迎えるために出よ！」——もし、私たちに清らかさの明るい灯と、慈愛と愛の油が十分に備わっているなら、幸いである。私たちは喜びをもって花婿を迎え、その宮殿に入ることができるだろう。もしそうでなければ、私たちはあの門から追い返されることになるでしょう。その門は、私たちの呼びかけにも開かれることなく、悪しき知恵を働かせ、うたた寝し、眠り込み、準備ができていなかった者たちとして扱われるのです。——だからこそ、このようなことが私たちに起こらないように、無防備な眠りから目覚め、気落ちして弛緩している者たちは立ち上がり、恥ずべき思いに酔っている者を正気に戻し、不適切な欲望によって汚された魂を清め、二心や気まぐれ、肉欲によって揺らいでいる心を、堅固な信仰で確固たるものにしよう。さあ、善行に励む者はさらに善行に励み、すでに明るい者はさらに明るく照らされ、すでに清い者はさらに清められ、すでに熱心な者はさらに熱心に、すでに徳ある者はさらに善を行うことを愛し、すでに謙虚で賢い者はさらに謙虚で賢くなり、すでに従順な者はさらに従順になりましょう。あらゆる善を行い、あらゆる戒めを守り、私たちの魂の花婿の宮殿に招き入れられるにふさわしい者となり、果てしない喜びを得ましょう。

#### 147. あらゆる徳において、ますます進歩し、熱心に努め、あらゆる悪を避け、聖なる父たちの模範に従い、偉大な約束を待ち望みながら、天使のような共同生活の行いで身を飾ろう

147. 私たちは、あらゆる徳においてますます進歩し、熱心に努め、あらゆる悪を避け、天使のような共同生活の功績によって身を飾り、聖なる先人たちの模範に従い、偉大な約束を待ち望みながら歩いていく。[2, 80] すでに成し遂げた功績を、現在の行いによって辱めることのないように。あたかもそれが単なる始まりに過ぎないかのように、あらゆる義務とあらゆる美德を熱心に果たし、光から光へと受け継ぎ、栄光から栄光へと昇りつめていこう。それは、あなたがたが謙遜の衣をまとい、従順を身に着け、積極的な愛と柔和さを示し、わがままや自己満足を避け、それらから生じる死、欺瞞、優越欲、そして 名声への執着——これらには速やかな破滅が待ち受けており、古来より今日に至るまで、この従順の戦場で倒れた者たちはすべて、これらによって堕ちたのです。今や、あらゆる茨や雑草、アザミからすでに清められた者として、実り豊かになり、新しい命を現しなさい。つまりいた者たちの思惑を何一つその中に持ち込まないようにしなさい。さもないと、あなた方も同じ苦しみを味わうことになるからです。皆、誠実で清らかでありなさい。皆、侮辱や屈辱、罵声を快く耐え忍びなさい。善のための闘いにおいて、節制と不変の姿勢を堅く示しなさい。なぜなら、これこそが従順の生活における殉教であり、それを耐え抜いた者は皆、義の冠を受けるからである。キリストへの愛に燃え、試練や災難にさらされている者として、日々起こるあらゆることを勇敢に耐え忍び、私たちの先祖たちが歩んだ、まさに黄金の生涯へと歩みを進めなさい。そこには、不従順、高慢、対立、傲慢、侮辱、混乱は見当たらず、御霊の導きのもとで安らぐ、平和な天使のような状態が支配しているのです。あなたがたもご存知の通り、私が語っていることは真の善です。もしそれが善であるならば、それは愛すべきものであり、愛すべきものであるならば、なぜ私たちもそれを愛し、それを求め、それを手に入れようと努めないのでしょうか？

#### 148. 善は私たちに根付きにくい、悪は受け入れやすい

148. 1) 善は私たちに根付くのが難しいが、悪は受け入れやすい。－ 2) 善の道は山を登るようなものであり、罪の道は山を下るようなものである。－ 3) 私たちは上を見据え、地上の思いに降りて行ってはならない。－ 4) 私たちにはそれぞれ異なる賜物があり、思いもそれぞれ異なるが、報いは熱心さと労苦に応じて与えられる。－ 5) あらゆる欠乏、不便、重荷、そして悲しみを穏やかに耐え忍ぼう。なぜなら、私たちはまさにそのために歩み出したのだから。しかし、これこそが救いへの確かな道である。[2, 31]



5. 通常、誰かが罪深いことについて語る場合、一度や二度それを口にするだけで、聞き手の心を悪へと向かわせてしまうものである。一方、善に関しては、救いとなる言葉を何度語っても、人々の注意や好意をそれに向けることさえ、かろうじてできる程度である。これほどまでに、善は人間の本性に根付くのが難しいのである。それとは対照的に、悪は人間にとって非常に受け入れやすいものである。

6. 善の道を歩むことは、山を登るようなものだ。そこにはどれほどの労苦、不便、そして不快なことが待ち受けていることか。それに対し、罪深い道は山を下るようなもので、軽やかで、歩みが速いため障害物も見えない。それゆえ、善の道には、特別な配慮と導き、そして用心深さが求められるのである。

7. もし私たちが下るのではなく、登りたいと願うならば、ここでは地上のものや朽ちるものを一切心に留めてはならず、ただ天上のもの、永遠のものだけを心に留めなければならない。なぜなら、高みへと登る者が下を見下ろすと、ある種の曇りが生じると同様に、徳の道を登りながら、地上の快楽に注意を向け続ける者の魂の目は曇ってしまうからです。私たちは上を見上げなければなりません。なぜなら、そこに私たちの頭である主キリストがおられ、そこに私たちの宝と永遠の命があるからです。登り続ける中で氣力を失わず、登りの険しさを見て気落ちすることもあってはならない。私たち自身の力だけではその終着点に到達することはできないが、神の助けと御加護はすぐそばにある。

8. 私たちはこの道に踏み出し、歩みを重ねてきました。そして私たち一人ひとは、それぞれの熱意と労苦に応じて、今や徳のこの段階あるいはあの段階に立っています。また、私たちは肉体の外見よりも、心の在り方において互いに大きく異なっています。ある者は謙遜と従順を熱心に愛し、ある者はそれほど熱心ではありません。あるいは、ある者は隣人への愛という賜物で際立ち、別の者は多くの人々への献身的な世話、あるいは手仕事の奉仕、あるいは畑や家での仕事、あるいは必要の充足——例えば、会計係、貯蔵係、食堂係、靴職人、仕立て屋、その他——において際立っている。私たち一人ひとは主の道を歩んでおり、この道はすべての人を朽ちることのない冠へと導く。

9. 私たちはただ、忍耐強く、謙虚に、労苦や汗、務めの重荷、断食や徹夜、詩篇の詠唱、さらには寒さや衣服・靴の粗末さ、その他の不都合を耐え忍びましょう。神が証人です。私はこのことに無関心ではなく、あなた方を憐れみ、共に苦しみ、力の及ぶ限り、あなた方全員に安らぎをもたらすよう心を配っています。しかし、これほど多くの人々に衣服や靴を与え、安らぎを与えることが、どれほど大変な仕事であるかは、あなた方自身もご存じでしょう。——とはいえ、私たちがここに來たのは、キリストへの愛のために飢え、渇き、裸になり、貧しさに耐えるためであり、その愛によって、神聖な使徒もまた、飢えと渇き、寒さと裸、そしてその他の苦難の中で生きていたのです（Ⅱコリント11:27）；彼だけでなく、すべての聖人たちもまた、「羊皮や山羊の皮を身にまとい、困窮し、苦しみ、迫害され……荒野や山々、洞窟や地の裂け目をさまよった」（ヘブライ人への手紙11:37,38）のである。もし彼らがそうであったのなら、私たちのような異なる生き方をしている者が、どうして彼らと同じ栄誉に与ることができるでしょうか。決してありません。しかし、もし誰かが、挙げられた苦難のいずれかに身を置いていると自覚するなら、聖なる者たちの仲間入りをしたことを喜びなさい。このように、誰もがすべてのことを捉え、神が管理者を介して与えてくださるものとして、不平や非難を一切抱くことなく、感謝をもってすべてを受け入れるべきです。もしそう行動するなら、兄弟たちよ、私たちは幸いです。なぜなら、それによって、病気も、労苦も、欠乏も、悲しみもない場所で安息を得ることができるからである。

#### 149. 敵の誘惑に屈し、墮落する者たちを戒め、主の助けを約束して、彼らに立ち向かうよう説得する

149. 敵の唆しに屈し、墮落する者たちを糾弾し、主の助けを約束して、彼らに立ち向かうよう説得する。[2, 82] 怠惰は、一度芽生えると、徐々に、それに気づかない者を破滅の落とし穴

へと引きずり込んでいく。誰かが自分の務めを果たすことに重荷を感じ始め、従順であるべき時にそれに背き、その遂行から逸脱し始めたとき——その時、敵は彼に悪行を犯すよう唆し、煽動し、彼はそれに傾くことで、自ら堕落するだけでなく、他の人々をも同じ道へと引きずり込むのである。 ああ！ これは一体どういうことか？——悪魔はどのようにして勝利を収めるのか？ 私たちは、守護者である聖なる天使たちを、いかに恥じ入らせているのか？ 私たちは、十字架と死によって私たちのために贖いの犠牲となられた、偉大なる神、慈愛に満ちた善き羊飼いである方を辱めるために、いかにして敵の側に転じているのか？ どうして我々は御顔を見上げられようか？ どうして御怒りに耐えられようか？ 我々の不義に見合うほどの苦しみなど、この世には存在しない。——他の人々は天の御国を勝ち取っているのに、我々は魂を滅ぼす者にさらわれてしまう。他の人々は殉教者の不屈の精神を示しているのに、私たちは見捨てられた者たちの墮落にさらされている。他の人々は天へと昇りつめているのに、私たちは地の底へと引きずり下ろされている。他の人々は心の中で美德の階段を登ることを志しているのに、私たちは破滅の階段を降りる道を自ら築いている。果たして、いつになったら我々は正気を取り戻すのだろうか？果たして、いつになったら我々は自覚するのだろうか？ ああ、お願いだ、さあ、急いで行動に移そう。偉業に取り組み、神の道を歩もう。墮落につながる原因を避け、神にふさわしく、敬虔な行いをすべて成し遂げよう： 無条件の従順、手仕事へのためまぬ勤労、謙虚で賢明な信仰、そして行いも思いもすべてを懺悔で打ち明けること、不品行な思いへの即座の拒絶、悪魔の攻撃が始まったその瞬間にこう言い放つこと： 「サタンよ、私の目の前から去れ」——彼が肉欲の快樂へと誘おうとも、背教へと駆り立てようとも、怠惰へと傾けようとも、焦りを植え付けようとも、あるいは信仰に反抗させようとも。なぜなら、彼は常に、至る所で待ち伏せを仕掛け、罠を張り、落とし穴を掘っているからだ。眠ることもなく、怠けることもなく、食べ物も飲み物も、その他何も求めない。彼にはただ一つの目的があり、昼も夜も、私たちの魂を滅ぼすことだけである。彼に対する私たちの第一かつ最も重要な武器は、神の助けと庇護による心の思いの啓示である。だから、気を緩めて墮落に陥ってはならない。たとえ彼が罪の力において偉大であろうと、悪へと誘う手段において狡猾であろうと、本質的に悪意に満ち、私たちの破滅を企て、実行する者の一人であろうとも——私たちは彼を恐れてはならない。なぜなら、私たちの神であるキリストが私たちの肉を受け入れ、人となられた後、彼は力を失ったからであり、私たちはこう歌うのである。「敵の武器はついに尽きた」（詩編9:7）と歌う。なぜなら、彼に勝利された主が、私たちにその頭を踏みつける権威を与えてくださったからである。信仰をもって大胆に、彼を無力なスズメや、足で踏みつけられる取るに足らない這う生き物と同等であると見なそう。

**150. 私たちが何者か、なぜここにいるのか、どこにいるのか、そしてどこへ去っていくのかを明確にすることは、最後の審判の裁きと、右側と左側の人々の運命を描き出し、教訓を導き出すものである**

150. 私たちが何者か、なぜ存在するのか、どこにいるのか、そしてどこへ向かうのかを明確にすることは、最後の審判の裁きと、右側と左側にいる者たちの運命を描き出し、教訓を導き出す。[2, 83] 皆さん、思い出してください。私たちは、私たちが何者か、なぜ存在するのか、どこにいるのか、そしてどこへ向かうのかについて、思索し、考察し、熟考しましょう。——我々は神の被造物であり、神の御手の業であり、神の御姿と御似姿に造られ、天の下にあるすべてのものに対する権威を持っている。なぜなら、聖書に記されているように、神は「すべてのものを我らの足の下に服従させた」からである（詩篇8:7）。我々は、本質において天使に次ぐ存在であり、天使は第一の地位にある。— 私たちはなぜ存在するのか？ —ただ、天使たちと同様に、神の御力の栄光となるためであり、神のすべての戒めを忠実に果たすことによってである。なぜなら、私たちは「天使よりわずかに劣る存在」（詩編8:6）であり、朽ちるものを脱ぎ捨て、朽ちないものを身にまとう時には、さらにその差は小さくなるからである。— 私たちはどこにいるのか？ 先祖の無分別、不従順、そして快樂追求——それが私たち、その子孫にも受け継がれた——ゆえに、追放された場所にいるのだ。このことについて、私たちは泣き、嘆き、悲しみ、嘆き叫ぶべ

きである。私たちが、どれほど壮麗な住まいから、どれほど天使的な住まいから、どれほど至福に満ちた楽園の慰めから、追放されたかを思い巡らすとき。「私たちはどこへ行くのでしょうか？」——あの世へ、三つの至福に満ちた天使の住処へ、光り輝く国へ、夕暮れのない命へと向かうのです。なぜなら、恐るべき最後の審判において、万物の審判者であり神である方が、栄光の玉座に着座し、瞬く間にすべてを裁き、各人の行いに応じて報いを与えられるからです。御命令を守った者には、御右の座、言い表せない喜び、永遠の恵みの享受、天の御国を与え、御言葉を聞き入れず、怠慢や快樂追求によって悪——淫行、姦淫、窃盗、嫉妬、殺人、放蕩、不潔、背教、高慢、虚栄、その他あらゆる種類の悪——を犯した者には、永遠の苦しみ、すなわち、暗黒の火、毒のある虫、暗闇、底知れぬターラタロスへと、それぞれの罪に応じて裁きを下される。叡智をもって本性を善へと導き、あらゆるを勇敢に耐え抜き、必要とあれば善のために死さえも厭わない者は、その日、太陽のように輝き、聖徒の仲間に加わり、天使たちの列に連なり、殉教者たちの歓喜の中にあり、預言者たちと使徒たちの喜びを分かち合うことになる。しかし、一瞬の肉欲の快樂、平和を愛する気質、はかない取るに足らない喜びのために、あの悲惨な立場、すなわち容赦のない拒絶と、終わりのない苦しみへの取り返しのつかない追放の下、解き放たれることの無い束縛の中にあり、そこではただ——ああ、悲しや！——救いもなく、変化もなく、慈しみもなく、神からも、天使たちからも、聖人たちからも、永遠に永遠に！わが子らよ、このことについて、すべての者が深く思案すべきである。すなわち、順調に歩む者も、つまずく者も、精神の強い者も、気弱な者も、先頭に立つ者も、後に続く者も、熱心な者も、冷淡な者も、徳に富む者も、徳に乏しい者も、そしてあらゆる人、あらゆる部族、あらゆる言語の者たちである。私たちもまた、このことを心に留め、正しい決断を下し、あらゆる情欲を疫病のように拒み捨てて、神の道を活気と緊張感を持って歩んでいこう。救い主なる神に向かって両手を挙げ、日々、殉教に耐える覚悟を示そう。流血、四肢の切断、肉体の削ぎ落とし、骨の砕き、そして単に食物や甘い飲み物、上質な衣服、丁寧に縫われた靴、社会的地位、その他数え切れないほどの類似した事柄——それらについて語るのも滑稽なほど——の欠如にとどまらず、そうして、この世において、私たちの身分にふさわしく、謙遜と従順のうちに正しく生き、自らの誓いを忠実に守り抜いた後、喜びをもってこの世の牢獄から抜け出し、大胆に神の御前に進み出て、御栄光のうちに生きる者たちに約束された恵みを、良き希望をもって受け取るためである。

#### 151. 世俗の競技会への準備の様子から、目に見えない霊的な戦いに励む者たちへの教訓を導き出す

151. 世俗の競技会における競技への準備の様子から、目に見えない霊的な戦いに励む者たちへの教訓を導き出すこと。[2, 84] 世俗の競技会での試合に向けた準備の様子を見てみよう。彼らの例から、私たちの奮闘のために何かを学ぶことはできないだろうか。大衆向けの競技会の時期が近づくと——たいていはそのずっと前から——出場予定者たちは時間を無駄に過ごすことなく、競技会で何をどのように行うべきかを事前に練習し、これから行われることすべてをシミュレーションし、それに応じた食事制限を守り、成功に役立たない食べ物を避け、この期間、彼らの会話は、今後の競技について、どのように登場し最初の一步を踏み出すか、その後どこへ向かうか、誰が誰を攻撃するかといったこと以外には一切ない。彼らにはこれほど多くの課題と心配事があるが、その理由は何か？勝利によって儚い冠を勝ち取り、定められた賞品を得るためである；それと同時に、敗者を辱めつつ、観客や友人たちに喜びをもたらすためでもある。もし彼らが事前にこれほど多くの労力と議論を費やすのであれば、私たちやあなたがたには、どのような偉業を成し遂げ、どのような細心の注意と慎重さ、そしてあれこれと絶え間ない配慮が必要だとお考えになりますか？なぜなら、私たちの敵、対抗者、そして敵対者は、経験不足でも、無知でも、不注意でもないからです。むしろ、向かい合って立ちはだかり、私たちに対してどのような罠を仕掛けるか、どのように近づき、どのように襲い、どのように撃退し、どのように狙いを定めて、哀れな修道士を地面に打ち倒すかを、少なからず熟考しているように見えるではありませんか？それゆえ、私たちに待ち受けている戦いは、偉大なものではないでしょうか？私たちは、



大きな配慮と細心の注意を払わなければならないのではないだろうか。私たちは、両手を挙げて天に向かって叫ぶべきではないだろうか。「主よ、あなたの聖なる住まいから私たちを見守ってください」（詩編32:14）。「あなたの力を現してください」、「私たちを救うために来てください」（詩編79:3）。まことにその通りである。そしてそれは、謙遜と砕かれた心をもって、希望と勇気をもって、誠実な信仰と試練を経た従順をもってなされるべきである。主は、徳を追求する者を捨てられることはない。もしその者が、「わが心は主に望みを置き、主はわたしを助け、わが肉体は栄える」（詩篇 27:7）。そして、主が助けられるとき、誰がそれに抗えるだろうか。誰が打ち倒す力を持つだろうか。誰もいない。たとえ敵が千、あるいは無数にいても、そのような者は恐れない。主の御名によって、彼は彼らを撃退し、追い散らすだろう。「だから、勇気を出しなさい」。

## 152. 農夫、水泳者、商人、旅行者の例を挙げて、霊的な恵みを獲得することに熱心になるよう促す

152. 農夫、水夫、商人、旅行者といった人々の例を挙げることで、霊的な恵みを獲得することへの熱意をかき立て、また敵からの妨害について言及しつつ、もし私たちが主の助けにふさわしい者となるならば、私たちの救いのためにすべてを整え、今も整え続けておられる救い主の助けによって成功が得られるという希望を与えてくれる。[2, 85] 農夫、船乗り、商人、旅人——彼らは皆、昼夜を問わず労苦し、心を砕き、疲れ果て、力尽きそうになりながらも、目標を達成したいという強い願いを抱き、そしてそれを成し遂げる。しかし、私たちの耕作、航海、商売、旅は、それとは東と西ほど、あるいはむしろ天と地ほどもかけ離れている。それゆえ、私たちの労苦、偉業、そして汗は、それらよりもどれほど優れており、熱心であり、たゆまぬものでなければならないだろうか。——それゆえ、聖ダビデも驚きをもってこう叫んでいる。「主の山に登る者は誰か。主の聖なる所に立つ者は誰か」（詩編23:3）。また、「誰が私に鳩のような翼を与えてくれるだろうか。そうすれば、私は飛び立ち、安らぐだろう」（詩編54:7）。 私たちもまた、労苦し、食事も睡眠も控え、礼拝に立ち、独房で祈りを捧げ、聖書を読み、聴き、歌い、手仕事をし、謙虚になり、従順であり、あらゆることを耐え忍んでいる。しかし、なぜ私たちは望むものを得られず、成果を見ることができないのだろうか？ ——それは、私たちの救いを妨げる、敵である悪魔が仕掛ける妨害に他なりません。彼はこの世の初めから今日に至るまで、私たちを天国に入れないう、私たちの民に立ち向かってきます。彼自身、高慢のゆえに天から追放されたのです。しかし、兄弟たちよ、落胆してはなりません。人生の困難に直面しても、気力を失ってはなりません。 — なぜなら、私たちには助け手であり、守り手である神がおられるからです。神は「貧しい者を地から引き上げ、みすばらしい者を泥沼から引き上げられる」（詩編112:7）方であり、私たちの弱さを「力によって支えてくださる」（詩編17:33）方であり、私たちの敵である誘惑者を打ち負かしてくださる方なのです。それゆえ、私たち自身の力ではできることがいかに少ないかを見て、気落ちしてはなりません。花婿が花嫁を愛するほどでもなく、親が自分の子供たちを慈しむほどでもなく、万物の主なる神は私たちを愛し、私たちを慈しんでおられる。神は私たちの救いを顧み、私たちの善行を喜び、私たちの心の目を開き、そこに御自身の輝かしい美しさと、切望される栄光を示し、天使たちの導きのもと、天と天にあるすべてのものを仰ぎ見るように私たちを導き上げ、御自身の神聖な摂理の翼の庇いの下で、目に見えない敵から私たちを守ってくださいます。これ以上、何を語る必要があるのでしょうか。 ——主は、私たち罪人に対する愛において、父なる神の御許を離れず、天を低くして、謙遜のうちに私たちのもとへ降りて来られ、万物の主でありながら、人となられたのです。すべてを御言葉の中に包含しつつ、至高に賛美され、高き所に上げられた主は、すべてを豊かにしつつ、貧しい母から生まれた幼子となられたのです。この神秘の頂点は、主が恐ろしい受難の末に私たちのために十字架の死を受け入れ、三日目に復活し、私たちを蛇の手から救い出し、このような虫のようにそれを踏みつける力を与えてくださったことです。どのような父が息子を、あるいは母が娘を、あるいは夫が妻を、あるいは友人が互いを、これほどまでに愛したのでしょうか。私たちをこれほどまでに愛し、私

たちのためにこれほど多くの苦しみと苦難を耐え忍ばれた方ほどに。しかし、私たちに対する御方の限らない愛と恵みは、言葉では言い表せず、知性では測り知れないものです。これほどまでに私たちを愛し、私たちのためにこれほど多くの苦しみと苦難を耐え忍ばれた主が、どうして日々、刻一刻と私たちの助け手とならないことがあり得ましょうか？ もし私たちが自らの情欲に流されて主から背かない限り、主は私たちの擁護者であり、避難所であられるのです。このことを知っているのです、私たちは主に忠実であるよう努め、あらゆる試練に立ち向かい、すべての苦難を勇敢に耐え忍び、主が命じられたことをすべて実行しましょう。そうすれば、主は私たちを敵との戦いにおける勝利者とし、私たちが切望する終着点に妨げられることなく到達させてくださるでしょう。

**153. 主に仕えることがいかに至福であることを示し、兄弟たちもこのためにすべてを捨てて修道院に入ったことを思い起こさせ、主の御言葉をもって彼らを励ます。「求めよ、そうすれば与えられる」**

153. 主に仕えることがいかに至福であることを示し、兄弟たちもそのためにすべてを捨てて修道院に入ったことを思い起こさせ、主の御言葉をもって彼らを奮い立たせる。「求めよ、そうすれば見いだすであろう」……修道院の務めにおいて謙虚に労する者たちよ。それらは外見上は世俗的なもののように見えるが、その精神においては霊的なものである。[2, 85] 生ける神に、敬虔と真実をもって仕え、魂と体を清め、あらゆる罪から守り、来たるべき祝福への渴望に駆られ、常にこの世から天の御国へと心を移し、悪魔のあらゆる罠を飛び越え、至高の領域を舞い回る鳥のように、いかなる情欲にも捕らわれない魂を持つことほど、美しく、至福に満ちたものはない。そのような者は、常に喜び、楽しみ、甘美さを味わい、感嘆し、ここからすでに未来の至福の端緒を味わい始めているのである。——あなた方もまた、このためにこの世を離れ、ここへ来たのです。このために、この世とこの世にあるすべてのものを捨て去ったのです。このために、旅人となり、よそ者となり、故郷や一族、親族から身を引いたのです。このために、外見も生活様式も異なったものとなり、世のあらゆる心配事や気遣いとも決別したのです。それゆえ、この善き業を喜んで受け入れたなら、求めれば見出し、志せば達成し、あなたがたの魂が望むものを手に入れるでしょう。なぜなら、「求める者は見出し、叩く者には開かれる」（マタイ7:8）と、主は仰せられているからです。他の何事にも心を煩わせず、他の何事にも従事することなく、ただ求めなさい。あなたがたは、いつもの従順な務めに従事しているとはいえ、それは世俗的な活動でも、日常的な仕事でもありません。なぜなら、あなたがたは情欲や自らの意志、あるいは肉の快樂のために従事しているのではなく、聖なる霊的兄弟愛のために、従順と戒めに従って、とりわけすべてを神に喜ばれるために従事しているからです。神は、このあなたがたの労苦を、いけにえと全焼の捧げ物として受け入れてくださいます。そして、兄弟たちよ、天のエルサレムへと導くこの天使のような生き方を選んだあなたがたは、まことに幸いである。その天のエルサレムの共同建設者であり、創造主こそが神である。さあ、恵みに支えられ、徳をもって身を飾りながら、善き道を歩みなさい。その徳とは、悔い改め、従順、謙遜、あらゆる務めへの意欲、不平を言わないこと、徹夜、節制、そして祈りである。

**154. 修道院長としての重荷がいかに重いか、とりわけ一人ひとりの責任を思うと、その重荷がいかにのしかかるかを思い起こし、助けを求めている。何によってか？ 修道生活における成功によって**

154. 1) 修道院長としての重荷がいかに重いか、とりわけ一人ひとりの責任を思うと、その重荷がいかに重いかを思い起こし、助けを求めている。何によってか？ 修道生活における成功によって。—2) 続いて、何を「成功」とみなすべきかを定義する。—3) 最後に、彼らが成功しているかどうかを考察するよう促し、成功している者とそうでない者の特徴を指摘する。[2, 87]

1. 私の謙虚な魂は、あなたがたに対する私の院長職をどのように捉えていると、あなたがたは思いますか？ もしかすると、私があなたがたへのささやかな教えを誇りに思い、それだけで



院長としての義務を十分に果たせると期待しているように思えるかもしれませんが。決してそうではありません。しかし、真実を申し上げれば、私はこの貧しい人生の日々を、耐え難く苦痛に満ちた不安の中で過ごしており、あなた方に「あるべき生き方」について説くことだけで満足するのではなく、あなた方の中に「生きることそのもの」を見出したいと願っているのです。それゆえ、皆さんの輪に加わるとき、私は日々、皆さんの振る舞いをじっと観察しています。互いにどのように接し、どのように振る舞い、どのように問いかけ、どのように答えるかを。そして、これらすべて、さらには目の輝きや表情からも、一人ひとりの心のあり様を見極めていきます。その心が正しいと見出せば、喜び、慰められ、希望に胸を躍らせます。しかし、その逆を見出せば、悲しみ、嘆き、ため息をつきます。そこには情熱が勢いを増しているに違いないと確信するからです。そうせざるを得ません。なぜなら、私はあなた方一人ひとりのことを報告しなければならないのではないのでしょうか？ — このようなことを思うとき、誰が無関心でいられようか。誰が涙を流さず、恐れず、戦慄せずにはいられようか。 — 神、すなわち清められざる審判者の御前に立ち、全羊の群れについて——彼らが清さと無垢さを保ち、神のすべての義に正しく歩み、神に対すること、隣人に対することにおいて、すべてにふさわしい行いをしたかどうか——を報告することは、人間にとって偉大かつ恐ろしいことではありませんか？ — 私がこれをあなた方に語ったのは、私の魂の苦しみを知って、私を憐れみ、助けてほしいからではないか？ では、どのように助けてくれるのか？ ——あなたがたが、天使に等しい生活において、ますます成功を収めようとする熱意をもって。

2. 私たちは、一般の信徒とは異なっているというだけで満足してはならず、生活において先人たちの足跡を完全にたどらなければならない。また、自分と同じ位階にある者たちの一部に勝っているというだけで満足してはならず、最も完全な者たちに匹敵するよう熱心に努めなければならない。なぜなら、「招かれた者は多いが、選ばれた者は少ない」（マタイ22:14）からです。また、自分の進歩を時間の長さで測り、「もうこれだけの年数、修道生活を送っている」と考えてはなりません。むしろ、その時間の長さに、私たちの美德の数と程度がふさわしいかどうかを見極めなければなりません。 ——また、単に「また一日が過ぎた」と気にするのではなく、その日、来世における魂の糧として、天の宝庫に何らかの善行が蓄えられたか、そして、魂の浄化や、私たちを苦しめる情欲の克服に向けて、たとえわずかなことでも何かが加わったかを、心に留めておくべきである。 こうして、真の修道士とは、情欲の闇や悪しき習慣の束縛から解放され、それによって魂と精神が自由に主へと向かい、主のみへと愛をもって舞い上がり、主との交わりを切望する者となるのである。

3. さて、あなたがた一人ひとり、自分の中にこの求められるものが備わっているか、それとも依然として情欲の奴隷であり、罪の囚人であり、思いの捕虜であり、 ——それゆえに、言葉、行い、思いにおいて整っておらず、不従順、高慢、不平、論争、自己正当化、わがまま、そして悪の筆頭である不信仰として現れているのか。 しかし、彼がそのような状態にある一方で、求めているものに向かって邁進し、情欲との闘いに成功する者には、あらゆる善の賜物と完全な賜物が現れる。すなわち、柔和、平和、愛、憐れみ、不平を言わないこと、謙遜、嫉妬心のないこと、感謝、忍耐、祈り、賛美歌、徹夜祈祷、悔い改め、涙を流すこと、そしてその他あらゆる称賛に値する行いや心構え。彼は首位を求めず、むしろそこから逃れ、 ——好みに合う仕事ではなく、父が命じる仕事を、自らの意志を断ち切って行う。それが台所の仕事であれ、庭の仕事であれ、畑の仕事であれ、あるいはその他類似のことであれ、 ——衣服や履物、食べ物や飲み物のために争うことはなく、たとえぼろ服を着て、寒さに震え、飢えていても、すべてを忍耐強く耐え忍び、ただ一つのことに視線を注いでいる ——すなわち、あの世の安息を得ることに。

155. 勇敢な市民が、王から褒賞を受けるために召されたとき、喜びを覚えるように、ここからの主の召しを受けた私たちの兄弟ハリトンもまた、修道院での功績と労苦の報いとして、今や言葉に尽くせない天の恵みを味わいつつ、喜びを覚えている。

155. 1) 勇敢な市民が、王から賞を受けるために召され、喜ぶように、ここからの主の召しを受けた私たちの兄弟ハリトンもまた、修道院での功績と労苦の報いとして、今や言葉に尽くせない天の恵みを味わって喜んでいる。—— 2) これら七つのことを思い巡らせれば、私たちのうち、誰がこれに心を動かされず、悪魔に耳を貸さないだろうか。悪魔は往々にして、その囁きによって、私たちを善行から遠ざけたり、あるいは行われた善行を、不純な思いや感情で曇らせたりするものである。私たちがどのような修業の道を歩んでいようとも。— 3) その際、美德はこの現世においても報いを受けることを忘れてはならない。その報いは、時には目に見える形で、そして常に目に見えない形で与えられ、それは未来の栄光と至福の前兆であり、その前味なのである。[2, 88]

4. 世俗の生活において、重大な罪で告発され死刑を宣告された者が、「時が来た。出て行け」と告げられた際に恐怖と戦慄に襲われるのと同様に、罪人にとっても、この世から来世へと移るという知らせは、通常、恐ろしく、戦慄を覚えるものである。それに対して、王から自らの功績に対する報奨や冠を期待している者が、それらを受け取るよう呼びかける声を聞いたときに喜びに満ちるように、義人もまた、死の天使からこの世からの移り住みを告げられたとき、善き報いを受けるために旅立つのだという確信を持って、喜びに満ちるのです。——今、私たちは兄弟ハリトンについて、彼がその名にふさわしく、喜びと歓びをもって肉体を離れ、安息の地へと旅立ったと、あえて申し上げたい。——兄弟たちよ、これこそが、いかにして善き行いに励むべきか、いかにして肉体を善き実を結ぶように制すべきか、いかにして忍耐強く修業の道を歩むべきか、いかにして最後の息を引き取るまで従順のうちに戦いを続けることが至福であるか、その好例である。なぜなら、ほんの数年の間、いや、むしろほぼ一日のうちに（この世の命が、果てしない命と比べれば、他に何の意味があるというのか）、私たちの兄弟に、計り知れない富、想像を絶する栄光、比類なき喜び、終わりのない御国をもたらしたからである。そして今、彼は喜び、祝賀している。そのような恵みのためにここで負った労苦について、何の悲しみも感じることなく、聖なる者たちの合唱団の中、義人たちの幕屋の中、殉教者たちの宮廷の中、すべての聖人の母である天上のエルサレムに身を置き、言い表せない、言葉に尽くせない恵みを仰ぎ見ている。絶えることのない光、不死の命、言葉に尽くせない至福。

5. これを思い巡らすとき、まだ競走の場にいる私たちにとって、どうして奮い立たず、大胆な希望に胸を躍らせず、熱意を抱かず、心を燃やし、精神を高揚させず、この世から天上の世界へと志を向け直し、主への愛ゆえにすべてを行い、すべてに耐え抜くと誓わないでいられるだろうか。ただ断食や徹夜だけ、ただ裸の地の上での睡眠だけ、ただ寒さや暑さだけ、ただ労苦や疲労だけ、ただ屈辱や不名誉だけではない。もし必要とされれば、血を流すこと、手足を切断すること、肉を削ぎ落とすこと、骨を砕くこと——ただ求めているものに到達するためなら、何でもするのだ。——ああ、兄弟たちよ、このように賢明に考え、賢明に行動する姿勢は素晴らしい。悪魔は略奪者であり、常に私たちの周囲をうろつき、私たちの心から美しい思いを取り去り、世俗的な虚しい思いへと引きずり込もうとしている。しかし、我々は彼に惑わされることなく、それどころか、心の中に神の約束を留め、日々切望し、賛美歌で讃えられ、祈りの中で描かれるその約束を胸に、一日一日、一週間一週間、一ヶ月一ヶ月、一年一年を過ごし、あらゆる方法で、我々の行いをすべて清く、すべて平和に、すべて愛をもって、高慢や虚栄、あるいは人に気に入られようとする心によって汚されることのないように努めましょう。耕そうと、土を掘ろうと、料理をしよう、大工仕事をしよう、見張りをしよう、地下室の管理、園芸、書き写し、あるいは裁縫や籠編みといった手仕事、その他何をするにせよ——私たちの行いが神ご自身によって完全なものとして尊ばれ、永遠の報いを受けるために天の宝庫に収められるよう、最善を尽くしましょう。しかし、不平、傲慢、虚栄、混乱、対立によって自分の行いを台無しにすることは、不合理であり、さらには人間らしくない、すなわち真の人間にふさわしくない行いである。

なぜなら、真の人とは、永遠に記憶されるヨブのように偉大な存在であり、彼は「真実で、敬虔であり、あらゆる悪から遠ざかっている」（ヨブ記 1:8）からである。

6. また、誰もが注意を向けるべきである。すなわち、勤勉で徳高い人は、すべての人から愛され、すべての人から尊敬され、称賛されるものであり、それは同胞の間だけでなく、その人のことを耳にする外部の人々の間でも同様である。なぜなら、内面に秘められ、人目につかないところで実践される徳でさえ、その性質上、必ずや現れ、その評判は至る所に響き渡り、広まっていくものだからである。これは、「山の上にある町は隠れることができない」（マタイ 5:14）と仰せられた主の御言葉通りである。もし私たちが善行において少しばかり忍耐し、少しばかり奮闘するなら、安息の 때가訪れるでしょう。それは死の瞬間だけでなく、それ以前に、すなわち私たちの中に無情が確立されたその時にも訪れるのです。なぜなら、主を心から愛し、従順によって自らの欲望を死なせた魂は、聖なる教父たちの言葉によれば、安息に達し、すでにこの世において将来の幸福を味わい始めているからである。

#### 156. ダルマチアの修道院では、他の何ものでもなく、ただ謙遜という一点のみを理由に、新しい院長が選出された

156. ダルマツトの修道院では、他の何ものでもなく、ただ謙遜という一点のみを理由に、新しい院長が選出された。これこそが謙遜の価値である。謙遜はあらゆる善をその内に包み込み、守り抜く。そして、名声を求めずとも、それ自体が知られ、称賛されるようになるのである。[2, 89] さて、昨日起きた出来事について、今こそ皆さんと語り合うのがよいと思う。我らの主教の命により、私はダルマツトの修道院へ赴き、その新しい修道院長を選出することになっていた。そこで、修道院の兄弟たちやそこに集まった修道院長たちが誰を望んでいるかを尋ねる必要があった。そして皆が満場一致で、アッバ・イラリオンを指名した。なぜだろうか？ 彼のどのような特質によるものだろうか？ 彼が博識だからでも、雄弁だからでも、その生き様で知られているからでもない。ただ、彼が謙虚で賢明であり、神を愛し、人間の栄光を求めず、従順さによって自らの美德を隠しているからに他ならない。彼よりも知識が豊富で、年齢も上である者がいたが、その者は前述の美德において彼より劣っていたため、アッバ・イラリオンこそが、神に最も喜ばれる者であり、兄弟たちを賢明に導くにふさわしいと認められたのである。——兄弟たちよ、謙遜という賜物がどれほど尊いものであるか、お分かりだろうか。これは万物を包み込む美德であり、それによって内なるあらゆる高慢が断ち切られ、傲慢が追い払われ、名声への執着が踏みにじられ、わがままが打ち砕かれ、快樂への執着が死滅する——そしてこれらすべての代わりに、柔和、平和、愛、憐れみ、忍耐、知恵がもたらされる。——言うまでもなく、それはあらゆる善を湧き出させる美德の源であり、あるいはむしろ、不死の豊かな実りを生み出す、神によって植えられた楽園である。しかし、「山の上にある町は隠れることができない」（マタイ 5:14）と主が言われたように、この美德を身につけた者も、たとえ世間では最後尾に立っていたとしても、たとえ地中に隠れていたとしても、たとえ嫉妬深い者たちが彼を中傷したとしても、永遠に隠れたままではいることはできない。なぜなら、そこでは、山の上で輝き、見る者すべての目を自分に向けさせる光のように、彼はより一層認識されるからである。まさにそれが、今回の選ばれた者に起こったことであり、多くの外部の人々もまた、兄弟団に対し、その選出を称賛したからである。

#### 157. 断食の時期が訪れ、外的なものも内的なものも整えられた

157. 1) 断食の時期が訪れた。そして、外的なことも内的なことも整えられた。これを見て、私はあなた方にこう言わずにはいられない。このような生き方を恒常的な習慣として身につけてほしい。そうでなければ、救われることはできないからだ。—— 2) 敵は絶えず、あたかも私たちを滅ぼそうとするかのように画策している。そして私たちは絶えずそれに立ち向かわなければならない。そのための力を、主は私たちに与えてくださったのだ。—— 3) 敵に打ち勝つ最善の方

法は、主が招いておられることに倣うことである。「わたしは柔和であり、心は謙遜である」と。主のこの世での生涯のすべては、私たちのために示された謙遜の模範である。[2, 90]

7. 節制はなんと素晴らしく、それを通じて神の戒めに従って行動する際に現れる規律はなんと美しいことか。私たちは、聖なる四旬節というこの尊い日々を、まるで静かな港に入るかのように迎え、それまでの日々の騒動から逃れ、今や私たちは、静寂と平穏を保ち、神殿では細心の注意を払って規律を守り、詩篇の詠唱では敬虔に、祈りにおいては節制を保ち、食卓では料理の多様性を避け、過度な贅沢を慎み、魂の救いのためにあらゆることを行っている。今や、世俗の人々がここへ入ることも、私たちが彼らのところへ出ることもありません。——ここで、私は、あなたがたが善に対する健全な理解を助けとして、このような生き方を恒常的な習慣とし、今後も罪へと導くあらゆる道から遠ざかり、五日や十日だけ善き生活を送って、その後、善に飽きてしまい、使徒が言うように（ガラテヤ2:18）、かつて築き上げたものを再び破壊するような生き方をしないようにしていただきたいと、強く願わずにはいられません。—兄弟たちよ、あなたがたにはそうあってはなりません。誘惑者のそそのかしにそう簡単に振り回されるような者になってはなりません。むしろ、獲得した美德に留まり、善行を積み重ね、私たちの善き行いにおいてますます大きな善行を実践するよう努めましょう。救いを得るためには、短期間だけ善く生きるだけでは不十分であり、生涯を通じて救いの業に懸命に励み続ける必要があることを知っています。

8. 誘惑者とは、まさにそのような存在である。彼は昼も夜も、私たちへの襲撃や、私たちを破滅へと導く狡猾な罠を仕掛けることを決してやめず、至る所に多くの網を張り巡らせ、私たちの魂に向けて数え切れないほどの矢を放ってくる。快樂のくすぐり、情欲の燃え上がり、思いや願望の動揺や逆風が、まるで海の上のように私たちの心の寢床を揺さぶり、誰もがこう告白せざるを得なくなる。「もし主が私を助けてくださらなかったなら、私の魂はすぐにでも地獄に落ちていたであろう」（詩編93:17）；その後、一時的に静まり、情欲の苦しみを隠して虚栄の毒を注ぎ込んだり、一方では激しい情熱を弱めつつ、他方では嫉妬の矢で打ちのめしたり、また時にはあらゆる方向から、私たちの謙遜を揺るがす塵を巻き上げたりする。なぜなら、彼には私たちを滅ぼそうとする飽くことのない欲望があるからだ。彼は私たちの主なる神に敵対し、私たちが高き天へと昇っていくのを見て狂乱する。彼自身、その高みから高慢のゆえに転落したのだ。——それゆえ、これほど巨大な蛇を打ち負かすためには、どれほどの配慮と粘り強さ、どれほどの勤勉さと並外れた奮闘が必要なのか？——「しかし、勇気を出しなさい」と主は言われます。「わたしは世に打ち勝ったからである」（ヨハネ16:33）。そして、主の勝利の後、私たちは聖なる受肉によって敵に対する力を授かりました。主は再びこう呼びかけられます。「見よ、わたしはあなたがたに、蛇やサソリ、また敵のあらゆる力に立ち向かう権威を与える」（ルカ10:19）。それゆえ、私たちは、敵が私たちに向けて放つあらゆる攻撃、あらゆる多種多様な罪の誘惑を踏み砕くことができるのです。

9. それはどうしてでしょうか。彼に打ち勝たれたお方に倣うことによってです。私たちが彼に倣う者となるのは、謙遜と柔和を身にまとうときです。彼ご自身がこう言われている通りです。「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、謙遜な者だからです」（マタイ11:29）。もし、万物の王であり主であり、その本質において唯一無二の栄光に満ち、至善なる御方が、「神である父に従順であり、死に至るまで、それも十字架の死に至るまで」（フィリピ2:8）という謙遜を受け入れられたのなら、私たちには何と言えようか。あるいは、本質において貧しく取るに足らない私たちこそ、どれほど謙遜すれば、御方に似ることができただろうか。もし御方が天を離れ、地上に降りてこられたのなら、私たちも、御方に少しでも倣う影となるために、自分のすべてからどれほど離れなければならないのだろうか？もし主が幼子となり、乳を飲まされ、聖書に書かれているように両親に従って律法のすべてを全うされたのなら、私たちも、主と少しでも似ていると思われるために、どれほど悪意を捨てて幼子のように振る舞い、修道院長に従わなければならないのでしょうか？もし主が飢え渴き、徒歩で歩き疲れられたのなら、私たちが主と同等の何かを経験していると人々に思わせるために、どれほど同様の苦難に耐えなければならないの



でしょうか？ そして最後に、もし主が侮辱や罵倒、嘲笑や冒涇、裏切りや裁判への出廷、鞭打ちや十字架刑、冒涇や脇腹を刺されることを受け入れられたのなら、私たちが主を模倣していると言えるために、どれほど、そしてどれだけの同様のことを耐え忍ばなければならないのでしょうか。兄弟たちよ、私たちは常にこのことを心に留め、主を見つめながら限りなく謙虚になるべきです。そして、もし主を模倣できるような出来事に遭遇したなら、それを感謝して受け入れ、もし遭遇しなければ、すなわち、飢え、渇き、嘲笑、侮辱、屈辱、苦難、衣服や履物、その他あらゆる面における貧しさ——を自ら求めていくべきです。そうして少しずつ前進し、高みへと登り、自らを築き上げ、高め、高みへと昇り、さらに超越し、「キリストの満ち成された年齢に至るまで、完全な大人となる」のです。

**158. 修道士たちを称賛し、彼らが世俗を捨てたことによって、肉欲の祝祭に似た快樂や慰めから離れ、敬虔と真実をもって神に仕えるよう召されていることを述べた。そこには真の喜びと絶え間ない祝祭がある**

158. 1) 修道士たちを称賛し、彼らが世俗を捨てたことによって、肉食の禁食期間のような快樂や慰めから離れ、敬虔さと真実をもって神に仕えるよう召されたことを述べた。そこには真の喜びと絶え間ない祝祭がある。— 2) 彼らに対し、もはや思いや欲望をもってあのエジプトの鍋へと立ち返らないよう招き、私たちの分こそが最も至福に満ちたものであることを確信させる。——3) それにおいて、これ以上望むべきものは何もない。ただ一つ、神が私たちに、この生活におけるあらゆる悲しみや重荷を穏やかに耐え忍ぶ力を与えてくださることを願うのみである。[2, 91]

**10.** 今や肉断食の期間であり、世俗の人々にとっては飲食、遊興、遊び、あらゆる楽しみを満喫する日々である。さて、私たちにはそのようなものが何もないことを嘆くべきだろうか。いいえ。むしろ、主が私たちを、泥沼や深淵から引き上げ、現在のこの聖なる地位へと導いてくださったことを感謝しよう。——敬虔と真実をもって主に仕えるという、この聖なる地位へと導いてくださったことを感謝しよう。そして、そうした者たちを嘲笑するか、あるいはむしろ彼らのために涙を流そう。彼らはこうした取るに足らない慰めに夢中になり、言葉に尽くせない天の喜びを自ら奪っているのだから。——「さあ、兄弟たちよ、『主を喜び祝おう。私たちの救い主である神に叫び上げよう。告白をもって御前に進み出て、詩篇をもって主を賛美しよう』」（詩篇 94:1,2）。これこそが素晴らしい宴であり、称賛に値する喜びであり、喜びに満ちた祝祭である！そして私たちは、一度や二度だけでなく、常に神の家でこのように祝いをし、喜びを楽しむことができる。このような喜びは、あの世における至福の境遇の先駆けであり、その前触れなのである。「しかし、わたし」と神聖なるダビデは言う、「あなたの御前に真実をもって現れます。あなたの栄光が現れるとき、わたしは満たされるでしょう」（詩編 16:15）。

**11.** どうか、私たちの心を、ある種のエジプトのような共同生活の慣習へと戻したり、そこでの肉料理や大鍋のことを思い出したりしないようにしましょう。むしろ、私たち自身に目を向け、私たちが歩み、成し遂げているこの素晴らしい人生に目を向けましょう。なぜなら、こここそがとりわけ「主は祝福と命」（詩編 132,3）と、真の喜び、偽りのない希望、救いをもたらす祝宴を、主はここにこそ命じられたのです。もし「繁栄」が問われるなら、私たちはなおさら繁栄しています。もし「運命」が問われるなら、私たちは良い部分を選んだのです。もし「至福」が問われるなら、私たちはすでに至福を得ています。この世と、この世にあるすべてのものから逃れ、すべての恥ずべき虚しい快樂を拒み、結婚、子作り、そして財産の蓄積を断ち、私たちは貞潔、無所有、そして自己の意志の放棄を受け入れ、それらに励み、日々、自らの肉体を十字架につけ、この世とこの世にあるすべてのものを十字架につけている。それゆえ、使徒が語った「キリストに属する者は、肉と情欲と欲望とを十字架につけた者である」（ガラテヤ 5:24）という言葉、私たちは正當に自分自身に当てはめることができるのである。

**12.** さて、今や私たちよりも幸いな者は誰でしょうか。あるいは、人生において、これ以上に心地よく、これ以上に慰めとなるものを、他に何を探すべきでしょうか。ただ一つ、この世で



の残りの日々を、あらゆる困難や不快なことを忍耐強く、勇敢に耐え抜き、目に見える、あるいは見えない誘惑に遭遇した際にも墮落することなく、私たちに約束された祝福を確実に受け取るということ以外には、何もありません。このために、勇気を出し、力を蓄え、確固たる姿勢を保ち、すべてを品位を保ち、規律に従って行いなさい。私たちのスキーマの秘儀がどのようなもので、どれほどの重みを持つか、またそれがどのような生活を要求するのか、そして、その秘儀を歩んだ忘れがたい聖なる先人たちがどのように生きたかを理解し、彼らの模範に倣い、彼らに倣って自らを形作り、変容させなさい。そうして初めて、彼らの子と名乗るにふさわしく、彼らの喜びの相続人となることができるのです。

### 159. 自らを戒めよ。敵が突然襲いかかり、あなた方を滅ぼすかもしれないからである

159. 1) 自分自身に警戒しなさい。敵が突然襲いかかり、あなた方を滅ぼすかもしれないからだ。-2) しかし、あなた方のうちには、放埒な振る舞いをしている者もいる。-3) 今後、そのようなことが起こらないように。教師たちはこれを教え込みなさい.....指導者であるべきあなたがたが、墮落の引き金とならないように。[2, 92]

13. 各自、よく見極め、信仰の岩の上に、確固として揺るぎなく立っているか、自らの誓いを果たし、共同生活の殉教の道を歩み、右にも左にも逸れることなく、王の道を歩み、魂を怠ることなく、自分の足が墮落の石につまずくことのないよう、また、自己満足や偏愛に基づいて何事も行わないように。私はあなた方を見ているが、常に、またあらゆる場所でそうであるわけではない。なぜなら、それは唯一の神にのみ固有の性質だからである。そして、あなた方のうち、誰かが、自らの意志、あるいはむしろ情欲に駆られて密かに行動し、魂を滅ぼす罪の深淵へと飛び込んでしまったのか、私には分からない。これを恐れ、おののきなさい。そして、順風に乗って航海している間も、ことわざにあるように、難破のことを心に留めておきなさい。なぜなら、一瞬にして、風、嵐、ハリケーン、災難、破滅、死が訪れるかもしれないからです。時には平和と安定があるように思えても、突然——不安、争い、戦争、そして肉体ではなく魂の虐殺が訪れる。それは最も苦いものである。悪しき者は、人々を油断させるために一時的に静まり返り、その後、不意に襲いかかって、考えを歪め、滅ぼしてしまうのだ。私たちには無頓着でいられる場所もなく、安らぎの時間ありません。救いの岸にたどり着いた多くの人々を、狡猾な敵は奈落の底へと突き落としました。天の穹蒼にまで昇った者たちの中にも、わずかな不注意を理由に、彼によって罪の地へと引きずり下ろされた者がいます。彼は多くの美德の宝庫を荒らし尽くし、多くの霊的な功績を奪い去り、それらを成し遂げた者たちを貧しいままにしておいた。このことを知って、目を覚ましていなさい。そして、心の目がうたた寝することのないようにしなさい。

14. しかし、あなたがたの中には、傲慢のゆえに、身だしなみを疎かにしている者もいると聞いている。彼らは恥知らずにも互いに見つめ合い、無駄話をし、笑い合っている。また、ある者は互いに腕を組んだり、唇と唇を合わせたり、頬と頬を寄せ合ったりしている。これは嘆かわしいことである。「もし誰かが火を懷に抱き込めば、その衣は燃え尽きないだろうか。あるいは、もし誰かが燃える炭の上を歩けば、その足は焼けないだろうか」(箴言 6:27)。同様に、そのような行いをする者は、墮ちることなくは済まない。また、顔を美しく見せたり、派手に振る舞ったり、まぶたや眉を化粧して娼婦のように振る舞う者たちも悪い。彼らは刺繍入りの帯を締め、身なりを整え、歩き方には流行の仕草を取り入れ、言葉遣いも気取ったものにする。

15. そのような者たちすべてに、今後このようなことをしないよう告げる。さもないと、「その顎を轡と手綱で引き締める」(詩篇 31:9)という言葉が実現してしまうからだ。神は私たちを、これらの人々を滅ぼすためではなく、築き上げるために立てられたのである。それゆえ、律法を遵守せよ。教師たちよ、あなたがたが教える者たちに正しいことを植え付け、彼らを正しなさい。私がこう言うのは、あなたがたのうちの誰かが、医者代わりに毒を盛る者となり、啓蒙者の代わりに暗闇をもたらす者となり、道案内人の代わりに正しい道から迷わせる者となり、救い主の代わりに破滅者となっているのではないかと疑っているからではない。なぜなら、教師た

ちは弟子たちにとって、敬虔さの模範であり、救いの手本であり、あらゆる善行の象徴として立ち現れるからです。弟子たちが教師のもとへ送られるのは、教師たちの善き手本に倣うためなのです。もしその逆のことが起こるならば、そのような者たちは憤り、自ら退くべきです。そうしてこそ、彼らがその不健全さを健全な者たちに伝染させることを防げるのです。——これらすべてを語るつもりはなかったが、必要に迫られてこう言わざるを得ない。——ただ一つ願うのは、私たち全員が正しく歩み、神も私たちの善き生き方に喜ばれることである。

**160. 兄弟たちの規律の正しさ、そして彼らがすべて規則通りに物事を進め、修道院での生活に皆が満足していることを喜びつつ、彼はこう付け加える。「しかし、それは二の次だ。最も重要なのは、死後に神の安息に入ることができるよう生きることであり、すべてのことをその方向へと導かなければならないのだ」**

160. 兄弟たちの規律の正しさ、そして彼らがすべて規則に従って生活し、修道院での生活に皆が満足していることを喜びつつ、彼はこう付け加える。「しかし、それは二の次である。最も重要なのは、死後に 神の安息に入ることができるよう生きることであり、すべてのことをその方向へと向けるべきである。」 [2, 93] 農夫が、自らの労苦で耕し、種を蒔いた畑が青々と茂るのを見て喜び、歓喜するように： それと同じように、私も、自分の労苦の果実というわけではないにせよ、あなたがたの霊的な実りについて喜び、楽しみを感じている。なぜなら、あなたがたが神の恵みによってますます繁栄し、より良くなっていくのを見て、真理を告白することが正しいことだと確信しているからだ。 そのことについては、あなた方自身も証しできるはずです。私たちの間に、どれほどの秩序があり、どれほどの平和と静けさがあるか、お気づきではありませんか。あなた方は皆、一つの魂、一つの心として、揺るぎない信仰と断ち切ることのできない絆によって結ばれてはいませんか。あなた方は皆、キリストの命を与える戒めを、ますます完全に果たすことに熱心ではありませんか。 あなた方の間には、敵である悪魔に迎合して、一つの兄弟愛を分断し、分裂させるような私的な結社はなく、各自が自分の好きなように生き、行動するような自己満足や独断独裁もなく、それどころか、神にかなった統一された生活が支配しています。また、兄弟愛の共同体全体を荒廃させ、混乱させるために、各人が無関心にあちこちをさまようようなこともなく、神の御心により、 食事や飲酒、徹夜や睡眠、労働や休息、出入りの際、会話や沈黙、読書や詩篇の詠唱、祈りや沈黙、衣服や履物に至るまで、あらゆる事柄において、すべてが規則に従って行われている。 もちろん、すべての人にすべてが等しく、均等に配分されているわけではありません。なぜなら、年齢、教育、境遇、能力、美德、健康状態において、すべての人が等しいわけではないからです。しかし、一人ひとりに相応の配慮が払われ、必要なものが満たされています。なぜなら、あなたがたは皆、一つの体の肢体であり、たとえすべての人が同じ栄誉に与かっているわけではないとしても（Iコリント 12, 23, 24）。しかし、これらすべてが第一の目的ではありません。私たちが求める最も重要なことは、この世の生活における汗と労苦の末、自分の務めを立派に果たして、死を通じて神の安息に入り、言葉に尽くせない喜びと、筆舌に尽くしがたい永遠の恵みを味わうことです。 このことを期待して、ますます励んで成長し、自らに注意を払い、節制し、目を覚ましていよう。この世において品位ある歩みをし、希望をもって喜び、苦難に耐え、 あらゆる善に自らを駆り立て、肉を霊に従わせ、キリストのために恥を栄誉とみなし、最後になることを第一と尊び、主のためにへりくだることを喜びとし、そうしてこの道を全うしたとき、殉教者たちと共に住み、聖なる人々と共に、果てしない永遠の歳月を喜び楽しむことができるように。

**161. 私たちは歌う。「救いの杯を受けよう」。この杯とは、殉教を受け入れることであり、それは私たちにとって、情欲との苦痛に満ちた闘いである。**

161. 私たちは歌う。「救いの杯を受けよう」。この杯とは、殉教を受け入れることであり、それは私たちにとって、情欲との苦痛に満ちた闘いである。私たちはこの道を歩んでいる。——さあ、よく戦って、同様の冠に与かる者となろう。 [2, 94] 「主が私たちに与えてくださった

すべてのものに対して、私たちは主に何をお返ししようか？」それは、真の決意をもって歌われるダビデの賛歌に他ならない。そして、その中で歌われている「救いの杯を受け入れ、主の御名を呼び求めよう」（詩編 115, 3. 4）という言葉そのものである。この杯とは、殉教を受け入れることである。しかし、私たちの殉教とは、血を流すことではなく、内なる誠実な闘いにある。例えば、バアルの前にひざまずかないこと、すなわち、肉欲に屈せず、目に見えるもの、見えないものにかかわらず、私たちに降りかかるあらゆる誘惑、心の動揺、情欲や欲望の燃え上がり、欠乏や苦難、屈辱による悲しみ。これこそが真の殉教者たちである！これこそがキリストの戦士たちである！これこそが天の御国の必要とされる者たちであり、その栄光を享受する者たちである！喜び、心を穏やかにし、勇気を奮い起こして善の道を歩み、力から力へと高まり、美德の頂点へと昇り、至高の瞑想に浸り、そして、あなた方の生涯の終わりが訪れ、世界の創造以来あなた方のために用意された喜びと歓喜へと導かれるその日まで、絶え間なくそうし続けなさい。この言葉を注意深く聞き、それを実践し、自らの心の中で火に火を加え、天へと昇る神の愛の炎を自らの内に燃え上がらせる者は、幸いであり、至福に満ちている。しかし、耳を塞ぎ、虚栄を愛し、つかの間の肉欲の快楽を求める者は、嘆かわしい。しかし、誰も「自分のことだけを求める」のではなく、「隣人のことも顧みよ」と、それを自分のこととして考えなければならない。なぜなら、私たちは互いに一つの体の肢だからである。こうして、誰もが主を喜ばせ、自分自身をより良く、より完全なものにするのである。

**162. 故人の姿を記述し、納骨堂で目にするものについて触れ、また故人の善き生涯を簡潔に概説した上で、キリストにふさわしい花嫁となるために、肉体と魂の清さを保つことについての教訓を導き出す。**

162. 1) 故人の姿を記述し、納骨堂で目にするものについて触れ、2) 故人の善き生涯について簡潔に記した上で、3) キリストにふさわしい花嫁となるために、肉体と魂の清さを保つという教訓を導き出す。[2, 95]

1. 死を思い起こすことは常に救いをもたらすが、今回の場合のように、亡くなった兄弟の御前に立つときはなおさらである。ここにまた、私たちの目の前に不思議な神秘が現れている！ほんの少し前まで 私たちと共にいた彼は、今や霊としてはもはや私たちと共にいない。かつてその口で私たちに語りかけていた彼は、その声がまだ私たちの耳に響いているにもかかわらず、完全な沈黙に包まれてしまった。なんと驚くべき光景であろうか！私たちは彼を見つつも見えていない。肉体はここに見えているが、霊はすでに私たちから離れてしまったのだ。彼は動かず、無気力に横たわり、息もなく、視力もなく、言葉もなく、あらゆる感覚器官は見えるが、そのどれにも生きた動きは微塵もない。彼はまるで石のようであり、あるいは他の何らかの無機質な物体のようだ。——かつてこの世を去った者たちの安息の地を見よう。そこで何が見えるだろうか、兄弟たちよ。よく見て、学び取れ。これらは塵や灰ではないか？朽ち果てた肉体ではないか？干からびた頭蓋骨ではないか？むき出しの骨ではないか？——そして、これらすべては不快な醜悪さであり、哀れで嫌悪を催す山積みだ。——ここで、兄弟と兄弟を、美貌の者と醜い者を、若者と老人を区別できるだろうか？到底無理だ。すべては朽ち果て、その姿を失ってしまった。さあ、望む者はよく見てみよ。ここに、情欲の快楽はどこにあるのか、美食の愉しみはどこにあるのか、眠りによる安らぎや、肉欲を満たすために為される他のあらゆることはどこにあるのか？——握手や抱擁、口づけはどこにあるのか？——すべてはここから去り、まるで富を蓄える金持ちのように、自らに消えることのない火を燃やすために、それを地獄へと先送りした者によって連れ去られてしまったのだ。

2. どうか、私たちの兄弟たちの誰一人として、害を受けることがありませんように！とりわけ今、この世での生涯を、非の打ち所のない服従と従順のうちに立派に全うし、尊く眠りにつき、終わりのない命へと移行行った方——若さは若くとも、知恵においては白髪のごとく、年齢は若くとも、しかし精神は偉大であり、その内面の善良さは私に知られており、外面の振る舞いは皆様にも知られている通り、彼にはあらゆる善が満ちており、あらゆる称賛に値する——ラフ



アエル——善良で、まことに高貴な者であり、神に倣う姿を保ち、あえて申し上げれば、天使たちの指導者の一人にふさわしい名を冠している。——私はこの我が子について、このように確信を持っています。皆様もそう信じてください。彼はそれだけの価値があるのです。——さて、話を本題に戻しましょう。

3. 私たちもまた、やがてここから去ることになるでしょう。死んで、遺体を整えられ、葬儀の歌が歌われ、埋葬されるのです。——そうである以上、「生きていて死を見ない者」などいない（詩編88:49）のだから、私は皆様にお願ひし、懇願します。敬虔かつ清らかに生き、非の打ち所のない振る舞いを心がけましょう。肉体だけでなく、魂をも清く保つために：まず、肉体を霊に服従させ、それが暴れ出したり、腹の欲求に逆らったりしないようにし、また神への畏れをもって抑制し、規則や特別な命令で定められた食事、飲酒、睡眠、休息の分量に、従順かつ謙虚に満足するよう努めましょう。また、魂については、邪惡な思いや衝動と結びつかないように見守り、すべてを神へと向け、神の美しさのみを仰ぎ見るようにする。なぜなら、神の美しさだけが真に美しく、愛すべきものであり、他のすべての美しさは幻であり、無に等しいからである；また、祈りと詩篇の詠唱をもって彼女を守り、その両方を通じて、彼女を慈愛に満ちた花婿、神であるキリストに喜ばれる者として捧げるのである。もしこのように私たちの歩みを全うするなら、幸いなことである。私たちは死ぬことなく、生かし続けられ、「あなたがたが今日歩む道は幸いである。あなたがたのために安息の場所が用意されているからである」という慰めの送別歌に導かれていくであろう。

### 163. 悪意の霊たち、そしてその首領である悪魔に対する私たちの戦い

163. 1) 私たちの戦いは、その首領である悪魔を筆頭とする悪意の霊たちに対するものである。— 2) 彼らは絶えず私たちを滅ぼそうと策略を練っている。それゆえ、私たちもまた、主とその御使いたちを喜ばせるために、絶えず身を守り、彼らに立ち向かわなければならない。— 3) 無情の境地に達し、この戦いによって殉教の冠を勝ち取りたいと願うならば、このように行動することは避けられない。— 4) これにおいて成功するためには、謙遜と従順、絶え間ない祈り、自己への注意、あらゆる自己犠牲の行い、そして心の思いの啓示が必要である。[2, 96]

4. 「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者に対するものである」（エフェソ6:12）——そして、私たちの敵である悪魔、すなわち、世界の始まりの頃、樂園に忍び込み、私たちの先祖を誘惑して禁断の果実を罪深く味わわせ、それによって彼を甘美な樂園からこの地上へと追放させた、あの悪意に満ちた敵である。それ以来、彼は代から代へと人類を追いかけ、あらゆる悪を教え込んできた。今や彼は私たちに対してもあらゆる手段で中傷を吹き込み、ヒス音を立てて這い回り、尾を振って媚びへつらい、より容易に誘惑しようと、泥棒のように出入りし、確固としておらず、自分に耳を傾けない魂を捕らえようとする。だからこそ、我々は彼に対して、彼が我々を襲い、傷つけることのないよう、大きな自制心、大きな警戒心、大きな慎重さ、そして細心の注意を払わなければならない。

5. その企みや策略を知った上で、あらゆる手段で武装し、怠ることなく、自分自身にも彼に対しても妥協することなく、彼と戦い、撃退しよう。彼もまた、私たちの破滅を望んで、決して退かず、妥協もしないのだから。たとえ一日に何度も攻撃して失敗したとしても、彼はまるで戦いを始めたばかりであるかのように、その姿勢を崩さず、他の悪意ある霊たちを率いて、さらに激しく再び襲いかかってくる。それゆえ、私たちも、このように毎日、毎時間、私たちに降りかかる攻撃に対して、決して退いたり、気を緩めたりしてはならない。たとえ私たちがすでに多くの注意と懸命な努力を払い、成功を収めていたとしても、その姿勢を変えることなく、常に彼に対して等しい熱意、奮起、そして抵抗を持ち続けなければなりません。そうして、敵に対する私たちのこのような力強い対抗姿勢を見て、神が私たちを喜び、楽しみ、また、神の導きと御心によって私たちを助けてくださる聖なる天使たちも、私たちを喜ばせてくださるのです。

6. なぜなら、私たちはまだ、無情の境地、そしてそれに伴う争いからの解放に十分に達しておらず、私たちの心が葛藤にさらされることなく、内面で静寂を保つことができないからであ

る。これは、たゆまぬ熱心な信者たちが、多くの労苦と汗と奮闘を経て受け継ぎ、今も受け継いでいるものである。一方、まだ情欲に縛られている私たちにとっては、自らの気まぐれや敵の戦術の変化を目の当たりにしても、落胆したり手を緩めたりすることなく、絶え間ない奮闘と疲労の中に粘り強く留まり続けなければならない。それらの変化ゆえに、私たちは毎日、毎時間、まるで最初からやり直すかのように戦わなければならないのだ。これこそが、真摯に奮闘する者たちの道である。それに対する冠とはどのようなものか？——聖なるもの、すなわち無執着の高みに達することである。しかし、第二の祝福もまたある。すなわち、戦いで敗れることなく、常に立ち向かい、その高みへと徐々に歩みを進め、自らを磨き上げていくことである。また、戦場から戻った戦士が王に自らの傷やただれを見せるように、そのような者も殉教の冠を受ける。彼は軽蔑されたり非難されたりすることはなく、それどころか称賛と贈り物、そして栄誉を受けるのである。

7. それでは、キリストの戦士として奮闘し、この時を、敵との戦いの時以外の何物でもないと見なそう。そこでは、矢の飛び交う音と剣の打ち合う音だけが聞こえるのだ。なぜなら、「『高き所』から」（詩篇55:3）と書かれている通り、一日中攻撃を仕掛け、戦いを繰り広げ、罠を仕掛け、穴を掘り、待ち伏せをし、その他あらゆる策略を弄している。果たして誰が彼らを避け、誰が彼らから身を隠し、誰が足を滑らせず、彼らの罠にかからないだろうか？謙遜の知恵と従順を兼ね備え、怠けのない祈り、務めへの熱心さ、矛盾のない服従、不平を言わない献身、恥ずべき思いを抱かないよう、また善き思索を受け入れるよう絶えず冷静に注意を払い、徹夜、詩篇の詠唱、礼拝、そしてこれらすべてに先立ち、あるいはこれらすべてと併せて、自らの内なる秘密の告白、傲慢からの逃避、言葉の節度——これらすべてとこれに類するものによって、私たちの内なる人は要塞のように守られ、敵は彼に対して行動する力を失い、退いていくのである。

#### 164. 神の人、真の修道者の外見についての記述

164. 神の人、真の修道者の外見についての記述。[2, 97] 兄弟たちよ、自らに注意を払い、自分の日々や時間を無駄に過ごしてはならない。この一日はすでに過ぎ去り、我々は二度とそれを見ることはない。しかし、その間に我々が成し遂げた行いは記録されている。それらが良ければ幸いだが、そうでなければ、ああ、悲しいことである！私たちの感覚が奪われないよう守り、たいていは頭を垂れていよう。目は注意深く、散漫にならず、あちこちと引きずられないようにしよう。なぜなら、目に映るものは魂にも映るからであり、外なる人がそれを魂に写し出すからである。顔は陰鬱でもなく、ぼんやりともせず、品位があり穏やかで、たいていは悲しげであり、悔恨の涙に濡れているようにあるべきだ。歩き方は謙虚で、気取らず、高慢でなく、肩をすくめず、眉をひそめず、騒がしい足音や全身を揺らすような動きを伴わないように。言葉もまた、心地よく、あまり大声でもなく、あまり小声でもなく、目やその他の身振りには落ち着きがあり、鼻の穴を広げること、手を振り回すことも、顔をきょろきょろさせることもないこと。なぜなら、神の人はすべてにおいて整えられており、その内に住まわれる御霊の器として、話すときも、見つめるときも、食事や飲酒の際も、御霊に導かれているからである。そして私たちも、服装や履物において、あらゆる事柄において、品位を保ち、秩序正しく振る舞うべきである。なぜなら、私たちの主なる神は、常に、あらゆる場面において、あらゆる行いにおいて、私たちと共にいてくださるからである。

#### 165. 「今こそ好機である」という使徒の言葉を引用し、使徒がこれによって、救いを得るための熱意を私たちに喚起していると述べている。

165. 1) 使徒の「今こそ好機である」という言葉を引用し、使徒がこれによって、救いを成し遂げるための私たちの熱意を奮い立たせていると述べている。— 2) 続いて、「あなたがたはそうしている。幸いなことだ」と付け加えている。[2, 98]

8. 聖パウロは、「今こそ好機であり、今こそ救いの日である」（Ⅱコリント6:2）と語るとき、私たちに何を教え、何を示唆しているのか。「闇の行いを捨て去り、光の武具を身に着けよ



う』（ローマ13:12）。——これこそ、彼が慈愛に満ちた父であり師として、私たちを怠惰から奮い立たせ、心の眠気を私たちの心の目から追い払い、神にかなう歩みを正しく導き、善行の道へと向かわせているのです。その神聖な教えに耳を傾け、生き生きと立ち上がり、正気を取り戻し、さらに一層熱心に歩み続けよう。なぜなら、私たち一人ひとりの人生の日はすでに傾きつつあるからだ。さあ、備えを尽くそう。そうすれば、私たちに幸いが与えられ、永遠の世を生き、言い表せない喜びを味わうことができるだろう。もし、心の準備ができておらず、整えられていない状態で、人生の終わりが私たちを襲うならば——ああ、悲しいかな！ まことに悲しいかな！そして、誰が私たちを、魂を滅ぼす蛇の手から救い出してくれるのでしょうか？あるいは、この世での生活を悪しき怠慢の中で過ごしたために苦しめられるとき、どこに安らぎを見出せるのでしょうか？なぜ——私たちを見捨てる者は見捨てさせ、不法を行う者は不法を行わせよ——と、私は私たちから離れていった者たちについて語っているのです。——それとも、むしろ、彼らのために祈り、彼らと呼ばい戻そうと努めましょう。神は罪人の死を望まれるのではなく、彼が立ち返り、生きることを望んでおられるからです（エゼキエル書33:11）。

9. しかし、あなたがたは、キリストの恵みによって従順の業に留まり、神と人々の前で自らの誓いを偽ることなく守っているのですから、喜び、楽しみなさい。天にはあなたがたのために多くの報いが蓄えられているからです。もしあなたがたが最後まで自制を保ち、主であるキリスト・イエスについて命じられたすべてのことを、主によって召された兵士として忠実に果たし続けるならば。あなたがたは主の軍勢に加わり、主の御言葉を心に留め、昼も夜も主に仕えているのです。「『主よ、主よ』と言っている、『主よ、主よ』と言う者ではなく、天の父の御心を行う者こそ、わたしの者である」という御言葉と、使徒の勧めを心に留めなさい。「権威を恐れないでいたいのか。善を行いなさい。そうすれば、彼から称賛を受けることになる」（ローマ13:3）。

**166. 生活において堅固であり、あらゆることを耐え忍びなさい。なぜなら、あなたがたが後に授かることになる永遠の至福のために、もっと耐え忍ばなかったことを後悔することになるからです**

166. 1) 生活において堅固であり、あらゆることを耐え忍びなさい。なぜなら、あなたがたが後に授かることになるその永遠の至福のために、もっと耐え忍ばなかったことを後悔することになるからです。—— 2) 審判と報いの日を心に留め、そのことを常に意識しなさい。——そうすれば、決して怠惰や不平不満に陥ることはないでしょう。—— 3) そうでない者は、情欲に支配され、獣の如き者である。しかし、そのような者こそ、天使である。[2, 99]

10. 今や、あなたがたに対して、昔の預言者たちが語ったようなことを言う必要はない。「耳で聞いても理解せず、目で見ても見ない」と。なぜなら、これらの人々の心は鈍り、耳は聞こえにくく、目は閉ざされているからである（イザヤ6, 9, 10）。なぜなら、あなたがたは、従順な聖なる生活を通じて、心の目から世への愛着という泥を振り払い、主の栄光を率直な顔で仰ぎ見ながら（Ⅱコリント3:18）、すなわち、世の虚しさや、様々な方向へと絶え間なく揺れ動く人間事を見抜き、ただ一つだけ確固として、愛すべき、至高の善——神——があり、徳ある生活をもって神に近づくことこそが、その善であることを悟ったのです。まことに、私たちにこの恵みにあずかり、このような知恵に満ちた生活を送ることを許してくださった、主であり、先祖たちの神である主を賛美します。それゆえ、私たちは、私たちの頭であるキリストがどこにおられるかを仰ぎ見つつ、いかなる朽ちるものやはかないものではなく、天の、そして天を超える美しさ、そしてそこにある言葉では言い表せず、口にすることもできない恵みの味わいと慰めを心に思い描くのです。それらは、知性が決して思い巡らせたこともなく、耳が聞いたこともなく、心が夢見たこともないものであり、それらは、その計り知れないほど卓越したゆえに、私が確信を持って申し上げられるように、もし主が、あなたがたに、目前の試練を最後まで忍耐強く耐え抜く力を与えてくださるならば、あなたがたもまたそれらに到達し、病も、悲しみも、嘆きもない場所で安らぎを得るでしょう。その時、あなた方は、この聖なる生き方へと招いてくださった主に、声

を高らかに感謝を捧げるでしょう。そして、耐え抜いた苦難については、もはや何の記憶も残らないばかりか、むしろ、実際に耐えたものよりもはるかに大きな試練や苦難、苦悩を背負う機会がなかったことを惜しむようになるでしょう。

**11.** そして、私たちの主イエス・キリストが現れるあの恐るべき日に、私たちが何を見るのでしょうか。主は数えきれないほどの無数の天使や大天使を伴って公然と来られ、恐るべき裁きの座に着き、地の四隅からあらゆる民族とすべての生き物を集め、闇の行いを暴き、心の内なる思いを表わされる。その結果、ある者は主の右の座にある喜びの地へと導かれ、またある者は恥を帯びて左の座へと去り、前者は明るい住まい、甘美な楽園、天の御国へと導かれる。一方、他方は消えることのない火へと追放され、虫の餌となり、歯ぎしりの音と共に、暗黒の闇、タルタルスの深淵、解き放たれることのない束縛、そしてそれぞれの罪に応じたあらゆる苦しみへと送られる。その時、彼らは太陽のように輝き、心から喜び楽しみ始め、絶え間ない賛美の歌をもって主を賛美するであろう。彼らは、主のためにどれほど善きことに仕えてきたかを悟るからである。——これらは、主を告白するために血を流した殉教者たち、使徒たち、預言者たち、殉教者たち、聖人、そして義人たちである。彼らの後に続き、心の殉教を示した司教、司祭、修道士、そして信徒たち——皆、善行、善き行い、そして偉業に生涯を捧げた者たちである。一方、これらの人々は嘆き、泣き叫び始めるだろう、ああ！ ああ！ 自らの無分別に対して、呪いを重ねて呼びかけ、縛られ、打ちのめされ、悪霊たちに侮辱され、さらに自らを非難し、烙印を押し、絶望に苛まれ、永遠に定められた耐え難い苦しみには終わりがないと、彼らの耳にこう告げられた通りである：「これらの者は永遠の苦しみへ、義人たちは永遠の命へ行く」（マタイ25:46）。これらすべてを心に刻み、私たちがの労苦と汗の中で怠けることができるだろうか？ 現在の生活の困難さゆえに、気力を失ってよいのでしょうか。むしろ、心を奮い立たせ、火よりも燃え上がるような熱意をもって、いかなる代償を払おうとも、献身的な修道生活という掟に最後まで忠実であり続けるべきではないでしょうか。

**12.** さあ、これらすべてを心に刻み、その中に留まり、それが私たちを駆り立てるあらゆることを熱心に実行しよう。なぜなら、これに無関心な者は、間違いなく情欲に囚われ、無防備にうたた寝し、心が重く、快樂を追い求め、嫉妬し、軽薄で、怠惰であり、熊が前足に顔を埋めるように、ただ食べたり飲んだりすることばかりを求め、獅子のように咆哮し、邪悪な欲望が満たされないときは、ヒョウのように一つの快樂から別の快樂へと飛び回り、狐のように自分の心に望むものを手に入れる術を巡らし、ラクダのように怒り狂い、何らかの偶然の屈辱に対する隣人への復讐に、馬のように嘶き、人間や家畜の肉体に淫らにふけり、狼のように恥知らずで、自らの魂と兄弟の魂を滅ぼすような厚かましきを見せる。さまざまな情欲について多くを語る必要はあるだろうか。それによって、ある者たちは単に獣に似ているだけでなく、その獣のような習性において、はるかに獣を上回っているのだ。——しかし、善き思いの側に立つ者は、天使のように明るく、ケルビムのように稲妻のように速く、セラフィムのように多くの目を持っており、いかなる機会にも、魂を滅ぼす竜が襲いかかってこないよう、戦士のように勇敢であり、罪に対して破壊的な思考という炎の剣を振るい、善き思いの炎で悪魔を焼き尽くし、絶え間なく流れる泉のように悔い改めの清らかな涙を流し、神の神殿が美德という黄金の石で築かれるように、飾り気のない子羊のように、主を模範として、反論も叫びもせず、たとえ死が待ち受けていようとも、父と兄弟たちに従って歩む。しかし、ここに生と死が示されている。各自、望む方を選びなさい。

## 167. 悪霊たちとの戦い

167. 1) 私たちの戦いは悪霊たちとの戦いである。なぜ、使徒が示した美德という完全な武器を身にまとい、敵を撃退し打ち倒す力を与えられたそれらによって身を守らなければならないのか。— 2) この戦いは精神的なものであり、主への祈りと共に、反対の考えをもって対抗するものである。— 3) それは突然起こり、私たちの内面の状態を、空気の状態が移ろいやすいように不

安定なものにする。しかし、自分自身に耳を傾け、神への信頼をもって美德を身につけている者にとっては、これは恐れるに足るものではない。[2, 100]

**13.** 私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、使徒の言うように（エフェソ6:12）、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者たちに対するものである。それゆえ、私たちは、冷静さ、儉約、細心の注意、全力を尽くす努力、そして霊的な武器による身を守ることを必要とする。すなわち、疑いのない信仰を兜として、偽りのない従順と偽りのない謙遜を盾として、そしてあらゆる他の美德を、それらはすべて、その状況に応じて、私たちを惑わす者たちに対する武器となり、目に見えない敵を退ける力を持つのです。

**14.** この戦いは、ご存じの通り、偉大かつ恐ろしいものであり、祈りの時や聖体拝領の時ですえも絶えることなく常に続いています。それは時に、口にするのも語るのもはばかりられるような思いを引き起こし、かき立てます。しかし、謙虚な魂は、そのような思いに傷つけられても、憎しみをもってそれらを退け、聖なる思いをもってそれに抗い、同時に主に向かって祈りを捧げます。主からの助けは直ちに訪れ、高みから東の光が竜を打ち倒し、追い払う。だからこそ、このような攻撃に直面しても、私たちは臆病になってはならず、屈してはならない。なぜなら、心が恐れを知らなければ、心はそうした攻撃の誘惑に侵されることなく保たれるからであり、それは聖体拝領の時だけでなく、あらゆる時においてそうである。

**15.** 敵は常に、私たちが予期しない時に襲いかかってくる。しかし、私たちが心の中で穏やかで平和な状態にあるとき——それは、私たちを襲った悲嘆からであれ、純粋な祈りからであれ、読書やその他の聖なる言葉からであれ——敵は襲いかかり、心を動揺させ、揺さぶり、あたかも安息の港から波間に放り出すかのように、あるいは昼の光から夜の思考の闇へと引きずり込むのです。この点において、私たちにも、一日の間の大気の状態と同じことが起こります。太陽の光の下では晴れ渡り、雲が押し寄せれば曇り、その後また晴れ、そして再び曇る——それは空気中の様々な変化によるものです。私たちもそうではありませんか？ 善き思いから明るい日のように輝いたり、悪しき思いによって曇ったり、そして祈りやその他の善き行いに身を委ねることで、再び光の領域に戻ったりするのです。そして、それは一日に何度も起こります。しかし、空気中の変化は私たちの場合とは異なります。そこではそれは自然に起こり、万物の創造主である神の英知によって定められたものです。一方、私たちの場合は恣意的であり、部分的には私たちの意志によるものでもあります。なぜなら、悪魔は誘惑を通じて、私たちから善き状態の光を奪おうと企てているとはいえ、私たちにはそれを撃退する力があり、聖人たちがそうであったように、また善く生きるすべての人々がそうであるように、常に「真理の太陽」が私たちの心を照らし続けてくれるからです。なぜなら、今もなお多くの聖人たちが、尊い石のようにこの地上を歩んでおり、彼らはしるしや奇跡を行うことではなく、正なる信仰を守り、神の戒めを忠実に守り、兄弟たちへの嫉妬を知らない誠実な愛を持ち、隣人の幸福を共に喜ぶこと、すなわち、正しい信仰の保持と神の戒めの厳格な遵守によって、他と区別されているからである。正しい信仰を守り、神の戒めを忠実に実行し、兄弟たちへの嫉妬を知らぬ誠実な愛を持ち、隣人の幸福を共に喜び、人間の栄光を超越して立ち、その他あらゆる美德を備えることにある。こうして、聖性はあらゆる人の中に現れるのである。しかし、あなたがたは、この世を離れ、この世に対して十字架につけられた者として、さらに、無欲と貞潔、自らの意志の放棄、そして私たちの生き方と切り離せないあらゆる欠乏や苦難を穏やかに耐え忍ぶことで、他者と一線を画さなければならない。このように生きれば、あなたがたは聖なる者となり、聖人たちと共に数えられ、敬虔な人々の群れがあなたがたをその仲間を迎え入れ、あなたがたは殉教者たちの住まいにおいて永遠に喜びを享受することになるでしょう。

**168. 自らの道を歩むにあたり、私たちは地上の、はかないものに目を向けるのではなく、天上の、永遠のものに視線を定めます。なぜなら、前者は人を怠惰にさせ、後者は人を勇気づけるからです。**

168. 1) 自らの道を歩むにあたり、地上の、はかないものに目を向けるのではなく、天上の、永遠のものに視線を定めていよう。なぜなら、前者は人を弛緩させ、後者は人を勇気で満たすからである。—— 2) すべての教父たちはそのように歩まれた。私たちもまた、あらゆる善を身にまとい、あらゆる悪から離れ、自らを清めつつ、その道を歩むべきである。私たちの生き方が、私たちの名にふさわしいものでありますように。[2, 102]

**16.** ある道こそが私たちの生涯であり、その道は一日や二日、あるいは数日で完結するものではなく、この世から来世へと移行行くまで、私たちの生涯全体にわたって続くものである。その道の距離の遠さを目の当たりにし、しかも神にかなう私たちの歩みにあらゆる障害や躓きを仕掛ける敵を相手にしながら、勇気を失わず、この道を歩み続けることを諦めないためには、どれほどの努力、どれほどの力、どれほどの注意と熱意が必要だろうか。しかし、心配はいりません。なぜなら、私たちには、擁護者であり、偉業における導き手であり、この道を共に歩む伴侶が、ただ誰かではなく、万物の主であり支配者である主ご自身がおられ、さらに守護者であり保護者である聖なる天使たちがいるからです。「イスラエルを守る者は、まどろむこともなく、眠ることもない」（詩編120:4）。なぜ私たちは、この道の歩みに熱心に取り組み、緊張感を持って、燃えるような願いを胸に、下を見ることなく、目を天へと向けるのでしょうか。もし下を向いてしまうならば、私たちの思いがあちこちとさまよい、心がこの世の虚しさや快楽に執着してしまうため、必ずや怠惰、臆病、そして弛緩に蝕まれてしまうからです。淫行、暴食、貪欲、娯楽、祝祭、装飾、空想、そしてその他すべての、はかない、滅びゆくものへと向かってしまうからだ。しかし、もし我々が視線を天上の、永遠のものに定めたならば、たとえ現在の生活が悲しみと苦痛に満ちていようとも、たとえそこに労苦と疲労があろうとも、断食や徹夜、意志の抑制や欠乏、これらすべてが、私たちの修道者としての生活や禁欲的な従順に付き物であるとしても——私たちは落胆せず、気弱にならず、現在の苦難の重みに押しつぶされることもなく、湧き上がる情欲に屈することもあります。むしろ、大胆な知恵と活気あふれる精神をもって、前進し続け、歩み続け、天を見上げ、神に視線を注ぎ、天の御国へと、樂園の慰めへと、その朽ちることなき栄光の甘美さへと、夕暮れを知らぬ光へと、天使たちの至福へと向かっていくのだ。

**17.** こうして、すべての先人たちは歩み続け、勝利を収めてきた。殉教者、聖人、義人、敬虔な者、神を愛する者、修道士、信徒、男性、女性、若者、老人たちは、この世での生活のある種の修練と見なしてきたのである。それゆえ、私たちも、もし彼らの栄光と至福を望むならば、この神に愛される私たちの生き方において、進んで苦難に耐えなければならない。さあ、兄弟たちよ、これを愛し、すべてを耐え忍び、勇敢な知恵と衰えぬ熱意をもって乗り越える決意を固めよう。全知なる方が命じられるように（伝道の書2:14）、目を頭に向け、足元に向けずにいよう。なぜなら、天上のことを思い巡らし、それに専心する者は、まことに目を頭に置いているが、虚しいものに傾倒し、それに没頭する者は、目を足元に下ろしてしまうからである。もし人の足が上にあり、頭が下にあるとしたら、それは哀れで恐ろしいことだろう。しかし、魂においてそのような状態になることは、はるかに哀れで非人道的なことである。それゆえ、私たちは賢者にふさわしい歩み、すなわち頭に目を持ち、神と神聖な事柄について思いを巡らせ、それに応じて行動する者としての歩みを続けよう。頭にある目とは、信仰、希望、愛のことである。それらからは、強固な忍耐、清らかさ、兄弟愛、平和、柔和、謙虚さ、勇気、幸福、節制、あらゆる善行、あらゆる美德の花と実が生まれる。しかし、前述したことに反して考え、行動する者たちには、その反対のものが生じる。不信仰、絶望、憎しみ、そしてそこから生じる焦り、臆病、淫行と姦淫、厚かましき、快楽追求、暴飲暴食、軽率さ、身だしなみの誇示、嘲笑、罵り、嫉妬、殺人、その他あらゆる悪魔的な行い、そしてな行為である。神の民は神のものを追い求め、清き者は聖なるものを、汚れなき者は処女的なものを、敬虔な者は高潔なものを、平和な者は兄弟愛に満ちたものを、虚栄心のない者は天上のものを、この世を捨てた者は至高のものを追い求めよう。



秩序が無秩序に変わりぬよう、光から生まれた私たちが闇を追い求め、清さから生まれた者が放蕩を追い求め、敬虔さから生まれた者が無秩序を追い求め、虚栄を憎む者たちが虚栄を追い求めることのないように。それは哀れであり、狡猾であり、神に敵対するものであり、無気力であり、地獄の火への火種だからである。それゆえ、私たちは神の者として、神のものを求めよう。私たちの称号がそう名づけているように。私たちは、修道士、巡礼者、隠遁者、貞潔者、神の僕、そして天使と呼ばれている。そして、誰もが、私たちが実際にその通りであることを当然のこととしている。どうか、私たちのうち、神に属さない者、世に疎遠でない者、貞潔でない者が一人もいないように。また、不平を言う者、淫乱な者、口論好きな者、気落ちしやすい者、気弱な者が一人もいないように。なぜなら、神の大きな怒りは間近にあり、報いをもたらすからである。神は、世俗の生活において心悪しき者たちに対して——確かに怒りはされるものの——それほどまでに怒られるのではなく、むしろ、完全に神に属すべきである私たちに対してこそ、より強く怒りを向けられるのである。それは、主人が、自分の目の前で何らかの過ちを犯す使用人に対して、遠く離れていて過ちを犯す者たちよりも、より強く憤るのと似ている。しかし、神の怒りは私たち全員に等しく及ぶわけではなく、様々に現れる。常に悪の中に留まっている者にはある形で、改心してはまた堕ちる者には別の形で、修道服を身にまとったばかりの者にはある形で、修道生活に熟達した者にはまた別の形で現れる。というのも、修道生活に長く身を置くほど、その生活の違いはより明白であるべきだからである。それゆえ、老いが何の役にも立たないならば、それは非難の的となり、嘲笑の種となる。まるで、白髪の老人が子供たちと一緒に学校で勉強している姿を見るのが滑稽であるのと同じである。

**169. あなたがたはキリストの戦士である。そして、絶えず完全な武装を保たなければならない——その姿とは、次のようなものである**

169. 1) あなたがたはキリストの戦士である。そして、絶えず完全な武装を保たなければならない——その姿とはこういうものである。—— 2) あらゆる悪の根源は高慢である。しかし、今この瞬間に自分と戦っているものに対して戦わなければならない。なぜなら、それは人によって常に同じとは限らないからである。—— 3-16) 霊的な戦いに関する様々な考察。[2, 103]

**18.** あなたがたはキリストの戦士である。戦士は、戦いに何が必要かを熟考し、いつでも敵との戦いに備えられるよう、自分の全武装を整えておかなければならない。——さあ、あなたがたは準備ができているか、また、あなたがたの霊的な武器はどのような状態にあるか——研ぎ澄まされ、磨き上げられ、磨き上げられているか、よく見てみよ。——すなわち、従順の剣、信仰の鎧、救いの希望の兜、謙遜の盾、善き思いの矢筒、そして最後に戦車、すなわち、あなたがたの清らかな肉体である。それは同時に馬でもあり、あらゆることに適した訓練を受けていなければならない。——あまり太りすぎではならず、そうすれば走ることができなくなるし、あまり痩せすぎではならず、そうすれば求められる動きに力不足となる。神への恐れという手綱が用いられたとき、それをよく耐え忍び、正しい道の外へ逸れたり、その手綱の効かない跳躍によって騎手——すなわち心——を振り落としたりしないようにしなければならない。神の御言葉は、あなたがたが常にこのようにあることを望んでおられる。——あなたがたには絶え間ない戦いがあり、刻一刻と交戦があり、一瞬たりとも銃声が絶えないからである。

**19.** さて、あなたがたのうち、誰が勇敢であり、誰が力強く、誰が戦士なのか——数え切れないほどの邪惡な思いを切り倒し、かつて神に導かれたダビデがゴリアテを倒したように、高慢な心をあらかじめ打ち砕く者は誰なのか？——なぜなら、そこから何が起こるのか？——それは、悪意の霊、すなわち数え切れないほど多種多様な罪深い情欲の退散である。心の傲慢は、悪の第一であり、最後のものである。それによって、今や私たちすべてを誘惑する竜が、天の高みと天使の輝きから転落し、またそれこそが、あたかも根源であるかのように、無数の罪の蔦を芽吹かせたのである。しかし、私たちは今、襲いかかってくるものに対して奮闘し、戦わなければならない。なぜなら、刻一刻として、ある者はある情欲と戦い、別の者は別の情欲と戦っているからである。ある者は淫らな情欲に苦しみ、ある者は暴食に、ある者は怠惰に、ある者は嫉妬に、



ある者は怒りに、ある者は不信仰に、ある者は反抗心に、ある者は自尊心に、ある者は無為さに、ある者は狂乱に苛まれている。これらすべては、同じサタンの霊によって働いているのである。

**20.** 私たちの戦いは偉大かつ多様である。至る所に目を配り、あらゆる方向から監視し、周囲を防御しなければならない。そうしてこそ、敵が侵入したり、傷つけたり、捕虜にしたり、手を下したり、殴打したり、殺害したりすることを防げるのだ。

**21.** また、先を見越す必要があり、自らの側から戦いを仕掛け、対抗して戦わなければならない。一撃を受けて十撃を返すこともあれば、小さな傷を負って、死に至るほどの打撃で報復することもある。

**22.** 肉体が傷ついた者は治療を求める。同様に、精神が傷ついた者も、精神にふさわしい治療を求めなければならない。この治療とは、懺悔と悔い改めである。これを果たした後、再び戦いに臨まなければならない。

**23.** 肉体の戦いに勝利した者は一つの報いを受けるが、霊の戦いに勝利した者は数え切れないほどの冠を受ける。つまり、毎日戦いがあり、毎日冠があり、毎日報いがあるのだ。

**24.** あなたがたが勝利を収め、屈服せず、この世からの移住によって戦いが終わるまで、力を振り絞り、気弱にならずにいれば、幸いである。

**25.** だから、私の愛する子らよ、兄弟たちよ、勇気を出しなさい。神を助け手とし、あなた方の命の守護者として天使を、取り成し手として聖人たち——その御名を呼び求める者たち——を、そして無敵の武器としてキリストの十字架のしるしを、あなた方は持っているのだから。

**26.** 私たちを取り巻く、目に見えない敵が邪惡な思いを通じて襲いかかってくることも、恐れてはならない。肉欲の快樂というバアルの前にひざまずくことなく、聖なる場所でキリストがご自身に嫁がれた私たちの貞潔を敵に売り渡すことなく、キリスト、すなわち至聖にして不死の花婿の肢体である私たちの肢体を、淫行の道具や不浄の器として用いることのないようにしましょう。

**27.** 私たちを樂園の住処から追い出そうと企む蛇を助言者として受け入れず、盗人である悪魔たちに門を開かず、彼らに私たちの魂の宝を盗ませないようにしましょう。

**28.** 私たちの主なる神が、さまざまな美德をもって私たちのために築いてくださった都に、私たちが住むことは、なんと幸いなことか。罪に支配されることなく、私たちの魂の尊厳を守り抜くことは、なんと至福なことか。情欲に支配されていない魂は、すべて自由であり、すべて神に似ており、すべて主権的であり、すべて光に満ち、すべて教化され、神によって集められ、神によって創造され、天的なものである。

**29.** しかし、情欲という暴君に隷属し、支配されている魂はそうではない。その魂は、多くの恐ろしい苦しみに見舞われ、あらゆる情欲や罪深い行いの働きによって、あちこちへと引きずり回されている。悪魔の振る舞いをまねて、命じられたことを無条件に実行する。彼女を支配しているのは、肉欲の悪魔、嫉妬の悪魔、憎惡の悪魔、好戦心の悪魔、暴食の悪魔、怠惰の悪魔、不信仰の悪魔、冒瀆の悪魔、怒りの悪魔、高慢の悪魔、虚偽の悪魔、窃盗の悪魔、そしてその他すべての情欲の悪魔たちである。その名を誰が数え尽くせようか？

**30.** どのような悪魔に惑わされたかによって、その者に支配される。その哀れな魂は、悪魔たちのくびきの下で苦しんでいる。その人生は悲惨である。その魂は、すべてが貧しく、すべてがみすばらしく、陰鬱で、光がなく、神を敬わず、醜く、すべての良識ある者にとって見苦しいものである。

**31.** 子らよ、私たちの尊厳を貶めてはならない。私たちの自由を売り渡してはならない。主となった以上、奴隷になってはならない（Iコリント7:22, 23）。私たちの光を闇に変えてはならない。私たちの美しさを醜さに変えてはならない。神から顔を背けて、罪という恥ずべき姿に向けるようなことをしてはならない。神の子である私たちが、美德という明るい衣を脱ぎ捨て、不法という陰鬱なぼろ服を身にまとうようなことがあってはならない。悪魔の産物へと自らを変えてはならない。

32. 正気である者が、主人でありながら自らを奴隷の身にするなど、誰がそんなことを決心するだろうか。——神の子としての地位を授かっている者が、悪魔の子と呼ばれることに同意するだろうか。言葉に尽くせぬ美德の高貴さを捨て去り、卑しい情欲に満ちた生活に身を置くことを選ぶ者が、いったい誰だろうか。誰が、霊的な富を捨てて、心の貧しさと乏しさへと移ろうというのか。誰が、天の御国を失うことを選び、火と闇、そしてその他の恐ろしい永遠の苦しみを得ることを好むというのか。これは正気の人々の行いではなく、理性を失った者の歩みでもなく、ある種の狂気と無感覚な者たちの行いである——神の御姿と似姿に造られ、永遠の福を相続するために造られた者たちが、無分別な快樂追求によって、自ら進んで地獄の深淵へと堕ち、永遠の裁きを受けるのである。

33. 眠りについた者よ、目を覚まそう。目を閉ざしていた者よ、目を開こう。耳を塞いでいた者よ、耳を傾けよう。力を失っていた者よ、力を取り戻そう。勇気を奮い起こし、心を奮い立たせて、救いの道へと踏み出そう。主に向かって叫ぼう——そうすれば、主は成し遂げてくださる。なぜなら、「主は、真実をもって主を呼び求めるすべての人々に近くおられ、御霊によってへりくだる者を救われる」からである（詩編 144: 18; 33: 19）。

### 170. 魂の世話とブドウ畑の世話とを比較する

170. 1) 魂の世話とぶどう畑の手入れを比較している。— 2) 私たちの主であるぶどう園の主人の喜びのために、そのような世話を行うよう招いている。— 3) この種の労苦をすでに十分に重ねてきたことを称賛しつつも、修道院の規律と修道者の労苦の中で、清く歩みながら、これからもなお労苦を重ねていこうと述べている。[2, 104]

1. 昨日、ぶどうを収穫する際、あなたは実の多い枝を祝福し、房のついていない枝を嘆いていました。これは何を意味するのでしょうか。——それは、あなた方も主のぶどうとなり、霊的な実を結び、いわば多くの房をたずさえるようになれば、私たちの魂を耕される方にとって称賛に値する存在となるが、そうでないときは、呪いと切り捨てに値する存在となるということです。「なぜなら」と、主は言われている。「実を結ばない枝はすべて、切り捨てられ、火に投げ込まれる」（ヨハネ 15:6）。ご覧の通り、ぶどうはただ偶然に実を結ぶわけではない。まず、多くの労力をかけて植えられ、育てられ、成熟に達して、ようやく実を結び始めるのである。実を結んだ後は、剪定され、土寄せされ、柵で囲まれ、枯れた枝が取り除かれ、実り妨げとなるあらゆるものが取り除かれます。これはブドウ栽培者が経験から知っている通りであり、こうして再び実を結ぶのです。— 私たちにも同じことが言えるのではないだろうか。なぜなら、このような過程——すなわち、植えられ、育てられ、キリストにおいて完全な霊的な成熟に達し、そのためにキリストの戒めによって土を盛られ、枝を剪定され、守られる——を経ずに、いつ果実を実らせる者がいるだろうか。— これらすべてを経ない者は、常に未熟で実を結ばないままであり、通りすがりの者たち、すなわちすべてを滅ぼす悪魔たちに食い荒らされてしまうのです。

2. それでは、どうか、魂の耕作と、それに対する入念な世話に取り掛かりましょう。すなわち、修道的な行いと禁欲的な生活の常套的な規律——禁欲の重荷、徹夜の労苦、内なる欠点を告白する恥、悔悛の傷、口を慎むこと、空想にふけない心、揺るぎない信仰、動じない心の定まり——に取り組もうではありませんか。これらすべてを行わない者は、実を結ぶことはできません。そして、そのような者は、キリストの鞭と呼ばれるべきではありません。——兄弟たちよ、私たちは一体何のためにここに來たのでしょうか。それは、多くの実を結び、私たちの霊的な実りをもって主を養うためではないのでしょうか。善き主は私たちの救いを切望しておられ、もし私たちが救われているのを見出されれば、その実を味わいながら喜び、そうでなければ、実を結ばないイチジクの木のように、私たちを呪いの下に置かれる。主は毎日ここに來られ、私たちがどのような状態であるかを注視しておられる。それゆえ、次のようなものが求められます。献身、勤勉、熱意、配慮、謙遜、従順、注意深さ、賛美、柔和、分別、勤勉、兄弟愛、忍耐、堅固さ、希望——こうして、私たちは聖霊によって完成された、選ばれた器となるよう自らを整えましょう。

3. あなたがたは労苦を重ねた、私はそれを認める。過去において勝利を収め、多くの試練に耐え、十分な歩みを成し遂げ、悪しき者を恥じさせ、戦いを退け、情欲を断ち切り、この世から身を切り離し、情欲を十字架につけ、戒めを守り、先祖から受け継いだ信仰を守り抜き、人間の恐れに動じず、主への愛のために心から死を覚悟しました。あなたがたのすべては神に喜ばれ、称賛に値し、すべてが神聖で天的なものです。——しかし、あと少し、ほんの少しだけ、どうか忍耐してください。最も高潔な兄弟たちよ、懇願します。信仰に揺るぎなく立ち続け、目に見えない、また目に見える誘惑の襲来にも恐れず立ち向かい、日々の戦いにおいて大いなる敵に屈することなく、次のように歌いましょう。「主は私の助け手、私は敵を見下ろす」(詩編117:7)。「主はわがいのちの守り手。誰を恐れることがあろうか。悪意をもって私に近づき、わが肉体を打ち砕こうとする者、私を侮辱する者、そして私の敵たちは、皆、力尽きて倒れた」(詩編26:1,2)。「しかし、私たちは立ち上がり、立ち直った」(詩編19:9)。こうして心の中で歌い、こうして魂を奮い立たせよう。熱心に私たちの務めを果たし、あらゆることに敬虔を保ち、腐敗した言葉、不平、悪口、非難、反抗、傲慢な言葉を口にせず、喜んで労働や徹夜祈祷、詩篇の詠唱に集まり、互いに柔和と謙遜、善意、世からの離脱、天への志向、寡黙、不変の心、そして「許してください」という言葉を聞いた時には譲歩をもって勝利すること——これは悪魔に対する偉大な武器である——、さらに悪意のなさや平和を愛する心において、調和を図ろう。

**171. 敵があらゆる手段を尽くして私たちを突き落とそうとする戒めの道から逸れないよう、注意を払わなければならない。このことに成功するためには、我々は感覚を慎まなければならない**

171. 1) 敵があらゆる手段を尽くして私たちを突き落とそうとする戒めの道から逸れないよう、注意を払わなければならない。そして、このことに成功するためには、感覚を慎まなければならない。— 2) もしこのように自らを守れば、敵は敗北して退き、苦悩するだろうが、魂は喜びに満ちる。逆に、そうしなければ、その逆の結果がもたらされる。— 3) しかし、私たちにそのようなことがあってはならない。もしそうってしまったとしても、悔い改めによって速やかに自らを癒やし、その後は過ちを犯さないよう自制しなければならない。[2, 105]

4. 常に自分自身に注意を払い、いかなる場合でも神の律法の中に身を置き、戒めから右にも左にも逸れることなく、救い、迷いなく、そして繁栄がある王の道、すなわち中道を歩まなければならない。このことを心に留め、これに注意を払い、これを悟らなければならない。なぜなら、魅惑的な蛇であり、魂を奪う者である悪魔は、常に警戒して、いかにして私たちをこの道から逸らし、何らかの情欲の急流へと突き落として、最も忌まわしい獲物として捕らえようとするかを見張っているからである。しかし、私たちが目を覚まし、自制し、自らの感覚を慎むならば、すなわち、見るべきでないものから目を背け、竜の誘惑的な言葉や囁きを受け入れないように耳を塞ぎ、手は、情欲や欲望の衝動に駆られて、自分の身体にも他人の身体にも触れないようにし、足は、心身ともに、不道德な道や隠れた場所へ踏み込まないようにする。

5. もし私たちがこのように行動し、このように自らを戒め、ふさわしい懺悔と、必要な謙遜、そして相応しい善意をもって振る舞うならば、竜は打ち負かされ、悪しき者は心から追い払われる。そして、あの悪意に満ちた者は、何度打ち負かされ、追い払われても決して挫けることがないため、遠く離れて歯ざしりをするだろう。一方、魂は喜び、勇気を奮い起こし、光の中にあり、至高かつ至高の観想の中であって、神に愛され、天的な存在として、神への昇華をさらに深めていくのである。しかし、もし魂が前述のように振る舞うことに反して行動するならば、それとは正反対の事態を経験することになる。すなわち、打ち負かされたその情欲に支配され、隷属させられ、邪悪な思いに心を曇らされ、ある種の悪の深淵へと堕ちていく。そこで苦しみ、苛まれ、どこにも、何にも安らぎを見出せず、さらにここで、来世で彼女を待ち受ける悲しみの果実を味わうことになる。

6. しかし、私たちがそのようなことに陥ることなど決してあってはならない。罪の誘惑に惑わされることのないようにし、もしそのようなことが起きたら、速やかにそれを断ち切り、傷を負わせた矢のように投げ捨て、傷ついた箇所を悔い改めの薬で癒やそう。それが目であろうと

、耳であろうと、手であろうと。そしてその後は、細心の注意を払って警戒し続けよう。なぜなら、理性を持ち合わせない動物でさえ、ある場所で一度や二度滑って転んだ後は、同じ災いに陥らないよう、その場所を避けたり、慎重に迂回したりするからです。しかし、私たちは、神の御姿に似せて尊ばれ、知恵の言葉によって教えられている者であるのに、果たして、罪を犯したのと同じ情欲を愛し、転落したのと同じ急流や溝を求め、理性を持ち合わせない生き物よりも劣った存在となってよいのだろうか。それは恐ろしく、また悲惨なことになるだろう。いいえ、私たちは賢者として賢明に歩み、清らかな者として純潔に生き、外部からの誘惑に対しても、より強く、より堅固であり続けようではありませんか。あらゆる手段で自らを守り、それによって情欲の攻撃に対して無敵であり続ける魂は、火も、剣も、獣も、王たちも、権力者たちも、悲しみも、窮屈さも、迫害も恐れることなく、常にこう叫ぶ準備ができています。「**地が揺れ動き、山々が海の底に沈むときにも、私は恐れない**」（詩編45:3）。内なる誘惑から身を守り、外なるものを恐れることはない。

## 172. 私たちの務めは、修道生活の規則と修道院の服従の秩序に従って生き、天の父の御心を行うことである

172. 1) 私たちの務めは、修道生活の規則と修道院の服従の秩序に従って生き、天の父の御心を行うことである。－ 2) 敵は、あなたがたのそのような品行方正さと静けさを見て、またあなたがたに近づく道を見出せないことに苛立ちを覚える。－ 3) それゆえ、勇気を奮い起こして敵に立ち向かい、そのささやきに耳を傾けてはならない。むしろ、あなたがたの守護天使の声をよく聞きなさい。[2, 107]

7. 主はこう言われます。「**わたしの糧は、わたしを遣わした父の御心を行い、その御業を成し遂げることである**」（ヨハネ4:34）。兄弟たちよ！主は私たちにも、神を「父」と呼ぶ権能を授けてくださった。それゆえ、私たちの糧もまた、天の父の御心を行うことにあるはずである。では、具体的に私たちは何を行うべきなのか？何をすべきなのか？——あなたがたは、これまで誓いを守って生きてきた人生そのもので、すでにそれを示してきた。それゆえ、私はこう答えることができる。これまで通り生きなさい。節制の労苦、従順の重荷、徹夜の疲れ、目に見えない思いの矢、情欲の炎、落胆による心の曇り、嫉妬による傷つき、そして私たちの魂を滅ぼそうとする悪魔が、私たちを地獄の深淵へと突き落とそうとするあらゆる試練を、穏やかな忍耐をもって耐え続けてください。

8. 勇気を出しなさい。悪魔は襲いかかってきますが、神の力によってあなた方の中で撃退され、あなた方を打ち倒すことはできません。あなたがたがいかにかに平和で揺るぎない生活を送っているかを見て、歯ざしりをするが、あなたがたに害を及ぼすことはできない。あなたがたに侵入し、魂を破滅へとさらおうと力を振るうが、あなたがたが主の律法によって壁のように守られているのを見て、侵入する隙を見つけることができない。罌を仕掛け、獣を捕らえるための待ち伏せを仕立てて、あなた方をそこに誘い込もうと努めるが、それを成し遂げられず、あなたがたが告白によってそのすべての策略を打ち砕くのを見て、悪意に満ちた悔しさに苛まれる。そもそも、神への畏れが強く、戒めの遵守が守られ、私たちの生活のあらゆる慣習が実践され、悔い改めの行いが喜んで受け入れられ、実行されている場所には、彼に居場所などないのです。

9. それゆえ、喜び、勇気を持ち続け、穏やかな心を保ち、気丈であれ。力を強め、立ち向かい、決して狂暴な悪魔に足場を与えず、決してこの狡猾な蛇があなたの魂の耳元で囁くことを許してはならない。もし近づいてきたら、追い払い、撃退せよ。あなたがたは、彼が最初の人間をいかに惑わしたか、そして今もなお、その誘惑に屈する者たちをいかに巧みに惑わせ続けているかを知っている。彼は、たとえどれほど立派な装いをまとっていても、ただ一つの悪を吹き込む——それは、高慢、嫉妬、あるいは肉欲、節制の欠如、そして魂を汚すあらゆるものへと導くものだけである。しかし、あなたがたは、むしろ、あなたがたの命の守り主が、貞潔で、勇気があり、皆が模範とすべき考え、すなわち死や来世への移行、未来の永遠の祝福、そしてそれとは正反対の終わりのない苦しみについて、また、いかにして前者を得、また、後者をいかに



して避けるかについて。これらに絶えず心を向けることで、あなたがたはますます善行に堅く立ち、私たちの主なる神の道をより熱心に歩み続け、やがて私たちに定められた人生の終わりが訪れるまで、そして、私たちが心から喜ばれる主が、私たちをここから永遠の安息へと導いてくださるのです。

**173. 魂の耕作は、土地の耕作のように特別な時間や準備を必要としない。それはいつでも行えるものであり、必要な準備とは、あらゆる悪を抑制し、あらゆる善を助長しようとする願いと決意に尽きる。**

173. 1) 魂の耕作は、土地の耕作のように特別な時間や準備を必要としない。それはいつでも行えるものであり、ここでの準備とは、あらゆる悪を打ち消し、あらゆる善を助長しようとする願いと決意に尽きる。－ 2) それでは、探し求めて見出し、押し進めて道が開かれた先人たちに倣って、このことに取り組みましょう。[2, 110]

**10.** 魂を耕すには、土地を耕すのとは異なり、いつでも適している。ここには、牛も、鋤も、その他の農具も必要とされない。必要なのはただ一つの意志と、全力を尽くす願いだけであり、それによって善の種が蒔かれ、永遠の喜びと安らぎのための良き実が収穫されるのである。そしてそれは昼間だけでなく、夜も、朝も正午も、食事や飲酒の時も、座っている時も立っている時も、会話の時も沈黙の時も、歩いている時も立っている時も、何かをしている時も何もしない時も、もし私たちが当然のように自制し、覚醒していれば、いつでも行えるのである。これによって、私たちは自分の思いに惑わされたり、心をあちこちとさまよわせたりせず、また肉体においてもあちこちと動き回ったりせず、肉欲の満足を求めたり、それゆえに互いに論争や争いを起こしたりせず、不従順や不平不満に陥ったりせず、虚栄や高慢、そして何にも顧みず自分の主張を押し通して優位に立とうとする誘惑に陥ってはならない。なぜなら、そのようなことはすべて、私たちの心が主と共にあり、ふさわしいことを思い巡らし、謙遜で砕かれた心を持ち、遭遇するあらゆる悲しみを穏やかに、そして喜びをもって受け入れることを妨げるからである。

**11.** 兄弟たちよ、私たちの救いの日々を、無為や怠惰、不精の中で無駄に過ごしたり、人生の時間を無益に費やしたりしてはなりません。むしろ、美德という商いに乗り出し、天の恵みの富を手に入れ、私たちの聖なる先人たちが示した知恵に倣い、一日たりとも、一時間たりとも無駄にすることなく、確固として懸命に、魂の浄化、情欲の追放、そして善き心構えの獲得へと邁進し、労苦も汗も惜しまず、心を尽くして唯一の神を求め続けたのです。彼らは求め、見出し、叩き、そして門が開かれた——愛の扉、真理の門、そして無情の道を通るキリストへの入り口が開かれ、彼らはそこに入り、枯れることのない永遠の喜びと歓びを見出した。——さあ、救われる者たちよ、来なさい。私たちの先祖たちの道を歩み、彼らが私たちに遺した戒めを守り、私たちの心を清く、汚れのないままに保ちましょう。「悪巧みをする者を妬んではならず、不法を行う者を羨んではならない。彼らは草のようにすぐに枯れ、野の花のようにすぐに散ってしまうからだ」（詩編36:1,2）。数は多くても怠惰に生きる者たちではなく、数は少ないが救いと神に喜ばれることを熱心に追い求める者たちを見よう。そのような人々に倣い、彼らの美德の足跡をたどり、彼らの目を通して万物を見、彼らの知恵をもって万事を思索し、彼らの言葉で語り——そして、彼らの分、すなわち至福で満ち溢れた喜びに与かる者となろう。

**174. 世を捨て、誓願を立てて修道院に入るために、神に喜ばれる生活を送る力を授かったならば、あなた方をこれに招かれた主を、言葉ではなく、あなたがたが選んだ生き方という行いによって感謝しなさい。これこそが、世に対する勝利である。**

174. 1) 世を捨て、誓願を立てて修道院に入るために、神に喜ばれる生活を送る力を授かったなら、あなた方をこれに招かれた主を、言葉ではなく、あなたがたが選んだ生き方という行いによって感謝しなさい。これこそが、世に対する勝利である。－ 2) 主は、苦難と十字架と死によって勝利を収め、私たちに完全な勝利への道を指し示されました。主の後に続き、使徒たち、そして殉教者たち、さらに聖人たちが、このようにして世に勝利しました。－ 3) これこそが神への



道であり、この道を歩まない者は一人もいません。－ 4) 苦難に遭遇しても驚く必要はない。むしろ喜び、勇気を奮い立たせなさい。[2, 111]

**12.** あなたがたが敬虔に歩み、神にふさわしい行いをし、主のすべての戒めを全うし、偽りなく修道生活を守り、その生活において霊によって新たに生まれ変わり、それによってかつての罪から解放されたことを、耳にし、目にする以上に、私にとって望ましいこと、喜びに満ちたことは何もない。それだけでなく、目に見える敵や目に見えない敵に対する力の霊を受け、生ける神への奉仕と、その聖なる戒めの遵守において、あらゆる事柄に恐れず立ち向かうことができるようになったのです。さあ、あなたがたを召してくださった主を感謝し、賛美し、歌い上げなさい。その報いとして、あなたがたの修道生活において忍耐強く歩み続けること、そしてこれまでよく奮闘してきたように、これからもさらに神への愛を燃やし続け、この道を歩み続けることこそが、唯一の報いとなるのです。主は、あなたがたのために日々冠を編んでおられます。もしあなたがたが、善なる意志をもって、私たちに命じられたことのうち何一つ変えるよりも、むしろすべてを耐え忍ぶという確固たる決意を保ち続けるならば。なぜなら、主の戒めは永遠の命であり、それを破ることは死だからです。それゆえ、私たちは真理を告白し、それに反対する者たちには同調せず、そのためにあらゆる世俗的な利益や、王や司教、その他の人々からの栄光や名誉を犠牲にしなければなりません。なぜなら、「たとえ人が全世界を手に入れたとしても、自分の魂を失うなら、何の益があるだろうか」と書かれている通りである（マタイ16:26）。それこそが、私たちの不屈の精神と私たちの偉業の理由である。

**13.** しかし、「勇気を出しなさい」と主は言われる。「わたしは世に打ち勝ったからである」（ヨハネ16:33）。主が勝利を収められたのは、私たちも主の後に従って、この世に打ち勝つためである。神として、主は常にこの世の勝利者である。しかし今、主は特に、人間として勝利を収められたと語っておられる。そして直ちに、使徒たちが主の後に続いてこの世に打ち勝ち、その後に殉教者たち、さらに聖人たちが、そして敬虔に、神にふさわしい生涯を送ったすべての人々が、この世に打ち勝ったのである。しかし、この勝利は、主ご自身によって、また主の聖徒たちによって、どのように勝ち取られたのでしょうか。――闘いなしに？ 苦しみなしに？ 血を流すことなく？ 追放されることなく？――いいえ、それがないばかりか、十字架と死さえも通じて勝ち取られたのです。主が受けた侮辱、罵倒、嘲笑――主が裏切られ、裁かれ、耳を引き裂かれ、唾を吐きかけられ、十字架にかけられたこと――をご存じでしょう。しかし、復活して、この世を救われたのです。同様に、使徒たちもまた苦難に遭いました。殉教者たちの苦しみと拷問を、誰が語り尽くせましょうか。また、敬虔な人々の功績と苦難を、誰が語り尽くせましょうか。

**14.** 神の御言葉はこう告げている。「敬虔に生きようとする者は皆、迫害を受けるが、悪しき者たちはますます勢いを増し、人を惑わし、また自らも惑わされる」（Ⅱテモテ 3:12）。御国へと通じる道は狭く、また苦難に満ちている。滅びへの道は広く、平坦である（マタイ7:14）。後者には、この世の喜び、肉的な快樂と享樂、神の律法への輕蔑、死への無関心、人間的な恐れがある。一方、前者には、この世からの苦難、自発的な労苦、そしてあらゆる種類の欠乏がある。使徒は、その道を歩む者たちについて次のように述べている。「貧しく、苦しみ、迫害され、荒野や山々、洞窟や地の裂け目をさまよっていた」（ヘブライ人への手紙 11:37）。そして、この道を苦しみなく歩んだ聖人は一人もいない。

**15.** 苦難に遭遇しても驚いてはならない。むしろ、それらがあなたをも見逃さなかったことを喜び、神への愛をますます燃え上がらせなさい。それによって、情欲を打ち砕き、悪魔を追い払うためである。なぜなら、唯一なる方を愛する者は、他のすべてを後にして置き、唯一なる方を畏れる者は、他の誰をも恐れることはできないからである。神を持つ者は、すべての人よりも高きに立つ。健全に思索し、敬虔を守り、すべての人のために祈りと懇願を捧げなさい。キリストはあなたがたの真ん中にいる。なぜなら、二人または三人が集まるところにキリストがおられるのなら、その戒めを守るあなたがたがこれほど大勢いる中で、キリストがあなたがたの真ん中にいないはずがないからだ。

### 175. 一時的に離れるにあたり、上司や部下に対し、規則に従って行動し、生活するよう求め、その具体的な方法も指示する

175. 1) 一時的に離れる際、上司と部下に対し、規則に従って行動し生活するよう求め、その具体的な方法も示す。－ 2) これを促すにあたり、特に「神はすべてを見通しておられ、すべてに対して報いられる」という点を強調する。[2, 112]

16. しばらくの間不在にするにあたり、主イエス・キリストの愛をもって、私の不在中のわずかな日数において、従順と謙遜をもって、共同生活の通常の規律を守るようお願いいたします。指導者たちは、独断的、傲慢、商人のような、あるいはその他いかなる人間的な方法によってもなく、神にふさわしく、有益に、救いとなるように、神に見られ、裁かれる者として、また、あなたがたの言うこと、行うことすべてについて神に答えなければならない者として。従属者および修道見習いの皆さん、私の代理人から、また他の指導者たちから命じられたことを、穏やかに、異議を唱えることなく実行してください。あなたがたは神の子らである。光の子らとして歩みなさい。あなたがたはキリストの小羊である。その小羊のように、静かに、謙虚に牧されなさい。誰も、情欲という茨を食みながら、山羊のように暴れ回ったり跳ね回ったりしてはならない。また、ユダのように振る舞ってはならない。兄弟たちの前では兄弟であるかのように振る舞いながら、内では自らの魂を滅ぼす裏切りを企む者となってはならない。エサウのように、自らの救いを軽んじ、その特権を、盗んだ食べ物や飲み物と引き換えに売り渡してはならない。誰も、あちこちをぶらついて無為に過ごしたり、一日を無駄にしたりしてはならない。他の兄弟たちが、昼の暑さや夜の寒さに耐えながら懸命に働いている時、たとえ門番として勤務していようが、病院で奉仕していようが、靴職人の工房や大工の工房、あるいは他のどのような奉仕の場であろうとも。使徒の言葉によれば、そのような者たちは「食べるに値しない」(Ⅱテサロニケ3:10)とされているのだから、これは恐ろしい罪である。

17. すべての人よ、神の道に従って歩みなさい。しかし、悪意ある相談や虚しい企みを行う隠れた場所には、あなたの足を踏み入れてはならない。なぜなら、「主の目は、暗闇の中でも太陽よりも明るく、あなたのすべての道を照らし見ている」からであり、「隠れた場所でも見通しておられる」からである(シラ書23:27)。それゆえ、たとえあなたが隠れた場所にいたとしても、そこでも休むことのない御目が、あなたが誰と立ち、何について語り、何をしているかを見ているのである。だから、その目が、あなたがサタンと語り合ったり、悪事を企てたり、恥ずべき行いをしたりしているところを目撃しないように気をつけなさい。たとえ主がその瞬間にあなたに相応の報いを下さなくても、あらゆる方法であなたの罪を記録し、あなたの堕落を明記するよう命じられるでしょう。そして、言葉もなく、目に見えぬ形で、あなたにこう告げられるのです。「あなたはこれをなした。わたしは黙っていた。あなたは不法を行なった。わたしはあなたに似る者となるかのように。わたしはあなたを告発し、あなたの罪をあなたの目の前で明らかにする」(詩編49:21)。これは審判の日のことだ。――万物を支配する御方の御手から、いったいどこへ逃げられるというのか。誰にも知られずに、悪事を働くことなどできるだろうか。ですから、そのようなことには、思いさえも向けないでください。あらゆる事において、救いとなり、神に喜ばれるように行動しなさい。そうすれば、主はあなた方を見て喜び、楽しみ、あなた方の善行を命の書に記し、万物が明らかにされるその日には、朽ちることのない永遠の義の冠をあなた方に授けてくださるでしょう。

### 176. 勇ましく立ち、高みを見上げ、神聖な瞑想を矢のように用いて、救いの敵を撃退せよ

176. 1) 勇ましく立ち、高みを見据え、神聖な瞑想を矢のように用いて、救いの敵を撃退せよ。－ 2) 情欲に駆られる者があれば、それに屈してはならない。屈した際に被ることになる恥辱、そして悪を善として見せかけ、あなたを惑わそうとする敵の存在を心に留めよ。－ 3) そして、内なる動揺から、あなたのそばにいる霊が善なるものか悪なるものかを察し、一方には耳を傾け、もう一方を追い払え。[2, 114]

18. 「真理をもって腰に帯を締め、平和の福音を宣べ伝えるために足を履き整え」(エフェソ6,14,15)と、腰に真理の帯を締め、足に平和の福音を宣べ伝えるための備えを履き、目を天に向け、天上のものへと志に向け、天上のものを求め、心を天のことに向け、肉体を離れること、そして後に裁き主と対面し、御前で答弁することを心に留めなさい。——神の聖書と聖人伝を研究し、魂に有益で救いとなるものを見つけたら、それを矢のように敵に向けて放ちなさい。

19. 情欲に悩まされる者は、落胆したり、それに屈したりしてはならない。なぜなら、「主は、御名を呼び求めるすべての人々に近くおられる」(詩編144:18)からであり、主を求める魂は主を見出すからである(シラ書6:16に倣って)；ただ、魂はしっかりと立ち、嘆き、うめき、涙を流し、天に向かって両手を挙げ、胸を打ち、罪深い行いがもたらす恥辱について思いを巡らせるべきである。それは、恐るべき神の御座の前というだけでなく、自分自身や人々の前においても同様である。そうして、罪から身を遠ざけ、善に堅く立つようにすべきである。なぜなら、こう書かれているではないか。「わが子よ、主の懲らしめを軽んじてはならない。それによって弱った者も、主は戒められる。主は愛する者を懲らしめ、受け入れるすべての息子を打たれる」(箴言3:11,12)。また別の箇所ではどうだろうか。「試練の時に嘆いてはならない」(シラ書2:2)。これは主が私たちの愛を試しておられるのです。私たちがその愛に堅固であるか、主の愛よりも、恥ずべき甘美——災いをもたらし、人を殺すような、口にすれば甘い飲み込み込めば恐ろしく苦いもの——を好んでいないかを。それは、私たちの魂を滅ぼす者が示すようなものではありません。光のように見せかけているが、実は闇であり、霊的な愛を装っているが、実のところ、それは最も憎むべき憎しみである。キリストの戦士よ、その思惑も、その悪巧みも知ってはならない。もし命を望むなら、光を求めよ。なぜなら、神とその戒めこそが光だからである。

20. あなたの魂の状態によって、誰があなたのところに近づいてきたのかを見極めなさい——我々の仲間か、それとも敵か？もしあなたの魂が、平静を保ち、揺るがず、天上の黙想を怠ることなく、私たちに約束された祝福への渴望に満ちているなら、よし、彼に心の扉を開き、彼を受け入れ、彼と共に夜を過ごせ。そうすれば、彼はあなたを、神と神聖な事柄へのより大きな愛へとさらに養ってくれるだろう。しかし、もしその近さがあなたの魂を惑わせ、雑多な思いで満たし、あなたの目を肉と血、世俗的な絆や執着、そして目前の快樂へと向けさせ、あなたの魂を狂乱の域まで煽り立て、まるで情欲の快樂の炎で沸騰させるかのようにするなら——ああ、悲しいかな！——その場から離れ、この竜を追い払え。彼は、一瞬にして、あなたの長年の労苦、修業の努力、数多くの涙、祈り、そして勇敢な闘いと敵への勝利を、一瞬にして滅ぼすために来たのだ。キリストの戦士であるのあなたを、肉欲の快樂という瞬間の獲物としてさらしものにするために来たのだ。そして、そのような勇敢な男に、罪の快樂に染まった毒の杯を飲ませ、永遠に死に至らしめるために来たのだ。——私はこれを、無情な者としてではなく、試練を受けた者として、ましてや情に溢れた者として書いている。あることは読んだものから、あることは父の教えや、他の人々から聞いた話から学んだのである。

### 177. 敵の仕業によって、多くの情欲が私たちが襲う。霊的な全武装を身にまとったまま、戦わなければならない。

177. 1) 敵の働きによって、多くの情欲が私たちが襲う。霊的な全武装を身にまとったまま、戦わなければならない。2) これらの武器の中でも、教訓に耳を傾けることによって得られる神聖な真理の認識は、決して軽視できないものであるが、残念ながら私たちはこれを十分に活用できていない。3) このため、私たちは不誠実であり、悪しきものに執着してしまう。しかし、ただ望むだけであれば、一日中、ただ一つのふさわしい行いを行うことができるのだ。4) さあ、そう行動し始めなさい。[2, 115]

21. あなたがたの多くの困難に満ちた人生において、昼の灼熱も夜の寒さも、精神的にも感覚的にも耐え忍び、勇敢に立ち向かいなさい。しかし、精神的な面においてこそなおさらである。なぜなら、私たちには情欲の炎が内在しており、それは目に見えないネブカドネザルによって、カルデアの炉よりも激しく燃え上がらされているからである。他にも様々な情欲が私たちが襲

い、互いに競い合って哀れな魂を翻弄する。怒り、激怒、恨み、高慢、怠惰、弛緩、偏愛、自愛、そして悪の極みである不信仰である。 私たちには多くの勇気と寛大さ、怠惰に打ち勝つ強さと力、忍耐、寛容さ、 冷静さと儉約が必要である。そうしてこそ、私たちに対して巻き起こされる悪魔の誘惑や狡猾さを退け、欲望というバアルの前にひざまずくことなく、情欲の像にひれ伏すことなく、善きものを集めたものを台無しにせず、神の助けによって築き上げたものを滅ぼすことなく済むのである。 これらの情欲から逃れるには、心を尽くして主に身を委ね、私たちに敵対する勢力を打ち破るためのあらゆる霊的な武具を身にまとう以外に、他にどのような道があるでしょうか。

**22.** これらの霊的な武器とは、祈りと希望、謙遜と従順、愛と信仰、 偏見のなさ、そしてこの世のあらゆるものからの完全な心の離脱、救いに関する絶え間ない教えと語り合い、何事に対しても無関心でも無分別でもない見方と聞き方、同様に口と手の正しい用い方、神への畏れと神への思いによって常に自らを守ること、そして来たるべき祝福への抑えきれない渴望である。もしこれらを私たちの中に持たなければ、どうして罪の破滅に陥らずにいられようか？ どうして私たちを憎む敵の手に落ちずにいられようか？ ——ああ！ 私たちはどれほど多くのことを耳にしているだろうか？ 聖書はどれほど多くのことを私たちに説いているだろうか？ 神を敬う教父たちはどれほど多くのことを教えているだろうか？ しかし、私たちはすべてを忘れてしまい、それについて少しも気にかけていない。 農夫が地表に蒔いた種が、鋤によって地中に埋められる前に鳥たちに奪われてしまうように、敵である狡猾な鳥たちは、あたかも私たちの口から奪い取るかのように、神の言葉を奪い去る。そして、霊的な種は私たちの中で実を結ばず、私たちもまた実を結ばず、徳の実を結び出さないままである。 もし、教父たちが私たちに貞潔や勇気、真実、あるいはその他の美德について熱弁を振るうとき、私たちがそれを聞いた直後に、まるで何も聞いていなかったかのように、それとは正反対の行動をとってしまうのなら、これ以外に何を考えられるだろうか。 裁きや涙について語られても、私たちは外に出ると、笑い出し、高笑いし始める。清らかさについて厳しい言葉で私たちの魂を律しようとしても、それを聞いた直後、私たちは情欲に駆られ、互いに淫らな眼差しを交わし、最も厚かましい言葉を口にし、受け入れるのだ。 謙遜と従順を説かれるが、その話を終えた直後、私たちは傲慢になり、暴虐を働き、不従順を示す。節制を説かれるが、私たちは暴飲暴食にふける。徹夜を説かれるが、私たちはすぐに眠りに落ちる。柔和さを説かれるが、私たちはすぐに激昂する。 沈黙を勧められても、私たちは無駄話をし、労働の強化を勧められても、私たちはそれを避けようとする。率直に言えば、私たちはまるでわざとでもしているかのように、教えが指し示した道とは正反対の道へと向かってしまうのだ。そして、私がこう言っているのは、新参者たちだけのことでなく、何か特別な存在であると思いついて入っている者たち、何らかの分野で指導的立場に召された者たち、そして聖職に就いた者たちについても同様である。 ——ああ、悲しいかな！ 私たちは、誘惑者であるサタンから、いったいどのような苦しみを味わっているのだろうか？

**23.** なぜ私たちは、生ける神、すなわち計り知れないほど高貴な美しさから顔を背け、虚しく、はかないものへと向かうのか。なぜ、最も甘美で永遠なるものを捨てて、苦く、一時的なものを愛し、それに執着するのか。 確かに、私たちの心の目と耳は清められていない。だからこそ、真の善を正しく見ることができず、それを味わう喜びを自ら奪っているのだ。さあ、再び取り組み始めよう。たとえすでにすっかり衰えていても、再び生き返ろう。たとえすでにすっかり死んでしまっても、再び目を覚まそう。たとえすでにほとんど眠りかけていても。 ただ一つ、私たちが望むだけで、すべては成し遂げられるだろう。 ——善き決意、それも確固たる決意を固めたその日、私たちは救いの境地に達するのだ。なぜなら、私たちは の世俗的な事柄に縛られてはいないのだから、善き行いに取り掛かることが難しいなどということはない。しかし、私たちが望むならば、一日中、救いの業に専念することは容易である。朝には、ダビデのこの歌を賢明に歌うのだ。「明日の朝、わが声を聞き、明日の朝、私はあなたの御前に現れ、あなたは私をご覧になる」（詩編 5:6）；第三の時には、「あなたの聖霊を私から取り去らないでください」（詩編 50:13）；第六の時には、「正午の悪魔の襲撃と、日中に飛来する矢から私を救い出してください



」（詩編90:5）；第九の時には、「主よ、あなたの耳を傾けて、私の声を聞いてください」（詩編85:1）；夕べには：「わが魂よ、主を賛美せよ……」。そしてこれに続く箇所（詩編103篇1節）。もし私たちが毎日このように行い、互いに励まし合い、善き言葉と行いによって啓発し合い、無頓着な無関心や空虚な言葉によって気を緩めたり暗くしたりしないならば、そうすれば、この方法で救われることができる。なぜなら、朝から晩まで、ただ一つのふさわしい行いを成し遂げることができるからである。もちろん、非常に注意深い者であっても、不合理な言葉や、不適切な願い、あるいはその他の情熱的な衝動に流されないことはできない。しかし、それはその都度、神への切実な祈りによって償われるのである。こうして日々を過ごししながら、私たちは神の道を歩み続け、肉体からの解放の時を待ち望もう。その先には、主のためにこのように奮闘し、自らを鍛錬するすべての人々への冠、喜び、そして歓喜が待っているのだ。

**24.** それゆえ、あなたがたの労苦、あなたがたの奮闘と闘いに注意を払い、無頓着さを払い除け、熱心な情熱を抱きなさい。善き人生を送り、完全さへと昇り、あらゆる美德に飾られて現れることは、望む者なら誰にでも可能であると確信して。もし神が光であり、命であり、真理であるならば、どうして神に熱望して向かい、神との生きた交わりを求め、それを達成しようとしなかったことがあろうか。また、もしサタンがまことに死であり、偽りであり、破滅であるならば、その唆しに従うことが、どうして死であり、闇であり、破滅でないことがあろうか。このように、私たち一人ひとりの前には、生と死が横たわっている。私たちは生を、光を、不死を渴望し、闇や暗黒、破滅からは遠ざかり、主イエス・キリストにおいて天の御国に与かる者となろう。

### **178. あなたがたは今、聖なる四句節を立派に全うし、霊的な実を豊かに得ました……どうかそれらを大切に、自分自身に厳しく注意を払いなさい**

178. 1) あなたがたは今、聖四句節を立派に全うし、霊的な実りを豊かに得ました。2) ですから、特に復活祭の期間中は、規定によりある程度の慰めが許されるとしても、自分自身に厳しく注意を払い、それらを守り続けてください。[2, 116]

**25.** 聖四句節の間、あなたがたは善き行いに励みました。力の及ぶ限り、いやそれ以上に断食を行い、ふさわしい形で徹夜祈りを捧げ、節度を持って学び、怠けずに働き、心を清く保ち、舌を非難から守り、口を無駄話から遠ざけ、すべての肢体をあらゆる罪から遠ざけ、それらを義の道具、品行方正で神に喜ばれる生活の器官として用いました。皆さんは今、これまでになく、これほど立派かつ順調に断食の期間を全うされました。それはなぜでしょうか。それは、あなたがたが自分自身と自分の生き方に対して厳格な注意を払ったこと、さらにそれによって引き寄せられた神の特別な恵みによるものです。その恵みからは、「あらゆる良い賜物と、あらゆる完全な贈り物」が流れ出ているのです。聖書に書かれている通りです（ヤコブ1:17）。このようにして、あなたがたは人生において成功を収め、霊的な実りによって豊かになりました。

**26.** どうか、あなたの富が守られ、霊的な恵みの宝庫が、敵の略奪的な中傷の手の届かないところにあるように。あなたがたに、生涯の終わりまで、恵みの上に恵み、富の上に富が与えられますように。——そうなるでしょう——しかし、どうすればよいのでしょうか？——今後、特に聖なる復活祭が訪れた際、規則に従って詩篇の詠唱や 通常の礼拝、ひざまずいての祈り、強化された夜の徹夜祈りが省略され、食事においてはワイン、オリーブオイル、煮込み料理などが許され、昼寝、一日の二回の食事、散歩などが許される時期です。したがって、もし心が明晰さを保たず、すべてを厳格な注意を払って規則通りに実行しなければ、これまで築き上げてきた善を台無しにし、豊かな人を貧しい者に変え、栄光の高みから不名誉な転落の深淵へと突き落とす危険にさらされることになる。だからこそ、お願いし、懇願する。この地の敵や狡猾な不測の事態から逃れ、墮落や略奪から安全な場所へ移り住むまでは、まるで牢獄に閉じ込められているかのように、自らを厳しく律しなさい。



### 179. 敵の唆しには耳を貸してはならない。私たちの先祖はそれに耳を傾け、樂園から追放された

179. 1) 敵の唆しには耳を貸してはならない。私たちの先祖はそれに耳を傾け、樂園から追放された。——2) 敵はあらゆる機会に私たちにその毒薬を差し出す。私たちは常にそれを拒絶する準備をしておこう。[2, 117]

27. 「自らを空しくし、わたしこそ神であることを悟れ」(詩編45:11)。それゆえ、私たちには、あらゆるものから自らを空しくし、ただ一つの目的のためにのみ心を向けることが求められる。私たちの人生において必要なのは、飽くことのない善への渴望、衰えることのない節制、揺るぎない忍耐、そして敵である敵対者たちに対する絶え間ない対抗である。なぜなら、これらの心の獣、すなわち私たちの魂を奪う悪魔たちは常に身近に存在しており、それらから罪、不法、そしてあらゆる不品行が生じるからである。それゆえ、誰も怠慢によってその奮闘を緩めてはならず、誰も快楽や自尊心に引きずられて気ままにあちこちをさまよってはならない。むしろ、あらゆる事において主の戒めに従い、他者からの誘惑には従ってはならない。主ご自身がこう言われているからだ。「わたしの羊は、わたしの声に耳を傾ける。他人の声には従わない。彼らは他人の声を知らないからである」(ヨハネ10:27, 5)。キリストがおられるところには、悪魔の居場所はない。キリストの声が羊を呼び集める所には、蛇の嘶きは聞こえない。また、私たちの先祖であるアダムも、魂の耳を健全に保っていた間は、神の御声に耳を傾け、樂園の中に安住し、崇高な啓示を受けていた。しかし、蛇の囁きを受け入れ、罪の木の実を口にしたとき、たちまち裸であることの恥を感じ、神から身を隠した。「どこにいるのか」と問われたとき、「あなたの声を聞いて、隠れました。私は裸だからです」と彼は答えた。さて、アダムよ、誰があなたにこの恐れを植え付けたのか? そして、誰があなたが裸であることを指摘したのか? ——それは、悪意ある聞き方と、神の戒めからの逸脱である。その後、彼はその至福の地から追放され、この世の生活において労苦、悲しみ、そして欠乏に処されることとなった。——それゆえ、今後は蛇の助言には近づかないようにしよう。

28. その悪意によって仕組まれた情欲の唆しを受け入れてはならない。様々な毒薬を盛った小瓶を用意して、このあらゆる不法行為の忌まわしい仕掛け人は、ある聖人(聖マカリオス大聖人)が見たように歩き回り、私たち一人ひとりがどの情欲に対してより準備ができているかを見極めると、それに応じた毒薬をそれぞれに差し出し、食べさせる。それを口にすると、その人は情欲に燃え上がる。ある者には淫行の毒を、ある者には嫉妬の毒を、またある者には暴食の毒を、ある者には独裁の毒を、ある者には禁欲の毒を、要するに、この者にはこれ、あの者にはあれと、一人ひとりにそれぞれ異なるものを与えるのである。兄弟たちよ、注意を払い、この狂暴な敵による攻撃を常に退ける準備をしておかなければならない。そのためには、常に霊的に武装し、信仰の鎧、謙遜の盾、従順の兜、そしてその他のあらゆる美德の全武装を身にまとうべきである。各自、自分の立場をわきまえ、清い良心をもってその立場にふさわしく行動しよう。肉ではなく、魂をもって互いに愛し合いましょう。目は下に向け、心は天に向けましょう。

### 180. 断食は、心と体の両方を節制するとき、神に喜ばれる。もし体だけなら、それは神に喜ばれない。

180. 断食は、心と体の両方で節制を保つとき、神に喜ばれる。しかし、体のみに留まるならば、それは神に喜ばれない。この点において、あなたがたは正しくあるよう努めなさい。[2, 120] 断食の時期もすでに終わりに近づいている。さあ、自分自身の内を省み、ふさわしいこと、なすべきことをすべて果たしたかどうかを確かめよ。私たちはお互いに、疑いのない従順、偽りのない謙遜、砕かれた心による畏敬の念、絶え間ない祈り、神に喜ばれる嘆き、深い嘆息、揺るぎない信仰、恥じることのない希望、穏やかな忍耐、あらゆる面での節制——反抗的な言葉からも、侮辱的な言葉からも、傲慢さ、罵り、独善からも。——これらすべてが節制に求められるものであり、これらを控えることによって、私たちは真に敬虔の道を歩み、善行に励みながら、永遠の言い表せない恵みを待ち望むのである。もし、これに反するものがあれば——不従順、高慢、不平、陰口、独断、放蕩、論争好き、冷酷、憎しみ、怒り、その他不品行な邪悪な情欲など

——たとえ肉体を断食していても、神に喜ばれる断食を捧げていることにはならず、むしろ、不純な——神に喜ばれない、神に拒絶されるものとなるのです。このことを悟ったなら、主のすべての戒めを汚れなく守るよう努め、非難されるべきこと、恥ずべきこと、不名誉なことをすべて拒絶し、すべてを品位を保ち、秩序正しく行いなさい。なぜなら、たとえ善であっても、その言葉や行いが不適切であれば、善とはならないからです。「無知な者になってはなりません。むしろ、神の御心が何であるかを悟りなさい」（エフェソ5:17）——「善であり、神に喜ばれ、完全な御心」（ローマ12:2）。

### 181. 神の戒めと共同生活の誓いを果たすことに励みなさい。そうすれば、主から言葉では言い表せないほどの喜びを授かるでしょう

181. 1) 神の戒めと共同生活の誓いを果たすことに励みなさい。そうすれば、主から言葉では言い表せない喜びを授かるでしょう。－ 2) これこそが私たちの召命の本質であり、その希望です。従順を果たすことを怠ってはなりません。－ 3) これらの従順はむなしなものではない。私たちのうち、だれも人に仕えるのではなく、それを受け入れてくださる神に仕えているのである。神は報いてくださる。だから、この精神をもって努め、自分の召しの務めを完全に果たしなさい。－ 4) そうして、先人たちの、そして主ご自身の模範に従う者となろう。－ 5) 主があなたがたをこのことに堅く立たせ、守ってくださいますように。[2, 123]

1. お願いいたします。あなたがたが召された聖なる召しのうちに、揺るぎなく、不動の姿勢で立ち続け、神の戒めと御義を全うしてください。常に主への最も熱心で温かい愛の中に留まり、心の中からあらゆる異質な情欲を追い払い、修道生活の強さを保ち、毎日ますます熱心に、そして節度を持って、祈りと詩篇の詠唱、従順と謙遜、奉仕と敬虔、そしてその他すべての事において歩みを進め、自らの救いを成し遂げる上での成功の証として、この労苦と闘いにおける粘り強さ、そしてこの汗にまみれた生活を受け入れてください。勇気を持ちなさい。やがて、現在の苦しみのかわりに永遠の平安が、そして現在の悲しみのかわりに絶え間ない喜びが、あなた方のために輝き出すでしょう。使徒もまた、このことで私たちを励まし、現在は一時的で朽ちるものであるからそれに目を向けるのではなく、未来は永遠で至福に満ちているから、そちらに目を向けるよう促しているのです（Ⅱコリント4:18）。

2. さて、私たちは天使の修道服というこの賜物に値する者とされ、永遠の命と朽ちることのない冠を望み、子としての地位と天の御国を切に愛したのです。それゆえ、今やあなた方の手元には、時間も、活躍の場も備わっているのです。——ためらうことなく、力を惜しまず、むしろ金や銀、高価な宝石、その他の朽ちる宝を求める者たち以上に、心をつにして熱意をもって、天の御国と天の恵みを勝ち取ることに邁進しましょう。このことにおいて成功を収めるには、絶えず自らに耳を傾け、絶えず神の御言葉から学び、私たちに課せられた従順を最善の方法で果たすよう心掛けるほかありません。なぜなら、それが立派に果たされるとき、それは肉적인ものでも人間的なものでもなく、聖なるものであり、救いをもたらすものだからです。

3. なぜなら、私たちの中には、肉と血に仕える者は誰もおらず、主なる神に仕えているからである。主はそれを喜ばれるいけにえとして受け入れ、来世においてふさわしい報いを与えると約束しておられる。たとえ与えられた従順がどれほど些細なものであっても、人に仕えているのではなく、兄弟たちを通して御自身にそれを受け入れてくださる主ご自身に仕えているのだと、誰も思ってはならない。それゆえ、あなたがたの「闇の秘密を見通し、心の思いを開き示される」主ご自身を監督者として、恐れと震えをもってそれを果たしなさい（Ⅰコリント4:5）。もし私たち一人ひとりが、このように——実際その通りであるように——考え、互いに奉仕することを神への奉仕として行うならば、私たちは自らの召命にふさわしいすべての務めを完全に果たすことになる。

4. そこから、愛、平和、柔和、穏やかさ、従順といったあらゆる美德の光が私たちの中に輝き出し、私たちは、尊い先人たちの足跡を真にたどり、彼らの生き方に倣って競い合っていることを悟るでしょう。さあ、祝福された者たちよ、彼らの生涯、従順と服従の道を歩んだその軌

跡、彼らの謙遜と従属の並外れた高さを思い起こしなさい——そして、彼らがいかに熱心に主に倣ったかを。主ご自身がこう言われたではないか。「わたしから学びなさい。わたしは心優しく、謙遜であるから」（マタイ11:29）と自ら語られた主に対して、いかに熱心に競い合ったかを。使徒によれば、「神と等しい者であることを強要しようとはせず、むしろご自身を低くし、死に至るまで、それも十字架の死に至るまで従順であった」（フィリピ2:6,8）のです。そして、救われた者、あるいは至福を得た者のうち、誰がそうであったかを見極めてください。ただ、主に倣い、へりくだり、従順で従順であり、あらゆる苦難、屈辱、侮辱、嘲笑、さらには拷問、追放、投獄に耐え抜いた者たち——あなたがたのうちの何人か、あるいはすべての人々もそうであるように。なぜなら、一つの肢体において、全身が栄光を受けるか、あるいは恥を受けるかだからである。

5. 主が、あなたがたをますます、その勇敢な戦士として、その忠実なしもべとして、望みの者たちとして、選ばれた民として、聖なる会衆として守ってくださいますように。そうして、この、まことに姦淫に満ち、罪深い世において、神の戒めを恥じることなく守る者となり、天の御国において、主キリストの共同相続人となるにふさわしい者となれるように。

## 182. 私の教えも、父なる者の訓戒も、神の言葉も聞き入れず、改心しないままである。その原因は、あなたがたの肉欲への追従と、救いに対する無関心にある。

182. 1) 私の教えも、父たちの訓戒も、神の言葉も聞き入れず、改心しないままである。その原因は、あなたがたの肉欲への追従と、救いに対する無関心にある。—— 2) 私たちとあなたがたは、あらゆる善に対して熱心であるべきなのに、私たちは一体どうなっているのか？ —— 3) なぜ我々は怠慢であり、これほどまでに墮落してしまったのか。せめて今からでも改めよう。[2, 124]

6. 農夫が種を蒔くのは、後に収穫を得るため以外、何のためだろうか。商人が労苦するのは、利益を得るため以外、何のためだろうか。同様に、教えの言葉を広める者は、聞き手の繁栄と成長を願ってそれを行うのであり、それ以外に何のために行っているというのか。 ——しかし、あなた方に関しては、私の罪のゆえに、私の言葉はまったく効果を上げていない。私は多くを蒔き、懸命に労苦しているが、何の成果も見られない。語り、説き、戒める——そして時折、ほんのひととき、私の言葉の力があなた方の心の耳に届くこともあるが、あなた方はすぐに、それよりも早く、すべてを忘れてしまい、同じ過ちの中に留まり続けている。私はこのことを嘆き、心が引き裂かれる思いで、あなたがたの無秩序を断ち切る力を持たない。もちろん、このような成果のなさは、私の謙虚な言葉の無力さに起因している。とはいえ、この点については私の側に非があるのかもしれませんが。しかし、あなた方は聖書の御言葉を聞いていないのでしょうか？ それらは毎日、救いをもたらす教義をあなた方の耳に響かせてはいないのでしょうか？ ——それに加えて、聖なる教父たちは何を叫んでいるのでしょうか？ 何を告げているのでしょうか？ 何について証言しているのでしょうか？ 何を警告しているのでしょうか？ ——彼らは、あの恐ろしく、決して洗い流されることのない裁きの場、あの神の衝撃的な最終的な裁き、あの衝撃的な拒絶と果てしない苦しみ、消えることのない火、死なない毒のある虫、暗黒の闇、タルタロスの冥界、そしてそれに関連して思い浮かぶその他の事柄を、あなたの目の前に示していないのでしょうか？ ——それとは対照的に、彼らは天の御国——尽きることのない命、比類なき栄光、言葉に尽くせぬ光、想像を絶する楽園の美しさ、アブラハムの懐、聖徒たちの住まい、義人の宮廷、天使たちの位階、言い表せない喜び——を示してはいないのか？ ——それにもかかわらず、あなた方には何の改善も見られず、悔い改めの兆しささえありません。——しかし、私たちがただ自分の肉欲や嗜好を満たすことばかりを求め、すっかり墮落し、ただ、何を食べ、何を飲むか、自分の魂と聞き手の魂を破滅させるような滑稽な言葉をどう口にするか、自分の罪を隠すか、あるいは他人に押し付けるか、ということばかりを心に留めているとき——総じて言えば、私たちが自分の魂を、敬虔さと真実の住処とするのではなく、あらゆる不法と不義の住処にしてしまったとき、いったいどのような言葉を聞くことができるというのか？



7. 私たちは、悲しみを深く見つめ、天上の知恵を求め、高きものを探し求め、見据えるべきである。すなわち、私たちがどのような、そしてどれほどの地位に身を置いているのか、それによって誰に、何に対して義務を負っているのか、それによって過去の生涯の罪のうち、どれほど、どのような罪の赦しを受けたのか、そして修道服を身にまとった後、どのような怠慢の罪について、許しを得たのか、を。——私たちは、戦慄し、嘆き、謙虚になり、心を痛め、重苦しい心うつむいた眼差しで歩み、常に迫り来る死を思い起こすべきである。また、肉体を離れた後に審判者の御前に立たされ、恐ろしい天使たちに出会うことを思い起こすべきである。— 私たちは、聖なる先人たちに倣うべきでした。彼らは、何事においても、偶発的な言葉に至るまで、自分自身に対して極めて厳格であり、あらゆる面で慎重で、誠実で、整然としており、悪意がなく、柔和で、平和を愛し、好戦的ではなく、肉欲に溺れず、世俗に流されず、沈黙を守り、賛美を捧げ、感謝し、従順で、謙遜で知恵に富み、真に選ばれた器として、あらゆる善行のために備えられていた——彼らの中には聖霊が宿っていたのです。

8. さて、私たち不幸な者たちは、なぜ怠けているのか。なぜ怠慢なのか。なぜこれほどまでに墮落してしまったのか。なぜ神の言葉が私たちの魂に響かないのか。なぜ涙を流さないのか。なぜ石のように固まった私たちの心を和らげようとししないのか。なぜ私たちは完全な変容を遂げないのか？なぜ日々、より良い方向へと歩みを進めず、私たちが世から逃れ、人間のありふれた思索のすべてを超越したことが明らかにならないのか？——恐ろしく、戦慄を誘う死の日と時は、遅れることなく必ずやって来る。その時、私たちは苦々しく、痛ましく、慰めようもなく嘆き悲しむだろう。「わが心は整いました、神よ、わが心は整いました」（イザヤ書 107:2）と大胆に言う勇氣さえ持てないのだ。しかし、もし私の言葉に耳を傾けるなら、さあ、来て、私たちの王であるキリストご自身にひれ伏し、礼拝しよう。御前で心を尽くして嘆き、痛みを訴えましょう。そうすれば、真に御名を呼び求めるすべての人々のそばにおられる方は、私たちに助けと力を与え、罪深い習慣を捨て去り、いかなる犠牲も惜しまずに徳ある生活へと歩み出すことができるでしょう。私は、「食べてはならない、飲んではいけない」とは言いません。「休んではいけない」とも言いません。「慰めを受けたり、兄弟たちと語り合ったりしてはならない」と言っているのではない。しかし、これらすべてが、品位を保ち、節度を持って、ふさわしい時と場所にあって行われることを求める。そうして、徳に徳を重ね、成功に成功を積み重ね、平和で天使のような生活を送れるように。

### 183. あなたがたのうちの多くは、あるべき姿である。では、なぜ全員がそうではないのか。

183. あなた方の多くは、あるべき姿になっています。では、なぜ全員がそうではないのでしょうか。さあ、まだ時間があるうちに、皆で立ち上がりましょう。[3 1, 2]<sup>96</sup> あなたがたの中には、神の言葉が求める通りの者もありますが、その数は多くありません。なぜ私たち全員が立ち上がり、無関心の深い眠りから目覚め、知識の光へと歩み出し、永遠の至福を望まないのでしょうか？なぜ「地上の肢体、すなわち、淫行、あらゆる不潔、情欲、邪悪な欲望を死に委ね」（コロサイ 3:5）で、父と子と聖霊が喜んで宿られる神の宮とならないのか。なぜ、修道生活の規律を、言葉と行いの両面で、細心の注意を払って守り、決して隣人に対して、嘲笑や欺瞞、不平、高慢、あるいは「私はかつてこうであり、こうであった。私にはあれこれがあった」といった自慢話に走らないようにしないのか？——いつまで、空虚な言葉の悪魔が私たちを支配し続けるのでしょうか。いつまで、私たちは諂いと背きの霊の道具であり続けるのでしょうか。いつまで、私たちの心は、些細で取るに足らない事柄を誇り、そのようなものを持たない兄弟たちを非難して、高ぶっているのでしょうか。— さあ、子らよ、私の言葉に耳を傾けてほしい。主への畏れを抱き、互いに右手を差し伸べ、力を合わせて救いを成し遂げよう。私たちがまだ肉体にあり、この世に留まる時間がまだ続き、祈りと嘆願、涙と悔い改めがまだふさわしい間、さあ、歩み出しましょう。そして、全世界を軽んじ、あらゆる肉体的な思惑を捨て去り、あらゆる地上の欲望を死なせ

<sup>96</sup> 第3巻の説教集は2部構成となっており、それぞれに説教の番号が個別に付けられている。引用文中の「31」は前半部を、「32」は後半部を指す。その後続く数字は説教の番号を示す。）

、私たちの心のすべてを、聖なるもの、善なるもの、そして神聖なものへと移すことを悟りましょう。

#### 184. 共同生活における修練生の修業のあり方は、他のいかなるものよりも優れている。それはキリストに倣うものである

184. 共同生活における修練の模範は、他のいかなるものよりも優れている。それはキリストに倣うものである。さあ、この道をしっかりと歩みなさい。[31, 9] 勇敢に立ち、気丈に振る舞い、あなた方の生活においてあらゆることを耐え忍びなさい。思いを高く掲げ、神聖な心をもって天上のものを仰ぎ見なさい。そこで、イザヤと共に、高い御座に就き、高く上げられた主を仰ぎ見ることになるでしょう。主の御前にはケルビムやセラフィム、そしてすべての天使の群れが取り囲んでいます。こうして、私たちは主の再臨という恐るべき日に、主を仰ぎ見るのです。——その時、肉体の快楽を拒み、この世の甘美に心を奪われることを許さなかった者たちは、その至福に満ちた御声を聞くことになるでしょう。その時、私たちの模範である主であり神が、一人ひとりにその功績に応じた賜物を授けられるとき、義人たちは言い表せない喜びの中で、太陽のように輝き出すでしょう。ああ、兄弟たちよ、すべての聖徒たちは、この世で神に喜ばれる行いをした分に应じて、あの世の恵みを受け、なんと大きな至福を味わうことでしょうか！ 確かに、神のために山々や洞窟、地上の深淵に身を隠した者たち——柱の上で祈る者、洞窟の住人、隠遁者——は偉大である。——（私はここで、聖使徒たちや宇宙の審判者たちといった最高の位階、また至福の殉教者たち、神聖な預言者たち、そしてその他の義人たちの種別について語るつもりはない）。しかし、私たちの位階も、彼らに決して劣るものではない。——ご存じの通り、賜物を授ける御方ご自身が、この地上に降りて来られた際、荒野での生活や柱の上での生活、あるいはその他のいかなる生活様式も選ばれず、従順のうちに生きることをお選びになった。御自身が福音書のある箇所でこう言われている通りである。「わたしは天から下ったのは、自分の御心を行うためではなく、わたしを遣わした父の御心を行うためである」（ヨハネ 6:38）。また、「わたしが語るのは、自分について語るではありません。わたしを遣わされた父が、わたしに命じられたことを、わたしが語り、また告げるのです」（ヨハネ 14:10; 12:49）。その後、最後の晩餐の席で、主は帯を締め、しもべとしての務めを果たし、弟子たちの足を洗い、しばらくしてこう言われた。「わたしはあなたがたの中であって、しもべとして仕えているのだ」（ルカ22:28）。このように、受肉された主は、他ならぬ私たちの従順な生き方を喜んで受け入れてくださったのである。私たちが主に倣って人生を送っているということは、私たちにとってどれほど慰めとなり、喜びとなることでしょうか。それゆえ、私たちの生活よりも他の種類の修道生活を称賛することが、果たしてふさわしいことでしょうか。いや、もしあなたがたが、あるべき姿通りにこの生活を忠実に歩んでいるならば、他のいかなる生活をも称賛しようとはしないはずです。だからこそ、『ゲロンティカ』にも、啓示に従って従順に生きる三人の修道者のうち、荒野の隠者や、病を喜びをもって耐え忍ぶ病人に優先されるという物語が記されているのです。ああ、兄弟たちよ、まことに私たちの生活は偉大であり、それを歩む者たちは、疑いなく、アブラハムや殉教者たち、義人たちと共に栄光を受けることでしょうか。さあ、善く歩みなさい。あなた方を妬む悪魔に足を止めさせず、また、怠惰によって自ら立ち止まることのないように。忍耐の香油で足を塗り、喜びのキトンを身にまとい、清さと貞潔の水を飲みなさい。誰も「いつまで続くのか」と言ってはならない。それは怠け者の言葉である。

#### 185. 精進する者たちを実り豊かなぶどうの木に例えることで、徳の実を結ぶことへの熱意を掻き立て、

185. 1) 精進する者たちを実り豊かなぶどうの木に例えることで、徳の実を結ぶことへの熱意を掻き立て、結論を導く。－ 2) 私はこれによって、ある者たちを喜ばせ、またある者たちを正気に戻したいと願う。[31, 13]



9. ぶどう栽培者は、ぶどうの木が実を結び散らしているのを見て喜ぶ。私もまた、あなたがたのうちの誰かが霊的な実を結んでいるのを見ると喜ぶ。霊的な房に富み、悔い改めのぶどう酒をもたらし、神と人々を喜ばせる枝は、祝福されている。しかし、私たちのうちの誰に対しても、モーセ預言者が神の御名によって語ったようなことが言われぬように願う。「彼らの枝はゴモラから来たものであり、その房は胆汁の房、彼らの悲しみの房である」（申命記 32:32）。なぜなら、福音書には、良い実を結ばないあらゆる枝は切り捨てられ、火に投げ込まれると（ヨハネ15:2-6）、恐ろしい警告が告げられているからである。もちろん、その火は尽きることのないものである。キリストの恵みにより、神によって植えられた私たちのぶどう畑には、様々な枝がある。例えば、ある者は行いの甘美さとともに、聖霊の塩で味付けられた言葉を持ち、またある者は深い謙遜に飾られている。さらに別の者は、実り豊かであることに伴い、枝分かれして広がっていく。ここでいうのは、霊的に強まり成長し、功績に功績を重ねていく者を指すのである。またある者は、深く多くの根を大地に張り巡らせ、枝葉を多く茂らせ、実り豊かで、そこから他のぶどうの木や苗木が育まれる。これは、善き道にしっかりと立脚しつつ、誰かが倒れそうになったり、敵の攻撃によって悲しみに打ちひしがれているのを見かけると、他の兄弟たちをも助ける者である。しかし、ブドウの枝は感覚を持たないため、互いに競い合うことはない。しかし、あなたがたは、生気があり、神によって植えられた者として、互いに競い合い、共に成長し、共に実を結ぶ。それは、あなたがたのうち誰も実を結ばないまま残されることなく、すべての人々が神による耕作の実に満ち、あなたがたに実る多くの霊的な房、すなわち美德によって、愛すべき者となるためである。

10. このようなたとえを用いて、ある人々を喜ばせ、またある人々を正気に戻させたいと願う。すべての人々のために、私の謙虚な言葉によって、地から天へと続く梯子を築き上げたいと願っています。そうすれば、あなたがたはより高い観想へと昇り、また心の深みへと降りていき、人間の生命の無常と儚さ、そして人間の行いの虚しさや儚さを悟ることができるでしょう。一言で言えば、あなた方をあの世へと運び、そこにある言葉では言い表せない、数えきれないほどの恵みをお見せしたいのです。生ける神、万物の創造主であり主なる御方の御前に、皆様を導き出し、あの世がどのような場所であるか、そこでの永遠の安息がどのようなものか、言葉に尽くせないほどの喜び、飽くことのない歓喜、天使たちやすべての聖人たちとの至福に満ちた交わりがどのようなものかを、理解していただきたいのです。そうして、あなたがたがそれに心を奪われ、啓発されて、あらゆる虚しいものから背を向け、真に尊ぶべきは、あなたがたのために用意されているその永遠の恵みのみであると悟り、この世で得られるすべてのものは、その瞬間に消え去るものとして、何の意味もないものと見なすようになるためです。

**186. 私たちがなぜこの世を離れ、修道院に入ったのかを心に留め、経験によって示されたつまずきを避けつつ、その境地に至ることに熱心でありましょう。**

186. 私たちがなぜ世を離れてこの修道院に入ったのかを心に留め、経験によって示されたつまずきを避けつつ、その目標を達成することに熱心に努めましょう。[31, 15] 今、私は聖アルセニオスの言葉を宣言します。「アルセニオスよ、なぜあなたはここへ来たのか？」そして、皆さんに、私と共に自分自身に問いかけていただきたいと思います。なぜ私たちは世を離れ、ここに来たのでしょうか？——皆を代表して答えます。もちろん、神を得るためであり、神の子となり、天の御国を相続するためであり、また、「神の御国を相続することのできない『肉と血』」でなくなるためです（Iコリント15:50）。主は、私たちを「聖なる者」という名によって、この場所に召されたのです。さあ、キリストの十字架を背負い、偽りなく主の後に従い、主とこの世との間で心を二分することなく、すべてをただ主一人に委ね、捧げなさい。善き戦いを戦い、自らの道を歩み通してください。遭遇するあらゆる困難や悲しみを勇敢に耐え忍び、約束された祝福による相続への希望から慰めを得てください。多くの悪霊が、内からも外からも私たちに襲いかかってきます。「内から、すなわち心から」と主は言われます、「悪意、姦淫、淫行、殺人、盗み」などが生じます（マルコ7:21）。これらの霊の風に対抗して、私たちは魂の帆を掲げ、自ら

の道を航海しましょう。その際、浅瀬や水中の岩礁——すなわち無知、とりわけ自分の考えを語らず、自分を隠すこと——にぶつかって、たちまち災難に遭わないよう、慎重に注意を払わなければなりません。経験から示された危険な場所には、そこに足を踏み入れて命を落とさないよう、全力を尽くして警戒しなければならない。右にも左にも逸れてはならず、王の道である中道を進まなければならない。それゆえ、まるで呆然としたかのように善を行うことをためらってはならない——かといって、血の熱に駆られて過度に急進し、中道から逸れて、まるで右よりさらに右へと走り去るようなこともあってはならない。他者より優れているように見せようと、自惚れに燃え、その結果、預言者の言葉を嘆き悲しむことになるのだ。「自分自身の知恵と、自分自身の理性を重んじる」（イザヤ書5:21）。

**187. 私たちは皆、調和を保ちながら歩み、それぞれが自分の美德において成功を収めつつ、しかし自分の利益を求めず、いかなる労苦も拒まず、それによって間違いなく天の御国を受けると確信して進もう。**

187. 私たちは皆、一致団結して歩み、それぞれが自分の美德において励みつつ、しかし自分の利益を求めず、いかなる労苦も厭わず、そうすることで間違いなく天の御国を受けると確信して進みましょう [31, 15] さあ、共に歩みましょう。次のように歩みましょう。ある者は思慮深い従順によって、ある者は揺るぎない忍耐によって、ある者はキリストに倣う謙遜によって、ある者は心の思いを守ることによって、ある者は痛ましい悔い改めによって、ある者は清めの涙によって、ある者は嫉妬のない兄弟愛によって、ある者は神からの恵みの賜物によって、教訓的な言葉や、霊的成長を促す詩篇の詠唱、あるいはどうすべきかの手本を示すことによって。各人は、できることを行いなさい。学ぶことができる者は学びなさい——詩を詠むことができる者は詠みなさい、祈ることができる者は祈りなさい、礼拝を捧げることができる者は捧げなさい——ただ、すべてを敬虔に、そして忍耐をもって行いなさい。誰も自分の都合だけを求めたり、自分の気まぐれに従ったりしてはならない。そうすれば、最善の従順から自らを遠ざけてしまうからである。「できない」「気が進まない」「体調が優れない」といった言葉が、たとえそれが真実であっても、私たちの間で聞かれることがあってはならない。私は、目に見えない神と、神に選ばれた天使たちの前で、確かな言葉を誓う。すなわち、主の御言葉「神の御国は力づくで奪い取られる」に従い、——自らを奮い立たせ、あなたがたが自らの道の狭さと苦難のために自らを制しているのと同じように、あらゆる面で自らを制し、苦難に耐えるならば、あなたがたは死から命へ、朽ちるものから朽ちないものへ、闇から光へ、奴隷の状態から神の子としての地位へ、嘆きの谷から、まばゆいばかりに輝き、喜びに満ちた天の御国へと移行行くであろう。

**188. 敵が私たちの先祖を惑わしたように、私たちもまた、悪を善であるかのように偽って見せかけ、惑わされているのです。**

188. 敵が私たちの先祖を惑わしたように、私たちもまた、悪を善であるかのように偽って見せかけ、惑わされている。先祖は彼に耳を傾けて騙された。私たちも、彼に耳を傾ければ騙されてしまうだろう。だから、決して彼の言葉に耳を傾けることなく、あらゆる誘惑に対して耳を塞ごう。[31, 16] 私たちが最初に樂園に滞在し、そこから追放されたことについて思い起こすにせよ、あるいは来世における万物の再構築について考えるにせよ、そのどちらも、私たちにとって最も重要な学びの対象である。私たちの先祖であるアダムがどのように追放されたかは、あなた方にも周知の事実である。しかし、その原因は何だったのか。彼に存在そのものと命を与えた神に対する、高慢と傲慢な反抗であった。彼は与えられた戒めに忠実であり続けられませんでした。心の中で官能的な快楽を渴望する目に惑わされ、その実が「食べるには良く、見るには美しい」ということばかりを考え、妻の唆し、とりわけ蛇の誘惑によって、禁じられた実を口にし、それによって光から闇へと堕ちてしまったのです。かくして、一見甘美に見えたその実を口にした苦い経験が、彼を樂園から追放し、労苦と悲しみに満ちた人生へと陥れた。しかし、彼が被った苦難を、私たちは同じ罠に陥らないよう注意深く見極め、避けるよう努めよう。——私たちは、

官能的な快樂へと誘う魅惑や美しさ、内面的な想像であれ、外的な身体や感覚への偶発的な刺激であれ、それらに心を奪われることを許してはなりません。なぜなら、目に見えるものは時に美しく善良に見えるかもしれませんが、実際にはそうではないからです。もしそれを味わえば、アダムのもたらしたものと同一ものが、私たちにも生み出される——すなわち、死、朽ち果て、裁きである。彼は、自分に囁きかけた蛇を信じた。「その日、善惡の知識の木の実を食べれば、あなたがたの目は開かれ、神のようになるだろう」（創世記3:5）。 私たちに対しても、竜は同じように囁きかけてくる——もしこのような、あるいはあのような欲望を満たせば、計り知れない喜びを得て、あらゆる重荷から完全に解放されるだろう、と。しかし、彼はその言葉に従った結果、期待していたものに裏切られただけでなく、自分が持っていたものまでも完全に失い、悲惨なほどに神から離れてしまった。では、私たちはどうすべきか。果たしてその言葉に耳を傾けるべきだろうか。それとも、「その企みを悟らない」（Ⅱコリント2:11）まま、その欺瞞的な誘惑に惑わされるべきだろうか。それゆえ、彼がどれほど私たちを誘惑しようとも、どれほど呼びかけようとも、どれほど私たちの魂に動揺を引き起こそうとも、彼を私たちから遠く追ひ払うべきである。なぜなら、彼は私たちから神聖で至福の純潔を奪い、主の戒めの樂園から追放し、神から与えられた天使のような装いを剥ぎ取り、やがて私たちを地の底の深淵に閉じ込めようと企んでいるからです。それゆえ、我らは心の扉を閉ざし、その門を固く閉め、彼らとの対話を決して交わしてはならない。しかし、「罪深い悪魔が我らの前に立ちはだかる時」、「我らは沈黙し、ヘリくだる」（詩編38:2。3）神の御前で、敵が近づいたことさえ考えず、十字架という無敵の武器で自らを固め、神の靈感を受けた聖書の言葉によって、自らの救いを成し遂げることにより身を堅く据えよう。日々、善行と修業に飽くことなく励み、成し遂げたことに安住せず、それを何ら重要なこととは見なさず、また誰々や誰々よりも優れているなどとは考えず、あらゆる点において、神のすべての戒めを完全に果たすことに努めよう。これこそが、私たちの善き功業である。これこそが、私たちの至福の昇り、称賛に値する獲得、朽ちることのない宝、そして永遠の祝福という将来の相続の保証である。

### 189. 自己満足の欲望を満たすことによる悪い結果の経験が、私たちにこれを控えることを教えてくれないのであれば

189. 1) 自己満足の欲望を満たすことによる悪しき結果の経験が、私たちにこれを控えることを教えてくれないならば。——2) それならば、常に差し迫っている死の記憶が教えてくれるようにしよう。死の記憶は、殉教者たちを奮い立たせ、敬虔な教父たちを自己犠牲の厳格さにおいて強固に支えてきたのである。[31, 17]

11. 喜び、楽しみなさい。善き道を歩み、この世の欺瞞的な誘惑よりも高みに立ち、天へと向かう思いと、そこにある言葉では言い表せない栄光を心に留めなさい。あなたがたもご存じの通り、私たちの修業におけるすべての労苦は、天の御国に比べれば何ものでもなく、この世の苦しみや困窮は、永遠の安息の前では、不快な眠りの中の夢のようなものです。私たちは、御自身の天の御国へと私たちを招いてくださった方の力によって、この世を去ったことは、よく考え抜いたことであり、正しい行いでした。しかし、これからは善く生き、少しずつ善行に励み、経験する出来事から学び、虚栄に打ち負かされないようにしていこう。「私たちは何度、快樂にふけたことか——しかし、そこから何も残らなかったではないか。何度、腹を満たしたことか——しかし、腹の欲求を満たしただけで、その満腹感から蓄えられたものは、体の重さ以外には何もなかったではないか。」もし恥ずべき思いに甘んじたなら、その後、喜びの代わりに悲しみを味わって自分を呪った。もし眠りにふけたなら、その後、言葉を持たない者のように自分を嘆いた。もし無礼を働いたなら、その後、自分を責めた。もし笑い転げたなら、その後、それを嘆いた。そして、そもそも感覚的な快樂から人間に何の益もないのである。もし常に慰めと喜びを味わいたいと願うなら、戒めを守りましょう。それは私たちにとって尽きることのない喜びとなり、良心の証しとともに、義の豊かな実を結ぶでしょう。



12. 兄弟たちよ、聞いてください。眠りや怠惰に身を任せて、自分の時間を無駄に過ごしてはなりません。死の時は近づいています。あるいは、すでに到来したのでしょうか。神から天使が私たちを迎えに遣わされ、その天使は直ちに私たちの魂を受け取り、連れ去るでしょう。しかし、どこへ？ これを聞いて、私たちは恐怖を感じないのでしょうか。これを思い巡らして、戦慄しないのでしょうか。このことを心に留め、聖なる殉教者たちは喜びをもって、自らの肉体を拷問に、四肢の切断に、骨の碎きに委ねました。まことに「世にも、御使いたちにも、人々にも、恥辱となった」（Ⅰコリント4:9）のです。しかし、そのおかげで、彼らは後に栄冠を授けられました。一方、私たちの尊い父たち、聖なる修道士たちは、あたかも肉体が敵であるかのように奮闘した——飢えながらも喜びを見出し、寒さに耐えながらもあたたかさに包まれているかのようにであり、欠乏に耐えながらも、すべてを十分に持っているかのようにであった。両親への愛に縛られることもなく、子供たちへの愛着によって決意を曲げられることもなく、兄弟たちへの親しみによって気を散らされることもなかった。金も銀も、また立派な衣服も、体を熱くする食物も、彼らは決して渴望しなかった。ただ生きるためにのみ食べ、身に着け、あらゆる苦難を、まるで無形の存在であるかのように耐え抜いた。私たちも彼らに倣おうと決意し、あらゆる苦難に遭い、飢えや寒さ、侮辱や嘲笑、その他あらゆる悲惨な事態に耐え忍び、ただ天の御国を失うことのないようにしよう。

**190. 私たちにとって困難なことです。敵は至る所で、私たちを惑わそうと策略を巡らせています。しかし、このことを知っているので、自分自身に注意を払い、それに立ち向かいましょう**

190. 1) 私たちにとって困難なことです。敵は至る所で、私たちを惑わそうと策略を巡らせています。しかし、このことを知っているので、自分自身に注意を払い、それに立ち向かいましょう。—2) 「あと少しで」ということに勇気づけられ、安息の地に入ることができます。—3) そして、神の言葉と教父たちの著作から教訓を汲み取りましょう。[31, 19]

1. 私たちの戦いは偉大であり、敵は打ち負かすのが困難で、私たちに対するその悪意は強い。敵は夜も眠らず、昼もうたた寝せず、いかなる雑事にも気を取られることなく、ただ神によって集められた私たちの群れの周りをうろつき回り、不注意で信仰が定まっていない魂をさらって飲み込もうとしている。その策略はあなたがたにも知られている。だから、用心せよ。——彼は罪を煽る者であり、甘美な餌で覆われた釣り針のように、悪しき考えを投げかけるのである。あなたがたは、使徒の言葉によれば、「その企みを悟らない」（Ⅱコリント2:11）魚のように愚かになってはなりません。外見に惑わされることなく、その狡猾さを暴き、彼を追い払ってください。そうすれば、彼は成功を逃し、苦々しい思いで自分のところへ引き返すでしょう。これが彼の誘惑的な囁きです。ある者には嫉妬を、別の者には怠惰を植え付け、ある者には移住を、またある者には高慢を、あるいは同じ者にその両方を吹き込み、あらゆる手段で死の罠へと引きずり込みます。ですから、私たちは自分自身に注意を払い、魂の右手に主——唯一の愛され、慕われる方——をおいて、彼の罠から逃れましょう。敵である蛇に対してのみ与えられた怒りに、あなたがたが支配されないように。また、情欲の炎が、あなたがたの心を恥ずべき、ふさわしくない行いに燃え上がらせる自由を持たないように。むしろ、柔和さを身に着け、美しい無情をまとい、互いに愛し合いなさい。

2. あと少しの間、自らを奮い立たせれば、あなたがたは「幸いな者」と呼ばれるでしょう。あとほんの少し——ほんの少しの努力をすれば、まもなくその天の都、まばゆいばかりに美しく飾られた都に到達するでしょう。そこには、言葉では言い表せない処女の魂たちの婚礼の殿堂があり、アブラハムの懐、神聖な楽園、天の御国があるのです。この都を心に留め、労苦や疲労に目を向けず、そこへ向かう道を一刻も早く歩むよう、自らを奮い立たせましょう。

3. 福音書、使徒たち、預言者たちの神に靈感を受けた言葉、そして教父たちの魂を救う書物に耳を傾け、それらによってあなたの魂を養い、満たしなさい。また、各人に与えられた務めや労働においては、忍耐と兄弟愛、互いの助け合い、そして憐れみをもって穏やかに過ごしまし

よう。そうして、すべての人とすべての事において、私たちの神の御名が賛美され、私たちが神に仕え、礼拝を捧げることができるようになります。

**191. 忍耐をもって敵に打ち勝ち、殉教者たちが苦痛に身を委ね、聖人たちがあらゆる厳しい自己犠牲に身を捧げた、そのために与えられる言い表せないほどの恵みにあずかることができるように。**

191. 1) 忍耐をもって敵に打ち勝ち、殉教者たちが苦痛に身を委ね、聖人たちがあらゆる厳しい自己犠牲に身を捧げた、その計り知れない恵みにあずかることができるだろう。— 2) 彼らに倣い、あらゆる悪から遠ざかり、あらゆる善を熱心に追い求め、それによって完全さへと至ろう。[31, 24]

4. 絶え間ない闘いの中で、あなたがたは従順の戦場に立ち、苦難の中で打撃を受け、悲しみの波に襲われ、自らの意志を断ち切る中で血を流している。— しかし、勇気を出しなさい。それによって、あなたがたは善き勝利のための冠、榮譽、そして報いを自ら備えているのだから。「悪魔に立ち向かいなさい。そうすれば、悪魔はあなたがたから逃げ去る。神に近づきなさい。そうすれば、神はあなたがたに近づいてくださる」(ヤコブ4:7,8)；「身を着けよ」と、全宇宙の偉大な教師パウロが命じるように、「聖霊の『全武装』を身に着けよ。そうすれば、悪魔の策略に対して『揺るぎなく』立ち向かうことができる」(エフェソ6:11)。あなたがたの忍耐によって、悪魔は撃退され、打ち負かされ、無力な者として地に打ち倒され、あなたがたの足の下に踏みつけられるのです。こうして、「蛇やサソリ、また敵のあらゆる力」を踏みにじるという約束が、あなたがたに成就するのです。ああ、ああ、わが子らよ！もしあと少しばかり奮闘すれば、どのような恵みを授かり、どのような栄光と喜びを得るのでしょうか？——口では言い尽くせず、知性では理解し尽くせないほどです。このために、殉教者たちは羊のように自らを犠牲に捧げ、このために、聖人たちは最も厳しい修行に身を投じ、それを成し遂げたのです。

5. 私たちも彼らに倣い、互いにこのことに励まし合い、助け合いましょう。どうか、私たちの間には、アダムを楽園から追放した不従順も、朝に輝く明けの明星を天から打ち落とした全能の神に対する高慢も、エサウに長子の権利を売り渡させた食欲も、狡猾なダリダによって、無敵のサムソンを異邦人の前で笑いものにしたようなもの、また、カインを兄弟殺しにしたような嫉妬も。それゆえ、むしろ美德を身につけよう。ある者からは柔和さを、別の者からは熱意を、あの人からは忍耐を、この人からは不屈の精神を、またある者からは兄弟愛を、別の者からは謙遜、従順、そして神への愛を学び取り、そうすれば、あなたがたは光と昼の子となり、その生涯を競い合った者たちの共同相続人となるでしょう。登りなさい、わが兄弟たちよ、美德の高き山に登りなさい。心の中に御霊の導きを据え、天の梯子となり、レバノンの杉のように高くそびえ立ち、上なるものを求め、天上の知恵を修め、そこに心を集めなさい。そうすれば、あなたがたがそのような心構えにあるとき、この世の命の終わりが、あなた方をまっすぐに至福の楽園へと導き、終わりのない命へと移してくれるでしょう。

**192. 叫び求めよう。そうすれば、主は私たちを罪と敵の奴隷状態から救い出してくださる**

192. 1) 叫び求めよ。そうすれば、主は私たちを罪と敵の奴隷状態から救い出してくださる。— 2) しかし、救われたら、その状態を保ちなさい。さもないと、再び奴隷の状態に陥ってしまう。そのような苦難を避けるために、神への畏れと主への愛を持ち、神の驚くべき御業、創造、摂理、そして贖いを黙想することで、それらを支えなさい。——3) 主が私たちのために苦難に遭われたことを心に深く刻み込めば、いかなる悲しみや苦難もあなたを揺るがすことはなく、神の道から逸らすこともないだろう。[31, 25]

6. なおもなおも「神を求めよう。そうすれば、私たちの魂は生き続ける」(イザヤ 68:33)。熱心に神に呼び求めよう。そうすれば、神はかつてのイスラエルのように私たちに目を留め、悲しむ私たちの魂の叫びと嘆きを聞いてくださる。たとえモーセを遣わさなくとも、神ご自身が、間違いなく私たちを、心の中のファラオの手から、そしてその情欲による苦役から救い出し



てくださる。私たちが罪深いエジプトの下にいる限り、そこに仕える思いが私たちを追い立て、迫害し続けるのは避けられない。しかし、慈愛に満ちた神が、御自身の臨在を示すしるしと奇跡をもって、私たちの忍耐に目を留めてくださる時、神は私たちを十の災いによって、無情の地へと導き出し、私たちは満ち足りた喜びのうちに、解放を祝う勝利の歌を神に捧げるのです。

7. しかし、ある者は、回心の時およびその後、自分の中に支配していた最初の善き心構えを再び失い、堅く保てなければ、再び敵の手に落ちることになることも知っておきなさい。どうか、あなたがたのうち誰一人として、そのようなことが起こらないように。——内なる善き変容と堅固さの始まりであり、その源泉は、神の驚くべき御業と御計画——すなわち、神が「存在しないもの」からすべてを存在へと導き出し、しかもただ一言で、光を創り出し、天を広げ、天をドームのように張り巡らせ、聖書（詩篇32:7）に記されているように「海の水を皮袋のように集め」、すべての生き物が呼吸するための空気を満たし、太陽と月を、数多くの多様な星々を伴う二つの輝く瞳のように天の穹蒼に据え、地からあらゆる実を結ぶ木を、あらゆる草や花を、また、地からはあらゆる獣を、海からはあらゆる魚や鳥を現れるよう命じ、ご自身の御手をもって私たちの先祖であるアダムを創造し、彼を甘美な楽園に置かれ、太陽の昇り沈みを定め、——それゆえに私たちには昼と夜があり、それによって私たちの人生の流れが測られる——とりわけ、その御偉大さと、その御知恵の深遠さを仰ぎ見ることで！ ただ御一人である主を畏れ、ただ御一人である主の前で戦慄しましょう。しかし、私たちのために人となり、罪を除いてはすべてにおいて私たちに似てくださったこと、私たちのために引き渡され、裁判の場に連行されたこと、私たちのために耳を引き裂かれ、唾を吐きかけられ、嘲笑され、鞭打たれ、ついには十字架にかけられ、死なれたこと——これらすべてを、主は人間として耐え忍ばれましたが、神として復活し、魂を滅ぼす者である悪魔に打ち勝ち、御自身の愛する被造物を救われたのです。主はこれらすべてを、人として耐え忍ばれたが、神として復活され、人の魂を滅ぼす悪魔に打ち勝ち、愛する被造物を救われたのである。

8. これを知った後、神が侮辱されたことを思い起こして、あらゆる侮辱をただ動揺することなく、むしろ喜びをもって受け入れない者がいるだろうか。主がどのように侮られ、中傷されたかを思い起こして、あらゆる悪口を喜んで耐え忍ばない者がいるだろうか。主が頬を打たれるのを見て、自らも喜んで同じ苦しみを耐え忍び、右の頬を打たれたとき、左の頬も差し出さない者がいるだろうか。神が十字架にかけられ、槍で刺され、胆汁と酢を味わわれる姿を心に思い描いて、あらゆる死に備えて身構えない者がいるだろうか。——さあ、わが子らよ！ さあ、お願いだ。この世と情欲に自らを十字架につけよう。もし必要があれば、打たれることさえも受け入れよう。そうでなければ、少なくとも、非難や中傷という言葉による傷や、自らの意志を切り捨てることによる心の流血を、柔和に耐え忍ぼう。そして、キリストのように、その人間愛ゆえに苦難を受ける者となりましょう。皆、自分の務めを熱心に果たすよう奮い立ちなさい。祈りに励み、その中で御霊の炎に燃え上がり、涙を流し、謙遜の嘆き声を上げなさい。

### 193. 私たちの生涯がどのように終わるかを心に留め、先人たちに倣って、神に喜ばれることを熱心に求めよう

193. 1) 私たちの人生がどのように終わるかを心に留め、先人たちに倣って、神に喜ばれることを熱心に求めよう。— 2) 実際には、これを体現している者はほとんどいないが、私たちは互いに協力し合い、共に助言し合うことで、たとえ完全ではないにせよ、彼らに遅れをとらないようにしよう。— 3) もし望むなら、これには乗り越えられない障害などない。なぜなら、それは私たちの意志次第だからである。[3 I, 28]

9. 子らよ、私たちの命とは何か、この肉体にあって誰に仕えているのか、そして、私たちの肉体との分離という秘跡が何をもたらすのかを知ろう。これを心に留め、神の戒めを履行することに細心の注意を払い、自らの救いを成し遂げることに倦むことなく努めよう。この無頓着な世の中で、神に喜ばれる生活の熱心な実践者として自らを現そう。かつて、私たちの先祖たちが、聖霊の水に潤され、野のユリのように、また神が植えられた楽園のようにここに咲き誇り、あ

らゆる美德の実を結び、主の友と呼ばれるにふさわしい者とされたように。彼らは神に喜ばれ、清らかな生活を送り、高尚な瞑想に浸ることで天国を勝ち取り、この地上での生涯を賢明に活用し、天使たちと共に一つの聖歌隊を成し、神と共に住まわれた。2) 今、誰がこのように歩んでいるのか。「誰が主の山に登るのか」、と書かれているように（詩編 23:3）。誰が、「鳩の翼のように」御霊によって「飛び立ち」、完全さの山で「憩う」のか（詩編 54:7）。「その生涯において、その義が輝き出る」のは、いったい誰か？（詩編 71:7）。——しかし、私たちは、共通の協議と互いの励ましによって、その労苦を引き受け、彼らに遅れをとらないようにしよう。私たちまでもが、「反抗的で、深く嘆き悲しむ者たち」（詩編 77:8）、すなわち自分の心を制御できなかった一族と呼ばれることを許してはならない。それどころか、「祝福された義人の一族」（詩編 101:2）となろう。報いにふさわしい美德を自ら示し、先祖たちの聖なる道を歩み、彼らの足跡をたどり、彼らの歩みの段階を測り、その生涯を探求し、彼らの行いに競い、その行動様式に倣おう。たとえ拙く、似ていなくとも、弟子が師に倣う姿を十分に示すことができる限りにおいて。彼らは神に似た姿を描く画家であり、美德の芸術家である。我々は、たとえその影を映し出すに過ぎなくとも； 彼らは巡礼者であるから、私たちも巡礼者となろう。彼らの故郷は天である——天上のエルサレムが私たちの故郷ともならんことを。彼らの財産は主の戒めである——私たちもまたそれを求めよう。彼らは肉と血（血縁）への愛に縛られることなく、この世の快樂にふけることもなかった——私たちもまた、同じことを願おう。彼らは努力してそのようになったのだから、私たちも労を惜しまず、同じようになるのだ。そうすれば、古の時代に彼らの驚くべき生き様ゆえに、あちこちでそのことが広まり、私たちにも伝えられ、私たちを同じように奮い立たせたように、私たちの名前も後世の人々に知られ、善き競争を生み出すことになるだろう。これほど至福であり、慰めとなるものがあるだろうか？

10. もし望まれるなら、そのことに何の妨げもありません。当時の神は今も変わらず同じお方であり、福音は古びておらず、戒めも変わっておらず、時代も変わっていません。当時も、そして今も、すべての人々のことを顧みておられます。夜も昼も、種まきも収穫も、今も昔も変わらないのではないのでしょうか？——この私たちの神は不変で揺るぎなく、初めから今に至るまで常に同じお方であり、その同じ愛の光ですべての人々を照らし、罪人の永遠の死を望まれることはありません。——不変性と変化性というものは、私たちの自由意志によって引き起こされるものであり、すなわち、私たち次第なのである——それは良い方向にも、そうでない方向にもなり得る。なぜなら、先人たちに倣おうとする熱意に燃え、彼らの偉業を受け入れ、彼らの生き方に輝きを放つことを、何が妨げているというのか？ 私たちも、共同生活を送る者として、他の人々と共に、先人たちの生き方と同じような生き方を示すならば、このように輝きを放つことができるでしょう。そして、何よりもまず、あらゆる手段を講じて、主の戒めから少しでも逸脱しないよう、自らの心を堅く守り抜くよう努めるならば、それは実現するでしょう。

#### 194. あなたがたは、良き庭園のように、さまざまな美德の実を实らせています。どうか、自分たちが枯れてしまわないように気をつけなさい

194. 1) あなたがたは、良き庭園のようで、さまざまな美德の実を实らせています。どうか、自分たちが枯れてしまうことのないよう気をつけなさい。— 2) 今こそ聖なる日（断食）であり、節制、礼拝、聖書の朗読、そして互いに励まし合うことなど、すべてがあなたがたの霊的な活力を高めるのに役立っています。— 3) これらすべてを活用し、とりわけ平和を保ちなさい。[31, 29]

11. 肥沃な大地にとって、時宜を得た雨による灌漑は極めて有益であり、それは生き物たちの糧となる豊かな実を結ぶのに役立ちます。私の謙虚な口から発せられる毎週の教えもまた、そこでの雨が栄養豊かな実を育むように、あなたがたの誠実な魂が守る美德を増し、回復させるのに役立つものであればと願う。あなたがたは、実に、多様な植物に満ちた楽園のように私には映る。ある者は謙虚さと従順さで私を喜ばせ、ある者は自分の務めへの勤勉さで私を養い、ある者は敬虔な気質で芳しい香りを放ち、ある者は高い徳をもって私を魅了する——まるでキパロスが

枝を高く天へと伸ばすように。要するに、あなた方一人ひとりが何らかの徳を備え、それにふさわしい行いを生み出しているのだ。さあ、子らよ、何ものも実を結ばないまま残ってはならない。情欲の炎に心を焼き尽くされてはならない。あらゆる実を食い尽くす高慢によって不毛になってはならない。互いに競い合い、互いを温め合い、心をつにして、地から天へと至る柱を築き上げよう。あるいは、天に届く美德を勝ち取ろう。

**12.** 今や聖なる日々——あなたがたは聖別される。断食と節制——あなたがたは魂も肉体も清められる。調和のとれた詩篇の詠唱と朗読——あなたがたは御霊に奏でられる響き豊かな豎琴となる。早々に礼拝に集い——天使の聖歌隊を成す。愛をもって互いに抱き合い、嫉妬を追い払い、天に記されることという一つの願いに向かって、皆が共に歩んでいる。互いに争うことなく、心から和やかに共存し、あなたは無形の者たちの心をつにする姿に倣っている。あなたがたにはただ一つの関心事があり、ただ一つの目的のために他者と競い合い、命じられたことを最善の形で果たそうとする——それゆえ、あなたがたは従順の子らである。物質的な富を蓄えることなく、すべてを持ちながら何一つ持たない者として、この世の支配者であり、天の御国の相続人である。

**13.** そして何より重要なのは、あなたがたが預言者の言葉の真実をその行いによって示していることである。「善きこと、美しいこととは、兄弟たちが共に暮らすことではないか？」だからこそ、私はあなたがたを「芳しい香りのする供え物」と呼び、「アロンの顎に降り注ぐもの、シオンの山々に降り注ぐヘルモンの露」（詩編132:1, 2, 3）とも呼ぶのです。あなたがたがどのような名で飾られ、どのような称賛で冠されているか、お分かりでしょう。さあ、あなたがたが他人の名を名乗っているのではなく、称賛に値しない生き方をしているのではないことを示しなさい。今、あなたがたは私から言葉によってこれを受け取っているが、やがて——来たるべき世において——義なる審判者であり、寛大なる報い主から、行いに応じた義なる報いを受けることになるだろう。

### **195. あなたがたは、霊的な父たちの名によって呼ばれ、定められた規則に従って、修道者としての統一された精神の中で生活しなければならない**

195. 1) あなたがたは、霊的な父たちの名によって呼ばれ、定められた規則に従って、一致した修道精神の中で生活しなければならない。—— 2) 剃髪時の誓いを心に留め、外見的にも内面的にもそのようにありなさい。そして、この一致こそが、あなたがたを世俗の人々から区別する特徴となるように。—— 3) それゆえ、神はあなたがたを御自身の素晴らしい住まいにおいて安息させてくださるであろう。[31, 30]

**14.** 両親、兄弟、親族、そしてこの世のすべてを捨てて、あなたがたはここへ来て、神に喜ばれる生き方に自らを改め、私の霊的な子となった。それゆえ、もはやあなたがたも、肉においてあなたがたを産んだ「誰々」という名で呼ばれるべきではなく、私たちの霊的な父たちや先祖たちの名によって呼ばれるべきである。それによって、あなたがたが自然界から完全に離れ、自らの意志によって別の誕生——すなわち霊的な誕生——を受けたことを示すのである。さらに、ここでは誰も自分の意志や独自の考えを持っておらず、私たちは皆、心をつにして考え、皆が心をつにして神へと向かっているのです。そして今、私たちの中にも『使徒行伝』に記されていることが成就しています。「信じた人々の心と魂は一つであり、自分の財産を自分のものだと主張する者は一人もいなかった。すべてが共有されていた」（使徒行伝 4:32）。あなたがたは、今聞いていることが理解できますか？——さあ、自らを吟味しなさい。「あなたがたは堅固であり、揺るがないか」（Iコリント 15:58）。私がこう言うのは、修道生活の規律から何一つ逸脱するという考えさえ抱いてはならない、ということを中心に刻ませるためです。それは敵のささやきに他なりません。もう一つ、思い出させておこう。「たとえ誰かが戦っても、もし不正な方法で戦うならば、冠を受けることはない」（テモテへの手紙第二 2:5）。修道士もまた、定められた規則に従わずに修行を行えば、完全さを達成することも、冠を受けることもできない。



**15.** 皆さんは、スキマ（修道服）を身に着ける兄弟たちがどのように宣誓を行うかを、よく知っており、何度も耳にしてきたことでしょう。その要旨は、ここで誓いが立てられ、神と人の間に契約が結ばれるということです。すなわち、飢え、渇き、裸で過ごすこと、中傷や侮辱、冒瀆に耐え、必要とあればキリストのために血を流すことなのです。ですから、そのようなことを耐え忍ばなければならない時が来ても、それを避けようとしてはなりません。なぜなら、あなたがたが直面するのは、耐え忍ぶという誓いを立てたことそのものに他ならないからです。当時語られたことは、果たして子供じみた冗談だったのでしょうか。とんでもない。それらは、神と選ばれた御使いたちが証人となる聖なる言葉なのです。それどころか、そのような事態に直面したとき、私たちは約束したことのほんの一部でも果たす機会が与えられたことを喜びとすべきです。外見上、称賛や快樂、満足が美しいものであるように、私たちにとっては、それとは正反対のものが望ましく、喜びとなるのです。これこそが、修道服が私たちに示していることです。彼らは世俗的なものを喜び、私たちは神聖なものを喜びます。彼らは肉的なものを求め、私たちは靈的なものを求めます。彼らは快樂を追い求め、私たちは節制を重んじます。何が私たちを彼らと分け隔て、区別しているのでしょうか？ まさか、黒い修道服と長い髭があれば修道士になれるとお考えでしょうか？——決してそうではありません。——しかし、真の修道士とは、外見と内面の心構えや気質が調和し、「私はまさにこれであり、決して変わらない」と語れる者なのです。さあ、どうか、このように賢明に振る舞い、節制、沈黙、詩作、互いの尊敬、懺悔、勤勉、そしてその他あらゆる称賛に値する徳を身につけてください。こうした資質を自分の中で育てていけば、やがて良い実を結ぶことになるでしょう。誰もが兄弟と善において競い合い、嫉妬することなく彼に倣いなさい。そして——「わたしは生きている」と主は言われる——わたしを賛美する者を、わたしは賛美し、彼らに安息の場所、生ける者の国、「驚くべき住まい」（詩篇41:5）を用意する。あなたがたがこれを聞き、この世の光を見、また義の太陽を仰ぎ、その言い表せない喜びを味わうことができますように。なぜなら、主ご自身がすべて甘美であり、渴望そのものだからです。さあ、祈りを捧げ、熱意にさらに熱意を重ね、喜びに満ちたあの輝かしい日に至りましょう。善き生き方によって主を得、主の中に慈愛に満ちた恩人を見出した魂は幸いである。主は、その魂をも永遠の住まいへと迎え入れてくださるからである。

**196. 教訓は、最も重要な事柄、すなわち魂の救いについて語っている。それゆえ、それらには全神経を集中させ、熱意を持って耳を傾けるべきである**

196. 1) 教訓は、最も重要な事柄、すなわち魂の救いについて語っている。それゆえ、それらには全神経を集中させ、熱意を持って耳を傾けるべきである。－ 2) そうでなければ、その教えは魂に効果を及ぼさない。たとえ効果があったとしても、それは一時的なものに過ぎず、やがて完全に消え去ってしまう。－ 3) それゆえ、私たちは教えに耳を傾け、それを守り、実行しよう。そうすれば、この世においても、ましてや来世において、良き実を刈り取ることになるだろう。  
[3 I, 32]

**16.** 宣べ伝えられる神の言葉は、もし、節制を保ち、救いを熱心に求めている魂に入れば、直ちにその魂を温め、戒めを実行するためのより大きく、より完全な努力へと駆り立てる。しかし、私のように、眠りにつき、無防備に悪の中に留まっている魂に入れば、それは実を結ばず、ただ空中に漂うだけの無力なものとなってしまいます。どうか、私のような取るに足らない者ではなく、教会の教えの尊さにご注目ください。なぜなら、その教えは、些細なことではなく、最も重要な事柄——すなわち、私たちの救いという事柄——について、万人に有益な戒めを提示しているからです。「どうすれば私たちは救われるのか？ どうすれば神の道を歩むことができるのか？」いかにして敵の罠を避けるか？いかにして情欲から身を清めるか？いかにして美德に励み、それによって完全さの頂点に到達するか？天の御国を得るためには、どのような善行を、どれほど行わなければならないか？——こうした主題を扱っているからこそ、私たちの教えは、あなた方にとって望ましいものであり、尊ばれるべきものなのです。

17. さらに、そのような態度で彼に接している限り、こうした対話の中から私たちが求める益を何とか見出し、それを得ることはほとんど不可能でしょう。なぜなら、あらゆる面で私たちに敵対し、正しい道から私たちをそらそうとする敵が存在するからです。もし私たちが、その悪しき囁きに耳を傾けてしまうならば、なおさらです。このため、不適切なことに心を奪われてしまうと、私たちの本性は、教えに対して一貫した好意や尊びの念を持ち続けることができなくなるのである。しかし、何らかの教訓的な話を聞いたり、死の門を通してこの世から別の生へと旅立つこと、あるいは審判の場に立つこと、あるいは生涯の報いとして永遠の運命に関する最終的な裁きを聞くことについて思索したりすると、その人はたちまち心を痛め、ため息をつき、泣き、嘆き悲しむ。しかし、ほんの少し時間が経つと、すべてを忘れてしまい、心を痛める代わりに冷淡になり、涙を流す代わりに笑い、嘆き悲しむ代わりに、顔や目をあちこちに向けながら気を散らしてしまう。そして、使徒と共に叫ぶことしか残されていない。「ああ、私は悲惨な人間だ。誰が、この死の体から私を救い出してくれるのか？」（ローマ7:24）。

18. ああ、そうではない、兄弟たちよ、そうではない。しかし、私たちは耳を傾け、心を砕き、より良いものへと邁進し、火に火を加えて、神への愛と互いへの愛をもって魂を燃え立たせ、互いに励まし合い、従順、謙遜、勤勉、そして私たちの天使のような住まいにおけるあらゆる他の善行へと導き合うのです。今はただ種を蒔いているだけであり、そのために労苦し、疲れ、涙を流している。しかし、やがて喜びを得るだろう。なぜなら、涙を流して蒔いたものを喜びをもって刈り取り、万物の主であり神である御方に仕え始めるからだ。ただ、私たちが献身的な従順の道を熱心に歩み続けるならば、そうなるのである。——なぜ私が絶えずあなたがたに呼びかけずにはいられないのか。まだ時間があるうちに精進し、もう少しだけ労苦し、この眠りのような人生が終わるまで、多少の苦難に耐えようではありませんか。そして私は、神の御名によって、あなたがたが栄冠を授かり、天の住人たちの列に加わり、そこで果てしない永遠にわたり喜び楽しみ始めることを、敢えて保証いたします。

### 197. 戦争中、兵士たちは戦っている間は安らぎを得られず、家に帰ってから初めて安らぎを得る

197. 1) 戦争中、兵士たちは戦っている間は安らぎを得られず、家に帰った時に初めて安らぎを得る。私たちに霊的な戦い、生涯にわたる戦いがある。そこから得られる安らぎは、来世にある。——2) それゆえ、私たちは氣力を奮い立たせて戦い、敵に何一つ譲らず、その幻のような脅しを恐れてはならない。[31, 33]

19. 常に戦っている者たちにとって、戦争が続く間は、大小の敵との交戦以外には、ほとんど休息がない。彼らは、時には武器を戦闘用に準備し、時には見張りの任務に就き、時には偵察に出かけ、その間、ほとんど眠らず、ほとんど食べず、常に警戒態勢にあり、常に突然の攻撃を恐れている。そして、戦争が終わり、故郷へ帰還して初めて、彼らにとって安らぎと平和と喜びの時間が訪れ、その時になって初めて、戦功に対する報奨や王からの賜物が授与されるのである。私たちに同じことが言える。なぜなら、私たちは絶え間ない戦争状態にあり、軍隊の規律を守っているのではないだろうか。——いや、言うておくが、彼らよりもさらに上だ。なぜなら、我々のすべては特別だからだ。武器も特別であり——「肉的なものではなく、神によって強められ、破壊のために堅く立つ」（Ⅱコリント10:4）；敵もまた特別な存在——墮落した霊、すなわち悪魔であり、その軍勢は、彼と共に、また彼を通じて背き、天から追放されたすべての勢力によって構成されている。したがって、今の私たちの時代は、安息や無頓着な無防備の時代ではなく、闘争の時代である。それゆえ、私たちは霊的な武具を身に着け、霊の剣を手に取り、戦いを繰り広げなければならない。その後、多かれ少なかれ成功を収めた一定の闘争の時間が過ぎ去ったとき、私たちの戦いの主であり神である方は、この戦いに終止符を打ち、私たちをこの世の旅路と寄留の地から、私たちの真の住まいであり故郷へと招き入れてくださる。このことについて、律法も、預言者たちも、使徒たちも、教師たちも記し、これについて述べている。

20. 兄弟たちよ、今やあなたがたは、その戦いの場も、その戦いも知っている。さあ、勇気を持って立ち、勇敢に戦おう。私たちに、あらゆる不正——すなわち私たち自身の不正——と



の戦いがあります。それは、気落ちとの戦い、暴食との戦い、過度の睡眠との戦い、不純な情欲との戦い、無駄話、軽率さ、笑い、厚かましき、そしてその他あらゆる不純な情欲との戦いです。誰であれ、屈することなく立ち向かい、戦い——御言葉の反撃、絶え間ない祈り、そして啓示によって——ついに敵を打ち破り、勝利を収める者は、主の戦士として、天の御国において朽ちることのない栄光の冠に与かるであろう。ですから、兄弟たちよ、霊的な同胞たちよ、どうか氣力を失わず、欺かれず、疲れを知ることなく、敵を打ち倒し、その無力な脅しや恐怖に怯えないようにしましょう。敵は時に、何か偉大で恐ろしいことをしようとしているかのように見えますが、耳を傾ける者にとっては、それは空中の幻影や影に過ぎません。かつて大アントニウスに反旗を翻した者も、時には蛇のように這い回り、時には獅子や狼、あるいは他の危険な獣のように振る舞いましたが、結局はそうではありませんでしたか？ 彼は、この勇敢な若者の前では闇と惑わしとして現れ、その祈りによって遠くへ追い払われた。その後、敵が私たちに対しても同様のものを送り込み、思考の山を築き上げ、情念の激流を突きつけてきたとしても、恐れる必要はない。ただ、平和な心持ちで、命を与える十字架の印を自らに描けば、敵は逃げ去るだろう。兄弟たちよ、今こそ忍耐が求められている。言われた通り、耐え忍び、精進しよう。あなたがた一人ひとりは、自分の歩みをどのように、どこへ向けるかを見極めよ。もし、私の謙虚な戒め、あるいは共同生活の規則に従い、しかも自らの意志を切り捨てて行動するなら、その人は幸いである。彼は食べても味わわず、飲んでも酔わず、眠っても眠らず、この世にありながら世を超越し、都にいながら砂漠にいるかのように過ごしている。しかし、この件についてはこれくらいにしておこう。

#### 198. 私たちは闘技場の競技に立っている。力を尽くさなければならない。さもないと、何も得られない

198. 1) 私たちは闘技場の競技の真っ只中にいる。努力しなければならない。さもないと、何も得られない。— 2) うたた寝をしてはならない。見てごらん、次々と去って行っている。あの世の生活に必要なものを急いで備えよ。— 3) 偉大な業を求めているのだ。それは神との交わりである。そうすれば、見出すだろう。どのように？ 誓いを忠実に守ることによって。——4) 荒野ではそれは容易だった。今やあなたがたは町に入り、試練が待ち受けている。恥をかくことのないように。——5) あなたがたがどのように振る舞うべきか、こうして告げている。[31, 34]

21. 私たちに、計り知れない価値のある報い——天の御国と終わりのないいのちという相続財産——が待ち受けていることを知っているのだから、この世に生きている間、怠けてはならないし、怠惰の眠りに身を任せてはならない。競技場は開かれ、競技コースは整備され、距離も定められている。賞品は並べられ、審査員も所定の位置についている。「さあ、競技に挑む戦士たちよ、進め。」勤勉で熱意に満ちた者が勝利を収め、冠を戴く。一方、怠惰な者は冠を失うだけでなく、かけがえのない自らの魂をも滅ぼし、この世を何も持たずに去り、永遠の苦しみへと追いやられるのである。

22. 毎日、ある者はここから立ち去り、またある者はここから立ち去り、この世での役目を果たして、それぞれの主のもとへ旅立っていく様子を、あなた方は見ず、気づかないのか。——老いも若きも、——王も奴隷も、——大司教も司祭も、——修道院長も修道見習いも。ここで求めた者は、あそこで見出し、ここから宝を先送りにした者は、あそこでそれを受け取り、この世のすべてを捨てた者は、あちらでそれを余すところなく受け取る。——あなた方には、この世から逃れ、神と二人きりで過ごす恵みが与えられている。

23. あなた方には、神との親密さと、喜びと歓びのうちに神に捧げる最も誠実な奉仕が待っている。そして、あなた方の務めであり、あなた方の功業とは、自らの誓いを忠実に守り抜くことである。ですから、あなたがたがどのような位階にあり、どのような徳を歩んでいるにせよ、その立場に留まり、ますます妥協することなく、自らの魂を主であり万王の王である神への聖殿として捧げなさい。

24. 神があなたがたの善意を受け入れておられることは、あなたがたが（山間の）静寂な場所から騒がしく人々の多い（コンスタンティノーブル）へと、また荒野から都市へと移り住んでもなお、変わらずそのままであることから、私は確信しています。 実際、美德は神への捧げ物として、どこにおいても金のように尊ばれ、そこから、そしてその美德ゆえに、栄光が神へと昇っていくのです。ここからも栄光は昇りました。「ある者たちは——善意であれ悪意であれ——同じことを言いました。『さて、彼らがその心構えを保ち続けられるかどうか、見てみよう』と。——しかし、私はあなたがたがその姿勢を保ち、貫き通すことを願っている——そして、都会にいながらも砂漠にいるかのように振る舞い、都会の喧騒の中でも、魂の平安と静寂を保つことを。まさにそこに、あなたがたにとっての真の試練がある。もしそれを乗り越えることができれば、あなたがたはまことに称賛に値するだろう。 聖神学者はある場所でこう言っています。「冬が寒さを運び、太陽が輝くのは、何ら不思議なことではない。それらは自ずとそうしているのだ。」 私たちも同様で、荒野で沈黙を守り、孤独の中で平穏を保つことには、大した称賛の価値はありません。 しかし、都会に住みながら、まるで隠遁生活のように過ごし、騒がしい群衆の中にいながら、まるで荒野にいるかのように振る舞うことは、また別の話です。神に感謝します。私の父であり、あなた方の父でもある方の祈りによって、あなた方は傷つくことなく、自らの規律を堅く守り続けておられます。

25. あなたがたの栄光と称賛は、あなたがた自身の中にある。——そうである以上、修道院の用事で外に出る際は、敬虔な心持ちでそれを果たすよう努めなさい。歩みにおいても、振る舞いにおいても、眼差しにおいても、接し方においても、会話においても、そしてあらゆる面において、神を畏れる心を示しなさい。 さあ、わが子らよ、さあ、お願いだ。あなたがたについて不名誉なことが言われることのないようにしなさい。多くの目が私たちを見つめ、多くの口が私たちについて、また私たちに反対して語っている。『『彼らの神はどこにいるのか』と言われなように』（詩編78:10）。彼らの美德はどこにあるのか？ 一体誰が彼らを導いているのか？ ——彼らは、まるで娼婦のように、あちこちと目を泳がせ、笑い声を響かせながら、恥知らずな振る舞いをしているではないか。」 見よ、兄弟団全体に災いをもたらさないよう、不死の神を畏れなさい！ しかし、どんな言葉も、あたかも主ご自身がそれを聞いておられるかのように語り、どんな行いも、あなたたちを見守っておられる主の御目の前で成し遂げているかのように行いなさい。 そうすれば、あなたたちの境遇も十分に満たされるでしょう。そしてあなたたち自身も、まるで天の星のように、王の都の真ん中に輝くことになるでしょう。

#### 199. これらの格言には、修道者の美德と功績が示されており、それらに励むよう促している

199. これらの格言には、修道者の美德や功績が示され、それらを成し遂げるよう促されている。[31, 35] 修道者にとっての偉大な武器は節制である。それはあらゆる他の美德への扉である。 しかし、従順を身につけた者はキリストの模範であり、謙遜な者は天使のようだ。自分のすべてを霊的父に打ち明ける者は、太陽のように清い。だから、誰も秘密を抱いてはならない。 そうしなければ、癒やしのない者になってしまうからだ。有益なものを求め、あなたがたを謙遜へと導くものを求めなさい。これとは反対のものは、決して許してはならない。 私たちが今どこにいるのか、まもなくどこへ移り住むのか、そして肉体を離れた後どうなるのか、あなたはご存知でしょう。それゆえ、注意を払い、冷静でありましょう。私たちの心は常に神へと向けられ、そこで永遠の祝福と、それにふさわしい者たちが享受する至福の喜びを仰ぎ見ると同時に、恐ろしく計り知れない苦しみがある地獄に落ちた者たちの悲惨な運命もまた、心に留めましょう。 主は生きておられ、神は祝福されておられます。私たちは、この聖なる修道服を受け入れ、すべての世俗的なものを捨て去り、剣のように肉欲をすべて切り捨てたことを、決して後悔することはありません。なぜなら、もし私たちがこの善き修行に留まり続けるならば、永遠の世にわたり、喜び祝うことになるからです。 この修行とは、断食、徹夜祈祷、そして禁欲的な生活が求めるあらゆる事柄に対する勇敢な覚悟である。さらに付け加えるならば、神の愛のために受けるあらゆる苦難や不当な非難——侮辱、罵倒、追放、そして裏切り——を穏やかに耐え忍ぶことである。 大小

を問わず、新参者も古参者も、皆、精進しなさい。皆、善く歩み、常に進んで徹夜祈祷や従順、そして務めに励みなさい。怠惰、怒り、気性、嫉妬、対立、猜疑心、そしてその他のあらゆる情欲が、あなた方から追い払われますように。互いに愛し合うことにおいて、なおさら励みなさい。「熱心に、主に仕え、希望をもって喜び、苦難に耐え、絶えず祈り続けなさい」（ローマ 12:11,12）。

## 200. 厳格な修道生活を送る兄弟たちを称え、その中に殉教の資質を見出し、将来、殉教者たちと共に

200. 1) 厳格な修道生活を送る兄弟たちを称え、その中に殉教の資質を見出し、将来は殉教者たちと共にいることになるという希望を与えつつ、その生活続けるよう説得する。－ 2) 将来、私たちがここで自発的に自らを犠牲にしているすべてのものを、最も完全な形で受け取ることになると断言し、あらゆる犠牲を喜びとして受け入れ、自らの道をしっかりと歩み続けるよう説得する。－ 3) 死の必然性に言及し、死に備えるよう招き、また、自己愛から良心を清めなかった（彼の独房から二枚の銀貨が見つかったため）亡き兄弟のために祈るよう求め、礼拝を命じた。  
[31, 36]

1. 子らよ、神への最も温かい愛により、あなたがたが日ごとに主を喜ばせることに進歩し、絶えず敬虔に振る舞い、善意を持ち、精進し、節制し、与えられたものに満足し、適量のパンとわずかなワインに満足しつつ、一方で、仕事への取り組みにおいて他者に遅れをとることなく、規則を守り続け、早起きして集会に参列し、礼拝の終わりまで忍耐強く立ち続け、柔和さ、悪意のなさ、不平を言わない姿勢を示していること——もし誰かが不平を言うなら、それはその者の罪である。これこそが、自らの意志を断ち切りながら修道生活を送る者たちの功業である。彼らの殉教において、火や樹脂の入った大釜、矢、爪、剣、十字架の代わりに、前述の功業に加え、さらに以下のものが用いられる： 侮辱、不名誉、断食、禁欲による肉体の消耗、自己を律すること、衣服、履物、住居、その他生活に必要なあらゆるものにおける乏しさへの忍耐。苦難や苦しみを耐え抜くことによって、私たちには冠が約束されているのだから、私たちの主イエス・キリストの御名のために、勇気をもって殉教の業を全うしよう。そうすれば、聖なる殉教者たちと同じ位階に置かれ、この世の悲しみや欠乏、嘆きの代わりに、次のような報いが与えられるであろう： 永遠の命、言葉に尽くせぬ喜び、そして筆舌に尽くしがたい歓びが与えられるでしょう。

2. 私たちは、故郷をも捨て去ったゆえに、この地上に都を持たないが、あちらでは天のエルサレムの市民となる。肉による父を誰かと呼ぶべきではないが、その代わりに、あの世において神の中に父を見出すことになる。私たちはこの地上で相続財産を持たないが、あそこではキリストと共に相続財産が与えられる。肉体の慰めである食事や飲み物、その他あらゆる感覚的な快楽を自ら拒んでいるが、あなたがたも知っている通り、あそこでは、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないものを楽しむことになるのだ。それゆえ、喜びなさい。そして、このことを心に留め、気落ちしたり、怠けたりせず、現在の困難も将来の困難も、たとえそれがさらに厳しいものであっても、恐れてはなりません。——しかし、私が何を言っているのでしょうか。火であれ、剣であれ、死であれ、これらすべてを何とも思わずに、自分の道をしっかりと歩み続けてください。

3. 兄弟たちの死を見れば、私たちも刻一刻と死に近づいていることがわかる。昨日は一人が旅立ち、数日前には別の者が旅立った——今この扉のそばにも、また誰かが立っている。その次は誰か？ ——「もしかすると私かもしれない」と誰もが言うだろう——だから、準備を始めなさい。——亡くなった兄弟ヴァシリーについて、私の心の悲しみをあなた方に伝えたい。彼は、自分の良心を清めることなくこの世を去ってしまったのだ。彼からは二枚の銀貨が見つかったからである。ああ！なんと盲目的なことであろうか！悪魔は何を彼に執着させたのか？ 二枚の銀貨を、天の御国よりも価値あるものと見なしてしまったのだ。私は何度も彼にこう言ったものだ。「羊毛の塊であれ、針であれ、ペン先であれ、あるいは他の何であれ、誰かがそれを持ち去って隠しておけば、それだけで罪の場所をすべて満たしてしまうのだ」と。あなた方もきっと、聖カッ



シアンの著書『』でこれをご覧になったことでしょう。彼は、聖マルコに従って、一つの罪が十一の罪の場所を満たすと述べています（罪の満ちる度合いを十二で測る場合）。何かを自分のものと見なし、それを所有することで、彼は自分の魂と心をそこに注ぎ込んだのである。なぜなら、宝のあるところには魂もあるからだ。では、どこに放棄があるというのか？——さあ、彼のために祈ろう。一週間、毎日彼のために三回の礼拝を捧げ、三十回の祈りを捧げよう。そうすれば、主が彼の過ちを赦してくださるだろう。

**201. 兄弟たちをあらゆる修道者の行いにおいて完全な者として描いた後、こう付け加える。「私たちはいつまでもそのままであり、それぞれが自分の務めを、その時に応じて果たそう」**

201. 兄弟たちがあらゆる修道者の行いにおいて完全であることを描いた後、こう付け加えている。「私たちも、それぞれが自分の務めをその時に果たすことで、いつまでもそのようにあり続けよう。」 [3 1, 37] 神があなたがたの植え付けを慈しみをもって顧みられ、この真のぶどう園を植えられた御自身が、聖霊の水であなたがたを潤し、あらゆる真の実を結ぶまでに、完全さの度合いに応じて実を結ばせてくださいますように。しかし、私にとってこの務めは、私の力不足を顧みれば、到底及ばないものです。「主よ、私はいったい何者でしょうか」と叫ぶのがふさわしいでしょう。また、「私の父の家」とは、あなたが、私のような汚れた者、不浄な者、羊の群れに加わる資格すらない者を、これほどまでに高めてくださったということなののでしょうか？——しかし、主は私を受け入れ、忍耐強く私を見守り、私の回心と改心を待ち望んでおられます。なぜなら、誰が主の御前に立ち、罪について主をなだめることができるのでしょうか。誰が要塞の中で主の群れを牧することができるのでしょうか。誰が神にそれほど近く、他の人々をも神のもとへ導くことができるのでしょうか。——私は、天と地との距離ほど、そこから遠く離れています。——しかし、あなたがたが正しい道を歩み、神の戒めに従って進み、互いに善を模範とし、皆が共に完全さへと高められていることを、私は喜んでいる。まことに、あなたがたの中には、あなたがたによって祝福され、仕えられている神がおられ、聖霊があなたがたの集いに宿っておられる。あなたがたの賛美は天使の賛美であり、詩篇の詠唱は、無形の者たちの歌であり、そして、あなた方のすべての振る舞いは、まことに天上の振る舞いであり、そこには肉と血の影も、自己中心的な欲望も、滅びゆく者への配慮も、虚しい心配も、見捨てられた者への慰めも、人を惑わすものも、惑わされる者も一切ありません。しかし、すべては静寂と平安に満ちており、あなた方には一つの願い、一つの意志、一つの魂と心、一つの流れ、一つの志——すなわち神に到達すること——、一つの命がある。まことに、あなた方は神に召された兄弟団であり、天使に似た存在である。それは肉体にありながら肉体を越え、この世にありながらこの世を超越しており、無情によって成り立っている。あなたがたは善き境地に達し、王の歩む中道を進みながら、両側に横たわる激流を避けている。あなたがたの功績と節制、眠りと覚醒、沈黙と語り、労働と休息、祈りと懇願は、神に喜ばれるものである。もし時折、自らの弱さに対して少しばかり穏やかで寛容に振る舞うことがあっても、すぐにまた厳格さを取り戻します。もし今この瞬間が私たちを少し動揺させても、次の瞬間にはすべてが元通りになります。早課が訪れ、続いて聖体礼儀、聖人の伝記の朗読、説教があり、少しばかりその道から外れてしまった者も、再び本来の秩序に戻ります。そして、私たちは互いに助け合い、互いに守り合い、神の御加護と私たちの父の祈りによって、悪魔が私たちの間に入り込む余地はない。さあ、皆、それぞれの務めを果たそう。誰も、主の御業を怠って行ってはならない。怠慢な者や不平を言う者に下される罰を恐れつつ、真摯に務めを果たそう。すべての人よ、それぞれの行いにふさわしい時を見極めて行動しなさい。働く時は働き、休む時は休みなさい。眠るべき時には眠り、祈るべき時には清く祈り、泣き、涙を流しましょう。私たちは泣くために召されているからです。また、食事をするべき時には、与えられたものを感謝して味わい、語るべき時には賢明に語りましょう。神の御言葉にあるように、すべての物事にはそれぞれの時があるからです。このように日々を過ごす者は、正しい歩みを進むのである。このような行いと心構えにおいて、私たちの主なる神が、御自身の聖なる御名の栄光のために、あなたがたを確固たるものとし、強め、支えてくださいますように。

**202. 自分の意志を断ち切り、自分自身を神へのいけにえとしてささげなさい。常に、あらゆる事においてそのようにありなさい。そうすれば、神の憐れみが必ずあなたたちと共にあるでしょう。**

202. 1) 自分の意志を切り捨てて、自分自身を神へのいけにえとしてささげなさい。常にそのようにあり、あらゆる事においてそうであれば、神の恵みは必ずあなた方と共にあります。 — 2) ただ、すべてを清く、謙虚に、そして品位をもって行いなさい。 — 3) 各自が与えられた賜物に応じて徳を積みなさい。なぜなら、すべての人にすべてが与えられるわけではないが、私たちは皆一つの体であるため、すべての実りを共に分かち合うからです。[31, 38]

4. あなたがたが待ち望む恵みを授かり、従順を通じて神にとって実り豊かで喜ばれるいけにえとなることを願います。なぜなら、あなたがたは自らの意志を切り捨てることで、常に自分自身をいけにえとして捧げ、霊的な祭壇の上で、主なる神に芳しい香りを放つ供え物としているからです。なぜならば、私は神の嫉妬に燃えているからです。どうか、あなたがたの捧げ物と奉仕が汚れなく、神の恵み深い御好意から決して外れることのないものとなりますように。 ——もしあなたがたが、祈り、謙遜、悔い改め、神への思い、節制、そして敵対する者たちとの戦いと彼らへの克服において、熱心で、忍耐強く、そして堅固であり続けるならば、そうなるでしょう。 — どうか、あなたがたもそのようにあり、忍耐し、徳の道を歩み、戦い、勝利を収めてください。そうすれば、天の冠を受けることになるでしょう。

5. むなしく歩んだり、無駄に労苦したりしてはなりません。しかし、つまづかないよう注意し、些細な怠慢や小さな過ちによって、あなた方の希望という高みから転落したり、最終的にあなた方の徳という霊的な家を台無しにしたりしないようにしてください。それゆえ、清い主のために、すべてのことを清く行いなさい。高慢に逆らう主に対して、すべてを謙虚にささげなさい。すべての無垢で汚れのないものを、花婿であるキリストに捧げなさい。」 「あなたがたの言葉は、常に恵みの中にあり、塩で味付けられ、一人ひとりにふさわしい答え方を示すようにしなさい」 (コロサイ4:6)。あなたがたの品性は、善行によって飾られ、近づく者たちに恵みをもたらすように。あなたがたの動き、歩み、そして会話は、神に導かれるように、見る者たちにとって益となるものであれ。 あなたがた全員が、私のような者ではなく——私は不純で愚かだから——、私たちの聖なる先達たち、すなわちアカキオス、ドシフェイ、アッバ・キル、アンティオコス、ペトロニオスのように、そしてさらに、エウフィミオスやサヴァのように——付け加えておこう——、そして大アントニオスのようになることを願う。

6. さて、美德を蓄え、与えられた恵みによって、涙、悔い改め、忍耐、労苦、苦難をもって自分の宝庫を満たしなさい。なぜなら、ある人はあるものを、またある人は別のものを、生まれつき、また神から与えられたものとして持っているからである。もしあなたが、ある点では隣人に勝り、別の点では劣っているとしても、悲しんだり嫉妬したりしてはならない。「神が各人に信仰の分量を分け与えられた」と書かれている通り、まさにその通りである。とはいえ、誰も何も欠けることはない。なぜなら、あなたがたは皆、一つでありながら数多くの肢からなる体であり、あなたがたの美德は、計り知れない神の慈しみによって、互いに一人からもう一人へと、またその逆へと移り行くからである。神は、私たち一人ひとりをすべての人として、またすべての人を一人一人としてお考えになるからである。

**203. あなたがたはすべてを捨てて、進んで狭い道を歩んでいることを称賛する**

203. 1) あなたがたがすべてを捨てて、進んで狭い道を歩んでいることを称賛する。 — 2) これを喜びなさい。報いは大きいからである。 — 3) これを悟り、私たちの生活の規則に従って、耐えなければならないことがあれば、皆、謙虚に耐え忍ぶように努めなさい。[31, 39]

7. あなたがたが私たちの規則に忠実であり、古の先祖たちの足跡を忍耐強くたどっていることを、神と人々の前で称賛します。神の力と、私たちの父の祈りの助けにより、あなたがたは最善の生活を受け入れることができ、一つに集まって、すべての人や物事から隔絶された生活を



送り、肉と血を捨て去り、神から新たに生まれ変わったのです。——そう、まだ生きているにもかかわらず、あなたがたは意志によってすでに死んでおり、なお肉体に留まりながらも、肉体を超えたものを追い求めている。両親への愛はあなたがたを引き留めることもなく、家や故郷ももはやあなたがたを縛ることはない。そして、使徒の言葉「私たちのいのちは天にある」（フィリピ3:20）が、あなたがたに成就している。また、あなたがたは苦難に耐え、昼夜を問わず悪に耐え、断食し、徹夜祈りを捧げ、身を清く保ち、肉体を衰えさせ、自らの欲望を断ち切るために戦っている。これこそが、命へと導く狭い道であり、そこを歩む者はわずかですが、一方で、滅びへと通じる広く広い道には、非常に多くの人が駆け抜けています。

8. それゆえ、喜びなさい、喜び、楽しみなさい。天にはあなたがたのために偉大な報いが秘められているのだから。もし、最後まで忍耐強く従順であり続け、言い表せない光を得ることができたなら、これ以上に望ましいことがあるだろうか。もしあなたがたが天使たちと共に住む者となるなら、これほど至福なことがあるでしょうか。もしあなたがたが、朽ちることなく、あらゆる永遠の恵みが満ち溢れ、尽きることのない命の水が流れる楽園の住人となるなら、これほど素晴らしく、奇跡的なことがあるでしょうか。もし、すべての義人とともに、太陽のように輝き、キリストの共同相続人となるなら、これほど壮麗なことがあるでしょうか。もし、私たちの神であるキリストの恐るべき御座の前にすべての被造物が集められ、キリストが栄光のうちに、数えきれないほどの天使の軍勢を率いて明らかに来臨され、ある者たちが「「来なさい、祝福された者たちよ」と告げられ、他の人々が「去れ、呪われた者たちよ」と告げられる時、あなたがたが前者の数に含まれるとしたら——その時、あなたがたの喜びと驚嘆に満ちた歓喜に、何が比肩し得ようか？

9. それゆえ、私はあなたがたに呼びかけます。現在のあらゆる苦難を勇敢に耐え忍びましょう。肉的な戦いに勇敢に立ち向かい、私たちの肢体に燃え上がる情欲の炎を消し止めましょう。徹夜祈祷、断食、従順、そして手作業の労苦を忍耐強く担いましょう。自らの欲望を喜んで断ち切り、兄弟たちからの侮辱を謙虚に耐え忍びましょう。教会の集いにおいて、賛美歌と祈りを敬虔に捧げ続けましょう。粗末な衣服や履物を耐え忍び、人の栄光を愛してはなりません；怒りを鎮め、気落ちや怠惰を追い払い、魂の衝動を抑制し、おしゃべりな口を閉ざし、必要なこと、有益なことだけを語るように訓練し、——その他すべてを、全知なる神の御前でなすべきように行おう。——これらすべてのことにおいて、私たちの主、私たちの神、力強く、威厳に満ち、御自身の聖徒たちの中で驚くべきお方である主が、私たちの父の祈りによって、私たちに一つの魂と一つの心をお与えになり、一つの御霊によって、御前で私たちを汚れのない者として守ってくださいますように。

## 204. 不純な情欲をかき立てる恐れのあるものからはすべて遠ざかり、あらゆる不快なことに耐えなさい。それに対する報いは大きいからである

204. 1) 不純な情欲をかき立てる恐れのあるものすべてから遠ざかり、あらゆる不快なことに耐えなさい。それに対する報いは大きいからである。- 2) 世の人々は、虚栄に奉仕するためにどれほど多くのことに耐えていることか。しかし、私たちは御国のために神に仕えているのだ。それならば、この道において私たちに起こるあらゆることに耐えられないはずがない。[32, 1]

10. 私は、あなたがた一人ひとりに直接会って、可能であれば一人ひとりと語り合い、あなたがたの救いを切に願いたいと願っている。しかし、現在の迫害がそれを許さないため、書面をもって、ここにいる者たち、とりわけ各地に散らばっている者たちすべてに、自分自身をより注意深く律し、命じられたこと以外、特に互いの関係における無礼な振る舞いを決して許さないようお願いする。子供たちとは、ましてや女性たちとは、余計な言葉を交わさないでください。もし彼らに会ったり、話したりする必要がある場合は、あらゆる注意を払って行ってください。心を沈め、目を下に向けなさい。なぜなら、聖書にはこう記されているからです。「処女を見つめてはならない。歌う女に近づいてはならない」（シラ書9,5,4）。しかし、神が常にあなた方のあらゆる動きや行い——肉体的であれ精神的であれ——を御覧になっていることを自覚している

者として、どこへ向かうにせよ、そのように振る舞い、歩みなさい。迫害に伴うあらゆる苦難を感謝をもって耐え忍び、忍耐によってあなた方に約束された報いを待ち望みなさい。「神は、あなたがたが御名のために示した行いや愛の労苦を、決して忘れられるようなお方ではないからです」（ヘブライ人への手紙 6:10）。あなたがたが世と、世のあらゆるもの——両親、子供たち、兄弟たち、親族、祖国——を捨て、従順の重荷を負うために自らの肉体さえも捧げた、その離世の初日からそうであったのです。——あなたの位はなんと偉大であることか！ それ以上に、あなたに用意されている報いはなんと大きいことか！

11. この世に生きる人々が、いかに打ちのめされ、苦しんでいるか、お気づきではありませんか。ある者は農業に従事し、民間の税や要求に縛られ、自分たちの生計を立てるのにやっとの状態で、他には、陸軍や海軍に入隊し、そこで攻撃したり攻撃されたり、敵を撃破したり撃破されたりしているのです。それに対し、私たちはこのすべてから解放され、唯一の生ける真の神に仕えるにふさわしい者とされている。これだけで、私たちにとって慰めとなり、感謝と喜びとなるには十分ではないでしょうか？——なぜなら、もし私たちが注意深く生き、すべてのことを品位を保ち、秩序に従って行い、魂と戦いを繰り広げる肉欲の欲望を控え、その誘惑を即座に退け、魂の清らかさを守り続けるならば、間違いなく永遠の恵みにあずかることができるからです。

## 205. 肉断食期間には、節制を怠るのではなく、読んでいる福音書に深く入り込み、それに応じてより聖なる生活を送る決意を固め、天の御国を受け継ぐようにすべきである

205. 肉断食期間中は、節制を怠ってはならず、読まれている福音書に深く入り込み、それに応じてより聖なる生活を送る決意を固め、天の御国を受け継ぐようにすべきである。[32, 2] 信者たちの間の一般的な慣習として、今日（肉断食期間）には、世俗の人々が肉を断つことになっている。しかし、我々は一体何を見ているのか。彼らが今、抑えきれないほどの肉食や酒宴にふけり、さらに「口にするのも語るのもふさわしくない」ような様々な遊びや娯楽に興じているのが見える。主への感謝を込めて供されるものを節度を持って味わい、まもなく訪れるあらゆる面でのより厳しい禁欲に備えるべきである。しかし彼らは、悪魔の唆しに従い、それとは全く正反対のことをしている。——私はあなたにこう言います。私たち修道士は、心の中でさえもそのような場所へ足を踏み入れるべきではなく、彼らが渴望するものを欲してはなりません。それは望むに値するものではなく、あらゆる非難と嫌悪の対象となるものです。— それどころか、私たちは今読まれている福音書——私たちの主イエス・キリストの再臨という偉大かつ恐るべき日について——に、より一層の注意と熟考を傾けるべきです。その日、主は最も公正な裁き主として、羊を御自身の右に、山羊を左に立たせ、そして、右側にいる者たちに向かって、あの至福に満ちた、待ち望まれた呼びかけを宣言されるでしょう。「わが父に祝福された者たちよ、来なさい。世の初めからあなたがたのために用意された御国を受け継ぎなさい」と； また、左側にいる者たちには、あの苦く、衝撃的な宣告を告げられるであろう。「私から離れよ、呪われた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ」（マタイ25:34, 41）。この、恐怖と戦慄と慄然とする思いに満ちた裁きについて思いを巡らせ、私たちも彼らも、実際にそれを体験する時が来る前に、涙を流して慈悲深い神に懇願すべきである。——なぜ、あの人々がそれぞれのやり方で日々を過ごしている一方で、私たちは、聞いた福音の説教に心を打たれ、大きな恐れと戦慄をもって、主にお仕えすることを心に決めるのでしょうか。魂からあらゆる悪を追い払い、その代わりに、寛大さ、慈愛、謙遜、柔和、忍耐、その他あらゆる善きもの、称賛に値するもの——を心に植え付け、そう、キリストの福音にふさわしい生き方をし、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天の御国の相続人となるにふさわしい者とされるのです。

## 206. 私たちは常に断食を続けているが、それでも、誰もが何かを捧げ、さらに来るべき断食の期間にも

206. 私たちは常に断食の身ではあるが、それでも、誰もが何かを捧げ、さらにこれから始まる断食の期間にも捧げるようにしよう。何よりもまず、信仰の盾と救いの兜を身に着けよ。[32,

3] 敵が「その日何をもたらずか、計り知れない」と教えるように、自らの改心を日ごとに先延ばしにしてはならない（箴言3,28）。——聖四旬節の最も待ち望まれた日々が、すでに目前に迫っており、断食の恵みをもたらしめています。——私たちの主は、この期間、断食を続け、この武器をもって御自身を誘惑した誘惑者を打ち負かされました。しかし、私たちはそうではありません。むしろ、人生のすべての日を断食の中で過ごしています。なぜなら、私たちには豪華な肉料理はなく、朝一番にシケルを飲むことも急がず、宴会が開かれる場所を探し求めず、象の寝台で眠ることもなく、まだ乳を飲んでいる子山羊を食べることもなく、泡立つワインを飲むこともない——これらは、声高なイザヤが地上の知者たちに帰していることである。そのようなことは敬虔な者たちからは程遠く、ましてや私たちの誠実な共同生活を送る修道生活からはなおさら遠い。私たちには質素な食事もわずかで、その上、魂を狂おしいほど苛立たせるようなものは何一つない。あるのはパン、それも適量、そしていくつかの植物性の料理、それもほんの少しばかりである。それゆえ、私たちにとって大齋期は恐れるに足るものではありません。その食事は、他の日の食事とほとんど変わらないからです。とはいえ、私たち一人ひとりが、断食に伴う美德のどれか一つに、ささやかながらも何かを添えるようにしよう。敬虔さにおいては手仕事に伴う孤独を、従順さにおいては動じない心を、沈黙においては寛容さを、詩篇の詠唱においては静かな調和を。ある者は熱心に仕事に励み、ある者は沈黙を適切な行動で彩り、またある者は悲しむ兄弟たちの喜びと慰めとなりなさい。兄弟の心の悲しみを和らげる者は、大いに称賛されるからである。またある者は、礼拝や奉仕、あるいは必要な手配をさらに増やしなさい。そして、概して誰も怠けて何もしない者であってはならない。たとえ誰かが些細なことを行っても、それが熱心に行われれば、未亡人の二レプタが示したように、神に喜ばれるであろう。また、祈り、賛美、そしてあらゆる規律においても励みなさい。これらすべての上に、信仰の盾を掲げ、悪魔の策略に立ち向かい、悪しき者の燃えさかる矢をすべて消し去ることができるようにしなさい。そして、救いの兜で頭を覆い、私たちの主キリスト・イエスに堅く立ちなさい。

**207. ある者はこれを行い、ある者はあれを行うが、規則に従って、すべての人にとって共通の原則はこうである。自分の意志で何事も行わず、思いに注意を払い、敵が思いを通じて自分の中に入ってくるのを許さず、あらゆる善において妨げられることなく前進することである。**

207. ある者はこれを行い、ある者はあれを行うが、規則に従って、すべての人にとって共通のことは次の通りである。自分の意志で何事も行わず、心に注意を払い、思いを通じて敵が自分の中に入り込む隙を与えず、あらゆる善において妨げられることなく前進すること。[32, 4] 私たちに命を与え、年ごとにこの人生の道を導いてくださる慈愛に満ちた私たちの神は、その人愛により、私たちを現在の断食の時期へと導いてくださいました。この期間、熱心な者たちは、前述の通り、各自の意志に従ってその行いを倍増させています。節制に熱心な者は二日や三日断食し、徹夜祈祷に熱心な者は、それだけ多くの時間を徹夜祈祷に費やし、ひざまずくことに励む者は、今やそれをより多く行い、また他の修業に励む者も同様に、それぞれの行いを重ねています。端的に言えば、この数日間、すべての者に偉大な熱意と修業への勤勉さが見て取れます。しかし、真の修道見習いは、常に服従の法則に従って行動し、特定の時期だけでなく、常に一貫した修行の在り方を保っている。それはどのようなものか。それは、自らの意志で歩むのではなく、その行動において指導者の指針に導かれることである。これこそが、熱心に実践されるあらゆる行いの中で最も高きものであり、その者には殉教者の冠が与えられる。熱心な者たちはこのように振る舞うのである。ところで、この断食期間には、古来の伝承に従い、規則によって、すべての人の食事の変更、礼拝の回数の増加、そして詩篇の詠唱の増加が定められていることは、誰しもが知っていることである。それゆえ、どうか、断食という賜物を喜びをもって受け入れ、不機嫌になることなく、明るい顔で、悪意なく、非難せず、怒らず、偽りなく、嫉妬せず、とりわけ互いに平和と愛をもって、柔和さと従順さをもって、慈愛と善き実りを増し加えるように過ごしましょう。何よりも、思いの働きに鋭い注意を払い続け、情欲に扉を開けず、悪魔の侵入を許さないようにしましょう。聖書が教えているように、「もし支配する霊があなたに降りかかっても



、その場から立ち去ってはならない」（伝道の書10,4）とあります。敵には思い込みを植え付ける力はあっても、入り込む力はないからだ。私たちは自分自身を支配する主である。扉を開かなければ、敵は入ってこない。それゆえ、キリストの花嫁である私たちの魂を で守り、思いの矢によって傷つけられないように保ちましょう。そうすることで、私たちは聖霊の住まいとなり、「心清き者は幸いである。彼らは神を見るからである」（マタイ5:8）という言葉聞くにふさわしい者となるのです。そしてそもそも、「真実なものはすべて、尊いものはすべて、正しいものはすべて、清らかなものはすべて、愛すべきものはすべて、称賛に値するものはすべて、また、いかなる美德であれ、いかなる称賛であれ」、——使徒の言葉をもって言えば——「そのようなことを思い巡らし、行いなさい。そうすれば、この世の神があなたがたと共におられる」（フィリピ4:8,9）。

## 208. 断食の行いは、習慣と忍耐と不変の心によって容易になる。とりわけ、神への黙想によって、その対象が示されるのである

208. 断食の労苦は、習慣と忍耐と不屈の精神によって軽くなる。とりわけ、神への黙想によって、その対象が示されるのである。[32, 5] あらゆる始まりが困難であるように、断食の始まりも、食事や私たちの行動の対象に変化が生じるため、ある種の不都合や困難に直面する。しかし、それを守る上での忍耐と不屈の精神によって、それらは容易になり、和らげられる。それは、「あらゆる懲らしめ（訓練）は、その時は喜びとは感じられず、むしろ悲しみである。しかし、後に、それによって訓練された者には、義の平和な実が与えられる」（ヘブライ人への手紙12,11）と書かれている通りである。それゆえ、私たちも、一週間の断食を全うする栄誉に浴し、すでにそれにある程度の経験を積んだ者として、その継続に一層熱心でなければならない。この熱心さが魂と体を力強くする一方で、怠惰は軽いものを重くし、楽なものを困難にすることを知っているからである。しかし、霊的な実践と肉体の健康の両方を成功裏に保つために、自分の行いに過度な負担をかけることは避けよう。なぜなら、最初は勢いよく進んでも、その後完全に衰えて立ち止まってしまっは、何の益があるだろうか。むしろ、ゴールまでの道のりを念頭に置き、計画性と節度を持って努力するほうがよい。というのも、一日の労働や集中力への過度な緊張は、通常、ある種の安らぎを求める欲求を生み出すからである。そこで（仕事の合間にも、仕事の終わりに）、魂を善き神への思いと霊的な黙想で養いましょう。その思いは、世俗的で虚しいもの——心を乱し、苦いもの——ではなく、天的な、心を和ませ、喜びを与えるものに向けられるべきです。「私は神を思い起こし、喜びに満たされた」と、詩篇には歌われている（詩篇76:4）。私たちの心は神へと、天上の黙想へと、樂園の美しさへと、永遠の住まいへと、天使たちの集いへと、そして私たちがそこへ移り住むこと——今、義人と罪人の魂が共にいるその場所へと——向けられている。それは、神の御言葉に従って天が過ぎ去り、四元素が崩壊し、地とその上のすべてのものが焼き尽くされる時——魂が再び自らの肉体を受け入れるのはどのような時か——アダムから世の終わりまでの人々の集いとはどのようなものか、太陽よりも輝き、威厳に満ち、畏れ多い主キリストの御顔とはどのようなものか、——その御声を我々はどのように聞くのか——そして最後に、義人を天の御国へと招き、罪人を永遠の苦しみへと追放する最終的な裁きはどのようなものになるのか。——これこそが、我々が思索し、心を配るべきことであり、また、この世の外に存在し、肉に従って生きる者たちとは何の共通点もない者として、心をどこに向けられるべきか——そして、こうした思索から悔い改めと涙に至り、将来の永遠の恵みにあずかることを望みながら、この世の生活を平和に、安らかに過ごすことを学び、啓発されるのである。

## 209. 何よりもまず、神に感謝しなければならない——存在そのものに対して、聖なる洗礼による神の子としての地位に対して、修道生活に対して、そして偶像破壊者たちに対する殉教に対して

209. 1) 何よりもまず、神に感謝しなければならない——存在そのもの、聖なる洗礼による神の子としての受け入れ、修道生活、そして偶像破壊者たちに対する信仰の証しに対して。

——2) また、すべての源であり、程度こそ異なるものの、貧しさや無知にもかかわらず、すべての人にとって手の届くところにある信仰に対しても。[32, 6]

**12.** 神は、私たちの救いの業に役立つ多くの美德を私たちに示してくださったが、その中でも最も重要なものの一つが感謝である。使徒パウロはこう述べている。「まず第一に、イエス・キリストを通して、あなたがたすべてについて、私の神に感謝します。あなたがたの信仰が全世界に知れ渡っているからです」（ローマ1:8）。そして、彼は至る所で、あらゆる事柄について神に感謝している。しかし、彼自身がすべてに感謝していたように、すべての人にも「すべての事について感謝しなさい」と命じた。そして、これが単に彼自身の善意の助言に過ぎないと誰かが思わないように、「これこそが、キリスト・イエスにおける神の御心である」と付け加えた（Iテサロニケ5:18）。『梯子』にも、祈りにおいてはすべてに感謝が先立つべきであると記されている。「何よりもまず、私たちの祈りの紙の上に、神への心からの感謝を描き出そう」と。その後祈りの中で何をすべきかを述べた後、聖梯子家は次のように結論づけている。「この祈りの様式は、ある兄弟に主の天使によって示されたものである」（『階段』28、第7章）。それでは、まず第一に、神が私たちを無から有へと導いてくださったこと、すなわち「あらかじめ備えてくださった善い行いを行うために、私たちを創造し、その中を歩ませるため」（エフェソ2:10）に、神に感謝を捧げましょう。また、福音書が語るように、聖なる洗礼を通して私たちを神の子としての地位へと導いてくださったことについても、神に感謝しましょう。「しかし、彼を受け入れた人々、すなわち、その御名を信じた人々には、神の子となる特権を与えられた。彼らは、血によるものでも、肉の欲によるものでも、人の欲によるものでもなく、神から生まれたのである」（ヨハネ1:12,13）。また、ある若者に御言葉の中で「もし完全になりたいのなら、行って、あなたの財産を売り払い、貧しい人々に施しなさい。そして、十字架を背負って、わたしに従いなさい」と示されたように、私たちに修道生活という最も完全な生活へと入ることを許してくださったことにも感謝しましょう（マタイ19,21；マルコ10,21）。また、（聖像破壊運動の際）私たちを待ち受ける殉教の道へと導き、惑わされて異端の迷いへと陥ることを許さなかったことにも感謝しましょう。なぜなら、私たちは、神の独り子である御方が肉を受けられたとき、肉において描写され、姿を持ち、その姿において礼拝を受けられることを知り、告白したからである。福音の枠の外で、迷いと不信仰の中にいる人々はどれほど多いことか。また、福音を受け入れている人々の中でも、信仰において迷い、破滅に陥っている者はどれほど多いことか。彼らは、キリストが肉において描写され、姿を持ち、その姿に礼拝を捧げるべきであることを告白せず、それゆえに、受肉されたキリストの救いの業から自らを遠ざけているのだ。——このことを思い巡らすとき、私たちは心から主に感謝すべき理由があり、感謝の中で悔い改めに至り、悔い改めの中で涙を流し、涙の中で啓発され、その啓発の中で私たちの救いの業に励むことができるのである。

**13.** 信仰と、私たちが持つその信仰の度合いについて、神に感謝しましょう。なぜなら、信仰そのものは一つですが、私たちがそれを受け入れる度合いによって、時には大きく、時には小さくなるからです。主はペトロにこう言われました。「小信者よ、なぜ疑ったのか」（マタイ14:31）。別の箇所では、「女よ、あなたの信仰は大きい。あなたの望むとおりにしてあげよう」（マタイ15:28）。また、「イスラエルの中でも、これほどの信仰を見たことがない」（マタイ8:10）ともあります。このように、信仰には大きなものもあれば、小さなものもあります。しかし、誰も「私は愚か者だから、どうして信仰を理解できるだろうか」などと言ってはなりません。全き慈愛の神は、すべての人に御自身の慈愛の光を注いでおられます。——使徒は何と言っていますか。「兄弟たちよ、あなたがたの召しを見なさい。肉によれば、賢い者は多くなく、力ある者は多くなく、高貴な者は多くない。しかし、神はこの世の卑しい者、弱き者、見下されている者、さらには存在しないような者を選び、強い者を恥じ入らせ、知恵ある者を恥じ入らせ、力ある者を恥じ入らせ、高貴な者を恥じ入らせたのである」（Iコリント1:27,28）。この言葉が、あなた方にも当てはまることがお分かりになりませんか。他の人たちはさておき、私たちの祝福された兄弟ファデオのことを覚えておられないのですか。彼はスキタイ人ではありませんでした



か。人々の下で奴隷として仕えていませんでしたか。そして、修道生活に入ったのは、奴隷から解放された後ではありませんでしたか。——それなのに、彼は以前の信仰生活においても、現在の信仰生活においても、どのような姿を見せたのでしょうか。——彼は信仰を深く受け入れ、それに包まれ、それをふさわしく体現して完全な人となったため、殉教の冠を授かり、苦難の三日後にこの世から来世へと旅立ったのです。— 私たちもまた、彼と同じようになろう。無知を言い訳にせず、信仰を理解し、深めることを求めよう。そして、信仰に善き生活が伴えば、そうなるだろう。なぜなら、愛に支えられた信仰こそが、私たちの救いを成し遂げるからである。この両者によって、魂の救いがもたらされる。信仰だけ、あるいは愛だけでは救われない。しかし、両者が共に守られ、調和してこそ救われるのである。私たちもこのように心を整え、キリストの完成の年齢にふさわしい成熟に達し、すべての聖徒たちと共に、約束された永遠の祝福に与かることができるように。

## **210. 断食という重荷を担うための励みとなるのは、その有益さ——ただし、平和で愛に満ちた心持ちを保ちつつ——であり、また、その労苦を担う者たちへの偉大な約束である。**

210. 断食という重荷を担うための励みとなるのは、その有益さ——ただし、平和で愛に満ちた心持ちを保ちつつ——であり、また、その労苦を担う者たちへの偉大な約束である。 [32, 7] 断食は、その間、心の在り方——平和で、柔和で、慈愛に満ち、従順で、謙虚で、思いやりがあり、その他あらゆる善き心構え——が保たれているならば、良いものである。しかし、悪魔はあらゆる手段を講じて、断食する者たちの心にそれとは正反対のものを植え付け、彼らを傲慢で、怒りっぽく、激昂し、高慢な者に見せかけ、断食が彼らにとって益よりも害となるように仕向ける……しかし、私たちは「その企みを悟らない」（Ⅱコリント2:11）者として、平和に、静かに、柔和に、秩序正しく振る舞い、「愛をもって互いに忍び合う」（エフェソ4:2）ようにしよう。これが神に喜ばれることであることを知っているからだ。もしあなたの中にそのような心構えがないならば、たとえあなたが弓のように身を屈め、荒布をまとい、頭に灰をまいたとしても、神に喜ばれることはないでしょう。断食は確かに体を苦しめ、衰えさせますが、魂を広げ、成長させます。「それゆえ、私たちは落胆しません。外なる人は朽ち果てても、内なる人は日ごとに新しくされるからです。今、私たちの軽い苦しみは、増し加えられて、永遠の栄光の重きものへと変えられ、私たちに与えられるのです」（Ⅱコリント4:16,17）：それゆえ、報いを仰ぎ見ながら、私たちは徳の試練を穏やかに耐え忍ぶことができます。「光の中にある聖徒たちの相続分にあずかるようにと、私たちを招いてくださった神、父に感謝します。神は、私たちを闇の支配から救い出し、御子の愛の御国に移してくださったのです」（コロサイ1:12,13）。——私たちは、しばしばその至聖なる御体と御血を聖餐として受け取っているのではないだろうか。そして、聖餐を受ける者にとって、清い良心をもって永遠の命が約束されているこのこと以上に、何よりも喜ばしく、慰めとなるものがあるだろうか。私たちは毎日、聖書の朗読に耳を傾けることで、神聖なダビデや他の聖なる先人たちと語り合っているのではないだろうか。これほど魂を慰めるものがあるだろうか。私たちは、この世や肉親とのあらゆる関係を断ち切ったのではないだろうか。これほど至福に満ち、高貴なことがあるだろうか。「私たちのいのちは天にあるのです。そこから、私たちの救い主、主イエス・キリストを待ち望んでいます。主は、御自身の栄光の体に似せ、私たちのこの卑しい体を、御自身の力によって、あらゆるものを御自身に従わせることができるように、変容させてくださるのです」（フィリピ3:20,21）。それゆえ、あらゆる肉体的な快楽を軽んじて、喜び、楽しみましょう。「すべての肉は草のようで、人の栄華は草の花のようだからです。草は枯れ、その花は散りますが、徳の業は永遠に存続するのです。「あなたがたのうち、苦しんでいる人はいるか。その人は祈りなさい」と、神の兄弟は言っている。「心が安らかである人は、歌いなさい」（ヤコブ5:13）。もし誰かが邪悪な情欲に誘惑されているなら——（誘惑者は決して私たちを誘惑することをやめないのだから——）——「試練に耐えなさい」と言う方の言葉に従って耐え忍びなさい。「試練に耐え抜く人は幸いである。試練に耐え抜いた者は、神を愛する者たちに神が約束された『いのちの冠』を受けるからである」（ヤコブ1:12）。「

あなたがたがこれを知っていれば幸いである。それを実践するならなおさらである」（ヨハネ 13:17）。

**211. 平和と調和について；神への熱烈な愛について；救いの実現に向けた熱心な働きについて；そして、修道生活にふさわしい生き方全般について**

211. 平和と調和について、神への熱烈な愛について、救いの実現に向けた熱心な働きについて、そして概して修道生活にふさわしい生き方についての訓示。[32, 8] あなたがたが心をつにして歩み、平和に暮らし、断食の期間を忍耐強く過ごしていることを、私は喜んでいる。これはあなたがたの救いとなり、あなたがたの希望を確かなものにするものである。兄弟愛における平和と一致は、なんと大きな恵みでしょうか。——それらは、悪、すなわち無秩序や気まぐれ、対立や非難、不従順や高慢、そしてあらゆる他の悪意を取り除くことによって、まず自分自身に恵みをもたらし、次に他者に徳の模範を示すことで、さらにそれ以上の恵みを獲得するのです。なぜなら、誘惑の加害者が「ああ、悲しや」という嘆きを相続するように、徳へと導く者たちは祝福を相続するからです。そして、私たちがこのような善き心構えや、これほど称賛に値する行いから決して離れることなく、また神を愛することをやめないように。なぜなら、こう記されているからである。「あなたは、心を尽くし、魂を尽くし、力を尽くし、思いを尽くして、あなたの神、主を愛しなさい」（ルカ10:27）。このように愛する者は、満腹も、疲労も、衰えも知りません。むしろ、火に火を加え、熱意を熱意で燃え上がらせ、美德から美德へと登りつめることを心に抱き、力から力へと霊的な高みへと至っていくのです——そしてそれは絶え間なく続くのです。肉的な労働に従事する者たちが、いかに儂く朽ちゆくもののために労苦しているか、お気づきではないだろうか。今、あなたの目の前で船を建造している者たちが、その作業に一日中を費やし、わずかな休息さえも自分に許さない様子を、お気づきではないだろうか。それは何のためか。わずかな金を稼ぎ、家族が必要とするものを手に入れるためである。それに対して、私たちは、神聖なもので豊かになり、天の御国を得て、永遠の恵みを享受し、永遠の苦しみから逃れようとしているのです。私たちこそ、そのためにすべてを喜んで、熱意を持って捧げ、もし主のために血を流すことが避けられないのであれば、喜んで血さえも捧げようとするのではないのでしょうか。さあ、兄弟たちよ、私たちは「希望に喜び、苦難に耐え、祈りに励み」、私たちの務め、すなわち詩篇の詠唱、聖句の朗読、聖書の朗読に心を向け、こうした行いによって、心が虚しい事柄に迷い出ないように保ちながら、凜として立ち続けよう。何しろ、怠惰は悪の母であり、行いは心の守りだからです。私たちは、従順、規律、隣人の安らぎ、そして私たちの救いに寄与するその他すべてのことを優先し、常にここにいる兄弟たちや、各地に散らばっている兄弟たちのために祈りつつ、自らの善き心構えから逸脱することを許してはなりません。なぜなら、一人ひとりがどのように救われているかをこの目で見るができないため、私の心は彼らのことについても痛むからです。

**212. 私は義務として説教を行っていますが、実りあるものとなるよう、説教に協力し、あなたがたの成長によって私を助けてください。**

212. 私は義務として説教を行っていますが、実りあるものとなるよう、説教に協力し、あなたがたの成長によって私を助けてください。——あなたがたの成長は、すなわち私の成長でもあります。なぜなら、私たちは一つだからです。——あなたがたは、偶像破壊者たちの前で信仰を告白し、彼らから苦難に耐えることで、そのことを示しました。どうか、このあなたがたの勇気を汚さないでください。[32, 9] あなたがたを肉体にあって養うためにはあるものが求められ、霊にあって養うためには別のものが求められる。前者は執事によって与えられ、食物、飲み物、衣服から成る。後者は、この謙虚な私によって与えられ、言葉と教えから成る。あちらが恣意的に与えられるものではないのと同様に、こちらもしるべき義務として果たされるものです。ですから、私があなた方にこれらの簡潔で乏しい教えを語っても、大したことをしているわけではありません。それどころか、私は恐れおののいています。なぜなら、あなたがたの魂について、王

や総督、あるいは執政官にではなく、すべての審判者であり神である御前に報告しなければならぬからです。その御前では、天の、地の、そして黄泉のあらゆるひざがひれ伏し、あらゆる舌が告白するのです。しかし、どうか、兄弟愛に満ちた者として、ご自身のためにも、そして私のためにも助けてください。ご自身はあらゆる美德において繁栄し、私はあなたがたの祈りによって支えられるように。いずれにせよ、あなたがたの繁栄は私の繁栄であり、その逆もまた然りです。「私たちは皆、一つの体であり、その一部である」(Iコリント12:27)からです。また、「一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、もし一つの肢体が栄光を受けるなら、すべての肢体が共に喜ぶ」(Iコリント12:26)。私があなたがたのことを気遣うように、あなたがたも私のことを気遣うべきです。なぜなら、私たちの互いの愛によって、私はあなたがたの中にあり、あなたがたは私の中にあるからです。これこそが、真の兄弟愛を築くための法則です。私に対するあなたがたの良き従順を、偽りのない、見せかけのものでないものとして保ち続けてください。あなたがたはこの新しいいのちのために生まれ、成長し、完成され、キリストの恵みによって、キリストを告白する分に应じて、その境地に達したのです。(——これは偶像破壊運動に際しての言及である)。あなたがたは王たちを恐れず、高官たちを怯えさせず、苦難や傷、追放、牢獄、死の前でも退かず、それによって、周知の通り名声を博した。どうか、あなたがたの美德を裏切ることなく、あなたがたの誉れを汚すことなく、その良き名が悪しき呼び名に変わりぬよう、以前の誉れに次なる誉れを加え、常に内も外も自らを守り、戒めを守ることで身を守り、あらゆる誘惑に打ち勝ち、あらゆる苦難を忍耐強く耐え忍んでください。また、私たちが今もなお試験と迫害の中にあり、来るべき日が何をもちあわすかわからないことも知っておいてください。しかし、「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか。御子を惜しまず、私たちすべてのために彼を渡し給うた方が、どうして御子と共にすべてのものを私たちに与えてくださらないことがあろうか？」(ローマ8:31,32)。このように希望を持ち、このように確信を持ちなさい。そして、この希望と確信のうちに生きれば、あなたがたは、すべての聖徒たちと共に、御国を受け継ぎ、その分け前を得ることを、私は保証します。

### 213. 死は近い。備えなければならない。どのように？すべてを神の栄光のために行うこと

213. 死は近い。備えなければならない。どうすればよいか。すべてを神の栄光のために行い、心をついにし、互いに敬い合い、感情を慎み、思いを制御し、無情を望みつつ、あらゆる善に熱心であることだ。[32, 10] 日ごとに私たちの命は短くなり、死へと近づいている。私たちは、この世を去り、兄弟たちや先人たちの元へ加わる運命にある。それゆえ、私たちには、深い自制心と注意深さ、そして心の準備が求められるのである。私たちは聖書の洪水の話や、主が当時の出来事を御自身の再臨の際の状況に当てはめて、「ノアの時代、人々は食べ、飲み、結婚し、売り買いしていたが、突然、洪水が訪れた。人の子の到来も、それと同じようになる」(マタイ24, 37-39; ルカ17:26-28)。当時の人々が、迫り来る大洪水に対して、なぜあれほど無関心で無頓着であったのか、むしろ恐れおののく様子さえ見られなかったのかと、私たちは驚かされる。しかし、よく考えてみよう。私たち自身が、彼らを非難しているのと同じような無頓着さの中にいないだろうか。私たちには、百年かけて建造された箱舟は用意されていない。しかし、私たちは毎日、やがて私たち自身も葬られることになる墓所が満たされていくのを見ている。ほぼ毎日、死が私たちの兄弟の誰かを連れ去り、その人はこの世を去っていく。しかし、私たちに起きていることは、当時(大洪水の時)に起きたことよりもはるかに恐ろしい。だからこそ、注意深くなければならない。私は、「食べてはならない、飲んではいけない、着てはいけない」と言っているのではない——そう言っているのではない。むしろ、「もしあなたがたが食べ、飲んだり、あるいは他のことをしたりするときは、すべてを神の栄光のためにしなさい。ユダヤ人であろうとギリシア人であろうと、神の教会に対しても、非難されることのない者となるように」と、使徒が教えている通りです(Iコリント10:31, 32)。さあ、兄弟たちよ——お願いし、懇願します。「私の喜びを全うしてください」と、再び祝福されたパウロが語っているように、「同じ知恵を持ち、同じ愛を分かち合い、心をついにし、考えをついにし、熱心さや虚栄心によるものではな



く、謙遜な知恵をもって、互いに自分を重んじるよりも相手を重んじなさい」（フィリピ2:2,3）。私たちの感覚——視覚、聴覚、嗅覚、味覚、触覚——を厳重に守りましょう。それらは死が入り込む入り口だからです。また、心を制御し、不適切な場所へ迷い込んだり、不適切な事柄に踏み込んだり、心に邪悪なイメージを描いたり、何の益も喜びももたらさない罪深い欲望を抱いたりしないようにしましょう。それどころか、むしろ心を痛め、深く悔い改め、ただ一つのことのみを心に留め、ただ一つのことにのみ慰めと喜びを見出し、魂を清め、無情の境地において進歩するよう努めよう。無情を味わい、それを獲得することによる喜びを味わうという希望を抱き、落胆してはならない。むしろ、急ぎ、力強く、絶え間なく、その道を追い求めよう。なぜなら、熱意は欠けているものを正し、補い、神はその助け手となられるからである。「主は、御自身に耐え忍ぶ者に近くおられ、主を求める魂は主を見いだす」。——このように人生を送れば、我々は間違いなく天の御国を得るであろう。

#### 214. 神を思うとき、死も思い起こせ

214. 神を心に留めるなら、死も心に留めよ。——この世の生活や、その中で重んじられるいかなるものにも執着してはならない。これは、世を捨てた私たちにこそ、とりわけ求められることである。[32, 11] この教えは有益であり、救いとなる戒めとして、私たちに、で義務付けられた行いを果たす際に、冷静さを保ち、警戒を怠らず、決してこれをやめることなく、神への思いからも、神への愛からも、そして肉体を離れることへの記憶からも、決して離れないよう促すものである。なぜなら、まもなく私たちはこの世から離れ、先祖たちと同様に死に、別の世界へと移り、終わりのない新たな命へと入るからである。この世の生活は影や夢のようで、ほんの数百年という限られた期間に過ぎない。私が言うのは、世界の創造から世の終わりまでの時間のことでなく、一人ひとりの人間の生涯のことである。その生涯は、今やダビデの定めた寿命にさえ達することは稀であり、その限界を超えることは、極めて稀な出来事として、なおさら稀である。すべての聖人たちは、生涯を通じてこのことを心に留めていた。「信仰によって死んだ者たちは」と使徒が証言するように、「約束されたものをまだ受け取らず、ただ遠くからそれを見て、それを慕い、また、自分たちがこの地上では旅人であり、寄留者であることを公言した。なぜなら、このように語る者たちは、自分たちの故郷を求めていることを示しているからである。もし彼らが、自分たちがそこから出てきた故郷を覚えていたなら、戻る機会もあったでしょう。しかし今や、彼らは、すなわち天の故郷を、より良いものとして望んでいるのです。それゆえ、神は彼らを御自分の子と呼ぶことを恥じられませんか。神は彼らのために都を用意しておられるからです」（ヘブライ人への手紙 11:13-16）。これこそが私たちの都です！ これこそが私たちの故郷である！そこには、肉においても霊においても、私たちの父たちや兄弟たちがいる。それなのに、なぜ私たちは、この世の一時的な生活を、なおも口づけに値するものだと見なすのか。なぜその慣習に執着するのか。なぜそこから抜け出すことを望まないのか。——異郷から故郷へ帰ること、あるいは戦争から平和へと立ち返ることを望まないのは、愚かなことである。しかし、愛する兄弟たちよ、私たちは分別ある者として、まさにこのために世と世にあるすべてのものから身を切り離し、それらから逃れてきたのですから、生涯を通じて死を心に留め、その思いによってあらゆる欲望、あらゆる怠慢、あらゆる弛み、あらゆる気落ち、あらゆる悪を退け、このようにして主に喜ばれる行いをすることで、天の恵みの相続人となるのです。

#### 215. 主は私たちに平和を与えてくださった。それは、外的にはすべての人と平和に接し、内的には情欲や良心の呵責から自らを解放して、内なる平和を保つことを私たちに義務づけるものである。

215. 主は私たちに平和を与えてくださった。それは、外的にはすべての人と平和に接し、内的には情欲や良心の呵責から自らを解放して、内なる平和を保つことを私たちに求めているのである。[32, 12] 日曜日は平和の日である。なぜなら、その日、主は敵に勝利を収め、弟子たちに「平安あれ！」と言われたからである（ヨハネ20:20）。このように言われた主は、彼らだけに、

また一日だけ平和を遺産として与えられたのではなく、私たち謙遜な者たちと同様に、すべての人々に常にその平和を宣言しておられるのである。さあ、私たちは平安を持ち、内なる平安を保とう。——外なる人として、兄弟たちの誰に対しても敵意を抱くことを許さず、あらゆることに愛をもって接しよう。主はこう言われているからだ。「あなたがたが互いに愛し合うなら、それによって、あなたがたがわたしの弟子であることを、すべての人が知るようになる」（ヨハネ13:35）；内なる人においては、有害な情欲から平和と安らぎを守り続けよう。そうすれば、私たちも使徒と共にこう言うことができる。「私たちは、私たちの主イエス・キリストによって、神との平和を得ている。この方によって、私たちはこの恵みに導かれ、その中に立っている。そして、神の栄光への希望を誇りとしている」（ローマ5:1:2）。しかし、私たちは気まぐれな性質を持っているため、災いをもたらすような、また嘆かわしい動揺や動揺にさらされることがあります。そのときは、直ちに、神との平和を保ちながら、かつての状態へと立ち返りましょう。「神こそが私たちの平和であり、両者を一つに造り、隔ての壁を打ち壊し、御自身の肉によって敵意を滅ぼし、戒めの律法を教えによって無効にし、両者を一つの新しい人間として造り上げ、平和を築き、また、十字架によって敵意を打ち砕き、両者を一つの体において神と和解させたのです」（エフェソ2:14-15）。使徒はこのように語っている。そして、これこそが、主が成し遂げられた御業である。主は御父にこう言われている。「あなたがわたしに与えてくださった御業を、わたしは成し遂げました」（ヨハネ17:4）。すなわち、主は地上のものと天上のものを和解させ、私たちをも平和と愛の子としたのである。もし誰かがこう言うなら、「それはどういうことか。私たちは絶え間ない戦いの中にいるのではないのか」と。使徒がこう言っているように、「私たちの戦いは、血肉に対するものではなく、支配者たち、権威者たち、この世の闇の支配者、天にある悪の霊たちに対するものである」（エフェソ5:12）。そのような人には、これらの言葉は戦いがどのようなものであり、その実態がどのようなものであるかを示しているものであって、私たちが戦いを繰り広げているということではない、と答えなければならない。なぜなら、使徒は別の箇所ですべてのように述べているからである：「私たちの戦いの武器は、神によって強められ、堅固な要塞を打ち破り、思いの要塞を打ち倒し、神の知恵に逆らうあらゆる高慢を打ち砕き、あらゆる知性をキリストへの従順へと捕らえ、あらゆる不従順を罰する用意がある」（Ⅱコリント10:4,5）。同じ心構えにある者は、明らかに争いを抑え込み、平和をもたらすのである。

## 216. 教えに耳を傾け、それを信じて、その教えが示すことを実行しなければならない

216. 教えに耳を傾け、それを信じて、そこから示されることを実行しなければならない。  
[32, 13] 私にとって義務である言葉の収穫を、今ここに、簡潔で乏しいながらも、先送りすることなく、あなた方に提示する。それは、私が沈黙のゆえに非難されることのないように、また、あなた方がいかなる教訓も失うことのないようにするためである。なぜなら、あなたがたは主に聖なる教父たちの著作を読むことによって教化を受けているとはいえ、私のこの謙虚な教えにも必要としているからです。むしろ、そちらよりもこちらの方が有益であるとさえ言わせていただきます。なぜなら、あちらでは一般的な論考が展開されているのに対し、こちらでは、あなた個人に直接関わる、非難と是正を目的とした言葉が語られているからです。「わたしはあなたを責め、あなたの目の前であなたの罪を明らかにする」（詩編49:21）。また、主はこう言われます。「もしわたしが来て彼らに語らなかつたなら、彼らは罪を犯すことはなかつたであろう。しかし今や、彼らは自分の罪について弁解の余地がない」（ヨハネ15:22）どうか、これがあなたがたにも当てはまることのないように。なぜなら、私はあなたがたに、不従順で罪を犯している者たちとしてではなく、従順な子らとして、愛する子供たちとして、心をつににした同労者、共に戦う仲間として語りかけているのだから——どうか心を和らげ、繁栄し、「キリストの日に清く、非難の余地がなく、イエス・キリストによる義の実に満ち、神の栄光と称賛となるように」（フィリピ1:10,11）。そして、私の言葉は、あなたがたのためのものです。かつてイスラエルのために岩から水を湧き出させられた方が、私の石のような心からも短い言葉を湧き出させてくださることを信じます。その言葉によって潤され、この現世という荒野において、私たちの命を養い、潤し



、導いてくださる主に感謝いたします。しかし、この古の物語を思い起こした以上、当時、不従順な者たちに起こった出来事に少し注目してみましょう。使徒は彼らについてこう述べています。「しかし、神は彼らの大多数を喜ばれませんでした。彼らは荒野で倒れたからです。これらは私たちへの戒めであり、彼らのように悪を追い求める者となってはならないのです。また、偶像礼拝者になってはなりません。彼らのうちの一部がそうであったように。すなわち、こう書かれていますとおりです。『人々は座って食べ、飲み、立ち上がって遊び始めた。』また、不品行にふけてはなりません。彼らのうちの一部が不品行にふけり、一日のうちに二万三千人が倒れたように。また、キリストを試みてはなりません。彼らの中のある者たちが試みて、蛇によって滅びたからです。また、不平を言ってはなりません。彼らの中のある者たちが不平を言い、全滅者によって滅びたからです」（Iコリント10:5-10）。このことを心に留め、兄弟たちよ、神の怒りの原因となるものを避け、邪惡な欲望を避け、不平を避け、キリストを試みることのないよう気をつけよう。「しかし、どうしてキリストを試みることができるのか？」——不信仰な思いに陥り、「私たちの必要に十分なものが与えられるだろうか？」、「敵からの攻撃に耐えられるだろうか？」と口にする時である。あれやこれやの試練に耐えられるだろうか？」——そうではない、兄弟たちよ、そうではない。これらは不信仰と疑いの言葉であり、そのような言葉に場所を与えるべきではない。なぜなら、確固たる信仰をもって信じるならば、私たちはすべてを乗り越えることができるからだ。ノアはそう信じて、大洪水の破滅を免れた。アブラハムはそうして多くの民族の父となった。こうしてモーセは紅海を陸地を歩くかのように渡り、三人の少年と預言者ダニエルは無傷で済みました。一言で言えば、すべての聖徒たちはこうして義と認められたのです。私たちもまた、信仰によってすべてを乗り越え、キリストと共に勝利し、義の冠に与かることになるでしょう。

## 217. 世俗的、この世的な、そして罪深い束縛から解放された私たちは、再びそれらに立ち返ることを許してはならない

217. 1) 世俗的、この世的な、そして罪深い束縛から解放された以上、再びそれらに立ち返ることを許してはならない。—— 2) そして、だれも、神への奉仕と、罪や情欲への隷属とを両立させようなどと考えるべきではない。[31, 14]

1. 私たちの怠慢を追い払い、熱意を奮い立たせるために、使徒はこう言いました。「主は近くにおられます。何事も心配してはなりません。ただ、あらゆる事において、祈りと願いと、感謝をもって、あなたがたの願いを神に申し上げなさい」（フィリピ4:5,6）。それゆえ、怠けてはなりません。むしろ、主が私たちを召された務めを果たすために、力を奮い起こし、勇気を出しましょう。なぜなら、主こそが私たちを一般の人々の生活から修道生活へと召してくださったのです。主こそが私たちに救いの衣を着せ、喜びの装いを与えてくださったのです。主こそが、私たちのために「誓い」となられ、律法の誓いから私たちを贖ってくださったのです。「キリストが私たちを自由にしてくださったその自由によって、私たちは立ち続け、再び労苦のくびきを負うことのないようにしよう」（ガラテヤ5:1）。私たちが再び、情欲の自発的な奴隷となることを許してはならない。金で贖われた奴隷は、決して再び奴隷となることに同意しないだろう。むしろ、奴隷だった場所から遠く離れて、奴隷としての暴政から解放されたことを喜びとする。たとえ奴隷制がもはや特に悪いものではなかったとしても。なぜなら、使徒はこう言っている。「あなたは奴隷として召されたのか。悲しむことはない。しかし、もし自由になれるなら、むしろ自由になるべきである。主によって召された奴隷は、主の自由人であり、同様に、自由人として召された者は、キリストの奴隷である」（Iコリント7:21,22）。とはいえ、解放された者が再び奴隷のくびきの下で暮らすことは望ましくないというのは、やはり事実である。——ましてや、罪から解放された私たちは、できる限り罪から遠ざかるべきではありませんか。罪が私たちに何をしたか、知らないというのでしょうか。罪こそが私たちを樂園から追放したのではないのでしょうか。罪こそが、私たちを不死身から死すべき存在に変えたのではないのでしょうか。罪こそが、この嘆きに満ちた人生へと導いたのではないのでしょうか。あらゆる悪は、罪によって生じ、今も続

いているのではないのでしょうか。それゆえ、私たちは罪を最も邪惡な敵として避け、憎むべきものとして憎もう。そして、人を天使とし、さらには神とする美德を、なおさら愛そう。聖書にこう記されている通りである。「わたしは言った。『あなたがたは神であり、みな、至高者の子らである』」（詩編81:6）。

2. しかし、美德の本質とは何でしょうか。——それは、この世を拒絶し、神に固く結びつくことにあります。「だれもまた、」と主は言われます、「二人の主人に仕えることはできない…… 神とマモンとに仕えることはできない」（マタイ6:24）。私たちは美德と罪の両方に固執することはできない。なぜなら、「光と闇とが、どうして交わることができるだろうか？」（コリントの信徒への手紙二6:14）と書かれているからだ。さらに、キリストの戒めは軽く、人を安らげるものであるが、罪は重く、人を苦しめるものである。さらに辛いのは、私たちが相反するものを両立させようと無理をし、肉欲にふけることも、靈的な行いに励んで成功することも可能だと考えてしまうことです。しかし、私たち自身に目を向けましょう。もし私たちが、ある程度の完全さに達したのなら、神に感謝しましょう。神から「あらゆる賜物は善であり、あらゆる贈り物は完全」なのですから；そして、神への畏れをもって自らを律し、私たちの最も善き心構えにおいて不変かつ揺るぎないままであり続けるよう努めるならば。もしそうでなく、多くの点で不十分であるならば、まだ行いを行う時間があるうちに、急いで全きものとなるよう努めよう。——信仰によって確固とし、希望によって勇気づけられ、愛によって結ばれ、謙遜によって飾られ、従順によって喜び、忍耐によって試され、懺悔によって啓発され、そして他のあらゆる行いによって、私たちが真の修道士であり、偽りのない従者であり、キリストにおいて熟達した主の僕であることを自ら証しするのです。

## 218. 神の御言葉に注意深く耳を傾けなければならない。なぜなら、そこからあらゆる靈的な心構えが生まれるからである。

218. 1) 神の御言葉を注意深く聞くべきである。なぜなら、そこからあらゆる靈的な心構えが生まれるからである。—— 2) すべての聖人たちはそう行い、その良い実について証しをした。—— 3) 私たちも、主が私たちにどれほど恵みを与えてくださったかを心に留め、そのように行おう。[32, 15]

3. すべての人間は目も耳も持っているが、すべての人が見たり聞いたりできるわけではなく、聞く耳と見る目を持つ者だけがそうできる。それゆえ、主はこう言われた。「聞く耳のある者は、聞きなさい」（マタイ 11, 15）。耳の遠い者たちについて、預言者もこう言っている。「神は彼らに、悔い改めの心を与え、見ることのできない目と、聞くことのできない耳を与えられた」（イザヤ書 6, 9；ローマ人への手紙 11, 8）。それゆえ、私たちに読まれる言葉を、ただ適当にではなく、注意深く聞き、脅威に陥ることのないようにし、むしろ、「主の懲らしめは私の耳を開く」（イザヤ50:5）と言えるようにしよう。このようにして、聞く者は耳を傾け、心を砕き、清められ、啓発され、喜び、この世のすべてを影や塵と見なし、キリストを自分のものとするのです。それは、キリストが弟子たちに「あなたがたを孤児として残すことはしない。あなたがたのところに来る」（ヨハネ14:18）と語られるのを聞くときです。また、「あなたがたが、わたしが命じることを行うなら、あなたがたはわたしの友である」（ヨハネ15:14）。さらに、「あと少しの間、この世はわたしを見ることはないが、あなたがたはわたしを見る。わたしが生きているから、あなたがたも生きるのだ」（ヨハネ14:19）。また、「あなたがたは、わたしの苦難の時にわたしと共にいた。だから、わたしの父がわたしに御国を授けてくださったように、わたしもあなたがたに約束する。あなたがたは、わたしの御国で、わたしの食卓を囲んで食べ、飲むことになる」（ルカ22:28-30）。このような言葉を聞くとき、神を愛する者は、毎日喜んでキリストのために死ぬ覚悟ができるのである。

4. すべての聖人たちはこのように生き、そのような決意をもって主への愛を厳かに表明した。エレミヤはこう言っている。「わたしは、あなたに従うことに労を惜しまず、人の命の日を望んだこともない」（エレミヤ書 17:16）。聖ダビデはこう言っている。「主が私に与えてくだ

さったすべてのものに対して、私は主に何をお返しすればよいのか」（詩編115:3）。使徒はこう述べている。「あなたがたには、キリストについて、ただ彼を信じるだけでなく、彼のために苦難を受けることも、恵みとして与えられている」（フィリピ1:29）。同様に、すべての使徒たちも、「主イエスの御名のために、辱めを受けるにふさわしい者とされた」と使徒行伝に記されているように、喜びました（使徒行伝5:41）。要するに、聖人たちは皆、このような言葉によって、主キリストに対する深い愛を表明していたのです。

5. それでは、兄弟たちよ、朗読される御言葉に注意深く耳を傾け、愛をもって私たちの愛する神を愛し、神が私たちのために成し遂げてくださったすべての恵みに常に感謝しましょう。神は、初めから私たちを救いに選び、この聖なる召しの中に置かれました。また、正教の信仰において神に仕えることを私たちに授けてくださいました。さらに、聖人たちの教えという、ある種の豊かな食卓が私たちに与えられています。今こそ、私たちは使徒の言葉に従ってこう言うべきです。「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか。神はご自分の御子を惜しまず、私たちすべての者のために彼を渡し給うたのです。それならば、神が御子と共に、すべてのものを私たちに与えてくださらないはずがありません。誰が神の選ばれた者たちを非難できようか。神が義と認めてくださるなら、誰が裁きを下せるでしょうか。キリスト・イエスは死なれ、さらに復活され、今や神の右におられ、私たちのために執り成しておられる」（ローマ8:31-34）。神であり父である御方の御前で執り成してくださる方こそ、私たちに永遠の御国を授けてくださるお方である。

**219. 私たちは、単に外見上だけでなく、霊的にも追悼の儀式を執り行おう。その際、私たち自身もこの世を去ることを心に留め、そのことに励まされて、この世を去る準備をしよう。**

219. 1) 追悼の儀式を、外見上だけでなく、霊的にも執り行おう。—— 2) その際、私たちもいつかこの世を去ることを心に留め、—— 3) それに励まされて、この世を去る準備をしよう。  
[32, 16]

6. 昨日、私たちは父なる神を偲び、ふさわしい形でその儀式を執り行った。なぜなら、霊の子らは父なる神に相応の敬意を払わなければならないからである。しかし、追悼の儀式において、追悼の礼拝を執り行い、肉体的に慰めを得れば十分だと考えてはならない。むしろ、霊的な慰めを生み出すことも必要である。肉적인慰めは、一時的に感情を揺さぶるものの、やがて消え去ってしまうが、霊的な慰めは飽くことがなく、決して去ることはない。もしあなたがたのうち、涙を流した者、心を動かされた者、心を痛めた者がいるなら、その人は父や兄弟の追悼を立派に果たしたことになる。かつて、父が私たちのそばにいて、私たちと語り合い、心を一つにしていた日々を思い出してください。そして、今、父がどこにいて、誰と共にあり、誰と心を一つにしているのか——父も、そして亡くなった兄弟たち一人ひとりも——を想像してみましょう。——考え、耳にするこのことが、常に私たちの魂を感嘆へと導くものではありませんか？

7. それでは、次に私たち自身に目を向け、少し時間が経てば、私たちもここから去り、今私たちが先人たちを偲んでいるように、他の人々から偲ばれることになるのではないかと考えてみよう。ああ、その通りだ。それが私たちの運命である。私たちは死すべき人間であり、明日何が起こるかを知らないのだ。なぜなら、私たちの命とは何だろうか？ ——それは、わずかに現れては消え去る霧のようなもの。朝には咲き、夕方にはしおれる春の花のようなものだ。「人は草のようで、その日々は野の花のよう。その花は散る」（詩編102:15）。「人は空しいものに似ており、その日々は影のように過ぎ去る」（詩編143:4）。「すべての肉は草の如く、人のすべての栄光は野の花の如し」（イザヤ書40:6）；「太陽が熱を放って草を枯らし、その花は落ち、その美しさは消え去る」（ヤコブの手紙1, 11）。こうして私たちは枯れ、こうしてこの世を去っていくのだ、と聖人たちは語った。これらは、彼らが以前に述べた比喻である。

8. 「しかし、悟る者は幸いである。神を求める者は幸いである」（詩編13:2）。毎日、従順の労苦と汗に身を捧げる者は幸いである。——反抗せず、不平を言わず、従順で、行いに迅速であり、奉仕に怠慢ではなく、心を砕き、常に死の訪れに備えている者。終わりは必ず来る。遅



れることはない。恐ろしい死の日が来る。天から降りてきた王の使者もやって来て、魂にこう告げるだろう。「さあ、今こそ出て行け。万物の王であり神である方が、あなたを求めておられる。」しかし、私たちの父の祈りによって、その時に備えが整い、恐れずにこの世を去り、永遠の命へと移ることができるように。

**220. 四旬節の終わりは、私たちを復活祭の御前に立たせる。しかし、私たちの生涯そのものもまた、一時的なものではなく、永遠の、計り知れないほど素晴らしい復活祭の御前に立っているのだ。**

220. 1) 四旬節の終わりは、私たちを復活祭の御前に立たせます。しかし、私たちの生涯そのものもまた、一時的なものではなく、永遠であり、計り知れないほど優れた復活祭の御前に立っているのです。－ 2) 主がそれについて語られたことを思い起こし、聖人たちに倣って修道的な労苦に励むよう奮い立たされながら、それを仰ぎ見なさい。－ 3) 欺きをもって、肉にとって魅力的で甘いものへと私たちを誘い出そうとする悪しき蛇には、耳を貸してはならない。[32, 17]

1. 四旬節も終わりに近づき、魂は、休息の時であり、これまでの労苦の果実を味わう時である復活祭の到来を喜びとしている。しかし、なぜ私がこのような言葉を語ったのか？——それは、私たちの生涯全体が永遠の復活祭に向き合い、その到来を待ち望んでいることを思い起こさせるためである。この世の復活祭は、偉大で尊いものだが、私たちの教父たちが説くように、それはただその復活祭の象徴に過ぎない。この世の復活祭は一日だけ続き、やがて過ぎ去ってしまう。しかし、あの絶えることのない復活祭こそ、病や悲しみ、嘆きが消え去り、喜びと歓喜、そして永遠の慰めがあり、祝う者たちの声と歓喜する者たちの顔、そして永遠に輝く光の幻が見られる場所であり、キリストの至福の宴、永遠の恵みに満ちた食卓、そしてキリストがこう言われた「新しい飲み物」がある場所なのです：「あなたがたに言うておく。私は、父の御国であなたがたと共にそれを飲むその日まで、このぶどうの木の実から造られた酒を飲むことはない」（マタイ26:29）。

2. この御国について、天に上げられようとしていたとき、主は弟子たちにこう言われた。「あなたがたのために場所を用意しに行く。もし行って、あなたがたのために場所を用意したら、また戻って来て、あなたがたをわたしのところへ迎え入れ、わたしがいるところに、あなたがたもいるようにする。また、『わたしが行くことは、あなたがたも知っているし、その道も知っている』」（ヨハネ14:2-4）。また別の箇所では、こうも語っている。「その日、あなたがたは、わたしが父の中にあり、あなたがたがわたしの中にあり、わたしがあなたがたの中にあることを悟るであろう」（ヨハネ14:20）。また別の箇所ではこうも言われている。「父よ、あなたがわたしに与えてくださった人々について、わたしは願います。わたしがいるところに、彼らもわたしと共にいるように。あなたが、世が造られる前からわたしを愛してくださったように、あなたがわたしに与えてくださったわたしの栄光を、彼らにも見させてください」（ヨハネ17:24）。そして、これらの言葉が使徒たちだけに向けられたものではなく、すべての信者たちについても語られていることを理解させるために、主はさらにこう言われた。「ただこれらの人々のためだけでなく、彼らの言葉によってわたしを信じるすべての人のためにも、彼らが皆一つとなるように祈ります。父よ、あなたがわたしの中に、わたしがあなたの中にあるように、彼らも私たちの中に一つとなるように」（ヨハネ17:20, 21）。この言葉以上に慰めとなるものがあるだろうか。これ以上に説得力のあるものがあるだろうか。この言葉によって和らげられない魂などあるだろうか。この言葉によって打ち砕かれない心などあるだろうか。ある人は、そのような心を「石の心」と呼び、人間的な心ではないと正当に言うだろう。——このことを心に留め、聖人たちは、あらゆる苦難を快く耐え忍び、悲しみを喜びとし、窮屈さを広々とした空間とし、苦しみを喜びとし、修業の労苦を慰めとし、死を命と見なした。それゆえ、私たちもまた、彼らと同じ目標を目指し、同じ復活祭を待ち望んでいる以上、あらゆる不快な出来事を勇敢に耐え忍び、その重みに押しつぶされることなく、気弱になることもなく、むしろより燃えるような熱意へと奮い立たされるべきである。

3. 悪しき蛇、すなわち、私たちの情欲を利用して私たちに対して様々な策略を仕掛け、光の天使に変装し、物事を本来の姿とは異なるものに変え、闇を光として、苦いものを甘いものとして見せかける者には、耳を貸してはなりません。 こうして彼は、私たちの先祖を惑わし、その視覚を惑わせ、美しいものではないものを美しいものとして見せ、そしてそれを味わわせることで、彼を樂園から追放した。 しかし、私たちは経験から、彼が諂う欺き手であることを知っているのだから、戒めの樂園から自ら踏み出すことは決してない。そして、彼が私たちに美しい実を見せようとも、私たちの魂と肉体の目をそれに留めることはせず、惑わされないよう、あらゆる手段を尽くしてそれを見ることを避けるだろう。 では、この赤く見える果実とは何だろうか。それは肉欲であり、あらゆる破滅的な情欲のうちの邪悪な欲望である。これを避けてこそ、私たちは救われ、すべての聖人たちと共に永遠の過越祭を祝うにふさわしい者となるのである。

**221. 冬が過ぎると植物界が花開き実を結ぶように、魂もまた、苦難、悲しみ、困難を経て霊的に花開き、霊的な実を結ぶ。主はその実によって喜び、養われるのである。**

221. 1) 冬が過ぎると植物界が花開き実を結ぶように、魂もまた、欠乏、悲しみ、そして困難を経て、霊的に花開き、霊的な実を結ぶ。主はその実によって喜び、養われる。 — 2) それゆえ、私たちは修道者としての生活におけるあらゆる悲しみや重荷を耐え忍び、実を結び、それによって主を喜ばせ、主を養うようにしよう。何しろ、これほど至福なことは他にないからである。 — 3) そして、それがまさにそうであることを、主ご自身が証明されたのです。それならば、私たちの生活におけるあらゆる悲しみを、喜びをもって耐え忍ばないわけにはいきません[32, 18]

4. 冬が過ぎ、春が訪れ、私たちは神の被造物が生き返るのを見ます。植物は花を咲かせ、大地は緑に覆われ、鳥たちはさえずり、その他すべてが新しくなります。——そして私たちはそれを楽しみ、万物の至高の創造主である神を賛美します。まるで毎夏、御自身の被造物を再創造し、変容させておられるかのように、これを通じて「世界の創造以来、目に見えない神の御性質、すなわち神の力と神性とは、被造物を通して知覚され、明らかにされている」ことを（ローマ 1,20）実感するのです。しかし、私たちはこれだけに留まるべきではなく、さらに思考の視線を広げ、被造物の中で起こっていることの反映を、私たち自身の中に見出すべきです。——どのようにでしょうか。次の比喻を通じてです。この目に見える被造物の再生の原因が冬であるように、その冬には大地と、その上にあるすべてのものが、雪や雨、嵐という不快な影響にさらされます。魂についても同様である。もし魂が、まず悲しみや欠乏、災難という冬を耐え抜かなければ、花も実も結ばない。しかし、それらすべてを耐え抜けば、期待される実を結び、それに対して神からの祝福を受ける。聖書にこう記されているように： 「多くの雨を浴び、それによって良い実を結ぶ地は、それによって造られたものとして、神からの祝福を受ける」（ヘブライ人への手紙 6:7）。

5. それゆえ、私たちもまた、この断食の期間に、目に見えるもの、目に見えないものを問わず、私たちに襲いかかるあらゆる苦しみ、あらゆる欠乏、あらゆる試練を、飢えや渇き、そしてその他あらゆる苦難の中で耐え忍び、実を結ぶ者となり、神からの祝福を受けられるようにしましょう。それだけでなく、主イエスを養い、もてなすためにも。なぜなら、私たちが緑に茂り、花を咲かせ、実を結ぶ被造物の姿を見て喜びを感じるように、主もまた、霊的に花を咲かせ、実を結ぶ私たちの魂の姿を見て喜びを感じられるからです。 ——では、その実とはどのようなものか。「愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、忠実、柔和、自制」（ガラテヤ5:22,23）。これこそが、主が養われ、喜びを覚えるものである。そして、主をこのように養う者は幸いである。それゆえ、主からも永遠の恵みをもって養われるのである。このように主を歓迎する者は幸いである。なぜなら、その者もまた、天の御国において主から歓迎されるからである。もし誰かがこの世の王を自分の家に迎え入れたら、どれほど喜び、楽しみ、歓喜するだろうか？ ——それならば、なおさら、諸王の王であり、諸主の主である方を迎え入れる者は、なおさらではないか？

6. そして、主が実際に受け入れられることは、主ご自身が語られた次の言葉から明らかである。「もしだれかがわたしを愛するなら、わたしの言葉を守る。そうすれば、わたしの父はそ



の人を愛し、わたしたちは彼のところに行き、彼のもとに住み場所を築く」（ヨハネ14:23）。また、「わたしの戒めを受け入れ、それを守る者、それこそがわたしを愛する者である。わたしを愛する者は、わたしの父に愛される。そして、わたしもその人を愛し、わたし自身がその人に現れる」（ヨハネ14:21）。——もしそのような約束があるのなら、私たちはただすべてに耐えるだけでなく、使徒が「今、あなたがたのために受ける苦しみの中で喜んでい。なぜなら、キリストの苦しみの欠ける部分を、私の肉において、キリストの体である教会のために補っているからである」（コロサイ1:24）と語っているのを聞き、また、聖ヤコブはこう言っています。「兄弟たちよ、さまざまな試練に遭うとき、喜びなさい。あなたがたの信仰の試練が、忍耐を生み出し、忍耐が完全な働きを成し遂げ、あなたがたが完全で、何一つ欠けるところのない者となるためであることを知っているからです」（ヤコブ1:2-4）。試練の中に喜びがあり、苦難の中に楽しみがあることがお分かりでしょうか？——聖人たちはそのように生きました。私たちもまた、彼らの足跡をたどるよう自らを奮い立たせ、それによって彼らと共に天の御国を相続できるよう、そのように生きましょう。

**222. 断食において誰かが特に秀でていた修道的な美德を列挙した後、次のように付け加えている。「時の移り変わりに左右されることなく、いつまでもそのままであり続けなさい」**

222. 断食の期間中に誰かが特に秀でていた修道的な美德を列挙した後、次のように付け加えている。「時の移り変わりに左右されることなく、いつまでもそのままであり続けなさい。」  
[3 2, 19] 私たちはすでに断食の最終段階に差し掛かっている。ご覧の通り、断食は終わりに近づいているからだ。古代から伝わる文書による証言によれば、この時期、聖都エルサレムの境界内で、荒野で聖なる四旬節を過ごした聖なる父たちは、今や、寛大なる主であり神である方へ、各自が特にこれらの荒野での修行において卓越した高潔な美德の初穂を捧げていたのです。皆様もまた、それぞれの力の及ぶ範囲で、決して小さくもなく、また不遜でもないものを捧げてください。ある者はすべての美德の女王である愛を、ある者は神の光に満ちた謙遜な知恵を、ある者はキリストに倣う従順を、ある者は徹夜祈祷における祈りと詩篇詠唱への絶え間ない専念を、またある者は手仕事の遂行における並外れた熱意を捧げています； また、散漫さを断ち切り、不適切な視線を抑え、歩みに謙虚さを保ち、言葉や互いの接し方に分別を尽くすことも、称賛に値するものです； 傲慢の抑制、多弁の自制、食事の節制、過度の睡眠の排除、聖句への注意、そして最後に、何よりも第一に置くべきである、自らの意志を至福かつ殉教的なまでに断ち切ることにについては、ここでは触れない。これは唯一の真の犠牲として、主が私たちに最も強く求めておられるものである。挙げたこれらの資質の一つひとつが、善き、そして敬虔な捧げ物である。そして、私は敢えてこう言おう。あなたがたのうち、神の御前で貧しい者など一人もない。誰もがそれぞれの善を捧げるのである。このようにして、あなたがたは自らの修業に基づき、「金、銀、そして良質な石」——すなわち、将来の試練の火においても燃え尽きることのない行い——を築き上げたのです。それは、使徒が「わら、薪、葦」に例えたようなものとは異なります（Iコリント3:12）——すなわち、罪を愛すること、情欲への隷属、卑猥な言葉、不品行な思い、隠れての食事、偽りの言葉、敵意、その他これらに類するあらゆるもの——とは異なるのです。あなたがたは、わずかな断食の日々の中で、このような霊的な宝を手に入れたのですから、それを台無しにしてはなりません。時代の変化や、時代の移り変わりを理由に、敵対者や私たちの敵に屈服してはなりません。たとえ時が移り変わり、日々が異なろうとも、あなたがたは神の御心への従順と、神への愛において、変わることはないままであり続けなさい。あるいは、もし変わりゆくとしても、善き変化のみを求めなさい。小さな完全さを大きな完全さに置き換え、火花から燃えさかる灯りとなり、星から月へと変わり、月から太陽へと変容していくのです。ただ、立ち止まったり、夢のように儚く、しかも永遠の炎による苦しみをもたらすこの世の慰めへと引き返したりしてはなりません。ですからお願いいたします。これまであなたがたが神に喜ばれる善き心持ちを保ってきたように、ヴァイの祭日も祝おうではありませんか。修道院の門を開き、私たちのもとに入ろうとする者たちを受け入れ、私たちとの面会や対話を、すべてが神の栄光のために役立つ

ように整えましょう。そして、あなた方を見る人々が、神聖な使徒の言葉（Iコリント3:16）の通り、「神は、ご自身の神殿であるあなた方のうちにおられる」と語るように。——このように行動することで、私たちはキリストの受難に倣い、復活の光に照らされながら、神に喜ばれる形で聖なる大いなる復活祭を祝うのです。

### 223. ある出来事、すなわちすべての人にとっての試練であり、皆がうまく乗り越えたことを思い起こさせる

223. 1) ある出来事——すなわち、すべての人にとっての試練であり、皆がうまく乗り越えたもの——を想起させる。— 2) 罪への誘惑がどのように生じるか、そしてそれに応じてどのように罪に対抗すべきか——誘惑を追い払うことなど——を示している。— 3) 誘惑が生じないように、たとえ心の中であってもかつての生活に戻ってはならず、外見上も善き行いの規範を厳格に守らなければならない。— 4) とりわけ、修道院を離れることには注意せよ。— 5) 総じて、あなたがたのすべてが品位を保ち、規律に従って行われるように——すべてを主の御前でなすようにしなさい。— 6) 断食は終わった。主に感謝を捧げよう。しかし、自らを向上させることをやめてはならない。

7. 主は福音書の中でこう言われました。「シモン、シモン、サタンはあなたがたを、小麦のようにふるいにかけていることを求めている。しかし、わたしはあなたのために祈った。あなたの信仰が失われないように」（ルカ22:31,32）。このようなことが、私たち謙遜な者たちにも起こりました。しかし、全き恵み深い神は、私たちが耐えうる以上に悲しみに沈むままにしておかれず、「試練とともに、それを耐えうるだけの力も与えてくださった」（Iコリント10:13）のです。私が何を言っているか、あなた方はご存知でしょう。私は、あなた方の兄弟愛に満ちた共苦を、神に喜ばれるものとして、救いをもたらし、称賛に値するものとして受け止めました。それは使徒の言葉にある通りです。「神によってあなたがたに苦しみを与えられたのは、あなたがたに熱心さをもたらすためではありませんか。それに対する反応は、憤り、恐れ、熱望、嫉妬、報復でした。あなたがたは、あらゆる点において、自分たちが清い者であることを示したのです」（IIコリント7:11）。あなた方のこのような心遣いは、真理の御言葉が求める真の兄弟愛そのものです。なぜなら、こう言われているからです。「一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、一つの肢体が栄えれば、すべての肢体が共に喜ぶ」（Iコリント12:26）。

8. さて、あなたは、悪魔がいかに執拗に、いかに巧妙に働くかを見てほしい。彼は「ほえたける獅子のように歩き回り、誰かを食い尽くそうとしている」（Iペトロ5:8）ように、獲物として誰かを、部分的に、あるいは完全に捕らえようとしているのだ。なぜなら、悪魔は誰かを部分的に捕らえたとしても、それだけでは満足せず、罪による死をもたらすまで、常により悪い方向へと突き進むからである。すなわち、まず第一に、悪魔は私たちに誘惑を受け入れさせようと企み、次に心に何か悪いことを企てさせようとする。こうして魂を汚し、汚染すると、悪魔はそれを誘惑して自然の境界から踏み出させ、狂気と無言と盲目へと陥らせ、不適切なものを追い求めるように仕向ける。すなわち、光の代わりに闇へ、甘美の代わりに悲しみへ、命の代わりに死へと向かわせるのだ。これが誘惑者による災いである。——しかし、兄弟たちよ、私たちはあらゆる手段を尽くして自らの魂を守り、悪魔に隙を与えず、その誘惑の端緒さえも即座に追い払わなければならない。もしこの点で敗北したとしても、少なくとも共感によって自らを汚すことのないようにしよう。もしそこでも失敗したとしても、罪に傾かないよう、その心境に長く留まることを許してはならない。

9. このようなことは、過去の執着や思い出によって私たちに起こります。しかし、私たちは執着から逃げ、若き日の思い出から逃げましょう。なぜなら、そこに足を踏み入れ、想像の中でそこに留まることは、心がエジプトへ戻ること以外の何ものでもないからです。私たちは内なる人として、これを警戒しなければなりません。外なる人に関しては、使徒が教える通りに行いましょう。「あなたがたの口から、いかなる腐った言葉も出てはならない。ただ、信仰を築くために有益な言葉、聞く者に恵みを与える言葉だけを語れ。また、救いの日にあなたがたに印とし

て与えられた神の聖霊を侮ってはならない。あらゆる苦々しさ、怒り、激怒、叫び、ののしりは、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除かれなければならない。互いに寛容であり、慈愛に満ち、互いに赦し合いなさい。神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように」（エフェソ4:29-32）。

**10.** それと同時に、墮落の原因となる修道院からの離脱を避けよう。ああ、悲しいことよ！あなたの兄弟たちは修道院の中にいるのに、あなたは外にいるのか？ あなたの兄弟たちは沈黙を守っているのに、あなたは無駄話をしているのか？ 兄弟たちは安らぎの中にいるのに、あなたはあちこちと行き来しているのか？ そこから誘惑が生まれ、そこから墮落が生まれる。群れから離れてしまった羊は、どのような運命にさらされるのか？ それは獣の餌食とならないだろうか？ 兄弟愛から逃れる者もまた同様である。しかし、兄弟たちよ、そのようなことがあってはならない。決してあってはならない。

**11.** それでもなお、あなたがたのすべては、品位を保ち、秩序正しく行われ、すべては注意深く、慎重に行われなければならない。すべてを、私たちの隠れたことも表立ったことも、昼も夜も、また私たちの肉体的・精神的なあらゆる動きにおいて、すべてを見通しておられる主の御前でなされるように。そうして、ユダヤ人に対しても、ギリシア人に対しても、また神の教会に対しても、つまずきの原因とならないようにしましょう。——この件については、これくらいにしておきましょう。

**12.** さて、四旬節が終わりを告げようとしているので、これを全うすることを許し、その期間を通じて慣例となっている行いに取り組む力を与えてくださった神に栄光を帰しましょう。労苦は過ぎ去りましたが、報いは残っています。肉体は痩せましたが、霊は豊かになりました。ますます豊かになり、ますます聖化され、「あなたがたの霊、魂、体が、私たちの主イエス・キリストの来臨の際、汚れのないまま保たれますように」（Iテサロニケ5:23）。

## 224. 情欲に捕らえられないよう、主の受難と復活を絶えず思い起こそう

224. 1) 情欲に捕らえられないように、主の受難と復活を絶えず思い起こしましょう。— 2) 今は、すべての肉的なものを蘇らせる春です。ですから、肉に対して慎重かつ厳格でありましょう。— 3) 断食の期間、努力を重ねた。しかし、断食が終わっても、努力は終わりではない。生涯を通じて、自分自身に磨きをかけ続けなければならない。— 4) それでは、そうしよう。[4, 1]

**13.** キリストの恵みにより聖なる復活祭を祝うことができた今、再び日々の務めに取り掛かりましょう。ただし、働きつつも、私たちの救い主イエス・キリストの命を与える受難と、その栄光ある復活を共に思い起こすようにしましょう。なぜなら、復活祭が過ぎ去ったからといって、その記憶までもが共に消え去ってはならないからです。しかし、私たちは常に、主の救いの受難、すなわちその十字架の死、埋葬、そして復活を心の眼に浮かべ続けましょう。そうして、絶えずそのような事柄に心を向けることによって、私たちは情欲に惑わされることのないようにしましょう。もし、不注意のせいで誘惑に捕らえられてしまったとしても、速やかに十字架にかけられたイエス、栄光の主を見つめれば、たちまち私たちの魂は癒やされるでしょう。かつてイスラエルの民も、蛇に噛まれたとき、青銅の蛇を見つめ、たちまち癒やされました（民数記21, 11-19）。悪しき思いは蛇のように噛みつき、魂に毒を注ぎ込むものであることは、あなたがたもご存じでしょう。それが起こったなら、遅滞によって治りにくい傷を作らないよう、あらゆる注意を払って速やかに取り除かなければなりません。

**14.** ご覧の通り、今は春です。春は血の母であり（そして血は肉の源です）。「肉は御霊に敵対し、御霊も肉に敵対する」（ガラテヤ5:17）。つまり、肉が強まれば御霊は弱まり、御霊が強まれば肉は弱まるのです。——それゆえ、私たちは慎重であり、食事、飲酒、睡眠、その他すべての事柄において、厳格な節度を守りましょう。そうしなければ、肉体が魂に打ち勝ってしまうことになり、逆に、魂が肉体に勝利を収めることになるのです。



15. 競技場で走る者は、一、二区間走っただけで勝者とは宣言されず、全行程を走り切り（かつ最初に定められたゴールに到達した者）こそが勝者とされる。それと同じように、私たちも、四旬節や五旬節を（正しく過ごしたからといって、すでに勝利者であるわけではない）。しかし、言うておくが、もし生涯を通じて警戒を怠らず奮闘し続けなければ、悪魔の罠を逃れることはできず、勝利の報いを得ることもできないだろう。

16. なぜ、私たちはなおも善き行いに励み、なおも徳を積むために汗を流し、なおも肉を制し、なおも体を従わせ、なおも情欲を追い払い、常に「自分の体に主イエスの死を背負い」（Ⅱコリント4:10）、「常に自分の中に死の裁きを抱いている」（Ⅱコリント3:7）のです。なぜなら、もちろん、私たちも先人たちや兄弟たちと同じように死に、この世を去り——見知らぬ地へと旅立ち、これまで見たことのない光景を目にすることになるからです。このことに関する言葉は恐ろしく、知性ある者を慄きに駆り立てる。——それゆえ、恐れと戦慄のうちにありつつも、私たちは自らの感情を厳格に律し、虚しい聞き言葉、有害な光景、感覚を鈍らせる香り、そしてあらゆる危険な一歩から、あらゆる手段を尽くして身を守り、すべてを聖なる神に完全に捧げ、神に喜ばれる者となり、永遠の祝福の相続人となろうではありませんか。

**225. 復活祭は過ぎ去り、受難の時期も過ぎ去った。しかし、復活祭の喜びと主の受難の記憶は、私たちのうちに生き続けなければならない。そうして、生きている間、私たちは自分自身のために生きるのではなく、私たちのために死んで復活された主のために生きるためである。**

225. 1) 復活祭は過ぎ去り、受難の時期も過ぎ去った。しかし、復活祭の喜びと主の受難の記憶は、私たちの中に生き続けなければならない。そうして、私たちが生きるに際して、自分自身のために生きるのではなく、私たちのために死んで復活された主のために生きるためである。— 2) それゆえ、復活祭の後も、そこから逸脱するための言い訳を一切考えずに、霊的な行いに励まなければならない。— 3) 彼は、人々に密かな場所で個別に集まらないよう告げていたにもかかわらず、一部の人々が依然としてそうしていたことを叱責し、公然と集まって語り合う際の振る舞い方や、その他のあらゆる場面での振る舞い方について指針を示している。— 4) すでにこの世を去った善良な兄弟たちを偲び、彼らに倣うよう促し、ドメティアヌス兄弟を例に挙げている [4, 2]

17. 過越の祭りは過ぎ去り、祝祭も終わった。しかし、喜び、あるいは祝賀とでも言うべきものは、まだ続いている。なぜなら、使徒の言葉にあるように、「主において常に喜びなさい。さらに言う、喜びなさい」（フィリピ4:4）と、私たちは霊的に常に喜び、祝うべきだからである。また、受難週間も過ぎ去りましたが、私たちの救い主キリストの受難の記憶が、私たちの中で常に新しく、生き生きとしたものであるように。すなわち、栄光の主が私たちのために十字架にかけられ、葬られ、三日目に復活し、私たちをも御自身と共に復活させ、生かしてくださったこと、すなわち「私たちが生きるなら、もはや自分自身のために生きるのではなく、私たちのために死んで復活された方のために生きるのです」（Ⅱコリント5:15）という事実を、常に新しく生き生きとした記憶として持ち続け、大胆に使徒の言葉をもってこう語れるように：「『もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。今、私が肉において生きているのは、私を愛し、私のためにご自身をささげられた神の御子の信仰によって生きているのです』」（ガラテヤ2:20,21）。そして、この秘跡から導き出される結論はこうである。私たちは世に対して死んだ者となり、唯一の神のために生きるべきである。

18. それゆえ、復活祭の後も、私たちは節制し、目を覚まし、祈り、心を砕き、涙を流し、啓発され、常に主イエスの死をこの身に負い、日々意志をもって死に、常に心の中で肉体から離れ、肉の思惑から遠ざかることによって、主のもとへと向かわなければならない。——「今は四旬節ではない」と言うてはならない。節制する者にとって、常に四旬節なのである。「私はもう長い間精進してきたので、休息が必要だ」と言うてはならない。この地上には安息などないのだ。「私は徳において熟達しており、恐れることはない」と言うてはならない。変化や墮落への恐れは決して消えてはならない。なぜなら、徳において熟達した多くの人々を、サタンは一瞬のうちに罪の深淵へと突き落としたからである。それゆえ、「立っていると思う者は、倒れないよう

に気をつけなさい」（Iコリント10:12）とあり、自分は十分に守られていると思っていても、何の守りもなしに放置されていないか、常に警戒しなさい。ですから、私たちには常に警戒と注意、厳格な節制が、眠りにおいても、食事や飲酒においても、その他あらゆる事柄においても備わっていなければなりません。そうして、肉体が常に の支配と隷属の下にあるようにし、さもなければ、若駒が跳ね回るように、私たちを罪の急流へと突き落としてしまうことのないように。

19. 私は先日の説教で、人里離れた場所に引きこもったり、人目につかない場所で一人きりになったりしないよう戒めたが、それでもあなた方のうち何人かはまたそのような場所にいた。「どうしたいのか。私は棍棒を持ってあなた方のところへ行くべきか、それとも愛と柔和な心を持って行くべきか」（Iコリント4:21）。私はあらゆる方法で語ったが、あなたがたは聞き入れなかった。あなたがたの兄弟がそのために懲らしめを受けたのを目の当たりにしたにもかかわらず、あなたがたは自制できなかった。だれもが同じ種類の罪に陥らないよう、よく注意しなさい。教えは、むやみに、またどこでも語られるものではない。「神は混乱の神ではなく、平和の神だからである」（Iコリント14:33）。「すべては、品位を保ち、秩序正しく行われるべきである」（Iコリント14:40）。そうして、すべての事において、主が私たちを通して栄光を受けられるように。あちこちから集まってきた兄弟たちよ、どこに、どのように座るか、どのように振る舞うかに注意を払いなさい。すべてを許されているかのように振る舞うのではなく、御霊に結ばれている者として、誰にも見られていないかのように振る舞うのではなく、あなたがたのあらゆる動きや行いを見通しておられる主に見られている者として振る舞いなさい。あちこちと引き回されるようにうろつかないで、旅の途中で休息している者のようにありなさい。手仕事や祈り、賛美に心を配りなさい。ここで金銭に執着して何かを蓄えたりせず、あるがままに満足しなさい。主ご自身がこう言われたからである。「わたしはあなたを見捨てず、軽んじもしない」（ヨシュア記1:5）。それゆえ、私たちは皆、大胆にこう言うことができる。「主は私の助け手である。人が私に何をするか、私は恐れない」（詩篇117:6）。

20. あなたがたの兄弟たちを思い起こしなさい。「彼らの生涯の終わりを仰ぎ見て、その信仰に倣いなさい」（ヘブライ人への手紙13:7）。これこそが、私たちが賛美した、聖人たちと共にその記憶が留められている、祝福されたドメティアヌスである。彼はどのような代価を払ったのか。どのような生涯を送ったのか。——彼は、どれほどの労苦や功績をもって、永遠の嗣業を勝ち取ったというのか。彼は肉によれば貧しく、取るに足らない人であった。しかし、彼は徳を選び、神を愛した。それゆえ、神は彼を高められた。聖書の言葉にあるとおり、「わたしを賛美する者を、わたしは賛美し、わたしを侮る者は、恥を受ける」（サムエル記上2:30）。このような兄弟たちを喜び、祝うべきである。しかし、私たち自身が何かをこのことに加えないならば、そこから何の益があるだろうか。私たちの力の及ぶ限りでこれを加えるならば、私たちの主キリスト・イエスにおいて、聖徒たちと共に分け前を得ることになるだろう。

## 226. 世にあっては、私たちの生き方を誹謗しようとする者たちの口を塞ぐように、自らを律しよう

226. 1) 世の中にあるのは、私たちの生き方を中傷しようとする者たちの口を塞ぐように、自らを律しましょう。— 2) これへの励みとなるのは、すべての聖徒たちを奮い立たせた主への愛であれ。— 3) もし私たちが時折、情に流されてしまうことがあるとすれば、それは主への愛が冷めているからであり、それゆえ、私たちはその愛を新たにし、強めなければならない。[4, 3]

21. 謙虚な私たちは、あなたがたが毎年ここを訪れてくださるのを喜び、あたかも第二の復活祭であるかのように、あなたがたの到来を祝います。しかし、あなたがたが、各自が手に入れた肉的なものを私たちにもたらしように、私たちもまた、ある種の等式のように、霊的なものをあなたがたに差し上げましょう。——それゆえ、私たちの主イエス・キリストの御名によってお願いいたします。修道者の名にふさわしく、私たちが告白してきた信仰にふさわしく、また主のために耐え忍んできた迫害にふさわしく歩んでください。「あなたがたの生活はこの世において善きものである」にもかかわらず、「あなたがたを悪人であるかのように中傷する者たち」が、



あなたがたの善き行いを目の当たりにして恥じ入るように（Iペトロ2:12）。私たちは、自分自身のためだけでなく、真理に敵対する者たちのためにも、しっかりと整えられた生活を送るよう努め、互いの関わりにおいて善き行いを保ち、善き行いに際しては善き規範に従うようにしよう。教会に集まるにせよ、使徒の規則を守りましょう。「あなたがたのうち、だれでも」と使徒は言います、「詩を歌う者、教える者、語る者……すべては、建て上げのためにあるべきです」（Iコリント14:26）；あるいは用事でどこかを通る時は、敬虔に通り過ぎ、見る人々の戒めとなるよう、あたかも私たちの顔に何らかの恵みが輝いているかのようにしましょう。あるいは女性と会話することになった時は、心に棘や矢を受け入れないよう、視線を控えめに抑え、全神経を集中させて彼女と語り合ひましょう。

**22.** 一言で言えば、「すべて」は、「私たちを愛し、私たちのために御自身を捧げられた神の栄光のために」行わなければならない（ガラテヤ2:20）。その愛は、愛する者を熱狂へと導き、自分自身に属することを許さず、ただ愛するその人にのみ属するようにさせる。これは、精神的に、あるいは肉欲的に自分自身を愛する者たちにも見られることである。－夫が妻を愛するとき、彼は自分のすべてを愛する人に捧げ、まるで彼女だけで息をしているかのように、絶えず彼女を想う。たとえ太陽を指さされても、彼はそれを見ることを望まず、ただ切望する愛する人だけを見つめる。たとえ食事が勧められても、ただ一人の愛する人と共にいたいという願いゆえに、それに加わることを望まない。－しかし、主キリストよりも美しいものがあるだろうか？ 主の至福の愛よりも甘美なものがあるだろうか？ 主は「人の子らよりも、その慈しみに満ちて美しい」（詩編44:3）のではないだろうか。主は「甘美そのものであり、すべての願いそのもの」（雅歌5:16）ではないだろうか。このこと、すなわち主に対する愛の熱さを示して、聖人たちはこう叫びます——ある者は、「鹿が 水の流れを慕うように、わが魂もまた、神よ、あなたを慕う」（詩編41:2）；またある者はこう叫ぶ。「神の愛が、私たちをこれに従わせたのです。なぜなら、もし一人がすべての人のために死ぬなら、すべての人が死んだことになるからです。しかし、キリストはすべての人のために死なれたのです。それは、生きる者がもはや自分自身のために生きるのではなく、彼らのために死んで復活された方のために生きるためです」（IIコリント5:14,15）。神はこれほどまでに世界を愛されたのだ！そして、聖徒たちはこれほどまでに強く、抑えがたく、神ご自身を愛していたのだ！

**23.** しかし、私たちは主を熱心に愛していないため、邪惡な思いや肉的な欲望に囚われてしまい、その結果、喜びの代わりに悲しみ、甘美の代わりに苦味、平安の代わりに不安に直面することになる。——しかし、兄弟たちよ、私たちは目を覚まし、正気を取り戻し、そのような有害な欲望から魂を清め、キリストを私たちの内に住まわせなければならない。なぜなら、清さのあるところにキリストがおられるからだ。これこそが、至福に満ちた、切望される人生である。そして、このように生きることによって、私たちは主イエス・キリストによる天の御国を相続するのだ。

## 227. 断食によって、あなたがたは靈的な恵みを蓄えました。今こそ、それらを大切に守り抜くよう努めなさい

227. 1) 断食によって、あなたがたは靈的な恵みを蓄えました。今こそ、それらを保つよう努めなさい。－ 2) そのために、不注意に陥ることなく、厳しく自らに注意を払い、儉約と慎重さをもって行動しなさい。－ 3) 罪を誘発するような機会を避け、感情を保ち、とりわけ思いを美しく飾りなさい。－ 4) もしそうしなければ、罪に陥ってしまうだろう。罪は、これまでにどれほどの悪をもたらし、今もどれほどの悪をもたらし続けているだろうか？ [4, 4]

**24.** 祝祭が終わり、時が再び私たちを面談と通常の説教へと招いています。私は、このために召されていることを知り、また、全力を尽くして真理の言葉をあなたがたに伝えなければ、私は悲しむことになるのだと悟り、熱意をもってこれに取り組みます。——さて、今、私はあなたがたに何を語ればよいのでしょうか。こう申し上げます。以前、聖四旬節の間に、あなたがた一人ひとりが、ある種の安息の地のように靈的な富を蓄え、多くの立派な徳の成果——すなわ

ち、断食、徹夜祈祷、祈り、勤勉、その他同様の敬虔な行い——を携えて聖なる復活祭を迎えたように、今や、あなたがたの配慮と世話の対象は——単なる一部ではなく——それらすべてを保つことにあるべきです。

**25.** なぜなら、目に見える感覚的な港での状況が、霊的な港でも同じであるとは想定すべきではないからです。そこでは、誰かが港に入り、落ち着くやいなや、海の荒波やその他の災難的な不測の事態を気にすることなく、無為と無関心に身を任せてしまいます。それに対し、ここでは、肉体の安らぎによって情欲はさらに激しさを増し、悪意の霊が嵐のように抑えがたく襲いかかってくる。すなわち、淫乱の霊、暴食の霊、貪欲の霊、怠惰の霊、憂鬱の霊、高慢の霊である。そして、この状況においては、あたかも港にいても沈没してしまうのではないかという恐れを抱くことが、極めて妥当なのである。かつて聖ダビデは、不注意にもウリヤの妻をじっと見つめてしまい、その結果どのような苦難に見舞われたかは、読者の皆様もご存知の通りである（列王記下 11,1 および 4）；「ヤコブは食べて満腹し、その愛する者を捨てた」と聖書（申命記 32 章 15 節）は述べている。ある者は軽率に触れ、情欲に燃え上がり、不義を生んだ。

**26.** これを聞いたら、よく耳を傾けなさい。罪を誘発するような危険な場所や光景を避けなさい。目、耳、嗅覚、味覚、触覚、飲食、そして睡眠を、厳しい規則で縛り、情欲の波に飲み込まれないようにしなさい。また、感覚の海を航行する者は、否応なく嵐や動揺にさらされるが、心の海を渡る者は、嵐にも静寂にも主となることを知っておくべきである。なぜなら、もし彼が不適切な思いを抱くことを勇敢に追い払うならば、聖アルセニオスの物語にあるように、聖霊を同乗者として、静けさに満たされるからである。しかし、感覚が放縦で、波のように自分の中で湧き上がる欲望を抑制しない者は、自ら最悪の嵐を巻き起こすことになる。そして、もし彼が荒ぶった思いを速やかに鎮めなければ、ついには嘆きの声でこう叫ぶことになってしまうだろう。「海の深みに沈め、嵐よ、私を溺れさせよ」（詩編 64:3）。私がここで言いたいのは、善き思いが支配し、より良いものが悪いものに打ち負かされないように、また、霊が支配し、それがより良いものへと導かれるように、ということである。

**27.** それとも、罪が何をもたらしたかをご存じないのですか。罪は死の世界へと導き入れなかったでしょうか。地を荒廃させなかったでしょうか。世界の初めから今に至るまで、宇宙を墓で満たさなかったでしょうか。——なぜなら、人は戒めに背くまでは朽ちることのない存在だったからです。そして、原初の人間が与えられた戒めに揺るぎなく忠実であった限り、上述したようなことは何一つ現実には起こらなかった。彼こそが永遠の苦しみをもたらした張本人であり、消えることのないゲヘナの火を放った放火犯であり、終わりのない虫の餌食である。彼は、尊厳ある人間を、理性を欠いた家畜のような存在に変えてしまったのだ。彼はこれほど多くの災いをもたらし、死をもたらす存在であるから、力の及ぶ限り彼から逃げ去らなければならない。そして、人々を天使のようにし、悪魔に抵抗し、あらゆる情欲を追い払い、ついに天の御国を報いとして受ける美德を選び取らなければならない。主の恵みと愛によって、私たち皆がその御国に到達できるよう願う。

## **228. 油断してはならない。死は常に身近にあるからである。そして死の後には裁きと報いがある。**

**228. 1)** 油断してはならない。死は常に身近にあるからだ。そして死の後には裁きと報いがある。— **2)** もし地上の王に仕える者たちが、恐れをもって大小を問わずあらゆることを全うしようと努めるのであれば、ましてや天の王に仕える者たちは、なおさらそうすべきではないだろうか。—— **3)** それゆえ、礼拝においても、従順においても、あらゆることを熱心に全うしよう。とりわけ、互いに和やかに、そして誠実にありなさい。[4, 5]

**28.** この世の生涯の短さは、私たちの中に退屈や怠惰、無気力を生み出すべきではなく、むしろ熱意と、神に喜ばれるよう最善を尽くす熱心さを生み出すべきである。なぜなら、私たちは常に死に近づいているからである。いかなるしもべも、主人の御前に近づくとき、あるいは使者も、報告のために派遣した者に会うとき、不注意になることはなく、むしろ気が気でないほど心

配し、我を忘れたようにさえ見えるほどである。——私たちもまた、それと同じではないか。私たちが主のもとへ近づいている、いや、むしろ主が私たちに近づいておられるのだ。そして、その恐るべき裁きの座には、私たちは皆、裸でさらけ出された姿で立ち、これまでの人生について報告し、それによって永遠の御国か、あるいは永遠の苦しみかを受け取ることになるのだ。これを思うとき、誰が安逸にふけることができようか。そして、手足を縛られて婚礼の宴から追い出されたあの僕と同じような者とならないよう、主の御心を行うことに熱意を燃やして、火よりもさらに強く燃え上がるのではないだろうか。（マタイ22:13）

**29.** もしこれらの例が私たちに恐れさせないのなら、未来を現在で起きていることと比較することで、より鮮明に想像してみようではないか。王の敵たちが、ある者は牢獄で苦しめられ、ある者は鞭で打ちのめされ、ある者は流刑に処され、ある者は目を失い、またある者は命そのものを失う危険にさらされているのを、私たちは見ていないだろうか？——しかし、何の罪もない者たちでさえ、どれほどの恐怖と戦慄を抱きながら、王の前に立ち仕え、あちこちへと戦場やその他の過酷な任務に送り出されていることか。それに異議を唱える者も、従わない者もない。もし、死すべき王のもとでさえそうであるならば、ましてや不死の、すべての王の王であり、すべての主の主である唯一の王のもとでは、恐れと戦慄をもってこれを行わなければならない、命じられたこと以外は何もしてはならないのではないだろうか？ 神の御言葉が何と言っているか、聞こえるか？——「それとも、神の豊かな慈しみと、寛容と、忍耐を軽んじ、神の慈しみがあなたを悔い改めへと導いていることを知らないのか？ しかし、あなたの頑なさや悔い改めない心によって、あなたは、神の義の裁きが明らかにされる怒りの日に、自ら怒りを積んでいるのです。神は、各人の行いに応じて報いを与えられる方です」（ローマ2:4-6）。

**30.** このことが私たちに畏れさせ、そして、私たちは毎日、全神経を集中させ、警戒心を怠らず、早朝、合図とともに即座に素早く起き上がり、眠気を振り払い、独房や共同の集いでの慎ましい祈りの後、各自が自分の務めに取り掛かる——修道院の管理人は管理室で、調理人は厨房で、その他すべての者がそれぞれの場所で：どこにも不平はなく、どこにも命令への不服従はなく、どこにも叫び声はなく、どこにも対立はなく——ましてや、外見上は平和を装いながら、内面では悪意を秘め、機会さえあれば蛇のように噛みつき、あるいは復讐心に燃えるラクダのように仕返しを企むような、隠された悪意などあってはならない。——侮辱はあったが、過ぎ去った。しかし、悔い改めや赦しは心から行われたのだろうか。再び思いに燃え上がったり、「悪には悪で、侮辱には侮辱で報いる」などとは考えず、むしろ、あなたがたが招かれたのは、祝福を与えるためであることを悟り、祝福を受け継ぐようにしなさい。命を愛し、幸いな日々を望む者は、その舌を悪から遠ざけ、その口を、お世辞を語らないように保ちなさい。悪から離れ、善を行い、平和を求め、それに固く留まりなさい。主の目は義人に向けられ、その耳は彼らの祈りに傾いている。しかし、主の御顔は悪を行う者に向けられている」（ペトロの手紙一 3:9-12）。

**229. すべての被造物は、花に覆われ、芳香を放ちながら、キリストの復活を祝っている。私たちもまた、あらゆる美德を自らに備えることによって、霊的な芳香を放ち、この祝祭中の祝祭を祝うべきである。**

**229. 1)** すべての被造物は、花に覆われ、芳香を放ちながら、キリストの復活を祝っている。私たちもまた、あらゆる美德を調和させることによって自らの内に備え、そこから霊的な芳香を放ちながら、この祝祭中の祝祭を祝うべきである。— **2)** しかし、この数日間、私たちは、主ご自身によって恥じさせられた偶像破壊運動を機に、正教の香りを一層放つべきである。— **3)** それゆえ、正しい信仰を守り、徳ある生活によって香りを放とう。[4, 6]

**31.** キリストの復活の祝日に際し、すべての被造物もまた、あたかもある種の死のような、冬の悲しげな覆いを脱ぎ捨て、再び花開き、まるで生き返るかのように見える。大地は緑に覆われ、木々は葉を茂らせ、動物たちは跳ね回って遊び、海は静まり、すべてがより良い状態へと変容する。— しかし、なぜ私がこの話をしたのか？——その理由はこうだ。もし、魂を持たず言葉も発しない生き物たちが、かくも輝かしい復活をこれほど喜び、これほど祝祭的な姿を見せるの



であれば、ましてや、理性と 神の御姿によって尊ばれている私たちが、善き生活をもって自らを美しく飾り、霊の香りを放つべきではないだろうか？ ——まことに、キリストの芳香とは、徳をもって飾られた者のことである。使徒も次のように証言している。「私たちは、救われる者にも滅びる者にも、神にとってキリストの芳香である。ある者にとっては死への死の香り、またある者にとっては命への命の香りである」（Ⅱコリント 2, 15.16）。これに関連して、さらにこう言うこともできる。すなわち、アダムも、戒めを破る前には、不死と朽ちることなき体で飾られ、天の観想に包まれていたため、神にとっての芳香であった。なぜなら、花咲き香る木は、その価値に応じて楽園に植えられ、美德の香りを放っていたからである。ここで、パトリアルヒ・イサクが、息子ヤコブから心地よい香りを嗅ぎ取り、「これはわが子の香り、主が祝福された実り豊かな畑の香りである」（創世記27:24）と語ったことも想起できる。もちろん、彼はこの香りを霊的な意味で理解していたのである。——さあ、兄弟たちよ、私たちもまた、あらゆる美德を調和させて、まるで熟練した香油調合師のように、自らの内に霊的な香りを醸し出そうではありませんか。そのような香油は祝福されており、そのような香油は神に喜ばれ、そのような香油は天使を引き寄せ、悪魔を追い払う。この香油に引き寄せられた清らかな魂たちは、『雅歌』（1、2、3）に歌われているように、主キリストの後に従って流れていった。そうあるべきである。

**32.** しかし、現在の時代においては、偶像破壊という不敬虔な動きがあるゆえに、私たちはとりわけ正教の香りを放つべきである。偶像破壊者たちはこう叫ぶ。「神は無形であり、その姿を表現することは不可能だ」と。——そして彼らは、自分たちがどれほど深い知恵を語っているかを知らずに、そう言っているのだ。——なんと愚かなことか！ あなたがたは、主イエスを神として告白しますか。おそらく「はい」とお答えになるでしょう。——それでは、復活後、聖なる使徒たちの前に現れ、その言い表せないほどの寛大さによって、救いの信仰の最も秘められ、驚くべき秘跡を彼らに授けられた御自身が、どのようなお言葉を語られたか、よく聞いてください。御自身は、ご自身の復活の真実を証明するために、たとえ復活後の聖なる御体がそれを必要としていなかったとしても——食べ、飲み、触れることのできる御体であり、御方が霊であると思ひ込んだ者たちにこう言われたのです：「私の手と足を見なさい。私そのものである。私に触れて、見てごらん。霊には肉も骨もないが、あなたがたが見ているように、私にはあるのだ」（ルカ24:39）。——これに対し、偶像破壊を唱えるキリスト敵対者は何と言うだろうか？ ——主には肉と骨があるのか？ それゆえ、イコンに描かれることは可能なのでしょうか？ ——もし後者が不可能であるならば、前者もなかったことになります。しかし、御自身が「肉を持っている」と語られたことで——黙して、あるいは暗に——、イコンに描かれることも可能であることを御自身で証ししておられるのです。なぜなら、この二つの特徴は互いに補完し合うものだからです。なぜこれらのイコン反対派は、マニ教徒と同様に、「苦しみを受け、永遠の滅びに至る」ことになるのか。それは、聖書に書かれているとおりである（Ⅱテサロニケ1:9）。

**33.** しかし、兄弟たちよ、私たちは正統な教義に基づき、主イエス・キリストをイコンに見て、そのイコンを通して主を礼拝することができると信じ、このことに安らぎを見出し、私たちの信仰にふさわしい、清く、非の打ち所がなく、汚れのない生活を示すことに全力を注ぎ、どちらか一方に偏ることなく、両方を巧みに歩みながら、天の御国に到達できるよう努めるのである。

**230. 昇天された主によって、私たちの性質がいかに高められたかを思い巡らし、それにふさわしくない生活によってその性質を曇らせることを許してはならない**

**230.** 昇天された主によって、私たちの性質がいかに高められたかを思い巡らし、不適切な生活によってそれを曇らせることのないようにしましょう。[4, 7] 私たちにとっての祝日の祝日であり、目前に迫る私たちの救い主イエス・キリストの昇天は、偉大かつ超自然的な秘跡である。なぜなら、私たちの性質は、目に見える天の境界を越えて引き上げられるからである。次のように書かれている通りである。「恵みに富む神は…… 私たち、罪によって死んでいた者を、キリス

トによって生かしてくださり……彼と共に復活させ、キリスト・イエスにおいて天に坐らせてくださった」(エフェソ2:4-6)、「天において御自身の右の座に、あらゆる支配、権威、力、また、この世においてのみならず、来るべき世においても名付けられるあらゆる名よりも高い地位に置かれ、すべてのものを御足の下に服従させ、また、御自身を、御自身の体である教会、すなわち、すべてにおいてすべてを全うされる方の頭として、すべてのものの上に立たせられた」(エフェソ1:20-23)。ご覧の通り、人間の性質はどれほど高い栄光の座へと引き上げられたのでしょうか。地から天へ、朽ちるものから朽ちないものへと。この世の、死すべき王の友となるために、どれほど多くの人が労苦していることでしょうか。しかし、私たち、しかも「かつては、悪しき行いによって、心において神から遠く離れ、敵対していた者」(コロサイ1:21)という者であっても、ただで神、すなわち父と和解させられただけでなく、子としての地位にまで高められました。そして今や、私たちの本性は天にあり、目に見えるもの、見えないものすべての被造物から礼拝されています。これこそが、私たちの慈愛に満ちた神の、言葉に尽くせないほど偉大な人間愛なのです！ このことを思い巡らし、それが私たちの知性では到底理解し尽くせないことを知っていた聖パウロは、次のように祈っています。「私たちの主イエス・キリストの神が、信じる者たちに、神を知るための知恵の霊を与えてくださいますように……。それは、私たちに、御名の呼びかけによる希望が何であるか、聖徒たちにおける御国の栄光の富が何であるか、また、キリストにおいて働かれる御力の強さによって、私たち信じる者たちの中に現れる御力の栄光が何であるかを、悟らせてくださるためです」(エフェソ1:17-21)。——しかし、まさにその通りだったではないか！——御方は、全き恵みであるとして、処女の御身から生まれ、自然の法則に従って御身を捧げ、十字架に上り、「私たちのために、その十字架に罪の証書を釘付けにし」(コロサイ2:14)、地の深淵に下り、死に至る病を癒やし、復活して御自身の中に人間性を回復させ、ついに栄光のうちに昇天し、神であり父である御方の前で、私たちのために執り成し手として御自身を現された——これが、端的に言えば、この聖なる祝日の意味である！——これを深く思索し、私たちがキリストの体であることを悟ったならば、この賜物を畏敬の念をもって尊び、自らの高潔を守り、恵みを裏切らず、「キリストの肢体を淫行の道具にしてはならない」(Iコリント6:15)し、さらに、思いにおいても行いにおいても自らを清め、魂を蝕む肉欲から一層遠ざかり、私たち自身の中に「私たちの生活という宝」を(Iペトロ2:12)、平和で、従順で、謙遜で、秩序あるもの——そのような生き方こそが、至福の生き方である。しかし、楽しみや娯楽、笑い、節制のなさ、肉を愛し、この世を愛する者たちに任せておくべきです。彼らは、見ても見えず、聞いても聞かず、心が石のように硬く、耳が重く、善と悪、光と闇、生と死を見分けることができないからです。しかし、兄弟たちよ、私たちは、「私たちが立っているこの信仰に固く立ち、神の栄光への希望を誇りとする」(ローマ5:2)という告白に固く立ち、聖人たちが——その中には今まさに賛美されている至福のパコミオスも含まれる——献身的に取り組んだ行いに倣い、正しく見、正しく聞き、正しく感じ、すべての肢体を正しく用いて、約束された永遠のいのちの相続人となろう。

### 231. 主の昇天において、私たちの性質もまた昇天したのです。この賜物の偉大さを尊び、あらゆる美德をもって身を飾りましょう

231. 1) 主の昇天によって、私たちの性質もまた高められた。この賜物の偉大さを尊び、あらゆる美德をもって身を飾ろう。 - 2) そうではない者は、キリストの肢体ではない。したがって、いかなる情欲にも支配されている者は、悔い改め、キリストに倣うようにせよ。時折情欲の動揺にさらされる者は、急いで常に霊的な平静を取り戻すようにせよ。 - 3) 急げ。死は常に近くにあるからであり、死後には悔い改めなかった者への裁きが待っているからだ。[4, 8]

1. 私たちは主の昇天を祝う。これは、私たちの主イエス・キリストの受肉による救いの業の完結である。御父の御心に従ってすべてを成し遂げられた主は、栄光のうちに昇天され、私たちをも共に復活させ、御自身の聖なる肉において天の座に着かせられた。「その栄光の富、その



力の偉大さ」(エフェソ1:18,19)とは、なんと驚くべきことでしょうか。私たちの謙虚で取るに足らない本性を、神の王座へと引き上げられ、あらゆる天の力が主にひれ伏しているのです。このことを思い巡らすとき、私たちは畏れと戦慄に満たされ、この賜物の偉大さを敬虔に尊び、私たちの頭である方にふさわしく、キリストの肢体として、またその共同相続人として、「清さ、知識、忍耐、慈愛、聖霊、偽りのない愛、真理の言葉、神の力」において(Ⅱコリント 6,6.7)のうちに、あらゆる従順と謙遜、あらゆる勤勉と注意をもって、不適切なことを口にせず、戒めに反することを何一つ行わないようにしよう。

2. したがって、体を汚す者はもはやキリストの肢体ではなく、恨みを抱く者はもはやキリストの肢体ではなく、他のいかなる情欲に支配されている者も、もはやキリストの肢体ではない。それゆえ、そのような者は聖なる秘跡を受けるにふさわしくない。なぜなら、使徒はこう言っているからである。「人は自分自身を吟味し、その上でパンを食べ、杯を飲むべきである。不適格なまま食べたり飲んだりする者は、主の体を区別せずに、自分自身に裁きを招くことになる。それゆえ、あなたがたの中には、弱く、病んでいる者が多く、また多くの者が眠りにについているのである。もし私たちが自分自身を吟味していたなら、裁かれることはなかったでしょう。しかし、主によって裁かれるのは、私たちが世と共に裁かれないためなのです」(Ⅰコリント11:28-32)。それゆえ、私たちは自らを正し、清め、キリストの肢体としてふさわしい者とされ、聖なる秘跡にふさわしく与る者となりましょう。——もし不注意から、邪惡な欲望や怒り、嫉妬、憎しみ、あるいは神に憎まれる他の何かに燃え上がってしまうことがあっても、驚いてはなりません。しかし、速やかに以前の善き心持ちを取り戻し、正気を取り戻し、この惡に長引かせないようにしましょう。なぜなら、この点において故意に長引させることは、弁解の余地のない裁きを招くからです。

3. さらに、死は予期せず訪れるものではないだろうか? ——昨日、私たちは病床にある司教を訪ねたが、彼は大きな苦しみの中にあり、熱病ですっかり衰弱し、あちこちと視線を巡らせながらも、どこにも助けを見出せない様子だった。私たちも、すぐに同じ目に遭う可能性はないでしょうか? ——しかし、これらの苦しみは、未来の苦しみと比べれば何でしょうか。夢や影に過ぎません。あの火は消えることなく、あの虫は死ぬことなく、闇は晴れることなく、束縛は解かれることなく、歯ぎしりは止むことなく、他のあらゆる苦しみも永遠に続くのです。兄弟たちよ、このことを深く心に留め、情欲に溺れたり、嫉妬したり、怒ったり、非難したり、中傷したりすることをやめ、他のいかなる惡事も行わないようにしよう。それどころか、穏やかになり、善良な心持ちを保ち、悔い改め、慈善を行い、神に喜ばれるように互いに愛し合い、命じられたすべてのことを熱心に、喜んで行い、永遠の苦しみから逃れ、永遠の命を得よう。

## 232. 主は別の慰め主をお遣わしになると約束された。それはペンテコステに成就した。これは偉大なことである

232. 1) 主は別の慰め主をお遣わしになると約束されました。それはペンテコステの日に成就しました。これは実に偉大なことです。- 2) では、私たちはどのように報いるべきでしょうか? 王の偉大さを告白し、あらゆる善に励み、あらゆる情欲や肉欲に立ち向かおう。そこには苦しみしかなく、唯一の神にのみあらゆる慰めがある。——3) それゆえ、神に似つかわしくないものはすべて避けよう。[4, 9]

4. 私たちはペンテコステを祝い、聖霊の降臨を祝います。主はこれについてこう言われています。「わたしが去って行くから、あなたがたにはこれがある。もしわたしが去らなければ、助け主はあなたがたのところに来ない。しかし、もしわたしが去れば、わたしが彼をあなたがたのところに遣わす。そして、御霊が来られたとき、あなたがたをすべての真理に導いてくださる」(ヨハネ16:7,13)。なんと素晴らしい約束でしょう! なんと尊い恵みでしょう! 主は天使でも人間でもなく、御自身と同質である御霊そのものを遣わすと約束されたのです。こうして、神の独り子である御子は、父の御業を成し遂げて天に昇られ、聖霊が降って来られる——別の神などではない——とんでもない! ——しかし、聖書に記されているように、別の慰め主としてである

。そして——ああ、言葉に尽くせないほどの人類愛よ！ 神は私たちの慰めとなります。そして、聖なる使徒が「外には戦いが、内には恐れがある。しかし、へりくだった者を慰められる神が、私たちを慰めてくださる……」（Ⅱコリント7:5）。神は、悪魔の脅しによって恐怖に駆られた心を慰め、大胆な希望を通じて、それを無敵の勇気へと高めてくださいます。聖ダビデが証言しているように、「主よ、あなたはわたしを助け、慰めてくださいました」（詩編85:17）。—主は、動揺した心を奮い立たせ、神との和解と平安が与えられていることを示して慰めてくださいます。使徒がこう証言している通りです。「私たちは、キリストによって、神に祈る者として、こう願います。『キリストによって、神と和解しなさい』」（コリントの信徒への手紙二 5:20）。—この測り知れない寛容さが見えますか？ この比類なき賜物が見えますか？ 御子なる独り子は、私たちのために御父の御前で執り成してくださいます。こう記されている通りです。「神の右におられ、私たちのために執り成してくださる方」（ローマ8:34）。また、聖霊は多様に私たちを慰めてくださいます。

5. では、私たちはこのことに対して主に何をお返しすればよいのでしょうか。——私たちに残されているのは、詩篇の歌を受け入れ、こう叫ぶことです。「私のすべての骨が言う、『主よ、主よ、あなたに匹敵する者は誰でしょうか。貧しい者を、彼を圧迫する者の手から救い出し、貧しい者と困窮する者を、彼らを略奪する者から救い出してくださる方』」（詩篇34:10）。また、「私の助けは、天と地を造られた主から来る」（詩編123:8）。さらに、「もし主が私を助けてくださらなかったなら、私の魂はすぐに陰府に下っていたであろう」（詩編93:7）。そして：「主は私の助け手である。人が私に何をするか、私は恐れない」（詩編117:6）。このような慰め主、聖霊、無敵の力、偉大なる守護者——神、そして共に戦う仲間を擁している以上、私たちは敵の恐怖を恐れず、敵対する勢力を恐れることもない。むしろ、主を助け手とし、味方として持つ者として、勇気と確固たる決意をもって、修道者としての戦いと信仰の証しへの闘いに邁進し、日々をその中に生き抜き、蛇の誘惑に惑わされることなく、またその絶え間ない攻撃の下で疲れ果てることもない。私たちの魂の家を炎で満たすような、肉欲の愛を消し去ろう。断言する。これは快楽ではなく危険な病であり、甘美さではなく、精神の錯乱と邪悪な曇りである。これをよく知っているのは、肉の狂乱を鎮め、その汚れを洗い流し、心を尽くして唯一の神にすがりついた者たちである。神ほど甘美で、これほど切望されるものがあるだろうか？ ——これを体得した者は、肉体にありながら肉体を越え、この世にありながらこの世を超え、ここに留まりつつ、目に見えるものを超えて生きる。その者の中では、御霊の穏やかな息吹によって巻き起こされる恵みの波が、可能な限り魂を静寂で満たすのである。

6. それなのに、なぜ私たちは、快楽への愛が私たちを打ち負かし、私たちを歪め、変質させてしまうことを許してしまうのか。その結果、私たちは地面、すなわち肉と血へとうつつむき、全き善なる私たちの神から完全に疎遠になってしまうのだ。——さあ、あらゆる情欲から逃げよう。裏切りの源である金銭への愛から逃げよう。主との交わりから私たちを遠ざける不信仰から逃げよう。怒り、嫉妬、憎しみ、自尊心、独善、孤立など、私たちの魂をどのような形であれ蝕むあらゆる他の情欲から逃げよう——死が私たちを不意に襲い、神から遠ざけることのないように。神からの疎外は、すなわち天の御国からの疎外でもある。神に喜ばれる行いをなさない者の中で、これを免れる者は誰もいない。どうか、子らに下るべき神の怒りを免れることができるよう、絶えず神に喜ばれる行いを始め、自らを清め、魂を新たにしなさい。勇気を出しなさい！ 主は、主を呼び求めるすべての人々の近くにおられる。

### 233. 諸聖人の祝日。——彼らは誰か。すべての殉教者たちである。ある者は血の殉教者であり、またある者は自己犠牲の偉業を成し遂げた者たちである

233. 1) 諸聖人の祝日。——彼らは誰か？ すべての殉教者たちである。ある者は血の殉教者であり、またある者は自己犠牲の偉業を成し遂げた者たちである。— 2) 私たちも彼らに数えられます。私たちの暴君たち（——情欲、情欲に駆られた人々、そして悪魔たち——）は、私たちが神から背き、彼らの側につくことを要求します。私たちがそれに同意しないため、外的な欠

乏と内的な葛藤という苦難を背負っています。— 3) しかし、私たちは最後まで堅く立ち続け、殉教者たちの分与に与かるでしょう。[4, 10]

7. 祝祭の頂点である聖霊降臨祭を、私たちは祝う恵みにあずかった。そして今、私たちには諸聖人の祝祭も控えている。——今、どれほど多くの聖人が記念されていることか。天の星や海の砂を誰が数え尽くせようか。——神の聖人たちは、まさに数え切れないほど多く、神の真理の証人であり殉教者たちである。彼らは、真理に敵対する暴君の力に忠実に抵抗し、あらゆる種類の拷問——火、剣、野獣、車輪、鉄の爪、そして悪意が思いつくあらゆるもの——を勇敢に、そして喜びをもって耐え忍び、苦しみをも慰めとし、血を流すことをも喜びとして——その確信のもと、燃え盛る炭の上を歩き、燃える焚き火を自らの血で消し、人間の本性を超えた多くの業を成し遂げ、それによって暴君や王たちを驚嘆させた——その証しとは何でしょうか？ ——イエス・キリストこそが神の子であり、聖書に記されている通り、その御名によって永遠の命が与えられるという事実を証しするためである。しかし、血を流した者たちだけが真理の証人なのだろうか？ ——いいえ、神聖な生涯を送ったすべての人々もまた証人であり、聖使徒は彼らについて、「彼らは、羊の皮の衣を身にまとい、山羊の皮の衣を身にまとい、苦しみ、侮辱を受け、全世界が彼らにふさわしくない者たちとして、荒野や山々、洞窟や地の裂け目をさまよっていた」と語っている。そして少し下にはこうある。「このように、私たちを取り囲む証人の雲を仰ぎ、あらゆる高慢と、私たちを囲む罪を捨て去り、忍耐をもって、私たちの前にある戦いに進み、信仰の創始者であり完成者であるイエスを見つめよう」（ヘブライ人への手紙 11, 37–38; 12, 1.2）。ご覧の通り、彼は、敬虔を愛し、自発的に苦難に満ちた生活を忍耐をもって送るすべての人々を、殉教者と呼んでいるではないか。

8. このように、兄弟たちよ、私たちもまた殉教者の群れに数えられているのです。なぜなら、私たちもまた、十字架を背負う生活の苦難に満ちた道を愛し、忍耐強く歩み、貞潔の誓いを守り、私たちに課せられた多くの試練に直面しても信仰を否定しないことによって、イエスが神の御子キリストであることを証しし、裁きと報いがあることを証し、恐るべきキリストの裁きの座の前で、どのように生きたかについて説明しなければならないことを証ししているのです。それは、悪しき思いや死に至る欲望という誘惑によって私たちを苦しめ、鞭打つキリストの敵である悪魔に立ち向かい、神を否定するよう強いる悪魔に抵抗しながらです。そしてまことに、不義な思いや感情に堕ち、敵に従い、それに従う者たちは、その行いそのものと心構えそのものによって、自分たちには神などいないと語っているのです。聖ダビデが言ったように、「心の中で『神などいない』と言う者は愚か者である」（詩編52:2）。なぜなら、敵は、まず人々の魂の中に神への忘却、いわば神からの背きを植え付けなければ、心を肉の欲望や、罪への容認、酩酊、放蕩、饗宴、貪欲、偶像崇拜、そしてその他あらゆる不道徳へと傾けることはできないからである。しかし、これに成功すると、敵は魂を支配し、それを神から引き離して、自らと共に永遠の苦しみを受ける消えることのない火の中に投げ込むのである。このような惑わしはなんと悲惨なものであり、その結末はなんと恐ろしいことか！

9. しかし、私たちはキリストの証人として、これからもお善き証しをなし、善き信仰告白を続け、すべての聖徒たちと共に、キリストについて証しする恵みにあずかることを喜び、バアルの前にひざまずくことなく、すなわち、肉の欲望やその他の罪深い快樂に屈することなく、敵が私たちに、従順を放棄するよう思念を植え付けようとしても、それを信じず、傷つけられながらも打ち負かされることなく、勇敢に立ち向かうのです。——そのような殉教的な証しからどのような実が生まれるか、あなたがたは知っているでしょう。キリストの証人たちは、すべての人にキリストを証しし、その真実な証しのゆえに計り知れない苦しみを受けたが、来世においてキリストの共同相続人と宣言されることを知ってください。使徒が言うように、「キリスト、すなわち私たちの命が現れるとき、あなたがたも彼とともに栄光のうちに現れるのです」（コロサイ3:4）。彼らと共に、私たちも、生涯の終わりまで証しを続け、永遠の報いを受け、キリストと共に永遠に喜びと歓びのうちに留まることが許されますように。

**234. 日曜日には、主がご復活によって私たちに与えてくださった恵みを思い起こすことが、私たちへの教訓となるように**

234. 1) 日曜日には、主がご自身の復活によって私たちに与えてくださった恵みを思い起こすことが、私たちへの教訓となります。— 2) それらを思い起こすとき、私たちをこれほどまでに愛してくださった主を愛し、主の戒めを全うし、主の御心に適わないものすべてから遠ざかるという、その衝動を受け入れずにはられません。— 3) そして、そのような衝動を強めるために、死の記憶を添えましょう。今、兄弟エウドキムスの死が、そのきっかけを与えてくれます。  
[4, 12]

**10.** 今日、私たちが祝うこの主日そのものが、耳を傾けるならば、私たちに十分な教え（カテシス）を与えてくれる。なぜなら、この日、私たちの主イエス・キリストは、罪によって地に打ち倒されていた私たちを復活させてくださったからである。この日、主は、罪と、私たちの肉のな割礼の欠如によって死んでいた私たちを、再び生かしてくださった。この日、主は再び私たちに樂園を開き、命の木の実、すなわち主の命を与える御体と御血を味わわせてくださった。この日、私たちは死からよみがえった者として、預言者の言葉に従ってこう叫ぶことができる。「死よ、お前の刺はどこにあるのか。地獄よ、お前の勝利はどこにあるのか」（Iコリント15:55）。「勇気を持ちなさい。わたしがすでに勝利を得たのだから」（ヨハネ16:33）と言われた方によって、あなたは打ち負かされたのです； この日、使徒の言葉によれば、神であり父である方は、「私たちをキリスト・イエスにあって共に復活させ、天に共に座らせ、来るべき世において、キリスト・イエスにあって私たちに注がれるご自身の恵みの限りない豊かさを、その恵みによって示そうとされた」（エフェソ2:6,7）。なんと言い表せない賜物であろうか！ 主は私たちを何から何へと導いてくださったのでしょうか。死から命へ、闇から光へ、奴隷の状態から自由へ、敵意から真の交わりへと。そして、その憐れみは、私たちを「御子の姿に似せ」てくださるほどに及んだのです（ローマ8:29）。なんと言葉に尽くせない恵みでしょう！ 私たちに対する主の愛の、なんとあふれんばかりの偉大さでしょう！ 主は、私たちすべての贖いのために、御自身の独り子をお与えになったのです。これを見て、私たちが「主の御業を誰が語り尽くせようか。そのすべての栄光を誰が語り尽くせようか」（詩編105:2）と叫ばずにはいられましょうか。

**11.** それゆえ、このように私たちを愛してくださった方を愛し、私たちのために死んでくださった方のために死にましょう。肉と血に立ち返ることなく、蛇の誘惑に惑わされることなく、世の快樂に流されることなく、死をもたらす罪の実を味わうことを許さないでいましょう。なぜなら、こう記されているからです：「真理の知恵を受けた後、故意に罪を犯す者たちには、罪のためのいけにえはもはや見出されない。また、裁きに対する恐ろしい期待と、神に逆らう者を焼き尽くそうとする火の激しさがある」（ヘブライ人への手紙10:26,27）。それゆえ、私たちは畏れと敬虔をもって主に仕え、分別と善き心構えをもって生活を送り、賢明な忍耐をもって私たちに課せられた奉仕を全うし、命じられたことを正確に守り、霊的な事柄だけでなく、肉的な事柄においても、薪を燃やすことや水を注ぐことに至るまで、忠実に従うのです。

**12.** これらすべてにおいて、私たちには避けがたい死が待ち受けていることを心に留めよう。——今まさに、私たちの兄弟エウドキムが主のもとへ旅立った。——もし兄弟の死が私たちを悟らせないのなら、いったい何が私たちを改心させるというのか。もし死という秘儀が私たちを納得させないのなら、他に何が私たちを破滅的な情欲から遠ざけることができるというのか。私たちが何かについて話し合ったり相談したりしている最中でも、突然、恐ろしい死の刻が私たちを襲うかもしれないということは、知らないことだろうか。——それは、罪に囚われた者たち、悔い改めによって清められていない過ちを犯した者たち、無秩序に生き、放蕩し、わがままな者たちにとっては、恐ろしく耐え難い時ですが、神を愛する者たち、敬虔で徳高い者たち、従順で謙虚な者たちにとっては、甘美で切望される時なのです。それゆえ、兄弟たちよ、私はあなたがたに願い、こう思い出させておきたい。このような思いを心に留め、力の及ぶ限り情欲から遠ざ



かり、愛をもってキリストを抱きしめ、徳に励み、こうして人生の全課程を全うして、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天の御国を受け継ぐことができるように。

**235. ある人が死の床で、「不意を突かれた」と叫び、言葉を言い終える間もなく息を引き取ったことを思い起こし、そこから教訓を導き出す。すなわち、常に死に備えて生きるということである。**

235. 1) ある人が死の床で「不意を突かれた」と叫び、言葉を言い終える間もなく息を引き取ったことを挙げ、そこから「常に死に備えて生きるべきだ」という教訓を導き出している。 — 2) 続いて、共同生活においてこそこれを最も容易に達成できることをほのめかし、——独り暮らしの人々を憐れみつつ、二人や三人で暮らす人々を称え、とりわけ共同生活を送る人々を称賛する。[4, 13]

**13.** 今日は日曜日ですが、私は皆さんに死についてお話ししなければなりません。 ご覧の通り、兄弟たちや父たちが、次々と私たちのもとを去って行きます。私たちにとって、これは他でもない、私たちもまもなくここから旅立つという警告に他なりません。そして、私たちが向かう先は、この世の儚い場所などではなく、非物質的で永遠の住まいであり、一度そこに入った者は二度と戻ることはできません。 ——死について耳にするだけでも、まことに恐ろしいものですが、六日前にハルキトの修道院長が亡くなられた際、私たちが目の当たりにしたように、自らの目でそれを見るときは、比べものにならないほど恐ろしいものです。私たちは彼が最期の息を引き取る瞬間に立ち会い、彼が私たちと共にいたかと思えば、死の手に渡され、一瞬にして私たちのもとを去ってしまったという出来事に、ただただ驚愕しました。 まことに恐ろしい聞き伝えであり、戦慄を覚える光景であった！ まだ息があるうちに、その聖人はこう声を上げた。「私は不意を突かれた」（不意を突かれた）。そしてこの言葉を残し、わずかに頭と手を震わせた後、何が起きたのか言い終える間もなく、息を引き取った。 ——しかし、私たちはこの驚くべき出来事が何を意味するのかを悟っていた。私がこれを語ったのは、故人に何らかの疑念を投げかけるためではない。決してそんなことはない！ — むしろ、自分自身を戒め、皆様を奮い立たせるため——すなわち、最後の時が私たちを不意打ちにしないよう、また、最期の瞬間に私たちの喉から同じような叫びが漏れないよう、常にその時に備え、動揺することなく迎え入れられるようにするためです。なぜなら、こう記されているからです。「私は備えを固め、動揺しなかった」（詩編 118: 60）。しかし、常に自分自身に耳を傾けず、善行を堅く守り、過ちを悔い改めによって正し、あたかも今すぐ 天に召されるかのように、常に自分自身を整えていかなければ、これを成し遂げることはできない。 ——なぜなら、そこで私たちは誰の前に立たなければならないのか。すべての者の裁き主であり、神である方、「天にある者、地にある者、また陰府にある者のすべてのひざは、この方にひれ伏し、すべての舌はこの方を告白する」（フィリピ2:10）ではないのか。そして、私たちはどのような答えを述べなければならないのか。それは、私たちが人生において行い、言葉、そして思いによって成し遂げたすべての事柄についてではないのか。

**14.** 私にとっては、これを思い出すたびに恐怖を覚え、ほとんど感覚を失いそうになる。しかし、あなた方——従順であり、すべての配慮を従順の力に委ねているあなた方——は、恐れずにこのことについて考えることができる。なぜなら、真の従順における生活とは、まさにそのようなものだからである。しかし、従順から背を向け、独り暮らしをし、あちこちをさまよい、自分の足をしっかりと踏みしめる場所を見出せない者たちは、恐るべきキリストの御座の前で、どのような弁明を用意するのでしょうか。ああ、なんと悲しいことか！ 悪とはなんと魅力的であることか！ 修道生活の道を正しく歩んでいた者たちが、いかにして後戻りしてしまったのでしょうか。「真理の道を全く知らない者たちの方が、それを知った上で、自分に与えられた聖なる戒めから背を向けて後戻りする者たちよりもましである。彼らはまさに、犬が自分の嘔吐物に戻り、豚が洗われた後、泥の池に戻るような者だからである」（Ⅱペトロ2:21,22）。 どうしたのだ、友よ、どうしたのだ？ 奴隷の轡を引きずっているのか？！ 修道院を去って独りで暮らす者たちは、修道院は奴隷状態だと言って、このように自分を正当化する。お前は、この世の轡を振



り払い、そこから逃げ出し、あらゆる肉欲の慣習から解放されたというのか？ まさか、妻まで娶るつもりではないだろう！！ なぜなら、この二つのことは、この世に属するものと、この世のものの不可分な要素だからである。——しかし、十字架を背負って生きる者たちにとっては、そのどちらも無縁である。——だが、その原因は、いつものように、罪にある。私たちは情欲に溺れ、金銭を愛するからであり、それゆえに、当然のことながら、女性への愛も私たちに付きまとうのである。密に行われることの証人や告発者がいないようにするため、兄弟を同居人とすることを望まず、孤独、あるいはより率直に言えば、貪欲の奴隷状態を選ぶのである。まるで自らを完全に罪に売り渡し、肉と血の奴隷となってしまったかのように。ここから内面の秩序の崩壊が生じ、ここから誘惑が生じ、ここから墮落が生じる。それゆえ、私は嘆きと嘆息に駆られる。私はこれを糾弾し、禁じるが、彼らは聞き入れない。しかし、そのような者たちは、主がこう言われていることに耳を傾けるべきである。「もしわたしが来て、彼らに語らなかったなら、彼らは罪を犯すことはなかったであろう。しかし今や、彼らは自分の罪について弁解の余地がない」（ヨハネ15:22）。私は、そのような者たちの血の責任を免れている。「（異邦人のように）せよ」という戒めに従えば、彼らを私たちの共同体から完全に切り離すこともできただろう。しかし、今は迫害の時代であるため、それを先送りする。「もしかすると、悪魔の罠から抜け出し、彼に捕らえられてその意のままに操られている者たちが、再び立ち上がるかもしれないからである」（Ⅱテモテ2:26）。しかし、あなたがたは主から祝福されています。二人あるいは三人で共に暮らし、さらに称賛に値するのは、キノイの規則に従って生活し、家に留まり、極めて必要な場合、特に市場や祝祭への外出を除いて、不必要な外出をせず、互いに仕え合い、それによって世を支配し、すべてのことを神を愛する心をもって、品位をもって行う者たちよ——あなたがたに恵みと平安が豊かに注がれ、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天のエルサレムの祝福を仰ぎ見ることが出来ますように。

**236. 私たちは、神の御言葉と、主の突然の来臨への期待によって、目を覚ましていよう。その時、目を覚ましている者たちは、主を迎えに天へと引き上げられるのである。**

236. 1) 私たちは、神の御言葉と、主の突然の来臨への期待によって、倦むことなく励み続けよう。その時、倦むことなく励んでいる者たちは、主を迎えに天へと引き上げられるのである。——2) それはどのような人々か。それは、主の「八福」の御言葉に示された美德に飾られた者たちである。さあ、迫り来る迫害がどのような形であれ、恐れることなく、このようにして私たちの救いを熱心に成し遂げよう。[4, 14]

**15.** 私たちは語らなければならない。決して長く沈黙してはならない。なぜなら、沈黙は魂に眠気を誘い、そのような眠気こそが死の原因だからである。聖ダビデは、この死から救われるよう祈りつつ、次のように述べている。「わが目を照らしてください。そうすれば、眠りについたときに死に至ることがありませんように」（詩編12）。また、心の中で湧き出る御言葉は、永遠の命へと流れる水の泉である。これ以上に有益なものがあろうか。このことを知っていたからこそ、祝福された使徒はこう語ったのである。「キリストの御言葉が、あなたがたのうちに豊かに宿り、あらゆる知恵をもって互いに教え合い、戒め合いなさい」（コロサイ3:16）。ご覧の通り、彼は私たちに、自分たち自身で互いに教え合い、戒め合うよう命じており、自分自身の戒めだけで満足してはならないと教えているのです。私は謙虚に告白しますが、皆さんと語り合うたびに、そこから大きな益を得ています。この世の騒動から自分自身を戒め、より冷静になり、自分の罪を自覚するようになるのです。まことに、この世の生活は波乱に満ちており、日々、悪意ある言葉や虚しい噂が耳に入り、さらに悪魔もまた、善に反する考えで襲いかかってくるからです。これらすべてを言葉によって追い払い、良心を清く保ち、私たちが何に拠っているかに耳を傾けなければなりません。では、私たちは何に拠っているのでしょうか。——それは、「生けるまことの神に仕えること」（ヘブライ人への手紙9章14節）であり、「また、死からよみがえらせた御子、すなわち、来るべき怒りから私たちを救ってくださるイエスを、天から待ち望むこと」である、と書かれている通りです（テサロニケの信徒への手紙一1章10節）。しかし、主人を待

ち、その裁きに服するべき奴隷は、うたた寝もせず、休むこともなく、眠ることもありません。むしろ、目を覚まし、警戒し、主人との再会を心待ちにしています。このことについて、使徒は再び次のように明確に語っています：「主ご自身が、号令とともに、大天使の声と神のラッパの音とともに、天から降って来られ、キリストにあって死んだ者たちがまず復活し、その後、生き残っている私たちが、彼らと共に雲の中に引き上げられ、空中で主と出会うために、そして、こうして私たちは常に主と共にいることになるのです」（Ⅰテサロニケ4:16,17）。

16. しかし、彼らは一体誰のことか。霊的に貧しい者、嘆き悲しむ者、心の清い者、柔和な者、平和を築く者、憐れみ深い者、従順のくびきを負った者、信仰告白を揺るぎなく守り抜いた者——これらの人々は主と共にいるであろう。しかし、悪事を働いた者、不従順な者、反抗的な者、信仰告白から背いた者、従順を拒む者、そしてあらゆる他の悪を行う者——これらの人々は、雲に迎え上げられることもなく、主と共にいることもない。それどころか——これが最も悲惨なことだが——「主の御顔と、その御力の栄光から、永遠の滅びという苦しみを受ける」（Ⅱテサロニケ1:9）こととなる。どうか、私たちについて、そのようなことが思い浮かぶことも、語られることもありませんように！——迫害が目前に迫り、試練が私たちに近づいていることを知りつつ、なぜ私たちはあらゆる手段を尽くして自らの救いの業に心を配らなければならないのか。しかし、私たちに襲いかかる試練を恐れず、怯えてはならない。「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか」（ローマ8:31）。過去の迫害において主が私たちと共におられたのなら、なぜ今、謙遜な私たちと共にいてくださらないのでしょうか。主は御自身の約束に従い、あらゆることに耐える強さと力を私たちに与えてくださるのです。そもそも、敵たちは私たちに何ができるのでしょうか？——また追放するのでしょうか？しかし、「主のものは地と、その満ちるもの」（詩編23:1）なのです。再び牢獄に閉じ込められるのでしょうか。しかし、キリストのためにそこに送られるなら、牢獄ほど甘い場所はありません。再び鞭打たれるのでしょうか。しかし、それによって私たちに与えられる冠はさらに多くなるのです。たとえ殺されたとしても、どうでしょう。私たちの主もまた、殺されたのですから。それゆえ、使徒はこう言っているのです。「もしキリストと共に死んだなら、キリストと共に生き返る。もし耐え忍ぶなら、キリストと共に王となる」（Ⅱテモテ2:11,12）。これこそが、キリストの最も偉大な証人である福者テオドロスであり、今、私たちは彼の記念を捧げているのです。彼はキリストのために、すべてを喜びをもって耐え忍びました。私たちもまた、同じ信仰をもって、謙虚に主に仕え続けましょう。同じ希望をもって、あらゆる苦しみや現在の苦難による苦痛に耐え忍び、従順と信仰告白の両方によって、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天の御国の相続人となるにふさわしい者とされましょう。

### 237. 散らされた者たち。このことについて喜ぶよう促す

237. 1) 散らされた者たち。このことについて喜ぶよう促す。—— 2) 偶像排斥論の判断の不合理性を糾弾する。—— 3) それらに反対する自身の主張を正当化する。—— 4) そして、言葉だけでなく、行い、すなわちふさわしい生活をもって真理に仕えるよう招く。[4, 15]

17. 昨日、私たちは主の洗礼者ヨハネの記念日を祝い、その際に私たちの修道生活について思い起こした。しかし当時は、私たちは皆一緒にいて、「神の家において、心を一つにして歩んでいた」（詩編54:5）のである。しかし今や、私たちはあちこち、さまざまな場所や集落へと散らばっている。とはいえ、この散らばりが神のためである以上、与えられた戒めに従い、私たちは喜ぶべきである。主はこう言われたからだ。「喜びなさい。喜び踊りなさい。天にはあなたがたの報いが大きいからである」（マタイ5:12）。さらに、これによって私たちは、次のように言われた主の御姿に似るようになる。「もしわたしを追い出したなら、あなたがたも追い出されるだろう。もしわたしの言葉を守るなら、あなたがたの言葉も守られるだろう。しかし、彼らはわたしの名のために、あなたがたにこれらすべてを行う。わたしを遣わされた方を見ないからである」（ヨハネ15:20, 21）。

18. まことに、ユダヤ人たちが御子を受け入れなかったことによって、父を知らないことを示したように、アイコン反対者たちも、キリストのアイコンを受け入れないことによって、キリストを知らないことを示している。真理は明らかである。しかし、それを知る者は千人に一人に過ぎない。彼らの邪悪な理屈がいかにより二面性を持っているか、よく見てほしい。ある時は、キリストのアイコンを掲げることは決して許されないと主張し、またある時は、戦争や狩猟で使われる標識と同等の意味においてのみ許されると主張する。また、それらを崇拝してはならないと主張し、まるで馬や牛、獅子、虎、蛇、魚、鳥の像に頭を下げないのと同じように、と。これを聞いて、誰が嘆き、誰が涙を流さないだろうか。天使たちが畏敬の念を抱き、悪魔たちが戦慄するキリストのアイコンを、四足動物や這うもの、魚や鳥の像と同列に置くことを恥じず、それらと同様に崇める義務もないと考えるなど。「なんと恐ろしい捏造であり、さらに恐ろしい厚かましきであろうか！ それから、さらに何があるか？ 人の像は人と呼び、牛は牛と呼び、ラクダはラクダと呼び、一般に描かれたものの名によってその像を呼ぶが、主キリストのアイコン、聖母、あるいは聖人の誰かの像であっても、決してその名前と呼ぶことを許さず、比喩的な意味ですらなく、単に「アイコン」と言い、誰のものかとは付け加えない。そうすることで、自分たちが罪を犯さずに済むと考えているのだ。彼らはこのような無知と冒涇に満ちている！ しかし、兄弟たちよ、私たちの聖なる先人たちが語ったことに耳を傾け、次のことを知ってください。もし、キリストが生まれた場所が聖なるものであり、崇拝され、その名で呼ばれているのであれば、そこから砂であれ石であれ、誰かがそれを得たとしても、それを神聖な宝物として受け入れ、守り、尊ぶのです。それならばなおさら、キリストのアイコンは、称賛と崇敬に値するものではないでしょうか。そのアイコンには、まるで鏡のように、キリストがはっきりと映し出され、あたかもその御方がそこにいらっしゃるかのよう、キリストにふさわしい感情を呼び起こすのです。なぜなら、像には、描かれた人物を表現するという性質があるからです。

19. それゆえ、私は謙虚な者として、心の中で聖像排斥の迷いを嘆き、沈黙に対する罰を恐れつつ、必要に迫られて、たとえわずかであり簡潔であっても、今こう語っているのです。もし異教徒たちが、私的な場でも公の場でも、書面でも口頭でも、キリストに対する冒涇的な言葉を止めないのなら、なぜ私たちだけが家に閉じこもって、この状況下でふさわしいことについて互いに語り合わないのでしょうか？——もしそうしなければ、どうして主の怒りに耐えられましょうか？ また、このような場合に沈黙し、身を隠すことを「真理への裏切り」と正しく指摘した私たちの先達たちに、私たちはどのような模範を示すことになるのでしょうか。

20. それゆえ、真理に奉仕し、言葉と行いをもって、語るべきであり、また聞くべきである。聖なる使徒たちは、神聖な説教だけでなく、汚れなき生活によっても全世界を征服し、闇に包まれた者を啓発し、墮落した者を知恵の塩で清め、ただパンと杖だけを携えていたのだ。兄弟たちよ、彼らに倣って、私たちも称賛に値する者となりましょう。あるがままに満足し、金銭を貪らず、強欲にならず、不適切な外出をせず、死をもたらず女性たちとは関わらないようにするのです。もしこのように振る舞うならば、神は私たちを通して栄光を受け、今後の信仰告白は高められるでしょう。そして、私たちの敵も、たとえわずかでであっても恥じ入り、改心する気概を持つようになるでしょう。もしそうでなければ、祝福を受けるところか、永遠の裁きを招く危険がある。万物を変容させ、より良いものへと導かれるこの世の神ご自身が、御自身の教会を和解させてくださいますように。また、私たちを真理に忠実であり続けさせ、御自身の天の御国へと導いてくださいますように。

### 238. 今こそ収穫の時である。私たちの霊的な収穫も、これと似ている。

238. 1) 今こそ収穫の時である。私たちの霊的な収穫も、これと似ている。－2) 私たちの実りとは、徳である。－3) 穀倉とは、謙遜である。－4) 時期とは、人生そのものである。－5) 方法とは、私たちのすべての功績と従順である。[4, 16]

21. 今この時は収穫の時であり、労苦と汗のときであり、詩篇の言葉「人は夕暮れまで、自分の仕事と務めに出かける」（詩編 103, 23）という御言葉が成就する時であり、収穫を終え、刈



り取ったものを脱穀し、得られた種を穀倉に収めるまで、自らに安息を与えない時である。——これについて何と言おうか？——もし肉的な富を得るためにこれほどの労苦が必要であるならば、霊的な富を得るためにはなおさら必要ではないだろうか？ 私たちにも収穫が待っている。使徒が言うように、「乏しく蒔く者は乏しく刈り取り、豊かに蒔く者は豊かに刈り取る」（Ⅱコリント9:6）のである。また、主もご自分の弟子たちにこう言われました。「『あと四ヶ月あれば、収穫の時が来る』と言っているのは、あなたたちではないか。——だから、あなたたちに言う。目を上げて、畑を見よ。すでに収穫の時を迎えている。刈り取る者は報酬を受け、永遠の命のために実を蓄える。種を蒔く者も、刈り取る者も共に喜ぶ」（ヨハネ4:35,36）。ここに、私たちに与えられた収穫が示されている。

22. それでは、全力を尽くして収穫に出かけよう。そこで刈り取るのは、肉的なものでも、はかないものでもなく、霊的なものであり、永遠の命に留まる実、すなわち、聖化と平和、愛と喜び、寛容と忍耐、憐れみと柔和、そしてその他あらゆる美德である。これらは霊的な実であり、分別をもって刈り取らなければならない——すなわち、善に悪が混じらないようにするためである。すなわち、愛することはあっても偏見を持たず、善を競うことはあっても嫉妬せず、兄弟について語ることはあっても敵意を持たず、そして何よりも誠実に「神の御心、すなわち、善であり、神に喜ばれ、完全な御心」を行うことである（ローマ12:2）。

23. 穀倉への実の収めとは、謙遜の宝庫にそれらをしっかりと隠しておくことである。主ご自身がこうおっしゃった通りである。「あなたがたに命じられたことをすべて行ったら、『私たちは役に立たないしもべです。すべきことをしただけです』と言いなさい」（ルカ17:10）と仰せられた通りであり、また使徒も次のように導いておられる。「あなたがたが持っているものは、受け継いだものではないか。もし受け継いだのなら、なぜ、受け継いでいないかのように自慢するのか」（Ⅰコリント4:7）。

24. これが私たちの収穫であり、その労苦である。それは二、三ヶ月続くものではなく、私たちの生涯の終わりまで続くものである。しかし、それを来たるべき世と比較すれば、それはたった一日とみなされる。なぜなら、そこには終わりが無いからであり、そこでは誰もが永遠に自分の労苦の果実を享受し、それを永遠に喜ぶからである。

25. ただ、「地上の肢体、すなわち、淫行、不潔、情欲、邪惡な欲望、そして強欲を死に渡そう」（コロサイ3:5）；ただ謙虚に服従のくびきを負い、互いに支え合い、「互いの重荷を担い、こうしてキリストの律法を全うする」ように、と書かれている通り（ガラテヤ6:2）。そして、すべてに敬虔に頭を垂れる者は幸いである。最も労苦した者は幸いである。なぜなら、労苦が多ければ多いほど、報いも大きくなるからである。また、最後に奉仕を引き受ける者は、第一の座に置かれるであろう。主がこう言われているように。「あなたがたの中で長老になりたいと思う者は、すべての者の末席に就き、すべての者のしもべとなりなさい。「人の子は、仕えられるためではなく、仕え、多くの人の贖いのために自分の命を捧げるために来たのである」（マルコ9:35、10:44,45）。兄弟たちよ、このことを心に留め、そのように行動するよう努め、次のような声を聞くにふさわしい者となりましょう。「よくやった、良い忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びに入れ」（マタイ 25:21）。

### 239. 収穫。皆、疲れを知らずに働いている。私たちもそうあるべきだ——各人が自分の務めに励むべきである

239. 1) 収穫。皆、疲れを知らずに働いている。私たちもそうあるべきだ——各自が自分の務めに励むべきである。—— 2) 彼らは体の弱さを言い訳にできるかもしれないが、私たちにはそれが許されない。なぜなら、求められるのはただ「望み、求めよ」ということだけだからである。—— 3) 先人たちはそう行い、今その実を味わっている。[4, 17]

26. ご覧の通り、収穫の時期であり、農夫たちは皆、種を刈り取るために立ち上がっている。過酷な労働も、灼熱の太陽も、働き手を疲れさせることはない。彼は朝から晩まで、屈んだり伸びたりしながら、自分に課せられた仕事を終えるまで働き続ける。「では、キリストの僕と名

乗り、修道生活を送る私たちにも、収穫はあるのでしょうか？」 「はい、あります。それは、私たちの主イエス・キリストが弟子たちにこう告げられたような収穫です。『まだ四ヶ月もあるから、収穫は来ない』とあなたがたは言っているのですか？ 『あなたがたに言うておく。目を上げて、畑を見なさい。すでに刈り入れの時期を迎えている。刈り取る者は報酬を受け、永遠の命のための実を蓄える。種を蒔く者も刈り取る者も共に喜ぶ』」（ヨハネ4:35,36）。このように、私たちには種を蒔く者も刈り取る者もあり、しかもそれがどれくらいの期間続くかは定まっていないが、絶え間なく私たちの前にあり、永遠に続くものであることは明らかです。さあ、兄弟たちよ、熱心に刈り取りを行おう。すなわち、教える者は教えを、すべてを司る者は世話を、管理者は管理を、奉仕する者は奉仕を、従う者は従順を、沈黙を守る者は沈黙を、祈る者は忍耐強く祈りに留まることを、すべてにおいて、力の及ぶ限り行おう。肉的な働きをする者たちがこれほど熱心に自分の務めに励んでいるのに、私たちが霊的な務めに怠惰かつ無頓着に取り組むことなど、何ら整合性がありません。彼らが汗を流しながらも労苦から退かないのに、私たちが禁欲的な務めを嫌悪することなど、あり得ないことです。私たちに待ち受けているのは、天の御国ではないのか？ 永遠の命ではないのか？ 言葉に尽くせない喜びではないのか？——そもそも、怠惰に身を任せて、偉大で切望されるものを手に入れることなど、果たして可能だろうか？ 決してあり得ない。それゆえ、怠惰と無気力の眠りから目覚め、全力を尽くして事に取り組まなければならない。なぜなら、求められているのは、朽ちるものやほかないものではなく、朽ちることのない永遠のものだからである。そうすれば、私たちについてもこう言われるようになるだろう。「あなたの手の働きを収めよ。あなたは幸いであり、あなたに善が与えられる」（詩編127:2）。

27. だれも「私は力がない、刈り取ることができない」と言うてはならない。肉体的に弱い者は、肉体的な労働を担うことはできない。しかし、霊的な働きに志を向けよ。そうすれば、善を行う力を持つようになる。あなたには涙があり、悔い改めがあり、心の節制があり、平安があり、聖さがある。これらはすべて、何よりも神に愛されるものである（ヘブライ人への手紙12:14）。「私は転んで傷つき、立ち上がれず、まっすぐに歩くこともできない」と、誰も言うてはならない。ただ望み、求めさえすれば、「地から貧しい者を起こし、腐敗の場から困窮する者を高められる方」（詩篇112:7）が、あなたを立ち上がらせてくださる。「倒れた者が起き上がらないことがあるか。背を向けた者が立ち返らないことがあるか」（エレミヤ書8:4）。「わたしは生きている、と主は言われる。わたしは罪人の死を望まない。むしろ、不義な者がその道から立ち返り、生きることを望む」（エゼキエル書33:11）。では、約束された恵みをこのように得るために、戒めを行うことに全力を尽くさないことについて、私たちにはどのような祝福に満ちた言い訳があり、どのような正当な弁明があるというのだろうか。

28. 見よ、聖なる先人たちはいかに労苦し、種を蒔き、刈り取り、その穀倉に蓄え、今や、彼らが太陽のように輝き出す最後の日の到来を待ち望みながら、喜びに満ちていることか。兄弟たちよ、私たちもまた、それらの祝福された者たちから疎外されることのないようにし、わずかで取るに足らない、つかの間の快樂のために、私たちの救いを売り渡して、その代償として不死の苦しみを受けることのないようにしましょう。しかし、力ある限り、彼らに倣って全力を尽くし、あらゆることを耐え忍び、すべてを乗り越え、私たちの主キリスト・イエスにおいて天の御国を受け継ごうではありませんか。

#### 240. 一般信徒は、死ぬ際に遺言を残す。修道士からも遺言があることがあるが、それはどのようなものか？

240. 1) 一般信徒は死ぬ際に遺言を残す。修道者にも遺言がある。それはどのようなものか？——私たちはここに旅人であり、よそ者であり、この世のものを求めるべきではない、と。——2) この遺言に耳を傾け、それを実行に移そう、——3) かつて皆がそうしていた先人たちに倣って。[4, 18]



1. 収穫の時期は体を緩ませ、徹夜祈りを重くし、時には教えを聞くことさえ怠惰にさせる。しかし、使徒の教えによれば、私たちは日々死んでいく者のようにあるべきである。死にかけている者は通常、最期の言葉、墓前の言葉、別れの言葉を語り、それによって聞き手を注意深くさせる。それゆえ、私たちも聞くことを怠らず、あたかも遺言書の読み上げに立ち会っているかのように、語られることに耳を傾けよう。——肉的に生きる者たちの遺言は、が肉的なものであるように、肉的な事柄、すなわち妻や子供、兄弟、親族にどのような遺産が残されるか、また通常行われるようなその他の取り決めについて語っている。しかし、私たちの生活における遺言は、そのようなことは何も述べていません。では、何を述べているのでしょうか？——それは、私たちが地上の旅人であり、寄留者であること、そして「この世に何も持って来なかったように、何も持って行くことはできない」（Ⅰテモテ 6:7）とあり、朽ちるものから朽ちないものへ、恥から栄光へ、死すべきものから不死へと移行行くのです。ですから、このような遺言を「福音」と呼んだとしても、決して間違いではありません。使徒自身も、「この世を去ってキリストと共にいることの方が、はるかに良い」（フィリピ1:23）と認めていたからである。また別の箇所でもこう述べている。「私はすでに犠牲として捧げられ、去る時が近づいている。私は善き戦いを戦い抜き、走り終え、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私を待っている。その冠を、その日、義なる審判者である主が私に与えてくださる。それは私だけでなく、主の現れを愛するすべての人々にも与えられるのである」（Ⅱテモテ 4,6-8）。

2. ご覧の通り、彼はこの世からの私たちの旅立ちについて、あたかも福音を宣べ伝えるかのように語っている。さて、私たちの遺言は福音であるから、その中に語られていること、そしてその力に甘んじて耳を傾け、この世の事柄にも、両親にも、兄弟たちにも、親族にも、そしてあらゆる被造物にも一切心を向けず、ある聖なる教父に倣いましょう。その教父は、小部屋を出る際、太陽の輝きを見ないように頭の上に覆いを被せていました。その理由を尋ねられたとき、彼はこう答えました。「なぜ私がこの一時的な光を見たいと願う必要があるのでしょうか？」この神を愛する人は、あらゆる被造物の境界を越え、神への唯一の愛と神聖な事物の観想に没頭している。彼は天の下の被造物をも見つめ、至高の芸術家である神に驚嘆し、賛美する。しかしすぐに、あらゆる感覚的なものを越えて、目に見えない事物の観想に没入し、そこから最も甘美な霊的な喜びと歓びを汲み取るのである。

3. パトリアルヒ・アブラハムもまたそうであった。なぜなら、「アブラハムは信仰によって、約束の地へ、まるで異国の地であるかのようにやって来て、その約束の共同相続人であるイサクやヤコブと共に天幕に住んだ。彼は、神が設計者であり建設者である、堅固な都を待ち望んでいたからである」（ヘブライ人への手紙 11:9,10）。偉大なるモーセもまた同様であり、彼は「信仰によって、王の怒りを恐れず、エジプトを去った。見えないものを、あたかも見えるかのようにして、耐え忍んだからである」（ヘブライ人への手紙 11:27）。このように、目に見えるものには目を向けず、目に見えないものに目を向け、一時的なものではなく永遠のものを追い求め、それによって、可能な限り神に倣って自らを形作ったのが、すべての聖人たちである。——私たちもまた、そのような志を受け継ぎ、この世の華やかさを渴望したり、肉欲に生きる者たちを羨んだりすることは決して許さない。むしろ、約束された祝福の相続に関する福音を聞きながら、金や銀の蓄積や、朽ちゆく快楽に奔走している彼らを嘆くのである。しかし私たち兄弟たちよ、使徒の言葉に従い、「主の栄光を、覆いのない顔で仰ぎ見ながら」（Ⅱコリント 3:18）、高きものを求め、高きものを知恵として追求し、「キリストが神の右の座に着いておられるところ」（コロサイ 3:1:2）にあって、私たちについても「あなたがたはこの世のものではない」（ヨハネ 15:19）、「あなたがたのいのちは天にある」（フィリピ 3:20）と言われるように。そして、神の義の裁きの報いの日、恐るべきキリストの御座の前で、裁かれることなく現れ、天の御国の相続人となるという、待ち望んだ招きの声を聞くことができるように。

## 241. 忍耐は最も偉大な美德であり、それは聖人たちの道である。私たちがまた、その道において成長していこう

241. 1) 忍耐は最も偉大な美德であり、聖人たちの道である。私たちがまた、その道において成長していこう。— 2) 成長したいか？ ならば、自分の意志を切り捨てよ。そうすれば、あらゆることを容易に耐え忍ぶことができるだろう。さらに、忍耐において他者を羨むようにせよ。なぜなら、耐え忍ぶほど、あなたはより良く、より高みへ至るからである。——3) 彼は次のように伝えている——彼らは追放されているにもかかわらず、修道院のように生活しており、彼らのもとに入りたいと願う者を受け入れている；——そして付け加えている：年長者や指導者たちは、あらゆる面で年少者たちに模範を示すべきである。[4, 19]

4. 報いを期待して、神のためにあらゆる困難や悲しみを喜びをもって耐え忍ぼう。「見える希望は希望ではない」と使徒は言っている。「なぜなら、見えるものを、どうして望むだろうか。しかし、見えないものを、私たちは希望し、忍耐をもって待ち望むのである」（ローマ8:24, 25）。このように、忍耐は美德の中でも最も偉大な美德である。殉教者たちは忍耐によって天の冠を授けられ、聖人たちは忍耐によって義の冠を勝ち取ったのである。私たちがまた、従順において、謙遜において、怒りを抑えることにおいて、奉仕の務めを果たすことにおいて、忍耐の奮闘を要するあらゆる事において、忍耐を示そう。そうすれば、彼らと同様に、私たちが報いを受けるであろう。

5. 私は従順の重荷を知っており、意志が断ち切られることの苦痛も知っている。しかし、同時に、そのような生活の甘美さも知っている。なぜなら、自分の意志が断ち切られるとき、その道は平坦であり、救いは容易になるからである。つまり、意志を断ち切るだけで、それと同時に安らかで至福に満ちた生活が現れるのである。共同生活には苦労もあるが、慰めもある。兄弟よりも多く労する者は誰か？——しかし、その者にはより大きな報いがあるだろう。「各人は、自分の働きに応じて、その報いを受ける」と使徒は言っている（Iコリント3:8）。愛をもって他者に従う者はいるか？しかし、その者はやがて首位として尊ばれるだろう。主はこう言われたからだ。「あなたがたの中で第一になりたい者は、あなたがたのしもべとなりなさい」（マタイ20:27）。あまりにも重い務めを引き受ける力のない者はいないだろうか。自分の力の及ぶ範囲の務めを怠ってはならない。そうして、すべての事において神が栄光を受け、誰も兄弟愛のために有益なことに不適格な者とならないように。これはしばしば語られてきたことだが、今なお必要に迫られて改めて思い起こされる。なぜなら、私たちの前にある試練は決して小さなものではないからだ。「見よ、わたしはあなたの前に、生と死を置いた」と聖書には記されている（申命記30章19節）。私たちが命に固執し、永遠の死を避けるために、私たちの言葉と慰め、教えと勧告があるのだ。そして私は、この語られることが、謙虚な私にとっても、それを聞くあなた方にとっても、決して無益ではないことを知っており、確信している。

6. さて、あなたがたに知っておいていただきたいのは、私たちは神の御言葉のために追放されているとはいえ、修道院のように暮らしているということです。この世を捨てたいと願ってやって来る人々を、私たちは追い返すことはありません。私たちは、至る所に散らばっている兄弟たちを通じてこれを実践しています。彼らには、可能な限りそのような人々を受け入れ、兄弟団に加えるよう命じられています。確かに、多くの者が私たちから離れていきましたが、多くの者が私たちに加わりました。そして、私たちの兄弟団は拡大しています。神は私たちの中で栄光をお受けになり、約束どおり、御自身の中で私たちをも栄光に輝かせてくださいます。しかし、指導者がどのような者であるかによって、従う者たちもそのようになるものです。ですから、他者の模範となる指導者の皆様、敬虔に、正しく、神を畏れる心をもって生き、私たち自身の生き様によって、言葉においても生活においても、他者を正しさへと導いてください。私たちの間には、不適切な叫び声も、論争を招く会話も決してあってはなりません。また、「腐った言葉があなたがたの口から出てはならず、ただ、信仰を築き上げるのに役立つ善い言葉だけが出ますように」（エフェソ4:29）のように、それによってあなたがたの働きが彼らの中で汚されることのない

ようにし、すべての点において、私たちの善き神である主に喜ばれ、約束された祝福を受けるにふさわしい者となるためです。

## 242. 変容——来たるべき世の姿.....私たちは、当初創造されたときと同様に、そのような輝きと美しさへと定められている

242. 1) 変容——それは来たるべき世の姿である。私たちは、当初創造されたのと同様に、そのような輝きと美しさへと定められている。—— 2) そうである以上、私たちはあらゆる醜く、情欲に満ち、不純なものから背を向け、この輝きと美しさを愛そう。—— 3) もしそのようなことが起こったとしても、急いで清めよう。——「私にはできない」などと言う者は誰もいない。なぜなら、神はこれを求める者たちのためにそうしてくださると約束されたからであり、その例も数多くあるからだ。—— 4) したがって、もし誰かがこれに無関心であり続けるならば、それは単なる恣意的な無関心と不注意によるものに過ぎない。[4, 20]

7. 神の変容の祭りの前夜を今、ふさわしく祝うにあたり、私たちはこれをもとに教訓をまとめ、長々とした言葉を用いることなく、自らの義務を果たした。主のすべての祝日は、私たちの救い主イエス・キリストの受肉における神秘、すなわち、御方が生まれ、洗礼を受け、十字架にかけられ、葬られ、三日目に復活し、栄光のうちに昇天されたことを思い起こさせるものである。一方、変容の祝日は、来たるべき世の状態を描き出している。なぜなら、変容の際、主の御顔が太陽のように輝き、その衣が光のように白くなったのと同じように、主は再び天から稲妻のように、大いなる力と栄光をもって、すべての人を裁くために来られるからです。また、山の上で聖ペトロ、ヤコブ、ヨハネが共にいたように、その時も天の御国において選ばれた者たちが主と共にあり、言葉に尽くせぬ神の顕現と、言い表せない喜びを味わうことになるのです。——そして、その力に満足できる者は誰か。その喜びに与るにふさわしい者は誰か。清く汚れのない人生を送っている者以外、他に誰がいますか。私たちの神は、最も明るい光のように清く、御自身のもとには清い者だけを受け入れてくださる。そして、私たちの中に清い魂を宿してくださった以上、私たちからも清い魂を求められるのである。なぜなら、もし魂が神の御姿と御似姿に従って創造されたのであれば、神に由来する美の反映である以上、その魂もまたこの美に与っていることは明らかだからである。そして、このことを知っていた詩篇の作者は、次のように述べている。「主よ、御心により、わが善に力を与え給え」（詩編29:8）、すなわち、魂の美しさに力を与え給え、と。そうしなければ、醜い罪の情欲に傾き、醜くなってしまい、神から離れ、神からの報いを失ってしまうからである。

8. このように、私たちには美しく善良な魂が与えられていることが告白されており、その魂を、最後の復活の日に、保証として神に差し出さなければならないのです。それゆえ、私は懇願し、お願いいたします。この魂の美しさを愛し、その善さを守り続けましょう。この世の美しさや、肉と血の善さに注意や心を向けずに。なぜなら、それらは真の美しさではなく、美の偶像に過ぎず、むしろ朽ち果てるものと塵に他ならないからです。それは、私たちの目の前で起きていることから見て取れる。今、最も立派で美しい者でさえ、明日には棺に納められ、悪臭を放ち、すべての人を遠ざけてしまうからだ。このように、ここには、私たちが何よりも目指すべき一つの驚くべき美德を除いて、立派で愛すべきものは何一つない。

9. もし、公言されているように、しばしば起こるように、揺らぎやすい魂が不敬虔な思いによって汚されてしまったならば——「誰が、自分の心が清いと言えるだろうか？」（箴言 20:9）——その場合は、一刻も早くそれを清め、かつての善き心境へと立ち返らせなければならない。さもなければ、悪の中に留まり続けることで、死を招いてしまうからだ。——そして、誰も「多くの罪に重くのしかかられているので、清められることはできない」などと言ってはならない。主がこう言われているのを聞いているのだから：『あなたがたの罪が緋色のように赤くても、雪のように白くする。たとえ緋色のように赤くても、波のように白くする』（イザヤ書 1:18）。神の言い尽くせぬ人間愛をご覧なさい。それによって、神は悔い改める者を清めるだけでなく、立派な美しさの高みへと引き上げてくださると約束しておられるのです。——その実例は目の前

にあります。預言者ダビデは、淫行と殺人の罪を犯しましたが、絶望することなく、すぐに悔い改めに立ち返り、再び預言の賜物を受けました。——マナセ王は五十五年にわたり、イスラエルを真の神から遠ざけましたが、悔い改めたことで、救いを得ました。使徒たちの筆頭であるペトロは、主から背いた後、涙という治療法を用いて、再び使徒職の重荷を担いました。エジプトのマリア——他にも数え切れないほどの例がありますが、ここでは黙過します——は、肉欲による不潔さの極みに達しましたが、ふさわしい悔い改めをしたため、その後、徳の頂点へと昇りつめました。

**10.** したがって、救われたいと心から願い、熱意を持ってこの業に取り掛かろうとする者にとっては、無力さや不可能を言い訳にする余地は微塵もない。それが不可能なのは、完全に無感覚であり、自ら進んで死の手に身を委ねる者だけである。——なぜ、「イスラエルの家よ、あなたがたは皆死ぬのだ、と主は言われる」（エゼキエル18:31）という言葉に耳にするのだろうか。不死の命が待ち受けているというのに、なぜ私たちは永遠の死を選ぶのでしょうか。私たちの慈愛に満ちた主は、日々こう叫ばれています。「**疲れた者、重荷を負う者は、みなわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげよう**」（マタイ11:28）。しかし、私たちは自分の罪の重荷を振り払おうとはしない。主はこう呼びかけられる。「**わたしは世の光である。わたしに従う者は、決して闇の中を歩むことはなく、いのちの光を持つことになる**」（ヨハネ8:12）。それなのに、私たちは反対の方向へと背を向け、その行いそのものが「**私たちから離れよ。あなたの道を見ることを望まない**」（ヨブ記 21:14）。——その後、私たちに残されているのは、非難と拒絶の宣告を聞くことだけである。「**あなたがたは、あなたがたの火の光と、あなたがたが燃やし上げた炎の中を歩む**」（イザヤ書 50:11）。しかし、使徒が言うように、「**このようなことを行ふ者は、神の国を相続することはない**」（ガラテヤ5:21）ということを、私たちは知っておくべきである。——しかし、これが私たちについても正しく言えることのないようにしよう。「**あなたがたが、わたしが命じることを行ふなら、あなたがたはわたしの友である**」と主は言われる（ヨハネ15:14）。それでは、命じられたことをすべて行い、主の友となるにふさわしい者とされ、天の御国を相続できるようになろう。

#### **243. シナドのミハイル大主教、祝福された方が天に召された。その御記憶を称えよう。なぜなら、この方は今もなお、私たちのために祈ってくださる方だからである**

243. 1) シナドのミトロポリス、祝福されたミハイルが天に召された。彼の記憶を尊ぼう。彼は今もなお、私たちのために祈り続けてくれているからである。— 2) また、彼の死から教訓を学びましょう——常に死を迎える準備をしておくこと。なぜなら、数え切れないほどの例が示すように、死は突然訪れることがあるからです。——3) 誰も「できない」と言ってはなりません。それは私たちの意志次第だからです。[4, 21]

**11.** 私たちの霊的な父である、シナドのミハイル大主教閣下が、主のもとへ召されました。その生涯は称賛に値するものであり、その言葉は力強いものでした。そして私たちは、来るべき裁きの座において、他の父たちや殉教者たちと共に、主の御前で私たちのために執り成して下さる方として、彼をも迎えることができると信じています。それゆえ、悪名高い偶像破壊者たちが、キリストの殉教者たちが（聖ミハイルの死によって）悲しみに暮れているなどと言って、自らを誇示してはなりません。むしろ、そのような方々の召天が、神の教会にとっては揺るぎない砦であり、私たち残された者にとっては真理の確証であり、彼らの曇った惑わしに対する嘲笑であることを悟るべきである。

**12.** しかし、人を救うのは「**愛に支えられた信仰**」（ガラテヤ5:6）であるから、今この時も、いつものように、神の戒めを忠実に守り、死の時は誰にも分からないゆえに、常に旅立ちの準備を整えておくよう、皆様をお願いいたします。なぜなら、先ほど名指しされた私たちの父も、突然激しい痛みと灼熱の熱に襲われ、翌日には声を失い、三日目にはその霊を主に委ねたことを、あなたがたもご存じでしょう。また、彼より以前のアフアナシイ、すなわち名高いパヴロ＝ペトロスキー修道院の院長も、病床に一日も横たわることなく、ほぼ即座に人々の間から天に



召されました。雷に打たれて死ぬ者もいると聞いています； また、海で溺死する者もいる。要するに、予期せぬ出来事は数多くあり、それゆえに私たちは自戒し、恐れるべきである。まるで悪魔が、日々私たちを死の忘却へと欺き、突然、極度の驚愕の中で最期の時を迎えさせ、その結果、悔い改めの行いを何もできなくなるようなことがないように。——挙げられた例は、私たちを恐れさせないでしょうか？ その時、舌が縛られて声さえ上げられないこと、そして、身体から引き離された魂がどのように去っていくかを思うとき、私たちは戦慄を覚えないでしょうか。その場には、多くの見送る者や泣く者がいるかもしれませんが、良心以外に助けてくれる者は誰もいないのです。どうか、お願いいたします。私たちが常に、告白と涙と祈りと従順と謙遜と、一層の従順、そしてあらゆる善行に励むよう心がけましょう。そうすれば、最期の時に、怠慢や不注意のうちにその時に直面しても、私たちが永遠の「死の眠り」に就くことのないように。聖ダビデは、そこから救われるよう祈っています（詩編12:4）。

13. しかし、ある人はこう言うかもしれない。「望みはあっても、できないのだ」と。——それはどういう意味か？——もしそれが自然の秩序から外れたことに関するものなら、私も同意する。例えば、私たちが空を飛んだり、海の上を歩いたりすることはできないし、鼻で話したり、舌で匂いを嗅いだりすることもできない。そのようなことはすべて不可能であり、不自然である。しかし、もしそれが自然であり、意志に依存することに関するものなら、そのような言葉は誤りである。なぜなら、私たちは気まぐれに振る舞って笑うこともできるのと同様に、品位を保って涙を流すこともできる。罪深い欲望や不適切な考えの絡み合いで自らを汚すこともできるのと同様に、情欲から身を守り、清らかで無垢であり続けることもできる。そして、悪に固執して頑なになることもできるのと同様に、心を動かされ、悔い改めることもできるのだ。たとえ邪悪な欲望が、私たちの中で習慣となり、善を行う力を失わせ、悪を行う力を強めたとしても、しかし、絶望してはならない——決してそうあってはならない——。むしろ、再び進んでその務めに取り組み、一日どころか一時間たりとも無為に過ごさず、常に自制し、目を覚まし、汚れなく清く、神に固く結びついているよう、あらゆる手段を尽くすべきである。そうして、私たちもこう言えるようになるためである：「わが魂はあなたにすがりつきます。あなたの右の手は、わたしを喜ばせてくださいます」（詩編62:9）；そしてこのようにして、この世での滞在を善く過ごし、良き希望をもってここから移り住み、そこで天の御国を受け継ぐことができるように。

244. 1) ハルキドンの聖ヨハネの葬儀から戻った聖人は、兄弟たちがいつものように秩序正しく過ごしているのを見て称賛し、彼らが常にそのままであることを願う。— 2) その後、聖人は、耳にしたある説の不合理性を指摘する。第一の説：聖人は信仰においても生活においても聖人であったのに、どうしてそのような死を遂げたのか？（下痢による）。第二の説は、復活の後、私たちは互いを認識できなくなるというものである。なぜなら、これらの肉体は朽ち果て、どこへともなく散り散りになってしまうからである。— 3) 最後に、次のような勧告が添えられている。信仰を守りなさい。なぜなら、どれほど多くの逸脱があるか、あなたがたも目撃しているからだ。また、聖なる生活を送りなさい。なぜなら、敵がどのような、そしてどれほどの風を私たちに吹きかけてくるか、あなたがたも知っているからだ。[4, 22]

14. 先日、しばらくの間、あなたがたのもとを離れていましたが、今また戻ってみると、あなたがたは互いに和やかに過ごし、良い気分で見ました。そこで、私はあなたがたの秩序正しさを主にお礼を申し上げました。——それは、熟達し、善に堅く立っている修道者たちにふさわしいものです。その中において、主イエス・キリストの恵みによって、ますます堅く立たれ、私が謙虚に皆様のそばにいる時も、不在の時も、常に健全で傷つくことのないように保たれるように。私が離任することになった理由は、ご存知の通り、ハルキドン都主教ヨハネの死によるものでした。彼は善き業に励み、その生涯を終え、信仰を守り通して、先立った聖なる父たちや兄弟たちと共に、殉教の冠を受けるために主のもとへ旅立ちました。

15. しかし、彼が激しい下痢により亡くなったことを、ある者たちは驚き、こう言います。「もし彼が善人であるなら、どうしてそのような不本意な最期を遂げたのか？」——そのような者たちは、この事柄に対する無知に苦しんでいる。なぜなら、死が善いか悪いかは、その人がど



のように亡くなったかによって決まるのではなく、正教の信仰を守り、非の打ち所のない生涯を送ったかどうかにかかっているからである。そして、亡くなった方はまさにそのような方であった。たとえ水腫で亡くなろうとも、下痢で亡くなろうとも、あるいは他の致命的な病気で亡くなろうとも——陸上であろうと海上であろうと——そこには何の非難すべき点もない。なぜなら、それは私たち次第ではなく、神の隠された御裁きに委ねられているからである。神は、誰にとって何が有益かを御存知であり、そのように、寿命の延長であれ、死であれ、定められるのである。他の人々は、聞く者の破滅を招くような別のことを主張している。すなわち、来世において、神の御子が来てすべての人を裁くとき、私たちは互いを認識できなくなる、と。なぜなら、彼らはこう言うのです。「私たちが今のような朽ちる者から、朽ちることのない不死の者へと変えられる時、また、ギリシャ人もユダヤ人も、野蛮人もスキタイ人も、奴隷も自由人も、男も女も存在せず、すべてが天使のようになる時、どうして互いを認識できるというのか？」と。——しかし私は、私たちが互いを認識することは可能であると断言する。まず第一に、「人間には不可能なことも、神には可能である」（ルカ18:27）ということを出してほしい。なぜなら、私たちは復活そのものを、人間の思索に基づかずに告白しているからである。なぜなら、この理屈では、朽ち果て、あちこちに散らされ、獣に食われ、あるいは鳥に啄まれ、あるいは魚に飲み込まれた肉体が、最後の日に一つに集まって復活することが、まったく理解できないからです。それにもかかわらず、神の言い表せない力によって、あらゆる肉体は一つに集められ、復活し、あらゆる魂は、地上で共に生きた自らの肉体を認識する。もし自らの肉体を認識するならば、兄弟の肉体も認識することに疑いの余地はない。さらに、このような推論は、将来の審判の否定へとつながる。なぜなら、審判は知られた者たちに対して行われるものだからである。誰も、自分を知らず、また知られていない人々を裁判に引き出すことはなく、知られた者たちに対してのみ行われるのである。それは、「わたしはあなたを告発し、あなたの目の前であなたの罪を明らかにする」（詩編49:21）と書かれている通りである。したがって、もし私たちが互いに知り合わなければ、裁かれることもない。もし裁かれなければ、自分の行いに対する相応の報いを受けることもない。さらに、もし彼らが裁くべき相手を知らないのであれば、主が使徒たちに言われた「あなたがたは十二の座に着き、イスラエルの十二部族を裁く」（マタイ19:28）という言葉は、どのようにして成就するのでしょうか。このように、あらゆる側面から、そのような仮定がいかに不適切であり、不敬虔であるばかりか、オリゲネスの荒唐無稽な説と同等であることが証明される。しかし私たち兄弟たちは、復活することを信じ続け、互いを、今のような朽ちる性質のものではなく、朽ちない美しさをもって互いを認識するのだと信じ続けよう。それは、神の言い表せない御心によるものであり、まさに私たちの先祖が樂園で、罪を犯す前は朽ちない存在として互いを知り、罪を犯した後、朽ちる身となった後も、やはり互いを知っていたのと同じである。なぜ、来たるべき世において、兄弟が兄弟を、父が子を、妻が夫を、互いに認識すると信じるべきなのか——さらに付け加えるならば、——修道者は修道者を、懺悔聴聞者は懺悔聴聞者を、殉教者は同情する者を、使徒は同労者を——すべてが互いに認識し合い、すべての人々が神の御許で喜びに満ちた住まいを得、他のあらゆる恵みとともに、互いを認識し合うことができるように。

**16.** ですから、どうか聖なる信仰をしっかりと守り続けましょう。なぜなら、その信仰からどれほど多くの逸脱があるか、また、いかなる迷いにも陥ることなく、正教の信仰を受け継ぎ、守り続けていることに対し、どれほど神に感謝すべきか、あなたがたもご存じでしょう。同様に、清らかな生活を送りましょう。悪魔が昼夜を問わず、どのような風を私たちに吹きかけてくるか、あなたがたもご存じでしょう。しかし、私たちが常に信仰と主キリストへの愛によって守られている限り、悪魔は私たちに何一つ為すことはできません。なぜ、まだ立ち止まっているのでしょうか。そうすれば、この竜は私たちから逃げ去るでしょう。泣いて、欲望の燃え盛る矢を消し止めましょう。神の力強い御手の下に謙虚に身を委ねれば、神は私たちを高めてくださいます。完全な忍耐を保ち続けましょう。そうすれば、悪魔は消え去り、私たちは救われて天の御国に入ることができるのです。

244. ハルキドンの聖ヨハネの葬儀から戻った彼は、兄弟たちがいつものように秩序正しく整っているのを見て称賛し、彼らが常にそのままであることを願った。

245. 祝祭には日常的なものと、霊的なものがある。買い物にも日常的なものと、霊的なものがある。

245. 1) 祝祭は日常的なものであり、かつ霊的なものである。買い求めも日常的なものであり、かつ霊的なものである。—— 2) 私たちも商人である。私たちにとっての真珠とは美德であり、高価なビーズとは主キリストである。さあ、私たち一人ひとりが賢い商人となろう。——3) 私たちの市場とは、従順のことであり、それこそが真珠であり、購入であり、代価そのものである。[4, 23]

17. あちらでもこちらでも、時折祝祭が行われる。今、ニコメディアでそうであるように。こうした祝祭には人々が集まり、売り買いを行う。しかし、それは長くは続かない。まもなく皆、散っていくからだ。しかし、心の祝祭はただ一つであり、絶えることなく、一人ひとりの生涯にわたって続くものである。そこでの売買の対象は、金でも銀でも、衣服でも、その他の一時的で朽ちゆく物でもなく、魂の救い、永遠の命、天の御国である。人々はこれらに全力を尽くすべきであるにもかかわらず、それについて気にかける者は少なく、しかもごくわずかであり、すべての配慮と努力を、虚しく朽ちゆく事柄に向け続けている。

18. しかし、兄弟たちよ、私たちは、自分たちの主たる目的や、この良き取引から逸れることを許してはならない。主が「**神の国はあなたがたの内にある**」（ルカ 17:21）と語られる御声を聞き、毎日全力を尽くしてそれを得ようと努め、金や銀を蓄えるのではなく、正しい信仰と汚れない生活、従順、忍耐、謙遜、寛大さ、そして「**完全さの絆である愛**」（コロサイ 3:14）を求め続けましょう。主もまた、福音書の中で次のように語って、このことを示されました。「**天の御国は、良い真珠を探している商人に似ています。ある商人が、一粒の貴重な真珠を見つけると、持っているすべてのものを売り払い、それを買い取りました**」（マタイ 13:45, 46）。あなたがたは、すべてを捨てて、その代わりに、良き、至良き、そして至高の真珠——すなわちキリスト——を購入した良き商人たちです。それは、十字架を背負い、敬虔と真実をもってキリストに従うことを決意した時でした。——しかし、祝祭とは喜びと、眠ることなく目を覚ましている時である。私たちもまた、この地上の祝祭において自らの救いを買求めるにあたり、喜びと活気に満ちていよう。あらゆることに敬虔な注意を払い、決して動揺しない売り手は善き者である。不名誉を喜んで受け入れる買い手は善き者である。血を捧げ、御霊を受ける両替人は善き者である。それは、従順を全うする忍耐によってである。

19. さて、私たちの言葉が従順について触れた以上、台所でそれぞれの務めを果たす者たちを、より多く労苦し、互いの重荷を担い、こうして愛をもってキリストの律法を全うする者として敬おう。また、兄弟たちの必要な物資に心を配る者たちを、主に対する善良で経験豊かな執事として敬おう。また、賛美の集いにおいて、心から敬虔に歌う人々を、より大きな報いにふさわしい者として敬おう。そして、私たちの生活がどのようなものであるか、その行いがどのようなものであるか、また、私たちの聖なる先人たちが全力を尽くして成し遂げた、あの至福の業がどのようなものであるかを見よ。私たちもまた、それを立派に成し遂げ、無事に終えた後、聖ダビデの言葉を引用して、喜びをもって家路につこう。「**わが魂よ、主があなたに恵みを施されたゆえに、あなたの安息へと帰れ**」（詩編 114:7）。そして、死の刻に、私たち皆が、最後の祈りとしてそのような声を上げ、それによって、私たちの主キリスト・イエスにおける永遠の命を得ることができるようになる。

**246. 神は、御自身の独り子をお遣わしになり、私たちの霊的および肉体的あらゆる病を癒やし、あらゆる恵みを与える者としてこの世に遣わされました。主が地上におられた時も、今も、その御業を行っておられることは、誰もが身をもって知っている通りです**

246. 1) 神は、御自身の独り子をお遣わしになり、私たちの霊的および肉体的あらゆる病を癒やし、あらゆる恵みを与える方としてこの世に遣わされました。主が地上におられた時に行われたこと、そして今もなお行っておられることは、誰もが自ら知っている通りです。— 2) これほどの大いなる恩人である方を、どうして心から愛さないことができようか。また、私たちの敵であり、悪事を働く者、滅ぼす者である者を、どうして憎まないことができようか。[4, 24]

**20.** 新しい夏の始まりを迎え、この日の福音書には次のような言葉が記されている。「主の御霊が私の上にあります。主は、貧しい人々に福音を宣べ伝えるために、心を砕かれた人々を癒やすために、私を遣わされました。捕らわれの身にある人々に解放を、盲人に視力の回復を告げ、心を砕かれた人々を慰め、主の恵みの年を宣べ伝えるためです」(ルカ4:18,19)。さて、神の独り子である御方が、癒し手として父によってこの世に遣わされたのですから、私たちは、盲人のように御方に目の開かれることを、囚人のように解放されることを、心を砕かれた者のように慰めを求めましょう。——しかし、誰が盲目なのか。誰が偏見によって目を曇らされているのか。誰が囚人なのか。誰が不適切な思いに惑わされているのか。誰が打ちひしがれているのか。誰が罪の重荷を負っているのか。——そのような者すべてを、主は癒やしてくださる。なぜなら、主は肉体のみならず、魂の医者でもあるからである。主はかつて、肉体をもって生きている者たちにのみ臨まれていたのではなく、今もなお、目に見えない形ですべての人に臨んでおられ、福音を宣べ伝え、世の罪を取り除き、あらゆる病気やあらゆる病を癒やして下さっている。それゆえ、誰も啓発されず、癒やされないまま残されることはない。信仰をもって近づき、「主からの祝福と、救い主なる神からの恵み」を受け取ろう(詩編23:5)。ああ、言葉に尽くせぬ人間愛よ！ 主は、私たちを無から存在へと導き出し、堕ちた者を再び立ち上がらせ、さらに第三の恵み——修道的な完全性——を私たちに授けてくださいました。しかし、たとえ私たちがまだ罪を犯していても、主は背を向けられることなく、近づく者を受け入れてくださいます。心が砕かれている時には慰めを与え、泣いている時には慰め、傷ついている時には油を注ぎ、力尽きている時には強めてくださいます。傷ついた時には癒やし、地獄の底へと落ちようとしている時には、御手を差し伸べ、慈愛をもってそのような苦難から救い出してください。それゆえ、誰もが正當にこう言うべきである。「もし主が私を助けてくださらなかったなら、私の魂はまもなく地獄に落ちていたであろう」(詩編93:17)。「私は迷い子となって迷い歩いたが、主は私を受け入れてくださった」(詩編117:13)。そして誰もが、どのような誘惑に陥ったか、またその苦難の中でいかに即座に神を助け手として得たかをよく知っている。さらに、渇きに苦しむ私たちを、全善なる方は、毎年実を結ぶ収穫によって肉体的に、また霊的には清らかな秘跡によって養ってくださいます。それは、母や乳母以上に、私たちを慈しみ、愛情深く抱きしめてくださるからです。母は一定期間、乳で我が子を養うが、真の主であり父である方は、ご自身の御体を私たちに食物と飲み物として与えてくださる。これは常に、ああ、測り知れない恵みよ！ ああ、比類なき賜物よ！

**21.** このような恩人である方を、どうして愛さないことができようか。どうして渴望しないことができようか。そして、どうして彼と切っても切れないほどに結びつかないことができようか。——まことに、もし私たちが彼に対してそのような心持ちを持たないならば、天は叫び、地は嘆き、石さえも私たちの無感覚さを非難するであろう。それゆえ、そのようなことが起こらないよう、私たちは主への愛にしっかりとすがり、悪魔を極度に憎み、彼から背を向ける。なぜなら、恩人に対しては、その恩恵の度合いに応じて愛し、慕うべきであるのと同様に、悪行の度合いに応じて、悪しき者を憎み、彼から背を向けるべきだからである。彼は私たちの命の破壊者であり、主の御言葉(ヨハネ8:44)にあるとおり、「初めから人殺し」である。彼は、数え切れないほどの宗派に私たちの種族を分裂させ、それらの教義に従って、多くの罪の矢で私たちを傷つけ、完全に飲み込もうとしている。もし私たちがこのような彼を憎まないならば、私たちが受け

るに値するほどの苦しみは、私たちが苦しめることはないだろう——それは、私たちが自分の敵であり、魂を滅ぼす者に身を委ねているからである。しかし、兄弟たちよ、彼から逃げよう、全力を尽くして逃げよう。さて、この「逃れる」とは何でしょうか。それは、悪しき行いや思いから身を遠ざけること、また神に固くすがりつき、善行に身を捧げることです。なぜ私たちは善を追い求めるのでしょうか。それは、あらゆる謙遜、柔和、そして従順をもって主に仕え、の謙遜に支えられていないあらゆる善は未熟で不安定であると確信しているからです。もし、自分に対して高慢な思いを抱く者がいるならば、神の力強い御手の下に身を低くし、むなしく過ぎ去ることなく、天の御国の嗣業に与かる者となろうではありませんか。

#### 247. 今こそぶどうの収穫の時である。これこそが私たちへの教訓である。なぜなら、私たちもまたぶどうだからである

247. 1) 今こそぶどうの収穫の時である。これには私たちへの教訓がある。なぜなら、私たちもまたぶどうだからである。－ 神のぶどうとして、美德の房を实らせ、自らを完全に主に捧げなければならない。－ 2) 後戻りしたり、二つの道を歩んだりしてはならない。－ 3) 敵が誘惑し始めたら、戦いに臨み、彼を打ち負かそう。[4, 25]

22. さて、今、私たちの目の前にあることについて少し触れておこう。それは一体何だろうか。ぶどうの収穫の時期が訪れた。そして、枝が房で重く垂れ下がっているところには喜びと祝福があり、房が少ないところには悲しみと嘆きがあるのが見て取れる。——「それが私たちに何の関係があるというのか？」と、これを聞いている誰かが言うかもしれない。——大いに関係があります。なぜなら、比喩的に言えば、私たちもまた「主のぶどう畑」と呼ばれているからです。修道誓願を立てる際に、どのような賛美歌が歌われるか、ご存じないのですか？そして、私たち全員がそれに合わせて歌っているのではないのでしょうか？——「主よ、主よ！天から御目を向けて、このぶどうの木をご覧になり、訪れてください。あなたの右の手がこれを植えたのです」（詩編79:15,16）。そして、主は福音書の中でこうおっしゃっていませんか。「わたしはぶどうの木であり、あなたがたは枝である。わたしの中にあり、わたしもその人の中にある者は、多くの実を結ぶ。わたしなしには、あなたがたは何も行うことができないからである」（ヨハネ15:5）。さあ、私たちの良き主のもとで、主によって植えられた者として——ぶどうの木のように——主への美德の房を捧げ、主からの祝福に与かることができるようにしましょう。そして、情欲という茨やアザミをもたらす私たちが、「実を結ばない木はすべて、切り倒されて火に投げ込まれる」（ルカ3:9）という、このような断罪の宣告を受けることのないように。私たちに關しては、それは死によって「切り倒され」、そして「火に投げ込まれる」こととなる。言うまでもなく、それは永遠の火であり、そこには、悪行を働き、信仰から背き、悪徳によって自らの肉体を腐敗させる者たち、すなわち「水のない雲、風に吹き流されるもの、実を結ばず、二度死に、根こそぎにされた秋の木、自らの恥を泡立たせる荒れ狂う海の波、永遠に闇の深淵に閉じ込められている魅惑的な星たち」（ユダの手紙12、13節）。なぜ使徒パウロはこう叫ぶのでしょうか。「淫行を避けなさい。人が犯すあらゆる罪は、体の外にあるが、淫行を犯す者は、自分の体に対して罪を犯すのである。それとも、あなたがたの体は、あなたがたのうちに住まわれる聖霊の神殿であり、あなたがたは神から受けたものであって、自分のものではないことを知らないのか。あなたがたは、代価を払って買い取られたのである」（Iコリント6:18-20）。

23. キリストの尊い血によって買い取られた私たちが、どうして天と地を恥じることなく、再び後戻りすることができるだろうか。外見は敬虔であるように見せながら、内面はあらゆる不潔さに満ちているのに、どうして自分自身を恥じないだろうか。いつまで両足を引きずり続けるのか。いつになったら、一つの道にしっかりと立ち返ることができるのか。なぜなら、至賢者はこう言っている。「二つの道を歩む罪人は悲惨である」（シラ書 2, 12）。ここでの「二つの道」とは、罪と、すなわち美德のことである。なぜなら、この二つは互いに相容れないからである。時には主人に仕え、時にはその敵に仕える家来を、賢明だとは言えない。私たちは全身全霊を神に捧げなければならない。なぜなら、そうして初めて、神にかなういのちに与ることができる



からである。なぜ、言葉を持たない動物のように感覚的なものに留まるのではなく、心の力をもって天上のものを観想し、感覚を朽ちるものから朽ちないものへ、滅びやすいものから滅びないものへと向けるのではないのか。

24. また、私たちの心の中に悪を紡ぎ出すソフィストが、邪悪な思いの毒で私たちの心を蝕むことを許してはならない。しかし、彼が肉欲の甘美さやその他の悪をまき散らしたなら、私たちは速やかに、その悪意あるお世辞屋を自分から遠ざけるよう努めなければならない。 どのようにか？ 祈りと嘆願、涙と嘆息、そして心の砕け散りによってである。これこそが、私たちの目に見えない戦いであり、公に語られることのない闘いと偉業である。 さあ、肉体の戦士たちに倣い、熱意に燃えて、目に見えない敵を追い払おう。——彼らが報いを期待して、傷を負っても退かないように、私たちも、たとえ数え切れないほどの傷に覆われていたとしても、後戻りすることなく、ただひたすらに立ち続け、戦い続けよう。神の助けによって強められながら。 このことについて、あなたがたに懇願します。なぜなら、私あなたがたに簡潔な教えを語るのは、まさにこのためだからです。 ——そして、善の道を歩む者たちを喜び、つまずく者たちを嘆く。しかし、私たち皆が、正しい道を歩み、善を行い、謙遜に耐え忍び、詩篇の詠唱、祈り、礼拝、従順、謙遜のうちにありましょう。そうすれば、平和の神が私たちと共におられるでしょう。

**248. 聖化の賜物を受けた私たちは、それを守り、とりわけ肉の欲望から逃れよう。なぜなら、それは恵みの状態に反し、奴隷の状態へと陥らせ、恐怖に満ちたものにするからである。**

248. 聖化の賜物を受けた私たちは、とりわけ肉欲を避けつつ、それを守り続けよう。なぜなら、肉欲は恵みの状態に反し、奴隷の状態へと陥らせ、恐怖に満ちさせるからである。しかし、それを死滅させることは、これとは正反対のものを与えてくれる。[4, 26]

25. 主の祝日が来るたびに、私たちは喜びに満ちる。それは当然のことである。なぜなら、その際、私たちはその祝日が定められた理由である秘跡を深く思索することで、啓発されるからである。今、尊く命を与える十字架の挙揚の日においても、まさにそうである。 まことに、なんと大きな喜びであり、なんと心躍ることであろうか。私たちの主イエス・キリストの御足が立っておられた木、主が十字架にかけられ、その命を与える御血を注ぎ尽くされたその木を、私たちが見るだけでなく、口づけし、抱きしめることさえ許されたのだ。 どれほど多くの人が、滅びゆく黄金をできるだけ多く集めようと労苦していることか。しかし私たちには、即座に賜物が与えられる。なぜなら、私たちが十字架に口づけしたその瞬間、啓蒙と聖化、そして救いを受けたからである。なんと速やかな恵み、なんと労を要しない賜物であろうか！ ——しかし、このような恵みを保つためには、祈りと冴えた注意という労苦が差し迫って必要とされます。特に、容易に得たものは、たいてい軽んじられ、適切に守られないからです。だからこそ、私は皆さんに呼びかけます。そのような過ちを避け、この賜物を慎重に守り抜きましょう。 聖別された私たちの口を、偽りの言葉や虚しい会話で汚してはなりません。聖別された私たちの目を、不品行な視線で曇らせてはなりません。清められた私たちの心を、不潔な思い出で黒く染めてはなりません。 そして、「罪が、あなたがたの死んだような体の中で、その欲望に従って支配することのないように」と使徒は叫んでいます。「また、あなたがたの肢体を、罪のための不義の武器として用いてはなりません。むしろ、神に対して、死からよみがえった者として、あなたがたの肢体を神への義の武器としてささげなさい。 罪に支配されてはならない。あなたがたはもはや律法の下ではなく、恵みの下にあるのだから」（ローマ 6: 12-14）。ご覧の通り、律法の下では罪が支配していたが、恵みの下では義が支配し、あらゆる罪から私たちを救い出してくれるのです。 ——「あなたがたは、私たちの主イエス・キリストの御名と、私たちの神の御霊によって、洗われ、聖められ、義とされたのです」（Iコリント 6: 11）と書かれているとおりです。どうか、この清めを尊び、聖別を守り続けましょう。私たちは、名誉ある者となったにもかかわらず、自らを不名誉な状態に陥れているのではないのでしょうか。 やがて墓に置き去りにすることになるこの肉体のことを、これほどまでに気にかけるのは、果たしてふさわしいことでしょうか。情欲の快楽を、それが実のところ死をもたらす病であるにもかかわらず、なぜ快いものだと見なすのでしょうか。情欲



の快樂は惡魔の罠であり、消えることのない火に火をつけるようなものです。それにもかかわらず、私たち人間は、自らを捕虜として差し出した奴隷のように、それに引き寄せられてしまうのです。私は、この情欲に囚われたある者が、「この罪にへつらうよりは、首に縄をかけるほうがましだ」と語っているのを聞いたことがある。なぜなら、この罪は、残酷な専制君主のように、その奴隷に命じるからだ。「行け」と言えば去り、「来い」と言えば来る。「あれをせよ」と言えば、従う。この罪もまた、その配下に対して、これと同様、あるいはそれよりもはるかに悪いことを命じる。すなわち、「恥ずべきことを言え」と言えば言い、「惡事を働け」と言えば働くのだ。通常、そのような者はカインのように嘆き、震えている。海を航海すれば、難破を疑い、砂漠を歩けば、強盜の手に落ちるのではないかと恐れる。雷が鳴れば、それはまさに自分のために起きたことのように思える。稲妻が光れば、それに焼かれるのではないかと恐れる。彼は見ても見えておらず、聞いても聞こえておらず、感覚が乱れている。これほど恐ろしい人生があるだろうか？ 私には、有害な情欲に身を委ねるよりは、むしろ獸に食われるほうがましだと感じられる。なぜなら、獸に食われる場合は肉体だけが滅びるが、情欲に身を委ねる場合は魂も肉体も共に滅びてしまうからだ。しかし、徳ある者においては、事態は全く異なる。罪から解放されている者（ここで言うのは、単なる肉欲の快樂だけでなく、あらゆる他の情欲についてもである）は、喜び、自らの中に喜びを見出す。彼は正義によって支配し、海でも陸でも恐れることはない。なぜなら、彼の中には神が住まわれており、危険な時にはその神にこう呼びかけるからだ。「惡を恐れな。あなたが私と共におられるから」（詩編 22:4）、「私を取り囲んで襲いかかる人々を恐れな」（詩編 3:7）；「地が揺れ動き、山々が海の底に沈んでも、私は恐れな」（詩編45:3）。ご覧の通り、善き人生とはこういうことである。それこそが真の至福の人生である。私たちも神の恵みによってそれを受け入れた。今や、私たちのすべての関心と配慮は、このことにある。それゆえ、私たちはますますその生活において成長するよう努め、すべてに畏敬の念をもって従い、あらゆる従順、あらゆる謙遜、あらゆる心の清さを、行いによって示していこう。

#### 249. 畑に種を蒔く様子を見て、靈的な心構えの種を自分自身に蒔くという教訓を学びましょう

249. 1) 畑に種を蒔く様子を見て、靈的な心構えの種を自分自身に蒔くという教訓を学びましょう。— 2) 夜が長くなった。過度の睡眠を控えるよう心がけ、同様に、その他の肉体的欲求の過度な満足も控えるようにしよう。— 3) 王は遠征から戻った。しかし、氣落ちしてはならない。私たちの悲しみを主に委ねよう。[4, 27]

26. 今こそ、私たちにとって、小麦やその他の物質的な種を蒔く時期である。人々が早朝からこの作業に急ぎ、夜まで疲れを知らずに働き、あらゆる手段を尽くしてしっかりと種を蒔き、一年の肉体的必要を十分に満たそうとしているのが目に見える。それなのに、私たち、靈的な種を蒔く者たちは、なぜ眠り続け、本来蒔くべきものを蒔かずにいるのか。それでは、やがて永遠の飢えにどう耐えられようか。そして、この無為をどのように弁明できるというのか。——さあ、眠りから目覚め、物質的な種を蒔く人々よりもさらに熱心に働き始めよう。「なぜなら、乏しいものを蒔く者は乏しいものを刈り取り、祝福を蒔く者は祝福を刈り取るからである」（Ⅱコリント9:3）。——では、私たちは何時けばよいのか？——祈り、懇願、願い、感謝、信仰、希望、愛である。これこそが敬虔の種であり、魂の糧となるものです。しかし、物質的な種まきにおいては、農夫は雨が降るのを辛抱強く待ち続け、それが朝であれ夕であれ、いつ降るかを待ちわびます。それに対し、私たちの靈的な種まきにおいては、雨を降らせ、水をやる主は私たち自身であり、つまり、私たちが望む時に、望むだけ、泣いたり心を痛めたりすることができるのです。もしこのように、このことが私たちの力にあるのであれば、どうか、できるだけ多く種を蒔き、より豊かに水をやり、私たちの義の実りを増やしていきましょう。そうすれば、靈的な収穫の時が来たとき、私たちは手も懷も靈的な実で満ちし、「主の祝福があなたたちの上にありますように」（詩編128:8）。「主の御殿から、あなたがたを祝福した」（詩編117:26）。「あなたの手の働きを収めよ。あなたは幸いであり、あなたに善が与えられる」（詩編127:2）。——これについて、私たちの言葉はこうである。

27. しかし、兄弟たちよ、私はあなたがたに思い出させたい。今や、日が短くなるにつれて、私たちの夜は長くなっている。あなたがたもご存じのように、徹夜が体を衰えさせるのと同様に、過度の睡眠は肉体を肥え太らせる。そして、肉体が肥え太ると、情欲もまた養われるのである。——この機会に、あなたがたに一言申し上げたい。それは何か。「あなたがたのうち、詩篇を唱える者、教訓を語る者、祈りをささげる者がいるなら」、すべては節度をもって行われ、「すべてが魂の造り上げに役立つように」（Iコリント14:26）、霊の整えに資するものであって、「サタンが節制のなさを理由にあなたがたを誘惑しないように」（Iコリント7:5）。これは睡眠についてのみ言っているのではなく、飲食やその他すべての事柄についても同様である。なぜなら、すべてが節度をもって行われることは素晴らしいことだからだ。それは、私たちがどちらか一方に偏ったり、つまずいたりすることから守ってくれるからである。

28. さて、ここで一言申し上げたいことがあります。君主（王）が遠征から帰還されたことで、おそらく皆さんの心の中には、今後、教会の事柄、とりわけ私たちの事柄がどのように進んでいくのかという思いが湧き上がっていることでしょう。——これについては、聖書に指針があります。「あなたの悲しみを主に委ねよ」（詩篇54:23）、そして主がそれを成し遂げてくださるのです。また、「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか」（ローマ8:31）。これまでの年月に、主は私たちを様々な試練や苦難から救い出し、私たちの命を守ってこられました。これからも、私たちが信じているように、主は私たちを守り続けてくださるでしょう。ただ、福音にふさわしく生き、天に本拠を置き、この地上では旅人であり寄留者として過ごしましょう。なぜなら、太古の昔からこの世の命に入った者の中で、永遠にそこに留まった者がいるのでしょうか。ここに來た者たちは皆、まるで異国の地から去るように、再び去っていったのではないのでしょうか。それゆえ、この世での滞在は私たちにとって一時的な滞在に過ぎず、私たちの真の住まいと嗣業は来世にあるのです。その来世に移り住んだとき、すべての聖なる嗣業者たちと共に、天の御国を嗣ぐ者となるよう、恵みを得られますように。

## 250. キリスト・イエスにある私たちへの恵みがどれほど大きいかを示している

250. 1) キリスト・イエスにある私たちへの恵みがどれほど大きいか——すなわち、いのちの刷新——を指摘する。—— 2) 三つの精神的な力の目的とは何か、そして墮落によってそれらがどのように歪められたか。—— 3) 主において私たちが高貴にされたその高潔さを保ち、全力を尽くして正しく行動するよう招いている。—— 4) 結論として：先人たちはそう行動した。私たちもまた、そう行動しよう。[4, 30]

1. 私たちの主イエス・キリストの私たちに対する愛は、偉大で言い表せないほどである。主は、聖書に記されているように（エフェソ2:17）、「遠くにいる者にも近くにいたる者にも、私たちの平和の福音を宣べ伝え」られただけでなく、天に昇られた後も、聖なる使徒たちに同じ福音を宣べ伝えるよう委ねられたのである。これは、祝福されたパウロが次のように記している通りである。「私たちはキリストによって、神に祈る者として、神と和解するよう懇願します。罪を知らない方を、私たちのために罪とされたのです。それは、私たちが、キリストにおける神の義となるためです」（IIコリント5:20,21）。なんと計り知れない私たちへの配慮でしょう！ なんと言い表せないほどの愛でしょう！ 「罪を知らない方を、私たちのために罪とされた」。どのように、そしてどのような意味ででしょうか。——主が語っておられるのは、正当に非難されるべき不法な行為としての「罪」のことではありません。決してそうではありません！ ——なぜなら、「罪」を主は「犯されず、その口には偽りがなかった」からです（Iペトロ2:22）。しかし、主が罪によって傷つけられた私たちの性質を身にまとい、「私たちの病を負い、私たちの痛みを背負われた」（マタイ8:17）こと、私たちのために十字架にかけられ、最も不名誉な死に遭われたことについて語っておられるのです。これこそが、「私たちのために、主は罪を背負われた！」という意味なのです。その目的は何か？ 「私たちが、主において神の義となるため」です。どのようにしてか？ 罪と、にふさわしい裁きから解放され、御内にあって生き、歩むことによってで

ある。だからこそ、主はこう語りかけて導いておられる。「私たちは、あなたがたが神の恵みをむなしく受けないう、共に働き、祈っている」（Ⅱコリント6:1）。ご覧の通り、主はいかに説得し、納得させようとしておられるか。「あなたがたが神の恵みをむなしく受けないう」とは、どういう意味か？／とは、私たちが後戻りせず、かつて捨てた同じ情欲に屈せず、神と聖なる天使たちの御前で立てた誓いを破らないように、ということです。——では、どうすべきか？「新しいいのちを歩み始めよう」（ローマ6:4）——清く、汚れなく、天にふさわしい徳あるいのちを歩み始めるのです。

2. ここまで来たところで、言葉の極めて秘められた力についてお示ししたいと思います。それは一体何でしょうか？——人間の魂には三つの力があります。すなわち、思考の力、感情の力、そして欲望の力です。思考の力の役割は、聖三位一体を信じることである。激情の力の役割は、誘惑者である蛇に対して怒りを抱き、決して彼を自分の中に近づけないことである。欲望の力の役割は、私たちが創造された神を慕い、愛することである。しかし、悪魔はこれらの魂の力を変質させ、歪め、それらを通じて私たちに破滅をもたらし始めた。どのようにか？——私たちの先祖アダムにおいては、禁断の果実を味わうよう「欲求の力」を誘惑し、カインにおいては、弟アベルを殺害するよう「怒りの力」を煽り立て、そして「思考の力」を用いて人類を偶像崇拜へと導いた。これこそが、私たちの嫉妬深い敵の働き方である！

3. しかし、私たちは、創造された本来の目的にとどまり、三つの力すべてをもって善に堅く立ち、御霊に飾られて、主が私たちが神であり父である方の子として迎え入れ、高めてくださったその高貴さを、自ら滅ぼすようなことは決して許さない。「彼を受け入れた者には」、福音書はこう述べている、「神の子となる権能を与えられた」（ヨハネ1:12）。このようにして私たちは神の子となったのだから、怒りの子となることを許してはならない。神の相続人と名付けられたのだから、消えることのない火の相続人となることを許してはならない。キリストの肢体と認められたのだから、不品行な者となってはならない。この世や、この世にあるものに目を向けてはならない。この世の生活の華やかさに目を向けてはならない。それらは虚しく、すぐに滅びてしまうものだからである。仮に、肉と血の欲望を満たし尽くしたとしても、「血に何の益があるか。やがて私たちは朽ち果てるのだから」（詩編29:10）。棺の中を覗いてみよ、そうすれば、情欲の快樂が何に終わるかが分かるだろう。たとえ私たちが財産や金銭に囲まれていたとしても、それで何になるのか？ 私たちはこの世に裸で入ってきたのではないのか？——裸のままこの世を去り、正しい行いも、あるいは不正な行いも、それ以外は何も持ち去ることなく去っていくのだ。それゆえ、聖ダビデはこう叫ぶのである。「主からただ一つ願うことがある。それを私は求める。それは、私の生涯のすべての日に、主の家に住み、主の美しさを仰ぎ見、その聖なる宮を訪れることである」（詩編26:4）。

4. これこそが至福の生活である！これこそが、今記念されているパウロ、あの至福の殉教者をはじめ、私たちの聖なる先人たちが選んだ良き分け前である。彼の苦闘や功績のほどを、私たちはその一部をわずかに耳にしたに過ぎませんが、彼に倣い、私たちは熱心に修道生活の労苦を続け、授かった迫害の重荷を耐え忍び、日頃の行いからも決して退くことなく、たゆまず自らの道を歩み続けましょう。もしつまずいたとしても、速やかに立ち上がり、敵である悪魔に打ち勝ち、私たちもまた、すべての聖人たちと共に、私たちの主キリスト・イエスにおいて、義の冠を受けることができますように。

## 251. 自身の病から——死への思いへと移り、病による苦しみから——永遠の苦しみへと至る

251. 1) 自身の病から——死への思いへと移り、病の苦しみから——永遠の苦しみへと至る。—— 2) 当時の迫害において、ある者たちは栄光を得た一方で、他の者たちは恥をさらし、完全に道を踏み外してしまったことを語る。—— 3) 後者たちに対しては、遺憾の意を表し、非難し、その結果による恐ろしさを警告する言葉が向けられる。[4, 31]

5. 私は病に伏していたが、あなたがたの祈りによって再び健康を取り戻した。しかし、いつまで私たちはこのようにして健康を取り戻し続けるのだろうか。——やがて必ず死の刻が訪れ

、その時にはこのような回復はもはやあり得ない。その時が来れば、私はあなたがたから引き離され、ここから別の場所へと移されることになる。しかし、だからといって、あなたがたが孤児になることを心配する必要はない。「あなたがたを孤児として残すことはない」（ヨハネ14:18）と語られた方は偽り者ではないし、「世の終わりまで、いつもあなたがたと共にいる」（マタイ28:20）とも語られたからだ。さらに——その日には互いに再会できるでしょう。ただ——「言い表せない喜びと、尽きることのない命の中で」と言えれば、どれほど良いことでしょう！——私が病気の間にどれほど苦しんだかは、あなたがたもご存知でしょう。悪寒に襲われて耐え難い震えに苛まれ、その直後には一日中、灼熱の暑さに包まれたのです。——そのように苦しんでいる時、私は心の中でこう考えた——来世においても、タルタロスでの苦しみから火のゲヘナへと移されるのではないか。そうすれば、この哀れな人間は、二つの、あるいはそれ以上の苦しみを受けることになるのではないか？ しかし、そこで苦しみを受けるのは一つか二つに過ぎないだろう。この世の苦しみから、罪人に対する神の怒りがいかに耐え難いものであるかを推し量ることができる。それゆえ、恐怖と戦慄に襲われ、あらゆる手段を尽くして、あの耐え難い苦しみには陥らないよう心掛ける決意を固めたのである。

6. こうして、「ある者たち」に対するこの迫害こそが、徳を現すきっかけとなり、彼らは「この世において、まるで光のように輝き、生きた言葉を堅く守り、私の誉れとなる」——そう言っても差し支えないなら——「キリストの日に」（フィリピ2:15,16）となったのである。彼らはどれほどの善行を成し遂げたのか。そして、どのような完成に至ったのか。彼らは、試練に立ち向かうことで経験を積み、悲しみと苦難の炎の中で焼き尽くされることで、炉の中の金のように清められ、自らを救い、今も救い続けているだけでなく、他の人々をも同じ道へと導き、こうして多くの人々、すなわち自分たちだけでなく他者をも救う者となっているのである。一方、「他者」——とはいえごく少数ではあるが——にとっては、迫害は悪行の口実となった。それは、彼らが従順の律法に縛られることなく、自らの恥辱を犯す自由を享受する、放埒な生活を送っていたためである。だからこそ、彼らについて聖書の言葉「彼らの姿は煤よりもなお暗くなった」（エレミヤの哀歌4:8）と述べるのは極めて適切である。

7. そのような者たちに対して、私も叫びたい。不義の息子たちよ、あなたがたは主を見捨て、修道生活の掟を裏切り、正しい歩み方を知らず、まるで足の不自由な者のようにあちこちとよろめいている。あなたがたは仲間から取り残され、女好きになった。あなた方のうちには、独り暮らしをする者もいれば、奴隷を雇い、さらには金銭への欲望に駆られて商売にまで手を染める者もいる。預言者の懲罰も、使徒の脅しも、私の謙遜な論しも、あなた方を恐れさせない。そのような者の一人は、美しさに魅了され、窃盗に手を染め、さらには神を否定するに至った。「何をしているのか、哀れな滅びの子よ？ 『あなたの御霊からどこへ逃げようか。あなたの御顔からどこへ隠れようか』（詩編138:7）と、何度歌ったことか。それとも、すっかり惑わされて、エバを誘惑し、彼女と共に私たちの先祖アダムを楽園から追放した蛇と親しくなりたいのか？ あなたは、処女の誓いによって結ばれたキリストからさらに背き、死をこの世にもたらした罪と結ばれようとは考えていないのか？ 福音書が、このように振る舞う者たちについて、「彼らの虫は死なず、火は消えることがない」（マルコ9:44）と叫んでいるのを、あなたは聞かないのか？ 使徒が「神は淫行者や姦淫者を裁かれる」（ヘブライ人への手紙13:4）という言葉、あなたは聞いていないのか？ 罪を犯すことによって、あなたは一体何を得的のか？ それは闇であり、剣のように心を貫く痛みではないか？ 絶望の深淵への転落ではないか？ あなたを惑わしたサタンそのものではないか。今や、かつてのユダのように、あなたを首吊りの縄にすがりつかせようとしているのは。目を覚ませ、闇に覆われた者よ； 死の罠から逃げよ、滅びゆく者よ。地獄の網に絡め取られてはならない。そうすれば、この世でカインのような人生を送り、うめき、震え、見知らぬ顔さえも避けながら生き、来世では燃えるゲヘナに裁かれることになる。「主が『御自身の聖徒たちの中で栄光を受け、すべての人の中で驚くべき方となる』（Ⅱテサロニケ1:10）と、主の戒めに忠実に歩んだ者たちにはふさわしい報いを与え、それに反する者たちを、彼らのために用意された果てしない苦しみへと追いやられるのだ。



## 252. 主の顕現は、主が肉体を帯びてこの地上に来られたことによる恵みの偉大さを思い起こさせる

252. 1) 主の顕現は、主が肉体を帯びてこの地上に来られたことによってもたらされた恵みの偉大さを思い起こさせる。——2) 私たちは何を捧げようか？——私たちは、苦難に満ちた十字架を背負うような生涯と、偶像破壊者たちに対する現在の信仰の証しを捧げるのである。ただ、その両方において堅く立ち続けるだけである。[4, 32]

8. まもなく主の顕現の祝日が近づいている——そして、喜びの日が目前に迫っている。それは、古来かつてないほどに、まことに偉大な喜びである。なぜなら、神の御子は、旧約の先祖たちの時代にそうであったように、占いや象徴を通してではなく、処女から生まれ、自ら私たちのもとに現れてくださるからだ。これは、世の世においてこれほど至福なことではなく、神が世の初めから行われたすべての奇跡の中でも、これほど驚くべきものはない。それゆえ、天使たちは成し遂げられた神秘を告げ知らせ、星は天上の御方が地上に生まれたことを示し、羊飼いたちは彼らに告げられた救いを見るために急ぎ、東方の三博士は王にふさわしい贈り物を携え、神の驚くべき新しい御業について、前代未聞の新しい歌が歌われている。この御業によって、天では神が栄光を受け、地では平和がもたらされるのである。使徒も次のように証言している：「なぜなら、私たちの平和である方は、両者を一つに造り、隔ての壁を打ち壊し、御自身の肉によって敵意を滅ばし、戒めの律法を教えによって無効にし、両者を一つの新しい人間として造り上げ、平和を築き、神の十字架によって両者を一つの体の中で和解させ、その十字架の上で敵意を打ち碎かれたからです」（エフェソ2: 14-16）。これは、古来より預言者や義人たちが望んでいたことであるが、彼らは信仰によってのみそれを見ることができた。しかし、私たちは「彼を目で見、この『いのちある御言葉』を『目で見、告げ知らせる』」と書かれている通り——「いのちが現れた」——そして、私たちは神の子としての地位を受け入れたのである（Iヨハネ1:1,2）。

9. しかし、「主が私たちに与えてくださったすべてのものに対して、私たちは主に何を報いるべきか」。これに対し、聖ダビデはすでにこう宣言している。「私は救いの杯を受け、主の御名を呼び求める」（詩編115:3）。しかし、兄弟たちよ、喜びましょう——私たちもまた、主が私たちに与えてくださったすべてのものについて、主に報いるにふさわしい者とされたのですから。——では、その報いとは何でしょうか。私たちが受け入れた十字架を背負う生活、そして「私たちが立っているこの信仰告白、すなわち、神の栄光への希望を誇りとするもの」（ローマ5:2）。——そして、これを祝うべきは、たった一日だけではなく、生涯を通じてである。肉に支配され、情欲の虜となっている者たちは、祝っているように見えても祝うことはできず、情欲の奴隷として罪に売り渡されているため、自由であることもできない。これについてこう記されている。「罪を犯す者は皆、罪の奴隷である。」「しかし、しもべは永遠に家にとどまることはない。子は永遠にとどまる」（ヨハネ8:34）。私たちもまた、恵みによって「子」と呼ばれるにふさわしい者とされたのだから、「もし、初めの確固たる信仰を最後までしっかりと保ち続けるなら」（ヘブライ3:14）、永遠にその家にとどまることになるのです。それゆえ、聖霊によって強められ、私たちの修道生活において立ち続け、「互いに励まし合い、愛と善行を育み合う」（ヘブライ人への手紙10:24）——従順、謙遜、柔和、そしてその他すべての素晴らしい行いにおいて、その善き決意を緩めることなく、努力に努力を重ねていくのです。そして、主の日が近づくのを見るほどに、なおさらそうすべきなのです。まことに、この偉大で栄光に満ちた日が近づいている。その日、万物の審判者が公然と現れ、使徒たちが神の変容において目撃したのと同じ栄光のうちに現れ、各人にその行いに応じて報いを与えられるのである。——私たちも、すべての聖徒たちと共に、私たちに慈愛に満ちた眼差しを向け、御自身の天の御国に迎え入れてくださる御顔を仰ぎ見ることができるようになります。



## 253. 荒野を旅したイスラエルには安息が約束されていたが、すべての者がそこに入ったわけではない

253. 1) 荒野を旅したイスラエルには安息が約束されていたが、すべての者がそこに入ったわけではない。私たちにも安息が約束されているが、私たちもすべての者がそこに入れるとは限らない。——2) どうすればそこに入れるのか？——彼らがしたような行いをしてはならない。[4, 34]

10. こうして私たちは、年から年へ、季節から季節へ、祝日から祝日へと移り変わり、この人生において立ち止まることは一切ない。—しかし、私たちはいずれにせよ、その道のりを最後まで歩み抜き、自らの安息に入らなければならない。「だれでも、その安息に入った者は、神がご自身の業から休まれたように、自分の業からも休むのである」と書かれている通りである（ヘブライ人への手紙4:10）。では、その安息とはどのようなものか。——それは天の御国であり、使徒は私たちをそこへと導きながら、こう言っている。「だから、その安息に入るよう努めよう。だれも、あの反抗の過ちを犯さないように」（ヘブライ人への手紙 4章11節）。——彼は何を言いたいのか。それは、神がイスラエルの民に約束されたように、彼らを約束の地へ導き入れると約束されたが、彼らが後に不従順となり、神を深く悲しませたため、その地に入ることはできなかった。それと同様に、私たちも、もし神の戒めに従わないならば、決して天の御国に入ることはできない、ということである。「四十年間」、主は言われる、「わたしはそれゆえに憤り、こう言った。『彼らは心をもって常に迷い、わたしの道を知らない。わたしの怒りの中で、わたしは誓った。彼らはわたしの安息に入ることはない』」（詩編94:10,11）。彼らにはそうであったが、私たちには四十年という期間ではなく、一人ひとりの生涯を通じて従順が求められている。もし私たちが神のすべての戒めを全うしようと努めなければ、神は私たちについても「彼らはわたしの安息に入らない」と言われるだろう。しかし、その安息に入らなかった者たちの骨は荒野に散らされた。もし私たちが安息に入らなければ、私たちの体も魂も、燃えるゲヘナに投げ込まれることになる。そして、この罰は前者とは比べものにならないほど重い。なぜなら、こう記されているからだ。「モーセの律法を拒んだ者は、二、三人の証人の前で、憐れみなく死にます。ましてや、神の御子を踏みにじり、契約の血を汚れたものと見なし、それによって自らを聖別し、恵みの御霊を侮った者は、どれほど激しい苦しみを受けることか」（ヘブライ人への手紙10:28,29）。

11. では、何が彼らの入りを阻んだのか。不信仰、不平、冒涇、反抗、頑なさ、高慢、淫行である。これらが彼らを滅ぼしたのです。——さあ、私たちはこれらの情欲から、まるで火の顔から逃げないように逃げましょう。神の約束を信じないのではなく、神が力強く、約束されたことを果たしてくださることを信じて。そして、不平を言わず（Iコリント10:10）、冒涇もせず、心を硬くせず、反抗もしないようにしましょう。「互いに親切にし、慈しみ深く、互いに赦し合いましょう。神がキリストにおいて私たちを赦してくださったように」（エフェソ4:32）、「常に主イエスの死をこの身に負い」（IIコリント4:10）、キリストのために死ぬ用意を常に持ち、祈り、懇願、涙、天の幻の黙想によって常に新たにされよう。このように生きれば、私たちは、古代の人々のように蜜と乳の流れる地に入るのではなく、柔和な者たちの地、すなわち、命と不死の泉があり、天のエルサレムの美しさがあり、喜びと歓喜があり、至福で命の源である三位一体の輝きがある場所へと入っていくのである！...

## 254. 貞潔は結婚生活よりも尊い

254. 1) 貞潔は結婚生活よりも尊い。——2) 神に感謝し、この称号にふさわしい者とされたことを喜び、墮ちることのないよう注意を払おう。——3) そのための手段とは何か？ 闘い、そして低きものを高きもので克服すること——これこそが、私たちのすべての奮闘が向かうべき目標である。——4) もう一言付け加えよう。メムノン兄弟が戻ってきた。たとえ話の中で、父が自分から離れていった息子を受け入れたように、兄弟愛をもって彼を受け入れてほしい。[4, 35]

**12.** 競技場で競い合う走者たちは、年に一度、しかもごく短い時間だけそれを行う。その後、競技は終わり、勝者も敗者も観客もそれぞれの場所へ散っていく。しかし、貞操という競技場において競う者たちの戦いは、一日だけではなく、生涯にわたって続く。そして、彼らの道、そしてその道を進む姿は、目に見えない。それは、彼らが目に見えない敵と繰り広げる戦いもまた、目に見えないのと同じである。貞潔は、天の頂点にまで達する最も偉大な美德である。——人々は生活様式によって二つに分けられる。ある者は結婚して生き、またある者は独身で生きる。結婚して生きる者は下界を構成し、独身者は上界を満たす。前者は朽ち果てる運命にあるが、後者は朽ちることのない輝きを放つにふさわしい。まるで、翼を生やした人間を見た者が、その姿が時として人間であり、時として天使であることに当然驚嘆するように、禁欲的に貞潔を守る者もまた、天使にとっても人間にとっても、ある種の不思議な光景を呈している。彼は肉体にありながら肉体を超越し、この世にいながらこの世を超越している。だからこそ、誰かがこの世を拒むとき、その人は卓越した生き方を選んだと言われるのである。また、主は福音書の中でこう言われている。「母の胎内からそのように生まれた者もあれば、人からそうされた者もあり、また、天の御国のために自らをそうさせた者もいる」と述べ、さらに「受け入れることができる者は、受け入れなさい」と付け加えられた（マタイ19:12）。ご覧の通り、多くの人々にとってこの賜物は受け入れがたく、自らの生き方によって自らを十字架につける者たちのためにのみ留保されているのです。

**13.** それでは、喜び、互いに喜び合いましょう。神の愛によって、神が栄光を受け、人々が驚嘆するような、この尊い地位に召されたことを、感謝し、限りなく感謝しましょう。それだけでなく、私たちは可能な限り、細心の注意を払って生活を送らなければなりません。なぜなら、昔も今も、多くの人々がそのような高みから転落してきたからです。ある者は高慢に溺れ、ある者は不注意や怠慢に打ちのめされ、そのどちらも魂に破滅をもたらすからです。

**14.** では、これから逃れる手段とは何だろうか。——空を飛ぶ鳥には、災いから逃れる手段がある。なぜなら、猟師が近づいてくるのを察すると、翼を広げ、別の場所へ飛び去り、捕獲を免れるからである。それと同様に、私たちの魂を捕らえようとする悪魔が迫ってきたとき、私たちは霊に翼を与えられたかのように、高みへの思索に心を高揚させ、「上のものを求め、上のことに心を留める」（コロサイ3:1,2）のである。悪魔が肉欲の甘美さを差し出すか？ 私たちは魂の高潔さを掲げよう。罪の行いを仕掛けてくるか？ 私たちは全き思いをもって裁きの厳しさを抱きしめよう。このように互いを対比させ、思いをもって思いを退け、万物を滅ぼす者から救われるのである。では、この奮闘の結末はどのようなものでしょうか。肉적인戦士たちにとっては朽ちる冠ですが、私たちにとっては朽ちない冠です。彼らにとっては一時的な喜びですが、私たちにとっては永遠の喜びです。そして、「もし、希望の確信と誇りを、最後までしっかりと保ち通すなら」（ヘブライ人への手紙3:6）、私たちは幸いなのです。どうか、祈りと懇願、悔い改めと涙、謙遜、従順、告白、そしてその他の修道的な行いに留まり、神の助けによって敵に勝利を収めましょう。しかし、この件についてはこれくらいにしておきましょう。

**15.** さて、メムノン兄弟についてです。彼は、何とかして正気に戻り、帰ってきたのですから、私たちは彼を受け入れなければなりません。「そのような者が、多くの悲しみに飲み込まれてしまわないように」（Ⅱコリント2:7）。——しかし、この際、あなた方に申し上げておきたいことがあります。主の御言葉にあるように、「罪を犯す者は皆、罪の奴隷である」（ヨハネ8:34）だけでなく、徳を愛する者たちにとっては忌まわしい存在であり、おそらくある者は、その罪に染まらないよう、彼を抱きしめることさえ恥ずかしく思うでしょう。しかし、私たちの主イエス・キリストは、自分の全財産を娼婦たちと浪費してしまった放蕩息子を、彼が戻ってきたときに拒絶されなかったのです。ですから、私たちも彼を遠ざけることなく、この兄弟を友愛をもって受け入れ、彼の帰還を感謝して喜び、彼の救いのために祈りましょう。——このように、私たちの救い主である主の弟子としてこの戒めを果たすとき、私たちは天の御国を相続するにふさわしい者となるでしょう。

**255. 私たちの中には、聖像崇敬のために追放され、また拷問の末に亡くなった兄弟たちがどれほどいるだろうか。彼らは正教の真理の証人である。**

255. 1) 私たちの中には、聖像崇敬のゆえに追放され、拷問の末に亡くなった兄弟たちがどれほどいるだろうか。彼らは正教の真理の証人である。異端者たちはそのようなものを何も提示できない。なぜなら、彼らの基盤がいかに脆弱であるかを自覚しているからである。しかし、私たちは使徒たちと預言者たちという土台の上に築かれている。— 2) 救いを得るために、私たちに残されているのは、この土台の上に金や銀、そして良質な石、すなわち聖く汚れのない生活を築き上げ、もし何か罪を犯してしまった時には悔い改めによってそれを清めることだけである。[4, 36]

**16.** 私たちの兄弟テオドールが眠りについた。彼は最も優れた一人であり、従順において熟達し、信仰告白において信頼できる者であり、キリストのために傷を負い、牢獄と追放の地で生涯を閉じた。これ以上に喜ばしいことがあるだろうか。これほど多くの兄弟たち（その数は百人に達し、さらにそれ以上にも及ぶ）が、さまざまな場所に放り出され、そこで星のように輝きながら、正教の証しとして、今を生きる者たちや後の世代のために、その聖なる肉体を残していった。私が言っているのは、私たちの兄弟たちだけではなく、他の修道院の兄弟たち、すなわち追放の地で生涯を終えた者たちのことでもあります。これこそが、神の教会の最も偉大な証しである！ 教会には、私たちの主イエス・キリストのイコン、至聖なる神の母、そしてすべての聖人への礼拝について、これほど多くの証人たちがいる。したがって、たとえ他に何も手にしていなかったとしても、このこと一つだけで、健全な精神を持つ者たちにとって真理の証明として十分である。正教の敵たちは恥を知れ！ なぜなら、彼らのうち、誰が自らの信仰のために戦い、これほどの苦難を背負ったことがあるだろうか？ 誰も、決していない。しかし彼らは、まるで夜行性の動物のように、異端という闇の中でうろつき、大胆不敵になる。ところが、日の光が現れ、正教が明けの明星のように輝き出すと、彼らは自らの悪巧みの巣穴に隠れてしまうのだ。——彼らには、自ら灯した火の光の中で迷い続けていればよい。しかし、我々は、使徒たち、預言者たち、そして神を宿した先人たちの土台の上に、主によって据えられた者として、今後も揺るぎなく根を下ろし、人間の脅しによって微塵も動揺することなく、堅く立ち続けるであろう。

**17.** 救いを得るためには、使徒の戒めに従い、正しい信仰に基づき、金、銀、そして良質な石を築き上げ、薪や干し草、わら（Iコリント3:12）——すなわち火の糧となるもの——を築き上げてはならない。このように確固たる者であれば、主への信仰において、いかなるものもその者を揺るがすことはできない。「キリストは、私たちのために『誓い』となられたことにより、私たちを律法の誓いから贖ってくださった」と書かれている通りである（ガラテヤ3:13）。だから、再びその誓いの下に入るようなことは決して許してはならない。キリストは、ご自身の血によって、再生の浴と聖霊による刷新をもって、私たちを清めてくださいました。ですから、私たちがすでに捨て去った恥ずべき行いに、決して再び戻ってはなりません。もしそうしなければ、御自身の啓示の日に、主は私たちにこう言われるかもしれません。「わたしはあなたがたをわたしの器としたが、あなたがたはわたしの肢体を淫らな肢体にしてしまった。わたしはあなたがたの罪を洗い清め、『汚れも、欠点も、そのようなものの一切もない』（エフェソ5:27）——と。それなのに、あなたがたは再び情欲の悪臭を身にまとい、罪の汚れで自らを汚してしまった。わたしは聖霊によってあなたがたを豊かな知恵の光で満たしたが、あなたがたは自分の心を狂おしい情欲の住処にしてしまった。わたしはあなたがたを永遠の祝福の共同相続人としたが、あなたがたはむしろ、わたしの敵の共同相続人となることを選んだ。「さあ、わたしから離れよ、のろわれた者たちよ。悪魔とその使いたちのために用意された永遠の火の中へ」（マタイ 25:41）。しかし、私たちがこのような恐ろしい声を聞くことも、このような耐え難い怒りを味わうことも、決してあってはなりません。だからこそ、私たちはあらゆる熱意をもって、清さ、涙、心の砕けを求め、不平を言わずに従順を全うし、昼も夜も神の御業に目を覚ましているのです。そうすれば、敵が忍び込んで、不注意な魂を飲み込んでしまうことを防げるからです。たとえ徹夜で祈っていても、蛇の策略を避けることはできるだろう。しかし、うたた寝をしている時に、どうすれ

ばそれを成し遂げられるだろうか！ しかし、誰かがこう言うでしょう。「私たちの本性は弱く、過ちを犯しやすいものです」と。私も、同じ本性を持つ者として、これに同意します。しかし、お願いしたいのはこれです。そのようなことが起きたら、直ちに悔い改め、告白、心の碎け、そして以前の善き状態を取り戻そうとする生きた熱意があらわれるように。このように日々行動することで、私たちは求めるものを達成するでしょう。そして、それを達成したとき、待ち望んでいた「来なさい」という声を聞くにふさわしい者とされ、天の御国の相続人となるのです。

## 256. 祝祭日は霊的な慰めの中で祝うべきである

256. 1) 祝祭日は霊的な慰めの中で祝うべきである。—— 2) 祝祭日は過ぎ去り、人生そのものも過ぎ去る。このことを忘れず、常に死を迎える準備をしておこう。—— 3) そのために、外なる人、そしてとりわけ内なる人において、自らの生活を整えていくこと。—— 4) そして、そのために必要なことから、決して逸れてはならない。[4, 37]

18. クリスマスも主の洗礼も、私たちが主なる神を称えて、またこの極限の状況の中で祝うことを許された祝祭日は過ぎ去った。しかし、私たちはこれを悲しむのではなく、私たちのために「ご自身を低くし、しもべの姿をとられた」（フィリピ2:7）方のために、追放に耐え、異国の地で生きていることを大いに喜んでいる。祝うことは、物質的なものから離れ、この世や世のあらゆるものに対して無執着であることによって、神に密着すること以外に、他に何があるでしょうか。なぜなら、荒野や山々、あるいは地の深淵に住む人々について、私たちは何を言うべきでしょうか。——彼らは祝っていないのか？——いや、彼らはその静寂の中で、他の人々よりもさらに良く祝っているのだ。それは、楽しみや宴会、食事や酒にふけて祝日を過ごす機会がありながら、自分たちが惑わされていることを忘れてしまっている者たちよりも、はるかに高尚で、神にふさわしいものである。だからこそ、聖書は彼らを非難してこう言っているのだ。『あなたがたは地上で楽しみ、快楽にふけり、屠殺の日のように心を満たしている』（ヤコブ 5:5）。なぜなら、そのような者たちは、屠殺を待つ豚のようであり、「彼らの栄光は、腹を満たすことにある」（フィリピ3:19）。それゆえ、我々は自らを省み、キリストへの信仰と召しにふさわしい生活を送ることで、祝日をより良く祝うことができるのである。

19. しかし、私たちの日々が馬に乗るように駆け去り、時間がまるで回転する車輪のように、ある者を誕生によってこの世に導き入れ、またある者を死によってここから連れ去る。しかし、それは必ずしも同じ年齢や同じ時期に行われるわけではなく、老人が若者より先に、若者が老人より先に、父が子より先に、子が父より先に、時にはあらゆる年齢の人々が一度に連れ去られることもある。神は、私たちが死の時刻を知らないゆえに、常に最期の時を迎える準備をしておくよう、このように定められたのである。それゆえ、私たちは自制し、目を覚ましていよう。そうすれば、死が予期せず訪れたとしても、準備ができていない状態に出くわすことはないだろう。その時に悔い改めたとしても、それは無益であり、何の成果ももたらさない。先日、私が予期せず病に倒れたことを、あなたがたはご存じないのですか。私の魂は、危うく地獄へと落ちるところでした。現在は回復しましたが、もちろん、これが永遠に続くわけではありません。すでに老いた身である私は、やがてあなた方を離れ、私の先祖や兄弟たちの元へ移らなければならないでしょう。ただ、それがキリストにあって私の意識が完全な状態で、そして生涯にわたる良心の完全な清めをもって起こりますように、祈ってください。その時、病の苦しみにとらわれて、私は考え、自分自身にこう語りかけました。「もしこの苦しみがこれほどなら、来世の苦しみはいったいどのようなものになるのだろうか。この三、四日間でさえ耐え難い苦しみであるなら、永遠の苦しみなどどうやって耐えられようか。」

20. このことについて、あなたがたにも熟考するよう勧めます。そして、常にこのことを心に留めながら、外なる人としては、あらゆる敬虔と謙遜、勤勉と忍耐をもって、注意深く生き、内なる人としては、——心をあらゆる点で守り、大いなる、狡猾で邪惡な蛇が私たちに囁きかけたり襲いかかったりすることを許さず、神の宮を情欲の住処とせず、あらゆる方法で清くして主の前に立つよう努め、そしてここにおいて、来たるべき世に先立って、至福の生活を送り始める



のです。何しろ、清い心をもって神と和解して生きることには勝る至福などあるだろうか。しかし、労苦、祈り、涙、悔い改め、熱意、霊の燃え上がりが先行しなければ、それは不可能なことである。たとえそれらがあっても、敵は攻撃を止めず、私たちの中に、予告もなく、予期せぬ、目に見えない戦いを煽り立てるのである。敵がこのように振る舞うのは、私たちが天へと昇り、そこで言葉に尽くせない喜びに与ろうとしているのを見抜いているからである。——しかし、まことに「今の苦しみは、将来私たちに現れる栄光に比べれば、取るに足らないもの」（ローマ8:18）である。だからこそ、私たちは全力を尽くし、信仰と希望のすべての力をもって、悪魔のあらゆる策略を打ち砕くよう戦いを繰り広げよう。それは、競技場で競い合う者たちを見習うことである。彼らは走ることに全力を注ぐあまり、走りの終わりに息が切れて、気絶しそうになるほどである。しかし、彼らの走りは一時的なものであり、冠も朽ちるものである。一方、私たちの戦いは生涯にわたるものであり、それゆえ、冠は朽ちることなく、他のすべての報いも永遠のものである。これらを、私たちの主イエス・キリストの恵みと愛によって、私たちが受け取ることができますように。

**257. 聖なる先達たちに倣うべきである。しかし、自分と同じ生き方をしている者たちに倣うべきである。そうでなければ、害が生じる。**

257. 1) 聖なる先達たちに倣うべきである。しかし、自分と同じ生き方をしている者たちに倣うべきである。そうでなければ害が生じる。— 2) ここに例が挙げられている。——3) 自分とは異なる道を歩んではならない。あなたはキノヴィット派か？——ならばキノヴィット派に倣え……具体的な人物が示されている。——4) 荒野は隠者たちのもの。だが、あなたは私と同じように、共同生活の苦勞に耐えなければならない。[4, 38]

**21.** 私たちの教父たちの伝記を読み、彼らを顧みると、私たちは彼らに驚嘆する。それも当然である。まことに、私たちの教父たちは驚くべき存在である。なぜなら、この肉体にあって天使のように、あらゆる無情を保ちながら生活し、主を喜ばせたからである。しかし、彼らをただ驚くだけでなく、可能な限り模範とすべきである。そして、分別を持って模範とすべきである。すなわち、キノヴィットはキノヴィットに、沈黙を守る者は沈黙を守る者に、隠遁者は隠遁者に、修道院長は修道院長に倣うべきである。なぜなら、私たちと同じ生活様式ではなく、異なる生活様式を送っている者を模範とすることに、何の益があるだろうか。それによって何の益も得られないばかりか、明らかな害を被ることになる。多くの人々は、神への愛ゆえに自らの生活様式を捨て、別のものへと向かったが、その結果、自らのものを失い、望んでいたものには到達できなかった。

**22.** その証拠として、この件に関する古の伝承はさておき、私たちの民族の中で実際に起きた出来事を思い起こそう。いわゆる「詩篇朗読者」にとって、柱に登ったことはどのような益をもたらしたのか。彼は狂乱のあまりそこから引きずり下ろされはしなかったか。——そして今や、彼はキノヴィットでもなければ、柱の修道士でもない。その同じ柱は、あるサプリトという人物にどのような益をもたらしたのか。彼は正教を守るために柱から降りたものの、その後異端に陥り、裏切り者となり、今や迫害者の中でも最も残酷な者ではないのか？——しかし、私たちの兄弟団にも目を向けてみよう。私たちのペトロは、修練生活に長く従事し、その中で立派に成長したが、敬虔さに導かれて荒野へ去っていったのではないだろうか？しかし、彼がそこから戻ってきた経緯や、どのような最期を遂げたかは、あなた方もこの目で見てきた通りだ。また、今も生きているアンフィロキオスも、最初は柱の上で祈る修道士となり、その後隠遁者となったが、今ではあちこちをふらつきながら、恥知らずな振る舞いをしているのではないか。

**23.** これらすべては、悪魔の誘惑によって生じ、今もなお起きている。悪魔は、本来自分のものではないものに手を出すよう唆し、その結果、自分自身のものまでも失わせるのだ。それゆえ、使徒はこう叫んでいる。「兄弟たちよ、あなたがたは、それぞれ神に召されたその状態に留まりなさい」（Iコリント7:24）。沈黙の生活へと召されたのか？——共同生活について考える必要はない。キノス修道会へと召されたのか？——沈黙の生活について悩む必要はない。各自、自



分の立場において、主に喜ばれるように努めよ。各自、自分の立場において、自らの生活を整えるべき模範がある。あなたは、共同生活において輝きを放った人々に倣いなさい。それはどのような人々か。昔の聖人たちだけでなく、私たちの兄弟団の中にいた、そして今もいる人々です。信仰が燃えるような聖ドミティアヌスに倣いなさい。偽りのない従順さを持つ聖ゾシマに倣いなさい。侮辱や屈辱を良き誉れとして受け入れ、自らの心構えを揺るぎないものとして保つことができた聖マルコに倣いなさい。テレントゥスに倣いなさい。彼は長年にわたり厨房で病人の世話をし、決して気弱になることもなく、労苦から逃れることもなかった。むしろ、別の務めへ移るよう勧められた際でさえ、自分のいつもの務めの中で苦難に耐えることを望んで、それを拒んだのである。また、それぞれの務めにおいて際立った多くの兄弟たち——その名は「生ける者の書」に記されている——にも倣うべきである。倣うべきは彼らであり、隠遁者たちではない。

**24.** 砂漠や山々は、アッバ・ヨハニキオスや彼のような者たちに任せておこう。あなたは、従順と、自分の意志を断ち切ることを愛しなさい。彼は今、迫害を受けていないが、あなたは真理のために迫害されている。彼は牢獄に閉じ込められてはいないが、あなたは主のために牢獄に留まっている。彼は打たれてはいないが、あなたはキリストのために鞭打ちに耐えた。あなたが耐え抜いたこれらすべては、のどかな砂漠での生活とは比べものにならないほど高貴なものである。——私、この謙虚な者も、自分自身について少し語ろう。——私は不適格ながら、あなたがたの指導者に任命されています。では、この職を辞して荒野へ退くべきでしょうか、それとも、他に思い浮かぶような別の生き方を始めるべきでしょうか。しかし、そのような行動は、指導者にも、また、自分の魂を羊たちのために捧げなければならない牧者にもふさわしくありません。そして、あなたがたにとっても、今ある姿とは異なることを企てたり、行ったりすることは、ふさわしくありません。なぜなら、そこから先の人生における実りのなさや混乱が生まれる一方で、定められた修道生活の規律に忍耐強く従うことから、あらゆる霊的な実りが生まれるからです。それゆえ、神が誰にどれほどの恵みを与え、主が誰をどのように召されたかによって、その人はそのように歩み、そのように暮らし、そのように主に喜ばれるように努め、次のような言葉を聞くにふさわしい者となるようにすべきです。「よくやった、良き忠実な僕よ。わずかなことに忠実であったから、多くのことをあなたに任せる。あなたの主の喜びの中に入れ」（マタイ25:21）。

## **258. 修道士とは何かを指摘した上で、現代の修道士たちがかつての修道士たちに比べてどこで遅れをとっているかを描き出している**

258. 1) 修道士とは何かを指摘した上で、2) 現代の修道士が昔の修道士に比べてどのような点で遅れをとっているかを描き出し、3) それが神の言葉に反することを想起させ、そして4) いかにしてこの点において正しい者となることが望ましいか——そのための励ましを添えて——を述べている。[4, 39]

**25.** 私たちの生活ほど至福なものはなく、私たちの住まいほど高貴なものはない。ただし、その名にふさわしく生き、その名に反しない住まいを持っている場合に限る。修道士とは、ただ唯一の神のみを見つめ、唯一の神のみを望み、唯一の神に寄り添い、唯一の神に喜ばれるよう努め、神との平和を保ち、他者との間の平和の仲介者となる者である。しかし、これらを持たず、逆に熱意や嫉妬、分裂を抱いている者は、「盲目であり、目を閉ざしている」者であり、「かつての罪の清めを忘れていた」者である。それは、聖書に書かれているとおりである（Ⅱペトロ1:9）。

**26.** 私がなぜこのようなことを言ったのか、その理由は、罪を犯したあなたがたもご存じでしょう。そして、私がこう言ったのは、再びあなたがたを悲しませるためではなく、将来、同じ過ちを犯さないよう、あなたがたを確固たるものにするためなのです。私たちの先祖の時代には、中傷は受け入れられませんでした。中傷を耳にした者は、耳を塞ぐか、あるいはその言葉を良い方向に解釈したものです。しかし今や、私たちは中傷する者の言葉に容易に耳を傾け、教会で朗読される聖書の言葉に決して向けなかったほどの熱意をもって、その言葉を聞いている。私た

ちの先人たちの時代には、不敬な言葉など一切語られず、常に静かに、礼儀正しく語られていた。しかし今や、怒りや叫び、歪んだ表情を伴って語られている。これほど醜いことがあるだろうか？ 私たちの先人たちの時代には不平はなかったが、誰もが与えられたものを感謝して受け入れ、それゆえに苦いものも甘く、不快なものでも心地よいものとなった。しかし今や、私たちはあれこれと非難して不平を漏らし、自分の中でだけでなく、皆の前でもそうすることで、不平を言う者を増やし、神をさらに深く悲しませようとしている。

**27.** 兄弟たちよ、このようなあり方はふさわしくない、ふさわしくない。これは修道者らしい行いではなく、また軽微な罪でもない。非難と苛立ちという罪である。なぜなら、「不平を言う者は神の国を相続することができない」と書かれているからである（Iコリント6:9）。しかし、不平を言うことも決して小さな罪ではない——「不平を言ってはならない。彼ら（荒野のイスラエル人）のうちの幾人かが不平を言い、全滅者によって滅ぼされた」と書かれている通りである（Iコリント10:10）。また、悪口も決して軽視できない悪徳である。なぜなら、「あなたがたの口から、いかなる悪口も出てはならない。ただ、信仰を築き上げ、聞く者に恵みをもたらすような言葉だけを語れ。また、救いの日にあなたがたに印として与えられた神の聖霊を、侮ってはならない」（エフェソ4:29,30）と書かれているからである。使徒が何を警告しているか、お分かりにならないのですか？ それは、不適切な言葉を口にすることで、私たちが聖霊を怒らせているということです。あるいは、主ご自身が言われたように、審判の日に、あらゆる無駄な言葉について説明を求められなければならないことを、恐れていないのでしょうか？

**28.** それなのに、なぜ私たちは自分自身を省みないのでしょうか。なぜ、私たちに降りかかるであろう事柄に備えて、心を整えておかないのでしょうか。叱責されたのですか？ 聖ダビデがそうされたように、憤りを抑え、寛大にその不快感を耐え忍びなさい。「私は沈黙した」と彼は言い、「語らなかつた」（詩編76:5）。そうすれば侮辱は過ぎ去り、あなたの美德は永遠に続くでしょう。出された食事が、あなたの好みに合わないものだったとしても——あるがままの食事に感謝しなさい。あなたが「良くない」と非難するものを、他の人々はせめて一口でも味わいたいと願っているのだから。それに、もしそのようなことが私たちに起こらなければ、どうやって従順であることを証明できるというのか？ それを誇りに思うことなどあるだろうか？ なぜなら、節制であれ、徹夜であれ、裸の地面での睡眠であれ、あるいは他のいかなる功績であれ、私たちは、自らの意志を断ち切るという、キノイの生活と切り離せないこの殉教ほど、生活において巧みに振る舞うことはできないからだ。「あらゆる悪意、あらゆる偽り、偽善、嫉妬、あらゆる中傷を捨て去りなさい」と、使徒聖ペトロが戒めたように、「新生児のように、純粋で偽りのない乳を愛し、それによって救いへと成長するのです」（Iペトロ2:1-3）。もし、主キリストの恵みを味わったのであれば、もし永遠の命を望むのであれば、もし善き導きに従うことを拒まないのなら、もし疲れ果てたり、気力を失ったりすることなく、常に過ちや転落から立ち直るのであれば。なぜなら、このようにして善に熟達することで、私たちは間違いなく、キリスト・イエスにおける永遠の命に与かることになるからです。

## **259. 受肉による救いの業によって私たちに与えられたものを心に留め、その御霊に従って、新しいのちの中で生き、古きものを捨て去ろう**

259. 1) 受肉による救いの業によって私たちに与えられたものを心に留め、—— 2) その御霊に従って、新たないのちの中で生き、—— 3) 古きもの、すなわち、あらゆる悪の根源である情欲の快楽と嫉妬から逃れ、—— そして—— 4) あらゆる善を熱心に求め、それを愛し、そのために心を痛めるようにしよう。[4, 40]

**29.** 渇く者が飲み物を求め、飢える者が食べ物を求めるように、私たちもまた、神の御言葉を聞くことを切に望まなければならない。なぜなら、その御言葉を聞くことによって、私たちは非常に多くのものを得るからである。無関心な者は熱心になり、熱心な者はさらに熱心になるのだ。では、今、私たちに語られている御言葉とは何でしょうか。「神は、この世をこれほどまでに愛されたので、御自身の独り子さえも与えられた。それは、御子を信じる者が一人として滅び

ることなく、永遠の命を得るためである」（ヨハネ3,16）。そして単に「与えた」だけでなく、「死に至るまで、それも十字架の死に至るまで」（フィリピ2:8）とあります。どういうことでしょうか。私たちは、アダムの不従順によって悪魔に支配され、死に囚われ、罪に売り渡され、朽ち果てる運命にありました。神の独り子が来られ、すべての人の贖いとして御自身を捧げ、私たちを死の支配から救い出ただけでなく、御自身の血によって私たちの罪を洗い清め（黙示録1:5）、聖書に記されているとおり、御自身の御国の相続人となさったのです。その堅固で力強い愛が見えますか。その計り知れない慈愛と人間愛が見えますか。その慈しみはいかにも測り知れず、その寛大さはいかにも探り知れないものであり、主は私たちの救い主イエス・キリストを通して、それらを豊かに私たちに注いでくださったのです！

**30.** それでは、私たち貧しい者たちは、これに対して何と言おうか、何を考えようか。再び罪へと立ち返るのか。奴隷の状態を望むのか。不名誉と朽ち果てと裁きを選ぶのか。——決してそうあってはならない。「私たちは罪に対して死んだのです。どうしてなお、罪の中に生きることができるようか。それとも、あなたがたは、キリスト・イエスにバプテスマを受けたということは、その死にバプテスマを受けたということであることを、理解していないのですか。私たちは、バプテスマによって、キリストの死と共に葬られたのです。それは、キリストが御父の栄光によって死者の中からよみがえられたように、私たちもまた、新しいいのちを歩み始めるためです」（ローマ6:2-4）。——さあ、兄弟たちよ、私たちが再び、また修道服を着用した際にも約束したように、新たないのちの歩みを続けましょう。「聖徒にふさわしいように、真実と敬虔のうちに」（エフェソ5:3）、「私たちの無知の時代に抱いていた欲望」に流されることなく（Iペトロ1:14）に流されることなく、かつての情欲から火から逃れるように離れ、私たちの信仰という岩の上にしっかりと立っているのです。

**31.** これこそが刷新である！では、古きものとは何だろうか？ ——それは、私たちの先祖であるアダムが囚われ、樂園から追放され、この悲しみに満ちた現世の重荷を負わされた罪の甘美さであり、また、カインが嫉妬に駆られて、自分の捧げ物よりも弟アベルの捧げ物が好まれたことに憤り、弟を殺害し、その後、生涯にわたって呻き、震え続けたあの嫉妬である。これら二つの情欲から、数え切れないほどの悪がこの世に持ち込まれた。そこから、地上のすべての生き物を滅ぼした大洪水が生じた。そこから、ソドムとゴモラの悲惨な運命が生まれた。彼らは、その不義を世に示すため、火と硫黄によって灰と化されたのである。罪と、世俗的な高慢を伴う肉欲が、どのような結果をもたらしたか、お分かりでしょうか？

**32.** しかし、すでに述べたように、私たちは神の恵みによって召され、自由を得て、神の子としての地位へと導かれた。それゆえ、キリストが私たちを解放してくださったその自由の中に立ち続け、また、キリストが私たちを栄光に輝かせてくださったその栄光の中に身を保ち、あらゆる虚しいものから背を向け、キリストのためにすべてを無に等しいものと見なし、——不名誉を名誉とし、悲しみを喜びとし、傷を喜びとし、迫害を至福とし、死を命として、かつてに、今なお記念される私たちの聖なる先人たちや兄弟たち——その名は「いのちの書」に記されている者たち——がそう尊んだように。このように生きることによって、私たちもまた、この世において「生ける御言葉を守りつつ、世の光として現れる」（フィリピ2:15）者となり、来たるべき世において、神の御国の相続人となるにふさわしい者とされるであろう。

**260. 聖なる父たちの生涯を考察することが、いかにして私たちの中にすべての善を蘇らせ、あらゆる悪から遠ざけるかを示した上で、それぞれの従順の在り方に応じて、すべての人に彼らに倣うよう招いている。**

260. 1) 聖なる教父たちの行伝を考察することが、いかにして私たちの中にすべての善を蘇らせ、あらゆる悪から遠ざけるかを示した上で、—— 2) それぞれの従順の在り方に応じて、あらゆる人が彼らに倣うよう招き、—— 3) 私たちの中に不従順、怠惰、不平不満があってはならない。[4, 41]



1. 聖なる先人たちの行伝が読まれるこの日々、私たちがそこからどれほど大きな益を得、どのような喜びに与るかは、言葉では言い表せない。なぜなら、彼らの不滅の業、奇跡、そして悪霊に対する勝利を顧みることには勝る甘美な喜びが、他にあるだろうか！ 理性ある人間だけでなく、石でさえもこの恩恵を感じているように思われる。これにより、人間の心は照らされ、肉体の暗い思索を振り払い、魂は感動し、神聖な愛へと舞い上がる。まさに、これ（すなわち聖人たちの集い）こそが 神のエデンの楽園であり、物質的な植物ではなく、霊的な多様な実で満たされ、彩られている場所であり、そこでは命の息吹が芳しく漂い、蛇は人を傷つけることなく自ら傷を負い、人を追い出すことなく、ふさわしいように追い出されるのである。そして、もし神の御国が私たちの内にあるならば、聖人たちを天の御国と呼ぶ者は、決して誤りではないと思う。全善なる神は、彼らに安息を与え、寛大で慈愛に満ちた王のように、御自分のしもべたちに賜物を与えておられるからだ。この御国がある以上、私にとって地上のものは何の意味があるだろうか。虚しい名声や、滅びる運命にあるこの肉体など、何の意味があるだろうか。金や銀、輝く衣、その他あらゆる虚栄とは何なのか？——これらすべては、光と闇、生と死、真理と夢とを比べるようなもので、比較の対象にもならない。

2. もしこれらすべてがそうであるならば、私たちは「言葉では言い表せない、栄光に満ちた喜び」（Ⅰペテロ1:8）をもって、最良の分を得、天の気高さを放つ選ばれた民の一員となったことを喜びましょう。そして、ただこれに喜ぶだけでなく、力の及ぶ限り、彼らの美德を模範として競い、私たちが「敬虔の外見は持っているが、その力は拒んでいる」（Ⅱテモテ3:5）ような空しい名ばかりを掲げているのではないことが明らかになるようにしよう。薬局を訪れる者が、それぞれの病気に応じて薬を選ぶように、私たちもまた、聖人たちに良く倣おうと願うなら、各自の生活様式に合った模範を選び、そのようにして彼らの生涯から自分にとっての益を汲み取ろう。私は、立派に牧会を行った人々を、執事は、忠実かつ賢明に家計を管理した人々を、倉庫係は、分別と誠実さをもって倉庫管理を行った人々を。カノナルク、客間係、料理人、食堂係、そしてその他のすべての者も、どのような務めに就いていようとも、同様に考えるべきである。見ようとし、模範としようと思えば、誰にでも良い手本が見つかるものである。

3. 誰一人として不従順な者があってはならない。呼ばれたら、直ちに現れよ。「少し待ってくれ、それから行く」と言うこと——特に会計係に対して——は、罪のないことではなく、非難に値する行いである。また、誰も自分の務めを拒んではならず、たとえ死を意味するとしても、穏やかにそれを果たさなければならない。これこそが真の修道者の完成である。また、誰も不平を漏らしてはならない。私たちの場所を、「あれもこれも欠けている」と非難してはならない。そのような者は、荒野で不平を漏らした者たちの裁きを受けることになる。彼らの破滅は驚くべきものである（民数記第16章）。——しかし、彼らは一体誰のことか？——無知で、せっかちで、心は幼子のような者たち——これほど多くの慰めを受けるところか、空気さえ吸うに値しない者たちである。——とはいえ、全き慈愛に満ちた我らの神が、無知な者を悟らせ、賢い者をさらに知恵深くし、すべての人を、我らの主キリスト・イエスにある御国において救ってくださいますように。

## 261. 世の精神によって望まれるものはすべて儚い。ただ一つ的美徳のみが永遠の至福である

261. 1) この世の精神によって望まれるものはすべて儚い。ただ一つ的美徳のみが永遠の至福である。— 2) それは、教会における聖人たちの日々の記念から見てとれるように、この世においてもすでに至福をもたらしている。— 3) では、あの世ではどうなるだろうか？ そこでは、聖人たちは太陽のようになり、キリストと共にいるであろう。——4) 私たちは、この恵みにあずかるよう努めるとともに、これとは正反対のものを避けるよう努めよう。[4, 42]

4. 人々の中には、富を至福とする者もいれば、権力を至福とする者もあり、ある者は成功を、またある者は快樂を至福とする。しかし、これらはいずれも至福に値するものではない。なぜなら、何一つとして永遠に存続するものではなく、すべてこの世と共に滅びてしまうからである。しかも、ここにおいても、それらは多くの人々を長く慰めることはなく、ただ現れては、夢の

ようにたちまち消え去ってしまう。ただ一つ的美徳だけが、永遠に続く所有物として、その所有者を至福たらしめるものとして、称賛に値する。——古来、どれほど多くの支配者や慰め手がいたかを思い起こそう。そのうちの誰一人として、称賛をもって記憶されている者はいない。しかし、美徳ある者の栄光は消えることがない。

5. そして、これは私たちの行いからも明らかである。昨日は聖ザラトウストを称え、今日は永遠に記憶されるエフレムを称え、明日はまた別の聖人を称えることになる。このようにして、彼らはまるで天体のようであり、一年を通じて次々と教会の大空に輝き、彼らを偲ぶ中で、私たちの口は彼らを賛美するために開かれ、神にかなう私たちの歩みを照らし出してくれるのである。それゆえ、次の聖なる御言葉は真実である。「神はあらかじめ知っておられた者たちを、御子のかたち似せられるようにとあらかじめ定めておられ、多くの兄弟たちの中で御子が長子となるようにされた。また、あらかじめ定めておられた者たちを、召し出し、召し出した者たちを、義と認め、義と認めた者たちを、栄光に輝かせたのである」(ローマ8:29,30)。これに対し、私たちは何と言おうか。 私たちもまた、そのような召命と栄光に与っているのではないだろうか。もちろん、与っているのだ。私たち謙遜な者たちにとっても、十字架を背負う生活や至福の報いは決して遠いものではない。なぜなら、私たちはこれまで、信仰を堅く守り抜いた功績に加え、今この瞬間までも迫害に耐え続けているのだから。ああ、徳の力はなんと素晴らしいことか！そして、それを厳格に守る者たちに、それは何と大きな恵みをもたらすことか！

6. しかし、これは現世の話である。では、来たるべき世ではどうだろうか。ああ、その至福と栄光を誰が描き表すことができようか！主はこれについてこう言われている。「そのとき、義人たちは太陽のように輝き出る」(マタイ13:43)。主ご自身が義の太陽であられるゆえに、義人たちもまた、主と一致している者として、太陽のように輝くと約束されたのである。使徒もこう述べている。「私たちが主と共に苦難に耐えるなら、主と共に栄光を受けることになる」(ローマ8:17)。また、主ご自身が御父にこう祈られました。「父よ、あなたがわたしに与えてくださった人々を、わたしが望むのは、わたしがいるところに彼らも共にいることです。あなたが、世が造られる前からわたしを愛してくださったように、あなたがわたしに与えてくださったわたしの栄光を、彼らにも見させてください」(ヨハネ17:24)。私たちがどこへ行くのか、お分かりでしょうか。——「キリストが神の右の座に着いておられるところ」(コロサイ3:1)、そこには喜びと歓びがあり、天使たちの集いがあり、天に名簿に記された長子たちの教会があり——私たちと同じ位階にある兄弟たちや父たちがいるその場所へ、私たちはまもなく向かうのです。そしてそこで、「その方と共に喜び祝うようになるのです。『その御支配をもって世を治められる方』と共に喜び祝うようになる」のです。これは、祝福されたダビデが歌った通りです(詩編65:7)——千年や一万年という世ではなく、老いることもなく終わりもない世を治められる方です。

7. では、これに満足するのは誰か？——それは、魂がうたた寝しないよう、一日中、刻一刻と自制し、目を覚ましているほど熱心な者である。なぜなら、そのようなうたた寝の間に、情欲は獣のように私たちに襲いかかり、魂を支配してしまうからである。しかし、私たちが警戒を怠らず、自分自身を見守っている限り、捕食者に奪われることも、蛇にさらされることもない。——それゆえ、目を覚まし、これまで語られたこと、そしてそれとは正反対のこと——すなわち、神の御心に逆らう者たちを待ち受ける苦しみ、消えることのない火、漆黒の闇、眠ることのない虫、そしてその他すべて。こうした思いに満たされ、包み込まれることによって、私たちは敵の罠を避け、非の打ち所のない者としてここから旅立ち、天の御国を得ることができるのです。

## 262. 荒野からここへ移り住むにあたり、主から多くの恵みをいただいた。感謝は言葉だけでなく、行いによっても表さなければならない。

262. 1) 私たちが荒野からここへ移り住む際、主から多くの恵みを受けました。感謝は言葉だけでなく、行いによっても表さなければなりません。- 2) では、何をもって報いるべきでしょうか？ - 神の栄光のために生きよう——キリストの芳香となり、山に登って、人々にそれを見さ



せよう。—3) そのために、この世のものを捨て、天のものを身にまとうのだ。—4) それは私たちから遠くはない。なぜなら、それは私たちの中にあるからだ。[4, 43]

8. 常に神の恵みを享受している以上、私たちは常に、温かい心から、熱心な祈りをもって神に感謝しなければならない。なぜなら、今この瞬間の恵みがいかに大きいか、ご覧なさい！ アガリア人を恐れて逃げざるを得なかった時、神は、まるで荒野のように、私たちが追いやられたその場所で、何日もわたって私たちを養ってくださらなかったでしょうか。そしてその後、美しい神殿とふさわしい住まいがあるこの地で、安らぎの扉を開いてくださらなかったでしょうか。私たちを受け入れてくださったのは、心をつににした私たちの兄弟ではありませんか？ ——神の私たちへの御配慮はなんと偉大でしょうか！ なすべきことを、神がなさらなかったことがあったでしょうか？ ——私たちの逃亡の最中、神はパン、ぶどう酒、魚、その他必要なものを、必要な分だけ、いや、必要な分以上に与えてくださいました。それを見た人々は驚嘆したほどです。これらすべてに対して、単に感謝するだけでなく、私たち貧しい者は自らの魂を血を流すほど捧げなければならない。どうか、私たちの中に主への最も強い愛を燃やし、全身全霊で主に寄り添い、主に対して最も愛に満ちた報いを捧げましょう。

9. では、私たちは神にどのような報いを捧げればよいのか。——この地においても、崇められる御名の栄光のために生き、神が語られた「あなたがたの光を人々の前で輝かせなさい。そうすれば、人々はあなたがたの善い行いを見て、天におられるあなたがたの父を賛美するようになる」（マタイ5:16）という御言葉が、私たちにも成就するようにしよう。 また、使徒もこう言っている。「キリスト・イエスによって、常に私たちを勝利へと導いてくださる神に、常に感謝します。私たちは、あらゆる場所で、神の知恵の芳香を放っています。私たちは、救われる者にも、滅びる者にも、神にとってキリストの芳香なのです。」（Ⅱコリント14:15）。ご覧の通り、徳ある者は、どこに住んでいようとも、キリストの芳香なのです。徳とは、その性質上、隠れるようなものではありません。それを実践する者はすべて、明らかにされるのです。それは、「山の上に立つ町は隠れることができない」（マタイ5:14）と書かれている通りです。 電とは人間の魂であり、山とは徳の高みである。そこに登った者たちは、「キリストの日に」自分自身を「称賛に値する者」として、「世の光のように輝き、いのちの言葉を堅く守り抜く」（フィリピ2:15）のである。さあ、兄弟たちよ、私たちもこの聖なる山に登ろう。

10. しかし、あらかじめ地上のもの——すなわち、肉の欲望や思い、そしてこの世の破滅的な快樂——を捨て去らなければ、そこへ登ることはできない。これらから離れることこそが、徳への登りである。それゆえ、心は邪惡な思いから清められ、目は正しく見るように慎み、耳は悪しき言葉を聞くことから閉ざされ、舌は虚しい言葉を語ることを禁じられ、手はふさわしくない接触から控え、足は平和の道へと向けられ、すべての肢体が相応しい善に鍛えられ、キリストの美德によって聖別されるように。 地上の王は、肉体が美しく飾られた者を好意をもって迎える。しかし、天の王は、たとえ外見上は貧しく、盲目で、足の不自由な者であり、人々が輕蔑すると思われる他の目に見える欠点を持っていたとしても、霊において美しく飾られた者を好意をもって受け入れる。 この点において、卑しい者は高貴となり、無名な者は栄え、貧しい者は富む。この同じ理由により、祝福された使徒たちは、漁師でありながら全地において指導者となった。ここから、聖アントニウスは学問を修めていなかったにもかかわらず、賢者たちよりもはるかに賢明であった。ここから——私たちにより身近な例を挙げれば——私たちのタダイは、スキタイ人であり奴隷でありながら、ご存じの通り、キリストを告白するという高みに達し、世の中で栄光ある者となったのである。

11. ああ、私たちの慈愛に満ちた神の、言葉に尽くせぬ人間愛よ！ 神は、私たちにどれほど容易な道を開いてくださったことか！ なぜなら、そのためには仲介者も、金も、好都合な機会を待つ必要もない。ただ望むだけでよい——そうすれば、すべては成し遂げられるのだ。 ——では、天において偉大でありたいと願うか。ならば、この世で最後の一人となることを選びなさい。神の子と呼ばれることを願うか。ならば、情欲から魂を解き放ちなさい。神の御目によって見られることを願うか。ならば、真理に固執しなさい。 ——しかし、これらに満足する者は誰か？

——教えを喜んで受け入れ、真理を行うことを愛し、天の恵みによって豊かになろうとする者である。——どうか、私たちもまた、このような心構えで命を与える戒めを果たし、主イエス・キリストにおいて、すべての聖徒たちと共に天の御国を得ることができますように。

### 263. すべての人は、神の御前でそうするように、心を尽くして自分の務めを果たしなさい

263. 1) すべての人は、神の御前でそうするように、心を尽くして自分の務めを果たしなさい。—— 2) 私は私の務めを、あなたがたはあなたがたの務めを。そうして互いに助け合い、共に繁栄を築き上げよう。[4, 44]

12. 奉仕を遂行する者も、奉仕を指揮する者も、全き注意と熱意をもって、— 修道者らしく— それぞれの務めを全うしなければならない。— 会計係、副会計係、倉庫係、料理人、給仕係、そしてその他のあらゆる職務に従事する者も同様である。— それは、「主の務めを怠慢に行う者は呪われる」という恐るべき誓いの対象とならないためである（エレミヤ書48:10）という恐ろしい呪いにかからないようにし、それどころか、主の御心に最もかなう者となるためである。主はこう言われた。「忠実で賢いしもべは、その主人が自分の家の管理を任せるであろう。そのしもべは幸いである。主人が帰って来て、そのようにしているのを見つけたなら、まことに、あなたがたに言うておく。主人はその人を自分のすべての財産の管理者に任せるであろう」（マタイ24:45-47）。ご覧の通り、主はよく仕える者にどのような、そしてどれほどの栄誉を与えられるか。当然のことながら、よく仕えない者には、これとは正反対の運命が待ち受けている。それゆえ、皆さんにお願いします。一人ひとりが、自分に委ねられた務めを誠実に果たし、それによって神を賛美し、自らの救いを獲得してください。会計係は、会計係として肉体の必要を満たし、誰に対しても、顔色うかがいや偏見に基づいてではなく、すべて寛容と兄弟愛をもって、ふさわしいものを与えなさい。食糧係は、兄弟たちに食事をどう提供すべきかを見極め、彼らを安らかにさせたいというただ一つの願いを持って誠実に職務を遂行し、食糧庫には傷んだものを一切保管しないようにしなさい。料理人は、料理や味付けにおいて良心を保ち、あたかも神ご自身に奉仕しているかのように振る舞いなさい。食堂係よ、食堂とそこで必要なすべての器を清潔に保ち、兄弟たちに仕えるときは、あたかも主に仕えるかのようにしなさい。他の者たちも、それぞれの務めにおいて同様に振る舞うようにしなさい。

13. 私がこう言うのは、あなたがたのうちの誰かを他の誰かに対して対立させるためではなく、各人が召された務めにおいて、他者に仕えるという自分の義務を果たすよう努め、すべての報いを神から受けるべきであることを心に留め、神の御目を常に意識して行動するためである。「私のような謙遜な者にも、自分の家の建設が委ねられているのではないのか?」「そうだ。それどころか、最も重要な任務が委ねられているのだ。」「それゆえ、私があなたがたの魂を慈しみ、見守り、一人ひとりを懇願し、諭し、また、個別に、あるいは皆と共に、神の真理と来るべき剣をあなたがたに告げ知らせる責任を負っているのと同様に、あなたがたも怠ることなく、それぞれの務めを果たすべきである。— こうして、一つの体、一つの霊となりましょう。私たちの召しの唯一の希望に召されたように——互いに愛し合い、互いの肢体として、互いに忍び合い、互いを思いやり、互いの重荷を担い合いましょう。そうすれば、最期の時が来た時に、怠慢によって無駄に過ごした時間を後悔することがないでしょう。しかし、私たちは常にこの旅立ちにしっかりと備え、誠実に希望を持ち、良心を持ってこの世を去り、天の御国を得ることができるようにしよう。

### 264. 喧嘩をした：非難する

264. 1) 喧嘩をした：非難する。— 2) その原因を傲慢にあると指摘する。傲慢はあらかじめ「さあ、手を出してみろ。俺がやっつけてやる」とそそのかし、その後、実際にその通りに行動させるのである。— 3) これに対する対策は、心に善意を深く根付かせることである。[4, 45]

14. 私はあなたがたからそれほど長く離れていたわけではないが、戻ってみると、あなたがたの中に無秩序な状態が見られた。これについては皆に告げる必要があると思う。その無秩序と

は、ある者たちが手を伸ばして、怒りと叫び声を上げながら、互いに激しく掴み合っていたというものである。——そのうちのひとりについては、彼はまだ俗人であり、兄弟団の一員として受け入れられていないのだから、それほど不思議なことではない。しかし、もうひとりのこととなると、それは極めて奇妙なことだ。なぜなら、彼はすでに修道士であり、世に十字架につけられ、肉体を十字架に釘付けにされているべき存在であるにもかかわらず、そのようなことをしたからである。兄弟よ、どうしてあなたは十字架から降り、釘から解放されたかのように、ユダヤ人のように手を伸ばしてキリスト・イエスに手を置いたのか。主ご自身がこう言われたではないか。「これらのわたしの最も小さい兄弟たちの一人にしたことは、わたしにしたのである」（マタイ25:40）。それなのに、あなたはこれを言われた方の御顔を恐れることもなかったのか。あなたの命の守護者である御使いを恥じなかったのか？ あなたを見つめる兄弟たちや傍観者たちを恐れることはなかったのか？ 「あなたがたの光を人々の前で輝かせなさい。そうすれば、人々はあなたがたの善行を見て、天におられるあなたがたの父を賛美するようになる」と、主は命じられた（マタイ5:16）。それなのに、あなたのその悪行は、かえってあなたを闇で覆い隠し、それによって神の御名が冒瀆されてしまった。ああ、罪深い私よ！ 私たちはどれほど高みの人生へと招かれているのに、どこまで堕ちてしまったのか。悪しき世俗の人々と同様に、恥をさらしているではないか。あなたは、あの方が争いを始めたと言う。しかし、主の頬を打った僕に対して、主がいかに穏やかにこう言われたかを、あなたは聞かなかったのか。「もし私が悪を語ったのなら、その悪を証しなさい。もし善を語ったのなら、なぜ私を打つのか」（ヨハネ18:23）。また、十字架の上でも、「父よ、彼らをお赦しください。彼らは、自分が何をしているのか分かっていないのですから」（ルカ23:34）と仰せになりました。このことを知っていたならば、あなたは、責められても祝福し、打たれても彼らのために祈り、ののしられても黙っていなければならなかったのです（Iコリント4:12,13）。しかし、あなたは善き者に倣わず、いったい誰の模範となっているのか。— 見よ、使徒が命じた戒めはこうだ。「あらゆる苦しみ、怒り、激怒、叫び、ののしりは、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除かれなければならない」（エフェソ4:31）。それなのに、あなたがたは殴り合いにまで発展し、髪を掴み合い、互いに首を絞め合ったのか？ — かくして神の律法は軽んじられた。「鍛冶屋はむなしく銀を打つ」と預言の言葉にある通りだ（エレミヤ書 6:29）。私も謙虚に疲れ果てるまで労苦しているが、それは無駄なことだ。とはいえ、それでも私は自分の務めを続けるつもりだ。何しろ、時には熱心に耳を傾けてくれる聴衆も多いのだから。

**15.** しかし、このような不名誉の原因はどこにあるのか。なぜなら、罪を糾弾するだけでなく、その治療法も示さなければならないからだ。邪悪な良心がこの邪悪な考えを編み出し、高慢な自己満足、邪悪な心の企てが生み出したのである。「もし彼が私にこう言ったら、と気性の激しい者は心の中で思う。私はこう返してやる。もし彼が私をこう攻撃してきたら、私は同じように仕返しをしてやる。」——そして、何らかの理由で苛立ちが生じたとき、私たちは心の奥底で考えていたことを表に出してしまうのだ。「『口は心の満ち溢れるところから語る』と言った者は偽りではない。善い人は善い宝から善いものを引き出し、悪しき人は悪しき宝から悪しきものを引き出す」（マタイ12:34,35）。

**16.** それでは、私たちの心を善き決意の宝庫としましょう。そうすれば、私たちは悪意を抱くことも、争うこともなくなるだけでなく、たとえ誰かがあなたの右の頬を打ったとしても、もう一方の頬も差し出す（マタイ5:39）でしょう。そして、他に何が起ころうとも、福音の戒めに従って行動するのです。—— 「イスラエルの家よ、なぜ死んでいくのか」（エゼキエル33:11）。ここで私たちもこう問うべきでしょう。なぜ私たちは日々、無駄に、むなしく人生を浪費し、食事や酒宴の達人である一方で、神の戒めを実践することにおいては無知なままであるのか？ これからは、心を強くして、悲しんだり、怒ったり、激昂したり、叫んだりしないようにしようではないか。そうした感情からは、まるで矢のように、侮辱的な言葉、あるいはそれよりもさらに悪いものが飛び出してしまうのだから。—— 「すべてのものを生かす神と、ポンティウス・ピラ

トの前で善き証しをなされたキリスト・イエスの御前で、あなたがたに『遺言』として告げます。あなたがたは、『汚れなく、恥じることのない戒め』を守りなさい」(Iテモテ 6,13,14)を「守り抜く」ことを、あなた方に「遺言」として残します。そうすれば、私があなた方を最も厳しい懲戒に処さざるを得なくなるような事態を避け、むしろ常に、あらゆる事において品位を保ち、規律に従って行動し、私という罪人を安心させ、神に喜ばれ、永遠の祝福に与ることができるのです。

## 265. さらに、争った者たちを戒め、聖体拝領からその動機を引き出して、すべての人を和解へと招く。

265. 1) さらに、争った者たちを戒め、そして——2) 聖体拝領からその動機を引き出し、すべての人を和解へと招く。——3) これにさりげなく、貞潔について称賛する言葉を付け加え、——4) そのための手段として、神への恐れという炎による悔い改めと、涙による犠牲を掲げている。[4, 46]

17. 私も救いをもたらす語りかけに満腹感を感じるべきではなく、あなた方も魂に有益な聞き取りに満腹感を感じるべきではない。しかし、私たち双方は、水を汲み上げようと渴望する者のように、その両方に対して飽くことのない渴望を抱かなければならない。これこそが、進歩のしるしであり、救いの条件であり、救いの行為である。なぜなら、言葉は行いへと導くからである——善い言葉は善い行いへ、それとは反対の言葉は反対の行いへと。私たちは善を行うことを望んでいるのだから、善い教えと有益な対話に身を委ね、なすべきことを怠らないようにしなければならない。まさにこのことを教えながら、使徒は次のように語っている。「あなたがたの口から、いかなる腐った言葉も出てはならない。ただ、信仰を築き上げ、聞く者に恵みをもたらすような、有益な言葉だけを語れ。また、救いの日にあなたがたに印として与えられた神の聖霊を、侮ってはならない」。さらにこうも言っています。「あらゆる苦しみ、怒り、激怒、叫び、ののしりは、あらゆる悪意とともに、あなたがたから取り除かれなさい。互いに寛容であり、慈しみ深く、互いに赦し合いなさい。神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように」(エフェソ 4:29-32)。ご覧の通り、主は何を命じておられるか。この戒めの定義はどれほど正確か。——別の箇所では、さらに厳しくこう述べられている。「キリストに属する者は、肉とその情欲とを十字架につけてしまった」(ガラテヤ 5:24)、すなわち、罪の行いに対しては、いわば動じないままであるということだ。もしそうであるならば、喧嘩をした者たちはどのような非難に値するかを考えてみよ。彼らは口論しただけでなく、互いに手を上げ合ったのだ。そして、あなた——まだ平信徒であり、ただ我々の仲間に加わったばかりであるのに——修道者に手を上げようとするのか? ——そして、あなた——修道士よ——誓願を立てる準備をしている者に、杖で打つなどという大胆なことをするのか? ——いいえ、あなたはもはや修道士ではなく、単闘士であり、禁欲者ではなく強盗であり、平和の子ではなく、怒りの子である。罵り合いから殴り合いへと発展し、その殴り合いの後に時には殺人さえも続くのではないか? ——なぜ、このように振る舞った者たちは、さらに悪い事態に至らないよう、相応の悔悛の罰を受けることになるのか。

18. 愛する者たちよ、柔和で平和を愛する主の弟子として、互いに柔和に、平和に生きなさい——「平和を保ち、すべての人と聖なる交わりを保ちなさい。そうしなければ、だれも主を見ることはできない」(ヘブライ人への手紙 12:14)。私たちが聖体拝領にふさわしいと認められている、主の御体と御血を恐れ敬いなさい。至聖なる賜物を受け入れる魂は、自らの内に動揺や狂乱、不適切な欲望を許してはなりません。不死の泉から汲み取る口は、不浄で悪臭を放つ言葉を口にしてはなりません。尊い血によって聖別された目は、獣のような視線を向けたり、淫らな光景を心に焼き付けたりしてはなりません。神聖な宝物を受け取った手は、ふさわしくないものには触れてはなりません。

19. しかし、すべての肢体もまた、キリストの肢体として、清く保たれ、守られなければならない。もちろん、あらゆる美德は偉大で望ましいものだが、貞潔ほどではない。貞潔は、蛇が先祖たちをその詭弁で欺くより前に、楽園で最初に輝きを放った。貞潔はキリストの母となるに



ふさわしいと認められた。貞潔は人々を天使へと変える。貞潔は世界を朽ちることのない境地へと高める。

**20.** これに対し、誰かが問うだろう、「では、我々はどのようにしてそれを獲得すればよいのか？」と。——数え切れないほどの労苦と汗を流す以外に、他にどのような方法があるだろうか？——なぜなら、偉大な業が待ち受けているところには、必然的に大きな努力と少なからぬ労苦が伴うものだからである。鋭い剣が襲い来る者を巧みに切り裂くように、神を畏れる心を持つ魂もまた、あたかも火の中で鍛えられ、涙の水で焼き入れられたかのように、悪魔的な思いを切り裂き、それらを獲物のように捕らえなければならない。もしその刃が鈍れば、再び研ぎ直さなければならない。そうして、ダビデについて歌われているように、千ではなく、数え切れないほど多くの敵を打ち倒すためである。なぜなら、「**高き所から我々と戦う者は多い**」（詩篇55:3）とあり、私たちに敵対して戦いを挑む悪意の霊は数え切れないほどであり、それらに最後まで抵抗することこそが、真のキリストの戦士であることを示し、その者を冠を戴く者とするのである。どうか、神の憐れみによって、罪を犯した者には赦しを与えられ、善き道を歩むあなた方には、熱意がさらに強められ、神のあらゆる戒めをますます果たし、それによって天の御国を得ることができるようになる。

**266. 熱心な者は、悪事からだけでなく、思いからも身を遠ざける。それによって神の平安を得て、神聖な観想に浸る。**

266. 1) 熱心な者は、悪行だけでなく、思いからも身を遠ざける。それによって神の平安を得て、その平安の中で神聖な観想に浸る。— 2) それゆえ、私たちは自らに注意を払い、思い——とりわけ淫らな思いや怒りの思い——が魂に根を下ろすことを許してはならない。[4, 47]

**21.** 怠惰で安逸な生活を送る者たちは、姦淫、淫行、近親相姦、不潔、その他あらゆる悪行といった不法行為そのものを罪と見なしている。これらに対しては、の律法も厳しく定めている。しかし、熱心で、戒めに完全に従おうとする者は、心の中で抱く不適切な妄想さえも罪ではないとは考えない。それらは肉体において不適切な動きを引き起こすものであり、あらゆる手段を尽くして、これらすべてを自分の中から根絶し、有害な情欲から解放された平安の中に留まろうとする。これこそが、使徒が言うように（ローマ5:1）で述べられているように、神との平和を保つことである。この平和に安住して、魂は大きな喜びに満ち、飽くことのない甘美さに浸り、神について思いを巡らせ、その言い表せない偉大さを深く黙想することに喜びを見出し、やがて自分自身を忘れるほどに至る。しかし、もしその魂がそのような状態から抜け出し、言葉にできない欲望に心を動かされることがあれば、その魂は、荒れ狂う海に翻弄される船のように動揺し、波立つ。そして、もし主が助けに来てくださらなければ、難破する危険にさらされることになる。

**22.** それゆえ、邪惡な思いが私たちの内に留まることを許さず、直ちに根こそぎ引き抜くよう注意を払わなければならない。なぜなら、もし蛇が内部に侵入する隙を見つけ、少しずつそこへ入り込んでしまえば、死をもたらすまで決して去らないからである。なぜ聖書は、蛇が人の踵、すなわち行動の終わりを狙い、人は蛇の頭を、すなわち魂への罪深い思いの最初の侵入を狙うと述べているのでしょうか（創世記3:15）。それでは、私たちは思いの侵入に対して勇敢に立ち向かい、それらが欲望に燃え上がる前にそれらを滅ぼし、それによって罪の荒れ狂う海を断ち切り、私たちも聖ダビデと共にこう言えるようにしましょう。「**私たちは火と水の中を通り抜けましたが、あなたは私たちを安息へと導いてくださいました**」（65:12）。——もっとも、魂を乱し、変質させるのは、この情欲（すなわち、肉欲）だけではない。それ以上に怒りもある。なぜなら、「**怒りのゆえに、わが目は曇る**」（詩編6:8）とあり、また、「**彼らの怒りは蛇のようだ**」（詩編57:5）ともある。さらに、「**怒りは愚か者の胸に宿る**」（伝道の書 7:10）、そして最後に、「**怒りに駆られることは、その人にとって破滅となる**」（シラ書 1:22）とも記されている。では、このような激情は一体何から生まれるのか。それは、自分自身を誇り、他者を輕蔑する思い上がりからであり、自分こそが何かであると思ひ込み（ガラテヤ6:3）、下位の人々を見下すこ



とからである。なぜなら、心に謙遜な者は、主に倣って柔和であり、穏やかで、争わず、大声を出さないからである。もし何かが起こったとしても、傷つけるよりはむしろ傷つけられることを選び、打たれても打ち返さない。

**267. 従順は互いに結びついている。それゆえ、互いに助け合い、常に、拒むことなく、ためらうことなく、指示者たちの命令に従わなければならない。**

267. 1) 従順は互いに結びついている。それゆえ、互いに助け合い、常に、拒むことなく、ためらうことなく、指示者たちの命令に従わなければならない。—— 2) 憤りや動揺を招くような思いに屈してはならない。それらは悪者から来るものだからである。—— 3) そのためには、あらゆることに必要な忍耐を身につけよ。[4, 48]

**23.** さて、今日は何について話そうか。私たちの生活の表向きの姿、すなわち規則に従った生活について話そう。なぜなら、私たちは追放されているとはいえ、修道院のように、一人や二人ではなく、大勢で共に暮らしているからだ。修道院のような豊かさは持ち合わせていないものの、必要なものは苦労してでも手に入れています——それは自分たちのためだけでなく、他者のためでもあります。というのも、兄弟たちや神父たち、さらには旅人や貧しい人々が絶えず私たちを訪ねてくるからです。すべての人を受け入れ、満足させるには、少なからぬ精神力と労力が必要です。それゆえ、会計係は、神の代理人として、分別があり、警戒心を持ち続けなければならない。しかし、会計係に、彼と足並みを揃え、同様に警戒心のある副会計係がいなければ、これは何の役にも立たない。また、副会計係も、あらゆる面で彼に従う倉庫係がいなければ、何事も成し遂げられない。しかし、貯蔵係にとっても、料理人に優れた助手がいなければ、仕事は思うように進まないだろう。また、料理人、そしてその下の者たち、さらにその下のすべての者たちにとっても、それぞれが互いに協力し合う仲間がいなければ、仕事はうまくいかない。まるで一つの体には多くの肢体があるように、それでも各肢体は互いに気遣い合う。ある一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、ある一つの肢体が栄えれば、すべての肢体が共に喜ぶ。同様に、兄弟団においても、このような秩序が守られなければ、そこには共同生活も、平和も、一致も存在せず、むしろ分断や分裂、腐敗が生じるだろう。——もしそうであるならば、どうして誰かが自分の個人的な欲望に従って何かを行うことを敢えてできるだろうか。あるいは、すでに自分の私的な用事や手仕事に没頭し、共同の、そして公益となる事業に参加しないことを敢えてできるだろうか。あるいは、ある事業に招かれた者が、それを拒み、自分より権威ある者たちに従わないことを敢えてできるだろうか。そのような者はもはや従順な者ではなく、不従順な者であり、兄弟ではなく、よそ者である。しかし、もしそのようなことがあったならば、今後これを警戒し、そのような過ちを犯した者が、その不品行に対して定められた悔悛の罰を負わなくて済むようにせよ。——使徒が命じていることを、あなたは聞いていないのか。「互いに寛容であり、慈愛に満ち、互いに赦し合いなさい。神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように」（エフェソ4:32）。私たちも互いにそのようにあり、互いの重荷を担い合い、こう書かれているように、キリストの律法を全うしましょう（ガラテヤ6:2）。

**24.** 以前にもお願いしましたが、今またお願いします。思いの重荷に押しつぶされないようにし、聖霊の喜びをもって、私たちの前にある戦いの業を成し遂げましょう。信仰の創始者であり、完成者であるイエスに目を向けながら。イエスは、祈る者に祈りを与え、勝利を望む者に勝利を与えてくださる方です。つい先日、突然悪天候が訪れ、その直後に空気が再び澄み渡ったことを覚えていますか。思いについても同じことが言えます。少し心を乱すものの、やがてまた去っていくのです。ああ、もしそれらが私たちを全く悩ませなかったら、どんなに良いことでしょうか。そして、なぜ私たちは常に魂の中に平安を持てないのでしょうか。しかし、それは不可能です。なぜなら、私たちは気まぐれであり、一日として同じ状態にとどまることさえできないのですから、ましてや常にそうであることはあり得ないのです。しかし、見てごらん、悪魔の執拗な悪意はなんと強いことか。追い払われてもまた執拗にまとわりつき、闇であるにもかかわらず、天使の光へと姿を変え、欺きをもって私たちを陥れようとするのだ。しかし、蛇が私たちから退

き去るように、そして私たちは常にこう宣言しよう。「キリストよ、私たちはあなたを否定せず、私たちの告白を偽りのものにはしません。」それとも、私たちがどのような状態からどのような状態へと移ったのか、ご存じないのですか。見えないものから見えるものへ、無知から知識へ、不名誉から名誉へと移ったのではないですか。私たちには言葉があり、知識があり、賛美があります。そして、あなたがたは、まことに尊い者たちとして、その黄金のような従順さにふさわしく、黄金を身にまとった子らなのです。

25. では、まだ何が欠けているのでしょうか。——それは忍耐です。「忍耐が必要なのです」と使徒は言います。「神の御心を成し遂げて、約束を受け取るために」（ヘブライ人への手紙 10:36）。では、その約束とは何でしょうか。——主ご自身がこう言われました。「わたしは、あなたがたのために場所を用意しに行く。そして、あなたがたのために場所を用意したら、また戻って来て、あなたがたをわたしのところへ迎え入れよう。そうすれば、わたしがいるところに、あなたがたもいることになる。また、わたしが行くところへ、あなたがたも行くことを知っているし、その道も知っている」（ヨハネ 14:2-4）。「あなたがたの喜びを、だれもあなたがたから奪うことはできない」（ヨハネ 16:22）。このことを思い巡らし、聖徒たちの中に現れる、言葉では言い表せず、想像も及ばない栄光を予見しつつ、私たちはすべてを寛大に耐え忍びましょう。飢えることになろうとも、飢えましょう；すべてに満ち足りるなら、それで満足しよう。死ぬことになろうとも、キリスト、私たちの主イエスにおいて永遠の命を相続するために、必ず死ぬのである。

## 268. 謝肉祭における肉欲の享樂は、キリスト教の精神に反する

268. 1) 謝肉祭における肉欲の快樂の放蕩は、キリスト教の精神に反する。- 2) 私たちをこの世から導き出し、多くの聖人たちが輝きを放った、私たちが模範とするその静かな生活へと導いてくださった主を感謝しよう。- 3) それでは、これから待ち受ける信仰告白の試練に備えつつ、主に忠実であり続けよう。[4, 49]

26. これから訪れる日々（謝肉祭）は、そこで行われる宴や祝祭のため、人々は通常、何らかの祝祭日であると考えているが、これらの日々は、肉食を控えることによって、過食や酩酊ではなく、全般的な節制を告げていることを理解していない。なぜなら、それはギリシャの祝祭に属するものだからである。一方、キリスト教徒は、あらゆるものを十分に摂取することは許されているが、使徒が教えているように（ローマ 13:14）、肉体の欲望にふけるようなことは決してしてはならない。しかし、悪は世俗の法に浸透し、世界をその意のままに導いている。私たちは、節制の欠如こそが罪の母であることを知り、たとえ摂取が許されているものであっても、節制を欠くことを避けよう。かくして、私たちの先祖であるアダムは、禁じられたものを味わうことを控えていた限り、樂園で喜び、楽しみ、神聖な啓示と靈感に満たされていた。しかし、節制を破り、不従順の木の実を口にしたとき、即座に甘美な樂園から追放された。そして、彼にとって節制の欠如は死の母となったのである。同様に、ソドムの者たちは、パンに飽きたあまり、恥ずべき情欲に狂い、神の怒りを招き、火と硫黄に飲み込まれた。また、忌まわしきエサウは、貪欲な目に駆られて、たった一食の食事のために長子の権利を売り渡した。同様に、神の民もまた、「民は食べ、飲み、立ち上がって踊り始めた」（出エジプト記 32:6）のである。今日でも同じことが見られる。宴会や酩酊、叫び声や悪魔的な踊りが、昼間だけでなく深夜まで続いている。これほどまでに節制の欠如は悪であり、それによって死がこの世に入り込んだのである。

27. しかし、私たちは神に感謝しなければならない。神は私たちをそのような虚しいものから救い出し、至福の生活へと導いてくださったからだ。そこには節制の欠如ではなく節度があり、酩酊ではなく節制があり、騒乱ではなく平和があり、喧騒ではなく静寂があり、卑猥な言葉ではなく感謝があり、不品行ではなく清らかさがあり、聖さと貞潔があるのです。まさにこの生活から、私たちのすべての神聖な先人たちは輝きを放ちました。彼らは神の助けにより、情欲を踏みつけ、悪魔を追い払い、天使に等しい者となり、奇跡を行い、天の栄光を得て、世の人々の驚嘆の的となった——その一人こそ、今まさにその生涯を読み、神が天界においていかに彼を栄光

に輝かせたかを目の当たりにした、至福のアンソニーである。その栄光は、地上の王たちでさえ、彼に手紙を書き、彼からの書簡を読むことを大いなる名誉と見なしたほどであった。 私たち謙虚な者たちも、これらの聖人たちの生涯を歩んでいる。そして、私たちがその行いに競い合っていることは、私たちの修道士たちの完全さ、世への放棄、故郷や一族、そして知人全員からの離脱、従順さと服従によって証明されている——これこそが、私たちに課せられた信仰告白であり、そのために私たちは迫害の中でも立ち続けているのである。

**28.** それゆえ、神が私たちにこれらすべてを授けてくださったこと、そして私たちが霊的な生活を送っていることを喜び、互いに喜び合いましょう。その生活においては、望むならば、毎日を祝うことができ、枯れることのない喜びを味わうことができるのです。 それゆえ、どうか、私たちの奮闘と、これから待ち受ける信仰告白に、さらに強く固く立ち続けましょう。すでに、権力者が私たちの件を検討しているという噂が広まっており、まもなく王の使者が現れるかもしれません。しかし、世間の噂を恐れてはなりません。「もし神が私たちと共におられるなら、誰が私たちに敵対できようか」（ローマ8:31）。 もし神がこれまでの状況で私たちを助けてくださったのなら、これからも必ず助けてくださるでしょう。ただ、私たちが勇敢に立ち続け、ただ自分自身に耳を傾けるならば、神は私たちにすべての力をお与えになり、神の御心に適うように最後まで生き、天の御国を勝ち取ることを可能にしてくさるでしょう。

## **269. 門前での迫害：神の助けを信頼し、信仰のために迫害に耐えることに対する約束に励まされ、それを快く受け入れよう**

269. 1) 門前での迫害：神の助けを信頼し、信仰のために迫害に耐えることに対する約束に励まされつつ、それを穏やかに受け入れよう。—— 2) 異端者とは交わってはならず、とりわけ、口では忠実を装いながら、心の中では異端者である者たちからは遠ざかるべきである。— 3) 聖像破壊運動は、神の御言葉の受肉に関する教義、および神を尊び礼拝せよという戒めに対して戦いを挑んでいる。[4, 51]

**29.** 今こそ、私たちは禁欲について語り合うべき時である。聖なる四旬節が目前に迫っているからだ。しかし、至る所で広まっている噂がそれを許さず、私たちの思考と言葉を別の話題へと逸らしてしまっている。 以前にも申し上げた通り、権力者は我々の件を検討しており、今や、伝えられるところによれば、ニコメディアの者を通じて脅しをかけてきている——もし我々が神にふさわしい態度でこれに応じれば、彼はそれを許さず、企てたことを急いで実行に移すだろう。これについては言うべきことはありませんが、新たな迫害に備え、苦難が増すところには聖霊の慰めもまた増すという確信を持ち続けなければなりません。使徒が言うように、「キリストの苦難が私たちの中で豊かに現れるように、キリストによる私たちの慰めもまた豊かに現れるからです。 もし、あなたがたの慰めと救いについて悲しんでいるのであれば、それは、私たちも同様に苦しんでいるのと同じ苦難に耐える中で、あなたがたに起こっていることだからです。そして、あなたがたに対する私たちの希望は明らかです。もし、あなたがたの慰めと救いについて喜んでいるのであれば、それは、あなたがたが私たちの苦難に共にあるのと同様に、慰めにも共にあることを知っているからです」（Ⅱコリント1:5-7）。この言葉において、使徒は、私たちが互いに苦しみと慰めを分かち合っていることを示しています。それは、あたかも一つの体、一つの霊であるかのように、「一つの召しの希望」に召されているからです（エフェソ4:4）。ですから、私たちは気落ちしたり、臆病になったりすることなく、キリストの良き戦士として、それぞれの武器を携え、「肉によるものではなく、神によって強められ、敵を打ち砕くために堅く立つ」（Ⅱコリント10:4）、すなわち、分別、勇気、貞潔、真実をもって——それによって、主が言われた次の言葉を成就しましょう： 「この町で迫害されたら、別の町へ逃げなさい」（マタイ10:23）——そしてそこへ移り住む際、「何を食べるか、何を飲むか、何を着るかを心配してはならない」（マタイ6:31）のです。 なぜなら、主ご自身がこう言われたからである。「わたしはあなたを見捨てず、また軽んじたりはしない」（ヨシュア記1:5）。それゆえ、主はそこでも私たちに恵みの扉を開き、あらゆる面で私たちの助け手となってくさる。このような約束があるのに、ど



うして喜ばないことができようか。主の弟子であることに、どうして喜びを感じないことができようか。このように、聖なる使徒たちも迫害を受けましたが、主は彼らにこう言われました。「あなたがたが、わたしのためにののしられ、追い出され、あらゆる悪口を偽って言われるとき、幸いである。喜び、喜びなさい。天にはあなたがたの報いが大きいからである」（マタイ5:11,12）。それゆえ、今この時は喜びと楽しみにあふれています。なぜなら、それは私たちに言葉では言い表せない喜び、永遠の命、そして尽きることのない御国をもたらしてくれるからです。

**30.** 「異邦人の道へは行かず、サマリア人の町へも入ってはいけない」（マタイ 10:5）。これは異端者たちに関して理解すべきことである。すなわち、彼らの教会にも、彼らの住まいにも入ってはいけない。しかし、平和の子、すなわち敬虔な者たちがいるところには立ち寄り、そこでは、これまでの年と同様に食事をいただく。真理を握っているふりをする者たち、すなわち、自分たちは正しい指導者であると主張するが、実際にはそうではなく、迷い、「惑わし、また惑わされている」（Ⅱテモテ3:13）、「彼らの裁きは正しい」（ローマ3:8）と。私たちは揺るぎない信仰と汚れのない生活を保ち、互いに軽んじたり侮辱したりすることなく、その両方で完全かつ欠けるところのない者であり続けよう。

**31.** 本告白の主題は、我らの主イエス・キリストの受肉に関する教義である。我らの主イエス・キリストを絵画で表現できることを告白しない者は、主が肉において目に見える存在であったことを告白しないことになる。なぜなら、肉において目に見える存在であることと、アイコンによる表現の対象となり得ることとは、同一のことだからである。さらに、主の聖なるアイコンを崇拝しない者は、主ご自身をも崇拝しない。なぜなら、アイコンに描かれたものには原型があり、アイコンを見つめる者は、その前に原型を見ているからである。したがって、アイコンの像を尊ぶか尊ばないか、その像に礼拝するかしないかは、原型にも及ぶものであり、もしそのアイコンに主が描かれているならば、主のにも及ぶのである。このように、主のアイコンを尊び、その像に礼拝する者は、主を尊び、主に礼拝するものであり、このアイコンを尊ばず、その像に礼拝しない者は、主を尊ばず、主に礼拝しないのである。——アイコン反対派は、主を礼拝していると言うが、それは嘘である。彼らには、聖書の次の言葉が当てはまる。「神を告白することは知られているが、その行いは神に裁かれる」（テモテへの手紙一 1:16）。しかし、私たちはキリストとそのアイコンを崇拝し、聖母マリアとそのアイコンを崇拝し、聖人たちとそのアイコンを崇拝する。これこそが、私たちが聖なる先人たちから受け継いだ使徒の教えである。この信仰の保証を、わが子らよ、兄弟たちよ、私たちの中に宿る聖霊によって、完全かつ無傷のまま守り抜くよう、私はあなた方に勧める。——どうか、私たち謙遜な者たちのために祈ってください。主が「私たちの口を開くための言葉」（エフェソ6:19）を授けてくださり、大胆に真理を語り、私たちの希望を辱めることのないよう、また、あなたがたと共に、私たちの前にある務めを非の打ち所なく果たし、私たち全員が天の御国を得ることができるようになりますように。

## 270. 再び、オリーブ祭の放蕩や、一般に世俗的な生活に対する戒め、そして神が修道者たちをこれらから救ってくださったことへの感謝

270. 1) 再び、オリーブ祭の放蕩や、一般に世俗的な生活に対する戒め、そして神が修道者たちをそこから救い出してくださったことへの感謝。— 2) 使徒たち、預言者たち、そしてすべての聖人たちに倣い、世俗の精神で生きる信徒たちのために嘆き悲しむべきである。[4, 52]

**1.** 私はしばしばあなたがたの生活を称賛している。しかし、それはお世辞からではなく、真実からであり、世俗的に生きる人々への憐れみを表したいと願い、また、あなたがたをさらに熱心な者にしてあげたいと願ってのことである。今、そこで何が起きているかは、あなた方自身もご存知でしょう。宴会や酩酊、歌や踊り、そしてこの世における敵の仕業であるその他あらゆるような行い——「彼らの裁きは正しい」と書かれている通りです。しかし、私たちの暮らしはそうではありません。聖なる先人たちから受け継いだ律法に従い、昼も夜も主を賛美しています。詩篇の詠唱は次々と続き、朗読は朗読に続き、祈りは祈りに続く。その後、心の中では思いに目を配り、心の中では神聖な御言葉による教えに耳を傾け、また、時宜を得た沈黙や、ふさわし

い会話もある。さらに、互いに奉仕し合い、私たちのすべては分量と度量によって定められているが、祝日には通常、ある種の慰めが提供される。なぜなら、主がユダにこう言われたのを聞いてほしい。「あなたがしていることを、早く成し遂げなさい。しかし、横になっている者たちのうち、これを理解する者は誰もいなかった。そこで、主は彼にこう言われた。しかし、ユダには金庫があったため、イエスが彼に『祭りのために必要なものを買いなさい。あるいは、貧しい人々に何かを与えなさい』と言われたとき、彼らはそうしなかった。」ご覧の通り、彼らには祭りのことだけでなく、貧しい人々への配慮もあったのです。私たちも、ご覧の通り、謙虚にそれを実践しようと努めています。しかし、私たちにこのような生活に与ることを許してくださった神を賛美します。「私たちがした義の行いによるのではなく」——私たちは地上で何の善も行っていないからです——「ただ御自身の憐れみによって」（テトス3:5）、神は私たちをその生活へと招いてくださったのです。だからこそ、私たち一人ひとは、砕かれた心をもって常にこう言わなければならないのです。「主よ、主よ、私は何者であり、私の父の家は一体何なののでしょうか。なぜ、あなたは私をこれほどまでに愛してくださったのでしょうか」。

2. そして、私たちの務めはこのようなものである。しかし、この世では、そのようなものはめったに見つからない。なぜなら、そこでは夜が明けるとすぐに、この世の心配事や仕事、富による自己陶醉、その他の煩わしさが次々と続くからである。そのため、人は息をつく暇さえなく、互いに取り引きをしたり、敵意を持って衝突したりする。「誓いと偽り、殺人と盗み、姦淫が地の上に満ちあふれている」と預言の言葉（ホセア書4章2節）が語るように、その他にも数え切れないほどのことがあり、それをすべて語り尽くすのは容易ではない。これらすべてを思い起こして、聖金口ヨハネスは、この世から救われる者は、ほんのわずかな者しかいないだろうと語った。恐ろしい言葉ではあるが、真実である。そして、善良な心を持つ者にとって、このことを悲しまず、嘆かずにはいられない。なぜなら、私たち皆は互いに兄弟ではないのか？ 血は皆同じではないか。土は皆同じではないか。——もし、急流に乗って奈落へと流されていく家畜を見て、誰もが思わず憐れみを感じるのなら、兄弟や同じ信仰を持つ者たちの滅びを見ることは、なおさら憐れむべきことではないだろうか。このゆえに、祝福された使徒は、キリストの十字架の敵たちを嘆き、絶え間ない心の痛みをもって彼らのために祈ったのである（ローマ9:2,3）。預言者エレミヤはイスラエルのために泣き、その涙を聖書に余すところなく記した。偉大なるモーセは神に向かって叫びました。「今、もし彼らの罪を赦すのであれば、赦してください。もし赦さないのであれば、私をあなたの書物から消し去ってください」（出エジプト記32:32）。そして、聖人たちは皆、同じように深い憐れみに満たされ、同様の状況にある人々のために祈ることを忘れませんでした。——それゆえ、私たちも彼らの後を歩みたいと願うならば、「各自が自分のことだけでなく、兄弟たちのことも気かけなさい」（フィリピ2:4）だけでなく、世のためにも祈り、放蕩な生活を送る人々、異端に囚われた人々、異教の闇に覆われた人々を憐れみ、心を痛め、要するに「すべての人々のために祈りと願いをささげる」こと、すなわち使徒が私たちに教えている通りである（Iテモテ2:1）。このように行動することで、私たちはまず何よりも自分自身に益をもたらし、情欲的な習慣を悔い改め、そこから清められる。それらから解放されることで、私たちの主キリスト・イエスにおける永遠の命に与ることができるのである。

## 271. 四旬節は喧騒や噂を断ち切り、信徒たちを敬虔な生活へと招いた

271. 1) 四旬節は騒ぎや噂を鎮め、信徒たちを敬虔な生活へと導いた。— 2) 断食は魂を新たにし、それを神の住まいとする。喜びをもって迎え、それを守り通すべきである。— 3) しかし、肉体を断つだけでなく、魂もまた、敵が外見上は魅力的に見せかける情欲や欲望から断たなければならない。それらは実際には醜く、苦いものだからである。— 4) それとともに、教会内および教会外の断食の規律に忠実に従おう。[4, 54]

3. 四旬節の期間は、一年全体と比較して、波立たない安息の港のようなものであり、そこに集まるすべての人々は、霊的な静けさを得る。なぜなら、この期間は修道士だけでなく、信徒、身分の高い者も低い者も、指導者も被指導者も、王も司祭も、あらゆる身分や年齢の人々と



って、救いをもたらす時だからである。町や村は喧騒や噂から静まり返り、その代わりに、至る所で詩篇の詠唱と賛美、祈りと懇願が響き渡り、それによって和らげられた私たちの慈愛に満ちた神は、私たちが心からの畏れと震えをもって御前にひれ伏し、今後改心し改善することを誓って泣き乞うならば、私たちの霊を安らげてくださるのです。－しかし、信徒たちへの説教は教会の指導者たちに任せるとして、私は、あなたがた最も敬虔な者たちの長として、簡潔に相応しいことを述べるために、あなたがたに語りかけよう。

4. 断食は魂の刷新である。使徒はこう言っている。「私たちの外なる人は朽ちていくが、内なる人は日ごとに新しくされる」（Ⅱコリント4:16）。もしそうして刷新されるならば、原初の美の模範に従って、美貌を帯びるようになる。そして美しくなることで、次のように言われた方を愛おしく引き寄せるのである。「わたしと父は、その人のところに来て、その人と共に住む」（ヨハネ14:23）。もし断食の有益な作用が、このように私たちを神の住まいとするものであるならば、私たちは、食事の質素さや簡素さを苦にせず、喜びをもってそれを受け入れるべきである。なぜなら、多種多様で豊かな食物を供給する力をお持ちの主が、荒野で千人の人々をパンと水だけで満たされたことを私たちは知っているからである。さらに、熱意に支えられれば、そのような食事への不慣れさも、もはや不快なものとはならなくなるだろう。

5. とはいえ、断食は単に食事の質素さに限られるものではなく、私たちの聖なる先人たちが語ったように、あらゆる悪からも身を遠ざけることを求めるものである。それでは、落胆、不注意、怠惰、嫉妬、過度な熱意、悪意、自己満足、わがままから遠ざかりましょう。また、肉欲からも遠ざかりましょう。なぜなら、断食する者たちにも、この多様な蛇が襲いかかってくるからです。聖書に記されているように、私を死に至らしめたその実（果実）は、見るには美しく、味わうには甘かった。しかし、注意してほしいのは、それが外見上「赤い」と称されているだけで、本質的に「赤い」わけではないということだ。まるで、外見は美しい赤色をしているザクロを手にとった人が、その中が腐っているのを見つけたようなものだ。情欲の甘美さもまた同様である。それは、前代未聞の甘美さを偽って約束するが、満たされた後には、最も苦い胆汁であることが判明する——それは、捕らえられた魂を食い尽くす両刃の剣よりも鋭いものである。蛇に惑わされた私たちの先祖アダムもまた、禁断の果実に触れたことで、命の代わりに死を見出したのである。それ以来、今日に至るまで、同様の方法で惑わされた者たちは皆、同じ苦しみを味わってきた。なぜなら、闇そのものである彼自身が光の天使へと変身するように、彼は悪を善に、苦いものを甘いものに、醜いものを美しいものに、死をもたらすものを命を与えるものへと変える術を知っているからだ——そしてこの方法によって、彼は常に悪意に満ち、世を惑わし続けているのである。しかし、私たちは彼のそのような誘惑に惑わされることなく、目に見える餌に貪欲に飛びついて獵師の網にかかる鳥たちが苦しむような目に遭うことを決して許さない。むしろ、理性を働かせて悪の魅惑的な覆いを剥ぎ取り、そのありのままの姿を直視し、そうして容易にそれを避けるようにしよう。

6. それとともに、詩篇の詠唱には活気を持ち、賛美歌には熱心に取り組み、聖書の朗読には注意深く耳を傾けよう。各時間に定められた分だけひざまずき、自分の手で働こう。働くことは善であり、働かない者は食物を口にするに値しないとみなされるからである。互いの重荷を担い合い、とりわけ「互いに親切にし、憐れみ深く、柔和で、謙遜であり、慈愛と善の実に満ちていよう」（エフェソ4:32、ヤコブ3:17）。「そして、あらゆる知力をはるかに超える神の平安が、キリスト・イエスにあって、あなたがたの心と意思を守ってくださいますように」（フィリピ4:7）。そしてここで、あなたがたが非の打ち所なく、主の復活の輝かしい日に至り、来たるべき世において、死者の復活の後、天の御国を得ることができるようになる。

## 272. 魂の住まいは、この世の住まいよりも大きな配慮をもって築かなければならない

272. 1) 魂の住まいは、この世の住まいよりも大きな注意を払って築かなければならない。－  
2) 魂の住まいの材料——美德——は、神への畏れなどであり、その中でも節制は極めて重要であ

る。— 3) 断食による食事は、神の教えや教父たちの模範が示すように、2日や3日間の断食よりも、毎日行うほうがよい。[4, 55]

7. 世俗の人々は、高価な家を建てようとするとき、昼も夜も休むことなく、働き、考え、心配し、望みの事業を完遂するまでそのことに没頭する。彼らのその熱意は極めて強く、心はすべてそこに（建築に）向けられ、天井や屋根をいかにしてより良く仕上げるか、床を様々な大理石でいかに装飾するか、そして他のすべてのものにふさわしい美しさを与えるにはどうすればよいのか、すべてがそのようなものを好む人々の目に心地よく映るようにと、あらゆることを考え抜く。もし誰かが彼らをそのような手間や仕事から引き離そうものなら、彼らはそれを大きな侮辱であるかのように不快に思うだろう。——しかし、私たちは朽ちるものではなく朽ちない住まいを築き、石や木で造られたものではなく、霊的な完全さと恵みを巧みに組み合わせた住まいを築いているのです。それなのに、怠けて、この事業への熱意において彼らに大きく後れを取るなどということがあられるでしょうか？ これこそが、あらゆる不正の中で最も大きな不正ではないでしょうか？ あの建物は、これほど多くの肉欲に溺れた人々を受け入れ、これほど多くの主人が入れ替わった末、ついには放棄され、荒れ果て、廃墟となるだろう。しかし、この建物は聖霊を迎え入れるのです。なぜなら、神聖な使徒が言うように、「私たちは生ける神の神殿であり、神の御霊が私たちのうちに住んでおられる」からです（Iコリント3:16； IIコリント6:16）が語っているように、「私たちは生ける神の神殿であり、神の御霊が私たちの中に住んでおられる」のである。そして、御霊を持つ者たちがここから立ち去るとき、御霊は彼らのもとへ降りてきて、永遠に彼らと切っても切れない関係で共にいてくださるのだ。

8. しかし、そのような建物はどのような材料で築かれるのか？ ——心に受け入れられ、植え付けられる美德によってである。——まず第一に、神への畏れを、ある種の基礎として据えてほしい。「知恵の始まりは神への畏れである」（詩篇110:10）からである； 次に、分別、勇気、貞潔、そして真実を。これらは互いに支え合い、愛の絆によって「適切に組み立てられ、整えられ」（エフェソ4:16）、「主にある聖なる教会として成長する」（エフェソ2:21）と書かれている通りである。兄弟たちよ、私たちは常にこのような神殿を自らの内に築き上げ、あらゆる美德の美しさでそれを飾り続けることをやめないでいよう。そうして、その住まわれる方として聖霊をお迎えし、魅力的な生活の美しさによって天使や聖人たちの視線を私たちに向けさせることができるように。——しかし、美德の一つに節制があり、私たちは今、他の美德よりもこれを実践している。それゆえ、この一つの試練をすでに成し遂げたことを神に栄光を帰そう。それによって私たちの顔つきが以前とは変わったとしても、それは良い変化であり、節制による青白い輝きを放っているのだ。食事の時間が遅くなったために、私たちの口は胆汁による苦味で満たされているかもしれない。しかし、その代わりに、私たちの霊は希望に翼を与えられ、豊かに甘美に満たされている。さあ、最善のものをを選び、それに心を向けて、喜びましょう。

9. もしかすると、誰かがこう言うかもしれない。「毎日の食事は、断食の完全性を損なうものである」と。——決してそうではない。もしそうであるならば、主は私たちに毎日「日用の糧」を求めるよう命じられなかっただろう。預言者エリヤも、荒野で毎日カラスに養われることはなかっただろう。聖パウロも、神聖なアントニウスに先立って荒野での生活を始めながら、毎日天からパンを受け取ることはなかっただろう。また、偉大なるアントニウス自身も、一日や一週間以上の断食よりも、毎日の食事を好んだはずがない。そして、私には、その理由はこうだと考えられる。——というのも、私たちの体は、一日中働き続けると疲れ果てて力尽き、休息と滋養を必要とするからだ。それゆえ、創造主は、毎日食事を摂ることで体が養われ、再びさらなる労働に耐えられるようにと定められたのである——二日、三日、あるいはそれ以上も食事を摂らない者たちのように、衰弱し、力が抜けた状態になるのではなく、——その結果、彼らは他の人々と並んで礼拝することさえできず、ふさわしいように大声で歌うことも、その他の従順の務めを果たすこともできなくなってしまうのです。したがって、毎日の食事は、弱者だけに許されているのではなく、私たちに伝えられた父祖の規則に従い、完全な者たちにも与えられているのです。今や、私たちのすべてが先祖代々の伝統に従って定められていることがお分かりいただける

でしょう。そして、生けるまことの神に仕えるために、また、あなたがたがすべての聖徒たちと共に太陽のように輝き、天の御国を相続するであろう最後の日を待ち望みながら、私たちに体の健康と精神の強さが、さらに、さらに与えられますように。

**273. 断食の週が過ぎました。肉体を制し、魂に徳を培いました。そうして、花婿であるキリストに喜ばれるように。**

273. 1) 断食の週が過ぎました。肉体を制し、魂に徳を培いました。そうして、花婿であるキリストに喜ばれるように。— 2) 魂はキリストの花嫁です。ですから、その花婿のために、魂を清く保ちましょう。—3) そのためには、肉体を律さなければならない。—4) これは辛いことだが、その報いは大きい。[4, 57]

**10.** 最初の1週間の断食を経て、私たちは今、以前とは少し違った姿で互いに映っている。痩せ細り、青ざめている。しかし、使徒が言うように、「たとえ私たちの外なる人が朽ち果てようとも、内なる人は日ごとに新しくされている」(Ⅱコリント4:16)のである。なぜなら、十分に養われた肉体は、通常、生き生きとして豊かに見えるものですが、節制によって魂もまた霊的にそのような状態となるからです。こうして、肉体を謙遜に保つことで、私たちは魂に美しさを与えたのです。それは、聖ダビデが切望して祈ったあの美しさ、すなわち：「主よ、あなたの御心によって、私の善に力を与えてください」(詩編29:8)。この美しさによって、祝福されたパウロもまた、私たちをキリストに婚約させたことを断言している。「私はあなたがたを、ただ一人の夫であるキリストに、清い乙女として献げるために婚約させた。ただ、蛇がエバをその狡猾さで惑わしたように、あなたがたの心がキリストに対する純真さから逸れてしまわないか、と恐れている。」(Ⅱコリント11:2,3)。私たちがキリストを花婿として持つにふさわしい者とされたという、この賜物の偉大さがわかりますか？ 婚約者が、私たちの確固たる信仰をどれほど心配しているか、おわかりでしょうか？

**11.** さて、私たちの魂は、婚約した乙女に似ています。そのような乙女が、結婚式の日が来るまで、男性と会うことを控え、清らかさを保つために全力を尽くすように、同様に、魂もまた、その最期を迎えるまで、罪の腐敗させるような情欲から身を清く保つよう、あらゆる注意を払わなければならない。その最期には、魂は花嫁の住まいであった自らの体から出て、もし美しく整っていれば、善行を輝かせて聖なる天使たちを喜ばせるだろう。もし罪によって醜く変えられてしまったならば、キリストへの冒涇として悪魔たちを喜ばせることになる——これについては、考えることさえ、口にすることさえ痛ましいことである。

**12.** このため、私たちは自らの肉体を苦しめ、それに対して厳しく、時には残酷なまでに接する。それは、あたかも手綱のように、肉の衝動を抑え、それが舵取りである心を地面に転落させないようにするためであり、それは現在の断食の期間だけでなく、生涯を通じて行われるのである。なぜなら、修道生活とは、情欲を抑制し、思いに打ち勝ち、目に見えない敵との絶え間ない闘いであるに他ならないからである。

**13.** これは肉にとっては痛ましいことだが、「今、私たちに与えられている軽い苦しみは、目に見えるものではなく、目に見えないものに目を向ける私たちに、栄光の重みとして、その増し加わりに応じて、永遠の栄光を築き上げてくださるのです」(Ⅱコリント4:17,18)。それゆえ、目に見えない善のために、「天使たちでさえ、その御子に近づきたいと切望している」(Ⅰペトロ1:12)、私たちが婚約している花婿キリストのために、どうか私たちの魂を、悪行や、主が言われたように私たちを汚す不純な思いから守り、決して悪いことを考えないようにしてください。なぜなら、思いは火のように情欲に燃え上がるからです。さらに、情欲から身を遠ざけ、それが芽生え始めたその瞬間に誘惑者を退け、善行によって魂を照らし、私たちに課せられた節制に全力を尽くし、清らかな者としてこの世を去り、言い表せない喜びのうちに天へと上げられ、そこでキリストの天の婚礼の宮殿の喜びを味わうにふさわしい者となるためである。

## 274. 聖像破壊派からの猛攻があった。耐え抜いた

274. 1) 聖像破壊派からの猛攻があった。我々は耐え抜いた。神は、このすべてに耐え忍ぶ覚悟そのものを、行いそのものとして受け入れてくださる、と確信させ、勇気づけてくれる。—2) 断食について。喜んで続けよう。ただし、自らの意志によるものではない。——3) 断食の労苦を称え、——4) あらゆる行いを、その時期に応じて行うよう勧めている。[4, 61]

14. 昨日は激動、今日は静寂；昨日は動揺、今日は安らぎ。しかし、神は祝福され、誘惑を追い払い、私たちを揺るぎないものとして堅くしてくださった。たとえ、私たちに脅かされていたことが待ち受けていたとしても。これこそが真のキリスト者である！これこそが偽りのない修道士である！彼らは常に、徳のために災難に遭う覚悟をしており、神の戒めよりも優先すべきものは何もない。あの（敵である迫害者たちは）、やって来て、言いたいことを言い放ち、去っていった。彼らは私たちを恐怖で打ちのめしたというよりは、むしろ自分たちの行いに恥じ入ったのである。しかし、あなたがたが主のために迫害されることを選んだことに対し、主は完全な報いを与えてくださるでしょう。なぜなら、主は恵みに富んでおられ、善を選んだ者、そしてただ一つの確固たる決意を持った者を、常に栄冠で飾ってくださるからです。試練はまだ去っておらず、依然として脅威となっています。なぜなら、至る所で権力者たちから、誰も異端の思索に加わらないようにという命令が出されているからです。ですから、使徒の言葉を聞き従いましょう。「知恵をもって世の人々と交わり、この時を贖うようにしなさい。あなたがたの言葉は、常に恵みに満ち、塩で味付けられ、一人ひとりにどのように答えるべきかを、あなたがたにふさわしいように示しなさい」（コロサイ4:5,6）。ここで使徒は、むやみに誘惑に陥らないよう、また神の言葉を黙して語らないよう、私たちに教えている。なぜなら、「もし誰かがひるむなら」と主は言われる、「わたしの魂はその人を好まない」（ヘブライ人への手紙10,38）。しかし、この件についてはこれくらいにしておこう。

15. 断食はすでになんかなり進み、私たちをますます熱心に前進するよう促している。各人が望むように、「悲しみや必要からではなく、自発的に」断食を行う者を、「神は愛しておられる」（Ⅱコリント9:7）からである。とはいえ、共同生活の掟は、誰もが自分の好きなように振る舞うことを許してはいない。しかし、従順な者たちにとっての節制の共通の限界とは、自らの意志を切り捨てることである。

16. 断食は善である。なぜなら、情欲を鎮め、肉体を霊に従わせるからである。涙は善である。なぜなら、罪から心を洗い清め、それを清らかなものとして神に捧げるからである。祈りは善である。なぜなら、心を高揚させ、神との対話者とするからである。愛は善である。なぜなら、至る所で自己を軽んじ、隣人のために尽くすからである。熱意は善である。なぜなら、労苦を和らげ、精神を若々しくし、老いた者にも若者のような機敏さをもって行動させるからである。

17. それゆえ、私たちは穏やかで熱心でありましょう。詩篇を歌う時が来れば、熱心にそれに駆けつけましょう。働く時が来れば、懸命に働きましょう。沈黙の時が来れば、賢明に沈黙を守りましょう。語り合う時が来れば、節度を持って語り合いましょう；一言で言えば、私たちに命じられた通り、あらゆる混乱や興奮を避け、すべてを品位を保ち、秩序正しく行いましょう。礼拝の回数は、体の健康を保ちつつ、力の許す限り、通常の詩篇の朗読と共に執り行いましょう。——そして、平和の神が、あなたがたを「日の女王」、すなわちキリストの輝かしい復活の日へと導き、天の御国にふさわしい者とされますように。そこでは「飲み食いすることではなく、義と平和と聖霊による喜び」（ローマ14:17）があり、神が私たちの主イエス・キリストによって、これらをもって私たちを豊かにしてくださいますように。

## 275. 異端者とは交わってはならない

275. 1) 異端者とは交わってはならない。そのために私たちは迫害を受けているが、神の助けによって耐え忍んでいる。—2) キリストの受難に与る者となることは幸いである。—3) さあ、勇気を奮い起こそう。[4, 62]



18. 修道院の外にいる間、私たちはここで、できる限り、また状況が許す限り、生活を整えてきました。しかし今、迫害者たちがキリストのために迫害を続けなくなった今、私たちは預言者の言葉に従うべきです。「彼らのうちから出て行き、彼らから離れよ、と主は言われる」（イザヤ 52, 11; II コリント 6:17）。もし他の人々がこの点において異なる行動をとるなら、彼らは裁きの日に主に対して自ら答えを述べることになるだろう。私としては、彼らと共に歩むことは、異端者たちに対する態度において無関心であるのと同じことだと考える。ご覧の通り、彼らに従わないことは、私たちをこの世から遠ざけるだけでなく、同時に、悲しみ、苦難、飢え、投獄、そして死へと導くのです。「しかし、これらすべての事において、私たちを愛してくださった神によって、私たちは勝利を得るのです」（ローマ 8:37）、神は、御自身を渴望する魂をご覧になると、その魂に、御名のために苦難に耐え抜く力を与えてくださいます。それは、今日私たちが記念する四十人の殉教者たちが、他の者たちと共に証ししている通りです。なぜなら、彼らに私たちとは異なる本質があったとは言えないからです。しかし、真の心から神を愛したゆえに、彼らはその弱き肉体に、目に見えぬ敵に打ち勝つ力を授かり、すべてのキリスト教徒が讃えるような、かくも偉大な功業を成し遂げたのである。

19. まことに、たとえわずかでであっても、キリストの受難に与ることを許された者は幸いである。キリストが迫害されたように迫害され、キリストが捕らえられたように捕らえられ、キリストが鞭打たれたように鞭打たれ、キリストが侮辱されたように侮辱され、キリストが投獄されたように投獄された者である。さて、なぜ次のように書かれているのか、よく考えてみてください。「もしキリストと共に死んだなら、キリストと共に生き返る。もし耐え忍ぶなら、キリストと共に王となる。もしキリストを否むなら、キリストもまた私たちを否まれる。もし信じないとしても、キリストは真実であり続ける。なぜなら、キリストはご自身を否むことはできないからである」（II テモテ 2:11-13）。ご覧の通り、約束と警告はどのようなものであり、どれほど重大なものであるか。

20. さあ、心を奮い立たせ、立ち上がろう。私たちがすでにキリストの恵みによって耐え抜いてきたこと——追放、投獄、鞭打ち——を、決して恥じることはないように。ましてや、私たちは皆、牢獄に閉じ込められていたのではないだろうか。しかし、そのような人生の交わりは、苦難の交わりでもあるのだ。なぜなら、「一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、一つの肢体が榮えれば、すべての肢体が共に喜ぶ」からである（I コリント 12:26）。それゆえ、私たちはいつまでも「一つの体、一つの御霊であり、私たちの召しの希望も一つである」（エフェソ 4:4）ように、キリストを頭として、神に喜ばれ、天の御国を得ることができるようになろう。

## 276. ブルガリアにおいて、忠実なキリスト教徒たちが、聖

276. ある伝承によれば、ブルガリアでは、忠実なキリスト教徒たちが、聖四旬節に肉を食べるよりも、むしろ死を甘受することを選んだという。ここから、偶像破壊主義に対して死に至るまで立ち向かうという教訓が導き出される。[4, 63] 本説教において、ある伝承を通じて、皆様に慰めを得ていただきたいと思います。その伝承は次のようなものです。ブルガリアでは、事情に詳しい者たちの話によれば、当時の支配者から、捕虜となっているキリスト教徒や私たちの兄弟たちが、聖なる四旬節の期間中に肉を食べよう命じる悪しき勅令が出された。そして、これに服従する者は生かされ、服従しない者は殺されることとなった。不敬虔な者の言葉が勢いを増し、民衆は妻や子供たちと共に集まった。泣き声と叫び声が絶え間なく響き渡った。ある者はキリスト教の律法を擁護して、またある者は肉体の死への恐怖からであった。そしてついに——ああ、悲しい知らせだ！——彼らは打ち負かされ、不敬虔な命令に屈してしまった。しかし、その中から十四人が群衆から離れ、彼らの前に立ちはだかり、屈服したり従ったりしてはならないこと——そしてキリスト教の律法に反して肉を食べることに同意してはならないこと——を説き始めた。この言葉を聞いて、民衆からは、やむを得ない事情に譲歩し、その後悔い改めによってこの罪を償うべきだ、しかしを安易に死に委ねてはならない、という叫びや説得が上がった。しか



し、それらは彼らを少しも説得せず、心を和らげることもなかった。彼らは、神と約束された至福を見据え、自らの信念を貫いた。スキフ人は、これらの男たちの揺るぎない堅固さを見て、一人の男を通じて他の者たちを動揺させ、自分たちの側に引き込もうと考えた。そして、一人の男を殺害し、その妻と子供たちをスキタイ人に奴隷として売り渡した。他の者たちがこれを見て動揺し、屈服することを期待してのことだった……しかし、彼らはさらに不屈の姿勢を強め、「我らはキリスト者であり、亡き兄弟の道に忠実である」と叫んだ。この信仰の告白の中で、彼らは皆殺され、主の御許で息を引き取った。ご覧の通り、今もなお、神の御国の福音は力強く働いているのではないか。「父や母をわたしよりも愛する者は、わたしにふさわしくない」と主は言われる。「また、自分の十字架を負って、わたしに従う者でなければ、わたしにふさわしくない……」。また、「体を殺しても、魂を殺すことのできない者たちを恐れてはならない。むしろ、魂も体もゲヘナで滅ぼすことのできる者を恐れなさい」（マタイ10:37, 38, 28）。彼らは福音の戒めに従い、主に従順であり続け、殉教の冠を戴いた。それは、聖マカベオたちに倣ったものであり、その数は彼らの二倍であった。すなわち、聖マカベオたちは七人であったのに対し、彼らは十四人であったからである。あちらは豚肉を食べようとしなかったために苦難に遭ったが、こちらたちは、キリスト教の律法に反して、断食中にいかなる肉も口にしようとしなかったために苦難に遭ったのである。——ああ、幸いな人々よ！　ああ、幸いな代価よ！　一瞬のうちに永遠の安息を得るなんて！　異端者たちとの交わりを背教とは見なさない者たちは、これに対して何と言うだろうか。もしあそこで、断食中に普通の肉を食べることに同意したために民が背教を犯したのなら、ましてやここでは、不敬虔に捧げられた犠牲への交わりこそが背教である。キリストのイコンのために苦しむことは殉教ではないと言う者たちはどこにいるのか？　もしあそこで、キリストの教会の律法を破ることに同意しなかったために苦しんだ者たちが殉教の偉業を成し遂げたのなら、それならば、キリストご自身を象徴する聖像から背くことに同意しないとき、ここで行われている殉教の偉業は、それ以上に輝かしいものではないだろうか？　——しかし、そう語るのは、自らの異端的な思索によって理解力が曇らされた愚かな者たちであり、彼らは自らの墮落によって、他者も正信と正道から逸脱させようと企んでいるのである。——しかし、私たちは、御自身を賛美する者を賛美してくださる、私たちの善き神を賛美しよう。神は、この世においても殉教者たちを現わしてくださるのだ——ここで思い起こすべきは、外見上は貧しく、学識も乏しく、妻や子供を持つ人々が、キリストへの愛ゆえにすべてを捨てたのであれば、ましてや、未婚で世俗を捨てた我々は、時が来れば、信仰と敬虔の聖なる擁護者たちと同様の姿を現さなければならないのではないか。しかし、それは時が来て、キリストが求めておられる時である。今こそ、良心の中で絶えず繰り広げられる殉教の試練に、しっかりと立ち向かおう。バアルの前でひざまづくことなく、思いに襲われても屈服せず、悪者の燃え盛る矢を、涙と祈りと悔い改め、そして肉に対するふさわしい憤りをもって消し去り、私たちも使徒と共にこう言えるようにしましょう。「私は毎日死んでいる。兄弟たちよ、これがあなたがたへの私の誇りである。すなわち、私たちの主キリスト・イエスについてである」（Iコリント15:31）；また聖ダビデと共に、「あなたのゆえに、私たちは一日中死に、屠られる羊のように数えられている」（詩編43:22）と語れるように。これらによって、私たちが天の御国の相続人となるにふさわしい者とされますように。

## 277. 受胎告知は、受肉による神の家造りの始まりであり、私たちに霊的にこれを祝うことを義務づける

277. 1) 受胎告知は、受肉による神の家造りの始まりであり、私たちに霊的にこれを祝うことを義務づけている；——2) それとともに、これを受け入れず、これを利用しない者たちのために祈り、嘆き悲しむこと；——3) 聖使徒パウロと預言者モーセに倣って。[4, 64]

21. 受胎告知が訪れた——これは主の祝祭の始まりである。そして私たちは、多くの人々のように単に祝うのではなく、私たちが祝う理由であり、その前で畏敬の念を抱く秘跡を理解して、これを祝わなければならない。それはどのような秘跡か。——神の御子が人の子となられ、そのための仲介者として至聖なる処女を選ばれ、彼女の中に宿り、彼女を自らの神殿とし、完全な

人間となられたことである。——その目的は何か。「律法の下にある者たちを贖い、私たちが子としての地位を受け継ぐため」（ガラテヤ4:5）と書かれている通り、私たちがもはや奴隷ではなく自由となり、もはや情欲に駆られる者ではなく無情な者となり、もはや世を愛する者ではなく神を愛する者となり、もはや肉に従って歩むのではなく、御霊に従って歩むためである。「なぜなら、肉に従って歩む者は肉的なことを考え、御霊に従って歩む者は霊的なことを考えるからである。肉による思いは死であり、霊による思いは命と平安である。なぜなら、肉による思いは神に対する敵意であり、神の律法に従わないからである。従うことさえできないのである。肉にある者は、神に喜ばれることはできない」（ローマ8:5-8）。これが、端的に言えば、秘跡の力である！ それゆえ、私たちは主の栄光を称えて霊的に祝うべきであり、その御業を継続する中で、真理と敬虔、愛、柔和、平和、忍耐、慈愛、聖霊にあって霊的に振る舞わなければならない。そうしてこそ、私たちのために受肉された主の家造りが、私たちに対して実を結ばず、無力なものとして見られないようにするためである。

**22.** それだけでなく、私たちはさらに、この世のために祈り、心を痛めなければならない。なぜだろうか。それは、神の御子がこの世を救うために来られたにもかかわらず、この世が御子を拒んでいるからである。諸部族や諸言語が御子を拒み、野蛮な諸民族が御子を拒み、御名を呼び求める者たちまでもが、ある者は信仰の不正によって、またある者は生活の墮落によって、御方を拒んでいるのである。——御方がなすべきことを、なぜなされなかったのか？——神でありながら人となられ、御自身を低くされ、死に至るまで従順であり、しかも十字架の死に至られた。御自身の御体を私たちに味わわせ、御血を飲ませてくださった。私たちに「私たちの父」「兄弟」「頭」「師」「花婿」「共同相続人」と呼ばれるにふさわしい者とされ、その他にも多くのことをなされたが、それらをここで詳しく述べる必要はない。——それにもかかわらず、御方は拒絶されている。拒絶されながらも、御方はそれを耐え忍ばれている。「私は、世を裁くために来たのではなく、世を救うために来たのだ」と御方は言われる（ヨハネ12:47）。——では、このことについて、私たちは何を言うべきでしょうか。真の弟子たちは、仲間の弟子たちの背きに心を痛め、それによって師に対する愛と、弟子たちに対する愛を現すのです。同様に、真のしもべたちも、兄弟たちの不誠実さに心を痛めるのです。

**23.** それゆえ、偉大な使徒は、「すべての人々のため、王のため、また権威あるすべての者のために、祈りと願いと懇願と感謝をささげるように」と命じている（1テモテ2:1,2）。また、彼は別の箇所でも、自分自身について次のように述べている。「キリストについて真実を語り、偽りはない。聖霊によって私の良心に導かれてこう言う。私には大きな悲しみがあり、私の心には絶え間ない痛みがある。なぜなら、私の兄弟たち、肉による同族たちのために、私自身がキリストから引き離されることを願うほどだからである」（ローマ9:1-3）。この愛の力が見えますか？この人間愛の高みが見えますか？——モーセもまた、神に向かってこう言っています。「もし彼らの罪をお赦しになるなら、お赦しください。もしそうでないなら、あなたが記されたあなたの書物から、私を消し去ってください」（出エジプト記32:32）。——それゆえ、私たちもまた、偽りの弟子ではなく真の弟子として、自分たちのことだけを考えるのではなく、兄弟たちや全世界のことを思いやり、彼らのために悲しみ、祈らなければならない。なぜなら、このようにして主に喜ばれる行いをすることによって、私たちは永遠のいのちの相続人となるからである。

## 278. 受胎告知の日に、貞潔を称える

278. 1) 受胎告知の日に、貞潔を称え、また——2) 敵が貞潔をいかに敵視しているかを想起し、それを懸命に守るよう説く。[4, 65]

**24.** 受胎告知の日に、受胎告知について少しばかりお話ししようと思います。すなわち、私たちが授かることとなった貞潔の誓いが、いかに偉大なものであるかを示したいのです。なぜなら、大天使ガブリエルは誰に「喜びなさい。恵まれた方よ、主はあなたと共におられます」（ルカ1:28）と言ったのでしょうか。——それは、至聖なる聖母マリアに他ならないのではないのでしょうか。——そして、神ご自身であり御言葉である方が、誰から受肉し、人となられたのでしょうか。

うか。——それは、まさにこの祝福された聖母からではないでしょうか。——そう、この貞潔こそが、すべての者の命を生み出したのです。この処女性は美德の女王である。この処女性はキリストの花嫁であり、花嫁の導き手である。もしよろしければ、祝福されたパウロがこう語っているのを聞いてみよう。「未婚の者は、主にどのように仕えればよいか、主に喜ばれるかを考える。しかし、既婚の者は、この世のことに心を配り、妻にどのように喜ばれるかを考える。妻と処女とは区別される。まだ結婚していない者は、主にあって、いかに主に喜ばれるかを思い巡らし、体も霊も聖なる者となるよう努める。しかし、結婚した者は、この世のことに心を向け、いかに夫に喜ばれるかを思い巡らす」(Iコリント7:32-34)。この言葉の力にお気づきでしょうか——結婚は、主に喜ばれることに心を向ける時間を奪い、世俗的なことに心を向けることになる、と。このように、処女性は、相続財産として、祝福された部分が託されるのです。——しかし、天の御国においても、貞潔には最優先の地位が与えられています。なぜなら、聖ヨハネの黙示録にはこう記されているからです。「彼らは、女たちと交わって汚されることのなかった者たち、すなわち処女たちである。彼らは、小羊がどこへ行くにも、その後に従う」(黙示録14,4)。

25. このように、貞潔を選び、それを守り抜いた者たちは、このような恵みにあずかるのです！—彼らはキリストに従い、キリストと共に喜びを分かち合うのです。—しかし忘れてはなりません。この行いが高尚で超自然的であればあるほど、私たちの命の敵である悪魔は、他のあらゆる情欲以上に、彼に敵対するこの情欲を用いて、私たちを陥れようと激しく躍起になるのです。そして、古来より彼がどれほど多くの人々を陥れてきたか、誰が数え尽くせましょうか？—これほど哀れなことがあるのでしょうか？—私たちは、自分の魂を腫のように大切に守り、花婿であるキリストのために清く保ち、私たちに託された貞操という宝を裏切ることなく、魚が苦しむような目に遭うことも許さない。魚は餌に騙されて釣り針を飲み込み、死に至るのだ。なぜなら、肉欲の甘美さは釣り針のようなものであり、人を腐敗させるだけで養うものではなく、——それは命を与えるものではなく、死をもたらすものである。神の力によって、このものから解放され、息がある限り、清く、汚れのない者として未来へと歩み続け、勝利者としてこの世を去り、私たちの主であるキリスト・イエスにおいて、天の御国を得ることができるように。

## 279. 待ち望まれる過越——祝祭日。しかし、霊的な過越

279. 1) 待ち望まれる過越の祭りは祝日であるが、霊的な過越——すなわち罪と情欲からの清め——は、それ以上に待ち望まれるものである。—— 2) これを持ち合わせない者は、過越の祭りを祝うことさえできない。—— 3) しかし、あなたがたはそうではない。私たちには、神へと導く正しい規律がある。——4) それゆえ、来たるべき世においてもそれにふさわしい者とされるよう、霊的な過越を熱心に追い求めよう。[4,67]

26. 神の助けにより、断食の半ばを過ぎ、過越が近づいているのを見る。——しかし、なぜ私たちは、やって来て過ぎ去っていくこの過越に到達することを、これほど切実に切望するのだろうか。私たちはすでに長年にわたり、そうしてきたのではないだろうか？ この現実の過越祭も過ぎ去るだろう。何しろ、この世において不動のものなど何一つない。私たちの日々は影のように過ぎ去り(ヨブ記8,9)、「私たちの生涯は、流れの速い川よりも速く駆け去る」(ヨブ記9,25)のであり、やがてその終着点に到達するのだ。では、あなたは言うだろう、「復活祭は望ましくないのか？」と。もちろん望ましい——それも大いに。そうでないはずがないではないか。しかし、日々実践できるものは、さらに望ましい。それは一体何だろうか？ 罪の清め、心の碎き、悔い改めの涙、良心の清さ、この地上にある淫行、不潔、情欲、邪悪な欲望、そしてあらゆる罪という「枝」を、行いによって断ち切ることである。このような善き心構えに恵まれた者は、年に一度だけでなく、毎日、主のために、この切に待ち望まれる祭である過越を祝うのである。

27. しかし、上述のようなものを持ち合わせず、情欲に囚われている者は、どうして過越祭を祝うことができるだろうか。腹を神として崇める者、肉の情欲に焼かれる者、嫉妬に苛まれる者、金銭への愛に溺れる者、虚栄心に支配される者、あるいはその他の情欲に囚われている者が



、どうして祝うことができようか。燃え盛る炎に焼かれている者が安らかに休んでいると、あるいは難破した者が無事に航海を成し遂げていると、誰が主張できようか。そのような言葉は許されない。なぜなら、暗闇の中にいる者は光の中にいないのと同様に、罪深い行いに留まっている者は過越を祝うことはできないからである。

**28.** 「しかし、愛する者たちよ、あなたがたについては、あなたがたがより良い状態にあり、救いを保っていることを望んでいます」（ヘブライ人への手紙6:9）。なぜなら、私たちの生活とは、祝祭への準備に他ならないからです。さて、私たちには何がなされているのでしょうか？——詩篇の詠唱に続いて詩篇の詠唱、朗読に続いて朗読、説教に続いて説教、祈りに続いて祈り。それはまるで、私たちを神へと導き、神と結びつける円環のようだ。なんと素晴らしい生き方であろうか！　なんと至福に満ち、三倍の祝福に満ちた人生であろうか！

**29.** さて、今や私たちに望ましい過越が示されたのだから、その過越を目指して進み、力の及ぶ限り、日々それを祝うよう努めよう。すなわち、主を模範として、情欲を死に渡し、美德を復活させることである。「彼もまた、私たちのために苦しみを受け、私たちに模範を残して、その足跡に従うようにされた」からです（Iペトロ2:21）。私はこれを、他者を裁く者として言っているのではありません。「各人は自分の荷を負う」からです（ガラテヤ6:5）；しかし、神から与えられた恵みを感じている者として、与えてくださった方に感謝を捧げ、恩人である主を賛美しましょう。主は、現在必要なものをすべて与えてくださるだけでなく、最後まで熱心に働く者には、約束されたすべての祝福、すなわち天におけるあの永遠の過越を、主イエス・キリストの恵みと人愛によって、私たちすべてが享受できるよう、どうかお導きください。

## **280. キリストと共に苦難を分かち合うことは幸いである。さあ、心を奮い立たせ、苦難に備えよう**

**280.** キリストと共に苦難を分かち合うことは幸いなことである。さあ、心を奮い立たせ、苦難に備えよう。[4, 70] 四旬節もすでに終わりに近づいている。そして、その美しい冠として、キリストの命を与える受難の記念が近づいている。そこから、私たちは計り知れない慰めを得ることができる。なぜなら、もし主であり私たちの神が、私たちの罪のために打たれたのであれば、私たちのような無価値なしもべが、主のために打たれることが、それほど大したことでしょうか。もし主が縛られ、縛られたまま連行され、牢獄に閉じ込められたのであれば、私たちもまた、主であり主権者である方のために苦難に遭うことが、何ら不思議なことでしょうか。しかし、たとえ鞭打ちの刑に処されたとしても、その鞭打ちに耐えよう。耳を引き裂かれる苦痛に耐えなければならないなら、耐えよう。唾を吐きかけられるなら、その唾を受け止めよう。そして最後に、死ななければならないとしても、その永遠の至福に満ちた死に身を委ねよう。そして、上述したことのいずれかにおいて、キリストの受難に与ることを許される者は、なんと幸いなことか！　これこそが至福であり、不死である！　使徒がこう語っているのを、私たちは聞いていないだろうか。「『他の労苦は、だれも私に負わせてはならない。私は、主イエスの傷跡をこの身に負っているのだから』」（ガラテヤ6:17）——これはいわば、「誰も私を軽んじてはならない。なぜなら、私は自分の体に全能の王キリストの栄光を帯びているからだ」という意味である。聖イグナティウスは、キリストの受難を身に帯びていたため、自らを「神を宿す者」と呼んだ。聖エウストラティオスもまたそのような人物であり、最も激しい苦しみの中にあっても、「今、私は、キリストが私の中に生きておられることを知った」と叫びました。ああ、なんと幸いな叫びでしょう！　ああ、なんと三度も幸いな魂たちでしょう！　——なぜなら、私たちは誰の記念を捧げているのでしょうか？　誰の誕生日や命日を祝っているのでしょうか？　誰に敬意を表して聖なる教会を建てているのでしょうか？　誰の聖遺物に礼拝を捧げているのか？　——殉教者たちではないか？　信仰の証人たちではないか？　敬虔な者たちではないか？　——もし彼らがこの世で主からこれほどの栄光に与ったのなら、来世において彼らはどれほど輝かしい栄光を受けることか。これは計り知れず、言葉に尽くせない。——なんと素晴らしい取引か！　なんと至福の交換か！　——わずかな労苦と功績によって、永遠に尽きることのない恵みを勝ち取るのだ。さあ、私たちも彼らに倣

おう。私たちの血を、主の最も聖なる血と混ぜ合わせよう。なぜなら、これは今もなお可能だからである。自然の本質も変わっておらず、「わたしはあなたがたの神、主であり、変わることはない者である」（マラキ 3:6）と仰せられた方ご自身も変わっていないからだ。主はすべての人を等しく愛し、すべての人のために死なれ、すべての人にとって尽きることのない甘美さとして待ち構え、すべての人を救いたいと願っておられる——そして、それこそが主にとっての富である。使徒が言うように、主は「御名を呼ぶすべての人にとって豊かな方」だからである（ローマ 10:12）。さあ、この状況において主を呼び求めよう。そうすれば、主は私たちの魂に力と強さを与えてくださる。主を抱きしめよう。そうすれば、主は私たちの目に見える敵も、目に見えない敵も打ち砕いてくださる。主を忍耐して待ち望めば、主は死者の復活の日、すなわち主が栄光のうちに現れるその日に、私たちに冠を授けてくださる。その日、私たちも裁かれることなく主の御座の前に立つことを許され、正しい答えを返して、天の御国を受け継ぐことができるように！

## 281. 主の受難を顧みて、共に苦難に耐える心に奮い立たせよう

281. 1) 主の受難を顧みて、共に苦難に耐える心に燃え上がろう。－2) あなたがたはすでに共に苦難に耐えてきたが、今後も、その苦難と、その他すべての美德の中に留まり続けよ。－3) 彼と共に栄光を受けるといふ希望に励まされよう。なぜなら、その時、共に苦しんだ者たちにはどのような喜びがあり、これから背を向けた者たちにはどのような悲しみがあるだろうか？！－4) このことを心に留め、自らを清く保ち、あらゆる善において進歩しよう。[4, 72]

1. 本日（受難水曜日）は聖なる日であり、私たちはこれを崇める。なぜなら、この日に主は、ダビデの「なぜ諸国は騒ぎ立ち、民はむなしいことに心を向けるのか。地の王たちと君主たちは、主とそのキリストに対して一堂に会した」（詩編2:1,2）。彼らは集まり、その主に対して邪悪な謀議を企てた。その場で、悪しきユダは師を否認し、彼を売り渡した。その後、裏切りの口づけ、縛り上げ、そして万物の主が敵たちの裁きへと引き渡されるという出来事が続いた。その裁きの場に立たれた万物の審判者は、問われ、答え、そして答えた——なんと恐ろしいことか——頬を打たれながらも、忍耐強くそれを耐え忍び、こう言われた。「もし私が悪を語ったのなら、その悪を証言せよ。もし善を語ったのなら、なぜ私を打つのか」（ヨハネ18:23）。その後、誹謗され、有罪判決を下され、続いて、侮辱、嘲笑、いじめ、唾を吐きかけられ、耳を引きちぎられ、頭への葦の棒による殴打、鞭打ち、十字架への釘付けを受け、その十字架に登って、ご自身の殺害者たちのためにこう祈られる。「父よ、彼らをお赦しください。彼らは、自分が何をしているのか分かっていないのです」（ルカ23:34）； ついに、胆汁と酢を飲まされ、不死の御方は、御霊を神であり父である御方に委ねて息を引き取り、死後、脇腹を刺し貫かれた。以上が、簡潔に要約した主の受難である！——そして、福音書に記されたこれらの物語を賢明に聞く者は、もはや怒ったり、悲しんだり、激昂したり、高慢になったり、兄弟を見下したり、嫉妬したり、名声を求めたりすることはなくなるでしょう。むしろ、あらゆる方法で謙遜に努め、心を砕き、自らを土と灰と見なし、キリストの受難に参与することを願い、その死に倣うよう努めるでしょう。そうしてこそ、キリストの復活における栄光に与ることができるのです。

2. あなたがたも、勇気を出しなさい、と私は言います。あなたがたはすでに主の受難に与り、その交わりの中に留まっているからです。よく考えてみてください。あなたがたは今、どこにいますのでしょうか。あなたがたは、主の御言葉と、その証しのために、追放や迫害を受けているのではないのでしょうか。それ以前にも、牢獄に閉じ込められた経験はありませんでしたか。侮辱や冒瀆の中で、血を流したことはありませんでしたか。私たちの兄弟たちのうち、苦難のさなかに勇敢にこの世を去った者たちもいたではないか。——これこそが、主における私たちの誉れである！そして、これこそが私たちの賜物である！——しかし、私たちの気まぐれさゆえに、私たちの堅固さは頼りにならず、今日という日が何をもたらすかを確実に断言することはできない。ですから、どうか主のために揺るぎなく、不変に立ち続け、心を一つにし、心を揃えて福音の信仰のために共に戦い、「敵対する者たちのいかなることにも動揺することなく」（フィリピ



1:28)、「何事においてもつまずきを与えないように」(Ⅱコリント6:3)、「むしろ、すべてのことにおいて、自分たちを神の僕として振る舞い」(Ⅱコリント6:4)、従順、謙遜、柔和、寛大さをもって、「多くの忍耐をもって。なぜなら、神の御心を成し遂げて約束を受け取るためには、忍耐が必要だからです。「まだほんの少し、来るべき方が来て、それを成し遂げられるまで、少しの間だけである」(ヘブライ人への手紙10:36,37)。

3. もし主が来られ、遅れることがなければ、なぜ私たちが「苦難の中で寒さに震える」(エフェソ3:13)のではなく、むしろ毎日、主のために死ぬ覚悟を固めるべきではないのか。——なぜなら、こう書かれているからです。「もし彼と共に死んだなら、彼と共に生き返る。もし耐え忍ぶなら、彼と共に王となる。もし彼を拒むなら、彼もまた私たちを拒まれる。もし信じないとしても、彼は忠実であり続ける。あなたがたは、自分自身を彼から切り離すことはできないからである」(Ⅱテモテ2:11-13)。聖徒たちは、御自身の力の天使たちと共に天から来られる主を仰ぎ見、言葉に尽くせぬ喜びへと招かれ、冠を授けられ、彼らと共に永遠に共に住まわれるとき、どのような喜びを味わうことでしょうか。それとは対照的に、福音に信じず、主の戒めを破った者たちは、その時、どのような苦しみ を味わうことになるのでしょうか。彼らは、聖書に記されているように、「主の御顔と、その力の栄光から、永遠の滅びという苦しみを受けることになる。主が、ご自身の聖徒たちの中で栄光を受け、すべての信じる者たちの中で驚くべき方として現れる時である」(テサロニケの信徒への手紙二 1:9,10)。

4. これを心で熟考し、これについて思いを巡らせながら、「肉と霊のあらゆる汚れから自分を清め、神への畏れをもって聖なる者となり」(Ⅱコリント7:1)、より良いものを求め、最も完全なものへと高められていく(ヘブライ11:16; 6:1)、「悪を憎み、善に固くすがり、兄弟愛をもって互いに愛し合い、互いに尊敬し合い、勤勉に怠ることなく、熱意をもって主に仕え、希望をもって喜び、苦難に耐え、祈りに励む」(ローマ12:9-12); このような清らかさに誠実に留まり、迫り来る過越祭をふさわしい形で祝い、永遠に天の恵みを味わうにふさわしい者とされるためである。

## 282. 主がそのようなお方であるにもかかわらず、これほどまでに苦しめられるとは、なんと驚くべきことか。

282. 1) 主がそのようなお方であるにもかかわらず、これほどまでに苦しめられるとは、なんと驚くべきことか。— 2) すべての被造物が戦慄した。私たちだけが無関心でいられるだろうか。— 3) 私たちに対するこれほど大きな愛に対して、私たちは愛をもって報い、日常生活においても迫害においても、すべてを耐え忍ぶ覚悟をもって応えるべきである。[4, 73]

5. そして、私たちの主イエス・キリストの受難を思い起こすたびに、魂は砕かれ、深い感動に満たされる。とりわけ、それらの出来事が一つひとつ起こったこの期間(受難週間の金曜日)においてはなおさらである。それはどのような受難なのでしょう? ——主に対する殺意に満ちた陰謀、ユダヤ人による主の逮捕、死への連行、ピラトの法廷への引き出し、裁き、尋問、耳を引き裂かれること、唾を吐きかけられること、侮辱、嘲笑、十字架への引き上げ、手と足の釘付け、苦い胆汁の摂取、肋骨の刺し傷、そしてその間に起こったその他あらゆる出来事——それらは、この世が収めきれるものではなく、人間の言葉のみならず、すべての天使の言葉をもってしても、ふさわしく描写することなどできないほどである。なぜなら、この神秘がいかに偉大で、言葉では言い表せないものであるかを、私たちは想像してみなければならぬからだ! ——心の思いを見通す主、あらゆる人間の思いを知り尽くす主——その御方が、御自身を死に処す評議会へと導かれる。「御自身の力の言葉によって万物を支えておられる」(ヘブライ人への手紙1:3) まさにその方が、罪深い人々の手に引き渡されるのです。雲の中に水を蓄え、時宜を得てそれを地の上に降らせる方、まさにその方が縛られて連行されるのです。「天を手ひらで測り、全地を掌に収め、山々を定規で定めた」(イザヤ40:12) ——まさにその方が、しもべの手によって打たれるのです。地を様々な花で飾られたその方が、恥辱として茨の冠を戴かれます。楽園

の真ん中に命の木を植えられたその方が、侮辱として木に釘付けにされます。ああ、これらの光景はなんと恐ろしく、また超自然的であるか。

6. 太陽はこれを見て暗くなり、月はこれを見て曇り、地はこれを感じて震え、石はこれを感じて砕け散った。すべての被造物は、主が侮辱されるのを見て身震いした。——かくして、無魂で無感覚な自然の要素さえも、あたかも魂を持ち、感覚を持つかのように、神への畏れとこれらの幻の光景によって、その本来の姿から逸脱し、変容してしまった。それならば、理性によって尊ばれ、キリストが私たちのために死なれた私たちこそ、この時代に心を砕かず、涙を流さないなどということがあるだろうか。それならば、この後、私たちは言葉を持たない者たちよりもさらに言葉を持たず、石よりもさらに無感覚な者となってしまうのではないか？ どうか私たちにそのようなことがあってはならない、あってはならない。むしろ、神にふさわしい畏敬の念に満たされ、善き変容を経て、涙を流し、情欲を犠牲に捧げ、主の侮辱に対しては侮辱に耐えることで報い、主の傷に対しては我々の傷を耐え忍ぶ——あるものは従順の行いにおいて、またあるものは今後の告白において。

7. これらすべての中に、神への愛へと駆り立てる動機がどれほどあるか、私たちには見えないのだろうか？ 誰が、いつ、牢獄に投獄されたことがあっただろうか？ 誰が愛する者のために自らを犠牲に捧げたことがあったでしょうか？ しかし、全善なる私たちの神は、私たち罪人のために、一度や二度ではなく、数えきれないほどの苦難を背負ってくださいました。それゆえ、義なる使徒は、このことを思い巡らし、神への強い愛に満たされて、次のように語ったのです。「私は、死も、生も、御使いたちも、支配者たちも、力ある者たちも、現在のことも、未来のことも、高いものも、深いものも、その他のいかなる被造物も、私たちの主キリスト・イエスにある神の愛から、私たちを引き離すことはできないと知っています」（ローマ8:38,39）。なぜなら、神もまた私たちに対してそのような愛を抱いておられ、「御独り子さえも与えられた。それは、御子を信じる者が一人として滅びることなく、永遠の命を得るためである」（ヨハネ3:16,17）からです。そのような愛に報いるにふさわしい行いを何も持たない聖人たちは、自らを、自らの体と血を捧げ、苦行の労苦の中や苦難の中で、祝福されたダビデと共にこの歌を歌った。「主が私に与えてくださったすべての恵みに、私は主に対して何をもって報いようか」（詩編115:12）。——私たちもまた、常にこのような声で主に叫び続けよう。主に対する飽くことのない愛をもって、絶えず主に仕え、ますますより良いものを追い求め、すべての聖人たちと共に、永遠の祝福の相続人となろう。

### 283. あなたがたの善における進歩を喜びます

283. 1) あなたがたが善において進歩していることを喜んでいる。— 2) しかし、そこで止まることなく、聖徒たちに倣い、約束に励まされて、さらに前進しなさい。[4, 81]

8. 私があなたがたと語り合うのは、強制されてではなく、自発的なものです。とはいえ、あなたがたに語りかける必要は私にもあります。なぜなら、私は罪人ではありますが、神の嫉妬心をもってあなたがたを思いやり、あなたがたの繁栄を大いなる喜びをもって喜んでいるからです。たとえ私が、つい先日のように、しばしばあなた方を傷つけることがあっても、それもまた、私があなた方に対してどれほどあふれんばかりの愛を抱いているかを知っていただくためなのです。[なぜなら、愛する者は、子供を丁寧に育てながら、懲らしめも怠らないからです。「父が懲らしめない子などいるのでしょうか？」（ヘブライ人への手紙12:7）]——「あなたがたが完全で、何一つ欠けるところのない者となるためです」（ヤコブの手紙1:4）。なぜなら、私はあなたがたが従順で、謙虚であり、この修道会に属する者の中で、おそらく誰よりも厳格に父の戒めを守っていることを認めているからです。これはお世辞ではなく、真実である。主の戒めに従い、父とこれほど心をつにし、あらゆる事において修道院長に従う者が、あなた方ほど、その両方に熟達している者が他にいるだろうか。その証拠として、迫害、追放、投獄、敵意、そして「罪に対する」闘いにおける「血を流すほどの」奮闘がある（ヘブライ人への手紙12:4）です。——そして、これはあなた方から出たものではなく、神からの賜物であり、その神からあなた方

に称賛がありますように。他の人々が金や財産、修道院やその他の保障を持とうとも、私にとっては、あなた方という良き誉れを持つこと、そしてあなた方によって飾られることだけで十分です。なぜなら、あなた方は私の喜びであり、栄光の冠であり、命であり、その他あらゆる善だからです。

9. ただ一つお願いしたいのは、あなたがたの善き意志から逸脱せず、善や完全さへの段階的な向上に限りを超えないでほしいということです。物質的な財産を追い求める者たちが、富を増やすことには満足を見出せないのと同様に、あなたがたもまた、霊的な高みにおいて、最期の息を引き取るその瞬間まで、前へと進み続けることをやめないでください。「なぜなら、今の世の思いは、私たちの中に現れようとする栄光にふさわしくないからです」（ローマ8:8）。聖人たちの伝記において、彼らがどれほどの苦労と汗をもってその生涯を全うしたか、お分かりにならないのでしょうか。聖なる殉教者たちが、どれほどの流血と、どのような苦しみの中でその生涯を終えたか、お分かりにならないのでしょうか。その理由は何か。それは、キリストを自分のものにするためである。「見えるものは一時的であり、見えないものは永遠である」（Ⅱコリント4:18）。太陽は素晴らしいものではないか。しかし、それもやがて消え去る。月は美しいものではないか。しかし、それも光を放たなくなる。星々は美しいものではないか。しかし、それらも落ちていく。天は素晴らしいものではないか？しかし、それも衣服のように朽ち果て、すべてが変わりゆく——そして、聖書に記されているように、新しい天と新しい地が現れ——キリストにおいて、またキリストと共に、言葉に尽くせぬほど至福に満ちた生活が始まるのだ。これこそが、私たちへの約束である。そして、こうした思い起こしによって、私たちは自らを助け、超感覚的なもので感覚的なものを打ち勝ち、神の愛によって肉的な愛を抑え込み、使徒が教えるように、「上にあるものを求めなさい。そこには、神の右の座に着いておられるキリストがおられます。上にある知恵を求め、地上の知恵を求めないでください」（コロサイ3:1）と、情欲の泥沼に転げ回ることなく、情念の泥沼に沈むことなく、「彼らの終わりは滅びである。私たちのいのちは天にあるからであり、そこから、私たちの救い主である主イエス・キリストを待ち望んでいる」（フィリピ3:19,20）。

#### 284. 傷を負った私は、治療を受け、こうして皆さんと語り合っている

284. 1) 傷を負った私は、治療を求め、こうして皆さんと語り合っている。——ここから教訓を得る。誰かが罪の傷を負ったら、すぐに悔い改めの治療に駆けつけよ。—— 2) 先延ばしにしてはならない。死が突然訪れるかもしれないからだ。清められずに死んで、裁きの座に立つことは恐ろしいことである。——3) 自分自身に注意を払い、先延ばしを教える敵の言葉を聞いてはならない。[4, 82]

10. 私の足の傷が、あなたがたを悲しませたが、それは当然のことである。あなたがたは、喜びにも悲しみにも、兄弟を愛し、父を愛する者として、私と心をつにしているからである。私はここから、あなたがたへの教訓の題材を得ています。それはどのようなことでしょうか。私の罪のゆえに傷を負ったとき、直ちに治療と相応の安静が必要でした。そのため、三日間、私はあなたがたと交わることができませんでした。しかし今、神の憐れみによって病が癒やされ、私は再びあなたがたと共にいます——そして今、こうしてあなたがたに語りかけているのです。——心の傷についても同様です。——誰かが、目にしたものや耳にしたことによって心に傷を負ったことはありますか？あるいは、悪魔的な考えに惑わされ、邪悪な欲望、怒り、激怒、憎しみ、嫉妬、対立、不従順、あるいはその他の破滅的な情熱に燃え上がったことはありますか？——その者は直ちに治療、すなわち悔い改め、心を砕き、泣き、嘆き、心の痛みを感じ、その他の悔い改めの治療に取り組み、適切に癒やされた後、再び以前の穏やかな心境に戻らなければならない。もしそうしなければ、私たちには罪が罪を呼び、傷が傷を呼び、情欲は不治のものとなり、私たちは死に至るまで罪に病み続けることになる。

11. しかし、兄弟たちよ、私たちにはそのようなことがあってはなりません。まず第一に、罪を犯さないよう自らを戒めなければなりません。なぜなら、魂を清く保ち、心を情欲によって



傷つけられないことほど、甘美で至福なことがあるでしょうか。もし、私たちの本性の傾向ゆえに罪を犯してしまったなら、一刻も早く改め、自分の中に癒やされていないものを残してはならない。死は盗人であり、その盗人がいつやってくるか——真夜中か、それとも鐘が鳴る時か——は誰にも分からないからだ。準備ができていないまま肉体から離れることは極めて悲惨であり、その状態でキリストの裁きの座に立つことは極めて恐ろしいことである。なぜなら、使徒が言うように、「神の言葉は生きていて力があり、いかなる両刃の剣よりも鋭く、魂と霊、関節と骨髓を分け隔てるほど深く入り込み、心の思いや考えを裁くものであり、御前に隠されたものは何一つなく、すべてが御目の前で明らかにされている。私たちには、この御言葉があるのです」（ヘブライ人への手紙 4:12, 13）。「もし義人でさえかろうじて救われるのであれば、不義で罪深い者は、どこに現れるというのでしょうか」（ペトロの手紙一 4:18）。預言者ダニエルでさえ、幻の中で神の裁きを見て恐怖と驚愕に襲われたというのに、私たちが実際にこの裁きの座に立つとき、いったいどのような苦しみを味わうことになるのだろうか。「火の川が、御前の前から流れ出ていた。数えきれないほどの大群が御前に仕え、数えきれないほどの群衆が御前に立っていた。裁きの座が設けられ、書物が開かれた」（ダニエル書7章10節）。これが起こったとき、誰が立ち続け、誰が大胆さを保てるだろうか。正しい信仰と善行を持ち、勇気と正義と貞潔を身につけ、従順な子である者以外には、誰もいない。

12. それゆえ、私たちはあらゆる注意を払って自らを戒め、常に畏れをもって結末を待ち望まなければならない。私たちが略奪し、殺意に満ちた敵は隠れることはできない。その敵は、常に私たちに、今この時を無防備さと怠慢の中で過ごさせ、戒めに従うことを未来へ先送りするよう唆しているのだ。これこそが、罪の魅力的な姿で私たちが惑わすこの蛇である。しかし、私たちは常に神の力によって彼を退け、その歩みを逆転させよう。そのために、私も今この時、謙虚な心であなた方に語りかける。たとえ私の口から五つの言葉しか聞かなくても、あなた方が慰められ、互いに与えられたこの戒めによって共に慰め合えるようにと願って。なぜなら、戒めは常に魂を新たにするという点で有益だからです。そして、私たちの先人たちにならってこれを行うことにより、私たちは自らの救いを成し遂げ、神を和らげ、その御国に与かるにふさわしい者とされることを、私は知っており、確信しています。

## 285. 異国の地にあっても、あらゆる恵みをもって彼らを憐れんでくださる神に感謝するよう招く

285. 1) 異国の地にあっても、あらゆる恵みをもって彼らを憐れんでくださる神に感謝するよう勧めている。— 2) そして、そのような恵みを失わないために、信仰と希望と同様に、神に喜ばれようとする熱意を欠かさないよう説いている。[4, 83]

13. 私たちは、主が私たちのためにしてくださる恵みに感謝すべきである。とりわけ、異国の地にいる間、追放されているにもかかわらず、修道院にいるかのように生活を送り、自分たちの必要を満たすだけでなく、私たちが訪ねてくる人々をも満たしていることについてである。ご存じの通り、あちらからはこちらからも、どれほど多くの兄弟たちが絶え間なく私たちのもとを訪れているのでしょうか。——彼らにとって、神と私たちの謙遜以外に、他に頼るべき場所があるのでしょうか。また、あらゆる面で貧しさと欠乏に耐えながら、どれほど多くの巡礼中の司祭や兄弟たちが私たちのもとを訪れているか、お気づきでしょうか。——誰かを受け入れない日は、ほとんど一日もありません。それにもかかわらず、私たちに必要なものが不足したことは一度もなく、むしろすべてが十分に、いや、余りあるほどありました。これについて、私たちが言えることはただ一つ、「まず神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべてあなたに与えられる」という約束を語られた方の言葉は、まことに偽りではない、ということ以外はありません。（マタイ6:33）。——そして実際、「小麦、ぶどう酒、オリーブ油の実」（詩篇4:8）やその他の必需品が、期待をはるかに超えて私たちに与えられました。神の慈しみに感謝を捧げるにふさわしい声を上げる力さえ、私たちにはありません。たとえ、こうした受け入れによって多少の制約や負担を感じることもあっても、その見返りがどれほど大きいか、考えてみてほしい。そして、それによって神に捧げられる賛美はどれほど偉大か。修道院の院長たちでさえ、自

分たちには成し遂げる力がなかったことを、神が私たちに成し遂げさせてくださったことに驚いている。なぜでしょうか。それは、私たちの信仰と希望によって、この中に神の力が現されるからです。そして私には、今私たちに起こっていることは、イスラエルが荒野に滞在していた時の出来事に非常によく似ているように思えます。今年で四年目になりますが、私たちは種を蒔かず、刈り取りもしないにもかかわらず、神はこの間ずっと、尽きることのない肉体の糧を私たちに与えてくださいました。神は天からマナを降らせてくださったのではなく、飢えた者たちを養うために必要なものを、余りあるほど持っている人々の穀倉を私たちのために開いてくださいました。岩から水を湧き出させたのではなく、敬虔な人々の手によって、彼らの酒の壺を私たちのために空にしてくださいました。そして、他にも多くの恵みを私たちに与えてくださいましたが、それについては今、口にするのは気が引けます。これは驚くべきことではないか、驚くべきことではないか、称賛に値することではないか？——使徒の言葉を用いて、もう一つ言おう。すなわち、私たちは「**貧しい者でありながら、多くの人々を豊かにし、何一つ持たない者でありながら、すべてを備えている**」のである（Ⅱコリント6:10）。

**14.** これこそが、私たちの慈愛に満ちた神からの賜物であり、その恵みの大きさである！神がこのように私たちに尊んでくださったことを自覚せずに、その恩人である神を傷つけてしまわないかと思うと、恐ろしい限りである。しかし、兄弟たちよ、私たちは自分自身にしっかりと注意を払い、——ここにいらっしゃる方も、遠く離れている方も、皆で心をつにして——主の戒めを熱心に守り、「**互いに励まし合い、愛と善行を育むように**」（ヘブライ人への手紙10:24）、不注意に生きることを許さず、肉の欲や思いに従わず、昔の不平を言う者たちのように不平を漏らさず、当時の誘惑者たちのように主を試みることなく——主が将来、私たちのためにあれこれを行ってくださるかどうかわかる。 「**信じる者には、すべてが可能である**」（マルコ9:22）と書かれている通りです。なぜなら、私たちが心から信じるならば、主は私たちの願いに応じて、私たちの救いのためにも、この世の生活のためにも、必要なものをすべて与えてくださるからです。そして私たちは、真理の光に照らされながら、この人生の荒野を無事に通り抜け、強力な霊的な武器を身につけて、目に見えないアマレク人を退け、約束の地ではなく——私たちは一時的で過ぎ去るものを求めているわけではないからです——天の御国に入るでしょう。 「**義のために迫害される者は幸いである。天の御国は彼らのものだからである**」（マタイ5:10）と約束された方は真実だからである。

## 286. 人間による外的な誘惑は、軽微なものである

286. 1) 人間的な外的な誘惑は、軽微なものである。—— 2) 悪魔的な誘惑はより重い。しかし、それらに立ち向かう熱意を失わなければ、主の助けによってそれらをも打ち負かすことができる。—— 3) これこそが絶え間ない戦いと殉教である。[4, 84]

**15.** 私たちを襲う悲惨な出来事において、使徒と共に「**私たちに降りかかる試練は、人間に耐えうる範囲を超えるものではない**」（Ⅰコリント10:13）と、時宜を得て言うべきである。私たちは、あらゆる点で私たちの模範である善良な長老テオクティストのために、こう言うのである。いったいどのような試練か。それは、彼がハルキトと呼ばれる島に幽閉されており、また、彼の上司から「**権力者を記念していない**」と誹謗中傷されたその長老が、最も残酷な鞭打ちを受けたという事実である。試練は激しさを増しており、その責任の多くは私たちに帰せられている。なぜなら、修道院の運営を任された者が、自ら進んで権力者を記念しないなどあり得るだろうか。あるいは、投獄から逃れた兄弟や長老たちが、都に留まりながら異端者たちを惑わさないなどあり得るだろうか。 — 「『**彼らの間から出て行き、彼らと分離せよ、と主は言われる。彼らの不潔な物には触れてはならない**』」（Ⅱコリント6:17）。これに背いて行動する者は、痛ましい災いに見舞われる。なぜ我ら謙遜な者たちは、都の中に住む者たちから離れ、その周辺に住んでいるのか。それは、「**罪を犯そうとする者に、罪を犯す口実を与えないため**」（Ⅱコリント11:12）であり、主はこれまで我々を無傷で守ってくださったのである。しかし、もし私たちが自制し、無分別にあれこれと口走らず、虚しい言葉や不適切な言葉に耳を傾けないならば、これからも守られ



続けるでしょう。使徒はこう言っています。「あなたがたの言葉は、恵みをもって塩で味付けられ、一人ひとりにどのように答えるべきかを、あなたがたが知るようにしなさい」（コロサイ4:6）。——また、神の兄弟はこうも言っています。「あなたがたは、このように語り、このように行いなさい。律法によって自由な者として裁きを受ける者であるかのように」（ヤコブ2:12）。ですから、私たちは不適切な時に誘惑に陥ることはなく、網から逃れるように、真の悪から解放されることを確信できます。

**16.** これこそが人間的な誘惑、すなわち軽い誘惑である。一方、悪魔的な誘惑は——それは非常に重く、隠微である。敵は毎日、毎時間、毎分、私たちを誘惑しようと待ち構えており、それゆえに敵への対抗は非常に困難であり、勝利も得難いものとなる。しかし、勤勉さと熱意があれば、なすべきこと、求めるべきことはすべて成し遂げられるのだから、熱心に立ち向かい、キリストの助けによって勝利を収めよう。なぜなら、キリストは私たちと共に誘惑に耐えてくださるからである。それゆえ、キリストはこう言われたのだ。「わたしなしには、あなたがたは何もできない」（ヨハネ15:5）。さあ、この誘惑に陥らず、悪魔の手に落ちないように、互いに励まし合いましょう。この島での監禁は、しかも短期間のものですから、真の意味での監禁ではありません。真の監禁とは、神から拒絶され、漆黒の闇に投げ込まれることなのです。また、ここでの鞭打ちは、これこれの打撃に過ぎないが、それが何の鞭打ちであろうか。真の鞭打ちとは、打撃が数えきれず、それによる苦しみが果てしないところにある。そして主はこう言われる。「善を行った者は、いのちの復活へと出、悪を行った者は、さばきの復活へと出る」（ヨハネ5:29）。このことを恐れ、戦慄し、私たちの中に住まわれる御霊の力と強さによって、あらゆる力を尽くして、「思いを取り除き」、聖書に書かれているように、「神の知恵に逆らうあらゆる高ぶりを打ち砕き、あらゆる思いをキリストの従順へと従わせ、あらゆる不従順を罰する用意がある」（Ⅱコリント10:4-6）。そして、これを絶えず行わなければならない。

**17.** これこそ、絶え間ない戦いである！ これこそ、苦難に満ちた殉教である！ なぜなら、常に思いに打ちのめされながらも、それに屈せず、バアルの前にひざまずくことなく、情欲、怒り、激怒、恐れといった情欲と戦い、打ち勝つ者は、日々苦難に耐え、使徒と共に「 」と語ることができるからである。「私は毎日死んでいる。これこそが、私たちの主イエス・キリストによる私の誇りである」（Ⅰコリント15:31）；そして、その奮闘の終わりに、大胆にこう付け加えることができる。「私は良い戦いを戦い抜き、走り終え、信仰を守り通した。あとは、義の冠が私のために用意されている。その日、義なる審判者である主が、それを私に与えてくださる」（Ⅱテモテ4:7,8）。——それゆえ、私たちも皆、このように語ることができるよう、義に歩み、その後、行いによって義の冠を飾り、天の御国に入ることができるようにならう。

## **287. 私たちの本性は眠気で怠惰である。約束についての御言葉は、それを奮い立たせる。**

287. 1) 私たちの本性は眠たげで怠惰である。約束についての御言葉は、それを奮い立たせる。- 2) 実際、聖人たちは殉教者たちはそれを示した。- 3) それなのに、私たちはなぜ眠っているのか。立ち上がり、情欲や情念からの解放へと歩み出そう。- 4) そして、楽園の喜びと甘美さを味わおう。[4, 85]

**18.** 教師が弟子たちに対してどのような務めを果たすべきか、これについて使徒はテモテにこう語って示している。「時宜にかなうときも、そうでないときも、戒め、禁じ、懇願しなさい。あらゆる忍耐と教えをもって。やがて、健全な教えに耳を傾けなくなる時が来るからだ」（Ⅱテモテ4,2,3）。なぜなら、私たちの本性は、教義に対して気まぐれで、気取られやすく、忘れっぽいものであるため、まるで棘のような言葉の一撃によって常に奮い立たされる必要があり、それによって、まるで眠りから覚めたかのように、目の前にある喜びを見出すことができるのです。なぜなら、何でしょうか——私たちに約束されているのは、天の御国ではないでしょうか。不死の命ではないでしょうか。言葉では言い表せない喜びではないでしょうか。楽園の甘美さではないでしょうか。天使に等しい栄光ではないでしょうか。永遠の安息ではないでしょうか。

**19.** なぜ束縛や牢獄があるのか。なぜ追放や憎悪があるのか。なぜ苦しみや死があるのか。それは、約束された恵みにあずかり、恐ろしい苦しみから逃れるためではないのか。見よ、殉教者たちがどれほど喜びをもって血を流し、どれほど進んで剣の下へ、火の中へ、野獣のもとへ、そしてあらゆる種類の他の苦難へと向かうかを。また、聖人たちが、徳以上に何ものも重んじることなく、いかに喜びをもって自らの肉体を死に至らしめ、服従させているかを見てみよ。

**20.** それなのに、我々はなぜうたた寝しているのか。なぜ、心を傷つける矢の刃のような、破滅的で腐敗させる情欲に溺れているのか。「『彼らのうちから出て行き、彼らから離れよ』と主は言われる」（Ⅱコリント6:17）。さあ、火と硫黄で焼き尽くされたソドムやゴモラから逃れるように、彼らから離れよう。霊に逆らい、敵対する肉の思惑を捨て去り、労苦をもたらす情欲から解放されよう——そうすれば、私たちの魂は安らぎを得るだろう。情欲に乱されることなく、神との平和を保つ魂ほど、安らかなものがあるだろうか。

**21.** これこそが喜びであり、楽しみなのでしょうか。これこそが至福の慰めであり、甘美さなのでしょうか。この甘美さを味わいたいと願うならば——朽ち果てと死をもたらす肉欲の甘美さから逃げ去ろう。なぜなら、使徒はこう言っている。「肉に蒔く者は、肉から朽ち果てを刈り取り、御霊に蒔く者は、御霊から永遠のいのちを刈り取る」（ガラテヤ6:8）。私たちは栄光に輝く者になりたいと願うか？——虚しい人間の栄光を軽んじ、謙遜の知恵を身にまとい、あらゆる善行をもって身を飾ろう。このようにして、私たちは今この人生を正しく全うし、主イエス・キリストの恵みと人愛によって、将来の祝福に与ることができるのである。

**288. 現在の迫害は以前より弱い。しかし、それでも耐え忍ばなければならない。そして、今の世代は、この点において称賛に値する。**

288. 1) 現在の迫害は以前ほど激しくはないが、それでも耐え忍ばなければならない。そして、今の世代はこの点において称賛に値する。－ 2) しかし、正教のために攻撃を受けても恐れることなく立ち向かえるよう、常に備えておこう。－ 3) また、目に見えない迫害者に対しては、絶えず戦い続けよう。－ 4) 神への信頼を強く持ち続けよう。そうすれば、神は私たちに力を与えてくださるだろう。[4, 26]

**22.** この三年間、私たちはある種の新しい生活を経験している。私たちは完全に迫害されているわけでもなく、迫害されていないとも言えない。私たちは互いに顔を合わせ、互いの家を訪ね合っている。これはまさに神の慈愛の御業である。神は、私たちが以前の迫害の継続によって疲れ果てているのをご覧になった。そこで今、牢獄の扉を閉ざされたが、正教のための迫害は、神のみ知るところの御計画により、終わらせてはおられない。——そして、それはまさにその通りである。——とはいえ、全体として見れば、主のために迫害されている者は少ないと思う。そして、毎日どれほど多くの兄弟たちがここへやって来るかを見ると、バアルの前にひざまずくことなく、主の支配が及ぶあらゆる場所で、明るい星のように主のために自らを守り抜いた者たちがこれほど多くいることに、心の中に何らかの安堵を感じる。－ それゆえ、この真の系譜は後世の人々にとって称賛に値する。なぜなら、神はまことに私たちのうちにおられ、主の偽りのない約束により、教会はその力を失っていないからだ。古来より教会を襲った者たちは、すべて海の泡のように散り去ったが、教会は砕けることのない岩のように、同じ信仰と告白のうちに留まり続けている。

**23.** 私たちはこれを喜び、歓喜すべきである。しかし同時に、冷静さを保ち、警戒を怠らず、あたかも再び突然試練が訪れるかのように備えていなければならない。なぜなら、ただ一つの、あるいは二つの、さらには多くの試練においてのみ、信仰告白を守り抜くべきなのではなく、人生の終わりまで、その全生涯を通じて——悪意ある噂を恐れず、肉体を引き裂くかのような鞭や、肉体を打ち砕く牢獄、その他あらゆる人間による攻撃を恐れることなく——ただ、その御心によって万物が動く唯一の神を真に畏れ、その試練が言葉に尽くせないほど苦痛を伴う永遠の苦しみだけを恐れ、現世のあらゆるもの、すなわち喜びも悲しみも、まもなく夢のように過ぎ去っ

てしまう。それゆえ、「彼らの矢は幼子のような傷であった」（詩篇63:8）と記されているのである。

**24.** それにもかかわらず、これらすべてと戦わなければならない。とりわけ、日々私たちに襲う目に見えない迫害者とは——彼は感覚的な鞭ではなく、目に見えない思いによって絶えず私たちを打ちのめし、物質的な火ではなく、邪惡な欲望やあらゆる他の情欲によって、私たちの魂を誘惑し、包囲するのだ。——「だから、真理をもって腰に帯を締め、義の鎧を身に着け、平和の福音を宣べ伝えるために足を備え、すべてに対して信仰の盾を取りなさい。それによって、悪者の放つ燃え盛る矢をすべて消し去ることができる。また、救いの兜と、神の言葉である霊の剣とを取りなさい」（エフェソ6:14-17）。これこそが使徒たちの戒めである！ 私たちもまた、謙虚にこれを語り、苦難の中で臆することなく、試練の中で挫けないよう願う。試練を多く耐え忍べば耐え忍ぶほど、より多くの冠が与えられることを知っているからである。

**25.** 神が私たちに力を与えてくださいますように。神は、約束されたことを成し遂げる力をお持ちであり、私たちが傷を負うだけでなく、火や剣、獣、その他あらゆる試練にも耐えられるよう、私たちを強めてくださる力をお持ちだからです。このことを確信して、使徒はこう言います。「これらすべてにおいて、私たちを愛してくださった方のゆえに、私たちは勝利するのです。「なぜなら、死も、生も、御使いたちも、支配者たちも、現在のことや未来のこと、高さものも、深いものも、その他のいかなる被造物も、私たちの主キリスト・イエスにある神の愛から、私たちを引き離すことはできないと、私たちは知っているからです」（ローマ8:37-39）。もしこのように行動する心構えを持つならば、私たちは絶え間ない殉教の業に身を置くことになり、殉教者たちと共にその分け前を得るであろう。

## **289. 迫害は賜物である：この賜物にふさわしく迫害の中で生きなければならない。その具体的な方法が示されている**

**289.** 1) 迫害は賜物である。迫害の中で、この賜物にふさわしく生きなければならない。その具体的な方法が示されている。—— 2) これとは対照的に、世を離れて孤立して生きる生活は、そこから生じる悪しき結果——自己満足、怠慢、墮落——ゆえに特に非難される。——3) すべての人々が、節度ある慎み深く勤勉な生活を送るよう説得される。[4, 87]

**26.** 神は、この迫害において私たちに最も偉大な賜物を与えてくださった。御自身が福音書でこう言われたように、「義のために迫害される者は幸いである。天の御国は彼らのものである」（マタイ5:10）。それでは、この祝福にふさわしくない生き方をして、この迫害を自らの裁きへと変えてしまわないよう、注意しよう。迫害を受ける者は、まず第一に、孤独な生活を送るべきではなく、他の兄弟たちと共に暮らすべきである。主はこう言われている。「二人、あるいは三人が、わたしの名によって集まるところには、わたしもその中にいる」（マタイ18:20）。また、必要最低限の場合を除き、外に出るべきではなく、旅人のように受け入れられた場所に留まり、祈り、懇願、聖書の朗読、詩篇の詠唱、手仕事、そして私たちの間で慣例となっているその他の善行に励むべきである。女性との面会を避け、「不品行な生活を送る兄弟からは遠ざかる」（Ⅱテサロニケ3:11）こと、穏やかで、感謝し、希望を持ち、あるがままに満足し、キリストのために苦難を受け入れる準備ができていること。なぜなら、迫害があるところには、通常、苦難も伴うからである。

**27.** 孤独に暮らす者たちの運命は悲しみである。なぜなら、至賢者は「独りである者は悲しむ」と言っているからである。それは、「もし倒れたとき、彼を立ち上がらせる者が二人目にはいないからである」（伝道の書4:10）； また、使用人を抱える者は、修道者の自由を損ない、畑やぶどう畑、牛やラバを購入する者は、ヒエゼイの過ちを自ら招くことになる。ここから、金銭への執着、貪欲、気まぐれ、他の兄弟たちと共生しようとする意欲の欠如、独自のやり方で自分の意志のままに行動する習慣、そして「私たちを通して『異邦人の間で神の御名が冒瀆される』こと、すなわち『ローマ人への手紙』2章24節に書かれている通り」（ローマ2:24）という「冒瀆」、そして魂の墮落が生じる。なぜなら、不注意に生きる者が墮落しないはずがないからであ



る。「あなたがたは知らないのか」と使徒は言う。「あなたがたは神の神殿であり、神の御霊があなたがたの中に住んでおられることを。もしだれかが神の神殿を破壊するなら、神はその人を破壊される」(Iコリント3:16,17)。また、彼はこうも言っている。「自分を欺いてはならない。淫行者、偶像礼拝者、姦淫者、不品行者、男色者、男娼、強奪者、貪欲な者、詐欺師、酔っ払い、争い好き、強奪者は、神の御国を相続することはできない」(Iコリント6,9,10)。「キリストに属する者は、情欲や欲望とともに肉を十字架につけた」(ガラテヤ5:24)と述べられている者たち、また「あなたがたは世に属していない」(ヨハネ15:19)と述べられている者たち、さらに「私たちの住まいは天にある」(ピリピ3:20)

28. いったいなぜ、私たちは自らの至福を台無しにしているのか。いったいなぜ、私たちの地位の尊厳をこれほどまでに貶めているのか。いったいなぜ、神と人々の前で栄光に満ち、称賛に値する生活を送っている、善き生活を送る兄弟たちに倣わないのか。今こそ、私たちはようやく正気を取り戻すべきではないか。今こそ、自らの身分にふさわしい生き方へと立ち返るべきではないか。今こそ、自分の最期と、キリストの裁きの座の前にどのように立つかを目の前に置き、自らの救いを真剣に考えるべきではないか。無駄な言葉の一つひとつについてさえ答えなければならないのに、重大で重い罪については、いったいどのような答えを返せるというのか。——しかし、たとえ人生の黄昏時であっても、我々は正気を取り戻し、情欲を捨て去り、「闇の行いを捨て、光の武具を身に着け」(ローマ13:12)、あらゆる注意を払って心を守り、あらゆる方法で主に喜ばれるよう努め、そうして救われた者として、永遠の祝福の相続人となろうではありませんか。

## 290. 私が目撃したその人は死んで去っていったが、私たちにも同じことが起こるのだ。それなのに、なぜ肉体を慈しむのか？

290. 1) 私が目撃した死にかけていた人は去っていった。私たちにも同じことが起こるのだ。それなのに、なぜ肉体を慈しむのか？ — 2) 彼は死の床で不安に苛まれていた。なぜなら、その時こそ、その人が愛していたような思いが襲ってくるからだ。善なる思いは慰めとなり、悪なる思いは苦しめる。 — 3) だから、情欲にも、情欲に満ちた思いにも、自らを縛られてはならない。  
[4, 88]

1. 死を思い起こすことほど、魂にとって有益で救いとなるものは他に何かあるでしょうか。今日、私が皆さんにこのことについてお話ししようと思ったのは、エネイの司教の死をきっかけとしています。皆さんは彼が息を引き取る様子をご覧にはなりませんでした。私たちはそれを目の当たりにし、そこから多くの恵みを受け、また、彼の中にあったものを自分たちの中にも見出し、心を打たれました。——こうして彼は旅立ち、去ってしまいました。もはやこの世に戻ることはありません。彼にとって、もはや天も、地も、海も、太陽も、月も、星も必要ありません。もはやこの空気を吸うことも、喉から声を発することも、目で見ること、耳で聞くことも、鼻で嗅ぐことも、手で触れることも、足で歩くことも、この世の生活に特有の、大小を問わずいかなる行為も行うことはない。彼にとってこの世の扉は永遠に閉ざされ、今や彼は裁きと報いを待っている。報いはまだ宝として蓄えられており、聖書に記されているとおりである。「これらの人々は皆、信仰によって従順であったが、約束を受けたわけではなかった。神が私たちのためにより良いものをあらかじめご用意になり、私たち抜きで完全な状態に至ることを防がれたからである」(ヘブライ人への手紙11:39,40)。—では、私たちはどうなのか？——他に何かあるというのか。私たちも同じ運命をたどるのではないだろうか。私たちが取り出された土に、同じように還るのではないだろうか。同じように死んで、塵と灰となるのではないだろうか。棺に身を沈めて、今生きているこの肉体が最終的にどうなるのかを見てみよう。—なぜ私たちは、やがて大地と虫たちに委ねることになるこの貧しい肉体を、これほどまでに慈しむのだろうか。なぜ、死の瞬間に直面することになる情欲に、自らを縛りつけるのだろうか。

2. 死の床にある者は、まだ息があるうちに、ある二人の人物——女性と男性——が現れ、容赦なく自分を非難したと語った。そのため、彼はうめき声を上げ、助けを求め、身体から魂が

抜け出すことを恐れて震えていた。ご覧の通り、死の判決とはどのようなものか——悪魔たちが私たちの告発者であり、裁き手として現れるのだ。そして、私たちが好意を持って受け入れ、実行に移した思いこそが、死の瞬間にも目の前に現れるのである。もし「主を自分の前に見据える」（詩編 15:8）、もし私たちの命の守護者である天使を身近に存在するものとして思い描くならば、もしこのような聖人たちを心に描くならば、最期の息を引き取る時に彼らを目にするでしょう；逆に、もし心の中に罪深いイメージを描き、悪魔のような思いを抱き続けていれば、その時、それらと対面することになり、それは哀れで破滅的なことである。

3. なぜ我々は、最期の時にそのような偶像に囚われることなく、清い心をもってその時に臨み、大胆に「私は安らかに眠り、安らぐ」（詩編 4:9）と告げられるよう努めるのか。なぜなら、徳ある者にとって死は眠りであり、主もこう言われたからである。「私たちの友ラザロは眠った。しかし、私は行って、彼を起こそう」（ヨハネ 11:11）。もし死が眠りであるならば、それは明らかに、彼にとって安息の源であり、永遠の命の始まりとなる。聖使徒が言うように、「今や、キリストは死者の中からよみがえり、死んだ者たちの初穂となられた」のである。また、その少し下にはこうある。「死は勝利によって滅ぼされた。死よ、お前の刺はどこにあるのか。地獄よ、お前の勝利はどこにあるのか。——死の刺とは罪であり、罪の力とは律法である。しかし、私たちの主イエス・キリストによって、私たちに勝利を与えてくださった神に感謝しよう」（コリントの信徒への手紙一 15:20, 54-57）。——見よ、死は滅ぼされた！見よ、勝利が与えられた！主はこう言われる。「勝利する者には、神の楽園の中にある命の木の実を食べさせてあげよう」（黙示録 2:7）。見よ、天の御国の戦場が開かれた！見よ、三つの祝福に満ちた偉業が待ち受けている！勝利者には冠と永遠のいのちが与えられる。私たちもまた、悪魔に打ち勝ち、情欲を踏みつけ、あらゆる悪から完全に身を清め、美德を身につけるよう努めよう。そうして、楽園の住人となり、いのちの木の実を味わうにふさわしい者となろう。

## 291. 救いは絶え間なく、そして進んで熱意をもって成し遂げなければならない

291. 1) 救いを築くには、絶え間なく、そして進んで熱意をもって取り組まなければならない。— 2) 戦士たちは、地上のもののために地上の王に仕えることに熱心である。それなのに、私たちが天上のもののために天の王に仕えることに怠けることがあるだろうか？— 3) 聖人たちを見よ。彼らの間にはあらゆる種類の人々が含まれているが、怠惰で不真面目な者は一人もいない。彼らの間には堕落した者もいるが、それは悔い改め、熱心に、勤勉に神に喜ばれる行いをした者たちである。— 4) さあ、怠惰な者よ、立ち上がり、使徒の言葉を聞き、熱意を抱きなさい。[4, 89]

4. 「天の下には、あらゆる物事には時がある」と、知恵ある方は言われている（伝道の書 3,1）。そして、私たちの救いを築き上げる時が、いつでも、どこでも訪れている。なぜなら、使徒はこう言っているからだ。「常に喜び、絶えず祈り、すべてのことに感謝しなさい」（コリントの信徒への手紙一 5,16）。これら三つの美德によって、私たちの救いは定まる。なぜなら、喜びはあらゆる義の成就のしるしであり、絶え間ない祈りは悪魔が私たちを襲う余地を与えず、感謝は、神を愛していることの証しです。あらゆる方面からこれらの行いによって守られている私たちは、いかなる場合にも気弱にならず、また、従順の実践においても、賛美の歌においても、手仕事においても、怠慢によって気を緩めることなく、熱心に神に喜ばれるように努め、すべてを喜んで行い、「神のさまざまな恵みの良い建築者」として（Iペトロ 4:1）。

5. 兵士たちが、王と共に自らの任務へとどれほど熱心に駆けつけるか、私たちには見えていないだろうか？そして、それは一体何のためなのか？！戦争のため、殺戮のため、死のためである。そして彼らは、つかの間の栄光や、はかない富のために、喜んであらゆることに身を投じている。それに対して、私たちは天の御国へと招かれ、言葉に尽くせぬ喜びと永遠の命へと招かれているのです。それなのに、怠惰で無頓着な態度で、全力を尽くして熱意と活力をもって、キリストの立派な戦士として自らを捧げることができるでしょうか？

6. 私が手にしているこの書物を読んでみてください。そうすれば、そこに描かれた聖なる先人たちの勇猛さを目の当たりにし、理解することができるでしょう。彼らの中にどれほど大き



な熱意があることか！　なんと強い霊の燃え上がりでしょう！　なんと偉大な功績でしょう！　そして、全善なる神は、彼らが成し遂げたしるしや奇跡を通して、彼らをまるで神々であるかのように示し、いかに彼らを栄光に輝かせたことか。ここでは、初めから善良で罪を知らなかった者たちだけでなく、正しい道から逸れて重い罪を犯したものの、最も誠実な悔い改めによって立ち直った者たちも輝いています。それゆえ、救いについて無頓着であったり、怠慢であったりすることについて、誰にも言い訳の余地はありません。それは、彼らが自らの内面に築き上げた悔い改めのない生活によって、無感覚で石のように固まった心以外の何物でもない。

7. 使徒は、そのような者に向かってこう呼びかけている。「眠っている者よ、目を覚まし、死者の中からよみがえれ。そうすれば、キリストがあなたを照らしてくださる」（エフェソ 5:14）。「それとも、神の富と、その恵みと、寛容と、忍耐について、あなたは気にかけないのか。神の恵みが、あなたを悔い改めへと導いていることを知らないのか。むしろ、自分の頑なさや悔い改めない心によって、あなたは、怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、御怒りを自ら招いているのである。神は、各人の行いに応じて報いを与えられる」（ローマ 2:4-6）。このことを見よ、無頓着な者よ。この脅威を恐れ、無頓着という眠りから目覚めよ！　——カンディド兄弟も尊くこの世を去った。彼より前にも同じことが他の人にもあり、彼の後にもまた誰かが続くであろう。ここに永遠にとどまる者は誰一人としていない。私たちは皆、去っていくのだ。しかし、善く生きた者には幸いである。なぜなら、彼は自分の買い取りを成功させ、熱心と勤勉をもって最善のものを得て、永遠の利益を得るからである。しかし、市場はまだ開かれており、天の御国の取引はまだ先にある。それゆえ、兄弟たちよ、父たちよ、どうか来てほしい。皆で目を覚まし、皆で正気を取り戻し、皆で神聖で朽ちることのない恵みの取引に急ぎ、すべての兄弟たちと共に、天の御国の相続人となろうではないか。

## 292. すべての人に、救いについて絶えず熱心に努めるよう命じる

292. 1) すべての人に、救いについて決して怠ることなく熱心に努めるよう命じる。— 2) なお、外見に基づいて他人を裁くことは控えるべきである。なぜなら、重要なのは内面の在り方だからである。— 3) 誰もがこの内面について熱心に努め、邪悪な考えを受け入れず、情欲の働きに甘んじてはならない。なぜなら、それは内なるすべてを乱すからである。[4, 90]

8. 救いについて熱心な人々には、ますます熱心になるようお願いする。また、怠慢な人々には、その怠慢と無頓着から立ち直るよう懇願する。なぜなら、「今こそ」（この人生こそ）「好機であり、今こそ救いの日である」（Ⅱコリント 6:2）からであり、これを失えば、二度と取り戻すことはできないからだ。私たちの一日も、怠慢や無防備の中で過ぎ去ることのないようにし、その一日一日を、永遠の宝である祈り、懇願、嘆願、感謝、涙、悔い改め、心の啓発、天上の黙想を、あらゆる方法で大切に蓄えることに努めましょう。

9. なお、私たちの中にあるものによって、兄弟たちの中にあるものを裁いてはならない。むしろ、外見は異なって見えても、各人が自分自身の内なる奥底で、ひそかに自らの救いを成し遂げていると、好意的に考えるようにしよう。私たちの先達たちの時代にも、一見何の取り柄もないように見えた人々が、そう見えた人々よりも比べものにならないほど明るく輝いたことが、なかったでしょうか。そして私たちの兄弟団においても、特に殉教の時代には、身分の低い者や名もなき者たちが、他の誰よりも輝いたことが何度もありました。— それはなぜでしょうか。私の考えでは、それは外見上の勤勉さや熱意によるというよりは、むしろ内面の在り方によるものだと思います。なぜなら、心の平安と清さ、柔和さと沈黙があるところには、美德の王国があるからです。そして、主はまさにそこを見下ろしておられます。聖書にこう記されている通りです。「わたしが目を向けるのは、柔和で、沈黙し、わたしの言葉に震える者だけである」（イザヤ書 66,2）と。

10. どうか、誰もが良心に従って清らかな自分を主の前に差し出し、罪深い思いを受け入れることによって悪魔に門戸を開かないようにしよう。なぜなら、そうした思いを抱くとき、私たちがどれほど苦しみ、どれほど荒れ狂い、どれほど変わってしまうか、また、快樂という名のも

とにどのような苦味を蓄えているか、ご存じの通りです。しかし、正気に戻り、再び正しい道に立ち返るとき、私たちは再びどのような平安を味わい、まるで嵐の後に港に避難したかのように、どれほど甘美な蜜のような静けさを味わうことか。それゆえ、美德がこれほど甘美で、愛らしく、切望されるものであり、罪がこれほど苦く、破滅的で、忌まわしいものであるにもかかわらず、なぜ私たちのような者が罪に囚われ、むしろ美德に固執しないのか、それは驚くべきことである。その大部分は、私たちの性質の弱さによるものであり、「人の思いは、幼い頃から悪に傾いている」（創世記8:21）という事実によるものです。しかし、私たちは躊躇することなく、努力を惜しまずに、自らを善の道へと立ち返らせましょう。主は私たちの労苦をご覧になり、私たちのために報復を成し遂げ、その苦痛を伴う努力に対して永遠の報いを与え、この苦難における忍耐を義の冠で飾り、聖徒たちと共に座させ、御国に招いてくださるでしょう。

### 293. 耳を傾け、気高く戦おう。敵は多く、また休むことを知らないからである

293. 1) 私たちは注意を払い、気高く戦おう。敵は多く、また休むことを知らないからだ。——しかし、彼らを恐れる必要はない。私たちには力強い助け手と、勝利をもたらす武器があるからだ。—— 2) 目に見える戦いにおいては、勝利の冠が与えられる。しかし、私たちの目に見えない戦いにおいては、敵に屈しない者はすでに勝利者であり、冠を受けるのである。—— 3) さあ、戦いの中で勇猛さを示そう。そうすれば、私たちは祝福されるだろう。[4, 91]

11. 私たちは、絶えず、そして断続することなく、自分自身に注意を払おう。なぜなら、昼も夜も、私たちに対して戦いを仕掛ける者たちは後退しないからだ。彼らは一体誰なのか。それは、悪意の霊たち、この世の闇の支配者たちであり、その数は計り知れず、私たちに対するその猛威は筆舌に尽くしがたい。——しかし、私たちは彼らを恐れもせず、おののくこともない。私たちに、共に戦う仲間であり、擁護者である聖霊と、私たちの主イエス・キリストがおられる。主は「私たちの病を負い、私たちの痛みを背負われた」（マタイ8:17）方であり、「ご自身も試みに遭って苦しみを味わわれたがゆえに、試みを受ける者たちを助けることができる」（ヘブライ人への手紙2:18）とあり、私たちはその方に大胆にこう呼びかけます。「主よ、わたしを傷つける者たちを裁き、わたしと戦う者たちを打ち負かしてください。武器と盾を取り、わたしの助けとして立ち上がってください。剣を抜き、わたしを迫害する者たちを封じ込めください」（詩篇34:1-3）。——まことに、敵たちは私たちを迫害し、私たちの滅びを望み、私たちの道に罠を仕掛け、あらゆる手段を用いて私たちを罪の落とし穴に突き落とそうとしているからです。しかし、私たちもまた、戦士として彼らに立ち向かい、「信仰と愛という鎧を身にまとい、救いの希望という兜をかぶる」（Iテサロニケ5:8）のである。なぜなら、これらの武器によって、敵は退けられるからである。

12. そして驚くべきことに、私たちにとって、この戦いそのものが冠なのである。競技場での肉体の闘いにおいて、もし闘う者が対戦相手を打ち負かさなければ、冠を授かることはない。しかしここでは、戦っている者が敵に打ち負かさなければ、それだけで既に冠を授けられたことになる。これは、ある聖なる教父に啓示された出来事から明らかである。ある弟子が、長老の祝福なしに安息へと去ろうとする誘惑に七度も襲われ、七度ともその戦いに打ち勝った。そして、そのような忍耐によって七つの冠を授かったのである。——それゆえ、もし戦いそのものに冠があるのなら、どうか、戦っている者たちに勇敢に立ち向かい、戦いの長さに疲れ果てることなく戦い続けましょう。聖サラは、淫行の悪魔に四十年間も激しく苦しめられてはいなかったでしょうか。それにもかかわらず、彼女は疲れ果てることも、氣力を失うこともありませんでした。また、ある修道見習いが、同じように戦わされていた際、修道院長が「もし望むなら、この戦いが収まるよう祈ろう」と尋ねたとき、そのような戦いを耐え抜くことによって勝利の冠が用意されていることを悟り、それに同意しなかったという話は、ご存知ではないでしょうか。

13. この戦いを克服するには、祈り、涙、そして心の砕け散りほど強力なものはない。それゆえ、敵が襲いかかってきたとき、あるいは私たちの不注意によって、欲望の矢が心に突き刺さってしまったときは、直ちに祈りを捧げよう。そうすれば、敵はためらうことなく逃げ去るだろ

う。涙を流せば、魅惑的な快樂の火種は消え去り、へりくだれば、主は私たちを立ち上がらせてくださる。——そして、絶えず神の御業に身を捧げ、従順に伴う苦難に耐え、自らの清さを損なうことなく保つ者は、幸いである。功業の終わりに達し、満ち溢れる喜びと言い表せないほどの満足をもって、彼はここから去り、聖ダビデが歌うように、「悪の噂を恐れることはない」（詩編111:7）のである。戦場でその勇猛さを示した戦士たちが、戦いの傷跡と勝利の証を掲げながら、勝利と喜びに満ちて故郷へ帰還する姿を、私たちは目にしないだろうか。——私たちは、目に見えない戦いにおいてその勇猛さを示し、善き功績をもってその戦いに励んだ者についても、同様にこう考えます。すなわち、その者は、神が創造者であり建築者である偉大な都において栄光に輝き、天使たちに称えられ、主によって冠を与えられ、永遠の慰めを受け継ぐことになるのです。私たちもまた、主イエス・キリストの恵みによって、これらに与ることができるように。

#### 294. 神は試練のために苦難と迫害をお送りになるが、試練が終わればそれらを断ち切られる

294. 神は試練のために苦難と迫害をお送りになるが、試練が終わればそれらを断ち切られる。私たちの迫害が続いているのは、まだ試練の終わりに達していないからである。[4, 92] 私たちの心の願いと神への祈りは、神の教会の平和にある。何しろ、平和ほど有益なものはなく、私たちの修道院で静かで穏やかな生活を送れるのだから。——しかし、迫害が長引くことも、信仰において最も熟達した者であることを示す機会を与えてくれるという点で、無益ではないかもしれない。それゆえ、使徒はこう言っている。「私は、キリストのために、弱さ、苦しみ、苦難、追放、窮状を喜ぶ。なぜなら、私が弱いときに、私は強いからである」（Ⅱコリント12:10）。それゆえ、「いつまで、どこまで続くのか」という問いは脇に置き、このことに関するすべての悲しみを、どのような状況の継続もいかに有益に導かれるかをご存知である神に委ねよう。聖書がこう語っているのを聞いてほしい。「神はアブラハムを試みられた」（創世記22:1）。「試みられた、とはいえほんの少しだったのではないか？」と言うかもしれない。いや、むしろその逆である。長年にわたり、数多くの試練によって試みられたのだ。そして、彼が信仰において完全になったのを見て、神は彼にこう言われた。「今、わたしは知った。あなたは神を畏れ、わたしのために、あなたの愛する息子さえも惜しまなかった」（創世記22:12）。主はヨブをも、さらに大きな試練をもって、長年にわたり試みられた。そして、彼が忍耐において完全であることを見届けると、彼にこう言われた。「わたしが、あなたが義と認められるため以外に、あなたを造ったとでも思うのか」（ヨブ記 40:3）。同様に、他の預言者たちや聖なる使徒たち、祝福された殉教者たち、そしてすべての敬虔な者や義人たちに対しても、多くの苦難と長年にわたり、神は彼らを試み、彼らについて証しを立て、彼らを受け入れられた。私たちについても、同じことが当てはまると考えるべきである。「私たちは、罪と闘いながら、まだ天の御座の御前に立つに至ってはいない」（ヘブライ人への手紙 12:4）；私たちはまだ、苦難の炎の中で十分に焼かれてはいない；私たちはまだ、私たちの信仰の誠実さを示す試練を十分に経てはいない。——だからこそ、迫害は今もなお続いているのだ！

#### 295. どんなに罪深い者であっても、悔い改めることはできる：例

295. 1) どんなに罪深い者であっても、悔い改めることはできる：例——強盗ダビデ、エジプトのマリア、その他。——2) 彼らが今ここで罪を享受し、将来は樂園の恵みを味わうなどと考えてはならない。罪人には喜びはない。喜びをもたらすのは美德のみである。[4, 93]

14. 救いを心から願う者にとって、乗り越えられない障害などない。また、悪の極みに達した者であっても、悔い改め、神に立ち返ることが不可能なことなどない。そして、この言葉が偽りではないことは、数多くの証しによって裏付けられている。そのような証しの一つが、強盗の首領ダビデの悔い改めであり、その物語は最近、教会の朗読で読まれたばかりである。そこでは、かつてこの殺人者がいかにあらゆる悪に満ちていたか、そしていかに悔い改めて神に近づいた結果、悪霊に取りつかれた者さえも癒やすほどの完全さに達したかが示されている。なぜなら、天使は彼にこう言ったからである。



ここには、神の計り知れない人間愛が表れている。神は彼の殺人を赦しただけでなく、彼を奇跡を行う者として示されたのだ。——もう一つの証しを見たいか？ マナセを見よ。彼は五十二年もの間、イスラエルを神から遠ざけ、無機質な偶像を崇拜させた。しかし、彼もまた心から悔い改めたことで救われ、霊的な喜びのうちに神への賛美歌を歌った。その歌は、今日に至るまで神の教会で歌い継がれている。— 肉欲に溺れ、後に悔い改めた人々については、その数は数え切れないほど多い。その中には、姦淫と殺人を犯した後、再び預言の賜物を受けた神聖なダビデもあり、また、この種の罪を飽くことなく犯した後、天使のような境地に達し、透視の賜物に恵まれたエジプトのマリアなどもおり、その他にも数え切れないほどいる。したがって、罪を犯した者であっても、悔い改めによって救いへと至ることができないなどと考えて口にする余地は、誰にも残されていない。

**15.** このような例を心に留め、私たちも救いに対するさらなる熱意と、それを達成することへのより大きな希望を抱こう。神が、これほど深い悪の底に堕ちた者たちを、その言い表せない慈しみによって呼び起こし、救われたのであれば、ましてや、昼も夜も神に仕える私たちを救ってくださるに違いない。——ところで、罪人の回心について聞くと、誰もこう言ってはならない。

？——罪に支配されている者は、この世の喜びもあの世の喜びも味わうことはできない。一体どんな喜びがあるというのか、教えてほしい——淫行にふけり、暴飲暴食し、金銭に執着し、盗みを働き、その他にも情欲に支配されることなど。そのような好色者たちは、熱病に冒された者のように、まるで火の中にいるかのように燃え盛っているのではないだろうか？ それゆえ、彼らはこの世でもすでに罰を受けており、来世においても、この世での破滅的で腐敗した快樂の代償として、永遠の苦しみを受けることになる、と言う方が正しいだろう。嘆き悲しみ、身を引き裂かれること——それが、罪を犯し墮落した者たちの運命である。一方、徳を愛し、徳ある生活を送る者は、常にこれらの恵みと 他の恵みも享受し、無情を通じて言い表せない甘美さを味わう。それは、主を常に喜び、神への愛に比べれば他のすべてを二の次とするすべての聖人たちと同じである。——私たちも彼らに倣い、互いに喜び合い、互いの救いを熱心に願い、そのために忍耐、従順、自己の意志の断ち切り、その他の精進といった行いに励み、それらを全うして、永遠の命の相続人となるようにしよう。

**296. 世俗の人々は、取るに足らない利益のために多くの苦難に耐えている。それならば、私たちこそ、永遠の利益のために耐え忍ばなければならないのではないか。**

296. 1) 世俗の人々は、取るに足らない利益のために多くの苦難に耐えている。それならば、私たちも永遠の利益のために耐え忍ばなければならないのではないか。— 2) それに、私たちにどんな苦しみがあるというのか？！ 一体何を期待しているというのか？！ — 3) それゆえ、揺るぎない希望を持って、すべてを穏やかに受け入れていこう。[4, 94]

**16.** 修道生活が窮屈で悲痛であることは、主が「わたしに従いたい者は、自分を捨て、自分の十字架を負い、わたしに従ってきなさい」（マタイ16:24）と言われたことから明らかである。また、世俗の生活が苦痛に満ちていることは、その中に見られる事柄がはっきりと証ししている。しかし、世俗の人々には彼らの悲しみと向き合ってもらおうとして、私たちは自分たちの悲しみを正しく見つめよう。——私たちの悲しみは聖霊の喜びと結びついているため、一見悲しみに見えるものでさえ、天に備えられている希望によって、喜びの一部となっているのである。それゆえ、些細な名誉や報酬のためにあれほど多くの苦難に耐えている人々が存在する中で、これほど偉大な天の恵みのために、私たちに降りかかる取るに足らない苦難を快く耐え忍ばないとしたら、それは恥ずべきことではないでしょうか。

**17.** そもそも、私たちの悲しみとは何でしょうか。——私たちの意志に反して課せられた何らかの務め、気に入らない命令、食事や飲み物、衣服や履物、従う場所や方法における不快な点、その他、私たちを重荷に感じるような類似の事柄です。しかし、そうしたものはすべて、たとえ悲しみをもたらすものであっても、私たちをふさわしい道から逸らすほどのものではない。な

ぜなら、「今この時の苦しみは、私たちに現れようとしている栄光に比べれば、取るに足らないものだから」（ローマ8:18）とあり、その栄光のためならば、たとえ毎日火で焼かれたとしても、すべてを耐え忍ぶべきであり、ましてやこのような軽微で耐えうる試練など、なおさらのことである。私がこう言うのは、悲しみの感情をかき立てるためではなく、私たちをこの世の生活から引き離し、この神聖で天上の地位に就かせてくださった、私たちの慈愛に満ちた神が、どれほど私たちを愛してくださったかを知ってもらうためである。神は、私たちに求められることも、ご自身のためではなく、何にも欠けることなく、すべてに富まれている御子である神は、私たち自身のために、その恵みによって救われるようにと求めておられるのです。

**18.** それゆえ、あらゆる二心を取り除き、忍耐をもって私たちの魂を勝ち取り、あらゆる誘惑よりも高く立ち、試練と教えのために、何か悲しいことが私たちに降りかかり、私たちの生活を悲しませることが許されたとしても、いかなる思いにも私たちを支配させないようにしよう。そうして、私たちも使徒と共にこう大胆に語ることができるようになるためです。「あらゆる苦難に遭っても、絶望することはありません。見捨てられても、見放されることはありません。迫害されても、見捨てられることはありません。打ち倒されても、滅びることはありません。常に、主イエスの死をこの身に負っているのです」（Ⅱコリント4:8-10）と、使徒と共に語れる大胆さを持つことができるように。そして、そのような善き心構えと整えられた生活によって神に喜ばれ、私たちの主キリスト・イエスにおいて、天の御国の相続人となることができますように。

## **297. 旅人たちは皆、安息への希望をもって耐え忍んでいる。私たちもまた、永遠の安息への希望をもってすべてに耐え忍び、神が私たちによって栄光を受けられるようにしよう**

297. 1) 旅人たちは皆、安息を望んであらゆる苦難に耐えている。私たちもまた、永遠の安息を望んであらゆる苦難に耐え、神が私たちによって栄光を受けられるようにしよう。— 2) しかし、神はいつ私たちによって栄光を受けられるのか？——私たちの善行が見られるときである。——それでは、そのような者になろう。— 3) そのために、聖なる先人たち、使徒たち、そして主ご自身に倣おう。— 4) 主は私たちのためにすべてに耐え忍ばれた。私たちも耐え忍ぼう。そうでなければ、私たちに救いはない。— 5) 私は耐え忍んだ。あなた方も、神の力強い御手の下にへりくだりなさい。[4, 95]

**19.** 長く困難な旅路を歩む者は皆、労苦に労苦を重ね、忍耐に忍耐を重ね、旅の様々な不快な出来事にさらされながらも、安らかな宿を望みとして、悲しみを耐え忍び、困難を乗り越え、全力を尽くして前進し続けるのである。——では、このようなたとえ話は私たちに何を示唆しているのだろうか。それは、私たちもまた、この人生において、狭く悲痛で、長く過酷な道を歩んでいるということである。そして、この道がそうでないはずがない。なぜなら、私たちは生涯を通じて純潔と貞節を保ち、服従と従順を守らなければならないからだ。その上で、「思いを取り除き、神の御心に逆らうあらゆる高ぶりを打ち砕き、あらゆる思いをキリストへの従順に服従させなければならない」（Ⅱコリント 10, 4.5）と、これと不可分につながっている他のすべてのことを、修道生活の規則に従って行わなければならない。しかし、ここにも良い結末がある。それは何だろうか。それは、偽りのない神が、御自身の に耐え忍ぶ者たちに約束された永遠の命である。さあ、この永遠のいのちのために、感謝と忍耐をもって現世のあらゆる苦難に耐え忍び、私たちの肉体においても、霊においても、神を賛美しましょう。

**20.** さて、私たちがどのように神を賛美するかについては、ある一つの出来事を例に挙げて説明しよう。二日前、私たちを見に一般信徒たちがここを訪れた。そして、私たちが心をつにして、手では従順の務めをこなし、口ではダビデの賛美歌を歌っているのを見て、彼らは神を賛美し、感謝を捧げ、教訓を得たのである。——こうして、主が言われた「あなたがたの光を人々の前で輝かせなさい。人々があなたがたの善い行いを見て、天におられるあなたがたの父を賛美するように」（マタイ5:16）という言葉が、私たちの中で成就したのです。— こうして、あなたがたはこの出来事において、肉体と霊において神を賛美しました。しかし、さらに、あらゆる状況において常に神を賛美するよう努め、神にふさわしい振る舞いを保ち、不適切なことを避けな



さい。聖ダビデがこう説いているように：「悪を行う者を羨んではない。不法を行う者を妬んではない。彼らは草のようにすぐに枯れ、穀物の穂のようにすぐに落ち去るからである」（詩編36:1,2）。しかし、善を行い、徳を積む者たちを羨みなさい。

**21.** 日常生活において、ある芸術に身を捧げた者たちは、下手な者からではなく、最高の師匠たちから、自らの愛する芸術の規則を学び取ろうとする。大工は熟練した大工から、画家は最も優れた画家から、そして一般的に、誰も何事においても未熟者や無知な者を模倣しようとはせず、もし模倣するならば、最も熟練した者や専門家からである。もし物質的かつ儂いものに関してさえ、このような規則と法則があるのなら、芸術の芸術、そして科学の科学においてはなおさら、私たちは聖人たちの模範に従って自分の生活を整えるべきであり、彼らとは正反対のものに導かれるべきではない。それでは、若き日から老いに至るまで従順を貫いた者たち——古代の聖人たちは言うまでもなく、私たちの兄弟団の中で輝きを放った者たちにも——を模範としよう。また、その純真さによって悪魔のあらゆる狡猾さを打ち砕いた者たちを模範としよう。無条件の従順をもって自らの修道生活を正しく導いた人々に倣いましょう。もし望まれるなら、「あなたがたは、わたしがキリストに従うように、わたしに従いなさい」（Ⅰコリント11:1）と命じた方に倣いましょう； また別の箇所では、「愛される子らとして、神に倣いなさい。キリストが私たちを愛し、私たちのためにご自身を神への供え物、香ばしい供え物としてささげられたように、愛のうちに歩みなさい」（エフェソ5:1,2）と。

**22.** このように、キリストは私たちのために、ご自身を神へのいけにえとしてささげられたのです。それならば、私たちも、キリストのために、ささやかな苦難を感謝をもって耐え忍ぶべきではないでしょうか。キリストはあらゆる侮辱を受け入れられました。「私を侮辱する者たちの侮辱が、私の上に降りかかった」（詩篇68:10）と記されている通りです。私たちに、些細な非難や侮辱の言葉さえ耐えられないというのか。もし聖徒たちの足跡に従わないなら、どうしてその後、聖徒たちと共に住むことができるだろうか。もしキリストの死に倣わず、その至聖なる受難に参与しないなら、どうしてキリストと共に王となるだろうか。「義人でさえかろうじて救われるというのに、不義で罪深い者はどこに現れるだろうか？」（ペトロの手紙一 4:18）。——「義人でさえかろうじて救われる」と、いかに明確に述べられているか、ごらんください。そして、せっかちで、我慢強くなく、昔の侮辱を覚えていて、それによって怒りを燃やし、もがき、神との平和を持たない者は、義人とは呼べないのです。——では、その者はどこで救われるというのか？——このように振る舞う私たちは、必然的にキノイの交わりから切り離されているのではないだろうか？そして、ここから去った後、必然的に永遠の裁きを受けることにならないだろうか？

**23.** 狂気の中で私はこう言う。私もまた、修道見習いではなかったか？ 修道院長、会計係、霊的・肉的な父がいなかったか？ 霊的・肉的な兄弟たちがいなかったか？ 私は彼らの間で、まるで火の中のように、あちこちへと投げ飛ばされ、二つの相反する生き方との戦いの真っ只中にいた。しかし、忍耐と、ふさわしい懺悔、そしてあらゆる罪を自らに帰すること以外には、救われる術はなかった。——そうでなければ、苦難の中で魂を安らかに保つことは不可能だからである。「神の力強い御手の下に、へりくだりなさい」（Ⅰペトロ5:6）。そうすれば、安らぎと終わりのない平安を見出すでしょう。「今こそ好機であり、今こそ救いの日である」（Ⅱコリント6:2）と書かれています。さあ、私たちの魂から偽りを取り除き、善を行うことを学び、私たちに恵みを与えてくださった方の御前に、清い者として現れよう。あの恐ろしい日が来る前に——その日には、あらゆるむなしい言葉について答えを求められ、できるだけ清い良心をもってこの世を去り、永遠のいのちの相続にふさわしい者となるためである。

## 298. いくら説いても、あなた方のうちの一部からは、常に世俗的な心がにじみ出てしまう

298. 1) いくら説いても、あなた方のうちの一部からは、常に不和がにじみ出てしまう。-2) これは愛の欠如によるものである。愛がなければ、我々はいったいどのようなキリストの弟子と言えるだろうか。-3) それゆえ、善き熱意を抱き、平和を求めよう。[4, 96]

24. 私がしばしば皆さんと語り合っていることからすれば、もはや皆さんを説教する必要はないように思えるかもしれません。皆さんはすでに正しい行動をとる心構えが十分に整っており、について改めて注意を促す必要はないと信じていたからです。しかし、今となっては、それが依然として極めて必要であることがわかります。というのも、私が頻繁に忠告しているにもかかわらず、あなた方のうちの一部には、不和と頑固さが絶えず働いているからです。そして私は、時期からすればすでに教師であるべき人々が、いまだに幼子のように振る舞い、無意味なことをし、むやみに狂気じみた行動をとっていることに驚かされます。

25. その原因は、愛の欠如にある。なぜなら、使徒の言葉によれば、「愛は寛容であり、慈しみ深く、嫉妬せず、自慢せず、高ぶらず、無作法を行わず、自分の利益を求めず、怒らず、悪を思わず、不義を喜ばず、真理を喜び、すべてを覆い、すべてを信じ、すべてを望み、すべてに耐える」（Ⅰコリント13:4-7）と述べられている。それゆえ、愛がないとき、私たちの中にはその反対の力——不信仰、絶望、焦り、不和、傲慢——が勢力を振るうことは明らかである。——しかし、そのような心持ちにあるとき、主ご自身が「あなたがたが互いに愛し合うなら、すべての人々が、あなたがたがわたしの弟子であることを知るであろう」（ヨハネ13:35）と断固とした言葉で語っておられるのに、どうして私たちが主の弟子と名乗るにふさわしいと言えるだろうか。また別の箇所では、「あなたがたがわたしの言葉にとどまるなら、まことに、あなたがたはわたしの弟子である。そして、真理を知り、真理はあなたがたを自由にする」（ヨハネ8:31,32）と語っておられます。それゆえ、もし私たちが真の愛を持たず、敵意や争い、不和を抱いているならば、私たちはキリストの弟子ではなく、キリストの敵である。たとえこの言葉が耳に痛いものであっても。そうすると、私たち貧しい者たちは、一体何のために生きるのか。主の御心に適う行いをしないのなら、なぜこの空気を吸って生きるのか。

26. 「あなたがたを惑わす者は、それが誰であれ、罪を負うことになる」（ガラテヤ5:10）。どうか、「すべての人との平和」と、「聖なるもの」を求めなさい。それなしには、だれも主を見ることはできない。注意深く見守り、だれも神の恵みから離れることのないように。悲しみの根が、ひっそりと生えて悪事を働き、それによって多くの者が汚されることのないように」（ヘブライ人への手紙 12:14,15）。これは一体どういうことか。——悪意ある者たちに対して、善なる熱意をもって、悪を憎み、それを避け、彼ら自身を「敵としてではなく、兄弟として戒める」（Ⅱテサロニケ3:15）、そして、ある箇所で次のように表現されている使徒の称賛に値する者となるためです。「すべての点において、自分たちが清い者であることを示しなさい」（Ⅱコリント7:11）。——私は、あなたがたを愛し、慈しみ、またエリヤの末路を恐れて、こう言っているのです。もしあなたがたがこのように考えないならば、やがて、この舌があなたがたから取り去られる日が来るでしょう。その時、謙遜な私があなたがたに語ったことが真実であったと悟ることになるでしょう。——すべての人の救いを望まれる平和の神が、私たちすべてを御自身の戒めの道において平和のうちに守り、御自身の永遠の御国へと導いてくださいますように。

## 299. 聖テオドロスは、偶像破壊の異端を悔い改めた者たちが修道院に送ってきたものを、その後再び背教した者たちによるものであるとして受け入れなかった

299. 聖テオドールは、偶像破壊の異端を悔い改めたものの、その後再び背教した者たちによって修道院に送られてきた物を受け入れなかった。正教徒の中には、彼がそれによって正教徒に対する敵意や迫害を煽っていると非難する者もいた。聖テオドールは自らの行動を正当化している。[4, 97] 再び、戦争が勃発したと語られている——それは偶像破壊を巡る内戦である。キリスト教徒が互いに殺し合うことほど悲惨な事態があるだろうか？ しかし、私たちは常に神に祈り、世俗的な面においても、信仰の面においても、同胞たちを和解させてくださるよう願わなければならない。そのために、私たちは謙虚な心でここに座っているのです。ただ座っているだけではいけません。大きな注意を払い、自らの目的を忠実に守りつつ座らなければなりません。さもなければ、他者に説教しながら、自分たちが「救いを得られない者」となってしまいかねないからです（Ⅰコリント9:27）。私たちがこう述べるのは、悔い改めの苦行を経たにもかかわらず、再

び異教徒の側へ転向した者たちを念頭に置いているからです。私たちは最近、彼らから送られてきたものを、魂にとって有害かつ危険であるとして受け取ることを拒否しました。このことを知った、私たちと共にいるある長老たちは、あたかもそれによって騒動が引き起こされたかのように憤慨しました。しかし、我々は騒動を引き起こすことを否定する。とはいえ、一部の者が動揺しているからといって、真理を少しでも損なったり、キリストの告白を汚したりすることはできない。信仰における無関心の罪を恐れるからである。ある預言者は、この罪を次のように非難している。「聖なるものと汚れたものを区別せず、清いものと不浄なものを分け隔てなかった」（エゼキエル書 22:26）。これに従い、聖使徒もこう言っています。「真理と不法とは、どのような交わりがあるのでしょうか。あるいは、光と闇とは、どのような交わりがあるのでしょうか。キリストとベリアルとは、どのような一致があるのでしょうか。あるいは、信者と不信仰者とは、どのような部分があるのでしょうか。あるいは、神の教会と偶像とは、どのような結びつきがあるのでしょうか」（Ⅱコリント6:14-16）。また、「私たちの主イエス・キリストの御名によって、あなたがたに命じます。私たちから受けた教えに従わず、不品行に歩む兄弟からは、離れるようにしなさい」（テサロニケの信徒への手紙第二 3:6）。さらに：「もしある兄弟が、淫行者、貪欲な者、偶像礼拝者、騒動を起こす者、酒飲み、強奪者であると告発されたなら、そのような者とは食事を共にしてはならない」（1テサロニケ5:11）。これらすべてが私たちの心を恐れさせ、苦しめるものであり、それゆえに私たちは、自分の忠実さと救いを裏切るよりは、いかなる苦しみや苦難も耐え忍ぶことを選んだのである。しかし、「一つの肢体が苦しめば、すべての肢体が共に苦しみ、一つの肢体が栄えれば、すべての肢体が共に喜ぶ」（Ⅰコリント12:26）と記されているように——あなたがたこそが私たちの真の肢体であり、心の内なる者である——ゆえに、私たちは今起きていることをあなたがたに知らせる必要に迫られた。そうすれば、あなたがたはそれを知り、ここでの出来事を思い巡らして、共に苦しんでくださるであろう。あなたがた自身で、次のように述べられていることについて考えてみてください。真理のために自らの修道院から追放された者たちと、真理を裏切って修道院を乗っ取った者たちを同等に扱い、双方と等しく交わりを持つことが、果たして正しいことでしょうか？——それでは、追放された者たちは無駄に追放に耐えているということになるのでしょうか？！ かつて私たちが真理のために奮闘したことも無駄だったというのか？！ それどころか、私たちは欺瞞者となってしまい、ある者にはあることを言い、別の者には別のことを言っていることになる。信仰告白を忠実に守り抜いている者たちは、私たちが神の教会を惑わした者たちと交わっているのを見れば、当然のことながら私たちに対して嘆き悲しむだろう。しかし、彼らに惑わされて、彼らと共に自らを滅ぼすことのないようにしよう。かつて私たちは、その時々によさわしいように堅く立ち続けた。今なお、変わることなく、そのように立ち続けるべきである。なぜなら、使徒はこう言っているからだ。「もし（義人が）迷い出れば、私の魂は彼を好まない。「私たちは、滅びへと導く過ちを犯したのではなく、救いをもたらす信仰を保ったのです」（ヘブライ人への手紙 10:38,39）。ご覧の通り、彼は過ちを「滅び」と呼んでいるではないか。——なぜ別の箇所で、「私は、急いで流された血から清い。なぜなら、神の御心をすべてあなたがたに告げることを怠らなかったからである」（使徒言行録 20:26,27）と語っているのでしょうか。私たちもまた、使徒の教え、そして使徒の教えと一致する聖なる先人たちの教えに立脚し、異端者たちや、彼らに惑わされた背教者たちとの交わりを避け、正確な信仰告白を守り抜いています。「その信仰告白に立ち、神の栄光への希望を誇りとしている」（ローマ 5:2）という正確な信仰告白を守り、正しく歩み、他のあらゆる徳においても、「完全で欠けるところのない者となり、何一つ欠けることがないように」（ヤコブ1:4）、「そして、あらゆる知力を超える神の平安が、キリスト・イエスにあって、私たちの心と思いを守ってくださいますように」（フィリピ4:7）。

**300. 私たちは、外的なものも内的なものも、あらゆる苦難に耐え忍び、そのために私たちに慣れ親しんだ手段、とりわけ揺るぎない信仰による祈りを用いていこう**

300. 1) 私たちは、外的なものも内的なものも、あらゆる苦難を、そのために私たちに慣れ親しんだ手段、とりわけ揺るぎない信仰による祈りによって、耐え忍びましょう。－ 2) 私たちの生活は困窮していましたが、主はすぐに助けてくださいました。ヤコブやエリヤ、その他の人々のように、今後も主が助けてくださることを期待しましょう。 [4, 98]

1. 苦難に耐えなければ殉教者となることはできず、また、適切な方法で戦いに打ち勝たなければ、誰も冠を授かることはない（Ⅱテモテ 2, 5）。それゆえ、私たちは気力を失わず、すべてを穏やかに耐え忍びましょう。叱責や非難は鞭打ちのようであり、自らの欲望を切り捨てることは流血のようであり、邪念の侵入は、悪魔に煽られて燃え上がる火事のようなものです。火は水を注がれることで消え、情欲の炎は涙を流すことで鎮まる。労苦による疲労は、寝台に安らかに横たわることと和らぎ、思いに苛まれる心の重荷は、それらを誠実に告白することで癒される。これこそが救いの治療法である。これらを賢く用いて、主においてますます癒やされていこう。「もしあなたがたのうち、知恵に欠けている者がいるなら、神に求めなさい」と、神の兄弟は呼びかけています。「すべての人に偏りなく与え、非難することのない神に求めなさい。そうすれば、与えられます。ただ、信仰をもって求めなさい。疑ってはなりません。疑う者は、風になびき、吹き荒れる海の波のようだからです。人は、神から何かを受けるとは思ってはならない。二心のある人は、そのすべての道において定まらないのである」（ヤコブ 1: 5-8）。ですから、私たちは二心を持たず、祈りにおいて疑いによって揺らぐことのないようにしましょう。むしろ、感謝と誠実な信仰をもって、私たちの願いを神にささげましょう（フィリピ 4: 6）。そうすれば、必ずや願いは叶えられます。異質な炎は消え、乱れた思いは吹き飛ばされ、私たちは神の助けによって、目の前にある従順という務めを無事に成し遂げることができるでしょう。

2. そこで、皆様には、私たちの献金箱にはわずかな額しか入っていないことをご承知おきいただきたい（ヨハネ 12: 6）。その一方で、支出は増え続けるものの、収入は増えない。今やワインさえ不足しており、これはもちろん、最も弱い立場にある人々が深く嘆いていることである。しかし、勇気を出してください。主はまもなく、小麦やぶどう酒、その他の必需品から恵みを与えてくださり、私たちが全き信頼を主に置き、主への確信から決して離れることなく、常に主に喜ばれる行いを続けるならば、さらに恵みを与えてくださるでしょう。なぜなら、主ご自身がこう言われたからです。「わたしはあなたを見捨てず、あなたを軽んじたりはしない」（ヨシュア記 1: 5）と仰せられました。また、「まず神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべてあなたに与えられる」（マタイによる福音書 6: 33）とも仰せられました。たとえ時に不足があっても、驚くことではありません。それは試練であり、徳の試金石なのです。ヤコブ族長は義人ではなかったのでしょうか？ それにもかかわらず、飢餓に苦しめられ、私たちの先祖たちをエジプトへ小麦を買いに行かせた。預言者エリヤは義人ではなかったのか。それにもかかわらず、彼もまた、シドンのサレプタに来て、未亡人にこう叫んだ。「今、私に少しの水を運んでくれ、飲みたい。そして、パンのくずを少し、食べたい」（列王記上 17, 10, 11）。彼が求めたのは、他に何ものでもなく、手近で必要不可欠な食物に他ならなかった。さて、この人物とは誰か。それは、雨を降らせないよう天をその言葉で封じ、また祈りによってこの試練を解いたエリヤである。－ 私たちのような、外見的にも内面的にも取るに足らない者たちが、たとえそのような苦難に遭ったとしても、不適切なことは何一つありません。それゆえ、私たちはそれを重荷に感じるべきではなく、あらゆるものが豊かであるときと同様に、乏しいときにも常に感謝すべきです。それこそがキリストの弟子たちの証であり、そのような心構えを持つことで、私たちはこの現世の苦難を容易に耐え忍ぶことができるだけでなく、将来の祝福にもあずかることができるのです。



### 301. 敵は私たちを取り囲み、いつでもどこでも不意に襲いかかってくる。身を守る必要がある

301. 1) 敵は私たちを取り囲み、いつでもどこでも不意に襲いかかってくる。自分を守る必要がある。－2) どのように？ 神への恐れと神への信頼、涙と神の言葉による教え、そして心を慎み、思いを抑えることによってである。－3) 昨日、あなた方は無作法に歌っていた。これにより聖霊は冒涇され、益となるどころか、魂に害がもたらされる。これからは品位を保って歌いなさい。[4, 99]

3. 最近の異教徒による襲撃の際、私たちは皆、これらの不信心者たちの殺戮の手にかからないかと恐れ、恐怖に襲われました。そして、それは決して杞憂ではありませんでした。しかし、悪魔たちによる我々への襲撃があることについては、我々は考えもせず、また、不注意のせいで悪意の霊たちに捕らえられてしまうのではないかと恐れることもない。目に見える敵の襲撃は特定の時期に起こるものであり、その噂が事前に広まるため、自由を望む者たちはどこかに逃げ出すことができるからだ。一方、目に見えない敵に関しては、そのようなことは通用しない。なぜなら、彼らは昼も夜も、あらゆる瞬間に、ただ私たちを襲うことだけに専念しており、息つく暇さえ与えてくれないからだ。それゆえ、ここにはより大きな恐怖があり、これらの敵の餌食とならず、魂を滅ぼすような彼らの誹謗中傷を避けるために、より一層の自己防衛が求められるのである。

4. では、どこへ逃げればよいのか。もちろん、神のもとへである。聖ダビデが歌うように：「神は私たちの避難所であり、力であり、多くの苦難に見舞われた者たちの助け手である」（詩編45:2）；また、「主を畏れる者たちの周囲には、主の御使いが陣を張り、彼らを救い出す」（詩編33:8）；さらに、「主を信頼する者は、シオンの山のように、エルサレムに住む限り、決して揺らぐことはない」（詩編124:1）。したがって、もし私たちが神への恐れと神への確信を持っていれば、敵の顔を見て恐れることはない。しかし、要塞が敵に占領されるのは、その大部分がパンと水の不足によるものであることに留意すべきである。では、私たちにっては何かでしょうか。それは涙と神の言葉であり、それによって魂は養われ、救われるのです。しかし、それらが枯渇すれば、魂は腐敗し、捕らわれの身となってしまいます。「神の言葉が豊かにあなたがたのうちに宿るように」（コロサイ3:16）と書かれている通りであり、涙が尽きることはないようにしましょう。もっとも、いわゆる「内なる裏切り」ということもある。では、これは一体何だろうか？——それは、私たちの中に宿る情欲であり、肉の思惑によって煽られた思いであり、それらが裏切り者として敵対する悪魔たちに門戸を開いてしまうのである。それらを直ちに追い払い、あらゆる注意を払って、私たちの城、すなわち魂が奪われず、罪に流されず、破滅的な情欲の捕虜とならず、私たちが創造された美德の中に留まり、私たちが創造された方の栄光のために、そして罪人である私自身の称賛のためにも、そうあり続けられるようにしなければなりません。

5. 昨日、あなたがたの詩篇の歌い方が私を苛立たせました。ですから、お願いであり、懇願しますが、適当に、無造作に、混乱して歌うのではなく、品位を保ち、規則に従って歌ってください。そうすることで、罪深い私を侮辱するのではなく、聖霊を侮辱することにならないようにしてください。なぜなら、これは聖霊の戒めであるからです。「知恵をもって歌え」（詩篇46:8）。しかし、前の節の歌い終わりを待たずに、合唱で新しい節を始めてはならないという順序を守らなければ、知恵をもって歌うことはできません。賛美歌が声高かろうと静かであろうと、ゆったりと歌われようと速く歌われようと、何よりもまず秩序が守られなければなりません。なぜなら、あらゆる事柄において秩序を守ることは最良の徳であるならば、ましてや神との対話においてはなおさらのことである。秩序が乱れると、不条理な空想や精神の乱れが生じるが、秩序が保たれているときは、注意力、冷静さ、そして甘美さが保たれるからである。この甘美さについて、聖ダビデは次のように証言している。「あなたの御言葉は、私の喉にとって、私の口にある蜜よりも甘い」（詩編118:103）。それゆえ、私は懇願し、お願いする。私たちがこの美德を全力を尽くして実践し、互いに戒め合い、賛美において互いに正し合おう。このように賢明に賛



美することで、私たちは魂の平安を得、互いに良い手本を示し、他のあらゆる事柄とともにこのことによっても神に喜ばれ、天の御国の相続人となるにふさわしい者となるであろう。

**302. 心が空虚になったり、罪深い思いに支配されたりしないためには、神への思索——すなわち、神の属性や御業、天使の位階、聖人の住まいやこの目に見える世界への黙想——の中に心を留めておく必要がある。これによって、魂の美しさが守られるのである**

302. 1) 心が空虚になったり、罪深い思いに支配されたりしないためには、神への思索——すなわち、神の属性や御業、天使の位階、聖人の住まいやこの目に見える世界への黙想——に心を留めておく必要がある。これにより、魂の美しさが守られるのである。 – 2) 魂が創造された時に備わっていた美しさは、墮落によって失われたが、洗礼、悔い改め、そして修道生活によって回復される。[4, 100]

6. ここにこそ、常に心が留まるべき場所があり、ここにこそ、心が留まるべき場所がある！——神の御業への訝えた注意を払い、修道生活の戦いの場において、決して囚人のようにあちこちと引きずり回されることを許してはならない。海の水が枯渇することなどあるだろうか。あるいは、呼吸する者にとって空気が不足することなどあるだろうか。——それならばなおさら、私たちの心は、神の驚くべき御業の果てしない海へと目を向けている限り、善き思いが枯渇してはならない。その海に深く入り込んでいけば、心は世俗的なことに気を取られたり、邪悪な思いに惑わされたりする暇などないだろう。なぜなら、心は絶えず動き続けており、静止したままではいることはできず、私たちがどこへ向けようと、右へであれ左へであれ、抑えきれない勢いでそこへ駆け出していくからだ。もし右へ向かうならば、ダビデと共にこう叫ぶことになるだろう。

「主よ、御心により、私の善に力を与えてください」（詩篇29:8）；もし左へと向かうならば、その次の節である。「あなたは御顔を私から背けられたので、私は動揺した」（同9節）。神の御顔を背けられるのは、心が虚しいことに囚われているときであり、魂を破滅へと導く動揺は、心が罪深い企みにふけっているときである。それゆえ、私たちは常に心を右へと導き、善き幻を見せるよう努めよう。それはどのようなものか？——天使の天の軍勢、あの世の言い表せない恵み、聖なる使徒たち、預言者たち、殉教者たち、そしてすべての義人たちの輝かしい住まい；また、この天の穹蒼、輝く太陽、明るい月、星の群れ、そして感覚で捉えられる他のすべてのもの——それらに留まるためではなく、それらを通して万物の創造主である神へと昇り、自らの美しさを損なわれることなく保つためである。

7. なぜなら、神は美をもって私たちを憐れみ、まず御自身の像と似姿に従って私たちを創造されたからである。そして、私たちは不従順によって自らを汚し、恥をかけたにもかかわらず、神は再び恵みによって私たちを美で覆ってくださる。「再生の洗礼と、聖霊による更新によって、すなわち、私たちの救い主イエス・キリストによって、私たちに豊かに注がれた聖霊によって」（テトス3:5）；そしてその後、私たちがこの世においても不品行な者となってしまったとき、神は、貞潔の誓いによる悔い改めを通じて、美しさを取り戻すための第三の手段を備えてくださいました。「すべての罪を赦し、私たちに対する罪の記録を消し去ってくださった」のです（コロサイ2:13,14）という、洗礼に倣った十字架を背負う生活によって、私たちに美しさを取り戻すための第三の道を設けてくださった。「わが隣人よ、あなたはすべてが美しく、あなたには欠点がない」（雅歌4,7）という言葉聞くにふさわしい者となるよう、私たちの魂がその美しさを保ち続けますように。もし再び罪によって汚れてしまったとしても「私たちは気まぐれであり、「汚れから清い者はいない」（ヨブ記14,4）、「心を清いと言える者はいない」（箴言20,9）から」、悔い改めの涙をもって速やかに自らを清めよう。「主よ、私を洗い清めてください。そうすれば、私は雪よりも白くなるでしょう」と、聖ダビデは祈る（詩編50:9）。「身を洗い清め、清くなれ。あなたがたの魂から偽りを取り除け」と、神は預言者イザヤを通して呼びかけておられる（イザヤ書1:16）。そして、このように常に自らを清め、あらゆる悪しき傾向から離れ、唯一の神を愛し慕い、日々喜びをもって死を待ち望む魂は、まことに幸いである。——死は間違いなく私たちにも訪れるものであり、私たちもまた、万人に共通するこの義務を果

たさなければならない。——しかし、ああ、もし私たちが敬虔かつ義にかなった生涯を送り、葬儀の際にそれぞれの遺体が兄弟たちによる最後の口づけのために横たえられているとき、私たちの魂が神の天使たちによって迎えられ、天国での永遠の至福の生活へと導かれるような恵みにあずかることができれば、どれほど素晴らしいことでしょうか。

303. 修道院を去り、その後異端に陥り、墮落してしまった者たちについて言及し

303. 1) 修道院を去り、その後異端に陥り、墮落してしまった者たちについて言及する。- 2) 敵が何よりも求めているのは、修道士を道から迷わせ、滅ぼすことであると指摘し、警戒するよう説く。[4, 101]

[illegible]

9. このことを思い起こし、彼らのために祈るようお願いするとともに、私たち自身も、修道者としての不変の決意を微塵も損なうことなく、しっかりと自らの道を歩み続けるよう願う。なぜなら、わずかな甘えや怠惰によって、魂は破滅へと陥るからである。だからこそ、私は世間に隔絶して暮らす人々を憐れみ、彼らを悪魔の目の前に差し出された獲物として嘆くのです。なぜなら、たとえ羊飼いの小屋から狼が羊をさらうとしても、群れの外で見つけた羊を食い尽くすほうが、はるかに容易ではないでしょうか？——悪魔が私たちに対してどのような執念を抱いているか、ご存じないのですか？ 悪魔は謙虚な修道士だけでなく、あらゆる人間を襲います。多くの者の破滅を喜ぶものの、一人の修道士を陥れることに成功した時ほど、その喜びに浸ることはありません。なぜ彼は、まるで従順な者を従順さから、沈黙を守る者を沈黙から、柱に立つ者

を柱から、隠遁者を隠遁生活から引き離すかのように、倦むことなく奮闘し、待ち伏せし、戦い続けるのか。それは、そうした動揺の後に、彼らを自分の意のままに導くためである。 というのも、自らの規律と居場所に不動の姿勢を保ち、徳を積む者たちは、悪魔の手の届かない存在となり、その罠よりも高いところに運ばれているからである。 それゆえ、私たちに与えられた悪魔に対する力を用いて、神への畏れをもって身を守り、天の思いをもって悪魔を打ち倒し、悪魔の思いに自分たちを支配させないことで、こうして悪魔に対する勝利を勝ち取り、私たちの模範者である主キリストから義の冠を授かるようにしよう。

### 304. 特に迫害の時には、警戒を怠ってはならない。なぜなら、そこでは敵がより激しく襲いかかってくるからである

304. 1) 迫害があるゆえに、とりわけ警戒を怠ってはならない。なぜなら、そこでは敵がより激しく襲いかかってくるからである。 世界の初めから、敵はすでにどれほど多くの人々を滅ぼしてきたか。そして今もなお、そうしている。——2) どうすればその罠を避けられるか。謙遜と、戒めへの従順によってである。ここには、外面的にも内面的にも、報いについて示され、励ましとなるべき、あるべき生き方が描かれている。[4, 102]

10. 私たちは、キリストのために迫害を受けるにふさわしい生活を、「あらゆる敬虔と清さをもって」(イテモテ 2,2)、「従順な子らとして、かつて無知であった時の欲望に再び従わないように」(Iペテロ 1,14) 送り、修道的な努力の緊張を緩めることなく歩んでいこう。 なぜなら、「悪魔は、ほえたける獅子のように、誰かを食い尽くそうとしてうろついている」(Iペテロ 5:8) からです。そして今、迫害によって引き裂かれている私たちを見るや、以前よりもはるかに激しく襲いかかってきます。今こそ、魂を奪い去るのに好機だと期待しているのです。 しかし、私たちはいつでも、どこでも、神の戒めによって守られ、自制し、警戒し続けましょう。そうすれば、悪魔は私たちの中に足場を見出せず、恥をかい立て立ち去るでしょう。 もし彼が入り込む隙を見つけたら、ますます激しく攻め寄せてくるだろう。そして、私たちを打ち倒し、滅ぼし尽くすまでは、決して引き下がらない。あるいは、私たちは、彼が世界の創造以来、すでにどれほど多くの人々を滅ぼしてきたかを知らないのだろうか。彼は、罪の甘美さで最初の人間を魅了し、楽園からの追放へと導いたのではないだろうか。カインを兄弟殺しのために武装させたのではないだろうか。使徒たちの群れからユダを排除し、彼を「万物の命」の裏切り者にしたのではないだろうか。数えきれないほど多くの他の人々をも死に追いやったのではないだろうか。——彼は今もなお、人々を惑わせ、煽り立て、あらゆる悪を行うよう強要し、ほぼ全宇宙を飲み込もうとしている。 彼を避けることは極めて困難であり、極度の注意を要する。なぜなら、彼は放蕩で卑しい生活だけでなく、厳しい修業生活を通じてさえも、私たちを正しい道から逸らし、反対の方向へと引きずり込もうと企んでいるからである。彼は多様な姿に変身し、様々な策略や惑わしを仕掛け、至る所で、私たちを捕らえるために地上に多くの罠を張り巡らせている。これは、至福のアンソニーが幻視の中で見た通りであり、彼はその際、天から「それらを避けることができるのは、ただ一つの謙遜のみである」という指示を受けたのである。

11. それゆえ、謙遜を身にまとい、正しい道から逸れることや、その道を踏み越えることを避け、王の道を歩み、右にも左にもそれることなく、私たちに託された聖なる戒めの規則に正確に従い、天に dwell する私たちに先立つ聖なる父たちの足跡に従いましょう。 私たちの心が邪な思いから遠ざかり、心が神の御言葉によって教えられるように。口は神を賛美するためだけに開き、目は正義を見、耳は虚しい噂に耳を傾けず、手は自分の務めへと伸び、足は品位をもって歩み、飲食は節度を保ち、睡眠は定められた規則に従い、必要な場合を除いて外出は許されず、死を招くような無謀な行いや、その他不適切なことは一切行われず、すべてが敬虔かつ賢明に行われますように。 この道は長くなく、功業の果ては近い。しかし、その労苦に対する報いは何だろうか? ——天の御国である。そのために、私たちはなおも、なおも奮闘し、戦い続ける。もしつまずいても、急いで立ち上がり、もしうたた寝しても、目を覚まして再び気を引き締め、自らの本性を抑え、地上の肢体を死に渡し、徳を身につけるのである。 これらすべてを、私は自分自身



にも語りかけている。なぜなら、私もまた、あなたがたと同じ人間として、弱さに覆われているからである。主が、私たちすべてに、心からに労苦し、非の打ち所のない生活を送り、ここから希望を持って旅立ち、至福の永遠の命に与かることをお許しくださいますように。

### 305. 律法と福音の戒めを、その相違点を示しつつ指摘し、そのいずれも守らない者は神の国を相続することはできないと述べた後

305. 1) 律法と福音の戒めを、その相違点とともに示し、そのいずれも守らない者は神の国を相続することはできないと述べた。－ 2) 死、裁き、そして有罪判決における彼らの恐ろしい末路を想起させ、－ 3) その後、主の憐れみの扉が閉ざされる前に、悔い改めをもって主に立ち返るよう招いている。[4, 103]

12. 私たちを創造し、無から存在へと導かれた神は、あたかもある種の学校のように、私たちをこの世の生活へと導き入れ、私たちが御国の福音の戒めを学ぶことができるようにされた。それゆえ、御自身の弟子たちを宣教に遣わす際、主は彼らにこう命じられた。「行って、あらゆる国の人々を弟子とし、父と子と聖霊の名によって彼らにバプテスマを授け、わたしがあなたがたに命じたすべてのことを守るように教えなさい」（マタイ28:19,20）。では、主が私たちに命じられたこれらの戒めとは、いったいどのようなものなのでしょう。――旧約聖書によれば、「殺してはならない、姦淫してはならない、盗んではならない、偽証してはならない」（出エジプト記20章；申命記5章）；しかし新約においては、これらよりも高次で、より完全な戒めを主は与えられました。なぜなら、こう言われているからです。「古の人々に『殺してはならない』と言われた。殺す者は裁きを受ける。しかし、わたしはあなたがたに言う。兄弟に対してむやみに怒る者は、裁きを受けることになる。兄弟に『バカ』と言う者は、公会に引き渡されることになる」。――また、『古の人々にこう言われた。「姦淫してはならない。」しかし、わたしはあなたがたに言う。女を見て、彼女を欲しがめる者は、すでに心の中で彼女と姦淫を犯したのである』。また、『古の人々にこう言われた。「偽って誓ってはならない。主への誓いは果たさなければならない。」しかし、わたしはあなたがたに言う。決して誓ってはならない」。また、「『あなたの隣人を愛し、あなたの敵を憎め』と言われた。しかし、わたしはあなたがたに言う。敵を愛し、あなたがたをののしる者を祝福し、あなたがたを憎む者に善を行いなさい」（マタイ5:21-44）。ご覧の通り、この二つの契約の違いがわかりますか？ 一方は行いを禁じ、もう一方は、罪がここに根付かないようにするための、その行いの源である心の在り方そのものを禁じているのです。さて、もし私たちが、律法にも福音にも従わず、いわば異教的な生き方をしているとすれば、その日、私たちはどのような試練に直面することになるのでしょうか。――「自分を欺いてはならない」と使徒は言います。「淫婦も、偶像礼拝者も、姦淫を行う者も、汚れた行いをする者も、男色を行う者も、女色を行う者も、強奪者も、盗人、酔っ払い、侮辱者、強奪者も、神の国を相続することはない」（Iコリント6:9,10）。

13. 以前にもたびたび申し上げたように、今こうして断固として宣言する。だれも自分の意志のままに生きてはならない。だれも救いの事柄を軽んじてはならない。誰も金を蓄えたり、奴隷を買ったり、馬や牛を飼ったり、その他のいかなる財産の蓄積によっても自分を重荷にしてはならない。なぜなら、そこから最大かつ最も破滅的な罪が生まれるからである。それにもかかわらず、あなたがたの中には、なおも頑なに真理に逆らい、抵抗し続ける者たちがいる。しかし、私は謙虚であり、あなたがたの血の責任からは清い。なぜなら、私はあなたがたに神の真理を告げ知らせることをやめず、反抗する子らに降りかかる剣について絶えず宣言してきたからである。「それとも、私たちは主を怒らせているのか。私たちは主の食卓を冒瀆しているのか」（Iコリント10:22）。「すでに斧は木の根元に置かれている。すなわち、良い実を結ばない木はすべて、切り倒されて火に投げ込まれるのである」（マタイ3:10）。この例を恐れないのですか。この脅威に戦慄しないのですか。まもなく避けられない死さえも恐れないのですか。通常、私たちを肉体から連れ去りに来る恐ろしい天使たちに、私たちはどのように立ち向かうのでしょうか。必要な備えを積まずに、その決して短くない道を、どのように歩んでいくのでしょうか。清くない良

心を抱いたまま、あらゆるひざがひれ伏し、あらゆる舌が告白するキリストの裁きの座の前に、どうして立ち向かえるでしょうか。もしそこでそのような姿で現れたならば、私たちは必然的に、消えることのない火と死ぬことのない虫がいる場所、すなわち泣き叫びと歯ざしりのある場所へと追放されることになるでしょう。

14. しかし、そのようなことが起こらないように、さあ、私たちの慈愛に満ちた神の御前に来て、ひれ伏し、泣き叫びましょう。告白と懇願と悔い改めと涙と祈りと断食と清さと善行をもって、あらかじめ御前に進み出しましょう。なぜなら、主こそが私たちの罪の清めであり、まだ私たちに対して御慈悲の扉を閉ざしておらず、御自身に立ち返る者を拒むことなく、娼婦や強盗、放蕩息子のように、慈しみを以て受け入れてくださるからです。さあ、皆さん、立ち上がり、目を覚まし、奮い立ちましょう。学校から帰った、よく勉強する子供たちが喜びながら自分の家へ急ぐように、私たちもまた、福音の誠実な弟子として、この世の生活から離れ、喜びをもって永遠の命へと移り住むことができるように。

### 306. 従順を、最も実り多い功績として称え、従順に生きない者たちを戒める

306. 1) 従順を、最も実り多い功績として称え、従順に生きない者たちを戒めた。—— 2) まもなく来られる方が、各人の行いに応じて報いを与えられることを思い起こさせ、弟子たちにますます従順に励むよう説得している。[4, 104]

15. 全き善なる神の恵みにより、あなたがたは私の謙遜を信じ、従い、命じられたこと以外は何も行わない。そこには、私だけでなく、私よりも先に徳を人生の目標として掲げたあなたがたにとっても、喜びと栄冠がある。なぜなら、従順な者にとって、戒めに従って生き、自分の意志で何もしないことほど、甘美で、切望され、喜びに満ちたことがあるだろうか。これこそが真の従順であり、これこそが至福の生活である。これは、多くの悲しみと無憂を併せ持つ業である。多くの悲しみとは、まだ自分の欲望に囚われている間のことである。心配のないのは、自分の意志を完全に断ち切ることができたときであり、それゆえに、使徒のように「もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです」（ガラテヤ2:20）と大胆に言えるようになるのです。なぜなら、自らの意志に従って生きるのではなく、修道院長を介して神に従って生き、そして「主の栄光を明らかに仰ぎ見ながら、主の御霊によって、栄光から栄光へと、その姿を変えられていく」（Ⅱコリント3:18）からである。そのような者は、この世を気にかけず、死を恐れず、何の心配もなく、何ものにも縛られることなく、すべてを神に委ねて人生を歩む。しかし、自分の欲望に頼り、従順の法則を後回しにし、自分の意志や自己満足に屈服する者は、苦痛に満ちた人生を送ることになる。「悪魔に捕らえられ、その意志に支配されている」（Ⅱテモテ2:26）——たとえ時折、断食をしているように見えたり、徹夜祈りを捧げたり、あるいは他の善行を行っているように見えても、それらはすべて非難されるべきものである。なぜなら、「信仰から生じないものはすべて罪である」（ローマ14:23）からであり、また、共通の規則に従わない行いは、それを行う者自身の行いであり、神に喜ばれる敬虔とは無縁である。

16. それゆえ、私はそのような者たちを正当に戒めるが、あなた方については称賛し、ますます最善の従順、忍耐、自己の意志の抑制、信仰、希望、愛、そして自らの救いと全兄弟団への良き模範となるための、その他のあらゆる修道的な務めの中に留まるようお願いする。どうか、お願いいたします。「まだ少し、ほんの少し、来るべき方は来られ、遅れることはない」（ヘブライ人への手紙10:37）からです。最後の日が来ます。その日には、「闇の行いが明らかにされ、心の思いが公にされる」（コリントの信徒への手紙第一4:5）のです。恐るべき、かつ偽りのない審判者が来られ、その方は修練者を修練者の前に、修道院長を修道院長の前に、司教を司教の前に、貴族を貴族の前に、王を王の前に立たせ、互いに照らし合わせて非難するか、あるいは正当化し、「各人にその行いに応じて報いる」のです。すなわち、善行に耐え忍び、栄光と誉れと朽ちることのないものを求める者には、永遠のいのちを。しかし、熱心に真理に逆らい、不義に従う者には、激怒と憤りを。悪を行うすべての人の魂には、苦しみと窮屈さが訪れる」（ローマ2:7-9）。死の刻が、善行のない空虚な状態で私たちを襲うことのないよう、また善行の豊か



な実を結んだ状態で迎えられるよう、これを極めて恐れ、あらゆる熱意をもって心掛けなければならない。 敵が私たちの善行に反対しようとも「——それは敵の本性である。「彼は初めから人殺しであり、真理には立っていない。彼の中には真理がないからである」と主が言われたように（ヨハネ8:44）」；しかし、私たちは彼に対して勇氣と寛大さを発揮し、労苦、汗、祈り、懇願、涙をもって彼に立ち向かおう——そうすれば、私たちの戦いと、私たちに永遠の勝利を与えてくださる主による私たちの弱さへの取り成しによって、彼は私たちに対して何一つ成功することはできないだろう。

### 307. 教えの有益さを想起し、すべての人を互いに協力し合って神の住まいを築き上げるよう招く

307. 1) 教えの豊かな実りについて触れ、すべての人に対し、互いに協力し合って神の住まいを築き上げるよう招いている。—— 2) 続いて、神の神殿となった以上、神が私たちの中で墮落することのないよう説得し、そのための手段も示されている。[4, 105]

17. 誰も、私たちの教えが無益な労苦だなどと言ってはならない。いいえ、私たちはそこから大きな益を得ている。なぜなら、鋤が土地にとって、渴いた者にとっての水がそうであるように、私たちの教訓の言葉は、心を開いてそれを聞く者にとってそうだからである。魂は通常、何によって悪くなるのか？ 兄弟愛の中に不和、争い、分裂が生じるのは何によるのか？ それは、教えや啓発がないからではないだろうか？ 教えと論しがあるところには、平和と秩序があり、平和と秩序があるところには、聖霊が宿る。それゆえ、私も謙虚に、畏れと愛をもって、あなたがたに語りかけ、論し、慰め、思い出させようと努めている。それは、私自身のためだけでなく、あなたがたもまた、悪魔の多種多様な誘惑から救われる助けとなるためである。——私は、あなたがた自身、とりわけ兄弟団の指導者たちが、私に大いに助けをくださっていることを告白します。あなたがたは皆、私にとって善への協力者なのです。「私は」と聖パウロは言います、「植えた者であり、アポロは水を注いだ者であり、神が成長させてくださったのです」（Ⅰコリント3:6）：ですから、これは私だけの功績ではなく、あなた方の善行でもあり、さらに言えば、人々のあらゆる善の源である神の御業なのです。それゆえ、あなた方一人ひとりに与えられた従順に従い、すべてを共同の益へと導き、御霊によって神の住まいにおいて互いに調和を保ってください。使徒はこう言っています：「だれも、すでに据えられている土台、すなわちイエス・キリスト以外のものを据えることはできません。もし、だれかがこの土台の上に、金、銀、貴重な石、木、わら、藁を築くならば、その人の業は明らかにされるでしょう。その日は、火によって明らかにされるからです。火がその人の業を、その実態のままに試すからです」（Ⅰコリント3:11-13）。ご覧の通り、彼は美德を金、銀、高価な宝石に、悪徳を薪、干し草、葦に例えています。これらは、審判の火による試練にさらされたとき、燃えやすいものは燃え尽き、堅固なものは残ることになります。

18. これに加え、さらに恐ろしい言葉を用いて、彼は次のように付け加えています。「あなたがたは、自分が神の神殿であり、神の御霊があなたがたのうちにおられることを知らないのですか。もしだれかが神の神殿を破壊するなら、神はその人を破壊されます。なぜなら、神の神殿は聖なるものであり、あなたがたこそがその神殿だからです」（Ⅰコリント3:16,17）。なんと大きな恵みでしょうか、私たちが神の宮と呼ばれるにふさわしく、また神の宮であるという特権を与えられていること！しかし、なんと恐ろしい脅威でしょうか、もし私たちが神の宮を破壊すれば、神によって滅ぼされてしまうというのです！ですから、私たち自身の中にある神の宮を破壊してはなりません。また、聖霊が私たちの内に住んでくださるという恵みにあずかった以上、情欲の住处となることを許してはなりません；また、罪から解放された以上、再び悪魔の奴隷となることを許してはなりません。しかし、「私たちは清く、非難されるところのない者となり、イエス・キリストによる義の実に満ち、神の栄光と称賛となるように」（フィリピ1, 10, 11）。どうか、私たちの心が冴え渡り、神への畏れに満ち、絶え間ない死への思索に潤されますように。なぜなら、そのような畏れとそのような思索があるところには、罪が入り込む余地はないからです。しかし、心がこれに対して無感覚で、石のように硬くなってしまうと、欲望が容易に私たちの

内に植え付けられ、私たちを苛立たせ、惑わせ、かつての穏やかな心持ちに戻るまで、私たちを放っておいてはくれません。それゆえ、善に励むことに労苦を惜しまず、その後、尽きることのない平安を見出すために、涙を流して主における喜びを見出し、狭く苦難に満ちたこの世の道を歩み、そこから生まれる清らかな命を得るために、私たちは労苦を甘受するのです。——そして、これこそがすべての取引の中で最も偉大な取引である。これこそが、幸福の中で最も尊い幸福である——わずかな労苦と、美德を積み重ねるための努力によって、計り知れず永遠の恵みを獲得すること——私たち全員が、その恵みにあずかることができますように。

### 308. 私たちの生活は、海を航海することに似ている

308. 1) 私たちの生活は、海を航海するようなものだ。－ 2) 舵取りである心は、沈没を避けるために、どのように人生の船を操るべきか。－ 3) これらの教訓は、若者だけでなく、年長者にとっても重要なものである。なぜなら、彼らにとっても危険は決して遠くないからだ。－ 4) 長い苦勞の末に築き上げたものを台無しにしないよう、よく耳を傾けよう。[4, 106]

19. もう一つの海、すなわち人間の生命という海がある。そこでは、私たちはあたかも船に乗るかのように、この肉体に入り込み、心の中で航海を続けている。そして、その航海は、普通の船で海を航行する人々のように、時には進み、時には港に避難するような断続的なものではなく、昼夜を問わず絶え間なく、荒天や嵐の中でも。この海は危険であり、単に危険であるだけでなく、私たちの生涯の長さに比例して果てしなく長く、その中には悪意の霊たちによって引き起こされる恐ろしい荒波が数多く立ち上がり、私たちを沈めようと襲いかかる海賊——すなわち悪魔たちが、数え切れないほど現れる。それゆえ、聖ダビデはこれを見て、祈りを込めてこう叫ぶのである。「わたしを憎む者たちから、また深い水から、わたしを救い出してください。水の嵐に溺れさせず、深淵に飲み込ませず、また、同輩が口を開いてわたしを貶めることのないように」（詩編68:15,16）。——もし、ダビデのような偉大な人物でさえ、溺れることのないよう恐れ、祈っていたのなら——とはいえ、かつて彼はうたた寝をしたために災いに遭ってしまったのだが——私たちのような謙虚な者たちは、同じ目に遭わないために、どれほど恐れ、どれほど祈らなければならないだろうか。

20. 私たちの心は、舵取りに似て、目を覚まし、警戒しているときは、情欲の嵐を退け、湧き上がる思いの飛沫にわずかに濡れる程度に留まる。しかし、怠惰や不注意に身を任せる時、情欲を受け入れ、それは激しい奔流となって押し寄せ、やがてそれに溢れかえり、ついに罪による大いなる難破を被ることになる。それを聞くだけでも哀れなことだが、実際に経験するとなおさら哀れなことだ。かくも恐ろしく、かくも悲惨なのが私たちの人生の航海である。それゆえ、注意深く、また凜としてその舵を握り、情欲を遠くに退け、侵入してくる不適切な思いは直ちに追い払い、もしそれらに気を緩めてしまったら、私たちを沈めてしまわないようにしなければならない。

21. 私がこう言うのは、ただ若き者たちだけを念頭に置いているのではなく、長い間修業に励んできた長老たちについても同様である。なぜなら、悪魔は彼らをも無傷のままにはしておかず、しばしば哀れな転落へと追い込むからである。偉大で神に愛されたバシレイオスがどこかでこう述べているように：「まことに、最も哀れな光景である——断食の後、厳しい生活の後、長きにわたる祈りの後、あふれる涙の後、二十年あるいは三十年にわたる禁欲の後、不注意と魂の怠慢によって、突然、すべてを奪われてしまうことである！」（第4巻、222ページ——ロシア語訳より）。——私、この謙虚な者も、それを耳にし、目撃し、嘆き悲しんだし、今も嘆き悲しんでいる。これほど長年にわたり積み重ねられてきた美德の富が、一瞬にして狡猾な悪魔によって奪い去られ、敬虔な修行者を空虚で無価値な存在にしてしまうことを思うと。－これほどまでに私たちの救いの秘儀は偉大であり、また、私たちを、自ら降りてきた天へと昇っていくのを見ることを耐えられない悪魔の、私たちに対する狂乱もまた、これほどまでに激しいのである。

22. しかし、たとえ悪魔がそのような存在であり、そのような猛烈な怒りを私たちに向けてきたとしても、私たち、大小、若老を問わず、皆が心をつにして、神の助けを借りて、確固た

る決意を固めよう。多くの労苦と功績によって積み重ねてきたもの——すなわち、世への断絶、従順、貞潔、涙、最初の告白と最後の告白——を、不注意によって滅ぼされることのないように。さらに、絶えず目を覚まし、希望の帆を高く掲げ、御霊の風に導かれて、人生の終わりに達し、不死の港にたどり着いたとき、美德の富をもって天の御国を勝ち取れるようにしよう。

**309. 昨日、王から遣わされた使者がやって来た。王が私たちに好意的ではないことを知っていたため、私たちは皆、動揺した**

309. 1) 昨日、王から遣わされた使者がやって来た。王が私たちに好意を抱いていないことを知っていたため、私たちは皆、動揺した。もし王が好意を抱いていると知っていたなら、あなた方はその使者に対して違った態度で迎えただろう。それと同じように、魂も死の使者を迎えることになる。神の御心に適っていると確信していれば喜びをもって迎え、確信がなければ恐怖をもって迎えるのである。——2) それゆえ、神と和解し、天使たちと友となろう。そのためには、悔い改めの涙、自己省察、互いの祈り、そして何よりも聖なる秘跡の拝領が必要である。——3) ここでは、聖なる秘跡にどのように臨むべきか、それがいかに救いとなるか、そして聖体拝領が稀であることはいかに残念であるかが述べられ、今後はより頻繁に聖体拝領を行うよう命じられている。[4, 107]

**23.** 昨日、皇帝の使者がここに到着するやいなや、私たちはその予期せぬ来訪に驚き、たちまち極度の動揺を覚えた。しかし、その後、彼が私たちのために来たのではないと知ると、なおさら早く恐怖から解放された。今、問いたい。一体なぜ、私たちはあれほど恐れたのだろうか？ それは、王が私たちに不満を抱いているだけでなく、私たちを憎み、軽蔑しているという自覚からではなかっただろうか。逆に、もし私たちが王に好かれており、王の側近の一人であったなら、王が常に私たちに好意を持って接してくれていたことを知っていた以上、王からの使者の到着を喜ばなかっただろうか？ ——しかし、なぜ私はこのような話を持ち出したのだろうか？ ——それは、善き生き方によって神の好意を勝ち得た魂も、肉体を離れる時、万物の王である御方から天使が迎えに来て、恐れることなく、むしろ喜びをもってその天使を見つめ、喜びのうちに主のもとへ旅立つということだ。もしそうではないならば、その魂は混乱と恐怖に陥り、自分の中に確固たる支えを持たず、どこからも助けや慰めを期待することはできないだろう。なぜなら、ここでは兄弟や友人が魂を安らげ、恐怖を追い払うことができるが、あちらではそのようなことは一切許されず、天使は容赦なく、残酷にその哀れな魂を連れ去るからだ。——この言葉を聞いて、私たちは魂の中に恐怖の動揺を感じないだろうか。もしこの話を聞くだけで恐怖を覚えるのなら、実際にそのような状況に置かれたとき、私たちはどのような苦しみを味わうことになるのだろうか。——そして、そのとき魂はキリストの裁きの座にどのように立ち向かうのでしょうか？ ——預言者ダニエルによれば、「火の川」が「御前の前から流れ出ており、千の千が御前に仕え、数えきれないほどの大群が御前に立っている」（ダニエル書 7: 10）——そして、裁き主は恐ろしく、容赦なく、福音書に記されているように（マタイ 12: 36）、無駄な言葉一つに至るまで問いただされるのです。それでは、魂はこれらすべてにどのように耐えうるだろうか？ ——まことに、「生ける神の御手に落ちることは恐ろしい」のである（ヘブライ人への手紙 10: 31）。そして、魂が、自らを果てしない苦しみへと追いやる、最も公正な裁きを聞く時、それはさらに恐ろしいことである。

**24.** それゆえ、私は懇願し、祈る。死の前に神と和解し、神の御好意を得よう。私たちを迎えに来る天使たちを友としよう。——心の目を冴えさせ、理性を不屈のものとし、情欲の誘惑に屈しないようにしよう。もしつまずいたとしても、速やかに立ち上がろう。多くの涙をもって、悪者の燃え盛る矢を消し止め、その代わりにキリストへの愛を高めましょう。「義人の祈りは、力強い」とあります（ヤコブ 5: 16）。だからこそ、私たちは互いのために祈り、互いを思いやって祈りを捧げる必要があるのです。涙や悔い改めもまた大きな力を持っていますが、何よりも聖なる秘跡の聖体拝領が力を持っています——しかし、あなたがたが、なぜかこれを軽んじているのを見ると、私は極めて驚かされます。日曜日にはまだ秘跡に与る者がいますが、聖体礼儀が他



の日に行われると、誰も近づきません。修道院でさえ、かつては希望する者が毎日聖体拝領をしていましたが、今ではそれが行われることは極めて稀であり、どこを見ても全く見かけなくなりました。

**25.** このように申し上げるのは、決して、あなたがたに適当に、気まぐれに聖餐に与ってほしいと願っているわけではありません。なぜなら、こう記されているからです。「人は自らを吟味し、そのようにしてパンを食べ、杯を飲むべきである。不適格なまま食べたり飲んだりする者は、主の体を区別せずに、自分自身に裁きを招くことになる」(Iコリント11:28,29)。いいえ、私が望んでいるのはそうではありません。決してあってはなりません！しかし、私たちが聖餐に与りたいという熱意に燃え、できる限り自らを清め、それによってこの賜物にふさわしい者となるように。なぜなら、目の前にあるパンはいのちの聖餐であり、主がこう言われているからです。「わたしは、天から下って来たいのちのパンである。もしだれでもこのパンを食べるなら、永遠に生きる。また、わたしが与えるパンは、わたしの肉であり、わたしはそれを世の命のために与えるのである」(ヨハネ 6:51)。さらに、「わたしの肉を食べ、わたしの血を飲む者は、わたしの中にあり、わたしもその人の中にいる」(ヨハネ 6:56)。この言い表せないほど計り知れない賜物が見えるか。主は私たちのために死なれただけでなく、ご自身を私たちの糧として与えてくださったのだ。これ以上に、主の私たちへの力強い愛を明らかにするものがあるだろうか。そして、私たちの魂にとって、これ以上に救いとなるものがあるだろうか。——もし今、誰も日常の食事を毎日欠かすことなく、それを味わわずにいると極度に不快に感じるのなら、万人に提供されるのが普通のパンではなく「命のパン」であり、普通の杯ではなく「不死の杯」であるにもかかわらず、それを味わったかどうかを無関心にし、このことを必要とみなさないのは、一体どういうことでしょうか？これは、なんと愚かで無意味なことの証しでしょうか！もしこれまでそのようなことがあったとしても、これからは、この神の賜物の力を知り、これ以上それを許さないよう心を固め、常に力の及ぶ限り自らを清め、聖なる、そして聖化をもたらす秘跡に近づき、聖体拝領を行っていきましょう。—そして、これは、私が考えるところであり、また真実でもあるのですが、聖体拝領への準備とそれを待ち望む心によって促されることで、私たちが自らを清く保つことに大いに役立つでしょう。一方、聖体拝領に対して無関心であれば、情欲は私たちを捕らえるための自由と余地をより多く与えられてしまうのです。—これが私たちにとって、永遠の命への絶え間ない指針となるでしょう。主イエス・キリストの恵みと愛によって、私たち全員がその永遠の命に与えることができますように。

### 310. さあ、前進せよ——徳の道を歩んで

310. 1) 前へ、前へ——徳の道を歩もう。—2) どのように？ 毎日、なすべきことを行うことで：そのための模範的な計画が提示されている。—3) 動機：徳の美しさと甘美さ、そして罪の有害性。—4) 何が成功を妨げるのか？ 願いの不誠実さである。[4, 108]

**1.** 美德とは、絶えず前進し、その歩みを決して止めることなく、常にその従う者たちを至高の境地へと導くものである。このことを示して、使徒はこう言っている。「私は、すでに到達した、あるいはすでに完成した、などとは決して言わない。ただ、追い求めている。もし追い付くことができれば、キリスト・イエスによって追い付かれたその方になるためである」；——そしてさらに、「後ろのことは忘れて、前のことに手を伸ばし、キリスト・イエスにある神の召しの栄光を目指して、目標に向かって走っている」(フィリピ3:12-14)と。したがって、徳の行いにおいていかなる停滞もあってはならない。なぜなら、ここで立ち止まることは、悪へと逸れる始まりだからである。ですから、私たちも徳の道で立ち止まることなく、常に善行に励み、常に新たな心で、力から力へと高まり、「皆が、キリストの満ち満ちた大人に至るまで成長する」(エフェソ4:13)ようにしましょう。

**2.** では、これはどのようにして実現されるのか。それは、毎日を、なすべきことを熱心に実践することに費やすことである。例を挙げよう。眠りから覚めたら、急いで祈りに赴き、そこ

から戻ったら、熱心に仕事に取り組み——心の中で主を賛美し、歌いながら、同時に手でも働くのである。一日が過ぎたでしょうか。感謝と悔い改めの心をもって眠りにつきましょ。そうして、このような行いの連続によって、聖ダビデが語った「日は日に言葉を語り、夜は夜に知恵を告げる」（詩編18:3）という言葉が、私たちの中にも成就するのです。私たちにとって、行いに無関心で、心や思考の束縛に囚われたままの一日も、また、肉の安らぎや恥ずべき行いに甘んじる夜も、決して過ぎ去ることのないように——行いについては言うまでもなく、「あつてはならない！」——しかし、それ以上に、思考においてもそうであるように。なぜなら、真理の言葉は、私たちの体が清いだけでなく、魂も清いことを求めているからである。

3. もし何かを渴望したいと望むなら、その味わいが甘美で飽くことのない、渴望すべき美德とは何だろうか。もし美しさを味わうことを好むなら、万物がその美しさを誇る主ほど、愛すべきものはあるだろうか。しかし、邪惡な欲望は、魂を狂わせ、あらゆる獣よりも残酷に魂を食い荒らす。それゆえ、そこから得られるのは喜びではなく、苦痛に満ちた人生である。「肉と血は」、使徒は言う、「神の国を相続することはできず、朽ちるものが朽ちないものを相続することもない」（Iコリント15:50）。そして教えてほしい、罪に囚われて恥をかかされず、辱められず、死に追いやられなかった者がいるだろうか？ また、美德が明らかにした者の中で、高められることなく、世に驚くべき存在として示されなかった者がいるだろうか？ 多くの人の中から二人を例に挙げよう——アムノンとヨセフだ。前者は淫行によって死に至るほどの恥辱に陥ったが、後者はエジプトの女の前で貞節を守ったことで王とならなかったか？——かくして美德は、かくも愛すべきものであり、かくも切望されるものであり、かくも救いとなるものである！ 一方、罪は忌まわしく、嫌惡すべきものであり、破滅をもたらすものである！ それにもかかわらず、私たち人間は大きな迷いの中にあり、生ではなく死を選び、の光ではなく闇を受け入れ、朽ちることのないものよりも朽ちるものを愛している。これ以上に嘆かわしいことがあるだろうか。

4. では、なぜ私たちは善を愛する者になりたいと願いながら、そうなることができないのか？——それは、私たちがそれを真の願いではなく、見せかけの願いとして望んでいるからである。なぜなら、私たちは自己中心的な存在であるため、あらゆることを望み、それを選ぶからだ。したがって、もし真に善を望んでいれば、善を選ぶはずである。—確かに、若き日から不品行な生活を送ってきたことは、私たちに断ち切ることのできない情欲的な習慣を植え付けてしまう。しかし、使徒はこう言っているではないか。—「人間として言います。あなたがたの肉の弱さゆえに、あなたがたはかつて、自分の体を不品行と不法に、不法へと従わせました。それと同じように、今や、あなたがたの体を義に、聖なるものへと従わせなさい」（ローマ6:19）。すなわち、罪への傾向に対抗して、私たちは徳への熱意を示さなければならない。さあ、私たちはなおも、なおも押し進もう。そうすれば、全き善なる神は必ずや私たちに門を開き、御心に適うことを私たちの中に成し遂げ、永遠の命を授けてくださるであろう。

### 311. 称賛に値する人物が亡くなった：彼に倣うべき教訓が与えられる

311. 1) ある人が称賛を浴びてこの世を去った：彼に倣うべき教訓が与えられている。— 2) すべての聖人たちがそうであったように、最期の時を思い起こすことで熱意を燃やすよう促される。— 3) そうする者は祝福され、次のように付け加えられる：「私たちもそうありましょ」。  
[4, 109]

5. さて、我々は、兄弟テオソストが亡くなったことを完全に確認した。彼について少しばかり述べる必要がある。なぜなら、彼は徳に優れた人物であり、多くの者——修道士も信徒も——から称賛され、自らも他者の言葉に耳を傾け、また他者に自分の言葉に耳を傾けさせ、苦難に遭うという試練を経て、使徒の言葉通り、試練に遭う者たちの助けとなることができたからである。それによって、神にあって多くの善き子らを自らに得た彼は、その後、真理のために、少なからずまた容易ではない苦難や窮屈、迫害や試練にさらされ、それらの中で息を引き取り、主のもとへ旅立ったのである。—しかし、なぜ私がこれらすべてを語っているのか？——それは、この私たちの兄弟を通して、私たち自身の未来を見据えるためである。すなわち、もし私たちが



善く、敬虔に生きれば、彼と同様に死後、他者から称賛され、後続者たちにとって善き熱意の源泉となるだろう。もし善く生きなければ、称賛されるどころか、さらに義にかなった形で終わりのない苦しみを受けることになる。これは考えるだけでも恐ろしいことであり、口にすることなどなおさらである。

6. さて、君にはこれを見てほしい——私たちが次々とここから去っていく様子、どこへ向かうのか、そしてここでのわずかな日数に私たちのために用意されている人生とはどのようなものか——それは、徳を試され、その真価が問われるのに必要な期間だけ生き、その後、永遠に留まるべき場所へと移るためである。これを熟考することは、賢明な者の務めである。そして、熟考する者は常に恐れおののき、日々意志によって死に、日々自らの肉体からの解放を待ち望み、それによって、自分に委ねられた従順に従い、これから待ち受ける務めへの熱意を自らに奮い立たせ、絶え間なく労苦を重ねていくのである。なぜなら、聖人たちの自然な功績は、一体どこから来るのか。死に至るまでの彼らの従順さは、どこから来るのか。——拷問で四肢を切り裂かれ、血を流す中で、殉教者たちの不屈の忍耐は、一体どこから来るのか。——それは、まさにここにあるのではないだろうか——すなわち、人生の儚さや突然の死、恐ろしい審判の座への出頭、そして終わりのない永遠の苦しみについての思いからではないだろうか？——彼らのすべてはここから生じている。ここから、まるで他人の体であるかのように、最も残酷な苦難に耐え抜く力があるのだ。

7. そして、昼も夜もこれを思い巡らし、この世の一時的な生涯を、ここを旅する旅人のように過ごし、使徒が「被造物は、神の子らの現れを待ち望んでいる」と語る、あの至福で終わりのない命を待ち望む魂は、幸いである。「被造物は、自らの意志ではなく、それを従わせた方の希望に従って、むなしさに服従している。被造物自身も、朽ちる働きから解放され、神の子らの栄光の自由へと変えられるからである」（ローマ8:19-21）。約束されていることがお分かりだろうか。すべてが朽ちることのないものへと変えられ、被造物が奴隷の状態から自由へと移されるということだ。——聖ダビデが「あなたの宮の庭での一日は、千日より良い」（詩編83:11）と語り、使徒聖ペトロが「一日は……千年のようである」（ペトロの手紙二3:8）と語った、その日はいったいどのような日なのでしょう。 私たちもまた、そこに心と意思を向け、そこに私たちの渴望を移し、そこに私たちの思いと願いを移すのです。そうして、そのような事柄に専念することで、私たちを誘惑する権威を持つこの世の支配者から身を隠し、私たちの修道生活の武器によって守られている限り、私たちを打ち倒すことのできないその者から逃れるだけでなく、——私は謙虚な者として、あなたがたがこの者を単に避けるだけでなく、打ち負かし、私たちの主キリスト・イエスから義の冠を受けることを願っている。

### 312. 真の修道士たちだけが喜ぶことができる。それは、世俗の事柄を気にかけることなく、ただ神に喜ばれることのみを心に留め、また貞潔を守っているからである

312. 1) 真の修道士たちだけが喜びを得ることができる。それは、世俗の事柄を気にかけることなく、ただ神に喜ばれることのみを心に留め、また貞潔を守っているからである。— 2) 彼らには悲しむべきことも何もない。罪は赦されており、思いや情欲による傷は、冠を備えるための戦いによって断ち切られる。必要なのは、勇敢に戦い、敵を打ち負かすことだけである。— 3) 勇気を奮い立たせよう。まもなく、来たるべき方が来られる。[4, 110]

8. 使徒はすべての人に対し、「常に主において喜べ」と命じている（フィリピ4:4）。しかし、通常、喜びを得ているのは、妻や子供、奴隷、金銭、財産、あるいは肉欲に溺れる者たちが気にかける他のいかなるものにも心を奪われない、真の修道士たちだけである。彼らにはただ一つの関心事、すなわち、いかにして主に喜ばれるかということだけがある。このことだけに心を配ること、それこそが、常に主にあって喜ぶということなのである。なぜなら、結婚や奴隷、そしてそこから生じるあらゆる煩わしさは、神が人間の子らに与えられた「精神の砕き」であり、ソロモンの言葉（伝道の書第1章～第2章）にあるように、その中で砕かれるためである。上述のような事柄が、神への敬虔な思いから心をそらしてしまうとき、主を喜ぶことは困難である。神

への敬虔な思いがあつてこそ、初めて喜ぶことが可能となるからである。主を喜ぶ者たちの仲間として、私たちは常に互いに喜び合い、喜びを分かち合ひましょう。私たちの貞潔と無欲に対して、報いを与えると約束された神から報いを受けることを待ち望みながら。神は、このような偉大で超自然的な行いだけでなく、冷たい水一杯を与えることに対しても報いを与えると約束されたのです。まことに、貞潔という行いは偉大かつ超自然的である。それは天使の住まいに触れ、人を楽園にあった原初の状態へと導く。そこには結婚も奴隷制もなく、ただ何不自由なく、心配のない生活が流れていたのだ。

9. もし誰かが、「私は喜んでいるのではなく、悲しんでいる」と言うなら、その悲しみは一体何から来るのか、教えてほしい。——かつて多くの罪を犯したからか？——しかし、それらはすでに、懺悔と、この世からの離脱、そして従順の轡を受け入れたことによって赦されているのだ。——毎日、思いによって傷つけられているからか？——しかし、もしあなたがそれらを断ち切れれば、そこにはあなたの栄冠への前兆がある。なぜなら、戦いに加わらなかった者には決して栄冠は授けられず、戦った者、すなわち勇敢に戦い、勝利を収めた者にのみ、贈り物が与えられるからだ。ご覧の通り、私たちが悲しみの原因として指摘しうるものこそ、実は私たちにとって喜びの源なのです。さあ、霊的な喜びに満ちて、悪魔の策略に勇敢に立ち向かい、祈りと懇願をもってその誘惑を退け、謙遜と従順をもってその罠を断ち切り、涙と悔い改めをもって、ファラオのように彼を溺れさせ、自己批判と告白によって彼を自分から遠く追い払い、その他あらゆる善行をもって、神の助けを借りて彼を打ち倒しましょう。このように、たとえその策略が多様であろうとも、悪意において狡猾であろうとも、私たちを殺そうとして襲いかかるのに都合の良い時を知っていようとも、敗北したふりをして、その準備ができていない魂に不意を突いて襲いかかり、思いのままに操ろうとするのであろうとも。しかし、私たちは自分の見張りを固め、冷静さを保ち、目を覚まして警戒し、心の目を絶えず見張り、神への愛に燃える心を持ち続け、それによって、打ち負かされることなく、揺るぎない存在であり続けるのです。

10. さあ、戦いの場で臆病になつてはなりませんし、敵との闘いにおいて気力を失つてはなりません。戦いや偉業の終わりは間近である。あとほんの少し、来るべき時が訪れ、遅れることはない。それは、各人の最期の時であれ、世の終わりであれ、彼が天から力の天使たちと共に、燃え盛る炎と、言い表せない栄光のうちに現れ、そして「すべての目が見る」時であり、また、「彼を刺し貫いた者たちも、地のすべての部族が彼のために嘆き悲しむ」（黙示録 1:7）であらう。なんと恐ろしく、言葉に尽くせない光景であらうか！——その時、善き行いに励み、訓練の中で堅く立ち、敬虔を愛し、完全な従順を実践し、あらゆる点で主に喜ばれたすべての人々は、喜びに満たされるであらう。どうか、私たちも彼らに数え入れられ、彼らと共に、私たちの主キリスト・イエスにおける永遠の祝福を享受することができますように。

### 313. 地上の生活は移ろいやすいものであり、最初の不従順によってそのようになったのである

313. 1) この世の生活は移ろいやすく、最初の不従順によってそのようになった。— 2) 私たちは、この世を捨て、従順に身を捧げることで、そのような移ろいやすさから解放される。しかし、そのためには、信仰の行いにおいて勇敢に立ち続けることが求められる。— 3) それゆえ、私たちは自制し、目を覚まし、清さを保とう。もし罪を犯したなら、悔い改め、改心しよう。[4, 111]

11. 使徒の言葉を聞こう。「私はこう言う。時は短くなったからである。それゆえ、妻を持つ者は、持たない者のように、泣く者は、泣かない者のように、喜ぶ者は、喜ばない者のように、買い求める者は、持たない者のように、この世を求める者は、求めない者のように振る舞うべきである。「この世の様相は過ぎ去るからである」（Iコリント 7:29–31）。「この世の様相は過ぎ去る」とはどういう意味か。すなわち、過ぎ去り、駆け抜け、一日たりとも定まることがないということである。昨日までは晴れていたが、今日は曇り；昨日は天気良かったが、今日は不順である。ある者は高みに登り、またある者はその威厳の高みから転落する。ある者は富から貧しさへと転落し、またある者は貧しさから富へと転じる。そして、私たちの貧しい人生は数え切

れないほどの変化と変遷にさらされ、何事においても決して確固たる立場を持つことがない。 —なぜこのようなことが起きたのか。それは、私たちの古くからの不従順によるものである。私たちは、楽園で与えられた聖なる戒めを何とも思わなかった。蛇の甘い誘惑に惑わされ、この苦難に満ち、移ろいやすい人生に正当に委ねられてしまったからである。 ——そのゆえに、私たちの主イエス・キリストの受肉による救いの業が成し遂げられたのです。それは私たちを原初の状態へと導き、悲しみも心配もないあの住まいを再び築き上げるものです。なぜならば、移ろいの中において不変であり、変転の中において揺るぎないままであることこそ、賢明で理にかなった行いだからです。 では、一体誰にこそこの性質が備わっているのか？ ——それは、世に背を向け、主の後に従った者たち以外には、誰にもない。

12. しかし、私たちはキリストの恵みによって、世を善きものとして捨て去り、美しい従順に身を委ねた者たちであり、それによって、私たちの中で古き状態への回帰が成し遂げられているのである。 なぜなら、私たちは不従順と反抗のゆえに楽園から追放されたが、全善なる私たちの神は、私たちが従順と謙遜を通じて、再びそれを取り戻すことを御心に適わせられたからである。従順のうちに歩んでいることを喜びましょう。なぜなら、それは私たちを永遠の命へと導くからである。 しかし、そのためには、行いにおける不変の姿勢と、苦難における忍耐が求められる。なぜなら、肉的な勝利でさえ多くの労苦と汗によって得られるものであるならば、ましてや私たちのような生活の戦場を勝利のうちに駆け抜けることなど、勇敢で気高い者たち以外には誰にもできないからである。

13. ですから、どうか勇敢に立ち続け、絶えず自制し、目を覚まし、私たちの渴望を唯一の神に向け、常に神を仰ぎ見て心を満たし、涙と悔い改めで清められ、祈りと嘆願によって照らされ、それによって聖霊の恵みを引き寄せましょう。 なぜなら、神は、情欲から清められた魂ほどに喜ばれるものはなく、また、美德の香りを放つ魂ほど、色とりどりの草原もその香りを放つことはないからです。もし私たちがうっかり居眠りをしてしまったとしても、すぐに目を覚ましましょう。 たとえ一日に七度罪を犯したとしても、七度悔い改めれば、受け入れられるでしょう。たとえ七十の七倍もの試練に遭ったとしても、それと同じだけ悔い改めれば、神の約束に従い、赦しへの希望を奪われることはありません。ただ、どうか、私たちが揺るぎなくあり続け、倒れた時に自ら立ち上がることを怠らないようにしてください。 善行の終わりはすでに近く、喜びと歓喜、そして義の冠もすでに近づいている——主イエス・キリストの恵みと慈愛によって、私たち全員がそれらに与えることができますように。

### 314. 兄弟が突然この世を去った。これを受けて、死への備えを怠らず、常にそれを心に留めつつ、神に喜ばれる行いに励むよう、熱意を込めて勧めらる。

314. 兄弟が突然この世を去った。これを受けて、死を迎える準備をしておき、常にそれを心に留めつつ、神に喜ばれる行いに励むよう、熱意を込めて勧められている。[4, 112] さあ、最後の日に備えて救いの契約を結びましょう。さあ、差し迫った死の刻が訪れる前に、神と和解しましょう。なぜなら、「死には、あなたを思う者はなく、陰府には、あなたに告白する者はいない」と書かれているからです（詩編6:6）。毎日、私たちの兄弟たちが連れ去られていくのを、私たちは見ていないのでしょうか？ 私たちが、屠殺される運命にある羊のように、今は生きているが、明日にはいなくなってしまうことを、見ないのか。リベリウス兄弟も連れ去られた。その死は、私の謙虚な魂を打ち砕いた。伝えられるところによれば、彼は修道室で、まるで眠っているかのように横たわったまま、突然亡くなっているのが発見されたという。——これが彼の最期だったのだ！ ——私たちの最期がどうなるか、私たちは知りません。また、どのような死を遂げるのかも分かりません。突然訪れるのか、それとも何らかの予兆があるのか。陸の上か、それとも海の上か。——私たちが一人きりの時か、それとも兄弟たちに囲まれている時か。誰が主の御心を悟り、誰が主の助言者となって、私たちの死の日時、場所、そしてその様相を知ることができるのでしょうか。 — 死の定めはまことに恐ろしいものであり、生ける神の御手に委ねられることもまた恐ろしい。それゆえ、お願いである。私たちは常に奮闘し、常に注意を払い、常に神



にかなう行いを続けよう。ある者は高い地位を得たとされ、ある者は富を築き、またある者は王になったという。－それらは一体何なのか？－すべては夢のように過ぎ去る。「彼らはそれぞれの眠りに就き、その手には何の富も得られなかった」（詩編74:6）。「人のあらゆる栄光は、草の花のようだ」（イザヤ書40:6）。しかし、神に選ばれた者たちは、素晴らしい取引を成し遂げ、取り去ることのできない位階を得た。それはどのようなものか？ある者は使徒の位、ある者は預言者の位、ある者は殉教者の位、ある者は聖人の位、またある者はこれらの中で最も低い位ではあるが、それでもなお救いをもたらす位である。彼らの名はいのちの書に記され、その栄光は衰えることなく、その喜びは言葉に尽くせない。私たちも彼らに倣い、必ずやこれらの位階のいずれかを得るであろう。なぜなら、恵みは誰に対しても公平であり、望む者すべてに、大小、賢愚、老若を問わず、それぞれの善き賜物が与えられるからである。もし私たちが彼らに倣わなければ、家の主は私たちを天の婚礼の殿堂に迎え入れず、その扉を私たちの前に閉ざされるだろう。「『ああ、人の子が裏切られるその人よ、その人は生まれなかったほうがよかった』と主は言われる」（マタイ26:24）。この言葉が裏切り者を指していることは誰の目にも明らかだが、自らの救いを裏切る者すべてにも、この言葉は正当に当てはまる。私たちは、偉大なる神であり、私たちの救い主であるイエス・キリストの御出現について考えていないのだろうか。不正を知らない審判者が、裁きの座に立つすべての人々に対して下す恐ろしい判決について、思い巡らしていないのだろうか。消えることのない火や、想像を絶する永遠の苦しみについて、思い描いていないのだろうか。誰がこれを理解できようか。賢明な舵取りとは、自らをしっかりと律し、悪意の霊たちによる溺死から自らの魂を救う者である。私たちもまた、キリストの恵みによって穏やかで平穏な生活を選んだ以上、これからもなお、自らの航海をしっかりと成し遂げ、遭遇するあらゆることを快く耐え忍び、神への畏れをもって体の各部分を護り続けていくのである。好奇心で物事を見つめることを目に禁じ、耳が虚しい話を聞き入れないようにし、舌が非難することを許してはならない。なぜなら、神の兄弟はこう言っている。「兄弟を中傷する者、あるいは兄弟を非難する者は、律法を中傷し、律法を非難する者である」（ヤコブ4:11）；手は働かせよ。なぜなら、「働こうとしない者は、食べることも許されない」と使徒が定めているからである（テサロニケの信徒への手紙第二 3:10）；足は平和の道を正しく歩ませよ；心は「欺きの言葉にそれではならず、罪の過ちを軽んじてはならない」（詩編140:4）；しかし「あなたがたのすべては、品位を保ち、秩序正しく行われなければならない」（コリントの信徒への手紙一14:40）、そうして、善き生涯を送り、永遠の恵みにあずかることができるように。

### 315. 信仰を守りつつ、善き生活においても励まなければならない。とりわけ貞潔において、敵は私たちの間にあって、これに対して最も激しく戦いを仕掛けてくるのである

315. 1) 信仰を守りつつ、善き生活においても励まなければならない。とりわけ貞潔において、敵は私たちの間にあって、何よりもこれに対して戦いを仕掛けてくる。－ 2) 敵はまず恥ずべき思いから始め、次に情欲を煽り立て、行動へと駆り立て、さらに情欲に駆られた者を、まるで疥癬にかかった者のようにしてしまう。－ 3) どうすれば避けられるか？－そのような思いが芽生えた最初の段階で、祈りに身を委ねてそれに立ち向かいなさい。－ 4) 恵みによる神の子としての地位を受け入れたにもかかわらず、この罪によって悪魔の奴隷になってしまうという考えを心に留め、この情欲だけでなく、あらゆる情欲に立ち向かいなさい。[4, 113]

14. 人の救いを築き上げる美德は二つある。すなわち、信仰と愛である。もしあなたがたが信仰に関して何らかの過ちを犯しているのを見たら、私はそのことについてあなたがたに語りかけ、あらゆる手段を尽くしてあなたがたを正統な教えへと導こうとするだろう。――「信仰がなければ、神に喜ばれることはできません。神に近づく者には信仰が必要であり、神を慕う者には報いる方がおられるからです」（ヘブライ人への手紙 11:6）。しかし、キリストの恵みによって、あなたの信仰は健全であるから、信仰の話はひとまず置いておき、愛を原動力とすべき実践的な生活について少しお話ししましょう。――ですから、お願いいたします。これまでと同様に、今も、修業を怠らず、思いの支配、そして神の憐れみによって私たちが喜んで受け入れた、かけ

がえのない宝である貞潔について、決して怠らないでください。敵はとりわけこの貞潔に対して、あらゆる熱意をもって策略を仕掛け、それを奪うことによって、私たちの救いをも奪おうとしているのです。なぜなら、敵は、この美德によって私たちが神に似るようになることを知っているからです。逆に、これを失えば、私たちは無知な獣に等しくなるのです。聖書にこう記されている通りです。「*尊ばれる人は、もし知恵を持たず、無知な獣に等しくなれば、彼らに似てしまう*」（詩編48:13）。

15. ああ、古来より、私たちの誘惑者は、どれほど多くの人々を肉欲によって虜にしてきたことか！しかし、今なお、彼は若者だけでなく老人をも、不注意な者だけでなく最も慎重な者をも惑わし続けており、ほぼあらゆる魂に対してこの武器を用いている。彼はまず、不適切な考えを植え付けることで、この毒を仕込み始める。次に、肉と血の欲望によって心を煽り立て、禁じられた言葉を口にさせ、さらに、性器に触れる大胆さを吹き込み、そして、これによって死をもたらすのである。なぜなら、使徒が言うように、「*情欲は芽生えて罪を産み、罪は犯されると死を産む*」（ヤコブ1:15）からである。さあ、この死——永遠の死——を避けよう。この多くの災いをもたらす魂の病を避けよう。私には、この病は疥癬に似ているように思える。疥癬の患者が爪で体を掻くとき、一見すると快楽を得ているように見えるが、実際には快楽ではなく、掻けば掻くほど増す苦痛を伴う傷を負っている。それと同様に、情欲に支配された者も、快楽ではなく苦痛を、充足感ではなく空虚を、安らぎではなく無感覚を得るのだ。そのような者は、哀れに値する。絶望的で、臆病で、未来の裁きだけでなく、影さえも恐れているのだ。

16. では、この悪をどのようにして避けるべきか。まず第一に、この情欲が湧き上がるたびに、全力を尽くして、決して怠ることなく、その誘惑に立ち向かわなければならない。それが湧き上がるのは不思議ではない。しかし、その力は、善き思いに心を向けていないことによる不注意から、あるいは敵の嫉妬から生じているのである。しかし、それがどのようにして起こったにせよ、傷ついた者は速やかに立ち上がり、祈り、嘆き、涙を流し、断固としたでその情欲を拒絶しなさい。そうすれば、情欲はすぐに鎮まり、あなたは主の中で安らぎを得るだろう。その時、あなたは、情欲に襲われず、情欲に支配されないことほど、魂にとって甘美なことはないことを悟るだろう。

17. 主がこうおっしゃっているのを、あなたは聞いたことがないのか。「*罪を犯す者は皆、罪の奴隷である。しかし、奴隷は永遠に家にとどまることはない。子は永遠にとどまる*」（ヨハネ8:34）。罪から解放され、神の子としての地位を受け入れた私たちが、再び罪の奴隷となるだろうか。神の力強い御手の下に身を置いた私たちが、果たして悪魔の臣下となるのでしょうか。決してあってはなりません。「もし私が、かつて打ち壊したものを、再び建て直してしまえば、私は自分自身を罪人としてしまうことになる」（ガラテヤ2:18）と、使徒はある箇所で語っています。ですから、神の戒めを破る者となり、すでに悪魔からの自由を得たにもかかわらず、再び悪魔の奴隷となるようなことは決して許してはなりません。そうすれば、「*神の怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、自らに怒りを蓄えることになる*」からです（ローマ2:5）。なぜなら、そのような者たちについてこう記されているからである。「*彼らの虫は死なず、火は消えることがない*」（マルコ9:44）。「*キリストが私たちを自由の身にしてくださったその自由によって、私たちは立ち続けよう*」（ガラテヤ5:1）とあり、蛇の忌まわしい妄想を憎み、日々、この情欲だけでなく、他のあらゆる情欲にも立ち向かい、戦い、嫉妬を抑え、狡猾さを鎮め、兄弟への憎しみやその他のあらゆる悪意を制し、永遠の苦しみから逃れ、天の御国を得るためである。

### 316. 修道士たちを「選ばれた民」であり、「キリストの軍勢」と称え、その尊さを讃える

316. 1) 修道士たちを「選ばれた民」であり、「キリストの軍勢」とであると称えて称賛する。— 2) 過去も現在も、あらゆる異端による迫害において、誰が信仰を守り抜いているのか？——それはすべての修道士たちである。— 3) しかし、そのような存在である以上、私たちは自らを清く保ち、あらゆる情欲より高みに身を置くべきである。——4) 修道院が荒廃していること、また



私たちが必要とされるほどにはそれらを再建しきれていないことを、気にする必要はない。信仰を守り抜くことに専心すれば、その他すべては自然に整うだろう。[4, 114]

**18.** 兄弟たち、そして父たちよ！——私は、この「兄弟」と「父」という尊い名で、あなた方を呼び続けることをやめない。あなた方に対して、この呼び名が真実であり、この称呼が偽りではないことを知っているからだ。なぜなら、真の父であり兄弟であるのは、両親よりも、兄弟よりも、自分の一族よりも、自分の祖国よりも、目に見えるすべてのものよりも神を愛し、一つの心、一つの魂、一つの父——神、そして一つの故郷——天のエルサレムを持つ共同体として、その命を受け入れた者たちだからである。主において愛する兄弟たちよ、あなた方もまさにそのような者たちです。聖書の言葉をもってあなた方をこう呼びましょう。「選ばれた民、王の祭司、聖なる国民、神の所有となった民。それは、あなた方を暗闇から、その驚くべき光へと招いてくださった方の美德を宣べ伝えるためです」（Ⅰペトロ2:9）。まことに、修道生活とは驚くべき光であり、私たちはそこに召され、その中において、御自身の徳をもって天を覆われる方の栄光を宣べ伝えているのです。ここには知恵、貞潔、勇気、そして正義が宿り、ここには、キリスト・イエスによる悪しき者への勝利の戦利品があります。「私たちは、肉に属する者として歩んでいるが、肉に従って戦っているのではない。私たちの戦いの武器は肉的なものではなく、神によって力強く、堅固なものを打ち砕くものである。すなわち、神の知恵に逆らうあらゆる考えや、神の知恵に逆らって高ぶるあらゆるものを打ち砕き、すべての心をキリストの従順へと捕らえるのである」（Ⅱコリント10:3-5）。

**19.** 目に見える敵に目を向ければ、神の教会に対してどれほど多くの、そしてどのような迫害が繰り広げられてきたかがわかるだろう！——世に対して自らを十字架につけた者たち以外、誰がこれほどまでに迫害され、殴打され、殺害される運命にあったというのか。はるか昔のことには触れないとして、現代において、そして現在も続く異端のさなかで、誰が「罪に立ち向かい、血を流すまで戦った」のか（ヘブライ人への手紙12,4）。私たちの修道院のみならず、他の修道院においても、私たちの父たちや兄弟たちは、なんと幸いなことでしょうか。そしてまことに、そのような行いや偉業は、とりわけ修道士たちにふさわしいものです。修道士たちは教会の神経であり、支えなのです。これこそが、神の慈しみによって私たちに授けられた尊厳のあり方であり、その大きさなのです。

**20.** しかし、宝があるところには盗人も忍び寄るものであり、——魂の宝とは徳のことである——ゆえに、私は皆に呼びかけ、お願いする。我々は自制し、警戒を怠らず、罪の甘美さに惑わされることなく、怒りに駆られて獣の如く暴れ出ることなく、不信仰によって心を曇らせることなく、告白を怠って心を硬化させることなく、また他のいかなる情欲の支配にも屈することのないようにしよう。しかし、災いをもたらす情欲より高みに身を置き、人生の終わりに達するまで、熱心に前へと進み続けましょう。

**21.** 私たちの修道院が主の敵によって破壊されているという噂を聞いて、悲しむ人もいるかもしれない。しかし、これについて何を悲しむ必要があるだろうか。なぜなら、私たちこそが神の神殿であり、私たちに対してこう言われているからだ。「もしだれかが神の神殿を破壊するなら、神はその者を破壊される」（Ⅰコリント3:17）。これらの神殿が、しばしば迫害者たちによって破壊されてきたことは、嘆かわしく、悲しむべきことである。しかし、それらは大部分が、神の摂理によって再び再建されてきた。迫害を受けた人々の数に応じて、修道院を再建し、改修するペースが追いついていないことに、誰かが戸惑うかもしれない。しかし、現在の迫害が信仰をいかに揺るがしているか。それゆえ、私たちのすべての努力は、信仰を守り抜き、その力を回復させることに向けられなければならない。——そして、それが成し遂げられるまでは、依然として私たちの神の御名が冒瀆され、聖なる父たちが破門されている以上、それらを再建することに何の益があるだろうか？——競技場で、コースの半分を走っただけで、誰がいつ勝利の賞を受けたことがあるか？——「正しく戦わなければ、だれも冠を受けることはない」（Ⅱテモテ2:5）と書かれているからだ。それゆえ、そのような考えを捨て去り、心と言葉をもって信仰の告白を堅く守り、「まず神の国とその義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべてあなたに

与えられる」（マタイ6:33）という偽りのない約束を信じましょう。どうか、私たちの主イエス・キリストの恵みと愛によって、私たちもそのようにあれるように。

### 317. ある兄弟は亡くなり、別の兄弟は死の床にある。私たちに不死があるというのか？——さあ、この時を心に留めよう

317. ある兄弟は亡くなり、もう一人は死の淵にある。私たちに不死身などあるだろうか？——さあ、この時を心に留めよう。死を心に留める所には、すべてが聖なるものであり、それを心に留めない所には、情欲ばかりがある。——しかし、私たちは情欲に駆られてしまうのだ。今こそその時だ、明日まで先延ばしにするな。今こそ悔い改めよ。立ち上がって、モーセがアマレクに対してそうしたように、情欲に対して祈りなさい。[4,115] 見よ、私たちの兄弟のうちの二人、ヤコブとヴァッシアン——一人はすでに主のもとへ去り、もう一人は死の門のすぐそばに立っている。——私たちもあなた方も、不死身なのだろうか？——私たちもまた、私たちより先に去った者たちが飲んだのと同じ杯を飲むのではないだろうか？ このことに心を注ぎ、死の記憶を自らの命の糧とする者は幸いである。なぜなら、死の記憶があるところには、悔い改めの心、砕かれた心、涙、この世のすべてへの冷めき、天の喜び、啓発、そしてより良きもの、天上のものへの渴望があるからである。こうしたものが何一つないところには、主が福音書（マタイ15:19）で非難された悪しき思いが生じ、それによって、この世の快樂を愛する者たちは捕らえられ、囚われてしまうのである。しかし、私たちは常に、いかなる状況においても死を心に留め、あらゆる手段を尽くして、「不適切な欲望にではなく、神の御心に従って、この肉体に生きる残りの時間を過ごす」よう努めなければならない。「私たちには、すでに『過ぎ去った人生の期間、肉の欲望と意思のままに生きてきた』という事実がある」（Iペテロ4:2,3）；悪魔が仕組む誘惑に惑わされ、善き心構えや取り組みから私たちを遠ざけ、邪悪な思いで心を乱すことに、これ以上耐えることはできません。そうした思いからは、これまで何の益も得たことがなく、ただ不快と屈辱ばかりを受けてきたのです。「今こそ好機であり、今こそ救いの日である」（IIコリント6:2）。「今日、もしその声を聞くならば、あなたがたの心を頑なにしてはならない。聖霊が叫んでおられる」（ヘブライ人への手紙3,7）。主は、私たちの本性が罪に傾きやすく、一日たりとも安息することのないものであることをご存じであったため、誰も悔い改めから逃れる口実を持たないよう、慈愛に満ちて「今日、そして今日も」悔い改めの時と定められました。しかし、罪を多く犯した者であれ、少なく犯した者であれ、古くから罪を犯している者であれ、今まさに罪を犯し始めた者であれ、誰もがこの救いの呼びかけを聞いて、全力を尽くして日々悔い改めによって自らを新たにし、清めることができるようにするためである。見よ、罪の迅速かつ容易な癒やしを私たちに与えてくださる、私たちの慈愛に満ちた神の愛の深さを。肉体の傷も癒やされますが、そのためには多かれ少なかれ治療の時間を要し、その後で初めて再び敵に立ち向かうことができるようになります。しかし私たちの場合、傷を負ったその瞬間から、もし遅滞なく再び敵に立ち向かうことを望むならば、直ちに癒やされることができるのです。ですから、日々悔い改め、霊を新たにすることを怠らず、たとえ心であれ、言葉であれ、行いであれ、起こった過ちが、怠慢や墮落の口実となることを許してはなりません。何度打ちのめされようとも、そのたびに立ち上がり、神の裁きを恐れつつ、全力を尽くして再び情欲に対して武装するのです。神の僕モーセが、山の上で祈りながら天に向かって両手を差し伸べていたとき、アマレクは打ち負かされていた。しかし、彼が両手を下ろすと、アマレクは勢いを取り戻した。私たちも同様に、情欲に押しつぶされそうな心が祈りの山に登り、まるで手のようにその思いを神へと差し伸べる時、目に見えないアマレクを打ち倒すことができる。しかし、そうしなければ、私たち自身が打ち負かされてしまうのである。—さて、私たちが何をすべきか、お分かりだろうか？ 敵の襲来の際、心と手を、死から救うことのできる力ある神へと捧げること以外にない。これだけで敵は敗走し、私たちは勝利の冠を勝ち取り、天の御国を相続することになるのだ。

### 318. 信仰による新たな迫害が準備されているという噂を聞き、あらゆる苦難に耐え抜くという意気込みを表明する

318. 1) 信仰による新たな迫害が迫っているという噂を耳にすると、すべてに耐え抜くという意気込みに満ちた覚悟を表明する。－ 2) その後、内なる戦いに話題を移し、真理の武具を身にまとい、天からの助けが約束されていることに勇気づけられながら、勇敢に戦うよう呼びかける。[4, 116]

22. 再び、私たちには試練と苦難が待ち受けていると思う。しかし、この際に思い起こすべき使徒の言葉によれば――「私はただ一つのことを心に留め、自分の命を大切にすることなどない。ただ、喜びをもって自分の歩みを全うし、主イエスから受けた務め、すなわち神の恵みの福音を証しすることである」（使徒行伝 20: 24）。私たちもまた、与えられた信仰の分に応じて、知恵をもって語り、キリストのために苦難を受けることを喜びとし、むしろ主のために苦しみを受けることを望み、すでに何度も迫害を受けてきたからといって、再び迫害に直面することを拒んではならない。「神の御国に入るには、多くの苦難を経なければならない」（使徒行伝 14: 22）という言葉聞き、私たちはますます苦しみ、ますます耐え忍び、その至福の御国への入り口をより確かな希望をもって受けられるよう願うのです。おそらく、神の憐れみによって、私たちに望ましくないことは何も起こらないかもしれない。しかし、苦しみが訪れる前に、苦しみにふさわしい心構えを整えておき、それが来た時にふさわしく迎え入れるようにしておくのがよい。なぜなら、心の準備ができていない魂は、もし十分に心構えができていないまま、突然の試練に直面すれば、容易に打ち負かされてしまうからである。

23. しかし、私が闘いについて、あたかも偶発的なことであるかのように語っているのはなぜだろうか。私たちには、目には見えないが、毎日続く闘い、毎日続く戦いがある。それは肉体にではなく、魂に傷を負わせ、それを滅ぼそうとするものである。それゆえ、私たちの思いの腰に帯を締め、キリストの戦士として、義の武具を身にまとい、熱心に、また眠ることなく戦おう。なぜなら、眠っている者は戦利品を得るに値せず、横たわっている者は豊かな収穫を集めることはできないからである。どちらの場合も、多大な労力と汗が必要とされるのだ。もしそうであるならば、なおさら、私たちの戦いにおいては、これが避けられないことではないでしょうか。そこでは、稲妻のような矢が襲いかかり、あちらからは邪惡な欲望が、こちらからは名声への執着が、あちらからは嫉妬が、また別の側面からは冒涇が、次々と襲いかかってくるのです。悪魔には他にも多くの策略があり、あらゆる手段で魂を揺さぶり、まるでそれを飲み込もうとするかのように狙っている。それゆえ、誰もが驚嘆のうちにこう叫ぶのがふさわしい。「もし主がわたしを助けてくださらなかったなら、わたしの魂はまもなく地獄に落ちていたであろう」（詩編 93: 17）。「しかし、これらすべての事において、私たちが愛してくださった方によって、私たちは勝利を得る」（ローマ 8: 37）。また、ダビデの言葉を借りれば、「神によって力を生み出し、それによって私たちの敵を打ち砕く」（詩編 107: 14）。「その方は、両者を一つに造り、隔ての壁、すなわち敵意を、ご自身の肉によって打ち壊してくださった、私たちの平和である」（エフェソ 2: 14）；すなわち、悪魔に打ち勝ち、それを打ち砕き、私たちに悪魔に打ち勝つ力を与えてくださる方であり、その見返りとして、私たちの主キリスト・イエスにおいて、私たちすべてが受けることとなる永遠のいのちを約束してくくださる方である。

### 319. ビフィニアに二頭のヒョウが現れ、人々をさらっている。これを機に、私たちが食い尽くそうと至る所でうろついている目に見えない獣たちについて、改めて皆様にお伝えしたい。

319. 1) ビフィニアに二頭のヒョウが現れ、人々をさらっている。これを機に、私たちが食い尽くそうと至る所でうろついている目に見えない獣たちについて、皆さんに改めてお伝えしたい。－ 2) では、私たちはどうすべきか。神の御庇護の下に身を置き、心を慎んでその中に身を隠すべきである。－ 3) 見よ、メムノンがさらわれてしまった。私は彼を、まるで死んだかのように悼んでいる。なぜこのようなことが起きたのか？ それは、彼が皆から孤立して、独りよがり生きていたからである。私はこのことに対して、絶えず声を上げて抗議し続けるつもりだ。－ 4) 兄

弟たちを叱責する。彼らが、彼が少し前に語ったこと（おそらく異端や迫害について）を外部に漏らしてしまったからだ。[4, 117]

**24.** 私は常に、あらゆる機会を利用して、あなたがたに慰めと教訓の言葉を伝えたいと切に願っている。そして今、ピフィニアで異例の出来事があったと聞き、そこからあなたがたへの説教の題材を取り上げよう。一体何が起きたのか？ そこでは、一頭ではなく、二頭、三頭ものヒョウが突然現れ、牛や羊、その他の動物ではなく、人間だけを襲っていると言われています。そのため、現地の住民たちは大きな恐怖に襲われ、夜通し、夜明けまで家の中に閉じこもっているのです。このような災いは、明らかに神の怒りの証拠です。——しかし、なぜ私がこの知らせに特に心を奪われたのか、その理由をお話ししましょう。というのも、私たちの間にも多くの獣、獰猛な獣——つまり、悪意の精霊——がいるからです。邪悪な獣とは怒りであり、邪悪な獣とは、情欲のこと。邪悪な獣とは、嫉妬のこと。邪悪な獣とは、虚栄のこと。邪悪な獣とは、その他すべての情欲のことである。それらは夜だけでなく、昼間も大胆に襲いかかり、魂を奪い取って自らの糧としようとして躍起になっているのだ。なぜ、祝福された使徒ペトロは、「目を覚まし、警戒しなさい。あなたがたの敵である悪魔は、ほえたける獅子のように歩き回り、誰かを飲み込むのを待ち求めているからである」（Iペトロ5:8）と命じ、聖ダビデは次のように祈るのでしょうか。「獅子のように私の魂をさらうことが決してないように。私を救い、救い出す者はいない」（詩編7:3）。

**25.** それでは、私たちはこの状況においてどうすべきか。——他に何があるだろうか。「天の神の御座の下に住む」（詩編90:1）こと、そして感覚の迷走に気を取られることなく、内面を保ち続けること以外にはない。なぜなら、目があちこちとさまよい、耳が有害な噂を聞き入れ、口がふさわしくない言葉を語り、心が不適切な思いにふけるとき——そのとき、魂はまるで荒れ野をさまようかのように迷い、容易に獣の餌食となってしまうからである。

**26.** 今や、この不幸なメモノンもまた、悪魔に捕らえられて苦しんでいる。私が目にするのは、かつての族長ヤコブが息子のヨセフの衣を見たように、血に染まったその衣ではなく、罪の剣によって殺された彼の魂そのものである。なぜなら、罪は死の母だからである。罪は、神の恵みによって不死であった私たちの先祖アダムを、死すべき者とした。罪は、洪水によって全世界に破滅をもたらした。罪はソドムとゴモラ、およびその周辺の町々を焼き尽くした。罪は、今なお、それを犯す者すべてを永遠の死に引き渡すのである。さあ、火から逃げるように、罪からも逃げよう。なぜなら、火の中に落ちたり、剣の刃に打たれたり、獣の牙にかかったりすることさえ、破滅的な情欲の手に落ちるよりはましだからである。「では、先述したあの哀れな兄弟は、何によって堕ちたのか？ 他でもない、すべての人から孤立していたことによるのではないか？ 『そのような者には「災い」がある』と告げる真理の言葉は偽りではない。なぜなら、彼が『倒れた』とき、『彼を再び起こす者はいない』からである（伝道の書 4:10）。それを恐れて、私は謙虚に、彼にも他の人々にも繰り返し説き続けてきたし、今もこう説く。誰も自分自身と二人きりになってはならない。誰も一人で散歩することを好んではならない。誰も用もなくあちこちをさまよってはならない。誰も女性と二人きりになってはならない。そこから、悪しき情愛が火のように燃え上がるからだ。従順な子はこれに耳を傾け、従い、主によって救われる。しかし、不従順な子は、生きているうちに悪魔に捕らえられ、死に委ねられる。この哀れな者の血の責任を、私は無実であるとはいえ、黙っていなかったため、彼に降りかかる剣を予告してしまったのだ。それゆえ、私はまるで自分の身内を失ったかのように、泣き叫び、嘆き悲しんでいる。

**27.** しかし、愛する者たちよ、あなた方に対しても、非難すべきことを一つ申し上げなければならない。それは何か？——『使徒行伝』にはこう記されている。「アナニアが死んで葬られてから三時間が過ぎた頃」、「その妻」サフィラは、「何が起こったのか知らずに」（5章7節）。彼女は気づかなかった——その出来事は公然と行われ、しかも多くの人が立ち会っていたにもかかわらず。なぜなら、そこではすべてに規律と神への畏れが支配しており、誰もが慎重な注意を払っていたからである。しかし、ここでの私たちの場合、数日前、私があることを秘密裏に話したところ、その言葉はたちまちここからコンスタンティノーブルへ、そしてそこからブルッセ



ルへと広まってしまった。私は、話す時も話さない時も、居心地が悪くてなりません。話す時は、外部に漏らしてはならないことが漏れてしまうからです。話さない時は、他人の助言を借りずにどう振る舞うのが最善か分かりません。一体なぜ、私たちはこれほど口が軽なのでしょう？なぜ時期尚早に自らを災いに陥れるのでしょうか？これは誠実な弟子たちの姿ではなく、むしろ敵対的な者たちの姿である。どうか、このような恥を自ら招くことをやめてほしい。これからは、言葉を慎み、品位を保ち、神を畏れ、すべてにおいて秩序を重んじ、神の御心に従って生き、あらゆる面で神に喜ばれる者となり、永遠の祝福の相続人となろうではないか。

### 320. 世の人々は世俗的な事柄に忙殺されているが、私たちは、それらすべてに勝る自らの務めに専念する

320. 1) 世の人々は世俗の事柄に忙殺されているが、私たちは、それらすべてよりも高き、私たち自身の事柄に専念する。—— 2) それゆえ、私たちは自らの立場に忠実であり、それに反するあらゆるものと戦おう。—— 3) このために、各人はそれぞれの務めを、その時に応じて果たすべきである。[4, 118]

1. 人々はそれぞれ、異なる物語に喜びを見出し、それを誇りにしている。軍人は戦いのことを、船乗りは海のことを、農夫は農作業のことを、その他の技能や芸術に携わる者はそれに関連することを語り、総じて言えば、自分の身分にふさわしい事柄に喜びを見出さない者はいない。しかし、私たちにとって喜びとなるのは、そのような事柄に関する物語ではない。なぜなら、私たちのすべては肉的なものではなく、魂の救い、神への奉仕、この世からの旅立ち、そしてあの世での定住に関わるものだからである；そして、使徒が言うように、「真実なものはすべて、尊いものはすべて、正しいものはすべて、清いものはすべて、愛すべきものはすべて、誉れあるものはすべて、また、徳あるもの、称賛に値するもの」（フィリピ4:8）、これこそが、私たちの会話の題材であると同時に、配慮と気遣いの対象でもある。これ以上に喜びに満ち、至福に満ちたことがあるだろうか。——これら諸事と他諸事の結末がいかなるものであるかを見れば、誰にでもそれは明らかである。それらの事柄は、始まりも終わりもこの世の枠を超えないが、私たちの事柄は、その始まりが別の、より高次の世界から来ており、その終わりはその枠を超えて、無限かつ永遠である。なぜなら、それらの本質は美德であり、それを実践する者を神々とするからである。次のように言った者は真実を語っている：「わたしは言った。『あなたがたはみな神であり、いと高き方の子らである』」（詩編81:6）。ああ、なんと偉大な恵みに私たちはあずかったことか！——「さあ、主を喜び祝おう。私たちの救い主である神に叫び声をあげよう。告白をもって御前に進み出て、詩篇をもって主を賛美しよう」（詩編94:1,2）；「神は初めから、御霊と真理の信仰による聖なる救いへと私たちを選び、その中に私たちを召してくださった」のであり、私たちの修道服の受領を通じて、「私たちの主イエス・キリストの栄光を受けるため」である（テサロニケの信徒への手紙第二2:13,14）。

2. それゆえ、私たちは信仰に揺るぎなく立ち、偽りのない従順を受け入れ、貞潔を破ることなく守り抜こう。私たちの愛すべき対象はただ一つ——「人の子らよりもさらに慈愛に満ちた」花婿キリストであり、相続すべきものはただ一つ——天の御国、天のエルサレムの恵みである。肉と血、富と栄光、そしてあらゆる虚栄が、私たちから遠く離れていくように。——とはいえ、私たちがまだ肉体に宿っている限り、戦いこそが私たちの本質である。なぜなら、戦いがなければ美德も存在し得ないからである。もし私たちが異質な思いに囚われてしまったなら、速やかに正気を取り戻そう。とりわけ、罪の行いを、死をもたらす毒のように、また神から私たちを遠く引き離す一歩として、深く恐れるべきである。思いは思いをもって退け、欲望には欲望をもって立ち向かおう。そして、怠惰や緩みなくこれを行わなければならない。戦う悪魔の目的は、絶え間ない戦いによって私たちを落胆と弛緩に陥れ、彼への抵抗を諦めさせることにある。しかし、もし私たちが悪魔との対決において揺るぎなく、その苦しみを受けることのないよう彼に立ち向かい続けるならば、間違いなく彼に勝利を収め、天において私たちのために用意された勝利の冠を受けることになるでしょう。なぜなら、神の兄弟はこう言っているからです。「試練に耐え



る人は幸いである。試練に耐え抜いた者は、神を愛する者たちに約束されたいのちの冠を受けるからである」（ヤコブ1:12）。

3. それゆえ、主において喜びなさい。——さまざまな務めを担っているあなたがたは、その中にあなたがたのための大きな報いがあることを知っています。学びに励んでいるあなたがたは、それによって神を怒らせないよう気をつけなさい。働く時が来たなら、働き始めましょう。学ぶ時が来たなら、勉強に取り掛かりましょう。しかし、もしあなたの兄弟が仕事に取り掛かっているのに、あなたが勉強を始めるとしたら、それは愛の道を進んでいるのではなく、兄弟愛から自らを遠ざけていることになります。あるいは、使徒がこう言っているのを聞いていないのですか。「もし兄弟が私の兄弟を罪に誘うなら、私は、兄弟を罪に誘わないために、永遠に肉を食べない」と。（1コリント8:13）。あなたは兄弟を誘惑するだけでなく、呼ばれても現れず、自分なりに言い訳をでっち上げ、そうすることで「怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、自分自身の怒りを積んでいる」（ローマ2:5）ということに気づいていない。しかし、そのようなことが起こらないように、使徒の「すべては品位を保ち、秩序正しく行われるように」（1コリント14:40）という言葉聞き入れよう。まず行い、その次に教えである。聖徒にふさわしいように互いに助け合い、真の兄弟として互いのために命を捧げよう。そうすれば、神は私たちの中で栄光を受けられ、私たちは神の栄光のために行動することで、永遠のいのちの相続人となるであろう。

### 321. 最後の時が近づいている。怠ってはならない

321. 1) 最後の時が近づいている。怠ってはならない。—— 2) 戒めを守ることで神を求めよう。その時には、徳以外に頼るべき守りはないからである。— 3) それゆえ、死の刻を心に留め、地上の肢体——すなわち肉体とあらゆる肉欲的なもの——をそこに死なせよう。それらは朽ちるものだが、美德のみが永遠に存続する。— 4) 真のしるしと、一見不思議な現象との区別を示す徴が示されている。[4, 119]

4. 死が間違いなく私たちを待ち受けているとき——この死は万人に共通する贖罪であり、一方では天の御国を得る希望があり、他方では燃えるゲヘナが脅かしている——私が語り、あなたがたが聞くという怠惰は、果たしてふさわしいだろうか。決してそうではない。それどころか、それゆえに、私たち自身は常にその両方を実践すべきであり、その日が近づいているのをより強く感じるほど、なおさらそうすべきである。なぜなら、一人ひとりの最後の日が、あらゆる時、あらゆる瞬間に絶えず近づいているからであり、聖使徒が言うように、「裁きと火に対する恐るべき期待、そして反抗しようとする者を焼き尽くそうとする熱意」（ヘブライ人への手紙10:27）と、聖使徒が語っている通りです。ですから、怠けてはなりません。また、何もしないで無意味に一日を無駄に過ごすことも許してはなりません。常に心を清め、目を覚ましていきましょう。

5. 「神を求めよう」と詩篇にあるように、「そうすれば、私たちの魂は生き返る」（詩篇68:33）。では、いかにして神を求めるのか？——福音書の八福の教えに従い、すなわち、謙遜、嘆き、柔和、心の清さ、「平和と聖さ」（ヘブライ人への手紙12,14）によって。神を求める者がこれらに達したとき、神を見出し、見出した者は、出エジプトの際にも恐れず、悪魔を恐れず、天使たちの臨在に動揺することもなく、彼らを自分のもののように接し、良き良心を良き伴侶として、喜びをもって主のもとへと去っていくのである。しかし、このように備えられていない者は、避けがたい極限の状況に陥り、誰に目を向け、誰に助けを求めればよいのか分からなくなる。例えば、悪人たちの手に落ちたり、海の波に飲み込まれたり、地震による災難に遭ったり、あるいはその他の極限の状況に陥ったりしたとしても、そこから逃れる希望を失うことはない。しかし、あちらでは救いの希望はすべて奪われ、救い出し助けてくれる者は誰もいない——天使も、人間も、父も、母も、兄弟も、友人も、まったく誰もいない；そして、その哀れな魂は、身も凍るような恐怖と、慰めようのない心の引き裂かれるような苦しみの中で、この世を去り、そこで、その真の実相を、たとえ比喩を用いても、いかなる言葉も表現し得ないものに出会うので

ある。なぜなら、神を愛する者たちのために神が備えておられる恵みも、それに反して、反抗する者たちのために備えられているものも、いずれも、人の目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともないようなものだからである。

6. それゆえ、死を忘れずに心に留め、それによって「地上の肢体を殺し」（コロサイ3:5）、魂から情欲を根絶やしにするようお願いする。この肉欲に、私たちに何の益があるというのか。そこから得られるのは、ただ苦痛に満ちた苦しみだけではないか。——もしよろしければ、棺の中を覗いてみて、そこにどのような悪臭が漂っているか確かめてみましょう。あらゆる肉体とは、このように腐敗から始まり、腐敗で終わるものです。そして、あらゆる人間の栄光は、草の花のようなものです。ただ美德のみが、滅びることなく、奪われることのないものです。聖人たちはこの美德を愛し、神に喜ばれた。それゆえ、彼らの霊は天において栄光の中にあり、その肉体は、この地において、しるし、奇跡、そして力として、私たちにとっての拠り所となっている。

7. 私の言葉がしるしに触れたので、今なおしるしが起こっていることを、私たちが耳にする通り、言及しておこう。それは驚くべきことではない。なぜなら、御霊の恵みは当時と同様に、今もなお尽きることなく働いているからである。しかし、噂で広まっていることをすべて無批判に信じるべきではありません。なぜなら、「すべての霊を信じるのではなく、その霊が神から出たものかどうかを吟味しなさい。世には多くの偽預言者が出てきているからである」（Iヨハネ4:1）と書かれているからです。—かつて今も、多くの異端者や神の戒めを破る者たちには、一見すると神の摂理そのものであるかのように、しるしに似た不思議な業を行うことが許され、また今も許されている。したがって、そのような者たちに惑わされるべきではなく、主が私たちに授けてくださった徴に基づいて、彼らが真に主の弟子であるかどうかを吟味すべきである。では、その徴とはどのようなものか。——「これによって」と主は言われる、「あなたがたが互いに愛し合うならば、すべての人々が、あなたがたがわたしの弟子であることを知るであろう」（ヨハネ13:35）。この言葉に導かれて、使徒は後に次のように記しました。「たとえ人の言葉や天使の言葉で語っても、愛がなければ、鳴り響く銅の板や、鳴り響くシンバルのようなものです。また、たとえ預言の賜物があり、あらゆる秘密やあらゆる知識を知り、また、山を動かすほどの完全な信仰があっても、愛がなければ、私は何者でもありません。また、たとえ私の全財産を施し、たとえ私の体を焼き尽くすために捧げたとしても、愛がなければ、何の益もない」（Iコリント13:1-3）。ご覧なさい、愛の偉大さはどれほどでしょうか。愛は、御霊のあらゆる賜物よりも高く立ち、決して失われることのない、まさに女王のようなものです。一方、しるしを行う者たちは、時にその力を失うことがあります。なぜなら、主は福音書の中でこう言われているからです。「その日、多くの人々がわたしに『主よ、主よ』と言うでしょう。『あなたの御名によって預言をし、あなたの御名によって悪霊を追い出し、あなたの御名によって多くの奇跡を行ったではありませんか』と言うでしょう。しかし、その時、私は彼らにこう告げます。『私はあなたがたを一度も知らなかった。不義を行う者たちよ、私から離れ去れ』」（マタイ7:22,23）。なんと恐ろしい答えでしょう！そして、なんと悲惨な裁きでしょう！——それゆえ、私たちは愛とその伴侶である信仰と希望を、しるしの賜物よりも優先して求めよう。そして、その精神に則って善き生涯を送ることで、主の真の弟子として認められ、天の御国を相続することができるように。

### 322. 時は過ぎ去り、死が近づいている。なぜ私たちはむなしくもがくのか？

322. 時は流れ、死は近づいている。なぜ私たちはむなしくもがいているのか？——修道者たちの間の貪欲に対する非難が続く。[4, 120] 私たちの日々は時計の針のように過ぎ去り、週は日のように、月は週のように、年は月のように過ぎ去る。かくして時は流れ、すべての人を、私たちの主イエス・キリストの再臨の最終の日へと駆り立てる。その日には、神の御言葉が告げているように、「すべての隠れたことが、その御目の前で明らかにされる」（ヘブライ人への手紙4,13）のである。それなのに、人はなぜむなしくもがくのか。王はなぜ金や自分の軍勢に望みを置くのか。なぜ支配者は、蓄えや牧草地を誇りとするのか。なぜ富める者は、不確かな富に希望

を置くのか。なぜ快樂を追い求める者は、罪の泥沼に沈むのか。——死の裁きが訪れる前に、神の御怒りを避けるために、日々泣き悲しみ、力の及ぶ限り自らを清めなければならない。その御怒りは、神に逆らう者たちの上に下るのだ。「これらの人々は」、聖書の言葉を借りれば、「目に見えないものを冒瀆し、目に見えるもの、すなわち言葉を持たない獣のようなものを見ても、それらに溺れている。彼らには災いがある。彼らはカインの道を歩み、バラムの報酬の誘惑に飛びつき、コレーの論争の中で滅びたからである」（ユダの手紙10,1）。この言葉が、彼らを非難するあまり、あなた方、「何かであるかのように振る舞う者たち」（ガラテヤ人への手紙2,6）にも及ばないか、と恐れる。なぜなら、ある者は父の遺産を気にかけて、遠くへ旅に出る一方で、別の者は「収入」を増やそうと願い、心配し、手間をかけ、多大な努力を費やす者もいれば、あれやこれを手に入れようと、貪欲に、修道者らしくない行動をとる者もいる。それならば、彼らもまた、あの人々と同じような裁きを受けるに値するのではないだろうか。あの人々には、妻や子供たちの世話という責任があるため、たとえ微々たるものであっても、自らの行動を正当化する言い訳を提示することはまだできる。しかし、世に十字架につけられ、ただ一つの十字架にすべての宝を見出しているあなた方には、いったいどのような言い訳が残されているというのか。このように振る舞うあなた方は、最も厳しい苦しみを受けるに値するのではないだろうか。なぜなら、「強い者は強く苦しめられる」（箴言 6:6）と記されている。また、「支配者には最も厳しい裁きが下る」（箴言 6:5）とも。さらに、「多く与えられた者には、多くが求められる」（ルカ 12:48）とも。「人の子よ、いつまで心は頑ななままであるのか？ なぜ、あなたがたは虚しさを愛し、偽りを求めるのか」（詩篇 4:3）、自らの情欲を正当化するための言い訳をでっち上げているのか。「昔の世代を振り返り、主を信じた者が恥をかいだことがあったか。あるいは、主を畏れて歩み、見捨てられた者がいたか。あるいは、主を呼び求めても、主が軽んじ、見捨てた者がいたか？」（シラ書 2:10）。族長アブラハムは、神の御命により、自らの地から移り住んだ者ではなかったか。それにもかかわらず、彼は多くの民の父となった。族長ヤコブは、ただ一本の杖だけを携えてメソポタミアへ下ったのではないのか。——それにもかかわらず、彼はそこから富を得て帰ってきた。ヨセフは、売られるためにエジプトへ連れて行かれたのではないのか。それにもかかわらず、彼はそこで王に匹敵する地位に就いた。預言者エリヤは、イゼベルに追われ、袋一つ持たずに逃げ出したのではないのか。それにもかかわらず、彼はカラスに養われた。祝福された使徒たちは、何も持たず、武器も持たずに宣教に出かけなかったのか。それにもかかわらず、彼らは全宇宙を征服したではないか。私たち自身も、かつて迫害や略奪に遭わなかったのでしょうか。それにもかかわらず、私たちに対しても、神の約束が偽りではないことを認めなければなりません。では、この悪はどこから来るのでしょうか。そして、このような虚しさとは何なのでしょう。どうやら、私たちは昔のイスラエルのように、神の恵みを忘れ、彼らの一部が試みたように、神を試みているようです。しかし、彼らについて何とされているか。「わたしは四十年間、その世代に憤り、こう言った。『彼らは心で常に迷い、わたしの道を知らなかった。それゆえ、わたしの怒りの中で誓った。彼らは決してわたしの安息に入らない』」（詩篇94:10,11）。私たちに対しても、まさに同じことが言われているのではないかと考えてみてください。それは、私たちが恩人に対して不感謝であり、自分たちが持っているものに満足していないからです。このため、私たちの足はここに安らぎを見出せず、あちこちをさまよっています。このため、私たちの間には、世俗の人々のように、互いの間の争いや論争が生じています。それゆえ、私たちは兄弟と共にではなく、一人で暮らすことを好む。たとえ兄弟と共に暮らすとしても、それは偽りのものである。なぜなら、金銭への愛を伴侶としている者が、どうして兄弟と心からの一致をもって共に生きられようか。到底あり得ない。そのような無分別な者たちよ、哀れなことだ！ 私がこう語るのは、兄弟たちよ、あなた方のことでも、あちこちで敬虔に暮らしている人々のことでもなく、与えられた戒めに従わず、不品行に生きている人々のことである。彼らには、ついに正しい道を歩み始め、より良くなるよう願う。そうすれば、私たちのうち誰も滅びることなく、皆が分かたれることなく救われるだろう。

**323. 高潔な生涯を送った長老が亡くなった。その苦行と、偶像破壊者たちからの苦痛に耐えた忍耐を称えた後.....——兄弟たちに教訓を与える——死を念頭に置き、この世のあらゆるものから身を遠ざけ、あらゆる美德を追求する熱意を奮い立たせるよう促した。**

323. 1) 高潔な生涯を送った長老が逝去した。その苦行と、偶像破壊者たちからの苦痛に耐えた忍耐を称え——2) 兄弟たちに教訓を与える——死を念頭に置き、世俗のあらゆるものから身を遠ざけ、あらゆる美德を追求する熱意を掻き立てよう。——3) そのような行いの善き実と、その反対の行いの悪しき実を例に挙げて、そのように行動するよう促した。——4) エルサレムから戻ってきた兄弟が、再びそこへ派遣され、私たちのために祈っていることを述べた。[4, 121]

8. 魂を感動させ、悔い改めへと導く有益な教えは数多くあるが、そのどれ一つとして、死の知らせほど深い教訓を与えるものはない。なぜなら、死は私たちにとって恐るべき神秘であり、その話を耳にする時も、それについて考える時もそうだからである。今、高潔な長老が亡くなった以上、皆の教訓となるよう、たとえ簡潔であっても何かを述べる必要がある。——彼が青年期から深き老齢に至るまで、修道生活において主に仕えてきたという事実そのものが、長老を称えるに十分なものである。さらに、彼は勇敢な殉教者の一人であり、不敬虔なレフに捕らえられ、相当な拷問を受けた。三十回の鞭打ちで背中と胸部を打ちのめされ、突きや耳を引っ張る行為で顔を殴られ、二本の歯を打ち抜かれた。その後、数年を経て、彼は牢獄から解放され、自由の身となった。彼は再び以前の生活様式、すなわち柱上生活に戻り、自分の小部屋に閉じこもり、そこで生涯の終わりまで極度の困窮と窮屈な生活を送り、安らかに主のもとへ息を引き取った。不義な迫害者はむなしく暴虐を働いたが、勇敢な戦士は殉教の冠を戴いて天に昇った。

9. さて、兄弟たちよ、我々は何をなし、何を考えるべきか。あとどれほどの時を生きられるだろうか。——長いのか、短いのか？——そして、明日が何をもたらすか、誰が知るだろうか？——しかし、ひとまず、この老人の死が教えてくれる教訓を受け入れよう。なぜなら、私たちが彼に見たことは、まもなく私たちにも訪れるからだ。死という定められた限界を越える者は、誰一人としていないのだから。永遠の死にさらされないよう、決して死を忘れてはならない。神と敵対することのないよう、この世を愛してはならない。なぜなら、「この世と友となろうとする者は、神の敵となる」（ヤコブ4:4）と書かれているからだ。あるいは、この世への愛が、魂に肉体からの離脱を熱望させないことを知らないのか？ イスラエルがエジプトの奴隷状態から解放され、約束の地に入ることを切望したように、私たちもまた、この肉体における朽ちゆく働きから解放されることを強く願い、「イエスが私たちのために先立って入られた、最も内側の聖所」（ヘブライ人への手紙 6, 19, 20）、すなわち、天のエルサレムの恵みの宝庫へと入ることを切に願わなければならない。——さあ、この世の虚しさを憎み、徳を熱心に積み重ね、神の贖い——すなわち、祈り、涙、清め、啓発、無執着——によって豊かになりましょう。これらは、永遠の命への道しるべなのです。また、食事や飲み物、衣服、その他身体に必要なものについては、神の戒めに従って生き、働くために必要な分だけ気を配りましょう。

10. このように時を過ごせば、私たちにとって毎日が祝日となり、毎日が祝宴となるでしょう。たとえ数え切れないほどの悲しみが私たちを襲おうとも、何ものも私たちの清らかな良心を曇らせることはできないでしょう。しかし、逆に、悪意や嫉妬、冷酷さやあらゆる悪巧みの中で生きるならば、ああ、悲しいかな！——私たちには毎日が死となり、裁きに先立って裁きと非難が訪れるでしょう。その後、死が咆哮する獅子のようにやって来ます。そして、哀れな魂は、その永遠の苦難にどう耐えうるのでしょうか？——「裁きは神の家から始まる」と書かれている。「もし、まず私たちから裁きが始まるのなら、神の福音に逆らう者たちの終わりは、どのようなものになるだろうか。義人でさえかろうじて救われるというのに、不義で罪深い者は、どこに現れるというのか」（ペトロの手紙一 4:17,18）。それゆえ、私たちは常に用心深く、儉約し、常に勇敢で揺るぎない者であり、「主の御業に常に励み、私たちの労苦が主の御前で無駄ではないことを知っていよう」（Iコリント15:58）。

11. ソクラテス兄弟については、あなたがたもご存知の通り、彼は東方からやって来て、その使命を果たし、遅れたことについて謝罪しました。私たちは彼を、熟練した兄弟としてここに



留めておこうと考えました。しかし、「シオンに子孫を持ち、エルサレムに親族を持つ者は幸いである」と書かれているため、私たちは彼を再びそこへ戻すことに決め、彼を通して恵みを得られることを願っています。そして、私たちの兄弟の一人が、すべての教会の母である聖なるシオンにおいて、現地の至聖なる総主教によって司祭に任命されたことを、私たちは喜ぶべきです。慈愛に満ちた神が、彼と私たちとを守り、「あらゆる善意と信仰の働きを力強く成し遂げさせてくださいますように。そうして、私たちの主イエス・キリストの御名が栄光を受けるためです」（Ⅱテサロニケ1:11,12）。

### 324. 目に見えない敵の攻撃に遭ったとき、私たちを救うことのできる力ある方に頼りましょう。 そうすれば、主は私たちを守ってくださいます

324. 1) 目に見えない敵の攻撃に遭ったとき、私たちを救うことのできる方に頼りましょう。そうすれば、主は私たちを守ってくださいます。ただ、主への奉仕に堅く立ち続けましょう。— 2) 邪悪な思いや情欲が冷めることを不思議に思う必要はありません。それはアダムの墮落によるものです。キリスト・イエスにおいて、私たちは確かに新しくされているが、油断すれば、古いものが再び頭をもたげる。— 3) しかし、神の聖徒たちは、神の恵みによってあらゆる罪の反乱を打ち破ってきた。私たちも彼らに倣おう。[4, 122]

**12.** 「主と、その力強い御力によって強められなさい。神のすべての武具を身に着けなさい。そうすれば、悪魔の策略に対抗することができる」（エフェソ6:10, 11）；なぜなら、悪魔は眠ることなく、常に警戒して私たちに立ち向かっており、彼に立ち向かって勇敢に戦う魂を見るほど、その執拗さは増すからである。それゆえ、彼が私たちに襲いかかってくる時——彼は昼も夜も襲いかかってくるのだが——、私たちを罪の死から救うことのできる全能者に頼り、熱心な祈りと温かい涙をもって、彼に立ち向かえば、敵はすぐに逃げ去るだろう。なぜなら、詩篇にはこう記されているからだ。「あなたの苦難の日にわたしを呼び求めよ。そうすれば、わたしはあなたを救い出し、あなたはわたしを賛美するであろう」（詩篇49:15）。敵に打ちのめされたか？しかし、主は癒してくださる。敵に動揺させられたか？しかし、海に向かって「黙れ、静まれ……すると、大いなる静寂が訪れた」（ルカ4:39）と言われた方が、私たちの心の中で波立つ思いをも鎮めてくださる。——なんと、神の恵みは偉大なことか！ 私たちが主を呼び求める間もなく、主——慈愛に満ちた方——はすでに、憐れみと寛大さをもって近くにおられ、祈る者に祈りを聞き届け、悲しみの雲を散らし、善き思いによって心を光で満たしてくださる。——主は私たちのために、何をしてくださらないというのか！ そもそも、それ以外あり得ないことである。なぜなら、もし神が私たちのためにご自身を、死、それも十字架の死に至るまで捧げられたのであれば、それ以来、私たちにすべてを授けてくださらないはずがないからです。それゆえ、私たちは心を尽くして神に仕えることに堅く立ち、偶発的な転倒からは速やかに立ち直り、修業の戦いの場で熱心に奮闘しましょう。その奮闘の果てには、冠が待っていることを知っていますから。とりわけ懺悔を重んじましょう。なぜなら、懺悔は罪の墮落を防ぐ手綱だからです。謙遜を保ちましょう。なぜなら、それによって悪者の燃え盛る矢はすべて打ち碎かれるからです。信仰を守りましょう。なぜなら、「信仰がなければ、神に喜ばれることはできない」からです（ヘブライ人への手紙11:6）。

**13.** ある人は、私たちがこれほど熱心に努力しているにもかかわらず、なぜ不適切な思いに囚われてしまうのか、不思議に思い、驚いているかもしれない。しかし、これはアダムにおける罪のゆえに私たちが苦しんでいるのである。私たちはアダムにおいて墮落し、私たちの本性は快樂追求によって深く病んでしまった。しかしその後、キリストの受肉による到来の力により、聖霊による再生と刷新の浴場で強さを受け、それは再び原初の状態へと立ち直る。だが、一度病んでしまったため、病むことを覚えてしまったので、油断すれば容易に罪の快樂へと滑り落ちてしまうのである。

**14.** ところで、聖なる人々は神への恐れと神への愛によって自らをこれほどまでに強めたため、自分たちが揺るぎない信念を保つことに満足するだけでなく、他者にも助けの手を差し伸べ



——悪霊を追い出し、その他多くの奇跡を成し遂げたのである。 ——私たちは彼らの住まいの遠く離れてはいるものの、力の及ぶ限り、彼らに倣うよう努めよう。そして、私たちの慈愛に満ちた神が、彼らの偉大な善行を受け入れてくださるのと同様に、この私たちのささやかな捧げ物も受け入れてくださり、彼らと共に私たちをも御国に招き入れてくださることを願う。

**325. 普通の旅人と同様に、この地を旅し、天の故郷を目指す私たちも、この世の何のものにも執着してはならず、何のものにも自分を縛られてはならず、あちらの計り知れない恵みに心を奮い立たせ、もしそこへたどり着けなければ待ち受ける恐ろしい運命を思い描きながら、まっすぐに目指すものへと突き進むべきである。**

325. 普通の旅人と同様に、この地を旅し、天の故郷を目指す私たちも、この世の何のものにも執着してはならず、何のものにも身を縛られてはならず、そこにある計り知れない恵みに心を奮い立たせ、もしそこにたどり着けなければ待ち受ける恐ろしい運命を念頭に置きながら、まっすぐに目的へと向かうべきである。[4, 123] 通常の旅行者たちは、互いに奮い立たせ合い、道が続けるよう励まし合い、右にも左にも逸れることなく、王の道を進むものである。それだけでなく、飲食や睡眠を節度を持って行い、食事のバランスを保つことで、旅の困難を自分にとって可能な限り軽いものにするのである。 ——この例が何を示唆しているかは、もちろんあなた自身もご存じでしょう。すなわち、私たちもまた、この人生という旅路を歩む旅人であり、その道程には数え切れないほどの困難が満ちているのです。だからこそ、私たちも互いに慰め合い、勇気づけ合い、迷うことなく歩みを進め、食事、 飲酒や睡眠において節度を保ち、それらに縛られて先の旅路への意欲を失ったり、この世の快樂へと引き返したりしないようにしなければならない。なぜなら、普通の旅人も引き返したり、あちこちと逸れたりすることなく、ただ一つの道筋を貫き、休息のために定められた場所へと到達しようと努めるからだ。 ああ、私たちの安息の地はなんと美しいことか！ そして、そこに留まることはなんと至福なことか！ それは一時的なものではなく永遠であり、朽ちるものではなく、朽ちることのない恵みに満ちており、そこには喜びと平和、そして絶え間ない祝宴がある。 主は福音書の中で、このことについて次のように語っておられます。「わたしの父の家には、住むべき所がたくさんあります。もしそうでなかったなら、あなたがたに『あなたがたのために場所を用意しに行く』とは申しませんでした。そして、行ってあなたがたのために場所を用意したら、また戻って来て、あなたがたをわたしのところへ迎え入れましょう。そうすれば、わたしがいるところに、あなたがたもいることになるのです。 また、わたしが行くことをあなたがたは知っており、その道も知っている」（ヨハネ14:2-4）。ほら、なんと言葉に尽くせず、想像を絶する約束であろうか！ いったい誰が立ち上がり、駆け出さず、その永遠の住まいへと至ることを切望しないというのか？ ——それらを切望して、祝福されたダビデもこう歌った。「主なる万軍の主よ、あなたの住まいはいかに愛すべきことでしょうか。わが魂は主の宮の庭を慕い、そこへ帰りたいと切に願っています」（詩編83:2,3）。これこそ、まことに切望される住まいである。ここでの私たちはまるで流刑の地にいるかのようで、ここでの滞在は長くはない。 ましてや、今この世の全生涯は、来世と比べれば、たった一日のようなものです。それなのに、なぜ私たちが世と親しく交わる必要があるのでしょうか。なぜ現世に驚嘆しなければならないのでしょうか。なぜ、特定の物事どころか、天や地や海、太陽や月や星々、そして目に見えるあらゆるものに目を向ける必要があるのでしょうか？ なぜなら、まもなくここを去ることになるのだから、何のためにむなしく執着する必要があるのか？ ——「ただ一つ、主から願うことがある」と聖ダビデは語り、それを求める。「すなわち、私の生涯のすべての日に、主の家に住み、主の美しさを仰ぎ見、その聖なる宮を訪れること」（詩編26:4）。この聖なる家に立ち入ることを許された者は、ある預言者が「主のこの日が、あなたがたにとって何であるのか。それは光ではなく、闇である」（アモス書5:18）と語った、あの重苦しい日から解放されるのである。 また、祝福された使徒も、それを「怒りの日」と呼び、こう述べている。「あなたは、怒りの日、すなわち神の義の裁きが明らかにされる日に、自ら怒りを積んでいる。神は、各人の行いに応じて報いられる」（ローマ2:5,6）。 私たちの身近にある例を挙げて、その日の苦痛の様相

を少しでもお伝えするために、もしよろしければ、少し前にここを訪れたある男性のことを思い出してみてください。彼は悪魔に取り憑かれ、魂を蝕まれ、全身を焼かれるような苦痛に苛まれ、昼夜を問わず叫び続け、何の慰めも安らぎも見出せなかったのです。この男の受けた苦しみは軽いとお考えでしょうか？——もちろんそうではありません。しかし、それは未来に待ち受ける苦しみと比べれば、夢のようなものです。では、私たちはどうやってこの最後の苦しみ——消えることのない火、眠ることのない虫、そして数え切れないほどの他の永遠の苦しみ——に耐えるのでしょうか。しかし、主よ、あなたの慈しみと、あなたの聖人たち、そして私たちの祝福された父の祈りによって、私たちがこれらすべてから解放され、信じる者たちに約束された恵みを得ることが出来ますように。

### 326. 敵の罠から逃れる避難所はどこにあるのか。あらゆる罪深いもの、邪悪な思いや欲望から遠ざかることにある。

326. 敵の罠から逃れる避難所はどこにあるのか。あらゆる罪深いもの、邪悪な思いや欲望から遠ざかることにある。——そして、心の平安がもたらす至福と、情欲の動揺がもたらす破滅を心に刻み、そのように行動しよう。[4, 124] アガリア人の手に落ちないように恐れ、私たちは以前の場所から逃げ出し、今はここに住んでいる。しかし、目に見えない敵の手に落ちないように、どれほど大きな恐怖を感じなければならないだろうか。そして、それゆえに、どれほど遠くへ、どれほど安全な場所へ、彼らから逃げなければならないだろうか。この「逃れ」とは一体何なのか？——それは、悪魔が剣のようにあらゆる手段を用いて魂を殺そうと狙う「罪」から遠ざかることである。——それゆえ、私たちは最も注意深く、さらには思いに至るまで、それを避けなければならない。なぜなら、罪は思いから始まり、やがて思いから言葉へ、そして言葉から行いへと移っていくからである。不適切な思いに囚われないようにするのは難しい。いつの間にかそうなってしまうことに気づかないものだ。——しかし、それらに引きずられていることに気づいたら、すぐに祈り、涙、心の苦悩、そして神への畏れによって、それらを速やかに取り除こう。なぜなら、もしそれらを自分の中に長引かせてしまえば、それらは魂に死をもたらしかねないからだ——それも、一瞬たりとも。私たちの中には絶えず戦いが繰り広げられている——それは声なき戦いである。そして、天からの助けを借りて、心の罪に対して絶え間なく、常に立ち向かうこと以外、敗北を避ける方法はないのだ。この三日間、海でどのような波が荒れ狂っていたか、私たちには見えないだろうか？情熱の動揺もまた同様である。ただ、それははるかに悲惨なものであり、なぜなら魂の難破は、船の難破よりも破滅的だからである。しかし、海の動揺の原因は神であり、神は適切な時に海に風を送り、私たちに益をもたらされる。一方、魂の動揺の原因は私たち自身である。それゆえ、私たちは、あたかも港に停泊しているかのように、安らぎの中に留まり、情欲の扉を開かないほうがよい。なぜなら、一度扉を開けば、激しい風のように悪意の霊が吹き荒れ、私たちの内に大きな動揺が巻き起こるからだ。そして、この騒乱を早急に鎮めなければ、私たちは救われることはない。一体、なぜ私たちは自らこのような騒乱に陥り、そのような動揺にさらされ、まるで難破しないかのように恐れなければならないのでしょうか？——自ら進んで避けられる災いを招くことなく、平和と穏やかな静けさを楽しむほうがよいのではないか？——海が荒れ狂っている時に港を出て、波に飲み込まれる危険に身をさらす者たちを、私たちは愚かだと非難するではないか？しかし、私たちが情熱の荒波に身を投じる時、それよりもはるかに愚かであると自らを認めなければならない。なぜなら、私たちの心に吹き込まれた邪悪な欲望が、恐ろしい動揺を引き起こしているのではないだろうか。まるで完全に沈め、海底へと引きずり込むかのように、私たちをあちこちへと翻弄しているのではないだろうか？嫉妬もまた、心と体を傷つけ、同じように理性を失わせはしないか。不信仰もまた、魂を曇らせ、それを無気力で弛緩した状態に陥らせはしないか。そして、他のあらゆる情欲もまた、人をその本来あるべき状態から逸脱させ、最も愚かな存在にしているのではないか。それゆえ、私たちは破滅的な情欲を避けよう。さもないと、神が洪水以前の人々について言われたこと——「わが霊は、これらの者たちの中に永遠にとどまることはない。彼らは肉に過ぎないからである」（創世記 6:3）

——が、私たちについても言われぬように。神が彼らを「肉」と呼んだのは、彼らが肉体の持ち主であったからではない。なぜなら、その意味において神ご自身も「御言葉は肉となった」（ヨハネ1:14）からである。むしろ、彼らの肉的な思索が、不品行な欲望にまみれ、神へと昇る力も意欲も持たなかったからである。——しかし、私たちは神に身を捧げ、「私たちのいのちは天にある」（フィリピ3:20）と書かれている通り、さらにこう聞かされる。「彼らはこの世のものではない。わたしもまた、この世のものではない」（ヨハネ17:14）。来たるべき世だけでなく、この現世においても、不品行な欲望から離れ、肉に支配されることなく、御霊に導かれることほど、至福なことがあるだろうか。これこそが至福であり、甘美であり、幸福であり、天使のような暮らしである。そのような者は、外見上は世のすべての人々と同じように生きているが、霊においては、冠を戴く者たちよりも尊く、この世の主であり、天の栄光に飾られ、いつでも旅立ちの準備ができており、死を恐れないのである。私たちも、力の及ぶ限り、そのような者となるよう努めよう。なぜなら、心からそれを望めば、それは可能だからである。そうしてそのような者となれば、たとえどのような外的な悲しみに遭遇しようとも、この世での生涯を通じて、心安らぐ精神状態を享受することができるだろう。そして来世においては、すべての聖人たちと共に天の御国を相続することになる。

### 327. 無条件の従順を説く：従順がいかに有益であり、不従順がいかに有害であるかを、例を挙げて証明する

327. 無条件の従順を説く：1) 例を挙げて、従順がいかに有益であり、不従順がいかに有害であるかを証明し；——2) 兄弟愛を、各部分がそれぞれの役割を果たすことで生き生きと機能する身体に例え、そこから「あなた方もそうしなさい。そうすれば善がもたらされる」と導き出す。[4, 125]

15. 自分の才能を地中に隠して非難されることを恐れた者に対し、主はこう言われた。「悪賢く怠惰な僕よ……私の銀を銀行に預けておくべきだった。そうすれば、私が戻ってきた時に、元金に利息を加えて受け取ることができただろう」。私はやむを得ず、あなたがたに簡潔な教えを説いているのである。あなたがたは、良き商人として、語られたことを実行に移すべきであり、あなたがたは神の恵みによって、その良き従順を通じて、まさにそうしているのです。——しかし、あなたがたの中には、与えられたものを増やさないばかりか、自分のものさえもほとんど失いかけている者たちがいます。—それは一体誰のことか？—それは、従順を拒み、その言い訳としてただ一つ「許してください」と口にする者たちだ。—何を言っているのだ、兄弟よ？—あなたは死に至るまで従順を誓ったのに、今や、神の恵みによって成し遂げることのできる行いを拒んでいるのではないか。しかし、君が「海を渡るのが怖かった」と言うのは、不信仰によるものだ。そこでは「恐れるべきところのない場所で、君は恐れた」（詩編13:5）のである。もし君が従順に忠実であったなら、船に乗って海を渡るだけでなく、服を脱ぎ捨て、裸で水面を泳いで渡っただろう。それは、父なる者の戒めに依り頼み、荒れ狂う川を渡ることを恐れず、渡り終えて何一つ傷を負わなかったことで、それを見た者たちを驚かせた、あの永遠に記憶される従順な修道士に倣ったことである。従順は獣さえもなだめる。その証拠として、は、師の命に従って地獄を縛り上げた。従順は死者の中にも奇跡を起こす。それは、棺の中から声を上げたアカキが証明している。しかし、これらについて語る必要などあるだろうか？神の独り子ご自身でさえ、「死に至るまで従順であり、その死は十字架の死であった」とされ、世界の救いの業を成し遂げられた。これこそが、従順の驚くべき業と実りである。さて、不従順がもたらす破滅的な結果を今、知りたいか？——神に背き、禁断の果実を口にすることで、世界に死をもたらしたアダムを思い起こせ。聖なるサムエルに背き、ゲルブイの山々で王位だけでなく命までも失ったサウルを思い起こせ。また、偽預言者に欺かれて戒めに背き、そのために獅子の餌食にされたあの神の御使いについても思い起こしてください。また、祝福された使徒ペトロは、畏敬の念から主による足の洗いを拒んだが、主から「もし私があなたを洗わなければ、あなたは私と共にある者となれない」と告げられたのではないだろうか（ヨハネ13:8）。また、聖エウフィミオスの物語において



、自分では正当な理由だと思い込んで従順を拒んだ牧夫は、すぐに悪魔、すなわち「泡」の誘惑に堕ちてしまったのではないだろうか。これこそが、与えられた従順を拒み、反抗する者に対する裁きである。「**悪しき者は皆、反抗を招く**」からである。従順な者は、「**主は彼に容赦のない天使を遣わされる**」（箴言 17:11）のである。

**16.** 概して言えば、私たちは「**キリストにおいて一つの体をなしており、互いに異なる賄えを備えている**」（ローマ12:5）のである。ある者は目の役割を果たし、ある者は耳の役割を果たす。ある者は鼻の役割を果たし、ある者は舌の役割を果たす。ある者は手の役割を果たし、またある者は足の役割を果たす。もしすべての肢体がそれぞれの役割を果たさず、目には「聞くこと」、耳には「嗅ぐこと」、鼻には「話すこと」、舌には「触れること」、手には「歩くこと」を要求して争い始めたら、全身は乱れ、崩れてしまうのではないだろうか。もしそうであるならば、各自が自分の務めを果たし、神から授かった賜物を用いて、共通の益のために奉仕すべきである。私たちの運命は神の御手の中にあることを心に留めておこう。海を航海する者がそこで最期を迎えるからではなく、また陸に残る者がそこで死ぬからでもない。私たちの慈愛に満ちた神が、世界の創造以来、一人ひとりの死の時期、場所、そして様相を定められたがゆえに、それぞれの最期は訪れるのである。私がこれを述べたのは、主にその人たちのことを指してのことではありません。なぜなら、私はすでに彼らの従順さゆえに彼らを受け入れているからです。むしろ、これを聞くすべての人々のために、私たちが自分自身を注意深く省み、神と選ばれた御使いたちの前でどのような誓いを立てたか、たとえ命じられたことが何らかの死の危険を伴うものであっても、逸れることなく、熱心にそれを果たすようにするためです。これが教父たち、とりわけ大バシレイオスが命じていることである。このように生きれば、私たちは罪による死に陥ることはなく、真理のうちに生き、天の御国に与かることになるだろう。

**328. 受肉による家造りの教えによれば、キリスト教徒にとって死は、もし彼らが死を迎える準備ができていれば、喜びである。**

328. 1) 受肉による神の計画によれば、キリスト教徒にとって死は、もし彼らが死を迎える準備ができていれば、喜びである。— 2) それでは、ふさわしいように自らを備えよう。[4, 126]

**17.** 最近、私は少し体調を崩した。心臓が動揺し、私はあなた方の元を去ることになるのではないかと感じた。——この謙虚な私が、あとどれほど生きられるだろうか。ご覧の通り、私の老いも近づき、同世代の人々はすでにこの世を去った。順当に考えれば、私の最期も間近である。——では、どうでしょうか。このことを嘆くべきでしょうか。とんでもない。肉に生きる者たちが、妻や子供、使用人、財産、そしてこの世のあらゆる快樂——彼らがそれに囚われているもの——と別れることを嘆くなら、嘆けばよいのです。しかし、私たちにとっては——この世が十字架につけられ、ただ一つの十字架に囲まれている私たちにとっては——世を捨て、従順に身を捧げたゆえに、眠りにつくという秘儀は、悲しむべきことではなく、喜びに満ちたものでなければならない。いや、私が「私たちにとって」と言うのは何だろうか。すべてのキリスト教徒にとって、自らの最期を喜びをもって迎えることは当然のことである。私たちの主イエス・キリストが肉体を帯びて来られる以前、アダムの子孫によって私たちの人類を支配していた死は、聖徒たちにとっても恐ろしく、不快なものでした。しかし、すべての者の命であるキリストが、「すべての人のために死を味わわれた」（ヘブライ人への手紙 2:9）、私たちのために「**生ける新しい道**」を「**御自身の肉という幕**」によって開いて「**新たにしてくださった**」（ヘブライ人への手紙 10:20）のです。聖書に記されているように、「**死は勝利によって滅ばされた**」（コリントの信徒への手紙第一 15:54）のです。——死んでも、もはや地獄の王国へ落とされることはなく、天の王国へと引き上げられ、「**暗闇や死の陰に置かれる**」（詩編 87:7）こともなく、神が御自身を愛する者たちに約束された、近づきがたい光と絶えることのない命へと昇っていくのである。したがって、死そのものはもはや、避けるべきものではなく、むしろ喜んで迎えるべきものである。もちろん、それは私たちが心の準備を整えている場合に限る。——なぜなら、そうでなければ

、今この時でさえ、最期の瞬間に過ぎ去った年月を嘆き、善行を積むための日々を懇願することになるのは恐ろしいことだからである。これは恐ろしく、また破滅的なことです。なぜなら、そのような状態で捕らえられた者は、心が動揺し、極度に破滅へと向かい、善行に対する報いではなく、罪に対する報いへと移ってしまうからです。ああ、彼はなんと恐ろしい光景に直面することになるでしょう！

**18.** 私たちも同じような目に遭わないよう、思い出させてお願いしたい。聖アントニオが教えてくれるように、毎日を人生の最後の日として尊び、常に至福の死を迎える準備を整えておくのではないか。なぜなら、もし私たちがそのように行動するならば、決して放埒でも、怠惰でも、無気力でも、無為でも、反抗的でも、不従順でも、抑制が効かない者でも、滑稽な者にもならないでしょう。それどころか、従順で、節度があり、悔い改めの心を持って、穏やかで、柔和で、平和を愛し、誠実で、非の打ち所がなく、あらゆる善行に備えるようになるでしょう。それは、そのような生き方によって、約束された天の恵みを受けるにふさわしいと認められた聖人たちに倣うためです。——私はこれらすべてを述べたのは、あなたがただけでなく、私自身も善に堅く立つよう努めるためであり、このように死への備えをして生涯を送ることで、死の時には恐れや戦慄に動揺することなく、喜びのうちにダビデと共にこう叫ぶことができるようにするためである。『わが魂よ、主があなたに恵みを施されたゆえに、あなたの安息へと帰れ』、そして『私は生ける者の地において、主の御前に喜ばれる』（詩編114篇6節、8節）。これが私たちすべてに与えられますように。

### **329. 自らの意志を断ち切ることは、キリストに倣い、使徒たちにも通じる最も偉大な功業であるが、現在、その高みを誰もが理解しているわけではない**

329. 自らの意志を断ち切ることは、キリストに倣い、使徒たちにも通じる最も偉大な偉業であるが、現在、その高みを誰もが理解しているわけではない。[4, 128] 悲しむことに関する教訓の言葉は、徳に乏しい者たちを悔い改めさせると同時に、自らの弱さを癒やすことを教えてくれる。なぜなら、徳の欠如に対するこの悲しみこそが、知らず知らずのうちに、魂を自己改善へと向かわせるからである。「神による悲しみは」、使徒が言うように、「悔い改めをもたらし、救いへと導く」（Ⅱコリント7:10）。しかし、私たちを悲しませるものは、一体何なのだろうか？それは、私たちの中に不品行な思いが湧き上がり、敵対する軍隊のように私たちの魂を包囲することにあるのでしょうか？——しかし、こう記されています。「たとえ軍勢が私に対して立ち向かおうとも、私の心は恐れない。たとえ戦いが私に対して起ころうとも、私は主を信頼する」（詩編26:3）。それとも、従順という軛が重すぎるからだろうか？——しかし、ここにもこう記されている。「若き日に軛を負う者は幸いである」（エレミヤの哀歌 3:27）。また、「わたしの軛は心地よく、わたしの荷は軽い」（マタイ 11:30）とも。それとも、この従順のくびきの下での生活では、自分のものを何も持つことが許されないからだろうか？しかし、ここに使徒の言葉がある。「私たちはすべてを捨てて、あなたに従いました。では、私たちには何が与えられるのでしょうか」（マタイ19:27）。——そして彼らには、恐ろしいほどでありながら、それと同じくらい栄光に満ちた約束が与えられた。——そして、私たちもまた、彼らと同様にすべてを捨てて、主の後に従ったのではないだろうか。あの人も両親を捨てたのではないか。この人も兄弟姉妹を捨てたのではないか。ある者は妻や子供を、またある者は家や畑を捨てたのではないか。そして皆、何よりも大切なもの——すなわち、自分の意志や欲望——を捨てたのだ。それは人間にとって、最も実行が難しいことなのである。なぜなら、厳しい断食や徹夜、裸の地面での睡眠、風呂に入らないこと、人里離れた場所、あるいは私たちの神への奉仕におけるその他の行い——これらすべては、それを行う者の自らの意志によって行われるものだからだ。自らの意志によって行われることは、それ自体は重荷であっても、望めば容易に成し遂げられる。しかし、自らの意志を断ち切って行われることは、それ自体は容易であっても、大きな苦労を伴って成し遂げられる。聖なる父たちは、このような行いを「血の流血」と呼んだ。そして、それは真の従者であり、使徒と共に「もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられる」（ガラ



テヤ2:20)と語ることができる者以外には見られない。なぜなら、彼は自らの意志によって生きるのではなく、修道院長(イグメナ)の意志を通じて神に生き、次のように言われた方を模範としているからである。「わたしは天から下ったのは、自分の意志を行うためではなく、わたしを遣わした父の意志を行うためである」(ヨハネ11:38)。私たちの生き方の高みがお分かりでしょうか。それはキリストに倣ったものではないでしょうか。——使徒的なものではないでしょうか。それとも、私はあなた方を喜ばせるためにこう言っているのでしょうか。——いいえ、真実そのものが、私の言葉の真実性を証ししています。もし人々が、この生き方を全うする者たちを称賛しないとしても、それによって彼らの栄光が少しでも損なわれることはありません。なぜなら、人の見方と神の見方は異なるからです。しかし、神の裁きと人の裁きは異なります。そして、この世で高貴に見える者たちの中でも、報いの日には、どれほど卑しい者たちが、すべての人の中で最も栄光ある者となるか。それは次のように書かれている通りです：「多くの最初の者が最後になり、最後の者が最初になる」(マタイ 19:30)。——それゆえ、喜びつつも恐れ敬いなさい。前者は神の賜物のゆえに、後者は心の移ろいのゆえである。なぜなら、私たちはいつまでも同じままでいるわけではないからだ。「互いに愛と善行を励まし合うように」(ヘブライ人への手紙 10:24)と書かれているのか。それは、自分の意志を断ち切ることを厭わず——これこそがすべての言葉の要諦である——、また、従順を果たすことに怠けず、むしろ熱意に燃え、互いに支え合い、互いの重荷を担い合うためである。兄弟として、心を一つにして、同じ志を持つ者として。このように日々奮闘し、その歩みを全うするならば、あなたがたは、私がよく知っているように、間違いなく、朽ちることのない栄光の冠を受けることになるでしょう。

### 330. 目に見えない霊的な戦いにおいて、恐れを知らず、熱意に満ちた希望をもって敵と対峙する者は、常に勝利を収める。敵は、そのような者たちから逃げ去るのだ。

330. 1) 目に見えない霊的な戦いにおいて、恐れを知らず、熱意に満ちた希望をもって敵に立ち向かう者は、常に勝利を収める。敵はそうした者たちから逃げ去る。—— 2) 異端との戦いにおいては、異端者たちと交わったり、彼らの名を口にしたりしてはならない。私はすでにそれを禁じた。[4, 129]

1. 私は言葉においても行いにおいても力不足ではあるが、力の及ぶ限り、あなたがたを慰め、霊的に奮い立たせる義務がある。なぜなら、敵との戦いに挑む者たちが戦友からの励ましを必要とするならば、目に見えない敵と戦っているあなたがたは、なおさら、励ましの言葉で勇気づけられ、霊的に励まされる必要があるのではないか。なぜなら、あなたがたの戦いは一日限りではなく、生涯にわたるものであり、しかも、もし勝利を収めれば、あなたがたには言葉に尽くせない朽ちることのない冠が与えられ、もし敗北すれば、計り知れない恥辱という永遠の重荷を負うことになるからです。——しかし、私たちがこのような苦しみを味わい、希望において恥をかくことのないように！ それどころか、神の助けにより、絶えず自分自身に注意を払い、敵と絶え間なく戦い続けることで、悪魔に勝利を収めることができると疑う余地はありません。ご存知の通り、普通の兵士でさえ、戦いに臨むと極度の興奮状態に陥り、表情が変わり、以前とは全く別人のように見えるものです。その瞬間、彼らには妻も、子供も、両親も、兄弟も、誰一人として思い浮かばず、心も魂も、そして全身が戦いに注がれるのです。同じように、私たちも内なる人として、敵を少しも恐れることなく、キリストの立派な戦士として、熱意と燃えるような気概をもって敵に立ち向かわなければならない。敵は、私たちがそのような姿であるのを見ると、攻撃を敢行する勇気もなく退いていく。しかし、私たちの勇気が衰え、力の張りや注意力が緩んでいるのを見ると、弓を引き絞り、矢——すなわち不適切な思い——で魂を傷つけるのである。——しかし、そのような場合でも、私たちは絶望してはなりません。むしろ、過ちを自覚して悔い改め、再び力を振り絞って、絶え間ない戦いに臨むべきです。——常にそうであるように。

2. しかし今や、別の異端の戦いが全宇宙に広がっている。もし望むなら、心の目を上げれば、この戦いで傷ついた者たちで満たされた天下のすべてが見えるだろう。なぜなら、不信仰な異端者たちだけでなく、淫行者や姦通者、その他同様の不品行を働く者たちだけを、蛇がその支

配下に収めているわけではないからである； また、そうした者たちすべてに対して無関心であり、彼らと交わりを持つ者たちまでもが、その支配下に置かれているのである。なぜなら、「樹脂に触れれば黒く染まり、高慢な者と交われば、その者に傷つけられる」という言葉は真実だからである（シラ書13,1）。この理由により、私は、正教徒であるふりをしながら異端者や異端思想との交わりを絶やさなかったある人物を、聖なる追悼式や神聖な聖体礼儀において追悼することを禁じたことで非難されているが、それでもなお、もし彼が死の瞬間に自らの罪を告白し、聖なる秘跡に与っていたならば、正教徒がその者のために供えを行うことは可能であっただろう。しかし、彼が異端との交わりのままこの世を去った以上、どうしてそのような者を正教の交わりに受け入れることができるだろうか？——聖使徒はこう述べている。「私たちが祝福するこの祝福の杯は、キリストの血との交わりではないのか。私たちが裂くこのパンは、キリストの体との交わりではないのか。一つのパンであり、一つの体である。私たちは皆、一つのパンから聖体を受けるのである」（Iコリント10:16,17）。これによれば、異端のパンと杯を聖体拝領することは、それを拝領する者を正統派に敵対する側の一員とし、そのような聖体拝領者たちは皆、キリストとは無縁な一つの体をなすことになる。「まことに、義と不法とが、どうして交わることがあろうか。あるいは、光と闇とが、どうして交わることがあろうか。あるいは、信者と不信仰者とが、どうして交わることがあろうか。また、神の教会と偶像との間に、どのような交わりがあるだろうか」（IIコリント6:14-16）、と、同じ使徒が別の箇所で訴えている。——しかし、そのような者たちについては嘆くべきであり、まだ生きている者たちについては、彼らが悪魔の網から解き放たれるよう祈るべきである。そして、私たち自身については、「神は、御霊の聖さと真理の信仰による救いのために、私たちを選んでくださった」（IIテサロニケ 2:13）とあり、正統な信仰において、この現在の殉教に至るまで神に仕えることができるように。もし私たちがこれを汚れなく、非の打ち所なく成し遂げれば、神は私たちを御自身の天の御国にふさわしい者としてくださるであろう。

### 331. 他の事柄にはそれぞれ時があるが、救いの業は常に成し遂げられなければならない

331. 1) 他の事柄にはそれぞれの時があるが、救いの業は常に成されなければならない。—2) 死がすべての人を刈り取っているのを見て、またその際に賢い乙女と愚かな乙女のことを思い起こしながら、私たちは先延ばしにしてはならない。— 3) さあ、立ち上がり、花婿を迎えるための準備を急ごう。[4, 130]

3. 他の事柄にはそれぞれ定められた時がある。種を蒔く時と収穫の時、平和の時と戦いの時、商売の時と商売のない時。しかし、魂の救いを築くためには、望むならば、いつの時も適しており、どの日も好都合である。——それゆえ、私たちは常に善へと向かい、心穏やかに、若者のような熱意をもって、神の御言葉を実践に移そう。「『』と聞く者は、神の御前で義と認められるのではなく、この律法を行う者こそが義と認められるのである」（ローマ2,13）。—さて、目に見えない戦いが待ち受けているならば、快活に戦い、神の助けを借りて、私たちに立ち向かう悪魔的な思いを一掃しなければなりません。それらが私たちの内に留まり、霊的な死をもたらすことのないようにするためです。あるいは、霊的な収穫の時が迫っているのなら、熱心に刈り取り、永遠の命のための十分な糧を霊的な倉に蓄え、そこで永遠に飢え死なないようにしなければならない。いつだって、祈りの時、涙の時、過ちを清める時、天の御国を仰ぎ見る時があるのだ。

4. いったい何をためらっているのか。なぜ躊躇しているのか。なぜ自らの改心を、日ごとに先延ばしにしているのか。「この世のあり方は過ぎ去ろうとしているのではないか」（Iコリント7:31）。日々、私たちのもとを去っていく人々は数え切れないほどではないか。絶え間なく開かれる棺は、私たちの貧しい肉体に勝利を宣言しているのではないだろうか？——大地もまた、その本質にふさわしい私たちの肉体を受け入れることで、同じことをしているのではないだろうか？——そして、私たちは果たして最後までここに残ることができるのだろうか？——私たちの兄弟たちのうち、すでにどれほど多くの者が去ってしまったか、見えないだろうか？ 私たちの祝

福された父たちはどこにいるのか？ 霊的な兄弟たち、肉親の兄弟たちはどこにいるのか？ 私たちの友人や、労苦、手仕事、そして詩篇の詠唱を共にした仲間たちはどこにいるのか？ そして、私たちはなんと忘れっぽいことか。——兄弟や父の死が訪れると、私たちはすぐに我に返り、心を痛み、今後は正しく歩むと誓う。しかし、その時から少し時間が経つと、その悲しみも、自らの善意も忘れてしまうのだ。——しかし、神の聖人たちはそうはしなかった。彼らは生涯を通じて死を心に留め、日々死に、日々この世に十字架にかけられ、日々自らの意志をもって神のもとへと歩み去った。そして今、彼らはそこで至福の、終わりのない生涯を送っている。 — 十人の乙女たちの例に、あなたは恐れを感じないのですか？ ——「花婿が来る。迎えに出なさい」。賢い者たちは彼を迎え、「彼と共に婚礼の宴に入った」。しかし、善行に欠けていた愚かな者たちは遅れてしまい、こう叫んだとき——『主よ、主よ、私たちに開けてください』と叫んだとき、返ってきた答えは『まことに、あなたがたに言います。私はあなたがたを知りません』でした。こうして、彼らは外に置き去りにされました。これについて、主はこう付け加えられました。『だから、目を覚ましていなさい。その日やその時は、あなたがたには分からないからです』（マタイ 25:6, 10-13）。

5. それゆえ、目を覚ましていなければならない。魂を眠りから覚まし、自制し、悔い改め、自らを汚れなく清く保ち、光の中を歩まなければならない。そうすれば、死が突然私たちを襲い、慈悲の扉が私たちの前に閉ざされることがないように。その時には、扉を開けてくれる者も、助けてくれる者もないからだ。 だからこそ、神に喜ばれる行いを、死を迎える準備として急いで整えよう。怠け者よ、働き始めよ； 不従順な者よ、従うことを始めよ。高慢な者よ、謙虚になれ。冷酷な者よ、心を和らげよ。悔い改めていない者よ、心を砕け。告白していない者よ、告白を始めよ。怠惰な者よ、働き始めよ。すべて、すべてを正し、善行に励め。 さらに一つ付け加えよう。女好きの者よ、節度を保て。頻繁に女たちと交わってはならない。また、義務として彼女たちと過ごすこともあってはならない。なぜなら、それによって罪の火が燃え上がるからである。聖書にもこう記されている。「もし誰かが火を懷に閉じ込めたら、その衣は燃え尽きてしまうのではないか。あるいは、燃える炭の上を歩けば、足は焼けないだろうか。それと同じように、他人の妻のもとに入る者は、姦淫を犯すのである」（箴言 6:27-29）。しかし、修道生活に入った処女も、修道誓願を立てた者も、同様に「夫を持つ妻」である。その「花婿」こそ、栄光の主である。 ——これは、あちこちに散らばり、気ままに暮らし、自分の罪を正当化する言い訳をでっち上げ、主が「誘惑となる目さえも取り除け」（マタイ 5:29）と命じられたことさえ忘れてしまっている者たちへの言葉である。 — さて、あなたがたにはこう言いたい。「私たちは、弱い人々の弱さを担うべきである」（ローマ 15:1）と。そして、整っていない人々のために、善行の模範を示すべきである。 あなたがたはすでにキリストの恵みによってそのようになっています。しかし、これからもなおそのままでいてください。そうすれば、私たちの主イエス・キリストにおいて救われるでしょう。

**332. 修道生活の目的と務めは、他のあらゆる身分や地位よりも高きものであり、また、その苦難にもかかわらず、すべての人を惹きつけるものであることを指摘しつつ、修道生活に恵まれた者たちは喜び、主に感謝し、真の修道士となるよう努めるよう招いている**

332. 1) 修道生活の目的と務めは、他のあらゆる身分や地位よりも高きものであること、そして——2) それが苦難にもかかわらず、すべての人を惹きつけるものであること——を指摘し、3) 修道生活を送ることを許された者たちは、喜び、主に感謝し、真の修道士となるよう努めるよう招いている。[4, 131]

6. 「良い部分を選ぶ」ことができ、いわば「イエスの足もとに座り、その御言葉を聞く」（ルカ 10:39）ことを許されたことを、神に栄光を帰そう。他の人々は、妻や子供、財産や金銭など、多くのことに心を砕き、それについて語り合う。しかし、私たちにはただ一つの関心事、すなわち、いかにして主に喜ばれるかということだけがある。ある人々は、この世のカエサルやその命令のために戦い、血を流すことさえ厭わず、あらゆる手段で卑屈に服従することを強いられ



ています。しかし、私たちには自発的な戦いがあり、その中で私たちは全能の王キリストの戒めを完全な自由をもって果たし、終わりのない天の御国を得ることを望んでいるのです。ある人々は、取るに足らず、はかない利益を求めて、長く困難な旅に出る。しかし、私たちには、昼も夜も、ただ神の宮へ駆け寄る ことだけが課せられている。そこで神の偉大さを賛美し、それによって、朽ちる金ではなく、盗まれることのない永遠の霊的な宝を得るためである。

7. 私たちは時折、外的な状況であれ内面的な状態であれ、悲しく、心を圧迫するような出来事に遭遇することがある。しかし、それが神の御言葉と私たちの希望のために起こるものであるならば、苦難の中で喜びを見出し、苦境の中でも窮屈さを感じない私たちにとっては、それを穏やかに耐え忍ぶことができるのである。私たちの人生とは、その悲しみそのものが、知恵ある者を惹きつけるものである。——両親を愛さず、親しみを覚えない者などいるだろうか。しかし、神への愛ゆえに両親を離れ、人々の子らはここに駆け寄ってくる。主の御言葉によれば、夫婦は「二人が一体となる」という、これほど密接な結びつきがあるだろうか。しかし、そのような者たちをも、福音の剣は切り裂き、ここへ送り込むのである。ここでは、支配者はその権威を捨て、知恵ある富める者は富を顧みず、貧しい者は自身の貧しさを忘れ、孤児はもはや孤児ではなくなる。さらに付け加えよう。王は紫の衣を脱ぎ捨て、他の者たちと等しく数えられるのである。なぜなら、私たちの兄弟愛は、キリストの等しく尊い体であり、私たちの住処は、すべての人にとって等しく救いとなる、共通の救いの港だからである。——私たちの間では、すべてが異なり、世俗のようではない。そう、死が訪れたとき、ここでは、生を愛する者たちのようには泣き叫ぶことはなく、静寂の中で故人の埋葬が行われる。ここでは、妻も声を張り上げず、子供たちも叫ばず、親族もあれこれと思い出を詠いながら哀歌を歌うこともない。むしろ、その旅立ちは喜びをもって迎えられ、遺体の搬出も良き希望をもって行われる。とはいえ、旅立った者への霊的な愛ゆえに涙が流れることもある。そこには何ら不適切な点はない。主もまた、私たちの本性に則って、ラザロの墓の前で泣かれたのだから（ヨハネ11:35）。古来より、これよりも至福に満ちた人生が他にあっただろうか？——人々を神により近づける、これ以上の生き方が他にあっただろうか？ だからこそ、私たちは今こそダビデのようにこう宣言すべきである。「主はここに、祝福と永遠のいのちを命じられた」（詩編 132:3）。

8. さあ、喜び、互いに喜び合い、絶えず感謝し続けよう。私たちの全き善なる神を愛し、限りなく愛そう。神は私たちを闇から光へ、卑しさから栄光へ、無名から名声へと招いてくださったのだから。あなたがた一人ひとり、誰からこの世に生を受けたか、どこからここに駆けつけたか、その後誰と交わりを結んだか、誰を兄弟と呼び、誰と共に暮らしているかを知っている。そして、これらの恵みは、将来の約束への単なる前触れに過ぎない。ですから、もし私たちが、目の前にある務めを立派に果たし、あらゆる方法で労苦に耐え、従順の実を結ぶよう努め、私たちの中に働く秩序と規則に従って行動するなら、最終的には、目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともない、神を愛する者たちのために神が備えてくださったものを得ることになるでしょう（Iコリント2:9）。どうか、私たち全員がこれを授かることができますように。

### 333. 死を頻繁に思い起こす者は、死の記憶を確固たるものとする。死の記憶とその関連事項は、神への畏れを心に植え付ける。神への畏れは、心を情欲から清める

333. 1) 死を頻繁に思い起こす者は、死の記憶を確固たるものとし、死とその関連事柄への記憶は神への畏れを植え付ける。神への畏れは、心を情欲から清める。－ 2) この道を歩み、至福の無情の境地へと至ろう。[4, 132]

9. 死の知らせが相次いでいる。現在、遠くからも近くからも聞こえてくるが、とりわけ私たちの霊的な兄弟や父たちの死に関するものである。とりわけ、兄弟グリゴリーも私たちを去っていった。彼の生涯は称賛に値し、その最期も至福に満ちていた。なぜなら、彼はキリストのために流刑の地で息を引き取ったからである。「さて、どうだろうか？」——もちろん、私たちも、老いも若きも、長老も若者も、いずれここから去らなければならない。なぜなら、死という懲

罰はすべての人に等しく課せられ、ある者は先に、ある者は後に、この世を去っていくからだ。それゆえ、死について、また魂が肉体から離れる際に私たちが直面することについて、どうして考えないことができるのか？ 光の武具を身にまとわなければ、どうして天使たちの御前に立ち向かえるだろうか？——永遠の命への糧を携えていかなければ、どうしてその道を歩むことができるだろうか？ 主が「この世の君が来る。しかし、わたしには彼に対して何の力もない」（ヨハネ 14:30）と語られた、この世の君を、もし私たちが悪の情欲から解放されていなければ、どうして通り過ぎることができるだろうか。「そのしもべは幸いである」と主は言われる。「主人が帰って来たとき、そのしもべがこのように働いているのを見いだすなら。まことに、あなたがたに言っておく。主人はそのしもべをすべての財産の管理者として任命するであろう」。これこそ、天から響く御声である！「しかし、もしその悪いしもべが心の中で、『主人は来るのを遅らせている』と言い、自分の家来たちを殴り始め、酒飲みたちと一緒に食べたり飲んだりし始めたなら、そのしもべの主人は、彼が予期しない日、彼が知らない時にやって来て、その腹を裂き、彼を不信仰者たちと共に置くであろう。そこでは、泣き叫びと歯ぎしりがあるであろう」（マタイ 24:46-51）。果たして、このたとえ話は私たちが恐れさせないのだろうか。果たして、この脅威は私たちの肉体を疲れさせないのだろうか。なぜなら、これは寓話でも空虚な言葉でもないからだ。それどころか、言葉では、その時に起こることを正確に表現するには程遠い。なぜなら、あの時の泣き叫びは、この世の泣き叫びとは異なり、あの世での歯ぎしりは、この世の歯ぎしりとは異なるからである；両者の間には、夢と現実とのような隔りがある。さらに、あちらの火は消えることがなく、こちらの火は消える。あちらの虫は死ぬことがなく、こちらの虫は死ぬ。しかし、誰がこれについて考え、論じているだろうか？ 誰がこれを見て、聞くのか。なぜなら、魂が石のように硬くなり、心が情欲に溺れているがゆえに、見ても見えず、聞いても聞こえないことがあるからだ。——誰が、主によって喜ばれる涙を持ち、あちらからもこちらからも降りかかる汚れから日々自らを清め、その清めを明日に先送りしないのか？「その日の悪は、その日だけで十分である」と書かれている（マタイ 6:34）。神への渴望を第一とし、この世のあらゆる執着を拒み捨て、ダビデと共にこう叫ぶことができる者は誰か。「わが魂はあなたにすがりつく。あなたの右の手はわたしを受け入れてくださる」（詩編 62:9）と叫ぶことができるほどに、あらゆるこの世の執着を拒み去る者こそ、神への渴望をその渴望に重ね合わせる者である。ああ、なんと幸いな無執着であろうか！ 兄弟たちよ、私たちはまさにこのようにあるべきである！ 御言葉は、私たちにこのように心を整えることを求めているのだ！ 霊に燃え、信仰の鎧を身にまとい、希望に翼を与えられ、旅立ちに完全に備えよう。

10. だからこそ、私は懇願し、祈ります。毎日死んでいく者のように、力ある限り、なすべきことすべてに自らを駆り立てましょう。自制は本質的に美德であることを知りつつも、それが苦しみをもたらす一方で、自己満足という罪は人を地獄へと引きずり下ろすからです。砕かれた心と謙虚な思索が生み出す、清めの涙を流しましょう。無欲な生活によって聖なる天使たちを友とし、彼らもまた、最期の時、親しみを込めて私たちを主のもとへ導いてくれるようにしましょう。——私はこれを、善行を成し遂げた者としてではなく、皆さんと共にそれを実践したいと願う者として、また沈黙するのではなく語るべき者として、そして神の愛をもって皆さんを愛する者として語るのである。そうして私たち全員が善行を積み、永遠のいのちの相続人となるためである。

### 334. 心を打ち明けることをやめたことを叱責する

334. 1) 心の内を打ち明けることをやめてしまったことを叱責する。— 2) その後、悔い改めない者に対する神の恐ろしい懲罰の例を挙げ、告白へと促す。[4, 133]

11. 私はこのところ、あなたがたのために、耐え難いほどの悲しみに打ちひしがれている。なぜなら、あなたがたの間で、私たちの生活において最も偉大であり、最も救いとなるべき、日常的な告白が途絶えてしまったからである。— もしあなたがたがより良くなり、より完全になったのを見ることができたなら、私は仕事の手が軽くなったかのように喜んだことでしょう。他者



の病を癒すには、少なからぬ労力を要するからです。しかし、あなた方の中にそれとは正反対の事態を見出すと、その原因が何かを推測できます。教えてほしいのですが、あなた方のその厚かましさ、そしてそこから生じる混乱は、一体どこから来ているのでしょうか？ それは、あなたがたが懺悔せず、自らの破滅的な思いを抱え込んでいるからではないでしょうか？ なぜなら、私たちの罪の始まりであり根源は、不適切な思いにあるからです。それは、明らかにされれば神の恵みによって追ひ払われますが、隠されていると、少しずつ闇の行いへと移り変わっていきます。ここから心の死が生まれ、ここから互いの分裂が生まれ、ここから無知と迷いによって生み出される自己正当化の言葉が生まれるのです。

12. しかし、人よ！ 理性を持たない動物でさえ、私たちが見ているように、自分たちにとって有害な食物を自ら見分け、それを避けている。それならば、善とは何かについてのあらゆる知識を洗礼によって授かった人間に、なおさらそれを期待すべきではないだろうか？！ ——あなたは聖書が、「神は『最初の世』を容赦せず、義の宣教者ノアを救い、不敬虔な世に大洪水をもたらされた」と語っているのを、聞いたことがないのか（Ⅱペテロ 2:5）。主が「ソドムとゴモラの町を焼き尽くし、滅ぼして裁きを下し、不義をなそうとする者たちの戒めとした」と書かれているのを、読んだことがないのか？（Ⅱペテロ 2:6）。使徒が繰り返し叫んでいるのを、聞いたことがないのか。「自分を欺いてはならない。淫行者、偶像礼拝者、姦淫者、男色者、男娼、強奪者、盗人、酔っ払い、侮辱者、強奪者は、神の国を相続することはない」（コリントの信徒への手紙一 6:9,10）。それなのに、これを聞いて、何が悪いかわからないと言うのか？ ——それは偽りとごまかしである。——その脅しを恐れないのか？ すべての被造物が震えおののく御方を、あなたは畏れおののかないのか？ ——だから、だれも告白から逃げてはならない！

### 335. 兄弟たちを愛していると述べ、彼らも自分を愛していると確信した上で、そのような結びつきに対して神に感謝し、もし彼らを厳しく戒めなければならない時が来ても、忍耐するよう呼びかけている

335. 1) 兄弟たちを愛しており、彼らも自分を愛していると確信していると述べた上で、そのような結びつきに対して神に感謝し、自分が彼らを厳しく戒めることがあっても耐え忍ぶよう招く。—— 2) その後、救いを成し遂げるための労苦や悲しみを、概して喜んで耐え忍ぶよう説得する。なぜなら、そうする以外に道はないからであり、さらに、これに関連する偉大な約束があるゆえに、それは聖徒にふさわしい喜びを大いに損なうものではない。——3) それゆえ、私たちは神の道を忠実に歩もう。もしつまずくことがあっても、速やかに立ち上がろう。[4, 134]

13. 聖書にはこう記されている。「わたしを愛する者を、わたしは愛し、わたしを求める者は恵みを得る」（箴言 8,17）。また別の箇所では、愛のしるしについて次のように述べている。「を愛する者は、熱心に懲らしめる」（箴言 13,25）。私は謙遜な者として、あなたがたを導くよう任命されています。そのため、前回の訓戒において、あなたがたを戒め、叱責せざるを得ませんでした。しかし、あなたがたを傷つけるためではなく、使徒の言葉をもってこう申し上げたいのです。「私があなたがたに対して豊かに抱いている愛を、どうか知ってください」（Ⅱコリント 2:4）と、使徒の言葉をもって敢えて申し上げたいのです。あなたがたの苦難の時には共に悲しみ、喜びの時には共に喜びます。なぜなら、私が他に誰に目を向け、また、あなたがた以外の人について悲しみや喜びを感じるべきでしょうか。あなたがたは、私にとって兄弟であり、子であり、父であり、友であり、親族であり、愛すべき者であり、慕うべき者であり、喜びであり、冠であり、そして、私があなたがたと交わす真心のすべてを表現しうるあらゆるものです。私は確信を持って証言します。あなたがたも私に対して同じであり、両親にも、兄弟にも、親族にも、祖国にも、その他の目に見えるものにも執着しておらず、ただ神に、そして神を通して私の謙遜にのみ執着しているのです。そして、このように私たちを結びつけてくださった、聖霊における神に感謝します。それは、愛し、互いに愛され、また「一つの体、一つの霊」となるためであり、「私たちの召しの希望は一つである」からです（エフェソ 4:4）。さあ、喜び合い、互いに喜びを分かち合いましょう。また、時折、あなたがたに叱責の言葉を投げかけることがあっても

、互いに疎遠になることなく、愛と共通の益のために、その懲らしめを忍耐強く受け止めましょう。なぜなら、こう書かれているからです。「わが子よ、主の懲らしめを軽んじてはならない。また、主から戒められても、気落ちしてはならない。主は愛する者を懲らしめ、受け入れてくださるすべての子を打たれるからである」（箴言 3: 11, 12）。これについて使徒も次のように付け加えています。「もし懲らしめを受けるなら、あなたがたは神の子として受け入れられているのです。父が懲らしめない子などいるのでしょうか。もし懲らしめを受けないなら、あなたがたは皆、不義を行う者たちと同じであり、神の子ではないのです」（ヘブライ人への手紙 12: 7, 8）。

**14.** さらに、富や権力、そして人々が望むその他のものは、ただで手に入るものではなく、多大な労力と汗を要するものである。神に到達し、神からの報いを得るということが、容易で楽なことであり、計り知れない労力と汗を伴わないものだと想定できるだろうか？ そして、そのような想定は、極度の単純さと浅はかさの証しではないだろうか？——なぜ、「多くの苦難を経てこそ、神の御国に入るにふさわしい」（使徒言行録 14, 22）とか、「永遠の命へと通じる道は狭く、また苦しい」（マタイ 7, 14）といった言葉を耳にするのだろうか。それは一体なぜだろうか？——それは、私たち自身が、当初樂園で与えられた安らかな生活と計り知れない喜びの中に留まることを望まず、しかし、無分別にも、この情熱と苦難に満ちた現世に堕ちることを選んだのです。そして、私たちの主イエス・キリストに倣い、苦難の学校を経てこそ、再びそこへ戻ることができるのです。「御自身に待ち受けている喜びのために、恥を顧みず、十字架を耐え忍ばれた方」（ヘブライ人への手紙 12: 2）。もっとも、神による苦難は、永遠の祝福への希望によって私たちにとって和らげられるため、通常、それほど悲痛なものではない。それゆえ、聖徒たちにとって、今この時は祝祭日と呼ばれるのである。聖ダビデは、「義人よ、主を喜びなさい」（詩編 32: 1）と語り、絶え間ない喜びを指し示して、このことを証ししている。同様に、祝福された使徒も、「主を喜びなさい。また言う、喜びなさい」（フィリピ 4: 4）と確認している。そして、これは、嘆き悲しみ、涙を流し、奮闘し、戦いに身を置き、様々な苦難に遭っていた人々に向けて語られたものである。なぜなら、神にあっての悲しみは、徳ある者たちにとって喜びの源だからである。

**15.** それゆえ、私たちもまた、毎日を祝祭のように過ごし、神のために起こる苦難を快く耐え忍び、悪魔の策略や攻撃に屈することのないようにしましょう。もし、うっかり気を緩めて不適切なことに心を奪われてしまったとしても、言葉や言葉、あるいは行いにおいて、速やかに立ち直り、以前の穏やかな心持ちに戻り、再び温かい熱意をもって主に仕えることを始めよう。戦場で戦い、敵と対峙する戦士こそが王たちから栄誉を受けるのであり、戦場から逃げ出す者ではないことを知っていよう。そうして私たちも、最後の息を引き取るまで目に見えない戦いに身を置き、神の憐れみによって永遠の報いにあずかり、私たちの主キリスト・イエスにおいて天の御国を受け継ぐのです。