

【論文】

現代人の知恵と聖書の言葉による信愛設立母体・
ショファイユの幼きイエズス修道会会員ならびに
若者のためのリトリート試論
An Essay on Retreat using Modern Wisdom and
the Words of the Bible, for Young People and
for Members of the Infant-Jesus Congregation of Chauffailles,
Founding Body of Shin'ai, Educational Institution Title of Paper.

星野 正道

全世界がコロナという闇に閉ざされ、若者たちの社会的活動も制限を受けざるを得ない状況にあります。しかしそのような時を、若者たちが自分を見つめ直す時ととらえることもできます。この与えられた契機を、若者の教育を創立のカリスマとするショファイユの幼きイエズス修道会のメンバーと、共通のリトリート・エキササイズに若者も招き入れることで、彼らが新たな視点で今を見直すことができるとではないかと思い、試論を考察しました。

キーワード：若者、黙想、倫理、聖書、霊性

すべての人が、コロナ渦により従来の生活パターンの変更を迫られた。感染予防策の徹底のため、マスク着用、手指消毒、人流の減少を目指し、対面での出会いの自粛、会食・移動の自粛など、コロナ以前には思ってもみなかった生活を、私たちは「新たな日常」という名目で自分たちに課すこととなりました。それは修道生活を送るショファイユの幼きイエズス修道会の修道者にとっても例外ではありません。集会や黙想会の中止など、修道生活の基本である共同体的交わりの大幅な制限を経験することになったことでしょう。

また、社会人の一部はテレワークとなり、自宅で仕事を黙々とし続け、学生たちは地域によって差はあるものの、一日中動画配信の授業を自宅で受け、授業ごとに出される課題に、黙々と一人で取り組む日々を忍耐しました。

こうした状況にあって、保育所・幼稚園以来、人とのふれあいの中で成長している最中の若者は、大きなダメージを受けることにもなりました。

そこで、こういう状況下において、個人で深めることが

できる聖書をベースとし、自分の内面を見つめ、整えるリトリート（黙想）の提案をしてみたいと思いました。

方法としては聖書を基盤としつつ、現代人の到達した思索にも触れられることをプログラムの一部とすることで、現代を生きる筋道を模索する一助となればと考ました。

1. 第1日目 午前 日常生活の振り返り
自己確認

自分を見つめるためには、ただ内省してみても何も見えてこないことが多い。あるいは自分の欲求や不安全感、劣等感が自分であると錯覚する場合もある。そこで提案するのは、自分の行動を意識的に観察して、その方向性から自分を知らうとすることは、自分を知る助けになる。そこで次の設問に答えてみることから、はじめてみることにします。

1) 次の項目について、あまり深く考えすぎずに、自分の現状を記述してください。

*自分が何をやりたいか、気づくための振り返り。

- ① 自分は何にお金を使っているか。使ってきたか。振り返ってみましょう。
 - ② 自分は何に時間を使っているでしょうか。使ってきたでしょうか。
 - ③ 自分は何について考えていることが多いでしょうか。
 - ④ 自分は人や自分と何について話すことが多いでしょうか。
 - ⑤ 自分の部屋に何が置いてあるでしょうか。大事にしている物、たくさんある物、いつの間にか増えている物など。
 - ⑥ 自分は何に嫉妬することが多いでしょうか。人のどういうところに嫉妬することがありますか。
- 2) 上記の各項目をじっくりと読み、自分で気づいたことを、箇条書きのメモにしてみましょう。
 - 3) 箇条書きの文章を読み、今、現在の自分は何をどういう方向でやろうとしているかを、正直に記述してみる。誰かに見せるために書くのではなく、現在の自分を確認するためにやってみてください。英単語を使ってもよいし、言語ではなく図やマーク、自分だけのしるしをまぜる方が表現しやすくなることもあります。

後ほど、このメモはまた使うことになります。

2. 第1日目 午後 聖書の黙想

成長のプロセスについて、聖書の教えを確認しておきましょう。

聖書必読箇所：マルコ福音書4の26～29

ゆっくり音読し、心に残った言葉を自分にあてはめて考えてみましょう。

3. 第2日目 午前 黙想の発展

上述の聖書の27節に「夜昼、寝起きしているうちに、種は芽を出して成長するが、どうしてそうなるのか、その人は知らない」とあります。「寝起きしているうちに」とは、意識的に成長しようとしたり、あえて能力を開発しようとしていない状態、すなわち日常的生活や人との関わり、時の経つのを忘れて仕事や勉強に打ち込んだり、興味のあることに没頭している状態が考えられます。こうした時に

人間にとって欠くことできないベーシックな能力が開発されていることを聖書は告げています。このベーシックな能力について思いめぐらし、自分はどんな時にどんな能力とめぐり会ったかを書き出してみましょう。

4. 第2日目 午後 無差別智について

これに関して、縁あって和歌山県で成長し、地元の柱本尋常小学校、旧制県立粉河中学で学んだ世界的数学者・岡潔は「無差別智」をかかげ、次のように言っています。

「無差別智というのは仏教用語で分別智に対するものである。無差別智は純粹直観といってもいいし、また平等性智といってもいいが、一言でいえば自明のことを自明とみる力である。これがあるから知能に意味があるので、これを無視した知能の強さというのは正しくいえば『物まね指数』にすぎない。・・・自分自身の自明の上に立てないから独自の見解など全く持てないことになる。そうなる限りなく心細くて、必死に他の自明にすがりつき、ただ追随し雷同するばかりである。無差別智というのは、意志を働かせることによって働く智力ではない。個人の意志よりももっと大きいものの意志があるとすれば、その意志のままに向こうから働いてくる。そういうふうなものだと思う。『おやっ』と思うのも決して自分からではないのである。」(岡2006a)

ここで岡が述べられている無差別智とは、マルコが述べている夜昼、寝起きしているうちに成長し、獲得しているベーシックな能力と重なると考えられます。それは意識的に追い求めて獲得していく知＝分別智ではなく、生きていく中で遭遇する形で示されたり、目の前の現実には思わず取り組んだりしながら受け取っていく智について語っています。この体験は、種類の違いはあっても、受けた教育や生育歴にかかわらず、だれにも無差別に与えられていると考えられます。

自分はこの「無差別智」をどんな時に、どんな風に経験してきたか、記述してみましょう。

5. 第3日目 午前 無差別智と分別智の体験

あなたはこの無差別智という領域を、今まで意識してきたかどうか。意識していたとして、それを大切なもの、意味あるものとして評価してきたか、振り返ってみましょう。もし、分別智の方を大切にしてきたとすると、その理由は何でしょう。

6. 第3日目 午後 分別智に対する自分の態度

あなたはもしかしたら分別智の獲得ばかりに片寄り、それがうまく成果が出たと言って喜んだり、反対に獲得できなかったから、自己評価や自己肯定感を下げ、不安をいだいたりしてきませんでしたか。

このことについてしばらく思いをめぐらし、自分の気持ちを記述しておきましょう。

7. 第4日目 午前 無差別智と分別智の統合

岡潔は、分別智だけでは人は自分の能力を生かし、発揮することは難しいと言います。分別智は無差別智に支えられて、はじめて自分と他者を生かす意味のあるものとなる、と言うのです。この二つの智の統合という視点の大切さについて、自分の現在とこれからをながめて思っていることを記述しておきましょう。

8. 第4日目 午後 自己の歴史を語る

岡潔はまた次のようにも言っています。(岡 2006b)

「人に対する知識の不足が最もはっきり現れているのは、幼児の育て方や義務教育の面ではなかろうか。人は動物だが、単なる動物ではなく、渋柿の台木に甘柿の芽をついだようなもの。つまり、動物性の台木に、人間性の芽をつぎ木したものといえる。それを芽なら何でもよい、早く育ちさえすればよい、と思って育てているのが今の教育ではあるまいか。ただ育てるだけなら、渋柿（筆者説明：動物性）の芽になってしまつて、甘柿（筆者説明：人間性）の芽の発育はおさえられてしまう。渋柿（同：動物性）の芽は甘柿（同：人間性）の芽よりずっと早く成育するから、成熟が早くなるということに対してもっと警戒せねばいけない。すべての成熟は早すぎるよりも遅すぎる方がよい。これが教育というものの根本原則だと思う。」

ここで岡が、渋柿の芽＝動物性いう時、それは身体的、肉体的成長のことだけではなく、早く目標達成するために要求され、身につけた競争心、闘争本能の開発、他者との比較、他者に勝ちたい自己中心的な心理なども含むと考えられます。たとえば数学やスポーツ、音楽の魅力を味わったり、その醍醐味を身につけたりすることをなしに、もっぱら他者に抜きこめるための方法を身につけただけで、数学、スポーツ、音楽を得意だと思い込んでいる場合がそれにあたります。この岡の洞察と指摘は、現代においてだれでもが陥る罠であると思われます。

そこで今回は、自分はどんなところで成長をせかされたか。劣等感を感じてきたか。もしかしてその劣等感を感じ始めた環境は、岡が言っているこうした状況を迫られていたのではないか。等々、自由に回想し物語を作成してみましょう。

9. 第5日目 午前 早熟と成熟

フランスの精神科医でトラウマ研究の権威、ボリス・シリユルニクは早熟について、次のように語っています。

「早熟は、子供の成長にとって決してよい兆候ではない。それはむしろ深刻な異常を示す証拠だ。子どもが成熟したと感じられるのは、彼らが経験を積んだからからではなく、子どもらしい元気がなくなったからだ。トラウマになるつらい目に遭った子どもは、おとなしくなる。大人たちは彼らを『成熟した』と賞賛するが、これは勘違いだ。打ちひしがれた子どもは遊ばなくなり、自分の意気消沈を言葉で表現しようとする。社会的な不幸によって子どもの心が引き裂かれると・・・心の臨終の苦しみに埋没する前に生きる喜びを与えてくれる最後の場所に避難する。それが知的作業なのだ。」(ボリス 2014a)

もし自分が早熟で、まわりの大人たちから高く評価されていたり、あるいは自分から高く評価されねばと思うような傾向があったりするならば、どうしてそのような思いがわいてくるのか。上述の文章も参考にして考えてみてください。そしてトラウマがありそうなら、一人称あるいは三人称で物語を作ってみましょう。もし自分がそれに該当し

ないなら、周りの人々や子どもたちを観察して記述してみてください。

10. 第5日目 午後 時系列にとらわれずに語る意味

このリトリートにおいて、自分の物語を言語で記述することを現在しているが、そのことの意味について、ボリス・シリルニク著『憎むのでもなく、許すのでもなく』の訳者、林昌宏氏は同書の訳者解題において次のように語っています。

「一連の事実である記憶をどのように解釈して思い出すのかは、楽観的な人、悲観的な人、宗教心に篤い人、唯物論的な思考の人など、人によって異なるであろう。・・・その際には、幼児期に形成される言語能力が大きく影響するという。・・・言語能力が弱いとトラウマに悩まされる確率が高まると指摘している。視覚機能に比べて言語機能が弱いと、前者を通じて生々しい記憶が形成される。すなわち、後者に依存するフィクションに近い自己の物語は形成されず、報道写真や行政文書のような事実の網羅がその人の記憶になる。そうすると、行き場を失った心の中の自分は、このような生々しい記憶がもたらすトラウマに悩まされ、自己を自らの破滅に導くことになる・・・。」（ボリス 2014b）

ここで林昌宏氏が強調しているのは、自己の物語を語る場合、記憶の正確さが大切なわけではない、ということです。歴史における時系列的な秩序を守って、様々な場面を視覚的アルバムのように切り取って眺めるのではなく、重要な出来事のさなかにあった自分の気持ちや情景の印象が語り出す言葉を、自由に紡ぎ出すことを大切にしてほしいということです。自分の心を表現するのに必要ならば、登場人物や時系列の事実との整合性は問われない。大切なのはその出来事の中に居るあなたの気持ちと、今語っている自分が「一致」し、一つになっているかどうかです。そうすることによって重大な出来事に遭遇し、緊張し、ストレスを感じ、トラウマを抱えているであろうかつての自分を、言語能力をもって物語る主体としての、今のあなたの中へ統合し始めるのです。つまり、言葉を失ってトラウマの中にいる、力なきかつての幼き自分を今、言葉を持って語ることによって、新たな形で受容し直してみるのです。今回はこうしたプログラムを意識しつつ、前回までに記述した

出来事を、この幼き自分の気持ちに添ってもう一度書き直してみてください。その時、この新たな視座で物語ることの効果を実感するようつとめてください。

11. 第6日目 午前 心の広さ・狭さ

昨日の作業を継続しつつ、自分の内面を知る上でぜひ参考にしてほしいことがあります。自分の内面にストレスやトラウマがある場合、耐性領域が狭くなる、といったことが起きるということです。何かストレスになることや他者からの攻撃があったとしても、以前は自分の中で処理できたのに、最近やけにくどくど考えたり、ある場合は自分のそばにいる人に対してきつくあたったりということがないだろうか。あるいは自分はダメだと決めつけて、うずくまってしまったり、場合によっては自分の使命をあきらめようとしてみたりする傾向が見えることはないだろうか。こうした以前はなかった現象が内面に起こっている場合、耐性領域が狭くなっていることが考えられます。そしてその原因にはストレスやトラウマが関わっていると言われていきます。過去の物語だけでなく、現在の物語を物語ることによって、今、現在、傷ついている自分を意識し、そんな自分を適切にケアすることも必要であると考えましょう。今の自分の耐性領域の狭窄を、ただ自分の性格のせいにならず、以前とは違ってきている内面として見てみることも大切です。そしてこの変化の原因を、変化がおきた時にさかのぼって、振り返ってみることをおすすめします。

その時期に何があったかをゆっくりとながめてみてください。もしかしてそこにストレスやトラウマが潜んでいることがあります。その場合に記述するのは、そのトラウマやストレスからもたらされた出来事と、その時のあなたの感情の歴史です。耐性領域が狭まって、他人につらく当たっている自分ではありません。

もしこのような心の状態を経験していないなら、まわりの親しい人について考察し、終わりにしましょう。

12. 第6日目 午後 謙虚さ

自分の物語を記述することについて、考えなければならぬ現代的問題を、ローマ教皇フランシスコは提示しています。

「リジューの聖テレジアは、他の聖人たちのように、『謙

虚さこそが真理である』を好んで口にしていました。今は多くの『ストーリー』が、とくに SNS 上で、さまざまな演出、カメラ機能、道具立てによって、ほとんど芸術的に仕立てられ、わたしたちの日々に味わいを添えています。『友達』やフォロワーに、自分の姿—本当の姿は映し出されないのはしばしばですが—を見せようと、強い照明を当てて、巧みに演出しています。」(教皇フランシスコ 2021)

今、私たちがこのリトリートにおいて記述する物語には、こうした現代の傾向があってはならないのです。自分の物語をどれだけ SNS 映えするよう仕立て上げても、そこに神の癒しの力は働きません。返って解決は遠のくでしょう。考えてみた方がよいことは、なぜ現代人は、上述の教皇の言葉を借りるなら、演出、カメラ機能、道具立て、芸術的仕立ての向こうに、自分の本当の姿を隠すのでしょうか。なぜ必要もないのに自分ではない姿を演出するのでしょうか。もしかして巧みに演出された自分を制作しているとき、現代人は自分をしばし忘れていられるために、自分を描いているのでしょうか。それも必要なときがあります。しかし、そうした仮面を脱いで、自分の困難や現実と向き合い、謙虚に正直な自分を描写しなければ、リトリートに意味はありません。

なぜ自分は謙虚になれないのか。謙虚にならないことで何を得ようとしているのか。何を失いたくないのか。自分のもくろみ通りに見られたい現代人の自己の肥大化は、どこから来てどこへと私たちを連れて行こうとしているのか。思いをめぐらしてみるとときとしてください。

13. 第7日目 午前 黙想全体を眺望してみる

最終日にあたり次のことをしてみましょう。

- ① 様々な角度から、自分の内面にアプローチし、その一連の作業が終わった今、どのような気持ちでいますか。しばらくゆっくりと味わって、今の気持ちを名詞ひと言で表現してみてください。たとえば「春の海」、「広い空」、「曲がりくねった道」、「暖かい大地」など。自分の心に寄り添って、よく聴いてあげて、ふと浮かんできた言葉をとらえましょう。
- ② 第1日目 午前の最初に行った「*自分が何をやりたいか気づくための振り返り」、およびそのチャートをながめての感想メモを取り出して読み、リト

リートの終わろうとする今、どのような気持ちがあるか、あの時書いたことを変更したいと思うことをメモに残して下さい。

- ③ このリトリートをまとめるにあたって、次の作業をしましょう。

しばらく作業全体を味わい、自分の中にわいてくる今の決断を動詞ひと言で表現しましょう。たとえば「行こう」、「飛び出したい」、「大切にしよう」、「まったりしたい」等々。

- ④ その後、指導者と個人的に面談しましょう。面談ではまず、作業①、③で行った名詞と動詞を指導者に告げ、その解説から話し始め、あとは自由に、どんなことでも、わいてくる気持ちを言葉にし、傾聴してもらいましょう。

- ⑤ 面談が終わったら、その全体を振り返り、自分の気持ちをもう一度名詞と動詞で表現し、私という個人を確認してみましょう。上記①、③と変化している場合が多いです。もちろん同じ場合もあります。

14. 第7日目 午後 最終回

このリトリートを終えるにあたって最後の作業をします。私たちはこの世界や宇宙で孤立して生きているわけではありません。人間は社会を構成し、その網の目の一部分として生きていると言ってもよいでしょう。したがってその社会をどのようにとらえるかによって、私たちの生きる歩みや心の状態は大きく変わってきます。自分一人の世界で何かよい決心や決断をしても、社会のありようを考慮しないで生きようとする、それは再びストレスの中へと落ちて込んで行くことになるでしょう。ヨットを操縦しているとして、今、自分はどのような風の中を航行しているのか、とらえておく感性はとても大切です。そこで最終回では、この問題に取り組んでみましょう。

現代人を普遍的に覆っているのはグローバル化の進行と新型コロナであることは間違いがないことでしょう。グローバル化の進行によって日本社会が具体的に求められていることは、「生産性の向上」という課題です。会社や組織での IT 化、教育現場や職場での遠隔授業・遠隔業務。これらはパンデミックをきっかけに、社会へ大きな変化をもたらしました。私たちはこういった世の中の変化をどうとらえているのでしょうか。

明治維新に始まる文明開化の進展する世を生きた夏目漱石が、明治44年8月に和歌山市で行った講演に「現代日本の開花」(夏目漱石 2003a)があります。ここで漱石は開花による世の中の変化のありようについて論じ、次のように語っています。

「現代の日本の開花は前に述べた一般の開花とどこが違うかというのが問題です。もし一言にしてこの問題を決しようとするならば私はこう断じたい。西洋の開花(すなわち一般の開花)は内発的であって、日本の現代の開花は外発的である。ここに内発的というのは内から自然に出て発展するという意味でちょうど花が咲くようにおのずから蕾が破れて花卉が外に向かうのをいい、また外発的とは外からおっかぶさった他の力でやむをえず一種の形式をとるのを指したつもりなのです」(夏目漱石 2003b)

「一言にしていえば開花の推移はどうしても内発的でなければ嘘だと申し上げたいのであります」(夏目漱石 2003c)

「我々のやっていることは内発的ではない、外発的である。これを一言に言えば現代日本の開花は皮相上滑りの開花であるということに帰着するのである」(夏目漱石 2003d)

これが明治という激動期を生き、イギリスに留学し、外発的、内発的な文明それぞれの中に自己を投入した漱石が、和歌山市で人びとに語った開花についての結論でありました。講演の最後に漱石は次のような言葉を発しています。

「私には名案も何もない。ただできるだけ神経衰弱にかからない程度において、内発的に変化していくのがよからう」(夏目漱石 2003e)

外発的な社会の変化は、漱石が神経衰弱という当時の表現で語るような心理的負担を人間に要求します。それはグローバル化と新型コロナにおいても同様であります。文明が外発的に動く時、小さな人びと、若者、女性、経済的にも心の面でも困惑している人びとなど、弱い立場の人びとにより多くの心理的負荷がのしかかってくることになりま

す。厚生労働省「令和3年版自殺対策白書」によれば、コロナ渦においてすでに日本の女性と若者の自死数は増加していると言われています。今から100年以上前、漱石が切言し、和歌山の人々に語った言葉の重みに私たちは気づき、現実の社会と向き合うことが必要です。新型コロナとグローバル化という二つの外発的緊張をはらむ社会にあって、私たちがどのようなスタンスでその中を生きるのか。このリトリートを終えた後の課題にしていきましょう。

こうしてこれらの現代的課題もまた「いのちへの奉仕」をかかげるショファイユの幼きイエズス修道会の固有の霊性へと収斂し、その霊性は信愛をはじめ多くの若者たちを支えて行くことになると確信します。

参考文献

- 岡潔 (2006a) 『春宵十話』 光文社文庫 p.84
岡潔 (2006b) 『春宵十話』 光文社文庫 p.12
Boris, CYRULNIK. 2012. *SAUE-TOI, LA VIE T'APPELLE*.
ODILE JACOB. [ボリス・シリユルニク著 林昌宏訳 (2014a) 『恨むのもなく、許すのでもなく』吉田書店] pp.238-240
Boris, CYRULNIK. 2012. *SAUE-TOI, LA VIE T'APPELLE*.
ODILE JACOB. [ボリス・シリユルニク著 林昌宏訳 (2014b) 『恨むのもなく、許すのでもなく』吉田書店] p.326
教皇フランシスコ (2021) ローマ サン・ジョヴァンニ・イン・ラテラノ大聖堂にて 2021年第36回「世界青年の日」教皇メッセージ カトリック中央協議会事務局 p.4
夏目漱石 (2003a) 『現代日本の開花ほか』 教育出版
夏目漱石 (2003b) 『現代日本の開花ほか』 教育出版 pp.27-28
夏目漱石 (2003c) 『現代日本の開花ほか』 教育出版 p.34
夏目漱石 (2003d) 『現代日本の開花ほか』 教育出版 p.38
夏目漱石 (2003e) 『現代日本の開花ほか』 教育出版 p.43