汝は彼處に在し、陰府に降るとも、看よ、汝は彼處にも在す。我れ朝に翼をかりて海のはてに住むとも、なほ汝の手我を導き、汝の右の手我を支へ給はん」（詩篇一三八ノ八）とダウイドは歌つて居る。その上、海綿は物體であり、水も物體であるから、全體が各部分にまで入りこむことは出來ない。然るに天主は純靈に在すので、我等は全部殘らず天主から入り込まれて居るのである。然し海綿やその他之に類似せる比喩にせよ、なるほど適切ではない、至極不完全ではあるにせよ、我等を扶けて天主の遍在を、天主が我等の中にも外にも、萬物の中にも外にも在す、親密に現存し給ふことを幾分でも悟らしてくれるので、その方から見て頗る有益である、聖アウグスチヌスは隨所にこの喩を應用して居る。

（三）天主の尊前に進むには、天主を我等の身邊に、或は此處か彼處か、一定の場所に置き奉り、此や彼やの御姿を想像する必要はない。世にはイエズス・キリストが自分の傍を御歩きになり、何を爲す時でも、自分を眺め給ふかの如く想像し、斯くして常に天主の尊前を思ひ出さうと努める人もある。この方法を實行する人の中には、主が十字架に釘けられ給ふか、石の柱に縛られ給ふか、ゲツマニーの園にて血の汗を絞らせ給ふか、或はその他の苦みを浴せられ給ふかする場面を想像する人があり、或は御生涯中の他の玄義、他の御行ひを頭に描き出し、それにいたく感動せしめられる人があり、或は己が靈魂の種々の狀態に由り、その信心の動きの異るに隨つて、或は此を或は彼を想像すると云ふ樣にする人もある。甘く行きさへすれば、いづれの方法も決して惡くはない。然し一般に言ふならば、斯うした有形的姿を頭に描き出さうとすれば、徒に精神を疲らし、頭を壞して了ふ憂がある。聖ペルナルドの如き、聖ボナヴェレツラの如き人ならば、普通の人に知られない祕法を分つて居て、容易にこの方法を利用し、その味を嚙み分けることも出來た。彼等は時として「我が友よ、わが美しき者よ、起ちて出で來れ、磐間に居り、斷崖の匿處に居る我が鴿よ」（雅歌二ノ一三）と云ふ雅歌の一節を自分に言はれたかの如く想像し、心をイエズス・キリストの御傷に馳せて、その中に隱れ、その聖なる御脇の傷の中に這入り、すべての苦みにたいする安全なる避難所、すべての病にたいする無類の藥、すべての惱みにたいする的確なる慰めを見出したものである。時としては「汝等喜びて救主の泉より水を汲むべし」（イザヤ十二ノ三）と云つたイザヤの言を應用して、自分の心に樹てられた十字架の下に跪き、非常な滿足もて救主の御傷より流れ下る尊き御血を口に受け奉ると想像する人もある。偉大なる聖人達は是等の方法を適宜

に實行して多大の益を收めたものである。然し我等としては、天主がさう云ふ鹽梅に現存し給ふのを見ると想像し、終日、又は一ケ月間もさう續けて實行するならば、頭をすつかり痛めて、せつかく全一年間祈禱に從事して求め得た所を殘らず失ふに至らぬにも限らないのである。

（四）默想法を說き、默想の序幕として場面を假想し、事件がちやうど眼前に行はれるかの如く描き出す樣にと敎へて居る作家も、强ひての假想を設けるには及ばぬと云ふことに一致して居る。色々の不都合や迷妄がそれから生ずる憂を免れ難いからであつて、之を以て見ても、上の警告が如何に道理に適つたものであるかを容易に悟ることが出來るであらう。極く短かい時間內にすますことの出來る單なる序幕、別に取立てゝ云ふ程のことを爲すのでもない序幕ですら、强ひて之を行はうとすれば、頭を惱まし、身を疲らせ、危險を招く憂があるとするならば、況んや全一日、多くの業務を果す間に、自ら考へ出した姿を見失はない爲には、如何なる根氣を要することであらうか。我等が今話して居る天主の尊前は其樣な假想を一切要しない。單に天主の尊前である。それには天主が此處に在すとか、彼處に在すとか想像する必要は全くない。天主が實際、すべての中に、又何處にでも在すことは爭ふべからざる眞理として之を信じさへすれば、それで可い。イエズス・キリストは人としては天國と聖體の秘蹟の中に在すのみで　何處にでも在し給ふ譯ではない。イエズス・キリストが人として何處にも現存し給ふかの如く想像する時、その想像は單なる我等が頭腦の產物たるに過ぎない。然し天主としてならば、何時でも我等の傍にも、我等の身內にも、何處にでも在ず。「主の靈は全地を充たせり」（智書一ノ七）、無いものを想像するには及ばぬ。在る所のものを信ずれば、それで澤山である。なほイエズス・キリストは人として形體を持ち、容貌を持ち給ふのであるから、その容姿を想像することは出來る。然し天主としての容姿ならば、到底之を想像することは不可能である。同じ理由により、天使も我等の靈魂も、ある故に、その容姿を想像することは出來ない。天主は形體も容姿も持ち給はず、純靈に在すがまゝに想像し得られない。況んや天主が如何にして在すかを想像して、我等の頭腦內にそを描き出すなど云ふことは全然不可能である。

（五）然らば天主を眼前に仰視た　まつるには、如何すれば可いか。單に信德行爲をなし、信仰がさう敎へるから、實際天主が眼前に在すものとして置けば可い、如何な風に在すかと云ふことまでも深く研究するには及ばぬ、と空嘯いて居れば可いだらうか。モイゼの實行せし所がそれで、聖

パウロも「彼は見えざる所を見るが如くにして忍耐せり」（ヘブレオ一一ノ二七）と言つて居る。夜の眞闇黑に友人と話をする時は、たゞ友人との會談を喜び、彼が自分の面前に居ることを樂むのみに滿足し、必ずしもその容姿を想像に描き出してまで樂まうとはしないが如く、我等もただ天主が眼前に在すことを思ひ、その現存より摘み取ることの出來る果實のみに滿足せねばならぬ。もし天主の實際の御姿を描き出さうと努めるならば、決して目的を達成すること出來るものではない。さう云ふ樣に天主を見奉るには、餘りにも我等は暗黑である。この世の暗みが消え失せ、後の世の大きな日が輝き初めるのを俟つより外はない。その日になり、その全光榮を以て我等に「顯はれ給ふ時、我等は天主に似奉るものとなり、之を有りの儘に見奉るであらう」（ヨハネ書壹三ノ二）唯今ではモイゼに顯はれ給うた時の如く、雲を透かして、即ち盲目的、服從的信仰の目を以て見奉るに過ぎないのである。

（六）以上は天主の尊前に進む修行の第一部たる理智行爲に當る問題であるが、然しこれは決して右修行の重要點ではない。我等は理智を働かして絶えず眼前に在す天主を眺め申さねばならぬのみならず、亦意志をも活躍さして、その天主を愛し、之に服從を表し、以て一致の生活を送らなければならぬ。次章にも示すが如く、天主の尊前に進む修行は、主としてこの意志行爲に在るのである。

第三章　意志行爲—如何にしてこの修行をなすべきか

（一）聖ボナヱウンツラはその神秘神學書中に曰つて居る、「上に述べた修業中、我等の心を天主に擧げ奉らねばならぬ意志行意は、靈魂が完全たる愛を以て天主と一致したい熱烈な願望、天主を呼び下し奉らうとする燃ゆるが如き愛の嘆求、天主の御前へ飛んで行き、ますます天主に接近するが爲め、翼として代用すべき優しい濃かな愛情の働きに存するのである」と。この種の願望や働やを聖人達は「aspiratio—吸氣—あこがれ」と呼んで居る。靈魂が天主の方へ飛んで行かうとするのは、天主に向つて吐息をするのと同じだからである。吸入れた空氣を肺の中から絶えず吐き出す運動は、前以て吸入れようとか、吐き出さうとか云ふ考など持たなくとも、自然に行は

れるが如く、この種の熱烈な望も前以て計畫を立てる暇もなしに、自づと心から迸り出るものである。この「あこがれ」は、短い、頻繁な祈禱によつて行はれるので、常に之を「射禱」と稱する。それは火箭の如く、次から次へと射放たれて、續け樣に天主を射通し奉るからである。カツシアヌスはこの射禱がエジプトの獨修士間に尊重せられ、愛用せられるのであつた、と書きとめて居る。それは先づ短い禱だから、頭を疲らさない。又一つは熱と奮發心とに燃えて居るので、たしかに天主の御前に到達することが出來る。隨つて惡魔も之を使用する人の頭をかき亂し、邪魔を入れる暇を持たない。聖アウグスチヌスはこれにつき、念禱に從事する人がよく注意しなければならぬ點を警告して、「祈る人に必要な、きび〳〵した意向も、長く祈つて居る中に、何時しか鈍つて來ないか、注意しなければならぬ」と曰つた。然し射禱にはさうした憂は全くない。で荒野の師父達は、常にこの射禱を用ひ、絶えず心を天主に獻げ、何時も己をその尊前に置き奉る樣、努めたものである。

（二）この爲には射禱よりも適切、平易、有益な方法はない。然しその實行法を少しく解說して見ると、カツシアヌスは敎會が各聖務日課の初めに誦へさせる「天主よ、わが援助に御心を傾け給へ、主よ、我が援助に急ぎ給へ」の一句に之を約めて居る。何が困難な仕事に着手しようとする時は、この言葉を以てその困難を切り拔ける爲の聖寵を祈る。何事に於ても我等は天主の御援助を必要とするのであるから、絶えず天主に祈らなければならぬ。この一句は我等が如何なる狀態に在り、如何なる事情の下に在るにせよ、巧みに我等のすべての心持を言ひ顯はして居る。之によつて我等は天主の御援助を祈るのである。之に由つて我等は身を謙り、我身の必要と慘めさとを認めるのである。之に由つて我等は天主にまで上つて行き、その御慈悲と御援助とに信賴するのである。之に由つて主が我等の保護者且つ避難所にて在すことを思ひ、その愛に燃え立つのである。終に惡魔にたいして如何なる戰を交へ、如何なる突擊を支へねばならぬにせよ、この一句の中に貫通し得られぬ楯、堅い鎧、安全な城廓を見出すのである。されば常にこの一句を口にも心にも持つて居て、之を不斷の祈となし、常に之を用ひて天主の尊前に身を置き奉らねばならぬ。

（三）天主の尊前に進むこの修行は、何を爲すにも天主を思ひ出す機會を掴む樣にすることに在りと聖ベリジウスは曰つて居る。食事を爲す時は、天主に感謝する、服を着代へる時も同じく感謝する、畑に行く時は、之を肥沃ならしめ給う天主を祝する。天を仰視んか。日や月や星を打眺

意志行爲、如何にしてこの修業をなすべきか

めんか、一切を造り給うた天主を讃美する、夜中目醒める毎に、心を天主に擧げることを忘れてはならぬ。

（四）然し靈の道中には三の道がある。即ち初進の人の爲には淨罪の道、進歩せる人の爲には照明の道、完全な人の爲には一致の道があるので、射禱にも同じく三種ある。その第一種は淨罪の道に當り、罪の赦を求め、惡習を去つて靈魂を淨め、すべて外物にたいする愛情を解脱するに助となるものである。第二種は德を修め、誘惑にたいして勝利を占め、天主の爲に各種の業務に服する爲の勇氣を求めるもので、照明の道に當るのである。第三種は一致の道に當り、完全なる愛の綱を以て靈魂を天主に一致せしめるのを目的とするのである。この分類に於て注意すべき點は、自分の靈魂の狀態に適した修行に從事することであるが、然し如何ほど完全な人であつても犯した罪を深く痛悔して赦を願ひ、再び之を重ねない爲の聖寵を祈るのは極めて天主の聖意に適ふことである。同じく惡德や陋習を除去し、自分に不足と思はれる德を求めんと努める人は、未だ完德の域に達して居ないにせよ、なほ且つ天主への愛德行爲をくりかへし、以て自分の着手して居ることを一層平易、愉快ならしめ得ることは申す迄もない所である。

（五）されば誰にしても、時には次の如く祈ることが出來る。「天主よ、たゞの一度たりとも主に背かなかつたら、私も如何に幸福であつたことでせう！主よ、再び主に背くことをお許し下さいますな。罪を犯さんよりは、むしろ死ぬ方が優しです。一度でも大罪に落ち込むよりは、むしろ千度でも死にたいものです」。時としては心を天主に擧げて、戴いた御惠、一般又は特別の御惠を感謝するとか、何かの德を、深い謙遜やら、完全なる從順やら、熱烈な愛やら、敢然として動かない愛やらを願ふとかするのも可い。又或時は、天主を愛し奉るとか、その聖なる思召に託せ奉るかと云ふ樣な聖言、例へば「我が愛する者は我に在り、我もまた彼に在り」（雅歌二ノ一六）、「我心のまゝにはあらで、思召なれかし」（ルカ二二ノ四二）、「我天に何をか持ち、地には主の外に何をか慕はん」（詩篇七二ノ二五）などの聖言を聖書中から拔粹してくりかへす。

すべて是等のあこがれや、射禱やは、天主の尊前に身を置き奉るのに打つてつけて居る。たとへそれほど適切でなく、立派な意味をあらはす文句でないにせよ、天主の聖寵に感じた際に、我等の心から迸り出たのが最も立派で、且つ最も有效である。なほそれを幾通りにも言ひ表はす必要はない。ただ一句を屢熱心にくりかへすと、以て幾日も、否、一生涯でも天主の尊前を思ひ出す

のに澤山である、例へば聖パウロの如く「主よ、我に何を爲さしめんと思召し給ふぞ」(使徒行傳九ノ六)とか、或は雅歌の「我が愛する者我に在り、我もまた彼に在り」(雅歌二ノ一六)とか、或は詩篇の「我天に何をか持ち、地には主の外に何をか慕はん」(詩篇七三ノ二五)とか云つた樣なのを、始終口にして居れば、更に他の聖句を求める必要はない。ただ是だけに止まり、之を以て日常の修行となし、天主の尊前に身を置き奉るに用ひる不斷の方法とするが可いのである。

第四章　天主の尊前に進む爲の平易且つ有益な方法

(一)この修行を實行するが爲めに、我等の用ひ得る幾多のあこがれや、射禱やの中でも、重要にして且つ最も適當なのは、聖パウロがコリント前書に敎へて居るそれである。曰はく「汝等食ふも飲むも、又何事を爲すも、すべて天主の光榮の爲にせよ」(コリント前書一〇ノ三一)と。何を爲すにも心を天主に擧げて、「主よ、私が之を爲すのは主の爲め、聖心を喜ばせ奉るが爲め、主の之を欲し給ふが故である。主の聖意はまた私の意でもある。主の御滿足の外に私の滿足とする所なく、主の欲し給ふことの外に、私の欲する所なく、主の欲し給はざることの外に、私の欲せざる所もない。私のすべての喜び、すべての滿足は、御旨を果すことである。聖旨に適ひ、聖心を滿足させ奉ることさへ出來たら、私は別に何とて望む所はない。天にも地にも私が目をとめたいと思ふものは、他に一つもない」と、かう云つて居るのは、天主の愛の火を絶えず心に燃え盛らせる所以で、天主の尊前に進み奉るのに、最も勝れ、且つ最も完全な方法である。然し之については、既に第三篇の第八章に論じたことではあるし、第八篇の第四章にも觸れるはずであるから、こゝにはただ一つだけ言ひ添へて置きたい。即ち我等が想像し得べきすべての手段の中で、最も有益なのは、「常に祈つて止むべからず」(ルカ一八ノ一)と言つて、世の救主が我等に要求し給うた如く、不斷祈りつづけて居ることである。かねゞゝより大なる天主の光榮を望み、何事に於ても天主の聖意に一致し、天主の御喜びを以て己が喜びとし、天主の御滿足を以て己が滿足とすることとより勝れた祈禱が他にあり得るだらうか。

(二)されば有名な某神學博士が、「この修行を絶え去又根氣强く續ける人は、非常な效果を收

め、短日月の中に心は全然一變し、世俗を厭ひ棄て、天主にたいして想像も及ばぬ愛を抱くに至るものである」と曰つたのは、まことに故なきに非ずである。もし汝がこの聖なる方法を適當に實行するならば、「汝等はもはや他所人（よそびと）、寄留人に非ず、聖徒達と同國民となりて、天主の家人なり」（エフェゾ二ノ一九）である。聖ヨハネがその默示錄中に「彼等その御顏を見奉り、天主の御名その額に在るべし」（默示錄二二ノ四）と言つた天主の僕とは、これを實行する人を指したものでなくて何であらう。絶えず天主を眼前に眺め、しよつちう天主のことを記憶して、片時も忘れないのは、既にその御顏を見奉つて居る、その御名を額に書き込んで戴いて居るのである。かうして生活せる人は、地上の何物をも交へて居ない。「我等の國籍は天に在り」（フイリッピ三ノ二〇）、「我等の顧みるは見ゆるものに非ずして見えざるものなり、そは見ゆるものは、この世に限れども、見えざるものは、永遠なればなり」（コリント後書四ノ一八）。

（三）その上、今言つた樣な行爲をなし、「主よ、私は主の爲に、主が欲し給ふが故に、此や彼やを爲します」と申上げる時は、自分以外のものに心を擧げ、思を馳せるとは考へないで、眼前に在す天主に物語ると思ふべきである。それこそ正しく天主の尊前に歩むと云ふもので、それがこの實行をより樂しく、より平易に、念禱の他の方法に於ても、より有益ならしめるものである。例へば十字架にかけられるか、柱に縛られるかし給へるイエズスのことを默想する時、それを二千年前、遠いエルザレムに在つた出來事として想像しては、頭腦（あたま）を疲勞させるのみで、心は一向感慣しない。却て今現に目の前に行はれるかの如く、鞭の唸や、金槌の音やが親しく耳に響くかの如く想像しなければならぬ。死について默想する時も、我等自身が死に瀕して居る、もう醫師には匙を投げられた、祝せられた蠟燭なり、十字架なりを手にして居るかの如く想像しなければならぬ。況んや天主の尊前を思ふにつけて、自分に遠く懸け離れた誰かに話をするのではなく、眼前に在す天主に物申して居るとしなければならぬ。この修行こそ正しくそれであつて、實際この尊前は極めて現實的であり、また極めて正眞正銘なのである。

第五章　本修行の勝れたる所以について

（一）かう云う樣に天主の尊前に進むのが如何ほどに完全にして且つ有益なるかを見せると共

に、それをより善く理解せしめるが爲め、この方法が他の方法に勝れる所以を述べて置きたい。先づ他の方法は大抵理智行爲に歸着し、天主が眼前に在すと想像するのみに止まるのであるが、この方法は天主の尊前にたいして理智行爲と信仰行爲とを前提として、天主にたいする愛德行爲を起すべく專ら努力するのである。それだけこの方法が他の方法よりも勝れて有益なことは疑を容れない。念禱に於ても、ただ理智行爲たる默想に重きを置いて、物事を觀察することのみに止らず、進んで意志行爲に力を注ぎ、德にあこがれ、イエズス・キリストに則り奉りたいと熱望するに至らねばならぬ。念禱の結果は懸つてこの意志行爲に在るのであるが、天主の尊前に進む修行もその果實は意志行爲に含まれてある。隨つてこの意志行爲に最も力瘤を入れなければならぬ。

（二）これは他の方法よりも行ひ易く、而も愉快である。他の方法にては、天主を尊前に描き出すが爲に、理智や想像を大に働かさねばならぬ。その爲に疲勞を覺え、頭腦を乾燥させられる。所でこの方法には想像を遣うする必要がない。意志が愛情を動かせば足りるのだが、それは勞せずして起るものだ。なるほどこの修行の基く所の天主の尊前は理智行爲に由つてこそ考へられるが、然し聖體の御前に居る時は、ただ信仰を以てイエズスが自分の前に在すことを認めるだけに止め、すべての注意を傾けて禮拜し、感謝し、必要な聖寵を祈るが如く、天主の尊前に進む修行に於ても、この尊前をば信仰によりて既存の事實となし、理智行爲にさまで力瘤を入れないで、直ちに意志行爲に轉ずるのである。意志行爲は之を起すのが平易であるだけに、長く之を續けることが出來る。隨つて病に罹り、如何なる種類の念禱をも爲し得ない時でも、この意志行爲をくりかへし、屢心を天主に擧げ奉ることならば、何時でも實行可能であるから、それを勸められる。であるから我等の提案するこの實行法に何等の變つた利益がない、ただ外の實行よりも長く續けられるといふだけに止るにせよ、之を尊重する理由は十二分に在る。況んや他の重要な點に於ても遙に優つて居るので、いよ〳〵以て之を尊重しなければならぬ。

（三）特に重要であり、主として注意すべきは、天主の尊前に身を置き奉る時は、ただそこに止まる爲ではなく、その尊前を以て我等のすべての行爲をよく果す手段とするが爲である。もし我等が單に天主の尊前を思ふだけに止まり、我等の行ひを等閑にし、過失を重ねても意に介しないならば、この思は何等の益をも來さないで、むしろ有害な幻迷（まよひ）となるのみであらう。であるから一方の目を用ひて天主を眺め奉るならば、片方の目は天主を愛し、一切を立派に果すが爲に、之

を使用しなければならぬ。天主の尊前を思ふのは、すべてのことを善く爲すための手段とするが爲で、それには我等の說いて居る方法が他の如何なる方法よりも、遙に適切である。何となれば他の方法に於ては、理智がその想像せるものゝ有形的な姿を描き出すか、その姿より何か善い思を起すかする爲に全力を傾け注ぎ、それにすべての注意を集中させ、その他を御留守にするので、それだけ不完全で缺點だらけの行爲しか生ぜしめ得ないのである。然しこの方法によると、想像は格別働かない、立派に己が行爲を果すに要する注意を防げられる所かない。却て之を想廉しく遂行するが爲に多大の援助を見出す。自分は天主の尊前に於て事を爲して居るのだと思ふ所から、天主の御靈威の前にお捧げ申しても恥しくない、御目に懸けられない樣なものと云ふは何一つない樣にと注意するので、それだけ見事な出來榮となる。なほ我等は天主の尊前に進む爲の勝れて立派な方法を第四篇第九章に說いて置いた。可なり詳しく述べた積であるから、こゝではくりかへさない。

第七篇　糺明に就て

第一章　良心の糺明の重要なること

（一）我等が靈的向上を圖かるが爲に、最も重要、且つ有效な手段の一に數ふべきは良心の糺明で聖人達は特に之が實行を我等に勸めて居られる。修道生活上の最も舊い戒律を書き遺した聖パジリウスは、每夜一定の時間をこの糺明に充てる樣に命じ、聖アウグスチヌスもその會則中に同じことを規定し、聖アントニウスは己が模範を以て弟子等にこれを敎へもし、奬勵もし、聖ベルナルド、聖ボナウエンツラ、カツシアヌス、その他一般に修道會の創立者及び靈性敎師達は、何れも之が實行を勸めて止まないのである。金口聖ヨハネは「汝等の臥床にて嘆き悲め」（詩篇四ノ五）と云ふ詩篇の一句を解說して、每晚床に就く前にこの糺明を爲す樣にと修道者に勸め、二個の理由を持出された。第一は明朝になり、よく警戒して、昨日犯した過失を再びしない氣になるが爲

で、もし前晩によく〳〵糺明し、心から過失を痛悔して、之を改めんと固く決心して居るならばその決心が過失の繰返しを妨げる轡ともなるであらう。第二は終日身を慎む爲の動機ともなるが爲で、夕方になつて糺明をせねばならぬ、今日犯した罪につき、綿密な取調べを受けなければならぬと思つたばかりでも、我身の上に警戒を嚴にし、注意を深くするに至るものである。すべて用意周到な主人は、毎日その會計係に出納狀態の如何を報告せしめる。家事を等閑にし、計算を放漫にしてはならぬからである。それと同じく我等も毎日我身に向つて報告を要求し、事を等閑にしたり、物を忘れたりして、計算が亂雜に流れない樣、注意しなければならぬ。その上、商人が毎日の損益を精密に勘定し、多少損する所があつたと認めるや、極力その埋合せをする樣にと努めるが如く、我等も救靈事業につき損得如何を毎日取調べ、失つた所があつた時は早速それを補ひ、以てその損失が重なり重なつて、元も子もない樣にならぬだけの用意をしなければならぬ。終に毎日の糺明によつて善に習慣づけられる。しよつちう罪を糺明し、之を痛悔して居ると、惡德が根を張ることも、邪慾が增長することも出來なくなる。この點から見ても糺明の益は大したものである。

（二）之に反して丹念に糺明しない人の良心は、智者の謂ゆる懶け者の畑、若くは智慧なき者の葡萄園の如きものである。「我嘗て懶け者の畑と智慧なき者の葡萄園とを過ぎ行きしに、荊棘あまねく生え、蔦その地面を掩ひ、石垣くづれたり」（箴言二四ノ三一）と智者は言つて居る。糺明をしない人の良心こそ實に荒地となつた葡萄園そつくりで、嘗て一度も耕したことすらないだけに、荊棘と蘇とが時を得顏に生えまくつて居るのである。一體我等の腐敗せる本性は、自分から何の善きものをも生ずることなき慘め極まる土地で、始終鍬や鎌を手にして雜草を切り取り、その根を拔き棄てねばならぬ。この役目を果すのが糺明である。然り、糺明は惡德を切り倒し、邪慾が萠え出ると、早速之を拔き取るので、良からぬ習慣がやたらに根を張り、枝葉を茂らすのを許さないのである。

（三）糺明の重要、且つ有效なることを判つて居るのはただ聖人達ばかりではない。また自然的光明に照された迄に過ぎなかつた異數の賢人達の中にも、之を承知して居たものが二三に止まらなかつた。聖エロニムスや聖トマスの言ふ所によると、ピタゴラスが常にその弟子等に授けて居た重なる訓戒の一つは、毎日二回、朝と夕とに幾らかの時間を割いて、「私は何をしたか、如何に

したか、何かすべき筈のことを怠らなかつたか」と云ふ三つの問につき、篤と調べて見、善くして居た時は、心から喜び、悪くして居た時は之を痛悔することであつた。セネカ・プルタルクスエピクテトウス、その他の人々も同じことを勸めて居る。孔子の弟子の曾參の如きは「我日ニ吾身ヲ三省ス。人ノ爲ヲ謀リテ忠ナラザリシカ。朋友ト交リテ信ナラザリシカ。傳ヘテ習ハザルカ」と曰つて居た位である。

（四）聖イグナチオは聖人達の教と理性の光と經驗とに基いて、糺明を非常に重じ、是こそ靈的向上の爲め我等に授けられた最も勝れて、且つ最も有效な手段の一つであると斷言し、その爲に特別の法則をさへ我等に與へられた。イエズス會員たるものは毎日己が良心を糺明する樣、しかも一日に二回づゝ之を決行する樣に命じ、念禱よりも寧ろこの糺明に重きを置かれた位。念禱ではただ何かを決心するに過ぎないが、糺明を以てはその決心を遂行し、悪を根絶やすか、邪慾を抑制するかするので、それこそ我等が主として力を用ひねばならぬ所だからである。隨つてイエズス會では糺明を最も重じ、一日兩回、晝食前と夕方とに鐘を鳴らして各修道士を糺明に招き、ちやうど念禱の時の如く各の居室を巡視して、誰一人この勤行を怠らない樣、注意することになつて居る。

（五）然し聖イグナチオはただ修道院内に糺明を實行せしめるだけに滿足せず、また會員たるものが自分と何かの關係ある世俗人にも、極力之を勸誘せんことを欲せられた。されば主の葡萄園に善き働手となつて居るイエズス會員は、誰かの指導を引受けるや、直ちに一般糺明と特別糺明との實行法を教へ、それによつて古くからの悪習、虚言（うそ）をつくとか、人を誹るとか、詛を浴びせるとか云ふ樣な悪習を根こそぎにするやうに努めるのである。最初のイエズス會員はいづれも忠實に之を實行したもので、ルフェヴル師の如きは、指導を賴んで來る人には、この有力な特別糺明の救治藥を服用する樣にと絶えず勸めるのであつた。聖イグナチオは靈的病者の世話を引受けた時は、命じてこの靈驗著しき特別糺明の藥を服用せしめるのみに滿足せず、十分信賴するに足るべき人物を指定して、毎日晝と晩とに其人の許へ往き、糺明を實行したか、何んな風に實行したか、命ぜられた所を殘らず實行したか、否かを報告せしめることにした。聖人が長くの間、同志の靈的指導のために用ひられたのは、ただ糺明と祕蹟の頻繁拜領とのみであつた。德の途を邁進するのに他の手段を用ひる必要は更にない、と確信されて居たからである。

（六）是を以て之を觀ても糺明の重要なることは一目了然で、我等の向上を圖るが爲め、極めて有效な手段として大に之を尊重し、一日に兩回づゝきちんと之を實行し、之を以て修道生活の大切な義務の一つとなし、如何なる理由があるにせよ、決して之を缺かしてはならぬ。何か重大な用件が起り、爲に極まつた時間に果し得なかつた場合には、なるだけ早く之を濟ます樣にしなければならぬ。病氣の爲に念禱の義務を免除されることはあつても、特別糺明と一般糺明とは決して中止すべきではない。たとへ如何なる理由があるにせよ、糺明を免除されることはあるべからずと云ふのを、謬り能はぬ格言として置かねばならぬ。病人は病患や苦痛や之が治療や――その治療は時として病患以上の苦しいものだ――につき、天主の思召にお託せするとか、必要と思ふものを手に入れ得ない時、それを氣强く堪へ忍ぶとか、生きるも死ぬも聖旨に從ひ、全く天主の御手に一任するとかせねばならぬので、常に特別糺明の材料を、有り餘まるほど持つて居るのである。

第二章　何について特別糺明をなすべきか

（一）イエズス會では特別糺明と一般糺明と、二種の糺明をする樣にと會則中に命じてある。前者はただ一個の題目についてするのであるから、之を特別糺明と呼び、後者は一日中に思、言葉、行を以て犯したすべての罪について行ふ所から、一般糺明と稱する。我等は先づ特別糺明の話をし、それから一般糺明に及ぶ考である。特別糺明に守るべき諸點は、殆ど皆一般糺明にも守らねばならぬので、前者について言つたことは、大抵後者にもそのまゝ應用される。ただ違つた點を少し加へればそれで可い譯である。

（二）特別糺明に關して考ふべきことは（イ）何について糺明するか、（ロ）その糺明はどの樣にしなければならぬかと云ふ兩點である。第一點、即ち主として何につき糺明すべきかと云ふことをよく〳〵悟るには、聖イグナチオが聖ボナウエンツラの作中から拔料して、心靈修行書中に收めて居られる法則と注意書きとを深く心に刻んで置く必要がある。曰はく、

「惡魔は我等にたいして、ちやうど將軍が何處かの城を攻略せんとする時と同じ態度を取るのである。將軍は地勢なり、人工なりの上から、その城の何處かに弱點がないかと精密に偵察し、一たび弱點を突き留めるや、其處を攻擊目標と定め、すべての兵力、器械力をその一點に集注せし

め、多大の損害をも顧みずして、その一點を奪取せんとする。それを奪取することが出來たらば、容易にその城を攻略し得ると信じて居るからである。惡魔も同じく我等の魂の弱點を看破らんものとあらゆる工夫を逞らし、看破つた上では、其點から猛烈に我等を攻撃し、以て己が勢力下に屈服せしめようと狂奔するのである」

されば我等の方でも前以て顧ばぬ先きの杖をつき、敵の攻撃にたいして充分の防備を施さなければならぬ。即ち我等の魂の何の點が最も微弱で、德の備も手薄であるか、我等の生れながらなる傾向よりして、敵の攻撃を容易ならしめる上に、我等の惡習の結果、更に崩壞しかけて居るのは何の點であるかを突き留め、早速その崩壞を繕ひ、之に堅固な防備を施す樣にしなければならぬ。師父達、靈性教師達は、我等が良からぬ傾向を制壓し、惡習を根こそぎにする樣に努めんことを欲し給うて居る。右は我等の爲めに必要缺くべからざる所で、我等が特別糺明もて堅めなければならぬのは主としてこの方面である。

(三) 糺明は惡習の攻撃から始める樣にとカツシアヌスは勸め、その爲に彼の持ち出した理由は二つ。第一は我等に取つて最も大きな危險、最も重い墜落の機會が其處に伏在するので、何はさて措き、先づそれを根絶すべく努力し、奮鬪し、警戒せねばならぬからである。第二は最も恐るべき敵、最も激しい攻撃を加へる敵に打勝つたら、それによつて我等の魂は强壯、勇敢となり、敵はそれだけ衰微し、弱體化するので、容易に之を打倒し、屈服せしめ得るからである。

昔ローマの劍客等は圓戲場なる皇帝の前に躍り出で、猛獸と戰ふに當つて、特に己が剛膽を發揮し、帝意を喜ばせはやと思ふ時は、一番猛く强さうな奴に跳びかゝつて、之を遣つ付けようとするのであつた。それさへ打倒したら、他を片付けるのは朝飯前のことだと思つたからである。我等も同じくさうしなければならぬ。毎日の經驗によつても明白なるが如く、我等は常に何か重大な惡習、强力な情慾を持つて居る。動もするとそれに支配され、己が欲せざることまでも强ひて遣らされることが少くはない。爲に多くの人は、「もし私にこの不足が、この惡傾向がなかつたら、何にも困ることはないだらうに！」と常に言つて居る。我等が攻撃を加へねばならぬ、特別糺明の題目と選まなければならぬのは、正しくこの不足、この惡傾向である。

(四) シリア王はイスラエル王と戰ふに當り、戰車長等に命じて、「汝等大きなる者とも小さきものとも戰ふこと勿れ。ただイスラエル王とのみ戰へ」(歴代誌下一八ノ三〇)と曰つた。王を討取つたら、

容易に全軍を覆すことが出來ると思つたからである。實際アカブ王が流矢に中つて倒れるや、イスラエル軍は忽ち總崩れとなり、戰鬪は間もなくシリア方の大勝利となつて終結した。我等もこの例に倣ひたいものだ。諸惡の王とも謂ふべき主要缺點に打勝つと、殘餘の缺點は容易に之を討平げることが出來る。先づゴリヤトの首を刎ねるのだ。さすればフイリスチン軍は敗れて我先きと逃げ失せるに極まつて居る。特別糺明の鋒尖は主として何處に向つて突き込まねばならぬか、と云ふことを知るが爲に、是は何よりも勝れた一般的法則である。

（五）然し特別法則としては指導司祭を尋ねて、己が靈魂の狀態、その傾向、情慾、愛着心、面白からぬ習癖なども殘らずありのまゝに打開けて、その意見を請ふに限る。さう打開けると、其人々々の必要がちやんと解かるので、指導司祭は何を糺明の題目とすべきかと容易に決定し、指示することが出來る。己が靈魂の狀態を打開けるに際し、別けても注意すべきことは、特別糺明の題目が何であるか、如何樣に之を實行して居るか、其等を正直に、さつくばらんに物語ることである。かくするのは、我等の魂の一番きつく痛らつて居る部分に、この特別糺明の治療刀を加へるのが最も肝要だからで、實に我等の靈的疾患の眞原因を發見するのは、之を醫やすが爲の方法をも發見する譯になるのである。多くの人が糺明を實行しながら、格別の成功をも收め得ないのはちやうど適用すべき部分に之を適用しないからである。樹はその根を切斷したら、やがて枝葉は萎れ、枯死するに至るものだが、ただ枝葉のみを切り棄てゝ見た所で、間もなく新芽を生じ、或は前よりも高くその枝葉を伸ばさぬものでもないのである。

第三章　特別糺明の題目の選定について

（一）特別糺明について注意すべきことは主として二つある。第一、人の氣を損ひ、躓ともなる樣な外的缺點を持つて居る時は、たとへより大きな內的缺點があるにせよ、先づその外的缺點に特別糺明の鋒尖を向けて、之を除き去る樣にせねばならぬ。例へば談話の上の缺點、餘り喋り過きるとか、餘り刺々しく物を言ふとか、或は人の名譽を害し、之を辱め、その心を傷ける樣なことを言ひたがるとか、云ふ樣な缺點があるならば、先づ其點を改むべく努め、誰にでも不滿の念を抱かせたり、躓を與へたりしないで、互に氣持よく付合ひ、打解けて和やかに生活して行く樣に

するのは、道理上から云つても、愛德の側から見ても、當然すぎるほど當然である。福音書には洗者ヨハネの父母のことを錄して、「二人ながら天主の御前に義しき人にして、そのすべての禁令と規律とを過なく履行ひしが」（ルカ一ノ六）と言つてある。「過なく」をラテン譯には、「何人の不平もなく」と云ふ樣な意味に譯してある。斯の如きは天主の僕たるものに取つて大なる名譽で、共同團體を作りて生活する修道者は、この點に特別の注意を拂はなければならぬ。ただ天主の御前に義しき人であるばかりでは足りない。また修道院內に於ける自分の態度が、誰にでも、不滿の念を抱かしめない樣に心掛け、萬に一つでも人の氣を損ふ樣なものが見付かるならば、その方から特別糺明を始めるこそ然るべきである。

（三）然しこゝに注意して置きたいことは——是が第二の注意事項である——この種の外的事柄についてのみ特別糺明をなし、それで一生を過す樣なことをしてはならぬ。外部の缺點に打勝つのは、內部のそれを改めるよりも遙に容易である。聖アウグスチヌスは曰つた。「私が手に命ずると、手は直ちに從ふ。足に命ずると、足も直ちに從ふが、情慾に命じても情慾はなか〳〵言ふことを聽かない」と。理由は他に非ず。手足は意志に對立せる衝動を自分の內に持つて居ないが、情慾は自己特有の衝動を持つて居る。しかもそれが往々意志と對立して居るのである。されば出來るだけ早く外部の缺點を除き去つて、より緊要で、より重大な內部の工作に取掛る暇が少しでも多く殘る樣に努めなければならぬ。例へば心の謙遜、我と我身を輕ずるのみならず、人から輕ぜられる樣なことがあつても、それを快く引受ける迄に至る所の深い〳〵謙遜を求める、一切をただ天主の爲にのみ盡す、我等の奉仕するのは人に非ずして、天主であることを思ふ、すべてに於て天主の聖旨に投合する、その他の德や、內的の完全さを求めると云ふ目的の下に特別糺明をせねばならぬ。何となれば特別糺明の直接の目的は、我等の不足や缺點やを矯め直すに在り、その爲には、たとへ一生涯働いても過ぎる憂はない。小罪を悉く免れると云ふは何時になつても出來ない相談であるが、それにしても我等の一生涯をただその爲にのみ使用すべきではない。庭園の雜草を拔き取るのは善いことであるに相違ないが、然しただそれのみに滿足すべきであらうか。雜草を拔き取るのは美しい花を咲かせ、嘉い果を結ばせる爲である。我等の魂から惡い癖や良からぬ傾向を根こそぎにするが爲にのみ特別糺明を用ひても、時間をよく使閉したと云はれぬことはない。でも然うするのは、德の芳香高き花を移し植えるが爲ではないだらうか。主は嘗てエレミ

ア豫言者に「看よ、我今日汝を萬民の上と萬國の上とに立て、汝をして或は拔き、或は毀ち、或ば滅ぼし、或は覆し、或は建て、或は植えしめん」（エレミア一ノ一〇）と宣つたことがある。先づ取壞し、引つこ拔き、然る後之を建て、之を植えなければならぬのである。

（三）自分の陷り易き外部の缺點を改めるが爲にでも、その缺點にちやうど正反對な德をは特別糺明の題目と選むのは、往々最も平易で、最も手短かで、且つ最も有効な方法である。兄弟に向つて餘りにも激昂し易く、横柄に話をする缺點があるとしよう。皆を自分よりも上位者とし、自分をば最下級の者と見做すと云ふのを特別糺明の題目として、その爲に努力を重ねるならば、何時しかそれによつて何の樣に話をし、人に應答すべきかと云ふことが解つて來る。斯くして眞の謙遜を求め得るに至らば、人を踏みつける樣な刺々しい言葉を洩らす憂は斷じてあるまいと思ふ。誰かにたいして嫌惡の情を覺える。我身の上に襲ひかゝる不幸や憂苦をぢつと堪へ忍ぶのに困難を感ずるとしよう。一切は天主の御手より來り、その御攝理の特別御計らひに出で、自分の福利を增進するが爲のものだと考へ、快く引受ける、と云ふことを特別糺明の題目とするならば、何もかも至極平易となり、些の困難をも感じなくなつて來るであらう。どうも謹愼が足りない、頭を同らしてあちらこちらを眺めたがる癖があるとして置かう。天主の現存と何事も御目の前に立顯はれ得る樣にせねばならぬ義務とについて特別糺明をするならば、難なく、殆と氣にもつかぬ位にして、萬事に謹愼を守り、よく精神を集注して、專ら靈性上のことに注目する樣になるであらう。經驗に訴へても明であるが、熱心に祈つた直後には、何か珍らしいものを見聞しても、決してそれに心を曳かれない。天主と親しく交はり、睦しい對話をしてからは、他の如何なる滿足をも無視するに至るものではないか。

（四）もしや外部の缺點を殘らず改めて了はうとするならば、長い歲月を要するのみならず、往々は終る所を知らざるに至るであらう。例へば目を愼むことにつき糺明をなさうとしても、なか〳〵目的を達成し得るものではない。强ひて目を從はせようとすれば、直ぐ頭痛がして到底やりきれなくなる。だから或る著名な學者は、外部の矯正のみに力を盡さうとする指導司祭を非難して、むしろ內部の改善を圖るに專念すべきだと注意して居る。魂の眞の牧者はモイゼの如く「その群羊を曠野の奥へ導く」（出エジプト記三ノ一）即ち己に反省し、內部の刷新に全力を傾け注がなければならぬ。一たび內部が刷新されると、外部は獨手に、易々と改善されるに至るであらう。

第四章　特別糺明は常にたゞ一點に止まるべきこと

（一）既に言つた如く、特別糺明はたい題目の一點について爲さなければならぬ。一點に打勝つのは、多くの點に打勝つよりも勝利のチャンスが多いことは確實で、「志が多岐に亙ると、各個にたいする力が弱くなる」と云ふ諺もある位。一つづゝ改めると、容易にすべてを改めることも出來るが、すべてを一度に根とそぎにしようとしても、到底成功の見込みがない。カツシアヌスも言つた如く、聖靈はイスラエルの民が約束の地に於て七個の敵國民に打勝つがために爲すべき方法を示して、「汝の天主ヤーウェは是等の國民を漸次に汝の前より逐ひ拂ひ給はん、汝は急速に彼等を滅し盡すべからず」（申命記七ノ二二）と宣うて居る。是こそ我等の敵なる惡習や情慾やに打勝つべき戰略をお洩らしになつた譯ではないだらうか。

（二）この戰略にたいして當然一個の難問を持出し、「我等が一個の惡習、一個の歪んだ傾向と戰つて居る間に、他の惡習や、惡傾向が魂に危害を及ぼしはしないか」と言ふ人があるかも知れぬ。心配するには及ばない。それには二個の理由がある。先づ我等の缺點中から何か一つを改むべく努力して居ると、ちやうど力士の體が相撲を取れば取るほど强壯になるが如く、靈魂もそれによつていよ〳〵剛健となり、他のすべての缺點とも勇敢に戰ふべく武裝される譯になる。次にすべての惡習は、感覺の壓力下に屈せんとする心の激しい傾向、その傾向を共通の根源として居るのであるから、一個の惡德を根とそぎにすると、他の惡習もそれだけ勢力を殺がれ、微弱な抵抗しかなし得ない樣になるものである。斯の如く特別糺明によつて、ただ一個の惡習に打勝つべく努めるのは、また他のすべての惡習を攻擊する所以であり、最初の勝利を博するが爲に用ひた手段は、また他のすべての靈戰にも有力な武器となる譯である。その上、特別糺明をなせばとて、一般糺明を忘りても可いと云ふのではなく、前者に力を用ひても、それが後者の爲に少しも妨とならないのだから、ただ一個の惡習を刈除くべく力を傾注したからとて、その爲に靈的向上を阻まれるのではないか、と氣遣ひするには及ばない。

（三）特別糺明を有効ならしめるのは、惡を改めるか、善を修めるか、何れかを志すにせよ、總

の勢力をただ一點に集注せしめるのだが、この制限された範圍内に於ても、なほ問題を細かに區分して、一點又一點と糾明して行かなければならぬ。例へば心に頑張つて居る傲慢を引つこ抜き、その代りに謙遜を植えつけたいと思はば、ただ一般的に、今から何一つ傲らず、すべてに謙遜すると決心するのみでは足りない。問題が餘りにも廣漠に過ぎ、三つも四つもの違つた題目につき同時に糾明するのも同樣で、それでは格別得る所がない。題目を幾個かに區分し、敵を分散させて個別的に攻撃するならば、容易に之を打破り、所期の目的を達することが出來るのである。

（四）この方法を實行し易ならしめん爲め、例として特別糾明の主要題目を幾段にも分け、之を一覽表に作つて次章に掲げることにした。或種の德については、それを論ずるに當つて、詳しく區分して置くはずではあるが、然しこの方法に當ることをこゝに摘要し、すべてを一目に見分けることが出來る樣にして置いた。斯くすると夫れが繪や鏡の如くなつて、自分はどれだけ靈的進歩を遂げたか、完德の域に達するのに、なほ足りない所は何であるか、まだ幾程までその德に遠ざかつて居るかと明に見ることが出來るであらう。

第五章　特別糾明の題目は如何に之を區分すべきか

（1）謙遜について

（一）自分の名譽になることは之を口外しないこと。

（二）人の喝采を喜ばない。人から善く言はれるのを好まない。却て人に譽められる時は、それを逆に利用して自ら謙遜し、自分は人から思はれて居る樣な人物でもなければ、持つべき筈の人格をも備へて居ないと思ふ。兄弟が善く言はれる時は、それを喜んで聽く、兄弟にたいして嫉妬の念を抱くとか、自ら己を喜ぶとか云ふことは輕からぬ罪よと、深く自ら戒めること。

（三）人目を思つて事を爲さうとか、人の注意を惹き、その尊重を得んが爲に何事かを企てようとかしない。ただすべてに於て天主の御旨に適ひ、その思召を果すが爲に之をなすこと。

（四）過つた時は、決して辯解をしない。心でも言葉に出しても、その過を人に轉嫁けないこと。

（五）常に名聲や尊重に伴ふ虛榮、傲慢の念を避けること。

（六）何事に於ても最低の地位を自ら選み、己を見ることすべての人の僕の如くすること。

（七）天主が自分に遣はし給ふすべての屈辱を快く受け、毎日その途に進歩すべく努める。最初は忍耐もて之を耐へ、次には快く諦めて之を引受け、終には喜んで之を抱擁すること。この點に於ける完全さは、我等の爲め、人々に侮られ、民衆の物笑ひとならんことを欲し給うたイエズス・キリストに肖似り奉りたい心から、あらゆる侮辱、あらゆる愚弄を浴せられるのを名譽とするに在るのである。

（八）終に之につき―他の題目についても同じくさうだ―午前と午後とに謙遜、（或はその他の德）の內的、又は外的行爲をくりかへす樣に努め、毎日その行爲の數を增し、斯くして自分の求めたいと欲する德の完全なる習慣を確立する迄に至ること。

（2）兄弟愛について

（一）如何なる種類の誹謗をも慎む。如何に輕い兄弟の缺點でも、たとへ皆に知れわたつて居るにせよ、決してそれを物語らぬ。兄弟の害になる樣なことは何一つ爲さない。兄弟が居る前でも、居ない時でも、決して之を輕じない。誰にしても皆有德な人、尊敬に値ひする人である、と思はれる樣に努めること。

（二）告口をしないこと。大したことでないにせよ、その心を悲ませる樣なことならば、特に注意する。告口するのは兄弟の間に不和を―毒麥を―蒔きつける譯になるのだ。迂濶に考へてはならない。

（三）怒つて物を言ひ、人の心を傷ける樣な言葉を洩らさないこと。頑として自說を固守しない口論を避ける。自分にさうした權利があり、その方の使命を帶びて居ない限り、人を咎め立てないこと。

（四）誰にたいしても優しく親切にし、何時でも兄弟にお手傳ひをする覺悟であり、出來るだけ兄弟の心を喜ばす樣に努める。職務上からして、人を助け、その世話をして上げねばならぬならば、熱誠を傾け盡し、十分の奉仕をなし得ない所は、優しい態度、和やかな言葉によつてそれを補ふこと。

（五）誰にたいしても反感を抱かない。況んやその反感を態度の上に表さない。人を輕視む樣な

言葉遣ひをするとか、人が困り抜いて居る時に助けようともしないとか、要するにその人にたいして快く思つて居ないことを言葉なり動作なりの上に表さないこと。

（六）親みに過ぎる樣な關係を誰とでも結ばない。特別の私交を慎むこと。特別の私交は修道精神に反し、兄弟愛の大敵である。

（七）隣人を是非しない。過を見ても常に辯解してやる。人のことはすべて善く見直し、聞直し、思直すこと。

（3）制慾について

（一）制慾の機會が自然に起るか、直接に天主から來るか、或は長上、もしくは兄弟より來るかする時、その機會を取失はないで、之を斷行する。天主の思召と諦めて其等の試練を甘じ受け、それよりして何かの靈的向上を圖るべく努めること。

（二）忠實に會則を守るのを邪魔し、信心の務や日常生活の行爲を正しく果すのに妨となる缺點を斷乎として攻擊する。その缺點の主要原因は、意志が薄弱で　己に克たうと努めず、僅かの困難をも忍び得ない、少しの歡樂をも控へること出來ないに在るので、先づその原因を刈除すべく努めること。

（三）如何なる場合にも修道者の持つべき慎ましい態度を失はず、もしや目とか口とかによつて過つ所があるならば、主としてその方を警戒すること。

（四）可もなく不可もなき事柄とか、許容された愉快とか、例へば自室を出る、何か珍らしいものを見る、知る必要のない何か新奇なことを知らうとするとか、言ひたくて堪らない時に沈默を守るとか、云ふ樣なことに於て制慾を斷行する。午前に幾回、午後に幾回、已に克つべしと定めて置き、さまで困難でない方から始めて、だん〳〵その回數を增す樣に努めること。この種の任意的制慾は常に頗る有益である。

（五）終に必要なこと、義務上のことにも制慾を行ふ。食べるだの、寢むだの、勉强するだの、教鞭を執るだの、その他、何かの職務を果すだのと云ふ時、感覺なり、意志なりを抑制して、「主よ、私が之を爲すのは、我等を滿足させる爲ではなく、主の欲し給ふ所を遂行するが爲であります」と心から申上げること。

（4）節食について

（一）食事の時間前にも時、間後にも、食堂外でも何一つ食べないこと。
（二）自分に供せられる物に滿足し、何か特別の理由のない限り、他の食品、他の調理方を請求しないこと。
（三）食べるにも飲むにも、決して節制の法則を破らないこと。
（四）ガツ〳〵と餘りにも急いで食べない。却て愼ましく、禮儀正しく食べ、食慾に負けて、食ひしんぼうと思はれない樣、注意すること。
（五）食物について話をしない、まして自分に供せられる食物につき、呟いたり、不平を鳴らしたりしないこと。
（六）貪食に關する思ひをすべて遠ざけること。

（5）忍耐について

（一）短氣を出さない、却て言葉にも、行爲にも、顏色にも、心中に漾へる平和・安靜の印をあらはし、それに反する感情はすべて之を鎭壓すること。
（二）平和を亂し、悲みや憤慨やを來さしめるものを何一つ心に入れない、復讐の念の如きは如何に輕微なものでも、胸中に發生するのを許さないこと。
（三）不幸に出遭はした時、それが如何樣に、又何の方面から來るにせよ、自分の魂の益を圖るが爲め、天主より下されたものとして、有難く押戴くこと。
（四）それを押戴くにつけて三つの段階を守ること、即ち何れも天主の思召に出るものとして、（イ）忍耐もて之を甘じ受けること、（ロ）飛び立つて心安々と之を引受けること、（ハ）喜んで、さも嬉しげに抱擁すること。

（6）從順について

（一）長上の命に從ふにつけ、正確を旨とし、文字を半分書いて居る時にでも、命を受けたら、そのまゝにして直に從ふ。長上の明白な命を俟たず、ただ顏色、目附を見たばかりでも、飛立つて之に從ふこと。
（二）己が意志を長上の意志に合せ、長上の欲する所は己も之を欲すること。
（三）己が考、判斷をも長上のそれに服せしめ、長上と同じ判斷、同じ考になる。すべて反對の考や判斷は潔く之を取棄てること。

(四) 長上の聲や鐘の音を以て天主の御聲とし、長上や、その長上の代理者やが如何なる人物であるにせよ、イエズス・キリストに從ひ奉るが如くに之に從ふこと。

(五) 盲從を尊ぶ。何故之を命ぜられるか等と取調べをした上で從はうとはしない。たゞ長上が斯く命じ、從順が斯く欲する、と云ふ理由だけに滿足すること。

(六) それから意志行爲に轉ずる。從ふ時は天主の聖旨を果すのであると思ひ、從ふことを自分の滿足とも喜びともすること。

(7) 清貧について

(一) 明白な許可を受けた上でなければ、何一つ人に與へず、人からも受けないこと。

(二) 同じく長上の許可なしには、共同團内の兄弟にせよ、外部の人にせよ、何一つ貸しもせねば、返却もしないこと。

(三) 書籍にせよ、家具にせよ、衣服その他にせよ、餘計なものは一つも所持しない。必要缺くべからざるものゝ外は、すべて之を手放すこと。

(四) 生活上最も必要な物についても清貧を守るべく努める。常に極めて質素なものを選み、不必要のものを絶ち、自分の奉じて居る清貧の德が室内の用具にも、衣服にも、食物にも、その他の外觀にも現はれるのみならず、またその德が心に根據づけられ、制慾を斷行し、靈的進歩を圖るが爲め、最も粗末な品を用ひたいと望むに至らねばならぬこと。

(五) 生活上必要なものが得られない時、寧ろそれを福とする。斯の如きは眞に心の貧しき人、完全にイエズス・キリストに則り奉つて居る人の特徴である。主は實に富と云ひ、力と云ひ限りなく在しながら、我等を愛するが爲に、自ら貧しき者となり、必要なものすらも之を缺き、饑、渴、寒さ、暑さ、疲勞、裸體を忍び給うたのである。

(8) 貞潔について

(一) 極度に目を愼む。肉を唆かして精神に逆はしめる樣なものを決して眺めないこと。

(二) 貞潔に反する言葉は一言半句も言ひも聞きもしない。又不潔な思を湧かすに至る樣な讀物は一切之を禁絶すること。

(三) 不淨な思が自づと起つて來た時は、早速之を追拂ひ、決して心に止めて樂まないこと。

(四) 人の顏にも手にも觸れない。同じく自分にも觸れさせないこと。

（五）自分にたいしても出來るだけ謹慎を守り、容儀を端正にし、絶對的に必要でない限り、決して我身を眺めたり、我身に觸れたりしないこと。

（六）誰とでも特別の親交を結ばず、互に物を交換してその親交を厚くしようともしないこと。自分の爲に墜落の機會となる人、自からその方へ引かれたがる傾向を心に感ずる樣な人との交際を避けること。智者の意見に從ひ、肉の誘惑を免れる唯一の方法は逃避に在ることを忘れない。

（9）　日常行爲をよく果すべき義務について

（一）心靈修行を殘らず果し、その一つ〳〵に充てられた時間を忠實に用ひ、もし已むを得ざる用件の爲に之を果し得なかつた時は、出來るだけ早く、又善く之を補ふこと。

（二）念禱、一般糺明、特別糺明をよく爲すがため、十分の力を用ひること。特別糺明に當つては、犯した過失の數を正確に知ることよりも、痛切に悲み、心から耻ぢ、以後は必ず之を改めると堅く決心すべく努めるのが肝要である。この深い痛悔と堅い決心なしにば、糺明も無效、或は殆ど無效である。

（三）その他すべての心靈修行、ミサ聖祭に與るとか、祈禱や靈的讀書に從事するとか、苦行を爲すとか、公に又は私に制慾を行ふとか云ふ樣なことを熱心且つ正確に果す。是等の修行をなすに當つて、それ〴〵に目的と狙つてゐる果實を收むべく決心し、何一つ因習上、又は禮儀上より、或は單なる役目濟ましに之を爲さざること。

（四）自分の擔當せる義務や、教役を出來るだけ完全にやつて退け、自分のすべての行爲を目擊し、審判し給ふ天主の御意に適ひ奉るが爲にすべてを果すこと。

（五）如何に輕微な過失たりとも、故意に之を犯さないこと。

（六）小事にも充分の重きを置くこと。

（七）是等日常の義務の果し方は我等の靈的進歩に莫大な影響を及すものであるから、心が弛み出したと見る時は、數日間、是等の義務を特別糺明の題目とし、以て注意と熱心とを再燃すべく努めること。

（10）　何事も天主の爲になすべきこと

（一）人を憚る念から事を爲さない。或は人に見られ、重きを置かれるが爲め、自分の利益、便宜を圖るが爲め、自分の名譽や滿足を求めるが爲めに何一つなさないこと。

（二）何事も天主の爲に之をなす。一切を天主に歸し奉るべく習慣づける。朝目を醒ました時、仕事に着手する毎に、仕事の中にも幾回となく心を天主に擧げて、「主よ、私が之を爲すのは主の爲め、御光榮の爲め、主の欲し給ふが故であります」と申し上げること。

（三）毎日朝夕幾回か是等の獻をくりかへす。始めはその數を少くし、それから次第にそれを增し、終には事を爲す中に屢々心を天主に擧げ奉り、天主の外に思ふ所なきまでに至る習慣を作ること。

（四）何事を爲すにも自分は人に事へるのではなく、天主に事へ奉るのだと思ひ、天主の愛に驅られて之を爲し、天主の聖旨を果すことが出來るのを何よりの樂みとし、事を爲すのは自分ではなく、自分を占領せる天主の愛そのものであると思ふに至るまでは、この修行を續けること。

（五）天主を何時も眼前に眺め、絶えず祈り續けると云ふはつまり是に外ならぬ。靈的進歩の爲に大なる益を招き、すべてを完全に果すが爲に少からぬ援助となるものは、他に一つもないと確信すること。

（11）　天主の思召に一切を托せ奉ること

（一）何事に由らず、如何なる性質のものであり、如何なる路を經て、如何なる方法に由りて來るにせよ、天主が慈父の心を以て我等の大なる利益の爲に遣し給ふのだ。つまり天主の御慈悲の賜だと思ひ、有難く押戴き、全くその思召に打托せ、ちやうどイエズス・キリストが御身を顯はして、「子よ、私を愛するが爲めに汝が之を爲し、之を忍ぶことは私の欲する所であるぞ」と宣ふかの如くすること。

（二）天主の思召に一身をお托せすることに日を追うて邁進すべく努める。充づ不愉快なことを氣强く堪へ忍ぶ。次に飛び立つて易々とそれを引受ける。終にはそれが天主の思召であるといふ所から喜んで抱擁すること。

（三）この修行を續け、天主の聖意を憂慮（うれひ）、屈辱（はづかしめ）、痛苦（くるしみ）の中に果し得るのを喜ぶ。それを滿足とし、喜びとするに至るまでは根氣づよく續行すること。

（四）天主の思召、その御光榮、その御奉仕になると分つたことでなければ、何一つしない。この點について、「我は恒に御旨に適へることを爲す」（ヨハネ八ノ二九）と宣うた救主の御鑑に則り奉るべく努めること。

（五）これは常に身を天主の尊前に置き、絶えず祈りつゞけるが爲の最良法であること。

（六）制慾について言つた如く、一切を天主の御手より來るものとし、その思召にお托せする樣にしたならば、以てよく之を實行することが出來る。さうすると、ただ實行が平易となるのみならず、それが直ちに天主を愛し奉ることであるから、それだけ有益であり、愉快でもあること。

こゝに書きならべた德の順序にせよ、その段階にせよ、之を以て特別糺明を行ふ人の法則としなければならぬと云ふ譯のものではない。眞の法則は、我身に無くてならない德を選み、しかも自身に必要な階段から之を始め、その階段を習得した上で、次に最も適當なりと思ふ階段に移るといふ樣にして、終には之を完全に我有とするに至ることである。

第六章　特別糺明の題目を輕々と變更すべからざること

（一）特別の糺明の題目を彼や此やと輕々に變更してはならぬ。さう變更しては、同じ途をぐるそろと回轉する樣なもので、一向前進する所がない。むしろ一つの題目を最後まで追求し、然る後他の題目に轉じ、それを捉へるにも、前に劣らぬ根氣を以て張り切らねばならぬ。糺明をしても格別進歩する所がない原因の一つは、飛躍的に事を運ばうとするに在る。八日か十五日か、多くて一ケ月かの間は一の德を求めようと努力して見るが、望み通りにそれを求め得ない時は、忽ち落膽して他の德に轉じ、それもやがて同じ樣に投棄て、第三の德を求めようとし、何時でも格別の成功を博し得ないで終るからである。極めて重い石を高い山の頂に運び上げようとする人があるとせよ。一定の高さに上つてから、之を取落し、再び持上げては、また之を取落すといふ樣にしては、大した努力を拂つても、決して初一念を貫くこと出來るものではない。何かを糺明の題目としながら、甘く成功する前にそれを投棄てゝ、他の題目に移るといふ樣にする人も、それと同じで、何時になつても、その目的を達成し得る筈がない。「常に學べども眞理の知識に達せざる人」（チモテオ後書　三　ノ　七）でしかない。一體德の修養は突如として一朝一夕に成るものではない。長い間堅忍に堅忍を重ねて漸くその目的を貫くに至るもので、絶えず心にかけ、充分それに力を入れ、如何なる代價を拂ふとも必ず奪取するといふ意氣込みで頑張り通さなければならぬ。

（二）何かの寶物を發見しよう、或は金銀礦を掘り出さうと働いて居る人は、熱心に土を掘り、あらゆる障碍に打勝ち、目的の寶物を見出すまでは、決して中止しないものである。眞の靈的富、完德の眞の寶物を搜して居る我等も、根氣强くこの搜索を續け、前途を遮るすべての難關に打勝ち、以てその寶物を見出すまでは飽まで堅忍不拔であらねばならぬ。「われ我仇を追ひて、之を捕へん。彼等の亡ぶまでは歸ることあるまじ」（詩一七ノ三七篇）とダヴィドも歌つて居る。卽ち惡習を打破り、完德を求めるには、決して一時の出來心では足りない。どうしても聖なる頑張り、尊い粘强さを必要とするものである。

（三）今實際について之を觀ると、我等は糺明に從事する樣になつてから、幾多の題目についてその糺明を遂行したであらうか。もし其等すべてに成功したとするならば、早や完全な人となつて居るはずでは無いだらうか。然うなつて居ないとすれば、事を未完成のまま棄て置いたからではないか、何故中途半端で踏み止つたか。「成功しなかつたので、力を落したのです」と汝は答へるであらう。でも成功しなかつた理由を知つて居るか。それは始終計畫を變更し、成功するまで同一計畫を固守しなかつたからではないか。注意を專にし、惡傾向と戰ひ、その爲に糺明の助を借りても、なほ成功しなかつたといふならば、まして注意を深くせず、糺明の助をも借りないでは、何一つ成功するはずがあるだらうか。聖なる決心を立てながらも、往々失敗に畢る位ならば、一度も決心を立てたことのない人、或はそれを立てるに時期を失した人は如何なるだらうか。何れにせよ、此や彼やの過失に倒れ込まない樣にと、日には三回も決心を立てるのは、それだけでも屢々倒れない爲に何か支への柱となるに極まつて居る。或る一定時の後になつても格別の進歩を見なかつた樣に思はれるにせよ、決して力を落し、折角遣りかけた仕事を中止してはならぬ。却て糺明の際に謙遜し、自分の弱々しさを恥ぢ、是非ともこれを矯正すべしと新に決心すべきである。天主は我等の墜落を放任し給ふことがある。約束の地に多少のエブゼア人が居殘らんことを欲し給ふのだ、卽ち何か矯正すべき缺點、攻擊すべき惡德が殘り、それによつて我等自身には何の力もない、すべての力は天主からのみ來るのだ、隨つて天主に賴り縋り、天主を唯一の保護者として何時も之に愛着して居るべきだ、といふ確信を抱くやうにせねばならぬ。その上、我等が情慾に打勝つが爲に交へねばならぬ戰は、靈的進歩にたいする奮發心を燃やし、何等の努力を拂はずして凱歌を擧げるよりも遙に大なる益を來すものである。

（四）同じ題目について幾日間ぐらゐ特別糺明を爲すべきであらうか。聖ベルナルドやユーゴ、デ、サンクト、ウイクトレは言葉を變へて同じ問を發し、一の惡德をどのくらゐ攻擊すべきかと問ひ、休むことなく止むことなく攻擊をつゞけて大成功を博し、敵が顯れ出ようとするや、容易に之を壓へつけて理性に服せしめ得るまでに至らなければならぬ、と答へてゐる。されば情慾が全く屈服し、早やその存在をすら感じないまでに至らねばならぬといふことはない。其樣なことは何時になつても有り得べからざる所で、それはむしろ天使達の狀態であつて、人間の境遇ではない。打勝ちたいと思ふ情慾が可なりよく制御され、その威力を殺がれ、頭を出すや容易に又大丈夫それに打勝つことが出來る迄に至らばそれでよい。さうなつた時は、鋒尖を轉じて、他の敵に向ひ、糺明の題目を變更しても差閊てない。異敎の哲學者セネカも、この點について我等の執るべき態度を敎へて、「一つの惡德を攻擊するのは、全く之に打勝つが爲ではなく、ただ我等自身が負けない爲である」と言つた。されば惡德が全然死に失せて、少しも之を感じない樣になるのを俟つには及ばぬ。たゞ大いに弱り込み、武裝を解除され、救靈に適當なことを爲すのに何等の妨害をもなし得ざるに至らば、それで可い譯である。

（五）然し、この點について思違ひを免れるが爲に、最も安全な方法は、指導師と打合せて置くことで、實にこれほど他の意見を叩かねばならぬ問題はないのである。題目次第では暫くの間篤と糺明すれば足りるのがあり、一ケ年若くは二三ケ年もの糺明を要するのがある。「我等もし毎年一つ宛でも惡を根こそぎにしたならば、早くも完全な人となるであらうに」（イミタチオ一卷第一章）とイミタチオの著者は痛嘆してゐる。一生涯の努力に値ひするものすら無いではない。それを一つ求めると、以て完德を手に入れた譯になる。實際一個の德を心に掛け、一生の間それを特別糺明の題目とし、それによつて或は忍耐に秀で、或は謙遜に卓出し、或は一切を天主の聖旨にお托せすることに、或は何事も專ら天主の爲に盡すことに傑出した人の例は枚擧に遑ない程である。さういふ樣に自分の目的を全く達成するまでは、平素の計畫を固執し、頑張り通し、以て何かの德に秀づる樣、努めなければならぬ。さらばとて如何なる場合にも、その糺明を中斷しては可けないといふ譯ではない。八日間か十五日間かそれを中斷し、よく沈默を守るとか、信心の務を熱心に果すとか、人のことをよく云ふ樣に努めるとか、人の氣を損する樣なことは何一つ言はないとか、さういつた樣な惡癖を矯正す、輕微な缺點を頭を擡げ、容易に捲土重來するから、それを引つこ抜

く樣にするのは至極善いことである。然しさういふ樣に暫く側道を踏んだ後、再び以前の重要な糺明に取つて返し、それをめでたく完遂すべく新に熱心を倍加しなければならぬ。

第七章　特別糺明の實行

（一）第二の問題は特別糺明に用ふべき方法で、それは一日に三回、朝と晝と夕とに行はねばならぬ。第一の糺明は嚴密の意味に於ける糺明ではなく、自分が改めたいと取極めてゐる過失に陷るまじと堅く決心するだけに過ぎない。第二の糺明は晝食前に行ふもので、判然と區劃された三の行爲より成つて居る。即ち（イ）糺明の題目として居る缺點、若くは惡德に幾度陷つたか、それを思出す爲の聖寵を天主に祈ること。（ロ）朝目を醒まして決心を立てゝから、今までに爲したことを嚴密に取調べ、この點について幾度過つたかと問ひ、その過つた數をノートに記入すること。（ハ）斯くまで屢天主に背き奉つたことを心の底より痛悔し、聖寵の助によつて午後は同じ過に陷るまじと決心すること、是である。第三の決心は夕飯の前（常には夕の祈の時）に行ふ。實行法は晝食前のと異らぬ。同じ順序に從ひ、晝食後から其時までに陷つた過失を糺明して、その數を記入する。

（二）然し改めたいと欲するその缺點なり、惡德なりを全く根こそぎにするが爲には、前に記した所に加へるに次の諸實行を以てする。それは聖イグナチオが、「追加」と呼んで居られるもので四つほどある。第一は避けたいと思ふ過失に陷る毎に、手を胸に當てゝ痛悔の念を起す。それは人の前でも誰からも氣付かれないで、容易に果すことが出來る。第二は夕の糺明の後、午前の過失と午後の過失との數を比較して、以て一日中多少とも進歩する所があつたか否かを調べて見る。第三と第四とは、今日の數を昨日の數と引比べ、一週の終にはその週の合計を前週の合計と比較して見ることがある。

（三）今言つた樣な糺明法は、聖人達の遺された實例と教訓とに基いたものである。教會史を繙いて見ると、聖アントニウスは部下の修道士等に教へて、糺明の際に見出した過失は之を丁寧に記入し、何時でもそれを眼前に据ゑ置き、我身に有る反省益をなし、良からぬ傾向を改むべく熱心に働くべしとの固い決心を起さしめて居られた。「商人が何かを賣るか買ふかした時、早速それを

帳簿に記入し、夕方になつて其日の取引の損益を確める爲にする所を見倣ふが可い。不幸にも何かの過失に陷つた時は、その爲に備へてゐるノートに書きつけ、夕方容易に糺明が出來る樣にして置くべし」と聖ヨハネ・クリマクスは說いてゐる。聖バジリウス、聖ベルナルドは每日の糺明の結果を前日のと比較し、德の途に進んで居るか、退步しては居ないかを確める樣にせよ、と明に勸めて居る。なほ其週の結果を前週のと、其月の結果を前月のと引合せて見るべきだとは、聖ドロテアオの意見である。

（四）何かの缺點を改めるが爲に、聖イグナチオの我等に與へられた方法は、この改めの爲に幾度もくりかへしくりかへし努力する、しかも每度一寸の間努力するに在つて、それが何れの缺點を改めるにも極めて有效だといふ折紙をつけで居られるのは、金口聖ヨハネ、聖エフレム、聖ベルナルド等である。ブルタルクスも自分の門弟に同じ方法を敎へ、それに關して次の例を揭げて居る。曰はく、

（五）生れながらに極めて激怒し易い人が居た。固より古くからの惡德であるから、それを打破るのに多大の困難を感じて居たが、不圖思ひついて、少しも怒を發しないで一日だけを過さうと決心し、首尾よく成功した。翌日も同じことを試みたが、結果はやはり上首尾であつた。斯くて數日間、同じ試みをくりかへし、激怒し易かつた己が性格にだん〳〵打勝つことが出來、終には至極溫和、平靜の人となるに至つた。これこそ正しく聖イグナチオが戰をさまで危險ならしめず、勝利をより平易ならしめるが爲め、命じて我等に守らしめ給ふ特別糺明法なのである。食慾が全然なくなり、食物を見たばかりでも、胸がむか〳〵する樣な病人があるとせよ。體力を維持するか、回復するかする爲に、是非とも食を攝らさねばならぬ時は、食物を滿載した膳をその前に据ゑると、いよ〳〵厭氣を增すばかりなので、決してさうはしない。むしろ極少量の食をすゝめ、ほんの必要な量だけに止めて置くものだ。特別糺明に於ても同じ樣に我等を取扱ひ、ちやうど病人にたいするが如き處置を執るのである。もしすべての缺點を一變に根こそぎにしなければならぬか、或は繼續的に長年月に亙つて之と戰はねばならぬかと云ふならば、我等の氣力は到底さうした勞苦に堪へられない。例へば全一年間沈默を守る、一生涯俯目勝ちであるべしと云ふならば、たゞ思つたばかりでも落膽して、それを試みる氣にもなり得ないであらう。さういふ尋常ならぬ强制に服するといふは、餘りにも憂鬱、不愉快な月日を送る譯で、到底出來ない相談だと思

はない人はあるまい。然しそれがただ數時間の試みたるに過ぎないならば、決して實行不可能ではない。ただ午前中目を愼み、口を控へるだけのことを遣りきれない人はあるまい、午後になると、たゞ夕方まで同じことを試みると決心する。翌日のことは天主が御計ひ下さらう、果して翌日までに辿りつき得るか、それすら分らないのだ、もしなほ一日だけ生命をお延ばし下さつたら、ただ一日位だから何でもない、その一日の始に當つて、精神集注と謹愼との中に前日を送つたことを遺憾には思はないであらう。かういふ樣にすると、我身に加へる譬の重さを感ぜず、格別辛しとは思はず、むしろ平易であり、飽まで繼續したい氣にもなつて來るであらう。私はそれを考へる時、多くの人がその決心をただ半日だけに止めないのを遺憾に思ふ。もしさうしたらば、その決心を一層有效ならしめるに、大なる援助を蒙るではあるまいか。

（六）フランシスコ會の編年史にユニペル修道士の話が載つて居る。彼は六ケ月もよく沈默を守り通したのであるが、その方法は次の如くであつた。即ち第一日には永遠の御父を尊ぶが樣に誰とでも話をしないと決心し、第二日には御子の譽れの樣に、第三日には聖靈の譽れの樣に、第四日には聖母マリアの光榮の爲に同じ謹愼を守り、他の日にも聖人の誰かを尊ぶが爲に、これを守るといふ樣にして、六ケ月間、無事に初一念を取守ることが出來た。完德の知識に多少進んだ人であるにせよ、或はまだ初歩の人であるにせよ、この方法を用ひることが出來る。何事によらず、一々順を追つて之を爲し、我等の魂の荒野を少しづゝ開墾したならば、より熱烈な奮發心、より强力な勇氣を出し得るのみならず、不幸にして努力が失敗に歸した時は、僅かの障碍物を突破し得ないで退却したかと思ひ、恥しさに顏を赫めずには居られなくなるであらう。

第八章　糺明に必要な痛悔と決心とについて

（一）糺明の方法について見落してならないのは、その三要素中、最も重要なものは過失を深く遺憾として心から悲み、以後之を再びすまじと堅く決心することである。深い、そして眞實な痛悔と、堅い決心と、糺明を有效たらしめるのはこの二つで、糺明をする時は、特に重きをこの兩點におかなければならぬ。多くの人は特別糺明を爲すに當つて、過失の數を搜すことに專ら心を用ひ、その他のことは、ただ一寸表面を滑つて行くのみに止まり、それを痛悔し、天主に御赦を

願ひ、午後或は翌日は決して之を再びすまじと眞面目に決心し、その爲に必要な聖寵を祈ると云ふことは考へもしない樣である。隨つていくら糺明をしても、それよりして殆ど何等の果實をも收め得ず、明日はまた今日に劣らず過失を重ねて居る、それでは折角糺明をした甲斐が何處にあるだらうか。ただ犯した過失を思ひ出すのみに止らず、特に之を改める爲の手段を講じ、罪を悔い悲み、從來の態度を改善すべしと約束し、その約束を守るが爲の聖寵を天主に祈る、と云ふ樣にしないでは、行ひを矯正し、より善き人となり得べしと希望することすら覺束ない。德に進歩すべき將來の見込は、過去の失態の痛悔と密接に繫がれ、兩者は相離れることの出來ないものである。何かを身顫ひするほど恐れる時は、また努めて之を避けるべく工夫するものではないか。

（二）我等は毎日世の人に向つて道德上の訓話を爲してゐる。然らば先づ我等自身にそれを利用するのが當然ではないだらうか。幾度告白をしてもまた直ぐに同じ罪に落ち込むのは何の爲であるか。必要な條件を備へずして告白場に近づくからではないか。犯した罪を眞實に痛悔せず、再び之を犯すまじと堅く決心することもない。隨つて我等の心は全くは天主に立歸つて居ない。惡習への執着の綱をすべて切り放つても居ない、舊の偶像を拋棄ても居ないので、何時しかその偶像の方へ逆戻りをするのである。もし我等が天主に背き奉つたことを心から遺憾とし、その過失を再びせんよりはむしろ死するに若かず、と覺悟を定めて居るならば、告白場を出るやまた直ちに易々と前の罪に落ち込む樣なことは有り得ないはずである。我等は世の人に向つて斯う說き聞かせて居る位だから、先づ我身に之れを應用しよう。もし我等が注意深い眼を我身の上に注ぎ、午後にも午前と同じ過失をくりかへす、良心に責められる所が今日も昨日と異らないといふならば、我等は過つたことを遺憾に思はず、心より罪を悲んでも居ない。眞底からそれを厭ひ棄て、再び之を犯すまじと眞面目に決心しても居ない證據である。もしこの點について我等の義務を果すに忠實であるならば、さう頻繁に同じ罪をくりかへさないはずである。過失に陷つたことを痛切に悔むならば、人間の性質上、さまで易々と同じ過失をくりかへすはずはないのである。

（三）眞實なる痛悔は過去の爲に藥となるのみならず、また將來の爲にも豫防劑となるもので、罪を身顫ひして居る人ならば、罪を犯したいといふ心から遙に遠ざかつて居るはずである。この藥の效能は異敎の賢人デモステネスでも知つて居た所で、彼は醜業婦から、「大金を賜はらば身を委ぬべし」と誘はれて、「私はそれほどの高い後悔を買ひたくはないよ」ときつぱり答へたとか。

これは賢人に相應しいのみならず、實に基督信者にも、修道者にも至極はまつた言葉で、我等は之を深く心の底に刻みつけて置くべきである。されば己が良からぬ傾向に身を委ね、誘惑に負けて、「後で痛悔するさ、天主はお赦し下さるだらう」といふ人は、頓んでもない氣狂ひ沙汰といはなければならぬ。實際情慾を滿足させ、一時の歡樂を味はふが爲に、己が全生涯を苦痛と流涕との中に投げ込む氣になるとは、狂氣の沙汰でなくて何であらうか。たとへ天主が我等の罪を赦し給ふにしても、然し御主に背いたことを痛悔し、之が償をしない限り、決して赦しを與へ給ふことはないはずである。天主の愛は惡を避け善を行ふ爲の最も有力な理由であるが、その愛は暫く措くとして、たゞ以上の理由のみを考へ、我身の幸福だけを考慮に入れても、罪へ走り込まうとする足を引留めるに充分ではあるまいか。だから言ふが可い「私は決行した上で、直ぐ痛悔せねばならぬと分つて居る樣なことは斷じて爲たくない、己を滿足させた樂は全く一瞬間で、己に克つこと出來なかつた悔は一生涯に亘る。どうしたからとて、罪の中に幸福を見出すことは出來ない。それほどまで高價な痛悔の苛責を買ひたくはない。一瞬間の樂の爲にさうした長い悲みに沈みたくはないものだ。」と。聖パウロはこの心掛を漏らして、「今耻とせることを以て何の好果を得たりしぞ」（ロマ書六ノ二一）と曰つた。實際その樣な儚ない滿足と、その滿足の後に來る悔恨との間に如何なる釣合が取れるだらうか。篤と考へ、只今よりこの有效な反省を以て豫防線を張り、いよ〳〵誘惑が襲ひ來るや、直に之を拂ひ退け、「私は終日耻ぢと悲みとをたらふく飲ませる樣な過失を犯したくない」と言ふが可い。なほ人を諫めて惡を爲さしめまいと思ふ時は、「貴方の爲さうとして居られることによく〳〵御注意なさい。後では必ず痛恨の情に堪へない樣な目を見るに至りますよ」と曰ひ、それでも猶心を翻へさず、「決して後悔することはありはしないよ」と答へたら、それこそ常識を失つた人だ。にこ〳〵顏で、悔恨、悲哀の前途を迎へる人だ、と謂はなければなるまい。

（四）自分がこの問題について長々と力をこめて繰返したのは、糺明に於て最も必要なのは心からなる痛悔と眞實なる決心との二つであることを皆に知らしめたい老婆心からである。無論、罪を一心に悲み嘆き、以後は決して犯さじと約束はしても、猶且つ同じ過失に陷ることは隨分あり得るものだ。我等は天使ではない。土を以て造られた弱い人間で、壞れ易くもあるが、然しまた容易にその壞れを繕ふことも出來るのである。それにしても世の人が屢々同じ罪に陷り、告白場を出

るや、また忽ちにして今し方告白した良からぬ習癖に曳きずり込まれる原因は、眞に過去のあやまちを悔い悲み、將來の爲に堅い決心を立てないからであることは、疑ひを容れない。同じく修道者が毎日〳〵例へば沈默の義務に背くのは、糺明の時に、この過失を改むべく眞面目に決心せず、相當にそれを厭ひ棄てる氣にもならなかつたといふ確かな、謬りなき證據である。沈默について言つたことは、等しく他の靈的生活のすべての務にも適用される。我等は兄弟達の前で既に三度も四度も告白した過失を今一度告白するか、或はそれを人から咎められるかする時、恥かしく思ふであらう。然し天主の御眼の前で三度や四度ではなく、同じ罪を三ダースも四ダースもくりかへすといふならば、恥かしくて穴にでも潜り込みたい氣持を覺えないだらうか。もし眞面目に糺明し、必ず改めると約束するのであつたならば、必ず改心の實を擧げ、今迄とは違つて、その約束を立派に履み行ふに至るはずではあるまいか。

第九章　糺明に何かの體罰を加るのは有効である

（一）聖イグナチオは己が過失を痛切に悔い悲み、之を再びすまじと堅く決心するだけに滿足せず、容易に矯正の目的を達成するが爲め、特別糺明に於て何かの體罰を課し、自分が矯正したいと思ふ罪に陷つた數だけ身を苦めんことを欲せられた。グラナダのルイス師はこの方法を實行せる人の例を二三書き遺して居る。その中、一人の修道士は夕方の糺明に當つて、其日口をよく愼まなかつたと認めるや、その都度舌を甚く嚙むことにしてゐた。今一人の修道士はその犯した過失の爲に我身に痛い鞭を加へるのであつた。修道院長アガトンは、沈默の德を求めるが爲に、三年間も小さな石を口に啣へてゐた。肉を制し、貞潔に反する衝動にたいして之を防衛するが爲め、毛衣を用ひるが如く、この小石も舌を制する爲の轡となり、餘りにも喋り散らしたい望にたいして、絶えず警戒を怠らしめないのであつた。聖イグナチオの傳を讀んで見ると、聖人は天資快活な人であつたゞけに、改心の初め頃は、よくから〳〵と哄笑をしたものであるが、然し以後は決して笑はないといふ規則を立て、毎晩その規則を破つた數だけ、我身に鞭を加へることにして、終によくその缺點に打勝つことが出來た。この實行は極めて有效な結果を齎さずには措かない。罰の怖は義務を忘れない爲の有力な豫防法となる。如何に不良な馬でも、拍車をかけると必ず走

り出す。騎手が拍車をつけて居ると見たばかりで、それをかけられないでも、さつさと早馬に打つて變るものである。沈默を破る度毎に自ら人前で鞭を加へなければならぬとか、或は昔の修道院の規則により、三日間水とパンとで斷食をしなければならぬとかいふならば、餘程注意して口を愼むに至るべきは言を俟たざる所である。

（二）かう云ふ次第で、體罰は少なからぬ益を來し、天主の御前に功績となり、我等の罪の償とも膺懲ともなるものであるが、猶その上に制慾を行ひ、身體を苦める人々の懇願と祈禱とは、天主が特に喜んでお聽き容れ下さるのである。聖人達は、異口同音にこの效果をその苦行と外的制慾とに歸し、聖イグナチオも心靈修行書中に、この事を特記しておかれた。天主はダニエル豫言者に宣うた、「汝が心を籠めて悟らんとし、天主の御前に身をなやませるその初の日より汝の言葉は既に聽かれたり」〔ダニエル一〇ノ三〕と。ダニエルは斷食と苦行とを以て主に祈り、以てイスラエル國民の自由解放を請ひ受け、天主より大なる玄義を啓示され、卓越せる聖寵を惠まれた。聖會は公共の災害に惱まされる時、又信者が何等かの必要に迫られる時、天主の御怒を宥め奉るが爲に、何時でもこの方法を愛用する。幼兒が乳母の乳を求めるのに、弱い聲を以てしても、乳母は往々五月蠅がつてそれに應ぜず、少くも格別注意しないものである。然しその幼兒の涙を見、火のつく樣なその啼聲を耳にしては、どうしても抵抗し得ないで、直ちにその求めに應ずるものだ。天主も我等に對して同じ樣になし給ふ。謙遜か、忍耐か、貞潔か、其他何かの德を求めたい、何かの誘ひに打勝つ聖寵を請ひ受けたいと望んで、たゞ其等をお願ひするだけに止まる間は、おいそれとその願に應じ給はぬが、或は長い間さし延ばした上で漸くお聽き容れ下さるかし給ふのである。然し我等の方で祈に加へるに嚴しい苦行を以てし、肉を制し、灰の上に平伏し、身には毛衣を着けて切願懇請するならば、容易にその願を許し、何に由らず、望む所をお與へ下さるのである。天主は厚く義者を愛し給ひ、彼等が何か御慈悲の證を得んが爲に、己を責め、身を苦しめるのを見給うては、同情を催うし、必ずその願ふ所を與へ給ふのである。舊約のヨゼフは兄弟等の悲嘆と流涕とを見て、抑へきれなくなり、兩腕を開いて彼等を招き寄せ、「私はヨゼフですよ」〔創世紀四五ノ一〕と叫んだ。天主はヨゼフがその兄弟にたいせし以上に優しい愛を傾けて我等を愛し給ふのに、如何で我等の悲みに抵抗するを得給ふであらうか。我等はかうした的確にして萬に一つも間違ひのない方法を利用することを怠つてはならない。

（三）カッシアヌスは特別糺明論を書き、我等が己自身に對する靈の戰に於て守るべき法則を述べて次の如く言つて居る、「戰の目的は、我等の意志の上に大なる勢力を振ひ、我等を常ならぬ危險に曝し、重大なる罪に陷らしめる情慾、若くは惡傾向に打勝つて、主要惡德――それに打勝つと、以て他のすべての惡德に対いして勝利を確保し得るといふ主要惡德――を排除し、同時に我等が最も必要とし、他のすべての德を我等の身に花咲かせるに至るべき主要德を求めるに在るのであるから、修道者たるものは、かうした重大問題に対いして、如何に細かい注意を用ひ、如何なる丹誠を凝らすべきであらうか」と。それればかりか、猶ほ是をもつて己が第一、且つ主要な仕事とし、不斷心のためいきや、嘆きの目標とし、默想も徹夜も之をその目的と定め、そのすべての斷食、そのすべての苦行を以て之が成功を確保すべく務め、その欲する所を請ひ受けるが爲に、祈禱と涙とを天主の御前に注ぐことを止めてはならぬのである。

（四）然し情慾に打勝つが爲に必要な力を天主に求めるのは、糺明の時ばかりに限らない。出來れば絶えず心に思ひ、口に洩らし、嚴密の意味に於ける念禱にも、一日の各瞬間にくりかすべき射禱にも、これを懇願し、頻繁に心を天主に擧げ、憧憬と嘆息とを以て「主よ、私に謙遜を與へ給へ。主よ、私に貞潔を惠み給へ。主よ、私に忍耐を施し給へ」と叫び、同じ目的の下に屢々聖體を訪問し、我等が最も必要とする聖寵を與へ給ふ樣、イエズス・キリストに懇願し、聖母マリア、諸聖人の御傳達をも賴まなければならぬ。我等のすべての斷食、我身に加へるすべての鞭、其他のすべての苦業、我身の行ふすべて特別の信心の目的は他にあるべきはずではない。是こそ我等の爲に最も重要な大問題なので、絶えず之を胸に抱き、心に想つて居なければならぬのである。

（五）是だけ念を入れて又熱心に糺明を實行するならば、久しからずして大なる果實を收めることが出來るのは疑ひを容れない。天主は我等の苦業を看そなはして、我等の祈を聽き容れ、望を滿さしめ給ふに相違ない。聖ボナヴェンツラの言ふ所に由ると、聖母は或日ハンガリアの聖女エリザベトに顯はれ給うて、「一般にいふと、聖寵の水は祈禱と五官の抑制との管に由らなければ靈魂に注がれない」と教へ給うたさうである。

第十章　一般糺明に就いて

（一）一般糺明は五個の行爲より成る（1）天主より戴いた御恵を感謝する。感謝を他の行爲の前に置くのは、主より忝うした數々の御恵と我等が主に加へ奉つた無數の侮蔑とを突き合せて、深い悲みと大なる赤面とを感ずるが爲である。ナタン豫言者はダヴィド王にその罪を非常に恐ろしく感じさせ、遺憾の情に堪へざらしめるが爲にこの方法を用ひ、天主が惜氣もなく王に賜うた數々の恩恵を思ひ起さしめた。（2）犯した罪を認める爲の聖寵を天主に願ふ。（3）前の糺明からこの方の罪を殘らず計算して見る。（4）識りつゝ犯したすべての罪の赦を願ひ、心から痛悔する。（5）其等の不足缺點を改むべしと固く決心し、然る後主禱文を誦へて、糺明を閉ぢる。

（二）この一般糺明には常に特別糺明を伴はさねばならぬ。その爲に毎朝起床後、眞先に思はねばならぬのは、この日の中に爲すべきすべての業を天主の光榮の爲に獻げ、一度でも天主に背かない爲の聖寵を祈ることである。特別糺明の話をした時、朝目を醒ますや、自分が改むべしと定めて居る惡習は必ず之を斷つと決心せねばならぬ、と一言して置いたが、それは唯今話をした行爲に先んづべきでは無い。次にイエズス會では、正午と夕方と一日に二回づつ一般糺明と特別糺明とを併せ行ふことになつて居る。會憲にも毎日二回「良心を糺明するが爲め、一定の時間を用ふべし」と命じてある。時計の歩みを持續させ、整調するが爲には、毎日二回ゼンマイを捲かなければならぬが如く（昔の時計は不完全だつたので、一日に兩面も分銅を捲き上げるのであつたとか）、我等の心の動きを支配するにも、やはり一日に兩回、一般糺明と特別糺明とを實行しなければならぬ。正午には朝の起床以來、思、言葉、行について陷つた過失と、特別糺明の題目になつて居る過失とを正確に取調べる。次に其等の過失について心からなる痛悔を起し、午後は同じ過失をくりかへすまじと堅く決心する。夕方の糺明も同じ樣に實行する。

（三）一般糺明に於ても、特別糺明に於ても重要なのは、最後の二點、即ち犯したる過失を深く〳〵遺憾とし、之を改むべしと堅く決心することで、この兩點の實行は、いくら力强く說いても勸めても決して過ぎる憂はない。アビラ師は一般糺明論中に言つてゐる。「若い皇太子の教育を擔當し、その起居、動作を監督し、修德上の指導をなし、何か惡習に染まらせられて居たまふならばそれを矯正し、毎日その御行動を取調べねばならぬはずになつて居ると想像して見よ。さうした場合に自分の使命を成功に導くには、たゞこの君が我身の過失を一つ〳〵告白し給ふことの正確さよりも、自分の與へる訓戒の有效さと、殿下が必ず矯正すべしと誓ひ給ふその御約束とに

重きを置くべきことは、言ふ迄も無い所であらう。我等の魂にたいしても、同じ様に爲すべきではあるまいか。天主はこの魂を完德に導くべき努力を我等に課し給うたので、たゞ入念にその過失を取調べるだけでは足りない。糺明の重要點は過失に陷つたことを大に遺憾とし、そを心より悔い悲み、自分が擔當し、教育して居る方にたいするが如く、之を嚴しく戒め、過失を再びすまじと堅く決心せしめねばならぬ。

（四）忠實にこの訓戒を實行する氣にならしめる今一つの理由は、その糺明より告白の爲に有力な援助が得られることである。聖イグナチオは心靈修行書中に糺明問題を取扱ひ、それに充てた章には、「靈魂を癒すが爲にも、罪を告白するが爲にも極めて必要な良心の一般的糺明」といふ見出をつけて居られる。この見出は全く當を得たもので、犯したる罪の糺明と、その痛悔とは、告白に缺くべからざる二大條件であるが、この二大條件は必ず良心の糺明にも見出されねばならぬ。もし我等がそれ相當に念を入れて糺明をするならば、確に善き告白をし得るに極つて居る。然し罪を記憶に呼び出して之を悲しむその悲みの性質について思違ひをしてはならぬ。トリエント公議會に由ると「この悲みは過去の罪にたいする遺憾の情と、今後再び之を犯すまじとの決心とを含まなければならぬ。右二つの條件中の一つを缺いても、告白の準備が充分に出來て居るとは思はれない。」、世には恥しさに負けて司祭に大罪を隱した時に限つて、惡い告白をしたものと考へる人が多い。却て私は、犯した罪を眞實に痛悔することなく、再び犯すまじと堅く決心しない爲に、無益で瀆聖の告白をする人が多いのではないかと氣遣はずには居られない。だから糺明の際に出來る丈け立派にこの二つの根本的條件を果すべく平生より練習して置くのは至極肝要で、それはまた悔悛の祕蹟を相當に授かりたいと欲する人の爲に必須缺くべからざる準備ともなるのである。要するに一般糺明を構成する重なる三行爲（最初の二行爲、御惠を感謝し、聖寵を祈ることは謂はば序幕たるに過ぎない）の中で、より重要ならず、より少しく時間を用ひても可いのは過失の取調である。その爲には、記憶を少し働かしさへすれば可いので、糺明に充てられた十五分間の三分一もあらば澤山である。他の二點天主に罪の赦を願ふのと、心の底よりその罪を厭ひ棄て、必ずそれを改むべしと堅く決心するのと、この二つの爲に殘んの時間を悉く獻げなければならぬ。この條件を果してこそ我等は糺明のすべての果實を收めることが出來る譯である。

（五）然し言ふ人があるかも知れぬ、特別糺明の題目につき、又一般糺明の思、言葉、行につき

幾度過つ所があつたかを取調べるのに、たゞ五分間で足りるだらうかと。なるほどその爲の十五分間を全部費しても足りない位に思はれるので、僅か五分間で己が過失を計算するのみに滿足せず、聖イグナチオの御手本に倣ひ、前以てその方に氣を配る樣に努めなければならぬ。聖イグナチオは己が特別糺明の對象として居る何かの過失に陷るや、その都度腰に下げてゐる紐に結玉を作り、その結玉によりて過失を數へることが出來る樣にして居られたので、糺明の時は勞せずしてその數を知り得るのであつた。一般糺明とても同じく常によく準備して居られた。一時間毎にちやんと我身に反省し、他のことは一切差措いて、良心を監査する。時として何か重大事件が起り、後に延ばせない用務が突發して、ただの一度でもこの糺明をなすことが出來ない場合には、次の時間に、或は身の自由になり次第にそれを補足されるのであつた。時計の鳴る毎に一寸己が良心を顧るのも立派な習慣である。事を爲し終る毎に、さうした糺明をする人もある。然しそれが餘りにも煩はしいと思はれるならば、少くも重なる業務、別けても前に言つて置いた如く、早速糺明をして見なければならぬ樣な業務を果し終へた後に之が糺明をして見るが可い。「天主の僕たるものは一日に七度も糺明をしなければならぬ」と聖ボナヴェンツラは曰はれた。もし我等が聖イグナチオの附加せられた法則を守り、過つ毎に手を胸に當てることにしてゐるならば、糺明をして貸借對照表を作るのに、少しも困難を感ずる所はないであらう。もつともこれは犯したる罪を我等に見出させる爲ではなく、痛悔を起さしめる爲のもので、その爲に手を胸に當て、「主よ、私は罪を犯しました」と言はしめて居るのである。然しながらもし之をよく實行するならば罪を捜し當るのにも隨助援助となるであらう。なほ之は經驗上より證明された事實で、人が己の上によく〳〵注意し、己が靈的進歩を眞劍に志して居るならば、過失に陷るや否や、直ぐ良心にその責を感ずるもので、それは忘却にたいする何よりも良い藥である。

（六）以上を以て我等は犯した罪を殘らず思ひ出すのに、十五分間でも不十分であるといふ人に答へ、前以てこの爲に備へ置き、後の二點に時間を多く充てる樣にと勸めたのである。然し一方にはこの時間を以て餘りにも長すぎるとなし、如何に之を使つたものか、それを知らないといふ人もある。然ういふ人は前の人よりも容易に滿足させることが出來る。彼等に仕事を與へるが爲に、前にいつたことを玆でもくりかへせば可いのだ。即ち一般糺明は特別糺明と不可分的關係に在るので、兩糺明の材料となるべきすべての過失を一通り調べて見た上で、之を心から厭ひ、眞面目に

痛悔し、謙り赦を天主に請ひ、改心を約束し、聖寵の助を求むべく熱心に祈る。重要な問題に要するだけの慎重さを以て、十分念を入れて其等の務を決行するならば、時間が餘つて困まる樣な憂はないであらう。

（七）聖ドロテオはそれについて頗る賢明な助言を我等に與へて、糺明の時には、ただ犯した罪を捜すのみに止らず、特にその因つて來る所を突き留め、其等の過失の原因とその機會とを取調べ、以て將來の爲に備へる樣にと勸められた。例へば自室を出たが爲に沈默を破り、何か人と喋り散らしたとせよ、以後は必要なしに自室を出ない、用務の爲に外へ出なければならぬ時は、嚴重に我身の上を警戒すべしと決心せねばならぬ。自ら好んで同じ機會に身を投ずるのは、それこそ石に躓いた人が、相變らず少しも足下に氣をつけないで同じ路を歩き、再び同じ石に足を突きかける樣なもの、或は弱つて、枯れかけた樹を活かして、青々と葉を繁らすが爲めに、二三の枯枝を下すか、腐つた實をちぎり取るかするだけに止める樣なものだ。もし我等が良心を糺明するに當つて、この重要問題に要するだけの注意を拂ふならば、それに充つべき時間は餘りにも短かすぎるのを覺えるのみであらう。

第十一章　糺明は靈的向上の樞軸である

（一）聖ベジリウスは部下の修道士達に靈的生活の向上に關する種々の教訓を授けた上で、毎晩床に就く前に必ず良心の糺明をする樣にと勸め、日々之を實行するならば、他の完德に進む爲の方法を正確に守るに至るべし、と斷言されて居る。自分もこの篇の結びとして、すべての人に向ひ糺明に從事せんことを勸めたい。基督信者をしてあらゆる精神的義務に服せしめ、完德の道を遮るすべての障碍物を切り拔けさせ、天晴れ勝利を博せしめるのに、天主の聖寵と糺明とで澤山だといふことを我等は毫も疑はない。もし我等が念禱に冷淡となり、會則や長上の命令やに從ふのに格別氣乘りがしない、喋り散らしたい心には餘りにも易々と負け勝ちである。我等に命ぜられる謹慎や控目の關門を通り越しさうになつた、とするならば、糺明はさまで大なる努力を要せずして、是等の弛みかけたすべての病症を癒すであらう。毎日忠實にこの修行を果すべく努めるならば、自分の心内に指導師、修練院長、若くは修道院長が居すわつて、何時でも靈魂の狀態を取調

べ、その行くべき路を指示し、少しでもその路を踏み外すよと見るや、その都度叱責を加へて戴ける譯になるのである。アビラ師は曰つた。「もし我等がこの修行を續け、己が行動につき、我と我身に正確な報告を要求し、過つた所がある時は之を咎め立てるといふ樣にするならば、久しからずして惡習に打勝つことが出來るであらう。もしや同じ過失に始終陷つて居る、數日の後、否、數年の後になつても、格別抑制されない精神の持主であり、邪慾は初日と同じく活氣を帶び、猛烈であるとするならば、それは掌中の藥を用ひることを知らないからである。もしや自分の曲つた傾向を矯正して、何かの德を求めると堅く決心し、一日に三回づつ朝と晝と夕方とにこの決心を新にし、夕方の成績を午前の成績と、今日の成績を昨日の成績と、今週の成績を前週の成績と比較し、過失を見出した丈け心に痛悔を起し、天主の御助、聖人の御傳達を祈つて止まなかつたら、長い歲月の間には、自分の內敵に對して多少の勝利を博し得ないはずは無いのである」。

（二）純然たる習慣により、たゞ役目すましに良心の紅明をなし、己が過失を心から痛悔するのでもなければ、それを改めたいと眞面目に決心するのでもないならば、それは眞の紅明ではなくたゞ空しい形式、單なる遊戲に過ぎない。誓願後幾ケ年を經過しても、世俗に在つた頃、染まつて居たのと同じ缺點、同じ惡習を持つて居ることがあるのは之が爲である。當時傲慢、虛榮は心に充滿つて居たが、今も同じく然うだ。當時よく短氣を出し、憤怒に流れたものであるが、今も同じくさうだ。不檢束であり、自己愛に溺れ、體の安樂、意志の我儘　其等の奴隸となつて居ることは初日と毫も異らない。願はくは我等の間に一人でも、過を改め、德に向上する代りに、ます〳〵惡德の坂を降つて行く人があつて貰ひたくはないものだ。修道院內に過した長年月は、ただ心を頑にし、不從順を增す爲にしか役立たない、その傲慢、不遜、その自慢の爲に院內の極めて下級の人々をも躓かせ、聖ベルナルドから「幾ら非難しても足りないのは、二三修道者の態度である。彼等はもしや世俗に踏み止つてゐたならば、貧しい、慘めな、人に無視せられる樣な生活しか爲し得なかつたであらうに、天主の家に於て少しの賤しめでも堪忍ぶことを知らない。世俗に在つては極めて必要なものでも缺いたであらうその人が、修道院內では、餘計なもの、贅澤極まるものを要求して居るのである」と言はれねばならぬとは、誠に情ない次第ではないか。

（三）自分の缺點をばその氣質　責に歸する人も辯解の餘地がない。むしろ他の人々よりも嚴しく咎めらるべきで、彼等ば自分の生れながらなる傾向の面白からぬ坂路を知つて居る。隨つて惡

魔に手懸を與へる己が魂の弱點を改め、之を補强すべく努めなければならぬのに、さは爲さずして、幾年の後にも相變らず不節制であり、一向己にたいして自主權を獲得して居ないのである。

（四）修道院内であらうと、世俗内であらうと、一身を天主の奉仕に獻げ奉らうと決心せる人は須らく我身に反省して新生活に入り、特に注意して、完全に良心の糺明をなし、この修行の聖化的能力が自分のあらゆる行動の上に顯はれる樣、努力しなければならぬ。我等は淺間しい人間である。情慾も、惡習も缺點も相當に持つてゐる。この世に存へて居る間は、到底それを殘らず刈り除くことは出來ない。それだけ絶えず之を攻伐する義務を背負はされてゐる。容易ならぬ缺點を多く持つて居るとせんか。其等の缺點が我等の上に勢力を逞うして居るとせんか。その數を減じ、その力を弱むべく努力し、別して同じ過失をくりかへさない樣に注意しなければならぬ。屢々同一の缺點に倒れ込むのは隨分輕卒であり、不注意極まつて居るといふ證據ではないだらうか。

（五）エワグリウスといふ人は修道士の給養とその體育とに關する作中に「自分は惡魔から同じ過失に二度と落し込まれた覺えがない」と斷言せる一人の聖なる獨修士の例を揭げてゐる。この尊敬すべき獨修士は如何によく良心の糺明をなし、この痛悔は如何に深く且つ切實で、改善の決心は如何に堅く鐵の如きものであつたのであらうか。聖イグナチオがあれ程まで高い完德の段階に達せられたのも、やはりこれと同じ方法に由つてであつた。その傳記を繙いて見ると、聖人は毎日己が魂の今の狀態を過去の夫れと比較して、いよ〳〵德の途に向上し、天國を獲得すべく邁進し給ふのであつた。晩年に至つては自分がマンレサで過した時は―この時を己が初代敎會と呼んで居られた―自分の爲に修練期で、其時たゞ荒筋の描寫に止めて置いた肖像をば、天主は聖寵の繪具で以て毎日之を美しく彩り、之を完成し給ふのである、と言つて居られる。是等の實例より思ひつき、天主が良心の糺明の如き有效な救靈の方法を惠み給うたからは、よく之を利用し、之によつてその御憐を蒙り、あこがれの完德に達するを得さして下さるものと固く信じて疑つてはならぬ。

修德指南第三卷終

昭和十九年八月廿日印刷
昭和十九年八月廿五日發行

(二〇〇〇部)
定價金貳圓八拾錢
特別行爲稅二十錢
賣價金參圓

日本出版會承認イ180528
南指德修

譯者　浦川和三郎　東京都麴町區六番町十ノ一
發行者　內野作藏　東京都麴町區六番町十ノ一
印刷者　一噌連　東京都神田區淡路町二ノ九
配給元　日本出版配給株式會社

發行所
東京都麴町區六番町十ノ一
中央出版社
設立代表者　內野作藏
會員番號一一七五二五番
振替東京六二二三三番

印刷製本所　東京都麴町區六番町十ノ一（東京 5244）

終