

6週目：私に聴くことを教えてください



今週から、6週目の霊操に入ります。今までの霊操を振り返ってみて、少しずつ分かってきたことは、「どんな乱れた愛着にも左右されずに、自分自身に打ち勝ち、生活を秩序づけることを目指している」（霊操21番）ということです。

イグナチオは次の心構えを常にもつようにと勧めています。「霊操を受ける人にとって、大勇猛心と創造主への憎しめない心で霊操に入ることは非常に益となることである。従って、霊操を受ける人は、自分自身と持っているすべての物を、『神聖な威厳に満ちた方』が至誠なる御意志のままにお用になられるように、自分の好みと自由のすべてを神に捧げなければならない」（霊操5番）

今までと同様、今週の霊操でも自分の人生をもっと神にゆだれるように、努めましょう。下記の祈り「私に聴くことを教えてください」をもって、これまでの霊操で体験してきた出来事を見極めながら、ゆっくり味わいなおしてください。あくまでも、自分の心にある動き、感動した場面などを反復することによって、神が与えてくださった霊的な体験をもっと深めるようになります。

私に聴くことを教えてください

神よ、私に聴くことを教えてください。

最も親しい人たち、私の家族、私の友達、私の同僚に耳を傾けることを。

どんな言葉を耳にしようとも、伝えたいことは「私をありのままに受け入れて。私の言うことを聴いて」であることに気づくことができるように助けてください。

私を心にかけてくださる神よ、私に聴くことを教えてください。

隔たりのある人たちに耳を傾けることを。

希望を見いだせない人のつぶやき、

忘れられている人の心からの願い、

苦しんでいる人の叫びに耳を傾けることを。

私の母である神よ、私に聴くことを教えてください。

自分自身に耳を傾けることを。

これほど恐れることなく、

私の最も深い心の声に信頼できるように助けてください。

聖霊よ、私に聴くことを教えてください。

あなたの声に耳を傾けることを。

忙しい時も退屈な時も、

確信している時も疑っている時も、

心が騒がしい時も静かな時も。

主よ、私に聴くことを教えてください。アーメン。

イエズス会員ベルトーリの改作による

祈りの要点

*恵み：神が私をどれほど愛してくださったか。そして、何を私に望んでおられるか。

第1～2日（イザヤ 49:1-6）

- 主が母の胎から私を呼ばれたと信じられるだろうか。神が私に生を与えてくださったことを喜べるだろうか（1節）。
- 主の目にとても大事に見える私。神にとって、私はとても大事な存在（5節）
- 母が自分の子を忘れようとも、主は私のことを忘れない。このとても強い主の愛を信じられるだろうか（15節）

第3～4日（エゼキエル 34:11-16）

- 神はよい羊飼い。どのように感じるだろう。
- 私が迷った羊であった時、神は私を探して、群れに連れ戻し、いやしてくださる。そのような体験があっただろうか（11～12節）
- 神が用意してくださっている良い牧草地で憩うことができる。そこで主が憩わせてくださる。その憩いを味わってみよう（14～15節）

第5～6日（詩編 139）

- 主が私のすべてを知っておられることはどのような喜びだろうか（1～5節）
- 主が私と共にいてくださったことを信じられるだろうか。苦しい時も、うれしい時も（7～10節）
- 神が母の胎内で私を形作られたのは、何のためだろうか（13節）
- 私が神に造られた目的は何か。私は何のために生きていくのか。

第7日（反復）

この6日間で一番心に響いたところ、あるいは深めてみたいところをもう一度味わい直そう。

他の聖書箇所

サムエル上 3:1-21, 詩編 23

参考資料

（イシドロ・リバス、『祈りを深めるために』その2）

「原理と基礎」の他の表現、24～30頁。