中世シトー会の修練者生活指導

――『修練者の鏡』試訳――

馬場　幸栄

はじめに

本稿は、『修練者の鏡』という中世シトー会の修練者生活指導書の解説、および、その全文の和文試訳である。前半の解説では、研究者たちのあいだでもまだあまりよく知られていない『修練者の鏡』という作品が中世シトー会の発展に果たしたであろう役割について論じるとともに、『修練者の鏡』という作品を今日に伝える写本が再発見された過程と、『修練者の鏡』の著者に関する問題をまとめ、最後に『修練者の鏡』本文の構成と内容の特徴を述べる。後半には、『修練者の鏡』を和文試訳するにあたっての凡例と、二十五の章からなる『修練者の鏡』全文の翻訳を収めている。なお、この試訳には、近年慶應義塾図書館で発見された『修練者の鏡』の序文も含まれている。

修練者生活指導がシトー会の発展に果たした役割

中世におけるシトー修道会の特徴のひとつは、設立後きわめて短期間のうちに急速な成長をとげ、フランスを中心にア

イルランドから東欧にまでおよぶ広大な地域に急激に拡大していったことである。その成長と発展の理由としてこれまで研究者たちは、清貧と禁欲を強調した禁欲的な生活様式、クレルヴォーのベルナールのようなカリスマ的指導者、会全体の規律と風紀を維持するため大修道院長たちによって毎年欠かさず行われる総会や子院への巡察などの制度、積極的な経済活動を実施するための助修士制度の活用、などを指摘してきた。

しかし、ここにもうひとつ、中世シトー会の成長と発展を支えた要因として注目すべき事柄がある。それは、中世シトー会の修道院内で行われていた、修練者 novicius, novitius たちに対する実践的で配慮の行き届いた生活指導である。

そもそも、修道会が発展するためには、まずその修道会の修道者になろうという人材が十分に確保されなければならない。出産や婚姻によって共同体の後継者を確保するという手立てを持たない修道会は、将来修道会を担う役目を果たす修練者たちを一人前の修道者に育てあげなければ、現役の修道者たちの死ないしは会からの放逐によって自然消滅してしまう。その点においては、修道会は現代の大学や会社に似ている。優秀な人材を確保し育成しつづけなければ大学や会社は共同体としての死を迎える。だから、大学や会社はつねに人材確保と育成のためのさまざまな工夫をしている。

それと同じように、中世の修道会もまた、修練者を集めて彼らを立派な修道者に育ててゆくための努力を怠らなかったはずであり、それは修道会の成長と発展において重要な役割を果たしていたに違いない。シトー会がきわめて短期間に急激な成長と発展をとげることができた背景にもまた、修練者たちが比較的容易にシトー会での新しい生活様式を受け入れ、馴染み、さらにそうした生活を長期間続けてゆくことを苦痛と感じずに済むための巧みな生活指導があったと考えられる。

この考えを裏づけるように、中世シトー会文献のなかには、ベネディクトの『戒律』のほかに、修練者のために特別に編纂された非常に実践的で細かな気配りがなされた生活指導書が存在する。それは、『修練者の鏡』*Speculum novitii* と呼ばれている。[1] この『修練者の鏡』を紐解いてみると、そこには、修道院で新たに共同生活を始めた若者たちが直面するさまざまな問題とその対処法が、じつに具体的に、また赤裸々に記述されている。たとえば、出された食事を食べきれな

いとき、どうするか。なかなか眠れないとき、どうするか。夢精してしまったら、翌朝どうするか、等々。これらいかにも青少年の共同生活で起こりそうな一般的諸問題[2]のほかに、もちろん修道院ならではという問題も言及されている。たとえば、告白のとき、何をどこまで詳細に打ち明けるべきか。祈るとき、視線はどこに向けるべきか。瞑想するとき、イエスや聖母マリアのことをどの順番でどのように考えるべきか、等々。

このように、『修練者の鏡』に記されている諸問題は、あるものは修道院にかぎらずどこででも起こりうる一般的な問題であり、またあるものは修道院という環境だからこそ起こりうる特殊な問題である。ただ、そのどれにも共通して言えることは、その問題と対処法が単なる理想論や精神論ではなく、きわめて日常的で現実的かつ実際的なものだということである。さて、このような性質の修練者生活指導書が必要とされた理由は、次のように説明できる。

冒頭でも言及した、清貧を強調するシトー会の禁欲的な思想および生活様式と、クレルヴォーのベルナールに代表されるシトー会指導者たちのカリスマ性は、たしかにシトー会の外にいる人々をおおいに魅了し、経済的安定と安全な生活とが保障されるというシトー会修道院生活の魅力とともに、修練者の獲得に大きく貢献したに違いない。しかし、それらの要因が修道院の外の人々に示したのは、シトー会の「理想」であって、その構成員になってゆこうという修練者たち自身の「現実」ではなかった。

シトー会修道者となることを希望した人々が、どんなにシトー会の思想に共感し、どんなにシトー会の指導者たちにあこがれたとしても、彼らの多くは最初から修道者としての知識と資質とをもっていたわけではないし、ましてや聖人のような人物だったわけでもない。熱意と期待を抱いて修道院に入り修練者となったとたん、彼らは各種の慣れない生活習慣と、規則正しく繰り返され続ける厳格な聖務日課、また、さまざまな戒律・慣習に接し、それを受け入れることの困難さを知ることによって、現実の自分自身と理想のシトー会修道者像とのあいだにある隔たりを思い知らされたことだろう。

だが、その隔たりを乗り越えようと努め、修道院のそとの人間から修道院のなかの人間へと自分自身を変化させ、自身

を修道院生活に適応させることができて初めて、人はようやく修練者という曖昧で境界的な身分から抜け出して、正式に修道者という身分を獲得することができた。それは、多くの人々が世襲的な身分を甘んじて受け入れざるをえなかった中世社会において、修道者という新たな身分を獲得するために設けられた一種の試練であり儀式であった。(3)

そして、修練者たちが隔たりを乗り越えて修道者となることは、修道会という共同体を維持したいと考える修道者たち、あるいは維持するだけでなくいっそう発展させたいと考える修道者たちにとっても必要不可欠なことであった。たとえ禁欲的な生活とカリスマ的な指導者たちのおかげで多くの修練者たちが獲得できても、正式な修道者となる前に彼らが修道院を立ち去ってしまっては元も子もない。修練者たちを修道院の内側に引き止め、一人前の修道者へと育成してゆくことは、修練者の獲得と同じくらい、修道会の維持と発展にとって重要だった。

では、爆発的に修道者数が増加した中世、シトー会は実際にどうやって、修練者たちが直面した理想と現実との隔たりを埋めていったのか。その答えのひとつが、『修練者の鏡』のような修練者生活指導書の存在であり、修練期に起こりうるさまざまな問題を赤裸々にとりあげて、ひとつひとつ具体的な解決法を解説するという見栄をはらない正直な内容であり、その根底にある、修練者の失敗を温かい目で受け入れようという当時の修道者たちの寛容な覚悟である、と著者は考えている。

『修練者の鏡』の全文和訳は本稿の後半で紹介するが、本稿の読者は、『修練者の鏡』の作者（あるいは作者たち）が、当時の修練者たちが直面していた諸問題—それは、『修練者の鏡』の作者（あるいは作者たち）が自らの修練期に実際に体験したり仲間から見聞きしたりした問題でもある—を、いかに正直かつ具体的に修練者たちに打ち明けているかということに驚かされるだろう。そこには、上長者としての見栄など存在しない。自分たちが修練期に体験して苦労した日常的なさまざまな問題、おそらく先輩の修道者たちから注意されたり解決策について助言をうけたりしたであろう各種の問題が、赤裸々に列挙されている。『修練者の鏡』は、先輩である修道者たちが修道院内で犯したさまざまな罪の告白の書で

もあるのである。その内容に触れることができた修練者たちは、上長者たちが自分たちと同じような問題にかつては悩まされ、しかしそれを克服できて無事に修道者となれたという事実に触れて、大いに安堵したことだろう。

『修練者の鏡』は、ただ理想の修道者像ばかりを説くのではなく、生身の人間の弱さを認めたうえで、自分たちはこれまでどのような失敗をしてきて、それをどのように克服してきたのかを、修練者たちに正直に説いている。そうすることによって中世シトー会の修道者たちは、後続の者たちが同じ失敗を繰り返すことを防ぐというよりも、むしろ彼らが同じ失敗を繰り返したときに必要以上に自分を責めずにそれを容易に克服する方法を教えることに成功したものと思われる。『修練者の鏡』に見られるこうした修練者に対する正直で寛容な指導のあり方こそが、中世シトー会が修練者の獲得と育成に成功した秘訣であると考えられる。そして、修練者の育成における成功なくして、シトー会は修道者数の確保を基礎とする会の発展を実現することはできなかったのである。

『修練者の鏡』の再発見

修練者に対する生活指導が修道会の維持と発展にとっていかに重要なものであったか、また『修練者の鏡』が中世シトー会の修練者育成のあり方を反映した作品であることについては、前節で述べたとおりだが、にもかかわらず、多くの中世シトー会史研究者たちは『修練者の鏡』という中世シトー会の修練者生活指導書にほとんど注目してこなかった。

実際、二十世紀において『修練者の鏡』を本格的に取り上げたのは、エドモンド・ミッカースによる「『修練者の鏡』未刊行テクスト」（一九四六年）[4]という論文と、『ソーリのスティーヴン著作集』（一九八四年）[5]だけである。

「『修練者の鏡』未刊行テクスト」は『修練者の鏡』の存在を初めて近代のシトー会史研究者たちに知らしめた論文である。ミッカースはこの論文のなかで、現存する『修練者の鏡』の四つの史料を本文校合するとともに、『修練者の鏡』で

使用されているフレーズや内容がソーリのスティーヴンStephen of Sawleyの『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』と類似していることなどを指摘し、『修練者の鏡』の著者はソーリのスティーヴンである、と結論づけている。

いっぽう、『ソーリのスティーヴン著作集』はミッカースが翻刻した中世シトー会の四作品をジェレマイア・オサリバンが英訳したものである。その序文において編者ビード・ラックナーは『修練者の鏡』の著者をソーリのスティーヴンとするミッカースの説は歴史的証拠が不十分であることを指摘しているが、それに代わる説をもちあわせていないことも認めている。また、この著作集はミッカースが校合した『修練者の鏡』をそのまま英文翻訳の底本としており、ミッカースの翻刻に対しては特に文献学的批判を加えていない。

さて、このように『修練者の鏡』がこれまでほとんど注目されてこなかったのは、つぎのような理由によると考えられる。第一に、修練者が修道会とその外側との境界に位置する存在であるために、修道会史研究では周辺的なテーマとみなされてきたため。第二に、これまで『修練者の鏡』の著者であると考えられてきたソーリのスティーヴンが、中世シトー会史において特に傑出した存在ではなかったため。そして第三に、ミッカースが提示した『修練者の鏡』の本文や著者に関する主張を批判するための史料が不足していたためである。しかし、本稿があえて『修練者の鏡』をとりあげたのは、二十一世紀に入ってから、こうした状況を打破する可能性を秘めた新たな史料が発見されたためである。

二〇〇二年、ニール・マクリンと著者が慶應義塾図書館で中世盛期イングランドのシトー会で制作されたアウグスティヌス説教集を閲覧していたとき、その写本の見返し[6]に何が書かれているか調査してみようということになった[7]。いくつかの文章を書きとって、ミーニュの『ラテン教父著作集』CD-ROMで検索してみたところ、クレルヴォーのベルナールの著作集に収録されている『修道生活についての文書』と題された作品がヒットした[8]。そこでこの見返しのテクストについて本格的な調査を始めたところ、英国中世修道院写本研究者デイヴィッド・ベル博士の協力もあって、ミーニュの『ラテン教父著作集』に収録されている『修道生活についての文書』は、ミッカースが『修練者の鏡』の本文校合を行うときに

とりあげた四つの史料のうちのひとつであることがまもなく判明した（図1）。

しかも、この慶應写本の見返しは、ミッカースが調査した四つの史料よりも年代が古かった。罫線の上から文字を書き始めるというその書写様式は、そこにあるテクストが十三世紀末以前に書かれた可能性が高いことを示していた（図2）[9]し、イングランド系プロト・ゴシック様式の書体は、この見返しに『修練者の鏡』の書かれた時期が十一世紀末から十三世紀中葉のあいだであることを示していた[10]。そして、ホイランドのギルバートの『雅歌について』（一一五三年頃以降から執筆開始）が本文中で言及されていることは（第十六章）、一一五三年頃以降にこの見返しに『修練者の鏡』が書写されたことを意味していた。これらを総合すると、慶應写本の『修練者の鏡』は一一五三年頃以降、すなわち十二世紀中葉から十三世紀中葉のあいだにその見返しに書写されたものだと推定された。

ミッカースが「『修練者の鏡』未刊行テクスト」で取り上げた四つの現存文献、すなわち、マザラン図書館六四六（八六二）写本（一三九九年）、サン＝ジュヌヴィエーヴ図書館一六四八写本（十四世紀末‐一五世紀初め）、ミーニュの『ラテン教父著作集』一八四巻一一七七‐一一八二（底本としたのは一五一五年の写本）、ブリュッセル王立図書館二七二四‐三九写本（一五四〇年）は、十四世紀末から十六世紀前半にかけて成立している。慶應義塾図書館で発見された『修練者の鏡』は、これらよりも百年以上前に書写された、現存する『修練者の鏡』写本のなかで最古のものだったのである。

ところで、ソーリのスティーヴンを『修練者の鏡』の著者とするミッカースの主張には、じつは問題がある。というのも、ミッカースはその主な根拠として、『修練者の鏡』で使用されているフレーズがソーリのスティーヴンの他の著作―『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』―で使用されているものと類似している点をあげているのだが、他の著者の作品で使用されている文章やフレーズを、典拠を明らかにしないまま使用することは、中世では珍しいことではなかった。したがって、複数の作品中のフレーズが類似していることは、それらが同一の著者によって執筆されたことの証拠としてはいささか脆弱なのである。

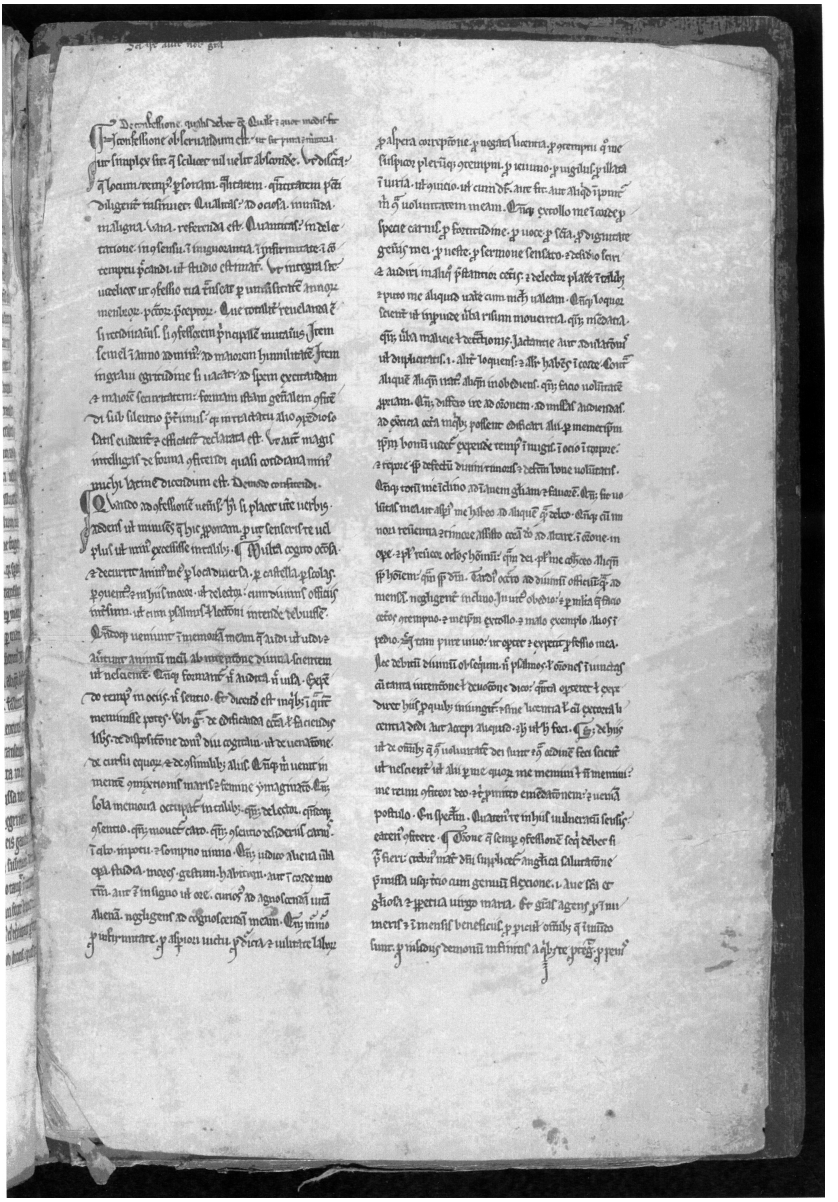

図1　見返しのなかに発見された『修練者の鏡』の冒頭部分
（慶應義塾大学図書館 142X-43-1 写本、第31葉表）ⓒ 慶應義塾図書館

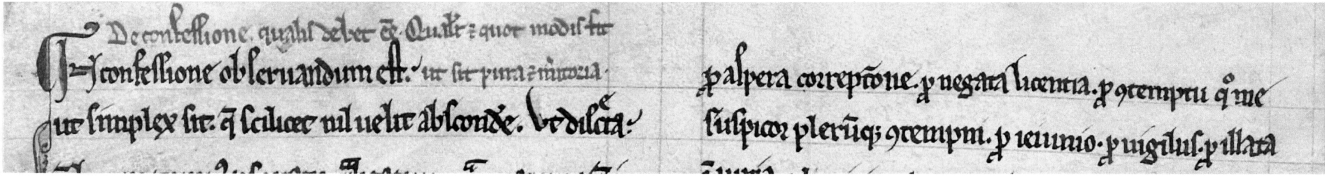

図２　『修練者の鏡』のテクストは一番目の罫線の上から書かれている
（慶應義塾大学図書館 142X-43-1 写本、第 31 葉表）ⓒ 慶應義塾図書館

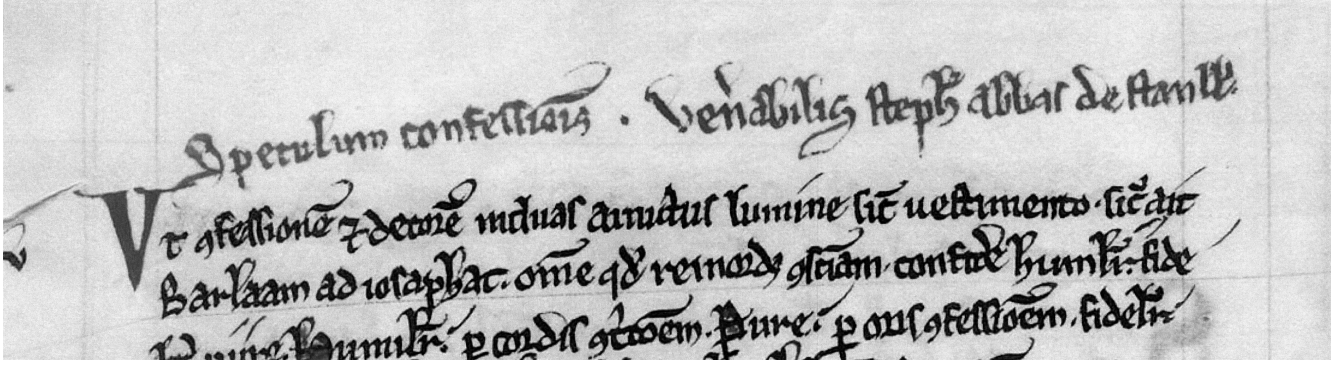

図３　『告白の鏡』の書き込み（大英図書館ロイヤル 3. A .x 写本 , 第 106 葉表）ⓒ The British Library

『修練者の鏡』には、たしかに『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』と類似したフレーズが登場する。だが、『修練者の鏡』の著者と『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』の著者は別人であり、一方が他方の作品から強い影響を受けた可能性がある。また、あるいは、両者ともに同一の第三者の作品から強い影響を受けた可能性もある。

さて、そのような問題があったので、十四世紀末以降の現存史料だけを扱ってテクストの類似性を根拠として展開されたミッカースの論説だけでは、『修練者の鏡』が果たして本当にソーリのスティーヴンが活躍した時代に成立していたのかどうかさえ、これまではかなり疑問の余地があった。しかし、慶應義塾図書館から『修練者の鏡』の現存最古写本が発見されたことによって、『修練者の鏡』が遅くとも十二世紀中葉から十三世紀中葉のいずれかの時期には存在していたことが判明した。そして、このことによって、遅くとも十三世紀中葉までには『修練者の鏡』に反映されているような修練者たちへの生活指導がシトー会修道院内で実施されていたらしいという推察が成り立つようにもなったのである。

『修練者の鏡』の著者は誰か

慶應義塾図書館から最古の『修練者の鏡』写本が発見されたことにより、『修練者の鏡』という作品が遅くとも十二世紀中葉から十三世紀中葉のあいだにイングランドに既に存在していたということは明らかになった。しかし、『修練者の鏡』の本文には、著者の正体を明らかにする具体的な情報が記されていないので、この作品が最初に執筆されたのが、いつ、どこで、誰によるのか、それらの点についてはいまだに議論の余地が残されている。『修練者の鏡』の著者は誰なのか。ミッカースが主張するソーリのスティーヴン説をいまいちど検討するとともに、近年の発見によって新たに浮上してきたもうひとりの人物の可能性についても考察する。

これまで多くのシトー会史研究者たちは、ミッカースの主張を受け入れて、『修練者の鏡』の著者はソーリのスティー

ヴンであると考えてきた。たしかにソーリのスティーヴンの経歴は、『修練者の鏡』の著者にふさわしいものである。

彼がどのような出自で、どのような教育を受けたのかは、明らかではないが、ヨークシャーのイートンで生まれた彼は、同じくヨークシャーにあるファウンテンズ大修道院の修練者となったことが知られている。そして、一二一五年以降にはファウンテンズ大修道院の衣食住すべてを管理する重職である総務長となり、一二二三年にはさらに、ヨークシャーのソーリ大修道院の大修道院長に選出された。一二三四年にはソーリ大修道院の母修道院にあたるノーサンバーランドのニューミンスター大修道院の大修道院長に選出され、一二四七年には、ニューミンスター大修道院の母修道院であるファウンテンズ大修道院の大修道院長に選出される。そして、一二五二年、ファウンテンズ大修道院の娘修道院のひとつであるヴォーディ大修道院を訪問中に死亡するまで、ファウンテンズ大修道院長という要職を務めつづける。当時のファウンテンズ大修道院はリーヴォー大修道院と並ぶイングランドにおけるシトー会中心地のひとつであり、その大修道院長に選出されたことは、彼が修道院の指導者としての才覚をもち、人望も厚かったことをうかがわせる。

このように複数の大修道院長を歴任し、最後にはファウンテンズ大修道院長にまで就任したソーリのスティーヴンは、修練者たちのための指導書を編纂する人物としてふさわしいように思われる。もしミッカースが主張するとおりに彼が『修練者の鏡』の著者であれば、『修練者の鏡』は十三世紀初めから彼が死亡した一二五二年までの間に執筆されたものであり、十三世紀前半の約五十年間にシトー会が修練者に対して行っていた生活指導の状況を反映した史料である、ということになる。『修練者の鏡』のいくつかのフレーズが、ソーリのスティーヴンの著作だと言われている『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』のフレーズと似ていることも、著者が同一だから、ということで説明がつく。

しかし、『修練者の鏡』の著者について考察する際に無視することができない人物が、もうひとりいる。ソーリのスティーヴンとほぼ同時代に活躍したシトー会士、レクシントンのスティーヴン Stephen of Lexington である。シトー会の記録にあまり登場しないソーリのスティーヴンとは対照的に、レクシントンのスティーヴンの経歴は波乱万丈である。

レクシントンのスティーヴンは、ノッティンガムシャーのレクシントン（現ラクストン）にバロン（諸侯）家系の四男として生まれた。一番目の兄ロバートはサウスウェル共住聖職者団聖堂参事会の会員であり、国王裁判官でもあった。二番目の兄ジョンは尚書部の官吏で、国璽尚書を数回にわたってつとめ、トレント北部の御料林主席裁判官と王城管理官もつとめた。また、三番目の兄ヘンリーはリンカーン司教、というエリートの家族であった。スティーヴンはパリとオックスフォードで学問を修め、一二二一年にシトー会のクウォー大修道院に入った。わずか二年後にはスタンリ大修道院長となり、一二二八年には、総会の命令でアイルランドに派遣され、現地のシトー会修道院を視察して回り、その報告のためにフランスやイングランドの大修道院長たちに宛てて大量の書簡を送っている。[11] そして、このアイルランド視察の功績が評価されて、一二二九年にはサヴィニー大修道院長となる。一二四一年にはローマへの使節団に加えられるが、このときに皇帝フリードリヒ二世と同盟を結んでいたピサの艦隊の襲撃にあう。スティーヴンは難を逃れたが、このときピサ派に捕らえられたクレルヴォー大修道院長がまもなく死亡したので、スティーヴンはその後継者として一二四三年にシトー会四大修道院のひとつであるクレルヴォー大修道院の大修道院長に就任した。そして、学問よりも祈りを優先するというシトー会の伝統を固持したい総会の大反対を無視して、教皇インノケンティウス四世を味方につけ、クレルヴォー大修道院の施設としてパリに聖ベルナール学院を設立する。しかし、一二五八年には総会によってスティーヴンはクレルヴォー大修道院長を罷免され、同年、死亡する。[12]

さて、じつは『修練者の鏡』というタイトルはそもそも、ブリュッセル王立図書館二七二四‐三九写本（一五四〇年）から発見されたつぎのような同時代の書き込みに由来しているのだが、この書き込みに見られる「サヴィニー大修道院長S」に該当する人物のひとりが、このレクシントンのスティーヴンなのである。

「修練者の鏡」　サヴィニー大修道院長S殿による、

或る修練者のためのじつに有益な論考、ここに始まる。[13]

Speculum noviti. Incipit tractatus domni S. abbatis saviniensis (ママ)
ad quemdam novicium valde perutilis

レクシントンのスティーヴンは、前述のとおりサヴィニー大修道院の大修道院長をつとめた人物である。いっぽうソーリのスティーヴンは、前述したようにソーリ大修道院、ニューミンスター大修道院、ファウンテンズ大修道院の大修道院長を務めてはいるが、サヴィニー大修道院の大修道院長には一度も就任したことがない。もしこの書き込みが正確なものであれば、ミッカースの主張するソーリのスティーヴン著者説は否定される。

しかしながら、「『修練者の鏡』未刊行テクスト」のなかでミッカースは、この書き込みよりも本文に登場する『三つの霊操』や『聖母の喜びについての瞑想』と類似したフレーズのほうを著者特定のための史料として重視し、あくまでソーリのスティーヴンが著者であるという立場をとっている。ミッカースは、レクシントンのスティーヴンの代表作である『アイルランドからの書簡』をとりあげて、その内容や文体が『修練者の鏡』のそれらと大きく異なるという点を指摘し、それゆえレクシントンのスティーヴンは『修練者の鏡』の著者ではありえない、と主張している。また、ラテン語の「サヴィニー」Saviniensis の綴りが「ソーリ」Salliensis の綴りと似ていることを指摘し、ブリュッセル写本に「サヴィニー大修道院長S」とある書き込みは綴りが間違っていて、正しくは「ソーリ大修道院長S」と書かれるべきだったのではないか、とも述べている。

しかし、『アイルランドからの書簡』は、総会の命令を受けてアイルランド各地のシトー会修道院を視察していたレクシントンのスティーヴンが、視察の結果を報告するためにフランスやイングランドの同会大修道院長たちに宛てて書いた実務的な報告書の集成である。したがって、『アイルランドからの書簡』という作品は、修練者たちの生活を指導するた

めに書かれた『修練者の鏡』とは本質的に性格が異なっており、その文体や内容が修練者のための生活指導書と一致していないという点において両作品の著者を別人と判断するのは妥当ではない。また、「サヴィニー」という記述がじつは「ソーリ」の綴りを間違えたもの、という説も推論の域を出ていない。

このように、レクシントンのスティーヴンを『修練者の鏡』の著者の候補から除外するミッカースの主張には、いくつか不十分な点が存在しているのだが、さらに近年、ソーリのスティーヴン著者説を揺るがし、レクシントンのスティーヴンにもまた『修練者の鏡』の著者である可能性があることを示唆する発表が二つ続いた。

第一の発表はリチャード・シャープ Richard Sharpe によるもので、彼は『増補改訂ラテン著作家一覧―一五四〇年以前の英国とアイルランド』(二〇〇一年)のなかで、レクシントンのスティーヴンの著作についての新たな見解を発表した。大英図書館ロイヤル3.A.x写本に収録されている『告白の鏡』という十三世紀イングランド写本には、つぎのようなルブリック(朱文字)の書き込みがみられる(図3)[14]。

「告白の鏡」 尊敬すべきスタンリ大修道院長スティーヴン
Speculum confessionis. Venerabilis Stephanus abbas de Stanll'

この「Stanll'」という単語はチェシャーの「スタンロー」Stanlaw のことであると長年考えられてきたが、シャープはスタンロー大修道院の歴代大修道院長のなかに「スティーヴン」という名前の大修道院長を見出すことができないことを指摘した[15]。そして、この単語はウィルトシャーの「スタンリ」Stanley を意味しており、したがって、この書き込みが示している著者「スタンリのスティーヴン」はレクシントンのスティーヴンと解すのが妥当である、という説を提示した[16]。

第二の発表は馬場とマクリンによるもので、我々は慶應写本に記されている『修練者の鏡』の本文冒頭部分に、ミッカー

スが調べた他の四つの『修練者の鏡』史料には見られない章が存在していることを「『告白について』慶應義塾図書館のシトー会写本」（二〇〇五年）のなかで明らかにした。[17] この新たに発見された冒頭の章[18]のなかには、つぎのような記述が見られる。

そうした一般的な告白の方法については、ここでは触れずにおいておく。それは別の論考で十分に明白かつ効果的に扱われるからである。しかし、毎日の告白の方法については、あなたがよりよく理解するように、私はここで少しだけラテン語で述べておこう。

Formam istam generalem confitendi sub silentio preterimus, quia in tractatu alio compendioso satis evidenter et efficaciter declarata est. Ut autem magis intelligas de forma confitendi quasi cotidiana minus michi latine dicendum est.

注目すべきは、『修練者の鏡』の著者が「一般的な告白の方法について」の「別の論考」について言及している点である。この記述からは、『修練者の鏡』が執筆された当時、修練者の生活指導のために読まれていた告白に関する論考がすでに存在していたこと、さらに、『修練者の鏡』の著者はその論考の内容をよく把握していたこと、がうかがわれる。

そこで想起されるのが、シャープが提示した、『告白の鏡』とレクシントンのスティーヴンとの関係である。レクシントンのスティーヴンが『告白の鏡』をまず執筆し、そののちに『修練者の鏡』を執筆したのなら、『修練者の鏡』ブリュッセル写本の書き込みにみられる「サヴィニーのS」という記述も、『修練者の鏡』の冒頭章における告白に関する論考へ

の言及も、すべて説明がつく。

そして、もしこの仮説が正しければ、レクシントンのスティーヴンに対する歴史的評価は変わることになるだろう。クレルヴォー大修道院長時代に教皇を味方につけた彼は、総会の反対を押し切ってパリに聖ベルナール学院を設立し、やがてその強引な態度が問題となって、一二五八年に総会によってクレルヴォー大修道院長を罷免されるという不名誉な事件を起こしている。晩年の彼は、シトー会にとって、会の秩序を乱す過激で独善的な反乱分子であった。だが、『修練者の鏡』の本文からは、信仰篤く、会の秩序を守るために熱心に修練者たちを指導する著者の姿が浮かび上がってくる。

もっとも、慶應写本から発見された『修練者の鏡』の冒頭の章の表現は曖昧なので、『修練者の鏡』の著者が「別の論考」を書いたのか、あるいは、ただ単にそれを読んで知っていたのかは定かではない。ただ読んで知っていただけなのであれば、仮に『告白の鏡』の著者がレクシントンのスティーヴンであり、さらに『修練者の鏡』の著者が言及している「別の論考」が『告白の鏡』を指しているのだとしても、『修練者の鏡』の著者はレクシントンのスティーヴンである必要はない。

文章の類似性を根拠としてミッカースが主張したように、『修練者の鏡』の著者はソーリのスティーヴンなのか。あるいはブリュッセル写本の書き込みが示しているように、レクシントンのスティーヴンが著者なのか。今後さらなる関連史料の発見と研究が望まれる。

『修練者の鏡』本文の特徴

『修練者の鏡』の和文試訳を紹介する前に、この作品の主な特徴をここにまとめておく。

（一）　章の数

『修練者の鏡』の本文は、現存史料からわかるかぎり、二十五の章によって構成されている。ミッカースが調査した四つの文献からは二十四の章が発見され、馬場・マクリンが調査した慶應写本からは、ミッカースが発表した二十四の章の前に置かれる章が新たにひとつ発見された。写本の補強材である見返しに書写されている慶應版『修練者の鏡』は、本文の中間部分と巻末が失われているので、この現存最古の版にもともといくつの章が存在していたのかは不明である。だが、この新たに発見された冒頭の章とミッカースが発表した二十四の章を合わせると、現在のところ『修練者の鏡』の本文には歴史上、少なくとも二十五の章が存在していたことになる。

なお本稿の試訳では、慶應版だけに存在する冒頭の章を「序章」とし、ミッカースが紹介している二十四の章については、「『修練者の鏡』未刊行テクスト」で使用されている章番号をそのまま使用することとした。

（二）　章の構成

『修練者の鏡』の二十五からなる章のうち十一の章は、中世シトー会修道院における起床から就床までの日課順に並べられている。十二世紀から十四世紀にかけて執り行われていたシトー会修道院の日課に『修練者の鏡』の章を対応させると、表1のようになる。[19] 修道院での聖務日課に馴染んでいた人々にとっては、こうした章構成の工夫は本文の理解と記憶とに役立ったことだろう。

もっとも、聖務日課に容易に対応させることができるのは十一の章だけで、残り十四の章は修道院における一日のサイクルとは直接的な関係をあまり持っていない。これら、聖務日課に対応させることができない章の存在は、今後『修練者の鏡』本文の成立と伝承の歴史を解明してゆく上での手がかりとなるかもしれない。

修道院日課		日課に対応する『修練者の鏡』の章
夏	冬	
起床 宵課 朝課	起床 宵課 朝課	第三章　聖務日課の心得 (第八章　瞑想に適した時間)
讃課 一時課	神の読書 讃課 一時課	第八章　瞑想に適した時間
	ミサ	第九章　ミサに喜んで出席すること
	三時課	
集会	集会	第十章　集会の心得
手仕事	仕事	第十一章　手仕事
三時課 ミサ 神の読書 六時課 昼食 午睡 九時課	六時課 仕事 九時課	
飲物	昼食	第十二章　食事 第十三章　節制
仕事	神の読書	第十五章　聖書を読む 第十六章　特に読むべき本 第十七章　私的な瞑想
晩課 夕食 終課前読書 終課	晩課 飲物 終課前読書 終課	
就床	就床	第二十章　就寝前の瞑想

表1　修道院日課と『修練者の鏡』の対応表

(三)　シトー会史料群における位置づけ

『修練者の鏡』はシトー会で修練者が遵守すべき戒律や慣習をまとめた規定文書の類ではない。その意味においてこの史料は、中世シトー会史研究でしばしばとりあげられる『愛の憲章』*Carta caritatis*、『総会決議事項』*Capitula*、『総会

議決規定集』*Instituta generalis capituli* 等の史料とは一線を画している。

『修練者の鏡』には、ベネディクトの『戒律』やシトー会の『総会決議事項』などにみられる修練者の入会資格[20]、脱走した修練者の処分、修道者になるための終生誓願[21]、食事の量[22]、等についての記述は少ない。摂るべき食事の量について（第十二章、第十三章）の言及は見られるものの、そうした規定に関する情報が『修練者の鏡』本文の全体に占める量はごく僅かである。かわりに本文の大部分を占めているのは、『戒律』にも『愛の憲章』等にも記載されていないほど詳細な、霊的指導および日常生活に関する指導の数々である。

（四）読者

ブリュッセル写本に書き込まれている『修練者の鏡』というタイトルも、「或る修練者のための」ad quemdam novicium という表現も、修練者がこの作品の読者であることを示している。『修練者の鏡』本文中にも、「修練者」という表現がみられ（第十四章）、この作品が修練者を読者に想定して書かれたものであることを裏付けている。また慶應写本ではラテン語で書かれていることが著者によってわざわざ序文で断られているので、修練者となる前に既にラテン語教育を受けていた者や、修練期中にある程度ラテン語を習得した者などを、第一の読者として想定していたものと思われる。

ただし、各修道院には修練者たちの監督係として「修練長」という役職が設けられていたので、『修練者の鏡』の読者には修練長も含まれていたかもしれない。特に、修練者への生活指導の内容を文書化した本作品は、各地に分散していたシトー会修道院が共通の方針をもって修練者たちの指導にあたるために有益な存在であったに違いない[23]。

（五）奇跡譚

ハイステルバッハのカエサリウスは『奇跡についての対話』で修練者の教育のために奇跡譚を多数紹介しているが、『修

練者の鏡』もまた、奇跡譚を紹介している（第十五章、第十八章、第二十二章）。こうした神秘的逸話は、修練者の注意をひかせて信仰心を一層強くするのに有効であったと思われる。

（六）修練者のための推薦図書

『総会決議事項』第十章は、シトー会のすべての修道院にあるべき共通の図書として「ミサ典礼書、（福音書の）本文、書簡集、祈願集、昇階唱集、交唱集、賛歌集、詩編集、教父朗読集、戒律、典礼暦」をあげている。『修練者の鏡』には、読むべき本とその読書方法について、『総会決議事項』よりもさらに詳細な記述が見られる。たとえば、聖書を読み始めるよりも前に修道院慣習やグレゴリウスの『対話』などを読むべきこと、聖書は自分の能力に応じた箇所を選んで読むべきこと、などである（第十五章）。また、『修練者の鏡』ではシトー会の著作家たちによる作品を読むことも推奨されている。そのなかには、リーヴォーのエルレッドやサン＝ティエリのギヨームの作品も含まれており（第十六章）、『修練者の鏡』の成立年代の考証に役立っている。

さらに注目すべきは、文法や修辞学に関する書物や著作家、あるいはそれらの学習についての言及がいっさいない点である。このことは、シトー会が修練者による自由七学芸の学習を好ましいものと考えていなかったことの証拠のひとつとしてあげることができるかもしれない。[24] いっぽうで、『修練者の鏡』の著者自身はこの作品のなかで聖書からの引用を多用しており、聖書学における造詣の深さを示している。

（七）食べ物と音楽

『修練者の鏡』には食べ物や音楽にたとえた表現が多く見られる。たとえば、集会で自分のことを責められたときは、つぎのように考えなさいと著者は助言している（第十章）。

この矯正は天からもたらされた追加のピタンティア[25]であると考えなさい。
それはつねにシナモンで味付けされてはいないが、たとえ辛子で味付け
されていてもやはり美味しいのである。

また、イエスの昇天について瞑想するときの心持についても、慶應版の第六章はつぎのように表現している。

ちょうど音階がA、B、C、D、E、F、Gと上がってゆくように[26]
私が先程ひとつひとつ説明した事柄についても、よくよく考えなさい。

食事や音楽による素朴なたとえは、修練者たちの幼い精神と経験に配慮したものと考えられる。

凡例

本試訳には、ミッカースが「『修練者の鏡』未刊行テクスト」に掲載したブリュッセル版『修練者の鏡』に含まれる二十四からなる章と、馬場・マクリンが「『告白について』慶應義塾図書館シトー会写本」に掲載した慶應版だけに含まれる序章の、計二十五章が掲載されている。序章の底本には、馬場・マクリン著「『告白について』慶應義塾図書館シトー会写本」に掲載されている慶應版『修練者の鏡』のラテン語翻刻を使用した。また、第一章から第二十四章までの底本には、エドモンド・ミッカース著「『修練者の鏡』未刊行テクスト」に掲載されているブリュッセル写本版『修練者の鏡』

のラテン語翻刻を使用した。さらに、『ソーリのスティーヴン著作集』（一九八四年）に収録されているジェレマイア・オサリバンの英訳もおおいに参考とした。[27] なお、括弧内は本稿著者による補足である。

聖書の章節番号は『聖書　新共同訳―旧約聖書続編つき』（日本聖書協会、一九九八年）のそれにならった。また、聖書からの引用箇所は、『修練者の鏡』のコンテクストに沿わないもの以外については、原則として新共同訳聖書のテクストを使用した。

訳語は、ルイス・J・レッカイ著、朝倉文市・函館トラピスチヌ訳『シトー会修道院』（平凡社、一九八九年）、古田暁訳『聖ベネディクトの戒律』（すえもりブックス、二〇〇二年）、灯台の聖母トラピスト大修道院 編『シトー修道会初期文書集』（中央出版社、一九八九年）を参考にした。

『修練者の鏡』試訳

序章　告白のありかた。どのようにどのような頻度でなされるべきか。純粋かつ相応であるべきこと。

告白は、何も隠さず、単純に行われるべきである。[28] 場所、時間、人、罪の質と量をきちんと伝え、明確にしなければならない。質とは、怠惰、不潔さ、悪意、虚栄のことである。量とは、喜び、同意、無知、弱さ、罪の下劣さと意志によって測られる。あなたの告白は、年、関係者、罪、教師の全面において一貫性をもっていなければならない。もし自分の主任告解司祭を変えたら、罪に落ちたときのこれらのことをすべて明らかにしなければならない。また、少なくとも年に一回、最大の謙遜をもって告白しなければならない。また、重大な悩みを抱えているときも、できるだけ、希望と最大の信

頼をもって告白しなければならない。

そうした一般的な告白の方法については、ここでは触れずにおいておく。それは別の論考で十分に明白かつ効果的に扱われるからである。しかし、毎日の告白の方法については、あなたがよりよく理解するように、私はここで少しだけラテン語で述べておこう。

第一章　日々の告白[29]

告白に行くときは、ここで私が述べていることに、あなたが感じていることに応じて言葉を足したり引いたりしながら、このように言いなさい。「私は多くの堕落した考えを持ち、私の心は城塞、学校、集会場といった、さまざまな場所を彷徨います。聖務のあいだや、詩編や霊的書物に耳を傾けるべきときに、私はそこにとどまって楽しみます。ときには、過去に見聞きしたものが去来し、意識的にあるいは無意識的に、神のことに対する注意から心が離れます。ときには、まったく見聞きしたことがないものを自分の心のなかに出現させます。私は堕落した考えに時間を費やし、そのことに気づきもしません。」覚えているかぎり、それがどのような考えであるかを述べなさい。たとえば、「教会を建てることについて、本を書くことについて、家をきりもりすることについて、あるいは、狩りについて、馬での競争について、といった事どもについて、私は長々と考えていました。ときには、男女の交わる様子を思い描き、またときには、それらの考えで私の頭はいっぱいになりました。ときには、私はこれらの考えを喜び、感じ、ときには、肉体的興奮を得ました。ときには、肉体の欲望のままに、食べ物、飲み物、睡眠、その他のものを貪りました。ときには、他の人々の言葉、仕事、努力、行儀、態度、習慣を、心のなかで、あるいは仕草や言葉で、私は馬鹿にしました。私は他人の人生については知りたがりますが、自分の人生を正すことには怠惰で無関心です。」

「ときには、私は自分の不遇を嘆き、断食、宵課、質素な食事、厳しく卑しい仕事において他の人たちからひどく扱われていると思いこんで文句を言います。厳しい注意、認められなかった許可、自分が受けた侮辱や傷について、あるいは、自分の意思に反して何かが言われたり、なされたり、自分に課されたときに、私は愚痴を言います。」

「ときには、私は自分の美しい肉体や、声や、力や、知識や、身分の高い先祖や、衣装や、雄弁さに自惚れます。私は有名になり話題になりたい、他の人々よりも偉くなりたい、と願います。私はこれらのことを楽しみ、何の価値もないにもかかわらず自分が価値ある人間だと考えます。ときには、私はわざと、あるいはそのつもりもなしに、笑いを誘うようなことを言います。ときには、不相応な言葉や、悪意ある言葉や、中傷の言葉や、自慢の言葉や、世辞の言葉や、偽善の言葉や、他の人に対して感じていることとは反対の不誠実な言葉を私は使います。[30]」

「ときには、私は怒り、またときには、不従順になります。ときには、私は自分の思い通りに振舞い、祈りやミサや他の活動に遅刻したり、他の者たちの良き手本となることを怠ります。私は神への恐れも自分自身の良い決心も不完全なので、くだらないことや、怠惰や、やる気の無さのために時間を浪費しても気にしません。ときには、行動には示しませんが、心の中で私は他の者たちにたいへん意地悪です。ときには、信仰心も、恐れも、畏敬の念も欠けたままで、私は神の御前で祭壇の務めを果たします。祈りのときも、手仕事のときも同じです。そして、私は神の目よりも人の目を恐れ、ときには、神のためよりも人のために奮起します。」

「食卓に向かうときよりも聖務に向かうとき、私の足はより遅くなります。[31] 私は上の空でお辞儀をし、嫌々ながらに従います。他の者たちを見下し自分に自惚れていることを示すさまざまな行動を私はとります。私の悪い手本のために、私は他の者たちにとっての躓きの石となっています。私は自分の誓願を、必要とされ望まれているように守りません。私は義務とされていることを言いませんし、決められた授与者のための定められた詩編や祈りを言いません。また、私は物を渡したり受け取ったりし、許可なしに、あるいは無理矢理に得た許可によっていろいろなことを行いました。」

「そうと知りつつ、あるいはそうと知らないうちに、神の意思や修道会に反して私がしたこれらや他のことはなんであれ、あるいは私が知っていても知らなくても私のために他の者たちがやったことはなんであれ、私は自分の罪を神の御前で告白します。私は改めることを約束し、許しを請います。」

これはあなたの鏡です。これらのことで自分が醜くなったと感じる分だけ、告白をしなさい。

第二章　祈りの方法、嘆願と感謝の祈り

告白のあとには祈りを捧げるのが望ましい。天使の祈りによって、主の母、聖母マリアを讃えなさい。「おめでとう、聖なるマリア。栄光につつまれた永遠の処女マリア。」これを三回、跪いて行いなさい。つぎに、数え切れないほど大きな恵みを与えてくださる神に感謝を捧げなさい。すべての俗世の危険と悪魔の罠からあなたを守ってくれていることに、あなたが地獄に落ちないようにして、地獄の苦しみから守ってくれていることに感謝しなさい。あなたほどには罪を犯していない多くの人々が、その罪のためにあなたよりも厳しい罰を受けています。信仰と純粋な心の恩寵にも、宗教的熱心さとあなたの仲間の修道士たちの聖なることにも感謝しなさい。彼らのなかから神は恩寵をもってあなたに呼びかけたのです。そして、人類のために惜しみなく与えられたすべての恵みに感謝しなさい。全世界が良くあるようにと、優しさに満ちた処女の子に嘆願しなさい。天からあなたにもたらされたように。心のなかで、あるいは口に出して、主に嘆願しなさい。許しと恵みを、来るべき生命の栄光と、信仰の堅忍と、心の灯と、愛に満ちた救済の追及と、なんらかのかたちで苦しんでいる人々のために。

それから、主の前で、あるいは聖三位一体の栄誉において、深くお辞儀をして、交唱[32]を述べなさい。「私たちはあなたに懇願します」と。また、集祷文[33]を唱えなさい。「全能にして永遠なる神よ、あなたは私たちに与えたもうた」と。これを、

跪いて、聖三位一体の栄誉において三回、あるいは主の十字架の五つの傷の栄誉において五回、行いなさい。この三回繰り返される跪きの間、数多の堕落した人々のなかから永遠の神があなたに宿命を与えてくださったこと、無数の悪からあなたを救ってくださったこと、数え切れないほどの堕落者たちのなかからあなたを選んで口にするのも恐れ多い栄光と幸せと尊厳と聖性の生活に導いてくださったこと、私たちの本性をこのような偉大さと気高さと憐れみ深さをもって新たにしてくださったこと、またこのようなそのほかのことごとを、神に感謝しなさい。

つぎに、神の偉大さがあなたを大事にしてくださるあまりに、神が幼子に、貧しくて弱い者に、「私は虫けら、とても人とは言えない」[34]という者になられたことに感謝しなさい。その手本と教えによって、神が世界を照らし、かくも怖ろしく惨めな死をあまんじて受けられたことに、その復活によって私たちの身体を賛美し、その昇天によって私たちの身体を何よりも高めてくださったことに、その最も高貴な血を自らの愛の甘美な約束として与えてくださったことに、その福音を絶え間ない証として与えてくださったことに、私たちに数え切れない模範—使徒や殉教者や証聖者や処女たちによる格言や書物や奇跡や受難や死—をあなたの救済と慰めと祈りの生活と知識と生命のために示してくださったことに、感謝しなさい。これらのことすべてがあなたの救済のために働いていることに感謝しなさい。神が、生まれたときから洗礼の恵みと救済の贈り物をあなたにもたらしてくれたことに、あなたを多くの危険から救い出し、あなたが罪をおかしても我慢し、あなたが間違いを犯しても許してくださったことに、禁欲の恵みと許しの希望を、善き働きの恵みと苦しみの受容をあなたにもたらしてくださったことに、感謝しなさい。あなたが受けた苦しみの大きさがあなたの栄光を決めるからです。それゆえ、あなたのうちに神の恵みが増えるようにと、神の名誉とあなたの魂の救済に相応しい生き方ができるようにと、あなたとあなたの仲間の修道士たちが聖人の喜びに備えられるようにと、心の底から神に願いなさい。

第三章　聖務日課の心得

（聖務日課に向けての）あなたの心の準備はすべてのことに行き届いていなければならない。

宵課[35]のために起きるときは、（神を）崇める準備をしなさい。つまり、素早くベッドから起き上がって、眠気が覚めたら、良い休息を与えて天使によって護ってくださった神の恩寵に感謝しなさい。つぎに死者のためにこう言いなさい。「主よ、彼らに永遠の休息を与え給え…。」それから主の母を讃え、朝課（の祈り）を唱えなさい。そのほかの聖母の時祷は、余暇や時間のあるときに礼拝堂で言いなさい。

礼拝堂に着いたら、扉に手をあてて言いなさい。「悪しき考え、悩み、企み、情動、肉体の渇望よ、去れ。[36]我が魂よ、おまえの主の喜びのうちに入れ。神の愛を見つめ、神の聖なる神殿を観想せよ」と。そして、十字架の前で言いなさい。「あなたを讃えます。キリストよ、私たちはあなたを讃えます。聖なる十字架と清らかな傷によって、あなたは世界を贖ってくださいました」と。「神よ、私を助けに来てください[37]」という冒頭の言葉が朗唱されたら、主なる神の御前にあなたの心を水のように溢れさせなさい。そして、心のなかで「主よ、私は弱く、口を開くことができません。[38]いと高きところにあるあなたの手で私の口に触れてください。[39]私の魂は宴のご馳走で満たされるでしょう。[40]そして、私の口はあなたの賛美と、日々のあなたの栄光とで満ちることでしょう[41]」と唱えなさい。

歌隊席[42]であなたの側が一節を朗唱するとき、もう一方の側の歌隊席が言った一節を心の中で唱えなさい。ひとつひとつの節に霊的瞑想というスパイスをふりかけなさい。主は繊細なので選ばれた食物しか捧げてはいけないからです。

原則として、両眼はできるかぎり、自分の人間的弱さが耐えうるかぎりにおいて、自らの正面の一か所に向けていなさい。落ち着きのない視線は、心の安定にとって最大の害となるからです。謙虚な心を引き出すためには、主の御姿を思い描いて、主があなたの目の前にある飼い葉桶に横たわっているところを想像しなさい。悔恨の情を抱くためには、主が十

字架の上に磔けられているところを思い描きなさい。釘と棘と唾と大きく開いた傷口のために、悲しみ、感謝しなさい。つぎに、（主の）あらゆる知恵と知識が宿っておられる聖なる主の御心[43]を、心のなかで仰ぎ見なさい。それから、（主の）肩甲骨と十字架の間にあなたの頭を置いて、（主を）残忍に切り刻んだ傷口にくちづけし、そのあいだ心のなかでこう言いなさい。「なぜこの血が流されなければならなかったのか[44]。私はいま、渇きのために死にかけている[45]。ここに来て、救い主の泉から飲み、私の舌を冷やさずにおいてよいものか。」そして、心のなかで主の御言葉を聞きなさい[46]。「渇いている者がいれば、招いて飲ませてやろう[47]。」あなたは味わい、主がいかに善良で、柔和で、謙虚な心の持ち主であるかを知るだろう[48]。これらの努力によって、あなたは神に気に入られるでしょう[49]。これらの心構えによって、彼（神）の関心があなたに向くでしょう。これらの、あるいはこれらに類似した愛情によって、キリストは（あなたの）心のなかに現れ、そこから去ることはないでしょう。主は再び応えてくださるでしょう「あなたは私に何をしてもらいたいのか?」と。かつて（そのように問われたとき）、盲目の男は叫びました。「ダビデの子よ、私を憐れんでください[50]」と。おお、喜びに満ちた勝利の叫び[51]、「あなたは私に何をしてもらいたいのか?」愛しいイエスよ、私のただひとつの願いは、あなたの選ばれし者たちのなかに受け入れられること、そして「あなたの選ばれし者たちの喜びに触れる[52]」こと。これらの考えによって、たくさんの歓喜があなたの魂にもたらされ、天使たちについて考えることすらとるにたらないことであると思えるようになるでしょう。

私が知る或る修道士は、しばしば朝課を昼間まで延長しようとしたがりました。そうすることで彼は、不思議な波[53]や、キリストの苦しみの激しさと苦悩について、すなわち、いと高きところ―それはつまり十字架の上―におられる主の力[54]について考えることができたからです。彼は、創造主たる神の偉大なる善良さと、自らの血をもって私たちの罪を贖われた救世主の愛とに、驚嘆しました。彼はまた、あらかじめ私たちに恩寵を与えてくださり[55]、人類の救済のために大いに心を尽くしてくださる[56]神の偉大なる寛大さに感嘆しました。彼（修道士）は、彼（神）が十字架上で見せられた偉大なる謙遜

と、死に際して見せられた神性と、死から甦ったときに見せられた驚くべき力と、天へ昇られたときに見せられた栄光とを、賛美しました。彼（修道士）は十字架の神秘、すなわち私たちのための贖罪の方法と原因と成果に、驚嘆しました。

第四章　瞑想のための七つの方法

驚きをもってイエスを見つめ、同様に彼の聖なる御名をたたえなさい。イエスとともにありながらまだあなたの人生に足りないものがあるでしょうか。いついかなるときも彼に助けを求めなさい。つねにこのことに励みなさい。すべてのことにおいて神に感謝しなさい。イエスによって神に感謝しなさい。[57] 生まれたばかりの乳飲み子のように、[58] この乳を求めなさい。恩寵の母の翼の下で、（この乳によって）あなたが健やかに育つように。そこにいることに満足し、「高みを目指しなさい」と告げられるまで、すなわち神御自身についてのより崇高で高尚な観想へと昇るときがくるまで、この庇護の翼の下にとどまりなさい。

第一の方法。賛美したいならば、こう言いなさい。[59]「主よ、わたしたちの主よ、あなたの御名は、いかに力強く全地に満ちていることでしょう。[60]」「御恵みはいかに豊かなことでしょう。[61]」「いかに幸いなことでしょう。あなたの家に住むことができるなら。[62]」「あなたのいますところは、どれほど愛されていることでしょう。[63]」「御業はいかに大きいことでしょう。[64]」「あなたの約束はわたしの口に蜜のように甘い。[65]」

第二の方法。称賛したいならば、こう言いなさい。[66] たとえば、「主の御名がたたえられるように。[67]」「造られたものがすべて、あなたに感謝しますように。[68]」「すべて肉なるものは聖なる御名をたたえます。[69]」

第三の方法。比較する。たとえば、「父がその子を憐れむように。[70]」「鹿が水を求めるように。[71]」「渇いた大地のようなわたしの魂を、あなたに向けます。[72]」「もてなしを受けたように、わたしの魂は満ち足りました。[73]」人間の弱さを反映して、

こうも言う。「わたしたちは塵にすぎない。[74]」「人の生涯は草のよう。[75]」「屋根の草のようになれ[76]」、等々。

第四の方法。願望の声。たとえば、「いつ御前に出て、神の御顔を仰ぐことができるのか。[77]」願望と訴えの声は、こうも言う。「目覚めよ！主よ、なぜ眠っておられるのですか。[78]なぜ、御顔を隠しておられるのですか。[79]」「なぜ、わたしをお忘れになったのか[80]」、等々。

第五の方法。パン屑の入った十二の籠[81]を持つ天使たちをしたがえてイエスが歌隊席を歩いているところを思い描きなさい。そのパン屑は天の宮殿の主人の食卓から落ちたもの[82]、神が御自分を愛する者たちに準備されたもの[83]、恵み深い神が貧しい人に備えられたものです[84]。そして、こう言いなさい。「わたしの家にはパンもない[85]」と。また、こうも言いなさい。「打ちひしがれた心は、草のように乾く。わたしはパンを食べることすら忘れた[86]」と。そうすると、憐みの源はあなたにこう言うでしょう。「口を広く開けよ、わたしはそれを満たそう[87]」と。

第六の方法。神の祝福を受けて、神のマナ[88]を食したら、あなたのすべての骨で神において喜び[89]、こう言いなさい。「主よ、あなたに並ぶものはありません[90]」と。このようにするのは、この食べ物に四十日四十夜力づけられるため[91]、そして、「主に求める人には良いものの欠けることがない[92]」ということがいかに真実であるかをつねに感じるためです。

第七の方法。いつも心のなかで、また唇で、感謝しなさい。ことに、神があなたを多くの危険と「仕掛けられた罠から[93]」、特に悪魔が示した肉体と俗世のさまざまな誘惑から救い出してくださったことに感謝しなさい。

第五章　瞑想のための七つの方法のまとめ

どこにいても、これらの高らかに鳴るシンバル[94]を使いなさい。あなたが見聞きしたものによって、神の善良さを称えなさい。またあるときには、（神の）祝福であなた自身が満たされるように、彼に感謝しなさい。さらに別のときには、そ

の顔に輝く栄光[95]を熱望し渇望しなさい。そうして、自分のうちに神の恩寵に対する気持ちの高まりを感じなさい。主や天使たちによってあなたのなかで霊的に活発にされたもの、（私たちのための）贖罪の業に係る出来事や環境とのかかわりで言われたことや起こったことを、心のなかだけにとどめておいてはいけません。どのようなときも、絶え間なく神に感謝しなさい。

第六章　瞑想のさまざまな形

瞑想（のための題材）を順序立てるときには、さまざまな出来事について思い出しなさい。天使によるマリアへの挨拶について考えるときは、天使が挨拶したときに幸いなるマリアがイザヤの預言書を読んでいたこと、また、彼女が恩寵に満たされたときに言葉にならない喜びを感じたこと、天と地と海とすべての深淵を統べる力が与えられたことに彼女が気づいたこと、そして、全世界の救済と天国の再興とが（同意を示した）彼女のうなずきにかかっていたことを、畏敬の念をもって想像しなさい。

キリストの誕生について考えるときは、（福音書に）書かれていない諸々の事[96]について、大いに思いを馳せなさい。マギたちの目に（キリストが）どのように映ったか、つまり、これらの重要で力を持った男（マギ）たちが平伏して服従したいとまで思ったキリストの表情や眼差しはどのようなものだったのか、を想像しなさい。私がここに簡潔に註釈したことは、『隠修者のための生活規則』[97]と題されたエルレッドの小論に含まれている「瞑想について」[98]のなかに、より詳しく書かれている。

神殿奉献について考え、シメオンが聖霊によっていかに満たされたか、[99]ヨセフとマリアが三日間も彼（イエス）を捜し回ったことを、[100]思いなさい。そのあいだ彼はどこにいたでしょうか。家々の戸を叩いて入れてくれと頼んでいたのでしょ

うか。それとも、天使たちに囲まれて三日間すごしていたのでしょうか。

彼の洗礼と、彼の荘厳さの顕現[101]に目撃者たちの目がいかに釘付けになったか、についても考えなさい。荒れ野での四十日間の断食[102]と、人の子らと共に楽しむ[103]彼が耐えた孤独がどのようなものだったかについて、考えなさい。彼の口から出る恵み深い言葉に皆が驚いた[104]説教活動についても回想しなさい。彼の優しく栄光に満ちた数々の行いに皆がどれほど喜んだかを思い出しなさい。彼は病人を癒し、一晩中祈りました。疲れて井戸の端に座ったときは、（サマリアの）女に丁寧に頼みなだめて水をもらい、命の泉（であるイエス）はお礼として彼女に永遠の命を約束しました。[105]（イエスが）涙を流しながら[106]ラザロを生き返らせに行ったときの、マグダラのマリアを受け入れた彼の優しさを思いなさい。

エルサレムへの入城について思い返しなさい。主の主が、鞍も轡も手綱もなしにロバに乗り、十字架へと急がされてゆく様子を。（主が弟子の）足を洗ったことを思い出しなさい。神が漁師の、徴税人の、そうした人々の足元にいる光景のなんと素晴らしいことでしょう。裏切りの時に彼（主）が祈った姿を心の中で思い描きなさい。祈っているあいだの、（主の）落胆、恐怖、悲嘆、そして長々と続く苦悩の大きさ、ユダが口づけしたときの様変わり、使徒たちに見捨てられた主[107]が群衆に捕まえられたときの様子を想像しなさい。

彼（主の）受難についても同様に考えなさい。嘲笑され、唾をかけられ、殴られ、手に鎖をかけられ、目隠しをされ、ピラトの命を受けたごろつきたちやヘロデの侮辱（に苦しめられ）、磔にしろと野次る声を聞き、酸っぱいワインに酔った兵士たちがからかって彼の前に跪き棍棒で頭を殴ってくる様子を。十字架の上の彼を想像しなさい。両手は夕べの供え物[108]のように上げられ、四肢を伸ばされ、顔は青ざめ、骨の髄まで痛められ、関節を折られた様を。ついに精神と霊が切り離されるほどの大きな苦しみを。[109]

時間の許す限りこれらのことに熱心に勤しめば、あなたはきっと大きく豊かな海[110]を見つけると、私は固く信じます。

十字架の上のキリストを思い描きなさい。十字架に打ち付けられたまま、非難と愚弄を山ほど浴びせられ、身体をずた

ずたに傷つけられ、鞭と棘で肉を切り裂かれた姿を。憐みと愛に満ちた彼の視線が、破滅の子であるあなたに注がれるところを思い描きなさい。嘆きに満たされて、自らの恩知らずさを捨て払い、自らの心の頑なさを非難しなさい。

苦しんでいるのは誰でしょう。彼がどんなことを誰のために耐え忍んでいるのか、あなたの愛を獲得するためにどれほど大きな犠牲を払ったか、あなたのためにどれほど喜んで自分を捧げたか、を考えてみなさい。吊るされたことによる衰弱はあなたのためのもの、震える四肢による蒼白さはあなたのためのもの、流れる血はあなたのためのもの、十字架の上の最後の息はあなたのためのもの。

キリストの埋葬について考えるときは、死にかけている四肢の無感覚さ、彼を非難する人々の乱暴さ、彼の傷口の広がり、また、彼に塗油し、彼を包み、埋葬した弟子たちの心配、兵士たちが近くで監視していたことを思い出しなさい。これらについて真剣に考えれば、あなたもきっと涙を流すことでしょう。ゆえに、尋ねなさい。神の御心は、そしてなにより、深い地の底も御手の内にある[111]神の力は、そのときどこにあったのかと。

キリストの冥府下りを回想しなさい。浴びせられた新しい光の眩しさに、宴の用意をしていた悪魔たちは呆然として、悲鳴をあげ歯ぎしりをする口は沈黙させられたことでしょう。暗闇と死の陰に座している者たち[112]を、敵の手、悪魔の喉元、地獄の底から（主が）奪い取り、自らの素晴らしい光のもとへと呼び戻したとき、選ばれた者たちに（主が）注ぎ込んだ希望を思い描きなさい。

復活について考えるときは、主の体から溢れ出る光がいかにまぶしく[113]、弟子たちの喜びがいかに大きく、母であるおとめに向けられた祝福がいかに大きかったかを考えなさい。もちろん、聖母の喜びは計り知れないものではあったけれども。主の傷に触れた者たち、高貴な主の脇腹に手を差し入れた者たち、茨で開けられた主の額の穴のひとつひとつに溜息をついた者たちが、いかに驚いたかを考えなさい。これらのことすべてをよく考えたら、きっとあなたは称賛のあまり息もできなくなり、「わたしの主、わたしの神よ」[114]としか言えなくなるだろう。

主の昇天について思うときは考えなさい。もしあなたが主の祝福のために急げば、主は使徒たちとともに両手を挙げてあなたを祝福してくれるということを。もしあなたが天に昇ってゆく主のあとをあなたが切望と涙とともに追ってゆけば、もしあなたが主に出会い主イエス・キリストを観想することを強く願えば、あなたは内なる幕屋の前で、父なる神の御前で、完全なる調和をもつ天国の歌隊席に加えてもらえるということを。「蝋が火の前に溶ける」[115]ように、銀の塊が熱によって柔らかくなるように、あなたの愛情は心から溢れ出すだろう。主の宮殿にとどまることを強く願っていれば、あなたの心はすべて神のもとへと高められるだろう。あなたの存在すべてが神のもとへと引き寄せられ、あなたのすべての力とともに神のもとに置かれるだろう。あなたは永遠に神とひとつになるだろう。

これらについて熟考し、本当にそれぞれの場所に立ち会ったと感じるとき、あなたは驚きで飛び上がったり、感謝で跳ね回ったりしながら、高められてゆくことだろう。[116] すでに述べた他のことについても、よく考えたならば、詩編の作者が「怒り猛る者もあなたを認める…」[117]と言ったときその心のうちにあったものを、あなたは発見するだろう。

第七章　瞑想に毎日ふけってばかりではいけないこと

しかし覚えておきなさい。これらのことについて一週間ずっと没頭していてはいけないし、すべての瞑想を一度に行ってもいけない。上述した十九の弦のなかから、あるときはこれを、あるときはあれをというふうに、天使によるマリアへの挨拶、主の誕生を、つま弾きなさい。[118] 歓喜と賛美の声のうちに、崇敬、称賛、憐れみ、切望、飢え、養い、感謝という七つの音階を細やかに置き換えることで、あなたは主の耳に甘美なハーモニーをつくりだすだろう。そのような賛美と告白の声によって世界を言祝ぐとき、あなたは神の国の喜びを知るだろう。

合唱が終わったらこう言いなさい。「主よ、私はまだこれから、ひとりで賛美や祈りや詩編を口にします。この仮の宿

にあって、あなたの掟をわたしの歌とします。[119] 公的な祈りを終えても、私は賛美の歌をうたいつづけます。[120] あなたの栄光へと向かい、あなたの幕屋に聖年のホスティアを犠牲として捧げるとき、どこにあっても私は心のなかで感謝します。」

第八章　瞑想に適した時間

私たちがいついかなる時でも瞑想するのは主の意志によるものですから、どんな時間も霊的な進歩なしに無駄にするようなことがあってはいけません。しかし、神と完全に一対一で向き合うことができるように、（瞑想のための）定められた時間も設けられています。ヒエロニムスによれば、朝、すなわち夜明けから三時[121]までのあいだの時間が最もこれ（瞑想）に適しています。

第九章　喜んでミサに参加すること

ミサに行くべきときは、天使たちが天国からあなたに落としてくれるパンのように、諸々の私誦ミサに参加するようにとの招待を受け取りなさい。欲しがっているパンが取り上げられてしまうように、もしあなたの代わりに誰かがミサに参加したら、と想像してみなさい。腹ぺこのあなたの口から誰かがパンを奪おうとしたら、どうでしょう。

第十章　集会の心得

集会に行くときは、喜んで神の武具を身に着けなさい。[122] 智慧の兜、忍耐の胸当て、柔和の盾を身に着ければ、正しい批

判も不当な非難も打ち払うことができるでしょう。[123] もし罪を犯してしまったら、「これから改めます」とだけ言いなさい。もし罪を犯していなければ、「覚えていません。これから改めます」と言いなさい。これらに何も足したり引いたりしてはいけないし、怒鳴ったり言い訳をしてもいけません。

（受難の前の主の集会）[124]

裁きに進み出るときは、理由もなく責められた主の集会のことを、総督ピラト、主にわめき散らすファリサイ派、罵声を飛ばす兵士たちのことを考えなさい。家来たちとともにいる王たちや総督たちの前に引き出された聖なる殉教者たちの集会のことを考えなさい。主の御前で数千の悪魔たちにわめき散らされ、無数の者たちがあなたを嘘で非難する死後の厳しい集会のことを考えなさい。それでも、あなたがひどく扱われている（と感じる）のならば、次のように考えれば楽になるでしょう。あなたを責める人は、神の剃刀であると考えなさい。その剃刀は、あなたの目障りな髪を落して、あなたが人の子たちよりも美しくなるように、そして生けるものの光のうちに神のそばで喜ばしい者となるように、天使たちが見つめたがる王があなたの美を願うようにしてくれる、と考えなさい。この矯正は天からもたらされた追加のピタンティアであると考えなさい。それはつねにシナモンで味付けされてはいないが、たとえ辛子で味付けされていてもやはり美味しいのである。できることなら誰であれ、あなたを責める人に、その日のうちに返礼しなさい。その人はあなたを罪による歪みから解放しようとしてくれたのだから。

第十一章　手仕事[125]

手仕事の休憩時間中は、人目が届かない所に行ったり、他の者たちから離れて座ったりせず、信仰篤い人々を見つめ、イエスとともに教師たちのなかに座り、永遠の休息について静かに考えなさい。あるとき私たちの兄弟のひとりが、休憩中の他の者たちから遠く離れて一人で座っていたところ、肉の衝動[126]に激しく襲われ始め、「城塞へ行け」という声を聞いた[127]。そして、他の者たちがいるところに来たら、その衝動は消失した。

第十二章　食事

食堂へ行くときは、最初に入っても最後に入ってもいけない[128]。自分の前に用意された食事を食べることができないときは、それを全部とりかえてもらわず[129]、食べたということがわかるように少しだけ口にしなさい。もし誰かに食べなさいと強く勧められたら、手話でただこう答えなさい。「美味しいです、たくさんです、終わりました」と。あなたに食事を用意するためにどれだけ多くの人が苦労したか、また、主が教養豊かな教師たちを使って自分のためにどれだけ多くの霊的喜びを与えているか、を考えなさい。あなたの肉体の欲求を満たすために魚[130]を捕っている漁師たちがいかに数多の危険に遭っているかを考え、一口ごとに感謝しなさい。また、磔のキリストが礼拝堂であなたの感謝を待っていることを、あるいは冷たい扉のところであなたの食べ残しを待っていることを、考えなさい。

五つのパン屑で十字架を作り、心のなかでこう言いなさい。「ここには両足が、そこには両手が磔にされた。ここには頭が置かれ、ここでは脇腹から水と血の形をとって、慈しみと豊かな贖い[131]が、流れ出す。」ときにはピタンティアないしはパンの三分の一を残して[132]、心のなかで唱えなさい。「主よ、この分の代わりにあなたは私に何を与えてくださいますか。取引をしましょう。どれだけの涙を、どれだけの聖なる願いを、どれだけの聖霊の慰めを、どれだけの恩寵という保護を、どれだけの愛に満ち満ちた眼差しを、このパンの代償としてあなたは私に与えてくださいますか。」

第十三章　節制[133]

完全な節食[134]を私はあなたに禁止する。[135] あなたは毎日つぎのように食事を摂らなければならない。成長中の者は、一リブラのパンのうち四分の一を残して、四分の三を食べること。[136] やがて、三分割したうちの二つで足りるようになる。消化吸収しやすい副食は、（二品のうち）良いものを一つ、あるいは、もし両方とも良ければそれぞれ半分ずつの量を食べること。[137] 出されたワインやビールが中くらいの量か小量ならば、四分の三、あるいは、ほとんどすべてを飲みなさい。[138] それらは食べ物の消化を助けて頭痛を治す効果があるからである。ただし、酔わない状態を維持するように常に注意して、聖書が警告してくれているノア、ロト、ナバルの酩酊[139]によって生じた悪の大きさを心に留めておきなさい。節制においてはかの使徒が特に勧めるように行いなさい。かの使徒は出されたものに満足しなさいと言っている。[140] それゆえ、あなたも出されたものに感謝していつも満足しなさい。十分な量があるときも少ないときも、つねに神に感謝して、決して文句を言ってはならない。

第十四章　夢精[141]

夜、眠っている間に夢精してしまっても、あまり悲嘆する必要はない。翌朝、ミサに招かれて奉仕することになっていたら、慣習にしたがって、[142] 皆の前で手話を使い丁重に辞退しなさい。そうすれば皆があなたの夜の穢れのことを理解してくれるだろう。あるとき私たちの一人が、ミサに呼ばれていたわけでもないのに、修練者たちの目の前でそれを行ったことがある。そうすることで彼はより大きな恥を知ることができて、誘惑から解放され、こうした欲情が起こる回数もじき

に年に一、二回までに減った。このことは神の御言葉がいかに真実であるかを示している。「私を讃える者を私は讃えよう。」[143]へりくだる者は高められ、[144]神は謙遜な者には恵みをお与えになる。[145]

第十五章　聖書を読む

読書の時間には、初心者のうちは修道院慣習、交唱集、詩編集を読むように心がけなさい。また、『師父たちの伝記』、聖グレゴリウスの『対話』を読みなさい。修道生活に馴染んで霊操の経験を積み、しっかりしてきたら、年々、時と所に応じて、より固いものを食べるようにしなさい。（すなわち、）自分の能力に相応しい範囲で新約聖書と旧約聖書を読み進めなさい。

知識を増やす目的で聖書を読んではいけない。それは単なる好奇心であるか、あるいは、有名になって虚しい名声、すなわち虚栄を得るだけだからである。また、嫌いな者を罵るための材料を探すために読んでもいけない。それは悪意だからである。そうではなく、聖書を、魂の姿を映し出す鏡の代わりとして使いなさい。それは汚れたものを映し出して、正しくしてくれるし、美しいものを映し出して、より輝きを増してくれます。あなたが読む言葉は神の言葉であることを覚えておきなさい。神は自らの法をただ知られ読まれるだけでなく、成就され実行されるために定められました。だから、「これを行う人はすぐれた思慮を得る」[146]のです。また、呼んだことを暗記するよう心がけなさい。

かつてこの地域に、まったく無知で、ただ素朴で善良なばかりの一人の男がいた。彼は聖霊の働きを心で感じ、詩編の第一編を父（なる神）に、第二編を子（なる神）に、第三編を聖霊に捧げることを決心した。そしてさらに、すべての詩編に対して同じことを繰り返そうと決めた。こうして彼はさまざまな尊い唱句を獲得してたいへんな純粋さを身につけ、悪魔が憑いた人々を癒すようにまでなった。

第十六章　特に勉強すべき書物[147]

私たちの父である聖ベネディクトゥスの著作[148]、アウグスティヌスの『告白』と『詩編註解』[149]、特に詩編「主よ、御もとに身を寄せます[150]」から詩編「わが主に賜った主の御言葉[151]」までと詩編「苦難の中から主を呼ぶと[152]」から最後まで[153]。ギルバートの『雅歌について』[154]も、ちょうどあなたたちのために書かれたような作品である。これらは、あなたの魂に調和をもたらし、あなたの霊を豊かにし、あなたの精神により純粋な愛を教えてくれる。ゆえに、まず最初にこれらの著作を読んで親しみなさい。また、ヨハネス・カシアヌスの『霊的談話集』[155]、ヒエロニムスが修道者たちの生活と隠修生活への賛美について書いた『書簡集』[156]、リーヴォーのエルレッドの著作[157]、サン＝ティエリのギヨームの『モン＝ディユの兄弟たちへの手紙』[158]、そのほか霊的生活のための啓蒙的かつ指導的な著作類も熱心に読みなさい。ただし、慎重に注意深く選びなさい。そうすれば、慎み深い習慣と、さまざまな徳の性質と、善い行いの実践とを見出し、一度選んだ修道生活を決して捨てることはないだろう。

つまり、まとめるとこのようになる。すべての読書から徳を積むことを学びとりなさい。ひとたび自ら選んだからには、修道者としての誓いをおろそかにしたり心変わりしたりしてはいけない。ヨハネス・カシアヌスが言ったように、「あなたが歩いている野原で花を摘むのが許されても、野原そのものを摘むのは許されない[159]」からです。また、モン＝ディユの兄弟たちが指導されたように、愛の仕事につとめ、励みなさい。「日々の読書の一部は記憶の深みに入れておきなさい。そうすればよりよく消化され、思い出すたびにより豊かに反芻されるからです。」時間をかけて、これらのことについて瞑想し、喜びを見出しなさい。

世俗的な本や霊的な本に見出される詭弁に満ちた議論や非難のための論争はすべて捨ててしまいなさい。これは友人と

しての忠告です。それらはあなたの心の静けさと穏やかさを乱し、ときには（あなたの心を）すっかり壊してしまうでしょう。

第十七章　私的な瞑想

本を返したあとは、私的な瞑想のために時間を費やしなさい。適した場所を見つけたとき、すなわち神の善良さに出会ったときには、どこでもそれ（私的な瞑想）を実行しなさい。まず最初に、「主が私に与えてくださったすべてのもののお礼に、私は神に対して何ができるだろうか」と言いなさい。これが第一で最大の問いです。第二の問いは第一の問いに似ていますが、「私の魂よ、おまえは主に対してどのような借りがあるのか」というものです。そして、天使たちに呼びかけながら、「来て聞け、神を畏れるすべての者たちよ。彼が私のためにしてくれた偉大な事を語って聞かせよう」と言いなさい。つぎに、神への愛に目を向け、「おお、主よ。私にそそがれるあなたの憐みはまことに偉大です」と言いなさい。ゆえに、「示してください、おお主よ。昼間あなたが食事をしたり横になったりする場所を[160]」と言い、「ラビ、あなたはどこに住んでいるのですか」と尋ねなさい。「主よ、どこへ行かれるのですか」と、そしてまた「なぜ（今）私はあなたに着いて行けないのですか[161]」と。

あなたの心が楽園の門の前でこのように高鳴っているときに、もし悪い考えが割りこんできたら、すぐにこう言って返しなさい。「これは誰の肖像と銘か」と。それは皇帝、すなわちこの世の王子、悪魔のものです、という声を聞いたら、とどめにこう言いなさい。「悪しき者よ、この金は、お前と一緒に滅びてしまうがよい[162]。サタン、引き下がれ[163]。もう戸は閉めたし[164]、主はここで過越祭のご馳走を食べています。私はあなたのために戸を開ける暇はありません」と。

これらのことを無意味でくだらないと思うのは愚か者だけです。瞑想し昼も夜も祈りを捧げて、悪魔を動けなくして十

日間引き留める力を持てるようになった者は、そのように思うはずもありません。
それでも悪い考えが払われないようであれば、十字架のしるしを作って対抗しなさい。

第十八章　十字架のしるしの力

この地域の或る修道女が墓場へといざなわれたとき、たいへんな畏敬の念をもって彼女は十字架を持っていたので[165]、その磔の（キリストの）顔が、彼女が埋葬された方向にぐるりと向き、（キリストの）像の頭部が通常とは異なる位置に固定されてしまった[166]。また別の或る修道女は、ある人と関係をもったために身体が腐ったが、いつも十字架のしるしの上に乗せていた親指一本だけは腐敗を免れた[167]。

私的な祈りには日に二回行き、告白には週に二回行きなさい[168]。他の者との接触によって、あるいは他の者の了解によって、あなたが恥ずかしいと感じたり非難されたりするようなことがあなたに対して行われることを許さないように気をつけなさい。私的ないしは公的な会話から逃げたり、あるいはそれを求めたりしてはいけません。それらは森になっている野生の木の実といっしょです。「聞き手を教化しない言葉のひとつひとつは、話し手にとって危険である[169]」と記されています。また、使徒も言っています。「あなたの唇を通して悪魔に語らせてはいけない。人々が聞くに値する、本当に彼らの為になる、善いことだけを言いなさい[170]」と。

第十九章　驕らないこと

特に避けるべき二つの事柄についてあなたに注意しておきます。あなたの意志でなんとかなるのであれば、隠された傲

慢や自慢に陥らないように、あなたの諸々の善い努力のことを他の人たちに知られないようにしなさい。また、（諸々の善い努力について）好きなだけ思いふけっている分には安全だ、と考えてはいけません。

祈り、沈黙、忍耐、服従、またその他の霊操において熱心な人を見かけたら、そのような手本をあなたのために送ってくださった神に感謝しなさい。また、彼を妬んではいけません。また、別の誰かが悩んでいるのを見かけたら、そのような雲があなたを覆っていないことを神に感謝して、「もし神が望んだら、あのような誘惑は私にどれほどの影響を与えただろうか」と言いなさい。他人の欠点を非難したり、他人の良心の壁に穴を開けてそれを崩そうとしたりしてはいけません。このごろ強盗たちがどんな目に遭っているのかを考えなさい。

上長者に何かを頼むときは、いつも断られることを覚悟していなさい。そうなったときは、「馬勒と突き棒以上に、小さなロバに似合うものなどあるだろうか。主よ、断っていただき、感謝いたします。こうしてあなたは私のなかの強さを鍛えてくださるのですから。この修道院のなかで、悔悛の灰と衣と十字架のほかに私のものと言えるものなどありません」と、心のなかで言いなさい。

第二十章　就寝時の瞑想

床に就くときは次のことをしっかりと心に留めておきなさい。粗い羊毛の毛布とベッドカバーを見るときは、埋葬されるときにあなたが入る墓場の寝台と比べなさい。寝台では、あなたのために十字架に打ち付けられた聖なる手のなかにあなたの肉体と魂をゆだねなさい。すべての聖者たちの主に、憐れみをもってあなたを見守っていてほしいと、罪と危険からあなたを守ってほしいと、善なるものの獲得のためにあなたを慰め励ましてほしいと、懇願しなさい。また、すべての信仰篤き死者たちが力を回復し、安らかで健やかな者たちとなって、（主の）憐みと永遠の庇護を得られますように、と

懇願しなさい。そのあと、「おめでとう、聖なる、栄光に満ちた、永遠の処女、恩寵に満ちた…」と言いながら、聖なるマリアにも懇願しなさい。そして、「すべての信仰篤き死者たちの魂が神の憐みによって平安のうちに憩いますように。アーメン」[171]と祈りなさい。もし眠れれば、すべてが上手くいっています。もし眠れなければ、これは経験からわかっていることですが、「誰でも（救われたいと）願う者は…」[172]を七回、あるいは七つの悔い改めの詩編[173]を唱えれば、きっと眠りにつくことができるでしょう。

第二十一章　見せびらかさないこと

こうした種類のすべての努力を表に出さないようにしなさい。誰に対しても謙虚で、穏やかで、愛想良く、一生懸命に自分の務めを果たしなさい。自分の私的な瞑想は、できるかぎり隠しなさい。公的あるいは私的な霊操を行うときは、他の者たちにとって何が有益であるかを熟慮するべきですが、そのことを見せびらかしながら行ったりしてはいけません。

第二十二章　服従が重んじられるべきこと

なにごとにも優先して、油断のない心と愛想良い顔をもって服従するように心掛けなさい。[174]修道士ゲラルドゥスのことを考えれば、この美徳の効力と善さとが理解できるでしょう。ゲラルドゥスは神の憐みからほとんど見放されていましたが、もし大修道院長の命令に服従しつづけ、修道会に留まれば、自らの罪の大きさゆえに死ぬことは決してないと、大修道院長は約束しました。死の床にあるゲラルドゥスは、瞼を閉じてぼんやりして横たわっていました。大修道院長が三日目に訪れると、ゲラルドゥスは目を開けて言いました。「服従は善いことです。私はキリストの審判の座へ参り、（キリス

トと）対面いたしました。彼は言いました、『お前がいるべき場所は修友たちのなかだ。お前の修道会のどの修道士も、自分の修道会を愛する限り朽ち果てることはないだろう。彼（修道士）は死の瞬間あるいはその直後に清められるだろう』と。」そう言ったのち、彼（ゲラルドゥス）は聖体拝領を授かり、死にました。[175]

勧告。よくやった、善き兄弟よ、主のうちにとどまれ。わが喜びを満たし、わが魂を回復させなさい。

私がここに書いているのは、多くの人のためではなく、あなただけのためです。かつてある人が言ったように、「私たちは互いにとって十分にかけがえのない存在なのです。[176]」

第二十三章　昼夜の瞑想

床に就くときは、キリストの埋葬について、また自分自身の埋葬について考えなさい。起床するときは、（キリストの）復活について考えなさい。（朝課の）詩編朗唱のあいだは、天使たちの喜びについて考えなさい。讃課のあいだは、捕らえられたキリストについて考えなさい。一時課のあいだは、柱に縛り付けられて、手荒く扱われ、激しく鞭打たれて、ピラトの前に立たされているキリストについて考えなさい。三時課のあいだは、磔にされて天国へと昇ってゆくキリストについて、また、使徒たちのうえに舞い降りた聖霊について考えなさい。六時課では、地上に降りた闇[177]について、九時まで考えなさい。キリストの両膝を抱えるか、釘が打ち込まれた彼（キリスト）の両足にあなたの頭を乗せたまま、言葉では表しきれない彼（キリスト）の貧しさを賛美しなさい。なぜなら、ベルナールが言ったように、「彼はその足を着ける土地を持たず、その口を満たす飲み物を持たず、その頭を置く木を持たず、その脇を隠す衣を持たず、慰めを与えてくれる友を持たなかった[178]」からです。あるいは、もしそうしたければ、「主よ、あなたの御国においでになるときには、わたしを思い出してください[179]」など、他の言葉を呟いても構いません。九時課のあいだは、死に瀕したキリストのことを考えな

がら、「本当に、この人は神の子だった」[180]と言いなさい。それから、冥府へと下ったときの彼（キリスト）の魂を感じ取りなさい。彼とともに、地獄で足枷をはめられた人々を解放し、地獄の淵へと悪魔を突き落としなさい。晩課には、ヨセフやニコデモと一緒に主の十字架のもとへと駆けもどり[181]、不安の念で自分を満たしなさい。キリストが十分な配慮と平穏のうちに横たえられるようにと願いなさい。終課になったら、彼（キリスト）が復活したらすぐに駆けつけてマグダラのマリアとともに彼の足を洗うべく、就寝しながらも主の墓を見張り続けるにはどうしたらよいかを考えなさい。

第二十四章　誘惑の対策

迫り来る悪徳[182]に対して対策をこうじることを覚えなさい。憂鬱な気分になったり無気力になったりしたときは、「今日できることが明日はできないかもしれない」[183]ということを思い出しなさい。「明日は何が起こるかわからない」[184]のですから。情欲が湧き上がってきたときは、永遠の業火のことを考えて気持ちを鎮めなさい。不従順の誘惑にかられたときは、不従順は修道会追放に値することを思い出しなさい。『列王記』にも、「従順を拒否することは偶像崇拝の罪と同じです」[185]とあるのですから。不忍耐に悩まされたときは、キリストがあなたのためにどれほど耐え忍んだかを考えなさい。あなたのなかで虚栄が脈打ち始めたときは、あなたが自慢しているものはあなた自身のものではないこと、またいずれあなたは利子を払うことを考えなさい。[186]傲慢の誘惑にかられたときは、あなたの手本である人々のことを考えなさい。あなたの自由意思によってあなたが悪へと駆り立てられそうなときは、（悪い）行為をなしたいという意思や執着だけでも人間は裁かれるということを思い出しなさい。もちろん、実行にうつしたり致命的な言葉を放ったりしたら、その人は断罪されますし、はるかに重く罰せられます。その意志が邪悪なものであればあるほど、罪は重くなるのです。

最小限のことだけで済ませたいという誘惑にかられたときは、「自分の量る秤で量り与えられる。」[187]なにかを失って胸を

痛めているときは、「あなたはこの世になにももたらさなかったし、なにも取り上げえない」[188]ということを思い出しなさい。苦しいときは、この世の苦悩は将来の栄光とは比べものにならないことを思い出しなさい。[189]善いことを行ったという傲慢さによって得意になっているのであれば、これまであなたがいかに多くの善行をなしえなかったかを思い出しなさい。いま自分の善い行いを隠せば隠すほど、裁きのときにあなたはいっそう輝くでしょう。豊かさが不毛さに屈するときは、「一瞬の苦悩によって過去の喜びを忘れてはならない」[190]という一節を思い出しなさい。

高い称賛を与えられたときは、それはあなたを増長させる風のようなものであることを思い出しなさい。自分の肉体や力強さに惚れ惚れすることがあれば、それらがちょっとした熱によってたちまち奪われてしまうことを思い出しなさい。知識によって慢心したときは、あなたの知識は完璧ではなくてまだまだ隠されているものが多いことを思い出しなさい。「子供でさえ見えるときですら、あなたは盲目です」[191]と言われているとおりです。良い食べ物や飲み物や衣服に対して節度のない欲望を感じたときは、「愚かさをもって愚か者に答えなさい。」[192]つまり、あなたの朽ちるべき運命の肉体には、肉体はやがて塵の塊とうじ虫の餌となることを伝えなさい。[193]（修道院の）慣習によって課される負担やその規則の厳しさが苦痛に感じられたときは、「永遠の栄光が約束されるのであれば、どんな仕事も苦痛ではないし、どんな時間も長くはない」という聖ヒエロニムスの言葉を考えなさい。そして、自分の考えを顧みるときは、自分はたいへん上手くやっていると思うのではなく、まだ完璧には至っていない[194]と思いなさい。

馬の背に乗りたいという願望に悩まされたときは、散歩のために外へ出ただけのディナ[195]に何が起こったかを思い出しなさい。あなたが外出することがあなたの修道院のためになると思うときでも、エサウの外出のことを思い出しなさい。狩りに夢中になっているあいだに、彼は父親の祝福を失いました。[196]両親に会いたいという強い願望にかられたときは、ダビデの娘、タマルのことを思い出しなさい。彼女は父親の許可を得て病気の兄を見舞うために部屋を出ましたが、それでもその兄に襲われたのです。[197]

息子よ、いにしえの敵のあらゆる誘惑のなかでも、真昼の悪魔を避けるように特に次のものを避けなさい。修道院に入ったそのときから、（その修道院に）留まることはあなたにとって意味がなく、他の人生を、他の修道服を選んだほうが自分にとっても他の人々にとってもより有益なのではないか、という考えを決して心に抱いたり、育んだり、信じたりしてはならない。なぜなら、もしあなたがそれらの考えに耳と心を傾ければ、あなたの心は千々に乱れて、師の善き助言も（神の）恩寵の塗油も霊的味付けの香料も、心にとどめることができなくなるからです。あなたの心は、知恵を入れておけない壊れた壺のようになるでしょう。多くの誓願と職業の合間で何を選ぶべきか、あなたの気持ちは引き裂かれるでしょう。その結果、あなたが始めた善い行いに対する不満だけでなく大きな落胆が、あなたを圧倒してしまうという状況に陥ることになるでしょう。

「ネストル大修道の講話」[198]には、つぎのように記されています。「移り気で足場の定まらない心（の持ち主）は、自分の美徳や熱意を他人が褒めているのを耳にすると、すぐに手本や規律を受け入れようとしますが、それは無駄なことです。そのように（普段の）生き方を変えたり逸脱したりしようとしても、何も得られずむしろ失うことになるだけです。なぜなら、多くのものを追いかける者は何事も十分に達成しえないからです。ゆえに、自らが選んだ道と与えられた恩寵にしたがって、大いなる熱意と勤勉さとをもって割り当てられた仕事において完徳を求めることが、肝要です。他の人々の仕事と美徳を褒め称え、愛し、賛美しなさい。一度決めたら、誓願を行った場所を絶対に離れてはいけません。神への道はさまざまです。ですから、ひとりひとりが自分の道を極めるべきです。一度選んだことに対してゆるぐことのない専心をもって取り組めば、その一本道を進むことでやがて完徳が得られるでしょう。[199]」

もし修道院の壁に囲まれた誓願（生活）に不満を感じるようになったら、あなたのために柱に縛り付けられたキリストの忍耐と従順さを思い出しなさい。何度も何度も、聖ヒエロニムスの言葉を繰り返し熟考しなさい。「もし荒野の孤独に耐えられなくなったら、楽園の散歩を想像しなさい。楽園のなかを散歩しているあいだ、あなたは修道院のなかにはいな

いのですから。[200]」

仕事（の時間）を告げる拍子木が鳴らされるのを聞いたときは、アダムの最初の罪である不従順と、そのために科された罰のことを考えなさい。「お前のゆえに、土は呪われるものとなった。お前は、生涯食べ物を得ようと苦しむ。[201]」楽園から追放されたアダムが悲しみと嘆きに暮れたことを心のなかでよく考えなさい。美と輝きと甘美な喜びのなかに生きていたアダムが突然に暗くて恐ろしい牢獄へ、旱魃と死の象徴である土地へと放り出されたことに気づいたとき、アダムは死ぬほど涙を流して泣き叫んだに違いありません。また、迷子の子羊であるあなたを天国の群れに帰して楽園に戻すために、キリストがどれほど苦労したかを思い出しなさい。「まことに、彼は私たちの罪と悲しみを担い、私たちの悪行のために傷つけられた[202]」のである。彼は重荷を「担うのに疲れ果てた。[203]」「心して目を留めよ、よく見よ。彼が受けたほどの痛みがあったろうか。[204]」あなたのために「彼が自らをなげうち、死んで罪びとのひとりに数えられたからだ。[205]」

修道士たちの歌隊席へと呼ぶ合図が聞こえたら、神を賛美して神に感謝しなさい。神があなたを天使たちの食卓へ、楽園の音楽と竪琴へ、天上の歌へとあなたを招いているのだから。また、神があなたのために長く閉ざされた楽園の入口を開いてくれたことに、その貴い血を流して楽園の入口にある恐ろしい剣[206]をどけてくれたことに、感謝しなさい。

神に誉れと栄光あれ、永久に永遠に。アーメン。

『修練者の鏡』ここに終わる。

注

（1）リタマリー・ブラッドリーが「中世文学における『鏡』というタイトルの背景」という論文で概説しているように、十二世紀から十六世のラテン教父著作では「鏡」というタイトルがよく使われた。その背景には、「自らの魂を映し出すものとしての書物」というキリスト教の伝統的な書物観がある。Ritamary Bradley, “Backgrounds of the Title Speculum in Mediaeval Literature”, *Speculum*, vol.29, no.1, January 1954, Medieval Academy of America, pp.100-115 参照。『修練者の鏡』の序章にも、「これはあなたの鏡です。これらのことで自分が醜くなったと感じる分だけ、告白をしなさい。」という記述が見られる。

（2）中世イングランドにおいて修練者となることができたのは、成人と認められ結婚することが許された年齢、すなわち女子は満十二歳、男子は満十四歳以上であった。F. Donald Logan, *Runaway religious in England, c. 1240-1540*, Cambridge University Press, Cambridge, 1996, p.12 参照。

（3）修道院長らによって修道者になるための適性がないと判断された場合には、修練者はただちにその資格を剥奪され、修道院から追放された。ただし、修練者が強制的に追放されたのは、よほど重い罪を犯した場合のみであったと推測される。なぜなら、修道院から脱走した修練者が帰ってきた場合でも大修道院長はその者を三回までは受け入れなければならない、という主旨の勧告が聖ベネディクトゥスの『戒律』*Regula Sancti Benedicti*（以下、『戒律』と表記）第二九章にあるからである。古田暁 訳『聖ベネディクトの戒律』すえもりブックス、二〇〇〇年、一三三―一三四頁参照。なお、今日では修練期は一年以上二年以下と定められている（教会法第六四八条）。

（4）Edmond Mikkers, “Un «Speculum Novitii» inédit d'Etienne de Salley”, *Collectanea Cisterciensia*, 8, 1946, pp.17-68.

（5）Stephen of Sawley, translated by Jeremiah F. O'Sullivan, *Treatises*, Cistercian Fathers Series 36, ed. by Bede K. Lackner, Cistercian Publications, 1984. ソーリのスティーヴンの著作と考えられている『修練者の鏡』*Speculum noviti*、『三つの霊操』*Triplex exercitium*、『聖務日課の詩編朗唱について』*De informatione mentis circa psalmo diam diei ac noctis*、『聖母の喜びについての瞑想』*Meditationes de gauditis beatae et gloriosae semper Virginis Mariae* の英訳が収録されている。

（6）うち一枚は遊び紙 flyleaf で、もう一枚は木製ボードに糊付けされたペーストダウン pastedown。写本本体部分の傷みを防ぐため、装丁時に使用済みの羊皮紙を使って遊び紙やペーストダウンといった「見返し」を付ける習慣があった。

（7） 慶應義塾図書館蔵、請求番号142X-43-1。なお、この写本がシトー会で制作されたものだということは、シトー会写本独特の句読点プンクトゥス・フレクスス punctus flexus の使用からもわかる。

（8）『修道生活についての文書』ed. by J.-P. Migne, “Alia documenta vitae religiosae”, *Patrologia cursus completus, Series latina*, Garnier Fratres, Paris, 1844–1976, 1177–1182. 以下、ミーニュの『ラテン教父著作集』は *PL* と略す。

（9） イングランドの写本はもともと各コラムの一番上の罫線の上からテクストを書き始める習慣があったが、聖書註釈書のレイアウトの影響を受けて、十二世紀末以降しだいに各コラムの一番上の罫線の上からではなく下からテクストを書き始めるようになり、十三世紀末までにはその新しい様式が定着した。N.R. Ker, “From ‘Above Top Line’ to ‘Below Top Line’: A Change in Scribal Practice”, *Celtica*, The Dublin Institute for Advanced Studies, V, 1960, pp.13–16 参照。

（10） 羊皮紙は貴重品だったので、写本の補強材として使用される見返しには、何も書かれていない新品ではなく、不要になった書写済みの羊皮紙が使われた。そのため、見返しに書かれているテクストは、写本装丁が行われた時期よりも前に成立したものであると結論づけられる。

（11） レクシントンのスティーヴンの『アイルランドからの書簡』ラテン語校訂文は ed. by Bruno Griesser, “Registrum Epistolarum Stephani de Lexington”, *Analecta Sacri Ordinis Cisterciensis*, Annus II (1946), Fasc.1–4, Curia Generalis Sacri Ordinis Cisterciensis, 1–118 および Bruno Griesser, “Registrum Epistolarum Stephani de Lexington”, *Analecta Sacri Ordinis Cisterciensis*, Annus VIII (1952), Fasc.3–4, Curia Generalis Sacri Ordinis Cisterciensis, 181–378 参照。英訳は Stephen of Lexington, translated by Barry W. O’Dwyer, *Letters from Ireland 1228–1229*, Cistercian Fathers Series 28, Cistercian Publications, 1982 参照。

（12） レクシントンのスティーヴンの略歴については、Stephen of Lexington, translated by Barry W. O’Dwyer, *Letters from Ireland 1228-1229*, Cistercian Fathers Series 28, Cistercian Publications, 1982, pp.3–13 および C.H. Lawrence, “Stephen of Lexington and Cistercian University Studies in the Thirteenth Century”, *The Journal of Ecclesiastical History*, Faber and Faber, Vol. XI, No.2, October 1960, pp.164–178 参照。

（13） 『修練者の鏡』というタイトルが記されているのはブリュッセル写本だけである。ミーニュの『ラテン教父著作集』（*PL*）では、『修道生活についての文書』*Alia documenta vitae religiosae* と題されている。慶應写本を含むその他の現存史料には特にタイトルが記されていない。そうした状況から、『修練者の鏡』というタイトルはブ

リュッセル写本にかかわった編者や写字生によってつけられたものと推察される。そして、それ以前の題名がわからないために、中世の修道院蔵書目録を使ってこの作品の伝承史を調査することはきわめて困難となっている。

(14) 管見では、『告白の鏡』のテクストはまだ刊行されていない。現在、本稿著者がラテン語本文の翻刻中である。

(15) シャープは、William Farrer & J. Brownbill, *The Victoria History of The Counties of England, Lancashire*, Vol.2, Dawsons of Pall Mall, 1966, p.139 の「スタンローとホワイリーの大修道院長」Abbots of Stanlaw and Whalley を調べた。

(16) Richard Sharpe, *A Handlist of The Latin Writers of Great Britain and Ireland before 1540, with Additions and Corrections*, Publications of The Journal of Medieval Latin, Brepols, 2001, pp.632-634 の一六七〇番と一六七五番参照。

(17) Yukie Baba, Neil McLynn, "On Confession: A Cistercian Treatise in Keio University Library", *Codices Keiomensis: Essays on Western Manuscripts and Early Printed Books in Keio University Library*, ed. by Takami Matsuda, Keio University Press, 2005, pp.31-68.

(18) 本稿の試訳では「序章」とした。

(19) 修道院日課の名称と順番は、朝倉文市『修道院』(講談社、一九九五年、一三八頁)を参考にした。ただし、朝倉も断っているように、この修道院日課はシトー会のすべての修道院に共通だったものではないし、解釈も研究者によって異なっている。

(20) 『戒律』第五八章。

(21) 『戒律』第五八章。

(22) 『戒律』第三九章、第四十章、および『総会決議事項』第十二章。

(23) シトー会は、会全体が同一の信念と生活様式を共有することの重要性を、その設立当初から強く意識していた。そのことは、『シトー修道院創立史』*Exordium Cistercii* 第一章の「二十一名の修道士は、志を一つにして、その修道院の父、すなわち、幸いな記憶のロベルトと共に出発し、一つの霊によって心に抱いたことを、一致協力して完成しようと努めました。」という記述や、『総会決議事項』第九章の「少なくとも聖務に関しては同一の書物、同一の衣服、同一の食物、そして最後に、万事について同一の生活上の諸様式と諸慣習が守られなければなりません。」という記述からもうかがわれる。灯台の聖母トラピスト大修道院編『シトー修道会初期文書集』中央出版社、一九八九年、一四四頁、一六四頁。

(24) シトー会では、聖ベルナール学院などが設立されたのちも、神学を学ぶことは禁止されていた。また、レクシントンのスティーヴンがクレルヴォー大修道院長を罷免されたのも、修練者たちの学院入学を導入しようとしたことが

原因のひとつだった。

(25) ピタンティア pitantia は祝祭のときなどに許される少量の贅沢な食事。

(26) 音を表すためにドレミ（中世では「ウト、レ、ミ…」Ut, Re, Mi…）のほかにアルファベットのＡＢＣが使用されていた。皆川達夫『楽譜の歴史』音楽之友社、一九八五年、一―二頁

(27) Stephen of Sawley, translated by Jeremiah F. O'Sullivan, "A Mirror for Novices", *Treatises*, Cistercian Fathers Series 36, ed. by Bede K. Lackner, Cistercian Publications, 1984, pp.83-122.

(28) 「告白するために、自分の罪の歴史を物語のようにしゃべり、自分の魂の病状をよどみなく数えたてる人は、ほとんど後悔も、痛恨の情もない人です。」サン・チェリのギョーム著、高橋正行訳『神の山の兄弟たちへの書簡　黄金の書　観想生活について』あかし書房、一九八八年、八三頁。後註（158）参照。

(29) 序章で述べられている「一般的な告白」とは別に行われる日常的な告白を意味していると思われる。第十八章には「告白には週に二回行きなさい」という記述もみられる。

(30) 『戒律』第六章は、悪い言葉のほか、無駄話や笑いを誘う言葉も禁じている。

(31) 『戒律』第四三章には、集合合図を聞いたら急いで聖務日課のために集合すべきこと、遅刻したら罰として注目を浴びる場所に立たされることが明記されている。

(32) 交唱 antefana(antiphona, anthiphona)。アンティフォナとも言う。聖務日課で歌う詩編や賛歌。

(33) 集祷文 collecta ミサにおいて唱えられる祈祷。

(34) 『詩編』二二：七

(35) 宵課 vigiliae

(36) *PL*185；1015 参照。

(37) 朝課の交唱。聖十字架の日（九月十四日）。

(38) 『哀歌』二：九

(39) 『詩編』一四三：七

(40) 『詩編』六二：六

(41) 『詩編』七〇：八

(42) 歌隊席 chorus は礼拝堂で典礼を行うときに二手に分かれる。

(43) 『コリントの信徒への手紙二』二：三〇

(44) 『マルコによる福音書』一四：四

(45) 『ルカによる福音書』一五：一七

(46) 『詩編』八四：九

(47) 『ヨハネによる福音書』七：三七

(48) 『詩編』三三：九

(49) 『ヘブル人への手紙』一三：一六

(50) 『ルカによる福音書』一八：三八

(51) 『詩編』四一：五

(52) 『詩編』一〇五：五

(53)『詩編』九二：四
(54)『詩編』九二：四
(55)『詩編』二〇：四
(56)『ヨハネの黙示録』五：九、『詩編』一〇二：四
(57)『コロサイの信徒への手紙』三：一七
(58)『ペトロの手紙一』二：二
(59)「賛美したいならば、こう言いなさい」Vis audire admirantem? Dicit…
(60)『詩編』八：二
(61)『詩編』三一：二〇
(62)『詩編』八四：五
(63)『詩編』八四：二
(64)『詩編』九二：六
(65)『詩編』一一九：一〇三参照。
(66)「称賛したいならば、こう言いなさい」Vis audire benedicentem tibi? Dicit…
(67)『詩編』一一三：二
(68)『詩編』一四五：一〇
(69)『詩編』一四五：二一
(70)『詩編』一〇三：一三
(71)『詩編』四二：二
(72)『詩編』一四三：六
(73)『詩編』六三：六
(74)『詩編』一〇三：一四
(75)『詩編』一〇三：一五
(76)『詩編』一二九：六
(77)『詩編』四二：三
(78)『詩編』四四：二四
(79)『詩編』四四：二五
(80)『詩編』四二：一〇
(81)『マタイによる福音書』一四：二〇
(82)『マタイによる福音書』一五：二七
(83)『コリントの信徒への手紙一』二：九
(84)『詩編』六八：一一
(85)『イザヤ書』三：七
(86)『詩編』一〇二：五
(87)『詩編』八一：一一
(88)『出エジプト記』一六：三一 - 三六
(89)『詩編』三五：一〇
(90)『詩編』三五：一〇
(91)『列王記上』一九：八
(92)『詩編』三四：一一
(93)『詩編』九一：三
(94)『詩編』一五〇：五
(95)『コリントの信徒への手紙二』三：七
(96)『ヨハネによる福音書』二〇：三〇
(97)『隠修者のための規則』*Institutio inclusae*（一一五八 - 六三年）。リーヴォーのエルレッド（一一〇九頃 - 一一

六七年）が女子隠修者のために執筆した規則。

(98) 「瞑想について」*Meditationes*

(99) 『ルカによる福音書』二：二五－三五

(100) 『ルカによる福音書』二：四六

(101) 『ルカによる福音書』三：二一－二二

(102) 『ルカによる福音書』四：二

(103) 『箴言』八：三一

(104) 『ルカによる福音書』四：二二

(105) 『ヨハネによる福音書』四：七－一五

(106) 『ヨハネによる福音書』一一：三五

(107) 『マルコによる福音書』一四：五〇

(108) 『詩編』一四一：二

(109) 『ヘブライ人への手紙』四：一二

(110) 『詩編』一〇四：二五

(111) 『詩編』九五：四

(112) 『ルカによる福音書』一：七九

(113) 慶應写本第三二葉表第一段第一行目のテクストは『修練者の鏡』第六章の途中から始まっている。

(114) 『ヨハネによる福音書』二〇：二八

(115) 『詩編』六八：三

(116) 慶應版では、ここで音階のたとえが使われている。(Baba & McLynn, 2005, pp.67-68.) 註（26）参照。

(117) 『詩編』七六：一一

(118) 『詩編』三三：二

(119) 『詩編』一一九：五四

(120) 『詩編』一〇八：二

(121) 当時の修道院における「三時」は午前九時頃。ただし、季節によって異なる。

(122) 『エフェソの信徒への手紙』六：一一

(123) 毎日行われる集会 capitulum では、戒律や会則に対する違反の告白や告発が行われた。ルイス・J・レッカイ著、朝倉文市・函館トラピスチヌ訳『シトー会修道院』一九八九年、平凡社、四六八－四六九頁参照。

(124) ここでは「裁き、裁判」の意。

(125) シトー会はその修道生活において、手を使う仕事、すなわち労働の実践を重視している。「怠慢は霊魂の敵である。そこで兄弟は一定の時間を手作業に当て、さらに他の一定の時間を聖なる読書に割くものとする。」(『戒律』四八：一)「私たちの先祖と使徒たちがそうであったが、自分の手を使い働くことにより生活して初めて真の修道士と言えるのである。しかし何ごとも柔軟な精神の持ち主をおもんばかり、節度をもって行わなければならない。」(『戒律』四八：八－九)

(126) 「肉の衝動」carnis stimulis 性的衝動の意。Ambrosius Mediolanensis, *De virginis*, *PL* 238:106; Aelredus Rievallensis, *Sermones de oneribus*, *PL* 195: 452; Anselmus Cantuariensis, *Exhortatio ad contemptum temporalium et desiderium aeternorum*, *PL* 158.

(127) 「城塞へ行け」Vade ad castra. の *castrum*、（複）castra は「城下町」の意か。『シトー修道院創立小史』*Exordium Cisterciensis coenobii (Exordium parvum)* 第一五章に「聖なるベネディクトが共住修道院共同体を都市、城塞、荘園のなかではなく、人々の往来から離れた場所に建てたことを、かの聖なる人びとは知っていましたので、自分たちにも熱心にそれに見倣うことを約束していました」とあるように、シトー会の修道院は人里離れた場所に造られる決まりだった。灯台の聖母トラピスト大修道院、一九八九年、六二－六三頁

(128) 全員が揃って同時に食卓で食事を取ることは『戒律』にも定められており、定刻以前ないしは以後に食堂に来る者は処罰の対象となった（『戒律』四三：一三－一四、四四：九）。

(129) 「それを全部とりかえてもらったりせずに」non ea permittas omnino mutari は、「まったく手をつけずに下げてもらう」の意か。

(130) 『戒律』は重い病気にかかっている患者以外の者が四足獣の肉を食べることを禁じているが、魚の肉を食べることは特に禁止されていない（『戒律』三九：一一）。それゆえ中世のシトー会は貴重なタンパク源として、あるいは収入源として、多くの修道院に養魚池をつくって魚を養殖していた。（レッカイ、一九八九年、四一一頁）ミッカースはビタンティアとして魚が食されていた可能性を指摘している。（Mikkers, 1946, p. 56）レッカイ、一九八九年、四七一頁参照。

(131) 『詩編』一三〇：七参照。

(132) 「パンの三分の一」tertiam partem de pane というフレーズは『戒律』にも見られる。『戒律』第三九章は、一日の食事が昼食だけのときも、昼食と夕食の二回に渡るときも、一日に与えられるパンの総量は一リブラ（約三〇〇グラム）と定めている。また、食事が二回ある日は、修道院の食糧管理担当者である総務長が全員から「一リブラのパンの三分の一」を夕食まで預かることが決められている。古田、二〇〇〇年、一五九―一六二頁参照。

(133) 節制によって中世シトー会の人々は、『戒律』が定めている分量よりも実際には少ない量の食事をとっていたことがわかる。こうした節制を好む傾向は中世以来のシトー会の特徴のひとつであり、クレルヴォーのベルナールの『雅歌について』にも「パンも、重量を正確に計って食べます。あんまりたくさん食べると、お腹が膨れて、神様にお祈りするとき、信心の念が湧かないようになるからです。」（『雅歌について』第六六説教）という記述を見てとることができる。聖ベルナルド著、山下房三郎訳『雅歌について(三)』、あかし書房、一九九〇年、三七二頁。

(134) 「完全な節食」abstinentiam omnino 断食の意。

(135) 「完全な節食を私は禁止する」Abstinentiam omnino interdico tibi ne facias 一人称単数が用いられている。

(136) 健康のために、育ち盛りの者は節食を控えめに行うべきであることが明記されている。

(137) 副食は原則二品と定められている。好き嫌いは「弱さ」として容認されており、好みに応じて一品だけ選んでもよいし、両方を選んでもよかった。(『戒律』三九：一－三)

(138) 『戒律』は一日のワイン摂取量の上限を原則として一ヘミナと規定している。(『戒律』四〇：一－九)ヘミナの分量には諸説ある。レッカイは七五〇ミリリットルという説を紹介しているが(レッカイ、一九八九年、四七三頁)、古田は約二五〇ミリリットルという説をもとりあげている(古田、二〇〇〇年、一六五頁)。

(139) ワインで酩酊したノアは裸になり、それを息子に見られた。(『創世記』九：二一－二七)；ワインで泥酔していたロトは自分の娘たちを孕ませた。(『創世記』一九：三〇－三八)；宴会で泥酔したナバルは翌朝昏睡状態に陥り、まもなく死んだ。(『サムエル記上』二五：三六－三八)

(140) 「かの使徒は…(中略)…出されたものに満足しなさいと言っている」Apostolus … didicit esse contentus praesentibus.「かの使徒」とはパウロのこと。「(金銭に)執着しない生活をし、今持っているもので満足しなさい」Sint mores sine avaritia contenti praesentibus(『ヘブライ人への手紙』一三：五)

(141) 夢精についてはヨハネス・カシアヌスも『要綱』*Coenobiorum institutis* のうちの1つの章を割いている。(『要綱』第一一章「どのように夢精を公表するべきか」*PL*49:280A-281A.)

(142) ミッカースはクレルヴォーのベルナール『聖マラキアス伝』二九：六五にもこの慣習の事例が見られることを指摘している。(Mikkers, 1946, p.57.)

(143) 『サムエル記上』二：三〇

(144) 『ルカによる福音書』一四：一一

(145) 『ペトロの手紙一』五：五；作者不明、伝サン＝ヴィクトールのフーゴ『小品集』; *PL*177:684A; クレルヴォーのベルナール『書簡集』; *PL*182:287C.

(146) 『詩編』一一一：一〇。

(147) 『総会決議事項』には、大修道院に必ず備えるべき書物として「詩編集、賛歌集、祈願集、交唱集、昇階唱集、戒律、ミサ典礼書」の七冊があげられており(第九章)、また、各シトー会修道院で内容が共通でなければならない書物として「ミサ典礼書、〔福音書の〕本文、書簡集、祈願集、昇階唱集、交唱集、賛歌集、詩編集、教父朗読集、戒律、典礼暦」の十一冊があげられている(第十章)。

(148) ベネディクトゥス『戒律』

(149) アウグスティヌス『詩編註解』*Errationes in Psalmos*

(150) 『詩編註解』第三〇編。『詩編』三一：一

(151) 『詩編註解』第一〇九編。『詩編』一一〇：一

(152) 『詩編註解』第一一九編。『詩編』一一九：一

(153) 『詩編註解』第一五〇編

(154) ホイランドのギルバート『雅歌について』。クレルヴォーのベルナール（一〇九一‐一一五三年）の代表作のひとつである雅歌註解書『雅歌について』を引き継いで、ホイランドのギルバート（一一七二年没）、ペルセイニュのトマス（一一九〇年没）、フォード大修道院長ジョン（一二二〇年没）、スタンフォードのギルバートら、複数のシトー会著作家たちが同題の作品を著した。（レッカイ、一九八九年、二九八頁）

(155) ヨハネス・カシアヌス『霊的談話集』*Collationes*. カシアヌス（三六〇頃‐四三〇／四三五年頃）はエジプトの修道院で東方修道制の影響を強く受け、『霊的談話集』の他に『共住修道制規約および八つの罪源の矯正について』*De institutis coenobiorum et de octo principalium vitiorum remediis* などの修道生活指導書を著している。（ヨハネス・カッシアヌス著、市瀬英昭訳『霊的談話集』中世思想原典集成4　初期ラテン教父、平凡社、一九九九年、一一〇八―一一一四頁。）『戒律』の第四二章はカシアヌスの『霊的談話集』について、第七三章は『霊的談話集』と『共住修道制規約および八つの罪源の矯正について』について言及している。

(156) ヒエロニムス『書簡集』*Epistolae*. ヒエロニムス（三四七‐四一九／四二〇年）が様々な人に宛てて書いた書簡の集成。共住修道制と隠修生活の双方の美徳に関する入門者向けの作品が多い。（ヒエロニュムス著、荒井洋一訳『書簡集』中世思想原典集成4　初期ラテン教父、平凡社、一九九九年、六三五―七三三頁。）

(157) リーヴォーのエルレッドの著作には『愛徳の鏡について』*De speculo caritatis* や『霊的友愛について』*De spirituali amicitia* などが含まれる。（リーヴォーのアエルドゥス著、矢内義顕訳『霊的友愛について』中世思想原典集成10　修道院神学、平凡社、一九九七年、六一三―六九四頁。）

(158) サン＝ティエリのギヨーム『モン＝ディユの兄弟たちへの手紙』*Ad Fratres de Monte Dei*. 一一四四年頃に執筆された『黄金の書簡』*Epistola aurea* とも呼ばれるこの作品は、ギヨーム（一〇八〇／八五‐一一四八年）がかつて訪問したモン＝ディユ修道院のカルトゥジア会士たち、特に修道生活の初心者たちに宛てて書かれた修道生活指導書である。（サン・チェリのギヨーム著、高橋正行訳『神の山の兄弟たちへの書簡　黄金の書　―観想生活について―』あかし書房、一九八八年。）

(159) ヒエロニムス『書簡集』第一三〇参照。

(160) 『雅歌』一：七参照

(161) 『ヨハネによる福音書』一三：三六―三七

(162) 『使徒言行録』八：二〇

(163) 『マルコによる福音書』八：三三

(164) 『ルカによる福音書』一一：七

(165) 埋葬される修道女に十字架を持たせていた、という意

味か。

(166) 十字架のキリスト像の頭部が動くという奇跡は、ドイツのシトー会士で修練長でもあったハイステルバッハのカエサリウス（一二四五年頃没）が編纂した『奇跡についての対話』*Dialogus miraculorum* 第八巻二一章にも見られる。Caesarius of Heisterbach, translated by H. von E. Scott & C.C. Swinton Bland, *The Dialogue of Miracles*, Vol. 2, George Routledge & Sons, London, 1929, pp.23-24.

(167) この奇跡譚の出典は不明。

(168) 第一章で述べられている「日々の告白」のことか。

(169) 『キリストに倣いて』一〇：二

(170) 『エフェソの信徒への手紙』四：二九

(171) 死者のための聖務日課より。

(172) いわゆる「アタナシオス信条」。「クイクムクエ信条」とも言う。

(173) 痛悔詩編とも言う。六章、三二章、三八章、五一章、一〇一章、一三〇章、一四三章の七つの詩編から成る。

(174) 『戒律』第七一章参照。

(175) ゲラルドゥスがどういう人物だったかは不明。

(176) 出典不明。

(177) 『マタイによる福音書』二七：四五参照。イエスが十字架にかけられているとき、昼間だというのに暗くなるという現象が昼の十二時から三時まで続いた。当時の修道院における「六時」は現在の正午頃、「九時」は現在の午後三時頃。

(178) 偽ベルナルドゥス。ホイランドのギルバート『雅歌について』二：一、*PL* 184:210 参照。

(179) 『ルカによる福音書』二三：四二

(180) 『マタイによる福音書』二七：五四

(181) 『ヨハネによる福音書』一九：三八―四二。ヨセフとニコデモはイエスの遺体を十字架から降ろして埋葬した。

(182) ここでは悪徳として、まず「憂鬱・無気力」、「情欲」、「不従順」、「不忍耐」、「虚栄」、「傲慢」、「悪意」の七大罪があげられている。

(183) 『イザヤ書』二二：一三

(184) 『箴言』二七：一

(185) 『サムエル記上』一五：二三

(186) 他人のものを借りると利子を払うことになる、という意味。

(187) 『マタイによる福音書』七：二

(188) 『テモテへの手紙一』六：七

(189) 『ローマの信徒への手紙』八：一八

(190) 出典不明。

(191) 出典不明。

(192) 『箴言』二六：五

(193) 『マカバイ記二』二：六二、『ゼファニヤ書』一：一七、『ヨブ記』二五：六、『詩編』二一：七

(194) 『マカバイ記一』一三：五。『民数記』六：二一参照。

(195) 『創世記』三四：一。ヤコブとレアの娘ディナは土地の娘たちに会いに出かけた際、ヒビ人ハモルの息子シケムに強姦された。
(196) 『創世記』二七：一－四六。父イサクに料理を作るためにエサウが狩りに出かけている間、エサウの弟ヤコブが兄になりすまして父の祝福を受けてしまった。
(197) 『サムエル記下』一三：一－一四。ダビデの息子アムノンは仮病をつかって異母妹タマルを自分の家へ呼び出し、彼女を強姦した。
(198) 「ネストル大修道院長の講話」In *Collatione abbatis Nestoris.* ヨハネス・カシアヌス著『霊的談話集』*Collationes* の第十四講話のこと。
(199) ヨハネス・カシアヌス『霊的談話集』第十四講話第五－六章。*PL* 49:959-960。
(200) ヒエロニムス『書簡』第十四「ヘリオドルスへの手紙」*PL* 22:354。
(201) 『創世記』三：一七
(202) 『イザヤ書』五三：四
(203) 『イザヤ書』一：一四
(204) 『哀歌』一：一二
(205) 『イザヤ書』五三：一二
(206) 『創世記』三：二四

本稿の執筆に際して、お茶の水女子大学大学院教育改革支援プログラム「日本文化研究の国際的情報伝達スキルの育成」平成二十年度海外アカデミック・ディスカッションの助成を受けました。関係者の皆様に心よりお礼を申し上げます。

（お茶の水大学大学院博士後期課程）