

聖山アトス修道院における大齋と奉神礼

中西裕一*

ΣΑΡΑΚΟΣΤΗ ΚΑΙ ΘΕΙΑ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΑ Ι.Μ.ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΟΡΟΥ ΑΘΩ

Γιούτζι ΝΑΚΑΝΙΣΙ*

Keywords: ΠΑΣΧΑ, ΚΟΙΝΩΝΙΑ, ΤΕΣΣΑΛΑΚΟΣΤΗ

序

本稿では、アトス山メグステイス・ラヴラ修道院 (ΙΕΡΑ ΜΟΝΗ ΜΕΓΙΣΤΗΣ ΛΑΤΡΑΣ ΤΟΥ ΑΓΙΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΑΓΙΟΝ ΟΡΟΣ)^{※1)}における、大齋期間^{※2)}における奉神礼の流れと修道院の生活について、祈祷書『三歌齋経』^{※3)}にもとづいて報告する。

まず、『三歌齋経』に含まれる奉神礼は大齋期間に先立つ準備期間(三週間)、大齋期間(第一週から聖枝週の金曜日まで)、受難週間(一週間)、あわせておよそ十週間となり、主要なものは以下のとおりである(カッコ内の日づけは二〇〇四年の例である)。税吏およびファリセイ^{※4)}(パリサイ)の主日(二月一日)、蕩子(放蕩息子)の主日(二月八日)、断肉のスポタ(二月十四日)、断肉の主日(二月十五日)、乾酪週間(二月十六日～二十二日)、乾酪週間の主日(二月二十二日)、大齋第一週間～大齋第五週間(二月二十二日～三月二十八日)、大齋第一主日～大齋第五主日(二月二十九日から三月二十八日までの主日)、大齋第五週間アカフィストのスポタ(三月二十七日)、聖枝週間(三月二十九日～四月四日)、聖枝週間ラザリのスポタ(四月三日)、聖枝主日(四月四日)、聖大月曜日(四月五日)、聖大火曜日(四月六日)、聖大水曜日(四月七日)、聖大木曜日(四月八日)、聖大金曜日(四月九日)、聖大スポタ(四月十日)および復活祭(パスハ)

の早課に先立つ夜半課である。復活祭の喜びを成就させるために正教徒は大齋においてその準備をすすめる。『三歌齋経』の祈祷文には正教徒の復活祭に向けた齋と痛悔の祈り、キリストの受難を思いおこす祈りなどが凝縮されている。ここでは、この祈祷書に基づいた奉神礼が最も忠実におこなわれる修道院の生活をみる。

1. 修道院における奉神礼

さて、『三歌齋経』に基づいた大齋期間や受難週間の奉神礼は、通常の祈祷の組み立てとは異なり独特のものがあることから、あらかじめ修道院における平時(五旬祭後から大齋期間にはいる前の期間の、徹夜祷がある祭日を除く日)の祈りについて概観しておく。

(1) 平時の主日や平日の徹夜堂歌(徹夜祷)^{※5)}の無い日
16:00～17:00, 第九時課, 晩課
17:00～17:30, 夕食
17:30～18:30, 晩堂課(生神女のアカフィストを含む晩堂小課)
18:30～19:30, パラクリシス(生神女や聖人への轉達祈願の祈り)^{※6)}

その後、自室で自らの祈りの時にはいり、それを終えると就寝する

03:00～08:00, 夜半課, 早課, 第一時課, 第三時課, 第六時課, 金口イオアン聖体礼儀^{※7)}

*日本大学生産工学部教養・基礎科学系教授

08：30～09：00，朝食（当日が水，金曜日にあたる場合は無し）

その後，労働あるいは自室における祈りの時となる

(2) 平時の主日や祭日など徹夜堂歌（徹夜袴）のある日

16：30～17：00，第九時課，小晩課

17：00～17：30，夕食

17：30～18：30，パラクリシス（生神女や聖人への轉達祈願の祈り）

21：00～03：00，晩堂課（晩堂小課），大晩課（リティアを含む），早課（ポリエレイ^{キリ}あり），第一時課（徹夜堂歌がある場合，夜半課はおこなわれない）

07：00～09：00，小聖水式，第三時課，第六時課，金口聖体礼儀

09：30～10：00，朝食

その後，労働あるいは自室における祈りの時

さて，正教徒は平時では毎週水曜日（ユダの裏切りの日）および金曜日（キリストの受難の日）は齋の日と決められていて節食する。また，大齋はおおよそ四十日間にわたる節食期間となる。修道院においては奉神礼と食事との関わりが深く，例えば平時の奉神礼の流れのなかにあつて，トラペザ（食堂）で食事のできる機会は，晩課を終えたおおよそ十六半～十八時頃と，朝の聖体礼儀後のおおよそ九～十時頃ということになる。すなわち，平時の場合は一日二食以上をとることはない。

2. 齋の基本的ルール

さて，ここで正教会の齋の実際について触れておく。

齋とは一定のルールに基づく「禁食」である。正教会暦^{キリ}によれば，食物は基本的に次の四つのカテゴリーに分けられる。(1) 肉類，(2) 乾酪類(牛乳，チーズ，バター，卵，動物性の脂肪)，(3) 魚，(4) 油とワイン，である。平時の「齋の日」である水曜日，金曜日にはこのすべてのカテゴリーの食物をとることが禁じられる。したがって齋の期間のトラペザでは，野菜，穀類，芋類を主体とした食事や果物が提供され，奉神礼との関係で一日一食となる。

ここで，大齋とその関連の期間の齋の実際を概観しよう。まず，税吏およびファリセイの主日から蕩子の主日までの期間は，不禁食週間と称して，通常の水曜日，金曜日の齋も解除される。来るべき齋に具える意味もあり，後にも触れるが，ファリセイの行いを思い起こし^{キリ}，内的な意味を忘れて形式的な齋だけに走ろうとすることを戒める意味が確認される。次の蕩子の主日から断肉の主日までは，水曜日，金曜日の通常の齋はおこなわれるが，断肉を前にして，蓄えた肉類を食べ尽くす期間でもある^{キリ}（しかしながら修道院において，肉類は常にとらない）。断肉の主日の翌日から，乾酪週間の主日（大齋期間にはいる前日）までを乾酪週間と称して，肉類は禁じら

れるが乾酪類は許される。修道院においては，この期間の水曜日，金曜日を含めて毎日のように卵とチーズが食卓にのぼり，加えて魚の料理もほぼ毎日とる。この期間で厳しい大齋第一週間にそなえて栄養を補給しておく意味も大きい。

乾酪週間の主日を終わると大齋が始まる。正確には乾酪週間の主日の晩課が終了し，トラペザで夕食を終え（この食事はとりわけ豪華であることが多い），聖堂に移動せず，その場で食後の祈りである晩堂課を祈った直後より大齋期間にはいる。この時，トラペザで食事を終えた修道士と巡礼者たちすべては，お互いに抱き合つて（総当たりで）「よき齋を（*καλή σαρακοστή*）」という言葉をかけあふ。修道院における生活は，様々な面で世俗の生活と比べたら比較にならないほど厳しいものであるとも言える。しかし，それは世俗に暮らすわれわれから見た物差しによるにすぎない。あえて言うならば，むしろ修道士たちは「喜び」とともに齋期間を過ごしていくとみるべきである。

『三歌齋経』によれば，齋の内的な意味は以下に示されたとおりであるので，その本旨が忘れられて，形式的な禁食を続ける行為は厳に戒められる。

「我等主に悦ばれ受けらるる齋を守らん，真の齋は乃ち悪事を離れ，舌を慎み，怒りを積み，諸欲を断ち，毀謗（そしり），詐譎（いつわり），誓に背くことを除く，此れ真の齋にして受けらるべき者なり。」^{キリ}

3. 齋と奉神礼

さて，大齋期間にはいり，その第一週目は最も厳しい齋の期間となる。大齋の平日は，その全期間にわたって奉神礼との関わりから公式に食事をとれる機会は一日一回までである。大齋期間の平日の聖体礼儀（*λειτουργία*）^{キリ}は毎水曜日，金曜日に行われる先備聖体礼儀^{キリ}のみであるから，最も厳格に齋を行う場合は，大齋第一週間においては月曜日と金曜日に行われる先備聖体礼儀後の食事の二回のみに限られることになる。しかしながら，修道院においても，齋は形式的なルールではないので，個人的な事情で案配も可能である。すなわち，年齢や自らの体力などを顧みて，それが可能ならば厳格な食事制限を実行し，それが不可能ならば，通常は晩課の終了後にトラペザで配られるお茶や水と乾燥食品^{キリ}を自室に持ち帰つて食することもできる。また，前述した四つのカテゴリーに属する食品類に該当しない，鳥賊，蛸，海老や貝類などは食することも可能であるが，第一週目には修道院ではこれらを食することも原則的にはありえない。

大齋期間の食事の回数がどうしても一日一食にならざるを得ない理由について触れておく。すでに述べたよう

に、復活祭へ向けた大齋期間にはいと奉神礼の流れが平時と大きく変わる。『三歌斎経』はとりわけ大部の祈祷書であり、祈祷時間も長く、聖歌の調子も重いものとなり、キリストの受難の象りの体験が強く意識される。聖堂内も暗く灯りを落とし、平日は司祭、輔祭の祭服も埋葬を暗示する黒を着用する。しかし、そういう時だからこそ節食するのではないかという漠然とした理由からではなく、修道院の生活は、結局は奉神礼に基づいてすべて進められているから、下記のように祈祷書に記された奉神礼の次第から、一日一食という生活が必然的となる。

まず、大齋期間の平日には通常の聖体礼儀、金口イオアン聖体礼儀、聖大ワシリイ聖体礼儀は行われぬ。すなわち、パンと葡萄酒を司祭が聖神（聖霊）を呼んで、キリストの体血に変化させる祈りをともなう聖体礼儀は土曜日と主日のみ可能となる。しかし、大齋期間の平日は聖変化の機密が行えなくなるということだけで、ご聖体をいただくことは可能である。平日の領聖^{〔xvii〕}のために直前の主日に、前もって余分に聖変化させておいたご聖体を宝座（祭壇）に安置しておき、それを平日に食する聖体礼儀が用意されている。これを「先備聖体礼儀」（問答者グリゴリイの聖体礼儀）と呼ぶ。先備聖体礼儀は、通常は大齋期間の水曜日、金曜日に行われるきまりがある。他の曜日（実際に水曜日、金曜日以外）に行われる例は、その日が聖人などの祭日の場合である^{〔xviii〕}。

しかし、この先備聖体礼儀は聖変化のある平時の聖体礼儀（通常は「金口イオアン聖体礼儀」）の構成とは大きく異なっている。まず、時課との関係において、平時に行われる金口イオアン聖体礼儀は、朝の奉神礼の中に位置づけられていて、夜半課、早課、第一時課、第三時課、第六時課を祈った後、午前中に必ず行われるしくみになっている。しかし、先備聖体礼儀は、必ず晩課に次いで行われる。すなわち、夜半課、早課、第一時課、第三時課、第六時課、そして第九時課、晩課、先備聖体礼儀の流れとなるから、この先備聖体礼儀は暮れの祈りの中に位置づけられており、どうしても午後にならざるをえない。このような齋期間中の奉神礼の流れは以下のとおりである。

大齋期間中の平日の奉神礼

03：00

夜半課

早課

第一時課

07：00 終了

自室に戻り休息（まだ聖体礼儀が終わっていないので食事はできない）

11：00

第三時課

第六時課

第九時課

晩課

先備聖体礼儀（水曜日、金曜日と祭日）

14：00 昼食

16：00

晩堂課（この祈りを終えると、次の日の聖体礼儀後まで食事はできない^{〔xviii〕}）

20：00-21：00 頃に就寝

4. 齋と先備聖体礼儀

こうしてみると、トラベザにはいり食事をすることができるのは、基本的には修道院では聖体礼儀の後と、晩課の後であり、かつ晩堂課（食後の祈り）の前でなければならない。しかし大齋期間の平日は、先備聖体礼儀が晩課の後で行われるので、聖体礼儀後に晩課が行われるという平時の流れが逆転する。これで、食事の機会を一回失うかたちになる。それでは、晩課を一度終えて食事をしてから、時間をおいて先備聖体礼儀をおこない、その日の二度目の食事をすればいいではないかと思われるかも知れないが、先備聖体礼儀は晩課と一体となった切り離せない構造になっている奉神礼なので、それも不可能である。

奉神礼の次第によれば、まず早朝より行われる朝の祈りの区分になる夜半課、早課、第一時課が行われる。ここで一度解散し、再び集まって第三時課、第六時課、第九時課、晩課、先備聖体礼儀、そして食事の運びとなる。晩課は文字通り暮れの祈りであり原則的には午前中におこなわれず、先備聖体礼儀が済むのは午後となる。通常は、先備聖体礼儀が十三時頃に終わり、その日の初めてトラベザが開き食事ができるが、その後のつかの間の休息のうちに晩堂課の始まる十六時頃がせまってくる。晩堂課を終えてしまうと先に述べたとおり、次の日の聖体礼儀まで食事はできない。従って、大齋期間中の平日のトラベザの扉は奉神礼の関係で、概ね十三時頃に一度しか開くことができない。

聖体礼儀が行われる前には食事はできないことは大原則であるが、先備聖体礼儀の場合は晩課と一体不可分の構造であり、聖体礼儀が済めば晩課も同時に終わってしまうので、食事の機会を一回省略したこととなる。かくして大齋期間の平日は、上述の四つのカテゴリーに属さない食物のみで一日一食しかとれなくなる。

それでは、先備聖体礼儀の無い曜日（月、火、木）は二食が可能ではないかと考えられるが、これも食事は一食に限られる。なぜなら、先備聖体礼儀の行われぬ日は、第九時課の後半部に「聖体礼儀代式（ティピカ）」という「聖体礼儀に代わる奉神礼」が組み込まれていて、それが晩課の終わりで同時に終了する。この「聖体礼儀

代式(ティピカ)」が終わってから食事ということになるが、その時もやはり晩課も終わっているの、事態はまったく同じである。この「聖体礼儀代式(ティピカ)」の後にはアンティドル^{#xix}も配られる。

結局はメガリ・サラコスティの平日は、晩課の前に聖体礼儀をおこなうことができないので、通常の朝の聖体礼儀後の食事は省略されると考えればよい。同じようなかたちでサラコスティをしなければならない日は、降誕祭(クリスマス)の前日、そして主の洗礼祭(神現祭)の前日などである。いずれの日も、晩課の後に聖大ワシリイ聖体礼儀^{#xx}がおこなわれ、やはり一日一食となってしまう。降誕祭(クリスマス)の場合、その前日は齋の日であり、十四時頃に晩課に次いで聖大ワシリイ聖体礼儀が行われ、それが終わってトラペザにはいと少量のおかゆのみが提供され、この日もこの食事ただ一食となる。そして、二十一時頃から始まる晩堂課を待つ。そして、晩堂課、夜半課、早課、第一時課を徹夜で祈ると未明の三～四時頃になり、そこで一旦休みをとって、降誕祭当日の朝七時頃から第三時課、第六時課に次いで金口イオアン聖体礼儀をおこない、領聖ののち九時頃にはトラペザにはいり、そこでようやくクリスマスのご馳走の並んだトラペザのテーブルにつくことになる。前日はでおかゆ一食だけだったので、トラペザは喜びに満たされていて、そのおいしさはまた格別となる。

むすび

さて、正教会の奉神礼は、すでに示したように様々な祈禱書にもとづいて祈禱文の歌頌や誦読がつづき、六時間～十二時間にわたることも珍しくない。奉神礼では『旧約聖書』の「詩篇」や讃歌などの祈禱文が歌われ誦読される。これらは『ティピコン(奉事規定)』にもとづいて、複数の祈禱書の中から祈禱文が引用され、その日特有の祈禱文が組み立てられ、祈りのシステムが構成される。毎日あるいは毎週の同曜日に同じ組み合わせで祈禱文が構成される場合もあれば、聖人たちの祭日などで年に一度しか用いられない祈禱文の場合もある。多くの祈禱書を取り替えながら、歌頌や誦読の役目を与えられた修道士によって通常はつづいていく。大齋においては引用される祈禱書の構成はより複雑になる。修道院においては、町中の教会のように祈禱文の一部を省略して奉神礼が進められることはない。時として習熟が充分でない修道士が読むべき(あるいは歌うべき)箇所を間違える場合もある。すると長老が間髪入れず指摘して正しい箇所の読みを誦読者に伝える。早課の場合などは暗闇の中から鋭い言葉が飛ぶから、誦読者は驚いて一瞬黙し、正しい祈禱文の頁を探し出して読み直す。年にたった一回しか読まない箇所の読み間違いを指摘して、よどみなく正しい

読みを諄んじて正せるのは長老修道士のみである。

こうして、通常でも朝の祈り(夜半課、早課、一時課、三時課、六時課、聖体礼儀)は五時間以上にわたる。復活祭(パスハ)や降誕祭(クリスマス)、大祭日(パニギリ)などは、祈禱文が多いうえにほとんどが歌われるので徹夜の祈りとなり、十二時間以上に及ぶ場合もまれではない。こうした奉神礼に参拝するだけで肉体的にも負担があり、重い祭服をつけた主教、司祭、動きの最も多い輔祭などの聖職者たち、聖歌の担当者などはなおさらである。

あらためて言うまでもなく修道院は祈りに生涯をささげる人たちが共に住まう楽園、天国の像(かたど)りである。そこは、日々祈りに満たされた世界であり、修道士たちは祈ることをしごととしている。本稿では、そういった修道生活の一端を祈禱書に基づいて行われる奉神礼との関わりにおいて、まとめたものである。

なお、本稿は、平成20年度学術研究助成金(一般研究・個人研究)の受領にかかわる研究の成果の一部である。

注

- i アギオス・アタナシオス(Agios Athanasios 920頃～1003頃)はビザンティン帝国皇帝ニケーフォロス2世の助けを得て、ギリシア北東部のハルキディキ半島の先にのびる半島部アトス山にメギスティ・ラヴラ修道院を創設した(963年)。
- ii 齋(*νηστεία*)のうち、最も大きな意味を持つ*μεγάλη σαρακοστή*、すなわち復活祭前の四十日間の節食期間。
- iii ΤΡΙΩΔΙΟΝ ΚΑΤΑΝΤΚΤΙΚΟΣ, ΑΠΟΣΤΟΛΙΚΗ ΔΙΑΚΟΝΙΑ ΤΗΣ ΕΚΚΛΗΣΙΑΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΟΣ, ΑΘΗΝΑ, 1994.
英訳としては下記のものがある。冒頭には「大齋の意味」という、『三歌齋経』と大齋についての卓越した論考がある。
Mother Mary & Kallistos Ware, The Lenten Triodion, London, 1978.
- iv 訳語は日本正教会で用いられているものを使用したが、「キリスト(正教会ではハリストス)」など慣用に倣ったものもある。
- v *ἀγρυπνία* と呼ばれる。大祭や諸聖人の祭日などに晩課、早課、第一時課を連結して行う奉神礼。晩課はリティアを含む大晩課となる。
- vi 早課の形式が骨格となる奉神礼で、カノンが歌われる。シメオンの祝文が唱えられた直後、晩課の中で行われる場合もある。
- vii クリュソストモス聖体礼儀
- viii 全堂内に燭を灯すことから多油祭とも呼ばれる。「そ

- の憐れみは世世にあればなり」という百三十四、百三十五聖詠の句を反復する祈祷。
- ix 『正教会暦 2004 年』東京復活大聖堂教会, Saint Herman Calendar 2004, St. Herman of Alaska Brotherhood.
cf. Mother Mary & Kallistos Ware, The Lenten Triodion, London, 1978, pp.35-37.
- x Lu., 18, 10-14.
- xi この時期はいわゆる「謝肉祭」の期間とされる。
- xii 『大斎第一週間奉事式略』日本正教会, p.134. 月曜日晩課, 挿句のスティヒラより
- xiii 正教会では主に下記の三種の聖体礼儀がおこなわれる。
聖金口イオアの聖体礼儀 (Ἡ Θεία Λειτουργία τοῦ Ἁγίου Ἰωάννου Χρυσόστομου)
聖大ワシリイの聖体礼儀 (Ἡ Θεία Λειτουργία τοῦ Ἁγίου Μεγάλου Βασιλείου)
降誕祭, 神現祭, 聖大ワシリイの祭日, 大斎期間の主日 (聖枝主日を除く), 聖大木曜日, 聖大土曜日
先備聖体礼儀 (Ἡ Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων)
大斎期間中の水, 金曜日, 聖大月曜日, 聖大火曜日, 聖大水曜日晩課と結合して行われる
- xiv Ἡ Θεία Λειτουργία τῶν Προηγιασμένων, 問答者グリゴリイ (ローマ教皇, 在位 590-604) の聖体礼儀とも呼ばれる。大斎期間の平日は聖変化をとまなう聖体礼儀は行えないので, 直前の主日にあらかじめ聖変化されたご聖体を保管しておき, この聖体礼儀で領食する。
- xv ラヴラ修道院ではよく乾燥したパンが主体であり, その他にナッツ類, 調理されていない野菜類などが丸ごと配給される。乾燥パンはそのままでは食べられないので, お茶や白湯に浸して食べる。
- xvi *κοινωνία*, 聖体拝領。
- xvii 『奉事経』日本正教会, 明治二十七年, 二百八十頁, 聖人の祭日に福音経の誦読の必要があれば, それを晩課の小聖入の際に捧持して聖入し, パレミヤ誦読後に続いて誦読する。
- xviii しかしながら, 大斎期間は水曜日と金曜日に先備聖体礼儀が行われるので, 翌日に金口イオア聖体礼儀のある金曜日の場合はその翌日の聖体礼儀後に食事が可能であるが, 水曜日の場合は, 厳格に斎を行うならば翌々日まで食事はできないということになる。
- xix 金口イオア聖体礼儀などにおいて, 当日領聖しなかった信徒が, ご聖体のパンを準備する奉献礼儀において, ご聖体として用いられる「羔(こひつじ)」となる部分から切り落とされた部分のパンを, 領聖後にいただくもの。これも, 原則的には直前の主日に切り分けられたものを保存しておき, それを供する。
- xx 聖大バシレウス聖体礼儀

(H 22. 1 .12 受理)