

日々の聖句

10月 訓練



『日々の聖句』の使い方

この冊子は聖書を読み、学び、黙想するための手引で、独立した読み物ではありません。かならず、聖書を開いてその日の箇所を読み、参照箇所も開くようにしてください。

聖書の黙想には、古代から「レクシオ・デヴィナ」という方法が用いられました。それは次の四つの段階を進んで聖書を読む方法です。英語の四つの「R」を意識するとよいでしょう。

一、読む (Read) 心を静めてゆっくりと、何回でも、聖書を読みます。聖書は、神の言葉ですから、神が語っておられる声を聞くようにして読みます。

二、黙想する (Reflect) 黙想は聖書との対話です。聖書になぜこのような言葉が書かれているのだろうか。それが自分にとってどんな意味があるのか、聖書に問

い、聖書に答えてもらおうようにして、その箇所の中心的な部分を思い巡らします。

三、祈る (Respond) この祈りは、黙想によって得られたことに対する応答の祈りです。それは悔い改めや行動に結びつく決心であるかもしれませんが、あるいは、まだ解けなかつた疑問や解決していないことがらに対するさらなる求めであるかもしれません。それがどんなものであっても、正直に祈ることが大切です。

四、瞑想する (Remain) 祈りに続いて、しばらくの間、神とのまじわりに留まりましょう。「黙想」は「聖書との対話」ですが、「瞑想」は「神との対話」です。神の臨在の中にとどまることによって、御言葉が血肉となり、祈りが生活の中で実現していきます。「瞑想する」ことは神とのまじわりに「留まり」、自分自身を神の手に「委ねる」ことと言い換えることもできます。

そのころ、人々は主の名を呼ぶことを始めた。(26)

創世記4章にはカインがアベルを殺害したことが書かれています。この時、アダムとエバは、人の死をはじめて目にしました。しかもわが子の死によつてです。アダムは「その木から食べるとき、あなたは必ず死ぬ」(創世記2・7)と神が言われたことが本当であつたことを身をもつて体験しました。神の言葉通り、罪が死をもたらすことを知りました。

しかし、神は死が影を落とす世界にも命を生み出させてくださいました。アダムとエバにアベルの代わりにセツが生まれました。そしてセツにエノシユが生まれるころ、人々は「主の名を呼ぶこと」を始めたのです。

ここで使われている「主の名」の「主」は

「ヤウエ」という、神の固有の名前です。このお名前は神が人を生かし、人と共におられるお方であることを表しています。アダムの子たち、とくにセツの子孫は、神を、名を持ち、人格を持つお方として知つたのです。

「名を呼ぶ」とは「祈る」ことを指しています。しかも、熱意を持つて祈ることです。カインとアベルがそれぞれのささげ物を特定の場所に携えてきたように、ささげ物を伴つた礼拝は、アダムの時からあり、続けられていました。しかし、セツの世代には、そうした礼拝に心が込められるようになつたのです。いつの時代にも、熱心な祈りは、神を慕い求める心を表すものであり、それを育てるものなのです。

祈り 主よ。この時代にも、神を知る者たちにあなたの名を呼ぶ切実な祈りを与えてください。

アブラムは主を信じた。それで、それが彼の義と認められた。(6)

ある人が言いました。「天には、神のところに戻ってきた贈り物が山のように積まれている。それは、神が贈ったのに、人々が不信仰のために受け取らなかったものだ。」「私たちが祈りの答を得ることができないのは、神がそれを与えてくださらないからではなく、私たちが不信仰のためにそれを受け取らないでいるからであることをたとえたものでした。

アブラムには、「わたしはあなたを大いなる国民とする」(創世記12・2)との約束が与えられていました。しかし彼には子がありませんでした。神の約束は甥のロトを通して成就すると、アブラムは思っていたかもしれせん。ところが、ロトはアブラムから離れて行きました。アブラム

は失望したことでしよう。しかし、主は、アブラムとサライから生まれる子が神の約束を受け継ぐと言われました。主は、アブラムから人間的な期待を取り去ることによって、真の希望をアブラムにお与えになったのです。アブラムは主を信じて、その約束を自分のものとなりました。

「アブラムは主を信じた。それで、それが彼の義と認められた」とあるのは、人が神の約束を受け取るには信仰が必要なことを教えています。新約聖書は、アブラムが「不信仰になって神の約束を疑うようなことはなく、かえって信仰が強められて、神に栄光を帰し、神には約束したことを実行する力がある、と確信していた」(ローマ4・20、21)と言っています。

祈り 主よ。あなたの約束を受け取ることができるよう、私たちに信仰を与えてください。

これらの出来事の後、神がアブラハムを試練にあわせられた。(1)

試練というと、私たちは「程度の大きい苦しみ」と考えてしまいがちですが、神が与える試練は、ただ苦しみの程度が大きいというだけのものではありません。それは、神と私たちとの根本的な関係を問うものです。

神は、アブラハムに「全焼のささげ物」を要求されました。アブラハムには数え切れないほどの家畜があり、神がそのすべてを献げるように命じたとしても、アブラハムは喜んでそうしたでしょう。アブラハムにとって財産は彼の愛するものではありませんでした。神はそれをよくご存知で、彼が愛してやまないもの、手放すことができないもの、神が「あなたが愛しているひとり子」と呼ばれたイサクを「全焼のささげ物」に指定された

のです。

アブラハムはこのことによつて、神への愛を試みられました。何者にもまさつて神を愛し、神に服従するという選択を迫られたのです。アブラハムはまた、神への信仰を試されました。イサクは神の約束の成就でした。イサクを失うことは、その約束が反故になることを意味しています。神はアブラハムに、「それでもわたしを信じるか」と問われたのです。

神が私たちに試練を与える時も、私たちの神への愛と信仰を試すためにそうされるのです。その時、「主よ。あなたを愛します。あなたを信じます」と答えることができる人は幸いです。

祈り 主よ。何者にもまさつてあなたを愛する愛を、どんなことがあつてもあなたを信じる信仰を私たちにも与えてください。

私と息子はあそこに行き、礼拝をして、おまえたちのところに戻って来る。(5)

神が「あなたの子、あなたが愛しているひとり子イサクを…全焼のささげ物として献げなさい」と言われた時のアブラハムの苦悩はどんなに大きく、私たちの想像をこえたものだったことでしょうか。しかし、聖書は、「翌朝早く、アブラハムはろばに鞍をつけ、二人の若い者と一緒に息子イサクを連れて行った」と告げています。アブラハムは即座に神に従ったのです。アブラハムは決断と実行によって神に答えました。信仰は心の中から始まるものですが、心の中だけに留まるものではありません。それは決断を伴い、実行に移されるものでなければなりません。

アブラハムはイサクとふたりで山に登る前に、しもべたちにこう言いました。「私と息子はあそ

こに行き、礼拝をして、おまえたちのところに戻って来る。」これは決して苦し紛れに語った言葉ではありません。アブラハムは、本当にイサクとともに戻ってくるという信仰と希望を持つていたのです。アブラハムはイサクを全焼のささげ物にするつもりでした。土のちりから人を創造し、それを生きた者となさった神が、たとえ、イサクのからだが焼き尽くされて灰となっても、イサクをそこからよみがえらせてくださると、アブラハムは信じたのです(ローマ4・17)。アブラハムの信仰の決断はイサクの死を覚悟する悲壮なものだけではありませんでした。そこには神の愛への信頼と希望がありました。

祈り 主よ。私たちの信仰が常に、あなたの愛を確信し、それに基づいた希望にあふれたものでありますように。

イサクは尋ねた。「火と薪はありますが、全焼のささげ物にする羊は、どこにいるのですか。」(7)

イサクを献げようとしたアブラハムの信仰だけでなく、イサクの従順にも、私たちは驚かされません。このときイサクは、薪を背負って山を登ることができると成長していました。イサクは父親が彼を縛ろうとした時、それに抵抗することができたはずですが、しかし、イサクは殺されようとしても、なお父に従順でした。

古代では子どもの命は父親のものでした。決して命を粗末にしたわけではありませんが、命が大切なものであるからこそ、それを大切なことのためには献げる覚悟を、子どもたちでさえ持つていたのです。イサクはそれを幼いうちから言い聞かされ、教えられていたのでしょう。

アブラハムは、イサクが火と薪はあってもささげ物にする羊のいないのはどうしてかと問うた時、「わが子よ、神ご自身が、全焼のささげ物の羊を備えてくださるのだ」と答えました。その言葉の通り、神はイサクの代わりに一匹の雄羊を備えておられました。神はアブラハムの信仰とイサクの従順に報いられたのです。

私たちは試練にあうとき、それを出口のない洞穴のように考え恐れてしまいます。しかし、聖書は、信仰と従順をもって進むとき、そこには必ず神の備えがあり、「脱出の道」(第一コリント10・13)があると教えます。私たちはそのことをアブラハムとイサクからしっかりと学んでおきたいと思えます。

祈り 主よ。信仰と従順が「脱出の道」に導くことを私たちに学ばせてください。

しかし、主はヨセフとともにおられ、… (20)

ヨセフは父ヤコブに愛されていました。そのために兄たちから妬まれ、殺されそうになりました。しかし、エジプトに奴隷に売られることになり一命をとりとめました。ファラオの侍従長に買われ、聡明なヨセフはその全家を管理する者になりました。ところが、主人の妻の誘惑を断つたため、牢獄に入れられました。一難去つてまた一難というわけです。ヨセフほど、アツプダウンの大きな境遇に投げ込まれた人物はないでしょう。しかし、そうした中でもヨセフはいたずらに身の不幸を嘆いたり、人生を諦めたりしませんでした。ヨセフが逆境を乗り越えることができたのは、彼の性格の良さや能力によるだけではありませんでした。主が共におられたからでした。聖書は、侍従長のしもべであったときも、牢獄にあったとき

も、「主がヨセフとともにおられた」(創世記 39・2、39・21、23)と言っています。「主がともにいてくださること」、また、私たちが「主とともにいること」、そこにこそ、試練を乗り越え、それによつて強められる道があります。

「あなたの子、あなたが愛しているひとり子」と呼ばれたイサクや、囚人からファラオに次ぐ地位にまで引き上げられたヨセフは、死に至るまで従順であった神のひとり子、復活して神の右に着座された主イエスの「雛型」とされています。そして、イエスご自身が「インマヌエル」、共にいてくださる神と呼ばれています。試練に限らず、あらゆる霊的訓練が実を結ぶ秘訣は、主の臨在を覚えることにあるのです。

祈り 主よ。どんな時も、とりわけ試練の時にはあなたの臨在を確信させてください。

神はモーセに仰せられた。「わたしは『わたしはある』という者である。」(14)

神はご自分を「わたしはある」と呼びました。

これは、神が絶対の存在者であることを言っています。世界のあらゆるものは、神によって存在させられていて、自ら存在するものは何一つありません。私たちはみな、「有って無きがごときもの」です。しかし、神は「有って有る者」、自ら存在されるお方です。

また、この名は、神が私たちのために、私たちと共にいてくださることも示しています。主はご自分を「アブラハムの神、イサクの神、ヤコブの神、主」と呼ばれましたが、それは主がアブラハム、イサク、ヤコブと共にいて、彼らの人生を導いてこられたという意味です。主は、永遠、無限のお方で、どこにでもおいでになることができます。

す。しかし、同時に、愛と、あわれみと、恵みをもって、ひとりひとりと共にいて、その人生を共に生きてくださるお方です。主の御名は、そのことを言い表しています。

主がモーセに現れた時、ヤコブの子孫はエジプトで奴隷の苦しみにあえいでいました。主は、イスラエルを解放するためにモーセをエジプトに遣わす時、「わたしが、あなたとともにいる」と言われました。主は、モーセひとりをエジプトに行かせたのではなく、ご自身もモーセと共にエジプトに行かれました。それによって、ヤコブと共におられた主は、ヤコブの子らとも共にいて、その苦しみを共にされることを示されたのです。

祈り 主よ。私たちをその持ち場に遣わされる時、あなたは常に私たちに先んじてくださいます。それを信じて、私たちは一步を踏み出します。

あなたには、わたしがファラオにしようとしていることが今に分かる。(1)

モーセがファラオに語った結果、イスラエルの人々の労役はいっそう重くなりました。人々はモーセとアロンを非難しました。それでモーセは「主よ、なぜ、あなたはこの民をひどい目にあわせられるのですか。いつたい、なぜあなたは私を遣わされたのですか」(出エジプト5・22)と主なる神に訴えました。主からの使命を帯びて、主の言葉どりにしたのに、何の結果も見られないばかりか、事態がいつそう悪くなったのです。このモーセの気持ちは誰でもよく分かります。結果が伴うなら、人はどんな労苦にも耐えられますが、自分の働きの意義を見出すことができない時ほど苦しく、つらい時はありません。

そんなモーセに主は「あなたには、わたしが

ファラオにしようとしていることが今に分かる」と言われました。物事が順調に行かないように見える時であつても、その背後には神の計画があります。今はモーセやイスラエルの人々には見えなくても、やがて、それが見えるようになるのです。主イエスは十字架を前に弟子たちの足を洗った時、「わたしがしていることは、今は分からなくても、後で分かるようになります」(ヨハネ13・7)と言われました。主の大きなご計画や深いお心は、私たちにはそのすべてが分かりません。だからこそ、主を信じ、主に頼るのです。主への信仰を失わず、信頼から離れないでいれば、必ず「今に分かる」「後で分かる」ようになるからです。

祈り 主よ。私たちを顧みて、信仰に留まり続けることができるようにしてください。

主があなたがたのために戦われるのだ。あなたがたは、ただ黙っていなさい。(14)

神の前で静まることは、信仰の訓練の中で最初に身につけたいもののひとつです。「静まること」は、一日中騒がしい音に取り囲まれている現代ではとりわけ必要なものです。それを身につけるには、まずは物理的に静まることから始めることです。都会に住む人であっても、耳を澄ませると、車の音に混じってではあっても、鳥の声や、木の枝を揺らす風の音を聞くことができます。そのようにして騒ぐ心を落ち着かせ、そこから霊的な静けさの中で神の声に聴くことへとつなげていくと良いでしょう。

イスラエルの人々は、エジプトを出る前も、その後も、絶えず神につぶやき続けました。神の救いを体験したばかりなのに、人々は、ファラオの

軍隊が迫った時、「われわれをエジプトから連れ出したりして、いったい何といたことをしてくれただのだ。…この荒野で死ぬよりは、エジプトに仕えるほうがよかつたのだ」とさえ言いました。恐れにとりつかれた人々は口々に騒ぎ立てましたが、モーセは言いました。「主があなたがたのために戦われるのだ。あなたがたは、ただ黙っていなさい。」

大きな問題が起こったとき、困難に直面したとき、私たちは慌てふためき、さまざま不平を口にします。そのような時こそ、主の前に「静まり」みましょう。そして「主の救いを見る」者となりましょう。そのためにも、日々の「静まり」の時を大切にしていきましょう。

祈り 主よ。不平や不満、恐れを口にする私たちに、あなたの前に静まることを教えてください。

安息日を覚えて、これを聖なるものとせよ。(8)

十戒の中に安息日を守ることが命じられているのは、人は自分の労働に没頭し、安息を忘れてしまひやすいからです。

人が罪を犯して以来「顔に汗を流して糧を得」なければならなくなり、労働に苦痛が加わりました。けれども人はその苦痛をもともせず、働いて続けてきました。労働の苦痛を和らげるために、さまざまな器具を発明しました。人力ではできないことを、家畜にさせたり、水力や風力を利用して行ってきました。やがて、水蒸気や石油、電気による動力を得るようになり、そうしたものが人間の腕力に代わるものとなりました。現代では人工能が人間の知的な労働の肩代わりをするようにさえなっています。労働時間を減らし、休暇を

増やしました。しかし、それはみな能率よく労働するためのものであつて、労働から離れ、安息を得るためではないのです。現代人は自分の労働が自分の人生を支えており、もつと働けばもつと良い生活が待っていると信じて仕事に没頭し、労働によつて幸いを得ようとし、私たちに本当の幸いを与えてくださる神を忘れるようになりました。

安息日の戒めは、そんな私たちに、私たちの人生を支えているのは、人の手のわざではなく、主であることを教えるのです。私たちは安息を守ることによつて、「主が家を建てるのでなければ建てる者の働きはむなし」(詩篇 127・1) ことを言い表すのです。

祈り 主よ。私たちが安息日を守るたびに、私たちの人生があなたに依存していることを、深く教えてください。

あなたの足の履き物を脱げ。あなたの立っている所は聖なる場所である。(15)

ヨシユアがイスラエルの人々にヨルダン川を渡らせ、約束の地に導き入れた時、一人の人がヨシユアに現れました。ヨシユアはこの不思議な人物に「あなたは私たちの味方ですか、それとも敵ですか」と問いましたが、その人の答えは「わたしは主の軍の将である」でした。その時、イスラエル軍の将はヨシユアでしたが、その人は「あなたに代わって、わたしが将となる。：履き物を脱げ」と言ったのです。「履物を脱ぐ」とは権利を譲ることを意味していますから(ルツ記4・7)、ヨシユアはその人に主將の座を譲り、自らは副將となりました。「その人」とは主ご自身であり、ヨシユアは主にその地位を譲ったのです。

このことは、私たちに、「明け渡し」を教えま

す。私たちの人生においても、自分が当然主張することが出来る権利を人に譲らなければならないことがあります。責任感から、「これは私がしなければならぬ仕事だ」としていたことであっても、そこから手を引くほうが良い場合もあります。まして、主に対しては主権を「明け渡し」ことを学ぶ必要があります。「主権を明け渡し」といつても、私たちの人生の主権は、もともと主にあり、私たちは、それを自分のものだと勝手に主張していただけなのです。そのことを悔い改めて自らを明け渡す時、私たちは一切の重荷から解放され、人生の戦いで、主の勝利を見ることが出来るようになります。

祈り 主よ。モーセも、ヨシユアも、履き物を脱いであなたの前に跪きました。私たちも同じようにすることが出来ますように。

主よ、お話しください。しもべは聞いております。(9)

聖書を学ぶことは楽しいことです。様々な研究方法を駆使して聖書の知識を増やしていくことは良いことです。しかし、聖書を客観的に学ぶだけでなく、聖書を「私への神の言葉」として読むことへ進んでいきたいと思えます。聖書は、そこに神の声を聞くことがなければ、自分のものにはならないからです。

教会教育では聖書知識に重点が置かれますが、霊的訓練では御言葉に聴くことが勧められます。聖書知識と御言葉への傾聴は、どちらか一方があればいいのではなく、両方が必要です。今日、霊的訓練の大切さが主張されるのは、教会教育だけでは取り扱いきれない部分が多くあることが再発見されてきたからです。

「御言葉への傾聴」というと難しく聞こえますが、それは、祭司エリが少年サムエルに教えた「主よ、お話しください。しもべは聞いております」との言葉に尽きます。聖書に向かうとき常に「主よ、お話しください。しもべは聞いております」という心を持ちましょう。主の前にひとり出て、静まりの時を持ち、主の声を待つのです。それはまだ幼いサムエルにもできたことです。私たちにもできるはずです。聖書知識を増やしたからといって高慢になることなく、子どものような素直な心で、主の言葉に耳を傾ける。そのことを実践していきたいと思えます。

祈り 主よ。聖書を開く時や、そのメッセージを聞く時、私たちに、あなたに聞く耳を与えてください。そして、あなたに聞くことの幸いと喜びを味わう者としてください。

一つのことを私は主に願った。それを私は求めている。(4)

私たちには様々な願いがあります。不健全な欲望もあれば、健全な願望もあります。自分の願いをはっきりと口に出して言うことができる場合もあれば、自分でも自分が何を願っているのかわからないでいることもあります。しかし、自分で気づいていようがいまいが、すべての人の心には神への願望があります。神にあのこ、このことを願うというのではなく、神ご自身を願う求めることです。神を見、神に触れ、神と共にあり、神に語り、神に聞きたいという願望です。

神を信じない人は、神を求める自分の心に素直になることができず、その思いを否定し、神を求める精力を他のことに振り向けています。そうした人も、自分はほんとうは神を求めているのだと

気付くなら、そこから、神に向かうことができることでしよう。

信仰者の場合、自分が神のために何かをして、神を喜ばせなければならぬと考え、そのことに没頭し、それが神を求めることだと勘違いしてしまふことがあります。ダビデほど、神のために様々なことをした人物はありませんでした。彼は政治や軍事ばかりでなく、神殿のことにも心を用いました。しかし、ダビデは、神のための働きに没頭することと、神ご自身に没頭することが別のことであることを知っていました。彼のただ一つの願いは「いのちの日の限り主の家に住み、主の麗しさに目を注ぎ、その宮で思いを巡らすこと」と、すなわち、主ご自身への求めでした。祈り 主よ。私の心の願いが、何よりも、あなたであることに気付かせてください。

神よ。なぜ、いつまでも拒み、御怒りをあなたの牧場の羊に燃やされるのですか。(1)

詩篇には「なぜ」という言葉が繰り返し返され、しつこく問い詰めている箇所が数多くあります。また、「いつまで」という言葉も頻繁に使われています。天にある殉教者のたましいでさえ、「聖なるまことの主よ。いつまでさばきを行わず、地に住む者たちに私たちの血の復讐をなさらないのですか」(黙示録6・10)と叫んでいるほどです。

では、「なぜ」、「いつまで」と問う人は不信仰で「疑い」の中にあるのでしょうか。いいえ、その人は、信仰の「疑問」を神にぶつけているのです。不信仰の「疑い」と信仰の「疑問」は違います。信仰とは、どんな疑問も持つことなく物事を受け入れることではありません。この世の矛盾や自分自身の罪深さを見る時、「なぜ」と疑問を

持たないわけにはいきません。また、真剣に祈れば祈るほど、祈っても答えられないことがある時、「いつまで」と叫びたくなるものです。私たちは神を信じればこそ、神に「なぜ」、「いつまで」と問うのです。

信仰の訓練とは、思考を停止して何事かを信じ込むことではありません。信仰の疑問を大切に、それを神に問い続けていくことです。そして、それが神に向かっている限り、必ず答えが与えられます。そして、神の胸を叩いて得た答は、私たちの確信となり、感謝となり、賛美となります。神に「なぜ」、「いつまで」と問うことは、霊的訓練の大切な教科のひとつなのです。祈り 主よ。あなたに問い続け、それによってあなたからの答を受ける訓練を私たちにも与えてください。

あなたが施しをするときは… (3)

あなたが祈るときは… (6)

あなたが断食するときには… (16)

マタイ 6・1～18で、主は「施し」(2～4節)、「祈り」(5～15節)、「断食」(16～18節)の三つをとりあげています。主がこの三つを取り上げたのは、この三つがユダヤの人々の間で大切にされていたものだからでした。主は、それを人に見せるためにはいけないと言われましたが、「施し」、「祈り」、「断食」が要らないと言われたではありません。主はそれが大切なものであることを認めています。それで、「施し」、「祈り」、「断食」の三つは、初代教会でも奨励され、霊的訓練の要素となりました。

今日の私たちも、この三つの霊的訓練に取り組みたいと思いますが、どれも正しい知識で行う必

要があります。「施し」はキリスト者としての金銭管理の中で考える必要があります。主が託してくださった金銭を正しく管理することは信仰者の義務です。「祈り」については、主ご自身が、この箇所の「主の祈り」で何をどう祈るかを教えておられるので、それを学ぶことから始めると良いでしょう。

「断食」については、間違った方法ですと健康を損ねたり、霊的にも害になることがありますので、かならず指導を受けて行うようにしてください。近年、断食はあまり行われなくなりましたが、それが正しく行われるなら、私たちの霊的な力を回復するのに役立つことでしょう。

祈り 主よ。施しを通してあなたの寛大さを、祈りを通してあなたの真実を、断食を通して、あなたに飢え渴くことを、私たちに教えてください。

あなたがたもわたしのくびきを負って、わたしから学びなさい。(29)

「くびき」とは二頭の家畜の首にかける木です。そのくびきに鋤などの道具をつけ、二頭の家畜で田畑を耕すために使います。一頭よりも二頭のほうが、仕事の負担が半分になり、仕事が進み、家畜も疲れずにすみます。また、仕事に慣れない家畜は、それに慣れた家畜と「くびき」を共にすることによって、仕事の仕方を習うのです。主イエスが「わたしのくびきを負って、わたしから学びなさい」と言ったのは、そのことを指しています。

主イエスほど、人生の苦しみのすべてを味わったお方はありません。主が知らない苦しみは世にはないと言ってよいでしょう。そして主は、罪という、私たちの最大の重荷さえもご自分の肩に背

負ってくださいました。ですから、私たちは、この世のお方のもとに来て、主と共に「くびき」を負い、主と歩調を合わせて人生を歩むことによって、「たましいの安らぎ」を得るのです。この世が与えることのできない本物の休息や安息を主から受け取るのです。

本物の安息は、自分の重荷を投げ出すことや、それを忘れることによって得られるものではありません。それは主イエスと共に重荷を負うことによってはじめて得られるものです。「たましいの安らぎ」は主イエスを離れてどこかにあるものではありません。主イエスと「くびき」を共にする人だけが真の「安らぎ」を見出すのです。

祈り 主よ。あなたが私の負うべき荷を背負ってくださいました。私を、あなたのくびきを負ってあなたに学ぶ者としてください。

「マリアはその良いほうを選びました。」(42)

私たちの人生は選択で成り立っています。自分では意識していなくても、瞬間ごとに選択を繰り返しながら行動しています。そして、同じ選択を繰り返していると、それが習慣となります。朝起きてコーヒーを飲む、食後歯をみがくといったことを、何も考えずに行っているのはそれが習慣となっているからです。

習慣には良い習慣もあれば、悪い習慣もあります。車の運転をはじめるとたちまち短気になる、嫌なことが起こるとすぐ落胆してしまうなどというのは、考え方の習慣で、それは習慣的な行動と同じように、その人の選択の仕方に基づいて形作られたものです。考え方の習慣は、行動の習慣よりも根深く、それを改めるには、自分の日常の選択を再検討する必要があります。

そして、その検討は主の膝下で主の言葉に聞き入ることによってなされます。御言葉と共に働く聖霊が私たちの内面の奥深いところで働き、私たちの考え方を変え、私たちを正しく、より良い選択へと導いてくださいます。ローマ12・2にこうあります。「この世と調子を合わせてはいけません。むしろ、心を新たにすることで、自分を変えていただきなさい。そうすれば、神のみこころは何か、すなわち、何が良いことで、神に喜ばれ、完全であるのかを見分けるようになります。」この世に同調するのではなく、神のみこころにそって更新されていく、そのような変化は、御言葉に聞き入ることから始まるのです。

祈り 主よ。マリアがあなたの膝下に座ることを選んだように、私も、常に、良い方を選ぶことができるよう助けてください。

神様、罪人の私をあわれんでください。(13)

パリサイ人はこう祈りました。「神よ。私がほかの人たちのように、奪い取る者、不正な者、姦淫する者でないこと、あるいは、この取税人のようでないことを感謝します。私は週に二度断食し、自分が得ているすべてのものから、十分の一を献げております。」パリサイ人は神の前で自分の正しさを主張したばかりか、宮に登る時、たまに一緒になった取税人と自分を比べて「この取税人のようでないことを感謝します」とさえ言いました。このパリサイ人の祈りが傲慢で愚かなこととは誰もが分かります。それで、この箇所を読んだある人が「神よ。私がこのパリサイ人のようでないことを感謝します」と祈ったそうですが、その祈りのほうが、もっと傲慢な祈りかも知れませんが、私たちには、自分もまたこのパリサイ人のよ

うではないだろうか、自分を省みる謙虚さが必要です。パリサイ人は「この取税人のようでないことを感謝します」と言いましたが、彼が「取税人のよう」であつたら、罪の赦しを受けて、本物の感謝ができたことでしょう。

「取税人のようである」というのは、取税人のように、自分の罪を認め、悔い改め、自分の正しさに頼らず、神のあわれみを求めるということです。人は、どんなに自分の正しさを誇つたとしても、それを帳消しにしてしまう罪を同時に犯しています。人が義とされるのは、神のあわれみによるのです。ですから、私たちには「主よ。あわれんでください」との祈りが必要なのです。

祈り 「主イエス・キリスト、神の御子。罪人の私をあわれんでください。」(ジーザス・プレーヤー)

わたしはあなたのために、あなたの信仰がなくならないように祈りました。(32)

イエスは、ペテロがご自分を否むであろうことを予告しました。しかし、同時に、ペテロが信仰を失くさないよう、彼のために祈ってくださいました。ペテロが罪を悔い改め、大きな失敗から立ち直ることができたのは、主イエスのとりなしの祈りがあつたからでした。

私たちは、主イエスが私たちのために祈っておられることを、時として忘れず。主は、この世におられた時、弟子たちのために祈っておられたばかりか、天にお帰りになってからは、地上の信仰者たちのために、もつと祈っておられるのです。主イエスだけでなく、聖霊もまた私たちのために祈っておられます。ローマ8・26く27はこう言っています。「同じように御霊も、弱い私たち

を助けてくださいます。私たちは、何をどう祈ったらよいか分からないのですが、御霊ご自身が、ことばにならないうめきをもって、とりなししてくださいるのです。人間の心を探る方は、御霊の思いが何であるかを知っておられます。なぜなら、御霊は神のみこころにしたがつて、聖徒たちのためにとりなししてくださいるからです。」

長い信仰生活の中では様々な理由で祈れなくなる時もあるでしょう。そんな時には、主が私たちのために祈っておられることを思い起こしましょう。「私のために祈ってください」と願うことも、祈りのひとつです。主のとりなしによって、再び、自分で祈ることができるようになります。祈り 主よ。祈れなくなったときでも、「私のために祈ってください」との祈りが失われていないことを感謝します。

あなたはわたしを愛していますか。(15、16、17)

主イエスがペテロになさった質問は「あなたはわたしを愛していますか」でした。イエスはペテロに悔い改めや忠誠、服従や献身を問いませんでした。「愛する」ことの中にそれらすべてが含まれているからです。

主イエスは律法を「神を愛すること」と「隣人を愛すること」に要約し、「『あなたは心を尽くし、いのちを尽くし、知性を尽くして、あなたの神、主を愛しなさい。』これが、重要な第一の戒めです」(マタイ 22・37〜38)と言われました。神を愛することと、隣人を愛することは切り離すことはできませんが、神を愛することが第一で、「隣人を愛すること」は第二であると、主は言われました(マタイ 22・39)。主イエスは、この第

一の愛をペテロに求めたのです。

ペテロは初代の信仰者に「あなたがたはイエス・キリストを見たことはないけれども愛しており、今見てはいないけれども信じており、ことばに尽くせない、栄えに満ちた喜びに躍っています」(第一ペテロ 1・8)と言いました。パウロも「キリストの愛が私たちを捕らえている」(第二コリント 5・14)と言い、「主を愛さない者はみな、のろわれよ」(第一コリント 16・22)とさえ言っています。

主は、今も、私たちに「あなたはわたしを愛していますか」と問われます。主が私たちに求めておられるのは、表面的な関係ではなく、存在の深みで愛し、愛される関係だからです。

祈り 主よ。あなたがまず私を愛してくださいました。私も、精一杯の愛であなたを愛します。

人はそれぞれ、自分自身の重荷を負うことなるのです。(5)

信仰者の交わりは互いに重荷を負い合う交わりです。けれどもそれはむやみに他の人の問題に首を突っ込むこととは違います。人助けをする時、その人は気づいてはいないのですが、相手のためではなく、自分のためにしてしまうことがあります。人を助けることによって、自分が他の人にとって必要な存在であることを確認し、それによつて自分を満足させようとするのです。それが度を越すと、自己満足だけで終わらず、自分が世話をしている人を支配しようとしてしまいます。それは危険なことです。

また、祈りにおいても、人のためには祈っても、自分のためには祈らない、自分には、他の人に「祈ってください」とお願いするような課題は

ないと思いつ込んでいる人もあります。「あの人は自分のためよりも人のために祈る立派な人だ」と思われて喜んでいるのですが、それも間違いです。自分自身の課題に気付いていなかったり、気付いていても、それを他の人に祈ってもらう謙虚さに欠けているのかもしれないからです。

人にはそれぞれに負うべきその人の重荷があります。それを負うことなしには、決して本当の意味で互いの重荷を負い合つて他の人を助けることはできません。自分が何者であるかのように考えている「立派な人」が他を助けることができるのではなく、自分の重荷に喘いでいる「弱い人」こそが他を助けることができるのかもしれない。祈り 主よ。私が自分の重荷にすっかり取り組むことによつて、互いに重荷を負い合う信仰者の交わりに貢献できるよう導いてください。

目標を目指して走っているのです。(14)

靈的訓練における誘惑のひとつは、自分の中に訓練の実が認められるようになった時、自分が目標を達成したかのように考えてしまうことです。

ラオディキアの教会のように「自分は富んでいる、豊かになった、足りないものは何もない」

(黙示録3・17)と、自分の靈的状态に満足してしまう時、実は、成長が止まってしまうのです。

コップに水がいっぱい入っていけば、それ以上注ぐことはできません。そのように、自己満足は靈的成長の大敵です。

パウロほどの人でさえ、「私は、すでに得たのでもなく、すでに完全にされているのでもありません。ただ捕らえようとして追求しているのです」(12)と言っています。パウロは、今までなしてきた目ざましい宣教活動やパラダイスにまで

引き上げられるような靈的な体験を誇ったり、そこにあぐらをかいたりしていません。常にそれ以上のものを目指していました。そして、それは、

「それを得るようにと、キリスト・イエスが私を捕らえてくださった」からだと言っています。何も求めず現状に満足していれば、葛藤はなく、本物ではありませんが、一定の「安定感」を楽しむことができるでしょう。しかし、主を追い求め続けることは、決して不安定なことではないのです。私たちがキリストを完全に捉えることができなくても、キリストは私たちを完全に捕らえてくださっています。私たちはキリストの手の中で守られ、主を追い求め続けるのです。祈り 主よ。私たちが偽りの安定感を捨て、進んで靈的な訓練に乗り出すことができるよう、教え、導いてください。

敬虔のために自分自身を鍛錬しなさい。(7)

アメリカでは四千五百万の人々がジムのメンバースhipを持っていて、それは総人口のおよそ14%になると言われています。ジムに通わない人も、ウオーキングなど何かの運動をしています。

少し辛くても、痛くても、疲れても、我慢します。それはトレーニングが有益であることを知っているからです。霊的なトレーニング、「敬虔のための鍛錬」は、「今のいのち」だけでなく、「来たるべきいのち」にかかわることで、ジムでのトレーニング以上に「有益」なものです。

ジムではコーチがトレーニングを希望する人の身体の状態についてアセスメントを取り、その人にあつたトレーニングのスケジュールを組んでくれます。また、そこには一緒にトレーニングを受ける人たちがいます。同じように、「敬虔のため

の鍛錬」においても、霊的なコーチの指導や仲間
の励ましが必要です。そして主は、教会の中に霊
的訓練のコーチとしての牧師を与え、共に励まし
合う信仰の仲間を与えてくださいました。

多くの教会は、教会を礼拝の場、伝道の場、交
わりの場、あるいは地域とのつながりの場にする
ために努力してきましたが、教会を霊的訓練の場
とする努力は足りませんでした。今日、そのこと
が反省され、見直されています。教会には、霊的
訓練の最高の教科書、聖書があります。御言葉が
語られ、聞かれ、実践される中に霊的訓練があり
ます。また、共に祈り、互いに励まし合う信仰者
の交わりの中で、霊的訓練が実行されます。教会
がそのような場となることを祈ります。
祈り 主よ。信仰者の交わりの中で私たちに霊的
訓練をお与えください。

義と敬虔と信仰、愛と忍耐と柔和を追い求めなさい。(11)

「敬虔」とは何でしょう。それは神への敬いから生まれる態度や生活を意味します。神への思いが目に見える形で表されたものであると言つてよいでしょう。第二テモテ3・5に「見かけは敬虔であつても、敬虔の力を否定する者になる」とあつて、敬虔が見せかけだけで内実のないものであつてはならないと教えられています。内実の伴わない敬虔は本当の敬虔ではありませんが、信仰の内実が形をとつて表れておらず、単なる信念や確信、主義・主張だけであるなら、それは「敬虔」と呼ぶことができません。

英語で「敬虔な」は“godly”と言います。

「神のようである」という大胆な言葉ですが、これは、信仰者が「欲望がもたらすこの世の腐敗を

免れ、神のご性質にあずかる者となる」(第二ペテロ1・4)からです。「神のご性質にあずかる」といつても、それは人間が神になることではなく、「神のかたち」として造られた本来の姿に回復されていき、神の栄光を現すということですから。それは、パウロが「自分のからだをもって神の栄光を現しなさい」(第一コリント6・20)「食べるにも飲むにも、何をするにも、すべて神の栄光を現すためにしなさい」(同10・31)と教え、「私の願いは…私の身によつてキリストがあがめられることです」(ピリピ1・20)と祈り求めたことなのです。

敬虔を追い求め、それによつて神の栄光を現す者とさせていただきますよう。

祈り 主よ。私に本物の敬虔を追い求めさせてください。

キリスト・イエスの立派な兵士として、私と苦しみをともしてください。(3)

パウロは後継者テモテに、兵士、競技者、農夫を例にあげて、主の奉仕者に必要なことを教えました。

主の奉仕者に必要な第一のことは、主を喜ばせることです。自分や人を喜ばせるためではなく、主に喜んでいただけるよう、主に仕えるのです。

それは兵士が手柄を立てて、自分を用いてくれる隊長に喜ばれようとするのと同じです。

また、奉仕者には主が定めたことに従う必要があります。それは、どんな競技にもルールがあります。ルールを守らなければ失格になるのと同じです。パウロ自身も、「むしろ、私は自分のからだを打ちたたいて服従させます。ほかの人に宣べ伝えておきながら、自分自身が失格者にならないよ

うにするためです」(第一コリント9・27)と言っています。主の奉仕者は、競技者から多くのことを学ぶことができます。

さらに、奉仕者には、労苦をいとわない忍耐が必要です。労苦を避けては何も得ることができず、忍耐を失くしたら、実りを見ることができません。農夫は土地を耕し、水を引き、肥やしをやり、害虫を取り除き、間引きや剪定をし、実りを待ちます。そして、その労苦の報いとして収穫を得るのです。

兵士、競技者、農夫のいずれの場合も「苦しみを共にする」覚悟が必要ですが、その労苦は必ず報われるのです。

祈り 主よ。あなたへの奉仕において、兵士から忠誠を、競技者から自制を、また農夫から忍耐を学ばせてください。

聖書はすべて神の靈感によるもので、教えと戒めと矯正と義の訓練のために有益です。(16)

きよさの箇所には、聖書のふたつの役割が記されています。そのひとつは、15節に「聖書はあなたに知恵を与えて、キリスト・イエスに対する信仰による救いを受けさせる」とあるように、人々をイエス・キリストを信じることによる救いに導くことです。

もう一つの役割は16節にあるように、救われた人々を教え、戒め、矯正し、義の訓練を与えることです。人が救いに導くことと、救われた者に訓練を与えることは、切り離すことができないのです。救われるだけでその後の訓練は要らないと言うなら、それは生まれるだけでその後、育てられる必要がないというのと同じことです。ペテロは「あなたがたが新しく生まれたのは…生き

た、いつまでも残る、神のことばによるのです」

(第一ペテロ1・23)と言ったすぐ後で「生まれつきの乳飲み子のように、純粋な、霊の乳を慕い求めなさい。それによって成長し、救いを得るためです」(同2・2)と言っています。聖書は救いと救われた後の成長の両方をもたらすのであり、私たちは聖書からその両方を受け取らなければなりません。人はキリストを信じることによって「すでに救われ」ていますが、「今、救われ続け」、そして「やがて救われる」のです。救われた者が聖書によって成長し、義の訓練へと進む。それが信仰者を聖書が約束する最終的な「救い」へと導くのです。

祈り 主よ。御言葉によって養われ、訓練を受けることによって、御言葉によって与えられた救いを全うできるよう、導き、助けてください。

信仰の創始者であり完成者であるイエスから、目を離さないでいなさい。(2)

信仰生活は競走にたとえられますが、競走といつても、それは他の人よりも速く、あるいは遠く走るようなものではありません。信仰の競走は、それぞれが自分に与えられたコースを完走することで、他の人と競い合うものではありません。ですから、完走しさえすれば、誰もが賞を受けることができます。

この競走を走り抜くためには、まず身支度が必要です。選手たちは、リレー競技のバトンなどは別として、何も持たず、できるだけ身軽な服装で走ります。そのように、信仰の競走を走り通すには、重荷を主に委ね、罪を投げ捨て、聖霊のくださる自由を得ている必要があります。

そして、次に、正しいスタート位置に立ち、

ゴールを目指す必要があります。主イエスは「信仰の創始者であり完成者」と呼ばれています。私たちの信仰は主イエスから始まり、主イエスに終わります。主は信仰のスタートであり、ゴールです。イエスを神の子キリストと信じる信仰なしに走り出しても、信仰の競走を完走し、ゴールに到達することはできません。信仰のゴールには正しい出発点からでなければ到達できないのです。

「多くの証人たちが、雲のように私たちを取り巻いている」というのは、先に信仰の競走を走り抜いた人たちのことを言っています。その人たちが私たちの競走をみまもり、励ましてくれていきます。その励ましを受けながら走り続けましょう。祈り 主よ。私たちはあなたから目を離しません。あなたが私たちから目を離さず、私たちの競走を支えてくださるからです。

霊の父は私たちの益のために、私たちをご自分の聖さにあずからせようとして訓練されるのです。(10)

どんな分野でも、訓練なしに良い結果を得ることはできません。私たちはトイレット・トレーニングから始まって、スプーンやフォークの使い方、服の着替え、身の回りの片付けなどの訓練を幼児のときから受けて育ってきました。学校に行くようになって、文字を覚えたり、計算したりなどの学習の訓練を受け、集団生活の中で規律を守る訓練も受けました。親は子どもが学校に行ってもちゃんとやっていけるように訓練し、学校は、生徒が社会に出て行って、そこで自分の務めを果たせるようにと訓練します。すべての訓練にはゴールがあり、そのゴールに導こうとする親や教師の愛情があります。

神が私たちをさまざまな形で訓練してください。霊の父の愛は肉の父の愛に勝り、その訓練は、この世で何かを成し遂げること以上のものを私たちに与えます。それは神の「聖さ」です。父なる神は神の子らが、神の聖さにあずかり、まことの神の御子であるイエス・キリストに似た者になることを願います。そのために必要な霊的訓練をお与えくださるのです。主の訓練を喜んで受けることができるために、その背後にある神の愛を覚えましょう。また、主の訓練の目的が神の「聖さ」に与えることにあることを知って、聖さの実を結ぶことを目指していきましよう。

祈り 主よ。霊的訓練を受ける理由と目的を心に刻むことができますよう、私たちを助け導いてください。

ですから、あなたがたは神の力強い御手の下に
へりくだりなさい。(6)

聖書は「互いに謙遜を身に着けなさい」(5
節)と教えています。この謙遜は人に対するもの
だけではなく、「神の力強い御手の下にへりくだ
る」という謙遜です。この謙遜はたんに自分を低
くするだけでなく、「神の力強い御手」に信頼す
ることを意味しています。この信頼によつて私た
ちは思い煩いから解放され、悪の力から守られる
のです。

人が思い煩うのは、物事を自分でなんとかしな
ければならない、自分で何とかできると考えるか
らです。けれども自分の無力を認め、物事を神に
委ねる謙遜があれば、「思い煩いを、いつさい
神にゆだね」(7節)ることができ、そこから解
放されることができま。

信仰生活にはさまざまな困難や障害があり、そ
の背後には霊的な戦いがあります。霊的な戦いに
ついては、近年、関心が高まり、様々に説かれる
ようになりましたが、それでも、私たちは霊の戦
いについては知らないことが多く、そのための訓
練も十分ではありません。霊的な戦いにおいて
も、自分の無力を認め、神に信頼することが必要
で、私たちはそうした謙虚さによつて、はじめ
て、悪の力に立ち向かうことができるようになる
のです(9節、ヤコブ4・6~7)。

聖書の教える「謙遜」は人付き合いのテクニッ
クではありません。本物の謙遜は、自らの罪深さ
と無力を知つて神に信頼する、信仰の行為なので
す。

祈り 主よ。あなたに対してへりくだり、あなた
に信頼する、本物の謙遜を与えてください。

もし私たちが自分の罪を告白するなら、神は真実で正しい方ですから、その罪を赦し、私たちをすべての不義からきよめてくださいませ。(9)

イエス・キリストを信じる者は、すでに救われて神との交わりの中に入れられています。それでも、日々の生活の中で罪を犯す存在であると、聖書は教えています。しかし、神との交わりがあるからこそ、それを損なう罪をそのままにしていはいけません。神は、ご自身の聖なる光によって、私たちの罪を示しますが、同時に罪が赦され、不義からきよめられる道を明らかにしてくださいませ。それは、罪の告白です。

罪の告白にはさまざまな形がありますが、そこでは、自分が犯した罪を心からの悔い改めをもつて認めると共に、神がその罪を赦してくださいませ

「真実で正しいお方」であることを確信することが大切です。私たちは自分の不真実と不正を言い表すのですが、私たちがそうするとき、神はご自分の真実と公正によって私たちの罪を赦してくださいませ。神が「真実で正しいお方」であるとは、神が、キリストのゆえに私たちの罪を赦すと約束された、その約束に真実であるということです。この神の真実を確信して罪を告白するとき、その告白が、私たちを赦しへと導くのです。

自分の不真実を認め、神の真実に頼る者は、その告白を通して、「子よ。あなたの罪は赦された。安心して行きなさい」という恵み深い主の声を聞くことができます。

祈り 主よ。私たちが自らのうちに不真実を見出すときにこそ、私たちを、あなたの真実に信頼する、真実な告白へと導いてください。

靈的訓練について

靈的訓練は、"Spiritual Formation" と呼ばれ、長く教会の中で行われてきましたが、やがて、忘れられるようになってしまいました。しかし、「靈性の神学」が見直されるようになって、再び信仰者の中で実践されるようになってしまいました。40年前の1978年に出版された Richard J. Foster の "Celebration of Discipline" は多くの人々に読まれ、靈的訓練を紹介するのに、大きな貢献を果たしました。

Foster は、哲学者であり神学者である Dallas Willard らの協力を得て、Renovaré という団体を立ち上げ、靈的訓練のためのリソースを提供しています。Westmont College は Dallas Willard の遺志を継いで Martin Institute for Christianity & Culture に Dallas Willard Research Center という靈的訓練に関する学術研究の場を置いています。

他にも、Larry Warner の "b" など、様々な団体やミニストリーがリトリートなどを行い、靈的訓練への啓蒙、普及活動を行っています。日本では「アシュラム」やカトリック教会の「黙想会」、テゼ共同体と連帯した「黙想と祈りの集い」などがあります。

そうしたリトリートや集まりではまず、ひとりになること、静まること、御言葉に聞くこと、安息を得ることなどが教えられます。そして、祈り、悔い改め、賛美、感謝、靈的導きへと進みます。黙想や傾聴を学ぶために古代から用いられてきたレクシオ・デヴィナやジーザス・プレーヤーなどを習い、聖書や歴史上の人物の靈的生活も学びます。

こうした靈的訓練は、一度それに出れば良いというものではなく、繰り返すことによって、自分のものとなっていきます。Penguin Club では、こうした靈的訓練のためのセミナーやリトリートを皆さんと一緒に企画し、持ちたいと願っています。関心のある方のご連絡ください。



Penguin Club

www.penguinclub.net