

# 8 課

8月21日

## 休む自由



安息日午後 8月14日

### 暗唱聖句

主はわたしの光、わたしの救だ、わたしはだれを恐れよう。主はわたしの命のとりでだ。わたしはだれをおじ恐れよう。(詩篇 27:1、口語訳)

主はわたしの光、わたしの救い／わたしは誰を恐れよう。主はわたしの命の磐<sup>イデ</sup>／わたしは誰の前におののくことがあろう。(詩編 27:1、新共同訳)

### 今週の聖句

マルコ 2:1~12、列王記上 18章、列王記上 19:1~8、マタイ 5:1~3、イザヤ 53:4~6、列王記下 2:11

### 今週のテーマ

イエスの地上での働きの中で出会った人々の多くは、病気でした。時には死に至る重い病気もありました。彼らはイエスのもとに群がって、癒やしと苦しみからの休みを求めました。そして彼らは、必ずそれを受けたのでした。

時に彼がただ言葉を語るだけで、彼らは完全に癒やされました。時に彼は病人に触れ、奇跡的に彼らは癒やされました。時に彼はそのまま帰らせ、その道の途中で彼らは癒やされました。イエスは男を、女を、子どもを、ユダヤ人を、ユダヤ人でない者を、富む者を、そして謙遜で貧しい者を癒やされました。最悪の症例であったハンセン病や盲目でさえ、彼の癒やしの及ばないものではありませんでした。実に彼は、すべての病気の中で最悪の「病気」である死でさえも癒やされました。

今週私たちは、二つの全く異なる癒やしに注目します。1人目の患者は、あまりに症状が重いために、自分でイエスのもとに来ることさえできませんでした。彼の症状は、だれの目にも明らかでした。もう1人の症状は、外見には現れないものでした。しかし2人とも、神の時に、神の方法で癒やされました。

私たちが痛みと苦しみからの休みを探し求めるとき、クリスチャンとして歩む中でだれもが、一度や二度は一つの問いに思い悩みます。それは、癒やしを求める祈りが答えられないとき、何が起きているのかという問いです。

そのようなとき、私たちはどうやって休みを見いだすのでしょうか。

私たちが休みを必要としたことがあるとすれば、それはやはり病気のときでしょう。病気になれば、私たちの体は休みを必要とし、免疫システムが結集して働きます。

同じように、私たちの心も休みを必要とします。風邪や頭痛と同じで、命に関わるものではありません。横になって、しなければならぬことをあれこれ考えないようにしようと思いますが、なかなかそれができないのです。

命に関わる病気をする、横になっても眠れず、検査結果を心配します。なぜこんなことになったのか、不健康な生活習慣のためだろうか、20年前に飲んだあの薬のせいだろうか、この数年で増えた体重のせいだろうか、だれも知らないはずの隠れた罪のことで神が罰しておられるのだろうか、と。

### 問1 マルコ2：1～4を読んでください。この家で何が起きましたか。

この物語に登場する中風の男は、だれの目にも明らかな症例でした。『各時代の希望』に、この男の背景が書かれています。男は、人には言えないような生活をしていました（『希望への光』801～804ページ、『各時代の希望』上巻、336～343ページ）。彼の罪の生活がこの病気の原因であり、霊的な指導者たちは、彼の身に起きたことは自業自得だと言いました。彼は、自分の罪のためにこの病気を身に招き、しかもそれは不治の病でした。

これは、私たちの考え方の典型と言えるでしょう。私たちはしばしば、「だれのせいでこうなったのか」とよく考えます。何か犯罪があれば、だれかがその罰を受け、事故があれば、だれかが訴えられます。しかし、病人を責めたところで、その病気が癒やされ、元気になるわけではありません。

創造時の神のご計画には、痛み、病気、苦しみは含まれていませんでした。病気は罪と共にこの惑星に入って来たのです。ですから、神は私たちにより幸せな人生を楽しむことができるよう、健康のためのガイドラインをお与えになっています。しかし、私たちはこの罪に病む世界にいる限り、どんなに忠実に健康の原則を守っても、健康である保証はありません。

しかし、私たちが病気でであろうと健康であろうと、私たちの病気が自分の罪の結果であろうと、あるいは、親の養育義務の放棄や遺伝のためであろうと、あるいはただ、罪の世界に生きる副産物であるにせよ、神が私たちに休みをお与えになることができることは良き知らせです。神は、私たちに休みを与える方法をご存じなのです。

だれかが病気になったとしても、初めからその人を責めるのは良いこととは言えません。しかし同時に、ある症例においては、その原因を知ることが、癒やしと回復のために欠かせないことであるのはなぜですか。

中風の男は、イエスの前につり降ろされ、すべての目はイエスに向けられました。イエスは、この明らかな罪人を癒やされたのでしょうか。この病人を譴責する言葉をお語りになったのでしょうか。

**問2 マルコ2：5～12を読んでください。イエスはどのように、この中風の男を癒やされますか。イエスは彼にまずどうなさいましたか。**

私たちは通常、症状が出るまで病気に気づかないため、その症状が病気であると考え、そうした症状を取り除くことが癒やしであると考えます。イエスの治療法は違います。彼は、すべての痛みと病気の根源をご存じでしたので、まずそれを癒やそうとしているのです。

この男の場合、イエスはまず病気の症状を取り除くのではなく、まっすぐにこの男を最も苦しめているものに向かい合われます。彼は、病気以上に、罪悪感と神との離別で苦しんでいたのです。神の内に休む人は、この罪の世における肉体的な苦しみに耐えることができます。だからこそ、イエスは彼の苦しみの根源にまっすぐに向かい合い、まず赦しをお与えになったのでした。

イエスが赦しを宣言されたのを聞いて、宗教指導者たちはショックを受けます。彼らの心の中の譴責に対して、イエスは一つの質問を提起されます。

**問3 マルコ2：8、9を読んでください。イエスは律法学者たちにどんな質問をなさいましたか。イエスが扱っている本当の問題は何でしょうか。**

「言うは易く、行<sup>な</sup>うは難し」と言いますが、神の場合はそうではありません。神の力強いみ言葉は、すべてその通りになります(創1章)。赦しは目に見えませんが、大きな犠牲が払われています。それは、十字架の神の御子の命です。イエスはあえて、罪を赦す権威とその証拠を示すために、この中風の男を癒やすことをお選びになります。

神は、まず私たちの内にあるものを癒やすことを望まれます。そしてその後、中風の男のように、私たちの肉体的癒やしをお選びになることもあります。よみがえりの朝まで肉体的癒やしを待たねばならないこともあるでしょう。どちらにしても、私たちの救い主は、私たちが今、苦しみの最中にあっても、主の愛と恵みと赦しの保証のうちに休むことを切に願っておられるのです。

癒やしを求める祈りが、少なくとも今は応えられないように見えるときでさえ、私たちは、どのように休みと平安を見いだすことができるでしょうか。

世界保健機関（WHO）のデータによれば、毎年3億人以上の人々を襲っている世界で最も一般的な疾患は、目に見える明らかな症状を伴いません。世界中の障害を引き起こす要因の第一位はうつ病であり、命や生活の質が失われる大きな要因となっています。

残念ながら、うつ病は信仰が足りないしるしだという考えがあり、キリスト教界では、それを口にするのを控える傾向があります。クリスチャン人生は常に喜びと幸せに満ちているのでしょうか。うつ病は、神との私たちの関係に何か問題があるしるしなののでしょうか。

ほとんどの人は、そのような考えが間違っていることを知っています。忠実なクリスチャンでさえ、時にうつ病に苦しむことはあります。それは、神への信頼や信仰が足りないしるしではありません。詩編を読むと、そこに神に忠実な人々ならではの痛み、苦しみ、そして苦悩を見ることができます。

うつ病は、ゆっくりと静かに私たちを捕らえ、その支配力が強まったときに気づきます。また、精神的、肉体的に疲れ切るような出来事の後には、あっという間に襲われます。例えば、神の忠実な預言者エリヤは、カルメル山の対決の後、精神的にも肉体的にも完全に疲れ切っていました。

**問4 エリヤは、天から火が下る神の奇跡を<sup>Ⓜ</sup>目の当たりにし、祈った通りに雨が降り、3年の干ばつが終わりました。それなのに彼はなぜ、イゼベルの脅しに逃げ出したのでしょうか（王上19：1～5）。**

エリヤは、とても過酷な24時間を過ごしました。そこに脅しと殺害予告が続きます。それが、エリヤのうつ病の引き金になりました。さらにエリヤは、バアルの預言者が殺された現場におり、おそらくその中には、彼の手にかかって死んだ者たちもいたことでしょう（王上18：40）。正義のためとはいえ、このような出来事は、その場にいた者にとってはトラウマになるでしょう。まして実際に手を下したとすれば、なおさらです。

こうしてエリヤは、その場から逃げ出したのでした。時に私たちは冷蔵庫に走り、食べることでもう一度幸せを取り戻そうとします。時には眠ることで心の疲れを忘れようとしています。時には新しい人間関係、仕事、場所を探して逃げ込もうとします。また、もっと多くの仕事と締め切り、そして予定に没頭することで、何とか私たちの喜びと休みを奪い去る、この得体の知れない何かから逃れようとしています。そしてもちろん、多くの人々は、こういった何らかの「薬」を使ってその痛みを和らげようとしています。結局、そのような努力は、その症状を覆い隠すだけで問題の解決にはならず、むしろさらに状況を悪化させるだけであることを悟るのです。

疲れ切って走れなくなったエリヤは、再び祈ります。この祈りは、バアルの祭司たちや預言者たちを前にした、あのカルメル山での祈りとは全く異なり（王上18：36、37）、単純で短い絶望の祈りでした。

**問5 列王記上 19：4 でエリヤは、自分は先祖にまさる者ではないと述べています。彼は何が言いたかったのでしょうか。**

やがてエリヤは落ち着くと、罪悪感に襲われました。彼の逃亡が、イスラエルの改革の大きなチャンス奪い、自分を必要としていた人々を失望させてしまったことに気づいたのです。しかし、それに対してどうすることもできません。心に深い痛みを感じながら自分を顧みれば、自分が知っていた民の歴史の中に、自分の真の姿を見るのです。

自分を見つめ、真の姿を直視することはつらい経験です。私たちの人生が罪深いものでも、キリストにあって、神はキリストを見るように私たちを見てくださるといふ約束は、どれほど感謝すべきものでしょうか。さらに、信仰によってキリストの義を自分のものだと主張できるのです（フィリ3：9参照）。

にもかかわらず、うつ病は、私たちが暗い自己嫌悪という渦に突き落とします。そして時に私たちは、そこから抜け出す方法は死しかないと考え始めます。エリヤの場合がそうでした。彼にとっては、すべてが耐えられないものに思えました。彼は言います。「主よ、もう十分です。わたしの命を取ってください。わたしは先祖にまさる者ではありません」（王上19：4）。

偉大な癒やし主は、そんなエリヤを非難しません。神はうつ病と闘う私たちがどんなことに直面するのか、私たち以上によく理解しておいでなのです。

「そのとき、あがない主が愛とあわれみに満ちて私たちがながめておいでになるといふ特別な証拠がなくても、それは事実です。彼のみ手の接触を実際に感じなくても、愛とあわれみに満ちた優しいみ手は、私たちの上に置かれているのです」（『キリストへの道』改訂第三版文庫版137、138ページ）。

神は私たちにとって、「この旅は長く、耐え難い」ことをご存じであり、理解しておられます（王上19：7）。しかし時に、主は私たちが走るのをやめるまでお待ちになります。そのとき、主は介入することがおできになるのです。

溺れている人が混乱してライフガードに抵抗するとき、ライフガードはいったん離れて、溺れている人が意識を失うまで救助を待たねばなりません。

**問6 あなたは、次の聖句からどんな慰めと希望を見いだすことができますか（詩編 34：18、マタ 5：1～3、詩編 73：26、イザ 53：4～6）。**

神はエリヤが長い距離を走り、疲れているのをご存じでした。神は彼が肉体の疲れ以上に、精神的な疲れを感じ、さらに測り知れないほどの罪悪感に苦しんでいるのをご存じでした。イエスが中風の男を何十年もの苦しみの後に癒やされたように、神は彼の過去をきれいにぬぐい去り、彼に休みをお与えになります。ついに、彼はぐっすり眠り、元気を取り戻すことができました。

私たちは、これでこの物語が終わるのを期待しますが、そうはなりません。神の休みは一時のことでありません。神の休みに入ることは、癒やしを伴わねばなりません。その癒やしは、ゆっくりと、否定的な思考パターンと人の心身を破壊する習慣を捨てさせます。神は癒やしを急がれません。

**問7 列王記上 19：5～8 を読んでください。エリヤは次にどこへ向かいますか。それはなぜですか。**

休んだ後、エリヤは再び走り始めます。しかし今回は、再び神がその行き先を示されます。神は、この罪の世界に生きれば、うつ病になりうるし、なるだろうことを理解しておられます。主は、私たちの走り出したくなる衝動を理解しておられますが、走る方向を正したいと望まれます。私たちが、すべての人を破滅に導くような試みから離れ、神のもとに走るように望まれます。そして、私たちが神のもとに走り始めるなら、私たちに休みを与える「静かにささやく声」(王上19：12) に耳を傾けることを教えてください。

エリヤには、もはや起き上がって、神に会うための旅を続ける力はありませんでしたが、神がその力を与え、神がより良い明日を約束してくださるのです。

**問8 列王記上 19：15、16 と列王記下 2：11 を読んでください。エリヤのために何が用意されていましたか。**

神は、エリヤにより良い日々が待っているのをご存じでした。神のリズムに合わせ、神の休みを受け入れて生活を整えることにより、預言者エリヤは癒やされました。彼にはまだ、油を注いで王たちを任命し、後継者を選ぶ仕事がありました。神はすでに、エリヤにとって息子のように近い存在となるエリシャをご存じでした。神は、エリヤが信仰によって再び天から火を降らせるのをご存じでした(王下1：10)。エリヤに待っているのは、エニシダの木の下の絶望的な死ではなく、天の休みに入るための火の戦車でした。

エリヤの物語から、どんなに悪い状況だとしても、神の力によって、なぜあきらめずに努力しなければならないということについて、何を学べますか。

「状況が絶えず変わることによって、私たちの経験に変化が生じる。これらの変化によって、私たちは高揚もすれば、落胆もする。しかし、状況の変化は私たちに対する神の関係を变える力を持たない。神は昨日も、今日も、永遠に、変わることがない。神はご自分の愛に無条件の確信を持つように私たちを求められる」(『今日の光——天上で』2021年第2期4月23日)。

「イエスから目を離さず、感情が伴っていようとなかろうと、信仰によって静かに祈りを捧げ、主の御力に堅く立ちなさい。捧げる祈りの一つひとつが神の御座に突き刺さり、決して約束を破ることのないお方がすでに応えてくださったかのように、ただ前進しなさい。たといそれが重い気持ちと悲しみの中であっても、あなたの心に賛美のメロディーと歌声を絶やさず進みなさい。必ず光が来て、喜びは私たちのものとなり、そして霧と雲は巻き上げられると知っている者として、私はあなたに告げます。私たちは、闇と影の重苦しい力を通り抜け、晴れ渡った光輝く主のみ前に出るのです」(『セレクトッド・メッセージ』第2巻242、243ページ、英文)。

### 話し合いのための質問

- ① 精神の不調やうつ病に苦しむ人を助けることは、しばしば非常に難しいことです。あなたの教会は、そのような人々をより効果的に福音に導くための、良い戦略を持っていますか。
- ② 私たちはしばしば、神の前に素直になり、心を開くことに困難を覚えます。詩編の中に、素直に神に心を打ち明ける聖書記者たちの姿を探してみましょう。どのようにすれば、私たちもそのような姿勢を持つことができるでしょうか。
- ③ 信仰は感情ではないことを知ることは、なぜ重要なのでしょうか。落ち込み、失望し、不安になり、そして心配することは、神への信頼と信仰の欠如を意味するものではありません。私たちはだれしも、さまざまな問題のために一時的にそのような感情に陥ることがあります。しかし、状況がどんなに困難に見えるときにも、信仰によって前進することは、なぜ重要なのでしょうか。
- ④ 中風の男の物語を通して、特に、罪深い生活習慣があなたに病気や体調不良をもたらしているとすれば、あなたはどんなに大きな希望を見いだすことができますか。

## おもちゃよりのいい

月曜日、何人かの友だちが、マリアの周りに集まって来ました。

「学校の後、何をしているの?」と、1人が尋ねました。

「あなたの家に遊びに行ってもいい?」と、もう1人が言いました。

マリアは首を横に振り、「今日は、することがたくさんあるの」と言いました。

彼女は、カナダの北極圏の孤島にある小さな町ポンド・インレットに住む、忙しい9歳の女の子でした。平日は学校へ行き、家に帰ると宿題をした後、両親の手伝いをしました。安息日には家族で聖書を読み、オンラインの説教を見ました。

しかし、マリアの友だちは本当に彼女と遊びたかったのです。火曜日、木曜日、金曜日と、子どもたちは彼女の周りに集まり、「それじゃあ、いつあなたの家で遊ぶことができるの?」と聞きました。「土曜日は? 土曜日は時間があるでしょ」

マリアの顔がパッと明るくなりました。確かに、土曜日には時間があります。「土曜日に私の家に来たら、聖書研究ができるわ!」と、彼女は言いました。

友だちは戸惑いました。彼らは1回も聖書を読んだことがありません。でも、マリアと一緒に時間を過ごしたかったので、土曜日に行くことにしました。

安息日に数人の友だちがマリアの家にやって来ました。マリアが聖書を読むと、友だちは戸惑いました。聖書の神について、聞いたことがなかったからです。マリアの父親がオンラインの説教動画を流すと、また戸惑いました。説教を聞いたことがないので、説教者の言っていることが理解できませんでした。後で説明してくれるよう、マリアに頼みました。

「彼が言っていたのは、どういう意味なの?」1人が尋ねました。

「これは、どんな意味なの?」と、もう1人が聞きました。

マリアは説教を簡単に説明しました。説明が終わると、友だちは、彼女が言いたかったことを理解したようでした。

月曜日、学校で何人かのクラスメートが、土曜日にマリアの家で何をしたのか、友だちに聞きました。「聖書の神様について読んだわ」と1人が答え、「それから、興味深い説教を見たのよ」と、もう1人が言いました。



クラスメートは、聖書を読んだことも説教を見たこともなく、もっと知りたがりでした。マリアの友だちは学んだことを説明しました。マリアはそれを聞いて、なんだか良い気分になりました。これは、おもちゃで遊ぶよりずっと良いことです。彼女は毎週安息日に、クラスメートを自分の家に招きたいと思っています。