

< 1. 人間関係を破る一番の原因の一つ:人の憤りと怒り >

愛するクリスチャンプレイズチャーチの信仰の家族のみなさん!一週間もみんな主の平安のうちに心も、体も、信仰も守られましたか。先週から我々は関係の回復と守りのために聖書の神の御言葉を通して学ばされています。先週は成熟した関係の守りと回復のために責任という部分について共に学ばされました。

今日は関係の守りと回復のための2回目として聖書的な怒り管理について一緒に学びたいと願います。

先週我々は聖書を通して関係をやぶる原因の一つが責任回避、責任転嫁しようとする事であると教えられました。なので、自ら自分の責任を担う、犠牲を払う事になっても愛するため責任を果す事を学んだのです。本日はもう一つは、人間関係をやぶる一番の原因となるもう一つについて考えて見たいと思います。それは人の憤りの問題です。サタンは今まで愛し合うべき数多く人間関係を破って来ました。その手段の一つがこの憤り、怒りを通して多くの夫婦、家庭、友人、教会信仰共同体などが破壊され、憤りを通してたくさんの人々が死に、多くの物が奪われました。今日、私たちが住んでいるこの日本の社会、そして毎日世界のニュースの事件から考えさせられることがあれば、人間の憤り、怒りというのが人間をどこまで残酷にさせるのかです。もっと残念なことはそのようなニュースを見てもあまり驚かされない鈍感な時代、もうなれて来ている時代になっていることです。今日私たちへの質問は憤りがどうして発生するのか。発生した憤りをどうやって正しく処理し、治めることができるのかです。みなさんは怒ったり、憤りが生じた時どう反応し、処理して来ているのか。主の御言葉の前で自身を振り返って見ながら、共に学んで行きましょう。

ヘンリ・ナウエンという方が書いた <わが家への道>という本では隣人と人々に仕えるためには二つの面で自分が死ななければならないことを語っています。一つは他人の事の過去から死ななければならない事です。私たちは身近にいる人々こそ過去をよく知っています。そういうわけで、身近にいる人に接している間、多くの場合その人の過去をすぐ思い出させ、関連付けてしまいます。特に自分に傷と苦しみを与えた人と接する時はその人から受けた傷と苦しまれた覚えのため現在のその人をありのまま受け入れ、認める事も、改めて愛し、仕えることにも妨げになる時が多くありませんか。夫婦の中でもお互いによく怒りを起こさせる言葉が“あんたは以前も、前からとか、以前からずっと”という言葉らしいです。なぜなら、この言葉はずっと相手の過去に捕らわれ、先入観を持っているため、今相手が頑張ろうと努力しているところ、変って来ているところを認めよとしないように思われるからです。二つ目は他人に対する怒りという感情のぬまにはまらないようにその怒りの感情から死ななければならない事です。人が生きているうちには感情っていうものは避けられないものですが、怒りや憤りの感情を持っているままだと、決して関係の改善は出来ない事を我々はよく体験して来ているのではないのでしょうか。

< 2. 本文内容 >

愛するクリスチャンプレイズの信仰の家族のみなさん!先週に続き今日の本文 創世記4章ではみなさんもよくご存知のように初の人アダムとエバの子ども兄弟である兄カインと弟アベルの話であります。人類の最初カインが自分の憤りをコントロールする事が出来ず、自分の愛する弟を石で打って殺してしまう殺人事件が書かれています。カインの憤りが結局一番愛すべき弟であるアベルとの関係を命を奪うことによって破ってしまった出来事です。一番愛し、大事にし、身近にいる人である者さえ、殺したくなるほど、憎み嫌った人の代表的な人が今日の本文に出ているカインでした。カインは自分の弟であるアベルをあまりにも怒りが襲いかかり殺してしまいました(創世記4:1-8)。実際カインの中にあつたその憤り、怒りが何千年もすぎたとしても今日の私たちの中にも潜在(せんざい)されているのではないのでしょうか。カインが持っていたその憤りや怒りの原因はいったい何だったとみなさんは思われますか。

< 3. いかりの原因 >

すると、今日神様がカインを通して聖書が私たちに教えて下さっている人間の怒りの原因は何でしょうか。いろんな原因が多くあると思いますが、今日は三つのポイントでまとめて見たいと思います。

① 怒りの原因は認められていない心の傷のためで生じることが分かります。

ウィリアム・ジェイムスという人が語ったように、認められたい渴望は全ての人間の奥底からの本能です。人はだれかに認められる時、その人のために命までもかけたりします。ですから、認められたい欲求自体は良いことです。神様に認められ、人々に認め

られたい欲求は決して悪い欲求ではありません。ところがカインの問題は自分勝手、自己中心的な思いと方法で神様に認められたかったことが問題でした。

神様がカインに望まれた善ということは神様の望まれる通りに礼拝を捧げる事でした。カイン自分自身の思いやり方ではなく神様の御心にかなった礼拝をささげることでした。神様に礼拝捧げるのには二つが必要な条件がありました。その一つは神様を信じる信仰を持って、信仰によって礼拝する事、もう一つは神様が望まれる方法で、つまり旧約時代の神の定めは子羊とその油をささげる事でした。しかし、カインは神様に信仰をもたず、礼拝のかたちだけで、彼がささげた物も神様の願われた通りでもなく、最前でもなさそうにささげた事が分かります。そういうわけで神様はカインとそのささげもの、つまり彼の礼拝には目を留められなかったのです(5節)。

福音派の聖書学者たちが推測していることは、きっと神様が早めに親であるアダムとエバに神様への礼拝を捧げるためにはかならず真の神を信じる信仰を持って、捧げ物は何でも自分勝てな物ではなく、子羊を捧げることを教えてくださったのに間違いないということです。なぜなら、ノアとアブラハムをはじめイエス様の来られる前の旧約時代には大体、ずっと子羊をささげ神様に礼拝する姿をよく見出すことができます。なぜなら人間を代表しているアダムとエバが罪を犯したその時、神様は何の関係もなく、罪もない子羊の血と犠牲により皮の衣を着せてくださいました。そして、その以来神様に礼拝するたびに子羊をささげるようにと命じられました。なぜ子羊がこれほど大切だったのでしょうか。無くなられた子羊を記念するためでしょうか。決してそうではありません。

もっと大事な意味がある事を先週にもみなさんに教えたでしょう。人間の罪の恥を覆い、生かせるために犠牲となったその子羊が、やがてこの地に来られる全ての罪人たちである我々の罪を赦し、救うために来られるイエス様を象徴するからです。やがて罪のない神様であるイエスキリストがこの地に神の子羊として来られ、人類のあらゆる罪を背負って十字架につけられ、罪の代価としてささげものとなることをあらわしているからです。きっとメシヤの事までは知らなかったとしてもカインは親から神に礼拝する事を大事に教えられたのにもかかわらず、結局カインは自分勝てに捧げながら、従わず、不従順したわけです。そのため、カインの捧げる礼拝は目を留められず、受け入れて下さらなかったわけで、そうじゃなく、神に定められた通りちゃんと信仰とその捧げ物で、最善を尽くして捧げる弟アベルの礼拝は喜んで神は受け取ってくださったのは当然だったかも知れません。カインは自分が間違ったことは思わず、自分を振り返って見る事もなく、ただ自分も神に認められたかったのにそうならなかった事に、実は神に燃える憤りを覚えていたのではないのでしょうか。我々も認められたい人に認められない時、悲しみと共に怒りと憤りを感じてしまう時があるかも知れません。みなさんはその時、どうしますか。

②二つ目に、カインの怒りと憤りの原因はやきもちのためでした。そんなカインは自分を認めて下さらなかった神様であるのに、なぜかカインは弟アベルにまでも憤りを覚えています。いやまるで全てがアベルのせいのように神より、アベルに憤っているのはなぜでしょうか。それは自分の礼拝には目を留めて下さらず、受け取って下さらなかったのに、弟アベルの礼拝は認め、受け入れて下さったからでした。アベル自身は兄に実際何もやった事はありません。しかし、カインがアベルを殺したいほど怒りに燃えアベル移した理由はアベルと自分を比べながら、嫉妬していたからであります。弟であるアベルが神様に認められ愛されていることに対して耐えませんでした。自分が認められないことでさえ、くやしくアベルせいだと思ひ込み、事実ではないのに、感情によって理由つけをしながらまるでそれが事実かのようにしか思っていないカインの姿です。結局そのやきもちをやいたため、憤りを起こし、弟を死にまで至らせたのではないのでしょうか。それでソロモン王は雅歌書で“ねたみはよみのようにはげしい、その炎は火の炎、すさまじい炎”だと言ったのです(雅歌書 8:6)。

愛する信仰の家族のみなさん! しばらく考えてみてください。このようなねたみは遠く離れている人々との関係では起こりません。それこそ一番身近にいる人々、頻りに会っている人々との間でよく自分と比較するうちに起こりうるものであります。ねたみは比較とそして、競争心から起こります。カインはアベルを自分と比較しました。そして、兄弟であるアベルを兄弟愛ではなく、絶対負けたくない競争心がやきもちを、それが人の命を奪うほどの罪の結果になってしまいました。これが人間の悲劇です。自分が他の人と比較している限り、人々を競争相手でもいつも考えている限り、私たちは怒りや憤りから自由になれないかも知れません。そうではなく、必ず勝たなくても、時には負けても良い!と自身に声変えて下さい。主が望まれることは兄弟愛をもって互いに愛し合い、助け合うことであります。多くの家庭の問題がここにありませんか。多くの教会の問題がここにあります。神様がアダムとエバを結ばせてくださった目的は互いに愛し合い、助け合うためでした。神様が特に同じ教会で我々を出会わせてくださり、ともに信仰の生活をするように許して下さったのは互いに助け合って、愛し合い、仕え合うようにするためである事を忘れないで下さい。

このような嫉妬の根本は何だと思えますか。比較意識と競争心とともにもう一つ、それは**劣等感**です。自身が劣等だと思う時、他の人がよく出来るところが見えると嬉しくありません。時には自分のその劣等を補うためにほかの人のもっといいものを自分自身のものとして奪うか、それともほかの人の持っているものを破壊させることにより自分自身とも等しくさせようとするのがまさしく嫉妬なのです。この嫉妬の危険はいつも関係を持っている人や知り合い、身近にいる人々の間で生じるということです。しかし事実、身近にいる人々に対してねたむ心は人間であればだれでもその内側に潜在されています。これは神様の御前でだれも否定することはできません。今日私たちは嫉妬をうまく克服し、対応しなければなりません。その時いかりも克服することができるのです。今日、悪魔は私たちの心で内在されているねたみの心を利用して神によって造られた尊い人生、命を、人をまるでみすぼらしく、そしてみじめにさせようとしています。今のありのままの自分自身にある素晴らしい潜在力を見出せないようにし、成長させないようにと必死に働きかけます。

競争や嫉妬、劣等感のため起こる怒りから打ち勝つ道は競争意識ではなく**兄弟愛・責任を担おうとする愛**を持つ事でしょう。正しい兄弟意識は他の兄弟がうまくやれることをだれよりも喜んであげることでしょう。競争する心よりむしろ**責任意識**をもって兄弟姉妹たちの大変さ、弱さに共に補い、最後まで支えようとする愛の責任を持つ事が大切ではないかと思えます。私たちの教会の信徒たちはこれを一生、忘れないようにしましょう。教会は神様に礼拝をささげるすばらしいところでもあります、集まる人々は罪人つまり、みんな不完全な我々の集まりでもありますので、いつも主にある兄弟愛、一つの信仰の家族としての意識をもたなければ、結局、互いに噛み付き合い、攻撃し、ねたむことによる分裂まで至ることはサタンの大好きな作戦であることをです。しかし黙示録に出ているフィラデルフィヤ教会のように主の愛をもって死に至るまで兄弟を愛を實踐して主にほめられた我々のクリスチャンプレイズチャーチともなりますようにお祈り申し上げます。

③三つ目にいかりの原因は自分自身の間違っただけのためです。

自分自身の間違っただけが怒りの原因となります。人は大体四つの場合にいかりを持つのだと言われています。たしかなのか確認してみてください。一つは自分の願いがかなえられない場合怒りを覚えます。二つは、自分の願いが自分の願う時にかなえられないとき怒ります。三つ目は自分の願いではないことが自分に起こる時怒ります。最後には自分の願いとおりに人々が動いてくれない時怒るということです。愛するみなさん!結局この四つのすべての共通点は**自己中心的な期待と関連**があります。今日カインは自分のやり方で礼拝をささげたとしても神様は哀れみ深い方ですから、こんな礼拝でも受け止めてくださるだろうと期待していたかも知れません。しかし神様は彼のささげ物には目を留めてくださらなかったです。

私たちは自分の人生と人々に対する自己中心的な過度な期待を捨てる必要があるかも知れません。私たちの人生は自分たちの願い通りにならない場合が実はよくあります。願ったことでもない失敗と挫折を経験したり、願ってない病気にかかる時もあります。信頼していた人々から裏切られる時もあり、愛する人々が私たちから離れて行く時もあります。その時何の役に立たない怒りという感情にだまされないためにはただ自己中心的な期待を少し減らさなければなりません。

しかしながら、自分ではなく、神様に対する期待は高くすればするほどすばらしいです。諦めないでもっとたくさん願い求めてください。偉大な神様がみなさんの人生を通してすばらしく御業を成し遂げてくださることを期待してください。**人々に対する期待は以前より少なくして、神様に対する期待は高くすること、これがまさしく聖書の知恵ではないかと思えます。**決して人々に対して無視し、むやみにしろという意味ではありません。無関心になりなさいということはなおさら違います。もっと自分の今自分に健康であるだけでも感謝し、愛する人が一緒にいてくれるだけで感謝し、自分が今生かされているだけで感謝し、自足すべきであるという意味です。自分が決め付けてしまった基準や期待が今自分だけではなく、周りの人を苦しめた事はないか。自分の持っている高い基準のためかえて周囲の人々に傷つけているのではないか。今日自分の願いとおりにならなかったことに悔しく自分や回りを恨んでいるなら、そのような思わやめましょう。そのようなことはいつでも、どこでもありえることです。

< 3. 聖書的な怒りの管理する方法 >

憤りや怒りというのは神が人に許して下さった感情であります。実は同時にいくらでもその感情を自身がコントロールする事もできる感情でもあります。憤りを間違っただけと恐ろしい結果になりますが、むしろうまく利用し、管理すれば私たちにも有益になれます(箴言 16:32, 19:11)。宗教改革者であったマルティン・ルターは“私は正義の怒りによってもっと説教が熱くなり、もっと祈ることができるようになる”と言いました。不正に対して正義を守ろうとする怒りはむしろ私たちをたくさんの誘惑や罪から自身の心や

体を守られる役割もするでしょう。しかしこの怒りが自分の中に生じた時私たちはどのように対処し、管理すれば良いのでしょうか。ある人は怒りが出たら、その怒りを晴(は)らさなければならぬと主張します。腹が立つと言いたい事は全部さらけ出した方が良いとも言われます。心に残ると全部病気になるから、そして、怒ること自体は人の本能だと良いんじゃないかとも言われます。怒りをうまく処理に、反応しないと自分の中でも病気になる事は正しいですが、しかし怒ることが人の本能だと言いながらその感情をいい加減に晴らすことはまるで人の本能にしたがって相手がどうなっても関係なく、ただ自分がやりたいからやる事はカインとあんまり違いなく暴言や暴力的になれる可能性が多くあるのではないのでしょうか。

するとどうすれば良いのでしょうか。①怒りを処理する前に、この怒りの原因をよく考えて見る事です。愛するみなさん、いったん怒りが出してしまうと人の分別力は弱まり、感情的に言ってしまうやすく、もしかする相手に一生涯、消されない傷を与えてしまうかも知れません。ですから、怒りを覚えるなら、まずは、今感情的になっている時は自分を止めなければなりません。そしてこの三つを自分自身に聞かせて見て下さい。今私はどうして怒っているのか、そして私はだれのために怒っているのか。自分自身のためなのか、相手のためなのか、神様のためなのか。三つ目、私は怒ることによって何が得られるのか。怒る結果どうなるのか。私たちは怒る時よく間違ふことですが、自分が怒ることによって願うことを得られると錯覚する時があります。むしろ正反対です。怒ってしまうと自分の本当の願いはかなえられません。このような質問を通して自分の今のいかりの感情の原因を出す前に立ち止まって、もう一度考えることが出来れば、そのうちにもっと冷静になり、その原因を解決するために正しく分別し、努力して行けると信じます。

② 理解する心、哀れみの心を持つ事です。

易地思之(えきしちの)という韓国語(ヨクチサジ)では昔のことわざがあります。今は“立場を考慮すること;相手の身になって思うこと”の意味であります。私たちがよく怒る多くの理由は相手のあやまち、そして誤解のための場合が多くあります。その時私たちに必要な事は相手の立場に立って見て理解しようとする心、相手を哀れむ心を持つことではないのでしょうか。実際、私たちが怒らせたり、苦しめたり、無礼な人々の場合は実はその人の人生自体が傷だらけの方が多くいます。そんなわけでは言い方があらっぽく、相手を配慮しようともせず、無礼なのです。ですからその人々に接する時、私たちに必要なことは哀れむ心が必要ではないのでしょうか。夫や、家族が家に帰って来たり、家にいた妻が怒ったり、いらいらすることには理由があります。単純に夫や妻や、子供たちがいやだからでもありません。その日、何か疲れた事や辛かった事があつたかも知れません。外で、誰かによってくやしいことや、仕事が思い通りうまくいかなかったため大変だったかも知れません。その時、我々がすることがあれば、‘今日何かあつたのかよく理解してあげようとする’哀れみの心をもって接する事です。妻がいらいらしている理由は、かならず何かがあつたためか、何か今満たされていないことがあるからかも知れません。その時、夫は妻に何かを教えようとするのではなく、妻に何が大変だったのか、よく仕事や家事や子育てで疲れた妻を哀れむ心で、ただ聞いてあげたり、抱いてあげるだけで大分感情的になっているところが治まって来るでしょう。

メッセージを終わらせませす。聖書に怒りを覚える時は特に一日という期限を越えない様に薦めて下さっています(エペソ 4:26-27)。実は怒っている自分の情緒に良くないし、関係が回復されるのに一日が経つとさらに難しくなるからです。そして、信仰生活にも悪い影響になり、祈る事などにその感情が妨げになるからです。怒った時はその日が終わる前に何とか解決しようと努力しましょう。怒りも感情なので、調節出来ます。家庭内で、教会内で、特におさない子供たちに怒りを自制し、賢く抑える姿、つまり自分の感情をうまく治める姿もぜひ模範として見せてくださり、教えてくださいますようお願いいたします。しかし、何よりもこの炎のような怒りをいつも賢く抑えることができる有一の道は神に祈ることが一番効果的な処理の方法でしょう。人の前より、まず神の御前でまず鎮まって自分の感情をさらけ出し、自分を振り返りながら祈りの習慣こそ、コントロールが難しい怒りに打ち勝つ有一の道であることを共に覚えて行きましょう。時には神の御言葉を静まって黙想する時も我々にとっても有益でしょう。先ほど、上の三つの質問を自分しながら、なぜいま私はどうして怒っているのか、そして私はだれのために怒っているのか。私は怒ることによってどんな結果を期待し、何を得られるのか。神に問いかけながら、今のこの感情をどう処理すれば良いのか神の智恵と答えを求める時、そして、主の御言葉を聞いて求める時、聖書を通して我らがどうすべきなのか教えて下さいます。そして、神の御心を知る事が出来るでしょう。ですから祈るたびに求めてください。日々霊的な呼吸をしている瞬間瞬間、自分の人生もカインのように怒りによって大切な関係を打ち壊す事がないように。今日も自分の感情をよくコントロールが出来る智恵と力と自制の力を下さるように。そのうちに御霊の美しい実である、愛、喜び、平安、寛容、親切、善意、誠実、柔和、自制(ガラテヤ 5:22-23)!の実がゆたかに結ばれ、全関係が守られより深く愛し合って行けるクリスチャンプレイズ全家族となりませすように主イエスキリストの御名によって祝福します。アーメン!