

「憤ったままではいけません」

エペソ人への手紙 4 : 26 - 27

June.9.2024

## エペソ人への手紙 4 : 26 - 27 (パウロ)

### Preface

エペソ書 4 : 25 以降では、霊の刷新とともに着る新しい人のその中身と実践について教えて下さっています。

先週は、霊が新しくされ続けながら着る新しい人とは、偽りを捨て、隣りに真実を語り、互いにかからだの一部分であるということを実践する霊的戦いを諦めない人であるということについて学びました。

今朝は、今読みました 26, 27 節の御言葉から、新しい人を着る者として、どう怒りと憤りに向き合っていけばいいのかについて考えていきたいと思っております。

怒りほど、人にとって大きな問題はないように思うほどに、怒りは人にとって大きな問題だと思えます。

最初の人アダムが、神との約束を破るという根源的な罪を犯すと、アダムは神に怒りを爆発させ、自分のからだのように愛していたはずの妻エバに対しても怒りをぶつけます。

そして、その心境は、「私は正しい」という思いです。

ここで厄介なのは、間違っているのに「正しい」と思っていることです。

私たちが怒りについて考える時、先ず心に留めなければならないのは、正しい怒りがあること、真つ当な怒りがあるということです。

怒りは、神様がお持ちのたくさん豊かなご性質のうち、とても大事なご性質であり、感情であります。

そして本来、人は神のかたちに造られた存在ですので、真つ当に正當に怒ることが出来る存在として造られました。

しかし、罪を犯した結果、真つ当に怒ることが出来なくなってしまい、その怒りのほぼすべてが、正しくもないにも関わらず、自分の正しさを証明し、示し、言い表すために用いるようになってしまい、まともに怒ることが出来なくなってしまった、魂の奥底、骨髄に至るまで罪人であること。

これが、私たちが「怒り」について考える時に、最初に肝に銘じなければならない聖書の教える私たち罪人の姿です。

### Part One

もう一度御言葉をお読みいたします。

## エペソ人への手紙 4 : 26 - 27 (パウロ)

「怒っても、罪を犯してはなりません」とありますが、言語通り直訳致しますと、「怒りなさい。そして、罪を犯してはなりません」と命令形で書かれており、あたかも怒ることを先ず進めているような言葉になっています。

私たちの持っている新改訳聖書の日本語訳ですと、一見しますと、怒ること自体、もうすでに良くないことだと、悪いことだと言うように読めてしまうかもしれませんが、直訳をしますと、「怒ること自体が悪いことではない」、むしろ、「怒りなさい」と勧めているようにも取れなくもない書き方をしております。

字義通り取りますと、先ず私たちは、しっかりと怒る者でなければならないわけです。

じゃあ、何において怒るのか？

聖書の語る「怒るべき」唯一のことは、神以外のものに仕えることです。

「神以外のものをあたかも神のように崇め、仕え、従い、目標とし、従属する罪に対して怒り、羞恥心を感じることを知らなければならない。

そのことにおいて真剣に向き合い、怒らなければならない」と教えてくれます。

神以外のものを神とすることを、聖書は、「悪だ」と、「罪だ」と言います。

その悪や罪に対して、私たちは怒らなければなりません。

ただし、ここで問題になるのは、「罪だ、悪だ」と、人のことはよく指摘はするものの、自分のことは棚に上げて「罪だ、悪だ」と宣ってしまうことです。

例えば、夫婦喧嘩をする時、いつも私自身してしまうのは、正しいことを、正しく言って、正しく理解させ、正しく諭そうと、怒ることです。

ソロモンが、「あなたがたは正し過ぎてはならない。自分を知恵ある者だと思ってはならない」と教えてくれているにもかかわらず、正し過ぎて、つまり、「自分は正しい」と、「正しいことをしているんだ」と、自分のことは綺麗さっぱり棚に上げて、相手の間違いを否応なしにバッサバッサと切り捨てるかのように責め立ててしまうこと、そして、責め立てながら怒っているその怒りを正しいと確信しながら怒っていること。

怒っている時には、全然分からなくなってしまうのですが、冷静になって、ふと我に返り、祈ったり、聖書を読んだり、礼拝を献げたり、賛美をしようしたり、人前にニコニコ顔で立って平静を装って何食わぬ顔をして話をした時に、「よくもあんなに確信をもって、妻を、夫を責め立てることが出来たなあ！ そんなにお前は正しいのか？ あんなにも怒りに身を任せ、身を震わせながら怒るほどに、あなたは正しいのかい？」という思いが、神様が、聖霊様が与えて下さる思いだと思いますが、どこからともなく聞こえ、湧き上がってきます。

我が家の子どもたちを叱った後も、同じような感情に苛まれることがあります。

怒りを正当化することに身を任せ、その怒りを「正しい怒りなんだ」と、叱っている子どもに理解させてやらなければ、あたかも自分が敗北したかのような、親の、大人としての面子が立たないかのような思いに覆われ捕らわれながら、怒ってしまいます。

いつの間にか怒ることが目的となり、怒りを正当化することが目標になってしまっていることにすり替っていることにも気付かないのか、気付いていないふりをしているのか、

「正しい」と自分が思っていることを並べ立てます。

こうなると、その怒りは、もう正当な怒りではなく、罪になります。

罪の虜ですね。

その怒りを正当化するために、人の怒りを通して関係性をぶち壊すことを喜び焚きつけようとする輩・悪魔に機会を与えながら、結果的に、悪魔に身を売っていることに気付いているのか気付いていないのか、いつのまにか悪魔の側に付いて、その怒りで子どもの人格を踏みにじり、殺してしまう程のことをしてしまいます。

エペソ 6 : 4 に、

### エペソ人への手紙 6 : 4 (パウロ)

とありますが、主を忘れて、自分が神となって、自分が基準となって、自分が裁判官となって、子どもたちを怒らせてしまったこと、私自身数知れずです。

もちろん、そういう親や大人の弱さと罪深い姿を通して、反面教師にして、子どもたちが学ぶこともあるでしょうが、主イエス様がペテロに、「下がれサタン！ あなたは神のことを思わないで、人のことを思っている！」と投げかけたあの言葉が、私自身にも投げかけられている言葉だという迫りを受けたと感じた時には、イエス様の言葉を素直に認めて、子どもたちに謝ります。

土下座して謝ったこともあります。

「ご自分の肉において、隔ての壁である敵意を打ち壊し、二つのものを一つにしなごら和解させて下さった」イエス様のことを思い出すと、謝らずにはいられなくなります。

子どもたちからは、「牧師のくせして」とか、「どうせ謝ったって、また怒るんでしょ」とか言われながらも、「怒っても、罪を犯してはなりません」という言葉が私の身になり、柔和になれるように、日々練習しています。

「それを練習することが、イエス様に従って行くことだ」と心底実感しながら、私自身日々練習しています。

もちろん、だからと言って、子どもたちを叱ってはいけないということではありません。

箴言 13 : 24 にありますように、

### 箴言 13 : 24 (パウロ)

ということ、子どもたちを愛しているならば真剣に行わなければなりません。

でも、そのためにやっぱり忘れてならないのは、主なる神さまを、イエス様を先ず第一にすることですね。

### 箴言 3 : 11-12、5-10 (パウロ)

主なる神様、イエス様、聖霊様、神の言葉を大事にすることを第一にしながら、子ども

をしっかり叱ることを教えてくれています。

私が以前、伝道師として働いていた韓国の教会の主任牧師は、ご自分の二人のお子さんを叱る前に正座させて、箴言の御言葉を読んであげながら、『子どもを愛しているなら、しっかり叱りなさい』と聖書に書いてあるから、お父さんは、今からお前たちを叱る。一発思いっきり叩かれるのいいか、それとも、十発軽めに叩かれるのがいいか決めなさい」と子どもたちに聞いてから、大概、「一発思いっきりがいい」と答えるので、足のももの部分を思いっきり一発叩いて叱っていたということを聞いたことがあります。

「神さまのことを第一にしようと具体的に試みている、一つの素晴らしい子どものしかり方だなあ」と思ったことがあります。

もちろん、そんな時ばかりでなく、人間ですから、その主任牧師の先生も思わず手が出てしまうこともあったようです。

でも、そのお子さんたちは、そんなお父さんの努力の気持ちを汲み取ってくれて、お二人とも、「ああ、こんな大人、親、クリスチャンになりたいなあ」と思うような方々になっておられます。

## Part Two

子どもや夫婦を相手にするばかりでなく、私たちが怒りにかまけて、怒りにまかせて怒ってしまう時は、ほぼ100%、神様のことを主イエス様のことを忘れているでしょう。

「主イエス様が、私に何をしてくださったのか」、「主イエス様の前にあって、私という人がどういう人なのか」を忘れてしまい、自分の正しさばかりに心覆われてしまい、まんまと悪魔に機会を与えてしまっている時に、私たち人間は、怒りに覆われ、憤ったままの状態に陥ってしまいます。

エペソ書4：27で、「悪魔に機会を与えないようにしなさい」とありますが、悪魔にとっての機会、一番の好物・餌、目標は何でしょうか？

関係の破壊ですね。

先ず、神と人との関係を破壊することです。

そして、人と人との関係を破壊することですね。

アダムやエバの神との親密な関係を何とか破壊しようと、蛇にまで化けて、最初の間アダムとエバを騙し、神との関係を断ち切りました。

神との関係を断ち切らせた後の、人と人との関係を破壊することは他愛もないことであり、自然とおまけのようについて来ました。

アダムがエバを責め、エバもアダムを責め、カインがアベルを責め、アベルは命を落としました。

それからというもの、ずっと悪魔が人に対してし続けてきたことは、人を神に近づけない、神との関係回復を阻むと同時に、人同士の関係を悪化させることです。

即ち、エペソ書4：26、27の「怒っても、罪を犯してはなりません。憤ったまままで日が暮れるようであってははいけません。悪魔に機会を与えないようにしなさい」という怒りや憤りとは、互いにかからだの一部であるという関係性、互いに無くてはならない影響を及ぼし合っている一つのかからだのような存在であることを、壊してしまうような怒りの

ことを意味しています。

私たちは罪深い人間で、当然ながら完全無欠な人間ではありませんから、相手の間違いを指摘するだとか、相手のことを教え正そうとすることが、まかり間違うと、私のことを褒め、私のことを自慢し、私の正しさを示す行為になってしまい、相手に対して、審判者・裁判官になってしまい兼ねない悪さを持ち合わせています。

その私たちの持つ悪さに、悪魔は、「今か今か」と四六時中付け入ろうと隙を狙い、少しでも隙が出来たら、その隙間に入り込み、怒らせ、互いにかからだの一部分であることを忘れさせ、関係を破壊しようとしています。

だから私たちは、その怒りを正当化することを辞める練習を、神にかたどり造られた新しい人を着た者としてし続けなければならないですね。

コリント教会の人々にあてた手紙コリント人への手紙式に言いますと、「兄弟姉妹同士、日常の事柄で争いを起こし、自分たちの正しさを証明するために、互いにかからだの一部分であることを綺麗さっぱり忘れて、互いに訴え告訴し合うようなことをするぐらいなら、負けなさい。あなたが進んで、折れなさい。相手を圧倒したいという欲求、誘惑に陥ったらサタンの餌です」ということですね。

とある調べ物をしている時、偶然あるスポーツ選手のことを知ったのですが、1966年のサッカーワールドカップで活躍した「南海の黒豹」と呼ばれたポルトガルのエウゼビオというFWの選手のことを知りました。

彼が、「黒豹」と呼ばれるほどの身体能力、脚力を付けるために日常生活でずっとしていることが一つあったそうです。

それは、競技中や練習で走っている時のみならず、歩く時も、日常生活の中でも、常に意識してかかとを付けずに歩いていたというのです。

「凄いなあ」と思いました。

ゴールを決めて点を入れるという目標を達成するために、意識して、そこまでするというのです。

今パウロ先生は、この手紙の読み手であるエペソ教会の人々や私たちに、「怒りはこれこれこういうもので、憤りとはこういうものだ」とその概念やメカニズムについて説明しているのではなく、「なりません」、「いけません」、「しなさい」と、具体的な実践を、練習を促しています。

霊において新しくしされ続けながら、新しい人を着た者として、「しなければならない」と、「練習することを諦めてはなりません」と言います。

柔らかな言葉、柔和な話し方、寛容な笑顔、した悪を心に留めず、兄弟のことを待ち、赦し、期待し、私が持っているものをその兄弟のために用いる決心をする練習。

「後ろ指を指し、批判し、裁き、殺し、葬り去らない練習をしなさい」と教えて下さいます。

「それは決して、行きやすい広い道ではなく行きにくい狭い道であるかもしれないけれども、キリストにあって選び、神の前に聖なる、傷のない者にしようとして下さっている

神さまがお呼び下さったそのところへと続く行く道なんだ」ということを覚えるよう教えて下さっています。

でも正直、負担に感じるかもしれません。

「いや、それって、偽善じゃないの？ 演技じゃないの？」と思えてしまうかもしれません。

私自身、そのように思うことが幾度となくありました。

でも、一つの本に出会って、「それでもいいんだ」と思えたことがあります。

私がフラー神学校に通っていた時の総長であったマーク・ラバートン先生が、「Call led 召命」という本を出された記念に、在校生たちにその本をプレゼントして下さいました。

そして、その本の中で、こんなことを仰っていました。

「クリスチャンとして謙遜に、柔和で、優しく、寛容でありたいと願い、そうしようと努めてはみるものの、怒る自分だったり、この世の欲にまみれている自分だったりという自らの闇の部分だけを隠している偽善なんじゃないだろうか、ペテン師なんじゃないだろうかという悩みをクリスチャンならば、誰でも経験すると思います。

でもそれは、偽善でもなく、ペテンなのでもなく、憧れのスポーツ選手のような選手になりたいという一心で、熱心に体を鍛え、練習に取り組む姿と同じです。

私たちクリスチャンは、イエス様に倣いたい、イエス様のようにになりたい、イエス様のような愛溢れる生き方をしたいという純粋な思いがあり、それゆえの謙遜の練習であり、柔和であり、寛容であり、優しくあろうとする行動であるのです。

それを偽善だとか、ペテンだとかいう悪魔のささやき・誘惑に欺かれることなく、謙遜を、柔和を、寛容を、優しさを、イエス様見上げて練習し続けようではありませんか。」

これを読んだ時、本当に救われたような思いが致しました。

私自身、牧師ですので、「より謙遜で、より柔和で、より寛容で、より優しくありたい」と願い、「そうでなければならぬ」と演じてみる度に、「偽善だなあ、詐欺師だなあ、ペテン師だなあ」と思い悩んでおりましたので、マーク・ラバートン先生の本を読んで、答えを頂いたような思いが致しました。

「何よりも、誰よりも、不器用で、ふしだらではあっても、イエス様に従いたいという思いを忘れずに、練習し続けよう」と素直に思えるようになりました。

何でもそうだと思いますが、練習には、失敗が必ず伴います。

もう辞めたいと思えるほどの失敗を経験する事もあります。

上手く行ったかと思うと、あんなに上手く行ったのが嘘であったかのように、また大失敗することもあります。

でも練習を辞めた瞬間、運動やスポーツならば、筋肉は落ちますし、技術も落ちますし、体力も落ちます。

私自身、10代20代の頃は、笑うだけでも腹筋が痛くなるほどに、筋肉が付きやすく落ちにくかったのですが、今では、びっくりするほどに筋肉が付きにくく落ちやすくなって

しまい、毎日運動をしているのに、ありとあらゆるところのタルタルが取れません。

最近では我が家の子どもたちから、二の腕のタルタルや、お腹のタルタルが、めちゃめちゃタルタルで気持ち良いと、プニプニと触られてしまう始末です。

それでも、毎日運動します。

それでも、スリムなマッチョを目指して運動します。

それと同じようにと言いましようか、そんなことよりもはるかに勝って、私たちキリストによって神の子とされた人たちは、練習しなければなりません。

何を？

怒っても罪を犯さない、憤ったまま日を暮れさせない、悪魔に機会を与えないように練習することが、霊と心において新しくされ続けることであり、新しい人を着ることですね。

40歳の頃に、カッと怒って人を思わず殺してしまったモーセが、82歳になって、「地の上のだれにもまさって柔和であった」という民数記12章の言葉が、印象深く響いてきます。

神の愛を知り、神の赦しを毎日その身に帯び、神の恵みをしみじみと感じるならば、「カッと怒るその性質を捨てたい、怒るのに遅く、赦すのに早い、イエス様のようにになりたい」思うのは当然のことであり、そのために黙々と練習することも自然と身について行くのでしょ

### Part Three

エペソ書4：26に戻りますが、ここにありますが「憤ったまま」という言葉は、カッと、ブワッと怒ることではなく、もっと根深い怒りをギリシャ語の言語的には意味しています。

この「憤ったまま」という言葉は、「復讐心」を意味する言葉です。

自分の正しさ、自分が正しいということに執着し、捕らわれ、抱き続けながら、怒った状態をずっと保ち続けること。

その怒りを温め、育て、育み、「必ずやその怒りを晴らして見せる、返してみせる、ぎゃふんと、ざまあみろ」と、私の正しさを納得させ、理解させ、圧倒するその日を待ち望む、根深い怒りを意味します。

あたかも、親鳥が卵をその懐で温めて、孵すかのように、抱いた怒りを決して忘れることなく、怒りを温め、復讐心を燃えたたせ、いつの日か必ずや恨みを晴らしみせるという意気込みを意味します。

人が一度復讐心に心捕らわれますと、理性も、正しい判断も、その復讐心を揺るがすことが出来なくなってしまいます。

相打ちになっても、相手方を仕留めるまで突進、または虎視眈々と迫り、生きてしなければならないたくさんの良いことや責任や喜びや楽しみなどの大切なことは吹っ飛んで行ってしまい、「相手をぎゃふんと言わせる、殺めることが出来るならば何でもする」と、それを成し遂げるための怒りを煽り、焚き付け、助長する暗闇の世界の支配者たちに、無意識の内に身まで売ってしまいます。

その怒り、憤り、復讐心を、自分の中で正しいものとしてしまいます。

そして出来る限り、またはやれる範囲内で、その自分の怒り、憤り、復讐心の正しさを周りの人に理解してもらい、「正しいんだ」と知ってもらうために工作し始めます。

復讐したい相手が「悪い人なんだ」と言いふらし、自分は可哀そうな被害者であることを知ってもらい、今やろうとしていることはその人が当然受けるべき罰・恥なんだと説得し、自分は正しく、正しいことをしていると同情を募り、人々に印象付けようとします。

そしてもし、それが上手く行かないと、その場から、その集いから離れて行きます。

もし、その離れて行った場や集いが教会であるならば、それはある意味、怒りに駆られた霊的自爆行為にも成り兼ねないでしょう。

自らの怒りを正当化するために、キリストをかしらとする互いにかからだの一部として、キリストの満ち満ちた身丈にまで成熟していくところから離れて行ってしまうわけですから、霊的自爆行為になってしまい兼ねません。

もちろん、痛んだ体の部位を労わるように、怒っているその人の怒りに寄り添おうとする姿勢も大事だと思いますが、何よりも先ず私たち皆、「自らの怒りを正当化し、憤ったままにすると、霊的自爆行為でさえも正当化してしまう執念深さが、私たちの内にあるんだ」ということを自覚して、怒りを温めない練習をする必要があります。

マタイの福音書5章に行ってみましょう。

### マタイの福音書5：21－24（パワポ）

和解に努めることの大切さを、イエス様教えて下さっています。

どこからこの話が始まっているかと言いますと、「殺してはならない」という殺意から始まっています。

ただの怒りではなく、その怒りを温め、抱き続け、殺意にまでなってしまうところからの和解を促しています。

物凄い言葉です。

殺意を抱いてしまう程の怒りを覚えたとしても、怒りを抱き続けない練習をしなければなりません。

どうすれば和解へと行くのかを苦慮し、具体的に思い描きながら、祈って行かなければならないということです。

「祈って行かなければならない」、つまり、神のご介入、神の語り掛け、同じ神の霊が、その人にも私にも働いて下さることを忘れずに、求め、探し、たたく中で、「下がれ、サタン！ あなたは神のことを思わないで、人のことを思っている」と、怒りに駆られている自分にイエス様の言葉が響いて来たならば、「献金、礼拝、賛美を横においてでも、その和解に努めなさい」と教えて下さいます。

憤ったままでいることこそが、すべての問題の本質であり、私たちの生き様に溢れているからこそそのイエス様のいつくしみ溢れた厳しい要求だと思います。

## Part Five

イエス様も、その3年間の公生涯の中で怒られたことがありましたが、イエス様の怒り



は、私たちの「滅びてしまえ、消えてしまえ、いなくなってしまう！」という、互いにか  
からだの一部分であることを忘れてしまっているような怒りではありませんでした。

逆に、なおも、その人をご自身のからだの一部分であるということを、しっかりと心に  
刻み覚えながらの怒りでした。

私たちにとって、お手本となるような怒りです。

### マルコの福音書 3 : 5 (パワポ)

イエス様が、安息日に手の萎えた人を癒やしてあげるということに対していちやもんを  
付けてきた、自称正しい人たちに、イエス様怒られました。

でもその怒りは、彼らをやっつけ、攻撃し、潰し、工作し、消してしまうような怒り  
ではなく、「その心の頑なさを嘆き悲しむ」怒りでした。

自ら怒りを煽り、怒りを正当化し、自分の正しさを示そうとする霊的に病んでいる神の  
御姿なるイエス様にまでいちやもんを付ける彼らの姿を、ご自分の痛みと感じ、捉え、痛  
み、悲しまれました。

右手の小指が痛んだならば全身が痛みを覚えるかのように、イエス様は彼らのことを痛  
みながら、労わるかのように怒られました。

イエス様の怒りには、労わりがありました。

親が子を真っ当に叱った時に覚える痛み、先生が生徒を真っ当に叱った時のような痛み、  
先輩が後輩を、上司が部下を真っ当に叱った時のような痛み、友が友を真っ当に叱った時  
のような痛み以上に、イエス様は、ご自身のからだの痛みとして、イエス様を責め立てる  
者たちの頑なさを痛みながら、怒られました。

そして、そんな彼らに対する怒りを温め、貯めこみ、返す代わりに、視線を変えて、黙  
って、手の萎えた人を癒やしてあげます。

正に、ローマ書 5 章の御言葉、「私たちがまだ罪人であった時、キリストは私たちのた  
めに死なれたことによって、私たちに対するご自分の愛を明らかにしておられます」とい  
う姿勢で、怒りを全うされました。

### Conclusion

私たちがこの世で、この社会で、人間世界で、職場で、学校で、地域社会で生きている  
限り、怒りが湧いて来ないことはありませんし、不当に怒りを被ってしまうこともあるで  
しょう。

でも、私たちには指針があり、お手本があります。

イエス様です。

不当に怒りを被ったとしても、また怒ったとしても、その怒りを育み、温める代わりに、  
視線を変え、自分の体の一部のことのように嘆き悲しみ、行すべき愛、慈しみ、あわれみ  
の行動を取っていく練習をするのです。

イエス様に倣ってですね。

失敗しても、辱めを受けたとしても、また練習するんです。

第一に先ず自分という人間が、言葉で言っても分からない、イエス様を十字架に架けてしまう程の罪人であることを覚え、そのことを忘れることなく、またイエス様に倣って、自らの怒りを焚き付け、相手の怒りに立ち向かっていく代わりに、祈り心を持って、神の喜んでおられる姿を想像しながら、憤ったまま悪魔に機会を与えない練習をするのです。

自分の正しさを後ろにやり、主張したい正しさを飲み込み、イエス様の期待して見て下さっている眼差しを心に思い浮かべながら、新しい人を着る練習をし続けるのです。

お祈りいたします。

祝祷：エペソ 4：26－27