

2018/07/08

## 「自分が嫌い？」

### ■神を求める人はいない

「義人はいない。ひとりもない。悟りのある人はいない。神を求める人はいない。すべての人が迷い出て、みな、ともに無益な者となった。善を行なう人はいない。ひとりもない。」（ローマ 3:10-12）

聖書は、神は私たちの内側におられると教えます。つまり、神を求める者はいないとは、自分を知ろうとする者はいないということなのです。

このように聞くと、「私は自分を知りたいと願っている」と思う方がいると思います。しかし、たとえばあなたをよく知っている人たちに集まってもらって、あなたがいない場所であなたについて本音を語ってもらうという実験をしたらどうでしょうか。彼らは、あなたが話を聞いていることを知りません。あなたはその会話を聞くことに耐えられるでしょうか。

人間というものは、本当に皆、自分のことが嫌いなのです。だから、自分の本音を隠し、親しくなることを拒否して、表面上のつき合いをしようとするのです。言い訳をしたり、同情を求めたり、怒ったりするのは、これ以上、私の内側を見るなという自己防衛本能によるもので、誰もがこの自己防衛本能を持っています。

この起源は、アダムとエバにさかのぼります。彼らは、罪を犯したときに神から隠れ、本当の自分の姿を見せることを拒みました。この時から人は本音を隠し、親しくなることを拒否する生き方を始めたのです。それは、自分が嫌いだということを示しています。

つまり、神を求める者はいないとは、自分を受け入れようとする者はいないということです。しかし、私たちの土台は神であり、神に背負われ、神の御手の中で生きています。自分を見つめなければ、神を知ることはできません。

### ■自分を愛しなさい

自分を嫌い、自分を覆い隠そうとする生き方は、アダムとエバから始まりました。悪魔が彼らに働きかけ、神と異なる思いを与えたことによって、人は神との結びつきを失いました。これが、聖書が教える死です。死が入り込んだことによって、人は自分を愛せなくなり、嫌うようになったのです。というのは、人は神のいのちによって造られた存在ですから、もともと神を知っています。神は自由であり、何の制限もないお方です。ところが、神との結びつきを失った人間は、神を知っていながら神が見えない、自由を知っていながら自由がない

という状態に陥ってしまったのです。

人が本来神を知り自由を知っていたということは、私たちが霊的な物に対する概念を持っていることからわかります。概念がなければ言葉は生まれません。私たち人類は、霊という概念を持ち、自由という概念を持ち、永遠という概念を持っています。目には見えない神という概念を持ち、神は何でもできるお方だと知っています。神は霊であり、自由であり、永遠です。つまり、本来私たちは神を知っており、神が私たちの内におられるのです。

ところが、今、現実の世界では、私たちは神が見えないし、自由でもありません。神のいのちによって造られている人間は、本来神と同じように自由であるはずなのに、現実には何もできません。神を知りながら何もできず、自由を知りながら自由がないということに、人は不安と絶望を感じます。この不安を取り除くため、人は、少しは知っている自由を得ようとして可能性を追求し、人と違う自分になることや特別になることを求めるのですが、競争によって比較が生まれ、自分に行き詰まり、さらなる不安に陥ることを繰り返しています。そして、不安を取り除くため、再び自由を求めることを繰り返しているのです。

突き詰めて考えていくと、人は、何もできない自分が嫌で仕方なく、自分が嫌いで、このことが不安の源となり、その結果、外側を取り繕って愛されようとするようになったのです。

このような人間の根本的な問題がわかると、神の福音がいかに素晴らしいものかよくわかります。聖書は、自分を愛し、自分を受け入れるように教えます。私たちが何もできないのは、死の制約を受けている殻であり、仕方がないことです。ですから、自分を飾ってうわべを良くしようとするのではなく、自分自身に目を向け、自分を受け入れるように聖書は語りかけています。これが神の福音なのです。

## ■自分を愛する5つのステップ

自分を愛し受け入れることが、不安を解決し、苦しみから解放し、あなたを安息に導きます。では、自分を愛し受け入れるには、どうすれば良いのでしょうか。

### 1. 自分を正確に知る

冒頭の実験をしても、自分の表面を知ることではできても内面を知ることではできません。私たちの内面を知る方法は、聖書の言葉によって自分を見つめることです。神の言葉を信じて実行することで、本当の自分自身を知ることができます。

「ですから、私たちは、この安息にはいるよう力を尽くして努め、あの不従順の例になら  
って落後する者が、ひとりもないようにしようではありませんか。」(ヘブル 4:11)

神の福音は私たちに安息を与える計画です。自分の中から不安を締め出して安息に入るには、自分を見つめて自分の状態を知るところから始めなければなりません。それは、自分では自分をどうすることもできないことを知ることです。これが第一ステップです。

## 2. 自分はどうにもならないことを知る

「神のことばは生きていて、力があり、両刃の剣よりも鋭く、たましいと霊、関節と骨髄の分かれ目さえも刺し通し、心のいろいろな考えやはかりごとを判別することができます。」(ヘブル 4:12)

神のことばは、CT 検査のように、私たちの心の中を判別することができます。私たちは、自分の思いや行動を正当化しようとして、様々な言い訳や理由づけをするものです。しかし、聖書は、どんな場合も怒ってはならないと教え、汝の敵を愛せよと教え、人に対してバカと言うのは殺人と同じだと教えます。それは、私たちが自分で自分をどうすることもできない状態だということに気づかせるためです。

神のことばを実行しようとする、自分で見たくないような心の状態を見ることになり、自分のみじめさに気づきます。それで良いのです。それが聖書の目的だからです。

「造られたもので、神の前で隠れおおせるものは何一つなく、神の目には、すべてが裸であり、さらけ出されています。私たちはこの神に対して弁明をするのです。」(ヘブル 4:13)

神の前では、隠し通せるものは何もありません。笑顔の底で憎しみを抱いていることも、陰で悪口を言っていることも、神様はすべてご存知です。ですから私たちは、神の前に隠し事をするをやめて、自分の罪を認め、ただ神に助けを求めれば良いのです。

## 3. 神の恵みの座に近づく

「さて、私たちのためには、もろもろの天を通られた偉大な大祭司である神の子イエスがおられるのですから、私たちの信仰の告白を堅く保とうではありませんか。私たちの大祭司は、私たちの弱さに同情できない方ではありません。罪は犯されませんでした、すべての点で、私たちと同じように、試みに会われたのです。」(ヘブル 4:14-15)

大祭司とは、とりなす方のことです。イエス様が会われた試みとは、私たちが受けている制約をご自身も受けられたということです。ですから、人の心を良くわかってくださるのです。

イエス・キリストは、神であられるのに、人が受けている制約をご自身も受けてくださいました。そのため、イエス様は神であり人であったと言われます。死という制約を受け、ご自身は罪を犯されませんでした、人がなぜ罪を犯すのかよくわかってくださるのです。これが同情というものです。

「自分は違うけど、この人はかわいそうだ」と思うのは、真の同情ではありません。同情とは共有です。私も同じ思いを抱くから、あの人が苦しんでいるのは私の苦しみだとわかることが同情なのです。イエス様は私たちをただかわいそうだとはるか上から憐れんでおられるわけではありません。イエス様は、死の制約を受けてなお不安をはねのけることができまし

たが、私たちがそれをはねのけることができない苦しみはよくわかると行ってくださるのです。

「ですから、私たちは、あわれみを受け、また恵みをいただいて、おりにかなった助けを受けるために、大胆に恵みの御座に近づこうではありませんか。」(ヘブル 4:16)

このように神は同情してくださっているのですから、どうにもならない自分に気づいたら、神に助けを乞うために、みもとに近づいていきましょう。神様は必ず助けてくださいます。

#### 4. それでも私はあなたを愛している

神のみもとに近づいていくと、私たちは、「それでもあなたを愛している」という神の愛を知ることができます。

私たちは、自由を知りながら自由にならず、可能性を知りながら何もできずにいる自分が嫌いで仕方がないのですが、こんな自分をイエス様は愛してくださっているのです。

「彼は、自分自身も弱さを身にまとっているので、無知な迷っている人々を思いやることができるのです。」(ヘブル 5:2)

神は私たちを思いやり、それでも愛を示し、罪を赦して下さいます。

#### 5. 神が愛する自分を受け入れる

こんな自分をイエス様は愛してくださっているということを知ってもなお、私たちはなかなかそれを受け取ることができません。信仰とは、この神のことばを信じ受け入れることができる勇気のことです。

「きょう、もし御声を聞くならば、御怒りを引き起こしたときのように、心をかたくなにしてはならない。」(ヘブル 3:15)

神があなたを愛しているという声を聞いたら、心をかたくなにせず信じましょう。そうしないと安息に入ることができません。

「それゆえ、彼らが安息にはいれなかったのは、不信仰のためであったことがわかります。」  
(ヘブル 3:19)

神の声を聞いても、信じて受け取らないことが問題なのです。自分を嫌いな人は、人を好きになることができません。ですから、人との関係は改善されないのです。自分が作り上げた偽物の自分を好きになっても意味がありません。私たちが人の罪を見て裁くのは、同じ罪人の自分を受け入れたくないためです。

しかし、イエス様はそれでもあなたのことが好きだと言われます。これは信仰を使わなければ、とても受け取ることはできません。この言葉を信仰で受け取る時、人は安息を得ることができます。

「信仰は望んでいる事がらを保証し、目に見えないものを確信させるものです。」

(ヘブル 11:1)

わたしたちの魂が望んでいるのは自由です。イエス様は私たちに自由を得させるために来られました。自由とはあなたが自分を受け入れるところから始まるのです。自由とは愛です。なぜなら、愛せないということが私たちの受けている制約だからです。自由になれば、神と人を本当に愛せるようになるのです。相手から見返りを期待するのは愛ではなく、制約です。愛とは、相手がどうあっても関係なく愛せるという自由です。

信仰は自由を得させるものです。信仰を使って自由な自分を受け取れるようになるために、イエス様は、信仰の訓練として、何でもいいから祈り求めるように教えておられます。神は、私たちにまず「神の言葉を信じてごらん」と語りかけ、祈り始めた私たちに「あきらめずに祈り続けてごらん」、そして「結果を見てごらん」と語り続けておられます。そうして、本当に神が約束に答えてくれる方だということを確認するように導いておられるのです。

神が自分の祈りに答えてくださる方だと知る時、私たちは自分の罪深さを思い知らされ、こんなに罪人であっても愛されているということを実感することができるようになります。こうして、心配しないで愛されている自分を受け取ることが信仰なのです。

神様があなたを愛し、高価で尊いと言っておられることを受け取れるようになると、私たちは誰もが高価で尊く見えてくるようになります。これが信仰の働きです。最後のステップは、私たちは信仰で神が愛する自分を受け入れることです。こうして信仰は私たちを安息に導き入れます。

あなたが自分で自分のことが嫌いでも、神はあなたが大好きで、愛してやまないと言っておられます。この愛を受け取りましょう。