

善行に対する警告と奨励 (3)「断食」

【聖書箇所】 マタイの福音書 6章 16～18 節

—隠れたる敬虔の訓練として—

ベレーシート

●ユダヤ人たちが大切にしていた三つの宗教的善行があります。

- (1) 施し・・・人に対する行為
- (2) 祈り・・・神に対する行為
- (3) 断食・・・自分に対する行為



●今回は、自分に対する善行(=苦行)としての「断食」が取り上げられています。「断食」は、ある特定の期間、「食を断つ」ことを意味します。断食の習慣をもたない私たち日本人にとって、これをどのように考え、扱ったら良いのでしょうか。しばしば断食は健康法の一つとして、あるいは、悟りを得るための精神統一の手段として、心身を鍛える修行の一つとして、いろいろな宗教で取り入れられていますが、聖書における「断食」の目的は一体何なのでしょう。

●「断食をする」というヘブル語の動詞は「ツーム」(צום)で、「(食を)絶つ」だけでなく、「節制する」という意味もあります。旧約では 21 回使われています。その名詞は「ツォーム」(צומ)で 26 回使われています。「断食」は、本来、宗教的な修行としてなされたのではなく、自分の罪を悲しみ、神に悔い改めることを意味しました。その表現として、断食には、「荒布をまったり、灰をかぶったり」という行為が伴いました。ところが、イエシュアは「あなたが断食するときには、自分の頭に油を塗り、顔を洗いなさい。」と言っています。これはどういうことでしょうか。それは当時、断食をする者たちの心に、「人からよく見られたい、思われたい」という偽善があることを見抜いていたからです。

【新改訳改訂第3版】 マタイの福音書 6章 16～18 節

16 断食するときには、偽善者たちのようにやつれた顔つきをしてはいけません。彼らは、断食していることが人に見えるようにと、その顔をやつすのです。まことに、あなたがたに告げます。彼らはすでに自分の報いを受け取っているのです。

17 しかし、あなたが断食するときには、自分の頭に油を塗り、顔を洗いなさい。

18 それは、断食していることが、人には見られないで、隠れた所におられるあなたの父に見られるためです。

そうすれば、隠れた所で見ておられるあなたの父が報いてくださいます。

●律法(トーラー)には年に一度、「贖罪日」を、ティシュレー(第七)の月の 10 日に行うことが命じられていました。それはイスラエルの民が過去一年間を振り返り、神に赦しを請う祈りと悔い改めの日々を過ご

しつつ、十日目には「祈りと断食」を伴う悔い改めの祈りに集中する日が「贖罪の日」でした。しかし、バビロン捕囚からの解放後には、以下にあるように、他の日にも断食をするようになりました。

- 第四の月の 9 日・・・エルサレムの城壁が破壊された日
- 第五の月の 10 日・・・エルサレムの神殿が焼失した日
- 第七の月の 3 日・・・総督ゲダルヤが暗殺された日
- 第十の月の 10 日・・・ネブカデネザルによるエルサレムの包囲が始まった日

●ちなみに、捕囚後に記されたゼカリヤ書 8 章 19 節には上記の断食の日についての記述があります。

【新改訳改訂第 3 版】ゼカリヤ書 8 章 19 節

万軍の【主】はこう仰せられる。「第四の月の断食、第五の月の断食、第七の月の断食、第十の月の断食は、ユダの家にとっては、楽しみとなり、喜びとなり、うれしい例祭となる。だから、真実と平和を愛せよ。」

●ユダの家にとって、これらの断食の日が、なぜ「楽しみとなり、喜びとなり、うれしい例祭となる」のでしょうか。それはメシアが到来(キリストが再臨)するからです。詩篇 30 篇 11 節にも「あなたは私のために、嘆きを踊りに変えてくださいました。あなたは私の荒布を解き、喜びを私にくださいました。」とあります。これは、やがて終わりの日に、花婿キリストが来られた時の預言的フレーズと言えます。

●当時のバプテスマのヨハネの弟子たちやパリサイ派の人々は、国家的な断食の以外にも「断食」の習慣を持っていたようです。

ユダヤ人の中には、週に二度断食する人もいたようです。イエシュアの語った「パリサイ人と罪人の祈り」のたとえ話にそれが登場しています。

【新改訳改訂第 3 版】ルカの福音書 18 章 9～13 節

9 自分を義人だと自任し、他の人々を見下している者たちに対しては、イエスはこのようなたとえを話された。

10 「ふたりの人が、祈るために宮に上った。ひとりパリサイ人で、もうひとり取税人であった。

11 パリサイ人は、立って、心の中でこんな祈りをした。『神よ。私はほかの人々のようにゆるする者、不正な者、姦淫する者ではなく、ことにこの取税人のようではないことを、感謝します。

12 私は週に二度断食し、自分の受けるものはみな、その十分の一をささげております。』

13 ところが、取税人は遠く離れて立ち、目を天に向けようとせず、自分の胸をたたいて言った。

『神さま。こんな罪人の私をあわれんでください。』

14 あなたがたに言うが、この人が、義と認められて家に帰りました。パリサイ人ではありません。なぜなら、だれでも自分を高くする者は低くされ、自分を低くする者は高くされるからです。』

●パリサイ人の中には、月曜日と木曜日に断食している人が多かったようです。それはかつてイスラエルの民が罪を犯したために、モーセが再びシナイ山に登ったからです。月曜日に登り、木曜日降りて来たこ

とから、週に二度、断食をするようになったようです。しかもそのような人たちは、多くの人々から尊敬に値する人たちと見なされていたのです。そして自分たちも義人だと自認し、他の人々を見下していたようです。イエシュアは週に二度も断食する彼らの偽善を見抜いておられました。

●イエシュアは弟子たちに断食することを勧めませんでした。そこでヨハネの弟子たちがイエシュアの所に来て、次のように質問しました。「私たちとパリサイ人は断食するのに、なぜ、あなたの弟子たちは断食しないのですか。」と。するとイエシュアは彼らに答えました。「花婿につき添う友だちは、花婿がいっしょにいる間は、どうして悲しんだりできましょう。しかし、花婿が取り去られる時が来ます。そのときには断食します。」と(マタイ 9:15)。

●ここで分かる事が二つあります。一つは、今は花婿である「イエシュア」がいっしょにいるので断食する必要はないということ。もう一つは、花婿が取り去られる時が来たときには断食をするということです。しかも断食はあくまでも自発的な行為であって、決して強制されるものではありません。ですから、イエシュアは断食それ自体を決して否定しているわけではないのです。事実、イエシュア自身が公生涯に入る前に、40日40夜の断食をしているのです。断食を考える上で、新約聖書に記されている「断食」の例を取り上げて、そこに共通している意義を見出してみたいと思います。

1. 新約聖書に見られる断食の例とその意義

●新約聖書に見られる断食の例は決して多いわけではありません。わずか四か所ほどです。その中の二つの例を取り上げます。

(1) 公生涯に入られる前のイエシュアの40日間の断食

【新改訳改訂第3版】マタイ 4章 1~2節

- 1 さて、イエスは、悪魔の試みを受けるため、御霊に導かれて荒野に上って行かれた。
- 2 そして、四十日四十夜断食した……

●イエシュアは公生涯に入られる前に、ヨハネからバプテスマを受けています。その時にイエシュアは御父から神のしもべとしての任職を受けています。「これはわたしの愛する子、わたしはこれを喜ぶ」との天からの声がありました。神のご計画を実現するため、十字架の死に至るまで、従順な神のしもべとしての道を歩まなければなりません。決して失敗は許されません。イエシュアはこの偉大な使命を果たすべく、御霊に導かれて(「御霊に追いやられて」マルコ 1:12)、荒野に上り、悪魔の試みを受けられたのです。この試みはイエシュアがこれから遭遇するであろうあらゆる誘惑と試練に対して、また自分に与えられた使命を果たす上での一切の秘訣を心得るためであったと考えられます。

(2) 積極的な宣教が開始される前の使徒たちの断食

【新改訳改訂第3版】使徒の働き 13章 1～3節

- 1 さて、アンテオケには、そこにある教会に、バルナバ、ニゲルと呼ばれるシメオン、クレネ人ルキオ、国主ヘロデの乳兄弟マナエン、サウロなどという預言者や教師がいた。
- 2 彼らが主を礼拝し、断食をしていると、聖霊が、「バルナバとサウロをわたしのために聖別して、わたしが召した任務につかせなさい」と言われた。
- 3 そこで彼らは、断食と祈りをして、ふたりの上に手を置いてから、送り出した。

●使徒の働き 13章は、アンテオケ教会が拠点となって、パウロとバルナバを第一次伝道旅行に送り出したことが記されています。アンテオケ教会の設立は初代教会における一つの転換期です。ステパノの殉教から起こった迫害によって散らされた人々は、エルサレムから追い出されることを余儀なくされました。世界各地に散らされていった人々によって、アンテオケ教会における新しい主からのヴィジョンの啓示は、礼拝と断食、断食と祈りによって受けとめられました。



●第一次伝道旅行において、パウロとバルナバは福音を宣べ伝えて、ユダヤ人たちの迫害にもめげず、多くの弟子が与えられました。彼らはルステラ、イコニオム、デルベの町ごとに、長老たちを選び、断食をして祈った後、信じた人々を主にゆだねて、アンテオケに戻っています(使徒の働き 14章 23節)。

2. 断食の真意

●こうした記述を見ていく時、どのような時に断食をしているかが分かります。それは以下の通りです。

- (1) 何か重大な使命が与えられる前と与えられた後に
- (2) 深刻な決断に直面した時
- (3) ある特別な霊的な目的のために全存在を神に集中させる必要を感じた時

●単に、規則的に、義務的に断食を守るのではなく、断食は礼拝と祈りと聖霊の促しが密接に結びついています。つまり、断食という行為は、ある霊的な目的のために、すべてを集中して神に心と身を向けるための行為だということです。「寝ても覚めても好きな人のことを考えてしまう」ように、「寝ても覚めても神のことを考える集中した時を持つ」こと、それが「断食の真意」だと言えます。断食すれば必ず祝福があるという考え方は正しくありません。断食のための断食、すなわち、断食それ自体が目的となってしまうことはありません。

3. 敬虔のための自己訓練(自制)としての断食

●人に見せるための断食ではなく、敬虔のための自己訓練(自制)としての断食があります。ここで意味する「自制」とは「御霊の実」としての「自制」です。それは「控える、慎む」という意味でもあります。

【新改訳改訂第3版】ガラテヤ書 5章 16, 22～23節

16 私は言います。御霊によって歩みなさい。そうすれば、決して肉の欲望を満足させるようなことはありません。

22 ……御霊の実は、愛、喜び、平安、寛容、親切、善意、誠実、

23 柔和、**自制**です。このようなものを禁ずる律法はありません。

●使徒パウロは愛弟子のテモテに対して、「敬虔のために自分を鍛錬しなさい」と勧めています(Iテモテ 4:8)。「敬虔」と訳された原語は「ユースベイア」(εὐσεβεια)で、神に対する畏敬を表わす語彙ですが、「信仰・信心」とも訳せます。この語は「空想話・おしゃべり」と対比されています。また「鍛錬」と訳された原語は「グムナゾー」(γυμνάζω)で、体や精神を鍛えることを意味します。

●「敬虔の鍛錬」は「肉体の鍛錬」と比較されています。その鍛錬の中に断食の精神である「控える、慎む」という意味を含めることができるのではないかと考えます。それは、飲酒などを慎む、控える、やめる、禁酒するということをも含みます。なぜなら、断食は神への集中のための自己訓練と言えるからです。パウロはこう述べています。

【新改訳改訂第3版】Iコリント 9章 24～27節

24 競技場で走る人たちは、みな走っても、賞を受けるのはただひとりだ、ということを知っているでしょう。

ですから、あなたがたも、賞を受けられるように走りなさい。

25 また闘技をする者は、あらゆることについて自制します。彼らは朽ちる冠を受けるためにそうするのですが、私たちは朽ちない冠を受けるためにそうするのです。

26 ですから、私は決勝点がどこかわからないような走り方はしていません。空を打つような拳闘もしていません。

27 私は自分のからだを打ちたたいて従わせます。それは、私が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るようなことのないためです。

●当時は、今日のように金・銀・銅のメダルがありません。賞を得られるのはただ一人であったようです。それゆえ、競技者は「賞を得る」というこの一事のために、一切をかけて戦ったのです。彼らは食べること、飲むこと、寝ること、時を費やすことも、一切を「賞を得る」ために費やしたのです。信仰者にとって「賞を得る」とは何でしょうか。それは「キリストを信じ、キリストを知る」ことです。この目標に向かって自己訓練をするのです。ヘブル書も「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。」(12:2)と述べています。口語訳は「イエスを仰ぎ見つつ、走ろうではないか」と訳していま

す。ポヤーと見ているのではなく、聖書に啓示されているイエシュアから目を離さずに(イエシュア以外には目を向けない)、自らを自制することです。これが断食の精神と言えるのです。

●とはいえ、自分で自分をひっぱたいて、自分で自分を服従させていく意味での「自制」ではありません。もしそうだとすれば、それは禁欲主義に陥ります。この世の修行となんら変わりません。そうではなく、自分のためではなく、主を畏れ、主を愛し、主を求めることから来る「自制」、それが御霊による「自制」です。

●ある単立教会の牧師がこんな話がある本に記していました。

20人足らずの教会を何とかもっと人数を増やそう、もっともっと集会を盛んにしようとして一所懸命やったが、なかなか成果があがらない。あの人をもっと育てよう。この方法はどうか、あの方法はどうか・・・と、そのようなことばかりに長く心を使っていた。けれども、教会はちっとも成長しなかったばかりか、むしろ、かえって面倒なことが相次いで起こるばかりでした。

ところが、ある時、この牧師は聖霊の取り扱いを受けました。それから彼は変わりました。もう人がどうこうではなく、集会の量でもなく、ただ自分とキリストとの関係だけを求めていくことを第一にすることに決心したのです。それが彼のすべてとなりました。もっと主を深く知りたい、主の復活の力を得たい・・・とその思いが日々募るようになったのです。まさに、ピリピ書3章におけるパウロのごとく、「ただキリストを捕らえようとして、追求した」のです。そうしていくと、集会の人数も年ごとに増え、気がついたら、人数も10倍以上になっていたのです。

●人間的なものを頼みとせず、ただキリストを目当てとして、全存在をそこに投入していったことによって、キリストのうちにある無尽蔵な霊的な豊かさに目か開かれて行きました。これこそ、信仰の訓練であり、断食の精神なのではないでしょうか。「いと高き方の隠れ場に住む者は、全能者の陰に宿る」(詩篇91:1)とあるように、他人の目など気にせず、キリストを目指し、キリストにとどまり、そこに隠れる。そこに、隠された信仰の鍛錬(訓練)があるのではないのでしょうか。

●「乳ばかり飲んでいるような者」ではなく、「義(神とのかかわりの秘義)の教え」に通じている大人のための堅い食物を食べられるような者となるために、私たちは絶えず成熟を目ざして進まなければなりません。私たちは、花婿を求めて断食をするほどに集中する花嫁とならなければなりません。

●断食の精神とは、「特定の対象(キリスト)に深く心を集中すること」なのです。「断食」に伴う自制も、あくまでも自発的な行為でなければなりません。それは御霊に導かれてなす行為です。しかもそのことが「隠れてなされる」とき、多くの霊的な祝福が流れ出てくると信じます。なぜなら、「隠れた所で見ておられるあなたの父が報いて」くださるからです。

2017.9.3