

わたしに問わなかった者たちに、わたしは尋ねられ わたしを捜さなかった者たちに、見つけられた

第122号

イザヤ 65:1

平成17年11月25日

群衆の中のひとりが、「先生。私と遺産を分けるように私の兄弟に話してください。」と言った。すると彼に言われた。「いっただれが、わたしをあなたがたの裁判官や調停者に任命したのですか。」そして人々に言われた。「どんな食欲にも注意して、よく警戒しなさい。なぜなら、いくら豊かな人でも、その人のいのちは財産にあるのではないからです。」それから人々にたとえを話された。「ある金持ちの畑が豊作であった。そこで彼は、心の中でこう言いながら考えた。『どうしよう。作物をたくわえておく場所がない。』そして言った。『こうしよう。あの倉を取りこわして、もっと大きいのを建て、穀物や財産はみなそこにしまっておこう。これから先何年分もいっぱい物がためられた。さあ、安心して、食べて、飲んで、楽しめ。』」しかし、神は彼に言われた。『愚か者。おまえのたましいは、今夜おまえから取り去られる。そうしたら、おまえが用意した物は、いっただれのものになるのか。』自分のためにたくわえても、神の前に富まない者はこのとおりです。」それから弟子たちに言われた。「だから、わたしはあなたがたに言います。いのちのことで何を食べようと心配したり、からだのことで何を着ようと心配したりするのはやめなさい。．．． 気をもむことをやめなさい。これらはみな、この世の異邦人たちが切に求めているものです。しかし、あなたがたの父は、それがあなたがたにも必要であることを知っておられます。何はともあれ、あなたがたは、神の国を求めなさい。そうすれば、これらの物は、それに加えて与えられます。．．． 自分のために、古くならない財布を作り、朽ちることのない宝を天に積み上げなさい。．．． あなたがたの宝のあるところに、あなたがたの心もあるからです。 ルカ 12 : 13 - 34 .

ある新聞記事に、パニック障害（突然激しい恐怖や窒息感に襲われるもの）や対人恐怖（人と話したり、赤面を恐れるもの）のような不安障害という精神疾患に対して、考え方の癖を直す「認知行動療法」という手法が有効であると、紹介されていました。どのような治療法なのか次のように説明されています。

通勤のバスを待つ三人がいるとする。満員で客を乗せられないバスは、止まらずに通過してしまった。一人は「遅刻する。バスの本数が少ないせいだ」と悪態をついた。もう一人は「上司にしかられる。自分がきちんとしていないせいだ」と落ち込んだ。別の一人は「これで遅刻の口実ができた」と喜び、次のバスまで本屋で立ち読み。バスが通過したという”事実”は同じなのに、どうとらえ、どんな感情を抱き、行動するかは異なる。このように認知・感情・行動は密接に結びついているが、不安障害やうつ状態の人は二人目のように悪い方向に考えがちで認知パターンに陥っている。これを正すのが認知行動療法だ。パニック障害の発作は、本人にとって死にも等しい恐怖体験で、いつまた起きるかという不安が積みまとう。そのため、発作が起きた場所や、起きたら困る状況を避けようとする。例えば、電車内で発作が起きた人が、まったく電車に乗れなくなる。「電車に乗る」という認知が、結果的に結びついていたと言える。．．． 対人恐怖や赤面恐怖の治療では、人前での振る舞いについて、自己評価と他者の評価が食い違っていることを実体験してもらい、偏った考え方を修正する手法などを取り入れる。一見、簡単そうに見えるが、患者の状態はさまざま。．．． 認知行動療法は他の精神疾患でも使うことができるが、とりわけ不安障害については「効果の持続という点からも、薬物療法より有用です」という。パニック障害のプログラムでは、多くの患者が服用しているベンゾジアゼピン系の抗不安剤を減らし、止めてもらう。自分の力で不安と発作をコントロールできたのか、薬で一時的にしのいだのか、わからなくなるからだ。効果が期待できる治療法なのだが、取り入れられている医療機関は極めて少ない。大きな理由に、診療報酬制度の問題がある。．．． 手間と人手が現在の制度では反映されにくく、採算が悪い。認知行動療法に通じている治療者が少ないこともある。病院やクリニックでのカウンセリングの多くは、患者の悩みを聞くのにとどまる。．．．

医療機関においては、心の病に関し、薬一辺倒だった従来の治療法に加えて、「間違った認知パターンを合理的に否定し、考え方をเปลี่ยนることによって、否定的な感情を取り除き、行動パターンを徐々に立て直していく」という非常に聖書的な治療法が導入されてきているようです。心の中の思いが感情を左右し、行動に現われるというパターンは、イエス・キリストの指摘されたことであり、イエスの教え、たとえに反映されています。冒頭に引用したたとえは、人の心の中にある醜い考え、愚かな思いにずばり焦点を当てられたイエスの教えです。

当時の宗教家たちの律法解釈に画期的な革命をもたらされたイエスに望みを託して、ある人が、長子が二倍分を受け継ぐという遺産相続の掟に不満を持ち、イエスの調停を仰ぎにやってきました。ユダヤ教の教師ラビはそのような問題を調停する役割りを担っていたのでした。しかし、その人の食欲、自分中心な思い、満足できない心を見抜かれたイエスは、依頼には直接答えられないで、たとえを語られました。

財産があるという事実が人に心の平安をもたらす幸せな気分にし、施しをするなどその人を神が喜ばれる正しい行動へと駆り立てるのではないことを教えられたためでした。

たとえに登場するのは大豊作に恵まれたある金持ちです。彼がまず心の中で考えたことは穀物を蓄えるためにもっと大きい倉を建て、穀物、財産をすべて自分のためにしまっておこうということでした。これなら、これから先何が起ころうとも悠々自適であろうというわけです。食糧、財産を確保しておけば「安心して、食べて、飲んで」楽しめる!というのが彼の心をいつも占めていたこと、すなわち、この金持ちの信心でした。果たしてこの金持ちの考えは正しいでしょうか。ユダヤ人の間で、遵守が命ぜられていたモーセの律法は、「あなたの隣人をあなた自身のように愛しなさい。」(レビ記 19:18) に総括される、「あなたの神、主があなたに与えようとしておられる(カナン、今日のパレスチナの)地で、あなたのどの町囲みのうちでも、あなたの兄弟のひとりが、もし貧しかったなら、その貧しい兄弟に対して、あなたの心を閉じてはならない。また手を閉じてはならない。進んであなたの手を彼に開き、その必要としているものを十分に貸し与えなければならない。…貧しい者が国のうちから絶えることはないであろうから、わたしはあなたに命じて言う。『国のうちにいるあなたの兄弟の悩んでいる者と、貧しい者に、必ずあなたの手を開かなければならない。』」(申命記 15:7-11) という「隣人」(身近にいる助けを必要としている人)への愛の実践の掟でした。したがって神は、貧しい者を省みず、自己中心な思いで、自我を満足させるためだけに生きていたこの人の命を一夜にして取り去られたのでした。果たして、彼が自分のために一生懸命蓄えたものはだれのものになるのでしょうか。「自分のためにたくわえても、神の前に富まない者は」命だけでなく、自分のために備えておいた物、すなわち、持っているものまでも失うことになると、痛烈な言葉でイエスはこのたとえを締めくくられたのでした。果たして、神の御前に姿勢が正しくない者は、イエスがその他の多くのたとえを通して語られたように、「持っているものまでも取り上げられる」日が必ず来るのです。

続けて、矛先を弟子たちに向けられたイエスは、このたとえから『命のことで取り越し苦労するのはやめなさい』という教えへと導かれました。すなわち、食べ物、着物、財産、環境、出来事といった外因的な要因、そのような目に見えるものが、個々人に与えられた尊い「いのち」を左右することはできないということ、人の命は完全に神の御手の中にあり、神に対する正しい心のあり方、姿勢が、人の人生の幸、不幸を決定するということを教えられたのでした。心の中の間違った信念、思いは、神の喜ばれない情動、否定的な感情をあおり、果ては間違った行動へと駆り立てるのです。言い換えれば、御言葉「何はともあれ、あなたがたは、神の国を求めなさい。そうすれば、これらの物は、それに加えて与えられます。」に信頼して、正しい思いで心を満たしていれば、たとえ不作で、収穫の見込みが全くなくても、また生活の保障がないという現実と直面しても、人は心を平安で満たし、主の起こされる恵みの業に身を委ねる姿勢を取り続けることができるのです。一方、豊作に与った者は、神の御旨を反映した思い、決断によって、神が喜ばれる正しい行動へと促されるはずなのです。

不安は人が抱く最も否定的な感情のうちの一つであるとされています。このような感情が何によって引き起こされるかといえば、上述の例から明らかなように、A 原因となっている出来事ではなく、B その出来事をどのように認識するか、出来事に対してどのように思うかのその人の『信念体系』によるということなのです。したがってクリスチャンカウンセリングでは早くからこの A 出来事、B 出来事の認識の仕方、C 引き起こされる感情 の関係を「情緒の ABC 理論」として、カウンセリング療法に適用してきたのでした。私たちの日常生活の中で、憤り、罪悪感、不安という三大否定的感情が引き起こされる時には、まず、価値観、人生観として心を占有し、方向づけをする自分の『基本的思考』が間違っているのではないか、あるいは、出来事に対し自分が誤った認識をしているのではないかと、自分自身を吟味する必要があります。否定的な感情は間違った行動へと影響を及ぼしますから、人が心の中で一体何を考えているのか、いつも自分自身に何を言い聞かせているのかは、人の「たましい」(思い、決意、感情を司る人の三つの主要な構成要素の一つ)の救いに大きく関わってくることとなります。

奇しくも、冒頭に挙げたイエスのたとえのギリシャ語原文では、神の御旨から遠く離れた貪欲な金持ちの「たましい」を神が取り去られるという表現を使っている一方で、同じギリシャ語の $\psi\chi\eta$ シュケー(魂)を、神の御旨を行なっている弟子たちの救われている魂の意にも用いています。邦訳(共同訳を除く)では、前者の「たましい」と区別して、後者を 22, 23 節で、「いのち」と訳しています。同じ魂でも、神の国を求め、天に宝を積み上げる行いへと導かれる、神の言葉に基盤を置いた弟子たちの魂、「いのち」は、神の守りの中で、各自に必要なものすべてをご存知の神ご自身が養ってくださるので、『神からの離反』、すなわち、『罪』の結果生じ、人の感情をむしばむようになった、憤り、罪悪感、不安といった否定的感情に悩まされない人生の歩みをするようになるのです。神に死んだ魂、すなわち、神の権威、支配に服従することによって自我を捨てた魂は、神によって生かされる魂、「いのち」となるというのが聖書の一貫した主張ですが、反対に、神に死なない、すなわち自我に生きようとする魂は、神の目には死んだも同然ということが、このたとえから読み取れるかもしれません。

また主は、「あなたがたの宝のあるところに、あなたがたの心もあるからです」と言われましたが、聖書では「心」はほぼ「たましい」と同意に用いられていることから、神が本当に人にとっての宝、すなわち、自我も含め、この世の何よりも第一優先となる方であるとするならば、その人の心、あるいは魂、あるいは「いのち」は完全に主の御手に委ねられているわけですから、神の御旨を実践していくことは難しくないとはいえるのです。キリストの証し人は一人一人が神の御旨を実践していく「キリストの体」の一部です。魂を神に委ねた者の言動が、目標「キリストに似た者」としての光を放つとしたら、それは自分の業ではなく神ご自身の働きであるから当然なのです。