

黙想の恵み——その方法と実際

第10回 奈良基督教会修養会 2018年3月18日

司祭 ヨハネ 井田 泉

この大齋節中に、黙想の時を過ごしてみましよう。
黙想とは、聖書の言葉に深く耳を傾け、それを心にあたため、思いめぐらすことです。「わたし」が中心になって聖書を読み、考えることも大切です。しかしそれとは別の読み方——「わたし」は受け身となり、聖書の言葉そのものがわたしの中に宿り、生きて働くような読み方をしてみたい——これが「黙想」です。これには、慣れとある種の修練が必要ですが、ここからわたしたちは聖書の無限の命の豊かさを味わうようになるのです。黙想をとおして、日々の祈りが深まりま



祈り

聖歌 513 (1,2)

講話

1

今年の奈良基督教会に与えられた年間聖句

「主よ、お話してください。僕は聞いております。」(サムエル記上 3:1)

僕が聞くのは主の言葉です。今回、「黙想の恵み——その方法と実際」というテーマで教会修養会を持つことになりましたが、その黙想というのは、み言葉の黙想のことです。案内にも記しましたが、聖書の言葉に深く耳を傾け、それを心にあたため、思いめぐらす——そういうことに習熟していきたいと願っています。

これには二つの動機があります。ひとつは、私自身がみ言葉の黙想によって生かされてきた。それなしには私の働きはあり得なかった。そのような私自身が受けてきた恵みを、いくらかでもお伝えして、その恵みを共に受ける者になりたい、なってほしい、ということです。

もう一つは、キリスト教会の現状です。すでに久しい以前から日本のキリスト教の減少、教勢の長期低落が言われています。それが今はさらに急速に進んでいます。近い将来、日本のキリスト教は半分以下になるかもしれませんし、それを私たちはどうすることもできない

かもしれません。しかしたとえそのようなことがあったとしても、必ず本質的なものは残る。残らなければならない。昔、預言者イザヤをとおして神はこう言われました。

「11:1 エッセイの株からひとつの芽が萌えいで、その根からひとつの若枝が育ち
11:2 その上に主の霊がとどまる。」

朽ちたと思われた木の株から芽が萌えいで、その根から若枝が育つ。その上に主の霊が留まる。たとえ教会が衰退したとしても、神さまは将来、必ず教会を新しく再建してくださる。そのために今、将来のために木の株を、根を、基礎を据えていかなければならない。その基礎とは何か。み言葉が私たちの中で命を持つようになり、またみ言葉に養われ促されて私たちの祈りがしっかりしたものとなる、ということだと思います。

「主よ、お話してください。僕は聞いております。」

聞こうとして待つ私たちに、主が語りかけてくださり、主の言葉がやがて私たちの心にとどまる。こういう経験を重ねていきたいのです。これがあってこそ、私たちの将来があり、教会の未来が開けます。

♪441 (み言葉は人となり 私たちの間にすまわれた) 2回

2

ここからみ言葉の黙想の意味と方法についてお話ししていきます。まず短い聖書の場面を読んでみましょう。

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。彼らは漁師だった。」

この言葉、この場面を思いめぐらしながら、少しの時間沈黙します。

(短い沈黙)

何か感じられたでしょうか。感じて、感じられなくても大丈夫です。

ここでディートリッヒ・ボンヘッフアーという人の言葉を紹介します。『共に生きる生活』という本の「第3章 ひとりである日」の中に出てくる言葉です。

「われわれは、共同の礼拝においては、長い連続した聖句を読むが、聖書の黙想においては、……選択された短い聖句をもつ。もしわれわれが、共同の聖書朗読によって、聖書の広さと長さには導かれるとすれば、ここでは聖書の個々の節や言葉の底知れない深さに導かれるのである。」

「われわれは、個人的に、その聖句にうたれるまで、ただ一つの聖句と言に定住する。

「しばしばわれわれは、異なった思想と観念、心配の重荷を負わせられ、身動きができな

いため、神の言がそのいっさいをわきに払いのけ、そしてわれわれのもとにしみ込むまでには、長い時間がかかる。しかしそれはたしかにしみ込んでくる。」

「それゆえに、われわれは黙想を、＜神が聖霊を、その言をとおしてわれわれに送ってくださるよう、またその言をわれわれに啓示し、われわれを照らしてくださるよう＞という祈りをもって始めるのである。」

聖書の黙想は簡単にいかなくてもそれが普通だ、ということです。時間がかかる。忍耐がいる。しかし祈りをもって待っていると、やがて私のうちにみ言葉がしみ込んでくる、と彼は言います。

ではもう一度、先ほどの言葉を読んで黙想してみましよう。

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。彼らは漁師だった。」

ここでいくらか手がかりを得ておきましょう。まず主語です。だれがその場面の主人公なのか。だれが行動しているのか。「イエス」が主語です。イエスを意識します。イエスの姿を感じるようにします。漠然とだれかが、ではなく、イエスがそこに立ち現れておられる。

それから動詞に注目します。「**イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき**」
イエスは歩いておられた。そして「**ご覧になった**」。

場面や風景も想像しながら、主語であるイエスと、その動詞、イエスが何をなさったかを注目してみましよう。

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。彼らは漁師だった。」

(沈黙)

先ほどよりも聖書の言葉、その言葉が伝える場面、光景が近づいてきたでしょうか。

3

ここで黙想のための方法をお話ししたいのですが、その前に大雑把な言い方ですが、二つの聖書の読み方にふれておきます。今、私たちが深めたいのは聖書の黙想的な読み方です。これと対照的なのは研究的な読み方です。大学や神学校では研究的な読み方が圧倒的です。私もある程度はそのような読み方をします。具体的に言えば、説教や聖書の会のための準備をするとき、注解書を読み、辞典を開き、単語の詳しい意味を調べたり、時代や地理的背景を考えたりします。それは必要なことであり、意味のあることです。けれどもそれだけでは

メッセージは聞こえてこない。発見があり、気づきがあって、それが説教につながることはあります。しかし率直に言えば、注解書からは生きたメッセージは生まれてこない。生きた言葉として聖書に触れていくためには、それを超えて行く何か。研究的読み方とは違う読み方。黙想的読み方がどうしても必要なのです。「わたしを教えてください。」ボンヘッファーが言ったように、「神がこの言葉をとおして聖霊を送ってくださるように。その言葉をひらき示して、私を照らしてくださるように」という祈りが必要なのです。

結論的に言えば、研究的読み方と黙想的読み方は両方大切で、一方を重んじて他方を捨てるべきだということではありません。自分の中でも、その両方が混ざり合いつつ、しかしやがては神さまの声を聞く、というところへ必ず進みたい。

最近、ルドルフ・ボーレンという人の『祈る——パウロとカルヴァンとともに』という本の一部を読みました。カルヴァンはルターと並び称される16世紀の宗教改革者です。フランスの人で、スイスのジュネーブの宗教改革に命をささげました。ボーレンによれば、そのカルヴァンがこんなことを言っている、というのです。取り上げられているのはパウロの「テモテへの第2の手紙」です。カルヴァンは自分自身が殉教に直面しながら、この手紙を講じた（説き明かした）。カルヴァンは言います。

「パウロは死を目の前にしていた。……我々はこの手紙を、パウロがインクではなく、彼の血で書いたものであるかのように読まねばならない。」

「テモテへの第2の手紙」の注解書を書く現代の研究者が言わば安全地帯に身を置いて書くのと、宗教改革者が戦いの中で命がけで書くのとでは、同じ聖書の理解がまったく違ってくる。

ここで黙想的読み方というのは、いずれかと言えばこのカルヴァンの読み方です。

4

ここで話を戻して、聖書の黙想を具体的に深めるための三つの手がかりを申します。

第1は「見ること」です。その場面、その情景を思い浮かべる、心の目で見ると。先ほどのマルコ福音書の場面、

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。」

ガリラヤ湖の風景を思い浮かべてみます。直接に見たことがなくてもいいのです。とにかく、その湖を、静かな波を、水の輝きを想像してみます。イエスが海辺を歩いて行かれる光景を想像します。イエスをご覧になった、シモンとアンデレが舟から網を打っている姿を見

つめます。その二人を見つめておられるイエスの目と表情はどうだったでしょうか。もちろんはっきりはわからないのですが、それでも心の目で見てみようとするのです。「見ること」——これが第1です。

第2は「聞く」ことです。耳で、心の耳で、あるいは実際に声を出して朗読してみて、自分の体の耳で、言葉を聞くことです。聖書の中の誰かのセリフを聞く、ということもあるし、セリフに限らず語られている言葉を聞く。短い言葉を繰り返して、反芻するように聞く。何度も聞いて知っている言葉であっても、新しく、耳をすまして聞いてみます。

イエスがガリラヤ湖畔を歩んでゆかれる、足のサンダルと砂の触れる音。波が岸边に寄せる音。網を打つ音、網を引き上げる音。

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。彼らは漁師だった。17 イエスは、『わたしについて来なさい。人間をとる漁師にしよう』と言われた。」

イエスがシモンとアンデレに呼びかけられたその声を聞きます。独り言のように言われたのか。漠然と声を出されたのか。そうではないでしょう。イエスの声がこの兄弟二人を捕らえるのです。はっきりした声。明確に二人の心と体に届いてしまう声です。そのとき、語られている意味ははっきりわからなくてもかまいません。わからなくても、わからないままに、心の耳に聞いておくようにします。「聞くこと」——これが第2です。

第3は「感じる」ことです。すでに見ること、聞くことの中でも感じることは起こっていたのですが、ここでさらにそれを深めます。湖を渡ってくる風がイエスの頬をなでる。その風が私の頬をなでるように感じてみます。イエスはシモンとアンデレをご覧になっている。どういう気持ちでご覧になっているのか。またイエスに見つめられている二人のほうには、どういう気持ちが起こっているのでしょうか。聖書本文は何も語っていません。けれども何かをイエスは、そして二人の漁師はそのときに感じているはずなのです。それを想像してみます。感じるようにしてみます。間違っ理解したり感じたりするかもしれませんが、そんなことは気にしなくていいのです。「感じること」——これが第3です。

このようにして、私は目の前に起こっている光景を見つめ、その出来事に近づいてきたのですが、もうひとつ、この光景、この出来事の中に自分がいる、思ってみるのです。

イエスが私に近づいて来られる。イエスが私を見つめておられる。イエスが私を呼ばれる。シモンと私、アンデレと私を重ねてみます。

「マルコ 1:16 イエスは、ガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、シモンとシモンの兄弟アンデレが湖で網を打っているのを御覧になった。彼らは漁師だった。17 イエスは、『わたしについて来なさい。人間をとる漁師にしよう』と言われた。18 二人はすぐに網を捨てて従った。」

ここでしばらく時間をとってそれぞれこの聖書の箇所を思いめぐらしてみよう。

ひとつは、この光景を、この出来事に近づいて、見ること、聞くこと、感じることを試みてみます。イエスのシモン、アンデレへの接近と、まなざしと、呼びかけ。そしてイエスに従っていく二人。

もうひとつは、この聖書の場面の中に私がいると試みてみます。イエスの私への接近と、私をご覧になるまなざしと、私への呼びかけを聞きます。そして私もイエスに従っていきます。

かつて過去のある時点でそれが起こったとすれば、それを大切に思い返します。今、呼びかけられていることを感じてみます。ためらいがあるとすれば正直にためらいつつ、それでもイエスの声に耳をすまします。

1. この聖書の物語についての気づき、思いめぐらし。
2. この聖書の物語から思われる私とイエスキリストとの出会いや関係。
3. この箇所から与えられる私の祈り

この三つを思いめぐらしてみてください。

黙想しているうちに、集中できなくなってあらぬ方に思いが言ってしまうてもかまいません。またこの聖書の出来事に戻ってきてください。

(沈黙)

詩編第 119 編から

130 御言葉が開かれると光が射し出で、無知な者にも理解を与えます。

131 わたしは口を大きく開き、渴望しています。あなたの戒めを慕い求めます

144 あなたの定めは、とこしえに正しいのですから、

わたしに理解させ、命を得させてください。

祈り

主の祈り

聖歌 513 (3,4)

メモ

(自由に)

1. この聖書の物語についての気づき、思いめぐらし。

2. この聖書の物語から思わされる私とイエスさまとの出会いや関係。

3. この箇所から与えられる私の祈り。

