

マタイによる福音書6章16-18節 「断食について」

1A 断食の習慣

1B 聖書での命令

2B 聖書での習慣

1C イエス様の時代

2C 一般の宗教と社会

3C 旧約時代

4C 新約時代

5C 民としての断食

2A 断食の問題

1B 人に見せるための断食

2B 偽りの敬虔

3A 断食の目的

1B 窮状の訴え

2B 悲しみと悔い改め

3B 霊の戦い

4A 断食の考え方

1B 肉体の営みの制限

2B 断食の仕方

3B 天における断食(聖餐)

本文

マタイによる福音書 6 章を開いてください。私たちは、山上の説教シリーズを見ていますが、今日は 6 章 16-18 節です。「16 あなたがたが断食をするときには、偽善者たちのように暗い顔をしてはいけません。彼らは断食をしていることが人に見えるように、顔をやつれさせるのです。まことに、あなたがたに言います。彼らはすでに自分の報いを受けているのです。17 断食するときは頭に油を塗り、顔を洗いなさい。18 それは、断食していることが、人にではなく、隠れたところにおられるあなたの父に見えるようにするためです。そうすれば、隠れたところで見えておられるあなたの父が報いてくださいます。」

私たちは、イエス様の山上の説教において、キリスト者の生き方について学んでいます。主に望まれる、私たちの生き方とは何かについて見ています。6 章からは、「天におられる父からの報い」がテーマになっています。当時、義の基準とみなされていたパリサイ派や律法学者がいたのですが、そうした彼らは心の動機は放置されて、外に対して正しいと見えることを行っていたのが問題

でした。しかし、イエス様は、主は心を見られるという真理を伝えられました。イエス様は、私たちに天に父なる神がおられ、この方に従い、この方に倣い、この方に喜ばれる生活をする事を望んでおられることを見えています。大事なものは、何かを行うことではなく、天におられる父との関係であり、結びつきです。

6章において、神に献げる思いを表している三つの行為を、イエス様は取り上げておられます。一つは、施しです。貧しい人に施すことは、神の命令として強調されていました。もう一つは、祈りです。これは言うまでもないですが、神に対する祈りは最も大事な、霊的な営みの一つです。そしてこれから見ていくのは、断食です。外側から、内側に対する行いと言ってもよいかもしれません。人に対する行為をイエス様は先に語られ、それから神に対する行為を語られました。そしてこれからは、自分に対する行為、修練と言ったらよいでしょうか？断食であります。パリサイ人たちは、人に対する行為において、人に良く思われようとする動機が働いていることをイエス様は指摘されましたが、人に対してのものでありますから、まあ、そういうことも頻繁にあるでしょう。けれども、祈りという神に対する行為そのものが、それが人にどのように見えているかを気にしながら行っていた、ということです。神相手の信仰ではなく、人相手の宗教的行為になっていました。

私たちも、キリスト者としての生活をしている中で、いつの間にか人に見える部分を気にして歩んでいるということがあります。教会に来ていて、祈っている姿、そういったことで人々はその人を霊的であるとか、そうでないとか評価しがちです。そして中身はないのに、外側だけはクリスチャンぽく見えることがあります。これは危険です。そして次は断食であります。自分に向けられているはずの断食という行為にまつわる、陥り易い過ちを見ていきましょう。

1A 断食の習慣

1B 聖書での命令

イエス様は初めに、「あなたがたが断食をするときには」と言われています。断食をするということは、前提となっていて、普段から慣行として実践されていることが分かります。断食は、聖書においてはとても不思議な位置にあります。それは、「それを行っている場面は数多く出て来るけれども、実際に主に命じられているものとしては、まれだ。」ということです。

聖書の中で命じられているのは、唯一、レビ記 23 章の「宥めの日」あるいは「贖罪の日」と呼ばれるものです。イスラエルには、3 月から 4 月辺りにある、過越の祭りから始まって、合計七つの祭りを守り、祝うように命じられています。そして秋の祭りは、ラッパを吹き鳴らす日から始まり、そしてこの贖罪日、あるいは「宥めの日」には、こうなさいと書かれています。「23:10 あなたがたのために聖なる会合を開く。あなたがたは自らを戒め、食物のささげ物を主に献げなければならぬ。」ここの、「自らを戒める」というのが断食の意味です。この時に主の前に悔い改め、そして主が一切の罪を赦してくださる、罪を贖ってくださるということです。

2B 聖書での習慣

けれども聖書では、その秋の祭りに年に一回、もっと頻繁に行っていることが書かれています。

1C イエス様の時代

バプテスマのヨハネの弟子たちが来て、イエス様にこう尋ねています。「9:14-15 それから、ヨハネの弟子たちがイエスのところに来て、「私たちとパリサイ人はたびたび断食をしているのに、なぜあなたの弟子たちは断食をしないのですか」と言った。イエスは彼らに言われた。「花婿に付き添う友人たちは、花婿と一緒にいる間、悲しむことができるでしょうか。しかし、彼らから花婿が取り去られる日が来ます。そのときには断食をします。」イエス様は、ヨハネの弟子たちはパリサイ人たちが頻繁に断食をしていることをおかしいとも言わず、むしろ、ご自分の弟子たちも花婿、つまりご自分が取り去られるならば、その時に悲しみ、断食をするであろうと言われています。それほど、断食が習慣化していたということです。

2C 一般の宗教と社会

一般の宗教や社会においても、祈りと同様、断食はよく行われています。有名なのは、イスラム教のラマダンの月です。ラマダンの月の間、日の出から日没の間、食べることも、飲むことも、喫煙、それから性行為も禁止されます。ただ飲食を断つだけの行為ではないようです。そして仏教においては、修行の一環として頻繁に慣行していますね。そして一般社会でも、宗教的な意味がなくとも断食することがあります。多くは食事療法の一貫であり、あるいは単にダイエットのためもあるでしょう。そして、政治的な行動を取る時にも行いますね、「ハンガー・ストライキ」と言います。祈りというものも、他の宗教でも、また一般社会でも何かの記念日の時に黙祷を捧げますが、断食も同じように、比較的、普遍的なものです。

3C 旧約時代

聖書では、旧約時代から新約時代まで一貫して断食をしている人々の姿を見ます。モーセが、シナイ山の上で、「出エ 34:28 四十日四十夜、主とともにいた。彼はパンも食わず、水も飲まなかった。」とあります。主と交わる時に、食べることを拒んでいたようです。

ダビデ王が、バテ・シェバと姦淫の罪を犯して彼女が子を宿しましたが、自分が罪を犯したことを告白した後、ナタンがその罪は赦されるが、その子は必ず死ぬと宣言しました。その子は病気になるしました。それで、「Ⅱサム 12:16 ダビデはその子のために神に願い求めた。ダビデは断食して引きこもり、一晩中、地に伏していた。」とあります。そしてダビデは、詩篇の中で何度となく、断食していることについて話しています。「35:13 しかし私は彼らが病のとき粗布をまといました。私は断食してたましいを苦しめ私の祈りは胸の中を行き来していました。」「69:10 私が断食し、わが身を泣き悲しむと、それが私への嘲りのもととなりました。」「109:24 私の膝は断食のためによるけ肉は削げ落ち痩せ衰えました。」悲しみ、悩んでいる時に断食していますね。

バビロンが滅んで、ペルシア時代の時、首都スサでユダヤ人ネヘミヤが仕えていました。エルサレムが今、どうなっているか調べさせたところ、悲惨な状況にあることを聞きました。それで、彼は断食しています。「ネヘ 1:4 このことばを聞いたとき、私は座り込んで泣き、数日の間嘆き悲しみ、断食して天の神の前に祈った。」主の民が苦しんでいる時、断食して祈ったようです。ダニエルも同じでした、ネヘミヤより前の時代ですが、バビロンが滅んだばかりの時に、エレミヤの預言を読みました。すると、捕囚の期間が 70 年であることを知り、それで祈り始めています。「ダニ 9:3 ここで私は、顔を神である主に向けて断食をし、粗布をまとして灰をかぶり、祈りと哀願をもって主を求めた。」

4C 新約時代

そして、新約に入りますと、福音書の始まりでイエス様が、モーセと同じように荒野で四十日、四十夜、断食をしたとあります(マタ 4:1)。

5C 民としての断食

そして聖書には、個々人が断食をしただけでなく、神の民全体が断食をしたこともかかれています。士師の時代、イスラエルが内戦状態に陥ってしまいました。それで、「20:26 イスラエルの子らはみな、こぞってベテルに上って行って泣き、そこで【主】の前に座り、その日は夕方まで断食をし、全焼のささげ物と交わりのいけにえを【主】の前に献げた。」とあります。先ほどネヘミヤが断食したところを読みましたが、当時のイスラエル人もみなが集まって断食していました。「9:1 その月の二十四日に、イスラエルの子らは集まって断食をし、粗布をまとして土をかぶった。」悔い改めと悲しみの中での祈りが、断食と共に行われている感じですね。

そして教会も、同じように全体で断食をしていた場面も出てきます。(ただ、全体といっても指導者たちだけです。)アンティオキアの教会です。彼らは福音を宣べ伝える使命を帯びていましたが、その時に聖霊が語られました。「使 13:2-3 彼らが主を礼拝し、断食していると、聖霊が「さあ、わたしのためにバルナバとサウロを聖別して、わたしが召した働きに就かせなさい」と言われた。そこで彼らは断食して祈り、二人の上に手を置いてから送り出した。」聖霊が、おそらくは預言を通して、パウロとバルナバが福音のために宣教する召しを与えられました。それでさらに断食して、そして二人の上に手を置いています。

2A 断食の問題

1B 人に見せるための断食

こうやって断食が習慣的に行われていたのですが、イエス様は、施しをするときや祈る時と同じように、これが人に見せるために行ってはならないと戒められました。「16 あなたがたが断食をするときには、偽善者たちのように暗い顔をしてはいけません。彼らは断食をしていることが人に見

えるように、顔をやつれさせるのです。まことに、あなたがたに言います。彼らはすでに自分の報いを受けているのです。」断食の時は、悲しみの時、悔い改めの時が多かったですね、なので彼らは暗い顔になって、それで断食していたのです。イエス様は、何度となく「偽善者」という言葉を使われていましたが、それは元々は劇における仮面を意味していました。ですから、人には悲しみと悔いを持っていると見せかけていながら、実は心は違うことを考えていたということです。私たちの礼拝で、似たようなことが起こらないでしょうか？礼拝の儀式では、いかにも敬虔なように見えていますが、心は遠く離れているというような時です。

当時、パリサイ人たちは、月曜日と木曜日の、週に二度、断食をしていたそうです。その曜日は、どちらも市場が立ち、人々がせわしく動いている時です。物の売り買いが行われていますが、彼らはその時に敢えて出ていき、自分たちの髪の毛を乱して、服もみすぼらしいものを着て、顔も青ざめているように見せかけていました。こうって、断食をしているという外見を作ることによって、それが断食であるとしていたのです。まさに形式主義ですね。

2B 偽りの敬虔

断食もそうですし、私たちの信仰による行為、宗教的行為が自己目的化したら怖いですね。それを行うこと自体を大事であるとし、それをやりこなすことで目標を達成したかのような問題です。心がへりくだり、罪を悔い改め、悲しみ、そして主に立ち返ろうとするのが断食にある意味なのに、それが全く度外視されて、断食だけを決行していくことが目的にされてしまっていたことに、預言者が吠えました。「イザ 58:3-7 『なぜあなたは、私たちが断食したのに、ご覧にならず、自らを戒めたのに、認めてくださらないのですか。』見よ。あなたがたは断食の日に自分の好むことをし、あなたがたの労働者をみな、追い立てる。見よ。あなたがたが断食をするのは、争いとけんかのためであり、不当に拳で殴るためだ。あなたがたが今のように断食するのでは、いと高き所に、その声は届かない。わたしの好む断食、人が自らを戒める日とは、このようなものだろうか。葦のように頭を垂れ、粗布と灰を敷き広げることなのか。これを、あなたがたは断食と呼び、【主】に喜ばれる日と呼ぶのか。わたしの好む断食とはこれではないか。悪の束縛を解き、くびきの縄目をほどこき、虐げられた者たちを自由の身とし、すべてのくびきを砕くことではないか。飢えた者にあなたのパンを分け与え、家のない貧しい人々を家に入れ、裸の人を見てこれに着せ、あなたの肉親を顧みることではないか。」断食をしているのに、労働者を虐げている。断食をしているのに、争いと喧嘩をしている。そんなのが断食ではなく、わたしが好む断食は、平和と真実を求め、虐げられた人を自由にし、飢えた人に施し、肉親を顧みることではないか？ということです。預言者ヨエルも、「2:13 衣ではなく、あなたがたの心を引き裂け。あなたがたの神、【主】に立ち返れ。」と言っています。

私の母親がまだ信仰を持っていなかったか、持ったばかりだったか、教会には通っていません。そしてある時、教会とは別の場所で、駐車場のところで他人の車に蹴りを入れていたのでしょうか、悪態をついていたのですが、その人は教会で見かけた人だったのです。それで、「あなた、教会の

人でしょ？」と声を上げたら、顔が青ざめたということを言っていました。教会には熱心に通っていても、その敬虔さとは裏腹の行動を取っているということは、まず心を引き裂いて、主に立ち返りなさい、それこそがまことの礼拝なのだ、ということですね。

3A 断食の目的

イエス様は続けて言われます、「7 断食するときは頭に油を塗り、顔を洗いなさい。18 それは、断食していることが、人にではなく、隠れたところにおられるあなたの父に見えるようにするためです。そうすれば、隠れたところで見られるあなたの父が報いてくださいます。」イエス様は、ここで、文字通り油を塗り、顔を洗いなさいということではありません。それをすることによって、神に認められると思ったら、それもまた誤った形式主義に陥ります。そうではなく、他のイエス様の表現と同じように、分かり易くするため、敢えて極端に語っておられるのです。頭に油を塗る、顔を洗うというのは、普通、断食が終わった後に行って、それで通常の生活に戻るのですが、「いつものようにしていなさい」ということです。人に見せるための行為は必要ない、大事なのは父なる神が、あなたが断食している、その心を見ておられるのだよ、ということなのです。

1B 窮状の訴え

断食は、これまで見てきたように、自分のどうしようもない窮状がある時に、主に耳を傾けてほしいと願う時にしばしば敢行しています。ダビデの場合は、生まれてきた子が病にかかって死にそうになっていました。ダニエルの場合は、エルサレムがバビロンの時代に廃墟のようになってしまっていたことを知って、断食を始めました。

2B 悲しみと悔い改め

そして、深い悲しみがある時、特に罪によってもたらされた災いや悲しみがある時に、断食をしています。ユダヤ人はかつて、頭に灰をかぶって、粗布の衣をまといました。それは、自分の心の悲しみを体をもって示すものでした。

3B 霊の戦い

もう一つ、福音書には、霊の戦いにおいて祈りと断食が書かれています。イエス様の姿が変貌した高い山から降りてきた時に、悪霊につかれていて、苦しめられている子がいました。弟子たちが悪霊を追い出せないでいましたが、イエス様が追い出されて、弟子たちが、どうして追い出せなかったのか尋ねました。イエス様は、「マルコ 9:29 この種のもの、は、祈り(と断食)によらなければ、何によって追い出すことはできません。」と言われました。主からの特別な介入を必要とする時に、祈り、そして断食して主を待ち望むということが必要になることがあります。

4A 断食の考え方

1B 肉体の営みの制限

ゆえに、断食というのを、単に食を断つということに焦点を合わせると間違ってしまうと思います。断食とは、本来はそれ自体は正当なものであっても、ある霊的な目的のために止める事、というのが本質にあります。霊の戦い、罪の悔い改め、困窮して特別に主に嘆願したいときとか、何か特別な霊的な目的の時に、普段、自分の体で行っている営みを、一部、制限し、その目的のために専念するという事です。

ガラテヤ書 5 章 17 節に、「肉が望むことは御霊に逆らい、御霊が望むことは肉に逆らうからです。この二つは互いに対立しているので、あなたがたは願っていることができなくなります。」とあります。生活の中で絶えず、肉体に関わることを行い、また御霊に関わることを行っています。肉体に関わる事が自分には思い煩いとなる事がしばしばあります。それが肉の望むことで、御霊に逆らいます。けれども、御霊に関わることを望んでいても、肉体に関わることで忙しいので、それを実行することができません。最も卑近なのは、一日の三度の食事です。私たちは絶えず、肉体を養うために気を使っています。しかし、祈り、主の御心を求めるのを怠ることはないでしょうか？肉の事はしっかりと養うのに、霊を養っていません。それで、その営みを逆にするのです。つまり、御霊に関わることに気を払います。そして、肉体に関わることは、少し退けておきます。そうすることによって、御霊に関わることに専念できるようになり、肉体に関わることで思い煩うことが少なくなるのです。

2B 断食の仕方

したがって、断食ということは、やり方がいろいろあります。モーセやイエス様のように、食べることも飲むこともしないというのは、本当に特別の時であり、水は飲まないと体は死んでしまいます。断食という時は、大抵、水だけは飲みます。そして、ダニエルが 10 章にて、「10:3 満三週間、ごちそうも食べず、肉もぶどう酒も口にせず、また身に油も塗らなかつた。」とあります。これは、粗食や基本的な食事は続けていますが、ごちそうは食べない。ぶどう酒も口にしない。そして身に油を塗らないということをしていました。ダニエルはペルシアの政府に仕えていたので、そういった機会が多かったのでしょう、そういうのを断ちました。日常にしていることで、それ自体は正当なのですが、特別な霊的な目的のために敢えて一定期間、断つのです。

3B 天における断食(聖餐)

そこで、イエス様が実は今、ある意味で断食をしておられることを紹介したいと思います。ルカ 22 章 14 節以降の話です。最後の晩餐です、イエス様は彼らと過越の食事をするのを、切に願っていました。そして、こう言っています。「22:15-18 イエスは彼らに言われた。「わたしは、苦しみを受ける前に、あなたがたと一緒にこの過越の食事をするのを、切に願っていました。あなたがたに言います。過越が神の国において成就するまで、わたしが過越の食事をするのは、決してありませ

ん。」そしてイエスは杯を取り、感謝の祈りをささげてから言われた。「これを取り、互いの間で分けて飲みなさい。あなたがたに言います。今から神の国が来る時まで、わたしがぶどうの実からできた物を飲むことは、決してありません。」主は、今、神の右の座に着いておられますが、再臨されるまで、食事をするのを断っておられます。それは、聖霊の働きによって、ご自分の死と甦りの福音を信じて救われる者が満ちるのを待っておられるからです。それまでの間、私たち教会は主の死を覚えて、聖餐にあずかるのですが、それは主が戻られて、神の国において祝宴の中で、主と共に食事をする時までのことです。