

御霊の実：生み出すべき実

私たちはクリスチャンとしてどのような実を生み出しながら生きていくべきなのでしょう。パウロはガラテヤの手紙で9個の実を書き記しています。それらは大きく3つのグループに分類することができます。最初のグループは神との関係に関連するもので、2番目は人との関係に、そして3番目は自分に関するものです。では一つ一つの実についてもう少し詳しく考えてみましょう。

神との関係に関する実：愛

パウロが最初に語る御霊の実は「愛」です。愛が最初に記されているのは、不思議なことではありません¹。1コリント13章に記されている愛の説明には、御霊の実と同等の特徴があることを見ることができます。それゆえにある注解者は「すべての実、愛の副産物である」と語るほどです²。ここで使われている「愛」という言葉はギリシャ語で「アガペ」という単語です。この言葉は個人的選択に基づく愛を表し、単なる感情による愛ではなく、意志を持って自らを犠牲として仕えることを示しています。このような愛を私たち人間は持っていませんでした。けれども、「私たちがまだ罪人であったとき、キリストが私たちのために死んでくださったことにより、神は私たちに対するご自身の愛を明らかに」され（ローマ5:8）、このように神が私たちを愛してくださったがゆえに、私たちは愛することができる者に変えられたのです（1ヨハネ4:19）。それゆえにパウロがここで語っている愛は人の力で生み出されるものではなく、聖霊の助けがあって初めて身に付けることができる愛なのです。この愛は、要約すれば神を喜ばせるために主に従いたいという願いであり、また主が他の人に対してなしなさいという最善をたとえどのようなことであってもなしなさいという願いなのです。それゆえにヨハネは愛を持つことが救いの証明であると言います。次の言葉を見てください。

私たちは、自分が死からいのちに移ったことを知っています。それは、兄弟を愛しているからです。愛さない者は、死のうちにとどまっているのです。 1ヨハネ3:14

愛する者たち。私たちは、互いに愛し合ひましょう。愛は神から出ているのです。愛のある者はみな神から生まれ、神を知っています。 1ヨハネ4:7

聖霊の実として私たちが実らせるべき愛は、感情によって生み出されるものではありません。また愛される対象に依存するものでもありません。この愛は愛する人のうちに起こされ、たとえ愛そうとする相手が愛のない人であっても、愛くるしくない人であっても、愛し難い人であっても、その人を愛そうと心を動かすのです。

ひょっとすると、「愛とは決心である」と言うことができるかもしれません。どんな状況であっても、どのような相手であったとしても、主が愛の行為を求めるがゆえに、その人に対して見返りを求めず、自分を犠牲にしても最善を行う選択をし、それを実践することが、聖書が私たちに求める愛なのです。このような決心であるからこそ、聖書はクリスチャンに愛することを命じているのです。パウロは「愛のうちに歩みなさい」（エペソ5:2）と命じています。そしてこの愛を実践するには、私たちのうちに神の愛を注いでくださっている聖霊の働きが必要なのです（ローマ5:5）。

神との関係に関する実：喜び

喜びという言葉は、霊的事実に基づいた幸福感を表す言葉として新約聖書の中で用いられています。神が主権者であること、その神との関係が良いものに変えられたことを知っているクリスチャンが持つことができる態度なのです。それゆえに、この喜びは外面的状況に左右されるものではありません。クリスチャン生活を陰気で、堅苦しく、悲惨な生活であると考えた人たちが、過去においても現在においても多くいますが、このような考えは大きな間違いです。ペテロは次のように語ります。

あなたがたはイエス・キリストを見たことはないけれども愛しており、いま見てはいないけれども信じており、ことばに尽くすことのできない、栄えに満ちた喜びにおどっています。 1ペテロ1:8

ここで見て取れるように、喜びとはキリストを救い主として受け入れた者が持つ、溢れ出る思いなのです。それゆえに、キリストを信じることなくこの喜びを得ることは不可能です。またキリストを通してこの

¹ 事実パウロは愛こそが一番優れているのだと言っています（1コリント13:13）。

² Warren W. Wiersbe, The Bible Exposition Commentary, vol. 1 (Wheaton, IL: Victor Books, 1989), 720.

喜びは現実のものとして私たちに与えられるのです。私たちは、喜びが人間的に良い状況にあるときに持つことができると思う傾向にあります。しかし御霊の実であるこの喜びは、状況によって支配される感情とは異なるものです。事実、困難の中にあつて喜びが満ちあふれることを聖書は教えます。先ほどのペテロの言葉の文脈を見てください。

そういうわけで、あなたがたは大いに喜んでいます。いまは、しばらくの間、さまざまの試練の中で、悲しまなければならぬのですが、信仰の試練は、火を通して精練されてもなお朽ちて行く金よりも尊いのであって、イエス・キリストの現われのときに称賛と光栄と栄誉に至るものであることがわかります。あなたがたはイエス・キリストを見たことはないけれども愛しており、いま見てはいないけれども信じており、ことばに尽くすことのできない、栄えに満ちた喜びにおどっています。これは、信仰の結果である、たましいの救いを得ているからです。

1 ペテロ 1:6-9

同様にヤコブは「私の兄弟たち。さまざまな試練に会うときは、それをこの上もない喜びと思いなさい」（ヤコブ1:2）と言い、パウロは「私は、あなたがたのために受ける苦しみを喜びとしています」（コロサイ1:24）と言っています。多くの人はいくつかの箇所を読み、知っていると言いながら、残念なことに喜びをもって生きることができずにいます。それはなぜなのでしょう。一体どのような人がこの喜びを困難の中にあつても持つことができるのでしょうか。

御霊の実である喜びをもって生きる人は、神のみこころを理解し、信頼し、従って生きようとする人です。喜びとは、流砂のように移り流れていく日常の生活の中で、揺るがされることのない神に対する信頼と献身に基づいているものなのです。神が主権者であられ、全知なる方であるがゆえに、私たちが通っている様々な困難を誰よりもよく知っておられ、そのような困難を用いて私たちのために最善をなしてくださっていることを、私たちがしっかりと理解し確信を得ているとき、私たちは喜びの土台を持つことができます。

愛と同様に、喜ぶことをパウロは私たちに命じています（ピリピ4:4）。それは私たちが自分の持っている感情をごまかして、むなしく微笑むのではなく、私たちがすでに得ている救いという特権に感謝し、すべてを支配されている偉大なる神との間に和解を得ていることによってもたらされている素晴らしい祝福（すべてのことは私たちにとって起こるべき最善の事柄であること）に思いを留めることによってもたらされるのです。

神との関係に関する実・平安

前述の喜びと深い関係にあるのが、平安です³。神と正しい関係にあることに基づいてもたらされる幸福感が喜びであり、救われているというその祝福ゆえにもたらされる心の静穏が平安なのです。喜びと同様に、平安は状況に左右されるものではありません。クリスチャンは神を愛する人のために、神がすべてのことを働かせて益としてくださることを知っているので（ローマ8:28）、どのような状況の中に置かれても、不安である必要はないのです。たとえ私たちがどのように状況を捉えたとしても、すべての事柄を支配し、最善をもたらすことができる方がその状況を与えているがゆえに、私たちは自らの心を不安や心配で満たす必要はないのです⁴。

イエスは、「平和の君」であられるがゆえに、ご自身がもっとも素晴らしい平安の模範であられるだけでなく、持つておられる平安を、主を愛し従う者たちに与えることができるお方です。聖霊を与えることによって、イエスは次のように約束されます。

わたしは、あなたがたに平安を残します。わたしは、あなたがたにわたしの平安を与えます。わたしがあなたがたに与えるのは、世が与えるのとは違います。あなたがたは心を騒がしてはなりません。恐れてはなりません。

ヨハネ 14:27

この約束は二階の部屋でイエスの話を聞いていた弟子たちのものであり、また同じように聖霊を与えられた私たちのものでもあるのです。私たちはもうすでにいくつかのところでもどのように平安を得るべきなのかを考えてきました。しかしあえてもう一つ平安を得るために必要なことを付け加える必要があります。それはクリスチャンとして、私たちは心配や不安を過去、現在、未来の事柄に関して抱くのではなく、神の国

³ 喜びと平安の密接な関係はピリピ4:4-9においても見ることができます。

⁴ このことをよく理解していたがゆえに、イエスご自身は十字架にかかる前夜、弟子たちに向かって、「心を騒がしてはなりません」（ヨハネ14:1）と語るので。

とその義とをまず第一に求めることを実践しなければならないということです。山上の説教でのイエスの言葉はまさに私たちが平安という御霊の実を結ぶために必要な真理なのです。

主が与えられる平安は「人のすべての考えにまさる」（ピリピ4:6）ものですから、これを完全に説明することは誰にもできないことでしょう。けれども、私たちは単に不安な事柄がない、心配事がないことが平安であると思っははいけません。平安であることは、悪いこと、気に病むことがない状態のことではなく、すべてが主の御手の中で最高の状態にあることを知ることであり、キリストの業ゆえに神と正しい関係にあることに対する心からの満足を指していることを忘れてはならないのです。

人との関係に関する実・寛容

寛容という言葉日本語の辞書で引くと「心が寛大で、よく人を受け入れること。過失をとがめだてせず、人を許すこと⁵」という定義が出てきます。しかしこの訳は、必ずしもここで使われているギリシャ語の意図することを正しく伝えていると言うことはできないでしょう。「マクロスミア」というギリシャ語は、「忍耐」または「辛抱強さ」と訳すべき言葉で、「怒るのに遅い」ことを表す言葉です。これは「短気」であることの反対を意味しています。日本語で「忍耐」と訳されているギリシャ語の単語は「フポモネ」といい、この言葉は外から与えられる様々なプレッシャーに対して忍耐強くあることを示す言葉です。それに対して、「マクロスミア」は人とのやりとりの中での忍耐であり、自分の様々な感情を制する忍耐強さを表しているのです。この二つの言葉が並んで使われているところがあることから、「マクロスミア」と「フポモネ」が区別されるべきであることを私たちは理解します。そしてここでパウロが「マクロスミア」という言葉を使っているのは、神が人とのやりとりにおいて忍耐強くあられるのと同じように、私たちが御霊の実を实らせることによって人間関係において忍耐を持つようになることを表しているからなのです⁶。他の人がどれだけ自分を傷つけることをしたとしてもそれを堪え忍び、怒りを持って相手に接しないその態度がここで語られています⁷。

実に多くのクリスチャンがこの態度を身に付ける必要があります。互いの間で忍耐を持ちながら生きることは、常に意識されていなければならないことでしょう。この忍耐は、愛の持っている特徴の一つでもあります（1コリント13:4）。愛と忍耐は切り離すことのできないものなのです。愛ある行動または態度は、多くの場合、語ろうとする言葉や行おうとする行動を制するものです。もし愛を持って相手に接するならば、相手に対してどのような言葉を用い、どのような行動をとるか深く考え、自らを制するはずで、それゆえにパウロは次のように教えています。

あなたがたを迫害する者を祝福しなさい。祝福すべきであって、のろってははいけません。喜ぶ者と一っしょに喜び、泣く者と一っしょに泣きなさい。互いに一つ心になり、高ぶった思いを持たず、かえって身分の低い者に順応しなさい。自分こそ知者だなどと思っははいけません。だれに対してでも、悪に悪を報いることをせず、すべての人が良いと思うことを図りなさい。あなたがたは、自分に関する限り、すべての人と平和を保ちなさい。愛する人たち。自分で復讐してはいけません。神の怒りに任せなさい。それは、こう書いてあるからです。「復讐はわたしのすることである。わたしが報いをする、と主は言われる。」もしあなたの敵が飢えたなら、彼に食べさせなさい。渴いたなら、飲ませなさい。そうすることによって、あなたは彼の頭に燃える炭火を積むことになるのです。悪に負けてはいけません。かえって、善をもって悪に打ち勝ちなさい。ローマ12:14-21

山上の説教の中で、イエスも同じように天の御国に属する者たちが、忍耐を持って人と接することを教えています（マタイ5:38-48）。このような忍耐は、私たちが神の前に正しいことが何であるかを理解し、どのような態度で相手に接するかをしっかりと吟味しつつ歩むことを学ばなければ持つことはできないでしょう。クリスチャンはこのような忍耐を持つように命じられています。私たちは「寛容を身に付け」（コロサイ3:12）、兄弟姉妹に対して特に「謙遜と柔和の限りを尽くし、寛容を示し、愛をもって互いに忍び合い」（エペソ4:2）、お互いの間に忍耐を持って生きていかなければならないのです。

私たちが持つ肉の特徴は、忍耐深くあることではありません。自分に不利なことが起こったり、自分が傷つけられたりするとき、私たちはすぐに「もうこれ以上は我慢ができない」と言って、相手を攻撃した

⁵ 株式会社岩波書店 岩波国語辞典第六版：「寛容」

⁶ このような意味の違いがあるゆえに、聖書は神がマクロスミアという特徴を持っていることを教えますが、フポモネという言葉神に対して使うことは決してありません。なぜならば、神が外的要因（力）に対して、忍耐を持たれる必要がないからです。

⁷ このように相手に対して怒らずに絶えることから、心が寛大であり、相手を許すという寛大といった訳がなされていると考えられるでしょう。

り、無視したりします。しかし御霊の実を实らせるとき、人は主が持っておられる、私たちの罪に対する忍耐をもって相手に接することができるようになるのです。

人との関係に関する実：親切

「親切」と訳されている単語は新約聖書に10回登場します。この言葉は、非常に広い意味を持つ言葉で、親切な態度全般を表すものです。この言葉が使われている箇所を見ると、私たちはいくつかの興味深い特徴に気づきます。たとえば、ローマ11:22ではこの言葉が「いつくしみ」と訳され、「見てごらんささい。神のいつくしみときびしさを」というように、厳しさと反対の意味で用いられています。「厳しい」と訳されている言葉は、無情で、過酷で、残酷と思われるような行為を表す言葉です⁸。その反対が御霊の実である「親切」なのです。

また次の記す箇所を見てください。

それとも、神の慈愛があなたを悔い改めに導くことも知らないで、その豊かな慈愛と忍耐と寛容とを軽んじているのですか。
ローマ2:4

また、純潔と知識と、寛容と親切と、聖霊と偽りのない愛と、真理のことはと神の力とにより、また、左右の手に持っている義の武器により、また、ほめられたり、そしられたり、悪評を受けたり、好評を博したりすることによって、自分を神のしもべとして推薦しているのです。 11 コリント6:6-8

それゆえ、神に選ばれた者、聖なる、愛されている者として、あなたがたは深い同情心、慈愛、謙遜、柔和、寛容を身に着けなさい。
コロサイ3:12

これらの箇所で共通していることは、親切という言葉がほかの御霊の実（愛、寛容、柔和）と一緒に使われているということです。ほかの実も同じですが、これらの実の一つ一つ別々に追いつめられるべきものではなく、お互いに影響をもたらし合うものであるがゆえに、同時に求められるべきであるということが分かります

さらに私たちが持つべき親切は、エペソ2:7やテトス3:4が教えるように、神が私たちの罪を裁くのではなく、キリストを通して私たちを救ってくださったその慈愛（親切）と同じものであることが分かります。これは私たちに対して得をもたらす人たちに対して私たちが親切にするのではなく、そうでない人にも、同様に最善となる事柄を行うことを表しています。1 コリント13:4で、「親切」はガラテヤの手紙同様「寛容」の次に登場します。寛容は私たちに悪を犯す人に忍耐をもって接することを教えていましたが、親切はその反対の位置にあります。親切は悪を犯す人に、善をもって接することを説いているのです。このような態度は主が罪人に対して持っておられる態度であり、私たちが聖霊を通して持つことができる態度なのです。

人との関係に関する実：善意

「親切」が私たちの持つべき心の態度であるならば、「善意」は親切に基づいた私たちが実践すべき様々な良い行動を表していると考えられます。日本語で「善意」というと良い感情や好意を意味してしまいがちですが、原語ではむしろ道徳的また霊的に卓越した行為を示す言葉なのです。そして前述の親切とともに善意は働いて、優しさに満ちた行動を私たちのうちに生み出していくのです。このような行為を生み出すには、私たちはまず神がそれを私たちに求めていることをしっかりと理解しなければなりません。そして、人に対する様々な要求をその人が喜んで行うことができるように制御する必要があります⁹。どのようにして相手が喜びを持ちつつ、持っている目標を達成することができるかを考え実践することが良いことを行うということなのです。このように行動するためには、相手のことをよく考える必要があります。一体どのようにしたら相手が喜びを増すことができるか、生活が楽になるかを考え、それを実践するのです。

私たちが持っているもっとも大きな問題の一つは自己中心です。そのような思いが私たちの心を支配するとき、私たちは人に対する優しさも、善の行為も生み出すことはできません。人がそのような自己中心を悔い改めるとき、そこには自分が喜ぶことではなく、相手にとって最善なことを行おうという行為が生み出されていきます。それこそが、御霊の実なのです。パウロはガラテヤの手紙で、「ですから、私たちは、

⁸ もちろんこの文脈において残酷という定義は適当ではありません。

⁹ たとえば子供に何かをさせたいとき、「今すぐしなさい」と言うのではなく、今していることが終わってからそれをするように言うことができます。

機会のあるたびに、すべての人に対して、特に信仰の家族の人たちに善を行ないましょう」（ガラテヤ6:10）と命じています。またテサロニケの人々のために、「どうか、私たちの神が、あなたがたをお召しにふさわしい者にし、また御力によって、善を慕うあらゆる願いと信仰の働きとを全うしてくださいますように」（Ⅱテサロニケ1:11）と祈っていました。これらの言葉はこれまで見てきたように、私たちの責任と神の働きのすばらしいバランスを示しています。私たちは人に対してこのような親切な思いに基づいた善の行為をなす者となることができますのです。

自分に関する実・誠実

この言葉は、「確実性」、「信頼性」、「忠誠」といった忠実、誠実、また真実な態度を表しています。この誠実さは、神が持つておられる属性であり¹⁰、イエスの特徴でもあります（黙示録1:5など）。それゆえに、キリストに似た者として生きるべき私たちが備えるべき特徴なのです。

問題を抱える人の生活には、この誠実さの欠如が多くの場合に見られます。自分の言ったことを守ることができず、時間にルーズであり、するべきことができないところに信頼の置けない態度を見るのです。確かにこれらの不確実さが起こる原因としていくつかのことがあげられるでしょうが、一番よく見られる原因は、鍛錬の欠如です。イエスは次のように語っています。

小さい事に忠実な人は、大きい事にも忠実であり、小さい事に不忠実な人は、大きい事にも不忠実です。
ルカ16:10

相手のことを思うがゆえに守らなければならないことは、しっかりと守ろうとするその態度は、信仰者にとってなくてはならないものです。私たちは自分の伴侶に対して、親に対して、上司に対してだけでなく、何よりもキリストに対する誠実さを身に付けなければなりません。私たちはキリストの従者であって、主のお金、主の時間、主の賜物の管理者なのです。そして良い管理者には、忠実であることが要求されているのです（Ⅰコリント4:2）。そしてこのように良い管理者であり忠実な僕に対してキリストは、次のような約束をします。

死に至るまで忠実でありなさい。そうすれば、わたしはあなたにいのちの冠を与えよう。 黙示録2:10

神に喜ばれる、御霊の実を实らせるクリスチャンにはこのように誠実という実が結ばれていて、その人は他の人から信頼され、主が与えたものを主のために有益に用いるようになるのです。

自分に関する実・柔和

「柔和」と訳されている言葉はブラウテスというギリシャ語です。日本語で柔和という言葉を考えてとき、それは「やさしく、おだやかなさま。とげとげしい所のない、ものやわらかな態度・様子¹¹」などを表します。しかしこの言葉は単に優しいことを表すのでも、穏やかで柔らかな態度を表すのでもありません。この言葉には元来「なだめる」または「和らげる」というような意味があります¹²。柔和な人は、問題自体を無視することなく、どのようにトラブルとなっている事柄をなだめ、和らげるかを知っているのです¹³。またこの言葉には、謙遜という意味合いが示唆されています。柔和な人は自らを誇ることを、高ぶることを決してせず、神に対してまた人に対して謙遜であるのです。

柔和さはクリスチャンがいつ、どのように、何を他の人に語り、行動するべきかを知るために必要な特徴なのです。そのことは、ガラテヤの手紙の文脈の中で証明されています。パウロは次のように言っています。

互いにいどみ合ったり、そねみ合ったりして、虚栄に走ることをないようにしましょう。兄弟たちよ。もしだれかがあやまちに陥ったなら、御霊の人であるあなたがたは、柔和な心でその人を正してあげなさい。また、自分自身も誘惑に陥らないように気をつけなさい。互いの重荷を負い合い、そのようにしてキリストの律法を全うしなさい。だれでも、りっぱでもない自分を何かりっぱでも

¹⁰ 多くの箇所て神が真実（誠実）な方であることを教えています（Ⅰコリント1:9; 10:13; Ⅱコリント1:18; Ⅰテサロニケ5:24; Ⅱテサロニケ3:3; Ⅰペテロ4:19; Ⅰヨハネ1:9）。

¹¹ 株式会社岩波書店 岩波国語辞典第六版、「柔和」。

¹² 「なだめの香り」といった旧約聖書の表現はこれに近いものがあります。

¹³ 私たちが取る問題の解決方法は往々にして問題を無視することによってもたらされる和解です。

あるかのように思うなら、自分を欺いているのです。おのおの自分の行ないをよく調べてみなさい。そうすれば、誇れると思ったことも、ただ自分だけの誇りで、ほかの人に対して誇れることではないでしょう。人にはおのおの、負うべき自分自身の重荷があるのです。みことばを教えられる人は、教える人とすべての良いものを分け合いなさい。思い違いをしてはいけません。神は侮られるような方ではありません。人は種を蒔けば、その刈り取りもすることになります。自分の肉のために蒔く者は、肉から滅びを刈り取り、御霊のために蒔く者は、御霊から永遠のいのちを刈り取るのです。善を行なうのに飽いてはいけません。失望せずにいれば、時期が来て、刈り取るようになります。ですから、私たちは、機会のあるたびに、すべての人に対して、特に信仰の家族の人たちに善を行ないましょう。

ガラテヤ5:26-6:10

聖霊を持っている人は罪に陥ってしまった兄弟姉妹を助けることができる人です。その人の持つ柔和な態度は彼らを助けるために必要な大切な態度なのです。それがなければその人は助けるどころか、さらなる傷を人々に与えるようになるのです。御霊が生み出す実は、高慢の実ではありません。しかしそれは自己卑下の実でもないのです。それゆえに、柔和な人は自分に誇るところがないことを知りつつも、また自分が同じように罪を犯すことがあることを理解しつつも、キリストが命じるがゆえに、また兄弟を愛するがゆえに、問題を解決する選択をしていくのです。これもほかの実同様、キリストに見ることのできる特徴です。

自分に関する実・自制

自制とは「自らの願望の拘束」を意味しています。それゆえに自制を持った人は「欲望に勝利した人」と呼ぶことができるでしょう。パウロはこの言葉を使って「しかし、もし自制することができなければ、結婚しなさい。情の燃えるよりは、結婚するほうがよいからです」（1コリント7:9）と言います。このことから「自制」という言葉が、自らの願望にくつわを付けるかのごとく、抑制することを意味しているのが分かります。

自制は現代の感情に基づいた社会においてなかなか身に付けることができない特徴の一つと言えるでしょう。怒り、悲しみ、欲求不満などのあらゆる感情は抑制されることなく表され続けているのです。しかし真の知識に基づいて私たちの願望が抑制される時、私たちは様々な感情を支配することができるのです。このような自制を身に付けるためには、祈りによって支えられている努力が必要です。鍛錬によって、自らの願望を支配することを学ばなければ決して自制を身に付けることはできないのです。

御霊の実として、私たちは自制を生み出すことができます。自分の感情や願望にくつわを付け、強い願いに振り回されるのではなく、神の真理という手綱をとって、自らを抑制し、正しい方向へと歩みを進めていくことができるのです。