

まずは自分を愛する

マルコによる福音書 12 : 31

第二の掟は、これである。『隣人を自分のように愛しなさい。』この二つにまさる掟はほかにない。」

私たちが日々の生活の中で人と関わる時、最も求められるものの一つは「愛」※1です。

イエス・キリストが語られたこの言葉、「隣人を自分のように愛しなさい」(マルコ 12:31)は、神の御心を最もよく表す戒めの一つです。しかし私たちはこの言葉を聞いたとき、つい「隣人をどう愛するか」に心を向け、重点を置いてしまい、「自分をどう愛しているか」という面を見落としがちです。

この戒めには前提があります。「自分を愛するように」という言葉です。つまり、自分自身を正しく愛することができて初めて、他者をも健全に愛することができるのです。You can't pour from an empty cup (空のカップからは何も注げない) ということです。自分を過小評価したり、自分を否定し続けている人が、隣人に深く愛を注ぐことは困難です。なぜなら、自分の中にある愛の源が枯れてしまっているからです。

神は私たち一人ひとりを、驚くべき意図と愛をもって造られました。詩編 139 : 14 には「わたしはあなたに感謝をささげる。わたしは恐ろしい力によって／驚くべきものに造り上げられている。御業がどんなに驚くべきものか／わたしの魂はよく知っている」とあります。本来、私たちは、神によって造られた「見よ、それは極めて良かった」(創世記 1:31b) ものなのです。この神の御言葉に耳を傾けると、私たちは自分を軽んじたり、無価値だと思ったりする必要がない、否、極論を言えば、神の行いにケチをつけることになるのです。

ここで言っているのは、自己中心的に自分を愛することではありません。神の御前で、与えられた命、体、賜物を大切に、感謝と共に生きるという「神を意識した自己愛」です。これは、他人と自分を比較して生きるのではなく、神が自分に与えてくださった賜物を活かす人生を大切に、受け入れ、整えていく歩みです。

今日、私たちはまず、自分自身を神の愛の中で受け入れ、いたわり、大切にすることを学びたいと思います。そのとき、私たちは初めて、隣人をも「自分のように」愛することができるようになるのです。

マタイによる福音書	19:19 父母を敬え、また、隣人を自分のように愛しなさい。』
	22:39 第二も、これと同じように重要である。『隣人を自分のように愛しなさい。』
マルコによる福音書	12:31 第二の掟は、これである。『隣人を自分のように愛しなさい。』この二つにまさる掟はほかにない。」
ルカによる福音書	10:27 彼は答えた。『心を尽くし、精神(→魂)を尽くし、力を尽くし、思いを尽くして、あなたの神である主を愛しなさい、また、隣人を自分のように愛しなさい』とあります。」
ローマの信徒への手紙	13:9 「姦淫するな、殺すな、盗むな、むさぼるな」、そのほかどんな掟があっても、「隣人を自分のように愛しなさい」という言葉に要約されます。
ガラテヤの信徒への手紙	5:14 律法全体は、「隣人を自分のように愛しなさい」という一句によって全うされるからです。
ヤコブの手紙	2:8 もしあなたがたが、聖書に従って、「隣人を自分のように愛しなさい」という最も尊い律法を実行しているのなら、それは結構なことです。

※1 : ギリシア語には「愛」を表現する言葉が四種類あります。

- ① **アガペー** : 神の人間に対する真の愛、無条件の愛(古代ギリシアではあるものを他よりも優遇する愛)。「敵を愛しなさい」のキリスト教的な愛で、別の言い方をすれば、「理性の愛」です。
- ② **フィリア** : 隣人愛、連帯感、好意を感じる愛(古代ギリシアでは友人の友人に対する愛)。
- ③ **ストルゲー** : 家族愛、親子愛。
- ④ **エロス** : 性愛、本能・肉体的な愛(古代ギリシアでは自己を充実させる愛)。