

## 「二種類の怒り」ヤコブ1：19—20 堀田修一 21・2・21

「聞くのに早く、語るに遅く、怒るのに遅くありなさい。人の怒りは神の義を実現しないのです」

1：19—20

### I 正しい怒りがある。

1. 神の聖なる怒り。民が罪を犯す時、神は正しく怒られた。「彼らは、エジプトの地から自分たちを連れ出した…主を捨てて、ほかの神々、彼らの回りにいる国々の民に従い、それらを拝み、主を怒らせた」（士師2：12）。神は罪を憎み、正しく怒る聖なる義のお方。
2. イエス様の正しい怒り。「イエスはそれをご覧になり、憤って、彼らに言われた。『子どもたちを、わたしのところに来させなさい』（マル10：14）。マタ21：12, 13。
3. 悪、罪への怒り。「悪を憎み」（ローマ12：9）。自分の領域を他人が侵す事（自分への手紙を他人が勝手に読む事、自分を他の人が支配する、圧力で縛る事等）への私たちの怒り。これらは正しい怒り。但し、聖なる神と違い、不完全な私たちの場合（「人の怒りは、神の義を実現しないのです（人の怒りは、神の正しいみこころを実現しない。不純な怒りや、感情的な怒りで度を越すものがある。その時は、正しい怒りと思っても、後で冷静になると後悔する怒りもある）」ヤコブ1：20）、正しい怒りでも、正しく対処されないと罪（相手を憎み、殺す）を犯すことになる。それゆえに、「（正しく）怒っても（罪ではない怒りがある）、罪を犯してはなりません」（エペ4：26）と語られる。怒った勢いで罪（復讐、攻撃、人殺し、人格を否定する事）を犯してはならない。

### II 正しくない怒り、罪を犯す怒りとは？

1. 悪、罪、行為への正しい怒りから、その人自身を憎み、恨み、殺そうとする怒りへ変化する怒り。「彼らは怒りに任せて人を殺し」（創世記49：6）。「無慈悲、憤り、怒り、怒号、ののしりなどを、一切の悪意とともに、すべて捨て去りなさい」エペ4：31。御聖霊の力で、捨て去ることが出来るように祈りましょう。
2. 相手の事情をわきまえない、相手の言い分を聞かない、早い怒り→「聞くのに早く、語るのに遅く、怒るのに遅くありなさい」ヤコブ1：19。
3. 「憤ったままで日が暮れるようであってはなりません」エペ4：26。いつまでも怒りを持ち続ける。正しく対処せず、心に持ち続ける怒りは、心に根を張り、憎しみ、恨み、人殺しを生んでいく。
4. 心に持ち続ける怒りは、「悪魔に機会を与え」てしまう。エペ4：27。悪魔に、つけ入るチャンス、働く足場を与えてしまう。※証し：庭の魚を養う小さな池の足場。悪魔は、私たちを神から離れさせ、人々を互いに争わせる。神との平和、互いの平和、教会の御霊の一致を壊そうと狙っている。

### III 怒りへの対処。

#### 1. 間違った対処。

- ①爆発、怒鳴り散らす、物を壊す、攻撃する、復讐する、殺人、八つ当たり、投影（自分への怒り、ある人への怒りを、他の人に移し変え、非難する）→自己嫌悪、何もかもご破算とする、相手との関係の悪化、自分の本当の怒り（怒りには要求が含まれている）＝要求（相手のどこに怒り、解決の為にどうして欲しいのか）が何なのかわからなくなる。
- ②溜め込む→心、体への害。心に憎しみ、恨みが根を張る。心と身体の病となる。

## 2. 怒りへの正しい対処。

①聖書の答え＝怒りを遅くする。遅くし、時間を取り、神の前に静まり、自分の怒りを正しく理解できるように神からの知恵、判断を祈り求める。ヤコ1：5。身体的、生理的な要因、体調、疲れ、栄養のバランスの崩れ、睡眠不足が原因の時もある。こういう時は、必要な休みを取る。ある行為、言葉、態度への怒りもある。

②怒りとは、要求を含んでいる。自分の要求とは何かを知る。主に祈りつつ、静かに思い起こす。聖霊は助けて下さる。自分自身を理解することを。「私の言う事を聞いて欲しい」「気持ちを受け止めて欲しい」「私を支配するのを止めて欲しい」等。健全な要求ではなく、いつも人への要求が高い、完璧主義（不完全な人も、不完全な自分自身も赦さない）は、常に怒りに支配されることになる。気を付けて祈りたい。人への要求を下げることも祈り求めたい。人は過度の要求でさばかれても変わらない。まず受け止められ、受け入れられる時、変えられることが始まる。主によって。

③エペソ4：26の怒りについての御言葉の前に、「おのおの隣人に対して真実を語りなさい」（エペソ4：25）とある。怒りの内容＝要求を、性急にではなく、よく祈り、主から愛をいただいて、時を祈り求め真実に語る。怒り（要求）の内容を言葉化し、祈りつつ伝える。これには祈りと主からの深い愛（相手の人格を尊重する愛、相手の人も神に愛されている、主が身代わりに死なれたほど愛されてる人と認める愛）を必要としている。「愛をもって真理を語り」エペソ4：15。語る前に聞き、語る前に祈り愛をいただく。

④主にある者同士ならば、互いに愛をもって真実を語り謝ったり、おわびされたりする関係、徳を高め合う関係を祈り求めよう→「私たちは互いに、からだの一部分なのです」4：25。しかし、この地上では、互いに愛をもって語り合える関係ではなく、敵対する関係、迫害（こちらの言い分など聞いてもらえない）も受けることを主は真実に語られた。そんな現実を主はご存知で、こう言われた。「自分の敵を愛し、迫害する者のために祈りなさい」マタイ5：44。「あなたの敵を愛しなさい。あなたを憎む者に善を行いなさい。あなたをのろう者を祝福しなさい。あなたを侮辱する者のために祈りなさい」ルカ6：27, 28。これは私たちに、決してできない愛である。私たちは、怒るのに早く、敵対する人を赦し、愛することは難しい。しかし、私たちに希望がある。それは、素晴らしい御霊なる神が、主を信じる私たちの心に住み、私たちが生み出せない実を实らせて下さるから→「御霊の実は、愛、喜び、平安、寛容、親切、善意、誠実、柔和、自制です」ガラ5：22, 23。人を赦す愛を心から祈り求めよう。※ある人の証し。「『自分の敵を愛し、自分を迫害する者のために祈りなさい』（マタイ5：44）…イエスは愛せない者のために祈れと言われたんだ。だから君たちも敵のために祈ってごらん。人を憎む時、君たちは自分中心の人間になる。でも祈る時、君たちは神中心の人間になる。神が愛する人を憎むことはできない。祈りは君達の姿勢を変えるんだ」とある人々を励ました。この人自身、毎朝15分早く起きて敵の為に祈っている人だった。…私は（戦争の時にひどい事をされた国々の）多くのクリスチャンたちが自分の国を侵略した国の為には祈りたがらないことに気づいた。それは自然な感情だ。しかし、もし自分の自然な感情に従うのではなく、イエス（すべての人を愛して、すべての人の罪を負い十字架で死なれた）の教えに従うのなら、憎んで当然の相手愛するようになるという奇跡を神様が起こして下さるということを、私は体験したのだ」。※私の証し。もし、私が主に救われないで、主に赦され愛されないで、ここまでの人生を送っていたら、私の人生は、もっと怒りの人生だったと自覚させられている。自分の力では、怒りを変える事は出来ない。しかし、主は、人への怒りを愛、赦しへと変えて下さる。ただ主の恵み、あわれみ。主の驚くべき奇跡！怒り、憎しみは、自分自身を傷つける。しかし、神の下さる愛、赦しは、人を祝福し、自分自身も祝福され、心が豊かになる。

祈り：私達を「聞くのに早く、語るのに遅く、怒るのに遅く」なれるように変え続けて下さい。神の大きな愛を受けて、怒りの心が愛に変えられ互いに愛し合う者にして下さい。