

合 同

No. 505

「さあ、息を吸って、吐いて、生きて！」

世田谷中原教会牧師

金 明瑾



赤ちゃんは生まれるとき、「オギャー」と泣いて初めて息をします。ではここで一つ問いかけです。生まれたばかりの赤ちゃんは、吸うのが先でしょうか、それとも吐くのが先でしょうか。まずは吸い、そして吐く。そのとき「オギャー」と声をあげるのです。この一連の動作が、生きている命のしるしになります。

「吸って」：創世記2章7節に「主なる神は、土の塵で人を形づくり、その鼻に命の息を吹き入れられた。人はこうして生きる者となった」と記されています。ここで「吹き入れられた」とありますので、人はそれを受け入れ、吸い込んだ。それで「生きる者」となったと考えられます。そしてこの箇所へのブライ語の「息」と同じ言葉が、詩編では吐き出す働きとしても用いられています。

「吐いて」：「息あるものはこぞって主を賛美せよ。ハレルヤ」（詩編150編6節）。「ハレルヤ」と声にするためには、「ハー」と吐くことが必要です。鼻から吸って、口から吐く。それが、声を出す自然な営みです。神から吹き入れられた息を、声を出すことで反応することです。命を受けた者が、喜びと感謝をあらわす姿です。呼吸に合わせて「ハレルヤ」と口にする。「ありがとう」、「イエスさま大好き」と、心をのせて言葉にする。リズムにのせると歌になります。それが神への賛美です。吸って、吐くことで声が生まれるというのは、赤ちゃんが生まれるときの姿と重なります。

吸うだけでは生きていけません。吐いてこそ、命は保たれます。もし呼吸が止まれば、人は命を失ってしまいます。例えば、川や海でおぼれたとき、また急に具合が悪くなったとき、そのままにしておく危険です。だからこそ、人工呼吸のように、外から空気が送り込まれ、再び「ふーっ」吐き出すことで命がつながることがあります。

「生きて」：罪によって死んだも同然のわたしたちに、「命の息」を吹き入れてくださる出来事がペンテコステです。「すると、一同は聖霊に満たされ、“霊”が語らせるままに、ほかの国々の言葉で話した」（使徒言行録2章4節）。イエス・キリストが約束された聖霊が来られたとき、神がご自身の霊を人に与え、共に生きてくださる約束が現実となりました。そのとき、恐れの中で閉じこもっていた弟子たちは、内に満たされたものに押し出されるように外へ踏み出し、神の大きな御業を語り始めたのです。その言葉は、それぞれの国の言葉で人々に届き、多くの心に触れました。語ることで彼らは再び「生きる者」とされていたのです。ギリシャ語の“霊”は、聖霊、風、そして息を意味する言葉です。

主イエスによって受けた恵みを語ること、証しすることは、与えられたいのちを外へとあらわすことです。声を出すとき、主から与えられた命が人へと届いていきます。

このように考えると、「受けて、あらわす」ことを「吸って、吐いて」と、息に例えることもできると思います。信仰的にとても大事な働きです。しかし、わたしたちはどうでしょうか。受けたのをためこんでしまうことが多いのではないのでしょうか。また「だめだ」、「いやだ」、「もういやだ」と外に出してしまう。同じ「吐く」でも、それは命を生かす言葉ではありません。そのような言葉は、心と体をますます重くしてしまいます。

4月、5月と新しい生活が始まり、少し疲れてはいませんか。がんばろうと思っていたのに、気がつくとき心が重くなっている。それはもしかすると、受け取るばかりで、上手に外へ出すことを忘れているからかもしれません。賛美を失っているのかもしれない。神の息吹は、ただ内側にとどまるものではありません。賛美と証しとなってあふれ出るとき、人を生かし、広がっていきます。主は一人ひとりに与えられたいのちをあらわし、分かち合う者としてわたしたちを招いておられます。だからこそ、受けるだけでなく、外へとあらわすことが大切なのです。

だから、賛美しましょう。恵みを語り合いましょ。証ししましょう。

さあ、息を吸って、吐いて、生きていきましょう。