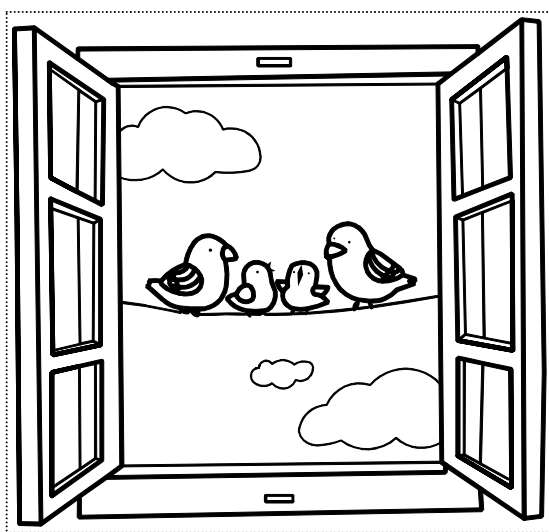


教会のお話

＝信仰の継承のために＝



【目次】

一、塩の人形	2p.
二、幼児洗礼について	3p.
三、食事について	4p.
四、聖書について	7p.
五、聖堂において	9p.
六、聖体礼儀について	10p.

一、塩の人形

塩の人形がありました。塩の人形は、まだ海を見たことがありませんでした。塩の人形は、「海ってなに？」と考えましたが、考えても考えてもわかりません。

人形は、尋ねました。

「海のことを知りたいのですが、どうしたらよいですか」。

誰かが答えました。

「海に行つてごらん。その中に入つてみたらわかるよ」。

塩の人形は、海に行つてみることにしました。

初めて海を見た人形は、海の美しさ、大きさ、力強さに感動しました。人形は、もつと海を知りたいと思ひ、波打ち際まで行きました。

「この波の向こうはどうなつているのでしょうか？」。

人形は、一歩波の中に入りました。すると何と、自分の足が溶けて見えなくなりました。人形はとても驚きました。この先にあるものを知りたいという気持ちは、人形をさらに前進させました。海の中に入っていくと、人形は自分の腰まで溶けて見えなくなりました。そしてついに人形が完全に海の中に入ったとき、人形はわかりました。

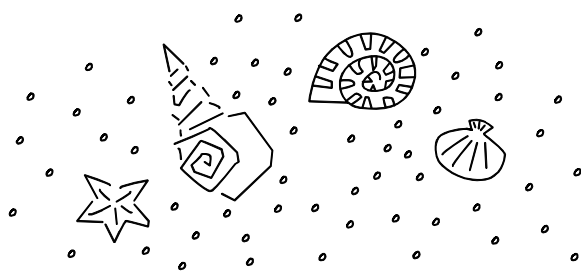
「海——それは私」。

「塩の人形」というこのお話は、私が神学校で学んでいたときに聞いたものです。正教の信仰をよく表していますね。

「正教って何？」

考えても考えてもわかりません。人の話を聞いてもわかりません。自分の足で入つて（＝洗礼を受けて）、教会の中で生きてみなければわかりません。そして完全に正教の信仰生活に溶け込んだとき、人は初めてわかるのです。

「主・神の道——それは私の道」。



二、幼児洗礼について

信仰は「心から心へ」伝わるものです。時には言葉すら無用です。親の後姿がそれを何よりも雄弁に物語るときがあります。親が朝晩の祈禱を守っている姿、食事の前後にお祈りする姿、日曜日に教会へ参拝する姿、奉仕する姿、神を愛し、神を恐れ、神に感謝する心、隣人を愛する心、…。

これらは、勉強会で「しなければならぬもの」として「勉強」するのではなく、家庭の中で自然に身につくのであれば、それが一番良いのです。

正教会は、そのために幼児洗礼を勧めています。聖書には、「幼子のようにでありなさい」と書いてあります。理屈や分別が無く、疑うことを知らないからです。信仰には、このような純真な心が大切です。そもそも主・神イイスス・ハリストスの復活や、三位一体の奥義、生神女マリヤの種なき懐胎を理屈や分別で理解できるものでしょうか。これら「非常にして奇妙なる奇跡」、また「天は恐れ、地のはては驚けり」と祈禱文に記されているべきことは、信仰によってのみ受け入れることができるのです。神のことばに従順に反応する正教の心というのは、人生のスタートから始まるのが理想です。

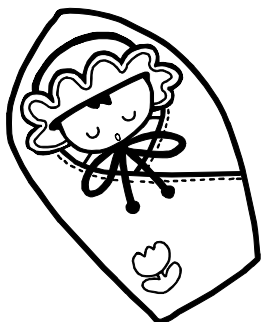
ロシアでは、フィギュアスケートが盛んです。芸術的にも技術的にも優れた選手を輩出していますが、このような優秀な選手は、4歳からスケートを始めます。それは、単に小さいときから滑っていれば上手になるからという理由だけではありません。このような体が柔らかいときにこそ、上手な転び方を覚えることができるからです。転び方を知っていれば、その後でどんな難しい技に挑戦しても怖くありません。これが、その後のスケート人生の基礎になります。

幼児洗礼は、これに似ているところがあります。ご親族の中で幼児洗礼を迷っている方がおられましたら、正教会は幼児洗礼を勧めていることをお話しあげてください。

もちろん、大人になってから正教に出会い、立派な信者になつたばかりでなく、聖人になつた人たちも大勢いることは言うまでもありません。

洗礼は教会への入り口、すなわち天の国への入り口です。

一つ心に留めておくべきことは、洗礼を行えばそれで親の役目は終わりということにはならないということです。幼子の洗礼は、親や周りの大人の信仰に拠るものとして教会は認めます。親と代父母は、小さなハリスタニンが、成長して立派な信徒になるために、さまざまな配慮をしていく義務があります。洗礼は、その第一歩に過ぎません。



三、食事について

信者の家庭において齋の意味を理解し、それを守ることが、信仰生活の大切な基本です。

サロフの克肖者聖セラフィムは、つぎのように言っています。

「齋や祈祷など、教会が勧めていることは、それ自体が目的なのではない。これらは、霊を天国に上げるための手段なのである」。

それでは、どうして齋を守ると、霊を天国に挙げるができるのでしょうか。

それは、齋を通して人間の肉体と霊が、神に創られた人間本来の状態に戻ることができるからです。

胃腸内視鏡外科医として、世界的に有名な新谷弘実しんやひろみという医師は、最近のベストセラー『病気になるしない生き方』（サンマーク出版）の中で次のように書いています。

「この世をすべて包んでいる自然の摂理（これは神の意志といつてもよいのですが）に反することをすると人間は病気になるのです。命というのは本来、健康に寿命をまっとうできるような仕組みをもっているのではないのでしょうか。これまで人間が培ってきた文化は、ある意味で「欲」の文化でした。より

おいしいものを食べたいという欲を満足させるために、自然の摂理に則した食の範疇からはみ出し、より便利な生活をしたという欲を満足させるために、さまざまな文明の利器を生み出すとともに、自然を破壊してきました」。

そして人間の本来の食事として「植物食と動物食のバランスは、八十五対十五とすること。よくかんで小食をこころがけること」などを挙げています。また、「今夜の焼肉」より「十年後の健康」を選び、とも書いています。

肉体の専門家であり、正教会信者ではないこの医師が書いている本を読んで驚くことは、人間が本来食べるべき食事として彼が推奨している食事が、正教会の齋の食事と百パーセント合致するという点です。正教会の齋が決して単なる禁欲主義から出ているのではなく、その正しいことをこれほど科学的に証明できるということも驚くべき点です。

興味のある方は、是非ご自分で読んでみてください。

人間は目に見える肉体と、目に見えない霊から成り立っています。正教会では、そのどちらも、神様からの賜物として大切にすることを教えています。ですから、齋によって肉体的に「人間のあるべき姿」に戻ると同時に、霊的にも「人間のあるべき姿」に戻るために必要なものが祈祷です。聖師父が教えているように、「齋と祈祷は、霊を天に揚げるための両翼」であります。齋が単なるダイエットに終わらないため

にも、「神を認識して生きる」という人間の本分を忘れてはなりません。

齋の時期とは、言い換えれば「人間が肉体的にも霊的にも、人間の本来あるべき姿に戻る時期」ということができません。

正教信徒が各自の信仰生活において、齋に何を断ち、何を食するかということについて、一様に定めることはできません。それは、正教会において齋自体が信仰の目的ではなく、霊を天の国に上げるための手段だからであります。諸修道院においてすら、齋の実践方法は様々ではありません。健康状態には個人差がありますから、神父（必要な場合には医者）に相談した上で、祝福を受け、各自自分に適した齋を行ってください。健康上の理由で食事における齋が守れない場合には、その他のこと（娯楽的な趣味など）で節制を行うことができます。齋には肉体的な齋（節制）と霊的な齋（節制）がありますから、そのバランスをとることも大切です。

◎信仰生活にまつわる料理

①糖飯

信者の家庭において、信仰生活にまつわる料理の中に糖飯があります。これは、永眠者の記憶の際に作り、教会や墓地などパニヒダが行われる場所に持っていきます。

糖飯にはいろいろなパターンがありますが、基本の材料として、麦またはもち米が一般的に使われます。炊くときに蜜（または砂糖）を混ぜて甘くします。お皿に盛ってから、上に干しぶどうなどで十字架をかたどります。

大事なことは、永遠の生命の力を表す穀物（麦または米）を、天国の至福を表す糖（蜜または砂糖）で甘く味付け、最後に十字架をかたどることです。

普通、通夜・埋葬式には糖飯は用いられません。糖飯は、永眠した霊が天国の至福（甘さ）を味わい、永遠の命（穀類）を得るようにという願いを表しているのですから、パニヒダが行われる際には、遺影やお骨の有る無しに関わらず、糖飯はいつでも有って良いのです。

祖先の供養のために、永眠日などに糖飯を作り、教会でパニヒダを行うことは大切な信者の習慣です。またこの習慣を通して、若い世代へ糖飯の作り方と意味を伝えていくことも大切です。

◎信仰生活にまつわる料理

②クリーチ／パスハ／イースターエッグ

正教会の祭日の中で最も大きな祭日は、主の復活祭です。ロシア語では「パスハ」と言います。

復活祭に近づき、受難週間の聖大木曜日辺りになると、ロシアでは多くの家庭で、クリーチとパスハを作り、卵を染めます。

クリーチは、小麦粉、卵、バター、砂糖、イーストなどを混ぜて円筒形の型に入れてパンのように焼きます。上に「XB」（「ハリストス復活」の意）の文字を飾ります。

パスハは、カッテージチーズ、バター、砂糖、レモンなどを材料とし、全部混ぜて三角錐の型に入れて水気をきります。聖大木曜日辺りに作って、冷蔵庫で水気をきらせておくと、復活祭にはできあがりです。

卵は、染め粉で染めたり、玉ねぎの皮で染めたりします。家庭では、一ヶ月前くらいから玉ねぎの皮をためておいて、卵をゆでるときに一緒に鍋に入れて染めます。

これらを復活祭の夜、教会に持っていき、成聖してもらいます。

四、聖書について

聖書は、旧約聖書と新約聖書から成り立っています。その中で、正教のハリスチアニンにとって一番大切な部分は**福音経（福音書）**です。新約聖書が一番初めの部分です。四人の福音記者（マトフェイ、マルコ、ルカ、イオアン）によって書かれました。

私たちの教会において最も聖なる場所である至聖所の宝座の上には、常に福音経が置かれています。このことは、福音経がいかに大切なものであるかを物語っています。私たちは新約聖書の正教会訳（亜使徒日本の大主教聖ニコライ・中井訳）を持っています。福音経は、小祈禱書と共に少しづつでも良いですから、毎日読むべき霊の糧です。

（※洗礼のときに、胸掛け十字架やアイコンと共に正教会訳の新約聖書を揃えるのはこのためです。新約聖書と小祈禱書は、一家庭に一冊ではなく、一人に一冊です）。

福音経に限らず聖書を読むときに留意すべきことは、これは小説でもなければ、教科書でもなく、霊を救うための神のことばであるという点です。

十九世紀の優れた神学者であるモスクワの府主教聖フィラレトは、創世記の記述が当時の天文学の解明した事実と合わないという批判に対して、「聖書は天文学や生物学の

教科書ではない。聖書は霊を救うための本である」と答えています。

人は普通の本を読むとき、わからないことばは辞書をひけば、大抵理解できます。しかし神のことばはそのようなことばではありません。

例えば、天地創造の七日間ですが、この「一日」の意味は今日の二十四時間ではなく、一定のときの流れを表す単位であり、聖師父の教えに拠れば、現在はまだその七日目が続いています。

神さまが私たちに明かされないことは、私たち人間の知恵ではわかりません。そのようなとき、わからないものは、素直にわからないとして、先を読みます。わからないこと、知りえないことを素直に受け入れる**従順・謙遜な心が大切**です。

福音経を毎日読んでいると、突然あるとき、それまで何年も何十年もわからなかったことが、目からうろこがおちるように腑に落ちるときがあります。それは、神さまが自分にそのことばの本当の意味を明かしてくれる時が来たからです。神さまのことばは、それを読む人の精神性や信仰経験によつて、理解度が異なります。

普通の本であれば、わからないときには「勉強」しなければならぬといつて勉強会に通います。しかし聖書のことばは必ずしもそうではないのです。正教会においては、聖書の

解釈は聖師父の注釈に基づいて行われ、非常に深い理解をもたらしてくれますが、その話を聞いても自分の精神性の背丈がそこまでいっていないければ、やはりわからないのです。

聖書は、祈りとともに読んでいくうちに、腑に落ちる部分が次第に多く、そして深くなっていくます。

したがって、次世代のハリスチアンのために、親が慮るべきことは、聖書の意味を解き明かすことよりも、福音経を毎日、自分が決めた分量（一日五節でも、一日一章でも）読む習慣をつけてあげることです。この習慣が身につけば、その人の信仰生活において一生の財産となり、積み重なったときに大きな力となります。

家庭で聖書を読むときは、イコンの前で起立し、十字を描いて心の中が静まるのを待ち、その後読み始めます。その日の分を読み終えたら、また十字を描いて聖書をもとの場所に置きましょう。

ロシアでは、イコンやランパードを置いて祈祷する場所を部屋の東の角（または南東や北東の角）に設け、「美しい角（クラスヌイ・ウーゴル）」と呼びますが、日本では、必ずしも部屋の角にする必要はありません。

五、聖堂において

ときどき「聖堂に入ったときのマナーの書いてあるブックレットはありませんか」、「聖堂内での規則が書いてあるものはありませんか」という質問を受けます。

この質問をした人は、何が知りたいのでしょうか。尋ねてみると、それは、服装のことであつたり、姿勢のことであつたり、所作のことであつたりします。

ここで、ひとつ考えてみましょう。

日本で百年余り、ロシアで千年余り、ギリシャで二千年余り存在しているこの正教会に、どうしてこのようなブックレットが今日まで存在していないのかということ。

そこで気がつくのは、これらの事柄は、一般に世の中で「マナー」と呼ばれるような儀礼的な作法とは違う考え方のものであるということ。また、このようなことは「聖堂内の規則」としてまとめるようなものではないということ。

正教会の教えの中で最も大事なものを教義(ドグマ)と言います。「神は聖三者である」、「イイスス・ハリストスは真の神であり、真の人間である」、「生神女マリヤは神の母である」――このような教えは、どの時代でもどの国でも正教会であれば変わらないものです。この教義は、教会が守らなければならぬ一番大切なもので、これをはずれた場合には、「正教会」とはみなされません。

一方、地方によって異なるもの、各聖堂によって異なるものなどは、大方それぞれの歴史的、風土的、その他さまざまな環境条件によって、「自然にそうなった」ものである場合が大部分です。これは、教義とは扱いが異なります。

つまり、正教会には、厳格に守らなければならない「教義」と、二次的・流動的な「習慣」があるということを区別する必要があります。

例えば、ロシアでは女性が頭をスカーフで覆わずに聖堂に入ることはできませんが、日本では構いません。またロシアでは女性はスカートでなければ聖堂に入ることはできませんが、日本では構いません。また日本では、バッグは手に持たなければなりません。ロシアでは肩から斜めにかけていても構いません。また日本では女性がノースリーブで聖堂に入ることは好まれません。ロシアでは構いません。このようなことをいちいち挙げているときりがありません。

もちろん、教会も人間の集まりですから、ある程度の秩序を保つためのルールは必要です。しかし、一番大切な理解は、**教会の中心には神がおられ、一番大切な教えは主・神の愛であるという根本的な信仰の基盤です。**すべての細かいルールはここから派生するものであって、ルールが優先するべきものではありません。また、もしこのようなルールを文字に書いて張り出したとしたら、これは主客転倒であります。

聖堂内における公祈祷が滞りなく、然るべき形で行われ、

秩序を保つために各聖堂で必要とみなされている事柄は、その聖堂に通っていけば次第に身につくことです。

聖堂に入ったら、先ず心を静かにし、「神の家」に来ることができたという喜びと感謝、そしてこのような特別な祈禱の場所にあふわしい敬虔な気持ちをお祈りに集中しましょう。

聖堂内のことでわからないことは、そのままにしておかず、神父さんや奉仕会、先輩の信者さんたちに聞いてみましょう。信徒の学びの場を活用して積極的に質問をすることも大切です。

六、聖体礼儀について

教会において一番大切なものは、ご聖体(主・神イイス・ハリストスの尊体と尊血)です。そのご聖体を頂く領聖機密が行われるのが聖体礼儀です。

聖体礼儀には、普段信徒が一番参拝する回数が多い「聖金口イオアンの聖体礼儀」と、一年間の教会暦の中で十回行われる「聖大ワシリイの聖体礼儀」と、大斎の間に行われる「先備聖体礼儀」の三種類があります。これらの聖体礼儀は、奉神礼の組み立てがそれぞれ異なりますが、いづれも領聖機密が含まれています。

今回は、皆さんが一番参拝される回数が多い「聖金口イ

オアンの聖体礼儀」についてポイントをおさえましょう。

この聖体礼儀を組み立てた聖金口イオアンは、正教会において「世界の大教師」と呼ばれる聖師父で、四世紀にアレクサンドリアで活躍した聖人です。「金の口」と言われるほど、優れた説教を行った人で、現在でもその説教集は読む人に深い正教理解を与え、正しい信仰に導くものとして大切にされています。

この聖体礼儀は三つの部分から成り立っています。「奉献礼儀(プロスコミディア)」と「啓蒙者の聖体礼儀」と「信者の聖体礼儀」です。

「奉献礼儀」は、普通信者が目にすることはありません。至聖所において、神品が聖体礼儀を行うために必要な献祭の準備を行います。このとき教会の主教品、神品、信徒が生者も死者も全員その聖名が記憶されます。

「啓蒙者の聖体礼儀」は、福音経が誦読された後の小連禱(「衆啓蒙者出でよ、啓蒙者出でよ、啓蒙者一人もなく、ただ信者またまた安和にして主に祈らん」)までです。ここまでの間に使徒行伝と福音経が読まれます。福音経が至聖所から出てくる場面を小聖入と言いますが、これはイイス・ハリストスが伝道のために衆人の前に姿を現した時を表しています。古代教会においては、まだ信者でない啓蒙中の者は、この小連禱の後教会から出るようになっていました。現在では、啓蒙者は啓蒙所に留まることができます。なお、福音経

誦読の間は、教会内での歩行や会話は差し控えなければなりません。誦読の間、信徒は起立して軽く頭を垂れて聞くのが通常です。

「信者の聖体礼儀」は、その後の「信者の連祷」から始まります。このご祈禱には、「聖なるものは、聖なる人に」という発放詞が表しているように、ご聖体という聖なるものに預かることに相応しい人（信者）のみが残って参加できるという古代教会の精神性が表れています。「ヘルヴィムの歌」から「天主経」までの間、教会内での必要のない歩行や会話、ローソクの献灯は差し控えなければなりません。この間**聖体礼儀**において一番大切な場面は、「**聖変化**（パンとぶどう酒が**尊体と尊血**になる場面）」です。教会内ではその間「主や、爾を崇め歌い、爾を讃め上げ、爾に感謝し、我が神や、爾に祈る」という聖歌が響いています。

聖体拝領の際は、「神を恐るる心と信とをもって近づき来たれ」という言葉どおり、自分が拝領に相応しい者であるようにと一心に集中しましょう。（このような場で、挨拶を交わしたり、近況を尋ね合ったりするのは場違いです）。

胸の前に十字形に組んだ腕を下るすのは、「今もいつも世々に」という発放のときです。尊体と尊血が入ったポテイルが王門の所で高く掲げられますが、これはイイス・ハリストスの昇天を表します。私たちがハリストスの「体」を見る最後です。またこれは、ハリストスが再臨するとき

私たちがまたこのようにしてハリストスを仰ぎ見るであろうことをも表しています。

なお、前の晩に行われる徹夜禱では、晩課において天地創造、楽園追放、救世主降誕の預言を記憶し、早課においてイイス・ハリストスの降誕を記憶します。正教会は、徹夜禱から聖体礼儀にかけて、天地創造からハリストスの再臨までの全てを象って記憶するのです。

主教祈禱の場合には主教座に小聖入まで主教品が立っておられますが、これは天地創造を成し遂げられた神が、全てを「善し」として見ておられる姿を現しています。神を表している主教品と天国を表している至聖所の間を横切ったり、中央のアナロイの上にあるイコンにローソクを献ずるのは差し控えなければなりません。（その他の場所にローソクを献ずるのは構いません）。

ときどき「正教のお祈りがわからない、聖体礼儀がわからないから勉強しなければならぬ」というお話を聞きます。確かに「勉強会」を行うことは無意味ではありません。あるべき信仰の姿について正しい知識を得る機会は非常に大切です。しかし、聖体礼儀とは、その構造を分解して解説したり、至聖所内で行われていることをさらけだしてみたら「解る」のかといえば、そういうものではありません。水泳が泳い

でみなければわからないように、登山が登ってみなければわからないように、祈りは祈ってみなければわかりません。習うよりも、先ず慣れる（染み込ませる）ことです。それ以外の近道はないのです。

ある聖人は、次のように言っています。

「最初ただのパンだったもの、ただのぶどう酒だったものが、どのようにして尊体と尊血になるのか。それが化学式によつてどのように説明できるのかということとを分別するべきではない。それが私たちに罪の赦しと天国における永遠の生命を与えてくれるイイス・ハリストスの尊体と尊血であることを信じていなかったら領聖することに何の意味もない」。

この信仰を果たして知識で伝えられるものでしょうか。宗教について研究し、教会史や奉神礼などいろいろなることを知っている人を宗教学者と言います。しかし、宗教学者は必ずしも自分の「知っていること」を「信じて」いません。これが宗教学者と信者との違いです。

この意味において、正教信仰の大切さを次世代に伝えようとするとき、主日の聖体礼儀に参拝して領聖する（または、しようと努力する）親の姿が「鍵」になると言っても過言ではないでしょう。

おわりに

この「教会のお話」という資料は、もともと東京復活大聖堂教会婦人会の学びのために作成した資料です。

日本の正教会は百五十年間、「誘いの嵐」、「波の立ち上がる世の海」の中、主ハリストスの教えである真理と正教信仰のあるべき姿を護って今日まで来ました。この状態が十年後も二十年後も続くために、そして願わくば、より活性化されるために欠かすことのできないのが「信仰の継承」です。これは宣教活動のようにイベントとして打ち出すことによつて実現するものではなく、主に各家庭において日々の生活の中で地道に培われていくものです。

正教会とは「正しく神を讃美する教会」という意味です。主・神は「私は道である」と言われています。天の国に至るための確かな道を示すことができるのが、二千年の豊かな伝統を持つている正教会であります。

信仰の継承のためには、まず人生の先輩である者が自らその道を歩いてみせなければなりません。

残念なことに、稀ではありますが、親の埋葬式にあたって、親の聖名を知らない子供がいます。正しい道を歩むことを子に教えないこと、またそれを教えることが子供の自由を奪うことであると思うのは大いなる勘違いです。子供が、正しい道はずれ、間違つた道を選択しようとしているとき、

体を張つてもそれを止めようとするのが親であります。

最近の若者が、人間としての生き方に思い悩むのは、人間の本分を見失ったことによる悲劇です。主・神は人間を創られたときに、ただ創られたわけではありません。「神を認識し、神に倣い、神のようになるために」創られたのです。これを正教では「人間の本分」と言います。自分を含め、この世の中の目に見えるものも見えないものも万物を創られたのは神である、というところから正教の信仰は出発します。ここから神を讃美する心、神へ感謝する心が生まれます。

もう一つ留意しなければならぬことは、信仰の種、きっかけというものは私たちが与えることができたとしても、それを育てるのは神であるということです。聖書には「全てのものには時がある」と書いてあります。播いたはずの種が思ったように芽を出さない、葉を伸ばささないからといって無理やり引つ張つては伸びるはずのものも伸びません。大切なのは、神に祈ることです。その人のために全能の神・父に祈ることです。

富士山の頂上まで一気に登れるエスカレーターが無いように、信仰も地道な一步一步の積み重ねです。「信仰の継承」は、それ即ち「自分自身の日々の信仰生活のあり方」であるとも言えます。

(資料作成 司祭ニコライ・ドミートリエフ)