

行き詰まり症候群

アンディ美湖

11. 鎮静か熱狂か - 行動中毒症

(訳：美湖純子)

フラー神学校の統計を聞いた時、牧師達が集まっていた部屋に重い闇が漂ったのを私は決して忘れられません。牧師の4人に1人は、燃え尽き症候群で苦しんでいます。これはただ疲れているという意味でなく、感情的に仮死状態ということで、喜びもなく、回復に2 - 3年かかるということです。多くは回復することなく、幾人かは取り返しがつかない状態です。その上次のような結果がでています。

80%の牧師はミニストリーが家族に悪影響を与えていると感じている。

50%は自分に求められている要求を満たしていないと感じている。

90%は十分に訓練されていないと感じている。

70%は親しい友がいない。

殆どの牧師は妻と親しい愛の関係を築いていない。

牧師は職業の満足度が最も低いものの一つである。

牧師の一番の動機付けは罪責感である。

その日、多くの牧師が彼らの痛み直面し、圧倒されました。

私もかつてこれらの統計のあるものに当てはまりました。宣教師として、当時私は自己虐待を誇るところがありました。キリストのためにすべてのものを捨てたように感じていたのです - 故郷も言葉も、家族も犬も、そして高い名誉と多くの収入が約束された出世の道も。それで日本の宗教システムに捕らわれるのはいとも簡単なことだったのです。私に残されていたものもあきらめました - 趣味も健康でさえも、キリストのために、、、。しかし、何かが間違っていました。奥深いところに、人生を喜んでいない苦々しさがあったのです。私は自己虐待のシステムにはまっていたのでした。

今日、私はどうにか C.S. Lewis が The Screwtape Letters で演じているこの欺きの中毒症状から自由になることが出来ました。そこには、年配の悪霊が若い悪霊に人間をキリストと '何か他の物' に献身させるように指示を与えているのです。なぜならすぐに '何か他の物' がキリスト以上の物なるからです。しばしばこの '何か他の物' を 'ミニストリー' とか、'伝道' または '御国' と呼んだりします。

しかし、私達がこの行動中毒症に吸い込まれると私達は存在はしますが、真に生きることをやめてしまいます。御霊によって動かされるのではなく、アドレナリンやカフェイン、もしくは恐れやエゴによって動かされるのです。御霊

は愛、喜び、平安そして命をもたらしますが、もう一方の結果は、疲れや死にさえなるのです。しかし奇妙なことに、教会はしばしばこの行動中毒症を褒め称え、促すのです。あるミニストリーはそれを求める事さえするのです。妻が名古屋にいたとき、彼女が1週間に12人に伝道するノルマを果たさないと、なんと休みの日に伝道に行かなければなりませんでした！

しかし何故教会はこのような行動を促すのでしょうか。いとも簡単です。それは、十字架のこのねじれた解釈が生産的だからです。熱狂的な行動中毒症が実を結ぶのです。それによって、ミニストリーが大きくなり、教会は‘成功’し伝道師は称えられるのです。私達は永遠に対してインパクトを与えていると、自分の価値をしばらくの間証明できるでしょう。けれどもそれは病理です。

私が興味深く思うのは、日本の多くのクリスチャンは、アルコールや煙草は避けるのに、もっと危険そうな中毒症をしばしば誇示するということです。私達が行動中毒症にかかると、常にストレスを感じて生活します。それは普通、睡眠時間を減らし、気分転換をもたず、大切な関係を犠牲にし、定期的な安息日さえ破ります。そして、中毒状態だと、大切なこと、たとえば、8-9時間の睡眠時間(医学的の認められた基準)に時間を取ると、罪責感を感じます。貴重な時間を無駄にしてしまっているように感じるのです。しかし、行動中毒症の状態で生きると、寿命を縮めてしまいます。ストレスの研究の第一人者 Hans Selye は、書いています。「私が死体解剖をしたなかで(千以上の検死をしてきましたが)、老衰で亡くなったという人を見たことはありません。老衰で亡くなるということは、体の全ての器官が釣り合って使い古されるということで、長く使いすぎたことによるものです。このようなことは決してありません。いつも決まって、体のある重要な一部分が他の部分に比べて、早く使い古されて死ぬのです。」行動中毒症は常に高いrpm(毎分回転数)でエンジンを回す車のようです。すぐに使い古びてしまいます。ストレスに満ちたライフスタイルは病気や死の要因をもたらすようです。勿論、すべての人は過労死の恐ろしさを知っています。しかし、私は過労死にも程度があるのではないかと思います。ある人は半分死にかけていて、ある人は99%死んでいるかもしれません。けれどもそれに殆ど気づいていないのです。なぜなら行動中毒症はゆっくりで、巧妙だからです。

行動中毒は肉体に害を及ぼすだけでなく、霊的貧困をもたらします。ずっと以前に、Kierkegaard は今日の問題を指摘しています。「今日の世界、そしてすべての生活の状態は病気である。もし私が医者で、忠告を求められたら、こう答えるべきだ。『静けさを創れ。人を沈黙させよ。神の言葉は今日の騒音に満ちた世界で聞くことは出来ない。』」

私達が行動中毒にかかると、自分はなくてはならない存在だと考える傾

向があります。どういうわけか、神が私達を絶対に必要としていると。しかし、Eugene Peterson は言います。「仕事は、偶像化への最大の媒介である。」安息日を犯し、私達は自分を偶像化します。神がどういうお方かを忘れてしまっているのです。逆説の緊張を見失っているのです。 - 私達は永遠に価値ある存在であると同時に全く無に等しいことを。私達が費やすエネルギーは大きいと考えるが、実際には神は私達に関わりなく、何でも、何処でも、どのようにも願うとおりのことをすることができるのです。もし一つのハリケーンからほんの一分間でもエネルギーを利用することができるなら、それは日本全国のすべての電力を百年以上供給することができるのです！

熱狂的になる中で、私達は自分を重要だと思い上がり、神を避けることに熟練するのです。しかし考えてみてください。もし私達が手放すなら、私達は神の声を聞くかもしれません。なぜなら神は殆どいつも語りかけておられるからです。そしてもし一言でも神の言葉を聞くならば、私達の世界は全く再創造されるかもしれないのです。イエスがガリラヤ湖の嵐を静められた時、彼は風や波に向かってだけでなく、12 弟子の熱狂的な行動に対しても語られたのです。嵐は私達の周りにあるかもしれませんが、私達の中にある嵐ほど重大ではありません。

行動は悪いのでしょうか。もちろんそうではありません。行動しないことの方が悪いでしょう。しかし、行動は内面の静けさと命の満たしからくるべきです。私が東京でラッシュアワーに電車に乗っていたときのことを思い出します。何千回も西武池袋線にりましたが、その日、奇妙な若者が乗り込んで来ました。彼はぶつぶつ独り言を言っていました。急に発狂的に異様な態度になりました。もちろん皆、彼に気づかない振りをして、ある距離を保とうとしましたが、ラッシュアワーでは不可能なことです。突然私に、この可愛そうな若者は悪霊に捕らえられているという考えがよぎりました。その時、席を立って、キリストの御名によって彼を解放するよう導かれたように感じました。しかし私の頭は次から次へと言い訳が巡りました。「こんな人がいっぱいの中。そんな事したことがない。もし何も起こらなかつたらどうする。その時人々はイエスのことをどう思うか。」

結局、私は終着駅につき、電車を降りました。神の意図された終着駅にまだ着いていないという感覚いだきながら、、、。この若者が解放されていたら、何が起こっていたでしょう。少なくとも私は変わっていたでしょう。もしかしたらその日、東京の一部が変わっていたかもしれません。

私は行動中毒症から回復するのに長い道のりを通ってきました。日本で、人々はしばしば‘究極の褒め言葉’として、「忙しいですね。」と私に言います。しかし、私はこう答えるようにしています。「いいえ、忙しくないです。」(勿

論、それにどう答えたらよいか人々は戸惑いますが。)私はやっと神と共に、‘時間を浪費’することを学んでいます。結局のところ人生は、ただ忙しくすぎるには、短すぎ、豊かすぎ、大事すぎるのです。マリヤはその事を良く分かっていました。問題は、マルタがそれを気づいたかどうかです。

偉大な心理学者 Erik Erikson は人生のバランスを大変うまく捕らえました。彼は、人間は遊びと仕事と愛を同等の配分で求めるべきだと言ったことで、知られています。私達が行動中毒から解放されると、真に生きるようになります。ロマンスや友情、気分転換、喜び、力、そしてイエスさえ再発見するのです。奇妙なことに、私達は、行動は減るのに、実際にはもっと多くのことを成し遂げるということを発見するのです。

多分、行動中毒から抜け出るにはたった一つの方法しかないでしょう。私達は立ち止まらなければなりません。超自然的な方法で静止状態に入らなければなりません。静まって、神を知るのです。Carlo Carretto は、イタリアの賑やかな教会生活から、サハラ砂漠のシンプルな生活に移った人ですが、このように言いました。「この精神の姿勢は決して簡単なことではありません。この‘待つこと’、‘計画を立てないこと’、‘天をみつめること’、‘静まること’は私達が学ばなければならない最も重要なことのひとつです。そのうち時がくるのです。私達が呼ばれる時、私達が語らなければならない時、私達の手が洗礼を授けるのに疲れるとき。刈入れの時が。」