



# 十戒実践講座

## 第八章 偽りの証言をしてはならない。／真理を語りましょう。



あなたの隣人に対し、偽りの証言をしてはならない。

旧約聖書 出エジプト記20:16



わたしは、真理のあかしをするために生まれ、このことのために世に来たのです。

新約聖書 ヨハネ 18:37



本当に主を畏れる者は、悪魔がかれらを悩ますとき、(アッラーを) 念ずればたちどころに (真理に) 眼が開くだろう。

クルアーン 7:201



真理を語ることは、正義に一致する。真理より高いものは何一つない。

サンチ・パルヴァ 109:4



人が偽りの証言をせず、それを罪として避けるなら、天を通して、主から真理への愛と正義への愛が流れ入ります・・・その結果、その人の発言は、真理を語り、その人の働きは、正義の働きとなります。

黙示録解説 1020:2

## 偽りの証言をしてはならない。／真理を語りましょう。

ああ、生きている間、真理を語れ、そして悪魔を恥よ。

ウィリアム・シェークスピア

### 身を守るための嘘

隣人に対し、偽りの証言をするよりも、真理を語ることは、社会の根底をなす倫理として永く教えられてきました。インドの聖典にもこう書かれています。「他人に嫌がらせし、不実を語り、すべての人の美点を貶め、むなしくしゃべる。これが口による4種の悪行である」（マヌの法典 12:6）。仏陀は「正語とは、嘘・中傷・罵り・おしゃべりを離れることである」（マジマ・ニカーヤ：中阿含経 3:248-252）と語りました。旧約聖書には、「偽りのくちびるは主に忌みきらわれる。真実を行なう者は主に喜ばれる」（箴言12:22）。しかし、新約聖書は、ある結論を引き出し、厳しい警告をしています。「おくびょう者、不信仰の者、憎むべき者、人を殺す者、不品行の者、魔術を行なう者、偶像を拝む者、すべて偽りを言う者どもの受ける分は、火と硫黄との燃える池の中にある。これが第二の死である」（黙示録 21:8）。

前の章で記したように、旧約聖書に記された最初の試練は、エデンの園で起き、アダムとイヴは「禁断の果実」を盗もうとする誘惑に駆られました。話は続き、直ちにこの盗みを言い訳によってごまかそうとしていることに気づきます。：「このようにして、ふたりの目は開かれ、それで彼らは自分たちが裸であることを知った。そこで、彼らは、いちじくの葉をつづり合わせて、自分たちの腰のおおいを作った」（創世記3:7）。神の警告に従わなかったことに責任を感じるどころか、彼らは人を責めることで自分の悪行を隠そうとしています。アダムは神とイヴを責めます。「あなたが私のそばに置かれたこの女が、あの木から取って私にくれたので、私は食べたのです」（創世記3:12）。；そしてイヴは蛇のせいにします。「蛇が私を惑わしたのです。それで私は食べたのです」（創世記3:13）。

アダムとイヴの身を守ろうとする言い訳は、私たちも同じように、身を守ろうとして、真理を隠して言い訳をしていることが無数にあることを思い起こさせます。次の文章は9歳の子が、ある事故で身を守ろうとして、嘘をついています。

学校で綱引きをしました。試合が始まると、僕は一生懸命、綱を引きました。本当にそうしました。でも試合は負けてしまいました。かっこ悪いので、「はじめ！」という合図が聞こえなかったし、そのときだれかと話していたので構えができていなかった、という言い訳の嘘をつきました。本当は聞こえていました。でも聞こえなかったと応えたのです。僕は嘘をつきました。

この子は、「かっこ悪いので」言い訳をしました。その言い訳はたわいのないものです。しかし回を重ねて、自分の困惑や不満、怒り、恐れ、そして欲を隠すために言い訳をするくせができてしまうと、これを克服するのは容易でなくなります。そのため、自分にある無意識に身を守ろうとして嘘をつく癖を、気づかねばなりません。身を守ることや、嘘に遠くか離れているという同僚が書いたものです：

人の嘘というものは、しばしば、ものはずみで起こります。それは不意に起こるものです。世に対して自分をかばうために、半ば本能的な行動をとっています。以下にその例を示します：

エアロビクス教室の休憩時間に、突然あなたの隣にいる人が話しかけます。「昨夜、映画のガンジーを見たが、素晴らしい映画だったね！」しかし、あなたは、でその映画が、まったくもってつまらない映画だと感じた、数少ない人のうちの一人であったとします。あなたは更衣室に行ったときどう応えようかと考えます。しかし、「素晴らしい映画でした」というようなことをつぶやき、さっさとすましてしまいます。

次には、仕事の途中で、2時間前に奥さんに電話するはずであったことを思い出します。電話して、奥さんが出ます。するとあなた、奥さんが日中電話していたはず、それを逆手にとろうとして、芝居を打って言います。「ねえ、君、さっき電話したんだが、電話中だったね」。

この防御のメカニズムは、意識のなかでわずかに浮かび上がるだけなので、「嘘」と呼ぶことさえ難しいかもしれません。し

かしそれにもかかわらず、〈いのち〉の舞台が、周りの世界から、だんだんと閉じてゆくことになります。嘘は育ち、増えてゆくからです。本当にそうか聞き直したり、どんな嘘を、誰にどんなことまでいったか、思い出そうとしたりして、あわてて物事をごまかそうとすることが重なってゆきます。

嘘に時間とエネルギーを費やすことも面倒ですが、正直であるという神から与えられた権利を失うことで、さらに大きな悲劇が誕生します。自分の本当の気持ち、自分が知らないこと、そして弱点を認めることができず、その詫びも言うことができない存在に陥ってしまうのです。こんなことが素直に言えなくなります。「いい映画を楽しめてよかったね。でも実は、私は楽しくなかったのですよ。」、「仕事があんまり忙しかったので、つい忘れてしまったよ」。

嘘で身を守る機会は、無数にあります。その嘘は「たわいのない」もの、たとえば「小切手を郵送しました」といって時間を稼ぎ、その後すぐ実際に郵送するというものであるかもしれません。しかし、例えばもっと深刻なもので、例えば、他の女性とつきあっているのに、残業で遅くなったと妻に語るようなものであるかもしれません。その身を守るための嘘は、ささやかな隠し事であろうと、より後ろめたい悪質なものでであろうと、この戒「偽証してはならない」に反します。もし、嘘で身を守ってしまうという傾向を克服し、真実を語る事ができたなら、どんなに素朴な生活をおくることができるでしょう。

### 他人への嘘

先に、宗教とは、戒めに従った生活を送ることで、神と隣人と結びつくことであると定義しました。正直さと率直さは、深く、意義のある関係を育てることができますが、嘘とずるさは、その反対の効果を生みます。イスラムの伝統によれば、ムハマドは「偽善者の印は三つある：語れば、嘘を語る。約束すれば、これを破る。頼まれれば、それを裏切る」（ムハマド・アリ 預言者言行録）。人に言う嘘、それが困惑や、恐怖、怒りやどん欲から出てきたものであれ、関係を破壊に至らせます。次の文は、ある受刑者のついた嘘が、その人生にどう影響を与えたかを描いています：

今朝ついた自分の嘘を思い出していました。受刑者仲間が「キャデラック」（煙草のこと）を一本くれないかと言ってきましたが、そんなにもっていないと忘れてしまいました。実は一箱隠していたので、それは嘘でした。私は自分のついた嘘のことを考えながら、房の中で立ちつくしていました。ものすごく後味が悪く、どうしてそんな嘘を言ったのかについて考えました。それは正しくないとわかり、後味の悪さはまだ残っています。そしてこの胸のつかえを取り去れないかと考えていました。そこで、嘘は他人との関係をだめにすると気づきだしはじめました。私は両親に自分を信じてほしいし、人に私を信じてもらいたいのです。人との関係に正直であるべきだと、考え直させてくれた神に感謝します。

ある教会指導者は、次のような経験を話してくれました。

朝食の前、「正直」について語り、祈りました。神との関係で非常に悩んでいる方が、その中にいました。その方は、自分の状態の難しさを吐露し、見事な謙虚さを持って祈りました。

その正直さに心打たれて、自分を含めた人はすべて、自分のことを偽っているか気づきました。「元気かい？」と人は皆語りかけてくれますが、私は「もちろん!」、「いい調子だよ!」と偽ってしまいます。

この人の正直さを用いて、神が私たちすべての心を開いてくれたことに気づきました。残りの人も、それぞれの同じような悩みを語り始めてくれたのです。神は正直を支持してくれます。「嘘をつくなかれ!」と神が戒めた理由がわかったのです。

次は、正直でなくなろうとした自分を抑えた、受刑者の文です。

まったくひどい日でした。担当のカウンセラーがやってきて、何が悪いのか聞いてくれます。しかし私は、何も悪いことはないよと返しました。またやってきて、悪いところはないかと尋ねてくれましたが、また同じように応えました。またまたやってきて聞いてくれました。すると私もついに、その人であろうと私自身であろうと、何もできることはない、そしてこのことにつこんで悩ませないでくれと言いました。この週の課題に失敗したようです。

以上の問題のそれぞれで、「真実を語る」ことが、健全な人間関係への鍵だとわかります。自分の持っている煙草の本数で嘘をついた受刑者であれ、自分の悩みを隠そうとした教会指導者であれ、状況が良くない中で、「いい調子だよ」と言っている

人でも、信頼と正直を拒めば、人と交わり、真の友情を味わう喜びを奪われてしまいます。

妨げなく、感情を吐露することが、「本物」や「正直」であることだと考えている人がいます。「私、本当に感じたことを言っただけです」、「自分に正直であっただけです」と語ります。医療研究者は、抑圧された感情は、体に有害であり、頭痛・消化不良・潰瘍から関節炎や癌を引き起こす、とレポートしています。しかし、これらの研究者は、悪い感情を手放しに吐露しても、同じ危険があると指摘しています：高血圧となり、心臓発作に至ります。そのため、負の感情—特に怒り—を適切に表現することを学ぶのは、きわめて重要なことです。

その一つの方法は、身を守ることもなく、他人を責めることもなく、単に「真実を語る」ことです。この種の正直さは、「感情を素直に出す」のがいいか、「怒りを抑える」のがいいか、という議論を乗り越えることができます。これは、すべての戒を実践しながら、正直に自己点検を行うことで始まります。それには、自分自身に正直であらねばなりません—すなわち、何事に対しても几帳面で、正直であり、自分をごまかして生きることを拒まねばなりません。シェイクスピアも言っています：

何より大切なこと。

それは自分に正直であること。

そうすれば、夜の次に昼が来るように、

誰に対しても、正直となるだろう。

『ハムレット』第一幕 シーン3 77-80

自分に正直であるということは、一誰が正しい、誰が悪いという議論に陥ることなく、また分裂して、互いに「正義の」怒りで非難しあうという戦争状態へ突入しないよう—自分の立場を正しく表現するということです。そして、会話は丁寧で、礼儀正しくあらねばなりません。自分が毅然とした態度をとるということは、他人を悪いと断じることと同じではありません。家族との遊びや、職場であっても、健全な意思疎通のために、毅然とした態度を取らねばなりません。他人を貶め、その尊厳を卑しめるような、自分の不用意な発言や、怒りの噴出に対して、毅然とした態度を取るのです。発言は、明瞭かつ直截、そして単刀直入であってもかまいません—しかし、同時に、機転に富み、優しくあらねばなりません。適切な制裁を伴ってもいいですが、憐れみ深く、そして関係修復の余地を残さねばなりません。ブッタの言葉にもあります。「真実を語るが、荒々しくなく、よく理解できる。そして誰も怒らせることがない。私はそんな人をブラフマンと呼ぶ」（『法句教』26:26）

というわけで、この戒が私たちに要求しているのは、人と接する時に、心の微細な部分まで正直であらねばならないということです。一心を開いて、優しく話し、摩擦を避けようとも、求めようもしない。そして自分の発言やそして沈黙がどのような結果をもたらすかだけを考えます。自分の言葉に真実をこめ、そして責任を持ち、約束を守り、真実を語ることで、誠実に生きよ、とこの戒は求めています。自分を嘘で守りたい、あるいはその場逃れをしようとした瞬間、真理に生きるかどうかを問われます。たとえば、次の文は、化学工場の統括者が、1万8千ドル相当のミスに対して、沈黙することで身を守ることを拒んだ事例です。その文には、言い訳がましいところもなく、また人を責めることもなく、激しい感情も見えません。しかし、ミスに対して何も言わないでおくことは、偽りを述べることと同じだと悟り、自分の信条に忠実であろうとしました。正しいことだけをしようとしたのです。；そして真実を語ることに徹することで、そうしました。：

先週、私が管理している化学工場の作業員が、過って、腐食をもたらすような濃度と、基準を外れた温度で、試験用のボトルを洗浄しました。この洗浄は、1万8千ドル相当の試験の第三段階にあたります。この過ちに気づいたとき、ある同僚は、黙っていても誰もわからないから、黙っていればいいと示唆しました。しかし私は、何であっても真実を語らねばならないと言い、上司と顧客にそれを告げました。一挙に問題となって、会議が続き、この件に関する報告を何本もあげました。しかし、そういうふうにはなりませんが、私の気分は悪くありません。真実に徹したので、必ずうまくゆくと信じていたからです。

この方は、真理を語ることで、身を守るための嘘や、ごまかしの沈黙によって得るものを上回る平安を得ました。それは、霊的にも、感情的にも、そして物理的にも、もっとも健全な選択であったのです。嘘をついたり、言い訳でごまかしたり、真実を隠すことが、より簡単であることもあるでしょう；しかし、真理を語ることは常に健全です。クルアーンにも、「それを知りえたとき、嘘によって真理を隠すな、そして真理を隠すな」(2:42)、と書かれています。この化学プラントの監督者が言っているように、「一挙に問題となって、……しかし、そういうふうにはなりませんが、私の気分は悪くありません。真実に徹したので、必ずうまくゆくと信じていたからです」。

## 自分への嘘

化学プラントでおきた1万8千ドルのミスの件は、いい教訓です。この監督者は、「ただ言わなかっただけで、嘘をついたわけではない」、とミスをごまかすことができたはずですが、しかし、このごまかしは、「偽証」が形を変えたものです。言い逃れや、正当化、自分の行動の理屈づけ、様々の姑息な方法もこれと同じです。あからさまに、それらしく論じ、理屈をこね、一見素晴らしく語ります。それを証明しようとして、証拠を積み上げてゆくにつれて、何事にも容赦せず、憤懣もあらわに、そして同時にみじめになってゆきます。たしかに議論に打ち勝ち、自分の行動を正当化するかもしれませんが、破綻した関係となってしまいうでしょう。次に、セミナーの参加者が語った正当化やごまかしの例です：

夫は私の言うことを聞いてくれない；それなのに、なぜ私も彼によくしなければならないのでしょうか？

練習にはうんざりだ！どうせコーチは試合に出してくれない。一えこひいきだ。

誰も私をかまってくれない。だから、人に優しくするなんてとんでもない！

そう確かにあいつを傷つけた。当然の報いだ。

子供に向かって叫ぶなんてよくないのはわかっている。でもそうしないと子供は何もしない。

ちょっとだけダイエットしなかって何だっていうの？ストレスはたまっているし、少しくらい人生を楽しんだっていいじゃない。

クレヨンで壁に描いたんじゃないよ。ペンキの上に描いただけだよ。(4歳の子が実際に言ったことです！)

姉のお金を盗んだのではありません。寝室の床の上に置いてあったのです。床に落ちてた金を見つけたからといって盗んだわけではないでしょ。

両親を尊ぶなんて、普通の家族だけに言えることだけだ。うちの親はむごいんだ。あいつらにいいところなんて、少しもない。

次は、中年のアフリカンが、アルコール中毒と偽証（ごまかしと正当化）の呪縛を克服しようとして、長年闘ってきた例です。

この課題はとてつもない難問です。自分に嘘をつかなかったなんていえるわけがない。嘘をつくたび、いつも「内の弁護士」がやってきて、うそを正当化してくれている。昔、飲んでいたころは、酒という偽りの神に仕えていた。一年に酒を欠かさない日なんて、一日もなかった。人生の最悪の時だった。自分に嘘をついているとは知らずに、ほとんど毎日嘘をついていたかもしれない。誰かが、酒をやめるように言ってくると、侮辱されているように感じたものだ。酒を欠かさない日はないかといわれても、とんでもないと否定していた。やめたよと、毎日言っていた。自分に嘘はついてたが、それでも祈りの力は信じていた。だからやめることができたのさ。

どうすれば、自分の内にいる偽証者：何に対しても否定的で、自分を哀れみ、そして惨めにしている、ごまかしやへ理屈一を認め、そして克服できるのでしょうか。本来あるべきであるはずの自分、そうでなくしてしまう嘘を……。その一つの方法は、自分に具体的な目標を課すことです。たとえば、ある食物を除きダイエットする、数日間何も食べない、定期的に運動する、規則的にメールに応える、仁愛から寄付する、家族にもっと時間を割く、早起きをする等です。これらの単純作業自体は、決して「霊的」なものではないかもしれませんが；しかし心の中にただ目標を掲げることで（たとえば「今週は砂糖を摂らない」、「月・水・金は運動する」）、いかに自分に嘘をつき、ごまかし、自分の行動を正当化しているか、見守ることができます。

「自分に嘘をつく」ことは、心に沸き起こる巧妙な意見やごまかしに耳を傾け、信じることを意味します。それは、「低級な喜び」、たとえば、怠惰、わがまま、自己憐憫、かってな怒りをもたらします。議論や嘘に「巻き込まれ」てしまえば、より素晴らしい、満ち満ちた、そして喜ばしいものが失われてしまいます。そのため、これら低級な喜びを点検し、戒を守ることと得る喜びと比較し、偽りの証を拒まなければなりません。自己をコントロールし、自己訓練を行うことで、天の王国が流れ入る道を開きます。スウェーデンボリィは「人が偽りの証言を拒み、それを罪として退けたとき、天界を通して、主から真理への愛と正義への愛が、流れ込みます」(黙示録解説1020:2)と述べます。そして新約聖書には「さあ、わたしの父に祝福された人たち。世の初めから、あなたがたのために備えられた御国を継ぎなさい。」(マタイ25:34)

## 誤解の地

私たちの大部分は、自分の思考や行動のパターンを認識するのに、生涯努力してはじめて、自分の本当の感情や意図に気づき始めます。しかしたとえその時でさえ、自分を動かしている奥深い動機を確信することはできません。自分のことと見えそうであるのに、他人の考えや感情、そして最奥の動機など覗き知ることなどできるのでしょうか? 「主は人が見るようには見ないからだ。人はうわべを見るが、主は心を見る。」(サムエル記1 16:7)、と旧約聖書にはあります。人の行いの深く、隠れた理由と、与えられる評価には、通常、大きな差があります。事実、私たちの動揺の多く(ほとんどではないにしても)は、自分の不運や、他人の言動を、自分流に意味づけすることから生じています。10代の若者たちの「逃げ込み寺」で働く方の文です:

世話をした方の中で、養母に刺されたという16歳の少女がいました。ショックでした。どうしてそんなことができるのでしょうか? この娘を養母たちの家に送り返すのは良くありませんし、また刺されてしまったら一恐ろしい! 時間が経て、その養母たちと会い、事件のことを聞く機会がありました。養母は、勤労感謝のごちそうを準備していたときのことで、養女はそのとき、あついかいにくい状態であったようです。むずかる養女に、ついに腹を立ててしまい、台所から離れてくれと頼みました。それを強調して、七面鳥を切り分けるフォークで、背中をちょっとつついたということでした。

「つついた」という印象が、「刺された」という印象に変えられたとき、普通の家庭でよく見られる風景が、無垢の少女に対する血まみれの犯罪のように変化してしまいました。実際その台所で、何が起こったかは知り得ません。少女は「刺された」と感じ、養母はちょっと「つついた」だけです。この話は、わざとかどうかは別にして、言葉の選択が、現実をゆがめ、他人の真意の誤解を生み出すことを示しています。

真理をさえぎり、曲解し、子細な部分だけを誇張したり、自分の理屈を通すためにわざと言葉を換えたり、筋を省略することは、すべて偽りです。ケースによっては、そんな偽りは、人の評判と経歴にとりかえしのつかない損害を与えます。これに関して、次の参加者の文を参照してください:

多くの人から、騒々しく、攻撃的・強引で、執拗・しつこいと見られている教会のある人物がいます。(他の人と同じように、)私もまちがいなく、批判に急先鋒なグループの一人でした。この人が話すたびに、他の人と同じように、騒々しく、頑固で、攻撃的な人だとみていました。

しかし、先週長い時間を共に過ごす機会があり、思っていたのと全く違う人物であることがわかりました。彼と一緒に、岩だらけの地を千マイルもドライブし、何度も危ない場面がありました。そのすべての間、彼は素晴らしい勇気と、エネルギー、忍耐の持ち主であるとわかりました。そして彼は、他人への優しさと思いやりにあふれていました。

友情が深まってゆくにつれて、この人が知恵とユーモア、洞察力と気配りに富んでいる人であると発見することができました。事実、先入観に囚われていたため、私はこの人のすばらしい性質を見ることができなかつたのです。

他の参加者の文です。

母の日のことでした。夫は、私に花束どころか、カードも贈ってくれません。傷ついてしまいました。彼は気遣いもしてくれず、愛してもらえないように感じました。想いと感情はこんなふうでしたが、私に何がもらえるのかと彼に言ってみました。彼が花束もカードも買ってくれないので、きっと彼は私を愛してくれないのだらうと思い、本当はどうなのだらうかと尋ねて

みたのです。すると彼は、そんなことはあるはずがないと答えました。コマーシャルに乗せられて、買うのがいやだとのことでした。プレゼントと彼の私への愛には関係ありません。彼は本当に私を愛してくれており、それ以外の何物でもありませんでした。ウォ！

人の動機を誤って解釈し、その行動に正しくない意味を与えてしまうと、「隣人に対して偽りの証言をする」ことになります。バガヴァッド・ギータで、この心の状態は、「妄想の網にとらわれる」（16：16）と言われます。しかし希望は残っています。「私はあなたがそうすることで、何を言いたいのか、今ひとつわかりません」、と正直に言うことで、健全な対話が開ける可能性もあります。そこから、非難めいた質問もせずに、「あなたが・・・とき、それはどういうことだったの？」あるいは、「・・・と言ったとき、何を考えていたの?」、「・・・と書いたとき、どうするつもりだったの?」と続けることができます。こうすることで、人の心を読んだり、または動機を裁いたりせずに、人の心の内側で何が起きているか見つけることができます。そうして、自分の良心に重荷となりやすい誤った認識やゆがんだ考えを受け入れてしまうのではなく、むしろ他人の〈いのち〉の真実を発見するための質問を重ねることができます。この質問を重ねることで、誤解の地\*3に住むことなく、何が真であるかを問うことができるのです。

\*3 「認識行動療法」という心の健康を専門的に扱う分野は、現実の誤った認識を「認知の歪み」と称しており、次のように分類し、定義しています；

「心のフィルター：濾過装置」（ただ否定的な詳細部分にこだわる）；

「トンネル的視野」（先入観に合うものだけを見つめ、その他は無視する）；

「選択的抽出」（本来の文脈から子細な部分や記述を選り好して、誤った結論にたどりつく。）；

「恣意的推論」実証するほどのものは全くないのに、先走りして、不運な判断を下す。；

「極端な一般化」（ある否定的な事件から、すべてを決めつける。例えば、「あなたは絶対時間通りに帰らない。」「あなたはいつも宿題を後回しにする。」「何をやっても失敗する。」）；

「大惨事予言」（ある個別の事柄を重要性や重大性をことさらに誇張する）；

「自己関連付け」（他人の行動がすべて自分に向けられたものだと思信する）；

「読心術」（他人の思考が読めると信じる）；等々。詳細は、David D Burns, *Feeling Good: The New Mood Therapy*(New York: Avon Books, 1980), 42-43, and Aaron T. Beck, *Love is Never Enough* (New York: Harper Perennial, 1989), 159-167.

## 真理の力

この戒の視点から自信を観察するにつれ、同時に様々な嘘が自分の心を通してゆくことがわかります。「絶望的だ」；「無駄だ」；「誰にも良いところがない」；「自制できない」；「私はまぬけに生まれ、間抜けで死ぬ」；「私には何の価値もない」；等々。ある受刑者の文です。

誰も自分のことなど気にかけてくれない一家からメールも来ないし、誰も面会に来てくれない。娑婆には、たくさんの人が気にかけてくれているのを知ってはいるが、時に価値がないものと感じてしまう。一死んでしまったほうがいい。

深い失望の気分が若きアフリカ人の言葉に響いています。：

困難が襲ってきたときや、自分の思ったようにならないとき、何かをやって失敗したとき、人生は難しいのだと自分に語ります。何かをやる、新しい企てをやってみよう、何かを企画してみようとしたとき、結果はうまくゆかないと考え、「どうせうまくゆかないんだ」と自分に言ってさえます。

時に、深い落胆は、深い絶望へと進んでゆきます。自分の子を殺して投獄された女性の文です。：

自分がやったことを元に戻せたらとどれほど願ったことでしょうか。死んでしまえば、自分の行った悪い行いから離れて、平安を得ることができるのではないかとどれほど願ったのでしょうか。どんなにこの世で時間がたっても、そして善行を積んだとしても、私の記憶から猛烈な苦痛は去ることはなく、あのなまなましい瞬間から背けた目を元に戻すこともできません。そう、私は地獄からいつか家に帰ろうとしているさまよい人です。

この女性は、自分の絶望が永遠に続き、死以外の何物も、救い、取り除くことなどできないと思いこんでいます。この時こそ、神に帰り、自分の罪を認め、救いを祈り、新しい〈いのち〉を始める時だということを彼女は気づいていません。この女性は深い後悔の念の中にいることは、役に立つことでしょうが、それだけで終わりではありません。どこかで、神に助けを求めなければならないのです。そうでなければ、「偽りの証人」は、その最後の目的を遂げるまで、彼女の有罪を熱弁し続け、さいなめ、より深い深い後悔へと駆り立てます。その目的とは、子供の命を奪うにとどまらず、女性の〈いのち〉をも奪おうというものです。その偽りの証人は、決して救われないと説きつけてきます。私たちに希望などなく、神も同じだと語ります。

偽りの証人は、実に長い間そこにいます。三千年前、ダビデの詩編です：

主よ。なんと私の敵がふえてきたことでしょうか。私に立ち向かう者が多くいます。

多くの者が私のたましいのことを言っています。「彼に神の救いはない。」と。(詩編3:1-2)

これが落胆から絶望まで至った人間の姿です。文字通り、これはダビデという名の人間のことを語っており、彼には物質的な世界に、数多くの敵がいました。しかし、より深いレベルでは、この詩編は私たちすべてについて語られています。この自然界の敵だけではなく、むしろ目には見えない霊的な敵のことを物語っています—できることならすぐにでも私たちを破壊しようとしている偽りの証人です。彼らのもっともくさい謀は、神への信頼を破壊することです。—全くくじかせ、そして何も聞かれていないとくどきます。「希望などない」、彼らは説きます。「負け戦さ」、そしてさらに悪魔的に、「神はおまえのことなど、全く気にかけてない」と。

これに似た嘘は、神は悪に対して無力だ、とか、さらに神は存在しない、という偽りの結論を下しそうとします。このような神への信仰を破壊することが、悪の究極のねらいです。人の落胆が深いほど、悪の力の勝利は大きいこととなります。人がもはや救いはないと感じるこの状態にいれば、十戒の最初の〈みことば〉も見えなくなってしまいます。人は、神は、エジプトの地、囚われの家から救い出してくれる全能の救い主であることを忘れていました。奇跡の紅海渡海を行い、十戒を授かり、まさに約束の地に入ろうとする存在であることを忘れていました。人が自由を得る戦いは、すでに勝利し、神に自由に仕え、天界に至る生活をおくることができるということも忘れていました。

これらを忘れていた間、偽りの証人は特に説得的に働くようにみえます。絶望の中に、深く深く沈み込むにつれ、すべてが失われてゆくかのようです。人生について希望があれば、神の力と善の力に納得していれば、家族と幸福に暮らしていれば、そして自分の仕事に満足していれば、そのとき、これを思い出すことはできません。人は無価値で、役に立たず、善いことは全くないと感じます。人生は過酷で無意味に見えます—うつろな陰とむなしい身振りだらけです。この世での幾ばくかの日々は、無意味で、「舞台の上で、気取って歩いたり、心配したりする」役者にしかすぎないように見えます。シェークスピアのマクベスは、妻の死を聞いてこう言っています。

あすが来、あすが去り、そうして一日一日とこきぎみに、時の階を滑り落ちて行く、この世の終りに辿り着くまで。いつも、きのうといふ日が、愚か者の塵にまみれて死ぬ道筋を照らしてきたのだ。消えろ、消えろ、つかの間の灯火！人の生涯は動きまはる影にすぎぬ。あはれな役者だ、ほんの自分の出場のときだけ、舞台の上で、みえを切ったり、喚いたり、そしてとどのつまりは消へてなくなる。白痴のおしゃべり同然、がやがやわやわや、すさまじいばかり、何のとりとめもありはしない

<http://www.geocities.jp/sakuhinron/page016.html>

マクベス 5幕 シーン5 24-28行

これが、絶望の淵で感じることです。すべてに望みがなく、失われています。絶望の淵で、ダビデは神から救いはないと考えるよう試されます。しかし彼はこれを拒みます。その代わりに、主に向かってこう叫びます。

しかし、主よ。あなたは私の回りを囲む盾、私の栄光、そして私のかしらを高く上げてくださる方です。

私は声をあげて、主に呼ばれる。すると、聖なる山から私に答えてくださる。

(詩編3:3-4)

ダビデは、真理—神は常にいまし、救いの力を持っている—をあかしするにつれて勝利しており、それはきわめて正確に比例していることに注目してください。そして神は救います。次の節では奇跡が起こります：

私は身を横たえて、眠る。私はまた目をさます。主がさきえてくださるから。  
私を取り囲んでいる幾万の民をも私は恐れない。(詩編35-6)

靈的にいえば、ダビデの「目覚め」は、人が靈的現実気づくことを物語ります—外の環境がどのようなものであれ、いかに見捨てられたように感じようとも、神は常にいまし、導き、指導し、慰めます。次の文は、受刑者が刑務所で次のクリスマスを、家族や友人と離れてすごさなければならぬと思ひ、鬱鬱とした気持ちになります。しかし、その絶望のただ中で、内に向かい靈的な慰めと慰撫を得ます。

クリスマスが近づくにつれ、鬱々になってきます。これで刑務所の中で3度目のクリスマスだし、出獄(出れるのであれば)まで10回いや、11回のクリスマスを獄中で迎えなければなりません。自分の環境を振り返りながら、このクリスマスを迎えることは実は幸せなことではないかと気づき始めました。神(アッラー)はおそらく、感謝を教え、私の目を開かれようとしてこの機会を活用されているのではないのでしょうか。確かに、私は監獄の中でたくさんのクリスマスを過ごしてきたのです—罪と無知という監獄です。自分の心は、自由への途上にあるので、体も間違いなく自由になることでしょう！今夜は自分の運命を受け入れたのみならず、この機会に栄光に心と魂と体を広げることができたことをアッラーに感謝しました。

こういうとき何度も、自分の人生がどの方向に向かって進んでいたかを振り返ります。今進もうとしている方向は、とても喜ばしいものです。自分が新しい人間であり、勝者であり、自分の運命を切り開くことのできる人間のように感じます。人生と愛と、人生の障害、悲しみに今宵は感謝します。なぜなら、決して無駄にならなかった頭痛と苦痛、そして葛藤を与えてくれたからです。たとえ世に不正はあろうと、今宵は幸せであり、小さいながらも大事な勝利を喜びます。

家族と友人とは離れていますが、この若者は、より高い真理を認めました—神(アッラー)は奥深く密やかに存在し、悪から救い、希望で満たしてくれるからです。彼の物語は、ダビデが三千年前に語った言葉が生きて現実となったものです。：「苦しみのうちに、私が主に呼ばわると、主は私に答えられた。主よ。私を偽りのくちびる、欺きの舌から、救い出してください」(詩編120:1-2)。この受刑者が、神は存在しているという真理を認めることで得た救いは、まことに大事な勝利です。

### 「こう書かれている・・・」

霊たちが人と話をはじめるとき、人は注意し、霊たちの言うことを全く信じてはなりません。彼らはなんとでも語るからです；いかようにでもねつ造し、嘘をつきます・・・人が耳を傾け、信じるなら、霊は押しつけ敷き、道ならぬ方向へと誘います・・・霊はすべて偽りを語ります。それ故、人々は彼らを信じないよう注意しなければなりません。(「霊界日誌」1622)

スウェーデンボリィは、ここで「偽りの証人」のことを語っています。悪魔的かつ憎悪に満ちた偽りで人の心を満たそうと努める靈的な力が現に働いているのです。靈的な生と死がかかっていることだけに、事は深刻です。そのため、あらゆる宗教の聖典は、人の内に起こる偽りの証人を論破する力強い教を備えています。クルアーンにあるように、「いや、われは真理を虚偽に投げつけると、その頭を砕く。見なさい。虚偽は消滅する」(21:18)；「本当に主を畏れる者は、悪魔がかれらを悩ますとき、(アッラーを)念ずればたちどころに(真理に)眼が開くだろう」(7:201)。このような教えを通して、何度も何度もこう言うことができます。「去れ、この力を奪う悪魔、嘘つき、偽りの証人よ。あなたの隣人に対し、偽りの証言をしてはならない！」真理の固い地のしっかりと立って、こうすれば、神は奇跡の救いの業をなされます。神は、私たちの祈りを聞き、クルアーンの言うところの「囁く者」\*から私たちを救ってくれます。

\*「ご加護を乞い願う、人間の主、人間の王、人間の神に。こっそりと忍び込み、囁く者の悪から。それが人間の胸に囁きかける、ジン(幽精)であろうと、人間であろうと。」(114:1-5)日本ムスリム情報事務所訳

偽りの証人を論破する、真理の役立ちの明らかな例は、イエスの荒野での試練も物語りにあります。悪魔が試練の問いかけをするたびに、イエスは真理の力で論破されました。悪魔が石をパンに変えよとイエスに示唆したとき、イエスは、「『人はパンだけで生きるのではなく、神の口から出る一つ一つのことばによる。』と書いてある。」と答えて言われました。悪魔が再び神殿の頂で、「飛び降りてみる」と試したとき、イエスは「『あなたの神である主を試みてはならない。』とも書

いてある。」と返されます。悪魔はイエスに、世界の王国のすべてと、栄光を差し出し、最後の試練を試みます。ただ一つの条件と引き替えに。それはイエスが悪魔に額ずき、拝まなければならないということです。しかしイエスは屈服しませんでした。イエスは再び、悪魔の偽りの証を論破して言います、「『あなたの神である主を拝み、主にだけ仕えよ。』と書いてある」(マタイ 4:1-10)。

どのケースにおいても、イエスは聖典の力を「・・・と書いてある」と思い起こして、悪魔の偽りの証を論破しています。それは私達が同じように直面するたびに、そして偽りの証証人が〈いのち〉の現実をねじ曲げるたびに、私達がなす力強い例です。落胆と絶望が心のドアをノックする時、一希望などなく、神からの助けなどないといって、自分と他人について鬱で埋めようとする時、一私達は聖典の鼓舞に頼ることができます。啓示の光の中で、現実をかいま見ることができます。神が力で満ち、いと高きところまでひき上げてくれる道を聞くことができます。これが「ライズ・アヴァブ・イト」の意味するものです。

### 「死に神ペア」

十戒は連続しており、偽りの証を禁じるこの戒は、盗みを禁じる戒の後に続いています。この二つの戒めを、共にとらえると、「死に神ペア」と言われるものにどう対処すればいいかがわかります。プライドの罫(善の源は自分であり、他人より優れていて、それ故「神のようである」と思いこむこと)、そして絶望の罫(自分は邪悪で、価値はなく、人より劣っており、神に見捨てられていると思ひこむこと)です。この二つの戒めは、深く高慢(プライドとうぬぼれ)と自棄(罪悪感、無価値)の状態にならないよう守ってくれるものです。この戒めに込められている英知は、ブツダによる教えと同じです：

一枚の堅き巖 [いわお] が、風に動かないように、このように、賢者たちは、諸々の非難や賞賛 [の声] に動かない。(法句教6:6)

誤って善を自分に帰するなら、高慢な心がもたげ、すべての善が神から流れ来ることを認めることができなくなります。同じように、自棄の状態は、悪はすべての、善の源をねじまげ、ゆがめることであり、それは「地獄」と呼ばれているとわからずに、悪を誤って自分に帰するときに起こります。スウェーデンボリィの「天界の地獄」には、この二つの悪魔、高慢と自棄をどうやって投げ捨てるかという秘密が示されています。

もし人が、事実どおりに、あらゆる善は主からくるものであり、あらゆる悪は地獄からくるものであると信じれば、自分の手柄にするような善は何もないし、人間のせいにするような悪はなにもないでしょう。そうすれば、人が考えたり行ったりする善を見て、それをことごとく主のものにするでしょうし、浸透してくる悪があっても、これを全部、地獄に追い返すでしょう。ところが、天界からの流入も、地獄からの流入も信じないで、自分の考えや欲求は、すべて自分の中にあって自分から出たものと思う結果、悪を自分のものにしたたり、善の流入を功績感でけがしてしまうのです。(302 アルカナ記)

そう、この戒めは、より高次の事実、神の統治に気づくよう求めています。それは神に救いを求め、真理によって守るように求めています。そして神の祝福に目を注ぎ、神の約束を思い出し、私達一人一人が神聖な存在であることを悟らせます。私達は神の子供であり、神の似姿と像に創造され、豊かな祝福を得て、永遠に愛されるのです。私達は神ではありませんが(決してありえません)、神から絶えることなく、ふんだんに限りなく、愛と英知を受け、「押しつけ、揺すり入れ、あふれるまでにして、ふところに入れてくれる」(ルカ6:38)ように創られているのです。これは神の贈り物であり、この世でも来世でも、朽ちず、滅しません。幾千もの偽りの証人に取り囲まれたとき、私達を支えてくれる真理です。私達の神は、瞬間々を素晴らしい方法で導いてくれており、慰めずの見捨て置き去りにすることは決してありません。これは私達を解放してくれる真理です。

### 課題：真実を語りましょう

この戒の課題は、真理を語ることです：自分自身にも他人にも真実でありましょう：誠実に生き、約束を守ります。真理の力を利用して、心に入りこみ、思考を占領してしまう偽りの証人を論破しましょう。その真理とは、神は全能であり、神によれば不可能はないということです。

真実を語れ
-------

あなた自身にも人にも真実であれ；約束を守れ；誤解を解きほぐせ；偽りの証を論破せよ。  
この戒を守ることによって得た経験を、文章に記してください。

さらなる熟思と適用へのヒント

\*\*\*\*\*

瞑想：「私達を、・・悪からお救いください」

「死に神ペア」－高慢と絶望－はあらゆる試練へと誘います。自分人よりよく知っているという高慢な考えに向かう誘惑、何も知らない、悪そのものである、人生は無意味だ、神に望みはない、という絶望の感覚に引き込む誘惑があります。この死に神ペアを克服する鍵は、平衡感覚を保ち、善と英知、悪と誤謬をそれぞれ自分に帰さないことです。先の瞑想において、「わたしたちを試みに合わせないで」という言葉を用いました。：この瞑想においては、「悪からお救いください」という言葉を用いて、劣等感や絶望感を克服します一特に、他人や自分、そして神に関する偽りを信じて絶望に陥ったとき。「悪からお救いください」という言葉だけを毎日数分、心に置いて、神は〈みことば〉の真理を通して、内奥に存在し、すべての悪から私達を救い、すべて善い方向にお導きになることを思い出してください。ブツダの言葉を念じても結構です。一枚の堅き巖 [いわお] が、風に動かないように、このように、賢者たちは、諸々の非難や賞賛 [の声] に動かない。(法句教6:6)

文章作成による瞑想

子供のころから今までに、どんな「偽りのメッセージ」を受けたことがありますか？このメッセージは、あなた自身のことでもあり、あなたの家族のことでもあり、〈いのち〉すべてについてでもあり、神についてのことでもありえます。例えば、「あまえなんか決して者になりゃしないよ」、「この世はむごい所だ」、「神が罰を当てるよ」、そして「神などいない」です。それは「フットボールのヒーローになって、きれいなガールフレンドをもてる」とか、「ナイスガイはビリーになる」かもしれません。どんな偽りのメッセージであろうと、人生に影響を与えたと思われるものをいくつか書き出してください。

文章作成による瞑想

今まで、そんな「真のメッセージ」を受けましたか？そのメッセージはどのようにあなたを支えましたか？この真のメッセージを用いて、どのようにして、偽りの証人を論破しましたか？

文章作成による瞑想

誰かが嘘をつき、あなたに対する偽りのうわさを広めたことを思い出してください。どう思いましたか？どんな損害を受けましたか？個人的そして、社会的、職業上で受けた損害を書いてみてください。そしてあなたは何故、未だもって覚えているのでしょうか？

文章作成による瞑想

あなたが自分の人生で、誰かに嘘をついたり、真実を曲げたときのことを考えてください。何がそうさせましたか？何を恐れて言い訳の嘘をつかせましたか？嘘をどうやって正当化しましたか？真実を語ったとすれば、何が起こったのでしょうか？

活動：あなた自身に真実であってください。

具体的な課題を作成してください。例えば、「今週は、xxxを口にしない」、「今週はxxx回運動する」です。そして週が進むにつれて、嘘や正当化、ごまかしが、自分がいいと思っていることをじゃまするように流れ込んでくるのを観察してください。この偽りの証人を論破して、自分の誓いをやり通してください。自身に真実であってください。

活動：他人に真実であってください。

この戒に集中している間、あなたがした約束や言葉に責任をもってください。何かを約束したなら、行ってください。自分の言葉に責任がとれず、約束が守れないようであれば、正直でいてください。何が起こるか、「真実を語る」機会としてください。そして、他人を責めず、自身をかばわず、ただ真実を語ってください。最後に、責任をとります；互いに納得するまで話し合しましょう。たとえば、父親は息子に、「すまない。この週末、ハイキングに連れて行く約束だったが、腰が本当に痛むんだ。代わりに野球でも見に行かないか？」

活動：神に真実であれ。(偽りの証人を論破せよ)

大きな紙の中央に線を引きます。紙の左側に、動揺させたり鬱にさせたりする、偽りのメッセージを並べます。このメッセー

ジは、心に浮かぶ言葉やイメージや記憶の形でやってきます。その言葉、イメージ、記憶を正確に捉えてください。例えば、「無駄なことだ。子供はいつも自分勝手だ」という言葉が心に浮かぶかもしれません；厳しい先生の顔が浮かび、「あなたは物にならないわ」というイメージが意識をよぎるかもしれません；子供のころチームに入れてもらえなかった記憶を思い出し、自分は役に立たないんだという想いと共にやってくるかもしれません。この偽りの証人、偽りのメッセージをすべて並べ上げてください。

このリストを書き上げ、その最初の偽りのメッセージの反対側の右側のスペースに、真実のメッセージで論破しましょう。それは自分の言葉であっても、聖典の文言—〈みことば〉からの真理であってもかまいません。例えば、「あなたは物にならないわ」という偽りのメッセージは、「神は何を行うにも、私とともにおられる」とか、「神とともにあれば、すべては可能だ」です。そしてそれぞれの偽りのメッセージに対して、同じ要領で、すべての偽りのメッセージを論破するまで書き通してください。

この論破をすべてやり遂せたら、紙を中央で切り分けます。そして偽りのメッセージを丸めて、耐火性のもの（アルミファイル等）に置きます。そして燃やします！その偽りのメッセージが、煙になるのを見てください。そして「真理の証」を、大事なところにするか、ポケットや財布など、立ち直るときにいつでもそれを見ることができるよう、しまっておいてください。