

主 題： わたしはいのちのパンです  
聖書箇所：ヨハネの福音書 6章48節

テーマ：全ての人間にとって、真に生きるために、永遠に生きるために何が必要なのでしょう。

きょうは、皆さんと一緒にヨハネの福音書6：48を中心に学んでいきたいと思っています。早速、皆さんに難しい質問を一つ。「皆さんはお腹がすいたらどうしますか?」、「空腹になった時どうしますか?」恐らく、多くの方がこのように答えるのではないのでしょうか。「はい、お腹がすいたら動けないので何かを食べます。」と。「はい、私は何も食べません。」と答えられる方はきつくないと思います。なぜなら私たちは、お腹が空いては十分に動くことができないし、また動くためのエネルギーの源となる食べ物を摂る必要があるからです。生まれたばかりの赤ちゃんも同じです。母乳やミルクを欲するのです。一般的に、女性は1日に1400~2000キロカロリー、男性は1日に2000~2400キロカロリーのエネルギーが必要だと言われています。私たちは、からだのエネルギーの源となる食べ物を摂る必要があります。これは了解です。ではもう一つの質問です。「皆さんの心が空っぽの時、また霊的な飢えの状態にある時、皆さんはどうしますか?」、また「どうしたらよいのでしょうか?」、「何で心を満たせばよいのでしょうか?」。確かに私たちの周りのこの世の中は、私たちの心を満たしてくれそうなさまざまな方法を私たちに提供しています。人生を積極的に考えるようにとハウツー本が多数売られています。こうすれば人生は成功します、こうすれば豊かな生活ができますなどたくさんです。また、外に目を向けて心を活性化してくれそうな運動をするようにとも教えます。好きな趣味に没頭するようにも教えます。そして、世の中にあるさまざまな宗教を学んでみなさいとも教えます。私たちの周りは、さまざまな情報であふれています。確実に言えることは、お腹がすいたら私たちの空腹を満たし、動くために必要な食べ物を摂ると同じように、私たちの心が空っぽの時、また霊的な飢えの状態にある時にも、私たちの空っぽな心、霊的な飢えを正しく確実に満たすものが必要だということです。

きょう、私たちは、イエス様が「わたしはいのちのパンです」と言われたこのことばの真の意味を考えたいと思います。そして、このことばの真理を理解し、唯一この「いのちのパン」だけが私たちの心を豊かに満たすものであることを皆さんと一緒に学んでいきたいと思っています。

## 1. 背景

イエス様が、「わたしはいのちのパンです」と言われた背景には、ヨハネ6：1-15で、第4のしるしとして語られている5000人の給食のことがあります。この時、イエス様の周りに集まった群衆は、お腹がすいていました。彼らは、お腹いっぱいになりたいと、そのことだけを望んでいたのです。この6：11に「彼らにほしだけ分けられた。」と書かれてあります。集まった群衆は、食べて空腹の状態ではなくなりました。その後のこの群衆の行動は、ヨハネ6：22-25に「:22 その翌日、湖の向こう岸にいた群衆は、そこには小舟が一隻あっただけで、ほかにはなかったこと、また、その舟にイエスは弟子たちといっしょに乗れないで、弟子たちだけが行ったということに気づいた。:23 しかし、主が感謝をささげられてから、人々がパンを食べた場所の近くに、テベリヤから数隻の小舟が来た。:24 群衆は、イエスがそこにおられず、弟子たちもいないことを知ると、自分たちもその小舟に乗り込んで、イエスを捜してカペナウムに来た。:25 そして湖の向こう側でイエスを見つけたとき、彼らはイエスに言った。「先生。いつここにおいでになりましたか。」と記されているとおり、自分たちの前からいなくなったイエス様を探しました。群衆は、自分たちの空腹の時に、空腹を満たしてくれたイエス様を探していたのです。この群衆は、自分たちの霊的飢

えの状態には全く気づいていませんでした。そして、その群衆に対してイエス様の言われたことばとその群衆の応答を少し見たいと思います。きょうのテキストをお読みします。

### ヨハネの福音書 6：26－35

「:26 イエスは答えて言われた。「まことに、まことに、あなたがたに告げます。あなたがたがわたしを捜しているのは、しるしを見たからではなく、パンを食べて満腹したからです。 :27 なくなる食物のためではなく、いつまでも保ち、永遠のいのちに至る食物のために働きなさい。それこそ、人の子があなたがたに与えるものです。この人の子を父すなわち神が認証されたからです。」 :28 すると彼らはイエスに言った。「私たちは、神のわざを行うために、何をすべきでしょうか。」 :29 イエスは答えて言われた。「あなたがたが、神が遣わした者を信じること、それが神のわざです。」 :30 そこで彼らはイエスに言った。「それでは、私たちが見てあなたを信じるために、しるしとして何をしてくださいますか。どのようなことをなさいますか。 :31 私たちの父祖たちは荒野でマナを食べました。『彼は彼らに天からパンを与えて食べさせた』と書いてあるとおりです。」 :32 イエスは彼らに言われた。「まことに、まことに、あなたがたに告げます。モーセはあなたがたに天からのパンを与えたのではありません。しかし、わたしの父は、あなたがたに天からまことのパンをお与えになります。 :33 というのは、神のパンは、天から下って来て、世にいのちを与えるものだからです。」 :34 そこで彼らはイエスに言った。「主よ。いつもそのパンを私たちにお与えください。」 :35 イエスは言われた。「わたしがいのちのパンです。わたしに来る者は決して飢えることがなく、わたしを信じる者はどんなときにも、決して渇くことはありません。」

この箇所から群衆の思いは、日常生活においてお腹に入って空腹を満たしてくれるパンを願っていました。肉的な満足を求めていたのです。そのような群衆に対してイエス様の言われたことば35節「わたしがいのちのパンです。」でした。イエス様は言われたのです。「わたしが、あなたがたの空腹を満たすことができる「いのちのパン」です。あなたがたは気づいていないが、あなたがたが今一番必要としているものをわたしはあなたがたに与えます。それは、あなたがたの霊的空腹を満たすものです。それが「いのちのパン」であるわたしです。」と。

### 2. 荒野で与えられたマナ（出エジプト記 16章）

旧約聖書には、イスラエルの民が動いた時に、神が彼らに食べ物をお与えになったことが記されています。それは、“マナ”でした。出エジプト記 16章にそのことが記されています。出エジプト 16章に書かれているモーセに導かれてエジプトを脱出したイスラエルの民は、葦の海、現在の紅海を渡り、荒野に行くことになりました。その荒野を旅する途中で、彼らは食べ物がなくなり、飢えの状態を経験することになりました。そのような彼らは、モーセとアロンにつぶやいたと出エジプト 16：2－3に書かれています。16：3の後半に「事実、あなたがたは、私たちをこの荒野に連れ出して、この全集団を飢え死にさせようとしているのです。」と、イスラエルの民は、モーセとアロンにつぶやいたのです。このつぶやいたイスラエルの民に対して、主はマナを与えると約束されました。そのことが出エジプト 16：4「:4「見よ。わたしはあなたがたのために、パンが天から降るようにする。民は外に出て、毎日、一日分を集めなければならない。これは、彼らがわたしのおしえに従って歩むかどうかを、試みるためである。」と書かれています。

そして、マナはイスラエルの民に40年間与えられました。出エジプト 16：35「:35 イスラエル人は人の住んでいる地に来るまで、四十年間、マナを食べた。彼らはカナン地の境に来るまで、マナを食べた。」と記されています。

### ◎ マナについて

ここで私たちはマナについて考えたいと思います。三つあります。

#### ① マナを与えられたのは主なる神です。

イスラエルのためにマナを与えられたのは、モーセではなく主なる神です。出エジプト16:15に「これは【主】があなたがたに食物として与えてくださったパンです。」と書かれています。主は、全知全能なるお方です。そして、恵み深いお方です。主は、わたしたちの必要をすべて知っておられ、必要をみこころのままに満たしてくださるのです。いまを生きる私たちにとってもこれは真理です。マタイ6:8に「……あなたがたの父なる神は、あなたがたがお願いする先に、あなたがたに必要なものを知っておられるからです。」と書かれています。パウロもこのように言っています。ピリピ4:19「また、私の神は、キリスト・イエスにあるご自身の栄光の富をもって、あなたがたの必要をすべて満たして下さいます。」と。

### ② マナは、イスラエルの民の肉体的な飢えを満たすものであった。

マナは一時的なものでした。ですから空腹になると、またイスラエルの民はマナを食べる必要がありました。

### ③ マナを食べても死にました。

きょうのテキストの6:49に「あなたがたの父祖たちは荒野でマナを食べたが、死にました。」と書かれています。マナは、主なる神が与えてくださったもの、マナは肉体的な飢えを満たすもので、空腹になるとまた食べる必要があった。また、マナを食べても死にました。

## 3. 「わたしはいのちのパンです」

「わたしは～です」は、ヨハネの福音書の中に七つ出てきます。このことばは、イエス様の自己啓示のことばです。確かにパンは食べるものですから、私たちが自分のからだの中に取り入れなければなりません。ただパンをじっと見つめているだけでは、パンは私たちのからだの栄養となり、また力とはなりません。この「いのちのパン」も同じです。「いのちのパン」を食べて「いのちのパン」を私たちのうちに取り入れて、初めて私たちは「いのちのパン」から力を得ることができます。まず「いのちのパン」を食べることが必要です。それは、どういうことでしょうか？このことは、すべての人間が考えなければならないことです。私たちは、四つ「いのちのパン」について見ていきたいと思えます。

### ① この「いのちのパン」とは、御子イエス・キリストのことです。

ヨハネ6:51「わたしは、天から下って来た生けるパンです。」とイエス様は、言われています。「天から」とは父なる神のみもとからです。そして、この「生けるパン」のメッセージはこういうことです。わたしは、永遠のいのちを与えることができます。なぜならわたしが永遠のいのちだからです。あなたがたがわたしを食べる時、あなたがたの中に取り入れる時、あなたがたは永遠にわたしとともに生きるのです。

### ② この「いのちのパン」を食べるのは、一度だけで十分なのです。

旧約のイスラエルの民が荒野で食べたマナは、毎日食べる必要がありました。しかし、「いのちのパン」を食べることは一度だけで十分です。ヨハネ6:27でイエス様はこう言われています。「なくなる食物のためではなく、いつまでも保ち、永遠のいのちに至る食物のために働きなさい。それこそ、人の子があなたがたに与えるものです。」と。この「いつまでも保ち」の意味は、「永遠のいのちに至る食物はいつまでもなくならずにあります。いつまでも私たちのうちにあるのですから一度食べるだけで十分なのです」ということをイエス様は教えています。ヨハネ6:51「わたしは、天から下って来た生けるパンです。だれでもこのパンを食べるなら、永遠に生きています。」、またヨハネ6:47には「……信じる者は永遠のいのちを持ちます。」とあります。このようなみことばを見る時、私たちがこの「いのちのパン」を食べるとは、私たちが天から下ってきたイエス様を私たちの主、救い主として信じ受け入れることです。この「いのちのパン」である主イエス・キリストを信じ受け入れるその時に、私たちに永遠のいのちが与えられ、私たちは救われるのです。私たちの救いは一度きりのことです。そして真に救われた者は、決してその救いを失うことはないのです。これは主の約束です。ヨハネ6:39に「わたしを遣わした方のみこころ

は、わたしに与えてくださったすべての者を、わたしがひとりも失うことなく、ひとりひとりを終わりの日によみがえらせることです。」と書かれています。

③ この「いのちのパン」は、私たちに霊的な満足を与えてくれます。

私たちがこのパンを食べる時、二度と飢え渴きを覚えることはありません。霊的な満足が与えられるのです。35節をもう一度見てください。「わたしがいのちのパンです。わたしに来る者は決して飢えることがなく、わたしを信じる者はどんなときにも、決して渴くことはありません。」と書かれています。「決して飢えることがなく」は、否定が強調されています。絶対に飢えることがないということです。そしてこの「飢える」とは、食べる物に欠乏している状態のことです。満たされていない状態のことです。イエス様は、私たちに心の満ち、心の満足を与えてくださるお方です。私たちの心は決して飢えることはありません。その後こう続いています。「決して渴くことがなく」、ここも否定が強調されている文になっています。それは絶対に渴くことがないということです。「渴く」とは、のどがカラカラになるような状態のことです。水を飲みたいと思っているけれども、その水を飲むことができない状態のことです。ヨハネ4：14で、イエス様は「わたしが与える水を飲む者はだれでも、決して渴くことはありません。わたしが与える水は、その人のうちで泉となり、永遠のいのちへの水がわき出ます。」と言われました。

④ この「いのちのパン」を食べると、霊的に死ぬことはありません。

ヨハネ6：47「まことに、まことに、あなたがたに告げます。信じる者は永遠のいのちを持ちます。」さて、信じる者とはどのような者のことなのでしょう？それは「いのちのパン」を受け入れる者のことです。「いのちのパン」を食べて自分の中に取り入れる、そのような者のことです。そのような者にイエス様は永遠のいのちを与えてくださるのです。ヨハネ3：16「神は、実に、そのひとり子をお与えになったほどに、世を愛された。それは御子を信じる者が、ひとりとして滅びることなく、永遠のいのちを持つためである。」と書かれています。「わたしはいのちのパンです。」と言われたイエス様に対して、私たち人間の正しい応答はどのような応答なのでしょう？

#### 4. 私たち人間の正しい応答とは

皆さんに最も大切な質問があります。それはこの「いのちのパン」をあなたは食べますか？ということ です。私たちの心を満ち、私たちに永遠のいのちを与えてくださる「いのちのパン」をあなたはただじっと見ているだけでいいのですか？ひとりひとりがこの質問に答えなければならないのです。イスラエルの人々は、「この永遠のいのちに至る食物のために働きなさい」とイエス様から言われた時、ヨハネ6：28で「……何をすべきでしょうか。」と問い返しています。ヨハネ6：29で「イエスは答えて言われた。あなたがたが、神が遣わした者を信じること、それが神のわざです。」と答えられました。

神が人々に求めておられるただ一つの応答は、神が遣わした者——主イエス・キリストを信じることだけです。使徒4：12に「この方以外には、だれによっても救いはありません。天の下でこの御名のほかに、私たちが救われるべき名は人に与えられていないからです。」と書かれています。

さて、皆さん、信じるとはどういうことでしょうか？信じるとは、主イエス・キリストのなされたわざを受け入れ、イエス・キリストに信頼し、イエス・キリストに従って生きることです。イエス・キリストとともに生きることです。パウロは、ガラテヤ2：20で「私はキリストとともに十字架につけられました。もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。いま私が肉にあって生きているのは、私を愛し私のためにご自身をお捨てになった神の御子を信じる信仰によっているのです。」と述べています。イエス様は「わたしはいのちのパンです」と言われました。聖書からイエス様の応答に答えたい人物を見たいと思います。

#### ◎ ふたりの人物の応答

① マタイ19：16-22の富める青年

マタイ19：16-22

「:16 すると、ひとりの人がイエスのもとに来て言った。「先生。永遠のいのちを得るためには、どんな良いことをしたらよいのでしょうか。」 :17 イエスは彼に言われた。「なぜ、良いことについて、わたしに尋ねるのですか。良い方は、ひとりだけです。もし、いのちに入りたいと思うなら、戒めを守りなさい。」 :18 彼は「どの戒めですか」と言った。そこで、イエスは言われた。「殺してはならない。姦淫してはならない。盗んではならない。偽証をしてはならない。」 :19 父と母を敬え。あなたの隣人をあなた自身のように愛せよ。」 :20 この青年はイエスに言った。「そのようなことはみな、守っております。何がまだ欠けているのでしょうか。」 :21 イエスは彼に言われた。「もし、あなたが完全になりたいなら、帰って、あなたの持ち物売り払って貧しい人たちに与えなさい。そうすれば、あなたは天に宝を積むこととなります。そのうえで、わたしについて来なさい。」 :22 ところが、青年はこのことばを聞くと、悲しんで去って行った。この人は多くの財産を持っていたからである。」

この富める青年は、あるものを求めてイエス様のもとに来ました。この青年のうちには、熱心さがありました。そして、16節に書かれているように「永遠のいのちを得るためには、どんな良いことをしたらよいのでしょうか。」と尋ねています。この青年が求めていたものは、永遠のいのちでした。それをお聞きになったイエス様は、21節でこのように答えています。「もし、あなたが完全になりたいなら、帰って、あなたの持ち物売り払って貧しい人たちに与えなさい。そうすれば、あなたは天に宝を積むこととなります。そのうえで、わたしについて来なさい。」と。イエス様は、今この青年が一番大切にしている財産を手放しなさいと言われたのです。それに対するこの青年の応答は、22節に「ところが、青年はこのことばを聞くと、悲しんで去って行った。この人は多くの財産を持っていたからである。」とあります。

#### マッカーサー先生の注解

「彼がいのちを得ずに去ったのは、この世で彼自身が最も愛していたものを捨てて、キストを主としてすべてを委ねる決心をしなかったからなのです。」

この富める青年は、永遠のいのちを得たいと思ってイエス様のもとに来ましたが、永遠のいのちを得ることはできませんでした。

#### ② ルカ19：1-10の取税人ザアカイ

もうひとりの人物はルカの19章に書かれているザアカイです。

##### ルカ19：1-10

「:1 それからイエスは、エリコに入って、町をお通りになった。:2 ここには、ザアカイという人がいたが、彼は取税人のかしらで、金持ちであった。:3 彼は、イエスがどんな方か見ようとしたが、背が低かったので、群衆のために見ることができなかった。:4 それで、イエスを見るために、前方に走り出て、いちじく桑の木に登った。ちょうどイエスがそこを通り過ぎようとしておられたからである。:5 イエスは、ちょうどそこに来られて、上を見上げて彼に言われた。「ザアカイ。急いで降りて来なさい。きょうは、あなたの家に泊まることにしてあるから。」 :6 ザアカイは、急いで降りて来て、そして大喜びでイエスを迎えた。:7 これを見て、みなは、「あの方は罪人のところに行って客となられた」と言ってつぶやいた。:8 ところがザアカイは立って、主に言った。「主よ。ご覧ください。私の財産の半分を貧しい人たちに施します。また、だれからでも、私がだまし取った物は、四倍にして返します。」 :9 イエスは、彼に言われた。「きょう、救いがこの家に来ました。この人もアブラハムの子なのですから。:10 人の子は、失われた人を捜して救うために来たのです。」

当時、同胞のイスラエルの人々に最も嫌われていた取税人ザアカイ、彼はどうだったのでしょうか？ザアカイの心の中にもイエス様に会いたいという熱心さがありました。4節には「それで、イエスを見るために、前方に走り出て、いちじく桑の木に登った。」とあります。イエス様は、ザアカイに目を留めて声をかけられました。ザアカイの反応は、「大喜びでイエスを迎えた」とあります。そして、8節には、ザアカイが最も大切にしていた自分の財産また富を手放す決心をした様子が記されています。イエス様は、ザアカイの心をすべてご存じでしたから、ザアカイの本心から出た行為を喜ばれたのです。そのイエス

様のことばが9節に「きょう、救いがこの家に来ました。この人もアブラハムの子なのですから。」と書かれています。

### **マッカーサー先生の注解**

「救いはザアカイが財産を捨てたから与えられたものではありません。彼が真のアブラハムの子になったから、つまり信じる者になったからです。彼は行いによってではなく、信仰によって救われました。しかし、行いは彼の信仰が本物であるという重要な証拠だったのです。」

ザアカイは、永遠のいのちを得たのです。私たち人間の神に対する正しい応答は、「いのちのパン」を手に取り、「いのちのパン」である主イエス・キリストを私たちのうちに取り入れることです。それは、「いのちのパン」である主イエス・キリストを信じ受け入れ、主イエス・キリストに従うことです。まだ「いのちのパン」をただじっと見ておられる方にお勧めします。ぜひ、あなたの前にある「いのちのパン」をいただいでください。あなたのうちに「いのちのパン」を取り入れてください。また、「いのちのパン」をすでにいただいている皆さん、このパンを味わっていますか？しっかりと味わってください。

「いのちのパン」は皆さんに生きる喜びと生きる力を与えてくださいます。そしてこの「いのちのパン」だけが皆さんの成長の糧なのです。ヘブル書の著者は、ヘブル12：2で「信仰の創始者であり、完成者であるイエスから目を離さないでいなさい。」と述べています。皆さん、イエス様から目を離さないでいましょう。

最後にヨハネ20：31のみことばを読んで、きょうのメッセージを終わりたいと思います。

### **ヨハネ20：31**

「しかし、これらのことが書かれたのは、イエスが神の子キリストであることを、あなたがたが信じるため、また、あなたがたが信じて、イエスの御名によっていのちを得るためである。」