

2022年7月26日発行

22-30号

（http://www.jremnant.com/）

現場から（最近のニュースから）

**自信をもって**

　夏休みの季節になりました。ずっと家にいる子どもたちに、学校では体験できないことを体験させてあげたいと思う親も多いのではないでしょうか。また、子どもたちに、もっと自信をもって、休みの間にいろいろなことに挑戦してほしいと思う方もおられるでしょう。では、自信とはなんでしょうか。小学生新聞に出ていた記事です。

　自信とは「自分は○○ができる」とか「自分には、いいところがある」と思えることだと、小学生新聞の記事では紹介してありました。そして、自信がいっぱいあると、堂々としていられるし、やりたいことを思いきりやることができるから楽しくなる、いいことがいっぱいあるということです。そこで、自信をつけるためのトレーニングとして、まず、子どもたちが自分について考えるように「得意なことはなにか」「なにをしているとき、わくわくするのか」など、質問をしてありました。それによって、自分を見つめることができるきっかけを与えるということです。

また、親には、「自己肯定感」というのは、自分がすごいとか、なんでもできると思うことではなく、「自分の良いところも悪いところも、受け入れる」という感覚だと言われます。幼児期は「自分なら何でもできる」 という万能感が高いので、どんどん自己肯定感は伸びていくのですが、国内外の調査では、10歳前後をピークに自己肯定感は下がっていくそうです。特に、諸外国に比べて、日本の青少年の自己肯定感は極端に低いことが問題になっているそうです。そこで子どものときに、自己肯定感を伸ばしてピークを高くしておくことが大切だと言われています。そのようにして、自己肯定感を高くしておくと、困難なことや新しい体験であっても「やればできる」と乗り越えようとするということです。失敗しても失敗から学ぼうとするので、挑戦して経験を増やし、さらに自信をつけていくようになると言われています。（7月20日朝日小学生新聞デジタルプラス＜【新連載】自信って何だろう？＞から）

自分の良いところ、悪いところを「自分で」受け入れて、自分を肯定して生きていくことは、簡単ではありません。また、それをしているからといって、ほんとうに最後まで限界なく、突き進む人生になるかは、わかりません。そして、ほんとうに限界なく、最後まで突き進むことが、成功の人生だとも言えないのです。そういう事実を知らずに、多くの人は、自分をありのまま認めるのが良いと思っていて、それを小さいころからトレーニングしようとします。しかし、自分を自分で認めるので、基準があいまいです。自分を自分で認めるのではなく、絶対に変わらない基準をもって、自分の存在を見ることができれば、自分は揺れるときがあっても、その基準は変わらないのでまったく関係なく判断できます。そのような「絶対に変わらない基準で自分という存在を見る」そのとき、自信ではなく「確信」のある人生になります。そのことについて、いっしょに見てみませんか。

救いの道

だれでも幸せになって、うまくいきたいのに、なぜ人生がこんなにも苦しくてつらいのでしょうか。

予期せぬ事故にあい、やることなすこと、すべてうまくいかず、会社ではやりがいどころか、仕事と人に疲れるばかりです。学校は、もはやいじめの天国になりつつあります。家庭内は冷たい風が吹き、一つ屋根の下でばらばらになり、実際に崩壊しているところも少なくありません。そのうち体は病気になり、心も病んでしまい、眠れない夜が続きます。お酒や薬に頼り、ギャンブルや快楽に走ってみても答えはありません。わらにもすがる思いで占いをして、おふだやお守りをつけてみますが、解けそうにもなく、どんどんひどくなるだけです。

ときには、表では他人がうらやむほどの成功をおさめたのに、裏は穴が開いてもれていくし、隠れた問題でなげき、ため息をつきながら人生のむなしさを感じています。胸にはぽっかりと穴が開いて、埋められません。とても憂うつになって、時々、自殺の衝動にかられます。幻聴や幻覚に悩まされるときもあります。

なぜこうなったのでしょうか。

それは、人が神様を離れているからです。魚が水を離れ、木は土から根を放り出すと枯れて苦しみ死んでいきます。人は神様に会って神様とともにいるべきたましいを持つ存在です(創世記1:27)。ですから、神様と出会う時、すべての問題が解決され、新しい人生が始まります。しかし、人は罪を犯して神様を離れてしまい、二度と神様に会うことができなくなりました。そのときから、目には見えない暗やみの力が、人を運命の力に閉じ込めて、苦しめて滅ぼしているのです。それで、どんなに暴れても抜け出すことができません。どんどん疲れはてて倒れるだけなのです。

神様は苦しみの中にいる人を愛し、この運命の泥沼から抜け出して、神様に出会うことができる道を開いてくださいました。その道がイエス･キリストです。イエス･キリストが罪人の私たちの身代わりとなって、十字架を背負い、すべての罪を赦してくださり(ローマ5:8)、私たちを苦しめていた暗やみと呪いの勢力を完全に打ち砕いて勝利なさいました(Ⅰヨハネ3:8)。そして言われます。「わたしは道であり真理であり、いのちなのです。わたしを通してでなければ、だれ一人として神に会うことはできません」(ヨハネ14:6)イエス･キリストは神様に会う道となりました。「疲れて重荷を負っている人はわたしのところへ来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげます」(マタイ11:28)と私たちを招いておられます。

もうこれ以上、苦しみの人生にとどまっている理由はありません。道であるイエス･キリストを信じることで、神様に会うことができます。「まことに、まことに、あなたがたに告げます。わたしのことばを聞いて、わたしを遣わした方を信じる者は、永遠のいのちを持ち、さばきに会うことがなく、死からいのちに移っているのです」「この方を受け入れた人々、すなわち、その名を信じた人々には、神の子どもとされる特権をお与えになった」だれでもイエス･キリストを救い主として信じ、心に迎え入れれば救われます。下の「受け入れのお祈り」を通してイエス・キリストを心に迎えることができます。

「愛の神様、神様の驚くべき愛と、救いの計画を感謝します。今、私は罪人であることを

認めて、悔い改めます。私の心の扉を開いて、今、イエス・キリストを私の救い主、私の

神様として受け入れます。私の罪を赦してくださり、私を救ってくださったことを感謝

いたします。これからは、神様のみこころに従って生きる者にしてください。イエス・

キリストの御名によってお祈りします。アーメン」

相談のある方は、いつでも連絡ください