

2022年8月16日発行

22-33号

（http://www.jremnant.com/）

現場から（最近のニュースから）

**幸せについての誤解**

自分がどれくらい幸せか感じるのは、周りの人の状態次第だという記事がありました。その記事によると、2021年の春に、ある調査で高齢のイギリス人に身体の健康に関する質問をしたところ、「健康状態は良好だ」と答えた人の割合が、前年より上がっていたということです。実際には、2020年のコロナパンデミックにより、高齢のイギリス人の健康状態が改善している要因はなかったそうです。では、なぜ、良くなったと感じる人が多かったのか、それは、毎日のように病気や苦難のニュースを聞かされるうちに、「良い健康状態」の基準が変わったからではないかということです。集中治療室や遺体安置所に人が溢れ返っているというニュースが日々報道される中、腰痛や頭痛や膝の痛みといった症状を大した問題だとは思わなくなったのだろうということです。私たちは起きていることを客観的に分析しているわけではなく、自分の期待と経験によって比較するよう、神経生物学的に厳密にプログラミングされているのだということです。「人間は合理的な生き物で、常に少ないよりも多いほうを好む」と言われるそうですが、実際には、私たちは「隣の人より多い」のを好むのだと、記事では指摘しています。つまり、自分がどのくらい幸せかは、周りの人の状態によるということです。

脳は身体の内外の情報に基づいて、常に私たちの感情の状態を変えていくので、幸せを追い求めるのはやめたほうがよいと記事では言われます。幸せの感情は消えていくものだからだそうです。毎日、あらゆる情報によって「私たちは幸せになれるし、ならなければないけない」と思わされ、「毎日最高の気分でなければだめだ」という気がするようになっているということです。とても幸せそうな人や情景の情報を見せられると、そのような幸せが手に入ることを期待します。しかし、実はそのような「幸せのイメージ」は非現実的であり、手に入ることはたいてい無理なので、結局はそのイメージどおりにならず、不幸せを感じるということです。これは、実験でも証明されているそうです。また、幸せとは常に幸福を感じることだというのは誤解だと気づこうと言われます。最後に、建設的な幸せの定義とは、自分がなにが得意で、それによってどのように自分や他人に仕えるかを理解することだと記事では語られています。（８月14日文春オンライン<「幸せを追い求めるのはやめたほうがいい」世界幸福度ランキング上位国・スウェーデンの精神科医が説く現代社会の“不幸な誤解”>より）

実際に実現しない幸せ像を追いかけ、周りの人との比較で幸せの感情を得ようとするのは、たしかに愚かなことでしょう。しかし、自分が得意なことを見つけ、自分や他の人に仕えるのは、簡単なことではありません。ただ、私たちひとりひとりが、自分が生きている意味を知るなら、その影響が周りにも及ぶようになります。どうしたら、自分の存在の意味を知ることができるのでしょうか。あなたがあなたである理由、それについていっしょに考えてみませんか。

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