



現場から（最近のニュースから）

## 不安の正体



1927年7月24日に、作家の芥川龍之介が自分の将来に対する「ぼんやりした不安」のため、35歳で自死しました。今の時代、誰もが不安を感じているのですが、多くの人にとっては漠然とした不安なのではないかと問いかけている記事がありました。目白ユング派心理療法室 Libra を主宰する山根久美子氏の新刊『自分を再生させるためのユング心理学入門』を一部抜粋したものです。

山根氏によると、不安というのは、ときどき表面化するけれど、普段は奥底に置いているもので、距離を取ったり、忘れていたりしてやりすごすことができるレベルのところにあるのだということです。ところが、その不安がものすごくクリアで鮮明な形になって、人生に立ち現れてくるときがあるということです。不安になることを「不安に襲われる」「不安に駆られる」という言い方をし、動詞の未然形に「れる」という受け身の助動詞がついた表現になっているのを見ても、不安というものが元来コントロールできないもので、私たちが起こすのではなく、不安のほうから私たちのところへやって来ることをよく表しているのだと言われています。

その不安について、山根氏はユング心理学から考えたということで、ユング心理学についてなど紹介が記事にはありましたが、ここでは省きます。ユングは、多くの人にとって不安が顕著に現れるようになる時期は、36歳くらいだと言っているようで、芥川龍之介はちょうどそのころ（35歳）で亡くなっていて、ユングもそのころに精神的な危機を経験しているということです。ただ、山根氏は、不安になる時期は、人によってさまざまで、時期はそれぞれの人によってまちまちであること言っています、しかし、人生において不安が顕在化するときはいつか必ず来るのではないかと言っています。そして、その不安が顕在化するようなできごとがあるときこそ、立ち止まることができ、そこには変化へのチャンスが生まれるというユングの考えを書いています。（7月7日東洋経済ONLINE<「不安を感じる人」の心がずっと楽になる考え方-ユング心理学で考える失敗に対する向き合い方>より）

すべての人が、ほんとうは内に不安を抱えています。その不安のゆえに、人々は考え、努力して、なんとかしようとしてきました。ただ、その努力や熱心が不安を解消しているかというと、そうではなく、ただ不安を内側に押し込んで、上から見えないようにしているだけだというのが事実です。その不安の正体を明らかにして、解決しようとしても、人間にはできません。それゆえ、覆い隠して、見ないようにすることしかできないのです。その不安の正体は、自分で考えたり、工夫したりしても、人に相談しても、絶対に分かりません。その正体を見つけ、その解決を正確に知るにはどうしたら良いのでしょうか。その不安の正体を見ることについて、あなたにお知らせしたいことがあるのです。



## 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るし、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、ギャンブルや快樂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、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。胸にはぼ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い(ローマ5:8)、私たちに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(1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い、私を救ってください。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