



現場から（最近のニュースから）

## いやな思い出



8月になりました。子どもたちは長い夏休みの真っ最中です。夏休みに入る前には、ワクワクしながらスケジュールを作り、できるだけ早めに宿題をして、いつもはできないこともして…と予定を組んでいても、あっという間に時間が過ぎて、結局、スケジュールどおりにはならず最後に宿題の山に追われた経験のある人も多いでしょう。そのような思い出だけではなく、暑い日になにかいやな経験をしたら、暑くなるとその気分だけ思い出すこともあるかもしれません。そのように繰り返しいやな気分を思い出すことから出るにはどうしたら良いのでしょうか。「過去の経験を変えることはできませんが、その意味付けを変えることはできます。それだけで人は変わることができるのです」とアドラー心理学から教えている記事がありました。

アドラーが言うのは「いかなる経験も、それ自体では成功の原因でも失敗の原因でもない」ということです。過去につらい経験をしたとしても、その結果の未来は、人によって違い、同じ経験をしたから同じ未来が来るのではないということです。そして、未来は自らの選択次第で変えることができると言われていています。例として、カレーチェーン店「CoCo 壱番屋」の創業者・宗次徳二さんのことが書いてありましたが、一般的に見ると、非常に不幸な子ども時代を送った宗次さんは、そのことを「朝から晩まで汗を流して働くことに何の抵抗もない人間に育ててくれた」という感謝に変えて、努力したということです。見方ひとつで、このように変わるといことです。アドラーの心理学の特徴は「過去」ではなく、これから訪れる「未来」に目を向けるところにあるということです。精神科医やカウンセラーの中には、いまの苦しみの原因を過去から見て、「その過去ゆえに苦しいので、あなたのせいではない」と言う人もいるそうです。しかし、アドラーは、そのように過去に目を向けて、自分に責任がないと分かることで気持ちは楽になるかもしれませんが、目の前にある課題が解決したわけではないと言っているそうです。そして、今をより良いものに変えていくためには、「今の自分」を変えていく他ないと言っているということです。アドラーはどんな人に対しても、「未来は変えられる」「自分の意志で変わることができる」ということを強調しているのだということです。「進歩を目指して努力する方が、過去の楽園を探すよりもいいことだ。」というのがアドラーのことばです。（7月28日 ZUUonline<どんな人でも未来は変えられる——そのためにやるべきこと>より）

失敗したことや、いやなことで落ち込んでいるのではなく、見方を変えて、自分の未来のために考えるように考え挑戦していくことを言っているのでしょう。ただ、それは実際には、とても難しいことです。そんなに簡単にできないから、悩んで、苦しむのだと言われるでしょう。しかし、そのいやな過去がなければ分からなかったこと、それが益になる道があります。自分で努力して変えるのではなく、過去も今も未来もすべて解決する道があるのです。その道について、あなたにお知らせしたいのです。



## 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