

ハッピー通信



2024年9月3日発行
24-36号
(<http://www.jremnant.com/>)

現場から（最近のニュースから）

人間関係解決



昔も今も、人が悩む原因には「人間関係」が多いのではないでしょうか。そして、そのような問題を無くすために、さまざまな研究がされてきました。2013年に刊行された、アドラー心理学の入門書「嫌われる勇気」は、多くの人に影響を及ぼしています。その中から、哲学者の古賀史健氏、岸見一郎氏が解説している記事がありました。少しだけピックアップします。

アドラーは、子育てや教育に熱心な心理学者でした。そして、彼は「ほめてはいけないし、叱ってもいけない」と言っているそうです。叱らないというのは、理解できるでしょうが、なぜほめてはいけないのでしょうか。それは、じつは誰かが誰かをほめる、という行為の背後には、暗黙的な上下関係が隠されているからだということです。上司が部下をほめる、先生が生徒をほめる、親が子をほめるというように。アドラーはこうした上下の関係を認めず、誰とでも「横の関係」を構築するよう、推奨しているということです。対等な「横の関係」であれば、ほめることも叱ることもなくなるはずだということです。

また、課題の分離をアドラーは言っているということです。アドラーは、「対人関係の中に問題が生じたとき、まずは『これは誰の課題なのか？』と考える。そしてそれが他者の課題であれば、介入しない。自分の課題であれば、他者を介入させない。」と言っているそうです。対人関係のトラブルは、およそ「他者の課題に介入」したときに発生するものだということです。そして「誰の課題なのか？」を見極めるポイントは、「その選択によってもたらされる結果を最終的に引き受けるのは誰なのか？」を考えることだということです。また、「課題の分離」とリンクしていることとして、「承認欲求」を持たないことを言っているということです。人間社会は「私はあなたの考えを認めます。だから私の考えも認めてほしい」という相互承認によって成り立っていると言われます。しかし、承認欲求が行き過ぎると、他者からの承認を得ようとするあまり「自分の人生」を生きず、「他者の人生」を生きることになってしまいます。（9月1日 DIAMONDonline <【300万部突破ベストセラーの教え】アドラー心理学が説く衝撃の教え「課題の分離」とは何か?>より）

たしかに、上下ではなく、横の関係だと思い、その人も私も客観的に見て、その人がそうであっても、私とは関係ないという立場に立てば、葛藤する問題は減るでしょう。また、他の人が認めなくとも、自分の人生と、その人が認めてくれることは関係ないので、かまわないと見ることができるなら、人のことばに苦しむことも減るでしょう。しかし、そのようにすることは、とても難しいというのが事実です。また、できたとしても、ほんとうに人間関係で苦しむことはないのでしょうか。

人は自分は正しく、他の人は間違っているという自分の世界をそれぞれが持っているように思います。自分の世界と通じる人と仲良くなるので、その人々がいっしょになって自分たちが正しいと、他の人を攻撃するようになるのではないかでしょうか。その自分の世界があることに気づかない、どんなに横との関係を良くして、客観的に見ても、どこかでぶつかります。人間関係を解決するよりも前に、人間がどんな存在で、なぜ自分の世界を持っているのか、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しができません。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い(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碎いて勝利なさいました(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い、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