

ハッピー通信



2024年12月24日発行
24-52号

現場から（最近のニュースから）

消えない喜び



いよいよ2024年が数日で終わります。どんな年だったでしょうか。地震で始まり、たくさんの災害があり、戦争も続く中、人々はますます苦しくなっていくように見えます。自分自身を見ても、喜びがあっても、つかの間で、苦しいことのほうが多かったかもしれません。結局、人生には喜びはないのかと人生のむなしさを感じて、暗い思いにとらわれるかもしれません。「自分は何も持っていない」「いつも他人を妬んでしまう」「毎日がつまらない」——そんなやり場のない鬱屈した思い、感情に寄り添ってくれる本『ぼくにはなにもない 愛蔵版』の著者、斎藤真行氏の「ネガティブな気持ちを解消する方法」を紹介した記事がありました。

人生には、得ることと失うことが表裏一体となっていることが数多くあると言われます。この二つは切り離せない関係にあり、私たちは何かを得ると同時に何かを失い、何かを失うことでも新しい何かを得ているのだということです。このプロセスをどのように受け入れ、そこから喜びを見つけるかが、幸せな歩みを形作る鍵だと斎藤氏は言われます。

「たとえば」と例がありましたら、斎藤氏が学生の頃に友人たちとインスタントコーヒーや缶コーヒーを飲んで談笑した記憶があり、そのときのコーヒーのおいしさは、社会人になって喫茶店で高級なコーヒーを飲めるようになっても、味わうことができないということです。つまり、「失ったもの」だということです。そのように失ったことを嘆くのではなく、今の自分が得ている新しい喜びにも目を向くということです。今、斎藤氏は自分の身体を「一人の友人」として考え、その友人と交流し、切磋琢磨をするという発想を持つことで、新しい喜びを見つけています。その一つとして、屋外で運動しながら日光を浴びることによって、遠い昔に戻るような、事務的なことに取り囲まれている現代の忙しい日常の中では忘れられがちな、人間としての生存本能に触れるような時間を持って、喜びを見つけています。そのようにして、仲間と飲んだコーヒーの喜びは薄れてしまったけれど、太陽のもとでの運動という形の幸福を得ていると言われます。

過去の失われた喜びに執着するばかりでなく、現在、得ているものに目を向けることで、失うことによって得たものはなんであるのか、見つけることができるということです。失いながら受け取っていくのが私たちの生き様で、この両面をしっかりと受けとめてバランスを保つことが大切だと言われています。（12月17日 DIAMONDonline<【人生の謎】失ったものが教えてくれる、本当の幸せの見つけ方とは?>より）

仲間と過ごした喜びは何にも代えがたいものでしょう。ただし、それはいつまでもあるものではなく、消えて行くものです。そこで、いまもなにか小さな喜びがあるはずだから、受け取っていることに目を向けていこうということでしょうか。たしかに、いまの喜びを見つけることは、大切です。しかし、いまのその喜びも、いつか消えることなので、失いながら受け取ると言われるのでしょうか。実は、「消えない喜び」があるのです。それを見つけることができれば、ネガティブになったとしても、立ち直ることができます。「消えない喜び」を見つけて新しい年を迎えませんか。



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ます。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。

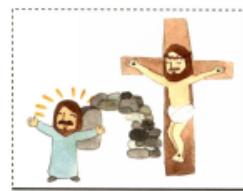
なぜこうなったのでしょうか。



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」