

ハッピー通信



2025年9月16日発行
25-38号

現場から（最近のニュースから）

根本的な解決



テレビでもおなじみの脳科学者・中野信子さんは、「週刊文春WOMAN」で6年間100人近い人の相談に乗ってきたそうです。そのような相談を元にして、脳科学の観点から人生相談に答えた『悩脳（のうのう）と生きる』という本を出版されたのですが、その本の中から抜粋した記事がありました。

「話を始めると止まらない」という人の相談に、それは言語運用能力が高いということだと言われ、脳科学的に説明されます。「側頭葉に上側頭溝（じょうそくとうこう／STS：Superior temporal sulcus）という場所があつて、そこが空気を読んだり、文章を構成したりしています。このSTSをコンピュータでボリュームメトリー（容積計測）すると女性のほうが若干大きい。ですから言語運用能力は女性のほうが高いと考えられるんです。きっと紫式部さんや清少納言さん、和泉式部さんのSTSも大きかったのではないか」と、その相談者は雑誌の編集長をされていたので、実は、優れた能力を活かしているということを言われます。

「嘘をついてしまう」という人の相談には、人は初対面の人と話すとき、10分に3回嘘をつくと言われ、脳の実験から人間は高度の虚構を構築する才能があること、嘘は「良くないこと」ではなく、虚構を作る能力は大事な生存戦略の一部だと言われます。そして、相談者の嘘は人を楽しませる虚構を作る能力の高さがあると思えるので、その適性を生かして作家や脚本家などの創作活動をするように勧めています。

その他、「不安を感じる」という人には、不安とは、セロトニンという感情や気分を安定させる脳内物質が、セロトニントランスポーターというタンパク質に取り込まれ、再び分泌されるということですが、セロトニントランスポーターの数は人によって違い、少ないタイプの人は不安を感じやすいことがわかっていて、日本人にはこのタイプが多いと言われます。それは日本は災害が多いから、不安をいち早く感じることで災害に備えることができるので、不安傾向の高い人たちだけが選択的に生き延びた結果、慎重で堅実な人たちがたくさんいる日本という国が次第に形成されていったのだろうと言われます。それゆえ、不安を感じる生き方をやめようとするのではなく、備えをする卓越した能力があると考えれば良いということです。（9月10日文春オンライン『悩脳と生きる 脳科学で答える人生相談』より）

人の話を聞き、「抱きしめる」ことを言われるだけあって、すべての人について脳科学から「それは悪いことではない」と答えているので、聞く人は励まされるでしょう。そのままの自分でOKだと、まず自分を認めて、その自分の特性を生かしていくことは、とても良いことです。しかし、実際には、それぞれの人の悩みは「悩みではない」となっているだけです。なぜ「話をし続けるのか」「嘘をついてしまうのか」「不安を感じるのか」について、根本的なことを知らず、その根本的なことを解決していないなら、ほんとうには解決しているとは言えないのではないでしょう。根本から自分を新しくしてこそ、その悩みが悩みではないことが分かります。脳科学ではなく、もっと深いところからの根本的な解決について、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」