

ハッピー通信



2025年10月7日発行
25-41号

現場から（最近のニュースから）

崩れない土台



『ハリー・ポッター』シリーズでハーマイオニーを演じ、世界的に知られているエマ・ワトソンさんですが、2019年に映画に出てから、6年間、演技の舞台に立つことがないそうです。その理由を本人が語った記事がありました。

エマ・ワトソンさんは、演技を離れてから、今がいちばん幸せで健康だと言っているそうです。「俳優というのは、自分を複数の人格に分けてしまう傾向があると思うんです。演じる役柄だけの話ではありません。公的なイメージを背負いながら、自分を飾り続ける重荷があります。それは膨大なエネルギーを消耗するものだった」ということです。複数の人格を手放して、余白が生まれ、自分らしくいられるようになったということです。また、カメラの前で演じるために「シーンについて話し合ったり、自分がどう演じたいかを準備して考える時間……そして、カメラが回り始めた瞬間、世界のぜんぶを忘れて、その一瞬だけに没頭できる。それは、強烈な瞑想のようなものでした。ほかのことを一切考えられない解放感が今でも心から恋しく思います。でも、プレッシャーは恋しくありません」と言っています。そして、ずっとがんばりすぎて、自分の人生が崩れてしまったということで、しっかりした土台を作っていないと、ある種の狂気のようなものにおちいるということです。“空白”が怖くてパニックみたいな状態になって、次から次へとプロジェクトに飛びついでしまい、自分の人生にリズムがないことに気づくのだということです。俳優業を離れたときは、怖くて、不安だったそうですが、正しい選択をしたと満足しているということです。いまは新しいことに取り組んでいると言われていました。（9月29日BuzzFeed＜「あれは魂が削られる」エマ・ワトソン、俳優業から離れた理由とは…＞から）

有名な女優になろうとがんばっても、なれない人々が多いのですが、その中で成功したと言える人が、実は人生が崩れてしまったと気づき、不安の中で俳優業を手放し、新しく始めようとしているということです。

エマ・ワトソンさんだけではありません。あなたも、人々の前で必死になってがんばって、自分でない自分を社会や人々の前で演じ続け、飾り続けていて、自分を失って崩れたように思うことはないでしょうか。精神的にも強くなろうと集中する方法を見つけて、それなりの成果が出るかもしれません。その成果を保つために走り続け、集中しようと探求し続けて、うまくいっているように思えるかもしれません。しかし、ふと、自分の心の底にある不安に気づくことはないでしょうか。不安だから走り続けていると、いつか、パニックみたいな状態になるでしょう。エマ・ワトソンさんは、しっかりした土台を作るためにすべてを手放したということです。ただ、新しく立った土台が、ほんとうに崩れないものでなければ、また、再び崩れてしまいます。絶対に崩れない土台に立って始めるには、どうしたら良いのでしょうか。そのことについて、あなたにお分かちしたいことがあります。



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(I 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」