

## 「恐れ、不安を取り除こう！！」 ～恐れと不安に生きていませんか？～

イザ41：1、6-16

あなたは、あるカマスの話を聞いたことがあるでしょうか。水槽の中に1匹のカマスを放し、餌の魚と一緒に入れます。普通そのカマスは餌を食べます。しかし、カマスと餌の間にガラス板を張り、カマスが餌を食べられない状況にしていると、たとえそのガラス板を取り除いてもカマスは、もうそのガラス板の先に行くことをしません。そしてたとえ目の前に餌がこようと、もうその餌を食べようとしなないという話です。あなたもこのカマスのように、悪い記憶から物事を判断し、きっとできない、また悪いことが起こるといふ思い込みをすることがないでしょうか。そのようなとき私たちはどうしたらよいかを神様は語られます。

私たちが経験したこと＝過去はどんなものでしょうか。よく「過去に縛られる」という言葉がありますが、この過去は良いものでしょうか、悪いものでしょうか。これは言葉から見て悪い記憶を指します。このように、ほとんどの人は過去＝失敗、悪い記憶を思い浮かべてしまいます。ある牧師がメッセージで「わたしたちが旅行に行ったときアルバムには楽しかった良い写真を収めるが、人生の記憶にはことさら嫌だったこと、悪い記憶を収めてしまう」と語られたことがあります。私たちは悪い記憶をなかなか消し去ることができません。悪い経験をしたらまた起こるかもしれないと恐れてしまうからです。そうすると、わたしたちはその経験が良いものとなればいいですが、悪いものだと過去に縛られ、二度とそのような経験はしたくないと思っても、そのことが起こるのではと願っていないが想定してしまうようになります。

もしあなたが今、将来に恐れや不安を感じているなら、それはあなたの過去の記憶があなたの心を支配しているといえます。新しいことをする時、過去の記憶があなたに語りかけ、こんなことがあったからこれからはもうそうなるよと不安にさせるのです。そうすると結果、新しいことをするのが嫌になったり、するまでに非常なほど心配したりするようになります。『心配の99%は起こらない』といわれています。しかし残りの1%で、「もしかするとそれが起こるかもしれない。失敗するかもしれない・・・」と不安の中で行動してしまうのです。しかしそんな気持ちで行動した結果が良いことになるあなたは思いますか？聖書ではそのたった1%に対して、からし種の信仰（マタ：17：20）を持ってといっています。あなたが信じたいと願うことが大事なのです。そうすれば神様はあなたの願いを叶えてくださいます。そして、からし種ほどの信仰から次のことを信じられ、いつの日か信仰深い人、強い人となるのです。そしてそれを教えてくれるのが牧師や先生と呼ばれる人です。その人たちは皆さんとなんら変わりはありません。ただ先に神様から訓練され人に伝える役割を与えられている「先の生徒」なのです。そして神様は同じように皆さんに対しても神の弟子になりなさいと言われていました。イエス様を信じ、イエス様の歩んだ道を後からついて行きましょう。そうすればある時、うまくいくことに気づきます。そのことをあなたの隣人に伝えることが大切なのです。前述のえさが食べられなくなったカマスも同じです。このカマスはこのままだと餓死してしまいます。しかしここに餌を食べるカマスを一緒に入れたらどうなるでしょう。なんとこのカマスは再び餌を食べることができるようになるのです。仲間が餌を食べる姿を見て「自分も食べられるんだ」と知り、今までのできないと思っていた過去の記憶を新たにすることができるのです。

教会がある理由もこれです。初めて教会へ来たとき、私たちの中に誰からも学ばず、一人で神様を信じたという人は誰もいません。イエス様が十字架にかかれて今日まで、誰かが私たちに伝え続けてくれたのです。神様はこの人に会わなければ救われられないという人を必ず用意し、出会わせてくれて、その人から愛を教えられ、カマスのように食べられる＝「できるよ」ということをあなたに伝えてくれるのです。

ですからあなたは恐なくていいのです。不安にならなくていいのです。神様は必ずあなたを幸せにするからです。恐れと不安を中心に生きている人はすべてのことをその恐れと不安から判断します。しかし神様はあなたの過去を土台にし、イエス様の十字架を通して、悪い過去（マイナス）をすべて新しいもの、良いもの（プラス）にしたのです。私たちは多く傷つき、苦しみに逢いました。しかしそんな私たちを神様は多く愛し、癒そうとしています。私たちは痛みがあるからこそその人の痛みが分かり、隣人に真実を持って語るができるのです。教会は宗教をするところではなく、あなたと神様との関係を築くところであって、あなたが良くなれば、良くなったよと伝えるところであり、元気のないときは寄り添うところです。ですから私たちは元気になって行く必要があります。

ヨハ14：26-28には十字架にかかって復活された朝、イエス様が語られたことが記述してあります。古い記憶しかない私たちは将来が不安で、これから起こることが未来（＝まだ見ていない先のこと）でしかありませんでした。しかし神様は私たちに、将来（＝必ず訪れるべきこと）を教えてくださいました。そして何が起こるかをそのことを保障するものが信仰です。ちょっと信じれば神様は教えてくださいました。あなたが不安になると「大丈夫」と言ってくださいます。しかしそのとき注意しないといけないことがあります。それは「え～」、「でも～」とささやく声です。私たちはその声を聞いて信じてしまいがちです。経験を元にあなたには無理だと言ってこの声に耳を傾けてはいけません。あきらめることを決断させ、あなたの責任を取ってくれない声にだまされてはいけません。神様はあなたに恐れるなどと言われますが、悪魔はなんとかしてあなたを不信仰にさせようとしています。しかし心配の99%は起こりません。なぜなら神様が私たちの前を進んでくださり、すべてのことを働かせて益としてくださるからです。あなたの過去に意味のないことは何一つありません。悲しかったこと傷ついたことを経験し、人の痛みが分かるようになるのです。そしてそのことを乗り越えることで神様が共にいてくださることが分かるのです。結果過ちを繰り返さない自分になるのです。いつまでも逃げていては、何も変わりません。ですから私たちがしなければいけないこと・・・

**1. 心の内に在る痛みを神様に！！** 詩篇139：23、24でダビデは祈っています。この前節で心のうちを神様に訴えています。きれいごとを祈る必要はありません。しかしいつまでも感情的でなく必ず冷静になって祈ることが大事です。ダビデも正しい道に帰してくださいと祈っています。あなたも心の痛みを神様に祈り伝えていきましょう。人ではなく、ありのままの心を神様にさらけ出しましょう。そして一時は感情的になるかもしれませんがその後、心を静めて祈りましょう。逃げずに向き合えば私たちは強いのです。なぜなら神様が共におられるからです。心の中の痛みは全て神様に打ち明けましょう。**2. 心の内に散らかる記憶を神様と整理！！** 古い土台の上に新しいものは建ちません。イエス様の十字架によって私たちの嫌な記憶をひとつひとつ整理できれば、その過去が赦されたこと、癒されたものとなったこと、そして神様に愛されていたことを知ることができます。そうすればその記憶は悪いものではなくなります。神様の前に出て、散らかった記憶を整理していきましょう。**3. 記憶から将来を見ない！！** 神様に見る！！ 私たちは先を歩んだ人から見たり聞いたりすることができます。また聖書からイエス様の歩まれた道を知ることができます。ダビデはなにをするにも神様を前において歩みました。そしてどんな困難に逢おうとも問題が問題でなくなるOK人生を送りました。私たちも同じです。神様を前に進めばあなたの人生は変わるのです。イザ43：18、19にもあるように神様は私たちに新しいことを起こそうとされています。それはあなたの過去がどんなに酷く目も当てられないものであっても関係ありません。神様にあなたの声を素直に伝え、癒されなければいけません。そうすればあなたの価値観は変わり、あなたは何をしても栄えるようになります。

人はしてはいけないことをしてことさらに尊んでしてしまう生き物で、自分が傷つけられれば人を傷つけたり、自分を責めて目の前のことから逃げてしまったり、人を愛せなくなったりします。しかし神様は私たちに将来と希望を見せるため、私たちに良いもので満たすために創造されました。あなたの喜びがわたしの喜び、と神様は言われています。今、古い記憶の支配から神様は新しくしようと働かれています。ですから不安・恐れをもたらす記憶を神様と整理し、神様の与えたすばらしい土台の上に歩む人となりましょう。（要約者：金光 瞳）