

「大切なこと」

～目に見えないものに心を！！

2 番目以降のものに注意！！～

箴言 16 : 1 ~ 9

私たちは、昔と比べると、豊かに暮らしています。豊かになると、すでに欲しいものを持っているのでそこそこ生きていけるのです。ですから努力して何かを得ようとしなくていいことが出来るので「できないこと」を探しがちです。しなければいけないことが分かっていても「でも○○だからなあ」などと出来ない理由を探してしまうのです。そのような生活を送っている中で、誰かからアドバイスをもらおうとプライドが傷ついてしまいます。自分の考えに対して指摘されるのです。神さまは多くの隣人を通して私たちに語ってくれます。それなのに、自分たちの「出来ない理由」を指摘されると、それが悪いことで隣人が言ってくれたことが正しいと分かっているのですが、プライドが傷ついて「あの人のせいだ！」と指さして相手を傷つけて自分を守る自己中心が働いてしまうのです。ですから、今日は、自分がどう生きて、自分の在り方を感情に負けないように、また、人のせいにする誤った人生にしないようにどうするか考えていきたいです。

■ 感情をコントロールできる人が、絶対にしなさい「16のコト」

一般論で多くの心理学者が言っている人々の言葉に影響を受けないで生きていくために「やってはいけないこと」の16のポイントがあります。1. **注目を集めようとする。**注目を集めたいと思う人は、誰かに必要とされたときだけ自分に価値があると思っている証拠。自分自身の価値に自信が持てないか、自尊心がない人です。2. **他人に言われたことに傷つく。**感情的な強さには回復力も必要です。この世は嫉妬に溢れています。付き合いをやめることが一番の解決方法ではありませんが、それは同時に一番難しいことでもあります。3. **いつまでも根に持つ。**根にもつのは、愛に固執しすぎている証拠。もし相手が誠実に謝っているようであれば、その人を許してあげましょう。もし相手が謝らなければ、その人と関わるのはやめましょう。根にもつている人と一緒にいるのは精神的なエネルギーを使い、百害あって一利なしです。4. **やりたいことをやらない。**心強い人は、自分のやりたいことをやります。自分の幸せを不適当と思う人のために歩を緩めたり、止まったりすることはありません。5. **ノーと言えない。**何でも「NO」が言えないような人は、本当に社会で必要とされるでしょうか？本当の友人と呼べる人でしょうか？しっかりと異論が言えて真剣に受けとめることが出来て初めて、人と人のあいだに信頼がうまれるのです。6. **自分の価値に疑いをもち、自分のことを愛し、理解している人は、自分を疑うことはありません。**7. **相手を威嚇する。**もしあなたが性格的に威嚇するタイプであれば、自信のなさを過度におぎなっているにすぎません。そういう症状に聞く薬もあるようです。8. **友達の数を気にする。**この世では多くの人が自分の道を見失い、友達が多いほど良いと考えてしまっています。最低な友人に、自分の幸せを壊されないようにしましょう。9. **愛することに臆病になる。**愛することを恐れるのは、自分自身への自信が足りない証拠。失恋すると決まったわけではありません。もしうまくいかなければ、それはあなたと恋人 2 人の問題なんですよ。もちろんあなたの性格が悪ければ、それはあなただけのせいですが。10. **ネガティブなキモチに支配される。**生きていると言うことはそれだけで、奇跡です。当たり前だと思ってしまうがちですが、もっと毎日を噛み締めて生きることができれば、明日に対して臆病に鳴ってしまうことはないでしょう。11. **常に全力で頑張る。**感情的に強い人は、ひっきりなしに行動したり楽しんでいたりしなければいけないと思いません。彼らはゆっくりと時間が過ぎる時間を大切にします。散歩や花の香りをかぐことでも幸せになれるということです。12. **幸せには決断が必要だということをお忘れなさい。**感情は肉体と精神どちらにも働くことを知ってれば、自分自身で感情をコントロールすることも可能です。幸せは待っていても何も始まりません。現実を捉え、その場で自己判断を下しながら人生をコントロールしていくことが出来る人ほど、幸せを実現しているのではないのでしょうか。13. **やりたいことをやる。**自分のしたくないことはすべきではありません。心強い人はそれを理解し、自分の「したいこと」に集中するためにどうすれば良いか考え、「しなくてはならないこと」を導き出し、結果自分のしたいことをできます。14. **とにかく「YES」と答える。**もし「ノー」と言えなければ、搾取されるだけでしょう。あなたの意見を聞く人はいなくなり、意見を言ってもそれを真剣に受け止めてくれる人はいなくなります。「ノー」と言うことは、あなたは他人にコントロールされない人だ、ということ周りに気付かせることでもあります。15. **お返しを忘れる。**心が強ければ、人生そのものと他人にもっと感謝するようになります。16. **空気を読みすぎる。**真のある人は自立しています。他人に合わせる必要性を感じません。どこかに属したいと思うのは「自分自身でいるのがこわい」と言っているようなものです。これはあくまで一般論なので、能力・現実主義になっているところもありますが、全て聖書の中に書かれていることです。私たちが感女王をコントロールできなくなる理由はこの16のポイントに当てはまると思います。感情は必要です。感情がなければ私たちは起きあがることも立ち上がることも出来ません。やる気にさせるのも感情です。ですからこの感情をコントロールして、自分を守るために人を指さし傷つける「感情的」にならないようにしなければいけません。

■ 大切なこと～目に見えないものに心を！！ 2 番目以降のものに注意！！～

大切なことは、賛美にもありますが「見ゆるところにやすすて 信仰によりて歩むべし 何もを見ず また聞かずとも 神の御約束に立ち」です。では「神の御約束」って？それは、私たちがこの地にあって喜び、そして栄え、祝福され、そして私たちの幸せを通して多くの人が幸せになることです。「使徒の働き」16章31節に、「主イエスを信じなさい。そうすれば、あなたもあなたの家族も救われます」とありますから、救われます。ですが、この地で私たちが通してです。私たち…どうでしょう？輝いていますか？神さまは私たちがちょっとだけ輝くように創られています。本当に輝いて欲しいのです。そのためには1番ならな

くてはいけません。しかし、いつも私たちは2番目のものに追いかけて覆いかぶせられて輝きを失っているのです。一番大事な目的を見失って2番目以降のどうでもいいことに目を向けてしまうから私たちは輝かないのです。その輝かない理由を私たちはプライドで守っているのです。

■ 1 ですから「なぜ？」が大事！！

人生で「なぜ？」がありますか？なぜ？は私たちの目的を再確認させてくれます。私たちがどうして今ここで生きるのかを教えてください。今日読んだ聖書箇所にも「人は心に計画を持つ。主はその舌に答えを下さる。人は自分の行いがごとく純粋だ」と思う。しかし主は人のたましいの値うちははかられる。とあります。私たちの行うことが自分の将来の目的に合っているのか、自分の存在理由を知らなければいけません。そのために「なぜ？」が必要なのです。渡辺和子さんが「おかれた場所で咲きなさい」と言われています。なぜ？自分がそこで働いている理由、両親から生まれた理由すべてに神さまの計画があります。私たちが選んでそこに行ったのではありません。良いことも悪いこともあったかもしれません。ヨハネ9：1～3で生まれつきの盲人に対しても、「神の栄光が現れるためである」とお答えになっています。過去の歩みは無駄ではありません。過去の悲しみ苦しみ痛みを栄光に変えてくださるためにイエスさまは十字架にかかられたのです。そのためには過自分の人生をしっかりと見つめて「なぜこうだったのか」を見て後悔ではなく、悔いて改めるのです。だから、3節「あなたのしようとすることを主にゆだねよ。そうすれば、あなたの計画はゆるがぬがよい。」です。神さまに祈って「なぜ？」のこたえを受け取って目的を明確にして、おかれた場所で神さまの栄光をあらわして、自分を通して隣人を幸せにしましょう。

■ 2 聞く耳を。プライドと自信。

聞く耳を持っていますか？そして、相手に言うばかりで行動していないことはいませんか？イエスさまはいつも「聞く耳のあるものは聞きなさい」と言われています。辞書で引いてみるとプライドとは自尊心、自負心、誇り。誇りいばる、大言を吐いていばる、名誉、自信。自尊=高ぶること、自ら尊大にかまえること、うぬぼれること、自ら自分を優秀なものと思ひこむこと。自負=自分の才能を頼み誇ること、うぬぼれ、自慢。と書かれています。これらを捨てるようにと言われていますが、本当にこの様なものですか？本当のプライドとは、神さまが「非常に良い」として創ってくださった自分を愛し、隣人を愛した、自分の生き方も愛し、自分を愛してくれる人の愛を知って自分の素晴らしさに気づくことです。これがあれば、人から何を言われても傷つく必要がなくなります。だからこそ相手が言ってしまうことやその理由を理解できて、相手に必要な言葉を語りあげることによって自分の存在価値が分かって、相手が変わることで自分の価値が分かり、そして相手が幸せになっていく…相乗効果なのです。プライドは必要です。でも自我…自分を守る罫になると人の言うことが聞けなくなってしまいます。これにプラスして教会に通う私たちは、相手が聞けるように知恵をもって語ります。どんなに正しいことでも相手が心を閉ざして受け入れられなければ北風と太陽の物語の北風です。エレミヤ書3：18・19に「もしあなたが彼に警告を与えず、悪者に悪の道から離れて生きのびるように語って、警告しないなら、その悪者は自分の不義のために死ぬ。そして、わたしは彼の血の責任をあなたに問う。もしあなたが悪者に警告を与えても、彼がその悪を悔い改めず、その悪の道から立ち返らないなら、彼は自分の不義のために死ななければならない。しかしあなたは自分のいのちを救うことになる。」とあります。だから私たちは正しいことはきちんと伝え、イエスさまがその人を愛していることを伝えなければいけません。でもその人が聞けるように心を耕してから伝えましょう

■ 3 苦しみに学ぶ。逃げるな！

私たちが人生で十杯をするのには意味があります。例えば、車で事故をする理由は？普段から乗り方が悪かったら事故を起こします。人に嫌われる理由は？普段、悪口ばかり言う人と仲良くしたいと思いませんか？私たちは失敗から学ぶなくてはなりません。失敗したならその原因に自分の何かがなかったかを思いめぐらすために聖書があるのです。イエスさまの人生を考えてみましょう。どうして神の子なのに人としてしかも馬小屋でうまれて最後は十字架で罪人として亡くなったのでしょうか。十字架にかかるまでにムチで何度もたたかれて起き上がり、苦しみを何回も受けたのはなぜでしょう。それは、私たちにどう生きるかの模範を示してくださったのです。そして私たちが受けた傷を負うためです。イエスさまが身代わりになって下さったので、私たちの中にはもうすでに過去の傷はありません。痛みは癒されているのです。だから、過にかなせ、自分がその道歩まなければいけなかったのかを考え、学ばなければいけません。私たちは「なぜ？」を見つけて目的を再確認して進まなければいけません。ヘブル4：7に「きょう、もし御声を聞くならば、あなたがたの心をかたくなにしてはならない。」と書かれています。この心をかたくなにするのが間違った自分を守るための自己中心のプライドです。ダビデは詩篇(119:67・71・72)で「苦しみに会う前には、私はあやまちを犯しました。しかし今は、あなたのことを守ります。苦しみに会ったことは、私にとってしあわせでした。私はそれによってあなたのおきてを学びました。あなたの御口のおしえは、私にとって幾千の金銀にまさるものなのです。」と語っています。自分が苦しい時、戦っている時に逃げてはいけません。神さまは、この苦しみの中から何かを見出し、マイナスとマイナスが掛け合わさってプラスになって、そこから実が残ることを待っています。