しかし、わたしが与える水を飲む人は、いつまでも決して渇くことがありません。
わたしが与える水は、その人の内で泉となり、永遠のいのちへの水が湧き出ます。

高松泉キリスト教会　ニュースレター

第 165 号（2023 年 11 月号）

いずみ

香川県高松市伏石町 2018-5
Tel & Fax 087-867-2302
http://izumichurch.holy.jp/
発行人　宮地　宏一

先日、長野県に行き、2000m 級の根子岳に初登頂。8 合目付近から急に寒くなって、樹氷ができていました。頂上では友人牧師がお湯を沸かして、チキンラーメンを作ってくれましたが、今までで一番美味しかったです笑。また運動不足だった私は、いつ筋肉痛になるかビクビクしていましたが、不思議とどこも痛くなりませんでした。ところが高松に帰り、本気でラジオ体操をしたら、全身が筋肉痛に。その影響(!?)で、長女に短距離走で完敗してしまいます。悔しくて、もう一度勝負をするも、ダメ。筋肉痛が治ったら、リベンジするつもりです。父の威信をかけて、負けられません･･･。

今月も皆様とご家庭の上に、神さまからの恵みが豊かに注がれますように。　(2023. 11. 01)

“自分らしさ”とは？？

私はこう見えて、“気い使いぃ”です。小さい頃から、よく母に「怒っている？」と聞いていました。人の反応が気になり、顔色を伺ってしまうのです。このように気を使っていたら、人間関係が円滑に進むかというと、そうではありません。良かれと思ってしたことが裏目に出たり、気を使いすぎて失敗したり。しかも気を使うと、すごく疲れ、ストレスがたまります。どんどん笑顔が引きつっていくのです。それだけでなく、気を使い、周りと合わせることで、自分らしさを見失い、自分の良さが分からなくなってしまいます。

「本当の自分って、どんな自分だろうか」「自分には良いところなど、一つもないんじゃないか」「あの人は良いな～自信満々で、みんなに好かれて。それに比べ自分なんか･･･」このように自分らしさを見失うと、人と比べることが多くなります。そしてネガティブな思いに満たされるのです。

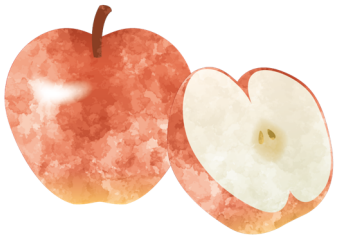
先日、大竹しのぶさんが「人と比べる」ことについて、興味深いコラムを書いておられました。

しのぶさんは四姉妹で、ご両親はクリスチャンだったそうです。そのご両親のお墓参りの帰りに、しのぶさんの家に寄った妹さん。彼女としのぶさんの息子の三人で、夕食を食べながら、妹さんの愚痴が始まるのです。

妹は 40 歳で離婚し、女手一つで 2 人の息子を育ててきた。60 過ぎた今も家のローンを抱えながら働いている。なぜ、自分はこんなに一生懸命やっているのに･･･という愚痴をいくつか話し始めた。あの人は良いなぁ、などと人を羨む話も。

すると息子が「めぐちゃんの不幸だと思う原因の 94%は、人と比べることだね」と一言。「お家もあって、息子が戦争に行かなくてもいいんだよ。仕事もあって、電話すればご飯まで届けてくれるんだよ。しかも健康で、何が不幸なの」淡々と言われるだけに妹には刺さったようで、「そうだね比べちゃいけないね。自分は自分だ。ありがとう、ニッカ」。そうなんだ、母はどんな時でも人と比べたりしなかった。そして誇りを持っていた。お母さんに聞かせたかったな、今の言葉。

【朝日新聞デジタル 2023. 10. 13「まあいいか」より】



「不幸だと思う原因の94%は、人と比べること」本当にそうですね。人と比べても何も良いものが生まれません。ただ自分をおとしめ、惨めになるだけ。しかも自分にもたくさんの良いものが与えられているのに、それに気づけなくなるのです。私もまさにそんな感じでした。このような状態から抜け出すきっかけとなったのは、「自分は自分」と今ある自分を否定するのをやめようと思ってからです。

それから私は“自分らしさ”とは何だろうと考え始めたのです。そのとき一番に思い浮かんだのが中学生二年生と高校二年生のときに合唱コンクールで指揮者に選ばれたことでした。私は音楽が大の苦手。楽譜がよめず、音楽センスはゼロ。それなのに、なぜか指揮者に選ばれたのです。

高校の時ですが、何をどう振ったら良いか分からなかったので、同じ曲をするクラスの指揮者を偵察しに行きました。そして彼の指揮を真似て、一生懸命練習したのです。ところが本番、彼の指揮を見てビックリ。私の指揮は、彼の指揮とは全く違うものに仕上がっていたのです。当然ながら、修正する力など私にはありません。練習したとおりの自己流で、明るく元気に指揮をすると、体育館は大盛り上がり。急遽、設置された「特別審査委員賞」をいただくことができたのです。

この「明るく元気に」こそ私らしさ。時々、煙たがられることもありますが、「あなたの明るさで元気をもらった」と言われることもあるのです。私の顔を見るだけで、笑ってしまう人がいて失礼だなと感じることもありますが、それも私にとっては喜び。

けれど人の目を気にしたり、人と比べたり、ストレスで疲れ切ると、「明るさ」がトーンダウンしてしまうのです。家族の間では、そんなことが良くあります。言葉遣いがトゲトゲしくなり、イライラし、雰囲気がどんより暗～くなるのです。「あ～またやってしまった。申し訳ない」と思っても、後の祭り。ところが妻も、反抗期の娘も、他の子どもたちも、「外面だけ良くて、家では何よ！」と私を責めないのです。私が「ゴメン」と小さな弱々しい声で言うと、「良いよ」って、すぐに許してくれます。この家族の優しさと許しによって、私らしさが回復するのです。「明るさ」が戻って来ます。

私の好きな聖書のことばは「いつも喜んでいなさい。絶えず祈りなさい。すべてのことにおいて感謝しなさい」です。確かに喜べないときがあります。祈れないぐらい落ち込むことがあるのです。感謝なんかできないと叫びたくなることがあります。聖書の中に出てくる人たちもみんなそうでした。つまずいたり、傷ついたり、苦しんだり。けれど完全に倒れ伏すことがありませんでした。それは神様が彼らを支え、立たせ、励まし、強めてくださったからです。

私たちもそうですね。どんなに辛い中を通っても、人と比べて落ち込んでも、神様は私たちを支え、励ましてくださるのです。たとえ自分らしさを見失って、自分なんかダメだと否定しても、神様は私たちを変わらずに愛し続けてくださいます。そして神様が与えてくださった自分らしさを取り戻し、いつも喜び・絶えず祈り・すべてのことに感謝して歩めるように、日々導いてくださるのです。

わたしの目には、あなたは高価で尊い。
わたしはあなたを愛している。

- 礼　　拝　　毎週日曜日 10：30～12：00
- 祈 祷 会　　毎週金曜日 10：30～12：00
- イズミン・キッズ　毎週日曜日　9：30～10：20
- おやこ de えほん　毎週水曜日 10：30～13：30
- Friendly English　毎週木曜日 9：30～11：50（大人向け）