

第6課「信仰といやし」

日曜日/不安の種

- ・10行目「どのような境遇であろうと、私たちはみな何らかの恐怖に直面している・・・しかしながら、恐れそのものは、必ずしも悪であるとは言い切れない」とある。そこで『恐怖のよい点』を考えると、恐怖体験は、1) 私がどれほど小さく弱い存在か、自分の真の姿を教えてくれ、われわれを謙遜にする。2) 恐怖は革命の生みの親である。恐れがあるから真の勇気が生まれ、敵に向けての突進力が生まれる。3) 神様に向かって助けを求める気持ちが生じる。4) 『恐怖は常に人間の中に何か正しくないことが生じた徴候である。恐怖は精神に対して貴重な警告者の役割を果たす』（ヒルティ）/など。
- ・参考の言葉「小心な人間は危険の起こる前に怖れる。臆病な人間は危険の起こっている間に怖れる。大胆な人間は危険が去ってから怖れる」（リヒタ）

月曜日/ある人が宇宙に向かって言った

- ・ここに挙げられたステファンさんの詩の意味は私なんかには皆目全く分からない。
- ・私の書齋には宇宙の写真が飾ってある。私が事件問題に悩まされ不安を感じる時、この宇宙写真は私に次のように語る「今のお前の抱え込むその問題と、この宇宙を造られた神はどちらが大きいのか。どっちが力が強いのか。えっ、どちらだ？」と。そう「問題>神」と思う時私は恐れに支配される。逆に「問題<神」と考える時私はその嵐の中でも平安となる。

火曜日/信仰の力

- ・心と体の関係の例話：西インド諸島ハイチには「ブーブー教」の生贄（いけにえ）の恐怖の儀式がある。祭のクライマックスに生きた人間を悪魔に捧げる儀式。気の毒な生贄は毎年一人選ばれ、最後の日に生きたまま祭壇にささげられる。儀式が進行してゆくと、誰も手をかけていないのに何もしないのに、生贄はそのまま静かに息を引き取ってしまう（村人ビビる）。科学者医学者もその訳を暫くは調べたが説明できなかった。しかし、分かった。生贄に選ばれた若者は「自分は死ぬべきと定められたのだ」という事実を受け入れさせられ、自らも受け入れ、もう生きようとする意志を完全に失って捨ててしまう。その結果その若者の体の諸機能がすっかり停止してしまうと・・・分かった。
- ・『悲観、憂慮、不満、悔恨、自責、不信、こうしたものが精神を破壊し衰弱と死を招く・・・。勇気、信仰、希望、同情、愛は健康を増進し、生命を延ばす。満足した気持ち、快活な精神は肉体を健康にし精神を強める』（ミニストリー・オブ・ヒーリング）

水曜日/ストレスによる疲れ

- ・ストレスの対処法のヒント：とにかく現場から一時離れてみる/よく眠り、よく休む/愚痴を言える人を二人持つ（配偶者は除く。一人だけだと愚痴を聞き過ぎてその人がダウンしてしまうから）/自分の考え方が絶対だと思わない/自分に優しくしてあげ褒めてあげる『お前ホントによくやってるよ。それで十分だよ。偉いよ』と自分を褒めてあげる。今までその反対の生き方をすることを強いられてきたんだから。

木曜日/信仰と奇跡的ないやし

- ・病いの中にある人のことをどんな言葉で祈ったらいいかの参考に。次の祈りはホワイト夫人が病気の人の為に祈った時の祈りです。「神様、私たちにはこの病人の心を読むことができません。しかしあなたは、治って元気になることが彼の魂と、あなたのみ栄えのために良いことなのかどうかをご存じでいらっしゃいます。あなたのその大きな愛で彼をあわれんでください。そして体の中の回復のための何かを起こしてください。このことはすべてあなた御自身のなされる働きです」（『健康的な生き方』p239）