



心の回復

2009/1/25

預言者エリヤの試練

＜列王記上19章1～18節＞

- カルメル山の火の奇跡と大雨の奇跡
 - カルメル山で、バアルとアシェラの預言者850人と、どちらが本当の神か争った
 - エリヤの祈りによって3年ぶりに雨が降った
- 王妃イゼベルからの脅迫の通知
 - 明日のこの時刻までに殺す
- 「エリヤは恐れ、直ちに逃げた」
 - あれ程の大成功をおさめながらなぜイゼベルの脅しを恐れたのか？

逃亡・自殺未遂

- エリヤは一目散に南に逃げた
 - ベエル・シェバはイズレエルから南へ100km以上離れている
- エリヤは荒れ野に行き、死を願った
 - 一人で荒れ野に入ることは自殺行為
 - 「主よ、もう十分です。わたしの命を取ってください。わたしは先祖にまさる者ではありません。」
 - 燃えつき症候群・落ち込み・自暴自棄

神によるケア(第1ステージ)

■ 食べ物と休養

- 御使いが「パン菓子と水」を運んできた
- 余計なこととは言わず食べさせた
- 「エリヤは起きて食べ、飲んだ。その食べ物に力づけられた」

■ 運動と隔離

- エリヤはホレブ山に導かれた
- モーセが召され、律法を授かった場所

神によるケア(第2ステージ)

■ 神の語りかけ

- 「エリヤよ、ここで何をしているのか。」
- エリヤは自分の気持ちを率直に訴える

■ 風と地震と火の体験

- 目に見える成功に神はおられない

■ 神の援助

- エリヤ自身を責めたり励ましたりしない
- 孤独だと思い込んでいたエリヤに援軍を備えられた

心のタイプと病気

■ タイプA

- 競争的、野心的、精力的、何事に対しても挑戦的で出世欲が強い、常に時間に追われている、攻撃的で敵意を抱きやすい、行動面では機敏、せっかち、多くの仕事に巻き込まれている
- 高血圧、高脂血症。狭心症や心筋梗塞などの心臓疾患になりやすい

■ タイプB

- タイプAの反対。あくせくせずにマイペースに行動し、リラックスしており、非攻撃的
- 病気になりにくい

■ タイプC

- いわゆる「いい子」で自己犠牲的であり、周囲に気を遣い譲歩的、我慢強くて怒りなどの否定的な感情を表現せずに押し殺す、真面目で几帳面
- ガンになりやすい

[心の回復]

- 神は人間の心を知り尽くしておられる
 - エリヤの弱さや傾向(否定的思考・劣等感)
 - エリヤの症状(燃え尽き・うつ・恐怖)
- 回復の3要素
 - 休養・栄養(睡眠・食事)
 - 原因から離れる
 - 理解(気持ちの吐き出し・適切な援助)

[フィリピ[°] 4:6~7]

- 「どんなことでも、思い煩うのはやめなさい。何事につけ、感謝を込めて祈りと願いをささげ、求めているものを神に打ち明けなさい。そうすれば、あらゆる人知を超える神の平和が、あなたがたの心と考えとをキリスト・イエスによって守るでしょう。」