

## 「神様は乗り越えられない試練は与えない」って本当？

「神様は乗り越えられない試練は与えない」という言い方を耳にしたことはありませんか？

ちょっと自分にとって荷が重いようなこと、大変だなと感じるようなこと、そんなときに「神様は乗り越えられない試練は与えない」っていうから、もうちょっとがんばってみたら？」というように使われていることが多いですね。これを聞いたら、みなさんはどんな気持ちになりますか。

私が高校時代の話になりますが、全校朝礼のときに校長先生がお話をされることがありました。あまり真面目に参加していなかったのですが、ひとつだけ覚えている話があります。それは、当時の校長先生が「神様は乗り越えられない試練は与えない」というお話をされたことです。その内容をかいつまんで説明すると「神様は乗り越えられない試練は与えないといわれています。そこから逃げるということも、乗り越えるためのひとつの方法です。」ということでした。

ウトウトしながら聞いていたのですが、ハッと目が覚めました。そのころ、私は友達関係がうまくいってなくて、どうしたらいいのかと毎日のように考えていました。でも、どうにもできなくてモヤモヤした日々を送っていました。この校長先生の話聞いたとき、「逃げてもいいのか！」と目の前がすこしひらけたように気持ちになりました。

そして、しばらく考えることをやめてみました。どうにもできないことを、自分から手放すような感じです。それができたことでずいぶん楽になり、学校生活が前よりは楽しくなりました。結局、その友達とは、在学中は友達と仲直りすることはなかったのですが、卒業後にばったり出会った時には笑い話になっていました。

「この解釈が絶対に正しい」とは言いませんが、解釈のひとつとしてとらえることはできます。「神様は乗り越えられない試練は与えない」と聞くと、「自分が抱えている問題に立ち向かって、一所懸命に戦って全力を尽くさないといけない」そんなイメージを抱いてしまいます。でも、それだけが乗り越える方法ではないのです。時には、少し悩みを置いて遠くから眺めてみたり、向き合うことをやめて他のことを楽しんでみたり、悩むことを放棄したってかまわないと思います。そういったことも、乗り越えるということに含まれています。がむしゃらに力尽きるまでがんばる前に、自分を大事にすることも忘れないでください。

こころの支援室では、電話相談を受け付けています。必要に応じて対面カウンセリングも可能です。

希望される方は、こちらにメールをください。件名には必ず「こころの支援室」とご記入ください。(hoken@konan-wu.ac.jp)