

聴く

新潟いのちの電話だより

2019.3

No.140



相談電話

(025) 288-4343

上越(025) 522-4343

長岡(0258) 39-4343

新発田(0254) 20-4343

村上(0254) 53-4343

インターネット相談

<https://www.inochinodenwa-net.jp>

きみは愛されるため生まれた

日比野愛子

昨年より4回の連載という貴重な機会を頂き誠にありがとうございました。また、コンサートでは、皆様にあたたかいメッセージを頂き、私共の方がお力を頂き励まされ心より感謝しております。

コンサートで「きみは愛されるため生まれた」という曲をいつも演奏させて頂いてありますが、いつも祈りつつ演奏していると、大きな愛に満たされます。

きみは、愛されるため生まれた、君の生涯は愛で満ちている
きみは、愛されるため生まれた、君の生涯は愛で満ちている
永遠の神の愛は我らの出会いの中で実を結ぶ
きみの存在が私にはどれほど大きな喜びでしょう

この歌詞をくり返し、「きみは愛されるため生まれた」と語り続けます。この曲は、韓国の牧師さんが作曲した賛美歌で、「あなたはわが目に尊く重んぜられるもの。私はあなたを愛している」という言葉をもとに作曲されています。

子供も大人も誰かに愛されたいと思いながら、愛されていないという瞬間を抱えながら生きているように思います。しかし、この曲は、「きみは愛されるため生まれた」と語り続けます。誰からも愛されていないと思うときも、神様は永遠に私達を愛してくださっています。病の時も、何もできなくなっても、愛してくださる存在があると思えることは、幸いです。

私自身うつを患い、人の言葉に落胆したり、生きる意味がわからなくて、きっと私は幸せになれないと決めつけ、ふさぎ込んでいた時、この言葉に出会いました。信じ難かったですが、あたたかい涙が止まらなかった事を覚えています。もちろん、今でも落ち込む事もありますが、そんな時には、この言葉を祈りつつ心を回復させています。

一人一人が尊く、素晴らしい人生の計画が備えられていて、この歌詞のとおり、人との出会いによって愛の実が結ばれ、愛し、愛される世の中が作られていくのではないかと思います。いのちの電話に掛けてこられる方々、お一人お一人に「きみは愛されるために生まれた」のメッセージが届きますよう、心よりお祈り申し上げます。

日比野愛子(ひびの あいこ)

二期会会員。シュトゥットガルト音楽大学マスタークラス修了。ミラノ音楽院修了。オペラ「カルメン」タイトルロール、「ヘンゼルとグレーテル」ヘンゼル、「椿姫」フローラ、フィガロの結婚」スザンナ等に出演。ぐるーぶなべ会員。「いのちの希望」を届けるコンサートを、学校、病院、介護施設にて100公演以上行っている。

ある日の相談室より

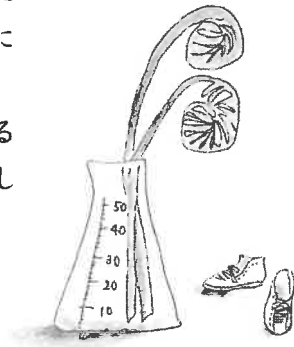
「数年前、夫が亡くなった時はすごくショックで、立ち直れないかもしれないと思うほどでした。少しずつ普通の生活に戻って過ごしてきたのに、この頃、何故だか気持ちが沈んでしまって…。このまま生きてても仕方ないかなあと感じてしまいます」と力ない声が電話の向こうから聞こえました。

60代半ばを迎えたこの頃、今まで感じたことのないようなじっとしてられない寂しさを感じて、県外に住む息子に電話するものの、忙しい息子はそっけなく、すぐ電話を切られてしまい、よけい寂しい気持ちになる。数少ない友達も、孫の世話や趣味の活動に忙しくはつつとして見えて、何だか気後れしてしまい、声をかけるのもはばかりされる。ずっと夢に出てこなかった夫がこの頃夢によく出てくるのは、死にたい気持ちになっているからかもしれないと思うとのこと。

「夫の死が耐え難いほど辛かったのに、日常生活を取り戻そうと頑張って過ごしてこられたんですね」と、掛け手の気持ちに耳を傾けていると、静かに心の内を話され、「久しぶりにまとまった時間、誰かと話せた気がします…。日課の朝の犬の散歩の時、いつも会う顔見知りの方に、明日は話しかけてみようかしら…。また前のように少しは元気に暮らせる日も来るかもしれませんよね」と、ご自分に言い聞かせるように電話は終わりました。

窓越しに、春とは名ばかりの鉛色の空を見上げると、早いスピードで流れる雲の合間から青空が少しのぞいていました。掛け手の女性の心にも青空がのぞいてくれますようにと心から願いました。

(内容は、電話を基に構成し直したものです)



毎月10日(午前8時より翌日午前8時まで)は
フリーダイヤル「自殺予防いのちの電話」が実施されています。
電話番号 0120-783-556

情報の濁流に揉まれながら…

櫛谷晶子

人類史という視点から、いろいろな思いを巡らせてきた私の「随想」も最後の回になりました。

今、“人類進化の最前線”にいる私たちは、気軽にスマホを手にし、便利な情報を瞬時に入手できるようになりましたが、安心感とは掛け離れた“座りの悪さ”の中で生活しているように感じます。

この20年ほどの間に、人類はこれまでとは桁違いの情報の渦の中に投げ込まれてしまいました。インターネット無しの日常生活を送ることは難しくなり、刻々と入ってくる情報に対する判断を求められます。

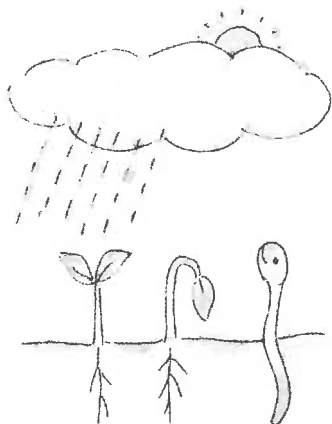
そして、若い人たちはそんな判断から逃れるように、自分の好むネット上の情報だけにのめり込んでいるように見えます。このような状況に不安を抱くのは、私だけではないと思います。(人類は、画面をスライドさせる指だけが高機能になった奇妙な生物に変化していくのでしょうか?)

濁流に押し流されそうな不安からか、心を落ち着かせるための「マインドフルネス」(初耳の方は、さっそく「検索」でしょうか?)が注目され、テレビ等でも取り上げられるようになりました。“置かれている状況にとどまり、静かにその瞬間を

生きる”という訓練は、古代から様々な形で行われてきました。人類は血縁を超えた大きな集団を形成したことで、集団の中で“自分を取り戻す”という課題が生じたのかもしれませんが。

皆さんの日常には、静かに自分を見つめる時間が確保されているでしょうか?

(臨床心理士)



お知らせ

新潟いのちの電話利用状況

2018年1月1日から12月31日までの1年間の状況です。

・電話相談

相談受信数 17,888件
(うち、自殺傾向のあるもの
1,192件、6.7%)

1日あたりの平均は、49件

・自殺予防フリーダイヤル

(全国いのちの電話と協力し
毎月10日に実施しています)

相談受信数 623件
(うち、自殺傾向のあるもの
133件、21.3%)

1日あたりの平均は、51.9件

・インターネット相談

相談受信数 77件
(うち、自殺傾向のあるもの
40件、51.9%)

孤独、心の病、いじめやハラスメント、家族関係、職場や地域の人間関係など、多くの相談がよせられています。絶望的な気持ちになり、死を考える方の相談も多くあります。私たち一人ひとりが、この状況を心にとどめ、何ができるかを考え、行動し続けていきたいと思

います。

新年度に向けて

3月5日(火)理事会が、3月25日(月)評議員会が開催されました。2019年度の事業計画と予算が承認され、新年度の準備が整いました。引き続きご支援をよろしく願っています。

2019年 ボランティア相談員認定式

3月16日(土)新潟市内において、電話相談員36期生10名の認定式と、1期から35期までの認定更新式が行われました。

またこの日、長年継続している相談員に理事長から感謝状が贈られました。5年継続6名、10年継続8名、15年継続3名、20年継続5名、25年継続4名、30年継続1名、35年継続3名です。

電話相談員は毎年1回誓約書を提出し、認定を受けることで、活動を継続しています。

心も新たに、365日24時間体制の相談をつなげていきたいと思

います。



2019年3月25日発行

社会福祉法人 新潟いのちの電話

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-3 新潟ユニゾンプラザ ハート館
事務局 TEL (025) 280-5677 FAX (025) 280-5677
ホームページアドレス <http://www.ni-denwa.jp>

3月の絵手紙



Sakurai Kouji