

愛情;子育ての土台

Part 2 「愛してるよ」の言い方

このセッションでは子供や伴侶にどのように「愛している」と伝えることができるか考えます。両親が愛し合っていることを確信している子供たちは自分たちに対する両親の愛により大きな自信を持つことになるでしょう

愛せよとの戒め

互いに愛することは私たちがクリスチャンであることを表します。イエス様はヨハネの13章35節で「もし互いの間に愛があるなら、それによってあなたがたがわたしの弟子であることを、すべての人が認めるのです。」この御言葉はクリスチャン信仰の土台です。お互いを愛することは私たちがクリスチャンである証拠です。

ヨハネの13章34節「あなたがたに新しい戒めを与えましょう。互いに愛し合いなさい。わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい」でイエス様は愛を定義しています。また、ピリピ2章6～8節で、イエス様は天の栄光を捨てて地上に来、人間のために死んだとあります。イエス様が愛したように私たちも愛すべきです。

・正しい愛し方を知ることはクリスチャンにとって大切なことであり、クリスチャンの家庭ほど愛し方を学ぶのに適した場所はありません。

愛には与える・受けるという二面性があります。問題は愛を与えても、それが愛として理解されなかったり受け取られないことです。もし愛としてとらえることができないれば愛を受け取ることが難しくなります。

・コミュニケーションは愛の重要な要素です。愛を伝えるのは愛を受け入れるのと同じくらい大切です。

愛し方を学ぶ

私たちのもっとも大きな感情的欲求の一つは愛されていると感ずることです。神様は私たちに理性と感情を与えられました。愛されていると感ずることと、それと同じくらい大切である愛を示す力を私たちに与えられました。

・ここで大切なのは相手が愛されていると感ずる方法で愛を示しているかということです。

愛の言語を理解する

愛は感情の言語を通して表されます。愛の言語とは相手の主な感情言語を使って愛や関心を表す能力です。

愛の表現方法1: 励ましの言葉

愛は人の徳を建てると使徒パウロは言いました(第一コリント8章1節)。愛の表現方法の一つは言葉で相手を励ますことです。例:「あなたは本当にあわれみ深い人ですね。あなたから学ばされます。」「庭の花がきれいに咲いていますね。一日中頑張って手入れしたのでしょうか。」「もしくは「そのドレスとっても素敵!」など

・言葉を使って人を励ますのは「愛しているよ」と伝える方法の一つです。誰かにほめられたり認められることによって最も愛を感じる人もいます。

愛の言語2: 奉仕

使徒ヨハネは行いと真理を持って愛するようにとクリスチャンを励ましました(1ヨハネ3章18節)。真心をこめて仕えることによって愛を示すことができます。相手が感謝するような特別なことをすることによって愛を示すことです。日常生活において普段しないことをするのはです。たとえばそれは一週間心配しなくても済むように日曜日の夜に夫が妻の車にガソリンを入れてあげることであったりします。もしくは水が漏れる蛇口を修理することだったり、妻が必要としている棚を作ってあげることかもしれません。玄関先の掃除をしなければいけないと考えながら夫が帰宅したとします。そのような時に妻がすでに掃除したことを知るとその愛の行為に対する感謝が大きくなります。その行為を夫はまったく予期しておらず、妻が自分を喜ばせようとしてくれたことにより、その行為は特別な意味を持つのです。

・他の人のために普段やらない特別なことをするとき
行動で「愛してるよ」と語るのです

愛の言語3: 贈り物

この世が受けた最高の贈り物は御自身を教会のために捧げられたイエスキリストです(エペソ5章25節)。贈り物は「愛してるよ」と伝える3つめの方法です。些細なことであってもその行為の意味はとても大きいのです。突然の贈り物(誕生日や休暇以外の時)は「一緒にいない時にあなたのことを考えていました。この贈り物は私のあなたへの思いがこめられています。」というメッセージを送るのです。

・ささいな贈り物でも愛を必要としている心には「愛してるよ」と聞こえる。

愛の言語4: 価値ある時間を共に過ごす

福音書にはイエス様が天のお父様や自分の弟子たちと価値ある時間を過ごしたことが記録されています。イエス様は弟子たちにミニストリーの訓練を与えるのが目的でしたがそのために弟子たちが自分と時間を過ごすことが必要であることに気がついたのです。イエス様と交わることによって彼らの考え方が統一されました。価値ある時間とはそうでない時間を定義することによって理解できます。価値ある時間とはソファに座って新聞を読んだり、テレビと一緒に観ることではありません。価値ある時間とはニュースのように事実を伝える以上のことを意味するのです。

・ **価値ある時間とは相手の言うことに注意深く耳を傾け、発言に対して適切な反応をすることです。二人が会話に積極的に関わっていて、事実を伝える以上の意思疎通がなされることを示します。10分程度の短い時間かもしれませんが価値ある時間を共有することがその人の愛の言語である場合、その10分は非常に貴重なのです。**

愛の言語5: 触れることと親密さ

マルコ10章13～16節でイエス様が抱き上げて例として用いた子供の一人であることを想像してみてください。触れたり親密になることは「愛してるよ」と伝える特別な方法です。手をつないだり、伴侶の肩に手を回したり、ただお互いの近くに立っているだけでも特別な愛のメッセージを送ることができます。たとえば夫が庭いじりをしていて妻がその傍らで本を読んだりします。あえて夫の近くで本を読むことを選ぶことによって妻は夫を愛しているというメッセージを送っています。あるカップルは黙っていてもただお互いの存在を喜びます。

・ **相手がただ側にいてくれるということだけで相手の愛や思いやりを確認できます**

自分の主な愛の言語を見分ける

以上5つの愛の言語を見てきましたが、そのひとつが私たちの主な言語です。他の4つよりも大切な言語もあれば、自分にとってあまり意味をなさない言語もあります。あなたの主な愛の言語とはあなたが最も好むもので他の人にも語っているものです。

・ **「愛している」と適切に伝えるには5つすべての言語を語る必要があります。その理由を考えさせる例を紹介しましょう。**

例1

デイブの主な愛の言語は奉仕で、ルースにとっては価値ある時間を共有することです。仕事の後、デイブは帰宅して妻を抱きしめ、その後夕食前に一緒に座って話そうと妻に誘われます。その誘いに賛成し、着替える間にコーヒーを作っておいてくれるようにルースに伝えます。ルースはキッチンに行き軽食を用意し、座って夫が来るのを待ちます。数分後、ルースはデイブに対して「あなた、コーヒー入れたわよ。来ないの?」と聞きます。それに対してデイブは「ベッドの上の洗濯物を片付けてから行くよ。」と答えます。数分たって、ルースは再度「コーヒーが冷めちゃうわよ!」と夫

を呼びます。それに対してデイブは「今行くよ！ネクタイをハンガーにかけていたらクローゼットの電球が切れたんだ。君が暗闇で足の指を怪我しないように電球を取り替えるよ。」とまた答えます。さらに数分たってデイブが台所にいる気配がしました。もう一度ルースはデイブに対して「来るの？」と聞きます。すると「古い電球を捨てたいんだけどゴミ箱がいっぱいだ。今やれば夕食後君が捨てずにすむだろう。」とデイブは答えます。そしてガレージで乾燥機から洗濯物を取り出していると再び「来るの？来ないの？」という声が聞こえます。ようやくデイブがソファに座り「何を話そうか？」と妻に尋ねると、妻は「特に話したいことはないわ、ただときどきあなたが私を愛していないように感じるの。」と答えます。それに対して夫は「君のためにこんなに尽くしているのになぜ僕が君を愛していないと思うんだい。理解できない。」といいます。ルースの体験した問題は夫の愛情不足ではありません。デイブは奉仕によって愛を示していたのです。しかしその行為が素晴らしいにも関わらず、妻の感情に触れる愛の言語を語っていなかったのです。いつもソファに座るたびにデイブは何か手に持っているか、もしくはガレージで芝刈り機を修理しながら一緒に時間を過ごしたいと注文するのです。妻は共に価値ある時間を過ごすことによって愛を示してほしいと願っていたにも関わらず、夫は奉仕によって応えていたのです。

・お互いの主な愛の言語で「愛している」ということを学び、日々意図的にその言語を語ることによって彼らの状況は一変しました。

例2

25年間、ベティーは夫のマイクが贈り物をしてくれるたびに不満を抱いていました。贈り物をもらっても、くだらない、必要ないと感じていました。しかし愛の表現方法を理解したとき、彼女は涙を流しました。夫の愛情表現を拒絶してきたことに初めて気がついたのです。彼女の悲しみをさらに深くしたのは贈り物をあげることが自身の愛の言語リストの最下位にあり、休暇以外に夫に贈り物をしたことがないという事実でした。「愛している」と何度伝えても拒絶され続けたらなんと悲しいことでしょう！

・自分の伴侶の主な愛の言語を語ることのみならず、周りから与えられるすべての愛の表現を喜んで受け取る必要がある。

例3:

この例に登場する父親と母親にとって贈り物は愛の言語リストの最下位に位置しましたが、最年長の息子にとっては一位でした。いつもお店に行くたびに何かを買うためのお金を息子はせびりました。このような癖は過剰な物質主義の表れだと両親は何年間も思っていました。そして何とか息子がこのような癖を断ち切ることができるようにと両親は懸命に努力しました。しかし息子の主な愛の言語が贈り物であるとわかってからは息子に対してもっと理解を示すことができるようになりました。そして息子のためにガムや鉛筆、またかっこいい消しゴムなどを買って与えるようになりました。それらは決して高い物ではありませんでしたが、それらを通して「お前を愛しているよ」というメッセージを送ることができたのです。次第に息子は店で何か買ってほしいとせがむことはなくなりました。それというのも息子に分かりやすい言葉で両親が「愛しているよ」と言うことを学んだからです。」

- ・ 子供の主な愛の言語を理解できなければ、思春期を迎えてからも子供の感情をロシアンルーレットで当てるようなものである。

まとめ

聖書的な愛でお互いをそして子供を愛することを学んでください。聖書的な愛はあなたの愛に対する自信を子供に与えるのみならず、他の人を愛することも学ばせるのです。聖書的な愛は内側でなく外側を見、しかし同時に内側のすべての必要を満たすのです。

宿題:

御家族の中にいる7歳以上のお子さんたちに自分の愛の言語がなんであるか書かせてみてください。まずそれぞれの愛の言語を説明してください。そして1から5まで愛の言語に順位をつけさせてください。1が自分にとって最も重要な言語、そして5は最も重要でない言語です。その結果を話し合ってみてください。結果に驚くことでしょう。

最後に結果を冷蔵庫や家族の集まる部屋に貼ってお互いの愛の言語を思い出しましょう。あとはお互いに愛を示すことを実践するのみです！

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

5. _____