

チャペルの窓 「強いメンタルの作り方」

中田敦彦の YouTube 大学で、「強いメンタルの作り方」という授業を視聴しました。この授業は「『心が強い人』の人生思い通り 神メンタル」という本の内容を授業に展開したものです。成功する人は、「人生の9割はメンタルで決まる」という事実を知っていて、自分の成し遂げたいことを実現するための「手段・方法・知識」を身につけるよりも、成功するにふさわしいメンタルを作ることが最優先にしているということです。あなたが成し遂げたいことにふさわしいメンタルを作り上げることさえできれば、あとは自動的に現実が変わり、成功に導くというもので、続編の授業では、「夢を実現させるためのメンタル作りとは？」となっていました。

メンタルを安定させるためには、『承認』、『つながり』、『挑戦』という3つの要素であるとされていました。安心感の正体は『承認』、『つながり』、『挑戦』であると。

そこで思ったことは、「チャペル的にはどうだろうか？」ということでした。

まず、『承認』されていることは、人から認めてもらうことですが、神様が私たちひとりひとりを認めてくださっています。

"あなたは私の座るのも立つのも知っておられ遠くから私の思いを読み取られます。"詩篇 139 篇 2 節

"その証しを受け入れた者は、神が真実であると認める印を押したのである。"ヨハネの福音書 3 章 33 節

『つながり』をもっていることは、人とつながって役に立っていると感じ、お互いのために祈りあう交わりだけでなく、神様が私たちとつながってくださいます。

"わたしはぶどうの木、あなたがたは枝です。人がわたしにとどまり、わたしもその人にとどまっているなら、その人は多くの実を結びます。わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないのです。"

"ヨハネの福音書 15 章 5 節

『挑戦』はチャレンジしていること。自転車がペダルを踏まないと倒れてしまうように、前に進んでいることを実感することです。小さなことでも励まし合いながら挑戦しています。そして、神様が私たちの挑戦を受け止めてくださいます。

"あなたのわざを主にゆだねよ。そうすれば、あなたの計画は堅く立つ。"箴言 16 章 3 節

この「箴言 16 章 3 節」は今年度の阪南バイブルチャペルの目標聖句となっています。