MyBible

み言葉の宝石箱　実践編

蒲池 明憲　編著

MyBible

み言葉の宝石箱　実践編

蒲池　明憲　編著

序　文

この度の本は、ＭｙＢｉｂｌｅみ言葉の宝石箱（初版）の改訂に伴い、新たに追加された項目や従来からあった、ＭｙＢｉｂｌｅⅡ（み言葉の宝石箱）ＭｙＢｉｂｌｅⅢ（自律した人）に掲載されている、み言葉の実践内容が「実践編」として集約されています。

従って、今までの実践内容よりもさらに深まっており、日頃の生活の各場面や状況において、いかにみ言葉を実践すればよいかについて、理解できると思います。

み言葉にもありますように、「律法を聞く者が神の前に正しい人なのではなく、律法を実行する者が義と認められるのです。」（ローマへの手紙2・13）「わたしの言葉を聞いても、それを実行しない人は、砂の上に家を建てた愚（おろ）かな人に似（に）ている。」（マタイ7・26）と、主は語られておられます。

礼拝の説教を聞いたり、聖書のみ言葉を読むだけにとどまらず、いかにこの内容を日頃の生活に生かして行くかが今、問われていると思います。

日頃の生活の中で、み言葉に生かされた歩みをいかにすればよいかを、ご自身の

信仰体験や他者の証しなどが、この本には綴られており、読まれた方にとっては、み言葉の実践についてのイメージができ、身近に感じられることでしょう。

わたくしが東京大司教に着座した際、「多様性の一致」について皆様方にお話をさせていただきました。この話の具体的な内容として、今年開催されました、東京２０２０オリンピック　パラリンピックをとおして、多様性の一致や共生社会のありようについて、多くの方々に知っていただけたのではと思っています。

この本を読まれることで、まだ神さまを知らない方々にとっては、良き福音との出会いとなり、信仰者の方々にとっては、イエスに倣（ならう）うための具体的なみ言葉の歩み方を知る機会になり、信仰の良き導き手となることでしょう。

最終的には、私たちが日ごろ読んでいる聖書そのものをお読みいただくことで、皆さまのＭｙＢｉｂｌｅになっていただければと願っています。

２０２１年９月15日　　カトリック東京大司教区
大司教　菊地　功

はじめに

いつものように聖書を読んでいますと、ヨハネの福音書15章7節「あなた方がわたしのうちに留まっており、わたしの言葉が、あなた方のうちに留まっているなら、望むものを何でも願いなさい。そうすれば、かなえられる。」このみ言葉との出会いでＭｙＢｉｂｌｅが誕生し、２００５年4月15日、東京カテドラル聖マリア大聖堂　地下聖堂において、出版記念ミサを捧げ、このミサにおいてＭｙＢｉｂｌｅを奉献させていただきました。その後、ＭｙＢｉｂｌｅシリーズとして全7巻が完成しました。このような思いもよらない歩みができたのは、主の導きはもとより、多くの方々からの励ましや支え、そして、ご協力をいただいたお陰と、心より感謝しています。

ＭｙＢｉｂｌｅみ言葉の宝石箱（実践編）は、ＭｙＢｉｂｌｅみ言葉の宝石箱の改訂に伴い、追加された項目の実践内容と、従来からありますＭｙＢｉｂｌｅⅡ（み言葉の宝石箱）、ＭｙＢｉｂｌｅⅢ（自律した人）の実践内容を加え、さらに各項目にふさわし

い讃美歌を追加しました。

ＭｙＢｉｂｌｅシリーズの全7巻は、宣教用に本として制作しましたが、コロナ禍にあって、3密を避ける必要性から、手渡しの宣教のあり方を再検討し、関係者の方々のご協力を得て、２０２０年10月よりＩＣＴ（情報通信技術）を活用し、ＭｙＢｉｂｌｅ専用のホームページから、全7巻を無料でダウンロードする方式に切り替えました。お陰様で、毎日多くの方々からアクセスをいただいており、この反響には驚かされています。

この専用サイトにはｅＭａｉｌコーナーを設けており、本の感想やご意見をメールで送付していただくことができます。

ＵＲＬ　ｈｔｔｐｓ：／／ｍｙｂｉｂｌｅ．ｔｏｋｙｏ／

検索　国際ＭｙＢｉｂｌｅ協会

この本の制作におきましては、吉池好高神父、瀬尾弘志牧師先生より貴重なご指導を賜り、また、カトリック関口教会の方々のご協力をいただき出版ができましたことに心からお礼申し上げます。

目次

序文……3
はじめに……5
1 神……10
2 戒と掟……18
3 罪……22
4 聖霊……27
5 愛……40
6 聖書……48
7 主の声を聞く……55
8 神の国……63
9 救い……67
10 価値あるもの……70

11 真の幸福……78
12 賛美……84
13 従順……86
14 謙虚……88
15 奇跡……92
16 感謝……97
17 希望……101
18 主の教え……106
19 試練と忍耐……114
20 恐れ……123
21 思い悩み……136
22 悲しみ……145
23 疑い迷い……149
24 疲れたとき……154

25 失望や絶望……158
26 日々の歩み……166
27 家庭……178
28 人との交わり……186
29 教会……210
30 信仰生活……214
31 宣教……239
32 黙示……250
33 祈り……273

付録

使徒信条……291
御言葉典……292
キリスト教の概略図……296

1 神

神が創造された地球はおよそ46億年前に誕生し、私たちは今、ここに住んでいる。偉大な科学者アインシュタインは言う。「神はどのような原理に基づいてこの世界を創造したか知りたい。その他は小さいことだ。」

[1]初めに、神は天と地を創造された。（創世記1・1）

神は天と地を創造されたが、いまだに自然災害が後を絶たない。この理由をある終身助祭で科学者の方に伺ったところ、「神はこの世を創造されたが、完成途上なので自然災害が起きるのです。」

明日のことは諸行無常（しょぎょうむじょう）、自然災害に遭遇（そうぐう）したなら、互いに励まし合い、支え合い、助け合えばよい。

[2]神は霊。（ヨハネ4・24）神は愛。（1ヨハネの手紙4・8）わたしは知恵。（箴言8・12）み言は神。（ヨハネ1・1）

神は霊、愛、知恵、言葉だと言っており、神の存在については言い表すことができないようだ。

言葉には生命力があるとか、魂が宿っているなどと言われ、森羅万象に何らかの影響を与えることから、言霊とも言われている。

言葉は人を励まし、慰め、癒す。この反面、怒り、憤り、争いへと発展することがある。悪口、陰口、愚痴、弱音は潜在意識として蓄積され、それがいつしか実在意識として現れ、心や行動に悪影響を及ぼす。

[3]神はモーセに仰せになった、「わたしは『ある』ものである。」（出エジプト記3・14）

[4]イエスが「わたしである」と仰せになったとき、彼らは後ずさりして、地に倒れた。（ヨハネ18・6）

武装したローマ兵士が、イエスの言葉を聞いて仰天し、腰を抜かして地面に倒れた場面。当時のローマの兵士にとって、「わたしである」との言葉に仰天したのは、神への畏敬の念が、今以上にあったのだろう。

[5]神はご自分にかたどって人を創造された。（創世記1・27）

さあ、あなたの前に過ぎ去った日々について尋ねなさい。神が地上に人を造られた日以来、天の果てから果てまで尋ねなさい。これほど偉大なことがかつてあったであろうか。（申命記4・32）

神は一人の人から、あらゆる民族を興し、地上にあまねく住まわせ、それぞれに決められた時代と、その住まいの境をお定めになりました。これは、人に神を求めさせるためであり、もし人が探し求めさえすれば、神を見出すでしょう。（使徒17・26〜27）

神は人を自分の似姿（にすがた）として造られ、人が生きていく上で必要な○○は、無○、無○、無○、無○、高○○で創造された。これを人に惜（お）しみなく与えておられる。食物においては、野菜、肉、魚等を、人は無から作ることはできない。人が生きていく上でこれらを惜しみなく与えられる神。与えられていることへの恵みに日々感謝しているだろうか。○・空気、無色、無臭、無限、無料、無人、高品質

6 あなたは、わたしの内臓を造り、母の胎内（たいない）にわたしを組み立ててくださった。わたしはあなたに感謝をささげる。わたしは恐ろしい力によって、驚（おどろ）くべきものに造り上げられている。
あなたはわたしの内臓を造り、母の胎内でわたしを組み立てられた。いと高き方よ、わたしはあなたをたたえる。あなたは畏るべき方。それ故（ゆえ）、わたしはひれ伏す。あなたの業は不思議。（詩編139・13〜14）

新しい生命はおよそ0．6ミリグラム。これがおよそ10カ月で、体重は約3000グラムで500万倍となり、身長も231倍程度になる。赤ちゃんが成人式を迎える頃には、生まれた時の体重からはおよそ20〜30倍となる。成長のエネルギー源は食物・水・空気。

人が物を製作する際は、図面、材料、工作機械、人手により作られる。人が胎内で作られる際、これらはどこにも見当たらないし、騒音もない。まして、次第に細胞が成長するメカニズムとはいったいどのようになっているのだろうか。人はおよそ60兆の細胞から造られているという。まさに神業だ。

人の体は実に精緻巧妙にできており、臓器は多彩な機能を備え、無駄がない。ケガで出血した際は自己治癒力で、毛細血管は元通りに繋がり、細菌が体に侵入しないよう、自ら防御する機能が働く。五体は人の思いで自由自在に動かせ、五臓六腑の働きで人は生き、五感のセンサーで得た情報を血液や神経のネットワークを活用し脳にインプットされ、人の体はまことによくできている。臓器・脳・神経といったものは複雑で、医学・医療が進歩している世になったとはいえ、いまだに神の領域についての謎は多く、神への畏敬の念が増すばかりだ。

7 女が自分の乳飲み子を忘れるだろうか。自分の腹にいた子を憐れまないだろうか。たとえこの女たちが忘れても、このわたしはお前を忘れない。（イザヤ書49・15）

夫は自分が生んだ子でないので忘れたくなることもあるだろうが、我が子は決して忘れない。神の思いは母の思いをはるかに越えている。

8 お前たちの衣服ではなく、心を引き裂き、お前たちの神、主に立ち返れ。主は恵み深く、憐れみ深い。怒るに遅く、慈しみ溢れ、災いを思い留まられる。（ヨエル2・13）

神が人に思い抱くことを、人は他者に思い抱くだろうか。

9 神は死んだ者の神ではなく、生きている者の神なのだ。（マタイ22・32）

人間は死んで横たわる。息絶えれば、人はどこに行ってしまうのか。……倒れ伏した人間は、再び立ち上がることなく、天の続くかぎりは、その眠りから覚めることがない。しかし、人は死ぬと動かなくなる。人は息絶えると、どこに行くのか。……人は、伏して再び起き上がらず、天がなくなるまで目覚めることはなく、その眠りから覚める者はない。（ヨブ記14・10～12）

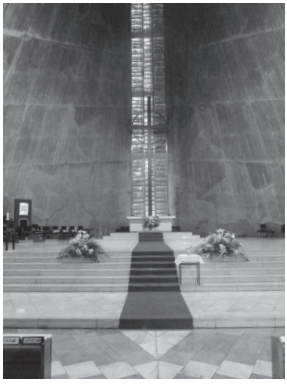
神の御業のために働くには、神の助けを得ることで遂行できる。人は必ず死を迎える。これがいつ来てもよいように、ＭｙＢｉｂｌｅⅥ　特別企画　日々是終活に記した。

10 主とは、憐れみ深く、恵みに富み、怒ること遅く、慈しみとまことに溢れる神である。千代に慈しみを及ぼし、悪と背きと罪を赦す。（出エジプト記34・6～7）

11 主は、お前の咎をことごとく赦し、お前の病をすべて癒やし、お前の命を穴から救い出し、お前に慈しみと憐れみの冠をかぶらせ、生涯、お前を善いもので満たされる。お前の若々しさは鷲のように新たになる。（詩編103・3～5）

【讃美歌】4　よろずのくにびと　【讃美歌】7　主のみいつとみさかえとを

※礼拝で使用する聖歌集



東京カテドラル聖マリア大聖堂内

2 戒と掟（いましめ おきて）

[1]①あなたには、わたしをおいてほかに神があってはならない。

わたしたちには、万物の源、父である唯一の神だけがおられ、わたしたちもこの神へと向かっています。（1コリントへの手紙8・6）

②自分のために偶像を造ってはならない。

偶像を造る者はそれと等しくなる、すべて、偶像に信頼する者もまた。（詩編115・8）

③お前の神、主の名をみだりに唱（とな）えてはならない。

神の名を気安く呼ばない。

④安息日（あんそくじつ）を覚えてこれを聖別せよ。

日曜日には教会に行く。

⑤お前の父と母を敬（うやま）え。

⑥殺してはならない。

⑦姦淫（かんいん）してはならない。

⑧盗んではならない。

⑨隣人に関して偽証してはならない。
⑩お前の隣人の家を欲しがってはならない。（出エジプト記20・3〜17）十戒

①〜④は神への愛、⑤〜⑩は人への愛について記されている。
神は、人が生きる基準として十戒を定められ、主はこの内容を引用されている。
人は弱く、道徳や律法だけに頼って生きて行くことはできないし、分かっていてもできないこともある。今のわたしがあるのは先祖や両親のお陰と思い、毎日家庭祭壇に向かっている。

[2]律法の中でどの掟がいちばん重要ですか。イエスは答えて仰せになった、『心を尽くし、精神を尽くし、思いを尽くして、あなたの神である主を愛しなさい。』これがいちばん重要な、第一の掟である。第二もこれに似ている。『隣人をあなた自身のように愛しなさい』。すべての律法と預言者は、この二つの掟に基づいている。（マタイ22・36〜40）

愛するとは、他者を思いやる心。コルカタの聖テレサ（マザー・テレサ）

「自分を愛する」とは、自分の名を呼んで欲しい。お腹が空いたら食事をする。風邪をひき熱が出れば休む、ことなど。

隣人との交わりは、「自他一如」の思いで接する。

「自他一如」自分と他者とは区別せず、一緒であるとの思い。

「律法全体と預言者」とあるのは、旧約聖書全体の掟をまとめた箇所となる。

[3]神への愛とは、神の掟を守ることです。そして、その掟は難しいものではありません。（1ヨハネの手紙5・3）

神を愛するとは、神の掟を守ることで、神の掟を守るとは、神を愛するとになり、四六時中神のことを思いなさい、となるのでしょう。

4 わたしは新しい掟をあなた方に与える。互いに愛し合いなさい。わたしがあなた方を愛したように、あなた方も互いに愛し合いなさい。互いに愛し合うなら、それによって人はみな、あなた方がわたしの弟子である。（ヨハネ13・34～35）

5 どんな事でも自信をもって行え。これも掟を守る一つの道である。（シラ書32・23）

6 今日、わたしがあなたに命じるように、あなたの神、主を愛し、その道を歩み、その命令と掟と法を守るなら、あなたは生き、その数は増える。（申命記30・16）

7 「神を愛している」と言いながら、自分の兄弟を憎(にく)むなら、その人は嘘(うそ)つきです。目に見える自分の兄弟を愛さない人は、目に見えない神を愛することはできません。神を愛する者は、自分の兄弟をも愛さなければなりません。これが、わたしたちが神から受けた掟です。（1ヨハネの手紙4・20～21）

【讃美歌】 333 主よ、われをばとらえたまえ 【讃美歌】 339 君なるイエスよ

3 罪

[1]蛇は女に言った、「いや、あなた方は死にはしない。それを食べると、あなた方の目が開かれて善悪を知り、神のようになることを、神は知っているのだ。」そこで女が木を眺めると、その実は食べるに適し、目を引きつけ、賢くなるには望ましいと思われた。そこで、それを取って食べ、ともにいた夫にも与えたので、彼も食べた。（創世記3・4〜6）エデンの園

神である主は人に声をかけて仰せになった、「お前はどこにいるのか」。そこで人は答えた、「園であなたの足音を聞き、裸なので、恐れて隠れました」。すると、主は仰せになった、「お前が裸であることを誰が教えたのか。わたしが食べてはならないと命じておいた木の実を、お前は食べたのか」。人は答えた、「わたしの連れ合いとしてくださったあの女が木から取ってくれたので、わたしは食べました」。そこで神である主は女に仰せになった、「お前は何ということをしたのか」。女は答え

た、「蛇がわたしを惑わしたので、食べました」。……次に女に仰せになった、「わたしはお前の産みの苦しみを大きなものにする。お前は苦しんで子を産む。お前は夫を慕うが、夫はお前を抑えつける。」（創世記3・9〜16）

[2]このようなわけで、一人の人間によって罪が世に入り、その罪によって死が入り、こうして、すべての人間が罪を犯したので、死がすべての人間に及んだ。（ローマへの手紙5・12）

[3]主はノアに仰せになった、「お前とお前の家族はみな箱船に入れ。お前だけが今の世代にあって正しいとわたしは見たからである。」（創世記7・1）わたしがこのたび行ったように、もう二度とすべての生き物を滅ぼすことはしない。（創世記8・21）ノアの箱舟

[4]罪とは、法に背くことです。（1ヨハネの手紙3・4）法律に反する行為

罪を犯す者のみが死ぬのであり、息子は父の罪を負わず、父も息子の罪を負わない。（エゼキエル書18・20）従って、先祖や親の罪が子に現れることなど決してない。

5 不正はすべて罪です。（1ヨハネの手紙5・17）

不正や罪は神から遠ざかることで、「神は愛なり」とあるので、愛から遠ざかることになり、十戒や神の掟に反する行為となる。

6 彼らの病んでいる良心を傷つけるなら、それはキリストに対して罪を犯しているのです。（1コリントへの手紙8・12）

心に悪いことをした、と思うのは罪を犯したからであり、この思いは、鍛錬（たんれん）により研ぎ澄（す）まされる。

7 なすべき善いことを知っていながら行わないなら、それはその人にとって罪です。（ヤコブの手紙4・17）

[8]ふさわしくない状態で「主のパン」を食べたり、「主の杯」を飲む人があれば、主の体と血に対して罪を犯した者となるのです。（1コリントへの手紙11・27）

聖餐式やミサにおいて、パンや御血（ぶどう酒）をいただくのにふさわしい歩みをする。

[9]人はそれぞれ、自分の欲に引かれ、そそのかされて誘惑に陥るのです。そして、欲は身籠って罪を生み、罪は熟して死を生み出します。（ヤコブの手紙1・14～15）

身心が健康で、富める者が充足してくると、いつしか生活は贅沢となり、驕り高ぶる。この世の富、地位、立身出世などの欲望が満たされて喜ぶのは、「見よ、それらすべては空しく、風を追い求めるに等しかった。日の下には役に立つものは何一つなかった。」（コヘレト2・11）空しくなるのは明白。逆に、欲望を求めても与えられないと、苦しみや悩みが増すばかりで、「地上における残りの生涯を、人間の欲に

従ってではなく、神のみ旨に従って生きる。」（1ペトロの手紙4・2）

10 聖霊に対して冒瀆（ぼうとく）の言葉を口にする者は、永遠に赦しが得られず、永遠に罪の責めを負う。（マルコ3・29）

11 あなたは自分の言葉によって義とされ、また、自分の言葉によって罪ある者とされる。（マタイ12・37）

【讃美歌】 260 千歳の岩よ 【讃美歌】 262 十字架のもとぞいとやすけき

4 聖霊

聖霊が世に降る

1 わたしは父にお願いしよう。父は別の弁護者※1を遣わして、※2永遠にあなたがたと一緒にいるようにしてくださる。この方は、真理の霊である。（ヨハネ14・16～17）※1イエス ※2聖霊

五旬祭の日（復活祭から50日目の日で聖霊降臨日の祝日）が来て、一同が一つになって集まっていると、突然、激しい風が吹いて来るような音が天から聞こえ、彼らが座っていた家中に響いた。そして、炎のような舌が分かれ分かれに現れ、一人一人の上にとどまった。すると、一同は聖霊に満たされ、〝霊〟が語らせるままに、ほかの国々の言葉で話しだした。（使徒2・1～4）

わたしはＭｙＢｉｂｌｅの挿絵用の写真を撮るため、お茶の水にあるニコライ堂に行く。事務員の方にこの許可をいただくことで会話が始まる。正教会では、聖霊は人や自然界にも降り注がれる、とのこと。日本では、山の神、海の神、八百万の神などの言葉があるのはそのせいだろうか。

聖霊が働くには

2悔い改めなさい。そして、それぞれ罪を赦していただくために、イエス・キリストの名によって、洗礼を受けなさい。そうすれば、賜物として聖霊を受けるでしょう。（使徒2・38）

洗礼は体の汚れを取り除くことではなく、正しい思いを保つ約束を神にすることなのです。（1ペトロの手紙3・21）

「悔い改め」今までの歩みを悔い、その後の思いや言動を新たにすること。

徴税人や娼婦が救われたのは、罪に目覚め、悔い改めたからであろう。

ヨナは神の命令により、「あと四十日でニネベは破壊される」。（ヨナ書3・4）と都で叫び、これを聞いたニネベの民は、罪を悔いて苦行を行う。これを見た神は、ニネベに災いをくだすのを止めた。

悔い改めの説教

町でミスコンテストが開催された。1位、2位が決定し、楽屋に退席した時のこと。2位の方が、1位の方の顔をめがけて硫酸をかけ、楽屋は大騒ぎとなる。硫酸をかけられた方は、すぐに町の病院に駆けこんだが、皮膚の移植手術が必要とのことから、東京の病院に入院することになる。

手術後、退院までには多少の日数が必要となり、担当したナースは近くの教会を紹介する。その後、手術の経過も良くなり退院。退院後、教会に行ったことがきっかけとなり、町の教会に行くようになった。

イースター（復活祭）当日、「あなたの顔に硫酸をかけた方を許しますか。」と牧師先生が尋ねられ、「許します」と答え、洗礼式が行われた。その後、受洗した方は顔に硫酸をかけた方を探したところ、隣町にいることがわかり、会って「わたしの不遜な態度から、あなたに硫酸をかけさせたわたしが間違っていました。許してください」と詫びる。硫酸をかけた方は、これがきっかけとなり、教会に行くようになり受洗。「あなたもこのようなクリスチャンになりたいとは思いませんか！」と

の言葉でこの説教が終わると、わたしの目から大粒の涙がボロボロと流れた。
（ラジオ放送ＦＥＢＣより）

3 イエスも洗礼をお受けになった。そして祈っておられると、天が開かれ、聖霊が鳩（はと）のような目に見える姿でイエスの上に降（くだ）り。（ルカ3・21～22）

受洗するということは、「これまでの生き方に従ってきたあなた方を、言い換（か）えれば、人を惑わす情欲に流されて堕落（だらく）しきった古い人を脱ぎ捨て、精神も霊も新しくされて、神にかたどって造られた、まことの義と崇高（すうこう）さを備えた新しい人を身にまとうということです」。（エフェソへの手紙4・22～24）

4 自分の子供に、善い物を与えることを知っている。それなら、天の父がご自分に求める者に聖霊を与えてくださるのは、なおさらのことである。（ルカ11・13）

聖霊に導かれるよう祈ってから行動する。

聖霊の効果

5 聖霊があなた方の上に降(くだ)るとき、あなた方は力を受けて、……地の果てに至るまで、わたしの証人となる。（使徒1・8）

聖霊によっていただく賜物(たまもの)は、人の生涯を一変させる大きな能力が与えられる。

6 何を言おうかと前もって心配することはない。ただその時、あなた方に示されることを語ればよい。語るのはあなた方自身ではなく、聖霊である。（マルコ13・11）

わたしが聖書朗読の奉仕をさせていただく際、聖霊の導きを求めてみ言葉を語らせていただく。

7 ある人には霊を通して知恵の言葉が、ある人には……知識の言葉が与えられ、ある人には……信仰が、ある人には……病気を治す特別の恵みが、また、ある人には奇跡を行う力、ある人には預言、ある人にはいろいろな霊を見分ける力、ある人にはさまざまな異言（いげん）、ある人にはその異言を解釈する力が与えられています。
（1コリントへの手紙12・8〜10）

恵みにはいろいろの種類がありますが、恵みをくださるのは同じ霊です。（1コリントへの手紙12・4）

体は一つでも多くの部分があり、体のすべての部分は多くあっても一つの体であるように、キリストの場合も同じです。実に、わたしたちは、ユダヤ人であれ、ギリシア人であれ、奴隷（どれい）であれ自由な身分の者であれ、洗礼を受けてみな一つの霊によって一つの体に組み入れられ、また、みな一つの霊を飲ませていただいたのです。
（1コリントへの手紙12・12〜13）

8 肉の指図（さしず）のままに生きる者は、肉のことを思い、霊に従って生きる者は、霊のことを思います。肉の思いは死であり、霊の思いは命と平和です。（ローマへの手紙8・5）

9 イエスは答えて仰せになった、「この水を飲む人はみな、また喉（のど）が渇く。しかし、わたしが与える水を飲む人は、永遠に渇くことがない。それどころか、わたしが与える水[※1]は、その人の中で泉となって、永遠の命に至る水が湧き出る。」（ヨハネ4・13〜14）※1・聖霊

神は主を通して、聖霊を私たちに豊かに注いでくださり、この恵みによって私たちは正しい者とされ、希望どおり、永遠の命を受け継ぐ者とされた。

10 生まれたばかりの乳飲み子のように、み言葉である清い乳を切に求めなさい。それによってあなた方が成長し、救いに至るためです。（1ペトロの手紙2・2）

聖霊が働いていることの確認

[11]霊の結ぶ実は、愛、喜び、平和、寛容、親切、善意、誠実、柔和、節制です。（ガラテヤへの手紙5・22～23）

聖霊が働いていることの確認は、このみ言葉の各項目をチェックしてみる。本能と力に引きずられ、心の欲するままに歩むな。（シラ書5・2）

いつも己の心を客観視することで、たとえ恐れ、不安、悲しみ、絶望、怒りの状態になろうとも、平常心「常に平らな心」「一の心」で歩めるようにする。節制は、肉体的な欲望や快楽を抑制するので、人を正しい方向に歩ませる源泉となる。

節制（自制・セルフコントロール）が働き出すのは何とも難しく、自分の所有欲により、財力、権力、地位、名誉などを次々に手に入れる。すると、これを守ろうとするので、冷静な判断が狂い出し、恐れ、不安、苦悩、怒りなどの雑念が生まれる。これが己の心を消極的にするので、無欲、執着心を無くし、無所有の心境が要る。

[12]霊の導きに従って生活しなさい。……肉の望むところは霊に反し、霊の望むところは肉に反するからです。肉と霊とが互いに対立しているので、あなた方は、望むことを行わないでいるのです。……肉の業は明らかです。すなわち、姦淫、猥褻、好色、偶像礼拝、魔術、敵意、争い、そねみ、怒り、利己心、不和、仲間割れ、妬み、泥酔、度外れた遊興、その他このたぐいです。（ガラテヤへの手紙5・16～21）

聖霊が継続して働くには

[13]あなた方は知らないのですか。あなた方は神の住まいであり、神の霊があなた方の中に住んでおられることを。もし、神の住まいを壊す者があれば、神はその人を滅ぼされるでしょう。神の住まいは聖なるものであり、あなた方はその神の住まいなのです。（1コリントへの手紙3・16～17）

私たちの体は神が住まわれる神殿なので、神にとって居心地の良い神殿にしておく。心のありようがその人の生涯を創ると言われており、心はいつもガラス張りにし

ておくことで、主と人に見られても恥ずかしくないよう、不動心や胆力を身につける。これにはまず、身辺整理から取り組む。

毎日、5分程度の整理整頓、拭き掃除などで、心をスッキリさせる。これにより自然体で歩む準備が整う。

褒められては有頂天となり、悪く言われては腐っていると、心は疲弊するので、何事にも一喜一憂することのない不増不減となる。苦悩になる要因は、人生における知恵や真理が掴めず、欲望や執着心があるからだろう。

平常心や一の心でいると、主の思いを胸騒ぎなどでキャッチすることができ、直観力や予知能力が養われる。

素直な心、柔軟な心となることで、何を見ても美しいな、と思えるし、苦しみから解放されたとか、救われたと思えてくる。これは、苦しみがなくなったわけではなく、安らぎの中にいるような感覚にさせてくれるので、不安・恐れ・悲しみ・怒りなどを抱くことも少なくなる。また、自己批判やわたしはダメな人間だ、と思うことや言わないこと。

14 掟を守る人は、神のうちに留まり、神もまた、その人のうちに留まります。神がわたしたちのうちに留まっておられることをわたしたちは、神がわたしたちに与えてくださった霊によって知るのです。（1ヨハネの手紙3・24）

15 子よ、罪を犯したのか。二度とこれを繰り返すな。過去の罪のために赦しを乞い願え。（シラ書21・1）

16 わたしたちが自分の罪を告白するなら、真実で正しい方である神は、わたしたちの罪を赦し、あらゆる不義からわたしたちを清めてくださいます。（1ヨハネの手紙1・9）

「自分の罪を公に言い表す」とは、「赦しの秘跡」のこと。これを行うことで、「『いと高き方よ、ありのままに申します、主よ、わたしの咎を。』その時、あなたはわたしの罪の咎を赦してくださいました。」（詩編32・5）受洗後においても、思い、言葉、

行い、怠り(おこた)によってさまざまな罪を犯し、これを繰り返すことで、罪への意識が薄まり、さらに罪を重ねるので聖霊が途絶える。この時、赦しの秘跡や人の過ちを許すことで、罪は赦される。また、人は無意識のうちに過ちを犯すことがあるので、回心(かいしん)へと導かれるよう、主に祈り求める。これらにより、心は洗濯(せんたく)され、汚れや垢(あか)が洗い流され、再び聖霊が注がれ出す。

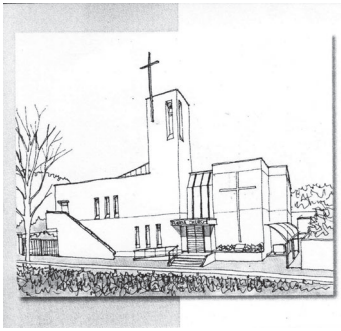
17 これからは、もう罪を犯してはならない。（ヨハネ8・11）

イエスが体を張って、罪の女を守り抜いた場面。
赦しの秘跡では、己の罪を全てさらけ出すと心はスキッとし、赦された罪は2度としない。

18 人の過ちを赦すなら、あなた方の天の父もあなた方を赦してくださる。（マタイ6・14）

主（イエス）は、十字架上で死の直前になっても、神に、「父よ、彼らをお赦しください。彼らは自分が何をしているのか分からないのです」。（ルカ23・34）と祈られた。また、イエスを3度知らない、と言って裏切ったペトロを赦された。

【讃美歌】　４９９　みたまよくだりて
【典礼聖歌】　１４７　天は神の栄光を語り
※カトリックのミサで使用する聖歌集



日本キリスト教団深谷教会

5 愛

[1]山を移すほどの完全な信仰があっても、愛がなければ、わたしは何ものでもない。たとえ、全財産を貧しい人に分け与え、たとえ、賞賛を受けるために自分の身を引き渡しても、愛がなければ、わたしには何の益にもならない。愛は寛容なもの、慈悲深いものは愛。愛は、妬まず、高ぶらず、誇らない。見苦しい振る舞いをせず、自分の利益を求めず、怒らず、人の悪事を数え立てない。不正を喜ばないが、人とともに真理を喜ぶ。すべてをこらえ、すべてを信じ、すべてを望み、すべてを耐え忍ぶ。愛は、決して滅び去ることはない。（1コリントへの手紙13・2～8）

わたしは、このみ言葉に永い間つまずいていた。わたしのような未完成な者がクリスチャンと呼ばれてよいのだろうか、呼ばれる資格もないし、お恥ずかしい限りだ。この思いから、いつしか「隠れキリシタン」の信仰生活を歩んでいた。

独身時代の寮生活において。日曜日の朝早く出かける姿を見て、「こんなに早く

どこへ行くの」との問いに、「ちょっとそこまで」と返事するのがやっとだった。

ある時、いつものように聖書を読んでいると、「わたしたちが神を愛したのではなく、神がわたしたちを愛して」（1ヨハネの手紙4・10）のみ言葉との出会いにより、弱くて不完全な今のわたしの有りようで良いのだ、との思いが妄想であったクリスチャンの衣を脱ぎ捨て、やっと自然体で歩めるようになった。

[2]わたしたちが神を愛したのではなく、神がわたしたちを愛して、わたしたちの罪のために、贖いの供え物として、御子を遣わされました。ここに愛があるのです。（1ヨハネの手紙4・10）

[3]わたしたちが愛を悟ったのは、イエスがわたしたちのために命を捨ててくださったからです。（1ヨハネの手紙3・16）

神は私たちを愛され、イエスをこの世に遣わし、イエスが十字架刑によって、私たちの罪は贖われた。これにより、神と人類との和解は成立し、新たな歩みが始まる。主は、「友のために命を捨てること、これ以上の愛を人は持ちえない。」（ヨハネ15・13）と語り、十字架の死をとおして、私たちに愛を示されました。

[4]力を尽くして、あなた方の信仰に徳を加え、徳に知識を、知識に節制を、節制に忍耐を、忍耐に信心を、信心に兄弟愛を、兄弟愛に愛を加えなさい。（2ペトロの手紙1・5〜7）

「徳」人が行う十四の心のありようと言われ、この道を歩むことを道徳。

[5]兄弟愛が保たれますように。手厚く旅人をもてなすことを忘れてはなりません。（ヘブライ人への手紙13・1〜2）

[6]愛をまといなさい。愛は完全さをもたらす帯です。（コロサイへの手紙3・14）

7 苦々しい思い、憤り、怒り、刺々しい声、ののしりを、すべての悪意とともに除き去りなさい。そして、互いに親切にし、慈しみの心をもって、心から赦し合う者となりなさい。（エフェソへの手紙4・31〜32）

8 人を謗らず、争わず、寛容で、すべての人に変わらぬ柔和を示さなければならない。（テトスへの手紙3・2）

9 「主よ、わたしの兄弟がわたしに罪を犯した場合、何度、赦さなければなりませんか。七回までですか」。イエスはお答えになった、「あなたに言っておく。七回どころか、七の七十倍までである。」（マタイ18・21〜22）

七の七十倍とあるのは、限りなく赦すこと。

惜[10]しんで僅かしか種を蒔かない者は、僅かしか刈り入れず、惜しみなく豊かに蒔く者は、豊かに刈り入れるのです。各々、いやいやながらとか、しなくてはならないからとか、というようにではなく、心の中でこうしようと思ったとおりに人に与えるべきです。快く与える人を、神は愛してくださるからです。（2コリントへの手紙9・6～7）

損得勘定からでなく、豊かに種を蒔くと、豊かに実る。「あなた方に蒔く種を与え、増やし、また、あなた方の慈しみが結ぶ実をますます大きくさせてくださいます。あなた方は、すべての点で豊かにさせていただき、惜しみなく人に物を与えるようになり、その行いはわたしたちを通して神への感謝の念を生じさせるのです。」（2コリントへの手紙9・10～11）「だから、あなたに言っておく。彼女の多くの罪が赦されたのは、彼女が多くの愛を示したことで分かる。少しだけ赦される者は、少ししか愛さない」。（ルカ7・47）

11 ペトロは三度も、「あなたはわたしを愛しているか」と尋ねられたので、悲しくなった。そして、言った、「主よ、あなたは何もかもご存じです。わたしがあなたを愛していることを、あなたはご存じのはずです」。イエスはペトロに仰せになった、「わたしの羊を養いなさい。」（ヨハネ21・17）

12 これらのわたし※1の兄弟、しかも最も小さな者の一人にしたことは、わたしにしたのである。（マタイ25・40）※1イエス

コルカタの聖テレサ（マザー・テレサ）は、イエスさまはいろんな人の仮面をかぶってわたしの前に現れる、と語る。

「受けるよりは与える方が幸いである。」（使徒20・35）

諺に、情けは人の為ならず、とある。人の面倒をみることの喜びは大きく、心にゆとりができるが、いつかわたしにも良いことが起こるであろうとの思いは禁物で「喜捨」を忘れない。

「喜捨」見返りを求めない。

13 自分を愛してくれる者を愛したからといって、あなた方に何の報いがあろうか。（マタイ5・46）

主は、悪人や善人を分け隔てすることなく太陽をそそぎ、雨を降らせる。愛することが出来ない人にこそ愛の火を灯せと言っている。

人は自分を愛し、自分の喜びや慰めを探し求めることには熱心だが、主の苦しみや死を見つめ、自己犠牲を忘れない。

野球の犠牲バントは、己を殺して他者を生かす絶妙な技。

14 憎しみは争いを引き起こし、愛はすべての罪を覆い隠す。（箴言10・12）

15 主はご自分を愛するすべての者を守り、悪い者らをことごとく滅ぼされる。（詩編145・20）

16 わたしのこの命令の目指すところは、清い心、曇りのない良心、偽りのない信仰から生じる愛です。（1テモテへの手紙1・5）

17 引き続き残るのは、信仰、希望、愛、この三つ。このうち最も優れているのは、愛。（1コリントへの手紙13・13）

【讃美歌】 243 ああ主のひとみ 【典礼聖歌】 322 愛といつくしみのあるところ

6 聖書

[1]聖書はすべて、神の霊感によるもので、人を教え、戒め、誤りを正し、義に導く訓練をするために有益です。（2テモテへの手紙3・16）人生の羅針盤

聖書は人生を歩む上での羅針盤と言われている。人生を歩んでいるといろんな問題に遭遇する。己の判断が正しいと思っても、主は言われる。「わたしの思いはお前たちの思いではなく、お前たちの道はわたしの道ではない。」（イザヤ書55・8）

まず聖書を開き、み言葉に従って行動する。その状況や場所に適したみ言葉の出会いが必要なら、ＭｙＢｉｂｌｅの出番となる。

聖書は創世記で始まり、ヨハネの黙示録で終わる。この黙示録から来世のありようを知ることができ、現世のありようを学んだ。

今は、み言葉を聞くことや暗記することの少ない時代となり、信徒数の減少や教会の閉鎖が起きている。今年で90歳になられる、祈りの家の瀬尾弘志牧師先生は、

「キリスト者が豊かな信仰生活を歩むための秘訣は、み言葉集を作り、み言葉を口ずさむ人になることです。」と言われた。

証し

竹内羊蔵さんが少年の時。古新聞を貼った駄菓子袋の煎餅をいただいていると、この新聞に「不思議な病院の紹介」の記事が目にとまる。場所は富士の裾野の御殿場にある神山復生病院。この病院長は設立以来外国人。患者は全て日本のハンセン病患者。日本人が嫌うハンセン病患者のために生涯を捧げる。

外国人が日本に来て、人のいやがるハンセン病患者のために一生を捧げ、なぜ悔いがないのだろうか、との疑問が湧く。

社会人となり、富士登山の帰りに神山復生病院を訪れるチャンスが与えられた。病院長のドルワール・ド・レゼー神父に、少年時代の疑問を話す。神父は棚から1冊の本を持ってこられ、「あなたの知りたい秘密はこの本の中にあります。いずこの国、どこの人であろうと関係はありません。全て兄弟姉妹です。私たちは隣人に

仕えるため、この地に遣わされているのです。」と聖書が渡される。

竹内さんは、「このような世界があったのか」と深く心を動かされ、帰京し聖書を買い求めて受洗する。後に、日本キリスト教団銀座教会の会堂建築委員長として活躍された。

[2]あらゆる汚れや溢れ出る悪を捨てて、あなた方の心に植えつけられたみ言葉を素直に受け入れなさい。み言葉には、あなた方の魂を救う力があります。（ヤコブの手紙1・21）

人生の岐路に立たされた時や試練に遭遇した時、己に与えられたみ言葉を旗印として行動することで、「主がヨセフとともにおられたので、彼の行うことはすべてうまくいった。」（創世記39・2）

[3]人はみな、草のようである。その栄えはすべての草花のようである。草は枯れ、花は散る。しかし、主の言葉は、とこしえに変わることはない。（1ペトロの手紙1・24～25）

人の生涯は、草花のように儚いが、み言葉は２０００年を経た今もなお、人種を越え、人々の心を支え、癒やし、励まし、「あなたの言葉はわたしの足のともしび、わたしの道の光。」（詩編１１９・１０５）

4 人はパンだけで生きるのではない。神の口から出るすべての言葉によって生きる。（マタイ・４・４）

積極的に生きていくには、良い言葉やみ言葉との出会いで、積極的に生きようとする力が湧く原動力となる。生きる拠り所や指針となる言葉との出会いを見逃さないよう、注意深く生きようとする態度こそが肝要。

行動する際は、嫌いだ、とか、うまくいけばいいのになぁ～、などとは言わず、好きになれない、とか、絶対にやってみせる、と言う。何故なら、否定的・消極的な言葉は実在意識にブレーキをかける。

「言霊（ことだま）」楽しいな、幸せだ、感謝だ、ついている。と言っているとこれが身に起こり、不平や不満や愚痴（ぐち）を言っていると、何故か不思議とこれが身に起きる。

5 天地は滅びるが、わたしの言葉は決して滅びない。（マタイ24・35）

人の思いは、貴賤（きせん）・貧富（ひんぷ）・生死によって変わるが、主のみ言葉は不変。

6 十字架の教えは、滅びてしまう者にとっては愚かしいことですが、救いの道を歩いているわたしたちにとっては神の力です。（1コリントへの手紙1・18）

人生を歩んでいると、不安・恐れ・苦悩との出合いで、選択や決断をする際、み言葉に従って行し、結果は神に任（まか）せる。

7 あなたの言葉はわたしの足のともしび、わたしの道の光。（詩編119・105）

モーセだけは主のもとに近づき、……モーセが民の所に来て、主のすべての言葉とすべての法とを語り聞かせたとき、民はみな、異口同音に答えて言った、「主が告げられた言葉をことごとく行います。」（出エジプト記24・2～3）

[8]神の言葉は生きており、力を発揮し、どんな両刃の剣よりも鋭く、精神と霊、関節と骨髄とを切り離すほどに刺し通して、心の思いや考えを見分けることができる。（ヘブライ人への手紙4・12）

ある大手食品会社社長は、神の御心にかなう歩みを決断し、右手に聖書、左手にドラッカー、孤独を恐れず、強さは揺るがない。

[9]イエスは弟子たちに仰せになった、「まだ、あなた方とともにいたころに話したとおり、わたしについて、モーセの律法と預言書、そして詩編に書き記されたことは、すべて成就されねばならない。」（ルカ24・44）

父より、「これがわたしの唯一の財産です。」と渡されたのが聖書。父と共にミサに与ることができた恵みに、今も感謝している。

【讃美歌】　３２１　わが主イエスよ
【讃美歌】　１８７　主よ、命の言葉を

カトリック麹町　聖イグナチオ教会

7 主の声を聞く

[1]雲の中から声が聞こえた、「これはわたしの愛する子。彼（イエス）に聞け」。（マルコ9・7）

甲斐政次牧師先生は、MyBibleⅣ（み言葉に生かされて）「朝祷会（ちょうとうかい）の恵み」と題した証しで、神は、わたしに男性の声で、「甲斐君頑張りなさい。」今度は女性の声で、「甲斐さん頑張りなさい。」との声を4度ほど聞く、とある。

現代において、主の声を直接聞くこともあるのだろう。わたしは胸騒ぎやふと思ったことは行ってみることにしている。これが意外と良い結果をもたらしてくれる。

「朝祷会」朝食祈祷会の略で、ビジネスマンが出社前に集い、賛美し、聖書を読み、証しをして祈り合い、朝食を共にして出社。わたしは、東京都千代田区神田

神田 YMCA 東京国際朝祷会

のＹＭＣＡにて開催された東京国際朝祷会に出席させていただいた。司会は竹内羊蔵氏、加藤亮一牧師、飯島藤十郎夫妻（山崎製パン創業者）と超教派（カトリック・プロテスタント）の方々や未信者の方が主なメンバーで、家族的な集いでした。

[2]わたしの声に聞き、わたしが命じるすべての言葉を行え。そうすれば、お前たちはわたしの民となり、わたしはお前たちの神となる。（エレミヤ書11・4）

お前たちに新しい心を与え、新しい霊をお前たちの内に置く。……わたしの掟に従わせ、わたしの定めを守り行わせる。……お前たちはわたしの民となり、わたしはお前たちの神となる。（エゼキエル書36・26～28）

[3]あなた方は信じない。わたしの羊ではないからである。わたしの羊はわたしの声を聞き分ける。わたしも彼らを知っており、彼らはわたしに聞き従う。（ヨハネ10・26～27）

羽生善治名人は、対局に臨む前、「玲瓏」（鏡のように澄み渡った情景を思い描く）を心に描き、平常心にするという。このような心になると雑念や妄想は消され、真の道を知ることができるのであろう。

[4]主よ、お話しください。あなたの僕は聞いております。（サムエル記上3・9）

イエスの種蒔きのお話で、「種を蒔く人が種蒔きに出ていった。蒔いているうちに、ある種は道端に落ち……ほかの種は岩の上に落ち……ほかの種は茨の中に落ち……ほかの種は善い地に落ちた。やがて生長し、百倍の実を結んだ」。語り終えると、イエスは、「聞く耳のある者は聞きなさい」と声高く仰せになった。……「この喩えの意味はこうである。種は神の言葉である。道端のものとは、一応はみ言葉を聞く人々のことである。しかし、その人々が信じて救われることがないよう、悪魔が来て、彼らの心からみ言葉を奪い取る。岩の上のものとは、み言葉を聞いて、喜んで受け入れるが、彼らには根がないので、しばらくは信じても、試みに遭うと、離

れ去ってしまう人々のことである。茨の中に落ちたものとは、み言葉を聞いても、生活の中で、日々の思い煩い、富、楽しみに覆われて、実が熟するまでに至らない人々のことである。善い地のものとは、正しく善い心をもってみ言葉を聞き、これを固く保って、忍耐のうちに実を結ぶ人々のことである」。（ルカ8・4～15）

典礼聖歌「ガリラヤの風かおる丘で」の歌詞に「恵みのみ言葉をわたしにも聞かせてください」と賛美するたび、わたしも神の声を聞かせてください、と何度思ったことか。

5 善い土地に蒔かれたものとは、み言葉を聞いて受け入れ、ある者は三十倍、ある者は六十倍、また、ある者は百倍の実を結ぶ。（マルコ4・20）

豊かな実を結ぶ人たちは、み言葉を聞いて実践するので、「金よりも純金よりも尊く、わたしの産み出すものは、選り抜きの銀に勝る」。（箴言8・19）心が頑なで、いろいろと言い訳をし、行動が伴わないと、いただける実りを逃す。

[6]シモンは答えた、「先生、わたしたちは夜通し働きましたが、何も捕れませんでした。しかし、お言葉ですから、網を下ろしてみましょう」。そして、そのとおりにすると、おびただしい魚が掛かり、網が裂けそうになった。（ルカ5・5〜6）

イエスがゲネサレト湖畔に立っていたときのこと。漁で疲れたシモンの顔を見たイエスは、「沖に漕ぎ出し網を降ろし、漁をしなさい」と言う。シモンはこれを素直に聞き入れ、沖で網を降ろすと、おびただしい魚が捕れた場面。

[7]まず、それでわたしのために小さいパン菓子を作り、わたしの所へ持って来てください。その後であなたと息子のために作りなさい。……やもめは行ってエリヤの言葉どおりにした。……主がエリヤを通して仰せになった言葉どおり、壺の粉は尽きず、瓶の油もなくならなかった。（列王記上17・13〜16）

[8]エリサベトは聖霊に満たされて、声高らかに叫んで言った、「あなたは女の中で祝福された方。……主から告げられたことが成就すると信じた方は、ほんとうにお幸せなことです。」（ルカ1・41〜45）

主はモーセに次のように告げられた、「わたしはイスラエルの人々の不平を聞いた。彼らにこう告げよ、『お前たちは夕暮れには肉を食べ、朝にはパンを飽きるほど食べる。そしてお前たちは、わたしがお前たちの神、主であることを知るようになる』」。夕方になると鶉（うずら）が飛んできて宿営地を覆い、朝には宿営地の周りに露が降りていた。……これを見て、イスラエルの子らは「これは何だろう」と互いに言い合った。……モーセは彼らに言った、「これは主があなたたちの食べ物として与えてくださったパンである。」（出エジプト記16・11〜15）

[9]マリアは主の足元に座って、その話に聞き入っていた。……主はお答えになった、「マルタ、マルタ、あなたは多くのことに思い煩（わずら）い、気を使っている。しかし、必要なことは、ただ一つだけである。マリアはその善いほうを選んだ。」（ルカ10・39〜42）

10 今日、もし、あなた方が神の声を聞くなら、心を頑なにしてはならない。荒れ野での試みの日に神に背いた時のように。（ヘブライ人への手紙3・7～8）

頑固なイスラエルの民に、「心を頑なにしてはならない、メリバにいた時のように、荒れ野のマサにいた日のように。」（詩編95・8）民は頑なに水を求め、モーセには為す術もなく、神に祈ると水が与えられた。

人生において、試練や誘惑には数限りなく出合う。その都度、み言葉に聞き従う。

11 わたしの口から出る言葉は、わたしが望むことを行い、わたしが託した使命を成し遂げずにむなしくわたしに戻ることはない。（イザヤ書55・11）

主の言葉が彼に臨んだ、「その者がお前の跡を継ぐことはない。お前自身から生まれる者が跡を継ぐ。」主は彼を外に連れ出して仰せになった、「天を仰いでみよ。

星を数えられるなら、数えてみよ」。また彼に仰せになった、「お前の子孫はあのようになる。」アブラムは主を信じた。（創世記15・4～6）

「大地のすべての国民はお前の子孫（しそん）を通して祝福される。お前がわたしの声に聞き従ったからである。」（創世記22・18）受洗者は全てアブラハムの子孫となるのであろう。

【典礼聖歌】　75　神よあなたのことばは
【希望】　14　ガリラヤの風かおる丘で
※朝祷会で使用する聖歌集

日本キリスト教団　福岡城東橋教会

8 神の国

[1]わたしたちの国籍は天にあり。（フィリピへの手紙3・20）天はわたしの玉座（ぎょくざ）、地はわたしの足台である。（使徒7・49）

[2]「天の国はまた、善い真珠を探し求める商人に似ている。高価な真珠を一つ見出すと、商人は自分の持ち物をことごとく売りに行き、それを買った。」「天の国はまた、海に投げ入れられてあらゆる魚を捕る網に似ている。網がいっぱいになると、人々は岸に引き上げる。そして座って、善いものは器に集め、悪いものは外に捨てる。代の終わりもこのようになる。」（マタイ13・45〜49）

また、仰せになった、「神の国は人が大地に種を蒔くようなものである。種を蒔く人が夜昼、寝起きしているうちに、種は芽を出し生長する。しかし、種を蒔いた人はどうしてそうなるかを知らない。大地は自ら働き、初めに苗、次に穂、次に穂

の中に豊かな実を生ずる。実が熟すと、種を蒔いた人はただちに鎌を入れる。刈り入れの時が来たからである」。（マルコ4・26〜29）

[3]イエスはお答えになった、「よくよくあなたに言っておく。人は水（洗礼）と霊によって生まれなければ、神の国に入ることはできない。」（ヨハネ3・5）

受洗することで、天国行きの普通乗車券の切符を手にする。これを特急の乗車券にするには。

[4]イエスは仰せになった、「わたしは道であり、真理であり、命である。わたしを通らなければ、誰も父のもとに行くことはできない。」（ヨハネ14・6）

天の父のもとに行くには、イエスが用意された道を通るしかなく、「わたしは門である。わたしを通って入るなら、その人は救われる。」（ヨハネ10・9）

「狭い門から入りなさい。滅びに至る門は広く、その道は広々としていて、そこから入る人は多い。しかし、命に至る門は何と狭く、その道は細いことか。そして、それを見出す人は少ない」（マタイ7・13〜14）

真理や真実を知ろうとしてこれを探し求めるが、執着心や妄想があると、これを見出す人は少ない。

5 あなた方によく言っておく。幼子（おさなご）のように神の国を受け入れる者でなければ、決してそこに入ることはできない。（マルコ10・15）

6 わたしに向かって、『主よ、主よ』と言う者がみな、天の国に入るのではない。天におられるわたしの父のみ旨を行う者だけが入るのである。（マタイ7・21）

「もしあなた方の義が、律法学者やファリサイ派の人々の義に勝るものでなければ、あなた方は決して天の国に入ることはできない」（マタイ5・20）

神と人とが一致し、結び合わされているところが天国のようだ。

7 神の国は食べたり飲んだりすることではなく、聖霊によって与えられる義と平和と喜びなのです。（ローマへの手紙14・17）

受洗により、私たちに聖霊が注がれ、互いに許し合い思いやるところに、平和と喜びが訪れる。

8 神の国は目に見える形で来るのではない。また、『見なさい、ここに』とか、『あそこに』とか言えるものでもない。神の国は、実にあなた方の間にある。（ルカ17・20～21）

互いに向き合っている者同士が、思いやり理解し合うところが神の国となる。

【讃美歌】 488 はるかにあおぎ見る 【讃美歌】 355 主を仰ぎ見れば

9 救い

[1]アブラハムの子、ダビデの子であるイエス・キリストの系図。（マタイ1・1）

この系図から、アブラハムからイエスの誕生に至るまでの、神の救いの御業を新たにした。

「わたしはお前を大いなる国民にする。わたしはお前を祝福し、お前の名を高める。お前は祝福の基（もと）となる。わたしはお前を祝福する者を祝福し、お前を呪（のろ）う者を呪う。お前を通して、地上のすべての民族は祝福される」（創世記12・2〜3）

[2]キリストが、聖書に書いてあったとおりにわたしたちの罪のために死んでくださったこと、葬（ほうむ）られたこと、また、聖書に書いてあったとおりに三日目に復活した。（1コリントへの手紙15・3〜4）

[3]実に、神は独り子をお与えになるほど、この世を愛された。独り子を信じる者が一人も滅びることなく、永遠の命を得るためである。（ヨハネ3・16）

4 永遠の命とは、唯一のまことの神であるあなたを知り、また、あなたがお遣わしになったイエス・キリストを知ることです。（ヨハネ17・3）

5 神は、すべての人が救われて、真理を深く悟るようになることを望んでおられます。神は唯一であり、神と人との間の仲介者もまた、人であるキリスト・イエス、ただおひとりです。（1テモテへの手紙2・4～5）

わたしのほかに神はいない。正義の神、救う者は、わたしをおいてほかにはいない。地のすべての果てよ、わたしのほうに向きを変えよ。そうすれば、救われる。（イザヤ書45・21～22）

6 口で、イエスは主であると宣言し、心で、神はイエスを死者の中から復活させたことを信じるなら、あなたは救われるからです。（ローマへの手紙10・9）

[7]わたしたちの主イエス・キリストを死者の中から復活させた方を信じ、その信仰は、わたしたちが義とされるのにふさわしいとみなされることになるのです。イエスは、わたしたちの罪の故に死に渡され、わたしたちを義とするために復活させられたのです。（ローマへの手紙4・24〜25）

[8]わたしは福音を恥としません。福音はユダヤ人をはじめ、ギリシア人にも、信じるすべての人の上に救いをもたらす神の力だからです。（ローマへの手紙1・16）

主のことで、わたしは大いに喜び、わたしたちの神のことで、わたしの心は弾（はず）む。まことに、主は、わたしに救いの衣を身につけさせ、正義のマントをまとわせてくださった。花婿（はなむこ）が栄冠で、花嫁が宝石で身を飾るように。（イザヤ書61・10）

【讃美歌】 260 千歳の岩よ 【典礼聖歌】 64 神はわたしを救われる

10 価値あるもの

[1]銀よりも、わたしの教えを選べ。純金よりもむしろ知識を選べ。知恵は珊瑚に勝り、どのような好ましいものも、これとは比べものにならない。（箴言8・10～11）

富が人生において望ましい宝であるなら、どんなことにも万能な知恵に勝る富があるだろうか。賢慮がものを作り出すとすれば、万物の中で、知恵に勝る造り手がいるだろうか。人がもし義を愛するなら、知恵の働きの実りこそ徳である。知恵は節制と賢明、正義と剛毅を教える。人生において、これらよりも人に益するものはない。また、もし人が広い体験を得ようと望むなら、知恵こそが昔を知り、未来を推し量り、言葉のあやを悟り、謎を解き、徴と不思議、季節と時代の移り変わりを予見する。（知恵の書8・5～8）

[2]知恵は純金をもってしても得られず、銀をもってしてもその値は計ることができない。（ヨブ記28・15）

知人にあなたの宗教は、とお尋ねすると、わたしは無宗教です。とか、無神論者です。との返事が返ってくる。はたしてそうだろうか。お正月には初詣に行き、厄年だとか言っており、多くの方は○○○教の信徒になっているようだ。○○○があれば安心し、○○○がなければ憂う。○・マネー

[3]わたしは知恵を王笏や王位よりも尊び、それに比べれば富も無に等しいと思った。（知恵の書7・8）

主の知恵や知識は、人が得る中で最も甘美で有益に満ち、己の器を大きくする。

[4]知恵と知識のすべての宝は、このキリストの中に隠されている。（コロサイへの手紙2・3）

上からの知恵はまず第一に清く、次に平和で、寛容で、温順なものであり、憐れみと善い実に満ち、偏見はなく、偽りのないものです。（ヤコブの手紙3・17）

5 わたしは、学んだことを実践しようと、心に定め、熱心に善業に励んだ。それでわたしは恥を受けることは決してないだろう。（シラ書51・18）

知恵を欲するなら掟を守れ。主は、それをお前に惜しみなく与えてくださる。（シラ書1・26）

6 知恵ある者はその知恵を誇るな。力ある者はその力を誇るな。富める者はその富を誇るな。（エレミヤ書9・22）

7 神は彼に仰せになった、『お前はこのように求め、自分のために長寿を求めず、富を求めず、また、お前の敵の命を求めずに、正しい裁きを行う判断力を求めたので、見よ、わたしはお前が求めたとおりにしよう。見よ、わたしはお前に賢い英明な心を与える。お前の前にお前と並ぶ者は誰もなく、お前の後にも並ぶ者は出ないであろう。』（列王記上3・11～12）

ソロモン王が、神に知恵を求め、神はこの祈りを聞かれ、ソロモン王朝の幕開けとなる。

シェバの女王は、ソロモン王の知恵を知るため、黄金・宝石・香料を土産に王の宮殿を訪ねた。

ソロモン王は、一人の子に二人の母がいることの裁定を行った。

[8]主への畏れは知恵の初め。それを行う者はみな悟りを得る。（詩編111・10）

主を畏れることは命の泉。これによって、人は死の罠から逃れる。（箴言14・27）

父はわたしに教えて言った、『わたしの言葉をお前の心に固く保ち、わたしの命令を守れ。そうすればお前は生きる。知恵を得よ。悟りを得よ。わたしの口から出る言葉を忘れるな。それからそれるな。知恵を捨てるな。それがお前を守る。知恵を愛せよ。それがお前を保ってくれる。』（箴言4・4～6）

9 主を畏れる者は、終わりを全うし、臨終の時には、祝福を受けるであろう。（シラ書1・13）

主を畏れ、素直な心は、あなたを強く・正しく・聡明にし、客観的に世の中を捉えられ、融通無碍な人間になることで、知恵が得られる。

「融通無碍」何事にもとらわれることのない自由であるさま。

現代社会において、神への畏敬の念を抱くについては、ＭｙＢｉｂｌｅＶ　特別企画「カラダをとおして神を知る」「神と出会っていた科学者たち」に記した。

10 最後に、すでに耳にしたすべてのことを要約すると、こうなる。神を畏れ、その掟を守れ。これは、すべての人間のなすべきことである。（コヘレト12・13）

11 主を畏れることは、悪を憎むことである。わたしは、高ぶりと、驕りと、悪の道と、ひねくれた口とを憎む。（箴言8・13）

傲慢や驕りのある人は、己の能力が褒められることや持ち物を高く評価されることはなく、他人が自分と同じものを持っていると、不快感を覚えるようだ。

12 富と力は心を引き立てる。しかし、このいずれにも勝るものは、主を畏れることである。主に対する畏れがあれば、足りないものは一つもない。これがあれば、もはや、助けを求める必要はない。主を畏れることは、祝福に満ちた楽園のようであり、どのような誉れにも勝る守りである。（シラ書40・26～27）

13 アブラハムは手を伸ばして刃物を取り、息子を屠ろうとした。その時、主の使いが天から、「アブラハム、アブラハム」と呼びかけた。アブラハムが、「はい」と答えると、み使いは言った、「その子供に手を下すな。何もするな。今こそわたしは、お前が神を畏れ、お前の息子、お前のひとり子さえもわたしのために惜しまないことが分かった」。アブラハムが目を上げて見ると、角をやぶに引っ掛けている一匹

の雄羊がいた。アブラハムは行ってそれを捕らえ、息子の代わりに焼き尽くす献げ物としてささげた。（創世記22・10〜13）アドナイ・エレ

神はアブラハムに、「あなたの子孫は空の星、浜の真砂（まさご）となるであろう」と言われた。だが神は、アブラハムにイサクを燔祭（はんさい）として捧げよ、と告げる。神を畏れるアブラハムはこのみ言葉通りに、イサクを燔祭として捧げる場面。

14 わたしは、わたしを愛する者を愛する。わたしを熱心に捜（さが）し求める者は、わたしを見出す。富と誉れはわたしとともにある。朽（く）ちることのない財宝と繁栄も、わたしとともにある。（箴言8・17〜18）

※1 わたしが手がけたすべての業と、労苦して手に入れた成果を振り返ってみると、見よ、それらすべては空しく、風を追い求めるに等しかった。日の下には役に立つものは何一つなかった。（コヘレト2・11）※1・偉大で裕福な者

15 さげすまれたのは、わたしにとって善いことでした、あなたの掟を学ぶために。あなたの語る教えはわたしにとって善いものでした、いく千の金銀にも勝って。（詩編119・71〜72）

16 わたしは、わたしの主キリスト・イエスを知ることの素晴らしさの故に、すべては損失だと思っているのです。わたしはこのキリストの故にすべてを失いました。しかし、それらのことなどは屑にすぎなかったと思っています。（フィリピへの手紙3・8）

イエスを知ることで、今までの価値観は一変した。

【希望】90　キリストにはかえられません　【讃美歌】332　主は命を与えませり

11 真の幸福

「現生幸就（げんせこうじゅ）」主は、私たちが現世を生きる上で、真の幸福が成就するよう、この歩み方について記している。

1 真の幸福とは

(1) 人は死や死後への不安や恐れに襲われますが、受洗することで、天国行きの切符を手にし、永遠の命が与えられるので、これへの不安や恐れから解き放たれる。

(2) 現世において、欲望[※1]を達成させようとの思いが変えられ、悔悛（かいしゅん）によって、他責から自責への思いとなり、キリスト者が自律した人へと導かれ、主に祝福された人生になる。

※1・食欲、名誉欲、財欲、色欲、睡眠欲、所有欲。

[1]主の教えを喜び、昼も夜もその教えを口ずさむ人。その人は流れのほとりに植えられた木、時が来れば実を結び、葉もしおれることがなく、その業はみな生い茂る。
（詩編1・2〜3）

主は、み言葉を「口ずさむ人」になることで、時が来るとその人の業は全て繁栄をもたらすと、約束されている。

人生における最終の目的地として、「小羊の婚宴（こんえん）に招かれた者は幸い。」（ヨハネの黙示録19・9）

み言葉を口ずさむ人には

①今までに出会ったみ言葉集を作り、覚えやすい章・節からみ言葉を選定し、み言葉を声に出し、章・節まで覚えることで、み言葉が心に宿る。

②み言葉を心に蓄える人には、霊的・信仰的な深さが増し加えられる。

③聖書の理解、霊的・信仰体験が豊かになり、証しが語れるようになる。

瀬尾弘志牧師先生は①～③について、信徒が実践出来るように指導された。

[2]主がヨセフとともにおられたので、彼の行うことはすべてうまくいった。……主が彼とともにおられ、彼が何を行っても、主が成功させてくださったからである。（創世記39・2、23）

主が共におられることが実感できるようになると、主は全てうまく計ってくださる。

[3]あなた方は、わたしたちの主イエス・キリストの慈しみを知っているからです。主は豊かであられましたが、あなた方のために貧（まず）しくなられた、という慈しみです。ご自分の貧しさによってあなた方を豊かにしようとされたのです。（2コリントへの手紙8・9）

「慈悲（じひ）」苦しみや苦難を取り去り、幸せを与える。

4天の下のすべてのものには、その時期があり、すべての営みにはその時がある。生まれるのに時があり、死ぬのに時がある。……人は労苦して働いて、どのような益を得るのだろうか。わたしは、神が人の子らに労苦するようにお与えになったつらい仕事を見た。神はすべてのものを、その時にかなったものとして美しく造られた。また、人の心に、永遠への思いを授けられた。しかし、人は神の業を、その初めから終わりまで見極めることはできない。わたしは知った。人は生きている間、喜び楽しんで暮らす以上に幸せなことはほかにはない。（コヘレト3・1〜12）

主は、全ての出来事については計画済みで、価値のある知恵や知識の宝は既に用意されている。

2幸福への歩み方とは

(1)主に祝福された人生＝主と聖霊で繋がる＋イエスに倣ったみ言葉の実践＋因果益成。

①すべて善い木は善い実を結び、悪い木は悪い実を結ぶ。（マタイ7・17〜18）

「因果応報」本人の直接要因から、善い行いは善い結果となり、悪い行は悪い結果となる。

②道端に蒔かれたものとは、悪い者が来て、その人の心に蒔かれたものを奪ってしまう。岩地に蒔かれたものとは、み言葉を聞いてすぐに喜んで受け入れるが、すぐに喜んで受け入れるが、……すぐにつまずく。茨の中に蒔かれたものとは、……この代の思い煩いや富の誘惑がみ言葉を覆い、実を結ばない人。善い地に蒔かれたものとは、み言葉を聞いて悟り、あるもの は百倍、六十倍、三十倍の実を結ぶ人。（マタイ13・18～23）

豊かな実りある人生＝間接要因（他人や他の要因）＋直接要因との組合せ。

「因果益成」悪い行いで、悪い結果になっても、「主は全てを益としてくださる。」（ローマ書8・28）「わたしのしていることは、今あなたには分からないが、後になれば分かる。」（ヨハネ13・7）

③あなた方がわたしのうちに留まっており、わたしの言葉が、あなた方のうちに留まっているなら、望むものを何でも願いなさい。そうすれば、かなえられる。（ヨハネ15・7）

願いは叶う＝主と聖霊で繋がる＋イエスに倣った（心・言葉・行動・祈り）み言葉の実践。

⑵信仰は聞くことから始まります。（ローマへの手紙10・17）

日曜日には教会に行き、み言葉や説教を聞き、信仰を鍛錬する。

【讃美歌】　３１２　いつくしみ深き

【典礼聖歌】　９８　しあわせな人

灯台の聖母トラピスト大修道院

12 賛美

[1]後(のち)の代のために、このことを書き記し、新しく造られる民に主をたたえさせよ。（詩編102・19）

ハレルヤ。主の僕らよ、たたえよ、主の名をたたえよ。（4詩編113・1）

祈りの最初は、主の御名(みな)を賛美します。で始めている。

[2]わたしは神に寄り頼み、み言葉をたたえます。主に寄り頼み、み言葉をたたえます。（詩編56・11）

北海道にあるトラピスチヌ修道院では、起床すると「わたしの唇(くちびる)を開いてください。わたしの口はあなたの誉(ほま)れを宣べ伝えましょう。」（詩編51・17）この賛美で一日が始まるという。

[3]もてなしにあずかった時のように、わたしの魂は満ちたり、唇（くちびる）は喜び歌い、口はあなたをたたえます。（詩編63・6）

[4]わたしは命のあるかぎり主をたたえ、永らえるかぎりわたしの神をほめ歌う。（詩編146・2）

陽（ひ）が昇る時から、陽が沈む時まで、主の御名（みな）が賛美されますように。

【讃美歌】7　主のみいつとみ栄えとを　【典礼聖歌】130　主をたたえよう

13 従順

[1]キリストは神の身でありながら、神としてのあり方に固執しようとはせず、かえって自分をむなしくして、僕の身となり、人間と同じようになられました。その姿はまさしく人間であり、死に至るまで、十字架の死に至るまで、へりくだって従う者となられました。（フィリピへの手紙2・6～8）

イエスは、神に従順であったので、今もなお救い主として崇められている。

[2]マリアは答えた、『わたしは主のはしためです。お言葉どおり、この身になりますように』。（ルカ1・38）

大天使ガブリエルがマリアに、「あなたは神の子を宿すであろう」と語った時のマリアの言葉。

[3]労苦し、重荷を負っている者はみな、わたしのもとに来なさい。休ませてあげよう。わたしの心は柔和で、謙遜であるから、わたしの軛を受け入れ、わたしに学びなさい。そうすれば、あなた方は魂の安らぎを見出す。（マタイ11・28～29）

「軛」２頭の牛をつなぐ道具で、これを着けることで、左右、前後、停止が同時に行え、農作業などがはかどる。片方がイエスであれば、この動きに合わせればよい。

[4]『神は高ぶる者に逆らい、へりくだる者に恵みをお与えになる』と言われています。ですから、神に従い、悪魔に立ち向かいなさい。そうすれば、悪魔はあなた方から逃げ去ります。（ヤコブの手紙4・6～7）

【讃美歌】３６５　わが主イエスよ　【讃美歌】３６６　父の御神よ

14 謙虚

[1]あなたが施しをする時には、右の手のすることを左の手に知らせてはならない。これは、あなたの施しを隠しておくためである。そうすれば、隠れたことをご覧になるあなたの父が報いてくださる。（マタイ6・3〜4）

人前で行動をする際は、自分がしていることを、人には目立たないようにしたい、との思いは、主は既に知っておられる。

「陰徳陽報」隠れてする善い行いは、陽のあたるところで報われる。

『正義をもって施すことは、不義をもって富むことよりも善いことです。施しをすることは、金を貯えることよりも善いことです。施しは人を死から救い、すべての罪から清めます。施しをする人々は長寿を楽しむでしょう。しかし、罪と不義とを行う者は自分の魂の敵なのです。』（トビト記12・8〜10）

人は一人で生きていくことはできず、誰かに支えられ、お世話になっている。人

にとって辛いのは、自分はこの世で必要とされていないと思うこと。この思いを抱かないためには、今度は自分が精一杯努力して、恩返しをする番だ、と思って行動をする。ただ、この思いが相手に届かないこともある。

2『誇る人は主において誇れ』ということです。受け入れられるのは自分を売り込む者でなく、主が推薦してくださる人なのです。（2コリントへの手紙10・17～18）

3人よ、何が善いことか、主が何を求めておられるかは、お前に告げられたはずだ。正義を行い、慈しみを愛すること、へりくだって神とともに歩むこと、これである。（ミカ書6・8）

竹内羊蔵氏（日本キリスト教団銀座教会 会堂建築委員長）が、ある食品会社から招聘された時に与えられたみ言葉。このみ言葉に従って歩まれ、当初の目的は達成された。

4 自分は当然このようなものだと思う以上に自分を過大に評価せず、神が各々に分け与えてくださった信仰の度合いに応じて自分を評価し、程よく見積もるようにしなさい。（ローマへの手紙12・3）

5 若い人々よ、長老たちに従いなさい。また、みな互いに謙遜（けんそん）の徳を身につけなさい。『神は高ぶる者に逆らい、へりくだる者に恵みをお与えになる』からです。（1ペトロの手紙5・5）

6 誰でも自ら高ぶる者は下げられ、自らへりくだる者は上げられる。（ルカ18・14）

一歩下がって道を譲（ゆず）り、与えられたことには素直に喜ぶ。

7 あなた方も命じられたことをすべて果たしたとき、このように言いなさい、『わたしたちは取るに足りない僕です。なすべきことを果たしたにすぎません。』（ルカ17・10）

仕事や奉仕などを依頼されたなら、自分に合ったことを行うことで、主の御名が崇(あが)められる。これを果たし終えた時、『わたしは塵芥(ちりあくた)にすぎないものです。』（創世記18・27）わたしはなすべきことをしただけです、と。

【讃美歌】　２８４　主の尊きみ言葉は

【讃美歌】　２８５　主よ、み手もて

鳥飼バプテスト教会

15 奇跡

イエスは、貧しい馬小屋で生まれ、飼い葉桶に寝かされた。その後、聖家族として歩まれ、およそ30歳で宣教活動を開始。最初の奇跡はガリラヤのカナでの婚礼で、水を葡萄酒に変えられた。

宣教活動では、苦しみや悲しみのある人、どん底で生きている人、徴税人やさげすまれた人たちと大飯を喰らい大酒を飲みながら、生きている人に喜びや慰めを与え、ホッとさせ、楽しくさせたイエス。イエスが行った奇跡の数々は、まさに神の業。

イエスの3年半程の宣教活動に対し、律法学者などから反感を買い、イエスは十字架刑で死に、3日目に復活した後、「いと高き所において、威光ある方の右の座にお着きになりました。」（ヘブライ人への手紙1:3）

[1]ぶどう酒がなくなりかけたので、母はイエスに、『ぶどう酒がありません』と言った。……イエスは給仕たちに、『水瓶に、水をいっぱい入れなさい』と仰せになった。

彼らは水瓶の縁まで水でいっぱいにした。イエスが、『さあ、それをくんで、宴会の世話役の所に持って行きなさい』と仰せになると、彼らはそれを持って行った。世話役は、ぶどう酒になった水を味わってみた。……イエスは最初の徴[※1]としてガリラヤのカナで行い、ご自分の栄光を現された。そして、弟子たちはイエスを信じた。（ヨハネ2・3〜11）※1奇跡

[2]五つのパンと二匹の魚を取り、天を仰いで賛美をささげ、パンを裂いて、弟子たちにお渡しになった。弟子たちはそれを群衆に配った。……食べたのは女と子供を除いて、およそ五千人であった。（マタイ14・19〜21）

食べ残ったパンくずを集めると、12の籠が一杯になったという。

[3]イエスは艫のほうで、枕をして眠っておられた。弟子たちはイエスを起こして、『先生、わたしたちがおぼれ死んでも、かまわないのですか』と言った。イエスは起き

上がって風を叱りつけ、湖に向かって仰せになった、『黙れ、鎮まれ』。すると風はやみ、大凪となった。（マルコ4・38〜39）

激しい突風が起こり、船は大波をかぶり、今にも沈みそうになった時、イエスは嵐を叱り、湖を凪にした場面。

4 『わたしはあなたに言う。起きなさい。あなたの寝床を持って家に帰りなさい』。すると、その人はただちに起き上がり、寝床を持って、みなが見ている中を出ていった。そこで、すべての人は驚嘆し、神をほめたたえて、『このようなことは、今まで見たことがない』と言った。（マルコ2・11〜12）

4人の男が中風の人を運んで来たが、群衆に阻まれイエスの所に連れて行くことができず、屋根をはがして穴を開け、病人が寝ている床をつり降ろす。イエスは病人に、「起き上がって家に帰りなさい」と言うと、病人は起きて歩き出した場面。

[5]イエスは大声で、『ラザロ、出てきなさい』と叫ばれた。すると、死んでいた人が手と足を布で縛られたまま出てきた。顔の周りは手ぬぐいで包まれていた。イエスは人々に『ほどいてやって、行かせなさい』と仰せになった。（ヨハネ11・43～44）

ラザロが亡くなってから4日ほど経つ。イエスが、「ラザロ、出てきなさい」と大声を出すと、ラザロが生き返った場面。

[6]イエスは答えて仰せになった、『帰って、あなた方が見たり聞いたりしたことを、ヨハネに告げなさい。目の見えない人は見え、足の不自由な人は歩き、重い皮膚病の人は清められ、耳の聞こえない人は聞こえ、死者は生き返り、貧しい人は福音を告げられている。』（マタイ11・4～5）「イエスの行われたことは、このほかにもたくさんある。その一つ一つを書き記すなら、世界さえも、その書かれた書物を収めきれないであろう。」（ヨハネ21・25）

その子をイエスと名付けなさい。この子は自分の民を罪から救うからである。（マタイ1・21）

「名は体を表す」イエスは、神は救う。キリストは、油注がれた者。

【讃美歌】　494　わが行く道　【讃美歌】　339　君なるイエスよ

カトリック鶴岡教会天主堂

16 感謝

[1]主に感謝せよ、主は恵み深い。主の慈(いつく)しみは永遠(えいえん)。
神々の神に感謝せよ。主の慈しみは永遠。
もろもろの主の主に感謝せよ。主の慈しみは永遠。
主ただひとり大いなる不思議な業を行われる。主の慈しみは永遠。
主は知恵をもって天を造られた。主の慈しみは永遠。
水の上に大地を広げられた。主の慈しみは永遠。
大きな光るものを造られた、主の慈しみは永遠。
昼を司(つかさ)どる太陽を、主の慈しみは永遠。（詩編136・1～9）

2011年3月11日に発生した東日本大震災から学んだのは、主は、人が生きていく上で必要なものを、日々豊かに与えておられるのを当たり前と思って感謝を忘れ、先々のことが成就(じょうじゅ)した時に感謝をしていた。

母は88歳で帰天する。帰天前の数年間は、見えない、聞こえない、話せない、食べられない（胃瘻）、動けない状態。母より学んだことは、健康、食後の感謝、そして、わたしにも死が訪れること。わたしは目が覚めると、その場で新しい日を迎えられたことへの感謝を捧げている。

わたしは右眼の網膜硝子体手術を行う。手術によって取り出された水晶体（レンズ）を手にした時、このような精緻巧妙なレンズが、生まれながらにして備えられていることへの恵みを新たにした。

[2]主イエス・キリストは、すべてのものをご自分に従わせることさえできる力によって、わたしたちのみじめな体を変容させ、栄光に輝くご自分の体と同じようにしてくださいます。（フィリピへの手紙3・21）

[3]あなた方は主キリスト・イエスを受け入れたのですから、キリストに結ばれた者として生活しなさい。教えられたとおり、キリストのうちに根を下ろし、自分を築きあげ、信仰を固めなさい。そして、溢れるばかりに感謝しなさい。（コロサイへの手紙2・6〜7）

キリストの言葉をあなた方のうちに豊かに宿らせなさい。そして、あらゆる知恵を用い、恵みによる詩編や賛美の歌、霊的な歌をもって互いに教え、忠告し合い、神に向かって心から歌いなさい。言葉にしろ、行いにしろ、何かをする時には、主イエスを通して父である神に感謝しつつ、すべてを主イエスの名において行いなさい。（コロサイへの手紙3・16〜17）

東京2020　パラリンピックで学んだのは、失ったものや無いことを嘆(なげ)かず、与えられていることに感謝し力を尽くすこと。

4 いつも喜びを忘れずにいなさい。絶えず祈りなさい。どんなことにも感謝しなさい。（1テサロニケへの手紙5・16〜18）

このみ言葉は、シスターより誘われ、黙想会に参加させていただいたときに与えられた。

いつも喜び、絶えず祈り、どんなことにも感謝しているかを自問自答すると、主から与えられていることの恵みへの感謝を忘れていたことに気づく。

神父様より、「今までの人生を振り返り、感謝の詩編、『詩編１５１編』を作るように」と言われ、24節ほど作る。

いつも喜ぶことで、心は軽く、明るく歩める。

心を込めて作った手料理を家族より「おいしかった、ありがとう」と言われると嬉しくなる。提案内容をご説明し、ご注文をいただき、納品が終わり、お客様より「ありがとう」の言葉をいただくと、努力が報われる一瞬だ。

誠実な行い、人に喜んでいただくための懸命（けんめい）な努力は、感動・笑顔・潤（うるお）いを与える。このような能力を人は自然と備えているようだ。

【讃美歌】５０２　いともかしこし　【典礼聖歌】３２　神に向かって

17 希望

[1]お前の未来には希望がある。（エレミヤ書31・17）

主は、私たちを「約束されたものの相続者として選ばれた。」（エフェソへの手紙1・11）

[2]光は闇の中で輝いている。（ヨハネ1・5）

諺（ことわざ）に、冬来たりなば春遠からじ、があり、冬の後には春がやって来る。
このみ言葉は、厳しい試練の中にあっても、希望の光はすでにあなたの中で輝いている。

[3]希望はわたしたちを裏切ることはありません。（ローマへの手紙5・5）

[4]主に信頼し、主を望みとする者は祝福される。（エレミヤ書17・7）

[5]アブラハムは、望みのないとき、望みを抱いて信じ、『あなたの子孫はあのようになる』と言われていたとおり、『多くの民族の父』となったのです。[※1]（ローマへの手紙4・18）※1・星や浜の真砂

希望が実現するまでには時が必要で、アブラハムは忍耐してこれを待った。

[6]信仰と愛の鎧（よろい）を着け、救いの希望という兜（かぶと）をかぶっていましょう。（1テサロニケへの手紙5・8）

聖パウロは、このみ言葉を語り、弟子たちを宣教の場所へと送り出した。

[7]苦難さえ誇（ほこ）りにしています。苦難は忍耐を生み、忍耐は試練に磨かれた徳を生み、その徳は希望を生み出すことを知っています。（ローマへの手紙5・3〜4）

苦難から希望へと導いてくださるのは、イエスの慈悲によるのでしょう。イエスは、あらゆる人を受け入れ、慈しみと哀れみの心で、人に楽しみと喜びを与え、苦しみを取り去る。

8 目に見える望みは望みではありません。目に見えるものを誰が望むでしょうか。わたしたちは目に見えないものを望んでいるので辛抱強く待っているのです。
（ローマへの手紙8・24～25）

心に希望の火を灯し続け、主が実現される日を信じて待つ。

9 あなたの手に不正があるなら、それを遠ざけ、あなたの天幕に悪を住まわせないなら、あなたは必ず恥じることなく顔をもたげ、堅く立って恐れることはないだろう。その時、あなたは自分の悩みを忘れ、それを流れ去った水のように思うだろう。そして、

あなたの一生は真昼よりも明るくなり、暗闇も朝のようになるだろう。あなたは希望をもっているので、安らぎを得、守られ、安らかに憩うだろう。（ヨブ記11・14〜18）

10 希望の源である神が、信じることによるすべての喜びと平和であなた方を満たし、聖霊の力によって希望に満ち溢れさせてくださいます。（ローマへの手紙15・13）

11 わたしはいつも目の前に主を見ていました。主がわたしの右にいてくださるから、わたしは動揺することがない。それ故、わたしの心は楽しみ、わたしの舌は喜びに溢れた。わたしの体もまた希望のうちに憩う。（使徒2・25〜26）

12 自分たちのために正義の種を蒔け。愛の実を刈り入れよ。新しい土地を開墾せよ。今こそ主を求めるべき時。主が訪れて、お前たちの上に正義を注がれる。（ホセア書10・12）

13 啓示を書き記せ。それを読む者が容易に読めるように、板の上にはっきりと書きつけよ。この啓示は定められた時までのもの、終わりの時について告げるもので、偽りはない。もし、遅れるとしても、それを待ちなさい。それは必ず来る。それは遅れることはない。（ハバクク書2・2～3）

14 あなた方一人ひとりがみな、その希望を完全に実現するために、同じ熱意を最後まで示すことを切望してやみません。それは、あなた方が怠け者にならず、信仰と忍耐によって、約束のものを受け継ぐ人々に倣う者となるためです。（ヘブライ人への手紙6・11～12）

15 先に起こったことを、思い起こしてはならない。以前のことを、思い巡らしてはならない。見よ、わたしは新しいことを行う。今にもそれが芽生えているのを、お前たちは知らないのか。わたしはまさに荒れ野に道を、荒れ地に川を設ける。（イザヤ書43・18～19）

【讃美歌】 239 さまよう人々 【希望】 25 主われを愛す

18 主の教え

[1]イエスは口を開き、彼らに教えられた。

①自分の貧しさを知る人は幸いである、天の国はその人たちのものである。

この人たちは、自分のことをよく知っている素直な人。

②悲しむ人は幸いである。その人たちは慰められる。

悲しみなさい、嘆きなさい、泣きなさい。……主の前にへりくだりなさい。そうすれば、主はあなた方を高めてくださいます。（ヤコブの手紙4・9～10）

③柔和な人は幸いである、その人たちは地を受け継ぐ。

この人たちは、他者を思いやり、優しさも身についている。

④義に飢え渇く人は幸いである。その人たちは満たされる。

この人たちは、正しいことを積極的に実践する。

⑤憐れみ深い人は幸いである。その人たちは憐れみを受ける。

この人たちは、慈悲深い感情を抱くだけでなく、隣人への実践もしている。

⑥心の清い人は幸いである。その人たちは神を見る。
この人たちは、言動に表裏がない。

⑦平和をもたらす人は幸いである。その人たちは神の子と呼ばれる。
この人たちは、日頃から平和をもたらしている。

⑧義のために迫害（はくがい）されている人は幸いである。天の国はその人たちのものである。
この人たちは、迫害や試練に遭遇（そうぐう）しても、主の御旨（みむね）に最後まで従う。

わたしのために人々があなた方をののしり、迫害し、またありとあらゆる、いわれのない悪口（あっこう）をあなた方に浴びせるとき、あなた方は幸いである。喜び躍（おど）れ。天におけるあなた方の報いは大きいからである。あなた方より前の預言者たちも、同じように迫害されたのである。（マタイ5・2～12）

この箇所は「山上の説教」と言われ、四福音書の中心で真福八端（しんぷくはったん）が語られている。「律法を聞く者が神の前に正しい人なのではなく、律法を実行する者が義と認められるのです。」（ローマへの手紙2・13）「わたしの言葉を聞いても、それを実行しない人

は、砂の上に家を建てた愚かな人に似ている。」（マタイ7・26）これらのみ言葉を「知行合一」と、わたしは言っている。

「知行合一」学んだことを実践することで、得た知識が身につく。

2 主イエスは渡される夜、パンを取り、感謝の祈りをささげて、それを裂いて、こう仰せになりました、『これはわたしの体、あなた方のためのものである。わたしの記念として、このように行いなさい。』食事が終わってから、主は杯についても同じようにして仰せになりました、『この杯は、わたしの血※1による新しい契約である。これを飲む時はいつでもわたしの記念として、このように行いなさい』。

（1コリントへの手紙11・23～25）※1・ぶどう酒

主イエスの死と復活を記念し、今もなお教会ではこの神秘が行われている。

3 わたしの肉※1を食べ、わたしの血※2を飲む人は永遠の命を得、わたしはその人を終わりの日に復活させる。（ヨハネ6・54）※1・パン　※2・ぶどう酒

わたしの肉とはパンのことで、血とはぶどう酒のこと。

[4]わたしに倣う者になってください。（1コリントへの手紙4・16）

イエスに倣うこと

①心　「用心深くお前の心を守れ。そこから、命の泉が湧き出る。」（箴言4・23）

②言葉　「み言葉の内に命があった。」（ヨハネ1・4）

③行動　「自分の行いによって幸せになります。」（ヤコブの手紙1・25）

④祈り　「あなた方が信じて祈るなら、求めることはすべてかなえられる。」（マタイ21・22）

主は、己の心・言葉・行動・祈りのありようは既に知っておられ、これらをみ言葉に従って実践することで、主が人を創造された本来の姿である「自律した人」となり、主の救いを知ることでしょう。

5 人を抑圧せず、負債者の担保を返却する。強奪せず、飢えた人にパンを与え、裸の人に衣服を与える。また利息を天引きせず高利も取らず、不正から手を引き、係争中の人間を正しく裁く。わたしの掟に従い、わたしの法を守って忠実に行う。このような人こそが義人であり、命を得る。（エゼキエル書18・7～9）

6 ソロモンの箴言。これは知恵を知り、教育を与え、悟りの言葉を深く知るためのものであり、思慮深い教育を受けて、正義と公正と公平とを体得する。（箴言1・1～3）

この世の知恵は、神の前では愚かなもの。（1コリントへの手紙3・19）

「箴言をよく読みなさい」と、ある大手食品会社の社長よりアドバイスをいただく。ある大手スポーツ用品会社の会長は毎日、詩編と箴言を読むとのこと。

7 神はこれらの石からでも、アブラハムの子らを造ることがおできになる。斧はすでに木の根元に置かれている。だから、善い実を結ばない木はみな切り倒され、火に投げ入れられる。（ルカ3・8～9）

[8]不完全な所を改めなさい。励まし合いなさい。思いを一つにしなさい。仲よく暮らしなさい。そうすれば、愛と平和の源である神が、あなた方とともにいてくださいます。（2コリントへの手紙13・11）

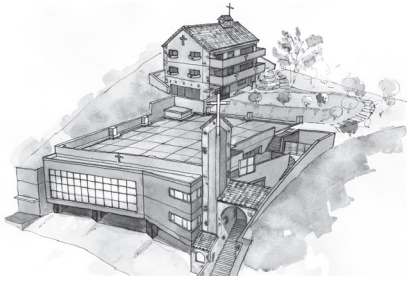
[9]もし体の一つの部分が苦しめば、すべての部分もともに苦しみ、もし一つの部分がほめたたえられれば、すべての部分もともに喜びます。さて、あなた方はキリストの体であり、一人ひとりその部分なのです。（1コリントへの手紙12・26〜27）

主が創造された人は、生まれた場所、考え方、話す言葉は異なっても、それぞれを理解し合い、与えられた賜物（たまもの）を生かされる道を歩むので、「すべてのものを一つにしてください。」（ヨハネ17・21）と主に願い求めることで、多様性の一致へと向かう。

[10]イエスは叫んで仰せになった、『わたしを信じる人は、……わたしをお遣わしになった方を信じるのである。また、わたしを見る人は、わたしをお遣わしになった方を見るのである。わたしは光として世に来た。……わたしの言葉を聞いて、それを守らない人がいても、わたしはその人を裁かない。……世を救うためである。わたしを拒(こば)み、わたしの言葉を受け入れない人には、その人を裁くものがある。……父の命令が永遠の命であることを知っている。それで、わたしが語ることは、父がわたしに仰せになったことを、そのまま語っているのである。』（ヨハネ12・44～50）

『よくよくあなた方に言っておく。信じる者は永遠の命を持っている。わたしは命のパンである。……これは天から降ってきたパンであり、これを食べる者は死ぬことがない』。……イエスは彼らに仰せになった、『よくよくあなた方に言っておく。人の子の肉を食べ、その血を飲まなければ、あなた方のうちに命はない。わたしの肉を食べ、わたしの血を飲む人は永遠の命を得、わたしはその人を終わりの日に復活させる。』（ヨハネ6・47～54）受洗により、パンと御血(ぶどう酒)がいただける。

【讃美歌】501 命のみ言葉 【希望】59 マラナタ



神木イエス・キリスト教会風景画

19 試練と忍耐

[1]『わが子よ、主の訓練を軽んじるな。主に責められるとき、力を落とすな。主は、愛する者を訓練し、子として受け入れるすべての者を鞭打(むちう)たれる』。あなた方は、これを訓練として耐え忍びなさい。神は、あなた方を子として扱っておられるのです。父が訓練しない子がいるでしょうか。もし、すべての子が受ける訓練をあなた方が受けないとするなら、あなた方は庶子(しょし)であって嫡子(ちゃくし)ではありません。

（ヘブライ人への手紙12・5〜8）

[2]わが子よ、主の教育を侮(あなど)るな。その懲(こ)らしめを、ないがしろにするな。（箴言3・11）

諺(ことわざ)に、「可愛い子には旅をさせろ」「獅子(しし)の子落し」がある。試練をクリアすることで、心は磨かれ逞(たくま)しく、謙虚(けんきょ)になる。主からの試練は、これを卒業するまでつきまとう。

[3]あなた方を襲った試練は、何一つとして人間に耐えられないようなものではありませんでした。神は信頼に値する方です。耐えられないような試練にあなた方を遭わせるようなことはなさらず、むしろ、耐えることができるように、試練とともに抜け出る道をも用意してくださる。（1コリントへの手紙10・13）

朝祷会での竹内羊蔵氏の証しで、このみ言葉と出会う。このようなみ言葉があったとは！　救いだ！　感謝だ！　と心の中で叫んでいだ。

主が与える試練は、この世の常なることばかり。耐えられないような試練はなく、すでに解決の道をも用意されている。試練に遭遇した時は、これを憎まず、妬まず、諦めず、「わたしに耐える力を増し加え、逃れる道へと早く導いてください。」と祈っている。

自分の思い通りになる人生などはなく、さまざまな試練に出会うのは、「神は人を正しい者に造られたが、人はさまざまな策略を探し求めた。」（コヘレト7・29）からだ

ろう。

世の中を憂しとやさしと思へども飛び立ちかねつ鳥にしあらねば　山上憶良

4 心を正し、耐え忍び、艱難の時に慌てふためくな。主に寄りすがって離れるな。そうすれば、お前は繁栄のうちに生涯を閉じる。（シラ書2・2〜3）

逆境は神からのプレゼント。慌てることなく、「神こそわたしの岩、わたしの救い、わたしの砦。わたしは揺らぐことがない。」（詩編62・3）

5 いろいろな試練に遭うとき、それを、この上もない喜びと思いなさい。あなた方の知っているとおり、信仰が試されることは、堅忍を生み出します。堅忍に完全な実を結ばせなさい。そうすれば、完全で申し分なく、何一つ欠ける所のない者となります。（ヤコブの手紙1・2〜4）

絶望的で不可能と分かっていてもなお救って欲しいと願う親の気持ちが慈悲。現実に終止符が打たれようとする瞬間、「人生とは」の知恵が芽生えるようだ。

人は追いつめられると、生き方に工夫や知恵が働き、何かを生み出す不思議な創造力が湧く。この力は心の奥深くに、予め埋め込まれているようで、これが新製品を生み出す力にもなっている。

6 主を畏れる者は不幸に遭うことはない。たとえ試練に遭っても、そのつど助け出される。（シラ書33・1）

7 あなた方を苦しめている人々には苦しみを、苦しめられているあなた方には、わたしたちとともに、報いとして安らぎを与えることは、神にとって正しいことです。（2テサロニケへの手紙1・6〜7）

8 神は、わたしたちがどのような苦難にある時でも慰めてくださいます。そこで、わたしたちも、自分たちが神から慰めていただくその慰めによって、あらゆる苦難の中にある人を慰めることができるのです。（2コリントへの手紙1・4）

ご自身も試練を受けて苦しまれたので、試練を受けている人々を助けることができになるのです。（ヘブライ人への手紙2・18）イエスはこの世を歩んでいる時、多くの試練や苦しみと出合った。

他者の悩みや悲しみと向きあい、どのようにしたら共に幸せになれるだろうか、と考えることで、さらに慈悲の心が高められる。試練を経験することで、他者の苦悩や痛みが理解できるようになる。

9 今しばらくの間、いろいろな試練に苦しまなければならなくても、心から喜びなさい。それは、イエス・キリストが現れるとき、その試練が、賛美と栄光と誉れに変わるためです。試練を経たあなた方の信仰は、火で精錬されて滅び去る金よりもずっと尊い。（1ペトロの手紙1・6〜7）

主は、あらゆる人を受け入れられるので、苦難は忍耐を、忍耐は徳を、徳はやがて希望を生み出す。

[10]わたしたちの一時的な軽い苦しみは、想像を絶する、永遠の重みある栄光をわたしたちにもたらすのです。わたしたちは、「見えるもの」にではなく、「見えないもの」にこそ目を注いでいます。「見えるもの」はこの代限りのものですが、「見えないもの」は永遠に続くものだからです。（2コリントへの手紙4・17〜18）

今の試練は、「現在の苦しみは、将来、わたしたちに現されるはずの栄光と比べると、取るに足りないとわたしは思います。」（ローマへの手紙8・18）試練、苦労、病、苦難は、罪の浄化（じょうか）にもなる。

11 『わたしは必ずあなたを祝福で満たし、あなたの子孫を大いに増やそう』と仰せになりました。こうして、アブラハムは忍耐強く待ったすえ、この約束の実現を見たのです。（ヘブライ人への手紙6・14～15）

主からの賜物を得ようとするなら、忍耐強く待つ。
「忍耐」刃のような堅い心となって耐え抜く。

12 耐え忍んで善い業を行い、栄光と誉れと不滅とを求める者には永遠の命を与え、自己本位で真理に従わず、不義に従う者には、怒りと憤りを注がれます。（ローマへの手紙2・7～8）

人は楽しみがあると、仕事への励みとなり、忍耐している時は、楽しみや快楽から離脱しているので、これが熟成される。

13 怒りを遅くする者は理性に富み、気短な者は愚かさを増す。（箴言14・29）

人の思慮は怒りを遅くする。（箴言19・11）

「ならぬ堪忍 するが堪忍」どうにも我慢できないことこそ我慢する。

14 最後まで耐え忍ぶ者は救われる。（マタイ24・13）

「忍耐強い人は、時が来るまで耐え忍ぶ。その後には、喜びが訪ねてくる。」（シラ書1・23）試練や困難な状況に陥ると、苦悩や取り越し苦労で辛い歩みとなるが、決して諦めず、「敬虔な人の忍耐がむなしくなることはない。」（シラ書16・13）堅忍や我慢をすることで、喜びが訪れる。

「四耐四不」冷たさに耐え・苦に耐え・煩に耐え・閑に耐え、激せず（腹を立てず）・躁がず（調子にのらず）・競わず（喧嘩せず）・随わず（何でも言いなりにならず）して、大事をなす。

「艱難汝を玉にす。」

【讃美歌】379 見よや、十字架の旗たかし【讃美歌】385 疑い迷いの闇夜(やみよ)をついて

カトリック片瀬教会

20 恐れ

[1]愛には恐れがありません。完全な愛は恐れを閉め出します。恐れには罰が伴い、恐れる人は、愛のうちに全うされていないからです。（1ヨハネの手紙4・18）

「神は愛です。」（1ヨハネの手紙4・16）とあり、「愛」を「神」に置き換えると、恐れや怯えがある時、己に神は働いていないことが分かる。

この仕事で失敗すると、今の生活は維持できなくなる。と失敗した時の恐怖心が頭の中を駆け巡り、正常な判断ができず、鬱状態になったことがある。

日々の平穏な生活から、ふと将来への暮らし・健康・年金などの不安が心に忍び込んでくると、今まで何とかなったのだから、これからも何とかなる、との思いは心を軽くするが、根拠もなく楽観的にいると、後悔することにもなるので、「こうありたい」と明確なイメージを描き行動する。これで将来への切符を手にする。

[2]最も恐れていたものが、わたしに降りかかり、怯えていたものが、わたしに襲いかかる。（ヨブ記3・25）

「恐れるものはみな来る」と言われるように、恐れていることは実現する。

なぜか手の骨折を何度か思った。ある朝のこと。電車に乗り遅れまいと駅の階段を駆け降りる時、階段を踏み外し、尻餅をつく瞬間に左手をつく。すると痛みが激しく汗が出てきたので整形外科で診てもらうと、左肘が複雑骨折しており、危惧したことが起きた。

[3]恐れとは、理性から来る助けを　捨てることにほかならない。（知恵の書17・12）

独身時代に八ヶ岳に行く。山頂では足元すら見えない酷いガス（霧）に襲われ、行く道に迷い、引き返すことを考えると、遥か下の谷底まで墜落する思いがした。前進するには、前に切り立った幅80㎝程の断崖絶壁が口を開けており、その先には直

径20㎝位の岩がある。この岩をまたいで前進しようかと立ち止まって山裾を見ると、恐怖が襲いかかり、身も心もだんだん萎縮し、固くなるのを感じた。

一か八かの大博打。「この岩をまたいで前進しよう！」そう決断した次の瞬間、右足は岩を越え、左足もこれができれば助かると考え、目をギュッと閉じ、心を奮い立たせ、左足を前に動かし、そぉ～と目を開ける。「なんと両足がそろっている！」この瞬間両手を上げ、「やったぁ～！助かった！」と大きな叫び声を上げていた。

この情景を思い出すたび「あなた方は死んで、あなた方の命は、キリストとともに神のうちに隠されている。」（コロサイへの手紙3・3）あの時わたしは死に、今があるのは主のおかげと感謝している。

父が幼い時、両親、姉、妹と次々に結核を患って亡くし、ワリ（曾祖母）さんはどれほど悲しんだことか。父は体を鍛えるため、朝は剣道、夜は柔道に取り組む。剣道は大石神影流。流派の得意技は「突き」「振り上げる太刀の下こそ地獄なれ、いざ踏み込めよ、そこは極楽」との教え。

恐れや怯えがある時は立ち止まらず、「インマヌエル・神我らと共にいます」を

唱え、無碍の境地で一歩前に踏み出すことにしている。

「無碍」妨げるものなどは何もないこと

4 恐れは人を罠にかける。しかし、主に信頼する人は安全。（箴言29・25）

人が亡くなると、この世で手に入れたものなど、「死ぬとき、何一つ持っていけず」（詩編49・18）

『一切の持ち物を捨てる者でなければ、あなた方は誰も、わたしの弟子となることはできない』。（ルカ14・33）裸で天に帰ることになるので、所有する物など何一つない「無所有」の思いが芽生える。自分の命でさえ自分のものでないと思えてくると、心に恐れや怖さを感じることから解放され、たとえ苦しみの中にあっても楽しめる。

5 主はわたしの求めに応えて、あらゆる恐れから助けてくださった。（詩編34・5）

アブラハム・リンカーン　第16代アメリカ合衆国大統領は、このみ言葉を毎日指でなぞり唱えていたという。

どんな場合にも敵対する者たちに脅かされはしないということを聞きたいものです。このことは彼らにとっては滅びの徴であり、それは同時に、あなた方の救いの徴です。そして、このことは神によるのです。あなた方には、キリストのために……ただ、キリストを信じるということだけではなく、キリストのために苦しむということが恵みとして与えられたからです。（フィリピへの手紙1・28〜29）

不安・恐れ・悲しみ・怒りの雑念が芽生えないよう、日頃から心の手入れは怠らない。

6わたしの僕モーセがお前に命じたすべての律法を守り行い、右にも左にもそれてはならない。お前が行くすべての所で成功するためである。この律法の書をお前の口から離すことなく、記されていることすべてを、昼も夜も口ずさみなさい。そこに

記されているすべてのことを守り行え。そうすれば、お前の道は栄え、成功を収めるであろう。わたしはお前に強く雄々しくあれ、と命じたではないか。恐れてはならない。気落ちしてはならない。お前の行くすべての所で、お前の神、主がお前とともにいる。（ヨシュア記1・7〜9）

わたしが人生の岐路に立ち、牧師先生より与えられたみ言葉。

与えられたこのみ言葉で、希望と勇気が湧き、千代田情報システムへの転職を決断し、都市銀行を辞め、今もなおカナンの地を目指して、出エジプトの旅は続く。

[7]ここに集まっている人はみな、主が剣や槍によって勝利をもたらすものではないことを知るであろう。実に戦いは主の戦いである。主がお前たちをわれわれの手に渡されるのだ。そのペリシテ人が立ち上がり、ダビデと対決しようと近づいてきたとき、ダビデはすぐさまそのペリシテ人に立ち向かうために走った。ダビデは袋に手を入れて石を一つ取り出すと石投げで飛ばし、ペリシテ人の眉間を撃った。石は眉

間にめりこみ、彼はうつぶせに倒れた。こうして、ダビデは石投げと一個の石でそのペリシテ人に勝ち、彼を打ち倒して殺したが、その手には剣を持っていなかった。（サムエル記上17・47～50）

イスラエル軍とペリシテ軍との戦いで、ダビデとゴリアテ（ペリシテ軍で最も強い戦士）との一騎打ちとなり、これに勝った方が勝者となる場面。ダビデは普段通り、羊飼いの姿で手に投石器（小袋2個を紐で結んだ物）を持ち、ゴリアテに挑む。これを見たペリシテ軍は笑う。

ダビデの手から投石器が放たれ、ゴリアテの額にこれが絡みつき気絶。ダビデはゴリアテに走り寄り、ゴリアテの腰から剣を抜き、胸にこれを突き刺す。するとペリシテ軍は逃げ出し、み言葉どおり、イスラエル軍の大勝利となった。

[8]主の霊が彼の上に激しく下り、彼の腕を縛っていた縄は火に燃えた亜麻糸のようになり、彼の手から落ちた。サムソンは新しいろばの顎骨を見つけると、手を伸ばしてつかみ取り、それで千人を打ち殺した。（士師記15・14～15）

その後サムソンは、女に怪力が出る秘密を話し、サムソンの頭の髪を剃られ並の人間となる。サムソンはペリシテ人に捕らえられ、目をえぐり出され、青銅の足枷をはめられ、牢屋で粉をひかされた。その後、サムソンは、神に祈り、ペリシテ人を討つ。

人は未来を見ることが出来ないので、これを妄想し、怯えて悩む。「こんな馬鹿げたことで悩んでいるとは！」と気づくことができれば。

9 心に不安を抱く者たちに言え、『強くあれ、恐れるな。見よ、お前たちの神を。報復が、神の報いが来る。ご自身が来られ、お前たちを救ってくださる。』」
（イザヤ書35・4）

ヨセフは彼らに言った、『恐れることはありません。わたしが神に代わることができましょうか。あなたたちはわたしに悪を企みましたが、神はそれを善に変えら

れました。それは今日あるように、多くの民の命を救うためでした。ですから、恐れることはありません。わたしはあなた方とあなた方が扶養する者たちを養いましょう』。このように彼らを慰め、ヨセフは優しく彼らに語りかけた。（創世記50・19～21）

10 イエスは弟子たちに仰せになった、『なぜ、そんなに恐れるのか。まだ信仰がないのか。』（マルコ4・40）

イエスは神の子であり、自然をも支配する力があるのに、弟子たちはこれを信じなかった。

11 主はわたしの助け手、恐れることはない。人が、わたしに何をなし得ようか。（ヘブライ人への手紙13・6）

モーセは民に言った、『恐れてはならない。しっかり立って、主が今日あなたたちのために行われる救いを見なさい。……』主はモーセに仰せになった、『なぜお前はわたしに向かって叫ぶのか。イスラエルの子らに前進するように言え。お前の杖を上げ、手を海の上に伸ばして海を割れ。イスラエルの子らに海の中の乾いた土の上を行かせよ。……わたしは、ファラオとその全軍の戦車や騎兵を討って、わたしの栄光を現す。わたしがファラオとその戦車や騎兵を討って現した栄光を通して、エジプト人はわたしが主であることを知るようになる。』（出エジプト記14・13～18）モーセがイスラエルの民を引き連れ、紅海を渡る場面。

12 神はわたしたちの逃れ場、わたしたちの力、悩みの時の絶えざる助け。それ故、わたしたちは恐れない。（詩編46・2～3）

13 神こそわたしの岩、わたしの救い、わたしの砦。わたしは揺らぐことがない。（詩編62・3）

コロナ禍で、人流への規制や感染対策を講ずる必要から、MyBibleシリーズの全7巻を手渡しの配布から、ホームページより無料でダウンロードする方法に切り替えた。これで国内はもとより海外への宣教活動も瞬時に可能となり、動揺することはなかった。

14 主はわたしの光、わたしの救い、わたしは誰を恐れよう。主はわたしの命の砦、わたしは誰をはばかろう。（詩編27・1）

主は、わたしたちの行く道を照らし、心に希望の光を灯し、命の砦となってくださる。

15 誰を恐れるべきか、あなた方に教えよう。殺した後で、地獄に投げ込む権威を持っておられる方を恐れなさい。（ルカ12・5）

人々の前で、わたしの味方であると宣言する者すべてを、わたしもまた、天におられる父の前で、わたしの味方であると宣言する。しかし、人々の前でわたしを否定する者を、わたしもまた、天におられる父の前で否定する。（マタイ10・32～33）

主は死と陰府の鍵を持っておられるので、「わたしを信じる者は、たとえ死んでも生きる。」（ヨハネ11・25）

人の死は、蛹が殻を脱ぎ捨て蝶になり、別の存在の誕生となるように、人はこの世に肉体を脱ぎ捨て、魂は永遠の命へと旅立ち、恐怖や不安のない、完全な状態となる。

人がこの世で歩んでいる間は、主のみ旨に従って生きているとは限らず、天国は、主と己とが一致一するところなので、この世の汚れを洗い流す必要がある。ここが煉獄と言われ、霊魂が浄化されると、早く天国に行きたくなり、愛してくれた人や天使が己を迎えに来てくれ、好きな人と一緒になるようだ。

【讃美歌】　３７０　目覚めよ我が霊　【典礼聖歌】　４６　神の注がれる目は

ニュー・クリエイション・チャーチ

21 思い悩み

[1]わたしの思いはお前たちの思いではなく、お前たちの道はわたしの道ではない。（イザヤ書55・8）

『神はあなた方の心を知っておられる。人々の間で尊ばれるものは、神の前では忌み嫌われるものである。』（ルカ16・15）また、人前で、自分の考えやあの人の意見は正しい、と言っても、神と私たちとの思いには大きな隔(へだ)たりがある。

イスラエルの民は、救い主の誕生で、ローマ帝国を打ち滅ぼし、ここの支配から解放されることを長く待ち望んでいた。が、救い主は貧しい馬小屋で生まれ、イスラエルの民が考えたような豪華(ごうか)な宮殿(きゅうでん)での誕生とはかけ離れていた。

[2]神は人を正しい者に造られたが、人はさまざまな策略を探し求めた。（コヘレト7・29）

未経験のことに対して一歩を踏み出すと、危険なことに遭遇するかもしれないとの不安から、ブレーキをかけたのでは何もできない。かといって、楽観的に取り組んで後悔しても困る。「思慮深い人は災いを見て身を避けるが、無知な者は自分から進んでいって、罰を受ける。」（箴言27・12）最悪の場合を想定し、覚悟が決まれば一歩前に踏み出せばよい。

[3]あなた方の誰かが思い煩ったからといって、寿命を一刻でも延ばすことができるだろうか。（ルカ12・25）

思い煩ったからといって、問題は解決しない。

庭にある梅は毎年、時期が来ると白い花を咲かせ、春を感じさせてくれる。心に不安・恐れ・苦悩・悲しみがあると、いくら時が経っても心に春は訪れない。

人は大人になるに従い、経験を積み知恵が増す一方、苦悩や不安を抱くようにもなる。不安や取り越し苦労は、心を疲弊させ消極的にする。「不安は人が知らずに

作った妄想。」

「妄想」の「妄」実際にないものや空しいこと。「想」対象に向かって考えること。

「現実大肯定」現実をありのままに受け入れ、主から与えられたことへの感謝と、妄想を絶つ。

「健康」の語源は「健体康心」。健やかは強健な体。康らかは平安な心。

「身心一如」肉体と心は一体との思い。

「病は気から」心のありようで、病にもなり、夢を叶える原動力にもなる。

4 何事も心配せず、すべてにおいて感謝をこめて祈り、かつ、願い、あなた方が望んでいることを神に向かって打ち明けなさい。そうすれば、人間の理解を遥かに超える神の平和が、キリスト・イエスに結ばれているあなた方の心と思いを守ってくださいます。（フィリピへの手紙4・6〜7）

仕事や日常生活の中で起こるトラブルや些細なことで人間関係は壊れ、辛いことがあると気持ちは沈む。「覆水盆に返らず」とあるので、心配をしたり、人を恨んだり、後悔しても、元に戻ることはなく、過去は絶ち、与えられた今日への感謝を忘れない。

[5]イエスは弟子たちをじっと見つめて、仰せになった、『これは人にはできない。しかし、神にはすべてのことがおできになる。』（マタイ19・26）

神に出来ないことなど何もなく、神はいつも自分と共におられると思って取り組む。

[6]イエスは仰せになった、『できるならと言うのか。信じる者にはどんなことでもできる。』（マルコ9・23）

神を信じるとは、神に信頼されていると思う心。
己に「不可能」という文字は消し去り、「必ずや目標を達成する！」と心に深く刻みつけ、決して己の力に限界を作らない。目標を達成するには、負け犬の考えを絶ち、「すべて競技者は何事にも節制します。彼は朽ちる冠を得ようとしてそうするのですが、わたしたちは朽ちない冠のためにそうするのです。」（1コリントへの手紙9・25）

[7]神を愛する人々、すなわち、ご計画に従って神に召された人々のために益となるように、すべてが互いに働き合うことをわたしたちは知っています。（ローマへの手紙8・28）

主や聖霊は、主を愛する者たちのあらゆることを益（えき）となしてくださる。故（ゆえ）に、過去は振り返らず、現在の苦労や失敗は忘れ、未来への取り越し苦労や妄想は絶つ。

[8]夫の後ろにいたロトの妻は振り返ったので、塩の柱になった。（創世記19・26）

ロトの妻が後ろを振り返り、塩の柱となった場面。
二人がロトたちを連れ出したとき、その一人が言った、『命懸けで逃げなさい。後ろを振り返ってはならない。盆地のどこにも留まってはならない。滅ぼされないように、山に逃げなさい。』（創世記19・17）
過去を振り返り、反省や後悔しないために
①過去の思いは直ちに絶ち、リスタートをかける。
②考えても結論が出そうもないなら、まあいいじゃないか、とリラックスさせる。
③アスリートのように開きなおり、今できることに集中し、失敗したらやり直せばよい。
④過去と他人の修正は不可能。自分と今後についての修正は可能で、得意分野に専念する。

9 今日こそ主の作られた日。わたしたちはこの善き日を喜び楽しもう。（詩編118・24）
「日々是好日」与えられた今日を大切に生きる。

【典礼聖歌】 87 きょうこそ神が造られた日

10 明日のことを思い煩ってはならない。明日のことは明日が思い煩う。その日の苦労はその日だけで十分である。（マタイ6・34）

明日があると思うと無駄が生まれ、今日で終わりと思えば無駄をしない。与えられた今日を大切にし、一日が終わればいただいた恵みに感謝し、高ぶった思いは翌日にして床につく。

「前後際断」過去は忘れ、未来への取り越し苦労や妄想は絶ち、与えられた今を大切に生きる。

「諸行無常」世の中は常に変化し、明日は何が起こるか分からない。

11 あなたの重荷を主に委ねよ。主は支えてくださる。主は正しい人が揺らぐのを決して許されない。（詩編55・23）

聖フランシスコは、弟子達を布教活動に行かせる時、このみ言葉を語る。そして、母親が子供達にするように、一人ひとりを静かに抱きかかえて送り出したという。

山を見るとなぜか落ち着く。山の景色は四季に応じて装いを変えるが、本質は何も変わらない。一方、人は月日が経つと何かしら変わるが、「イエス・キリストは、きのうも、今日も、いつまでも変わることはありません。」（ヘブライ人への手紙13・8）主に、悩みをすべて聞いていただき、心をスッキリすっきりさせ、後は主のみ業を待つ。

[12]今日は生えていて、明日は炉に投げ入れられる野の草でさえ、神はこのように装ってくださる。まして、あなた方に対しては、なおさらのことではないか。信仰の薄い者たちよ。だから、あなた方は『何を食べようか』『何を飲もうか』『何を着ようか』と思い煩ってはならない。（マタイ6・30）

空の鳥や野の白百合は、蒔きもせず紡ぐこともしないのに安らかに生きている。主は、このような小さな命にでさえ心にかけておられる。まして、私たちを見捨て

ることや見放すことなど決してない。

花の種を蒔くとする。この上に土をかぶせて水をかける。人は芽が出るまで手も足も出せず、神のみ手に委ねるのみ。人は花が咲くように水をやり太陽を浴びせ、手入れするが、花の色・形・大きさは神任せ。『野のゆりがどのように育つか考えてみなさい。』（マタイ6・28）

13 みな、わたしの言うことを聞いて悟りなさい。（マルコ7・14）

み言葉を聞いて受け入れ、ある者は三十倍、ある者は六十倍、また、ある者は百倍の実を結ぶ。（マルコ4・20）

【讃美歌】　354　飼い主わが主よ

【希望】　82　歌いつつ歩まん

カトリック碑文谷教会（サレジオ会）

22 悲しみ

[1]あなた方は悲しむが、その悲しみは喜びに変わる。女は、子を産むとき、苦しい思いをする。自分の時が来たからである。しかし、子供が生まれると、一人の人間が世に生まれ出た喜びのために、もはや産みの苦しみを忘れてしまう。（ヨハネ16・20〜21）

「悲しみは死をもたらし、心の悲しみは力を挫く。……悲しみに心を委ねず、命の終わりを思い、これを追い払え。」（シラ書38・18〜20）今まで経験したことや楽しかったこと、関心を持っているスポーツなどを行うことで、「その悲しみは喜びに変わる。」（ヨハネ16・20）悲しみごとを絶つには、大声を出し、涙が枯れ果てるまでこれを絞り出す。

[2]神のみ心に沿った悲しみは、後悔の必要がない救いへと通じている悔い改めを生じさせますが、この世の悲しみは死を招きます。（2コリントへの手紙7・10）

3どんな訓練でも、その時は、楽しいものではなく、むしろ苦しいものに思われますが、後になると、この訓練は、それによって鍛えられた人々に、義という平和の実をもたらします。（ヘブライ人への手紙12・11）

オリンピック・パラリンピックに出場する選手は、毎日厳しい練習に取り組むことで、世界で唯一のメダルを手にすることが出来る。悲しみを乗り越えようとする信仰にも鍛錬がいる。

4今日はわたしたちの主にささげられた聖なる日である。悲しんではならない。主を喜び祝うことこそ、あなたたちの力である。（ネヘミヤ8・10）

バビロン捕囚となったイスラエルの民は解放され、故郷に戻ると、宮殿は荒廃しており民は悲しむ。だがネヘミヤは、主が喜ぶことを今、取り組むことが必要と語る。そして、神殿と城壁の再建を果たす。

5 涙のうちに種蒔く者は、喜びのうちに刈り取る。種を携え、泣きながら出ていく者は、束を携え、喜びながら帰ってくる。（詩編126・5〜6）

人生は、喜びや悲しみが幾度となく繰り返されるようだ。
賢き者の悲しみは目を開かせ、愚かな者に快楽がある時は、理性を盲目にさせ、熟慮に欠ける。
「苦楽一如」人生、苦あれば楽あり。

6 お前はわたしの目に貴く、重んじられる。（イザヤ書43・4）

あなたは、わたしにとって、誰よりも貴重で尊い存在。

7 いにしえの神は、避け所、とこしえの腕は、あなたの支え。（申命記33・27）

主の手が、病床に横たわっている方の背中に添えられ、温かい眼差(まなざ)しが注がれる。

【讃美歌】　３６５　わが主イエスよ
【讃美歌】　３６６　父の御神よ

東京復活大聖堂教会（ニコライ堂）

23 疑い迷い

[1]イエスはすぐに手を伸ばしてペトロを捕まえ、『信仰の薄い者よ、なぜ疑ったのか』（マタイ14・31）

ペトロが湖の上を歩いてイエスのところに行こうとした時、ペトロは溺れかけ、イエスがペトロに手を差し伸べた場面。

モーセがイスラエルの民を先導し、出エジプトの旅をするが、この民は神に対して疑いの思いを抱き、試みて言う。「『神は荒れ野で食事を調えることができようか。神は岩を打って、水を湧き出させ、流れを溢れさせたが、パンを与えることができようか。その民に肉をあてがうことができようか。』主はこれを聞いて激しく怒られた。火はヤコブに向かって燃え盛り、怒りはイスラエルに向かって立ち上った。彼らが神を信ぜず、救いの力に頼らなかったからである。神は上なる大空に命じて天の戸を開かせ、糧としてマナを彼らの上に降らせ、彼らに天の小麦を与えられた。」（詩編78・19～24）

神がイスラエルの民に、憐れみを示されたのは、「わたしたちが肉にすぎず、吹き去れば帰ってこない一陣の風であることを」（詩編78・39）知っていたからであろう。

[2]あなた方に一粒の芥子種ほどの信仰があれば、この山に向かって、『ここからあそこへ移れ』と言えば、山は移る。あなた方にできないことは何もない。（マタイ17・20）

「芥子種」粗挽き胡椒よりも小さな種。
わたしの信仰はこの種よりも大きい、と自己暗示をかけ、一念発起する。
「一念発起」事を成し遂げようと決意して励む。
「精神一到何事か成らざらん」精神を集中し、己を信じて物事に取り組む。

[3]心に疑わず、自分の言ったようになると信じるなら、それは聞き入れられる。（マルコ11・23）

「為せば成る、為さねば成らぬ何事も、成らぬは人の為さぬなりけり。」やればできる。やらないから出来ないだけだ。

米沢藩（山形県）藩主　上杉鷹山

[4]少しも疑うことなく、信仰をもって求めなさい。疑う人は、風が吹くままに揺れ動く海の波に似ています。（ヤコブの手紙1・6）

自分につぶやきや疑いの心が生じた時は、主を試みたくなるようだが、「あなたの神、主を試みてはならない」（マタイ4・7）

[5]神がこれを知らないままでおられたでしょうか、心の秘密さえ知る神が。（詩編44・22）

疑いの思いから疑心暗鬼が生まれ、神はこれを知っておられる。

6 主に寄り頼んで善を行い、地に住んで豊かさを楽しめ。主の故に喜べ。主はあなたの心の願いをかなえてくださる。（詩編37・3〜4）

子は親を信頼しているように、主に身を委ねる。

7 あなたは、もっている確信を、自分自身のために神の前にもち続けなさい。行おうと決心したことについて、心に疑いをもたない人は幸いです。疑いをもちながら食べる人は、確信に基づいていないので、罪に定められます。（ローマへの手紙14・22〜23）

8 トマスに仰せになった、『あなたの指をここにあてて、わたし※1の手を調べなさい。あなたの手を伸ばして、わたしの脇腹に入れなさい。信じない者ではなく、信じる者になりなさい。』……イエスはトマスに仰せになった、『あなたは、わたしを見たから信じたのか。見ないで信じる人たちは幸いである。』（ヨハネ20・27〜29）※1イエス

ほかの弟子たちが『わたしたちは主を見た』と言うと、トマスは言った、『わたしはその手に釘の跡を見、自分の指をその釘の跡に入れてみなければ、また、自分の手をその脇腹に入れてみなければ、決して信じない。』（ヨハネ20・25）

[9]わたしたちは、『見えるもの』にではなく、『見えないもの』にこそ目を注いでいます。『見えるもの』はこの代限りのものですが、『見えないもの』は永遠に続くものだからです。（2コリントへの手紙4・18）

風は目には見えないが、木立の揺れでこの存在を知ることが出来る。実現させたい、との希望を抱き、これを叶えるためのチャレンジは惜しまない。

【讃美歌】　３８５　疑い迷いの闇夜　【讃美歌】　５０１　命のみ言葉

24 疲れたとき

1 主はわたしの牧者。わたしには乏しいことがない。主はわたしを緑の牧場に憩わせ、わたしを静かな水辺に伴い、魂を生き返らせ、み名にふさわしく正しい道に導かれる。（詩編23・1〜3）

この世の試練で疲れきった時、この情景を黙想することにしている。

2 心を尽くして主に寄り頼み、自分の聡明さに頼るな。お前の行くすべての道において主を認めよ。そうすれば、主はお前の歩みを導いてくださる。（箴言3・5〜6）

自分一人でいろいろと悩むのはもう止める。

3 正しい者の道は平坦であり、正義である方よ、あなたは正しい者の道筋を平らにされます。（イザヤ書26・7）

4さあ、あなたは神と和解して安らぎを得よ。それによってあなたは繁栄を得るだろう。（ヨブ記22・21）

苦しい時こそ、遠慮（えんりょ）なく神頼みをする。

5妬（ねた）みと怒りは寿命を縮め、心配事は老衰（ろうすい）を早める。（シラ書30・24）

主のところへ行って新たに力を充電（じゅうでん）し、主の軛（くびき）（従順）を身につける。
長寿をまっとうされた方の多くは、楽観的で明るい。
「忘却（ぼうきゃく）」心を洗う石鹸（せっけん）となる。

6神がわたしたちに味方してくださるなら、誰がわたしたちに逆らうことができますか。（ローマへの手紙8・31）

主はわたしの命の砦、わたしは誰をはばかろう。（詩編27・1）

7 あなた方は世にあって苦しむ。しかし、勇気を出しなさい。わたしはすでに世に打ち勝った。（ヨハネ16・33）

主は言われる、「あなた方々は世にあって悩み多し、されど我世に勝てり」と。

8 わたしは、自分が置かれた境遇に満足することを学びました。赤貧の中で生きることも知っており、あり余る中で生きることも、乏しさの中で生きることも、いつ、いかなる場合においても生きる秘訣を授けられています。（フィリピへの手紙4・11〜12）

世の富や欲望を追い求めていると、主から離れていき、欲望と渇きで疲れは激しくなるばかり。

疏食を飯い水を飲み、肱を曲げてこれを枕とす。楽しみ亦其の中に在り。　孔子

【讃美歌】　４０４　山路超えて　【典礼聖歌】　１２３　主はわれらの牧者

日本バプテスト連盟　早良キリスト教会

25 失望や絶望

[1]見よ、おとめが身籠って男の子を産む。その名はインマヌエルと呼ばれる。この名は、『神はわたしたちとともにおられる』という意味である。（マタイ1・23）『わたしは代の終わりまで、いつもあなた方とともにいる。』（マタイ28・20）

失望や絶望の時、神と共にいる場面を黙想する。

[2]わたしは死の影の谷を歩む時でさえ、災いを恐れない、あなたがともにおられるから。あなたの杖、あなたの牧杖こそ、わたしを安心させる。（詩編23・4）

[3]わたしはぶどうの木であり、あなた方は枝である。人がわたしのうちに留まっており、わたしもその人のうちに留まっているなら、その人は多くの実を結ぶ。わたしを離れては、あなた方は何もすることができないからである。（ヨハネ15・5）

教会からしばらく離れていた時のこと。父から電話があり、「教会に行っているのかね」と聞かれ、「行っていません」と答える。父はすかさず、「知人を紹介するからその方の教会に行きなさい」と、強い口調で言われ、紹介された方の教会に行くことになる。その後、キリストの体である教会に今も繋(つな)がっている。

【希望】　55　キリストはぶどうの木

[4]主はこう仰せになる、「人間に信頼し、肉にすぎないものを頼みとして、主からその心を背ける者は呪(のろ)われる。」（エレミヤ書17・5）

[5]神を忘れる者の末路(まつろ)もこれと同じである。不敬(ふけい)な者の望みは消え失(う)せる。彼の確信は蜘蛛(くも)の糸であり、彼の信頼は蜘蛛の巣である。（ヨブ記8・13〜14）

6 人は心で信じることによって義とされ、口で宣言することによって救われるのです。聖書は、『[※1]この方を信じる者はすべて辱めを受けることがない』と言っています。（ローマへの手紙10・10）※1・イエス

「アブラムは主を信じた。主はそれを彼の義と認められた。」（創世記15・6）イエスは救い主である、と宣言し、行動する。

7 主に結ばれ、その力強い威力にあずかって強くなりなさい。悪魔の策略に対してしっかりと立つことができるように、神の武具を身につけなさい。（エフェソへの手紙6・10〜11）

「神の武具」真理で腰回りを堅め、正義の胸当てを身につけ、（エフェソへの手紙6・14〜15）聖霊の衣を身に纏い、祈りを剣とする。

[8]わたしはあなた方に平和を残す。わたしの平和をあなた方に与える。わたしは世が与えるように、これを与えるのではない。心を騒がせることはない。恐れることもない。（ヨハネ14・27）

主は、「平和の神なのです。」（1コリントへの手紙14・33）主が訪れる人には平和・平安が与えられる。

[9]昼間歩けば、つまずくことはない。この世の光を見ているからである。だが、夜歩けば、つまずく。その人のうちに光がないからである。（ヨハネ11・9～10）

主の光の中を歩むことで、希望や喜びが与えられる。

[10]わたしは世の光である。わたしに従う者は、決して闇（やみ）の中を歩くことなく、命の光を得る。（ヨハネ8・12）

主は、「光について証しをするために来た。すべての人を照らすまことの光はこの世に来た。」（ヨハネ1・8～9）月は太陽の光を浴びることで、あたかも光を放っているかのように見える。人も主の光を浴びることで、暗闇の心に火が灯り光を放つ。

11 主に希望を置く者は力を盛り返す。鷲のように翼を広げて舞い上がり、走っても疲れず、歩いても弱り果てることはない。（イザヤ書40・31）

このみ言葉を黙想していると、何故か勇気と力が湧いてくる。

12 わたしたちは四方八方から苦しめられますが、行き詰まりはしません。途方に暮れますが、望みを失いはしません。迫害されますが、見捨てられはしません。打ち倒されますが、滅びはしません。（2コリントへの手紙4・8～9）

私たちには主が共におられるので、決して諦めはしない。

13 まことにわたしは主、お前の神、お前の右手を取り、『恐れてはならない、わたしがお前を助ける』と言う。（イザヤ書41・13）

このみ言葉を信じ抜く。

14 わたしが来たのは、羊に命を得させ、しかも、豊かに得させるためである。（ヨハネ10・10）

イエスは「世の罪を取り除く神の小羊」（ヨハネ1・29）となり、「律法の呪いからわたしたちを贖い出してくださいました。」（ガラテヤ人への手紙3・13）これにより、私たちは新たにされました。

15 正しい人は七度倒れても、また起き上がる。しかし、悪い者はつまずいて滅びる。（箴言24・16）

神に従う者の歩みは、七転八起（しちてんはっき）。
「七転八起」何度失敗しても諦（あきら）めずに再度挑戦する。

16 わたしは、『善い折にお前に耳を傾け、救いの日にお前を助けた』と神は仰せになっておられるのです。さあ、今こそ恵みをいただく時、さあ、今こそ救いの日。
（2コリントへの手紙6・2）

「キリスト・イエスの贖（あがな）いの業を通して、神の恵みにより無償で義とされるのです。」（ローマへの手紙3・24）これにより、私たちには恵みと救いがもたらされた。

17 主は、『お前はわたしの恵みで十分だ。弱さにおいてこそ、力は余すところなく発揮（はっき）されるのだ』とお答えになりました。ですから、キリストの力がわたしの内に宿るように、むしろ大いに喜んで、わたしは自分の弱さを誇ることにします。それ

故、弱さがあっても、虐待されても、災難に遭っても、迫害や行き詰まりに出合っても、わたしはキリストのためならそれでよいと思っています。わたしは、弱っている時こそ、強いからです。（2コリントへの手紙12・9～10）

コップに水がたっぷりと注がれているとする。そこに水を足すと溢れ出る。私たちの思いや言動が完全であるなら、神は恵みを注ごうとはされない。弱さとは、不完全な状態のことを言っており、このような人に神の恵みは注がれる。

松下幸之助（松下電器産業・現Panasonicの創業者）は体が弱く、入退院を繰り返していた。そこで、幸之助は事業部制を導入して、責任体制や役割を明確にし、人を信頼して任せたことにより事業は発展した。

【希望】　40　やすかれわが心よ　【典礼聖歌】　128　主を仰ぎ見て

26 日々の歩み

[1]お前の青春の日々に、お前の造り主を心に刻(きざ)め。（コヘレト12・1）

ある女子大学の校門の石碑(せきひ)に、このみ言葉が刻み込まれていた。

[2]皇帝のものは皇帝に、神のものは神に返しなさい。（マタイ22・21）

主への献金や納税は、それぞれすべきところに。

[3]施しは罪を償(つぐな)う。（シラ書3・30）

寄付行為やボランティア活動は、思い立ったら今すぐに。

[4]あなた方が善にはさとく、悪には疎くあってほしい。（ローマへの手紙16・19）

主が喜ばれる善には他者に遅れることなく、利には他者より先に行かず、報酬は貪らず、主が忌み嫌う悪には手を出さない。

[5]誰も二人の主人に兼ね仕えることはできない。……あなた方は神と富に仕えることはできない。（マタイ6・24）

この世の富を追い求めていると、神を忘れた『愚か者、今夜、お前の命は取り上げられる。……自分のために宝を蓄えても、神の前に豊かにならない者は、このようになる。』（ルカ12・20〜21）

[6]蛇のように賢く、鳩のように素直でありなさい。（マタイ10・16）

神である主が造られた野のすべての動物のうちで、蛇が最も狡猾であった。（創世記3・1）

ある時には蛇のように狡兎三窟（用心深い）となり、ある時は鳩のように柔和で寛容となる、この絶妙なバランス感覚が大切。

7 情欲を抱いて女を見る者は誰でも、心の中ですでに姦淫の罪を犯したことになる。（マタイ5・28）

情欲を抱いて他人の妻を見ていると欲が芽生え、これが大きな欲望へと発展させ、家庭を崩壊させる要因となる。主は家庭を崩壊させないために、悪の芽を早い段階から摘み取ることで、炎上を未然に防ごうとされたのであろう。

8 明日のことを誇るな。一日のうちに、何が起こるかを、お前は知らないのだから。（箴言27・1）

明日のことは諸行無常。己の命が明日もあると言える人は誰もいない。

[9]悪い者は一日じゅう、物を欲しがる。しかし、正しい人は惜しみなく与える。（箴言21・26）

世にあって、人は欲望や望みがかなうと、「隴を得て蜀を望む」とあるように、「欲望は絶えることなく欲し続ける。」（箴言21・26）欲望には際限がないので、「足るを知る。」

「隴を得て蜀を望む」満足することがないこと。

「足るを知る」足るを知る者は富み、己の分をわきまえ、今以上のものを求めない。

老子

[10]その快い言葉は知識を増し加える。（箴言16・21）

言葉が丁寧で、言葉に心を留める人は喜びを見出し、快い言葉は聡明となり、言葉に説得力が増す。

11 人の語るあらゆる言葉に、いちいち心を留めてはならない。（コヘレト7・21）

12 みな同じ主張をし、仲間割れなどせずに、同じ心、同じ思いでしっかり団結してください。（1コリントへの手紙1・10）

頑なになって自己主張をするだけでなく、相手の思いを知る。

13 あなた方の語る言葉は、常に好意に溢れたものであり、塩味のきいたものでなければなりません。そうして、一人ひとりに対して、どのように答えるべきかを弁えていなさい。（コロサイへの手紙4・6）

人は語る言葉で、人間性・誠実さ・方向性を見ている。この関門（かんもん）をクリアすると本音で話し合える。

14 あなた方は悪い言葉をいっさい口にしてはなりません。むしろ、聞く人々に恵みをもたらすように、必要に応じて、人を高めるのに役立つ言葉を語りなさい。（エフェソへの手紙4・29）

嫌いだ、暑いのでやりたくない。と言わず、好きでない、とか涼しくなってから、と言う。

褒（ほ）め上手は相手の人生を一変させることがあり、必要に応じて語る。ＭｙＢｉｂｌｅシリーズに取り組めたのも、励まし上手な方のお陰。

15 見知らぬ人の保証人となる者は苦しみに遭う。（箴言11・15）

親戚、親兄弟、お世話になったからといって、しがらみで保証人になると苦しみ沈(しず)む。

16 目は体のともしびである。目が健やかであれば、全身が明るい。（ルカ11・34）

目は心の窓。目は口ほどに物を言う。相手の目を見て話すと心が読める。

17 眠りを愛するな。さもないと貧しくなる。目を開け。そうすればパンが多く手に入る。（箴言20・13）

怠(なま)け者、お前はいつまで寝ているのか、お前は、いつ眠りから起きるのか。（箴言6・9）

怠け者よ、蟻(あり)の所に行き、そのすることを見て、知恵ある者になれ。蟻には頭(かしら)も、監督も支配者もいない。しかし、夏のうちに食べ物を蓄え、刈り入れ時に食糧を集める。（箴言6・6～8）

[18]どんな国も内輪で争えば荒れ果て、どんな町や家も内輪で争えば成り立っていかない。（マタイ12・25）

世界の国々で、職場や家庭で。争いごとがなければと願う。

[19]あなた方は、より優れた特別な恵みを得ようと努めなさい。ここで、わたしは、遥かに素晴らしい道を示しましょう。（1コリントへの手紙12・31）

一度限りの人生。目標を目指し情熱を注いで行動する。後は主からの大きな賜物が届くのを待つのみ。

[20]働きたくない者は食べてはならない。（2テサロニケへの手紙3・10）

聖フランシスコは弟子達に対し、このみ言葉と共に、「与えられた職務に留まれ」と語る。

「一心不生（いっしんふしょう）」今いるところが勝負の場所と考え、自己実現を果たす。

[21]ごく小さなことに忠実な者は、大きなことにも忠実であり、ごく小さなことに不忠実な者は、大きなことにも不忠実である。（ルカ16・10）

長年、仕事に取り組んでいると個人差が出てくる。これは本人が熱心・誠実・忠実に目の前の課題に取り組んだ結果であろう。約束した5分前には現地に着くことを心がけている。

「至誠惻怛（しせいそくだつ）」人には、真心と痛み悲しむ心で接する。

[22]新しいぶどう酒は新しい革袋に入れるものだ。そうすれば、両方とも保たれる。（マタイ9・17）

新しいぶどう酒を古い革袋（かわぶくろ）には入れない。新組織は新メンバーの構成にする。

[23]富はいつまでも続くものではなく、財宝は代々続くものではな。（箴言27・24）

業績が好調な時は、これがいつまでも続くとは思わず、次の一手を考えておく。

[24]主に寄り頼むことは、人にすがるよりも善い。主に寄り頼むことは、もろもろの君主にすがるよりも善い。（詩編118・8〜9）

新型コロナウイルスの感染で学んだことは、人に頼らず、穏やかで平和な日々を大切にする。

[25]弟子たちはイエスに尋ねて言った、『ラビ※1、この人が生まれつき目が見えないのは、誰が罪を犯したからですか。この人ですか。それともこの人の両親ですか』。イエスはお答えになった、『この人が罪を犯したのでもなく、この人の両親が罪を犯したのでもない。むしろ、神の業がこの人のうちに現れるためである。』（ヨハネ9・2〜3）※1・イエス

証し

我が家に、生まれながらの脳性小児マヒの子が与えられ、このみ言葉（ヨハネ9・2〜3）に長いこと苦しむ。

この子を連れて表通りやにぎやかな通りを歩くのは避け、人気のない暗い裏通りをいつも選んで歩き、お祭りの時は外出しない。

ある時、四国に出張の際、脳出血で倒れ、右半身不随となり、大きなショックが与えられた。右手の感覚は無く、注射針の痛みは感じなかった。左手に注射をしたところ痛みを感じ、痛みを知ることの恵みを新たにした。この時、息子に対する愛情の乏しさ、理解のなさを思い知らされ、愛に偽りがあってはならない。

爾来、この子を我が家の宝物にすることに決めた。自分の不遜に泣き、神の無限の恩寵に目覚め、感謝を持って立ち上がった時、自分の病も急速に癒やされ、奇跡的に回復した。

東京国際朝祷会　竹内羊蔵氏の証しより

【讃美歌】　３８０　立てよいざ立て　【讃美歌】　４４５　御神と共に

日本基督教団　新津教会

27 家庭

[1]妻たちよ、主に対するように夫に従いなさい。なぜなら、キリストが教会の頭であり、その体の救い主であるように、夫も妻の頭だからです。そして、教会がキリストに従っているように、妻もまたすべてにおいて夫に従いなさい。夫たちよ、キリストが教会を愛し、教会のためにご自身を渡されたように、妻を愛しなさい。……夫は妻を自分の体として愛さなければなりません。妻を愛する者は自分自身を愛しているのです。いまだかつて自分の身を憎(にく)んだ者はなく、かえってそれを養(やしな)い育みます。キリストも教会に対してそのようになさいました。実に、わたしたちは、キリストの体の部分なのです。『それ故、人は父母を離れて妻と結ばれ、二人は一体となる』のです。この神秘は偉大です。わたしは、キリストとの関わりにおいて、教会との関わりにおいてこう言っているのです。ともかく、あなた方もみな各々、自分自身を愛するように妻を愛しなさい。妻は夫を畏れ敬いなさい。（エフェソへの手紙5・22〜33）

夫婦は、「互いに愛し合わなければなりません。」（1ヨハネの手紙4・11）「互いに受け入れなさい。」（ローマへの手紙15・7）「あなた方も互いに足を洗い合わなければならない。」（ヨハネ13・14）互いに愛を言葉や行動で現す。

[2]『人は父母を離れて自分の妻と結ばれ、二人は一体となる』と仰せになったことを。したがって、彼らはもはや二人ではなく、一体である。それ故、神が合わせたものを、人間が離してはならない。（マタイ19・5〜6）

[3]互いに重荷を担い合いなさい。そのようにすれば、キリストの律法を全うすることになります。（ガラテヤへの手紙6・2）

お互いに相手の話をよく聞くことで不満を解消させる。夫は、自信をもって行動し・神を信じ・家事や育児を手伝い、良き親父（おやじ）を目指す。（地震・雷・火事・親父）後は、「感謝」と「ありがとう」の言葉を忘れない。

4 互いに相手を拒まないように。ただ、祈りに専念するため、合意の上しばらく禁欲し、また一緒になるというのならかまいません。（1コリントへの手紙7・5）

互いに明るく幸せな家庭を築きたい、とのことで結婚したのだが、それぞれの都合で別れを考える時、冷却期間を設ける。

5 あなた方が聖なるものとなること、これを神はお望みです。すなわち、みだらなことを避け、あなた方一人ひとりが、自分の体を聖なるものとして、畏敬の念をもって制することを弁え、神を認めない異邦人のように、情欲の衝動に身を任せてはなりません。（1テサロニケへの手紙4・3〜5）

これらの警告を拒む者は、人を拒むのではなく、御自分の聖霊をあなたがたの内に与えてくださる神を拒むことになる。（1テサロニケへの手紙4・8）

[6]寄る辺(べ)ないやもめを大事にしてあげなさい。やもめに子供か孫があるなら、これらの者にまず、自分の家族に対して敬愛を示し、親の恩に報いることを学ばせるべきです。これが神の前に喜ばれることなのです。（1テモテへの手紙5・3〜4）

一人暮らしの老人は、将来に不安を抱いており、子供たちは、「心を尽くして父を敬え。母の産みの苦しみを忘れるな。お前は、両親によって生まれたことを銘記(めいき)せよ。彼らがお前に与えたものに、何をもって報いることができようか。」（シラ書7・27〜28）

[7]男たちは、どんな場所でも、怒らず、争わず、清い手を上げて祈ることです。女性もまた、つつましい身なりで、淑(しと)やかに慎(つつし)み深く身を飾りなさい。（1テモテへの手紙2・8〜9）

妻は家庭を映す鏡の存在であり、「徳の高い妻は、夫の冠」（箴言12・4）

[8]独身の男性は、どうしたら主に喜ばれるかと主のことに心を配りますが、結婚している男性は、どうしたら妻に喜ばれるかとこの世のことに心を配り、心が二つに分かれています。（1コリントへの手紙7・32〜34）

既婚の男性は、主との関わりが希薄（きはく）にならぬように。

[9]信仰をもっていない夫は、信者である妻によって聖なるものとされ、信仰をもっていない妻は、信者である夫によって聖なるものとされる。（1コリントへの手紙7・14）

[10]女性は……男性が死んだなら、望む人と結婚することは自由ですが、ただ相手が主と一致している者である場合に限ります。けれども、そのままの状態に留（とど）まるなら、もっと幸いです。（1コリントへの手紙7・39〜40）

11 父親たちよ、子供を苛立(いらだ)たせてはなりません。むしろ、主の精神に基づいた教育と戒めによって、彼らを養い育てなさい。（エフェソへの手紙6・4）

子供は、周りの人や両親よから学ぶので、子供達に真似(まね)をされても恥ずかしくない生き方をし、親は親らしく、子は子らしく。

親にとって、子はいつまでたっても子。早く成長して欲しいと願うあまり、気になることがつい口に出てしまう。過保護でもいけないが、放任(ほうにん)もいけない。この手綱(たづな)さばきがなんとも難しいのだが、自分は両親や多くの人から愛情を受けて育った、との思いを忘れず、子の潜在能力を引き出すことを考え、情緒を成熟させながら、子に接する。

12 子供たちよ、何事につけ両親に従いなさい。それは主に喜んでいただけることだからです。（コロサイへの手紙3・20～21）

両親は、子供たちの養育を主から託され、主からお預かりしている思いで接する。

[13]知恵のある子は父を喜ばす。しかし、愚かな子は母の悲しみ。（箴言10・1）

子育ての極意は褒め上手になる、とよく聞く。褒めることで子供は自信を持ち上達する。「わが子を愛する者は、しばしばその子を鞭打つ。これは、晩年になって、喜びが得られるためである。わが子を躾る者は、子の故に喜びを味わい、知人の間で、その子を誇ることができる。わが子を教育する者は、敵に妬ましく思われる。しかし友の前で、その子のことを喜ぶことができる。」（シラ書30・1～3）

[14]白髪は栄光の冠。それは正義の歩みによって得られる。（箴言16・31）

白髪のご老人をお見かけする度、いろんな旅路をご経験された方なんだと思う。

15 主イエスを信じなさい。そうすれば、あなたも、あなたの家族も救われます。
（使徒16・31）

【讃美歌】　４９２　神の恵みは　【讃美歌】　６６　聖なる聖なる聖なるかな

基督聖教団　習志野教会

28 人との交わり

[1]人にしてもらいたいと思うことを、人にもしてあげなさい。これが律法と預言者の教えである。（マタイ7・12）

大手食品会社を訪問させていただいた時のこと。応接間にこのみ言葉が掲げられていた。これを黙想していると、「顧客志向」の具体的な内容が思い描かれた。

「顧客志向」お客様の立場に立って行動する。

[2]対抗意識をもったり、見栄を張ったりせず、へりくだって、互いに相手を、自分より優れたものと思いなさい。各々、自分のことだけでなく、他人のことにも目を向けなさい。（フィリピへの手紙2・3〜4）

松下幸之助は入社式の挨拶で、互いに相手を敬い、譲り合うことの大切さを新入社員に向って話す。この思いは、経営の神様と言われた松下幸之助、成功の秘訣と言われている。

3 互いに兄弟愛をもって心から愛し、競って尊敬し合いなさい。（ローマへの手紙12・10）

相敬互譲の思いを抱いて、相手に接する。

「相敬互譲」互いに敬い、互いに譲り合う。

4 どのような人も自分の利益を求めてはなりません。他人の利益を求めるべきです。（1コリントへの手紙10・24）

「忘己利他」己を忘れ、他者の利となることをなす。

[5]与えなさい。そうすれば、あなた方にも与えられる。押し入れ、揺さぶり、溢れるほど升の量りをよくして、あなた方のふところに入れてもらえる。あなた方が量るその升で、あなた方も量り返される。（ルカ6・38）

諺に、「情けは人の為ならず」がある。人に与えることにより、巡り巡って、与えた人を豊かにする、とのことだが、喜捨を忘れない。

[6]キリストは、『罪を犯したことがなく、その口には何の偽りも見出されませんでした。』ののしられても、ののしり返さず、苦しめられても、脅さず、正しくお裁きになる方に、ご自身を委ねられました。（1ペトロの手紙2・22～23）

ののしられては祝福を祈り、迫害されては耐え忍び、謗られては優しい言葉をかけます。（1コリントへの手紙4・12～13）

[7]裁いてはならない。そうすれば、あなた方も裁かれない。（ルカ6・37）

[8]敵を愛し、あなた方を憎む者に善を行いなさい。（ルカ6・27）

人の誕生は、1億分の1の確率とのこと。まさに奇跡的で、多くの競争を勝ち抜き人は誕生する。また、他者との遺伝暗号は99・5%同一。故に、奇跡で誕生した似た者同士、「だれをもそしらず、争いを好まず、寛容で、すべての人に心から優しく接しなければならない」（テトスへの手紙3・2）

人は完全ではなく、相手にとって己が苦しみの種になっていることもあるので、寛容となり、「憎しみは争いを引き起こし、愛はすべての罪を覆い隠す。」（箴言10・12）敵対する者も、己を磨く砥石の存在と思って接する。主や人との出会いは、「一期一会」

「一期一会」今の出会いは、一生に一度の機会と思って、心を尽くす。

[9]イエスは仰せになった、『父よ、彼らをお赦しください。彼らは自分が何をしているのか分からないのです。』（ルカ23・34）

証し

とても寒い12月20日の朝、高等学校の前で、トラクト（パンフレット）の配布をしていた時。男子生徒が泥靴でトラクトを踏みつけ、笑いながら校門に入っていった。そのトラクトをしゃがんで拾おうとしたら、かじかんだ冷たい手の上に、温かい手がおかれるのをわたしは感じた。その手には傷があった。思わず『主の御手だ』と悟った瞬間、御手は見えなくなった。「主よ彼を赦してください。」と祈っている自分に気づく。わたしの心は熱く燃え上がり、目から涙が流れてどうすることもできなかった。空を仰ぐと、イエス様が釜石の街全体を愛の御手で包んでおられる姿を見た。それ以来、「この町が好きです」と口ずさんでいる。

翌年のクリスマスのこと。この学校の生徒達から洗礼を受ける方が3名与えられた。当日はとても寒い朝であったが、バプテスト派の教会なので海の中で洗礼式を

行った。雪の舞う中での浸礼式（海の中に体を沈める）は感動的で、卒寿となった今も、忘れることができない。

瀬尾弘志牧師先生（市川朝祷会所属）開拓伝道の実践より

[10]自分で復讐せず、神の怒りに任せなさい。……『復讐はわたしのすること、わたしが報復する』（ローマへの手紙12・19）

あなた方も聞いているとおり、《目には目を、歯には歯を》と命じられている。しかし、わたしはあなた方に言っておく。悪人に逆らってはならない。右の頬を打つ者には、ほかの頬も向けなさい。（マタイ5・38〜39）

[11]剣をもとに収めなさい。剣を取る者はみな、剣で滅び。（マタイ26・52）

たかぶった心、悔しい思い、争いへの欲望、復讐の怒りは、主に明け渡す。

[12]彼らはその剣を鋤に、槍を鎌に打ち直す。国は国に向かって剣を振りかざすことなく、もはや戦うことを学ばない。（ミカ書4・3）

あなた方の間の戦いや争いは、どこから来るのですか。ほかでもない、あなた方の中で相争う欲望からではありませんか。（ヤコブの手紙4・1）

今もなお、世界各地で戦争やテロが起きており、終わりのない状態が続いている。

[13]主の憎むものが六つある。いや、その忌み嫌うものが七つある。高慢な目、偽る舌、罪のない者の血を流す手、邪な計画を企む心、悪に走る速い足。偽りを吐く偽証人、兄弟の間に口喧嘩の種を蒔く者。（箴言6・16～19）

肉の欲、目の欲、驕り高ぶった生活（1ヨハネの手紙2・16）このような欲や執着心があると、相手を傷つけ、恨みを買う。

14 あなた方に勧めます。あなた方は、この世では旅人であり、寄留の身なのですから、魂に戦いを挑む肉の欲を避けなさい。（1ペトロの手紙2・11）

五感をとおして心のありようは変えられる。

①目で見て楽しむことにより、虚栄心が生じ、集中力を失い、欲深くなり、恥ずかしいことにも平気となり、不純な考えが芽生える。

②耳で無益なことを聞くことにより、気が散ったり、雑談したり、嫉妬が生じる。

③鼻で心地よい香りを楽しむことにより、貧しい者への嫌悪感が生じ、服従に対する逆らいが現れる。

④手で心地よいものに触れるのを楽しむことにより、情欲が生じ、脆弱で臆病となり、感覚的になる。

⑤口で食物の味覚を楽しむことにより、怒りや不和、隣人や貧しい人に対する愛の欠如が生まれ、貧しい者に対して無慈悲（金持ちとラザロ　ルカ16・19〜31）となる。

15 口を慎しむ者は賢い人。（箴言10・19）

諺に、「口は災いの元」「沈黙は金」とある。

イエスの誕生は、ヘロデ王の時代で場所はベツレヘム。占星術者がエルサレムにやってきて、ヘロデ王に言う。『お生まれになったユダヤ人の王は、どこにおられますか。わたしたちはその方の星が昇るのを見たので、拝みに来ました。』（マタイ2・2）これを聞いたヘロデ王は、自分に代わる新たな王が誕生したと思い、この不安を払拭するため、「ベツレヘムとその地方一帯にいる、二歳以下の男の子をことごとく殺させた。」（マタイ2・16）

イエスの誕生を思う度、深い沈黙がともなってくる。

16 心地よい言葉は蜂蜜のよう、舌に甘く、体を健やかにする。（箴言16・24）

相手と十分に話し合うことで、立場の違いや考えが理解でき、思いやりのある言葉をかけることで、互いに和らぎ、「今からでも遅くない」とリスタートし、また会いたくなりたい人になればよい。

[17]善い人は、心にある善い倉から善い物を出し、悪い人は、心にある悪い倉から悪い物を出す。口は心に溢れることを語る。（ルカ6・45）

成果を出している時や成果が出ずに左遷を思わせる人事異動に出合うと、「何故だ、大変だなぁ～」とつい口に出てしまう。面倒なことや困難なことは後回しにし、元気をなくすと、酒を飲む量が増える。このような時こそ気持ちを切り替え、消極的な言葉や後ろ向きの言葉は禁句とし、「面白そうだ、やってやろう」と言ってみる。すると、新たな自分と出会い、埋もれていた能力を見い出すことにもなる。

18 愚か者の唇は争いを起こし、その口は鞭打ちを招く。愚か者の口は自分の滅びを招き、その唇は自分の魂の罠となる。（箴言18・6～7）

愚かな者は、『神よ、わたしがほかの人たちのように、略奪する者でも不正な者でも、姦淫を犯す者でもなく、またこの徴税人のような者でもないことを、あなたに感謝します。』（ルカ18・11）他人と比較しては、善い行いをしていることへの自負や他人の欠点を語り、己の愚かさに気づかない。

19 もし言葉で過ちを犯さない人がいるなら、その人は全身を制御することのできる完全な人です。（ヤコブの手紙3・2）

すべての仕事は話し合いで始まる。相談は、すべての行動に先んじる。心の移り変わりの痕跡として、四つのものが現れ出る。それが善と悪、生と死である。そして、これらを常に治めるのは舌である。（シラ書37・16～18）「名誉も不名誉も、語る言葉から来る。舌は人の破滅の元ともなる。」（シラ書5・13）

20 あなた方が暗闇で話したことはすべて、明るみで聞かれ、奥の部屋で耳にささやいたことは、屋根の上から宣べ伝えられる。（ルカ12・3）

他人の陰口や批判は、五臓六腑にしみわたると言われ、「おいしい食べ物のようなもの、腹の底にまで下って行く。」（箴言18・8）この内容は、いつしか本人の耳に届く。この時あなたはどのようにしますか。

21 あなたは、若い時の情欲を避け、清い心をもって主を呼び求める人々とともに、正義と信仰と愛と平和を追い求めなさい。愚かで教養のない議論を避けなさい。それはあなたも知っているとおり、争いの種となる。（2テモテへの手紙2・22〜23）

わたしの考えが正しく、相手が間違っている。などと愚かで教養のない議論には、忍耐するか、相手にしない。

[22]この世の知恵は、神の前では愚かなものだからです。『神は知恵のある者たちを、その悪賢さ（わるがしこ）を利用して捕らえる』と書き記されています。また、『主は知っておられる、知恵のある者たちの考えがむなしいことを。』（1コリントへの手紙3・19〜20）

神の知恵に勝るをものを人は持ちえない。

[23]わたしは人々に取り入ろうとしているのでしょうか。あるいは、神に取り入ろうとしているのでしょうか。……今なお、人々に気に入られようとしているなら、わたしはキリストの僕ではありません。（ガラテヤへの手紙1・10）

周囲の価値観に合わせ、平凡な道を歩んでいる人がいる。大切なことは、周囲や他人に影響されず、常に自分と向き合い、自分の価値観を磨き上げながら、主の眼差（まなざ）しを意識する。

自分の中に、もう一人の自分との対話を楽しむことで、本来の自分に目覚めるこ

とができる。心に二人目の自分が不在では、淋しさや孤独に襲われたり、組織に埋もれたり、流行に左右されたりする。

人への気遣いから、周りの空気を読みすぎて、人におもねる（迎合）と、自分を見失うことにもなる。自己主張や周りの空気が読めないと、調和が崩れるので、自分をいつも客観視することで、余計な気遣いもせず、物事を大局的に見られるようになる。

24 自分のことばかり考えて、イエス・キリストのことは考えていないのです。（フィリピへの手紙2・21）

25 彼らは長い衣を着て歩き回るのを好み、広場で挨拶されることや、会堂の上席、宴会の上座に座る。（ルカ20・46）

見栄や虚栄で生きていると、主からの恵みは途絶え、人からは見放される。

26 人間は外観を見るが、主は心を見る。（サムエル記上16・7）

人は外見で善し悪しを判断するが、主は、分け隔てすることなく、心のありようで人を見る。

自分の眼鏡を通して人を判断し、善い人だと思っても、そうでない場面に出会うことがある。人を見る目や見抜く力は日頃から養っておく。

27 人を分け隔てせず、わたしたちの栄光の主イエス・キリストへの信仰をもち続けなさい。（ヤコブの手紙2・1）

「面従腹背」表面では従っているように見せて、心では反対している。

28 イエスは彼らに仰せになった、「あなた方は、人々の前で自らを正しいとしているが、神はあなた方の心を知っておられる。人々の間で尊ばれるものは、神の前では忌み嫌われる。」（ルカ16・15）

主と、人の思いには大きな隔たりがあり、人の思う反対の方向が、主の道なのだろう。

29 人々の前で自分の善い行いを見せびらかさないように気をつけなさい。さもないと、天におられるあなた方の父のもとで、報いを受けることはできない。（マタイ6・1）

行動する際は、人の目には気づかれないよう、『隠れたことをご覧になるあなたの父が報いてくださる。』（マタイ6・4）

30 彼らは見るには見るが認めず、聞くには聞くが悟らない、こうして回心して赦されることはない。（マルコ4・12）

主の奇跡を見たり、み言葉を聞いても、この世のことや自分のことばかり考え、イエスの教えが疎かにならぬよう。

31 人はみな、聞くに早く、語るに遅く、怒るにも遅くなければなりません。（ヤコブの手紙1・19）

32 人の怒りは、神の義を実現するものではありません。（ヤコブの手紙1・20）

怒りは敵と思え　徳川家康　遺訓

怒りは、相手の言動と己の妄想とのギャップが感情表現されたもので、怒り、恐れ、悲しみは、血液を酸性にし、健康を阻害させる。人前では感情は抑え悠然としていると、平和がおとずれる。

笑いは自己治癒力を高め「心に楽しみのある人には、毎日が祝いの日々である。」（箴言15・15）

「笑う門には神来たる」笑い声に満ち、和気藹々としているところに神は訪れる。

[33]兄弟の目にあるおが屑は見えるのに、なぜ、あなたの目にある丸太に気づかないのか。（ルカ6・41）

他人のミスや過ち（あやま）はよく見えるが、自分の過ちには寛容な人がいる。「小さな親切大きなお世話」と言われないよう、他人の過ちは咎（とが）めず、隠しごとはあばかず、自分の過ちには厳しく対処する。

[34]世の富をもっていながら、困っている兄弟を見ても、憐れみの心を閉ざす人のうちに、どうして神の愛が留（とど）まりましょう。（1ヨハネの手紙3・17）

「子たちよ、言葉や口先によってだけでなく、行いと真実をもって愛し合いましょう。」（1ヨハネの手紙3・18）見て見ぬ振りをしたり、口先だけで行動が伴わない人、言動に矛盾（むじゅん）があると言われないように。

35 あなたは人には教えるが、自分には教えないのですか。『盗むな』と説きながら、自らは盗むのですか。（ローマへの手紙2・21）

言動の矛盾、不正や疾しい行いは、既に主は知っておられる。

36 けじめのない生活を送る人たちに忠告を与え、小心な人たちを励まし、か弱い人たちの面倒をみてあげなさい。誰に対しても寛容でありなさい。（1テサロニケへの手紙5・14）

怠慢な人や消極的な人には、寛容となって忍耐強く接する。

37 兄弟に対して怒る者はみな裁きを受ける。また兄弟に『ばか者』と言う者は、最高法院に引き渡され、『愚か者』という者は、火の地獄に落とされる。祭壇に供え物をささげるとき、兄弟があなたに恨みを抱いているのを思い出したなら、供え物を祭壇の前に置き、行って、まず兄弟と和解しなさい。それから戻ってきて、供え物をささげなさい。（マタイ5・22〜24）

反感を抱いている人とは、仲介者を立て、早く和解をしておく。

[38]人はみな、上に立つ権威に従うべきです。神に由来しない権威はなく、今ある権威はすべて神によって立てられたものなのです。したがって、権威に逆らう者は、神の定めに背くのであり、背く者は自分の身に罰の宣告を招きます。（ローマへの手紙13・1〜2）

上に立つ人への愚痴や不満は禁物。

[39]弟子は師に勝るものでなく、僕は主人に勝るものではない。（マタイ10・24）

[40]僕であるあなた方は、心からの敬いをもって、主人に従いなさい。やさしく、思いやりのある主人の場合だけでなく、意地の悪い主人の場合にも従いなさい。もしある人が不当の苦しみを受けても、神のことを考えて耐え忍ぶなら、それは神のみ心にかないます。（1ペトロの手紙2・18〜19）

「心なき上司にも従え。」わたしの父が上司との関係に行き詰まり、帰宅して聖書をそれとなく開いた瞬間、このみ言葉と出会い、この個所を読み終えると涙が溢れでたと言う。

あの人からこのように言われたので悔しいとか嫌いだ。と思っていると以心伝心、相手もこれに気づく。このような時、わだかまりを忘れ、相手の良い点を見る。

「以心伝心」言葉を発することなく、相手には分かる。

[41]あなた方のうちで第一の者になりたい者は、みなの僕となりなさい。人の子が来たのも、仕えられるためではなく、仕えるため。（マルコ10・43～45）

仕えられて幸せと思わず、「わたしたち一人ひとりは、互いにキリスト者として造り上げられるのに役立つように、隣人を満足させるべきです。キリストも自分の満足を求められませんでした。」（ローマへの手紙15・2～3）

「忘己喜他」己を忘れ、他者に喜んでいただくことを我が喜びとして生きる。

[42]主であり、先生であるこのわたしが、あなた方の足を洗ったからには、あなた方も互いに足を洗い合わなければならない。わたしがあなた方に対して行ったとおりに、あなた方も行うようにと、模範を示したのである。（ヨハネ13・14～15）

「率先垂範」人の先頭に立つ者は、手本を示して模範となる。

やって見せ、やらせて見せ、言って聞かせて、褒めてやらねば、人は動かない

山本五十六

[43]若い男性も同じく、すべてにおいて慎み深くあるように勧めなさい。あなた自身を善い業の手本として示しなさい。教える場合には、誠実で謹厳で、非の打ち所のない健全な言葉を用いなさい。そうすれば、反対する者は、一言も悪口を言うことができず、恥をかくことになります。（マルコ7・21～23）

44 内部、すなわち人の心の中から邪念が出る。姦淫、盗み、殺人、姦通、貪欲、悪行、詐欺、卑猥、妬み、謗り、高慢、愚かさなど、これらの悪はすべて内部から出て、人を汚す。（マルコ7・21〜23）

霊に反して、肉の思いで歩むと、人を汚し、言葉のように、『口から出るものが人を汚す。』（マタイ15・11）

45 主の僕は、争ってはなりません。むしろ、すべての人に親切で、巧みに教え、忍耐強く、反対する者を柔和な心で教え導かなければなりません。おそらく神は、その人々に真理を深く悟らせるために、悔い改めの心を与えてくださる。（2テモテへの手紙2・24〜25）

柔和な人は幸いである。その人たちは地を受け継ぐ。……平和をもたらす人は幸いである。その人たちは神の子と呼ばれる。（マタイ5・5〜9）山上の説教

[46]喜ぶ者とともに喜び、泣く者とともに泣きなさい。互いに思いを一つにし、高ぶらず、身分の低い人々の仲間となりなさい。自分は賢い者だとうぬぼれてはなりません。（ローマへの手紙12・15〜16）

【讃美歌】５２９　ああうれし、わが身も　【讃美歌】５０３　春のあした

29 教会

[1]五旬祭の日が来て、みなが一つになって集まっていた。その時突然、天から激しい風が吹いてくるような音が起こり、彼らが座っていた家全体に響き渡り、炎のような舌が分かれ分かれに現れ、一人ひとりの上に留まった。すると、みなは聖霊に満たされ、霊が語らせるままに、他国のさまざまな言葉で語り始めた。（使徒2・1〜4）

イースター（復活祭）後の五十日目が五旬祭の日（ペンテコステ）で、教会の誕生日。

『あなたはペトロである。わたしはこの岩の上に、わたしの教会を建てる。陰府の国の門も、これに勝つことはできない。』（マタイ16・18）

[2]教会はキリストの体です。このキリストこそ、教会のすべてのものが、すべてにおいて満たされていくもので満ちておられる。（エフェソへの手紙1・23）

「御子（おんこ）は教会という体の頭。」（コロサイへの手紙1・18）

「神の家において、どのように振る舞うべきかを、あなたに知ってもらいたいためです。神の家とは、真理の柱であり土台である、生ける神の教会のことです。」（1テモテへの手紙3・15）

「洗礼を受けてみな一つの霊によって一つの体に組み入れられ、また、みな一つの霊を飲ませていただいたのです。」（コリントへの手紙12・13）

教会は、神の呼びかけに応（こた）え、人々が集い、聖霊に満たされているところ。

教会の使命

①宣教を託されている。

あなた方は行って、すべての国の人々を弟子にしなさい。（マタイ28・19）

②礼拝（ミサ）は教会における典礼の中心となる祭儀（さいぎ）で、信者はこれに与（あずか）る。

ミサの内容は、MyBibleV（み言葉に生かされて）特別企画「ミサへの招き」に記す。

[3]これがわたしの母、わたしの兄弟である。天におられるわたしの父のみ旨を行う人こそ、わたしの兄弟、姉妹、母である。（マタイ12・49～50）

血縁関係で、兄弟・姉妹となりますが、教会では、受洗することで、兄弟・姉妹の関係となる。

[4]年寄りを責めてはなりません。むしろ、自分の父親と思って勧めなさい。また、若い男は弟と思い、年老いた女性は母親と思い、若い女性に対しては完全な純潔（じゅんけつ）をもって、妹と思って、勧めなさい。（1テモテへの手紙5・1～2）

教会に集う方々は家族と思って接する。

[5]主イエス・キリストの恵み、神の愛、聖霊の交わりが、みなさん一同とともにありますように。（2コリントへの手紙13・13）

あなた方は、もはや他国の者でも寄留者（きりゅうしゃ）でもありません。聖なる者であり、神の家の者です。あなた方は使徒と預言者という土台の上に、キリスト・イエスご自身を要石（かなめいし）として築きあげられたのです。このキリスト・イエスに結ばれることによって、建物全体は組み合わされ、主のうちにあって大きくなり、聖なる神殿となります。（エフェソへの手紙2・19～21）

【讃美歌】　１９１　いとも尊き
【讃美歌】　１９４　栄えに満ちたる

浦和福音自由教会

30 信仰生活

1神の憐れみによって、わたしはあなた方に勧めます。あなた方の体を、神に喜ばれる聖なる生ける犠牲(ぎせい)としてささげなさい。これこそ、あなた方にふさわしい礼拝です。自分をこの代に同化させてはなりません。むしろ、心を新たにして生まれ変わり、何が神のみ旨か、すなわち、何が善であり、神に喜ばれ、また完全なことであるかを弁(わきま)えるようになりなさい。（ローマへの手紙12・1～2）

神に喜ばれることを最優先とし、世間体(せけんてい)やこの世のことに妥協(だきょう)することなく、自然体で歩む。

「忘己喜主(もうこきしゅ)」己を忘れ、主に喜んでいただくことを我が喜びとして生きる。

2信仰は、希望していることを保証し、見えないものを確信させるものです。（ヘブライ人への手紙11・1）

主の御心に適う希望は保証されており、まだ見ていない希望を確信するには、希望が叶えられるプロセスとゴールを黙想する。

「黙想」イメージすることで、座禅や瞑想と同様、雑念・妄想を断つ。

[3]キリスト・イエスのものとなった人々は、肉をその欲情と欲望とともに十字架につけてしまった。（ガラテヤへの手紙5・24）

聖フランシスコは、このみ言葉にあるように、自分の身を十字架につけている姿をイメージすることにより、聖人へと導かれた。

[4]信仰は聞くことから始まります。そして、聞くこととは、キリストについての言葉を聞くことです。（ローマへの手紙10・17）

「信」神の言葉を人に、「仰」仰せになる。

5 愚かな人よ、行いを伴わない信仰のむなしさを知りたいのか。（ヤコブの手紙2・20）

人は行いによって義とされるのであって、信仰だけによるものではありません。（ヤコブの手紙2・24）

息をしない体が死んだものであるのと同じように、行いの伴わない信仰もまた死んだものです。（ヤコブの手紙2・26）

6 愛によって働く信仰こそ問題なのです。（ガラテヤへの手紙5・6）

愛を実践していく信仰へと導かれる。

7 わたしの言葉を聞き、それを実行する者はみな、岩の上に家を建てた賢い人に似ている。（マタイ7・24）

礼拝（ミサ）の説教を聞くだけでなく、日常生活において説教で学んだことを実践する。

[8]律法を聞く者が神の前に正しい人なのではなく、律法を実行する者が義と認められるのです。（ローマへの手紙2・13）

わたしが銀行で窓口業務を担当していた時のこと。当日の勘定（かんじょう）を締めたところ、勘定相違を起こしていた。上司に状況を説明し謝（あやま）る。すると、「言葉はいらない、これからの君の態度で示しなさい。」と言われた言葉は、今も忘れない。

[9]旅をしていた、一人のサマリア人がその人のそばに来て、その人を見ると憐れに思い、近寄って、傷口に油とぶどう酒を注ぎ、包帯をした。それから、自分のろばに乗せて宿に連れていき、介抱（かいほう）した。（ルカ10・33〜34）

負傷した人を見て通り過ぎて行った人がいたが、善きサマリア人は、この人を介抱した場面。

[10]病気を癒やす主の力がイエスに備わっていた。ちょうどその時、人々が中風を患っている人を、床に乗せて運んで来た。そして、彼らはその人を中に運び入れ、イエスの前に置こうとした。しかし、人が多くて、中に運び入れるすべがなかった。そこで、人々は屋根に上り、瓦をはいで、病人を床ごと、人々の真ん中、イエスの前に吊り下ろした。（ルカ5・17〜19）

友が癒されるための努力は惜しまず、最後まで諦めずに行動をした場面。

[11]イエスは仰せになった、『それでは、あなた方は、わたしを何者だと言うのか』。すると、シモン・ペトロが答えて言った、『あなたは生ける神の子、メシアです。』（マタイ16・15〜16）

12 イエスを神の子と信じる者のほか、誰が世に打ち勝つでしょう。（1ヨハネの手紙5・5）

13 キリストに仕える者は神に喜ばれ、また、人々に受け入れられるのです。（ローマへの手紙14・18）

わたしは新規先を訪問する際、名刺と共に、「聖書は読まれましたか」と言って、信者、未信者を問わず「ＭｙＢｉｂｌｅ」を渡している。

14 熱心で怠らず、心を燃やし、主に仕え、（ローマへの手紙12・11）

聖霊に満たされ、主の奉仕に励む。

15 わたしが命のパンである。わたしの所に来る者は、決して飢えることがなく、わたしを信じる者は、もはや決して渇くことがない。（ヨハネ6・35）

命のパンとは、主のみ言葉。これをいただく恵みを知っていただければ、渇くことはない。

16 医者を必要とするのは健康な人ではなく、病人である。……わたしが来たのは、正しい人を招くためではなく、罪人を招くためである。（マタイ9・12〜13）

主は、自分で出来ない人には手を貸し、自分の力に頼る人には手を貸さない。

17 イエスこそ、『あなた方、家を建てる者に捨てられたが、隅の親石※1となった石』です。（使徒4・11）※1イエス

イエスは、多くの者に見捨てられたが、教会の土台となった。

18 植える者も水をやる者も取るに足らず、成長させる神こそ大切な方なのです。
（1コリントへの手紙3・7）

19 あなたの神、主を試みてはならない。（マタイ4・7）

20 わたしの後に従いたい者は、自分を捨て、自分の十字架を担って、わたしに従いなさい。（マタイ16・24）

周りの人が、悲しみや苦しみを背負っているなら、この方々にお役に立つことを、己の十字架として担ってみる。

21 わたしの名のために、家、兄弟、姉妹、父、母、子、畑を捨てた者はみな、そのいく倍もの報いを受け、永遠の命を受け継ぐ。（マタイ19・29）

宣教活動に専念する際は、今あるものやこれから望もうとするものは捨て去る。

[22]一粒の麦が地に落ちて死ななければ、それは一粒のままである。しかし、死ねば、豊かな実を結ぶ。（ヨハネ12・24）

一粒の麦とはイエスのこと。イエスの死によって私たちは新たな者とされた。主から与えられたこの命、人に喜ばれるために惜しみなく使う。

[23]自分の命を救おうとする者はそれを失い、自分の命を失う者はそれを保つ。（ルカ17・33）

組込（ハードウェアとソフトウェアが混在した機器）の開発プロジェクトに着手する時に与えられたみ言葉。

この案件を我が社が受注しても、チームワークが上手（うま）くいかずに失敗すると、会社は倒産する、と捨て身の覚悟で受注した。本来、このような受注は避（さ）けるべきだ

が、何としても会社を発展させたいとの思いで、この戦いに挑んだ。プロジェクトの目標は、「世界Ｎｏ１のＣＡＭコーダのソフトを開発する」

プロジェクトは、主の導きや協力者に支えられ、捨て身で取り組むことで、製品は無事完成し、貴重な体験をさせていただいた。

「不惜身命」命をも惜しまない覚悟。

24 人を救うのは神の義であり、それはひとえに信仰を通して与えられることが、福音に現れています。『正しい人は信仰によって生きる』と記されている。（ローマへの手紙１・17）

人生ではいろいろな問題に遭遇するが、解決に導く鍵はみ言葉にあり。

25 信仰によってアブラハムは、遺産として受けることになる土地に出かけていくようにとの召し出しに従って、行く先も知らぬままに出かけた。（ヘブライ人への手紙11・８）

アブラハムには、家族・家畜・財産を持っていたが、神のみ言葉に従い、カナンの地を目指した。

[26]宗教的生活のために自らを鍛えるようにしなさい。体を鍛えることにも、多少の益はありますが、しかし、この代の命と、来たるべき代の命とが約束されているこの宗教は、すべてにおいて益するところがあります。（1テモテへの手紙4・7～8）

信心の鍛錬とは、聖書を読み、祈り、礼拝に出る。
千日の稽古を「鍛」とし、万日の稽古を「錬」とする。
この代の命と来世の命とが約束されているキリスト教を鍛錬によって会得する。
宮本　武蔵

[27]わたしの子らよ、キリストがあなた方のうちに形づくられるまで、再び、わたしは産みの苦しみを味わっているのです。（ガラテヤ書4・19）

主は、私たちが独り立ちするまで、忍耐しながら養育してくださる。

[28]生きているのは、もはやわたしではなく、キリストこそわたしのうちに生きておられるのです。（ガラテヤへの　手紙2・20）

日々の歩みが出来るのは、神の霊が自分の内に住まわれているお陰。

[29]信仰がなければ、神に喜ばれることはできません。神に近づく者は、神が存在すること、および、ご自分を求める者に報いを与える方であることを信じていなければならないのです。（ヘブライ人への手紙11・6）

洗礼によって、人は神の子となる。わたしが幼い時、衣食住や明日のことなど、心配することはなかった。父からたまに雷が落ちると、すかさず母が父に執(とり)なして

くれた。これと同様、神の子となった私たちは、余計な心配や取り越し苦労はすることなく、私たちに必要なことは、マリアさまが主に執なしてくださる。

30 彼女は隠しきれないと悟り、おののきながら進み出て、み前にひれ伏して、民全体の前で、イエスに触れた理由と、立ちどころに治った次第を話した。そこで、イエスは彼女に仰せになった、『娘よ、あなたの信仰があなたを救った。安心して行きなさい。』（ルカ8・47～48）

31 これまでの生き方に従ってきたあなた方を、言い換えれば、人を惑わす情欲に流されて堕落（だらく）しきった古い人を脱ぎ捨て、精神も霊も新しくされて、神にかたどって造られた、まことの義と崇高（すうこう）さを備えた新しい人を身にまとうということです。（エフェソへの手紙4・22～24）

クリスチャンになると決断したなら、この道を最後まで貫く。

32 あなた方は神に選ばれた者、聖なる者、愛されている者として、思いやりの心、親切、へりくだり、優しさ、広い心を身にまといなさい。（コロサイへの手紙3・12）

焦らず、侮らず、まずは意識することから始める。

33 この地上のものではなく、上にあるものに思いを馳せなさい。……この地上に属する部分を死なせなさい。みだらなこと、汚らわしいこと、衝動的な欲望、邪な情欲、それに貪欲です。貪欲は偶像崇拝と同じことです。（コロサイへの手紙3・2〜5）

五感で捉えることに人は興味を抱き、この世での富や名声を得て評価されたいとの思いは、欲望、貪欲、執着心を生む。

34 『彼らの神はどこにいるのか』と。わたしたちの神は天におられ、み旨にかなうことをすべて行われる。彼らの偶像は銀や金、人の手で造られたもの。口があっても

語れず、目があっても見えない。耳があっても聞けず、鼻があっても嗅げない。手があっても触れず、足があっても歩けず、喉から声を出せない。偶像を造る者はそれと等しくなる。（詩編115・2～8）

偶像礼拝のなんと愚かなことか。

35 酒盛りで大騒ぎしたり、酔いつぶれたり、みだらな行いに恥ったり、身を持ち崩したり、争ったり、妬んだりすることなく、日中歩くように、慎み深く生活しましょう。主イエス・キリストを身にまといなさい。欲望をかなえさせようと、肉のために心を煩わせてはなりません。（ローマへの手紙13・13～14）

「ぶどう酒は人をあざける者にし、強い酒は人を暴れ者にする。これにおぼれる者はみな、知恵がない。」（箴言20・1）

「大酒飲みと大食漢は貧しくなり、惰眠を貪る者はぼろをまとうようになる。」（箴言23・21）

イエスの衣を身に纏い、芳しい香りを放つ。

[36]わたしたちは、生きるとすれば主のために生き、死ぬとすれば主のために死にます。生きるにしろ、死ぬにしろ、わたしたちは主のものなのです。（ローマへの手紙14・8）

どのように生き、死後はどのようなりたいのか。

[37]年が若いからといって、どんな人にも軽んじられないようにしなさい。むしろ、言葉においても、行いにおいても、愛や、信仰や、純潔（じゅんけつ）においても、信者の模範になりなさい。（1テモテへの手紙4・12）

[38]あなた方に神の言葉を伝えた指導者たちのことを、思い出しなさい。彼らが生涯の幕をどのように閉じたかに思いを馳（は）せて、その信仰に倣（なら）いなさい。イエス・キリストは、きのうも、今日も、いつまでも変わることはありません。（ヘブライ人への手紙13・7～8）

39 目を覚ましていなさい。いつの日、主が来られるか、あなた方は知らないからである。（マタイ24・42）

イエスの再臨はいつやって来るか分からず、賢いおとめたち（マタイ25・4）に倣い、日々の備えは怠らない。

40 キリスト・イエスと一致して信心深く生きようとする者はみな、迫害を受けます。（2テモテへの手紙3・12）

41 何事も、不平を言ったり理屈をこねたりしないで行いなさい。あなた方が、咎められるところのない、潔白な者となり、ゆがみ、ねじ曲がった世代にありながらも、非の打ち所のない神の子となるためです。そして、命の言葉を自分のものとすることによって、人々の中で、この世に輝く星のように光り輝きます。このことは、キリストの日に、わたしの誇りとなります。（フィリピへの手紙2・14～16）

愚痴や不満を言っても問題は解決しない。み言葉の衣を身にまとい、地の塩・世の光の子として行動する。

42 金持ちになろうと望む者は、誘惑の罠、愚かで有害なさまざまな欲望に陥ります。それらのものは、人々を滅びと破滅に沈ませます。金銭の欲は、すべての悪の根源です。ある人々は、金銭を追求するあまり、信仰から離れ去り、さまざまなひどい苦しみで自らを刺し貫きました。（1テモテへの手紙6・9〜10）

よく聞きなさい。神は、この世の貧しい人を選んで、信仰において富む者とし、神を愛する人に約束されたみ国を受け継ぐ者となさった。（ヤコブの手紙2・5）

43 『十分の一税をすべて宝物倉に携えて来て、わたしの家の食物となるようにせよ』と万軍の主は仰せになる。『わたしが、お前たちのために天の水門を開いて、お前たちの上に祝福を溢れるばかりに注ぎ出すかどうか、わたしを試してみよ。』（マラキ書3・10）

このみ言葉を実践してみたが、継続するのが困難となった。

44 金持ちたちはみな、あり余る中から入れたが、彼女は乏しい中から、生活費のすべてを入れたからである。（ルカ21・4）

わたしがミサに与る東京カテドラル聖マリア大聖堂は、今より50年前。ドイツのケルン教区の方々は、敗戦国となって、厳しい生活を余儀なくされたにもかかわらず、「苦しい時だからこそ捧げるのです。」との大司教様の呼びかけに応えられ、尊い献金でこの大聖堂は建てられた。

45 この食物は、信仰があり、真理を悟っている人々が感謝して食べるようにと、神がお造りになったものです。（1テモテへの手紙4・3）

食前と食後の祈りは欠かさない。

46 なくなってしまう食べ物のためではなく、いつまでもなくならずに、永遠の命に至らせる食べ物のために働きなさい。（ヨハネ6・27〜29）

何のために今、働いているのでしょうか。

「働く」その方の働きによって、周りの方々の仕事が楽になる。

47 今そのことをやり遂げてください。進んでしようと思ったとおりに、自分の持っている物でやり遂げることです。もし、進んでする気があるなら、持っていないからということではなく、持っているからということで神に受け入れていただけるのです。（2コリントへの手紙8・11〜12）

やるからには積極的に取り組む。

[48]ただ一つのこと、すなわち、後ろのことを忘れて前のことに全身を傾け、目標を目指してひたすら努め、キリスト・イエスに結ばせることによって、神が、わたしたちを上へ招き、与えてくださる賞を得ようとしているのです。（フィリピへの手紙3・13〜14）

わたしが会津若松にある野口英世の生家を訪れた時のこと。英世が暮らした母屋の床柱には、「志を得ざれば再び此の地を踏まず」の文字が刻み込まれていた。

隣には立派な記念館が建っていた。この入口から中を見渡すと、野口英世「成功の秘訣」の額（目的・正直・忍耐）が掲げられており、この6文字が細菌学で貢献する原動力となり、日本銀行券の肖像画になったのかと思う。

この文字を静かに眺めていると、み言葉であることに気づき、成功の秘訣は聖書にある、と悟った。帰宅し、英世について調べてみると、英世はクリスチャンであることが分かった。

その後、ビジネスで成功された方々の本を丹念に読んでいると、聖書のみ言葉が隠されていることに気づかされ、これを纏めてみた。

目標を達成するには

①目標・目的（ゴール）を設定

「目標を目指してひたすら努め、」（フィリピへの手紙3・14）夢や希望、何をなすべきか、どうしたいのかを書き出し、自分が置かれている立場から選択と決断を行い、ゴールを設定する。

②あるべき姿をイメージする

「信仰は、希望していることを保証し、見えないものを確信させるものです。」（ヘブライ人への手紙11・1）

目標を達成した姿をイメージする。スポーツにおけるイメージトレーニング。

③成し遂げられると確信する

主は言われる。「信じる者にはどんなことでもできる。」（マルコ9・23）

心に「不可能」という文字を消し去り、必ずや目標を達成する。と心の板に深く刻み込み、決して自分の力に限界を作らない。

④協力者を募る

「もしあなた方のうち二人が心を一つにして地上で願うなら、天におられるわたしの父はそれをかなえてくださる。」（マタイ18・19）

プロジェクトの成功は協力者とのチームワークで決まる。「新しいぶどう酒は、新しい革袋に入れるものだ。」（マタイ9・17）新組織は、新メンバーでのチーム編成。

⑤情熱を注ぐ

「より優れた特別な恵みを得ようと努めなさい。」（1コリントへの手紙12・31）

目標に対し、心を真っ赤に燃え立たせ、熱心に取り組み、最後まで信念・執念を貫く。

⑥最後までやり抜く

「主は、愛する者を訓練し、子として受け入れるすべての者を鞭打たれる。」（ヘブライ人への手紙12・6）

プロジェクトで試練や困難に遭遇すると、これに耐え、決して諦めず、最後までやり抜く。

⑦喜びと感謝で歩む

「どんなことにも感謝しなさい。」（1テサロニケへの手紙5・18）与えられたプロジェクトへの恵みに感謝し、「ありがとう」の言葉を忘れない。

⑧妄想（もうそう）を絶ち切る

「あなた方の誰かが思い煩ったからといって、寿命を一刻でも延ばすことができるだろうか。」（ルカ12・25）

思い悩み、不安、取り越し苦労は妄想。

⑨相手の立場に立って考える

「人にしてもらいたいと思うことを、人にもしてあげなさい。」（マタイ7・12）

自分が人にしてもらいたいと思うことを、まず他者にする。

⑩人を赦（ゆる）す

「人の過ちを赦すなら、あなた方の天の父もあなた方を赦してくださる。」（マタイ6・14）これにより、聖霊が新たに流れ出し、プロジェクトが成功へと導かれる。

49 わたしは善い戦いを戦い、走るべき道程を走り終え、信仰を守り抜きました。この後、わたしのために用意されているのは、義の冠だけです。（2テモテへの手紙4・7～8）

信仰の道を志したなら最後まで、「行おうと決心したことについて、心に疑いをもたない人は幸いです。」（ローマの手紙14・22）この思いは人生を閉じるまで貫き、義の冠をいただく。

【讃美歌】　５１５　十字架の血に清めぬれば　【讃美歌】　５２４　イエス君

31 宣教

[1]イエスは仰せになった、『全世界に行き、造られたすべてのものに福音を宣べ伝えなさい。信じて洗礼を受ける者は救われ、信じない者は罪に定められる。』（マルコ16・15～16）

この時から、『悔い改めよ。天の国は近づいた』とイエスは宣べ伝え始められた。（マタイ4・17）

ペトロがイエスに、『わたしたちはこのとおり一切を捨てて、あなたに従ってきました』と言い出した。イエスは答えて仰せになった、『あなた方によく言っておく。……来たるべき代(よ)では永遠の命を受ける。』（マルコ10・28～30）

今の仕事を中断し、宣教活動を行うことは出来ず、クリスマスイブに教会に来られた方々に、聖書の配布を行う。

イエスに倣う宣教活動

1. 信徒数の現状

日本の人口はおよそ1億2000万人、クリスチャンの人数はおよそ98万人。

2. 宣教プラン

(1)イエスの宣教に倣う

イエスが実践された個人伝道（1人が1人を導く）に倣い、パウロもエルサレムからイリリコン州までを巡り歩き、この一帯に宣教の場所がなくなるほど福音を宣べ伝えた。

(2)教会員は毎年、新しい方を教会に1名お連れし、救いに導くこの方式（1・2・4・8・16・32・64・128）を8年間継続することで、教会員は100倍となる。（9年目は200倍）

3. 宣教活動におけるみ言葉

(1)平和を保ち、ますます基礎が固まり、主への畏れと、聖霊の慰めのうちに歩み、次第に信者の数を増していった。（使徒9・31）

(2)主がヨセフとともにおられたので、彼の行うことはすべてうまくいった。（創世記39・2）

(3)聖霊があなた方の上に降るとき、あなた方は力を受けて、……地の果てに至るまで、わたしの証人となる。（使徒1・8）

(4)わたしから学んだこと、受けたこと聞いたこと、見たことを実行しなさい。（フィリピへの手紙4・9）

(5)信仰は、希望していることを保証し、見えないものを確信させるものです。（ヘブライ人への手紙11・1）

(6)宗教的生活のために自らを鍛えるようにしなさい。（1テモテへの手紙4・7）

2イエスはガリラヤに行き、神の福音を宣べ伝えて仰せになった、『時は満ち、神の国は近づいた。悔い改めて福音を信じなさい。』（マルコ1・14〜15）

イエスは各地方を巡り歩きながら、一人ひとりに福音を宣べ伝える個人伝導を行った。

3 主は、神を認めない人々、わたしたちの主イエスの福音に聞き従わない人々に報復なさいます。（2テサロニケへの手紙1・8）

4 『たとえ、お前たちの罪が緋のようであっても、雪のように白くなるだろう。たとえ紅のように赤くても、羊の毛のようになるであろう。もし、お前たちが喜んで聞き従うなら、大地の実りを食べるであろう。しかし、拒んで反抗するなら、剣の餌食になるであろう』。主の口がこう語られた。（ルカ15・23〜24）

改心することで、心は清らかで豊かになるので、頑なに拒んでいる時ではない。

5 それから、肥えた子牛を引き出して屠りなさい。食事をして祝おう。この子は死んでいたのに生き返り、いなくなっていたのに見つかったのだから。（ルカ15・23〜24）

放蕩息子が今までの歩みを省み、父のもとに帰った。この姿を見た父は喜び、宴会をして祝う。

「回心転意」自分の今までの言動を反省して改心する。

6 あなた方のうちに、百匹の羊を持っている者がいるとする。そのうちの一匹を見失ったなら、九十九匹を荒れ野に残して、見失った一匹を見つけ出すまで、跡をたどって行くのではないだろうか。（ルカ15・4）悔い改め

人生の歩む道を誤り見失っても、悔い改める者には、主は手を差し伸べられる。

7 イエスは仰せになった、『わたしはほかの町々にも、神の国の福音を宣べ伝えなければならない。わたしは、そのために遣わされたのである。』（ルカ4・43）

イエス誕生の目的の一つが、福音宣教。

8 ある夜のこと、主は幻のうちに、パウロにこう仰せになった、『恐れるな。語り続けよ。黙っていてはならない。わたしはあなたとともにいる。誰もあなたに手を下して危害を加える者はいない。』（使徒18・9〜11）

パウロは、「インマヌエル　神は我らとともにいます。」の言葉に勇気づけられ、宣教活動を行う。

9 こうして教会は、ユダヤ、ガリラヤ、サマリアの全地方にわたって平和を保ち、ますます基礎が固まり、主への畏れと、聖霊の慰めのうちに歩み、次第に信者の数を増していった。（使徒9・31）

イエスは各地を巡り歩きながら教会を建て、教会が聖霊の賜物を受けると、基礎は固まり、信徒数は増えて発展する。

10 あなた方は地の塩である。もし塩がその持ち味を失ったなら、どうやってそれを取り戻すことができるだろうか。……あなた方は世の光である。……あなた方の光を人々の前に輝かせなさい。そうすれば、人々はあなた方の善い行いを見て、天におられるあなた方の父をほめたたえるであろう。（マタイ5・13〜16）

あなた方は既（すで）に地の塩・世の光となっており、今のありようで宣教活動は十分できる。

11 病んでいる人々に対しては、わたしも病んでいる者のようになりました。病んでいる人を得るためです。わたしは、すべての人に対してすべてとなったのです。すべてを尽くして何人かでも救うためです。わたしはすべてのことを福音のためにしています。それは、この福音の分け前にともにあずかる者になろうとしてのことです。（1コリントへの手紙9・22〜23）

病んでいる人にはそっと寄り添うことで安らぐ。病んでいる人が息を吐けば息を吐き、息を吸えば息を吸うことで、病める人の隣人になりきる。

12 わたしは自分の体を打ちのめし、それを奴隷のように引き回します。他人に福音を告げ知らせておきながら、自分が失格者になってしまわないためです。（1コリントへの手紙9・27）

宣教活動を行うリーダーは、自らの行動で模範を示す。

13 イエス・キリストについての宣教によって、すなわち、代々にわたって隠され、今や現された神秘の啓示によって、……信仰の従順に至るように。（ローマへの手紙16・25）

宣教活動は、他者を救いへと導くと同時に、自らの信仰も鍛える。

14 わたしたちの勧めは、迷いや汚らわしい思いから出たものでもなく、人を陥(おとしい)れるためのものでもありません。かえって、わたしたちは福音を任せるに足る者と神から認められて、いつもそれにふさわしく語っています。人の気に入られようとしてではなく、わたしたちの心をお調べになる神に喜んでいただこうとして語っているのです。（1テサロニケへの手紙2・3〜4）

15 弟子たちに仰せになった、『刈り入れは多いが、働く人は少ない。だから、刈り入れのために働く人を送ってくださるよう、刈り入れの主に祈り求めなさい。』（マタイ9・37）

宣教活動における実りは多いが、働き人が少ない。

16 み言葉を宣べ伝えなさい。善い時にも、悪い時にも、常にこれに専念しなさい。忍耐強く絶え間なく教えて、咎(とが)め、戒め、励ましなさい。（2テモテへの手紙4・2）

いつでも、どこでも、何度でも、忍耐強く、み言葉を宣べ伝え、自分の本業も全(まっと)うする。

17 あなたは、わたしたちの主を証しすることや、わたしが主の囚人(しゅうじん)であることを恥(は)じてはなりません。むしろ、神の力に支えられて、福音のためにわたしとともに苦しみを耐え忍びなさい。（2テモテへの手紙1・8）

主は、私たちの救い主であることを宣べ伝えるのに、恥じることも、臆(おく)することも、他人の目を気にすることなどない。困難な問題に遭遇したら忍耐で乗り切る。

18 信じたことのない方を、どうして呼び求めることができるでしょうか。聞いたことのない方を、どうして信じることができるでしょうか。宣べ伝える者がなければ、どうして聞くことができるでしょうか。遣わされなければ、どうして宣べ伝えることができるでしょうか。『善い知らせをもたらす者の足は何と美しいことか』と書かれているとおりです。（ローマへの手紙10・14〜15）

宣教活動を行う者には、主からの賜物として、知恵や行動が与えられ、誠に不思議な歩みとなる。

19 『愚か者、今夜、お前の命は取り上げられる。』……自分のために宝を蓄えても、神の前に豊かにならない者は、このようになる。（ルカ12・33）

神は、人が宣教活動をとおして、天に宝を蓄えるのを見ておられる。

【讃美歌】　２１７　あまつましみず
【希望】　１２５　主は水辺に立った

国際ナビゲータ　アメリカ国際本部

32 黙示

[1]イエス・キリストの黙示。この黙示は、すぐにも起こるはずのことを、その僕たちに示すために、神がイエス・キリストにお与えになり、そして、イエスがみ使いを遣わして、僕ヨハネに示されたものである。（黙示録1・1）

黙示録は、使徒ヨハネがパトモス島において、神の啓示によって、人類が今までに「見たことを、今あることを、今後起ころうとしていること。」（黙示録1・19）過去・現在・未来について記されている。

[2]それらの燭台の中央に、人の子に似た方がおられた。その方は足元まで届く衣をまとい、金の帯を胸に締めておられた。その髪の毛は、雪のように白い羊の毛に似て白く、目は燃える炎のようであった。足は、炉の中で精錬され磨かれた真鍮のように輝いていて、声は大水のとどろきのようであった。（黙示録1・13～15）

天上におけるイエスの姿

[3]恐れるな。わたしは最初の者であり、最後の者であり、生きている者である。わたしはいったん死んだが、見よ、代々限りなく生きている。そして、死と陰府（よみ）の鍵（かぎ）を持っている。（黙示録1・17〜18）

人生において最も不安なことが死。これがいつおとずれるかは誰も知らないし、この死から逃れたいとの欲望が苦痛を生む。

イエスは仰せになった、『わたしは復活であり、命である。わたしを信じる者は、たとえ死んでも生きる。生きていて、わたしを信じる者はみな、永遠に死ぬことはない。このことをあなたは信じるか。』（ヨハネ11・25〜26）

充実した日々を歩むことで、生や死に対する煩悩（ぼんのう）や迷いは絶たれ、どうにもならないことは考えず、人生は「日々是好日（ひびこれこうじつ）」と捉（とら）え、生かされている今に感謝をして楽しむ。

[4]終わりの日には、困難な時が来ます。このことを悟りなさい。その時、人々は自分だけを愛し、金銭を貪り、大言壮語し、高ぶり、ののしり、親に逆らい、恩を忘れ、神を汚すものとなる。（2テモテへの手紙3・1～2）

誰しも、両親や親しい友との別れを経験する。仕事を終え父が入院している病院に行き、共に祈ったその夜、父は帰天し、「確かに何一つ持たないで、この世を去ります。」（1テモテへの手紙6・7）

人生において、空しいことがあっても、死ぬに死ねず、生きようと思っても生きづらい現実がある。また、死は今の自分には関わりのないことと思っている人がいるようだが、死は人生の終着駅。人は老い（円熟・縁塾）と死に向かって歩んでいる。自分が立てた目標を達成することや今を大切に生きようとすることで、空しい時を過ごすこともなくなるだろう。

「コヘレトは言う。空の空。空の空。一切は空。日の下でどのように労苦しても、

それが人に何の益になろう。」（コヘレト1・2〜3）空とは本来は息・蒸気の意味で、そこから空しい、無の意に用いられたようだ。

「主は、わたしたちの造られた有様を知り、わたしたちが塵にすぎないことを思われる。」（詩編103・14）

5 人間はただ一度だけ死に、その後、※1裁きを受けることになっています。そのように、キリストもまた一度だけ、多くの人々の罪を負うために、ご自分をささげられたのです。しかし、※2二度目には、罪を負うためではなく、ご自分を待ち望んでいる人々の救いのために、現れてくださるのです。（ヘブライ人への手紙9・27〜28）※1・私審判　※2・再臨

人は死のうと願って、「死を待っても彼らには死は訪れない。」（ヨブ記3・21〜22）人は勝手に死ぬことは許されていない。

わたしたちはみな、キリストが座る裁きの座の前に立って、善であれ悪であれ、体を住まいとしていた間に行ったことに応じて、一人ひとり報いを受けなければな

らないからです。（2コリントへの手紙5・10）

死後、主の前でそれぞれに審判がなされる。

[6]生涯を閉じるとき、その人の業は明らかになる。（シラ書11・27）

この世の価値観にとらわれることなく、死後の評価に思いを馳せてみる。

勝利を得る者には、神の楽園にある命の木の実を食べさせよう。（黙示録2・7）天の楽園に招かれ、命の実を遠慮することなくいただくには、これからまだ生きてやる、との強い思いを抱き、命ある限り精一杯生き抜くことで、老死に惑わされない虚心坦懐の境地が得られよう。

「虚心坦懐」先入観を持たずに物事に臨む。

「人間万事塞翁が馬」人としての道を正しく歩んでいれば、たとえ試練の時がおとずれても、一時的なことだと思い、忍耐してみる

7 お前に迫っている苦しみを決して恐れてはならない。……死に至るまで忠実でありなさい。そうすれば、命の冠を与えよう。（黙示録2・10）

信仰者として

①最初の確信を、終わりまで堅くもち続けさえすれば、わたしたちは、キリストにあずかる者となるのです。（ヘブライ人への手紙3・14）

②完全な愛（1ヨハネの手紙4・18）の実践を貫く。

③わたしは善い戦いを戦い、走るべき道程を走り終え、信仰を守り抜きました。（2テモテへの手紙4・7）

8 すべての教会は、わたしが人の思いと心を見通す者であると、悟るようになる。わたしはお前たち一人ひとりにその行いに応じて報いよう。（黙示録2・23）

イエスが再臨される時には、『地上に住む者たちを試みるために全世界に必ず来る試練の時に、お前を守ろう。』（黙示録3・10）と約束されている。これが来る『その時には、世の初めから今に至るまでかつてなく、また今後もないような、大きな苦難が起こる。』（マタイ24・21）と預言されており、この苦難とは、『あなたが、エジプトの地を出られた時のように、不思議な業を、わたしたちにお見せください。国々はそれを見て恥じいります。』（ミカ書7・15～16）イスラエルの民が出エジプトの旅を開始する前に起きた苦難よりもさらに厳しく、『火がその行く手を焼き尽くし、燃え盛る炎がその後に続く。彼らの来る前はこの地はエデンの園、彼らの去った後は荒れ果てた原野のようになる。これから逃れるものは一つもない。』（ヨエル書2・3）と大艱難時代の到来が語られている。

9 わたしはお前に勧める。豊かになるために、火で精錬された金をわたしから買いなさい。裸の恥をさらさないために、身につける白い衣を買いなさい。目が見えるようになるために、目に塗る薬を買いなさい。わたしは愛する者をみな責めたり懲らしめたりする。だから、熱心に努めなさい。悔い改めなさい。（黙示録3・18～19）

信仰者が今なすべきことは熱心に、信仰・愛・希望を求める

①火で精錬された金とは、「その試練が、賛美と栄光と誉れに変わるためです。試練を経たあなた方の信仰は、火で精錬されて滅び去る金よりもずっと尊いものです。」（1ペトロの手紙1・7）試練で鍛え抜かれた信仰。

②白い衣とは、花嫁が身に着ける礼服と、「聖なる人々の正しい行い。」（黙示録19・8）聖潔な愛に生きる。

③目に塗る薬とは、悔い改めのことで、「神を深く知るための知恵と啓示との霊をあなた方に与えてくださいますように、そして、あなた方の心の目が照らされ」（エフェソへの手紙1・17～18）新たな希望の火が灯る。

10 全彼らは声高らかに叫んだ、『屠られた小羊は、力と富、知恵と剛毅、誉れと栄光と賛美を受けるにふさわしい方。』（黙示録5・12）

わたしは天と地と、地の下と海の中にいるすべての被造物、その中にいる生きとし生けるものが叫ぶのを聞いた、『玉座に座っておられる方と小羊に、賛美と誉れ、栄光と力が、代々限りなくありますように。』（黙示録5・13）『わたしの正しい僕[※1]は、多くの者を正しい者とする。彼らの悪を、彼が背負った。』（イザヤ書53・11）※1・イエス

[11]この人々は大きな試練を経てきた者たちで、その衣を小羊の血で洗って白くした。それ故、神の玉座の前にいて、昼となく夜となく、その神殿で神に仕えている。玉座に座っておられる方は、彼らとともに住む。（黙示録7・14～15）

大艱難時代の到来に伴い、信徒たちはこの試練を乗り切り、赤く染まった衣を、子羊の血潮で洗い白くしたことで、神の玉座の前で神に仕えられるようになり、「彼らは、もはや飢えることも渇くこともなく、太陽もどのような暑さも、彼らを襲うことはない。」（黙示録7・16）

12 書き記せ、『今から後、主に結ばれて死ぬ者は幸いだ』。霊も仰せになる、『そうだ、この人たちはその労苦から解き放たれて憩う。その行いが、彼らについて行くからである。』（黙示録14・13）

主に裁かれる時が来ると、『諸国の民は怒り狂い、あなたも怒りを現されました。死者が裁かれ、あなたの僕である預言者や聖なる人々、小さな者も大きな者も、すべてあなたの名を畏れかしこむ者に報いが与えられ、地を滅ぼす者どもが滅ぼされる時が来ました。』（黙示録11・18）

ただ、「主と一致していれば自分の労苦は無駄ではないと、あなた方は知っている。」（1コリントへの手紙15・58）「苦しめられているあなた方には、わたしたちとともに、報いとして安らぎを与える。」（2テサロニケへの手紙1・7）

13 み使いは力強い声で叫んだ、『倒れた、倒れた、大バビロンが。そして、悪霊どもの棲処、あらゆる汚れた霊の巣窟、……地上の王たちは彼女と姦淫を行い、地上の商人たちは彼女の途方もない贅沢によって、富を得たからである。』（黙示録18・2〜3）

滅びた都市

①主は仰せになった、『ソドムとゴモラに対する叫びはまことに大きく、彼らの罪は極めて重い。』（創世記18・20）

②彼らは言った、『町を造り、頂が天に達する塔を建てよう。われわれの名を高め、われわれが全地に散らばらないようにしよう。』（創世記11・4）バベル（神の門）の塔を建設する目的は、ニムロドの名声（反キリスト者）を高めるためだが、神はこの建設を阻止した。

③バビロンは、これらの都市と似通っており、栄華を極め、贅沢に暮らし、悪のぶどう酒に酔い、殉教の血を流し、神は言われた。『お前の商人たちが地上の君主であり、お前の魔術によってすべての国民は欺かれ、預言者たちや聖なる人々の血、地上で殺されたすべての者の血が、この都で流されたからである。』（黙示録18・23～24）『復讐はわたしのすること、わたしが報復する。』（ローマへの手紙12・19）と言われた神は、『地上を姦淫で堕落させたあの大淫婦を裁き、僕たちの血の復讐を彼女にさ

れたからである。』（黙示録19・2）

神はバビロンを滅ぼすことにしたが、バビロンにいる神の民に呼びかけ、『バビロンの中から逃げよ。カルデア人の地から出よ。……バビロンはそこから攻め取られる。』（エレミヤ書50・8〜9）※1・強大な国※1

14 彼らは生き返り、キリストとともに、一千年の間、統治した。しかし、そのほかの死者は、一千年の期間が満ちるまで生き返ることはなかった。これが第一の復活である。この第一の復活にあずかる者は幸いな者であり、聖なる者である。第二の死は、この人々に対して何らの権威もない。（黙示録20・4〜6）

主の前では、一日は千年のようであり、千年は一日のようです。（2ペトロの手紙3・8）

「子供であれば、相続人であります。……キリストとともに苦しむなら、ともに栄光を受けるのです。」（ローマへの手紙8・17）「あなた方は、聖なる人々が世を裁くことになるのを知らないのですか。……わたしたちがみ使いたちを裁くことになるのを

知らないのですか。」（1コリントへの手紙6・2～3）聖なる者らは、大艱難時代において、「女性たちは、死んだ人を蘇えらせてもらいました。他の人々は、さらに優れた蘇えりを勝ち取るために、釈放を拒み、拷問に遭いました。」（ヘブライ人への手紙11・35）この試練や迫害に耐えた殉教者たちの信仰が打ち勝ち、第一の復活にあずかり、千年間統治する者となる。

イエスの死と復活が第一の復活で、キリストは、「肉においては死に渡されましたが、霊においては生かされたのです。」（1ペトロの手紙3・18）

15 死者が、大きな者も小さな者も、玉座の前に立っているのを見た。そして、数々の書物が開かれ、さらに別の書物が開かれた。それは命の書である。死者は、これらの書に書かれていることに従い、各自の行いに応じて裁かれた。……死と陰府は火の池に投げ込まれた。これが、第二の死である。（黙示録20・12～14）

神の玉座がある所とは、「楽園にまで連れていかれ、口にするのも畏れ多い言葉、人間には語ることが許されていない言葉を聞いたのを、わたしは知っています。」（2コリントへの手紙12・4）「主を求めよ、見出すことができるうちに。呼びかけよ、近くにおられるうちに。」（イザヤ書55・6）命がある間に悔い改めて主に立ち帰り、主の十字架で罪を赦していただき、楽園に凱旋する準備を整える。

金持ちは叫んで言った、『父アブラハムよ、わたしを憐れんでください。ラザロを遣わして、その指先を水に浸し、わたしの舌を冷やさせてください。わたしはこの炎の中で悶え苦しんでいます。』しかし、アブラハムは言った、『子よ、思い出しなさい。お前は生きている間に善い物を授かったが、ラザロは悪い物を授かった。しかし、今、彼はここで慰められ、お前は悶え苦しんでいる。』（ルカ16・24～25）これが第二の死である。

人は「命の書」に記される内容に応じて裁かれる。人を裁くのは、「父は誰をも裁かず、すべての裁きを子に委ねられた。」（ヨハネ5・22）「御子を信じる者は裁かれない。信じない者はすでに裁かれている。」（ヨハネ3・18）裁かれないためには、イエスに倣い、自律した人の歩みをなす。

16 わたしは新しい天と新しい地を見た。先の天と先の地は消え去り、もはや海もない。また、わたしは聖なる都、新しいエルサレムが、夫のために着飾った花嫁のように支度を整えて、神のもとを出て、天から降って来るのを見た。（黙示録21・1～2）

新たな天と地が現れる日、「天地は過ぎ去る。」（マルコ13・31）「天は大音響を立てて消え去り、自然界の構成要素は熱に崩れ去り、地とその中にあるものとは暴かれます。……すべては滅びるのですから、あなた方は聖なる、信心深い生活を送らなければなりません。こうして、神の日の到来を待ち望み、それが早く来るように努力しなさい。」（2ペトロの手紙3・10～12）

新たな都は、天から婚礼を整えた花嫁のようにやってくる。

17 また、わたしは玉座から出る大きな声が、こう言うのを聞いた、『見よ、神の幕屋は人々とともにあり、神は人々とともに住まわれ、人々は神の民となる。神ご自身、

人々とともにおられ、人々の神となり、神は人々の目から涙をことごとくぬぐい去ってくださる。もはや死もなく、もはや悲しみも、嘆きも、苦しみもない。先にあったものが、過ぎ去ったからである』。すると、玉座に座っておられる方が、『見よ、わたしは万物を新しくする』と仰せになった。また、『書き記せ。これらの言葉は確かであり、真実である』と言う声がした。そして、わたしに仰せになった、『事は成就した。わたしはアルファであり、オメガである。初めであり、終わりである。わたしは渇く人には、命の水から無償で飲ませる。』（黙示録21・3～6）

神が人と共に住むことで、『インマヌエルと呼ばれ……神はわたしたちとともにおられる』（マタイ1・23）が成就し、神と人とが一緒に住むことで、「わたしはその者の神となり、その者はわたしの子となる。」（黙示録21・7）これにより、死、悲しみ、苦労はなくなる。今の「わたしたちは、神の約束によって、義の宿る新しい天と新しい地を待ち望んでいます。ですから、愛するみなさん、これらを待ち望みながら、神の前にしみもなく、傷もなく、平和のうちにあるように努力しなさい。」（2ペトロ

の手紙3・13〜14）

神は天と地を創造された（創世記1・1）「アルファ」であり、この天地は終わり、新たな天地を完成された神「オメガ」が、「事は成就した」「これらの言葉は信頼でき、また真実である」「渇いている者は、遠慮せずに命の水を飲みなさい。」と言われる。

18臆病な者、不信仰な者、忌むべき者、人を殺す者、みだらな者、魔術を行う者、偶像を礼拝する者、また、あらゆる偽りを言う者どもの分け前は、火と硫黄の燃える池にある。これが第二の死である。（黙示録21・8）

主が住まわれる新しい都に入れない者たちについて、このみ言葉に記されている。特に、人を殺す者とは「兄弟を憎む人はみな、人殺しです。」（1ヨハネの手紙3・15）とある。これらの者たちへの報いが、第二の死となる『信仰の導き手であり、その完成者であるイエスに、わたしたちは目を注ごうではありませんか。イエスはご自分の前に置かれた喜びを捨てて、恥をもいとわず十字架を耐え忍ばれました。そし

て、神の玉座の右に座っておられます。』（ヘブライ人への手紙12・2）

「神がわたしたちを招いてくださったのは、わたしたちに汚らわしいことをさせるためではなく、わたしたちを聖なるものとするためです。そういうわけですから、この指示を軽んじるようなことがあれば、それは人を軽んじているのではなく、神を、すなわち、ご自分の聖なる霊をあなた方に与えてくださる方を、軽んじることになるのです。」（1テサロニケへの手紙4・7〜8）「父である神の前に清く汚れのない信心とは、困難に遭っている孤児や、やもめを世話し、この世の汚れに染まらず、自らを清く保つことです。」（ヤコブの手紙1・27）

目を覚ましていなさい。あなた方はその日、その時を知らないからである（マタイ25・13）準備は怠ることなく、その時の来るのを待つ。

19 人々は諸国の民の栄光と誉れを都に携えて来る。しかし、清くないすべての者や、憎むべきことや偽りを行う者は、決してこの都に入れない。入れるのはただ、小羊の命の書に書き記された者だけである。（黙示録21・26〜27）

イザヤが見た幻の都は、「来たるべき時に、主の神殿の山は山々の頂として固く立てられ、いかなる峰よりも高く上げられる。すべての国は川の流れのようにそこに向かう。多くの民が来て言う、『さあ、主の山に、ヤコブの神の家に上ろう。主はご自分の道をわたしたちに示される。わたしたちはその道を歩もう。』」（イザヤ書2・2〜3）

新しい都エルサレムは、「神は光で、神の中に闇はまったくないということです。」（1ヨハネの手紙1・5）新たな都は光輝（ひかりかがや）いており、都の外観（がいかん）は、「高い大きな城壁（じょうへき）があり、十二の門があった。」（黙示録21・12）この門はいつも開かれており、「わたしの息子らを遠くから、娘らを地の果てから連れていく。」（イザヤ書43・6）「あなた方に言っておく。多くの人々が東からも西からも来て、天の国でアブラハム、イサク、ヤコブと共に宴会の席に着く。しかし、み国の子ら[※1]は外の闇に投げ出される。そこには嘆（なげ）きと歯ぎしりがある。」（マタイ8・11〜12）多くの方々の名が「命の書」に記されますように。

※1・イエスを信じなかった、ユダヤ民族。

[20]神の僕たちは神を礼拝し、み顔を仰ぎ見る。彼らの額には神の名が記されている。もはや夜はない。ともしびの光も太陽の光もいらない。神である主が彼らを照らすからである。彼らは代々限りなく統治する。（黙示録22・3～5）

聖なるものとされることを追い求めなさい。そのことなしには、誰も主を見ることができません。（ヘブライ人への手紙12・14）これを求めることにより、『その時』に見るのは、顔と顔を合わせたもの。（1コリントへの手紙13・12）

「太陽はお前にとってもはや昼の光ではなく、月の明かりはもはやお前を照らす光ではない。主がお前にとって永遠の光となり、お前の神がお前の輝きとなる。」（イザヤ書60・19）「賢明（けんめい）な者たちは、大空の光のように輝き、多くの者を義へと導いた人々は星のように代々限りなく輝く。」（ダニエル書12・3）都に夜はなく、光も要（い）らない。

「聖書のすべての預言は勝手に解釈すべきではないということです。預言は決して人間の意志によってなされたものではありません。聖霊に動かされた人々が、神からの言葉を語ったのです。」（2ペトロの手紙1・20～21）

[21]見よ、わたしはすぐに来る。その時、わたしは報いを携えて来て、それぞれの行いに応じて報いよう。わたしはアルファであり、オメガである。最初の者であり、最後の者である。始まりであり、終わりである。（黙示録22・12～13）

地の塵（ちり）の中に眠っている多くの者が目を覚ます。ある者は永遠の命に。ある者は永遠の恥とさげすみに至る。（ダニエル書12・2）主は、それぞれの行いに応じて主は報われる。

[22]これらのことを証しする方が、こう仰せになる、『そうだ、わたしはすぐに来る』。アーメン。主イエスよ、来てください。主イエスの恵みがあなた方一同とともにありますように。（黙示録22・20～21）

イエスが再臨される時

①神のラッパが響き渡って、主ご自身が天から降(お)りて来られるとき、キリストに結ばれている死者がまず復活し、続いて、生き残っているわたしたちが彼らと一緒になり、雲に包まれて、主を迎えに空[※1]へ引き上げられていくからです。（1テサロニケへの手紙4・16〜17）

※1・携挙

「携挙(けいきょ)」キリスト者が空中に引き上げられること。

②天から降(くだ)ってこられる順序は、「初穂であるキリスト、次に、キリストが再びこの世に来られる時に、キリストのものとなっている人々というようにです。その後、代の終わりが来ます。」（1コリントへの手紙15・23〜24）

③わたしのために用意されているのは、義の冠だけです。正しい審判者である主が、『かの日』に、この冠をわたしに授けてくださるのです。……主の現れを心から待ち望む人には、誰にでもこれを授けてくださいます。（2テモテへの手紙4・8）

イエスの再臨を、あなたは待ち望んでおられますか。

使徒ヨハネの祝祷（しゅくとう）の恵みが、これを読まれた方にもありますように。

わたしが来て、地を呪いで滅亡（めつぼう）させることのないためである。（マラキ書3・24）旧約聖書はこのみ言葉で終わっている。

【讃美歌】　521　イエスよ心に宿りて

【讃美歌】　320　主よみもとに近づかん

日本キリスト教団　大阪西野田教会（礼拝堂）

33 祈り

[1]聖霊によって祈り。（ユダの手紙20）

肉の思いで歩んでいると、祈りは聞かれず、人が祈りたくなるのは聖霊に満たされ、主が招いておられる思いとなり、主に感謝と賛美を捧げたくなるからだろう。

[2]キリストは、この世におられたとき、自分を死から救うことのおできになる方に、大きな叫び声と涙をもって、祈りと願いをささげました。この敬虔（けいけん）の故（ゆえ）に、それは聞き入れられた。（ヘブライ人への手紙5・7）

イエスが祈っている姿を黙想する。

紀元前8世紀頃に書かれたイザヤ書に、「まことに、ひとりのみどりごが　わたしたちのために生まれた。ひとりの男の子がわたしたちに与えられた。」（イザヤ書9・5）

預言者イザヤは、「彼（イエス）は、主を畏れ敬うことを喜び」（イザヤ書11・3）とあり、「畏れ敬う」の表現は、神と一致する場合に用いられ、イエスは神と一致した方（完徳した方）であることを預言している。

ロンドンオリンピックにおけるボクシングの試合で金メダルを取った選手。家の冷蔵庫の扉には、「ロンドンオリンピックで金メダルをとりました。」との張り紙を、オリンピックの開催前から貼（は）っていた。

[3]ひざまずいて祈られた、『父よ、お望みなら、この杯をわたしから取りのけてください。しかし、わたしの思いではなく、み旨が行われますように。』（ルカ22・41～42）

イエスがゲッセマネの園で祈られた場面。

[4]あなたは祈る時は、奥の部屋に入って戸を閉め、隠れた所におられるあなたの父に祈りなさい。そうすれば、隠れた行いをご覧になるあなたの父が報いてくださる。（マタイ6・6）

祈りは、他者に聞かせるのではなく、主との対話を楽しむ。

[5]目が見たこともなく、耳が聞いたこともなく、人の心に思い浮かんだこともなかったこと、これこそ、神がご自分を愛する者たちのために用意してくださった。（1コリントへの手紙2・9）

お前の父ダビデが歩んだように、お前がわたしの掟と命令を守ってわたしの道を歩むなら、お前に長寿を与えよう。（列王記上3・14）

[6]あなた方は祈る時、異邦人のようにくどくどと言ってはならない。彼らは言葉数さえ多ければ聞き入れられると思っている。（マタイ6・7）

人が祈り続けてきたのは、①祈りには効果があった。②祈らざるを得なかった、からであろう。

7 あなた方の父は、あなた方が願う前に、必要とするものを知っておられる。（マタイ6・8）

8 あなた方が得られないのは、求めないからです。求めても与えられないのは、自分の欲望を満足させるために使おうとして、悪い動機で求めるからです。（ヤコブの手紙4・2〜3）

主は、わたしたちが必要なものは既にご存じですが、主に求めなければ、得られず、祈り求めても、悪い動機では聞かれない。

9 主よ、わたしの言葉に耳を傾け、わたしのつぶやきを、心にかけてください。わたしの王よ、わたしの神よ、わたしの叫び声を聞いてください。（詩編5・2〜3）

主はご自分を畏れる者の望みを満たし、その叫びを聞いて、彼らを救われる。（詩編145・19）

10 わたしたちの神よ、彼らを裁かないのですか。攻めてくる大軍を前にして、わたし※1たちは無力で、どうしてよいか分かりません。ただ、あなたを仰ぐだけです。（歴代誌下20・12）※1・ヨシャファト軍

為す術もなく、祈ることしかないヨシャファト軍は、祈りによって勝利する。

主は、「虐げられている人の祈りに耳を傾けられる。」（シラ書35・16）

子が欲しい物を親におねだりすると、親は悲しい思いをさせたくない、とのことから、いたしかたなく、「神は彼らの望むものをもたらされた。」（詩編78・29）

11 イエスは立ち止まり、彼らを呼んで、『どうして欲しいのか』とお尋ねになった。『主よ、わたしたちの目を開けてください』と彼らは言った。イエスは憐れに思い、その目にお触れになった。すると、彼らはたちまち見えるようになり、イエスに従った。（マタイ20・32～34）

祈りの内容は、単純・明快に。

12 わたしはこう祈っています。神への深い知識と、研ぎ澄まされた感覚を身につけることによって、あなた方の愛がますますいっそう豊かになり、大切なことを識別できるように。（フィリピへの手紙1・9〜10）

祈りの内容は具体的に。

13 あなた方はこう祈りなさい。

主の祈り

①天におられるわたしたちの父よ、
人は主を信頼することで、「父よ」と言える。

②み名が聖（せい）とされますように。
主が全人類から尊敬されることを願う。

③み国が来ますように。
今の世に、神の国が到来することを願う。
④み旨(むね)が天に行われるとおり、地にも行われますように。
この世が、天国のありようと同じになることを願う。
⑤今日の糧(かて)を今日お与えください。
今日の歩みに必要な食物や糧を与えてくださるように願う。
⑥わたしたちの負い目(お)をお赦しください。同じようにわたしたちに負い目のある人をわたしたちも赦します。
人から受けた不正や悪を許しますので、天の父も己を赦してくださるように願う。
⑦わたしたちを誘惑(ゆうわく)に陥(おちい)らないよう導き、悪からお救いください。（マタイ6・9～13）
人は弱く、数々の誘惑・試練・悪に合わせないように願う。

平和の祈り
わたしを　あなたの平和の道具として　お使いください

憎しみのあるところに愛を　いさかいのあるところに許しを
分裂のあるところに　一致を　疑いのあるところに　信仰を
誤りのあるところに　真理を　絶望のあるところに　希望を
悲しみのあるところに　喜びを　光をもたらす者としてください
主よ　慰められるよりも　慰めることを　理解されることよりも　理解することを
愛されるよりも　愛することをわたしたちが求めますように
わたしたちは与えることによって　受け　赦すことによって　赦され
自分を捨てて死に　永遠の命をいただくことができるからです

[14]求めなさい。そうすれば与えられる。探しなさい。そうすれば見出す。たたきなさい。そうすれば開かれる。（マタイ7・7）

わたしの行動の基本は、「求めれば、与えられ。探せば、見つかり。門を叩けば、開かれる。」

15 あなた方によく言っておく。どんなことであれ、もしあなた方のうち二人が心を一つにして地上で願うなら、天におられるわたしの父はそれをかなえてくださる。二人また、三人がわたしの名によって集まっている所には、わたしもその中にいる。
（マタイ18・19〜20）

教会での祈祷会は、いつもこのみ言葉で始まっていた。

人は一人で考えて行動するより、他者と一緒に考え、衆知を出し合って行動することで、成功へと導かれる。

複数の人が心を一つにして祈る、朝祷会・祈祷会・教会での共同祈願は主に聞かれる。

アポロ11号は、志を共にする3名の飛行士が搭乗（とうじょう）し、月への探査飛行を行う。アームストロング船長が所属する教会では、アポロ11号が地上から発射されると、教会の多くの信徒は心を一つにして、熱き祈りが捧げられた。これにより、飛行途中の事故は奇跡的に回復し、無事に帰還を果たす。

16 あなた方がわたしのうちに留まっており、わたしの言葉が、あなた方のうちに留まっているなら、望むものを何でも願いなさい。そうすれば、かなえられる。（ヨハネ15・7）

父より今の会社を引き継ぐ。会社経営は未経験で思うような業績を上げることができず、どのような経営をすればよいのだろうかと悩んでいる時、いつものように聖書を読んでいると、このみ言葉と出会い、溺れそうになっていたわたしの心を捉えた瞬間だ。

み言葉がいつもわたしの心にあるには、コンパクトなみ言葉集があれば良いのでは、との思いから、「これは私の唯一の財産です」と言って、父から渡された聖書にアンダーラインをしている箇所をパソコンに入力する。この内容を、23のカテゴリーに編集して初版が完成した。

本のタイトルは、これを手にされた方にとって、「私のみ言葉」になれば、との願いから、「ＭｙＢｉｂｌｅ」と名付けた。

今からおよそ500年前、聖フランシスコ・ザビエル神父様が、風と羅針盤を頼りに、命懸けで日本への宣教に来られた。この宣教活動に報いたいとの思いと、「MyBible」が世にお役に立つことができれば、との願いから、「両親は、幼子を主に献げるために、エルサレムに連れていった。」（ルカ2・22）これに倣い、2005年4月15日「MyBible出版記念ミサ」を、東京カテドラル聖マリア大聖堂　地下聖堂において、カトリックとプロテスタントの信者が集う。

司式は立花昌和神父、吉池好高神父、星野正道神父、植栗彌神父、今井康雄終身助祭、説教 日本聖書協会 渡部信総主事。

このミサにおいてMyBibleを奉献し、み言葉の種がこの地に蒔かれた。その後、多くの方々からの励ましやご協力に支えられ、MyBibleシリーズとなったことにより、主への感謝のミサも捧げた。

2005年4月15日 MyBible 出版記念ミサ

17 わたしの名によって何かわたしに願うなら、わたしがかなえてあげよう。（ヨハネ14・14）

祈りの最後は、主イエス・キリストの名によって祈ります、を付ける。

「願いなさい。そうすれば、かなえられて、あなた方の心は喜びで満ち溢れる。」（ヨハネ16・224）

18 神の国とその義を求めなさい。そうすれば、これらのものはみな、加えて、あなた方に与えられる。（マタイ6・33）

この地上が神の国と同じような状態となり、神の正しさが示されるようにと求める。

19 わたしたちが神に求める物は何でも受けることができます。それは、わたしたちが神の掟を守り、み旨にかなうことを行っているからです。（1ヨハネの手紙3・22）

神の戒と掟を守る人、「正しい者の望んでいることはかなえられる。」（箴言10・24）

[20]わたしたちは神の前に確信をもっています。それは、わたしたちが神のみ旨にかなうことを求めるのであれば、神は聞き入れてくださる。（1ヨハネの手紙5・14）

ソロモン王の祈りは（列王記上3・11〜13）神のみ旨に適い、ソロモン王朝の幕開けとなった。

[21]あなた方が祈り求めるものはすべて、かなえられるものと信じなさい。そうすれば、そのとおりになる。（マルコ11・24）

祈ったことは必ず聞かれる、と信じ抜く。「天の下のすべてのものには、その時期があり、すべての営みにはその時がある。」（コヘレト3・1）後は時を待つのみ。

[22]あなた方が信じて祈るなら、求めることはすべてかなえられる。（マタイ21・22）

聞かれる祈りは実にシンプル。

「信じる」で思い出すのは、愛美（長女）が4歳になり、初めてプールに行った時のこと。

買い求めた浮き輪で泳ぎ始めたが、これで泳ぎは教えられないと考え、愛美をプールサイドの壁に着かせ、わたしが構えている方に手招きすると、愛美はわたしめがけ「無心」で飛び込んでくる。これを絶妙なタイミングでキャッチ。愛美とわたしとの距離を少しずつ空け、これを何度も繰り返していると、愛美は次第に浮くようになり、愛美から、「信じる」を学ぶ。

[23]イエスは彼らに仰せになった、『父がご自分の権威によってお定めになった時や時期は、あなた方の知るところではない。』（使徒1・7）

祈りが聞かれる時期や場所は、主は既に知っておられる。

24わたしを呼び求めよ。そうすればわたしはお前に答え、大いなること、お前が知らない究め難いことをお前に告げる。（エレミヤ書33・3）

「神への直通の電話番号」と言われているみ言葉。おおいなることとの出会いを、楽しみにしている。

25その時、イエスは仰せになった、『婦人よ、あなたの信仰は立派だ。あなたの望みどおりになるように。』娘はただちに癒やされた。（マタイ15・28）

信仰者の祈りは聞かれる。

26 信仰による祈りは、病人を救います。主はその人を立ち上がらせ、もし、その人が罪を犯しているなら、その罪は赦されます。（ヤコブの手紙5・15）

27 ヨブが友人たちのために祈ったとき、主はヨブを元の繁栄に戻し、その財産を以前の二倍にされた。（ヨブ記42・10）

主に、他者のために執りなしの祈りを忘れない。

28 ペトロは牢に閉じ込められていたが、教会では彼のための熱心な祈りが神にささげられていた。（使徒12・5）

29 あなた方の敵を愛し、あなた方を迫害する者のために祈りなさい。（マタイ5・44）

30 すべての人々のために、王たちと高い地位にあるすべての人々のために、願いと、祈りと、執りなしと、感謝をささげることです。これはわたしたちが、まことに信心深く、謹厳に、平穏で安らかな生活を営むためです。（1テモテへの手紙2・1〜2）

31 主があなたを祝福し守ってくださいますように。主があなたの上にみ顔を輝かせ、顧みてくださいますように。主があなたにみ顔を向け、平安を与えてくださいますように。（民数記6・24〜26）

32 「希望をもって喜び、苦難を耐え忍び」（ローマへの手紙12・12）「根気強く祈りなさい。感謝をこめて祈りつつ、目を覚ましていなさい。」（コロサイへの手紙4・2）

いつでも、どこでも、何度でも、「イエスは弟子たちに倦むことなく、絶えず祈ることを教える。」（ルカ・18・1）

【讃美歌】514　弱きものよ　【讃美歌】527　我が喜び我が望み

使徒信条

天地の創造主、全能の父である神を信じます。
父のひとり子、わたしたちの主イエス・キリストを信じます。
主は聖霊によってやどり、おとめマリアから生まれ、
ポンティオ・ピラトのもとで苦しみを受け、
十字架につけられて死に、葬られ、陰府（よみ）に下（くだ）り、
三日目に死者のうちから復活し、天に昇って、
全能の父である神の右の座に着き、
生者（せいしゃ）と死者を裁くために来られます。
聖霊を信じ、聖なる普遍（ふへん）の教会、聖徒の交わり、
罪のゆるし、からだの復活、永遠のいのちを信じます。
アーメン

御言葉典

神は天地を創造された　土から男が骨から女が生まれ蛇に唆され罪が入り神と人の間に
溝が生まれる　贖い主の誕生を預言　聖霊で救い主が誕生　主の受洗
神の国は近いと言って宣教を開始した　癒し慰め励まし喜びの奇跡を行う　最後の晩餐で主の体を
食べ血を飲む　受難と十字架刑　三日目に復活　昇天
聖霊降臨　受洗で罪は赦される　人は死で煉獄にて罪を償い天国又は地獄へ
父と子と聖霊の三位一体　体は霊が宿る神殿　欲や執着は苦を招く
主の掟と十戒を守る　一の心と成る　他者を許し寛容となる　善に聡く悪に疎い　先祖を敬う
主を畏れ知恵を得る　恐れや失望は主が不在　試練は訓練であり忍耐で救われる
主の山に備え有り　無所有が悩を断つ　愛は人を思いやる心　思い悩みは妄想

御言葉の実践　主の道こそ真理　悲しみは死を招く　疑いや怒りを断つ　復讐は主に委ねる
苦悩には主の軛を負う　主の前に正しい人は報われる　不誠実は滅びる　陽気は良薬
陰気は骨を枯す　銭の慾は悪　惜しみなく与えるは善　言葉は言霊　舌を制して成功せよ
真福八端を知る　主の心と言葉と行動と祈りを倣うと自律した人になる　主に感謝せよ
求めれば与えられ探せば見いだし叩けば開かれる　主は神の僕となり遜る　前後際断　忘己喜他
霊に満され熱心に祈りあとは委ねる　疲れたら黙想　み言葉と主の知恵と健康こそ財産
命を捨てる者は与えられ守る者は失う　造られた者に福音を宣教せよ　信仰とは望みを保証し見えないことを確信する
み言葉は羅針盤　見栄や虚栄を断つ　主と霊で繋がりみ言葉が有れば望みは叶う
知恵と英明や良い動機での祈りは叶う　主の祈りや薔薇を唱える　信じて祈れば全て叶う

御言葉典は、ＭｙＢｉｂｌｅⅢ（自律した人）を要約したものです。これを写経として活用される場合は、御言葉典にある大きな漢字のみをご利用ください。尚、漢字のみによる本文の文字数は、３１８文字です。

御言葉典

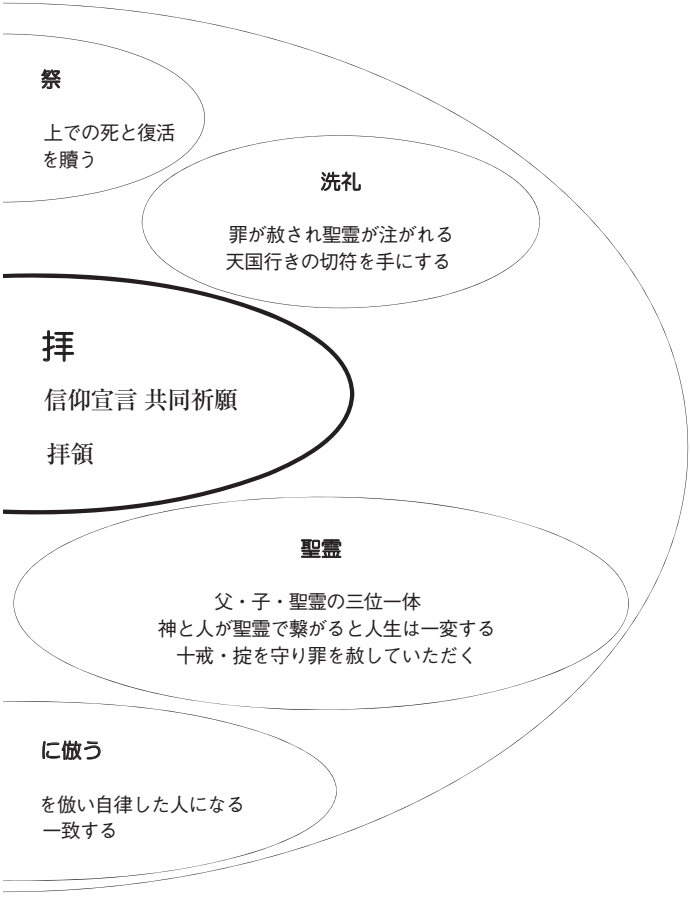
神天地創造　土男骨女生蛇唆罪入神人間
溝生贖主誕生預言　聖霊救主誕生　主受洗
神国宣教開始　癒慰励喜奇跡　最後晩餐主体
食血飲　受難十字架刑　三日目復活　昇天
聖霊降臨　受洗罪赦　人死煉獄罪償天国地獄
父子聖霊三位一体　体霊宿神殿　欲執着苦招
主捉十戒　一心成　他許寛容　善聡悪疎先祖敬
主畏知恵得　恐失望主不在　試練訓練忍耐救
主山備有　無所有悩断　愛人思心　思悩妄想
言葉実践　主道真理　悲死招　疑怒断　復讐主委

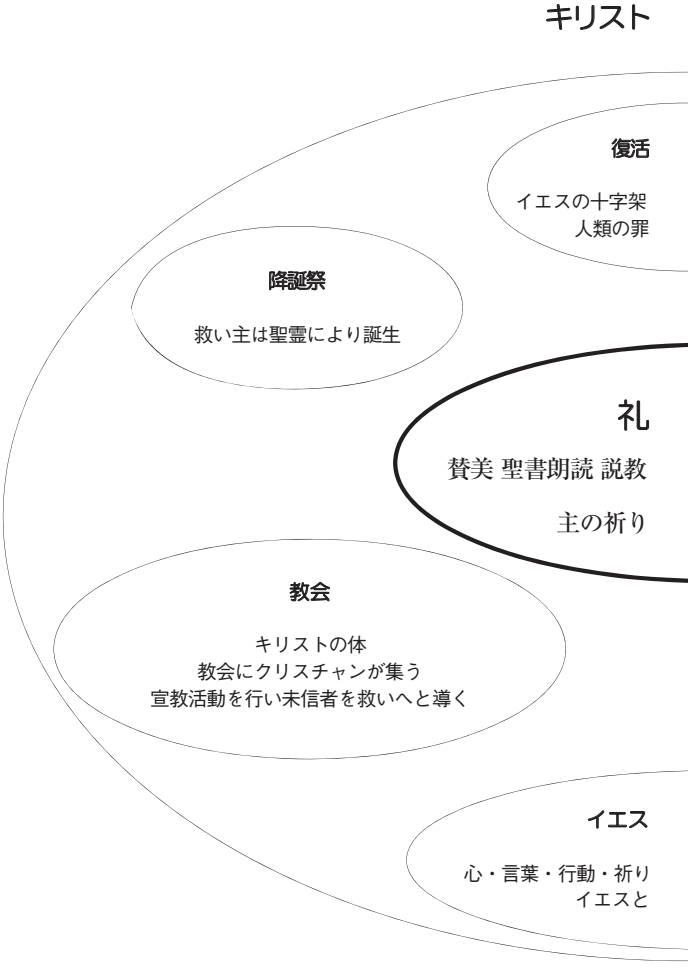
苦脳主軆貧　主正人報　不誠実滅　陽気良薬
陰気骨枯　銭慾悪　惜与善　言葉言霊　舌制成功
真福入端　主心言葉行動祈　倣自律人　主感謝
求与探見叩開　主神僕遜前後際断　忘己喜他
霊満熱心祈委　疫黙想　言葉主知恵健康財産
命捨与守失　造福音宣教　信仰望保証見確信
言葉羅針盤　見栄虚栄断　主霊繋言葉有望叶
知恵英明良動機祈叶　主祈善微唱　信祈全叶

大司教　菊地功殿　多様性一致実現祈念

第一巻　平成三十年七月吉日　蒲池明憲謹書

教の概略図


祭
上での死と復活
を贖う
洗礼
罪が赦され聖霊が注がれる
天国行きの切符を手にする
拝
信仰宣言 共同祈願
拝領
聖霊
父・子・聖霊の三位一体
神と人が聖霊で繋がると人生は一変する
十戒・掟を守り罪を赦していただく
に倣う
を倣い自律した人になる
一致する


キリスト
復活
イエスの十字架
人類の罪
降誕祭
救い主は聖霊により誕生
礼
賛美 聖書朗読 説教
主の祈り
教会
キリストの体
教会にクリスチャンが集う
宣教活動を行い未信者を救いへと導く
イエス
心・言葉・行動・祈り
イエスと

序文者紹介　菊地　功（きくち　いさお）

1958年　11月　岩手県宮古市生まれ
1986年　司祭叙階
　　その後94年まで宣教師として西アフリカのガーナに派遣。
　　帰国後、神言会の役職に就く。
2004年　新潟司教に任命され司教叙階
2017年　東京大司教に任命、着座

編著者紹介　蒲池　明憲（かまち　あきのり）

1950年　８月生まれ
日本自由メソヂスト教団大阪日本橋キリスト教会にて受洗
父の知人が所属する日本キリスト教団池田五月山教会に転会
両親が所属する日本キリスト教団むさし小山教会に転会
結婚にともない、日本キリスト教団東京池袋教会に転会
家族一同、福川　正三氏（カトリック麻布教会信徒）を代父として、カトリックに改宗
カトリック東京カテドラル関口教会信徒となる
千葉朝祷会所属（開催日　毎月第１、第３金曜日　開催場所・千葉YMCA　７F）
株式会社 三和銀行（現　三菱 UFJ 銀行）入行
株式会社 千代田情報システム　代表取締役社長

MyBible

み言葉の宝石箱　実践編

フランシスコ会聖書研究所訳注使用（原文校訂による口語訳聖書サンパウロ刊）については、サンパウロ企画編集部　2021年12月21日使用許諾済。

聖書の原文は、フランシスコ会聖書研究所訳注を使用しており、句読点や「」などの約物については、前後の文章の関係から一部修正しています。

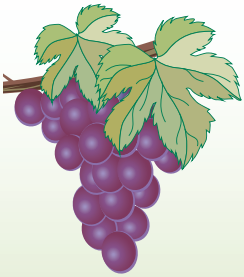
讃美歌　発行所	日本基督教団出版局で出版されたのを使用しています。
希　望　発　行	朝祷会全国連合で出版されたのを使用しています。
典礼聖歌　発行所	あかし書房で出版された典礼聖歌（一般用）を使用しています。

編著者――蒲池　明憲

発行元――国際 MyBible 協会

URL　https://mybible.tokyo/

印刷所――有限会社 ニシダ印刷製本

2005年　3月15日　初版発行
2008年　5月5日　改訂版発行
2010年　10月15日　改訂版発行
2011年　10月5日　改訂版発行
2020年　9月15日　改訂版発行
2021年　2月5日　改訂版発行
2022年　2月15日　改訂版発行
2022年　9月5日　改訂版発行

©Kamachi Akinori 2022 Printed in Japan