
今日 の 力

2025年5月19日 ～ 5月25日

翻訳 ハイステン 悦子
村越 克子
野口 恵美子

編集 野口 恵美子

この冊子の聖句は新改訳聖書第三版を使用しています
※翻訳・編集以外でも協力して下さっている兄弟姉妹がいます

御茶の水キリストの教会

5月19日(月)

出かける準備はできましたか

聖書朗読 コリント人への手紙第二 5:1～10

私にとっては、生きることはキリスト、死ぬことも益です。 ペリピ 1:21

あなたは37年間、住み慣れた家の階段に座っています。あなたの子供達は巣立って、孫たちは大学生です。この広い家を管理するのは困難になり引っ越しすることになりました。

すべてが片付き、あなたの配偶者は「出発の準備はできた？」と訊きます。車のエンジンはかかっている、ほとんどの荷物は(倉庫に預けた物以外は)もう新しい家に運ばれています。古い家には思い出以外何も残されていません。

振り返ってみると、人生はそんなに悪くありませんでした。人生には痛みや失うことがつきものですが、そこには喜びや愛もあります。自分の人生において起こった良い事と悪いことを比べてみると、困難に目が行きがちです。しかし、一般的には、私たちが経験する困難は、自分が受けるに値する困難より比べ物にならないくらい少ないのです。そして、たとえ私達が大変な困難に直面していても、私達はまだ自分を明け渡し、人生に幕を下ろす準備はできていないのです。

一方、私達の永遠の家は想像を遥かに超えたものです。私達には、イエス様がその御腕の中に私達を迎え入れてくださるという希望があります。イエス様を目にする時、私達はイエス様に向かって走っていくでしょう！私達は、何の疑いも恐怖も後悔もなく、すべてのものを残していくでしょう。何と栄光に満ちた日でしょう！

讃美歌 270 信仰こそ旅路を

祈り 神様、死の向こう側にはより良い命が私達を待っていることを知ることはとても素晴らしいことです。私達が出かける準備ができるよう助けてください。キリストにあって。アーメン。



カンザス州 オーバーランド・パーク / ダン・ナイト

5月20日(火)

歩調を合わせて

聖書朗読 ガラテヤ人への手紙 5：16～26

もし私たちが御霊によって生きるのなら、御霊に導かれて、進もうではありませんか。
ガラテヤ 5：25

“歩調を合わせる”とはどういう意味ですか。兵士にはわかるでしょう。行進する時、兵士たちはみな歩調を合わせます。彼らはみなリーダーにきっちりと従って、同じ方向に向かって行進します。

私達はもししたら御霊と“歩調を合わせ”られるのでしょうか。まず、私達は御霊が何をされるのか学ばなくてはなりません。それをすることのみ、私達は御霊のされることに導かれて、同じ方向に向かって、御霊と共に進んでいくことができます。

聖書には、私たちが立つ、座る、ある感情を持つなど、すべて御霊が指示しているとは書かれていません。私たちが御霊により頼むことによって、私たちに御霊が働かれて、私たちの中に愛、喜び、平安、寛容、親切、善意、誠実、柔和、自制という御霊の実が生み出されます。他の人が私達の中にこれらの性質を見る時、私達は御霊によって歩んでいることが分かります。

御霊の導きを受け入れて生きることは一生続いていくことです。主と歩調を合わせて生きる時、私達は喜びも痛みも乗り越えて生きていくことができます。主とともに歩むことは何という恩恵でしょう。

讚美歌 499 御霊よ降りて

祈り 親愛なるお父様。私達があなたの御霊によって生きることができるよう助けてください。私達の罪の性質にある欲望を否定できるように助けてください。そして、あなたの望まれる性質を私達が受け入れられるよう助けてください。イエス様の御名により。アーメン。

テキサス州 アビリン / ナンシー・ファーガソン



5月21日(水)

私達は神ではない

聖書朗読 エペソ人への手紙 4：11～16

むしろ、愛をもって真理を語り、あらゆる点において成長し、かしらなるキリストに達することができるためなのです。
エペソ 4：15

私達が意見の相違や分裂に直面した時、パウロは教会に対して励ましの言葉与えられました。私達は、自分達が正しいことをしていると人に知らしめるために奉仕をしているわけではありません。私達は、かしらであるキリストによって互いに仕え合うように召されました。イエス様からの指令により、私たちの身体のひとつひとつが調和して、この世で互いに仕え合うため召されたのです。そしてそれは、キリストにある愛を示すことであり、キリストにある真実の一致を求めているのです。

この聖書の箇所は、私達一人一人には、神様の働きをすることによって互いを建て上げる役割があることを示しています。そして、私達のうちの誰ひとりとして神様の仕事を他の人から取り上げるために召されたのではないことを思い出させてくれます。

私達がイエス様の御名によって、かしらであるイエス様の元での奉仕に居場所を見つける時、分裂を起こすようなことはないはずですが、私達が奉仕に夢中になっていけば、他の人達が奉仕の手柄や賞賛を得るかどうかなどを心配するはずがありません。

私がかみからだである教会に対して考えや提案がある時、自分にこう問う必要があります。私がしようとしていることは、本当に御霊の実ですか。それはキリストのみこころを成し遂げるにふさわしいで提案でしょうか。

教会福音讚美歌 359 私の望みは

祈り 主よ、私達は、あなたが神であり、私達は神でないことを、失敗を通して思い出させられます。あなたの方向性や御霊に逆らって計画を立ててしまう私達を赦してください。あなたこそが称賛に値するお方です。イエス様の御名により。アーメン。

カリフォルニア州 マリブ / デイビッド・レムリー

5月22日（木）

念には念を

聖書朗読 エペソ人への手紙 4:29~32

あなたがたのことばが、いつも親切で、塩味のきいたものであるようにしなさい。そうすれば、ひとりひとりに対する答え方がわかります。コロサイ 4:6

英語に“二回測って一度で切る（念には念を）”ということわざがあります。切る前に2回測る理由は単純です。一度切ったら元に戻すことはできないからです。瞬間接着剤でも切断ミスは修復することはできません。少なくとも、当初、目的としていた作業においては、その材料はダメになってしまったので、交換する必要があります。何かを修理したり作ったりする人が切断ミスを見つけると絶望的な気持ちになります。

人間関係でも同じことが言えます。ときには、どんなに謝罪しても、人を傷つけた不用意な言葉を補うことはできないこともあります。一瞬にして、その人との関係が台無しになります。もっと慎重に言葉を選んでさえいれば、そのような事態は避けられたかもしれません。

状況や理由が何であれ、対話には、落ち着き、相手に対する敬意、そして愛をもってコミュニケーションをとりたいと思う真摯な気持ちが必要です。相手の人と今後も継続的に関わっていく場合でも、あるいは、もう会う機会がないかもしれないと思う場合でも、キリストの大使として、私たちは人とのすべての関わりにおいて御霊の実を示さなければなりません。この次、思慮深く慎重な対応が必要だと感じたときは、神様に知恵を求めましょう。自分の言葉を2回測ること（言葉を慎重に選ぶこと）は、平和を維持するのに大いに役立ちます。

讚美歌 180 はとのごと降る

祈り お父様。イエス様がされたように、私たちが人と接するときに忍耐と愛と知恵を発揮できるように助けてください。イエス様のお名前において、お祈りします。アーメン。

アーカンソー州 サーシー / ジョー・デイビッド・キース

5月23日（金）

赦しと恵みを伝える

聖書朗読 エペソ人への手紙 4:32~5:2

互いに忍び合い、だれかがほかの人に不満を抱くことがあっても、互いに赦し合いなさい。主があなたがたを赦してくださったように、あなたがたもそうしなさい。

コロサイ 3:13

渋滞で割り込まれてムツとなり、その瞬間に1日が台無しになったことはありませんか。私たちは寛容さを示す能力が試される瞬間によく直面します。神様がキリストにおいて私たちを赦してくださった御恵みのおかげで、私たちもまた互いに優しい心で赦し合うことができます。エペソ人への手紙は教えてくれます。

数えきれないほど、神様の赦しを必要とした時のことを考えてみましょう。例えば、つい罪を犯してしまい赦しを必要としたとき、間違いを犯したにもかかわらず、友人がわかってくれたときなどです。キリストが私たちを赦してくださったように、私たちもまた、家族や自分が属する社会の人たちを、あるいは自分に不当な扱いをした人たちであっても、周りの人たちを赦すことが求められています。

優しさをどこで示すことができるでしょうか。それは、かつてあなたを傷つけるようなことをした家族のことを赦したり、お隣さんの犬が夜中に吠えて、夜眠れなくなるようなときでも寛容であることなどで示すことができます。私たちが人に優しくすることは、キリストの愛を映し出すだけでなく、私たちを通して、周りの人たちがキリストの愛を体験するのを促すこともできることを覚えましょう。

神様があなたを赦してくださったように、あなたが周りの人たちを赦すことで、あなたの心が御恵みで溢れますように。

讚美歌第二編 97 たえにもとうとき

祈り 親愛なるお父様。イエス・キリストを通して分かち合う交わりを感謝します。私たちには理解できないほどのたくさんの御恵みに感謝します。心を尽くしてあなたを求める知恵を私たちに与えてください。イエス様のお名前において。アーメン。

アリゾナ州 フェニックス / ベス・デイビス

5月24日（土）

神様の武具を身に着ける

聖書朗読 エペソ人への手紙 6：10～19

身を慎み、目をさましていなさい。あなたがたの敵である悪魔が、ほえたける獅子のように、食い尽くすべきものを捜し求めながら、歩き回っています。

ペテロ I 5：8

私たちが生きている世界には戦争があります。私たちは日々各地に起こっている戦争のニュースを聞いています。それは最悪なことではありますが、それよりももっと壊滅的な結果をもたらす深刻な戦争がもうひとつあるのです。それは、血肉に対する戦いではなく、強力な邪悪な者との霊的な戦いです。

この闘いにおいて勝利を得るためには、私たちには十分な準備が必要です。使徒パウロは、私たちが戦う前にしなければならない二つの本質的なことを述べています。一つ目は、私たちは『主にあって．．強められ』なければなりません。彼は、『大能の力によって』ということを特に強調しています。私たちの力は主なるイエス様から来るのです。そしてイエス様の力は私たちの力でもあります。

二つ目は、私たちは霊的闘いをしている訳ですから、あらゆる霊的武具を身に着けなければなりません。パウロは『神のすべての武具を身に着けなさい』と言っています。私たちが正しく武装し、唯一の攻撃的武器、『御霊の与える剣である、神のことば』を振るうとき、敵に打ち勝つことができます。私たちは、イエス様が十字架に架かれたカルバリーの地で勝利を得ます。私たちが信仰と従順によりキリストの兵士となる時、私たちは悪に打ち勝てるのです。

私たちは、直面している闘いが勝ち目のない戦いであると思うかもしれませんが、私たちは一人ではありません。相応しい準備と揺るぎない信仰によって、私たちを目的から引き離そうとする力に対して堅く立ち勝利することが出来るのです。

讚美歌第二編 29 イエスキみの使者なれば

祈り お父様、霊的闘いに備えられますように。主の御力によって敵を倒すことが出来ることを覚えていることができますように。イエス様のお名前によって。アーメン。

テネシー州 ヘンダーソンビル / セラーズ S・クレイン JR

5月25日（日）

励ましのメール

聖書朗読 エペソ人への手紙 6：21～23

悪いことばを、いっさい口から出してはいけません。ただ、必要なとき、人の徳を養うのに役立つことばを話し、聞く人に恵みを与えなさい。 エペソ 4：29

あなたに何か心配事があったら、それがどうなったか早く知りたいと思いませんか。例えば、父親が6・7時間かかる手術を受け、執刀医がその結果を話してくれるのを待っている時。激しい嵐からやっと生きながらえて、どうしているかと心配していた友人が電話してきてくれて、その声を聞いた時。または、休暇の後、実家から学校に戻る娘を大丈夫かと心配していると、「ママ、無事に学校に戻ることができたわ。」と娘から連絡があった時。

私たちはすぐメッセージ・アプリやメールで良い知らせが届いてないかチェックします。私たちは良い知らせを受け取った時、緊張が和らぎ、天にも昇る喜びを感じます。今日の聖書の箇所にあるように、テキコら使者が、パウロが無事であるという手紙を持って来た時、それを受け取った教会の兄弟姉妹たちは喜びました。また、パウロも教会の兄弟姉妹が元気でやっていることを聞き安心しました。

人々はいつも“良い知らせ”を必要としています。

私たちが周りの人に何かを言葉で伝える時、または表情、手紙、携帯やメールなどを通して、励ましのメッセージを送っているのでしょうか。私たちは、励ましや慰めを得たいと思っている方を元気づけることができているのでしょうか。誰かがパニックに陥りそうになって、あなたがいてくれて乗り越えられたと言われたことはありますか。あなたがその部屋にいてだけで、その場の雰囲気や和んでいるのでしょうか。是非、今日、励ましのメールを送り、人々に勇気を与え、悩む心を和ませることができますように。

讚美歌 512 わがたましいの

祈り 神様、私が周りの人の慰めとなれるかに気付き、誰かの悩みを和らげるように、あなたの時機、あなたのみことばのために用いられますように。イエス様のお名前によって。アーメン。

コロラド州 モニュメント / ウィリアム E・ヤング