
今日 の 力

2025年5月26日 ～ 6月1日

翻訳 松浦 言

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26日(月)

不 安 ガ ー ル

聖書朗読 ピリピ人への手紙 4：4～9

あなたがたの思い煩いを、いっさい神にゆだねなさい。神があなたがたのことを心配してくださるからです。
ペテロ I 5：7

最近、“Anxiety Girl”（不安ガール）というヒーローのお話を読みました。彼女は最悪の結末までひと飛びできるという能力を持っているということです。あなたも、もしかしたらそんな能力を持っていますか。恐らく私たち全員、そんな一面を持っていると思います。

北米では、多くの大学生が不安を強く抱いており、深刻な健康問題となっています。興味深いことに、聖書には『恐れるな』と366回も書かれています。一年間、うるう年であっても、一日一回、私たちは『恐れるな』と語られているのです。

ある人の名言に「物事は、物事の成り行きを最大限利用する人にとって最善の結果となる」というものがあります。私たちは最悪の事態であっても、神様の慰めと平安を求めることによって、良い一面に目を向けることができます。唯一神様だけがそのような平安を私たちに与えることができるのです。

ピリピ 4：6には『何も思い煩わないで、あらゆる場合に、感謝をもってささげる祈りと願いによって、あなたがたの願い事を神に知っていただきなさい。』、詩篇 94：19には『私のうちで、思い煩いが増すときに、あなたの慰めが、私のたましいを喜ばしてくださいように。』と書かれています。そして、マタイ 6：27では『あなたがたのうちだれが、心配したからといって、自分のいのちを少しでも延ばすことができますか。』と語られています。

不安ガールは聖書を読むことで落ち着きを取り戻すことができます。私は聖書のみ言葉が平安をもたらすと知っています。あなたにも平安を与えることでしょう。

聖 歌 596 山ゆくも海ゆくも

祈 り 愛なる神様、どうか私たちの騒ぐ心に平安を与えてください。心を良い状態に保つのが難しくて躓いたり不安になったりします。どうか私たちの心に力と冷静な心を与え、あなたのみ言葉によって不安な気持ちを落ち着かせることができますように。イエス様の御名を通してお祈りいたします。アーメン。

カリフォルニア州 サウザンド・オークス / スーザン K・ギボニー

5月27日（火）

純粋な喜び

聖書朗読 ピリピ人への手紙 4：4～9

盗人が来るのは、ただ盗んだり、殺したり、滅ぼしたりするだけのためです。わたしが来たのは、羊がいのちを得、またそれを豊かに持つためです。 ヨハネ 10：10

私は大雪の日には子どものように喜びます。中学校の教員をしている私にとって、大雪による休校は予定外の休日となるからです。そんな日には息子たちと外に行って、幼い頃によくした雪遊びをします。大雪の日は、我が家にとって喜びの日なのです。

私の大雪の日の喜びは、雪という現象に基づいています。多くの人にとって、喜びは偶発的な外因によって起こります。つまり、時に好ましくない状況によって喜びを得られないことも多いということです。

しかし、聖書の語る喜びは絶対的です。それは、イエス様のご生涯、みわざ、死そして復活によるものです。状況によって左右されるものではなく、イエス様が私たちの人生に存在してくださることによるのです。この純粋な喜びによって、私たちは何があっても常に喜んでいることができるのです。どんなものも、イエス様が私たちのために成し遂げてくださった御業の力を弱めることはできないのです。

この純粋な喜びを受け止めるとき、ぜひその喜びによる希望と愛を周りの人に伝えていきましょう。どんなに憂鬱な日も明るく笑いのある日々になるはずです。

讃美歌 112 もろびとこぞりて

祈り 天の神様。イエス様による純粋な喜びをありがとうございます。イエス様によって私たちはあなたによる喜びの中にとどまることができます。あなたを愛し、あなたが私たちのために行ってくださいる全てのことに感謝します。イエス様の御名を通して、お祈りいたします。アーメン。

テネシー州 ナッシュビル / ジョシュ・バーネット



5月28日（水）

忠実な人たち

聖書朗読 テモテへの手紙 第二 3：10～17

けれどもあなたは、学んで確信したところにとどまっていなさい。あなたは自分が、どの人たちからそれを学んだかを知っており、また、幼いころから聖書に親しんで来たことを知っているからです。聖書はあなたに知恵を与えてキリスト・イエスに対する信仰による救いを受けさせることができるのです。 テモテⅡ 3：14～15

あなたの信仰のヒーローは誰ですか。長い時間をかけて、のりやクレヨン、紙皿、紙コップ等を使って、毎週の教会学校のクラスを準備し、あなたの信仰のために祈り続けてくれた人たちのことです。

ルツ先生は、聖句を暗唱すると金色の星をくれました。優しいルエッタ先生は、礼拝のメッセージを覚えているとご褒美をくれました。いつも楽しそうなグレンナ先生は、毎日聖書を読むように、また聖書について書かれている本をたくさん読むように励ましてくれました。彼女は、私たちが神様のみ言葉により頼むことができることを教えてくれました。

このような忠実な人たちは大切な存在です。パウロがテモテへの手紙第二で称えているロイスとユニケは良い模範です。ロイスとユニケはテモテの祖母と母ですが、彼女らは『純粋な信仰』を持ち、聖書を教えました。

パウロはテモテに、学んで確信したところにとどまっているように命じました。幼い時からテモテに聖書を教えた忠実な二人を挙げ、テモテが誰からその信仰を受けたのかを覚えているようにと言いました。私たちも、私たちに信仰を伝えてくださった忠実な人たちを覚え、神様に感謝しましょう。

讃美歌 520 しずけき河のきしべを

祈り 主よ、私たちの人生に備えてくださった、すべての素晴らしい信仰の兄弟姉妹を感謝いたします。私たちが多くを学び、信仰の先輩に従って歩むことができますように。イエス様の御名を通してお祈りいたします。アーメン。

カリフォルニア州 カマリロ / ジュディ・タッパー

5月29日（木）

たましいの錨

聖書朗読 ヘブル人への手紙 6：10～20

この望みは、私たちのたましいのために、安全で確かな錨の役を果たし、またこの望みは幕の内側に入るのです。
ヘブル 6：19

錨はすべての船に必要な不可欠な備品です。夜間や入港待ちをする際など、静かな海に降ろされ、船が風や潮流によって流されるのを防ぎます。また、嵐に巻き込まれたときに浅瀬に乗り上げたり、突き出た岩にぶつかることを避けるために使用します。

ヘブル人への手紙の著者は、キリストにある希望を船の錨にたとえました。平和な時、私たちは錨を降ろしていない船のように、この世の様々な誘惑に流されて、神様から離れてしまう危険があります。主にある希望によって私たちは、いるべきところにとどまることができます。

嵐の時、私たちは船のように大波に揺られ座礁して、落ち込んだり、船が壊れてしまうような悲しみや絶望に沈んでしまう危険があります。神様が与えてくださる希望は私たちを安定させ、嵐の中から導き出してくださいます。このイメージによって、『前に置かれている望みを捕らえるためにのがれて来た私たちが、力強い励ましを受ける』のです。（ヘブル6:18）。

讃美歌第二編 157 この世のなみかぜさわぎ

祈り 主よ、私たちにあなたにある希望である錨を与え、静かな海で漂い離れないよう、また人生の嵐の中でも私たちのたましいを捕らえてくださることを感謝します。イエス様の御名を通してお祈りいたします。アーメン。



テキサス州 ラボック / ジャン・ノックス

5月30日（金）

必要なものは見つかりましたか

聖書朗読 ヘブル人への手紙 7：25～28

しかし、キリストは永遠に存在されるのであって・・・(私たちのために)とりなしをしておられるからです。
ヘブル 7：24、25

スーパーで会計のために商品をレジ台に出しているときに、店員が「お探しのものはすべて見つかりましたか」といつもの定型文を言いました。私は「いいえ、私の好きな味のヨーグルトが棚の一番上にあって手が届かなかったし、周りに人もいなくて取れなかったの」と言いました。

しかし、店員は私の言葉に反応することなく、そのまま商品をスキャンし続けました。そして「お会計は86.14ドルです」と言いました。支払いを済ませた私にかけた「ご利用ありがとうございました」という言葉もとても業務的に聞こえました。彼は私の訴えに気づきませんでした。このような経験をしたことはありませんか。

イエス様が私の願いや訴えを無視されることが無いことはなんと感謝なことでしょう。イエス様は私の言葉を聞き、常に私のために神様にとりなしをしてくださるのです。もちろん、私の願いがすべて叶えられるわけではありません。神様が描いている目標は私の一時的な欲望よりも大きなものなのです。私の一番の必要をご存じで、神様は私が神様のようになれるように導いてくださっているのです。

毎朝、神様は新しい慈しみを与えてくださいます。時々、私は自分の痛みや欲望や計画に捕らわれて、神様が与えてくださる恵みがどれほど親密でユニークでタイムリーなものなのに気づけません。もっと神様の優しく繊細な介入に目を向けていきたいと思います。必ず与えられている恵みを数えていきましょう。

聖歌 604 のぞみも消えゆくまでに

祈り 天の父なる神様。無視されたり、挫折したり、酷い扱いを受けて傷ついたりする私たちの気持ちを知ってくださるイエス様を感謝します。今この瞬間も私たちのためにとりなして下さりありがとうございます。イエス様のとりなしの力ある御名によってお祈りします。アーメン。

コロラド州 ニューキャッスル / バーギーA・ニーマン

