

an international edition of

THE UPPER ROOM®

日本語版

No.

434

2023

3・4月号

アパ・ルーム



聖書通読日課表

3月

4月

日	朝	夕	日	朝	夕
1	民数記 23,24,25	ルカ福音書 16:19-31,17	1	士師記 6,7	使徒言行録 3
2	" 26,27	" 18	2	" 8,9	" 4
3	" 28,29	" 19	3	" 10,11,12	" 5
4	" 30,31	" 20	4	" 13,14	" 6
5	" 32,33	" 21	5	" 15,16	" 7
6	" 34,35,36	" 22	6	" 17,18	" 8
7	申命記 1,2,3	" 23	7	" 19,20,21	" 9
8	" 4,5,6	" 24	8	ルツ記	" 10
9	" 7,8,9	ヨハネ福音書 1	9	サムエル記上 1,2,3	" 11
10	" 10,11,12	" 2	10	" 4,5,6	" 12
11	" 13,14,15	" 3	11	" 7,8	" 13
12	" 16,17,18	" 4	12	" 9,10	" 14
13	" 19,20,21	" 5	13	" 11,12	" 15
14	" 20,23,24	" 6	14	" 13,14,15	" 16
15	" 25,26,27	" 7	15	" 16,17,18	" 17
16	" 28	" 8	16	" 19,20,21	" 18
17	" 29,30	" 9	17	" 22,23,24	" 19
18	" 31,32	" 10	18	" 25,26	" 20
19	" 33,34	" 11	19	" 27,28,29	" 21
20	ヨシュア記 1,2	" 12	20	" 30,31	" 22
21	" 3,4	" 13	21	サムエル記下 1,2,3	" 23
22	" 5,6	" 14	22	" 4,5,6	" 24
23	" 7,8	" 15	23	" 7,8,9,10	" 25
24	" 9,10	" 16	24	" 11,12	" 26
25	" 11,12	" 17	25	" 13,14	" 27
26	" 13,14,15	" 18	26	" 15,16	" 28
27	" 16,17,18	" 19	27	" 17,18	ローマ書 1
28	" 19,20,21	" 20	28	" 19,20	" 2
29	" 22,23,24	" 21	29	" 21,22	" 3
30	士師記 1,2	使徒言行録 1	30	" 23,24	" 4
31	" 3,4,5	" 2			

THE UPPER ROOM®

DAILY DEVOTIONAL GUIDE

Kimberly Orr

World Editor and Publisher



The world's most widely read daily devotional guide

INTERDENOMINATIONAL 教派を超え
INTERNATIONAL 国家を超え
INTERRACIAL 民族を超えて
世界中で 74 版が 36 言語で愛用されている

定価 400 円 (税込) 年 6 回発行

年間購読 3,300 円 (税込・送料込) 海外は \$ 35 (送料込)

特別サービス価格有

くわしくは綴じ込みのハガキをご覧ください。

冊子のお問い合わせ・申し込み・発送・支払い等、は

アパ・ルーム 発行事務所 岸 貴子

〒 256-0812 神奈川県小田原市国府津 3-11-7

電話 0465-48-2010 FAX 0465-47-0760

振替口座 00110-7-193834 E-mail urjpbooks@yahoo.co.jp

編集・投稿・外国語版・**E-アパ・ルーム**のお問い合わせは

アパ・ルーム日本委員会 委員長 峯野 龍弘

編集・発行人 白田 尚樹

〒 157-0066 東京都世田谷区成城 2-6-14

E-mail urjapan12@gmail.com 電話・FAX 03-3749-7539

印刷・製本 ベーテルフォト印刷株式会社

© 2022 The Upper Room, Nashville, TN (USA). All rights reserved.
www.upperroom.org

アパ・ルーム

(No.434)

日々の黙想の手引き書

2023 年 3 月 4 月

目 次

聖書通読日課表	表紙-2
アパ・ルームをお使いになるために	3
表紙画解説	4
今月のことば	5
世界が祈るために集うところ	6
3月黙想文	7 ~ 37
祈りの研修室	38 ~ 40
寄稿者紹介写真 (1)	41
電子アパ・ルームのご案内	42
黙想文を寄稿しましょう	43
4月黙想文	44 ~ 73
小グループのための スタディーガイド	74 ~ 80
編集室より	80
広告	表紙-3
寄稿者紹介写真 (2)	表紙-4

アパ・ルームをお使いになるために

始める前に：30 秒ほど静かに座って心を整えましょう。2、3 回深呼吸をしてくつろぎましょう。

読む：聖書を開き、聖書朗読の箇所を読みます。そのあと、2、3 分静まって聖句について思いめぐらしましょう。心に何が浮かびましたか？ どこに注意が向きましたか？

引用聖句：引用されている聖句はその日の黙想の中心となるものです。その聖句をゆっくり読んで、あなたにとってどんな意味があるか考えましょう。週に一度か二度、その聖句を暗唱しましょう。

証し：アパ・ルームの黙想文は世界中の人々によって書かれたものです。このページの主要な部分である「証し」を讀んだ後、“この人が書いた言葉は、自分の人生にどのような関わりがあるのだろうか？” 自問しましょう。

祈祷：静思の時を終えるために、ページの下にある祈祷を祈りましょう。それに加えて、この黙想の間に心に浮かんだ人々や状況について祈るとよいでしょう。

今日の黙想：この一言は、その日の内容から得られた黙想に応え、まとめるよう奨めています。その黙想を日に 2、3 度思い返し、静思の時間に聞こえた神の言葉を思い起こしましょう。

祈祷の焦点：黙想の時間の後に、祈り続けるべき主題を提唱しています。これによって、世界中の信徒の祈りに加わることができます。

小グループでの使用：「小グループのためのスタディーガイド」を参考にして下さい。

「命の木」

画家：ジョン・デフランチェスコ(米国、現代絵画家)

今号の表紙画を描いたジョン・デフランチェスコは、「誰かが香りを嗅ぎ、太陽の暖かさを感じ、生き物の鳴き声や水のせせらぎを聞き、色彩が調和し、喜びに満ち溢れて互いに反射し合っているのを見ることのできる絵を仕上げれば、画家として成功です」と述べています。実際、デフランチェスコは、「命の木」というタイトルのついた絵でまさにこのことを成し遂げました。緑色と茶色の茂った葉で覆われた木が、夏の日々の暖かい風を呼び起こし、両手を広げた人間のような姿をした像を太陽の光で浮かび上がらせています。十字架に架けられたこのキリストの像は、神様が与えてくださる豊かな命が、イエス・キリストの死と復活によって実現されたことを思い起こさせてくれます。イエス・キリストによって、もはや死はすべての終わりではないのです。

デフランチェスコの作品は、キリストによる永遠の命の保証を与えるだけではなく、キリストの愛が、「今、困っている人たちに、より良い生活を送る希望を与える」ことを思い起こさせます。私たちは、この世でキリストの手足となって、良い知らせを分かち合い、困っている人々を助けるように求められています。デフランチェスコは、この絵を印刷したものとキリストの愛を伝える文書を配布することで、刑務所にいる人々やホームレスの人々に、キリストにある新しい命の希望を提供しています。あなたは、これから数週間、どのようにして他の人々に希望を与えますか？

表紙画は、ジョン・デフランチェスコの好意によるものです。©2018 John DeFrancesco 表紙画の複製は、jdefrancesco522@comcast.net から入手できます。

誰が悪いのか？

弟子たちがイエスに尋ねた。「ラビ、この人が生まれつき目が見えないのは、だれが罪を犯したからですか。本人ですか。それとも、両親ですか。」イエスはお答えになった。「本人が罪を犯したからでも、両親が罪を犯したからでもない。神の業がこの人に現れるためである。」
(ヨハネ福音書 9：2－3)

この四旬節と復活祭の時期に、神様が人との関係を望んでおられ、また、私たちの間の関係が回復することを望んでおられることを、クリスチャンがはっきりと聞くように祈ります。上記の聖句に書かれている弟子たちの質問は、今日でも耳にすることです。そして、あまりにも多くの場合、苦しんでいる人たちが責めを負わされます。

イエス様は、ヨハネ福音書 9 章とルカ福音書 13 章の両方で、罪と苦しみとは別物だとはっきりとおっしゃっています。イエス様は、この世に命と新たにされた希望とをもたらし、秩序を失ったものを元々あった秩序に戻すために来られたのです。イエス様の言葉と行動は、今生きている私たちの模範となります。私たちは、イエス様に従う者として、イエス様の回復の働きを私たちの周りの世界に広めていくという、恵みに満ちていて、聖霊の力によって可能となる仕事を与えられているのです。

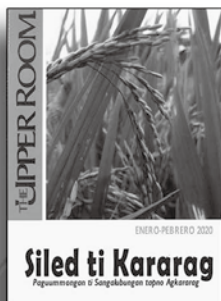
ヨハネ福音書 9 章に登場する生まれつきの盲人の物語では、イエス様は物語に登場する人々に対して、罪の贖いがどのような性質のものなのかを示しておられます。まことに、誰も滅びてはならないというのが神様の意志です。(Ⅱペトロの手紙 3：9 参照) そして神様は、私たちに対して、完全に回復された天と地の下で繰り広げられる未来を常に思い描いておられます。ですから、キリストの模範に従う者として、私たちは、この神様の修復のご計画で重要な役割を果たすよう求められています。この聖なる季節に恵みの中で成長し続ける時、苦難に対する私たちの最初の反応が、何がうまくいかなかったのかを評価することではなく、人との関係を修復するために私たちはどのような手助けができるかを考えることでありますように。



「アパ・ルーム」世界統括編集者兼出版者

キンバリー・オーア牧師

世界が祈るために集うところ



イロカノ語版



インドネシア語版



フィリピン-英語版

今号のアパ・ルームに掲載された著者たち

- リンダ・チャンドラ (インドネシア)
- アユブ・シマンジュンタク (インドネシア)
- ワスパティ・ケン・ワルダニ (インドネシア)
- レナルド・ヨスア (インドネシア)
- デイブ・ザイロン・A・エスカローナ (フィリピン)
- コン・ペン・スン (シンガポール)
- アグネス・ウィー (シンガポール)

アパ・ルーム誌国際版の「世界が祈るために集うところ」へのご寄付については、
www.upperroom.org/gift をご覧ください。

創造物への思いやり

2020年の夏、私は家の近くの国立公園へハイキングに出かけました。その中で最も印象に残っているのは、谷を見下ろす高くて露出した岩場までの5.5マイルのトレッキングでした。その日は雨と風が強く、眼下の谷には霧が立ち込めていました。岩壁の端に立つと、谷を覆う巨大な木々のてっぺんが見えたのです。それは壮大な景色でした。その瞬間、私は神様の創造の神秘と驚異を深く感じたのです。

この体験の後、私は自分の周りの創造物の不思議さにもっと目を向けようと決心して家に帰りました。それと同時に、家の近くの高速道路や通りによく落ちているゴミが気になり始めました。それは、新たな意味で気になり始めたのです。それは単に目障りだけでなく、私たちの地球を軽視していることを示していました。ハイキングで感謝と畏敬の念に圧倒されたのと同じ地球です。そこで、神様からの最も素晴らしい贈り物の一つである地球を大切に思い、感謝の気持ちを表すために、私はゴミ拾いを始めました。これは、私が続けている習慣です。ゴミ拾いを、自分の住む地域をより健康的で魅力的な場所にするためだけでなく、精神的な鍛錬としても考えるようになりました。いつもゴミ袋を持って道端に出ると、あの岩場に立っていたときのことが思い出され、平凡で汚い作業が喜びへと変わるのです。

それは神様が私に託してくださったものを大切に、お手伝いをする機会です。しかし、あまりにも説教じみて、独善的に聞こえるようになる前に、何年も、私はゴミについて何もしなかったことを知っておいてください。私はそれを無視し、他の誰かが

やってくれるだろうと思っていたのです。

最近、私は小さな聖書研究グループに所属し、毎週の集会の中で、創世記1章の天地創造の物語について「聖なる読書」（レクチオディヴィナ＝聖書をゆっくりと音読して黙想する方法）の実践に取り組みました。（レクチオディヴィナの詳細については、www.upperroom.org/resources/lectio-divina-praying-the-scriptures を参照）。この馴染みのある聖句を聞きながら、私はまず神の創造行為の偉大さに感動し、そして神がそのすべてを私たちに与え、私たちの世話をしてくださっていることに心を打たれました。（創世記1：26－31 参照）私は、地球の美しさと豊かさに対して、途方もない愛と敬意を抱いています。

この愛と尊敬は、時を経つにつれて、さらに深まるばかりです。そして、神様からの贈り物である創造物と、その贈り物を大切にする私の責任との間に、ますます多くのつながりがあることが分かってきたのです。

地球のために何か良いことをするには、どんな日でも最適ですが、4月22日は多くの国でアースデイ（地球の日）と呼ばれ、世界中の人々が環境保護に取り組む日となっています。

創造物への感謝の気持ちを込めて、新しい試みを始めるのに、これ以上の良い時期はありません！たとえば、コミュニティガーデンを作ったり、ゴミ拾いの日を設けたり、教会でリサイクルプログラムを始めたりするのもいいでしょう。他のアイデアを探したい方は、こちらの記事をご覧ください。「グリーンチームの結成」(www.upperroom.org/resources/create-a-green-team)

責任を持って地球を大切にすることは、私たちが授かった驚くほど良い贈り物を神様に感謝する素晴らしい方法です。私たちや私たちのコミュニティが、創造物の良き管理人であるためのあらゆる方法について考えてみることをお勧めします。そして、地球と、

神様が私たちの世話を託してくださったものすべてに対して、私たちはどうすればより良い管理人になれるのか、考えてみてください。

考察のための質問

1. あなたは、神様の創造物に対して、どのような時に深い感謝の念を抱いたことがありますか？ 神様への感謝の気持ちをどのように表しましたか？
2. 神様からの贈り物である創造物を大切にするために、私たちにはどのような責任があると思いますか？ 私たちが地球をよりよく管理する方法を一つ挙げてください。
3. あなたの教会では、環境保護とサステナビリティ（持続可能性）を支援するために、どのような活動やプログラムがありますか？ 新しい活動やプログラムについて、どのようなアイデアがありますか？

アンドリュー・ガーランド・ブリーデン

黙想文収集担当編集者



寄稿者のご紹介（その一）

（敬称略）（カッコ内は掲載ページ）



ネルソン・ヌウォス（P.63）は、若い専門家です。読むこと、書くこと、教えることに大きな喜びを見出しています。



エイプリル・マッキンタイア（P.58）は、信徒伝道者です。散歩、ガーデニング、創作活動を楽しんでいます。



ダグラス・マクウォーター（P.7）は、弁護士をしています。妻と一緒にアメリカ南部の史跡を訪ねることが楽しみです。



ケイト・リーテマ（P.55）は、看護師、地域教育者、子供向けの本の作家です。



アリソン・ウィルソン・リー（P.73）は、20年以上にわたり、3つの大陸で教派を超えたミニストリーを務めました。



ロバート・M・タヒュン（P.59）は、日本で40年間、教会を牧会し、キリスト教の大学で教えていました。



ベティ・ホワイ ト・コールマン（P.67）は引退しました。彼女は、長い散歩、読書、音楽、パウンドケーキとコーヒーを楽しんでいます。



ザック・シャール（P.27）は、執筆を通して神の愛を人々に伝えることを楽しんでいます。妻との間に2人の娘がいます。



ネットでアパ・ルームを 電子アパ・ルームのご案内!!! (アパ・ルームに二つの選択肢)



E・メールによるアパ・ルームが好評のうちに販売されています。

まず、**サンプルをご請求ください**。(無料)。

メールでお申し込みください。PDF 画面でお送りします。

申込先：メールアドレス；**urjapan12@gmail.com**

アパ・ルーム日本委員会

「電子アパ・ルームのサンプル希望」と題して下記を記入してお申し込みください。

郵便番号；住所；氏名；性別；年齢；メールアドレス；電話番号；

FAX番号、(電話、FAX は問い合わせの時必要になります)

☆お申込みのフォームに記入事項がすべて正しく書かれているかをご確認ください。

☆iPad、iPhone による購読可能。(受信容量は 3MB が必要です)

☆画面はフルカラーです。

***定期購読をする前、**

はじめに、サンプルが読み込めるかどうかをご確認してから、お申し込みください。

定期購読の申込み方法：

☆E・メールでお申し込みください。

《申込先》**urjapan12@gmail.com**

アパ・ルーム日本委員会

《申込み事項》

サンプル申込み時にご記入された方は、お名前とメールアドレスだけで大丈夫です。

購読期間； 月から 年 (一年以上でお申し込みください)

代金；¥2,400 / 年 × 年数)

代金の振込先はサンプル送付の時にお知らせしています。

○外国でお使いになる方は、支払いの方法が変わりますので、そのようにお知らせください。(代金は 28ドル／年でアメリカ本部へ振り込んでください。
(送金手数料が少なく、円換え手数料もかかりません。)

“パソコンやスマホを使っている方々に、

アパ・ルームの良さと共にお知らせください。

※ 申込みに使われた個人情報は、アパ・ルーム以外で使われることはありません。

黙想文を寄稿しましょう

「今日」という日のうちに、日々励まし合いなさい。

(ヘブル人への手紙 3:13)

アパ・ルームは全世界から寄せられたクリスチャンの^{あか}証しによって、構成されています。

その生きた証しに、私たちは日々、励まされ、慰められます。さらに、その日の聖書のみことばが心に留まり、主に導かれて、希望の道へと歩むことができるのです。

私たちも「日々励まし合う」ために、実際の証し（信仰の体験談）を互いに分かち合いませんか？ あなたの証しによって、世界中の人々が、励まされ、慰められ、希望の道へ向かうことができたら、どんなに素晴らしいでしょうか。「アパ・ルーム」（上の部屋）という「恵みの部屋」は「恵みを分かち合う部屋」です。それは私たちにとって素晴らしいことですが、なにより主ご自身が最も喜ばれることです。

どうぞ、日頃の信仰の証しをアパ・ルームへ寄稿して、世界中の人たちへ、あなたの実際の体験談を届けてみませんか？ 多くの人たちがあなたの黙想文を待っています。

日本語でどうぞ。日本委員会で、英訳して本部へ送ります。

メールまたは郵送でお送りください。

メールの宛先：urjapan12@gmail.com

郵送の宛先：〒157-0066 東京都世田谷区成城 2-6-14

アパ・ルーム日本委員会 臼田尚樹

書き方は、日々のアパ・ルームを参考にして書いてください。また、アメリカ本部の「詳しい書き方の説明」を日本語に翻訳した資料があるので、それを参考にしてくださってもよいと思います。

上記のメールまたは郵送の宛先まで資料（日本語版）をご請求ください。

郵送の場合は切手 ￥140を同封してください。

☆証しは、世界中から毎年約3,000通が届けられていますので、寄稿されたものが必ず掲載されるとは限りません。このことをご了承ください。一人でも多くの方の寄稿文をお待ちしています。

私たちが共に集まって神様に聴き、互いの話を聞く時、キリストはまったく新しい形で私たちの間におられます。

週に一度、他の信徒たちと集まり、普段より長めに1時間ほど黙想の時を共に過ごしましょう。週のいつでもいいですから集まり、その日に読む箇所を、水曜日に読む箇所と差し替えて読みます。

- ・聖書の箇所とその日の黙想文を読むことから始めます。そのあと少なくとも1分間の静かな時を持ちましょう。次に下に挙げる日付ごとの質問に一つずつ答えていただきます。
- ・どなたかに質問を一つずつ、声に出して読んでいただき、質問ごとに出席者に答えてもらいましょう。特定の質問に答えたくない方がいたら、次の席の人に代わってもらいます。
- ・考え方の違いを話し合い、その全体を通して、聖霊があなたに何を語ろうとしておられるか耳を傾けましょう。
- ・その週の間に、神様と一緒に何をするか決めましょう。
- ・静まって一緒に祈りましょう。

集まりの持ち方について、もっと詳しい説明が必要な方は、英文ですが次のサイトをご覧ください。

<https://www.upperroom.org/resources/a-guide-for-small-groups>)

3月1日(水) 驚くべき忠実さ

1. あなたの好きな祈りの習慣について教えてください。あなたにとって、その習慣が有意義であり、持続可能である理由は何ですか？ その習慣は、神様と祈りについて何を教えてくれるのでしょうか？
2. アパ・ルームのようなデボーション誌や本などが、あなたの信仰や祈りを豊かにしてくれると思いますか？ もしそうなら、どのようにでしょうか？ そうでない場合、どこで最も豊かにしてくれる時間を過ごすことができますか？
3. もしあなたが自分の祈りと願いを記録しているなら、そうすることによって、自分の祈りについてどのようなことに気づきましたか？ そうでない場合、どのようにして自分の祈りが答

えられていることに気づき続けるのでしょうか？

4. あなたは、願いの祈りと感謝の祈りのどちらを多くささげる傾向がありますか？ 神様に感謝だけでなく、願い事も持つていくのは良いことですか？ 説明してください。
5. あなたの願いが祝福や感謝に変わったのはどんなときですか？ その体験を通して、神様や自分自身、そして他の人について何を学びましたか？

3月8日（水） 大切な役割

1. ヨケベド、シフラ、プアという名前を知っていましたか？ なぜ、多くの人がこれらの名前や、他の多くの聖書に登場する女性に馴染みがないのだと思いますか？
2. 聖書に登場する人物の名前を覚えることは、なぜ大切だと思いますか？ 最近、聖書の中で見覚えのない名前に出くわしたのはいつでしたか？
3. 忘れられがちな聖書に登場する女性で、特に印象に残っている人を挙げてください。なぜ、彼女が印象に残っているのでしょうか？ その女性とその人生はあなたに何を教えてくれますか？
4. なぜ、私たちの日常生活を助けてくれる個人的に知らない人たちを見過ごしがちなのでしょうか。そのような人々や彼女たちの仕事を心に留めておくために、どのような霊的实践や祈りが役に立ちますか？
5. あなたの人生に最も大きな影響を与えた女性たちは誰ですか？ それはなぜでしょうか？ あなたはどのように彼女たちに敬意を表したり、また彼女たちがあなたにしてくれたすべてのことに感謝の気持ちを示しますか？

3月15日（水） 互いに支えあう

1. あなたの教会には、著者の教会のような奉仕活動のプログラムがありますか？ もしあれば、そのプログラムについて説明し

てください。ない場合、あなたが参加している、または聞いたことのある類似のプログラムについて教えてください。

2. あなたは、困っている人にどのような方法で、自分の時間、物資、支援を提供していますか？ あなたの努力が人々のために役立っていることを、どのように実感していますか？
3. レント（受難節）の間、あなたの行動や考え方はどのように変化しますか？ この時期、あなたは他の人に対してどのように違った接し方をしますか？ なぜでしょうか？
4. あなたが会える人々の中にイエス様の顔を見ることは、あなたにとってどのような意味を持つのでしょうか？ 他の人の中にイエス様を見ることで、彼らとの接し方が変わりますか？ あなたはどのようにして、他の人の必要に対して、心と思いを開いておくことができますか？
5. あなたの地域で見られた必要をいくつか挙げてください。それらの必要をどのように満たそうとしますか？ あなたの信仰共同体に、どのように参加を促しますか？

3月22日（水）弾力性があることと碎かれること

1. あなたが自然の中で過ごすことによって学んだ霊的または人生の教訓について説明してください。なぜ、自然を観察することで多くのことを学べるのでしょうか？
2. あなたは、弾力性があり、折れないことが必要であると感じたことはありますか？ 私たちは常に折れない心でいる必要はないことを教えてくれる聖句はありますか？
3. あなたの人生の中で、碎かれたことが、新しい、美しい成長につながったのはどんなときですか？ その経験は、あなたの信仰の旅路にどのような影響を与えましたか？
4. 弾力性があることと碎かれることを同時に体現するとはどういうことでしょうか？ 弾力性があるのか、碎かれているのか、あるいはその両方なのかによって、あなたの人生や信仰はどの

ように変化するのでしょうか？

5. 聖書の中で、弾力性があることと碎かれることを最もよく表現しているのは誰ですか？ 彼らは一度にどちらか一方だけを表現したのでしょうか？ それとも同時に両方ですか？ 彼らの物語は、どのようにあなたを励まし、鼓舞するのでしょうか？

3月29日（水）見失われても見つかる

1. 何かをなくしたとき、あなたは最初にどのような反応をしますか？ 失くしたものを見つけるのに役立つものは何ですか？ 失くしたものを見つけたとき、どのような気持ちになりますか？
2. 今日の黙想文の生徒たちは、仲間から称賛されるからということで、なくなった物を探す気になったようです。他の人を助けたいと思う動機は何ですか？ それはなぜでしょうか？
3. 見失った羊のたとえ話で、最も慰められ、意味深いと思うことは何ですか？ このたとえ話は、あなたの人生や信仰に、時を経てどのような影響を及ぼしましたか？
4. もしあなたが神様から離れてしまったことがあるなら、良き羊飼いはどのようにあなたを見つけ出し、愛をもって連れ戻してくれたのでしょうか？ 良き羊飼いがいつも近くにいることは、迷い出た人にとってどのような励ましになりますか？
5. あなたの大切な人が信仰から離れたとき、あなたはどのように対応しますか？ どうすれば、その人が戻ってくことに希望を持続けることができるのでしょうか？ このような状況の中で、あなたはどのように平安を見出すことができますか？

4月5日（水）あなたの御手の中で

1. 大切な人が記憶喪失や健康状態に苦しんでいるのを見たことがありますか？ それはどのようなものでしたか？ その経験は、あなたと神様との関係、そしてあなたの愛する人との関係にどのような影響を与えましたか？

2. あなたの祈りが最も正直で隠し立てのないのはどんなときですか？ それはなぜですか？ より本音で祈るとき、あなたの祈りの経験はどのように変わりますか？ それは結果を変えますか？
3. 神様を信頼することが最も難しいと感じるのはどのような時ですか？ 怒っているとき、混乱しているとき、傷ついているときに、神様を信頼し続けるために、どのような霊的实践、祈り、聖書の箇所が役に立ちますか？
4. 今日、あなたの生活の中で、神様のご臨在を最もはっきりと感じるのはどこですか？ ゆっくりして、神様に心を開いていると、どのように神様のご臨在と備えに気づくことができるでしょうか。
5. なぜ、私たちはすべての答えを持ち、コントロールしたいと思うのでしょうか？ 神様の御手にすべてを委ねる勇気を与えてくれるのは、誰ですか？ または、どんなものでしょうか？

4月12日（水） 十分である

1. 誰かに何か難しいことを頼まれたとき、あなたはどのように応えますか？ 今日の著者のように、ある聖句があなたの反応を変えたことがありますか？ もしあれば、その聖句はどのようなものでしたか？ その聖句は、あなたの反応をどのように変えましたか？
2. あなたは、自分が他の人に何かを提供するのに十分なものを持っていないと恐れたことがありますか？ とにかく自分の持っているものを共有しようという動機は何ですか？ そうすると、どうなりますか？
3. あなたはどんな時に神様の備えが最も必要だと感じますか？ 神様の備えを最も実感するのはどんな時ですか？ 神様が備えてくださるすべてのものを見失いそうになることはありませんか？ なぜでしょうか？ または、なぜ、見失わないでいられる

のでしょうか？

4. 聖書のどのような物語から、他の人を思いやるという神様の呼びかけに従うことの大切さを学びましたか？ これらの物語から学んだ教訓を、あなたの人生にどのように適用しますか？
5. 周りの人を気遣ったり、他の人の世話を受けたりすることで、あなたはどのような祝福を受けてきましたか？ 日々、他の人を気遣うようにとの神様の呼びかけに対して、あなたはどのように心を開いていますか？

4月19日（水）安全な場所

1. あなたが圧倒されたり、恐怖を感じたりしたとき、どのような物理的な場所があなたを慰め、安らぎを与えてくれますか？ その場所の何があなたを安心させるのでしょうか？
2. どのような祈りや物、場所、実践が、キリストの慰めを体験する助けとなりますか？
3. キリストを通して、私たちは皆、神様が与えてくださる避難所に入ることができるを知って、あなたはどんな平安と希望を持てますか？ 神様の避難所は、困難な時をどのように乗り越えさせてくれますか？
4. あなたが恐れたり、圧倒されたりしたときに、キリストによって慰めを得た時のことを話してください。その慰めを体験するために、誰が、あるいは何が役に立ったのでしょうか？
5. 人生がうまくいっているとき、キリストにある慰めや安全について忘れがちになるのはなぜでしょうか？ 良い時も悪い時も、その安全性に焦点を当て、感謝し続けるにはどうしたらよいのでしょうか？

4月26日（水）共に泣いてくださる神様

1. あなたが誰かの言葉に慰められ、信仰を強められた時のことを思い出してください。その言葉はあなたにとってどのような

意味がありましたか？

2. 悲惨な状況を経験し、それがやがてあなたの信仰を深めたり、周りの人を助けたりするきっかけとなったことがありますか？ その状況を説明してください。
3. 悲しんでいるときや、人生が思い通りにならないとき、なぜ、私たちは神様に質問する傾向があると思いますか？ 私たちの問いかけに、神様はどのように答えてくださるのでしょうか？
4. 神様が私たちと共に悲しみ、泣いておられることを知ることは、あなたにとってどのような意味がありますか？ 私たち皆が経験する悲しみや辛い状況に対するあなたの見方は、どのように変わりますか？ どのような点で神様に対するあなたの見方が変わるのでしょうか？
5. 私たちが苦しんでいるとき、なぜ共同体のケアがそれほど重要なのでしょう？ 悲しみや嘆きがあるとき、あなたの共同体はどのようにあなたを支えてくれますか？ あなたは周りの人たちをどのように支えていますか？

編集室より

イースターおめでとうございます！

今号の表紙画はジョン・デフランチェスコ（米国の現代絵画家）が描いた「命の木」です。緑色の葉で覆われた木にキリストの十字架についた姿が浮かび上がっています。「命の木」はキリストの十字架と復活によって保証された永遠の命を示しています。イースターが約束している希望です。やがて新しい天と新しい地が成就するとき、「命の木」にあずかる希望が現実となるのです。たとえ暗く先が見えないときにも、この希望に向かって、信仰によって一步一步、前に進んでいきましょう。

「命の木に対する権利を与えられ、門を通して都に入れるように、自分の衣を洗い清める者は幸いである。」 黙示録22章14節

寄稿者の ご紹介 (その二)

(敬称略)

(カッコ内は掲載ページ)



キャロル・ハリソン(P.18)は、著者、講演者、語り手であり、家族史、スクラップブック作り、読書が趣味です。



アユブ・シマンジュンタク(P.29)は、小学校の教師であり、地元の教会のユースリーダーです。



ネネイ・アンディ(P.21)は、コミュニケーションスキルや法律の講座を担当し、調停者として紛争の解決に貢献しています。



ジェフ・エバンス(P.52)は、40年以上にわたって教会の音楽とワーシップの働きに携わってきました。



スーザン・ケリガン(P.51)は、引退した老人看護専門看護師で、認知症ケアが専門です。



ミグダイエル・E・ペレス(P.22)は、プエルトリコのサン・ファン出身です。アルマと結婚し、息子のデールがいます。彼の趣味は、古い家具を塗装、修復、再利用することです。

定価 400円(税込)