

an international edition of

THE **UPPER ROOM**®

日本語版

No.

430

2022

7・8月号

アパ・ルーム



聖書通読日課表

7月

8月

日	朝	夕	日	朝	夕
1	ヨブ記 20,21	Iテサロニケ書 2,3	1	詩 編 65,66,67	ヘブライ書 12
2	” 22,23,24	” 4	2	” 68,69	” 13
3	” 25,26,27,28	” 5	3	” 70,71,72	ヤコブの手紙 1
4	” 29,30,31	IIテサロニケ書 1	4	” 73,74	” 2
5	” 32,33	” 2	5	” 75,76,77	” 3
6	” 34,35	” 3	6	” 78	” 4
7	” 36,37	Iテモテ書 1	7	” 79,80,81	” 5
8	” 38,39	” 2	8	” 82,83,84	Iペトロの手紙 1
9	” 40,41,42	” 3	9	” 85,86,87	” 2
10	詩 編 1,2,3	” 4	10	” 88,89	” 3
11	” 4,5,6	” 5	11	” 90,91,92	” 4
12	” 7,8,9	” 6	12	” 93,94,95	” 5
13	” 10,11,12	IIテモテ書 1	13	” 96,97,98	IIペトロの手紙 1
14	” 13,14,15,16	” 2	14	” 99,100,101,102	” 2
15	” 17,18,19	” 3	15	” 103,104	” 3
16	” 20,21,22	” 4	16	” 105,106	Iヨハネの手紙 1
17	” 23,24,25	テトス書 1	17	” 107,108	” 2
18	” 26,27,28	” 2	18	” 109,110,111	” 3
19	” 29,30,31	” 3	19	” 112,113,114,115	” 4
20	” 32,33,34	フィレモン書	20	” 116,117,118	” 5
21	” 35,36,37	ヘブライ書 1	21	” 119:1-48	ヨハネの手紙II,III
22	” 38,39	” 2	22	” 119:49-104	ユダの手紙
23	” 40,41	” 3	23	” 119:105-176	ヨハネ黙示録 1
24	” 42,43	” 4	24	” 120,121,122,123	” 2
25	” 44,45,46	” 5	25	” 124,125,126,127	” 3
26	” 47,48,49	” 6	26	” 128,129,130,131	” 4
27	” 50,51,52	” 7	27	” 132,133,134	” 5
28	” 53,54,55	” 8	28	” 135,136,137	” 6
29	” 56,57,58	” 9	29	” 138,139,140	” 7
30	” 59,60,61	” 10	30	” 141,142,143	” 8
31	” 62,63,64	” 11	31	” 144,145,146	” 9

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.430)

日々の黙想の手引き書

2022 年 7 月 8 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
7 月黙想文	7 ~ 37
祈りの研修室	38 ~ 40
寄稿者紹介写真 (1)	41
黙想文を寄稿しましょう	42
8 月黙想文	43 ~ 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」を読んだ後、“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事ができます。

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。

「井戸端の女」

画家：ダニエル・ボーン（アメリカ、現代絵画家）

解説：エリン・ピアース

「芸術家は、一つひとつの作品を通して、自分自身を神様にささげる」と、画家のダニエル・ボーンは説明します。このような考え方が、絵画を生み出す際の指揮者となります。そして、この指揮者によって、絵を描く過程が、神様のご臨在に集中する祈り—神様がおっしゃることに耳を傾け、神様の懷に抱^{いだ}かれること—となります。この絵について考える時、今号の表紙画「井戸端の女」を生み出した思索の過程は、私たちが神様のご臨在に集中する祈りと聖なる傾聴^{いざな}の時へと誘います。

ヨハネ福音書 4 章 1 — 42 節のイエス様とサマリアの女との出会いの物語を読み直すことから、この作品への思索を始めてください。この物語の中で、あなたにとって印象的な言葉、言い回し、あるいは瞬間は何ですか？あなたが受け取ったものをじっくりと考えながら、今度は目を絵に向けてみてください。

この絵は、イエス様とサマリアの女で二分されています。彼らの衣服の黒い色と濃い青色は、明るい背景とは対照的で、太陽の輪郭がぼんやりと描かれています。それは、日中の暑さと井戸から汲んだ冷たい水を必要としていることを暗示しています。イエス様と女はともに下を向いています。イエス様は両手を合わせて祈り、女は両手で水の入った壺の縁を持っています。この瞬間、何が起きていると想像しますか？イエス様と女は何を考えているのでしょうか？この作品についてじっくり考えている時、どのような感情があなたの心の中に湧き上がってきますか？この絵と聖書の物語は、あなたを何へと誘いますか？あなたは、それに対してどのように応えますか？

表紙画は、ダニエル・ボーンの好意によるものです。 ©2021 Daniel Bonnell 表紙画の複製は、FineArtAmerica.comから入手できます。非営利団体、すべての教会、および個人の方は、この表紙画の画像を BonnellArt.com から無料でダウンロードできます。

新たにされる

神よ、わたしの内に清い心を創造し 新しく確かな霊を授けてください。御前からわたしを退けず あなたの聖なる霊を取り上げないでください。御救いの喜びを再びわたしに味わわせ 自由の霊によって支えてください。

(詩編 51 : 12 - 14、口語 : 10 - 12)

このダビデ王の心の叫びは、時代を超えて、三千年前と同じように、現代の私たちにも響いてきます。人は何も変わっていません。私たちは永遠に新たにされなければならないのです。

詩編 51 編 12 節 (口語 : 10 節) の「創造する」というヘブライ語は、創世記の冒頭に出てくる「初めに、神は天地を創造された」(1 節)と同じ語源を持つ言葉です。この種の創造は、事物を生じさせることであり、神様が率先してそうされることを示しています。この詩編の作者は、同じヘブライ語の言葉を用いることによって、私たちが創造された目的に従って真に生きるためには—私たちが、神様、自己、他者、そして被造物と調和して生きるためには—神様の愛の御手による継続的な刷新を受けるようにという神様の招きに、心を開かれなければならないことを示唆しています。

続けざまに押し寄せてくる心身の傷に耐え続けているこの世で、神様が依然として人々を新たにされることに携わっておられるのを思い起こすのは素晴らしいことです。挑戦、失望、そして葛藤に直面した時、私たちは聖霊によって力を与えられ、使徒パウロと同じように、「わたしたちは落胆しません。たとえわたしたちの『外なる人』は衰えていくとしても、わたしたちの『内なる人』は日々新たにされていきます」(Ⅱコリント書 4 : 16) と断言することができるとように。

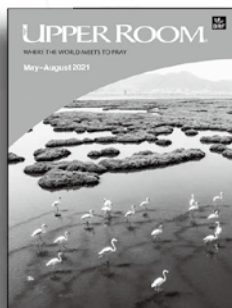
今号のページを読み進める時、命をもたらす希望の調べを見出すことができ、それがあなたの心に新たな歌を与えるように祈ります。



世界が祈るために集うところ



ノルウェー語版



イギリス 英語版

今号のアパ・ルームで掲載された著者たち

- ケレン・ディベンズ-ワイアット (英国)
- ケイト・キャロル (アイルランド)
- オイスタイン・プリンチ (ノルウェー)

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。

「見知らぬ人々の優しさ」

数年前、私は自動車事故に遭いました。相手の運転手と私は軽傷で済みましたが、私たちの車は大きな被害を受けました。私はそれまで自動車事故に遭ったことがなかったので、恐怖で圧倒されてしまいました。すると、事故の数台前にいた女性が、衝突のすさまじい音を聞いて、全員の無事を確認するために車を止めてくれたのです。その女性は、以前に同じような事故に遭ったことがあると話してくれ、私の状況や気持ちを理解して、私の苦悩を察してくれました。

その女性と私は、警察官とレッカー車が来るのを待っている間、しばらく話をしていました。彼女は義母の誕生日会に遅れているにもかかわらず、1時間以上も私のそばにいて、事故後の必要な手続きをサポートし、指導してくれたのです。彼女はそれぞれの段階で何をすべきかを私に教えて、アドバイスをし、自分の経験も話してくれました。彼女は、心を穏やかにしてくれる、ほっとする存在でした。

私は、彼女が加わるまで、完全に孤独を感じていました。そんなとき、親身になって支えてくれる仲間がいることは、私にとって大きな支えとなりました。見知らぬ人を助けるために、自分の予定を変更したのだから、彼女の行動はさらに注目すべきです。そして、私を助けてくれた見知らぬ人は、彼女だけではありません。7月のうだるように暑い日、太陽の下で立って待っていると、何人もの人が私たちに手を差し伸べてくれたのです。数メートル先の道路に座っていたホームレスの男性は、水の入ったペットボトルを持って来てくれました。近くのお店を出ようとした2人は、グラノーラバーをくれました。ある運転手は車から私たちに声をかけて、みんなの無事を確認し、私たちのために祈っていることを伝えてくれ

ました。そして、何人もの人が私たちの無事を確認し、何か必要なものはないかと、立ち止まってくれたのです。

このような見知らぬ人々の優しさを思い起こすとき、聖書には他人を気遣う人々や、その気遣いが周囲の人々の生活を豊かにする例が数多くあることを思い出します。タビタ（ドルカス）は、自分のコミュニティにいる他のやもめたちや、困っている人々を助けていました。彼女は地域社会からとても愛されていたので、彼女が死んだとき、彼らはペトロに彼女を死から生き返らせるように頼んだのです。そして、彼女の生死によって多くの人が信仰を持つようになりました。（使徒9：36－43参照）また、私はラハブのことを思い起こします。彼女は、イスラエルの二人の斥候を助け、殺そうとする兵士たちから彼らをかくまいました。彼女の行いの結果、エリコが襲撃されたとき、彼女とその家族は助かりました。（ヨシュア記2章、6章22－25節を参照）また、エリシャに食べ物を提供し、彼のために自分の家に部屋を作り、そこに滞在させた裕福な女性のことを思い起こします。この女性の世話のおかげで、エリシャは、彼女に男の子が生まれることを約束しました。その後、生まれた子は死にましたが、エリシャはその子を生き返らせました。（列王記下4：8－37参照）

このような物語を生まれた時からずっと聞いてきたので、私は、見知らぬ人を含め、他人に対して、日頃から思いやりを持って親切に接するよう努力すべきだと思っています。しかし、自動車事故に遭う日まで、私は思いやりと親切を受ける側の気持ちを知りませんでした。事故の後、私は見知らぬ人から親切にされたことで、困っている人への接し方が変わりました。気づかないふりをして、そのまま歩き続けたり、あるいは「ごめんなさい、お手伝いできません」と言う方が容易く思えることがよくあるのです。しかし、私が助けを必要としているときに、目を背けずにいてくれた人たちには、言葉では言い尽くせないほど感謝しています。そして、彼らの行動が私にもたらした変化を思い出す時、立ち止まって自分に

できることをしようという気持ちになるのです。

私を助けてくれた女性は、おそらく私にどんな影響を与えたかを知らないでしょう。彼女は、その日、立ち止まったことさえ覚えていないかもしれません。しかし、このことは、常に優しさと愛を持って人に接することの大切さを教えてくれます。私たちのほんの些細な行動が、その人の状況や考え方を変えることがあるのです。私たちは、誰かがどれだけ私たちを必要としているか、そして私たちの行動がその人の人生にどんな影響を与えるかを知りません。立ち止まって手助けをすることは、たとえ、容易ではなく、あるいは、都合がよくななくても、価値があるのです。

考察のための質問

1. 見知らぬ人から、思いがけず、必要としていた親切な行為を受けたことはありますか？ このことから、親切について、あなたは何を学びましたか？ それは、あなたが他の人に親切を表す方法をどのように変えましたか？
2. 上記の聖書の例のうち、最も印象に残ったものはどれですか？
それはなぜでしょうか？
3. 他人に配慮したり、優しさを表したりすることのリスクにはどのようなものがありますか？ また、どのような報いがありますか？



エイミー・デンスク
アパ・ルーム副編集長

寄稿者のご紹介（その一）

（敬称略）（カッコ内は掲載ページ）



ヘンリー・L・チルドレス(P.52)は、引退教師です。彼は、雑用をこなして地域社会へ貢献することが好きです。



マーサ・クノーベル・マクサム(P.10)は、孫の世話とピククルボールをして、忙しい毎日を過ごしています。



クリストファー・L・スコット(P.55)は、牧師です。彼は、テクニクス・バーベキューと飛行機、トラック、ボートの模型作りが大好きです。



アンバー・マリー・フオロウェル(P.67)は、3年生の先生をしています。お菓子作りと缶詰や保存食が大好きです。



ペグ・アーノルド(P.47)は、元教師であり、現在はスクールカウンセラーをしています。彼女はドラマ・ミニストリーを通じていろいろな物語に命を吹き込みます。



コン・ペン・サン(P.34)は、建設現場で働く土木技師であり、新しい人と出会うことを楽しんでいます。



シルビア・ウオーカー(P.22)は、高齢者センターでボランティアをしながら、教会のフラワークラブのリーダーとして奉仕をしています。



イバン・W・ニコルソン(P.36)は、28年間勤めたFBIの特別捜査官を1999年に退官しました。

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証し^{あか}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のでしょうか。「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 白田尚樹

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時間ほど黙想の時間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、声を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>)

7月6日(水) 宣教の機会

1. 誰かに「今日の調子はいかがですか？」と聞かれたら、あなたはどのように答えますか？ あなたはよそよそしくしますか、それとも会話を深めようとしていますか？ この質問をされたことで、あなたはどのように祝福されましたか？
2. どのような場所で、他の人に奉仕する思いがけない機会を得ましたか？ そのような場所で、あなたはどのように神様があなたを通して働かれるようにしましたか？
3. 宣教の機会について考えるとき、何が思い浮かびますか？ あなたの信仰の旅を通して、宣教の機会についての理解はどのように変化

しましたか？

4. 今日の著者は、仕事中に他の人に奉仕する方法を見つけたのです。あなたは、日々を過ごす中で、他の人に奉仕する方法を見つけていますか？ もしあれば、それはどのようなものですか？ そうでない場合、他の人に奉仕するために、この黙想はどのようにあなたを励ましたか？
5. あなたの教会では、どのような宣教の機会がありますか？ あなたはどのようにサポートし、または参加していますか？ あなたの教会では、他にどのような方法で地域の人々に奉仕することができますか？

7月13日（水） 喜びに満ちあふれて待つ

1. あなたが待たなければならなかった時を思い出してください。あなたは喜んで待ちましたか？ なぜですか？ またはなぜそうしなかったのでしょうか？ 希望と喜びを持ち続けることで、待つという経験がどのように変わるのでしょうか？
2. 期待していたことがまだ実現していないと気づいたとき、あなたは簡単に落胆してしまいますか？ そのようなとき、何があなたを励まし、喜ばせてくれるのでしょうか？
3. あなたの信仰が空しくなく、神様の約束に頼ることができることを思い出させてくれる聖句は何ですか？ これらの聖句は、なぜあなたを励ましてくれるのでしょうか？
4. あなたが待つという時期にいるとき、神様に確信と希望を持ち続けるために、どのような霊的実践が役立ちますか？ どんな祈りに励まされますか？
5. あなたの信仰共同体は、あなたが喜びをもって待つことをどのように助けてくれますか？ なぜ、クリスチャンの交わりは、私たちが神様を待ち望むことに違いをもたらすと思いますか？

7月20日（水） 赦しの日

1. あなたは嫌いな人と接するとき、自分と相手の間にある緊張を乗り越えられますか？ そのような人たちと関わろうとすることは大切だと感じますか？ それはなぜでしょうか？
2. 祈りによって、あなたはどのように信仰を深め、神様の目的をより深く理解することができましたか？ あなたにとって最も意味のある祈りの実践を挙げてください。
3. あなたとの関係がこじれている人のために祈るのは容易いですか？ それとも難しいですか？ なぜですか？ あなたを傷つけた人のために祈ることで、その人に対する気持ちがどのように変わるのでしょうか？
4. あなたにとって、人を赦すことは簡単なことですか？ 神様に赦されることで、あなたの赦し方は変わってきますか？ なぜですか？ または、なぜそうではないのでしょうか？
5. 他の人のための祈りと、自分のための祈りはどのように違いますか？ 他の人のために祈るとき、どのように聖霊が働いているのを感じましたか？

7月27日（水） 神様のご臨在のしるし

1. 神様のご臨在を目に見える形で思い出させ、あなたに平安がもたらされた時について述べてください。その時、なぜ思い出させてくれる物があなたを助けたのですか？ また、それは今でもあなたを助けていますか？
2. あなたが不安や悲しみを感じているときに、神様のご臨在を確信することで助けられたことがあれば、その時のことを話してください。その間、なぜ神様のご臨在が特に慰めとなったのでしょうか？
3. あなたにとって、神様の愛とご臨在を目に見える形で思い出させてくれる最も大切なものは何ですか？ このような目に見える物がない場合、どのように神様のご臨在を思い起こすのでしょうか？
4. 神様との距離を感じたのはどんなときですか？ 何があなたにそう

感じさせたのでしょうか？ あなたを再び、創造主に近づけたのは何でしょうか？

5. 神様がいつも傍らにいてくださるという聖書の中の話で、一番励まされるのはどの物語でしょうか？ 不安や孤独を感じるとき、これらの物語をどのように心に留めていますか？ これらの物語は、どのような点であなたの信仰を強めるのでしょうか？

8月3日（水）感謝する心

1. あなたにとって気が向かない人生の転機に直面したとき、どのように対応しますか？ あなたにとって、不満や恐れのパターンに最も陥りやすいのはどんなときですか？ そのようなパターンに、はまらないようにするには、どうしたら良いのでしょうか？
2. あなたは、ある状況に満足していないとき、それでも主に感謝をささげますか？ なぜですか、それともなぜしないのですか？ 感謝をささげることで、どのようにあなたの考え方が変わるのでしょうか？
3. 心と思考を感謝の気持ちに向けるために、どのようなことを実践するのが一番あなたの助けになりますか？ 神様があなたにくださったこと、そしてあなたが感謝しなければならないことすべてを、どのように思い出していますか？
4. 聖書の中で、感謝の気持ちを最もよく表しているのは誰だと思いますか？ 感謝の気持ちを上手に表現している人を知っていますか？ 彼らから何を学ぶことができますか？
5. あなたの信仰共同体は、感謝についてどのように語っていますか？ 感謝をささげることは、祈りの行為、金銭的な贈り物、生き方でしょうか？ それとも、それ以外のことでしょうか？ あなたはどのように他の人や神様に感謝していることを伝えていますか？

8月10日（水）移行期

1. 今日の著者は、重量挙げトレーニングの体験を通して、自分の信

仰についてより深く知ることができました。あなたの人生の中で、信仰について教えられた体験は何ですか？ あなたが学んだことを述べてください。

2. 移行期にイライラしたことがあっても、後から振り返ると、その移行が重要だったということを思い出してください。その経験は、あなたが他の移行期を迎える際に、どのように役立ちましたか？
3. 苦難が私たちを強め、これから起こることへの備えとなることを知り、どのように励まされますか？ 苦難の時、他に何が平安と確信をもたらしてくれるのでしょうか？
4. 変化と逆境によって信仰が強められた人々を描いた聖書の物語は何ですか。あなたは、神様に近づくために、移行期をどのように用いますか？
5. あなたが変化を経験するとき、あなたのコミュニティはどのようにあなたの信仰を励ましてくれますか？ 彼らは、あなたがより賢く、より強く、そしてより神様に近づくために、どのようにあなたを助けるのでしょうか？

8月17日（水） 永続的な配慮

1. あなたや大切な人の人生が、ケガや病気によって劇的に変化したことはありませんか？ あなたの地域社会はどのように対応してくれましたか？ あなたやあなたの愛する人が愛と配慮を受けた方法をいくつか挙げてください。
2. あなたは、困難な状況にある人をどのように世話していますか？ 他の人々の世話をしていて、一番難しいと思うことは何ですか？ 最もやりがいのあるものは何ですか？
3. あなたの人生で、他の人々の世話によって祝福されたのはどんなときですか？ 頼んだわけではないのに、誰かが助けてくれたことはありますか？ このことは、あなたが他の人を世話するのに、どのような影響を及ぼしていますか？
4. 聖書の中で、一人ひとりの世話をする共同体の例に、あなたはど

のように励まされていますか？ これらの例のうち、あなたにとって最も意味のあるものはどれですか？ それはなぜでしょうか？

5. 今、あなたの地域社会で世話を必要としているのは誰でしょうか？
どのように彼らの世話をしていきますか？ 彼らの差し迫った状況が過ぎても、どのように世話をし続けることができるでしょうか？

8月24日（水） 最高のものを期待する

1. こだまがよくはね返ってくるお気に入りの場所はどこですか？ 今日の黙想文を読む前に、こだまが自分の人生と類似していると考えたことがありますか？ なぜでしょうか？ なぜそうでないのでしょうか？
2. あなたが世の中に出したものは、いつあなたに戻ってきましたか？ このことから、あなたの態度と、物事の見方に与える影響について、何を学んだのでしょうか？
3. 悲しみや嘆きのとき、聖書はどのようにあなたを助けてくれますか？ 他にどこで慰めを見つけますか？
4. 神様のすばらしさ（善意）に焦点を合わせるために、どのような祈りや霊的な実践、聖句が役に立ちますか？ なぜ、神様のすばらしさ（善意）に注目すると、あなたの周りのすばらしさ（善意）が見えるようになるのでしょうか？
5. あなたの人生で、誰が常に善意をこの世に送り出していますか？ 彼らの行動は、他の人や彼ら自身をどのように祝福していますか？ その人のどんなところを一番尊敬していますか？ あなたはその人から何を学ぶことができるのでしょうか？

8月31日（水） 真の自己認識

1. あなたはいつ、簡単に同一と識別できるグループの一員になったことがありますか？ そのグループを識別できた理由は何ですか？ その経験について述べてください。
2. 不慣れな空間で、親しくなれる相手を見つけたとき、どんな気持

ちになりますか？ なぜ、他の人との共通点を見つけることが大きな励みになるのでしょうか？

3. あなたにとって、神様の子であるとはどういう意味でしょうか？
あなたは、この自己認識をどのように受け入れていますか？ このよう
なあなたの自己認識を、他の人はどのように理解することができ
るのでしょうか？
4. 今日の著者は、大学生、フィリピン人の女性、神様の子など、い
くつかの自己認識を述べています。あなたの自己認識は何ですか？
あなたが他の自己認識に生きるとき、クリスチャンとしてのあなたの
自己認識をどのように輝かせることができますか？
5. 自分とは違う人たちとの共通点や共同体はどのように見つけるの
でしょうか？ キリスト教の信仰は、どのように人々を結びつけ、彼
らに共通の自己認識を与えるのでしょうか？

編集室より

ウクライナでの悲しみと苦しみがこの地を覆っています。
多くの落胆と失望が溢れています。このような時、詩編 42
編のようであるかもしれません。「昼も夜も、わたしの糧は
涙ばかり。人は絶え間なく言う『お前の神はどこにいる』と。」
(詩編 42 編 4 節) そのような時、主はどこにおられるのでしょ
うか。主は、主にあって苦しむ者と共におられます。悲しむ
者を慰め、かがむ者を起こされます。「彼らの苦難を常に御
自分の苦難とし 御前に仕える御使いによって彼らを救い
愛と憐れみをもって彼らを贖い 昔から常に彼らを負い、彼
らを担ってくださった。」(イザヤ書 63 章 9 節) 今のこの時代、
永遠に変わらない御言葉を求めて、祈りをささげましょう。
「御心の天になるごとく、地にもなさせたまえ。」

(主の祈りより)



株式会社

ムラサキスポーツ

本社〒110-0005 台東区上野 7-14-5
TEL 03(3842)3361 FAX 03(3842)3427

上野の森キリスト教会 恵 友 学 園
日光 オリーブの里 JTJ 宣 教 神 学 校



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。

寄稿者の ご紹介 (その二)

(敬称略)

(カッコ内は掲載ページ)



エスター・ボナー(P.66)は、元小学校教師です。彼女は、素材をリサイクルして似顔絵を制作することを楽しんでます。



アサモア・ジョセフ・オモノ(P.23)は、会計士をしています。彼は、歌うこと、ピアノを弾くこと、そして人を励ますことが好きです。



ラバーン・ウィリアムズ(P.69)は、コンサルタントをしています。彼女は、リーダーシップ講習会を手助けしながら、最高幹部を指導しています。



チャック・ハズパス(P.13)は、製造業の経理を担当しています。趣味はウォーキング、読書、執筆することです。



ケレン・ディベンズ・ワイアット(P.71)は、作家であり画家です。彼女は慢性的な病を抱えながら、詩や物語、色彩に情熱を注いでいます。



ロバート・K・アベル(P.20)は、監査役を退職後、災害復興宣教の旅を指導し、アメリカやヨーロッパを旅してきました。

定価 400円(税込)