

CROSS BIBLE STUDY

十字架方式で聖書を読む

毎日聖書を読んでイエス様に出会う

Jim Millard

目次

クロス・バイブル・スタディーによるこそ	3
クロス・バイブル・スタディー	4
1. イエス様とともにみことばを読む	4
2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）	5
3. イエス様の声を聞く	5
4. イエス様に従う	6
ガイドライン	7
聖書を通してキリストに出会う	7
クロス・バイブル・スタディー：五つの例	7
Example 1: マタイ 14:22-33	8
Example 2: マタイ 18:1-6	9
Example 3: 2 コリント 3:12-18	10
Example 4: 創世記 9:1-23	11
Example 5: 箴言 26:1-12	12
車輪：キリストの弟子として生きる	13
車輪を使って弟子を作る	14
車輪：弟子の基礎となる暗唱聖句	15
45の実践クロス・バイブル・スタディー	17
車輪：マタイ 28:18-20	18
車輪：ヨハネ 15:1-8	19
車輪：ヨハネ 15:9-17	20
キリストが中心：ヨハネ 12:1-8	21
キリストが中心：マタイ 11:28-30	22
キリストが中心：マタイ 22:34-40	23
キリストが中心：ピリピ 3:1-11	24
キリストが中心：ガラテヤ 2:20	25
キリストが中心：エペソ 6:10-18	26
キリストが中心：マタイ 4:1-11	27
キリストが中心：Matthew 16:24-26	28
キリストが中心：1 コリント 9:24-25	29
キリストが中心：ローマ 12:1-2	30
信仰：ルカ 7:1-10	31
信仰：ヨシュア 1:1-9	32
信仰：マタイ 14:22-32	33
従順：マタイ 7:24-27	34
従順：ヨハネ 14:15-26	35
従順：マタイ 25:14-30	36
みことば：ルカ 10:38-42	37
みことば：ルカ 8:4-15	38

みことば：詩篇 1:1-6	39
祈り：マタイ 7:7-11	40
祈り：マタイ 6:5-15	41
祈り：ルカ18:9-14	42
祈り：エペソ 1:15-23	43
祈り：エペソ3:14-21	44
ボディー・ライフ：ローマ12:3-8	45
ボディー・ライフ：1 コリント 12:12- 27	46
ボディー・ライフ：エペソ 4:11-16	47
伝道：ルカ 15:1-32	48
伝道：John 4:1-42	49
伝道：ルカ 19:1-10	50
愛：ヨハネ 13:34-35	51
愛：1 コリント 13	52
愛：1 ヨハネ 3:14-18	53
赦し：マタイ 7:1-5	54
赦し：エペソ 4:25-32	55
赦し：マタイ18:21-35	56
他の人に仕える：ヨハネ 13:1-17	57
他の人に仕える：マルコ 10:35-45	58
他の人に仕える：ピリピ 2:1-11	59
お金・与える：マタイ 6:19-24	60
お金・与える：マタイ 6:25-34	61
お金・与える：2 コリント 9:6-11	62

著者、ジム・ミラード。校正、編集、レイアウト等は、ミラード・正子とピーター・トムソン。

Jim Millardは、サンライズ・インターナショナル・ミニストリーズ総裁です。サンライズ・インターナショナル・ミニストリーズは、日本で弟子を作ることと日本の教会増殖に焦点を合わせている宣教団体です。ジムは、1977年に初めて来日。ジムと正子の二人は、30年以上宣教師として活動しています。彼には、4人の子供と4人の孫もいます。もっともっとたくさんの孫が与えられることを信じています！

Bob Schultz and Jack Loyに敬意を表して。「私が15歳の時に、ジャックの家のバイブル・スタディーで初めてボブとジャックに出会いました。ジャックは、当時Young Lifeのリーダーをしていました。私を含めて多くの若者にジャックは多大な影響を与えました。ボブは、高校の時に三年間私を弟子として導いてくれました。毎週一回、一対一で会いました。どのように聖書を読めばいいか、どのように祈ったらいいか、どのように福音を友達に伝えたらいいか、従順の大切さ、また車輪にある神様とともに歩むキリストの弟子としての初歩的で基礎的なことをボブは教えてくれました。ボブとジャックは、言葉だけではなく、自分の生き方によって教えてくれました。彼ら二人が、キリストの弟子となりキリストの弟子を作る弟子を作るビジョンを私の心に灯してくれました。この二人の兄弟に心から感謝しています。この書物にあるたくさんのことがらは、彼らから学びました。」

Jim Millard

Copyright 2013 Sunrise International Ministries

Version 1.2

For more information on Sunrise, visit us at www.sunriseinternational.org.

聖書 新改訳©1970,1978,2003 新日本聖書刊行会

The discipleship Wheel illustration originated with The Navigators.

Cover photo © stockphotosforfree.com

クロス・バイブル・スタディーによるこそ

クロス・バイブル・スタディーは、みなさんが毎日聖書を読む時にキリストご自身に出会うお手伝いとして作りしました。聖書の箇所をよく考えること、イエス様の声を聞くこと、そしてイエス様に従うことを中心としています。

クロス・バイブル・スタディーのもう一つの目的は、みなさんの弟子としての成長を助けることです。毎日みことばを通して神様と出会う時間は、成長のために非常に大事なものです。キリストの弟子として成長していくためには、常にみことばから糧を得るように学ぶ必要があります。

イエス様は、聖書を通して個人的に私たちに語ってくださいます。しかし、目標はただ知識を得ることでもないし、感動することでもありません。聖書を読む目的は、イエス様と交わり、イエス様に出会って、イエス様に従うことです。

イエス様の声を聞いて、イエス様に従うことによって弟子として成長します。私たちは、日常生活の中でキリストに従うことによって霊的なことをより深く理解し、弟子として大きく成長することができるのです。クロス・バイブル・スタディーによってイエス様が聖書を通して語っていることを聞き、そのまま毎日の生活の中でイエス様に従うようにお手伝いできると信じています。イエス様を愛して心から従うことによって、弟子は成長するのです。

この本の中味は、大きく三つに分かれています。クロス・バイブル・スタディー、車輪、45の実践クロス・バイブル・スタディーです。

クロス・バイブル・スタディー

第一にクロス・バイブル・スタディーを紹介します。まず四つのステップ（段階・面）を説明すると、1. イエス様と共に聖書を読む、2. イエス様と共にみことばを黙想する、3. イエス様の声を聞く、4. イエス様に従う。この四つのステップは堅苦しい方法でも機械的なプロセスでもなく、毎日の神様との時間には大事な要素であって、欠いてはならないことなのです。この学びを通して、四つのステップを理解して体験し始めることができます。

クロス・バイブル・スタディーの紹介の後に、聖書の色々な箇所を取り上げた五つのクロス・バイブル・スタディーの実例を見ることができます。それは、ジムのディポジション・ノートからそのまま写されています。この五つの実例によってどのように黙想し、どのようにイエス様の声を聞いて、どのようにイエス様に従うかが少しずつ分かるようになると思います。五つの例は、新約聖書と旧約聖書の両方から選ばれています。クロス・バイブル・スタディーとこの五つの例を読んだら、ご自分でクロス・バイブル・スタディーを実践し始めてください。

車輪：キリストの弟子として歩む・生きる

この本の二つ目の部分では、「車輪」という有名なイラストを解説します。車輪は、イエス様の弟子の生活を表します。弟子の最も基本的で根本的な要素がはっきりとしてきます。車輪のイラストを通して、弟子がどのように成長しなければならないかも分かってくるはずですが、また自分のすることすべてにおいて、キリストが中心でなければならないことも把握するようになるでしょう。最後の部分の45実践クロス・バイブル・スタディーでは、車輪が表している弟子の基本に焦点を合わせて、当てはまる聖書箇所を用いています。

車輪の次に24の暗唱聖句が記されています。それらは、車輪にある弟子の基本要素に二つずつの該当する暗唱聖句を選んだものです。毎週弟子のパートナーと会うたびに、この暗唱聖句を暗記しまた復習してください。これらの聖句を暗記してクロス・バイブル・スタディーの分かち合いを毎週することで、みんなが弟子として成長できるようしっかりとした土台を築くことができます。

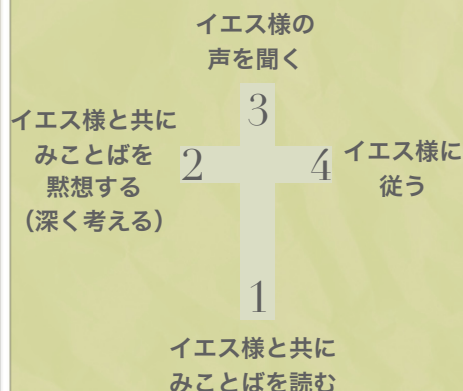
45の実践クロス・バイブル・スタディー

三番目の部分は、45の実践クロス・バイブル・スタディーです。ここでは、車輪の一つ一つのテーマを取り上げて弟子としての基本に集中しています。「キリストが中心」というテーマに関しては、十のクロス・バイブル・スタディーがあります。他のテーマに関しては、三つずつのクロス・バイブル・スタディーを用意しましたが、「祈り」については五つのクロス・バイブル・スタディーを選びました。

それぞれのクロス・バイブル・スタディーは、イエス様との愛する関係においてあなたが成長できるように意図して書かれています。

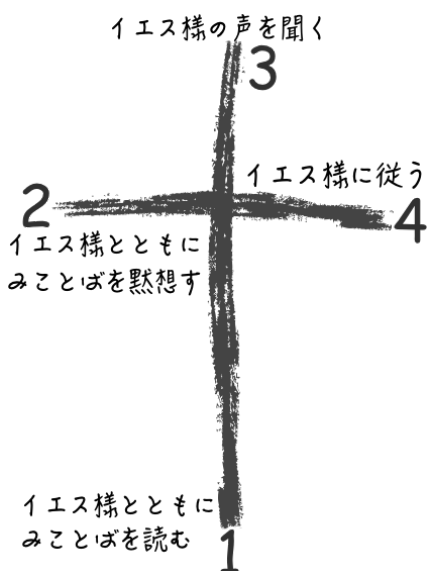
CROSS BIBLE STUDY

Meeting Jesus in Your Daily Bible Reading



クロス・バイブル・スタディー

神様は、いつも私たちとの親しい関係を求めておられます。毎日聖書を読む時が、その関係作りの基本です。イエス様は、常に「私のもとに来なさい」と誘っておられます。私たちが聖書を読む度に同じように声をかけてくださいます。私たちは、毎日みことばを通してキリストに出会うことができるのです。



聖書は、神のみことばです。毎日聖書を読むことが非常に大事です。多くの人が聖書をあまり読まない理由の一つは、毎日の具体的な計画がないためでしょう。ある人は、毎日数分聖書を読もうとしているかもしれませんが、しかしだいたいが、結局自分の気に入った箇所を何度も繰り返して読むことになったりして、聖書を深く読み込むことなく終わってしまいます。

霊的な父や母として、生まれたばかりの新しいクリスチャンにできる最善のことは、彼らが毎日聖書を読んで自分自身を養っていくように教え導くことです。毎日聖書を介して神様との時間を持つことは、霊的成長に欠かせないことです。新しいクリスチャンと毎日同じ聖書の箇所を読み、週に一度二人で会う時にみことばの時間について分かち合うことをお勧めします。

日々のデボーション（神様との時間）のためにたくさん本や冊子が出版されています。あるものは、実際に役立つものだと思います。しかし、そういう書物がみことば自体の代わりとなってしまうこともあるでしょう。新しいクリスチャンは成長するために、他の

人が聖書について書いた本等ではなく、聖書のことは自体によって養われなければなりません。この「十字架方式」は、イエス様の弟子となった誰でもが毎日みことばを通してイエス様に出会って、神様との愛する関係をますます深めて行くお手伝いをするツールなのです。

では、その日々の神様との時間をどのように考えたらいいでしょう。デボーションは義務やただの知的な勉強だと考えてはいけません。聖書を読む目的は、情報量を増やしたり聖書の原則を学ぶだけではありません。それは、神様に会うことです。またみことばを通して神様が語る声を聞きそれに従い、日常生活の中でイエス様のいのちを体験し、変えられることです。

聖書を読む時に何が起こるべきか、またどのようなことを体験することができるのかを十字架を用いて説明してみましょう。このイラストは、毎日のデボーションの本質と目的を示しています。次のイラストは、日々みことばを読む時の四つの大事なステップを表します。イエス様の前で読む、イエス様とみことばを考える、イエス様の声を聞く、イエス様に従うです。

1. イエス様とともにみことばを読む

私たちが聖書を開く時には、神様の臨在するところのドアを開いているのです。つまり聖書を読む時には、生きておられる神様ご自身のところに来ているということです。

『イエス様とともにみことばを読む』というのは、意識的にイエス様を認めてイエス様を尊敬することです。「私たちは、このキリストによって、両者ともに一つの御霊において、父のみもとに近づくことができるのです。」（エペソ 2:18）イエス・キリストによって、自信と確信を持って神様に近寄ることができます。イエス様の十字架によって、私たちが神様との交わりを持つことが可能になりました。



確信と信仰と期待感を抱いて、イエス様のみもとに来てください。イエス様があなたとの交わりの中で、みことばを通して自分に語るように祈ってください。私たちが本当に聖書を理解できるよう、イエス様は私たちの心と意思を開いてくださいます。

イエス様が復活された時にも、弟子たちにこのようにしてくださったのです。「そこで、イエスは、聖書を悟らせるために彼らの心を開いた」（ルカ 24:45）。実に聖霊の働きがなければ、理性だけでは神様のことを理解することができません。しかし神様は、私たちが理解できるように聖霊を与えてくださいました（1 コリント 2:12,14）。

祈り：「イエス様、十字架の恵みによって今日あなたの御前に出ます。あなたのみことばを理解できるように、またあなた自身をより深く知ることができるように私の心を開いてください。みことばを通して今日語ってください。」

2. イエス様とともにみことばを黙想する

（深く考える）

多くの人は、聖書を読んで（Step 1）から適用（Step 4）に進もうとします。しかし個人的に適用する前に、まずその聖書の箇所の意味を把握する必要があります。ですから、一つ一つの聖書の箇所を読んで、その文脈の中で正しく聖書の意味を理解すべきなのです。つまり、正しく聖書を解釈しなければなりません。

一章ずつ読んで、「この文章を書いた人は、この箇所を通して受け取る人々に何を言おうとしていたのか」と問うことが大切です。聖書学者たちが議論を続け解釈で一致していないような聖句もありますが、聖書のほとんどは、難しくない分かりやすい文章です。時間をかけて聖書を読んで熱心に求めたら、普通の人には理解することができます。しかし、聖書を正しく理解するためには、時間をかけて深く考える必要があるのです。

黙想することは、意味を悟るために深く考えるということです。また消化するという過程に似ています。牛が消化するために、何度も吐き出しては噛むことを繰り返すのと同じように、神のみことばを毎日何度も思い返して考えることによって、そのことばを良く消化することができるのです。黙想するとは、みことばを思い浮かべて何度も何度も噛むことです。聖書のみことばを思い浮かべ、そのメッセージを深く考えることによって真理を把握できるようになるでしょう。

聖書のみことばを黙想するために、それぞれの聖句に当てはまる質問をしなければなりません。聖書のどこを読んでいても当てはまる一般的な質問があります。例えば、「このポイントは何ですか」「この箇所にはどんな命令がありますか」「どんな約束がありますか」「ここではどんな原則がわかるでしょう」「神様について何を教えてください」「人間について何を教えてください」などです。

聖書のほとんどの箇所は、イエス・キリストを指しています。ですから、聖書を読む時は、これらの大事な質問をしてみてください。「この聖句は、キリストについて何を述べていますか」「この箇所は、イエス・キリストとどんな関係がありますか」

聖書は、人生のほとんどのシチュエーションについて語っています。特に、以下のようなテーマについて詳しく書かれています。友情、結婚、家族、お金、仕事、子供、天国、地獄等についてです。しかし、最初から最後まで聖書全体を通しての一番中心的なテーマは、イエス・キリストです。キリストが聖書の中心です。ですから、私たちが聖書を読む時には、イエス・キリストを中心として読むべきなのです。

みことばを黙想して考えている時に「分かるように導いて下さい」とイエス様に祈ってください。またそれぞれの聖句を考えている内にも、イエス様と会話してください。イエス様は、分かるようにしてくださいます。

復活された後イエス様は、自分の弟子たちに聖書の色々なみことばを説明しました。ルカ 24:27にこのように書かれています。「それから、イエスは、モーセおよびすべての預言者から始めて、聖書全体の中で、ご自分について書いてある事からを彼らに説き明かされた。」（ヨハネ 5:46 とルカ 24:44にも似ている聖句があります。）同じように、私たちがイエス様とともに聖書を黙想する時に、イエス様は私たちが分かるように働いてくださいます。

Step 2 でイエス様とともに黙想する時、自分が学んだこと、分かったこと、また大事なポイントや要点を書きます。「メインポイントは何ですか」「ここ全体の意味は何ですか」「この箇所は、どのようにイエス様を表しているか」等、自分に役立つ答えや文章を書いてください。

祈り：「イエス様、この箇所の意味が分かるように示してください。あなたがここでどのように啓示されているかを教えてください。良い質問を与えてください。私の考えの中で働いてください。このみことばからあなた自身を私に表してください。」

3. イエス様の声を聞く

多くの聖書研究の方法では、A-Observation（観察）、B- Interpretation（解釈）、C- Application（適用）とこの三つのことを基本として教えています。聖書を正しく解釈することは大事です。また神のみことばに従うことも大事です。しかし、読んでいる箇所を正しく解釈していたとしても、自分の力で聖書の原則を適用しようとしたら、聖書の真の目的を見失ってしまう可能性があると思います。解釈（クロス・バイブル・スタディーでは、Step 2）から直接適用（クロス・バイブル・スタディーでは、Step 4）に進むことは、間違いだと思います。もし解釈（Step 2）から適用（Step 4）に進んでしまうと、いのちのない倫理主義になってしまうことがあります。



倫理主義は、自分の能力で頑張って良いことをしようとする事です。また、自分の力で聖書を理解し聖書の原則を守ろうと努力することです。聖書の目的は、単に倫理や正しい生活を教えることではなく、イエス・キリスト自身に出会わせることです。

イエス様は、このことをパリサイ人たちと聖書学者たちにヨハネ5:39-40ではっきりと述べました。「あなたがたは、聖書の中に永遠のいのちがあると思うので、聖書を調べています。その聖書が、わたしについて証言しているのです。それなのに、あなたがたは、いのちを得るためにわたしのもとに来ようとはしません。」イエス様は、私たちが聖書のみことばを通して自分自身に来ていのちを受けることを願っておられるのです。

ある日このことが私に明白になりました。それは、友人のロンが私たちの家に来て夕食を共にした日のことでした。私たちは夕食後に聖書を読み、子供たちが聖句を暗唱することを毎日の習慣にしていました。聖書を読んでから、子供たちは聖句を暗唱し終わりました。ロンには、私たちの聖書の時間には何かが足りないと分かったのです。その時ロンは、聖書を開いて上記にあるヨハネ5:39-40を読みました。また、聖書を開くたびに必ずイエス様のところに来なさいと私たちに勧めてくれました。習慣や義務だけで機械的に聖書を読んではいけないことに気付かせてくれたのでした。私たちは時間をかけて聖書を読んでいましたが、その第一の目的を見失っていたのです。聖書の目的は、私たちをキリストご自身に導いて私たち自身でキリストの声を聞くことです。

どのようにすれば毎日聖書を読む時に、キリストのみもとに来てイエス様のいのちをいただけるのでしょうか。まずは、キリスト自身に集中しなければなりません。みことばを通してキリストに出会うことを、はっきりとした目的にしなければなりません。イエス様を待ち望んだら、イエス様はご自分自身をあなたに表してください。

ですから、聖書をよく読んで深く考えてから、静まってイエス様の語ってくださることばを聞くことが大事です。その時、目を閉じて主の声を待ち望んで聞きます。肩の力を抜いて、ただ聞くのです。頑張る必要はありません。聖書を読んでいる時、すでに聖霊様が働いておられます。自分の心と思いとその語りかけが分かったら、すぐに聞いたまま書いてください。

祈り：「イエス様、聖書を通して語ってください。あなたの語りかけを期待しています。私の心と意思の中ではっきりとあなたの声が分かりますように。」

4. イエス様に従う

神のみことばを聞いたら、毎日の生活の中でそのみことばに従うことが最も重要なことです。ヤコブ1:22にこう書かれています。

「みことばを実行する人になりなさい。自分を欺いて、ただ聞くだけの者であってははいけません。」またイエス様は、もし私たちがイエス様を愛しているなら、イエス様の命令を守るとヨハネ14:21で教えておられます。

「わたしの戒めを保ち、それを守る人は、わたしを愛する人です。わたしを愛する人はわたしの父に愛され、わたしもその人を愛し、わたし自身を彼に現します。」

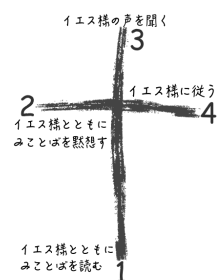
もし私たちがイエス様を愛しているならば、イエス様に従います。あなたがイエス様を愛しているなら、イエス様のいのちと力をいただいて聖書に従うことができるのです。

ガラテヤ2:20によるとイエス・キリストは私たちの内に住んで居られ、信仰によってキリストが私たちを通して生きることを神様は望んでおられるのです。ヨハネ15:5に、「わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないからです」と書いてあります。私たちが常にイエス様に頼って、イエス様のいのちをいただくことは、神様が願っておられることなのです。私たちは、イエス・キリストご自身によって変えられるのです。

私たちにはイエス様のいのちと力をいただくことによってしか、イエス様に従うことができません。イエス様の命令を守ることができるようイエス様に頼りましょう。このようにして、書かれたことばである聖書を通して、生きている神のみことばであるイエス・キリストが自分に宿っておられることを体験できるのです。

このステップでは、どのようにイエス様に従うかを具体的にはっきりさせることが大事です。そうすれば、実際に従っているかどうかを判断することができます。例えば、イエス様があなたに赦しについて語った場合、誰を赦すか、そしてどのようにその赦しを表すのかを書き記すのです。Step 4で書いたこと、その後どのようにイエス様に従ったかを他の人と分かち合うことによって、みんなが成長するのです。

私は毎日、まずStep 4に“OBEY JESUS”とノートに書きます。それから、どのようにイエス様に従うかを具体的に記します。また、短い祈りを書きます。



ガイドライン

1. 一緒にクロス・バイブル・スタディーをやしましょう。

クロス・バイブル・スタディーは、弟子としての成長のためのもので、あなたが個人的に毎日のデボーションとして利用できるツールです。しかし、他の弟子を目指す人と同じ箇所を読んで、ともにクロス・バイブル・スタディーをするようにとお勧めします。また毎日携帯やスマホで、あるいは少なくとも毎週会って分かち合いましょう。小グループでもできますが、キリストの弟子として成長したい二人か三人でする方が効果的です。二人でも十人だとしても、参加する人たち全員にキリストの弟子として成長したいという飢え渇きがなければなりません。

互いにみことばを分かち合うことによって、キリストの弟子として成長します。弟子のパートナーと、イエス様からみことばを通して語られていることを分かち合ってください。また教会の兄弟姉妹にも神様がどのように自分の生活の中で働いているかを分かち合ってください。

マタイ 11:28-30, ルカ 10:38-42, ヨハネ 12:1-8 は、最初に始めるにはいい箇所です。自分にとって分かりやすく、簡単な箇所から始めてください。

弟子二人で始める場合には、クロス・バイブル・スタディーを自分一人でする自信がついたら、週に何回か一人でやって、毎週会う時に分かち合いましょう。Step 2の質問に答えて何を学んだかを分かち合ってください。また、Step 3でイエス様が自分に語ったことを分かち合ってください。最後にどのようにイエス様に従ったかを互いに話しましょう。

2. 参加する人のニーズに合わせてクロス・バイブル・スタディーをやしましょう。

最初のクロス・バイブル・スタディーから始めて順番に最後までやっていく方もいらっしゃるでしょう。しかしながら、一緒にやっている人たちの必要に応じて選んでやって行くのがベストだと私は思います。例えば、赦しを学ぶことが必要なら、赦しについてのクロス・バイブル・スタディーをやればいいのです。また、信仰によって歩むことが今のニーズであれば、信仰についての箇所を取り上げればいいでしょう。

一人でクロス・バイブル・スタディーを学んでから、弟子のパートナーと計画を立てて毎日聖書から2-3章ずつ読むことをお勧めします。その中の一章で自分が引かれる5-15節を取り上げて、毎日クロス・バイブル・スタディーをするというやり方が一番お勧めです。ここにある45の実践クロス・バイブル・スタディーを終える頃には、ご自分で聖書のほとんどの箇所のクロス・バイブル・スタディーができるようになります。

3. 弟子を作りましょう。

クロス・バイブル・スタディーを用いてキリストの弟子を作ることが私たちの望みです。クロス・バイブル・スタディーが一人でできるようになれば、他の友達に教えることは難しくないでしょう。またこの45の実践クロス・バイブル・スタディーと一緒にやれば、弟子としてのしっかりとした土台を築くことができます。

神様がみことばを通して、あなたとあなたのデボーションを豊かに祝福してくださいますように。

聖書を通してキリストに出会う

以前友達にクロス・バイブル・スタディーを説明した時、彼はしばらく考えてからこう聞きました。「例えばダニエルとライオンの話を通しては、どのようにキリストのもとに来ることができますか。」もちろん、聖書の意味を曲げてはいけません。もし読んでいる箇所がキリストについて書かれていないならば、無理にそのように解釈する必要はありません。しかし、ダニエルとライオンのような話を通してさえ、イエス様に出会うことができると信じます。

友達の質問の後で、私はまたダニエルとライオンの話を読みました。ダニエルが神様との関係によって力をいただいていたことに気づきました。ダニエルは神様を信じていたから、ライオンの洞窟に投げ入れられても自分のいのちをかけて神様に従いました。そこでイエス様は、私に次のように語っていると感じました。「私は、生きている神です。わたしの王国は、絶えることはありません。私を信じて私に従えば、私はあなたを導きあなたを守ってあなたを祝福します」これが聖書を通してイエス様に来るということです。

クロス・バイブル・スタディー：五つの例

次の5ページは、私自身の朝のデボーションでのクロス・バイブル・スタディー五つの例を挙げてみました。旧約聖書と新約聖書両方からの見本があります。それぞれを読んでStep 1, Step 2, Step 3, Step 4で私が書いたことに目を通してみてください。これらは、私自身のデボーションの実例です。これによって、みことばを通してどのようにしてイエス様に出会うことができるのかがお分かりいただけたら感謝です。

Example 1: マタイ 14:22-33

日付：



Step 1: イエス様とともにみことばを読む

22 それからすぐ、イエスは弟子たちを強いて舟に乗り込ませて、自分より先に向こう岸へ行かせ、その間に群衆を帰してしまわれた。23 群衆を帰したあとで、祈るために、ひとりで山に登られた。夕方になったが、まだそこに、ひとりでおられた。24 しかし、舟は、陸からもう何キロメートルも離れていたが、風が向かい風なので、波に悩まされていた。

25 すると、夜中の三時ごろ、イエスは湖の上を歩いて、彼らのところに行かれた。26 弟子たちは、イエスが湖の上を歩いておられるのを見て、「あれは幽霊だ」と言って、おびえてしまい、恐ろしさのあまり、叫び声を上げた。27 しかし、イエスはすぐに彼らに話しかけ、「しっかりしなさい。わたしだ。恐れることはない」と言われた。

28 すると、ペテロが答えて言った。「主よ。もし、あなたでしたら、私に、水の上を歩いてここまで来い、とお命じになってください。」29 イエスは「来なさい」と言われた。そこで、ペテロは舟から出て、水の上を歩いてイエスのほうに行った。30 ところが、風を見て、こわくなり、沈みかけたので叫び出し、「主よ。助けてください」と言った。31 そこで、イエスはすぐに手を伸ばして、彼をつかんで言われた。「信仰の薄い人だな。なぜ疑うのか。」

32 そして、ふたりが舟に乗り移ると、風がやんだ。33 そこで、舟の中にいた者たちは、イエスを拝んで、「確かにあなたは神の子です」と言った。

Step 2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

深く考えるための質問:

ペテロにはなぜ水の上を歩く信仰があったのでしょうか。

水の上を歩いているのに、どうしてペテロは疑ったのでしょうか。

イエス様は、どうしてあれだけ厳しく叱ったと思いますか。

あなたがイエス様に集中しないようにあなたの目を引くものは何ですか。

舟から出て水の上を歩く信仰持っていたのは、ペテロだけでした。イエス様の声を聞いて、ペテロの心の中に信仰が湧きあふれて来たのだと思います。しかし、ペテロは、嵐と波と風に目を向けてしまいました。それで怖くなり、水の上を歩く信仰をなくし風に心が支配されてしまいました。イエス様は、ペテロを叱って、「信仰の薄い人だな。なぜ疑うのか。」と言われました。ペテロが自分を固く信じることをイエス様は期待しておられたからです。イエス様から目を離し、私の信仰を奪おうとするものがたくさんあります。忙しくなること、様々な問題、周りの人、自己中心、等です。

Step 3. イエス様の声を聞く

「私に離れることがないように。これから風や嵐に出会うことがあるでしょう。私に集中して私を見上げて信じなさい。私は、あなたが私を信じることを願っています。どんなことがあっても私から目を離さないようにしなさい。そして私を信じなさい。疑ってはならない。いつも信仰の心を持って歩みなさい。」

Step 4. イエス様に従う

イエス様を見上げて、どんなことがあってもあなたから目を離しません。すべてのシチュエーションでイエス様を信じます。今度石巻市での集会の時にも、意識してイエス様を信じます。またタイとロスでの活動のことも積極的に信じます。日本での弟子化と弟子の建て上げの働きを信じます。

祈り：「イエス様、私はよくあなたから目を離し、いろいろなことに目や心を奪われてしまいます。私は毎日強い信仰を持って歩みたい。水の上を歩くことを教えてください。周りのことや他のものに心が支配されないように、いつもあなたを見上げて信じ続けることを教えてください。これら全てのことについて、あなたを信じます。」

Example 2: マタイ 18:1-6

日付：



Step 1: イエス様とともにみことばを読む

1 そのとき、弟子たちがイエスのところに来て言った。「それでは、天の御国では、だれが一番偉いのでしょうか。」

2 そこで、イエスは小さい子どもを呼び寄せ、彼らの真ん中に立たせて、3 言われた。「まことに、あなたがたに告げます。あなたがたも悔い改めて子どもたちのようにならない限り、決して天の御国には、入れません。

4 だから、この子どものように、自分を低くする者が、天の御国で一番偉い人です。5 また、だれでも、このような子どものひとりを、わたしの名のゆえに受け入れる者は、わたしを受け入れるのです。6 しかし、わたしを信じるこの小さい者たちのひとりにでもつまずきを与えるような者は、大きい石臼を首にかけられて、湖の深みでおぼれ死んだほうがましです。

Step 2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

深く考えるための質問:

「子供たちのようになる」とは、どういう意味ですか。

またどうして「子供のように、自分を低くする者が、天の御国で一番偉い人だ」と思いますか。

子供のようになる、の反対は何ですか。

これは、イエス様のことばです。子供のようになることは、神の国を体験するためには不可欠な鍵です。子供は、素直で人を信頼し、学ぶことに熱心で人に頼っています。私は、高ぶりを捨てて素直に子供のように歩まなければなりません。私とイエス様との愛する関係は、私が子供のようになることに掛かっています。また、私が子供を取り扱うのと同じに、私はイエス様を取り扱っているということです。ですから、私は子供をイエス様として受け入れなければなりません。

Step 3. イエス様の声を聞く

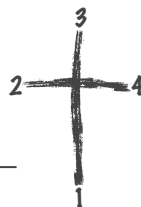
「私の道と人間の道とは違います。私の価値観と人間の価値観も違います。私は、あなたが単純な心を持って素直に私を頼って、信じて歩むように願っています。私をあなたのお父さんとして信頼していますか。あなたは時々私を信頼せずに、複雑なことを考え悩んだりしているのです。私の前ではいつまでも子供のようにありなさい。」

Step 4. イエス様に従う

私は人間的な高慢を捨て、へりくだることを選択します。特に大人が大事にしている尊敬、地位、賞讃等を捨てなければなりません。毎日素直な信仰を持って、イエス様に従います。また子供として、天のお父様との生活を乐しみます。天のお父様を信頼しないような「大人の考え」を拒否します。毎朝起きてから寝るまで、天のお父様に信頼します。

祈り：「イエス様、子供のようにあなたを信頼したいです。いつも高ぶり、特に自分が分かっていると思うことを捨てることができるように助けて下さい。またあなたが子供を愛しているように、私が子供を愛することが出来るように教えてください。」

Example 3: 2 コリント 3:12-18



日付：

Step 1: イエス様とともにみことばを読む

12 このような望みを持っているので、私たちはきわめて大胆にふるまいます。13 そして、モーセが、消えうせるものの最後をイスラエルの人々に見せないように、顔におおいを掛けたようなことはしません。14 しかし、イスラエルの人々の思いは鈍くなったのです。というのは、今日に至るまで、古い契約が朗読されるときに、同じおおいが掛けられたままで、取りのけられてはいません。なぜなら、それはキリストによって取り除かれるものだからです。15 かえって、今日まで、モーセの書が朗読されるときはいつでも、彼らの心にはおおいが掛かっているのです。

16 しかし、人が主に向くなら、そのおおいは取り除かれるのです。17 主は御霊です。そして、主の御霊のあるところには自由があります。18 私たちはみな、顔のおおいを取りのけられて、鏡のように主の栄光を反映させながら、栄光から栄光へと、主と同じかたちに姿を変えられて行きます。これはまさに、御霊なる主の働きによるのです。

Step 2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

深く考えるための質問:

イスラエルの人々の思いが鈍くなって、心におおいが掛けられたようになった原因は何ですか。

そのおおいを取り除く鍵は、何ですか。

どのようにすれば、主の御霊の栄光に満ちた自由を体験できるでしょうか。

おおいは神様のことを理解出来ない、固い心を象徴していると思います。主イエス様に顔を向けることでおおいが取り除かれます。おおいは、律法主義と自分の力で義人になろうとすることを表していると思います。

14節で主イエス様のみによって、そのおおいが取り除かれると書いてあります。また16節で、「人が主に向くなら、そのおおいは取り除かれるのです。」と書いてあります。「主に向く」というのは、救われることも表していますが、常に主に向くという意味も含まれていると思います。17-18節は、継続的に主の姿に変えられて主の栄光を映すことを指しています。ですから、論理的に考えれば「主に向く」ことも常に継続するというわけです。

私たちの思いと心からおおいを取り除く鍵は、主に向くことであると明らかなです。そうすれば、常に主イエスの顔を見上げて、主の栄光を反映することができるといえるわけです。これが内面的な変化の鍵です。

Step 3. イエス様の声を聞く

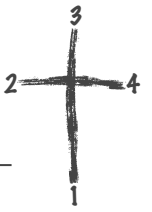
「常にあなたの顔を私に向け、いつも私の顔を見上げていなさい。いつも私の臨在を認めて私を尊びなさい。聖霊を求めて聖霊に従いなさい。いつでも私の顔を見上げて、聖霊があなたを変えられるように聖霊に満たされなさい。」

Step 4. イエス様に従う

意識的に「主に向く」ように努力します。どんなことがあってもイエス様に焦点を合わせて、主に向くことを優先します。例えば、この世のものに自分が焦点を合わせていることに気づいたら、イエス様の方を向きます。自分の思いと心をイエス様に集中して、イエス様の顔を見上げます。キリストの臨在とキリストのいのちを目標とします。自分の家にいる時も、人々との会話の中でも、仕事のことを話し合っている時にも、テレビを見ている時にもイエス様に向くようにします。

祈り：「イエス様、常にあなたに向いていたいのです。また、あなたの顔を見上げてあなたの栄光を反映するように願っています。聖霊による栄光と自由を体験できるように導いてください。あなたと同じ姿に私を変えてください。」

Example 4: 創世記 9:1-23



日付：

Step 1: イエス様とともにみことばを読む

1 それで、神はノアと、その息子たちを祝福して、彼らに仰せられた。「生めよ。ふえよ。地に満ちよ。2 野の獣、空の鳥、--地の上を動くすべてのもの--それに海の魚、これらすべてはあなたがたを恐れておののこう。わたしはこれらをあなたがたにゆだねている。3 生きて動いているものはみな、あなたがたの食物である。緑の草と同じように、すべてのものをあなたがたに与えた。

4 しかし、肉は、そのいのちである血のあるままで食べてはならない。5 わたしはあなたがたのいのちのためには、あなたがたの血の価を要求する。わたしはどんな獣にでも、それを要求する。また人にも、兄弟である者にも、人のいのちを要求する。6 人の血を流す者は、人によって、血を流される。神は人を神のかたちにお造りになったから。7 あなたがたは生めよ。ふえよ。地に群がり、地にふえよ。」

8 神はノアと、彼といっしょにいる息子たちに告げて仰せられた。9 「さあ、わたしはわたしの契約を立てよう。あなたがたと、そしてあなたがたの後の子孫と。10 また、あなたがたといっしょにいるすべての生き物と。鳥、家畜、それにあなたがたといっしょにいるすべての野の獣、箱舟から出て来たすべてのもの、地のすべての生き物と。11 わたしはあなたがたと契約を立てる。すべて肉なるものは、もはや大洪水の水では断ち切られない。もはや大洪水が地を滅ぼすようなことはない。」

12 さらに神は仰せられた。「わたしとあなたがた、およびあなたがたといっしょにいるすべての生き物との間に、わたしが代々永遠にわたって結ぶ契約のしるしは、これである。13 わたしは雲の中に、わたしの虹を立てる。それはわたしと地との間の契約のしるしとなる。14 わたしが地の上に雲を起すとき、虹が雲の中に現れる。15 わたしは、わたしとあなたがたの間、およびすべて肉なる生き物との間の、わたしの契約を思い出すから、大水は、すべての肉なるものを滅ぼす大洪水とは決してならない。16 虹が雲の中にあるとき、わたしはそれを見て、神と、すべての生き物、地上のすべて肉なるものとの間の永遠の契約を思い出そう。」17 こうして神はノアに仰せられた。「これが、わたしと、地上のすべての肉なるものとの間に立てた契約のしるしである。」

18 箱舟から出て来たノアの息子たちは、セム、ハム、ヤベテであった。ハムはカナン之父である。19 この三人がノアの息子で、彼らから全世界の民は分かれ出た。20 さて、ノアは、ぶどう畑を作り始めた農夫であった。21 ノアはぶどう酒を飲んで酔い、天幕の中で裸になっていた。22 カナン之父ハムは、父の裸を見て、外にいるふたりの兄弟に告げた。23 それでセムとヤベテは着物を取って、自分たちふたりの肩に掛け、うしろ向きに歩いて行って、父の裸をおおった。彼らは顔をそむけて、父の裸を見なかった。

Step 2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

深く考えるための質問: 神様が契約を結んでからなぜノアとハムは、罪を犯しましたか。

この箇所にあるように、大洪水の後神様がノアとノアの家族と契約を結んだのに、それでも彼らは罪を犯しました。創世記9章は、このことを強調していると思います。神様がノアと契約を結んだ後に、ノアが酔っぱらう話とノアの息子ハムの罪の話が出てきます。

イエス様は、十字架によってより素晴らしい契約を私たちと結びました。しかし、それでもまだ罪の性質を持って50年以上クリスチャンであり、また宣教師なのに、まだ罪を犯すこともあります。もしイエス様を私を変えてくださらなければ、罪が私を支配することになります。

Step 3. イエス様の声を聞く

「私を離れたらあなたは何もできません。常にイエス様あなたが必要ですと認めなさい。自分が正しいと思わず、心が高ぶらないように気をつけなさい。もし私から離れるなら、ノアと同じように罪を犯します。自分の知恵と自分の力に頼らないで、私に頼りなさい。」

Step 4. イエス様に従う

イエス様を常に意識し、イエス様が必要だと認めます。自分が強いと思うような場合こそ、イエス様に頼るようにはりくだります。来週のミーティングの時にも、自分の知識と力に頼らずにはりくだってイエス様により頼みます。

祈り：「イエス様、私は、心の中ですぐに高ぶって自分の知識と自分の力に頼ってしまいます。十字架の恵みのゆえに、私と契約を結んでくださったことを感謝します。罪と裁きから解放してくださったことも感謝します。あなたがいないければ、私は何も出来ないことを告白します。」

Example 5: 箴言 26:1-12

日付：



Step 1: イエス様とともにみことばを読む

- 1 誉れが愚かな者にふさわしくないのは、夏の雪、刈り入れ時の雨のようだ。
- 2 逃げる雀のように、飛び去るつばめのように、いわれのないのろいはやって来ない。
- 3 馬には、むち。ろばには、くつわ。愚かな者の背には、むち。
- 4 愚かな者には、その愚かさにしたがって答えるな。あなたも彼と同じようにならないためだ。
- 5 愚かな者には、その愚かさにしたがって答えよ。そうすれば彼は自分を知恵のある者と思わないだろう。
- 6 愚かな者にことづけする者は、自分の両足を切り、身に害を受ける。
- 7 愚かな者が口にする箴言は、足のなえた者の垂れ下がった足のようだ。
- 8 愚かな者に誉れを与えるのは、石投げ器に石をゆわえるようだ。
- 9 愚かな者が口にする箴言は、酔った人が手にして振り上げるいばらのようだ。
- 10 愚かな者や通りすがりの者を雇う者は、すべての人を傷つける投げ槍のようだ。
- 11 犬が自分の吐いた物に帰って来るように、愚かな者は自分の愚かさをくり返す。
- 12 自分を知恵のある者と思っている人を見ただろう。彼よりも、愚かな者のほうが、まだ望みがある。

Step 2. イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

深く考えるための質問:

どうして愚かな人の方が自分の知恵のある者と思う人よりも望みがあるのでしょうか。

箴言26:1-11は、愚かな人がどんなに愚かさを語っています。一節ずつで愚かな者の愚かさを説明しています。ところが、12節では愚かな人の方が、自分が知恵のあると思う人よりも望みがあるとあります。私たちの高ぶりが、神様が私たちに与えようとしておられる知恵を見えなくするのです。ということは、知恵があるかないかは私たちの自分に対しての見方によるということでしょう。自分は他の人よりも賢いと思い込みやすいのですが、自分自身をキリストとの関係において見るのが大事です。

Step 3. イエス様の声を聞く

「自分が賢い人だと思って愚かな人になってはいけません。私の謙遜を求めなさい。私はあなたの情報ではなく、あなたの知恵です。高慢は、あなたの人生をだめにするものです。私の前にも他の人の前にもへりくだりなさい。」

Step 4. イエス様に従う

自分が賢い人だと思っていることに気づいたら、その罪をすぐに告白します。また自分を知恵のある者と思わないように、へりくだります。一番へりくだっておられたイエス様に従います。

祈り：「イエス様、私がよく自分を知恵のある賢い人だと考えてしまうことを告白します。でも、あなたが私の知恵です。高慢と高ぶりから私を解放してください。」

車輪：キリストの弟子として生きる

わたしはぶどうの木で、あなたがたは枝です。人がわたしにとどまり、わたしもその人の中にとどまっているなら、そういう人は多くの実を結びます。ヨハネ 15:5



車輪は、イエス様の弟子の生活を表すイラストです。クリスチャン生活の中心は、キリストご自身です。私たちは、キリストによって救われ、キリストによって生きるのです。車輪のホイール（ハブ）がうまく動くには、車輪の真ん中についていなければなりません。同様にキリストが常に私たちの中心でなければなりません。多くの場合、私たちの問題はキリストに焦点を合わせていないことから来ます。私たちの問題や失敗の一番の原因は、私たちがキリストをすべての中心としないことです。

イエス様は、「わたしが道であり、真理であり、いのちなのです」と語られました。クリスチャン生活の全てがキリスト自身に掛かっているのです。もしキリストがあなたの中心でなければ、何もうまく行かないのです。クリスチャン生活は自分の力ではできません。ガラテヤ2：20にあるように、キリストが信仰によって私たちの内に生きておられることを体験によって学ぶことが必要なのです。「私はキリストとともに十字架につけられました。もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。いま私が肉にあって生きているのは、私を愛し私のためにご自身をお捨てになった神の御子を信じる信仰によっているのです。」

上の絵には、四本のスポークがあります。縦のスポークは、神様との関係を表します。神のみことばが私たちの霊的食物です。養われて成長するためには、食べ物が必要です。毎日神様がみことばを通して語ってくださることばを聞くことは、神様との親しい関係を持つためには欠けてはならないことです。マタイ4：4に書いてあります。『人はパンだけで生きるのではなく、神の口から出る一つ一つのことばによる』。神様のみことばに生きることが、イエス様の弟子としての必須条件です。

祈りは、神様との関係において大事なことです。祈りは、呼吸することに例えることができます。空気を吸うことは、神様の語りかけを聞くことです。空気を吐くことは、神様に話すことを象徴します。呼吸は、常に私たちがしていることです。私たちは、神様と継続的にコミュニケーションを持つことができます。イエス様は、積極的に求め、積極的に探し、積極的に戸をたたくようにと教えられました。また、天のお父様は自分の子供に良いものを与えてくださいます。

7 求めなさい。そうすれば与えられます。捜しなさい。そうすれば見つかります。たたきなさい。そうすれば開かれます。
8 だれであれ、求める者は受け、捜す者は見つけ出し、たたく者には開かれます。9 あなたがたも、自分の子がパンを下さ
いと言うときに、だれが石を与えるでしょう。
10 また、子が魚を下さいと言うのに、だれが蛇を与えるでしょう。11 してみると、あなたがたは、悪い者ではあっても、
自分の子どもには良い物を与えることを知っているのです。とすれば、なおのこと、天におられるあなたがたの父が、どう
して、求める者たちに良いものを下さらないことがありましょう。マタイ7:7-11。

横のスポークは、他の人との関係を表します。神様との愛する関係を持っていれば、それは周りの人との関係に大きな影響を与えます。私たちは、キリストとの関係があるので他のクリスチャンとは特別な関係を持っています。イエス様はマタイ18：20で、「ふたりでも三人でも、わたしの名において集まる所には、わたしもその中にいるからです」と語りました。聖霊様が私たちに宿っておられるので、私たちには霊的な交わりがあるの

です。キリストを信じるすべての人々がキリストの体のメンバーです。弟子は、キリストの体に生き、キリストの体によって建て上げられることによって成長します。これを、**ボディー・ライフ**と呼びます。

ボディー・ライフは、私たちの肉体の休息に例えることができます。体をリフレッシュして、疲れを回復するためには体をよく休ませる必要があります。同じようにキリストの弟子は、キリストの体によって建て上げられて回復します。私たちとキリストの体との関係は、ローマ 12：4-5 に書かれています。「一つのからだには多くの器官があって、すべての器官が同じ働きはしないのと同じように、大ぜいいる私たちも、キリストにあって一つのからだであり、ひとりひとり互いに器官なのです。」

横のスポークの一つは、**伝道**です。それは、他の人々に福音を伝えることです。伝道は、肉体の運動に似ています。上記にあるように体が休まなければならないのと同じように、運動することもあります。運動をしなければ元気で強くはなれません。霊的にも同じです。キリストによって養われて、成長しなければなりません。運動も必要なのです。回りの人々に福音を伝えていく必要があります。福音を伝えることは、健康でキリストと生き生きとした関係を持っていることの表れです。イエス様は、マタイ 4：19 でこう言われました。「わたしについて来なさい。あなたがたを、人間をとる漁師にしてあげよう。」もしあなたがイエス様に従っているならば、他の人々をキリストに導くように用いてくださいます。

車輪の**タイヤ**は、道に接触する部分です。タイヤは、毎日の生活の中で**イエス様を信じてイエス様に従うこと**を表します。信仰と従順がなければ、車輪は動きません。信仰と従順は、同時に働きます。キリストに従うことは、信仰の表現です。箴言 3：5-6 は、主に信頼して従うことについての有名な聖句です。「心を尽くして【主】に拠り頼め。自分の悟りにたよるな。あなたの行く所どこにおいても、主を認めよ。そうすれば、主はあなたの道をまっすぐにされる。」

「**他の人を愛して仕える**」は、車輪のタイヤに当たります。イエス・キリストの一番中心的で最も基本的な命令は、愛です。ヨハネ 15：12 に、「わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合うこと、これがわたしの戒めです。」また、イエス様は、ヨハネ 13：34-35 でも同じようなことを言われました。「あなたがたに新しい戒めを与えましょう。互いに愛し合いなさい。わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい。もし互いの間に愛があるなら、それによってあなたがたがわたしの弟子であることを、すべての人が認めるのです。」

イエス様は、皆に仕える方でした。イエス様は、へりくだって弟子の足を洗いました。こうして弟子に対する愛を表しました。私たちもイエス様と同じように、互いに愛を表さなければなりません。具体的に愛するということは、互いのニーズに応じてお互いに仕え合うことです。人々に仕えることなしで、イエス様の弟子になることはできません。マルコ 10：45 で、イエス様はこのことを強く強調されました。「**人の子が来たのも、仕えられるためではなく、かえって仕えるためであり、また、多くの人のための、贖いの代価として、自分のいのちを与えるためなのです。**」

車輪には載っていませんが、弟子には絶対に外せない基本があります。その一つは、**赦し**です。愛と赦しは、福音の中心です。いつも互いに赦さなければなりません。エペソ 4：32 は、赦しについての力強い聖句です。「お互いに親切にし、心の優しい人となり、神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように、互いに赦し合いなさい。」

もう一つの重要な弟子の基盤となるものは、**お金**です。イエス様は、「**神様にも仕えて、お金にも仕えることはできません。**」と皆にはっきりと分かるように語られました。金銭を神様よりも大事にしてお金に仕えるならば、あなたはキリストの弟子にはなれません。もしイエス様があなたの金銭を支配しておられる主でなければ、あなたの人生の主として支配しておられません。ですから、お金のことでイエス様を信じて従うことはキリストの弟子としての基礎的で非常に大事なことなのです。

車輪を使って弟子を作る

車輪というイラストは、あなたが弟子として成長し、また弟子を作る道具として役立つためのものです。イエス様は、あらゆる国の人々を「**弟子としなさい**」と命令しました。大宣教命令は、マタイ 28：18-20 にあります。

「天においても、地においても、いっさいの権威が与えられています。19 それゆえ、あなたがたは行って、あらゆる国の人々を弟子としなさい。そして、父、子、聖霊の御名によってバプテスマを受け、20 また、わたしがあなたがたに命じておいたすべてのことを守るように、彼らを教えなさい。見よ。わたしは、世の終わりまで、いつも、あなたがたとともにいます。」

車輪は、イエス様の弟子の生活を描写しています。キリストの弟子としての必須の基本を示しているのです。

次に、車輪のそれぞれの部分についての45の実践クロス・バイブル・スタディーがあります。その一つ一つをあなたの弟子のパートナーと一緒にやることによって、二人共がキリストの弟子として成長します。もし他の人を弟子として導いているなら、まず一緒にクロス・バイブル・スタディーをやってください。相手が自分一人だけでできる自信がつくまでは、一緒にやってください。それから、毎週2-3のクロス・バイブル・スタディーを個人個人でやっておいて、その週に会った時分かったこと、学んだこと、体験したことを分かち合ってください。

車輪のほとんどの部分は、ヨハネ15：1-17に見つけることができます。この箇所を読んで車輪の部分についての聖句を見つけて下さい。例えば一つは、ヨハネ15：4-5。キリストが中心であることについての素晴らしいことばです。

4 わたしにとどまりなさい。わたしも、あなたがたの中にとどまります。枝がぶどうの木についていなければ、枝だけでは実を結ぶことができません。同様にあなたがたも、わたしにとどまっていなければ、実を結ぶことはできません。

5 わたしはぶどうの木で、あなたがたは枝です。人がわたしにとどまり、わたしもその人の中にとどまっているなら、そういう人は多くの実を結びます。わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないからです。

あなたがキリストの弟子として成長し、またキリストの弟子を作る弟子を作ることに於いて神様の豊かな祝福がありますように。

車輪：弟子の基礎となる暗唱聖句



1. 車輪	ヨハネ 15:4-5	マタイ 28:18-20
2. キリストが中心	マタイ 6:33	ガラテヤ 2:20
3. 信仰	箴言 3:5-6	ヘブル 11:6
4. 従順	ヨハネ 14:21	ヤコブ 1:22
5. みことば	ヨシュア 1:8	マタイ 4:4
6. 祈り	マタイ 7:7-8	ピリピ 4:6-7
7. ボディー・ライフ	マタイ 18:20	ローマ 12:4-5
8. 伝道	マタイ 4:19	ローマ 1:16
9. 愛	ヨハネ 15:12	ヨハネ 13:34-35
10. 赦し	エペソ 4:32	マタイ 7:1-2
11. 人々に仕える	マルコ 10:45	2 コリント 4:5
12. お金	2 コリント 9:6-7	ルカ 6:38

車輪：弟子の基礎となる暗唱聖句

1. 車輪

ヨハネ 15:4-5

4 わたしにとどまりなさい。わたしも、あなたがたの中にとどまります。枝がぶどうの木についていなければ、枝だけでは実を結ぶことができません。同様にあなたがたも、わたしにとどまっていなければ、実を結ぶことはできません。

5 わたしはぶどうの木で、あなたがたは枝です。人がわたしにとどまり、わたしもその人の中にとどまっているなら、そういう人は多くの実を結びます。わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないからです。

マタイ 28:18-20

18 「わたしには天においても、地においても、いっさいの権威が与えられています。19 それゆえ、あなたがたは行って、あらゆる国の人々を弟子とみなさい。そして、父、子、聖霊の御名によってバプテスマを授け、20 また、わたしがあなたがたに命じておいたすべてのことを守るように、彼らを教えなさい。見よ。わたしは、世の終わりまで、いつも、あなたがたとともにいます。」

2. キリストが中心

マタイ 6:33

だから、神の国とその義とをまず第一に求めなさい。そうすれば、それに加えて、これらのものはすべて与えられます。

ガラテヤ 2:20

私はキリストとともに十字架につけられました。もはや私が 生きているのではなくキリストが私のうちに生きておられるのです。いま私が肉にあって生きているのは、私を愛し私のためにご自身をお捨てになった神の御子を信じる信仰によっているのです。

3. 信仰

箴言 3:5-6

5 心を尽くして【主】に拠り頼め。自分の悟りにたよるな。6 あなたの行く所どこにおいても、主を認めよ。そうすれば、主はあなたの道をまっすぐにされる。

ヘブル 11:6

信仰がなくては、神に喜ばれることはできません。神に近づく者は、神がおられることと、神を求める者には報いてくださる方であることを、信じなければならないのです。

4. 従順

ヨハネ 14:21

「わたしの戒めを保ち、それを守る人は、わたしを愛する人です。わたしを愛する人はわたしの父に愛され、わたしもその人を愛し、わたし自身を彼に現します。」

ヤコブ 1:22

また、みことばを実行する人になりなさい。自分を欺いてただ聞くだけの者であってはけません。

5. みことば

ヨシュア 1:8

この律法の書を、あなたの口から離さず、昼も夜もそれを口ずさまなければならない。そのうちにしるされているすべてのことを守り行うためである。そうすれば、あなたのすることで繁栄し、また栄えることができるからである。

マタイ 4:4

「『人はパンだけで生きるのではなく、神の口から出る一つ一つのことばによる』と書いてある。」

6. 祈り

マタイ 7:7-8

7 求めなさい。そうすれば与えられます。捜しなさい。そうすれば見つかります。たたきなさい。そうすれば開かれます。8 だれであれ、求める者は受け、捜す者は見つけ出し、たたく者には開かれます。

ピリピ 4:6-7

6 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。7 そうすれば、人のすべての考えにまさる神の平安が、あなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあって守ってくれます。

7. ボディー・ライフ

マタイ 18:20

「ふたりでも三人でも、わたしの名において集まる所には、わたしもその中にいるからです。」

ローマ 12:4-5

この世と調子を合わせてはいけません。いや、むしろ、神のみこころは何か、すなわち、何が良いことで、神に受け入れられ、完全であるのかをわきまえ知るために、心の一新によって自分を変えなさい。

8. 伝道

マタイ 4:19

「わたしについて来なさい。あなたがたを、人間をとる漁師にしてあげよう。」

ローマ 1:16

私は福音を恥とは思いません。福音は、ユダヤ人をはじめギリシヤ人にも、信じるすべての人にとって、救いを得させる神の力です。

9. 愛

ヨハネ 15:12

「わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合うこと、これがわたしの戒めです。」

ヨハネ 13:34-35

34 「あなたがたに新しい戒めを与えましょう。互いに愛し合いなさい。わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい。35 もし互いの間に愛があるなら、それによってあなたがたがわたしの弟子であることを、すべての人が認めるのです。」

10. 赦し

エペソ 4:32

お互いに親切にし、心の優しい人となり、神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように、互いに赦し合いなさい。

マタイ 7:1-2

1 「さばいてはいけません。さばかれないためです。2 あなたがたがさばくとおりに、あなたがたもさばかれ、あなたがたが量るとおりに、あなたがたも量られるからです。」

11. 人々に仕える

マルコ 10:45

人の子が来たのも、仕えられるためではなく、かえって仕えるためであり、また、多くの人のための、贖いの代価として、自分のいのちを与えるためなのです。」

2 コリント 4:5

私たちは自分自身を宣べ伝えるのではなく、主なるキリスト・イエスを宣べ伝えます。私たち自身は、イエスのために、あなたがたに仕えるしもべなのです。

12. お金

2 コリント 9:6-7

6 私はこう考えます。少しだけ蒔く者は少しだけ刈り取り、豊かに蒔く者は、豊かに刈り取ります。7 ひとりひとり、いやいやながらでなく、強いられてでなく、心で決めたとおりにしなさい。神は喜んで与える人を愛してください。

ルカ 6:38

与えなさい。そうすれば、自分も与えられます。人々は量りをよくして、押しつけ、揺すり入れ、あふれるまでにして、ふところに入れてくれるでしょう。あなたがたは、人を量る量りで、自分も量り返してもらうから

45の実践クロス・バイブル・スタディー

以下は、45の実践クロス・バイブル・スタディーです。車輪のそれぞれのパーツに適した、キリストの弟子には基本的な聖句を選びました。

この45の実践のクロス・バイブル・スタディーは、四ステップに従って形成されています。それはイエス様ご自身に集中して、みことばを通してイエス様に会うことが目的です。四つのステップは、次のようです。

Step 1- イエス様とともにみことばを読む

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

すでにお話ししましたが、他の人と一緒にクロス・バイブル・スタディーをしたり、分ち合うようにもう一度お勧めしたいと思います。また私のお勧めのやり方は、以下にある信頼関係の中でクロス・バイブル・スタディーをすることです。

- 一対一の弟子関係
- 夫婦
- 家族
- セル・グループやハウス・チャーチ

45の実践クロス・バイブル・スタディーをともにやり、一緒に分かち合うことでみんながキリストの弟子として成長します。また同じように、他の人々とも45の実践クロス・バイブル・スタディーをすることによって弟子を作ることができます。

クロス・バイブル・スタディーを学んだら、同じやり方で聖書のほとんどの箇所をご自分で勉強することができます。毎日聖書を読む時のために、自分のノートを手に入れてください。ここで学んだ十字架方式の 패턴に従ってください。毎ページずつ使って、自分が学んだことや分かったことを書き記してください。まずページの左上に読む箇所、その下に日にちを書いてください。そして、この本で学んだように右上に十字架を書き入れてください。

45の実践クロス・バイブル・スタディーには、それぞれの聖書の箇所についての黙想用質問があります。この初歩的クロス・バイブル・スタディーをすべて終えるころには、みなさん毎日読む聖書のどこの箇所でも自分で黙想用質問を作ることができるようになっていくでしょう。

毎日、聖書の2-3章を読むことをお勧めします。それとともに、5-15節に焦点を合わせてクロス・バイブル・スタディーをするように心がけてください。2-3章を読んでから目が引かれたもっと短い箇所に集中することで、さらにイエス様に集中できるでしょう。その選んだ箇所を十字架方式にそって読んでください。ステップ2では、黙想用質問、その答え、自分が分かった真理、原則、感想等を書いてください。ステップ3ではこの「かぎっこ」を使って、イエス様が自分に語っておられる通りそのままを書きましょう。毎日みことばを通してイエス様の声を聞いて、イエス様に従うことによってみんなが伸び伸びとキリストの弟子として成長することができます。

神のみことばを通してあなたがキリストに出会い、神様の豊かな祝福を体験できますように。

車輪：マタイ 28:18-20

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

18 イエスは近づいて来て、彼らにこう言われた。「わたしには天においても、地においても、いっさいの権威が与えられています。19 それゆえ、あなたがたは行って、あらゆる国の人々を弟子とせよ。そして、父、子、聖霊の御名によってバプテスマを受け、

20 また、わたしがあなたがたに命じておいたすべてのことを守るように、彼らを教えなさい。見よ。わたしは、世の終わりまで、いつも、あなたがたとともにいます。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 「イエス様には、天においても地においてもいっさいの権威が与えられています。」それは、弟子作りにおいてなぜ大事なことなのでしょう。
2. イエス様は、「あらゆる国の人々を弟子とせよ」と私たちに命じました。弟子を作ることとは、どういうことですか。ただ教会に通う人とイエス様の弟子との違いは？
3. どうやったらイエス様が命じたすべてのことを守るように教えることができるでしょうか。イエス様の弟子として成長していくのに、従順がなぜそれほど大切なのでしょう。
4. 私たちが行って人々を弟子としている時にも、イエス様は私たちと共にいると言われました。それでは、弟子作りの時に私たちがすることとイエス様がしてくださることとはそれぞれどんなことでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

車輪：ヨハネ 15:1-8

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 わたしはまことのぶどうの木であり、わたしの父は農夫です。2 わたしの枝で実を結ばないものはみな、父がそれを取り除き、実を結ぶものはみな、もっと多く実を結ぶために、刈り込みをなさいます。3 あなたがたは、わたしがあなたがたに話したことばによって、もうきよいのです。

4 わたしにとどまりなさい。わたしも、あなたがたの中にとどまります。枝がぶどうの木についていなければ、枝だけでは実を結ぶことができません。同様にあなたがたも、わたしにとどまっていなければ、実を結ぶことはできません。5 わたしはぶどうの木で、あなたがたは枝です。人がわたしにとどまり、わたしもその人の中にとどまっているなら、そういう人は多くの実を結びます。わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないからです。

6 だれでも、もしわたしにとどまっていなければ、枝のように投げ捨てられて、枯れます。人々はそれを寄せ集めて火に投げ込むので、それは燃えてしまいます。7 あなたがたがわたしにとどまり、わたしのことばがあなたがたにとどまるなら、何でもあなたがたのほしいものを求めなさい。そうすれば、あなたがたのためにそれがかなえられます。8 あなたがたが多くの実を結び、わたしの弟子となることによって、わたしの父は栄光をお受けになるのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 実を結ぶ秘訣とは何でしょう。
2. キリストにとどまると言うのは、具体的にどういうことですか。
3. イエス様は、「あなたがたは枝です」と言われました。私たちはどのように枝なのでしょう。
4. この箇所から祈りについて何を学びましたか。
5. キリストの弟子について、この箇所は何を教えてください。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

車輪：ヨハネ 15:9-17

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

9 父がわたしを愛されたように、わたしもあなたがたを愛しました。わたしの愛の中にとどまりなさい。

10 もし、あなたがたがわたしの戒めを守るなら、あなたがたはわたしの愛にとどまるのです。それは、わたしがわたしの父の戒めを守って、わたしの父の愛の中にとどまっているのと同じです。11 わたしがこれらのことをあなたがたに話したのは、わたしの喜びがあなたがたのうちにあり、あなたがたの喜びが満たされるためです。

12 わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合うこと、これがわたしの戒めです。

13 人がその友のためにいのちを捨てるといふ、これよりも大きな愛はだれも持っていません。14 わたしがあなたがたに命じることをあなたがたが行うなら、あなたがたはわたしの友です。

15 わたしはもはや、あなたがたをしもべとは呼びません。しもべは主人のすることを知らないからです。わたしはあなたがたを友と呼びました。なぜなら父から聞いたことをみなあなたがたに知らせたからです。16 あなたがたがわたしを選んだわけではありません。わたしがあなたがたを選び、あなたがたを任命したのです。それは、あなたがたが行って実を結び、そのあなたがたの実が残るためであり、また、あなたがたがわたしの名によって父に求めるものは何でも、父があなたがたにお与えになるためです。17 あなたがたが互いに愛し合うこと、これが、わたしのあなたがたに与える戒めです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

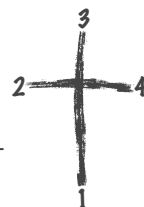
1. どのようにキリストの愛にとどまることができますか。
2. 9-11節によると、どのようにすれば真の喜びが手に入るのでしょうか。
3. キリストの一番中心的な戒めは何ですか。この戒めをいつ守ることができますか。
4. キリストが私たちを愛したように、あなたは、具体的にどのように他の人を愛しますか。
5. キリストの友であるということはどういう意味ですか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：ヨハネ 12:1-8

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 イエスは過越の祭りの六日前にベタニヤに来られた。そこには、イエスが死人の中からよみがえらせたラザロがいた。2 人々はイエスのために、そこに晩餐を用意した。そしてマルタは給仕していた。ラザロは、イエスとともに食卓に着いている人々の中に混じっていた。3 マリヤは、非常に高価な、純粋なナルドの香油三百グラムを取って、イエスの足に塗り、彼女の髪の毛でイエスの足をぬぐった。家は香油のかおりでいっぱいになった。

4 ところが、弟子のひとりで、イエスを裏切ろうとしているイスカリオテ・ユダが言った。5 「なぜ、この香油を三百デナリに売って、貧しい人々に施さなかったのか。」6 しかしこう言ったのは、彼が貧しい人々のことを心にかけていたからではなく、彼は盗人であって、金入れを預かっていたが、その中に収められたものを、いつも盗んでいたからである。7 イエスは言われた。「そのままにしておきなさい。マリヤはわたしの葬りの日のために、それを取っておこうとしていたのです。8 あなたがたは、貧しい人々とはいつもいっしょにいるが、わたしとはいつもいっしょにいるわけではないからです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

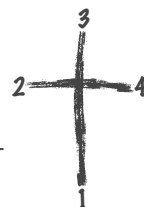
1. マリヤは、何を大事にしていましたか。
2. ユダは、何を大事にしていましたか。
3. イエス様は、何を大事にしていましたか。
4. 私たちは、何を大事にすれば良いのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：マタイ 11:28-30

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

すべて、疲れた人、重荷を負っている人は、わたしのところに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげます。29 わたしは心優しく、へりくだっているから、あなたがたもわたしのくびきを負って、わたしから学びなさい。そうすればたましいに安らぎが来ます。30 わたしのくびきは負いやすく、わたしの荷は軽いからです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

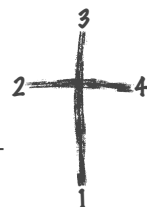
1. イエス様の「わたしのところに来なさい」という招きに対して、あなたはどのように応えますか。
2. ここには、イエス様のどんな約束が書かれていますか。
3. イエス様のくびきを負うとは、どういうことですか。
4. この聖句は、人間について何を教えていますか。イエス様については、何を教えていますか。また、イエス様との関係については何を教えていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：マタイ 22:34-40

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

34 しかし、パリサイ人たちは、イエスがサドカイ人たちを黙らせたと聞いて、いっしょに集まった。35 そして、彼らのうちのひとりの律法の専門家が、イエスをためそうとして、尋ねた。

36 先生。律法の中で、たいせつな戒めはどれですか。」

37 そこで、イエスは彼に言われた。「『心を尽くし、思いを尽くし、知力を尽くして、あなたの神である主を愛せよ。』 38 これがたいせつな第一の戒めです。 39 『あなたの隣人をあなた自身のように愛せよ』という第二の戒めも、それと同じようにたいせつです。 40 律法全体と預言者とが、この二つの戒めにかかっているのです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 全身全霊をもって神様を愛するとは、具体的にどういうことですか。知性と感情と意思をもってどのように神様を愛することができますか。

2. あなたの隣人は、誰ですか。自分の隣人を自分自身のように愛するとは、具体的にどういうことですか。

3. 「律法全体と預言者とが、この二つの戒めにかかっている」のは、どうしてだと思いますか。

4. この二つの命令をあなたは、最優先していますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：ピリピ 3:1-11

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

最後に、私の兄弟たち。主にあって喜びなさい。前と同じことを書きますが、これは、私には煩わしいことではなく、あなたがたの安全のためにもなることです。2 どうか犬に気をつけてください。悪い働き人に気をつけてください。肉体だけの割礼の者に気をつけてください。3 神の御霊によって礼拝をし、キリスト・イエスを誇り、人間的なものを頼みにしない私たちのほうこそ、割礼の者なのです。4 ただし、私は、人間的なものにおいても頼むところがあります。もし、ほかの人が人間的なものに頼むところがあると思うなら、私は、それ以上です。5 私は八日目の割礼を受け、イスラエル民族に属し、ベニヤミンの分かれの者です。きつすいのヘブル人で、律法についてはパリサイ人、6 その熱心は教会を迫害したほどで、律法による義についてならば非難されるところのない者です。

7 しかし、私にとって得であったこのようなものをみな、私はキリストのゆえに、損と思うようになりました。8 それどころか、私の主であるキリスト・イエスを知っていることのすばらしさのゆえに、いっさいのことを損と思っています。私はキリストのためにすべてのものを捨てて、それらをちりあくたと思っています。それは、私には、キリストを得、また、9 キリストの中にある者と認められ、律法による自分の義ではなくて、キリストを信じる信仰による義、すなわち、信仰に基づいて、神から与えられる義を持つことができる、という望みがあるからです。10 私は、キリストとその復活の力を知り、またキリストの苦しみにあずかることも知って、キリストの死と同じ状態になり、11 どうにかして、死者の中からの復活に達したいのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

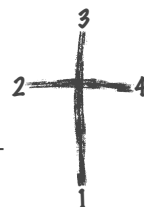
1. パウロが頼りにし、誇りにしていたところとは何でしたか。あなたが自分のことで誇るならば、何を誇りますか。
2. パウロは、何が「損」と思っていたのでしょうか。何が「得」と思うようになりましたか。
3. キリストに出会ってから、パウロの価値観はどのように変わったでしょう。
4. パウロが一番大事にして最優先して第一に求めている願いは、何でしたか。あなたはでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：ガラテヤ 2:20

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

私はキリストとともに十字架につけられました。もはや私が生きているのではなく、キリストが私のうちに生きておられるのです。いま私が肉にあって生きているのは、私を愛し私のためにご自身をお捨てになった神の御子を信じる信仰によっているのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

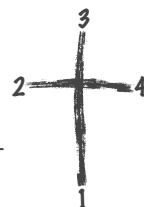
1. 「私はキリストとともに十字架につけられました」とは、どういう意味ですか。
2. 「もはや私が生きているのではなく」とは、どういう意味ですか。「キリストが私のうちに生きておられる」というのは、どうでしょう。
3. 「神の御子を信じる信仰によって」生きているというのは、どういう意味ですか。
4. 日常生活の中でキリストが自分の中に生きていることを、 どうすれば体験できますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：エペソ 6:10-18

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

10 終わりに言います。主にあって、その大能の力によって強められなさい。11 悪魔の策略に対して立ち向かうことができるために、神のすべての武具を身に着けなさい。12 私たちの格闘は血肉に対するものではなく、主権、力、この暗やみの世界の支配者たち、また、天にいるもろもろの悪霊に対するものです。

13 ですから、邪悪な日に際して対抗できるように、また、いっさいを成し遂げて、堅く立つことができるように、神のすべての武具をとりなさい。14 では、しっかりと立ちなさい。腰には真理の帯を締め、胸には正義の胸当てを着け、15 足には平和の福音の備えをはきなさい。16 これらすべてのものの上に、信仰の大盾を取りなさい。それによって、悪い者が放つ火矢を、みな消すことができます。17 救いのかぶとをかぶり、また御霊の与える剣である、神のことばを受け取りなさい。18 すべての祈りと願いを用いて、どんなときにも御霊によって祈りなさい。そのためには絶えず目をさまして、すべての聖徒のために、忍耐の限りを尽くし、また祈りなさい。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 私たちは、どんな戦いに関わっていますか。誰と闘っていますか。なぜ武具が必要なのでしょう。

2. この箇所に出てくる武具を書き出してください。それぞれの武具は、靈的に何を表していますか。

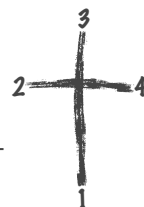
3. それぞれの武具を身に着けることによって、私たちは主にあってどのように強められますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：マタイ 4:1-11

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 さて、イエスは、悪魔の試みを受けるため、御霊に導かれて荒野に上って行かれた。2 そして、四十日四十夜断食したあとで、空腹を覚えられた。3 すると、試みる者が近づいて来て言った。「あなたが神の子なら、この石がパンになるように、命じなさい。」4 イエスは答えて言われた。「『人はパンだけで生きるのではなく、神の口から出る一つ一つのことばによる』と書いてある。」

5 すると、悪魔はイエスを聖なる都に連れて行き、神殿の頂に立たせて、6 言った。「あなたが神の子なら、下に身を投げてみなさい。『神は御使いたちに命じて、その手にあなたをささえさせ、あなたの足が石に打ち当たることのないようにされる』と書いてありますから。」7 イエスは言われた。「『あなたの神である主を試みてはならない』とも書いてある。」

8 今度は悪魔は、イエスを非常に高い山に連れて行き、この世のすべての国々とその栄華を見せて、9 言った。「もしひれ伏して私を拝むなら、これを全部あなたに差し上げましょう。」10 イエスは言われた。「引き下がれ、サタン。『あなたの神である主を拝み、主にだけ仕えよ』と書いてある。」11 すると悪魔はイエスを離れて行き、見よ、御使いたちが近づいて来て仕えた。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

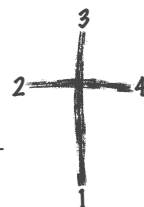
1. サタンはイエス様に三つの誘惑でどの欲に訴えていましたか。
2. イエス様は、それぞれの誘惑に対して聖書を引用しました。イエス様の一つ一つの応答は、どのようにサタンの嘘を明白したでしょう。
3. 「あなたが神の子なら」とサタンが二回もイエス様に言ったのは、どうしてだと思いませんか。
4. イエス様はどうして誘惑に打ち勝つことができたのだと思いませんか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：Matthew 16:24-26

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

24 それから、イエスは弟子たちに言われた。「だれでもわたしについて来たいと思うなら、自分を捨て、自分の十字架を負い、そしてわたしについて来なさい。25 いのちを救おうと思う者はそれを失い、わたしのためにいのちを失う者は、それを見いだすのです。26 人は、たとえ全世界を手に入れても、まことのいのちを損じたら、何の得がありません。そのいのちを買い戻すのには、人はいったい何を差し出せばよいでしょう。27 人の子は父の栄光を帯びて、御使いたちとともに、やがて来ようとしているのです。その時には、おののおのの行いに応じて報いをします。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

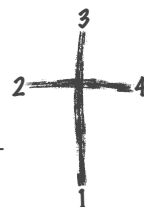
1. イエス様の弟子になるために、誰でもしなければならないことは何でしょう。「自分を捨て、自分の十字架を負い、そしてわたしについて来なさい」とは、具体的にどういう意味ですか。
2. 「いのちを救う」とは、どういうことですか。次のイエス様が述べた逆説を説明してください。「いのちを救おうと思う者はそれを失い、わたしのためにいのちを失う者は、それを見いだすのです。」
3. イエス様の次の質問に対しての当然な答えは、何ですか。「人は、たとえ全世界を手に入れても、まことのいのちを損じたら、何の得がありません。そのいのちを買い戻すのには、人はいったい何を差し出せばよいでしょう。」
4. イエス様が実際に栄光を帯びて天の御使いとともに地球に戻って、あなたの行いに応じて報いを与えてくださると本当に信じていますか。それは、あなたのこれからの人生にどのような影響を与えますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：1 コリント 9:24-25

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

24 競技場で走る人たちは、みな走っても、賞を受けるのはただひとりだ、ということを知っているでしょう。ですから、あなたがたも、賞を受けられるように走りなさい。

25 また闘技をする者は、あらゆることについて自制します。彼らは朽ちる冠を受けるためにそうするのですが、私たちは朽ちない冠を受けるためにそうするのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

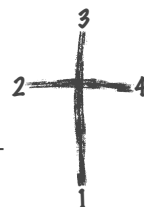
1. スポーツ選手は 賞を受けるためにどれほどの時間とエネルギーと犠牲を払うでしょう。
2. 「彼らは朽ちる冠を受けるためにそうするのです」というのは、どういう意味ですか。もしあなたが有名な選手だったとしたら、あるいはオリンピックで金メダルを獲得したとしたら、その栄冠は、何年ぐらいもつだろうと思いますか。
3. パウロは、「私たちは朽ちない冠を受けるためにそうするのです」と言いました。あなたは、何のために生きていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

キリストが中心：ローマ 12:1-2

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 そういうわけですから、兄弟たち。私は、神のあわれみのゆえに、あなたがたにお願いします。あなたがたのからだを、神に受け入れられる、聖い、生きた供え物としてささげなさい。それこそ、あなたがたの霊的な礼拝です。2 この世と調子を合わせてはいけません。いや、むしろ、神のみこころは何か、すなわち、何が良いことで、神に受け入れられ、完全であるのかをわきま知るために、心の一新によって自分を変えなさい。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 「神のあわれみのゆえに、あなたがたにお願いします」と1節でパウロが言いました。神様はどのように、私たちにあわれみを注いでくださったのでしょうか。（ローマ1章から11章の中で書かれています。）
2. 「生きた供え物としてささげなさい」とは、どういうことですか。なぜ真の礼拝のためには、私たち自身を完全に神様に捧げる必要があるのでしょうか。
3. この世と調子を合わせるとは、どういうことですか。すべてを捧げずに神様に変えていただけたと思いますか。なぜですか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

信仰：ルカ 7:1-10

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 イエスは、耳を傾けている民衆にこれらのことばをみな話し終えられると、カペナウムに入られた。2 ところが、ある百人隊長に重んじられているひとりのしもべが、病気で死にかけていた。3 百人隊長は、イエスのことを聞き、みもとにユダヤ人の長老たちを送って、しもべを助けに来てくださるようお願いした。4 イエスのもとに来たその人たちは、熱心をお願いして言った。「この人は、あなたにそうしていただく資格のある人です。5 この人は、私たちの国民を愛し、私たちのために会堂を建ててくれた人です。」

6 イエスは、彼らといっしょに行かれた。そして、百人隊長の家からあまり遠くない所に来られたとき、百人隊長は友人たちを使いに出して、イエスに伝えた。「主よ。わざわざおいでくださいませんように。あなたを私の屋根の下にお入れする資格は、私にはありません。7 ですから、私のほうから何うことさえ失礼と存じました。ただ、おことばをいただかせてください。そうすれば、私のしもべは必ずいやされます。8 と申しますのは、私も権威の下にある者ですが、私の下にも兵士たちがいまして、そのひとりに『行け』と言えば行きますし、別の者に『来い』と言えば来ます。また、しもべに『これをせよ』と言えば、そのとおりにいたします。」

9 これを聞いて、イエスは驚かれ、ついて来ていた群衆のほうに向いて言われた。「あなたがたに言いますが、このようなりっぱな信仰は、イスラエルの中にも見たことがありません。」10 使いに来た人たちが家に帰ってみると、しもべはよくなっていた。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 百人隊長には、どうしてこんなに強い信仰があったのでしょうか
2. あなたは、神様に祝福していただく値打ちや資格があると思いますか。
3. 百人隊長のような信仰をどうしたら持てるようになるでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

信仰：ヨシュア 1:1-9

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 さて、【主】のしもべモーセが死んで後、【主】はモーセの従者、ヌンの子ヨシュアに告げて仰せられた。2 「わたしのしもべモーセは死んだ。今、あなたとこのすべての民は立って、このヨルダン川を渡り、わたしがイスラエルの人々に与えようとしている地に行け。3 あなたがたが足の裏で踏む所はことごとく、わたしがモーセに約束したとおり、あなたがたに与えている。

4 あなたがたの領土は、この荒野とあのレバノンから、大河ユーフラテス、ヘテ人の全土および日の入る ほうの大海に至るまでである。5 あなたの一生の間、だれひとりとしてあなたの前に立ちはだかる者はいない。わたしは、モーセとともにいたように、あなたとともにいよう。わたしはあなたを見放さず、あなたを見捨てない。6 強くあれ。雄々しくあれ。わたしが彼らに与えるとその先祖たちに誓った地を、あなたは、この民に継がせなければならないからだ。7 ただ強く、雄々しくあって、わたしのしもべモーセがあなたに命じたすべての律法を守り行え。これを離れて右にも左にもそれてはならない。それは、あなたが行く所ではどこでも、あなたが栄えるためである。

8 この律法の書を、あなたの口から離さず、昼も夜もそれを口ずさまなければならない。そのうちにしるされているすべてのことを守り行うためである。そうすれば、あなたのすることで繁栄し、また栄えることができるからである。

9 わたしはあなたに命じたではないか。強くあれ。雄々しくあれ。恐れてはならない。おののいてはならない。あなたの神、【主】が、あなたの行く所どこにでも、あなたとともにあるからである。」10 そこで、ヨシュアは民のつかさたちに命じて言った。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. どうして「強く、雄々しく」なるようにとこれほどまでに強調しているのでしょうか。

2. 私たちはどのようにすれば強く、雄々しくなれるのでしょうか。

3. この箇所には、どのような約束がありますか。書き出してみてください。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

信仰： マタイ14:22-32

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

22 それからすぐ、イエスは弟子たちを強いて舟に乗り込ませて、自分より先に向こう岸へ行かせ、その間に群衆を帰してしまわれた。23 群衆を帰したあとで、祈るために、ひとりで山に登られた。夕方になったが、まだそこに、ひとりでおられた。24 しかし、舟は、陸からもう何キロメートルも離れていたが、風が向かい風なので、波に悩まされていた。

25 すると、夜中の三時ごろ、イエスは湖の上を歩いて、彼らのところに行かれた。26 弟子たちは、イエスが湖の上を歩いておられるのを見て、「あれは幽霊だ」と言って、おびえてしまい、恐ろしさのあまり、叫び声を上げた。27 しかし、イエスはすぐに彼らに話しかけ、「しっかりしなさい。わたしだ。恐れることはない」と言われた。

28 すると、ペテロが答えて言った。「主よ。もし、あなたでしたら、私に、水の上を歩いてここまで来い、とお命じになってください。」29 イエスは「来なさい」と言われた。そこで、ペテロは舟から出て、水の上を歩いてイエスのほうに行った。30 ところが、風を見て、こわくなり、沈みかけたので叫び出し、「主よ。助けてください」と言った。31 そこで、イエスはすぐに手を伸ばして、彼をつかんで言われた。「信仰の薄い人だな。なぜ疑うのか。」

32 そして、ふたりが舟に乗り移ると、風がやんだ。33 そこで、舟の中にいた者たちは、イエスを拝んで、「確かにあなたは神の子です」と言った。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. あなたは嵐の中舟で湖に出ていたら、恐れを感じるでしょうか。また、幽霊のようなものが湖の上を歩いているのを見たらどうでしょうか。
2. ペテロが安全な舟を離れて、湖の上を歩いてイエス様のところに行くというような信仰は、どこから来たのでしょうか。
3. ペテロは、どうして信仰を失ったのでしょうか。
4. イエス様は、ペテロが信仰を持つことを期待していました。そして、信仰がなくなったことでペテロを叱りました。イエス様は、すべてのシチュエーションにおいてあなたが信仰を持つことを期待していると思いますか。
5. イエス様の弟子としての日常がどのように湖の上を歩くことと似ているでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

従順： マタイ 7:24-27

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

24 だから、わたしのこれらのことばを聞いてそれを行う者はみな、岩の上に自分の家を建てた 賢い人に比べることができます。25 雨が降って洪水が押し寄せ、風が吹いてその家に打ちつけたが、それでも倒れませんでした。岩の上に建てられていたからです。

26 また、わたしのこれらのことばを聞いてそれを行わない者はみな、砂の上に自分の家を建てた 愚かな人に比べることができます。27 雨が降って洪水が押し寄せ、風が吹いてその家に打ちつけると倒れてしまいました。しかもそれはひどい倒れ方でした。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 賢い人と愚かな人の共通点は、何ですか。また、違ったところは。
2. あなたの人生と家族のために、どうすればしっかりとした土台を据えることができますか。
3. あなたがイエス様という土台の上に人生を建て上げるには、何をすべきでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

従順：ヨハネ 14:15-26

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

もしあなたがたがわたしを愛するなら、あなたがたはわたしの戒めを守るはずです。16 わたしは父にお願いします。そうすれば、父はもうひとりの助け主をあなたがたにお与えになります。その助け主がいつまでもあなたがたと、ともにおられるためにです。17 その方は、真理の御霊です。世はその方を受け入れることができません。世はその方を見もせず、知りもしないからです。しかし、あなたがたはその方を知っています。その方はあなたがたとともに住み、あなたがたのうちにおられるからです。18 わたしは、あなたがたを捨てて孤児にはしません。わたしは、あなたがたのところに戻って来るのです。19 いましばらくで世はもうわたしを見なくなります。しかし、あなたがたはわたしを見ます。わたしが生きるので、あなたがたも生きるからです。20 その日には、わたしが父におり、あなたがたがわたしにおり、わたしがあなたがたにおることが、あなたがたにわかります。

21 わたしの戒めを保ち、それを守る人は、わたしを愛する人です。わたしを愛する人はわたしの父に愛され、わたしもその人を愛し、わたし自身を彼に現します。」

22 イスカリオテでないユダがイエスに言った。「主よ。あなたは、私たちにはご自分を現そうとしながら、世には現そうとなさらないのは、どういうわけですか。」

23 イエスは彼に答えられた。「だれでもわたしを愛する人は、わたしのことばを守ります。そうすれば、わたしの父はその人を愛し、わたしたちはその人のところに来て、その人とともに住みます。24 わたしを愛さない人は、わたしの ことばを守りません。あなたがたが聞いていることばは、わたしのものではなく、わたしを遣わした父のことばなのです。25 このことをわたしは、あなたがたといっしょにいる間に、あなたがたに話しました。26 しかし、助け主、すなわち、父がわたしの名によってお遣わしになる聖霊は、あなたがたにすべてのことを教え、また、わたしがあなたがたに話したすべてのことを思い起こさせていただきます。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 人がイエス様を愛している証拠とは何ですか。
2. この箇所ではイエス様はご自分の戒めを守る人々に、どんな約束を与えられましたか。
3. 神様が、もし私たちが不従順な時にでも私たちを愛しておられるとしたら、21節に「それを守る人は、わたしを愛する人です。わたしを愛する人はわたしの父に愛され、わたしもその人を愛し」というイエス様のことばはどういう意味でしょうか。
4. イエス様を愛してイエス様の戒めを守る人は、どのように聖霊を体験するのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

従順：マタイ 25:14-30

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

天の御国は、しもべたちを呼んで、自分の財産を預け、旅に出て行く人のようです。15 彼は、おのその能力 に応じて、ひとりには五タラント、ひとりには二タラント、もうひとりには一タラントを渡し、それから旅に出かけた。16 五タラント預かった者は、すぐに行って、それで商売をして、さらに五タラントもうけた。17 同様に、二タラント預かった者も、さらに二タラントもうけた。18 ところが、一タラント預かった者は、出て行くと、地を掘って、その主人の金を隠した。

19 さて、よほどたってから、しもべたちの主人が帰って来て、彼らと清算をした。20 すると、五タラント預かった者が 来て、もう五タラント差し出して言った。『ご主人さま。私に五タラント預けてくださいましたが、ご覧ください。私はさらに五タラントもうけました。』21 その主人は彼に言った。『よくやった。良い忠実なしもべだ。あなたは、わずかな物に忠実だったから、私はあなたにたくさんの物を任せよう。主人の喜びをともに喜んでくれ。』

22 二タラントの者も来て言った。『ご主人さま。私は二タラント預かりましたが、ご覧ください。さらに二タラントもうけました。』23 その主人は彼に言った。『よくやった。良い忠実なしもべだ。あなたは、わずかな物に忠実だったから、私はあなたにたくさんの物を任せよう。主人の喜びをともに喜んでくれ。』

24 ところが、一タラント預かっていた者も来て、言った。『ご主人さま。あなたは、蒔かない所から刈り取り、散らさない所から集めるひどい方だとわかっていました。25 私はこわくなり、出て行って、あなたの一タラントを地の中に隠しておきました。さあどうぞ、これがあなたの物です。』26 ところが、主人は彼に答えて言った。『悪いなまけ者のしもべだ。私が蒔かない所から刈り取り、散らさない所から集めることを知っていたというのか。27 だったら、おまえはその私の金を、銀行に預けておくべきだった。そうすれば私は帰って来たときに、利息がついて返してもらえたのだ。』

28 だから、そのタラントを彼から取り上げて、それを十タラント持っている者にやりなさい。』29 だれでも持っている者 は、与えられて豊かになり、持たない者は、持っているものまでも取り上げられるのです。30 役に立たぬしもべ は、外の 暗やみに追い出さない。そこで泣いて歯ぎしりするのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. それぞれのしもべは、委ねられたお金（タラント）で何をしましたか。(14-18)
2. 主人は、なぜ五タラントを預かったしもべに報いを与えたのでしょうか。またなぜ二タラントを預かったしもべに報いを与えたのでしょうか。この二人は、どのような報いを受けましたか。(19-23)
3. 一タラントを預かったしもべは、自分が何もしなかったことをどのように正当化しようとしていましたか。主人はまたどのように反応しましたか。その人はどのように報われましたか。(24-27)
4. あなたを含んですべての人を、神様はこの三人のしもべと同じように取り扱い、同じように裁くと思いますか。そうだとしたらあなたの生活は、どのように変わりますか。(28-30)
5. 神様は、あなたに何を預けましたか。あなたはそれを神の国のためにどのように用いていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

みことば： ルカ 10:38-42

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

38 さて、彼らが旅を続けているうち、イエスがある村に入られると、マルタという女が喜んで家にお迎えした。39 彼女にマリヤという妹がいたが、主の足もとにすわって、みことばに聞き入っていた。40 ところが、マルタは、いろいろともてなしのために気が落ち着かず、みもとに来て言った。「主よ。妹が私だけにおもてなしをさせているのを、何ともお思いにならないのでしょうか。私の手伝いをするように、妹におっしゃってください。」

41 主は答えて言われた。「マルタ、マルタ。あなたは、いろいろなことを心配して、気を使っています。42 しかし、どうしても必要なことはわずかです。いや、一つだけです。マリヤはその良いほうを選んだのです。彼女からそれを取り上げてはいけません。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

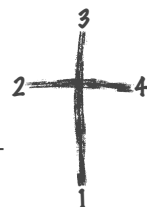
1. マルタは、何に集中していましたか。
2. マリヤは、何に集中していましたか。
3. たった一つの大事なことは、何ですか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

みことば： ルカ 8:4-15

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

4 さて、大ぜいの人の群れが集まり、また方々の町からも人々がみもとにやって来たので、イエスはたとえを用いて話された。5 「種を蒔く人が種蒔きに出かけた。蒔いているとき、道ばたに落ちた種があった。すると、人に踏みつけられ、空の鳥がそれを食べてしまった。6 また、別の種は岩の上に落ち、生え出たが、水分がなかったなので、枯れてしまった。7 また、別の種はいばらの真ん中に落ちた。ところが、いばらもいっしょに生え出、それを押しつぶさしてしまった。8 また、別の種は良い地に落ち、生え出、百倍の実を結んだ。」イエスは、これらのことを話しながら「聞く耳のある者は聞きなさい」と叫ばれた。

9 さて、弟子たちは、このたとえがどんな意味かをイエスに尋ねた。10 そこでイエスは言われた。「あなたがたに、神の国の奥義を知ることが許されているが、ほかの者には、たとえで話します。彼らが見ていても見えず、聞いていても悟らないからです。

11 このたとえの意味はこうです。種は神のことばです。12 道ばたに落ちるとは、こういう人たちのことです。みことばを聞いたが、あとから悪魔が来て、彼らが信じて救われることのないように、その人たちの心から、みことばを持ち去ってしまうのです。13 岩の上に落ちるとは、こういう人たちのことです。聞いたときには喜んでみことばを受け入れるが、根がないので、しばらくは信じていても、試練のときになると、身を引いてしまうのです。14 いばらの中に落ちるとは、こういう人たちのことです。みことばを聞きはしたが、とかくしているうちに、この世の心づかいや、富や、快樂によってふさがれて、実が熟するまでにならないのです。15 しかし、良い地に落ちるとは、こういう人たちのことです。正しい、良い心でみことばを聞くと、それをしっかりと守り、よく耐えて、実を結ばせるのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この例え話では、種は何を表していますか。土は、何を表していますか。
2. 四種類の土は、どんな人を象徴していますか。
3. あなたは、どんな土ですか。あなたの心は道端で踏まれる土のようでしょうか。岩のように固い土でしょうか。あなたの心には、いばらや雑草も育っていますか。あるいは、実を結ぶ柔らかい良い土でしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

みことば：詩篇 1:1-6

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 幸いなことよ。悪者のはかりごとに歩まず、罪人の道に立たず、あざける者の座に着かなかった、その人。
2 まことに、その人は【主】のおしえを喜びとし、昼も夜もそのおしえを口ずさむ。3 その人は、水路のそばに植わった木のような。時が来ると実がなり、その葉は枯れない。その人は、何をしても栄える。

4 悪者は、それとは違い、まさしく、風が吹き飛ばすもみがらのようだ。5 それゆえ、悪者は、さばきの中に立ちおおせず、罪人は、正しい者のつどいに立てない。6 まことに、【主】は、正しい者の道を知っておられる。しかし、悪者の道は滅びうせる。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

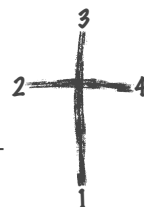
1. 「悪者のはかりごとに歩まず」とは、どういうことですか。「罪人の道に立たず」は。「あざける者の座に着かなかった」とは、どういう意味でしょう。
2. 主の教えを喜ぶとは、どういうことか説明してください。「昼も夜もそのおしえを口ずさむ」には、具体的にどうすればいいのでしょうか。
3. 神のみことばを喜び、夜も昼もみことばを考える人の祝福を説明してください。
4. 悪人はどうなりますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

祈り： マタイ 7:7-11

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

7 求めなさい。そうすれば与えられます。捜しなさい。そうすれば見つかります。たたきなさい。そうすれば開かれます。8 だれであれ、求める者は受け、捜す者は見つけ出し、たたく者には開かれます。

9 あなたがたも、自分の子がパンを下さいと言うときに、だれが石を与えるでしょう。 10 また、子が魚を下さいと言うのに、だれが蛇を与えるでしょう。11 してみると、あなたがたは、悪い者ではあっても、自分の子どもには良い物を与えることを知っているのです。とすれば、なおのこと、天におられるあなたがたの父が、どうして、求める者たちに良いものを下さないことがありましょう。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 祈りについて、イエス様は何を教えましたか。
2. あなたは、天のお父様が自分に良いものを与えてくださると本気で信じていますか。説明してください。
3. 私たちに対する天の父の愛を確信することが、なぜ大切なのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

祈り： マタイ 6:5-15

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

5 また、祈るときには、偽善者たちのようであってははいけません。彼らは、人に見られたくて会堂や通りの四つ角に立って祈るのが好きだからです。まことに、あなたがたに告げます。彼らはすでに自分の報いを受け取っているのです。6 あなたは、祈るときには自分の奥まった部屋に入りなさい。そして、戸をしめて、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、隠れた所で見ておられるあなたの父が、あなたに報いてくださいます。7 また、祈るとき、異邦人のように同じことばを、ただくり返してはいけません。彼らはことば数が多いければ聞かれると思っているのです。8 だから、彼らのまねをしてはいけません。あなたがたの父なる神は、あなたがたが願うする先に、あなたがたに必要なものを知っておられるからです。

9 だからこう祈りなさい。『天にいます私たちの父よ。御名があがめられますように。10 御国が来ますように。みこころが天で行われるように地でも行われますように。11 私たちの日ごとの糧をきょうもお与えください。12 私たちの負いめをお赦してください。私たちも、私たちに負いめのある人たちを赦しました。13 私たちを試みに会わせないで、悪からお救いください。』〔国と力と栄えは、とこしえにあなたのものだからです。アーメン。〕

14 もし人の罪を赦すなら、あなたがたの天の父もあなたがたを赦してくださいます。15 しかし人を赦さないなら、あなたがたの父もあなたがたの罪をお赦しになりません。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 祈りについて何を学びましたか。(5-8)
2. 「主の祈り」には七つのテーマがあります。この七つのテーマに沿って毎日祈ることが大切です。一つ一つのテーマを自分の言葉でまとめて書いてください。(9-13)
3. Part 1- 『天にいます私たちの父よ。御名があがめられますように。』
4. Part 2- 御国が来ますように。
5. Part 3- みこころが天で行われるように地でも行われますように。
6. Part 4- 私たちの日ごとの糧 をきょうもお与えください。
7. Part 5- 私たちの負いめをお赦してください。私たちも、私たちに負いめのある人たちを赦しました。
8. Part 6- 私たちを試みに会わせないで、悪からお救いください。』
9. Part 7- 〔国と力と栄えは、とこしえにあなたのものだからです。アーメン。〕

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

祈り： ルカ18:9-14

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

9 自分を義人だと自任し、他の人々を見下している者たちに対しては、イエスはこのようなたとえを話された。
10 「ふたりの人が、祈るために宮に上った。ひとりパリサイ人で、もうひとは取税人であった。11 パリサイ人は、立って、心の中でこんな祈りをした。『神よ。私はほかの人々のようにゆする者、不正な者、姦淫する者ではなく、ことにこの取税人のようではないことを、感謝します。12 私は週に二度断食し、自分の受けるものはみな、その十分の一をささげております。』

13 ところが、取税人は遠く離れて立ち、目を天に向けようともせず、自分の胸をたたいて言った。『神さま。こんな罪人の私をあわれんでください。』14 あなたがたに言うが、この人が、義と認められて家に帰りました。パリサイ人ではありません。なぜなら、だれでも自分を高くする者は低くされ、自分を低くする者は高くされるからです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. このパリサイ人はなぜ自分があまり罪深くないと思っていたのでしょうか。また、彼の態度はどうでしたか。
2. 取税人の態度は、どうだったでしょうか。
3. 神様は、どのように取税人を見ていましたか。彼が「義と認められた」のは、どうしてでしたか。
4. イエス様は、14節で大原則を語られました。「だれでも自分を高くする者は低くされ、自分を低くする者は高くされるからです。」この取税人のように、あなたは毎日どのように自分を低くすることができますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

祈り：エペソ 1:15-23

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

15 こういうわけで、私は主イエスに対するあなたがたの信仰と、すべての聖徒に対する愛とを聞いて、16 あなたがたのために絶えず感謝をささげ、あなたがたのことを覚えて祈っています。17 どうか、私たちの主イエス・キリストの神、すなわち栄光の父が、神を知るための知恵と啓示の御霊を、あなたがたに与えてくださいますように。

18 また、あなたがたの心の目がはっきり見えるようになって、神の召しによって与えられる望みがどの ようなものか、聖徒の受け継ぐものがどのように栄光に富んだものか、19 また、神の全能の力の働きによって私たち信じる者に働く神のすぐれた力がどのように偉大なものであるかを、あなたがたが知ることができますように。20 神は、その全能の力をキリストのうちに働かせて、キリストを死者の中からよみがえらせ、天上においてご自分の右の座に着かせて、21 すべての支配、権威、権力、主権の上に、また、今の世ばかりでなく、次に来る世においてもとなえられる、すべての名の上に高く置かれました。

22 また、神は、いっさいのものをキリストの足の下に従わせ、いっさいのものの上に立つかしらであるキリストを、教会にお与えになりました。23 教会はキリストのからだであり、いっさいのものをいっさいのものによって満たす方の満ちておられるところです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. パウロはどこで何のために祈りましたか。要点をまとめてください。
2. 神様が人に啓示を与えるようにと祈ることは、どうして大事なのでしょうか。
3. 一人一人の弟子にとって、キリストが自分に住んでおられることを確信することは、どうして重要なのでしょうか。その私たちの内なる力は、どんなに偉大な力でしょう。
4. この箇所は、キリストについてどんなことを教えていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

祈り：エペソ3:14-21

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

14 こういうわけで、私はひざをかがめて、15 天上と地上で家族と呼ばれるすべてのものの名 の元である父の前に祈ります。16 どうか父が、その栄光の豊かさに従い、御霊により、力をもって、あなたがたの内なる人を強くしてくださいますように。17 こうしてキリストが、あなたがたの信仰によって、あなたがたの心のうちに住んでいてくださいますように。また、愛に根ざし、愛に基礎を置いているあなたがたが、18 すべての聖徒とともに、その広さ、長さ、高さ、深さがどれほどであるかを理解する力を持つようになり、19 人知をはるかに越えたキリストの愛を知ることができますように。こうして、神ご自身の満ち満ちたさまにまで、あなたがたが満たされますように。

20 どうか、私たちのうちに働く力によって、私たちの願うところ、思うところのすべてを越えて豊かに施すことのできる方に、21 教会により、またキリスト・イエスにより、栄光が、世々にわたって、とこしえまでありますように。アーメン。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. パウロはここで、何を祈りましたか。要点をまとめてください。
2. どうすればキリストが私たちの内に宿ることを、日々体験できるでしょうか。
3. この箇所から「人知をはるかに越えたキリストの愛を知ること」は、どうすれば体験できるでしょうか。
4. 神様は、「私たちのうちに働く力によって私たちの願うところ、思うところのすべてを越えて豊かに施すことのできる」方だと信じていますか。個人としてはどうでしょう。教会としては、どうですか。それは、あなたの人生にどんな影響を与えていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

ボディー・ライフ：ローマ12:3-8

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

3 私は、自分に与えられた恵みによって、あなたがたひとりひとりに言います。だれでも、思うべき限度を越えて思い上がってはけません。いや、むしろ、神がおのおのに分け与えてくださった信仰の量りに応じて、慎み深い考え方をしなさい。

4 一つのからだには多くの器官があって、すべての器官が同じ働きはしないのと同じように、5 大ぜいいる私たちも、キリストにあって一つのからだであり、ひとりひとり互いに器官なのです。

6 私たちは、与えられた恵みに従って、異なった賜物を持っているので、もしそれが預言であれば、その信仰に応じて預言しなさい。7 奉仕であれば奉仕し、教える人であれば教えなさい。8 勧めをする人であれば勧め、分け与える人は惜しまずに分け与え、指導する人は熱心に指導し、慈善を行う人は喜んでそれをしなさい。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この箇所から、あなたは自分自身をどのように考えたらいいのでしょうか。
2. キリストの体と人間の体は、どのように似ているでしょう。キリストの体の他の器官である人々を、私たちはどのように考えたらいいのでしょうか。
3. 6-8節にある七つの賜物は、何ですか。その七つのうちの賜物で、あなたの主要な賜物はどれだと思いませんか。
4. あなたは、自分の信仰に応じて自分の賜物をどのように使っていますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

ボディー・ライフ：1 コリント 12:12- 27

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

12 ですから、ちょうど、からだが一つでも、それに多くの部分があり、からだの部分はたとい多くあっても、その全部が一つのからだであるように、キリストもそれと同様です。13 なぜなら、私たちはみな、ユダヤ人もギリシヤ人も、奴隷も自由人も、一つのからだとなるように、一つの御霊によってバプテスマを受け、そしてすべての者が一つの御霊を飲む者とされたからです。

14 確かに、からだはただ一つの器官ではなく、多くの器官から成っています。15 たとい、足が、「私は手ではないから、からだに属さない」と言ったところで、そんなことでからだに属さなくなるわけではありません。16 たとい、耳が、「私は目ではないから、からだに属さない」と言ったところで、そんなことでからだに属さなくなるわけでは ありません。17 もし、からだ全体が目であつたら、どこで聞くのでしょうか。もし、からだ全体が聞くところであつたら、どこでかくのでしょうか。18 しかしこのとおり、神はみこころに従って、からだの中にそれぞれの器官を備えてくださったのです。19 もし、全部がただ一つの器官であつたら、からだはいったいどこにあるのでしょうか。20 しかしこういうわけで、器官は多くありますが、からだは一つなのです。

21 そこで、目が手に向かって、「私はあなたを必要としない」と言うことはできないし、頭が足に向かって、「私はあなたを必要としない」と言うこともできません。22 それどころか、からだの中で比較的弱いと見られる器官が、かえってなくてはならないもののなのです。23 また、私たちは、からだの中で比較的尊くないとみなす器官を、ことさらに尊びます。こうして、私たちの見ばえのしない器官は、ことさらに良いかっこうになりますが、24 かっこうの良い器官にはその必要がありません。しかし神は、劣ったところをことさらに尊んで、からだをこのように調和させてくださったのです。25 それは、からだの中に分裂がなく、各部分が互いにいたわり合うためです。26 もし一つの部分が苦しめば、すべての部分がともに苦しみ、もし一つの部分が尊ばれば、すべての部分がともに喜ぶのです。27 あなたがたはキリストのからだであって、ひとりひとり各器官なのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この箇所の要点をまとめてください。

2. 自分がキリストの体の一器官であることを認めるのは、なぜ大事なのでしょう。他の人々も同じくみ体の各器官であると認めるのは、なぜ大事なのでしょう。

3. なぜ体の他の器官が必要なのでしょうか。他の人にとっても、なぜあなたが必要なのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

ボディー・ライフ：エペソ 4:11-16

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

11 こうして、キリストご自身が、ある人を使徒、ある人を預言者、ある人を伝道者、ある人を牧師また教師として、お立てになったのです。12 それは、聖徒たちを整えて奉仕の働きをさせ、キリストのからだを建て上げるためであり13 ついに、私たちがみな、信仰の一致と神の御子に関する知識の一致とに達し、完全におとなになって、キリストの満ち満ちた身だけにまで達するためです。

14 それは、私たちがもはや、子どもではなくて、人の悪巧みや、人を欺く悪賢い策略により、教えの風に吹き回されたり、波にもたえおぼれたりすることがなく、15 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。16 キリストによって、からだ全体は、一つ一つの部分がその力量にふさわしく働く力により、また、備えられたあらゆる結び目によって、しっかりと組み合わされ、結び合わされ、成長して、愛のうちに建てられるのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この五つの働き（使徒、預言者、伝道者、牧師、教師）のすることは、12節によると何でしょう。
2. 12節によると、誰がその奉仕の働きをするのでしょうか。13節によると、その奉仕の結果はどんなものでしょう。
3. 私たちは、どのようにしてキリストにあって成熟した大人になれるのでしょうか。
4. キリストのみ体から離れて成熟できるでしょうか。キリストにある成熟した大人とは、どんな者なのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

伝道：ルカ 15:1-32

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 さて、取税人、罪人たちがみな、イエスの話を聞こうとして、みもとに近寄って来た。2 すると、パリサイ人、律法学者たちは、つぶやいてこう言った。「この人は、罪人たちを受け入れて、食事までいっしょにする。」3 そこでイエスは、彼らにこのようなたとえを話された。4 「あなたがたのうちに羊を百匹持っている人がいて、そのうちの一匹をなくしたら、その人は九十九匹を野原に残して、いなくなった一匹を見つけるまで捜し歩かないでしょうか。5 見つけたら、大喜びでその羊をかついで、6 帰って来て、友だちや近所の人たちを呼び集め、『いなくなった羊を見つけましたから、いっしょに喜んでください』と言うでしょう。7 あなたがたに言いますが、それと同じように、ひとりの罪人が悔い改めるなら、悔い改める必要のない九十九人の正しい人にまさる喜びが天にあるのです。」

8 また、女の人が銀貨を十枚持っていて、もしその一枚をなくしたら、あかりをつけ、家を掃いて、見つけるまで念入りに捜さないでしょうか。9 見つけたら、友だちや近所の女たちを呼び集めて、『なくした銀貨を見つけましたから、いっしょに喜んでください』と言うでしょう。10 あなたがたに言いますが、それと同じように、ひとりの罪人が悔い改めるなら、神の御使いたちに喜びがわき起こるのです。」

11 またこう話された。「ある人に息子がふたりあった。12 弟が父に、『お父さん。私に財産の分け前を下さい』と言った。それで父は、身代をふたりに分けてやった。13 それから、幾日もたたぬうちに、弟は、何もかもまとめて遠い国に旅立った。そして、そこで放蕩して湯水のように財産を使ってしまった。14 何もかも使い果たしたあとで、その国に大ききんが起こり、彼は食べるにも困り始めた。15 それで、その国のある人のもとに身を寄せたところ、その人は彼を畑にやって、豚の世話をさせた。16 彼は豚の食べるいご豆で腹を満たしたいほどであったが、だれひとり彼に与えようとはしなかった。」

17 しかし、我に返ったとき彼は、こう言った。『父のところには、パンのあり余っている雇い人が大ぜいいるではないか。それなのに、私はここで、飢え死にしそうだ。18 立って、父のところに行って、こう言おう。『お父さん。私は天に対して罪を犯し、またあなたの前に罪を犯しました。19 もう私は、あなたの子と呼ばれる資格はありません。雇い人のひとりにしてください。』』20 こうして彼は立ち上がって、自分の父のもとに行った。ところが、まだ家までは遠かったのに、父親は彼を見つけ、かわいそうに思い、走り寄って彼を抱き、口づけした。

21 息子は言った。『お父さん。私は天に対して罪を犯し、またあなたの前に罪を犯しました。もう私は、あなたの子と呼ばれる資格はありません。』22 ところが父親は、しもべたちに言った。『急いで一番良い着物を持って来て、この子に着せなさい。それから、手に指輪をはめさせ、足にくつをはかせなさい。23 そして肥えた子牛を引いて来てほふりなさい。食べて祝おうではないか。24 この息子は、死んでいたのが生き返り、いなくなっていたのが見つかったのだから。』そして彼らは祝宴を始めた。

25 とところで、兄息子は畑にいたが、帰って来て家に近づく、音楽や踊りの音が聞こえて来た。26 それで、しもべのひとりを呼んで、これはいったい何事かと尋ねると、27 しもべは言った。『弟さんがお帰りになったのです。無事な姿をお迎えしたというので、お父さんが、肥えた子牛をほふらせなされたのです。』28 すると、兄はおこって、家に入ろうとしなかった。それで、父が出て来て、いろいろなだめてみた。29 しかし兄は父にこう言った。『ご覧なさい。長年の間、私はお父さんに仕え、戒めを破ったことは一度もありません。その私には、友だちと楽しめと言って、子山羊一匹下されたことはありません。30 それなのに、遊女におぼれてあなたの身代を食いつぶして帰って来たこのあなたの息子のためには、肥えた子牛をほふらせなされたのですか。』

31 父は彼に言った。『子よ。おまえはいつも私といっしょにいる。私のものは、全部おまえのものだ。32 だがおまえの弟は、死んでいたのが生き返って来たのだから。いなくなっていたのが見つかったのだから、楽しんで喜ぶのは当然ではないか。』

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この三つの例え話を通して、まだ救いを体験していない人々に対する天のお父様の心について何を学びましたか。
2. 罪人に対する天のお父様の愛情は、失われた羊の話と失われた銀貨の話と失われた息子の話でどのように現れていますか。
3. 一人の罪人が悔い改めて天のお父様の愛と恵みを受けた時に 誰が天で喜んでいますか。一人の失われた人が見つかっただけで、これほどの喜びが天国であるのだとしたら、私たちは失われた人を見つけることを最優先するべきではないでしょうか。
4. 放蕩息子の話の中でお兄さんはどうして怒っていたのでしょうか。弟が帰って来た時どうして皆と喜ぶことが出来なかったのでしょうか。私たちのどういふところがこのお兄さんに似ているでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

伝道：John 4:1-42

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 イエスがヨハネよりも弟子を多くつくって、バプテスマを授けていることがパリサイ人の耳に入った。それを主が知られたとき、2 イエスご自身はバプテスマを授けておられたのではなく、弟子たちであったが3 主はユダヤを去って、またガリラヤへ行かれた。4 しかし、サマリヤを通って行かなければならなかった。5 それで主は、ヤコブがその子ヨセフに与えた地所に近いスカルというサマリヤの町に来られた。6 そこにはヤコブの井戸があった。イエスは旅の疲れで、井戸のかたわらに腰をおろしておられた。時は第六時ごろであった。

7 ひとりのサマリヤの女が水をくみに来た。イエスは「わたしに水を飲ませてください」と言われた。8 弟子たちは食物を買いに、町へ出かけていた。9 そこで、そのサマリヤの女は言った。「あなたはユダヤ人なのに、どうしてサマリヤの女の私に、飲み水をお求めになるのですか。」ユダヤ人はサマリヤ人とつきあいをしなかったからである。

10 イエスは答えて言われた。「もしあなたが神の賜物を知り、また、あなたに水を飲ませてくれと言う者がだれであるかを知って いたなら、あなたのほうでその人に求めたことでしょう。そしてその人はあなたに生ける水を与えたことでしょう。」11 彼女は 言った。「先生。あなたはくむ物を持っておいでにならず、この井戸は深いのです。その生ける水をどこから手にお入れになるの ですか。12 あなたは、私たちの父ヤコブよりも偉いのでしょうか。ヤコブは私たちにこの井戸を与え、彼自身も、彼の子たちも家畜も、この井戸から飲んだのです。」13 イエスは答えて言われた。「この水を飲む者はだれでも、また渴きます。14 しかし、わたしが与える水を飲む者はだれでも、決して渴くことはありません。わたしが与える水は、その人のうちで泉となり、永遠のいのちへの水がわき出ます。」

15 女はイエスに言った。「先生。私が渴くことがなく、もうここまでくみに来なくてもよいように、その水を私に下さい。」16 イエスは彼女に言われた。「行って、あなたの夫をここに呼んで来なさい。」17 女は答えて言った。「私には夫はありません。」イエスは言われた。「私には夫がないというのは、もっともです。18 あなたには夫が五人あったが、今あなたといっしょにいるのは、あなたの夫ではないからです。あなたが言ったことはほんとうです。」

19 女は言った。「先生。あなたは預言者だと思います。20 私たちの父祖たちはこの山で礼拝しましたが、あなたがたは、礼拝すべき場所はエルサレムだと言われます。」21 イエスは彼女に言われた。「わたしの言うことを信じなさい。あなたがたが父を礼拝するのは、この山でもなく、エルサレムでもない、そういう時が来ます。22 救いはユダヤ人から出るので、わたしたちは知って礼拝していますが、あなたがたは知らないで礼拝しています。23 しかし、真の礼拝者たちが霊とまことによって父を礼拝する時が来ます。今がその時です。父はこのような人々を礼拝者として求めておられるからです。24 神は霊ですから、神を礼拝する者は、霊とまことによって礼拝しなければなりません。」

25 女はイエスに言った。「私は、キリストと呼ばれるメシヤの来られることを知っています。その方が来られるときには、いっさいのことを私たちに知らせてくださるでしょう。」26 イエスは言われた。「あなたと話しているこのわたしがそれです。」

27 このとき、弟子たちが帰って来て、イエスが女の人と話しておられるのを不思議に思った。しかし、だれも、「何を求めておられるのですか」とも、「なぜ彼女と話しておられるのですか」とも言わなかった。28 女は、自分の水がめを置いて町へ行き、人々に言った。29 「来て、見てください。私のしたこと全部を私に言った人がいるのです。この方がキリストなののでしょうか。」30 そこで、彼らは町を出て、イエスのほうへやって来た。

31 そのころ、弟子たちはイエスに、「先生。召し上がってください」とお願いした。32 しかし、イエスは彼らに言われた。「わたしには、あなたがたの知らない食物があります。」33 そこで、弟子たちは互いに言った。「だれか食べる物を持って来たのだろうか。」34 イエスは彼らに言われた。「わたしを遣わした方のみこころを行い、そのみわざを成し遂げることが、わたしの食物です。35 あなたがたは、『刈り入れ時が来るまでに、まだ四か月ある』と言ってはいませんか。さあ、わたしの言うことを聞きなさい。目を上げて畑を見なさい。色づいて、刈り入れるばかりになっています。36 すでに、刈る者は報酬を受け、永遠のいのちに入れられる実を集めています。それは蒔く者と刈る者がともに喜ぶためです。37 こういうわけで、『ひとりが種を蒔き、ほかの者が刈り取る』ということわざは、ほんとうなのです。38 わたしは、あなたがたに自分で労苦しなかったものを刈り取らせるために、あなたがたを遣わしました。ほかの人々が労苦して、あなたがたはその労苦の実を得ているのです。」

39 さて、その町のサマリヤ人のうち多くの者が、「あの方は、私がしたこと全部を私に言った」と証言したその女のことによってイエスを信じた。40 そこで、サマリヤ人たちはイエスのところに来たとき、自分たちのところに滞在してくださるように願った。そこでイエスは二日間そこに滞在された。41 そして、さらに多くの人々が、イエスのことばによって信じた。42 そして彼らはその女に言った。「もう私たちは、あなたが話したことによって信じているではありません。自分で聞いて、この方がほんとうに世の救い主だと知っているのです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. イエス様と井戸で会った女性との会話を通して何を学びましたか。
2. イエス様はどのように聖霊に導かれましたか。この女の人は、イエス様がメシアであるかどうかどうやって確信しましたか。
3. イエス様の「食物」は、何でしたか。 イエス様は、失われたこの世の人々をどのように見たらいいと教えましたか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

伝道：ルカ 19:1-10

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 それからイエスは、エリコに入って、町をお通りになった。2 ここには、ザアカイという人がいたが、彼は取税人のかしらで、金持ちであった。3 彼は、イエスがどんな方か見ようとしたが、背が低かったので、群衆のために見ることができなかった。4 それで、イエスを見るために、前方に走り出て、いちじく桑の木に登った。ちょうどイエスがそこを通り過ぎようとしておられたからである。

5 イエスは、ちょうどそこに来られて、上を見上げて彼に言われた。「ザアカイ。急いで降りて来なさい。きょうは、あなたの家に泊まることにしてあるから。」6 ザアカイは、急いで降りて来て、そして大喜びでイエスを迎えた。7 これを見て、みなは、あの方は罪人のところに行って客となられた」と言ってつぶやいた。

8 ところがザアカイは立って、主に言った。「主よ。ご覧ください。私の財産の半分を貧しい人たちに施します。また、だれからでも、私がだまし取った物は、四倍にして返します。」

9 イエスは、彼に言われた。「きょう、救いがこの家に来ました。この人もアブラハムの子なのですから。10 人の子は、失われた人を捜して救うために来たのです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. ザアカイはイエス様が自分を見て「あなたの家に泊まる」と言われた時に、どういう気持ちだったと思いますか。
2. 周りの人が批判するにもかかわらず、なぜイエス様は「罪人」のザアカイの家に行ったと思いますか。
3. ザアカイが悔い改めたことは、貧しい人々に自分のお金の半分を与え、まただましてお金を取った人には四倍にして返すと約束したことを通して明らかになりました。あなたは、このようなことをしたことがありますか。
4. この話を通して、救いについて何を学びましたか。イエス様について何を学びましたか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

愛：ヨハネ 13:34-35

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

あなたがたに新しい戒めを与えましょう。互いに愛し合いなさい。わたしがあなたがたを愛したように、あなたがたも互いに愛し合いなさい。35 もし互いの間に愛があるなら、それによってあなたがたがわたしの弟子であることを、すべての人が認めるのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. イエス様は、どういう意味で「新しい戒めを与える」と言ったのでしょうか。
2. イエス様は、ヨハネ 13 章ではどのように弟子たちを愛しましたか。
3. イエス様は、どのようにあなたを愛してくださいましたか。
4. あなたがたが互いに愛し合っていることによって、今周りの人々はあなたがたがキリストの弟子だと認めていますか。説明してください。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

愛：1 コリント 13

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 たとい、私が人の異言や、御使いの異言で話しても、愛がないなら、やかましいどらや、うるさいシンバルと同じです。2 また、たとえ私が預言の賜物を持っており、またあらゆる奥義とあらゆる知識とに通じ、また、山を動かすほどの完全な信仰を持っていても、愛がないなら、何の値うちもありません。3 また、たとえ私が持っている物の全部を貧しい人たちに分け与え、また私のからだを焼かれるために渡しても、愛がなければ、何の役にも立ちません。

4 愛は寛容であり、愛は親切です。また人をねたみません。愛は自慢せず、高慢になりません。5 礼儀に反することをせず、自分の利益を求めず、怒らず、人のした悪を思わず、6 不正を喜ばずに真理を喜びます。7 すべてをがまんし、すべてを信じ、すべてを期待し、すべてを耐え忍びます。

8 愛は決して絶えることがありません。預言の賜物ならばすたれます。異言ならばやみます。知識ならばすたれます。9 というのは、私たちの知っているところは一部分であり、預言することも一部分だからです。10 完全なものが現れたら、不完全なものはすたれます。11 私が子どもであったときには、子どもとして話し、子どもとして考え、子どもとして論じましたが、おとなになったときには、子どものことをやめました。12 今、私たちは鏡にぼんやり映るものを見ていますが、その時には顔と顔を合わせて見ることになります。今、私は一部分しか知りませんが、その時には、私が完全に知られているのと同じように、私も完全に知ることになります。13 こういうわけで、いつまでも残るものは信仰と希望と愛です。その中で一番すぐれているのは愛です。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 他の人を愛せずに生きるのは、どんなに空しいことでしょうか。1-3節にある行動が価値と意味のあることとなるためには、どうして愛がなければならぬと思いますか。
2. 4-7節で、愛が行動として示されているのはどれですか。態度としては、どれでしょうか。
3. この定義は、一般的に使われている愛とどう違いますか。
4. 他の人を愛していることは、その人の成熟の証です。もし人を愛していないなら、まだ子どもであると言えます。あなたは成熟した大人ですか。それともまだ子どもですか。
5. 愛は絶えることがなく、信仰と希望よりも優れています。このことを理解することによって、あなたの人生はどのように変わのでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

愛： 1 ヨハネ 3:14-18

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

14 私たちは、自分が死からいのちに移ったことを知っています。それは、兄弟を愛しているからです。愛さない者は、死のうちにとどまっているのです。15 兄弟を憎む者はみな、人殺しです。いうまでもなく、だれでも人を殺す者のうちに、永遠のいのちがとどまっていることはないのです。

16 キリストは、私たちのために、ご自分のいのちをお捨てになりました。それによって私たちに愛がわかったのです。ですから私たちは、兄弟のために、いのちを捨てるべきです。17 世の富を持ちながら、兄弟が困っているのを見て、あわれみの心を閉ざすような者に、どうして神の愛がとどまっているでしょう。18 子どもたちよ。私たちは、ことばや口先だけで愛することをせず、行いと真実をもって愛そうではありませんか。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 人を特に憎んでいなくてもその人に対して無関心でその人を愛していなければ、あなたはどのような状態ですか。
2. キリストが私たちのためにいのちを捨てたように、私たちは兄弟姉妹のためにどのようにいのちを捨てることができるでしょう。
3. 具体的に兄弟を愛するとは、どういうことですか。 あなたは兄弟姉妹のニーズをどのように満たすことができますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

赦し：マタイ 7:1-5

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 さばいてはいけません。さばかれないためです。2 あなたがたがさばくとおりに、あなたがたもさばかれ、あなたがたが量るとおりに、あなたがたも量られるからです。

3 また、なぜあなたは、兄弟の目の中のちりに目をつけるが、自分の目の中の梁には気がつかないのですか。

4 兄弟に向かって、『あなたの目のちりを取らせてください』などとどうして言うのですか。見なさい、自分の目には梁があるではありませんか。5 偽善者よ。まず自分の目から梁を取りのけなさい。そうすれば、はっきり見えて、兄弟の目からも、ちりを取り除くことができます。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 他の人を裁いたらどうなりますか。

2. 他の人の問題を見た時に裁かないでどうすればいいのでしょうか。

3. あなたの日常生活のどういう場面でこの教えを応用することができるでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

赦し：エペソ 4:25-32

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

25 ですから、あなたがたは偽りを捨て、おのおの隣人に対して真実を語りなさい。私たちはからだの一部分として互いにそれぞれのものだからです。26 怒っても、罪を犯してはなりません。日が暮れるまで憤ったままでいてはいけません。27 悪魔に機会を与えないようにしなさい。28 盗みをしている者は、もう盗んではいけません。かえって、困っている人に施しをするため、自分の手をもって正しい仕事をし、ほねおって働きなさい。

29 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。30 神の聖霊を悲しませてはいけません。あなたがたは、贖いの日のために、聖霊によって証印を押されているのです。31 無慈悲、憤り、怒り、叫び、そしりなどを、いっさいの悪意とともに、みな捨て去りなさい。32 お互いに親切にし、心の優しい人となり、神がキリストにおいてあなたがたを赦してくださったように、互いに赦し合いなさい。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. この箇所で、私たちはどのように話すべきだと書かれていますか。
2. 何が聖霊を悲しませるのでしょうか。
3. あなたの心に怒りや苦々しい気持ち（苦み、無慈悲）がありますか。あなたが赦して愛さなければならぬ人は誰ですか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

赦し： マタイ18:21-35

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

21 そのとき、ペテロがみもとに来て言った。「主よ。兄弟が私に対して罪を犯した場合、何度まで赦すべきでしょうか。七度まででしょうか。」22 イエスは言われた。「七度まで、などとはわたしは言いません。七度を七十倍するまでと言います。」

23 このことから、天の御国は、地上の王にたとえることができます。王はそのしもべたちと清算をしたいと 思った。24 清算が始まると、まず一万タラントの借りのあるしもべが、王のところに来て来られた。25 しかし、彼は返済することができなかったの で、その主人は彼に、自分も妻子も持ち物全部も売って返済するように命じた。26 それで、このしもべは、主人の前にひれ伏して、『どうかご猶予ください。そうすれば全部お払いいたします』と言った。27 しもべの主人は、かわいそうに思って、彼を赦し、借金を免除してやった。

28 ところが、そのしもべは、出て行くと、同じしもべ仲間で、彼から百デナリの借りのある者に出会った。 彼はその人をつかまえ、首を絞めて、『借金を返せ』と言った。29 彼の仲間は、ひれ伏して、『もう少し待ってくれ。そうしたら返すから』と言って頼ん だ。30 しかし彼は承知せず、連れて行って、借金を返すまで牢に投げ入れた。

31 彼の仲間たちは事の成り行きを見て、非常に悲しみ、行って、その一部始終を主人に話した。32 そ こ で、主人は彼を呼びつけて言った。『悪いやつだ。おまえがあんなに頼んだからこそ借金全部を赦してやったのだ。33 私がおまえをあわれんでやったように、おまえも仲間をあわれんでやるべきではないか。』34 こうして、主人は怒って、借金を全部返すまで、彼を獄吏に引き渡した。

35 あなたがたもそれぞれ、心から兄弟を赦さないなら、天のわたしの父もあなたがたに、このようになさるのです」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. あなたに対してある人がひどいことを何度も繰り返してしたとしたら、その人を赦すことは大変に難しいでしょう。それは、なぜでしょう。
2. 一万タラントというのは、現代の国家予算よりも大きな金額でした。このような金額と自分の罪のためにキリストが支払った代価とを比べて見てください。
3. 神様は、金銀ではなく、恵みによりキリストの血によって私たちの罪を赦してくださいました。どうして私たちは、一万タラントで赦されたにもかかわらず、他の人の小さな借金を赦せなかった人と同じようなことをするのでしょうか。 私たちが他の人を赦さない時、神様はなぜ怒るのでしょうか。
4. 兄弟姉妹を心から赦すというのは、どういう意味でしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

他の人に仕える：ヨハネ 13:1-17

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 さて、過越の祭りの前に、この世を去って父のみもとに行くべき自分の時が来たことを知られたので、世にいる自分のものを愛されたイエスは、その愛を残るところなく示された。2 夕食の間のことであった。悪魔はすでに シモンの子イスカリオテ・ユダの心に、イエスを売ろうとする思いを入れていたが、3 イエスは、父が万物を自分の手に渡されたことと、ご自分が神から出て神に行くことを知られ、4 夕食の席から立ち上がって、上着を脱ぎ、手ぬぐいを取って腰にまとわれた。5 それから、たらいに水を入れ、弟子たちの足を洗って、腰にまわっておられる手ぬぐいで、ふき始められた。

6 こうして、イエスはシモン・ペテロのところに来られた。ペテロはイエスに言った。「主よ。あなたが、私の足を洗ってくださるのですか。」

7 イエスは答えて言われた。「わたしがしていることは、今はあなたにはわからないが、あとでわかるようになります。」

8 ペテロはイエスに言った。「決して私の足をお洗いにならないでください。」イエスは答えられた。「もしわたしが洗わなければ、あなたはわたしと何の関係もありません。」

9 シモン・ペテロは言った。「主よ。私の足だけでなく、手も頭も洗ってください。」

10 イエスは彼に言われた。「水浴した者は、足以外は洗う必要がありません。全身きよいのです。あなたがたはきよいのですが、みなそうではありません。」 11 イエスはご自分を裏切る者を知っておられた。それで、「みなきよいのではない」と言われたのである。

12 イエスは、彼らの足を洗い終わり、上着を着けて、再び席に着いて、彼らに言われた。「わたしがあなたがたに何をしたか、わかりますか。 13 あなたがたはわたしを先生とも主とも呼んでいます。あなたがたがそう言う のはよい。わたしはそのような者だからです。 14 それで、主であり師であるこのわたしが、あなたがたの足を洗ったのですから、あなたがたもまた互いに足を洗い合うべきです。 15 わたしがあなたがたにしたとおりに、あなたがたもするように、わたしはあなたがたに模範を示したのです。 16 まことに、まことに、あなたがたに告げます。しもべはその主人にまさらず、遣わされた者は遣わした者にまさるものではありません。 17 あなたがたがこれらのことを知っているのなら、それをを行うときに、あなたがたは祝福されるのです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. もしあなたがこの中の弟子の一人で、イエス様があなたの足を洗ってくださったとしたら、あなたは
どういう気持ちになったでしょう。

2. あなたの足は、この世の中でどのように汚くなりましたか。どうしたら他の人が、あなたの人生の失敗や
汚いところを洗うことができるようになるでしょうか。あなたはどうやって、他の人に自分の失敗や汚い
部分を洗ってもらうようになれるでしょう。

3. イエス様の互いに足を洗い合いなさいという命令は、具体的にどういう意味だと思いますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

他の人に仕える：マルコ 10:35-45

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

35 さて、ゼベダイのふたりの子、ヤコブとヨハネが、イエスのところに来て言った。「先生。私たちの頼み事をかなえていただきたいと思います。」36 イエスは彼らに言われた。「何をしてほしいのですか。」37 彼らは言った。「あなたの栄光の座で、ひとりを先生の右に、ひとりを左にすわらせてください。」38 しかし、イエスは彼らに言われた。「あなたがたは自分が何を求めているのか、わかっていないのです。あなたがたは、わたしの飲もうとする杯を飲み、わたしの受けようとするバプテスマを受けることができますか。」39 彼らは「できます」と言った。イエスは言われた。「なるほどあなたがたは、わたしの飲む杯を飲み、わたしの受けるべきバプテスマを受けはします。40 しかし、わたしの右と左にすわることは、わたしが許すことではありません。それに備えられた人々があるのです。」

41 十人の者がこのことを聞くと、ヤコブとヨハネのことで腹を立てた。42 そこで、イエスは彼らと呼ばせ、言われた。「あなたがたも知っているとおり、異邦人の支配者と認められた者たちは彼らを支配し、また、偉い人たちは彼らの上に権力をふるいます。43 しかし、あなたがたの間では、そうではありません。あなたがたの間で偉くなりたいと思う者は、みなに仕える者になりなさい。44 あなたがたの間で人の先に立ちたいと思う者は、みなの上になりなさい。45 人の子が来たのも、仕えられるためではなく、かえって仕えるためであり、また、多くの人のための、贖いの代価として、自分のいのちを与えるためなのです。」

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 世の中のリーダーや権力者の考え方や態度とは、どのようなものでしょう。キリストに従う者の態度、考え方は、どう違うべきですか。
2. イエス様は「偉くなりたいと思う者は、みなに仕える者になりなさい」と言われました。これは、あなたにとって具体的にどういうことですか。
3. イエス様は、どのように人に仕えましたか。
4. あなたは、イエス様の模範に従ってどのように人に仕えますか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

他の人に仕える：ピリピ 2:1-11

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

1 こういうわけですから、もしキリストにあって励ましがあ、愛の慰めがあ、御霊の交わりがあ、愛情とあわれみがあるなら、2 私の喜びが満たされるように、あなたがたは一致を保ち、同じ愛の心を持ち、心を合わせ、志を一つにしてください。3 何事でも自己中心や虚栄からすることなく、へりくだって、互いに人を自分よりもすぐれた者と思いなさい。4 自分のことだけではなく、他の人のことも顧みなさい。

5 あなたがたの間では、そのような心構えでいなさい。それはキリスト・イエスのうちにも見られるものです。6 キリストは神の御姿である方なのに、神のあり方を捨てられないとは考えず 7 ご自分を無にして、仕える者の姿をとり、人間と同じようになられました。人としての性質をもって現れ、8 自分を卑しくし、死にまで従い、実に十字架の死にまでも従われました。

9 それゆえ神は、この方を高く上げて、すべての名にまさる名をお与えになりました。10 それは、イエスの御名によって、天にあるもの、地にあるもの、地の下にあるもののすべてが、ひざをかがめ 11 すべての口が、「イエス・キリストは主である」と告白して、父なる神がほめたたえられるためです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. なぜ愛の心を持って、一致を大事にするようにと書かれているのでしょうか。

2. イエス様の行動と態度を 5-8 節から説明してください。

3. キリストと同じ心構えで生活するとは、どういうことでしょうか。

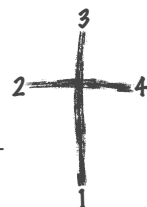
4. 神様は、どうして、またどのようにイエス様を高くあげられましたか。それは、神様について何を教えているでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

お金・与える： マタイ 6:19-24

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

19 自分の宝を地上にたくわえるのはやめなさい。そこでは虫とさびで、きず物になり、また盗人が穴をあけて盗みます。20 自分の宝は、天にたくわえなさい。そこでは、虫もさびもつかず、盗人が穴をあけて盗むこともありません。21 あなたの宝のあるところに、あなたの心もあるからです。

22 からだのあかりは目です。それで、もしあなたの目が健全なら、あなたの全身が明るいが、23 もし、目が悪ければ、あなたの全身が暗いでしょう。それなら、もしあなたのうちの光が暗ければ、その暗さはどんなでしょう。

24 だれも、ふたりの主人に仕えることはできません。一方を憎んで他方を愛したり、一方を重んじて他方を軽んじたりするからです。あなたがたは、神にも仕え、また富にも仕えるということはできません。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. イエス様はなぜ、地上に宝をたくわえないで、天に宝をたくわえなさいと言われたのでしょうか。
2. どのようにすれば天に宝をたくわえることができるでしょう。
3. あなたの宝は、どこにありますか。
4. 心が地上の宝を求めている、本当に神様に仕えることができますか。お金や富に仕えないで、どうすれば神様だけに主人として従うことができるでしょう。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

お金・与える： マタイ 6:25-34

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

25 だから、わたしはあなたがたに言います。自分のいのちのことで、何を食べようか、何を飲もうかと心配したり、また、からだのことで、何を着ようかと心配したりしてはいけません。いのちは食べ物よりたいせつなもの、からだは着物よりたいせつなものではありませんか。26 空の鳥を見なさい。種蒔きもせず、刈り入れもせず、倉に納めることもしません。けれども、あなたがたの天の父がこれを養ってくださるのです。あなたがたは、鳥よりも、もっとすぐれたものではありませんか。27 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。

28 なぜ着物のことで心配するのですか。野のゆりがどうして育つのか、よくわきまえなさい。働きもせず、紡ぎもしません。29 しかし、わたしはあなたがたに言います。栄華を窮めたソロモンでさえ、このような花の一つほどにも着飾ってはいませんでした。30 きょうあっても、あすは炉に投げ込まれる野の草さえ、神はこれほどに装ってくださるのだから、ましてあなたがたに、よくしてくだらないわけがありませんか。信仰の薄い人たち。31 そういうわけだから、何を食べるか、何を飲むか、何を着るか、などと言って心配するのはやめなさい。32 こういうものはみな、異邦人が切に求めているものなのです。しかし、あなたがたの天の父は、それがみなあなたがたに必要であることを知っておられます。

33 だから、神の国とその義とをまず第一に求めなさい。そうすれば、それに加えて、これらのものはすべて与えられます。34 だから、あすのための心配は無用です。あすのことはあすが心配します。労苦はその日その日に、十分あります。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

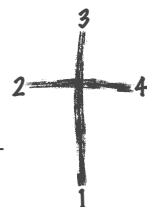
1. なぜ食べることや飲むことや着ることについて心配してはいけないのでしょうか。
2. 心配することは、何かの役に立ちますか。
3. イエス様の教えによると、どうすれば心配するのをやめることができるのでしょうか。
4. 神の国とその義とを第一に求めるために、なぜ天のお父様を信頼しなければならないのでしょうか。
5. まず神の国とその義とを求めるなら、「これらのものはすべて与えられます」と本当に信じていますか。そうならば、あなたの毎日の生活はどのように変わるべきでしょうか。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う

お金・与える： 2 コリント 9:6-11

日付:



Step 1- イエス様とともにみことばを読む

6 私はこう考えます。少しだけ蒔く者は、少しだけ刈り取り、豊かに蒔く者は、豊かに刈り取ります。7 ひとりひとり、いやいやながらでなく、強いられてでもなく、心で決めたとおりにしなさい。神は喜んで与える人を愛してくださいます。

8 神は、あなたがたを、常にすべてのことに満ち足りて、すべての良いわざにあふれる者とするために、あらゆる恵みをあふれるばかり与えることができます。9 「この人は散らして、貧しい人々に与えた。その義は永遠にとどまる。」と書いてあるとおりです。

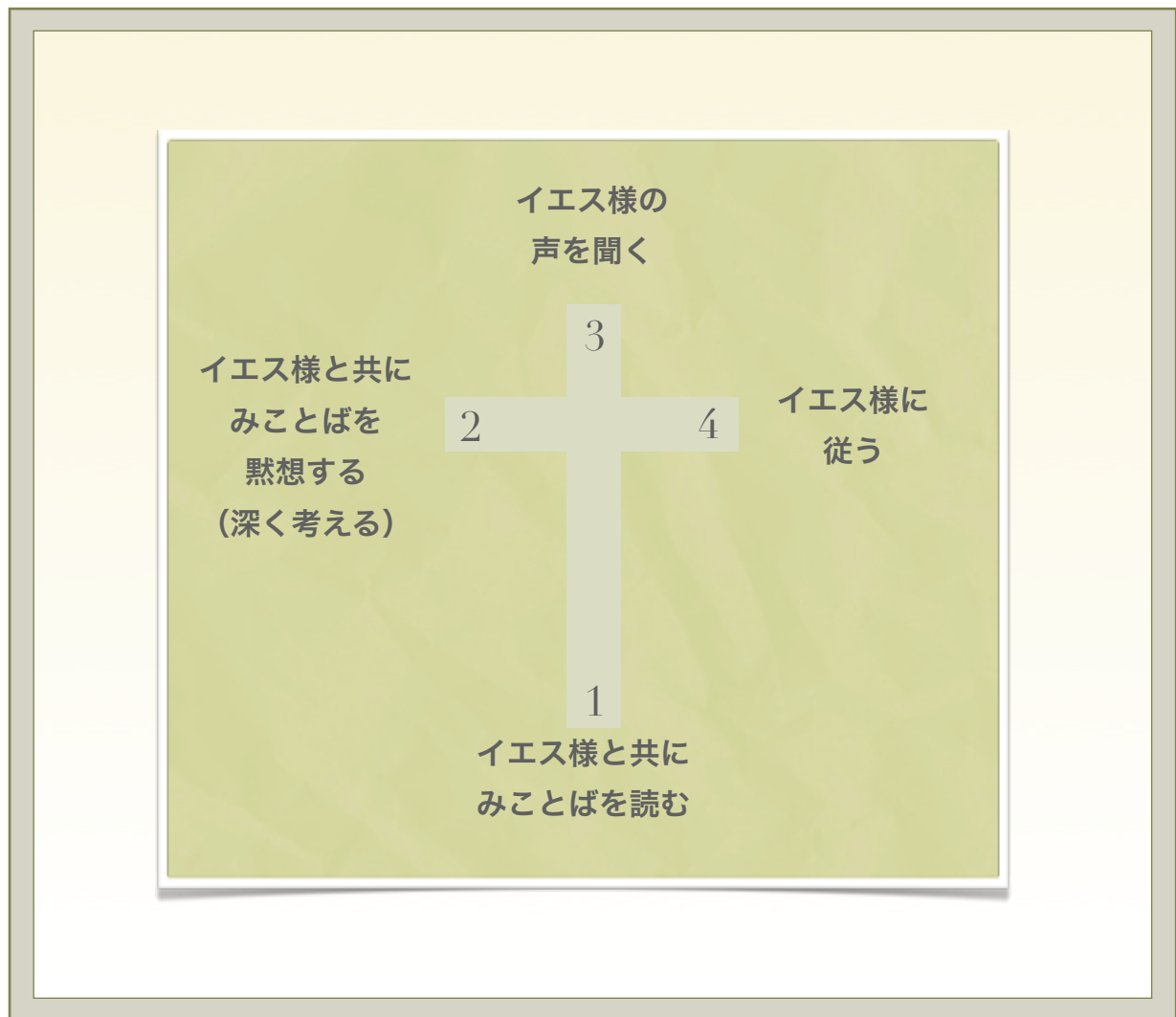
10 蒔く人に種と食べるパンを備えてくださる方は、あなたがたにも蒔く種を備え、それをふやし、あなたがたの義の実を増し加えてくださいます。11 あなたがたは、あらゆる点で豊かになって、惜しみなく与えるようになり、それが私たちを通して、神への感謝を生み出すのです。

Step 2- イエス様とともにみことばを黙想する（深く考える）

1. 自分の言葉で6-7節をまとめてください。「豊かに蒔く」とは、どういう意味ですか。「豊かに刈り取る」とは、どうでしょう。
2. どのようにして神様は、私たちの必要を満たされますか。なぜ神様は、私たちの必要を満たしてくださるのでしょうか。神様の与え、備えてくださるものはどれほどに十分なものでしょうか。
3. 10-11節によると私たちが豊かに与えた結果は、何だと言ってますか。
4. あなたは、喜んで与える人ですか。気前が良いですか。豊かに与えたら、豊かに刈り取ると信じますか。もう少し説明してみてください。

Step 3- イエス様の声を聞く

Step 4- イエス様に従う



「わたしがあなたがたに話したことは、霊であり、またいのちです。」

ヨハネの福音書 6:63b

そこで、イエスは、聖書を悟らせるために彼らの心を開いた。

ルカの福音書 24:45