

そう だい
総 題 「キリストにある休み」

だいいっ か いちにちにじゅうよじかん しゅうなの かしやくかい い
第1課 1日24時間、週7日社会に生きる

さなだ おさむ
真田 治

いち あんそくにち ごご
1. 安息日午後

しゅ い
主イエスさまは「わたしのもとに来なさい。休ませてあげよう」(マタイ福音書 11章 28節) と言っ
ておられます。主イエスさまのもとに行き休むのは、2000年前の人々だけではありません。今の時代を生き
ている 私たちも、主イエスさまを信じて、私たちが心の中で思っていることを正直に主イエスさまにお伝えし、
主イエスさまと一緒に 私たちも休むことができます。

こんき しちがつ はちがつ くがつ さんかげつかん やす たいけん しゅ
今期、7月・8月・9月の3ヶ月間、「キリストにある休み」を体験しましょう。主イエス・キリストさまによ
って休ませていただく喜びを、体験させていただきます。

に にちようび つか よわ
2. 日曜日：疲れて弱って

きゅうやくせいしよ そうせいきにしょういち さんせつ よ
旧約聖書の創世記2章 1～3節を読みましょう。
てんちばんぶつ かんせい だいなな ひ かみ ごじぶん しごと かんせい だいなな ひ かみ ごじぶん しごと はな
「天地万物は完成された。第七の日に、神は御自分の仕事を完成され、第七の日に、神は御自分の仕事を離れ、
あんそく ひ かみ そうぞう しごと はな あんそく だいなな ひ かみ しゅくふく せいべつ
安息なされた。この日に神はすべての創造の仕事を離れ、安息なされたので、第七の日を神は祝福し、聖別さ
れた。」

そうせいきにしょういち さんせつ てんちばんぶつ そうぞう かみ かんせい ちよくご つか
創世記2章 1～3節は、天地万物の創造が神さまによって完成された直後のことで、まだだれも疲れていな
い前のことです。まだだれも疲れていないのに安息して休む日が神さまによって聖別されたのは、どうしてでしょ
うか？

きゅうやくせいしよ しゅつ きにじっしょうじゅういっせつ よ
旧約聖書の出エジプト記20章 11節を読みましょう。
むいか あいだ しゅ てん ち うみ つく なのかめ やす しゅ あんそくび しゅくふく
「六日の間に主は天と地と海とそこにあるすべてのものを造り、七日目に休まれたから、主は安息日を祝福
して聖別されたのである。」

まだだれも疲れていないのに安息して休む日が主なる神によって聖別されたのは、どうしてでしょうか？
むいか あいだ しゅ てん ち うみ つく なのかめ やす わたし にんげん わす
六日の間に主が天と地と海とそこにあるすべてのものを造り、七日目に休まれたことを私たちが忘れな
いために、主は安息日を祝福して聖別されたのです。私たちが疲れていても疲れていなくても、神さまは私
たちと一緒に休んでくださいます。私たちが疲れて弱っているから安息日が必要なわけではありません。神さま
のことを忘れないために、私たちに安息日の休みが必要なのです。創造主であり救い主である神さまを忘れ
ないために、私たちが安息日を聖別して守ります。

「安息日は、人のために定められた。人が安息日のためにあるのではない」(マルコ福音書2章27節)と主イエスさまは言っておられます。あなた自身が神さまを知り、他の方々にも神さまのことを伝えるために、安息日は聖別されているのです。

3. 月曜日：空になっても走り続ける

太宰治という小説家を知っておられますか。『走れメロス』とか『富嶽百景』とかの作品が有名ですね。太宰治が書いた小説の中で、最も多く引用されている聖書の御言葉は、「隣人を自分のように愛しなさい」(マタイ福音書22章39節)なのだそうです。隣人を愛する。自分自身のように隣人を愛する。どうやって隣人を愛するのか。そして、どうやって自分自身を愛するのか。太宰治は自分を愛し隣人を愛することについて悩み、小説の登場人物によっても自分を愛し隣人を愛する悩みを表現したのです。「私の苦悩の殆ど全部は、あのイエスという人の、『己を愛するがごとく、汝の隣人を愛せ』という難題一つにかかっていると書いてもいいのである」(『如是我聞』1948(せんきゅうひゃくよんじゅうはち)年)とも太宰治は書いています。隣人を愛することについて悩んだ太宰治は何度も自殺未遂を繰り返し、ついに本当に自ら命を絶っています。自殺の直前の約1年間には、自分を愛し隣人を愛することと自殺の関係についても書いています。聖書を真剣に読み、聖書の教えを真剣に守ろうとした太宰治なのに、どうして自殺してしまったのでしょうか。理由は多分、主イエスさまの御言葉の半分だけに興味を持って、残りの半分には興味を持たなかったからです。主イエスさまは語っておられます。「心を尽くし、精神を尽くし、思いを尽くして、あなたの神である主を愛しなさい。これが最も重要な第一の掟である。第二も、これと同じように重要である。『隣人を自分のように愛しなさい。』律法全体と預言者は、この二つの掟に基づいている」(マタイ福音書22章37~40節)。

「隣人を自分のように愛しなさい」については小説や随筆で何度も引用している太宰治ですが、「心を尽くし、精神を尽くし、思いを尽くして、あなたの神である主を愛しなさい」について、じつは一度も引用していません。隣人を愛することについて悩み続けた太宰治は、隣人を愛する愛が神さまから与えられることに気がついていなかったのかも知れません。神さまからの愛を受け取らないで隣人を愛そうと続けるなら、自分が空っぽになります。外から入って来る愛がないのに中から出て行く愛ばかりが多いと、自分が空っぽになってしまうのです。

空っぽになっても走り続けようとする人々に、神さまは「休みなさい」と言われます。主イエスさまと一緒に休み、「キリストにある休み」を体験し、神さまによって愛されるために、私たちに休みが必要です。「自分は空っぽだな」と思っている方々は、神さまから愛されていることがもっとよく分かるようになるために、少し長めの休みを取ってみてはいかがでしょうか。隣人を愛することを少し忘れて、神さまから愛されていることに専念することも、私たちに必要なのです。

よん かようび きゅうやくせいしよ やす ていぎ
4. 火曜日：旧約聖書における休みの定義

きゅうやくせいしよ か やす ことば いみ しごと きゅうか と
旧約聖書に書いてある「休み」という言葉には、いろいろな意味があります。「仕事をやめる」、「休暇を取る」、
あんしん しずか へいわ へいあん あた ねむ
「安心している」、「静かにしている」、「平和」、「平安を与える」、「眠る」などです。

「休み」という言葉にはいろいろな意味があるように、休むことは、いろいろなことに必要です。休みは、私
けんこう にんげんかんけい まも ひつよう やす わたし かんじょう まも ひつよう
たちの健康や人間関係を守るために必要なものです。そして休みは、私たちの感情を守るためにも必要なの
です。

さんかげつかん やす まな しん やす あんしん み
これからの3ヶ月間の「キリストにある休み」の学びで、キリストを信じて休むことの安心を身につけましょう。
しつもん
質問します。

やす ひ やす じかん いちばん す す かな か
あなたは休みの日や休みの時間に、なにをするのが一番好きですか？好きなことを書いてください。

やす ひ やす じかん かんが いちばん す す かな か
あなたは休みの日や休みの時間に、なにを考えるのが一番好きですか？好きなことを書いてください。

やす ひ やす じかん いっしょ いちばん す いっしょ ひと か
あなたは休みの日や休みの時間に、だれと一緒にいるのが一番好きですか？一緒にいたい人を書いてくだ
さい。

ご すいようび しんやくせいしよ やす
5. 水曜日：新約聖書における休み

ふくいんしよろくしやうさんじゅうさんじゅうにせつ よ
マルコ福音書6章30～32節を読みましょう。

「さて、使徒たちはイエスのところに集まって来て、自分たちが行ったことや教えたことを残らず報告した。イ
エスは、『さあ、あなたがただけで人里離れた所へ行ったら、しばらく休むがよい』と言われた。出入りする人が多
く、食事をする暇もなかったからである。そこで、一同は舟に乗って、自分たちだけで人里離れた所へ行った。」

ふくいんしよろくしやうさんじゅういっせつ しゆ やす い やす
マルコ福音書6章31節で主イエスさまが「しばらく休むがよい」と言われた「休む」は、「リラックスす
る」とか「元気づける」とかの意味です。しかし、舟に乗って自分たちだけで人里離れた所へ行った弟子たちは、
リラックスすることができませんでした。すぐ後の、マルコ福音書6章33～44節を読みましょう。

「ところが、多くの人々は彼らが出かけて行くのを見て、それと気づき、すべての町からそこへ一斉に駆けつけ、
かれより先に着いた。イエスは舟から上がり、大勢の群衆を見て、飼い主のいない羊のような有様を深く憐れ
み、いろいろと教え始められた。そのうち、時もだいぶたったので、弟子たちがイエスのそばに来て言った。『ここ
は人里離れた所で、時間もだいぶたちました。人々を解散させてください。そうすれば、自分で周りの里や村へ、
なに た もの か い たい
何か食べる物を買って行くでしょう。』これに対してイエスは、『あなたがたが彼らに食べ物を与えなさい』とお答
えになった。弟子たちは、『わたしたちが二百デナリオンものパンを買って来て、みんなに食べさせるのですか』と言
った。イエスは言われた。『パンは幾つあるのか。見て来なさい。』弟子たちは確かめて来て、言った。『五つありま
す。それに魚が二匹です。』そこで、イエスは弟子たちに、皆を組に分けて、青草の上に座らせるようにお命じに
なされた。人々は、百人、五十人ずつまとまって腰を下ろした。イエスは五つのパンと二匹の魚を取り、天を仰
いで賛美の祈りを唱え、パンを裂いて、弟子たちに渡しては配らせ、二匹の魚も皆に分配された。すべての人が
た まんぶく ぐず さかな のこ あつ じゅうに かご た ひと おとこ
食べて満腹した。そして、パンの屑と魚の残りを集めると、十二の籠にいっぱいになった。パンを食べた人は男
ごせんにん
が五千人であった。」

男^{おとこ}だけで五千人もの人々に、弟子^{でし}たちはパン^{くぼ}を配^{でし}ることになりました。だから弟子^{いそが}たちは、忙^{いそが}しくなりリラックスできなかつたのです。

主イエス^{しゅ}さまが「しばらく^{やす}休^いむがよい」と言^{でし}われたので、弟子^{じぶん}たちは自分^{ひとごと}たちだけで人里^{ところ}離れた^い所^いへ行^いったのです。しかし大勢^{おおぜい}の群衆^{ぐんしゅう}が湧^かきつけ^{でし}てきたので、弟子^{やす}たちは休^いむことができず、リラックスできませんでした。どうして^{しゅ}でしょうか？ 主イエス^いさまが言^いわれたとおりに人里^{ひとごと}離れた^{ところ}所^いへ行^{しゅ}ったのに、主イエス^いさまが言^いわれたとおりに休^{やす}むことができなかつたのは、どうして^いでしょうか？

じつは、主イエス^{しゅ}さまが弟子^{でし}たちに「しばらく^{やす}休^いむがよい」と言^いわれた本当^{ほんとう}の目的^{もくてき}は、神^{かみ}さまのこ^{でし}を弟子^{おも}たちが思^だい出すため^だだったのです。

マルコ福音書^{ふくいんしよろくしよさんじつせつ} 6 章 30 節^{しと}には、「使徒^{あつ}たちはイエス^きの^{じぶん}ところに集^{おこな}まって来て、自分^{おし}たちが行^{おし}ったこと^{おし}や教^{おし}えたことを残^{のこ}らず報^{ほうこく}告^かした」と書^{しと}いてあります。使徒^{しゅ}たちという^{じゆうに}のは主イエス^{でし}さまの十二^{じゆうに}人の弟子^{じゆうに}たちのこと^{じゆうに}です。十二^{じゆうに}弟子^{じゆうに}たちは伝道^{でし}旅行^{でんどうりょこう}から帰^{かえ}ってきて、自分^{じぶん}たちや行^{おこな}ったこと^{おし}や教^{おし}えたことを主イエス^{しゅ}さまに報^{ほうこく}告^{かみ}しました。神^{かみ}さまの恵^{めぐ}みに満^みちた権^{けんい}威^みある御^み業^{わさ}を主イエス^{しゅ}さまに報^{ほうこく}告^{でし}したのではありませ^{じぶん}ん。弟子^{ほうこく}たちは自分^{でし}たちのこと^{じぶん}を報^{ほうこく}告^{しゅ}しました。弟子^{でし}たちは神^{かみ}さまのこ^{わす}を忘^{じぶん}れて自分^{かんが}たちのこと^{かみ}ばかりを考^{かみ}えていた^{じぶん}ので、神^{かみ}さまのこ^{じぶん}ではな^{じぶん}く自分^{じぶん}たちのこと^{じぶん}を報^{ほうこく}告^{しゅ}したのです。だから主イエス^{でし}さまは、弟子^{でし}たちが神^{かみ}さまを思^{おも}い出^だせるように「しばらく^{やす}休^いむがよい」と言^いわれました。そして、少し^いのパン^ふを増^{おおぜい}やして大勢^{ぐんしゅう}の群衆^たが食^{まんぶく}べて満腹^{かみ}できる神^{かみ}さまの奇^き跡^{せき}を見^みせることによ^いって、神^{かみ}さまのこ^{でし}を弟子^{やす}たちに気^{やす}づかせた^{しん}のです。なにもしな^{しん}い休^{やす}みではな^{しん}く、パン^{やす}の出来^{でき}事^{ごと}を見て神^{かみ}さまへ^{かみ}の信^{しん}仰^いを新^{しん}たにする休^{やす}みが、弟子^いたちには必要^いだった^いのです。主イエス^いさまが弟子^いたちに「しばらく^い休^いむがよい」と言^いわれた本当^{ほんとう}の目的^{もくてき}は、神^{かみ}さまのこ^{おも}を弟子^だたちが思^だい出すため^だでした。

私^{わたし}たちが休^{やす}んだりリラックスしたりする本当^{ほんとう}の目的^{もくてき}も、私^{わたし}たちが神^{かみ}さまを思^{おも}い出^だすこと^{かみ}です。神^{かみ}さまの恵^{めぐ}みに満^みちた権^{けんい}威^みによ^いって御^み業^{わさ}が進^{すす}められることを私^{わたし}たちが忘^{わす}れな^{わす}い^{わす}ために、私^{わたし}たちには休^{やす}みが必要^{ひつよう}です。

6. 木曜日：休^{やす}みなくさすらう者^{もの}

火曜日^{かようび}の最後^{さいご}に、質^{しつもん}問^{もん}をいたしました。

あなた^{やす}は休^ひみの日^{やす}や休^{じかん}みの時間^{いちばん}に、な^すにをす^するのが一番^いお好き^すですか？

あなた^{やす}は休^ひみの日^{やす}や休^{じかん}みの時間^{かんが}に、な^いにを考^いえるのが一番^いお好き^すですか？

あなた^{やす}は休^ひみの日^{やす}や休^{じかん}みの時間^{いっしょ}に、だれ^いと一緒^いにいるのが一番^いお好き^すですか？

もしも主イエス^{しゅ}さまのこ^{わす}を忘^{かた}れている方^{いま}がいら^{おも}っしや^だいしたら、今^{すいようび}、思^よい出^いしましょう。水曜日^{すいようび}に読^よみましたように、私^{わたし}たちが休^{やす}んだりリラックスしたりする本当^{ほんとう}の目的^{もくてき}は、私^{わたし}たちが神^{かみ}さまを思^{おも}い出^だすこと^{かみ}です。

木曜日^{もくようび}のタイ^{やす}トルである「休^{もの}みなくさすらう者^{かみ}」という^{かみ}のは、神^{めぐ}さまの恵^みみに満^{けんい}ちた権^{たよ}威^{じぶん}に頼^{ちから}らないで自分^{ちから}の力^{じぶん}に頼^{ちから}っている人^{じぶん}のこと^{じぶん}です。「さすらう者^{じぶん}」という^{じぶん}のは、落^おち着^つきがな^おくて、うろ^うろ動^{うご}き回^{まわ}る人^{ひと}のこと^{じぶん}です。ご自分^{じぶん}の気^き持^もちが落^おち着^つか^{かん}ないと感じ^{かた}ている方^{せいしよ}は、聖^よ書^いを讀^{やす}んでお祈^とりするた^{からだ}めの休^{うご}みを取^{まわ}りま^{うご}しょう。体^{からだ}は動^{うご}き回^{まわ}っているけど心^{こころ}が空^{から}っぽだ^{かん}など感じ^{かた}ている方^{いっじかん}は、1時間^{いっじかん}ごと^{いっじかん}に1分^{しゅ}間^{かんが}ず^{かんが}つ、主イエス^{しゅ}さまのこ^{かんが}を考^{かんが}えま^{かんが}しょう。

朝^{あさ}9時^くから9時^く1分^じまでの1分^{いっぶんかん}間^{いっぶんかん}、10時^{じゅうじ}から10時^{じゅうじ}1分^{いっぶんかん}までの1分^{いっぶんかん}間^{いっぶんかん}、11時^{じゅういちじ}から11時^{じゅういちじ}1分^{いっぶんかん}までの1分^{いっぶんかん}間^{いっぶんかん}、

1 分間、起きている間は1時間ごとに1分間ずつ、主イエスさまのことを考えるのです。「さすらう者」から「信仰の人」へ、神さまによって私たちが造り変えていただきたいと思います。全知全能の神さまが私たちひとりひとりを豊かに祝福してくださると信じます。

7. 金曜日：さらなる研究

コロナの時代になりました。たくさんの人数が集まるのが難しい時代です。イベントを開くことも難しくなりました。

しかし私は、コロナの時代になった後、コロナの時代になる前よりも、伝道が楽しくなりました。たくさんの人数を集めることを考えなくなりました。イベントの企画を考えなくなりました。人数やイベントではなく、ひとりひとりとの出会いを大切にすることが、以前よりもできるようになりました。たくさんの人数が集まる集会は休みです。イベントも休みです。休むことは神さまの恵みだと私は思います。人数やイベントに頼るのではなく神さまの権威に頼って伝道できるようになります。神さまがひとりひとりを救ってくださいます。神さま御自身がおひとりおひとりの人を救ってくださる出来事を私たちが見せていただくために、私たちは休まなければなりません。以前は当たり前だと思い込んでいた人間の常識を止めて、休みましょう。そして、神さまの常識を教えていただけるように、心を静かにしましょう。

『各時代の希望』という本の中巻 9 9 ページに、次のように書いてあります (『希望への光』857 《はっぴやくごじゅうなな》ページ)。

「人々は、活動が増し、神のためのどんな働きにも成功するようになると、人間的な計画や方法にたよる危険がある。…われわれは、失われた者の救いのために熱心に働く一方では、瞑想と祈りと神のみことばの研究に時間をとらねばならない。多くの祈りによってなしとげられ、キリストの功績によってきよめられた働きだけが、善に対して力のあるものであったことが最後にわかるであろう」。

「キリストにある休み」。

2021 (にせんにじゅういち) 年7月・8月・9月が、祝福に満ちた1日1日になりますよう、お祈りいたします。