

The Way

BACK TO
THE ALTAR

HOW TO LIVE DAILY AS
A DISCIPLE OF JESUS



祭壇に立ち返る道

イエスの弟子として日々どう生きるか

「わたしは道であり、真理であり、命である。わたしを通らなければ、だれも父のもとに行くことができない。」（ヨハネ 14:6）

主な執筆者 ドン・マクラファティ

2023年9月、Back to the Altar世界総会のイニシアチブの許可を得て改訂、更新、再版。

著作権 2023年、世界総会

オリジナル著作権 2021年 ドン・マクラファティ著 In Discipleship

表紙デザイン：ケンドラ・ミランダ

これらの資料を個人用に編集してくれたメロディ・メイソンに感謝する。また、リン・マシアスとケンドラ・ミランダが、友、救い主、主としてのイエスに従うという、人生を変えるこれらの原則を明確に示すために、編集しながら祈ってくれたことにも感謝する。

※本文中の聖句は、新共同訳を使用

目次

導入__祭壇に立ち返る道	4
弟子・リーダー向けメモ__本書の使い方	6
祭壇に戻る - 原則1	
ありのままの自分でイエスに近づく.....	11
祭壇に戻る - 原則2	
イエスを主として敬う	20
祭壇に戻る - 原則3	
御言葉と祈りの中でイエスを発見する	31
祭壇に戻る - 原則4	
新鮮な聖霊のバプテスマを受ける.....	39
祭壇に戻る - 原則5	
家族を惜しみなく愛する	46
祭壇に戻る - 原則6	
他の人々をイエスの弟子へ.....	55
祭壇に戻る - 原則7	
神から与えられた使命を生きる	63
次のステップ__もしあなたがイエスの弟子として生きたら？	70
付録1__祈りの夜.....	73
付録2__証の伝え方.....	75
付録3__家族礼拝を作るためのアイデア	77
付録4__神から与えられた使命を見つける	85
付録5__より健康的なデジタル習慣のためのヒント.....	88
付録6__健全な弟子を育てるためのヒント.....	90
付録7__神の言葉を体験する鍵.....	94
祭壇に戻る一弟子訓練のための教材	96

導入

祭壇に立ち返る道

「エリヤはすべての民に向かって、「わたしの近くに来なさい」と言った。すべての民が彼の近くに来ると、彼は壊された主の祭壇を修復した。」(列王記上18:30)。

親愛なる友人たちへ

イエス・キリストの弟子として毎日を生きたいと願っていますか？

聖霊が、あなたがイエス・キリストの弟子として一瞬一瞬を生きる時、イエス・キリストへの礼拝を人生の中心に据えるよう、あなたの個人的な炎と情熱を奮い立たせ、再び燃え立たせてくださるよう、心から祈ります！イエスは神の祭壇と御座に戻る**道**です。

私たちは、簡単な活動や魂の課題を盛り込んだこの小冊子が、あなた個人をイエスに近づけるだけでなく、あなたの家族、あなたの集会、そしてあなたの友人や隣人を、**祭壇に生きる**イエスの日常的な弟子へと導くための実践的なツールを与えてくれることを祈ります。

エレン・ホワイトは1900年代初頭に次のように書いている：

「世界はかつてみられなかったような緊張につつまれている。娯楽に、金もうけに、権力争いに、生存競争に、心も魂も肉体も恐るべき力にひきずられている。このたけり狂うあらしのさなかに神は静かにお語りになっている。神はわれわれにその中から出て神と交われと仰せになっている。「静まって、わたしこそ神であることを知れ」（詩篇 46：10）と神は仰せになっている。

祈りの一時においてさえ、真に神と交わる祝福を受けられない人が多い。彼らはあまりに性急である。彼らは急ぎ足でやってきて、キリストの愛の座に割り込み、聖なる囲いの中にしばらく休息するが、しかし勧告を待ち望む気持ちがない。彼らは天来の教師と共にとどまる時間を持つとうとしない。そうして重荷を負ったまま働きにかえって行くのである。

このような働き人は、力の秘訣を学ばないかぎり決して最高の成功に到

達し得ないであろう。知・徳・体の能力が一新されるためには、考え、祈り、神のみそばに仕える時間をもたなければならない。みたまの力によって高められなければならない。この力を受けるときに、新鮮な生命がよみがえるであろう。疲れた身体と頭脳は生気をとりもどし、心の重荷は軽くなるであろう。

我々にとって必要なことは、神のみ前にちょっとひと休みすることではなくてキリストと直接に交わること、座してキリストと交わることである。（エレン・G・ホワイト『教育』307, 308ページ）。

これこそ、私たちが毎日礼拝で急がされることのない時間を過ごすことで受け取ることができるものなのだ。イエスはあなたとの出会いを待っておられる！あなたはイエスと会い、日々祭壇で生活しながら、イエスの弟子となることの意味を新たに学ぶ準備ができていますか？

祭壇への道であるイエスに従う、この7部構成の旅にご参加ください。

祭壇に戻る 総会リーダーシップ・チーム

ラモン・J・	ドン・マクラファテ
カナルス ド	イメロディ・メイソ
ウェイン・エ	ンケンドラ・ミラン
スモンドジ	ダ ジョナサン・ウォ
ヨン・フィー	ルター
ザー パベ	
ル・ゴイア	

弟子・リーダー向けメモ

本書の使い方

本書は、あなた自身のため、そして神が『祭壇に立ち返る道』を導くためにあなたを召された人々のために、リバイバルの教材となるようデザインされています。

各セクションの冒頭には、個人的なインスピレーションのための簡単な考えをいくつか紹介し、その後、イエスの弟子となるための「祭壇に戻る」7つの原則を教える、より詳細で双方向的な方法を紹介し、これらの教材は、個人の成長のため、あるいは小グループのために使うことができます。

イエスは「だから、あなたがたは行って、すべての民をわたしの弟子にしてください。」（マタイ28:19）と言われる。

本書全体を通して、各原則は指導の目的で次のような形式をとっています。小グループを指導する場合は、以下のタイトルの「小グループ指導者の手引き」のセクションにすぐに飛ぶことをお勧めします。一つの小グループを指導する場合も、複数の小グループを指導する場合も、同じ形式に従ってください。そうすることで、各グループは最初から積極的に参加することができます。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

- スモールグループ内でのつながりと友情を深め、グループのメンバーが互いの必要を理解するのに役立つ質問が用意されている。
- 参加者は、神が前回のレッスンの課題をどのように適用するのを助けてくださったかを分かち合う機会が与えられる。

コネクト

- 簡単な対話式のアクティビティが用意されており、グループメンバーが神の御言葉に触れ、心を整えるのに役立ちます。これは、次のレッスンで教えられる聖書の真理への橋渡しとなる。
- また、活動から学んだことについての簡単な報告も含まれるかもしれない。

より深い学びを始める前に、「祭壇に戻る」弟子訓練レッスンの目的を紹介する。

発見

- 常に祈り、神を礼拝し、聖霊に御言葉を教えていただくことから始める。
- イエス・キリストを知り、イエス・キリストとの関係の中で祭壇に立つとはどういうことかを理解するために、神の御言葉を探求するのだ。

実践

- 神の御言葉で学んだことを実践的に適用し、行動する機会が提供される。
- 発見された真理に従うことを誓うグループが、祈りの中で神の祝福を求める時間。

祭壇への挑戦

- 最後に、学んだ聖書の原則に基づいた実践的な課題と持ち帰り課題が参加者に与えられる。この課題は、参加者がイエスとの関係を育み、実生活に応用して祭壇で日々生活することに挑戦するためのものである。

この資料を使って複数の小グループを指導する場合は、各グループを6人以下に分けてください。リーダーであるあなたは、一度に多くの小グループに発表することができます。可能であれば、『祭壇に立ち返る道』（あなたが手にしている本）の原則をすでに学んだ他の弟子たちに手伝ってもらって、各小グループを進行するとよいでしょう。

指導者として、自分が主イエスの恵みによって生きていることだけを教えるという決意をなさいます。言い換えれば、生きていなければ教えるな、ということ。私たちは皆、救い主を必要とする罪人であり、破れ、不完全な人間なので、各原則を完璧に実践できるようになるまで待つてから教えるではありません。そうではなく、これらの原則を今すぐ日常生活の中で実践し、イエスを歩み、語り、分かち合うためのあなた自身の継続的な旅路の中から教えるのです。あなたのリーダーシップの旅路において、現実であり続けなさい。すでに霊的に到達した者として指導するのではなく、あなた自身が「祭壇に戻る」旅路の中で成長し続けている者として指導しましょう。できる限り、個人的な証しを分かち合ひましょう。参加者は、絵に描いたような完璧なプレゼンテーションよりも、あなたの謙

遜さと弱さに反応するでしょう。

もしあなたが、これらの原則を指導したり教えたりするのに不十分だと感じているなら、それは良いことです。なぜなら、あなたは聖霊があなたを通して力強い働きをしてくださる絶好の場所にいるからです！(個人的な証しを立てるのに助けが必要な場合は、付録2を参照してください)

準備はよいですか？では始めましょう！

イエスの弟子とは？

あなたは不思議に思うかもしれない：イエスの弟子とは何だろう？書かれた神の言葉は、この質問に答えている。

このテーマについて聖霊が他にどんな発見を与えてくださるか、以下の聖書箇所を調べながら祈ってください。

イエスの弟子は...

マタイ4:18-20

- イエスが導かれるところならどこにでも従う
- 彼をマスター・コマンダーとして信頼する
- 主に従う邪魔になるものはすべて捨てる
- 主との有意義な関係を維持する
- あらゆる面で主のようになりたいと切望している
- 人を釣る漁師になることを彼から学ぶ

ヨハネによる福音書8章31節、32節

- イエスの御言葉に続く
- 真実を知る
- 真理の中に自由を見出す

ヨハネによる福音書13章35節

- 人を愛する

ヨハネによる福音書15章7節、8節

- 多くの実を結ぶ

- イエスにある

マタイによる福音書16章24節

- 自己を否定し、自分の望みよりもイエスを優先する
- 十字架を背負う
- イエスに忠実であるために苦しみを厭わない

マタイ28:19、20

- あらゆる国の人々を弟子にするために行く
- 父、子、聖霊の名によって洗礼を授ける
- イエスが命じられたすべてのことに従うよう、他の弟子たちに教える

使徒言行録1:5、8

- 聖霊によるバプテスマを受ける
- どこでも力強い証人

私たち全員が神に問うべきことは、「私は今、イエスの弟子として生きているだろうか？

リーダーの心得

小グループを指導している場合は、研究を始める前に、参加者一人一人に以下の匿名アンケートに答えてもらいましょう。ペンと紙を配り、各質問に「はい」か「いいえ」で答えるだけでよいことをグループのメンバーに知らせる。質問を読み上げ、全員に答えを書く時間を与える。その後、回収し、各質問の「はい」「いいえ」を合計し、その結果をグループで共有する。

匿名アンケートの弟子に関する質問（はい、いいえで答えてください）

1. 今持っているものよりももっと多くのものをイエスとともに渴望しているか？
2. 信仰による恵みによって救われたことについて、平安がありますか？
3. あなたは毎日、神の書かれた御言葉の中で、有意義で急かされることのない、神と二人きりの時間を過ごしているだろうか？
4. あなたは毎日、有意義で急がないう祈りの時間を持つことができますか？
5. あなたは、自分の態度や電子機器を含め、自分自身のすべてと、持つ

ているすべてのものの主として、イエスに日々明け渡しているだろうか？

6. 毎日、聖霊の新鮮なバプテスマを願い、受けていますか？
7. 家族を犠牲的に愛しているか？
8. 家にいるとき、配偶者や子どもたちと毎日家族礼拝をしていますか？
9. あなたを奴隷にするもの（恨み、依存症、電子機器、ポルノ、食欲など）から解放されていますか？
10. あなたは現在教会の家族以外の誰かを弟子にして、イエスを信頼し、従い、分かち合っていますか？

その結果は通常、目を見張るようなものであり、気が遠くなるようなものだ。

分かち合った後、皆に少し時間をとって祈ってもらい、その結果について聖霊に何を伝えたいかを尋ねてもらう。

この祈りの後、イエスの弟子として毎日生きるための「祭壇に戻る」7つの原則を、聖霊が一人ひとりの心に受け入れ、生きる準備を整えてくださるよう祈りましょう。

「主は、私たちが一生かけても成し遂げられないほどのことを、たった一時間で成し遂げられます。そして、主がご自分の民が完全に聖別されたのをご覧になった時、偉大な業が短期間のうちに成し遂げられ、真理のメッセージが、これまで宣べ伝えられたことのない地の暗い場所へと届けられるでしょう。」(Ellen G. White, *Sermons and Talks*, vol. 1, p. 306.5)

祭壇に戻る - 原則1

毎日...

ありのままの自分でイエスに近づく

イエスのもとに来るには、自分がある状態になければならないと感じることはないだろうか。前向きで、幸せで、責任感があり、肉体的にも精神的にも清潔でなければならぬと思っているかもしれない。もしかしたら、イエスがあなたを受け入れてくださる前に、霊的なものを感じ、人生を整えなければならぬと思っているかもしれない。

靈感の言葉にはこうある：

もし今、あなたが悔い改めをもってイエスのもとに来るなら、イエスは、罪深く汚れたあなたを、ありのままに受け入れてくださる。イエスはあなたの罪を取り除き、ご自身の義をあなたに与えてくださる。あなたはイエスを見つめ、イエスを個人的な救い主、世の罪を取り除く神の小羊として信じるのだ。子供のように単純に、信仰をもってイエスのもとに来なさい。そうすれば、「わたしのもとに来る者を、わたしは決して追い出さない。ヨハネ6:37」本物の信仰によってキリストを受け入れることで、あなたはこの尊い賜物によって天国のすべてを得るのです。
(*Letters and Manuscripts, Letter 29, 1893, vol. 8, par. 5*)

このレッスンでは、まず何も変えることなく、ありのままの自分でイエスのもとに来ることの本当の意味を探る。

祈りなさい：この最初の「祭壇に戻る」原則を読み、学び始める時（あるいは教える準備をする時）、新鮮で有意義な方法で神の御言葉を教えてください、神に聖霊を送ってくださるようお願いしてください！そして、神の御言葉からのメッセージをあなたの心と魂の奥深くに、あなたがもはや同じではいられないほどに、奥深くに伝えてくださるよう、神にお願いしてください。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. グループの輪を回り、メンバーが順番に、これまでの一日を最もよく表す言葉を一つずつ発表する。良いことは祝福し、そうでないことは思いやる。
2. 言ってみよう：このレッスンの最後に、毎日行うべき課題を与えます。再会したとき、このレッスンで出された課題を用いて、神様が私たちを助けてくださったことを分かち合いましょう。毎回のレッスンでは、新しい課題が与えられます。

コネクト

1. 皆、グループの誰かの方を向いて、お客さんや訪問者が家に来ることがわかっているときにすることを2つ話してください。
2. 2~3人に、ゲストを迎えるためにどのような準備をしているかをグループで共有してもらえらるか尋ねます。（オープンな対話を促します）
3. イエスがあなたの家にやってくると想像してみてください。ドアを開ける前、あるいはイエスと一緒に過ごす前に、あなたは特定の状態にある必要があると感じますか？(気配りをして、参加を確認しましょう)
4. 時に私たちは、イエスに会ったり、イエスを家や心の中に迎え入れたりするには、ある特定の状態や心構えが必要だと考えることがあります。今日は、イエスに近づくとはどういうことかを探ってみましょう。今日は、まず何も変えずに、ありのままの自分でイエスのもとに来るとはどのようなことなのかを探ってみよう。

ディスカバー

グループと共に祈り、聖霊にみことばを教えてくださいようお願いします。

いついかなる時も、ありのままのイエスに近づき続ける！

読む：マタイによる福音書11章28-30節。

尋ねなさい：私たちはいつイエスのもとに来るのですか？

グループのフィードバックを求める。対話をさせる。(私たちが疲れ、重荷を負っているときこそ、主のもとに来るときだと主は言われる)。

読む：ルカによる福音書5章30-32節。

尋ねなさい：イエスによると、私たちがイエスのもとに来る資格は何ですか？(もし私たちが病気なら／もし私たちが罪人なら)。

イエスは毎日、ありのままのあなたで、祭壇にいるイエスのもとに来るよう招いておられる。病気で、なぜ主は介入してくださらないのだろうと思うとき、疲れ果てて何も、誰も気にかける気がしないとき、神や人々に対して罪を犯し、汚れのない神の御子に近づくことが恥ずかしくてできないとき、とにかく主のもとに来なさい！落胆し、孤独を感じる時、神のもとに来なさい。闇があなたの周囲を圧迫し、憂鬱に打ちひしがれていると感じたら、主のもとに来なさい。主が現れてくださらなかったり、守ってくださらなかったりしたことに怒りを感じたり、あなたの願いが沈黙で満たされているように思えるとき、主のもとに来なさい。

どのような状況にあっても、主のもとに来なさい。彼はあなたを追い返さない。

著者の証言

10代の頃、友人と馬に乗ってレースをしているときに事故に遭った。私たちは耕作された野原を裸馬（鞍なし）で走っていた。馬が荒れた野原を突進したとき、私はグリップを失い、馬の蹄の下敷きになった！私の右足はひどく踏みつけられた。友人は私を家に連れて帰り、両親が留守の間、足の手当てをしようとした。一日後、両親が帰ってきた。母が私の足を見る足が腫れて変な色になっていることに気づき、そのまま医者連れて行った。医者は私の足と足を診察し、真剣な顔で尋ねた。「息子さん、足を残したいですか？」「はい、先生！」私は答えた。「では、すぐに病院に行き、足を切断する前に残せるように治療してもらいましょう。」ありのままの私を見てくれた主治医に感謝しているが、同時にそのままにしないでおいてくれたことにも感謝している。

私はまだ足腰が残っていて、ほとんど毎日楽しく歩いたりハイキングしたりしている！ありのままの私たちを受け止めてくださる医師に感謝します！同じようにしてくださるイエスに感謝します！

イエスは言われた。「医者が必要とするのは、丈夫な人ではなく病人である。わたしが来たのは、正しい人を招くためではなく、罪人を招くためである。」（マルコ2:17）

イエスはありのままのあなたを受け入れてくださる。イエスのもとに来る前に、自分を癒そうとする必要はない。彼だけが癒し手なのだ。主はあなたの内と外を癒してくださる！主は、あなたの癒しのプロセスを通して、そして永遠に、あなたと共にいてくださる医師です。主は、「.....わたしは、決してあなたから離れず、決してあなたを置き去りにはしない」（ヘブル13:5）と約束しておられる。

エレン・G・ホワイトはこう書いている：

もし自分の罪深さに気づいたならば、みずから良くしようなどと思って待つてはなりません。自分はキリストのもとに行くにはふさわしくない、と
思っている人がなんと多いことでしょう。自分の力で良くなれるとでも思
っているのでしょうか。「クシュ人は皮膚を／豹はまだらの皮を変ええよ
うか。それなら、悪に馴らされたお前たちも／正しい者となりえよう」
（エレミヤ13：23）とあります。私たちを助けてくださるのは神だけで
す。もっと強い確信、もっと良い機会、あるいは、もっと清められた性質
を持つまで、などと待つてはなりません。私たちは自分の力では何もでき
ないのですから、ありのままキリストのもとに行くほかないのです。
（エレン・ホワイト『キリストへの道』改訂第3版 41, 42ページ）

あなたは今、そして永遠にイエスを信頼することができる。イエスは、あなたを天に連れて行き、御自分と一緒にいることを待ち望んでおられる。「わたしが再び来て、あなたがたをわたしのもとに迎え入れる。」しかし、あなたは疑問に思うかもしれない：私はイエスに会う準備ができているだろうか？

救いを確信する方法とは？

もしイエスが今夜戻ってきたら、あなたは天国に行きますか？ それとも行きたくないですか？

祭壇に来なさい--ありのままのあなたでイエスに来なさい--そして、自分の救いが確かなものであることを知りなさい。あなたがイエスのもとに来るとき、あなたはイエスにあってあなたに救いを与えてくださる父なる神のものといることを忘れないでください！

リーダーの心得

- これらのステップに慣れておくと、台本ではなく、あなた自身の言葉を使うことができます。ステップを述べる前に、グループと一緒に聖書の箇所を読み、質問をするとよいでしょう。こうすることで、あなたが答えを述べ、ステップの結論を述べる前に、まず神の御言葉を聞き、その意味を考えるようにグループを導くことができます。
- リーダーとして意味のある聖書の約束を加える。

これから、救いの確信を得る方法を示す7つの簡単なステップを学ぶ。

7つのステップ - 救いを確信する！

読もう：ローマ人への手紙5章8節

質問：神に愛されていることをどうやって知りましたか？

読もう：ローマ8:38、39。

質問：主の愛からあなたを引き離すものはありますか？

STEP #1：神の愛からあなたを引き離すものは何もないと確信できる。

読もう：ローマ3:23。

質問：私たちは皆、どんな問題を抱えていますか？

読もう：ローマ人への手紙6章23節（前半）。

質問：私たちの罪の結果は何ですか？

STEP #2：あなたは罪人として、次のことが必要だと確信できる。

救世主

読もう：ローマ6:23（最後の部分）とエペソ2:8、9。

質問：神はあなたにどのような無償の贈り物を与えておられますか？

STEP #3：救いは神の無償の贈り物であることを確信できる。

読もう：ヨハネによる福音書3章16節。

質問：永遠の命という贈り物は、どのようにしてあなたのものになるのか？

ステップ #4：イエスを信じれば、イエスがあなたの救い主であることを確信できる。

読もう：黙示録3:20。

質問：イエスの要求に対するあなたの答えは何ですか？

STEP #5：イエスが信仰によってあなたの心の中に住まいを構えたいと願っておられることを確信できる。

読もう：第一ヨハネ1:9

分かち合いましょう：あなたが自分の罪を告白し、イエスを個人的な救い主として招いたとき、イエスは聖霊を通して信仰によって直ちにあなたの心の中に入って来られる。イエスはその義と純潔と完全さをもって、あなたの心の中に入って来られる。あなたは、自分の心をきよめるためにイエスがどれほど必要であるかを、かつてないほど実感する。

質問：あなたが罪を告白するとき、イエス様はあなたのために何をしてくださいますか？

STEP #6：イエスがあなたの心を完全に清めてくださることを確信できる。

読もう：第一ヨハネ5:13

質問：この聖句は、あなたが何を確実に知ることができると教えてくれますか？

STEP #7：イエスが永遠の命を与えてくださることを確信できる。

神は黙示録7:9で、救われる者は数え切れないほど大勢になると教えておられる。神は、あなたがその一人になることを計画しておられる！

ありのままの姿でイエスのもとに来ることは、イエスの平和のうちに生きることにつながる。「世が与えるような平和ではなく、わたしの平和をあなたがたに与える。心を騒がせるな。また、恐れるな」（ヨハネ14:27）。

イエスを救い主として信じることは、イエスの喜びの中に生きることにつながる！「あなたがたは、イエスを見たことがないけれども、イエスを愛し、また、今は見ていないけれども、イエスを信じているので、言い表すことのできない喜びと栄光に満ちた喜びをもって大いに喜び、信仰の結果として、あなたがたの魂の救いを得ているのです」（第1ペテロ1：8、9）。

私たちの父なる神は、すべての良い賜物をあなたがたにお与えになる方である（ヤコブ1:17）。これらの限りない賜物には、救い、永遠の命、新しい心、平安、喜びが含まれる。

実践

1. 黙示録3章20節をもう一度個人的に読み、イエスを救い主として心に招き入れましょう。

2. ありのままの自分でイエスに近づき、自分の人生を救い主に委ねる準備はできているだろうか？
3. 次のように祈る：

天におられる親愛なる父よ、あなたは救いの賜物を与えてくださる方です。私たちはイエスを救い主として必要としている罪人です。私たちが永遠の命を得、イエスの完全な義によって覆われることができるように、イエスを死に遣わされたことを感謝します。私たちは、この救いと義の賜物が今私たちのものであると信じることを選びます。あなたの御子、イエスが信仰によって私たちの心の中に来てくださり、私たちの友、救い主、主となってくださるようお願いいたします。私たちは罪を告白し、主の赦しと私たちのすべての不義からのきよめを求めます。私たちの救い主イエスと共に、私たちの永遠の命を確信できることを感謝します。イエスの御名によって、アーメン。

この『キリストへの道』の一節はとても励まされる：

聖書には、こうしたみ約束がたくさんありますから、疑う余地はどこにもありません。哀れな罪人が帰りたいたいと思ひ、罪を捨てたいと願っているのに、罪を悔いて主の足もとに来る彼を主が拒まれるなどと考えられるでしょうか。決してそのようなことを考えてはなりません。天の父がそのような方であると考えることほど、魂を傷つけるものはありません。神は罪を憎まれますが、罪人は愛されます。

神がキリストをお与えになったというのは、ご自分をお与えになったということでした。そして、望む者はだれでも救われ、栄光のみ国で限らない祝福にあずかることができるようにしてくださったのです。神が私たちに対する愛をあらわすためにお用いになった次の言葉ほど、強く、優しい言葉はありません。「女が自分の乳飲み子を忘れるであろうか。母親が自分の産んだ子を憐れまないであろうか。たとえ、女たちが忘れようとも わたしがあなたを忘れることは決してない」（イザヤ49：15）。（エレン・ホワイト『キリストへの道』改訂第3版 77ページ）

祭壇への挑戦 - 原則1

嬉しいとき、悲しいとき、心配なとき、平穏なとき、敗北したとき、勝利したとき。イエスに救いを確信することで、私たちはいつもイエスのもとに駆け寄る自由を得ることができる。

家に帰って、救いを確信するための7つのステップを復習し、それを誰かと分かち合いましょう。

祭壇に戻る - 原則2

毎日...

イエスを主として敬う

イエスを救い主と認めるのは簡単だ！結局のところ、イエスは私たちを、罪によって打ち砕かれ、打ちのめされ、傷だらけにされたありのままの姿で受け入れ、そして救い出してくださり、御自分の血によって私たちをきよめ、自由にしてくださったのだから。そのおかげで、私たちは"私の主イエスはなんと素晴らしい救い主なのでしょう！"と喜んで歌うのです。

しかし、イエスを主として認めることと、同じ熱意で「すべてを明け渡します」と歌うことは、全く別のことです。なぜなら、イエスが本当に主であるなら、私たちの人生と生き方は変わるからです。そして、時には、私たちはコントロールできないと感じて、それを好まないことがあります。

次のことを振り返ってください：

異常な環境の中で霊的な恍惚状態をあらわしたからといって、その人がクリスチャンであるなどという確証にはならない。聖潔は忘我の境地ではない。それは意志を全く神に従わせることである。それは神のみ口から出る1つ1つのことばで生きることであり、天の父なる神のみこころをなすことである。光のうちにいる時と同様に、試練の時にも暗黒の時にも神により頼むことである。また、目で見て歩くのではなく、信仰によって歩むことである。それは少しも疑わずに確信をもって神に頼み、神の愛に安らぐことである。(エレン・ホワイト『希望への光』1375ページ、『患難から栄光へ』第5章 聖霊の働き)

祈ってください：

祭壇に戻るというこの原則を学び始めるとき（あるいは教える準備をするとき）、神に聖霊を送ってくださいよう祈り求めてください。

神の言葉を、新鮮で意味深い方法で教えてください。そうすれば、「私はすべてを捧げます」と歌うのが大好きになるでしょう。

なぜなら、あなたの救い主の愛があなたの心を真に捉えているからです。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. 小グループに尋ねる：今日、あなたにとって一番よかったことは何ですか？(耳を傾ける時間を取り、良いことを祝い、困難な日々を過ごしている人たちを思いやる。)
2. 学んだ「祭壇に戻る」の原則を復習する：
 - **原則1**：ありのままの自分でイエスに近づく！嬉しいとき、悲しいとき、心配なとき、平安なとき、敗北したとき、勝利したとき。そして、自分の救いを確信できることを忘れないでください。
3. 質問：救いの7つのステップを誰かに伝えましたか？(証しを求めてください)。
4. 指示する：グループに二人一組になってもらい、「神様は、あなたが前回のチャレンジを実行するのを、どのように助けてくれましたか？二人一組に2-3分与えて分かち合ってもらおう。それから、誰か、自分たちがありのままの姿でイエスのもとに来たときに、神が自分たちの人生に何をしてくださったかを分かち合いたい人がいるかどうか、大グループに尋ねます。

コネクト

1. 2人1組のチームになる。尋ねる：「あなたが最も尊敬する人は誰ですか？2~3分共有した後、大人数で共有したい人がいるかどうか尋ねます。
2. 問いかけてみよう：私たちが最も尊敬する人の資質は何ですか？(これらの資質は、私たちとイエスとの関係にどのように関係しますか？)

今日は、イエスを主であると尊ぶとはどういうことかを探ってみよう。

ディスカバー

祈ってください：天の父なる神様、どうか聖霊を遣わして御言葉を教えてください。イエスの御名によって、アーメン。

次の聖書の箇所は、イエスについて私たちに何を語っているか？

読もう：マルコによる福音書1章35節。

早朝、イエスはまだ暗いうちに起きて、外の人里離れた場所で祈られた。

読もう：イザヤ書50章4節

質問：この節で証言しているのは誰ですか：預言者イザヤですか？

イザヤ書50章6節を読めば、その答えがわかる。

これは、イエスがこの地上で毎朝経験するであろうことを示唆するメシア的預言です。

毎朝、神はイエスを弟子として教え導くために起こされました。神はイエスに弟子／教師の舌を与え、疲れた者を支える言葉を与えました。この早朝の時間は、キリストの地上での生涯において極めて重要でした

父なる神の愛こそが、私たちに毎朝目覚めさせ、神と御子、そして聖霊と共にゆったりとした時間を過ごせるようにと心を動かすのです。

第一部 - イエスを主として敬え

イエスを主として尊び、翌朝、御言葉と祈りの中で、慌てることなく、気を散らすことなく、神と二人きりで過ごすことができるように、毎晩、神にお願いして起こしてもらいましょう。

質問：神の言葉は、イエスが主であることについて何を教えてくれるでしょうか？

読もう：マタイによる福音書28章18節。

イエスは、天においても地においても、**すべての権威**が自分に与えられていると宣言された。

読もう：ピリピ2:5-11

イエスは父なる神に従うために、十字架上で亡くなるまで、ご自身を低くされました。イエスは死に、そして墓から復活されました。神はイエスを御自身の右に上げ、すべての名にまさる名を与えられました。イエスの名によって、すべての膝はかがみ、すべての舌はイエスを主と告白するでしょう。宇宙のすべての人が間もなくイエス・キリストの主権にひれ伏すであろうことを私たちは知っています。では、なぜ私たちは今、イエスを主として敬わないのでしょうか。私たちはイエスを友であり救い主として愛しているのに、主として愛していないのでしょうか。

運転席での活動／イラスト

- 4つの椅子を、架空の車の座席（運転席、助手席、後部座席2つ）に配置します。
- おしゃれな新車について楽しく説明し、その新車を運転してくれるボランティアを募りましょう。
- ボランティアが前に出てきたら、次のような会話を始めます。

物語の舞台を設定する

あなたは自分の人生の運転席に座っています。どこに行きたいか、どうやってそこに着きたいか、どれくらいの速さでそこに着くかは、自分で決めます。そして、イエス様を自分の人生の主としたいと決めます。もしイエス様があなたの人生の主なら、この車のどこに座っているべきでしょうか？（グループに答える時間を与えてください。おそらく彼らはイエス様を運転席に座らせるでしょう。物語のアウトラインに沿って進みましょう）

イエス様が運転しているとしたら、あなたはどこに座りますか？（グループに答える時間を与える。通常、イエス様の横の助手席に座るでしょう。彼らがどのように答えるかを見てみましょう）。

質問2：今、イエスが運転していますね。イエス様があなたの行きたくない方角に行かれたら、どうなりますか？(返答の時間を取ってから、イエスからハンドルを奪って実演する)。

イエスの運転が速くないとどうなりますか？(グループに答える時間を与え、助手席の足をアクセルペダルに押し付けてスピードを上げる方法を示す)

問い4：もう一度質問：イエスがあなたの人生の主であるなら、あなたはどこに座るべきですか？(グループで答える時間を設けましょう。もし、後部座席を提案されたら、それに従いましょう。トランクをされたら、最後の考えまでスキップしてください)。

質問5：もしあなたが後部座席にいて、イエスがあなたの望みとは違う方向に進み始めたら、どうしますか？(時間をおいて答えてください) 私が時々することを知っていますか？私は文句を言い始め、後部座席からイエスが間違ったことをしていることを伝えようとします。

イエスがあなたの人生の主であるなら、あなたはどこに座るべきですか？(答える時間を設けましょう。そろそろ参加者は、自分をトランクの中に入れておくべきです)。

最後に思うこと！イエスが運転席におられるとき、イエスが私たちの人生の主であるとき、クリスチャンとして私たちがいるべき最高の場所をご存知だろうか？私たちはトランクの中にいるべきなのだ。私たちはどこに行くのか見えないし、イエスに何をすべきかを指示することもできない。しかし、私たちの主であり、主人であるイエスが、私たちがいるべき場所を知っておられるところに私たちを連れて行ってくださることを信じて、単純な信仰に横たわっているのだ。

祈る：祈りによってイラストを閉じ、私たちがイエス様を、私たちの人生のすべての領域の運転者であり、主である方として服従することを祈り求めます。

御言葉に戻る！

質問：間違っているとわかっていることをやめるにはどうしたらいいか？

読もう：エゼキエル36:26、27。

イエスは、私たちの心の中にあるイエスの支配を拒む固い場所を切り取る準備ができておられる。私たちは、イエスが私たちのためにこの手術をしてくださる、私たちの外科医としてイエスに委ねなければならない。

読みなさい：コロサイ1:27、28。

クリスチャンの勝利の秘訣は、この聖句にある二つの三語句に含まれていません。それは何でしょうか？（「あなたの中にキリストがおられる」と「キリストにあって完全である」）

イエスは聖霊によって私たちの内に住んでくださり、私たちの服従に力を与えてくださいます。私たちの義は汚れた布切れに過ぎませんが（イザヤ64:6参照）、私たちはキリストにあって完全です。

イエスは、毎日、一瞬一瞬、天の父に身を委ねる生涯を送りました。イエスはこう言われました。「わたしの食物は、わたしを遣わした方の御心を行い、その御業を成し遂げることである。」（ヨハネ4:34）イエスの情熱は、父なる神の御心を行うことでした。

ゲッセマネの園で、イエスは、これまで生きてきたすべての子供、若者、そして大人が犯したすべての罪の重荷を背負い、圧倒されていました。イエスは父から逃れることを願われました。しかし、イエスがひれ伏して祈られたことに注目してください。「...父よ、もしできることなら、この杯をわたしから過ぎ去らせてください。しかし、わたしの思いではなく、あなたの思いのままに。」（マタイ26:39、強調筆者）イエスは三度、ご自身の望みと葛藤し、御心を父に委ねることを選ばれました。

日々、御父に御心を捧げられたこの同じイエスが、聖霊を通してあなたの内に生きておられる。この同じイエスが死ぬことなく生きたいと願い、御父に御心をゆだね、御手を差し伸べて、その上で死ぬことをお受けになったのです。

この栄光に満ちた真理は、私たちが日々、すべてを主に委ねる気持ちを持

つように導いてくれます。

毎朝、気を散らすものを遮断し、イエスの主権を尊ぶために、私たちは何ができるでしょうか？

"見よ、世の罪を取り除く神の小羊！"（ヨハネ1：29）。

パートⅡ-イエスを主として敬え

毎朝、まず第一に、イエス様がどんな方で、あなたのために何をしてくださったかに目を向けましょう。そして、あなたのすべて、あなたの持つすべて、そしてあなたの態度や電子機器さえも、主であるイエス様に委ねましょう。

すべての力と権威を持つこのイエス様が、あなたの中に住んでおられます。イエス様は、あなたの意志を主に従わせる力と強さを与えてくださいます。イエス様はあなたを助けてくださいます！あなたを見捨てることはありません！

神の言葉は、キリストのために生きる私たちの力の源について何を教えていますか？

読もう：エペソ2:22とピリピ2:13。

父と子は聖霊を通して私たちと共に（私たちの内に）住んでおられます。そして、神ご自身の恵みが、私たちに委ねる力を与えてくださいます。神は私たちに、御心を行う力を与えてくださいます。

読もう：ヨハネ14:17、18、23、エペソ3:14-19。

私たちは、一日中、イエスを敬うために格闘し、心配し、努力するのに、一人でいる必要はありません。

私たちは霊的な孤児ではありません！イエスは約束されました。「わたしはあなたがたを孤児として捨てたりはしません。あなたがたのところに来ます。」そして、主が私たちのところに来られるとき、私たちは主の豊かさを経験するのです。

海/カップ 福音 イラスト

- 水を入れた鍋をテーブルの上に置く。
- 水の鍋は海であり、海はイエスとその満ち満ちた状態を表していることを説明する。
- カップはあなたを表していると説明する。
- スポイトを使い、カップに水を数滴垂らす。
- 質問：コップの中に海はありますか？
- イエスが御霊を通して、あなたの内に豊かに住んでくださることを願うなら、どうしますか？海に飛び込みます。そしてそこに留まります。
- コップの水を鍋の水に浸してください。これが、イエスにとどまるということです。あなたがイエスにとどまればとどまるほど、イエスはあなたの内に宿り、あなたはよりイエスに似た者となります。
- 福音を強調するために、もう一度聞いてみよう：コップの中に海があるのか、それとも海の中にコップがあるのか？

イエスが信仰（水で満たされた杯）によって私たちの内に住み、良い実を結ぶ力を与えてくださるように、私たちもイエスにとどまり続け、イエスの命が私たちを通して流れます。

神は、あなたを通して、ご自身の品性の聖潔、慈愛、あわれみをあらわそうと望まれる。しかし救い主は、弟子たちに、実を結ぶために骨折るようには命じられない。主はわたしにつながっていなさいと彼らに言われる。「あなたがたがわたしにつながっており、わたしの言葉があなたがたにとどまっているならば、なんでも望むものを求めるがよい。そうすれば、与えられるであろう」と主は言われる（ヨハネ15：7）。キリストがご自分に従う者たちの中に住まれるのはみことばを通してである。これは、キリストの肉を食べ、その血を飲むことによってあらわされているのと同じ生命のつながりである。キリストのみことばは霊であり生命である。みことばを受けることによって、あなたはぶどうの木であられるキリストの生命を受けるのである。あなたは、「神の口から出る1つ1つの言で生きるものである」（マタイ4：4）。あなたのうちにあるキリストの生命は、キリストのうちにあるのと同じ実を生ずる。キリストのうちに生き、キリストに固着し、キリストにささえられ、キ

リストから栄養分をとる時に、キリストと同じ実を結ぶのである。(エレン・ホワイト『希望への光』1033ページ、『各時代の希望』73章)

私たちの最大の仕事は、実を結ぶことではなく、留まることである！

読む：フィリピ4:13

"わたしを強めてくださる方のお陰で、わたしにはすべてが可能です。"

キリストは、私たちが一瞬一瞬を主のために尊んで生きるための力である。私たちがキリストの内におられ、キリストが私たちの内におられるとき、私たちはキリストの栄誉と栄光のために生きたいと思うようになる。(第1コリント10:31参照)。

読む：フィリピ4:8。

「終わりに、兄弟たち、すべて真実なこと、すべて気高いこと、すべて正しいこと、すべて清いこと、すべて愛すべきこと、すべて名誉なことを、また、徳や称賛に値することがあれば、それを心に留めなさい。」

パート III - イエスを主として敬え

一瞬一瞬、自分の選択でイエスを敬う練習をしよう。

はい、今日から始められます！

実践

私たちはしばしば、イエスを救い主、友として知っているが、主として知っているだろうか？

1. 紙の真ん中に線を引く。
2. 左側に王冠を描く。王冠の下に、"イエス様にゆだねたもの"と書く。その欄に、あなたがイエスの主権に委ねたとわかっていること（イエスに明け渡したこと）を列挙してください。
3. 行の右側に、"イエスに明け渡していないもの"を書く。その欄に、あなたが明け渡すのに苦労していることを書き出す。いくつか書き出したら、祈り、忘れていないことがないか聖霊に尋ねましょう。



、イエスに委ねら
れるもの

、イエスにゆだねら
れないものと
は？

イエスの支配に委ねられていないものはすべて、私たちを捕らえている。

この表をベッドの脇に置き、これから1週間、毎日、まだイエスに明け渡していないものを明け渡してください。もし明け渡すことができずに苦しんでいるなら、こう祈りなさい。"主よ喜んで明け渡すことができるようにしてください！"。その祈りには、必要なだけ「意志」を加えることができます。

リーダーのアピール

エゼキエル36:26, 27で約束されたこと、すなわち、新しい心を与え、石の心を取り除いてくださるということ、誰がイエスにしてみらう必要があるだろうか。

もし神があなたに心臓手術を受けるよう召しておられるなら、どうか私と一緒に主の前にひざまずき、心の中にあってはならぬもの、つまり、苦々しさ、憎しみ、欲望、そして主であるイエスに取って代わる何かや誰かへの愛など、すべてを消し去ってくださるよう、イエスに個人的に祈ってください。

祈りなさい：天の父なる神様、私たちを愛してくださってありがとうございます！私たちの外科医であるイエスを感謝します。イエスが聖霊の力によって来てくださり、私たちの心の中のつらい場所を切り取ってくださるようお願いいたします。どうか、私たちの恨み、傷、イエスに代わって主となったものや誰かに対する愛を切り取ってください。私たちに新しい心を与えてください！

アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則2

今度の週、イエスを敬おうとするとき、次のことに努めよう：

- その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ま

してもらおう。

- パートII：毎朝、イエスが誰であるか、イエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
- パートIII：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。

常に覚えておいてほしい。

イエスは、「わたしを離れては、あなたがたは何もできない」と言われます。恵みに成長することも、私たちの喜びも、人のために役立つこともみな、キリストと一つになるか否かにかかっています。恵みに成長するのは、毎日、毎時、彼と交わり、彼のうちにとどまることによります。キリストは私たちの信仰の創始者であると同時に、信仰の完成者です。キリストは初めであり、終わりであり、常におられる方です。ですから、私たちの旅路の初めと終わりだけではなく、その道すがら一步ごとに、キリストに同行していただくなくてはなりません。ダビデは、「わたしは絶えず主に相對しています。主は右にいまし／わたしは揺らぐことはありません」（詩編16：8）と言いました。（エレン・ホワイト『キリストへの道』改訂第3版）97ページ）

祭壇に戻る - 原則3

毎日...

御言葉と祈りの中でイエスを発見する

神の書かれた御言葉は、私たちの心に宛てた神の個人的なラブレターである。中で私たちは、神がどのようなお方であり、私たちがどのような存在であり、神の子である私たちのうちに、そして私たちを通して、神が何をなさることを切望されているのかを知ることができる。神の御言葉は聖なるものであり、信頼に足るものであり、時宜を得たものである。御言葉は最高の権威であり、暗闇を照らす尽きることのない光である。

神の書かれた御言葉が私たちの信仰と神との関係の錨である一方、祈りは私たちの魂の息吹である！みことばのない祈りは感情に導かれ、舵のないヨットのようなものだ。個人的な祈りのない御言葉は、戸棚の奥に忘れ去られた古いパンのように、生気を失い、古臭くなる。

祈りとは、私たちが神に語りかける方法であり、それに応じて神は、私たちが書かれた御言葉を読み、考察するときに、聖霊を通して私たちの心に語りかけてくださる。人間関係がコミュニケーションなしには成り立たないように、私たちと神との関係も日々のコミュニケーションなしには成り立たない。

神は、私たちが祈りの中で神と語り合うことを愛してくださる。派手な言葉は必要ない。ただ私たちの心の声を聞きたいだけなのだ。

祈りとは、友だちに語るように心を神に打ち明けることです。これは、何も私たちがどんな者であるかを神に知らせる必要があるからではなく、私たちが神を受け入れるのに必要だからです。祈りは、神を私たちにまで呼び降ろすのではなく、私たちが神のもとへ引き上げるのです。この世においてになったとき、イエスは弟子たちに祈る方法を教え、毎日の必要を神に求め、どんな心配事もみな神に任せるようお命じになりました。そして、彼らの祈りは必ず聞かれるという保証をお与えになりましたが、それはまた、私たちに対する保証でもあるのです。(エレン・ホワイト『キリストへの道』改訂第3版) 131, 132ページ).

神は私たちとのコミュニケーションを喜ばれ、私たちが日々、頭を上げて神

を喜ぶことを切望されている！

「主よ、朝、私の声を聞いてください。

“あなたの仰せを味わえば／わたしの口に蜜よりも甘いことでしょう。”
(詩篇119:103)

祈ってください：この「祭壇に戻る」のレッスンを学び始める時（あるいは教える準備をする時）、聖霊があなたの心に語りかけ、あなたが神の御言葉と祈りの時間をもっと持ちたいと切望するようになるよう、神にお願いしてください。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. グループのメンバーに互いに質問してもらいます。「この一週間、あなたの人生の中で神様が働いているのをどこで見ましたか？」
2. 質問：これまでに学んだ「祭壇に戻る」の原則は何ですか？
 - **原則1：**あなたのありのままの姿でイエスに近づく！
 - **原則2：**イエスを主として敬う。
 - その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ましてもらおう。
 - パートII：毎朝、イエスが誰であるか、そしてイエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
 - パートIII：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。
3. 二人一組になる。質問：神様は、あなたが前回のチャレンジを実践するのをどのように助けてくれましたか？そのチャレンジとは、神があなたを目覚めさせ、神との急がない時間を持ち、神を見、神を主として委ねることでした。二人一組に2～3分の時間を与え、分かち合ってもらいます。チャレンジを受け入れたとき、神が自分の人生に何をされたかを分かち合いたい人がいたら、大グループに尋ねてください。

コネクト

1. 全員が輪になって立つ。参加者に、集中力を必要とするようなことをしたことがあるか考えてもらう。各自にその集中した活動を演じてもらい、その間にグループでそれが何あるかを当てる。
2. 人生において、どのようなことに大きな集中力が必要だろうか？神の御言葉を読むとき、私たちはどのような集中力を持つべきだろうか？

今日は、神の御言葉を読み、明確な焦点を持って祈る方法を探ります。

ディスカバー

神の御言葉を開く準備をしながら、次のことを考えてみよう：

聖書は、私たちの耳で聞くことができるのと同じ、私たちに語りかけている神の声なのだ。もしこのことに気づけば、私たちはどれほど畏敬の念をもって神の御言葉を開き、どれほど熱心にその訓戒を探ることだろう！聖書を読み、観想することは、無限のお方との謁見とみなされるだろう（Ellen G. White, *Testimonies to the Church*, vol. 6, p. 393）。

祈りましょう：天におられる親愛なる父なる神様、私たちが御言葉と祈りの中で何に集中すべきかを教えてください、聖霊を遣わしてくださいませようお願いいたします。また、私たちに新鮮なあなたとあなたの御言葉への畏敬の念と愛を与えてくださいますようお願いいたします。。イエスの御名によって、アーメン。

御言葉の中で神と有意義な時間を過ごすには？

毎日聖書を開くとき、より明確に理解できるように先生にお願いしていますか？

読もう：第一コリント2:12-14とヨハネ16:13

質問：私たちが真理を理解するのを助けてくれるのは誰ですか？(あなたをすべての真理に導いてくださる聖霊を神に求めてください。)

イエスは書かれた御言葉において**真理**（ヨハネ14:6）である。

イエスが私たちの時間の主でなければ、イエスは私たちの人生の主ではない。イエスとの時間は、携帯電話や電子機器に気を取られる前、メールやソーシャルメディアのアカウントをチェックする前、仕事やビジネスに従事する訪れるべきである。みことばの前にすでに開いているテクノロジーと聖霊

の声は競合しないなら、みことばを学びながら聖霊の導きをよりよく見分けることができる！私たちの目標は、一日を始める前や他の人と会う前に、常にイエスと会うことであるべきだ。

(デジタル機器やスマートフォンにいつも気を取られていることに悩んでいますか？付録5の健康的なデジタル習慣のヒントを参照してください)。

読もう：ヨハネによる福音書5章39節。

イエスは、すべての神の言葉の焦点は何であると言われましたか？(すべての聖書はイエスを指し示し、イエスを証している。)

練習する：2人ずつのグループに分かれ、5～7分間、これらの聖句を学びます：

1. 箴言12:3と詩篇16:8を比べてみよう。(義人の根源は誰か？)
2. 箴言12章12節とヨハネによる福音書15章1～5節を比べてみてください(これらの箇所から、イエスの新たな姿をどのように感じますか)。

読む：エレミヤ29:13

神の御言葉を学ぶとき、私たちは誰を求めべきだろうか？(イエス様です！もし私たちが心を尽くしてイエス様を求めるなら、私たちはイエス様を見つけることができます！)

宝探しアクティビティ

- 集合前に、小グループが集まる部屋にコインを数枚隠しておきます。しっかり隠しましょう！
- 宝探しが好きなボランティアを頼む。
- ボランティアにコインを探してもらおう。
- もしその人がコインを見つけられなかったら、コインが見つかるまでどれくらい探すつもりなのか聞いてみよう。お金が見つかった場合でも、見つからなかった場合と同じようにこの質問をすることができる。(たいていの人には、そんなに価値のあるものではないから、長くは探さないと言うだろう！)。
- 次に、10ドル札(または現地通貨で高額なもの)を掲げて、それを見つけるまでどのくらい探すか尋ねてみよう。(もし気前が良ければ、これを隠しておいて、見つけた人に渡してもいい)。
- 今度は偽の1万ドル札(または大金)を掲げて、それを見つけるまでどれくらい探すか聞いてみよう。(全員が見つかるまで探し続けるのだら

う！)。

鉱夫が地表の下に隠された貴金属の鉱脈を発見するように、隠された宝を探すように神の御言葉を根気よく探し求める者は、無頓着な探求者の目には触れない、最も価値のある真理を見いだすことができる
(エレン・G・ホワイト著『キリストへの歩み』 p.90)。

祈りなさい：埋もれた宝を探すように、神の御言葉を探ることができるよう、喜んで神に祈り求めますか？もう一度祈りましょう！

読もう：マタイによる福音書7章24節とヨハネによる福音書14章23節。

神の御言葉の中にイエスを見出した後、私たちは何を優先すべきだろうか？(神の御言葉は、単に聞くだけでなく、実践されなければならない。神の御言葉をどのように尊ぶかは、実は御言葉の神をどのように愛しているかを反映しているのだ。少し考えてみてください！)

父なる神は、私たちに聖霊を与えてくださることを愛しておられるのです。だから私たちは、書かれた御言葉のあらゆる部分にイエス・キリストを見ることができるのです！そして、私たちがイエスを探し求めるにつれて、イエスの御言葉への愛が深まっていく。

祈りの中で神と有意義な時間を過ごすには？

読もう：詩篇100:4。

祈りの時間をどのように始めるべきか？(感謝と賛美をもって神の御前に出ましょう)。

感謝と賛美の違いは何か？

- 感謝祭は、神があなたや私のためにしてくださったこと、つまり神の恵み、守りなどに焦点を当てています。
- 賛美は、神がどのような方であるかを宣言します。神の御名、神の力、神のご性格などです。賛美と崇拝は完全に神に焦点を当てています。

読もう：イザヤ書6章5節とヨハネによる福音書1章9節

神がどのようなお方であるかを賛美し、神の神聖さの素晴らしさをより深く感じるとき、私たちは自分自身の罪深さに改めて気づくだろう。私たちは、罪の意識をどう受け止めたらよいでしょうか。(罪を告白し、イエス

にあつて赦しと清めを得ましょう)。

読もう：マタイによる福音書7章7節、8節。

イエスは私たちに何をどのように招いておられますか。何を約束しておられますか。

(イエスは、ただ求めるだけでなく、探し求め、門をたたくように招いておられます。これは、祈りにおいて、私たちの熱意、活動、そして真剣さが増していることを示しています。私たちが粘り強く、主の御名によって、そして主の御心に従って祈るとき、主は答えてくださると約束しておられます。ヨハネ14:14とヨハネ第一5:14参照。)

読もう：ヨハネによる福音書6章37節。

イエスのもとに来るとき、イエスは私たちに拒否されるでしょうか？(決してありません！もしあなたがもっとイエスに飢え渴いているなら、あなたの状態や境遇に関わらず、イエスは両手を広げてあなたを歓迎してくださいませ。ただ「来なさい！」とおっしゃるのです。)

神の民のささげる祈りを、神がお聞きにならないという恐れは全くない。わたしたちは、誘惑や試練にあった時に、失望落胆におちいり、熱心に祈りつづけなくなつてはいけません。(エレン・ホワイト『希望への光』1253、『キリストの実物教訓』14章)

毎日、神の言葉の中に、イエスの新たな姿を探し求めてください。祈り、発見したことをあなたの生き方と神への礼拝に当てはめてください。神の約束を自分のものとして受け止め、日々の必要に当てはめながら、祈りましょう。神の言葉はただ読むためだけでなく、祈りを通して理解するためでもあります。

御言葉の祈りを始める方法については、携帯電話のカメラでこのQRコードを携帯電話のカメラでスキャンするか、<https://bit.ly/PrayingThePromises> にアクセスしてください。



サイレント・アクティビティ

1. タイマーを1分間セットし、時計を見ずにじっとタイマーがのを待つ。
2. その後、その1分間がどれくらい長く感じたか自問してみよう。永遠に感じられただろうか？じっと座っているのは気まづかったか？

3. 私たち人間は静寂とうまく付き合えない。音楽、忙しさ、メッセージやソーシャルメディアのスクロール、その他の活動や雑音で、何もない空間を「埋めたい」と感じるのだ。しかし神は、そうした雑念から解放され、すべてが静まり返った早朝に、静まり、神を待ち望むようにと呼びかけておられるのだ。(詩篇46:10、詩篇25:4、5参照)
4. 御言葉と祈りの時間を通して主を待ち望むにつれて、私たちはイエスがどのようなお方であるかがますます鮮明になり、私たちの心はもっともっとイエスを待ち望むようになる。

実践

1. 7分間の時間を与える：
2. 聖霊が神の言葉の中でイエスの新たな姿を明らかにしてくださるよう祈りましょう。
 - a. マタイ14章13～21節を読んで、イエスの新たな姿を見つけましょう
3. 7分間、祈る時間を全員に与え、もう一度その箇所を読み、神がこの箇所を今の生活にどのように適用しておられるかを尋ねます。
4. 全員に7分間与え、発見したことや確信したことを2人ずつに分かち合う。

神の言葉と祈りを通して、神とより深く歩むことを確信したすべての人々は、ひざまずいて祈りなさい。

祈りなさい：親愛なる父なる神よ、私たちが御言葉の中で御子を捜すという真の焦点を失ってしまったことをお許しください。私たちが日々、御言葉の中にイエスを見だし、読んだことを自分の適用できるように助けてください。私たちの祈りの生活を深め、それが私たちの一日の中で最も生命を与え、意味のある会話となるようにしてください！イエスの御名によって、アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則3

毎日、祈りの心をもって、神の御言葉からイエスの新鮮な姿を探し求めましょう。その日の生活にどのように適用すべきかを、神に印象づけるように求めなさい。それに従って生きなさい！

より豊かな学びのために、創世記37章から47章にあるヨセフの生涯を見直してみましょう。ヨセフの物語は、イエスの新しい姿をどのように私たちに与えてくれるのだろうか？何十もの類似点がある。(いくつかの例を見つけるために、『希望への光』120～121ページ、『人類のあけぼの』21章を読んでください)。

もう一つの豊かな学びは、黙示録全体を一つの目的を持って読むことである。あなたが発見するものに驚くことだろう！

新鮮で有意義な神の御言葉の読み方、学び方をお探しですか？

付録7 "神の御言葉を体験する鍵"をお読みください。

祭壇に戻る - 原則4

毎日...

新鮮な聖霊のバプテスマを受ける

日々、新鮮な聖霊のバプテスマを切望していますか？具体的にそれを求めていますか？あなたはそれを得ることができます！

聖霊を求めなさい。神は、そのすべてのお約束を保証しておられる。聖書を手に持って、わたしは、あなたのおっしゃったとおりにいたしました。「求めよ、そうすれば、与えられるであろう。捜せ、そうすれば見いだすであろう。門をたたけ、そうすれば、あけてもらえるであろう」とあなたはお約束なさいました、と言いなさい。（エレン・ホワイト『希望への光』1240ページ、『キリストの実物教訓』12章

サタンが最も恐れることは、神の民があらゆる障害を取り除いて道を開き、主が低迷する教会や悔い改めない信徒たちにご自身の霊を注ぐことができるようになることである。（Ellen G. White, *Review & Herald*, March 22, 1887, par.7）。

祈りましょう：この「祭壇に戻る」レッスンを学び始める（あるいは教える準備をする）時、神があなたの心を探り（詩篇139:23、24、イザ59:1、2）、障害となるものを取り除いてくださるよう、また、聖霊が毎日新たにバプテスマ（洗礼）を授けてくださるよう、神にお願いしてください。今日、そして毎日、そのバプテスマに対する飢えを与えてくださるよう祈りましょう。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. スモールグループで、次のように尋ねてみよう。今週、あなたの身に起こったことで、一番好きなことは何ですか？

2. 「祭壇に戻る原則」を見直そう：

- **原則1**：自分でイエスに近づく！
- **原則2**：イエスを敬う。
 - その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ましてもらう。
 - パートII：毎朝、イエスが誰であるか、そしてイエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
 - パートIII：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。
- **原則3**：御言葉と祈りの中でイエスを発見する。

3. 原則3はどうでしたか？ (課題：毎日祈りながら、神の御言葉からイエスの新鮮な姿を探し出す。その日の自分の人生にそれをどのように適用すべきか、神様に感動を与えていただき、それに従って生きるのです)。

誰かとペアになりましょう。互いに「前回のチャレンジを通して、神様はどのようにあなたを助けてくださいましたか？」と尋ね合います。ペアごとに2～3分ずつ分かち合います。その後、チャレンジを受け入れた時に神様が人生で何をしてくださったかを分かち合える人がいるかどうか尋ねます。

コネクト

1. 2人1組のチームになる。各チームは5分間で手近にあるものを使って、「どっぷり浸かる」とはどういうことかを実演する。二人一組の別のチームと実演を共有するよう促す。
2. この経験は聖霊とどのような関係があるのでしょうか？今日の信者として、私たちは聖霊に完全に浸かっていると言えますか？それはなぜですか、それともなぜですか？

今日は、聖霊のバプテスマを日々求め、受けることの意味を探ってみよう。

ディスカバー

祈りなさい：天の父なる神様、私たちに聖霊のバプテスマに対する渴きをもたらしてください。この賜物について教えてください。この賜物について教えてください。この賜物について教えてください。この賜物について教えてください。イエスの御名によって、アーメン。

聖霊によるバプテスマを受けるには？

リーダー全員にグループになってもらいます。各グループに次の4つの箇所を調べてもらい、この質問に答えてもらいます：毎日聖霊のバプテスマを受けるための5つのステップは何ですか？

ヨハネによる福音書7章37-39節

ステップ1：渴いてイエスのもとに行き、イエスを信じる。

使徒言行録2:38

ステップ2：悔い改める。

ステップ3：バプテスマを受ける。

使徒言行録5:32

ステップ4：神に従う。

服従は、弟子であることの試金石である。わたしたちの神に対する愛の真実性を証拠だてるのは、律法の遵守である。わたしたちの受け入れる教理が心の罪の根を断ち、魂を汚れからきよめ、きよきに至る実を結ばせるなら、わたしたちはそれが神の真理であると知ることができる。

(エレン・ホワイト『希望への光』1185ページ、『祝福の山』さばかずに、行え)

ルカ11:13

ステップ5：この父なる神に求める。

『キリストの実物教訓』には、地上におられたときのイエスについて、次のような記述がある：

イエスは、自分のためではなく、他の人々のために、生き、考え、そして祈られた。イエスは、毎朝神との交わりに幾時間かを過ごしたあとで、人々に天の光を与えるために出ていかれた。イエスは、日毎に聖霊の新しいバプテスマをお受けになった。(エレン・ホワイト『希望への

光』1236ページ、『キリストの実物教訓』12章)

イエス御自身が毎日聖霊のバプテスマを受けておられたことを知れば、私たちの心はどんなに動かされることだろう！イエスがこの賜物を必要とされたのだから、私たちは人生のあらゆる瞬間に、どれほどこの賜物を必要としていることだろう！

聖霊のバプテスマを受けると、2つの大きな結果がある：

- 私たちは御霊の**実**を受ける（ガラ5:22、23）。
- 私たちにはキリストの証人となる力がある（使徒1:8）。

聖霊のバプテスマは、私たちの内面を変えてキリストの品性を与え、外面を変えて、私たちのすべての言動においてキリストの証人となるようにする。父なる神はすべての良い与え主であり、私たちに毎日聖霊の賜物を与えてくださることに大きな喜びを感じておられます。

アクティビティ

ここでは、聖霊のバプテスマを実演する。

必要な材料：大きなボウル／洗面器、大きなスポンジ、大きな石、大きなピッチャー2～3杯分の水、小さなプラスチックコップまたは飲料用グラス。

ソフトハート・イラストレーション

- 岩に水をかける。言ってください：もし私たちが**固い心**を持っているなら
- 私たちは**聖霊の水**を吸収することができない。プライド、恨み、怒りといったものは、私たちの心を硬くする。
- わたしは、あなたがたに**新しい心**を与え、あなたがたのうちに**新しい霊**を置く。わたしは、あなたがたの肉から**石の心**を取り去り、あなたがたに心を与える。わたしは、あなたがたの内にわたしの**霊**を置き、あなたがたをその中に歩ませる。

わたしの定めを守り、わたしのさばきを守り、それを行う。

- スポンジに水をかけて言う：神は私たちに新しい心と新しい御霊を与え、私たちの柔らかい心は、私たちのやり方を変えてくださる御霊を浸み込ませることのできるスポンジのようになる。そうすれば、私たちの柔らかい心は、私たちのやり方を変えてくださる御霊を浸み込ませることのできるスポンジのようになる。
- 私たちが肉の "柔らかい" 心を持つとき、聖霊がいかに簡単に他者に "搾り取ら" ことができるかを示す。

溢れんばかりのイラスト

- 先ほどのイラストの続きで、コップを大きなボウル／洗面器の上にかざします。言ってください：このカップは私たちです。見た目はいいけれど、中に何か入っていないと意味がないでしょう？
- コップの半分まで水を入れてもらいます。尋ねなさい：聖霊の量はこれいいですか？(いいえ！) コップの3/4まで水を入れ、同じ質問をする。(いいえ！)。
- 問う：私たちは心のどれくらいを聖霊で満たしてほしいと思っていますか？(全部です！)。
- その人にゆっくりと水を注ぎ続けさせ、水をコップに満たし、ボウルや洗面器に豊かに溢れさせます。言ってください：私たちが御霊で満ち溢れるとき、御霊は私たちの影響範囲にいる他の人々の人生にも溢れ出さずにはおられません。
- しかし、私たちは一度だけ溢れれば満足なのだろうか？
- 最初のピッチャーの水を全部使って、もう一度水を注ぎ続ける。言いなさい：いいえ、私たちはもっと注ぎたいのです。
- 2番目のピッチャーから注ぎ始める。尋ねなさい：この毎日あふれるバプテスマを求めるのをやめるべき時がありますか？(ありません！)。
- 注ぎ続けなさい。言う：聖霊のバプテスマを日々願い求めることを忘れないでください。そうすれば、神の栄光のために捧げるべき多くのものでいつもあふれ、神のための効果的な証人となることができます！

リーダー：神があなたの固い心を柔らかいどのように変えてくださったかについて、短い (5~10分) 個人的な証しを分かち合ってください。(何を証しすればよいかわからない場合は、付録2を参照。)

実践

聖霊のバプテスマを受けるための5つのステップを5分間で祈る。

1. 渴きとともにイエスのもとの来て、イエスを信じなさい。
2. 悔い改めよ。
3. バプテスマを受ける。
4. 神に従え。
5. この父なる神に求めなさい。

尋ねなさい：この贈り物を完全に受け取るために、まだしていないことで、必要なことはありますか？

祈りにおいて神と格闘する気持ちがあるでしょうか。心から聖霊のバプテスマを受けたいと願っているでしょうか。これこそ私たちが真に必要なとしていることであり、今、この時に得ようと思えば、得ることができます。…もし、私たちが謙遜に神と共に歩むならば、神は私たちと共に歩んでくださいます。（エレン・ホワイト『祈り』142ページ）

祈りなさい：親愛なる天の父よ、あなたが約束された賜物を待ち望まない私たちをお赦してください。私たちが毎日、あなたの聖霊のバプテスマを願い、受けることができるように助けてください。

私たちの心をイエスの愛に満ちた人格に変えてください。私たちがイエスのための恐れのない証人としてください。イエスの御名によって、アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則4

毎日、聖霊の新鮮なバプテスマを求め、受けなさい。感覚ではなく、信仰によってこの賜物を受け取る練習をなさい。主の従いなさい。そして、さらに求め続けなさい！

心と体と魂を神にささげる者は誰でも体力と知力の新しい賜物をたえず受けるであろう。天の尽きることのない補給は彼らの思いのままに与えられる。キリストは彼らにご自身の霊の息吹、すなわちご自身の命をお与えになる。聖霊は心と思いに働くためにその最高の能力をそそがれる。神の恵みは彼らの能力を幾倍にも大きくし、神の性質のあらゆる完全さが救霊の働きにおいて彼らの助けとして与えられる。キリストとの協力によって、彼らはキリストのうちにあって完全であり、人間的な弱さのうちにあっても全能者の行為をなすことができる。（エレン・ホワイト『希望への光』1114ページ、『各時代の希望』86章）

祭壇に戻る - 原則5

毎日...

家族を惜しみなく愛する

バプテスマのヨハネについてはこう書かれている：「彼はエリヤの霊と力で主に先立って行き、父の心を子に向けさせ、逆らう者に正しい人の分別を持たせて、準備のできた民を主のために用意する。」（ルカ1:17、強調）。

著者の証言

1999年、ミシガン州の寒い冬の夜、私は子どもたちに心に向けるようにというエリヤの呼びかけを聞いた。この呼びかけを、説教壇からの説教や本の一章から聞いたのではない。私は子どもたちの泣き声を通して、エリヤの呼びかけを聞いたのだ。

大きな教会を建てるための重要な会議に出席するため、私は書類とブリーフケースをまとめていた。私は急いでいた。私の子供たち、ジェイソンとジュリーは6歳と3歳だった。私が出かける支度をしているのが聞こえた。二人は私に駆け寄り、「パパ、どこに行くの？」と尋ねた。

「ミーティングに行くんだ。

「パパ、今夜は家にいて！」。「いつもいないじゃない！パパ、もう遊んでくれないの！」

私は息子と娘にハグとキスをしようと身を乗り出した。二人の小さな腕が私をしっかりと包み込んだ。私が立ち上がろうとすると、二人は私を離そうとしなかった！彼らは必死になって私にしがみついた。彼らは献身的すぎるパパを家に引き留めようとしていたのだ。

私は彼らの腕を私のそっと引き剥がさなければならなかった。二人は泣き出した。「パパ、今夜だけ！お願い、家にいて！」

私は家を出てドアを閉めた。雪の中を歩きながら、泣きながら私に手を差し伸べる子どもたちの姿が胸に重く残った。雪を踏みしめて教会の集会に向かうと、神が私の心に語りかけられた。私を名前と呼んだのだ。私は足を止めた。その夜、雪が静かに降りしきる、神は私を子どもたちのもとに呼び戻さ

れた。神はまず、私の子供たちの泣き声と愛を通して語られた：「パパ、家にいて！」。

それは私にとって非常に難しい決断だった。私は週に7日間も夜間外出することが多く、自分の子どもをほったらかしにしたまま他人を助けていた。それは辛い呼びかけだったが、私、ジェイソン、ジュリーの間に癒しをもたらした慈悲の呼びかけだった。

その、私は家族にイエスと言えるように、多くの断るようになった。それは簡単なことではなかった！妻エイプリルと私が一緒にいる時間を優先したように、神は私がそれぞれの子供たちとの時間を守るように助けてくださった。

最初、子供たちは私と過ごすことに興味を示さなかった。私は何度も子どもたちの遊びの要求にノーと言った。私はしばしば失敗したと感じた。しかし、エリヤの呼びかけは主の癒しの力とともにやってきた。主は子供たちが私を許してくれるように助けてくださった。主は文字通り、私の心を子どもたちに向け、子どもたちの小さな心を私に戻してくださったのだ。神をたたえよ！

ヨハネは、エリヤと同じ聖霊の力をもって、メシアの到来を人々に準備させた。エリヤと同じように、ヨハネはリバイバルを呼びかけた。悔い改めよ、天の国は近づいた」（マタイ3:2）と説いた。

ヨハネはエリヤと同じように、父親たちの心を子どもたちに呼び戻した。今日、私たちも同じようにするように命じられている。

ヨハネは、1世紀の人々がイエスをメシアとして迎える準備をした。今日、私たちは、雲に乗って来られる王の王としてイエスを迎える準備を人々にさせるよう求められている！

家族の癒しはリバイバルの極めて重要な部分であり、祭壇に戻ってくるための極めて重要な部分である。リバイバルは、私たちの家庭の日々の鼓動でなければならない。家族として祭壇で礼拝することが、私たちの家庭の鼓動でなければならない。私たちの家族が、礼拝、みことばにふれる時間、祈りなどを通して、日々イエスと共にリバイバルを経験するとき、神の霊は、私たちが間もなくイエスに出会うための準備をしてくださっているのです！今こそ、この終わりの日のためにエリヤのメッセージを生きる

時なのだ！

祈りましょう：この「祭壇に戻る」原則を学び始める（あるいは教える準備をする）時、家族の必要を見る新鮮な目を与えてくださるよう、神様にお願いしましょう。家族の一人一人を意図的に、犠牲を払って愛し、仕える方法を示してくださるよう、また、あなたと一緒に、彼らを毎日の礼拝の祭壇に呼び戻す方法を示してくださるよう祈りましょう。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. 聞いてみましょう：あなたの一週間を最もよく表している歌は何ですか？グループのメンバーに、その曲のタイトルと選んだ理由を話してもらいましょう。
2. 尋ねる：ここまでの「祭壇に戻る」の原則は何ですか？
 - **原則1：**自分でイエスに近づく！
 - **原則2：**イエスを敬う。
 - その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ましてもらう。
 - その2：毎朝、イエスが誰であるか、そしてイエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
 - その3：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。
 - **原則3：**御言葉と祈りの中でイエスを発見する。
 - **原則4：**新鮮な聖霊のバプテスマを求め、受ける。
3. 二人一組になる。お互いに、"前回のチャレンジ、聖霊のバプテスマを求め、新たに受けることを、神はどのように助けてくれましたか？"と尋ねてください。ペアに2～3分の時間を与え、分かち合ってもらいます。チャレンジを受け入れたとき、神が自分の人生に何をされたかを分かち合いたい人がいたら、大グループに尋ねてください。

コネクト

1. 二人一組になって、尋ね合う：「一番好きな家族の思い出は何ですか？

2. 分後、次のように尋ねてください：良い家族の思い出を作る材料は何ですか？イエスが私たち全員を家に連れ帰るために戻って来られる前に、神様は私たちの何をしてあげたいと思われませんか？

今日は、家族を惜しみなく愛する方法を探ります。

ディスカバー

祈ってください：親愛なる父なる神よ、私たちの家族に感謝します。私たちは家族の中で最大の愛も最大の憎しみも見つけます。どんな傷も癒して下さることを感謝します。あなたの御言葉を通して聖霊が教えてくださることを受け取ることができるように私たちの心を開いてください。イエスの御名によって、アーメン。

犠牲的な愛で家族を愛する方法

読もう：ローマ人への手紙13章8節

尋ねなさい：神はあなた方にどのような負債を守るよう求めておられますか？(互いに愛し合うこと以外、何も負い目はありません)。

読もう：エペソ4:29-32。

尋ねる すべての会話にどんなフィルターを使うべきか？(ものだけを話す)。

問う：憤りや恨みはどうすべきでしょうか？

(恨みを捨てよ)。

問う：私たちはどのレベルまで赦し合うべきでしょうか？(キリストがあなたがたを赦されたように、互いに赦し合いましょう)。

読もう：マタイによる福音書5章23節、24節。

問い：私たちはこの箇所を、個人礼拝や家族礼拝の時にどのように適用すべきでしょうか？(可能であれば、礼拝の前に和解を求めましょう。もしあなたが配偶者や子どもたちに厳しい言葉をかけたり、傷つくようなことをしたりしたなら、家族の心は礼拝の時にあなたと一緒にいてくれないでしょう。しかし、もしあなたが礼拝を始める前に謝罪し、過ちを正すように

努めたなら、彼らはあなたの導きをもっと受け入れてくれるでしょう)。

読みなさい：エペソ6:12。

問う：家庭や家族の中で争いがある時、私たちは本当は誰と戦っているのでしょうか？(私たちは霊的な力や高い所にいる悪と戦っているのです)。私たちの真の敵が誰であることを認識するなら、それは互いではなく、サタンなのです。

- そして、私たちや私たちの家族が勝利するいることを忘れないでください。))

尋ねなさい：家族の誰かを許せないと感じたとき、あなたはどうしますか？

読もう：エゼキエル36:26、27。

尋ねる：この心臓の手術は誰がしますか？この箇所で、神はあなたにいくつかの約束を与えておられますか？それができるのは神様だけです！あなたが読んでいる聖書の翻訳にもよりますが、神様はこの箇所で6～9の約束をしています)。

その特定の人に対する恨みを取り除くために、神に心臓手術をしていただくようお願いしてください。恨みから完全に解放してください。愛と赦しの新しい心を与え、あなたの心に聖霊を溢れさせてくださるよう、神にお願いしてください。

読もう：エペソ5:21-33

質問：21節は、キリストのような結婚をするための鍵として、どのように役立っていますか？この勧告は、他の勧告の文脈を与えている。それに従えば、互いに優位に立とうとするすべての欲求がキリストに委ねられることとなります！)

尋ねなさい：22節から24節で、神は妻たちにどのような助言を与えられますか？33節はどのように要約していますか？(尊敬をもって夫を愛しなさい。)

尋ねなさい：25節から29節で、神は夫にどのような忠告を与えられますか？25節は、夫の役割をどのように要約していますか (キリストが教会を愛し、教会のためにご自身を捧げられたように、妻を犠牲的に愛しなさい) 。

読みなさい：マラキ4:5、6。

尋ねなさい：神は終わりの日に、親と子にどのような2つの約束を与えますか？(神は親の心を子供に、子供の心を親に戻される。神の終末の日の計画の一部は、家族関係が回復することである)。

神が子どもたちや両親に対する私たちの心を回復してくださるように、神の前にへりくだる必要がある。

キリストのために新しい世代を弟子とする申命記のモデルの一部となる前に。

神の言葉を教え、語る！

読む：申命記6:4-6。

問い：4節から6節は、私たちに神とのリバイバルをどのように呼びかけていますか？

(神は私たちの神である主を心から愛するようにと呼びかけておられます)。

神が私たちのリバイバルを起こしてくださるとき、私たちは7節の神の助言の準備が整う。

読む：申命記6:7-9。

問う：誰が子供たちに教えるのですか？(親よ、神の御言葉を "あなたの息子たち"、つまりあなたの子供たちに教えなさい)。

問う：親はどのような形で子供を教え、弟子にするのか？

"いるとき"

尋ねる 親子はどんなときに一緒に座りますか？、教会、、ビデオ鑑賞、ゲーム、工作やプロジェクトなど)。

"道を歩くとき"

問う：親子はどんなときに一緒に歩きますか？(買い物、車やバス停から歩く、ハイキング、庭仕事、家の掃除など)

「横になるとき

聞いてみましょう：子どもたちが眠る前に、キリストのためにどんな会話ができるだろうか？子どもたちに一日のことを聞いてみよう。その日一番楽しかったことは？一日で一番嫌だったことは？彼らのためにどのように祈るこ

とができるか聞いてみましょう)。

"とき"

尋ねなさい：子どもたちが一日を始めるときに、キリストのためにどんな会話が出来ますか？家族礼拝をもっと魅力的で双方向的なものにするにはどうしたらいいでしょうか。(家族礼拝の作り方については、付録3を参照してください。)

どのように子どもたちの手本になれるかを探す：

- 姿でイエスのもとに来なさい。
- 崇拜の念をもって主を礼拝する。
- 朝一番に、イエスを主として降伏する。
- 神の御言葉と祈りの中でイエスを見つけなさい。
- 神の御言葉を自分の適用する。
- 聖霊の新鮮なバプテスマを求め、受ける。

毎日、子供たちに祝福を祈ることを忘れないでください。

神の言葉をあなたの行動と思考に結びつける

申命記6:7-9の続きである：

"あなたはそれを手にするしとして結ばなければならない"。

尋ねなさい：神の御言葉を私たちの手に結びつけるとはどういうことだと思いますか？(私たちの行動は神の御言葉に忠実であるべきです)。

"そして、それらはあなたの前立てとなる"

尋ねなさい：私たちの考えや態度は、神の御言葉に忠実であるべきです)。

神の御言葉を玄関の歓迎と証しにする

"あなたは家の門柱にそれを書かなければならない"

質問：神の御言葉を、あなたの家に来るすべての人に対する「歓迎と証し」にするにはどうしたらよいでしょうか？ドアの内側に聖書の約束を貼る。聖書の約束を、食事、睡眠、勉強など、その部屋で行われる可能性のある活動に合わせて、祈りながら家のさまざまな部屋に置く。洗面所の鏡に油性マジックで聖書の箇所を書く。）

神の御言葉を、あなたの家への歓迎と証しとする

"あなたがたは、それらを...あなたがたの門に書かなければならない"

尋ねなさい：神様の御言葉をあなたの土地で歓迎し、証しするために、あなたは何ができるでしょうか？あなたの土地で聖書の祈りの散歩をするために、ゲストを招待しましょう。敷地があまりなかったり、自然の中で聖書の祈りの散歩ができる場所に住んでいなかったりする場合は、近所を散歩して隣人のために祈りましょう。そして、あなたが彼らのために祈っていることを伝えましょう。）

聖書の祈りの散歩のアイデアについては、本「外でイエスに会う」を参照してください：indiscipleship.org で無料でダウンロードできます。

家族を愛することが難しいときがあるだろうか？神はいつも、愛することや赦すことが難しい家族に対して、私たちを通して注ぐ十分な愛を持っておられる。神は、私たちの人生において許しがたい人々に対する私たちの赦しである。神は私たちの癒しであり、私たちだけでは決して回復させることのできないものを、私たちの結婚や家族関係に回復させてくださる！

実践

1. 神に祈り求めるのだ：

- a. 私の肉親の一人一人は、私がその人を愛していることを知るために、私から具体的にどんなことを必要としているのだろうか？
- b. 私の家族の中で、誰が赦される必要があるのか、あるいは私の謝罪が必要なのか。
- c. 次のステップは？

2. 神があなたに約束していることを聞き、信じなさい：

「ああ、主なる神よ、あなたは大きい力を振るい、腕を伸ばして天と地を造られました。あなたの御力の及ばない事は何一つありません。」（エレ32:17）

「わたしの神は、御自分の栄光の富に応じて、キリスト・イエスによって、あなたがたに必要なものをすべて満たしてくださいませ。」（フィリ4:19）。

考えてみて。

1つの秩序正しくよくしつけられた家族は、与えることのできるすべての説教よりもはるかに多くのことをキリスト教のために語る。こういう家族は、両親が神の指示に従うことに成功したこと、また彼らの子どもたちが教会で神に仕えることを立証している。彼らの影響はしだいに広まっていく。それは、彼らが与えると同時にまた分け与えるために受けるからである。子どもは家庭で受けた訓練を他人に伝えるから、父親や母親は彼らがよい助け手であることを見いだす。彼らの住む近所の人々は彼らのために助けられる。何となれば、彼らはそこで現在および永遠のために豊かにされるからである。家族全体が主の奉仕に参加している。そして彼らの敬けい虔けんな模範を通して他の人々が励まされ、神の羊、美しい羊の群れを扱うのに神に対して忠実となり真実となる。

世に示すことのできるキリスト教の力の最も偉大なあかしは、秩序正しく立派にしつけられた家庭である。これは実際に心に働くキリスト教の力の生きたあかしであるから、他のどんなものよりもいちばんよく真理を魅力あるものにする。（エレン・ホワイト『希望への光〜クリスチャン生活編』596, 597ページ、『アドベンチストホーム』4章）

祈りなさい：親愛なる父なる神よ、私たちの家族を思うとき、あなたにとって困難なことは何一つない思い出させてくださいます！私たちの豊か、あなたの豊かさに応じて、私たちの必要をすべて満たしてくださいませと、あなたは御言葉で教えてくださいませ。私たちの恐れや心配、そして深い傷をあなたにゆだね、私たち自身と私たちの家族をあなたの癒しの愛に委ねます。あなたが愛するように、私たちが家族の一人ひとりを愛することができるよう、あなたの愛を私たちに与えてください。この祈りを聞いてくださってありがとうございます。イエスの御名によって、アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則5

今週、家族を犠牲的に愛するために、神があなたに確信されたことを実行できるよう、神に信頼して次の一步を踏み出しましょう。

祭壇に戻る - 原則6

毎日...

他の人々をイエスの弟子へ

"わたしを愛しているか?"これは、イエスがペテロに天の御国のための弟子作りの使命を与えるときに尋ねた質問である。

キリストがペテロにされた質問には深い意味があった。キリストは、弟子であることと奉仕とについてたった1つの条件を述べられた。「わたしを愛するか」と、主は言われた。これが必要欠くことのできない資格である。ペテロがほかのあらゆる資格をそなえていても、キリストの愛がなければ、彼は主の羊の群れを飼う忠実な牧者となることはできない。知識、慈悲心、雄弁、感謝、熱意はすべてよい働きの助けとなる。しかしイエスの愛が心のうちになければ、キリスト教の牧師の働きは失敗である。(エレン・ホワイト『希望への光』1105ページ、『各時代の希望』85章)

イエスは言われた。「『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 22:37-40)

イエスのために真の弟子となるための基礎は愛である！イエスがまず私たちを愛してくださったから、私たちは愛するのです。

祈りましょう：この「祭壇に戻る」の原則を学び始める(あるいは教える準備をする)時、あなたが犠牲を払って他の人々に仕え、イエスのもとに弟子入りするために必要な愛と謙遜さを与えてくださるよう、神にお願いしてください。イエスは、たった一人でも御国に入るためにすべてを捨て、十字架にかかって死なれたことを思い出してください。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. グループのメンバーにもらう：「今、必要なものが何でも手に入るとしたら、何を頼みますか？」
2. 祭壇に戻る」の原則をおさらいしよう：
 - **原則1**：自分でイエスに近づく！
 - **原則2**：イエスを敬う。
 - その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ましてもらう。
 - パートII：毎朝、イエスが誰であるか、そしてイエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
 - パートIII：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。
 - **原則3**：御言葉と祈りの中でイエスを発見する。
 - **原則4**：新鮮な聖霊のバプテスマを求め、受ける。
 - **原則5**：家族を犠牲的に愛する。
3. 二人一組になり、お互いに質問し合う："神様は、あなたがチャレンジを生きるのをどのように助けてくれましたか？"(チャレンジはこうだった：家族を犠牲的に愛するために、神が次にあなたに確信されたことを実行するのを助けてくださる神に信頼して、次の一步を踏み出さなさい)。
4. 二人一組に2～3分の時間を与える。チャレンジを受け入れたとき、神が自分たちの人生に何をしてくださったかを分かち合いたい人がいたら、大グループに尋ねてください。

コネクト

1. 全員を2人1組のグループに誘う。各チームに、用途がわかっている小さなものを渡す（例：道具、果物、赤ちゃんのスタイ、くしなど）。を与える。

各チーム4分間で、その物の価値、仕方、有意義な使い方を示し、同じことを誰かに教える。

2. あなたがその品物に興味を持ち、その品物を使いたいと思い、他の人と分かち合いたいと思うようになるために、効果的だと思った人の行動は何でしたか？この活動から、キリストのために弟子を作ることに応用できることを学べますか？

今日は、他の人々をイエスのもとに弟子入りさせるとはどういうことかを探ってみよう。

ディスカバー

祈ってください：永遠の父なる神様、あなたの御子イエスは世界中に弟子を作るようにと私たちを召されました。どうか私たちが召命に忠実であることができるように聖霊を送ってください。イエスの御名によって、アーメン。

なぜ弟子作りの召命を受け入れなければならないのか？

私たちは弟子を作るように命じられている！

イエスは天地すべての権威を持っておられる（マタイ28:18-20）！イエスは私たちに弟子を作るように命じておられる。

弟子= 弟子作り。この二つは一つでなければならない。

しかし、もし私たちが弟子作りをする者であるならば、弟子作りの師であるイエスのやり方に従わなければならない。

イエスの弟子作りの方法

1. **読む**：ルカによる福音書6章12-16節。

"12人"を選ぶ前に、一晩祈りましょう。言い換えれば、一晩かけて意図的に祈り、神が誰に弟子になってほしいと願っておられるかを神に尋ねるのです。メンター(祈りの一夜をどのように過ごしたらよいか迷っている方は、付録1を参照してください)。

2. **読む**：マタイ4:18-20。

- a. 弟子候補が住んでいる／働いている場所を訪ねてみる。
- b. あなたがイエスに従うように、あなたについてくるように、あな

たがイエスのために働くように、あなたとともに働くように、あなたがイエスに仕えるように、あなたとともにミニストリーに携わるように、彼らを招こう。

c. あなたの部下が人を釣る漁師になるように訓練しなさい。

3. **読もう**：マルコによる福音書3章13節、14節、マタイによる福音書4章23節。

a. 弟子たちをあなたと一緒にいるように招きましょう。あなたがどのようにイエスに従っているのか、どのように祈っているのか、疲れたときにどのように行動しているのか、ストレスを感じたときにどのように反応しているのか、神の御言葉をどのように学んでいるのかを観察できるように、日常生活やミニストリーのあらゆる種類の活動を通して、彼らと交流する時間と機会を与えましょう。

イエスが弟子たちを訓練されたのは個人的な接触とまじわりによってであった。イエスは、ある時は山腹で彼らの中にすわって教え、ある時は海辺で、ある時は彼らといっしょに道を歩きながら、彼らに神の国の奥義を示された。イエスは今日人々がするように説教をなさらなかった。人々の心が天来のことばを受けようとして開かれているところではどこでも、イエスは救いの道の真理をとき明かされた。イエスは弟子たちにこれをしなさい、あれをしなさいと命令なさらず、「わたしに従ってきなさい」と言われた（ルカ9：59）。彼は民にどう教えるかを弟子たちに見せるために、いなかや町を旅行される時には彼らをおつれになった。イエスは弟子たちと関心の一つにされたので、彼らは働きにおいてイエスと一体となった。（エレン・ホワイト『希望への光』740、741ページ、『各時代の希望』15章）

b. あなたを召してくださった方が、彼らを召し、力づけてくださることを信じて、宣教し、教えるために彼らを送り出しなさい。

4. **読む**：ルカによる福音書9章1節、2節。

a. 聖霊のバプテスマによって力を受けるよう、神に求めるように呼びかけましょう。

b. イエスの御名によって、彼らはすべての悪霊と闇の力に打ち勝つ権威を持っていることを教えなさい。

c. 病人のために祈ることを教える。健康的な生活習慣の教育や病気の治癒のための自然療法に、どのように祈りを加えるかを教える。（健康的な生活に関する実践的なヒントについては、付録6を参照）。

- d. 神の王国を宣べ伝え、神の御言葉の力によって罪に苦しむ心と魂に癒しをもたらすために、彼らを送り出してください。

私たちの父なる神は、イエスが地上におられた間、毎朝毎朝弟子にしてくださいました（イザ50:4参照）。父なる神と聖霊は、イエス御自身と同じように、私たちを弟子とする者へと弟子化することに関心を持ち、投資しておられるのです。

実践

「弟子ゲーム」

1. グループのメンバーに、白紙の紙を取り、イエスとの関係をために毎日の日課に加えた簡単な霊的原則や習慣を一つ書き出してもらいます。この原則や習慣は、次のようなものであるべきだと明確にします：
 - イエスとの関係を築くことに意味がある
 - 短くてシンプル
 - 誰でも簡単に採用できる
2. 参加者に2つの列を作ってもらい、向かい合う。どちらの列も人数は同じにする。
3. 両ラインに、自分の真向かいの人がゲームでは自分の弟子になることを説明する。
4. その場面を描写してください：*深さ1,000フィート（300メートル）のあなたいる。神は、この深い溝を越えて互いに弟子となるよう、あなた方を任命された。*
5. 参加者に紙をくしゃくしゃにしてもらい、10数えたらそれぞれの弟子に投げてもらおう。（この紙が二人を隔てる溝に落ちないようにすることが重要である。もし落ちてしまったら、両側のチームが協力して、誰も溝に入ることなく紙を拾い上げなければならない）。
6. 次に、二人の弟子のパートナー間の積極的で意図的な弟子訓練に移行する。
7. ラインの両側に残らなければならないものについては、次のステップを強調表示する：
 - あなたに投げられた弟子作りのメモを読んでください。
 - それぞれの弟子作りに、自分の書いたものを説明させる。
 - 質問が生じたら、答え合う。
 - それぞれの弟子作りに、書き留めたことを実践するよう相手に挑

戦させ、「また来週！」と言う。

8. 弟子のパートナーに、一週間離れるかのように互いに背を向けさせ、それぞれの弟子のために祈り、それぞれが分かち合ったことを実践するように頼む。
9. 言ってください：一週間が。もう一度弟子と向き合いなさい。
10. 対話に参加し、両者に尋ねてみよう：この大きな隔たり、溝、裂け目は、私たちの人生において何を表しているのだろうか？ 私たちが弟子としようとしている人と私たちを隔てるものは何でしょうか？(考えられる答え：年齢、人種、言語、社会経済、教育レベルなど)。
11. 聖霊のバプテスマの必要性を示すための任意の練習：
 - 参加者にスポンジの小片を渡し、これは私たちと私たちの証人を表していると伝える。3つ数えたら、全員にスポンジのかげらをそれぞれのパートナーに投げてもらいます。(スポンジは遠くには飛びません！)。
 - 次に、水差しを用意し、スポンジを浸す。3つ数えたら、繰り返す。(スポンジはおそらくパートナーに届くだろう！スポンジをキャッチするとき、パートナーは少し濡れているかもしれません)。
 - 水は聖霊の力である(聖霊のデモンストレーションを参照)。聖霊の力は、私たちの弟子作りを効果的にする。
12. 言ってください：このような溝を生み出す障害もありますが、聖霊は、私たちから弟子として召された人たちへと橋を架けようと熱心に願っておられます。聖霊がその溝を埋め、あなたの証しが効果的なものとなるように祈りなさい！[黙祷のポーズ]
13. 言ってください：想像上のシャベルを持って、線と線の間隙間を埋めてください。その後で、「私たちが主の助けを求めるとき、主は私たちを隔てる隙間を埋めてくださいます」と言いましょう。
14. 溝が埋まったところで、弟子たちに並んで会うように誘う。弟子たちのパートナーに、想像力を働かせて、次のようなし、答えてもらいましょう：先週のどうでしたか？
15. パートナー同士で、書き留めたことと、それがイエスとの関係にどのような影響を与えたかを証しし合う。
16. 弟子のパートナーに、この原則を実践するよう再び挑戦させ、今度は弟子と一緒に祈らせる。

17. 弟子のパートナーに互いに背を向けさせ、離れている時間を表す。その後、再び向かい合わせる。
18. グループに言う：私たちは、あなたたちが数週間にわたってお互いに会っていて、あなたが分かち合ったことを弟子が理解し、自分のものとし、実践していることを知っているとは仮定します。では、あなたの弟子が、あなたから学んだことを、この部屋にいる他の誰かと分かち合うよう、順番にチャレンジしてください。あなたが弟子をどのように弟子入りさせるかが、弟子が他の人をどのように弟子入りさせるかにつながることに注意してください。ですから、意図的に行いましょう！
19. 弟子づくりをする人たちが散らばり、今教えられた内容を別の弟子のパートナーに教える時間を数分取ってください。これは双方向に行います。その後、お互いのために祈り合ってもらいましょう。
20. 各弟子たちに、弟子作りの最初のパートナーを見つけるよう誘う。尋ねるようにさせる："私があなたに与えたものを誰かと分かち合っていて、どうでしたか？"
21. 次のように説明してください：あなたが教える弟子訓練の原則が、時間をかけて次のように成長していくことを願っています。

- 頭(理解)から
- 心(願い・熱意)へ
- 手(実践)へ
- 足(出て行って他の人に伝える行動)へ

22. 可能であれば、短い個人的な証言をする。
23. 会員に、主イエスの前にへりくだってひざまずくように勧める。
24. 電話をかけよう：他の人をもっと熱心に弟子入りさせたい人はいますか？神があなたに弟子にしてほしいと願っている人を尋ねるために、夜も昼も祈ることを厭わない人はいますか？もしあなたがこのチャレンジをしたいのなら、私たちの主イエスの前に謙遜にひざまずいて、主が私たちに求めておられることを実行する力を祈りましょう。

祈ってください：天の父なる神様、私たちは救い主の「行って弟子をつくりなさい」という命令に従うために残された時間はわずかです。

世界中で。私たちはイエスについての情報を他の人々に与えてきたにもかかわらず、イエスの弟子をほとんど作ってこなかった。弟子作りに代価を払うことを厭わない私たちを赦してください。弟子を作ることは、私たちがすべきことが多すぎるときには、私たちの時間を犠牲にします。疲れているときには、慰めを犠牲にします。聖霊が私たちを、私たちが会いたくない人のところに遣わされるときには、私たちの評判が犠牲になる。イエスは、私たちを弟子にするために祭壇に戻るために、ご自分の命を犠牲にされたのです。イエスと共に歩み、イエスと語り、イエスを分かち合う弟子とするために、私たちを力づける聖霊をお遣わしてください。イエスの御名によって、アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則6

誰かを意図的にイエスに弟子入りさせましょう。誰をどのように弟子にしてほしいか、神に尋ねる「夜」や特別な祈りの時間を持ちましょう。それを前に広げてください。祈って、それをその人に伝えましょう。

覚えておいてほしい。

人の心を動かすには、キリストの方法だけが真の成功をもたらす。人間として歩まれた間、救い主はその人たちの利益を計られ、同情を示し、その必要を満たして信頼をお受けになった。そして「わたしについて来なさい」とご命令になった。

個人的に努力をして、人々に近づいていくことが必要である。説教に用いる時間を減らし、個人伝道にもっと多くの時間を使うならば、さらに大きな結果をもたらすだろう。貧しい者を助け、病める者を看護し、悲しむ者、親しい人を失った者を慰め、無知な者に教え、経験がない者には助言を与えなければならない。わたしたちは泣く者と共に泣き、喜ぶ者と共に喜ぶべきである。納得させる力と祈りの力と神の愛の力が伴うならば、この働きが実を結ばないことはなく、必ず結ぶのである。(エレン・ホワイト『ミニストリーオブヒーリング』新装版88ページ)

祭壇に戻る - 原則7

毎日...

神から与えられた使命を生きる

私たちは子供の頃、大きくなったら何になりたいかという夢を持っていた。子供の頃の夢について少し考えてみてください。あなたの人生で叶った夢はありましたか？

幼い頃、神があなたに尊い夢を与えたように、今日も神はあなたの人生に尊い夢を持っておられる。あなたがどこにいたとしても、何をしてきたとしても、年齢、性別、学歴の有無、住んでいる場所、資格の有無に関係なく、あなたが望むなら、神はあなたを用いてくださる。

キリストは、その僕たちに、「自分の財産」、つまり、神のために用いるべき何物かをお与えになる。キリストは、「それぞれ仕事を割り当てて」おられる。すべての者は、天の永遠の計画の中に自分の占めるべき場所があるのである。だれでも、魂を救うために、キリストと協力して働かなければならない。天の住居の中に、わたしたちの場所が確実に用意されているのと同じように、わたしたちがこの地上で神のために働くべき場所が、定められているのである。（エレン・ホワイト『希望への光』1312ページ、『キリストの実物教訓』25章）

そう、イエスはあなただけに特別な**使命**を持っておられるのだ。アフリカへの有名な宣教師、デイヴィッド・リヴィングストンがかつて言ったように、"地上の王からの依頼が名誉とされるなら、なぜ天の王からの依頼は犠牲とされるのか？"。

祈りましょう：最後の「祭壇に戻る」の原則を学び始める（あるいは教える準備をする）とき、神があなたに奉仕するよう召しておられる方法が何であれ、自分の居心地の良い場所から一步踏み出す勇気を与えてくださるよう神に願いましょう。私たちはそれぞれ特定の賜物と強いて言えば、あるかどうかではなく、召されるかどうかということだ。主は、謙虚に主に寄り添おうとするすべての人を召される資格がある。

小グループ・リーダー用ガイド

ケア

1. 小グループに尋ねます：弟子として生きる原則の中で、あなたにとって最も意味のあるものはどれですか？なぜですか？
2. 祭壇に戻る」の原則をおさらいしよう：
 - 原則1：自分でイエスに近づく！
 - 原則2：イエスを敬う。
 - その1：毎朝、神と二人きりで急がずに過ごせるよう、神に目を覚ましてもらう。
 - パートII：毎朝、イエスが誰であるか、そしてイエスがあなたに何をしてくださったかに集中することを第一に考えましょう。そして、自分のすべて、持っているものすべて、そして自分の態度や電子機器さえも、主であるイエスに明け渡しなさい。
 - パートIII：信仰によってあなたの内に住んでおられるイエスの力によって、一日を通してのすべての選択において、イエスの導きに従いなさい。
 - 原則3：御言葉と祈りの中でイエスを発見する。
 - 原則4：新鮮な聖霊のバプテスマを求め、受ける。
 - 原則5：家族を犠牲的に愛する。
 - 原則6：他の人をイエスに弟子入りさせる。
3. 前回のミーティングの課題は何でしたか？(ディサイプル・ミー」ゲームで得たアイデアを前に広げてください。祈りなさい。実践してください。それを誰に伝えてほしいか、神に尋ねてください。祈って、それをその人に伝えてください)。
4. 二人一組になって、互いに尋ね合う：「神さまは、あなたが先週のチャレンジを生きるのを、どのように助けてくださいましたか？二人一組になって、2-3分間で分かち合ってください。チャレンジを受け入れたとき、神様が自分の人生に何をしてくださったかを分かち合いたい人がいたら、大グループに尋ねてください。

コネクト

1. 2人1組のグループになってください。そして、こう言ってください：「ある億万長者が、あなたの夢の家を建ててくれて、その費用をすべて払ってくれると言っています。さらに、世界中のどこでも最大10エーカーの土地も提供してくれるそうです。あなたなら何と言いますか？」

2. ペアで2分間お互いにシェアした後、こう言います：
「誰か、大きなグループでもシェアしてみたい人はいますか？」
3. 「自分が住みたい夢の家を想像するのは楽しいですね！
でも、神様があなたに持っておられる夢は何だと思えますか？」
(※ここの質問に対して、参加者からの答えを受け取ります)
4. 「神様は、私たちのために天国に素晴らしい計画を用意してくださっていることを私たちは知っています。
でも、神様が私たちを天に迎え入れるその前に、私たちがこの地上で神様のために何をどのようにと夢見ておられるのか、時間をとって考えたことはありますか？」

今日は、私たちのユニークで特別な召命を探してみよう。神はあなたの人生にも私の人生にも使命を持って。私たちが今、神に仕え、生きることを選んだのには理由がある。

ディスカバー

祈りなさい：親愛なる創造主なる神よ、あなたは天と地を限りない美しさで創造されました。あなたは私たちをあなたの子どもとしてお造りになりました。あなたが私たちの人生に抱いておられる夢と計画に私たちを目覚めさせてください。どうか父なる神様、あなたが私たちをこの世にお生まれになった聖なる目的を見逃さないでください。今、今日、どのように生き、あなたに仕えるかを示してください！私たちの人生がどのようにあなたの御国のために用いられ、あなたに栄光と誉れを与えることができるかを示してください。イエスの御名によって、アーメン。

神はあなたの何を知っているのか？

読む：詩篇139:1-6, 13-15.

神があなたについて知っていることを挙げてください。

読んでください：詩篇139:16とエペソ2:10。

神は何を書き記されているだろうか？神は、あなたのためにあらかじめ何を計画しておられるのだろうか？主はあなたのために使命を持っておられるのだ！)

神が私たちをどのような存在として創造されたかを探求し、今、私たちがどのように独自の方法で神に仕えることができるかを学ぼう。

神から与えられた使命を発見する

アクティビティ：神に仕える場所を知るための質問を探る

探求を始める前に謙虚に祈りなさい。あなたの人生をイエス・委ねなさい。このプロセスにおいてあなたを導いてくださるよう、神に聖霊を遣わしてくださるようお願いしましょう。

1. 私の霊的な賜物は何か？

自分が持っていると思うものをすべて挙げてください。上位3～5個の霊的賜物に丸をつけてください。

- 第1コリント12:4-11
- ローマ12:6-8、13
- エペソ4:11、12
- 第1ペテロ4:9-11
- 出エジプト記31:1-5

2. 次のように感じたのは、人生の中でどんな時でしたか？

- 自由 — 神様が造られた本当の自分でいられたとき
- 流れに乗っていた（フロー） — 自分の自然な賜物を使って、大切に思う人たちのために、大切にしている課題に取り組めたとき
- 喜びを感じたとき
- 神様に用いられていると実感したとき
- 自分の奉仕によって人々が神様に近づいたと、ポジティブな反応をもらったとき

3. あなたの人生の中で、この5つがあなたのために存在した時を3回、簡単に教えてください。

4. 私はどんな人たちを助けたいと思うでしょうか？

あなたが「助けたい」「心が動かされる」と感じる人たちのタイプやカテゴリーをすべて書き出してみましょう。

思いつくまま、いくつでもかまいません。

その後、特に心を惹かれる上位3～5個に丸をつけてください。

5. 私はどんな問題に関心があるのか？

あなたが怒りを覚えるような、あなたの放置されている問題を挙げてください。あるいは、あなたが情熱を持って取り組んでいる問題

を挙げてください。

6. 他人は私のどこを見ているのか？

最後の4つの質問に対する答えを、以下の条件を満たす5人に送る：

- 彼らはあなたのことをよく知って。
- 彼らはあなたのことを気にかけている。
- 彼らは神とともに歩む。
- 彼らには識別力がある。
- 彼らは3日間かけて祈り、あなたの答えを振り返り、次の質問に答えます：私の賜物によって、人々に焦点を当て、私に関心を寄せる問題に焦点を当て、神に最もよく仕えることができるのは、具体的にどのような方法だと思いますか？

この5人があなたに与えるフィードバックについて祈りなさい。ヤコブ1:5-8から神の知恵を求めなさい。神があなたを召しておられる方法で神に仕えるために、信仰の一步を踏み出しましょう！

収穫の主の祈りを生きる

マタイ9:35-38を振り返ってください：

- 35節-イエスは教え、福音を宣べ伝え、いやされた。この3つは一緒だった！
- 36節-イエスは人々を見て、群衆を憐れまれた。
- 37節-イエスは、収穫は豊かであるが、働き手は少ないと見ておられた。
- 38節--イエスは弟子たちに、収穫の願い出るように、すなわち、収穫のために働き手を送り出すようにと言われた。

マタイ10:16-私たちに、収穫のために他の人々を送り出すように祈るように言われるだけではない！父と子と聖霊は、私たちに良い賜物を与え、主の使命のために恐れずに忠実であるようにと、私たち全員を送り出してくださるのです！

収穫の中へと投げ出される - クロージングアクティビティ

シェア（導入）：

私たちは今日、イエス様が私たちを「ご自分の収穫の中へと投げ出した
い」と願っておられることを学びました。
イエス様は、あなたと私を、神様が思い描いておられるミッションの中へ
と「投げ込みたい」と願っておられます。

進行手順：

- **紙を1枚ずつ配ります。**

それぞれ、自分の「コンフォートゾーン（安心領域）」の外にある
ような、神様が心の中で促しておられるかもしれないミッションを書
きましょう。

例：

- 近所の人にイエス様のことを伝える
- 学校でいじめをしている子と友達になる
- 現在の仕事を辞めて、遠い国へ行き弟子をつくる働きをする など

- **全員が書き終わったら、円になって立ちましょう。**

外側を向いて大きな円を作ります。

- **紙を丸めて紙玉にします。**

そして、その紙玉をできるだけ遠くへ力いっぱい投げましょう。
これは、神様に「私を送り出してください！」と願いながらの象徴
的な行動です。

- **質問：**

「今書いて投げた、“自分の安心領域の外にあるミッション”を、誰
かシェアしてくれる人はいますか？」

- **数名がシェアした後、こう促します：**

「もし、“コンフォートゾーンから出て行く”ことに心が動かされた
なら、自分の紙玉が落ちた場所まで行ってください。

そしてその場所で、**5分間静かにイエス様に祈りましょう。**

『神様、私をあなたが生まれる前から計画しておられたミッシ
ョンに、投げ込んでください』と、心を込めて祈ってみましょう。」

- **5分後、短い賛美のコーラスを歌って、全員を再び集めましょう。**

● 最後に、ひざまずいて共に祈ります。

祈りなさい：天にいます親愛なる父よ、御子の弟子として従うよう私たちをお召しくださったことを感謝します！私たちはイエスを主として委ね、主が私たちを遣わされたいと思われるところなら、どこへでも収穫のために私たちを送り出してくださるようお願いいたします。主が私たちを福音宣教のために召された時、すぐに従う勇気を与えてください。イエスの御名によって、アーメン。

祭壇への挑戦 - 原則7

どこで神に仕えるべきか」という質問に答え、友人や家族に意見を求め、その結果について神の導きを祈り、神があなたを導かれるところで仕えましょう！

最後に、このことを覚えておいてほしい：

自我を捨てて、聖霊が心に働かれる余地をつくり、神にまったく献身した生涯を送る者の有用さには限りがない。もし人々が、不平を言ったり、途中で弱ったりしないで、必要な訓練に耐えるなら、神は日々に、時々刻々に彼らを教えてくださる。神はご自分の恵みをあらわそうと熱望しておられる。もし神の民が障害をとり除くなら、神は人間という水路を通して救いの水の豊かな流れをそそがれる。もしいやしい身分の人たちを励まして彼らのできるよいことをさせるならば、またもし彼らの上にその熱意をおさえるような抑制の手がおかれなければ、いまキリストの働き人が1人しかいないところに100人の働き人がいるであろう。(エレン・ホワイト『希望への光』792ページ、『各時代の希望』25章)

そして、何をするにしても、物事をシンプルに保つこと！説教を減らし、教を増やし、御言葉に時間を増やす。

説教を減らし、教を増やすべきだ……。終わりが近づくにつれ、これらの集会では説教が減り、聖書の学びが増えるだろう。聖書を手にした小さなグループが会場のあちこちにでき、さまざまな人たちが聖書の自由な会話による研究をリードする。これはキリストが弟子たちに教えた方法である。(Ellen G. White, *Gospel Workers*, p. 407).

武力によらず、権力によらず／ただわが霊によって、
と万軍の主は言われる。(ゼカリヤ4:6)

次のステップ

もしあなたがイエスの弟子として生きたら？

グループに聞いてみよう：

- もしあなたが毎日イエスの弟子として生きるとしたら、その結果はどうなるでしょうか？
- 神は私たちとともに、グループとして次に何をされたいのだろうか？

2人ずつのグループに分かれて祈り、次に全員で1つの祈りを捧げます。祈った後、人々に分かち合ってもらおう。神がグループに啓示されたことに従って、計画を立てる。

神は私たちがこのような弟子となることを望んでおられる：

- ノアたち、誰も建てたことがないものを建てる人々。
- アブラハムたち、神が示す土地に向かって国を離れる人々。
- ヨセフたち、妥協を拒み、国々を導く夢を神から託される人々。
- モーセたち、後年に神に整えられて、民を導くべき場所に導かれる人々。
- ベツアルエルたち、人間には想像もできないものを設計し、建てる人々。
- ヨシュアたち、太陽が止まるように祈る大胆な人々。
- デボラたち、高い知恵で神の民を導く人々。
- サムエルたち、幼い頃から神の声を聞き、神を知り、民を忠実に呼び戻す人々。
- ルツたち、喪失に負けず、神が与えた人々を愛し、信仰の遺産を残す人々。
- ヨブたち、豊かさの中でも、また悲劇的な困難の中でも神に忠実で、やもめや孤児を支える商人たち。

- エリヤたち、高い場所で悪に立ち向かい、国々をリバイバルへと呼び、天から火を呼び、エリシャを育て、ヨルダン川を渡る人々。
- エリシャたち、若い時にマントを受け取り、ヨルダンを打って渡り、力強い者たちを神に導く人々。
- ダビデたち、巨人に立ち向かい、倒し、勇士たちを導く人々。
- イッサカルたち、時代を知り、イスラエルが何をすべきかを知る人々。
- ヨナたち、神から逃げるのをやめて、神のもとへ全ての神を知らない都市を悔い改めに導く人々。
- エレミヤたち、人々が耳を傾けたくないときでも真理を預言する人々。
- ダニエルたち、金でも名誉でも買われることなく、神に忠実で、群衆に対して立ち上がり、国を導き、国の指導者たちに助言し、高い場所にいる者たちに神を歩ませる人々。
- エステルたち、地上の偉大な者たちの前に立ち、命を懸けて神の民を救うためにリスクを取る人々。
- マリアたち、十代で世間の嘲笑を受けながらも、「私は主のはしためです。あなたの言葉どおりになりますように」と告白する人々。
- マグダラのマリアたち、夜の女から光の娘へと変えられ、神の力だけで立ち、復活したイエスによって癒される人々。
- アンデレたち、静かに、そして確実に人々をイエスのもとへ導く人々。
- ペテロたち、自分の舟を捨てて、水の上を歩くためにイエスに従う人々。
- やもめたち、自分が持っているすべてをイエスに捧げる人々。
- リディアたち、事業家であり、仕える心とおもてなしの家を持つ人々。
- バルナバたち、励ましの子となり、キリストのためのチャンピオンを育てる人々。

- ルカたち、医療と福音を融合させて伝道する宣教医たち。
- アリマタヤのヨセフたち、富を持ちながらもそれをリスクにさらし、神の国のためにその影響力を使う人々。
- スサンナたち、癒しと贖いの証人として歩み、どこへでもイエスに従い、自らの資金で御国の働きを支える人々。
- パウロたち、福音をまだ知らない人々に伝えるために快適さと安全を犠牲にし、厳しい場所で使徒としてリスクを取って、書かなければならないことを書き、暗闇の中で自由を求める人々。

付録1

祈りの夜

イエスの模範

「そのころ、イエスは祈るために山に行き、神に祈って夜を明かされた。朝になると弟子たちを呼び集め、その中から十二人を選んで使徒と名付けられた。それは、イエスがペトロと名付けられたシモン、その兄弟アンデレ、そして、ヤコブ、ヨハネ、フィリポ、バルトロマイ、マタイ、トマス、アルファイの子ヤコブ、熱心党と呼ばれたシモン、ヤコブの子ユダ、それに後に裏切り者となったイスカリオテのユダである。」（ルカ6:12-16）

「神の内にもいつもいると言う人は、イエスが歩まれたように自らも歩まなければなりません。」（1ヨハネ2:6）

チャレンジ

イエスは十二弟子を選ばれる前に、一晩の祈りを捧げられた。神を礼拝し、2つの質問について指示を仰ぐために、一晩祈りなさい：

1. 神よ、あなたは今、私に誰をキリストに弟子入りさせたいのですか？
2. 神よ、あなたは今、私にどのような生き方、働き方を望んでおられますか？

祈りの夜のためのヒント

- **感謝**をもって神の御前に出ましょう。神があなたの人生に働きかけてくださったすべての方法を見直し、これらの祝福を神に感謝しましょう（詩篇100:4）。
- どのような方であるかを**賛美**する！神はどのようにご自身を現されましたか？神の御性質、御力、御国について、神に栄光を帰しましょう（詩篇100:4）。

主であるイエスに**完全に身をゆだねる**（マタイ28:18、フィリ2:5-11）：

- 人としてのすべて-アイデンティティ、成功、失敗
- 時間、才能、富影響力など、あなたが持っているすべてのもの
- あなたの全姿勢
- 自分の罪を告白し、神の赦しを**請い願う**（詩篇51:10-12、第一ヨハネ1:9）。
- 告白し続けているにもかかわらず、背を向けていない罪や罪のパターンを神に探し出してもらいましょう（使徒2：38、39）。これらの罪から

悔い改めなさい。悔い改めるなれない場合は、エゼキエル36:25-27を祈り、これらの約束を自分のものとして主張する。

- 神が与えてくださるようお願いする：
 - 聖霊のバプテスマ（ルカ11:11-13、使徒1:4、5）。
 - 神が今、あなたに誰を弟子にするよう召しておられるかを知る知恵（イザ30:21）。祈りなさい：「神よ、あなたはこの終わりの時に、あなたの使命のために誰を弟子にすることを望んでおられますか？（ヤコブ1:5-8）。
 - 神が今どのような人生／ミニストリーの運営を望んでおられるかについての方向性（箴言3:5、6）。
- 期待して待ちなさい（エレ.33:3、詩.25:4、5、詩.46:10）。
- 神の御言葉（イザ8:20）を用いて、あなたの結論を検証しなさい。尋ねなさい：「主よ、あなたの御言葉の中に、私の結論に異議を唱えたり、私の結論を確証したりするものはありますか？
- 祈りの夜を共に過ごしてくださった神に感謝を捧げましょう（1テサ5:18）。

ポイント

友人や家族に祈ってもらおう。

イエスは祈りの夜を過ごされた。それが何時間だったかはわからないが、ただ"一晩"だった。あなたの"夜"が長いか短いかについてストレスを感じる必要はない。ただ、神に時間を与え、聖霊がいつ結論を下すかを導いてくださればいいのだ。神は、あなた以上にあなたの個人的な限界を知っておられるのだ。

このアウトラインは単なる道具である。この道具を聖霊の導きに委ねて、聖霊が望まれるように変えてください。

付録2

証の伝え方

使徒言行録21:39-22:21、ピリピ人への手紙4:10-13、第一ペテロ3:15-17を読み、使徒パウロの証を探る。

あなたの個人的な証（あなたとイエス・キリストの物語）を考える簡単な方法は、それを3つの部分に分けて準備することです：

1. **キリストの前に**救い主であり主であるイエス・キリストに人生を委ねる前、あなたの人生がどのようなものであったかを簡単に説明してください。あなたの人生に欠けていたものは何ですか？あなたの罪深い人生を華やかに見せてはいけません。
2. **キリストとの出会い**イエス・あなたのどのように介入されたかを分かち合いましょう。どのようにあなたの注意を引きましたか？キリストはどのようにあなたを呼び寄せましたか？可能であれば、聖書の一節や聖句を添えてください。
3. **イエスがあなたをどのように変えているか**イエス・キリストがあなたの人生にどのようになされたかを話してください。なぜイエス・キリストを愛し、イエス・キリストに仕えるのですか？主はあなたに何をしてくださったのですか？聴衆は、あなたの霊的な旅路の中で新鮮なものを見る必要があります！あなたのイエスとの歩みの中で、他の人がものは何ですか？これは、あなたの証しの中で最も素晴らしい部分となるはずです。

証を書き出しましょう。少なくとも**1-2個**の聖句を含めるようにしてください。異なるバージョンを**3つ**用意してもよい：

- エレベーター**1分**バージョン--言い換えれば、エレベーターの中で**1分**間でできる証言。
- **5分**間の要約版 - 金塊といくつかの特別なハイライトを提供する。
- **10分**から**15分**のバージョンで、神の介入と導きの詳細と証しがある。

証しを書き出したら、それを他の人と分かち合うことに慣れましょう。分かち合ったことがない場合は、友人、指導者、家族などを相手に練習しましょう。

本物であること、現実であること、そして喜びを忘れないこと。あなたはイエスとともに旅をしている。あなたの人生は、もはや自分のためでも、自分の栄光を求めるためでもない。すべてはイエスに栄光をもたらすためなのだ。(詩篇115:1参照)。

「しかし、あなたがたは、選ばれた民、王の系統を引く祭司、聖なる国民、神のものとなった民です。それは、あなたがたを暗闇の中から驚くべき光の中へと招き入れてくださった方の力ある業を、あなたがたが広く伝えるためなのです。」(1ペトロ2:9)

「あなたたちがわたしの証人である、と／主は言われる。わたしは神」(イザ43:12) と主は宣言される。

付録3

家族礼拝を作るためのアイデア

- 礼拝の時間は短くしましょう。子どもが幼いほど、礼拝の時間はすべきです。15分から20分も子供が退屈して夢中にならないよりは、3分から5分程度で子供と神様がつながる方がよいでしょう。礼拝の長さは、子どもの年齢に合わせて長くすることができます。
- 一緒にいる時間を神に集中させなさい。むしろ、神がどのようなお方であるか、神が家族の中で、また家族を通して何をなさることを切望しておられるかを祝うのです！
- 読むだけ、講義するだけでなく、一緒にインタラクティブな時間を作る。
- 神への礼拝をインタラクティブなものにするために、次のような方法を考えてみましょう：
 - その日に神がしてくださったことを分かち合い、神に感謝する。
 - あなたが神について愛していることを神にほめたたえる。
 - もしあなたの家族が歌や楽器演奏が好きなら、歌を通して神を賛美しよう。
 - 聖書に書かれていることを祝福してくださるよう、神に聖霊を遣わしてください。
 - 聖書で探求するテーマと家族の心をつなぐ、シンプルで楽しいアクティビティを作りましょう。
 - イエスを発見することに焦点を当てた聖書の物語を探究する。尋ねる：
 - この物語は、イエスがどのようなお方あるかについて、私たちに何を示しているのだろうか？
 - この物語を教訓として、神は今日、私たちに何をしよう求めておられるのだろうか？
- あなたがイエスについての真理を生きることができるよう、神が助けをくださるよう共に祈りましょう。

家族礼拝を準備する際に自問すべきこと

1. "イエスは私の心の中で何をしてくださっていますか?"あなたの現在のイエスとの生活体験から分かち合ってください。
2. "神の御言葉は今、私自身のどのように動かしていますか?"あなたが神の御言葉の中で発見した、新しく新鮮なことを分かち合しましょう。
3. 現在のニーズは何か?彼らは人生において何を経験しているのか?
4. "私の家族の現在の心のニーズに最も効果的に語りかけている聖句は?"これは説教の時間ではなく、癒しと希望を分かち合う機会です。
5. "礼拝で分かち合う聖句と家族一人を結びつける楽しい活動は何でしょう?"(次のページの創造的な例を参照してください)。
6. "家族が御言葉を探求し、イエスを発見するために、どのような質問をすればよいでしょうか?"
7. "学んだことを日常生活に生かすよう家族にどう勧めればいいのか?"

インタラクティブな家族礼拝の流れの例

1. コネクト・アクティビティ
 - 報告会
 - 祈り
2. 言葉を探る
3. 言葉を適用する
 - テーマに沿った曲を追加することもできる。
 - 閉会の祈り

創造的な礼拝の例

以下の礼拝のアイデアは、あなたが始めるためのものです。ご家庭の年齢層に合わせてアイデアをアレンジしてください。聖なるものを求める

そうすれば、主はあなたの時間を導き、配偶者や子供たちと心を通わせる方法を示してくださるだろう。

主の祝福があれば、毎日の家族礼拝は家族みんなが楽しみにしている時間になる。

信頼を築く

聖句箴言3:5、6。

テーマ信頼

コネクト・アクティビティ：トラストフォール (Trust Fall) 相手を信じて、倒れる

家族に両手を広げて立ってもらう。その人の後ろに2人の家族を置き、両腕をロックして受け止められるようにする。膝を曲げずに後ろに倒れてもらう。

話し合う：お互いを信頼するとはどういうことか、神を信頼するとはどういうことかについて話し合う。

祈る聖書の物語の中で、あなたがイエスを新鮮な形で発見することができるよう、神が助けてくださるよう祈りましょう。

探求する：マタイによる福音書14:22-33と箴言3:5、6を読む。

- この物語は、イエスについて私たちに何を示しているのだろうか？
- 今日、私たちはイエスに完全に信頼するために何が必要でしょうか？

祈りましょう：今日、あなたがイエス様を完全に信頼することができるよう、神様のために共に祈りましょう。

御言葉の聖句に従う詩篇119:105テーマ神の御

言葉

コネクト・アクティビティ光を追う

懐中電灯を持つ人を1人指名する。その人の後ろに並ぶ。家中の明かりを消す。懐中電灯をつけ、ライトを持っているリーダーの後を追う。話し合

う：神の御言葉が暗闇の光のようなものであることを話し合う。

祈る：聖書の物語の中で、あなたがイエスを新鮮な形で発見することができるよう、神が助けてくださるよう祈りましょう。

探求する詩篇119:105と使徒言行録8:25-40を読む。

- この物語は、イエスについて私たちに何を示しているのだろうか？
- 今日、私たちは自分の道を照らす光として、神の御言葉に従うことをどのように実践するのだろうか？

祈りましょう：暗闇の中の光のように、神の御言葉に従うことができるよ

うに、共に祈りましょう。

イエスを見る 聖句ヨハネによる福音書15章

5節とどまるいのち

コネクト・アクティビティ1：日常生活の中にイエスを見る

交互に、あなたの一日にイエスがどのように働かれたかを分かち合ひましょ
う。

-いいこともつらいことも。

コネクト・アクティビティ2：互いの中にイエスを見る

私は今日、あるいは今週、（家族の名前）の中にイエス様を見ました。

_____ **(家族の名前)** の中にイエス
様を見ました。 _____ **(空欄を埋める)** "

ディスカッション日常生活を通して、お互いの中にどのようにイエスを見た
かを述べ合う。これによって、家族は、聖霊の力によって自分の内に、また
自分を通して生きておられるキリストの現実を肯定し、肯定されることがで
きる。

祈る：みことばからイエスを新鮮な形で発見できるように祈る。

探求する：ヨハネの福音書15章5節とガラテヤの信徒への手紙5章22、23節をも
う一度読んでください。

- これらの聖句は、私たちの内に生きておられるイエスについて何を教え
ているのだろうか？
- イエスが私たちの内に生きておられるなら、私たちの人生にはどのよ
うな実（態度や行動）が見られるだろうか？

祈りましょう：イエス様があなたの内に住んでくださり、あなたの家に住ん
でように共に祈りましょう。あなたの主の実が見られるように祈りましょ
う。

答えの出る祈りの壺

準備する：ガラス瓶を2つ用意する。一方に「祈りの願い」、もう一方に
「答えられた祈り」というラベルを貼ります。3x5の色カードか色紙を用意
する。

書く：家族で、祈りの願いを色違いの3x5のカードに書き出します。子
どもたちに

をお願いします。それぞれのカードの裏に書ける聖書の箇所を探しましょう。子供たちに、なぜ私たちが神様の御言葉を自分の願いのために主張するのかを教えましょう（イザ55:11参照）。すべての祈りの願いを、祈りの願いの入れ物に入れます。

祈りましょう：礼拝のたびに、祈りの願いの入れ物を取り出し、家族の輪の中心に置いて祈りましょう。もし時間があればいくつかの祈りの課題を取り出して祈りましょう。短い祈りを会話形式で祈り、家族が交代で一つの家族サイズの祈りに貢献する。

祝う：祈りが答えられたら、その願いを「答えられた祈り」の入れ物に移す喜びを体験させる。そして、神を賛美してお祝いしましょう。どの年齢の子供たちも、答えのあった祈りのつぼがいっぱいになるのを見るのが大好きです。

最高の贈り物

準備する：神様が子どもたちそれぞれに与えてくださったと思われる霊的な賜物を、少なくとも2つ特定する。これらの贈り物を象徴するものを見つけ、それぞれを美しいギフトラップとリボンで包みます。

読む：コリントの信徒への手紙一12章1節から11節を読み、神さまが子どもたちに賜物を授けられたことを示す証拠を確認しながら、子どもたちにそれぞれの賜物を与えます。子供たちに、これらの賜物をどのように楽しみ、イエスについての福音を伝え、他の人々に奉仕するために使うかを考える機会を与えましょう。

祈りなさい：あなたの子供たちとその賜物を新たに神に捧げます。

オン・ア・ミッション

聖句マタイによる福音書28章19節、20節

この絵の中に、あなた方自身をどのように位置づけていますか？あなたの家族のミッション・ステートメントを書いてください。

祈りましょう：家族のミッション・ステートメントについて一緒に祈りましょう。**計画を立てる：**家族としてどのようにミッション・ステートメントを実践していくか、計画を立てましょう。

山に打ち勝つ* 聖句イザヤ書40:28-31

新たな力を得る秘訣は何か？主を待ち望むとはどういうことか？

話し合う：エベレストを征服できるような、素晴らしい気分になるのはどんな時ですか？神様があなたの力を新たにされた時のことを家族に話してください。今週、家族が「互いの翼の下に吹く風」となれるような実践的な方法を順番に話してもらいましょう。

祈りなさい：この聖書の箇所を家族で祈りましょう。

快適になる

お願いします：家族礼拝に、疲れているとき、病気になっているとき心配事があるときなど、家族を慰めてくれるものを持参するよう、家族に頼む。お気に入りの毛布、温かい飲み物、柔らかいおもちゃ、アロマローションなどです。

イザヤ書40章1、2節を読む。

話し合う：神がイエス・キリストにおいて全世界をご自分と和解させてくださったこと、そしてあなたが神の家族に戻されたその世界の一部であることを知ることから得られる慰めについて、一緒に話しましょう。輪になって立ち、固く閉じたこぶしを差し出し、それを解いてイエスにある救いを受け取ることによって、神からのこの贈り物を受け入れる決心を祝います。

賛美と礼拝のABC

つながる：子供たちになぜその名前をつけたのかを共有し、なぜその名前が特別なのかを説明する。

読む：ピリピ2:9-11

検索する中に出てくるキリストの名前を思い浮かべてください。アルファベットの各文字に対応する名前を、少なくとも一つずつ見つけてください。

話し合う：あなたが見つけたさまざまな名前について、またそれがあなたの人生においてどのような意味を持つかについて話し合う。

賛美する：時間をかけて賛美のABCを調べ、見つけたそれぞれの名前について神を賛美する。さらに、神をほめたたえることをいくつ思いつくか見てもみよう。

アルファベットの各文字を使って。誰かが神様に感謝するアイデアを思いつかなくなるまで、次の文字に移ってはいけません。

*アドベンチスト・家庭部に感謝します。その他の家族、青少年、子供向けリソースへのリンクは、この小冊子の最後に掲載されています。

カップルのための祭壇に戻るヒント

家庭も結婚生活も、小さな天国になれる！

- 毎日、礼拝の中で個人として、また共に神を求めることを新たに誓いましょう。
- 毎日一緒に祈り、聖霊があなた方の心を一致に保ち、結婚生活を通して働きかけてくださるよう祈ることを優先しましょう。
- 謙虚であれ！腹が、すぐに謝りなさい。プライドと利己主義を捨て去れば、5分もあればたいいの問題は解決する」（エレン・ホワイト『初代文集』復刻版 125ページ）とされています。
- 夫婦の礼拝の時間は短く、しかし有意義で実践的なものにしましょう。
- 聖書の中から、焦点を当てるべき一文か短い箇所を選びましょう。イエスを探し、どのような方であるかを賛美し、日常実践的な適用を探しましょう。祈り、実践しましょう！
- 時間が許せば、聖書の登場人物や聖書の本、特定のトピックについて、一緒にもっと深く聖書を学びましょう。一緒に御言葉を探し、聖霊が導いてくださるようになりましょう。（神様の御言葉を体験する鍵については、付録7を参照してください）

家庭や教会内の不和や分裂の原因は、キリストから離れることにある。キリストに近づくことは、互いに近づき合うことである。教会と家庭が真に一致する秘訣は、折衝の仕方や運営の方法とか、困難を打開しようとする超人間的な努力にはなく——これらのことも大いにしなければならないが——キリストとの結合にある。大きな円があって、そのふちからたくさんの線が中心に向かって集中している図を想像されたい。これらの線は中心に近づけば近づくほど互いに接近し合っている。

クリスチャン生活はこのようなものである。キリストに近づけば近づくほど、わたしたちは互いに近くなる。神の民が一致して協力的な行動をとる時、神があがめられる。

(エレン・ホワイト『希望への光—クリスチャン生活編』672, 673ページ、『アドベンチスト・ホーム』27章)

天国の最も美しい型は、主のみたまが支配しておられる家庭である。
(エレン・ホワイト『希望への光—クリスチャン生活編』588ページ、『アドベンチスト・ホーム』1章) **ss**

付録4

神から与えられた使命を見つける

(そして、自分の人生に対する神の意志を知る方法)

5つの質問

ネヘミヤ記1章と2章

1. **ネヘミヤ記1:1-4を読もう。**ネヘミヤはエルサレムの壊された城壁を悲しんだ。神から与えられた使命は、私たちの世界で壊れているものを、神が私たちに見えるようにしてくださる何かに取り組むことです。あなたの周りの世界で、あなたの心を悲しませるものは何ですか？神に祈り、神があなたに見る目を与えておられる、この世で壊れている特定できるように助けてください。できるだけ具体的に。神があなたに最も情熱を注いでおられる問題を1つに絞り込んでください。その問題、壊れている事柄を一言で表現してください。
2. **ネヘミヤ記1:4-10を読んでください。**ネヘミヤは、壊された城壁について断食し、祈る日を設けました。あなたは、神があなたに示された壊れているものに対して、次のようなことをしましたか？
 - 神が誰あるかをほめたか？
 - 罪を告白したか？
 - これらの罪を悔い改めたか（イエス・キリストの力によって、これらの罪から離れなさい）。
 - 断食？(なぜ断食をするのか？神の御前にへりくだり、神の導きを見極められるように心を澄ませるためです)
 - 神の主張するか？(神の御言葉の中から、あなたに対する神の夢に関連する神の特定する。これらの信じることを選ぶ。神様の栄光のために、これらの約束を成就してくださるよう、信仰によって神様に願います)
3. **ネヘミヤ記1章11節を読もう。**ネヘミヤは好意を求めた。ネヘミヤは、神の任命の用意ができていた。王が彼に質問したとき、ネヘミヤは

選択：信仰で応答するか、恐れで応答するか。神聖な約束は、聖霊が私たちや相手を通して始めるものである。聖霊は、あなたが最初に動くように指示したり、相手が会話を始めるように指示したりすることができる。神から与えられた夢の鍵を握っている、神が選んだ重要な人物との神聖な約束を神に求めたことがありますか？

その人が誰であるかを祈りながら特定する。神に最も栄光を与える方法で、その人との約束を求めなさい。

4. **ネヘミヤ記2:1-8**を読もう。エルサレムの壊れた城壁を再建するために何が必要かと王がネヘミヤに尋ねたとき、ネヘミヤは油断しなかった。彼には神から与えられた計画があった。あなたは、神があなたの心に置かれた使命と、それを実行するために必要なもの、さらにそれを実行する時間を書き出したことがあるだろうか？神があなたの心に置かれた夢や使命を、1ページの片面に書き出してください。次のことを書いてください：ニーズは何か？その必要性を満たすための使命は何か？その使命を、いつ、どのように達成するのか。その使命がもたらす利益は何か。ミッションを達成するために必要なものは何か？この使命を達成するために、どのような説明責任を果たすのか？
5. **ネヘミヤ記2:1-8**を再読しよう。ネヘミヤは、王との約束のために祈るだけでは終わらなかった。ネヘミヤは、神が夢と使命を分かち合うように促されると、すぐに分かち合った！神があなたの心に思い浮かばせた重要な人物と、この分かち合いしましたか？神があなたの心に印象づけた人々に、夢と使命を分かち合いましょう。

あなたの人生に対する神の意志を知るためのステップ

1. **読む**：マタイ28:18、エペソ1:20-22、6:10-12、
18.イエスの権威ある御名によって祈り、サタンがあなたを混乱させたり、神のみこころの発見からあなたをそらしたりするのを防ぎましょう。

2. **読む**：マタイ**28:18**、ピリピ**2:9-11**。あなたの夢、状況、人生をイエス・キリストの権威に完全に委ねなさい。キリストへの忠実さを損なうものを悔い改めなさい。キリストに最高の栄光を与えるものを求めなさい！
3. **読む**：ヤコブ**1:5-8**。神に知恵を求めなさい。神が与えてくださったと信じなさい。疑ってはならない。
4. **読む**：詩篇**25:5**、**46:10**、エレミヤ**33:3**。神の臨在の中で、神がご自分の知恵を明らかにしてくださる待ちなさい。神が御心を明らかにしてくださることを期待して待ちなさい。
5. イザヤ書**8章20節**を**読む**。あなたの結論を、書かれた神の御言葉でテストしなさい。神に尋ねなさい：あなたの御言葉の中に、私の肯定したり、異議を唱えたりするものはありますか？

われわれは人生に対する神のご計画にもっと注意深く従わなければならない。最も手近な働きに最善をつくすこと、われわれの道を神に任せること、神の摂理の指示を見守ること、一こうしたことが職業の選択にあたって、安全な手引きを保証する原則である。

われわれの模範となるために天よりくだられたキリストは、ほとんど30年の生涯を平凡な大工仕事をして過ごされた。しかしイエスはこの間に神のみ言葉とみわざを学び、ご自分の感化の及ぶかぎりのすべての人を助け教えられたのである。キリストは、公生涯におはいいになったとき、病める者をいやし、悲しめる者を慰め、貧しい者に福音を述べ伝えながら歩かれた。これこそキリストに従うすべての者の働きでなければならない。（エレン・ホワイト『教育』品性の形成、一生の仕事）

付録5

より健康的なデジタル習慣のための ヒント

「時をよく用いなさい。今は悪い時代なのです。」（エフェ5:16）。

- モットーは「世界より先に言葉を」！
- 毎朝、携帯電話をイエスに明け渡す！
- 携帯電話はあなたの利便性のためにあるのであって、他の人の利便性のためにあるのではないことを忘れないでください。
- 意識的に顔を上げ、顔を上げ続けることを選択する！
 - 毎朝、イエスを仰ぎ見よ（詩篇5:3）。
 - 話している人の目を見る。
 - あなたの周りの自然や神が与えた美を見なさい。
 - 困っている人をどのように祝福できるかを考える。
- 携帯電話をマナーモードに。
- 携帯電話の不要なプッシュ通知をすべてオフにする。
- 期限切れのアプリケーション、必要のないアプリケーション、時間を浪費するアプリケーションを削除する。
- 夜間は、携帯電話を部屋の外に保管する。
- どうしてもアラームを使いたい場合は、携帯電話のアラームではなく、実際の目覚まし時計を使うこと。
- 電話の設定を使ってすべての通知をミュートにすることで、朝のディボーションと夜の睡眠パターンを守る。
- 寝る前に家族や友人と礼拝をしたり、本を読んだり、スクロールの代わりに自然を楽しんだりする。
- 朝、神との時間を過ごした後、携帯電話のメッセージを見たり、気が散ったりする前に、その日の予定を祈りながら計画する。

- 緊急でないメールには、携帯電話からすぐに返信するのではなく、パソコンから返信する。
- 仕事中、携帯電話の電源を切った状態で1～2時間仕事をする。生産性が格段に上がる。
- 退屈なときにスクロールして時間を浪費する誘惑に駆られないように、携帯電話からソーシャルメディアのアカウントを削除する。
- 必要であれば、自己制限アプリを使い、無意識にブラウジングやスクロールをする時間を制限する。
- 家族や友人と食事をしたり、充実した時間を過ごしたりするときは、気が散らないように携帯電話は目につかないところに置き、マナーモードにしておく。
- 家族や親しい友人を誘って、あなたのデジタル習慣についてフィードバックしてもらい、電話の使い過ぎに気をつけるようにしましょう。
- 教会にいる間は、携帯電話を車の中に置いておくか、電源を完全に切る。
- デジタルデトックスと優先順位の再調整のために、人生の中で戦略的な時間を取ることを考えましょう。一度に何日も携帯電話から離れるとか、安息日ごとにデジタル断食を。また、1週間まるまる電話断ちをしたり、インターネットやソーシャルメディアの気晴らしのない古いフリップ式携帯電話に切り替えたりすることもできる。
- 読んだり、見たり、聞いたりことに疑問を感じたら、ピリピ人への手紙4章8節を安全な指針として考えてみよう。
- 何よりも、携帯電話を自分の主人にしてはいけない。あなたの本当の主人が誰なのかを思い出してください！

上記のリストは、『*Daring to Live by Every Word*』から引用したものです：
Daring to Live by Every Word: Loving God with Heart, Body, Mind and Soul, by Melody Mason, pp.

付録6

健全な弟子を育てるためのヒント

「だから、あなたがたは食べるにしろ飲むにしろ、何をするにしても、すべて神の栄光を現すためにしなさい。」 (1コリ10:31)

『*The Way Back to the Altar—祭壇に立ち返る道*』の原則をさらに深く理解するために健康的な体を育てるためのヒントをいくつか紹介しよう。

心と身体の間には存在する関係は非常に親密である。一方が影響を受けると、他方は常に多かれ少なかれ同調する。罪深く健康を破壊する習慣に支配されている間は、神聖な真理を理解することは不可能である。知性が曇ると、道徳的な力も弱まり、罪が罪に見えなくなる。神の御言葉の最も崇高で、壮大で、栄光に満ちたテーマが、空疎な物語にしか見えなくなる。

サタンは、心に蒔かれた良い種を簡単に奪い去ることができる。魂は、その真の価値を理解したり、理解したりできる状態にないからである。このように、利己的で健康を破壊する嗜好品が、神の偉大な日のために民を準備させるメッセージの影響を打ち消しているのである(ElLEN G. White, *Review & Herald*, November 12, 1901, par. 7).

この後に続くシンプルで健康的なライフスタイルのヒントは、私たちが分かち合ってきたスピリチュアルな原則につながるものです。持ち帰りの加えることもできる。ここでは、基本的な健康原則だけをお伝えします。これらの原則を、創造的で、子供たちの興味を引く方法で伝える方法について、聖霊に知恵を求めてください。

原則1：ありのままのイエスに近づく。

健康の秘訣1：休息をとる

- 夜は8時間睡眠をとる。

- 真夜中までの睡眠が最も効果的だ。
- 一日の中で、一時停止し、休息し、リラックスする時間を取る。
- どのような状況にあっても、イエスに憩おう。

「主に望みをおく人は新たな力を得.....」（イザ40:31）。

「キリストにあって真に休息できる心は、最も熱心に、活動的に、キリストのために働きます。」（エレン・ホワイト『希望への光』1959ページ、『キリストへの道』8章成長）

原則2：イエスを敬う。

健康の秘訣2：節制する

- あなたのライフスタイルと健康習慣をイエスに明け渡そう。
- すべての善いことに節度と節制を働かせ、すべての有害なことを否定しなさい。
- あらゆる依存症をイエスに明け渡す。
- 恨みと赦せなさをイエスに明け渡す。

原則3：御言葉と祈りの中でイエスを発見する。

健康の秘訣3：良質な栄養と新鮮な空気を摂る。

- 栄養価の高い、丸ごとの植物性食品（果物、野菜、ナッツ類、種子類、豆類、全粒穀物）を食べる。
- 素晴らしいルール：王様のような朝食、王子様のような昼食、貧乏人のような夕食（もし夕食を食べるなら）。
- 食べ過ぎや間食を避ける。
- 就寝直前の食事は避ける。
- 深呼吸をして、純粹で新鮮な空気をたくさん吸う。
- 可能な限り、家の窓を開けて新鮮な空気を取り入れる。
- 御言葉は私たちの霊的なパンであり、祈りは魂の息吹である！

私たちの最初の両親が食欲に溺れてエデンを失ったように、私たちがエデンを取り戻す唯一の希望は、食欲に溺れることである。エデンは、食欲と情熱を断固として否定することである。食欲の支配力はもしこの勝利していたなら、サタンの他のあらゆる誘惑に勝利する道徳的な力を得ていただろうに。」 Ellen G. White, *Testimonies for the Church*, vol. 3, p. 491).

原則4：毎日新鮮な聖霊のバプテスマを受ける。

健康の秘訣4：毎日十分な水を飲む。

- 1日にコップ8～10水を飲む。(一般的に、平均的な成人は体重1ポンドにつき少なくとも半オンスを飲むようにする。例えば、体重が150ポンドなら、1約75オンスの水を飲むことになる。コップ1杯は8オンスなので1日9杯、つまり2.2リットルの水を飲むことになる)。
- 水筒を持ち歩き、飲むことを忘れないようにする。
- 脱水症状を引き起こす炭酸飲料や清涼飲料水は避ける。
- のどが渇いたと感じる前に飲む。
- 毎日入浴し、清潔を保つ。
- 免疫システムを高めるために、必要に応じて簡単な水治療法(温水／冷水シャワーなど)を利用する。
- 体を清めるものを飲み、魂から清められるべきものを明らかにしてくる聖霊の確信の力を求める。

原則5：家族を犠牲的に愛する。

健康の秘訣5：日光浴を楽しむ

- 太陽の光で目覚める。
- 朝晩、少なくとも10～20分は日光浴をする。
- 日焼けを避ける。

家族や人に太陽のような存在となり、行く先々でイエスの愛を反映させましょう。

原則6：他の人をイエスに弟子入りさせる

健康の秘訣6：体を動かす

- 毎日30～60分の運動を目標に。
- 一日中活動的に過ごす。
- エレベーターより階段を使う。
- 日常中で積極的に御言葉を生きる。
- 信仰を分かち合い、人を弟子にすることに積極的になりましょう。

原則7：神から与えられた使命に従う。

健康の秘訣7：神を信じる！

- 自分の人生を完全に神に委ねるのだ！
- 答えのない人生の疑問も、委ねよう。
- 毎日、あなたの心と意志を主に捧げなさい。

- 主のうちにとどまり、主があなたのうちにとどまってくださるようお願いなさい。
- 主の栄光のために生きよ！

「だから、あなたがたは食べるにしる飲むにしる、何をするにしても、すべて神の栄光を現すためにしなさい。」（1コリント10:31）。

付録7

神の言葉を体験する鍵

どのようにジャーナルを書き、神の御言葉をより深く理解すればよいのでしょうか？以下のポイントがお役に立てれば幸いです。

- 教えられる心を持って、祈りながら神の御言葉を開きましょう。
- 聖書の一節を何度も読み、聖書自身に解釈させる。
- 重要な単語、テーマ、フレーズを丸で囲み、強調する。
- 約束や励ましの言葉を強調する。
- その一節と、あなたに語りかける個々の節を黙想する。
- どのような質問をする：
 - このメッセージは何か？
 - この箇所を取り巻く文脈は？
 - この神は私に何を語っておられるのか？
 - ここにはどのような命令、指示、人生の原則があるのか？
 - この聖句に沿うために、私のどのような変化を神に求めるべきか？
 - この箇所で、私は神のご性質について何を学んだか？
 - この箇所は、私にイエスの新鮮な姿をどのように見せてくれるのだろうか？
 - この大論争がどのように展開されるのか。
- 聖書の一節一節を自分の言葉で祈る。
- 祈りながら、聖霊が語ってくださる声に耳を傾けてください。
- 神が与えてくださる特別な洞察を日記に書く（または録音する）。
- 賛美、告白、感謝、神への降伏を含む礼拝の祈りを記す。
- 具体的な祈りの願いと、その願いに対して主張する聖書の約束を書き出す。受け取った祈りの答えを記録する。
- 神との時間から、今日誰かと分かち合えるような考えを要約して日記に書きましょう。

聖書の学びを深めるためのその他のアイデア

- 「誰が、何を、いつ、どこで、なぜ、どのように」の質問をする。
- 聖書の箇所をさまざまな聖書翻訳で読む。
- 相互参照と並行箇所を調べる。
- ギリシャ語やヘブライ語でキーワードを調べるか、キーワードを解説し

た学習用聖書を使う。

- エレン・G・ホワイトのコメントを読む。
- 他の信頼できる聖書注解書を参照する。

「あなたの御言葉が見いだされたとき／わたしはそれをむさぼり食べました。あなたの御言葉は、わたしのものとなり／わたしの心は喜び躍りました。」（エレ15:16）

「祭壇の前で生きなさい。あなたの決意を神の約束によって強めなさい」。（エレン・ホワイト『教会への証』第1巻177ページ）

祭壇に戻る—弟子訓練のための教材

Back to the Altar（祭壇に戻る）の取り組みは、神の民がすべての心と家庭に神のための日常的な場所を発見するのを助けることである。詳しくは www.backtothealtar.org をご覧ください。

この小冊子のような資料をお探しですか？

indispleship.orgで、ドン・マクラファティ著の本や資料が無料でダウンロードできます。これらのリソースはすべて、個人の成長や小グループのために使うことができます。

- **インサイド・アウト**—多忙な家庭に、神への投資と子どもたちの弟子化を呼びかける。
- **Come Home** カムホーム—個人やカップルを祭壇に呼び戻し、キリストの再臨に備えて家庭に対する神のビジョンを生きるための少人数グループ学習。
- **外でイエスに出会う：聖書の祈りの散歩道**—子供、若者、大人のための20の野外冒険で、創造主を御言葉、自然の本、祈り、行動で体験する。
- **イエスの最後のラブレター**—子ども、若者、大人のためのリバイバル—すべての人を友、救い主、主としてのイエスに呼びかける、世代を超えた対話型の7つの集会の教師用ノート。
- **Follow** 従う—誰かをイエス・キリストに弟子入りさせるときに使う、ステップ・バイ・ステップの聖書研究。対1でも、小グループでも使えます。
- **新しい世代の弟子たち**—聖霊の力によって人生を変える真理を知り、それを生きるイエスの弟子たちを育てるための、親／指導者／生徒のための少人数グループ学習。
- **エリヤのように生きる**—エリヤの生涯とマクラファティ一家の個人的な物語から人生を変える

神の摂理を信頼し、信仰によって生きることを学ぶ旅

- **神は今も生きておられる** — 聖霊の力をもってイエスを信頼し、従い、分かち合うよう励ます、タイムリーな16の神の物語！

その他の礼拝のリソースとツール

GCファミリー・ミニストリーより

- 家庭祭壇の再建 - <https://family.adventist.org/resources/rtfa/>
- 楽しく簡単な家族礼拝の思い出 <https://family.adventist.org/resources/fun-easy-family-worship-memories/>

GCユース・ミニストリーより

- 本物の献身的生活を身につける - <https://bit.ly/GCyouthministries1>
- モーニング・ウォッチ青少年のためのみことばで <https://www.gc youthministries.org/resources/morning-watch/>

GCチルドレンズ・ミニストリーより

- 若い読者のための聖書研究 <https://www.faithfinders.com/bible-studies>
- 祭壇に戻る：子どもたちのための祈りの10日間 <https://www.faithfinders.com/ten-days-of-prayer-2023.pdf>

revivalandreformation.orgには、聖書の学び、祈り、礼拝、証しを通してイエスとの歩みを成長させるための無料のツールやリソースが他にも何百とあります。

祈りのサポートをお探しですか？ 247unitedprayer.orgの年中無休の祈りのズームコールで、昼夜を問わずいつでも世界中の教会ファミリーに加わりましょう。末日聖徒のために祈っている他の人々と一つになりましょう。

