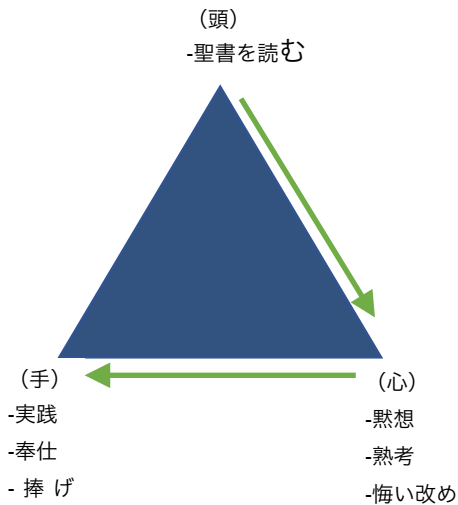


## 1. 恵み的手段を用いる 聖書を読む|黙想祈り



私たちは情報過多の時代に生きているため、聖書を読む時ただ目を通すか流し読みをして、既に知っているものだと思込む事があります。しかし多くの場合、聖書を読むのと祈りには大きな隔たりがあり、その関係性を繋ぐ何か失われています。それが黙想と呼ばれるものです。聖書を読みデボーションをする上で最も危険なのは、その後すぐ一日の課題に取り組み始め、霊的には冷めたままになってしまう事です。

例えばパウロはテモテにこう言いました。「私が言っていることをよく考えなさい。主はすべてのことについて、理解する力をあなたに必ず与えてくださいます。」

(2テモテ2:7) もしくは「心の一新によって自分を変えなさい」(ローマ12:2)。つまり福音にある真理の理解は、私たちが神の御言葉を「よく考える」時に起こり、人生の刷新は御言葉に沿った「(私たちの)心の一新によって」起こるのです。そのため黙想とは、私たちの心が神とその成された業に感嘆を覚えるまで、何度も考え、十分に立ち止まりじっくり考え、思い返し、熟考し、噛みしめる、事を意味します。神の真理が輝き、神への愛情が呼び起こされ、心が温まり始めるまで、じっくり考えるのです。

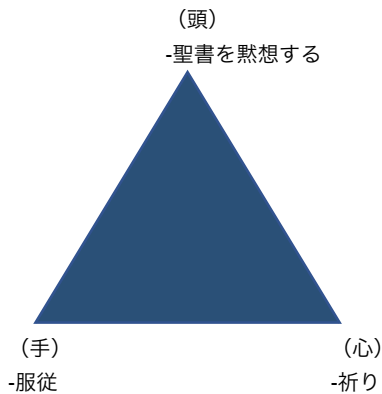
黙想するために多くの聖書箇所を読む必要はありません(例えば1章全て読むなど)。それよりも、黙想するにはその日読んだ聖書箇所をゆっくりと、呼吸するように吸って吐き出し、味わうような過程が必要です。つまり、それはその聖書箇所を深く読み込み神の御前に留まり、1日の課題に急いで取り組む事を断ち切るのです。

詩編の作者は詩編1:2でこう言われます「まことに、その人は【主】のおしえを喜びとし、昼も夜もおしえを口ずさむ」。しかし誰も24時間7日間、日も夜も神の律法に黙想した人はいません。私たちはこの聖書箇所が究極的には神の律法をいつも喜び、日も夜も黙想していたキリストを指していると知っています。そのため私達は、私達が失敗してしまった律法の全てを完全に成就した、キリストの元に来る事のみにより、神の律法に黙想する事を学べるのです(律法を守れなかった事への叱責や罪悪感に襲われる事なく)。練習のために次のページを見てみましょう。

### 読む、黙想する、祈る、日記をつける、そして行動する

- a) なぜ聖書を黙想するのがそんなに重要なのか？
- b) 黙想の目標とは？

“3.私たちは肉にあって歩んではいても、肉に従って戦ってはいません。4.私達の戦いの武器は、肉の物ではなく、神の御前で、要塞をも破るほどに力のあるものです。5.私たちは、さまざまの思弁と、神の知識に逆らって立つあらゆる高ぶりを打ち砕き、すべてのはかりごとをとりこにしてキリストに服従させ” (2コリント10)



**答え：** a) 私達の肉には霊的な戦いがあります (4節)。私達の思いや心には「要塞」 (4節) や「思弁と高ぶり」 (5節) があります。これらの思弁や高ぶりがあるのは、私たちは神の知識に逆らっているからです。また、疑念や恐れ、不安、心の偶像が私達の心の中で神に対抗しています。そのため、聖書を黙想する事で神聖な力によりそれらを破壊します。

b) 黙想の目標は5節にある「すべてのはかりごとをとりこにしてキリストに服従させ」る事です。ただ疑念や恐れ、不安を聖書による神聖な力により取り除くだけを目指しているのではありません。目標は「すべてのはかりごとをとりこにして**キリストに服従させ**」る事なのです。

### # 下記は私たちが神との個人的な時間を持つ際、福音の真理を楽しむ助けとなるいくつかの質問です。

1. その聖書箇所は神の性質や性格についてどう述べていますか？ (神の聖さ、愛、主権、恵み、神聖な忍耐、など)
2. その聖書箇所はあなたの罪や堕落した状態についてどう語りかけますか？
3. その聖書箇所はあなたに何をしよう命じていて、何ができていない、もしくはそれに失敗していますか？
4. あなたの動機についてどう教えていますか？
5. どのように心の偶像からの悔い改めに導いていますか？
6. どのようにキリストを指し、キリストの十字架上で完了した働き (そしてその事による休息) へと導きますか？
7. どのように神を賛美し感謝するよう導きますか？
8. 今日の祈りに何をもちたらし、どのように豊かにし、導きますか？
9. なぜ神は今日その聖書箇所を与えられたと思いますか？