

コミュニティグループガイド

Community Group Guide



① デイボーション | イエスとの出会い Devotion | Encounter with Jesus

祈りの秘訣

祈りを通した神との交わりは、私たちの心と人生のいのちの源です。今日の聖書は、祈りの精神と秘訣についてイエスが弟子たちに語った言葉です。祈りの際に陥りやすい問題や私たちの弱さを指摘しながら、愛と力に満ちている父なる神に向けて祈ることを勧めています。今日は第1に父なる神はあなたがたの祈りを聞いてくださるといふ祈りの原則にフォーカスします。そして第2に実際に聖書を使いながらどのように黙想して祈るのかを見ていきましょう。

聖書：マタイの福音書6章5～15節

6:5 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。

考えましょう

1. (5-8節) 私たちは祈りにおいても過ちや罪があります。ここではどんな過ちが取り上げられていますか？それはどうして引き起こされるのでしょうか？
2. 神はどのような方として私たちの祈りを聞いてくれますか？イエスは祈りに関してどんな約束を与えていますか？それによって私たちはどのような態度で祈ることができるのでしょうか？
3. 実際に次のページを参考にしながら、黙想して祈りましょう。

今週の祈りましょう

- ・黙想した内容についていのりましょう。

イエスとともに過ごす黙想の方法

Lectio – 聖書を読む - 聖書箇所を読んで理解しましょう

- ・聖書箇所全体をゆっくり読みましょう。たくさん読む必要はありません。一つのエピソードや段落を読みま。ある考え、ある文章、あることばがあなたをとらえたなら、読み進めるのをやめてそこにとどまりましよう。それらに下線を引いたり書きとめたりするのもいいことです。
- ・1回目はどん内容が書かれているのかを把握しましょう。当該聖書のテーマは何か一言でまとめてみましょう。
- ・2回目は次のように問いかけながら読みましょう。
「著者は、ここでいかなる真理を書いているだろうか？」次のことを考え、書き留めるとよいでしょう。
A) 神はどんな方か？ B) 私たちは何者か？ C) キリストはどんな方であり、何をしたか？
- ・3回目を読んだら、次のことを書きとめましょう。
A) 従うべき模範 B) 従うべき戒め C) 約束

Meditatio – 黙想する - 黙想しながら神の声を聞きましょう

- ・あなたが当該聖書を読んで考えた中から、一つか二つの最も重要だと考える／感じる洞察（考え、文章など）を選びましょう。そして次のことを思いめぐらします。
- ・頌栄 — それはどのように神をほめたたえて賛美するように私を導いているでしょうか？
それは神のどんな性質を示しているでしょうか？
- ・告白 — それはどのように神に罪を告白し、悔い改めるように私を導いているでしょうか？私は、それらのことを忘れてどんな悪い考えや感情をいただき、行動をしたでしょうか？
- ・感謝 — その罪に対する究極的な答え（キリストの福音）のゆえに、私はどのようにイエスに感謝をささげることができるでしょうか？示された罪に対して、福音を当てはめます。この罪は、イエスだけが本当に与えることのできるものを、どのようにイエスではなく別の何ものかに過度に期待することによって引き起こされたのでしょうか？
- ・祈願 — これは私が神に何を願い求めるように導いているでしょうか？この真理を生活の中で実現するために、私は神に何を求める必要があるでしょうか？
- ・なぜ神は今日このことを私に示したのでしょうか？

Oratio – 祈る - あなたが黙想を通して学んだことや聞いたことについて、神に直接的に語りましょう。

- ・黙想したすべてのこと—すなわち、頌栄、罪の告白、感謝、祈願—を神に祈りましょう。

Contemplatio – 意味づける

常にではないが、しばしば、聖書を読んだり、黙想したり、祈ったりしている間に、神の現実とその実在に関する「心の感覚」を感じ始めます。

- ・あなたは神のものであるという強い確信を得るでしょう。とどまって神を喜びましょう！

今週、来週のイベント

ランチタイムミーティング 神保町 4日（火）霞ヶ関 5日（水）大手町 6日、13日（木）丸の内12日（水）

メンバークラス 11月7日（金） 19:30 - 21:30 場所 ルノアール ニュー銀座店 マイスペース2号室

ライフチェンジ バイブルスタディ 11月9日（日）KDDI HALL 1:30

お弁当プロジェクト 11月8日（土） 15日（土）冬物衣料品（男性用）募集中