

中高生のための

心を強く持つための

# 日々の祈り

## 目次

はじめに

1. 神の大きな愛	1
2. 信仰	3
3. 神は励ましてくださる	5
4. 神は慰めてくださる	8
5. 全能の神はともにいてくださる	10
6. 恐れに打ち勝つ	12
7. 全能の神	15
8. 神はまた助けてくださる	17
9. イザヤ書の中の励まし（1）	19
10. イザヤ書の中の励まし（2）	21

## はじめに

神学校を卒業し、牧会に携わるようになってから、すでに30年以上になります。この間、多くの若者たちと接してきました。今も聖書同盟総主事として、CSK(中学生聖書クラブ協力会)の働きに従事している関係もあり、中高生や、キャンプで奉仕して下さる青年たちと接する機会が多くあります。この20年くらいで、教会とかわかっているにもかかわらず、心の弱さを訴える青年たちが、日本ではとても多くなったように思います。すでに、学校に行けなくなった人たちにも会いました。そのような若者たちには、もちろん精神科の医者や、カウンセラーのもとに行くことを勧めているのですが、その一方で、神のみことばによって心を強くすることが有効であることも見て来ました。書店に行けば、心を強くするための世俗の本が満ち溢れておりますが、やはり本当に私たちを強めてくれるのは、全能の神であり、私たちを愛して下さる神様であり、神様のみことばなのです。

この本は、すでに数年間も医者にかかっている方たちのためというよりは、「最近どうも弱さを覚えるようになった」という若者たちのために書かれたものです。どうぞ神の愛を信じて、この本に書かれている祈りを実行してください。特に、これ以上落ち込んでしまわないために効果を発揮するかもしれません。

すでに医者に通っている方たちも、医者に行くことをやめないで、この本に書かれていることを、毎日実行してみてください。時間はかかるかもしれませんが、主にあって、自信をもってこの世を力強く生きていくための、一助になることを信じております。

聖書同盟 総主事 小山田 格

## 1. 神の大きな愛

あなたは今、落ち込んでいませんか？あるいはあなたは、すぐに落ち込みやすい性格ではありませんか？「教会に行っているのに、神様を信じているのになぜ・・・」と思っているかもしれませんね。そこで一つの提案です。毎日、朝起きたら、ぜひ次のようにお祈りしてみてください。毎日、必ず忍耐をもって……。きっと神様は、あなたの祈りに応えてくださいます。

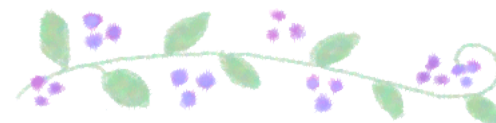
### 1. 神様の大きな愛を思い起こそう

朝起きたときに、どのような心を持って目覚めるのかは大切なことです。毎日、まず神様の大きな愛を思い出しましょう。次のみことばを思い出してください。

★みことば「主は遠くから、私に現れた。『永遠の愛をもって、わたしはあなたを愛した。それゆえ、わたしはあなたに、誠実を尽くし続けた。』

(エレミヤ31章3節)

★祈り「神様、あなたの愛は永遠に変わるものではありませんから、きょうも私を愛してくださっていることを感謝します。きょうもあなたは、私のために、すばらしい恵みを準備して下さることを信じます。きょうも、あなたが与えてくださった一日であることを、感謝します。きょうどんなことが起こっても、あなたは私を愛してくださっていることを感謝します。」



## 2. 信仰

今あなたは、「私はもうこれからは、ひきこもって生きていくんだ。でも教会に行っていたのになぜ・・・」などと思っているかもしれませんがね。しかし、実はあなたの前には、主イエス・キリストを信じることによる、あなたが思ってもいなかったような、素晴らしいダイナミックな人生が、待ち受けているのです。

### 1. 信仰による人生って

あなたが本当に信仰によって生きようになったら、あなたの人生はやがてはこのようになるのです。

★みことば「信仰は望んでいる事がらを保証し、目に見えないものを確信させるものです。」（ヘブル人への手紙 11章 1節）

何と、あなたが心に願うことが、次々に実現するようになるのです。でもこうなるためには、これからあなたの信仰を、だんだんと強くしていくことが必要なのです。

★みことば「その義は、信仰に始まり信仰に進ませるからです。」（ローマ人への手紙 1章 17節）

あなたが、なにごとでも信仰によって行動するようになるならば、やがては次のみことばが、あなたの人生に実現するのです。

★みことば「神は、みこころのままに、あなたがたのうちに働いて志を立てさせ、事を行なわせてくださるのです。」（ピリピ人への手紙 2章 13節）

### 2. 毎日の心の訓練

信仰は、あなたが心の中で、神様をどのように考えるのかという

## 2. いやなことが起こったときには

一日のうちで、いやなことやマイナスに思えることが起こってくるかも知れません。でもそのようなときに、いつまでも落ち込んでいると、サタンの罠（わな）に陥ります。神様はそのようなときのために、次のみことばを与えてくださっているのです。

★みことば「神を愛する人々、すなわち、神のご計画に従って召された人々のためには、神がすべてのことを働かせて益としてくださることを、私たちは知っています。」（ローマ人への手紙 8章 28節）

★祈り「神様、私は今落ち込んでいます。でもこのことも、きっとあなたは益にしてくださることを信じます、なぜならば、あなたはすべてのことを働かせて益としてくださるお方だからです。私は今、下を見ないで上を見上げます。あなたにできないことはありません。きっとこのことが益になることを信じます。」

このように信じることが、みことばに基づいた信仰です。ぜひ、つらいとき、苦しいとき、試練にあった時には、このようなことを思い起こすことを、あなたの心の習慣としてください。神のことばは生きていて力があるのです。必ず神様が聖書の中で約束してくださっていることは実現するのです。ですから、あきらめずに、みことばを心の中で繰り返してください。



### 3. 神は励ましてくださる

ある調査によるならば、一般的に日本人は、悲観的で落ち込みやすい傾向があるそうです。もしかするとあなたも、「神様を信じているのに、なぜ自分は悲観的なんだろう。私の心をもっと強くすることができないのだろうか」と思って、悩んでいるかもしれません。でもご心配なく。実は私も、まったく同様に、すぐに落ち込んでしまうクリスチャンだったのです。でも聖書のみことばを信じることにより、変えられていったのです。ですからあなたも、必ず変わることができるのです。

#### 1. 神様の励ましのことば

次のような神様の励ましのことばに注目してください。

★みことば「わたしはあなたに命じたのではない。強くあれ。雄々しくあれ。恐れてはならない。あののいてはならない。」(ヨシユア記 1 章 9 節= モーセの後継者となった、ヨシユアに対する励ましのことば)

★みことば「目を覚ましていなさい。堅く信仰に立ちなさい。男らしく、強くありなさい。」(コリント人への手紙第一 16 章 13 節)

上記のみことばにありますように、神様はヨシユアに対して、強く雄々しくあるようにと勧めました。ある人は、「ヨシユアは、もともと強かったのではないですか。私はヨシユアとは違います。私は弱いんです」と、言いたくなるかもしれませんが、しかし、神様は、コリントの教会のクリスチャンに対しても、パウロを通して、強くあるようにと勧めています。神様が不可能なことを言うはずがありません。

ことと、密接に関連しています。全宇宙をお造りになられた神様のことを、できるだけ大きく考えてください。あなたをお造りになり、あなたを愛しておられる神様は、あなたを、いつも祝福したくてたまらないのです。神様は、あなたのために、イエス様をこの世に送ってくださるほどに、あなたを愛しておられるのです。私たちは神様の愛の中に生き続けることができますのです。

★みことば「こうしてキリストが・・・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(神の)愛に根ざし、愛に基礎を置いているあなたがたが・・・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、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。」(エペソ人への手紙 2 章 18 - 19 節)

あなたもぜひ、人知をはるかに越えたキリストの愛を確信してください。私たちは神の愛の中に生き、動き、存在しているのです。

そこで毎朝起きたら、大きくゆっくりと深呼吸をしながら、次のように心に思ってください。

★祈り「私は、神様の愛を吸い込み、また吐き出します。」  
(何回か繰り返します)



## 2. 神が共にいてくださる

ヨシュアは決して、特別に強い人ではありませんでした。しかし彼は強くなることができたのです。それは、「強くあれ」という励ましのほかに、次のような神様の約束があったからです。

★みことば「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、あなたを捨てない。」「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。」

(ヨシュア記 1 章 5、9 節)

すなわち、全能の神が共にいてくださり、彼を見捨てることなく、力を与え続けてくださったので、彼は強くあることができたのです。ヨシュアと共にあられた神は、イエス・キリストを信じるあなたとも、共にいてくださるのです。

★みことば「主ご自身がこう言われるのです。『わたしは決してあなたを離れず、また、あなたを捨てない』(ヘブルへの手紙 13 章 6 節)

では、そのように共にいてくださる神の力を受けるためには、どのように祈ればよいのでしょうか。

## 3. 弱さを認めると強くなる

パウロの次の告白に注目しましょう。

★みことば「しかし、主は、『わたしの恵みは、あなたに十分である。というのは、私の力は、弱さのうちに完全に現れるからである。』と言われたのです。ですから、私は、キリストの力が私をおおうために、むしろ大いに喜んで私の弱さを誇りましょう。・・・なぜなら、私が弱いときにこそ、私は強いからです。」(コリント人への手紙第二 12 章 9、10 節)

パウロには、肉体的な弱さがありました。そこで彼は、3度も熱心に、その病をいやしてくださるようにと、主に祈ったのです。その時に与えられたみことばが、上記のみことばでした。

実は、神様は、わざと彼をいやされなかったのです。それは、彼が自分の弱さを覚えて、主の御前にその弱さを告白する時に、キリストの力が彼をおおうためだったのです。すなわち、クリスチャンの強さというのは、自分の弱さや罪深さを認め、それを主の御前に告白する時に、全能の神によって与えられる強さなのです。

「弱さを認めると強くなる。」これが強くなる秘訣なのです。

次のパウロの告白にも注目しましょう。

★みことば「私は、私を強くしてくださることによって、どんなことでもできるのです。」(ピリピ人への手紙 4 章 13 節)

パウロの人生において、不可能なことが可能とされていったのは、神の御前に弱さを認める彼を、神が強くしてくださったからなのです。

ですから私たちも次のように告白することができるのです。

★祈り「神様、私は弱くて罪深い人間です。でもどうぞ私をおわれんで、あなたの力によって強くしてください。」

弱さを覚えるたびごとに、このように祈ってみてください。きっと、神様が不思議な方法であなたを強くして下さるのです。

そして、弱さを覚える時には、心の中で、次のみことばを数回繰り返しましょう。

★祈り「なぜなら、私が弱いときにこそ、私は強いからです。」



## 4. 神は慰めてくださる

人生でつらい思いをしたり、自分の存在や、自分のしたことを認めてもらえなかった時って、誰でもがっかりしたり、落ち込んだりしますね。「きょうは、誰かの慰めのことばがほしいな」と思う時もあります。でも、がっかりする必要はありません。聖書によると、私たちが慰めの必要な時には、神様が必ず慰めてくださるという、素晴らしい約束があるのですから。

今日読む素晴らしい聖書の箇所は、コリント人への手紙第2、1章1-7節です。

### 慰めの神

①ここにおいて、神様は「慰めの神」と呼ばれていることに注目してください。

★みことば「すべての慰めの神がほめたたえられますように。」(3節)

②神様は、私たちが慰めが必要な時には、必ず慰めてくださいます。そして、神様の慰めは、どのような苦しみの中にあるときにも、必ず豊かに与えられるのです。

★みことば「神は、どのような苦しみのときにも、私たちに慰めてくださいます。」(4節前半)

「それは、私たちにキリストの苦難があふれているように、慰めも、またキリストによってあふれているからです。」(5節)



クリスチャンになると、まったく苦しみがなくなるわけではありません。イエス・キリストに従って生きようとするならば、今までよりも、苦しみが増すかも知れないのです。偉大なる伝道者であったパウロの人生には、多くの苦しみがありました。しかし、ここにおいて彼は、苦しみが多いならば、キリストによる慰めもまたあふれるのだと、力強く断言しているのです。神様の慰めを、いつも体験しながら生きることができるのが、クリスチャン生活の特徴なのです。

③神様の慰めを体験すると、他の人を慰めることができます。

苦しみを体験した人でなければ、苦しみの中にある人の気持ちはわかりませんね。また苦しみの中で、神様からの慰めを体験した人が、初めて「あなたにも必ず神様の慰めが与えられるから大丈夫だよ」と、確信をもって言うことができるのです。

★みことば「・・・私たちも、自分自身が神から受ける慰めによって、どのような苦しみの中にいる人をも慰めることができるのです。」(4節後半)

私たちは、信仰の友と、苦しみと慰めを共にすることができるのです。

★みことば「あなたがたが私たちと苦しみをともにしているように、慰めをもともにしていることを、私たちは知っているからです。」(7節後半)



## 5. 全能の神はともにおられる

クリスチャンになりますと、神様の無限の祝福が与えられます。「永遠のいのち」だけを考えてみても、無限に続くいのちの祝福ですね。そして多くの祝福の中の最大の祝福の一つは、「全知全能の神が、永遠に、いつもあなたとともにいてくださる」ということです。聖書を見てみると、信仰の先祖たちも、たびたび、神の「ともにいてくださる」という約束に励まされていることがわかります。

神は、たびたび信仰の先祖たちに、臨在の約束〔ともにいてくださるという約束〕を与えられ、彼らを励まされました。

### 1. イサクとともにおられた

偉大なる信仰の父アブラハムの子であるイサクに、神は次のような約束を与えられ、彼を励まされました。

★みことば「わたしはあなたとともにいて、あなたを祝福しよう」  
(創世記 26 章 3 節)

### 2. ヤコブとともにおられた

イサクの子であるヤコブにも、次の約束が与えられました。

★みことば「見よ。わたしはあなたとともにあり、あなたがどこへ行っても、あなたを守り……。」(創世記 28 章 15 節)



### 3. モーセとともにおられた

エジプトで苦しむ民を救うために、神はモーセを遣わされました。そしてあらかじめ、彼に次のような約束を与えられました。

★みことば「わたしはあなたとともにいる。これがあなたのため  
のしるしである。」(出エジプト記 3 章 12 節)

信仰の先祖たちとともにおられた神は、今、そしてきょう一日、あなたとともにいてくださいます。主イエス・キリストの約束を思い出しましょう。

★みことば「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。」(マタイの福音書 28 章 20 節)

★あなたの祈り (心の中で何回も繰り返してください)

「全知全能の神様、今、そしてきょう一日、あなたが私とともにいてくださることを感謝します。そのことを信じます。あなたは私を、守り強め励ましてくださいます。全能のあなたがともにいてくださるので、私は恐れることはありません。」



## 6. 恐れに打ち勝つ

私たちをととも悩ませるもの、それは恐れ感情です。そしてそれは往々にして将来に対する恐れです。私たちは、過去のいやな経験を思い出すことにより、将来もそのようになるのではないかと、あるいは一方的に自分自身で将来を恐れて、悲観的になり、先に進めなくなってしまうのです。でも前回学んだように、その時にも、「神がともにいてくださる」ということを思い出すことが、恐れに打ち勝つ秘訣なのです。前回と合わせて読んでみましょう。

神は、たびたび信仰の先祖たちに、「恐れるな!」と御声をかけられました。

### 1. アブラハムに対して

どんな人でも恐れる時があります。偉大なる信仰の父アブラハムでさえも、恐れたのです。そこで神は、次のような約束を与えられ、彼を励まされました。

★みことば「アブラムよ。恐れるな。わたしはあなたの盾である。あなたの受ける報いは非常に大きい」(創世記15章1節)

### 2. イサクに対して

アブラハムの子であるイサクにも、次の約束が与えられました。

★みことば「恐れてはならない。わたしがあなたとともにいる。」(創世記26章4節)

神様は、単に恐れるなとおっしゃるだけではなく、恐れなくてもよい理由として、ご自身がともにいてくださることを約束してくださっているのです。

### 3. モーセに対して

エジプトで苦しむ民を救うために、神はモーセを指導者として召されました。神は燃える柴の中から、彼に「モーセ、モーセ」と語りかけられたのです。そして「ここに近づいてはいけません。あなたの足のくつを脱げ。あなたの立っている場所は、聖なる地である」と仰せられたのです。モーセは、神を仰ぎ見ることを恐れて顔を隠しました。生ける神の御声を聞いて、彼はどんなに恐れたことでしょうか。しかしそのように恐れているモーセに、神は次のように言われました。

★みことば「わたしはあなたとともにいる。これがあなたのためのものである。わたしがあなたを遣わすのだ」(出エジプト記3章12節)

### 4. 湖の上での弟子たちに

あるとき弟子たちが、舟に乗って湖の向こう岸に向かっておりました。すると夜中に、主イエスが湖の上を歩いて、彼らに近づいて来られました。弟子たちは幽霊だと思い、叫び声を上げました。彼らは皆、おびえてしまったからです。すると主イエスは、すぐに彼らに話しかけ、こう言われたのです。

★みことば「しっかりしなさい。わたしだ。恐れることはない。」(マルコの福音書11章50節)



## 7. 全能の神

私たちが、悲観的になってしまうとき、それは、私たちの小さな頭の中で、全能の神様のことを、とても小さく考えてしまうときです。神様は、無限なるお方であり、全知全能であられ、できないことは何もないのです。あなたにとって、今とても大きく思える問題も、神様にとっては解決の可能な、とても小さな問題にしかすぎません。

心の中で弱さを覚える時には、次のみことばを何回も口に出して言ってみましょう。

### 1. 神は偉大なる方

★みことば「われらの主は偉大であり、力に富み、その英知は測りがたい。」(詩篇147篇5節)

### 2. エレミヤは次のように告白しています。

★みことば「ああ、神、主よ。まことに、あなたは大きな力と、伸ばした御腕とをもって天と地を造られました。あなたには何一つできないことはありません。」(エレミヤ書32章17節)

### 3. ネヘミヤも、次のように告白しています。

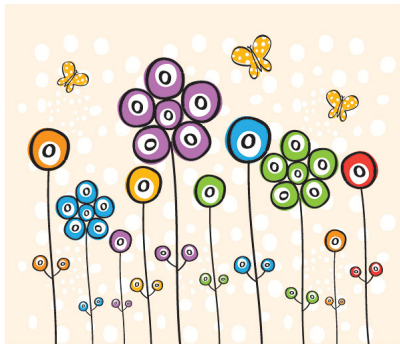
★みことば「ただ、あなただけが主です。あなたは天と、天の天と、その万象、地とその上のすべてのもの、海とその中のすべてのものをつくり、その全てを生かしておられます。そして、天の軍勢はあなたを伏し拝んでおります。」(ネヘミヤ書9章6節)

あなたは今、恐れていますか？ 信仰の先祖たちとともにおられた神は、今あなたにも「恐れるな」と御声をかけてくださるのです。そしてきょう一日、また永遠に、あなたとともにいてくださるのです。次の主イエスの約束を思い出しましょう。

★みことば「わたしは、あなたがたに平安を残します。わたしは、あなたがたにわたしの平安を与えます。わたしがあなたがたに与えるのは、世が与えるのとは違います。あなたがたは心を騒がしてはなりません。恐れてはなりません。」(ヨハネの福音書14章27節)

★あなたの祈り(心の中が落ち着くまで、何回も繰り返してください)

「全知全能の神様、今、私の心には大きな恐れがあります。特に将来のことを考えると、あるいはこれから自分に何がおきるのかということを考えると、恐くてたまりません。でも、あなたは私にも、「恐れるな」と御声をかけていてくださいます。そして今も、またきょう一日、あなたが私とともにいてくださいます。そのことを信じます。感謝します。あなたは私を、いつも守り、強め、励ましてくださいます。全能のあなたがともにいてくださるので、私は恐れることはありません。」



## 8. 神はまだ助けをくださる

イスラエルの民が、荒野を出発して、約束の地に向かった時に、多くの試練が彼らを襲いました。そのような時に、彼らはたびたび神に向かって、またモーセに対して不満を言ったのです。そのような時に、モーセと民の一番の違いは、モーセが『今まで助けをくださった主は、今回も必ず助けをくださる』という信仰に立ったということです。

出エジプト記 14 章を読みましょう。

### 1. 試練は神から与えられた

神は、まずイスラエルをわざわざ海辺に宿泊するように導かれました（1 節）。このように試練は多くの場合に、神から与えられることがあるのです。でもそのときには、次の2つのことを思い出しましょう。

①神は耐えられない試練には会わせない。（次の素晴らしいみことばを、暗記するまで何回も繰り返しましょう。）

★みことば「あなたがたの会った試練はみな人の知らないものではありません。神は真実な方ですから、あなたがたを、耐えられないほどの試練に会わせることはなさいません。むしろ、耐えられるように、試練とともに脱出の道も備えてくださいます。」（コリント人への手紙第一、10 章 13 節）

②神は私たちが、忍耐の訓練を受けることを望んでおられる。試練に会わなければ、クリスチャンは、忍耐の面において成長することはないのです。次のみことばを何回も読みましょう。

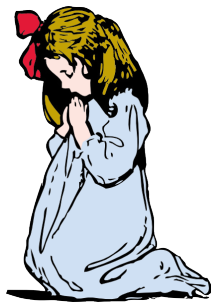
### 4. 御使いガブリエル

主イエスの母マリヤに現れた御使いガブリエルも、次のように言って、マリヤを励ました。

★みことば「神にとって不可能なことは一つもありません。」（ルカの福音書1章37節）

あなたは今、落ち込んでいませんか。神様を小さく考えていませんか。できれば今、このプリントを持って外に出て、大きく深呼吸をしましょう。上にあるみことばを何回も繰り返し、次のように祈りましょう。

★祈り「全知全能の神様。どうかあなたを、小さく考えることがありませんように。この全宇宙を造ってくださったあなたの偉大さを、きょう、何回も思い起こすことができますように。私もあなたがお造りくださった、素晴らしいものであることを、今日、思い起こさせてください。あなたには、できないことは何もありません。私はあなたによって愛されています。感謝します!」



★みことば「私の兄弟たち。さまざまな試練に会うときは、それをこの上もない喜びと思いなさい。信仰が試されると忍耐が生じるということを、あなたがたは知っているからです。」(ヤコブの手紙 1 章 2-4 節)

## 2. イスラエルは恐れた

うしろからはエジプト軍が迫ってきます。前は「葦の海」です。四方八方、進む道がありません。絶体絶命!このような試練を与えられた時に、イスラエル人は恐れてしまったのです。彼らは、「神は、今度は自分たちを助けてはくださらない」という不信仰に陥り、モーセに向かって叫んだのです(10 節)。

★祈り「試練に会うときには、恐れてしまわないように私を助けてください。」

## 3. モーセは信仰に立った

イスラエル人とモーセの大きな違いは、モーセは「これまで私を助けてくださった神は、この試練においても、私を助けてくださる」という信仰に立ったことです。それゆえに彼は、民を励ますことができたのです(13、14 節)。

試練に会うときには、神様からのたくさんの恵みを、一つずつ数えてみましょう。

★みことば「わがたましいよ。主をほめたたえよ。主の良くしてくださったことを何一つ忘れるな。」(詩篇 103 篇 2 節)

★祈り「試練に会うときには、『これまで助けてくださった主が、今度も、必ず私を助けてくださる』という信仰に立てるように、弱い私を助けてください。」

## 9. イザヤ書の中の励まし(1)

旧約聖書のイザヤ書の中には、多くの励ましのことばが書かれています。その中の幾つかを取り出してみましょう。これらのみことばが、確信となるように、心の中で、何回も繰り返してださい。またできるだけ、声を出して読んでみましょう。

### 1. 罪が赦される

神は、イスラエルの人々に、これからお出でになるメシヤ(救い主)を信じるならば、どのような罪でも完全に赦されることを約束しておられます。どのような罪も、メシヤによるあがないのみわざには勝てないのです。(そのメシヤのことは、イザヤ書 53 章に預言されています。)

★みことば「『さあ、来たれ。論じ合おう』と主は仰せられる。『たとい、あなたがたの罪が緋のように赤くても、雪のように白くなる。たとい、紅のように赤くても、羊の毛のようになる。』」(イザヤ書 1 章 18 節)

★祈り 朝起きたら、心の中で、「神の愛によって、私の罪は完全に赦されている」と繰り返しましょう。

### 2. 神に信頼しよう

神は、私たちを救ってくださるお方です。私たちは神を信頼しているので、恐れることはありません。神は私たちの人生に力を与えてくださいます。

★みことば「見よ。神は私の救い。私は信頼して恐れることはない。やハ、主は、私の力、私のほめ歌。私のために救いとなられた。」(イザヤ書 12 章 2 節)

★祈り「私はあなたを信頼しているから恐れる必要がありません。感謝します。」

## 10. イザヤ書の中の励まし(2)

旧約聖書のイザヤ書の中には、多くの励ましのことばが書かれています。今回も、その中の幾つかを取り出してみましょう。これらのみことばがあなたの確信となるように、心の中で、何回も繰り返しましょう。

### 1. 信頼しても大丈夫

★みことば「志(こころざし)の堅固な者を、あなたは全き平安のうちに守られます。その人があなたに信頼しているからです。いつまでも主に信頼せよ。ヤハ、主は、とこしえの岩だから。」(イザヤ書 26 章 3-4 節)

「親も信頼できないし、学校の教師も信頼できない」、と思っている人がいるかもしれませんね。でも神様だけは、絶対に信頼しても大丈夫です。神様は全知全能なるお方。私たちの信頼に応えてくださることができお方であり、この世に何が起こっても、岩のように動かないお方です。

#### ★勧め

朝起きたら、心の中で、「神様あなたを信頼します。きょうも、あなたは私に平安を与え続けて下さるお方です!あなたは必ず最善をなして下さいます」と繰り返しましょう。

★みことば「神である主、イスラエルの聖なる方は、こう仰せられる。『立ち返って静かにすれば、あなたがたは救われ、落ち着いて信頼すれば、あなたがたは力を得る。』」(イザヤ書 30 章 15 節)

### 3. 神を賛美しよう

神は、私たちが救ってくださいます。私たちは神に信頼し、恐れることはありません。だから、思い切り神を賛美しましょう。CSK キャンプに参加すると、いろんな楽器を使って、皆で思いぎり神を賛美します。でも自宅で一人にいるときも、神を賛美しましょう。また神を賛美する、賛美歌、聖歌、ゴスペル等の、テープや CD を、なるべく聞くようにしましょう。

★みことば「主をほめ歌え。主はすばらしいことをされた。・・・大声をあげて、喜び歌え。イスラエルの聖なる方は、あなたの中におられる、大いなる方。」(イザヤ書 12 章 5、6 節)

みことばを読みながら、神のこれからのみわざにも感謝して、神を賛美しよう

★みことば「万軍の主は・・・永久に死を滅ぼされる。神である主はすべての顔から涙をぬぐい、ご自分の民へのそしりを全地の上から除かれる。…『見よこの方こそ、私たちが救いを待ち望んだ私たちの神。この方こそ、私たちが待ち望んだ主。その御救いを楽しみ喜ぼう。』」  
(イザヤ書 25 章 6-8 節)



## ★勧め

今あなたは、あせって余計なことをしようとしてはいいでしょうか。神を見上げ、静かにしていればよいのです。落ち着いて信頼すればよいのです。心を静めていれば、神様が本当にすべきことを教えてくださるのです。そしてそのために必要な、力も与えてくださるのです。

## 2. 神は恵みを準備しておられる

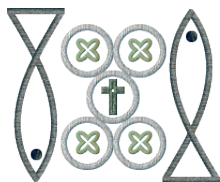
神は今も、あなたに恵みを与えようと願っておられます。

★みことば「それゆえ、主は、あなたがたに恵もうと待っておられ、あなたがたをあわれもうと立ち上がられる・・・幸いなことよ。主を待ち望むすべての者は。」(イザヤ書 30 章 18 節)

## ★期待して、祈ろう

何と、神は、あなたを恵みを与えようと、待っていてくださるのです。ですから、次のように祈りましょう。

「主よ、私は罪深いものです。でもあなたを信頼し、あなたを待ち望んでいます。あなたが、きょう私のために、多くの恵みを準備して下さることを信じます。私がそれをすべて受け入れることができますように。」



中高生のための 心を強く持つための 日々の祈り

2012年6月 発行

著者 小山田 格

発行 聖書同盟

(複製使用許可)