

通信小海

「踊り上がるほどの喜び」

牧師 荒粉 実 あらいもみ 実

イエス様は、沢山の人々を癒やされた
 お方です。生まれて一度も歩いたこと
 のなかった人が、イエス様のおことば一
 つで歩けるようになったこと。悪霊に
 取り憑かれていた人を解放されたこ
 と。死んだ息子を生き返らせたこと。
 イエス様は数々の奇蹟を通して、ご自
 身が救い主(メシア)であることを明
 らかにされました。
 イエス様が十字架に架かられるエル
 サレムに向かう途中のエリコという町
 でのことです。バルテマイという名の、
 目の見えない物乞いが道端に座って

「今月のみことば」

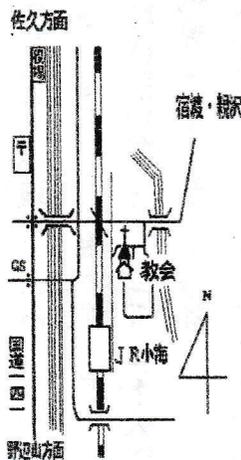
「その人は上着を脱ぎ捨て、躍り上がって
 イエスのところに来た。」
 マルコ10:50

マルコ10:50

ました。彼は、イエス様が近くにおられ
 る噂を聞きつけ、叫び出したのです。
 「ダビデの子よ、私をあわれんでくだ
 さい。」彼の周りにいた人々は、彼を黙
 らせようとたしなめますが、誰も彼を
 止められません。イエス様は弟子たち
 に「彼を呼んで来なさい。」とお命じに
 なりました。弟子たちは、彼の所へ行
 き「心配しないでよい。さあ、立ちなさい。
 い。あなたを呼んでおられる」と告げ
 ました。バルテマイは、自分の願いが聞
 き届けられた事を知ると、上着を脱
 ぎ捨て、躍り上がってイエス様のいる
 所まで来ました。そして、彼はイエス
 様に「目が見えるようにしてください
 い」と懇願したのです。
 イエス様は彼に「あなたの信仰が

日本同盟基督教団 小海キリスト教会
 南佐久郡小海町大字小海四三五二七
 〒三八四一一〇二 Tel 0267-887-169
 〒振替 00530-0-61683

見晴台の教会へどうぞ



集会あんない

日曜礼拝 朝 十時〜十一時半

夕 二十時から二十一時

★毎月、第四日曜日は『歓迎礼拝』です。
 心よりお待ちしております。

★5月18日(火) 13時30分〜15時

『小海がん哲学カフェそと』開催

○後援 一般社団法人がん哲学外来

*初めての方も安心してお越しください。

*個人的な聖書勉強やご相談にも遠慮な

くお越しください。

※当教会は、エホバの証人・統一教会ではありません。

あなたを救いました。」と言われました。「目を見えるようにした」ではなく、「あなたを救いました」と仰せられたのです。すると、すぐに彼の目は開かれ、見えるようになります。そして、バルテマイは、癒してくださったイエス様について行く者になりました。ついて行くとは、イエス様の弟子になるという意味です。弟子となったバルテマイが見えるようになった目で見ただのは、十字架にかかれる主イエス様のお姿でした。

まことの救い主なるイエス様は、自分のような小さな者の「あわれんでください。」という願いを聞き入れ、人生を全く新しく造り変えてくださることを体験したバルテマイの躍り上がるような喜びは、イエス様を信じる時、あなたの心の中にも湧き上がるのです。イエス様のところへ来て求める時、救いが、永遠の喜びが、もたらされるからです。

連載



聖書を読んだサムライたち

もうひとつの幕末維新史

守部 喜雅【著】

第三章・

自由民権運動の嵐の中で

⑦

直寛は、やがて来る入獄の試練と獄中の苦難、次々と起こる家族の不幸、そして自ら病に倒れ罪の問題に苦しみます。その中で、弱い信仰しかなかった自分が、この試練を通して、より神に近づくことができたと感謝するのです。彼が苦しみの中に光を見出した言葉が聖書にあります。

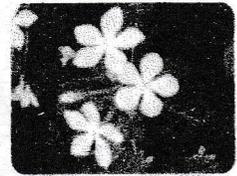
「そのために私は、高ぶることのないようにと、肉体に一つのとげを与えられました。それは私が高ぶること

のないように、私を打つための、サタンの使いです。このことについては、これを私から去らせてくださるようにと、三度も主に願いました。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、わたしの力は、弱さのうち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。ですから、私は、キリストのために、弱さ、侮辱、苦痛、迫害、困難に甘んじています。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 二十二章七、十節」

直寛は、三十四歳で高知県会議員に当選しています。同時に、義母の回心後、信仰に目覚めた直寛は、聖書の真理を一人でも多くの人々に伝えるため、高知県下を精力的に巡回し始めたのです。

ニチニチソウ

日日草・日々想



「ペイフォワード」

この春、子ども達の進級・入学が重なったこともあり、日頃から支えていただく事の多い私たち家族ですが、たくさんの方からお祝いや贈り物を頂きました。その中で、敬愛する同業者が「ダブル入学は大変でしょ？いつてもしてあげられる訳ではないけど、今はできるのよ。痛みの伴う支援でこそ、痛みを共にするということ。いつか助けてあげられるようになったら、自分が出る形で、今度は助けて差し上げてください。」と、贈り物と共に下さったメッセージに、目頭が熱くなり、改めてお一人お一人への感謝で胸がいっぱいになったことでした。

20年以上前に公開された「ペイフォワード (Pay it Forward)」という映画を思い出しました。中学7年生の主人公トレバーは、アルコール依存症の母と家庭内暴力を振るう父親との間に育ちます。ある日、社会の授業で先生から「もし自分の手で世界を変えたいと思ったら、何をやるか？」という課題を出されます。彼が提案したのは、自分が受けた思いやりを、別の相手3人に返すというものでした。

「ペイフォワード」は、直訳すると「先に払う」の意味ですが、これは組織や社会に所属する一人ひとりが、互いに無償の支援、必要とする人への助けや親切を差し出し合う優しい関係性を表現する言い回しです。見返りは求めません。損得勘定のない無償の奉仕、純粹な思いやりにはほかならないのです。その親切を受けた人は、恩を感じ感謝しながら、次の人へ新しい親切をつないでいく。そのような社会には、互いを思いやり、ポジティブな循環が生まれます。

日本の文化には、ひと様に施しを受け

ることを恥と考えるとところがあふように思えます。しかし、人間はいつでも対等である訳ではなく、ある時には与える側であり、ある時には受ける側であるというの、当然のことではないでしょうか。

聖書には「受けるよりも与える方が幸いである」と言われたイエス様の言葉が証され、イエス様が「人からしてもらいたいことは何でも、あなたがたも同じように人にしなさい。」と言われた黄金律が記されています。どちらも「ペイフォワード」の根底にあるものです。

受ける喜びを知っているからこそ、与える恵みに目が開かれる、自分の求めに応じてもらえた感動を味わっているからこそ、人にも同じようにしたいという願いが湧き上がってくる。そういうことなのだと思えます。

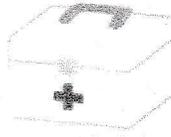
私自身は、圧倒的に受けることの多い歩みですが、それを卑屈に思うのではなく、素直に心から感謝して、これから少しずつでも「ペイフォワード」を実践していけたら…と願います。



暮らしの
くすりばい

《今月の処方箋》

◆ストレスに負けない食生活◆



新年度の忙しさもピークを乗り越え、5月の連休。さて…と、体に力が入らない、何だかやる気が出ない、頭痛や腹痛など、5月病と言われる心身の症状は、過労やストレスからくるものです。

忙しい時期、多忙な世代、様々なストレスは避けて通れませんが、だからこそ、ストレスへの耐性を高めることで、対処したり乗り越えたりできるなら、それに越したことはないでしょう。

ストレス耐性を強める一番のことは、やはり、睡眠・食事など、人間の基本的な生活、生命の維持に直結する部分で健やかであることです。

特に食事のとり方は、心身にダイレク

トに影響します。どんなに多忙でも、食事を抜かしたり、一品で済ませたりすることが続いてしまわないよう心がけましょう。不規則な食生活、偏った食事内容は、脳内の栄養不足を招き、とりわけ感情をコントロールする神経伝達物質「セロトニン」が不足しがちです。セロトニンは動物性タンパク質に多く含まれる「トリプトファン」を原料に合成されます。菓子パンをかじりながらデスクに座り続ける…といったような生活では、明らかに体が悲鳴を上げます。タンパク質の含まれる「食事」が欠かせません。

「抗ストレスビタミン」とも呼ばれるビタミンCは、ストレスへの対処によって消耗する副腎皮質ホルモンをサポートします。ビタミンCはキャベツやトマト、グレープフルーツなどに多く含まれています。また、豚肉や卵、牛乳、玄米などに含まれるビタミンB1は情緒の安定に有効です。特に牛乳や卵は神経伝達物質の合成を盛んにしてくれるトリプトファン、フェニルアラニンが含まれます。空腹でイライラしてしまうような時、ミルクココアなどおススメですよ。

生活困窮者支援

山谷(やま)農場

板海苔を下さい!!!

やま農場の働きへのご理解と、お寄せ下さる物資のご支援に心から感謝申し上げます。

募集させて頂く「海苔」について、お願いがあります。提供するおにぎりは、板海苔で包むようにしておりますので、ぜひ、板海苔をお寄せください。

お米(2008年以降うるち玄米)、未使用切手・ハガキなどの支援も引き続きよろしく願います。

〈連絡先〉藤田寛

☎ 090-1436-6334

メール nyoro@beige.ocn.ne.jp



〈物資送付先〉 小海キリスト教会、または、南牧村社協へ。〒384-1302 南牧村大字海ノロ966-15 南牧村社会福祉協議会 気付 山谷農場事務局 (藤田) カンパ: 下振替 〇〇二四〇四一五三七九六 ☆活動の近況などは、山谷農場フェイスブックをご覧ください。