

通信小海

「必要なことは一つだけ」

牧師 荒舩 実 あらかみ みのる

ある時、旅の途中で、イエス様と弟子たちは、マルタとマリヤとラザロという両親のいない三兄弟の家に足を運びました。姉のマルタは、イエス様一行を家に迎えたもてなしのために忙しく動き回って心が落ち着かず、イエス様の足もとに座って手伝いをしない妹マリヤを叱って欲しいと、イエス様にお願ひしました。その時、イエス様は次のようにお答えになりました。

「マルタ、マルタ、あなたはいろいろなことを思い煩って、心を乱しています。しかし、必要なことは一つだけです。マリヤはその良いほうを選びました。」

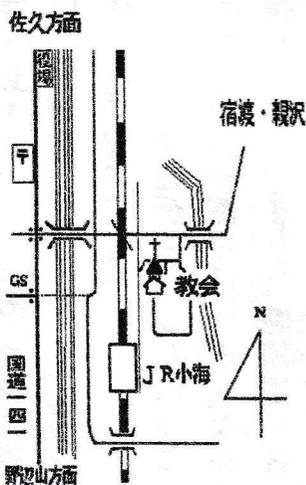
「今月のみことば」「あなたはいろいろなことを思い煩って、心を乱しています。しかし、必要なことは一つだけです。マリヤはその良いほうを選びました。」ルカ10:41-42

「良いほう」すなわち、ただ一つ必要なこととは、イエス様の語ることばに耳を傾けることです。この出来事は、自分は律法を守り、永遠のいのちを受けられることができると自負していた律法の専門家が「何をしたら永遠のいのちを受け継ぐことができるでしょうか」と尋ねたことに対し、イエス様が語られた「良きサマリヤ人の譬え」の後に記されています。

「永遠のいのち」とは、神様との交わりに生きる新しいいのちです。それは、今与えられるいのちであり、肉体の死を乗り越え、神様と共に生き続けることができるいのちです。「わたしはよみがえりです。いのちです。わたしを信じる者は死んでも生きるのです。」と

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四三五五-二七
〒三八四-一〇二 Tel 0267-888-7169
〒振替 005300-016683

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

*まん延防止等重点措置の期間、礼拝はオンライン配信のみと致します。
*がん哲学カフェ等の集まりは見合わせます。詳しくは、教会へお問い合わせください。

※当教会は、エホバの証人・統一教会ではありません。

約束してくださったイエス様のみことばを聴くことこそが、ご自身に立ち帰り、罪から救われ、永遠のいのちを受けることを切に願われているイエス様が、私たちに望んでおられることです。イエス様の語られることばを聴くことは、イエス様を愛することであり、マリヤはその意味で、最高のもてなしをしたのです。

私たちは、目の前の出来事に揺れ動き、恐れ、思い煩います。しかし、神様との交わり、イエス様の語られた変わることにない真理のことばを人生の土台に据える時、心乱すものから解放され、心に平安が訪れます。

私たちを取り巻く社会や状況が、どんなに大きく変化しても、聖書のことばだけは、変わることなく、私たちに進むべき道を示し続けるのです。

日々、自分にとって本当に大切なこと、必要なことは何かを丁寧に見つ

めて選び取りながら、余計なこと、抱えなくて良い重荷をおろし、神様と共に生きる喜びと平安の中を歩んでいきましよう。



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】

第四章・

梅子、七歳のアメリカ体験

⑦

一八五九(安政六)年、この年の秋に、アメリカから、ヘボン、ブラウン、フルベッキ、シモンズらキリスト教の宣教師が横浜や長崎に來日しています。津田仙(梅子の父)は、この年の春、一大決心をして、英語を学ぶため横浜に出ます。

その後の仙の活躍は華々しいものがありました。すでに、一八五八(安政五)年に日米修好通商条約が締結されていましたが、仙は外国奉行に向、通訳として活躍します。一八六七(慶応三)年には、アメリカへの交渉団の一員として、福沢諭吉らと共に渡米。この時、仙は、サンフランシスコで感ずるところがあつてか、ちよんまげを切り落とします。この時も、文明の進んでいるアメリカを見て、そのショックはかなり大きかったようです。

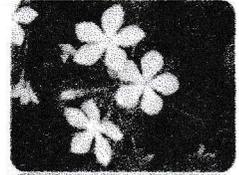
しかし、アメリカから帰国した津田仙ら幕府側の武士たちには、過酷な現実が待ち受けていました。廃藩置県後の全国的な武士の大量解雇です。(続)

＊津田梅子＊(一八六四―一九二九)

明治の女子教育の先駆者。六歳で、岩倉使節団に同行してアメリカに留学、滞在中にキリスト教の洗礼を受ける。津田塾大学の前身である「女子英学塾」を開校、塾長となった。

ニチニチソウ

日日草・日々想



「モグラたたき」

子ども達が冬休みの間、懐かしいゲームをして遊びました。家庭用おもちゃの形に小さく作られた「モグラたたきゲーム」。ゲームセンターなどで、一度はやったことのある方が多いのではないかと思えます。次から次へとモグラが顔を出し、それを叩いていくという非常に単純な遊びですが、案外、どこから出てくるか予想がつかず、モグラが出たり隠れたりテンポが早くなればなるほど、大人も必死になつてしまつたりして、古典的な楽しさに家族みんなで大笑いしました。叩いても叩いても、次から次へと顔を出し、仕留めきれないモグラたち：何だか、自分の心の中を見ているよう

だと思いました。

「信仰の歩みは、日々、自分に死んで、キリストに生きることです」と言われた言葉を思い出します。「自分に死んで」というのは、自分の存在を否定する意味ではなく、自分自身の内側にある罪を指して言っている言葉です。罪と聞くと、犯罪のような事柄を思い浮かべることが多いかもしれませんが、聖書の教える罪は「神様から心が離れてしまうこと」「神様に背を向けて生きること」です。クリスチャンは、神様を信じ、神様と共に生きることを心から願つて生きていますが、完全にそうである訳ではありません。神様から心が離れ、背を向けている時があるのです。その時、モグラたたきのモグラのように、ポコポコと顔を出してくる罪がある：ある時は、次から次へと湧き上がる不平や不満、またある時は、あれこれと先を考えすぎて膨らませる不安や恐れ、あるいは焦りや苛立ち、今あるもので満足せずに欲しがる欲：捨てたはずの思いが顔を出してくる瞬間、聖書のみことばというハンマーを持

つて仕留めにかかります。するとしばらく顔を出さなくなつて、また次に顔を出す時には、以前より少し数が減つている：そうやって戦いながら、モグラのようになつていく罪が顔を出してくるのを減らして、罪で空いた心の穴は、神様の愛と恵みで満たして頂き、ふさがつていく：そんなイメージでしょうか。そのような歩みの途上にある私の心は、まだまだ穴ぼこだらけで、あちこちからモグラが顔を出すのですが、昔に比べればふさがつた穴が増えたのかな…。

そう言えば、子ども達と遊んだモグラたたきゲームは、ゲームセンターのそれとは仕様が違い、ピコピコハンマーがモグラの頭にヒットすると、モグラが穴から飛び出る仕組みになつていて、数が減つていくのです。これ、終わりがあつていいなと思えます。遊びの中では、すべて仕留めて「やつたあ！」と完全勝利を喜んだりもしたのですが、自分の心の中で続いていくモグラたたきも、だんだん数と頻度が減つて、戦いに余裕が出てくると良いな、と思うことでした。

暮らしの
くすりばい

《今月の処方箋》

◆頭痛体操◆

頭痛に悩まされている方は、かなりの割合でいるのではないかと思います。特に、ストレスや女性の生理、天候の変化などで起こる『片頭痛』、首や肩の凝り、ストレスから血行が悪くなり、筋肉に疲労物質や痛み物質が溜まって起きる『緊張型頭痛』、それぞれに効果的な予防体操があります。

首の周りの筋肉は、頭を支えたり動かし、長年にわたって頭を支えているため、この筋肉には疲労がたまり、硬くなります。これが頭痛の原因の一つとなります。頭痛体操は頭と首を支えている筋肉(インナーマッスル)をストレッチします。片頭痛の予防、緊張型頭痛の緩



和にも有効な頭痛体操は、首や肩の筋肉をほぐし、脳の痛み調節系に良い刺激を送るストレッチ体操です。筋肉のこりや疲れを取り、頭痛を和らげましょう。脳を活性化するつもりで、前向きな明るい気持ちで取り組むことが大切です。

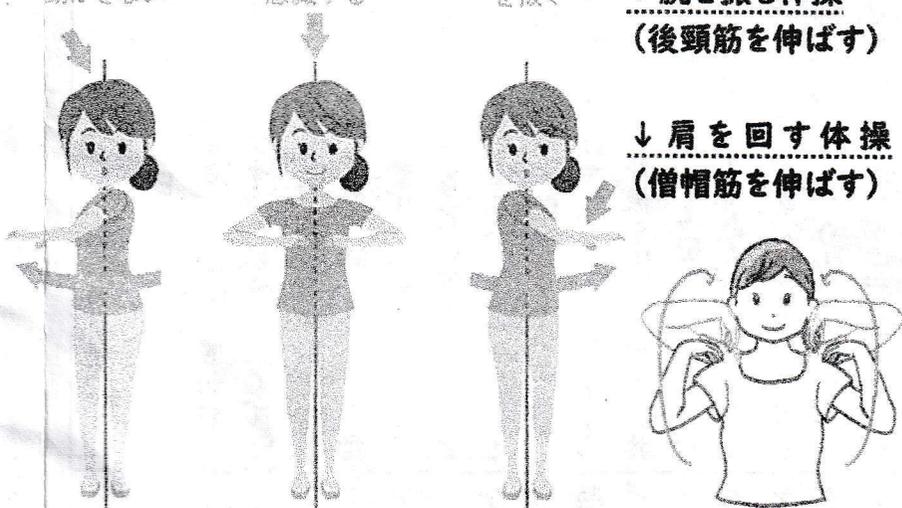
←腕を振る体操
(後頸筋を伸ばす)

↓肩を回す体操
(僧帽筋を伸ばす)

頭は動かさない

体の軸を意識する

腕の力を抜く



生活困窮者支援

山谷(やま)農場

いつも

ありがとうございます

今月も、お米・板海苔(半切・味付け海苔不可)、未使用切手・ハガキ(書き損じも含む)をお願い致します。

年賀状の書き損じやあまりなど、今年のものでなくても大丈夫です。額面は問いません。少量でも有難いです。ぜひ、お寄せください。

〈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 南牧村大字海ノ口966-15 南牧村社会福祉協議会 会気付 山谷農場事務局 (藤田)

カンパ:〒振替002404-153796

☆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。

