

みことばの黙想 2014年3月

これらの短いみことばは、フランスにある超教派男子修道共同体テゼの昼の祈りから取られたものです。

より深くみことばを味わいたい方は、出典箇所を参照して文脈のなかでみことばを黙想なさってください。
聖書本文は、原則として『聖書 新共同訳』日本聖書協会発行をもとにしています。

1日（土） 詩編 118
苦難のはざまから主を呼び求めると、主は答えてわたしを解き放たれた。

2日（日） マタイ 6:24-34
イエスは言われた。「だれも、二人の主人に仕えることはできない。一方を憎んで他方を愛するか、一方に親しんで他方を軽んじるか、どちらかである。あなたがたは、神と富とに仕えることはできない。」

3日（月） エレミヤ 30:17-22
主は言われる。「わたしがあなたの傷を治し、打ち傷をいやそう。こうして、あなたたちはわたしの民となり、わたしはあなたたちの神となる。」

4日（火） ヘブライ 5:1-10
キリストは、御自分を死から救う力のある方に、祈りと願いをささげ、その畏れ敬う態度のゆえに聞き入れられました。

5日（水） 詩編 51
✠ 灰の水曜日
神よ、わたしを憐れんでください。御慈しみをもって。深い御憐れみをもって背きの罪をぬぐってください。わたしの咎（とが）をことごとく洗い、罪から清めてください。

6日（木） エレミヤ 1:4-8
主はエレミヤに言われた。「わたしは、あなたを母の胎内に造る前から、あなたを知っていた。そして、あなたを聖別した。」

7日（金） マタイ 20:17-19
イエスは言われた。「人の子は、祭司長たちや律法学者たちに引き渡される。彼らは死刑を宣告して、人々に引き渡す。人の子を侮辱し、鞭打ち、十字架につけるためである。そして、人の子は三日目に復活する。」

8日（土） 1ヨハネ 1:8-2:2
ヨハネは記す。「イエス・キリストこそ、わたしたちの罪、いや、わたしたちの罪ばかりでなく、全世界の罪を償（つぐな）ういけにえです。」

9日（日） マタイ 4:1-11
イエスは悪魔に言われた。「こう書いてある。『人はパンだけで生きるものではない。神の口から出る一つ一つの言葉で生きる。』」

10日（月） 出エジプト 3:1-15
主は言われた。「わたしは、エジプトにいるわたしの民の苦しみをつぶさに見、追い使う者のゆえに叫ぶ彼らの叫び声を聞き、その痛みを知った。それゆえ、わたしは降（くだ）って行き、彼らを救い出す。」

11日（火） ルカ 10:25-37
心を尽くし、精神を尽くし、力を尽くし、思いを尽くして、あなたの神である主を愛しなさい。また、隣人を自分のように愛しなさい。

12日（水） フィリピ 2:1-11
キリスト・イエスは、僕（しもべ）の身分になり、人間と同じ者になられました。へりくだって、死に至るまで、それも十字架の死に至るまで従順でした。このため、神はキリストを高く上げ、あらゆる名にまさる名をお与えになりました。

13日（木） レビ 26:3-13
神はその民に言われる。「わたしはあなたたちのただ中にわたしの住まいを置き、あなたたちを退けない。わたしはあなたたちの神となり、あなたたちはわたしの民となる。」

14日（金） ローマ 15:7-13
神の栄光のためにキリストがあなたがたを受け入れてくださったように、あなたがたも互いに相手を受け入れなさい。

15日（土） イザヤ 53:1-5
主の僕（しもべ）が背負ったのはわたしたちの苦悩。彼の受けた傷によって、わたしたちはいやされた。

16日（日） マタイ 17:1-9
イエスの姿が変わったとき、弟子たちはひれ伏し、恐れた。イエスは近づき、彼らに手を触れて言われた。「起きなさい。恐れることはない。」

17日（月） 民数記 6:22-27
主があなたを祝福し、あなたを守られるように。主が御顔（みかお）を向けてあなたを照らし、あなたに恵みを与えられるように。主が御顔をあなたに向けて、あなたに平安を賜（たまわ）るように。

18日（火） ローマ 10:5-10
御言葉はあなたの近くにあり、あなたの口、あなたの心にある。

19日（水） ローマ 4:18-25
✠ 聖ヨセフ日
パウロは記す。「アブラハムは、希望するすべもなかったときに、なおも望みを抱いて、信じ、神は約束したことを実現させる方だと、確信していたのです。」

20日（木） 詩編 23
主は羊飼ひ、わたしには何も欠けることがない。主は、わたしを憩いの水のほとりに伴い、魂を生き返らせてくださる。

21日（金） ルカ 5:12-16
重い皮膚病を患っている人が、イエスに願って言った。「主よ、御心ならば、わたしを清くすることがおできになります。」イエスは手を差し伸べてその人に触れ、言われた。「よろしい。清くなれ。」

22日（土） ヘブライ 2:5-18
キリストは御自身、試練を受けて苦しまれたからこそ、試練を受けている人たちを助けることがおできになるのです。

23日（日） ヨハネ 4:5-42
イエスはサマリアの女に言われた。「まことの礼拝をする者たちが、霊と真理をもって父を礼拝する時が来る。今がその時である。なぜなら、父はこのように礼拝する者を求めておられるからだ。」

24日（月） イザヤ 46:3-5,9
主はその民に言われる。「あなたたちは、胎を出た時から担われてきた。同じように、わたしはあなたたちの老いる日まで、背負って行こう。わたしが背負ひ、救い出す。」

25日（火） ルカ 1:39-56
マリアは言った。「主は飢えた人を良い物で満たし、富める者を空腹のまま追い返されませぬ。」

26日（水） ガラテヤ 3:23-29
あなたがたは皆、信仰により、キリスト・イエスに結ばれて神の子なのです。

27日（木） 出エジプト 16:1-18
荒野で人々は、神から与えられたマナを集めた。升（ます）で量ってみると、多く集めた者も余ることなく、少なく集めた者も足りないことなく、それぞれが必要な分を集めた。

28日（金） ガラテヤ 6:11-18
パウロは記す。「わたしには、わたしたちの主イエス・キリストの十字架のほかに、誇るものが決してあってはなりません。」

29日（土） ネヘミヤ 8:8-12
悲しんだり、嘆いたりしてはならない。主を喜び祝うことこそ、あなたたちの力の源。

30日（日） ヨハネ 9:1-41
イエスは、盲人であった人に言われた。「あなたは人の子を信じるか。」彼は答えて言った。「主よ、その方はどんな人ですか。その方を信じたいのですが。」イエスは言われた。「あなたは、もうその人を見ている。あなたと話しているのが、その人だ。」

31日（月） イザヤ 61:1-3
主はわたしを遣わす。貧しい人に良い知らせを伝えさせるために、打ち砕かれた心を包み、捕らわれ人には自由を告知させるために。

4月は裏面

みことばの黙想 2014年4月

これらの短いみことばは、フランスにある超教派男子修道共同体テゼの昼の祈りから取られたものです。

より深くみことばを味わいたい方は、出典箇所を参照して文脈のなかでみことばを黙想なさってください。

聖書本文は、原則として『聖書 新共同訳』日本聖書協会発行をもとにしています。

1日（火） ルカ 8:43-48

イエスは、いやされた女に言われた。「娘よ、あなたの信仰があなたを救った。安心して行きなさい。」

2日（水） イザヤ 51:4-12

主は言われる。「人に嘲（あざげ）られることを恐れるな。ののしられてもおののくな。わたしこそ、あなたたちを慰める者。なぜ、あなたは恐れるのか、死ぬべき人の子らを。」

3日（木） マタイ 14:22-33

夜、イエスは湖の上を歩いて弟子たちのところに行かれた。おびえる弟子たちは、恐怖のあまり叫び声をあげた。イエスはすぐ話しかけられた。「安心しなさい。わたしだ。恐れることはない。」

4日（金） ヤコブ 1:12-18

試練に耐え忍ぶ人は幸い。彼らは、神を愛する人々に約束された命の冠をいただきます。

5日（土） 1ペトロ 5:1-4

あなたがたにゆだねられている、神の羊の群れを牧しなさい。強制されてではなく、神に従って、自ら進んで世話をしなさい。

6日（日） ヨハネ 11:1-45

イエスは言われた。「わたしは復活であり、命である。わたしを信じる者は、死んでも生きる。」

7日（月） マタイ 5:1-12

弟子たちが近くに寄ってきたので、イエスは口を開き、教えられた。「心の貧しい人々は、幸いである、天の国はその人たちのものである。」

8日（火） ヨハネ 13:1-15

イエスは、この世から父のもとへ移る御自分の時が来たことを悟り、世にいる弟子たちを愛して、この上なく愛し抜かれた。

9日（水） 出エジプト 14:5-31

モーセは民に言った。「恐れてはならない。落ち着いて、今日、あなたたちのために行われる主の救いを見なさい。」

10日（木） ヨハネ 16:23-33

イエスは言われた。「父御自身が、あなたがたを愛しておられる。あなたがたが、わたしを愛し、わたしが神のもとから出て来たことを信じたからである。わたしは父のもとから出て、世に来たが、今、世を去って、父のもとに行く。」

11日（金） 知恵 1:11-15

神が死を造られたわけではなく、命あるものの滅びを喜ばれるわけでもない。生かすためにこそ神は万物をお造りになった。

12日（土） イザヤ 52:13-53:12

主の望まれることは、その僕（しもべ）の手によって成し遂げられる。彼は自らの苦しみの実りを見、それを知って満足する。

13日（日） マタイ 21:1-11

† 枝の主日

群集は、イエスの前に行く者も後に従う者も叫んだ。「ダビデの子にホサナ。主の名によって来られる方に、祝福があるように。いと高きところにホサナ。」

14日（月） マタイ 10:38-39

イエスは言われた。「自分の命を得ようとする者はそれを失い、わたしのために命を失う者は、かえってそれを得る。」

15日（火） 2コリント 5:13-17

キリストはすべての人のために死んで下さいました。それは、生きている人たちが、もはや自分自身のために生きるのではなく、自分たちのために死んで復活して下さった方のために生きるためです。

16日（水） 2コリント 1:8-11

パウロは記す。「わたしたちは耐えられないほどひどく圧迫されて、生きる望みさえ失っていました。それで、自分を頼りにすることなく、死者を復活させてくださる神を頼りにするようになりました。」

17日（木） ヨハネ 12:20-30

† 聖木曜日

イエスは言われた。「はっきり言うておく。一粒の麦は、地に落ちて死ななければ、一粒のままである。だが、死ねば、多くの実を結ぶ。」

18日（金） マルコ 15:33-39

† 聖金曜日

十字架上で、イエスは大声で叫ばれた。「わが神、わが神、なぜわたしをお見捨てになったのですか。」

19日（土） 1ペトロ 3:18-22

† 聖土曜日

キリストは、肉では死に渡されましたが、霊では生きる者とされたのです。そして、霊においてキリストは、捕らわれていた霊たちのところへ行って宣教されました。

20日（日） マタイ 28:1-10

† 復活日

墓の入口で天使は婦人たちに言った。「恐れることはない。十字架につけられたイエスを捜しているのだろうが、あの方は、ここにはおられない。かねて言われていたとおり、復活なさったのだ。」

21日（月） ローマ 6:3-11

パウロは記す。「わたしたちは、洗礼によってキリストと共に葬られました。それは、キリストが御父の栄光によって死者の中から復活させられたように、わたしたちも新しい命に生きるためです。」

22日（火） へブライ 12:18-24

あなたがたが近づいたのは、手で触れることのできるものや、燃える火、暗闇、ラッパの音などではありません。あなたがたが近づいたのは、生ける神の都、新しい契約の仲介者イエスです。

23日（水） ローマ 8:31-39

だれがわたしたちを罪に定めることができましょう。死んだ方、否、むしろ、復活させられた方であるキリスト・イエスが、神の右に座っていて、わたしたちのために執（と）り成して下さるのです。

24日（木） コロサイ 3:1-4

あなたがたは、キリストと共に復活させられたのですから、上にあるものを求めなさい。あなたがたは死んだのであって、あなたがたの命は、キリストと共に神の内に隠されているのです。

25日（金） マルコ 16:15-20

† 福音記者聖マルコ日

イエスは弟子たちに言われた。「全世界に行って、すべての造られたものに福音を宣べ伝えなさい。」

26日（土） ヨハネ 12:23-36

イエスは言われた。「わたしが地上から上げられるとき、すべての人を自分のもとへ引き寄せよう。」

27日（日） ヨハネ 20:19-23

復活されたキリストは、弟子たちに言われた。「あなたがたに平和があるように。父がわたしをお遣わしになったように、わたしもあなたがたを遣わす。」そう言ってから、彼らに息を吹きかけて言われた。「聖霊を受けなさい。」

28日（月） 詩編 119:33-40

主よ、不当な利益にではなく、あなたの定めに心を傾けるようにしてください。あなたの道に従って命を得ることができますように。

29日（火） エレミヤ 17:14-17

主よ、あなたがいやして下さるなら、わたしはいやされます。あなたが救って下さるなら、わたしは救われます。あなたをこそ、わたしはたたえます。

30日（水） ヨブ 42:1-6

ヨブは神に言った。「わたしは、自分に理解できず、自分の知識を超えた驚くべき御業（みわざ）について述べてきました。あなたのことを、耳にはしておりました。しかし今、この目であなたを仰ぎ見ます。」