

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（金） マタイ 27:45-46

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。」

2日（土） 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。」

3日（日） ルカ 10:21-22

イエスは言われた。「天地の主である父よ、あなたをほめたたえます。これらのことを知恵ある者や賢い者には隠して、幼子のような者にお示しになりました。」

4日（月） 哀歌 3:19-26

主に望みをおき尋ね求める魂に、主は幸いをお与えになる。主の救いを黙して待てば、幸いを得る。

5日（火） イザヤ 57:14-15

神は言われる。「わたしは、高く、聖なる所に住む。しかしわたしは、打ち砕かれて、へりくだる霊の人と共にあり、彼らに命を得させる。」

6日（水） マルコ 5:1-20

いやされた人にイエスは言われた。「自分の家に帰りなさい。そして身内の人に、主があなたを憐れみ、あなたにしてくださったことをことごとく知らせなさい。」

7日（木） イザヤ 62:1-5

イザヤの預言。「わたしの民のために、わたしは決して黙さない。その正しさが光と輝き出で、松明（たいまつ）のように燃え上がるまで。」

8日（金） 知恵の書 11:21-26

あなたはすべてのことがおできになるがゆえに、すべての人を憐れみ、彼らが回心するように、人間の罪を見過ごされる。

9日（土） 黙示録 3:20-22

復活されたキリストは、こう言われる。「見よ、わたしは戸口に立って、たたいている。だれかわたしの声を聞いて戸を開ける者があれば、わたしは中に入ってその者と共に食事をし、彼もまた、わたしと共に食事をするであろう。」

10日（日） 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。

11日（月） ヘブライ 11:8-16

信仰によって、アブラハムは、自分が財産として受け継ぐことになる土地に出て行くように召し出されると、これに服従し、行き先も知らずに出発したのです。

12日（火） 詩編 5

主よ、朝が来る度に、あなたに向かって身を整え、あなたを仰ぎ望みます。

13日（水） マタイ 7:21-27

イエスは言われた。「わたしに向かって『主よ、主よ』と言う者が皆、天の国に入るわけではない。天におられるわたしの父の御心を行う者が入るのである。」

14日（木） エレミヤ 22:1-3

主は言われる。「公正と正義を行い、搾取されている者を虐げる者の手から救いなさい。」

15日（金） ルカ 23:33-46

十字架上でイエスは言われた。「父よ、わたしの霊を御手に委ねます。」こう言って息を引き取られた。

16日（土） 1コリント 13:1-13

パウロは記す。「たとえ、あらゆる神秘とあらゆる知識に通じていようとも、たとえ、山を動かすほどの完全な信仰を持っていようとも、愛がなければ、無に等しい。」

みことばの黙想 2022年8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（月） エレミヤ 30:17-22

エレミヤの預言。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。なぜなら彼らはあなたを『追い出された者』と呼び、『相手にされない者』と言っているからだ。」

2日（火） 2コリント 4:5-18

パウロは記す。「わたしたちは、四方から苦しめられても行き詰まらず、途方に暮れても失望しません。」

3日（水） ユダ 20-21

神の愛によって自分を守り、永遠の命へ導いてくださる、わたしたちの主イエス・キリストの憐れみを待ち望みなさい。

4日（木） イザヤ 66:12-14

主は言われる。「わたしはわたしの民に向けよう、平和を大河のように。これを見て、あなたたちの心は喜びにあふれる。」

5日（金） マルコ 14:32-41

イエスは言われた。「誘惑に陥らぬよう、目を覚まして祈っていない。心は燃えても、肉体は弱い。」

6日（土） マタイ 17:1-8

† 主の変容

山の上でイエスの姿が変わり、光り輝く雲が弟子たちを覆った。すると声が聞こえた。「これはわたしの愛する子、わたしの心に適う者。これに聞け。」

7日（日） ルカ 12:32-34

イエスは言われた。「自分の持ち物を売り払って施しなさい。尽きることのない富を天に積みなさい。あなたがたの富のあるところに、あなたがたの心もある。」

8日（月） ローマ 8:5-11

パウロは記す。「霊の思いは命と平和です。」

9日（火） イザヤ 40:29-31

イザヤの預言。「主に望みをおく人は新たな力を得、鷲のように翼を張って上る。走っても弱ることなく、歩いても疲れぬ。」

10日（水） マタイ 6:25-34

イエスは言われた。「何よりもまず、神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、ほかのものはみな加えて与えられる。」

11日（木） ヘブライ 10:19-25

信頼しきって、真心から神に近づこうではありませんか。約束してくださったのは真実な方なので、公に言い表した希望を揺るがぬようにしっかり保ちましょう。

12日（金） エフェソ 2:4-6

パウロは記す。「憐れみ豊かな神は、わたしたちをこの上なく愛してくださり、その愛によって、罪のために死んでいたわたしたちをキリストと共に生かしてくださいました。」

13日（土） イザヤ 58:5-12

主は言われる。「葦のように頭を垂れる、それがわたしの喜ぶ断食であろうか。わたしの選ぶ断食とはこれではないか。悪による束縛を絶ち、虐げられている人を解放し、飢えたに人にあなたのパンを裂き与えること。」

14日（日） ルカ 12:49-53

イエスは言われた。「わたしが来たのは、地上に火を投ずるためである。その火が既に燃えていたらと、どんなに願っていることか。」

15日（月） ルカ 1:26-38

† 主の母聖マリア日

マリアは天使に言った。「わたしは主のはしためです。お言葉どおり、この身に成りますように。」

16日（火） ヨハネ 4:4-26

イエスは言われた。「神は霊である。だから神を礼拝する者は、霊と真理をもって礼拝しなければならない。」

17日（水） ゼファニヤ 3:14-18a
ゼファニヤの預言。「主なる神はあなたのただ中におられる。愛によってあなたを新たにし、あなたのゆえに喜びの歌をもって楽しまれる。」

18日（木） コロサイ 3:12-17
パウロは記す。「キリストの平和があなたがたの心を支配するようにしなさい。この平和にあずからせるために、あなたがたは招かれて一つの体とされたのです。」

19日（金） 使徒言行録 5:17-33
神はわたしたちを悔い改めさせ、その罪を赦すために、救い主としてイエスを死から上げられました。

20日（土） 1テサロニケ 5:12-22
だれも、悪をもって悪に報いることのないように気をつけなさい。お互いの間でも、すべての人に対しても、いつも善を行うよう努めなさい。

21日（日） ルカ 13:22-30
イエスは言われた。「人々は、東から西から、また南から北から来て、神の国で宴会の席に着く。」

22日（月） 詩編 94:14-22
「足がよろめく」と言ったとき、主よ、あなたの慈しみがわたしを支えます。

23日（火） イザヤ 43:1-4a
あなたを創造された主は、こう言われる。「恐れるな、わたしはあなたを贖（あがな）う。あなたはわたしのもの。わたしはあなたの名を呼ぶ。」

24日（水） 1ヨハネ 1:1-7
神は光であり、神には闇が全くありません。わたしたちが光の中を歩むなら、互いに交わりをもちます。

25日（木） ヨハネ 15:9-13
イエスは言われた。「わたしがあなたがたを愛したように、互いに愛し合いなさい。これがわたしの掟である。」

26日（金） シラ 2:1-11
主を畏れる人たちよ、主を信頼せよ。主が賜（たまわ）るすばらしいこと、すなわち、永遠の喜びと憐れみを待ち望め。

27日（土） 1コリント 13:1-13
パウロは記す。「愛は忍耐強い。愛は情け深い。愛は自分の利益を求めず、不義を喜ばず、真実を喜ぶ。」

28日（日） ルカ 14:1-14
イエスは言われた。「宴会を催すときには、貧しい人、体の不自由な人、足の不自由な人、目の見えない人を招きなさい。そうすれば、その人たちはお返しができないから、あなたは幸いです。」

29日（月） マタイ 5:1-12
イエスは言われた。「心の清い人々は、幸い。その人たちは神を見る。」

30日（火） コロサイ 4:2-6
パウロは記す。「たゆまず祈りなさい。感謝のうちに、目を覚まして祈りなさい。」

31日（水） 箴言 23:15-19
箴言より。「罪人らのことに心を燃やすことはない。日ごと、主を畏（おそ）れることに心を燃やすがよい。確かに未来はある。あなたの希望が絶たれることはない。」
