

## Devotional Guide

### 礼拝メッセージフィードバック

<今日の聖書箇所は…>

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（感情や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



2026.1.19-25

But grow in the grace and knowledge of our Lord and Savior Jesus Christ. To him be glory both now and forever! Amen. II Peter 3:18

### L T G ガイド

①お互いへの感謝と讃めることを分かちましょう。（1～3つ）

②1週間の罪を言い表して悔い改め、互いに祈りましょう。

③礼拝メッセージの分かち合いをします。

礼拝メッセージの分かち合いが難しい場合はディボーションの分かち合い（なるべく短く）

④預言の祈り（主の御心を宣言して祈り）をします。

4:12 イエスはヨハネが捕らえられたと聞いて、ガリラヤに退かれた。

4:13 そしてナザレを離れ、ゼブルンとナファリの地方にある、湖のほとりの町カペナウムに来て住まわれた。

4:14 これは、預言者イザヤを通して語られたことが成就するためであった。

4:15 「ゼブルンの地とナファリの地、海沿いの道、ヨルダンの川向こう、異邦人のガリラヤ。

4:16 間の中に住んでいた民は大きな光を見る。死の陰の地に住んでいた者たちの上に光が昇る。」

4:17 この時からイエスは宣教を開始し、「悔い改めなさい。天の御国が近づいたから」と言われた。

4:18 イエスはガリラヤ湖のほとりを歩いておられたとき、二人の兄弟、ペテロと呼ばれるシモンとその兄弟アンデレが、湖で網を打っているのをご覧になった。彼らは漁師であった。

4:19 イエスは彼らに言われた。「わたしについて来なさい。人間をとる漁師にしてあげよう。」

4:20 彼らはすぐに網を捨ててイエスに従った。

4:21 イエスはそこから進んで行き、別の二人の兄弟、ゼベダイの子ヤコブとその兄弟ヨハネが、父ゼベダイと一緒に舟の中で網を繕っているのを見ると、二人をお呼びになった。

4:22 彼らはすぐに舟と父親を残してイエスに従った。

4:23 イエスはガリラヤ全域を巡って会堂で教え、御国の福音を宣べ伝え、民の中のあらゆ



る病、あらゆるわずらいを癒やされた。

4:24 イエスの評判はシリアル全域に広まった。それで人々は様々な病や痛みに苦しむ人、悪霊につかれた人、てんかんの人、中風の人など病人たちをみな、みもとに連れて来た。イエスは彼らを癒やされた。

4:25 こうして大勢の群衆が、ガリラヤ、デカポリス、エルサレム、ユダヤ、およびヨルダンの川向こうから来て、イエスに従つた。

カペナウムなどがあるガリラヤ地方で、イエス様は働きを始められました。そこはエルサレムから遠く、異邦人との接触も多い辺境の地で、イスラエルの中ではさげすまれていたような所です。しかしそこで「民は大きな光を見る。…光が昇る。」ということが実現したのです。

神様はこの世の偏見や差別を打ち碎くことをもなさいます。神様のみわがこの世の自己中心的な価値観ではなく、神様の愛の価値観を表すからです。それが主にふさわしいのです。私たちも主の愛の価値観にふさわしい言動、決断、人間関係、生き方をしましよう。

そのようなガリラヤで漁師をしているということは、決して社会の上流層ではありませんでしたが、そのようなペテロたちに主は声をかけてくださいました。彼らは「『すぐに』イエス様に従う、用意のある人々だったのです。主のみこころなら「すぐに」従いましょう。」

ペテロなどは、この後も漁師をしていますが、最終的には、おびただしい魚が獲れるというイエス様の奇跡によって、献身しました。それまでは仕事をしながらイエス様と交わり、学んでいたと思われます。自分はどうのように導かれるかは、明確でなくても、今あるままで主に従いましょう。時が来れば、主は従う者にすばらしい希望をしめして、声をかけてくださいます。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



# 20日 火曜

マタイ

5:1 その群衆を見て、イエスは山に登られた。そして腰を下ろされると、みもとに弟子たちが来た。

5:2 そこでイエスは口を開き、彼らに教え始められた。

5:3 「心の貧しい者は幸いです。天の御国はその人たちのものだからです。

5:4 悲しむ者は幸いです。その人たちは慰められるからです。

5:5 柔和な者は幸いです。その人たちは地を受け継ぐからです。

5:6 義に飢え渴く者は幸いです。その人たちは満ち足りるからです。

5:7 あわれみ深い者は幸いです。その人たちはあわれみを受けるからです。

5:8 心のきよい者は幸いです。その人たちは神を見るからです。

5:9 平和をつくる者は幸いです。その人たちは神の子どもと呼ばれるからです。

5:10 義のために迫害されている者は幸いです。天の御国はその人たちのものだからです。

5:11 わたしのために人々があなたがたをののしり、迫害し、ありもしないことで悪口を浴びせるとき、あなたがたは幸いです。

5:12 喜びなさい。大いに喜びなさい。天においてあなたがたの報いは大きいのですから。あなたがたより前にいた預言者たちを、人々は同じように迫害したのです。

5:13 あなたがたは地の塩です。もし塩が塩気をなくしたら、何によって塩気をつけるのでしょうか。もう何の役にも立たず、外に投げ捨てられ、人々に踏みつけられるだけです。

5:14 あなたがたは世の光です。山の上にある



聖書の記述

町は隠れることができません。

5:15 また、明かりをともして升の下に置いたりはしません。燭台の上に置きます。そうすれば、家にいるすべての人を照らします。

5:16 このように、あなたがたの光を人々の前で輝かせなさい。人々があなたがたの良い行いを見て、天におられるあなたがたの父をあがめるようになるためです。

「心の貧しい者」とは、自分の心の内を謙遜に見つめて、主がいなければ自分はやっていけないと、主に依り頼む人です。そのような人は「天の御国」すなわち、神の支配によってしばらくしいみわざを見るることができます。

「悲しむ者」とは、それが自分のことであれば、主への信仰によって益とえていたくことができ、また他の人のことであれば、その愛のゆえに主の恵を見て、慰められることができます。ただ良いことがありますというのではなく、心も慰めに満たされるのです。

「柔軟な者」とは色々な解釈が可能ですが、その原語のニュアンスは、バランス感覚ということができます。主の聖靈によって生きる人は、自分の感情や経験や主張などに支配されないで、穏やかな判断ができるのです。柔軟とそのような人格を表しています。そのような人は「地を相続する…」すなわち地上の世でも、人の上に立つようになってゆくのです。

「義に飢え渴く者」とは、主の義を求める人です。勸善懲惡的なヒロイズムの正義感とは違います。主の義は愛が伴います。主の義は必ず勝利しますから、満ちたりるのです。

「心のきよい者」の「きよい」は、聖靈に使われることばハギオスとは違うカサロスです。これは純粹という意味があります。心や興味関心に不順なものもなく、常に大切なものを求めているような心の状態です。そのような人は一心に神を求めますから、神を経験し神のことばを聞き神を見

ることができます。

「平和をつくる者」とは、平和が欲しいと求めるだけの者ではありません。平和のないところ平安のない状態に、平和をもたらすのです。それは愛と犠牲と高い理想と希望があつてできることです。それは主からいただくのです。

「義のために迫害されている者」は、単に迫害されているということではなく「義のために」、「喜び…踊る」ほどの喜びが与えられるのは、主のために行動してそれゆえに苦労しても、負けない人です。

以上の真理、すなわち神の國の価値観に生きて、地の塩・世の光となりましょう。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



# 21日 水曜

マタイ

5:17 わたしが律法や預言者を廃棄するために来た、と思ってはなりません。廃棄するためではなく成就するために来たのです。

5:18 まことに、あなたがたに言います。天地が消え去るまで、律法の一点一画も決して消え去ることはありません。すべてが実現します。

5:19 ですから、これらの戒めの最も小さいものを一つでも破り、また破るように人々に教える者は、天の御国で最も小さい者と呼ばれます。しかし、それを行い、また行うように教える者は天の御国で偉大な者と呼ばれます。

5:20 わたしはあなたがたに言います。あなたがたの義が、律法学者やパリサイ人の義にまさっているなければ、あなたがたは決して天の御国に入れません。

5:21 昔の人々に対して、『殺してはならない。人を殺す者はさばきを受けなければならぬ』と言っていたのを、あなたがたは聞いています。

5:22 しかし、わたしはあなたがたに言います。兄弟に対して怒る者は、だれでもさばきを受けなければなりません。兄弟に『ばか者』と言う者は最高法院でさばかれます。『愚か者』と言う者は火の燃えるゲヘナに投げ込まれます。

5:23 ですから、祭壇の上にささげ物を献げようとしているときに、兄弟が自分を恨んでいることを思い出したなら、

5:24 ささげ物はそこに、祭壇の前に置き、行って、まずあなたの兄弟と仲直りをしなさい。それから戻って、そのささげ物を献げなさい。



Bible Reference  
聖書の記述

5:25 あなたを訴える人とは、一緒に行く途中で早く和解しなさい。そうでないと、訴える人はあなたを裁判官に引き渡し、裁判官は下役に引き渡し、あなたは牢に投げ込まれることになります。

5:26 まことに、あなたに言います。最後の一コードラントを支払うまで、そこから決して出ることはできません。

救いは信仰によって与えられるものだから、行いを強調するのは不信仰である...と考えるのは勘違いです。信仰によって救われたなら、良い行いへと導かれますから、それを心がけるべきです。

神様は律法を「廃棄」なさったのではなく、「成就」されたのです。つまり、イエス様の生涯において律法を正しく守り罪のない人として生きられました。また人の罪を負って、律法の要求するさばきを完全に実現なさいました。そして、その救いを信じて受け取る者にとって、さばきという律法の要求が満たされたこととなりました。さらには、そのような救われた者は、聖霊によって正しく良い行いができるようになり、その結果律法の要求するところを満たす生き方ができるようになるのです。

このように、イエス様は何重もの意味で、完全に律法を「成就」されたのです。私たちもその確かな信仰を持って、聖霊によって内側から、すなわち動機から変えられる者であるという、正しい自己像を持ちましょう。それが「パリサイ人による義」です。

兄弟姉妹を「能なし」「ばか者」というような、下に見る思いを捨てましょう。関係が悪いなら、自分の信仰は正しいという観点で自己正当化するのではなく、「祭壇の前」すなわち信仰のルーティンをそのままにして」でも謙り、「仲直り」しましょう。

訴えられても自分に分があると思わないで、「仲直り」しましょう。どちらに非があるかではなく、平和はつくり出すものだからです。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



# 22日 木曜

マタイ

5:27 『姦淫してはならない』と言われていたのを、あなたがたは聞いています。  
5:28 しかし、わたしはあなたがたに言います。情欲を抱いて女を見る者はだれでも、心の中ですでに姦淫を犯したのです。

5:29 もし右の目があなたをつまずかせるなら、えぐり出して捨てなさい。からだの一部を失っても、全身がゲヘナに投げ込まれないほうがよいのです。

5:30 もし右の手があなたをつまずかせるなら、切って捨てなさい。からだの一部を失っても、全身がゲヘナに落ちないほうがよいのです。

5:31 また『妻を離縁する者は離縁状を与えよ』と言われていました。

5:32 しかし、わたしはあなたがたに言います。だれでも、淫らな行い以外の理由で自分の妻を離縁する者は、妻に姦淫を犯せることになります。また、離縁された女と結婚すれば、姦淫を犯すことになるのです。

5:33 また、昔の人々に対して、『偽って誓ってはならない。あなたが誓ったことを主に果たせ』と言っていたのを、あなたがたは聞いています。

5:34 しかし、わたしはあなたがたに言います。決して誓ってはいけません。天にかけて誓ってはいけません。そこは神の御座だからです。

5:35 地にかけて誓ってもいけません。そこは神の足台だからです。エルサレムにかけて誓ってもいけません。そこは偉大な王の都だからです。

5:36 自分の頭にかけて誓ってもいけません。あなたは髪の毛一本さえ白くも黒くもできないですから。



聖書の記述

5:37 あなたがたの言うことは、『はい』は『はい』、『いいえ』は『いいえ』としなさい。それ以上のことは悪い者から出ているのです。

「情欲をいたいで女を見る…」ということで、性的な本能まで否定するような、禁欲的な解釈もあったようです。しかし本来原語では、特定の女性を見続けるということですから、自分の性的欲求を満たすために女性をターゲットにしているというよう状況と言えるでしょう。

何より大切なのは、自分は行動に移していないから罪はないというのではなく、心に思っていることでも、罪は罪なのだということです。誰でも心にあることを実行します。チャンスがあったら、ばれなかつたらしてしまうこともあるでしょう。ストレスで…怒りから…悪いと知りつつやってしまったという人も多いのです。心の内はとても重要です。

ですからイエス様はつまづきになるようなもの、すなわち心に悪影響をおよぼすようなものを捨てなさいと命じておられます。これはイエス様の愛による勧めと思ってよいでしょう。

「離婚」のことも、当時の規定に沿っていれば自由だと考える風潮に、イエス様は問題を投げかけます。規定や社会通念よりも、神様の前にどうであるかが重要です。

「誓い」に関しては、当時の人々は神をさして誓うなら絶対だが、それ以外の誓いは大目に見てもらえると、都合の良いことを考えました。言い逃れをして自分を守れば、それで済むのではありません。主の前にどうであるかです。全能の主は見ておられ、知っておられます。自分の考えを明確にしたなら、あとは主におまかせて、その責任のがれのようなことをするのは止めましょう。正直であり、そして主を信頼しましょう。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？

# ▶ 23日 金曜

マタイ

5:38 『目には目を、歯には歯を』と言われていたのを、あなたがたは聞いています。  
5:39 しかし、わたしはあなたがたに言います。悪い者に手向かってはいけません。あなたの右の頬を打つ者には左の頬も向けなさい。  
5:40 あなたを告訴して下着を取ろうとする者には、上着も取らせなさい。  
5:41 あなたに一ミリオン行くように強いる者がいれば、一緒に二ミリオン行きなさい。  
5:42 求める者には与えなさい。借りようとする者に背を向けてはいけません。  
5:43 『あなたの隣人を愛し、あなたの敵を憎め』と言われていたのを、あなたがたは聞いています。  
5:44 しかし、わたしはあなたがたに言います。自分の敵を愛し、自分を迫害する者のために祈りなさい。  
5:45 天におられるあなたがたの父の子どもになるためです。父はご自分の太陽を悪人にも善人にも昇らせ、正しい者にも正しくない者にも雨を降らせてくださるからです。  
5:46 自分を愛してくれる人を愛したとしても、あなたがたに何の報いがあるでしょうか。取税人でも同じことをしているではありませんか。  
5:47 また、自分の兄弟にだけあいさつしたとしても、どれだけまさったことをしたことになるでしょうか。異邦人でも同じことをしているではありませんか。  
5:48 ですから、あなたがたの天の父が完全であるように、完全でありなさい。

山上の垂訓と言われている、この箇所でのイエス様の説教は、非常に高い倫理基準です。ある人々は、



Bible Reference  
聖書の記述

これはあくまでも実現不可能な理想であって、それに向けて努力していけば良いのだと言います。またある人は、どんなに高い基準でも神様の命令であるなら、絶対であって、それに反するなら本當のクリスチヤンではないと言います。

そのどちらも極端であり、またこの世の論理に沿った考え方であり、肉の力による発想であると言えるでしょう。ここにあるのは神の國の論理であり、聖霊の力による生き方です。

人は神様の十字架によって罪赦されて救われて天国の希望が与えられると、その感謝から神様に喜ばれたいという気持ちが湧いてきます。また神様の役に立ちたいと思うようになります。そこで神様に、どのように生きたら良いのですかと、聞きたくなります。そのような人々に語られたのがこの説教、すなわち山上の垂訓であると言えるでしょう。

このようなクリスチヤンは、「左の頬も向けなさい」、「上着もやりなさい」、「敵を愛し」と言われると、やってみたいと思うものです。そして単なる理想であって、実行しなくとも良いのだと軽く考えることはないでしょう。絶対の命令であるから、違反したら恐いことになると心配することもないでしょう。

私たちは、自分の心のうちに、このようなきよい思いがあって、主の心と近くありたいと願うものなのです。その思いを自分自身の内に発見しましょう。私たちの国籍は天にあるのですから、その天の価値観があることを発見しましょう。そして実際にやってみましょう。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



# 24日 土曜

マタイ

6:1 人に見せるために人前で善行をしないように気をつけなさい。そうでないと、天におられるあなたがたの父から報いを受けられません。

6:2 ですから、施しをするとき、偽善者たちが人にほめてもらおうと会堂や通りでするように、自分の前でラッパを吹いてはいけません。まことに、あなたがたに言います。彼らはすでに自分の報いを受けています。

6:3 あなたが施しをするときは、右の手がしていることを左の手に知られないようにしなさい。

6:4 あなたの施しが、隠れたところにあるようになります。そうすれば、隠れたところで見ておられるあなたの父が、あなたに報いてくださいます。

6:5 また、祈るとき偽善者たちのようであってはいけません。彼らは人々に見えるように、会堂や大通りの角に立って祈るのが好きだからです。まことに、あなたがたに言います。彼らはすでに自分の報いを受けています。

6:6 あなたが祈るときは、家の奥の自分の部屋に入りなさい。そして戸を閉めて、隠れたところにおられるあなたの父に祈りなさい。

そうすれば、隠れたところで見ておられるあなたの父が、あなたに報いてくださいます。

6:7 また、祈るとき、異邦人のように、同じことばをただ繰り返してはいけません。彼らは、ことば数が多いことで聞かれると思っているのです。

6:8 ですから、彼らと同じようにしてはいけません。あなたがたの父は、あなたがたが求める前から、あなたがたに必要なものを知つ



聖書の記述

ておられるのです。

6:9 ですから、あなたがたはこう祈りなさい。  
『天にいます私たちの父よ。御名が聖なる  
ものとされますように。

6:10 御国が来ますように。みこころが天で  
行われるように、地でも行われますように。  
6:11 私たちの日ごとの糧を、今日もお与え  
ください。

6:12 私たちの負い目をお赦しください。私  
たちも、私たちに負い目のある人たちを赦  
します。

6:13 私たちを試みにあわせないで、悪から  
お救いください。』

6:14 もし人の過ちを赦すなら、あなたがた  
の天の父もあなたがたを赦してくださいま  
す。

6:15 しかし、人を赦さないなら、あなたが  
たの父もあなたがたの過ちをお赦しにな  
りません。

救われた者の国籍は天にあります。また新しく  
造られたもので、神様の永遠の価値観で生きる者  
です。その生き方をする者は、良い報いを神様に  
期待します。一方、それを人に求めて期待はず  
れになります。それで関係が悪くなることさえあ  
ります。

施し（与えること、してあげること、献金や援  
助など）も、祈り（信仰的な行動）も、主は知っ  
ていてくださいますので、それで十分です。主が  
ちゃんと報いてくださるので、人に求めてがっ  
かりしたり恨んだりすることは止めましょう。

また祈りは、回数やことば数のように、熱心さ  
を表すばパフォーマンスにならないようにしま  
しょう。祈りに大切なのは主への期待と、忠実さ  
です。またその心から来るところの内容です。

祈りが偏らないように、この主の祈りを模範と  
しつつ、主との生きた交わりによって祈りましょ

う。

また人の罪を赦しましょう。赦せないこと  
があるでしょうか。それは明らかな罪だから  
赦せないのでしょうが、しかし罪だからこそ、  
もしあなたが赦せば本当の寛容になるのです。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の  
約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願い  
など）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのど  
の部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？



# 25日 日曜

## マタイ

6:16 あなたがたが断食をするときには、偽善者たちのように暗い顔をしてはいけません。彼らは断食をしていることが人に見えるように、顔をやつれさせるのです。まことに、あなたがたに言います。彼らはすでに自分の報いを受けているのです。

6:17 断食するときは頭に油を塗り、顔を洗いなさい。

6:18 それは、断食していることが、人にではなく、隠れたところにおられるあなたの父に見えるようにするためです。そうすれば、隠れたところでおられるあなたの父が報いてくださいます。

6:19 自分のために、地上に宝を蓄えるのはやめなさい。そこでは虫やさびで傷物になり、盗人が壁に穴を開けて盗みます。

6:20 自分のために、天に宝を蓄えなさい。そこでは虫やさびで傷物になることはなく、盗人が壁に穴を開けて盗むこともありません。

6:21 あなたの宝のあるところ、そこにあなたの心もあるのです。

6:22 からだの明かりは目です。ですから、あなたの目が健やかなら全身が明るくなりますが、

6:23 目が悪ければ全身が暗くなります。ですから、もしあなたのうちにある光が闇なら、その闇はどれほどでしょうか。

6:24 だれも二人の主人に仕えることはできません。一方を憎んで他方を愛することになるか、一方を重んじて他方を軽んじることになります。あなたがたは神と富とに仕えることはできません。

断食というのは大変な祈りで、そのような信仰は



Bible Reference  
聖書の記述

賞賛に値します。それだけにそれを知られるなら尊敬されるでしょう。知られたからといって、嘘をついているわけではありません。それでもイエス様は「人にではなく…父に見えるように」と言われます。

見られること自体は罪ではありませんが、天の父に報いがもらえなくなるという、もったいない態度なのです。人からの報いよりも、神様からの報いの方がはるかに良いことを、イエス様が保証しておられることが分かります。

自分の宝、富についてもイエス様は、神の国の価値観を教えてくださいます。重要なことは、「神に仕える」ということです。しかし、地上に宝を蓄えていると、天を見られなくなって目が曇ってしまい、神に仕えるということが分らなくなってしまいます。神様のことや、そのみわざが見られなくなってしまうのです。

宝を天に蓄えましょう。地上の宝をふやすよりも、天の宝をふやしましょう。主はその宝を、必要なときに何倍にも増して与えてくださいます。

①神のみこころは？（信仰のあり方、希望の約束、愛の満たしなど）

②どんな思いになりましたか？（気持や願いなど）

③生き方にどう適用しますか？（あなたのどの部分を主は扱おうとしておられますか）

④この世にあって何を実践しますか？

