










キリスト者の祈り

◆ 二つ望みとの出会い

- 1  「サマリアの女が水をくみに来た。イエスは、「水を飲ませてください」と言われた。」ヨハ 4:7
- 2  「この後、イエスは、すべてのことが今や成し遂げられたのを知り、「渴く」と言われた。こうして、聖書の言葉が実現した。」ヨハ 19:28
- 3  「神は、すべての人々が救われて真理を知るようになることを望んでおられます。」1テモ 2:4
- 4  「わたしをお遣わしになった父が引き寄せてくださらなければ、だれもわたしのもとへ来ることはできない。わたしはその人を終わりの日に復活させる。」ヨハ 6:44
- 5  「あなたがたの内に働いて、御心のままに望ませ、行わせておられるのは神であるからです。」フィリ 2:13

- 御自分の愛を分かち合うために人間を創造して下さった神は、人間の愛を求めておられるし、絶えず御自分の愛を注ぐことによって人間の心の中に御自分に対する愛を起こそうとしておられます。
- 神を知りたい、神に近づきたい、神に祈りたい、誰かを愛したい、誰かに愛されたい、誰かと繋がりたいなどのような望みは、神が人間の心の中で起こして下さる望みであって、神の賜物なのです。

◆ 望みを満たす



- 6  「まことに、わが民は二つの悪を行った。生ける水の源であるわたしを捨てて/無用の水溜めを掘った。水をためることのできない/こわれた水溜めを。」エレ 2:13
- 7  「なぜ、糧にならぬもののために銀を量って払い/飢えを満たさぬもののために労するのか。わたしに聞き従えば/良いものを食べることができる。あなたたちの魂はその豊かさを楽しむであろう。」イザ 55:2
- 8  「イエスは答えて言われた。「もしあなたが、神の賜物を知っており、また、『水を飲ませてください』と言ったのがだれであるか知っていたならば、あなたの方からその人に頼み、その人はあなたに生きた水を与えたことであろう。」ヨハ 4:10
- 9  「祭りが最も盛大に祝われる終わりの日に、イエスは立ち上がって大声で言われた。「渴いている人はだれでも、わたしのところに来て飲みなさい。」ヨハ 7:37

- 神を知らない人は、神から離れたところで、自分の望みを満たそうとしていますが、それは空しい努力です。
- 人間は、神の愛を受け入れ、この愛に愛をもって応えて、愛によって神と結ばれる時だけその望みが完全に満たされます。

「神よ、あなたは私たちをあなたの方に向けてお造りになりました。
ですから、私たちの心は、あなたのうちに憩うまで、
安らぎを得ることができないのです。」

(聖アウグスティヌスは『告白』第1章)。

◆ 弟子の願い

- 10  「イエスはある所で祈っておられた。祈りが終わると、弟子の一人がイエスに、「主よ、ヨハネが弟子たちに教えたように、わたしたちにも祈りを教えてください」と言った。」ルカ 11:1
- 11  「あなたがたがわたしの名によって何かを父に願うならば、父はお与えになる。」ヨハ 16:23

- イエスの名によって祈るとは、自分の心や思いをイエスと一つにして(つまりイエスが求めることを求めて)祈ることです。

◆ イエス・キリストの模範

◇ 一人で祈る； 共同体と一緒に祈る； 他人のために祈る； 自分のために祈る； 重要な決断する前に； 自分の気持ちを正直に表す

12📖 「こう言われた。「アッバ、父よ、あなたは何でもおできになります。この杯をわたしから取りのけてください。しかし、わたしが願うことではなく、御心に適うことが行われますように。」 マコ 14:36

13📖 「父よ、あなたがわたしの内におられ、わたしがあなたの内にいるように、すべての人を一つにしてください。彼らもわたしたちの内にいるようにしてください。そうすれば、世は、あなたがわたしをお遣わしになったことを、信じるようになります。」 ヨハ 17:21

14📖 「キリストは、肉において生きておられたとき、激しい叫び声をあげ、涙を流しながら、御自分を死から救う力のある方に、祈りと願いとをささげ、その畏れ敬う態度のゆえに聞き入れられました。」 ヘブ 5:7

- イエスにとって祈るとは、自分を愛してくださる父である神との完全な一致を目指して、神と対話すること、交わること、コミュニケーション（ラテン語で「他人と自分を分かち合う」の意）をすることです。

◆ イエス・キリストの教え

15📖 「祈るときにも、あなたがたは偽善者のようであってはならない。偽善者たちは、人に見てもらおうと、会堂や大通りの角に立って祈りたがる。はっきり言っておく。彼らは既に報いを受けている。だから、あなたが祈るときは、奥まった自分の部屋に入って戸を閉め、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、隠れたことを見ておられるあなたの父が報いてくださる。また、あなたがたが祈るときは、異邦人のようにくどくどと述べてはならない。異邦人は、言葉数が多ければ、聞き入れられると思込んでいる。彼らのまねをしてはならない。あなたがたの父は、願う前から、あなたがたに必要なものをご存じなのだ。」 マタ 6:5-8

16📖 「あなたがたは、欲しても得られず、人を殺します。また、熱望しても手に入れることができず、争ったり戦ったりします。得られないのは、願い求めないからで、願い求めても、与えられないのは、自分の楽しみのために使おうと、間違っただけで願い求めるからです。」 ヤコ 4:2-3

17📖 「父は悪人にも善人にも太陽を昇らせ、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ある。」 マタ 5:45

- 神を知らない人たちは、求めているものを自分の力によって手に入れること（自分の欲望を満たすこと）が出来ないときに、神の助けを求めることがあります。この（自分の欲望を満たすことが目的となっている）祈りは彼らの心を満たすことが出来ません。
- 祈りの目的は、神ご自身と以外のもの（神との交わりを深めることと異なるもの）である限り、この祈りは、イエス・キリストが自分の弟子たちに教えてくださった祈り（キリスト者の祈り）、また、父である神が求めておられるような祈りであるとは言えません。

キリストが教えてくださった祈りの目的とは、神の意志を変えて、自分が求めている恵みや賜物をいただくのではなく、
神と出会い、神と交わり、
(例えば願う恵みや賜物をいただくことを通して) 神の愛を体験することによって
神を知り、ますます強く愛することです。
祈りの最終的な目的とは、完全な愛によって、神と一つになることです。

祈ることによって変わるのは、神ではなく、人間なのです。

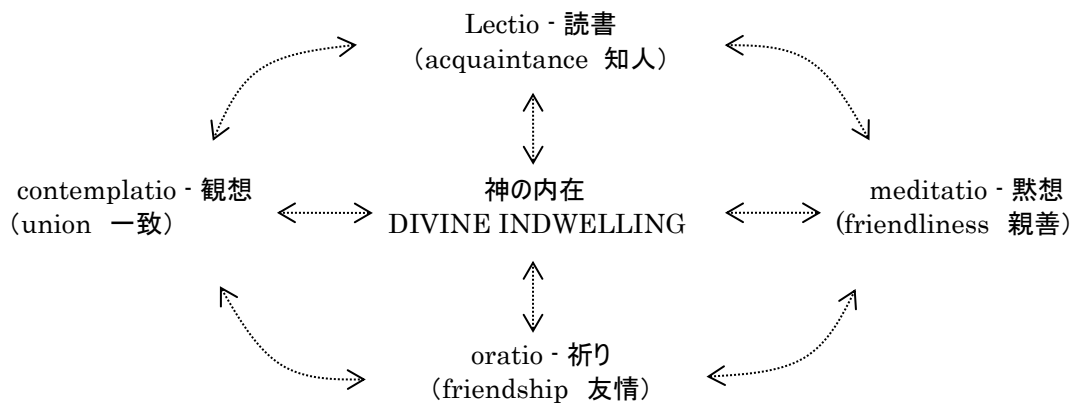
最も大事なものは、賜物ではなく、その与え主なのです。

◆ 主の祈り（マタ 6,9-13）

- 「主の祈り」は、神の望み（父である神が人間に与えたいもの）を現します。
- この祈りを唱える目的は、神様の望みを変えることではなく、自分の最も深い望みと一致している神の望みに自分の（表面的な）望みを合わせることで、最も深い望みを見出し、それに従うことです。
- この望みに従って生きることによって、人生の目的である神との一致が実現されるのです。

| | |
|---|--------------------------------------|
| 『天におられるわたしたちの父よ、 | 天におられるわたしたちの父よ、 |
| <p>神は、私たちの世界を超越しておられる存在でありながら、内存しておられる存在 最も遠い（偉大な）存在でありながら、最も近い（親しい）方 「わたしは神であり、人間ではない。お前たちのうちにあつて聖なる者。」 ホセ 11:9 「あなたがたは、人を奴隷として再び恐れに陥れる霊ではなく、神の子とする霊を受けたのです。この霊によって わたしたちは、「アッパ、父よ」と呼ぶのです。」 ロマ 8:15 ⇒ 人間は、皆兄弟姉妹</p> | |
| ① 御名が崇められますように。 | み名が聖とされますように。 |
| <p>神はご自分の名、つまりご自分の本質（愛）、ご自分自身がどんな方であるかをすべての人に知ってほしい。 すべての人が、神を知るようになり、神を神として認めるようになると、神の名が本当に崇められます。 「永遠の命とは、唯一のまことの神であられるあなたと、あなたのお遣わしになったイエス・キリストを知ることです。」ヨハ 17:3 「天地創造の前に、神はわたしたちを愛して、御自分の前で聖なる者、汚れのない者にしようと、 キリストにおいてお選びになりました。」 エフェ 1:4</p> | |
| ② 御国が来ますように。 | み国が来ますように。 |
| ③ 御心が行われますように、 天におけるように地の上にも。 | みこころが天に行われるとおりに 地にも行われますように。 |
| <p>「すべてが御子に服従するとき、御子自身も、すべてを御自分に服従させてくださった方に服従されます。 神がすべてにおいてすべてとなられるためです。」 1 コリ 15:28 神の国は創造の最終的な目的。 神の最も大きな望みとは、人間との関係の完成、つまり愛による神と人間（人類）の一致 「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。 わたしの天の父の御心を行う者だけが入るのである。」 マタ 7:21 「少し進んで行って、うつ伏せになり、祈って言われた。「父よ、できることなら、この杯をわたしから過ぎ去ら せてください。しかし、わたしの願いどおりではなく、御心のままに。」 マタ 26:39 （解説→マタ 6,19-24,33）</p> | |
| ④ わたしたちに必要な糧を今日与えてください。 | わたしたちの日ごとの糧を今日もお与えください。 |
| <p>創造主であり、命と愛の源である神だけが、人間のすべての本当の必要性を満たすことができます。 この事実を認めながら、頂いている命と私たちを生かす恵みを感謝します。（解説→マタ 6,25-34）</p> | |
| ⑤ わたしたちの負い目を赦してください、 わたしたちも自分に負い目のある人を 赦しましたように。 | わたしたちの罪をおゆるしてください。 わたしたちも人をゆるします。 |
| <p>ゆるすこと、ゆるされることは愛の実践ですので、キリストの弟子（神の子）の基本的な原則となっています。 神のゆるしを受けた（神と和解した）かどうかということを他人に対する態度によって分かる。 神のゆるしを受けた人は、他人をゆるす（愛する）。（解説→マタ 6,14-15 ; 7,1-5）</p> | |
| ⑥ わたしたちを誘惑に遭わせず、 | わたしたちを誘惑におちいらせず、 |
| ⑦ 悪い者から救ってください。』 | 悪からお救いください。 |
| <p>「わたしたちを誘惑に陥らないように導き、悪から救ってください」（フランシスコ訳）</p> | |
| <p>「誘惑に遭うとき、だれも、「神に誘惑されている」と言ってはなりません。神は、<u>悪の誘惑を受けるよう な方ではなく、また、御自分でも人を誘惑したりなさらないからです。</u>」 ヤコ 1:13 誘惑に陥れないために：信仰、信頼、希望に生きる（マタ 7,7-11）； 善を行う（12）； 狭い門を通る（楽しいこ とや楽なことを追求するのではなく、神の望みに従う、つまり愛を選択基準にする）（13-14）； 偽預言者に 注意（15-20）； キリストとの友情という強い土台に基づいて生きる（21,24-29）が必要 「誘惑に陥らぬよう、目を覚まして祈っていなさい。」 マタ 26:41</p> | |

◆ **Lectio Divina** (みことばの黙想 — イエスとの関係を深める伝統的な祈りの方法)



- 読書 - 神のことば(聖書、他の本、出会い、体験、自然、など)を読む(聞く、思い出す、見る)
- 黙想 - 理性や感情や想像を用いて、神のことばの意味(自分のためのメッセージ)を見出す
- 祈り - 神のことば(そのメッセージ)に応える(感謝、賛美、お詫び、願い、行い)
- 観想 - 理性、感情、想像を超えて、神の御前に憩う

◆ **人間関係の段階**

- a. 知人 - 他人についての情報を集め、自分の気持ちを調べる、話しは表面的
- b. 親善 - 一緒にいろいろな経験をしたり、互いに楽な気持ちで共にいたりするが、まだ相手を調べていて、安全な距離を保って、どこまで自分の心を開いていいかがまだわからない。
- c. 友情 - commitment(誓約、約束、公約、確約、関わり合い、参加、傾倒、深入り)
 言質: Commit ラテン語 *committere* より. (*com*-対して+ *mittere* 送る = ある人に対して送る → ゆだねる)
 この人と一緒にとどまり、互いの関係を深めるようにと努力していく決心。自己奉獻。共にいる時は、安心し合い、信頼し合い、心を開き、親密さを体験する。
- d. 一致 - 沈黙が自然なものとなり、一体となる体験、親密さが深まる。