

「ざわつく心を静める祈り」

(詩篇62篇)

牧師：原 雅幸

序) ざわつく心とどう向き合うか

- ・真剣に取り組んできたもの、価値あることとしてきたもの、積み上げてきたものが崩されそうになる時、私たちの心はざわつきやすい。
- ・「さとり世代」は希望をもたずに、安定を求めると言われる。
- 安定が目標になると、いのちは委縮する。
- 将来に希望を抱かないとすれば、信仰から外れてしまう。
- ➡ざわつくことを回避するより、ざわつく心を静める祈りを体得すること。

1) 沈黙の祈り～たましいのレベルで黙る～基本原則 (1, 2 節)

- ・たましい (ネフェシュ) …人間存在全体 (心・身体・社会環境の統合体)
- ・静かな場所で、一人静まり、心の中で神だけに思いを集中するのが、沈黙 (静まり) の祈り。神の前に言葉を捨てていく祈りとも言える。
- ・詩篇 62 篇は祈りの言葉ではなく、静まって祈ることを教え、実演する。

2) 具体的な実践～仕事上の軋轢の中で原則を生かす～ (3～7 節)

- ・3～4 節が詩人の直面した状況：権力争い、妬み、陰口、いやがらせ
- ・5 節で、基本原則が実行される。(1 節と比較) 自分に命令し、沈黙する。
- ➡沈黙の祈りの中で、彼は自分の希望を神に差し出し、将来の希望 (「救い」の一部) は神から来ることを見出す。(体験的確認)
- ・「高い地位 (4 節)」は「尊厳」とも訳せる言葉。「自分が生きていてよい存在だと実感できる」こと。私たちの尊厳 (=力と栄光) は、人間ではなく神によって支えられていることに気づき、告白する (7 節)。



3) 個人的体験から、分かち合い・教え合いへ

- ・8 節～「民よ」と呼びかける。「わが避け所」から「われらの避け所」へ
- ・沈黙の祈りのもう一つの要素は「心 (=考えている事) を神の御前に注ぎ出す」→黙ると湧き上がる思いを、空になるまで注ぎ出す。
- ・9 節～12 節は詩人の悟りを諺のように連ねている。まとめるなら、「人は空しいが、神は空しくない」ということ。人間の一生は、永遠に照らせばまばたきのような短さ・軽さである。そんな私たちに、神は力と恵みを与えてくださる。大事なことは、他人を見るのではなく、与えてくださった神を見上げ、どう管理し、返していくか。



結) ざわつく心を静める祈りを自分のものに！～神は報いてくださる～

名前( \_\_\_\_\_ )

① あなたは、心がざわざわして、苦しくなったことがありますか。

- ( ) よくある
- ( ) たまにある
- ( ) 一回くらいある
- ( ) 全然わからない



② 心がざわざわして、苦しいときは、どうしたらいいでしょうか。

- ( ) 何かを期待するのをやめ、あきらめる。
- ( ) 心の中で神様に言いたいことを全部言ってから、だまって静かにする
- ( ) 泣いて、わめきちらす
- ( ) その他 \_\_\_\_\_

③ あなたは、今、どんな「力」をもっていますか。

当たり前と思うことも、書き出してみよう。

④ こういった力は、どうやって、あなたのものになったのでしょうか。

⑤ この力を使って、どう生きていったらいいでしょうか。

～教会クイズ (教理問答) ～

Q017 教会の信仰は、何に言い表されていますか。

□ □ □ □ □ □ □ □

A017 それは、□ □ □ □ □ □ □ □ に言い表されています。

□ヒント□ ローマ 6:17-18、ローマ 10:9-13、第一コリント 15:1-11、ヘブル 4:14

