

I 父なる神との豊かな交わりを大切にされた主イエス

1. 「さて、イエスは、朝早くまだ暗いうちに起きて、寂しい所へ出て行き、そこで祈っておられた」マルコ1：35。
2. 「朝になって、イエスは寂しい所に出て行かれた」ルカ4：42
3. 「イエスのうわさは、ますます広まり、多くの人の群れが、話を聞きに、また、病気を直してもらいに集まって来た。しかし、イエスご自身は、よく荒野に退いて祈っておられた」ルカ5：15, 16
4. 「群衆を帰したあとで、祈るために、ひとりで山に登られた。夕方になったが、まだそこに、ひとりでおられた」マタイ14：23
5. 「このころ、イエスは祈るために山に行き、神に祈りながら夜を明かされた」ルカ6：12
6. 「イエスは、人々が自分を王とするために、むりやりに連れて行こうとしているのを知って、ただひとり、また山に退かれた」ヨハネ6：15

II 主イエスでさえ、神との交わりなしには、お働きはなさらなかったとすれば、私達は、ますます、神との豊かな交わり、ディボーションを必要としている。その恵み。

1. 主は、病の人々を癒し、悪霊を追い出し、寝起きを共にし弟子たちを訓練し、色々な所を巡られ、会堂から会堂へと教え回る働きをされた。しかし、活動に埋没される事はなかった。しんとした静寂の時、神との豊かな交わりの時を、お忙しい中でも大切に確保された。多くの人々の問題に深く関わっておられる中心に、一人退き、神と豊かな交わりを持たれる事が記されている。行動の只中に、静まりの祈りがある。人々と交わりを持たれた後に、一人きりになられ神と交わる時間を持たれる。主の活動の間に挟まった、静かな神との交わりが支配する御言葉を読めば読むほど、主の御働きの秘訣がどこにあったかに気付される。それは、夜が明ける前、朝早い時間に祈る為に退かれた所に隠されていた。
2. その独りになれる所で、主は、自分の思いではなく、神の御心に従う決断をする力を得られた。自分の言葉ではなく、神の言葉を語られる勇気を、自分の業ではなく、神の御心の行動をする力を見い出された。「わたしは、自分からは何事も行うことができません。ただ聞くとおりに…わたし自身の望むことを求めず、わたしを遣わした方のみこころを求めます」ヨハネ5：3
「わたしがあなたがたに言うことばは、わたしが自分から話しているものではありません。わたしのうちにおられる父が、ご自分のわざをしておられるのです」ヨハネ14：10。
この独りだけの所で、御父との親密な交わりに身を浸すことによって、主の働きが生まれたのである。
3. 独りきりになり、神と交わる時を持たなければ、私達の霊的な生活は、霊的な命のないものとなる。沈黙、神の前に静まることなく、私たちが語る言葉は、神の視点、神の思いがない、人間的な言葉となる。神に聴くことなく語られる言葉は、心痛む人に寄り添うものでなくなる。神を間に置く健全な距離を持たない近さ（主を間に置かない近過ぎる人間関係）は、本当の助けをもたらさない。お互いに躓く。神との交わりを持たないと、何をしても神の喜ばれる実を結べなくなる。
4. 沈黙する事と語る事、離れ退き神と深く交わる事と人と交わる事、距離を取る事と近づく事、独りきりになり、神と交わる事と教会の交わりに生きる事のバランスを祈りつつ保つ事は、非常に大切。

III 御言葉と祈りによる神との豊かな交わり、ディボーションの実際

1. 時間：朝早く。もしくは、人それぞれ。体調、生活のリズム等を考慮し、神との交わりに集中できる時を祈り求める。長続きする事が大切。
2. 場所：人それぞれ。神との交わりに集中できる所を祈り求める。
3. 聖書：旧新約をバランスよく。心で消化できる長さ。祈りつつ味わう。
4. 良い解説書は助けとなる。

5. 教えられた御言葉への応答の祈り
6. 主の恵みを数え、感謝、賛美の祈り。賛美をする人もいる。教えられたことや感謝をノートに記すのも良い。後に読み返せる。そこに、いつも共におられる主の足跡が見える。
7. 自分の課題、他の人の課題を祈る。「祈りのしおり」は助けとなる。「主の祈り」を最後に奉げるのも良い。
8. 教えられた恵みを他の人と分かち合う機会があれば、恵みは増し加わる。

※どこかで、「黙想」をする事も非常に良い。

「まことに、その人は主の教えを喜びとし、昼も夜もその教えを口ずさむ（「思い巡らす」）詩篇1：2。

「私は、あなたの戒め（御言葉）に思いを潜め」詩篇119：15。

世の宗教の黙想と違う聖書的な黙想

- ① 聖書的な黙想は、東洋の宗教家がするように、心を空にする事ではなく、神と神のなさる方法について心を留める、満たしの時。
- ② 聖書的な黙想は、受け身ではなく、積極的なもの。御言葉に集中する事で、神があなたに語っておられる事を、より明確に理解するようになること。
- ③ 聖書的な黙想は、変化へと導く。神に語っていただく時、御聖霊があなたの生活に変化をもたらす事が可能になる。
- ④ 聖書的な黙想は、祈りと親密な関係がある。それは、祈りに満ちた内省であり、あなたが学んだ事を理解し、実践に移すように導かれる。

私達は、自分の体に栄養を与えると知っている食べ物の味を、必ずしも好きではないかもしれない。同じ様に神の御言葉が、「十分な、また適切な影響力」となるように望む時、自分の聴く事が、必ずしも気に入るとは限らない。そこに深い意味、価値がある。御言葉を読む事が、食べ物を口に入れる事とすると、黙想は、いのちの御言葉を噛み締める、反芻する事。

聖書的な黙想とは、神の前に静まり、神の臨在にうちに、神の御心、神のお働き、御目的、お約束等を心に思い起こし、思い巡らし、熟考し、自分に適用して行く行為。そこから、御言葉と御聖霊により、私達が主の姿に変えられ続ける恵みが、人生の中で始まる。感謝します！