

末日聖徒イエス・キリスト教会・2016年10月号

# リアホサ

学ぶ喜びを味わうための  
4つの方法, 10ページ

自殺——必死に助けを求める  
心の叫び, 18ページ

家族歴史について  
リーハイから学んだこと, 26ページ

情欲への対処法, 30ページ







「神を信頼すればするほど、あなたはそれだけ試練や災難や苦難から救い出され、  
そして終わりの日に高く上げられるということを覚えていてもらいたい。」

アルマ 38 : 5



## メッセージ

### 4 大管長会メッセージ——

従順がもたらす祝福

トーマス・S・モンソン大管長

### 7 家庭訪問メッセージ——

家族は神によって定められた

## 特集

### 16 幼い子供と聖餐

アロン・L・ウェスト

聖餐を取るときに、小さな子供たちは聖約を交わす備えができます。

### 18 自殺について理解する —— サインと予防

下川健一

自殺を予防し、残された家族をどのように助けたらよいのかを学びます。

### 24 思わぬ所で出会った預言者の言葉

コレット・リンダール

アパートに置き去りにされていた機関誌『リアホナ』が、ある男性を福音へと導くことで人生を変えました。

### 26 家族歴史 —— 平安, 守り, 約束

ブラッドリー・D・フォスター長老

わたしたちが家族歴史記録を集め、神殿へ先祖の名前を持って行くことで、わたしたちと子孫が祝福されるのです。

### 30 愛と情欲

ジョシュア・J・パーキー

情欲 —— 神の御心<sup>みこころ</sup>に反するものを望むことへの対処法は何でしょうか。

### 36 ヨルダンの向こうで仕える

R・バル・ジョンソンおよびレイチェル・コールマン

ある人道支援夫婦宣教師は、主が彼らを必要とされる場所で奉仕することにより、大勢の人々の人生に影響を与えました。

## シリーズ

### 8 教会での奉仕 ——

奉仕ばかりの日曜日

ジェフリー・A・ホッジ

### 9 熟考 ——

メルバの最後の晚餐

チェリル・ハワード・ウィルコックス

### 10 救い主の方法で教える ——

学ぶ喜び

タッド・R・カリスター

### 40 末日聖徒の声

### 44 わたしたちの家庭, わたしたちの家族

——エマのために断食して祈る

セシール・ノラング

### 80 また会う日まで ——

主の教会の神聖な特質

ゴードン・B・ヒンクレイ大管長



4

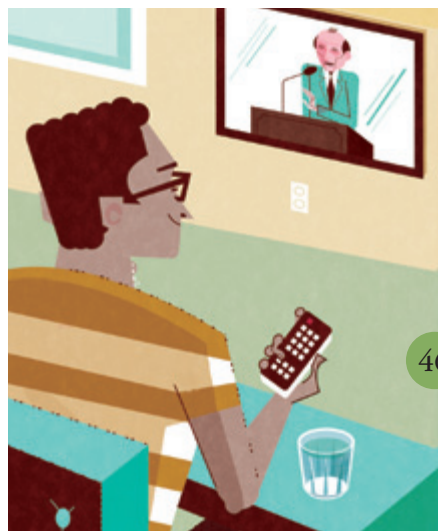


## 表紙

表紙——写真/レスリー・ニルソン

表紙裏——写真/jamievanbuskirk/  
GettyImages

裏表紙裏——合成写真/ライアン・マクベイト  
クリストファー・エルウェル/Thinkstock



46

## 46 本物のミレニアル世代として立つ

ラッセル・M・ネルソン会長

本物のミレニアル世代として立つための4つの提案。



こんげつごう なか  
今月号の中に  
かく  
隠れている  
リアホナを  
さが  
搜しましょう。  
ヒント——  
となりの家（いえ）に  
くだもの き  
果物の木が  
あります。

## 54 中火の奇跡

デビッド・A・エドワーズ

忍耐は、どのようにして完璧なグリルドチーズサンドイッチを作り、もっとイエス・キリストのようになるのを助けてくれるでしょうか。

## 57 ポスター——立て直された自分を想像してみてください

## 58 耐える力

ジェシカ・ターナーがリン・クランドールに語った話

わたしの信仰を強めたシンプルなことを行うことは、交通事故の後にわたしを癒やし、前進するのを助けてくれました。

## 61 教会指導者からの答え——

キリストを生活の中心にするには  
D・トッド・クリストファーソン長老

## 62 学習のレシピ

ローズマリー・サッカレー

神の言葉をあなたの霊が喜んで味わえるようにする、4つのステップに従いましょう。

## 64 質疑応答

「自分の標準を高めるためには、標準の異なる友人を持つ必要があると言いますが、本当にそうなのでしょうか。」

54



76



## 66 魚つり

ジュリア・ベンチュラ

ヘイデンは、弟が魚をびっくりらせてにがしてしまうのが心配でした。でも、弟がいなくなってしまうのはもっと心配でした。

## 68 使徒からの答え——

わたしの家を平安な場所にするにはどうしたらよいでしょうか

ゲーリー・E・スティープンソン長老

## 69 わたしたちのページ

## 70 しっかりと立つ子供たち——ストーリーについての物語

ジル・ハッキング

ストーリーと彼女の家族は、トルクメニスタンで唯一の教会員でした。彼女がどのようにしっかりと立っているのか見てみましょう。

## 72 母から学んだこと

ジャイロ・マサガルディ長老

マサガルディ長老はお母さんから、正直でいることについて学びました。あなたはお父さんやお母さんからどんな原則を学びましたか。

## 74 モルモン書のヒーロー——モルモン書の中の女性のヒーロー

## 76 モルモン書物語——約束の地への旅

## 79 色をぬりましょう——

音楽はわたしを  
幸せな気持ちにしてくれます



リアホナ 2016年10月号  
第18巻10号(13290300)  
末日聖徒イエス・キリスト教会国際機関誌(日本語版)  
大管長会: トーマス・S・モンソン、ヘンリー・B・アイリング、ティーター・F・ウーグトルフ

十二使徒定員会: ラッセル・M・ネルソン、ダリン・H・オークス、M・ラッセル・バラード、ロバート・D・ヘイルズ、ジェフリー・R・ホランド、デビッド・A・ベドナー、クエンティン・L・クック、D・トッド・クリストファーソン、ニール・L・アンダーセン、ロナルド・A・ラズバンド、ゲアリー・E・ステイブンソン、デール・G・レンランド

編集長: ジョセフ・W・シターティ  
編集長補佐: ジェームズ・B・マルティノ、キャロル・F・マッコンキー  
顧問: フライアン・K・アシュトン、ランドール・K・ベネット、クレグ・A・カードン、チェリル・A・エスプリン、クリストフェル・ゴールドン、タグラス・D・ホームズ、ラリー・R・ローレンス、キャロル・M・スティープンズ

実務運営ディレクター: ビーター・F・エバンズ  
業務ディレクター: ビンセント・A・ボーン  
教会機関誌ディレクター: アラン・R・ロイボーグ  
ビジネスマネージャー: ガブ・キャノン

編集主幹: R・バル・ジョンソン  
編集主幹補佐: ライアン・カー  
出版補佐: メーガン・セイツ  
執筆・編集: ブリッターニー・ピーティ、デビッド・ディクソン、デビッド・A・エドワーズ、マシュー・D・フリットソン、ローリー・フラー、ギャレット・H・ガーブ、ラリー・ポーター、ガント・シル・ハッキング、シャロット・ラーカバル、マイケル・R・モリス、エリック・B・マードック、サリー・ジョンソン、オデ・カーク、ジョシュア・J・パーキー、ジャン・ビンボロー、リチャード・M・ロムニー、ミンディー・アン・セル、ポール・バンデンバーク、マリッサ・ウィディンソン  
編集インターナー: リン・クランダル

実務運営アートディレクター: J・S・スコット・クヌーセン  
アートディレクター: タッド・R・ピーターソン  
デザイン: ジャネット・アンドリュース、フェイ・P・アンドラス、C・キンボール・ボット、トーマス・チャイルド、デビッド・グリーン、コリン・ヒンクレー、エリック・P・ジョンソン、スザン・ロフグレン、スコット・M・ムーア、マーク・W・ロビンソン、レイチェル・スミス、ブラッド・テアー、K・ニコール・ウォーカーホースト  
デザインインターナー: ケルシー・マルティネス

版権および許諾コーディネーター: コレット・ネベカー・オーヌ  
制作主幹: ジェン・アン・ピーターズ  
制作: コニー・パウソフ・ブリッジ、ジュリー・バーデット、フライアン・W・ギューギ、ギニー・J・ニルソン、ゲイル・テイト・ラファティ、デレク・リチャードソン  
製版: ジェフ・L・マーティン

印刷ディレクター: スティーブン・T・ルイス  
配送ディレクター: スティーブン・R・クリスチャンセン

日本語版翻訳・制作課長: 森田康貴  
●定期購読は、「リアホナ」注文用紙でお申し込みになるか、郵便振替(口座名/末日聖徒イエス・キリスト教会 振込口座番号/001000-6-41512)にて教会管理本部配送センターへご送金いただければ、直接郵送いたします。●「リアホナ」のお申し込み・配送についてのお問い合わせ……〒133-0057 東京都江戸川区西小岩 5-8-6/末日聖徒イエス・キリスト教会 管理本部配送センター 電話: 03-5668-3391  
発行所 末日聖徒イエス・キリスト教会  
〒106-0047 東京都港区南麻布 5-10-30  
電話: 03-3440-2351  
年間購読: 国内 1,250円(送料込み)  
海外 1,250円(送料実費)  
海外在住の方は近隣のディストリビューションセンターへのお申し込みをお勧めします。  
普通号/大会号 130円

「リアホナ」へのご投稿およびご質問は、英語版ホームページ [iahona.lds.org](http://iahona.lds.org) からお送りください。電子メールの場合は [iahona@ldschurch.org](mailto:iahona@ldschurch.org) へお送りください。また、下記の連絡先でも受け付けています。  
*Liahona*, Rm. 2420, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0024, USA

「リアホナ」(モルモン書)に出てくる言葉。「羅計盤」または「指示器」の意)は、以下の言語で出版されています。  
アルバニア語、アルメニア語、ヒスラマ語、ブルガリア語、カンボジア語、セブアノ語、中国語、中国語(簡体字)、クロアチア語、チェコ語、デンマーク語、オランダ語、英語、エストニア語、フィジー語、フィンランド語、フランス語、ドイツ語、ギリシャ語、ハンガリー語、アイスランド語、インドネシア語、イタリア語、日本語、キリバス語、韓国語、ラトビア語、リトアニア語、マダガスカル語、マレーシア語、モンゴル語、ノルウェー語、ポーランド語、ポルトガル語、ルーマニア語、ロシア語、サモア語、スロベニア語、スペイン語、スワヒリ語、スウェーデン語、タガログ語、タヒチ語、タイ語、トンガ語、ウクライナ語、ウルドゥー語、ベトナム語(発行頻度は言語により異なります。)

©2016 Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. 印刷: 日本  
「リアホナ」に掲載されている文章や視覚資料は、教会や家庭において一時的に、また非営利目的に使用される場合は複写することができます。視覚資料に関しては、作品の著作権表示に制限が記されている場合に複写できないことがあります。著作権に関するご質問は、Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA に郵送するか、電子メール——[cor-intellectualproperty@ldschurch.org](mailto:cor-intellectualproperty@ldschurch.org) にご連絡ください。

For Readers in the United States and Canada: 31 October 2016 Vol. 40 No. 10. LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN 1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at [store.lds.org](http://store.lds.org). (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)  
POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.

# 家庭の夕べのためのアイデア

今月号には、家庭の夕べで活用できる記事や活動が載っています。  
以下に二つの例を挙げます。



「幼い子供と聖餐」<sup>せいさん</sup> 16 ページ——親としてこの記事を読み、聖餐の大切さと、いつかバプテスマを受けるときに交わす聖約の重要性を、幼い子供に教える方法について話し合うとよいでしょう。聖餐の祈り(教義と聖約 20:77, 79にある)を使って、バプテスマのときに交わす約束について教えるといいでしょう。また、毎週日曜日に聖餐を取ることににより、どのようにそれらの約束を新たにすることができるかについても教えることができます。また、幼い子供が聖餐の間、救い主に心を向ける助けとなるアイデアを考えるのもよいでしょう。

例えば、救い主の絵を集めた簡単な絵本を作る、などです。

「学習のレシビ」62 ページ——自分で聖文を学んでいる年長の子供がいる場合、一緒にこの記事を読み、記事のアイデアを試してみるよう勧めるとよいでしょう。家族で、一人ずつ個人の学習帳を作って定期的に書き込むという目標を立てることもできます。今後行う家庭の夕べで、考えや気づいたことについて、家族のみんなに発表してもらうとよいでしょう。

## インターネットで得られる追加情報

[languages.lds.org](http://languages.lds.org) で、「リアホナ」や、教会のその他の資料を多くの言語で入手できます。靈感あふれるメッセージや家庭の夕べのアイデア、友達や家族と分かち合える内容を見つけるために、[Facebook.com/iahona.magazine](https://www.facebook.com/iahona.magazine) (英語・ポルトガル語・スペイン語) をご覧ください。

## 今月号に採り上げられているテーマ

数字は記事の最初のページを表します。

愛, 30, 41	個人の啓示, 46	断食, 44
証, 74	子供, 16, 42	伝道活動, 24, 36
憐れみ, 40	自殺, 18	友達, 64
安息日, 8, 42	従順, 4, 30, 46	忍耐, 54
イエス・キリスト, 4, 61, 76	什分の一, 72	標準, 64
祈り, 44, 66	正直, 72	平安, 58, 68
戒め, 4	情欲, 30	奉仕, 41, 58
教え, 16, 72	試練, 18, 44, 58	召し, 8
音楽, 79	信仰, 46, 58, 74, 76	モルモン書, 26, 43, 74, 76
家族, 7, 26, 44, 66, 68, 70	神殿, 69	勇気, 74
家族歴史, 26, 42	人道支援奉仕, 36	預言者, 46, 80
神の特質, 46	聖餐, 9, 16	預言者に従う, 46
奇跡, 44	聖文研究, 43, 62	
希望, 58	聖霊, 70	





トーマス・S・  
モンソン大管長

# 従順がもたらす 祝福

「**神**が語られたとおりにわたしたちが行うなら、わたしたちは常に正しいのです。これこそ、この死すべき世で学ぶことのできる最大の教訓です」と、トーマス・S・モンソン大管長は教えています。<sup>1</sup>

祝福も受けられます。モンソン大管長は最近の総大会で次のように語っています。「戒めを守るとき、[わたしたちは]もっと幸せで、満ち足りて、煩いがより少ない生活を送れます。試練や問題はもっと耐えやすくなり、神が約束された祝福を受けるでしょう。」<sup>2</sup>

以下は教会の大管長としてのモンソン大管長の教えから抜粋したものです。その中で大管長は、わたしたちを最も確実に幸福と平安に導くのは戒めを守ることであると述べています。

## 人生の旅路のための指針

「神の戒めは、わたしたちをいらつかせ、幸福の妨げとなるように与えられているわけではありません。実際は、まったくその反対です。わたしたちを創造され、完全に愛してくださっている神は、わたしたちが得ることのできる最高の幸福を手にするために、どのように生活する必要があるかを御存じです。神はわたしたちに指針を与えておられ、それに従うなら、わたしたちはこの危険に満ちた現世の旅を安全に進むことができます。よく知られた賛美歌の歌詞にあるように、『戒めを守る人を神は守り、導』いてくださるのです。」「(「戒めを守る人を」『賛美歌』193 番)<sup>3</sup>

## 強さと知識

「従順は預言者の特質の一つです。全ての時代を通じて、預言者は従順を通して強さと知識を得てきました。この強さと知識の源をわたしたちも受けられることを理解しなければなりません。それは、神の戒めに従うことにより、今の時代のわたしたちもすぐに受けられるものなのです。……

わたしたちが求める知識、切に願う答え、また、複雑で常に変化するこの世の試練に立ち向かうために必要な強さも、進んで主の戒めを守ることによって得ることができます。」<sup>4</sup>

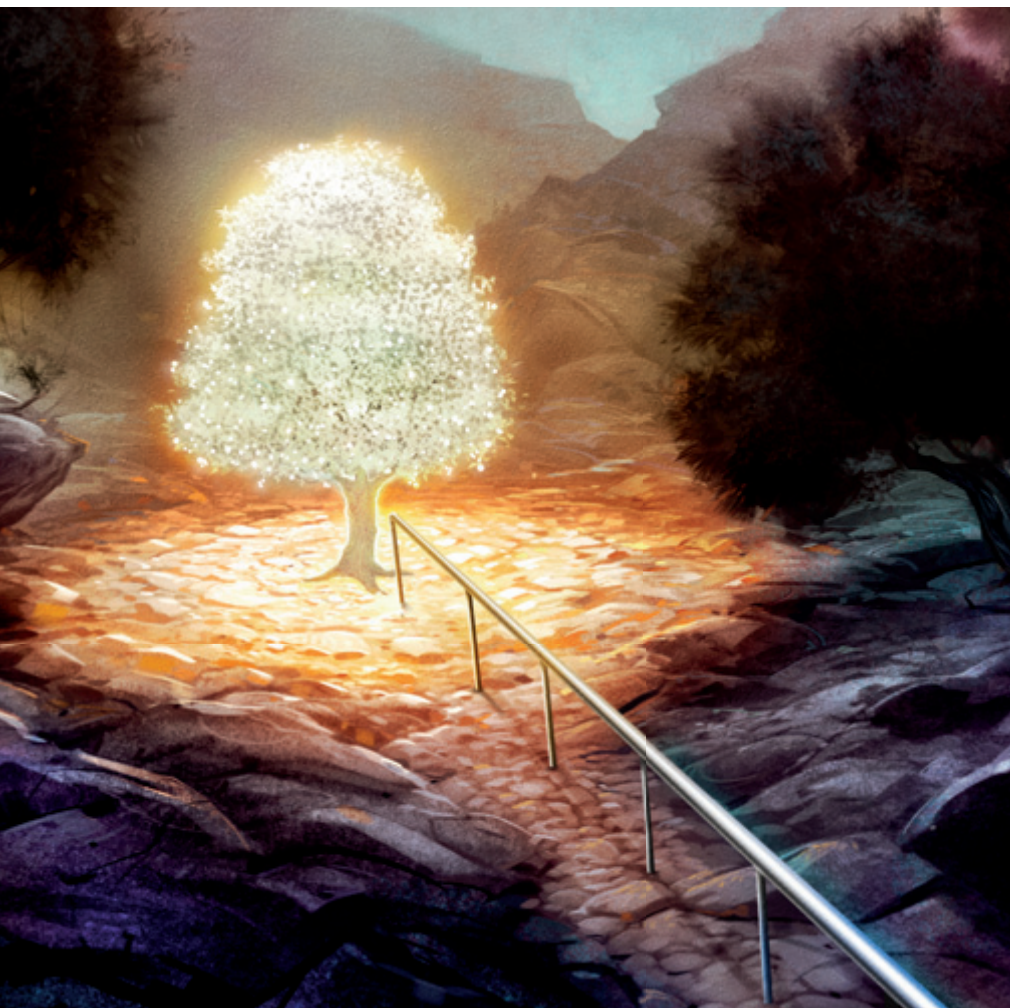
## 従うことを選ぶ

「この時代の風潮は、何をしてもかまわないというものです。若者があこがれる映画スターやスポーツ選手が、神の律法を無視して、罪深い行いをして大丈夫だと言わんばかりに振る舞うようすが雑誌やテレビで扱われています。そのようなことを信じないでください。清算する時、帳尻を合わせる時が来ます。シンデレラには必ず 12 時が訪れます。たとえこの世ではなくても、次の世で訪れます。裁きの日は全ての人に訪れるのです。……どうか従うことを選択してください。」<sup>5</sup>

## 喜びと平安

「世の中の人の方が自分よりずっと楽しんでいるように見えることがあるかもしれません。教会員が遵守じゅんしゅしている行動規範を窮屈きゆうくつに感じる人がいるかもしれません。しかし兄弟姉妹の皆さん、はっきりと申し上げますが、救い主に従い、戒め





を守ることによって注がれる御<sup>み</sup>霊<sup>たま</sup>ほど、大きな喜びを人の生活に与え、大きな平安を魂にもたらすものは他にないのです。」<sup>6</sup>

### まっすぐに歩む

「わたしたちには計り知れないほど大きな祝福が約束されていることを証<sup>あかし</sup>します。暗雲が立ち込めても、大雨に

襲われるとしても、まっすぐに歩み、戒めを守るならば、福音の知識と、天の御父と救い主の愛はわたしたちを慰め、支え、心に喜びをもたらしてくれます。世のいかなるものもわたしたちを打ち負かすことはできません。」<sup>7</sup>

### 救い主に従う

「悲哀を知っているこの悲しみの人、

この栄光の王、万軍の主はどなただったのでしょうか。この御方こそ、わたしたちの主、救い主、神の御子、救いの源であります。この御方は『わたしに従ってきなさい』と招き、『あなたも行つて同じようにしなさい』と教え、『わたしの戒めを守り……なさい』と強く求めておられます。

主について行き、主の模範に倣い、主の御言葉<sup>みことば</sup>に従いましょう。そうすることで、わたしたちは感謝という神聖な贈り物を主にささげるのです。」<sup>8</sup> ■

### 注

1. 「偉大な模範に倣う」『リアホナ』2007年10月号、4-5 参照
2. 「戒めを守りなさい」『リアホナ』2015年11月号、83
3. 「戒めを守りなさい」83
4. 「従順は祝福をもたらす」『リアホナ』2013年5月号、90、92 参照
5. 「信じ、従い、堪え忍ぶ」『リアホナ』2012年5月号、129
6. 「聖なる地に立つ」『リアホナ』2011年11月号、83
7. 「元気を出しなさい」『リアホナ』2009年5月号、92
8. 「人生の旅路に喜びを見いだす」『リアホナ』2008年11月号、88 参照

### このメッセージから教える

**モ**ンソン大管長は従順であることによって得られる多くの祝福について教えています。それには、強さ、知識、喜び、平安などがあります。訪問先の人たちに、戒めを守ることによってどのように祝福されてきたかを尋ねるとよい

でしょう。これからもその祝福についてよく考え、思いついたことや経験を日記に記すように勧めてもよいでしょう。また、従順であり続けることによって得られた祝福について神に感謝の気持ちを示すように勧めることもできます。



## 火から学ぶ従順に関する教え

トーマス・S・モンソン大管長は、従順の大切さについて学んだときのことについて話しました。大管長が8歳の頃、家族で山小屋に行ったときのことです。大管長は友達とキャンプファイヤーをするために、草が生い茂った場所をきれいにしたいと思いました。二人で力を振り絞って草を抜こうとしましたが、抜けたのはほんの僅かでした。モンソン大管長はこう説明しています。「そのとき、8歳のわたしの頭に完璧な解決策が浮かびました。わたしはダニーに言いました。『この草に火をつけて、丸く燃やせばいいんだよ!』」

マッチの使用が禁止されているのを知っていたにもかかわらず、マッチを何本か取りに山小屋に走って戻り、モンソン大管長とダニーは草むらに小さな火をつけました。火は自然に消えると

思っていたのですが、逆にだんだんと広がり、危険な状態になってしまったのです。モンソン大管長とダニーは走って助けを求めました。すぐに数人の大人が駆けつけて火を消し、木に燃え移るのを食い止めました。

モンソン大管長はこう続けています。「その日、ダニーとわたしは、難しいけれども重要な教訓を幾つか得ました。その中でも特に重要な教訓は従順であることです。」「(従順は祝福をもたらす)『リアホナ』2013年5月号, 89-90 参照)

モンソン大管長のように、あなたは苦い経験を通して従順という教訓を得たことがありますか。従順であることによって将来いつも安全でいられるようにするために、どのような目標を立てることができますか。

## 子供

### 選べ、正義を

正義を選ぶことによって、わたしたちは天のお父様とイエスキリストに近くなれます。また、幸せになり、安全に守られます。あなたが正義を守ることのできる方法に丸をつけましょう。



教会に行く



学校でカンニングをする



聖文を読む



人に奉仕する



良いゲームをする



きょうだいとけんかする

よく祈りながらこの資料を学び、何を伝えるべきか分かるようお願いしてください。  
「家族——世界への宣言」を理解することは、神を信じるあなたの信仰をどのように増し、  
家庭訪問を通してあなたが見守っている姉妹をどのように祝福するでしょうか。  
詳しくは [www.lds.org/callings/relief-society?lang=jpn](http://www.lds.org/callings/relief-society?lang=jpn) をご覧ください。

## 家族は 神によって 定められた

「〔初等協会の歌〕『神様からの家族』の歌詞は、わたしたちに純粋な教義を思い出させてくれます」と、中央扶助協会会長会第一顧問のキャロル・M・スティーブンス姉妹は述べています。「家族が神によって定められたものというだけでなく、わたしたち一人一人が神の家族の一員であることが分かります。……

子供たちのための御父の計画は、愛の計画です。それは、御父の子供たち、家族を、御自分と一つにされるための計画です。」<sup>1</sup>

十二使徒定員会のL・トム・ペリー長老（1922 - 2015 年）は次のように述べています。「わたしたちはまた、昔ながらの堅固な家族は、安定した社会、安定した経済、安定した価値観の文化の基本単位であるだけでなく、永遠の、そして神の王国と統治体制の基本単位でもあると信じています。



わたしたちは、天の組織と統治体制は、家族と親族を中心に築かれるとも信じています。」<sup>2</sup>

中央若い女性会長のボニー・L・オスカーソン姉妹はこう語っています。「既婚か独身か、何人子供がいるかに関係なく、全ての女性は家族の宣言に記されている主の計画の擁護者となることができます。主の計画は、わたしたちの計画でもあるべきです。」<sup>3</sup>

### その他の聖句

教義と聖約 2 : 1 - 3 ; 132 : 19

### 考えてみましょう

家族が、この世と永遠にわたって最も大切な単位なのはなぜでしょうか。

#### 注

1. キャロル・M・スティーブンス「神様からの家族」『リアホナ』2015 年 5 月号, 11 参照
2. L・トム・ペリー「世界中どこでも——なぜ結婚と家族が大切なのか」『リアホナ』2015 年 5 月号, 41
3. ボニー・L・オスカーソン「家族の宣言の擁護者」『リアホナ』2015 年 5 月号, 15
4. ジュリー・B・ベック「家族の教義を教える」『リアホナ』2011 年 3 月号, 32, 34 参照

信仰・家族・扶助



### 家族の教義

前中央扶助協会会長のジュリー・B・ベック姉妹は、家族の教義は、創造、墮落、そしてイエス・キリストの贖い<sup>あがな</sup>に基づく教義であると教えました。

「地球の創造によって、家庭生活を可能にする場が与えられました。神は、家族になくてはならない等しい存在として男と女を創造されました。アダムとエバが結び固められて永遠の家族を構成するのは、天の御父の計画の一部でした。

……墮落によって、彼らは息子、娘をもうけられるようになりました。

〔キリストの〕贖いによって、家族を永遠に結び固められるようになりました。贖いのおかげで、家族は永遠に進歩し、完全になることができるのです。幸福の計画あるいは救いの計画とも呼ばれる計画は、家族のために作られた計画です。……

……それはキリストの教義で……した。……家族がなければ、計画もありません。現世で生活する理由もありません。」<sup>4</sup>



# 奉仕ばかりの日曜日

ジェフリー・A・ホッジ

日曜日はいつも予定がぎっしりですが、初期の教会指導者パーリー・P・プラット長老が被ったような苦難に遭うことなく奉仕できることに感謝しています。

日曜日の朝です。わたしのスケジュールはこれから12時間、集会や面接、確認の儀式、聖任でいっぱいです。今日は一日中非常に暑くなりそうですが、わたしの責任はステーキセンターで始まり、町の反対側にある別の集会所で終わります。

どの集会や面接、確認の儀式、聖任も楽しみにしています。昨日は、翌日の忙しさを思うと気がめいりそうでしたが、『パーリー・P・プラット自伝』（Autobiography of Parley P. Pratt）を開いて前に読んだところから読み始めると、そんな気持ちは吹き飛んでしまいました。プラット長老はミズーリ州での困難な時期に、ジョセフとハイラム・スミスとともに投獄されていました。インディペンデンスに連れて行かれてから、この幹部の兄弟たちはホテルに監禁され、材木の切れ端を枕にして床に寝るという生活をしていました。

ある雪の降る寒い朝、プラット長老は目が覚めると、誰にも知られないようにホテルを抜け出しました。そして、インディペンデンスの町を通り抜けて東の方角に進み、隣接する草原に出たのです。1マイル（1.6キロ）ほど歩くと、森に入りました。降り積もる雪が足跡をかき消してくれましたし、自分の存在は木の陰に隠れて誰にも分かりません。

プラット長老は、自分の立場に

ついて考えました。このまま東に進めば別の州に逃げ込むことになり、家族と連絡を取って合流することができません。しかし、ホテルに戻れば投獄され、大罪を犯したとして追及されることは目に見えています。逃げたいという気持ちに駆られましたが、プラット長老は、ここで逃げれば、監禁されている他の兄弟たちが「甚だしい苦境に陥り、殺されかねない」と思いました。

どうすべきか決めかねていると、ある聖句が頭に浮かびました。「自分の命を救おうとする者はそれを失い、わたしのために自分の命を失う者は、

再びそれを見いだすであろう。すなわち、永遠の命を見いだすであろう。」（マルコ8:35；教義と聖約98:13参照）

そして、プラット長老はホテルに戻ったのです。監獄での過酷な日々が何か月も続くこととなります。家族には会えず、聖徒たちとの交流もなく、使徒の召しを果たすこともできません。<sup>1</sup>

わたしは本を閉じると、初期の聖徒たちの経験した苦難について深く考えました。その中にはわたしの先祖もいます。福音の証とイエス・キリストを信じる信仰があったからこそ、彼らは残酷な仕打ちや迫害に耐えました。彼らが堪え忍んでくれたおかげで、わたしは今日自由に奉仕や礼拝ができます。わたしの信仰と証は、彼らと切り離すことができないのです。<sup>おそれ</sup>

わたしの家族に危害の及ぶ虞はありません。安息日の準備をしながら、わたしは快適な集会所で過ごす礼拝の日を楽しみにしています。聖徒たちとの交流は、生活を明るくしてくれます。わたしたちは確認の儀式や聖任を行い、責任を果たし、信仰が強くなって、聖徒たちとともに喜びます。救い主とその贖いの犠牲を思い起こしながら聖餐を取ります。そして今晚、わたしたちは家で集まってモルモン書を読み、一緒に祈ってから心地良いベッドに入り、ふかふかな枕に頭を載せて寝るのです。

日曜日はいつも予定がぎっしりです。そのことにわたしは感謝します。わたしは祝福されているのです。■

筆者はアメリカ合衆国カリフォルニア州在住です。

## 注

1. パーリー・P・プラット, *Autobiography of Parley P. Pratt*, パーリー・P・プラット・ジュニア編（1979年）194 - 197 参照



# メルバの最後の晩餐

チェリル・ハワード・ウィルコックス

「<sup>せいさん</sup>聖餐を取ってみる？」 死を目前にした母に尋ねました。

母は最近、92歳で亡くなりました。入院していたある日、医師は、もう手は尽くしたのでこれ以上できることはないという結論に至りました。母が亡くなるまでの間でできるだけ快適に過ごせるようにするしかないということでした。

母を家に連れて帰る支度をしていると、地元のワードの二人の兄弟が病室にやって来て、母が聖餐を取りたいかどうかわたしに尋ねてくれました。わたしは初め、「いいえ、結構です」と答えました。母は物を飲み込むことがほとんどできません。でも、「やっぱり、母に聞いてみます」と言いました。わたしは母の耳元に顔を寄せて、こう言いました。「神権者が二人来てくださっているの。聖餐を取ってみる？」母は弱々しくもはっきりとした声で「はい」と答えました。

祝福が終わると、わたしはトレイからパンを一かけら取り、さらに小さくちぎってそっと母の口に入れました。母はしばらくかんでいたので、わたしは時間が掛かっていることを二人に静かに謝りました。二人は、かまわないと言ってくれました。2度目の祈りの後、わたしは水が入った小さなプラスチックのカップを取って母の唇に当てました。ほんの少ししか飲みませ

んでしたが、上手に飲み込むのを見てわたしは驚きました。

わたしは兄弟たちにお礼を言い、二人は次の部屋に行きました。1時間ほど後、母は安らかにこの世を去りました。

それから幾日かたって、わたしは母ときわめて神聖な時間を過ごせたことを実感しました。この世の人生で母が最後に行ったことは、聖餐を取ることだったのです。母が発した最後の言葉は「はい」でした。聖餐を取ることに對する「はい」であり、「打ち砕かれた心と悔いる霊」を犠牲にささげる

ことへの「はい」であり(3 ニーファイ 9:20)、イエス・キリストの名を受け、主を常に覚えるという約束への「はい」であり、主の御霊<sup>みたま</sup>を受けることに對する「はい」でした。最後に母の唇を通ったものは、聖餐の象徴でした。

母は最後の晩餐をどんなにうれしく感じたことでしょう。大変衰弱していたために動くことも話すこともできませんでしたが、キリストにあってどれほど活力をもらったことでしょう。人を贖い<sup>あがな</sup>、人に能力を与える主の力に、母はどれほど感謝したことでしょう。主の力は現世の旅路の最後に母を支え、永遠の命に対する希望をくれたのです。

わたしたちが毎週聖餐を受ける間、交わした聖約を新たにする機会に感謝できますように。また天の御父とその御子イエス・キリストのようになろうと努力するときに、赦<sup>ゆる</sup>されたことを感じ恵みを味わう機会にあずかることに感謝できますように。そうするならば、パンと水はわたしたちにとって「どんな甘いものよりも甘く、……どんな清いものよりも清いものになるでしょう(アルマ 32:42)。母にとって間違いなくそうだったように。■

筆者はアメリカ合衆国ユタ州在住です。







中央日曜学校会長  
タッド・R・  
カリスター

熱心に学ぶようになると、  
イエス・キリストの  
福音を学び、  
実践することから生まれる  
神聖な喜びを  
味わうようになります。



# 学ぶ喜び

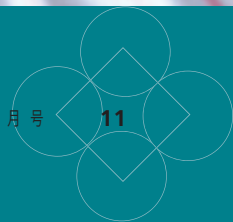
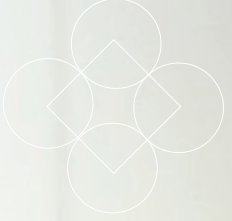
**怠**け者として町で有名になった男の話があります。この男は働こうとせず、仕事を探そうとしませんでした。他の人たちの労働のおかげで生きていたのです。ついに町の人たちはその男の面倒を見ることに嫌けが差し、男を町の外に連れて行って追放することにしました。町民の一人が男を馬車に乗せて町の外れまで連れて行ったのですが、御者はその男に対する同情の念を禁じ得ず、この落伍者にもう一度チャンスを与えるべきではないかと思い、男にこう尋ねました。「トウモロコシを一籠欲しくはないか。それを食べてもう一度やり直したらどうだ。」すると、落伍者はこう答えたのです。「皮はむいてあるのかい。」<sup>1</sup>

## 教師と学習者——貢献する責任は同じ

ときどき、聖文を理解することに関して自分からは何もしようとしない人を見かけます。食べる前に皮をむいてほしいのです。そのような人たちは、福音を学ぶのに面白い引用の言葉を聞いたりビデオクリップを見たりしたいと思っています。日曜学校の教師にはよく準備してレッスンをスプーンで食べさせてくれることを望んでおり、自分はほとんど準備せず、積極的に参加することもしません。

これとは対照的に、救い主は、学ぼうとする人たちが御言葉をよく理解できなかったために、彼らを家に帰らせられたことがあります。祈り、深く考えて、救い主が「もう一度〔彼らの〕ところに来る」という「明日のために心〔を〕備え〔る〕」よう命じられました（3 ニーファイ 17:2-3 参照）。

ここから分かるのは、準備して来るのは教師の責任だけでなく、学習者の責任でもある、ということです。御霊によって教える責任が教師にあるように、学習者にも、御霊によって学ぶ責任があります（教義と聖約 50:13-21 参照）。





モルモン書の記録にはこうあります。  
「教えを説く者は聞く者よりも偉いわけではなく、教える者は学ぶ者よりも偉いわけではない……。このように、彼らは皆、平等であった。」(アルマ1:26, 強調付加)

福音を学び実践する責任を自分なりに果たすことによって喜びを味わうためにできることを、幾つか挙げましょう。

### 家庭での学習 聖文を研究する

全ての会員には、自分で福音を学ぶ責任があります。この責任は委任することができません。福音はほとんどの場合、たゆまぬ聖文研究を通して学習していきます。ハロルド・B・リー大管長(1899 - 1973 年)は、「毎日聖文を読んでいないと、わたしたちの証<sup>あかし</sup>は次第に痩せ細る」と言っています。<sup>2</sup>使徒パウロは、ベレアのユダヤ人は「テサロニケの者たちよりも素直であって、心から教<sup>おしえ</sup>を受けいれ[ている]」と言ってから、彼らが素直に受け入れている理由を、「日々聖書を調べていた」からだと言っています(使徒17:11, 強調付加)。

日々の聖文研究は、霊性を高めるために欠かせません。日々の生活でこれを行っていない場合、完全に補う方法はありません。この理由で、聖文研究は特に時間を取って行うべきものであり、空き時間に行えばよいと

いうものではないのです。

こう言う人がいるかもしれません。「でも、他にやるべきことがたくさんあって、毎日聖文を研究する時間などありません。」この言葉を聞くと、一日にどちらが多く木を切り倒せるかを競った二人のきこりの話を少し思い出します。勝負は日の出とともに始まりました。小柄な男は、1時間ごとに森のどこかに行ってしまう、10分ほど帰ってきませんでした。この男が行ってしまうたびに、対戦相手の男は笑みを浮かべ、大きくうなずいて、勝利を確信しました。大柄な男の方は、一度も持ち場を離れることなく、一度も休みを取らずに木を切り続けました。

ところが、日が暮れてみると、あんなに時間を無駄にしているように見えた対戦相手の方が多く木を切っていたことが分かり、大柄な男は愕然とします。「あんなに何度も休憩を取っていたのになぜなんだ」と彼は尋ねました。

勝者は答えました。「ああ、わたしは斧<sup>おの</sup>を研いでいたんですよ。」

わたしたちは聖文を研究するたびに、霊的な斧を研いでいます。そして、奇跡とも思えるのは、これを行うと、残りの時間をさらに上手に使えるようになるということなのです。

### 事前に準備する

日曜日のクラスで話し合う聖文を前もって読む会員はほんの一部だということが、調査から分かっています。わたしたちは皆、この状況





を覆さなければなりません。聖文を読み、自分の考えを分かち合えるようもっとよく準備してクラスに出ましょう。そうすることによって、自分の学習経験を分かち合うことができます。わたしたちの準備は、クラスの生徒全員への霊的な贈り物になるかもしれないのです。

## クラスでの学習

### クラスに積極的に参加する

口を開きなさいという戒めは（教義と聖約 60：2－3 参照）、伝道だけでなく、クラスにも当てはまります。積極的に参加すると御霊が注がれ、その御霊がわたしたちの発言が真実であることを証して、心にさらに教えを与えてくれます。さらに、わたしたちの積極的な態度が他の人への刺激となり、彼らの発言を促すことになる場合もあるのです。

このようにしてわたしたちは、主が教えてくださった教授法の原則に従うようになります。

「一時に一人を語らせて、すべての者が

彼の言うことに耳を傾けるようにしなさい。それは、すべての者が語って、すべての者が互いに教化し合うように……するためである。」（教義と聖約 88：122，強調付加）クラスに積極的に参加するのが容易ではないこともあります。積極的に参加するには一歩踏み出して自分の殻を破らなければなりません。しかし、それをすれば、クラスの全員が成長します。

### 感じたことを記録する

長い間わたしは、教会にメモ用のカードを持参して、教義に関するひらめきや霊的な印象があったら記録しようと努めてきました。正直なところ、こうすることで豊かな報いを得てきたと言えます。物の見方が変わりましたし、的を絞って学ぶようになって学習の速度が上がり、教会に行くのが楽しみになりました。

教会その他で霊的な経験をしたときに、それを記録することがこれほど大切なのはなぜなのでしょう。母親が 10 代の息子と話しているところをちょっと想像してみてください。途中で息子が「お母さん、これは本当にいいアドバイスだよ」と言ってノートを取り出し、母親との会話で感じたことを記録し始めたとして。意外な展開にあっけにとられた母親は、我に返ると、もっとアドバイスしたいとは思わないでしょうか。

同じ原則が、天の御父の勧告にも当てはまることは確かです。御父から与えられる気持ちを記録するならば、御父がさらに啓示を与えてくださる可能性は高くなります。それに、与えられる気持ちの多くは最初はドングリのように小さなものかもしれませんが、それを養い育て、それについて深く考えるならば、霊の<sup>かし</sup>櫨の木に生長するかもしれません。

ひらめいた考えや気持ちを記録することについて、預言者ジョセフ・スミスはこう言っています。「重要な問題について討議を進め……でも、それを書き残しておかなければ、……おそらく、神が啓示を下されたときにそれを記録せず、その価値を十分に認めなかったために、御霊が退くかもしれません。それが原因で現在失われている、計り知れないほど重要な知識が、今も過去においても数多くあります。」<sup>3</sup>





## 学ぶ喜び

学ぶことは、神から与えられた義務だというだけではありません。この上ない喜びでもあるはずなのです。

あるとき、アルキメデスという古代の数学者は、新しい王冠が純金でできているか、それとも金細工職人がごまかして金の代わりに銀をいくらか混ぜているのか、調べてほしいと王に頼まれました。アルキメデスはよく考えた末、ついに、銀が混ざっているかどうかを調べる方法を見つけました。伝説によると、アルキメデスはその発見に大喜びして「エウレカ！エウレカ！（見つけた！ 見つけた!）」と叫びながら町を走り回ったそうです。

科学の原則を発見したアルキメデスの喜びは非常に大きなものでしたが、イエス・キリストの福音の真理を発見することには、それよりはるかに大きな喜びがあります。その真理はわたしたちの知識となるだけでなく、わたしたちを救ってくれるのですから。この理由で救い主はこう言われました。「わたしがこれらのことを話したのは、……あなたがたの喜びが満ちあふれるためである。」（ヨハネ 15：11） また、この理由で、救いの計画について知った「神の子たちはみな喜び呼ばわたった」のです（ヨブ 38：7）。種に生長する力が備わっているように、福音の真理には

喜びをもたらす力が備わっています。

「学問を求め〔る〕」とは（教義と聖約 88：118）、神の戒めであるだけでなく、神聖な探求でもあります。聖文を研究し、これまでよりもう少しよく準備してクラスでの話し合いに積極的に参加し、質問をし、神聖な印象を受けたらそれを記録してください。これらのことをするたびに、わたしたちはさらに神に似た者になり、神の感じておられる喜びを味わう力がついてきます。

わたしたち全員が家庭やクラス、その他至る所でさらに熱心に学ぶ者、さらに神のように学ぶ者になるよう努力することができますように。そうするならば、イエス・キリストの福音を学び、実践することから生まれるこの上ない喜びを味わうようになります。■

### 注

1. 似たような話は、D・トッド・クリストファーソン長老が 2014 年 10 月の総大会で話している。
2. ハロルド・B・リー、地区代表セミナー、1970 年 12 月 12 日
3. ジョセフ・スミス、*History of the Church*、第 2 巻、199

## 学問を 求めるという



## 神聖な 探求



聖文を研究し、これまでよりもう少しく準備してクラスでの話し合いに積極的に参加し、質問をし、神聖な印象を受けたらそれを記録してください。これらのことをするたびに、わたしたちはさらに神に似た者になり、神の感じておられる喜びを味わう力がついてきます。



# 幼い子供 と 聖餐

我が家の子供たちは、聖餐がわたしたち夫婦にとって  
重要なものであると感じ取っていました。  
子供たちにも大切なものであることを理解できるよう、  
親としてもっと何かできたのではないかと思います。

アロン・L・ウェスト

**ま**だバプテスマを受けていない子供に聖餐を取ることを許すのはなぜか考えたことがありますか。パンを欲しがると子供のためき声や争いを避けるためだけでしょうか。儀式の執行を妨げないため、平安を乱さないためだけでしょうか。

わたしはそうは思いません。もっと深い意味があるはずです。そう考えるのは、イエス・キリストが「全ての人」と言われるときには文字どおり全員を指すと確信しているからです。イエスは群衆に語る時、誰一人排除されません。

復活された救い主はアメリカ大陸の民に聖餐を教えられたとき、聖餐はバプテスマを既に受けている人にとって特別な意味を持つものであることを強調されました。<sup>1</sup> それでもなお、弟子たちに「群衆にも〔聖餐を〕与えるよう」命じられました。<sup>2</sup> その群衆には「幼子」も含まれていました。<sup>3</sup>

今日、神権者は聖餐の祈りを口にするとき、聖餐を頂く「すべての人々」のために、パンと水を祝福し聖めてくださるよう天の御父に願い求めます。<sup>4</sup> 全ての人です。幼い子供も含め、聖餐を頂く全ての人なのです。

パンと水を頂くときに、子供がその象徴を清い魂への祝福として受けるならば、聖餐の儀式の意味を見いだせるよう、子供を助ける方法があるはずです。

その理解を基に、わたしは自分の子供がまだ小さかった頃を振り返ってみました。妻とわたしは、聖餐が執行されている間子供たちを静かにさせるという点ではうまくやりま



した。子供たちは、聖餐がわたしたち夫婦にとって重要なものであると感じ取っていたと思います。しかし、子供たちにとっても聖餐が大切なものであることを理解できるよう、親としてもっと何かできたのではないかなと思うのです。

どのようなことができたのでしょうか。聖餐の祈りに含まれる約束を守る能力が幼い子供にあることを心に留めることができたでしょう。子供は、イエスを「いつも覚え」とはどういうことかを、ささやかでありながら力強い独特の方法で理解することができます。「主が与えてくださった戒めを守る」ことを誓うことができるのです。さらには、間もなくバプテスマと確認を受ける特権にあずかることを理解したうえで、「進んで御子の御名を受け」<sup>5</sup>ることを示すこともできます。

では、聖約を新たにすることについてはどうでしょうか。教会指導者は、わたしたちは聖餐を受けるときに、主と交わした全ての聖約を新たにすると教えています。<sup>6</sup> 幼い子供は更新すべき聖約を一つも交わしていません。

自分の子供が小さかったときのことをもう一度思い返してみました。そして、聖約を振り返る手助けはできなくとも、将来を見る助けはできたのではないかなと思うのです。安息日の朝に幼い息子や娘とこのようなやり取りをする光景を思い描きました。

「8歳になったら、バプテスマを受けて聖霊<sup>たまもの</sup>の賜物を受けるんだよ。聖約を交わすんだ。そのときに交わす聖約は、今聖餐を受けるときにする約束みたいなものなんだ。

今日聖餐を受けるとき、わたしはバプテスマを受けたときに交わした聖約を新たにします。もう一度約束し直すみたいだね。

君は隣にいるけれど、聖約を新たにはしない。まだ聖約を交わしていないからね。その代わり、君は聖約を交わす練習ができるんだ。聖餐を受けるたびに、バプテスマと確認を受ける準備ができる。そうして、8歳になるとときにはもう準備万端というわけさ。」

このように練習という言葉を使うことに違和感があれば、こうしてみてもはどうでしょう。敬虔な雰囲気の中、父親は子供をバプテスマの儀式に備えさせるために、どのように一緒に水中に立つかを見せたり、バプテスマの祈りの言葉を教えることができます。その場で儀式は執行しません。ある意味で、父親は、子供が練習するのを手伝うのです。そうすれば、子供はバプテスマの水に入るときにどうなるか心配しないで済むでしょう。これと同じように、母親と父親は、バプテスマの聖約を交わし、守る練習を子供にさせてあげることができると思うのです。救い主の贖罪<sup>しよくざい</sup>の象徴を頂くことにより、毎回の聖餐会は小さな子供にとって神聖な練習の機会となります。

では、最初の質問に戻りましょう。なぜわたしたちは幼い子供に聖餐を取るのを許すのでしょうか。「平安を保つ」ためだけでしょうか。もちろん、そうではありません。小さな子供が聖餐を取れるよう助けるのは、子供が救い主を覚え、救い主の平安、すなわち世が与えるいかなるものとも異なる平安を保てるようにするためです。<sup>7</sup> わたしたちは、子供が将来主と聖約を交わしそれを守るときに、さらに豊かに平安を受けるための準備を助けるのです。■

筆者はアメリカ合衆国ユタ州在住です。

#### 注

1. 3 ニーファイ 18:5, 11 参照
2. 3 ニーファイ 18:4, 強調付加
3. 3 ニーファイ 17:21-25; 18:1-4 参照
4. 教義と聖約 20:77, 79, 強調付加
5. 教義と聖約 20:77
6. L. トム・ベリー「聖餐にあずかるとき」『リアホナ』2006年5月号, 41
7. ヨハネ 14:27 参照







# 自殺

## について理解する

### サインと予防

LDS ファミリーサービス, 日本事務局  
下川健一, 臨床心理博士

ケビンが16歳のとき、両親は離婚しました。同じ頃に、彼は、それまで気分を安定させる助けになっていた抗てんかん薬を飲むのをやめました。そして双極性障害（躁うつ病）があることを知らないまま、被害妄想、支障を来す躁状態、重度のうつ状態を経験するようになりました。投薬治療は助けになっているようには思われませんでした。やがてもう全てに対して疲れきってしまい、誰にも知らせずに命を絶つことにしました。

ケビンは命を絶とうとした日のことをこう語っています。「わたしは泣いていました。本当に心身共に疲れ果てていました。誰か、とにかく誰でもいいから、『大丈夫ですか』と声を掛けてほしいと思いながら、ただ人々を見ていました。その望みと同じくらい強く、〔頭の中には〕こんな声が聞こえていました。『おまえなんか死んでしまえ。』……その間ずっとわたしは〔その声に負けて命を〕絶たないでくれと自分自身に懇願しましたが、その声はあまりにも強くて、もうあらがうことはできませんでした。」<sup>1</sup>

悲劇的なことに、彼の苦悩に気づいた人は一人もいませんでした。彼は自分のことを気に掛けてくれる人は誰もいないと思い込み、自殺を図りました。——ところが、奇跡的に生き延びたのでした。

彼の圧倒されるような苦悩と、必死に助けを求める心の叫びを、その一部だけでも感じるのでしょうか。

自殺に傾いて苦しんでいる人にとっても、残される家族にとっても、自殺は、現世における最も困難な試練の一つです。十二使徒定員会のM・ラッセル・バラード長老は次のように述べています。「わたしが思うに、愛する人が自ら命を絶つことほど家族にとってつらいことはありません。自殺は家族にとって悲惨な経験です。」<sup>2</sup> この試練が



深刻なものであることを考慮し、以下について考えてみたいと思います。(1) 自殺について分かっていること。これには、自殺のサインと予防のためにわたしたちができることを含みます。(2) 残された家族と周りのコミュニティーができること。(3) 絶望しないように、希望を増しキリストを信じる信仰を深めるために全ての人が行う必要のあること。

### 自殺について理解する

全世界で毎年 80 万人以上が自ら命を絶っています。<sup>3</sup> つまり、40 秒ごとに一人が命を絶っていることになります。実数はもっと多いと思われます。なぜなら、自殺はデリケートな問題で、自殺が違法とされる国もあり、そのために実際より少なく報告されているからです。15 歳から 29 歳までの死因の第 2 位が自殺です。ほとんどの国で、自殺率の最も高いのが 70 歳以上の人々です。直接か間接かを問わず、自殺はわたしたちの社会に広く影響を及ぼします。

### 自殺のサイン

人生の困難がわたしたちの対処能力を超えたものであると思われる場合、わたしたちは極度のストレスを経験することがあります。精神的苦悩に耐えられないと感じるとき、人の判断力は鈍り、まるで死が唯一の選択肢であるかのごとく

アルマが教えているように、  
わたしたちは「重荷が軽くなるように、  
互いに重荷を負い合 [い] ……」  
悲しむ者とともに悲しみ、  
慰めの要る者を慰め」なければ  
なりません。

考えるようになることがあります。誰からも助けを得られないと感じるかもしれません。すると社会的に孤立し、さらに苦悩が増し、行き詰まって希望がないと強く感じるようになり、ついに自殺が唯一の選択肢と考えるようになることがあります。

以下の重大なサインのどれかを示す人がいる場合、<sup>4</sup> わたしたちは直ちに精神医療従事者、あるいは警察官など緊急対応のできる人の支援を得るようにしなければなりません。

- 自傷あるいは自殺をすると話している。
- 自殺する方法や手段を探している。
- 死や死ぬこと、自殺について語ったり書いたりしている。

以下のサインは緊急性が高くないように見えるかもしれませんが、いずれかのサインを示している人には手を差し伸べ、その人のために助けを求めるのをためらってはなりません。

- 絶望感や、生きる目的の喪失感を口にしている。
- 激しい怒りをあらわにしている、あるいは復讐を企てている。
- やけを起こしている。
- 追い詰められていると感じている。
- 飲酒や薬物使用の頻度が増している。
- 友人や家族、社会から引きこもっている。
- 不安や動揺を感じている、あるいは気分の変動が著しい。
- 眠れなくて苦しんでいる、あるいはいつも寝ている。
- 自分は他の人々にとって重荷だと感じている。

自殺しようとする人が皆、自殺の意図を伝えてくれるわけではありませんが、大多数の人はこのようなサインを示してくれます。ですから、これらのサインを真剣に捉えてください。

たとえ専門家の助けをすぐに得られないとしても、心から思いやる友人や家族の力についてはいくら強調してもしすぎることはありません。

### 予 防

自殺の恐れのある人がいる場合、家族や友人が重要な役割を果たします。アルマが教えているように、わたしたちは



「重荷が軽くなるように、互いに重荷を負い合〔い〕……悲しむ者とともに悲しみ、慰めの要る者を慰め」なければなりません（モーサヤ 18:8, 9）。

家族と友人が助けになれる事柄が幾つかあります。

愛をもって手を差し伸べ、耳を傾ける。バラード長老が忠告しているように、「苦闘している人に差し伸べる愛の腕以上に力強いものはありません。」<sup>5</sup> 十二使徒定員会のデール・G・レンランド長老はこう述べています。「天の御父の目を通して人々を見なければ〔なりません。〕」そうして初めて、救い主が御父の子らに対して抱いておられる思いやりに満ちた気遣いを感じ取ることができます。……このように視点が広がると、人の落胆や恐れ、心の痛みを敏感に感じ取れるようになります。」<sup>6</sup>

具体的な事柄について助ける。その人が自分の安全や基本的な必要に影響を及ぼすような危機を経験している場合、具体的な

支援を行うことを申し出てください。しかし、それを受け入れるかどうかを選ぶのはその人自身です。例えば、職を失ったことで自殺を考えている人には、就職先を見つける助けをすることで選択肢が増え、行き詰まり感を打破する助けになります。

自殺を考えていないかどうか尋ねる。誰かが悩み苦しんでいて、自殺のサインが心配であれば、自殺を考えていないかどうかその人に尋ねてください。尋ねることに気が引けるかもしれません。しかし、自殺を考えていないか率直に尋ねてみるのが一番良いでしょう。その一言が、その人が心を開いて悩みや心配を話すきっかけになるかもしれません。

例えば、次のように尋ねることができます。「それは誰にとっても抱えきれないくらい大変なことだと思います。もしかすると自殺を考えていませんか？」あるいは、「それだけ苦痛を経験されていると、自殺を考えられているのではないかと心配しています。」自殺の恐れが





なければ、おそらくそう答えてくれるでしょう。

自殺を考えていることを話してくれないと感じたら、どうすればよいか知るために、御霊<sup>みたま</sup>の促しに注意を払ってください。心を開いてくれるまで一緒にいるだけでよいという促しを感じるかもしれません。

その人と一緒にいて、他の人から助けを得る。ある人が自殺を考えていると知らせてくれたら、その人と一緒にいて、何に悩んでいるのか話してもらおうとよいでしょう。いつどのような方法で自殺をするつもりなのか打ち明けてくれたら、緊急用ホットライン、または精神科救急窓口<sup>7</sup>にその人が連絡できるように助けてください。

#### 自殺に対する反応

サインを示すかどうかにかかわらず、実際に自分の命を絶つ人がいます。愛する人の自殺という衝撃的な経験をする<sup>7</sup>と、残された家族や友人は、しばしば深く、強烈で、複雑な

悲嘆を経験します。以下のような反応が含まれます——

- 恥と不名誉感
- ショックと不信感
- 怒り、安堵、罪悪感
- 死因を隠す
- 社会的孤立と家族関係の崩壊
- 自殺予防の積極的な働きかけと過剰なほどの関与
- 何としても理由を知りたいという思い
- 見捨てられ拒まれたという気持ち
- 故人、自分、他の人、神を責める気持ち
- 自殺したいという思いと自己破壊的な気持ちの高まり
- 祭日や故人の記念日に増すストレス<sup>7</sup>

#### 残された家族と周りのコミュニティが行えること

裁かないようにする。自殺は深刻な問題で

すが、バラード長老は次のことも思い起こさせています。「明らかにわたしたちは、自殺を取り巻くあらゆる事情を完全に把握することはできません。その詳細な内容は主のみが御存じであり、地上におけるわたしたちの行動をお裁きになるのは主なのです。主がわたしたちを裁かれるときには、あらゆる点を考慮されることでしょう。遺伝的な要素や体質、精神状態、知的能力、これまでに受けた教育、先祖の言い伝え、健康状態などです。」<sup>8</sup>

**各人に特有の深い悲しみの過程があることを念頭に置き、それに配慮する。**故人との関係は人によって異なるため、その悲しみの体験はさまざまです。ですから、一人一人が経験する悲嘆を受け入れ、それに配慮してください。

愛する人が亡くなると、強い感情に、実に抑え難い感情に圧倒されることがあります。しかし、深い悲しみを感じるからといって、信仰が足りないということではありません。救い主はこう述べておられます。「あなたは死ぬ者を失うことで涙を流すほどに、……ともに愛をもって生活するようにならなければならない。」(教義と聖約 42:45) 悲嘆は、故人を愛しているしるしであり、その関係がどれほど大切なのかのしるしでもあります。

**助けを求める。**深く悲しむとき、諸事に圧倒されるように感じることがあります。助けを求めることにより、あなたを愛し、あなたに仕える神聖な機会を他の人々に与えることができます。助けてもらうことにより、あなただけでなく、彼らにも癒やしと強さをもたらすことができるのです。

**つながりを保つ。**独りで嘆き悲しみ、孤立する人がいるので、あなたの家族や友人とのつながりを大切にしてください。悲しんでいる家族や親族、友人に定期的に手を差し伸べてください。自分からは助けを求めてこないかもしれないので、自ら支援を申し出てください。

**主に頼る。**最後に、救い主は癒やしと平安の源です。「主の贖罪は、……死すべき状態の重荷を負う強さを与えるために、死すべき状態の人間の弱さを全て経験された御方に助けを請う機会をも提供してくれるのです。主はわたしたちの苦痛を御存じであり、わたしたちを助けてくださいます。良いサマリヤ人のように、主はわたしたちが道端で傷ついているのを見つけると、傷に包帯をし、介抱して下さるでしょう(ルカ 10:34 参照)。」<sup>9</sup>

自分の務めを果たそうとするとき、わたしたちは皆、主

イエス・キリストと主の贖罪に全面的に頼る必要があることを認めましょう。それを謙虚に認識しながら、苦しんでいる家族と隣人を理解し、愛をもって手を差し伸べ、ともに救い主を信じる信仰と救い主への信頼を増し加えるように努めてください。救い主はやがて戻って来られ、「人の目から涙を全くぬぐいにとって下さ[います。]」そして、「もはや、死もなく、悲しみも、叫びも、痛みもない」世となります(黙示 21:4)。■

#### 注

1. ケビン・ハインズ。アマンダ・パウアー, "A Survivor Talks About His Leap," *Time*, 2006 年 5 月 24 日で引用, Time.com
2. M・ラッセル・バラード。ジェイソン・スウェンソン, "Elder Ballard Offers Comfort and Counsel to Those Affected by Suicide," *Church News*, 2014 年 12 月 19 日で引用, news.lds.org
3. 世界保健機関「自殺を予防する——世界の優先課題」(2014 年), 7 参照
4. M・デビッド・ラッド他, "Warning Signs for Suicide: Theory, Research, and Clinical Applications," *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 第 36 巻, 第 3 号 (2006 年), 255 - 262 参照
5. M・ラッセル・バラード, "Sitting on the Bench: Thoughts on Suicide Prevention" (ビデオ), lds.org/media-library
6. デール・G・レンランド「神の目を通して」『リアホナ』2015 年 11 月号, 94
7. ジョン・R・ジョーダン, "Is Suicide Bereavement Different? A Reassessment of the Literature," *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 第 31 巻, 第 1 号 (2001 年), 91 - 102 参照
8. M・ラッセル・バラード「自殺について分かっていること、分かっていること」『聖徒の道』1988 年 3 月号, 18 参照
9. ダリン・H・オークス「イエス・キリストの贖罪により強められる」『リアホナ』2015 年 11 月号, 64

#### 推薦記事

ジェフリー・R・ホランド「破れた器のように」『リアホナ』2013 年 11 月号, 40 - 42

ディーター・F・ウークトドルフ「神の光のもたらす希望」『リアホナ』2013 年 5 月, 70, 75 - 77

シェーン・M・ボーエン「わたしが生きるの、あなたがたも生きるからである」『リアホナ』2012 年 11 月号, 15 - 17



# 思わぬ所で 出会った 預言者の言葉

捨ててあった雑誌が、  
オスカー・カストロの人生を  
永遠に変えることになりました。

コレット・リンダール

**妻**がオスカーと二人の幼い子供を置いて出て行った日は、人生最悪の日と言えました。決めるべきことがたくさんありました。仕事も探していましたが、住む場所も新たに探さなければなりません。自分の人生はもうだめだと思いました。何もかも投げ出してしまいたいと思いましたし、二人のかわいい子供がいなければそうしていたかもしれません。

アルゼンチンのサンフアンでは、オスカーの希望する家賃で借りられる家はそう多くはありませんでした。しかし、安全な住宅街にある小さな家が空いたのでオスカーはそれを借り、子供たちと一緒に新しい生活を始めることにしました。若者がグループで住んでいた家だということでした。

オスカーたちの新しい家には、雑誌や本が何冊か床に置き去りになっていました。丸一日掛けて掃除や片付けをした後、オスカーは腰を下ろすと雑誌の一冊に目を留めました。どういうわけか表紙に興味を感じたのです。『リアホナ』というタイトルの下には、塔の上に立って人々に話している老人の絵がありました。その老人を見てみると、聖書に出てくる預言者を思い出しました。

オスカーは雑誌を開いて読み始めました。「愛する人たちに愛を伝えるべきことは、誰もが知っています。しかし、

知っていれば必ずできるというわけではありません。」<sup>1</sup> オスカーは、妻との間できつい言葉の応酬が何度もあったことを思い出し、子供たちにはそういうことをする人間にならないよう教えたいと思いました。雑誌を読み進めるうちに、希望が湧いてくるのを感じました。週末までに記事を全て読んでしまうと、もっと知りたくなりました。

1か月ほどして、二人の宣教師がオスカーの家の近くを歩いているのを見かけました。オスカーは自分から近づいて末日聖徒の宣教師ではないかと尋ね、この教会機関誌がもっと欲しいのだからいくら掛かるかと聞くと、長老たちは、あなたの時間が20分だけ必要だと言います。

この二人の宣教師は、翌日オスカーの家に来ました。オスカーは引っ越してきた家に古い本や雑誌、パンフレットがあり、それを読んで教会のことを知ったのだと話し、最初に読んだ記事がその頃の自分の生活に直接関係のある内容だったことも説明しました。オスカーは既に家族の大切さを知っていましたし、家庭の夕べや家族の祈りについてもっと知りたいたいと思っていました。他にジョセフ・スミスや福音の回復など、教会について分かったことを長老たちに話しました。

そして、長老たちの目をしっかりと見て、宣教師であれば誰もが聞きたい言葉を言ったのです。「ジョセフ・スミスが



神の預言者だったとわたしは信じています。」長老たちがバプテスマを勧めると、オスカーは目に涙をためて、受けたいと言いました。何週間かして、オスカー・カストロはバプテスマを受けて教会の会員に確認されました。

主がオスカーを備えてくださり、オスカーは心が打ち砕かれていて、学び、成長する準備ができていました。あの記念すべき引っ越しの日に読んだ『リアホナ』総大会号の霊的なメッセージが、オスカーの心を動かしたのです。その家の前

の住人は、自分が置いていったほんの何冊かの教会機関誌がこんな影響を人に与えるとは思わなかったでしょうが、それらの機関誌に載っていた福音のメッセージが重要な伝道手段になりました。探し求めていた真理にオスカーを導き、オスカーの人生を永遠に変えたのです。■

筆者は夫が伝道部会長を務めている間、アルゼンチンに住んでいました。

引っ越し先の家で『リアホナ』総大会号を見つけたおかげで、オスカー・カストロはバプテスマと確認の儀式を受けたのです。

注

1. デビッド・A・ベドナー「家庭でもっと勤勉に家庭のことに携わる」『リアホナ』2009年11月号, 17







家族で記録を集め、  
心を癒やし、  
家族を結び固めるときに、  
皆さんと子孫は永遠に祝福を受けるでしょう。

**末** 日聖徒イエス・キリスト教会の歴史は、家族の物語です。  
ここで言う「家族」とは、現代の人が考えるような、母親、  
父親、子供から成る家族のことではありません。

ここでは、主がこの言葉が使われるときと同じように、**親族や  
数世代にわたる家族**を「家族」と呼びます。全ての人に家族が  
あります。神の子供たちのために備えられた天の御父の計画  
は、この種の家族を中心に据えています。子供は何世代も前の  
先祖から力を得、親は今後何世代にもわたって子孫が祝福を  
受けられるよう努力します。

その意味において、モルモン書もまた家族についての物語を  
伝えています。物語を読むと、何世紀も前から家族はあまり  
変わっていないことに気づきます。異なる時代や場所に  
生きた人であってもわたしたちと共通点が多く、御自身の子  
供たちに対する神の願い、つまり幸せな永遠の家族として  
暮らしてほしいという神の願いは変わりません。

主はなぜこれらの物語の記録を保存されたのでしょうか。  
物語から何を学ぶよう望んでおられるのでしょうか。  
家族を集め、癒やし、結び固めるという取り組みに役立つ  
教訓が記録に含まれているのでしょうか。

### リーハイの教訓

モルモン書に最初に登場する家族、すなわちリーハイの家族  
は、わたしたちが気づかなかったかもしれない力強い教訓を  
教えています。リーハイの家族は、家族の記録について多くのこ  
とを教えてください。主にとってなぜ家族の記録が大切か、なぜ  
わたしたちにとっても大切なかを教えてください。

物語の冒頭で、リーハイとサライアはエルサレムという大都市で、  
娘たちと息子4人を育てながら比較的快適な生活を送っていました。  
主がリーハイに家族を連れて荒れ野へ行くよう命じられたときに、彼ら  
の生活は永遠に変わりました。



リーハイは主の命令に従い、財産を残して家族とともに荒れ野に旅立ちました。旅を始めて間もなく、リーハイは息子ニーファイにこのように言っています。

「見よ、わたしは夢を見た。その夢の中で主は、あなたと兄たちをエルサレムに戻らせるようにわたしに命じられた。

それは見よ、ラバンがユダヤ人の記録とわたしの先祖の系図しんちゆうを持っているからであって、それらは真鍮の版に刻まれている。」(1ニーファイ3:2-3, 強調付加)

この戒めのおかげで現代のわたしたちの家族は、ニーファイが次のように述べた、信仰と従順の偉大な宣言を知るといふ祝福にあずかっています。「わたしは行って、主が命じられたことを行います。主が命じられることには、それを成し遂げられるように主によって道が備えられており、それでなくては、主は何の命令も人の子らに下されないことを承知しているからです。」(1ニーファイ3:7)

真鍮の版は記録でした。そこには聖文が記されていましたが、リーハイの家族歴史も含まれていたのです。主は、何世代にもわたってその記録を保存することがどれほど大切かを御存じでした。

記録を取りに戻るよう、リーハイにではなく、むしろ息子たちにお命じになったのはなぜか、考えたことがありますか。リーハイは一家の族長でした。主はリーハイに示現を与えられました。リーハイの方が息子たちよりもラバンに対して影響力を持っていたのではないのでしょうか。

主がリーハイの息子たちにエルサレムに戻るよう命じられた理由はわたしたちには分かりませんが、彼らが主から求められたことを成し遂げるために苦労したことは知っています。信仰が試される、難しい務めでした。彼らは、荒れ野の旅の間中、支えとなる貴重な教訓を学びました。最も重要なことは、主が命じられるときには実際に道を備えてくださることを彼らが学んだことでしょう。

主はわたしたちの息子や娘が家族の記録を取り返すために「戻る」ときに何を学ぼう望んでおられるか、自問するとよいでしょう。主はどのように道を備えておられるのでしょうか。主は子供たちにどのような経験をするよう望んでおられるのでしょうか。わたしたちはそのような経験をするよう子供たちを促しているのでしょうか。主は神殿と家族歴史の奉仕



主はリーハイの家族に  
これらの記録を  
持っているよう  
望まれました。

記録はリーハイの子孫に  
自分は何者であるかという  
観念を持たせました。

を通して、息子や娘にどのような祝福を受けたいと望んでおられるのでしょうか。

ニーファイと兄たちが父親の幕屋まで戻って来ると、リーハイは「真鍮の版に刻まれた記録を手に取り、最初から調べて」みました。その中に「モーセの五書」や「聖なる預言者たちの預言」、「自分の先祖の系図も見つけ、それで自分がヨセフの子孫であることを知[り]」ました。リーハイは「これらのことをすべて見ると、御霊に満たされ」ました(1ニーファイ5:10, 11, 13, 14, 17)。

さらにリーハイは、版から分かったことを家族に教えました。リーハイの幕屋は家族歴史センターや学習センターになったと言えるかもしれません。わたしたちの家庭もそうあるべきです。

主がリーハイの家族にこれらの記録を持っているよう望まれた理由は明らかです。記録はリーハイの子孫に自分は何者であるかという観念を持たせ、自身を過去の忠実な族長と結びつけ、その心に「先祖に与えられた約束」を植えました(教義と聖約2:2;

ジョセフ・スミス—歴史1:39)。これらの記録は当時まだ生を受けていなかった世代にとって非常に大切だったため、御霊みたまはニーファイに、それらの記録がなければ「一つの国民が不信仰に陥って滅びてしまう」と警告されました(1ニーファイ4:13)。

モルモン書に登場するもう一つの民の経験は、記録を失うと真理を失い、将来の世代に悲惨な結果を招くことを物語っています。

ミュレクの民はリーハイの家族とほとんど同時期にエルサレムを離れました。しかし、リーハイの家族と異なり、「何一つ記録を持って来て」いませんでした。400年後にモーサヤに発見されたときには、「彼らの言葉はなまっており、……しかも、自分たちの創造主の存在を否定して」いました(オムナイ1:17)。自分は何者であるかを見失った、つまり聖約の民という本質を失ってしまったのです。

モーサヤはミュレクの民に自分の言語を教え、モーサヤが所有していた記録を読めるようにしました。その結果ミュレクの民の社会は、問題を抱えた不信仰な集団から、神が彼らと彼らの家族のために備えられた幸福の計画を理解する社会へと変化を遂げました。

## 家族とともに戻る

神との関係において、また互いとの関係において自分が何者かを知ることにより、考え方や行動、人への接し方は変わります。記録は、わたしたちの自己認識と物の見方に大きく影響します。過去を振り返ることにより、前進する備えができます。

親の皆さん、「戻る」よう家族に促したことがありますか。家族が何らかの意味で記録や互いから離れてしまっていないですか。現在と過去の家族の結びつきが断たれていませんか。離れる引き金となった家族歴史上の出来事は何でしょうか。移住、家族内の争い、福音への改宗、あるいは単に時の経過でしょうか。あなたは最近、先祖を見つけるために FamilySearch.org にアクセスしてみましたか。

イスラエルの家は散らされました。いろいろな意味で、家族と記録も必然的に分散したのです。わたしたちの責任は、それらを集め、必要なら、別離により生じた傷を癒やすことです。子孫の心を先祖に向けようと熱心に努力するときに、わたしたちの心も子孫に向かい、<sup>1</sup> この業からもたらされる平安と癒やしをともに見いだすことでしょう（教義と聖約 98:16）。

リーハイが神聖な記録を手に入れるために息子たちをエルサレムに戻させたように、わたしたちも自分たちの家族の記録を手に入れるために子供たちを戻させましょう。主は、ニーファイのために道を備えられたのと同じように、皆さんの子供たちが家族を集め、癒やすことができるよう、インターネットをはじめとする科学技術を与えてくださっています。また、見つけた名前を持って行き、結び固めの儀式を通して、集めた家族を永続させられる神殿も与えてくださっています。

## 荒れ野での喜び

妻のシャロルと結婚したときに、わたしたちは息子を4人もうけようと決めました。しかし、主は別の計画をお持ちでした。娘を4人下さったのです。

わたしたちは娘4人とともに荒れ野を旅してきました。現在、娘たちは結婚して子供がおり、それぞれの荒れ野を旅しています。旅は常に順調だったのでしょうか。いいえ。つぶやくこともありましたし、相当な困難にも遭いました。

人生の荒れ野は家族にとって厳しいことがあります。「お元気ですか。ご家族はいかがですか」と聞かれると、わたしは「今は小康状態です。聞いてくれてありがとう」と言うことがよくあります。

しかし、旅の途中には真の喜びの瞬間もあります。家族を導く族長や女族長として、わたしたちは荒れ野に備えて子供を強めることに多くの時間を費やします。現代の預言者は、家族歴史の業を行うならば「サタンの影響から守〔られ〕」<sup>2</sup> 救い主への帰依が「強くなり、不動のものとなる」と約束しています。<sup>3</sup> 家族を集め、癒やし、結び固めるための、何と強力な手段でしょう。

家族の族長として、わたしは娘たちに「戻って」記録を見つけ、名前を神殿に提出し、孫に教えるようにと伝えてきました。そして家族歴史に参加することで彼らが誰の子孫なのかを知るようにと言ってきました。

## 約 束

子供に「戻って」家族の記録を見つけるよう勧めるならば、リーハイとサライアのように、親子ともに「非常に喜び」、「イスラエルの神に感謝」することを約束します。記録を調べるときに、「御霊に満たされ」るでしょう。なぜなら、「それが望まし〔く〕……大きな価値のあるものである」ことが分かるからです。そして、「〔あなたの〕約束の地を目指して荒れ野を旅するときに、この版を携えて行くのは、主の知恵であった」ことを知るでしょう（1 ニーファイ 5:9, 17, 21-22）。

教会は旅路に行く皆さんの家族を支え、強めるためにあります。家族で記録を収集し、心を癒やし、家族を結び固めるときに、皆さんや子孫、つまり皆さんの家族は永遠に祝福を受けると約束します。■

2015年2月14日にアメリカ合衆国ユタ州ソルトレーク・シティーで開かれたルーツテック家族歴史大会での説教“Gathering, Healing, and Sealing Families,”（「集め、癒やし、家族を結び固める」）より。

## 注

1. 真鍮の版に含まれていた記録がリーハイの子孫にどのように癒やしをもたらしたかについては、例としてアルマ 37:8-10 を参照。
2. リチャード・G・スコット「死者を贖う喜び」『リアホナ』2012年11月号, 94
3. デビッド・A・ベドナー「子孫の心は向かうであろう」『リアホナ』2011年11月号, 27



## インターネットで得られる追加情報

二人の使徒が、家族歴史と神殿の儀式に参加する青少年に対して祝福を約束しています。ビデオ（英語のみ）を視聴するには、このQRコードをスキャンするか、[lds.org/go/1016000](https://lds.org/go/1016000) にアクセスしてください。





# 愛 と情欲

教会機関誌  
ジョシュア・J・パーキー

## 情欲。

これは確かに汚らしい言葉です。そんなことについては考えたくもなく、ましてや知りたくもないという人がほとんどでしょう。この言葉が呼び起こすのは、不道德で邪惡な、また魅惑的でありながらも不適切な感情です。

これにはもっともな理由があります。「金銭を愛することは、すべての惡の根である」とすれば(1テモテ6:10)、情欲がそのような金銭欲と陰で結びついていることは否めません。情欲はいやらしく下品なものです。情欲は人も物も、考えすらも、自分の欲望を満たすために所有または獲得する対象に変えてしまいます。しかし、それが既に分かっているとしたら、さらに知る必要があるのはなぜなのでしょう。

それは、情欲の眞の姿がさらによく理解できれば、自分の思いや感情、行動をどのように形作れば情欲が湧き上がるのを阻止し、情欲を克服することができるかが分かるようになるからです。そうすることによって、<sup>きよ</sup>聖い<sup>みたま</sup>御霊との関係を密にし、思いや動機を清め、自分自身を強めることができます。そして、わたしたちの生活はさらに幸福で、平安と喜びに満ちたものになります。

## 情欲の定義

わたしたちは、情欲とはおもに、他の人の肉体に引き付けられる、不適切で激しい感情のことだと思いがちです。しかし、金銭、資産、物、そしてもちろん人など、実にあらゆるものに対して情欲を抱くことも、あり得るのです(Guide to the Scriptures, “Lust”の項参照)。

情欲の眞の意味が

さらによく理解できるならば、  
情欲が湧き上がるのを阻止し、

<sup>きよ</sup>聖い<sup>みたま</sup>御霊に近づくには

どんな選択をしたらよいかが  
分かるようになります。





## 愛と情欲の定義

**愛**は気高くし、情欲は墮落させます。愛は真理を愛し、情欲は偽りを愛します。愛は築き、強め、情欲は破壊し、弱めます。愛は調和であり、情欲は不調和です。愛は平安をもたらし、情欲は争いをもたらします。愛は靈感を与え、情欲は靈感を鈍らせます。愛は癒やし、情欲は衰弱させます。愛は力づけ、情欲は萎えさせます。愛は光であり、情欲は闇です。愛は満たし、維持し、情欲は満たされません。愛は約束と結び合い、情欲は高慢に端を発します。

人は情欲に駆られると、神の御心<sup>みこころ</sup>に反するものを何が何でも手に入れようとするようになります。情欲とは、神の戒めを守ることよりも、例えば個人的な興味、欲求、激情、肉欲など、この世の所有物や利己的な行動に人の心を向けさせるあらゆる感情や欲求を指します。

言い換えれば、神の御心に反するものを望むことや、神の御心に反する形で何かを所有しようとするのが情欲であり、この情欲は不幸をもたらします。<sup>1</sup>

## 性的な情欲の危険性

わたしたちは、一般的な貪り<sup>むさぼ</sup>の一形態として、情欲を避けるよう警告されてきましたが、性的な意味での情欲は特に危険です。救い主はこう警告しておられます。「だれでも、情欲をい<sup>かんいん</sup>だいて女を見る者は、心の中ですでに姦淫をしたのである。」(マタイ 5:28)

古代の使徒はこの意味での情欲を避けるよう警告しています。一つだけ例を挙げますが、使徒ヨハネはこう言っています。「すべて世にあるもの、すなわち、肉の欲、目の欲、持ち物の誇<sup>ほこり</sup>は、父から出たものではなく、世から出たものである。」(1ヨハネ 2:16。17節；ローマ 13:14；1ペテロ 2:11も参照)

この警告は今日でも与えられています。<sup>2</sup> 十二使徒定員会のジェフリー・R・ホランド長老は、次のように説明しています。「情欲が罪であるのは、それがわたしたちの魂を脅かし、御霊の働きを完全に破壊するような力を

持つだけでなく、神がこの世の人間に与えられた最も気高く最も神聖な人間関係を損なうからだだと思います。つまり情欲は、男女が互いに対して抱く愛、永遠に続く家族に子供を迎えたいという願いの成就を妨げるのです。」<sup>3</sup>

みだらな欲望を増殖させると、そこから多くの罪深い行為が生まれます。悪気もなく見たことがきっかけとなって卑しむべき不貞を犯し、ありとあらゆる悲惨な結果が生じることもあります。それというのも情欲は、聖霊を退かせ、わたしたちを他の誘惑に屈しやすくし、不道徳に染まりやすく、サタンのわなにかかりやすくするからです。

悲劇を招いたダビデ王の行動は、この情欲という感情がどれほど強烈で致命的なまでに人をむしばむかを示す、嘆かわしい例です。ダビデはたまたま水浴びをしているバテシバを見て、みだらな思いを抱きました。情欲に屈して行動を起こし、彼女を連れて来させて彼女と寝たのです。次に、道ならぬ方法で自分の罪を隠そうと企て、ダビデはバテシバの夫を戦地に赴かせて間違いなく殺される場所に配置します(サムエル下 11章参照)。その結果、ダビデは昇栄を得られなくなりました(教義と聖約 132:38-39参照)。

ダビデの状況は極端かもしれませんが、確かに次のことが分かります。すなわち、情欲はあらがいがたい誘惑であるということです。情欲に負けると、人は普通<sup>ふつう</sup>の精神状態では考えられないような行動に走ります。情欲は実に陰湿で、実に簡単に湧き上がり、聖霊に背かせ、禁じられたことに身を委ねるよう実に巧みに人を誘惑し





情欲とは、神の戒めを守ることよりも、例えば個人的な興味、欲求、激情、肉欲など、この世の所有物や利己的な行動に人の心を向けさせるあらゆる感情や欲求を指します。

ます。だから情欲は危険なのです。情欲は、ポルノグラフィーを見たり、下品な歌詞を聞いたり、不適切な関係を持ったりすることでかきたてられます。同時に、みだらな感情は人にポルノグラフィーを貪らせます。この悪循環はきわめて断ちがたく、危険です。<sup>4</sup>

性的な意味での情欲は、あらゆる人間関係を悪化させ、損ないます。そこには神との個人的な関係に導くものはひとかけらもありません。「まことに、わたしはあなたがたに言う。わたしが前に言ったように、情欲を抱いて女を見る者は、すなわちだれか心の中で姦淫をするならば、彼らは御霊を持たなくなり、信仰を否定し、恐れるようになる。」(教義と聖約 63:16)

十二使徒定員会のリチャード・G・スコット長老(1928 - 2015 年) が言ったように、「性的な不道徳があると、聖霊の力が遮られて、わたしたちを高め、啓発し、力づける作用は失われてしまいます。性的な不道徳は強力な肉体的、情緒的興奮を引き起こすため、人々は情欲を抑え切れなくなり、もっと重大な罪に陥ってしまいます。」<sup>5</sup>

#### 情欲でないものとは何か

情欲であるものとは何かを考えてきましたが、情欲でないものは何かを考え、適切な思いや感情、欲求を情欲と決め

つけないよう注意することも大切です。情欲は欲求の一種ですが、義にかなった欲求もあるからです。例えば、わたしたちは、主の業を達成するのに役立つ善良で適切な望みを抱くこともできます。

次のことについて考えてみましょう。

- **お金が欲しいという欲求。**お金を望むこと、それ自体は悪いことではありません。パウロは、**金銭**がすべての悪の根であるとは言いませんでした。「**金銭を愛することは、すべての悪の根である**」と言ったのです(1 テモテ 6:10, 強調付加) ヤコブの教えからはっきりと分かるのは、次のことです。「富を求める前に神の王国を求めなさい。キリストに望みを抱いてから富を求めるならば、富は得られるであろう。しかし、富を求める目的は、裸でいる者に着せ、飢えている者に食物を与え、束縛されている者を自由にし、病人や苦しんでいる者を救うなど、善を行うことである。」(モルモン書 ヤコブ 2:18 - 19)
- **伴侶に対して適切な性的感情を抱くこと。**神から授かるそのような感情は、夫婦関係に強さと守り、一致をもたらします。しかし、伴侶に対して不適切な感情を抱くことも **あり得ます**。自分のため、自分の欲望や感情





天の御父から選択の自由を与えられているので、わたしたちは思いや感情、行動を制することができます。

を満足させることだけを求めていると、みだらな欲求のとりことなり、その結果、夫婦仲にひびが入ることもあり得ます。夫婦関係において適切な性的関係を求め、維持する際の鍵は、清く愛にあふれた動機です。

大切な原則は、正しい目的のため、すなわち神の王国を求め、この世に善をもたらすために物事を求めることです。これとは対照的に、情欲は適切な境界線から出るよう人をそそのかします。そこまで行くと、欲望のために神は不要となり、人は物と化します。物や富、力さえもが、わたしたちの細やかな感性をゆがめ人間関係を台無しにする怪物に変わってしまいかねません。

### 人がしばしば情欲に負けるのはなぜか

情欲がこれほどまでに有害で危険であるにもかかわらず、これほど魅惑的で、世の中に蔓延<sup>まんえん</sup>しているのはなぜでしょうか。わたしたちがその力に屈してばかりいるのはなぜなのでしょう。一見、情欲の中心にあるのは、利己心や自己抑制の欠如であるかのようです。それは一つの要因ではありますが、究極的に情欲の根底にあるのは、ほとんどの場合、むなしさです。人は情欲に屈服し、人生のむなしさ

を埋めようと無駄な努力を払います。情欲は偽りの感情であり、真の愛、真の徳、永続する弟子としてのあるべき姿に取って代わるには、あまりにもお粗末な代物です。

感情を抑えるとは、ある意味、心の持ちようなのです。「人となりは、その心に思うそのままである。」(欽定訳〔英語〕箴言 23:7 から和訳) わたしたちが精神的、霊的に重きを置いているものは、やがて思いや感情、行動を促す原動力になります。情欲に駆られていると感じたときにはいつでも、その誘惑をより適切なものと入れ替える必要があります。

怠惰もみだらな思いの一因になることがあります。すべきことがほとんどないような生活を送っていると、邪悪な影響を受けやすくなるのです。反対に、熱心に善いことに携わろうと積極的に努力し(教義と聖約 58:27 参照)、自分の時間を生産的に使おうと努めれば努めるほど、みだらな思いや悪の影響を受けにくくなります。

十二使徒定員会のダリン・H・オックス長老が述べているように、どのような望みに従うかは、行動だけでなく、最終的にはどのような人間になるかに影響を及ぼします。「望みは優先順位を決め、優先順位は選択を方向づけ、選択は行動を左右します。どのような望みに基づいて行動するかで、どのように変化し、何を達成し、何になるかが決まるのです。」<sup>6</sup>

言い換えれば、わたしたちは自分に許す感情だけでなく、降って湧いた考えや、自分の感情から生まれる思いにも注意しなければなりません。アルマが教えたように、わたしたちの思いが不純であれば、「わたしたちの思いもわたしたちを罪に定める」のです（アルマ 12：14）。

### 対処法——キリストのような愛

情欲は避けられないわけではありません。天の御父から選択の自由を与えられているので、わたしたちは思いや感情、行動を制することができます。みだらな思いや感情を追い求める必要はありません。誘惑を受けても、その道に進まないという選択をすることができます。

情欲への誘惑に打ち勝つにはどうすればいいでしょうか。天の御父との正しい関係を育み、人に仕えることから始めます。また毎日、自らの信条にふさわしい行いをします。これには、祈りや聖文研究など、生活の中に聖霊を招く行為が含まれます。結局のところ、秘訣はキリストの愛、すなわち神の王国を築き、神の栄光にひたすら目を向けることを望む、純粋で、誠実かつ真摯な愛です。この愛は聖霊の導きがなければ得られません。

情欲を取り除くには、そのような感情を取り除き、代わりに慈愛を授けてくださるよう心から願い求めなければなりません（モロナイ 7：48 参照）。全ての悔い改めと同じく、これも、イエス・キリストの贖罪の恵みを通して可能になります。<sup>7</sup> イエス・キリストのおかげで、イエス・キリストと天の

御父がわたしたちを愛してくださるように愛するということを学ぶことができます。

天の御父に絶えず心に向けるならば、第一と第二の戒めに従って生活していることになります（マタイ 22：36－39 参照）。すなわち神を愛し、自分を愛していることになるのです。そして、イエス・キリストが教えられたような生活を送るためにできることを全て行うとき、純粋で偽りのない動機によって生活がどんどん変わっていきます。自分の思いを天の御父の御心に一致させるとき、情欲の誘惑も影響力も消え去り、キリストの純粋な愛がそれに代わるのです。そのとき、わたしたちは、神の愛に満たされます。この愛は、この世の卑しい欲望を、神の王国を築くという立派な望みに変えてくれます。■

### 注

1. ダリン・H・オークス「真の幸福と憐れみ」『リアホナ』1992 年 1 月号、81－84；トーマス・S・モンソン、「Finishers Wanted,」*Ensign*, 1972 年 7 月号、69 参照
2. 少しだけ例を挙げると、教義と聖約 88：121；スベンサー・W・キンボール「キンボール大管長、道徳について語る」『聖徒の道』1981 年 4 月号、178－187；ニール・A・マックスウェル「第 7 の戒め——盾」『リアホナ』2002 年 1 月号、90－93；ラッセル・M・ネルソン「知恵はどこにあるのか」『リアホナ』1993 年 1 月号、5－8。情欲を戒める他の聖文に関しては、『聖句ガイド』にある以下のテーマを調べる——「姦淫」「純潔」「性的不道徳」「同性愛」「肉欲」「不貞」「むさぼる」「欲望」
3. ジェフリー・R・ホランド「わたしの敵に場所を与えてはならない」『リアホナ』2010 年 5 月号、44 参照
4. このテーマに関して詳しくは、ダリン・H・オークス「ボルノグラフィーのわなから抜け出す」『リアホナ』2015 年 10 月号、50 参照
5. リチャード・G・スコット「正しい選択をする」『聖徒の道』1995 年 1 月号、43
6. ダリン・H・オークス「望み」『リアホナ』2011 年 5 月号、42
7. 例えば、D・トッド・クリストファーソン「悔い改めという神の賜物」『リアホナ』2011 年 11 月号、38－41 参照

### 清い生活を送るための 5 つの提案

ジェフリー・R・ホランド長老は、清い生活を取り戻し、維持する方法を 5 つ提案しています。

1. 自分を害する人や物や環境から遠ざかる。
2. 助けを求める。
3. 自制心を養い、行使し、悪い影響を排除する。
4. みだらな思いは、希望に満ちた考えや楽しい記憶と入れ替える。
5. 主の御霊が宿る場所を整え、その中で過ごす。

「わたしの敵に場所を与えてはならない」  
『リアホナ』2010 年 5 月号、44－46 より





# ヨルダンの向こうで 仕える

あるいはどこであれ、主が必要とされるところで

教会機関誌、パブリッシングサービス部  
R・バル・ジョンソンおよび  
レイチェル・コールマン

**切** 実な必要に迫られていました。  
2013年初頭、中東のヨルダンに  
あるザータリ難民キャンプで麻疹<sup>はしか</sup>  
が5件、発生したのです。10万人以上のシリア  
難民が密集して生活しており、伝染力の強いこ  
の危険なウイルスに感染する危険にさらされて  
いました。ヨルダン政府は、この病気の拡大を  
防ぐために、大々的な予防接種キャンペーン  
を計画しました。生後6か月から30歳まで  
の、少なくとも9万人のシリア難民に予防接種  
をするという計画です

しかし、問題が一つありました。国際連合  
児童基金（ユニセフ）には血清がありました  
し、ヨルダン厚生省には診療所もありました  
が、注射器や手術用器具の容器、血清冷却器  
など、低温のまま運ばなければならない器具  
がなく、一刻を争う状況でした。<sup>1</sup>

そのような状況の下で、福祉宣教師であっ  
たロン・ハモンドとサンディ・ハモンドは、  
LDS 慈善事業団のヨルダン国別ディレクター  
として奉仕し始めました。ロンとサンディは  
既にユニセフおよびヨルダン厚生省と交流が  
あったので、LDS 慈善事業団にどのような  
援助ができるか見極めるために、これらの  
組織間における協力に加わりました。

ロンはこう言っています。「わたしたちは低温

のまま運ばなければならない器具の購入費に  
ついて尋ねました。費用を知らされ、『LDS  
慈善事業団は援助ができると思う』と答え  
ました。こう言われました。『どれくらい早く？  
迅速な対応が必要です!』

それから20時間以内に、LDS 慈善事業団  
は必要な低温のまま運ばなければならない  
器具の購入を承認しました。「厚生省とユニ  
セフにその旨を通知すると、感嘆の声が上がり  
ました」とロンは言います。どうして一 NGO  
〔非営利組織〕がそれほど早く対応できたの  
でしょうか。予防接種キャンペーンは、スケ  
ジュールどおりに進んだだけでなく、大勢の  
ヨルダン人やシリア避難民に予防接種を施す  
国家的キャンペーンのきっかけともなりました。

危機は回避されました。

加えて、ユニセフ、ヨルダン厚生省、LDS  
慈善事業団が建設的な連携をとったことで、



9万人のシリア難民に対する予防接種を援助した  
LDS 慈善事業団。





この三者間における将来的な協力関係の可能性が生まれました。

ロンとサンディが中東におけるそのまさに重大なときに着任したことは、彼らの信仰と、教会の夫婦宣教師プログラムを支える靈感の証です。

### 必要とされている——夫婦宣教師

2012 年、ハモンド夫妻は、アイダホ州レックスバーク神殿で儀式執行者として奉仕していました。ロンは歯科医として成功を収め、ブリガム・ヤング大学アイダホ校の宗教学部で教鞭<sup>きょうべん</sup>を執っていました。しかし、即座に書類を提出して伝道に出るべきだという否定しようなない霊的印象を受けたことから、平穏で決まりきった二人の生活は突然変わりました。そのタイミングに二人は驚きました。結婚している子供たちは、転職や転勤のさまざまな段階にいて、ロンはまだ退職について考えていませんでした。しかし、自分たちは必要とされており、全てはうまくいくだろうという確信<sup>みたま</sup>を御霊が与えてくれました。

後で分かったことですが、ヨルダンのアンマンで LDS 慈善事業団の国別ディレクターとして奉仕してくれるふさわしい夫婦が見つかるよう、教会本部の神権指導者は断食して祈っていたのです。

サンディはこう言っています。「主が事前に、わたしたちのための特別な割り当てを細部にわたって準備しておられたのは実に明らかでした。わたしたちは、奉仕する全ての宣教師について、主が同様のことを行っておられることを知っています。救い主は、宣教師が任地へ到着する前に、その宣教師が奉仕できるようさまざまなことを手配しておられます。このことを知ると慰められます。」

### あなたの人生の 6 か月、12 か月、18 か月または 23 か月を最善のものとする方法

**夫**婦は、状況に応じて、6 か月、12 か月、18 か月、あるいは 23 か月の伝道に出ることができます。

加えて、伝道における最大の出費、すなわち家賃の支払いは楽になりました。アメリカ合衆国、カナダ、西ヨーロッパ、日本、オーストラ

アンマン、ヨルダン



ロンはこう述べています。「今にして思えば、どこで奉仕したいか、特にこれといってこだわりがなかったことに感謝しています。そのようなことは主の御手<sup>みで</sup>にお任せしていました。おかげであれこれこだわっていたらできなかったような経験を主から与えられました。」

そのような経験の中には、ヨルダン王室と協力し、彼らが興味を抱いた人道支援プロジェクトに取り組んだことも含まれています。ハモンド夫妻は、地元の病院や診療所と連携を取り、ヨルダンの医療職員を対象として新生児<sup>せうせい</sup>蘇生救命技術に関する訓練を行いました。その結果、新生児の死亡率が著しく減少しました。彼らと他の夫婦宣教師の働きを通して、LDS 慈善事業団は、眼科診療所と身体障がい者に奉仕する組織に対し、訓練と備品を提供しました。ハモンド夫妻や他の福祉宣教師が支援した組織の中には、身体的な障がいの

リアから伝道に出る夫婦については、家賃の支払い限度が 1,400 米ドルになったのです。これ以外の国から伝道に出る夫婦は支払いの可能な額を納めます。

伝道の申請に関する情報を求めている方、伝道に出ることで人生最良の時を過ごした夫婦の話をもっと読みたい方は、[lds.org/callings/missionary/senior](https://lds.org/callings/missionary/senior) にアクセスしてください。



ある女性に、特殊衣料品や工芸品のデザインならびに作り方を教える施設があります。こうした技術を学んだ人たちは、自分自身と家族の生活を向上させることができました。

他のプロジェクトとしては、NGO やヨルダン政府とともに、緊急時の対応に取り組んだり、ブリガム・ヤング大学留学のために年2回行われる奨学金の一つを受けるヨルダンの生徒を審査したり、といった活動が挙げられます。ハモンド夫妻にとって最もやりがいのあった事業は、ラテンカトリック教会と協力して、集会所がないイラクのキリスト教徒のために、教室を作ったことです。

### 主のぶどう園で主とともに

ヨルダン滞在中、ハモンド夫妻は、主に仕える者にとって主の約束がいかに成就しているかを知りました。「わたしはあなたがたに先立って行こう。わたしはあなたがたの右にあり、また左にいる。わたしの御霊はあなたがたの心の中にある。また、わたしの天使たちはあなたがたの周囲にいて、あなたがたを支えるであろう。」(教義と聖約 84:88)

「主はこの業に携わ<sup>しもべ</sup>っておられます」とロンは言います。「主はぶどう園でその僕たちとともに働かれます。伝道に



ロン・ハモンドとサンディ・ハモンドおよび他の人道支援宣教師たちはヨルダンの王室と協力し、新生児の死亡率を減少させた。

出る夫婦は皆、ぶどう園で働くときには、ぶどう園の主人である主と一緒に働くのです。わたしたちはヨルダンで奇跡が起こることを信じているだけではありません。実際に経験したのです。」

紛れもなく、ハモンド夫妻が自分たちの「周囲にい〔る〕」と感じた天使たちの中には天に属する天使もいましたが、この地上に属する天使、特に、我が家をはるか遠く離れて奉仕するという自分たちの決意を支持してくれた子供たちも含まれていたのです。

結果的に、彼らの家族は、主の守りと力ある支えによって祝福を受けました。子供たちは転職や転勤に関する重大な決断を下し、出産を控えた子供は出生時の合併症の可能性を指摘されて恐れていたにもかかわらず、子供たちが主に頼り、協議し合い、互いのために祈り、断食した結果、大事には至らなかったのです。

子供たちが受けた祝福があまりにも大きなものだったため、ハモンド兄弟姉妹が伝道の任期を2年から3年に延長するよう勧められたときにも、子供たち全員が異口同音に熱烈な励ましの言葉を贈ってくれたほどです。子供たちは、両親の奉仕に対する直接の結果として、主が自分たちのために何か特別なことをしてくださっていると感じたのです。

それでもハモンド家が感じた別離の悲しみは犠牲でした。愛する者が地球の反対側にいるのは堪えがたいことだったのです。しかし、昔に比べれば、それほど大変なことではありません。科学技術の発展により、家族として必要な限り、お互いの生活に関わることができるようになったからです。サンディはこう言います。「夫婦で伝道に出ても、家族と連絡が取れなくなることはありません。わたしたちは子供たちの家族と頻繁に連絡を取り合っています。フェイスタイム(FaceTime)や電子メールがあるので、伝道中に生まれた4人の新しい孫もわたしたちのことが分かりましたし、帰還したときには温かく歓迎してくれました。」

### 目と心を開く

ハモンド夫妻は奉仕を通じて多くの祝福を得たと感じていますが、その一つは、ヨルダンの人々の心の広さと友好的な態度に驚かされたことです。ハモンド夫妻は、召しを受けたとき、これから仕える人々がどんな人たちなのかよく分からず不安を抱いていました。

ロンはこう言います。「しかし、イスラム教徒の友人たちは





夫婦宣教師になることを希望する人たちの不安の一つは、人生の大切なときに子供や孫のそばにいられないことです。ハモンド夫妻は、主は驚くべき方法で、奉仕する夫婦の家族を祝福してくださいということと、科学技術の発展によって、たとえ遠く離れた異国の地にあっても、家族と密接な関係が維持できることを知りました。

穏やかで心が広いことが分かりました。わたしたちの身に危険が迫っていることが分かれば、どんなことをしてでも守ってくれるような人たちなのです。

彼らは驚くべき慈愛の持ち主です。ヨルダン人は、助けることのできる人がいると、何もしないではられません。彼らはダビデの時代からずっと避難民を喜んで受け入れてきました。聖書のあちこちで『ヨルダンの向こう』という言葉が出てきます。わたしたちは、『ヨルダンの向こう』に行く書類にサインしたとき、歴史的な思い入れの深いこの国で、慈善奉仕を行うことを認めたのです。何世紀にもわたって、ヨルダンは慈愛にあふれる民の住む所であり、その慈愛のゆえに、主はそこに住む人々を祝福してられました。」

ヨルダンの人々と密接に連絡を取り合いながら仕事をするので、ハモンド夫妻は彼らに対する深い友情を育むことができました。「通例のラマダン〔断食〕明けの食事であるイフタルに招待されたことも何度かあります」とサンディは言います。「イスラム教徒の友人たちは、わたしたちを婚約パーティーや結婚式、その他の家族的な行事にも招待してくれました。」

教会はヨルダンや、法律で禁じられている場所では伝道しませんし、イスラム教徒のバプテスマを許可していません。ですから、ハモンド夫妻は、教会の情報を伝えることがありません。その代わり、例えば、王室や地元の人道支援パート

ナー、自分たちとともに奉仕している他の夫婦宣教師、宗教指導者および政府指導者との関係を築き、維持することに力を注ぎました。教会について詳しいことを尋ねられると、ハモンド夫妻は、LDS.org にアクセスするよう勧めました。

## 奉仕の召し

ロンとサンディのすばらしい経験について考えてみてください。彼らは自分たちのことを、奉仕に召される夫婦、または召されるかもしれない夫婦の中で何か特別な例だと感じているのでしょうか。

特別な例であり、そうでないとも言えます。「わたしたちは、主が特定の技術や人生経験のある夫婦を必要とされるのなら、いつでも、またどこでも奉仕しました」とハモンド夫妻は言います。「でも、どの宣教師でも、それは同じです。」伝道に出る能力のある全ての夫婦は、自分たちにとって特別な方法で奉仕するための備えができています。彼らに必要なのは主が必要としておられるところに行くに十分な信仰を行使することだけです。そうするとき、主は彼らを使って、他の人たちの生活に影響をお与えになります。

十二使徒定員会のロバート・D・ヘイルズ長老は次のように言っています。「夫婦は変化をもたらすことができます。夫婦は、他の誰もできないすばらしいことを成し遂げることができます。……

……夫婦が奉仕できる方法は事実上無数にあります。伝道本部での援助、指導者訓練から家族歴史、神殿の業、そして人道的救援活動まで、主が皆さんに与えられた、ほとんど全ての特技や才能を用いる機会があります。……

……皆さんは人生の中で多くを受けてられました。どうぞ出て行き、ただで与え、わたしたちの主、救い主のために務めてください。信仰を持ってください。主は、皆さんがどこで必要とされているかを御存じです。兄弟姉妹、この必要は甚大です。しかし、働き手はきわめて少ないのです。」<sup>2</sup> ■

注

1. "Mass Vaccination Campaigns in Syria, Jordan, Lebanon, Iraq and Turkey Amid Measles Outbreaks," 2013 年 4 月 30 日, [unicef.org](http://unicef.org) 参照
2. ロバート・D・ヘイルズ「夫婦宣教師——奉仕の時」『リアホナ』2001 年 7 月号, 30, 31



## あわ 憐れみを乞う

**工** ストニアで隣町へ行く途中、物乞いをしている男性を見かけました。驚いたことに、10年前にその町で宣教師として奉仕したときに見かけた男性であることに気づきました。彼は昔と変わらず、ペットボトルを入れた大きな袋を持っていました。それをリサイクルに持って行きお金を受け取るためです。小銭がないかといつも聞かれたのを思い出しました。お金を渡すと、もっとないかと聞いてくるのです。

わたしは彼を見て驚きました。10年たっても、彼は変わっていません。少し白髪が増えましたが、来る日も来る日も物乞いをしながら同じ生活を送っていたようでした。その間に自分が過ごしてきたすばらしい10年間について考えました。神殿で結婚し、教育を

受け、良い仕事を見つけ、健康に恵まれました。

もう二度と会わないかもしれないので、その男性に何かあげた方がよいと感じました。唯一の問題は、あげたい金額よりも高額のお札しかないことでした。わたしは自分の選択肢に顔をしかめました。何もあげないか、あげたいと思う金額より多くあげるか、どちらかです。わたしには大きな痛手ではないし、その男性も助かるだろうと考えて、男性にお金を渡しました。

2日後、わたしは似たような状況に陥っていました。今度はわたしが憐れみを乞う立場でした。大事な奨学金の申し込みの締め切りを間違えてしまったのです。2週間早く提出したと思っていたのですが、日付を再確認し

たときに締め切りより1日遅れていたことが分かり、わたしは青ざめました。

奨学金の合計金額は物乞いに渡した金額のちょうど100倍で、この皮肉な成り行きを偶然とは思えませんでした。わたしは天の御父に祈り、大学の役員に電子メールを送信し、憐れみを乞いました。大学側は、申請書を受理するが、提出が遅れたことは記載しておくと言いました。

わたしの祈りはかなえられ、奨学金を受ける祝福にあずかりました。そのおかげで、妻とわたしは随分助かりました。しかし、何よりも、この経験から貴重な教訓を学びました。わたしたちは皆、神の前では物乞いではないでしょうか（モーサヤ4：19 参照）。■  
マシュー・クランドル（エストニア、ハリユ）

**工** ストニアで隣町へ行く途中、物乞いをしている男性を見かけました。驚いたことに、10年前にその町で宣教師として奉仕したときに見かけた男性であることに気づきました。



## ダン夫妻 という名の 天使

ある日、テレビを見ていると、母から電話がかかってきました。母の兄で、92歳になるフロイドおじさんと妻のミリーがインフルエンザにかかっていて、家に食べ物がないということでした。二人とも具合が悪くて、店に行っても買い物をすることはできません。フロイドおじさんとミリーおばさんは近くに住んでいる家族がおらず、助けてくれる人が誰もいませんでした。

母はわたしに、助けられないかしらと相談してきました。わたしは母方の家族で唯一の教会員で、以前にも助けに行っていたと言われたことがあります。問題は、わたしがアメリカ合衆国のユタ州に住んでいて、おじとおばはカリフォルニア州ヘメットに住んでいるということでした。

わたしは母に、どうしたらよいか少し考える時間が欲しいと言いました。ヘメットの近くに住んでいる友人がいたので、彼女に電話をかけて、ヘメットに知り合いはいないか聞きました。友人は、カリフォルニア州レッドランズ神殿で一緒に奉仕しているダン姉妹を紹介してくれました。ダン姉妹は現地で扶助協会会長をしていました。

ダン姉妹が電話に出ると、わたしはこう話し始めました。「ダン姉妹、こんにちは。わたしを御存じないと思いますが、ナンシー・リトルと申します。ユタに住んでいます。わたしは教会員



ダン姉妹は夫と一緒に、おじとおばの家に食べ物を届けると言いました。

ですが、ヘメットに住むおじとおばは会員ではありません。彼らの体調が悪く、家に食べ物がありません。」おじたちが住んでいる場所をダン姉妹に伝えました。ダン姉妹の家から遠い場所でした。わたしはおじたちの近くに食事を配達してくれるレストランの情報だけもらえたらと説明しました。

ところが、ダン姉妹は夫と一緒に、おじとおばの家に食べ物を届けると言いました。ちょうど手作りスープとパンがあり、ダン姉妹の母親がクッキーを焼いたところでした。わたしは断ろうとしましたが、ダン姉妹は聞き入れませんでした。

数時間後、ダン姉妹から電話があり、

万事無事であると報告してくれました。後で、母が電話をしてきて、フロイドおじさんがダン夫妻の訪問について何と言ったか教えてくれました。おじはこう言ったそうです。「ダン夫妻という名の天使が家に來たんだ。両腕いっぱい食べ物を持って来てくれた。果物、野菜、手作りスープ、パン、クッキー。今までで一番うまいクッキーだったよ。」ダン夫妻はおじを訪問し、必要を満たせるように助けてくれました。それから、ダン兄弟は、体が弱く、アルツハイマーを患っているミリーおばさんをベッドからキッチン椅子へ運び、ダン姉妹が食事を食べさせたそうです。

この出来事について電話で母に報告したとき、フロイドおじさんはすすり泣いていました。あれほど優しく、思いやりのある人たちに会ったことがない、と言いました。そして母に、わたしがユタに住んで、「ああいうモルモンの人たち」に囲まれていることは幸運なことだと話しました。

訪問から4日後、フロイドおじさんは自宅の郵便受けまで歩く途中、足を滑らせて転倒しました。頭を強く打ち、その4日後に亡くなりました。訪問看護師を除いて、おじが亡くなる前に最後に会った人々はダン兄弟姉妹でした。

何百キロも離れた場所に住む扶助協会の姉妹の、キリストのような模範に感謝しています。まだ会ったことのないその姉妹は、わたしのおじとおばを助けてくれました。■

ナンシー・リトル(アメリカ合衆国、ユタ州)



## 家族歴史の時季

—— 人の幼い娘を育てているわたしは、したいと思っても今はそれをする「時季」ではないので参加できない、としばしば自分に言い訳してきました。その一つが家族歴史活動でした。

過去に安息日の楽しい活動として索引作成に参加したことはありましたが、今は家族歴史活動を楽しむ時間も知識もないと言い訳をしている自分がいました。

数か月前のある早朝、神殿の中で椅子に座っていると、わたしの心は変わりました。わたしは神殿カードに書かれている、亡くなった人々の名前を眺めながら、彼らが身代わりで行われた神殿儀式を受け入れるように祈っていました。そんなとき、ふとこう考えました。「これが自分の先祖だったら、どんなにすばらしいかしら。彼らのための儀式をしたいわ。」すると、御霊はわたしに、そう望むなら、主はわたしが家族歴史活動を、それも安息日にできるよう助けてくださると

伝えました。主は、御自身の目的を成し遂げるための時間と知識をわたしが見いだせるよう、助けてくださるのです。

その週の日曜日、わたしは家に帰って FamilySearch.org にログインしました。先祖の名前を見たとき、わたしの目から涙があふれました。先祖とのきずながより強くなりました。先祖を愛する思いをさらに高めてくれたのは、最近祖母が追加した個人の写真と文書で、わたしにとっては親族が生き返ったようでした。2歳の娘と一緒に作業を行うことに喜びを感じました。娘は写真で、曾祖父と、高祖母の母親の顔と名前を覚えました。十二使徒定員会会長のラッセル・M・ネルソン会長が語った言葉と同じ気持ちになりました。「安息日は家族のきずなを強めるすばらしい機会です。

結局、神は、御自分の子供

であるわたしたち一人一人がエンダウメントを受けた聖徒として、神殿で家族として先祖や子孫と結び固められ、御自分のもとに帰って来るように望んでおられるのです。」(「安息日は喜びの日」『リアホナ』2015年5月号, 130)

最初の経験があってから、ずっと安息日に家族歴史活動を行い続けています。恵まれて、亡くなった数人の親族のために神殿の業を行うことができました。特に際立った祝福は、親族について知り、同じ信仰を持たない祖父母と一層親密な関係を築けたことです。この経験から、永遠の家族の鎖をつなぐ強い環となれるよう、自分が交わした聖約を守って終わりまで堪え忍ぼうという決意が強くなりました。

することはまだたくさんありますが、主の業を、特に主の日に行えるよう、わたしの能力を高めてくださった天の御父に感謝しています。わたしにとって、安息日は本当に喜びの日です。■

レイチェル・ルイス (アメリカ合衆国、ユタ州)



2 歳の娘と一緒に  
作業を行うことに

喜びを感じました。

娘は写真で、曾祖父と、  
高祖母の母親の顔と名前を  
覚えました。



た また司令官モロナイのフィギュアを持っていたので、それを年度末までずっとわたしのシャツのポケットに入れていました。司令官モロナイが教えてくれたことを思い出すためです。

## 司令官モロナイが、 中学校で教えるのを助けてくれました

わたしは13歳と14歳を教える教師として、難しい一年のただ中にいました。最近実施された評価について副校長と話し合う、ストレスのたまる面談を終えて帰宅したところでした。新任教師で、ほとんどの授業の教材を作る必要があったわたしは、生徒たちに課題を行わせ、絶えず彼らの興味を引こうと苦戦していました。要するに、面談の最後に言われたのは、課題に取り組むか、怒られるかという二つの選択肢のどちらかを生徒に選ばせ、警告は必ず実行するということでした。

面談を終えたとき、わたしは落ち込み、圧倒されていました。翌日、聖典学習をする際に、その日は例の面談について考えながら読もうと決めました。驚いたことに、モルモン書を読んでいるうちに、答えが与えられました。

その朝、よりよい教師となる方法を聖文から学べるよう、祈りました。アルマ書第44章で司令官モロナイについて読んだとき、聖霊がわたしを教えてくださいました。物語のこの部分で、司令官モロナイとニーファイの民はシドン川でレーマン人を取り囲み、レーマン人が武器を捨てるほど恐れ

させました。わたしは続きを読みながら、自分も教室で司令官モロナイのように堂々と立ち、自信にあふれ、成功を収めたいと思いました。

会話を読むと、モロナイがゼラヘムナとレーマン人に、どちらかを選びなさいと命じていました。「我々に武器を引き渡せ。……もしおまえたちが去って、再び攻めて来ないのであれば、命を助けてやろう。……もしそうしないのであれば、……わたしは兵に命じて攻撃させ……るであろう。」（アルマ44：6，7）上司がわたしに与えた指示を、モロナイが実行していることに気づきました。「二つの選択肢を与えて、それに応じて対処しなさい」と副校長は言いました。そのことを考えながら、わたしはモロナイの「さあ、戦いの決着をつけよう」というモットーを取り入れることにしました（アルマ44：10）。

わたしの英雄の一人に関する聖典の話から学んだ原則を武器に、わたしは自分の戦略に自信を持ちながらクラスに行きました。たまたま司令官モロナイのフィギュア（人形）を持っていたので、それを年度末までずっとわたしのシャツのポケットに入れていました。司令官モロナイが中学の教室を管理する方法を教えてくれたことを思い出すためです。生徒たちに二つの選択肢を与えると、彼らの態度は良くなり、課題も行い、わたしたちの関係も良くなりました。年度が終わり、まだ大変でしたが、祈りがこたえられ、聖文の力があったおかげで、わたしは「戦いの決着をつけ」ることができました。■  
ベン・フロイド（アメリカ合衆国、ワシントン州）



## エマのために断食して祈る

セシル・ノラング

娘が窓から外に落ちたとき、最も恐れていたことが起きたと思いました。

わたしたち家族は、素晴らしい休暇から戻ったところでした。夕食の後、4歳のマークスと3歳のエマの二人の子供を4階のアパートの上階の寝室で遊ばせていました。デンマークでは、窓は<sup>よろい</sup>鎧戸のように外側に開きます。いつもは窓に鍵を掛けているのですが、休暇旅行中は換気のために窓を少し開けたままにしていました。

皿を洗っていると、突然、何かとんでもないことが起きたように感じました。わたしが居間に駆け込んだとき、マークスが階段を走って下りて来ました。彼は恐怖で叫び声を上げながら、エマが窓から落ちたと言いました。その窓からセメントの歩道まで約12メートルあります。わたしは何度も大声でエマの名前を呼びながら階段を駆け下りました。小さな娘がセメントの上で命が絶えたかのように横たわっているのが見えました。エマのぐったりした体を抱き上げたとき、最も恐れていたことが本当に起こってしまったと思いました。わたしを追って外に出てきた夫は、娘を腕に抱き、すぐに神権の祝福を授けました。

すぐに救急車が来ました。救急救命士がエマに処置を施している間、マークスとわたしは祈りました。わたしたちは急いで救急車に乗り込み、病院に向かいました。

程なくして、集中治療室にいるわたしたちの力になろうと、家族もやって来ました。マークスは

いとこたちと家に帰り、エマの状態が分からないまま、夫とわたしはあとに残っていました。

随分長い間待ったと思った頃、ようやく医師の一人がやって来て、事故の詳しい様子を尋ねました。医師が言うには、通常あの高さから落ちると内臓の損傷により、助かる見込みは非常に少ないということでした。エマの骨盤は折れ、脳震とうをを起こしていましたが、それ以外は、体の表面の擦り傷だけでした。医師は天使が娘を受け止めたに違いないと言いました。

エマが一命を取り留めたのは奇跡的なことでしたが、頭部外傷のために依然として意識不明の状態でした。夫と二人の親しい友人がエマに再び神権の儀式を施しました。その祝福の中で、エマは何の後遺症もなく完全に快復し、この経験が人生に役立つものとなるという約束を受けました。わたしは神権の力に心から感謝しました。わたしが夜を徹して願ったことは全て聞き届けられました。

4日後、エマは昏睡<sup>こんすい</sup>状態から脱しました。その4日間、友人や教会の会員や他の人々がエマのために断食して祈ってくれました。信仰深い聖徒の祈りがわたしを包み囲み、家族とわたしを強めてくれていると感じました。天の御父がその腕でわたしを抱き、わたしを慰めて満たしてくださっているかのように感じました。



Y-X-3 © ISTOCK/THINKSTOCK



ステーキでは1日断食の日を設け、その次の日に娘は目を覚ました。天の御父がわたしたちの祈りを聞いてくださり、エマが目を覚ましたのは断食の直接の結果であると信じています。その日からエマは急速に快復しました。5日後に娘は事故があつてから初めて言葉を話し、9日後に退院しました。娘は5週間車椅子で過ごし、その後理学療法を始めました。

事故から1か月ほどすると、エマを抱き上げていたことからわたしの背中に突然痛みが走りました。身体だけでなく霊的な無力感がわたしを襲いました。どうしたら娘の世話を続けることができるのだろうかと思ったのです。

ある夜、あまりにも無力であるという自責の念に押し潰されそうになりました。わたしは家の外に出て公園のベンチを見つけ、そこで1時間ほど天の御父に祈りました。人生で初めて、救い主の贖罪<sup>しよくざい</sup>が持つ圧倒するほどの奇跡的な力を感じました。わたしが抱えていた痛みと悲しみの全てが取り去られ、祈りの後、重荷の全てがわたしの肩から下ろされました。エマはまだ車椅子を使っていて、わたしも定期的に背中の治療を受けていましたが、わたしは強められ、前進することができました。

1年後、エマは普通の4歳児がするように走り、笑い、話し、考えることができるようになっていました。

わたしたちは知っています。愛にあふれる御父が天におられ、わたしたちを気遣い、わたしたちを個人的に知っておられることを。天の御父は、わたしたちがどのような問題に遭遇するかを御存じです。天の御父が、祈りと断食と神権の祝福を通して奇跡を行われることを、わたしは決して疑うことはありませんでしよう。

■  
著者はデンマークの首都圏に在住。



### わたしたちは 試練にどのように 反応するでしょうか

「わたしたちの人生で困難なことが起きるとき、わたしたちはまずどのような反応をするでしょうか。混乱し、疑いを持ち、霊性が下がるでしょうか。信仰に対して予期せぬ衝撃を受けるでしょうか。わたしたちの状況を神や他の人のせいにするでしょうか。それともわたしたちの最初の反応は、……自分が愛に満ちた神の子供であることを忘れないものでしょうか。それは、わたしたちが主のようになり、永遠の受け継ぎを得るために、苦しみが精錬する炎のようにわたしたちを祝福することを主が御存じなので、主がこの世の苦しみのいくばくかをわたしたちに与えられたという絶対的な信頼につながるものでしょうか。」

七十人会長会  
ドナルド・L・ホールストロム長老  
「神の子です」  
『リアホナ』2016年5月号, 27





十二使徒定員会会長  
ラッセル・M・  
ネルソン会長

# 本物のミレニアル世代 として立つ

**皆**さんはよく「ミレニアル世代」〔訳注——1980年代から2000年代初頭頃に生まれた世代〕と呼ばれます。研究者がこの名で皆さんを呼び、皆さんに関する研究結果を発表する際、つまり皆さんの好き嫌いや、感情、傾向、長所や短所について述べるときに、わたしは違和感を覚えます。彼らのミレニアル世代という言葉の使い方が気になるのです。正直なところ、わたしは専門家の意見よりも、皆さんについて主が教えてくださったことに関心があります。

皆さんについて祈り、主が皆さんについてどう思っておられるかを尋ねるときに、研究者の意見とはまったく異なる気持ちを感じます。皆さんについて受けた靈感を通して、わたしはミレニアル世代という言葉は皆さんにぴったりだと思うようになりました。

ただしその理由は、専門家のこれまでの理解とは大きく異なります。

「ミレニアル世代」という呼び名は、もしその言葉が、皆さんに自分が本当は何者か、そして人生の本当の目的は何かを思い起こさせてくれるならば、皆さんにぴったりです。本物のミレニアル世代とは、イエス・キリストの福音を前世で教えられ、教え、この地上で勇気ある事柄、実に道徳的に勇気ある事柄さえも行うと、天の御父と聖約を交わした人です。

本物のミレニアル世代とは、この世の歴史上最も差し迫った神権時代に地上に送られるほど神の信頼を得ている男女です。本物のミレニアル世代とは、この世の人々をイエス・キリストの再臨と福千年の統治に備える助けをするために今生きている男女です。皆さんは生まれながらにして本物の

皆さんは、  
この世を主の再臨に備える  
助けをするという  
驚くべき業を行うよう  
神によって定められた、  
「選ばれた世代」です。

ミレニアル世代なのです。

では、本物のミレニアル世代として立ち、生活するためにはどうすればよいのでしょうか。4つのことを提案しましょう。





## 1. 自分が本当は何者かを知る

時間を取って、よく祈りながら、次のことについて考えてください――

- 皆さんは選ばれた神の息子、娘です。
- 皆さんは神にかたどって造られています。
- 皆さんは霊界で教えを受け、この末日の最後の時代に直面する事柄の全てに備えられました（教義と聖約 138:56 参照）。その教えは今なお皆さんの中に残っています。

皆さんは「11 時」に生きています。今こそ、地の四方から選民を集めるために働き人を主のぶどう園に呼び入れる最後の時であると主が宣言されたその時です（教義と聖約 33:3－6 参照）。皆さんも、働き人の一人として送られてきたのです。わたしたちは、本物のミレニアル世代が人々を真理の知識へと導くときに大きな影響力を発揮するのを何度も目にしてきました。これは、アブラハムの子孫である皆さんの固有な特性と目的の一部です（ガラテヤ 3:26－29 参照）。

数か月前、妻のウェンディとわたしは遠いシベリアですばらしい経験をしました。ある準備の日、わたしたちはグレゴリー・S・プリントン伝道部会長とサリー夫人、そして彼らの息子でロシアで伝道した帰還宣教師のサムと一緒にイルクーツクに行き、美しいバイカル湖と、その岸辺の市場を訪れました。

車に戻って来ると、サムがいないこと

に気づきました。程なくサムはバレンティナという中年の女性を連れて戻って来ました。バレンティナは母国語のロシア語で夢中になってこう叫びました。「この青年のお母さんにぜひ会いたいわ。とても礼儀正しく、知的で親切な彼のお母さんにぜひ会いたいわ。」バレンティナはサムの明るい、光輝く表情に引き付けられたのです。

サムはバレンティナを両親に紹介し、救い主についてのパンフレットを彼女に渡し、宣教師が彼女を訪問する手はずを整えました。後日宣教師がモルモン書を持って彼女のもとを訪れると、彼女はモルモン書を読むと約束しました。同じ職場で働く何人かの女性も、バレンティナがもらった新しい本に興味をそそられました。まだこ



の話の結末は知りませんが、サムから発せられる際立った光をきっかけに、バレンティナやその友人たちが福音を知るようになったのです。

本物のミレニアル世代は、サムのように、自分が何者かを知っています。彼らは、自分や人々を救い主の福千年の統治に備えるためにあらゆる機会を本能的に捉える、イエス・キリストの弟子です。

ですからまずお勧めしたいことは、自分が本当は何者かを**自分**で知ることです。自分と、自分がこの地上で果たすべき使命について天の御父がどう感じておられるかを、イエス・キリストの御名により天の御父に尋ねてください。熱心に尋ねるならば、やがて聖霊は人生を変える真理をささやいてくださるでしょう。その印象を書き留め、繰り返し確認し、そのとおりに行ってください。

天の御父がどのように自分を御覧になっているか、またあなたが天の御父のために何をするよう望んでおられるかを垣間見ることができれば、あなたの人生はきっと変わると約束します。

## 2. 不可能なことを成し遂げる心づもりをして備える

神は常に聖約の子らに難しいことを行うよう求めてこられました。皆さんは、末日の最後の時代に生きる神の聖約の息子、娘ですから、主は**皆さん**に難しいことを行うよう求められるでしょう。必ずそうなります。アブラハムの試しはアブラハムで終わってはいません（教義と聖約 101：4－5 参照）。

自分の能力をはるかに超えていると思われることを行うよう求められるときにどれほど不安になるか、わたしは知っています。スペンサー・W・キンボール大管長（1895－1985 年）が亡くなったとき、わたしは十二使徒定員会の一員になってまだ 19 か月しかたっていませんでした。エズラ・タフト・ベンソン大管長（1899－1994 年）の聖任後初めての大管長会と十二使徒定員会の集会で、ベンソン大管長は

**皆さんは備えられた人々を集める業に携わるために地上に送られたのです。わたしたちは、本物のミレニアル世代が人々を真理の知識へと導くときに大きな影響力を発揮するのを何度も目にしてきました。**

十二使徒に具体的な割り当てを与え、わたしにこう指示しました。「ネルソン長老、東欧諸国の伝道の門戸を開いてください。」

それは、1985 年のことでした。当時は、政治的に冷え切った冷戦と呼ばれる時代で、実際の壁がベルリンの町を分断していただけでなく、東欧全体も共産主義に抑圧されていました。教会は閉鎖され、宗教的な礼拝は厳しく制限されていました。

わたしは仕事上、命を救う開胸手術に多くの時間を費やしてきましたが、福音を宣べ伝えるために諸国の門戸を

開くことができると確信を持てるだけの経験は**まったくありませんでした**。それでも、預言者から割り当てを受けたので、まったく不可能と思えるようなことに取り掛かりました。

最初から、障害がわたしの前に立ちふさがりました。どこへ行けばよいのか分からないまま、ほとんどの国を訪れました。適切な政府高官の名前を見つけられたときでさえ、直前に面会を取り消されたり、延期されたりすることは珍しくありませんでした。ある国では、約束が 2 日延期され、わたしを試みるために幾つもの誘惑が意図的に仕掛けられました。例えば、闇金融などの不法行為を行うよう誘うわななどです。別のときには、面会が始まるや否や、**即刻**立ち去るよう求められたこともありました。

しかし、主は御自身の業を行うことがおできになります（2 ニーファイ 27：20－21 参照）。わたしは次々と奇跡が起こるのを目の当たりにする特権にあずかりました。それは常に、最善を尽くして考え、勇気をもって取り組み、成し遂げられるよう祈った後で初めて実現しました。

ベルリンの壁が崩壊する前に、幾つかの国から教会の承認が下りました。他の国からの承認もそれに続きました。そして 1992 年に東欧の全ての国で教会が設立されたとベンソン大管長に報告することができたのです。

主が頼りにしておられる本物のミレニアル世代の**皆さん**は、歴史を作る人々たちです。皆さんは困難な割り当てを受けて主の御手に使われる者となる



よう求められるでしょう。そして、主は皆さんに不可能と思えることを成し遂げる力を与えてくださいます。

どのように不可能なことを成し遂げるのでしょうか。イエス・キリストを信じる信仰を強めるために必要なことは何でも行います。そのために、回復された主の教会で教えられる教義についての理解を深め、絶えず真理を求めます。純粋な教義に根差した本物のミレニアル世代の皆さんは、不可能なことを行うよう求められたときには、信仰をもって粘り強く前進し、主の目的を達成するために自分にできる限りのことを喜んで行うのです（教義と聖約123：17 参照）。

意気消沈してしまうこともあるでしょう。ですから、諦めない勇氣を持てるように祈り求めましょう。皆さんにはその力が必要です。なぜなら、末日聖徒であることは、人々の支持を得られなくなってきているからです。残念ながら、友人だと思っていた人から裏切られることもあるでしょう。不公平としか思えないことも生じるでしょう。

しかし、イエス・キリストに従うならば、平安や真の喜びを保つことができると約束します。自分が交わした聖約をさらに厳密に守るならば、また教会と今日地上にある神の王国を擁護するならば、主は不可能なことを成し遂げるための力と知恵を皆さんに授けてくださるでしょう。

### 3. 天の力を受ける方法を学ぶ

誰しも疑問を持っています。真理を学び、理解し、認識することは、現世

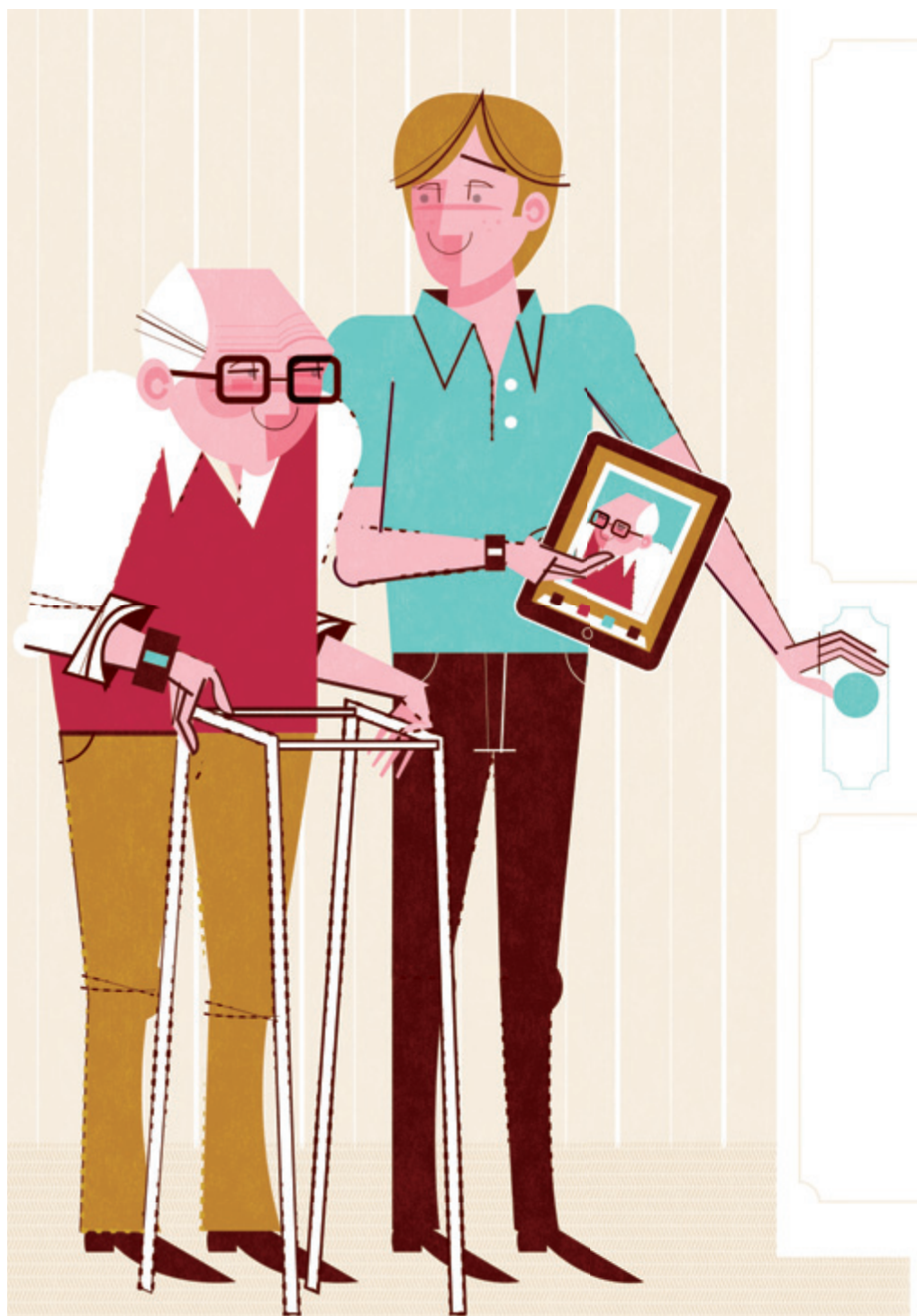
の経験の重要な部分です。わたしは人生の多くを研究に費やしてきました。皆さんも、靈感を受けた質問を尋ねることにより最もよく学ぶことができるでしょう。

今まさに、皆さんの中にはどのような人生を送ればよいか悩んでいる人がいるでしょう。自分の罪が赦されたのか分からない人もいるかもしれま

せん。また、皆さんの多くは、永遠の伴侶がどこの誰だろうと考えているでしょう。そうでない人はそうすべきです。

教会が行っていることの理由が分からない人もいるかもしれません。祈りの答えを得る方法をよく知らない人も大勢いるでしょう。

天の御父と御子は、聖霊の働きを



通して皆さんの疑問にこたえる用意ができておられます。しかし、その答えを受けるふさわしさを身につけ、答えを得る方法を学ぶのは皆さん自身です。

では、何から始めればよいのでしょうか。まず、聖なる場所でもっと時間を過ごしてください。神殿は聖なる場所です。毎週日曜日に聖餐の聖約を新たに交わす礼拝堂もそうです。また、アパートや寮、家庭、部屋を聖なる場所として、妨げとなる世の闇から逃れることのできる安全な場にしてください。

祈りは鍵です。何をやめるべきか、何を始めるべきかが分かるよう祈ってください。御霊と豊かに交わるために、自分の環境に何を加え、何を取り除くべきか祈ってください。

識別の賜物を主に願ひ求めてください。それから、その賜物を受けるにふさわしくなれるよう生活し、取り組んでください。そうすれば、世の中で複雑な出来事が起こっても、真理とそうでないものをはっきりと知ることができるでしょう（2ニーファイ 31:13 参照）。

愛をもって奉仕しましょう。道に迷っている人や、霊に傷を負っている人に愛に満ちた奉仕をすることで心が開かれ、個人の啓示を受けることができるようになります。

今よりずっと多くの時間を、御霊のある場で過ごしましょう。つまり、御霊を伴侶としたいと願う友人とさらに多くの時間を過ごすということです。また、ひざまずいて祈り、聖文を読み、家族歴史に取り組み、神殿に参入するためにもっと時間を費やすということです。

自分の時間を常に惜しみなく主にささげるときに、主は残りの時間を豊かにしてください。約束します。

わたしたちは、預言者、聖見者、啓示者として聖任された15人の男性を支持しています。問題が日々複雑化する中、厄介な問題が生じると、この15人はその問題と格闘し、さまざまな解決策が及ぼすあらゆる影響について検討し、耳を澄まして主の声を聞こうと努めます。断食と祈り、研究、

皆さんは  
困難な割り当てを受けて  
主の御手に使われる者  
となるよう  
求められるでしょう。  
そして、主は皆さんに  
不可能と思えることを  
成し遂げる力を  
与えてくださいます。

熟考、重大な事項に関する幹部との協議の末、夜中に目が覚めて懸案事項についてさらに印象を受けることも珍しくありません。他の幹部も同様の経験をしています。

大管長会と十二使徒定員会は協議し、主の導きにより個人または全体として理解し、感じた事柄を全て伝え合います。すると主は、主の御心に宣言するよう大管長会を促されます。

この預言のプロセスは、2012年に宣教師の最低年齢が変更されたときや、さらには最近幾つかの国で同性婚が合法化されたのに伴って教会手引き

に変更が加えられた際に、実現しました。あらゆる人、特に子供たちに対する思いやりに満たされて、わたしたちはこの件について主の御心を知ることができるようじっくりと取り組みました。

神の救いの計画と、神がその子供たち一人一人に永遠の命を受けてほしいと望んでおられることを常に念頭に置きながら、起こり得るさまざまな筋書きを、順序や組み合わせを入れ替えながら検討しました。何度も神殿に集まり、断食し、祈り、さらに導きと靈感を求めました。その後、主が主の心と思いを宣言するよう預言者トーマス・S・モンソン大管長に靈感を与えられ、わたしたち一人一人がその神聖な瞬間に霊的な確認を受けたと感じました。使徒として、モンソン大管長が受けた啓示を支持できることは特権でした。主から主の僕への啓示は神聖なプロセスです。個人の啓示を受けられる皆さんの特権もまた同様です。

愛する兄弟姉妹の皆さん、使徒が教会に関する主の御心と思いを知ることができるのと同様に、皆さんも自分自身の人生について知ることができます。主は、使徒たちだけでなく皆さんにも、求め、深く考え、断食し、祈り、研究し、自分の疑問を解決するよう求めておられます。

皆さんは、聖霊のささやきを通して主の声を聞けるようになります。<sup>1</sup> グーグルやツイッター、フェイスブックは役立つように見えるかもしれませんが、最も大切な質問にどうしても答えることができません。



若い友人の皆さん、皆さんは自分の人生に関する主の御心と意思を知ることができます。自分は主が望んでおられる場所で主がお望みのことを行っているだろうかと悩む必要はありません。皆さんは知ることができるのです。聖霊は「あなたがたがなすべきことをすべて」教えてください(2ニーファイ 32:3)。

#### 4. 預言者に従う

1979年、中央日曜学校会長として奉仕をしていた当時、出席するよう招かれたある地域代表セミナーで、スペンサー・W・キンボール大管長が靈感あふれる説教をしました。中国など、教会に門戸を閉ざしている国の門戸を開くというテーマでした。キンボール大管長は出席者に、中国語を勉強して、中国の人々の助けとなる専門技術を提供できるようにしようとチャレンジしました。

キンボール大管長のチャレンジは預言者からの指示のように思えたので、その晩、亡き妻のダンツェルに、一緒に中国語を学ばないかと提案しました。妻が賛同してくれたので、助けてくれる家庭教師を見つけました。もちろん上手に話せるようになったわけではありませんが、翌年(予期せぬ一連の出来事を通して)開胸手術を教える客員教授として中国に行くよう招かれたときに、その招待を受けやすい状態になっていました。

5年後の1985年まで話を進めます。わたしが十二使徒に召された翌年です。ある日、わたしは中国の国民的な英雄

と目されていたオペラ歌手に開胸手術を施すために中国に行くよう緊急の要請を受けました。教会での専任役員としての責任があって行くことができないと説明しましたが、すぐに来て命を救う手術をしてほしいと中国の医師から懇願されました。

この件について定員会会長と大管長会と話し合うと、彼らは中国の人々の

ためにわたしが中国へ行って手術を施した方がよいという印象を受けました。

わたしはそのとおりにしました。幸い、手術は成功しました。ちなみに、これはわたしが最後に行った開胸手術となりました。1985年3月4日、中国の済南<sup>サイナン</sup>での出来事です。

さて、2015年10月まで、もう一度話を進めましょう。ウェンディとわたし



はつい3か月前に済南の山東医科大学を再度訪問するよう招かれました。驚いたことに、わたしたちは中国の「旧友」として歓迎され、35年前に教えた外科医との再会を果たすことができました。訪問中最も感動したことは、その有名なオペラスターの息子と孫に会えたことでした。このような驚くべき経験は全て一つの理由のために実現しました。中国語を学ぶようにという預言者の勧告に聞き従ったためです。

預言者は将来を見通します。サタンがわたしたちの行く手に設けた、あるいは将来設ける、ひどい危険を見ることができます。また預言者は、従う意志をもって耳を傾ける人を待ち受ける大きな可能性や特権も予見します。それは真実です。何度も自分で経験しました。

主は、預言者がわたしたちを誤って導くことを決して許されないと約束しておられます。ハロルド・B・リー大管長（1899－1973年）はこのように宣言しています。「教会の役員からのメッセージを快く思えないこともあるかもしれません。あなたの政治上の見解や社会観と相いれないものもあるでしょう。また、あなたの社会生活を多少なりとも犠牲にしなければならぬようなメッセージかもしれません。しかし、忍耐と信仰をもって、主御自身の口から出ているように、これらの教えに耳を傾ける人々に対しては、次のように約束されています。『地獄の門もあなたがたに打ち勝つことはない……。そして、主なる神は

あなたがたの前から闇の力を追い払い、また、あなたがたのためと、神の名の栄光のために天を震わせるであろう。』（教義と聖約 21：6）」<sup>2</sup>

皆さんは、生ける預言者の宣言を全て理解できるわけではないかもしれませんが、預言者が預言者だということを知っていれば、謙遜に、信仰をもって主に近づき、何であろうと主の預言者が宣言したことについて証<sup>あかし</sup>が持てるようお願いすることができます。

あなたが  
預言者が預言者だ  
ということを知っていれば、  
謙遜に、  
信仰をもって主に近づき、  
何であろうと主の預言者が  
宣言したことについて  
証<sup>あかし</sup>が持てるよう  
求めることができます。

紀元前約40年に、多くのニーファイ人が教会に加わり、教会は繁栄しました。しかし、秘密結社も大きくなり始め、ずる賢いその指導者の多くは人々の中に身を隠していたために、彼らを探し出すのは困難でした。人々の高慢が募るにつれ、ニーファイ人の多くが「神聖なものをあざけり、預言と啓示の霊を否定〔する〕」ようになりました（ヒラマン4：12）。

同じ脅威が今日のわたしたちの中にも存在します。「サタンの手下」が

社会のそこかしこに紛れているという陰鬱な現実があります（教義と聖約 10：5）。ですから、誰の勧告に耳を傾けるか、用心してください（ヒラマン 12：23 参照）。

愛する兄弟姉妹の皆さん、皆さんは生まれながらの本物のミレニアル世代です。皆さんは、この世を主の再臨に備える助けをするという驚くべき業を行うよう神によって予任された、「選ばれた世代」なのです（1ペテロ 2：9 参照）。■

2016年1月10日にブリガム・ヤング大学ハワイ校で行われたヤングアダルト対象のワールドワイド・ディボーショナルの説教「本物のミレニアル世代になる」から。全文は [lds.org/broadcasts/archive/worldwide-devotionals/2016/01?lang=jpn](https://lds.org/broadcasts/archive/worldwide-devotionals/2016/01?lang=jpn) からご覧いただけます。

#### 注

1. 預言者ジョセフ・スミスが殉教して3年近くたった1847年2月、ジョセフ・スミスがブリガム・ヤング大管長に現れて次のメッセージを与えました。「この民に謙遜で忠実であるように、主の御霊を必ず保つように、そうすれば御霊は正しい道へと導いてくれると伝えてください。注意深くあって、細い静かな声を退けないように、そうすれば細い静かな声は何をなすべきか、またどこに行くべきかを教えてくれ、王国の実をもたらしてくれると伝えてください。」（『歴代大管長の教え——ジョセフ・スミス』98で引用）
2. 『歴代大管長の教え——ハロルド・B・リー』88－89



# 中火

## の奇跡

教会機関誌

デビッド・A・エドワーズ

**自**宅に一人でいる若い男性が、おながすいてきたところを思い浮かべてください（唐突すぎるかもしれませんが、まあ、ちょっと想像してみてください）。この若い男性は、初めて自分でグリルドチーズサンドイッチ（バターで焼いたチーズサンドイッチ）を作ってみようと決めました。<sup>1</sup> 両親は彼に作り方を教えたことはありませんし、彼も両親が作っているのをちゃんと見たこともありません。

この若い男性は全ての材料をきちんとそろえました。パン、チーズ、パンの外側を焼くためのバター（そして、彼はさえていたので中に塗る少量のマヨネーズも用意しました）。次に、フライパンを取り出し、火にかけました。（このおやつを作るための、特別な鉄板や電気機器はない前提で考えています。）

彼の頭に、ある考えが浮かびます。それは、多くの人が無知のために（または一時的に気がふれて）考えることでもあります。「きっと、強火にすれば早く出来上がる。」

次に何が起こるでしょうか。（おそらく想像する必要はないでしょう。）

出来上がったのは、完璧なサクサクしたきつね色のパンでしょうか。それとも、完璧にとろっと溶けたチーズでしょうか。いいえ、実際はそのどちらでもないでしょう。おそらく、おいしそうと言うには程遠い、見た目も歯触りも（おそらく味も）火山岩のようなパンと半分溶けかかったチーズができるでしょう。

お分かりのように、彼の問題は無知（しかたありません）と辛抱のなさ（理解できますが、しかたがないとは言にくい）です。今度この過ちを繰り返せば、ますます言い訳はできなくなります。無知は責めることはできませんが、このことは辛抱の無さが招いた結果だからです。

うまくやるには、中火の奇跡を理解する必要がありますでしょう。

### 中ぐらいは退屈ではない

コンロの中火は、グリルドチーズや他の多くの料理を作るのに最適です。外側だけ焦がしてしまうことなく料理できるからです。唯一の不都合な点は、時間と注意を払うこと、つまり**忍耐**が必要だということです。

主はこう言われました。「あなたがた

が完全になるまで忍耐し続けなさい。」（教義と聖約 67:13）主はここで、グリルドチーズサンドイッチを完璧に作れるようになること以上の、完全ということについて話しておられます。主はわたしたちがさらに主のようになることを望んでおられます。イエス・キリストは、忍耐の最良の模範であります。主の模範に従うということは、目前の望みではなく長期的な必要を考慮して視野を広げ、自制心、信仰、従順、確固とした継続的な努力、寛容、愛、言い換えれば、忍耐を持つということですが、それによってどれだけ大きな報いが得られるかを理解することを意味します。

当然のこととして、忍耐には待つという意味が含まれ、それは退屈に聞こえるかもしれませんが、しかし、大管長会第二顧問のディーター・F・ウークトドルフ管長が教えたところによれば、それはただ単に待つこと以上のことです。「忍耐とは、積極的に待つて堪え忍ぶことです。持ちこたえ、できる全てを行い、働き、希望を持ち、信仰を働かせることです。望むように事が進まなくても、不屈の精神で苦難に耐えることです。忍耐は単なる我慢で

注

1. 明らかに、この若い男性はアメリカ人ですが、出身はどこでもかまいません。英国風の揚げ物料理、

クレープ、ドイツのジャガイモパンケーキ、スウェーデンのミートボール、パンケーキ、トルティーヤ、御飯など、食べ慣れたものを初めて作ろうとしている

男性だと考えてください。

2. ディーター・F・ウークトドルフ「忍耐し続ける」『リアホナ』2010年5月号、57





はなく、よく堪え忍ぶことなのです。』<sup>2</sup>

それは、フライパンにグリルドチーズサンドイッチを入れて、忘れてしまうのではなく、よく見て、適切なときに裏返すということです。

学校やセミナーや教会にただ行くだけではなく、積極的に学んだり、礼拝したりするということです。

モルモン書についての証を求めた<sup>あかし</sup>から与えられるだろうとただ待つだけでなく、継続して読み、研究し、深く考え、祈り、そこに書いてある教えに従って生活するということです。

あなたが信じていることを友人がからかうとき、ただ何もしないのでは

なく、彼らの心が変わるように祈り、自分にできることをすることです。

16 歳になってデートできるようになるまでただ待つのではなく、従順を愛することを学び、預言者の勧告に従うことがどのように皆さんを祝福するか理解しようと努めることなのです。



今すぐ手に入れたいですか？  
それともちょうどよいものを  
手に入れたいですか？





## 力強く進む

「主を待ち望むとは、信仰の種を植え、『非常な熱意と、忍耐』をもって養うことです(アルマ 32:41)。……

主を待ち望むとは、『信仰にしっかりと立〔って〕』(アルマ 45:17)『完全な希望の輝きを持ち』、『力強く進〔む〕』(2 ニーファイ 31:20) ことです。」

十二使徒定員会 ロバート・D・ヘイルズ長老  
「主を待ち望む—みこころが行われますように」  
『リアホナ』2011 年 11 月号, 72 参照

## ビデオを視聴する

マシュマロと忍耐についてのディーター・F・ワークトドルフ管長の話を [lds.org/go/101656](https://lds.org/go/101656) (日本語を選択) で視聴できます。

## 火を弱める

忍耐と節制または自制は、いずれも「御霊の実」です(ガラテヤ 5:22–23 参照)。(短時間の強火が必要とされる食物があるように) すぐ行動を起こすことや素早い対応が求められる緊急の場合もありますが、より忍耐強く自制できるようにする必要があります。もし忍耐強く自制できていると感じていけば、生活の中で御霊が影響しているしるしです。

中火の奇跡により、完璧なグリルドチーズサンドイッチ、アイスホッケーのバックのように硬くなく、中が生焼けの状態ではないハンバーグ、ハッシュド・ブラックならぬ、ちょうどよい焦げ色のついたハッシュド・ブラウン(細切りのジャガイモを固めて焼いたもの)、硬くて芯のある御飯でなく、ふっくら炊けた程よい柔らかさの御飯ができるのです。忍耐は生活の中で、さらにイエス・キリストのようにするため前進するのを助け、聖なる御霊の

影響をもたらし、最終的には永遠の命へと導いて、「完全」(ヤコブの手紙 1:4)を生み出します。

自分の忍耐が続かなくなる事柄に気づいたら、グリルドチーズサンドイッチ(あるいはあなたが納得できる料理なら何でも)について考え、そして短気になって起こす行動が何を犠牲にするかを思い巡らしてください。もしあなたがあまりに頻繁に短気になっているとしても、それは珍しいことではありません。悔い改めて、イエス・キリストの模範と教えに再び従う努力をすることができ、グリルドチーズサンドイッチを作る機会は何度でもありますし、忍耐を通して完全になれることを学ぶのに、遅すぎることは決してないのです。■

## 話し合いに参加する

### 日曜日に備えて、深く考える事柄

- ・ 直面している試練や日々の状況で、あなたをいらいらさせることは何ですか。
- ・ これら全ての状況でさらに忍耐を持つにはどのようにすればよいでしょうか。

### 以下のことを行ってもよいでしょう

- ・ 聖句ガイドにある忍耐についての聖句を研究してください。
- ・ 家族で、または教会で、さらに忍耐を持つためにできる具体的な事柄を行う目標について話し合うこともできます。





# 立て直された自分を 想像してみてください

「人生が台なしになってしまったと  
感じている人がいるかもしれません。

……愛に満ちた天の御父はわたしたちを

立て直すことがおできになります。

主の計画は、わたしたちを以前の姿よりもはるかに優れ、  
想像をはるかに超えたものに建て替えることです。」

大管長会第二顧問 ディーター・F・ウーグトルドルフ管長

2016 年 4 月総大会



# 耐える力

ジェシカ・ターナーが  
リン・クランドールに語った話

わたしが16歳になる誕生日のおよそ1か月前、家族で教会歴史にまつわる史跡を訪れるため、車でアメリカを横断する旅をしました。家族で過ごす時間はいつも楽しかったので、わたしは長時間車に乗っていることは気になりませんでした。ネブラスカ州ウィンタークォーターズを訪問した後、大雨の中で車に乗り込んだことを覚えています。その日はひどい大雨でした。わたしは毛布をつかんで後部座席に移り、毛布にくるまって雨の音に耳を傾けながら眠りに落ちました。

次に覚えているのは、自分がコントロールできないほど回転しているように感じたことです。後で分かったのですが、そのとき、わたしたちの車はハイドロプレーニング現象を起こし、高架下のセメントの壁に激突したのです。わたしの足が骨折しているために手術を受けることになったと誰かから言われたのを漠然と覚えています。

しばらくして、病院で療養しているわたしに会いに、父が病室を訪れました。父はベッドの上でわたしの隣に座り、わたしの手を取りました。父が何を言おうとしているか、不思議と既に分かっている気がしました。

「ハニー、ここがどこか分かるかい」と父は言いました。

「病院よ」とわたしは答えました。

「何が起こったのか知ってる？」

「自動車事故に遭ったのよね。」

「家族のみんながどうなったか、誰かから聞いているかい？」

わたしは一呼吸置いてから、いいえ、と答えました。

父はこう言いました。みんな大丈夫だよ。ただ、お母さんを除いては。母は助からなかったのです。

わたしはすぐに激しい悲しみを覚えるかと思いましたが、そうはなりませんでした。最初はショックを受けましたが、なぜか、平安と快い気持ちを感じ、きっと大丈夫だと、神を信頼することができたのです。

病院のベッドに横たわりながら、事故の2日前に見た、教会歴史にまつわる史跡の、ある特定の場所を思い出しました。ワイオミング州のマーティンズコーブです。飢えと、雪と寒さにさらされたため、多くの開拓者たちがそこで命を落としました。墓の上に積まれた岩の山を見て、手車を再び手にして旅を続けるために、残された開拓者の人々にとってどれほどの信仰が必要だったかについて考えたことを思い出しました。その話が印象に残っていました。その経験について考えたとき、開拓者たちが耐え抜いたということと、弟や妹の力になれるように、わたしも耐えなければならないことが分かりました。



最初に感じた平安な気持ちはその後1週間半ほど続きました。独立記念日に車椅子に座って病院の窓から花火を見ていたとき、突然、母はもういないのだという気持ちに襲われました。母はわたしの高校の卒業式には出られません。わたしが神殿で自身のエンダウメントを受けるときにもいません。わたしの結婚式にも出られません。母は亡くなったのです。

いろいろなことが本当に難しくなり始めたのはその時からでした。足の痛みはひどく、食欲もありませんでした。テレビをただぼうっと眺めて、ほとんど寝ているだけでした。わたしがさほど泣かないので、家族は余計にわたしのことを心配しました。

ようやくオレゴン州の空っぽの家に帰ったとき、涙がそれまでになく流れました。わたしは突然母の役割の一部を引き継がなければならなくなりました。また、弟や妹はわたしに慰めをよく求めてきました。わたしは彼らのために強くいようと努力しました。しかしそれは簡単なことではありませんでした。

学校に戻るのも大変でした。誰もが事故について聞いていましたし、仮に聞いていなくても、担任の先生が事故に遭った女の子としてわたしを紹介するので、皆がそれについて聞くことになりました。わたしは孤独を感じました。

足を骨折し、  
心も傷ついたわたしは、  
癒やしを必要としていました。  
希望があったので  
耐えられました。





母が亡くなってから9か月後、父が再婚したときは特に大変でした。継母が家族にとってすばらしい存在になることや、わたしたちには彼女が必要であることは分かっていたのですが、気持ちを整理することは困難でした。

この時期、全てが真っ暗闇であったわけではありません。わたしは天のお父様や、家族、そして教会の指導者からたくさんの愛を感じました。事故の後にわたしが癒やされ、人生を歩み続ける助けとなったのは、自分の信仰を強めるシンプルなことを行うことでした。わたしは毎日寝る前に1時間、クローゼットの中で聖文を読み、祈り、日記を書きました。クローゼットの中に一人にいるときは、弟や妹のために頑張る必要はありませんでした。必要なだけ泣くことも、神に自分の心を注ぎ出すこともできました。わたしは自分が感じていたことや、どれほど母が恋しいかをありのままに神に話しました。わたしは神がわたしの話を聞いてくださったことを知っています。なぜなら、多くの深い憐れみを感じたからです。そのクローゼットはわたしにとっての聖なる場所となりました。

これらのシンプルなことを行うことは、神を恨んで避けるのではなく、神との関係を保つ助けとなりました。神がその事故によってわたしたち家族を苦しめようとしたとは思いませんでした。わたしはこの苦しい日々の中で堪え忍び、神の御心に従い、前進し続けるための力をさらに感じました。

時には、本当に苦しい日々もありました。

父が再婚してからは、弟や妹に良い模範を示せるように、また継母に対して悪い感情を持つことがないように、神に頼り続けました。『成長するわたし』の中の一つの活動では、2週間、家族の誰かとの関係を強めることによって家庭生活をさらに良くするということに焦点が当てられていました。基本的にその目標はキリストのようになるために努め、行動によって愛を示すというものでした。わたしはそれを継母に対して行い、彼女に仕えることを決めました。

父が再婚したことで大家族となった我が家では、大量の皿を使います。そこで、そこから手をつけることにしました。それから2週間にわたり彼女に仕えるうちに、わたしは継母を愛し、必ずしもその状況について満足していなかったにもかかわらず、忍耐することができるようになりました。ただ彼女に奉仕することに焦点を当てることで、わたしは御霊がともにいてくださることを感じ、つらい時期を乗り切る助けとなりました。

まだその事故がわたしの家族に起こった理由について全て理解しているわけではありませんし、苦しい日々もいまだにあります。しかし、開拓者たちのように、わたしは神に頼ることで、耐え抜くための力を与えられてきたのです。■

筆者はアメリカ合衆国ユタ州在住です。

## 心を高めなさい

「人生が台なしになってしまったと感じている人や……恐れや怒り、悲しみを感じたり、疑いに苦しんだりしている人がいるかもしれません。しかし、良い羊飼いが迷い出た羊を探し出されるように、皆さんが心を世の救い主に向けるならば、主は皆さんを見つけてくださいます。

主は皆さんを救助してくださいます。

主は皆さんを抱き上げて御自分の肩に乗せてくださいます。

主は皆さんを家に連れ帰ってくださるでしょう。」

大管長会第二顧問  
ディーター・F・ウークトドルフ管長  
「主はあなたを肩に乗せて  
家に連れ帰ってくださるでしょう」  
『リアホナ』2016年5月号, 104



十二使徒定員会  
D・トッド・  
クリストファーソン長老

## キリストを 生活の中心に するには

**イ**エスは、肉においても霊においても御自分を御父の御心<sup>みこころ</sup>に従わせることによって、御父と完全に一致しておられました。御父についてイエスはこのように語っておられます。「わたしは、いつも神のみこころにかなうことをしている……。」(ヨハネ8:29) イエスは死に至るまでも従順であられました。それが御父の御心だったからです。「御子の御心は御父の御心にのみ込まれたのです(モーサヤ15:7)。イエスが天の御父だけに心を向けておられたことこそ、イエスの教導の業がそれほど明快で力強いものだったおもな理由の一つです。主に注意をそらせる迷いはありませんでした。

同じように、皆さんやわたしも、**キリストを生活の中心に置き**、主が天の御父と一つであられるように、わたしたちも**主と一つになる**ことができます(ヨハネ17:20-23 参照)。それにはまず、生活の中のあらゆるものを一旦取り除き、それから救い主を中心とした優先順位に基づいて再び戻せばよいのです。**常に御子を思い起こさせる事柄を優先し**

**ます**。それには次のようなものが含まれるでしょう。頻繁な祈りや聖文学習、預言者の教えを深く考えながら学ぶこと、毎週ふさわしい状態で聖餐を受けられるように準備すること、日曜日の礼拝、主の弟子となることについて御霊<sup>みたま</sup>や経験によって学んだことを記録し覚えることなどです。その他に、あなたの人生のこの時期に特にふさわしい事柄が思い浮かぶかもしれません。**キリストを生活の中心とするために**、これらの事柄を達成するための**十分な時間と方法が整えられれば**、教育や家族の責任、個人のキャリアなど、時間と資源が許す限り、価値ある事柄や**他の責任を加える**ことができます。このようにすれば、単なる良いことのために最も大切なことがないがしろになることはありません。それほど価値のない事柄は後回しになるか、生活から消えていくでしょう。

簡単ではありませんが、わたしたちは主に信仰を抱きながら、**力強く進む**ことができます。いつも救い主を覚えていたいという望みや、救い主に従う能力は、時を重ねるにつれて大き



自分にどのように  
当てはめましたか

わたしの家族は大きな試練を経験し、現在家族の中に神権者はいません。試練のおかげで、わたしたちはひざまずいて祈ります。聖典があって、それを毎日読めることに感謝しています。たとえ他の人の選択が自分の人生に影響を与えてとしても、自分の価値は変わらないということを聖典から学びました。天の御父と昼夜を問わず話せると知っていることに感謝しています。これは祝福です。

ヘイリー・D, 17歳  
(アメリカ合衆国、アイダホ州)

くなることをわたしは証<sup>あかし</sup>できます。その目標に向かつて忍耐強く**努力し**、識別<sup>たまもの</sup>の賜物を求めて、また自分が必要とする神の助けを求めて**常に祈らなければなりません**(2 ニーファイ32:9 参照)。■

2009年1月27日、ブリガム・ヤング大学アイダホ校におけるディボーションでの説教から。



子供の頃、台所で働く母を長い間眺めたものでした。母は家族のためにとてもおいしい食事やパン、クッキーやパイを作ってくれました。しばらくして、自分もレシピを読んでそれに従って料理をするようになりました。そして母に頼らず、自分でできるようになりました。

料理を学ぶのと同じように、福音も、行うことで学び、  
あかし証を築くことができます。リーハイが命の木の示現について  
家族に話した後、ニーファイは自分で「このようなことを見聞  
きし、また知りたい」と思いました（1ニーファイ 10：17）。  
言い換えれば、ニーファイは、父親の証を聞くだけでは満足  
しなかったということです。父親が知っていたことを知りたい  
とニーファイは思いました。

福音学習のレシピには、簡単なステップがあります。家族で、教会で、または個人の研究にも、以下の4つのアイデアを使って福音学習に役立てることができます。

1. 学ぶために準備してください。

祈りで個人学習を始めます。読んでいることを理解できるように、天の御父の助けを求めてください。一つか二つの質問を書き留め、答えを探してください。聖霊はあなたが読み、深く考え、祈るとき、真理について証します（モロナイ 10:5 参照）。

教会での福音学習には、事前にレッスン箇所を読んで準備しましょう。「わたしに従ってきなさい」のレッスンは、LDS.org や福音ライブラリーアプリで見つけられます。

2. 積極的に学んでください。

- 理解を深めるために読む。何ページ読むかや、どのくらい速く読むかは、読んだことを理解することほど大切ではありません。何回も読み直さなければならない文章もあるかもしれません。辞書を使って知らない言葉を調べましょう。例えば、「神権時代」とはどういう意味でしょうか。聖句ガイドを使って見つけることができます。
- 読んでいることについて質問を考える。例えば「リーハイとその家族がエルサレムを離れたとき、どんなことが起こっていたのだろうか。なぜ人々はリーハイの言うことを聞かなかったのだろうか」といったことです。
- 福音を教えることについて次の3つの質問に答えるように努める——「このことは当時の人々にとってなぜ大切だったのだろうか。」「現代のわたしたちにどう当てはまるだろうか。」「わたし自身にどう当てはまるだろうか。」
- パターンや関連性を探す。例えば、ニーファイの困難への対処法にはどんなパターンがあるでしょうか。エジプトを離れたイスラエルの民と、ニーファイの家族の荒れ野の旅はどのように似ているでしょうか。
- 感じたことや感想を日記に書く。「大切な印象を書き留める習慣を身につけるなら、さらに御霊みたまを受けている自分に気づくことでしょう。皆さんが得るそれらの知識は人生のあらゆる場面で活用することができ

- 読んでいることについて質問を考える。例えば「リーハイとその家族がエルサレムを離れたとき、どんなことが起こっていたのだろうか。なぜ人々はリーハイの言うことを聞かなかったのだろうか」といったことです。

- 福音を教えることについて次の3つの質問に答えるように努める——「このことは当時の人々にとってなぜ大切だったのだろうか。」「現代のわたしたちにどう当てはまるのだろうか。」「わたし自身にどう当てはまるだろうか。」

- パターンや関連性を探す。例えば、ニーフアの困難への対処法にはどんなパターンがあるでしょうか。エジプトを離れたイスラエルの民と、ニーフアの家族の荒れ野の旅はどのように似ているでしょうか。

- 感じたことや感想を日記に書く。「大切な印象を書き留める習慣を身につけるなら、さらに御霊<sup>みたま</sup>を受けている自分に気づくことでしょう。皆さんが得るそれらの知識は人生のあらゆる場面で活用することができ

学習  
のレシピ°

神の言葉を霊が喜んで味わえるように、次の4つのことをしてみてください。





ます。」(リチャード・G・スコット「知識と強さを得て、賢明に用いる」『リアホナ』2002年8月号, 14) 特に、その考えが自分の生活にとってどのような意味があるかを書き留めましょう。

- 絵を描く。学んだことを記録するもう一つの方法は絵を描くことです。友人宅で家庭の夕べをしていたとき、彼女のおばあさんが信仰と祈りに関する個人的な物語を話してくれました。レッスンを始める前に、友人は彼女の小さな子供たちに紙とクレヨンを渡して、彼らのひいおばあさんが話す物語を絵に描けるようにしました。子供たちは絵を描こうと注意を払い、途中、物語の詳細について質問しました。

### 3. 日々、福音を研究しそれに従って生活する。

習得するには努力が必要です。理解するためには自分に当てはめなければなりません(モーサヤ12:27 参照)。十二使徒定員会のM・ラッセル・バラード長老は、「たとえ数分でも毎日聖典を研究する時間と場所を設ける」よう勧めました(“When Shall These Things Be?” *Ensign*, 1996年12月号, 60) 定期的に研究すると、学習は容易になります。例えば、モルモン書の中のイザヤ書の部分を(飛ばさないで) 読んだとき、だんだん分かるようになりました。

福音学習は、何かを知識として知っているだけでは十分ではありません。学んだことを実践する必要もあるのです。真理に基づいて行動すると、聖霊がそれを確認され、証が得られ

ます。継続してその真理に従って生活すると、わたしたちは変わり始め、イエス・キリストのようになっていくのです。

### 4. 学んでいることを分かち合う。

福音の原則を自分の言葉で他の人々に伝え、原則を覚え、御霊を感じやすくなり、それにより証が強まります。家庭の夕べで度々そうするとよいでしょう。学校の友人や夕食時に家族と話すときにも分かち合うことができます。

これら4つのステップに従い、熱心に救い主を知ろうとするなら、「神の奥義は聖霊の力によって、……明らかにされる」と約束されています(1ニーファイ10:19)。■

筆者はアメリカ合衆国ユタ州在住です。



#### 4つの必要なこと

「高性能の教育機器も必要ありませんし、他の人の霊的な知識に頼りすぎることもかえって逆効果になります。必要なのはただ、学びたいという誠実な願いと、聖霊を伴侶とすること、聖典、そして旺盛な探求心です。」

十二使徒定員会 デビッド・A・ベドナー  
「生ける水の源」  
(ヤングアダルトのためのCES ファイヤサイド、  
2007年2月4日)  
[lds.org/broadcasts/archive/ces-devotionals/2007/01?lang=jpn](https://www.lds.org/broadcasts/archive/ces-devotionals/2007/01?lang=jpn)



# 「自分の標準を高めるためには、 標準の異なる友人を 持つ必要がある と言う人がいますが、 本当にそうなのでしょうか。」

## 結

局のところ、自分の標準は、イエス・キリストの福音を学び、それに従って生活することで高められます。また、友人は、そのようにする助けにもなれば、妨げにもなり得ます。友人はあなたにとって大きな影響力を持っています。考え方、話し方、行動のしかたから、あなたがなりたい人物像にさえ影響を与えます。『若人の強さのために』は次のように勧めています。「あなたと価値観を共有し、高い標準に従った生活を送るために強め合い励まし合える友達を選んでください。」(16 ページ) このような友人は、あなたがイエス・キリストの福音に従って生活し、標準を守り、より良い人になるのを助けます。

しかし、あなたが関わりを持つ全ての人々が、あなたや教会の会員と同じような標準を持っているわけではありません。誰に対しても友好的で、救い主が接するような方法で接することが重要です。すなわち、愛と優しさをもって接するのです。あなたが標準に従った生活が続けるならば、「言葉にも、行状にも、愛にも、信仰にも、純潔にも、信者の模範に」なることができます(1 テモテ 4:12)。あなたの模範を通して、友人たちはあなたが高い標準に従って生活することによってどれほど祝福されているかを理解することでしょう。あなたは彼らに同じことをするよう励ますことができます。

聖霊の導きを求めてください。そして、主の促しに従って行動する勇氣を持ってください。その際、友人を選び、自分の標準を強めるよう努力してください。



### 真の友人

中学校での最初の年、わたしは自分の標準を尊重してくれる友人を見つけることができないのではないかと不安でした。間もなく、わたしはあるクラスメートと良い友人になり、彼に自分がモルモンであることを告げました。彼がモルモンについて尋ねてきたので、『若人の強さのために』の小冊子を渡しました。その日から、彼はわたしの前では不敬な言葉を使わなくなりました。もしあなたの友人が真の友人であるなら、彼らはあなたの決断を尊重し、あなたが標準を守るのを助けてくれます。

キャンデラ・M, 13 歳  
(アルゼンチン、ブエノスアイレス)



### 預言者の勧告に従う

良くない選択をしたり、悪い選択をさせようとしたりする友人と一緒にいると、誘惑に抵抗するのが難しいときがあります。預言者は小冊子『若人の強さのために』の中で、友人は「あなたの思いや行いに影響を与え、あなたがどんな人物になるのかを決定づける助けにさえなります」(16 ページ) と述べました。わたしたちの標準を喜んで尊重し、できればわたしたちが標準を守ることに関心を示してくれるような友人を持つべきだと思います。

カルビン・W, 16 歳  
(アメリカ合衆国、アリゾナ州)

### 標準を思い出す

自分と同じ標準を持たない友人は、実際にあなたの標準を弱め、打ち壊しかねません。最初に新しい学校に転校したとき、自分の周りの生徒たちが言うようなことを言って、周りに溶け込も

うとしました。みんなのようになろうとしている間、自分の幾つかの標準についてほとんど無防備になっていました。自分の標準を築くためには、その標準に理解を示し、共有できる友人が必要であることが、今は分かります。最終的にそのような友人を見いだしたことに感謝しています。なぜなら、彼らはわたしに標準を思い出させてくれるからです。

ローガン・J, 15歳  
(アメリカ合衆国, ユタ州)



### 標準を高く保つ

異なる標準を持つ友人は必ずしもあなたの標準を強めませんが、彼らの友人であることによって、あなたは従うべき良い模範を彼らに示すことができます。あなたの信条を共有してくれる友人がいるなら、それは標準を高く保つようあなたを励まし、正しいことを擁護する助けとなります。

ウォーレン・S, 14歳  
(アメリカ合衆国, オレゴン州)



### 良い友人は祝福

友人が同じ標準を持たない場合、自分自身の標準を強めるの是一層困難になるかもしれません。『若人の強さのために』を読むことは、自分を尊重してくれる良い友人を選ぶのに常に助けとなりました。今、わたしは伝道に出るための準備をしています、同じ標準を持つ人々の周りにいることは、福音に忠実であり続ける助けとなることを知っています。

ネア・M, 19歳  
(アルゼンチン, ブエノスアイレス)



### 鉄の棒につかまる

良い標準に従う友人を持つことは、まさにあなたが望むべきことです。戒めを守るのを助け、義にかなった生活をするように動機づけてくれる友人に囲まれるようにしたいものです。鉄の棒にしっかりとつかまってください。それは大きく広々とした建物ではなく、命の木に導いてくれます。不義なものに囲まれることは誘惑につながります。福音に従って生活するよう影響を与えてくれる良い友人を持ってください。

アニー・P, 13歳 (アメリカ合衆国, ユタ州)



### 友人を見いだすために祈る

家族で別の州に引っ越してから、福音について話することができる友人を見つけるために絶えず祈りました。祈るとき、慰めを感じましたし、数か月後には、信じられないほどの素晴らしい友人が何人もできました。彼らの助けに頼ることができ、わたしが福音に対してさらに大きな愛さえ育む助けとなってくれました。友人が大切であること、そして彼らはわたしたちが



### 良い友人の影響

「人は誰でも、良い友人が必要です。皆さんが親しくしている友人は、皆さんのものの考え方や行動に大きな影響を及ぼします。もちろん、皆さんも彼らに対して影響を与えます。同じ価値観を分かち合える友人であれば、互いに強め、励まし合うことができます。誰に対しても、尊重する態度を忘れず、親切な接し方をしてください。教会員の友人の働きかけを通して教会の活動に参加するようになり、その結果教会員になったという人がたくさんいます。」

トーマス・S・モンソン大管長  
『天の力を受けるために』  
『聖徒の道』1991年1月号, 51

福音に従って生活するのをさらに容易にしてくれることを知っています。

サラ・P, 16歳  
(ブラジル, リオデジャネイロ)

## 次回の質問

「祈りと聖文研究に加え、  
自分の証を強めるための  
最善の方法は  
何でしょうか。」

あなたの意見と、希望する場合は高画質の写真を、2016年11月1日必着で [liahona@idschurch.org](mailto:liahona@idschurch.org) からお送りください。電子メールの場合は [liahona@idschurch.org](mailto:liahona@idschurch.org) までお送りください。

その際、以下の情報を含めてください。(1) 氏名、(2) 生年月日、(3) ワードまたは支部、(4) ステークまたは地方部、(5) 意見と写真の掲載を許可するというあなたの同意文(18歳未満の場合は保護者の同意文も必要です(電子メール可))。

掲載の際には、字数の調整や分かりやすい表現にするために編集されることがあります。



ジュリア・ベンチュラ  
ほんとうはなし  
本当にあったお話をもとに書かれました。

「わたしのすてきな家族の望み」  
(『子供の歌集』98)

「ルールをにぎって。魚つりを始めよう！」お父さんが言いました。ヘイデンは辺りを見回してにっこりしました。全てが明るくかがやいて、周りには虫の音がひびいています。湖 全部を自分たちだけでひとりじめできるのです！

ヘイデンはお父さんの後ろについて車の後ろに回ると、トランクから大きな魚釣り用の道具箱を持ち上げました。重くても、全然気になりませんでした。お父さんと魚つりをするためなら、この2倍の重さでもへっちゃらです。

お父さんがつりざおを何本か取り出すと、がちゃがちゃと音がしました。「ダンはねむってしまったみたいだな」とお父さん。「起こしてくれるかい？」

ヘイデンは、ため息が出そうになるのをがまんしました。「ああ、

うん。」  
弟のダンも一緒に来ていたのを、うっかりわすれるところでした。ダンはいつも走り回り、大きな声で話すので魚がびっくりして全部にげてしまっています。

ヘイデンは、開いているまどからのぞきこみました。「ダン、起きる時間だよ。」でも、ダンはまだぐっすりねむっていました。

ヘイデンは、しばらくじっと考えました。もしかしたら、ダン是一日中、この旅の間もずっとねていてくれるかもしれません。

ヘイデンはつりの道具箱をそっと持つと、湖の岸でつりをしているお父さんのところへ持っていきました。

「えさと虫と、他にもいろいろ持ってきたよ。」

お父さんがヘイデンからつりの道具箱を受け取りました。「助かったよ、ありがとう。」それから、顔を上げた

# さかな 魚つり





お父さんが「ダンはどこだい?」とたずねました。

ヘイデンは、車を見ました。急に、もしもダンが知らない場所で目を覚ましたら、どんな気持ちになるだろうという思いが浮かびました。気分は良くないだろうな、と思いました。きっと、かなりこわがるでしょう。それに、ダンはまだたったの5才でした。

「ちょっと待ってて、お父さん。すぐにもどるから」と言いました。でも、車の中を見ると、ダンはいなくなっていました。

もうヘイデンの耳には、虫の音は聞こえません。全てがしんと静まりかえっていました。

「ダンがいない!」ヘイデンはさげびました。

お父さんが急いでやって来て、あわてて車をかくにんしてから言いました。

「きっと、お父さんたちをさがしているんだよ。ほんの少ししかたっていないから、遠くには行っていないはずだ。」

ヘイデンは心を落ち着かせようとし

ましたが、胃がぐるぐる回っているようでした。「おいのりしてもいい?」

「それはとてもいいアイデアだね。」ヘイデンは天のお父様に、弟がいることを感謝し、ダンが心細い思いをしないように、ダンをすぐに見つけられるようにお願いしました。

ヘイデンがいのり終わったとき、それまでは心がしめ付けられるようだったのが、少し楽になりました。

お父さんは、ヘイデンのかたに手を置いてたずねました。「もし君がダンだったら、どこに行くだろう?」

ヘイデンは車の反対側のドアが開いたままになっていることに気づきました。ダン、湖の岸にいたヘイデンやお父さんのすがたは見なかったのでしょうか。ヘイデンは、近くの小道を指さして「ほくだったら、あっちの方に向かって歩き始めると思う」と言いました。

二人は小道を急いで進んで行きました。一秒一秒がおそく、重く感じられま

した。ヘイデンは歩きながら、心の中でのり続けました。数歩進むと、道が曲がっている所に来て、先の方にダンのすがたが見えました。

「ダン!」ヘイデンがさげびました。

ダンはずり向いてにっこりしました。「ねえ、どこに行ってたの?」

おそかった時間の流れが、元にもどりました。ヘイデンはダンのところには走りよると、ぎゅっとだきしめました。

「見つかって本当によかったよ」とヘイデンが言いました。ヘイデンは心の中で短い感謝のいのりをささげました。

「お魚はどこ?」

「おいで、見せてあげるよ。」ヘイデンはそう言いながら湖に向かって走りたくて、足がむずむずするのを感じました。「どっちが最初に魚をつれるか競争しようよ。つりばりにえさをつけるのを手伝ってあげるね。」■

お話を書いた人は、アメリカ合衆国ジョージア州に住んでいます。

ヘイデンは、魚つりに行くのが待ちきれませんでした。  
ダンさえ一緒に来なければよかったのに。……







十二使徒定員会  
ゲリー・E・  
スティーブソン長老

# わたしの家を 平安な場所にするには どうしたらよいでしょうか



わたしたちは、自分の家を  
神殿のように平安に満ちた、神聖な場所に  
することができます。



家をきれいに整える  
手伝いをしてください。



家の中に、  
イエス様や神殿の絵をかざってください。



家族と一緒に勉強したり学んだりする部屋に  
聖典を置いてください。

# わたしたちのページ



家族と一緒に神殿に行くのは、すばらしい経験でした。  
わたしの町から神殿までのきよりはとても長く、およそ 14 時間かかります。  
神殿の近くで 1 週間すごしました。  
12 才になって、先祖のためにバプテスマを受けるのが待ちきれません。  
わたしの好きな歌の一つは、「神殿に行きたいな」です。  
わたしは、神殿で結婚し、永遠の家族を持ちたいです。  
神殿は主の宮であることを知っています。

ジュリア・Q, 11 才 (写真をとったとき),  
ブラジル, ゴイアス



神殿に行きたいな  
この絵をかいたとき、いましめにしたがったら、  
いつか神殿に入ることができて、両親のように、結び固められて、  
自分の永遠の家族を持つことができると思いました。  
わたしは家族と天のお父様を愛しています。

マノリータ・G, 8 才 (絵をかいたとき),  
グアテマラ, チマルテナンゴ



アレン・E, 10 才 (絵をかいたとき),  
エルサルバドル, サンサルバドル



妹とわたしは、  
ワードにわり当てがあるたびに、  
メキシコのユカタン半島の  
メリダにある神殿に行くのが好きです。  
わたしたちは神殿の庭ですごしたり、  
神殿に来る子供たちと遊んだりします。  
わたしもいつか神殿に入るための  
じゅんぴをしています。

マーサ・S, 6 才 (絵をかいたとき),  
メキシコ, ユカタン



## みなさん こんにちは！

わたしの名前はストーリーです。  
わたしはトルクメニスタンに住んでいました。  
中央アジアの国です。  
わたしは本を読んだり、絵をかいたり、  
ぬい物をしたりするのが好きです。  
お父さんと一緒に星をながめるのも好きです。  
わたしの国では、教会員は  
わたしたち家族だけでした。



# ストーリー の物語 についての物語

キョウカイ キカンシ  
教会機関誌

ジル・ハッキング

### ミッシーのためにいのる

ある日、大きなあらしの後で、わたしの友達がかっているネコのミッシーがいなくなりました。あらゆる所をさがしましたが、見つけれませんでした。わたしは、おいのりすることができると言いました。友達はやり方が分からなかったので、わたしが教えてあげました。みんなでひざまずいて、一人ずついのりました。それから立ち上がって、もう一度さがし始めました。一人の女の子がわたしたちのところに走って来て、ミッシーを見つけたと教えてくれました。友達と福音を少し分かち合えて、とてもうれしかったです。





たがいに<sup>まな</sup>あ<sup>あ</sup>ひあう  
妹のサライアとわたしは、  
通っていた学校には、  
たくさんの国から  
来ている子供たちが  
いました。  
わたしたちは、おたがいに  
学び合ったり、楽しんだり  
するのが大好きでした。

こうさく<sup>たの</sup>  
工作と楽しみ  
サライアとわたしは、  
友達を家によんで  
一緒に遊びました。  
わたしたちは絵をかいたり、  
工作をしたり、  
ピクニックをしたりしました。  
クリスマスの時期には、  
近所の友達と、キリストの  
こうたんげきをしました。



あなたの<sup>あしがた</sup>  
足形を  
送ってください  
しっかりと立つことによって、  
あなたはどのようにイエスにし  
たがっていますか。あなたの  
足形をなぞり、両親の許可書と  
一緒に、あなたの経験談と  
写真を送ってください。イン  
ターネットでは [liahona.lds.org](http://liahona.lds.org) (「投稿する」をク  
リックします) まで、あるいは、  
[liahona@ldschurch.org](mailto:liahona@ldschurch.org) あてに、電子メールを送っ  
てください。



いえ<sup>きょうかい</sup> ひら  
家で教会を開く  
家族しか教会員がいなかったので、  
わたしたちは家で  
教会の集会を開きました。  
聖餐会や歌の時間、分かち合いの時間、  
初等協会のレッスンを持ちました。  
歌の時間には、  
わたしがピアノをひきました。







しちじゅうにん  
七十人  
ジャイロ・  
マサガルディ長老

# 母から<sup>は は</sup>学んだこと<sup>ま な</sup>





## お父さんやお母さんに たずねてみましょう。

親であることのどんなところが好きですか。

何が一番むずかしいですか。

どんなときに幸せを感じますか。

毎日することの中で一番大切なのは何ですか。

もっと良い親になるために、福音はどのように役立ちますか。

毎日一番最後にすることは何ですか。

他にどんな質問ができるでしょうか。

一日、お父さんやお母さんの、かげの助け人になってください。学んだことについて日記に書いたり、絵でかいたりしてください。親がしてくれる全てのことについて感謝を伝えてください。

れました。

もしかしたら、みなさんの親が教会員ではなかったり、親と意見が合わなかったりすることもあるかもしれません。それでも、正直やせきにん、自立、熱心に働くことなど、真実の原則を親から学ぶことができます。それらの原則は、あなたの人生で大きな祝福となるでしょう。■

わ たしが小さいころ、母は、お金が手に入るたびに、その中で一番しわがなく、よごれていない、最も良いじょうたいのお札を選んで、そのころ行っていた教会の牧師さんにわたしたのものでした。母は生涯ずっとそうしていました。いつも「これは神様のものだから」と言っていました。その言葉はずっとわたしの心に残っていました。わたしが大人になってから末日聖徒イエス・キリスト教会でバプテスマを受けたとき、自分の一をおさめるのは難しくありませんでした。母がそのいましめにしたかうように教えてくれたからです。

わたしの母はまた、たとえそれがむずかしくても、正直であるようにということも教えてくれました。わが家のとなりに、あらゆる種類の果物や野菜を育てている人がいました。ときどき、実った果物がフェンスをこえてわが家の方に来ることもありました。あるとき、わたしがこの果物を取って、母のところに持って行ったことがありました。母はわたしを見つめて、「それはわたしたちのものではないわ」と言いました。わたしは、信じられませんでした。わたしはたずねました。「どういう意味なの。フェンスの

こっち側になっていたんだよ。」すると母はまた言いました。「それはわたしたちのものではないのよ。」そしてわたしの手を取ると、一緒にとなりの家に歩いて行きました。勝手に果物を取ってしまったことをゆるしてくれるようにたのみました。もし何かほしいものがあつたら、正しい方法でそれを手に入れる必要があると教えてく



An illustration of a hand holding a yellow pencil with a pink eraser, drawing a portrait of a woman wearing a light purple hijab. The drawing is on a piece of paper with a yellow border, which is placed on a white surface. The background is a light blue wall with a yellow border at the top.

- 1 ニーファイ 7:19。この女性たちは、ニーファイのために立ち上がって勇気をしめしました。だれでしょう。
- 2 ニーファイ 5:6。この女性たちは、神を信じ、ニーファイにしたがってあれ野の中に行きました。だれでしょう。
- アルマ 56:47-48。この女性たちは、子供たちに神について教えました。だれでしょう。



き 切って、お 折って、このチャレンジカードをもちあ 歩きましよう。



わたしは  
あかしを得ることができます！

サライアは、フリーハイが神の預言者であるとい  
うあかしを得ました。あなたも、サライアのように、自分のあかしを得て、他の人と分かち合うことができます。

- ☐ 1 ニーファイ 5 : 7 - 8 を読んでください。
- ☐ あかしを書いたり、友達や家族と分かち合ったりしましょう。
- ☐ わたしの目標は、\_\_\_\_\_です。





## わたしは信じることができます！

ラモーナイのつまは、アンモンが神の預言者であるという信仰を持っていました。あなたも、ラモーナイのつまのように、今日の預言者や使徒に信仰を持つことができます。

- ☐ アルマ 19：2－5，8－10 を読んでください。
- ☐ モンソン大管長の大会の説教を見ましょう。あなたはモンソン大管長が神の預言者であることを信じていますか。
- ☐ わたしの目標は、\_\_\_\_\_です。



## わたしは声を上げることができます！

モリアントンは悪い人でした。モリアントンが、はしための一人をたたいたとき、彼女は、司令官モロナイにモリアントンのしていることを話そうと決心しました。あなたも、正しくないことについて声を上げることで、このはしためのようにすることができます。

- ☐ アルマ 50：30－31 を読んでください。
- ☐ もしもだれかがあなたをいじめたり、だれかがばかにされているのを見たりしたときは、信頼できる大人のの人に話してください。
- ☐ わたしの目標は、\_\_\_\_\_です。



# 約束の地への旅



ヤレドとその兄弟は、家族や友達とともに、ある谷に住んでいました。イエス・キリストがヤレドの兄弟をおとずれられました。イエスはヤレドの兄弟に、船をつくって民を連れて海をわたり、約束の地に行くようにと言われました。



人々は、まどのない船をつくりました。ヤレドの兄弟は、どうやって息をしたり、見たりするのか心配になりました。イエスは、空気を入れるためのあなを船に開けるようにと言われました。

でも、光はどうすればよいので  
しょう。ヤレドの兄弟は、16この  
すき通った石を作りました。ヤレ  
ドの兄弟は、イエスに、石に指で  
さわって光るようにしてくださいと  
お願いしました。



ヤレドの兄弟は、イエスが一つ  
一つの石に指でふれてくださるの  
を見ました。石は明るくかがや  
きました。偉大な信仰があった  
ヤレドの兄弟は、イエス・キリスト  
を見たのです。





神は、船が海をわたれるように風を送ってくださいました。約束の地に着いたとき、ヤレドの民は自分たちを守ってくださったことを神に感謝しました。

わたしたちも神を信頼し、イエス・キリストを信じる信仰を持つとき、ヤレドの兄弟のようになれる。■

おんがく  
音楽はわたしを  
しあわ  
ぎもち  
幸せな気持ちにしてくれます







ゴードン・B・  
ヒンクレー大管長  
(1910 - 2008 年)

## 主の教会の 神聖な特質

神は、神御自身の偉大な計画に基づいて  
御業を進めておられます。

この御業を進める組織と指導者の召しについて、神の力が働いていることは明白です。中央幹部は皆、人間であり、それぞれ異なった人格を備えています。各人がいろいろな経験や境遇を土台にして、それぞれの責任に生かしています。教会の管理評議会において討議しなければならない事項が出てくると、それぞれが自由に自分の見解を述べます。こうした興味深い過程を通して御業が進められるのを目にする人は、聖なる御霊の力が幹部の兄弟たちに力を及ぼしているのを見て感動します。最初にあった見解の相違は決して大きなものではありませんが、やがて一つに溶け合い、一致を見るのです。「わたしの家は秩序の家であ[る]」と主は言われました(教義と聖約 132:8 参照)。御業におけるこの過程を見るにつけ、わたしはいつも自分の信仰を新たにしています。……

大管長がほとんどの場合高齢であることに懸念を示す人たちがいますが、わたしはそれに対して、「何という祝福でしょう!」と答えます。この神権時代の業は、最初、預言者ジョセ



フ・スミスの尽力があって進められました。当時ジョセフ・スミスは若くて精力的であり、その時代の慣習に捕らわれない考え方をする人でした。主は御業を開始されるに当たって、新しい湿った粘土のように彼の若い心を練られたのです。

ジョセフの後継者が、教会員を率いて荒れ野を渡り、新しい地を開拓するというとてつもない責任を負ったのは、比較的若いときでした。

しかし、わたしたちの教義の土台は今しっかりと据えられており、わたしたちは一つの民として揺るぎなく築き上げられています。少なくとも主が次の移住を命じられるまでは、そのような状況にあります。わたしたちには革新

は必要ないのです。必要なのは神が語られた原則に従う献身です。また神から任じられた大管長に忠実であることです。大管長はわたしたちの預言者、聖見者、啓示者です。わたしたちが預言者を頂くにふさわしい生活をする限り、決して預言者が取り上げられることはありません。預言者は若くなくてもよいのです。大管長はもっと若い人たちを世界中に送って奉仕の業を進めており、今後もそのように行うことでしょう。大管長は管理大祭司であり、聖なる神権の全ての鍵を持つ人であり、神から神の民に伝えられる啓示の声となる人です。

「亀の甲より年の功」という古いことわざもあることです。

わたしは次のことを知っており、心にとっても深い安心感があります。すなわち、しばらくの間、わたしたちの大管長となる人は、鍛えられ、訓練され、試練と試みを受けてきた人であり、御業に対する忠実さと大義における誠実さは奉仕という炉で鍛え上げられ、信仰は成熟しており、長い年月をかけて神に近づいてきた人であることでしょう。……

啓示された原則にしっかりとつかまっているならば、わたしたちは将来のことを恐れる必要はありません。■

「主はまどろみも眠ることもされない」『聖徒の道』  
1983年7月号、8-12 参照

# 洞 察



**進み続けるための勇気はどこで見つけることができるのでしょうか。**

「人生が台なしになってしまったと感じている人がいるかもしれません。罪を犯した人、恐れや怒り、悲しみを感じたり、疑いに苦しんだりしている人がいるかもしれません。しかし、良い羊飼いが迷い出た羊を探し出されるように、皆さんが心を世の救い主に向けるならば、主は皆さんを見つけてくださいます。主は皆さんを救助してくださいます。主は皆さんを抱き上げて御自分の肩に乗せてくださいます。主は皆さんを家に連れ帰ってくださるでしょう。」

大管長会第二顧問 **ディーター・F・ワークトドルフ管長** 「主はあなたを肩に乗せて家に連れ帰ってくださるでしょう」『リアホナ』2016年5月号, 104



# 今月号のその他の記事

## ヤングアダルト

### 本物の ミレニアル世代 として立つ

本物のミレニアル世代にいるとは、自分の年代をはるかに超えた働きをすることです——この世をイエス・キリストの再臨に備える助けをします。

46  
ページ



## 青少年



### 耐える力

人生の試練のさなかに、幾つかのシンプルなことが、神を恨んで避けるのではなく神との関係を保つ助けとなりました。

58  
ページ

## 子供

### 母から 学んだこと

これらの質問をして、あなたのお母さんやお父さんが、親であることのどんなところが好きかを見つけましょう。

72  
ページ



末日聖徒  
イエス・キリスト  
教会