



『習慣の力』

聖書本文：ルカの福音書22章39節-43節・暗唱聖句：ピリピ人への手紙2章13節

説教者：鄭南哲牧師

(Rev. Jung nam-chul)

愛するクリスチャンプレイズチャーチの信仰の家族みなさん、一週間の間も主の平安で守られましたか。新しい4月が始まりました。あちこち春を知らせる桜が美しく咲いてますね。新しく始まった4月、新しく出発するみなさんの歩みの上に上より神の助けと導き、神の力と祝福が豊かに注がれますように主イエスキリストの御名によってお祈り申し上げます。新しく入学する子どもたち、学生たちの上にも神が許して下さった良い先生、良い友達、良い出会いの祝福がありますように祈ります。中3年生のみなさんには今年一年がどんな年よりも重要な一年になるでしょう。一年間神がみなさんに明確な目標と志を立てさせて下さり、勉強に集中力と理解力と智慧を7倍にも与えて下さるように切に祈ります。

< 1. 習慣の大切さ >

愛するクリスチャンプレイズチャーチのみなさんにはどんな習慣がありますか。

食事を食べる時、ご飯を先に食べるか、汁を先に飲むか生活の細かいところまでも実はほとんどが自分の身につけられている習慣に人は従っているのではないのでしょうか。日本にも、“三つ子(みつご)の魂百まで!”ということわざがあるように、西洋にもこのようなことわざがあります。

“考えの種を蒔くと行動の実を結び、行動の種を蒔くと習慣の実を結ぶ。習慣の種は品性を作り上げ、品性は運命を決める。” 子どもたちに良い習慣をもたらせるなら、子ども教育の90%はすでに成功したとも言われています。

早寝、早起きの習慣、定期的に聖書や読書する習慣、運動する習慣、礼儀正しく話せる習慣、他人の事を良く聞く習慣、友達など思いやりを持って助けて上げる習慣、教会の礼拝を守る習慣、祈る習慣など我らの子どもたちにこれからも良い習慣が身につけられるように家でも、教会でも助けてあげる必要があるのではないのでしょうか。

学生たちも自分で勉強する習慣が身に付けられて学生は勉強がやりやすし、当然成績も益々上がるようになるでしょう。いくら高いテキストを買って、高い塾に通っていても自ら勉強する習慣がなければ、なかなか結果が出ない事を良く経験して来ているでしょう。

新しい新学期に前の学年の時より、勉強の結果が良くなりたく願う学生たちは、まず、自分の中に勉強する習慣を作って行く事が大切です。そうするためには、勉強するのに、集中するのに、邪魔をするよくない習慣(切がないスマホやゲーム、テレビ、カードゲームなどで計画もなく無駄に時間を費やしたりする)を一日も早く変えなければなりません。それ以外にもいつもネガティブに考えたり、よく人の悪口を話したりする習慣などはその人の品性や人格、他人関係にまでも色々影響させます。

このように習慣はいくら強調しても大切であることはみなさんもお存知でしょう。まさに人の習慣がその人の品性、姿勢、考え方、行いを左右し、運命を変え、人生を変えると云っても過言ではないのではないのでしょうか。

みなさんにはどんな良い習慣が身につけていますか。これから良い習慣を身につけることがなぜ大切なのか、そしてさらに新しく良い習慣を身につけるためにはどうすれば良いのか今日の聖書の本文に現れているイエスキリストが持っておられた祈りの習慣を通して共に学んで生きたいと思えます。

< 2. 良い習慣の大切さ：成熟と成功の秘訣 >

愛するクリスチャンプレイズチャーチの信仰の家族のみなさん！

なぜ良い習慣が我々に必要で大切でしょうか。**良い習慣が成熟と成功の秘訣になるからです。**

今日の**本文39節**をご覧ください。“それからイエスは出て、いつものようにオリブ山に行かれ、弟子たちも従った。”、“いつもの場所に着いた時、イエスは彼らに、誘惑に陥らないように祈っていなさい。” (40、46節)

つまり、イエス・キリストはこの地上におられる時、たまにでも、特別な時ではなく、いつものように、いつもの場所で祈りの習慣に従って祈られたお方である意味です。イエスキリストの地上での生涯は祈りの生涯であったと言っても過言ではないでしょう。神の御子なるイエス様は本当は唯一祈らなくても大丈夫なお方でしたが、祈られた、それでもたまにではなく、何か問題や悩みがある時ではなく、祈りが習慣

になるまで祈られたのは、私達もそうするように、そうなるように祈りの模範を見せるためだったのではないのでしょうか。

イエスキリストは真の神（100%）でありながら、真の人（100%）でした。人と違って罪はない方でしたが、我々と同じような人のあり方を持っておられました。そのイエスキリストが神の御業全てを成されるためにいつも聖霊の神の力をもって働かれた事を聖書を通して分かります。ところが、我々が注目すべきところは、その聖霊の力を頂くために、イエスキリストはいつも祈りを用いられた事であります。そして、そのイエスキリストの祈りの習慣は決定的な瞬間にその習慣の力を発揮します。

今日の本文ではもう明日から耐え難い十字架の受難と死が待っている恐ろしい前夜、大きな苦しみと不安の真ん中おらえたのにもイエス様は動揺しないで、いつものように祈りの習慣に従って十字架の贖い（‘代わりに代価を支払って買い戻す’）の御業を成す準備をされ、ついに父なる神の御心通り我々の全ての罪を赦すために、十字架の上で 罪の代価全てを支払い済みの御業を成し遂げられたのではないのでしょうか。十字架の上でも最後の習慣には習慣の通りに祈られるイエス様の姿が見られます。“父よ。彼らをおゆるしてください”（ルカの福音書23章34節）。

愛するクリスチャンプレイズチャーチの信仰の家族のみなさん！

人はピンチや危機に臨むとあわててしまいます。しかし、祈りの習慣を最後まで保っておられたイエスキリストは全てを乗り越えて、打ち勝つ事が出来たのではないのでしょうか。

旧約聖書のダニエルという神の人を見て見て下さい。これ以上ダニエルが周りのやきもちと陰謀によって神に祈ると、反逆だと見なし、ダニエルが殺されるようになっていた状態でも彼もいつものように日に3度神の前に祈られた事が分かります。“ダニエルは、その文書の署名がされたことを知って自分の家に帰った。一彼の屋上の部屋の窓はエルサレムに向かってあいていた。一彼は、いつものように、日に三度、ひざまずき、彼の神の前に祈り、感謝していた。（ダニエル書6：10）”ダニエルの祈りの習慣は死の危機に臨まれている時さえも、感謝を生み出すようにさせる力と信仰の源となったようです。

イエス様の祈る習慣を通して我々は良い習慣っていうものがどれほど大切なのかよく知る事が出来ます。良い習慣は第2の天性になり、習慣はその人の良い品性、良い態度、様々な環境や問題を乗り越えさせ、打ち勝つようにさせるものであります。良い習慣はなぜ大切ですか。その人の良い成熟と計画し、目標した事を成功させるからである事を共に覚えて行きたいと思えます。

もちろん、みなさん、悪い習慣はすぐ直したり、捨てる事がなかなか出来ない事をよく知っています。だからこそ、一日も早くずっと悪い習慣を直そうと戦うよりも、新しい良い習慣を身につけるように変えた方が効果的でしょう。

そうしたら、良い習慣はどうやって身につける事が出来るのでしょうか。

<3. 良い習慣を身につける事が出来る方法>

①良い考えや良い行動を諦めないで続ける事です。40節をご覧ください。“いつもの場所に着いたとき、イエスは彼らに、「誘惑に陥らないように祈っていなさい。」と言われた。”

良い習慣を身につけられるために、だれが何と言われても続けてやって行く事必要があります。

イエス様も今特別に十字架の前に祈られたのではなく、続けて十字架の出来事を考え、祈り続けて来られたわけです。

いろんな出来事や多くの人のためや疲れや忙しさなどの様々な誘惑がある中でも祈る事を諦めないで、身につけられるまでずっと祈り続けて来られました。先にイエスキリストはご自身が経験されたように、弟子たちにも様々な誘惑が祈りの習慣が身につけられないように妨げて来る事を教えて下さいました。

しかし、弟子たちは何も考えがなかったため、祈り続けられず、眠ってしまった事が分かります。（45節“イエスは祈り終わって立ち上がり、弟子たちのところに来て見ると、彼らは悲しみの果てに、眠り込んでしまっていた。”）ここで、考えは習慣の種になる事を覚えておいてください。イエス様は弟子たちがこれからつまずいたり、様々な試練に会うことなどが人生の中でいくらでも起こりうるため、祈りの習慣をしっかりと身につけるように教えて下さったのです。“あなたがたはみなつまずきます。（マタイ26：31、マルコの福音書14：27）”、“私の兄弟たち。さまざまな試練に会うときは（ヤコブの手紙1：2）”、“愛する者たち。あなたがたを試みるためにあなたがたの間に燃えさかる火の試練を、何か思いがけないことが起こったかのように驚き怪しむことなく（ペテロの手紙第一4章12節）”、“万物の終わりが近づきました。ですから、祈りのために、心を整え身を慎みなさい。（ペテロの手紙第

ー4章7節) ”

春山茂雄氏が書いたベストセラー『脳内革命』という本の中でとても印象的に内容を読んだ事があります。人の脳にはプラス思考(考え)とマイナス思考(ネガティブ(negative))があると云います。同じ状況、同じ問題の中でも元気な人もおれば、すぐ病気になるやすい人のタイプがありますが、このような人はいつも物事に対してマイナス的な考えを持っているという指摘でした。

その意味で考えて見ると、祈りの習慣はなぜ大切でしょうか。

祈りは続けて神の御心を探り、考え、求め、黙想する事だからです。(42節)

“父よ。みこころならば、この杯をわたしから取りのけてください。しかし、わたしの願いではなく、みこころのとおりにしてください。”

神は祈りを通して我々を悟らせ、我々がよく見極めるように、ふさわしく、正しく考えるように導いて下さいます。それによって神の前で良い行いをする事が続けて出来るようになり、それによって良い習慣が身につけられて行くのではないのでしょうか。

ですから、ここで、我々は良い考えを続けて行動に移すと、その人の良い習慣になり、その習慣が良い品性を、正しい態度を作り上げ、人生がより祝福されるように導いてくれるのです。

良い考え、良い行動を持続的にする方法こそ、良い習慣を身につけられる近道である事を忘れないで下さい。そうするために、祈りは良い考え、良い行い、良い習慣を作るために神様が信じる者たちに与えて下さった我々への特権であり、祝福のプレゼントである事を忘れないで下さい。

例え) 自分がねずみだと思ひこんでいた精神患者が精神病院に入院されていました。いくら医者が“あなたはねずみではないですよ”と言われれば言われるほど、その患者は良くなり、もっとひどくなります。ある日、ある年寄りの医者が彼を診察しました。“先生、僕はねずみ何ですよ!”その時、先生は“そうなんですよ。あなたはねずみなんです。”と始めて彼がねずみであることを認めてくれました。“あなたは本来はねずみだったんだけどね、もう人に変えられたの。もう人になりました!”自分がねずみだったのに、人となるように作り変えて下さったその医者が彼には神のような存在で益々彼の症状もよくなり、ついに退院する事が出来ました。しかし、退院された彼がまた走りながら、病院に戻ってしまいました。医者がびっくりして“どうしたの。どうして戻って来たの?”と聞くと、帰り途中猫とびつたり会いましてね。”医者はもどかしくなり、“あなたはもうねずみから人へ変わったよ”そのように医者が伝えたら、その患者はこう話したそうです。“先生も、私もねずみから人になった事は確かに知っているけど、あの猫も知っているのか分からないんじゃないですか。先生!!”

まず、人の考えが変らなければ、良い行いも、新しい良い習慣も身につける事ができないのではないのでしょうか。祈りの習慣は神の考え、神の御心を知り、考えを抱くと、神を愛し、自分を大事にし、他の人を哀れみ深く思われるようにさせます。そこから良い行いが、それを続くと、良い習慣が生み出されるでしょう。なので、主は我々のために祈りの習慣が身につけられるまで、絶えず祈るように命じて下さっているのです。

“わたしを呼べ。そうすれば、わたしは、あなたに答え、あなたの知らない、理解を越えた大いなる事を、あなたに告げよ(エレミヤ書33章3節) ” “絶えず祈りなさい(テサロニケ人への手紙第一5:17)。”

我々は忙しくて、疲れて祈り続けられないとよく言い訳をしていますが、イエスキリストの地上での生涯を覚えると、イエス様はだれより、お働きと忙しさの連続でした。しかし、ひたすら、祈りを通して全てを実現させて下さいました。公にお働きを始める時には、荒野で40日間断食の祈りから始まりました。弟子たちを選挙する前にも夜中まで祈られました。そして今日の本文の十字架の最大な苦しみの前でも、そして十字架の上での最後の時でもイエス様はひたすら祈られました。まるで、徹底的に、祈らなければならないものかのように続けられ、身につけられました。今日我々も祈りの習慣も含めこれからも新しい良い習慣を作り、身に付けていくためには続ける訓練をしなければならないのです。訓練というのはつまり、諦めないで、持続的に、続けてやる事によって出来ると今日の本文は教えて下さっています。

<3. 良い習慣を身につける事が出来る方法>

②具体的な望みと目的を立てる事です。(42節)

みなさんは何のために良い習慣を身につけたいと願っているのですか。ただ、自分の出世や成功のためで

しょうか。

42節にはこう書いてあります“父よ。みこころならば、この杯をわたしから取りのけてください。

しかし、わたしの願いではなく、みこころのとおりにしてください。”

イエスキリストの祈りの習慣は徹底的に神の御心に焦点を合わせる手段でした。

イエス様に祈りの習慣が身につけられたのは、祈りを通してひたすら父なる神の御心である十字架という具体的な目標と目的を忘れないように、ずっと焦点を合わせようとされたからでした。神の御心を具体的にかなえたいという願いと目的があったため、祈り続けられ、祈りを習慣が自然に身につけられたと信じます。

今日神は我々のうちにもビジョンと夢を具体的に与えて下さるお方であると聖書は教えて下さっています。

“神は、みこころのままに、あなたがたのうちに働いて志を立てさせ、事を行なわせてくださるのです。

(ピリピ人への手紙2章13節)”

神は今日も我々が具体的な良い目的、ビジョン、夢を持つ事を望んでおられます。

今日イエス・キリストはこのような具体的なビジョン、夢、目的を祈りを通してかなえられました。

みなさんには神のため、神が喜ばれる具体的な目標、目的を持っていますか。今日任命された役員初め、全ての奉仕者のみなさんに祈りを通していつも神の御心を探り、従いながら、みなさんを通してさらに神が具体的に喜ばれる志を、夢と計画を与えて下さり、それを成して下さいます様に切にお祈り申し上げます。

新しい4月、また神が愛するクリスチャンプレイズチャーチの全家族に（各家庭、子ども、学生、青年、各奉仕者、お仕事）みなさんに神の栄光のため、神が喜ばれる具体的な良い計画、目標、ビジョン、夢を与えて下さって、祈りの習慣を通して今月、これから一つずつ成して行くうちに良い習慣がさらに作られ、祝福されるみなさん一人一人となりますように主イエスキリストの御名によって祝福します。アーメン！