

Pray, Don't Worry Part 2

1. 沢山の思い煩いの理由があります。

沢山の思い煩いの理由があります。最近コロナ・ウィルスです。あちこちに新しい患者^{かんじゃ}が出てきます。国際問題になりました。パンデミックになりました。パニックの状態になりました。私たちはこんでいる所を離れ、気を付けるし、自分を守らなければなりません。自分の健康を守るために責任をちゃんと、取らなければなりません。思い煩いがいいでしょうか。

他の心配の理由があります。①ファミリーについて心配します。②ある人は仕事のために心配します。③ある学生は教育のために心配します。私たちは将来について心配します。すべての人は違う思い煩いのレベルがあると思います。

思い煩いは何でしょうか。思い煩いは何回も、同じことを思い巡^{めぐ}らしていることです。そして、思い煩いは何かを恐れることです。小さいな恐れから、大きなパニックの恐れが出てきます。たいていの場合思い煩い^{わずら}について何も出来ません。コントロールが出来ません。¹

HAMSTER RUNNING

ハムスターのようになります。檻^{おり}の中に車輪^{しゃりん}があります。ハムスターは一生懸命に走っています。グルグル、ぐるぐる、グルグル 走っても、どこにも行きません。心配は同じ考えを何回も繰り返すことです。Like a broken CD player. 私たちは疲れてきます。思いわずらいは自分のエネルギーの無駄^{むだ}になります。自分の体力^{たいりょく}とメンタル・エネルギーを失^{うしな}います。

¹ Think about worry. Worry is pulling yourself apart. It pulls your heart and mind apart. Our hopes pull in one way, but our fears pull us the other ways. You can't just stop worrying. You must change something else. We must change our thinking and change our thinking patterns.

Pray, Don't Worry Part 2

パウロは心配の解決について教えました。

今日は、ピリピ4章を勉強したいと思います。使徒パウロは思いわずらいを止めるためにある勧めを伝えました。どういうふうに心配をすてることが出来ますか。

パウロは心配を乗り越える方法を教えました。私たちは新しい態度と新しい考えによって心配を乗り越えることが出来ます。霊的な方法を教えました。ピリピ4章4節を見てください。

II. 三つの正しい態度が必要です。4-6 節

A. 喜んだ心が必要です。4 節 A joyful heart is important.

大変な時、思い煩わないで、楽しいことをしたらいいです。笑ってもいいです。たとえば、楽しいビデオを見る (Mary Poppins, Sound of Music), 面白い本を読む。きれいな音楽を聞く。ゆっくりで散歩する。ハイキングをする。色々な一般の楽しいことがあります。けれども、もっと深い喜びことが体験出来ます。

ピリピ 4:4 話します。「主にあって喜びなさい。もう一度言います。喜びなさい。」

- ① 「喜びなさい。」クリスチャンのベーシックの心の状態は喜びの心です。この聖句は二つの同じ命令を繰り返します。「喜びなさい。喜びなさい。」を進めました。もし最初の命令が頭に入らなかったら、聖霊はもう一度言いました。「喜びなさい。」

私たちの人生は普通の喜びより、二倍が良いのです。クリスチャンの生活は我慢と真剣の態度だけではなく、喜びの生活です。神様はクリスチャンの感情に命令します。

ピリピ人への手紙の全体のテーマは喜びです。ピリピ書を読む時、このテーマを覚えてください。あなたのクリスチャンの生活に喜びが いっぱいに 入るべきです。

Pray, Don't Worry Part 2

ネヘミヤ記8：10によると、「主を喜ぶことは、あなたがたの力だ」。その通りです。

②「主にあって」喜びなさい。神様によって喜びなさい。と進めました。

もちろん幸せではない状態に入らんです、けれども、主にあって喜ぶことが出来ます。神様について考えると、喜びが出てきます。喜びによって私たちはリフレッシュして、嬉しくなります。詩篇43:4 神様が「私の最も喜び」です。詩編94：19

③「いつも」どのぐらい喜ぶべきですか。いつも喜びなさい。とりあえずではなく、いつも喜ぶべきです。最近よろこんでいますか。

第一テサロニケ5：16 「いつも喜んでいなさい。」

B. 寛容な心が必要です。5節 A Moderate Heart is important.

5節 あなたがたの寛容な心がすべての人に知られるようにしなさい。主は近いのです」

パウロはすべての人に「寛容な心」を伝えなさい。と言われました。これは優しい態度ですべての人に接することです。A 忍耐をもって、B. 復讐しなく、C. 戦いの霊ではありません。他の人に寛容な心を知られるべきです。共同訳には「あなたがたの広い心がすべての人に知られるようになさい。」

「すべての人」あるいはクリスチャンとノン・クリスチャンに寛容な心をしめすべきです。他の人と平和を持ったら、ストレスと思わずらいが消えます。そして、心の中の喜びを表せます。

THE LORD IS NEAR

① なぜでしょうか。「主は近いのです」。これには二つの解釈があります。一つの意味はキリストのご臨在のことを表します。すなわち、どこに行っても、キリストがいらしゃいます。だから、平和になります。

Pray, Don't Worry Part 2

②もう一つの「主は近いのです。」という意味はキリストの けいきょ あるいはキリストの再臨です（テトス 3:5）。キリストはそろそろ地上に来ます。裁き^{さば}を与えます。そして、私たちはこのイベントのために準備が必要です。心と生活を清^{きよ}めるべきですから、人間関係が うまく いきます。だから、今平安と平和の状態になるべきです。聖書にはコロナ・ウィルスについて書かれています。ルカ 21:10-11 に END TIMES 終わりの時、疫^{えきびょう}病^{はや}が流行^はってきます。今は思い煩^{わづら}いの時ではなく、大きな伝道のチャンスです。

A – B 喜んだ心が必要です。寛容^{かんよう}な心が必要です。

C. もう一つの大切な態度は「感謝」です。6 節 思い煩^{わづら}わず、文句^{もんく}を言わず、神様が与えた祝福を思い出すことです。感謝をもっている人になります。私たちは「いつもありがとう」という持^もちにならなければなりません。第一テサロニケ 5：18

一つの必要な命令を守らなければなりません。

III. 祈ると、神の平安が来ます。6 節

A. 心配する時、祈りなさい。Pray When You Get Worried.

では思い煩^{わづら}うことによって私たちの態度が変わってきます。困ってきます。がっかりします。どういうふう^{のぞ}に思い煩^{わづら}いを取り除くことができますか。パウロはピリピ 4：6 にこれを表します。

「何も思い煩^{わづら}わないで、あらゆる場合に。感謝をもってささげる祈りと願いによって、あなたがたの願い事を神に知っていただきなさい。」

1. 何も心配しない。何も、はい。何も。

何もは絶対の言葉です。心配の理由がありません。共同訳には「どんなことでも、」

Pray, Don't Worry Part 2

2. もう一つの言葉があります。「あらゆる場合に」祈りなさい。「何事につけ、」すべての状態について祈りなさい。はい。すべてのことに祈りなさい。例外のケースがありません。

3. 祈りなさい。

この聖句に祈りについて三つの言葉があります。

- ①最初の言葉は「祈り」です。祈りは一般的な言葉で、神様に近づくことです。
- ②願うことは「細かい」祈りです。私たちの細かい心配、ニーズ、課題を神様にささげるべきです。神様に任せるべきです。
- ③そして、もう話しました。「感謝」です。

パウロは別な手紙で同じようなパターンを使いました。第一テサロニケ 5:16-22

第一テサロニケ 5:16-22 16 喜び、17 祈り、18 感謝、23 平和の神、キリストの再臨

結局、祈りなさい。もし心配があれば、祈りなさい。もし思い煩いの感情があれば、祈りなさい。もし恐れがあれば、祈りなさい。すべての思い煩いのために祈りがあります。神様に願いを伝えなさい。素晴らしいことは、神様はすべての祈りと願いを聞いてくださるのです。

このコロナ・ウイルスについて、安倍総理大臣のために祈りなさい。日本議会のために祈りなさい。患者のために、自分の健康のために祈りなさい。

Concerning this virus, Pray for Prime Minister Abe. Pray for the cabinet to make right decisions. Pray for the sick. Pray to stay health. And so on.

私たちの人生のフォーカスは色々な問題と恐れに対してでなく、神様にフォーカスをしなければなりません。神様にすべて任さなければなりません。神様は色々な問題を解決出来ます。見てください。

Pray, Don't Worry Part 2

B. 神が平安をくださいます。God's Peace will protect you.

7 節「そうすれば、すべての理解を超えた神の平安が、あなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあって守ってくれます。」

祈ったら、神様は平安を与られます。これは神様の約束です。神様の平安は普通の平安ではなく、^{ちよう}超自然の平安です。なぜなら、この平安は神様からです。使徒パウロはよく^{あいさつ}挨拶の時、^{あいさつ}平安の挨拶を使いました。「私たちの父なる神と主イエス・キリストから、恵みと平安があなたがたにありますように。」“Grace and Peace be with you from God the father and the Lord Jesus Christ (Rom 1:7; I Cor. & 2 Cor. Gal, Eph, Phil, Col., I Thess. & II Thess., I & II Tim. & Philemon.

SKIP THIS PAGE (OR SHORTEN)

① A. Gift ヨハネ 14:27 (この平安は神様の贈り物で、^{ひる}怯まないでください。)

ヨハネ 14:27 によると、この平安は神様の贈り物です。この聖句の^{どうし}動詞を見てください。「与えます」平安は神様のギフトです

① B. Lasting イエスはこの平安を残します。わたしたちのためにこの平安を残してください。この世も平安を与えたいです。けれども、世の平安は一時的です。//

④ どういうふうに一時的な安心を得ますか。ある所で、国と国の平和はむりやりで、^{あっぱく}圧倒して、とりあえず平和を得ます。あるいは^{けんめい}賢明でない^{だきよう}妥協で、平和を得ます。World Peace is often gained by force, or by unwise compromise. It is fragile.

㊥ ある面でこの世の社会の中で平安を得ます。日本の文化を守って、皆と同じ行動に従って、安心な感じがします。a. ^{じゅく}塾に^{かよ}通って、b. 有名な大学に入ると、安心な感じがします。c. 有名な会社に入ると、安心な感じがします。けれども世には色々なトラブルがでてきます。社会の平安のやり方が出来ない場合はある人々は困ってきます。さわがせないで、恐れな^{こわ}い、怖くない、^{おだ}穏やかな心と^{ゆうき}勇気を出しなさい。？

Pray, Don't Worry Part 2

B. Not troubled, Not Afraid けれども、イエスの平安は神様の約束です。イエスから神の平安が頂くことが出来ます。そして、平安は大変な時でも、残ります。この平安は何でも乗り越えられます。

イエスはヨハネ 14:27 後半でこう言われました。「あなたがたは騒^{さわ}がせてはなりません。ひるんではなりません。」 イエスは何を教えましたか。古い新改訳聖書によると、「恐れてはなりません。」^{ひる}怯まないでください。Don't freak out. キリストは私たちに^{おだ}穏やかな心を与えられ、勇気をあたえられます。そして、大きな希望を伝えます。

② ヨハネ 16:33 イエスは弟子たちにこう言われた。

「これらのことをあなたがたに話したのは、あなたがたがわたしにあって平安を得^えるためです。世にあっては苦難があります。しかし、勇気を出しなさい。わたしはすでに世に^か勝ちました。」

ヨハネ 16:33 によると、^{しんじや}信者たちにもトラブルが来ます。平安がない心は^{おくそこ}奥底に恐れ的心があります。でもキリストの言葉によって平安が来ます。世から色々な問題、思い煩いが出てきます。世の思い煩いは人間の一つの敵です。けれども、キリストはこの世に勝ちました。すべてコントロールが出来ます。第一ヨハネ 5:4-5; Our faith overcomes the world. イエスはもう世に勝ったから、平安を得、勇気を出しなさい。

START HERE

c. 神の平安は^{ぐんじ}軍事 ^{けいびたい}警備隊の家のように私たちの心と思いを守ってくれます。7節後半 ピリピ 4章に戻ります。7節「そうすれば、すべての理解を超えた神の平安が、あなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあって守ってくれます。」

この聖句の後半が大事です。ギリシャ語で「まもってくれます」という言葉は^{ぐんじよう}軍事用語です、ギリシャのピリピ町の中にローマの^{ぐんじけいびたい}軍事警備隊の家がありました。安全を守るために立てました。旧約聖書にはよく神様の肉体的に守りについて話します(民数記 6:24)。² 私たちの心と思いも守ることが必要です。思い煩^{こうげき}いは私たちに攻撃します。アタックします。けれども、私たちは祈ることが出来ます。神様はこの素晴らしい方法を与えてくださいました。

² (第一ペテロ 1:5 に同じ言葉が出てきます。Shielded by his power)。^{たて}盾の^みように身を守ります。

Pray, Don't Worry Part 2

ペテロも思い煩いについてのアドバイスを書きました。

第一ペテロ 5:6-8 イエスはもうサタンに勝ったから、へりくだって、思い煩いを神にゆだねなさい。けれども、気を付けなさい。

もう一つの敵があります。第一ペテロ 5:7-8

I Peter 5:7. Casting all your care upon him; for he cares for you. **8.** Be sober, be vigilant; because your adversary the devil, as a roaring lion, walketh about, seeking whom he may devour

一般の思い煩いがあるし、サタンから、色々な思い煩い^{わずら}が出てきます。サタンの思い煩い^{かく}は隠れている嘘^{うそ}です。サタンはライオンのようにガオー、ガオーと叫んでいます。私たちに大きな恐れを与えたいのです。けれども、イエスはもうサタンに勝ちました。イエスはクリスチャンの一番の敵にもう勝ちました。

Satan is the master of worry and fear.³

In High School I delivering the newspaper. At one house there was a dog that had a terrifying bark. Whenever he heard me, he started barking fiercely. In the summer I could see the dog at the door waiting for me and barking wildly. I was really afraid every day when I delivered their paper to this house. Sometimes the front door wasn't shut good and he managed to get out. He ran after me and I dashed away in fear. I had great fear, but one day everything changed. After a long time, I found out that the dog had no teeth. My fear left and I became bold. One day he got out of the house and walked toward me barking fiercely. I stepped toward him and yelled at him. He quickly became quiet and ran away. Other days I could heard his barking, terrible barking, but I no longer had any fear of him. Satan's roar maybe loud. It may sound fierce, God has broken out his teeth and he no longer can hurt you,

D. 理解^こを超える平安を頂くことができます。PEACE BEYOND

7節の前半を見てください。「そうすれば、すべての理解^こを超えた神の平安が、あなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあって守ってくれます。」この平安はすべての

³ In Pilgrims Progress Gate was a Lion Roaring, but the lions were chained up and couldn't reach Christian. Others turned around and wouldn't go through the gate. But Christian did on his journey.

詩篇 68:19, "Praise be to the Lord, to God our Savior, who daily bears our burdens." マタイ 11:28, "Come to me, all you who are weary and burdened, and I will give you rest" 「すべて疲れた人、重荷を負っている人はわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげます。」

Pray, Don't Worry Part 2

人間の理解を超えた神の平安です。エペソ 3:20-21 にも、神様の与える愛は人間の理解を超えます。神様の愛は豊です。

C o n c l u s i o n

沢山の思い煩いの理由があります。思い煩いの時、パニックの時、クリアに考えられないので、間違った判断します。失敗します。けれども、祈りによって、思い煩いの肉体的、^{せいしん}精神的な^{つか}疲れ、^{ふせ}を防ぐことができます。取り除くことができます。この祈りは主に対して喜んで、感謝をもっています。この祈りによって、クリアに考えられ、(clear thinking) 生活のために正しい判断が出来ます。祈りましょう。

F i n a l C o n c l u s i o n

思い煩いは毒を飲むようです。自動的に止まりません。私たちは祈る、瞑想して、靈的に成長しなければなりません。最初の大切な態度は喜びと、寛容と、感謝です。そうすれば、神様の平安を頂くことができます。祈ると神様の平安が来ます。なぜなら、神は平和の神です。これは神様の約束で、神様の神格の中です。祈ったら、神様の平安のご臨在を感じる事が出来ます。アーメン。

S T O P H E R E

Many years ago, I wanted to come to Japan as a missionary. I studied. I was trained. Everything was going well. In August of 1985 I could come to Japan. Suddenly, the churches which I thought would support me, stopped. It was April or May of 1985. The Mission advisor told me I should look for another work. I prayed had during this time. What should I do? I felt called to Japan. How could I get to Japan? Suddenly one day God answered my prayer. He asked me a question several times. "Where are your books?" "Where are your books?" Then I remembered about 6 months earlier, I had already sent my books through another missionary to Japan. Ah, then I knew. God had already sent my books to Japan and he would send me there. God gave me great peace to go to Japan. One of my close friends who knew my situation couldn't believe it. How did I have so much peace. After that one church gave me an internship which went excellently, and then another and another in rapid session. In August 1985, according to the original plan I left for Japan. I have been working in Japan now for about 25 years. But I remember the great peace when I should have been in great confusion, despair, and worry.

Pray, Don't Worry Part 2

KJV 8. Finally, brethren, whatsoever things are true, whatsoever things are honest, whatsoever things are just, whatsoever things are pure, whatsoever things are lovely, whatsoever things are of good report; if there be any virtue, and if there be any praise, think on these things **9.** Those things, which ye have both learned, and received, and heard, and seen in me, do: and the God of peace shall be with you.

IV. 正しいことを考えるべきです。 8 節

8 節「最後に」パウロは心配と祈りの平安の話しを終わりたいですが、思い煩いしなためにもう一つの方法を伝えました。私たちには正しい考え方が必要です。もし心配したくない場合は私たちの考えを変えるべきです、

パウロはあるリストを伝えました。「真実なこと、尊ぶべきこと、正しこと、清いこと、愛すべきこと、評判の良いこと」

一回だけこのことについて考えるのでなく、ずっと考えなければなりません。この考えのリストはキリスト教の大事な美德と真理です。

なぜパウロはこの美德を選びましたか。なぜ恵みとあわれみと希望と忍耐について書いていないのですか。このリストは完全ではありません。パウロはみんながあまり考えない美德について強調したかったと思います。この六つの美德を見ましょう。

1. 真実、事実と現実は一致します。神は真実です（第一ヨハネ 1 : 9）。キリストは「真理であります」ヨハネ 14 : 6
聖霊は真理の霊です。ヨハネ 14 : 17 s
神様の約束と契約を信じる事が出来ます。

サタンは偽りの霊です。サタンは偽り者で、偽りの父です。
彼のうちには真理がないです。ヨハネ 8 : 44 彼の話は信じられない。

私たちは正直な人間になる必要があります。エペソ 4 : 15
愛をもって、真理を語りなさい。と命令します。真理には力があります。いろいろな悩みから解放が出来ます。ヨハネ 8 : 32 自由にします。

Pray, Don't Worry Part 2

真理について考えましょう。

2. 尊^{たつと}ぶ、私たちはすべての人を尊^{そんけい}敬して、扱^{あつか}うべきです。尊敬を与える言葉と尊敬を与える行動について考えるべきです。RITZ Carlton という有名なホテルチェーンのモットーは、スタッフは Ladies and Gentlemen でお客さんは Ladies and Gentlemen です。このように扱うべきです。尊^{たつと}ぶ人になりましょう。皆を丁寧^{たつと}に扱うべきです。

3. 正しい、公平^{こうへい}な人間になる必要があります。だれも差別してはいけません。正しいやり方を考えるべきです。年^{ねんれい}齢や性別^{せいべつ}、人種^{じんしゆ}や貧^{ます}しい人々を差別^{さべつ}してはいけません（ヤコブ2：1－9）。神は義のお方で、差別はありません（ローマ3：22）。

4. 清い、私たちは清い考えと生活を守らなければなりません。マタイ5：8「心の清い者はその人たちは神を見るからです。」は幸いです。」性的な考えはわたしたちによくアタックします。肉の欲によって誘惑させます。けれども、神様は清いお方で聖なるお方です。ですから、私たちも聖なる考えと聖なる生活を守らなければなりません。

5. 愛すべきあるいは素^{すてき}敵な生活、英語では Lovely です。オーストラリアでこの言葉をよく使います。素敵なクリスチャンは靈的にきれいで、魅^{みりよく}力的な人です。忍耐と恵みをもって、攻^{こうげき}撃的ではなく、人^ひを引^ひき付^つける人になりましょう。

6. 評^{ひょうばん}判のよいこと、（口語体）はほまれあること、（共同^{めいよ}訳）名譽です。私たちの生活は魅力的で、引^ひき付^つける人生を表すべきです。このようなクリスチャンはポジティブで、良い^{いんしょう}印象を与えるのです。このようにいい証が出来ます。

IV. クリスチャンの瞑^{めいそう}想が必要です。8 節 Christian Meditation

パウロのリストは完全ではありません。ですから、8 節 9 の後半に書きました。

「また、何か徳^{とく}とされることや称^{しょうさん}賛に価^{あた}うることがあれば、そのようなことに心をと^と留めなさい。」靈的に価値があることを瞑^{めいそう}想しなさい。と進めました。

Pray, Don't Worry Part 2

このようなことについて考えましょう。これは瞑想^{めいそう}です。何かがマインドの中に入ると、それは考えていることです。仏教、特に禅^{ぜん}仏教の瞑想は違います。禅の方法はすべての考えをすてるべきです。すべて。悪い考えも良い考えもすてると教えます。マインドを空にするのが目的です。とても難しいと思います。マインドは変^{へん}になるかもしれません。

キリスト教の瞑想は良い真理がマインドに入ることです。聖書の中に英語で、16-17回 **Meditate** 瞑想^{めいそう}の言葉が出てきます。日本語で色々な翻訳を使います。たとえば「思い巡^{めぐ}らす、口ずさむ、思う、心を留^とめる。」です。聖書は神様の業と行いについて思い巡らすべきです（詩編 77:12; 119:27; 143:5）。神様の性質について瞑想したらいいです（詩篇 49:9）。正しい人は毎日、昼と夜に御言葉を口ずさめます（ヨシュア記 1:8; 詩篇 1:2; 119:15,23,48,78,97,99,148）。私たちの思いは神様を喜ばせるべきです（詩篇 19:14; 104:34）。ローマ 8:5-8; 第一コリント 10:5; コロサイ 3:2; ヘブル 12:2 も見て下さい。

もし良い考えがマインドと心にいっぱい入ると、悪い考えをおい出します。良い美德と真理は悪い考えより、強いのです。

What you fill your mind with, is what you will think about and that's what you'll do. When you fill it with God's word, His truth, these good qualities, then the old bad thoughts will go out and new good thoughts will remain.

V. 平和の神が来ます。9 節 The God of Peace will come.

ピリピ 4 : 9 節を見ましょう。思い煩いは毒を飲むようです。自動的に止まりません。私たちは祈る、瞑想して、霊的に成長しなければなりません。最初の大切な態度は喜びと、寛容と、感謝です。そうすれば、神様の平安を頂くことが出来ます。祈ると神様の平安が来ます。なぜなら、神は平和の神です。これは神様の約束で、神様の神格の中です。祈ったら、神様の平安のご臨在を感じる事が出来ます。アーメン。

Pray, Don't Worry Part 2

④この世のテレビはコロナ・ウィルスについて「冷^{れい}静^{せい}になってください。」と言います。けれども、これはテレビでの番組の大きなニュースの話題です。この世のテレビとネットワークで、もつともつとの情報を伝えて、安心をさせたいですが、ますます恐れをかけます。情報過^{かた}多^た (OVERLOAD) になります。