

リアホナ

皆の思いをイエス・キリストへ



ミニスタリング：
救い主の
ように仕える

ネルソン大管長からのメッセージ
一致のための7つの原則, 2ページ

偉大な奉仕者に従う
主が強めてくださいます, 8ページ

生活の
プレッシャーが
押し寄せてきたら、

日の栄えの
考えを持って
ください!

—ラッセル・M・ネルソン大管長

2023年10月総大会から



目 次

「家から出て、そして居心地の良い場所から出て、周りの人々に主がなさるようにミニスタリングを行うとき、救い主はわたしたちの努力を導いてくださいます。」
—フアン・パブロ・ビラル長老, 8 ページ

- 2 イエス・キリストにおける一致の規範
ラッセル・M・ネルソン大管長
- 8 わたしたちは偉大な奉仕者に従います
フアン・パブロ・ビラル長老
- 14 わたしたちの関係を癒せるでしょうか？—
言語的および情緒的虐待に対処する
ゲイル・ニューボールド
- 20 『わたしに従ってきなさい』：「あなたは信仰
があるので……見たのである」
ドン・L・サール
- 25 信仰の肖像：心を動かす言葉
タヒラ・キャロル
- 26 末日聖徒の声
世界各地の会員が、霊を鼓舞する信仰の
ストーリーを分かち合います。
- 30 ヤングアダルト：聖約がどのようにわたしと最
も大切なものとのつながりを保ってくれるか
イバ・トーマス

- 34 ヤングアダルト：福音の奇跡を逃してしま
せんか
エンクチメグ(エンク)・ゾリグト
- 36 親のために：わたしたちはイエス・キリストの
弟子です
- 38 世界の教会：イギリス, プレストン
- 40 『わたしに従ってきなさい』：どうすれば救い
主のようにミニスタリングができるだろうか
- 42 『わたしに従ってきなさい』：わたしたちは聖
約の子孫である
- 44 わたしは神のみもとに戻りたいと思いま
した—しかしそれは可能でしょうか
匿名



表紙
写真/クリスティーナ・
スミス

イエス・キリストにおける 一致の規範

○

第四ニーフアイの民のようにイエス・キリストにあって一致するとき、一つになりたいというわたしたちの望みは、違いを乗り越えて幸福へと導いてくれます。





末日聖徒イエス・
キリスト教会大管長
ラッセル・M・
ネルソン大管長

わ

たしたちは、世界中に不和と論争の波が押し寄せる時代に生きています。テクノロジーに助けられ、心が冷めてしまっている人々によってそそのかされて、そうした分裂を生じされる力は、わたしたちの心を侮蔑で満たし、争いによってコミュニケーションを損なわせようとしています。共同体のきずなは壊れつつあります。戦争は激しさを増しています。

このような状況の中で、イエス・キリストに真に従う人々は平和を切望し、異なる種類の社会、すなわちイエス・キリストの教えに基づいた社会を築こうと、積極的に努力しています。それを実現するために、主はわたしたちに次のように命じておられます。「一つとなりなさい。もしもあなたがたが一つでなければ、あなたがたはわたしのものではない。」(教義と聖約 38:27) 事実、一致はイエス・キリストのまことの教会の特徴です。

分裂と争いの力に対抗するにはどうすればよいのでしょうか。どうすれば一致を達成できるのでしょうか。

幸いなことに、モルモン書の第四ニーファイにその例が示されています。この章には、救い主が人々を訪れ、教え、彼らの中に主の教会を設立された後の人々の暮らしが、簡潔に記されています。この記録は、これらの人々がどのようにしてこの上なく幸福で平和に満ちた一致を達成したかを示しており、わたしたち自身がそのような一致を達成するために従うことができる規範を示しています。

改心

第四ニューファイ第1章1節にはこうあります。「イエスの弟子たちは周囲の全地でキリストの教会を設立した。そして、〔人々は〕彼らのところに来て、罪を心から悔い改めた。」

わたしたちは主であり救い主であられるイエス・キリストを中心として一つとなります。一人一人がイエス・キリストと、主の福音と、主の教会について学ぶとき、聖霊が一人一人の心に真理を証してください。そうすると、主を信じる信仰を持ち、悔い改めることによって主に従うようにという救い主の招きを、わたしたち一人一人が受け入れることができます。

このようにして、個人の改心の旅が始まります。利己的で罪深い願望から離れて、救い主へと向かうのです。主はわたしたちの信仰の基です。そして、わたしたち一人一人があらゆる思いの中で主を仰ぎ見るとき（教義と聖約6：36参照）、主はわたしたちの生活の中で一致を促す力とされます。

聖約

第四ニューファイの記録には続けて、教会に来て罪を悔い改めた人々は「イエスの名によってバプテスマを受け、また聖霊を受けた」（4ニューファイ1：1）と記されています。彼らは神と聖約を交わしました。すなわち特別な、互いに結ばれた関係となったのです。

聖約を交わしてそれを守るとき、わたしたちは個人として主の御名を受けます。それに加えて、わたしたちは民としても主の御名を受けます。聖約を交わし、それを守ろうと努力する人は皆、主の民となり、主の特別な宝となります（出エジプト19：5参照）。このように、わたしたちは個人としても集団としても、聖約の道を歩んでいます。神との聖約の関係は、わたしたちに共通

の大義と共通のアイデンティティーを与えてくれます。わたしたちが自らを主に結びつけるとき、主はわたしたちが「互いに和合し、愛し合って結ばれた心」（モーサヤ18：21）を持つよう助けてくださいます。¹

公正、平等、貧しい人を助ける

第四ニューファイの記録は次のように続いています。「彼らの中にはまったく争いがなく、論争もなく、皆、互いに公正に振る舞った。」

また、彼らはすべてのものを共有したので、物持ちも貧しい者も、束縛された者も自由な者もなく、皆自由となり、天の賜物にあずかる者となった。（4ニューファイ1：2-3）

この世の事柄において、主はわたしたちが互いに公平で公正であり、互いに欺いたり、利用し合ったりすることのないよう望んでおられます（1テサロニケ4：6参照）。主に近づくにつれて、わたしたちは「互いに傷つけ合う心を持たず、平和に暮らし、あらゆる人にその人が当然受けるべきものを与えたいと思うように」（モーサヤ4：13）なります。

主はまた、貧しい人々と乏しい人々の世話をしよう命じておられます。そのような人々を助けるために、わたしたちは自分の能力に応じて、相手を裁くことなく、「自分たちの持っているものを互いに分かち合〔う〕」べきです（モーサヤ4：21-27参照）。

わたしたちはそれぞれ、「自分の兄弟を自分自身のように尊〔ぶ〕」（教義と聖約38：24）べきです。主の民となり、一致するためには、互いを対等に扱わなければならないだけでなく、互いを対等な存在と心から見なし、わたしたちは神の前で対等であり、等しい価値と等しい可能性を持つ、等しい存在であると心で感じなければなりません。

従順

第四ニーファイからの次の教訓は、この簡潔な表現の中にあります。「彼らは……自分たちの主、自分たちの神から受けた戒めに従って歩〔んだ〕。」(4 ニーファイ 1:12)

主はこれらの人々に御自分の教義を教え、戒めを与え、彼らに儀式を施す僕たちを召されました。主がこのことを行われた目的の一つは、彼らの中で論争が起こらないようにすることでした(3 ニーファイ 11:28 – 29:18:34 参照)。

主と主の僕たちの教えに従うことは、わたしたちが一致するうえで不可欠です。これには、不十分な点があればいつでも悔い改めるようにという戒めに従い、日々行いを改善し、より良くなろうと努力する中で互いに助け合うという決意も含まれます。

ともに集う

次に、第四ニーファイの民は「断食と祈りを続け、また祈りをささげ、主の言葉を聞くためにしばしば集まった」(4 ニーファイ 1:12) ことが分かります。

わたしたちはともに集う必要があります。毎週の礼拝集会は、個人としても集団としても、強さを見いだす大切な機会です。わたしたちは聖餐を受け、学び、祈り、ともに歌い、互いに支え合います。そのほかの集まりもまた、帰属意識や友情、共通の目的意識を育む助けとなります。

愛

第四ニーファイの記録ではその次に、これらすべての鍵になると思われること、すなわち、それなしには真の一致は達成できないものが示されています。「民の心の中に宿っていた神の愛のために、地の面にはまったく争いがなかった。」(4 ニーファイ 1:15)

個人の平安は、わたしたちが謙遜で従順な心で、心から神を愛するときに達成されます。これこそがいちばん大切な、第一の戒めです。ほかのどれよりも、あるいは何よりも神を愛することは、真の平安、慰め、自信、喜びがもたらされるための条件です。神とイエス・キリストへの愛を育むとき、家族と隣人への愛が自然に育まれます。

わたしたちが最大の喜びを経験するのは、わたしたちが神への愛と、神のすべての子供たちへの愛でいっぱいになり満たされることです。

キリストの純粋な愛である慈愛は、争いの解毒剤です。それはイエス・キリストに真に従う者が持つ主要な特徴です。神の前にへりくだり、心を尽くして祈るとき、神はわたしたちに慈愛を与えてくださいます(モロナイ 7:48 参照)。

わたしたち皆が神の愛を心に宿らせようと努めるならば、一致の奇跡はわたしたちにとってごく自然なものと思われることでしょう。

神聖な本質

最後に、第四ニーファイの民は、注目に値する一致のしるしを示しています。「強盗も人殺しもおらず、レーマン人とか何々人とか言われる者もなく、彼らは一つであり、キリストの子であり、神の王国を受け継ぐ者であった。」(4 ニーファイ 1:17)

何百年の間人々を分断してきたレットルは、より永続的で気高いアイデンティティーの前に消えていきました。彼らは天の御父やイエス・キリストとの関係に従って自分自身を、そしてほかのすべての人々を見ていました。

多様性や相違点はわたしたちにとって良いことであり、重要なものです。しかし、わたしたちの最も重要なアイデンティティーは、わたしたちの神聖な起源と目的にかかわるものです。

まず第1に、わたしたち一人一人は神の子です。第2に、教会の会員として、わたしたち一人一人は聖約の子供です。そして第3に、わたしたち一人一人はイエス・キリストの弟子です。ほかの称号が、『神の子』『聖約の子供』『イエス・キリストの弟子』というこれら3つの永続する称号に取って代わる、あるいは優先される² ことのないように、わたしはすべての皆さんに強く求めます。

一つとなる

神は御自分のもとに来るようにすべての人を招いておられます。すべての人のために場所が用意されています。わたしたちは文化、政治、民族、嗜好、そのほか多くの点で異なっているかもしれませんが、しかし、イエス・キリストにあって一つとなるとき、そのような違いは重要性が薄れ、一つになりたい、それによって主のものになりたいという、何よりも大切な望みに取って代わられるのです。

第四ニーファイの教訓を心に留めてください。わたしたち一人一人が一致に不可欠なこれらの要素を生活に取り入れようと努めるとき、彼らのように、わたしたちについても、「神の手によって造られたすべての人の中で、彼ら以上に幸せな民は確かにあり得なかった」(4 ニーファイ 1:16) と言われるようになることでしょう。■

注

1. 神と聖約を交わすことの意味と祝福について、詳しくはラッセル・M・ネルソン「永遠の聖約」『リアホナ』2022年10月号、4-11参照
2. ラッセル・M・ネルソン「永遠にわたる決断」(ヤングアダルトのためのワールドワイド・ディボーションナル、2022年5月15日)「福音ライブラリー」参照

神との聖約の関係は、わたしたちに共通の大義と共通のアイデンティティーを与えてくれます。



七十人
フアン・パブロ・ビラル長老

わたしたちは
偉大な奉仕者
に従います

イエス・キリストは、すべての人に思いやりを
もってミニスタリングを行う、わたしたちの
完全な模範であります。

各地の教会のステーク大会に出席するとき、わたしはステーク会長に同行して個々の会員や家族を訪問し、ミニスタリングを行う素晴らしい機会があります。そうしたミニスタリング訪問で、わたしは時々、何を言い、何をすればよいのだろうと思うことがあります。訪問先の人々が困難な状況にあるときは特にそうです。しかし、自分が何を言い、何をするかに焦点を当てる代わりに、偉大な奉仕者であられる救い主イエス・キリストに焦点を当てるのが、人々にミニスタリングを行うときに最も助けになるということに、わたしは気づきました。

すべての善いことについて、主はわたしたちの完全な模範であります。家から出て、そして居心地の良い場所から出て、周りの人々に主がなさるようにミニスタリングを行うとき、救い主はわたしたちの努力を導いてくださいます。そのとき、わたしたちのミニスタリングは、自分だけで語り、自分だけで行うどんなことよりも意義深いものとなるでしょう。



IDEAL CHRIST (「理想のキリスト」). BY HIRSH PETERS. SMITHSONIAN AMERICAN ART MUSEUM. MUSEUM PURCHASE IN MEMORY OF RALPH CROSS JOHNSON

通り過ぎて行かない

「わたしの隣り人とはだれのことですか」(ルカ 10:29) と尋ねられたとき、イエスはその機会を利用して、あるたとえを話されました。一人の男性がエルサレムからエリコへ向かう途中、「強盗どもが彼を襲い」、物を奪い取り、打ちたたき、「半殺しに」したまま逃げ去りました(ルカ 10:30)。

しばらくすると、一人の祭司が通りかかりました。祭司は、その男性が重篤な状態にあることを見て取ったに違いありませんが、立ち止まって助けませんでした。彼は道の「向こう側を歩いて行[き]」(ルカ 10:31) しました。次に一人のレビ人が、その男性がどれほどひどいけがをしているかを「見」ました。彼もまた「向こう側を歩いて行[き]」(ルカ 10:32) しました。それから、一人のサマリア人がやって来ました。イエスは、そのサマリア人には祭司とレビ人にはなかったものがあつたことを説明されました。サマリア人は「[その男性を] 気の毒に思い」(ルカ 10:33)、「近寄ってきて……ほう

たいをしてやり、……介抱し」(ルカ 10:34) しました。

良いサマリア人のたとえは、祭司、レビ人、サマリア人だけについての話ではありません。実のところ、それはわたしたちについての話なのです。わたしたちには、人生の道端に傷ついたり取り残されている兄弟姉妹がいます。それは友人、家族、近所の人、地域の人かもしれませんし、日曜日に礼拝堂で一緒に座っている人かもしれません。わたしたちは彼らを見て、通り過ぎて行くのでしょうか。それとも、良いサマリア人のように思いやりをもってミニスタリングをするのでしょうか。わたしたちが見る人の大半は、目に見える傷を負ってはいません。多くの方は黙って苦しみ、助けを求めようとしません。確かなアプローチをする唯一の方法は、サマリア人が示したような愛と思いやりをもって人々に接することです。キリストのようなミニスタリングとは、すべての人に思いやりを示すことを意味します。



ほかの人の必要を 知るために祈る

イエスが群衆の中を歩いておられたとき、長血を患って12年間苦しんでいた女性が、信仰をもってイエスに助けを求めました。女性がイエスの衣の裾に触れたとき、主は「力が〔御自身〕から出て行った」のを感じられました。イエスは女性の方を向いて言われました。「あなたの信仰があなたを救ったのです。安心して行きなさい。」(ルカ8:43-48参照)

「中風の者」が友人たちによって屋根からイエスのもとに降ろされたとき、イエスはまず彼を霊的に癒されました。「子よ、あなたの罪はゆるされた」と主は言われました。これに対して、律法学者たちは神を汚す行為だとイエスを非難しました。イエスはその場に居合わせた人々が、御自分が「地上で罪をゆるす権威をもっている」ことを理解できるように、「起きよ、床を取りあげて家に帰れ」と言われました。男性はすぐに「みんなの前」で「起き上がり」ました(マルコ2:3-12参照)。病人を肉体的に癒すキリストの力は、主が霊的に病んでいる人を癒すために用いられたものと同じ力でした。

この二つの出来事をはじめ多くの出来事が、救い主は人々の物質的および霊的な必要を完全に理解しておられ、その必要に応じてミニスタリングを行われることを示しています。わたしたちも同じようにすることができます。わたしたちには、救い主のように人々の必要を完全に理解することはできませんが、それらの必要に気づく能力と、それに対処する方法についての導きを求め、だれかの祈りの答えとなれるように祈ることはできます。

そして見えたなら、思いやりをもって行動しなければなりません。何もしないのであれば、見えても何の意味もないからです。見えていながら何もしなければ、霊的な視力を失ってしまうかもしれません。行動するとき、たとえそれが小さなことであっても、わたしたちは救い主の光をさらに受けて、周りの人々がよりよく見え、ミニスタリングができるようになります。

彼らとともにいる

時には、人々にミニスタリングをすることをためらうこともあるでしょう。相手はどんな反応をするだろうか、あるいは受け入れてくれるだろうかと心配になるかもしれません。わたしもそういうことがあります。そのようなとき、わたしたちにできる最も大切なことは、彼らとともにいて、彼らを愛することです。ここでもまた、救い主はわたしたちの完全な模範であります。

復活した救い主がニーファイ人に御姿を現される直前、人々は多くの大災害と深い暗闇を経験していました。彼らは切実に助けを求めていました。救い主はただ天から彼らに語りかけて、彼らが聞く必要のあったことを告げることもできましたが(3 ニーファイ 9 - 10 章参照)、彼らに御姿を現して、彼らの中に行かれました。彼らを教え、彼らとともに、彼らのために祈られました。(3 ニーファイ 11 - 19 章参照)

救い主はまた、次のように尋ねられました。「あなたがたの中に病気の者がいるか。彼らをここに連れて来なさい。足の不自由な者、目の見えない者、足の悪い者、手の不自由な者、重い皮膚病にかかっている者、体のまひしている者、耳の聞こえない者、あるいはどんなことでも苦しんでいる者がいるか。彼らをここに連れて来なさい。癒してあげよう。わたしはあなたがたのことを哀れに思い、わたしの心は憐れみに満たされている。……

さて、イエスがこのように言われると、群衆はこぞって、……どんなことでも苦しんでいる者たちを伴って前に進み出た。するとイエスは、御自分のところに連れて来られた者をことごとく癒された。」(3 ニーファイ 17:7, 9; 強調付加)

もしあなたが人にミニスタリングを行うことについて自信がなかったり、不安を感じたりしていても、何を言うべきか、何をすべきかについてあまり心配しないでください。まずは、ただそこにいることから始めましょう。ラッセル・M・ネルソン大管長は、「良い靈感は良い情報に基づく」¹と教えています。彼らと一緒にいるうちに、皆さんは彼らについて学び、病気の際に見舞うべきとき、神権の祝福を申し出て授けるべきとき、耳を傾けて「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る」(モーサヤ 18:8 - 9) べきとき、そして喜ぶ者とともに喜ぶべきときが分かるようになるでしょう。ためらわないでください。ミニスタリングを行う中で、救い主があなたに何を言い、何を言うように求めておられるかについて靈感を受けましょう。

ミニスタリングを最大限に活用する

わたしたちの周りには、救い主がわたしたちに望んでおられるようにミニスタリングをする機会がたくさんあります。以下に、ミニスタリングを生活の一部にするための方法をいくつか紹介します。

1. **コンタクトを取る。**自分がだれにミニスタリングをするよう割り当てられているかを知っていますか。ミニスタリング同僚とともに、彼らに働きかけましょう。そうすることで、多くのミニスタリングの機会が開かれます。(「ツール」アプリの住所録で自分の名前を選択し、次に「ミニスタリング」を選択すると、あなたのミニスタリングの割り当てを見つけることができます。)
2. **人々と知り合う。**周りの人々の生活について学び、あなたが彼らのためにそこにいることを示すことによって、あなたが彼らを気にかけていることを知ってもらいましょう。
3. **彼らのために祈る。**ミニスタリングをする機会を求めて、また、天の御父から求められているようなミニスタリングができるよう、御父の助けと靈感を求めて祈ってください。御父は靈感によってあなたを導いてくださいます。
4. **連絡を取り続ける。**定期的に周りの人々に連絡を取ってください。定期的に連絡を取ることで、あなたは気づいて奉仕をする備えができます。

救い主はミニスタリングの完全な模範を示されました。主を仰ぎ見て、主がわたしたちにして下さっているように、心に慈愛と愛をもってミニスタリングを行いましょう。

規範に従う

ニーファイ人に御姿を現したときに救い主が最初に取りられた行動は、人々に、「立ってわたしのもとに来て、あなたがたの手をわたしのわきに差し入れ、またわたしの両手と両足の釘の跡に触れ……なさい」(3 ニーファイ 11:14) と告げることでした。

救い主は、人々がただ御自分を見ることを望んではおられませんでした。彼らはすでに、主が「天から……降って来られ〔て〕、……群衆の中に立たれた」(3 ニーファイ 11:8) ところを目にしていました。主は、彼ら一人一人が御自分のもとに来て、御自分に触れて、御自分が全世界のために行ったことを感じ、知ることを望んでおられたのです。「彼らは一人ずつ進み出て、全員がこのようにし」(3 ニーファイ 11:15; 強調付加) ました。

主はまた、十二人の弟子を召し、「バプテスマを施す力をこれらの人に授け」(3 ニーファイ 11:22)、バプテスマの教義を教えられました(3 ニーファイ 11:23 - 27 参照)。それから主はニーファイ人に、すべての争いをやめるよう命じられました。「見よ、互いに怒るように人々の心をあおり立てるのは、わたしの教義ではない」と、主は言われました。「このようなことをやめるようにというのが、わたしの教義である。」(3 ニーファイ 11:30)

モルモン書に記されている救い主の務めは、多くの点でわたしたち自身のミニスタリングの規範となっています。預言者が教えているように、わたしたちは兄弟姉妹がイエス・キリストのもとに来るのを助け、バプテスマを受けてそのほかの救いの儀式を受けるように励まし、彼らを愛し、平和をつくり出す人になることができます。²

時には、人に手を差し伸べるのが簡単ではないこともあるでしょう。自分自身が試練の中にあって、救い主の方法でミニスタリングをしようという意欲を感じるのがさらに難しくなることさえあるかもしれません。試練や困難は、贖い主も御自分の務めの間に経験されました。主の御名を受け、主の証人になるとき(モーサヤ 18:9 参照)、わたしたちは主が歩まれたように歩み、自分が接する人々に手を差し伸べて愛するように求められるでしょう。

偉大な奉仕者であられるイエス・キリストに従い、主がなさるように人々にミニスタリングをするなら、主はわたしたちを強め、力を与えてくださいます。ミニスタリングを通して、わたしたちはほかの人々の生活を祝福し、自分自身のために平安と喜びを見いだすことができます。■

注

1. ラッセル・M・ネルソン「教会のための啓示、わたしたちの人生のための啓示」『リアホナ』2018年5月号、94
2. ラッセル・M・ネルソン「平和をつくり出す人が必要です」『リアホナ』2023年5月号、98 - 101 参照

わたしたちの関係を 癒せるでしょうか

言語的および情緒的虐待に対処する

教会機関誌

ゲイル・ニューボールド

以下の記事は、専門のカウンセラー
たちによるレビューを受けています。

71

歳で、ジャネット（仮名）は再婚しました。新しい夫が彼女に対して怒りをあらわにしたのは、二人が新婚旅行に出かけたときのことでした。ジャネットはこう振り返ります。「それまで、だれかからあんな口調で話をされたことはありませんでした。」ジャネットは動揺し、恐怖に襲われました。

時がたつにつれて、夫の怒りはエスカレートしていきまし
た。怒鳴り声はやがて、ジャネットの人格を否定するような罵
倒、中傷、個人攻撃に変わりました。夫は、彼女が自分よりも
友人や家族を大切にしていると主張しました。

「それはほんとうではありませんでした」とジャネット
は言います。「けれど平和を保つために、わたし
は彼らから距離を置きました。友人との約束は断る
ようにしました。体調が良くないからと言って。」

「わたしが何をして、夫にとっては十分ではありません
せんでした」とジャネットは言います。「わたしは夫を
怒らせてしまう自分を責め、『わたしがあれやこれをし
なければよかったんだ』と考えるようになりました。
自分は夫が言うような悪い人間なのかもしれないと思
い始めました。」

もしあなたが今、
言葉による虐待や
情緒的な虐待を
受けているなら、
助けを求めて
ください。友人や
家族、教会の
指導者、そのほかの
人々は、あなたが
安全だと感じて、
癒され、自分の
価値を思い起こせる
ように、助けとなる
リソースを見つける
手助けをすることが
できます。



苦痛は平安に取って代わられる

「皆さんは九死に一生を得られます。実際、すでに救い出されています。皆さんの今の苦しみを受け、皆さんと同じ苦悩を耐えられた御方により、もうすでに救われているのです。イエスはこの世の虐待に打ち勝ち、皆さんが生き延びるだけでなく、いつの日か、イエスを通じて、乗り越え、さらには勝利する力を与えてくださいました。そのため皆さんはいつの日か、イエスを通じて、完全に立ち上がり、苦痛や苦悩、悲痛が平安に取って代わるのを目にします。……虐待した人やほかの人が何を言ったとしても、あなたが受けた虐待は過去も現在も将来もあなたのせいではありません。……神は今も、そしてこれまでも決して、あなたを卑しめたことはありません。何が起きても、あなたを恥じたり、あなたに失望したりされません。神はあなたが思うよりずっとあなたを愛しておられます。」

十二使徒定員会 パトリック・キアロン長老
「主がその翼に癒しを備えてよみがえられたので、わたしたちは勝ち得て余りがある」『リアホナ』2022年5月号、37、38、39

ジャネットはこんなふうに自問しました。「もしわたしが価値のある人間であるなら、わたしはなぜこの人を選んだのだろうか。そして、なぜ彼にあんな口の利き方を許しているのだろうか。そうしたサインに気づくべきだったということだろうか。」デートを重ねている間、彼はとても親切で、気配りができ、愛にあふれていました。

「わたしはひどく落ち込みました」とジャネットは回想します。彼女はやがて、自分は病気になって死んだ方がましだ、そうすれば彼と離婚しなくて済むと考えるようになりました。以前にも一度結婚した経験があったジャネットは、また結婚に失敗するという事態に向き合うことができませんでした。

「だれかに話せばよかったのですが」と彼女は言います。「でも、あまりに決まりが悪かったのです。それに、別れなさいと言われることは分かっていました。わたしは結婚生活を終わらせたくなかったし、また独りぼっちになりたくなかったのです。だから、状況が変わることを願い続け、彼の行動を正当化し続けました。」

虐待は重大な罪である

時々、被害者はそれが虐待であると認識していないために、非道な行いを許容することがあります。情緒的虐待は、言葉で相手を傷つけたり、支配したり、操ったりしようとするときに起こります。それは例えば、厳しい批判、非難、隔離、操作、脅し、中傷、愛情を与えずにおくといった形をとります。情緒的虐待は、友人関係、交際関係、配偶者間、親子間、さらには職場の同僚間など、どのような人間関係においても起こり得ます。

ラッセル・M・ネルソン大管長は次のように教えています。「虐待は、サタンの影響力の一部であり、重大な罪です。教会の大管長として、わたしは、この問題に対する主イエス・キリストの教えを言明します。はっきり申し上げますが、女性や子供、あるいはだれに対してであっても虐待はいかなるものも、主にとって忌まわしいものです。だれかが傷つけられる度に、主は悲しまれ、わたしも悲しみます。いかなる虐待でも犠牲になった一人一人のために、主は悲しまれ、わたしたちは皆悲しみます。これらの忌まわしい行為をなす者は、人の法律に対して責任を負うだけでなく、全能の神の怒りも受けることでしょう。……

救い主は虐待を容認されず、またわたしたちも主の弟子として容認し

ません。』¹

わたしたちは皆、神の息子や娘であり、神から受け継いだ特質と神聖な行く末を持っています。イエス・キリストの福音は、互いに愛し合うように（ヨハネ13：34 参照）、また自分がそうしてほしいように人に接するように（マタイ7：12 参照）と教えています。

被害者はしばしば罪悪感を抱く

被害者は、恐れ、恥、落胆、絶望を感じ、自尊心がひどく損なわれることがあります。

ディエゴは、虐待的な女性との2年間の結婚生活によって打ちひしがれ、自殺願望に駆られました。今にして思えば、警告のサインに注意を払っていればよかったと、彼は言います。ディエゴの妻には、結婚や人間関係に失敗した経験が何度かありました。しかし、6か月間の交際はとても順調に進み、彼は恋に落ちました。

結婚後、妻の行動は彼を驚かせ、困惑させました。彼女はディエゴの外見について批判的なコメントをし、なぜそんなことを言うのかと尋ねると、ただの冗談であって、あなたにはユーモアのセンスがない、と言うのでした。「言葉での虐待やガスライティング〔注：心理的虐待の一種〕が多々ありました」とディエゴは言います。

また、ディエゴの顔に唾を吐きかけたり、彼を蹴ったり、引っかいたりといった身体的虐待もありました。多くの被害者と同じように、ディエゴは妻の振る舞いを大目に見ようとしていました。妻はただ嫌なことがあっただけなのだ、と自分に言い聞かせました。必死になって、彼女が喜ぶことをしようとしました。

「わたしは浴室を掃除し、夕食を作りました」とディエゴは言います。「でも決して彼女を喜ばせることはできませんでした。身体的な虐待は、男性としてのわたしにとって最悪の出来事だったと思います。わたしは自分が弱く、無力だと感じました。時には、職場で隠れる場所を見つけて泣き崩れることもありました。わたしは被害者でしたが、彼女はわたしに、悪い出来事はすべて自分のせいなのだと感じさせました。わたしは罪悪感を覚えました。彼女が正しいのだろうかかと悩みました。悲しみに押しつぶされそうでした。」

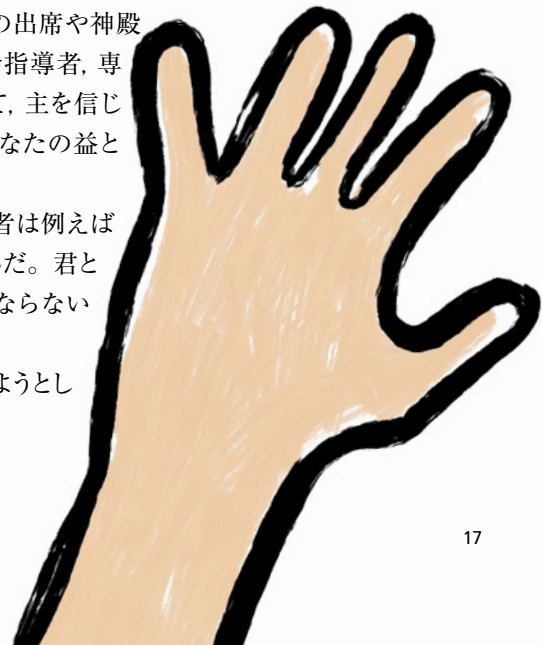
ディエゴは振り返ります。「わたしは結婚生活がうまくいくことを願っていました。懸命に祈り、神殿に行き、断食をし、聖文を読み、あらゆる面で天の御父に近づこうと努めました。希望がわたしを支えていました。従順であればうまくいくと、わたしは信じ続けました。」

助けを求める

霊的な強さを求める：被害者は、祈り、断食、聖文研究、神権の祝福、教会への出席や神殿参入を通して、靈感と霊的な強さを求めることができます。信頼できる友人や教会指導者、専門のカウンセラーから助けと支援を受けることができます。最も重要なこととして、主を信じる信仰を持ち、祈りをもって主の導きを求め、主が「あなたの苦難を聖別して、あなたの益としてください」（2 ニーファイ2：2）と信頼することができます。

境界線を引く：専門家は、境界線を設けて守ることが重要だと言います。犠牲者は例えばこう言うことができます。「今のところ、自分が見下されているように感じているんだ。君と話したい気持ちはあるけど、もっと敬意と思いやりをもって接してくれる状態にならないと、難しいと思う。」²

しかし、一部にはそうした境界線を尊重しない人もいます。ディエゴは境界線を設けようとし



虐待を受けたときにすべきこと

- あなたを傷つけた行為を正当化したり、過小評価したり、自分を責めたりしないでください。
- 情緒的な不快感は、何かが間違っており、助けが必要だというサインだと捉えてください。信頼できる友人や教会指導者、専門のセラピストに打ち明けましょう。
- 自分自身と自分が必要としている事柄を大切にしてください。
- 暴力行為が起きている場合は、直ちに警察に通報してください。警察は、差し迫った危険からあなたとあなたの子供を守るのを助けてくれます。
- その関係から離れてください。夫婦にとって、これは必ずしも離婚を意味するとはかぎりませんが、相手が健全な関係のためにしっかりとした境界線を守るようになるまで、しばらく離れているという選択肢もあります。
- 「福音ライブラリー」の「ライフヘルプ」セクションにある「虐待」にアクセスし、「被害者への支援」にある「癒しは得られるのでしょうか」や「安全かつ健全な関係を築くことができるでしょうか」といった質問に対する助言を読んでください。

指導者

指針として、『総合手引き—末日聖徒イエス・キリスト教会における奉仕』38.6.2「虐待」の項、「福音ライブラリー」を参照してください。被害者と加害者を助けるためのその他のリソースについては、「福音ライブラリー」で「手引きと召し」、「ワード/支部の召し」、「ビショッププリック」を開き、そこにある「カウンセリングリソース」の項を参照してください。

ましたが、妻は執拗に口論し続けました。「虐待者に対しては、常に理屈が通じるわけではありません」と彼は言います。「そして、だれかに言葉で攻撃されているとき、冷静さを保つのはとても難しいのです。キリストなら、立ち去られるか、穏やかな口調で話されたでしょう。その点で、わたしは完全ではありませんでした。もっとうまくできたはずだと思います。理性的な話し合いをするには、教会の指導者やセラピストのような仲介役が必要だと思います。」

このような状況では、専門家の助けを求めることが有益でしょう。情緒的虐待に詳しいカウンセラーから、不安定な感情に対処する方法を提案してもらうことができます。

懸念事項に対処する：人を傷つけるようなことを言う人は、自分がどれだけその関係を損なっているかに気づいていないことがあります。彼らも進んで助けを求めるなら、変わることができるでしょう。感情的になっていないときに、有害なコメントを言われてきた側の人は、こんなふうに言うことができます。「そういうことを言われると傷つく〔または、愛されていない、軽蔑されていると感じる〕んだ。よかったら、……のようにしてくれるとありがたいな。」そうした行動を明らかにすることで、加害者は自分が何をしているのかを知り、改善の機会を得ることができます。

相手が進んで耳を傾けるなら、両者ともに助けを得ることが可能になります。一緒にカウンセリングを受け、どんな行動が関係に害を及ぼし、どんな行動が関係を癒すかについて話し合うことができます。自分たちが望む関係を築くために、ともに取り組むことができます。

しかし、相手が耳を傾けようとせず、有害な行為を続けるのであれば、被害者は虐待関係にとどまる必要はありません。夫婦にとって、これは必ずしも離婚を意味するとはかぎりませんが、配偶者が健全な関係のためにしっかりとした境界線を守るようになるまで、しばらく離れているという選択肢もあるでしょう。

不健全な規範を持続させないようにする：中央扶助協会会長会第二顧問のクリスティン・M・イー姉妹は、次のように教えています。

「赦しと癒しの道には、家族やほかの場において、不健全な規範や人間関係を持続させないという選びがあります。わたしたちの影響の及ぶ範囲内のすべての人に対して、残忍さには思いやりを、憎しみには愛を、無礼さには穏やかさを、心痛には安心を、争いには平和を与えることができます。

自分が与えられなかったものを与えることは、イエス・キリストを信じる信仰を通して実現できる、神性な癒しの力強い部分です。」³

神の助けによる癒し

ディエゴは結婚カウンセラーに相談し、ビショップとも定期的に会いました。「これまで会った人の中でだれよりも愛情深いビショップの助けがなければ、この経験を乗り越えられたかどうか分かりません。そして、神殿はわたしの慰めでした。」

離婚後、癒しを得るのに苦労したディエゴでしたが、こう言っています。「わたしは二人の関係から多くのことを学び、あらゆる面で成長しました。そのおかげで、わたしはより良い男性、父親、人間、神権者、息子、友人、パートナーになりました。結婚生活がうまくいくように全力を尽くしましたが、それは実現しませんでした。彼女には選択の自由があり、彼女の選択をしたのです。」

結婚生活をうまく機能させようと3年間努力した末、ジャネットは離婚を申請し、子供の一人を連れて一時的に引っ越しをしました。「最初の数日から数週間がいちばん大変でした」とジャネットは振り返ります。彼女は心を注ぎ出して祈り、毎日熱心に、モルモン書と、慰めとなる総大会の説教を読みふけりました。

定期的に教会への出席を続け、専門のセラピストと会い、ビショップから助けとなる霊的な助言を受けました。「セラピストはとても頼りになりましたし、ビショップと話をした後は気持ちがとても楽になりました」と彼女は言います。

ある友人が、好きな聖句を声に出して暗唱し、自分の人生において手に入れたいすべての善いものを宣言したらどうかと提案してくれました。ジャネットは友人の助言を忠実に実行し、霊を鼓舞してくれる聖句を暗記しました。彼女のお気に入りの二つを紹介します。

「強く、また雄々しくあれ。あなたがどこへ行くにも、あなたの神、主が共におられるゆえ、恐れてはならない、おののいてはならない。」(ヨシュア 1:9)

「恐れてはならない、わたしはあなたと共にいる。驚いてはならない、わたしはあなたの神である。わたしはあなたを強くし、あなたを助け、わが勝利の右の手をもって、あなたをささえる。」(イザヤ 41:10)

ジャネットは、救い主の使命が心の深く傷ついた者を癒し、「囚人が解放され……ることを告げ知らせ、打ちひしがれている者に自由を得させ[る]」(ルカ 4:18; 強調付加) ことであると知ることによって強さを見いだしました。

十二使徒定員会のパトリック・キアロン長老は、救い主のそうした癒しの使命について証し、虐待の被害者にこう断言しています。

「贖いの苦しみの底から、救い主は、あなたが永遠に失ったと思っていた希望、決して得られないと信じていた強さ、可能だとは想像すらできなかった癒しを与えてくださいます。……

……救い主は両腕を広げ、癒しの賜物を差し出しておられます。勇気と忍耐、信仰をもって主に心向けらるなら、ほどなくしてこの賜物を完全に受ける日が来ます。」⁴ ■

注

1. ラッセル・M・ネルソン「何が真実か」『リアホナ』2022年11月号, 29
2. ナノン・タリー「情緒的虐待を認識する」(デジタル版のみに掲載されている記事)『リアホナ』2020年10月号、「福音ライブラリー」参照
3. クリステイン・M・イー「灰にかえて冠を：救いに至る癒しの道」『リアホナ』2022年11月号, 38
4. パトリック・キアロン「主がその翼に癒しを備えてよみがえられたので、わたしたちは勝ち得て余りがある」『リアホナ』2022年5月号, 39

赦す方法

主はすべての人を赦すように命じておられますが(例えば、教義と聖約 64:10 参照)、それは必ずしも、自分を傷つける人と一緒にい続けることや、彼らのしたことを大目に見ることを意味するわけではありません。主の助けがあれば、彼らに対する怒りや傷ついた感情から解放されるのが可能であることを意味しています。

ラッセル・M・ネルソン大管長は、わたしたちが救い主から受けられる、人を赦すうえで助けとなる力について、次のように証しています。

「[救い主]の無限の贖罪を通して、皆さんを傷つけた人や、残虐な行為の責任を決して取ろうとしない人を赦すことができます。

心からへりくだって赦しを求める人を赦すのは、普通は簡単なことです。しかし、救い主は、何らかの方法で不当な扱いをしてきた人をすべて赦す力を与えてくださいます。そうすれば、有害な行為はもはや皆さんの心をむしばむことはないのです。」(「イエス・キリストが授ける4つの賜物」[大管長会クリスマスディボーションナル, 2018年12月2日]broadcasts.Church of Jesus Christ.org)



「あなたは信仰があるので…… 見たのである」

ドン・L・サール

モルモン書の中で、わたしにとって最も感動的で、謙遜にさせられる話の一つは、ヤレドの兄弟の話です（エテル2-3章参照）。ヤレドの兄弟は深い信仰を持っていたため、主の前から遠ざけられることはありませんでした。大きな奇跡を行い、驚くべき示現を見せられました。

この話が感動的なのは、信仰と従順を通じて、大いなる知識と栄えある真理がわたしたち一人一人に与えられるということを教えているからです。

この話に謙遜にさせられるのは、自分はヤレドの兄弟とはまるで違うということを教えてくれるからです。この人生において、もし自分の信仰が不足していなかったならば、わたしは天の御父からもっと大いなる知識と霊的な強さを授かっていたかもしれません。

わたしにとって、この話からは二つの真理が浮かび上がってきます。(1) 信じるのが、自分の生活の中で主が驚くべき業を行われるのを見る鍵であることと、(2) 信じ、そして見るのに遅すぎることは決してないということです。

疑いを抱くとき、わたしたちは霊の目を閉じてしまいます。エテル書第12章27節で、主はわたしたち死すべき人間には弱さがあることを指摘するだけでなく、次のようにも言われました。「もし彼らがわたしの前にへりくだり、わたしを信じるならば、



わたしたちが信仰をもってへりくだるとき、御父は御自身がわたしたちの中に見ている可能性をわたしたちが見ることができるように助けてくださいます。

そのとき、わたしは彼らの弱さを強さに変えよう。」これが示唆しているのは、わたしたちが信仰をもってへりくだるとき、御父は御自身がわたしたちの中に見ている可能性、すなわちわたしたちがどのような者になり、何を成し遂げることができるかを、わたしたちが見ることができるよう助けてくださるということです。

こう思う人もいるかもしれません。「どうして主が大いなることをわたしに知らせてくださるだろうか。」この質問の本質は、ニーファイの兄であるレーマンとレムエルが尋ねたことと同じです。二人が父親の示現の教えを理解できずに苦しんでいたとき、ニーファイはこう尋ねました。「あなたがたは主に尋ねたのですか。」すると彼らは答えます。「主に尋ねてはいない。主はこんなことを我々に明らかにしてくださらないからだ。」ニーファイはこれに答えて、主の招きを繰り返しました。「もしあなたがたが心をかたくなにせず、わたしの戒めを熱心に守りながら、答えを与えられると信じて信仰をもってわたしに求めれば、これらのことは必ずあなたがたに明らかにされる。」(1ニーファイ 15:7-9, 11) この約束はすべての人に対するものです。

肉体を受けられる前のイエス・キリストがヤレドの兄弟に与えられた次の言葉は、神の導きを求めて力強い信仰を働かせ、従順になる人々に希望を与えてくれます。「あなたは信仰があるので……見たのである。」(エテル 3:9) 信仰は、自分自身の生活の中に主の驚くべき業を見ることができるようにわたしたちを導いてくれます。

主から知識を求めることは、わたしたちに与えられた特権と機会であるばかりでなく、わたしたちの義務と責任でもあります。主は、「研究によって、また信仰によって学問を求めなさい」(教義と聖約 88:118) と命じておられます。

ラッセル・M・ネルソン大管長はわたしたちに次の靈感あふれる教えを与えています。

「神はほんとうに皆さんに語りかけたいと思っておられるでしょうか。そのとおりです。……

個人の啓示を受ける皆さんの現在の霊的な能力をさらに伸ばすように、強くお勧めします。なぜなら、主はこう約束しておられるからです。『あなたは求めれば、啓示の上に啓示を……受け……るであろう。』[教義と聖約 42:61]」¹

わたしたちが信じるときに、自分の生活の中に主の業を見ることができるように主が助けてくださる方法を、わたしは少なくとも3つ知っています。



1. 主は、わたしたちが主から与えられている自分の人生の使命が見えるように助けてくださる。

わたしは16歳のとき、それまで一度も会ったことがなく、わたしの生い立ちについても何も知らない祝福師から、祝福師の祝福を受けました。その中で主は、幾つかの個人的な課題に関してわたしが心に抱いていた具体的な疑問に答えてくださいました。それらの課題についてのわたしの思いは、分かち合うことができないほど私的なものに思えました。課題の一つは、わたしと結婚する勇気のある愛情深い女性を見つけられるかどうかに関するものでした。わたしは生まれつき顕著な障害があり、それは子供に遺伝する可能性があったのです。その答えは、「はい」でした。わたしは実際に、マリーと結婚し、5人の愛する子供を授かりました。

その祝福における主の答えは、わたしの懸念とプライバシーを尊重したものでした。わたしだけがその意味を完全に理解できるような言い回しになっていたのです。その日以来、わたしは天の御父がわたしを親しく御存じであるという、確固とした個人の証を持っています。

わたしの職業人生は、神と神の子供たちに仕えようと努力することを通して、喜びと成長と満足感をもたらしてくれました。退職後、この世界もわたしが働いた分野も、わたし抜きで問題なく進んでいきました。時折、予定がぼっかりと空いたときに、自分はあのころほんとうに何か善いこと

をしたのだろうか、自分のささげ物は与えられた大いなる約束にふさわしいものだったのだろうか、と疑問に思ってきました。

そんなとき、わたしはこんな答えを感じました。「祝福師の祝福を読み返しなさい。」祝福文を読んでいると、わたしの胸に鋭い質問が浮かんできました。「わたしは約束したとおりに、あなたにこの祝福を与えなかつただろうか。これはあなたの人生で実現しなかつただろうか。これはどうだろうか。」わたしに約束してくださった祝福を主がどのように果たしてこられたかが、はっきりと見えました。自分が謙虚に、進んで差し出してきたものが受け入れられていたという確信を得、それと同時に、これで終わりではない、奉仕する機会はまださらにあるという勧告を感じました。

また、このような懸念を抱えているのは自分だけではないという印象も受けました。人生を振り返るとき、現世で成し遂げた大きな出来事が見当たらず、自分は何か善いことをしてきたのだろうか、と疑問に思う人は、ほかにも大勢いるのかもしれませんが、しかしわたしたちは、主が御覧になっているようには見ていません。恐らく、望みだけども得なかったものよりも、主が与えてくださったものに目を向けることを選ぶなら、自分の生活にどのように主の御手が触れたかが、よりはっきりと見えるのではないのでしょうか。

2. 祈りの気持ちで聖文を読み、研究するとき、主は御自分のすべての子供たちに対する一般的な指示以上のものが見えるように助けてくださる。自分の試練に対する個人的な指示を見ることができる。

わたしの聖典、特にモルモン書の余白は、聖文の教えを応用することについて主の助けによって見えたことのメモでいっぱいです。数年前、わたしは主が教えてくださることを、時には節ごとに書き留める日記を別に書くようになりました。この方法で、これまでにモルモン書を数回通読しました。その次は教義と聖約、高価な真珠、そして最近では新約聖書を読みました。祈りの気持ちで研究に取り組み、聖文の意味を教えてくださいと主に願い求めるとき、わたしが見えるように主がどれほど助けてくださるかに驚かされます。

個人の行動についての簡潔な良い例を示しているように思われた物語やたとえが、突如としてわたしの生活の中で実用的に応用できるものになります。歴史的背景として見てきた聖句が、突如として福音の今もお続く回復にとって遠大な意味を持つようになります。ヨセフやダニエル、ペテロやパウロ、ニーファイ、二人のアルマ、司令官モロナイの経験が、わたしたちが日々直面する課題にどのように当てはまるかが見えます。モルモン書の中の戦争についての章には、司令官モロナイの先見の明のある戦いの計画が記されているだけでなく、悪魔の容赦ない攻撃に立ち向かうための個人的な戦略も述べられています。それにより、わたしたちは前もって個人の霊的なとりでを堅固にすることができるのです。

わたしが個人研究を通して見る事柄は、ほかの人にとっては目新しいことではないかもしれませんが。それでも、教えられたことを記録することは、わたしの霊的な進歩において重要なものとなっています。

わたしたちは預言者や教会指導者から、主にもっと与えていただきたいと思うなら、主が教えてくださることを記録するようにと何度も勧められてきました。十二使徒定員会のデビッド・A・ベドナー長老は次のように説明しています。「わたしはまた、霊的な印象を適切



に記録することは、わたしが主の導きをどれほど大切にしているかを救い主に示すことであるということも学びました。霊的な思いや気持ちを書き留めるというシンプルな習慣は、聖霊からさらなる促しを受け、それを認識する可能性を大いに高めてくれます。」²

3. 信仰と謙遜に従う意志をもって求めるとき、主はわたしたちが自分だけでは見えていなかった機会や解決策が見えるように助けてくださる。主はわたしたちの必要に合わせて答えを与えてくださる。

主はこれまでに、つらい霊的な試練から、よりありふれた家の修理に至るまで、様々な問題に対処する方法をわたしに示してくださいました。待ち受けている試練と、どのように備えればよいかを示してくださいました。わたしが恐れ、疑いを抱いていたとき——息子が癒されるよう懇願したあの父親のように、「信じます。不信仰なわたしを、お助けください」(マルコ9:24)と言ったとき、わたしの生活の中で御自分の力を示してくださいました。

「求めよ、そうすれば、与えられるであろう」(マタイ7:7)、あるいは「あなたはわたしに求めれば、与えられるであろう」(教義と聖約6:5)という言葉を読むとき、わたしたちは主の言っておられることを十分に真剣に受け止めていないのかもしれませんが。「見る信仰を持つ者は、見るであろう」(教義と聖約42:49)という約束は、肉体的な癒しを指しているようにも思えますが、その意味は限定されたものではないとわたしは信じています。わたしたちが十分な信仰を持つとき、主はわたしたちの霊の目を開き、わたしたち自身の生活の中における主の奇跡が見えるようにしてくださいます。

昔に戻って過去を変えることはできません。しかし、この先わたしに残された時間がどれほどであろうと、わたしにもっと御業を見せたいという主の愛にあふれた望みを信じる、より深い信仰を働かせていけたらと願っています。わたしもヤレドの兄弟のように、主の確認の言葉を聞けることを願っています。「あなたは信仰があるので……見たのである。」■

著者は教会機関誌の元編集主幹で、2023年9月にすい臓がんで亡くなる前に、この信仰に満ちた記事を書きました。

注

1. ラッセル・M・ネルソン「教会のための啓示、わたしたちの人生のための啓示」『リアホナ』2018年5月号、95
2. David A. Bednar, *The Spirit of Revelation* (2021), 37





心を動かす言葉

タヒラ・キャロル (アメリカ合衆国, ユタ州)

教会との出会いから、聖徒たちが母国語で賛美歌を聴き、歌えるように助ける取り組みに至るまで、わたしは音楽とともに歩み始め、今、自分の原点に帰ることができています。また家族にとっても、音楽は大きな祝福となってきました。

さらに読むには QR コードをスキャンしてください



診断を受けた後、受けている祝福を見ることができるよう、わたしたちは主に目を向け続けました。

平安こそが奇跡でした

カレン・バクスター（アメリカ合衆国、バージニア州）

夫のデビッドとわたしが、自分たちは子供を授かることはないと思ったとき、わたしは涙を流しました。そして2016年、定期健診とマンモグラフィの後、主治医はわたしを診察室に呼び戻しました。さらに検査を重ねるうちに、最初は医師も小さな問題だと思っていたものが、大きな問題になっていました。がんです。

それはひどい衝撃で、わたしたちはつらい日々を過ごしました。この先どうなるのかまだ分からないうちに、わたしは天の御父にこう言いました。「もしこれがわたしの最期であるなら、どうかデビッドのことをよろしく願います。」

昼間は感情を抑えることができましたが、夜になってすべてが静かになると、涙がこみ上げました。しかしそれは同時に、聖霊を通してすべてがうまくいくと感じられるときでもありました。それは必ずしもわたしが生きられるからというわけではなく、天の御父がそこにいてくださるからです。そのように、治療の間、わたしたちは一歩ずつ前進しました。

特定の賛美歌や聖句が、より意義深いものになりました。教義と聖約第122章8節には非常に心を打たれました。「人の子はこれらすべての下に身を落とした。あなたは人の子よりも大いなる者であろうか。」

いいえ、わたしは主よりも大いなる者ではない。わたしはそう悟りました。不妊症とがんを経験することで、救い

主とその贖いの犠牲に対する感謝の気持ちが深まるのであれば、わたしは喜んで受け入れたいと思いました。

すばらしいサポート体制を含め、受けている祝福を見ることができるよう、わたしたちは主に目を向け続けました。わたしの扶助協会会長はすばらしい人でした。わたしが教えていた学校の人たちは、わたしのためにがんのチャリティーウォークを行ってくれました。気にかけていることを伝えようとしてくれた同僚は、ピンク色のペンをくれました。そんな時には、こんなふうに言えばいいのです。「あなたは今日、わたしの天使です。あなたという存在は、わたしがハグやピンク色のペンを必要としていることを神が御存じであることの証拠です。」

人々は教会員としてのわたしたちを見えています。彼らは、なぜわたしたちがつらいことを経験しながらも笑顔でいられるのかを知りたがりです。

「どうしてあなたたちは取り乱さないのですか。」人からよくそう聞かれました。わたしたちが感じている平安は、わたしたちの信仰と信条、天の御父への愛、そしてわたしたちに対する御父の御心への信頼から来ているのだと、わたしたちは説明しました。信仰を分かち合うことで、わたしたちの信仰は強まりました。

診断を受けた瞬間に平安が訪れたわけではありませんでしたが、それは確かに訪れました。平安こそが奇跡でした。■

神とともに旅をせよ

ビート・ツェルニー（アメリカ合衆国、ユタ州）（彼の父親の記録より）

第二次世界大戦後、わたしの両親はアメリカの聖徒たちに合流したいと思いました。しかし、まずは5人の子供たちを連れて東ドイツから西ドイツに逃れなければなりません。

父のウォルターは、国境を越えるのに最も安全な場所を見極めるために一人で出かけました。身軽な旅でしたが、バイオリンを持って行くようにという促しを感じました。熟達したバイオリニストであった父は、自分のバイオリンが何らかの形で旅の助けになるという霊的な印象を受けたのでした。

1949年2月、父は列車に乗り、国境まではまだ何キロもある町に向かいました。到着後、父は町を抜け出し、冬の森へと続く小道を進みました。西ドイツ国境に向かっているところを捕まった人は、だれもが脱走の疑いをかけられ、逮捕されてしまいます。

その道すがら、父は同じく西ドイツに逃れようとしている別の男性と出会いました。彼らは二人で一緒に進むことにしました。辺りを注意深く見張る目は、2つあるよりも4つある方がよいでしょう。

二人は慎重に進み、監視塔を通り過ぎました。突然、茂みの後ろから若いロシア兵が飛び出して来て、「止まれ!」と叫びました。

父と新しい友人は、大きなライフル銃を向けられ、恐怖で凍りつきました。兵士は、おまえたちを逮捕すると言いました。

父の新しい友人がゆっくりとスーツ

ケースを開けると、そこには幾つかの高級食材が入っていました。彼が身振りで、見逃してくればこれをやると伝えても、兵士は動じませんでした。

父は片言のロシア語で、わたしはロシアの民族音楽が大好きだと兵士に言いました。そしてバイオリンケースを指さして、あなたのために弾かせてほしいと言いました。


父はバイオリンを取り出し、感傷的なロシアのメロディーを弾き始めました。ほどなく、若者の目に涙が浮かぶのが見えました。父がその曲を終えると、兵士は父に、ほかにもロシアの曲を知っているかと尋ねました。

そこで父はもう一つ別の曲を奏でました。演奏を終えたとき、兵士は泣いていました。銃を肩に担ぎ上げると、兵士はロシア語で「神とともに旅をせよ」と言いました。そして、西へ逃れる二人の旅を続けさせてくれました。

それからほどなく、自分を守ってくれた靈感に感謝の念を抱きながら、父は無事に東ドイツに戻りました。その3年後、父は家族とともに東ベルリンに向かい、そこで国境を越えて西ベルリンに入ったのでした。■

「止まれ!」と兵士は叫び、大きなライフル銃をまっすぐに父に向けました。





御霊の実に気づくまで、主の教会は地上に存在しないとわたしは確信していました。

聖なる御霊の快いささやき

バリー・ウェルズ (アメリカ合衆国、アーカンソー州)

妻のルビーとわたしは、末日聖徒イエス・キリスト教会で育ったわけではありません。しかしルビーは若いころ、様々な教会や教えに触れていました。一貫した熱心な祈りを通して、ルビーは自分が真実だと感じる教えを見つけ、多種多様なキリスト教会の教えをもとに一連の信条を作り上げていました。わたしは一つの教会で育ち、ほかの教会についてはほとんど知りませんでした。

結婚後、わたしたちは一緒に教会に出席しましたが、わたしは自分が教えられてきた信仰に疑問を抱くようになり、妻に教義に関する質問をしました。妻は賢明にも、簡潔にこう答えました。「聖書を読んだことはあるの?」

わたしは読んだことがなかったの
で、二人で聖書を読み通しました。読み進めながら、わたしは答えが得られていない疑問を書き留めました。そして、見つけたすべてのことについて教えてくれる教会を探し始めました。それからの2年間、わたしたちは多くの教会を訪れ、資料を求め、哲学や宗教に関する本を読み、祈りました。やがてわたしは、主の教会は地上に存在しないと確信するようになりました。

わたしたちは知恵に不足しており、天の助けを必要としていました(ジョセフ・スミス—歴史1:11-13参照)。そこで、わたしたちは一緒に心から祈り、道を示してくださるよう神に願い求めました。祈ってから間もなくして、教会の宣教師が我が家の玄関先に現れ

ました。ルビーはすぐに、彼らが教えていることは真実であると感じました。彼らの教えはルビーの心に響き、また、彼女が何年も前に青少年として祈ったときに受けた答えと一致していました。宣教師はわたしの質問にもすべて答えてくれましたが、わたしは確信が欲しいと思いました。わたしはモルモン書、教義と聖約、そのほかの教会の書籍を読みました。

また、毎週教会に出席し、福音の教えに従って生活しました。やがて、わたしは自分の生活の中に神の御霊の実があることに気づき(ガラテヤ5:22参照)、強い証を得ました。わたしたちはバプテスマを受け、聖霊の賜物を授かり、後に神殿で結び固められました。

わたしたちは教会に入ったことを後悔したことは一度もありません。教会に入ったおかげで、困難な時期にも結婚生活を強く保つことができましたし、神の御霊に近くあるという受け継ぎは6人の子供たちの中に生き続けています。

モルモン書や回復されたイエス・キリストの教会についての証を得ようと努力している人たちに、わたしはこうお伝えしたいと思います。「祈り続け、読み続け、聖霊の快いささやきに耳を傾け続けてください。」■

癒しの必要性

アデル・ウィレバ(ニュージーランド、ワイカト)

ある日曜日、わたしは怒りといらだちを感じながら教会で座っていました。前の晩に夫のアーロンと口論をしていたわたしは、まだ気持ちが乱れ、動揺した状態で教会に来ていました。集会の冒頭から聖餐の賛美歌まで、ずっと夫に腹を立てたまま、「夫が謝るべきだ」と考えていました。

聖餐を受ける準備をしながら、会衆は賛美歌 “As Now We Take the Sacrament” (“聖餐にあずかるとき”) ¹ を歌いました。1番の間、わたしの怒りは続いていました。そして2番が始まりました。「今、過去を振り返るとき、悔い改めなければならぬことを知る。」

わたしは歌うのをやめました。夫や子供たち、ワードの会員たちが歌い続ける声に耳を傾けました。「主への道は義である——主がその命を賭された道。」

わたしの心は和らぎました。もしかすると、わたしの乱れた気持ちは、結局のところ夫のせいではなかったのかもしれない。もしかすると、原因はわたしにあるのかもしれない。

賛美歌は続きました。

赦しは主からの賜物

清い思いをもって求める。

主の業を行うと誓った手で

我らは聖餐にあずかる。

わたしは腹を立てていましたが、ほんとうに必要なのは、謙遜になって天の御父からの赦しを求めることでし

た。赦しは、御子イエス・キリストによって可能になっている賜物です。

列の横に目をやり、幼い子供たちを見ると、涙があふれてきました。感じていたすべての怒りと敵対意識、胸の中でこんがらがっていたすべての非難と憤りは消え去りました。その瞬間分かったのは、天の御父とイエス・キリストからの赦しを求め、それを受けられるように自分を変えるために、何をする必要があるかということでした。賛美歌を通して、御霊はわたしに赦しについて、また赦しを受けることと与えることの両方の必要性について、はっきりと教えてくれました。

ネルソン大管長はこう言っています。「主があなたを癒すことができるよう、主のもとに行くよう切にお願いします。悔い改めるなら、主は罪から癒してください。悲しみや恐れから癒してください、この世の傷からも癒してください。」²

その場に座り、賛美歌の歌詞に耳を傾け、聖餐を受けながら、わたしは癒しの必要性を感じ、自分がどこに向かうべきかが分かりました。その集会の間に赦しについて学んだ真理は、わたしを主と夫に近づけてくれました。■

注

1. “As Now We Take the Sacrament.” *Hymns*, no. 169.

2. ラッセル・M・ネルソン「答えは常にイエス・キリストにある」『リアホナ』2023年5月号, 127

聖餐の賛美歌を通して、御霊はわたしに人を赦すことと、赦しを受け入れることについて教えてくれました。





聖約がどのようにわたしと 最も大切なものとの つながりを保ってくれるか

聖約を交わしていることが
どれほどの特権であるか、
わたしは理解していませんでした。

イバ・トーマス

わ

わたしは御霊を感じるのが大好きです。その感覚を、今でははっきりと認識することができます。

けれど、ここまで来るには苦労もありました。イングランド北部のわたしが育った場所では、聖霊を感じられる環境に身を置くのが難しいことがよくありました。教会で育ったすばらしいヤングアダルトはたくさんいます。それでも時々、心の中で知っている教義や真理と行動を一致させるのは難しいことでした。

長い間、わたしは日曜日に教会に出席していましたが、御霊がわたしに語りかけている事柄が、わたしが愛し、大切に思っている人たちに伝わっていないことに、いらだちと悲しみを感じていました。

ラッセル・M・ネルソン大管長は次のように教えています。「導き、指示し、慰める、変わることのない聖霊の影響力がなければ、これから先、霊的に生き残ることはできなくなるでしょう。」¹

しかし、わたしは今、生活のあらゆる面において御霊を受け入れる余地を作り、ほかの人もそうできるように助けることの大切さを学んでいます。

「聖約とは、神の御腕の現れです。」

ロバート・M・デインズ長老

誘惑にあらがう

高校を卒業した後、わたしは多くの困難に直面しました。例えば、わたしが住んでいる地域では、教会のヤングアダルトの会員のための活動やカンファレンスがたくさんあります。しかし、そうした活動の後、一部のヤングアダルトは、クラブなどのわたしたちの価値観に合わない場所に行くのです。

そのことにわたしはショックを受けました。

この地域ではお酒を飲んだりクラブに行ったりするのは一般的なことです。教会と一緒に座っている友人たちがそのようなことをするとは思ってもみませんでした。

わたしは困惑しました。

友人がそうした決断をするのを目の当たりにしたことで、自分が霊的に強くあり続けられるよう助けてくれるのはだれなのかが、ほんとうに分からなくなりました。やがて、ほかの人が福音に従う生活を軽んじているのを見たことで、わたしも福音から離れていきました。教会にも行かず、祈ることもせず、すべきでないことをしていました。

でもある日、わたしはとても惨めな気持ちになり、天の御父に祈って自分の気持ちを伝えました。わたしは神に、自分は教会が真実であってほしいと望んでおり、主の戒めを理解したいと思うけれども、一人でがんばろうと考えることでさえもとてもつらいのだと伝えました。しかし、もし福音が真実であるという確信を見いだすことができたなら、自分は耳を傾けて、もう一度真剣に福音に従って生活すると、わたしは言いました。

数日後、わたしは伝道に出る必要があるというはっきりとした霊的な印象を受けました。

その思いは、ほんとうにどこからともなく湧いてきました。それでも、御霊がわたしをその方向へと促しているのを感じました。伝道に備えることで、わたしは自分の証を思い出し、天の御父やイエス・キリストとの関係を築き直し、ほかのだれの信仰でもなく自分自身の信仰に頼ることができるようになるに違いないと思いました。

そして、それこそがわたしの願いでした。

そこから、わたしは変わり始めました。多くの霊的な努力が必要でした。特定の友人と付き合うのをやめ、交際していた人と別れ、悪い習慣をより良い習慣に置き換えなければなりません。わたしはビショップとともに取り組み、人に能力を授けるイエス・キリストの力に頼って、前に進む助けを受けました。

見方が変わる

伝道に行く前、わたしは戒めや聖約を理解していませんでした。友人たちはこれらの祝福を重荷のように扱っており、わたしも同様に考えるようになっていました。しかし、伝道に出て信仰を再び築いた後、今では聖約と戒めは、天の御父とイエス・キリストとの神聖で直接的なつながりを日々維持する助けとなる、祝福された責任だと理解しています。

中央若い女性会長のエミリー・ベル・フリーマン会長は最近、聖約の力について次のように証しています。「恐らくこれらの言葉を聞くと、皆さんはチェックマークを書き込むリストを思い浮かべるかもしれません。皆さんに見えるのは、様々な要件からなる道かもしれません。しかしこの道をもっと近くで見ると、興味深いことが明らかになります。聖約はただの契約ではありません。契約

も重要ですが、聖約とは関係性なのです。」²

七十人のロバート・M・デインズ長老も、「聖約とは、神の御腕の現れです」と証しています。³

わたしたちがどこにしようと、たとえ孤立しているとしても、わたしたちの交わしている聖約はわたしたちを最も大切な関係に結びつけてくれます。

イエス・キリストの福音のすばらしい祝福を人々が理解していないことに、わたしは時々悲しくなります。彼らの肩をゆすって、彼らの聖約が奇跡であることを思い出させたい気持ちになることがあります。救い主に可能にさせていただくことで彼らがどのようなことができ、どのような者になれるかに気づいてほしいのです。

でも、ほかの人たちをコントロールすることはできませんが、わたしは自分の証を強く保つことができます。ある人たちの影響から離れるべき時を知り、また、その人たちに良い影響を与える方法を知ることができます。

信仰についてもがき苦しんだ後、わたしを呼び戻したのはそれだと、わたしは思っています。すなわち、救い主イエス・キリストの愛を思い起こすことです。

深い混乱のさなかに天の御父に神聖な導きを求めていなかったなら、わたしが伝道に出ることはなかったでしょう。あのようなつらい経験などしなければよかったと思うと同時に、悔い改めと、天の御父の完全な愛、そして御霊とのつながりを保ってくれる良い関係（特に御父や救い主との関係）を優先することの大切さについて、わたしは多くのことを学びました。

大変なこともありましたが、主を信じる信仰を再び築くことは、何よりも価値のあることでした。■

筆者はアメリカ合衆国アイダホ州在住です。

注

1. ラッセル・M・ネルソン「教会のための啓示、わたしたちの人生のための啓示」『リアホナ』2018年5月号、96
2. エミリー・ベル・フリーマン「聖約によるキリストとのつながりをもって歩む」『リアホナ』2023年11月号、77
3. ロバート・M・デインズ「君よ、イエスにお目にかかりたいのですが」『リアホナ』2023年11月号、14



教会を離れた
わたしは、自分が
何を逃しているかに
気づいていません
でした。



福音の奇跡を 逃していませんか

エンクチメグ(エンク)・ゾリグト

何かを当たり前だと思っていて、それがなくなって初めて、それが自分にどんな益をもたらしていたかに気づいた経験がありますか。
わたしはあります。そしてその何かとは、イエス・キリストの福音でした。わたしはモンゴルで育ち、家族は皆、教会員でした。しかし、時がたつにつれて、両親が教会に出席する頻度は減っていきました。わたしもまた、徐々に福音に無関心になっていきました。

学んだことをまるで真剣に受け止めず、結局は行くのをやめてしまいました。福音が恋しくなるだろうとは思いませんでした。福音が自分の人生の益となっていると思えたことは一度もなかったからです。

光を見る

わたしがヤングアダルトになったころ、姉が偶然、宣教師たちに会いました。宣教師たちは姉を呼び止め、何かをモンゴル語に訳してもらえないかと頼みました。短い会話を交わして家に帰ったとき、姉はようやく、彼らがだれであるかに気づきました。

姉はその週教会に行こうと思うと言い、一緒に行かないかとわたしを誘いました。

最初は、まったく行こうとは思いませんでした。教会がなくても、自分の人生はうまくいっていると思ったのです。それでも姉に説得されて、一度だけ行くことになりました。

数年ぶりに聖餐会に足を踏み入れたときは、その場にいることがあまりうれしくありませんでした。けれど周りを見回すと、一緒に育ってきた友達が何人かいるのが見えました。彼らが発している光は、ほとんど触れられるほどでした。彼らを見てみると、子供のころに教会で感じた霊的な経験がかすかに思い出されました。

それまで軽視していた多くの真理が洪水のようによみがえってきて、わたしは突然、むなしく悲しい気持ちになりました。「わたしは彼らのようではない」とわたしは思いました。「なぜわたしはこのすべてを手放してしまったのだろう。」

わたしは、自分がこの数年で別人になってしまったことに気づきました。自分の生活の中に、ずっと無視してきた暗闇を感じました。しかし、そこに座っていると、心の中に穏やかな声が聞こえました。「あなたも輝けます。遅すぎることはありません。」

わたしは、迷い出た羊のたとえを思い出しました。救い主が群れに連れ戻された、あの

1匹の羊のことを(ルカ15:4-7参照)。

わたしはその羊でした。そして、救い主は愛を込めてわたしを追いかけてくださっていました。ほかの羊と同じようにわたしを愛しておられたからです。

主はわたしを連れ戻したいと望んでおられました。

このことが、救い主への深い感謝の念をもたらしました。数年ぶりに御霊を感じたわたしは、教会に戻り、今度は真剣に向き合おうと決心しました。

十二使徒定員会のディーター・F・ワークトドルフ長老は最近、次のように証しています。「あなたが救い主、贖い主の道に戻り、その道を歩もうと決意した瞬間に、主の力があなたの人生に流れ込み、あなたの人

生を変えることでしょ(アルマ34:31参照)。」¹

わたしはそれが真理であることを感じ、福音に心を注ぐなら人生が変わることを知りました。

イエス・キリストのあなたに目を向けない

福音に従って生活し始めると、わたしは再び人生に目的を見いだしました。わたしはついに、天の御父は御自分の子供たち一人一人を愛しておられることと、イエス・キリストの福音が天の家に戻るための鍵であることを確信しました。

これは今のわたしにとって何より大切なことです。

十二使徒定員会のデール・G・レンランド長老は、次のように教えています。

「わたしたちも『的のあなたに目を向ける』傾向があります。わたしたちはこの傾向から離れ、自分の生活の中でイエス・キリストを見失わないように、そして主が授けてくださる多くの祝福を認識できるようにしなければなりません。わたしたちには主が必要です。……

主がわたしたちの的のです。主が与えてくださる以上のものを必要としていると誤って考えている人は、生活の中に主がもたらす力や、その力の及ぶ範囲を否定し、狭め、弱めています。」²

わたしは以前、イエス・キリストが与えてくださるものあなたに目を向けていましたが、今では、主のおかげで感じている喜びを手放すなど想像もできません。

もしあなたが自分はふさわしくないと感じているなら、答えを得られていない疑問に苦しんでいるなら、または、キリストの弟子であることは求められるものが多すぎると思っているなら、救い主が与えてくださる奇跡をよく見てください。天の御父はあなたのことを御存じです。あなたが御父に頼るとき、御父はあなたが信仰にしっかりとつかまるのを助けてくださいます。

救い主の最も大なる賜物と奇跡を、それよりも価値の低いもののために諦めないでください。あなたは主にとって何にも代えがたい価値のある存在です。

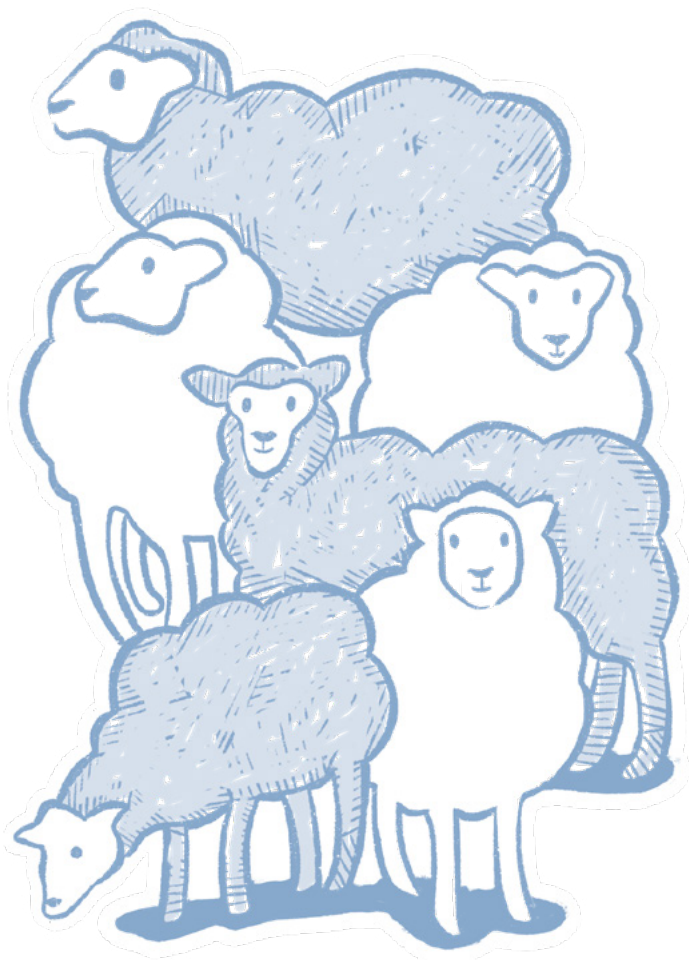
イエス・キリストの福音が主に従う人々の人生をどれほど豊かにするかを、わたしは個人的に目にしてきました。

主の福音は今もわたしを豊かにし続けてくれています。■

筆者はモンゴルのウランバートル在住です。

注

1. ディーター・F・ワークトドルフ「放蕩の果てに一家へと続く道」『リアホナ』2023年11月号, 88
2. デール・G・レンランド「イエス・キリストは宝です」『リアホナ』2023年11月号, 96



親の皆さんへ



わたしたちは イエス・キリスト の弟子です

親愛なる親の皆さん、

主は皆さんの子供たちを愛しておられ、子供たちが主の声を聞くことができるようになることを望んでおられます。今月号の記事は、個人の啓示を受け、それを認識する方法を、皆さんが子供たちに教える際の指針となるでしょう。これらのアイデアを使って、子供たちが天の御父や救い主とより近い関係を築くのを助けてください。

福音についての話し合い

どうすれば一致を達成できるでしょうか

2 ページのネルソン大管長の記事では、「一つとなりなさい」(教義と聖約 38:27) という主の戒めを達成するための助けとなる7つの原則が説明されています。どの原則について子供たちと話し合うことができるでしょうか。例えば、聖約を交わして守ることは、どのように人々との一致を生み出すでしょうか。

ミニスタリングを通して御子の御名を受ける

8 ページのビラル長老の記事では、地上におられたときに救い主がどのようにミニスタリングを行われたかが教えられています。だれが助けを必要としているか、そしてその人たちにどのようにミニスタリングをするべきかを知るために、家族で祈るとよいでしょう。祈りの後、どう感じるかを子供たちと話し合いましょう。自分が受けた答えに気づけるよう、子供たちを助けてください。

主はあなたに語りかけたいと望んでおられる

記事「あなたは信仰があるので……見たのである」(20 ページ) を使って、啓示を受けることについて子供たちに教えてください。著者は、祝福師の祝福を通して主がどのように人生の使命に対する導きを与えてくださるかについて述べています。祝福師の祝福がどのようにあなたを導いてきたかを分かち合うとよいでしょう。

『わたしに従ってきなさい』を 家族で楽しく

3ニーファイ 12:6; 21:2; 28:11

イエス・キリストは、わたしたちの生活には聖霊の導きが必要であると教えられました。ここで紹介する手を使った影絵遊びは、子供たちがこの原則を視覚的に捉える助けとなります。

1. 紙切れに、影絵で手を使って形を作れるものを書きます（鳥、オオカミ、ヘビなど）。
2. 子供たち一人一人に、紙切れを一枚ずつ取ってもらいます。部屋の明かりを消し、だれか一人に懐中電灯で壁を照らしてもらいます。これはキリストの光を象徴しています。
3. 子供たちに、順番に手を光の前に出し、手の影で紙切れに書いてあるものの形を作ってもらいます。助けは出さずに、子供たちが自分で工夫するのを待ちます。
4. 御霊の導きの声の象徴として、手をどういう形にすれば影絵が作れるかを、段階的に教えてあげてください。
5. 子供たち一人一人に順番が回ったら、3ニーファイ 12:6 など、聖霊についての聖句を読みます。子供たちに、あなたの助けがあった方が影絵が作りやすかったか、なかった方が作りやすかったかを尋ねます。この活動と聖霊の導きとの類似点を子供たちが理解できるよう助けてください。

話し合い：御霊がわたしたちに語りかけているときにそれを認識する能力を、どうすれば伸ばせるでしょうか。

『FOR THE STRENGTH OF YOUTH— 青少年の強さの ために』から

一致を達成して幸せになる方法

ネルソン大管長が、モルモン書の中の民が一つとなるのを助けた7つの鍵について教えます。

慎み深さの旅

ある若い女性が、慎み深い服装をする理由を見いだす霊的な旅について、またその過程で主からどのように教えを受け、変わったかについて語ります。

異性を知る

ほかの青少年の考え方や、若い男性と若い女性が互いに知り合う方法の例について学びましょう。

『フレンド』から

家族歴史の5つのヒント！

子供たちが家族歴史活動に参加できる5つの方法を学びましょう。

『わたしに従ってきなさい』の工作

一週間を通して家族が聖餐を覚えているのを助ける工作に挑戦しましょう。

仲間に入れる

仲間に入れて親切にする方法を子供たちに教えるのに役立つ物語や活動を見つけてください。

現代の開拓者

血のつながりのある家族の中で最初にバプテスマを受けた、ある養子の少年の話を読みましょう。







世界の教会

イギリス、 プレストン



ヒーバー・C・キンボール（1801 - 1868年）は、1837年にイギリスで福音を宣べ伝えるように召された6人の宣教師のうちの一人でした。それは末日聖徒イエス・キリスト教会にとって、北アメリカ以外での最初の伝道でした。その業はプレストンで始まり、キンボール長老が1838年に帰国するまでに、1,500人以上の人々が教会に加わりました。イギリスにおける教会の現状は次のとおりです。



会員数 18万6,000人以上



ワードおよび支部 317



稼働中の神殿 2, 発表済みの神殿 1



『わたしに従ってきなさい』の祝福

イギリスのレディングに住むマーガレット・ジェストは言います。「わたしは『わたしに従ってきなさい』プログラムを楽しんでいます。とてもやる気を刺激されます。聖文についてさらに学び、理解を深めるのに役立っています。『わたしに従ってきなさい』のおかげで、天の御父とイエス・キリストに近づき、リラックスして一日を始めることができます。」





どうすれば救い主のようにミニスタリングができるだろうか



救

い主は、御自分がしたように人々にミニスタリングをするよう、弟子たちを招かれました(3 ニーフアイ 18:30; 27:21 参照)。ニーフアイ人のもとを訪れたとき、主は一人一人に仕えられました(3 ニーフアイ 11 章; 17 章参照)。主が彼らに仕えたのは、彼らを愛しておられたからであり、彼らが、そしてわたしたち一人一人が幸せになり、希望を持ち、主の安らぎを受けることを心から望んでおられたからです。

では、より良い仕える者、イエス・キリストのより良い弟子になろうとするとき、何から始めればよいのでしょうか。

主の完全な模範は、ミニスタリングの本質が単なる教会の割り当て以上のものであることを示しています。ミニスタリングとは、救い主のように人々の世話をすることです。ミニスタリングはバプテスマの聖約を守ることの一部です(2 ニーフアイ 31:13-14; モーサヤ 18:10, 13; 教義と聖約 20:37 参照)。ラッセル・M・ネルソン大管長は次のように教えています。「イエス・キリストに真に従う者を見分ける最も簡単な方法の一つは、その人がどれくらい思いやりを持って人に接しているかを見ることです。」(「平和をつくり出す人が必要です」『リアホナ』2023 年 5 月号, 98)

より誠実な思いやりで心を満たそうと努めるとき、わたしたちは自分が救い主に、そして救い主のような状態に近づいていることに気づくでしょう。どうすれば思いやりを育み、人々のために祈り、救い主のようにミニスタリングを行うことができるのでしょうか。

救い主がミニスタリングをされた方法	救い主に倣うには……
「わたしの心は、あなたがたに対する哀れみに満たされている。」(3 ニーフアイ 17:6)	……あなたが仕える人々に対して真の思いやりを持つ。
「彼らをここに連れて来なさい。癒してあげよう。」(3 ニーフアイ 17:7)	……病人や苦しんでいる人を支える。
「わたしたちは、イエスがわたしたちのために御父に祈ってくださるのを聞いた。」(3 ニーフアイ 17:17)	……ほかの人々のために祈る。
「あなたがたは信仰があるので、幸いである。見よ、わたしの喜びは満ちている。」(3 ニーフアイ 17:20)	……ミニスタリングをした相手が、あなたの奉仕を受け入れ、それに応じるとき、大いに喜ぶ。
「イエスは幼い子供たちを一人一人抱いて祝福された。」(3 ニーフアイ 17:21)	……人々を個人として思いやり、一人一人に仕える。

救い主はどのような方法でミニスタリングをされたか

「〔救い主〕はほほえみかけ、ともに話し、歩み、耳を傾け、時間を割き、励まし、教え、食物を与え、赦されました。家族や友人、隣人にも見知らぬ人にも同様に仕え、福音の豊かな祝福を享受するよう、知人や愛する人々を招かれました。そういった『ささやかな』奉仕と愛の行いは、今日ミニスタリングを行う際の手本となります。」

元中央扶助協会会長 ジーン・B・ビンガム「ミニスタリング—救い主のように」『リアホナ』2018 年 5 月号, 104



わたしたちは 聖約の 子孫である

3 ニーファイ20-21章には、神が御自分の子供たちと交わされた聖約について書かれています。イエス・キリストはアメリカ大陸の弟子たちに次のように教えられました。

「あなたがたは……父があなたがたの先祖と交わされた聖約を受けている者である。父はアブラハムに、『あなたの子孫により、地のすべての部族は祝福を受けるであろう』と言われた。

……あなたがた〔は〕聖約の子孫……である。」(3ニーファイ20:25-26)

ラッセル・M・ネルソン大管長は、この偉大な真理を覚えておくことの大切さを繰り返し強調しています。¹



聖約の子孫であるとはどういう意味か

聖約の子孫は、天の御父とイエス・キリストがアブラハムと交わされたものと同じ聖約、すなわち神聖な約束を、御二方と交わします（アブラハム 2：8－11 参照）。

1843 年、主はジョセフ・スミスに次のように言われました。

「アブラハムは、その子孫とその腰から出た者について約束を受けた。—あなた……は、その腰から出た者である……。アブラハムとその子孫についてであるが、……この世でもこの世の外でも、彼らは星のように数限りなく続く。……」

この約束はあなたがたに与えられたものでもある。あなたがたはアブラハムから出て〔いる〕からである。」（教義と聖約 132：30－31）

約束された祝福は、わたしたちにも当てはまります。ネルソン大管長は、この約束には「完全な福音を受け、神権の祝福を享受し、神の最も偉大な祝福である永遠の命にふさわしくなる特権」²が含まれていると教えています。

アブラハムの子孫でない場合はどうなるか

バプテスマを受けて末日聖徒イエス・キリスト教会の会員に確認されると、わたしたちはアブラハムの家族の一員になります。そして、「福音に従うことによってキリストの子となり、イエス・キリストの息子や娘と見なされ」³ます。

天の御父は御自分の子供たちとどのような聖約を交わされるか

天の御父は、イエス・キリストの贖いと復活を通して、わたしたちは御父のもとに戻ってともに住み、御父のようになることができますと聖約されます。それが救いの計画の目的です。ネルソン大管長は次のように教えています。「天の御父の計画のおかげで、わたしたちは神のおられる場所で、神と同じように暮らし、神に似た者となることができます。神の計画は文字どおり、永遠にわたる最も豊かな祝福を与えてくれます。『キリストと共同の相続人』〔ローマ 8：17〕となることもその一つです。」⁴

なぜわたしたちは天の御父と聖約を交わすのか

わたしたちは聖約を交わし、それを守ることによって天の御父のもとに帰ります。このことを、預言者たちは聖約の道を歩むと呼んでいます。十二使徒定員会の D・トッド・クリストファーソン長老は次のように説明しています。「わたしたちはバプテスマという門をくぐってこの道を歩み始め、……聖約の道を歩みながら……救いと昇栄にかかわるすべての儀式と聖約を受けます。」⁵

新しくかつ永遠の聖約とは何か

アブラハムの聖約は別名、新しくかつ永遠の聖約とも呼ばれます。イエス・キリストの完全な福音として、ジョセフ・スミスを通して回復されたという意味で、これは新しいものです。⁶これが永遠であるのは、人々が進んでそれを受け入れようとする度に、神が御自分の子供たちと交わしてこられたものと同じ聖約だからです。⁷

わたしたちが交わすすべての聖約は、新し



くかつ永遠の聖約の一部であり、それにはバプテスマ、男性の場合はメルキゼデク神権を受けること、そして神殿のエンダウメントと結び固め（永遠の結婚）が含まれます。■

注

1. ラッセル・M・ネルソン「永遠にわたる決断」（ヤングアダルトのためのワールドワイド・ディポーショナル、2022 年 5 月 15 日）「福音ライブラリー」；「聖約」『リアホナ』2011 年 11 月号、86－89；「誓約にあずかる者」『聖徒の道』1995 年 7 月号、35－39 参照
2. ラッセル・M・ネルソン「聖約」88
3. Bible Dictionary, “Adoption.”
4. ラッセル・M・ネルソン「永遠にわたる決断」
5. D・トッド・クリストファーソン「なぜ聖約の道なのか」『リアホナ』2021 年 5 月号、116
6. 教義と聖約 66：2；D・トッド・クリストファーソン「聖約の力」『リアホナ』2009 年 5 月号、20 参照
7. 『聖句ガイド』「新しくかつ永遠の聖約」の項、「福音ライブラリー」参照

わたしは神のもとに 戻りたいと思いました —しかしそれは 可能でしょうか

匿名

雪の降る1月の夜、わたしはひどく落胆して、モーテルの部屋に座り込んでいました。つい最近、幾つかの重大な犯罪とけがのために34年以上の刑期を終えたばかりで、頭の中では、少し前まで自分がいた場所にすぐ戻るようになるような何かをしようという考えを巡らせていました。出所後のわたしの計画はすでに崩れ去っていました。そして資金もほとんどなく、祈りへの答えもどうやら得られないようだったため、選択肢は限られていると思われました。

外の物音が、わたしの注意を引きました。窓からのぞいてみると、モーテルのオーナーが一人で駐車場の雪かきをしているのが見えました。「一人じゃ大変だ」と思ったわたしは、その作業に加わりました。その夜は、自分の奉仕の行いについてあまり深く考えませんでした。しかし驚いたことに、翌日、オーナーはわたしの部屋の料金を値下げしてくれたのです。そして、そこに滞在した5週間、オーナーは一度としてわたしに正規の料金を支払うよう求めませんでした。

オーナーの寛大さは、わたしが深く必要としていた経済的な祝福以上のものでした。彼の優しさは、わたしが希望を失いかけていたときの祈りへの答えでもあったのです。彼を通して、わたしは神がわたしを御存じであること、そして神のもとに戻るために幾つかの手段を取る必要があることを理解しました。

わたしはイエス・キリストを信じて
いましたが、自分のしたことは
赦されるはずがないと思い込んで
いました。



帰る道

あの1月の夜の何十年も前、わたしは神とかかわりたいとはまるで思っていませんでした。怒りと苦々しさと混乱を抱えた22歳として州立刑務所に入ったわたしは、仲間の囚人たちから恐れられ、尊敬されるためにできる限りのことをしました。また、だれも、神でさえも、自分を愛せるはずがない、あるいは愛すべきではないと思い込んでいました。自分はもう後戻りできない地点を越えてしまい、贖われる望みはないと確信していたからです。

今では、自分が間違っていたことを知っています。わたしたちはいつでも悔い改めて神のもとに戻ることができるのです。十二使徒定員会のディーター・F・ウークトドルフ長老は、次のように教えています。

「サタンは……わたしたちが罪を犯すと、『帰還不能点』を過ぎてしまい、進路を変えるにはもう遅いと考えさせたいのです。……」

キリストはわたしたちを救うために来られました。道を間違っても、イエス・キリストの贖いは、罪が『帰還不能点』ではないという確信を与えてくれます。人を救うための神の計画に従うなら、無事に戻ることができるのです。」¹

わたしが神に立ち返ろうと思ったのは、刑務所で10年以上過ごした後のことでした。何年も刑務所に面会に来てくれていた友人が、モルモン書をくれ、読むように勧めてきたのです。読むと約束したものの、わたしはずっと先延ばしにしていました。ある週末、友人が訪ねて来て、本を手を取ったかと聞いてきました。当然だと、わたしは答えました。部屋を掃除する度に手に取っていたのですから。けれどわたしは、まだ読んではいませんでした。そして友人との真剣な会話の中で、約束を守ることがいかに重要かを教えられ、ようやく読み始めたのです。

モルモン書には興味深い話がたくさんありましたが、わたしは自分に、これはただの物語にすぎないのだと言いつけさせました。やがてわたしは、モロナイ書第10章4節にたどり着きました。正直なところ、この書物が真実かどうかを「キリストを信じながら、誠心誠意問う」ことなどしたくありませんでした。もし真実であった場合、わたしのような人間にどんな影響が及ぶかを考えたくなかったのです。それに、もしこれが神の言葉であるなら、イエス・キリストの贖罪は現実のものであり、自分の行いが主の苦しみをどのように増やしてしまったのかと考えるのも嫌でした。

それでも、わたしは祈りました。わたしは示現を見たわけでも、この書物が真実であることを告げる声を聞いたわけでもありませんでした。しかし、よく晴れた夏の日に窓の外を見たとき、巨大な嵐雲が空を横切っていました。雨は降っておらず、ただ強い風が吹いており、現れたときと同じように、雲は素早く去って行きました。そのとき、わたしは分かりました。モ

ロナイが約束したとおり、御霊がわたしの心に、モルモン書が真実であること、そして自分は変わる必要があることを証してくださったのです。

わたしはさらに熱心に聖文を研究するようになり、ほかの受刑者たちと一緒にモルモン書の研究グループを始めることを許されました。宣教師たちも、刑務所にいるわたしやほかの人たちに会いに来ました。それから15年間、わたしは宣教師のレッスンを聞き、刑務所での残りの期間、違う生き方をしようと努めました。あの環境において、それは簡単なことではありませんでした。それでも、救い主のおかげで、わたしはそれを実行することができました。そして救い主はその経験の間、また人生の次の章に進む中で、わたしを支え、導いてくださいました（モーサヤ24：15参照）。

赦しを見いだす

モーテルの部屋でのあの寂しい1月の夜の後、ビショップに会った日のことを、わたしは決して忘れないでしょう。モルモン書をくれた友人が、ビショップに連絡を取るのを手伝ってくれました。教会の集会の前にビショップ室でビショップに会ったとき、わたしは自分の過去を打ち明けました。このワードにあなたのような人は必要ないと言われるだろうと、わたしは覚悟していました。ところがビショップは、聖餐会に出席するように招いてくれたのです。

わたしはその言葉に従いました。わたしは、自分の額には「囚人」と刻まれていて、自分が部屋に入れば、だれからも避けられるだろうと確信していました。けれど、そうはなりません。それどころか、そこにいたのは、今まで出会った中で最も温かい人たちでした。次の日曜日、再び教会に行きました。教会に出席するようになって間もなく、ビショップリックの顧問から、聖餐会で赦しについて話をしてもらえないかと頼まれました。

「わたしが？ 赦しについて話をするのですか？」とわたしは尋ねました。しかし、彼が本気で言っ



ていることが分かると、わたしはその割り当てを引き受けました。会衆に向かって話をしたとき、人々は自分のことを前科者としてしか見ないだろうと思いました。しかし、話を続ければ続けるほど、わたしの中に自信が芽生え、その後、ハグや握手で迎えてくれた会員たちから感じられたのは、ただ愛だけでした。その日、わたしは「自分を愛するようにあなたの隣り人を愛〔する〕」(マタイ 22:39)とはどういう意味かを実感しました。

さらに重要なのは、救い主はゲツセマネの園で苦しみ、あらゆる毛穴から血を流したときに(モーサヤ 3:7; 教義と聖約 19:18-19 参照)、わたしのためにも血を流しておられたのだと、ようやく理解できたことでした。これが転機となりました。モルモン書が真実であることを受け入れ、イエス・キリストを自分の生活に招き入れていたにもかかわらず、わたしは自分が天に招かれることはないと思い込んでいたのです。自分が赦されることはない。主の贖罪はほかのすべての人のためのものであって、わたしのためではない。わたしの過去の行いのゆえに。そう思っていました。

しかしこのとき、自分は赦しを受けられるのだと、わたしははっきりと理解しました。この知識は、人生を前へ進める助けとなりました。その後、さらに宣教師と会った後、わたしは 2012 年 3 月にバプテスマを受けました。それは聖約の道におけるわたしの第一歩でした。以前はとうてい考えられませんでした。同じワードのすばらしい女性と結婚することができました。わたしたちは 2013 年 6 月、ソルトレーク神殿で結び固められました。

妻とわたしは、イエス・キリストに信仰を寄せることを学んできました。わたしたちは主の贖罪に頼っており、「イエスがただ御独りでそのような長く孤独な道を歩まれたおかげで、わたしたちはそうする必要がない」²ことを信じています。人間として、わたしたちは不完全です。時にはつまずき、転ぶことさえあります。しかし、自分はふさわしくない、救われる限度を超えてしまったと、わたしたちがどれだけ思っている、キリストがわたしたちを見捨てられることはありません。主はわたしたちが無事に家に帰れるよう、いつでも喜んで助けてくださり、またそうする用意ができておられるのです。■

注

1. ディーター・F・ウークトドルフ「帰還可能点」『リアホナ』2007年5月号, 99
2. ジェフリー・R・ホランド「だれも主とともにいなかった」『リアホナ』2009年5月号, 88

いつでも神の愛の届くところに

「多くの過ちを犯してしまったと感じていても、あるいは自分には才能がないと思い、家庭や家族からも、神からも、遠く離れてしまったと感じていても、わたしは証します、あなたは神の愛が及ばないほど遠くにいるわけではありません。キリストの贖いの無限の光が届かない深みなどあり得ないのです。」

十二使徒定員会会長代理 ジェフリー・R・ホランド会長「ぶどう園の労働者たち」『リアホナ』2012年5月号, 33

大管長会: ラッセル・M・ネルソン、ダリン・H・オークス、ヘンリー・B・アイリング

十二使徒定員会: ジェフリー・R・ホランド、ティーター・F・ウークトドルフ、デビッド・A・ペドナー、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・ラスバンド、ゲリー・E・スティープンソン、デール・G・レンランド、グレット・W・ゴング、ウリセス・ソアレス、パトリック・キアロン

編集長: ランドール・K・ベネット

編集長補佐: リカルド・P・ヒメネス

顧問: ジョン・E・ニューマン、マイケル・T・リングウッド、クリスティン・M・イー

実務運営ディレクター: ジェイソン・J・ミッチェル

教会機関誌ディレクター: アダム・C・オルソン

パブリッシングチームマネージャー: リー・ギボンズ

ビジネスマネージャー: ガーフ・キャノン

コーディネーター: デイロン・ボス、クラーク・マイルズ

編集主幹: マーティン・パロン

編集主幹補佐: プリタニー・ピーティ、ライアン・カー、C・マシュー・フリット、ミンディー・セル

出版補佐: ナンシー・サットン

編集委員: キャレット・H・ガーフ、チャケル・ワードレイ、ハーバート、マイケル・R・モリス、アリソン・R・ウッド

編集インタン: ロンドン・プリムホール、オリビア・E・グレイソン、イザベル・ジャスティス

アートディレクター: マイケル・ダンフォード

デザイナー: アイラ・グレン・アデア、フェイ・P・アンドラス、ジュリー・バーデット、デビッド・グリーン、ブライアン・W・ギューギ、クリス・ヒンクレ、ステイブン・ニールセン

デザインインタン: マーリー・パーマー

制作運営主幹: アンモン・ハリス

制作: ベイリー・エスカミラ、エバニー・ベイス、マリッサ・M・スミス、デレク・ワッシュバーン

印刷ディレクター: ステイブン・T・ルイス

配送ディレクター: ネルソン・ゴンザレス

日本語版翻訳課長: 大森陽子

●すべての教会機関誌は2023年11月号より無料で入手可能となりました。詳しくは以下よりご確認ください。 <https://news-jp.churchofjesuschrist.org/article/08012023-church-begins-offering-its-magazines-at-no-cost-jpn> よくある質問は以下よりご確認ください。世界共通: <https://www.churchofjesuschrist.org/learn/church-magazines-at-no-cost-faq?lang=jpn> 日本のみ: <https://jp.churchofjesuschrist.org/japan-distribution-services/news/freemagazine?lang=jpn> ●無料定購購読は、末日聖徒イエス・キリスト教会公式サイトにてお申し込みください。 <https://magazinesubscriptions.churchofjesuschrist.org/> 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5-8-8 海外在住の方はお近くのデストリビューションセンターへお問い合わせください。

郵送先住所: Liahona, Fl. 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

「リアホナ」(モルモン書に出てくる言葉。「羅針盤」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、ビスマラ語、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)、クワアチア語、チェコ語、デンマーク語、オランダ語、英語、エストニア語、フィンランド語、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、マーシャル語、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、セルビア語、スロバキア語、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)

© 2024 Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. 印刷: 韓国

著作権情報: 別途記載がない限り、「リアホナ」に掲載されている資料は、個人的、また非営利目的(教会の召しを含む)で使用する場合に複製することができます。この権利は、常に取り消される可能性があります。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、複製できません。著作権に関するご質問は、Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., Fl. 5, Salt Lake City, UT 84150, USA に郵送するか、電子メールで cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org にお問い合わせください。

For Readers in the United States and Canada: October 2024 Vol. 48 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 84150-0024, USA. 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. **Subscription helpline: 1-800-537-5971.** (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 5071.5.2). NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



「福音ライブラリー」でもっと読みましょう

デジタル版のみの『リアホナ』の記事

毎月、ほかにも様々な『リアホナ』の記事を、Liahona.ChurchofJesusChrist.org または「福音ライブラリー」アプリで御覧いただけます。親やシングルアダルト、『わたしに従ってきなさい』、信仰をもって人生の困難に対処することなど、様々なテーマに関する会員のストーリーや洞察が順番に掲載されます。

YA ウィークリー

「福音ライブラリー」の「機関誌」または「成人」の「ヤングアダルト」にあるYA ウィークリーで、ヤングアダルトのための記事をもっと読むことができます。

「福音ライブラリー」アプリの通知

「福音ライブラリー」アプリで設定すると、『リアホナ』の新しい号が閲覧可能となった時点で通知を受け取ることができます。メニューアイコンを選び、「設定」、「通知」、「新しいコンテンツ」の順で選んでください。

お問い合わせ

Liahona.ChurchofJesusChrist.org にあるリンクから、質問、意見、経験を分かち合ってください。

Liahona@ChurchofJesusChrist.org まで電子メールでお送りいただくか、以下に郵送していただくこともできます:

Liahona, floor 23
50 E. North Temple Street
Salt Lake City, UT
84150-0023, USA

末日聖徒イエス・キリスト教会の公式機関誌
2024年10月号 48巻10号 『リアホナ』19359

ニーファイ人に 聖餐を執行される イエス

「そして、弟子たちがパンとぶどう酒を持って来ると、イエスはパンを取り、それを裂いて祝福された。それからイエスは、弟子たちに与えて、食べるように命じられた。

彼らが食べて満たされると、イエスは群衆にも与えるように命じられた。……

さて、イエスは……弟子たちに、器のぶどう酒を取って飲むように告げ、さらに群衆にも与えて飲ませるように命じられた。」

3 ニーファイ 18:3-4, 8



聖約がどのようにわたしと
最も大切なものとのつながりを
保ってくれるか

30



情緒的虐待

リソースとサポート

14

わたしに従ってきなさい

ミニスターリングと聖約

40

刑務所で34年

わたしは赦しを
受けられるでしょうか

44

