

青少年の強さのために

For the Strength of

Youth



一致と幸福の
ための
7つの鍵

ネルソン大管長より
2ページ

まひの後の
平安
6ページ

男子に困惑していますか？
女子に戸惑っていますか？
16ページ

だれかの生活の
一部になる
22, 26ページ



あなたのために、

あなた

@StrivetoBe は毎月新しい
音楽をリリースしています！

QRコードをスキャンして、
好きなストーリーミングプ
ラットフォームで聴いて
ください。



大管長：ラッセル・M・ネルソン、ダリン・H・オクス、ヘンリー・B・アイリング
十二使徒定員：ジェフリー・R・ホランド、ティーター・F・ワークトドフ、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・ラスバンド、ゲアリー・E・ステイブソン、テール・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：ランドル・K・ベネット
編集長補佐：ジョナサン・S・シュミット
顧問：タマラ・W・ルニア、マイケル・T・リングウッド、ブラッドリー・R・ワイルコックス
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・オルソン
パブリッシングチームディレクター：リー・ギボズ
パブリッシングチームマネージャー：ダニエル・メラッソ
ビジネスマネージャー：ガフ・キャンン
編集主幹：ポール・B・マーフィー
編集主幹補佐：デビッド・ディクソン

コピーエディター：デビッド・A・エドワーズ
執筆・編集：エリック・B・マードック、ジェシカ・ゾーイ・ストロング、ブライアン・ウエングラー
編集インターン：ケイト・ハンセン
出版アシスタント：プリシラ・ピール・モッタ
アートディレクター：ジャネット・アンドリュース
デザイン：マンディ・ベントレー、C・キンボール・ボット、クリスタル・カトラ、ジョシュア・デニス、ケルシー・ファックレル、フランク・ラスク、ローン・ソロモン
版権および許諾コーディネーター：プリシラ・ピール・モッタ
制作運営マネージャー：アンモン・ハリス
制作：アイラ・グレン・アデア、ホセ・チャベス、ブライアン・W・ユキギ、エバニー・ベイス、マリッサ・M・スミス、クリストファー・ウォーカー、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
日本語版翻訳編集長：大森陽子
●すべての教会機関誌は2023年11月号より

無料購読が可能となりました。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。
www.churchofjesuschrist.org/learn/ochurch-magazines-at-no-cost-faq?lang=jpn
日本のみ：<https://jp.churchofjesuschrist.org/japan-distribution-services/news/freemagazine?lang=jpn>
●無料定期購読は、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ィストリビューションセンターへお問い合わせください。
© 2024 Intellectual Reserve, Inc. All rights

reserved. 印刷：韓国 *For the Strength of Youth* (ISSN 0164-5285) 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
著作権情報：制限の記載がない限り、『For the Strength of Youth』— 青少年の強さのために』に掲載されているものは、個人的に、また非営利目的（教会の召しも含む）で使用することが可能です。この指示内容は変更の可能性が常にあります。視覚資料に関しては、著作権表示に制限が記されている場合に復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., Fl. 5, Salt Lake City, UT 84150, USA に郵送するか、電子メールで cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org にご連絡ください。
定期購読と住所変更：store.ChurchofJesusChrist.org にアクセスするか、新旧の住所を以下の宛先までお送りください。Distribution Services,

Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA. または、1-800-537-5971 にお電話ください（アメリカ合衆国のみ）。変更が有効になるまで60日かかります。
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.
Canada Post Information: Publication Agreement #40017431.

原稿やアート作品の投稿：
オンライン：fts@ChurchofJesusChrist.org にアクセスして、「あなたの作品を投稿してください」をクリックしてください。
電子メール：fts@ChurchofJesusChrist.org にアクセスして、「あなたの作品を投稿してください」をクリックしてください。
郵送：For the Strength of Youth Editorial, 50 E. North Temple St., Rm. 2377, Salt Lake City, UT 84150-0024, USA. 投稿については、返却されません。

目次

2024年10月号第4巻10号



2



6



20



14



26



10

表紙：一致による幸福, 2 ページ
イラスト/ケイティ・ドックリル

Instagramの@StrivetoBe や「福音実践」アプリのメッセージを見てください。英語、スペイン語、ポルトガル語、フランス語、日本語で読むことができます。

特集

- 2 一致による幸福
ラッセル・M・ネルソン大管長
イエス・キリストにあって一つとなる 7 つの方法
- 6 まひの後の平安
恐ろしい事故の後で、彼女は進むべき道を見つけました。
- 8 慎み深さ：わたしの長い旅
何年もの間、彼女は慎み深くあるべき正当な理由が分からずにいました。
- 10 分かち合うことと仕えること
福音を分かち合い、人々に奉仕している青少年の 3 つのストーリー。
- 14 「祝福されて幸福」になりたいですか
あなたも 4 ニーファイの人々のように幸せになれます。
- 16 男の子と女の子：互いを知る
気まずさを越えて前に進みましょう。
- 20 帰属意識を高めよう！
若い女性たちが、クラスの女の子が歓迎されていると感じられるようにするための計画を立てます。
- 22 ミニスタリングが違いをもたらす
ニュージーランドのある若い女性は、7年ぶりに教会に戻った後にどんなことが待ち受けているのか知りませんでした。

そのほかの記事……

- 13 そしてわたしも
- 26 福音の基本
- 27 台湾のチェンスン・C とつながりましょう
- 28 ちょっとひといき
- 30 質疑応答
- 32 生活の指針とする言葉
- 33 総大会からの言葉のポスター



fsy fsy.ChurchofJesusChrist.org にアクセスして、fsy カンファレンスについて詳しく知ることができます。



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**
からのメッセージ

一致によ

モルモン書のある章には、イエス・キリストとその福音を通してわたしたちがどのように一つになれるかが示されています。

イエス・キリストに真に従う者として、わたしたちは不和と論争の世にあって平和を切に願っています。軽蔑と争いに満ちた社会で生活するのではなく、イエス・キリストの教えに基づいた社会を築くことを、わたしたちは積極的に求めています。主は次のように言っておられます。「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) 一致はイエス・キリストのまことの教会において不可欠です。

どうすれば一致を達成できるでしょうか。

モルモン書の中のある章が助けになります。第四ニーファイでは、救い主が人々を訪れて、彼らを教え、彼らの中に主の教会を設立された後、人々がどのように暮らしたかを学ぶことができます。そこには、民がどのようにしてこの上ない幸せと平安に満ちた一致を達成したかが示されており、わたしたち自身もそれと同じ一致を達成して幸福を見いだすために従える規範を見取することができます。



る幸福



「彼らは幼い子供たちを連れて来」ウオルター・レーン画

1. 改心

まず、次のことが学べます。「イエスの弟子たちは……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。」(4 ニーファイ 1:1)

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、聖霊が皆さんの心に真理を証してください。そして皆さんは、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、救い主の招きを受け入れることができます。

これによって、利己的で罪深い欲望から離れて、主なる救い主イエス・キリストへと向かう改心の旅が始まるのです。主はわたしたちの信仰の基です。わたしたちは主を中心として一致します。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に一致をもたらす力とされます。

2. 聖約

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」(4 ニーファイ 1:1) しました。彼らは主と聖約を交わしました。



聖約を交わしてそれを守るとき、皆さんは主の御名を受けます。この聖約の関係によって、皆さんには、聖約を通して自らを主に結びつけている人々と共通の大義と共通のアイデンティティーが与えられます。そして主は、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。

3. 公平と平等

また、「〔民〕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」ことが学べます。

「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」(4 ニーファイ 1:2-3) になりました。

主はわたしたちに公平かつ公正であるように望んでおられます。主により近づくにつれて、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なる」(モーサヤ 4:13) でしょう。

主の民と一致するには、ほかの人々を対等に扱うだけでなく、真に彼らを平等であると見なし、すべての人が平等、つまり神の前に平等であり、等しい価値と等しい可能性を備えていると心の中で感じなければなりません(教義と聖約 38:24-25 参照)。

4. 従順

主が民に御自分の教義を教え、戒めを与え、祝福を授けるために僕たちを召された後、「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み」(4 ニーファイ 1:12) しました。主と主の僕の教えに従うことは、一致するために不可欠です。



5. とともに集まる

第四ニーファイに記されている民は、「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〔り〕」(4ニーファイ1:12)しました。

毎週の礼拝集会は、わたしたちが強さを見いだすための大切な機会です。わたしたちは聖餐を受けるだけでなく、ともに学び、祈り、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、友情、共通の目的をもたらしてくれます。

6. 愛

第四ニーファイからは、真の一致が達成されたのは「民の心の中に宿っていた神の愛のため」(4ニーファイ1:15)であることが学べます。

いちばん大切な第一の戒めは神を愛すること、つまりほかのだれよりも、または何よりも、神を愛することです。神とイエス・キリストへの愛を育むとき、家族と隣人への愛は自然と強まっていきます。

皆さんが最大の喜びを経験するのは、皆さんが神への愛と、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。

慈愛、すなわちキリストの純粋な愛は、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、熱意を込めて祈るなら、神は皆さんに慈愛を与えてくださいます(モロナイ7:48参照)。

心に神の愛が宿るように求めるとき、一致という奇跡は皆さんの目にごく自然なものに映るでしょう。

7. 神聖な本質

一致のもう一つのしるしは、「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)ことです。

かつて人々を分断していたレッテルを使う代わりに、人々は自分自身を、



そしてすべての人を、天の御父とイエス・キリストとの関係によって見ました。わたしたちは皆、神の子供であり、イエス・キリストの弟子です。多様性や相違点には良い点もあり、重要なものですが、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関連するものです。

一つとなる

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、それでも、わたしたちがイエス・キリストにあって一つとなる時、そうした違いの重要性は薄れ、わたしたちは主のものとなるために一つになろうと努めます。

わたしたちが第四ニーファイに記されている人々の中に見いだされる一致の要素を心に留めるとき、彼らがそうであったように、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りますように。





まひの後の 平安

横転事故で体がまひした後、わたしは「どうしてわたしが？」と考え続けました。でも幾つかのことは行うことが平安を感じる助けになりました。



エミリー・トラベラー

2022年、友達と一緒に砂漠で小型のオフロード車に乗っていたときに、横転事故が起きました。目を覚ますと、わたしは血まみれで地面に横たわっていました。体の感覚がありません。ほどなく、ヘリコプターで病院に運ばれました。そこで知ったのは、自分が首を2か所骨折しており、肩から下がまひしているということでした。

最初、わたしの証が試されたことは間違いありません。わたしはひたすら、「どうしてわたしが？」と考え続けました。なぜ友達は皆、事故を無事に切り抜けられて、わたしはそうでなかったのか、理解できませんでした。わたしは16歳で、体操とチアリーディングをやっていて、自分がこんな人生を歩むとは思ってもみなかったのです。

感謝を選ぶ

事故後のある日、わたしはひどくみじめな気分で、ベッドを出て理学療法に行くのもおっくうでした。それでもなんとか行くと、そこでわたしは、体がまひしているうえにやけども負っている男の人を目にしました。男性は笑顔でセラピスト全員と話をしている、わたしはこう思ったのです。「あの人ができるのなら、わたしもできる。」

その経験の後、わたしは感謝することにもっと焦点を当てられるようになりました。自分がどれほど幸運だったかに気づいたことで、自分の状況を少しだけ受け入れることができました。目を覚まして、すばらしい家族やイエス・キリストの福音など、良いものに意識を向けることを選ばなければならないのだと気づきました。

レットルの向こうに目を向ける

ほかの人を助けることが自分の助けになるということ、わたしは知りました。セラピーを受けていたとき、体がまひしている10代の若い人たちが何人か見かけたのを覚えています。わたしは彼らのところに行って話しかけました。もしだれかがわたしにそうしてくれたなら、きっとわたしはとてもうれしかったに違いないと思ったからです。

とても大勢の人々が、つらい経験をしています。理学療法の間では、一目でそうと分かる様々な試練を目の当たりにします。高校でも、すべての人が多くのことを経験していますが、だれもそれについてほんとうのところは知りま

せん。もっと隠れていて分かりづらいのです。「サッカー選手」や「チアリーダー」など、人を分類するレットルにはいろいろなものがあります。そうしたレットルを破って新しい友達を作るのは怖いことがあります。わたしはチアやタンピングが好きで、それらが自分を特徴づけるものだとも思っていました。

でも、そうしたレットルが人生のすべてではないのだと、わたしは気づきました。どんな外見をしているか、また、自分と相手がどのように違っているか—そんなことは大した問題ではありません。わたしたちはすべての人に手を差し伸べ、相手を助けることに集中することができます。そして、今ではわたしの親友の何人かは、以前は友達になるなど想像もできなかった人たちです。

救い主を信頼する

リハビリセンターに入ればしばらくすると、腕が動くようになり、足の感覚も幾分か回復しました。わたしは日々進歩を続けています。

自分の未来がどうなるかは分かりませんが、主がおられなければ、とてもおび

えていたのではないかと思います。けれども、最近受けた祝福師の祝福のおかげで、何が起っても自分は大丈夫だという自信を持つことができました。毎日聖文を読み、祈ることも、大いに助けになっています。イエス・キリストがおられなければ、わたしの苦しみはもっとひどいものになっていたでしょう。主はわたしがつらいときでも平安を感じられるよう助けてくださいます。🙏

筆者はアメリカ合衆国ユタ州在住です。



エミリーからのメッセージを「福音実践」アプリで観てみましょう！



慎み深さ： わたしの長い旅

「お母さん、わたしが慎み
深い服を着るべき正当な
理由を一つ教えてよ。
もう全部聞いたけど。」
(少なくともわたしは
そう思っていました。)

エリザベス・タイラー

わたしは慎み深さの原則を大切に思って育ちました、
と言えたらよかったです。正直に言うと、そうでは
ありませんでした。両親から慎み深さは大切だと
教えられましたが、わたしは自分が見ている番組に出て来る
慎みのない服装の方が、慎み深いものよりもずっとかわいい
と思っていました。

慎み深い服装をする理由については、「慎み深いのがいちば
ん魅力的です」から、「男の子が良くない思いを持たないように
に慎み深い服装をするのはあなたの責任です」までたくさん
聞きましたが、まるでピンときませんでした。慎み深くない
服装をしたときには、自分が望んだとおりの注目を集めるこ
とができました。わたしは慎み深い服装をすることで得られ

る祝福については考える気もありませんでしたし、人からそ
うするよう勧められると激しい怒りを覚えました。

「正当な理由を一つ教えて」

ある夏のこと、わたしは数人の友達と出かけるところでし
た。わたしの慎みのない服装を見た母が言いました。「エリ
ザベス、あなたは大人に近づいているのよ。自分がどんな人
になりたいかをよく考えなければいけないし、それによって
あなたが周りに示す外見が決まってくるの。」母がそう言った
とき、わたしは口論する用意ができていました。

「お母さん、わたしが慎み深い服を着るべき正当な理由を一
つ教えてよ。もう全部聞いたけど。それでも、まだ男の子や

彼らの思いとは関係のない理由を聞いたことがないわ。何か、何でもいいから、納得のいく理由を教えてよ。」

母は少しの間窓の外を見ていました。しばらくの沈黙の後、母は愛にあふれたまなざしでわたしを見上げ、静かにこう言いました。「なぜなら、それは従順の原則であり、あなたは天のお父様を愛しているからよ。」

わたしは完全に怒りがどこかに行ってしまい、言い返すことができませんでした。母の言葉は、わたしがこの苦闘を克服するために必要な種をまいてくれました。

慎み深さについての真理

慎み深さとはどんな服装をするかだけを指すのではないことに、わたしは気づき始めました。高価な衣服を着ることに對する聖文の警告（アルマ5：53；モルモン8：36-39参照）に見られるように、わたしの服の選択は、思いと行いにおいて高慢であることの表れにすぎなかったのです。そしてその高慢さに、わたしは長年しがみついていた。わたしは自分が望んでいるもの、つまり承認と注目を、天の御父がわたしに得てほしいと望んでおられるもののために手放すことが嫌だったのです。

『青少年の強さのために』ガイドにはこうあります。「天の御父は、互いの真の姿を見るようわたしたちに望んでおられます。肉体だけを見るのではなく、神聖な行く末を持った大

切な神の子供としてお互いを見るよう、望んでおられるのです。」(24 ページ) 自分の体は神聖なものであり、自分自身ではなく、神の栄光を表すために用いるべきものであることを、わたしは理解するようになりました。

神の愛で満たされる

わたしが悔い改め始めると、天の御父はわたしの心の中にあつた注目を浴びたいという思いを、愛で満たしてくださいました。このことはわたしに大きな力と、たくさんの希望を与えてくれ、慎み深さを欠くものへの望みはわたしの心から消えていきました。

わたしの話し方は変わり始め、人々に対する愛が深まり、奉仕したいという望みが増しました。わたしは神への従順の原則を生活に取り入れただけでなく、それを心から大切に思うようになっていきました。その守りの力を感じることができました。この変化は、神殿に参入し、主の宮で美しく神聖な聖約を交わす備えをする助けとなりました。

今わたしは慎み深さを愛しています。従順の原則を愛しているからです。自分がこんな気持ちになるとは思ってもみませんでした。でも天の御父は決してわたしをお見捨てになりませんでした。そして、あなたがどのような困難に直面していても、たとえそれが長くてでこぼこした道のりであっても、主があなたを見捨てられることは決してないのです。▲

慎み深さについてさらに学ぶには、『青少年の強さのために—選択の指針』24、25、27ページを参照してください。





ジョシュア・M, 17歳
(ガーナ, グレターアクラ州)

読書とスポーツ, 特にサッカーが好きです。



ジョシュア・M (左)

ガーナで善いことを行う

ここガーナでは、素晴らしい文化と、おいしい食べ物、そして何より大切なこととして、人々との良い友情を経験することができます。多くの友達の多くは末日聖徒イエス・キリスト教会の会員で、親友はつい数年前にバプテスマを受けました。彼女はよくふざけた調子で、「どうしてもっと早く教会に入るように言ってくれなかったのよ」とほくに言ってきます。そして実際、彼女の言うとおりなのです！ だからほくは今、人々を教会に連れて来て、活動に参加できるように助け、教会がどういうものかを知ってもらうために、以前よりも多くのことをしています。

学校のクラスには、教会員はほくのほかに二人しかいません。ほくたちが信じている事柄は、一部のクラスメートにとってはまるで新しい世界のようなものです。福音についてよく質問されますが、中には答えるのが難しいものもあります。質問に対する答えが分からないときには、ほくたちはそれについて一緒に話し合い、教会指導者の導きを求めます。どのように返答すればよいか分かったら、自分たちが真実だと知っていることをクラスメートに伝えます。ほくたちがどんなふうに礼拝をしているのかを自分の目で確かめに来よう、何人かのクラスメートを招いたこともあり、来た人たちは聖餐会について良い気持ちを抱いてくれました。

善いことを行えば行うほど、聖なる御霊が近くに感じられることも学びました。ほくはよく、路上でたくさんの物を運んでいる人に手を貸します。最近、ある女の人が頭に何かを載せて運んでいるのを見ました。ほくはその人について何も知りませんでしたが、そばへ行き、手伝いましょうかと尋ねました。受け入れてくれたので、彼女が運んでいたものを幾つか引き受けました。

その人の家に着いたとき、彼女がパン職人だということが分かりました。当時、ほくは働いていなかったのですが、どうにかしてお金をためる必要がありました。その人はほくが仕事を必要としていることは知りませんでした。突然、彼女

分かち合うことと仕えること

はほくに向かって、給料を支払うからパンを焼くのを手伝ってくれる人がほしいのだと言いました。提示された具体的な時間は、ほくの忙しいスケジュールにぴったり合うものでした。これは偶然ではなく、人を助けたことに対する神からの祝福だったに違いありません。ほくにとって、これは天の御父がこう言っておられるようでした。「息子よ、わたしはあなたがしている善い行いを見えていますよ。」

イエス・キリストこそが心に向けるべき御方であり、道であられることを証します。ほくたちは主と、周りの人々に仕えるべきです。

ホセ・J, 14歳 (アルゼンチン, ブエノスアイレス)

ピアノを弾くこと, 自転車に乗ること, 歌うこと, 料理, 美術, 音楽が好きです。

アルゼンチンでの新年の祝福

ほくは教会のおおみそかのパーティーに友達を招きました。彼女は末日聖徒イエス・キリスト教会の会員ではありませんが、教会に良い印象を持っています。教会に姿を現したとき、彼女はお酒に酔っていました。そしてパニック発作を起こし始め、自分と家族が抱えている困難についてほくに打ち明けてくれました。彼女を助けなければいけないと思いました。

ほくは彼女を父のところへ連れて行きました。そして、彼女に神権の祝福をしてもらえないかと父に頼みました。彼女に祝福について少し説明すると、彼女は受けたと言いました。祝福の後、彼女は泣きやみ、笑顔まで見せてくれました。

この経験の後、彼女はほくに神権について幾つか質問をしました。もう一人の友達と一緒に、ほくは福音が自分たちと家族をどのように祝福してきたかを分かち合いました。



友達に福音を分かち合うのは良い気分でした。ほくにとって、イエス・キリストの弟子とは、イエス・キリストのようになり、主がされたことを行おうと努める人です。だれかが困難な時期を経験しているのに気づいたときにはなおさらです。

エメリン・K, 14歳 (アメリカ合衆国, ユタ州)

物を書くこと, 美術, 音楽が好きで, ピアノやギターのための曲を書くこともあります。



クラス会長の祈り

1月のある寒い日, わたしは若い女性のクラス会長として奉仕するように言われました。それはわたしが若い女性のプログラムに参加する最初の年で, 自分がクラス会長になるとは思っていませんでしたが, とてもうれしく感じました。わたしはほほえみ, うなずきました。

すると, 顧問をだれにするかについて祈り始めるように言われました。

わたしの喜びはすぐに心配に変わりました。間違っただ人を選んでしまうのではないかと, またはさらに悪いことに, まったく決められないのではないかと, 不安になったのです。

その日の夜, わたしは決断ができないのではないかと心配だと母に言いました。母はわたしに, 自分の部屋に行って祈り, モルモン書を何節か読むように言いました。

まだ不安を抱えたまま, わたしは自分の部屋へ行きました。正しい決断ができるように助けてくださるよう, 天の御父に祈りました。それから, 聖典の前回読み終えた箇所を開いて, 最初に目に入った節を読みました。こう書いてありました。「キリストは言われた。『あなたがたはわたしを信じるならば, わたしの心にかなうことを何事でも行う力を持つであろう』と。」(モロナイ7:33)

その聖句を読んだとき, 天の御父がわたしの祈りにこたえてくださったことが分かりました。神はわたしを御存じで, わたしを助けたいと思っておられるのです。わたしがしなければならぬのは, 神を信じることだけでした。そうすれば, 神はわたしが何をすべきか分かるように助けてくださいます。

神はわたしたちを御存じであり, 進んで神を信じるならばわたしたちを助けてくださることを, わたしは知っています。



モルモン

はキリストの弟子でした

救い主がニーファイの民を訪れられてから 300 年もたっていないころ、10 歳のモルモンは、極度の邪悪がはびこる世界で育ちました。しかし預言者アマロンは、モルモンが「まじめな子供で、観察が鋭い」(モルモン 1:2) ことを見て取り、大きくなったら神聖な記録を管理するようモルモンに指示しました。15 歳のとき、モルモンは「主の訪れを受け、イエスの慈しみを味わって知〔り〕」(モルモン 1:15) しました。24 歳のときに神聖な記録を手に取り、それからおよそ 50 年間にわたって忠実に保管した後、息子のモロナイに託しました。モルモンのおかげで、今日わたしたちはモルモン書と呼ばれている要約された記録を手にすることができます。

モルモンのように、わたしも救い主の慈しみを知り、主の戒めを守ることができます。たとえ自分の周りの世界が神に背を向けているように見えてもです。



そしてわたしも

「祝福されて 幸福」に なりたいですか

4ニーファイの民はおよそ200年の間、幸福と一致の中で暮らしました。何が彼らを幸福な状態に導いたのでしょうか。わたしたちもそれを経験できるのでしょうか。

教会機関誌
ケイト・ハンセン

互いに争うことのない人々のコミュニティを想像してみてください。人々は完全に幸せで、だれも何も罪を犯しません。互いに嫉妬することも、レッテルやグループによって自分たちを分断することはありません。そのようなことはせずに、イエス・キリストにあって一致していて、主の戒めを守っています。

モルモン書の4ニーファイには、まさにそのような人々の一団について述べられています。そして彼らは、200年近くの間そのように暮らしたのです！

本誌の2-5ページで、ラッセル・M・ネルソン大管長は、4ニーファイには平安とこの上ない幸せに満ちた一致の中で生活するための規範が示されていると説明しています。それにしても、ニーファイ人がそれほど長く幸せに暮らす助けとなったものは何だったのでしょうか。今日、わたしたちも同じことができるのでしょうか。

彼らのキリストとの経験

数ページさかのぼって3ニーファイを読むと、ニーファイ人がなぜそれほどキリストによって幸せと一致を得ていたのかを見いだすことができます。

人々は救い主の復活の後、主の訪れを受けていました。その訪れの間、イエス・キリストは病気の人や苦しんでいる人を癒されました。主は人々を個別に祝福し、彼らのために天の御父に祈られました（3ニーファイ17章参照）。イエスは戒めを教えられました。悔い改めてバプテスマを受け、聖霊を受けるように人々に言われました（3ニーファイ27章参照）。

イエスは、御自分のもとに一人ずつ来て、御自分の両手と両足とわきの傷に触れるように人々を招かれました。人々は一人ずつイエスのもとに行き、「全員がこのようにし、自分の目で見、自分の手で触れ、この御方が〔預言された救い主〕であられることを、確かに知〔り〕」



(3 ニーファイ 11 : 15 参照) ました。

救い主がニーファイ人を訪れられた後、「民は……皆、……主に帰依」(4 ニーファイ 1 : 2) しました。では、わたしたちはキリストにまみえたり、キリストに触れたりすることなしに、どうすればこの改心を経験できるのでしょうか。

ある使徒のキリストとの経験

十二使徒定員会のブルース・R・マッコンキー長老 (1915-1985 年) は、いつの日か自分はイエス・キリストにまみえ、主の両手と両足の傷に触れるだろうと証しました。マッコンキー長老はまた次のようにも証しました。「主が神の全能の御子であられ、わたしたちの救い主、贖い主であられ [る] ……との知識は、今と何ら変わることがないでしょう。」¹ イエス・キリストを知り、改心を経験するために、イエスにまみえることを必要としていなかったのです。

真の改心には、「行うこと [と]、なること」² が求められます。救い主はニーファイ人に、主の戒めに従い、主のようになるように言われました (3 ニーファイ 27 章参照)。主に従っている間、彼らはキリストに改心した状態であり続け、そのために大いに祝福されました (4 ニーファイ 1 : 18 参照)。

あなたのキリストとの経験

あなたはまだ、ニーファイ人のように救い主の手と足に触れることはできませんが、主の足跡に倣うことはできます (3 ニーファイ 27 : 21 参照)。イエス・キリストは生きておられ、御自分と個人的な経験を持つよう、あなたを招いておられます。

主の戒めを守り、主がなさるであろうことを行うことによって、あなたはキリストを知ることができます。毎日悔い改めることによって、主の贖罪の力を感じることができます。主はニーファイ人に対して行ったように、あなたを祝福し、癒し、あなたのために御父に執り成してください。救い主を知るようになり、個人の改心に向かって努力するとき、あなたの生活は、4 ニーファイで述べられている人々の生活のように、幸福で、平和で、祝福され、神の愛に満ちたものになります。🙏



救い主の訪れについてのビデオをここから視聴できます。

注

1. ブルース・R・マッコンキー、1985年4月総大会 (『聖徒の道』1985年7月号、11)
2. ダリン・H・オークス、2000年10月総大会 (『リアホナ』2001年1月号、41)



男の子と女の子：

互いを知る



異性に対して戸惑いを感じていますか？興味を引かれますか？怖いですか？きっとそのうちにごく普通の関係が築けるだろうと、慎重ながらも気楽に考えていますか？この記事を読んでみてください。

教会機関誌

デビッド・ディクソン、デビッド・A・エドワーズ

はじめに、神は地上に男性と女性を置かれました（創世1：27 参照）。それ以来、男女の間には……非常に興味深い関係が築かれてきました。

若い人たちにとって、異性と知り合うことは時として、混乱したり、恐くなったり、胸が高鳴ったり、神秘を感じたり、楽しかったり、おじけづいたり、わくわくしたり、そしてもしかすると、そうした感情をすべて同時に味わう経験となることもあります。いつの時代もそうでした。でも今日の世界には、それをさらに気まづいものになっている幾つかの文化的要因があります。

気まずさを越えて前に進もう

わたしたちは世界中の青少年に、男の子と女の子が知り合う方法と、その過程で直面する問題について尋ねました。次に紹介する南アフリカのある若い女性の話は、あなたにも身に覚えがあるでしょうか。

「今の時代、もう友情は持てないような気がしてしまいます。男の子と女の子がただやり取りをしているだけで、人からはすぐに何かあるのだろうという目で見られます。友達関係を維持しようとしているときに、それ以上の関係になるように周りから常に追られると嫌になってしまいます。」

また別の青少年はこう言っています。

「男の子と女の子が話していると、人は当然のように二人は付き合っていると思いがちです。」

これとまったく同じ嘆きの例が、世界中の青少年からほかにもたくさん（ものすごくたくさん）寄せられています。でも障害となっているのはそれだけではありません。例を挙げましょう。

- デジタル技術やソーシャルメディアは、幾つかの面でコミュニケーションを容易にしている一方、別の面では真の友情を築くことを難しくしています。
- 社会全体で信頼が低下していることで、人々は他人とその意図に対して警戒心を抱くようになってきました。例えば、男の子がよく口にするのは、女の子に対してただ友達として関心を示すだけでも、誤解されて「気持ち悪い」というレッテルを貼られるのではないかと心配せずにはいられない、ということです。

このすべてが、異性と友達になろうとする試みを気まずいものになっています。ただ率直に言うと、そもそも初めから相当に手ごわいことではあったのです。

多くの青少年にとって、よりシンプルな選択肢は、人生のもっと後の段階になるまで異性を完全に避けることかもしれません。それは悲しいことです。人類の約半分から自分を切り離してしまえば、貴重な友情を失うことになるかもしれません。そして、相手もあなたを知る機会を失ってしまうでしょう。



「サタン……のねらいは、男女の差など取るに足りないものであり、固有の賜物など不必要だとか、逆に、その隔たりが大きすぎて理解し合うことなど不可能だと信じさせることです。そのどちらも間違っています。」

元中央扶助協会会長第二顧問 シェリー・L・デュー、2001年10月総大会（『リアホナ』2002年1月号、13）

中央若い女性会長会第一顧問のタマラ・W・ルニアはこう言っています。「つながりはとても大切です。気まずい気持ちを押しつけて、たくさんの人に（異性を含めて）話しかけてください。まずあなたから笑顔であいさつをしましょう。」

中央若い男性会長会第一顧問のブラッドリー・R・ウィルコックスも同意見です。「他人がどう思うかはあまり気にしないでください。幸せを感じ、友達を作る最善の方法は、行動することです。だれかほかの人が『こんにちは』と言って会話を始めてくれるのを待たないでください。他人がどう思うかという恐れを、神がどう思われるかを信じる信仰に置き換えることで、自信は増すでしょう。」

どうしてそんな感じなの？

世界各地の女の子と男の子が互いについて疑問に思っていることを幾つか紹介します。互いを理解し、互いの長所を見つけるために何が役立つか考えてみましょう。

女の子の疑問

どうして男の子は注目を集めたがるの？
どうして一部の男の子はあんなに声が大きいのか？
どうして一部の男の子は、自分の言動が他人にどう影響するかを理解できないのか？
どうして一部の男の子は、女の子のことを自分より劣っているかのように扱うのか？
どうして男の子はこんなに未熟なの？

男の子の疑問

どうして女の子はそんなに大人なの？
どうして一部の女の子は、互いについて意地悪なことを言うのか？
どうして一部の女の子は、こちらが察することを期待するのか？ どうして直接話さないのか？
どうして一部の女の子は、男の子のことを自分より劣っているかのように扱うのか？

互いの良いところを見いだせるように、あなたならこれらの質問にどう答えますか。あなたの答え（またはそのほかの疑問）を ftsoy@ChurchofJesusChrist.org に電子メールで送ってください。

アドバイスがありますか？

異性と知り合うのは気が遠くなるようなことに思えるかもしれませんが、気まずいと感じるかもしれませんが、努力する価値は十分にあります。世界各地の青少年から寄せられた決定的なアドバイスや意見を紹介します。

「互いを知ることの恐れてはいけません。」

「恋愛対象として愛さなくても、友達になり、愛することはできません。そうした関係は、信頼できる友達や、困ったときに頼れる人を持つのに役立ちます。」

「役に立ちそうなことの一つは、家の外での活動に出かけて行き、そこで会い、互いをよりよく知るようになることです。」

「教会や学校、家庭でつながりを持つとうとする方が簡単ではないかと思っています。すでに互いを結びつける何かが存在しているからです。」

「わたしは異性のだれかと同じ興味を持つことに喜びを見いだしてきました。」

注

1. ラッセル・M・ネルソン、2010年10月総大会（『リアホナ』2010年11月号、48）

あなたならどんなアドバイスをしますか。
ftsoy@ChurchofJesusChrist.org まで、電子メールで送ってください。

多くの人

たくさんの友達を持つ必要はありませんが、だれと友達になるかを考えるときに、自分に制限をかけるべきではありません。ラッセル・M・ネルソン大管長は次のように教えています。「毎日の生活で友情の輪を広げる努力をしてください。」¹ 繰り返しますが、相手は男の子でも女の子でもかまいません。

真の友情

(女の子、男の子の両方との) 真の友情は、健全で、実りあるものです。そのような友情は、相手に対するほんとうの好意、そして誠実さ、信頼、尊敬に基づいています。それはまた、一朝一夕には生まれません。真の友情は一步步築かれていくものです。

健全なグループ活動

世界の多くの場所で、男の子と女の子から成るグループが集まって、だれもが楽しめること、また身体的にも霊的にも危険ではないことをして楽しむことができます。これは、様々な異なる人たちと知り合うためのすばらしい方法です。世界中の青少年が、日曜日や平日に行われる教会の活動は、第一歩として最良の方法の一つであると言っています。

いつ、どのようにして異性と知り合えばよいのでしょうか。人と知り合う最善の方法は、**真の友情を通して知り合う**ことです。若いうちに、**多くの人と良い友人関係を築いてください**。文化圏によっては、青少年は**健全なグループ活動**を通して異性と知り合う**所もあります**。**1対1の活動**は、皆さんの情緒的、霊的な成長と安全のため、成熟するまで待つべきであり、**16歳が目安**となります。ぜひ、親や指導者に相談するようにしてください。**特定の相手と付き合うのはまだ早いので、もう少し上の年齢になるまで待ちましょう**。**イエス・キリストに従う決意を貫けるよう**助けてくれる人たちとともに、**時間を過ごす**ようにしてください。

『青少年の強さのために—選択の指針』13

特定の相手と付き合う

どんな呼び方をしようとも、特定の相手との恋愛関係は、結婚を真剣に考える立場にある人のためのものです。まだそうでない場合、そうした付き合いは意味をなさず、情緒のおよび霊的なリスクを招くだけです。胸の痛む出来事や誘惑に満ちた10代ではなく、楽しい10代を過ごしてください。

1対1の活動

一人の男の子と一人の女の子がペアになる活動には、多少の成熟が必要となります。ガイドにあるように、少なくとも16歳まで待つのが最善です。

時間を過ごす

人と一緒にいること、じかに交わることは、貴重で健全なことです (『青少年の強さのために—選択の指針』19 参照)

イエス・キリストに従う決意を貫けるよう助けてくれる人たち

そのような人々は、教会員であろうとなかろうと、あなたとあなたの信条や標準を尊重してくれます。間違ったことをするように誘惑したり、圧力をかけたりしません。

ガイドにはどう書いてあるでしょうか

幸運なことに、『青少年の強さのために』ガイドには、このような靈感あふれる助言が載っています。



帰属意識を高めよう！

スライアン・ウエングラー；イラスト／エミリー・E・ジョーンズ





「福音実践」アプリで、空気ので飛ばすペットボトルロケットの作り方を学びましょう！





ミニスタリングが 違いをもたらす

アメリカは教会に自分の居場所があると感じられるかどうか確信が持てませんでした。人々が手を差し伸べてくれたことを、とてもうれしく思っています。



教会機関誌 ケイト・ハンセン

ニュージーランドの若い女性であるアメリカは、7年間教会に行っていませんでした。

両親の離婚の際、アメリカの家族は難しい状況に陥り、教会に行くのをやめてしまったのです。「わたしたちはだれからも支援を受けていませんでした」とアメリカは振り返ります。

しかし7年後のある日曜日、アメリカの母親が、もう一度教会に出席してみようと決意しました。母親は良い経験をする事ができ、一緒に教会に戻ろうと娘たちを招きました。アメリカは思いました。「そうしてみても損はないかな。」

「あなたが来てくれてとてもうれしいです」

「最初は少し緊張しました」とアメリカは言います。「教会とは以前あまり良い関係があったわけではなかったのです。」

でも彼女は母親の招きに応じる決意をし、そのことについて後悔はしていません。「教会に足を踏み入れるとすぐに、人々が言ってくれました。『ここでお会いするのは初めてですね』『わたしたちの教会へようこそ』『あなたが来てくれてとてもうれしいです！』って。」アメリカはそう回想します。

「だれもわたしを仲間はずれにしませんでした。みんな心から歓迎してくれて、親切でした。」

それでも、教会にいる間、周りを見回しているうちに、やっぱりここには自分の居場所はないのかもしれないと、アメリカは思い始めました。「ほかの子たちが知っていることや知っている人たちと自分を比べ始めてしまい、疎外感を抱かずにはいられなかったのです」とアメリカは言います。「わたしのワードの子たちの多くは、親戚同士だったり、小さいころからの仲良しだったりして、お互いをよく知っているようでした。」

聖餐会の後、ビショップがアメリカのところに来て言いました。「こんにちは、わたしはワッツビショップです。ぜひみんなにあいさつをしてくれませんか。」ビショップはアメリカを若い女性のクラスに連れて行き、ほかの女の子たちに紹介しました。「あれはとても大切な交わりでした。自分がいる場所でみんなと良い関係を作っていけるという希望の光が見えたからです」と、アメリカは説明します。

それが励ましとなり、アメリカは次の日曜日にもまた教会に行くことにしました。

優しさについてのレッスン

翌週、アメリカはビショップの娘であるインディアに会いました。彼女は言いました。「こんにちは。この前会ったよね。わたしはインディア。あなたのこと、もっと知れたらとてもうれしいな。」



その日、クラスでは、アメリアがまだ学んでいないことについて話し合われていました。インディアが顔を近づけて尋ねました。「これ分かる？」アメリアは「ううん」と答えました。そこでインディアは、アメリアがレッスンを理解できるように助けました。

「そのときのレッスンのことはもう思い出せませんが、わたしが助けを必要としていることに彼女が気づいてくれたことはよく覚えています」とアメリアは言います。「わたしに対するインディアの優しさは、あの日わたしが学んだ最も大切なレッスンでした。」

インディアはアメリアに教会について自分にできるかぎりのことを教え、アメリアが抱く疑問の答えを見つけられるように助けました。最初の数週間から数か月間、インディアはまるでアメリアのガイドのようになりました。「インディアはいつでも、何を言うべきかをよく分かっていました」とアメリアは振り返ります。「それはわたしにとってそれまで何年もの間で最も霊的な経験でした。」

アメリアが新しい人たちに溶け込もうと努力していたとき、インディアは、教会に来るようになったばかりだからというだけでだれも彼女を裁いたりしないと、彼女を安心させました。「インディアのおかげで、新入りとして心地良く過ごせました」とアメリアは言います。

アメリアはインディアに、家庭環境の苦しみについて少しだけ伝え、両親が離婚する前は虐待する父親と暮らしていたことなどを話しました。「インディアは、わたしがあの場所で信頼を寄せた最初の人でした」とアメリアは言います。「わたしは天の御父が奇跡を起こしてくださることを知っています。インディアと話をすると、彼女はいつでも助けになることを言ってくれたからです。わたしが決して孤独を感じないようにしてくれました。」

天の御父が自分に望んでおられる道に戻れるという安心感をインディアは与えてくれたと、アメリアは言います。「インディアやワッツビショップがいなかったら、教会に戻ることはできなかったと思います。」

大切なのは手を差し伸べること

アメリアとインディアの友情は、アメリアが救い主に近づく助けとなりました。「教会に戻ったとき、わたしはイエス・キリストとの関係を築くにはどうすればよいのか分かりませんでした。インディアは、たとえ救い主を見ることができなくても、生活の中で救い主の愛や影響や奇跡を感じることができると、わたしが理解できるように助けてくれました」とアメリアは説明します。「インディアはわたしにキリストのような愛を示してくれました。今わたしは、だれかにとってのインディアになりたいと願っています。だれかがわたしを



インディア（左）のおかげで、アメリアは教会に戻って来たことを歓迎されていると感ずることができました。

必要としているとき、そこにいてあげたいと思うのです。」

アメリアは、ミニスタリングとは割り当てを受ける以上のことだと信じています。人々に手を差し伸べることなのです。「困難な状況にある人を見て、相手が助けを求めてくるのを待つのではなく、そばにいてほかがだれかが恩恵を受けられるなら、そのようにするということです」とアメリアは言います。「わたしがコミュニティに入れなかったことを心配していたときに、インディアとワッツビショップはわたしにミニスタリングをしてくれました。今わたしはこうして居場所を見つけることができ、だれかが手を差し伸べてくれたことをほんとうにうれしく思っています。」

アメリアはほかの青少年たちに、たとえ居場所がないように感じるときでも、天の御父とイエス・キリストに愛されていることを知ってほしいと望んでいます。「もし自分は不十分だとか、この教会に居場所がないと感じているなら、ここはあなたの居場所でもあるのだということを思い出してください」とアメリアは言います。

「そしてあなたは、いつでも戻って来られるのです。」





わたしはイエス・キリストとの関係を築くにはどうすればよいのかわかりませんでした。インドニアは、たとえ救い主を見ることができなくても、生活の中で救い主の愛や影響や奇跡を感じることができると、わたしが理解できるように助けてくれました。





だれかの生活の一部になる

教会機関誌
ケイト・スチュワート

ミニスタリングとは何でしょうか。また、実際にどのようなことを行うのでしょうか。ミニスタリングについての考え方の一つは、キリストの模範に従って人々を愛し、高め、奉仕するということです。ミニスタリングは、だれかの生活の一部になることにとっても似ています。¹

イエス・キリストの弟子として、わたしたちには主の模範に従う特権と機会があります。この世で務めを果たしていたとき、救い主はたくさんの人々の生活を、祈りを込めて、一人ずつ、深く祝福されました。同じように、今日、わたしたちはミニスタリングの割り当てによって、主がされたように、たいていは一度に一人ずつ、周りの人々を祝福することができます。ミニスタリングは、人々やイエス・キリストとのつながりを深める助けとなります。²

だれかに対してどのようにミニスタリングができるだろうかと、不安になったり、ためらったり、混乱したりすることがあっても大丈夫です。キリストがあなたの努力を大いなるものとしてくださいます。何から始めたらよいか、提案が必要ですか。このリストを参考にしてください。

提案が必要ですか？

人にミニスタリングをするときにあなたができる10の簡単なことを紹介します。

1. 相手のために祈りましょう。
2. 友情のこもったメッセージを送りましょう。
3. 相手の趣味や興味があるものについて尋ねましょう。
4. カードや手紙を書きましょう。
5. 電話をかけて、どんな一日だったか尋ねましょう。
6. 一緒に活動に出席するよう招きましょう。
7. 相手の好きなお菓子を届けましょう。
8. 霊を鼓舞する音楽や心を高める音楽を分かち合しましょう。
9. 学校や教会で一緒に座って話をしましょう。
10. 相手と相手の家族に奉仕する機会を求めましょう。

時がたつにつれて、人々を愛し、高め、奉仕することが、あなたが相手の生活の一部になるうえでほんとうに助けとなることが分かってくるでしょう。

注

1. See "What Is Ministering?," ministeringChurchofJesusChrist.org.
2. ゲレット・W・ゴング, 2023年4月総大会 (『リアホナ』2023年5月号, 19) 参照



チェンスン・C

15歳 (台湾, 桃園市)

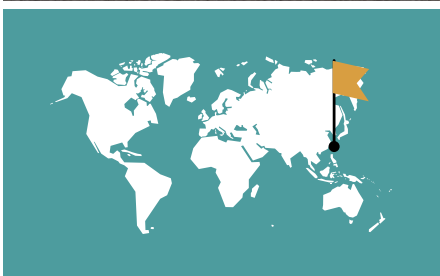


寝る前に祈り, 幸福と平安, そして聖霊の導きを与えてくださったことについて神に感謝をささげています。

台湾の10代の若者たちは, 午前5時30分にセミナーに行くために, 5時に起きなければなりません。試験や宿題がたくさんあるわたしにとって, これはとても大変なことです。そのため, セミナーにはしょっちゅう遅刻していました。以前は, 教会のせいであんなに早く起きなくてはいけないと文句を言っていました。でも両親が, 天の御父に助けを祈り求めるように助言してくれました。

最初のうちは, 天の御父がわたしを助けてくださるわけないと思っていました。それでもある晩, ベッドの横にひざまずいて祈り, 十分に睡眠が取れない理由が分かるよう助けてくださいと神に求めました。その後, わたしは自分のルーティンを見直しました。すると, 寝る前に多くの時間を無駄にしていることに気づきました。

今では, 早く寝るように努力しています。寝る前に祈り, 幸福と平安, そして聖霊の導きを与えてくださったことについて神に感謝をささげています。



台湾の10代の若者たちは, 世界で最も長い時間を学校で過ごします (1日約9.5時間)。



台湾は世界で最も山の多い島です。



1966年, 地元の教会員が台湾で最初の教会堂を台北に建てました。

ちょっとひといき

キャプションコンテスト



この写真に付ける面白いキャプションが思いつきますか？ あなたのアイデアを 12月1日までに電子メールで ftsoy@ChurchofJesusChrist.org に送ってください。

ゴードン・B・ヒンクレー大管長（1910–2008年）はこう言っています。「生きている間、大いに楽しみ、笑いましょう。人生とは、ただ堪え忍ぶだけではなく、楽しむためにあるのです。」¹

注

1. ゴードン・B・ヒンクレー「誠意を尽くし、忠誠を守る」1996年4月総大会（『聖徒の道』1996年7月号、110参照）

「日曜学校の教師が、だれか祈ってくれる人はいませんかと言ったときのわたし。」—ケンジー・T

「逃げることはできても、隠れることはできません。」
—タイソン・P

「ジリジリと氷に。」—イヴリン,
グレース, ステラ・B

「障害物があるって教えてくれなかったじゃないか！！」
—フィニアス・Y

「自分のためのメモ：絶対にスノーボードのやり方をネットで調べないこと。」
—ジャクソン・B

「またサンタさんが煙突の場所を間違ってるよ！」
—ジョセフ・C

「さあ次は飛び込みの演技です。」
—ジョイ・E

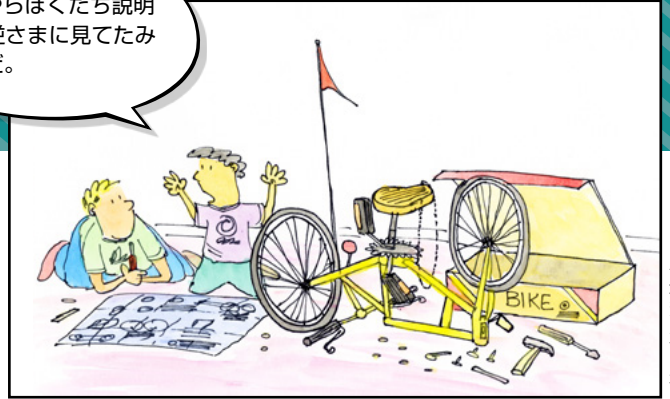
「冬の間細くて狭い道を離れてしまった人。」
—ハンプトン・C

「ビーチで地球の裏側まで掘ろうとしている3歳のぼく。」—サミュエル・W



2023年8月号のキャプションコンテストから、入賞作品を紹介します。オンラインではさらにたくさん掲載されています。

どうやらぼくたち説明書を逆さまに見てみたいだ。



ライアン・ストーカー

機関誌で宝さがし

10個の画像すべてを今月号の中から見つけられますか？ 画像を見つけたら、それを見つけた記事で述べられている福音の原則とマッチングしてください。

1. 活動を計画する
2. ほかの人が助けられるように助ける
3. 気まずさを越えて前に進もう
4. 慎み深さについての真理
5. ミニスタリングを行う10の方法
6. わたしたちは「一つ」になれます
7. あなたのキリストとの経験
8. モルモンのようになろう
9. 苦難の中に喜びを見いだす
10. キリストの光

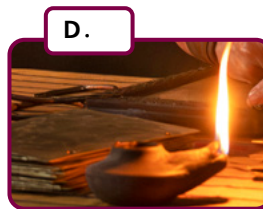
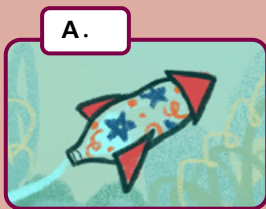
なぜなぜの準備はいいですか？

モルモン書の中で、イエスはバウンティフルの地の民に、家に帰って深く考え、祈り、すぐにやって来る主の次の訪れに備えるように言われました。このなぜなぜをヒントに、主がいつ戻って来られたかを解明できますか。

なぜなぜ：イエスが最初にバウンティフルを訪れた日を「今日」とすると、イエスは明日の前の日の2日後の前の日に戻って来られました。

イエスが戻って来られたのは：

- A. その日の夜（今日）
- B. 次の日（明日）
- C. 2日後
- D. 3日後



質疑応答



「わたしなら傷つけてしまった人のために祈り、その人に赦しを求めます。謙虚になって、その人と友達になります。」

アエリザデル・L, 19歳
(フィリピン, パニキ)



「だれかの気持ちを傷つけると、わたしは何かがおかしいというような重苦しさを心に感じます。でも勇気を出して聖霊の促しに従って行動し、傷つけてしまった人に心から謝るとき、平安を感じ、自分がしたことが正しいことが分かります。」

ウエヤ・G, 14歳 (フィリピン, イバ)

「教会である人の気持ちを傷つけてしまいました。どうすれば過ちを正すことができるでしょうか？」



「自分の行いを反省し、心から謝り、必要であれば導きを求め、今後は優しく寛大になることを目指しましょう。」

リンカーン・B, 16歳
(アメリカ合衆国, ネバダ州)



「最初のステップは、その人と話をして、相手の気持ちを理解するための共感を持つことではないでしょうか。また、正しい方法、つまりイエス・キリストがなさるであろう方法で行動するための勇気と靈感を求めて、天の御父に祈ることもできます。」

リビア・N, 17歳 (ブラジル, バライバ)



「ぼくたちは人々に愛を示し、人々に奉仕し続けるべきです。相手と仲直りする勇気を祈り求めなければなりません。難しくても時間がかかるかもしれませんが、それを正すために必要なものを、神とイエス・キリストが与えてくださいます。」

ディーン・C, 15歳
(アメリカ合衆国, テキサス州)

「わたしは証します。わたしたちが柔和になり、勇気をもって神と和解し、人と互いに和解するならば、魂に安らぎが与えられます。『互いに言い争うのをやめなさい』と救い主は言われました。……愛をもっていたわり合ってください。」

十二使徒定員会会長代理 ジェフリー・R・ホランド会長, 2018年10月総大会 (『リアホナ』2018年11月号, 79)

本誌の答えは、問題解決の一助となるように意図されたものであり、教会の教義を公式に宣言するものではありません。

これほどの多様性の中で、どうすれば一致できるでしょうか？

わたしたちは皆、異なっています。しかし、主はわたしたちが「一つとな〔る〕」(教義と聖約 38 : 27) ことを望んでおられます。預言者と使徒たちがわたしたちに教えている一致の原則をいくつか紹介しましょう。

わたしたちはイエス・キリストと、主の福音と、主の教会にあって一つです。「イエス・キリストに対する個人の忠誠心と、イエス・キリストの愛を通してのみ、わたしたちは一つとなる望みを抱くことができます。」¹

一致には愛が必要です。「言語も、美しい心を高める文化の伝統も様々ですが、わたしたちは一致と愛によって結ばれた心を持たなければなりません。」²

一致は同じであることではありません。「一致と多様性は反意語ではありません。多様性を受け入れ、多様性を尊重する雰囲気を養うなら、さらに一致することができます。」³「一致するには、同じである必要はありませんが、調和が求められます。」⁴

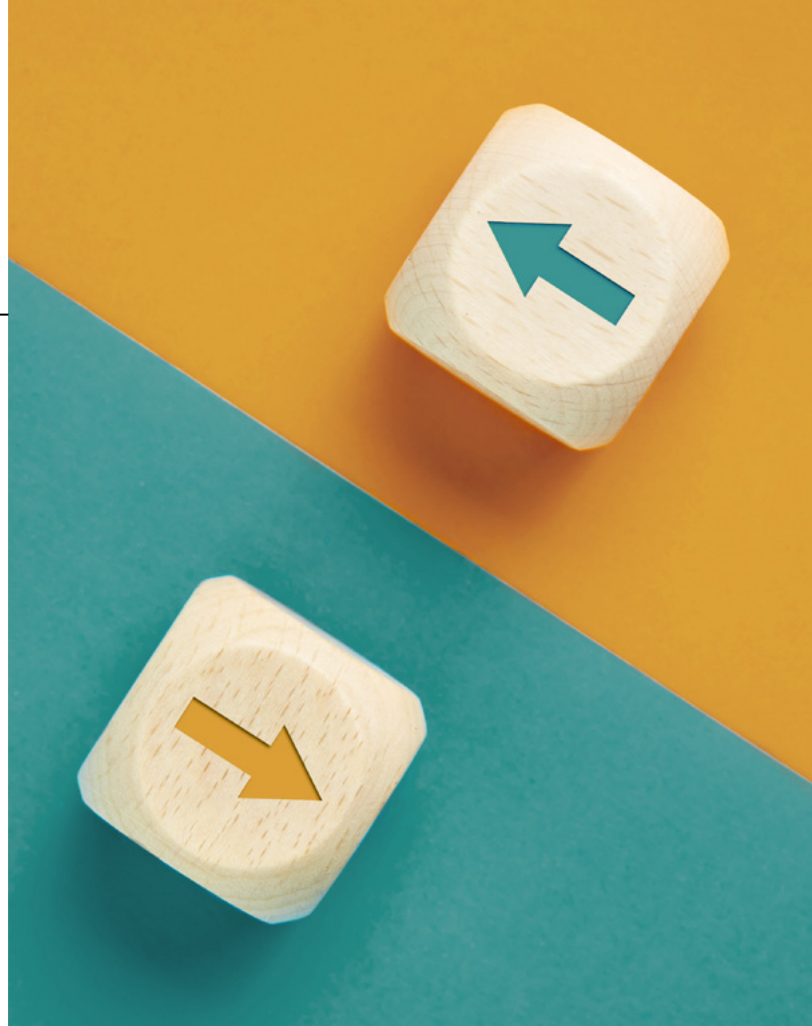
一致には争いや偏見を払いのけることが求められます。「すべての人のために場所が用意されています。しかし、あらゆる種類の偏見や非難、争いの入る余地はまったくありません。」⁵

注

1. D・トッド・クリストファーソン、2023年4月総大会(『リアホナ』2023年5月号、80)
2. クエンティン・L・クック、2015年4月総大会(『リアホナ』2015年5月号、65 参照)
3. クエンティン・L・クック、2020年10月総大会(『リアホナ』2020年11月号、19-20)
4. D・トッド・クリストファーソン、2023年4月総大会(79)
5. ラッセル・M・ネルソン「平和をつくり出す人が必要です」2023年4月総大会(『リアホナ』2023年5月号、101)



10代の若者たちが靴下と安全ピンを使ってどのように一致を促しているでしょうか。「福音実践」アプリで見てください！



あなたはどのように思いますか。

「失敗ばかりしているのに、どうしたら誘惑に抵抗できるでしょうか？」

あなたの答えと写真を2024年11月15日までに送ってください。

電子メールのあて先はこちら：ftsoy@ChurchofJesusChrist.org。または、ftsoy.ChurchofJesusChrist.org にアクセスして、「あなたの作品を投稿してください」をクリックしてください。教会アカウントでサインインして、「機関誌を選択する」で『For the Strength of Youth—青少年の強さのために』を選びます。「添付する」をクリックし、投稿するファイルと写真を選んだら、「提出」をクリックしてファイルをアップロードしてください。

掲載の際には、誌面の都合上、あるいは明瞭な表現にするために編集されることがあります。

© 2024 by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints. All rights reserved. Printed in the United States of America. 10-24-24

もっと高い喜び

十二使徒定員会
ディーター・F・ワークトドルフ長老

喜びを見い出しましょう



わ たしは、心を喜びで満たす輝かしい夜明けを経験してきました。この穏やかな確信が、救い主に従い、主の道を歩むことから得られることを自分自身で知りました。

神は、この世が与えるどんなものをも超越した喜びを与えてくださいます。心の痛みを乗り越え、悲しみを打ち砕き、孤独を和らげてくれる喜びです。

1. **神に近づこうと**、誠心誠意、真摯に努力しながら時間を過ごしましょう。



2. **喜びを探しましょう**。あらゆる日常の瞬間に希望と平和と喜びを熱心に求めましょう。



3. **周りの人に喜びをもたらしましょう**。次のことを行ってみるとよいでしょう。

- だれかのために祈る。
- 心から褒める。
- だれかが歓迎され、愛されていると感じられるように助ける。
- 好きな聖句と、自分にとってそれがどのような意味をもつかを伝える。
- 話を聞く。




喜びを求めるとき、次のことを心に留めてください。

- 精神的、情緒的な困難は存在します。喜びを見いだすうえで、経験豊かなメンタルヘルスの専門家の助けを得ることが必要な人もいるかもしれません。

- 悲しくなるのは、失敗のしるしではありません。少なくともこの世では、喜びと悲しみは、切り離すことができない対をなすものです。

これらの招きを受け入れるとき、悲しみのただ中であっても「人知ではとうてい測り知ることのできない神の平安」を味わうことでしょう。



イエス・キリストの
光を集める者にな
りましょう。

エイミー・A・ライト姉妹
2023年10月総大会

「近いうちにわたしたちは、
これまで世界が見たこともない
ような、救い主の
最も偉大な力の
現れを目にすることでしょう。」

ラッセル・M・ネルソン大管長「世に打ち勝ちなさい。
そうすれば、休みが与えられるであろう」2022年
10月総大会（『リアホナ』2022年11月号、95）



「海と地と空の主」 ロース・デイトック・タル画



JAPANESE
4 02193 44300 6