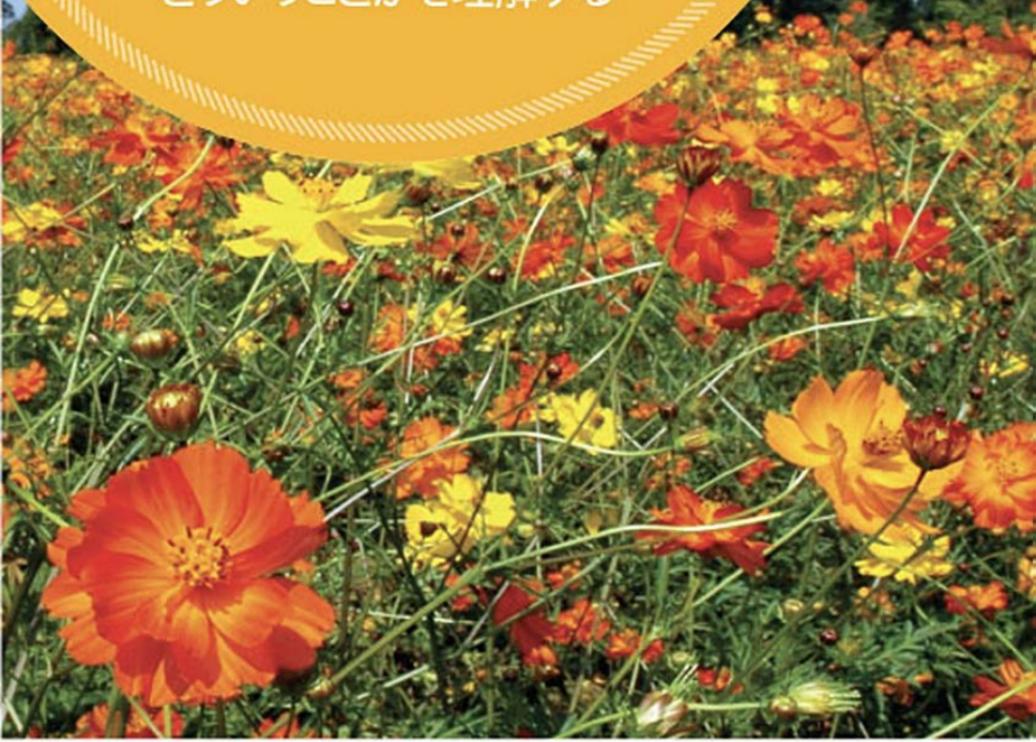




新しい  
生き方

イエスを受け入れるとは  
どういうことかを理解する



ジョイス・マイヤー

#1 ニューヨークタイムスのベストセラー作家

# 新しい 生き方

イエスを受け入れるとは  
どういうことかを理解する



ジョイス・マイヤー

Unless otherwise indicated, all scripture quotations  
are taken from the:

SHINKAIYAKU BIBLE.

Copyright © 2004 by Inochi No Kotoba Sha  
(used by permission);

and from the LIVING BIBLE.

Copyright © 1971 by Inochi No Kotoba Sha  
(used by permission).

Copyright © 2014 by Joyce Meyer  
All Rights Reserved.

The author would like to acknowledge that the story used in chapter 3,  
is an original sermon illustration by Dr. Monroe Parker and is used by  
permission of Gospel Projects Press. Copyright © 1997.

Translated and printed by Lifehouse Media in Japan.  
<http://www.mylifehouse.com>

For more copies of this book and other information  
please contact the team at [contact@jmmjapan.jp](mailto:contact@jmmjapan.jp).

# 目次



1. 一番大切な決断	1
2. 私たちは みんな罪を犯した	5
3. 今、委ねていこう	10
4. 新しい生き方	15
5. 新しい考え方	23
6. 新しい話し方	29
7. 自分自身の新しい見方	33
8. 恐れを信仰と取り替える	38
9. 人生を楽しんで	42
救いの祈り	46
ジョイス・マイヤーについて	47
ジョイス・マイヤーへお問い合わせ	48



## 第1章

# 一番大切な決断

✦あなたは自分の人生に満足しているとはっきり言えますか？たとえ、そうでもなくても、あなたは独りではありません。多くの人は何かに疲れ、うんざりしていて、空虚感や満たされない気持ちを抱えて生きています。その気持ちを埋めようと希望を求めて、宗教を試してみた人もいるでしょう。しかし、守ることが出来ないほどの無謀で意味の持たないルールが、重荷となって終わっただけではないでしょうか。空虚感、苛立ち、罪悪感に対する答えを求め、宗教を試したことがあるからといって、それは神様を試したことになるとは限りません。

愛されている実感、本当の友達、今まで犯してきた罪や間違いへの赦し、そして将来。イエス・キリストこそが全ての答えなのです。イエス・キリストはあなたに新しい人生を与え、生まれ変わらせます。

自分の人生に満足していないなら、何かを変えなければいけません。今までと同じ事を、今までと同じ方法で行ったとしても、今までと同じ人生が待っているのです。今、決断が必要です。そしてこの決断こそが今までにない、大切な決断になるのです。

この決断は、どんな決断よりも大切なものです。キャリアを築く為の決断、どの大学へ進学するのか、誰と結婚するのか、何のためにお金を使うのか、どこに住むのかということよりも大切な決断なのです。この決断は「永遠」に関係しています。「永遠」とは終わりのない時間。私たち1人1人がどこで「永遠」を過ごすのかを知る必要があります。死の後に続く人生があるということ。

## 新しい生き方

死後、突然に自分自身が存在しなくなるのではなく、全く別の場所で存在し続けるのです。死とは、扉を通り抜けるようなものだと言われています。単純に言えば今の場所を去り、違う場所に行くということです。

神様とこの地上で関係を持ち、神様と一緒に人生を生きたいですか？そう思うなら、あなたの救い主としてイエス・キリストを受け入れなければなりません。私たち全ての人には罪、間違いを犯しているため、救い主が必要なのです。神様は私たちの罪の代価を支払うために、たった一人の息子をこの地上に送りました。私たちの間違った行動、言動を帳消しにするため、イエス・キリストは十字架にかけられ、無実で潔白な血を流されました。イエスは死に、葬られた後、3日後に死からよみがえり父なる神様の右の座に着かれました。イエス・キリストだけが、平安、喜び、そして神様との正しい関係を持つための希望なのです。

私たちの持っている罪から救われるためには、イエス・キリストを自分の主と告白し、認め、死から復活したことを心で信じることだと、聖書では教えています。

なぜなら、もしあなたの口でイエスを主と告白し、あなたの心で神はイエスを死者の中からよみがえらせてくださったと信じるなら、あなたは救われるからです。

ローマ10:9

これは自分の理解を越え、心の底から偽りなく信じることを意味します。多くの人は神様が存在するということを信じていますが、実際に自分自身の人生を神様に捧げきっているという訳ではありません。神様は人生の創造主であり、あなたに喜びを持って人生を捧げてほしいと思っています。神様はあなたを自由意志と共に創造したからこそ、神様を無理やり選ばせるような事はしません。しかし、神様を選ぶか選ばないか、どちらにしる、その決断こそがあなたの地上の人生の質に違いをもたらし、また死後の「永遠」をどこで過

## 第1章 一番大切な決断

ごすかを決めるのです。

あなたは今までの人生、上手く正しく生きてきたと言えますか？もしそうでないなら、あなたのことをあなた以上によく理解している創造主である方に明け渡してみてもはどうでしょうか？私が車を購入し、何かトラブルが起こったら、それを製造した人のところへ持って行き、修理してもらいましょう。神様との関係もこの法則と同じです。神様はあなたを創造しました。そしてあなたをとても愛しています。もしあなたが人生に満足していないなら、神様のもとへ帰り、助けてもらえばいいだけなのです。

先ほど述べたとおり、あなたが決断しない限り、何も変わりません。あなたはクリスチャン、神様に従うものとなりたいですか？罪だけではなく、人生そのものを神様に明け渡す準備は出来ていますか？罪深い道から立ち返り、神様のために、神様と共に全く新しい人生を生きる準備は出来ていますか？もしそうなら、この本を読み進めてください。今まで想像すら出来なかった、最高の人生があなたを待っています。そして、この人生はそれぞれ全ての人のために用意されているのです。次の聖書箇所では神様があなたの人生についてこう言っています。

わたしはあなたがたのために立てている計画をよく知っているからだ。一主の御告げ—それはわざわざではなくて、平安を与える計画であり、あなたがたに将来と希望を与えるためのものだ。  
エレミヤ29:11

誰もあなたのために決断することは出来ません。あなたがする決断であり、あなただけが決断できるのです。どんな人生を歩みたい、とあなたの心は求めていますか？現在の社会の中で見る模範に、本当にあなたはついていきたいですか？聖書では、「私たちは何ひとつ持たないで、この世にきた。また、何ひとつ持たないで、この世を去っていく」と書いてあります。(1テモテ6:7) 神様はアルファでありオメガ、初めめであり終わりなのです。初めに神様が

## 新しい生き方

て、終わりにも神様がいます。こういうわけですから、私たちは、おのおの自分のことを神の御前に申し開きすることになります。(ローマ14:12)今こそ、その為に準備をする時です。私はいつもこう言います、「あなたに準備が出来ていようといまいが、イエスは再びやってくる」。だからこそ今、準備をし、今こそ正しい決断をしてください。なぜなら後になっては遅すぎるかもしれないからです。

## 第2章

# 私たちはみんな罪を犯した

✿罪とは、神様の意志を知っていながら、意図的にそれに従わない事です。私たちは、みんな罪を犯しています。この地球上の誰も、罪を犯していない人など存在しません。(ローマ3:23、伝道者7:20)これは私たちにとって悲しい知らせです。しかし同時に、良い知らせもあるのです。それは神様によって私たちのすべての罪は赦され、神様によって正しい者にされるということです。

そうです。すべての人は罪を犯しました。神の輝かしい標準にはほど遠い存在です。けれども、もし私たちがキリスト・イエスを信じきるなら、神様は私たちを「罪のない者」と宣言してくださいます。このキリスト・イエスが、恵みにより、無償で私たちの罪を帳消しにしてくださるからです。

ローマ3:23-24 (リビング訳)

イエスはあなたの罪の代価をすでに支払っています。今あなたは、ただその事実を信じ、それを受け取るだけでいいのです。もしあなたが自分の罪を認め、悔い改め、完全にその罪に背を向けるのなら、神様はあなたを赦し、あなたを完全に新しい人にしてくれます。

しかし、もし自らの罪を神様に告白するなら、神様はまちががなくそれを赦し、すべての悪からきよめてくださいます。[なぜなら、キリスト様は、私たちの罪を帳消しにするために、死んでくださったからです。]

1ヨハネ1:9 (リビング訳)

神様が何かしてくれるまで待つ必要はありません。成し遂げられるべきことはすでに完成しています。神様は一人息子であるイエス・キリストを地上で

## 新しい生き方

死なせ、その完全で罪のないイエスという犠牲によって、私たちの間違いを帳消しにしてくれます。正義は、ここで完成したのです。私たちはイエス・キリストを信じることで自由になり、また神様との親密な関係を持つことができるのです。私たち自身で神様のいる場所にたどり着くことはできません。私たちには仲裁してくれる方が必要です。その方こそがイエス・キリストなのです。イエスは、私たちの罪が作り上げた神様と私たちの間の隔たりに立ち、私たちを神様の元へと導いてくれるのです。

子どもの中に、父親の血(血液、DNA、染色体等)が流れ、父親がその子の中に存在するように、神様は、世界と神様とを和解に導いたキリストの中にいます。神様は、ご自身が造られた人々を愛しています。神様は、私たちが解決方法なしに、罪の奴隷になっていくのを見たくないのです。イエスこそがその道、解決方法なのです。

## 罪は滅びをもたらす

罪は私たちに報いをもたらすと、神様の言葉は言っています。(民数記32:23) 罪は滅びをもたらし、忠実さは祝福をもたらします。(申命記28) しばらくの間は、罪から逃れているように見えることもあるでしょう。そのような人たちは、素晴らしく満たされた人生を送っているように見えるかもしれません。しかし、最後には必ず、これまでの決断の報いを受けることになります。

神様に対して忠実な人生ではなく、罪の人生を選択すると、私たちの魂は、みじめさを味わいます。人間は肉と骨だけで出来ているわけではありません。霊があり、思考をつかさどる心、魂、意志、感情を持っています。それが、人間の人格や性格なのです。罪を犯す人は、自らの考えの中で苦しみます。精神的苦痛で満たされていくようになるのです。何をしても、何を手に入れたとしても、彼らを本当の意味で満たすものは何もないのです。また、精神的に苦しんでいきます。自己中心的な人生を選択したことによって、物事が自分の思い通りに進まない、苛立ち、怒りに満ちるように(精神的に混乱すること)になります。彼らは信仰の道があるという事を知らないのです。神様に信頼すること—神様が自分よりも偉大な力を持っていること—、彼らにとって、

## 第2章 私たちはみんな罪を犯した

それは理解しがたいことなのです。彼らは決して魂が休まる地へ入ることはできません。なぜなら、神様を信じなければ、神様の安息の地に入ることができないからです。(ヘブル4:3)

そう、罪の人生は苦しみに溢れた人生です。そこから何一つ良いものは生まれません。これこそ、神様を抜きに人生を歩もうと試みた人の結果だと神様は言っています。

わたしは人を苦しめ、人々は盲人のように歩く。彼らは主に罪を犯したからだ。彼らの血はちりのように振りまかれ、彼らのはらわたは糞のようにまき散らされる。彼らの銀も、彼らの金も、主の激しい怒りの日に彼らを救い出せない。そのねたみの火で、全土は焼き払われる。主は実に、地に住むすべての者をたちまち滅ぼし尽くす。

ゼパニア1:17-18

この聖書箇所は恐怖を覚えさせるものです。しかし、心からイエスを信じる人は、この恐怖に襲われる必要はありません。イエス・キリストを信じる人は、裁きや、永遠の滅びを免れるからです。(ヨハネ3:18)

## 罪悪感と咎め

罪悪感とは、罪を犯す人と常に共にあります。罪悪感を無視しようと色々なことを試みますが、心の奥底で自分の人生は正しくない分かっているのです。イエスは、罪人が罪悪感から逃れるすべはない、と言っています。(ヨハネ9:41)

聖書は、旧約聖書と新約聖書の2つに分かれています。旧約聖書は『旧』、まさしく古い約束を意味し、イエスが新しい約束を定める時まで、神様が人々の罪を覆うために用いたものです。自分の犯した罪に対し、いけにえを神様に捧げるというシステムに従うことにより、人々の罪は覆われていました。ですが、その罪は、決して取り除かれることはありませんでした。いつも罪悪感が残っていたのです。しかし、新約聖書の新しい約束(契約)には、完璧な

## 新しい生き方

最後のいけにえが私たちのために与えられたと記されています。私たちの罪を覆うのではなく、完全に取り除いてくれるのです。そして、私たちの罪を洗い流し、取り去るだけでなく、罪と共にある罪悪感さえ取り払ってくれます。

下の聖書箇所をゆっくり読み、どんな力があるのか考えてみてください。  
ヘブルの10章からの引用です。

この(神様の)みこころに従って、イエス・キリストのからだは、ただ一度だけささげられたことにより、私たちは聖なるもの(聖別され、清められた)とされているのです。ヘブル10:10(新改訳:AMP訳から一部強調)

しかし、キリストは、罪のために一つの永遠の(効果のある)いけにえをささげて後、神の右の座に着き… ヘブル10:12(新改訳:AMP訳から一部強調)

「それらの日の後、わたしが、彼らと結ぼうとしている契約(同意した約束)は、これであると、主は言われる。わたしは、わたしの律法を彼らの心に置き、彼らの思い(深く秘めた思い、理解)に書きつける。」またこう言われます。「わたしは、もはや決して彼らの罪と不法とを思い出さずことはしない。」

ヘブル10:16-17(新改訳:AMP訳から一部強調)

そのようなわけで、私たちは、心に血の注ぎを受けて邪悪な良心をきよめられ、からだをきよい水で洗われたのですから、全き信仰(人としての全ての人格を神様に完全に委ね、神様の力、知恵、素晴らしさを信頼すること)をもって、真心(正直、誠実)から神に近づこうではありませんか。

ヘブル10:22(新改訳:AMP訳から一部強調)

これらの聖書箇所は、とても重要で美しいことを私たちに教えてくれます。まず、イエスが全ての人のために、完全ないけにえとなったことです。そ

## 第2章 私たちはみんな罪を犯した

して、その他のどんないけにえも、もう必要ないのです。旧約聖書の中では、何度も何度もいけにえを捧げ続けなければなりませんでしたが、それでも罪悪感が取り去られることは決してありませんでした。しかし、イエスこそが、決定的なただ一つのいけにえとなり、罪と罪悪感とを取り去ってくれるのです。

本来、罪悪感は既に取り去られています。私たちは、この罪悪感に惑わされず、自由に生きる方法を学ぶ必要があります。イエスのために生きる新しい人生とは、自分自身の感情とは異なるものを土台にして生きることです。もうこれ以上、私たちの感情に自分たちの人生を支配させてはいけません。たとえ感情が何を言おうと、神様の言葉に従うことを学ぶのです。この従うライフスタイルこそが、想像とは比べものにならないほどの祝福へ、私たちを導いてくれるのです。

## 第3章

### 今、委ねていこう

✿あなたは既にキリストを受け入れ、この本を通して、キリストとの新しい人生を歩む助けが欲しいと願っている、または、誰かにこの本をもらい、これから、キリストを知る決断をするのかもしれませんが。

ヨハネ3:16には、「神は、実に、そのひとり子をお与えになったほどに、世を愛された。それは御子を信じる者が、ひとりとして滅びることなく、永遠のいのちを持つためである。」と書いてあります。

この聖書箇所のを理解する助けになるように、あるストーリーをお伝えしましょう。 暗い寒い夜、シカゴという街は大吹雪でした。ある1人の小さな男の子が、街角で新聞を売っていました。人々は、寒い街中へ出たり、入ったり。あまりにも寒いので、男の子は、一生懸命に新聞を売る気もありません。そして警察官のところに歩み寄って言いました。「おまわりさん、今夜、貧しい男の子を泊めてくれるあったかい場所を知りませんか？そう、僕は向こうの路地を行った角にある箱の中で寝るんだ。もう、恐ろしいほど寒いんだよ。あったかいところで眠れたら、どれほど良いだろう。」

警察官は、その男の子を見下ろし、こう言いました。「そうだな、君が何をしたらいいか教えてあげよう。その道を下ったところにある、大きな白い家のドアをノックしてごらん。その家の人が出てきたら、ただこう言いなさい、『ヨハネ3:16』と。そうすれば、その人たちは君を中に入れてくれるよ。」

男の子は、言われた通りにしました。玄関の階段を駆け上り、ノックすると、女の人が出ました。男の子は彼女を見上げ、言いました。「ヨハネ3:16」

### 第3章 今、委ねていこう

その女性は、「さあ入りなさい。」と言ったのです。

彼女は、その男の子を中に招き、大きな暖炉の前にある揺り椅子に座らせ、そこを去りました。男の子は少しの間そこに座り、頭の中で考えていました。『ヨハネ3:16…よく分からないけど、これってぜったい、寒い男の子をあったかくしてくれるものだ。』

その後、女性は戻ってきて、男の子に尋ねました。「お腹は空いている？」

男の子は、「うん、少し。ここ何日か、何も食べてないから、ちょっと食べたら大丈夫だと思う。」その女性は、男の子を台所に連れて行き、ごちそうがたくさん用意されたテーブルの前に彼を座らせました。男の子は、もうこれ以上食べられないというところまで、食べ続けました。そして、また頭の中で考えました。『ヨハネ3:16…よく分からないけど、これってぜったい、お腹の空いた男の子をお腹いっぱいにしてくれるものだ。』

彼女は、男の子を2階に連れて行き、暖かいお湯でいっぱいの大きなお風呂に入れてくれました。その男の子は、お風呂につきり、少しの間じっとしていました。つかっている間、また考えていました。『ヨハネ3:16…よく分からないけど、これってぜったい、汚れた男の子をきれいにしてくれるものだ。』

その女性は、男の子をお風呂からあがらせ、部屋に連れて行き、使い込まれた羽毛布団で彼をくるみ、首まで布団をかけてやり、おやすみのキスをしました。女性は電気を消してくれました。その真っ暗になった部屋で男の子は横になり、窓の外では、雪が降り積もる寒い夜の景色を見ていました。そして、また頭の中で考えていました。『ヨハネ3:16…よく分からないけど、これってぜったい、疲れた男の子を休ませてくれるものだ。』

次の朝、彼女は、また同じように料理いっぱいの食卓に、男の子をつかせ

## 新しい生き方

ました。食べ終えた後、彼女は、その男の子を暖炉の前の揺り椅子に再び連れて行きました。彼女は聖書を手にして腰掛け、言いました。「ヨハネ3:16の意味が分かる?」「うん、分からないよ。僕は昨日の夜、おまわりさんに初めて聞いたんだ。その言葉を使いなさいって。」その女性は、聖書のヨハネ3:16を開き、イエスのことを彼に説明し始めました。その日、暖炉の目の前で、その男の子は自分の心、そして人生をイエスに捧げました。男の子は、そこに座り、考えました。『ヨハネ3:16…僕にはよく分からない。でも、それは失われた男の子が、守られていると感じさせてくれるものなのだ。』(作者不明)

今、あなたが自分の罪の唯一の代価として、神様の子であるイエス・キリストを受け入れ、神様に自分の人生を捧げる準備ができていたら、この祈りを私と一緒に祈りましょう。この言葉を声に出し、一つ一つの言葉に耳を傾けましょう。そうすることで、それがあなた自身にとって意味のある言葉になるのです。

父なる神様、あなたを愛しています。今日、信仰を持ちたいです。私の罪をすべて赦して下さい。イエス様、私はあなたを信じます。あなたが私のために十字架にかかって死んでくれたこと、あなたが私のために罪のない血を流したこと、あなたが私の代わりに、全ての罰を受けてくれたことを信じます。あなたは死に、葬られ、3日後に死から復活したことを信じます。死はあなたを支配しません。あなたはサタンに打ち勝ち、地獄への鍵と死を取り去ってくれました。あなたが私を愛しているから、これらのこと全てを私のためにしてくださいと信じます。

クリスチャンになりたいです。私の人生すべてをかけてあなたに仕えたいです。あなたが私に約束してくれた新しい人生を歩む方法を教えてください。イエス様、今、あなたを受け入れます。私自身をあなたに捧げます。ありのままの私を受け入れてください。そして、あなたの望む私にしてください。

イエス様、私を救ってくれてありがとう。あなたの聖霊で私を満たし、知る

### 第3章 今、委ねていこう

べきことをすべて私に教えてください。今、私は救われたと信じます。もう一度生まれ、死ぬ時は天国に行く信じます。父なる神様、私は人生の旅を楽しみ、あなたの栄光のために生きます！

この祈りを、あなたが心から祈ることが出来たなら、それは人生で一番大切な決断をしたことになります。あなたがどう感じようとして、神様はこのあなたの祈りを聞いて、それに応えてくれているのです。あなたは、平安や喜び、安心や自由を感じているかもしれませんが、もしくは、今は何も感じていないかもしれませんが、しかし、これからは自分の感情で人生を左右させたり、決めさせてはいけません。神様の言葉を信じましょう。なぜなら、神様はいつもあなたへの約束に忠実で、真実な方だからです。神様はこう言っています。

父がわたしにお与えになる者はみな、わたしのところに來ます。そしてわたしのところに來る者を、わたしは決して捨てません。(私は二度と、ぜったいに、わたしに來る者を決して拒みはしない)。

ヨハネ6:37(新改訳:AMP訳から一部強調)

神様は、いつもあなたと共に、世界の終わりまでも、一緒にいると約束してくれています。神様を必ずしも感じられるわけではないかもしれませんが、しかし、神様はいつも全ての場所にいます。神様はいつもあなたに目をかけ、大切に見守ってくれています。あなたが関わっている全てのことを気にかけてくれています。そして、それら全てを成し遂げると約束してくれています。神様はあなたの内で素晴らしいことを始めてくれています。そして、完全な形で終わらせてくれるでしょう(創世記28:15、詩編138:8、ペリピ1:6)。

おめでとうございます。あなたは新しい友だち、一生の大親友となるイエスと出会いました。どんなときにも、どんなことでも、イエスに話しかけていいのです。イエスは、あなたのことをいつも理解してくれるからです(ヘブル4:15)。イエスはあなたを拒絶したり、責めることはしません。神様にとって何も大きすぎることはなく、同じように、小さすぎることもないのです。ありとあら

## 新しい生き方

ゆる手段で神様のことを知っていき、人生のすべての分野に神様を招き入れて下さい。

あなたは新しく創られた人です。古いものは過ぎ去り、全て新しくなりました(2コリント5:17)。まっさらな新しいスタートを切ったのです。

もちろんこの先、間違ふこともあるでしょう、それは私たち誰にでも有りえることです。これから、沢山のことを学ぶことが出来ます。生涯続く旅が今、始まったのです。ですから、いつも覚えていてください。間違いを犯したら、いつでも神様に祈り、赦され、きれいにしてもらうことが出来るのです。どんな罪であっても、すぐに悔い改め、神様に対して何も隠さないでください。なぜなら、神様は結局のところ、あなたのことを全て知っているのです。

神様はあなたをととも愛しています。あなたをいつも愛しています。良いことをした日も悪いことをした日も、変わらず同じだけ愛してくれています。ただただ、あなたを愛しているのです！

さあ、今から、新しい生き方を学んでいきましょう。

## 第4章

# 新しい生き方

✧神様によって生かされ、神様と共に生き、神様のために生きる新しい人生にあなたが足を踏み入れるとき、神様の法則の多くが、世の中の方法とは、真逆であるということに気づくでしょう。しかし実際のところ、正し神様の国の法則が正しく、世の中は、それを裏返しているのです。私たちは、神様の方法で物事を行うことに慣れていないため、初めは理解することが難しく大変に思えるかもしれません。

## 洗礼

イエス・キリストを信じ始めた者として、まず初めにあなたがすべきことの一つが、水の洗礼です。洗礼は、キリストについていくと決めたあなたの内側の決断を、外側で示すサインです。人が洗礼の水の中に浸るとき、その人は、自分の昔の人生を葬ることを意味します。そして、水から上がる時、その人の新しい人生が始まったことを意味します。私たちは、神様への従順を示すために、洗礼を行います。

そのことは、今あなたがたを(心の内側で抱いていた疑問や不安から)救うバプテスマをあらかじめ示した型なのです。バプテスマは肉体の汚れを取り除くものではなく、正しい良心(内側の清さや平安)の神への誓いであり、イエス・キリストの復活によるものです。

1ペテロ3:21(新改訳:AMP訳から一部強調)

そこでペテロは彼らに答えた。「悔い改めなさい(あなたの物の見方

## 新しい生き方

を変え、神様の願いを拒絶せず、心の内で受け入れると決断しなさい。そして、それぞれ罪を赦していただくために、イエス・キリストの名によってバプテスマを受けなさい。そうすれば、賜物として聖霊を受けるでしょう。

使徒2:38(新改訳:AMP訳から一部強調)

## 教会に行く

さらにお薦めしたいことは、地域の教会の家族に加わることです。車庫にずっと座っていたから私は車になった、なんてことがないのと同じように、教会にずっと行ったからといってその人がクリスチャンになるとは限りません。単に教会に行ったからといって、クリスチャンになるのではないのです。しかし、私たちがクリスチャンなら、神様を賛美し、イエスを信じる仲間と共に時間を過ごしたくなるはずです。また、教会は私たちが神様の言葉をもっと学ぶことが出来る場所なのです。

全ての教会が良い教会であるとは限りません。教会によっては、宗教的に見た目が良さそうな建物でも、実際中に入ってみると、人々を助けるためには何もしていないという教会もあります。神様の言葉を与えず、また、神様と共に毎日を歩んで成長するようコーチングしてくれない教会に行っているのなら、そうしてくれる教会を見つけるまで探し続けてください。教会は、医者と同じで、全てが良いわけではありません。ですが、同時に、全てが悪いわけではないのです。あなたはただ、自分にとってぴったりの教会を探せばいいのです。大きな教会を好む人もいれば、小さな教会を好む人もいます。特定の宗派にこだわる人もいれば、大きな団体に属していない特定宗派に属さない教会を好む人もいます。自分の通う教会を決めることは、あなた自身の助けになるのです。なぜなら、あなたは自分が信じているものと同じ考えを持った人たちと友だちになることができ、ある一定の考え方を土台にして関係を立て上げていくことが出来ます。それは、世間の誘惑を避けるために、大きな助けともなるのです。

## 第4章 新しい生き方

クリスチャンとして自分が成長している、と感じられる教会へ行きましょう。神様を信じ始めた人は、学ぶことが沢山あり、それはとても重要です。学ばず、成長しないなら、逆戻りしたり、昔の生活に戻ってしまう危険があるので、す。

神様を信じ始めた人にとって、聖書について学ぶ少人数のグループに参加することも大切でしょう。そのグループで、学び、質問し、祈ってもらい、他の人のために祈る機会が与えられるでしょう。あなたの通う教会に、大人のための聖書クラスやスモールグループが提供され、あなたも参加できるよう願っています。教会は、神様ことばを学ぶための場所ではなく、私たちがキリストの体(教会)の中で自分の出来ることを発見し、それを表現していく場所です。人から受け取るだけでなく、周りの人のために、あなたも与え、捧げていく必要があります。

### コミットメント(ゆるぎない決意)

コミットすることは、私たちにとって大切です。一度、何かを間違えることが問題なのではなく、ずっと間違ったことをし続けることが問題です。1度か2度正しいことをしたからと言って、神様が私たちのために用意してくれた新しい人生を生きることは出来ません。私たちは、自分がしたくないと思う時でも、すべきことをし続ける必要があります。私たちは、同じことを貫いていく必要があります。神様は、私たちに自制と訓練の霊を与えてくれています(2テモテ1:7)。だから、私たちがすべきことは、ただそれを活かすことなのです。

神様と時間を過ごすことにコミットして下さい。神様の言葉をもっと知り、神様のことをもっとよく理解できるように本を読んでみましょう。CDを聞いたり、クリスチャン向けの良い番組を見てみましょう。祈るために、時間をとって下さい。1日を通して自分の祈り方を見つけましょう。覚えていて下さい。神様はあなたに関わることの全てに興味があります。祈りとは、ただシンプルに神

## 新しい生き方

様と会話をすることです。クリスチャンとして成長するにつれ、あなたは神様に話しかける方法だけでなく、神様の声を聞く方法も分かるようになっていくでしょう。そうすることで、あなたの神様との歩みはもっとワクワクしたものになっていきます。

また、与え、捧げることに對して、コミットすることも重要です。神様は私たちに多くのものを与えてくれています。ですから、神様と、この地上にある神様の創ったものに対し、捧げ返したいと思うのは、とても自然なことです。あなたが助けてもらったとき、自分も誰かを助けたいと思うのは、自然なことでしょう。それを実践することが出来る方法は、自分の教会や、あなたを助けてくれたミニストリー(牧師や奉仕チーム)に、捧げることにコミットすることです。私たちが神様に捧げるものは全て、必ず神様が何倍にも増し加え、返してくれます。聖書には、私たちが蒔いたものを私たちは刈り取ると書かれています。

キリストを受け入れ、キリストによって新しく創られる前は、捧げることに對して真面目に考え、興味を示すこともなかったでしょう。自己中心的で、他の人が自分たちに与えてくれることばかり望んでいたでしょう。しかし、私たちがイエスをもっと深く愛することによって、私たちの心は変えられていくのです。

## 聖霊の洗礼

洗礼とは、完全に沈めることを意味します。何でも沈められたものは、口が開いているなら、また満たされます。もし、あなたがオープンでいるなら、あなたは聖霊によって完全に満たされます。自分の救い主として、イエスを受け入れたとき、あなたは聖霊を受け取りました。しかし、心のどこかで、まだ完全に開ききれず、神様に満たしてもらおう準備が出来ていない分野があるのかもしれない。

あなたは聖霊を持っていますが、あなたの全てを完全に聖霊に知っても

## 第4章 新しい生き方

らう必要があります。神様は、あなたを神様の働きの中で用いたいと思っています。そして、それを成功させ、実りあるものにするためには、聖霊の力が必ず必要なのです。

また、神様は私たちが日々の生活を生きるために超自然的な神様からのギフト(賜物)を与えてくれています。ギフトには様々な種類があり、全ての人がギフトを受け取っていますが、強さは様々です。

私のギフトは教えることです。ある人にとっては、音楽、または管理すること、恵みの賜物、人々を助けるギフトを持っている人もいます。1コリント12:7-10には、私たちが知るべき9つのギフトについて書かれています。そして、実際にそれらのギフトを熱心に求めるようにと教えられています。9つのギフトとは、知識の言葉、知恵の言葉、信仰、癒しの力、奇跡を行う力、預言(神様の意志や神様の目的を説明するギフト)、良い霊と悪の霊を見分ける能力、異言を話す、そして異言を解き明かす能力です。

これらのギフトを理解できなくても、このようなギフトが自分に与えられるように、そして、そのギフトの正しい使い方を教えてほしい、と神様に求めていきましょう。

聖書では、異言(霊的な言葉)で語る人々の様子を見ることができます。異言で祈るとき、私たちは神様に秘めた不思議なことばで祈ります。それは私たち自身を高め、成長させます。使徒パウロは、全ての人が異言を話せるようにと願いました(1コリント14:2,4-5)。

異言のギフトについては、何年もの間、特にクリスチャンの間で意見が分かれる分野となっています。異言は今日の人にとってギフトだと言う人がいる一方で、そうではないと言う人もいます。私は個人的に、自分の人生でこれらのギフトを30年以上、使っており、30年以上、異言で話してきました。だから私は、今日のクリスチャンにとっても異言に力があるということが分かっている

## 新しい生き方

まず、私たちを助けてくれるものは、何でも必要です。

私たちは、自分が体験したことのないものや、理解できないことを拒絶する傾向にあります。しかし、それは間違いです。私たちは聖書を読み、そこに記されていることを信じるべきなのです。

まずは、聖霊のギフトではなく、聖霊そのものに集中してください。ギフトは後からついてきます。異言や他のギフトを必要以上に求めてしまう人もいるでしょう。たとえば、靴を1足買いに行った際、店に入った途端、靴の中敷を1足分下さいとは言いませんね。靴を購入すれば、中敷も一緒に付いてきます。聖霊も同じです。あなたの人生で、毎日神様の存在を求めましょう。そうすれば他のギフトと同様、異言のギフトも正しい時にやってきます。

## 神様の与えてくれるものではなく、 神様の存在を求める

神様は、あなたに良いことをしたいと思っています。そして、祝福したいと思っています。しかし、神様が自分に何をしてくれるか、ではなく、神様の存在そのものを求めることが何よりも大切です。神様は、比較にならないほど素晴らしい方で、神様の存在の中にいる程、最高なことはありません。

神様の顔を求める時、神様はあなたに常に両手を広げてくれていることに気づくでしょう。もし、あなたが神様の手だけを求めるなら、それは神様を侮辱することになります。誰かの個人的な利益のために利用されたいとは誰も思いません。神様も同じです。

あなたの欲しいものや、必要は全て神様に求めましょう。あなたにとってベストなものであり、神様のタイミングに相応しいものであれば、神様はそれをあなたに与えてくれるでしょう。ですが、常に覚えていてください。あなたの

## 第4章 新しい生き方

人生には、何よりも神様の存在がもっと必要なのです。もっと神様の存在、神様の道、神様の性質、神様の知恵、神様の理解、神様の力を得ましょう。

神様が全てであり、私たちは神様なしには何者でもありません。イエスはこう言いました。「わたしを離れては、あなたがたは何もすることができないからです」(ヨハネ15:5)。

というのは、すべてのことが、神から発し、神によって成り、神に至るからです。(すべてのものが神様から始まり、神様から来て、すべてのものが神様を通して生き、すべての物は神様に集まり、完成し、神様の中で終わるのである。)どうか、この神に、栄光がとこしえにありますように。アーメン。

ローマ11:36(新改訳:AMP訳から一部強調)

### 学ぶことは沢山ある

この小さな本では、お伝えきれないほど、私たちには学ぶことが、まだまだ沢山あります。あなたの信仰の土台となる神学や、クリスチャンの基礎となる教えについて、学ぶ必要がある。多くの教会では、神様を信じ始めた方に向けての学びが提供されているので、そういったクラスに参加することを強くお勧めします。また、イエスは処女から生まれたことを知るでしょう。そんなことは不可能だと思うでしょうが、それが真実であっただけではなく、何故そうであったのかを理解する必要があります。そして、まだ神様のことを知らない人に、福音(神様の良い知らせ)を伝えるために、神様へ経済的に捧げ返すことが大切であるということも学ぶでしょう。三位一体についても学ぶでしょう。三位一体とは、父、子、聖霊の3つの姿で示されている神様は、一体(唯一の神様)であるという真理です。また、天使の働きやイエスの血の重要性、神様の声を聞く方法、義や悔い改めの意味、さらにもっともっと多くのことを学んでいくでしょう。

## 新しい生き方

私はこの本を通し、全てをお伝えすることは出来ませんが、あなたの新しい人生にとって、特に重要であり、知って頂きたいと感じることを記しています。それでは、次へいきましょう。

## 第5章

# 新しい考え方

✦今までにない全く新しい考え方を学ぶことは、何よりも大切なことです。神様は、あなたに、そしてあなたの人生に最高の計画を持っていますが、それを用意してくれた神様と、あなた自身が同意する必要があります。サタンも同じく、あなたとあなたの人生に計画を持っていますが、それは決して良い計画ではありません。盗人(サタン)が来るのは、盗んだり、殺したり、滅ぼしたりするためだけに来ます(ヨハネ10:10)。サタンは私たちの心に間違った考えを注ぎ込み、私たちがそれを信じ、同意するよう仕向けるのです。そう、サタンは人々をだまし、彼らの人生に入りこむ入り口を見つけようとするのです。

この世(この時代)と調子を合わせてはいけません(批判や、全く異なる習慣に入り込むこと)。いや、むしろ、神のみこころは何か、すなわち、何が良いことで、神に受け入れられ(あなたが神様の目において)、完全であるのかをわきまえ知るために、心の一新によって(新しい手本によって、また、新しい態度を持って)自分を変えなさい。

ローマ12:2(新改訳:AMP訳から一部強調)

この聖書箇所は、私たちが自分の考え方を変えない限り、人生を変えることはできないと、はっきりと言っています。新しい人生が欲しいと望むなら、新しい考え方を持たなくてはなりません。神様は私たち1人1人に最高の計画を持っていますが、それにふさわしい考え方を持つ大切さを知ること、やっとその計画が近づいているのが見えるのです。

# 自分の考えをコントロールする

あなたは、昔の私のように、自分の考えはどうすることもできないと思っているかもしれませんが、それは間違いです。私たちは、何を考え、何を考えないのか、ということも選択できるのです。しっかり、選ぶ必要があります。心のあるところに、人はついていきます。誰もが、何を食べようかと考えます。アイスクリームやドーナツ、他のおいしそうなお食べ物かもしれません。それについて考えれば考えるほど、私たちは、それを必ず得なければならない、という気持ちになっていくのです。長いこと考えすぎると、仕舞いには、その食べ物を購入するためだけに車に乗って何キロも走り、結局、時間とお金を費やしてしまったことを後悔して終わるなんてこともあるでしょう。

誰かに不当に扱われ、自分がどのように傷付けられたかを思い起こし、繰り返し考え続けているなら、怒りや感情的な気持ちでいっぱいになるでしょう。私たちの考えは、私たちの感情に影響し、それが私たちの話す言葉となっていくのです。

次回、焦り、落ち込んでいる自分に気付いたら、何を考えていたのか自分自身に聞いてみてください。自分の考えと感情に関連があるということに気づくでしょう。思考は、私たちがサタンと戦う戦場です。2コリント10:4-5には、私たちは間違った考えや想像を放り投げ、イエス・キリストに捕らえられなさいと教えています。つまり私たちは、神様の考えに従って考えるべきなのです。キリストの考えと一致しない考えは、あなたの心から取り出し、悪魔からの嘘として拒絶する必要があります。もしあなたの敵(サタン)があなたの考えをコントロール出来るようになれば、あなたの人生と使命もコントロール出来るようになってしまうのです。

例えば、もしあなたが自殺したいという考えを持っているなら、それをあなたの心に入れたのは神様ではありません。神様はあなたに自分の人生を

## 第5章 新しい考え方

生き、楽しんでほしいと思っているからです。もしあなたが、自分は良くない存在だ、誰も自分を愛してくれないという考えを持っているなら、その考えもまた、神様から来るものではありません。なぜなら、その考えは神様の言葉と一致しないからです。

### ネガティブな考え

ありとあらゆるネガティブな考えに気をつけましょう。神様が、あなたの人生に用意された計画に、ネガティブなものは何一つありません。コップが半分も空っぽだと思うよりも、コップに半分も水が入っていると思う方が良いでしょう。ポジティブになることで、人々を傷つけることはありません。

あなたの人生が、これまでどんなものであったとしても、あなたは将来に対し、ポジティブな人生のビジョンを持つ必要があります。神様と一致し、良いことがあなたに起きると信じましょう。私も昔はネガティブでしたが、あなたもネガティブな人であるなら、ポジティブに考えるには少し練習が必要かもしれません。

私はとてもネガティブな環境で育ち、常に問題や災難が起きることを予期して生きてきました。でも学んだのです。私たちがネガティブに考えることによって、問題はやってくるのです。

悩む者には毎日が不吉(不安をつのり、予感)の日であるが、心に楽しみのある人には(状況に関係なく)毎日が宴会である。

箴言15:15(新改訳:AMP訳から一部強調)

初めて聖霊が私をこの聖書箇所へ導いてくれたとき、私は「予感」の意味が分かりませんでした。しかし、それが、悪いことが起きるであろうという考え、ネガティブで心配性な考えなのだと分かったのです。自分がいつも頭で予期していることだけが起きている、それが問題である、と認めざるを得なくなりました。私は自分の人生を変えたいと思っていましたが、神様が何故変え

## 新しい生き方

てくれないのか理解できませんでした。ですが、神様が私の人生を変えてくれる前に、まず私が自分の考えを変えなければならないということに、やっと気付いたのです。

何に対してもネガティブにならないで下さい。あなたの将来に対しても、そしてあなたの過去に対しても同じです。神様に信頼するなら、あなたの過去も神様の大きな計画の中にあります。これまでの間違いも、より良い人、より知恵のある人になることを助けてくれます。自分の間違いから学び、二度と同じ間違いをしないと決断することが出来るでしょう。

あなたの婚約者、友だち、家族、外見、仕事、自分の得られないような仕事、どこに住んでいるのか、どんな車に乗れるのか、その他、どのようなことに対しても、ネガティブにならないでください。ポジティブな態度を持ち続けましょう。そうすれば、あなたはポジティブでパワフルな人生を歩むことができます。

## 心配や不安はいらない

心配と不安は、ためにはならない考え方です。心配は良い結果をもたらさず、かえって害をもたらします。心配を、神様への信頼に置き換え、神様にあなたの問題を任せましょう。心配ばかりしていると、あなたは老けて見え、頭痛や腹痛が生じ、問題と付き合っていくのが、さらに難しくなってしまいます。神様は、あなたにそんな人生を望んでいません。

心配しないということは、初めは難しいことかもしれません。なぜなら、今まで自分のことは自分で何とかしたり、次に何をすべきなのかを考えることに慣れてしまっているからです。しかし、思い出してください。今、あなたは、新しい生き方を学んでいるのです。

神様との関係がなければ、心配は絶えないでしょう。でも、あなたは違い

## 第5章 新しい考え方

ます。神様はあなたと常に共にいます。心配事を全て神様に任せ、神様があなたのことを心がけてくれていることを信じれば良いのです(1ペテロ5:7)。

不安とは、明日のことばかり心配しながら今日を過ごすことです。イエスは、その日その日に十分な苦労があるから、明日のことは心配してはいけな  
いと言っています(マタイ6:34)。時がくれば、自然と何をすべきかが分かります。しかし、その時が来るまでは、分からないことのほうが多いでしょう。神様は、あなたが神様に信頼することを学ぶようにと望まれています。神様が遅れることはありませんが、早められるということも、そうはありません。神様を信じ始めたばかりの方には、待つことが難しいと思われるかもしれません。慣れていないからです。しかし、少し時間が経てば、待つ素晴らしさが分かります。心が楽になり、次に起こることを心配することなく、1日1日をめいっぱい自由に生きることができるでしょう。

心配するよう仕向けられそうな時は、神様の約束で悪魔に打ち勝ちましょう。あなたが神様の子どもであり、常に神様が働いてくれることを思い出すのです。

あなたの考え方を新しくする道は、神様の言葉を学び、よく考えることです。正しい考えと間違った考えの違いを学んでいく道のりです。例えば、ずっと貧しい家庭で育った人が、もう自分はこの先、何も変わるすべはなく、貧しい暮らしが運命なんだと考えたとしましょう。聖書を読むと、この考え方が真理と異なっているということが分かります。神様の助けによって、あなたの経済面に神様の法則を適用するなら、貧しさのサイクルを壊し、人生の全ての面において、十分以上のものを受け取ることが出来のです。神様は、他のどんなことよりも、あなたが健康で、繁栄し、魂も栄えるようにと願っています(3ヨハネ2)。魂が成熟し、神様に従って歩むにつれて、神様はあなたが正しく上手に管理できる良いものを、すべて与えてくれるでしょう。

## 新しい生き方

神様は必要を満たしてくれます。だから、もう恐れの中で生きる必要はありません。仕事が必要なら、あなたは祈ることができ、神様が仕事が見つかるように助けてくれます。あなたに好意を注ぎ、あなたが関わる全ての分野に、繁栄と成功をもたらしてくれるでしょう。

イエスはあなたに良い人生を送ってほしいと思っています。イエスは、自らの死によって、あなたに与えたいのち、その人生を、あなたに楽しんでほしいと思っています。知識を得て、理解し、知恵をつけ、行動しましょう。知識がなければ、人間は滅びます。だから、知識を求めましょう。イエス・キリストは、神様が与えてくれた私たちの知恵そのものです(1コリント30)。神様の道を歩むために、あなたの内にある知恵が湧き上がり、あなたの考え方が明確になるように祈りましょう。「知恵は真珠にまさり、どんな喜びも、これには比べられないからだ。」(箴言8:11)

私のベストセラーは、「思考という名の戦場」です。ぜひ、できるだけ早くこの本を読むことをお勧めします。覚えていてください。考え方を換えようとすると、初めは戦場にいるかのように感じます。しかし、諦めないでください。一生懸命に神様を求める人には、必ず報いがあるのです。

## 第6章

# 新しい話し方

✦言葉は力の宝庫です。言葉には何かを作ったり、または壊す力があります。時のはじめに、神様が話したとき、神様は良いものを創りだしました。私たちはこの神様の例に従うべきです。

人はその口の結ぶ実によって腹を満たし(それが良いものであれ悪いものであれ)、そのくちびるによる収穫に満たされる。死と生は舌に支配される。どちらかを愛して、人はその実(死であれ生であれ)を食べる。

箴言18:20-21 (新改訳:AMP訳から一部強調)

この聖書箇所を注意深く読むと、私たちの言葉には結果がつきものだとはっきり記されています。良いものもあれば、悪いものであることもあります。私たちが口を開くとき、その言葉には力が込められていることに気付かなければいけません。私たちの心にある考えが言葉になります。ここに、サタンが私たちの心にネガティブな考えを入れようとする大きな理由があるのです。サタンが持ってきたネガティブなものを、私たちがまるで自分の考えのように思い始めると、いずれ口に出してしまいます。私たちが口を開いた瞬間、サタンは私たちの人生で汚れた働きを始めるきっかけを掴むのです。

自分の口と舌とを守る者は、自分自身を守って苦しみに会わない。

箴言21:23

世の中の一番大きな誘惑は、私たちが見たまま感じたままに話すことで

## 新しい生き方

す。しかし神様は、神様のことばが語っていること、神様が与えてくれるものについて話すようにと望まれています。私は、状況を見ないとは言っていない。逆に、あなたはその状況乗り越えることができると伝えたいのです。あなたが問題を抱えているとき、それに対してあなたがどう話すかによって、その状況は大きく変わってきます。

イスラエル人は、神様が11日間で成し遂げられると言われていた旅を、40年間にも渡って、荒野で彷徨うことになりました。彼らは、何度も何度も同じ山々を通り、何の成果も表れませんでした。多くの問題が起こり、中でも最大の問題は、彼らが愚痴をこぼすことでした。何か上手くいかなくなると、毎回不満をもらし、文句を言いました。神様は、私たちが人生で山の頂上にいる時も、荒野にいる時も、常に神様を賛美し、神様に感謝してほしいと願っています。問題が起きた時、私たちの発言が、その問題の中に留まる残りの期間を定めます。

不思議に思うかもしれませんが、あなたの言葉には、本当に力があるのです。ローマ4:17に、私たちは、無いものを有るものようにお呼びになる神様に仕えている、と記されています。神様は、起こしたいこと願われているものを見ていて、まるでそれが既に起こったかのように話します。そのするためには、あなたは、信仰の目で物事を見なければなりません。信仰は、まだ自然には見えず、感じられないものを、現実のものとして受け止めることができます。信仰が神様の約束を、真実なものにしていくのです！

何か問題を抱えていても、神様が救ってくれると本当に信じるなら、今この瞬間も、私たちは幸せであることができます。信仰で既に得ているからこそ、私たちは変化が見えるまで待つ必要はありません。心の奥底で、神様が私たちのために働いてくれていると知っているからです。

エゼキエルという預言者が周りを見渡したとき、そこで彼が見たものは死んで乾ききった骨だけでした。そして神様は彼に、それらの骨はもう一度生き

## 第6章 新しい話し方

返るだろうかと尋ねました。エゼキエルの答えはこうでした。「ああ神様、あなただけが知っています。」その答えを聞いた神様は、エゼキエルにその骨に預言し(語り)、主のことばを聞くように伝えよと言われました。エゼキエルは言われた通り預言を始めると、その骨々はまた生き返ったのです。血と肉ができ、力のあるものとなって、足で立つようになったのです(エゼキエル37)。神様の言葉の力を表した、なんと素晴らしい例えでしょう。

### 神様のことばを大きな声ではっきりと話す

私は様々なところで、神様のことばをはっきりと口に出し、日々の霊的な訓練の一部として、意図的に行うようにと教えています。これは、神様が私に教えてくれたとても大切なことの一つです。これにより、私の思考が新しくされ、人生が変わったと言えるでしょう。

神様の言葉は聖霊の剣です。サタンに立ち向かうためにあなたが用いるべき、最も強力な武器です。サタンは、神様の言葉を恐れ、身震いします。ルカ4章では、イエスが悪魔に誘惑されたときのことが記されています。イエスは荒野で、何日も食事をしていませんでした。そこで、サタンはイエスに、勝手な考えを入れ込もうとしたのです。悪魔がイエスに嘘をつく度、イエスは、その嘘が明らかな間違いだと分からせるために、聖書箇所を大きな声で引用し、「こう書いてある」と答え返しました。私たちがイエスの模範に従っていく時、私たちは勝利の道を歩んでいるのです。

あなたは、口に出す自分のことばを、もっと意識をすることが出来ますか?少しでも意識をすれば、周りと同様に、あなたも本当は望まないこと、人生で起きては欲しくないことを、自ら話していることに気が付くでしょう。私は、話し方次第で、平安や喜びのレベルを上げ下げすることが出来ると信じています。もし、私の言っていることが正しいと思うなら、自分を悲しくさせるようなことではなく、幸せな気持ちにしてくれることを口に出してみませんか?信仰を持って話すことは、あなたの新しい人生の一部です。だからこそ、

## 新しい生き方

今、始めて下さい。このように言うてみては、どうでしょう。

神様は私を愛してくれて、私の人生に最高の計画を用意してくれている。

私がどこに行っても、神様の好意がそこにある。

私が手に触れるものは全て栄え、成功する。

神様は私のために正しい扉を開けて、間違った扉を閉めてくれる。

私は知恵の中を歩む。

私は平安で満たされている。

私は喜ぶ。

私は愛の中を歩む。

今日、何か良いことが私に起きる。

私の子どもたちはみんな、神様を愛し神様に仕える。

私の結婚生活は、毎日毎日良くなっていく。

私は、どこに行っても祝福となる。

このリストには、終わりがありません。あなたが口にすることは神様のことばが語っているということ、心に留めておいてください。神様と一致を保つことで、あなたは全く新しい世界の扉を開くことになるでしょう。そして、神様の計画が実行されるのです。もう悪魔は何も止めることが出来ません。

## 第7章

### 自分自身の新しい見方

✦あなたは、自分自身をどんな風に見ていますか？自分のイメージは、心のお財布に大切に持ち歩いているお気に入り写真のようなものでしょう。私は、何年もミニストーリーをしていく中で、多くの人が自分自身のことをそれほど好きではないことが分かりました。私自身、何年も自分自身と悪い関係にあり、それが私の人生の全てに影響を与えていました。神様はあなたを愛していて、あなたに自分のことを愛してほしいと願っています。自己中心的な方法ではなく、健康的に愛して欲しいのです。自分が持っていないものを、誰かに与えることはできません。神様は私たちを愛していて、その愛によって私たちがまず癒され、その愛が私たちを通して他の人に流れていくことを願っています。もしあなたが、自分自身をきちんと愛する愛、あなたのために神様が与えてくれる愛を受け取ることを拒むならば、他の人を本当の意味で愛することは出来ません。

自分自身への評価は、自分の能力や成果で左右されますか？多くの人は、そうでしょう。であれば、もちろん自分への評価は良いはずがありません。なぜなら、私たちの行いや成果は、必ずしも常に良いとは限らないからです。私たちは人間は不完全であり、間違いを犯すものなのです。正しいことをしたいと思っていますが、間違っただけでもしてしまいます。だからこそ、私たちはイエスを必要としています。私たちが弱いときにこそ、イエスの強さが最も発揮されるのです。

神様はあなたに驚いたりはしません。ご自身との関係に、あなたを招き入れてくれたときから、あなたのことを全てご存知です。神様は、私たちがこれ

## 新しい生き方

からも人生で間違ってしまうことも全て知っています。それでもなお、私たちが愛し、私たちと繋がりたい、関係を持ちたいと思ってくださっているのです。だから、自分に対し、厳しすぎる評価は止めて下さい。神様の恵みを日々、受け取ることを学びましょう。毎朝起きて、あなたが神様の栄光のために出来るベストを尽くしてください。神様に愛して欲しいから、最善を尽くすのではなく、あなたが神様を愛しているからこそ、最善を尽くすのです。神様は既にあなたを愛しています。そして、これからも同じように愛してくれます。神様のあなたへの愛は、完璧な愛です。毎日の終わりに、自分の行ってしまった罪や間違いを神様に赦してもらいましょう。良い眠りにつき、次の日は、新しいスタートを切るので。

悪魔はあなたに反抗し、攻撃しようとしますが、神様はいつもあなたの側にいてくれます。あなたも神様の思いを大切にして下さい。なぜなら、双方が気持ちを共有するとき、そこには力があるからです。あなたは、神様の目に高価な存在であり、神様のために用いることが出来る素晴らしい才能をたくさん持っています。自分が間違っていると感ずることばかりに目をかけず、どれだけ努力が必要で、取り返しのつかないところまで来てしまったと考えることも止めて下さい。あなたは、もうイエス・キリストを信じているのです。そして、それこそが、最高の人生の始まりに過ぎないからです。

## 義を理解する

義(神様と正しい関係にあること)は、私たちの努力ではなく、イエスへの信仰によって与えられます。これは、神様からの贈り物であり、イエスを自分の救い主として受け入れたときに与えられるものです。これを証明する聖書箇所は沢山あります。いくつか、ご紹介していきましょう。あなたへの励ましとなるでしょう。

神は、罪を知らない方を、私たちの代わりに(事実上の)罪とされました。それは、私たちが、この方であって(この方の中で、この方を通して)、神の

## 第7章 自分自身の新しい見方

義となる(それを神様から授かり、認められ、模範となり、受け入れられ、神様の素晴らしさによって、神様と正しい関係になる)ためです。

2 コリント5:21(新改訳:AMP訳から一部強調)

わあ!なんと素敵な聖書箇所でしょう!キリストは無罪だったにも関わらず、私たちに対する愛によって、私たちの罪を負い、父である神様と最高の関係を築けるようにしてくれました。神様は、私たちを認め、神様と共に義の中に立つ者として、認めてくれています。なぜなら、私たちがイエスを救い主として受け入れたからです。もう一度言わざるをえません。本当に素晴らしい!

神様が自分のことを喜んでいないかもしれない、怒っているかもしれない、と恐れるのではなく、神様の前に出て、「イエスの中に」立つことができ、受け入れられていると知ることができます。

なぜなら、律法を行うことによって、だれひとり神の前に義(正しく、罪がなく、認められた人)と認められないからです。律法(の真の目的によっては、かえって罪の意識(単なる物の見方ではなく、悔い改めや信仰、聖霊の性質に対して働く罪の意識)が生じるのです。

ローマ3:20(新改訳:AMP訳から一部強調)

すなわち、イエス・キリスト(救い主)を信じる信仰による神の義であって、それはすべての信じる人に与えられ、何の差別もありません。

ローマ3:22(新改訳:AMP訳から一部強調)

しかし、人は律法の行いによっては義と認められず、ただキリスト・イエスを信じる信仰によって義と認められる、ということを知ったからこそ、私たちがキリスト・イエスを信じたのです。これは、律法の行いによってではなく、キリストを(完全に)信じる信仰によって(のみ)義と認

## 新しい生き方

められるためです。なぜなら、律法の行いによって義と認められる者は、ひとりもないからです。

ガラテヤ2:16(新改訳:AMP訳から一部強調)

霊的な成長において、イエス・キリストへの信仰を通して、あなた自身が神様の前に正しく立っていると、知っていることはとても大切です。それは、神様からの贈り物なのです。もし私たちがいつも自分自身を悪く思い、神様が私たちのことを怒っているかもしれないと思ってしまうと、神様が私たち望まれている方向へ歩んでいく力を失ってしまいます。私たちは、イエスを信じる者として、悪魔に勝る権威を持っています。しかし、私たち自身が、罪悪感や咎めの古着ではなく、義の服をまとして神様の前に立たなければいけません。

エペソ6章には、実際、胸当てのように義をまっていると記されています。兵士にとって、胸当ては心臓を守る役目を果たすものです。あなたは、自分自身の何を信じているのですか?信仰によって、神様との正しい関係に立っていると、信じることができますか?もし自分がしてきた1つ1つの間違いではなく、イエスがしてくれたことに目を向け続けるなら、私たちは信じる事が出来ます。この先も、間違ってしまうことがあるでしょう。しかしその度に、すぐ悔い改め、神様の赦しを受け取りましょう。それこそが、義の中を歩み続ける唯一の方法なのです。私たち自身の義の中を歩くではありません。自分の義は、まるで汚れたぼろ布のようだからです。私たちはイエス・キリストにおける自分自身の信仰を通して、神様の義の中を歩いていくことが出来ます。そうあるべきなのです。

自分自身に対し、この素晴らしい新しい態度を選ぶことは、イエスを信じる者としてのあなたの「新しい人生」パッケージの大切な一部です。

## 第7章 自分自身の新しい見方

# 自分自身を楽しむ

あなたは今、自分自身を自由に楽しむことができます。神様は、そう願っています。他人の意見によって、自分の価値を決めないで下さい。また、他人のあなたの成果への評価で、自分の価値を決めないでください。神様は、あなたのためにご自身の息子を死ぬために送ってくれるほど、あなたに価値があると思っています。これこそが、あなたの喜びの理由となるのです。

聖書には、神様が私たちに人生を楽しんでほしい、自分自身をまず楽しむことから始めてほしい、とはっきり記されています。あなたは、あなた一人であり、一秒たりとも自分自身から逃れることは出来ません。自分自身を楽しむことが出来なければ、あなたの人生は悲しみの道を歩んでいます。

私のように、自分は周りの人と少し違う人間だと思っているかもしれませんが、それで良いのです。神様は、意図的にそうしたのです。私たち1人1人を、少しずつ異なるように造りました。神様は多様性を楽しんでいます。あなたは変ではありません。ユニークなたった1人の存在であり、他の誰かを真似する必要なんてないほど、大きな価値のある存在なのです。

自分自身を、他人と比べてはいけません。誰かと競争しながら人生を生きる必要はないのです(2コリント10:12)。あなたらしく生き、ありのままの自分を楽しみましょう。他の人たちと同じように、あなたにも変わるべき分野があり、そこに聖霊が働いてあなたを内側から変えてくれるでしょう。そして、良いニュースは、その変化が起きている間も、あなたは自分自身を好きなだけ楽しめるということです。

## 第8章

# 恐れを信仰と取り替える

✧ 私たちは誰もが、恐れがどんなものか知っています。それは苦しみであり、前に進むことを妨げます。恐れは、私たちを震えさせ、汗をかかせ、弱さを感じさせ、立ち向かうべきものものから逃げさせようとしています。

恐れは、神様からくるものではありません。神様が私たちに望まれる最高の人生から、私たちを遠ざけようとする、サタンの道具なのです(IIテモテ1:7)。神様は、私たちに信仰の中に生きてほしいと願っています。信仰とは、神様の力、知恵、優しさに、絶対的な信頼と自信において、私たち自身の全てを神様に受け渡す(ゆだねる)ということです。私たちが目にするものの出来ないものを証明し、実際にこれから起こることへの確信なのです。

信仰は聖霊の領域で働きます。今まであなたは見えるもの、実際に感じられるものだけを信じてきたでしょう。しかし神様の子もとして、目で見ることのできない領域(聖霊の領域)で生きることを、心地よく感じ始める必要があります。神様は霊なので、目で見ることではできませんが、それでも神様をしつかりと信じるのが出来ます。普段、天使を見ることはありませんが、聖書には、天使が私たちの周りにいつもいて、守ってくれていると言っています。信仰を神様と神様の言葉に受け渡すことで、私たちは聖霊の領域に達することが出来ます。そして、神様が私たちに楽しんでほしいと望まれているまだ見ぬ分野が引き出されるのです。

サタンは、その場の状況に目を向けるよう呼び寄せ、私たちが将来に対して不安に思うことを喜びます。でも、神様は、私たちに信頼してほしい、サタン

## 第8章 恐れを信仰と取り替える

からのどんな状況や脅しよりも神様の方が素晴らしいことを信じるようにと、願っているのです。

聖書には、様々な男性や女性が絶望的な状況に陥り、心が恐れでいっぱいになってしまった人たちの例が、沢山記されています。しかし、彼らは、神様に信仰を置くと決意し、輝かしい、恐れからの解放を経験したのです。あなたは、恐れを生きるか、信仰の道を生きるか、その決断をしなくてははいけません。たとえ、今クリスチャンであっても、あなた自身が信仰によって生きることを決断しない限り、様々な恐れに苦しめられて、あなたは生きることになります。あなたは、イエスを救い主として受け入れました。次のステップは、信仰によって生きることを学ぶことです。

この良い知らせは、私たちがキリスト様を信じておゆだねする時、神様は私たちを、天国に入るにふさわしい者、すなわち、神様の目から見て正しい者としてくださる、と教えています。これは、初めから終わりまで、信仰によって達成されます。「正しい人は信仰によって生きる」と、旧約聖書に書いてあるとおりです。

ローマ1:17 (リビング訳)

私たちは、神様の愛を理解し、イエスの死と復活によって神様と共に義とされたことを知っているからこそ、信仰の道を簡単に歩むことが出来ます。自分で何とかしないといけないと感じるよりも、むしろ神様が私たちのことを気にかけてくれていると信頼することが出来るのです。

勇気は、恐れがないことではありません。恐れがある中で、行動に移すことが勇気なのです。神様が、自分に仕える者たちに対して、恐れるなど言った時、それは命令としてではなく、どんな感情であっても、従順でいてほしいと伝えました。神様は、恐れが神様との道を歩む妨げになると知っています。だから何度も何度も繰り返し聖書の中で、神様は私たちといつも一緒にいる、だから恐れに従う必要はないと、教えてくれているのです。

## 新しい生き方

エレノア・ルーズベルトはこう言っています。「ちゃんと立ち止まり、目の前の恐怖に真っ直ぐに立ち向かう経験をするたび、あなたは強さと勇気と自信を身につけることができる。力、勇気、そして自信を得る。自分にはできないと思っていることをやってみなさい。」

強くあれ。雄々しくあれ。彼らを恐れてはならない。おののいてはならない。あなたの神、主ご自身が、あなたとともに進まれるからだ。主はあなたを見放さず、あなたを見捨てない。

申命記31:6

信仰だけが、神様を喜ばせます。信仰を通して、私たちは神様から受け取ります。だから、キリストを信じ始めた人にとって一番大切なことは、信仰について知り、その道を歩み始めることなのです。強い信仰をたて上げることは、強い筋肉をつけることに似ています。自分の信仰を少しずつ鍛える度に、強くなっていくのです。

マタイ17:20には、神様を信じる人には、すべてのことが可能になると教えてくれています。たとえほんの小さな信仰であっても、山のように連なる人生の問題も動かせるのです。今までは、自分の様々な問題を解決しようとイライラしたり、がっかりしていたこともあったでしょう。もしそうなら、あなたは今、新しい世界に入る寸前です。あなたは神様に話しかける(祈る)ことができるのです。そして、あなたを取り巻く全ての分野に、神様に入ってきてもらい、自分では出来なかったことも、神様となら可能であるということを知ることになるでしょう。

あなたの信仰によって、祈りはその通りになります(マタイ9:29)。今までは人生、恐れの中を生きてきたかもしれませんが、今、その恐れを神様への信仰へと取り替える時が来ました。新しい方法を学ぶのには時間がかかります。しかし、がっかりしたり、諦めないでください。地球にあるすべてのものが、

## 第8章 恐れを信仰と取り替える

だんだんと成長する法則のもと動いています。神様が教えてくれていることを実行し続けるなら、少しずつ、全てが変わっていくのです。

## 第9章

# 人生を楽しんで

盗人が来るのは、ただ盗んだり、殺したり、滅ぼしたりするだけのためです。わたしが来たのは、羊がいのちを得、またそれを豊かに持つためです。

ヨハネ10:10

イエスは、あなたが人生を楽しむために、死んでくれました。それは、あなたが、ほしいままに何でも持てる、困難がない人生を送れるという意味ではありません。神様との関係を通して、世の中の苦しみから立ち上がり、神様によって、神様と共に、神様のために新しく与えられたいのちを、聖霊の力を通して周りに伝えていくためです。

神様こそが、私たちの本当のいのちです。神様の中で、私たちは生き、動き、存在しています。神様の存在を楽しむことが出来るようになると、人生1日1日を自由に楽しめるようになります。神様との関係を楽しんで下さい。神様は、あなたが気にかけていることを、全て気にかけてくれています。実際に聖書に、神様は、あなたにかかわるすべてのことを、成し遂げてくださいます、と記されています。神様は、あなたの人生でどんな時にも働いて、もっと神様の想いに完全に近づくことが出来るように助けてくれます。

神様が間違った方向に連れていくのではと、恐れる必要はありません。もちろん神様に対し恐れ慎むべきですが、それはつまり、尊敬し、神様が全能であり、神様の言うことは全てその通りだと理解するということです。間違いを犯すたび、怒られるのではないかと恐れる必要も、完璧になれない時に罰を

## 第9章 人生を楽しんで

下すのではないかと恐れる必要もありません。神様は恵み深く、怒るに遅い神様です。そして、辛抱強く、私たちの気持ちや弱さを知ってくれている神様なのです。

あなたが、私たちと同じような一人間であれば、自身の人生や人格に、変わらなければいけないことを沢山抱えているでしょう。神様は、それらを変えてくれます。そして、良いニュースがあります。神様が、実際にあなたを変えて成長させてくれる時、あなたは神様を楽しみ、自分の人生そのものも楽しむことが出来るのです。

今、あなたは自分の人生に不満を感じ、このままでは嫌だと感じているかもしれません。しかし、今、与えられている人生こそが、あなたの人生なのです。だからこそ、人生を楽しみ始めましょう。あなたの人生の良いところを見つけてみましょう。ポジティブなところに目を向け、全ての物事の良い面を見てみましょう。家族や友だちといることも楽しみましょう。悪いところにフォーカスしたり、彼らを変えようと必死にならないで下さい。彼らのために祈り、神様が彼らを変えてくれるよう任せれば良いのです。

あなたの仕事、あなたの家、あなたの日々の平凡な生活を楽しみましょう。神様に信頼し、良い態度をとる決断をするとき、これは可能になります。あなたの人生、家族、そして世間の間違ったところではなく、神様に焦点を向けましょう。神様は、最高の計画を用意しています。そして、あなたのために既に働き始めてくれているのです。先のことを喜び、これから訪れる良いことを楽しみにしていきましょう。

多くの人は、何か問題がある限り、人生を楽しむことなど出来ないと思っていますが、それは間違った考えです。過去の間違いや、後悔をくよくよと思い続けることはやめましょう。イエス・キリストを通して与えられた最高の将来について考えて行きましょう。楽しむと決めれば、何があっても楽しむことが出来るのです。渋滞に巻き込まれても、あなたが決断すれば、それを楽しむこ

## 新しい生き方

とが出来ます。思い出してください。私は今、新しい生き方を、あなたにお伝えしています。そして、あなた自身の人生に対する態度が、この新しい生き方に、大きな役割を担ってるのです。

私は、進むべき道を歩み始めて、やっと自分が今いる場所を楽しめるようになりました。そして、あなたにも同じようにしてほしい、と強く願っています。神様は、あなたの人生で多くの働きをしてくれます。神様は、その働きの中で、あなたが惨めだと感じて欲しいとは思っていません。赤ちゃんが大人へと成長していかなければならないのと同じように、クリスチャンも成長しなくてはなりません。その過程は、自分が望んでいる期間より長くかかるでしょう。しかし、その道のりを楽しまない理由はありません。

神様はあなたに今日、完璧でいてほしいとは思っていません。というよりも、神様は、あなたがこの地上で生きている限り、完璧になることは一生無い、ということを知っています。ですが、神様は私たち1人1人が、前進し続けることを期待されています。毎朝起きて、神様に仕えるために、心からベストを尽くしましょう。そして失敗を認め、自分の罪に対する赦しを求め、失敗や罪から立ち直りましょう。そうすれば、神様はそれ以外のことを全て成しとげて下さいます。聖霊を通して、私たちと共に働き続けて下さるのです。もうあなたは、新しい生き方へ足を踏み入れました。私は、あなたがこれから一生、後悔することはないと知っています。神様の存在を楽しんでください!あなた自身を楽しんでください!そして、イエスがあなたのために、いのちを捧げ、与えられた人生を楽しんでください!



## 救いの祈り

父なる神様、あなたを愛しています。今日、信仰を持ちたいです。私の罪をすべて赦して下さい。イエス様、私はあなたを信じます。あなたが私のために十字架にかかって死んでくれたこと、あなたが私のために罪のない血を流したこと、あなたが私の代わりに、全ての罰を受けてくれたことを信じます。あなたは死に、葬られ、3日後に死から復活したことを信じます。死はあなたを支配しません。あなたはサタンに打ち勝ち、地獄への鍵と死を取り去ってくれました。あなたが私を愛しているから、これらのこと全てを私のためにしてくれたいと信じます。

クリスチャンになりたいです。私の人生すべてをかけてあなたに仕えたいです。あなたが私に約束してくれた新しい人生を歩む方法を教えてください。イエス様、今、あなたを受け入れます。私自身をあなたに捧げます。ありのままの私を受け入れてください。そして、あなたの望む私にしてください。

イエス様、私を救ってくれてありがとう。あなたの聖霊で私を満たし、知るべきことをすべて私に教えてください。今、私は救われたと信じます。もう一度生まれ、死ぬ時は天国に行く信じます。父なる神様、私は人生の旅を楽しみ、あなたの栄光のために生きます！

## ジョイス・マイヤーについて

ジョイス・マイヤーは、聖書の教えを分かりやすく実践的に語る世界でも有数のメッセンジャーです。ニューヨークタイムスのベストセラー作家でもあり、著書は100冊を超えます。「あなたの人生をシンプルにする100の方法」、「決して諦めないで!」、「思考という名の戦場」など、インスピレーションに溢れた代表作に加え、小説も執筆しています。また、数多くのメッセージをオーディオやビデオで幅広く提供しています。ジョイスのテレビ/ラジオ番組、「人生を毎日楽しむコツ」は世界中で放送されており、ジョイス自身も、カンファレンス講演のため、世界中を飛びまわっています。ジョイスと夫のデイヴは、4人の子どもを育て、現在は米国ミズリー州、セントルイーズを拠点としています。

## ジョイス・マイヤーへお問い合わせ

ジョイス・マイヤー ミニストリー - ジャパン

(+81) 0120-05-3922

[contact@jmmjapan.jp](mailto:contact@jmmjapan.jp)

[www.jmmjapan.jp](http://www.jmmjapan.jp)

Joyce Meyer Ministries - USA

(+1) 636-349-0303

[www.joycemeyer.org](http://www.joycemeyer.org)

## 救いの祈り

神様はあなたを愛していて、あなたと個人的な関係を持ちたいと願っています。もし、あなたが今までイエス・キリストをあなたの救い主として受け入れたことがないのなら、今受け入れることができます。ただ心をイエスに開いて、この祈りを祈ってください。

「天のお父さん、私はあなたに罪を犯してしまっていたことを認めます。私を赦してください。私をきれいさっぱり洗ってください。あなたの息子であるイエスに信頼することを約束します。イエスが私のために死んでくれたことを信じます。十字架上で彼が死んだ時、彼が私の罪を背負ってくれたことを信じます。そして、イエスが死から復活したことを信じます。今、私の人生をイエスに委ねます。

天のお父さん、赦しと永遠のいのちという贈り物を与えてくれてありがとうございます。あなたのために生きることができるように助けてください。イエスの名によって、アーメン。」

心からこの祈りを祈ったなら、神様はあなたを受け入れました。あなたを清めて、あなたを霊的な死の縛りから解放してくれました。時間をとって以下の聖書箇所を読んでみてください。そして、これからの新しい人生の旅を神様と一緒に歩んでいく中で、神様が語ってくれるように祈ってください。

ヨハネによる福音書 3:16

コリント人への第一の手紙 15:3-4

エペソ人への手紙 1:4

エペソ人への手紙 2:8-9

ヨハネの第一の手紙 1:9

ヨハネの第一の手紙 4:14-15

ヨハネの第一の手紙 5:1

ヨハネの第一の手紙 5:12-13

イエス・キリストとの関係の中で成長することを励まされるような、聖書に基づいた良い教会を見つけることができるように神様に祈り求めてください。神様はいつもあなたと一緒にいてくれます。1日1日、どんな時も神様はあなたを導いてくれます。そして、あなたに用意されている、いのちに溢れた豊かな人生を生きる方法を示してくれるでしょう!

## あなたは永遠をどこで過ごしますか？



多く人は、今日、何が起きるのか、または数か月後の将来がどうなっているのか心配していることでしょう。もしくは、退職後についてかもしれません。しかし、死後のいのちについて考えたことはありますか？あなたはそれに準備ができていますか？

あなたの肉体は、いつか死を迎えますが、あなたの霊(魂)は、永遠に生き続けます。あなたの霊が、天国に行くのか、地獄に行くのか、それは、あなたの決断次第です。この本では、ベストセラー作家、ジョイス・マイヤーが、神様の計画にある救いについて描いてくれています。この1冊が、あなたにとって、正しい決断の支えとなることでしょう。

### ジョイスは心から愛を込めて語っています：

- ・イエスの重要さを教えてくれるストーリー
- ・頭で考えるのではなく、心で信じるもの
- ・キリストを受け入れるために何を信じるのか
- ・新しい人生を始めていく方法

もうこれ以上、自分の人生を諦めて先延ばしにしないで下さい！さあ、新しい生き方を発見していきましょう！

### ジョイス・マイヤーについて：

ジョイス・マイヤーは、聖書の教えを分かりやすく実践的に語る世界でも有数のメッセンジャーです。ニューヨークタイムスのベストセラー作家でもあり、著書は100冊を超えます。「あなたの人生をシンプルにする100の方法」、「決して諦めないで!」、「思考という名の戦場」など、インスピレーションに溢れた代表作に加え、小説も執筆しています。また、数多くのメッセージをオーディオやビデオで幅広く提供しています。