

## 週報2023年1月1日

### ■教会標語聖句

望みを抱いて喜び、患難に耐え、  
絶えず祈りに励みなさい。

ローマ人への手紙12章12節



シオン教会信仰指針  
「祈りに励む教会」

日本アッセンブリーズ・オブ・ゴッド教団  
**北九州シオン教会**

牧師: 山崎銀次郎

<http://jesus.holy.jp/>

〒800-0038 北九州市門司区大里原町 6-10

TEL 093-381-4395 (FAX...4396)

牧師携帯 090-6737-5276



## 礼拝順序 2022年1月1日 (新年礼拝)

開会の祈り	
信仰告白	使徒信条・標語聖句唱和
賛美	新聖歌21「輝く日を仰ぐ時」
祈 禱	* 今日までのめぐみに感謝し、新たな献身を祈りましょう! *
献身の祈り	
賛美	新聖歌 398「新しき地に」
聖書箇所	ローマ人への手紙 12 章 12 節
説 教	「祈りの機会(チャンス)を設ける」
祈 禱	「応答の祈り」
頌 栄	「主の祈り」
祈 禱	

### 交わりの三省

- \* 互いに愛し合っていますか
- \* 互いに赦し合っていますか
- \* 互いに祈り合っていますか



## 新年特別号 「祈りの深呼吸」

辞書で《ため息》を調べた所、《気苦労や失望などから思わず出る大きな吐息》とあります。このため息についてネガティブなイメージを持つ人が大半だと思います。ため息は幸せが逃げると考える人もいて、してはいけないけど、つついしてしまうというのが正直な所です。

しかし医学的に見るとポジティブな面があるようです。《ため息》を推奨している医者さんもいます。というのも、不安事でお腹や胸の筋肉が硬直する事で呼吸が浅くなります。すると血中の酸素が不足して行き、様々な体調面の不調が出て来ます。それを補うために深く息を吐きだす。これが《ため息》です。そしてため息は深く息を吸う為の準備となり、深い呼吸は自律神経を整え、様々な体調の不調を回復させる力になります。つまり、ため息は《次の息を欲する為の、体と心のサイン》なのです。

私達の無意識の図式で、ため息＝失敗と言うイメージがあります。“何故、わかっていたのに今までしてこなかったのか”、“何故これを選んでしまったのか”、“何故こんなことになってしまったのか”無理難題が私達の心と体を堅くしていき、ため息が漏れます。そして失敗＝「もうだめだ」という図式があります。しかし、このため息の時こそ《次の息を吸うチャンス》なのです。

祈りは《呼吸》だと言われています。つまり、ため息の時こそ《祈る》チャンスなのです。ローマ人の手紙は12章に入るまで、イエスキリストの救いのすばらしさが書かれてあります。イエス様は私たちが自由に祈る事が出来るように十字架にかかられたのです。つまり祈りによって新しく生きる実感と希望が湧き上がるのです。そして次の呼吸に向けて私達は日々の務めに励めば良いのです。（聖書は絶えず祈れと書いています）

私達の人生に失敗はありません。重複しますが。そのため息は、次の《回復の機会》です。回復の機会とはイエス様の素晴らしい愛を深く知る機会です。そしてパウロ（ローマ人の手紙の著者）はこの機会を大切にしなければ希望を抱き、苦難を耐え忍び、常に祈る人へと変えられると語っています。そしてそれは人々と平和な関係を保つ秘訣だとも言っています。今年は祈りの年です。絶えず主に希望を持ち続け、祈りに励んで参りましょう。

