はじめに

ここには詩篇の第三巻（73～89篇）と第四巻（90～106篇）の黙想の手引が記されています。

詩篇第一巻と第二巻にはダビデの詩が多く収録されていますが、第三巻と第四巻にはアサフ、コラ人、エズラフ人エタン、モーセなどの名を作者に見ることができます。アサフはダビデによって、「御名を呼び、告白し、賛美する」者として選ばれたレビ人たちのかしらでした（歴代誌第一16・4～5）。「コラ」はレビの一族で、エタンはアサフやヘマンとともに任命された「エドトン」と同一人物と思われます（同25・1～3）。

このように詩篇には、多くの人々の賛美と祈りが収められていますが、賛美され、祈りを聞いてくださるお方はおひとりの神です。この冊子が、どの詩篇にも共通した神に思いを馳せる助けになれば幸いです。

執筆者は、次の通りです。各ページの末尾に執筆者のイニシャルが記されています。

小西健二（KK）サンアントニオ教会牧師
大川道雄（OM）北米ホーリネス教団名誉牧師
大久保満（MO）アンカーサウスベイ教会牧師
杉村　宰（TS）アーバイン・キリスト教会牧師
鶴田健次（KT）ラスベガス日本人教会牧師
横井滋幸（SY）コロラド日本語教会牧師
依藤慎太郎（YS）ハリファックス・ジャパニーズ・バイブル・フェローシップ代表
依藤安希（AY）同夫人
中尾フィリップ（PN）ダラス永楽長老教会日本語ミニストリー協力牧師
中尾照代（TN）同夫人

なお、聖句は新改訳２０１７より引用しています。引用の後の括弧内の数字はその箇所の節を表します。

「黙想の手引」の使い方

これは聖書を読み、学び、黙想するための手引で、独立した読み物ではありません。かならず、聖書を開いてその日の箇所を読み、参照箇所も開くようにしてください。

聖書の黙想には、古代から「レクシオ・デヴィナ」という方法が用いられました。それは次の四つの段階を進んで聖書を読む方法です。英語の四つの「R」を意識するとよいでしょう。

一、読む（Read）心を静めてゆっくりと、何回でも、聖書を読みます。聖書は、神の言葉ですから、神が語っておられる声を聞くようにして読みます。

二、黙想する（Reflect）黙想は聖書との対話です。聖書になぜこのようなことが書かれているのか、それが自分にとってどんな意味があるのかを聖書に問い、聖書に答えてもらうようにして、その箇所の中心的な部分を思い巡らします。

三、祈る（Respond）この祈りは、黙想によって得られたことに対する応答の祈りです。それは悔い改めや行動に結びつく決心であるかもしれません。あるいは、まだ解けなかった疑問や解決していないことがらに対するさらなる求めであるかもしれません。それがどんなものであっても、正直に祈ることが大切です。

四、瞑想する（Remain）祈りに続いて、しばらくの間、神とのまじわりに留まりましょう。「黙想」は「聖書との対話」ですが、「瞑想」は「神との対話」です。神の臨在の中にとどまることによって、御言葉が血肉となり、祈りが生活の中で実現していきます。「瞑想する」ことは神とのまじわりに「留まり」、自分自身を神の手に「委ねる」ことと言い換えることもできます。

あなたは　私を諭して導き／後には栄光のうちに受け入れてくださいます。（24）

「神を恐れることもしない傲慢な者、平気で悪を為す者らが、何の懲らしめを受けることもなく、苦痛も不幸も乏しさもなく、むしろいつも健康で豊かで栄えているのはなぜなのか？」古今東西を問わず、多くの人がこの疑問に悩まされてきました。ほとんど答らしい答を見出すことができないまま…。この詩篇の作者も、悪を避けて、心を清め、正しい行いに励んでいるのに、悪を行っている者よりも辛い目にあっていることへの理不尽を嘆いています。このような現実は、私たちの身近にも、また、社会組織の様々な分野にも見られることですが…。

このような葛藤に、この詩の作者が、どのようにして解答を見い出したかが、17節に「ついに私は　神の聖所に入って／彼らの最期を悟った」と書かれています。激しい葛藤をかかえたまま、彼は神の聖前（みまえ）に出ました。御顔を仰いで見えてきたものがありました。

やがて皆、神の前に出る時が来る。その時悪人は裁かれ、自分の行った悪への当然の報いを受ける。苦労しながらも正しく生きた人は、正当な報いを受けて祝福される。そのことに気づいた作者は、新たな思いで神さまの恵みを反芻（はんすう）しています。そして、このような恵み深い唯一の神に、しっかりと結びついて生きる決心を新たにし、その幸いを噛みしめています（23～28節）。人がたとえ苦労しても、神の前に正しく生きることは、とても幸いなことなのだと教えられます。

祈り　主よ、目に見える現実だけに振り回されず、御言葉に教えられつつ生きる者にしてください。TN

忘れないでください。／あなたに敵対する者の声を／あなたに向かい立つ者どもが／絶えずあげる叫びを。（23）

エルサレムのソロモンが建てた神殿は紀元前五八七年、バビロンによって滅ぼされました。また、紀元前五一五年に再建された第二神殿は、紀元前一六七年にシリアによって汚されました。主イエスの時代、第二神殿はヘロデによって手を加えられ、壮麗なものになりました。それで、「ヘロデの神殿」と呼ばれるようになりましたが、これは、紀元七〇年にローマによって跡形もなく破壊されました。

神を嫌う人々は、神の御名を表すものを攻撃し、それを壊そうとしてきました。今日、このアメリカでも、教会堂が放火されたり、今まで立てられていた十字架を取り外すよう訴えられたりしています。国家と社会に貢献してきた人々の名誉が汚され、その業績が否定されています。そのようなことをする人たちは、そうすることによって、アメリカを支えている自由や人権、平等や博愛といった理念を壊していることに気付いていないのです。いや、気付いていて、アメリカを壊そうとしているのかもしれません。

アメリカの現状を憂える心ある人たちは暗い気持ちにならざるを得ません。しかし、ただ気落ちするだけであってはなりません。「敵対する者の叫び」が大きければ大きいほど、信仰者もまた、「思い起こしてください」、「心に留めてください」、「忘れないでください」、「立ち上がってください」と、声を上げて神に訴えなければならないと思います。

祈り　主よ、アメリカをあわれんでください。PN

まことに　神こそさばき主。／ある者を低くし
ある者を高く上げられる。（7）

2～5節は神ご自身の言葉として、括弧でくくられ、訳されています。詩篇は、人から神への祈りなのですが、その中にも、神から人への言葉がしるされることがあります。ここでも、祈りを聞いてくださる神が、その答えを祈る人の唇に与えられたのです。

詩人は、そうした神の言葉に応答して、6節以後の祈りを続けています。神は、悪者たちに「おまえたちの角を高く上げるな」（5）と言われましたが、それに応答する祈りでは、「私は悪者どもの角を　ことごとく切り捨てます」というだけでなく、「正しい者の角は　高く上げられます」との確信が語られています（10）。

神のさばきは天秤のようです。苦しめる者が砕かれるとき、今まで苦しめられていた者が癒やされるのです。悪をなす者が低められるとき、正しい者が高められるのです。

このことは、ハンナの祈りの中に見られ（第一サムエル2・4～8）、主の母マリアの賛歌の中に引き継がれています（ルカ1・51～53）。

第一ペテロ5・6に「ですから、あなたがたは神の力強い御手の下にへりくだりなさい。神は、ちょうど良い時に、あなたがたを高く上げてくださいます」とあるように、へりくだって主に仕えたいと思います。さばき主である主は、自らを低くする者を、必ず、高くしてくださるからです。

祈り　主よ、正しく裁かれるあなたの前で、常に謙虚に歩ませてください。人々から低くされたと感じるとき、あなたが高くしてくださるとの希望を持ち、あなたに信頼することができますように。　PN

試し読みはここまでです。

お気に入りましたら、

注文してください。

Penguin Club
https://penguinclub.net