



# たった一つの 大切なこと

The One Thing That Matters Most

**“She had a sister called Mary, who sat at the Lord’s feet listening to what he said. But Martha was distracted by all the preparations that had to be made. She came to him and asked, “Lord, don’t you care that my sister has left me to do the work by myself? Tell her to help me!”**

**“Martha, Martha,” the Lord answered, “you are worried and upset about many things, but few things are needed—or indeed only one. Mary has chosen what is better, and it will not be taken away from her.””**

**Luke 10:39–42 NIV**

彼女にはマリアという姉妹がいたが、主の足もとに座って、主のことばに聞き入っていた。ところが、マルタはいろいろなもてなしのために心が落ち着かず、みもとに来て言った。「主よ。私の姉妹が私だけにもてなしをさせているのを、何ともお思いにならないのですか。私の手伝いをするように、おっしゃってください。」

主は答えられた。「マルタ、マルタ、あなたはいろいろなことを思い煩って、心を乱しています。しかし、必要なことは一つだけです。マリアはその良いほうを選びました。それが彼女から取り上げられることはありません。」

[ルカの福音書 10:39-42]

“He says, “Be still, and know that I am God; I will be exalted among the nations, I will be exalted in the earth.””

Psalms 46:10 NIV

「やめよ。知れ。わたしこそ神。わたしは国々の間であがめられ地の上であがめられる。」

[詩篇 46:10]

**“This is what the Lord says: “Let not the wise boast of their wisdom or the strong boast of their strength or the rich boast of their riches, but let the one who boasts boast about this: that they have the understanding to know me, that I am the Lord, who exercises kindness, justice and righteousness on earth, for in these I delight,” declares the Lord.”**

**Jeremiah 9:23–24 NIV**

—主はこう言われる—知恵ある者は自分の知恵を誇るな。力ある者は自分の力を誇るな。富ある者は自分の富を誇るな。誇る者は、ただ、これを誇れ。悟りを得て、わたしを知っていることを。わたしは主であり、地に恵みと公正と正義を行う者であるからだ。まことに、わたしはこれらのことを喜ぶ。—主のことば。』」

[エレミヤ書 9:23,24]

# 1. 決心する

**Settle this point in your heart!**

## 2. 神様との関係を明確にする

Clarify what relationship with God is!

### **3. イエスさまの模範に倣う** **Follow Jesus' s example**

**“But Jesus often withdrew to lonely places and prayed.”**

**Luke 5:16 NIV**

**だが、イエスご自身は寂しいところに退いて祈っておられた。**

**[ルカの福音書5:16]**

“Very early in the morning, while it was still dark, Jesus got up, left the house and went off to a solitary place, where he prayed.”

Mark 1:35 NIV

さて、イエスは朝早く、まだ暗いうちに起きて寂しいところに出かけて行き、そこで祈っておられた。

[マルコの福音書 1:35]

**Q: 私の人生の中で、さらに「深く広く」進むべきエリアは何ですか？**

<今週思いめぐらしてほしいこと>

この質問を自身に聞いて応えてみてください:

「私の人生の中の優先順位を並び替える必要があるだろうか？」

**Q: What needs to go Deeper and Wider in my life?**

Homework for this week...

Spend time thinking and asking this question:

“Does the order of my priorities in my life need to be rearranged?”