

自制心を身につけるとは？

セルフ・コントロール

～人生の視点が変わる聖書からのすすめ～



羽鳥 明

「ですから、あなたがたは心を引き締め、身を慎み、イエス・キリストが現れるとき与えられる恵を、ひたすら待ち望みなさい。」
 (一ペテロ1・13)

終わりには、勝利、栄冠、安息、喜びが待っているのです。世の終わりの最後の最後ばかりではありません。人生の節目ごとに、神はそれをもうけていくくださる。いえ、一日一日の労苦にすら終わりがあり、神の前に祈りつつ出るとき、そこには一日の勝利、一日の安息、一日の喜び、一日の栄光があるのです。

もう十数年も前になりますが、私たちの仲間は、東京で十日間の大集会のため全力投球していました。苦しい試練の多い日々でした。しかし、今は亡き私たちの先輩

80歳になるO先生が口癖のように言われたことがなんと大きな励みになったか。今も私の耳に残っているのです。
 「いつまでも続くんじゃない。終わりが来るんだよ。栄光と恵の終わりが来るんだ。だから頑張るんだ。」

「すべての訓練は、そのときは喜ばしいものではなく、かえって苦しく思われる者ですが、後になると、これによって鍛えられた人々に、義という平安の実を結ばせます。」(ヘブル12・11)



長野ゴスペルホール
 長野キリスト集会

TEL&FAX.026-295-6705
 E-mail:n_gospelhall@yahoo.co.jp

QRコードから
 ホームページへ
 アクセスできます
 →

※文中の聖書引用箇所は新改訳2017を使用しています。
 ※このトラクトは太平洋放送協会様のご厚意により文の一部を現代に合わせて再編集させていただきました。

発行元／一般財団法人太平洋放送協会 (PBA)
 〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台2丁目1-0CCビル

自分で自分を制御する（セルフ・コントロール）、これはなかなかむずかしいことです。

たとえば、たばこを吸うことは、一寸きざみに命を縮めていることだと分かっているとしても、なかなかやめられません。

ある人はこう言いました。「彼らは勇敢なのか、愚かなのか。ただセルフ・コントロールできていないだけである」

スリムな健康体に保つのは、ダイエット（食餌法）ばかりの問題でなく、その人のライフ・スタイル（生き方）、つまり自己の制御にかかっていると云った人もいます。

またこの問題は、ある人には出来てある人には出来ないということとでなく、すべての人の問題らしいです。

たとえば、仕事の事となると精

力的に、犠牲的精神すら發揮してやりとげる人が、人間関係、ことに家庭においての妻や子との間柄をどうしても巧くやれないということはよくあります。

スポーツの訓練の面では実によくコントロールできるのに、勉強とか異性関係はからつき駄目という人もいます。

また、消極的に『やめる』ということではできても、積極的に『始める』ことの苦手な人がいます。

王や高位高官の人となっても、やはり駄目らしく、パウロから義・節制・さばきについて話されたとき、ローマの総督ペリクスは頭をかかえて引き下がりました。

聖書は節制のことを強調していますが、私たちもまた、その必要を自覚していると思います。現代の子の非行、落ちこぼれ、フリー・セッ

第二の原則は、

聖なる目的に生きる

ということですが。

「あなたがたは聖なる者でなければならぬ。わたしが聖だからである」（一ペテロ一・16）とありますが、神の聖、神の愛、その真実な御心、ご目的を知ったとき、マラソンの走者が最後のストレッチを何ものにも邪魔されず、一心不乱に走りきるように、私たちは、神を喜ばすため、その栄光を目指して、愛の道を走りきるでしょう。

新約聖書へブル人への手紙の著者はこう言います。

「私たちも、一切の重荷とまとわりつく罪を捨てて、自分の前に置かれてある競争を、忍耐をもって走り続けようではありませんか。信仰の創始者であり完成者であるイエスから、目を離さないでいな

クスや麻薬の問題、家庭内暴力：すべて我慢することを知らない、自製の訓練のない結果だと親も教師も感じているようです。どうしたらセルフ・コントロールできるのでしょうか。

第1の原則は、

神の御霊のコントロール

であると聖書が教えています。

「いのちを与えるのは御霊です。肉は何の益ももたらしません。」

（ヨハネ6・63）

「肉のわざは明らかです。しかし、御霊の実は、愛、喜び、平安、寛容、親切、善意、誠実、柔和、自制です。」

（ガラテヤ5・19、21〜23）

「私は言います。御霊によって歩みなさい。そうすれば、肉の欲望を満たすことは決してありません。」

（ガラテヤ5・16）

さい。この方は、ご自分の前に置かれた喜びのために、辱めをもととみせず、十字架を忍び、神の御座の右に着座されたのです。」

（へブル12・1、2）

人生の本当の目的が分かったとき、人はセルフ・コントロールがえきるようになるのです。

自分の身体を打ちたたいたとしても、聖なる目的、栄冠に向かって走るでしょう。

さて、最後に申し上げたいもう一つのこと：それは自制とか忍耐は永久のものでなく終わりがあるということですが。

ペテロは言いました。



第三に、第一のことを第一にすること。自我を否定して、自分の十字架をとり、キリストに従うことです。

