

1月4日

わたしはあなたの力。だから、わたしに喜びを見出しなさい。あなたの喜びを常に生き生きと保つことがきわめて重要だ。特に、苦痛に満ちた逆境にあるときは。さまざまな困難にもがいているときはいつでも、自分の思考や口から出す言葉を注意深く守る必要がある。もしあなたが、悪いことや間違いばかりを見るなら、ますますがっかりしていくばかりで、力も萎えていくだろう。自分がそうになっていると気づいたなら、ただちにその痛い悪循環を止めなさい。心の向きを変え、わたしを見なさい。苦しみのすべてについて、わたしの助けを求めなさい。

わたしを賛美する時間を持ちなさい。わたしをあがめ賛美することはばや歌を口ずさんでごらん。わたしにあって喜ぶ助けとなる聖句を読みなさい。

わたしは永遠であり、ゆえにわたしとあなたとの関係も永遠のものであるのに対し、あなたの問題は、どれも一時的でしかないことを思い出しなさい。わたしのうちに喜びを見出し、あなたを愛するわたしの愛が、決して尽きないことを大

いに喜ぶにつれ、あなたの力は増し加わるだろう。主を喜ぶことは、あなたの力。この力は、いつでも、永遠までも、あなたのために用意されているのだから！

+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-:+:-+

【新改訳 2017】

ネヘミヤ 8:10

さらに、彼は彼らに言った。「行って、ごちそうを食べ、甘いぶどう酒を飲みなさい。何も用意できなかった人には食べ物をごちそうを贈りなさい。今日は、私たちの主にとって聖なる日である。悲しんではならない。【主】を喜ぶことは、あなたがたの力だからだ。」

詩篇 66:1

全地よ神に向かって喜び叫べ。

詩篇 66:2

御名の栄光をほめ歌い神の誉れに栄光を帰せよ。

詩篇 66:3

神に申し上げよ。「あなたのみわざはなんと恐ろしいことでしょう。偉大な御力のためにあなたの敵は御前にへつらい

服します

詩篇 143:8

朝にあなたの恵みを聞かせてください。私はあなたに信頼していますから。行くべき道を知らせてください。私のたましいはあなたを仰いでいますから。