（2026/9/15）

「エホバに従うには自分の気持ちをコントロールすることが大切」

（MWB20260204 クリスチャンとして生活する）

０．（序論）（自分を責める気持ちをコントロールすることは大切）

平和を重んじる日本では自分を責めること必ずしも悪いこととされず、得意な人多く、JWも例外でない
では①自分を責める気持ちをなぜコントロールする必要があるか？②どのようにコントロールできるか？

１．？自分を責める気持ちコントロールするのはなぜ大切か？

⇒正しいことをする決意が弱くなり、エホバに従うことが難しくなることもある

？この消極的な思考による結果は、具体的に考えて、どんな影響によるものか？

⇒愛、喜びとは正反対にこの思考による恐怖/卑下することは足かせ/拘束となり、エホバへの活動抑制

２．？自分を責める気持ちをどうしたらコントロールできるか？

⇒「忠節を保つのに必要な特質を磨く 自制」の動画を再生して。ご覧になった後に、
自分を責める気持ちを乗り越えるのにどんなことが役立ったか？―お聴き

？自分を責める気持ちを乗り越えるのにどんなことが役立つか？（エレイン姉妹のコメント）

⇒まずは自分を責めたくなる理由を全部書き出してみた。それぞれについてエホバがどう思われるかを調べ、そういう気持ちになったときに思い出すべき聖句を探した。そのリストをいつも持ち歩いた。

？エレイン姉妹は、どうしてそれが忠節の試みだと思ったか？

⇒**コリー 9:25** に、「競技に参加する人は皆、どんなことについても自制します。」と、エホバが命じておられるから。 考えることにも自制を働かせるなら、エホバに忠節を示していることになる。

３．（結論）自分を責める気持ちを乗越えて、明るく元気に、エホバに従っていく