

## クリスチャンとしての目標 あなたも達成できます

「諦めずに立派なことを行い続けましょう。諦めないなら、やがて刈り取ることになります」。  
ガラテア 6:9

### 84 番の歌 人々の力になろう

何を学ぶか\*私たちは、クリスチャンとしての目標を立てるようによく勧められます。でも、良い目標を立てたのになかなか達成できないこともあります。そういう場合、どうしたらいいでしょか。この記事では、目標を達成するのに役立つさまざまな点を取り上げます。

1. 多くの人はどんな経験をしたことがありますか。

クリスチャンとしての目標を立てたのに、それを達成できなかった、ということがありますか。\*

**語句の説明:** クリスチャンとしての目標とは、エホバにいっそう仕え、エホバに喜んでいただくことを目指して立てる目標のことです。その中には、クリスチャンとしての人格を磨くこと、聖書通読や個人研究からもっと多くのことを学ぶこと、伝道をもっと上手に行うことなどが含まれます。こうした経験をしている人はたくさんいます。例えばフィリップ兄弟は、祈りの内容をもっと良いものにし、回数も増やしたいと思っていました。でも、なかなか時間を取ることができませんでした。エリカ姉妹は野外奉仕のための集まりに遅れずに行くことを目標にしましたが、いつも遅刻してしまっていました。トマーシュ兄弟は聖書を最後まで読み通すことに何度もチャレンジしました。でも、こう言っています。「3回やってみましたが、聖書を読むことを楽しめなかったので、いつもレビ記で終わってしまいました」。

2. なかなか達成できていない目標があるとしてもがっかりする必要はありません。どうしてそう言えますか。

目標をなかなか達成できていないとしても、がっかりしないでください。小さな目標を達成するのにも、時間や努力が必要ものです。目標を持っているということは、エホバとの絆を大切にしていて、ベストを尽くしてお仕えしたいと思っている、ということです。エホバは私たちにできないことを求めたりはせず、頑張っている姿を見て喜んでくださいます。（詩 103:14 神は私たちの造りをよく知っている。私たちが土でできているにすぎないことを覚えている。ミカ 6:8 神はあなたに、何が善いことかを伝えた。エホバがあなたに求めていることは何か。ただ公正を守り(\*公平であり)、揺るぎない愛を抱き(\*愛して親切に尽くし)、慎みを持って神と共に歩むことである）それで、今の自分の状況で達成可能な目標を立てるようにしましょう。では、その目標を達成するためにどんなことができるでしょうか。幾つか考えてみましょう。

## 意欲を高める



意欲を求めて祈る。 (3-4 節を参照。)

3. 意欲を持つことが大切なのはどうしてですか。

3 目標を達成するためには強い意欲が必要です。意欲は、ヨットに吹く追い風に似ています。絶えず風が吹いていれば、ヨットは進み続けることができます。風が強ければ、それだけ速く目的地に着けるでしょう。同じように、強い意欲があるなら目標を達成しやすくなります。エルサルバドルのダビド兄弟はこう言います。「意欲があるなら、問題にぶつかっても諦めずに頑張り続けることができます」。では、どうすれば意欲を高めることができるでしょうか。

4. どんなことを祈れますか。 ([フィリピ 2:13](#)) (挿絵も参照。)

4 意欲を求めて祈る。エホバは聖なる力によって私たちに意欲を与えてくださいます。 ([フィリピ 2:13](#) 神はご自分の望みを実現させるために皆さんを力づけてくださいます。行動するための意欲と力の両方を与えてくださるのでを読む。) 私たちは、義務感に駆られて目標を立てることがあるかもしれません。もちろん、目標を立てるのはとても良いことですが、義務感だけではなかなか意欲は湧いてこないでしょう。ウガンダのノリーナ姉妹は、聖書レッスンを始めることを目標にしていました。でも、上手に教える自信がなかったので、なかなかやる気になれませんでした。姉妹はこう言います。「意欲を与えてください、と毎日エホバに祈りました。そして、教える技術を磨くよう努力しました。数ヶ月後には、誰かに聖書を教えたいという気持ちになっていました。その年、2人の人と聖書レッスンを始めることができました」。

5. どんなことをじっくり考えると意欲を高めることができますか。

5 エホバがしてくださったことについてじっくり考える。 ([詩 143:5](#) 昔の日々を思い出し、あなたの全ての行いを思い巡らします。あなたが行った事をひたすらじっくり考え(\*を意欲的に学びます) パウロは、エホバからの惜しみない親切についてじっくり考えたので、エホバのためにもっと多くのことを行いたいという気持ちになりました。 ([コリ一 15:9, 10](#) 私は使徒のうち最も小さな者で、使徒と呼ばれるに値しません。神の会衆を迫害したからです。 10 今の私があるのは、神の惜しみない親切のおかげです。私に示されたその惜しみない親切は無駄になりませんでした。私はほかのどの使徒よりも多く働きました。といっても、それは私の力ではなく、神の惜しみない親切によります。[テモ一 1:12-14](#) 私は、力を授けてくださった主であるキリスト・イエスに感謝しています。私を忠実な者と見なし、奉仕する務めを与えてくださったからです。 13 以前は神を冒瀆し、神の民を迫害し、横柄だった私が、憐れみを示されました。当時は信仰がなく、よく知らずに行動していたからです。 14 私たちの主は惜しみない親切をあふれるほど豊かに示してください、私が信仰とキリスト・イエスからの愛を得られるようにしてくださいました) 私たちも同じように、エホバがしてくださったことについてよく考えるなら、目標を達成するためにもっと頑張ろうという気持ちになるでしょう。 ([詩 116:12](#) 私は何をしてエホバにお返ししよう。私のためにしてくださった全ての良いことに対して) ホンジュラスのある姉妹は、開拓者になることを目標にしていました。どんなことが助けになつたでしょうか。こう言っています。「エホバが私をどれほど愛してくれているかについてじっくり考えました。エ

ホバはご自分の家族に私を迎えてくださいました。私のことをいつも気に掛け、守ってくださっています。こうしたことを考えると、エホバへの愛が深まり、もっと頑張ろうという気持ちになりました」。

6. 意欲を高めるためにほかにもどんなことができますか。

6 どんな良い結果になるかを考える。時間を守ることを目標にしていたエリカ姉妹にとって、どんなことが助けとなつたでしょうか。こう言っています。「奉仕の集まりに遅れると、いろいろな良いものを得損なつてしまう」ということに気付きました。時間に余裕を持って行くなら、兄弟姉妹とあいさつしたり話したりできます。さらに、役立つ点も教えてもらえるので、伝道をもっと上手に行えるようになります。楽しめるようになりました」。エリカ姉妹は、時間を守るとどんな良い結果になるかを考えたので、目標を達成することができました。私たちも同じようにすることができます。聖書通読や祈りについての目標を立てたのであれば、エホバとの絆がどのように強くなるかを考えてみましょう。（詩 145:18, 19 エホバは、ご自分に呼び掛ける全ての人の近くにいる。

ご自分に誠実に(\*正しく)呼び掛ける全ての人の近くにいる。19 神はご自分を畏れる人の願いをかなえてくださる。  
助けを求める叫びを聞き、助け出してください）クリスチヤンの人格を磨くことを目指しているのであれば、周りの人との関係がどのように良くなるかを考えることができます。（コロ 3:14 これら全てに加えて、愛を身に着けましょう。愛は完全な絆なのです）自分が立てた目標を達成したいと思うのはどうしてか、理由を全て書き出してみてください。そして、そのリストを時折見返しましょう。前に出てきたトマーシュ兄弟はこう言います。「達成したいと思う理由が多ければ多いほど、諦めずに頑張ることができます」。

7. フリオ兄弟と妻が目標を達成する上で、どんなことが助けになりましたか。

7 意欲を高めてくれる人たちと一緒に過ごす。（格 13:20 賢い人たちと共に歩むと賢くなり、愚かな人たちと関わり合うと苦しい目に遭う）フリオ兄弟は、夫婦で必要な大きな所に移動することを目標にしていました。どんなことが助けになつたでしょうか。こう言っています。「私たちの目標を応援してくれる人たちと友達になり、目標について語り合うようにしました。同じような目標を達成したことがある兄弟姉妹も大勢いたので、いいアドバイスをもらいました。さらに、様子を尋ねてくれたり、ぴったりのタイミングで励ましてくれたりもしました」。

## 意欲が湧かない時



目標に向けて努力する。（8節を参照。）

8. 意欲が湧いた時だけ目標に向かって努力するとしたら、どうなりますか。（挿絵も参照。）

8 私たちは誰でも、意欲が湧かない時があります。でも、だからといって目標を達成できないということではありません。ヨットは追い風を受けると勢いよく進んでいきます。でも、風は強いことであれば、全く吹かないこともあります。風がないと、ヨットは目的地にたどり着くことができないのでしょうか。そういうわけではありません。ヨットに乗る人は、モーター やオールを使って進んでいくことができます。意欲も風に似ているので、強くなったり弱くなったりすることができます。意欲が全く湧かないという日もあるでしょう。それで、もし意欲が湧いた時だけ目標に向かって努力するとしたら、目標は達成できないかもしれません。モーター やオールを使って進むかのようにして、意欲が湧かない時にも、目標に向けて努力する必要があります。そうするのは簡単ではないかもしれません、努力する価値があります。では、意欲が湧かない時に頭をよぎるかもしれない、1つの質問について考えてみましょう。

9. 意欲が湧かない時にも目標に向けて努力するべきですか。どうしてそう言えますか。

9 エホバは私たちが喜んでご自分に仕えることを願っています。（[詩 100:2](#) 喜んでエホバに仕えよ。歓声を上げながら神の前に出よ。[コリニ 9:7](#) 一人一人が、嫌々ながらでも強いられてでもなく、心に決めた通りに行ってください。神は快く与える人を愛されます）では、意欲が湧かない時にも、目標に向けて努力するべきなのでしょうか。パウロの例を考えてみましょう。パウロは、「自分の体を厳しく訓練し、奴隸にして従わせます」と言いました。（[コリー 9:25-27](#) また、競技に参加する人(\*運動選手)は皆、どんなことについても自制します。もちろん、そのようにして彼らが得ようとするのは朽ちる冠ですが、私たちの場合は朽ちない冠です。26 それで私は、どこに向かっているか分からぬような走り方をしてはいません。空振りになるようなこぶしの振るい方もしてはいません。27 自分の体を打ちたたき(\*処罰し/厳しく訓練し)、奴隸にして従わせます。人々に伝道しておきながら、私自身が何かのことで退けられない(\*失格にならない)ためです、脚注）エホバの望むことを行いたいという気持ちにならなかつた時にも、大きな努力を払ってそうしたのです。エホバはパウロの行ったことを喜んだでしょうか。もちろんです。そして、大きな報いも与えました。（[テモニ 4:7, 8](#) 私は立派に戦いました。競走を最後まで走りました。クリスチャンの信条を守りました。8 今から後、私は正義の冠を授けられることになっています。その冠は、正しく裁く方である主が、定めの日に報いとして与えてくださるものです。私だけにではなく、主が現れるのを待ち望んできた人全てに与えてくださいます

10. 意欲が湧かない時にも目標に向けて努力すると、どんな良いことがありますか。

10 同じようにエホバは、意欲が湧かない時にも努力する私たちの姿を見て、喜んでくださいます。目標に向けて行うこと自体を楽しめないとしても、エホバへの愛の気持ちから行うなら、エホバは喜んでくださるのでです。エホバは、パウロの努力を高く評価したのと同じように、私たちの努力も高く評価してくださいます。（[詩 126:5](#) 涙を流しながら種をまく人は、歓声を上げて収穫する）そのことを実感すると、意欲が湧いてくることでしょう。ポーランドのルツィーナ姉妹はこう言います。「疲れている時には特に、なかなか伝道に行く気になれないことがあります。でも出掛けると、大きな喜びを味わうことができ、幸せな気持ちになります」。では、意欲が湧かない時、具体的にどんなことができるか、考えてみましょう。

11. 自制をもっと示せるよう、エホバはどのように助けてくださいますか。

11 **自制を祈り求める。** 自制とは、感情や行動をコントロールする力のことです。悪いことを行わないように自分を抑える、という意味でよく使われます。でも、良いことを行うためにも自制が必要です。難しいことを行おうとしていたり、意欲が湧かなかつたりする場合には、特にそうです。自制は聖なる力が生み出すものなので、自制をもっと示せるよう聖なる力の助けを求めましょう。（ルカ 11:13）それで、あなたたちが罪深い人間でありながら、子供に良い贈り物を与えることを心得ていれば、まして天の父は、ご自分に求めている人に聖なる力を与えてくださるのです。（ガラ 5:22,23）一方、聖なる力（神がご自分の望むことを成し遂げるために送り出す、目に見えない力）が生み出すもの（d\*実）は、愛、喜び、平和、辛抱強さ、親切、善良、信仰、23 温和、自制です。このようなものを否定する律法はありません）初めの方に出てきたダビド兄弟は、個人研究を定期的に行いたいと思っていました。祈りがどのように助けとなつたかについて、こう言っています。「もっと自制を示せるよう助けてください」とエホバにお願いしました。エホバのおかげで、良い予定を立て、その予定をきちんと守れるようになりました」。

12. 目標を目指す上で、伝道の書11章4節はどのように役立ちますか。

12 **状況が完璧に整うのを待たない。** 今の世の中では、状況が完璧に整うことは期待できません。それで、そうした期待を持っているなら、目標を達成することはできないでしょう。（伝道の書11:4 風を見守っている者は種をまかない。雲を眺めている者は刈り取らないを読む。）ダニエル兄弟はこう言います。「完璧な状況というものはないので、待つのではなく、始めてみるのがよいと思います」。ウガンダに住むポール兄弟も、先延ばしにするのはよくないと感じています。こう言います。「問題がある中でも行動に移すなら、エホバの助けを実感する機会となります」。（マラ3:10 10分の1全部を倉庫に持ってきて、私の家に食物があるようにしなさい。私があなたたちのために天の水門を開いて、あふれるほどに祝福を注ぐかどうか、私を試してほしい）と、大軍を率いるエホバは言う）

13. 小さな目標から始めてみるとよいのはどうしてですか。

13 **小さな目標から始めてみる。** 目標があまりにも大き過ぎると、意欲が湧かないかもしれません。そういう場合には、小さな目標から始めてみるのはどうでしょうか。例えば、①何かの性質を身に付けようと思っている場合、それをちょっととしたところから始めてみることができます。②聖書全体を読むことを目標にしているなら、短い時間読むことから始められるでしょう。初めに出てきたトマーシュ兄弟は、1年で聖書を読み通すという目標を立てましたが、なかなか達成できずにいました。こう言います。「自分にとってペースが速過ぎた、ということに気が付きました。それで今度は、毎日数節を読んでじっくり考えることにしました。そうすると、聖書通読が楽しくなっていきました」。トマーシュ兄弟は、通読が楽しくなるにつれて、もっと長い時間読むことができるようになり、やがて聖書全体を読み通すことができました。\*「神権宣教学校の教育から益を得る」の本の10ページ4節を参照（クリチャン・キリスト語聖書の方から読み始めた人も少なくない）。

壁にぶつかってもがっかりしない

14. 目標を達成する上で、どんなことが壁になるかもしませんか。

14 残念なことですが、目標を達成したいという意欲がどれほどあっても、どんなに自分を訓練していましたとしても、壁にぶつかることがあります。例えば、「思いも寄らないこと」が起きて、時間を奪われてしまうかもしません。（伝 9:11私はこの地上で次のことも知るようになった。足の速い人がいつも競走に勝つわけでも、強い人が戦いに勝つわけでもない。また、賢い人がいつも食事にありつけるとは限らない。知的な人が裕福になるとも、知識がある人が成功するとも限らない。なぜなら、思いも寄らないことがいつ誰にでも起きるからだ）がっかりさせられるような大きな問題にぶつかって、力がなくなることもあります。（格 24:10苦難の時(\*日)に落胆するなら、力が失われる）不完全さや疲れが壁になることもあるでしょう。（マタ 26:43再び戻ると、3人は眠っていた。まぶたが重くなっていたのである。ロマ 7:23しかし、体(d\*器官)の中で別の律法が、考えを導く律法と戦い、私を捕らえて体(d\*器官)の中にある罪の律法に従わせていくのが分かります）では、こうした壁を乗り越えるためにどんなことができるでしょうか。

15. 壁にぶつかるとしてもそれで終わりではない、と言えるのはどうしてですか。（詩編 145:14）

15 壁にぶつかるとしても、それで終わりではない。聖書によれば、私たちはたくさんの問題を経験します。でも、エホバの助けによって、それを乗り越えていくことができます。（詩編 145:14エホバは、倒れかけている人を皆支える。うずくまっている人を皆立ち上がらせるを読む。）初めに出てきたフィリップ兄弟はこう言います。「私は、自分が何度挫折したかにではなく、そこから何度立ち直って目標に向かって努力してきたかに思いを向けるようにしています」。先ほどのダビド兄弟はこう言います。「壁にぶつかる時、それを障害物と見るのではなく、エホバに愛を示すチャンスと考えるようにしています」。壁にぶつかるとしても、諦めてしまわないなら、エホバに喜んでもらいたいと思っていることを示せます。目標に向けて頑張るあなたの姿を見て、エホバは満面の笑みを浮かべているに違いありません。

16. 壁にぶつかった経験から、どんなことを学べますか。

16 壁にぶつかった経験から学ぶ。うまくいかなかった理由を分析し、同じことを繰り返さないために何ができるかを考えましょう。（格 27:12聰明な人は危険に気付いて身を隠すが、経験のない人たちは進んでいって当然の報い(\*罰)を受ける）もしかすると、壁にぶつかったのは、目標が現実的なものではなかったからかもしれません。そういう場合には、目標が今の自分に合ったものかどうか、改めて考えることができます。\*詳しくは、「ものの塔」2008年7月15日号の「道理にかなった見方を培い、喜びを保つ」という記事を参照。現実的ではない目標を達成できなかつたとしても、エホバから見てそれは失敗ではありません。（コリニ 8:12進んで与える気持ちがあるなら、受け入れられます。持っている物を与えればよいのです。持っていない物までは期待されていません）

17. これまでどんな目標を達成してきたかを思い起こすとよいのはどうしてですか。

17 これまでどんな目標を達成してきたかを思い起こす。聖書には、「神は不公正な方ではないので、[皆さん]働き……を忘れたりはされません」とあります。（ヘブ 6:10皆さんはこれまでずっと聖なる人たちに仕え、今も仕え続けています。そのようにして、神の名を愛していることを示してきました。神は不

公正な方ではないので、そうした働きや愛を忘れたりはされません) ですから、私たちも忘れないようにしましょう。あなたはこれまでどんな目標を達成してきましたか。エホバと親しくなること、エホバについて語ること、バプテスマを受けることなどがあるかもしれません。努力してこうした目標を達成してきたのであれば、今持っている目標についても、達成することを目指して進み続けることができます。([フィリ 3:16](#) いずれにしても、私たちはこれまで進歩してきたのですから、この同じ道をきちんと歩んでいきましょう)



達成までの過程も楽しむ。(18節を参照。)

18. 目標に向けて努力している時、どんなことを意識できますか。 (挿絵も参照。)

18 あなたもエホバの助けて目標を達成することができます。ヨットに乗る人は、目的地に着くと喜びや満足感を味わいます。でも、そこに向かう途中もさまざまな景色などを楽しめます。同じように私たちも、目標に向けて努力する時、エホバがどのように助けてくださっているかに目を向けると喜べます。([コリニ 4:7](#) しかし、私たちはこの宝を土の器に入れて持っています。そのため、普通を超えた力が私たちから出るのではなく、神から来るということが明らかです) そして、諦めてしまわないなら、やがて目標を達成し、もっと大きな喜びを味わえることでしょう。([ガラ 6:9](#) それで、諦めずに立派なことを行い続けましょう。諦めない(\*疲れ果ててしまわない)なら、やがて刈り取ることになります)

目標に向けて努力する時…

## 1. 意欲を高めるためにどんなことができますか。

- ・S04 意欲を求めて祈る。意欲を与えてください、と毎日エホバに祈り、教える技術を磨くよう努力できる
- ・S05 エホバがしてくださったことについてじっくり考える。エホバへの愛が深まり、目標を達成するためにもっと頑張ろうという気持ちになる。
- ・S06 どんな良い結果になるかを考える。聖書通読や祈りについての目標を立てたのであれば、エホバとの絆がどのように強くなるかを考え、クリスチヤンの人格を磨くことを目指しているのであれば、周りの人との関係がどのように良くなるかを考える。自分が立てた目標を達成したいと思うのはどうしてか、理由を全て書き出してみて、そのリストを時折見返す。達成したいと思う理由が多ければ多いほど、諦めずに頑張れる。

## 2. 意欲が湧かないなら、どんなことができますか。

- ・S11 自制を祈り求める。自制とは、感情や行動をコントロールする力のこと。良いことを行うためにも自制が必要で、難しいことを行おうとしていたり、意欲が湧かなかつたりする場合には、特に自制をもっと示せるよう聖なる力の助けを求める。
- ・S12 状況が完璧に整うのを待たない。状況が完璧に整うことを行っているなら、目標を達成することはできない。問題がある中でも行動に移すなら、エホバの助けを実感する機会となる。
- ・S13 小さな目標から始めてみる。目標が大き過ぎると、意欲が湧かないかもしれませんので、小さな目標から始めてみる。何かの性質を身に付けようと思っている場合、それをちょっとしたところから始めてみたり、聖書全体を読むことを目標にしているなら、短い時間読むことから始められる。クリスチャン・ギリシャ語聖書の方から読み始めるのも良い。

## 3. 壁にぶつかるとしても、どう考えることができますか。

- ・S15 壁にぶつかるとしても、それで終わりではない。聖書によれば、私たちはたくさんの問題を経験しますが、エホバの助けによって、それを乗り越えていくことができる。何度挫折したかにではなく、そこから何度も立ち直って目標に向かって努力してきたかに思いを向ける。壁を障害物と見るのではなく、エホバに愛を示すチャンスと考えるようにする。
- ・S16 壁にぶつかった経験から学ぶ。うまくいかなかった理由を分析し、同じことを繰り返さないように何ができるかを考える。目標が現実的なものではなかったかもしれませんので、目標が今の自分に合ったものかどうかを改めて考える。
- ・S17 これまでどんな目標を達成してきたかを思い起こす。神は不公正な方ではなく、私たちの働きを忘れたりはされないので、私たちも忘れないようにする。エホバと親しくなること、エホバについて語ること、バプテスマを受けることなどの目標を達成してきたのであれば、今持っている目標についても、達成することを目指して進み続けることができる。

### 126番の歌 目を覚ましていて、しっかり立ち、強い人になる

▲ 私たちは、クリスチャンとしての目標を立てるようにとよく勧められます。でも、良い目標を立てたのになかなか達成できないこともあります。そういう場合、どうしたらいいでしょうか。この記事では、目標を達成するのに役立つさまざまな点を取り上げます。

▲ 語句の説明: ク里斯チャンとしての目標とは、エホバにいっそう仕え、エホバに喜んでいただくことを目指して立てる目標のことです。その中には、クリスチャンとしての人格を磨くこと、聖書通読や個人研究からもっと多くのことを学ぶこと、伝道をもつと上手に行うことなどが含まれます。

▲ 「神権宣教学校の教育から益を得る」の本の10ページ4節を参照。

▲ 詳しくは、「ものの塔」2008年7月15日号の「道理にかなった見方を培い、喜びを保つ」という記事を参照。