

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。

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、エホバにいつそう仕え、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。そ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か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。

2 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、時間や努力が要るものです。目標を持っているということは、エホバとの絆を大切にされていて、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、何が善いことをか伝えた。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すを読む。）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。数カ月後には、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。（[コリー 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。私を忠実な者に見なし、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ったのでしょうか。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入れてくださいました。私のことをいつも気に掛け、守ってくださいました。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ったのでしょうか。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っ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れば、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、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）クリスチャ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出来ます」。

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、夫婦で必要の大きな所へ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ったのでしょうか。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えました。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、風は強いこともあれば、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あります。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が、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。コリ二 9:7 一人一人が、嫌々ながら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、奴隷にして従わせます」と言いました。（コリ一 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、どこに向かっていくか分からない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)、奴隷にして従わせます。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った時にも、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のでしょうか。もちろんです。そして、大きな報いも与えました。（テモ二 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るのであれば、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ったか**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（**クリスチャン・ギリシャ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れませんか。

14 残念なことです、**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**てしまうかもしれません。（[伝 9:11](#) 私はこの地上で次のことも知ようになった。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ります。 （[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るのが分かります）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](#) 聡明な人は**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**、「ものみの塔」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った**としても、**エホバから見てそれは失敗では**ありません。（[コリ二 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、**[皆さんの]働き.....を忘れたり**は**されません**」とあります。（[へブ 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ありません) 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で目標を達成することが出来ます。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みます。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。(コリ二 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、クリスチャ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、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待っているなら、 **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ないので、 **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**ことも良い。

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ために **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**もしれないので、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: クリスチャンとしての目標とは、エホバにいつそう仕え、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。

△ 「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、「ものみの塔」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。