2026 年 10 月 19-25 日

106 番の歌 愛を育む

愛に基づいたお願い

「そうはせずに愛に基づいてお願いしたいと思います」。フィレモン 9

ポイント：会衆を居心地のいい場所にするために何ができるか，パウロ，フィレモン，オネシモから学べます。

1. クリスチャンみんなが意識しないといけないことがあります。何ですか。

クリスチャン会衆では何とも言えない安心感を味わえます。仲間との友情，温かい雰囲気，そういうものはエホバがくれた素敵なプレゼントです。新しい世界では，どこに行ってもそういう雰囲気を楽しめます。（イザ 32:17，18 **真の正しさは平和をもたらし，絶えることのない平穏と安心を生み出す。** 18 **私の民は，平和な住まいに，安全な家に，心休まる平穏な場所に住む。**）でも今は，私たち一人一人が**努力しないと**温かい雰囲気を**守る**ことは**できません**。（ロマ 12:18 できる限りのことをして，どんな人とも平和な関係でいるようにしましょう。）じゃあ，どんなことを意識できるでしょうか。誰かを傷つけてしまった時，あるいは傷つけられた時，どうしたらいいでしょうか。ヒントは，パウロが温かい気持ちを込めて書いた手紙に隠されています。登場人物は**パウロ**，**フィレモン**，**オネシモ**です。

パウロがお願いしたこと

2. フィレモンへの手紙はどんないきさつで書かれましたか。（フィレモン 8，9，17）

2 フィレモン 8，9 それで，私はキリストの名によって少しも気後れすることなく，あなたが行うべき事柄を命じることもできますが，9 そうはせずに**愛に基づいてお願いしたい**と思います。年を取り，今はキリスト・イエスのために捕らわれている私パウロが，17 それで，**私を友と思ってくれている**のでしたら，**私を迎えるのと同じようにオネシモを優しく迎えてあげて**ください。を読む。コロサイ会衆に，愛情深く信仰が強い**フィレモン**という兄弟がいました。フィレモンには，クリスチャンではない**オネシモ**という奴隷がいました。ある時，突然オネシモが逃げ出してローマに行ってしまいます。もしかすると，この時お金まで盗んでいったのかもしれません。（フィレ 18 また，もし彼があなたに損害を与えたか負債があるなら，それを私への貸しと見なしてください。）その後，オネシモはローマであのパウロと知り合い，クリスチャンになりました。（コロ 4:9 皆さんの所から来た，**私の愛する忠実な兄弟オネシモ**も，**テキコと一緒に行**きます。**2 人**はこちらで起きていることを皆さんに詳しく知らせます。）でもローマの法律によると，オネシモは主人のフィレモンの所に帰らないといけませんでした。それでパウロはオネシモを送り返すことにし，フィレモンに手紙を書きます。オネシモのことを温かく迎えてほしいとお願いしてい

ます。イエスと仲間のことを心から愛しているフィレモンなら，そうしてくれるという気持ちがこもっています。（フィレ 12，13 私は**心から愛するオネシモ**を，**あなたのもとに送り返**します。13 本当は，彼にここにいてもらって，私が良い知らせのために拘禁されている間，**あなたの代わりに私に仕えてほしい**と思います。）

3. オネシモを送り返すにあたり，パウロには気掛かりなことがありました。どんなことですか。（挿絵も参照。）

3 逃げ出したオネシモは，法律的に見れば厳しく罰せられて当然でした。では，フィレモンはオネシモをどう扱うでしょうか。当時，コロサイ会衆には主人の人もいれば奴隷の人もいました。そういう人たちはこの件をどう見ているでしょうか。パウロは，このまま放っておくと会衆がばらばらになりかねないと分かっていました。それでフィレモンと，さらにコロサイ会衆全体に宛てて手紙を書き，テキコに託して届けてもらいました。（エフェ 6:21，22 私のことや私がどうしているかについて，私の愛する兄弟テキコが皆さんに知らせます。テキコは主に従う忠実な奉仕者です。 22 私がテキコを遣わすことによって，**皆さんは私たちがどうしているかを知り，心を慰めてもらえる**でしょう。コロ 4:7-9 私がどうしているかについては，愛する兄弟テキコが皆さんに詳しく知らせます。テキコは主に従う忠実な奉仕者であり，共に主に仕える奴隷です。 8 彼をそちらに遣わしますので，皆さんは私たちの様子を知ることができますし，心が慰められるでしょう。 9 皆さんの所から来た，**私の愛する忠実な兄弟オネシモ**も，**テキコと一緒に行**きます。2 人はこちらで起きていることを皆さんに詳しく知らせます。コロサイ 4:7 私がどうしているかについては，愛する兄弟テキコが皆さんに詳しく知らせます。テキコは主に従う忠実な奉仕者であり，共に主に仕える奴隷です。の注釈**テキコ: アジア州出身のクリスチャンの奉仕者**で，その奉仕は**パウロ**から**高く評価**されていた。（使徒 20:2-4）パウロは，**コロサイの手紙**，**コロサイ会衆のフィレモンへの手紙**，**エフェソスの手紙**を届ける任務をテキコに託した。テキコはただ手紙を運んだだけではなかった。その任務には，恐らくパウロの拘禁や健康状態や必要なものに関することなど，**パウロ**が「**どうしているか**について……**詳しく」会衆に伝える**ことも**含まれ**ていた。そうする際，「**愛する兄弟**」で「**忠実な奉仕者**」であるテキコが，**聞く人の心を慰め，聖なる力によるパウロの手紙にある大切な教えへの認識を深めてくれる**と**パウロは分かって**いた。（コロ 4:8，9。エフ 6:21，22 も参照。）パウロは拘禁を解かれた後，テキコをクレタに遣わすことを考えた。（テト 3:12）そしてローマで 2 度目に拘禁されていた時，テキコをエフェソスに遣わした。（テモ二 4:12）を参照。）この 2 通の手紙を調べると，パウロ，オネシモ，フィレモンそれぞれから学べることが浮かび上がってきます。では考えていきましょう。



フィレモンがパウロからの手紙を読んでいる。
何人かの人がその様子を見ている。
オネシモとテキコもいる
（3 節を参照）

パウロから学べること

4-5. 長老たちは会衆の雰囲気を良くするためにどんなことができますか。

4 パウロは会衆を温かい場所にしたいと願い，頑張ってきました。パウロの人への接し方について考えると，私たちも会衆の兄弟姉妹にどう接していくといいかが見えてきます。

5 ***パウロはフィレモンを友として信じていた***。（フィレ 17 それで，**私を友と思ってくれている**のでしたら，**私を迎えるのと同じようにオネシモを優しく迎えてあげて**ください。）パウロは上から目線になるのではなく，友としてフィレモンに温かいメッセージを送りました。（コリ二 1:24 私たちは皆さんの信仰の主人ではありません。皆さんの喜びのために働く仲間です。皆さんは自分の信仰で立っているからです。）手紙を受け取ったフィレモンはこんなふうに感じたかもしれません。「パウロは友達のように接してくれてる。じゃあ，クリスチャンになったオネシモに，自分はどう接するべきなんだろう」。パウロの接し方はフィレモンにとって良い手本になりました。私たち一人一人にとっても，特に長老たちにとって役立ちます。長老たちは兄弟姉妹に対して「威張ったり」はせずに，一緒に時間を過ごし，話をよく聞いて，助けが必要な時にはそばにいて支えます。（ペテ一 5:1-3 私は長老として，またキリストの苦しみの証人，やがて明らかにされる栄光を共に受ける者として，**同じ長老の皆さん**に勧めます。2 皆さんに委ねられた神の羊の群れを世話してください。強いられてではなく，神の前で進んで監督として奉仕し(*進んで群れを**注意深く見守り**)，**不当な利益を得よう**としてではなく，**真剣な態度で**世話しましょう。3 **神の財産**である(*神から委ねられた)人たちに対して**威張ったりせず**，**群れの模範**となりましょう。）そうやって長老と兄弟姉妹との間に温かい友情が育まれると，会衆はより良い雰囲気になっていきます。

6. 仲間に褒め言葉を伝えるのはどうして大切ですか。

6 ***パウロはフィレモンを褒めた***。（フィレ 4，5 私は，**あなたについて祈**る時，**いつも神に感謝**しています。5 あなたが**信仰を持**ち，**主イエスと聖なる人たち全てを愛している**ことを聞いているからです，7 あなたの愛について聞き，私は**とてもうれしく**なり，**慰められ**ました。兄弟，**あなたのおかげ**で，**聖なる人たちの心**が**爽やかにされた**(*優しい愛情が深まった)からです。）私たちには褒め言葉が必要です。みんな自信をなくすことがあるからです。「自分は会衆の人たちからどう思われてるんだろう」とか「この奉仕大好きだけど，続けられるのかな」と感じてしまうかもしれません。そのように感じるのは自然なことです。でも，そういった気持ちをそのままにしてしまうと，不安になって気にし過ぎてしまい，殻に閉じこもってしまいたくなります。他の人と比較してうらやましくなり，嫉妬してしまうかもしれません。そういった気持ちがあると，会衆の仲間と仲良くなるのが難しくなります。でも，褒め言葉を掛けてもらうと，ネガティブな気持ちに負けないでいられます。（格 12:25 心配事があると心が沈み(*憂鬱になり)，良い言葉によって心が晴れる。）「自分はみんなにとって大切な存在なんだ。愛してもらえてるんだ」と感じられるからです。会衆のみんなにもそう感じてもらいたいですよね。ぜひ，心からの褒め言葉を伝えましょう。その人のできているところだけを褒めるのではなく，頑張っているところも褒めましょう。心の中でいいなと思ったなら，それを言葉にして伝えましょう。

7. 話す前によく考えるべきなのはなぜですか。（フィレモン 10-12）

7 ***パウロはオネシモのいいところを手紙に書いた***。（フィレモン 10-12 **自分の子のようなオネシモ**についてあなたにお願いします。**私は**捕らわれている間に，**彼にとって父親も同然に**なりました。 11 オネシモは，以前はあなたの役に立ちませんでしたが，今は**あなたにとっても私にとっても助け**になります。 12 私は**心から愛するオネシモ**を，あなたのもとに送り返します。を読む。）パウロは，「オネシモは変わった。あなたの役に立つはずだ」と手紙の中で書いています。それを聞いたフィレモンは，オネシモへのいいイメージを持つことができ，それが接し方にも表れたはずです。ここから分かるのは，私たちが誰かのことをよく言うと，みんなもその人のことをよく思えるようになるということです。でも，逆もまたしかりです。では，どうすれば誰かについてポジティブなことを***話せる***でしょうか。大事なのは，まずその人のいいところを***考える***ことです。どうすればそうできるか，パウロから学べます。

8. どうしたら自然に仲間を褒められますか。（写真と挿絵も参照。）

8 パウロはいつも，フィレモンのいいところに注目していました。そして，そんな**素敵なところ**がたくさんある仲間を与えてくれたことをエホバに何度も感謝しています。（フィレ 4，5 私は，**あなたについて祈る**時，**いつも神に感謝**しています。 5 あなたが**信仰を持**ち，**主イエスと聖なる人たち全てを愛している**ことを聞いているからです。）パウロはほかの人たちに対しても同じようにしました。（コリ一 1:4-7 私は，**神がキリスト・イエスを通して皆さんに惜しみない親切を示したことについて，いつも神に感謝**しています。 5 皆さんは**キリストと結ばれてあらゆるものを豊かに受け，話す能力も知識も十分に持**っているからです。 6 実際，皆さんは**キリストについての知らせ(*証言)を十分に理解**しています。 7 結果として皆さんは，**必要なものを全て与**えられ，**主イエス・キリストが明らかにされる**のを**ひたすら待**っています。フィリ 1:3-5 私は，**皆さんのことを思い起こすたびに神に感謝**しています。 4 **皆さんのために祈願**する時は**いつも喜びを感じ**ています。 5 皆さんが最初の日から今まで，**良い知らせを広めることに貢献**してきたからです。コロ 1:3，4 私たちは，**皆さんのために祈る時**，主イエス・キリストの父である**神にいつも感謝**しています。 4 皆さんが**キリスト・イエスに信仰を持**っており，**聖なる人たち全てを愛**しているということを聞いたからです。テサ一 1:2，3 私たちは，皆さんについて祈る時，いつも神に感謝しています。 3 **皆さんの忠実な働き，愛に根差した労苦，主イエス・キリストに希望を抱いて示す忍耐**を，父である**神の前で絶えず思い起こ**すからです。）もちろん，兄弟姉妹の欠点が何も気にならなかったわけではありません。でもいつもみんなのいいところに注目し，それをエホバに感謝することを意識していました。私たちも兄弟姉妹を褒めるのが難しいと感じることがあります。そんな時はパウロに見習いましょう。意識的に**仲間のいいところを見る**ようにし，いつも「兄弟姉妹を**支えてください**」とエホバに祈りましょう。そうすれば，褒め言葉は**自然に出て**きます。



パウロのように，仲間のいいところを見て褒めましょう。（8 節を参照）

9. パウロはフィレモンに温かい手紙を送りました。それがすごいことだと言えるのはどうしてですか。

9 *パウロは大変な思いをしている時も，フィレモンに親切にした*。どっと疲れがたまって，ストレスで頭がいっぱいになることがあります。そういう時，ついイライラして，兄弟姉妹に強く当たってしまうかもしれません。パウロはフィレモンに手紙を書いた時，大変な思いをしていました。数年前に，暴力を振るわれ拘留されました。エルサレムやカエサレアで拘禁されました。その後ローマに移送されますが，途中，船の事故で死にかけてしまいます。そして今も「捕らわれて」います。（フィレ 1 キリスト·**イエスのために捕らわれているパウロ**と，私たちの兄弟テモテから，私たちと共に働く，**愛するフィレモンへ**。）本当にストレスがかかる状況ですよね。では，パウロはフィレモンに冷たくひどい言葉をぶつけてしまったでしょうか。そうはしませんでした。むしろ敬意を込めて愛情たっぷりのメッセージを送りました。私たちもストレスで頭がいっぱいになる時，パウロに見習いたいと思います。どんな時も親切に敬意を込めて兄弟姉妹に接することを心掛けましょう。そうやって温かい雰囲気をつくり出せると，自分の問題ばかり考えなくて済みます。

オネシモから学べること

10. オネシモからどんなことが分かりますか。

10 私たちは時に人を傷つけてしまうことがあります。そんな時，また仲良くなるためにどんなことができるでしょうか。オネシモから学べます。*オネシモは自分の**罪を認め**，**和解**するために**できることは何**でもしました。*オネシモはローマの法律からすれば，主人フィレモンの元に戻らなければいけません。そう決心するのは簡単なことではありません。フィレモンの所に戻るには1400キロも旅をしないといけませんでした。お金がたくさんかかり，くたくたになる旅だったでしょう。そして戻るということは，再び奴隷になって自由を手放すということです。もしかすると罰を受けることになるかもしれません。相当覚悟が必要だったでしょうね。オネシモは自分が逃げたのは間違いじゃなかったと思っていたでしょうか。そう思っていたとしても，戻ることをやめませんでした。フィレモンとの良い関係を取り戻すために旅に出掛けました。

11. 仲直りするために大切なことは何ですか。（写真と挿絵も参照。）

11 誰かを傷つけてしまった時，仲直りするためにできることをしましょう。（マタ 5:23-25 それで，あなたが供え物を祭壇に持ってきて，**仲間**が**自分に対して何か反感**を抱いていることをそこで思い出したなら，24 供え物を祭壇の前に残して，出掛けていきなさい。**まず仲間と仲直り**し，それから**戻ってきて，供え物を捧**げなさい。25 **訴訟の相手**とは，法廷に共に向かう間に**素早く問題を解決**しなさい。そうしなければ，その人があなたを裁判官に引き渡し，裁判官が法廷の役人に引き渡して，あなたは牢屋に投げ込まれてしまいます。）大変かもしれませんが，そうしてよかったと思えるはずです。では，相手と話す時，どんなことを意識できるでしょうか。まず，①心から「ごめんなさい」と言いましょう。②相手の話をよく聞いて，気持ちを受け止めます。③自分のやったことを正当化するのではなく，間違っていたことを認めましょう。④相手のことを悪く言ったり批判したりしたくはありません。もしそうしてしまうと，せっかく謝った意味がなく

なり，仲直りどころではなくなってしまいます。⑤それでプライドを捨てて，謙虚な気持ちで謝りましょう。それが仲直りするための**一番の近道**です。（ロマ 14:19 ですから，**平和に役立つことや，励まし合う助けになること**を何でも行いましょう。）




オネシモのように，プライドを捨てて自分にできることをしましょう。（11 節を参照）

フィレモンから学べること

12. パウロはフィレモンならオネシモのことを許してくれると信じていました。どうしてですか。

12 誰かから傷つけられた時，また仲良くなるにはどうしたらいいんでしょうか。フィレモンから学べます。フィレモンがオネシモを心から許し，優しく迎え入れたかどうかは聖書には書かれていません。でもパウロはフィレモンならそうしてくれると信じていました。（フィレ 17 それで，私を友と思ってくれているのでしたら，**私を迎えるのと同じように**オネシモを優しく迎えてあげてください，21 私は**あなたが応じてくれる**ことを**確信して書**いています。あなたは**私が言う以上のことをしてくれる**に違いありません。）フィレモンの人柄をよく知っていたからです。では，どんな魅力的なところがあったのか，調べていきましょう。

13. みんなと仲良くするのに，愛が一番大切なのはどうしてですか。（コロサイ 3:14）

13 *フィレモンは仲間を愛していた*。（フィレ 5 あなたが信仰を持ち，主イエスと聖なる人たち全てを愛していることを聞いているからです。）フィレモンの名前には「愛のある」という意味があります。実際，その名前の通りの人でした。フィレモンといえば愛，という感じだったんでしょうね。使徒パウロは，フィレモンのいるコロサイ会衆に宛てた手紙の中で，愛のことを「完全な絆」と表現しました。（コロサイ 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。を読む。）つまり，会衆のみんなと仲良く一つにまとまっているのに一番大切なのは**愛**だということです。そういう愛があったフィレモンなら，オネシモのことを許してくれる，とパウロは思ったのでしょう。私たちも兄弟姉妹のことが好きになればなるほど，優しくしたい，と思うようになります。そして許しやすくなります。（コリ一 13:4-7 **愛**は**辛抱強く，親切**です。愛は嫉妬しません。愛は自慢せず，思い上がらず，5 下品な振る舞いをせず，自分のことばかり考えず，いら立ちません。愛は傷つけられても根に持ちません。6 愛は不正を喜ばないで，真実を喜びます。7 愛は全てのことに耐え，全てのことを信じ，全てのことを希望し，全てのことを忍耐します。）フィレモンの愛についてもう少し深掘りしてみましょう。

14. フィレモンがよくもてなす人だったことは，どんなことから分かりますか。

14 フィレモンが愛情深い人になれたのは，いつも人を**もてなして**いたからです。フィレモンは自分の家を集会の場所として使えるようにしました。（フィレ 2 また，私たちの姉妹アフィアと，私たちと共に戦う兵士であるアルキポと，あなたの**家に集まる会衆(*)へ。**）また，パウロがフィレモンの家に泊めてほしいと頼んだことからも，普段からよくもてなす人だったことが分かります。（フィレ 22 ついでながら，**私が泊まれる所も用意**してください。私は，あなたたちの祈りにより，自由にされてそちらに行けるようになることを願っています。）そんなフィレモンと過ごす時間は，居心地のいい爽やかなものだったでしょう。（フィレ 7 あなたの愛について聞き，私はとてもうれしくなり，慰められました。兄弟，あなたのおかげで，聖なる人たちの**心が爽やかにされた(*優しい愛情が深まった)**からです。）

15. 人をよくもてなすと，愛が深まるのはどうしてですか。（写真と挿絵も参照。）

15 フィレモンのようによくもてなすと，愛がもっと深まるのはどうしてでしょうか。もてなすことで，相手のことをもっとよく知れるようになるからです。普段あまり接することのない兄弟姉妹が近くにいるかもしれません。「あの人とは気が合わない」と感じることがありますか。ぜひ，そういう仲間をもてなしてみましょう。その人のバックグラウンド，エホバを知ったいきさつ，どんな問題にぶつかりそれをどう乗り越えてきたのか，聞くことができます。「あの人にはこんな魅力的な一面があったんだ。こういうところをエホバは愛してるんだろうな」と思えるようになります。（ヨハ 6:44 私を遣わした**父が引き寄せてくださらない限り，誰も私のもとに来ることはできません。**私は**その人を終わりの日に復活**させます。）一人一人のことを尊敬できるようになり，違いを楽しめるようになります。そうやって仲間のことをもてなして愛が深まると，純粋な気持ちで頑張っていることを信じられるようになります。そして，傷つけられるようなことがあっても，気持ちよく許せるようになります。



フィレモンのように，仲間をもてなして会衆の絆を強くしましょう。（15 節を参照）

16. フィレモンはコロサイ 3 章 13 節の言葉を聞いて，どんなことを考えさせられたかもしれませんか。

16 とはいえ，許すのってなかなか難しいですよね。兄弟姉妹のことを大切に思っていても簡単ではありません。パウロがコロサイ 3 章 13 節引き続き**互いに我慢し，寛大に許し合**いましょう。たとえ誰かに**不満を感じる**としてもです。**エホバが寛大に許してくださった**のですから，**同じようにしなければ**なりません。で書いていることを考えてみましょう。（読む。）フィレモンは自宅で開かれていた集会でこの手紙が読まれた時，どう感じたんでしょうか。もし仮にオネシモに対してモヤモヤした気持ちを持ち続けていたとしたら，何をすればいいかはっきり分かったはずで

す。オネシモのことを心から許して，仲良くやっていこうと思えたに違いありません。この言葉を私たちはどう受け止めたらいいでしょうか。

17.「引き続き互いに我慢」するために何ができますか。

17 「引き続き互いに我慢」するとはどういうことでしょうか。誰かにイラッとするような時も，ぐっとこらえて親切にするということです。パウロは同じ節で，**エホバの素晴らしいスタンス**も取り上げています。エホバはとてもバランスが取れていて，私たちに無理なことを求めたりはしません。私たちの至らなさ，弱さ，そういうものをよく分かった上で，いいところを見てくれています。（詩 103:13，14 父が子を憐れむように，**エホバはご自分を畏れる人たちを憐れんだ。** 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。; 130:3 ヤハ(*)よ，もし**あなたが過ちに注目(*を記録)するなら，** エホバよ，**誰が立っていられる**でしょうか。）それで私たちに親切にし，見限ったりせずいつも気持ちよく許してくれます。（哀 3:22，23 エホバの**揺るぎない愛**の**おかげ**で，私たちは**滅びませんでした。 神の憐れみ**は決して**絶えません。** 23 それは**朝ごとに新たに示**されます。あなたは**常に信頼できる方**です。）それで私たちも兄弟姉妹のことを，エホバのレンズを通して見るようにしましょう。そうすると，それぞれに素敵なところ，尊敬できるところがたくさんあることが見えてきて，相手がいとおしく思えるようになります。例えで考えてみましょう。時期が来ると見事な花を咲かせる植物があります。花がどれほどきれいかを忘れないでいれば，花が咲いていない時期にも植物をちゃんと世話しようという気持ちになれます。これは人間関係でも同じです。兄弟姉妹の魅力をいつも忘れないでいれば，ちょっと気に障るようなことをされても，おおらかに対応しやすくなります。それが「互いに我慢」するということです。

18. これからもどうしていきたいと思いますか。

18 私たちがみんなと仲良くするために一生懸命頑張っている姿を見て，エホバは心から感謝してくれています。いい雰囲気をつくるために，自分にできることがないか毎日探すようにしましょう。***話し方***にも気を配り，兄弟姉妹に親切な***接し方***をしましょう。誰かを傷つけてしまったら，すぐに「**ごめんなさい**」と言いましょう。みんなのことを好きになればなるほど，**イラッ**としても**スカッ**と許しやすくなります。そうやって一人一人が努力するなら，会衆は居心地のいい場所になっていきます。そして，そういう雰囲気は，私たちが楽しみにしている新しい世界の予告編です。将来，私たちは「地上に住み続け，豊かな平和をこの上なく喜ぶ」ことができます。（詩 37:11 しかし，**温厚な人**は**地上に住み続け(*地球が与えられ)，豊かな平和**を**この上なく喜ぶ。**）

次の人たちにどんなふうに見習いたいですか

1．**パウロ**

・S05　パウロはフィレモンを友として信じていた。：上から目線になるのではなく、友としてフィレモンに温かいメッセージを送った。私たち特に長老たちは兄弟姉妹に対して「威張ったり」はせずに、一緒に時間を過ごし、話をよく聞いて、助けが必要な時にはそばにいて支える。

・S06　パウロはフィレモンを褒めた。：私たちには褒め言葉が必要で、褒め言葉を掛けてもらうと、「自分はみんなにとって大切な存在で、愛してもらえてる」と感じネガティブな気持ちに負けないでいられる。その人のできているところだけを褒めるのではなく、頑張っているところも褒める。心の中でいいなと思ったなら、それを言葉にして伝える。
・S07-08　パウロはオネシモのいいところを手紙に書いた。：私たちが誰かのことをよく言うと、みんなもその人のことをよく思えるようになる。意識的に仲間のいいところを見るようにし、いつも「兄弟姉妹を支えてください」とエホバに祈るなら、褒め言葉は自然に出てくる。
・S09　パウロは大変な思いをしている時も、フィレモンに親切にした。：ストレスで頭がいっぱいになる時、パウロに見習って、どんな時も親切に敬意を込めて兄弟姉妹に接することを心掛ける。そうやって温かい雰囲気をつくり出せると、自分の問題ばかり考えなくて済む。

２．**オネシモ**
・S10　オネシモは自分の罪を認め、和解するためにできることは何でもした。：主人フィレモンの元に戻るのはお金がかかる疲れる旅で、再び奴隷になり、罰を受ける危険などもあって、簡単なことでは無かったが、フィレモンとの良い関係を取り戻すために旅に出掛けた。
・S11　誰かを傷つけてしまった時、仲直りするために意識できること：①心から「ごめんなさい」と言う。②相手の話をよく聞いて、気持ちを受け止める。③自分のやったことを正当化せず、間違っていたことを認める。④相手のことを悪く言ったり批判したりしない。⑤プライドを捨てて、謙虚な気持ちで謝る。

３．**フィレモン**
・S13　フィレモンは仲間を愛していた。：会衆のみんなと仲良く一つにまとまっているのに一番大切なのは愛。愛があったフィレモンなら、オネシモのことを許してくれる、とパウロは思った。私たちも兄弟姉妹のことが好きになればなるほど、優しくしたい、と思うようになり、許しやすくなる。
・S14　フィレモンが**愛情深い人**になれたのは、**いつも人をもてなしていた**から。フィレモンのようによくもてなすと、愛がもっと深まるのは、相手のことをもっとよく知れるようになるから。一人一人のことを尊敬できるようになり、違いを楽しめるようになる。そうやって仲間のことをもてなして愛が深まると、純粋な気持ちで頑張っていることを信じられるようになり、傷つけられるようなことがあっても、気持ちよく許せるようになる。
・S17　「引き続き互いに我慢」するには、兄弟姉妹のことを、**エホバのレンズを通して見る**。兄弟姉妹の魅力をいつも忘れないでいれば、ちょっと気に障るようなことをされても、おおらかに対応しやすくなる。

154番の歌 愛は決して絶えない

^（フィレ9） そうはせずに愛に基づいてお願いしたいと思います。年を取り，今はキリスト・イエスのために捕らわれている私パウロが，