

3月8日のレッスン

## 敬虔のために鍛錬する

鍵となる聖句：「敬虔のために自分を鍛えなさい。なぜなら、肉体の鍛錬は少しの益しかないが、敬虔はすべてのことに益となるからです。それは、今この世の生活にも、また来るべき世の生活にも、約束があるからです。」

テモテへの手紙第一 4:7,8

聖句抜粋：

テモテへの手紙一 4:7-16

パウロがテモテに宛てた最初の手紙の中で、使徒は彼を「信仰におけるわが子」と呼んでいます（テモテへの手紙一 1:1,2）。パウロが最初にテモテを牧会職に召した時、テモテは自信に欠けていたという証拠があります。その後、使徒はテモテの母と祖母が示した信仰を彼に思い起こさせ、また彼が「恐れに支配される」ことがないようにと励ましました（テモテへの手紙二 1:5-7）。別の機会に、パウロはテモテが訪問した際、コリントの信徒たちが彼を威圧しないよう求めています。これはテモテの不安定さを認識していたことを示しています（コリント人への第一の手紙16:10）。今回の聖句で、使徒はテモテに「若さゆえに誰にも軽んじられてはならない」（テモテへの第一の手紙4:12）と勧めています。パウロのテモテへの励ましは個人的な性質のものでありますが、教会の各メンバーにも適用できます。

本節の鍵となる箇所、パウロはテモテに肉体的な鍛錬と敬虔の対比を考えるよう促している。ある訳では「肉体的な鍛錬には多少の価値があるが、敬虔はすべてのことに価値があり、現世と来世の両方において約束を秘めている」と記されている。多くの研究が、運動の心理的効果——うつや不安の症状軽減、ストレスレベル低下、自尊心と自信の向上——を示している。パウロは肉体的な訓練を時間の無駄として否定せず、むしろ価値あるものと称賛しています。使徒は別の箇所で、私たちの体は神から与えられた聖霊の宮であり、キリストの尊い血によって買い取られたものであると述べています。したがって私たちは、神の奉仕にふさわしい状態を保つことで神を栄光に帰すべきです。コリント人への第一の手紙**6:19,20**

身体的運動の実用的な価値を認めた後、パウロは直ちに「敬虔」を実践することの優位性を強調する。彼はテモテに牧会上の義務を思い出させるが、それはテモテがそれを忘れてたり怠ったりしたからではなく、この道を歩み続けるよう励ますためである。彼はテモテに、教会に対してあらゆる不敬虔で神話的な教えを拒絶し、真の敬虔の実践を勧めるよう命じる。兄弟たちに神の真実を認めさせ、神のメッセージの受け入れやすさを悟らせるよう励ますべきである。ティモシーは信者たちに、キリストのために労苦し、侮辱を受ける特権を思い出させるべきである。彼らに「すべての人の救い主である生ける神を信頼する」ことを教えるべきである。テモテへの手紙一 **4:7-10**

パウロは若きテモテに「信者たちの模範となれ」と命じる（テモテへの手紙一 4:12）。彼の言葉、行い、愛、霊、信仰、清さは、公の説教だけでなく、日常生活のあらゆる事柄において模範となるべきである。そのような模範は、まず内面、すなわち心と精神から始まる。そして、キリスト者としての内なる恵みは、言葉、行い、行動において外に現れなければならない。パウロはテモテへの勧告を次のように結んでいる。「わたしが来るまで、聖書の朗読と教えに専念しなさい。...あなたの中にある賜物を軽んじてはならない。...これらのことを深く考え、それらに心を注ぎなさい。」1テモテ4:13-15

すべてのクリスチャンの召命と忠実さは、「義と真の聖さ」の原則に立脚する（エペソ4:24）。信者は神の御性質を反映するよう招かれている。「あなたがたを召された方が聖なる方であるから、あなたがたも、すべての行いにおいて聖なる者となりなさい」（1ペテロ1:15）。