

## まず第一に

### I 神と向き合う

まず神の国と神の義を求めなさい。そうすれば、これらのものはすべて、それに加えて与えられます。  
マタイ 6:33

#### 1. 主イエスのことばは、招きです

すべて疲れた人、重荷を負っている人はわたしのもとに来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげます。わたしは心が柔和でへりくだっているから、あなたがたもわたしのくびきを負って、わたしから学びなさい。そうすれば、たましいに安らぎを得ます。わたしのくびきは負いやすく、わたしの荷は軽いからです。  
マタイ11:28-30

ですから、わたしはあなたがたに言います。何を食べようか何を飲もうかと、自分のいのちのことで心配したり、何を着ようかと、自分のからだのことで心配したりするのはやめなさい。いのちは食べ物以上のもの、からだは着る物以上のものではありません。空の鳥を見なさい。種蒔きもせず、刈り入れもせず、倉に納めることもしません。それでも、あなたがたの天の父は養ってくださいます。あなたがたはその鳥よりも、ずっと価値があるではありませんか。あなたがたのうちだれが、心配したからといって、少しでも自分のいのちを延ばすことができるでしょうか。なぜ着る物のことで心配するのですか。野の花がどうして育つのか、よく考えなさい。働きもせず、紡ぎもしません。しかし、わたしはあなたがたに言います。栄華を極めたソロモンでさえ、この花の一つほどにも装っていませんでした。今日あっても明日は炉に投げ込まれる野の草さえ、神はこのように装ってくださるのなら、あなたがたには、もっと良くしてくださいませんか。信仰の薄い人たちよ。ですから、何を食べようか、何を飲もうか、何を着ようかと言って、心配しなくてよいのです。これらのものはすべて、異邦人が切に求めているものです。あなたがたにこれらのものすべてが必要であることは、あなたがたの天の父が知っておられます。  
マタイ 6:25-32

#### 2. 毎日、神の恵みとあわれみに信頼して生きる生活に置き換える

聞いてください主よ。私が呼ぶこの声を。私をあわれみ私に答えてください。あなたに代わって私の心は言います。「わたしの顔を慕い求めよ」と。主よあなたの御顔を私は慕い求めます。  
詩篇 27:7-8

## First of all

### I Face God

But seek first his kingdom and his righteousness, and all these things will be given to you as well.  
Matthew 6:33

#### 1. The words of the Lord Jesus are an invitation

“Come to me, all you who are weary and burdened, and I will give you rest. Take my yoke upon you and learn from me, for I am gentle and humble in heart, and you will find rest for your souls. For my yoke is easy and my burden is light.”  
Matthew 11:28-30

“Therefore I tell you, do not worry about your life, what you will eat or drink; or about your body, what you will wear. Is not life more than food, and the body more than clothes? Look at the birds of the air; they do not sow or reap or store away in barns, and yet your heavenly Father feeds them. Are you not much more valuable than they? Can any one of you by worrying add a single hour to your life? “And why do you worry about clothes? See how the flowers of the field grow. They do not labor or spin. Yet I tell you that not even Solomon in all his splendor was dressed like one of these. If that is how God clothes the grass of the field, which is here today and tomorrow is thrown into the fire, will he not much more clothe you—you of little faith? So do not worry, saying, ‘What shall we eat?’ or ‘What shall we drink?’ or ‘What shall we wear?’ For the pagans run after all these things, and your heavenly Father knows that you need them.  
Matthew 6:25-32

#### 2. Replace each day with a life of trust in God's grace and mercy

Hear my voice when I call, Lord; be merciful to me and answer me. My heart says of you, “Seek his face!” Your face, Lord, I will seek.  
Psalms 27:7-8