

## 第4課「命の水」

今週は「水」について霊的面と物理的面(健康面)の両面から学ぶことになっています。聖書ガイドの日曜日と月曜日のテーマは霊的面を、残りの曜日は物理的面について主に取り扱っています。大変申し訳ありませんが、今週は曜日に従わず私なりのまとめ方で説明させていただきますのでお許しください。

## 1. 水の重要性

- 水は「命の液体」「生命の源」と呼ばれるほどに、生きるために不可欠なものです。体の60%~70%(新生児は75%)は水分で、すべての細胞の働きには水を必要としています。

## 2. 水を飲むことの必要性(水曜日)

- 私たちの体は自分が渇きを感じる以上に水を必要としています。飲みたいと望む約1.5倍の量を体は必要としています(副読本「健康な心と体と霊性」48頁に聖書ガイド29頁の間5の実験詳細が示されています)
- このことは霊的面において、心の渇き以上(本人が霊的必要感を感じる以上)に命の水の摂取が必要であることを教えています。
- 注意点: 聖書ガイドの水曜日で適度の水分摂取とは一日コップ6~8杯(一日平均体外への水分排出量合計2300ccの補充としての必要摂取水分量)が示されています。過度の水分摂取は害である事に注意する点と、摂取のタイミングについて聖書ガイド火曜日の間3説明文の「一日の初めに1,2杯の水を飲み、食事の間にも水を飲むようにすると、十分な水分補給をすることができます」の文中で「食事の間」とは食間(食事と食事の間)のことで、食事中でないことを注意する必要があります。

## 3. 生きた水(日曜日)

- (質問) キリストがサマリアの女に与えるといわれた「生きた水」とは何のことでしょうか?
- (答え) ①「キリストのみ言葉」(聖書ガイド31頁) ②「主の恵み、主の愛、主の力」(副読本46頁)
- 「人はパンだけで生きるものではない。神の口から出る一つ一つの言葉で生きる」(マタイ4:4)とキリストが語られた「神のことば=キリストのみことば」こそ「生きた水」です。食物の中に多くの生きるために必要な栄養が含まれているように、キリストのことばには魂を生かす主の恵みと愛、力などが含まれているのです。
- 温泉でたとえてみましょう。源泉はキリストです。そこから豊かな温泉水(生きた水)が流れ出ます。聖霊は配管の役割を果たします。源泉の水(キリストの恵みの賜物)を私たちの心に届け、絶えず湧き上がるようにしてください。このことが生きた水が心の中で泉となり川となるといわれたことです。(暗唱聖句参照) 源泉がかれない限り、配管が壊されない限り、心の温泉は流れ続けます。
- 今週の福音は聖書ガイド26頁の間1最後の段落にあります。誰でも、どのような状況でもこの生きた水を受けることができることです。条件はイエスがサマリアの女に告げられた「わたしを信じなさい」(ヨハネ4:21)です。
- 水が十分にエデンそして地球に与えられ、命のあふれる星となっている事実は、神がわたしたちや動植物に生きるための必要を充分満たしてくださっていることを示しています。特に人が生きるための身体的、霊的必要を満たしてくださっています。
- 天国では更に生ける水が満たされることが黙示録に啓示されています。天の「命の水の川」が「都の大通りの中央を流れ」(黙示録22:1)ていることは、神の恵みや愛、力が満ち溢れていることを象徴しています。また、命の水を摂取する「命の木」は毎月豊かに実を实らすように、私たちも命の水によってキリストの品性をたくさん身につけることができるようになることを示しています。

## 4. 水の効能

- 命と健康維持(内的効能)
- きよめ: 手洗いや風呂(外的効能)
  - この霊的側面がバプテスマと洗足式による罪のきよめ(罪の行為の許しと罪の性質のきよめ)
  - 霊的にきよまれば聖霊が与えてくださるキリストの賜物(生ける水)を更に受けられます。
- いやし: 水治療法(医学的効能)(木曜日)

## 5. 今週の課題

- 健康維持のために水の適量摂取の習慣や外的、医療的使用を身につけるための取り組みを考え実践すること。
- 心より神の恵みや愛、力(生ける水)が絶えずあふれ出る信仰の日々を過ごすための取り組みを考え実践すること。