

世界YWCA/YMCA
合同祈祷週

2025年 11月9日～11月15日



ヨベルの年の祝祭

祈りと行動の**150年**

WORLD
YMCA


WorldYWCA

目次

3	両会長からのメッセージ
4	はじめに
6	序文
9	第1日：ヨベルと祈り
13	第2日：帰還と祈り ― 家に帰る
17	第3日：安息と祈り
21	第4日：正義と祈り― 他者を自由にする
26	第5日：赦しと祈り― 債務の赦し
30	第6日：行動と祈り― 祈りのうちに前進すること
34	第7日：一堂に会しての礼拝（礼拝順序）
41	謝辞
42	聖書日課 2026

共同メッセージ

世界 YWCA 会長と世界 YMCA 会長から

150 年以上前、私たちの運動は、信仰と交わりの旅路を共に歩み始めました。

1875 年、ハンブルクで開かれた第 7 回世界 YMCA 大会において、11 月の第 2 日曜日を「祈祷週間」の始まりと定めることが合意されました。1901 年、YWCA は喜びをもってこの霊的伝統に加わり、祈りを単なる習慣的な行いではなく、私たちが一つの家族として共に受け継ぐ「遺産」としました。

それ以来今日に至るまで、祈りは私たちの働きの鼓動であり続けてきました。それは不正義に立ち向かうときの力であり、苦難の時の慰めであり、希望が勝利したときの感謝の歌でもありました。1 世紀以上にわたり、YWCA と YMCA は共に声を合わせて神に祈りをささげ、勇気と正義と平和を求めて祈り続けてきました。

今年 2025 年、私たちは「世界 YMCA/YWCA 合同祈祷週」150 周年というヨベルの時（Jubilee moment）を祝います。それは喜びに満ちた節目である一方で、いまだ数多くの人が戦争、貧困、不正義、そして絶望に苦しんでいる世界の中での節目です。私たちはこの現実には敬意を表し、困難や紛争の環境に生きる多くの若者たちを招いて、この 1 週間の日々の祈りを執筆してもらいました。彼らの言葉は、平和と正義への彼らの切実な願いを運び、若い世代の声を通して輝く希望と回復力を、私たちすべてに思い起こさせてくれることでしょう。

このヨベルの年のテーマは、「ヨベルの年の祝祭；祈りと行動の 150 年（Jubilee – 150 Years of Prayer in Action）」です。

2025 年 11 月 9 日から 15 日にかけて、レビ記 25 章に示されているヨベルの価値 — 回復 (restoration)、刷新 (renewal)、解放 (release) — に学び、そこからインスピレーションを受け取るよう皆さんを招きます。この週は、祈りをもって静かに思いをめぐらすだけでなく、「行動へと動かす祈り」の時でもあります。私たちは共に、神が私たちの運動に豊かに注いでくださった祝福を祝いながら、不正義の重荷に苦しむ若者、女性、子どもたちと共に立つという新たな誓いを立てましょう。

この神聖な記念の時を迎えるにあたり、過ぎ去ったすべての日々に感謝をささげ、傷ついているすべての人々に思いやりを寄せ、これから訪れるすべての日々に希望を掲げながら、声を合わせて神に感謝をささげましょう。

私たちが信仰と一致と愛のうちに共に集うとき、私たちの祈りは世界を変える力を持つのだということを、今年の「合同祈祷週」が私たちに思い出させてくれますように。

神がこのヨベルの時を祝福し、ひとつの家族である私たち YWCA/YMCA を祝福してくださいますように。

世界 YWCA 会長 ミラ・リゼック / 世界 YMCA 会長 ソヘイラ・ハリエック

はじめに

イエンス・クリスチャン・カーク（デンマーク YWCA/YMCA）

祈禱週間にご参加ください！

YWCA の世界祈禱週間 150 周年という記念すべき年を迎えるにあたり、私たちはこの資料の中心に「祈り」を据えることに力を注いできました。また、世界中の若者たち——その多くは紛争地域に生きる若者たち——の声を高く掲げることにも焦点を当てました。そのため、この冊子の「序文」と各日の主要な祈りは、世界各地の若者によって書かれています。私たちは、彼らの祈りや神、そして自分たちが生きる地域社会への独自の視点を損なわないよう、編集を最小限にとどめました。

この資料を用いて YWCA と YMCA の祈りに加わるには、個人で参加することも、また小さなグループを作って各日の祈りを読み合わせたり、自分たちの祈りを加えたり、体験的な部分に共に参加することもできます。

2025 年の「合同祈禱週」冊子には、6 日分の日ごとの祈り（デボーション）と、7 日目に行う任意の共同礼拝の式文が含まれています。また、今年の YMCA の周年記念特別企画として、「世界祈禱週間の短い歴史」を、日ごとの祈りに入る前の序章として収録しています。

テーマについて

2025 年の世界祈禱週間のテーマは「ヨベルの年の祝祭；祈りと行動の 150 年」です。この 1 週間の各日は、レビ記 25 章 10～12 節に記されたヨベルの年のいろいろな面を探ります。

「この五十年目の年を聖別し、全住民に解放の宣言をする。それが、ヨベルの年である。あなたたちはおのその先祖伝来の所有地に帰り、家族のもとに帰る。五十年目はあなたたちのヨベルの年である。種蒔くことも、休憩中の畑に生じた穀物を収穫することも、手入れせずにおいたぶどう畑の実を集めることもしてはならない。この年は聖なるヨベルの年だからである。あなたたちは野に生じたものを食物とする。」（新共同訳より）

私たちはそれぞれの日に、テーマに沿った聖書の一節を選び、その日の祈りの黙想にインスピレーションを与えるものとしています。フレデリック・ダグラスの言葉を思い起こしましょう。彼はこう言いました。「私は 20 年間祈り続けたが、足で祈り始めるまで答えは来なかった。」この言葉のように、私たちは 2025 年の世界祈禱週間を通して、「行動へと変えられた祈り」の変革の力を共に体験したいと願っています。

この小冊子の使い方

第1日から第6日まで：

各日は以下の要素で構成されています。

- ・ 「ヨベルの年」の伝統に関連するテーマ
- ・ その日のテーマに結びつく追加の聖書箇所
- ・ その日の若い執筆者の簡単な紹介
- ・ その若者による黙想と祝福の祈り
- ・ さらなる祈りや黙想のための3〜4つの祈りの要点
- ・ 伝統的または現代の筆者による追加の祈り
- ・ 創造的な行動や活動の体験への招き

グループリーダーを務める場合は、あらかじめ内容を読み、祈り、準備する時間を取りましょう。聖書朗読や祈りなどの部分を分担して読むなど、他のグループメンバーの寄与を求めましょう。そして、その空間がすべての人にとって温かく、安全で、包摂的であることを心がけてください。

第7日：

1週間の締めくくりとして「共同礼拝」を行うYWCA、YMCAがあるでしょう。

この資料には、各地域でそれぞれの場にに合わせて礼拝を企画できるよう、基本的な構成を用意しています。

2026年聖書日課

この冊子の最後の部分には、2026年の1年間の「聖書日課」が掲載されています。このプランが、来る年に向けてさらなる励まし、知恵、そして希望を皆さんに提供できることを願っています。

あなたの声を聞かせてください！

祈祷週間の準備期間や実施期間中に、#WWOP25のハッシュタグを用いて、あなたの計画、証、個人やグループでの思い、体験などをぜひ共有してください。

序文

世界祈祷週間：最初の祈りの日から 150 年へ

執筆者：ドリ・ゴーマン（アメリカ・テネシー州中部 YMCA）

11 月の第 1 日曜日 — 「祈りの日」

YMCA が特定の時間を祈りのために設けた最も初期の記録の一つは、1866 年 6 月、ニューヨーク州オールバニで開催された「北米 YMCA 国際大会（International Convention of Young Men's Christian Associations）」で採択された決議に見られます。

同年 11 月の書簡では、「11 月の第 1 日曜日を、世界中の YMCA の発展と繁栄のための特別な祈りの日として守ることとしよう。」と記されています。こうして、1866 年 11 月 4 日 が、YMCA によって公式に定められた最初の「祈りの日」となりました。常務委員会は次のように宣言しています。「この働きにおいて、私たちは神の祝福以外に何を待つのか？ 神の祝福は、祈りに応えて与えられるのです。」

11 月の第 2 日曜日 — 新しい「祈りの日」

その最初の「祈りの日」（1866 年 11 月 4 日）にどれほど多くの YMCA が参加したのかは定かではありません。翌年、常務委員会は「1 年前、アメリカの各 YMCA によって非常に広くこの日が守られた。」と記録しています。

オールバニ大会の翌年、カナダのモントリオールでの大会で新たな決議が採択され、「11 月の第 2 の安息日(日曜日)と、それに続く 1 週の夜を、特別の祈りのために設ける」ことが勧告されました。さらに常務委員会は次のように励ましています。「それゆえ、この祈りの日において、あらゆる良い賜物、完全な賜物の与え主に、誠実で心からの感謝を捧げることを忘れてはならない。」

11月の第2週 — 「祈りの週」へ

この「祈りの日」はその後も続きましたが、モントリオールで提案された「祈りを1日から1週間へと拡大する」という勧告がすぐに実現したわけではありませんでした。それが正式に定められたのは、1875年8月、ドイツ・ハンブルクでの世界YMCA大会において、「11月の第2日曜日から始まる週を、YMCAの働きに対する神の祝福を祈る週として守ろう。」と勧告されてからのことでした。この時点から、祈りの期間は「1日」から「7日間」へと拡張され、「祈りの日および祈りの週（Day and Week of Prayer）」という言葉が使われるようになりました。

その後の年月の中で、YMCAは「祈祷週間」におけるYMCAの集会のために、日ごとの主題と、それに対応する聖書箇所を提示する提案を配布しました。1888年には、国際委員会（International Committee）が、「YMCAが、青年のための『祈りの日および祈祷週間』をどのようにして守るべきかについての提案（Suggestions to Associations how to Observe the Day and Week of Prayer for Young Men）」という文書を発行しています。

その提案には、日曜日の早朝祈祷から始まり、1週間を通して説教・伝道活動・献金などを行うスケジュールが記されていました。

YMCAの祈りの実践について、1897年の「A Bit of History（小史）」という文書は次のように締めくくっています。

「この30年間、全てのYMCAで続けられてきた年ごとの祈祷期間の、霊的な成果はいかなるものであったか？ それは来るべき世においてのみ明らかにされるだろう。しかし私たちは、その結果が計り知れないほど大きなものになると信じる。熱心な祈りと努力は、決してむなしく終わることはない。主にあっての労苦は無駄にならない。」

YWCAの参加 — 「世界祈祷週間」へ

この「協働と包摂の労苦」は、確かに無駄ではありませんでした。1901年、YWCAとYMCAは合意し、「毎年の祈祷週間において、同じ主題を採用する」という決定を行いました。この協働はさらに発展し、1904年には主題の共有を超えて、世界YWCAと世界YMCA同盟による合同祈祷週間として形づくられるようになりました。その後も次のような要素が加えられています：

1927年 — 世界YWCAと世界YMCA同盟の会長によるメッセージの掲載

1942年 — 印刷可能な冊子の発行開始

1948年 — 聖書日課に加え、写真や図案を取り入れたデザイン

多くが変わった、しかし多くは変わらず — 150 年の祈りを祝う

今年 2025 年、YMCA は、「11 月の第 2 週を祈りのためにささげる」という伝統の 150 周年を祝います。この 150 年という節目を迎え、1875 年 11 月の第 2 週以来、多くのことが変わったことを私たちは認識しています。

かつては英国と米国の青年男性のみを対象とし、伝道と資金調達の色合いが強かった祈祷会が、大きく成長し、姿を変えました。

現在の「合同祈祷週」冊子には、女性による祈りが収録されるだけでなく、しばしば女性がその礼拝を導きます。冊子の作成に携わる YWCA・YMCA の職員やボランティアは、世界各国から集い、若者の声、暴力や社会的周縁化の影響を受けやすい人々の声が重視されています。

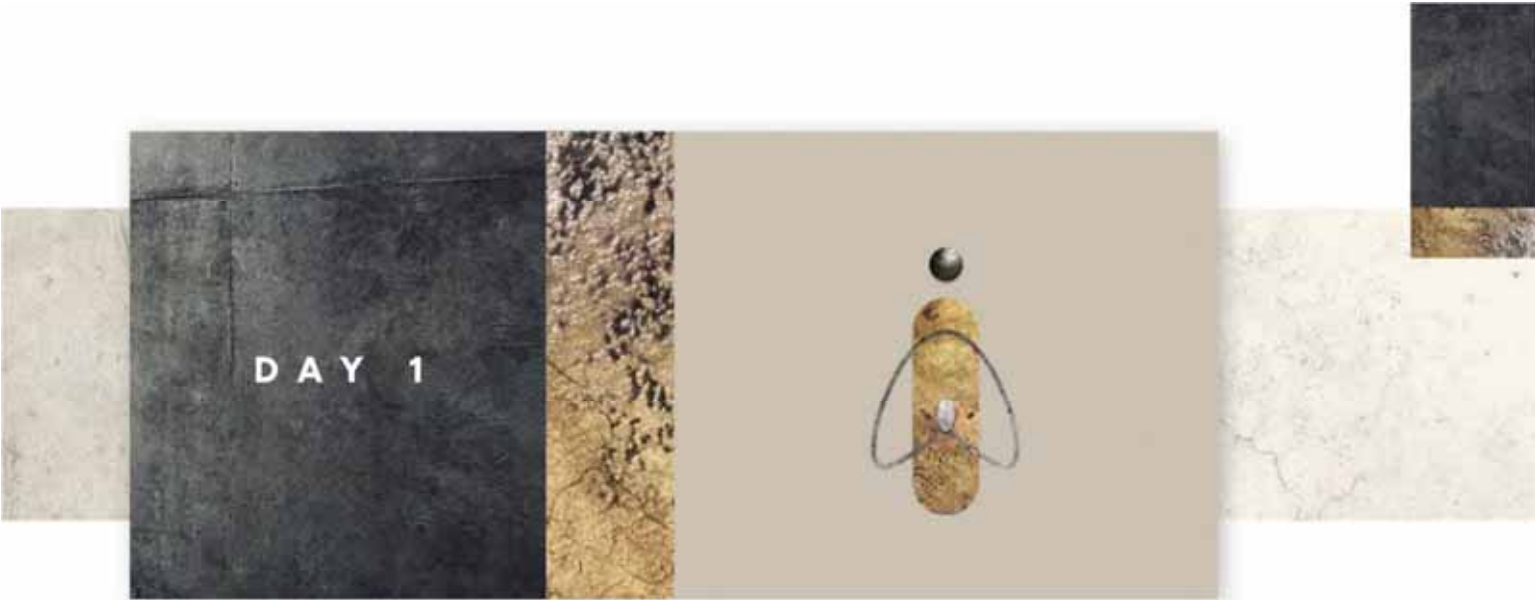
今日の「合同祈祷週」冊子は、キリスト教のエキュメニズム（教派を超えた一致）を推進し、しばしば教派間の違いに立ちはだかる敵意の壁を打ち壊すことを目指しています。そして、合同祈祷週は依然としてキリスト教の伝統に根ざしていますが、YWCA と YMCA はどんな信仰を持つ人も、また信仰を持たない人もすべてを受け入れ、1 年に一度、「静けさ・瞑想・熟考」の時を通して、行動へのインスピレーションを得るよう招いています。

祈りの日の制定を初めて提案した YMCA の祈祷委員会の初代委員長の一人、エリフ・ルート（Elihu Root）は、こう記しています。「あなたのご出席を、心から請い求めます。」

これは 1866 年当時、限られた男性の集まりに宛てられたものでしたが、今も招きの言葉は同じです。あなたの存在は、ここに歓迎されます。あなたの存在は、ここに必要とされています。

そして何よりも、私たちはこの祈りを、私たちの創り主にささげたいと思います。

「ああ神よ、あなたがこの 150 年間、私たちをここまで導いてくださったことを祝うこのとき、私たちはあなたのご臨在を心から願います。どうかあなたが私たちを変えてくださる通りに、私たちが変わることができますように。あなたの変わらぬ愛に根ざしながら、聖霊の導きを求め続ける者とならせてください。私たちを前へと導いてください。そしてあなたの恵みにより、YWCA と YMCA が、これからの 150 年、さらにその先の時代においても、世界の人々に仕え、影響を与え続けることができますように。アーメン。」



DAY 1

第 1 日 ヨベルと祈り

執筆者：スサナ・オルナ・カランサ（ペルー・アレキパ YMCA）

こんにちは。私の名前はスサナ・オルナ・カランサです。私は 21 歳で、ペルーのアレキパ市の開発プログラムのひとつ「Emerge（現れる、脱出する）」プログラムに所属しています。このプロジェクトに積極的に関わる若者として、私は YMCA との最も直接的なつながりが、自分が YMCA ユースコミュニティに心を尽くして関わっていることにあるのだと気づいています。このプロジェクトを通して、私たちは神にとってかけがえのない存在であり、それぞれが自分では理解しきれない大きな計画の一部であることを学びました。

聖書

テサロニケの信徒への手紙ー 5 章 16-18 節

「いつも喜んでいなさい。絶えず祈りなさい。どんなことにも感謝しなさい。これこそ、キリスト・イエスにおいて、神があなたがたに望んでおられることです。」

導入

「ヨベル（Jubilee）」という言葉は、祝祭、特に 50 年ごとの記念すべき年の祝いを意味します。私たちは、この 150 回目の「世界祈祷週間」を、賛美と喜びと神への感謝をもって始めようとしています。同時に、癒やしを必要とする世界への鋭い理解をもって迎えましょう。神が長年にわたって YWCA と YMCA を通してなしてくださったすべてのことを祝うことでこの祈祷週間を始めるよう、招かれています。

ヨベルの祈り

ああ、愛と平和の神よ、
今日、私たちは「祈祷週間」を始めます。
そして、私たちはあなたと共にこの週を始めたいと切望しています。
私たちのかたわらを歩いてください。
私たちの間にあなたが共にいてくださるぬくもりを感じ、
あなたの霊のささやきを聞き取ることができますように。

この聖なる週にあって、
私たちは世界中の信仰者と心を合わせ、声を合わせます。
私たちはあなたが与えてくださった一致という貴い贈り物に感謝します。
それは、私たちの違いを超えてなお続く一致、
私たちを分断する境界線を越えて結ばれる一致です。

私たちのうちに謙遜と理解の霊を吹き込んでください。
あなたの目を通して互いを見つめ、
正義と思いやりのうちに新しくされる世界のために共に働くことを教えてください。
私たちの祈りが、単なる言葉にとどまることなく、奉仕、和解、連帯という生きた行いとなりますように。

あなたの聖霊をすべての被造物に注いでください。
壊れたものを癒やし、
苦しむ者を慰め、
すべての心を真理と光へと導いてください。
あなたのご意思が天で行われるように、地でも行われますように。
アーメン。

祈りの要点

1. 過去 2 日間に体験した感謝すべき 3 つの出来事を静かに思い起こし、その感謝を神への祈りとして捧げましょう。
2. あなた自身、またはあなたのグループが、あなたの YWCA/YMCA において感謝している 3 つのことを祈りの中で言葉にしましょう。
3. 打ちひしがれた人々、苦しんでいる人々のために祈りましょう。
4. もしグループで集まっているなら、互いに手を取り合い、あなたのコミュニティのために短い感謝の祈りをささげましょう。

追加の祈り

教皇フランシスコによる「ヨベルの祈り」

(出典：<https://www.iubilaeum2025.va/en/giubileo-2025/preghiera.html>)

天の父よ、
私たちの兄弟である御子イエス・キリストを通してあなたが与えてくださった信仰、
そして聖霊によって私たちの心に燃え上がった愛の炎が、
あなたの御国の到来を待ち望む祝福された希望を私たちのうちに呼び覚ましますように。

あなたの恵みが私たちを、福音の種をたゆまず養う者へと造り変えてください。
その種が人類の内側から、そして全宇宙の内側から変革を起こしますように。
やがて新しい天と新しい地が現れるその日、悪の力が打ち砕かれ、
あなたの栄光が永遠に輝くという確かな期待のうちに。

このヨベルの恵みが、「希望の巡礼者」である私たちのうちに、天の宝へのあこがれを呼び覚ましますように。
また、その同じ恵みが、贖い主の喜びと平和を地の果てまで広めますように。
永遠に祝福される神よ、あなたに栄光と賛美が世々限りなくありますように。
アーメン。

創造的活動

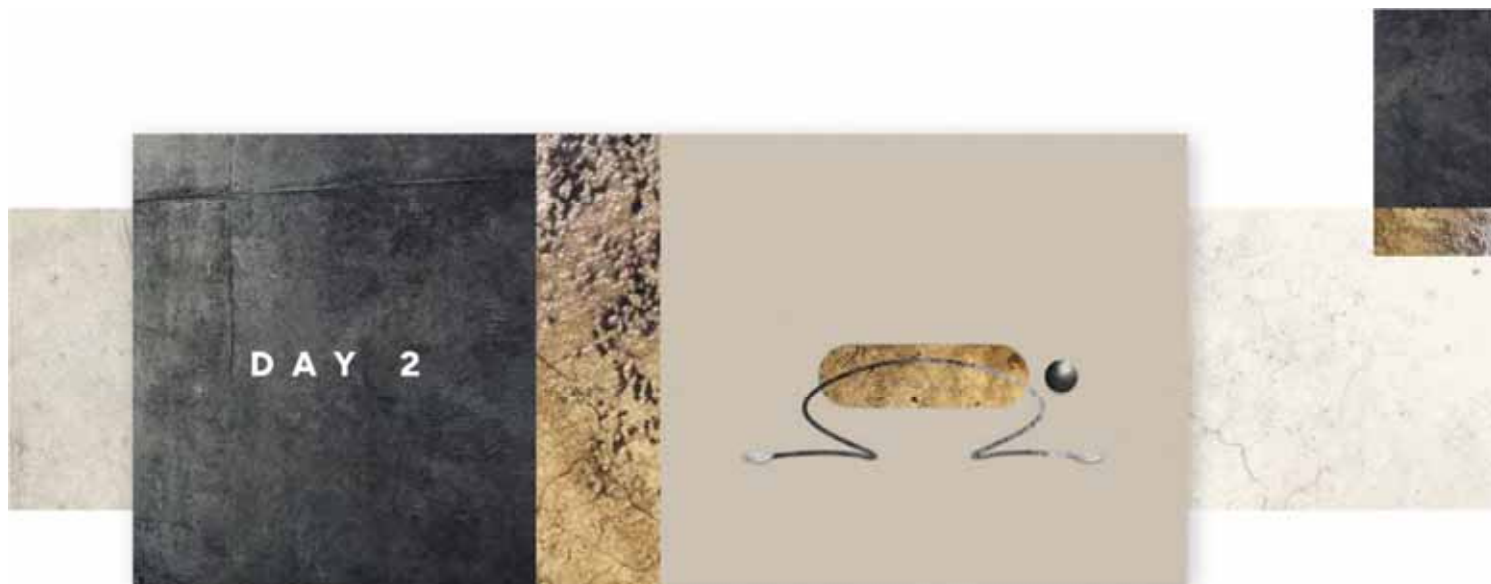
祈りの散歩

- さあ、外に出てみましょう。少なくとも 10 分間、必要ならばもっと長く。
- 静かな場所を見つけて歩き、ただ自分自身と共にいてください。
- 歩いている間、次の問いを黙想してみましょう：
- 先週、朝起きてから寝るまで、あなたはどのように毎日を過ごしていましたか？
- 立ち止まって空を見上げてください。何が見えますか？ それはあなたにどんな感情をもたらしますか？
- 最後にあなたが立ち止まって神と時間を過ごしたのはいつですか？ 祈り、黙想、または霊的な思索をしたでしょうか？ 今がその時だと感じたら、ぜひ祈ってください。

徐々に、自分の身体とその感覚に意識を向けてみましょう。自分の持っている感覚のうちのいくつを今働かせているか、それが今この時、あなたが「ここにいる」ようにさせていることに、気づいてもいないかもしれません。

- **温度感覚 (thermoreception)** — 皮膚に触れる空気の温かさ、冷たさを感じ取ってください。あなたが動くにつれて、空気はどのように変わりますか？
- **圧覚 (nociception)** — 立ち止まって、足の裏に伝わる地面の感触を意識してみましょう。固い、柔らかい、小石や草の感触はありますか？
- **平衡感覚 (balance)** — あなたの体は、立つこと、歩くこと、向きを変えることをどのように感じ取っているでしょう？ 平衡感覚は、あなたを支える「静かな助け手」です。
- **固有受容感覚 (proprioception)** — 手を上げたり、頭を回したり、目を閉じてまた開いたりしてみてください。考えなくても、自分の体のどの部分がどこにあるか分かるのはこの感覚のおかげです。

これらすべては、あなたに与えられた美しい賜物です。歩きながら、それを神からの贈り物として感謝して味わいましょう。それらを通して、自分自身・神・そして神の創造物とのより深いつながりに導かれますように。



第2日 帰還と祈り ― 家に帰る

執筆者：ミルナ・セバ・イクソイ（アメリカ・テネシー州中部 YMCA）

こんにちは！私はミルナ・パオラです。17歳の第一世代アメリカ人の女性で、4人きょうだいの第一子です。私のヒスパニックのルーツはメキシコとグアテマラにあります。

私はテネシー州ナッシュビルで生まれ育ち、YMCAの「アチーバーズ・プログラム（Achievers programme）」に積極的に参加しています。私の情熱は、イエスに仕えること、歌うこと、書くこと、そして学ぶことです。また、知らない人との心からの会話や、大切な人たちとの豊かな時間を楽しむことが好きです。私の人生の目的は、「最も曇った日の一筋の太陽の光になること」です。ちょうど、イエスが世の光であるように。

テネシー州中部 YMCA の「アチーバーズ・プログラム」は、高校生が大学進学、あるいは就職にむけて進路を探り、自己肯定感を育み、将来の計画を立てることを支援するプログラムです。特に高校の最終2年間に在籍する生徒たちを対象に定め、ナッシュビルの10の高校で展開されています。このプログラムでは、個別の進路相談、大学出願の手助け、履歴書作成、経済的支援の申請サポートなどが提供されています。

聖書

ヨハネによる福音書 14章 2-3節、18節

「わたしの父の家には、住む所がたくさんある。もしなければ、あなたがたのために場所を用意しに行くと言ったであらうか。行ってあなたがたのために場所を用意したら、戻って来て、あなたがたをわたしのもとの迎える。こうして、わたしのいる所に、あなたがたもいることになる。（中略）わたしは、あなたがたをみなしごにはしておかない。あなたがたのところに戻って来る。」

導入

レビ記におけるヨベルの年において、ヘブライの民は、自分たちの故郷の土地や家族のもとへ戻るように勧められていました。神は、私たち一人ひとりが、この世界の中に「自分たちと共にある人々」と「自分の居場所」を見いだすことを願っておられます。今日、私たちは、自分の人生において大切な人々や場所を与えてくださった神に感謝するよう招かれています。また、家のない人々、家族のいない人々、故郷に帰ることができない人々、あるいは家族から離れている人々のためにも祈りましょう。主が、YWCA と YMCA を通して、すべての人に「居場所」と「共に生きる人々」を与えてくださいますように。

帰還の祈り

家に帰る放蕩の子らのために

約束の神よ、

父なき者の父、母なき者の母、希望なき者の希望、そして私たちの魂の贖い主。あなたが再び来られ、私たちをあなたの横に置いてくださるその日まで、私たちをあなたの愛の腕の中に抱き寄せてください。全能の神の影で安らぎを得ることができるという確信のうちに、私たちがあなたのもとに近づけるよう助けてください。

追いつめる神よ、

あなたのまことは私たちの盾です！あなたは私たちを平和な緑の野に休ませてくださいます。シャロームの神、平和の君よ！迷い、心碎かれた羊たちをあなたの優しい御心へ導いてください。真実の希望があり、誰も恐れることのない故郷へと招く、あなたの柔らかな呼びかけを聞かせてください。王なるイエスよ、あなたは私たちに、いつまでもあなたの光の中で喜びに満たされる輝かしい場所への道を整えてくださっています。

疲れた魂を顧みる神よ、

死の陰の谷を歩くときにも、抑圧された心に安らぎの避けどころがないときにも、あなたは「わたしはあなたをみなしごにはしない」と約束してくださいました。誰にも理解されず、地が冷たく感じるときに、あなたが共にいてくださり、あなたのみが満たすことのできる心の空白を満たしてくださいますように。

主イエス・キリストの御名によって祈ります。アーメン。

祈りの要点

1. 神の家には私たちのために用意された多くの場所があることを感謝し、神がいつでも私たちの帰る家であることを感謝して祈りましょう。
2. 地上で家を持たない人々、家族を持たない人々、故郷に帰ることができない人々、あるいは家族と離れている人々のために祈りましょう。彼らが慰めと共同体、そして安全な居場所を見いだせますように。

3. YWCA と YMCA が、すべての人にとっての「家」と思える場となり、誰もがつながり、安らげる場所となりますように。
4. 暴力や戦争、飢餓、さまざまなトラウマによって破壊された家々のために祈りましょう。傷ついた人々に癒しを、絶望にある人々に希望をもたらしてください。私たち自身が行動を起こして、この世界の中で配偶者や親を亡くした人々を支え、居場所を提供できる者となれますように。

追加の祈り

ナディア・ボルツ＝ウェーバーによる「幸いなる者たち (Beatitudes)」

(出典：<https://thecorners.substack.com/i/222388/a-benediction>)

幸いなるかな、不可知論者（訳注：神の存在など人間にはわからないと主張する人）たち。

幸いなるかな、疑う者たち。確信が持てず、驚きをまだ知っている者たち。

幸いなるかな、霊的に貧しいために、あらゆることに確信が持てず、これ以上の新たな情報を取り入れない者たち。

幸いなるかな、何も差し出すものを持たない者たち。

幸いなるかな、列に割り込んで聖餐を受ける幼い子どもたち。

幸いなるかな、心の貧しい者たち。あなたがたは天の国の民であり、イエスはあなたを祝福される。

幸いなるかな、死を抽象ではなく現実として知る者たち。

幸いなるかな、愛する人を葬り、涙が海を満たすほどの者たち。

幸いなるかな、失うことの痛みを知るほど愛した者たち。

幸いなるかな、流産した母たち。

幸いなるかな、もはやどんなものごととも当然存在しつづけるとは思えない者たち。

幸いなるかな、他の誰かのために強いなければならない、崩れ落ちることができない者たち。

幸いなるかな、「まだ乗り越えられずにいる」者たち。

幸いなるかな、嘆く者たち。あなたがたは天の国の民であり、イエスはあなたを祝福される。

幸いなるかな、誰にも気づかれない者たち。中学校の昼食時に一人ぼっちで座る子どもたち。病院の洗濯係。セックスワーカーや夜勤の道路掃除人、

幸いなるかな、忘れられた者たち。

幸いなるかな、隠れて生きる性的少数者たち。

幸いなるかな、失業者、印象に残らない者、社会の中で誰にも代表されない者たち。

幸いなるかな、手首の新しい傷を隠す方法を探さなければならないティーンエイジャーたち。

幸いなるかな、柔和な者たち。あなたがたは天の国の民であり、イエスはあなたを祝福される。

幸いなるかな、誤って告発された者たち。不運が続く者たち、人生が困難な者たち——なぜなら、イエスはまさにそのような人々に囲まれて生きることを選ばれたから。

幸いなるかな、身分証明書を持たない者たち。

幸いなるかな、自分を代弁してくれるロビイストを持たない者たち。

幸いなるかな、里子や特別支援学級の子どもたち、安全と愛を感じたいと願うすべての子どもたち。

幸いなるかな、人々のためにビジネス上損な決断をする者たち。

幸いなるかな、燃え尽きたソーシャルワーカー、過労の教師、無償で弁護する弁護士たち。

幸いなるかな、優しい心をもつフットボール選手、募金活動に励む妻たち。

幸いなるかな、いじめっ子といじめられっ子の間に立つ子どもたち。

幸いなるかな、「あなたは赦された」と聞く者たち。

幸いなるかな、私がそれに値しないにもかかわらず、私を赦してくれたすべての人。

幸いなるかな、憐れみ深い者たち。彼らこそ真に理解する人たちである。

創造的活動

準備するもの： 小さなカードまたは紙、ペン

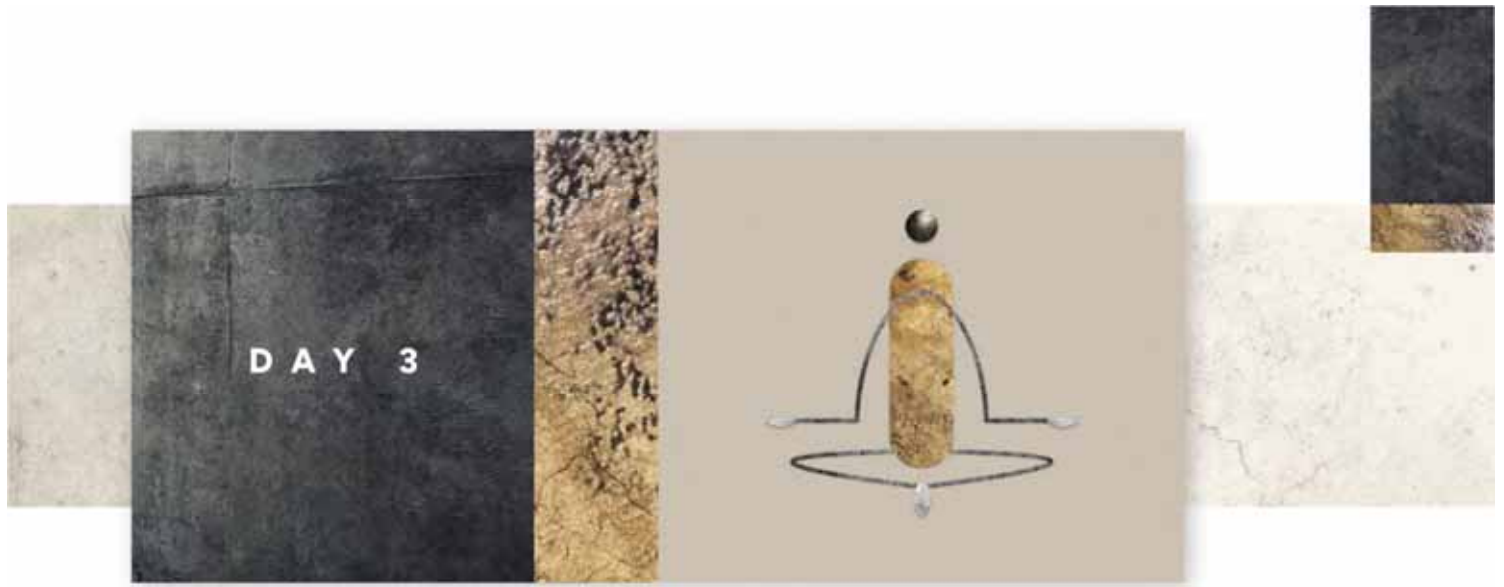
ヘブライ人への手紙 13 章 5 節を書き写しましょう。

「わたしは、決してあなたから離れず、決してあなたを置き去りにはしない」

聖句を書いた紙を、鏡やパソコン、スマートフォンケースなど、頻繁に目にする場所に貼ってください。それを見るたびに思い出しましょう：

「イエスは私の家。彼は私の希望。彼は私を友と呼んでくださる。

彼は私を決して見捨てない。そして、彼は私のもとに来てくださる。」



3 日目 – 安息と祈り

執筆者：アナスタシア・ベルマス（ウクライナ・オデーサ YMCA）

こんにちは。私の名前はアナスタシアで、29 歳です。私はウクライナの陽光に恵まれた都市、オデーサで生まれ育ちました。しかしウクライナでの戦争のため、現在はドイツに住んでいます。この引っ越しは、私にとって非常に困難なものでした。それでも、この時期に神様は、私が神を信頼し、頼り続けることを教えてくださっています。

私は人と関わること、合唱団で歌うこと、そして創造的な活動をするのが好きです。この秋、私はウクライナ福音神学セミナーで学び始めました。私は神の教会の力、そして神が私たちの中に、また私たちを通して働かれることを信じています。私はオデーサにある聖三一教会に所属しています。私たちの教会は様々な団体と協力しており、そうして私はオデーサの YMCA と出会いました。

神がどのようにして異なる人々を一つにし、私たちの中で、そして私たちを通して素晴らしいことをなされるかに私は励まされています。祈祷週に参加できることを嬉しく思います。この週のために私は祈っています。あなたとあなたの大切な人々に平和と祝福がありますように！

聖書

創世記 2 章 1～3 節

天地万物は完成された。第七の日に、神は御自分の仕事を完成され、第七の日に、神は御自分の仕事を離れ、安息なさった。この日に神はすべての創造の仕事を離れ、安息なさったので、第七日の日を神は祝福し、聖別された。

導入

こんにちは！お元気ですか？

もちろん、私は今すぐあなたの答えを聞くことはできません。でも、この問いを通して、あなたを今日のテーマへ、そしてあなた自身の神との会話へと招きたいのです。立ち止まり、以下の質問に正直に答えてみてください。あなたの身体の状態はどうですか？どんな感情を感じていますか？あなたの思いは何について巡っていますか？あなたの霊的な状態はどうですか？

これらの質問への答えを、あなたの神との会話の中で語ってみてください。今のあなたのままで、神のもとに来て、あなたの今現在の状態を伝えてください。

私たちは、常に何かが起こっている慌ただしい世界に生きています。私たちの注意と資源（時間やエネルギー）は常に奪い合われています。生活のさまざまな領域が、私たちの関与と焦点化を要求してきます。生活の進む速さは圧倒的で、私たちはたくさんのことを達成しなければならないと感じます。私たちの周囲にあるもの、SNS、テレビなどの影響は、多くの不必要な雑音を生み出します。このような雑音の中で、神の静かなさやきを聞き取り、私たちの人生に向けられる神のリズムを掴むことは難しいかもしれません。だからこそ、私たちは混乱し、重荷を感じ、疲れ果てるのです。私たちには、霊的・感情的・身体的な力を回復し、新たにするための休息の時間が必要です。それは時に数分かもしれませんが、時には一年以上かかることもあります。私にとって 2023 年は、回復と休息の年であり、誠実な祈りがその決断の始まりでした。

祈りは、私たちの休息そのものであり、あるいは休息の始まりとなるのです。

安息の祈り

私たちの命の主よ、私たちは今のままの私たちで、あなたのもとに来ます。私たちは、あなたに従い、心を低くして御座の前に出ます。私たちは、あなたを私たちの人生の主と認め、あなたの御心にすべてを委ねます。

私たちは、自分の人生を自分でコントロールしようとするすべての試みをあなたの前に差し出します。疲れ、消耗し、重荷を負った私たちは、あなたが共にいてくださる中で新たにされ、あなたの平安に満たされることを求めて、あなたの前に来ます。あなたの平安と、あなたのくびき(訳注：重い荷物を引かせるため、牛などの家畜同士をつなぎとめる道具を指す。私たちの重荷も神が共に担い、歩んでくださっているという意味)をありがとうございます。あなたが私たち、そして私たちの土地を顧みてくださることを感謝します。あなたは変わらず、誠実な神でいてくださることを感謝します。あなたの変わらない、誠実なみことばをありがとうございます！何ものも、だれも、あなたの愛から私たちを引き離すことはできないことを感謝します！イエス・キリストにおいて明らかにされた恵みに感謝します！朝ごとに新しい憐れみに感謝します！慰め主である聖霊に感謝します！

救い主よ、今、私たちの周囲には不安や心配があふれています。そのような中で私たちはあなたのもとに来て、あなたのやさしいそよ風を待ち望みます。どうか私たちが、あなたのささやきを聞き、あなたの偉大さを見、あなたが共にいてくださることを感じ、この休息の時にあなたが私たちに注ぎたいと願っておられるすべてを受け取ることができますように。あなたにあって私たちの思いを新たにし、あなたの御心を知り、私たちの人生へのあなたのご計画に従って行動できるように助けてください。

あなたの栄光のために良い人生を送るのに必要なすべてを、私たちに与え、祝福してください！私たちと、私たちの家族、地域社会、そして国々に、真の平安と休息をお与え、祝福してください！あなたの聖なる御名が、私たちの中に、そして私たちを通して崇められますように！

アーメン。

祈りの要点

共に座って、黙想と神との静かな時間をもつためのスペースを設けてください：

1. 身体、魂、心の休息のために祈る
2. 疲れている人、不安な人のための休息を祈る
3. 地球、大地、畑、水、山、森のための休息を祈る

追加の祈り

今日もまた、疲れて目覚めたあなたへの祝福

作：ケイト・ボウラー

＊原文 <https://katebowler.com/blessings/a-blessing-for-when-you-wake-up-tired-again-today/>

神様、朝です。けれど、私はすでに疲れています。

これは、一日の希望をかき消してしまうような疲労感です。

過去の混乱や、まだ満たされていない未来の希望で、一日がごちゃごちゃになってしまいます。

祝福されている私たちはこう言います：

神様、どこかに善きもの、愛、美しさがあると私は知っています。

それは私を呼んでいます、それは今の私の手の届かないところにあります。

神様、助けてください。

私を座らせて、ずっしりと重い毛布のような信仰を与えてください。

一息ごとに、ため息ごとに、
私の手に余ること、変えられないこと、理解すらできないことを、
すべてあなたの御手に委ねられるように、私を静めてください。

祝福は私たちにあります。
新しくて平和な道が開け、私たちが必要な休息を取り、
今あるわずかな力で、小さな一歩を踏み出すことができるとき、私たちは祝福されています。

創造的な活動

休息の計画を立てましょう

- **霊的な休息** – 静かで邪魔されることのない場所で、意図的に時間を設けましょう。感謝を捧げ、礼拝し、聖書を読み、神のこばを思い巡らすことにその時間を使ってください。祈りから始め、聖霊の導きを求めましょう。
- **魂の休息** – 電子機器や SNS から離れましょう。何かいのちを養うことをしてください：読書、絵を描く、歌う、音楽を奏でる、パズルをする、趣味を究める、愛する人と意味ある時間を過ごすなど。
- **身体の休息** – 自分の体をいたわりましょう。良質な睡眠を優先し、滋養のある食事を用意し、運動を楽しみ、散歩をし、身体の回復のときを自分にプレゼントしましょう。



4 日目 – 正義と祈り：他者を自由にすること

編集者注：この日の祈りは、2025 年 10 月の停戦および和平案の発表前に書かれたものです。この日のその他の資料も、同様にそれ以前にまとめられました。

執筆者：アンソニー・カヘル（パレスチナ・東エルサレム YMCA）

私は 23 歳のキリスト教神学者であり、活動家です。平和の地と呼ばれながら、決して平和を経験したことのないパレスチナのベツレヘム出身です。過去 10 年間、私は Beit ･ Salfur の YMCA でボランティアとして活動し、若者主体の活動や公共サービス、人々をエンパワーするプログラムを通して地域社会に仕えてきました。

仕事のかたわら、私は学術の場でも街頭の抗議行動においても、論文を発表し、記事を書き、人々に語りかけることに情熱を注いでいます。私の一番の趣味は旅行で、世界中すべての国を訪れることが夢です。

聖書

ルカによる福音書 4 章 16～21 節

「イエスはお育ちになったナザレに来て、いつものとおり安息日に会堂に入り、聖書を朗読しようとしてお立ちになった。預言者イザヤの巻物が渡され、お開きになると、次のように書いてある箇所が目にとまった。「主の霊がわたしの上におられる。貧しい人に福音を告げ知らせるために、主がわたしに油を注がれたからである。主がわたしを遣わされたのは、捕らわれている人に解放を、目の見えない人に視力の回復を告げ、圧迫されている人を自由にし、主の恵みの年を告げるためである。」イエスは巻物を巻き、係の者に返して席に座られた。会堂にいるすべての人の目がイエスに注がれていた。そこでイエスは、「この聖書の言葉は、今日、あなたがたが耳にしたとき、実現した」と話し始められた。」

導入

パレスチナ人のキリスト者として、このルカによる福音書の箇所は私に、そして私たち YMCA コミュニティにとって深く響くものです。イエスは「虐げられた者の自由」と「囚人の解放」を宣言されました。けれども、私たちが生きているこの地では、今も多くの人々が恐怖、不正、そして暴力に縛られています。パレスチナ人の囚人たちは、帝国主義の鎖に囚われ、悲しみと絶望の壁の向こう側に閉じ込められています。

今日、自由のために祈るということは、ヨベルの年（解放の年）を思い出すことにとどまらず、正義を経験したことのない人々のために正義の回復を求めることでもあります。

今年、私たちへの召命はミカ書 6 章 8 節の言葉にこだましています：「正義を行い、慈しみを愛し、へりくだって神と共に歩むこと」。今のような時代においては、希望を持つことだけでは十分ではありません。世界中の人々が「より良い未来への希望を持て」と私たちに教えてきましたが、「希望」という言葉は植民地主義的な用語となり、正義を先延ばしにし、虐げられた者をなだめるために使われてきました。今日、私たちはもうただ正義を「希望するだけ」ではなく、「正義を行う」ことに踏み出しています。

だからこそ、私たち YMCA は、正義を実行し、私たちの愛するコミュニティの自由を宣言して、解放に向けて働くよう呼びかけられています。私たちは、この地の「生ける石」であり続けています。この地は幾度も破壊によって刻まれてきましたが、信仰、抵抗、そして堅固さが今も生き続ける地でもあるのです。

嘆きの祈り

(※ アンソニーのこの心を打つ祈りは、大きな声に出して読んで、その力強さを増してください)

ヤー・ラブ（アラビア語で「親愛なる神よ」）、

この不確かな時代のただ中で、あなたの正義を、雨のように降り注がせ、この傷跡だらけの乾いた大地を潤してください。

神よ、傷ついた者たちの叫びがここにいる私たちに聞こえるように、あなたにも、はっきりと、大きく、聞こえていくことを望みます。

愛する人たちの泣き声は、説教よりも大きく、私たちに響きます。

私たちの上に降りてくるはずの聖霊は、どこですか？ 私たちが目にするのはミサイルばかりです。

あなたの聖なる火はどこにあるのでしょうか？ 燃やされているのは、テントばかりです。

私は嘆きます。灰となった家々を。瓦礫となった夢を。

この「聖なる地」は、罪のない人の血に浸かり、オリーブの木はもう花咲くことはありません。

かつて聖地と呼ばれたこの土地は、あなたの子どもたちが家から追われたとき、どうしたら聖なるものになれるのかを忘れてしまいました。聖なるものは、爆弾が天罰のように落ちてきたとき、最後の叫びを上げた数千人の息と共に去っていきました。

ここは「約束の地」と言われました。でも、誰がそれを約束したのですか？

憐れみの神ではありません。

涙を流すキリストでもありません。

この地は、祈ることさえ忘れてしまいました。

なぜなら、「平和」と口にするたびに、

答えはいつも「破壊」だったからです。

それでも私たちは、砕かれた声を集めて歌います。

それでも私たちは、砕かれた心を集めて祈ります。

それでも私たちは、記憶にしがみつき、その記憶が「揺るがぬもの」となるのです。

なぜなら、石さえも私たちの名前を知っているから。

瓦礫が私たちの証人となったのだから。

ヤー・ラブ、

忘れることなく、嘆くことを教えてください。

真実を手放すことなく、希望を持つことを教えてください。

そして、あなたの正義がついに来るとき、それが「千年の冬のあとに来る春」のようでありますように。

ミサイルではなく、憐れみとして来させてください。

砲火ではなく、自由として来させてください。

来させてください。

来させてください。

どうか、あなたの正義を来させてください。

アーメン。

祈りの要点

1. すべての虐げられた人々が霊・身体・心の自由を得られるために祈りましょう。特に、死や破壊を経験した人々のために。
2. YWCA と YMCA が、私たちの地域社会において正義と和解の道具となれるように祈りましょう。
3. 神の憐れみが、恐れ・欲望・暴力を、尊厳・平和・自由に置き換えてくださるよう祈りましょう。
4. 正義が水のように流れ下り、大規模な破壊によって傷ついたこの地を豊かに養うように祈りましょう。

追加の祈り

四旬節（訳注：キリストの十字架の受難を覚える、復活祭前の 40 日間、レント）のための祈り

執筆者：ムンテル・アイザック牧師（ベツレヘム聖書神学校 学部長、牧師）

原文リンク：<https://gazalentendevotional.substack.com/p/217-a-prayer-by-rev-dr-munther-isaac>

主なる神よ、

私たちの心は大きな苦しみに悩まされ、戦争や民族の虐殺によって、苦しめられています。私たちの心は、現代の紛争の重荷に苦しめられています。私たちはパレスチナの平和のために祈ります。占領という悪の終わりを、そして、あらゆる形の不正と不平等の終わりを祈ります。あなたの光がこの地に、特にガザにいる私たちの兄弟姉妹たちの上に輝きますように。彼らの保護と、平和と、安全のために祈ります。主に向かって私たちは祈ります。主よ、私たちの祈りを聞いてください……

私たちは、ガザで包囲されている人々のために祈ります。彼らは最も困難な状況の中で暮らし、爆撃の下にあります。特に、より良く平和な未来を夢見ている、ガザの子どもたちと若者たちのために祈ります。私たちは、この包囲の終わりを祈ります。私たちは、あなたが憐れみをもってガザをご覧になるように懇願します。弱い人々と抑圧された人々を支えてください。救いと、自由と、尊厳を ガザの人々にもたらししてください。

主に向かって私たちは祈ります。主よ、私たちの祈りを聞いてください……

私たちは、囚われている人々のために祈ります。投獄されている人々、追放された人々、家を失った人々、迫害されている人々、そして難民のために祈ります。また、悲しんでいる者、喪に服している人、配偶者や親を亡くした人々のために、自由と平和のために命を捧げた殉教者たちのために、血を流された無実の人々のために、傷つけられた者、拷問された者、苦しむ家族のために祈ります。主に向かって私たちは祈ります。主よ、私たちの祈りを聞いてください……

創造的活動

イエスへの手紙を書く

あなたの心に重くのしかかっているものはありますか？

不安、ストレス、つらい記憶、またはあなたが自由に息をすることを妨げている重荷。

それらを短い手紙としてイエスに向けて書いてみてください。そして、イエスには私たちを作り変え、解放する力があることを信じ、その約束から励ましを受け取ってください。詩篇 107 篇 16 節はこう述べています：「主は青銅の扉を破り、鉄のかんぬきを砕いてくださった。」イエスに求めてください。あなたを解放し、あなたに平安を与えてくださるように。あなたが書いた重荷のひとつひとつに対して、イエスの御名を唱えながら祈ってください。

次に、あなたの知っている誰か、心が傷ついている人、困難な状況にある人を思い浮かべてください。その人のために具体的に祈り、短い励ましの言葉を送ってみてください。たとえば、「あなたは一人ではありません」と伝えるような、シンプルなメッセージで構いません。



Day 5 – 赦しと祈り：債務の赦し

執筆者：リノ・クオル・アロップ（南スーダン・Y-グローバル）

私はリノ・クオル・アロップ、29歳の南スーダン出身の男性です。読むことと書くことが大好きです。これにより、私はある種の創造的な作家となり、その結果、2024年には私の短編小説がアフリカ作家賞の最終候補に選ばれました。

YMCAに関わり始めたのは2022年、私が働いていた団体——南スーダン聴覚障害児青年全国協会——が南スーダンYMCAと合同プログラムを行ったのがきっかけです。

それ以来、YMCAのメンバーとなり、聴覚障害のある若者たちをYMCAの「パワースペースプログラム」への参加に導くボランティア活動をしています。

聖書

マタイによる福音書 6章12節、14-15節

「わたしたちの負い目を赦してください、わたしたちも自分に負い目のある人を赦しましたように。（中略）もし人の過ちを赦すなら、あなたがたの天の父もあなたがたの過ちをお赦しになる。しかし、もし人を赦さないなら、あなたがたの父もあなたがたの過ちをお赦しにならない。」

導入

赦しはクリスチャン生活において不可欠なものです。赦すとは忘れ、怒りや恨みを他者に対して抱くことをやめることを意味します。したがって、「債務を赦す」とは、主なる神が私たちに示してくださったように、私たちに対して負われている貸しや債権を手放し、忘れることを意味します。主は私たちに水や酸素、食べ物、耕し住む土地を提供し

てくださいますが、主は私たちを債務に縛ることはありません。なぜなら、主は愛に満ちた赦しの神だからです。私たちは天におられる父なる神の模範に従い、私たちに負債を負う人に対して憐れみをもって接するよう呼びかけられています。

赦しのための祈り

全能の神よ、
何十年もの間、南スーダンの子どもたちは泣き続け、年ごとにその叫びは大きくなる一方です。
それでも銃声は決して止みません。より多くの人々が命を失い、他の人々は故郷を追われます。
若者たちは心を失い、復讐のことばかり考えています。
派閥が派閥に、部族が部族に敵対しています。

神よ、
私たちが違いを話し合い、戦争に訴えずに解決策を見出すための知恵と理解力をお与えください。
終わりのない戦争で愛する人を失った人々を慰めてください。
私たちが永続する平和を実現できて、生涯を難民として過ごした人々がついには故郷に戻れるよう祈ります。
主よ、どうか私たちの指導者と若者たちの心に触れ、良き書に記されたとおりに互いを赦すことができるようにしてください。

創造主なる神よ、
世界が時に私たちの苦境を忘れてるように見えても、
私はあなたが私たちを忘れておらず、私たちのために働いておられ、適切な時に私たちはこれらの痛みと、私たちから愛する者を私たちの手からもぎ取って行った終わりなき戦争から解放されると完全に信じています。

天の父よ、
YWCA／YMCA 運動のメンバーたちを力づけ、私たちの社会において赦しを奨励し説くことによって、世界の平和に向けた努力を主導するようお命じください。
イエスの御名によって祈ります。
アーメン。

祈りの要点

1. 赦しの精神が私たちに宿るよう祈る
2. 赦しを求める勇気を祈る
3. 他者を赦す愛を求めて祈る
4. 負債者を解放する知恵を祈る

追加の祈り

祈りの前の祈り： デズモンド・ツツ大司教とムフォ・ツツ著

(原文リンク：<https://presbyphl.org/2020/11/06/in-need-of-the-prayer-before-the-prayer-by-rev-ruth-faith-santana-grace/>)

私は進んで手放し、赦すことを望みたい。

しかし赦す意志を求めることを恐れている。

なぜならもしあなたがそれを私に与えたなら、

私はまだ準備ができていないかもしれないから。

私はまだ、心を柔らかくする準備ができていない。

まだ再び無防備になる準備ができていない。

まだ私に苦しみを与えた者の目に人間性があることを見たいと思わない。

私を傷つけた者も泣いたかもしれないということをまだ受け入れたくない。

私はまだその旅に出る準備ができていない。

まだその道に興味がない。

私は赦しの祈りの前の祈りの段階にいる。

赦したいと思う意志をお与えください。

今すぐではなく、近いうちにそれをください。

言葉にできるだろうか？

「赦してください」と。見る勇気があるだろうか？

私が与えた傷を見る勇気があるだろうか？

私はかろうじてその壊れやすいもののすべての砕けた破片を垣間見ることができる。

その魂は壊れた希望の翼で立ち上がろうとしている。

しかし、私はそれを目の隅でしか見られない。

私はそれが怖い。

そして、見るのが怖いなら、

「赦してください」と言うのが怖くないはずがない。

私たちが会える場所はあるだろうか？

あなたと私。

私たちが線をまたぐ中央の場所。

そこではあなたは正しく、私も正しい。

そして二人とも間違っていて、不当に扱われている。

そこで会えるだろうか？

そして道が始まる場所を探そう。

赦すことで終わる道。

創造的活動

債務を水に流す

準備する物： 小石または硬貨、水の入ったボウル、世界地図。

小石か硬貨を手にとってください。それを握りしめながら、あなたが抱えている傷、恨み、あるいは「貸し」について考えてみてください。祈りの中でイエスにそれを告げ、それを手放す助けを求めてください。その後、その小石や硬貨を自分から離れた場所に置くか、水の入ったボウルに投げ入れて手放すしるしとします。

もし友人のグループで集まるなら、世界地図を印刷してください。

一緒に祈り、紛争、暴力、深い痛みによって注目される場所のために特に祈ってください。国と国、民族と民族を交差して赦しと平和、和解がもたらされるよう、神に求めましょう。



Day 6 - 行動と祈り

祈りのうちに前進すること

執筆者：クライン・ファウスト・エンペラド（フィリピン）

クライン・ファウスト・エンペラドは 35 歳で、フィリピン出身です。彼はアジア・太平洋 YMCA 同盟の宗教間協力フォーラムが始めたさまざまな平和構築プログラムに参加してきました。20 年間、彼は教会で聖歌隊の先唱、合唱団指揮者、教会音楽家、典礼作家として奉仕してきました。

彼は IFI・フィリピン独立教会や、フィリピン教会協議会、エキュメニカル司教フォーラム、フィリピン・エキュメニカル平和プラットフォーム、アジア・キリスト教協議会などの他のエキュメニカル団体のために創造的な典礼を書き、導いてきました。クラインはシリマン大学をマス・コミュニケーション専攻で卒業し、シリマン大学神学院（SUDS）で典礼学と教会音楽の単位も取得しています。ここ数年、彼はシリマン大学、シリマン大学神学院、アジア・キリスト教協議会のスタッフとして働いています。ドイツのカールスルーエで開催された世界教会協議会第 11 回総会のコミュニケーションスタッフの一員でもありました。

現在は IFI オビスパド・マキシモ（訳注：「最上位の司教」を意味する部署）の文書担当スタッフ、権利擁護者のためのラメント・プロジェクト（訳注：2006 年に殺害された人権擁護派の教会指導者アルベルト・ラメント司教の名を冠する）のプロジェクト担当者、アグリパイ中央神学校の教会音楽講師として働いています。

聖書：

ヨハネの手紙 — 3 章 17-18 節

「世の富を持ちながら、兄弟が必要な物に事欠くのを見て同情しない者があれば、どうして神の愛がそのような者の内にとどまるでしょう。子たちよ、言葉や口先だけではなく、行いをもって誠実に愛し合おう。」

導入

神は水の上を動き渡し、すべての創造物に命を吹き込み、捕らわれた民を自由へ導くために海を分けました。すべての被造物のための神の救済の業は、ナザレの若い女性マリアの胎内でイエスという肉体をもって完成されました。神の動きはイエス・キリストの生涯の中に現されました。彼は、貧しい人、奴隷状態の人、周縁に置かれた人、抑圧された人たちに対する連帯と憐れみの深い行動を通じて、ヨベル（恩赦）の福音を説きました。神はペンテコステの日に使徒たちに火の舌を通して聖霊を送りました。

壊れ、分裂し、断片化したこの世界を再建し刷新する働きにおける神の共働者として、私たちは祈りと同情、連帯、正義の意味深い行動を通じてヨベルの赦しを宣言するよう呼び出されています。

行動の祈り

絶えず動く神よ

私たちを祈りと奉仕に招く神よ

どうかお願いです、あなたの民に、

権力に対して真実を語る勇気を、

不正義、抑圧、奴隷的な扱いに勇敢に立ち向かう勇気を授けてください

私たちに力を与え、すべての人々に向けてヨベルの赦しを宣言できるようにしてください！

絶えず動く神よ

私たちがヨベルを宣言するのを助けてください

どうか、お願いです、私たち全員に

抑圧され、奴隷とされた人たちと連帯して行動できる霊的な促しを与え、

彼らを自由への道へ導いてください

信仰を通じて、彼らが大胆に

ヨベルへの旅路を歩めるようにしてください！

絶えず動く神よ

ヨベルへの旅を私たちと共にしてください

私たちの生活と祈りを

連帯の行いへと変えてください

私たちの心、思考、魂をかき立て

共働者、パートナーとして行動させてください

あなたの支配を進めるために

愛、正義、平和が湧き出るように！

絶えず動く神よ
偉大なヨベルの創始者よ
私たちを行動へ導いてください
同情と協働へ
あなたの聖霊により私たちを動かし
被造世界全体の刷新と変革のために
参加し、協力することを助けてください！

絶えず動く神よ
私たちをヨベルへと前進させてください！

神の民よ、あなたたちに神の祝福がありますように
信仰の旅を続けるこのときに。

ヨベルを祈りと行動を通して宣言するようにあなたを呼ばれた聖なる方が
聖霊であなたを満たし、
人類と全被造世界の苦しみに連帯して祈り行動するよう、あなたの心に火を灯しますように。

奉仕のためにあなたを遣わす聖なる方が
神の共働者として、すべてのためのヨベルを告げるように
そして必要な人々に世界の資源を分かち合い、
社会の周縁にいる人々の生活を改善するように、あなたに霊的な促しを与えますように。

ヨベルを創始した聖なる方が
紛争の中でも勇気と愛を持つようにあなたに力を与え、
新しい共同体の誕生に関与する勇気を与えますように。
そこでは愛、平和、正義が木や花のように咲き誇りますように。

祈りの要点

1. 貧困と飢餓に苦しむ人々のために祈る
2. 紛争地域に住む家族のために祈る
3. 虐待や不正義に直面している女性や子どものために祈る
4. 人権擁護者と活動家のために祈る

追加の祈り

希望を築く祈り、ローマ・カトリック教会

<https://dublindiocese.ie/the-building-hope-prayer/>

巡礼の神よ、感謝と賛美を捧げます。

暗闇と疑いの中でも、あなたは絶えず私たちと共に旅を続けています。

私たちは一つの家族として共に歩むために、あなたのような愛情深い優しさを求めます。

互いの顔の中に、パンを分かち合う中に、そして創造の輝きの中にあなたがおられることに気づけるよう、私たちの目を開いてください。

復活されたキリストが、私たちの内深くに希望と新しい命の種を蒔かれますように。

私たちの心と思想があなたの言葉で満たされ、

真実、正義、平和をもたらしますように。

私たちの内で、私たちを通して働く聖霊が、

私たちが謙遜と愛の奉仕の中で洗礼の召命を生きたとき、私たちの想像をはるかに超える働きをなさいますように。

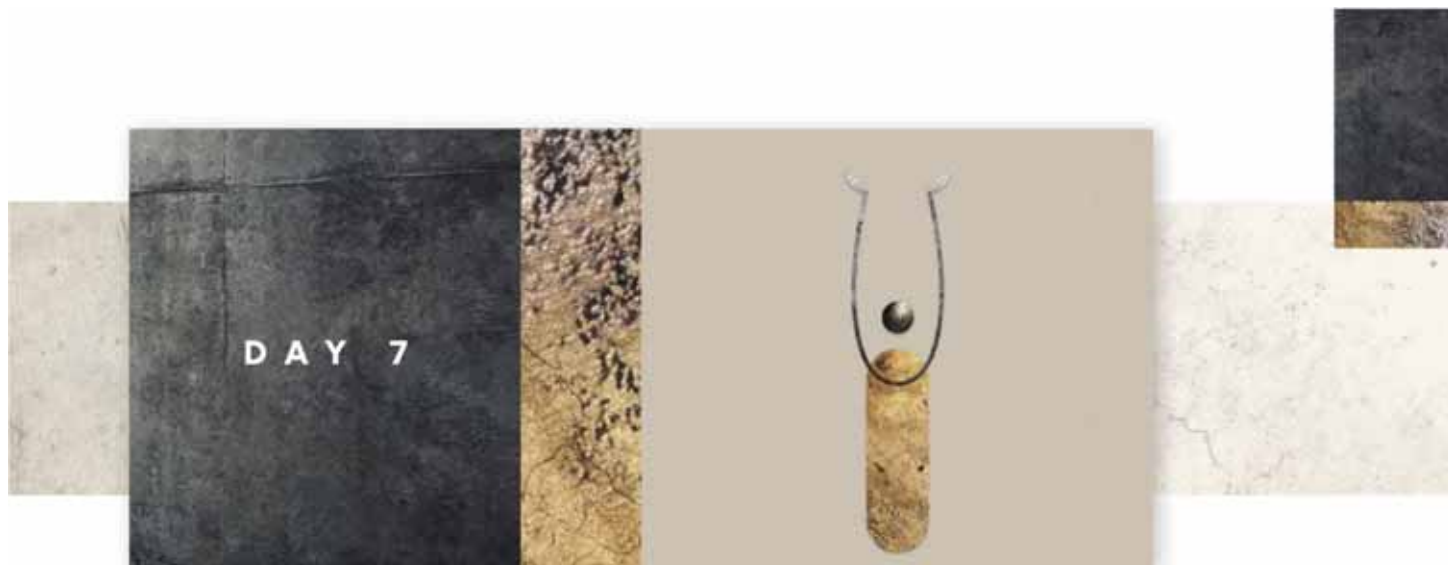
この祈りをキリスト、私たちの主を通してささげます。

アーメン。

創造的活動

準備物：色紙、はさみ、ペン

1. 紙の上に自分の手の形をなぞり、型どられた紙を切り抜く。
2. 手のひらの部分に、国や地域のための祈りを書く。
3. 5本の指には、より良い共同体生活のヨベルに向かうために自分が信じる5つの行動を書く。
4. 小グループや大グループでの祈りの時間に、「ヨベルの祈りの手」を礼拝空間に置く。
5. 他の人にはランダムに1枚の「祈りの手」を取ってもらい、そこに書かれた意図に従って祈るよう促す。



第 7 日：一堂に会しての礼拝

以下の内容は、各地の YWCA/YMCA が、今年の「合同祈祷週」の期間中または最終日に、それぞれの地域に合わせた礼拝を構成するためのガイドとして提供されています。今年のテーマである「ヨベルの年の祝祭；祈りと行動の 150 年」に基づき、この礼拝では特に「交わりと祈り（Prayer as Communion）」に焦点を当てています。

00:00 歓迎と導入

司式者は参加者を歓迎し、その場にふさわしい言葉で礼拝に導きます。

以下は導入文の一例です。

この 1 週間、私たちは「世界祈祷週／合同祈祷週」とその 150 周年を共に祝いながら歩んできました。

祈りとヨベルの週を過ごした後、今日こうして「交わりと祈り」をテーマとした合同礼拝をもって、1 週間の締めくくりを迎えます。

00:03 開会の祈り

司式者：いのちの源であり、創造主であり、支え主である主イエス・キリストの恵みとあわれみと平和が、みなさんと共にありますように。

全員：そして、あなたと共にありますように。

司式者：今日は、神が行動されたまさにその日です。

全員：喜び祝いましょう——自由で満たされたいのちを！（詩編 118:24-25 『The Message』より）

00:04 賛美歌：「For Everyone Born（生まれてきたすべての人のために）」

作詞：シャーリー・エレナ・マレー／作曲：ダニエル・チャールズ・デイモン

この賛美歌は礼拝テーマに合う曲として提案されていますが、ふさわしい別の曲に差し替えてもかまいません。

（参考）

■ https://www.hopepublishing.com/find-hymns-hw/hw9008_37.aspx

■ YouTube 動画 <https://www.youtube.com/watch?v=hmUIJvzRaI4> ※Youtube には 5 節までしか登場しません

1. 生まれたすべての人に、食卓に席を、清潔な水とパンを、逃れの場所を、空間を、成長できる安全な場所を。

生まれたすべての人に、頭上には星、

<※折り返し>

私たちが、正義と喜び、憐れみと平和を生み出すとき、神は喜ばれる

そう、神は喜ばれる！ 私たちが、正義を、正義と喜びを生み出すとき。

2. 女性と男性に、食卓に席を、役割の見直しを、分担の検討を、知恵と優美さをもって、力を分かち。

女性と男性に、公正な仕組みを、

<※折り返し>

3. 若い人と年取った人に、食卓に席を、声が聞かれることを、歌の中に歌えるパートを、子どもの手をしわだ

らけの手の中に。若い人と年取った人に、所属する権利を、

<※折り返し>

4. 正義と不正義に、食卓に席を、虐待する人とされる人、赦しの必要性がある、怒りにも傷つきにも、慈悲の

心。正義と不正義、新しい生き方

<※折り返し>

5. 生まれたすべての人に、食卓に席を、恐怖なしに生きられることを、ただそこにいられることを。仕事をし、

声を上げ、証しを立て、礼拝する。生まれたすべての人に、自由になる権利を

<※折り返し>

6. 性的少数者と性的多数派に、食卓に席を、神との契約の共有を、歓迎される場所を、人種とジェンダーと肌

の色の虹を。性的少数者と性的多数派に、恵の聖杯を

<※折り返し>

私たちが、正義と喜び、憐れみと平和を生み出すとき、神は喜ばれる

そう、神は喜ばれる！ 私たちが、正義を、正義と喜びを生み出すとき。

00:09 聖フランシスコの祈り

主よ、私をあなたの平和の道具としてお用いください。

憎しみのあるところに愛を、

侮辱のあるところに赦しを、

不和のあるところに一致を、

誤りのあるところに真理を、

疑いのあるところに信仰を、

絶望のあるところに希望を、

闇のあるところに光を、

悲しみのあるところに喜びを、

私をもたせるようにしてください。

慰められるよりも慰めることを、

理解されるよりも理解することを、

愛されるよりも愛することを、

私が求めるようにさせてください。

与えることのうちに受け、

自らを忘れることのうちに見だし、

赦すことのうちに赦され、

死ぬことのうちに永遠のいのちに生きるからです。

00:11 3つの聖書朗読

多様な背景を反映させられる 3 名の朗読者を選びます。（週の途中でこの礼拝を行う場合は、その日の祈祷週テキストを使用してもかまいません。）

詩編 119 編 33-41 節

主よ、あなたの教えに従う道を示してください。

最後までそれを守らせてください。

あなたの律法を理解させ、保たせてください。

わたしは心を尽くしてそれを守ります。

あなたの戒めに従う道にお導きください。

わたしはその道を愛しています。

不当な利益にではなく

あなたのために心を傾けるようにしてください。

むなしいものを見ようとすることから

わたしのまなざしを移してください。

あなたの道に従って

命を得ることができますように。

あなたの僕に対して、仰せを成就してください。

わたしはあなたを畏れ敬います。

わたしの恐れる辱めが

わたしを避けて行くようにしてください。

あなたは良い裁きをなさいます。

御覧ください

わたしはあなたの命令を望み続けています。

恵みの御業によって

命を得させてください。

主よ、あなたの慈しみと救いが

仰せのとおり、わたしを訪れますように。

福音書 マタイによる福音書 6章 9-13 節

「だから、こう祈りなさい。

『天におられるわたしたちの父よ、

御名が崇められますように。

御国が来ますように。

御心が行われますように、

天におけるように地の上にも。

わたしたちに必要な糧を今日与えてください。

わたしたちの負い目を赦してください、

わたしたちも自分に負い目のある人を

赦しましたように。

わたしたちを誘惑に遭わせず、

悪い者から救ってください。』」

書簡 テサロニケの信徒への手紙一 5章 16-18 節

いつも喜んでいなさい。絶えず祈りなさい。どんなことにも感謝しなさい。

これこそ、キリスト・イエスにおいて、神があなたがたに望んでおられることです。

00:17 呼吸と共に祈る

この祈りは、司式者の導きに従って、ゆっくりと呼吸しながら共に祈ります。(出典：Cole Arthur Riley, Black Liturgies より、抜粋・改作)

司式者： 神は最初の人間に息を吹き込み、いのちを与えられました。その同じ息をもって、聖霊なる神は今も、この世界に生きる私たちのうちに、また私たちを通して、生きて働いておられます。私たちが声を合わせて祈る一つひとつの祈りの間に、一緒にゆっくりと息を吸い、吐きましょう。

司式者： 息を吸って。

全員： 私たちは隔絶に抵抗します。

司式者： 息を吐いて。

全員： 私たちは絶望を押し返します。

司式者： 吸って。

全員： 私たちは自分の体に根ざしてしっかり立ちます。

司式者： 吐いて。

全員： この息が知恵を運びます。

司式者： 吸って。

全員： 私たちは、私たちの内にある、聖霊の静かで小さな御声を思い出します。

司式者： 吐いて。

全員： 私たちは一人ではありません。

00:21 主の祈り

(それぞれの母語で)

天の父よ

み名があがめられますように。

み国が来ますように。

みこころが天で行われるように 地上でも行われますように。

わたしたちに今日も この日のかてをお与え下さい。

わたしたちに罪を犯した者を ゆるしましたから、

わたしたちの犯した罪を おゆるし下さい。

わたしたちを誘惑から導き出して 悪からお救い下さい。

み国も力も栄光も とこしえにあなたのものだからです。

アーメン。

00:23 創造的アートによる礼拝

この時間には、礼拝をより豊かにするための、創造的な表現を取り入れましょう。神の「かすかな声」に焦点を当て、私たちの日常と世界の中に働く神の導きを表現するため、コラージュ、黙想、詩、映像や絵画、ダンスなどを制作するには、事前の準備が必要です。

00:29 ショートメッセージ（任意）

地域の YMCA/YWCA リーダーまたは教職者を招き、「交わりとしての祈り（Prayer as Communion）」をテーマに、マタイ 6 章 9-13 節を用いて語ってもらいます。（他の箇所でも構いませんが、マタイを推奨します。）

00:34 内省と祈りのとき

（このセッションの間、静かな器楽を流してもよい）

司式者は次の言葉でこのセッションを開始します。

司式者：

今日、私たちは1週間の歩みを終えようとする中、世界の喜びと痛みのただ中で、神の声に耳を傾ける時間を持ちたいと願います。これは簡単なことではないので、私たちが共に実践することは重要です。礼拝の場でだけ心を静めて神に聴けばいい、という思いに陥ることもありますが、静まって聴くということが私たちの日々の生活リズムの一部になることを、今日願うものです。

もし私たちが日常生活を送る中で、周りの雑音や地震や嵐のような喧騒さえも抑えて、神のささやきに気づけるようになったら、どのようになるでしょう？

では、今ここでもう一度、共にゆっくり呼吸してみましょう。背筋を伸ばして座り、足の裏をしっかり床につけます。あなたの座っている椅子がどんな感じかの感触に注意を向け、あなたの体が安らげる位置を見つけてください。私の言葉に合わせて、ゆっくりと息を吸い、吐き、しばらく沈黙のうちに座っていきましょう。雑念が浮かんできても、隣に座っている人や室内の物音が気になっても、「静まり、聴く」という意図に立ち返るようお願いします。

静まって、わたしが神であると知りなさい。（ゆっくりと吸って、吐いて……沈黙）

静まって、わたしを知りなさい。（吸って、吐いて……沈黙）

静まって、知りなさい。（吸って、吐いて……沈黙）

静まって。（吸って、吐いて……沈黙）

静まって。（吸って、吐いて……沈黙）

※ここで約2分間の沈黙を保つ — 長く感じられても、大切なことなので、実施しましょう。

00:39 賛美歌

「Still Small Voice」 - ヨハン・グリッデン (Soli Deo Gloria)

この曲は礼拝テーマに合うものとして提案されています。他の曲に差し替えても構いません。

ユーチューブ「Still Small Voice」 <https://youtube.com/watch?v=tD9dlqhOCVg>

00:43 祝祷

「共同体とつながりへの祝福」(ケイト・ボウラー作)

https://www.instagram.com/p/C7CA_Nvu8jO/?hl=en

司式者：

神よ、私たちは愛する者たちに囲まれています。彼らはあなたを必要としています。そして私たちも、彼らを支え運ぶためにあなたを必要としています。愛が、私たちすべての重さに耐え、持ち上げる力となりますように。

子どもたちと孫たちを祝福してください。ここにいる子どもも、すでに旅立った子どもも。

今も、そして過去においても、私たちの心を躍らせる人々を祝福してください。

両親と祖父母を祝福し、私たちの根と枝を強めてください。

私たちのペットとすべての被造物、それらがもたらす慰めを祝福してください。

私たちの友人と、"Chosen Family" (訳注：血のつながりや法的な関係によって形成される伝統的な家族の枠組みを超え、自ら選び取った家族)、私たちを支えるすべての絆を祝福してください。

神よ、私はみなの前で告白します。私はみんなを救いたいと願っていました。

でも今、あなたにこの重荷を手渡します。私の罪責を赦し、心を静めてください。そして、あなたこそが不可能を成し遂げ、私が一人で背負おうとした世界の重さを支えてくださることを、信じて、あなたにお委ねします。

互いに支え合い、必要とし必要とされる生き方、助け、助けられる生き方を、

たとえ不自然に思えても、私たちは実践しようとしていますので、祝福してください。

神よ、私たちは一人で生きようには造られていません。

そのことを思い出させてくださってありがとうございます。

そしてもし、今日思ったよりも孤独を感じている人がいるなら、諦めずに踏みとどまれますように。

全員： アーメン。

00:45 閉会

謝辞

- スサナ・オルナ・カランサ、21 歳（ペルー・アレキパ YMCA）
- ミルナ・セバ・イクコイ、17 歳（アメリカ・テネシー州中部 YMCA）
- アナスタシア・ベルマス、29 歳（ウクライナ・オデーサ YMCA、現在ドイツ・シュトゥットガルト在住）
- アンソニー・カヘル、23 歳（パレスチナ ベツレヘム・東エルサレム YMCA）
- リノ・クオル・アロップ、29 歳（南スーダン・Y-グローバル、）
- クライン・ファウスト・エンペラド、35 歳（フィリピン）
- イェンス・クリスチャン・カーク（校長、牧師、YMCA/YWCA デンマーク）
- ドーリ・ゴーマン（牧師、チャプレン、アメリカ・テネシー州中部 YMCA）
- サラ・ズヴォニコヴァ（国際主事、チェコ共和国 YMCA）
- ジョシュア・ヘイスティングス（ブランド&デザインマネージャー、イングランド&ウェールズ YMCA）
- ローラ・アビレス（コロンビア・キンディオ YMCA、ラテンアメリカ・カリブ海 YMCA 同盟）
- グスタボ・エスピノサ（ペルーYMCA、ラテンアメリカ・カリブ海 YMCA 連合）
- ソロムジ・マブザ（元南アフリカ YMCA 会長）
- ダンカン・チョードリー（ガバナンスマネージャー、世界 YMCA）
- ボニー・グレッツナー（コンテンツ・デジタルコミュニケーションマネージャー、世界 YMCA）
- ジョン・フィリップス（コミュニケーション部長、世界 YMCA）
- クレア・ラッシュ（事務局長、アイルランド YWCA）
- スチ・ガウル博士（戦略・運営上級ディレクター、世界 YWCA）
- パレニ・アムルング（マーケティング・コミュニケーション上級スペシャリスト、世界 YWCA）
- スペイン語翻訳：マヌエル・キンテロ
- フランス語翻訳：ジャン＝フランソワ・デルテール
- 協賛：ノルウェー チャーチ・エイド（NCA）
- デザイン：ジョシュア・ヘイスティングス
- 聖書日課：エキュメニカル聖書講読ワーキンググループ（ベルリン 10115, 1 番街）

聖書は新改訳標準訳（NRSV）による。（日本語訳は「新共同訳」）

免責事項：この小冊子で述べられている各寄稿者の見解は、必ずしも世界 YWCA や世界 YMCA の立場を反映するものではありません。

この小冊子に掲載されているイラストは、世界 YWCA・YMCA 合同祈祷週の目的以外には使用しないでください。

2026年聖書日課

1月	
1	ヨハネの黙示録 21:5
2	詩篇 33:1-9
3	詩篇 33:10-15
4	詩篇 33:16-22
5	ヨハネによる福音書 2:1-12
6	ヨハネによる福音書 2:13-17
7	ヨハネによる福音書 2:18-25
8	ヨハネによる福音書 3:1-8
9	ヨハネによる福音書 3:9-15
10	ヨハネによる福音書 3:16-18
11	ヨハネによる福音書 3:22-30
12	ヨハネによる福音書 4:1-14
13	ヨハネによる福音書 4:15-30
14	ヨハネによる福音書 4:31-38
15	ヨハネによる福音書 4:39-42
16	ヨハネによる福音書 4:46-54
17	ヨハネによる福音書 5:1-9a
18	ヨハネによる福音書 5:9b-18
19	ヨハネによる福音書 5:19-30
20	ヨハネによる福音書 6:1-15
21	ヨハネによる福音書 6:16-21
22	ヨハネによる福音書 6:22-27
23	ヨハネによる福音書 6:41-47
24	ヨハネによる福音書 6:66-71
25	ヨハネによる福音書 7:37-44
26	ヨハネによる福音書 7:45-53
27	ヨハネによる福音書 8:1-11
28	ヨハネによる福音書 9:1-12
29	ヨハネによる福音書 9:13-23
30	ヨハネによる福音書 9:24-34
31	ヨハネによる福音書 9:35-38

2月	
1	ヨナ書 1:1-16
2	ヨナ書 2:1-11
3	ヨナ書 3:1-10
4	ヨナ書 4:1-11
5	詩篇 116:1-7
6	箴言 1:7
7	箴言 2:1-8
8	箴言 2:9-14
9	箴言 3:1-4
10	箴言 3:5-8
11	箴言 3:13-26
12	箴言 3:27-30
13	箴言 4:20-27
14	箴言 6:6-11
15	エゼキエル書 1:1-3
16	エゼキエル書 2:2-3:3
17	エゼキエル書 3:4-11
18	エゼキエル書 4:1-8
19	エゼキエル書 5:1-8
20	エゼキエル書 11:14-21
21	エゼキエル書 13:1-3, 10-16
22	エゼキエル書 13:17-23
23	エゼキエル書 33:30-33
24	エゼキエル書 34:1-10
25	エゼキエル書 34:11-22
26	エゼキエル書 34:23-31
27	エゼキエル書 36:22-25
28	エゼキエル書 37:1-14

2026年聖書日課

3月	
1	詩篇 95:1-7a
2	詩篇 100:1-5
3	ヨハネによる福音書 10:1-6
4	ヨハネによる福音書 10:7-10
5	ヨハネによる福音書 10:11-16
6	ヨハネによる福音書 10:22-30
7	ヨハネによる福音書 11:1-16
8	ヨハネによる福音書 11:17-27
9	ヨハネによる福音書 11:28-44
10	ヨハネによる福音書 11:45-54
11	ヨハネによる福音書 12:1-11
12	ヨハネによる福音書 12:12-19
13	ヨハネによる福音書 12:20-26
14	ヨハネによる福音書 13:1-11
15	ヨハネによる福音書 13:12-17
16	ヨハネによる福音書 13:21-30
17	ヨハネによる福音書 13:31-35
18	ヨハネによる福音書 13:36-38
19	ヨハネによる福音書 14:1-7
20	ヨハネによる福音書 14:15-26
21	ヨハネによる福音書 14:27-31
22	ヨハネによる福音書 15:1-8
23	ヨハネによる福音書 15:12-17
24	ヨハネによる福音書 16:5-11
25	ヨハネによる福音書 16:12-15
26	ヨハネによる福音書 18:1-11
27	ヨハネによる福音書 18:12-18
28	ヨハネによる福音書 18:19-27
29	ヨハネによる福音書 18:28-38a
30	ヨハネによる福音書 18:38b - 19:7
31	ヨハネによる福音書 19:8-16a

4月	
1	ヨハネによる福音書19:16b-22
2	ヨハネによる福音書 19:23-27
3	ヨハネによる福音書 19:28-37
4	ヨハネによる福音書 19章38節-42節
5	ヨハネによる福音書 20:1-10
6	ヨハネによる福音書 20:11-18
7	ヨハネによる福音書 20:19-23
8	ヨハネによる福音書 20:24-29
9	ヨハネによる福音書 20:30-31
10	ヨハネによる福音書 21:1-14
11	ヨハネによる福音書 21:15-19
12	ヨハネによる福音書 21:20-25
13	アモス書 1:1-5
14	アモス 2:4-7
15	アモス書 3:1-8
16	アモス書 4:6-8, 12-13
17	アモス書 5:4-7
18	アモス書 5:11-15
19	アモス書 5:21-24
20	アモス書 7:1-9
21	アモス書 9:11-15
22	詩篇 85:1-8
23	詩篇 85:9-14
24	士師記 2:6-15
25	士師記 2:16-23
26	士師記 4:1-16
27	士師記 6:1-10
28	士師記 6:11-24
29	士師記 6:25-32
30	士師記 6:33-40

2026年聖書日課

5月	
1	士師記 7:1-8
2	士師記 7:9-14
3	士師記 7:15-22
4	士師記 8:22-28
5	ルツ記 1:1-13
6	ルツ記 1:14-22
7	ルツ記 2:1-7
8	ルツ記 2:8-16
9	ルツ記 2:17-23
10	ルツ記 3:1-13
11	ルツ記 3:14-18
12	ルツ記 4:1-12
13	ルツ記 4:13-17
14	詩篇 68:19-20
15	詩篇 68:33-36
16	ヨハネの手紙一 1:1-4
17	ヨハネの手紙一 1:5-10
18	ヨハネの手紙一 2:1-6
19	ヨハネの手紙一 2:18, 22-26
20	ヨハネの手紙一 3:1-3
21	ヨハネの手紙一 3:4-6
22	ヨハネの手紙一 3:16-17
23	ヨハネの手紙一 3:18-24
24	ヨハネの手紙一 4:7-12
25	ヨハネの手紙一 4:17-21
26	ヨハネの手紙一 5:13-15
27	詩篇 34:5-9
28	ローマの信徒への手紙 8:18-23
29	コリントの信徒への手紙二 1:3-11
30	ヘブライ人への手紙 2:17-18
31	マタイによる福音書 28:16-20

6月	
1	ヨハネの黙示録 1:1-3
2	ヨハネの黙示録 1:4-6
3	ヨハネの黙示録 1:7-8
4	ヨハネの黙示録 1:9-11
5	ヨハネの黙示録 1:12-19
6	ヨハネの黙示録 3:14-18
7	ヨハネの黙示録 3:19-22
8	ヨハネの黙示録 5:1-5
9	ヨハネの黙示録 5:6-14
10	ヨハネの黙示録 7:1-3
11	ヨハネの黙示録 7:9-12
12	ヨハネの黙示録 7:13-17
13	ヨハネの黙示録 19:6-10
14	ヨハネの黙示録 20:11-15
15	ヨハネの黙示録 21:1-4
16	ヨハネの黙示録 21:5-7
17	ヨハネの黙示録 21:9-11, 22-27
18	ヨハネの黙示録 22:1-5
19	ヨハネの黙示録 22:6-10
20	ヨハネの黙示録 22:16-21
21	詩篇 97:1-5
22	詩篇 97:6-9
23	詩篇 97:10-12
24	ヨハネによる福音書 6:35
25	ヨハネによる福音書 8:12
26	ヨハネによる福音書 10:9
27	ヨハネによる福音書 10:11
28	ヨハネによる福音書 11:25-26
29	ヨハネによる福音書 14:6
30	ヨハネによる福音書 15:5

2026年聖書日課

7月	
1	サムエル記上 1:1-11
2	サムエル記上 1:12-20
3	サムエル記上 1:21-28
4	サムエル記上 2:1-8
5	サムエル記上 2:18-21, 26
6	サムエル記上 3:1-9
7	サムエル記上 3:10-4:1a
8	サムエル記上 8:1-9
9	サムエル記上 8:10-22
10	サムエル記上 9:1-13
11	サムエル記上 9:14-27
12	サムエル記上 10:1-12
13	サムエル記上 10:17-27
14	サムエル記上 12:1-5
15	サムエル記上 12:13-25
16	サムエル記上 13:1-14
17	サムエル記上 15:10-23
18	サムエル記上 15:24-31a
19	サムエル記上 16:1-7
20	サムエル記上 16:8-13
21	サムエル記上 16:14-23
22	サムエル記上 17:1-11
23	サムエル記上 17:12-30
24	サムエル記上 17:31-40
25	サムエル記上 17:41-54
26	サムエル記上 17:55-18:5
27	サムエル記上 18:6-16
28	サムエル記上 19:1-7
29	サムエル記上 19:8-17
30	サムエル記上 20:1-9
31	サムエル記上 20:10-23

8月	
1	サムエル記上 20:24-34
2	サムエル記上 20:35-21:1
3	サムエル記上 23:14-28
4	サムエル記上 24:1-8a
5	サムエル記上 24:8b-23
6	サムエル記上 31:1-7
7	サムエル記下 1:1-4, 11-12
8	サムエル記下 5:1-12
9	サムエル記下 6:1-15
10	サムエル記下 6:16-23
11	サムエル記下 7:1-16
12	サムエル記下 7:17-29
13	サムエル記下 9:1-13
14	サムエル記下 11:1-13
15	サムエル記下 11:14-27
16	サムエル記下 12:1-12
17	サムエル記下 12:13-25
18	サムエル記下 15:1-12
19	サムエル記下 15:13-16
20	サムエル記下 18:1-8
21	サムエル記下 18:9-18
22	サムエル記下 19:1-9a
23	サムエル記下 22:1-7, 29-31
24	詩篇 57:1-12
25	詩篇 51:3-10
26	詩篇 51:11-17
27	詩篇 32:1-5
28	詩篇 32:6-11
29	詩篇 3:1-9
30	詩篇 23:1-4
31	詩篇 23:5-6

2026年聖書日課

9月	
1	使徒言行録 17:16-21
2	使徒言行録 17:22-34
3	使徒言行録 18:1-8
4	使徒言行録 18:9-11
5	使徒言行録 19:1, 8-10
6	使徒言行録 19:23-31
7	使徒言行録 19:32-40
8	使徒言行録 20:1-6
9	使徒言行録 20:7-16
10	使徒言行録 20:17-24
11	使徒言行録 20:25-31
12	使徒言行録 20:32-38
13	使徒言行録 21:1-9
14	使徒言行録 21:10-14
15	使徒言行録 21:15-19
16	使徒言行録 21:27-40
17	使徒言行録 22:22-29
18	使徒言行録 23:11-22
19	使徒言行録 23:23-35
20	使徒言行録 24:1-9
21	使徒言行録 24:10-16
22	使徒言行録 24:22-27
23	使徒言行録 25:1-12
24	使徒言行録 27:1, 7-12
25	使徒言行録 27:13-26
26	使徒言行録 27:27-38
27	使徒言行録 27:39-44
28	使徒言行録 28:1-10
29	使徒言行録 28:11-16.30-31
30	詩篇 96:1-6

10月	
1	詩篇 126:1-6
2	エズラ記 1:1-11
3	エズラ記 2:1, 64-70
4	エズラ記 3:1-7
5	エズラ記 3:8-13
6	エズラ記 4:1-5
7	エズラ記 5:1-17
8	エズラ記 6:1-12
9	エズラ記 6:13-18
10	エズラ記 6:19-22
11	エズラ記 7:1-10
12	エズラ記 7:11-20
13	エズラ記 7:21-28
14	エズラ記 8:15-20
15	エズラ記 8:21-30
16	エズラ記 8:31-36
17	エズラ記 9:1-6, 15
18	ネヘミヤ記 1:1-11
19	ネヘミヤ記 2:1-10
20	ネヘミヤ記 2:11-20
21	ネヘミヤ記 3:1-5, 33-38
22	ネヘミヤ記 4:1-8
23	ネヘミヤ記 4:9-17
24	ネヘミヤ記 5:1-11
25	ネヘミヤ記 5:12-19
26	ネヘミヤ記 6:1-9
27	ネヘミヤ記 6:10-16
28	ネヘミヤ記 8:1-12
29	ネヘミヤ記 8:13-18
30	ネヘミヤ記 9:1-3, 32-33
31	ネヘミヤ記 10:1, 29-30

2026年聖書日課

11月	
1	エステル記 1:1-12a
2	エステル記 1:12b-22
3	エステル記 2:1-11
4	エステル記 2:12-18
5	エステル記 2:19-23
6	エステル記 3:1-6
7	エステル記 3:7-15
8	エステル記 4:1-17
9	エステル記 5:1-8
10	エステル記 5:9-14
11	エステル記 6:1-13
12	エステル記 6:14-8:2
13	エステル記 8:3-17
14	エステル記 9:1-2, 20-22
15	詩篇 124:1-8
16	ヘブライ人への手紙 1:1-5
17	ヘブライ人への手紙 2:1-4
18	ヘブライ人への手紙 4:14-16
19	ヘブライ人への手紙 10:32-36
20	ヘブライ人への手紙 11:1-3, 6-7
21	ヘブライ人への手紙 11:8-12
22	ヘブライ人への手紙 11:17-19
23	ヘブライ人への手紙 11:23-29
24	ヘブライ人への手紙 11:30-31, 39-40
25	ヘブライ人への手紙 12:1-3
26	ヘブライ人への手紙 13:1-3
27	ヘブライ人への手紙 13:5-6
28	ヘブライ人への手紙 13:7, 17
29	ヘブライ人への手紙 13:8
30	ヘブライ人への手紙 13:20-21

12月	
1	詩篇 117:1-2
2	イザヤ書 56:1-2, 6-7
3	イザヤ書 58:1-9a
4	イザヤ書 58:9b-12
5	イザヤ書 59:9-15a
6	イザヤ書 59:15b-21
7	イザヤ書 60:1-3
8	イザヤ書 60:19-22
9	イザヤ書 61:1-3
10	イザヤ書 61:10-11
11	イザヤ書 62:6-12
12	イザヤ書 63:15-19a
13	イザヤ書 63:19b-64:3
14	イザヤ書 65:17-25
15	イザヤ書 66:18-19
16	ゼカリヤ書 1:1-6
17	ゼカリヤ書 1:13-17
18	ゼカリヤ書 2:5-9
19	ゼカリヤ書 2:10-17
20	ゼカリヤ書 8:1-8
21	ゼカリヤ書 8:14-17
22	ゼカリヤ書 8:20-23
23	ゼカリヤ書 9:9-10
24	マタイによる福音書 1:18-25
25	マタイによる福音書 2:1-12
26	マタイによる福音書 2:13-18
27	マタイによる福音書 2:19-23
28	詩篇 103:1-5
29	詩篇 103:6-12
30	詩篇 103:13-18
31	詩篇 103:19-22

世界YWCA／YMCA合同祈祷週（日本語版）

2025年11月1日発行

訳 者 公益財団法人 日本YWCA

発 行 公益財団法人 日本YMCA同盟

〒160-0003 東京都新宿区四谷本塩町2番11号

Tel 03-5367-6640 E-mail: info@japanymca.org

<https://ymcajapan.org/>

公益財団法人 日本YWCA

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台1-8-11 東京YWCA会館302号室

Tel 03-3292-6121 E-mail: office-japan@ywca.or.jp

<https://www.ywca.or.jp/>