

## 助けが必要な時を知る

主は私のたましいを生き返らせます。(詩篇23:3)

母親が赤ちゃんを無理矢理大きくすることができないのと同様に、農夫は植物の大きさを変えることはできません。しかし、両者とも成長を促す環境を整えることはできます。霊的成長も、成長を促す環境の中では自然に行なわれます。もし、あなたの魂の状態が健全であるなら、信仰によって頑張る必要も、自力で邁進する必要もありません。健康な赤ちゃんと同様に、自然に成長していくものです。

祈りは、私たちの魂が成長するために最善の状態を保つようにと神から与えられた招待です。そのような健全な状態にあるとき、私たちは大いなる喜びと充実感を経験します。しかし、人生では、自分の思うようにいかない時が多くあります。そのような中で、私たちの魂は時に病に冒されたり、偽りや失望、あるいは恐れによって汚されてしまう時があります。食欲を失ったり、心に何か不健康なものを受けた影響で、霊的に吐き気をもよおすこともあります。そのような経験をして成長し続けるために、私たちは定期的に霊的健康を回復させる必要があります。

病人にとって特效薬の一つは、単に休みを取ることです。体が再び力を得るために時間を与えることです。ある病気には、断食も自然な治療法です。体は食を拒んでも、患っている箇所にエネルギーを集中する必要があることを本能的に知っています。体が自然に何かを控えたり、休みを取るように、魂も本能的に休みを必要とします。いやしが必要な時はいつでも、自己の回復以外の事で負担のかからない静かな場所に退きたいと私たちの魂は自然に望みます。私たちはみな、時々そのようないやしの時を必要とします。

霊の回復のために神の御元に近づくことは、健康管理の一部です。それは、継続的に成長する理想的な環境といのちに溢れる状態を保ちます。不調に気づき、知恵を持って対処することは、人生で自然に良い実を結ぶことにつながります。常に霊的健康が保たれるよう心がけると、魂の成長はごく自然に行なわれるでしょう。

### 質問：

- 1 どのような環境が、あなたの霊的成長にとって理想ですか。そのような環境ですべてがうまく行っているとき、あなたの魂はどのような状態だと思いますか。
- 2 あなたの魂に回復する時間が必要だと感じるサインは、どのようなものですか。もし、そのようなとき、あなたはいつもどのように対処しますか。

3 魂の回復のために、あなたはどのように時間と空間を取ることができますか。  
。

祈り：あなたの生活の中で、魂のケアと管理を最優先課題とすることができるよう、主に願ってみてください。「私と一緒にどこかへ行こう」とイエスがおっしゃれば、臆することなくそれに応じることができるような従順な霊を求めてください。私たちが求めさえすれば、必要な時にはいつも回復の時間が持てることを主に感謝してください。