
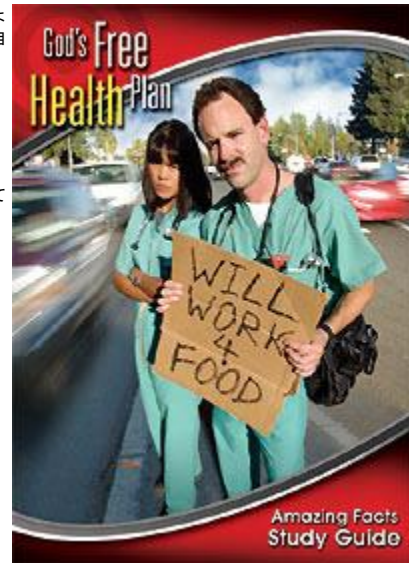


13. 神が立てられた無料の健康増進計画

このページのプリント 

すばらしい医療機関はとても貴重な存在です — けれどもそれ以上に、医者が必要がなくなればどんなによいことでしょうか？ 多くの医者たちを失業させてしまう確かな方法があることをご存知ですか？ 自分で自分の健康管理をすることなのです！ 科学者たちは、コレステロール、タバコ、ストレス、肥満、またアルコールなどの害に関して深刻な警告を発しています。それにも関わらず、なぜ人々は警告を軽んじ、危険を冒しているのでしょうか？ 病院や精神病の施設は、警告を無視した人々で満ち溢れています — あなたは本当にその人たちの仲間に加わりたいですか？ 神は、あなたがどのように自分の体を取り扱うかということをとても気にかけておられますので、お金のかからない健康を増進する計画と、実行すべき案内書をわたしたちに与えてくださいました ... それは聖書です！ あなたが豊かな健康と長寿をどのようにして保つことができるのかという驚くべき事実が書かれているこの講座をお読みください — けれども早合点してしまうことがないように、必ず順序よくすべての学びを進めてください。



1. 健康の原則は、本当に聖書に基づく宗教の一部ですか？

「愛する者よ。あなたのたましいがいつも恵まれていると同じく、あなたがすべてのことに恵まれ、またすこやかであるようにと、わたしは祈っている。」ヨハネの第三の手紙 2

答え： そのとおりですが、もっとはっきり言えば、聖書は健康を、最も重要な事柄とほぼ同等なものを見なしているのです。人間の心、精神、そして体は相互関係があり、相互依存し合うようになっています。ひとつが影響されるとほかにも影響を及ぼしてしまうということなのです。もし私たちの体が不注意に扱われるなら、私たちの心、精神性や霊性は、神が定められた人間のあるべき状態を保つことはできません。



2. 神はなぜ、神の民に健康の原則を与えられたのですか？

「そして主はこのすべての定めを行えと、われわれに命じられた。これはわれわれの神、主を恐れて、われわれが、つねにさいわいであり、また今日のように、主がわれわれを守って命を保たせるためである。」申命記 6:24 「あなたがたの神、主に仕えなければならない。そうすれば、わたしはあなたがたのパンと水を祝し、あなたがたのうちから病を除き去るであろう。」出エジプト記 23:25

答え： 神が健康の原則を与えられた理由は、神は人間の体に何が一番よいかをご存知だからです。車の製造会社は、新しい車の助手席前のグローブコンパートメントに「取扱説明書」を入れます。なぜなら製造会社は、自分たちが造った製品に対して何が最善かを知っているからです。私たちの体を創造された神もまた、「取扱説明書」をくださいました。それは聖なる聖書と呼ばれます。神の「取扱説明書」を無視することは、病や不健全な思想、疲労困憊の生活を招きます。それはちょうど、生産会社の勧告に反して車を乱用し、その結果として重大な問題を起こすのと同じようなものです。神の健康の原則に従うことは、「救いの健康」(詩篇 67:2)と、さらに豊かな人生(ヨハネによる福音書 10:10)を得ることができます。これらの偉大な健康の戒めは、サタンがもたらす病氣から守られるための壁や囲いのようなもので、それによって私たちが、悪魔の罠を避けることができるようになるためにあります。

3. 神の健康の原則は、飲食と何か関係がありますか？



「良い物を食べよ。」イザヤ書 55:2(欽定訳聖書) 「だから、飲むにも食べるにも、また何事をするにも、すべて神の栄光のためにすべきである。」コリント人への第一の手紙 10:31

答え：クリスチャンは飲食においてさえも異なっており、「体に良いもの」だけを食べることで、すべてのことにおいて神に栄光を帰すのです。もし、神があるものは食べるのにふさわしいものではないと言われるのなら、それには大切な理由があるはずで。神は過酷な独裁者ではなく愛に満ちた天のお父さまで。神の勧告は全て、そして常に私たちの幸せのためです。聖書の詩篇 84:11 に、「直く歩む者に良い物を拒まれることはありません」と約束が書かれています。もし神が私たちに与えるのを差し控えておられるものがあるとするならば、それは私たちにとって最善なものではないからです。

注：飲食の健康の原則に従ったとしても、だれもそれによって天国に行くことはできません。天使の食べ物を食べたとしても、人は天国へ行く資格はありません。それはただイエス・キリストを主、また救い主として受け入れることによるのみ可能となります。しかしながら、神の健康の原則を無視することは、人が失われてしまう結果になり得ます。なぜならそれによって人は判断力を損ない、罪を犯してしまうことになるからです。

神の健康法則は私たちの毎日の食生活に関係する。

4. 神が食物を造られ、完璧な食事を備えられた時に人々に与えられたものは何でしたか？

「神はまた言われた、『わたしは全地のおもてにある種をもつすべての草と、種のある実を結ぶすべての木とをあなたがたに与える。これはあなたがたの食物となるであろう。』」「あなたは園のどの木からでも心のままに取って食べてよろしい。」創世記 1:29; 2:16

答え：神が最初にエデンの園で人間に与えられた食事は、フルーツ、穀類、ナッツなどです。野菜は少し後に加えられました(創世記 3:18)。



神は、アダムとエバに、植物由来の食事を定められた。

5. 神が、汚れたもの、禁じられたものとして、明確に述べられているものは、どのようなものですか？

答え：レビ記 11 章と申命記 14 章では、非常に明確に、下記のグループの食べ物を汚れたものとして示しています。それら二つの章全体をお読みください。



豚は汚れたものである。

A. ひずめが二つに切れておらず、反芻しない動物は汚れています。(申命記 14:6)

B. ひれと、うろこの両方を持たないすべての水の中の生き物は汚れています。たいがいの魚は、清い魚です。(申命記 14:9)



貝およびナマズは汚れたものである。



猛禽類は汚れている。

C. 猛禽類、腐肉食動物や魚食動物は汚れています。(レビ記 11:13-20)

D. すべての「這うもの」(または背骨のないもの)もまた、汚れています。(レビ記 11:21-47)

参: 聖書に示されているこれらのリストは、人々が日常食べているほとんどの動物、鳥、魚などは汚れていないことを明確にしています(ただし、血と脂肪を食べることは禁じられている。レビ記 3:17 参)。けれども、その中には、明らかな例外があります。神の原則によると、次の動物は汚れており、食べるべきではありません。それらは: ぶた、りす、うさぎ、なまず、うなぎ、ロブスター、貝類、かに、えび、かき、かえる、その他



常に、あるいはある期間水の中に住み、ひれと、うろこの両方を持たないものは汚れている。

6. でも私は豚肉が好きです。豚を食べたならば神は私を滅ぼされるのでしょうか？

「見よ、主は火の中にあらわれて来られる ... またつづぎをもって、すべての人にさばきを行われる。主に殺される者は多い。『みずからを聖別し、みずからを清めて園に行き ... 豚の肉、憎むべき物およびねずみを食う者はみな共に絶えうせる』と主は言われる。」イザヤ書 66:15-17

答え: これは衝撃的なことかもしれませんが、真実は語られなければなりません。聖書は明確に「忌むべきもの」である「豚肉」や「ねずみ」、そしてほかの汚れた物を食べる者は、主の来臨のときに、火で滅ぼされると明言しておられます。神が、放っておきなさい、食べてはいけないと言われるときには、私たちは何としてでも神に従うべきです。罪のない夫婦、アダムとエバが、ただひとかげらの禁じられた木の実を食べた後に、この世界に罪と死を最初に入れたしまったのです。神がとても重要なことだと明確に示しておられることを、そんなことはどうでもいいことだと誰が言うことができるのでしょうか? 「わたし(神)の好まなかった事を選んだ」ために、人間は滅ぼされると神は言っておられます。イザヤ書 66:4

7. 清い動物と汚れた動物の律法は、シナイ山で始まったのではないですか? それらはユダヤ人だけに与えられて、十字架において終ったのではないのですか?

「主はノアに言われた ... 『あなたはすべての清い獣の中から雄と雌とを七つずつ取り、清くない獣の中から雄と雌とを二つずつ取り、』」創世記 7:1, 2

答え: まったく違います。聖書には、この世界を創造した直後から、清い動物と汚れた動物が存在していたという十分な証拠があります。ノアは、ユダヤ人が存在したより以前に生きていましたが、清い動物と汚れた動物とを知っていました。なぜならノアは、清い動物を「七つずつ」、汚れた動物を「二つずつ」箱舟の中に入れたからです。ヨハネの黙示録 18:2 は、キリストの再臨の直前に、ある鳥を汚れた鳥として示しています。キリストの死は、これらの健康の法則がどのようなものであっても、いかなる変更ももたらすものではありません。なぜなら、聖書には、これらの法則を破るすべての者は、キリストが戻られるときに滅ぼされると述べられているからです(イザヤ書 66:15-17)。ユダヤ人の消化器系は異邦人のものと何の違いもありません。これらの健康の原則は、すべての時代の、すべての人々のためにあります。



ノアが、清い動物を燔祭としてささげたことは(創世記 8:20)、ノアが清い動物と汚れた動物の違いを知っていたことを示している。

8. 聖書は、アルコール性飲料の使用を禁止していますか?



アルコール性飲料の使用を、聖書では明白に譴責している。

「酒は人をあざける者とし、濃い酒は人をあばれ者とする、これに迷わされる者は無知である。」箴言 20:1 「酒はあかく、杯の中にあわだち、なめらかにくだる、あなたはこれを見てはならない。これをついに、へびのようにかみ、まむしのよう刺す。」箴言 23:31, 32 「姦淫をする者 ... 酒に酔う者 ... は、いずれも神の国をつぐことはないのである。」コリント人への第一の手紙 6:9, 10

答え: はい、聖書は、はっきり、アルコール性飲料の使用を禁止しています。

9. 聖書はタバコを吸うことを禁じていますか?

答え: 聖書は、なぜタバコを吸うことが神には不快なことであるのかという六つの理由を挙げています。:

A. タバコは健康を損ない体を汚します。「あなたがたは神の宮であって、神の御霊が自分のうちに宿っているのを知らないのか。もし人が、神の宮を破壊するならば、神はその人を滅ぼすであろう。なぜなら、神の宮は聖なるものであり、そして、あなたがたはその宮なのだからである。」コリント人への第一の手紙 3:16, 17

B. ニコチンは中毒を起す物質であり、人を奴隷にします。ローマ人への手紙 6:16 に、だれであっても（または何でも）私たちが自分を捧げるならば、その奴隷になると言っています。タバコを吸う人々はニコチンの奴隷であるということです。イエスは言われました、「主なるあなたの神を拝し、ただ、神にのみ仕えよ。」マタイによる福音書 4:10



タバコの使用はいかなるものであれ、神には不快なものである。

C. タバコの習慣は汚れています。「彼らの間から出て行き、彼らと分離せよ、と主は言われる。そして、汚れたものに触れてはならない。触れなければ、わたしはあなたがたを受け入れよう。」コリント人への第二の手紙 6:17 キリストがタバコを吸っているなどと想像することすらおかしなことではないですか？

D. タバコの使用は、お金の無駄使いです。「なぜ、あなたは、かてにもならぬものために金を費や」すのか。イザヤ書 55:2 私たちは、神が私たちに託されたお金の管理者であり、そして「管理者に要求されているのは、忠実に



引き寄せることはありません。」たましいに戦いをいどむ肉の欲を避けなす肉の欲です。

あることである。」コリント人への第一の手紙 4:2
E. タバコの使用は、決してだれをもキリストに近く
 いる。」ペテロ第一の手紙 2:11 タバコを吸うことは

F. タバコを吸うことは寿命を縮めます。近年の科学的知見では、タバコの使用は最大で寿命の三分の一が縮まるという事実が確認されています。ですから神の十戒（出エジプト記 20:13）の殺してはならないという戒めを破ることになります。それは徐々に命を縮めることですが、殺人には違いありません。自分の葬式を遅らせる一番の方法のひとつはタバコを止めることです。

10. 聖書で教えている単純明快で、なおかつ非常に重要な健康の原則はどのようなことですか？

答え：ここに、11 の聖書の健康の原則があります：



食事を規則正しく、決まった時間に食べることはとても重要である。

A. 決まった時間に食事をし、動物性の脂肪や血を食べないようにしましょう。「適当な時にごちそうを食べ ...」（伝道の書 10:17）「あなたがたは脂肪と血をいっさい食べてはならない。これは ... 代々守るべき永久の定めである。」（レビ記 3:17）

参：近年の学術研究は、心筋梗塞のほとんどの原因は、血中のコレステロール値が高いことであると立証しています。そして「脂肪」を食べることは、コレステロール値を高める大きな要因になっています。こうした研究を見ると、やはり主が言っておられることは真実ですね、そうではないですか？！

B. 過食をしてはいけません。「あなたがもし食をたしなむ者であるならば、あなたののどに刀をあてよ。」（箴言 23:2）ルカによる福音書 21:34 で、キリストは世の終わりにおける「放縦 - 暴飲、暴食」に対して特に警告しておられます。過食は、多くの生活習慣病の原因となっています。



キリストは、世の終わりにおける「過食」に対して、特別に警告を与えておられる。

C. ねたみを心に抱いたり、恨みを持つてはいけません。これらの悪しき思いは、体の機能を正常に保つことを損なってしまいます。聖書は、「ねたみは、骨を腐らせる」と言っています（箴言 14:30 欽定訳聖書）。キリストは、ほかの人々が私たちに抱いている恨みも、解決するようにと命じておられます（マタイによる福音書 5:23, 24）。



快活で明るい性質は、健康に役立つ。

D. 快活で、明るい性質を保ち続けましょう。「心の楽しみは良い薬である。」（箴言 17:22）「人は、その心に思う通りの人になる。」（箴言 23:7 欽定訳聖書）人々が苦しみ悩んでいる多くの病気は、意気消沈や不安、絶望感などの精神の不調に起因しています。明るく、快活な性質は健康になり、寿命を長くします。

E. 主にすべての信頼を置きましょう。「主を恐れることは人を命に至らせ、常に満たされる。」（箴言 19:23 欽定訳聖書）主に信頼することは健康を増進し、人生を確かなものにします。「わが子よ、わたしの言葉に心をとめ（よ）... それは、これを得る者の命であり、また全身を健やかにするからである。」（箴言 4:20-22）これらの言葉から、健康は神のご命令に従うことと、主にすべての信頼を置くことからわかります。



十分の眠りは健康に不可欠である。

F. 仕事と運動を、睡眠と休息で調節しましょう。「六日の間働いてあなたのすべてのわざをせよ。七日目はあなたの神、主の安息であるから、何のわざをもしてはならない。あなたもあなたの息子、娘、しもべ、はしため、家畜、またあなたの門のうちにいる他国の人もそうである。」（出エジプト記 20:9, 10）「働く者は食べることが少なくとも多くても、快く眠る。」（伝道の書 5:12）「あなたは顔に汗してパンを食べ」（創世記 3:19）「あなたが早く起き、おそく休み、辛苦のかたを食することは、むなしいことである。」（詩篇 127:2）「そもそも、人は日の下で勞するすべての労苦と、その心づかいによってなんの得るところがあるか...その心は夜の間に休まることがない。これもまた空である。」（伝道の書 2:22, 23）



清潔は健康には重要不可欠である。

G. 体を清潔に保ちましょう。「おのれを清く保て。」(イザヤ書 52:11)

H. すべてのことにおいて節制しましょう。「すべて競技をする者は、何事にも節制をする。」(コリント人への第一の手紙 9:25) 「あなたの節制が、すべての人々に知られるようにしなさい。」(ヒリピン人への手紙 4:5 欽定訳聖書) クリスマスは、害になるものはすべて避け、よいものであっても節度と節制を心がけます。健康を害する習慣は「あなたは殺してはならない」という戒めを破ることになります。それは徐々に命を縮めていることになり、自殺をめざして、そのために分割で支払いをしているようなものです。

I. すべての有害な刺激物を避けましょう。ここに、ある人にとっては驚きとなる事実があります。医療科学が証明する事実です。お茶やコーヒー、そして常習性薬物であるカフェインを含む清涼飲料水や、そのほかの有害な成分はすべて人間の体に確実な害を及ぼすと言っています。これらのものは、砂糖やクリームを加えない限り栄養価はまったくなく、ほとんどの人はすでに砂糖を取り過ぎています。刺激物は体に危険で、偽りの活力を生じさせますが、それはちょうど何トンもの重さの荷物を入れた手押し車を運ぼうとするのと同じです。これらの飲み物の人気は、味や宣伝効果のためではなく、カフェインが加えられているからなのです。多くのアメリカ人や日本人は不健康ですが、それはコーヒー、お茶、そしてカフェインの入った清涼飲料水などの中毒になっているからです。けれども、本当に憂慮すべきことは、男女が平安と力を求めながらそれを楽しんで簡単に得たいがために、お茶やコーヒーを飲んで得る気持ちの安らぎを、祈りや聖書研究の代わりにしてしまっていることです。これは悪魔を喜ばせ、人間の生命を損なってしまいます。



カフェインは体に有害であるということが証明されている。

J. 食事の時間を楽しいものとしましょう。「すべての人が飲み食いし、そのすべての労苦によって楽しみを得ることは神の賜物である。」(伝道の書 3:13) 悲しみ、悲哀、怒り、不満、不愉快な気持ちを抱くことは消化を妨げますので避けましょう。



困っている人を助けることはあなたの健康を増進する。

K. 援助を必要としている人々を助けましょう。「悪のわなをほどき、くびきのひもを解き、しえたげられる者を放ち去らせ... 飢えた者に、あなたのパンを分け与え、... 裸の者を見て、これに着せ... そうすれば... あなたはすみやかにいやすれ」(イザヤ書 58:6-8) これは誤解しようがないほど明白な言葉です：私たちが貧しい人や援助の必要のある人々を助けるとき、自分の健康を増進していることになるのです。

11. 神の定めた原則をないがしろにする人たちに、どのような厳肅な勧告が与えられていますか？

「まちがってはいけない、神は侮られるようなかたではない。人は自分のまいたものを、刈り取ることになる。」ガラテヤ人への手紙 6:7



神の健康の原則を無視することは、間違いなく手筈をする羽目になる。

答え：答えはきわめて明瞭です。車を粗末に扱おうと重大な故障を引き起こすのと同様に、体という機械に関する神の原則を破る人は、病に冒された体や、疲労困憊の生活といったものを刈り取ることになるのです。神の健康の原則を犯し続ける人は、最終的に主によって滅ぼされてしまいます(コリント第一の手紙 3:16,17)。神の健康の法則は根柢のないものではありません。それは重力の法則のように、この宇宙における自然の、確立された法則なのです。この法則をないがしろにすることは、たいてい避けることのできない悲惨な結果をもたらします。聖書は、「理由のないのろいは来ない」(箴言 26:2 欽定訳聖書)と言っています。健康の法則を軽んじると病を招きます。神はあわれみのうちに、これらの法則がどのようなものであるのかを私たちに教えてくださっています。それは、法則を破った結果によって生じる惨事を避けることができるからです。

12. 私たちの子供や孫までに及ぶ、恐ろしく、衝撃的な健康に関する事実とは何ですか？



麻薬を使用する両親は、多くの場合、その子供たちに虚弱体質を遺伝させる。

「あなたはそれを食べてはならない。こうして、主が正しいと見られる事を行うならば、あなたにも後の子孫にも、さいわいがあるであろう。」申命記 12:25 「あなたの神、主であるわたしは、ねたむ神であるから、わたしを憎むものは、父の罪を子に報いて、三、四代に及ぼし、」出エジプト記 20:5

答え：

神は、子供、孫たち（四世代に至るまで）が、神の健康の原則を無視した両親の愚かな行いの償いをするということを、きわめて明白しておられます。父母が、彼らの生活において、神の規則を侮るとき、子供、孫たちは、虚弱で、病的な体を受け継ぎます。これは、あなたの愛する子供たちや孫たちに望んでいることでしょうか？



人は、両親や、祖父母の悪い健康習慣のために苦しむかもしれない。

13. 神のみ言葉が明らかにしているさらなる恐るべき、そして真摯に受け止めるべき事実は何ですか？

「しかし、汚れた者や、忌むべきこと及び偽りを行う者は、その中に決してはいれない。」ヨハネの黙示録 21:27 「しかしいとうべきもの、憎むべきものをその心に慕って歩む者には、彼らの行いに従ってそのこうべに報いると、主なる神は言われる。」エゼキエル書 11:21



雄大な自然の中での運動は、私たちが、天国への準備をするための助けとなる。

答え：汚れた人は、だれも神の王国に入ることは許されません。すべての不潔な習慣は人を汚します。不適切な食物を食べることも人を汚します(ダニエル書 1:8)。これは厳しい言葉ですが、真実です。「おのが(自分の)道」、そして神が「好まなかった(喜ばない)事」を選ぶことは、永遠の救いを失うという代償を払うことになってしまいます(イザヤ書 66:3,4,15-17)。

14. すべての誠実なクリスチャンが、ただちに努めるべきこととは何ですか？

「肉と霊とのいっさいの汚れから自分をきよめ、」コリント人への第二の手紙 7:1 「彼についてこの望みをいだている者は皆、彼がきよくあられるように、自らをきよくする。」ヨハネ第一の手紙 3:3 「もしあなたがたがわたしを愛するならば、わたしのいましめを守るべきである。」ヨハネによる福音書 14:15

答え：誠実なクリスチャンは、神を愛しているので、彼らの生活をすぐに神の原則に一致させます。彼らは、神の原則は幸せを大いに増し、また、悪魔の病から守ってくれることを知っています(使徒行伝 10:38)。よき両親の勧告と原則は、子供たちにとって最善であるように、神の勧告と原則は、常に私たちのためなのです。そして、ひとたび私たちがこれらのよき原則を知るならば、神は私たちに、得た知識に対する責任を問われます。「人が、なすべき善を知りながら行わなければ、それは彼にとって罪である。」ヤコブの手紙 4:17



誠実な生きたクリスチャンは、自分の生活をすぐに神の健康法則と一致させることを望む。

15. 私の悪習慣が、私をがんじがらめにしているので心配です。どうしたらいいのでしょうか？



「彼を受け入れた者、すなわち、その名を信じた人々には、彼は神の子となる力を与えたのである。」ヨハネによる福音書 1:12 「わたしを強くして下さるかたによって、何事でもすることができる。」ピリピン人への手紙 4:13

私たちが縛りつけている悪習慣は、イエスによって直ちに打ち砕かれる。

答え： それらのすべての習慣をキリストのもとに持っていき、それを彼の足下に置きましょう。キリストは喜んであなたに新しい心と、悪習慣を断つために必要な力をくださり、神の息子または娘にしてください(エゼキエル書 11:18,19)。「神にとっては、すべてのことが可能である」(マルコによる福音書 10:27 欽定訳聖書)ということを知るときに何と感激し、嬉しく心温まることでしょう。またイエスは、「わたしに来る者を決して拒みはしない」と言っておられます(ヨハネによる福音書 6:37)。イエスは、私たちが縛り付けている手錠や足かせからいつでも解放しようとしておられ、私たちが自由にしたいと望んでおられます。もし私たちが承諾さえするならばイエスはそうして下さるのです。私たちの心配、悪習慣、神経不安、また恐れは、神のみこころに従うときに去ってしまいます。イエスは「私がこれらのことを話したのは ... あなたがたの喜びが満ちあふれるためである」(ヨハネによる福音書 15:11)と言われます。悪魔は、自由は不服従によって見出せるものだと主張しますが、これは全くの欺瞞です(ヨハネによる福音書 8:44)。

16. 神の新しい王国に関して、どのようなすばらしい約束が与えられていますか？

「そこに住む者のうちには、『わたしは病気だ』と言う者はなく」イザヤ書 33:24 「もはや、死もなく、悲しみも、叫びも、痛みもない。」ヨハネの黙示録 21:4 「しかし主を待ち望む者は新たな力を得、わしのように翼をはって、のぼることができる。走っても疲れることなく、歩いても弱ることはない。」イザヤ書 40:31



天国では、病から解放される。天の住民は皆、神の命の法則に従う。

答え： 神の新しい王国の市民は、神の健康の法則に従い、病気は存在しません。彼らは永遠の活力と若さという祝福があり、永遠にわたって、この上ない喜びと、幸福の内に神と共に生きるのです。

17. 健康的な生活は、真に聖書の教えの一部であるので、私は、神の健康原則に従うつもりです。

答え：

- はい、
 いいえ

質問

1. テモテへの第一の手紙 4:4 では、「神の造られたものは、みな良いものであって、感謝して受けるなら、何ひとつ捨てるべきものはない」といっていますが、この聖句を説明していただけますか？

テモテへの第一の手紙 4:4

テモテへの第一の手紙 4:3 には、「食物は、(人々が)感謝して受けるようにと、神の造られたものである」と書かれていますが、日本語で「食物」と訳されている言葉は、英語では「肉」となっています。これらの肉は、私たちがすでに理解するように、レビ記 11 章と申命記 14 章で列挙している清い肉です。4 節では、「神の造られたものは、みな良いものであって、『(清い動物を)感謝して受けるなら』、何ひとつ捨てるべきものはない。」と明白にしています。5 節では、なぜこれらの動物(または食物)が、容認されているのかということが書かれています：それらは神の言葉によって「きよめられ」、食事の前にささげられる祝福の「祈り」によっても、清められているからです。しかしながら、汚れた物を食べながら、「みずからを聖別」しようとする人々を、神は滅ぼされるということを心に留めておいてください(イザヤ書 66:17)。

2. マタイによる福音書で 15:11 で「口にはいるものは人を汚すことはない。かえって、口から出るものが人を汚すのである」と書かれていますが、これはどのように解釈するのですか？

マタイによる福音書 15:11

マタイによる福音書の 15:1-20 で問題にしていることは、食事の前に手を洗わずに食べるということです(2 節)。この聖句の焦点は、食べることでなく、洗うことです。律法学者たちは、特別な儀式によって手を洗うことをしなければ、どのような食物であっても食べる人を汚すのであると教えていました。イエスは、儀式的な手洗いは無意味であると言われ、19 節で、殺人、姦淫、盗み、そのほかの悪行を挙げられました。そして、結末として、「これらのものが人を汚すのである。しかし、洗わない手で食事をするのは、人を汚すのではない」と言われました(20 節)。

3. けれども、使徒行伝 10 章に書かれているペテロの幻で、イエスは、すべての動物を清められたのではないですか？

使徒行伝 10:13

実は、この幻の主題は動物ではなく人なのです。神は、ユダヤ人が信じているように、異邦人は汚れているのではないということを教えるためにこの幻をペテ

口に与えられました。神は異邦人であるコルネリオに、ペテロを訪問するために人を送るように指示なさいました。けれどももし、神がこの幻をペテロに与えられていなかったならば、彼のところに送られてきた使いに会うことを拒んでいたことでしょうか、なぜならユダヤ人の律法で、異邦人との交際は禁じられていたからです(28節)。けれどもコルネリオから送られてきた人々が到着した時にペテロは彼らを歓迎し、通常はこのようなことはしないけれども「神は、どんな人間をも清くないとか、汚れているとか言ってはならないと、わたしにお示しになりました」と説明しました(28節)。次の章(使徒行伝 11章)で、教会の仲間が、ペテロが異邦人と会話をしたことを批判しています。そこでペテロは彼の幻の一部始終とその意味を話しました。そして使徒行伝 11:18で、「人々はこれを聞いて黙ってしまいました。それから神を賛美して、『それでは神は、異邦人にも命に至る悔い改めをお与えになったのだ』と言った。」と書かれています。

4. 豚は、食べるためでないならば、神は、何のために豚を造られたのですか？

イザヤ書 66:17

神は、コンドル、鷹などの腐肉動物（動物の死体が主たる食物の動物）を造られたのと同じ目的で、廃物を処理する清掃動物として、豚を造られました。豚は見事にこの目的を果たしています。

5. ローマ人への手紙 14:3, 14, 20 に書かれている「食べない者も食べる者をさばいてはならない。」「それ自体、汚れているものは一つもない。」「すべての物はきよい。」これらを説明していただけますか？

ローマ人への手紙 14:3

3節から6節までの聖句は、ある物を食べる人と、それを食べない人の間で交わされている討議です。これらの聖句では、どちらが正しいということには言及されておらず、むしろ、ほかの人々に裁きを下すことをしないようにと勧告しています。その代わりに、神を裁き主にするようにと断言しています(4、10-12節)。14節と20節では、最初に偶像に捧げられた食物（それゆえに儀式上では汚れている）に関して述べられており、レビ記 11章に書かれている清い、または汚れた食物のことでありません（コリント人への第一の手紙 8:1,4,10,13をお読みください）。この討議における論旨は、どのような食物であってもそれが初めに偶像に捧げられたというだけで「汚れている」または「不潔」であるということではなく、偶像は「世に存在しない」から汚れているのです（コリント人への第一の手紙 8:4）。けれどもそのような食物を食べることで、その人の良心がとがめるのなら食べない方がよいということです。あるいは、それがただ単に他の兄弟を不快にするだけであつたとしても、同じように避けるべきであるという意味です。

6. 健康の原則や、飲食は、本当に私個人にとって重要なことでしょうか？

ローマ人への手紙 12:1

健康の原則を守ることは生死に関わる重大な事柄です。なぜならこれらの法則は、服従ということが関わっているからです。「彼(キリスト)に従順であるすべての人に対して、永遠の救いの源となり」へブル人への手紙 5:9。「わたしにむかって『主よ、主よ』と言う者が、みな天国にはいるのではなく、ただ、天にいますわが父の御旨を行う者だけが、はいるのである。」マタイによる福音書 7:21 これらには、キリストへの愛が伴っているのです、なぜならキリストは次のように言われています「もしあなたがわたしを愛するならば、わたしのいましめを守るべきである。」ヨハネによる福音書 14:15 私たちが心から主を愛する時、主のご要求を避けようとしたり、言い訳をせずに喜んで従うことでしょうか。これが究極のテストです。

クイズ

1. 人間の体のために、神の健康の原則に従うことは(1)

- 子供にとっては大切ですが、大人には大して大切ではない。
- 真の聖書の宗教にとっては、非常に大切な一部である。
- 人の宗教には、何の関係もない。

2. 神の健康の原則が与えられたのは(1)

- 世の初めに私たちを造られ、私たちの幸福のために何が最善であるかをご存知の愛の神によって。
- それらは、ユダヤ人だけのものであつて、今日では適用できない。
- 神が私たちの支配者であり、私たちを規制できることを示すため。

3. 真のクリスチャンは(1)

- 何でも自分の望むものを食べて、飲む。
- ただ、主を最高に愛して、健康の法則を無視する。なぜなら、健康の原則は十字架上で廃止されたので。
- 体と心、そして品性が強められるために飲食をし、神に栄光を掃す。

4. 人間の最初の食事は(1)

- フルーツ、穀類、ナッツから成っていた。
- アルコール性飲料や肉類を含んでいた。
- どのようなものであれ、アダムとエバが望むものが主体であつた。

5. 神は次の生き物を汚れたものとしてあげておられます(7)

- 牛
- 豚

- 鶏
- りす
- うさぎ
- なまず
- 鹿
- マス（鱒）
- 貝
- えび
- 伊勢えび ロブスター
- やぎ

6. アルコール性飲料は (1)

- クリスマンであっても、節度をもって飲むのであれば問題はない。
- それが悪いと思う人だけに悪い。
- クリスマンは飲まない。

7. タバコを吸うことは (1)

- それは個人の事柄であり、人の宗教とは全く何の関係もない。
- それは罪深く、クリスマンは、どんな形においてもそれを使用しない。
- クリスマンにとって益となる。

8. 下記の、神の健康の原則に印をつけてください。(9)

- 過食をしない。
- 毎食後にタバコを吸う。
- 喜び楽しむ。
- 食事の前に少し酒を飲む。
- 体を清潔に保つ。
- たくさん豚肉を食べる
- コーヒーやお茶を十分に飲む。
- すべてのことに節制をする。
- 決まった時間に規則正しく食事をする。
- 恨みを抱かない。
- 仕事、運動、睡眠のバランスを保つ。
- 主にまったく信頼する。
- 動物の脂肪と血を食べない。

9. 神の健康の原則に関しての非常に大切な真理とは (1)

- 子供や孫たちは、両親が神の健康の原則をなおざりにしたために、しばしば肉体的、精神的に弱い性質を持っている。
- それらの健康の原則はユダヤ人だけのためであって、今日では適用しない。
- もし私たちが本当にキリストを愛するならば、彼の健康原則は余り大切ではない。

10. 悪い習慣に勝利する最善の方法は (1)

- 徐々に減らしていく。
- 何事も可能な力を与えて下さるキリストに完全に自分を明け渡す。
- それがなくなるように望む。

11. 神の健康の原則は (1)

- 車を取り扱う際の規則と同じで、それらは私たちにとって最善であるので、無視すると重大な問題が起こる。
- これは、十字架上で廃止となったモーセの律法の一部である。
- 良い考えですが、個人の神との関係には、何も影響を及ぼさない。

12. 誠実なクリスチャンは (1)

- もっと祈りに時間を費やし、神の健康の原則は無視する。
- 神の健康の原則に反していることがわかると、すぐにどのような習慣でも変える。キリストを愛すると、キリストの規則や戒めを喜んで守る。
- 自由にタバコを吸う。

著作権 ; 2006 年 Amazing Facts Inc. 無断での複製、転載を禁じます。
個人使用に限ってのみ複写可。 by www.bibleuniversity.com Bible School website.