

# 働きすぎからの回復

## ソロモン流：人生の回答 その7

2023年8月13日

実に、日の下で骨折ったいっさいの労苦と思ひ煩いは、人に何になろう。 伝道者 2:22 新改

どれほど必死に働いても、何の役にも立ちません。 伝道者 2:22 LB

### 1. 価値観を\_\_\_\_\_する

私はまた、あらゆる労苦とあらゆる仕事の成功を見た。  
それは人間同士のねたみにすぎない。 伝道者 4:4a 新改

人は、たとえ全世界を得ても、いのちを損じたら、何の得がありません。  
自分のいのちを買い戻すために、人はいったい何を差し出すことができるでしょう。  
マルコ 8:36~37 新改

一生涯掛って労苦したものを何も持って行くことはできない。 伝道者 5:15b 現代

### 2. 今を\_\_\_\_\_する

すべての人が食ひ飲みし、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。  
伝道者 3:13b 口語

片手を満たして、憩いを得るのは両手を満たして、なお労苦するよりも良い。 伝道者 4:6a 新共

### 3. 労働を\_\_\_\_\_する

愚かな者は、労苦するが、自分が疲れるだけだ。彼は目前にある目標すら知らない。  
伝道者 10:15 現代

六日間は働く日であるから、この日に働きなさい。  
七日目は、主である神のために過す安息の日であるから、ほかの日のように働いてはならない。  
あなたの家族は皆、これを守りなさい。 出エジプト 20:9~10 現代

暮らしを支えるために朝早くから夜遅くまで身を粉にして働いたとしても、それが何になるでしょう。  
主は、愛する者には必要な休息を与えようとなさるお方です。 詩篇 127:2 LB

#### 4. 神を\_\_\_\_\_する

そういうわけだから、何を食べるか、何を飲むか、何を着るか、  
などと言って心配するのはやめなさい。

こういうものはみな、異邦人が切に求めているものなのです。

しかし、あなたがたの天の父は、それがみなあなたがたに必要であることを知っておられます。

マタイ 6:31～32 新改

#### 5. 神の\_\_\_\_\_を得る

疲れた者、重荷を負う者は、だれでもわたしのもとに来なさい。

休ませてあげよう。…わたしの軛は負いやすく、わたしの荷は軽いからである。

マタイ 11:28～30 新共

### Discussion Guide

- 人生で一番大切だと思うことはなんですか？  
何のために生きていますか？  
犠牲としてしまっているものはありますか？
- 「どうしてこんなに働くのか？」と考えたことがありますか？
- あなたが仕事中毒なら：  
① どうしてそんなに働くのか？  
② その報酬は本当に得る価値があるものか？  
③ それは私を真に満たすのか？
- 物よりもお金よりも大切なモノは関係です。  
あなたが今、見直すべき関係は何ですか？
- あなたは何を心配し、何に疲れていますか？  
神を信頼し、安息を得る必要がある領域はどこでしょうか？
- あなたの一番深い部分を満たすために、神を第一にし、真の満足を得ましょう！