

## 11日(朝)

(聖句/ローマの信徒への手紙12章2節)

あなたがたは、この世と妥協してはならない。むしろ、心を新たにすることによって、造りかえられ、何が神の御旨であるか、何が善であって、神に喜ばれ、かつ全きことであるかを、わきまえ知るべきである。

(祈り)

信じる人の希望である神よ、  
あなたを離れてはすべてがむなしく、価値あるものはありません。  
いつくしみを豊かに注ぎ、わたしたちを導いてください。  
過ぎ行くものを正しく用い、永遠のものに心を向けることができますように。  
わたしたちの主イエス・キリストによって。アーメン。

(詩編30編)

主よ、あなたはわたしの魂を陰府から引き上げ  
墓穴に下ることを免れさせ わたしに命を得させてくださいました。  
主の慈しみに生きる人々よ 主に賛美の歌をうたい  
聖なる御名を唱え、感謝をささげよ。  
ひととき、お怒りになっても 命を得させることを御旨としてくださる。  
泣きながら夜を過ごす人にも 喜びの歌と共に朝を迎えさせてくださる。  
平穏なときには、申しました  
「わたしはとこしえに揺らぐことがない」と。  
しかし、御顔を隠されると わたしはたちまち恐怖に陥りました。  
主よ、わたしはあなたを呼びます。主に憐れみを乞います。  
わたしが死んで墓に下ることに 何の益があるでしょう。  
塵があなたに感謝をささげ あなたのまことを告げ知らせるでしょうか。  
主よ、耳を傾け、憐れんでください。  
主よ、わたしの助けとなってください。  
あなたはわたしの嘆きを踊りに変え  
粗布を脱がせ、喜びを帯としてくださいました。  
わたしの魂があなたをほめ歌い  
沈黙することのないようにしてくださいました。  
わたしの神、主よ とこしえにあなたに感謝をささげます。

(主の祈り)

天にまします我らの父よ、ねがわくはみ名をあがめさせたまえ。  
み国を来たらせたまえ。  
みこころの天になるごとく 地にもなさせたまえ。  
我らの日用の糧を、今日も与えたまえ。  
我らに罪を犯す者を 我らがゆるすごとく、我らの罪をもゆるしたまえ。  
我らをこころみにあわせず、悪より救い出したまえ。  
国とちからと栄えとは 限りなくなんじのものなればなり。アーメン。