

1. 背負い続けたら押しつぶされてしまう重荷

詩篇 55篇22節前半

あなたの重荷を
主にゆだねよ。
主があなたを
支えてくださる。



私たちが負う様々な荷
の中の「重荷」は、
もしも主にゆだねなければ、
私たちを
押しつぶしてしまう
ほどに重い。



2. 孤独の中での思い煩いという重荷

ペテロの手紙 第一 5章7節

あなたがたの思い煩いを、
いっさい
神にゆだねなさい。
神があなたがたのことを
心配してくさるからです。



私（たち）が思い煩っても
どうにもならないことに関して、
全能の神が心を配っている。
だから私（たち）は、
思い煩いを手放し、
神にゆだねることができる。



3. 背負い続けたら疲れ果ててしまう重荷

マタイの福音書 11章28節

すべて疲れた人、
重荷を負っている人は
わたしのもとに来なさい。
わたしがあなたがたを
休ませてあげます。



イエスが私たちの重荷であった罪を
十字架で身代わりとなって
背負ってくださったので、
私たちは信仰によって
罪（と思い煩い）の重荷から
解放していただくことができる。



4. 「重荷をゆだねなさい」との招きを受け

「あなたの重荷をわたしにゆだねなさい」
との主の招きを受け、私は…