

みなさんは今年の念頭に立てた計画をやり遂げる事ができたでしょうか。それとも中途半端に終わってしまったでしょうか。来年をよりよいものとするために、今年一年を振り返り、悪かったものを処分していかなければなりません。私たちには必要不可欠な「酸素」は実は私たちにとっては有害な物質です。それを有益なエネルギーに変えているのがミトコンドリアです。このミトコンドリアには様々な大切な働きがありますが、中でも注目したいのが「アポトーシス」です。人間の手は胎児の頃にはひれようになっており指と指の間が繋がっております。しかしミトコンドリアによってアポトーシスされるから5本の指になっているのです。つまりアポトーシスとは、多細胞生物の体を構成する細胞の死に方の一種で、個体をより良い状態に保つために積極的に引き起こされる、管理・調節された細胞のプログラムされた細胞死なのです。アポトーシスされなければ傷ついた細胞はそのまま蓄積され、その細胞はDNAまで傷つけてしまい体内で謀反を起こす細胞の増殖を食い止める事ができなくなります。行き着く先はがんです。あなたの一年はこのようになっていないでしょうか。私たちの人生もがんにならないために、今年一年を振り返り古い傷ついたものをアポトーシスしなければなりません。きちんと古いものを整理していないと何を取られたのかわからない人生になってしまいます。自分を整理していない人は自分の人生を人のせいにし、いつの間にか人のために生きてると錯覚してしまいます。しかし、あなたの人生はまぎれもなくあなたの為にあるのです。そのことを再認識する必要があります。人のせいにする人生は今年で終わりにしなければなりません。神様は私たちを完璧に創られました。ならば環境も完璧に整える事ができるはずですが、自分で立て挙げた歴史残していく、それがヒストリーメーカーです。イエス様のつくられた歴史の後を書き込むのですから、それを壊すようなことをしてはなりません。イエス様の歴史を皆にわかりやすく色をつける人生になっているでしょうか。ヒストリーメーカーになる為に悪いものをアポトーシスしなければなりません。悪いものとはⅡテモテ 3:1～8です。すべては当てはまらないにしても、一つは当てはまる部分があるのではないのでしょうか。その部分をアポトーシスしていく事が大切です。正しく行っていれば誘惑されません。不安にもなりません。正しくないから誘惑されたり不安になるのです。今年一年あなたを悪くしたものをアポトーシスしましょう。良いものを残す為に**①不要なものを整理する**。不要なものを整理しなければならぬのですが、私たちは結構不要なものが好きです。この不要なものを原動力に生きていることが多いのです。不要なものを整理するとは余分なものを捨て、するべき事をするのみです。**②しまりのある生活**（Ⅱテサ 3:6～10）言い方を変えればメリハリです。以前自分の模範になるモデルを探し参考にするという話をしました。私たちはそのモデルを参考に自分のテーマに沿ってしまりのある生活をしているのでしょうか。息抜きは必要ですが息抜きっぱなしではいけません。**③キリストに学ぶ**最終的にはここにたどり着きます。①、②をした上で彼の生き方を学んで下さい。彼を学び彼の生き方に近づくことができれば皆から愛される人になるでしょう。全てを完璧にせよとは言いません。しかし、あなたが「する」と決めたこと一つは1年やり遂げて下さい。続ければそれが習慣になりできるようになるのです。不要なものをアポトーシスして来年こそはやり遂げる人生にしましょう。