マーティンは，お茶を飲んではいけないことを知っていました。どうすればよいのでしょうか。

マーティンの選び

イラスト／ケイティー・ベイン

リンゼー・タナーとベサニー・バーソロミュー
ほんとうにあったお話をもとに書かれました

「つねに正しくあれ」（『子供の歌集』81）

マーティンはゆっくりと目を覚ましました。お母さんが，マーティンのかたをゆすっています。

「マーティン，起きる時間よ」とお母さんが言いました。

マーティンはねむそうに，目をこすりました。まだ空は暗くても，マーティンには何時か分かっていました。マーティンの家族は毎朝5時半に起きて，モルモン書を読んでいたのです。いつもそんなに早く起きるのは簡単なことではありませんでした。

マーティンはベッドから出ると，ゆっくりとリビングに歩いて行きました。体をのばして，大きなあくびをしました。きょうだいもみんなねむそうでしたが，全員そこにいました。

一人5分ずつ読みました。マーティンは，最初はベッドにもどりたいと思いましたが，聞き続けました。一つ一つのせいくを聞いていくと，もっともっと良い気持ちになりました。読み終わるころには，マーティンは自分が霊的に強くなったのを感じました。

その霊的な強さは，毎日マーティンが必要としているものです。ケニアでは，マーティンと同い年の教会員はとても少なく，しかも遠くはなれて住んでいました。放課後，マーティンはカトリック教会が開いている，男の子のためのクラブに通いました。ある週，クラブのみんなでキャンプに行きました。

マーティンは，とても楽しい時間をすごしました。キャンプの歌を歌ったり，木を切ったり，キャンプファイヤーの木をじゅんびするのを助けたりもしました。

でも，2日目になって，リーダーの一人がお茶のポットを持って来ました。リーダーが「今からお茶を飲もう」と言いました。

それを聞いて，男の子たちは喜んでいました。家では，特別なときだけお茶を飲んでいたからです。みんなは自分のコップを持って，リーダーがお茶を注いでくれるのを待っていました。

マーティンは少しきんちょうしました。お茶を飲んではいけないことを知っていました。でも，友達にいやな思いをさせたくありませんでした。

そのとき，いましめを守るときにどんな気持ちがするかを思い出しました。家族で預言者にしたがってモルモン書を一緒に読むとき，幸せな気持ちがしました。それをしないときは，それほど幸せな気持ちを感じませんでした。

マーティンは何をすべきか知っていました。

「いいえ，結構です。」マーティンは自分のコップにお茶を注ごうとしたリーダーに言いました。「ぼくはお茶は飲みたくありません。」

リーダーはおどろいたようでしたが，ほかの男の子がお茶を飲んでいる間，マーティンには水を飲ませてくれました。何人かの男の子は，なぜマーティンがお茶を飲まないか知りたがりましたが，マーティンをからかう人はだれもいませんでした。マーティンはうれしくなりました。マーティンは知恵の言葉は体を強くしてくれると知っていました。そして，自分には正しいことをする強さがあることをうれしく思いました。■

このお話を書いた人はアメリカ合衆国ユタ州に住んでいます。

チャレンジ

「わたしは心と体を清く神聖にたもち，害になるものを取りません。」（わたしの福音の標準）

- [ ] 教義と聖約第89章の知恵の言葉を読んで，わたしたちの体に良いと書かれている物は何かを見つけましょう。
- [ ] 食べたり飲んだりしてはいけない，有害なものを書きましょう。
- [ ] 両親や指導者に，どのようにして心を清く神聖にたもっているか，聞いてみましょう。
- [ ] わたしの目標は，＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿です。