

A wooden cross is positioned on the left side of the image, extending diagonally from the bottom left towards the top center. The background is a textured, yellowish-gold surface with some darker, brownish streaks. The text is centered on the right side of the image.

THE GIFT OF FORGIVENESS

「赦しの賜物」シリーズ 第3回

東京キリストの教会

2015年12月20日

特別礼拝シリーズ「赦し」 *GIFT of FORGIVENESS*

Part 1. 赦しとは何か 12/ 6(日)

What is Forgiveness

Part 2. 赦しのプロセス 12/13(日)

How to Forgive

Part 3. 赦しの贈り物(クリスマス礼拝) 12/20(日)

Giving the Gift of Forgiveness to Others

“Christmas Service”

今年どのようなプレゼントを 贈りますか？

- お金がかからないもの
- ゴミにならないもの
- 長持ちする(すぐ駄目にならない)もの
- 相手を幸せにするもの
- 相手の周りの人も幸せにするもの
- 世界を変える可能性があるもの

第3回 赦しの贈り物



Part 3

Giving the Gift of Forgiveness
to Others



Movie Therapy

スタッフからのプレゼント

「クリスマスの12日」

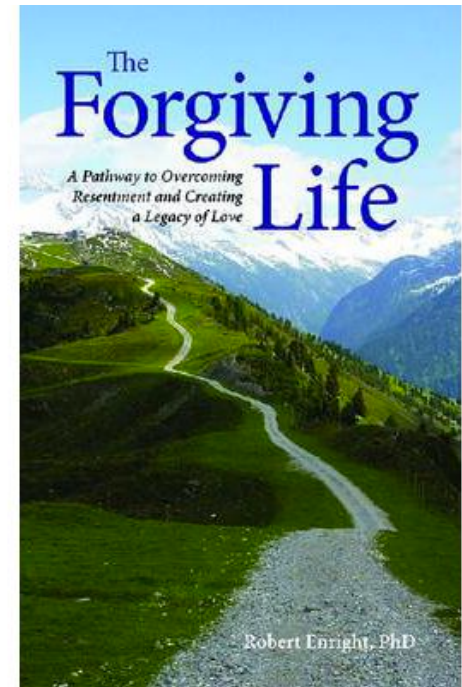
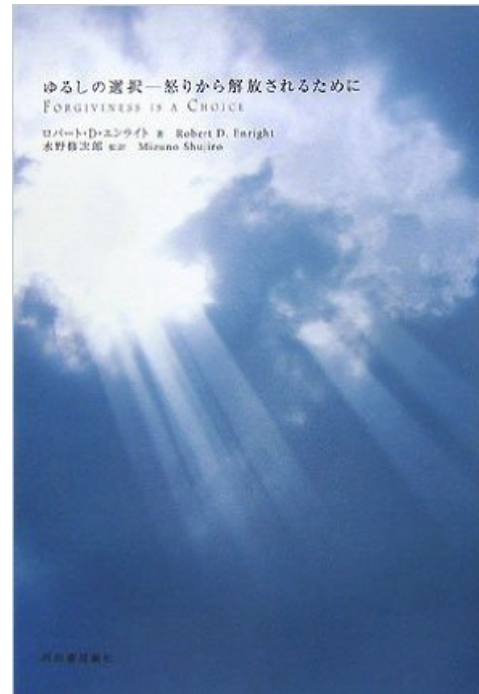
The Twelve Days of Christmas





ロバート・エンライト博士 (ウィスコンシン大学)

Dr. Robert Enright
(University of Wisconsin)



「赦し」のための4ステップ

1. 怒りの表出
2. 赦す決意
3. 赦しの作業
4. 発見と、感情の牢獄からの脱出

4 Phases of Forgiveness Process

Phase 1 Uncovering Your Anger

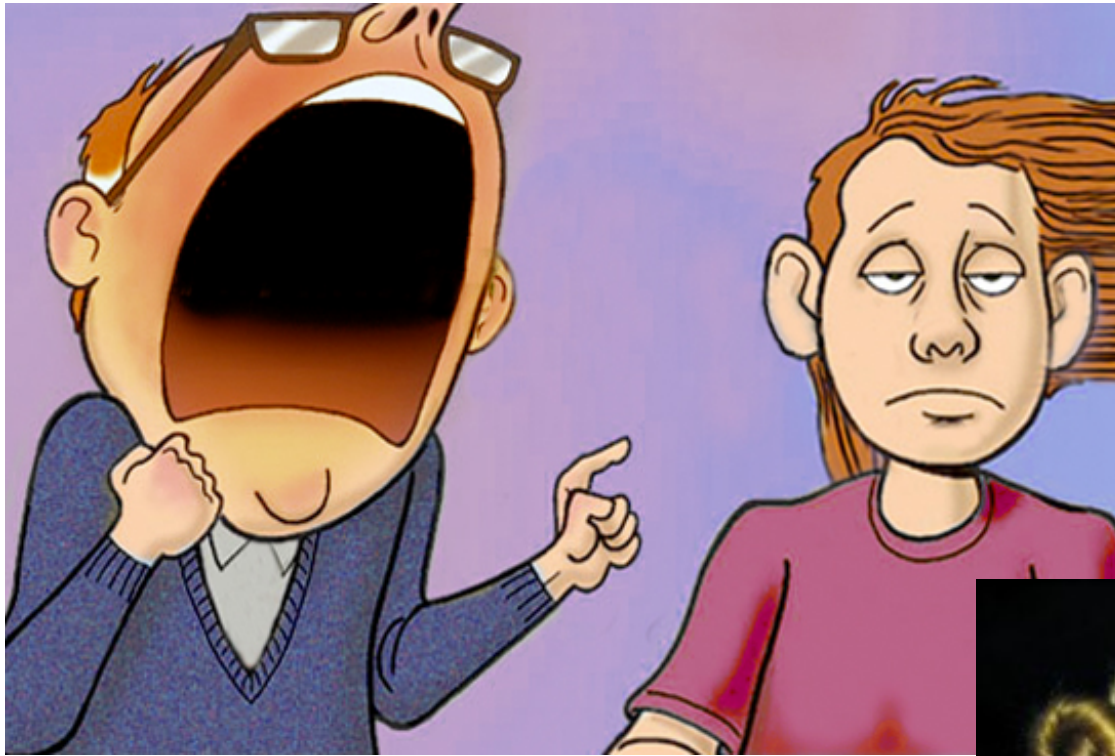
Phase 2 Deciding to Forgive

Phase 3 Working On Forgiveness

*Phase 4 Discovery and Release From Emotional
Prison*

ステップ1 怒りの表出

Phase 1 Uncovering Your Anger



ステップ2 赦す決意

Phase 2 Deciding to Forgive



ステップ3 赦しの作業

Phase 3 Working On Forgiveness



ステップ4発見と、感情の牢獄からの脱出

Phase 4 Discovery and Release From Emotional Prison



「赦し」の3ポイント

3 Points of Forgiveness

1) 必ず不当な扱いを受けた背景がある。

ALWAYS in context of unfair treatment- injustice.

2) 憎しみを取り除く闘いである。この憎しみは心の闇の部分であり、喜びを奪う。

STRUGGLE to get rid of resentment – the negative poisonous part of the heart that robs our joy.

3) 無条件な愛を意図的に与える。加害者へ犠牲的な愛を向ける。

OFFER GOODNESS in the form of Agape love; self-sacrificial love to those who hurt you.

1. 赦しの必要性を発見する

Discover Your Need for Forgiveness

◇誰かを傷つけたことを思い出してください

Think of a time when you wronged others.

—相手に赦してもらいましたか。

Was forgiveness extended to you?

—赦されてどのように感じましたか。

How did that feel?

1. 赦しの必要性を発見する

Discover Your Need for Forgiveness

— 赦されたことは良い結果となりましたか。

Were there positive results from being forgiven?

— 自分が赦されていることを深く考えることは、人を赦すことの助けになります。

Examining the forgiveness we receive from others helps us to forgive others.

お互いに親切にし、心の優しい人となり、
神がキリストにおいて
あなたがたを赦してくださったように、
互いに赦し合いなさい。
エフェソ4:32

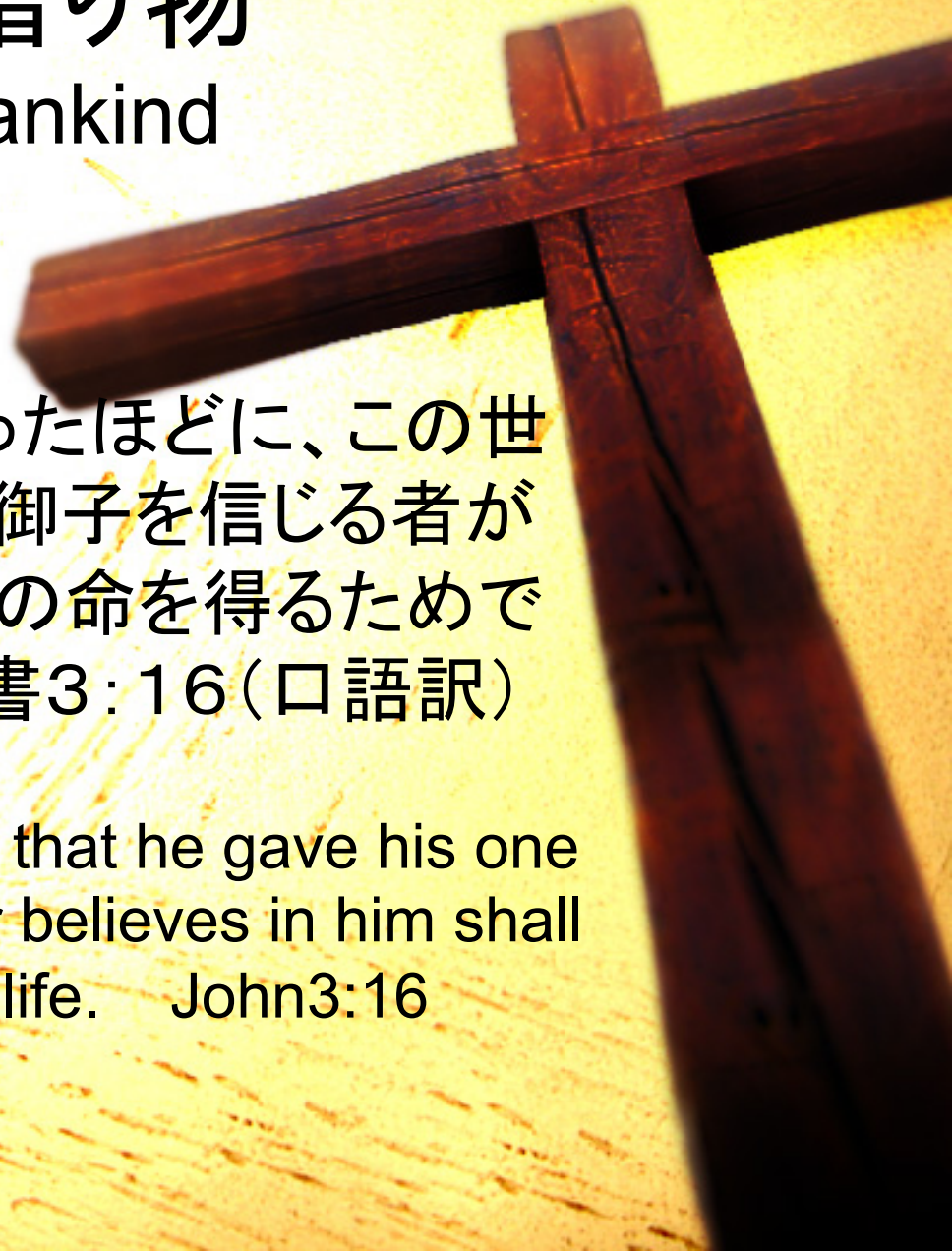
Be kind and compassionate to one another, forgiving
each other, just as in Christ God forgave you.
Ephesians 4:32

神様からの贈り物

God's Gift to Mankind

神はそのひとり子を賜わったほどに、この世を愛して下さった。それは御子を信じる者がひとりも滅びないで、永遠の命を得るためである。 ヨハネの福音書3:16(口語訳)

For God so loved the world that he gave his one and only Son, that whoever believes in him shall not perish but have eternal life. John 3:16



神様からの赦しの贈り物は
すでに与えられています

You have received from God the gift of
forgiveness

2. 苦しみの意味を発見する

Discover the Meaning of Suffering

人の主要な関心事は、快楽を探すことでも
苦痛を軽減することでもなく、「人生の意味を
見出すこと」である

ヴィクトール・フランクル

“The heart of healing was in finding a rational
meaning, a narrative that made sense to the
one suffering.”

Viktor Frankl

苦しみの意味を深く考える

Reflecting on the meaning of Suffering

◇自分が経験した苦しみは誰かのためになりますか。その経験によって助けられる人がいますか。

Can the suffering you experienced benefits others?

◇苦しみによって、何か良いこと、価値のあることを見い出せますか。

Can you find any kind of meaning or good that came out of your suffering?

神は、どのような苦しみのおきにも、私たちを慰めてくださいます。こうして、私たちも、自分自身が神から受ける慰めによって、どのような苦しみの中にいる人をも慰めることができるのです。

それは、私たちにキリストの苦難があふれているように、慰めもまたキリストによってあふれているからです。

第Ⅱコリント1:4-5

God of all comfort, who comforts us in all our troubles, so that we can comfort those in any trouble with the comfort we ourselves receive from God. For just as we share abundantly in the sufferings of Christ, so also our comfort abounds through Christ.

2 Corinthians 1:4-5

3. 一人ではないことを発見する

Discover that You Are Not Alone

◇不当な苦しみを味わっているときは、孤独感に陥りやすい

Sometimes the pains of injustice can make us feel isolated and alone.

◇赦す努力を始めると、多くの人に助けられ、周りに理解者がいることに気づけます。

As you forgive, you may see that others are there.

主イエスは痛みを理解している

Jesus understands your pain

主ご自身、試練を受けて苦しまれたからこそ、
試練の中にある者たちを助けることができる
のである。 ヘブライ人への手紙2:18

*Because he himself suffered when he was
tempted, he is able to help those who are being
tempted. Hebrews 2:18*

ホームアローン

Movie Therapy
Home Alone

- 赦しが必要な友達を探し、助け合う
Finding Other Friends who need forgiveness
- 心を開く(脆弱になる)ことにより、赦すことができる
A vulnerable talk can help us to forgive

4. 人生の意味を発見する

Discover the Purpose of Your Life

◇赦すことによって新たな人生の意味を見出すことができます。新たな生き方や人生の目的を見い出せますか。

As you master forgiveness, whom can you help?

◇他の人にどのように赦しを提供したり、伝えたりすることができますか。

How can you give forgiveness back to others?

5. 赦しの開放感を発見する

Discover the Freedom of Forgiveness

◇ 赦すことによって、人生が変わることを発見できます。

Forgiveness is transformational.

◇ 赦すプロセスに取り組むと、心が徐々に癒され、健康になることを発見できます。

As you forgive you will discover yourself healing

5. 赦しの開放感を発見する

Discover the Freedom of Forgiveness

◇ 憎しみが減り、肯定的な思いが増すことで...

As resentments diminish and a sense of beneficence grows

— 思い悩みや抑うつ感が軽減される

lower levels of anxiety or depression

— 希望を持てる higher levels of hope

— 自己評価が上がる higher levels of self-esteem

Movie Therapy

「赦しの力」

The Power of Forgiveness

Producer/Director Martin Doblmeier



Movie Therapy

The Power Of Forgiveness

タリック・カミサ(20歳)は宅配ピザのアルバイト中に、トニー・ヒックス(14歳)により銃殺された。加害者のトニーは親に捨てられ、祖父のプレス・フェリクスに育てられた少年だった。タリックの父アジムは、トニーを赦した。

Tarik Khamisa (Victim) 20 year old – shot and killed

Tony Hicks (Killer) 14 years old – killed Tarik

Ples Felix (Grandfather) Guardian of Tony who was andoned

Azim Khamisa (father of victim) forgives – starts foundation

Movie Therapy

The Power Of Forgiveness

被害者の父アジムと、加害者の祖父プレスは、苦しみの意味を見い出した。

Azim and Pres found meaning in suffering.

赦すことによって癒され、赦しによる開放感を実感した。

By forgiving they were healed. They experienced the freedom of forgiveness.

新たな人生の意味を見つけた。

They have discovered a new purpose in life.

アジムは赦しを啓発する財団を設立した。プレスその財団のパートナーとなった。

Azim started a foundation to teach about forgiveness.

赦しを伝える人になれる

You can become a giver of forgiveness

- 新しい人生の目的

A new purpose in life

- 新たな世の中の希望

A new hope for this world

赦す文化をこの世に残す

Leave behind a legacy of Forgiveness

- 赦す人になる

A forgiving person

- 赦す家族となる

Forgiving families

- 赦す教会・コミュニティになる

Forgiving Church/Community

赦しの贈り物を受けとってください

Accept the Gift of forgiveness

- 聖書のメッセージ

The message of the Bible

- 聖書の贈り物

Bible as a present

赦しをプレゼントしてみませんか

Give the Gift of Forgiveness

- 手紙, 年賀状
letters, holiday greetings
- 優しい言葉
Kind Words
- お祈り
Prayers

A wooden cross is positioned on the right side of the image, extending from the top right towards the bottom right. The background is a textured, yellowish-gold surface with visible brushstrokes or grain. The text is centered on the left side of the image.

あなたの赦しへの道のりに
神様の祝福がありますように

May God Bless You on your
Forgiveness Journey

A wooden cross is positioned on the right side of the image, set against a bright yellow background with a visible wood grain texture. The cross is made of dark wood and is oriented diagonally.

聖餐式

Communion

あなたを赦すために神様が払った代価

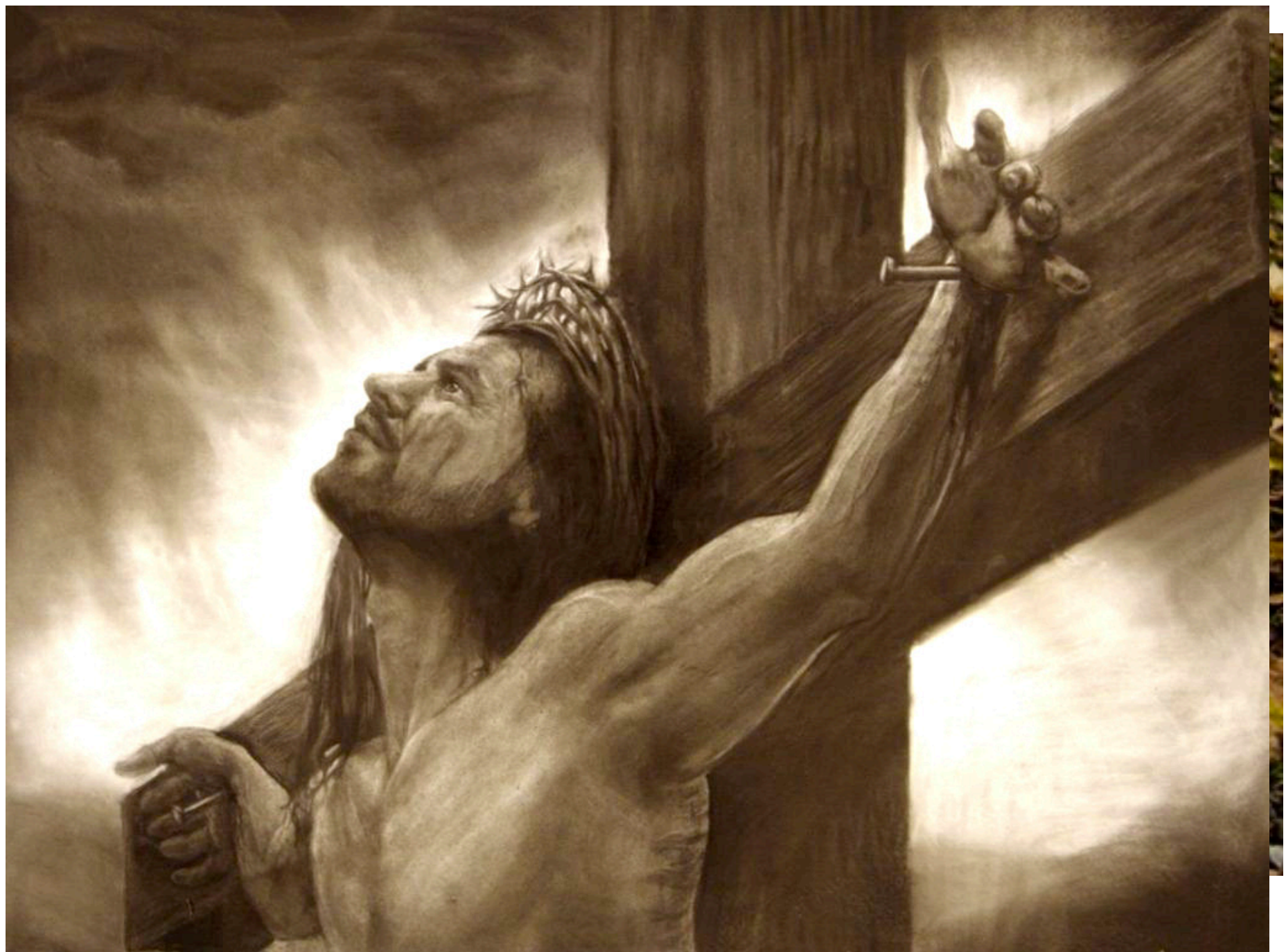
What price did God pay to forgive you?

もしその人が罪のためのいけにえのために、ささげ物として子羊を連れて来る場合には、傷のない雌羊を連れて来なければならない。その罪のためのいけにえの頭の上に手を置き、全焼のいけにえをほふる場所で、罪のためのいけにえとしてほふりなさい。

レビ記4:32-33

"If someone brings a lamb as their sin offering, they are to bring a female without defect. They are to lay their hand on its head and slaughter it for a sin offering at the place where the burnt offering is slaughtered.

Leviticus 4:32-33



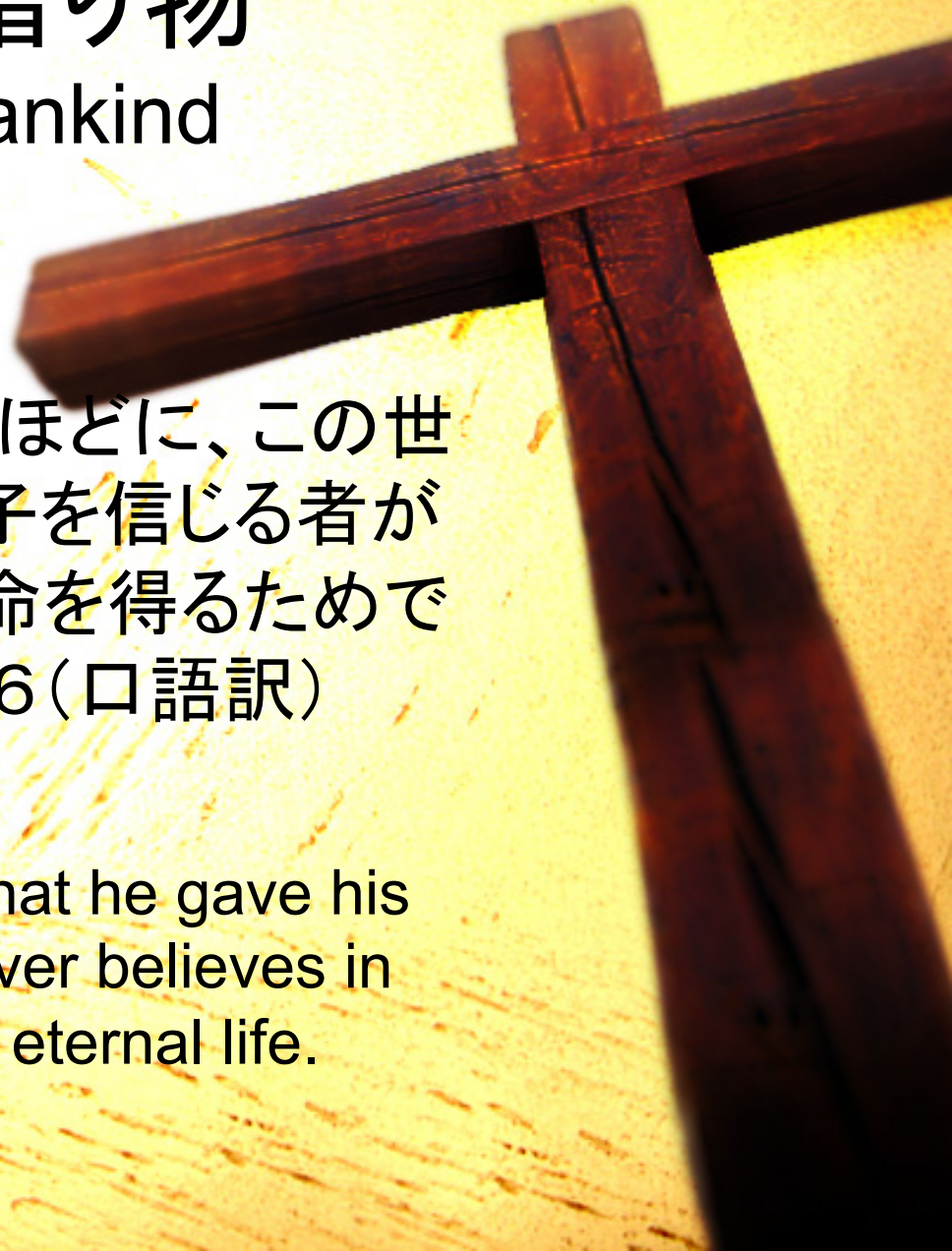
神様からの贈り物

God's Gift to Mankind

神はそのひとり子を賜わったほどに、この世を愛して下さった。それは御子を信じる者がひとりも滅びないで、永遠の命を得るためである。 ヨハネの福音書3:16(口語訳)

For God so loved the world that he gave his one and only Son, that whoever believes in him shall not perish but have eternal life.

John 3:16



赦された者として赦すことができますか。

赦しをプレゼントできますか。

As one who is forgiven, can we
give the gift of forgiveness?