



05

謙遜

BASE Is Biblical And Solid Essentials

HUMILITY

*Introduction*

# 序論



謙遜は、  
神から与えられる諸徳が  
根ざす唯一の土壌である。  
謙遜の欠如こそ、  
すべての欠陥と失敗を説明して  
余りあるものである。  
謙遜は、他の諸徳と  
同水準のものではない。  
神から与えられる  
すべての徳の根源である。



“

なぜなら、謙遜のみが、  
神の御前に正しい態度を  
とらせるのであり、  
神のすべてのみこころが  
なされることを  
受け入れるものだからである。

—Andrew Murray

# クリスチャンの 成長の土台である 謙遜

謙遜なき所に  
争いがある

主に似せられる  
成長をする者と  
なりたい

- 01 謙遜についての概要
- 02 主から学ぶ謙遜の特徴
- 03 謙遜がないとどうなるか
- 04 主を学び謙遜にされた例



## Chapter 1

# 謙遜についての 概要

*Section 1-1*

# 謙遜のイメージ

*question*

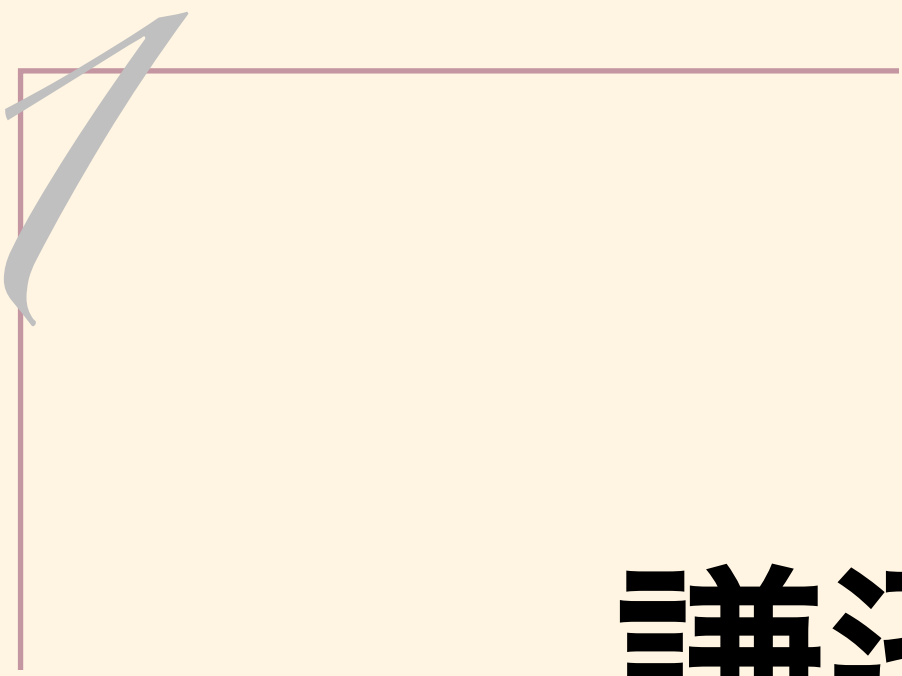
**謙遜とは  
単なる低姿勢？**

あなたは  
御救いの盾を私に下さいます。  
あなたの謙遜は私を大きくします。

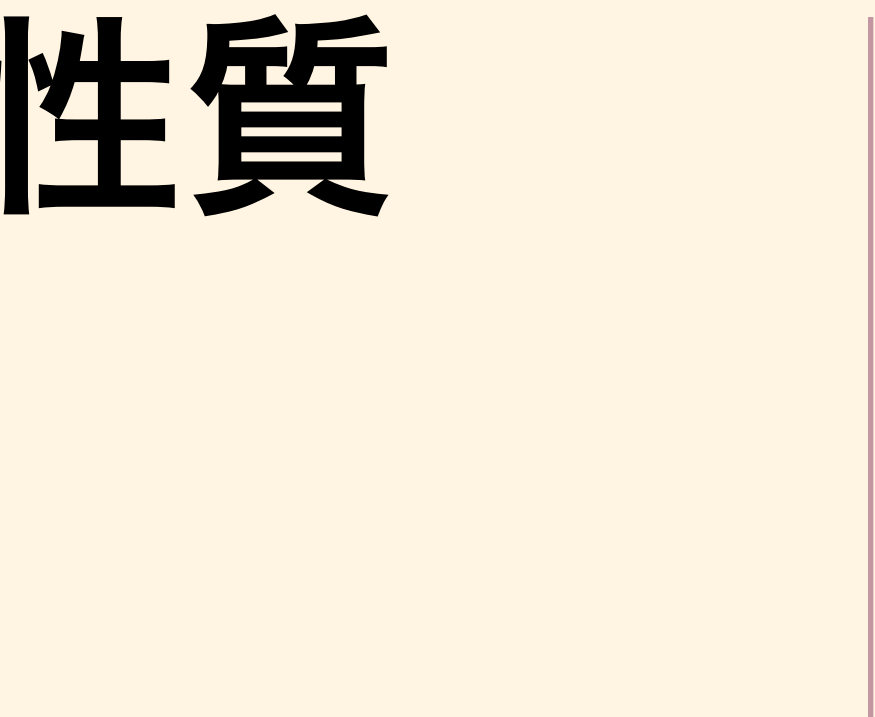
Ⅱサムエル 22:36

あなたは  
御救いの盾を私に下さいます。  
あなたの右の手は私を支え  
あなたの謙遜は私を大きくします。

詩篇 18:35



# 謙遜とは 神のご性質



あなたがたは神に選ばれた者、  
聖なる者、愛されている者として、  
深い慈愛の心、親切、謙遜、柔和、  
寛容を着なさい。

コロサイ 3:12

同じように、若い人たちよ。  
長老たちに従いなさい。  
みな互いに謙遜を身に着けなさい。

1ペテロ 5:5



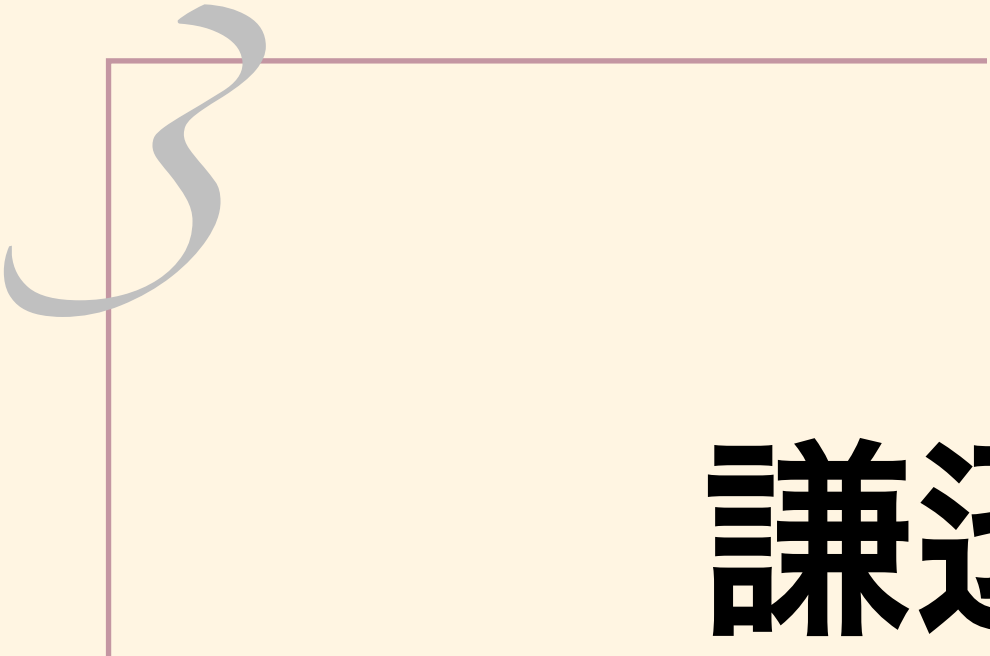


謙遜とは  
身に着けるもの

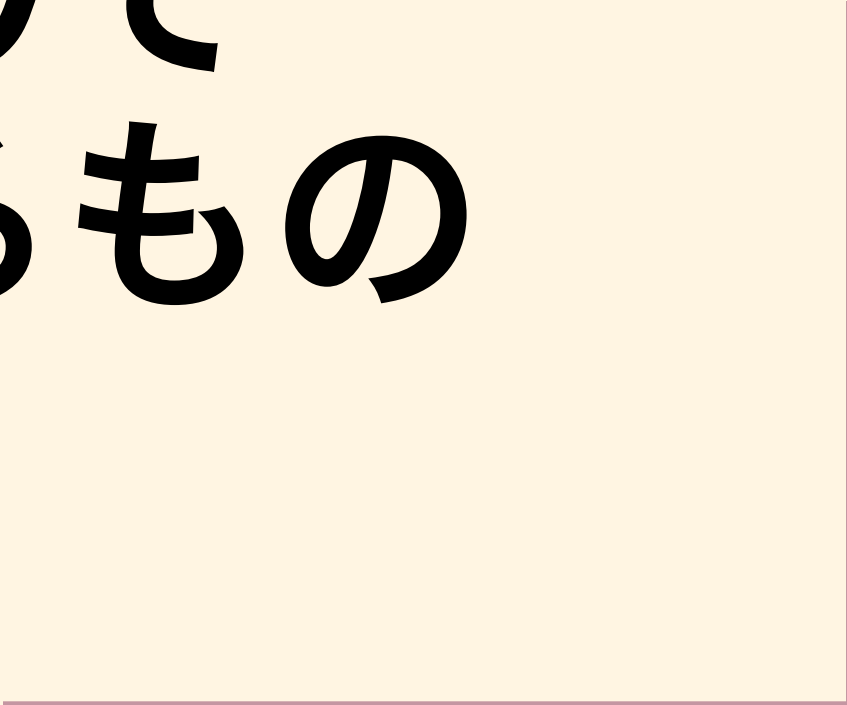
私は、ユダヤ人の陰謀によって  
この身に降りかかる数々の試練の中で、  
謙遜の限りを尽くし、  
涙とともに主に仕えてきました。

謙遜と柔和の限りを尽くし、  
寛容を示し、  
愛をもって互いに耐え忍び、

エペソ 4:2



謙遜とは  
意識して  
発揮するもの



主を恐れることは知恵の訓戒。  
謙遜は栄誉に先立つ。

箴言 15:33

人の心の高慢は破滅に先立ち、  
謙遜は栄誉に先立つ。

箴言 18:12

4

謙遜とは  
人を魅力的に  
するもの

*Section 1-2*

# 第1章のまとめ



# 謙遜とは神の ご性質

古き自分が  
知らない  
性質のため  
学ぶ必要がある

学んだ内容は  
意識して  
発揮する  
必要がある

謙遜を  
身に着けた人は  
魅力的になる

## Chapter 2

# 主に学ぶ 謙遜の特徴

*Section 2-1*

# 模範であるキリスト

わたしは心が柔和で  
へりくだっているから、  
あなたがたも  
わたしのくびきを負って、  
わたしから学びなさい。  
そうすれば、  
たましいに安らぎを得ます。







キリスト・イエスの  
うちにあるこの思いを、  
あなたがたの間でも抱きなさい。

ピリピ 2:5

*Section 2-2*

# 謙遜の特徴一つ目

何事も  
利己的な思いや虚栄から  
するのではなく、  
(中略)  
キリスト・イエスの  
うちにあるこの思いを、  
あなたがたの間でも抱きなさい。

ピリピ 2:3,5

# キリストの思い

利己的な思いや  
虚栄からしない

キリストは、  
神の御姿であられるのに、  
神としてのあり方を  
捨てられないとは考えず、

ピリピ 2:6

# キリストの行動

神としての  
あり方を捨てる

あなたがたは、  
私たちの主イエス・キリストの  
恵みを知っています。  
すなわち、  
主は富んでおられたのに、  
あなたがたのために  
貧しくなられました。



「あり方」  
へのこだわり  
から自由

すべての舌が  
「イエス・キリストは主です」  
と告白して、  
父なる神に  
栄光を帰するためです。

ピリピ 2:11

謙遜とは  
相手にこだわって  
自分にこだわらない  
しなやかで自由な心

*Section 2-3*

# 謙遜の特徴二つ目

へりくだって、  
互いに人を自分より  
すぐれた者と思いなさい。

(中略)

キリスト・イエスの  
うちにあるこの思いを、  
あなたがたの間でも抱きなさい。

ピリピ 2:3,5

# キリストの思い

人を自分より  
すぐれた者と思う

ご自分を空しくして、  
しもべの姿をとり、

ピリピ 2:7

# キリストの行動

しもべの姿をとる



さて、過越の祭りの前のこと、  
イエスは、この世を去って  
父のみもとに行く、  
ご自分の時が来たことを  
知っておられた。  
そして、  
世にいるご自分の者たちを  
愛してきたイエスは、  
彼らを最後まで愛された。

イエスは、  
父が万物をご自分の手に  
委ねてくださったこと、  
またご自分が神から出て、  
神に帰ろうとしていることを  
知っておられた。

イエスは  
夕食の席から立ち上がって、  
上着を脱ぎ、  
手ぬぐいを取って  
腰にまとわれた。

それから、  
たらいに水を入れて、  
弟子たちの足を洗い、  
腰にまっていた手ぬぐいで  
ふき始められた。

父よ。  
わたしに下さったものについて  
お願いします。  
わたしがいるところに、  
彼らもわたしとともに  
いるようにしてください。

ヨハネ 17:24

謙遜とは  
関係性は  
与えられたものだ  
と理解して  
他の人を尊重する心

*Section 2-4*

# 謙遜の特徴三つ目

それぞれ、  
自分のことだけでなく、  
ほかの人のことも顧みなさい。  
キリスト・イエスの  
うちにあるこの思いを、  
あなたがたの間でも抱きなさい。

ピリピ 2:4-5

**キリストの思い**

**自分だけでなく  
ほかの人にも顧みる**



私が、  
『主のことは宣べ伝えない。  
もう御名によっては語らない』  
と思っても、  
主のことは私の心のうちで、  
骨の中に閉じ込められて、  
燃えさかる火のようになり、  
私は内にしまっておくのに  
耐えられません。  
もうできません。

エレミヤ 20:9

自らを低くして、  
死にまで、  
それも十字架の  
死にまでも  
従われました。

ピリピ 2:8

# キリストの行動

十字架の死にまで従う

謙遜とは  
他の人を顧みる  
神の思いで  
満たされた心

*Section 2-5*

# 謙遜とは何か

# 謙遜の特徴

自由な心

尊重する心

満たされた心

謙遜とは  
神の主権を認める  
訓練された心

# 神の主権

自分の  
あり方から  
自由

与えられた  
関係を  
尊重

みことばで  
心が  
満たされる



*Section 2-5*

# 第2章のまとめ

謙遜とは  
自分に固執しない  
自由な心

謙遜とは  
与えられた関係を  
尊重する心

謙遜とは  
人を思いやる  
神の思いで  
満たされた心

謙遜とは  
神の主権の内に  
自分を置く  
訓練された心

## Chapter 3

謙遜がないと  
どうなるか

*Section 3-1*

# 不一致の問題

ユウオディアに勧め、  
シンティケに勧めます。  
あなたがたは、  
主にあって同じ思いに  
なってください。

ピリピ 4:2



*Section 3-2*

# 謙遜の対極 である高慢

人の心の高慢は破滅に先立ち、  
謙遜は栄誉に先立つ。

箴言 18:12

あなたの心は  
自分の美しさに高ぶり、  
まばゆい輝きのために  
自分の知恵を腐らせた。

エゼキエル 28:17

高慢は価値を  
台無しにする



今日のキリスト教界を  
苦しめている混乱と争いは、  
神学的な論争から  
生じたものではないと  
私は確信している。  
問題は賜物豊かな  
指導者たちが、  
柔和に振る舞うことを  
心がけていないところに  
あると思う。

**-Hudson Amelding**



“

多くの教会や  
聖徒の集まりにおいて、  
一致が乱され、  
神のみわざが妨げられている。  
それは、  
聖徒と見られている人たちが、  
短気であり、性急であり、  
自己弁護や自己主張にふけり、  
厳しく人をさばき、  
不親切なことばを発し、



“

互いに人を  
自分よりまさった者とせず、  
彼らの聖潔がそのうちに  
聖徒の柔和さを、  
ほとんどもっていないためでは  
ないだろうか。

—Andrew Murray

*Section 3-3*

# 第3章のまとめ



謙遜の欠落は  
群れの一致  
兄弟姉妹の一致に  
支障をきたす

一致がなければ  
群れの働きに  
大きな支障を  
きたす

## Chapter 4

# 主を学び 謙遜にされた例

*Section 4-1*

# ペテロの例

話が終わるとシモンに言われた。

「深みに漕ぎ出し、  
網を下ろして魚を捕りなさい。」  
すると、シモンが答えた。

「先生。私たちは  
夜通し働きましたが、  
何一つ捕れませんでした。  
でも、おことばですので、  
網を下ろしてみましょう。」  
そして、そのとおりにすると、  
おびただしい数の魚が入り、  
網が破れそうになった。

そこで別の舟にいた仲間の者たちに、  
助けに来てくれるよう合図した。  
彼らがやって来て、  
魚を二艘の舟いっばいに引き上げたところ、  
両方とも沈みそうになった。  
これを見たシモン・ペテロは、  
イエスの足もとにひれ伏して言った。  
「主よ、私から離れてください。  
私は罪深い人間ですから。」



謙遜が欠如しているのに、  
熱心でしかも活動的な信仰が  
何と多いか。  
すべての外部的な教え、  
すべての個人的な努力は、  
高慢を克服し、  
優しいへりくだった心を  
もたらすために、  
何と無力か。  
私たちが真に謙遜になるのは、  
神の謙遜を備えておられる  
キリストの内住によるのであり、  
それ以外に道はない。

—Andrew Murray

*Section 4-2*

# パウロの例



私は使徒の中で  
最も小さい者であり、  
神の教会を迫害したのですから、  
使徒と呼ばれるに値しない者です。

1コリント 15:9

すべての聖徒たちのうちで  
最も小さな私に、  
この恵みが与えられたのは、

エペソ 3:8

「キリスト・イエスは  
罪人を救うために世に來られた」  
ということばは眞実であり、  
そのまま受け入れるに値するものです。  
私はその罪人のかしらです。

使徒の中で最も小さい

すべての聖徒たちの  
うちで最も小さい

罪人のかしら



“  
斧は、自分が切り倒した木を  
自慢することはできない。  
きこりがいなくては、  
斧は何もできないのだ。  
きこりが斧を作り、  
その刃を研ぎ、  
そしてそれを使ったのだ。  
きこりが斧を横に放り出した瞬間、  
それはただの古鉄でしかなくなる。  
ああ、  
私が絶対にこのことを  
忘れることがないように。”

—Samuel Brengle

*Section 4-4*

# 第4章のまとめ



主を学ぶことによつて、  
聖書が示す  
謙遜の性質が  
養われる

自分で謙遜になる  
というよりは  
主によって  
謙遜にされていく



*Whole Summary*

# 全体まとめ

*Summary Of Introduction*

# 序論のまとめ

主に似た人とは  
謙遜な人のこと

*Chapter 1 Summary*

# 第1章 謙遜についての概要 のまとめ

謙遜は  
学ぶ必要がある

*Chapter 2 Summary*

# 第2章 主に学ぶ謙遜の特徴 のまとめ

謙遜を学ぶには  
主を学ぶ  
必要がある

*Chapter 3 Summary*

# 第3章 謙遜がないと どうなるか のまとめ



謙遜を  
学ばなければ  
高慢になる

*Chapter 4 Summary*

第4章  
主を学び  
謙遜にされた例  
のまとめ

主を学んだ人は  
謙遜にされる

**EOF**

・ 参考資料

アンドリュー・マーレー『謙遜』いのちのことば社、1967年  
W・ギルモア『全く従う』伝道出版社、1995年  
J・オズワルド・サンダース『霊的リーダーとなるために』いのちのことば社、2007年  
ウィリアム・マクドナルド『新約聖書注解2』伝道出版社、2006年  
ウィリアム・マクドナルド『新約聖書注解シリーズ 新約聖書ハンディー注解』伝道出版社、1998年  
ロバート・リー『輪郭的聖書』伝道出版社、1953年  
ジン・ジェヒョク『世の中心に立つ霊性リーダーシップ』いのちのことば社、2017年  
ティモシー・ケラー『結婚の意味ーわかりあえない2人のために』いのちのことば社、2015年  
藤本満『実用聖書注解 マルコの福音書』いのちのことば社、1995年  
伊藤明生『実用聖書注解 ピリピ人への手紙』いのちのことば社、1995年  
山口昇『新聖書注解1 マルコの福音書』いのちのことば社、1973年  
尾山令仁『新聖書注解3 ピリピ人への手紙』いのちのことば社、1972年  
鈴木英昭『新聖書講解シリーズ3 ルカの福音書』いのちのことば社、1983年  
朝岡茂『新聖書講解シリーズ8 ガラテヤ・エペソ・ピリピ・コロサイ』いのちのことば社、1982年  
ウィリアム・バークレー『聖書注解シリーズ11 ピリピ・コロサイ・テサロニケ』ヨルダン社、1969年

・ 改版履歴

---

2016年4月	初版
2017年10月	改版
2019年7月	改版
2019年8月	改版
2019年9月	改版
2019年11月	改版
2019年12月	改版
2020年1月	改版
2020年2月	改版
2020年9月	改版
2020年10月	改版
2020年11月	改版

---