

3番の歌 私たちの力、希望、確信

エホバから許されていることを信じてください

「あなたは過ちと罪を許してくださいました」。詩編 32:5

ポイント：エホバから許されていると信じることが大切なのはどうしてでしょうか。エホバがどれほど許したいと思っているかが伝わってくる聖書の言葉に注目します。

1-2. エホバから許してもらうと、どんな気持ちになりますか。（挿絵も参照。）

ダビデ王は罪悪感に苦しみました。（詩 40:12 数え切れないほどの災難が私を取り囲みます。あまりに多い自分の過ちに圧倒され、行くべき道が見えません。私の過ちは髪の毛よりも多く、心はくじけました；51:3 私は自分の違反をよく知っています。私の罪はいつも私の前にあります（*頭から離れません），表題指揮者へ。ダビデの歌。ダビデがバテ・シバと関係を持った後、預言者ナタンがダビデのもとに来た時。）大きな間違いを犯してしまったからです。でも深く後悔し、心を入れ替えたので、エホバから許されました。（サム二 12:13 ダビデはナタンに言った。「私はエホバに対して罪を犯しました」。ナタンはダビデに言った。「エホバはあなたの罪をお許しになります。あなたは死ぬことはありません。）それで晴れやかな気持ちになり、安心できました。（詩 32:1 違反を許され、罪を覆われる（*許される）人は幸せだ。）

2 私たちもダビデのように、エホバから許してもらうと安心でき、穏やかな気持ちになります。罪を心から悔いて告白し、同じ過ちを繰り返さないようにするなら、エホバは許してくれます。たとえ重大な罪であってもです。（格 28:13 自分の違反を隠す人は成功しないが、それを告白して捨てる人は憐れみを示される。使徒 26:20 まずダマスカスの人たちに、次いでエルサレムの人たちに、またユダヤ地方全体に、さらには異国の人々にも、悔い改めるように、そして悔い改めたことを示す行動を取って神を崇拝するようにと知らせていきました。ヨハ一 1:9 自分の罪を告白するなら、神は信頼できる正しい方ですから、罪を許してください、私たちをあらゆる不正から清めてくださいます。）まるで罪などなかったかのように、すっかり許してくれます。そう考えると、本当にほっとします。（エゼ 33:16 その人は、犯したどの罪についても責められることはない（*その人が犯したどの罪も思い出されることはない）。公正で正しいことを行ったために、必ず生き続ける。）



ダビデはエホバの許しをテーマにした詩を幾つも作った。（1-2 節を参照。）

3-4. ある姉妹はバプテスマを受けた後もどんな気持ちになりましたか。この記事ではどんなことを考えますか。

3 でも、エホバから許されているとなかなか思えないこともあるかもしれません。ジェニファーがそうでした。エホバの証人の家庭で育ちましたが、10代の時に親に隠れて悪いことをするようになりました。それから何年もたって生き方を改め、バプテスマを受けました。こう言っています。「以前の私はお金や物に夢中で、不道徳なことをしたり、飲み過ぎたり、怒りをぶちまけたりしていました。もう悔い改めていたのでイエスの贖いによって許してもらえる、と頭では分かっていました。でも、自分は許してなんかもらえない、という心の声が聞こえてくることもありました」。

4 あなたも、エホバから許されていないのではないか、と感じてしまうことがありますか。エホバはあなたにも、ダビデと同じように自分が許されていることを信じ、安心してほしいと願っています。では、①エホバから許されていると信じることが大切なのはどうしてでしょうか。②どう信じるために何ができますか。この記事ではそのことを考えます。

エホバから許されていると信じるのが大切なのはどうしてか

5. サタンは私たちにどんなことを信じ込ませようとしてきますか。

5 サタンにだまされずに済む。サタンは、私たちがエホバに仕えるのをやめさせるためにどんなことでもします。サタンが使う手口の1つは、自分の罪は許されない、と思い込ませることです。コリント会衆で起きたことを考えてみましょう。ある男性が性的不道徳を犯したために、会衆から除かれました。（コリー 5:1 私は皆さんの中で性的不道徳が行われていると聞いています。異国の人々の間にさえ見られないような性的不道徳で、自分の父親の妻を自分のものにしている人がいるとのことです、5 そのような人をサタンに引き渡して悪い影響力を除き去らなければなりません。主の日に会衆の健全な精神が守られるようにするためです、13 神が外部の人たちを裁くのではありませんか。「皆さんの中から悪い人を除きなさい」。）その男性は悔い改めました。でもサタンは、会衆の兄弟姉妹がその人を許さず、温かく迎え入れないことを望んでいました。また、悔い改めたその人自身にも、自分は許されていないと思い込ませようとしていました。「あまりの悲しみに打ちのめされて」エホバに仕えるのをやめさせたい、と思っていたからです。サタンの魂胆ややり方は今も変わっていません。そして、「私たちはサタンの手口を知らないわけではありません」。（コリ二 2:5-11 誰かが悲しみをもたらしたのであれば、私をではなく皆さんをいくらか悲しませたことになります。いくらかというのは和らげた言い方です。6 その人には多数の人からすでに叱責が与えられており、それで十分です。7 今は優しく許して慰めるべきです。その人があまりの悲しみに打ちのめされてしまわないとめです。8 それで皆さんに勧めます。皆さんのが愛をその人に確信させてください。9 私が手紙を書いたのは、皆さんが全てのことについて従順かどうかを確かめるためでもあります。10 何かのことで皆さんのが誰かを許すなら、私もそうします。私がこれまでに許した事柄はどれも（私が何かを許したのであればですが）、キリストの前で皆さんのためにしたことです。11 私たちがサタンに付け込まれないようにするためです。私たちはサタンの手口を知らないわけではありません。）

6. どうすれば自分を責め続けなくて済みますか。

6 **自分を責め続けなくて済む。** 悪いことをすると、罪悪感を感じるものです。 (詩 51:17 神に喜ばれる犠牲は、悔いる気持ち。後悔し、打ちのめされた心を、神よ、あなたは退け(*見下げ)ません。) 良心が痛むのは良いことです。間違いを正そう、という気持ちになるからです。 (ヨリ二 7:10, 11 神の意志に沿った悲しみは、救いにつながる悔い改めを生じさせてるので、後悔は残りません。一方、世の考えに基づく悲しみは死をもたらします。 11 皆さんが神の意志に沿って悲しんだので、皆さんの中にひたむきな真剣さが生み出されました。汚れを除き、憤りや畏れ、真剣な願い、熱意を抱き、悪を正しました！ 皆さんは例の件に関して清いことをあらゆる点で証明しました。) でも、いつまでも自分を責めていると、エホバに仕える力が奪われてしまうかもしれません。一方、エホバに許されていることを心から信じるなら、罪悪感という重荷を肩から下ろせます。そして、前を向いて晴れやかな気持ちでエホバに仕えていけます。それこそ、エホバが願っていることです。 (コロ 1:10, 11 エホバ(*)に仕える人にふさわしい歩み方をし、全ての点で神に喜ばれますように。また、あらゆる善いことを行って実を結び、神についての正確な知識をますます得られますように。 11 そして、神の偉大な力によって十分に強くなり、あらゆることを忍耐し、辛抱しつつ喜べますように。 テモ二 1:3 私は神に感謝しており、良心にやましいところなく、父祖たちがしたように神に神聖な奉仕をしています。昼も夜も捧げる祈願の中であなたを思い起こさないことはありません。) では、どうすればエホバから許されていると信じることができますか。

エホバから許されていると信じるためにできること

7-8. エホバはモーセに自分について何と言いましたか。その言葉からすると、どんなことは確かですか (出エジプト記 34:6, 7)

7 エホバが自分の性格について言ったことをよく考える。エホバがシナイ山でモーセに言ったことに注目してください。*「ものの塔」2009年5月1日号の「神に近づく—エホバはご自分をこう説明なさった」という記事を参照。「①ご自分が、我が子を世話する親のように、優しい愛をもって崇拜者たちを世話し、その必要を深く気遣う。②神は地上の僕たちに対してすぐに怒ったりはなさいません。むしろ、辛抱強く接し、僕たちの欠点を忍びつつ、罪深い歩みを改める時間をお与えになる。③エホバは揺るぎのない愛によって、ご自分の民との間に、切ることのない強い絆を育まれる。④エホバは、真実つまり真理の源で、欺くことも欺かれることもないで、わたしたちは、将来に関する約束など、神の語られる事柄すべてに全幅の信仰を抱ける。⑤神は、悔い改めた罪人を進んで許してくださいますが、故意に罪を犯す者を処罰されないままにはしておかれない。」このようにエホバはご自分の性格や物事の扱い方を熟知することを望んでおられる。 (出エジプト記 34:6, 7 エホバはモーセの前を通り過ぎつつ、こう宣言した。「エホバ、エホバ、①憐れみ深く、思いやり(*慈しみ)がある神、②すぐに怒らず、③揺るぎない愛(*愛ある親切)に満ち、④常に信頼できる(*真実を語る)。⑤揺るぎない愛を幾千代までも示し、過ちと違反と罪を許す。しかし、罪がある人を処罰しないことは決してなく、父の過ちに対する処罰を子や孫やひ孫に及ぼす」。を読む。) この場面でエホバは自分の性格ややり方について、どんなことでもモーセに話すことができました。でも、あえてまず自分が「憐れみ深く、思いやりがある神」だと言いました。そういう優しい神が

罪を深く悔いている人を許さないことなどあるでしょうか。罪を許さずいつまでもそれを持ち出す，というのは冷たくて心が狭い人がすることです。エホバは決してそうではありません。

8 エホバはいつも本当のことを言うので，モーセに語った言葉も確かに信じられます。 (詩 31:5 私は命(*生命力)をあなたの手に託す。 真理の(*信頼できる)神エホバ，あなたは私を救って(d*買い戻して)くださった。) 以前にしたことのせいで後ろめたさを拭えないでいるなら，こう問い合わせてみましょう。 「私は，エホバが憐れみ深い方で罪を悔い改める人全てを許す，と信じているんじゃないだろうか。 であれば，自分のことも許してくれていると信じられるんじゃないかな？」。

9. エホバが私たちの罪を許す，とはどういう意味ですか。 (詩編 32:5)

9 エホバの許し方について聖書に書かれていることをよく考える。ダビデが書いた聖書の言葉に注目してみましょう。 (詩編 32:5 私はついに自分の罪をあなたに告白した。過ちを隠さなかつた。 「違反をエホバに告白しよう」と言った。すると，あなたは過ちと罪を許してくださいました。) を読む。) ダビデは，「あなたは過ちと罪を許してくださいました」と書きました。ここで「許す」と訳されているヘブライ語には，「持ち上げる」や「運び去る」という意味もあります。ダビデを許したエホバは，ダビデの罪を持ち上げて運び去ったということです。ダビデは，抱えていた罪悪感という重い荷物がなくなつて，どんなにほつとしたことでしょう。 (詩 32:2-4 エホバから罪があると見なされない人，誰かを欺こうとしない人は幸せだ。3 私が黙っていると，私の骨は弱っていった。一日中続くうめきによって。4 あなたの手が昼も夜も私の上に重くのしかかつた。私の気力は奪われた。夏の乾いた熱気にさらされた水のように) 私たちも罪を心から悔い改めるなら，エホバはその罪を運び去ってくれます。重い荷物を自分で抱え込む必要はありません。そう思うと，気持ちが楽になります。

10-11. 「快く許してくださいます」という言葉から，エホバについてどんなことが分かりますか。 (詩編 86:5)

10 詩編 86:5 エホバ，あなたは善い方で，快く許してくださいます。あなたに呼び掛ける人全てに，揺るぎない愛を豊かに示してくださいます。を読む。ダビデはエホバが「快く許してくださいます」と書いています。この表現について，ある参考文献はこう説明しています。「神は『許す方』であり，それが神の『本質』である」。どういう意味でしょうか。聖句の続きにはこうあります。「あなたに呼び掛ける人全てに，揺るぎない愛を豊かに示してくださいます」。前の記事で考えたように，エホバは揺るぎない愛にあふれていて，何があつても変わらない深い愛情を私たちに注いでくれます。その揺るぎない愛に動かされて，悔い改める人全てを「惜しみなく許してください」います。 (イザ 55:7 悪い行いをやめ，有害な考えを捨てよ。憐れんでくださるエホバのもとに帰れ。私たちの神のもとに帰れ。神は寛大に(*惜しみなく)許してください，脚注) エホバから許されているとはなかなか思えないなら，こう考えてください。「私は，悔い改めてエホバに呼び掛ける人全てを，エホバが快く許してくださると信じているんじゃないだろうか。そう信じているなら，許してくださいと必死で祈る自分のことも，必ず許してくれると信じられるんじゃないだろうか」。

11 エホバは、私たちが弱くて何度も失敗してしまうことを知っています。（詩 139:1, 2 エホバ、あなたは私の全てを探りました。私のことを知っています。2座るのも立つのも知っています。遠くから私の考えを知ります。）ダビデが書いた別の詩編を読むとそのことがよく分かります。また、エホバの許したいという気持ちも伝わってきます。

エホバは覚えている

12-13. 詩編 103 編 14 節によると、エホバはどんなことを覚えていますか。覚えているので何をしますか。

12 詩編 103:14 神は私たちの造りをよく知っている。私たちが土でできているにすぎないことを覚えている。を読む。ダビデはエホバが、「私たちが土でできているにすぎないことを覚えてい」と書いています。エホバは、私たちが罪を受け継いでいて、よく失敗してしまうことを覚えています。そういう弱さのある人間をぜひ許したいと思っています。ダビデの言葉を詳しく調べてみましょう。

13 ダビデは、「神は私たちの造りをよく知っている」とも言いました。エホバはアダムを「地面の土で」造りました。（創 2:7 エホバ神は地面の土で人を形作り、その鼻に息を吹き込んで命を与えた。すると生きた人(*呼吸する生き物/c へ語ネフェシュ)になった。）完全な人間にも限界があることをよく知っていました。人間は、食事や睡眠を取り、呼吸をしなければ生きていけません。でもアダムとエバが罪を犯した後、人間が土でできているということは別の意味を持つようになりました。生まれつき罪を負っていて、悪いことをしてしまいがちだということです。エホバはその事実をただ知っているだけでなく、「覚えて」います。ここで「覚えている」と訳されているヘブライ語には、行動を起こすという意味合いがあります。ダビデはつまり、こう言っていました。「エホバは人間がよく失敗してしまうことを知っている。それで、心から悔いた人を見るとかわいそうに思い、許さずにはいられない」。（詩 78:38, 39 それでも神は憐れみ深く、過ちを許した(d*覆った)。滅ぼすことはしなかった。何度も怒りをこらえた。憤りを募らせたりせずに。39 神は思い出した。彼らが人であることを、吹くと戻ってこない風である(if*生命力は出していくと戻ってこない)ことを。）（←永遠にではなく、命を失い易いという意味かも）

14. (ア) ダビデは、エホバが罪をどのように許すと書きましたか。（詩編 103:12）(イ) エホバはダビデをどのように許しましたか。そこから何が学べますか。（「エホバはどのように許し、忘れるか」という囲みを参照。）

14 エホバがどのように許してくれるかについて、詩編 103 編からほかにも学べることがあります。（詩編 103:12 日の出は日の入りから遠く離れている。同じように、神は私たちの違反を私たちから遠くに離してくださった。を読む。）ダビデによると、エホバが許す時、「日の出[東]は日の入り[西]から遠く離れている」のと同じように、私たちの罪を遠くに離してくれます。東と西は全く逆の方角で、この2つが重なり合うことはありません。この表現からどんなことが分かるでしょうか。ある文献は次のように説明しています。「罪がそれほど遠くに運び去られると、そのにおいも痕跡も記憶さえも完全に消えてなくなる」。香りは記憶を呼び覚ますことがあります。でもエホバが許す時、罪のかすかなにおいさえ残らないので、罪を思い出して私たちを責めたりすることは決してありません。（エゼ 18:21, 22 もし悪い人が、自分が犯した全ての罪から

離れ、私の法令を守り、公正で正しいことを行うなら、その人は必ず生き続ける。死ぬことはない。22 その人は、犯したどの違反についても責められることはない(*その人が犯したどの違反も思い出されることはない)。正しいことを行ったために生き続ける』。[使徒 3:19](#) ですから、罪を消し去っていただくために、悔い改めて生き方を変えなさい。そうすれば、爽やかにする時期がエホバから来て、)



エホバはどのように許し、忘れるか

エホバは罪を許したなら、そのことをもう二度と持ち出しません。そういう意味で、罪を忘れます。 ([イザ 43:25](#)私、この私が、私自身のためにあなたの違反(*反逆的な行い)を消し去っており、あなたの罪を思い出さない。) ダビデ王のことを考えると、たとえ重大な過ちを犯してもやり直せるということが分かります。

ダビデは姦淫や殺人など重大な罪を犯しました。でも心から後悔し、エホバから許されました。ダビデは正された時、素直に受け入れ、生き方を改め、ずっとエホバから離れませんでした。

([サム二 11:1-27; 12:13](#)ダビデはナタンに言った。「私はエホバに対して罪を犯しました」。ナタンはダビデに言った。「エホバはあなたの罪をお許しになります。あなたは死ぬことはありません。」)

エホバはソロモンに、「父ダビデと同じように……清い心で正直に私に仕え[なさい]」と言いました。 ([王一 9:4, 5](#)あなたが父ダビデと同じように、私が命じたこと全てを行って、清い心で(*忠誠心を尽くして)正直に私に仕え(d*の前で歩み)、私の規定と法規を守るなら、5私は、あなたの父ダビデに『イスラエルの王座には必ずあなたの家系の人がつく』と言って交わした約束通り、イスラエルを治めるあなたの王国の王座が永遠に揺るがないようにする。) ダビデが犯した罪のことには少しも触れませんでした。ダビデのことを、忠誠を貫いて真っすぐに生きた人と見ていました。そんなダビデをエホバは「豊かに報い」ました。 ([詩 13:6](#)私はエホバに向かって歌います。豊かに報いてくださったからです。)

何が学べますか。エホバはいったん許したなら、私たちが過去に犯した罪にではなく、私たちのしている良いことに注目し、報いたいと思っています。 ([ヘブ 11:6](#)信仰がなければ、神に喜ばれることはありません。神に近づく人は、神が存在し、熱心に仕えようと努める人たちに報いてくださる、ということを信じなければなりません。) それで、以前の過ちについていつまでも思い悩む必要はありません。エホバがもう忘れていることだからです。

15. 罪悪感がなかなか消えないとき、何ができますか。

15 エホバから許されているとなかなか思えないとき、[詩編 103 編](#)のダビデの言葉はどのように役立ちますか。罪悪感が消えないなら、こう考えてください。「エホバは、私が罪を受け継いでいることを覚えていて、心から悔いるなら許してくれる。私はそのことを忘れてしまっていいだろうか。エホバが忘れてもう二度と持ち出さないことにした罪を、私の方がいつまでも覚えていて、引きずっていないだろうか」。エホバは、あなたの過去の間違いに注目し続けたりはしません。そうであれば、私たちも自分を責め続けなくていいのです。[\(詩 130:3 ヤハ\(c*エホバの短縮形\)よ、もしあなたが過ちに注目\(*を記録\)するなら、エホバよ、誰が立っていられるでしょうか。\)](#) エホバから許されていることを信じてください。自分を許し、前に進んでいくためです。

16. 過去ではなく、前に目を向けるのが大切なのはどうしてですか。（挿絵も参照。）

16 例えで考えてみましょう。過去の間違いについて考え続けることは、バックミラーばかり見ながら車を運転するようなものです。もちろん、時々バックミラーを見れば、後の危険に気付くことができます。でも、安全に前に進むには、しっかり前方を見てていなければいけません。同じように、過去の間違いについて時々思い出すのは悪いことではありません。失敗を繰り返さないようにしよう、と思えるからです。でも、過去をいつまでも引きずっていると、罪悪感のせいでエホバへの奉仕に打ち込めなくなってしまうかもしれません。それで、前にある道に目を向け続けましょう。過去のつらい記憶が「思い出されることも……ない」、新しい世界に続く道です。
[\(イザ 65:17 私は新しい天と新しい地を創造している。以前の事柄は思い出されることも、心に浮かぶこともない。格 4:25 あなたの目は真っすぐ前を見るべきである。前方を真っすぐ見つめる\(*輝く目で見る\)のだ。\)](#)



運転中、バックミラーではなく前方に注意を向ける。過去の過ちにではなく、明るい未来に目を向けることが大切。[\(16 節を参照。\)](#)

何度も自分に言い聞かせる

17. エホバから愛され、許されていることを自分に何度も言い聞かせる必要があるのはどうしてですか。

17 エホバから愛され、許されていることを、自分に何度も言い聞かせるようにしましょう。[\(ヨハ一 3:19 そのようにして、私たちは自分が真理から出していることを確信し、神の前で安心\(*心を納得させることが\)できます、脚注\)](#) どうしてでしょうか。サタンはいつも私たちの隙を狙っていて、自分は愛されていないとか、許してなんかもらえないと思い込ませようとしてくるからです。狙いは、エホバに仕えるのをやめさせることです。自分に残された時が少ないことを知って

いるので、ますます攻撃を強めています。（啓12:12 それで、天とそこに住む者たち、喜びなさい！地と海には災いが降り掛かります。悪魔が、自分に残された時が短いことを知り、大きな怒りを抱いてあなた方の所に下ったからです」。）サタンのうそにだまされないでください。

18. エホバから愛され、許されていることを信じるために何ができますか。

18 エホバから愛されていることを確信するために、前の記事に出てきたアドバイスの通りにしてみましょう。エホバから許されていると信じるために、①エホバが自分の性格について言ったことをじっくり考えてください。また、②エホバの許し方について聖書に書かれていることもよく考えましょう。」忘れないでください。エホバは私たちが何度も間違いをすることをよく知っていて、思いやり深く接してくれます。許す時、徹底的に許します。エホバは許したいと心から思っています。ダビデのように、そのことを確信してください。」そうすればきっとこう言えるでしょう。「エホバ、私の『過ちと罪』を許してくださいって本当にありがとうございます！」（詩32:5 私はついに自分の罪をあなたに告白した。過ちを隠さなかった。「違反をエホバに告白しよう」と言った。すると、あなたは過ちと罪を許してくださいました。）

何を学びましたか

1. エホバから許されていると信じることが大切なのはどうしてですか。

・S05 サタンにだまされずに済む。サタンは、私たちがエホバに仕えるのをやめさせるためにどんなことでもします。サタンが使う手口の1つは、自分の罪は許されない、と思い込ませること。サタンは会衆から除かれても悔い改めた人を、会衆の兄弟姉妹がその人を許さず、温かく迎え入れないことを望み、また悔い改めたその人自身にも、自分は許されていないと思い込ませようとしていた。

・S06 自分を責め続けなくて済む。悪いことをした時、良心が痛むのは、間違いを正そうという気持ちになるので、良いこと。でも、いつまでも自分を責めていると、エホバに仕える力が奪われてしまうかも。一方、エホバが願っておられるように、エホバに許されていることを心から信じるなら、罪悪感という重荷を肩から下ろせて、前を向いて晴れやかな気持ちでエホバに仕えていける。

2. エホバから許されていると信じるために何ができますか。

・S07-08 エホバが自分の性格について言ったこと(例えば出34:6、7など)をよく考える。ここでエホバは自分の性格ややり方について、何でもモーセに話すことができたが、あえてまず自分が「憐れみ深く、思いやりがある神」だと言われた。こうした優しい神エホバが罪を深く悔いでいる人を許さないことなどない。エホバが罪を悔い改める人全てを許すことを信じているなら、自分のことも許してくださると信じられるはず。

・S09-10 エホバの許し方について聖書に書かれていることをよく考える。（詩32:5 「許す」というへ語から）ダビデを許したエホバは、まるでダビデの罪を持ち上げて運び去ったかのようにされた。ダビデは、抱えていた罪悪感という重い荷物から解放されたように、私たちも気持ちを楽に

できる。(詩 86:5 「快く許してくださいます」という表現から)エホバは揺るぎない愛に動かされて、悔い改める人全てを「惜しみなく許してください」るので、私たちは、許しを必死で祈り求める自分のことも、エホバが必ず許してくれる信じられる。

3. エホバから許されていると何度も自分に言い聞かせる必要があるのはどうしてですか。

・S17 サタンはいつも私たちの隙を狙っていて、自分は愛されていないとか、許してなんかもらえないと思い込ませようとしている。またサタンは自分に残された時が少ないことを知っていて、エホバに仕えるのをやめさせようとますます攻撃を強めているため。

1番の歌 エホバとはどんな方か

△ 「ものの塔」2009年5月1日号の「神に近づく — エホバはご自分のことをこう説明なさった」という記事を参照。

△ (詩 32:5) 私はついに自分の罪をあなたに告白した。過ちを隠さなかつた。「違反をエホバに告白しよう」と言った。すると、あなたは過ちと罪を許してくださいました。(セラ)

△ (詩 40:12) 数え切れないほどの災難が私を取り囲みます。あまりに多い自分の過ちに圧倒され、行くべき道が見えません。私の過ちは髪の毛よりも多く、心はくじけました。

△ (詩 51:3) 私は自分の違反をよく知っています。私の罪はいつも私の前にあります*。

または、「頭から離れません」。

△ (サム二 12:13) ダビデはナタンに言った。「私はエホバに対して罪を犯しました」。ナタンはダビデに言った。「エホバはあなたの罪をお許しになります。あなたは死ぬことはありません。

△ (詩 32:1) 違反を許され、罪を覆われる*人は幸せだ。

または、「許される」。

△ (格 28:13) 自分の違反を隠す人は成功しないが、それを告白して捨てる人は憐れみを示される。