

心の健康の保ち方

秋の健康管理 その 1

2025年9月28日

心の腰に帯を締め、身を慎み… I ペテロ1:13b 口語

I. 心の _____

そはその心に思ふごとくその人となりも亦しかればなり 箴言23:7a 文語

すべての思いをとりこにしてキリストに服従させ… IIコリント10:5b 口語

II. _____

知恵を得る者は自分の魂を愛し、悟りを保つ者は幸を得る。 箴言19:8 口語

その他参照： 箴言4:5～13、16:16

III. 具体的提案

1. _____ をたてる

あなたが来るとき…書物、特に羊皮紙の物を持って来てください。 IIテモテ4:13 新改17

2. _____ 過ごす

知恵のある者とともに歩む者は知恵を得る。愚かな者の友となる者は害を受ける。 箴言13:20 新改17

わが子よ。よく聞いて、知恵を得よ。あなたの心が道をまっすぐ進むようにせよ。 箴言23:19 新改17

3. _____ を利用する

賢くない人のようにではなく、賢い人のように歩んでいるかどうか、よくよく注意し、機会を十分に生かして用いなさい。 エペソ5:15b～16a 新改

いつも学んでいるのに、いつになんでも真理を知ることができません。 IIテモテ3:7 新改17

私は今、ほかのことはいっさい考えず、ただこのことだけを求めています。
つまり、真にキリストを知ること、キリストを復活させた力を、この身をもって体験すること、
そして、キリストと共に苦しみ、また死ぬとはどういうことかを知ることです。 ピリピ3:10 LB

心を内側から神にかたち造られなさい。 ローマ12:2 Ph

キリスト・イエスにあつていただいているのと同じ思いを、あなたがたの間でも互に生かしなさい。
ピリピ2:5 口語

神は、おくびようの靈ではなく、力と愛と思慮分別の靈をわたしたちにくださったのです。
IIテモテ1:7 新共

Discussion Guide

- 心の健康を保つために、
あなたは心に入ってくるものをどのようにコントロールしていますか？
- 知識を得るためになく、靈的知的成長を促すことができる
あなたのお勧め書籍をお教えください。
- 知恵のある人を見分け、また、交流を深めるにはどうすればよいでしょうか？
- あなたのスキマ時間はいつですか？ どのように利用できそうですか？
- 「イエス・キリストを通して、神の願われる心を育て育んでいけるよう助けてください。」
と祈りましょう。