

スマホと上手く付き合う

この時代を生きる その2

2026年2月8日

目はからだのあかりである。だから、あなたの目が澄んでおれば、全身も明るいだらう。
しかし、あなたの目が悪ければ、全身も暗いだらう。 マタイ 6:22~23a 口語

思い違いをしてはいけない。「悪いつきあいは、良い習慣を台なしにする」のです。 Iコリント 15:33 新共

1. スマホ触る前に、何をするか _____ する

悟りのある者の心は知識を求めるが、愚かな者の口は愚かさを食いあさる。 箴言 15:14 新改 17

むなしいものを見ようとするところから わたしのまなざしを移してください。 詩篇 119:37a 新共

すべて真実なこと、すべて尊ぶべきこと、すべて正しいこと、すべて清いこと、すべて愛すべきこと、
すべて評判の良いことに、また、何か徳とされることや称賛に値することがあれば、
そのようなことに心を留めなさい。 ピリピ 4:8b、新改 17

2. 何を受け入れ、何を受け入れないか、 _____ する

未熟な者は、何でもうのみにし… 箴言 14:15a 現代

すべてのものを識別して、良いものを守り、あらゆる種類の悪から遠ざかりなさい。 Iテサロニケ 5:21~22 口語

3. 何時間見るのか _____ する

時をよく用いなさい。今は悪い時代なのです。 エペソ 5:16 新共

すべてのことは許されている。しかし、すべてのことが益になるわけではない。

すべてのことは許されている。しかし、すべてのことが人の徳を高めるのではない。 Iコリント 10:23 口語

4. 見る(聞く)べきでないものは見ない(聞かない)と _____ する

私が願うのは、あなたがたが善にはさとく、悪にはうとくあることです。 ローマ 16:19b 新改 17

間違っていると思う教えを聞くのはやめなさい。 箴言 19:27 LB

私は、下劣なものを目の前に置きません。 詩篇 101:3a 現代

Discussion Guide

- あなたはスマホを一日のうち何時間使用し、どのように活用していますか？
- スマホの見るべき内容のフィルター基準をどのように設けていますか？
- 視覚内容の影響から、どのように身を守っていますか？
- 「スマホと上手く付き合うことができるよう知恵を与えてください。」と祈りましょう。