どのように反応するか
（感謝の心）

「神は われらの避け所 また力。苦しむとき そこにある強き助け。」
(詩篇 46:1 新改訳)

1. _____に思える状況でも、喜ぶことができるか？

「いつも主にあって喜びなさい。もう一度言います。喜びなさい。[5]あなたがたの寛容な心が、すべての人に知られるようにしなさい。主は近いのです。[6]何も思い煩わないで、あらゆる場合に、感謝をもってささげる祈りと願いによって、あなたがたの願い事を神に知っていただきなさい。[7]そうすれば、すべての理解を超えた神の平安が、あなたがたの心と思いをキリスト・イエスにあって守ってくれます。」（ピリピ 4:4〜7 新改訳）

2. 神様の御言葉に自分の_____を導いていただく。

「わが子よ、注意して私のことばを聞け。私の言うことに耳を傾けよ。
21 それらを見失うな。自分の心のただ中に保て。[22] それらは、見出す者にとっていのちとなり、全身の癒やしとなるからだ。[23] 何を見張るよりも、あなたの心を見守れ。いのちの泉はこれから湧く。」
（箴言 4：20〜23 新改訳）

3. 自分が直面している_____に対する見方を変えよう。

「最後に、兄弟たち。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、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。9 あなたがたが私から学んだこと、受けたこと、聞いたこと、見たことを行いなさい。そうすれば、平和の神があなたがたとともにいてくださいます。」（ピリピ 4：8〜9 新改訳）

How Do I Respond?
(Gratefulness)

"God is our refuge and strength, an ever-present help in trouble."
(Psalm 46:1 NIV)

1.Can I rejoice when things seem _____?

"Rejoice in the Lord always. I will say it again: Rejoice! [5] Let your gentleness be evident to all. The Lord is near. [6] Do not be anxious about anything, but in every situation, by prayer and petition, with thanksgiving, present your requests to God. [7] And the peace of God, which transcends all understanding, will guard your hearts and your minds in Christ Jesus."(Philippians 4:4-6 NIV)

2.Let God's Word direct your _____.

"My son, pay attention to what I say; turn your ear to my words. [21]Do not let them out of your sight, keep them within your heart; [22]for they are life to those who find them and health to one's whole body. [23]Above all else, guard your heart, for everything you do flows from it."
(Proverbs 4:20-23 NIV)

3.Change the way you look at your _____.

"Finally, brothers and sisters, whatever is true, whatever is noble, whatever is right, whatever is pure, whatever is lovely, whatever is admirable—if anything is excellent or praiseworthy—think about such things. [9] Whatever you have learned or received or heard from me, or seen in me—put it into practice. And the God of peace will be with you." (Philippians 4:8-9 NIV)