2023.11.19

MESSAGE NOTES

感謝はすべてを変える

ピリピ人への手紙 4:6-7

ロイド・フラハティ

1. 身体の健康の向上

箴言 17:22 " 喜んでいる心は健康を良くし、打ちひしがれた霊は骨を枯らす。"

この聖句からわかるように、喜んでいる心は、身体の健康によい影響を及ぼします。

感謝に満ちた生活をしている人は、健康に感じていると報告されています。

2. 心の健康の改善

ピリピ人への手紙 4:6-7 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。

この聖句は、感謝が平安をもたらし、心配を減らすという役割を強調しています。そしてそれは心の健康が改善されることと密接な関係があります。

感謝することで、人生の良い面にフォーカスすることができ、その結果、幸福感がはぐくまれ、落ち込みの症状が減少するようになります。

3.人間関係の強化

1 テサロニケ人への手紙 5:11 ですからあなたがたは、現に行っているとおり、互いに励まし合い、互いを高め合いなさい。

感謝を表すことは、絆を強め、信頼関係を育て、協力的なネットワークを築くことができ、心の健康の鍵となります。

まとめ

コロサイ人への手紙 3:17 ことばであれ行いであれ、何かをするときには、主イエスによって父なる神に感謝し、すべてを主イエスの名において行いなさい。

感謝する姿勢は、私たちの人生の多くの領域を変え、全体的に、よりポジティブな経験へと導いてくれます。感謝は、私たちの感情や思考を形成し、言動をも変えます。感謝はあふれ出る神様の祝福と、神様における満たしをもたらします。