Contentment

満足

14 August 2022

1.Live in the present

現在 生きている

2.Be grateful for what you have

持っている物をありがたく思いなさい

3.Appreciate the little things

小さな事でも感謝しなさい

4.Take time to reflect

時間をかけて考えなさい

5.Stop comparing yourself to others

自分と他人を比較するのをやめなさい

6.Fake it until you make it

出来るまで出来るふりをしなさい

7.Take time to feel your sadness

悲しみを感じるために時間をかけなさい

8.Money won’t change things as much as you think

お金はあなたが思うほど変わらない

9.Feel the compassion for others

他人への思いやりを感じなさい

10.Remember that contentment is a choice.

満足は選択であることを忘れないで

Questions for Mini-Church: ミニチャーチでの質問 Hope Chapel

Head 1. What does it say? 頭 1. これは何と言っているか？ ホープチャペル

 2. What does it mean? 2. それは何を意味しているか？ Real Solutions

Heart 3. What does it mean to me? 心 3. 私にとってはどんな意味があるか？ for Real People in the Real World

Hands 4. What am I going to do about it? 手 4. それについて何をすべきか？ 　　この世界の人々への確かな答え

I am not saying this because I am in need, for I have learned to be content whatever the circumstances.

Philippians 4:11

乏しいからこう言うのではありません。私は、どんな境遇にあっても満足することを学びました。

ピリピ人への手紙 4:11