静思の時（クワイエットタイム）　記録用紙（ジャーナル）

日付：＿＿＿＿＿＿＿＿　読んだ箇所：＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

読んだ箇所の主題（メインテーマ）

Best：一番良かった聖句

ベスト聖句に以下の事は書いてあるか？
- 従うべき命令
- 神が約束したこと
- 避けるべき罪
- 適用すべきこと
- 神について新たに知ったこと

聖句について自問する
- いつ？
- 誰が？
- 何を？
- どこで？
- なぜ？

それぞれの言葉の意味を考える
辞書や類語辞典なども活用しよう

Ask：自問する

ベスト聖句を自分の言葉で言い換えると…

心に残ったこと・気づかされたこと

Communicate：WARの祈りを通して神さまとコミュニケーションをする

Worship：礼拝する　**A**dmit：罪を認める　**R**equest：願い求める