

付録

完走のためのツールキット

第三部 導く



第三部の説明

はじめに詩篇 125-128 篇の聖書講読をしてください。聖書箇所黙想をする前に本書の関係する章をおさらいするとより意義深い黙想となるでしょう。その後「自分の余裕を測る」を実践してください。