

모든 일을
원망과 시비가
없이 하라



생명샘 장로교회

Spring Well Presbyterian Church

생명의 말씀이 삶솟는 교회
springwellpc.org
2025 S. Goebbert Rd. Arlington Hts.
Tel) 630.673.9207



주 일 예배 2025년 8월 17일 오후 1시

합심 기도 / 다같이

*찬송 / 만복의 근원 하나님 / 찬송가 1(신) 1(구)

*성시 교도 / 성시 교도문 37번 (시편 91편) / 다같이

*신앙 고백 / 사도신경 / 다같이

찬송 / 예수를 나의 구주 삼고 / 찬송가 288(신) 204(구)

기도 / 한정임 권사

성경 봉독 / 빌립보서 2장 12-18절 / 다같이

말씀 선포 / 두렵고 떨림으로 살아가는가? / 박화신 목사

찬송 / 비바람이 칠 때와 / 찬송가 388(신) 441(구)

교회 소식 / 다같이

*폐회송 / 이 천지간 만물들아 / 찬송가 5(신) 3(구)

*축복 기도 / 박화신 목사

오늘 설교 말씀 요약

- 우리의 삶이 중요한 이유는 구원의 주가 되시는 예수님의 모범이 있기 때문입니다. 뿐만 아니라 그 예수님의 마음을 우리에게도 주셨기 때문이지요(빌2:5).
- 아마도 그래서 '두렵고 떨림으로 구원을 이루라'는 명령을 하시는 것이 틀림 없습니다. '인간 다음'이라는 두 가지 모습이 있습니다. 구원을 이루는 하나님의 사람으로서의 '인간 다음'을 지켜 내길 축복합니다.
- 예수님의 마음을 우리가 품으면 우리의 소원을 통해 하나님의 기쁘신 뜻이 이루어집니다. 심지어 그 기쁨이 우리의 기쁨이 됩니다. 아멘!

너의 성숙함을 나타나게 하라 생명샘 장로교회 2025년 표어

디모데전서
4장 15-16절

15 이 모든 일에 전심 전력하여 너의 성숙함을 모든 사람에게 나타나게 하라

16 네가 네 자신과 가르침을 살펴 이 일을 계속하라 이것을 행함으로 네 자신과 네게 듣는 자를 구원하리라

2025년 여름 경건 훈련 7. 몸과 식습관 거룩 훈련

경건 훈련 일곱 번째 / 몸과 식습관 거룩 훈련

우리의 몸은 성령이 거하시는 성전입니다. 그러므로 몸을 돌보는 것은 단순히 건강 관리가 아니라 하나님께 드리는 예배의 한 부분입니다. 식습관 역시 하나님께 드려진 삶의 영역입니다. 절제 없이 먹거나 몸을 해롭게 하는 습관을 방지하는 것은 영적 건강에도 해를 끼칩니다. 몸과 식습관을 거룩하게 훈련하는 것은 하나님께 자신을 온전히 드리는 헌신의 표현입니다.

성경 말씀

고린도전서 6:19-20

너희 몸은 너희가 하나님께로부터 받은 바 너희 가운데 계신 성령의 전인 줄을 알지 못하느냐… 그런즉 너희 몸으로 하나님께 영광을 돌리라.

고린도전서 10:31

그런즉 너희가 먹든지 마시든지 무엇을 하든지 다 하나님의 영광을 위하여 하라.

로마서 12:1

그러므로 형제들아… 너희 몸을 하나님이 기뻐하시는 거룩한 산 제물로 드리라. 이는 너희의 영적 예배니라.

적용 훈련

규칙적인 식사 시간 – 하루 세끼를 가능한 일정한 시간에

천천히 씹기 – 한 숟갈에 20~30번 이상 꼭꼭 씹어 소화 돋기.

단순하고 가벼운 식단 – 지나치게 짜거나 기름진 음식, 설탕이 많은 음식 줄이기

물 섭취 습관 – 갈증이 없어도 하루 6~8컵의 물을 나누어 마시기.

가벼운 걷기 운동 – 하루 15~20분, 무리하지 않는 속도로 걷기.

주 1회 가벼운 금식 또는 소식 – 몸 상태가 허락하면 한끼를 줄이고, 그 시간에 말씀 묵상과 기도하기.

묵상 질문

나는 내 몸을 성령의 성전으로 여기며 관리하고 있는가?

식습관에서 절제가 필요한 부분은 무엇인가?

몸과 식습관의 거룩 훈련을 통해 주님을 어떻게 더 가까이 경험할 수 있는가?

생 명 샘 소 식

1. 생명샘 장로 교회의 주일 예배에 오신 모든 분들을 주님의 이름으로 환영하며 축복합니다. 예배를 통해 주님의 영광을 체험하시길 바랍니다.
2. 〈너의 성숙함을 나타나게 하라〉 을 2025년 한해 교회 표어입니다.
새로운 봄을 맞이하면서 우리 모두에게 더욱 성숙해짐의 은혜가 있기를 축복합니다.
3. 교회 홈페이지에 실리는 매일성경을 통해 말씀과 함께 동행하시길 축복합니다.
4. 을 여름(6,7,8월)에 경건훈련 건강한 몸을 유지하는 것도 귀한 주님의 일입니다.
건강관리 잘 하시는 한 주가 되길 축복합니다.
5. 교수소식
최명희 권사님(권사 합창단) 오늘 저녁 6시에 연합 찬양제 연주회 있습니다.
정동환(보라) 집사님 가정 8월 26일 한국 들어가십니다.
7. 이번 주 기도제목
신정호 선교사님을 위해(지진 구호 사역)
하영 자매와 애나의 건강을 위해
여름 경건 훈련, 건강한 육신을 허락하옵소서
교우들의 건강과 기도제목의 응답을 위해서 기도합니다
교회 부흥을 이루게 하옵소서

8월 예 배 위 원

안내	조창	박승화
기 도	조은영(3) 박래석(10) 한정임(17) 한규철(24) 김정신(31)	
교 회 모 임 안 내		
주일 예배	EM 예배	교회 학교
	성경공부	EM 제직
주일 오후 1시	오후 1시	주일 오후 1시
		주일 오후 3시
		월요일 저녁 7시 30분
		금요일 저녁 8시
		매달 네번째 토요일

모든 일을
원망과 시비가
없이 하라

생명샘 장로교회 홈페이지를 찾아오신
여러분 모두에게 주님의 평안을 축복드립니다.

감사합니다. 잘 오셨습니다.
2025년 올 한 해에 여러분 모두에게 주님의
영광이 충만하게 임재하길 축원합니다.

저희 생명샘 장로교회는 말씀을 공부하고
말씀을 살아내기 위한 교회의 본질에
충실하고자 하는 귀한 공동체입니다.

말씀에 목마른 분들을 초대합니다.
교회의 생명이 말씀에 있음을 함께 나누길
소망합니다.