



생명샘 장로교회
Spring Well Presbyterian Church

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



주 일 예 배 2025년 8월 24일 오후 1시

합심 기도 / 다같이

*찬송 / 찬양 성부 성자 성령 / 찬송가 2(신) 6(구)

*성시 교독 / 성시 교독문 38번 (시편 92편) / 다같이

*신앙 고백 / 사도신경 / 다같이

찬송 / 나 주의 도움 받고자 / 찬송가 214(신) 349(구)

기도 / 한규철 집사

성경 봉독 / 요한복음 16장 7-14절 / 다같이

말씀 선포 / 진리의 성령 / 박화신 목사

찬송 / 우리를 죄에서 구하시려 / 찬송가 260(신) 194(구)

교회 소식 / 다같이

*폐회송 / 이 천지간 만물들아 / 찬송가 5(신) 3(구)

*축복 기도 / 박화신 목사

오늘 설교 말씀 요약

1. 예수님이 제자들에게 떠나시는 것이 유익하다고 말씀하시며, 보혜사 성령님을 보내주실 것을 약속하셨습니다. 성령님은 제자들이 훌륭한 일에 헌신하지 않도록 돋는 분이십니다.

2. 성령님은 세상에 대하여 죄와 의와 심판을 깨닫게 하시고, 제자들을 모든 진리 가운데로 인도하십니다. 또한 말씀을 조명하셔서 하나님의 뜻을 알게 하십니다.

3. 성령님의 사역은 오직 예수 그리스도를 영화롭게 하는 것입니다. 그러므로 우리도 성령님의 인도하심을 따라 말씀 속에서 살며, 예수 그리스도를 드러내는 삶을 살아야 합니다.

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 8. 휴식과 쉼을 거룩하게

경건 훈련 여덟 번째 / 휴식과 쉼을 거룩하게 하는 훈련

쉼은 하나님께서 주신 회복의 수단입니다. 바쁜 일상 속에서 의도적으로 멈추고, 마음과 정신을 정리하며 재충전하는 시간을 갖는 것은 영적·정서적 건강을 지키는 거룩한 훈련입니다. 이번 훈련은 몸이나 식습관과 관련 없이, 오직 마음과 영혼의 회복에 초점을 둡니다.

성경 말씀

시편 23:2-3 그가 나를 푸른 초장에 누이시며 쉴 만한 물가로 인도하시도다…
마가복음 6:31 예수께서 제자들에게 이르시되 “너희는 따로 한적한 곳으로 가서 잠시 쉬라.”
이사야 30:15 주는 말씀하시되 “너희가 안식함과 쉼 가운데서 구원을 얻으리라.”
핵심: 쉼은 단순한 멈춤이 아니라, 하나님 안에서 마음과 정신이 회복되는 과정입니다.

적용 훈련

마음 정리 시간

하루 중 10~15분, 한적한 곳에서 호흡을 고르고 잡념을 내려놓기.
스마트폰, 알림, 외부 소음을 차단.

심리적 에너지 재충전

좋아하는 음악, 자연의 소리, 짧은 명상 등으로 마음 안정.
일과 걱정에서 잠시 벗어나 ‘정신적 휴지기’를 갖기.

감정 점검 습관

하루를 마치며 느낀 감정을 기록하고, 지나치게 몰입한 감정에서 벗어나기.
한 가지 활동만 집중

독서, 그림, 글쓰기 등 단일 활동에 집중하여 마음 회복.
멀티태스킹을 피하고, ‘정신적 쉼’을 경험.

짧은 ‘정서적 안식’ 루틴

눈 감고 심호흡 5회, 간단한 스트레칭, 마음 속으로 한 줄 기도.
최소 하루 2회 이상 반복.

목상 질문

나는 하루 중 의도적으로 마음을 쉬게 하는 시간을 갖고 있는가?

최근 한 주간, 내 정신과 감정은 얼마나 회복되었는가?

거룩하게 쉼을 실천함으로 하나님과 내 마음 사이에 어떤 평안을 경험할 수 있는가?

생명샘 소식

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 경건훈련 마지막 훈련입니다. 건강한 몸을 유지하는 것도 귀한 주님의 일입니다. 건강 관리 잘 하시는 한 주가 되길 축복합니다.
5. 9월 5일 금요일 저녁 8시에 금요 성경공부 골로새서 시작합니다. 많은 관심 가지시고 기도로 준비하시기 바랍니다.
6. 교수소식
정동환(보라) 집사님 가정 8월 26일 한국 들어가십니다. 주님의 인도하심의 복이 충만하게 되길 기도합니다.
7. 이번 주 기도제목
신정호 선교사님을 위해
하영 자매와 애나의 건강을 위해
여름 경건 훈련, 건강한 육신을 허락하옵소서
교우들의 건강과 기도제목의 응답을 위해서 기도합니다
교회 부흥을 이루게 하옵소서

8월 예배 위원

안내 조창 박승화

기도 조은영(3) 박래석(10) 한정임(17) 한규철(24) 한미숙(31)

교회 모임 안내

주일 예배	EM 예배	교회 학교	EM	제직	금요 성경 공부	목장 모임
		성경공부		성경 읽기		
주일 오후 1시	주일 오후 1시	주일 오후 1시	주일 오후 3시	월요일 저녁 7시 30분	금요일 저녁 8시	매달 네번째 토요일



그가
내 영광을
나타내리라

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.