

# 28 네 자신을 다스리라

## Chapter

고전 9:24~27, 롬 13:13~14

찬송가 395장 (너 시험을 당해), 찬양 84장 (우리가 걷는 이 길)

### 오늘 배울



### 말씀

1. 절제의 의미와 이유를 압니다.
2. 그리스도인으로서 승리하는 삶을 살기 위해 절제해야 할 것들을 압니다.

### 마음 열기



이 멋진 스포츠카는 최고의 디자인과 성능을 갖추고 있습니다. 배기량은 4,000cc 급이고 500마력 이상의 최고 출력을 냅니다. 게다가 하이브리드 차량이기에 100km 주행에 3리터 미만의 연료만을 소모합니다. 정지 상태에서 시속 100km로 가속하는데 걸리는 시간은 불과 3.2초이며, 최고속도는 320km/h를 기록합니다. 정말 최고의 차라고 불릴 만합니다.

그런데 만일 이 놀라운 힘을 가진 차에 브레이크가 없다고 한다면 당신은 이 차를 구입하시겠습니까?



## 말씀을 이해하기

구원받은 이후의 신앙생활은 단거리 경주가 아닌 마라톤 경주에 비유되고 있습니다. 이처럼 긴 경주를 완주하고 최후의 승리를 거두기 위해서는 많은 덕목이 필요합니다. 그중 하나가 바로 '절제'입니다. 운동선수들은 경기에 참가하여 상을 얻는 한가지 목표를 위해서 모든 일을 절제합니다. 그 과정에는 많은 고통이 따르지만 목표를 달성하기 위해서 참고 또 참습니다. 성경은 '이기기를 다투는 자마다 모든 일에 절제하나니'라고 말씀하십니다. 특별히 미래를 준비하는 과정에 있는 청소년 시기에 더욱 강조되어야 할 덕목이 절제입니다.

성경의 위인들 중에는 우리와 같은 십대에 자신을 잘 절제함으로써 훗날 주님께 귀하게 쓰임을 받은 사람이 많이 있습니다. 예를 들어, 구약의 요셉은 청년의 때에 애굽에서 보디발의 아내로부터 유혹을 받았지만 하나님을 바라보고 자신을 절제함으로 후에 애굽 총리대신의 자리에 오를 수 있었습니다. 이방 땅인 바벨론에 포로로 끌려간 다니엘 역시 하나님 앞에 뜻을 정하고 왕궁에서 제공되는 왕의 진미를 거절하며, 평생 절제하는 삶을 살므로 바벨론과 페르시아 총리의 위치에까지 오르게 되었습니다.

우리가 사는 이 세상에는 그리스도인을 유혹하는 많은 것이 있습니다. 그리고 내적으로는 주님의 뜻을 거스리는 육체의 정욕이 있습니다. 우리는 어떻게 해야 이러한 상황에서 욕구를 잘 절제하고 최후 승리를 거둘 수 있을까요?

## 공과말씀정리

## 말씀을 마음 판에 새기기



이기기를 다투는 자마다 모든 일에 절제하나니 저희는 썩을 면류관을 얻고자 하되 우리는 썩지 아니할 것을 얻고자 하노라 (고전 9:25)

And everyone who competes for the prize is temperate in all things. Now they do it to obtain a perishable crown, but we for an imperishable crown. (1 Co 9:25)



## 말씀을 더 깊게 묵상하기

1. 다음 범위의 성경을 읽고 묵상한 후 제목을 붙이거나 내용을 요약해 보세요.  
혹은 느낀 점을 쓰거나 핵심 구절이라고 생각되는 절을 자유롭게 적어 보세요.

(엡 4:26~27)

(엡 5:3~7)

(골 3:5~8)

2. 창세기 39장 7~12절을 읽고 보디발의 아내가 요셉을 유혹했을 때 요셉이 유혹을 이겨낸 비결을 찾아 기록해 봅시다.

1)

2)

3)



## 말씀에 맞게 내 생각 바꾸기

1. 내가 가장 절제하지 못하는 것과 그것을 극복할 수 있는 방법을 기록해 봅시다.

(예 : TV나 영화 시청, 스마트폰, 연예인, 친구, 게임, 인터넷, 운동, 식탐, 외모, 감정기복 등)

절제하지 못하는 것	어떻게 절제할 수 있을까요?

2. 야고보서 3장 1~12절에는 혀(말)에 대한 말씀이 기록되어 있습니다. 이 구절들을 읽고 내가 말을 절제하지 못해 다른 사람에게 상처를 준 적이 있는지 생각해 봅시다. 그리고 말의 실수를 줄이기 위한 방법이나 각오를 두 가지만 적어 봅시다.



## 말씀을 삶에 적용하기

영혼 없는 몸이 죽은 것같이 행함이 없는 믿음은 죽은 것이니라 (약 2:26)

1. 오늘 배운 말씀을 이번 주 생활에 어떻게 적용할지 적어 보세요.

하나.

둘.

셋.

2. 지난 주에 적용하기로 한 내용을 돌아보고 평가를 적어 보세요.



## 말씀대로 살도록 기도하기

내가 원하는 것이라고 할지라도 주님이 기뻐하시는 것이 아니라면 그것을 절제할 수 있는 마음과 힘을 달라고 기도합니다.



# 우리들의 이야기

## 영적 고아



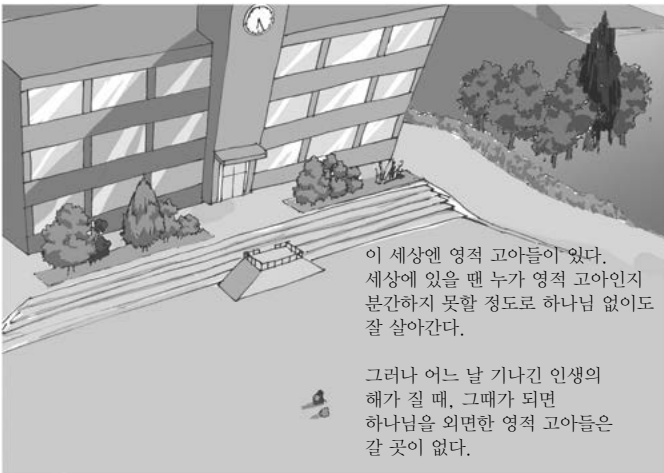
어린시절 학교엔 고아가 많았다.  
함께 쉬어 있을 땐 누가 고아인지 모르지만  
하교 후엔 알 수 있었다.



부모가 있는 아이들은 해가 지면 집으로  
돌아갔다.



그러나 고아는...  
해가 지도록 학교 운동장에  
우두커니 앉아 있다.



이 세상엔 영적 고아들이 있다.  
세상에 있을 땐 누가 영적 고아인지  
분간하지 못할 정도로 하나님 없이도  
잘 살아간다.

그러나 어느 날 기나긴 인생의  
해가 질 때, 그때가 되면  
하나님을 외면한 영적 고아들은  
갈 곳이 없다.

**흠은 여전히 땅으로 돌아가고 신은 그 주신 하나님께로 돌아가기 전에  
기억하라 (전 12:7)**

## 자기를 다스리라

한번은 어떤 젊은이가 D.L. 무디에게 찾아와서 이렇게 질문을 했습니다.

“선생님, 저는 그리스도인이 되고 싶습니다. 그런데 그리스도인이 되려면 세상을 포기해야 하나요?”

이때 무디는 이렇게 대답했습니다.

“젊은이, 젊은이가 철저한 그리스도인의 삶을 살면 세상이 젊은이를 포기할 결세.”

육체적인 정욕을 다스리는 일이 쉽지만은 않습니다. 그래서 무디 역시 “저는 제가 아는 어떤 사람보다도 무디와 다툼이 제일 많습니다”라고 말했습니다. 그리고 육체적인 정욕을 제어 하지 않으면 불신자들에게 영향을 미칠 수 있는 힘을 상실한다고 경고했습니다.

“방종하면 능력을 상실한다. 사치스럽게 살고, 자연적인 욕망을 지나치게 추구하며, 맛있는 음식을 탐하면서도 하나님의 능력을 충만하게 받고 살 수 있다고 나는 믿지 않는다. 육체의 충족과 성령의 충만은 동행하지 않는다.”





# Wednesday

수요말씀

Date.     |     |

제목 :

강사 :

본문 :

Handwriting practice area with horizontal dotted lines.



# Sunday

주일말씀

Date. | |

제목 :

강사 :

본문 :

Handwriting practice area with horizontal dotted lines.