

# 21일 기도와 금식

## 예수님의 길

B4교회가 21일 금식기도와 금식을 시작함에 따라, 이 안내서가 여러분의 마음의 내적인 변화가 복음 중심의 외적 헌신을 표현하는 초대가 되기를 바랍니다. 이 기도 메시지는 일상을 인도하는 데 도움이 되도록 고안되었지만 금식은 어떻습니까? 그것은 무엇이며 어떻게 합니까?

단식은 하나님께 온전히 집중하기 위해 일정 기간 동안 아무 것도 먹거나 마시지 않는 기독교인들 사이의 고대 관습입니다. 예를 들어, 21일 동안 매일 한 끼의 식사를 건너뛰고 그 시간을 기도에 할애할 수 있습니다. 또는 다른 사람은 매주 며칠 동안 전혀 먹지 않고 액체만 마시기로 선택할 수 있습니다. 물론, 현명하고 의학적으로 건전한 방법으로 그렇게 하도록 조심해야 합니다. (건강 문제가 있는 경우 금식 전에 의료 제공자와 상담하십시오.)

우리가 금식하는 방법보다 금식하는 이유가 더 중요합니다. 예를 들어, 항상 음식일 필요는 없습니다. 예수님 시대에는 우리를 즐겁게 하고 주의를 분산시키도록 고안된 소셜 미디어나 방대한 엔터테인먼트 산업이 없었습니다. 소셜 미디어나 상업적 오락을 21일 동안 금식은 음식을 금식하는 것보다 우리 문화에서 더 많은 영적인 이점을 가질 수 있습니다.

마태복음 6장에서 예수님은 기도와 금식에 대해 가르치셨습니다. 그분은 “너희가 금식할 때... 예수님께서서는 당신의 왕국에 속한 사람들이 금식할 것이라고 생각하셨습니다. 우리가 금식에 다가가갈 때, 우리는 금식에 대한 예수님의 마음이 우리가 하나님을 더 깊이 알고 주의를 산만하게 하는 것을 제쳐두고 영이 우리 안과 주위에서 움직일 수 있는 더 많은 공간을 제공하려는 열망에 뿌리를 두고 있음을 기억해야 합니다. 당신이 무엇을 하든, 얼마나 오래 금식하든지, 더 친밀하고 강력한 방법으로 예수님을 만나고 싶기 때문에 하십시오.

당신이 이 21일을 어떻게 받아들이든, 우리는 그것들을 당신과 공유하기를 기대합니다.

## 1일 예배의 마음

예수님을 사모하는 마음을 전하세요. 그분의 사랑과 은혜와 위엄을 찬양합니다. 그분이 날마다 그분에 대한 당신의 갈망을 증가시키도록 기도하십시오. (눅 10:42, 시 63:1-2)

## 2일 자유

주님의 영을 초대하여 회장에서 여러분을 해방시키십시오. 그리스도를 믿음으로 하나님께 나아가 그의 영광을 바라보라. (고후 3:16-18)

## 3일 취약한 심장

상하고 통회하는 마음으로 여호와 앞에 나아가라. 당신이 그리스도의 총만함을 얻는 데 방해가 되는 옛 자아를 당신에게 나타내시도록 하나님께 구하십시오. (사 26:8-9, 시 51:17)

## 4일 회개와 용서

죄를 용서해 달라고 하나님께 구하라. 당신을 하나님께 한 사람들을 용서하십시오. (롬1:28-31, 겔 시 22:14, 마 18:32-35)

## 5일 치료의

예수님의 치유의 능력을 초청하여 마음의 상한 것을 고치고 심신의 온전한 건강을 회복하게 하라. (말 4:2-3, 눅 1:74-75)

## 6일 영적 분별력

하나님이 당신의 영적 감수성과 진리에 대한 이해를 증가시켜 적의 거짓말을 거부할 수 있도록 준비시키도록 기도하십시오. (빌 1:9, 히 4:12, 5:14, 요 8:44, 엡 2:2)

## 7일 평온

당신의 두려움을 하나님께 맡기고, 그분의 평화를 받으십시오. 하나님께서 여러분의 마음과 생각을 지켜주시고 그의 살롬 안에 거하시기를 기도합니다. (잠 29:25, 사 30:15, 빌 4:7)

## 8일 복종

겸손하고 가르치며 순종하는 마음을 주시어 계시하신 것을 너희가 받고 행하라. 그가 명하신 대로 하고 그가 너희 앞에 두신 길을 따르라. (빌 2:5-8, 겔 36:27, 히 2:12)

## 9일 그리스도의 마음

그리스도의 마음을 깨닫게 하셔서 능력과 사랑과 사랑의 영과 하나님의 자제를 온전히 받을 수 있도록 기도하세요. (고후 10:5, 고전 2:16, 빌 4:8)

## 10일 성령 충만하라

성령이 당신 안에 거하게 하십시오. 그분이 당신 안에 나타난 예수님의 성품을 통해 영광을 얻을 수 있도록 당신의 마음을 일구도록 그분께 구하십시오. (시편 1:3, 요 15:5-7, 갈 5:22-23)

## 11일 용기

육신의 세상을 멀리하고, 모든 행실을 삼가 삼가 용기를 내어 예수 그리스도를 통하여 하나님의 거룩하심을 나눌 수 있습니다. (살전 4:3-7, 히브 리서 12:10, 엡 1:4-5)

## 12일 비전

하나님의 관점에서 하나님의 뜻을 바라보고, 하나님과 동행하며, 하나님의 기쁨을 위해 일하기를 기도합니다. (요 6:38, 엡 5:1, 히 13:21)

## 13일 예수님을 더 닮아감

예수님을 닮을 수 있도록 형체와 틀을 잡아야 하는 부분을 성령께서 변화시키시옵소서. (요일 3:1-3, 고후 3:18, 갈 2:20)

## 14일 부름 받은 대로 살라

주님께서 당신을 위해 쓰신 계획을 찬양하고, 더 이상 지체하거나 방해하지 않고 그 계획에 응답하기를 기도하십시오. (엡 1:11, 딤후 1:9, 고린도 전서 7:17, 벰전 2:9)

## 15일 섬기다

영적 은사가 무엇인지 하나님께 구하라. 하나님을 섬기기 위해 영적 은사를 사용하도록 인도해 달라고 하나님께 구하십시오. (사 6:8, 벰전 4:10-11, 요 14:12-14)

## 16일 예수님이 알려지다

구원받지 못한 자에게 소망의 말씀이 전해지고, 죄를 회개하고, 예수를 구세주로 시인하며 마음이 열리도록 아버지의 보호 안에 거하십시오. (마 9:37-38, 24:14, 벰후 3:9)

## 17일 결혼과 가족

예수님의 치유가 가족들에게 임하고, 결혼과 부모-자녀 관계가 회복되도록 기도하자. (말 4:6; 엡 5:22-33, 6:1-4)

## 18일 B4 교회의 비전

B4 교회가 모든 연령대와 문화적 배경을 가진 사람들이 함께 하나님을 예배하고 복음을 전할 수 있는 포용하고, 환영하는 영적 가정을 조성할 수 있도록 기도하자.

## 19일 교회 연합

하나님의 모든 교회가 예수님의 사랑으로 하나 되어 하나님의 통치가 임하여 의와 공의를 이루게 하소서. (요 17:20-23, 엡 4:3-6, 롬 15:5-6)

## 20일 회복과 부흥

하나님께서 그의 영을 미대륙에 부어주시고, 우리의 죄를 용서하시고, 우리 땅을 고쳐 주시도록 기도하자. 수백만의 사람들이 성령의 뉘우침을 받고 죄를 회개하며 그들의 마음을 구주께 바칠 수 있도록 기도하십시오. (대하 7:14, 시 85:6; 합 3:2, 사 57:15)

## 21일 정부

정부 지도자들의 구원을 위해 기도하십시오. 지혜로운 결정을 내리고, 정직과 공의와 자비로 다스리며 하나님의 진리를 수호할 지혜를 하나님께서 그들에게 주시도록 기도하자. (딤후 2:1-2, 롬 13:1, 딤후 3:1-2)