

40 DAYS OF

PRAYER 

40 DAYS OF PRAYER



31 May - 9 July 2020 -- NSW/ACT Division

PRAYER TOOLS 땅 밟기 기도 안내 (Prayer Walking)

'Prayer walking' is a way of saturating a particular place and community with prayer. This discipline draws our immediate, local concerns into the wider circle of God's loving attention. Scriptural support for prayer walking is found in Joshua 1:2-4, Psalm 2:8 and Luke 24:13.

→ '땅 밟기 기도'란 기도를 통해 특별한 장소와 공동체를 품는 방식이다. 이 훈련은 우리의 즉각적이고 지역적인 관심을 하나님의 사랑의 관심으로 더 넓게 확대시키는 것이다. 땅 밟기 기도에 대한 성서적 근거는 여호수아 1장 2-4절, 시편 2:8 그리고 누가복음 24:13이다.

Inspired by God's promise to Joshua, we can walk the victory of Jesus into every part of our neighbourhoods, cities and nations.

→ 여호수아에게 주신 하나님의 약속의 말씀에 영감을 받고, 우리는 우리의 이웃, 도시, 나라 어느 곳이든 걸어 들어가 예수의 승리를 선포할 수 있다.

In faith we walk, believing that as the soles of our feet hit the ground, we are appropriating the work of Jesus over the principalities and powers influencing the atmosphere and shaping the narratives of our city.

→ 우리가 믿음 안에서 걷는다는 것은 우리의 발바닥으로 땅을 밟으며 예수의 사역을 적절하게 만들어 가는 것을 말한다. 이것은 나라와 권력으로 도시의 분위기를 바꾸고 이야기들을 형성해 가는 것을 뛰어넘는 일이다.

Each step we take in Jesus' name, we weaken something of the enemy's grip in the Heavenly realms and subvert the systems of evil and injustice.

Prayer walking is so topical at the moment, as we have been taken out of our church buildings, forcing us to resist the temptation to stay inward-focused, stirring us to keep the mission, front and centre.

→ 우리가 예수의 이름으로 밟는 모든 발걸음은, 공중 권세를 잡고 있는 적을 약화시키는 것이고 악과 정의롭지 못한 시스템을 파괴하는 것이다. 땅 밟기 기도는 현재 너무 좁은 영역에 머물러 있다. 교회 안에 머물러는 유혹을 뿌리치고 교회 건물로부터 나올 때, 우리로 선교에 중심을 두고 앞으로 나가도록 한다.

How to Prayer Walk: 땅 밟기 기도방법

You can prayer walk alone, but many people find that their prayers are more focused when expressed in the company of a friend.

→ 땅 밟기 기도를 혼자 할 수도 있지만, 많은 사람들은 기도의 동역자와 함께 기도할 때 더 힘을 얻는다는 것을 경험한다.

Pray audibly for clarity and agreement.

→ 기도를 명료하게 하고 함께 기도하기 위해서 소리내어 기도한다.

Invite the spirit of God to accompany you, guiding your steps and your words.

→ 당신의 기도 발걸음과 언어를 이끌어 주실 성령님을 초청한다.

Worship God and be thankful.

→ 하나님을 예배하고 감사한다.

Be attentive during moments of silence. Allow the Holy Spirit to help you see with his eyes and pray with his heart.

→ 조용한 순간에도 집중력을 유지한다. 성령께서 당신을 도와 하나님의 눈과 마음으로 기도할 수 있도록 한다.

Ask God to redeem people as he restrains the enemy.

→ 하나님께서 적을 제압하고 사람들을 구원하도록 기도한다.

Read Scripture aloud. God breathed it and loves to bless it.

→ 성경을 큰 소리로 읽는다. 왜냐하면 하나님께서 말씀에 영감을 주시고 복되게 하시기를 원하시기 때문이다.

Express God's thoughts in your own words.

→ 당신의 말로 하나님의 생각들을 표현한다.

Flowing from your worship begin petitioning God for His Spirit to fall on the streets you walk on, the homes, businesses, schools and other churches you walk past.

→ 당신의 예배로부터 시작하여 당신이 걷는 거리와 가정, 사업, 학교 그리고 당신이 과거에 다녔던 교회에 이르기까지 성령께서 임하시길 하나님께 간구한다.

Begin to get specific and pray for people and situations, the 'people of peace' you know God has brought you into contact with, who are opening up doors of opportunity for the gospel within your community.

→ 구체적인 기도를 시작한다. 사람들과 그들의 상황에 대해, 평화를 위해 기도한다. 당신이 알고 있듯이, 하나님께서 당신의 커뮤니티와 접촉하게 하시고, 복음을 전할 수 있는 기회의 문을 열어 주신다.

Reflect on God's love for you.

→ 당신에 대한 하나님의 사랑을 묵상한다.

Books: "Prayer Walking: Praying on site with insight" – Steve Hawthorne and Graham Kendrick
Part of this article is extracted from Army on its Knees, Janet Munn & Stephen Court, published by Salvation Books. Available to purchase from Salvation Army territorial trade/supplies departments or online at www.amazon.com.au

→ 참고서적: "Prayer Walking: Praying on site with insight" – Steve Hawthorne and Graham Kendrick

Part of this article is extracted from Army on its Knees, Janet Munn & Stephen Court, published by Salvation Books. Available to purchase from Salvation Army territorial trade/supplies departments or online at www.amazon.com.au

PRAYER TOOLS - Silence and Solitude

➔ 침묵기도 안내

Jesus commences his ministry with forty formative days of solitude. Solitude is a formative place because it gives God's Spirit time and space to do deep work.

- ➔ 예수님은 고독한 40일의 시간으로 사역을 시작하십니다. 고독한 시간은 하나님의 영의 시간이 주어지고 깊은 사역을 할 수 있는 공간을 만드는 장소이다.

When there is no one there to watch, judge and interpret what we say, the Spirit often brings us face to face with hidden motives and compulsions. Silence and Solitude, is a discipline that puts us in a place where God can reveal things to us that we might not notice in the normal preoccupations of life. God is there to accept, receive and love us.

우리가 말한 것을 보고, 판단하고 해석하는 자가 아무도 없을 때, 성령께서 우리의 숨겨진 동기와 충동을 직접적으로 드러내십니다. 조용하고 고독한 시간을 갖는 것은 하나의 좋은 훈련이다. 이를 통해 하나님께서 평소에 우리가 알지 못한 것들을 우리에게 드러내 주십니다. 하나님은 그곳에서 우리를 받아주시고 사랑하십니다.

You are going to meet someone very important.

You are meeting with the lover of your soul.

- ➔ 당신은 매우 중요한 어떤 분을 만날 것이고 당신의 영혼을 사랑하는 자와 함께 할 것이다.

You'll need your Bible.

Make sure you are physically comfortable.

Pay attention to your environment, but be still inwardly.

Try to sense the presence of God both in and around you.

- ➔ 성경이 필요할 것이다. 육체적인 편안함을 확보한다. 당신의 환경에 집중한다 그러나 여전히 내면에 머문다. 당신의 안과 주변에 계신 하나님의 임재에 대한 감각을 추구한다.

Scripture meditation:

(consider using a version you may not usually read :

such as The Passion Translation, or The Voice)

(열정번역(The Passion Translation)이나 하나님의 음성(The Voice) 과 같은 일상에 사용하지 않는 성경을 사용하여 묵상한다.)

Read Psalm 139 slowly and deliberately as a prayer –

a personal conversation between you and the Lord.

당신과 하나님 사이에 개인적인 대화인 기도를 위해 시편 139편을 천천히 신중하게 읽는다.

Thank the Lord for his tender care for you. Be as detailed as possible.

Cite specific evidence of God's care for you – what he's saved you from and what he's saved you for.

당신에 대한 부드러운 돌보심에 대해 하나님께 감사한다. 할수 있는 한 구체적으로 기도한다. 하나님께서 당신을 무엇으로부터 구원하셨는지 그리고 무엇을 위해 구원해 주셨는지 등에 대해 구체적인 증거를 대면서 당신을 향한 하나님의 돌보심에 대해 아뢴다.

Ask the Holy Spirit to bring to your remembrance an occasion in your childhood or youth when Jesus was present with you – perhaps one you'd forgotten, or one in which you only now recognise his presence. Allow the Holy Spirit to show you the goodness and mercy of the Lord that has been following you all the days of your life (Psalm 23:6).

- ➔ 당신의 어린 시절이나 청소년 시절에 예수님께서 함께 하셨던 때를 기억나게 해 달라고 성령께 기도한다. 그것은 아마도 당신이 잊고 있었던 것이나 단지 예수님과의 관계를 인식하고 있는 것들일 것이다. 당신의 모든 인생에 함께 하셨던 하나님의 인자하심과 선하심(시편23:6)을 성령께서 드러낼 수 있도록 한다.

Ask the Lord to reveal to you what he treasures in you and the purpose for which he made you. Listen for his response.

An inner impression, a verse of Scripture, or a picture may come to your mind.

- ➔ 하나님께서 당신에게서 소중히 여기는 것이 무엇인지 그리고 당신을 어떤 목적으로 창조하셨는지를 보여 달라고 기도한다. 하나님의 응답하심에 귀기울인다.

내면의 인상, 성경 구절, 그림등이 당신의 마음에 떠오를 것이다.

Meditate on these. Reflect on God's love for you.

이것들을 묵상한다. 당신의 향한 하나님의 사랑을 회상한다.

Books: An excerpt from *Army on its Knees*, Janet Munn & Stephen Court, published by Salvation Books. Available to purchase from Salvation Army territorial trade/supplies departments or online at www.amazon.com.au & *Spiritual Disciplines Handbook* by Adele Ahlberg Calhoun published by InterVarsity Press.

참고서: An excerpt from *Army on its Knees*, Janet Munn & Stephen Court, published by Salvation Books. Available to purchase from Salvation Army territorial trade/supplies departments or online at www.amazon.com.au & *Spiritual Disciplines Handbook* by Adele Ahlberg Calhoun published by InterVarsity Press.

WHAT IS PRAYER? - Kathryn Shirey

기도란? – 캐서린 쉬리(Kathryn Shirey)

"The function of prayer is not to influence God, but rather to change the nature of the one who prays." Soren Kierkegaard

"기도의 기능은 하나님에게 영향을 주는 것이 아니라 도리어 기도하는 사람의 본성을 변화시키는 것이다" 소렌 키에르케가드(Soren Kierkegaard)

At its core, prayer is simply our conversation with God. Use the same elements of conversation you use with your friends and family when you talk to God.

핵심은, 기도란 하나님과의 단순한 대화다. 하나님과 대화할 때 당신의 친구나 가족에게 하는 대화의 요소들을 그대로 사용한다.

1) Start with a compliment or praise

1] 찬사와 찬양으로 시작한다.

God, you are amazing! What an awesome sunrise you created this morning.

하나님, 당신은 놀라우십니다. 이 아침에 당신이 창조한 기가막힌 해돋이를 봅니다.

2) Say thank you

2] 감사를 말한다.

Thank you, God, for the blessings in my life. Thank you for loving me and helping me learn how to have better conversations with You.

하나님 내 인생에 복을 주심에 감사합니다. 나를 사랑하시고 하나님과 더 좋은 대화를 배울 수 있도록 도와 주셔서 감사합니다.

3) Share something about your day or what's going on in your life

3] 당신의 하루 하루 일어나고 있는 것이나 또는 당신의 인생에 일어나고 있는 것에 대해 하나님과 나눔을 갖는다.

God, sometimes I struggle with prayer. I feel like I should be more comfortable talking to You, but I don't always know what to say and I get nervous when it's my turn to pray aloud for the group. I just don't feel like I have the right words.

하나님, 때로 저는 기도로 힘들어합니다. 하나님께 말씀드릴 때 더 편안함을 느껴야 된다고 느낍니다. 하지만 저는 무엇을 말씀드려야 하는지 항상 알지는 못합니다. 그리고 모임에서 큰 소리로 기도해야 할 때 내 차례가 되면 긴장이 됩니다. 기도할 때 올바른 말을 할 수 있다고 생각하지 않습니다.

4) Apologise for anything you've done**4] 당신이 행한 잘못에 대해 회개한다.**

I'm sorry for not trusting You to guide me and help me find the words. I'm sorry for not believing You'll want to hear whatever words I have. I know prayer isn't a contest, but is instead a way I can have a relationship with You.

나의 기도를 이끄시고 적절한 단어를 사용하게 하시는 하나님을 신뢰하지 않는 것에 대해 회개합니다. 당신은 내가 하는 어떤 말이라도 듣기를 원하신다는 것을 믿지 않는 것에 대해 죄송합니다. 기도는 경연대회가 아니라 당신과의 관계를 갖는 것임을 알고 있습니다.

5) Ask for help - for yourself and for others**5] 당신이나 다른 사람을 위해 도움을 요청한다.**

God, help me be more confident and consistent in prayer. Help me be a leader among my friends and family. Help me pray boldly for myself and others and truly believe You are at work in these requests. Even when I can't find the right words, I trust You know what's heavy on my heart.

하나님, 기도해 더 자신감을 갖게 해 주시고 늘 한결같이 기도를 할 수 있도록 도와주세요. 제가 친구나 가족들에게 리더가 되게 도와주세요. 저로 담대하게 자신과 다른 사람을 위해 기도하게 도와 주시고 하나님은 기도한 이 모든 것을 위해 신실하게 일하시는 분임을 진실로 믿게 해 주세요. 비록 내가 적절한 언어로 아뢰지 못하지만, 당신은 내 마음의 무거운 짐이 무엇인지 알고 계심을 신뢰합니다.

6) Listen**6] 듣는다.**

(Be quiet, take a deep breath, quiet your inner conversation, and just sit in the silence to allow your heart to listen for God's response.)

(조용히, 깊은 숨을 내쉬고, 조용한 내면의 대화를 한다, 그리고 당신의 마음이 하나님의 응답을 들을 수 있도록 조용한 가운데 앉아 있다.)

PRAYER TOOLS - CONTEMPLATION

관상기도 안내

Find somewhere quiet to sit. Intentionally place yourself in the presence of God. Breathe slowly, deeply. As you are conscious of God's presence, focus on the pictures and words below, and listen to what God is saying to you. Record these thoughts in a journal to revisit when you need the assurance of God's comfort and peace.

- ➔ 앉을 만한 조용한 곳을 찾는다. 거기서 의도적으로 하나님의 임재 앞에 당신 자신이 나아가는 곳이다. 천천히 깊게 호흡을 한다. 하나님의 임재를 의식했다면, 아래의 그림이나 말씀에 집중한다. 그리고 하나님께서 당신에게 말씀하시는 것을 듣는다. 당신이 하나님의 평안과 평화를 확신할 필요가 있을 때 다시 볼 수 있도록 당신의 생각들을 일기장(저널)에 기록한다.

*When peace like a river, attendeth my way
When sorrows like sea billows roll
Whatever my lot,
Thou hast taught me to say
It is well, it is well, with my soul*

강같은 평화가 내 길에 찾아오고
바다같은 슬픔이 파도처럼 밀려와도
그 무엇이 다가올지라도
당신은 나에게 이렇게 말 할 것을 가르칩니다
내 영혼 평안해, 평안해

Psalm 46: 10 (NIV)

"Be still, and know that I am God;
I will be exalted among the nations,
I will be exalted in the earth."

시편 46 편 10 절[NIV]

"이르시기를 너희는 가만히 있어
내가 하나님 됨을 알지어다 내가 못
나라 중에서 높임을 받으리라 내가
세계 중에서 높임을 받으리라
하시도다"

Stop striving, let go, surrender

Ephesians 3: 14—21 (The Passion Translation)

에베소서 3:14-21 열정번역성경]



So I kneel humbly in awe before the Father of our Lord Jesus, the Messiah, the perfect Father of every father and child in heaven and on the earth.

And I pray that he would unveil within you the unlimited riches of his glory and favour until supernatural strength floods your innermost being with his divine might and explosive power.

Then, by constantly using your faith, the life of Christ will be released deep inside you, and the resting place of his love will become the very source and

root of your life.

Then you will be empowered to discover what every holy one experiences—the great magnitude of the astonishing love of Christ in all its dimensions. How deeply intimate and far-reaching is his love!

How enduring and inclusive it is! Endless love beyond measurement that transcends our understanding—this extravagant love pours into you until you are filled to overflowing with the fullness of God!

Never doubt God's mighty power to work in you and accomplish all this. He will achieve infinitely more than your greatest request, your most unbelievable dream, and exceed your wildest imagination! He will outdo them all, for his miraculous power constantly energizes you. Now we offer up to God all the glorious praise that rises from every church in every generation through Jesus Christ—and all that will yet be manifest through time and eternity.

So I kneel humbly in awe before the Father of our Lord Jesus, the Messiah, the perfect Father of every father and child in heaven and on the earth.

➔ 그러므로 내가 경외함으로

우리 주 예수 그리스도의 아버지시며 하늘과 땅에 있는 모든 가족의 완전하신 아버지인 하나님께 겸손히 무릎을 꿇고 비노니

And I pray that he would unveil within you the unlimited riches of his glory and favour until supernatural strength floods your innermost being with his divine might and explosive power.

➔ 초월적인 힘이 성령의 능력과 폭발적인 힘으로 당신의 속 사람안에 흘러 넘칠 때까지 그의 영광과 호의의 한량없는 풍성함이 너희 속 사람 안에 드러나며

➔

Then, by constantly using your faith, the life of Christ will be released deep inside you, and the resting place of his love will become the very source and root of your life.

➔ 믿음으로 말미암아 그리스도의 생명이 너희 마음 안에 깊이 머물게 하옵시고 그분의 사랑의 휴식 장소가 당신의 생명의 근원이 되어 뿌리가 박히고

Then you will be empowered to discover what every holy one experiences—the great magnitude of the astonishing love of Christ in all its dimensions.

➔ 거룩한 사람들이 경험하는 것처럼 모든 차원에서 가장 큰 그리스도의 놀라운 사랑을 아는 힘을 얻고

How deeply intimate and far-reaching is his love! How enduring and inclusive it is! Endless love beyond measurement that transcends our understanding—this extravagant love pours into you until you are filled to overflowing with the fullness of God!

➔ 그분의 사랑은 얼마나 깊은 친밀감을 주고 멀리까지 도달하는가, 얼마나 오래 견디고 포용적인가, 그분의 끝없는 사랑은 우리의 이해를 초월하는 측량할 수 없는가,

이 사치스러운 정도의 사랑이 하나님의 충만하심으로 흘러넘쳐 당신안에
부어지기를 구하노라.

Never doubt God's mighty power to work in you and accomplish all this. He will achieve infinitely more than your greatest request, your most unbelievable dream, and exceed your wildest imagination! He will outdo them all, for his miraculous power constantly energizes you. Now we offer up to God all the glorious praise that rises from every church in every generation through Jesus Christ—and all that will yet be manifest through time and eternity.

➔ 당신 안에 역사하시고 모든 것을 이루시는 하나님의 강력한 힘에 대해 결코 의심하지 않는다. 그는 당신이 가장 큰 요청보다도, 믿을 수 없을 정도로 가장 큰 꿈 보다도, 할 수 있는 최고의 상상을 뛰어 넘는 응답을 주실 것이다. 그분은 이 모든 것을 뛰어 넘으시는 분이시다. 왜냐하면 그의 기적의 힘이 계속해서 당신에게 에너지를 부어 넣을 것이기 때문이다.

우리는 지금 예수 그리스도를 통해 모든 세대와 모든 교회가 모든 영광의 찬양을 하나님께 바친다. 이 모든 것이 지금부터 영원토록 뚜렷하게 나타날 것이다.

PRAYER TOOLS - PRAYER CARDS – Kathryn Shirey

기도 카드 안내 – 캐서린 쉬리

A.C.T.S Prayer

엑츠(A.C.T.S * 참고로 사도행전이 영어로 ACTS다) 기도

A = Adoration Tell God how wonderful He is; Worship Him

A = 찬양(Adoration) 하나님께서 얼마나 멋지신 분인가를 고백한다. 그분을 예배한다.

C = Confession Admit your sins, cry out your brokenness, ask for forgiveness

C = 죄고백(Confession) 죄를 자백하고, 상한 심령을 토해내고, 용서를 구한다.

T = Thanksgiving Say 'thank you' for all God has done in your life

T=감사(Thanksgiving) 평생동안 하나님이 행하신 모든 일에 대해 감사한다.

S = Supplication Make your requests to God – for yourself and for others

S=간구(Supplication) 당신과 다른 사람들을 위해 하나님께 간구한다.

5 Finger Prayer

손가락 기도

Thumb: The finger closest to you - Pray for those closest to you

엄지 가장 가까운 손가락 – 가장 가까운 사람들을 위한 기도

Index Finger: The finger that points the way - Pray for those who teach, instruct and heal you

검지 길을 가리키는 손가락 – 당신을 가르치고 지도하고 치료하는 사람들을 위한 기도

Middle Finger: The tallest finger - Pray for leaders and all who have authority

중지 가장 큰 손가락 – 지도자와 권세자들을 위한 기도

Ring Finger: The weakest finger - Pray for the weak, sick, and those with problems

약지 가장 약한 손가락 – 연약하고 병들고 문제를 가진 사람들을 위한 기도

Pinkie: The smallest finger - Pray for yourself

새끼 가장 작은 손가락 – 당신 자신을 위한 기도

Gospel Contemplation

복음관상

Select a Gospel passage where Jesus is interacting with others.

예수님께서 다른 사람과 관계를 맺었던 성경구절을 선택한다.

Read through the passage a couple of times until the story is familiar.

이야기가 친숙해 질 때까지 몇번이고 성경 구절을 읽는다.

Close your eyes and place yourself in the scene. Play it in your mind like a movie.

눈을 감고 자신을 그 광경 속으로 들어가게 한다. 영화처럼 마음 속에서 움직이게 한다.

Use all your senses to experience the scene.

그 광경속에서 경험하기 위해 당신의 모든 감각을 사용한다.

Use your imagination to touch, smell, see, hear, and taste the scene.

그 광경 속에서 만지고, 냄새 맡고, 보고, 듣고, 맛볼 수 있도록 당신의 상상력을 사용한다.

Close with prayer, speaking your heart to Jesus.

예수님께서 당신의 마음 속에 말씀하시는 것을 갖고 기도하며 마친다.

Visio Divina

비시오 디비나

Choose an icon, a Christian image, or beautiful artwork to contemplate.

관상을 할 수 있는 아이콘(초상, 형상), 기독교 이미지(그림) 또는 아름다운 예술품 등을 선택한다.

Prepare: close your eyes, breathe, clear your mind.

준비 : 눈을 감고, 숨을 쉬며 마음을 맑게 한다.

Lectio (read): Open your eyes and scan the whole image. Note what draws your interest

Close and rest your eyes a minute.

렉시오(읽기) : 눈을 뜨고 전체 이미지를 훑어본다. 당신의 관심을 끄는 것을 적는다. 그 다음 눈을 감고 잠시 눈을 휴식한다.

Meditatio (meditate): Open your eyes and let your eyes be drawn to one part of the image.

Focus on just this part of the image and name it. Close your eyes, seeing that piece of the image in your mind.

메디타티오(명상) : 당신의 눈을 뜨고 당신의 눈이 끌리는 한 부분에 눈을 가져간다.

초점을 맞추고 그것의 이름을 붙인다. 마음 속으로 그 부분을 그리면서 눈을 감는다.

Oratio (pray): Open your eyes and look again at the piece of the image that caught your eye.

Allow it to bring forth a word, image, or emotion. Close and rest your eyes.

오라티오(기도) : 눈을 뜨고 눈에 들어왔던 그 부분을 다시 본다. 그곳으로부터 단어, 이미지, 감정 등을 가져온다. 눈을 감고 휴식한다.

Contemplatio (contemplation): Open your eyes and gaze at the image. What is God saying to you today through this image? Offer a prayer of thanks.

콘템프라티오(관상) : 눈을 뜨고 그 이미지를 바라본다. 그 이미지를 통해 하나님께서 당신에게 무슨 말씀을 하고 계신가? 감사의 기도를 올린다.

Prayer Doodles

그리기 (doodles) 기도

Write a name for God, the name of someone you're praying for, or words from a scripture verse.

하나님의 이름 중 하나나, 당신이 기도하는 사람의 이름이나, 성경 구절 중에 한 단어를 기록한다.

Draw a shape around it and begin to doodle. Pray as you draw. Ask God to be part of this prayer time. Keep drawing as you release these prayers to God.

쓴 단어 주위에 모양을 내고 그리기 기도를 시작한다. 그리면서 기도한다. 하나님께 기도 시간에 오시길 기도한다. 기도를 하나님께 드리면서 그리는 것을 계속한다.

For more information: www.prayingincolor.com

더 많은 자료

