

고척교회 예배 안내

“예수님의 명령을 따라 안으로는 사랑을 나누고 밖으로는 선교를 실천하는 좋은 교회”

◆ 예배안내

주일예배	1부	오전 7:00	은혜대예배당
	2부	오전 9:00	
	3부	오전 11:00	
주일찬양예배		오후 3:00	은혜대예배당
수요기도회	1부	오전 10:00	은혜대예배당
	2부	오후 7:30	은혜대예배당
새벽기도회	1부	오전 5:00	은혜대예배당(하절기)
	2부	오전 6:00	꿈터 채플(동절기)
금요성령집회		오후 8:30	은혜대예배당
L-12 리더모임	수요일	오전 11:30	교구별 장소
		오후 8:30	은혜대예배당
M-12 리더모임	수요일	오후 8:30	5층 세미나실

◆ 교회학교 안내

영아부	주일 오전 11:00	비전센터 1층
유아1·2부	주일 오전 9:00 / 11:00	꿈의교육관 1층
유치1·2부	주일 오전 9:00 / 11:00	꿈의교육관 5층
유년1·2부 (초 1~3학년)	주일 오전 9:00 / 11:00	꿈의교육관 지하
소년1·2부 (초 4~6학년)	주일 오전 9:00 / 11:00	꿈의교육관 4층
중등부	주일 오전 11:00	꿈터 채플
고등부	주일 오전 10:30	문화공간 채움
청년부	주일 오후 1:00	은혜대예배당
은빛시니어학교	목요일 오전 10:30	꿈터 채플

* 모든 예배는 '고척교회 유튜브 채널'에서 실시간으로 송출합니다.

◆ 상담실: 매주 (화) 오전 10시~오후 5시 Tel. 080-686-5871



복음으로 교회를 새롭게, 세상을 이 룩 게

신 16:11, 막 1:15, 행 2:24



우물가

2022 Winter Vol.236

1979년 4월 15일 창간 | 계간
제43권 제1호 통권 236호
2022년 5월 1일 발행
고척교회 역사홍보팀
<http://new.gocheok.or.kr>



발행인 | 조재호 지도 | 유지운 부장 | 승정배 팀장 | 이재만
편집위원 | 김숙희·이철현·김영남·이은경·이윤아
고척교회 | 서울시 구로구 중앙로 79 | Tel. 02.2686.5871~3 Fax. 02.2684.7677

마음을 전하세요~

고척교회 '우물가'와 함께 사랑하는 분들에게 마음을 전해 보세요.

To.

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

~~~~~

From.

~~~~~



# CONTENTS

## 차례

- 002 위임목사 칼럼 ..... 5월, 구명마다 씨앗을 심는 달
- 004 우물가 Twitter ..... 좋은 날 좋은 사람들과 함께  
마음속에 있는 또 하나의 예배당!  
내가 가야 할 길  
하나님의 은혜로 사는 삶  
특별기고 | 평생 건강운동법  
가슴으로 쓰는 편지|  
■ 세상의 밑고 나쁜 모습은 찾아볼 수 없었던 전도사님  
■ 사랑하는 큰딸을 시집보내며 자신의 반쪽을 버리고 배우자의 반쪽을
- 030 여유 N 힐링 ..... 서울 북동쪽 증랑천 이화교에서 묵동교까지 서울 장미 축제
- 036 교육, 그거 쉬워요 ..... 자연에서 놀면서 배우는 행복
- 038 우리 교회는? ..... L-12, M12 헌신예배  
교회학교 교사헌신예배  
부활주일  
각 부서 이야기
- 059 그라티아 전시회





조재호 위임목사

## 5월, 구멍마다 씨앗을 심는 달

다시 달력이 한 장 넘어가서 가정의 달 5월입니다. 일찍이 드넓은 아메리카 대륙의 주인으로 살았던 많은 원주민들 중에 체로키족이 있었습니다(체로키는 원래 자동차 브랜드가 아니다. 용맹하고 지혜로운 한 부족의 이름이다). 체로키족이 쓰는 원래 말로 풀어 쓴 달력의 설명을 보면, 3월은 ‘마음을 움직이게 하는 달’, 4월은 ‘씨앗을 머리맡에 두고 자는 달’, 5월은 ‘구멍마다 씨앗을 심는 달’로 불렸습니다. 우리가 1년 열 두 달을 아무 의미 없이 1에서 12까지 순서를 매겨, 단순 나열로 1월 2월...12월로 부르는 것에 비하면 감탄스럽습니다. 그들의 삶과 자연을 바라보는 지혜가 한 달 마다 붙여진 이름에서 깊이 베어 나옵니다. 지난 가을 만들어 두었던 씨앗을 겨우내 잘 보관해 두었다가 4월이 되면 파종할 때를 기다리며 머리맡에 소중한 씨앗을 잘 둡니다. 이미 그런 진지한 마음의 준비는 3월부터 일어나기 시작했고 햇빛이 땅에 기운을 더욱 북돋우어주는 5월이 되면 가을의 열매를 바라보고 드디어 땅에 구멍을 파고 씨앗을 심는 것입니다.

이어령 박사는 말하기를 식물의 입장에서 보면 열매는 (거룩한) 죽음이고 그 안에 담겨 있는 씨앗은 생명이라고 했습니다. 씨앗은 미래를 품고 있는 생명입니다. 한 개의 사과 안에 씨앗이 몇 개인지 셀 수 있지만, 한 개의 씨앗 안에는 사과가 몇 개인지 아무도 셀 수 없습니다. 한 알의 씨앗에서 사과나무가 나오고 마침내 그 나무에 열리는 사과는 수 백 수 천이 됩니다. 씨앗이 가지고 있는 가능할 길 없는 생명력입니다.

가정은 생명력이 가득한 하늘 씨앗을 심는 땅과 같습니다. “할아버지와 손자가 밭에서 콩을 심고 있었다. 손자가 흙에 구멍을 내면 할아버

지는 콩 세알을 넣고 흙을 덮었다. 손자가 이상해서 물었다. ‘할아버지, 구멍 하나에 콩 한 알만 심으면 되지 왜 세 알씩 심으세요?’ 할아버지는 구슬땀을 흘리며 허허허 웃으셨다. ‘그래야 하늘을 나는 새가 한 알 먹고 땅에 사는 벌레가 한 알 먹고, 나머지 한 알이 자라면 사람이 먹는 거란다!’”(이어령 생명이 자본이다. p. 168). 온 세상의 삶을 생각하는 넉넉한 마음입니다. 가정은 넉넉한 신심으로 미래 생명을 품고 있는 씨앗을 심는 땅과 같고, 5월은 가정이라는 땅을 다시 기경하고 구멍마다 씨앗 세 알을 심는 미래로 열려 있는 희망의 달입니다. 가정은 하나님께서 일하시는 생명 밭입니다.

주님은 자기 발걸음 앞만 내려다보고 사는 세상 사람들에게 먼 곳 천국을 가르치시고 보여주시려고 오셨습니다. 그분은 천국의 농부이고 안내자이십니다. 천국을 씨 부리는 비유로 말씀하셨습니다. “예수께서 비유로 여러 가지를 그들에게 말씀하여 이르시되 씨를 뿌리는 자가 뿌리러 나가서 뿌릴 새 더러는 길 가에...더러는 돌밭에...더러는 가시 떨기에...더러는 좋은 땅에 떨어지 때...”(마태 13:3~). 말씀이 생명의 씨앗이고 뿌려진 곳은 우리 심령이고 우리 자녀들의 마음이고 우리 가정입니다. 좋은 땅에 뿌려진 씨앗에서 100배 50배 30

배의 결실을 기대하는 농부의 마음으로 말씀의 씨앗을 뿌리십니다.

씨가 부러지는 5월의 땅에 아름다운 창조 질서와 생명의 원리가 작동하는 것처럼, 영적인 생명 원리가 우리 마음과 가정이라는 밭에 어김없이 작동합니다. 하나님은 우리와 우리 자녀들을 그렇게 부르셨습니다. 믿음의 쟁기를 가지고 말씀의 씨앗을 바르게 심고 좋은 밭이 되도록 잘 기경해야 합니다. 나이 50세가 되기 전에는 그 사람의 삶을 판단하지 말라는 조언을 들은 적이 있습니다. 우리의 생활 속에서 드러나는 신앙의 결실은 더더욱 그렇습니다. 믿음의 삶이 만들어내는 결과들과 내면의 인격은 일회용 용기에 담긴 패스트푸드처럼 그리 쉽게 만들어지는 것이 아니며 간단하게 정리되는 것이 아닙니다. 주님 말씀하셨듯이 원수가 밭 가운데 가라지도 뿌리기 때문입니다. 열매로 나무를 알 수 있습니다. “마른 떡 한 조각만 있고도 화목하는 것이 제육이 집에 가득하고도 다투는 것보다 나으니라”(잠 17:1). 부디 믿음의 가정마다 주님 주시는 생명과 행복이 가득하기를 응원합니다. 5월은 추수할 가을을 생각하며 심령마다 씨앗을 제대로 심는 달입니다. ♠



## 말씀으로 다시 심기일전하며 마음을 다잡고

| 이 미 숙 집사(은혜6, 리더)



모든 이의 마음을 들뜨게 하는 계절의 여왕 봄이 어김없이 우리 곁에 찾아왔다. 여행하기 딱 좋은 계절, 외출하기 딱 좋은 날씨, 봄 바람 살랑 꽃 바람 살랑!! 만물이 소생하는 봄 천지를 창조하신 하나님을 찬양합니다.

“태초에 하나님이 천지를 창조하시고 하나님이 지으신 그 모든 것을 보시니 보시기에 심히 좋았더라 하나님이 지으신 모든 것 중에 하나님의 형상을 따라 하나님의 모양대로 사람을 만드시고 보시기에 심히 좋았더라”

우리를 하나님 자녀 삼아주셔서, 예배의 자리로 불러주시고 하나님께 예배하게 하심을 감사드립니다.

코로나19 기간에 주 7일의 예배자가 될 수 있었다. 그러나 처음부터 주 7일 예배자가 될 수 있었던 것은 아니다.

여러번의 시행착오와 영적인 흔들림 속에서 말씀의 갈급함은 해결되지 않았다

코로나로 인해 갈 수 없는 예배의 자리가 그림고, 성도간의 교제가 그림고, 그라티아의 커피가 그림고...

이런 시간들이 흘러 어느덧 모든 것이 무너지는 순간 주일에 한번 예배드리는 것으로 의무를 다했다고 여기며 지냈다

2021년 말씀을 중심으로 경건 훈련과 신앙 성장을 도모하기 위해 가정안에서 예배 그리고 신앙의 계승을 이어가기 위해 온라인 신앙 성장 프로젝트의 하나로 매일묵상이 시작되었다. 부푼 꿈을 가지고 매일 묵상하리라는 마음으로 접하게 된 매일묵상집 ...

드라마바이블을 이용하여 생생하고 현장감 있게 성경말씀을 읽고, 삶의 적

용과 물음에 답하며 기도하는 것이었다.

이 모든 것이 처음에는 익숙하지 않아서 생각과는 달리 뜻대로 되지 않았고 한번에 몰아서 묵상이 되거나 어쩌다 묵상이 되었지만, 목장예배를 드리기 위한 교재로 사용하면서 2021년 목장예배를 한번도 빠짐없이 드릴 수 있었다.

2022년이 되었지만 코로나19는 끝날 기미가 보이지 않는다. 대한민국 성인 남녀가 가장 듣고 싶은 뉴스는 코로나 19 종식이라고 한다. 인천에서 자영업을 경영하는 저 또한 코로나19가 종식되기를 학수고대하는 사람 중 한명이다.

자영업을 하면서 코로나로 인해 여러번의 위기가 있었지만 기회가 주어지는 대로 예배의 자리로 나아갈 수 있었고, 말씀으로 다시 심기일전하며 마음을 다잡고 지낼 수 있었다.

2022년 2월 과천으로 이사하면서 교회와 거리는 멀어졌고 그루터기를 어떻게 해야하나, 어떻게 하면 말씀을 내 것으로 만들 것인가, 목장예배를 어떠한 방향으로 이끌 것인가 기도하며 지내던 중 같은 목장에 계신 집사님이 매



일기도와 매일성경읽기 영상을 보내주셔서 보게 되었다.

아!!! 이것이다.

목장예배를 매일기도와 매일성경읽기 영상으로 같이 찬양하고 기도하며 줌 (zoom) 으로 드리고 있다. 한번에 몰아서 묵상을 하거나 어찌다 묵상을 하던 모습에서 탈피하여 이제는 온전히 매일기도, 매일묵상을 할 수 있게 되었다. 할렐루야!

새벽예배의 자리로 나갈 수 없는 현실에 주저앉지 않고 유튜브채널을 통해 매일기도와 고척교회 새벽예배 영상을 매일 9시에 드리면서 말씀으로 전신갑주를 입고 기도로 성령 충만하여 하나님 주신 오늘 하루를 어떻게 하면 은혜로운 날로 살아야 할 것인가 밑 그림을 그리면서 믿는자로서 하나님 앞에 부끄럽지 않은 하루, 은혜의 삶을 살아보려 한다.

코로나19 이전에는 교회에 나가 예배드리는 것만이 예배라고 생각했다. 그러나 코로나19 이후 우리의 예배 모습도 바뀌었다. 교회가 가정, 학교, 직장 등 어디서나 활용할 수 있는 예배 콘텐츠를 만들어 성도와 교제할 수 있는 폭을 넓힘으로써, 보다, 다양한 모습으로 하나님과 교제, 성도간의 교제가 이루어지고 있다. 모든 것을 이미 아시고 준비하신 여호와이레 하나님은 코로나19를 통하여 하나님을 만날 수 있는 다양한 채널을 가르쳐 주신 것 같다

한국을 IT 강국으로 만드셔서 언제 어디서나 예배의 자리로 우리를 부르신다.

나를 사랑하는 자들이 나의 사랑을 입으며 나를 간절히 찾는 자가 나를 만날 것이니라(잠언8:17) 는 말씀처럼 온·오프라인을 통해 예배의 자리로 우리를 부르시는 하나님! 주 7일 예배로 부르시고 인도하신 하나님을 찬양합니다.



# 정년퇴임 즈음에 늘 함께해준 아내에게 감사의 마음을

| 김 승 곤 안수집사(소망18)



**오직** 한 길 삼십여 성상을 공직의 길을 걸어왔습니다. 이제 공직의 길을 마감하여야 한다고 생각하니, 그동안 함께 일했던 많은 분과 근무했던 부서들 그리고 부딪혀왔던 많은 일이 파노라마처럼 펼쳐집니다.

때로는 가지 못한 길을 아쉬워 바라본 적도 있었지만 내가 서 있는 자리가 나의 꽃자리라 생각하며 살려고 노력했습니다. 하나님의 사랑 안에서 늘 감사하는 마음으로 살면서 아름다운 꽃을 피우고 싶었습니다. 고운 향기를 내는 꽃을 피우고 싶었습니다. 그러나 지난 세월을 뒤돌아보니 아름다운 모습도 고운 향기도 내지 못하였던 것 같은 아쉬움이 남아있습니다. 남을 배려하고 베풀어주는 삶보다는 현실이라는 삶의 테두리 안에서 나 스스로에 집착하며 살아왔을 때도 있었고, 불평불만을 하며 살아오기도 한 것 같습니다. 넉넉하지 않은 생활에 여러 번 이 사하면서 힘든 적도 있었고, 누구나 그러하듯이 저 또한 부서를 옮기고 승진 심사 시기가 되면 느끼는 불안과 갈등도 있었습니다. 그럴 때마다 저의 눈물을 닦아주시고 기도해주신 많은 분이 계셨기에 오늘이 제가 있다고 생각합니다. 특히, 부족한 저를 위해 늘 옆에서 버팀목이 되어 주고 응원해주며 기도로 늘 함께해준 아내에게 감사의 마음을 글로나마 전하고 싶습니다.

이렇게 정년퇴임이 다가오면서 앞으로 무엇을 해야 할까 고민도 하고 걱정도 하였습니다. 그러나 지금은 걱정하지

않습니다. 앞으로 무슨 일을 하고, '무엇'이 되는 것보다 '어떻게' 살아야 하는 것이 더 중요함을 깨닫게 되었습니다. 어려운 현실 속에서도 건강한 몸으로 정년까지 근무할 수 있게 하심에 감사하는 마음으로 살기로 하였습니다. 넘치는 사랑과 따뜻한 배려와 도움을 받고 살아온 만큼, 이제는 나누며 살고 싶습니다. 도움이 필요한 곳에 손을 내밀어 저에게 주신 사랑과 은혜를 갚으며 살겠습니다.

제가 공직에 있던 자리가 '꽃이 핀 자리'였다면 이제 공직을 떠나는 그 자리는 '꽃이 진 자리'가 될 것입니다. 그러나 꽃이 진 자리는 꽃이 시들었어도, 향기로운 열매를 맺는 소망의 자리가 됩니다. 이제 저의 인생도 새로운 시작이 될 것입니다. 그동안 공직에서 얻은 지혜를 바탕으로 더 아름답고 튼실한 열매를 맺는 삶을 살고 싶습니다. 꽃이 진 자리가 사라짐의 자리가 아니라, 빛살 고운 열매를 맺어 세상의 기쁨이 되듯이 저도 세상에 소망을 주고 기쁨이 되는 아름다운 삶을 살아가겠습니다. 하나님의 계획안에서 하나님께 영광 돌리며 감사하는 마음으로, 세상에 하나님의 사랑을 전하는 삶을 살겠습니다.



“최우수 A등급”, 국민건강보험공단 청구그린기관

## 좋은 날 좋은 사람들과 함께

| 윤 정 숙 권사(기쁨1, 희망주야간보호센터장)



## 좋은 날 좋은 사람들과 함께 하는 희망주야간보호

센터가 고척교회 희망의복지재단 산하시설로 2010년 4월 20일 첫 개원하여 올해로 12주년을 맞이 하였습니다. 현재 센터는 44명의 어르신들과 18명의 직원 2명의 사회복지요원이 생활하고 있는 작지 않은 규모로 운영하는 재가노인복지시설로 전문적인 요양서비스를 제공하고 있고 저는 3대 센터장으로 근무하고 있습니다.

사회복지사와 간호조무사 요양보호사 등 전 직원은 치매 전문교육을 이수하였고, 매년 노인인권 교육 및 직무교육을 통해 돌봄과 케어에 전문성을 갖추고 서비스를 제공하고 있습니다. 다양한 프로그램을 통해 어르신들의 인지 지원을 돕고 있으며 올해는 코로나와 변이오미크론 확산으로 인해 외부 강사 출입이 전면 금지되어 전문가와의 프로그램 진행은 어렵지만 우리 직원들이 각자의 달란트로 어르신들의 수준에 맞는 프로그램과 게임, 신체활동 등을 진행하고 있고, 매일 만나도 반갑고 행복한 센터가 되기 위해 저를 비롯하여 전 직원이 많은 노력을 기울이고 있습니다.

오미크론 확산으로 직원들은 매주 2회 PCR 검사와 신속항원키트 검사를 2회 실시하고 있고, 코로나로 안전한 센터가 되기 위해 매일 아침마다 실내외 소독과 송영 차량소독, 실내 환기, 발열체크 및 개인위생을 철저히 관리하고 있으며 이용 어르신들을 코로나로부터 안전할 수 있도록 최선의 노력을 다하고 있습니다.



우리 센터는 2019년에 서울형 좋은돌봄 인증을 받은 센터이며 건강보험공단에서 “최우수 A등급”을 받았으며 2020년도에는 청구그린기관으로 국민건강보험공단에서도 인정해 주는 좋은 시설입니다. 저희 직원들은 어르신들 섬김에 있어 존경과 배려를 최우선으로 하고 있고, 어르신들께서 아침에 일어나면 가고싶고, 보



고 싶은 사람들이 많은 행복한 희망센터가 되기 위해 앞으로도 더 노력할 것입니다. 희망가족이 함께 모여 생활하는 곳, 며칠을 쉬었다가 나오셔도 전혀 어색하지 않은 좋은 곳, 이곳이 바로 희망이 넘치는 희망주야간보호센터입니다. 앞으로 코로나가 종식되면 우리 센터는 어르신들을 모시고 가까운 곳으로 버스를 타고 소풍도 가고, 조별로 맛있는 음식점에 모시고 나들이 하는 행사도 준비하고 있습니다.

하루속히 코로나가 종식되길 기도하며 어르신들의 안전과 건강 행복한 노후를 우리 희망과 함께 하실 수 있도록 저희 직원들은 더욱 노력하겠습니다. 이 글을 보시는 성도님들의 기도 부탁드립니다^^



지붕 위에서 있던 그분들의 모습은

## 마음속에 있는 또 하나의 예배당!

| 지 용 옥 집사(섬김31)





그 지긋지긋한 “코로나”라는 단어가 어느 순간부터 너무 익숙해져 버린 2022년! 어느 해 보다 기다렸던 봄을 맞이합니다. 그래도 아직은 이 봄날의 향연이, 그 누군가에게는 뜨거운 여름일지라도, 싱그러운 봄의 여운이 우리 모두의 마음에 스며들기를 소망합니다.

우리 가족은 2006년 고척교회에 등록하였습니다. 하지만 저에게는 또 다른 교회가 마음속에 있습니다. 업무관계로 1998년부터 2014년 가을까지 16년간 매년 출석했던 교회이니 등록만 되어있지 않았지 제법 연차 있는 교인행세를 했습니다.

그곳은 위스콘신 밀워키한인침례교회로 당시 50여명의 성도가 예배 드리는 작지만 아름다운 교회로 기억합니다. 1998년 첫 출장에 찾아가서 16년간 매년 한 두 번씩 1~2개월 정도 머물렀으니 꽤나 정도 들었지요. 특히 오래전에 이민 오셔서 고국방문이 어려웠던 연배가 있으신 분들은 서울의 이곳저곳 안부 묻기에 바빴습니다. 어떤 이는 불법체류로 귀국이 어려우니 서울 가족에게 선물 전달도 부

탁하고 심지어 현금전달도 부탁하고 서울에서 물품 구매도 부탁하고 제법 색다른 쓰임새가 있었던 교제의 시절이었습니다.

그래도 가장 감명 깊었던 기억은 2007년 여름 교회 건축때 일입니다. 재정이 열악한 작은 교회에서 건축은 어려운 일이지만 그 어려움 속에서도 예배당이 완성되는 모습을 봤습니다. 성도들의 노력은 무한했었고, 더불어 미국 남침례단 소속의 알라바마, 펜실베이니아, 델라웨어주 등에서 모인 112명의 자원봉사자들의 헌신을 보는 건 감동의 시간이었습니다. 10여일 동안 13살부터 은퇴자까지 다양한 연령층에서 교회에서는 식수 외에는 어떤 것도 지원 받지 않고 헌신하는 모습은, 저에게는 잊을 수 없는 기억입니다.

참여하신 그분들이 좋은 직업을 갖고 있고, 좋은 환경이 있는 것도 아니라는 목사님의 첨언은 신앙생활에서 도전을 받을 때 한 번씩 생각나는 기억입니다. 당시 영어가 짧아서 많은 대화를 나누지 못했지만, 지붕 위에 서 있던 그분들의 모습은 그 어떤 교제보다 따뜻하고 강렬한 시간이었습니다.

돌이켜보면, 지금보다 덜 개방적이었던 90년대 후반, 2000년 초반에 해외 장기출장은 두려움도 함께 있었던 시절이었습니다. 하지만 세계 어디에 가든지, 나를 반겨줄 곳이 있다는 것은 너무나도 큰 축복이었습니다. 하나님께서 우리에게 주신 특권이지요~ 가끔 한번씩 홈페이지로 교회 모습을 보며, 이국에서 오랫동안 따뜻하게 품어 주었던 예배당을 바라보곤 합니다.





오랜만의 앙상블 연주...선교음악 대안학교를 꿈꾸며

## 내가 가야 할 길

| 이 미 라 집사(소망25, 모차르트 음악교습소원장)



주 안에 있는 나에게  
베데스다 관혁악

## 하하, 호호...

눈웃음 가득 찬 얼굴에 우아하고 예쁜 한복을 입고 삼삼오오 짝지어 거닐고 있는 모습이 내 눈에 들어온다. 친구끼리 연인끼리 커플 한복을 입고 경복궁, 한옥마을을 거닐고 있는 사람들과 벚꽃, 목련화가 봄을 화려하게 장식하고 있는 정경들

에 나 또한 마음이 들뜨며 미소가 지어졌다.

어둡고 긴 터널의 코로나가 사라진 듯한 착각이 들 정도로 사람들의 모습은 즐거워 보였다. 나 또한 즐거워하는 사람들에 동요되어 검정 정장에 바이올린을 메고 가벼운 발걸음으로 가회동 성당을 향했다. 아름다운 시작을 하는 신랑 신부를 축하하기 위한 연주를 하러 가는 길이었다. 오랜만의 앙상블 연주였다.

코로나로 인해 연주활동이 거의 발목인 게 2년이었고 학생들을 레슨하면서 장시간 마스크를 써야 하는 상황속에 얼굴에 트러블이 생겨 속도 상했다. 가장 안타까운 것은 예배모임이 활성화되지 못하고 찬양을 마음껏 못하는 것이 가슴 아프고 긴 시간이었다.

새벽기도 때마다 간절히 코로나 종식을 기도하고 있었는데 봄꽃을 즐기며 북적이는 사람들을 보면서 드디어 끝나려나하고 기대해 보는 하루였다.



연습, 연주, 레슨... 나에게 음악은 내 삶의 대부분을 차지한다. 하나님께서 주신 달란트로 제자양성과 음악지도자의 길을 걷고 있다.

음악을 배우고자 하는 사람들을 지도할 때 오히려 스트레스가 풀리는 달란트를 주심에 감사드리고, 찬양 연주를 할 때 악기를 전공할 수 있게 이끌어 주신 하나님께 또한 감사를 드린다.

복음을 전할 수 있는 곳이면 어느 곳이든지 달려가 연주하는 것이 나의 기쁨이고 소망이다.

오늘도 나의 꿈이자 목표인 선교음악 대안학교를 꿈꾸며 주님이 명령하신 "땅끝까지 이르러 내 증인이 되리라"라는 말씀에 순종하여, 복음 전파하며 살기를 기도한다. 하나님 곁으로 가는 그 날까지~^^

하나님은 천사를 통해서 필요한 것들을

## 하나님의 은혜로 사는 삶

| 이 강웅 전도사(청년부)



우물가 편집팀으로부터 우물가트위터 원고 요청이 들어와 고심 끝에 현재 제가 사역을 하면서 어떻게 하나님의 은혜를 누리고 있는지를 나눠드리면 좋겠다고 생각했습니다.

작년에는 청년부 양육과 새내기 마을을 맡았습니다. 그때는 지금보다 코로나에 더 예민한 시기였고, 체력적, 경제적으로 부담이 되어 매주 서울-광주를 왕복하지 못하고, 주로 온라인으로 사역을 진행했습니다. 그러나 금년에는 청년 1부를 담당하게 되면서 매주 서울-광주를 왕복해야만 했습니다.

작년과 비교해볼 때 금년 상황은 그리 녹록지만은 않았습니니다. 그럼에도 불구하고 제 모교회의 청년들을 더 섬기고자 하는 마음으로 사역을 했고, 지금도 그 마음으로 즐겁게 사역을 하고 있습니다. 그런 제 마음을 하나님이 예쁘게 봐주셨던 걸까요? 주변에서 여러 도움의 손길을 통해 불가능할 것 같았던 청년부 사역을 감사하게도 지금까지 지속할 수 있었습니다.

운동을 통하여 체력을 보충해주셨고, 배고플 때는 학교 동기 등, 가족, 지인들이 먹을 것을 주셨고, 궁핍할 때는 생각지도 못한 곳에서 필요한 만큼의 재정을 주셨습니다. 그저 감사하고 감사할 따름입니다.

지나온 제 삶을 묵상하며 엘리야가 하나님이 맡겨주신 사역을 하고서, 이세벨에게 쫓겨 달아나는 중에도 하나님은 천사를 통해서 그에게 필요한 것들을 공급해주신 이야기가 떠올랐습니다.(왕상19:1-8) 지금도 여전히 현실적인 고민들을 합니다. 그렇지만 고민을 하고서 절망하기 보다는 기도하며 제 자리에서 최선을 다해 맡겨주신 자리에서 섬기며, 그때그때 하나님이 주시는 은혜로 살아가고자 합니다.

저는 주님의 은혜 없이는 아무것도 아니며, 나의 나 된 것은 전부 다 하나님의 은혜이기 때문입니다.(고전 15:10)

이 글을 읽는 모든 성도분들에게도 동일한 하나님의 은혜가 임하기를 축복드립니다.





태초에 빛을 창조하신 하나님의 오묘한 섭리

## 내 삶의 낭만, 스마트폰 인생 샷

| 김 인 순 권사(소망19,새가족영접 팀장)



빛을 받는 모든 피사체의 아름다움을 담는 내 삶의 낭만, 스마트폰으로 찍어내는 인생샷들은 지금 제 일상의 즐거움 그 자체입니다.

매주 화요일 스마트폰 들고 낭만 여행을 떠납니다. 겨울바람에도 빠알간 자태를 뽐내는 제주도 동백꽃 정원 마노르블랑, 어릴적 향수를 부르는 동인천 수도국산 달동네 박물관, 겨울에도 싱그러운 식물이 가득한 마곡 서울식물원, 고향같은 강화도, 너른 들판과 분위기 좋은 카페, 이국적인 빨간 벽돌집 미군 장교들의 숙소였던 용산공원, 꽃보다 꽃 구경하는 사람들이 더 많은 창덕궁 봄꽃 출사와 아



기자기한 연남동 골목투어 등...

스마트폰 사진반이 아니었다면 알지 못했을 예쁜 장소들과 열정적인 사진쟁이의 수고로 탄생하는 인생샷! 빛을 받는 모든 피사체의 아름다움을 보며, 태초에 빛을 창조하신 하나님의 오묘한 섭리를 느끼곤 합니다. 미소만큼 사람의 얼굴을 아름답게 만드는 것은 없다는 것도요.

출사 후 숙제 사진을 고를 때는 맘에드는 사진이 별로 없어 고민이 많기도 하지만 추억의 사진을 보는 것은 언제나 즐겁습니다.

오늘도 해피. 치즈. 스마일!!



## 평생 건강운동법

| 정 동 춘 CRC운동기능회복센터 원장(섬김 남성)



어떤 운동이 나에게  
이로울까요?

평소에 늘 쓰는 근육을 길어지게 해서 평소보다 약하게 수축하게 하거나 동시에 덜 쓰는 근육을 더 많이 쓰게 하는 운동이 몸에 이롭습니다. 우리들의 대표적인 자세를 순서대로 보면 앉기, 눕기, 서기, 걷기, 달리기 기타(물건 들기 등)입니다. 가장 많은 자세인 앉기는 발목, 무릎, 힌, 팔꿈치가 거의 90° 가깝게 굽혀져 있고 입은 닫고 있으며 고개는 약간 앞으로 숙여져 있고, 팔은 겨드랑이 붙여진 상태에서 약간 앞으로 나와 있습니다.

앉기 자세에 적응된 근육과 관절은 눕기, 서기, 걷기 등의 다른 자세를 취할 때 불편감이나 통증을 유발할 수 있습니다. 그렇다면 모든 운동은 앉기에 의해 굳어진 근육과 관절의 뻣뻣함을 깨는 행위일 수 있습니다. 다음 5가지 권장운동은 좌식생활을 통해 생긴 굳어진 몸의 문제를 해소하는 데 도움을 줍니다.



## 1) 앉기와 서기-걸기를 적절히 하기

- ☞ **방법:** 1~2시간 앉아있었다면 최소 5분~30분은 서거나 걷기를 포함시키는 것입니다. 계속 서 있거나 걷는 것은 오히려 해롭습니다.
- ☞ **기준:** 효율성입니다. 지루함, 싫증, 신체부위가 빠근하고 묵직해짐, 쾌적하지 않음 등이 느껴지기 시작하면 중단하고 반대 활동으로 이동하시면 됩니다.
- ☞ **효과:** 최소한 찌뿌드드한 몸 상태는 나타나지 않습니다.



준비자세



운동

## 2) 골반 균형운동

좌식생활의 큰 폐단 중 하나는 엉덩이 근육이 약해져 늘어지고 허리근육이 단단해져 짧아지는 것인데 이로 인해 요통이 발생되고 걸음걸이도 이상하게 변합니다. 이 운동은 이 문제를 예방하고 개선시켜 줍니다.

- ☞ **준비 자세:** 누워서 무릎을 90도로 굽혀 세웁니다.
- ☞ **운동:** 엉덩이 근육을 수축하여 꼬리뼈를 말듯이 올립니다. 허리는 바닥에 닿아 있도록 하고 허리 근육을 수축하려는 마음을 가지며 긴장시킵니다. 10초 유지, 2회 반복합니다.
- ☞ **효과:** 엉덩이 근육과 허리근육의 균형을 잡아주기 때문에 허리, 힙, 허벅지 부위에 불편감이나 통증이 상당 부분 감소됩니다.



준비자세



운동

## 3) 척추 균형운동

오래 앉아있으면 척추가 뻣뻣해져 휘어지기도 하고 굽기도 합니다. 뻣뻣해지면 심장이나 허파, 내장기관에도 많은 영향을 미치기 때문에 이 운동을 매일 꾸준히 하시면 자세도 바르게 되고 자율신경도 개선될 수 있습니다.

- ☞ **준비 자세:** 누워 두 무릎은 90도로 굽혀 양쪽으로 약간 벌려 세웁니다. 너무 다리에 힘을 주지 않도록 합니다.
- ☞ **운동:** 가슴 뒤쪽이 축이 되도록 좌우로 흔들어줍니다. 처음에는 20cm 정도 흔들다가 점차 늘려 허벅지 양쪽이 바닥에 닿도록 합니다. 50회 1세트.
- ☞ **효과:** 뻣뻣한 척추를 부드럽게 하여 심신을 평온하게 만들어 좋은 체감을 줍니다.



준비자세



운동

## 4) 발목 균형운동

우리는 눈만 뜨면 체중을 발에 싣기 때문에 종아리가 쉽게 뻣뻣해집니다. 종아리가 뻣뻣해지면 발, 종아리, 무릎을 포함해 거의 허리나 전신 문제로까지 진

전되기 쉽습니다. 이를 해소시켜주는 운동이 바로 발목균형 운동입니다.

☞ **준비:** 가까운 계단이나 문턱으로 이동합니다.

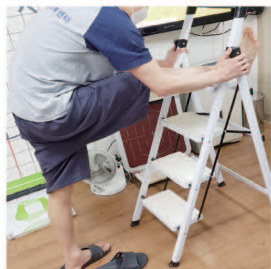
☞ **준비 자세:** 계단 턱에 한 쪽 발끝을 걸고 섭니다

☞ **운동:** ① 뒷꿈치를 앞꿈치보다 더 아래로 내립니다. 종아리가 심하게 아프신 분은 아픔이 줄어드는 지점까지 뒷꿈치를 들어올려 줍니다. 도저히 아파서 하기 힘든 분들은 이 운동은 하지말기 바랍니다. ② 내린 뒷꿈치를 1~2mm 올립니다. ③ 이 상태에서 발끝을 무릎 쪽으로 당겨 올리는 노력을 합니다. 10초 유지, 2세트 반복합니다.

☞ **효과:** 걷기가 수월해지고 무릎이나 허리도 편해집니다.



준비자세



운동

## 5) 무릎 균형운동

☞ **준비:** 가까운 곳에 있는 책상이나 난간(1m 정도 높이)으로 이동합니다.

☞ **준비 자세:** 책상 모서리 밖으로 뒷꿈치가 나가도록 하여 종아리를 책상이나 난간 위에 올리고 무릎은 약간 구부립니다.

☞ **운동:** 무릎을 구부린 채로 무릎을 펴는 노력을 합니다. 이 때 무릎이 펴지지 않도록 버텨줍니다. 10초 유지, 2세트 반복합니다.

☞ **효과:** 걷기가 수월해지고 무릎이나 허리, 소화기능도 개선됩니다.

**이상의 5가지 운동을 매일 수시로 실천하시면 더 좋은 컨디션으로 불편 없이 일상생활을 영위하실 수 있을 것입니다.**

## 세상의 밍고 나쁜 모습은

## 찾아볼 수 없었던 전도사님

| 홍 희 자 집사(서로사랑복지센터장)

늘 밍고 싶은 이행진 전도사님. 벌써 사월도 중반으로 달려갑니다. 그 래서인지 조금만 눈을 돌리면 온갖 봄꽃들의 향연을 만끽할 수가 있어서 참 감사한 날들의 연속입니다. 었그제는 오래전 전도사님과 같이 걸었 던 안양천 벚꽃 길을 걷고 왔어요. 전도사님과 같이 걸었던 그 날처럼 벚꽃이 활짝 피어 있어서 저절로 전도사님 생각이 많이 났습니다.

전도사님! 밍지 못한 시간 동안도 잘 지내고 계시는지요? 순간순간 불현 듯 전도사님 생각을 하게 되곤 합니다. 전도사님과 함께했던 시간은 매일이 배움의 연속이었죠. 전도사님에게는 세상의 밍고 나쁜 사람이 단 한 명도 자리하지 않았어요. 하여, 제가 어쩌다 뉘둡화라도 하면 조용한 어조로 “다른 사람을 사랑할 때 가장 중요한 것은 겸손한 자세 이다”라고 하셨던 말씀은 세월을 지나고 보니 저를 성숙시켜 주는 순간 순간의 말씀이 되었습니 다.

전도사님! 전도사님과 같이했던 시간 동안 전도사님께서는 늘 훌륭한 생활의 안내자였습니다. 전도사님 자신을 위해서는 단돈 만원도 쓰기 힘들어 하면서 주변에 어려운 학생들을 위해서 선뜻 지인들에게 학비 를 모아 건네주는 모습들은 많이 닮아 가려고 해도 잘되지 않음을 느낄 때가 참으로 많습니다.



## 사랑하는 큰딸을 시집보내며

### 자신의 반쪽을 버리고 배우자의 반쪽을

| 김 영 남 안수집사(소망 남성)

눈에 넣어도 아프지 않은 나의 사랑스러운 딸, 어릴 때부터 야무지고, 똑 부러진다고 늘 동네 어른들이 칭찬하고 귀여워해 줬는데 어느덧 성장하여 사위 될 사람을 집으로 인사시키러 온 너를 보며 깜짝 놀랐단다.

남들처럼 풍족한 생활을 영위한 것도 아니고, 그렇다고 하고 싶은 것도 제대로 못 해준 아빠를 늘 이해해주고 아빠 편을 들어주었던 사랑스런 딸

고등학교를 갓 졸업한 해, 어느 날 처음으로 자정을 지나 늦게 들어온 너에게 화를 내며 손찌검했던 기억이 나는구나... 채원아, 그땐 정말 아빠가 미안했다 지금도 너의 가슴에 상처가 되고 있지는 않은지... 아빠를 용서하렴...

사위와 함께 예쁜 가정을 꾸려 행복하게 살아가길 바란다. 아빠는 너를 시집 보내는게 아니라 든든한 아들 하나 얻었다고 생각한다.

결혼은 자신의 반쪽을 버리고 배우자의 반쪽을 채워 하나가 되는 것이란다. 그래서 두 사람이 서로를 믿고 의지하며 이해해주고 존중하며 사랑하는 마음 변치 않길 바란다. 인생을 살다 보면 행복한 일만 있는 건 아니야 힘든 일도 생기기 마련이지 그럴 때 마다 서로의 어깨에 기대어 믿고 의지하여 누구보다 슬기롭고 지혜롭게 헤쳐나가는 현명한 부부가 되길 바란다.

사랑하는 딸아 무엇보다도 너의 결혼생활이 하나님 보시기에 귀하고 아름다운 가정으로 그리고 형통의 복을 누리며 축복의 삶을 살길 기도하마. 아빠가



전도사님! 코로나가 우리에게 오던 날부터 맘 놓고 같이 식사도 못 하고 지나온 것 같은데 이제 코로나도 종착역을 향해 가고 있는 듯하니 조만간 만나서 맛있는 것도 먹고 전도사님 좋아하는 꽃 구경도 실컷 했으면 좋겠습니다.

모쪼록 만나는 날까지 더욱 건강 잘 지키고 계시기를 기도하면서 이만 줄이려 합니다.

2022년 4월 9일

전도사님을 참 좋아하는 홍희자 드림.

# 이행진 전도사님은 2008년-2016년까지 본 교회 희망의복지재단 등에서 사역하셨고, 서로사랑복지센터장(고척2동 소재) 홍희자 집사님은 2014년-2017년까지 이행진 전도사님과 함께 사역하였다.



왼쪽부터 두 번째가 딸자인 홍희자 센터장 세 번째가 이행진 전도사





도시 속의 공원이 주는

여유 N Healing

7탄

서울 북동쪽 중랑천 이화교에서 묵동교까지

서울 장미 축제

| 글·사진 이은경 집사(사랑 39, 편집위원)

바야흐로 꽃의 계절 봄이 왔습니다.

봄은 꽃들의 개화를 보며 계절의 변화를 더 확연히 느낄 수 있습니다.

3월에 남쪽 지방부터 피기 시작하는 매화를 선두로,  
도심 곳곳에 무심히 피어나는 노랑 노랑한 개나리와 산수유,  
그리고 잔인한 달 4월에 피는 목련과,  
갑자기 피어나 봄비와 함께 쉽게 저서 더 아쉬운 벚꽃에 이르기  
까지...  
꽃들의 개화 순서를 따라 우리는 봄을 맞이하고 보내곤 합니다.

목련과 벚꽃이 다 지고 난 5월이 되면, 붉은 장미들이 빛 잘  
받은 골목길 담장에서부터 피어나기 시작합니다.

그래서 이번 호에서는 그 화려함과 아름다움에 사람들의 시선  
과 주목을 한 몸에 받는 장미를 만나러 떠나보길 바라며 <서울  
장미 축제>가 유명한 한 곳을 소개해 보려합니다.







구로구의 대각선 방향인  
서울의 북동쪽에 길게 뻗  
은 하천 중랑천.  
그 중랑천 길을 따라 조성  
된 공원과 꽃길이 너무나  
아름답다는 걸 필자인 저  
도 작년에야 처음 알았습  
니다.  
해마다 5월이 되면 매우 유명한 <서울 장미 축제>가 그 곳에서 개최되고 있었습  
니다.



**1호선 신이문역에서 가까운 이화교를 시작으로 6호선 태릉역 근처인 묵동교  
까지 이어진 장미터널은 정말 필자가 출사 때 찾았던 장미 공원 중 최고의 명  
소라고 소개하고 싶습니다.**

장미터널도 길게 이어지고, 아기자기하게 꾸며진 장미공원과 인생샷을 찍을 수 있  
는 포토존도 잘 만들어 놓았고, 수십여 종의 다양하고 아름다운 색깔과 모양의  
장미를 맘껏 즐길 수 있는 명소입니다.







거리가 좀 있다 보니 자주 찾지는 못하는 곳이지만, 이번 5월에는 사랑하는 친구나 가족들과 중랑천 길을 따라 피어난 꽃들과 특별하고도 행복하게 힐링의 시간을 가져 보시길...



게다가 중랑천변 자전거 도로 쪽에 조성된 다양한 일년생 꽃들과 유채꽃밭은 제주도 부럽지 않은 포토존을 선물해 줍니다.

매년 장미 축제는 5월 초순부터 말까지 거의 한달 가량 진행되니 주중에 오후 빛이 부드러운 시간에 지하철 타고 산책 삼아 한번 방문해 보기를 권합니다. 사람이 많긴 하나 비교적 널찍하고 규모가 커서 장미 축제를 즐기기에 무리가 없는 좋은 장소입니다.

아름다운 형형색색의 장미에 눈도 즐겁고, 수백만 송이 장미가 뿜어내는 향기에 마음도 취하는 행복한 5월의 어느 멋진 날이 되길 바랍니다.

서울의 서남부에 위치한 구로구는 안양천 길을 따라 심겨진 벚꽃이나 안양천 공원에 조성된 꽃밭에 충분히 행복하지만, 우리 동네에서 그리 멀지 않은 서울의 북동쪽에도 중랑천을 따라 멋진 꽃밭이 조성되어 있다는 것 또한 참 감사한 일입니다.





## 자연에서 놀면서 배우는 행복

정 애 희 권사(사랑39, 구립고척어린이집 원장)



일 년 365일 늘 생동감이 넘치고 활기차게 하루하루 일과를 보내며 생활하고 있지만 봄이 되면 아이들과 함께 텃밭과 정원을 가꾸기 위해 어린이집의 하루는 더 바빠집니다. 아이들을 돌보고 교육하면서 중요하게 생각하는 교육 철학이 있다면 자연 속에서 놀면서 배우는 지속 가능한 생태교육을 실천하는 것입니다.



교육학자 몬테소리는 “살아있는 자연은 인간을 직접적으로 교육하는 힘이 있다.”라고 하였고, 루소는 “자연은 교과서이다.”라고 말하였습니다. 그만큼 자연이 주는 교육적 가치와 배움이 있다는 것을 알기에 자연과 접촉할 수 있는 환경을 만들어주고 아이들이 식물과 가까이할 수 있도록 지원하는 것이 가치 있는 교육이라 생각합니다.

그래서 봄이면 아이들과 함께 꽃과 나무도 심고, 다양한 씨앗과 모종을 심어 자연을 가까이할 수 있는 환경을 만들어주고, 자신이 심은 식물을 돌보고 다양한 식물들과 함께 지내면서 자연 안에서 보물을 발견하고 자연과 공존하는 법을 배울 수 있도록 지원합니다.

아이들은 텃밭 정원을 가꾸면서 작은 벌레들과 만나고 식물을 키우기 위해 햇빛과 바람과 물에 대해 이해하며, 식물의 작은 변화를 예리하게 알아차리는 관찰력을 키우고 생명의 귀중함과 함께 성장하면서 식물에 대한 기대와 희망을 배우고 인성교육과 다양한 배움이 텃밭 정원에서 이루어집니다.

실제로 어린이집 텃밭 정원에서는 하루 일과를 마치고 집으로 돌아가는 아이들은 너 나 할 것 없이 텃밭 정원으로 달려가 자신이 심은 다양한 작물 앞에서 “딸기야 잘 자라”라고 인사하며, 어떤 날은 “가지야 미안해 오늘 내가 점심시간에 너를 먹지 않아서” 어떤 아이들은 “엄마 오이가 5개나 달렸어”라며 오늘 배운 배움을 부모와 나누면서 다양한 방법으로 자기 생각과 감정과 배움을 표현합니다.

이처럼 텃밭 정원은 오감을 자극하고 아

이들의 감각 통합적 지식을 쌓는 데 도움이 되며 자연스럽게 인지발달로 연결됩니다. 또한 다른 사람과 함께 협력하면서 협동심과 책임감을 배우고 관계 맺는 방법을 익히게 되고 식물을 가꾸면서 정서가 더욱 풍부해지고, 몸이 건강해지며 생명과 환경을 존중하는 마음이 생기고 수확의 기쁨을 알게 되고 자연의 소중함을 깨닫게 됩니다.

아이들에게만 자연이 주는 배움과 행복이 있는 건 아닙니다. 어른에게도 식물이 건네주는 위대한 위로가 있습니다. 나이가 들면서 프로필 사진에 가장 많이 올라오는 것이 꽃이라고 합니다. 그만큼 자연이 주는 위로가 크다는 말이겠지요. 코로나가 장기화하면서 코로나 블루로 인해 많은 사람이 우울감에 빠져 있는데 내 삶 가까운 곳에 식물을 두고 기르고, 보면서 하나님의 창조 섭리와 위로하심을 경험하는 건 어떨까요?

식물을 기르고 돌보는 활동을 통해 일상에서 삶의 작은 변화를 만나고, 자신을 살리는 즐거운 놀이와 배움을 경험할 수 있기를 기대하며, 흙과 씨앗 몇 알 그리고 물과 햇빛과 바람을 통해 당신의 삶이 행복해지기를 소망합니다.





## L-12, M12 헌신예배

L-12와 M12 공동체가 각각 지난 2월6일과, 20일 찬양예배시간에 헌신예배를 드렸다. 한충성 목사님과 김세중 목사님의 설교와 특별순서로 찬양의 시간과 각각의 공동체를 위해 함께 기도하는 귀한 시간이었다.



## 교회학교 교사헌신예배

지난 2월13일 주일은 우리교회가 정한 제42회 교육주일이었습니다. 1-4부 예배 중에 장학헌금을 작성했으며, 오후 찬양예배는 교회학교 교사 헌신예배로 김성중 교수(장신대기독교교육학과)의 “코로나 시대 하나님께서 기뻐하시는 교사” 제목의 설교와 근속교사 표창 및 어와나 시상식 등으로 진행된 가운데 모두가 은혜로운 시간을 가졌습니다.





## 부활주일

고난주간 특별새벽기도회가 오전 5시 30분부터 은혜 대예배당에서 차동혁 목사님의 설교와 인도로 지난 11일부터 16일까지 있었습니다. 16일(토) 오전 10시부터는 교회사랑 대청소가 교구, 부서, 자치회의 적극적인 동참으로 잘 마쳤습니다.

또한, 17일에는 부활주일을 맞이하여 촛불새벽기도회가 있었고, 부활주일에는 1-4부 예배시 조재호 위임목사의 집례로 성찬식과 3부 예배 후 1층 로비에서는 “부활절 맞이 버스킹”과 오후 찬양예배로 시온찬양대의 부활절 칸타타가 열려 모든 성도들이 은혜로운 부활주일을 보냈습니다.



## 맛씀 따라 쿵쿵쿵! 믿음이 쑥쑥쑥!

| 장 은 주 목사(영아부)

2022년 우리교회 영아부는 “말씀으로 쑥쑥!  
하나님 안에서 기뻐해요!”라는 교육주제 아래

(1) 하나님 안에서 말씀으로 쑥쑥 자라가요

(2) 우리 가정과 이웃 모두가 하나님께서 기뻐하는 “예수님 닮은 삶을 살아요”라는 교육목표를 가지고 신앙교육훈련을 하고 있습니다.



지난 1/4분기 동안 진행되었던 영아부 신앙교육의 주제와 내용에 대해 간략히 소개해드리겠습니다.

1월에는 ‘우리를 향한 하나님의 약속’이라는 월 단원 주제 아래, 하나님의 약속이 무엇인지 구약 말씀을 통해 배우고 확인하였습니다. 또한 특별활동으로 설 명절을 맞아 명절놀이를 하면서 온

가족이 즐거운 시간을 보냈습니다.

2월에는 ‘하나님의 약속을 받은 믿음의 사람들’이라는 월 단원 주제 아래, 노아, 아브라함, 리브라, 야곱, 요셉 등 하나님의 약속을 믿고 따른 사람들을 통해 하나님께서 어떻게 약속을 이루시는지 알게 되는 시간을 가졌습니다.







3-4월에는 '하이성품스쿨'의 <감사>커리큘럼을 통해 성품교육과 훈련을 하였습니다.

감사는 단순히 고마운 감정이 아니라, 하나님과 사람에게 받은 은혜를 알고 고마운 마음을 말과 행동으로 표현하는 것입니다. 코로나 뿐 만 아니라 사회와 문화, 일상의 여러 가지 상황들이 우리로 하여금 감사를 하지 못하게 하는 시대를 살아가고 있습니다. 감사가 없으면 기쁨도 사라지게 됩니다. 이번

<감사>성품교육을 통해 많은 가정들이 감사의 참된 의미를 알게 되었고 기쁨을 되찾았다고 하였습니다. 또한 매일의 감사를 통해 감사의 기적과 축복을 경험한 고백들을 듣게 되었습니다. 얼마나 감사한지요!

하나님께서 우리를 하나님의 자녀로 선택하셨습니다. 모든 아버지의 마음은 자녀가 기쁘고 행복하게 성장하길 원하지요. 우리를 향한 하나님 아버지의 마음도 동일하십니다. 매일의 일상에서 우리의 삶이 행복하고 기쁘게 살아가길 원하십니다.

사랑하는 영아부 아이들과 부모들이 하나님 안에서 하나님의 말씀으로 몸과 마음과 생각이 쑥쑥~ 성장하고 참 기쁨과 평안을 누리게 되길 소망합니다.



## "큰별 작은별 친구들아~ 반짝반짝 예쁘게 빛나렴!"

| 정 윤 경 목사(유아부)

큰별(5세), 작은별(4세) 친구들을 유아부 예배 현장에서 많이 만날 수 있기를 기대하고 기도하며 2022년을 시작했습니다. 여전히 현장 예배의 회복이 더디되고 있음에 안타까움도 크고 아쉬움도 많습니다.



올해 유아부는 “복음이 내 마음에 쑥, 세상에 숭!”이라는 주제로 믿음의 달음박질을 가정과 교회가 함께 달려가고 있습니다. 새해 첫주일 영아부에서 올라온 친구들은 엄마 아빠와 떨어지지 못해 울기도 하고 유아부 예배환경과 선생님들을 무척 낯설어했습니다. 그러다 어느 순간 담임선생님과 유아부 예배에 잘 적응하고 있는 귀요미 친구들을 보면 어찌나 든든한지요. 찬양 울동 시간에는 온몸으로 찬양하는 모습에 선생님들도 명달아 신이 납니다. 우리 하나님의 이름을 높이는 영광의 찬송이어서 그렇겠지요. 이제는 선생님들의 인사에 반갑게 반응도 하고 혼자서도 제법 예배를 잘 드리는 모습에 흐뭇한 마음입니다. 이렇게 한 뼘씩 믿음이 자라가는 것을 실감합니다.

매주 유아부는 가정으로 유아부 알림 소식과 함께 가정에서 주제 말씀 쓰기 와 가정예배 활동지를 통해서 아이들의 신앙성장을 돕고 있습니다. 또한 현장 예배에 참석한 친구들은 예배후에







반별로 만들기 활동과 쓱쓱 놀이터를 통해서 신체활동을 합니다. 예배를 통해 배운 말씀을 오감 활동을 통해 강화하고, 재미있는 신체활동을 통해 말씀을 가까이 경험하는 것입니다.



그리고 3월부터는 고척하이성품스쿨 다섯 번째 성품 “감사”가 시작되었습니다. 무엇보다 사순절이라는 절기와 함께 감사성품을 배우고 익힘으로 예수그리스도께서 이 땅에 오시고 우리를 위한 하나님의 그 사랑에 감사함을 말과 행동으로 표현하는 데 시너지효과를 가지게 된 것 같아 감사합니다.

언제쯤 현장예배가 북적북적해질지 알 수 없지만 여전히 아이들을 기다리는 선생님들, 그리고 현장예배와 온라인예배에 변함없이 그리스도인으로서의 자리를 지켜가고 있는 큰별 작은별 친구들과 부모님들을 응원하고 축복합니다. 그리고 사랑합니다.





## 하나님을 기억해요! 교회를 기억해요! 우리의 신앙 두드림은 계속됩니다!

| 이 지 혜 목사(유치부)

올해도 교회 현장예배에서 모든 아이들과 함께 예배 드리는 것이 쉽지 않고, 부모님들과 얼굴을 대면하여 만나는 것 또한 쉽지 않은 현실이지만, 우리의 아이들과 부모님들을 향한 두드림은 올해도 계속되고 있습니다.

우리 유치부에서는 현장과 온라인으로 예배를 진행하며, 감사 성품교재 그리고 사순절 기간 말씀쓰기와 스티커&컬러링북을 보내고, 성품활동 전에는 총회 공과지와 편지글을 담아서 아이들에게 보내는 작업을 지속적으로 진행해 오고 있습니다. 아이들과 부모님들이 현장 대신 온라인으로 예배를 드리고 있지만, 교회를 기억해 달라고 예배의 자리를 기억해 달라고, 결국은 우리 아이들과 부모님, 우리 모두의 주인되시는 하나님을 기억하라고! 잊지 말라고, '신앙의 두드림' 작업을 계속하고 있는 것입니다.

2022년 부활주일을 우리교회 유치부 아이들과 부모님들이 기억하고 의미있게 보내게 하기 위한 작업들을 준비 중에 있습니다. 우편 엽서를 보내고, 선생님들이 아이들을 기억하며 사랑의 메시지를 직접 적어서 부활절 달걀과 함께 가정에 보내는 것입니다. 예수 부활의 의미와 기쁨을 가정이든 현장이든 예배 드리는 모든 가정에 동일하게 전달하고자 하는 사랑의 마음이, 자발적인 헌신을 만들어내는 것이라고 생각합니다. 교사들의 헌신이 건강한 교육부를 만들어 갑니다.



또한 우리 유치부 '교사 줌 기도회'가 작년 1월부터 지금까지 계속 진행중입니다. 많은 수의 교사는 아니지만, 기도의 자리를 기억하고, 개인에서부터 교회와 나라와 이웃을 위한 기도를 이어가고 있습니다. 기도의 응답을 간증으로 나누며 얼마나 감사했는지 모릅니다. 그 기도의 자리를 기뻐하시며 함께 하시고 계시는 하나님을 찬양합니다!



“ 믿음을 지켜가고 있는 우리 세대가, 우리의 다음세대에게 신앙을 아름답게 전승하는 일은 우리에게 부여된 막중한 책임입니다. 하나님이 일하시고 계시니 우리도 우리에게 허락된 믿음의 구간을 겸손히 함께 감당하며 걸어갈 것입니다. ”



2022년

## 유년부의 새로운 시작!



| 윤 정 환 전도사(유년부)

유년부 학생들은 벌써 코로나로 3년째 마스크를 착용한 채로 예배를 드리고 있습니다. 4월에 접어든 지금 봄꽃과 함께 어느새 다가온 봄 날씨처럼 조금씩 일상의 회복이 우리에게도 다가오고 있는 것 같아 하나님께 감사드립니다. 유년부는 이제 1학년부터 3학년까지 코로나와 마스크 없는 학교생활을 해보지 못한 아이들로 채워졌습니다. 하루빨리 아이들이 친구들과 재미있게 뛰어노는 즐거운 학교생활을 만끽하는 날이 왔으면 좋겠습니다.

유년부는 올해 “복음만이 우리를 새롭게! 세상을 이롭게!”라는 표어로 출발했습니다. 올해 유년부의 교육목회는 거짓이 진리로 포장되어 홍수처럼 쏟아

아지는 이 시대 가운데 다음세대가, 특별히 유년부 아이들이 하나님의 말씀으로 세상에 빛을 밝히는 세상의 등불과 같은 역할을 감당할 수 있도록 말씀





안에서 성장하는 것을 목표로 나아가고 있습니다. 또한 어린이들에게 학교뿐만 아니라 그 외에 아이들이 속해 있는 공동체들 속에서 말씀을 배우고 실천함으로 자신을 새롭게 함과 동시에 어린이들이 하나님의 말씀 안에서 함께 세워지는 하나님의 백성이요 교회임을 알고, 하나님의 말씀을 배우고 삶에서 표현할 수 있는 자녀들로 자라날 수 있도록 부서를 섬기는 교역자와 교사들은 최선을 다하고 있습니다.

그리고 하이성품스쿨 '감사' 성품훈련을 통해 일상에서, 또한 말씀 속에서 배우는 '감사'성품을 통해 어떠한 상황에서도 하나님께 감사한 일들을 찾아내고 진정으로 감사하며 살아갈 수 있는 아이들로 훈련받을 수 있도록 각 가정과 협력하고 있습니다. 특별히 3-4월 중에는 사순절 절기교육을 통해 하나님께서 이 땅에 예수 그리스도를 보내주신 진정한 이유를 제대로 알고 하나님의 구원의 은혜에 감사드릴 수 있도록 절기교육또한 놓치지 않기 위해 노력하고 있습니다.

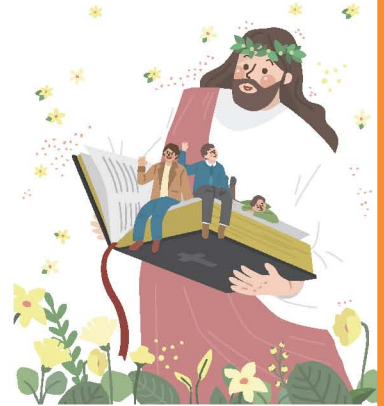
2022년이 아직도 절반 이상 남아있지만 아이들이 마음껏 뛰어놀며 교회 안에서 신앙생활을 이어나갈 수 있도록, 아이들의 신앙 성장을 위해 앞으로 계획하고 실천해 나아갈 유년부의 많은 사역들 위해서 성도님들의 많은 관심과 기도를 부탁드립니다.

**많은 어린이들과 교사들이 함께 기도하는  
예배의 자리가 회복되기를 기도합니다.**



## 중등부의 이야기는 변함없이 하나님 말씀에 잇대어 걸어가고 있습니다!

| 박 동 운 전도사(중등부)



### 1. 중등부 LIVE 소통방송

토요일 저녁 9시에는 고척 중등부 유튜브 채널에서 라이브 방송을 진행합니다. 중등부 친구들과 다양한 콘텐츠 방송을 진행하며 추천 시간과 함께 행복한 시간을 보내고 있습니다.

아직까지 친구들을 대면으로 초대하지는 못하지만, 곧 대면으로 초청하여 다양하고도 재미있는 시간을 가지려합니다. 행복한 시간이 될 수 있도록 많은 기도 부탁드립니다.





## 2. 코로나 위문꾸러미 발송

중등부에서는 코로나 확진으로 격리기간을 보내는 친구들과 코로나를 걸렸던 친구들에게 '코로나 위문꾸러미'를 발송하였습니다. 특별히 선생님과 중등부 임원친구들이 정성스럽게 포장하며 사랑이 가득한 편지와 함께 위로와 응원의 마음을 전달하였습니다.

중등부 친구들의 믿음이 무너지지 않도록 많은 응원과 기도 부탁드립니다.



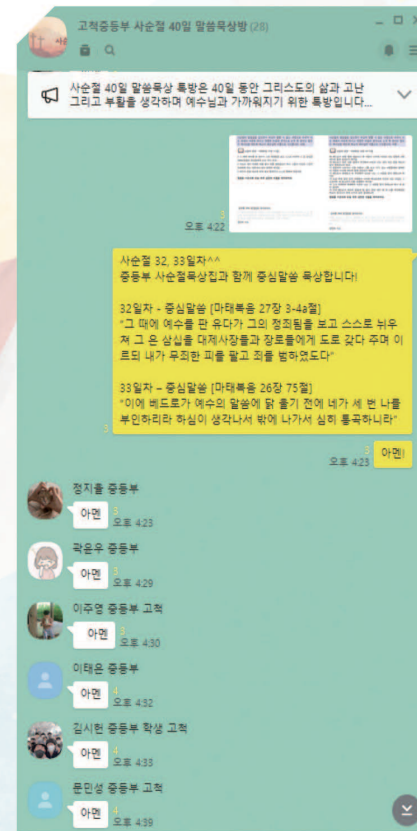
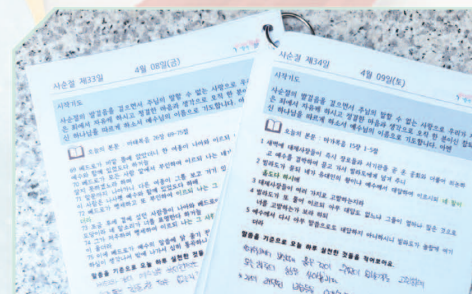
걱정마요!   
다질될거예요



## 3. 중등부 사순절 40일 말씀묵상

중등부는 이번 사순절 말씀묵상방과 함께 묵상집을 제작하여 수난의 길을 걸어가신 예수님을 기억하며 그 은혜를 묵상하는 시간을 가지고 있습니다.

많은 친구들이 동참하지는 못해 아쉽지만 28명의 선생님들과 중등부 친구들이 말씀으로 예수님의 사랑을 묵상하며 사순절 기간을 세워가고 있습니다.





## 모두가 믿음 안에서 격려하며 함께 성장해 나아가길

김재광 목사(고등부)



2022년 새로운 한해가 시작되었습니다. 그동안 중3이었던 교회학교 학생들이 새로운 해를 맞아 고1이라 불리며 고등부로 오게 되었습니다. 고등부로 올라오면서 새로운 예배와 새로운 장소, 새로운 선생님과 함께하는 새로운 고등부 공동체와의 만남이 시작됩니다. 어색함과 설렘이 함께 있는 새해의 시간을 보내면서 ‘봄수련회’를 통해 서로를 알아가고 고등부에 적응하게 됩니다. 그러나 작년에 이어 올해도 코로나 상황으로 외부에서 ‘봄수련회’를 진행하기 어려웠습니다. 그래서 두 번에 걸쳐 특별한 예배를 준비해 고등부 모두가 함께 했습니다.

1월 16일에 박찬미 찬양사역자를 모시고 간증과 함께 찬양하는 시간을 가졌습니다. 어떻게 하나님을 찬양하는 자로 지금까지 서게 되었고, 그 가운데 만난 하나님은 어떤 분이신지 고등부와 함께 나누었습니다. **그리고 여러 찬양으로 함께 찬양했고 무엇보다 고등부 낮은올타리 찬양팀과 함께 호흡을 맞추며 찬양했습니다. 하나님을 찬양하는 기쁨과 함께 찬양하는 즐거움을 누리는 시간이었습니다.**



그리고 1월 23일에는 정혜민 목사님을 모시고 “연애도 예배다”는 주제로 말씀을 들었습니다. 이성에 대해 민감한 시기인 이 때에 어떻게 고등부 학생들이 신앙 가운데 이성을 만나고 아름다운 관계를 맺어갈 수 있는지에 대한 소중한 말씀을 듣는 시간이었습니다.

2월에는 고등부 학생 임원 선거가 있었습니다. 한해 동안 고등부 학생을 대표하고 이끌어갈 임원 선거를 진행해 2학년 홍승우 학생이 회장이 되었습니다. 몇 주 동안 임원진을 구성하고 학생 임원회 활동을 시작했습니다. 매주 예배 1시간 전에 임원



제자훈련으로 모여 함께 성경 공부와 기도하는 시간을 갖고 고등부를 위한 섬김을 준비하고 있습니다.

3월에 예배 후 활동으로 임원들이 준비해 퀴즈를 통한 학생 친교 시간을 가졌고 4월에는 올해 첫 시험을 준비하는 친구들을 응원하기 위해 컴퓨터 싸인펜과 달달한 초콜릿과 사랑을 준비했습니다.

새롭게 올라온 고1과, 대입을 준비하는 고3 그리고 그 사이에 있는 고2들이 고등부 신앙 공동체 안에서 하나 되어 함께 예배하며 지내왔습니다. 그리고 이들을 위해서 신앙의 선배로 함께 예배하며 위해서 기도하고 헌신하며 본을 보이는 귀한 고등부 선생님들이 있습니다. 선생님들의 헌신이 귀하게 사용되어 고등부가 더욱 하나 되고, 모두가 믿음 안에서 격려하며 함께 성장해 나아가게 되길 기도 부탁드립니다



## 청년부 소식

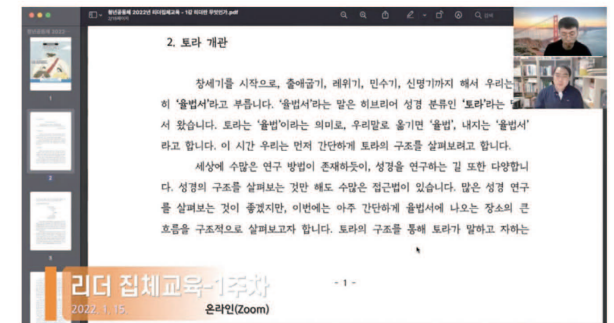
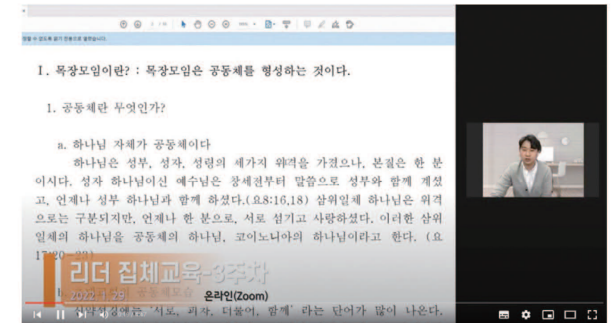
| 이윤아 청년('92도래, 편집위원)

### 1. 1월 15일 ~ 1월 29일 - 2022년 리더집체교육

2022년 새해가 밝아 청년공동체에는 새로운 리더십들이 세워지게 되었다. 작년에 이어서 올해도 리더로 섬기는 청년들, 올해 처음으로 리더로 공동체를 섬기게 된 청년들 등 다양한 모습으로 모인 이들을 위해 공동체 내에서 마을장, 리더, 헬퍼를 대상으로 리더집체교육을 진행한다.

리더집체교육은 총 3주의 시간 동안 진행되며, '리더란 무엇인가?', '리더의 루틴', '목장모임의 실제'를 주제로 리더들이 목장모임을 어떻게 이끌어야 하며 목장원들을 어떻게 케어해야 하는지에 대해서 조금 더 자세히 알게 되는 시간이다.

이를 통해 2022년 청년공동체에서 마을장, 리더, 헬퍼로 섬기기로 다짐하며 결단한 청년들이 올 한 해 청년공동체에서, 그리고 각자의 목장에서 서로를 섬기며 서로를 위해 기도하는 시간들이 마련될 것으로 기대한다.





## 2. 2월 25일 ~ 2월 26일 - 2022 청년공동체 스프링 신앙수련회

2022년에 들어서며 청년공동체에서 첫 번째 가장 큰 행사로 스프링 신앙수련회가 진행되었다.

‘말씀과 기도를 세우라’(딤후 4:3~5)는 주제 아래 이틀에 걸쳐 청년들이 금요성령집회 시간을 수련회로 보내며 말씀을 듣고 기도하는 귀한 시간들이었다.

차동혁 목사님의 설교로 ‘하나님 말씀과 기도로 거룩하여짐이라’라는 주제로 청년들에게 귀한 말씀을 전해 주시고 찬양과 기도시간을 통해 청년들이 다시금 하나님 앞에 나아가며 각자의 신앙 상태를 점검하는 수련회 첫째 날이었다.

수련회 둘째 날은 온라인으로 성경특강 및 성경퀴즈를 진행했으며 많은 청년들이 온라인 공간에서 함께 참여하고 소통함으로 하나님께서 우리에게 공동체를 허락하신 것에 감사하는 귀한 시간이었다.

이번 수련회가 더욱 특별했던 것은 청년들이 우리에게 지금 필요한 것이 말씀과 기도라는 생각을 가지고 자발적이고 적극적으로 수련회를 준비하며 참여했다는 것이다.

이 과정을 통해 그리고 스프링 신앙수련회를 통해 고척교회 청년공동체의 신앙이 한 층 더 성숙해지고 하나님 안에서 서로를 사랑하고 배려하는 귀한 공동체가 되기를 소망한다.



## 그라티아 전시회



작가: 염창이

## [시간여행]

붓 끝에 스민 영혼은 아름답습니다

붓을 잡고 캔버스를 마주하면서 내게 있어 햇살은 더욱 청아했으며, 살갗에 닿는 바람은 마치 어린 얼굴에 꽃물이 들은 느낌이라고나 할까? 정말이지 찾아든 설렘이었다.

때론 진한 커피향보다 물감 냄새가 그리운 걸 보면...

좋은 작품을 만나 심장이 곤두박질치는 것을 보면...

남겨둔 다른 한길을 기꺼이 찾아뵙기 지금의 소중한 오늘이 아닐까 싶다.

그대 있음에 진정 나는 행복하더라.



## 그라티아 전시회



작가: 최준희

### [라르고]

vivace and largo 느리게 산다는건 자칫 게으름에 빠질수도 있겠으나 빛바랜 사진, 술한 기억의 상자속에 과거를 떠올리기에 충분한 나만의 무장 해제된 시간속 이미지의 연결고리를 통해서 자아를 들여다 볼 수 있는 시간이자 자유로운 사람만이 느낄 수 있는 화양연화가 될 것입니다. 붓을 잡고 있는 그 시간들이~~~

시리도록 추운 겨울에 코끝을 스치는 한겨울의 차가운 식풍을 녹여줄 수 있는 따뜻한 마음 한켠과 살아 있다는 것도, 나눌 수 있는 이웃이 있다는걸 아는 것 또한 행복이라고 생각합니다

익숙함이 편안함이 되지 않기를 바라는 마음으로 지금 여기 나의 작은 일상을 작은 프레임에 담아 봅니다.



작가: 이세영

### [만추]

가을, 가로수 길에 너른들판에 흩날리는 낙엽과 수북히 쌓여가는 흔적들  
코로나로 모두가 힘든 이때 미술 치료를 하듯이 어느 한 사람이라도 마음의 치유가 되었으면 합니다.



## 그라티아 전시회



작가: 이양숙

## [그리움]

먼저 어려운 상황임에도 불구하고 전사회를 열게 해주신 교회 관계자 여러분께 진심으로 감사의 마음을 표현하고 싶습니다. 모두들 힘든 나날을 보내고 계시겠지만, 저 또한 21년은 최근들어 가장 힘든 해였기도 합니다. 엄마와 오빠를 봄과 늦가을에 소풍을 보내드렸네요. 가시는길에 얼굴도 못보고들...

마음적으로 힘든 시기인데, 전시회를 준비하면서 다시 마음의 평화를 얻게 되었습니다.  
그림은 나의 친구이자 동반자로 언제까지라도 함께 할 것입니다.

memo.