

**NK대표를 활성화시키는**

**g+g**

**기독교**

**데이빗리목사**

# 목 차

CONTENTS

1. 가정생활 27가지 ... 7
2. 직장생활 22가지 ... 62
3. 사업/경제 생활 16가지 ... 108
4. 건강 문제 11가지 ... 142
5. 교회 생활 11가지 ... 146
6. 대인 관계 13가지 ... 188

## 들어가는 말

### 영육을 깨우는 100일간의 영적 마중물

모든 생명의 근원이시며 역사의 주관자이신 하나님 앞에, 지난 시간 우리 삶의 발걸음마다 새겨진 은혜의 흔적들을 모아 100개의 감사기도문으로 엮어 드립니다. 성경은 '범사에 감사하라'(데살로니가전서 5:18)고 명하시며, 이것이 그리스도 예수 안에서 우리를 향하신 하나님의 뜻임을 분명히 밝히고 있습니다. 감사는 단순히 고마움을 표현하는 행위를 넘어, 하나님의 성품과 그분이 행하신 구원의 역사를 전 인격적으로 찬양하며 인정하는 신앙의 고백입니다.

우리의 감사는 환경의 풍요로움이나 문제의 해결에 근거하지 않습니다. 오히려 죄로 인해 죽을 수 밖에 없었던 우리가 예수 그리스도의 대속적 은혜로 말미암아 하나님 자녀의 권세를 얻게 된 구

속사적 진리에 뿌리를 두고 있습니다. 골고다 언덕의 십자가는 우리 삶에 닥치는 그 어떤 고난과 결핍 속에서도 우리가 결코 감사를 멈출 수 없는 영원한 이유가 됩니다.

특별히 감사기도는 성도의 영혼을 윤택하게 할 뿐만 아니라, 하나님께서 창조하신 우리 몸의 생명력을 회복시키는 강력한 치유의 통로입니다. 성경은 “마음의 즐거움은 양약이라도 심령의 근심은 뼈로 마르게 하느니라”(잠언 17:22)고 말씀 하며, 마음의 상태가 육체의 건강과 직결됨을 선포하고 있습니다. 우리가 진심 어린 감사로 하나님께 나아갈 때, 우리 몸은 창조의 질서에 따라 놀라운 회복력을 발휘합니다.

의학적으로도 감사의 고백은 뇌의 시상하부를 자극하여 행복 호르몬을 분비시킬 뿐만 아니라, 우리 몸의 면역 체계에서 핵심적인 역할을 하는 NK 세포(Natural Killer Cell, 자연살해세포)를 활성화합니다. 암세포나 바이러스에 감염된 세포를 직접 찾아내어 제거하는 이 NK세포의 활성도가 높아진다는 것은, 감사가 단순히 심리적인 위안을 넘어 질병을 이기는 실제적인 육체적 힘이 됨을 입증합니다.

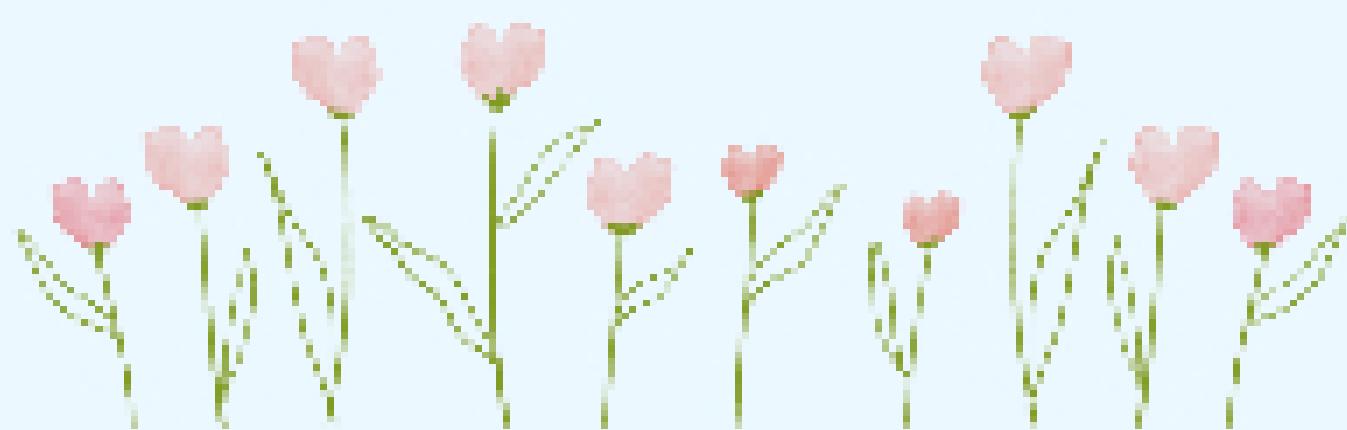
이 100개의 기도문은 단순히 활자에 머무는 문장이 아니라, 우리 삶의 현장에서 드려지는 영적 제사입니다. 감사는 우리를 억누르는 스트레스와 불안의 세력을 몰아내고, 하나님의 평강이 우리의 마음과 생각을 지키시게 합니다. 매일의 기도를 통해 우리의 시선이 땅의 결핍이 아닌 하늘의 풍요로 향하기를 소망합니다. 이 기도문들이 성도들의 영혼을 깨우는 마중물이 되어, 영육이 아울러 강건해지는 신비로운 은혜의 체험이 모든 기도자의 삶 속에 충만하기를 간절히 기도합니다. 오직 하나님께만 모든 영광과 감사를 올려 드립니다.

2026년 1월  
데이빗리 목사

g+o+  
g.o+



【가정 생활 27가지】



## 1. 배우자와 크게 다투 후

하나님 아버지, 오늘 배우자와 크게 다퉜습니다. 서로에게 상처 주는 말을 했고, 마음이 너무 아픕니다. 그러나 이 순간에도 감사를 찾습니다.

먼저, 함께 다투 배우자가 있음을 감사합니다. 혼자가 아니라 인생을 함께 살아갈 동반자를 주셨습니다. 다툼이 있다는 것은 서로에게 관심이 있고, 더 나은 관계를 원한다는 증거입니다. 무관심 보다는 충돌이 낫습니다.

이 갈등을 통해 배우게 하시니 감사합니다. 제 문제점을 보게 하시고, 상대방의 입장을 이해하게 하시고, 소통의 중요성을 깨닫게 하십니다. 순탄 할 때는 배우지 못했을 것들을 이 어려운 순간에 배웁니다.

화해할 기회를 주시니 감사합니다. "해가 지기 전에 분을 풀라" 하신 말씀처럼, 다시 대화하고 이해하고 용서할 수 있는 기회가 있습니다. 이 갈등이 오히려 더 깊은 사랑으로 이어질 것을 믿습니다.

우리 부부를 지켜주소서. 사탄이 틈타지 못하게 하시고, 서로 용서하게 하시고, 더 성숙한 관계로 나아가게 하소서. 이 다툼이 결국 축복이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 2. 자녀가 반항하고 말을 듣지 않을 때

하나님, 자녀가 말을 듣지 않고 반항합니다. 부모의 말은 무시하고, 자기 고집대로만 하려 합니다. 속상하고 답답하지만, 이 안에서도 감사를 찾습니다.

자녀가 있음을 감사합니다. 양육의 어려움이 있지만 그래도 자녀를 주신 것이 큰 축복입니다. 이 아이를 통해 부모의 책임을 배우고, 사랑의 깊이를 알고, 하나님 아버지의 마음을 조금이나마 이해합니다.

자녀가 성장하고 있음을 감사합니다. 반항은 독립심과 자아의식이 생기는 증거입니다. 순종만하는 것보다 자기 생각을 표현하는 것이 성장의 신호입니다. 아직 서툴지만 한 인격체로 자라나고 있습니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 제 뜻대로 되지 않을 때 참는 법을 배웁니다. 당장의 결과가 아니라 장기적 관점에서 자녀를 바라보게 하십니다. 조급하지 않고 기다리는 법을 배웁니다.

지혜를 구합니다. 어떻게 대화해야 할지, 어떻게 훈육해야 할지, 언제 놓아주고 언제 잡아야 할지 알게 하소서. 이 자녀를 잘 양육하여 하나님의 사람으로 세우게 하소서. 예수님의 이름으로 기도 합니다. 아멘.

### 3. 청소년 자녀가 방황할 때

하나님, 청소년 자녀가 방황합니다. 잘못된 친구들을 사귀고, 나쁜 습관에 빠지고, 길을 잃은 것 같아 불안합니다. 그러나 이 두려움 속에서도 감사합니다.

지금까지 이 나이까지 키워주심을 감사합니다. 건강하게 자라게 하시고, 큰 사고 없이 여기까지 오게 하셨습니다. 당신께서 이 아이의 생명을 주관하심을 믿습니다.

방황하는 동안에도 함께하심을 감사합니다. 제 눈에는 방황으로 보이지만 당신의 눈에는 성장 과정일 수 있습니다. 탕자가 먼 나라에 갔을 때도 아버지는 기다리며 지켜보셨듯이, 당신께서도 제 자녀를 지켜보고 계십니다.

기도할 수 있음을 감사합니다. 제가 할 수 있는 것이 많지 않지만 기도할 수 있습니다. 무릎으로 싸우는 영적 전쟁을 할 수 있습니다. 이 기도가 자녀를 보호하고 인도할 것을 믿습니다.

돌아올 것을 믿음으로 감사합니다. 일시적인 방

황이지 영원한 탈선이 아닙니다. 반드시 깨닫고 돌아올 것입니다. “네 자식을 주의 교훈과 훈계로 양육하라” 하신 약속을 붙잡고, 이 아이가 돌아올 그날을 믿음으로 감사합니다. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 4. 부모님이 편찮으실 때

하나님, 부모님께서 편찮으십니다. 병원을 다니시고, 약을 드시고, 예전같지 않으신 모습을 보니 마음이 아픕니다. 그러나 이 아픔 속에서도 감사합니다.

지금까지 건강하게 계셨던 모든 세월을 감사합니다. 젊었을 때 저를 낳아주시고 키워주시고, 지금 까지 살아계셔서 함께할 수 있었던 모든 시간이 감사합니다. 당연한 것이 아니었습니다.

부모님의 소중함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 건강하실 때는 몰랐던 것을 아프신 지금 깨닫습니다. 부모님과 함께할 수 있는 시간이 영원하지 않음을, 효도는 지금 해야 함을, 사랑은 표현해야 함을 배웁니다.

돌볼 수 있는 기회를 주시니 감사합니다. 어렸을 때 저를 돌봐주신 은혜를 이제 조금이나마 갚을 수 있습니다. 병원에 모시고 가고, 약을 챙기고, 곁에서 위로할 수 있는 것이 축복입니다.

치료해주실 것을 믿고 감사합니다. 의사의 손을

통해, 약을 통해, 직접 치유의 손을 얹으셔서 부모님을 회복시켜주소서. 남은 생을 건강하게 사시게 하시고, 저희가 더 많이 효도할 기회를 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 5. 시댁/처가와 갈등이 있을 때

하나님, 시댁(처가)과 갈등이 있습니다. 서로 이해하지 못하고, 오해가 쌓이고, 만나는 것이 부담스럽습니다. 그러나 이 어려운 관계 속에서도 감사합니다.

확대 가족이 있음을 감사합니다. 혼자가 아니라 더 큰 가족 공동체에 속해 있습니다. 배우자를 낳아주시고 키워주신 분들입니다. 그 은혜가 없었다면 제 배우자도 없었을 것입니다.

다름을 배우게 하시니 감사합니다. 다른 환경에서 자란 사람들이 만나면 충돌할 수밖에 없습니다. 이 과정에서 인내를 배우고, 포용을 배우고, 사랑을 배웁니다. 쉬운 관계는 성장시키지 못합니다.

배우자를 이해하게 하시니 감사합니다. 시댁(처가)을 보면 제 배우자가 어떻게 자랐는지 이해됩니다. 왜 그런 생각을 하는지, 왜 그런 행동을 하는지 배경을 알게 됩니다. 이것이 배우자를 더 깊이 이해하는 통로입니다.

화해와 회복을 주소서. 서로 다른 것을 인정하고, 존중하고, 사랑할 수 있게 하소서. 억지로가 아니라 진심으로 받아들일 수 있게 하소서. 우리 가족이 하나 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 6. 경제적으로 집안이 어려울 때

하나님, 집안 경제가 너무 어렵습니다. 수입은 적고 지출은 많아 매달 적자입니다. 밀린 공과금, 카드값, 대출 이자에 숨이 막힙니다. 그러나 이 막막함 속에서도 감사합니다.

오늘까지 살아남았음을 감사합니다. 지금까지 어떻게든 버텨왔고, 굶지 않았고, 큰 문제없이 지나왔습니다. 이것이 기적입니다. 당신께서 공급하셨고, 길을 내셨고, 살게 하셨습니다.

진짜 중요한 것을 깨닫게 하시니 감사합니다. 돈이 많을 때는 물질이 전부인 것 같았습니다. 그러나 어려워지니 돈보다 중요한 것이 보입니다. 가족, 건강, 관계, 신앙이 더 소중함을 압니다.

검소를 배우게 하시니 감사합니다. 불필요한 지출을 줄이고, 필요한 것과 원하는 것을 구분하고, 작은 것에 만족하는 법을 배웁니다. 이것이 평생의 자산이 될 것입니다.

하나님을 의지하게 하시니 감사합니다. 제 힘으로 안 될 때 당신을 찾게 됩니다. “나의 하나님이

그리스도 예수 안에서 영광 가운데 그 풍성한 대로 너희 모든 쓸 것을 채우시리라” 하신 약속을 붙잡습니다. 길을 내시고 공급하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 7. 불임으로 아이가 생기지 않을 때

하나님, 아이를 간절히 원하지만 생기지 않습니다. 병원을 다녀도, 치료를 받아도 소식이 없습니다. 주변의 임신 소식이 축복이 아니라 고통입니다. 그러나 이 아픔 속에서도 감사합니다.

결혼할 수 있게 하심을 감사합니다. 사랑하는 배우자를 만나 함께 살 수 있는 것 자체가 축복입니다. 둘이 함께 이 시련을 견디며 더 깊은 사랑을 배웁니다.

생명의 주권이 하나님께 있음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 제 뜻대로, 제 계획대로 되지 않습니다. 생명은 하나님께서 주시는 선물임을 알게 됩니다. 고만을 내려놓고 겸손히 구하게 됩니다.

기다림을 배우게 하시니 감사합니다. 아브라함과 사라도, 한나도 오랜 세월 기다렸습니다. 그 기다림이 더 큰 감사와 헌신으로 이어졌습니다. 이 시간도 헛되지 않을 것을 믿습니다.

당신의 계획을 신뢰하며 감사합니다. 생물학적 자녀든, 입양한 자녀든, 또는 다른 방법으로든 당

신께서 가장 좋은 길을 예비하고 계심을 믿습니다. "때가 되면" 주실 것을 믿고 미리 감사드립니다. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 8. 자녀 교육 문제로 고민될 때

하나님, 자녀 교육이 너무 고민됩니다. 어느 학교에 보낼지, 어떤 학원에 보낼지, 무엇을 시킬지 결정하기 어렵습니다. 다른 아이들과 비교되고, 뒤처질까 불안합니다. 그러나 이 걱정 속에서도 감사합니다.

교육받을 수 있는 환경에 감사합니다. 학교가 있고, 선생님이 있고, 배울 기회가 있습니다. 전쟁 중인 나라, 가난한 나라 아이들은 학교 문턱도 못 밟습니다. 우리는 선택지가 있다는 것 자체가 축복입니다.

자녀의 미래를 생각할 수 있음에 감사합니다. 고민한다는 것은 관심이 있다는 증거입니다. 자녀의 장래를 염려하고, 더 나은 기회를 주려는 부모의 마음 자체가 사랑입니다.

성적보다 중요한 것을 깨닫게 하시니 감사합니다. 일류대학보다 올바른 인성이 중요하고, 성적보다 신앙이 우선이고, 성공보다 행복이 더 가치 있음을 압니다. 이 가치관을 잊지 않게 하소서.

지혜를 주실 것을 믿고 감사합니다. “너희 중에 누구든지 지혜가 부족하거든 모든 사람에게 후회 주시고 꾸짖지 아니하시는 하나님께 구하라” 하셨습니다. 자녀에게 맞는 최선의 교육 방법을 알려주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 9. 배우자가 실직했을 때

하나님, 배우자가 직장을 잃었습니다. 갑자기 수입이 끊기고, 미래가 불안하고, 집안 분위기가 어둡습니다. 그러나 이 위기 속에서도 감사합니다.

지금까지 일할 수 있었던 모든 시간을 감사합니다. 그동안 월급을 받았고, 생활할 수 있었고, 저축도 조금 했습니다. 그 시간이 있었기에 지금 조금이나마 버틸 수 있습니다.

함께 이겨낼 가족이 있음을 감사합니다. 혼자였다면 무너졌을 것입니다. 그러나 서로 위로하고, 격려하고, 함께 해결책을 찾습니다. 이 위기가 가족을 더 단단하게 만듭니다.

새로운 기회가 될 수 있음을 감사합니다. 어쩌면 이것이 전화위복이 될 수 있습니다. 더 좋은 직장, 새로운 분야, 창업의 기회가 될 수 있습니다. 하나님께서 문을 닫으신 것은 더 좋은 문을 열기 위함일 수 있습니다.

공급하실 것을 믿고 감사합니다. 까마귀를 통해 서라도, 과부의 가루 통을 통해서라도 먹이시는

하나님이십니다. 새 직장을 예비하시고, 그때까지 필요를 채워주소서. 이 시련이 간증이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 10. 형제자매와 재산 문제로 다툴 때

하나님, 형제자매와 재산 문제로 다툽니다. 부모님 유산, 상속, 재산 분배를 놓고 의견이 다릅니다. 혈육간에 금이 가는 것 같아 마음이 아픕니다. 그러나 이 갈등 속에서도 감사합니다.

형제자매가 있음을 감사합니다. 혼자가 아니라 어릴 때부터 함께 자란 가족이 있습니다. 다툼이 있어도 그 오랜 세월 함께한 추억과 정이 있습니다. 그것이 더 소중합니다.

나눌 재산이 있음을 감사합니다. 많은 적든 부모님께서 남겨주신 유산이 있습니다. 가난해서 나눌 것조차 없는 것보다 낫습니다. 부모님의 평생 노고와 사랑을 기억합니다.

제 욕심을 보게 하시니 감사합니다. 이 갈등을 통해 제 안의 탐욕을 발견합니다. 더 많이 가지려는 욕심, 손해 보기 싫은 마음, 비교하는 마음이 보입니다. 이것을 회개하고 내려놓게 하소서.

관계가 더 중요함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 돈은 쓰면 없어지지만 가족은 평생입니다. 조금

손해 보더라도 관계를 지키는 것이 더 가치있습니다. 양보하고 화해할 수 있는 마음을 주소서.

지혜롭게 해결하게 하소서. 공정하게 분배하고, 서로 이해하고, 부모님의 뜻을 존중하여 마무리하게 하소서. 이 일로 인해 관계가 회복 불가능하게 깨지지 않게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 11. 10대 자녀가 이성 문제로 마음 아플 때

하나님, 10대 자녀가 이성 문제로 힘들어합니다. 이른 나이에 상처받고, 실연의 아픔을 겪고, 방황합니다. 부모로서 가슴이 아프지만, 이 상황에서 도 감사합니다.

자녀가 사랑을 배우고 있음을 감사합니다. 비록 미숙하고 서툴지만 감정을 느끼고 표현하는 법을 배웁니다. 이것이 성장의 과정입니다. 실패와 상처를 통해 더 성숙한 사랑을 배워갑니다.

지금 경험하게 하시니 감사합니다. 어른이 되어서보다 지금 실수하고 배우는 것이 낫습니다. 부모가 곁에서 지켜보고 조언할 수 있는 시기에 이 경험을 하게 하신 것이 은혜입니다.

대화의 기회를 주시니 감사합니다. 이 일로 인해 자녀와 깊은 대화를 나눌 수 있습니다. 감정에 대해, 관계에 대해, 사랑에 대해 이야기하며 더 가까워집니다. 닫혔던 마음이 열립니다.

상처를 통해 위로자를 만나게 하소서. 이 아픔이 사람의 위로가 아니라 하나님의 위로로 해결되게

하소서. 진정한 사랑이 무엇인지, 건강한 관계가  
무엇인지 가르쳐주소서. 이 경험이 앞으로 좋은  
배우자를 만나는 밑거름이 되게 하소서. 예수님  
의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 12. 노부모 간병으로 지칠 때

하나님, 부모님 간병으로 너무 지쳤습니다. 밤낮 없이 돌봐야 하고, 내 시간은 없고, 육체적으로나 정신적으로 한계입니다. 그러나 이 지침 속에서 도 감사합니다.

효도할 기회를 주심을 감사합니다. 부모님께서 살아계셔서 섬길 수 있는 것 자체가 축복입니다. 돌아가신 후에는 하고 싶어도 할 수 없습니다. 지금 이 순간이 효도할 수 있는 마지막 기회일 수 있습니다.

부모님의 희생을 깨닫게 하시니 감사합니다. 제가 어렸을 때 부모님께서 저를 이렇게 돌보셨습니다. 밤잠 설치며, 자신을 희생하며, 사랑으로 키우셨습니다. 이제 제가 그 은혜를 조금이나마 갚을 때입니다.

인내와 사랑을 배우게 하시니 감사합니다. 쉽지 않은 이 과정을 통해 인내를 배웁니다. 조건 없는 사랑, 희생적인 사랑, 끝까지 책임지는 사랑을 배웁니다. 이것이 하나님의 사랑과 닮았습니다.

도와주는 사람들을 보내주시니 감사합니다. 형제  
자매가 교대로 돋고, 요양보호사가 도와주고, 교  
회 성도들이 기도해줍니다. 혼자가 아니라 함께  
감당하게 하시니 감사합니다.

힘을 주소서. 지칠 때 새 힘을 주시고, 무너질 때  
일으켜 세우시고, 포기하고 싶을 때 소망을 주소  
서. 이 섬김이 하늘에 쌓이는 상급이 되게 하소  
서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 13. 집을 구하지 못해 막막할 때

하나님, 집을 구하지 못해 막막합니다. 전세금은 부족하고, 월세는 부담스럽고, 마음에 드는 집은 비쌉니다. 계약 만료일은 다가오는데 갈 곳이 없습니다. 그러나 이 불안 속에서도 감사합니다.

지금까지 살 곳이 있었음을 감사합니다. 비바람을 피할 지붕이 있었고, 따뜻한 잠자리가 있었고, 가족과 함께할 공간이 있었습니다. 노숙하는 사람들을 생각하면 그것만으로도 큰 축복이었습니다.

집을 구하려고 애쓸 수 있음을 감사합니다. 전혀 방법이 없는 것이 아니라 여러 선택지를 놓고 고민합니다. 좁더라도, 불편하더라도 살 곳은 있습니다. 완벽하지 않아도 감사할 수 있습니다.

우선순위를 정리하게 하시니 감사합니다. 정말 중요한 것이 무엇인지 생각하게 됩니다. 넓은 집보다 가족의 화목이, 좋은 위치보다 감사하는 마음이 더 중요합니다.

집은 하나님께서 주시는 것임을 믿고 감사합니

다. “너희 몸은 성령의 전”이라 하셨습니다. 건물 보다 그 안에 사는 사람이 중요합니다. 적절한 때에 적절한 집을 예비하시고 인도해주소서. 예수 님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 14. 배우자의 외도를 의심할 때

하나님, 배우자의 행동이 의심스럽습니다. 늦게 들어오고, 핸드폰을 숨기고, 다른 사람 이야기를 자주 합니다. 외도가 아니길 바라지만 불안합니다. 이 고통 속에서도 감사합니다.

확실하지 않음을 감사합니다. 아직 확인된 것이 아니라 의심일 뿐입니다. 제 오해일 수 있습니다. 성급히 판단하지 않고 지혜롭게 대처할 시간이 있습니다.

대화할 기회가 있음을 감사합니다. 의심을 품고 사는 것보다 솔직하게 대화할 수 있습니다. "왜 그러느냐"고 물을 수 있고, 마음을 열고 이야기할 기회가 있습니다.

우리 결혼을 돌아보게 하시니 감사합니다. 이 위기가 관계를 점검하는 계기가 됩니다. 혹시 제가 배우자를 소홀히 하지 않았는지, 사랑을 표현하지 않았는지, 관심을 기울이지 않았는지 돌아봅니다.

용서할 수 있는 마음을 주소서. 만약 정말 잘못이

있다면 용서할 수 있는 은혜를 주소서. 쉽지 않겠지만 하나님께서 저를 용서하신 것처럼 용서하게 하소서. 우리 결혼을 회복시키시고, 더 깊은 사랑으로 이어지게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 15. 자녀가 학교폭력 피해자가 되었을 때

하나님, 자녀가 학교에서 괴롭힘을 당합니다. 친구들에게 따돌림당하고, 때로는 신체적 폭력까지 당합니다. 부모로서 가슴이 찢어집니다. 그러나 이 분노 속에서도 감사합니다.

자녀가 말해주었음을 감사합니다. 숨기지 않고 부모에게 털어놓았습니다. 이것은 우리 사이에 신뢰가 있다는 증거입니다. 이제 함께 해결할 수 있습니다. 혼자 끙끙 앓지 않아도 됩니다.

자녀의 성품을 감사합니다. 폭력의 피해자가 되었지만 가해자는 되지 않았습니다. 착하고 순한 성품 때문에 당하는 것일 수 있습니다. 이 착함을 지켜주소서.

강해질 기회를 주시니 감사합니다. 이 시련을 통해 자녀가 더 강한 사람으로 성장할 것입니다. 역경을 이기는 법을 배우고, 부당함에 맞서는 용기를 배우고, 약자를 보호하는 마음을 배웁니다.

해결할 방법이 있음을 감사합니다. 학교와 상담할 수 있고, 경찰에 신고할 수 있고, 법적 조치를

취할 수 있습니다. 우리 사회에는 보호 장치가 있습니다.

자녀를 보호해주소서. 더 이상 다치지 않게 하시고, 정의가 실현되게 하시고, 가해자들이 회개하게 하소서. 이 일로 인해 자녀가 상처받지 않고 오히려 더 단단한 사람이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 16. 가족 중 누군가 중독(게임, 술 등)에 빠졌을 때

하나님, 가족이 중독에 빠졌습니다. 게임중독, 알코올중독, 도박중독... 본인도 힘들고 가족도 힘듭니다. 어떻게 도와야 할지 모르겠습니다. 이 혼란 속에서도 감사합니다.

문제를 인식하게 하시니 감사합니다. 중독인 줄 몰랐다면 더 깊이 빠졌을 것입니다. 이제라도 알게 된 것이 다행입니다. 인정하는 것이 회복의 첫 걸음입니다.

아직 생명이 있음을 감사합니다. 중독으로 목숨을 잃는 사람들이 많습니다. 그러나 우리 가족은 살아있습니다. 살아있는 한 희망이 있고, 회복의 가능성이 있습니다.

도움받을 곳이 있음을 감사합니다. 중독 상담소, 병원, 자조 모임, 교회... 전문적인 도움을 받을 수 있는 곳들이 있습니다. 혼자 싸우지 않아도 됩니다.

함께 싸울 가족이 있음을 감사합니다. 중독자 혼

자의 문제가 아니라 가족 모두가 함께 이겨내야 하는 싸움입니다. 서로 포기하지 않고 끝까지 함께하겠습니다.

회복시켜주소서. 중독의 사슬을 끊어주시고, 자유케 하시고, 새 사람으로 만들어주소서. "진리가 너희를 자유케 하리라" 하신 말씀을 이루어주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 17. 배우자와 육아관 차이로 충돌할 때

하나님, 배우자와 육아 방식이 너무 다릅니다. 제가 엄하면 배우자는 너그럽고, 제가 자유롭게 키우려 하면 배우자는 통제하려 합니다. 자주 부딪힙니다. 이 갈등 속에서도 감사합니다.

함께 육아하고 있음을 감사합니다. 혼자가 아니라 둘이 함께 아이를 키웁니다. 한쪽만 책임지는 것이 아니라 둘 다 관심을 갖고 참여합니다. 이것 자체가 아이에게는 축복입니다.

다양한 관점을 배우게 하시니 감사합니다. 제 방식만 옳은 것이 아닙니다. 배우자의 방식에도 일리가 있습니다. 두 가지 접근이 조화를 이룰 때 더 균형 잡힌 양육이 됩니다.

대화하게 하시니 감사합니다. 이 차이로 인해 대화할 수밖에 없습니다. 왜 그렇게 생각하는지, 어떤 가치관을 가졌는지, 어떤 경험이 있는지 서로 알아갑니다. 이해가 깊어집니다.

아이를 사랑한다는 공통점이 있음을 감사합니다. 방법은 달라도 목표는 같습니다. 아이를 잘 키우

고 싶습니다. 이 공통의 목표 앞에서 차이를 좁혀  
갈 수 있습니다.

지혜를 주소서. 서로의 장점을 취하고 단점을 보  
완하는 육아를 하게 하소서. 아이 앞에서 싸우지  
않게 하시고, 일관성 있는 양육을 하게 하소서.  
예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 18. 맞벌이로 가사 분담 갈등이 있을 때

하나님, 맞벌이 부부인데 가사 분담으로 자주 다툽니다. 둘 다 일하는데 집안일은 한쪽에만 몰립니다. 불공평하다는 생각에 쌓이는 불만이 있습니다. 이 갈등 속에서도 감사합니다.

둘 다 일할 수 있음을 감사합니다. 경제적으로 두 사람 모두 기여할 수 있는 것이 축복입니다. 한 사람 수입만으로는 어려운 시대에 둘 다 일할 수 있다는 것이 감사합니다.

집이 있음을 감사합니다. 다툴 집안일이 있다는 것은 집이 있다는 증거입니다. 청소할 방이 있고, 설거지할 그릇이 있고, 빨래할 옷이 있습니다. 이 모든 것이 감사입니다.

서로의 수고를 인정하게 하시니 감사합니다. 이 갈등을 통해 상대방이 얼마나 많은 일을 하는지 보게 됩니다. 당연하게 여겼던 것들이 감사의 제 목이 됩니다.

소통의 기회를 주시니 감사합니다. 참고 있던 것을 터놓고 이야기할 수 있습니다. 공평하게 분담

하는 방법을 함께 찾을 수 있습니다. 규칙을 정하고 서로 지킬 수 있습니다.

서로 섬기게 하소서. “누가 크고자 하는 자는 섬기는 자가 되라” 하셨습니다. 내 권리를 주장하기 보다 상대를 섬기는 마음으로 집안일을 하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 19. 장거리 출퇴근으로 가족과 시간이 없을 때

하나님, 출퇴근에 왕복 3-4시간이 걸립니다. 집에 오면 녹초가 되어 가족과 대화할 힘도 없습니다. 아이들이 자는 시간에 출근하고 자고 난 후에 퇴근합니다. 가족과 함께할 시간이 없습니다. 이 안타까움 속에서도 감사합니다.

일자리가 있음을 감사합니다. 멀어도 갈 직장이 있습니다. 실업자들을 생각하면 이것도 축복입니다. 비록 통근 시간이 길지만 일할 곳이 있다는 것에 감사합니다.

건강하게 오갈 수 있음을 감사합니다. 매일 이 긴 거리를 오가는 것은 체력이 있기 때문입니다. 건강을 지켜주시고, 교통사고 없이 안전하게 다니게 하심을 감사합니다.

통근 시간을 활용할 수 있음을 감사합니다. 이 시간에 성경을 읽고, 찬양을 듣고, 기도할 수 있습니다. 독서하고 공부할 수도 있습니다. 낭비가 아니라 투자의 시간으로 만들 수 있습니다.

가족과의 시간이 더 소중해짐을 감사합니다. 적

은 시간이지만 더 집중해서 함께합니다. 양보다  
질이 중요함을 배웁니다. 주말의 소중함을 더 절  
실히 느낍니다.

더 나은 길을 예비해주소서. 가까운 직장으로 이  
직하거나, 이사하거나, 재택근무를 할 수 있는 기  
회를 주소서. 당신의 때에 가장 좋은 방법으로 인  
도해주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아  
멘.

## 20. 명절 스트레스로 힘들 때

하나님, 명절이 다가옵니다. 준비해야 할 것도 많고, 가야 할 곳도 많고, 만나야 할 사람도 많습니다. 즐거워야 할 명절이 스트레스입니다. 그러나 이 부담 속에서도 감사합니다.

만날 가족이 있음을 감사합니다. 천애 고아가 아닙니다. 찾아갈 부모님이 계시고, 만날 친척이 있고, 함께할 가족이 있습니다. 외롭지 않습니다. 이것이 축복입니다.

한국의 아름다운 전통을 감사합니다. 조상을 기억하고, 가족이 모이고, 함께 음식을 나누는 이 문화가 소중합니다. 세계 어디에나 없는 우리만의 명절입니다.

준비할 수 있는 건강과 능력을 감사합니다. 아파서 못 하는 것보다 건강해서 할 수 있는 것이 낫습니다. 손님을 접대할 집이 있고, 나눌 음식이 있습니다.

쉬는 날을 주시니 감사합니다. 바쁘게 살다가 잠시 멈추고 가족과 함께할 수 있습니다. 일상을 벗

어나 여행도 가고, 고향도 방문하고, 재충전할 수 있습니다.

은혜로운 명절이 되게 하소서. 스트레스가 아니라 감사로, 의무가 아니라 기쁨으로, 형식이 아니라 진심으로 보내게 하소서. 가족 간의 사랑이 더 깊어지는 명절이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 21. 자녀가 대학입시에 실패했을 때

하나님, 자녀가 대학입시에 실패했습니다. 그토록 열심히 공부했는데 원하는 대학에 떨어졌습니다. 아이도 상처받고 저도 마음이 아픕니다. 그러나 이 실망 속에서도 감사합니다.

여기까지 공부할 수 있었음을 감사합니다. 12년간 학교를 다녔고, 배울 수 있었고, 대학에 지원할 수 있는 실력을 갖췄습니다. 이것만으로도 세계 많은 아이들보다 축복받은 것입니다.

건강하게 시험을 치렀음을 감사합니다. 시험 당일 아프지 않았고, 시험장까지 무사히 갔고, 끝까지 답을 쓸 수 있었습니다. 이것도 은혜입니다.

다른 길이 있음을 감사합니다. 한 대학이 인생의 전부가 아닙니다. 재수할 수도 있고, 다른 대학에 갈 수도 있고, 다른 진로를 선택할 수도 있습니다. 이 실패가 오히려 더 좋은 길로 인도할 수 있습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 합격했다면 고만했을 수 있습니다. 실패를 통해 겸손을 배우

고, 노력의 가치를 배우고, 인생이 내 뜻대로만 되지 않음을 배웁니다.

자녀를 위로하게 하소서. 부모의 실망을 넘어 자녀를 격려할 수 있게 하소서. "실패는 끝이 아니라 새 시작"이라고 말해줄 수 있게 하소서. 이 시련을 통해 더 강한 사람으로 자라게 하소서. 예수 님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 22. 자녀가 학교를 그만두겠다고 할 때

하나님, 자녀가 학교를 그만두겠다고 합니다. 공부가 싫고, 학교가 의미 없고, 다른 것을 하고 싶다고 합니다. 부모로서 당황스럽고 불안합니다. 이 혼란 속에서도 감사합니다.

자녀가 자기 생각을 표현함을 감사합니다. 억지로 참지 않고 솔직하게 말합니다. 자기 의견이 있고, 자기 인생에 대해 고민합니다. 이것이 성장의 증거입니다.

대화할 기회를 주시니 감사합니다. 왜 그런 생각을 하는지, 무엇을 원하는지, 어떤 꿈이 있는지 깊이 대화할 수 있습니다. 이 대화를 통해 자녀를 더 이해하게 됩니다.

다양한 길이 있음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 학교만이 답은 아닙니다. 검정고시, 대안학교, 직업교육, 창업 등 다양한 선택지가 있습니다. 획일적인 사고에서 벗어나게 하십니다.

시간을 주시니 감사합니다. 당장 결정할 필요는 없습니다. 충분히 고민하고, 상담받고, 여러 가능

성을 탐색할 시간이 있습니다. 성급한 결정을 피 할 수 있습니다.

지혜를 주소서. 무조건 반대하지도, 무조건 허락 하지도 않는 지혜를 주소서. 자녀의 말을 경청하 되 부모로서 조언할 수 있게 하소서. 가장 좋은 길로 인도해주소서. 예수님의 이름으로 기도합니 다. 아멘.

## 23. 자녀의 성적이 계속 떨어질 때

하나님, 자녀의 성적이 계속 떨어집니다. 공부에 집중하지 못하고, 성적표를 받을 때마다 실망스럽습니다. 꾸중해도 소용없고 답답합니다. 이 좌절 속에서도 감사합니다.

성적이 인생의 전부가 아님을 깨닫게 하시니 감사합니다. 성적보다 중요한 것이 인성이고, 점수보다 중요한 것이 행복이고, 등수보다 중요한 것이 건강입니다. 가치관을 재정립하게 하십니다.

자녀의 다른 재능을 발견하게 하시니 감사합니다. 공부는 못해도 다른 분야에 재능이 있을 수 있습니다. 운동, 예술, 손재주, 리더십... 성적으로 드러나지 않는 강점을 찾게 됩니다.

자녀를 있는 그대로 사랑하게 하시니 감사합니다. 조건부 사랑이 아니라 무조건적 사랑을 배웁니다. 성적과 상관없이 내 자녀는 소중하고, 사랑스럽고, 가치 있는 존재입니다.

원인을 찾게 하시니 감사합니다. 성적 하락에는 이유가 있을 수 있습니다. 학습 장애, 집중력 문

제, 교우 관계, 정서적 문제... 원인을 찾아 해결할 수 있습니다.

인내하게 하소서. 금방 변하지 않아도 포기하지 않게 하소서. 장기적 관점에서 자녀를 바라보고, 격려하고, 지지하게 하소서. 자녀만의 속도와 길이 있음을 믿게 하소서. 예수님의 이름으로 기도 합니다. 아멘.

## 24. 자녀가 왕따를 당할 때

하나님, 자녀가 학교에서 왕따를 당합니다. 아무도 함께 놀아주지 않고, 혼자 밥을 먹고, 외톨이로 지냅니다. 부모의 마음이 너무 아픕니다. 이 고통 속에서도 감사합니다.

자녀가 말해주었음을 감사합니다. 숨기지 않고 부모에게 털어놓았습니다. 신뢰가 있기에 가능한 일입니다. 이제 함께 해결할 수 있습니다.

자녀의 순수함을 감사합니다. 남을 따돌리는 가해자가 아니라 피해자가 되었습니다. 착한 마음, 순한 성품 때문일 수 있습니다. 이 순수함을 잊지 않게 하소서.

혼자 있는 시간을 통해 배우게 하시니 감사합니다. 외로움 속에서 자기 자신을 알아가고, 독립심을 키우고, 깊이 있는 사람이 됩니다. 혼자 있는 법을 배우는 것도 중요한 배움입니다.

더 깊은 공감 능력을 갖게 하시니 감사합니다. 이 경험이 헛되지 않을 것입니다. 훗날 다른 사람의 아픔을 이해하고, 약자를 돋고, 따뜻한 사람이 되

는 밑거름이 될 것입니다.

해결책을 주소서. 학교와 상담하고, 교사가 도와주고, 상황이 개선되게 하소서. 좋은 친구를 만나게 하시고, 자녀가 상처받지 않게 보호해주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 25. 자녀 사교육비 부담이 클 때

하나님, 자녀 사교육비가 너무 부담됩니다. 학원비, 과외비, 교재비... 매달 나가는 돈이 만만치 않습니다. 다른 아이들은 다 다니는데 우리 아이만 안 보낼 수도 없고, 경제적으로 힘듭니다. 이 부담 속에서도 감사합니다.

교육시킬 수 있는 형편이 됨을 감사합니다. 어렵지만 그래도 학원에 보낼 수는 있습니다. 아예 여유가 없는 가정도 많습니다. 빠듯하지만 자녀를 위해 투자할 수 있음이 감사합니다.

자녀의 교육에 관심이 있음을 감사합니다. 무관심하게 방치하는 것이 아니라 더 나은 교육을 고민합니다. 자녀의 미래를 생각하는 부모의 마음이 있습니다.

우선순위를 정리하게 하시니 감사합니다. 정말 필요한 교육과 불필요한 교육을 구분하게 됩니다. 남들이 한다고 따라 하는 것이 아니라 우리 아이에게 맞는 것을 선택하게 됩니다.

대안을 찾게 하시니 감사합니다. 학원만이 답은

아닙니다. 인터넷 강의, 도서관, 무료 교육 프로그램, 부모가 직접 가르치기 등 다양한 방법이 있습니다. 창의적으로 해결할 수 있습니다.

공급하소서. 필요한 만큼 공급하시고, 지혜롭게 사용하게 하소서. 교육비 때문에 다른 필수적인 것을 포기하지 않게 하소서. 균형을 잡게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 26. 사랑하는 가족이 갑자기 세상을 떠났을 때

하나님, 사랑하는 가족이 갑자기 세상을 떠났습니다. 너무 갑작스럽게, 준비할 틈도 없이, 이별도 제대로 못하고 떠났습니다. 슬픔이 너무 커서 숨을 쉬기도 힘듭니다. 이 깊은 상실 속에서도 감사합니다.

함께했던 모든 시간을 감사합니다. 비록 이제는 곁에 없지만 함께한 추억은 영원합니다. 웃었던 순간, 대화했던 순간, 사랑했던 순간들이 제 안에 살아있습니다.

사랑할 수 있었음을 감사합니다. 사랑하는 사람이 있었고, 사랑받았고, 그 사랑을 경험했습니다. 한 번도 사랑하지 못한 것보다 사랑하고 있는 것 이 낫습니다.

고통 없이 떠나셨음을 감사합니다. 오랜 투병으로 고생하지 않았습니다. 갑자기였지만 그만큼 고통도 적었습니다. 편안히 가셨을 것을 믿습니다.

천국에서 다시 만날 소망을 감사합니다. 이것이

영원한 이별이 아닙니다. 예수님 안에서 다시 만날 날이 있습니다. "다시 만날 때까지"라는 소망이 위로가 됩니다.

슬퍼할 시간을 주소서. 억지로 참지 않고 충분히 슬퍼하게 하소서. 그러나 그 슬픔이 절망이 되지 않게 하소서. 남은 가족들을 위해 다시 일어설 힘을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 27. 노후 준비가 전혀 안 되어 있을 때

하나님, 나이는 들어가는데 노후 준비가 전혀 안 되어 있습니다. 저축도 없고, 연금도 없고, 집도 없습니다. 앞으로 어떻게 살아야 할지 막막합니다. 이 불안 속에서도 감사합니다.

지금까지 살아온 것을 감사합니다. 부족했지만 그날그날 살아왔습니다. 굶지 않았고, 입을 옷이 있었고, 잠잘 곳이 있었습니다. 하루하루가 은혜였습니다.

아직 일할 수 있는 건강을 감사합니다. 몸이 성한 동안 일해서 준비할 수 있습니다. 너무 늦은 것이 아닙니다. 지금부터라도 시작할 수 있습니다.

단순한 삶을 배우게 하시니 감사합니다. 많이 가지지 않아도 행복할 수 있습니다. 작은 집, 검소한 생활, 필요한 것만으로도 살 수 있습니다. 욕심을 내려놓게 됩니다.

하나님께서 공급하실 것을 믿고 감사합니다. "너희 천부께서 이 모든 것이 너희에게 있어야 할 줄을 아시느니라" 하셨습니다. 노후도 하나님께서

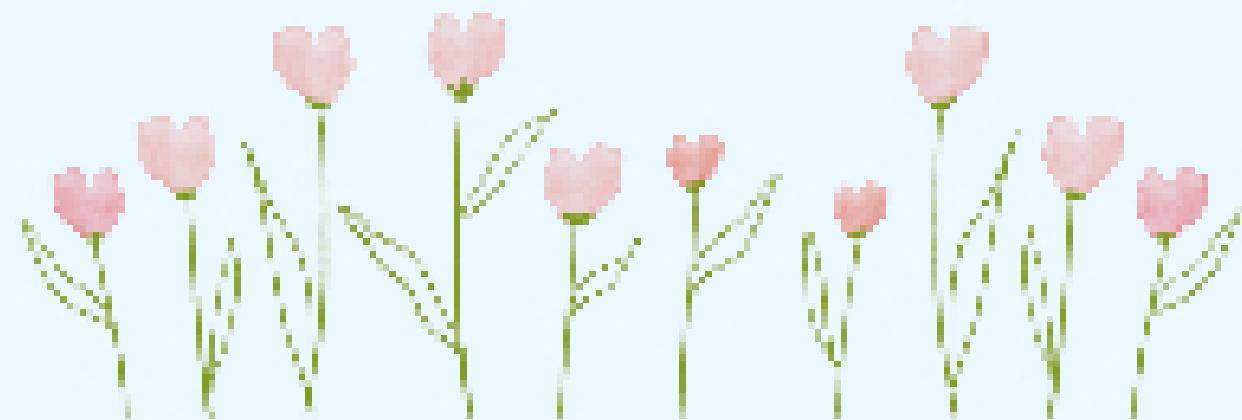
책임지실 것을 믿습니다.

지혜를 주소서. 지금부터라도 조금씩 준비할 수 있게 하소서. 정부 지원, 자녀의 도움, 교회 공동체 등 활용할 수 있는 것들을 알게 하소서. 불안하지 않고 평안하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

at+  
at+



## 【직장 생활 22가지】



## 28. 상사가 부당하게 대할 때

하나님, 상사가 저를 부당하게 대합니다. 일방적으로 야단치고, 불합리한 요구를 하고, 인격적으로 무시합니다. 참기 힘들지만 이 상황에서도 감사합니다.

직장이 있음을 감사합니다. 비록 힘들지만 일할 곳이 있습니다. 월급을 받고, 경력을 쌓고, 생활할 수 있습니다. 실업 상태보다는 낫습니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 쉬운 환경에서는 배울 수 없는 인내를 배웁니다. 참는 법, 견디는 법, 감정을 조절하는 법을 배웁니다. 이것이 저를 더 성숙하게 만듭니다.

좋은 상사의 소중함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 나쁜 상사를 경험해봐야 좋은 상사가 얼마나 귀한지 압니다. 훗날 제가 상사가 되면 이런 실수를 하지 않을 것입니다.

대처 방법을 배우게 하시니 감사합니다. 부당함에 어떻게 대응해야 하는지, 언제 참고 언제 말해야 하는지, 어떻게 문제를 해결해야 하는지 배웁

니다.

지혜를 주소서. 지혜롭게 대처하고, 감정적으로 반응하지 않고, 필요하면 정당한 절차를 밟게 하소서. 이 상황이 저를 무너뜨리지 못하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 29. 직장 동료가 나를 따돌릴 때

하나님, 직장 동료들이 저를 따돌립니다. 점심 먹으러 갈 때 부르지 않고, 회의에서 제 의견은 무시하고, 친한 척도 하지 않습니다. 외롭고 서럽습니다. 이 고립감 속에서도 감사합니다.

일에 집중할 수 있음을 감사합니다. 사고에 시간 빼앗기지 않고 일에 몰두할 수 있습니다. 불필요한 잡담, 사내 정치, 뒷담화에 휘말리지 않습니다. 이것이 오히려 저를 보호합니다.

제 자신을 돌아보게 하시니 감사합니다. 혹시 제게 문제가 있는지 점검하게 됩니다. 의사소통 방식, 태도, 행동을 돌아보고 개선할 부분을 찾습니다.

진짜 친구를 구별하게 하시니 감사합니다. 직장 동료가 다 친구는 아닙니다. 직장은 일하는 곳입니다. 진정한 친구는 직장 밖에 있을 수 있습니다.

하나님만으로 족함을 배우게 하시니 감사합니다. 사람의 인정이 없어도 하나님께서 인정하시면 됩니다.

니다. 사람이 외면해도 하나님께서 함께하십니다.

상황을 바꾸시든지 제 마음을 바꿔주소서. 관계가 개선되게 하시든지, 아니면 이 외로움 속에서 도 평안할 수 있게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

### 30. 승진에서 탈락했을 때

하나님, 승진 심사에서 떨어졌습니다. 제가 더 열심히 일했다고 생각했는데 다른 사람이 승진했습니다. 억울하고 속상합니다. 이 실망 속에서도 감사합니다.

여기까지 일할 수 있었음을 감사합니다. 승진 심사 대상이 될 정도로 회사에 기여했습니다. 경력이 쌓였고, 실력이 늘었고, 인정받고 있습니다.

지금 자리에서 감사할 것을 찾게 하시니 감사합니다. 승진이 전부는 아닙니다. 지금 업무에도 의미가 있고, 배울 것이 있고, 기여할 부분이 있습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 제가 생각한 것만큼 완벽하지 않았습니다. 부족한 부분이 있고, 더 발전해야 할 영역이 있습니다. 이것을 발견하게 해주셨습니다.

다음 기회가 있음을 감사합니다. 이번이 마지막이 아닙니다. 더 준비하고, 더 성장해서 다음에 도전할 수 있습니다. 실패가 끝이 아니라 과정입니다.

니다.

하나님의 때를 신뢰하며 감사합니다. "때가 되면"  
주실 것입니다. 제 생각의 때가 아니라 하나님의  
때가 최선입니다. 기다리며 준비하게 하소서. 예  
수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

### 31. 부당한 업무 지시를 받았을 때

하나님, 상사로부터 부당한 업무 지시를 받았습니다. 불법적이거나, 비윤리적이거나, 제 업무 범위를 벗어난 일을 하라고 합니다. 거절하자니 불이익이 두렵고, 따르자니 양심이 불편합니다. 이 딜레마 속에서도 감사합니다.

옳고 그름을 분별할 수 있는 양심을 주심을 감사합니다. 무감각하게 따르지 않고, 잘못된 것을 잘못되었다고 느낍니다. 이 양심이 저를 바른 길로 인도합니다.

선택할 수 있는 자유를 감사합니다. 노예가 아닙니다. 생각할 수 있고, 판단할 수 있고, 거절할 수 있습니다. 어렵지만 선택의 자유가 있습니다.

신앙이 시험받는 기회를 감사합니다. 믿음이 실제로 작동하는지 테스트되는 순간입니다. 하나님을 택할 것인가, 세상을 택할 것인가 결정해야 합니다. 이것이 신앙을 깊게 합니다.

보호하시는 하나님을 감사합니다. "의를 위하여 핍박을 받는 자는 복이 있나니" 하셨습니다. 옳은

일을 하다가 손해를 보더라도 하나님께서 책임지실 것을 믿습니다.

용기를 주소서. 옳지 않은 일은 지혜롭게 거절할 수 있게 하소서. 불이익이 따르더라도 양심을 지키게 하소서. 하나님을 두려워하는 것이 사람을 두려워하는 것보다 낫습니다. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 32. 과중한 업무로 번아웃이 왔을 때

하나님, 너무 힘듭니다. 일이 과중하고, 쉴 틈이 없고, 몸과 마음이 지쳤습니다. 번아웃이 왔습니다. 아침에 일어나기도 힘들고, 출근하기가 두렵습니다. 이 탈진 속에서도 감사합니다.

지금까지 버틴 것을 감사합니다. 무너지지 않고 여기까지 왔습니다. 이것은 제 안에 하나님께서 주신 힘이 있기 때문입니다. 약한 듯해도 강합니다.

쉬어야 할 때를 알게 하시니 감사합니다. 계속 달릴 수만은 없습니다. 몸이 보내는 신호를 듣게 하십니다. 쉼이 필요한 때임을 깨닫게 하십니다.

일이 있다는 것 자체는 감사합니다. 할 일이 없어 무료한 것보다 바쁜 것이 낫습니다. 다만 균형을 잃었을 뿐입니다. 일 자체는 축복입니다.

우선순위를 재정립하게 하시니 감사합니다. 일이 전부가 아닙니다. 건강, 가족, 관계, 신앙이 더 중요합니다. 일 중독에서 벗어나게 하십니다.

쉼을 주소서. "수고하고 무거운 짐 진 자들아 내  
게로 오라 내가 너희를 쉬게 하리라" 하신 주님께  
나아갑니다. 휴가를 쓰든, 업무를 조정하든, 방법  
을 주소서. 회복시켜 주소서. 예수님의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

### 33. 직장 내 성희롱/괴롭힘을 당할 때

하나님, 직장에서 성희롱이나 괴롭힘을 당합니다. 불쾌한 말, 부적절한 행동, 지속적인 괴롭힘... 참기 힘들지만 어떻게 해야 할지 막막합니다. 이 고통 속에서도 감사합니다.

잘못이 제게 있지 않음을 아시는 하나님을 감사합니다. 제가 잘못한 것이 아닙니다. 가해자가 문제입니다. 하나님께서는 진실을 아십니다.

신고할 수 있는 시스템이 있음을 감사합니다. 참고만 있을 필요가 없습니다. 인사팀, 노동부, 법적 절차 등 도움받을 곳이 있습니다.

증거를 남길 수 있음을 감사합니다. 녹음, 이메일, 문자, 증인 등 증거를 확보할 수 있습니다. 억울함을 증명할 방법이 있습니다.

함께 싸워줄 사람들이 있음을 감사합니다. 혼자가 아닙니다. 가족, 친구, 변호사, 상담사가 함께 합니다. 지지하고 응원하는 사람들이 있습니다.

정의를 이루소서. 가해자가 처벌받게 하시고, 제

가 보호받게 하시고, 다시는 이런 일이 일어나지  
않게 하소서. 용기를 주시고, 지혜를 주시고, 끝까  
지 싸울 힘을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합  
니다. 아멘.

## 34. 연봉 협상에서 기대에 못 미칠 때

하나님, 연봉 협상 결과가 실망스럽습니다. 제가 기대한 것보다 적게 올랐고, 노력한 만큼 인정받지 못한 것 같아 속상합니다. 이 실망 속에서도 감사합니다.

월급을 받을 수 있음 자체를 감사합니다. 많은 적든 일한 대가를 받습니다. 실직 상태가 아니라 수입이 있습니다. 이것만으로도 감사합니다.

비교하지 않게 하시니 감사합니다. 다른 사람의 연봉과 비교하면 끝이 없습니다. 저에게 주어진 것에 만족하는 법을 배웁니다.

돈이 전부가 아님을 깨닫게 하시니 감사합니다. 연봉보다 중요한 것이 업무 만족도, 워라밸, 인간관계, 성장 기회입니다. 이런 것들은 돈으로 살 수 없습니다.

더 노력할 동기를 주시니 감사합니다. 이번에는 부족했지만 내년에는 더 나은 결과를 얻기 위해 노력하겠습니다. 이것이 발전의 원동력이 됨니다.

자족하게 하소서. “자족하는 마음이 있으면 경건  
은 큰 유익이 되느니라” 하셨습니다. 더 많이 받  
기를 구하기보다 지금 가진 것으로 만족하게 하  
소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 35. 후배가 나를 무시할 때

하나님, 후배가 저를 무시합니다. 선배를 대하는 태도가 아니고, 제 말을 무시하고, 예의가 없습니다. 기분이 나쁘고 화가 납니다. 이 불쾌함 속에서도 감사합니다.

후배가 있음을 감사합니다. 조직에서 제 위치가 있고, 후배를 가르칠 기회가 있고, 선배로 인정받는 위치에 있습니다.

제 선배 시절을 돌아보게 하시니 감사합니다. 혹시 제가 선배들을 무시하지 않았는지, 예의 없게 대하지 않았는지 돌아봅니다. 반성의 기회가 됩니다.

인정받고 싶은 욕구를 내려놓게 하시니 감사합니다. 후배에게 인정받아야 제 가치가 증명되는 것이 아닙니다. 하나님께서 인정하시면 충분합니다.

더 좋은 선배가 되게 하시니 감사합니다. 억지로 존경받으려 하지 않고, 실력과 인품으로 자연스럽게 존경받는 선배가 되려 노력합니다.

사랑으로 대하게 하소서. 미워하거나 보복하지 않고, 오히려 더 잘 가르치고, 더 잘 대하게 하소서. “악을 선으로 이기라” 하신 말씀대로 살게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 36. 회사가 구조조정을 할 때

하나님, 회사가 구조조정을 한다고 합니다. 누가 짤릴지 모르는 불안 속에 직원들이 긴장하고 있습니다. 제 자리도 안전하지 않습니다. 이 불안 속에서도 감사합니다.

지금까지 일할 수 있었음을 감사합니다. 오늘까지 월급을 받았고, 경력을 쌓았고, 배웠습니다. 이 시간이 헛되지 않았습니다.

아직 결정되지 않았음을 감사합니다. 이미 잘린 것이 아닙니다. 아직 기회가 있고, 노력할 수 있고, 기도할 수 있습니다.

새로운 기회가 될 수 있음을 감사합니다. 만약 퇴사하게 되더라도 이것이 더 좋은 길로 가는 통로일 수 있습니다. 하나님께서 문을 닫으시는 것은 더 좋은 문을 열기 위함일 수 있습니다.

신뢰할 하나님이 계심을 감사합니다. 회사가 저를 버린다 해도 하나님은 버리지 않으십니다. 직장을 잃어도 하나님은 잃지 않습니다.

평안을 주소서. 불안해하지 않고 하나님을 신뢰하게 하소서. 남든 가든 당신의 뜻대로 되게 하소서. 어느 쪽이든 최선으로 인도해주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

### 37. 부서 이동으로 원치 않는 일을 하게 될 때

하나님, 원치 않는 부서로 발령이 났습니다. 제가 좋아하고 잘하던 일이 아니라 생소하고 어려운 일을 하게 되었습니다. 적응이 힘들고 불만스럽습니다. 이 변화 속에서도 감사합니다.

새로운 것을 배울 기회를 주시니 감사합니다. 한 분야만 하다 보면 시야가 좁아집니다. 다른 분야를 경험하면서 전문성이 넓어지고, 새로운 기술을 배웁니다.

편한 곳에서 벗어나게 하시니 감사합니다. 안전지대에 있으면 성장하지 못합니다. 불편하고 낯선 곳에서 더 발전합니다. 이것이 성장의 기회입니다.

새로운 사람들을 만나게 하시니 감사합니다. 다른 팀, 다른 동료들을 만나 인간관계가 넓어집니다. 새로운 인연이 귀한 자산이 됩니다.

회사에서 저를 필요로 함을 감사합니다. 부서 이동은 회사가 저를 활용하고자 하는 의지입니다. 해고가 아니라 재배치입니다. 여전히 필요한 사

람입니다.

적응하게 하소서. 빨리 배우고, 동료들과 잘 지내고, 새로운 업무에 적응하게 하소서. 이것이 나쁜 변화가 아니라 좋은 변화였음을 나중에 깨닫게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

### 38. 직장 상사가 신앙 때문에 핍박할 때

하나님, 직장 상사가 제 신앙 때문에 핍박합니다. 교회 다닌다고 비웃고, 기도한다고 이상하게 보고, 신앙 때문에 불이익을 줍니다. 힘들지만 이 핍박 속에서도 감사합니다.

신앙을 지킬 수 있는 자유가 있음을 감사합니다. 신앙의 자유가 보장된 나라에 살고 있습니다. 목숨을 걸고 믿어야 하는 나라도 많습니다. 비교하면 이것은 약한 핍박입니다.

믿음이 시험받는 기회를 감사합니다. 편할 때는 믿음이 얕습니다. 핍박받을 때 진짜 믿음이 드러납니다. 이 시험을 통과하면 더 강한 신앙을 갖게 됩니다.

복 있는 자임을 감사합니다. “의를 위하여 핍박을 받는 자는 복이 있나니 천국이 그들의 것임이라” (마태복음 5:10) 하셨습니다. 주님께서 복 있다 하신 자입니다.

증인 될 기회를 감사합니다. 어려움 속에서도 신앙을 지키는 모습이 가장 강력한 증거입니다. 말

이 아니라 삶으로 복음을 전하는 기회입니다.

담대하게 하소서. 두려워하지 않고 믿음을 지키  
게 하소서. 지혜롭게 대처하되 타협하지 않게 하  
소서. 이 팁박이 오히려 복음을 전하는 통로가 되  
게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

### 39. 중요한 프로젝트에서 실패했을 때

하나님, 중요한 프로젝트를 맡았는데 실패했습니다. 열심히 했지만 결과가 좋지 않았습니다. 회사에 손해를 끼쳤고, 신뢰를 잃었고, 제 평가에도 악영향을 미칠 것입니다. 이 실패 속에서도 감사합니다.

프로젝트를 맡을 만큼 신뢰받았음을 감사합니다. 중요한 일을 제게 맡긴 것은 제 능력을 인정했기 때문입니다. 비록 실패했지만 기회를 주었던 것에 감사합니다.

최선을 다했음을 감사합니다. 게을리 해서 실패한 것이 아닙니다. 열심히 했습니다. 결과는 아쉽지만 과정에 최선을 다했습니다.

배울 수 있는 기회를 감사합니다. 실패는 최고의 교사입니다. 무엇이 잘못되었는지, 앞으로 어떻게 해야 하는지 귀한 교훈을 얻었습니다. 이것이 훗날 성공의 밑거름이 될 것입니다.

겸손해지게 하시니 감사합니다. 성공만 하면 교만해집니다. 실패를 통해 겸손을 배우고, 제 한계

를 알고, 더 신중해집니다.

다시 일어서게 하소서. 이 실패가 저를 무너뜨리지 못하게 하소서. 배운 것을 바탕으로 다음에는 성공하게 하소서. 넘어졌지만 일어서는 사람이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 40. 동료에게 공을 빼앗겼을 때

하나님, 제가 한 일을 동료가 가로챘습니다. 제 아이디어, 제 노력을 마치 자기가 한 것처럼 상사에게 보고했습니다. 억울하고 분합니다. 이 불의 속에서도 감사합니다.

진실을 아시는 하나님을 감사합니다. 사람은 속 일 수 있어도 하나님은 속일 수 없습니다. 제가 한 일을 하나님께서는 다 보셨고 기억하십니다.

능력이 있음을 감사합니다. 빼길 만한 아이디어와 성과가 있었습니다. 제게 재능과 능력이 있기 때문에 가능한 일이었습니다. 계속 좋은 일을 할 수 있습니다.

인정보다 중요한 것을 배우게 하시니 감사합니다. 사람의 인정이 없어도 하나님의 인정이 있으면 됩니다. 눈에 보이는 성과보다 하나님 앞에서의 신실함이 더 중요합니다.

용서를 배우게 하시니 감사합니다. 분노하고 복수하고 싶지만 용서하는 법을 배웁니다. "원수 갚는 것이 내게 있으니 내가 갚으리라" 하신 주님께

맡깁니다.

지혜롭게 대처하게 하소서. 조용히 넘어갈 것인지, 상사에게 말할 것인지, 어떻게 할 것인지 지혜를 주소서. 감정적으로 반응하지 않고, 올바른 방법으로 해결하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 41. 부하 직원이 말을 듣지 않을 때

하나님, 부하 직원이 제 지시를 따르지 않습니다. 제 말을 무시하고, 자기 방식대로 하고, 권위를 인정하지 않습니다. 리더로서 힘들지만 이 상황에서도 감사합니다.

리더의 위치에 있음을 감사합니다. 책임을 맡을 만큼 신뢰받았고, 팀을 이끌 기회를 얻었습니다. 따를 부하 직원이 있다는 것 자체가 제 위치를 보여줍니다.

리더십을 배우게 하시니 감사합니다. 강압이 아니라 설득으로, 명령이 아니라 소통으로 이끄는 법을 배웁니다. 진짜 리더십은 이런 어려움 속에서 성장합니다.

제 리더십을 돌아보게 하시니 감사합니다. 혹시 제가 독단적이지 않았는지, 직원의 의견을 무시하지 않았는지, 존중하지 않았는지 점검하게 됩니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 사람을 변화시키는 것은 시간이 걸립니다. 조급하지 않고 꾸

준히 소통하며 신뢰를 쌓아가는 법을 배웁니다.

지혜를 주소서. 어떻게 이끌어야 할지, 언제 단호해야 하고 언제 유연해야 할지 알게 하소서. 섬기는 리더가 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 42. 야근과 주말 근무가 계속될 때

하나님, 야근과 주말 근무가 계속됩니다. 쉴 틈이 없고, 가족과 시간을 보낼 수 없고, 몸과 마음이 지쳐갑니다. 이 피로 속에서도 감사합니다.

일할 곳이 있음을 감사합니다. 바쁘다는 것은 필 요한 사람이라는 증거입니다. 일이 없어 한가한 것보다 바쁜 것이 낫습니다.

추가 수당이나 보상이 있음을 감사합니다. 시간 외 근무에 대한 대가를 받습니다. 이것이 가계에 도움이 되고, 노력이 인정받는다는 의미입니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 힘든 시기를 견디는 힘을 기릅니다. 이 고된 시간도 지나갈 것 이고, 이 경험이 저를 더 강하게 만들 것입니다.

우선순위를 재정립하게 하시니 감사합니다. 일이 전부가 아님을, 건강과 가족이 더 중요함을 깨닫 습니다. 균형을 찾아야 함을 알게 됩니다.

지혜를 주소서. 효율적으로 일하는 방법, 거절할 줄 아는 용기, 업무를 위임하는 지혜를 주소서.

쉼을 구하고 회복하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 43. 이직을 고민하지만 결정하지 못할 때

하나님, 이직을 해야 할지 고민됩니다. 지금 직장에 불만이 있지만 새 직장도 불확실합니다. 결정하지 못하고 갈팡질팡합니다. 이 혼란 속에서도 감사합니다.

선택할 수 있는 자유가 있음을 감사합니다. 억지로 붙잡혀 있는 것이 아니라 제 의지로 결정할 수 있습니다. 선택지가 있다는 것 자체가 축복입니다.

충분히 고민할 시간을 주시니 감사합니다. 성급하게 결정하지 않고 신중하게 생각할 수 있습니다. 여러 가능성을 탐색하고 비교할 수 있습니다.

지금 직장에서 배운 것을 감사합니다. 좋은 나쁘든 경험이 쌓였고, 배움이 있었고, 인연이 있었습니다. 이것이 다음 단계의 밑거름이 될 것입니다.

하나님께서 인도하심을 믿고 감사합니다. 제가 결정하는 것 같지만 사실은 하나님께서 인도하십니다. 문을 여시고 닫으시는 분은 하나님입니다.

분별력을 주소서. 감정이 아니라 지혜로, 두려움  
이 아니라 믿음으로 결정하게 하소서. 당신의 뜻  
을 알게 하시고 최선의 길로 인도하소서. 예수님  
의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 44. 정년퇴직이 다가올 때

하나님, 정년퇴직이 다가옵니다. 평생 일하던 곳을 떠나야 하고, 익숙한 일상이 끝나고, 새로운 인생이 시작됩니다. 두렵기도 하지만 이 변화 속에서도 감사합니다.

여기까지 일할 수 있었음을 감사합니다. 건강하게 정년까지 근무했습니다. 중간에 그만두지 않고, 해고당하지 않고, 끝까지 일할 수 있었습니다.

오랜 세월의 경험과 추억을 감사합니다. 쌓아온 경력, 만난 사람들, 이룬 성과들이 제 인생의 소중한 자산입니다. 이 모든 것이 의미 있었습니다.

새로운 시작을 할 수 있음을 감사합니다. 은퇴는 끝이 아니라 새 시작입니다. 하고 싶었던 일, 배우고 싶었던 것, 가고 싶었던 곳을 이제 할 수 있습니다.

연금이나 퇴직금을 주시니 감사합니다. 노후를 위한 기본적인 것이 준비되어 있습니다. 이것으로 생활할 수 있고, 여유를 가질 수 있습니다.

새로운 인생을 인도하소서. 은퇴 후의 삶이 더 풍성하고 의미 있게 하소서. 건강을 지켜주시고, 새로운 보람을 찾게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 45. 직장에서 거짓말을 강요당할 때

하나님, 직장에서 거짓말을 하라고 합니다. 회사의 잘못을 숨기라고, 고객을 속이라고, 서류를 조작하라고 합니다. 양심이 불편하지만 이 딜레마 속에서도 감사합니다.

옳고 그름을 분별할 수 있는 양심을 주심을 감사합니다. 무감각하지 않습니다. 잘못된 것을 잘못되었다고 느끼는 도덕성이 살아있습니다.

선택할 수 있는 자유를 감사합니다. 거절할 수 있고, 저항할 수 있고, 떠날 수도 있습니다. 노예가 아니라 자유인입니다.

신앙의 진정성이 시험받는 기회를 감사합니다. 편할 때는 모두 신앙인입니다. 그러나 대가를 치러야 할 때 진짜 믿음이 드러납니다.

하나님께서 보호하심을 믿고 감사합니다. "사람 보다 하나님께 순종하는 것이 마땅하니라" 하셨습니다. 옳은 일을 하다가 손해를 보더라도 하나님께서 책임지실 것을 믿습니다.

용기를 주소서. 거짓에 동조하지 않게 하소서. 지  
혜롭게 거절하고, 필요하면 떠날 수 있는 용기를  
주소서. 진리 편에 서게 하소서. 예수님의 이름으  
로 기도합니다. 아멘.

## 46. 회식 자리가 부담스러울 때

하나님, 회식이 너무 부담스럽습니다. 가기 싫은데 안 가면 눈치가 보이고, 가면 늦은 시간까지 술 마시고, 다음 날 피곤합니다. 이 부담 속에서 도 감사합니다.

동료들과 어울릴 기회가 있음을 감사합니다. 업무 외에 친목을 다질 수 있고, 편하게 대화할 수 있고, 서로 더 알아갈 수 있습니다.

회사가 비용을 지원함을 감사합니다. 맛있는 음식을 먹을 수 있고, 제 돈이 들지 않고, 회사의 배려가 있습니다.

거절할 수 있는 용기를 배우게 하시니 감사합니다. 모든 회식에 참석할 필요는 없습니다. 중요한 것만 가고, 때로는 거절하는 지혜를 배웁니다.

일과 삶의 균형을 지킬 수 있음을 감사합니다. 회식이 의무가 아니라 선택임을 압니다. 가족과의 시간, 나의 휴식도 중요합니다.

지혜를 주소서. 적절히 참여하되 과하지 않게 하

소서. 관계를 유지하되 나를 잊지 않게 하소서.  
균형 잡힌 직장 생활을 하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 47. 원격근무로 소통이 어려울 때

하나님, 재택근무를 하는데 소통이 어렵습니다. 대면으로 물어보던 것을 메신저로 해야 하고, 뉴 앙스가 전달되지 않고, 오해가 생깁니다. 이 불편 함 속에서도 감사합니다.

재택근무를 할 수 있음 자체를 감사합니다. 출퇴근 시간을 절약하고, 집에서 편하게 일하고, 유연한 근무가 가능합니다. 이것이 큰 축복입니다.

기술의 발전을 감사합니다. 화상회의, 메신저, 클라우드 등으로 멀리서도 협업할 수 있습니다. 과거에는 불가능했던 일입니다.

가족과 더 많은 시간을 보낼 수 있음을 감사합니다. 점심을 함께 먹고, 팀팀이 가족을 돌보고, 일과 삶의 균형을 더 잘 맞출 수 있습니다.

새로운 소통 방법을 배우게 하시니 감사합니다. 간결하게 글 쓰는 법, 명확하게 전달하는 법, 디지털 협업 도구를 활용하는 법을 배웁니다.

효과적으로 소통하게 하소서. 오해를 줄이고, 명

확하게 전달하고, 필요할 때는 전화나 화상으로 대화하는 지혜를 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 48. 실직 후 장기간 취업이 안 될 때

하나님, 실직한 지 오래되었는데 재취업이 안 됩니다. 수십 군데 지원했지만 계속 떨어지고, 저축은 바닥나고, 자존감도 떨어집니다. 이 좌절 속에서도 감사합니다.

건강하게 일할 수 있는 몸을 주심을 감사합니다. 아프지 않고, 지원서를 쓸 수 있고, 면접을 볼 수 있습니다. 건강이 있는 한 희망이 있습니다.

가족의 지지를 감사합니다. 실직했어도 가족이 저를 비난하지 않고 격려합니다. 함께 어려움을 견디며 더 끈끈해집니다.

쉬면서 재충전할 수 있었음을 감사합니다. 바쁠 때는 못했던 것들을 합니다. 가족과 시간을 보내고, 건강을 돌보고, 새로운 것을 배웁니다.

진짜 중요한 것을 깨닫게 하시니 감사합니다. 직업이 제 정체성의 전부가 아닙니다. 일이 없어도 저는 가치 있는 사람이고, 사랑받는 존재입니다.

길을 열어주소서. “때가 되면” 적합한 일자리를 예비하소서. 포기하지 않고 계속 도전하는 힘을

주소서. 이 시간이 낭비가 아니라 준비의 시간이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 49. 은퇴 후 무기력할 때

하나님, 은퇴한 후 무기력합니다. 할 일이 없고, 목표가 없고, 의미를 찾지 못합니다. 하루하루가 지루하고 공허합니다. 이 무료함 속에서도 감사합니다.

편안히 쉴 수 있음을 감사합니다. 더 이상 출근하지 않아도 되고, 업무 스트레스가 없고, 자유롭게 시간을 쓸 수 있습니다.

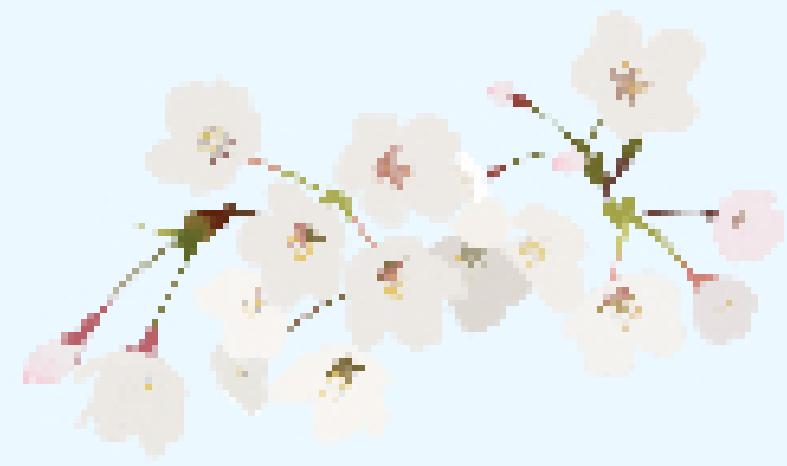
건강하게 살아있음을 감사합니다. 은퇴까지 살았고, 여전히 움직일 수 있고, 생각할 수 있습니다. 이것이 축복입니다.

새로운 것을 시작할 기회를 주시니 감사합니다. 늦지 않았습니다. 새 취미, 봉사활동, 배움, 여행 등 할 수 있는 일이 많습니다.

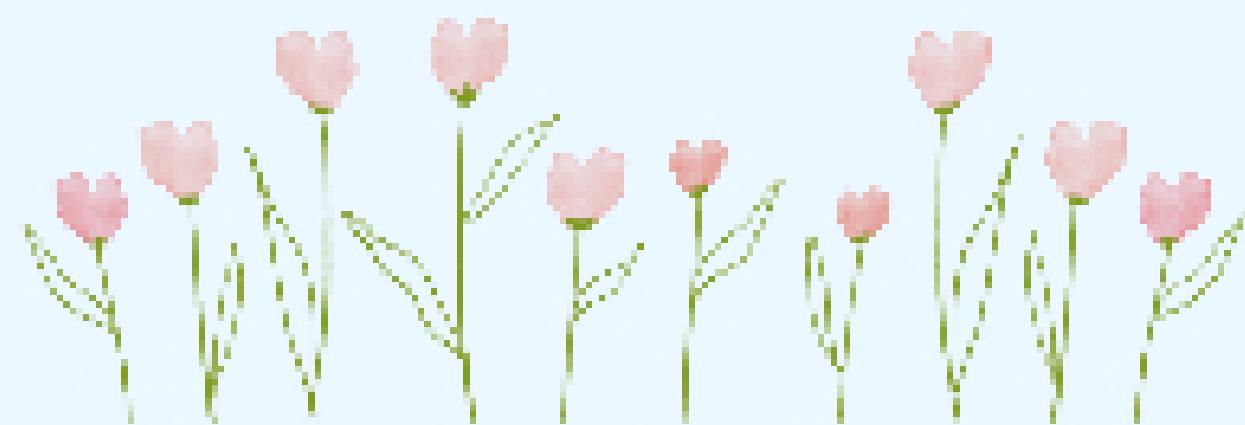
삶의 의미를 재정립하게 하시니 감사합니다. 직업으로 정의되던 삶에서 벗어나 진정한 나를 찾을 수 있습니다. 하나님께서 원하시는 삶을 살 수 있습니다.

새로운 목적을 주소서. 은퇴 후에도 의미 있게 살 수 있게 하소서. 봉사할 곳, 나눌 것, 전할 복음이 있게 하소서. 남은 인생이 가장 아름다운 시기가 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

at+  
at+



## 【사업/경제 생활 16가지】



## 50. 창업했지만 손님이 없을 때

하나님, 창업했는데 손님이 없습니다. 문을 열어도 사람이 오지 않고, 매출이 없고, 적자만 쌓입니다. 막막하지만 이 시련 속에서도 감사합니다.

창업할 수 있었음을 감사합니다. 꿈을 실행에 옮겼고, 도전했고, 시작했습니다. 많은 사람이 꿈만 꾸는데 저는 시도했습니다.

준비한 것들을 감사합니다. 가게든 사무실이든 공간이 있고, 상품이나 서비스가 있고, 시스템이 갖춰졌습니다. 이 모든 준비가 헛되지 않을 것입니다.

배우는 기회를 주시니 감사합니다. 마케팅이 부족했는지, 입지가 나빴는지, 상품이 맞지 않았는지 배웁니다. 이 경험이 귀한 교훈입니다.

아직 시간이 있음을 감사합니다. 포기하지 않으면 기회가 있습니다. 홍보 방법을 바꾸고, 개선하고, 끈기 있게 버티면 길이 열릴 것입니다.

길을 열어주소서. 손님을 보내주시고, 입소문이

나게 하시고, 사업이 안정되게 하소서. 이 어려운 시기를 넘기게 하시고 성공하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 51. 사업 자금이 바닥났을 때

하나님, 사업 자금이 바닥났습니다. 더 이상 운영 할 돈이 없고, 대출도 한계이고, 문을 닫아야 할 것 같습니다. 절망스럽지만 이 위기 속에서도 감사합니다.

여기까지 버틴 것을 감사합니다. 쉽지 않았지만 포기하지 않고 싸웠습니다. 이것이 용기이고, 이 과정 자체가 가치 있습니다.

빚더미는 아님을 감사합니다. 어렵지만 갚을 수 없는 정도는 아닙니다. 더 깊이 빠지기 전에 멈출 수 있는 시점입니다.

배운 것들을 감사합니다. 사업을 통해 많은 것을 배웠습니다. 실패도 경험이고, 이 교훈이 다음에 더 잘할 수 있게 합니다.

하나님께서 공급하심을 믿고 감사합니다. "까마귀를 통해서라도" 먹이시는 하나님입니다. 예상치 못한 곳에서 길이 열릴 수 있습니다.

기적을 행하소서. 투자자를 보내시든, 큰 계약을

주시든, 예상치 못한 방법으로든 길을 여소서. 포기하지 않는 힘을 주소서. 예수님이의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 52. 사업 파트너가 배신했을 때

하나님, 사업 파트너가 배신했습니다. 함께 시작했는데 뒤통수를 맞았고, 돈을 가지고 떠났고, 신뢰가 무너졌습니다. 배신감이 크지만 이 아픔 속에서도 감사합니다.

혼자가 아니라 파트너와 시작했음을 감사합니다. 비록 배신당했지만 함께 꿈꾸고 시작했던 그 시간은 의미가 있었습니다.

일찍 알게 되어 감사합니다. 더 깊이 빠지기 전에 알았습니다. 더 큰 손해를 보기 전에 관계를 정리 할 수 있습니다.

법적 대응을 할 수 있음을 감사합니다. 억울하게 만 당하지 않아도 됩니다. 계약서, 법, 절차를 통해 권리를 찾을 수 있습니다.

사람 보는 눈을 배우게 하시니 감사합니다. 이 경험으로 누구를 믿어야 할지, 어떻게 계약해야 할지, 어떻게 보호해야 할지 배웁니다.

회복시켜 주소서. 배신의 상처를 치유하시고, 빼

앗긴 것을 되찾게 하시고, 더 좋은 파트너를 보내 주소서. 이 일로 인해 무너지지 않게 하소서. 예수님이 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 53. 큰 계약이 무산되었을 때

하나님, 큰 계약이 무산되었습니다. 거의 성사될 뻔했는데 마지막에 틀어졌고, 기대가 컸던 만큼 실망도 큽니다. 좌절스럽지만 이 실패 속에서도 감사합니다.

여기까지 온 것을 감사합니다. 큰 계약을 논의할 정도로 성장했고, 경쟁력이 있고, 인정받았습니다. 무산되었어도 그 과정이 의미 있었습니다.

배운 것을 감사합니다. 계약 과정에서 많은 것을 배웠습니다. 무엇이 부족했는지, 어떻게 개선해야 하는지, 다음에 어떻게 해야 하는지 알게 되었습니다.

더 좋은 기회가 올 것을 믿고 감사합니다. 이 계약이 무산된 것은 더 좋은 계약을 위한 하나님의 계획일 수 있습니다. “때가 되면” 더 나은 기회가 올 것입니다.

팀이 무너지지 않았음을 감사합니다. 실망했지만 팀원들이 포기하지 않습니다. 함께 다시 도전할 수 있습니다.

새로운 기회를 주소서. 다른 계약처를 찾게 하시고, 더 좋은 조건으로 성사되게 하시고, 이 실패가 성공의 발판이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 54. 거래처가 부도났을 때

하나님, 거래처가 부도났습니다. 받을 돈을 받지 못하게 되었고, 이것이 우리 회사에도 큰 타격이고, 연쇄 부도가 날까 두렵습니다. 이 공포 속에서도 감사합니다.

아직 우리는 부도나지 않았음을 감사합니다. 어렵지만 버티고 있습니다. 완전히 무너진 것이 아니라 여전히 싸울 수 있습니다.

법적 절차를 밟을 수 있음을 감사합니다. 회생 절차, 채권 신고 등을 통해 일부라도 회수할 가능성이 있습니다.

다른 거래처들이 있음을 감사합니다. 한 곳에 의존하지 않았습니다. 다른 곳에서 매출이 나오고, 다각화의 중요성을 배웁니다.

위기관리를 배우게 하시니 감사합니다. 리스크 관리, 신용 조사, 계약서 작성 등의 중요성을 절실히 배웁니다. 이 교훈이 회사를 더 단단하게 만들 것입니다.

살려주소서. 이 위기를 넘기게 하시고, 자금을 공급하시고, 새로운 거래처를 보내주소서. 회생의 길을 열어주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 55. 대출 이자를 감당하기 어려울 때

하나님, 대출 이자가 너무 부담됩니다. 매달 나가는 이자가 만만치 않고, 원금은 줄지 않고, 숨이 막힙니다. 이 압박 속에서도 감사합니다.

대출을 받을 수 있었음을 감사합니다. 신용이 있었기에 가능했습니다. 이 돈으로 사업을 시작하거나 유지할 수 있었습니다.

아직 갚고 있음을 감사합니다. 연체하지 않고 매달 납부하고 있습니다. 어렵지만 책임을 다하고 있습니다.

재정 관리를 배우게 하시니 감사합니다. 불필요한 지출을 줄이고, 우선순위를 정하고, 계획적으로 쓰는 법을 배웁니다.

하나님께서 공급하심을 믿고 감사합니다. "내 하나님이 그리스도 예수 안에서 영광 가운데 그 풍성한 대로 너희 모든 쓸 것을 채우시리라" 하셨습니다.

길을 열어주소서. 상환할 수 있는 방법을 주시고, 추가 수입을 주시고, 대출을 정리할 수 있게 하소

서. 이 짐에서 자유케 하소서. 예수님이의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

## 56. 투자에 실패해 큰 손실을 봤을 때

하나님, 투자에 실패해서 큰 돈을 잃었습니다. 주식, 코인, 부동산... 무엇이든 욕심을 부렸다가 크게 손해를 봤습니다. 후회되지만 이 손실 속에서 도 감사합니다.

투자할 여유가 있었음을 감사합니다. 전혀 여유가 없는 사람도 많습니다. 투자할 돈이 있었다는 것 자체가 어느 정도 형편이 있었다는 증거입니다.

교훈을 얻게 하시니 감사합니다. 욕심의 위험성, 분산 투자의 중요성, 안전성의 가치를 뼈저리게 배웠습니다. 이 값비싼 수업이 다시는 반복되지 않게 할 것입니다.

건강을 잃지 않았음을 감사합니다. 돈은 잃었지만 건강과 가족은 있습니다. 돈은 다시 벌 수 있지만 건강과 가족은 그렇지 않습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 쉽게 돈을 벌 수 있다는 교만을 내려놓게 됩니다. 땀 흘려 일하는 것의 가치를 다시 깨닫습니다.

회복시켜 주소서. 잃은 것에 매여 있지 않게 하시고, 다시 일어서게 하시고, 조금씩 회복하게 하소서. 돈보다 더 소중한 것을 지키게 하소서. 예수 님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 57. 사기를 당했을 때

하나님, 사기를 당했습니다. 믿었던 사람에게 속았고, 돈을 빼앗겼고, 허탈합니다. 분하고 억울하지만 이 배신 속에서도 감사합니다.

더 큰 피해를 입지 않았음을 감사합니다. 전 재산을 잃은 것은 아닙니다. 일부를 잃었지만 남은 것 이 있습니다.

일찍 알게 되어 감사합니다. 더 깊이 빠지기 전에 사기임을 알았습니다. 지금이라도 끊을 수 있어서 다행입니다.

법적 대응을 할 수 있음을 감사합니다. 경찰에 신고하고, 법적 절차를 밟고, 일부라도 회수할 가능성이 있습니다.

교훈을 얻게 하시니 감사합니다. 쉬운 돈은 없다는 것, 너무 좋은 조건은 의심해야 한다는 것, 계약서의 중요성을 배웁니다.

정의를 이루소서. 사기꾼이 처벌받게 하시고, 제 돈을 되찾게 하시고, 다른 피해자가 없게 하소서.

이 일로 인해 사람을 불신하지 않게 하소서. 예수  
님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 58. 가게/사무실 임대료를 올린다고 할 때

하나님, 건물주가 임대료를 올린다고 합니다. 지금도 부담스러운데 더 올리면 감당하기 어렵습니다. 이사하자니 손님을 잃을까 걱정됩니다. 이 압박 속에서도 감사합니다.

지금까지 이 장소에서 장사할 수 있었음을 감사합니다. 입지가 좋았고, 손님이 왔고, 매출이 있었습니다. 이곳에서의 시간이 의미 있었습니다.

협상할 기회가 있음을 감사합니다. 일방적 통보가 아니라 대화할 수 있습니다. 사정을 설명하고 조정을 요청할 수 있습니다.

다른 선택지가 있음을 감사합니다. 여기가 유일한 곳이 아닙니다. 다른 장소를 알아볼 수 있고, 비교할 수 있고, 더 좋은 조건을 찾을 수 있습니다.

변화의 기회를 주시니 감사합니다. 어쩌면 더 좋은 곳으로 옮기라는 신호일 수 있습니다. 새로운 기회가 될 수 있습니다.

지혜를 주소서. 협상할지, 이사할지, 어떻게 할지  
최선의 결정을 하게 하소서. 재정적으로 감당 가  
능한 길을 열어주소서. 예수님의 이름으로 기도  
합니다. 아멘.

## 59. 직원 월급을 주기 어려울 때

하나님, 직원 월급을 주기 어렵습니다. 매출이 없는데 월급날은 다가오고, 직원들을 볼 면목이 없고, 사장으로서 책임감에 짓눌립니다. 이 부담 속에서도 감사합니다.

직원이 있음을 감사합니다. 혼자가 아니라 함께 일하는 사람들이 있습니다. 저를 믿고 따라와 준 직원들이 있습니다.

지금까지 월급을 줄 수 있었음을 감사합니다. 오늘까지 밀리지 않고 지급했습니다. 이것은 제 노력과 하나님의 은혜였습니다.

솔직하게 말할 수 있음을 감사합니다. 직원들에게 어려움을 터놓고 이해를 구할 수 있습니다. 함께 해결책을 찾을 수 있습니다.

책임감을 배우게 하시니 감사합니다. 사장의 무게, 직원을 책임진다는 것의 의미를 깊이 깨닫습니다. 이것이 저를 더 성숙하게 만듭니다.

공급하소서. 긴급히 자금을 공급하시고, 매출을 일으키시고, 월급을 줄 수 있게 하소서. 직원들과

의 신뢰를 지키게 하소서. 예수님이의 이름으로 기  
도합니다. 아멘.

## 60. 신용불량자가 되었을 때

하나님, 신용불량자가 되었습니다. 카드가 정지되고, 대출이 불가능하고, 사회적으로 낙인찍힌 것 같습니다. 절망스럽지만 이 밑바닥에서도 감사합니다.

생명이 있음을 감사합니다. 신용은 잃었지만 목숨은 있습니다. 살아있는 한 회복할 수 있고, 다시 시작할 수 있습니다.

배운 것을 감사합니다. 돈 관리의 중요성, 빚의 위험성, 신용의 가치를 뼈저리게 배웠습니다. 이 교훈을 평생 잊지 않을 것입니다.

회복 프로그램이 있음을 감사합니다. 신용회복위원회, 채무조정, 파산면책 등 다시 일어설 수 있는 제도가 있습니다.

진짜 친구를 알게 하시니 감사합니다. 어려울 때 떠나는 사람과 남는 사람을 구별하게 됩니다. 진짜 소중한 것이 무엇인지 깨닫습니다.

회복시켜 주소서. 조금씩 빚을 갚아가고, 신용을

회복하고, 정상적인 생활로 돌아가게 하소서. 이  
경험이 간증이 되게 하소서. 예수님의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

## 61. 빛 독촉 전화가 계속 올 때

하나님, 빛 독촉 전화가 계속 옵니다. 아침부터 밤까지 전화벨이 울리고, 스트레스가 극심하고, 전화만 봐도 두렵습니다. 이 압박 속에서도 감사합니다.

전화를 받을 수 있는 휴대폰이 있음을 감사합니다. 연락할 수단이 있고, 소통할 수 있고, 협상할 수 있습니다.

완전히 도망친 것이 아님을 감사합니다. 전화를 받고, 사정을 설명하고, 갚으려는 의지를 보입니다. 책임을 회피하지 않습니다.

법적 보호를 받을 수 있음을 감사합니다. 과도한 추심은 불법입니다. 금융감독원에 신고할 수 있고, 보호받을 수 있습니다.

해결책이 있음을 감사합니다. 채무조정, 분할상환, 법률 상담 등 도움받을 곳이 있습니다. 혼자가 아닙니다.

평안을 주소서. 두려워하지 않게 하시고, 차근차

근 해결하게 하시고, 이 상황을 극복하게 하소서.  
빛에서 자유케 하소서. 예수님의 이름으로 기도  
합니다. 아멘.

## 62. 보증을 섰다가 빚을 떠안게 되었을 때

하나님, 보증을 섰다가 빚을 떠안았습니다. 친구나 가족을 도우려다 오히려 제가 망하게 생겼습니다. 억울하고 후회되지만 이 고통 속에서도 감사합니다.

도와주려는 선한 마음이 있었음을 감사합니다. 남을 돋고 싶었던 그 마음 자체는 아름다웠습니다. 비록 결과가 좋지 않았지만 동기는 선했습니다.

교훈을 얻게 하시니 감사합니다. 보증의 위험성, 선의의 한계, 지혜로운 도움의 방법을 배웁니다. 다시는 이런 실수를 하지 않을 것입니다.

법적 대응을 할 수 있음을 감사합니다. 주채무자에게 구상권을 행사하거나, 법적 절차를 통해 일부라도 회수할 수 있습니다.

가족이 무너지지 않았음을 감사합니다. 재정적으로 어렵지만 가족은 함께 있습니다. 함께 이 위기를 넘길 수 있습니다.

회복시켜 주소서. 이 빛에서 벗어나게 하시고, 재정을 회복시키시고, 이 경험을 통해 더 지혜로운 사람이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 63. 경쟁업체가 생겨 매출이 급감할 때

하나님, 바로 옆에 경쟁업체가 생겼습니다. 손님을 빼앗기고, 매출이 급감하고, 장사가 안 됩니다. 위기지만 이 경쟁 속에서도 감사합니다.

지금까지 독점적으로 장사할 수 있었음을 감사합니다. 경쟁자가 없었기에 편했고, 손님이 많았고, 수익이 좋았습니다. 그 시간이 축복이었습니다.

발전할 기회를 주시니 감사합니다. 경쟁자가 생기면 더 노력하게 됩니다. 서비스를 개선하고, 품질을 높이고, 차별화를 고민합니다.

충성 고객을 발견하게 하시니 감사합니다. 경쟁자가 생겨도 여전히 우리를 찾는 손님이 있습니다. 진짜 고객이 누구인지 알게 됩니다.

창의력을 발휘하게 하시니 감사합니다. 새로운 메뉴, 특별한 이벤트, 독특한 서비스 등을 고민하며 혁신합니다.

지혜를 주소서. 가격 경쟁이 아니라 가치 경쟁을

하게 하소서. 우리만의 강점을 찾고, 차별화하고,  
살아남게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니  
다. 아멘.

## 64. 코로나 같은 위기로 장사가 안 될 때

하나님, 예상치 못한 위기로 장사가 안 됩니다. 팬데믹, 재난, 사회적 상황 등으로 손님이 끊기고, 문을 열어도 의미가 없습니다. 막막하지만 이 재난 속에서도 감사합니다.

건강하게 살아있음을 감사합니다. 병에 걸리지 않았고, 가족이 안전하고, 생명이 있습니다. 장사보다 생명이 더 소중합니다.

함께 겪는 사람들이 많음을 감사합니다. 나만의 문제가 아니라 모두의 문제입니다. 함께 견디고, 서로 돋고, 이해할 수 있습니다.

정부 지원이 있음을 감사합니다. 재난지원금, 대출 유예, 임대료 감면 등 도움을 받을 수 있습니다.

새로운 방법을 찾게 하시니 감사합니다. 배달, 온라인 판매, 새로운 사업 모델 등을 시도하며 적응합니다.

버티게 하소서. 이 위기가 지나가기까지 살아남

게 하소서. 문을 닫지 않고 견디게 하시고, 다시 회복되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 65. 자연재해로 사업장이 피해를 입었을 때

하나님, 자연재해로 사업장이 피해를 입었습니다. 홍수, 화재, 태풍 등으로 시설이 파괴되고, 재고가 손상되고, 복구 비용이 막대합니다. 망연자실하지만 이 재난 속에서도 감사합니다.

인명 피해가 없었음을 감사합니다. 물건은 잃었지만 사람은 다치지 않았습니다. 생명이 있으면 다시 시작할 수 있습니다.

보험이 있음을 감사합니다. 전액은 아니어도 일부라도 보상받을 수 있습니다. 보험 가입이 얼마나 중요한지 깨닫습니다.

도와주는 사람들을 감사합니다. 가족, 친구, 이웃, 정부, 봉사자들이 도와줍니다. 혼자가 아니라 함께 복구할 수 있습니다.

새로 시작할 기회를 주시니 감사합니다. 낡은 것을 정리하고, 더 나은 시설로, 더 안전하게 재건 할 수 있습니다.

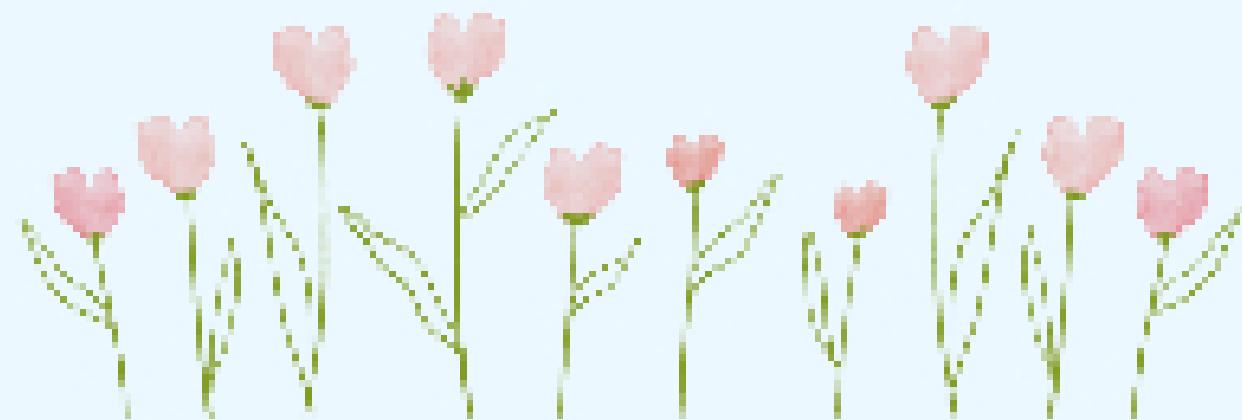
회복시켜 주소서. 빨리 복구하게 하시고, 필요한

자금을 공급하시고, 이전보다 더 좋게 재건하게 하소서. 이 재난이 축복의 통로가 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

g+at



## 【건강 문제 11가지】



## 66. 암 진단을 받았을 때

하나님, 암 진단을 받았습니다. 청천벽력 같은 소식이고, 두렵고, 앞이 막막합니다. 그러나 이 공포 속에서도 감사합니다.

지금까지 건강하게 살아온 모든 날을 감사합니다. 암이 없었던 그 모든 시간이 축복이었습니다. 당연하게 여겼던 건강이 얼마나 소중했는지 압니다.

조기에 발견한 것을 감사합니다. 더 늦기 전에 알게 되었습니다. 치료할 수 있는 기회가 있고, 완치 가능성이 있습니다.

의료 기술과 치료법이 있음을 감사합니다. 과거와 달리 암은 더 이상 사형선고가 아닙니다. 수술, 항암, 방사선, 표적치료 등 방법이 있습니다.

함께할 가족을 감사합니다. 혼자 싸우지 않아도 됩니다. 가족이 곁에서 돌봐주고, 격려하고, 기도해줍니다.

치료하소서. 의사의 손을 통해, 약을 통해, 직접 기적을 행하셔서 치유하소서. 두려워하지 않고

담대히 치료받게 하소서. 완치하게 하소서. 예수  
님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 67. 만성질환(당뇨, 고혈압 등)으로 평생 약을 먹어야 할 때

하나님, 만성질환으로 평생 약을 먹어야 합니다. 매일 약을 챙겨 먹고, 관리해야 하고, 정상적인 삶이 아닌 것 같아 속상합니다. 그러나 이 질병 속에서도 감사합니다.

약이 있음을 감사합니다. 과거에는 치료법이 없었던 병입니다. 그러나 지금은 약으로 조절할 수 있고, 정상적인 생활이 가능합니다.

일찍 발견한 것을 감사합니다. 합병증이 오기 전에 알았습니다. 지금부터 잘 관리하면 큰 문제없이 살 수 있습니다.

건강의 소중함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 당연하게 여겼던 건강이 얼마나 귀한지 압니다. 식습관, 운동, 생활습관을 개선하게 됩니다.

더 건강하게 살 기회를 주시니 감사합니다. 이 진단이 오히려 더 건강하게 사는 계기가 됩니다. 담배를 끊고, 운동하고, 잘 먹습니다.

관리하게 하소서. 꾸준히 약을 먹고, 정기검진을 받고, 건강을 지키게 하소서. 이 병과 함께 오래 오래 건강하게 살게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 68. 교통사고로 다쳤을 때

하나님, 교통사고를 당했습니다. 갑자기 일어난 사고로 다치고, 입원하고, 일상이 중단되었습니다. 아프고 불편하지만 이 사고 속에서도 감사합니다.

살아있음을 감사합니다. 죽을 수도 있었던 사고에서 살아남았습니다. 생명을 지켜주셨고, 더 큰 부상이 아니었습니다.

치료받을 수 있음을 감사합니다. 병원이 있고, 의료진이 있고, 치료 기술이 있습니다. 회복할 가능성�이 있습니다.

보험에 있음을 감사합니다. 치료비 걱정을 덜 수 있고, 보상을 받을 수 있습니다. 경제적 부담이 줄어듭니다.

쉴 수 있는 기회를 주시니 감사합니다. 바쁘게 살다가 멈추게 되었습니다. 몸이 보내는 신호를 들을 수 있고, 재충전할 수 있습니다.

회복시켜 주소서. 빨리 낫게 하시고, 후유증 없게

하시고, 일상으로 돌아가게 하소서. 이 사고를 통  
해 삶을 더 소중히 여기게 하소서. 예수님의 이름  
으로 기도합니다. 아멘.

## 69. 우울증 진단을 받았을 때

하나님, 우울증 진단을 받았습니다. 마음의 병이 있다는 것이 인정되고, 약을 먹어야 하고, 정신과 치료를 받습니다. 수치스럽기도 하지만 이 질병 속에서도 감사합니다.

마음의 병도 병임을 인정받게 되어 감사합니다. 게으르거나 나약한 것이 아니라 치료가 필요한 질병입니다. 이것을 인정하고 도움받을 수 있습니다.

치료법이 있음을 감사합니다. 상담, 약물, 치료 프로그램 등으로 나아질 수 있습니다. 혼자 끙끙 앓지 않아도 됩니다.

솔직해질 수 있음을 감사합니다. 괜찮은 척하지 않아도 됩니다. 힘들다고 말할 수 있고, 도움을 청할 수 있습니다.

공감해주는 사람들을 감사합니다. 같은 경험을 한 사람들, 이해해주는 가족들, 전문가들이 함께 합니다.

치유하소서. 마음의 어둠을 걷어내시고, 기쁨을 회복시키시고, 삶의 의미를 다시 찾게 하소서. “평안을 너희에게 끼치노니” 하신 주님의 평안을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 70. 불면증으로 잠을 못 할 때

하나님, 잠을 잘 수가 없습니다. 밤마다 뒤척이고, 잠들지 못하고, 피곤이 쌓입니다. 힘들지만 이 불면 속에서도 감사합니다.

낮에 활동할 수 있는 건강이 있음을 감사합니다. 비록 밤에 못 자지만 낮에는 일할 수 있고, 움직일 수 있습니다.

불면의 원인을 찾을 기회를 감사합니다. 스트레스인지, 질병인지, 생활습관인지 점검하게 됩니다. 원인을 알면 해결할 수 있습니다.

잠의 소중함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 당연하게 여겼던 잠이 얼마나 귀한 축복인지 압니다. 잘 수 있었던 모든 날이 감사합니다.

도움받을 곳이 있음을 감사합니다. 수면클리닉, 약, 이완 기법, 상담 등 방법이 있습니다. 혼자 고통받지 않아도 됩니다.

잠을 주소서. “그의 사랑하시는 자에게는 잠을 주시는도다” 하셨습니다. 편안한 잠을 허락하시고,

회복하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니  
다. 아멘.

## 71. 갑자기 쓰러져 응급실에 실려갔을 때

하나님, 갑자기 쓰러져 응급실에 실려갔습니다. 정신을 잃었고, 무슨 일인지 모르겠고, 큰 병이 아닐까 두렵습니다. 이 충격 속에서도 감사합니다.

살아서 응급실에 도착했음을 감사합니다. 그 자리에서 죽지 않았고, 병원까지 올 수 있었고, 치료받을 수 있습니다.

누군가 발견하고 도와주었음을 감사합니다. 혼자 쓰러졌어도 119를 불러준 사람, 옆에 있던 사람이 있었습니다. 하나님께서 보내신 천사들이었습니다.

의료진이 있음을 감사합니다. 응급실 의사와 간호사들이 신속하게 대처했습니다. 생명을 살리는 그들의 헌신이 감사합니다.

경고 신호로 받아들이게 하시니 감사합니다. 몸이 한계를 알려주었습니다. 이제부터라도 건강을 챙기고, 무리하지 말라는 신호입니다.

회복시켜 주소서. 원인을 찾아 치료하게 하시고,  
완전히 낫게 하시고, 건강을 회복하게 하소서. 예  
수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 72. 수술을 앞두고 두려울 때

하나님, 수술을 앞두고 있습니다. 마취가 무섭고, 수술이 잘될지 불안하고, 후유증이 걱정됩니다. 두렵지만 이 수술 앞에서도 감사합니다.

수술로 치료할 수 있음을 감사합니다. 과거에는 불치병이었을 것입니다. 그러나 지금은 수술로 나을 수 있습니다.

실력 있는 의사를 만났음을 감사합니다. 숙련된 의료진이 집도하고, 경험이 많고, 성공 가능성이 높습니다.

마취 기술이 있음을 감사합니다. 고통 없이 수술 받을 수 있고, 안전하게 잠들었다 깨 수 있습니다.

기도하는 사람들이 있음을 감사합니다. 가족, 친구, 교회 성도들이 저를 위해 기도합니다. 혼자가 아닙니다.

함께하소서. 수술실에도 함께 들어가시고, 의사의 손을 인도하시고, 성공적으로 마치게 하소서.

두려워 말라 내가 너와 함께 함이라 하신 말씀을  
붙잡습니다. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아  
멘.

## 73. 시력이나 청력이 나빠졌을 때

하나님, 시력(청력)이 나빠졌습니다. 잘 보이지 (들리지) 않고, 불편하고, 노화를 실감합니다. 슬프지만 이 변화 속에서도 감사합니다.

지금까지 잘 보고(들을 수) 있었던 모든 시간을 감사합니다. 당연하게 여겼던 감각이 얼마나 큰 축복이었는지 압니다.

보조 도구가 있음을 감사합니다. 안경, 돋보기, 보청기 등으로 도움받을 수 있습니다. 완전히 잃은 것이 아니라 보완할 수 있습니다.

남은 감각이 있음을 감사합니다. 하나가 약해져도 다른 감각들이 있습니다. 여전히 세상을 느끼고 경험할 수 있습니다.

더 악화되지 않게 관리할 수 있음을 감사합니다. 정기검진, 치료, 생활습관 개선으로 진행을 늦출 수 있습니다.

지켜주소서. 더 나빠지지 않게 하시고, 가능하면 회복시켜 주시고, 남은 감각을 온전히 사용하게

하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 74. 치매 초기 증상이 보일 때

하나님, 치매 초기 증상이 보입니다. 기억이 자주 나지 않고, 길을 헤매고, 나 자신이 무너지는 것 같아 두렵습니다. 이 공포 속에서도 감사합니다.

지금은 아직 정신이 온전함을 감사합니다. 진단 받았어도 지금은 인식하고, 판단하고, 대화할 수 있습니다. 이 시간이 소중합니다.

조기에 발견한 것을 감사합니다. 진행을 늦추는 약이 있고, 치료 방법이 있습니다. 빨리 알았기에 대비할 수 있습니다.

가족에게 미리 말할 수 있음을 감사합니다. 제 의사사를 전달하고, 준비하고, 부담을 덜 수 있습니다.

지금까지의 모든 기억을 감사합니다. 살아온 인생, 사랑했던 사람들, 경험했던 일들이 제 안에 있습니다. 이것이 제 인생이었습니다.

함께하소서. 병이 진행되어도 당신은 기억하실 것을 믿습니다. 제가 잊어도 당신은 잊지 않으십니다. 가족을 도우시고, 저를 끝까지 사랑해주세요.

서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 75. 원인 모를 통증이 계속될 때

하나님, 원인 모를 통증이 계속됩니다. 병원을 다녀도 이상이 없다는데 아프고, 검사를 해도 원인을 모르고, 답답합니다. 이 고통 속에서도 감사합니다.

큰 병은 아님을 감사합니다. 암이나 중병이 아니라 검사상 정상입니다. 생명을 위협하는 질병은 아닙니다.

검사받을 수 있는 의료 시스템이 있음을 감사합니다. 여러 검사를 통해 확인할 수 있고, 전문의를 만날 수 있습니다.

스트레스나 긴장이 원인일 수 있음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 몸이 마음의 상태를 알려주고 있습니다. 쉬라는 신호일 수 있습니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 금방 낫지 않는 것을 견디며 인내심을 기릅니다. 조급하지 않게 됩니다.

치유하소서. 원인을 알게 하시든, 직접 낫게 하시든 이 통증에서 자유케 하소서. 평안을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 76. 자살 충동이 들 정도로 절망스러울 때

하나님, 너무 절망스럽습니다. 더 이상 살고 싶지 않고, 모든 것을 포기하고 싶고, 자살 충동이 듭니다. 이 깊은 어둠 속에서도 감사합니다.

아직 살아있음을 감사합니다. 실행하지 않았고, 여전히 숨 쉬고 있고, 기회가 있습니다. 살아있는 한 희망이 있습니다.

도움을 청할 수 있음을 감사합니다. 자살예방센터(1393), 정신건강복지센터, 상담 전화 등 도움 받을 곳이 있습니다. 혼자 견디지 않아도 됩니다.

나를 사랑하는 사람들이 있음을 감사합니다. 가족, 친구들이 제가 사라지면 슬퍼할 것입니다. 저는 소중한 존재입니다.

하나님께서 저를 사랑하심을 감사합니다. 사람이 버려도 하나님은 버리지 않으십니다. 제 생명은 하나님의 것입니다.

살게 하소서. 이 어둠에서 건져내시고, 빛을 보게 하시고, 다시 살고 싶은 마음을 주소서. 전문가의

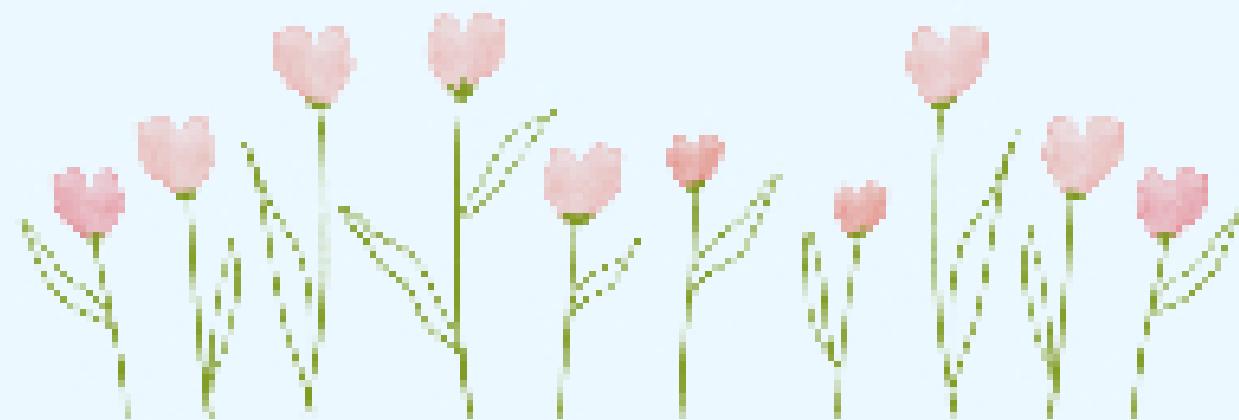
도움을 받게 하시고, 이 위기를 넘기게 하소서. "수고하고 무거운 짐 진 자들아 내게로 오라" 하신 주님께 나아갑니다. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

이 기도를 드리는 분께: 지금 즉시 자살예방상담 전화(1393) 또는 정신건강위기상담전화(1577-0199)에 연락하시기 바랍니다. 당신은 소중한 사람입니다.

g+at



## 【교회 생활 11가지】



## 77. 목회자의 설교가 은혜되지 않을 때

하나님, 목회자의 설교가 은혜되지 않습니다. 마음에 와닿지 않고, 지루하고, 교회 가기가 힘듭니다. 그러나 이 마른 영혼 속에서도 감사합니다. 예배드릴 교회가 있음을 감사합니다. 자유롭게 예배할 수 있는 나라에 살고, 갈 교회가 있고, 함께 예배할 성도들이 있습니다.

목회자를 위해 기도하게 하시니 감사합니다. 비판하기보다 기도하게 됩니다. 목회자도 연약한 사람이고, 준비하며 힘들 것을 생각하게 됩니다.

말씀을 직접 읽게 하시니 감사합니다. 설교에만 의존하지 않고 성경을 직접 읽게 됩니다. 하나님께서 직접 말씀하십니다.

제 영적 상태를 점검하게 하시니 감사합니다. 문제가 설교가 아니라 제 마음일 수 있습니다. 교만, 비판, 냉랭함을 회개하게 됩니다.

은혜를 회복시켜 주소서. 열린 마음으로 듣게 하시고, 말씀에 목마르게 하시고, 예배가 기쁨이 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 78. 교회 성도들과 갈등이 있을 때

하나님, 교회 성도들과 갈등이 있습니다. 오해가 생기고, 다투고, 교회 가기가 불편합니다. 힘들지만 이 갈등 속에서도 감사합니다.

함께 예배할 성도들이 있음을 감사합니다. 혼자 가 아니라 공동체에 속해 있습니다. 갈등이 있어도 함께하는 가족입니다.

성장할 기회를 주시니 감사합니다. 편한 관계에서는 성장하지 못합니다. 갈등을 통해 인내, 용서, 사랑을 배웁니다.

화해할 기회가 있음을 감사합니다. 아직 시간이 있고, 대화할 수 있고, 풀 수 있습니다. 포기하지 않으면 회복될 수 있습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 제 잘못은 없는지, 제가 먼저 다가갈 수는 없는지 돌아보게 됩니다.

하나 되게 하소서. "서로 사랑하라" 하신 주님의 명령을 기억합니다. 용서하고 화해하게 하시고,

더 깊은 사랑으로 하나 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 79. 헌금하기 부담스러울 때

하나님, 헌금이 부담스럽습니다. 형편이 어려운데 십일조, 감사헌금, 특별헌금 등 부담이 큽니다. 그러나 이 부담 속에서도 감사합니다.

헌금할 수 있는 수입이 있음을 감사합니다. 적더라도 드릴 것이 있습니다. 아예 수입이 없는 것보다 낫습니다.

믿음을 실천할 기회를 주시니 감사합니다. “하나님이 채우실 것을 믿는다”는 말이 실제로 시험받는 순간입니다. 믿음으로 드립니다.

하나님의 것을 돌려드리는 것임을 깨닫게 하시니 감사합니다. 제 것이 아니라 원래 하나님의 것입니다. 십일조는 최소한의 순종입니다.

헌금의 자유가 있음을 감사합니다. 강제가 아니라 자원입니다. 기쁨으로 드릴 수 있고, 형편에 맞게 드릴 수 있습니다.

공급하소서. “십일조를 가져오라 나를 시험하라” 하셨습니다. 믿음으로 드릴 때 채워주실 것을 믿

습니다. 드리는 것보다 더 많이 받게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 80. 봉사를 강요당하는 느낌이 들 때

하나님, 교회 봉사가 강요처럼 느껴집니다. 거절하기 어렵고, 부담스럽고, 의무감으로 하게 됩니다. 힘들지만 이 상황에서도 감사합니다.

섬길 곳이 있음을 감사합니다. 필요로 하는 곳이 있고, 제가 할 수 있는 일이 있고, 기여할 기회가 있습니다.

은사를 발견하게 하시니 감사합니다. 봉사를 통해 제 재능과 은사를 알게 됩니다. 잘할 수 있는 것, 좋아하는 것을 발견합니다.

섬김을 배우게 하시니 감사합니다. "섬기는 자가 되라" 하신 예수님의 모습을 배웁니다. 의무가 아니라 특권입니다.

거절할 수 있는 용기를 배우게 하시니 감사합니다. 모든 봉사를 다 할 필요는 없습니다. 할 수 있는 것, 기쁨으로 할 수 있는 것을 선택하는 지혜를 배웁니다.

기쁨으로 섬기게 하소서. 억지로가 아니라 즐거

이, 의무가 아니라 사랑으로 섬기게 하소서. 적절한 봉사를 찾게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 81. 교회 분쟁에 휘말렸을 때

하나님, 교회에 분쟁이 있습니다. 파가 갈리고, 싸우고, 제가 휘말렸습니다. 상처받고 실망스럽지만 이 혼란 속에서도 감사합니다.

교회도 완벽하지 않음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 이상화했던 교회가 사람들의 모임임을 압니다. 실망하지만 현실을 직시합니다.

중립을 지킬 수 있음을 감사합니다. 어느 편에도 서지 않고, 평화를 만드는 자가 될 수 있습니다. 화해의 도구가 될 기회입니다.

떠날 자유가 있음을 감사합니다. 꼭 이 교회에만 있어야 하는 것은 아닙니다. 너무 힘들면 다른 교회로 갈 수 있습니다.

성숙할 기회를 주시니 감사합니다. 이 시련을 통해 더 깊은 신앙, 더 넓은 이해, 더 큰 사랑을 배웁니다.

화평케 하소서. 분쟁을 멈추게 하시고, 양쪽을 화해시키시고, 교회를 치유하소서. 제가 평화의 도

구가 되게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니  
다. 아멘.

## 82. 신양이 식어갈 때

하나님, 신양이 식어갑니다. 기도가 안 되고, 성경 읽기가 힘들고, 교회 가기가 형식적입니다. 영적으로 메말랐지만 이 침체 속에서도 감사합니다.

한때는 뜨거웠던 신양이 있었음을 감사합니다. 은혜받았던 그 시간, 기쁘게 예배하던 그때가 있었습니다. 그것이 가짜가 아니었습니다.

솔직할 수 있음을 감사합니다. 괜찮은 척하지 않고 힘들다고 말할 수 있습니다. 하나님께는 숨길 수 없습니다.

다시 돌아올 수 있음을 감사합니다. 탕자처럼 멀어졌어도 돌아갈 집이 있습니다. 아버지는 기다리고 계십니다.

쉬는 시간일 수 있음을 감사합니다. 끊임없이 뜨거울 수는 없습니다. 영적인 겨울일 수 있고, 이 시간도 필요한 과정입니다.

회복시켜 주소서. 처음 사랑을 회복하게 하시고, 다시 기쁨으로 예배하게 하시고, 영적 갈증을 채

워주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 83. 교회를 옮겨야 할지 고민될 때

하나님, 교회를 옮겨야 할지 고민됩니다. 지금 교회에 문제가 있지만 정든 곳을 떠나기 쉽지 않습니다. 갈등하지만 이 고민 속에서도 감사합니다.

선택할 수 있는 자유가 있음을 감사합니다. 강제로 묶여있지 않고, 자유롭게 결정할 수 있습니다. 여러 교회 중에 선택할 수 있습니다.

지금까지 이 교회에서 받은 은혜를 감사합니다. 믿음이 자랐고, 만난 사람들이 있고, 좋은 추억이 있습니다. 이 시간이 헛되지 않았습니다.

신중하게 결정할 시간이 있음을 감사합니다. 성급하지 않고, 기도하며, 분별할 수 있습니다.

새로운 시작이 될 수 있음을 감사합니다. 옮긴다면 새로운 공동체, 새로운 은혜, 새로운 기회가 있을 것입니다.

인도하소서. 떠날 때인지 남을 때인지 알게 하소서. 당신의 뜻을 분별하게 하시고, 최선의 결정을 하게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아

멘.

## 84. 구역장/셀리더를 맡았는데 부담스러울 때

하나님, 구역장(셀리더)을 맡았는데 너무 부담됩니다. 자격이 없는 것 같고, 어떻게 해야 할지 모르겠고, 책임이 무겁습니다. 그러나 이 사역 속에서도 감사합니다.

신뢰받아 맡겨진 것을 감사합니다. 교회가 저를 믿고 맡겼습니다. 제 안에 있는 가능성을 보았습니다.

섬길 양떼를 주시니 감사합니다. 돌볼 성도들이 있고, 함께 성장할 수 있고, 관계를 깊이 나눌 수 있습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 제 부족함을 인정하고, 하나님께 의지하고, 완벽하지 않아도 됨을 배웁니다.

리더십을 배울 기회를 주시니 감사합니다. 섬기는 리더십, 경청하는 법, 기도하는 법을 실제로 배웁니다.

능력을 주소서. 부족하지만 당신의 능력으로 감당하게 하소서. 지혜를 주시고, 사랑을 주시고, 잘

섬기게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다.

아멘.

## 85. 전도했지만 거절당할 때

하나님, 전도했지만 거절당했습니다. 용기 내어 복음을 전했는데 관심도 없고, 거절당하고, 무안했습니다. 실망스럽지만 이 거절 속에서도 감사합니다.

전도할 용기를 주심을 감사합니다. 부끄러움을 무릅쓰고 입을 열었습니다. 이것만으로도 하나님께서 기뻐하십니다.

복음을 전할 기회가 있었음을 감사합니다. 말할 자유가 있고, 들을 사람이 있었습니다. 씨를 뿌렸습니다.

결과는 하나님께 있음을 배우게 하시니 감사합니다. 제 역할은 전하는 것이고, 믿게 하는 것은 성령님의 일입니다. 부담을 내려놓습니다.

거절이 영원한 것이 아님을 감사합니다. 오늘은 아니어도 언젠가 마음을 열 수 있습니다. 뿌린 씨가 나중에 자랄 수 있습니다.

계속 전하게 하소서. 거절에 주눅 들지 않고, 담

대히 복음을 전하게 하소서. 한 영혼을 사랑하는  
마음을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다.  
아멘.

## 86. 새벽기도를 나가기 힘들 때

하나님, 새벽기도 나가기가 너무 힘듭니다. 일어나기 싫고, 졸리고, 계속하기 어렵습니다. 그러나 이 나태함 속에서도 감사합니다.

새벽기도 드릴 교회가 있음을 감사합니다. 새벽부터 문을 여는 교회, 함께 기도하는 성도들이 있습니다.

기도할 수 있는 자유가 있음을 감사합니다. 자유롭게 모여 기도할 수 있는 나라에 살고, 핍박받지 않습니다.

나갈 때의 은혜를 감사합니다. 힘들게 일어나 갔을 때 받는 은혜가 있습니다. 하루가 다르게 시작됩니다.

강요가 아님을 감사합니다. 꼭 나가야 하는 것은 아닙니다. 집에서도 기도할 수 있고, 다른 시간에 도 기도할 수 있습니다.

원하는 마음을 주소서. 억지로가 아니라 기쁨으로, 의무가 아니라 사모함으로 나가게 하소서. 주

님을 만나는 새벽이 되게 하소서. 예수님의 이름  
으로 기도합니다. 아멘.

## 87. 중년의 위기로 삶의 의미를 잃었을 때

하나님, 중년의 위기입니다. 지금까지 열심히 살았는데 의미가 없는 것 같고, 앞으로 뭘 해야 할지 모르겠고, 공허합니다. 이 혼란 속에서도 감사합니다.

여기까지 살아온 것을 감사합니다. 반평생을 살았고, 경험이 쌓였고, 이룬 것도 있습니다. 이 모든 과정이 의미 있었습니다.

돌아볼 시간을 주시니 감사합니다. 멈춰서 지나온 길을 돌아보고, 앞으로의 길을 생각할 수 있습니다. 재정비의 기회입니다.

인생의 후반부가 남아있음을 감사합니다. 끝난 것이 아닙니다. 아직 시간이 있고, 할 수 있는 일이 있고, 새로운 시작이 가능합니다.

진짜 중요한 것을 찾게 하시니 감사합니다. 성공, 돈, 명예가 아니라 관계, 사랑, 신앙이 더 소중함을 깨닫습니다.

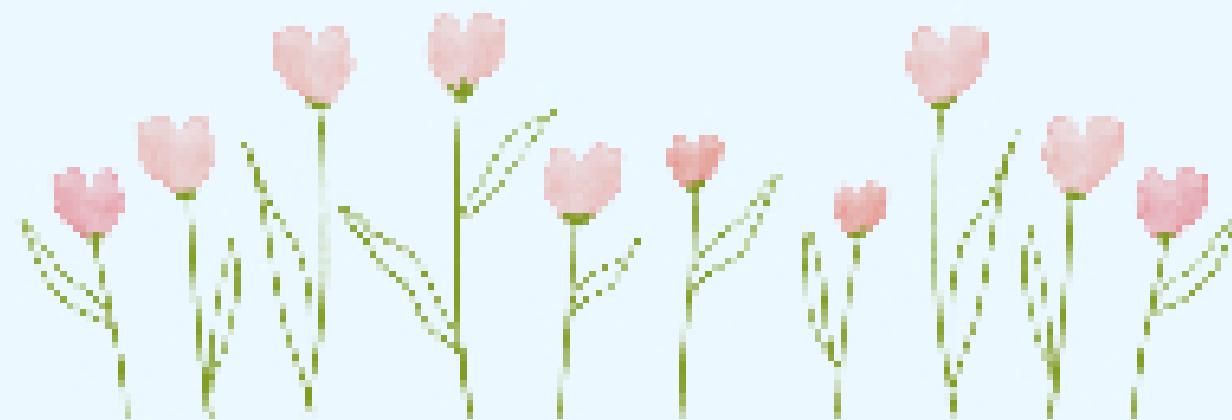
새로운 의미를 주소서. 하나님께서 원하시는 삶

이 무엇인지 알게 하소서. 남은 인생을 더 가치있게 살게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

at+  
at+



## 【대인 관계 13가지】



## 88. 절친했던 친구가 배신했을 때

하나님, 절친이었던 친구가 배신했습니다. 믿었던 사람에게 뒤통수를 맞았고, 배신감이 크고, 다시는 사람을 믿기 힘들 것 같습니다. 이 아픔 속에서도 감사합니다.

좋았던 시절이 있었음을 감사합니다. 함께 웃었던 시간, 나눴던 이야기, 의지했던 순간들이 있습니다. 그 추억까지 가짜는 아닙니다.

일찍 알게 되어 감사합니다. 더 깊이 빠지기 전에, 더 큰 피해를 입기 전에 알았습니다. 관계를 정리할 수 있습니다.

사람 보는 눈을 배우게 하시니 감사합니다. 누구를 믿어야 할지, 어떤 관계를 유지해야 할지, 선을 어떻게 그어야 할지 배웁니다.

진짜 친구를 구별하게 하시니 감사합니다. 어려울 때 남는 친구가 진짜입니다. 이 시련을 통해 진정한 우정이 무엇인지 압니다.

용서하게 하소서. 쉽지 않지만 용서하게 하소서.

미움에 사로잡히지 않게 하시고, 자유케 하소서.  
더 좋은 친구를 보내주소서. 예수님이의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

## 89. 친구에게 돈을 빌려줬는데 안 갚을 때

하나님, 친구에게 돈을 빌려줬는데 갚지 않습니다. 독촉하기도 어색하고, 관계는 틀어지고, 돈도 못 받고 속상합니다. 이 난처함 속에서도 감사합니다.

빌려줄 여유가 있었음을 감사합니다. 전혀 없었다면 빌려주지도 못했을 것입니다. 도와줄 수 있는 형편이었습니다.

도와주려는 마음이 있었음을 감사합니다. 친구를 돋고 싶었던 그 마음 자체는 선했습니다. 사랑의 표현이었습니다.

교훈을 얻게 하시니 감사합니다. 돈 거래는 신중 해야 함을, 차용증의 중요성을, 관계와 돈의 균형을 배웁니다.

포기할 수 있는 마음을 배우게 하시니 감사합니다. 때로는 돈보다 관계가, 받는 것보다 주는 것 이 더 복됨을 압니다.

지혜를 주소서. 돈을 받을 방법을 찾게 하시든,

포기하고 관계를 지키게 하시든 최선의 길로 인  
도하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 90. 이웃이 층간소음을 계속 낼 때

하나님, 이웃이 층간소음을 계속 냅니다. 항의해도 소용없고, 매일 스트레스고, 집에서 쉴 수가 없습니다. 짜증나지만 이 소음 속에서도 감사합니다.

살 집이 있음을 감사합니다. 노숙하는 것이 아니라 지붕 아래 삽니다. 비바람을 피할 곳이 있고, 잠잘 곳이 있습니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 참기 힘든 상황을 견디며 인내심을 기릅니다. 세상이 내 뜻대로만 되지 않음을 배웁니다.

소통할 기회가 있음을 감사합니다. 대화로 해결할 가능성이 있고, 관리사무소나 경찰의 도움을 받을 수 있습니다.

내가 내는 소음을 돌아보게 하시니 감사합니다. 혹시 나도 다른 사람에게 피해를 주지 않았는지 반성하게 됩니다.

평화를 주소서. 이웃과 대화가 되게 하시고, 소음

이 줄어들게 하시고, 집에서 평안히 쉴 수 있게  
하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 91. SNS에서 악플을 받았을 때

하나님, SNS에서 악플을 받았습니다. 익명의 사람들이 저를 비난하고, 상처 주고, 기분이 나쁩니다. 이 공격 속에서도 감사합니다.

표현의 자유가 있는 사회에 살고 있음을 감사합니다. 악플도 자유의 일부입니다. 억압받는 나라 보다 낫습니다.

제 영향력이 있음을 감사합니다. 아무도 관심 없으면 악플도 없습니다. 악플이 있다는 것은 제 글이 영향력이 있다는 증거입니다.

무시할 수 있는 용기를 배우게 하시니 감사합니다. 모든 비판에 반응할 필요는 없습니다. 넘길 줄 아는 지혜를 배웁니다.

진짜 중요한 것을 깨닫게 하시니 감사합니다. 익명의 사람들 의견이 제 가치를 결정하지 않습니다. 하나님께서 어떻게 보시는지가 중요합니다.

평안을 주소서. 악플에 흔들리지 않게 하시고, 필요하면 신고하고 차단하는 지혜를 주소서. SNS가

저를 지배하지 않게 하소서. 예수님의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

## 92. 단톡방에서 나만 빠지고 대화할 때

하나님, 단톡방에서 활발히 대화하다가 제가 들어오면 조용해집니다. 나만 빠지고 이야기하는 것 같고, 소외감이 듭니다. 서운하지만 이 외로움 속에서도 감사합니다.

단톡방에 속해있음을 감사합니다. 완전히 배제된 것이 아니라 그룹에 포함되어 있습니다. 소통할 수 있는 공간이 있습니다.

오해일 수 있음을 감사합니다. 제 생각일 뿐 실제로는 아닐 수 있습니다. 예민하게 반응하지 않을 수 있습니다.

돌아볼 기회를 주시니 감사합니다. 혹시 제가 부담스러운 사람은 아니었는지, 대화를 독점하지는 않았는지 돌아봅니다.

진짜 관계를 찾게 하시니 감사합니다. 단톡방 관계가 전부는 아닙니다. 직접 만나는 관계, 깊이 나누는 관계가 더 중요합니다.

자유케 하소서. 사람들의 평가에 매이지 않게 하

시고, 건강한 관계를 맺게 하시고, 진정한 친구를  
만나게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다.  
아멘.

## 93. 친구가 나를 이용만 하는 것 같을 때

하나님, 친구가 저를 이용만 하는 것 같습니다. 필요할 때만 연락하고, 도움만 받으려 하고, 일방적인 관계입니다. 섭섭하지만 이 관계 속에서도 감사합니다.

도와줄 수 있는 능력이 있음을 감사합니다. 이용당한다는 것은 제게 줄 것이 있다는 증거입니다. 가진 것이 있고, 쓸모 있는 사람입니다.

관계를 돌아보게 하시니 감사합니다. 이것이 진정한 우정인지, 건강한 관계인지 점검하게 됩니다. 경계를 설정하는 법을 배웁니다.

솔직해질 기회를 주시니 감사합니다. 불편함을 말할 수 있고, 기대를 표현할 수 있고, 대화할 수 있습니다.

주는 것도 복됨을 배우게 하시니 감사합니다. 받는 것만 기대하지 않고, 주는 것 자체에서 기쁨을 찾습니다.

지혜를 주소서. 이 관계를 유지할지 정리할지 분별하게 하소서. 건강한 관계를 맺게 하시고, 진정

한 친구를 만나게 하소서. 예수님이의 이름으로 기  
도합니다. 아멘.

## 94. 모임에서 왕따를 당할 때

하나님, 모임에서 왕따를 당합니다. 아무도 말을 걸지 않고, 혼자 있게 되고, 외톨이 같습니다. 외롭지만 이 소외 속에서도 감사합니다.

모임에 나갈 수 있음을 감사합니다. 집에만 있는 것이 아니라 나갈 곳이 있습니다. 사람들을 만날 기회가 있습니다.

혼자 있는 시간을 배우게 하시니 감사합니다. 외로움 속에서 독립심을 키우고, 자기 자신과 친해지고, 하나님과 더 깊이 교제합니다.

제 자신을 돌아보게 하시니 감사합니다. 혹시 문제가 있는지 점검하고, 개선할 부분을 찾고, 성장할 기회로 삼습니다.

억지로 맞출 필요가 없음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 모든 사람과 친할 필요는 없습니다. 저와 맞는 사람을 찾으면 됩니다.

진정한 친구를 보내주소서. 저를 있는 그대로 받아주는 사람, 진심으로 대화할 수 있는 사람을 만

나게 하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 95. 오해를 받았는데 해명 기회가 없을 때

하나님, 억울하게 오해를 받았습니다. 해명할 기회도 없이 소문이 퍼지고, 오해가 굳어지고, 답답합니다. 이 억울함 속에서도 감사합니다.

진실을 아시는 하나님을 감사합니다. 사람은 오해해도 하나님은 아십니다. 제 마음을, 상황을, 진실을 다 아십니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 당장 변명하지 않고 기다리는 법을 배웁니다. “때가 되면” 진실이 드러날 것을 믿습니다.

겸손을 배우게 하시니 감사합니다. 제 명예, 제 평판에 집착하지 않게 됩니다. 사람의 평가보다 하나님의 평가가 중요함을 압니다.

진짜 친구를 알게 하시니 감사합니다. 오해 속에서도 저를 믿어주는 사람이 진정한 친구입니다. 관계가 정리됩니다.

진실을 밝혀주소서. 때가 되면 진실이 드러나게 하시고, 오해가 풀리게 하시고, 명예가 회복되게

하소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.

## 96. 타인의 성공이 질투날 때

하나님, 다른 사람의 성공이 질투납니다. 친구가 잘되고, 동료가 승진하고, 좋은 소식을 들으면 축 하보다 시기가 먼저 듭니다. 부끄럽지만 이 질투 속에서도 감사합니다.

제 안의 욕망을 보게 하시니 감사합니다. 질투는 제가 원하는 것을 보여줍니다. 무엇을 원하는지, 무엇이 부족한지 알게 됩니다.

아직 가진 것이 있음을 감사합니다. 비교하면 끝 이 없지만 저에게도 축복이 있습니다. 건강, 가족, 지금까지의 성과들이 있습니다.

자신의 길이 있음을 깨닫게 하시니 감사합니다. 남의 길과 제 길은 다릅니다. 비교할 필요 없이 제 속도로 가면 됩니다.

축하할 수 있는 마음을 배우게 하시니 감사합니다. 질투를 인정하고, 그럼에도 축하하는 법을 배웁니다. 이것이 성숙입니다.

자족하게 하소서. 있는 것으로 만족하고, 남과 비

교하지 않고, 감사하며 살게 하소서. 제 때에 제  
축복을 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다.  
아멘.

## 97. 외로움이 심할 때

하나님, 너무 외롭습니다. 주변에 사람이 없고, 대화할 사람이 없고, 혼자라는 생각이 듭니다. 쓸쓸 하지만 이 고독 속에서도 감사합니다.

혼자 있을 수 있는 공간이 있음을 감사합니다. 내 공간이 있고, 조용히 쉴 수 있고, 생각할 수 있습니다.

자기 자신을 알아갈 기회를 주시니 감사합니다. 혼자 있을 때 진짜 나를 마주합니다. 제 생각, 감정, 꿈을 돌아볼 수 있습니다.

하나님과 깊이 교제할 기회를 주시니 감사합니다. 사람이 없을 때 하나님께 더 가까이 갑니다. 기도하고, 성경을 읽고, 그분을 만납니다.

창조적이 될 수 있음을 감사합니다. 외로움 속에서 글을 쓰고, 그림을 그리고, 무언가를 만듭니다. 혼자만의 시간이 생산적일 수 있습니다.

사람을 보내주소서. 친구를, 공동체를, 진정한 교제를 허락하소서. 그러나 외로움 속에서도 당신

이 함께하심을 믿습니다. 예수님의 이름으로 기  
도합니다. 아멘.

## 98. 억울한 일을 당했는데 증거가 없을 때

하나님, 억울한 일을 당했는데 증거가 없습니다. 분명히 당했는데 증명할 방법이 없고, 아무도 믿어주지 않고, 답답합니다. 이 억울함 속에서도 감사합니다.

진실을 아시는 하나님을 감사합니다. 증거가 없어도 하나님은 다 보셨습니다. 목격자가 없어도 하나님은 함께 계셨습니다.

더 큰 피해는 막았음을 감사합니다. 억울하지만 생명을 잃거나 큰 손해를 본 것은 아닙니다. 회복 할 수 있습니다.

용서를 배울 기회를 주시니 감사합니다. 복수할 방법이 없을 때 용서하는 법을 배웁니다. "원수 갚는 것이 내게 있으니" 하신 하나님께 맡깁니다.

신뢰가 더 중요함을 깨닫게 하시니 감사합니다. 증거보다 신뢰 관계가, 억울함을 풀기보다 평안 을 지키는 것이 더 중요할 수 있습니다.

평안을 주소서. 억울함에 매여 있지 않게 하시고,

자유케 하시고, 용서하게 하소서. 때가 되면 진실  
을 밝혀주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다.  
아멘.

## 99. 법적 소송에 휘말렸을 때

하나님, 법적 소송에 휘말렸습니다. 변호사 비용, 재판 준비, 스트레스로 힘듭니다. 불안하지만 이 소송 속에서도 감사합니다.

법의 보호를 받을 수 있음을 감사합니다. 정의를 구할 제도가 있고, 공정한 재판을 받을 수 있고, 권리를 주장할 수 있습니다.

변호사의 도움을 받을 수 있음을 감사합니다. 전문가가 저를 대변하고, 조언해주고, 함께 싸워줍니다.

진실을 밝힐 기회가 있음을 감사합니다. 억울함을 풀 수 있는 장이 있고, 증거를 제시할 수 있고, 해명할 수 있습니다.

인내를 배우게 하시니 감사합니다. 재판은 오래 걸립니다. 기다리고, 견디고, 차분히 준비하는 법을 배웁니다.

정의를 이루소서. 진실이 밝혀지게 하시고, 공정한 판결이 나게 하시고, 제 권리가 보호되게 하소

서. 끝까지 싸울 힘을 주소서. 예수님의 이름으로  
기도합니다. 아멘.

## 100. 명예훼손으로 사회적으로 매장당할 때

하나님, 명예훼손으로 사회적으로 매장당하고 있습니다. 거짓 소문이 퍼지고, 사람들이 저를 손가락질하고, 모든 것이 무너지는 것 같습니다. 절망적이지만 이 최악의 상황에서도 감사합니다.

아직 살아있음을 감사합니다. 명예는 잃었지만 생명은 있습니다. 숨 쉬고 있고, 다시 시작할 수 있고, 회복할 가능성이 있습니다.

진실을 아시는 하나님을 감사합니다. 세상이 저를 비난해도 하나님은 진실을 아십니다. 그것으로 충분합니다.

남아있는 사람들을 감사합니다. 모두 떠나지 않았습니다. 가족이, 진정한 친구가 곁에 있습니다. 이들이 진짜입니다.

법적 대응을 할 수 있음을 감사합니다. 거짓 소문에 대해 명예훼손으로 맞고소할 수 있고, 진실을 밝힐 기회가 있습니다.

회복시켜 주소서. 요셉처럼, 다윗처럼, 모함받고

억울했던 사람들을 회복시키셨듯이 저도 회복시켜 주소서. 진실이 밝혀지고, 명예가 회복되고, 이 시련이 오히려 축복의 통로가 되게 하소서. 무너지지 않게 붙잡아 주소서. 예수님의 이름으로 기도합니다. 아멘.



## 감사기도문(100가지)

초판발행 2026. 1. 6  
지 은 이 데이빗리 목사  
펴 낸 이 홀리타임즈  
등 록 제C-3913-988595  
주 소 서울시 송파구 마천2동 175-1  
전 화 010-3280-7689(데이빗리목사)  
홈페이지 [www.RevivalForChurch.com](http://www.RevivalForChurch.com)  
이 메 일 [inourlove@gmail.com](mailto:inourlove@gmail.com)

# 참여성 참목회자 양성기관

World Spiritual Leadership Seminary

BEST SOLUTION FOR SUCCESS LIFE  
CHANCE  
준강주!

# 국제 신학교

강력한 능력으로 강력한 목회를 하고 싶습니까?  
영성과 신학을 겸비한 목회자가 되고 싶습니까?  
성령의 은사를 겸비한 목회자가 되고 싶습니까?  
지금 바로 신청하면 학비면제 혜택을 받을 수 있습니다

결심했어!  
국제신학교에서  
학습할거야~



## 사역학 과정

### 사역학 학사과정

고졸생으로 졸업후  
사역자로 섬기고 싶은 분

### 사역학 석사과정

대졸생으로 졸업후  
사역자로 섬기고 싶은 분

접수

수시 접수

합격자발표

개인 면접 후 통보

## 목회학 과정

### 목회학 학사과정

고졸생으로 졸업후  
교회를 개척하고 싶은 분

### 목회학 석사과정

대졸생으로 졸업후  
교회를 개척하고 싶은 분

접수

수시 접수

합격자발표

개인 면접 후 통보

## 최고의 실력과 영성 능력을 겸비한 훈련과정

국제신학교는 성경과 성령 두 날개를 달고서 보다 강력한 목회를 할 수 있는 목회자와 사역자를 양성하는데 목적을 두고 설립되었습니다. 국제신학교를 통해 당신도 강력한 목회자가 될 수 있습니다. 오셔서 세계 최상의 신학훈련을 받으시기 바랍니다.

데이빗리 학장

University of Arizona 석사  
University of Hartford 석사  
Gordon-Conwell 신학교 목회학석사  
한국교회부흥운동본부 대표



국제신학교

서울시 송파구 마천로 51길 25  
www.WSLseminary.com / 010-3280-7689