

SBM (영적 성숙을 위한 셀프 성경 묵상) 과정 (압축 ver.)

(2026.1.10)

[_____]

I. 관찰 — 동영상으로 상상할 수 있기를 목표로

(본문의 팩트 파악하기 → 동영상으로 재현하기)

1. 시작과 끝을 파악하기
2. 등장 인물 파악하기
3. 현장 모습 그려보며 의문점에 답을 찾아가기
4. 당시 상황 재구성 하여 동영상 또는사진 3~4컷 만들기

II. 묵상 — 인물들의 심정을 거쳐 하나님의 심정에 이르기를 목표로

(동영상의 디테일을 첨가하고 절정 또는 반전을 찾기 → 의중과 심정을 헤아리기)

5. 본문 안과 밖의 문맥 파악 — 동영상에 디테일 첨가 하기
6. 절정 또는 반전 찾기
7. 절정 또는 반전 상황에서, 주요 등장 인물들의 심정을 헤아려 보기
8. 당시와 지금의 하나님 심정을 헤아려 보기
9. 세상, 교회, 자신에 대해 돌아보기

III. 사قم — 본문의 메시지에 담긴 하나님의 감화와 음성에 머무르기를 목표로

(성경묵상을 통해 얻은 동영상 속에 머물되, 그 전에 먼저 내면의 소음을 잠잠케 하기)

10. 비우기
11. 사귀기
12. 채우기