

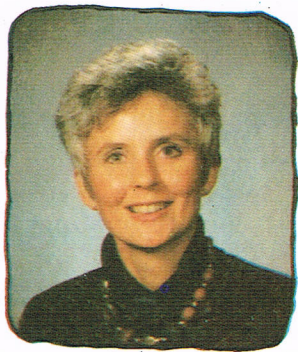
이냐시오의 영성수련 지침서

자유



재크린 시럽 버간 공저
마리아 슈완
조순자 옮김

지은이



재크린 시럽 버간



마리아 슈완

이냐시오의 영성수련 지침서

자 유

재크린 시럽 버간 공저
마리아 슈완
조순자 옮김

주여 나를 받으소서 제5권

 성도출판사

Copyright © 1985
by Jacqueline Syrup Bergan, S. Marie Schwan.
All rights reserved. No part of this text may be reproduced
by any means without the written permission of the publisher.

St. Mary Editions Seoul, Korea 1994

“하느님께서 자유를 주시려고
여러분을 부르셨습니다.
그러나 그 자유를
여러분의 육정을 만족시키는
기회로 삼지 마십시오.
오히려 여러분은
사랑으로 서로 종이 되십시오.”

- 갈라 5, 13 -

목 차

추천사.....	8
머리말	10
감사의 말.....	12
한국의 독자들에게.....	13
감수자의 말.....	14
옮긴이의 말.....	15
표지 도안.....	17
일러두기.....	19
서 문.....	20

기도 안내

A. 매일기도 양식.....	23
1. 준 비.....	23
2. 기도 시간의 짜임새.....	24
3. 기도 후 반성.....	24
B. 여러 가지 형태의 혼자 기도하는 방법.....	25
1. 묵상.....	25
2. 관상.....	26
3. 내심기도.....	27
4. 만트라.....	28
5. 묵상 독서.....	29

6. 영적일기.....	29
7. 반복기도.....	30
C. 영적 훈련과 도움들.....	31
1. 의식 성찰.....	31
2. 신앙 체험 나누기.....	33
3. 기도중의 상상의 역할.....	35
4. 분심에 대한 대응책.....	35
5. 대화 : 대화식의 마침기도.....	36

사랑과 찬미의 기도.....	37
-----------------	----

내가 당신들에게 들려주는 것은 내 말이 아니라 나를 보내신 아버지의 말씀입니다

제1주 : 제1일 새로움.....	40
제2일 사랑의 노래(아가 2, 8-14).....	44
제3일 희망의 잉태(루가 1, 46-55).....	50
제4일 기쁨의 탄생(루가 1, 46-55).....	54
제5일 반복.....	61
제6일 새로운 갈릴래아(마르 16, 1-8).....	62

왜 울고 있소? 누구를 찾고 있소?

제2주 : 제1일 땅이 흔들리다(마태 28, 1-8).....	68
제2일 사랑의 눈(요한 20, 1-10).....	72
제3일 듣고 믿는다(요한 20, 11-18).....	77
제4일 미래의 약속, 당면한 현실(이사 30, 18-26).....	82

제5일 맹점(루가 24, 13-35).....	87
제6일 반복.....	92

보지 않고도 믿는 사람은 참으로 행복합니다

제3주 : 제1일 21세기를 위한 부활절 소식(이사 35, 1-10).....	94
제2일 중심 중의 중심(I 고린 4, 7).....	101
제3일 사랑의 얼굴(I 요한 4, 7-19).....	105
제4일 잠겨진 문으로(요한 20, 19-23).....	110
제5일 지속되는 향기(II 고린 2, 14-16).....	115
제6일 반복.....	120

평화를 빕니다

제4주 : 제1일 닫혀진 문으로(요한 20, 24-29).....	122
제2일 웃음과 눈물 속에서(필립 4, 4-9).....	129
제3일 사랑의 소생(요한 21, 1-18).....	134
제4일 은과 같이(II 고린 1, 3-7).....	140
제5일 나를 바라보시오(I 고린 3, 16-17).....	144
제6일 반복.....	148

당신은 나를 사랑합니까? 당신은 나를 사랑합니까? 당신은 나를 정말 사랑합니까?

제5주 : 제1일 생명의 샘(마태 28, 16-20).....	150
제2일 지혜의 여인(이사 43, 8-13).....	154
제3일 기쁨을 만나다(I 고린 15, 3-8).....	160

제4일 오, 강한 교환이여! (사도 1, 6-11).....	163
제5일 부활절은 바로 지금(묵시 21, 1-7).....	167
제6일 반복.....	171

성령을 받으시오

제6주 : 제1일 부활절의 어린이(요한 3, 16).....	174
제2일 불과 바람 속에서(사도 2, 1-11).....	178
제3일 금실(갈라 5, 1. 25).....	182
제4일 기쁨의 잔치(요한 7, 37 ; 8, 12).....	185
제5일 반복.....	189
제6일 우리들의 기도(에페 1, 17-23).....	190

당신들은 땅끝에 이르기까지 어디서나 나의 증인이 될 것입니다

부록 1 : 결심-성령 안에서 결정하기.....	196
부록 2 : 추가 기도문들.....	205
부록 3 : 영적 지도자를 위하여.....	208
부록 4 : 기도 안내 목록.....	211
성서 구절 색인.....	213
참고 문헌.....	215

추 천 사

복음화 2,000년을 향한 거룩한 교회는 공동체의 복음화를 위하여 사목 계획을 수립, 작은 공동체에서 교구 공동체에 이르기까지 초대 교회 모습을 닮아 '사귄'과 '섬김'과 '나눔'의 공동체로 성장하기 위하여 교회의 구성원들은 열심히 노력하고 있습니다.

하느님의 자녀로 서로 사귀고 섬김으로써 예수 그리스도의 사랑을 구현하는 공동체를 이룩하면서 복음을 선포하는 것이 우리의 목적임을 인식하며 살아가기 위해 우리 각자는 하느님의 구체적인 사랑을 따라가면서 예수님의 생애를 삶 안에서 체험해야 할 것입니다.

구세주 강생과 수난, 죽음과 부활 그리고 자유의 삶을 관상하고 우리의 교회를 복음화시키는 예수 그리스도께 협력하기 위하여, 믿고 나누는 우리 모두가 어떠한 신앙의 삶을 살아야 할 것인지를 이 책, 주여 나를 받으소서 시리즈의 「사랑」과 「용서」와 「탄생」과 「포기」에 이어 「자유」는 더욱 직접적이고 구체적인 묵상과 삶을 우리에게 제시하고 있습니다.

이 시리즈에 나오는 다섯 권(사랑, 용서, 탄생, 포기, 자유)의 내용은 성 이냐시오 영신수련을 기초로 하여 평신도들을 위해 쓰여진 것인데, 최근에 와서 그 새로운 가치를 발견하게 되어 미국 전역에서 사용되고 있습니다.

그래서 저는 지난 3년여 동안 20명의 교우들에게 「사랑」에 이어 「용서」의 영어 원본의 말씀을 설명하면서 4~7명의 소규모 모임과 50~60명으로 구성된 모임을 동시에 가지면서 그분들이 복음 자체이신 예수 그리스도와 함께 기도하고 생활하고 나눌 수 있도록 영신수련을 진행해 왔습니다. 그 결과 그 자신들과 가정과 작은 모임과 그분들의 삶의 터전 안에서, 대규모 공동체 안에서, 쇠신된 삶의 모습이 뚜렷이 드러나기 시작하였고 아울러 사랑이신 하느님과 용서하시는 하느님을 깊이 체험하면서 예수 그리스도를 중심으로 하는 공동체로서 서로의 아픔과 기쁨과 봉사와 나눔의 삶을 이루어가는 것을 확인할 수 있었

습니다.

그러던 차에 주여니를 받으소서 시리즈의 둘째 권 「용서」와 첫째 권 「사랑」, 셋째 권 「탄생」과 넷째 권 「포기」에 이어 다섯째 권 「자유」가 이렇게 한국말로 번역되어 우리에게 읽혀지게 됨을 기뻐하면서, 우리 교회 작은 공동체에서부터 시작하여 하느님 백성 모두가 이 책을 통해 영적 심화와 복음화의 과정으로 성장하기를 기원합니다.

그리고 이 책의 출판이 있기까지 수고해 주신 모든 분들께 진심으로 감사드립니다.

1994년 위령 성월에
서울 가톨릭대학 김창훈 신부

머 리 말

우리의 영혼은 새와도 같이
사냥꾼의 올무를 벗어났으니
올무는 끊어지고 우리는 살았도다(시편 124, 7).

마치 새가 완전히 자유롭게 날며 기쁨의 노래로 하늘을 가득 채워야 하듯이, 우리 역시
예수의 부활과 승천을 통해서 그리고 성령의 은총을 통해서 자유롭게 되며 새로운 기쁨의
노래를 불러야 한다.

우리는 “자유롭게 되라고 부르심을 받았습니다. 그러나 자유를, 여러분의 욕정을 만
족시키는 기회로 이용하지 마십시오. 오히려 여러분은 사랑으로 서로의 종이 되십시오”
(갈라 5, 13). 우리 안에 살아계신 하느님의 성령에게 자유를 주는 것은 바로 우리의 자
유이며, 그것은 기쁨과 평화에 이른다(갈라 5, 22).

완전히 자유로운 사람은 그다지 많지 않다. 그 무언가가 우리의 대부분을 묶고 있다.
그 무언가가 우리의 대부분을 가두어 놓고 있다. 우리가 자유롭지 못한 만큼, 우리들의
그리스도인으로서의 기쁨의 노래는 소리가 나지 않으며, 아마도 침묵에 빠져 있는지도
모른다.

주여 니를 받으소서 시리즈의 다섯째 권이자 마지막 권인 이 「자유」는, 하느님의 성령을
통해 부활하신 그리스도 안에서 우리 것이 되어야 하는 자유와 기쁨을 강조하고 있다.

우리가 어디에 있건, 설령 우리가 추함과 부패와 파괴의 한가운데 있다 하더라도, 이
책이 우리 모두로 하여금 자유를 체험하고 그 자유를 기쁨과 평화를 가지고 표현할 수

있게 도와 주기 바란다. 그렇게 된다면 우리는 부활과 생명과 희망이 가장 필요한 사람들에게 그것들의 표시가 되어 줄 수 있을 것이다.

1987년 예수 승천 목요일에
크룩스톤 교구장, 빅톨 H. 볼크 주교

감사의 말

주여 나를 받으소서 시리즈 다섯 권을 끝맺으면서, 이 작업을 하는 몇 해 동안 우리에게 지원을 아끼지 않고 용기를 북돋워 준 모든 사람들에게 감사하는 마음으로 가득하다.

우리의 가족들과 친구들에게 감사드리며, 특히 제키에게 사랑으로 외조를 아끼지 않았던 그녀의 남편 레오날드, 신뢰와 관심을 갖고 지원해 준 마리아 수녀님이 소속되어 있는 성 요셉회의 수녀님들, 각 원고마다 기꺼이 비평을 해주신 예수회의 딕 라이스 신부님, 인내심을 갖고 다섯 권 모두를 타자해 주신 크리스틴 존슨, 긴 안목으로 이 작업을 가능하게 해준 성모 마리아 출판사, 믿음과 신뢰를 갖고 지원해 준 빅톨 볼크 주교님, 여러 해에 걸쳐 함께 기도해 준 모든 사람들, 우리에게 감사와 용기의 편지를 보내 준 많은 독자들, 이 모든 이들에게 깊은 감사를 드리는 바이다.

우리는 우리 두 사람 각자가 이 작업에 기여한 특별한 재능에 대해서 뿐만이 아니라 이와 같이 함께 협력하는 데 계속해서 요구되는 유연함과 충실함에도 감사하는 바이다.

무엇보다도 이 작업을 끝맺을 수 있도록 영감과 끝없는 은총을 주신 하느님께 감사드린다.

이제 우리는 우리의 모든 노력을 하느님께 맡긴다.

“주여 나를 받으소서.”

한국의 독자들에게

주여 나를 받으소서 시리즈를 한국말로 옮기고 출판한다는 소식을 처음 전해 들은 순간부터 우리는 매우 기뻐했습니다.

지구를 둘러싸고 있는 우리 형제 자매님들의 기도를 통하여 이렇게 나라와 나라 사이의 유대가 더욱 깊어지는 것을 보게 되어 더욱 기쁩니다.

이 기도 안내서를 쓰면서 우리가 지닌 희망 중의 하나는, 철저히 성서적이면서도 동시에 하느님과 일치할 갈망하는 분들이 매일매일 겪는 삶의 체험에도 충실한 기도 방법을 제시하는 것이었습니다.

주여 나를 받으소서 시리즈를 사용하여 혼자서 기도해 보신 분들은 이 책들 속에서 그분들 자신의 내적 여정을 위한 기본들과 받침대를 발견할 수 있었다고 합니다.

하느님의 말씀은 인간의 마음 깊은 곳에 심어진 하나의 씨앗과도 같습니다. 우리 자신의 영혼 깊숙한 곳에서부터 우러나오는 내면의 소리에 귀기울이면서 경건한 마음으로 읽고 묵상함으로써 우리는 하느님 안에서 은총 가득한 휴식을 취할 수 있으며, 이것이야말로 진정으로 그리스도인다운 모든 행동의 원천입니다.

그리스도의 기쁨과 평화가 여러분 한분 한분의 마음에 충만하기를 간절히 원하며 기도합니다.

친애하는 형제 자매 여러분, 우리는 모두 그리스도 안에서 하나입니다.

재클린 시럽 버간 & 마리아 슈완 수녀

감수자의 말

주여 나를 받으소서 시리즈가 한국말로 옮겨지기까지는 많은 분들의 노고와 정성이 필요했습니다. 이 시리즈의 저자이신 마리아 슈완 수녀님의 지속적인 격려와 기도에 감사드립니다. 「사랑」을 번역해 주신 강연중 선생님, 「용서」를 번역해 주신 강구영 교수님, 그리고 나머지 세 권, 즉 「탄생」, 「포기」, 「자유」를 번역해 주신 조순자 수녀님께 감사드립니다.

서울 가톨릭대학교의 영신 지도 신부로 수고하시는 김창훈 신부님의 도움과 정성이 없었더라면 이 시리즈는 완역될 수 없었을 것입니다. 이 책들에 추천의 글까지 써주신 김 신부님께 거듭 감사를 드립니다.

마지막으로, 성모출판사 정옥동 사장님의 희생적인 출판에 감사드리며, 한국 교회의 영적 쇄신에 한 몫을 담당하시는 정 형제님께 주님의 축복을 빕니다.

1993년 로올라의 성 이나시오 축일에
Boston College에서 변희선 신부

웁긴이의 말

때로는 아득하게 멀리
그런가 하면
때로는 아주 가까이
내 맘속에 살아계시는 분
주님이란 이름으로 불리우는 당신

저는 당신을 향한 사랑으로
가슴이 떨리고
당신을 향한 그리움으로
가슴이 저려옵니다.

때로는 억수비로
제 가슴을 적셔 주시고
그런가 하면
때로는 함박눈처럼
포근히 저를 덮어 주시는 분
주님이란 이름으로 불리우는 당신.

주여 나를 받으소서 시리즈의 「탄생」, 「포기」, 그리고 「자유」를 번역하면서 마음속에 떠오르는 대로 적어두었던 이 글은, 서툴지만 주님을 향한 제 마음을 그대로 나타내 줍니다.

이 시리즈를 번역하는 동안 어둡고 추운, 끝없는 터널같기만 했던 겨울이 지나갔고 주님의 뜻을 찾으려는 희망을 갖고 방향했던 봄도 어느새 지나갔습니다. 역자는 이 시리즈를 읽고 번역하면서, 우리를 위해 태어나시고, 십자가에 못박혀 죽으시고, 우리에게 영생을 증거하시기 위해 부활하신 예수님의 삶의 여정을 마음으로나마 체험하려고 애썼습니다. 이 시리즈를 읽으시고 독자 여러분들께서도 고독한 주님의 수난과 죽음, 그리고 영광의 부활을 체험할 수 있도록 하느님의 성령이 함께 하시길 바랍니다.

제 인생에서 영신적으로나 정신적으로 가장 어려운 시기에 있었던 역자에게 주님께 대한 사랑과 그리움을 다시 일깨울 수 있는 기회를, 그리고 때로는 억수비처럼 또 때로는 함박눈처럼 제게 사랑을 쏟아 부어 주시는 주님을 다시 만날 수 있는 기회를 마련해 주신 김창훈, 변희선 두 분 신부님께 깊은 감사를 드립니다.

1993년 7월, 프리비턴스에서
조순자(안젤라)

표지 도안

자, 겨울은 지나가고
장마는 활짝 걷혔소.
산과 들엔 꽃이 피고
나무는 접붙이는 때
비둘기 꾸르륵 우는 소리
우리 세상이 되었소(아가 2, 11-12).

‘즐거운 노래가 울려퍼지는 계절’이 막 시작되었다. 교회 어디서나 기도 소리가 은은하게 들려온다. 세상 곳곳에 퍼져 있는 그리스도인들의 마음속에서 조용히, 그리고 고요한 가운데 겨울은 지나가고 생명이 약동하는 봄이 돌아왔다. 즉, 성령께서 임하신 것이다.

봄을 알리는 전령(傳令)들 가운데 옛 보금자리에 돌아와 등지를 트는 새들을 들 수 있다.

고대 이스라엘 시대부터 현대에 이르기까지 새들은 인간의 귀소본능뿐 아니라 창의적 충동이나 초월욕구의 상징이었다.

성서를 보면 비둘기를 인용하는 구절들을 자주 볼 수 있다. 아가에서 비둘기는 봄을 알려주고, 창세기에서 올리브잎을 물고 온 비둘기는 홍수가 끝났음을 알려준다(창세 8, 11). 예수께서 세례를 받으실 때 나타난 비둘기는 새로운 성령의 시대가 시작되었음을 나타낸다(마르 1, 10).

첫째 권 「사랑」의 표지에 있는 한 쌍의 비둘기는 사랑으로 초대하는 하느님의 부르심을 상징한다. 둘째 권 「용서」의 표지는 하느님의 조건없이 용서하시는 사랑의 축복과 풍성함을

상징한다. 셋째 권 「탄생」의 표지 도안은 이 세상을 떠다니며 새로운 생명을 부여하는 하느님의 창조적인 성령을 상징한다. 넷째 권 「포기」의 표지에 있는 빈 새둥지는 그리스도께서 삶과 죽음 속에서 감수하셨던, 그리고 그분을 따르는 우리들도 그렇게 하도록 부르심을 받은, 자신을 비우는 사랑을 상징적으로 전하고 있다. 이 다섯째 권 「자유」의 표지에 있는 네 마리의 비둘기는 우리의 세상에서 활동하시는 부활하신 그리스도의 권능과 평화 안에서 이룩된 부활절의 공동체를 나타낸다. 여기에서 사용된 넷이라는 숫자는 완전함과 전체란 뜻을 내포하고 있다. 창조의 네 방위, 사계절, 바람, 정사각형의 네 변, 십자가의 네 가지, 비둘기들은 인간성의 네 가지 기능, 즉 직관과 감각과 감정과 사고의 통합을 암시하고 있다.

비둘기는 부른다: “나의 귀여운 이여, 이리 나와요…… 자 겨울은 지나갔어요”(아가 2, 10-11).

표지는 미네소타의 인기 화가인 캄벨(Donna Pierce Campbell)이 도안하였는데 그 아름답고 싱싱한 양식은 이 기도 안내서가 도움이 되었으면 하고 바라는 쉐신의 성령을 잘 나타내 주고 있다.

알려두기

이 책들을 사용하시는 분들에게서는 우선 이 책의 23~37쪽에 나오는 기도 안내를 여러 번 읽으시는 것이 꼭 필요합니다. 만약 다른 영신 서적이나 소설처럼 이 책을 읽으신다면, 원 저자의 본래의 지향에서 벗어나게 되고, 독자들에게는 큰 도움을 줄 수가 없겠습니다.

성 이나시오의 영신수련이 생소하신 분들에게서 이 책을 사용하시고자 하신다면, 먼저 영적인 조연자들(사제, 수도자, 평신도)을 만나 보는 것이 더 좋을 것입니다. 영신수련에 대한 체험과 지혜가 풍부하신 분을 중심으로 신앙 체험 나누기 모임을 가지면서 이 책자를 이용하는 것이 초심자들에게는 훨씬 유익할 것입니다.

성서 구절은 대한성서공회에서 출판한 공동 번역 성서를 원본대로 인용하였으나, 최근에 출판된 200주년 신약 성서를 사용하셔도 좋을 것입니다. 그리고 영어판 원본에는 참고 서적들에 대한 인용이 표시되어 있으나, 한국 독자들에게는 실질적으로 도움이 되지 못할 것으로 판단되어 생략하였습니다.

마지막으로 성 이나시오의 영신수련이 생소하신 분들을 위해 한국말로 출판된 참고 서적들 중에서 몇 권을 소개합니다.

「성 이나시오의 영신수련」 윤양석 옮김, 한국천주교중앙협의회.

「샘-영성 수련을 위하여」 앤소니 드 멜로, 분도출판사편집실 역, 분도출판사

「성경과 성 이나시오의 영신수련에 의한 피정」 토마스 버크, 샬트르 성바오로수도회 역.

「여섯 개의 길」 G. 허치슨, 차순향 옮김, 성바오로출판사.

「영적 성장과 내적 치유」 J.J. 윌러, 박홍 옮김, 성바오로출판사

「성서와 영성수련」 서인석 역음, 성바오로출판사

본 기도 안내서는 지난 여러 해 동안 미네소타 북서부 전역에 걸친 본당 쇄신 피정을 실시하면서 우리가 목격한 영적인 목마름에 자극을 받아 펴내게 되었다.

신자들은 하느님과의 인격적인 관계를 발전시키는 데 있어서 안내와 도움이 필요하며 또 그것을 간절히 원하고 있다는 것을 그들과의 대화를 통해 알게 되었다. 평신도들에게는 너무도 오랫동안 교회의 중요한 영성적 전통의 자료들에 접근할 기회가 주어지지 않았음을 우리는 차츰 깨닫게 되었다.

성 이냐시오의 영신수련은 이 전통 중의 하나로서 우리에게 전해진 보배이다. 성 이냐시오의 영신수련은 16세기의 평신도들이 필요로 하는 것을 채워 주기 위해 씌어졌는데, 최근에 와서 그 새로운 가치를 발견하게 되었다. 이 영신수련은 성서, 내적 쇄신 및 평신도의 역할을 강조한 제2차 바티칸 공의회 정신에 꼭 부합한다는 새로운 평가를 받게 되었다.

이 영신수련의 양식을 본당 쇄신 피정에 적용시키려고 노력하는 가운데, 우리는 개인 기도와 생활환경을 연결시키면서 평신도들이 필요로 하는 것, 그들의 언어 그리고 생활 양식에 걸맞는 방법을 발견하였다.

「자유」는 주여 나를 받으소서 시리즈의 다섯 권 중 다섯번째 책이다. 각 권에는 알맞는 성서 구절들과 그것에 관한 해설, 그리고 그것에 따른 기도 안내들이 담겨 있다. 각 권의 주제는 영신수련의 각 단계와 직접 연관되어 있지만 각 권을 별도로 사용할 수도 있다.

이 시리즈의 첫째 권 「사랑」에서는 영신수련의 원리와 기초에 들어 있는 주제들을 사용하였으며, 그 주제들은 인간의 피조물성에 대한 인정, 모든 피조물에 대한 공평성 그리고

피조물로서의 책임 등이다. 「사랑」에서는 하느님의 사랑 및 그 사랑에 대한 절대적인 의존, 그리고 자유로이 하느님을 찬미하고 경배하며 하느님께 봉사하라는 부르심에 대한 우리의 응답 등이 그 중심을 이루고 있다.

둘째 권 「용서」는 성 이냐시오 영신수련의 첫째 주간과 서로 관계가 있다. 첫째 주간에서는 하느님의 사랑을 받아들이는 데 장애가 되는 개인과 인류 전체의 죄스러움을 다루고 있으며, 자비롭고 용서하시는 하느님의 사랑에 비추어 죄와 죄인의 문제를 고찰한다.

셋째 권 「탄생」은 예수님의 성령을 구현시키는 인생 여정에서 각자에게 모범이 되는 예수님의 삶이 지니는 심오한 의미를 개인적으로 발견하는 데에 방향을 맞추고 있다. 예수님께서 공적인 생활을 하시는 동안 스스로 인간으로서 살아가신 그분의 지상 삶을 관상하도록 우리는 초대받았다.

넷째 권 「포기」는 하느님의 뜻에 따르는 예수의 전적인 복종에 초점을 맞추고 있다. 예수의 수난과 죽음을 관상함으로써, 그분을 따르는 사람들에게는 고통이 어떻게 활용되며 변형될 수 있는지 깨닫게 된다.

다섯째 권 「자유」에서 우리는 그리스도께서 사랑하셨던, 그리고 그분을 믿고 따랐던 사람들에게 나타나신 부활하신 모습의 그리스도에 대해 관상한다. 기도를 통해서 우리는, 우리 안에 살아계시며 그분의 비전과 임무를 함께 나누도록 우리를 초대하시는 부활하신 그리스도의 성령의 기쁨과 현존을 체험하도록 조용히 이끌린다. 새로운 시대를 창조하는 일에 성령과 함께 협력함으로써, 하느님의 힘과 아픔을 낮게 하는 에너지가 역동적으로 오늘의 세상으로 풀려진다.

본 기도 안내서는 개인지도를 뒷받침하기 위하여 특별히 편찬된 것이기는 하지만, 작은 모임에서 신앙을 나누는 지침서로서 그리고 교구와 단체를 위한 쇄신 프로그램으로서도 사용될 수 있다.

본 시리즈는 영신수련이나 그에 대한 해설서라고 말할 수는 없으며 다만 영신수련에서 발견되는 변화라는 그리스도 중심적인 힘으로 들어가는 방법을 제시하고자 하는 노력일

뿐이다.

우리는 이러한 기도예의 접근방법을 글로 발표함으로써 보다 많은 사람들이 하나님의 말씀으로부터 자양분을 섭취하고 그분의 각별한 사랑을 체험하며, 하나님께서 우리 각자에 대해 갖고 계시는 고유의 계획을 그들이 깨닫게 되기를 희망한다.

우리는 가능한 한, 해설과 기도 안내에 성(性)의 구별이 없는 말을 사용하려고 각별한 주의를 기울였으나 전적으로 일관성을 유지하지는 못하였다. 하나님의 말씀을 경외하며 이러한 변경에 마음 상할지도 모를 사람들을 존중하는 의미에서 성서 구절의 말들을 고치는 것을 삼가하였다.

우리는 본 안내서를 사용하는 모든 신자들이 예수님의 성령의 인도를 받아 참된 영적 자유를 누리게 되기를 기도한다.

“나는 우리 주 예수 그리스도의 하나님, 영광스러운 아버지께서 여러분에게 영적인 지혜와 통찰력을 내려 주셔서 하나님을 참으로 알게 하시고 또 여러분의 마음의 눈을 밝혀 주셔서 하나님의 백성이 된 여러분이 무엇을 바랄 것인지 또 성도들과 함께 여러분이 물려 받을 축복이 얼마나 놀랍고 큰 것인지를 알게 하여 주시기 바랍니다. 그리고 우리 믿는 사람들 속에서 강한 힘으로 활동하시는 하나님의 능력이 얼마나 위대한지를 여러분에게 알게 하여 주시기를 빕니다”(에페 1, 17-19).

1987년 6월 7일

성령 강림 대축일

재클린 시럽 버간 & 마리아 슈완 수녀

기도 안내

주여, 우리에게 기도하는 법을 가르쳐 주소서(루가 11, 1).

기도는 하나님의 현존에 대한 우리의 인격적인 응답이다. 우리는 듣는 마음으로 경건하게 하나님께 나아간다. 하나님께서는 먼저 말씀하신다. 우리는 기도 안에서 하나님의 현존을 인정하고, 감사하는 마음으로 사랑이신 그분께 응답한다. 우리는 항상 하나님과 하나님이 하시는 일에 초점을 맞추어야 한다.

우리 각자가 하나님의 말씀을 주의깊게 듣고 제각기 독특한 방법으로 응답하는 데 도움이 되는 방법들로서 다음의 몇 가지를 제안한다.

A. 매일기도 양식

기도할 때마다 아래의 양식을 이용하십시오.

1. 준비

+ 매일기도 시간을 최소한 20분에서 한 시간 정도 잡도록 한다. 60분이라는 시간에 어떤 ‘신성한’ 것이 있는 것은 아니지만, 대부분의 사람들이 자신의 마음을 차분히 가라앉히고 기도에 몰입하는 데에는 대개 한 시간 정도가 필요하다.

+ 전날 저녁에 시간을 내어서 그 다음 날의 성서 구절과 해설을 미리 읽는다. 잠들기 바로 전에 성서 구절을 다시 한 번 생각해 본다.

2. 기도 시간의 짜임새

+ 조용한 가운데 자신의 몸과 마음을 차분히 가라앉히십시오. 긴장을 풀고 숨을 깊게 들이마신 후 넷을 셀 동안 숨을 멈추십시오. 그런 다음 천천히 입으로 숨을 내쉬십시오. 이것을 여러 번 반복하십시오.

+ 하느님 없이는 나는 아무것도 아님을 예민하게 감지하면서 하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 하십시오.

+ 하느님께 당신이 바라고 필요로 하는 은총을 구하십시오.

+ 당신이 선택한 성서 구절을 내용에 알맞는 방법으로 읽고 반성해 보십시오. 예를 들면, 시적인 구절이나 이야기 형태를 취하지 않은 구절은 묵상(默想)을 하고, 이야기 형태를 취한 구절이나 사건에 관한 구절은 관상(觀想)을 하십시오. (25쪽에 있는 여러 가지 형태의 혼자 기도하는 방법을 참고하십시오.)

+ 예수님이나 하느님 아버지와의 담화(談話)로써 기도를 마치십시오. 실제로 말씀을 드리고 말씀을 들으십시오. 주의 기도로 기도를 마치십시오.

3. 기도 후 반성

기도 후 반성은 기도 시간의 마지막 부분에 하는 성찰이다. 기도 시간중에 하느님이 우리에게 어떻게 현존하셨는지를 보다 깊이 깨닫는 것이 이 반성의 목적이다.

기도 후 반성 시간에는 주로 기쁨, 평화, 슬픔, 두려움, 갈등, 분노 등을 느끼는 우리의 감정 안에 드러나는 위안이나 쓸쓸함의 내적인 움직임에 관심을 기울인다.

많은 경우에 있어서, 우리가 특별히 구한 은총에 하느님께서 어떻게 응답하셨는지를 이 기도 후 반성 시간에 비로소 깨닫게 된다.

기도 후 반성을 영적일기에 적음으로써 우리는 인격적인 책임감을 느끼게 된다. 또한 이 일기는 우리의 영적 여정(旅程)의 귀중한 기록이다. 영적일기의 기록은 우리의 자아

완성을 향한 하나의 디딤돌이다.

영적 지도자나 영적 반려자가 없는 경우 영적일기의 기록은 기도를 평가하고 명백하게 하는 데 도움이 된다. 영적 지도자가 있는 경우 영적일기의 기록은 자신의 기도 체험을 나눌 수 있는 훌륭한 준비 자료가 된다.

기도 방법 : 매 기도 시간 이후 공책이나 영적일기장에 날짜와 그 날의 성서 구절을 적어 놓으십시오. 그런 다음 아래의 질문들에 답을 해 보십시오.

+ 특별히 나의 마음에 와닿는 말씀이나 구절이 있었는가?

+ 나의 느낌은 어떠했는가? - 평화스러웠는가? 사랑을 느꼈는가? 슬펐는가? 실망했는가? 이러한 느낌들이 나에게 무엇을 말해 주는가?

+ 나는 이제 어떻게 하느님의 현존을 더욱 깊이 느끼는가?

+ 다음에 기도할 때 도움이 될 만한 점이 있었는가?

B. 여러 가지 형태의 혼자 기도하는 방법

성서를 기도하는 방법에는 여러 가지 형태가 있다. 사람에 따라 각자에게 알맞는 기도 방법이 있다. 여러 가지 다른 방법들을 시도해 봄으로써, 마침내 특별한 성서 구절에 적합하고 우리의 개성이나 필요와 조화를 이루는 방법들을 사용하는 데 익숙해질 것이다.

본 안내서는 다음의 방법들을 사용할 것이다.

1. **묵상 :** 묵상 시간에는 마치 연애 편지를 대하듯이 성서 구절을 읽는다 ; 이 방법은 시적인 성서 구절을 기도하는 데 특히 도움이 된다.

기도 방법

+ 성서 구절을 천천히 읽으십시오. 크게 소리를 내어 읽든가 속삭이는 소리로 읽으면서, 성서 말씀이 당신을 감싸도록 하며 그 맛을 음미하십시오.

+ 특히 당신의 관심을 끄는 부분에 머물면서, 마치 메마른 땅이 비를 받아들이듯이 그 말씀들을 마음에 받아들이십시오.

+ 한 단어나 구절을 되뇌이면서 새롭게 일어나는 느낌들을 감지하십시오.

+ 마치 사랑하는 친구의 편지를 읽듯이, 또는 부드러운 목소리로 합창노래를 부르듯이 사랑하는 마음으로 성서 구절을 읽고 또 읽으십시오.

2. 관상 : 관상을 통하여 우리는 성서 구절의 사건이나 이야기 속으로 들어간다. 우리는 우리의 전 오관(五官)을 사용하여, 상상 속에서 성서 구절 안으로 들어간다.

신학자들은, 우리는 관상을 통하여 “그리스도의 삶의 신비를 회상하고 거기에 참여할 수 있다”고 말한다.

마치 예수님께서 제자들을 가르치셨듯이, 세례 성사를 통하여 우리 안에 현존하시는 예수님의 영(靈)께서 우리를 가르치신다. 이 예수님의 영(靈)께서는 우리가 기도를 통하여 접하게 되는 어떤 신비를 상기시키시고 재생케 하신다. 마치 부활하신 예수님께서 성체 성사 안에 빠스카의 신비를 재현하시듯이, 예수님께서 관상을 통하여 우리가 관상하는 특별한 사건을 재현하시며 그 신비 안에 현존하신다.

기도 방법

관상 기도중에 우리는 마치 우리가 그 현장에 있는 것처럼 그 이야기 속으로 들어간다 :

- + 어떤 일이 일어나는지 잘 관찰하십시오 ; 무슨 말을 하는지 잘 들으십시오.
- + 그 신비의 일부가 되십시오 ; 그 현장 속의 한 사람의 역할을 맡으십시오.
- + 각 개개인을 잘 관찰하십시오 ; 각자가 무엇을 경험합니까 ? 각자가 누구에게 말을 합니까 ?
- + 내가 그 메시지를 들음으로써 나의 삶이나 나의 가족 또는 사회에 어떤 변화를 가져올 것인가 ?

성서의 이야기 속에서 예수님과 담화(談話)하십시오.

- + 예수님과 함께 예수님을 위해서 바로 거기에 계십시오.
- + 예수님을 원하십시오 ; 예수님을 향한 배고픔을 느끼십시오.
- + 예수님의 말씀을 들으십시오.
- + 예수님께서 당신을 위해 되고자 원하시는 대로 되도록 하십시오.
- + 예수님께 응답하십시오.

3. 내심기도 : 내심기도 시간에 우리는 생각과 이미지를 초월하고, 감각과 이성을 초월하여 우리 존재의 중심부로 내려간다. 그 안에서 하느님께서 놀라운 일을 하신다.

내심기도는 대체로 말없이 행하는, 아주 간단하며 순수한 기도 방법이다 ; 우리는 우리 안에 계신 성령께 우리의 마음을 열어 드리는 것이다.

내심기도 시간에 우리는 우리 자신의 가장 깊은 중심부까지 내려간다. 그 곳은 우리 안에 생명의 숨을 불어넣어 주시는 사랑의 하느님께서 우리를 창조하셨음을 가장 절실히 느낄 수 있는 고요함의 장소이다. 내심기도에 들어가기 위해서는 우리가 하느님께 의존함을 인정하고 사랑의 성령께 자신을 송두리째 내맡겨야 한다.

주여 나를 받으소서 제5권

“성령께서도 연약한 우리를 도와 주십니다. ……우리를 대신해서 말로 다할 수 없을 만큼…… 하느님께 간구해 주십니다……”(로마 8, 26).

우리 안에 계시는 예수님의 영께서는 “아빠, 아버지”(로마 8, 15)라고 외치신다.

기도 방법 : “너희는 멈추고 내가 하느님인 줄 알아라”(시편 46, 10).

+ 조용히 앉아서 몸을 편안하게 하고 긴장을 풀으십시오.

+ 하느님을 그리워하고 바라는 마음을 견지하십시오.

+ 당신의 가장 깊은 곳으로 들어가십시오. 당신이 천천히 엘리베이터를 타고 내려간다거나, 계단을 걸어 내려간다거나, 산을 내려간다거나, 깊은 연못 속으로 빠져 들어간다고 상상하십시오. 그러면 보다 쉽게 당신의 깊은 자아의 중심부에 이를 수 있을 것입니다.

+ 고요함 가운데 하느님의 현존을 느끼십시오 ; 평화로운 마음으로 하느님의 사랑을 흠뻑 받아들이십시오.

4. 만트라 : 내심기도의 한 방법으로서 ‘만트라’ 또는 ‘기도말’을 사용한다. 만트라라는 한 단어일 수도 있고 한 구절일 수도 있다.

성서에서 따온 말일 수도 있고 당신의 마음 안에서 순간적으로 우러나온 말일 수도 있다. 당신에게 있어서 그 말이나 구절은 하느님의 충만하심을 나타낸다.

‘예수님’의 이름을 부르거나 또는 예수님의 기도라고 알려진 “하느님의 아들, 주 예수 그리스도여 이 죄인을 불쌍히 여기소서”를 외우는 것이 만트라의 일종이다.

기도 방법 : 자신의 호흡에 맞추어 만트라를 천천히 반복한다. 예를 들면 예수님의 기도의 첫 부분—하느님의 아들, 주 예수 그리스도여—은 숨을 들이 마

시면서 하고, 뒷 부분—이 죄인을 불쌍히 여기소서—은 숨을 내쉬면서 한다.

5. 묵상 독서 : “내가 입을 벌리자 그 두루마리를 입에 넣어 주시면서 그분은 말씀하셨다. ‘……내가 주는 이 두루마리를 배부르게 먹어라.’ 그리하여 그것을 받아 먹으니 마치 꿀처럼 입에 달았다”(에제 3, 2-3).

성서나 영성 서적을 묵상하면서 읽는 것도 기도의 한 방법이다.

영적 독서는 항상 우리의 기도 생활을 풍부하게 해준다. 아래의 방법은 특히 기도가 어렵거나 무미건조할 때 도움이 된다.

기도 방법 : 영적 독서를 천천히 하면서, 가끔 독서를 중단하고 어떤 말이나 구절이 우리의 몸 안에 스며들도록 한다. 어떤 생각이 마음 깊은 곳에서 떠오르면 그 생각을 계속하고, 그 생각의 전부가 우리의 존재 안으로 깊숙이 스며들도록 한다. 당신 안에 받아들인 말을 음미하십시오. 그리고 대화를 하듯이 진실하고 자연스럽게 응답하십시오.

6. 영적일기 : “이에 대해서는 내가 앞서 간단히 적은 바 있으므로 그것을 읽으면 여러분은 내가 그리스도에 관한 심오한 계획을 이해하고 있다는 것을 알 수 있을 것입니다”(에페 3, 4).

영적일기는 묵상의 기록이다. 우리가 펜을 들어 우리의 생각을 종이에 옮길 때 우리의 영혼과 육신은 서로 협력하여 우리의 참된 자신을 드러낸다.

영적일기를 쓰는 것은 다른 기록들과는 차이가 있다.

영적일기를 씀으로써 우리는 우리의 무의식에서 일어나는 신선한 이미지를 표현하게 되며 이 새로운 관점에서 우리 자신을 새롭게 체험한다. 따라서 영적일기를 잘 쓰기 위

해서는 우리가 갖고 있던 선입견이나 편견을 버려야 한다.

묵상 기록은 사랑하는 이에게 편지를 쓰는 것과 같다. 지나간 추억들이 되살아나고, 신뢰를 더욱 공고히 하며, 사랑이 우리 안에 넘쳐 흐르게 된다. 편지를 쓰는 동안에 우리의 감정들이 더욱 강해지고 오랫동안 남아 있음을 발견하기도 한다.

이러한 이유로 영적일기의 기록은 분노, 두려움, 또는 원한과 같이 드러나지 않고 억눌렀던 감정들을 확인하고 치유하는 데 도움을 줄 수 있다.

마지막으로, 우리는 영적일기를 씌으로써, 우리가 읽는 성서의 말씀들을 보다 깊이 이해하고 감사할 수 있게 된다.

기도 방법 : 기도하는 마음으로 영적일기를 기록하는 방법은 여러 가지가 있다. 예를 들면 다음과 같은 방법들이다 :

- a. 하느님께 편지 쓰기
- b. 자신과 다른 사람과의 대화의 기록 ; 다른 사람은 예수님일 수도 있고 다른 중요한 인물일 수도 있다. 어떤 사건이나 경험, 또는 가치와 대화할 수도 있다. 예를 들면 죽음, 이별, 지혜 등을 의인화(擬人化)하여 그와 더불어 대화할 수 있다.
- c. 어떤 질문에 대한 대답의 기록 ; 예를 들면, “내게 무엇을 바라느냐?”(마르 10, 51) 또는 “왜 울고 있느냐?”(요한 20, 15).
- d. 예수님이나 다른 성서의 인물이 펜을 통하여 나에게 ‘말하게’ 한다.

7. 반복기도 : “내가 충분히 만족할 때까지 다른 주제를 다루지 않고 한 가지 주제에 대해 조용히 묵상하겠다”(성 이냐시오 로욜라).

반복기도는 하느님께서 우리 안에 더욱 깊숙이 들어오시어 일하시도록 지난 기도 시간으로 돌아가는 것을 말한다.

반복기도를 통하여 우리는 하느님을 보다 잘 느낄 수 있고 우리의 기도나 삶 안에서 하느님께서 어떻게 말씀하시는지 더욱 잘 알아들을 수 있다. 우리는 반복기도를 통하여 우리에게 계시하시는 하느님과 우리 자신을 일치시키는 체험을 할 수 있다.

반복기도는 지난 기도 시간에 우리에게 하신 하느님의 말씀을 공경하는 한 방법이다. 즉, 우리가 사랑하는 분과 지난 번에 가졌던 대화를 회상하고 곰곰이 생각하는 것이다. 그것은 마치 하느님께, “그때 그 말씀을 다시 한 번 해주십시오. 그때 뭐라고 하셨지요?” 하고 묻는 것과 같다.

우리는 이 반복-추후의 대화-을 통하여 첫 기도 시간에 느꼈을지도 모르는 슬픔이나 후회를 변화시키시는 치유의 현존에 우리 자신을 열어드린다.

반복기도 시간에는 위로(기쁨, 따스함, 평화)의 느낌이 깊어질 뿐 아니라 쓸쓸함(고통, 슬픔, 후회)의 느낌도 새로운 차원에서 이해할 수 있게 되고 우리를 위한 하느님의 계획으로 받아들이길 수 있게 된다.

기도 방법 : 우리가 기도하는 동안 기쁨이나 슬픔 또는 혼란을 두드러지게 체험한 때의 기도를 선택하여 반복한다. 아마도 기도 준비의 부족으로 아무런 느낌도 일어나지 않았던 때의 기도를 선택할 수도 있다.

+ 지난 번 기도 시간에 체험한 느낌들을 상기하십시오.

+ 출발점으로, 지난 기도 시간에 가장 두드러졌던 장면이나 말 또는 느낌을 사용하십시오.

+ 기도 시간중에 성령께서 당신 마음의 내적 움직임을 이끄시도록 하십시오.

C. 영적 훈련과 도움들

1. 의식 성찰 : “야훼여 당신께서는 나를 훤히 아십니다”(시편 139, 1).

우리는 의식 성찰을 통하여 하나님께서 어떻게 우리에게 현존하셨으며, 우리는 그날 하나님의 현존에 어떻게 응답했는지 발견하게 된다.

성 이나시오는 이 훈련이 매우 중요하다고 믿었다. 성 이나시오는 우리가 기도 시간을 낼 수 없는 경우에도 의식 성찰은 반드시 해야 하며, 이 성찰을 통하여 하나님과의 생명의 관계를 유지할 수 있다고 강조하였다.

의식 성찰을, 통회자가 자기 잘못을 뉘우치는 양심 성찰과 혼동해서는 안 된다. 의식 성찰은 우리의 일상 생활 안에서 일어나는 사건, 환경, 감정들 안에 하나님께서 어떻게 현존하시는지 알아내는 것이다.

기도 시간 후에 기도 후 반성을 하듯이 우리는 하루 생활이 끝난 후 의식 성찰을 한다. 의식 성찰을 매일 제대로 실천하면 하나님과 우리 자신, 그리고 다른 사람들과의 관계를 자라나게 하는 데 필수적인 완전한 균형을 얻게 된다.

의식 성찰은 다음을 반영한다: “인격적인 사랑의 역동적인 움직임; 우리는 항상 우리가 진실로 사랑하는 사람에게 말하고자 원하는 순서대로 말하고 싶어한다. ……감사합니다, ……저를 도와 주십시오, ……당신을 사랑합니다, ……미안합니다, ……저와 함께 계셔 주십시오.”

방법: 의식 성찰을 위해 다음의 기도를 제안한다.

이 기도에 대한 나의 응답을 영적일기에 함께 기록할 수도 있다.

+ 아버지 하나님, 저는 온전히 당신께 의지하나이다. 모든 것이 당신의 선물이며 모든 것이 당신의 은총이나이다. 오늘 베풀어 주신 은총에 대해 당신께 감사와 찬양을 드린다.

+ 주님, 당신은 시간을 통하여 시간 안에서 제가 제 자신을 밝히 들여다 볼 수 있게 일하심을 믿나이다. 당신께서 나의 삶을 어떻게 인도하시고 꾸며주시는지 더욱 깊이 깨닫게

해주시고, 또한 제가 당신의 길에 놓는 장애물들을 보다 예민하게 알아낼 수 있도록 해주소서.

+ 당신은 오늘 제 삶 속에 함께 계셨나이다. 이제 제가 다음을 묵상하고자 하오니 제게 가까이 오소서 :

오늘의 사건 안에 현존하신 당신……

제가 느꼈던 감정들 안에 현존하신 당신……

당신의 부르심……

저의 응답……

+ 아버지, 당신 사랑의 용서와 치유를 간청하옵니다. 제가 치유되기를 가장 바라는
오늘의 특별한 사건은……

+ 당신의 사랑과 권능을 굳게 믿으며 희망에 가득 차, 제 자신을 당신의 손에 맡기
오며……(당신이 가장 필요로 하고 바라는 은총을 구하십시오. 하느님께서 당신에게
그 은총을 주시고자 원하신다는 것을 믿으십시오.) ……을 굳게 확신하나이다.

2. 신앙 체험 나누기 : “단 두세 사람이라도 내 이름으로 모인 곳에는 나도 함께 있을 것이다”(마태 18, 20).

공동체를 이루기 위해서는 삶의 핵심 문제에 대해 공동체원 상호간에 허심탄회한 대화가
오가야 한다. 그리스도인들에게 이러한 대화란 신앙 체험을 나누는 것이며, 이것은 혼자서
하는 매일기도의 연장이다.

신앙 체험 나누기 모임은 토론 집단도 아니고 감수성 훈련이나 사교 모임도 아니다.
이 모임의 회원들은 지적 또는 신학적 견해를 나누고 얻기 위해 함께 모이는 것이 아니다.
신앙 체험 나누기는 미리 설정한 어떤 목표를 성취하기 위한 것도 아니다.

신앙 체험 나누기의 목적은 주님의 이름으로 모인 작은 집단으로 대표되는 교회 공동체
안에서 계속하여 몸소 당신을 계시하시는 하느님께 귀를 기울이고 마음을 여는 것이다.

신앙 체험 나누기의 열매는 그리스도의 몸인 교회의 '성장'이다(에페 4, 12).

하느님의 말씀을 함께 읽고 묵상하는 것은 신앙 체험 나누기의 한 방법이다. 신앙 체험 나누기는 오늘의 세계에서 그리스도의 제자가 된다는 것이 무엇을 의미하는지를 우리의 마음 가장 깊은 곳에서부터 서로 나누도록 우리를 부른다. 진정한 의미에서의 신앙 체험 나누기는 공동체를 결속시키시는 힘이신 그리스도의 영(靈) 안에서 우리가 서로 알게 되고 사랑하게 됨을 의미한다.

신앙을 나누는 사람들에게 도움이 되는 하나의 이미지를 소개하고자 한다: 조약돌이 떨어지는 풀장을 상상해 보라. 풀장 주위에 모여 있다고 상상하면서 회원들은 원형으로 모인다. 물 속으로 부드럽게 떨어지는 조약돌처럼 각 회원은 하느님으로부터 받은 '말씀'을 나눈다. 모두 침묵을 지키는 가운데 각자의 말씀을 받아들인다. 동심원들을 그리며 풀장의 가장자리로 번져나가는 물결처럼, 이 말씀들은 원 주위에 둘러선 각 사람의 마음속으로 사랑 안에서 확대되고 번져 나간다.

방법: 미리 약속한 장소에 일곱 명 내지 열 명의 회원이 모인다.

+ 지도자는 회원들에게 얼마 동안 침묵 가운데 기도하라고 초대한다. 이때 회원들은 성령께서 함께 하시기를 기도한다.

+ 지도자는 즉흥적인 기도나 미리 준비한 시작기도로써 침묵의 기도를 모은다.

+ 회원 중의 한 사람을 미리 정해서 각 회원이 혼자 기도하며 묵상해 온 성서 구절을 읽는다.

+ 성서 봉독 후 잠시 침묵한다.

+ 지도자는 각 사람에게 성서에 나오는 한 단어나 구절을 함께 나눌 것을 초대한다.

+ 다른 회원이 그 성서 구절을 다시 읽는다; 그 후 잠시 침묵한다.

+ 지도자는 원하는 사람들에게 이 성서 구절이 그들에게 개인적으로 무엇을 말해 주

는지-도전, 위로, 초대 등-간단히 나누도록 초대한다.

- + 그 성서 구절을 다시 읽는다.
- + 회원들은 주님께 즉흥적인 기도를 바친다.
- + 지도자는 축복의 말이나 주의 기도 또는 성가로 신앙 체험 나누기를 마친다.
- + 헤어지기 전에 다음의 모임을 위한 성서 구절을 발표한다.

3. 기도중의 상상(想像)의 역할

상상이란 우리가 과거의 체험을 되살리고 미래를 창조할 수 있도록 기억하고 회상하는 능력이다. 이미지를 통하여 우리는 우리 존재의 중심부를 파악할 수 있고 우리 존재의 가장 깊은 곳에 있는 것을 표면에 끌어올려 생명력을 불어 넣어 주고 표현할 수 있다.

이미지를 사용하는 것은 우리의 정신적·영적 발전에 중요한 역할을 한다. 이미지는 의미의 여러 차원을 동시에 드러냄으로써 우리의 보다 깊은 현실을 상징한다.

활력있는 상상을 체계적으로 사용함으로써 우리는 우리 안에 숨겨져 있는 에너지를 방출할 수 있고 우리 안에 이미 존재하는 완전성의 가능성을 실현할 수 있다.

활력있는 상상을 신앙의 자세로 기도에 이용할 때, 우리는 우리 안에 계시고 우리를 변화시켜 주시는 하느님의 현존의 권능과 신비에 우리 자신을 열게 된다.

성서는 대부분의 경우 이야기를 모아 놓은 것이고 감각적인 영상들을 풍부히 담고 있기 때문에 성서를 기도할 때 활력있는 상상을 이용하는 것은 특히 효과가 있다.

성서 이야기를 상상함으로써, 우리는 역사적인 사실을 뛰어넘어 하느님의 창조적인 말씀의 진리와 신비를 우리의 삶 안에서 발견하게 된다.

4. 분심(分心)에 대한 대응책

기도중의 분심 때문에 지나치게 걱정하거나 실망해서는 안 된다. 분심이 생기면 그냥

그대로 두고 기도의 소재로 돌아가면 된다. 만약 분심이 계속되면, 그것은 분심의 대상을 기도하는 마음으로 주의깊게 생각해 보라는 부르심일 수도 있다. 예를 들어서, 미결 상태에 있는 문제가 해결될 때까지 계속 마음에 떠오르는 것은 놀라운 일이 아니다.

5. 대화 : 대화식의 마침기도

성 이냐시오는 매우 민감하여, 예수 수난을 묵상함으로써 내면 깊숙이 감명을 받았다. 매 기도시간 끝 무렵에 대화식의 긴밀한 기도가 이루어지면 기도하는 사람은 사랑과 동정의 감정이 가슴 깊은 내면으로부터 흘러나와 뜨거운 고백을 하게 된다. 그 기도는 예수의 수난에 동참하기를 강력히 권고한다. 때때로 대화식의 마침기도는 그들의 좌절, 유혹 두려움을 표출하거나 예수 수난의 동참에 대한 어려움을 나타내는 기회를 제공할 것이다. 혹자는 예수 수난을 체험하고 싶은 열망으로 기도할지도 모른다. 꼭 기억해야 할 것은 단순한 참여가 가장 중요하다는 사실이다. 그리스도의 수난 앞에서 침묵하는 것만으로도 심오한 기도가 될 것이다.

사랑과 찬미의 기도

주 하느님, 당신의 사랑이 넘쳐 흘러

만물을 지으셨을 때

이미 당신은 저를 생각하셨나이다.

저는

당신의 사랑 때문에, 당신의 사랑 안에서, 당신의 사랑을 위해
존재하나이다.

오! 하느님! 나의 마음이 항상

모든 피조물 속에 있는 당신의 선하심을 인정하고

소중히 여기며

즐길 수 있게 하여 주소서.

나의 모든 것이 당신을 찬미할 수 있게 이끌어 주소서.

모든 사람과 만물을 경외하는 마음을 저에게 가르쳐 주십시오.

당신을 위해 봉사하는 힘을 제게 주소서.

주 하느님,

이 세상의 그 어느 것도

건강도 질병도

부(富)도 가난도

명예도 치욕도

장수(長壽)도 단명(短命)도

당신의 사랑으로부터 나를 떼어놓지 않게 하소서.

당신이 의도하시고 원하시는 것 이외의 그 어느 것도

구하거나 택하지 않게 하소서.

아멘.

내가
 당신들에게
 들려준 것은
 내 말이 아니라
 나를 보내신
 아버지의
 말씀입니다.

— 요한 14, 24



첫째 주, 첫째 날

새로움

“성탄절의 정신은 부활절에 일어난 사건에도 영원히 스며 있다”

해설

예수께서 기쁨에 싸여 다시 태어나신 부활 이후에 그분의 어머니께 나타나셨으리라는 것은 아주 자연스럽고 당연한 일이다. 예수의 어머니께서 예수를 잉태하시고 낳으셨던 순간들은 예수의 부활로써 완성되고 충만하게 된다.

예수께서 그분의 어머니에게 부활한 자신의 모습을 기쁘게 드러내신 것은 우리에게 아기 예수 탄생 때의 아름다움과 신선한 약속을 영원히 간직하게 해준다.

이제 어머니의 텅빈 자궁은 텅빈 무덤이 대신하였으며 그것과 하나가 되었다.

하느님의 계획에 협력하고 자기 내면에서 들리는 하느님의 말씀에 용감하게 자신을 포기했던 마리아의 자세는 예수께서 십자가 위에서 행하신 포기의 모태이다.

모든 진실한 새로운 시작은 한정된 종말을 용감하게 받아들이는 데서 이루어진다.

예수께서는 정말로 돌아가신 것이다.

종말은 그것을 받아들일 때 새로운 것이 발생하는데(묵시 21, 5), 꼭 필요한 공허(창세 1, 2)를 창조한다. 오직 그렇게 함으로써만이 순수한 새로움이, 낡은 방식과 가치들을 개조한 것이 아닌 새로움이 발생한다.

예수께서 새로운 삶으로 부활하셨다.

마리아께서는 예수의 모든 기쁨과 영광 속에서 그분을 알아보셨다.

“알렐루야! 이 땅에 기쁨이!”가 이 순간의 인사가 될 것이다.

기도 안내 : 위로

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상과 영적일기(26쪽과 29쪽)

예수의 무덤 앞에 서 있다. 날씨가 추운지 따뜻한지, 누가 그 곳에 자리하고 있는지, 바위가 어떻게 자리잡고 있는지 등을 생각하면서 느낌과 생각들이 떠오르도록 한다.

무덤을 떠나 마리아께서 사시는 집으로 간다. 그 집이 큰지 작은지, 정원으로 둘러싸여 있는지 아닌지, 무슨 나무들이 정원에 있는지 등등을 자세하게 머리 속에 그려본다.

문으로 들어서면서, 자신의 방에 계신 마리아를 얼핏 본다. 마리아께서 입고 계신 옷의 질감과 색깔을 알아본다. 방 안에서 어떤 특별한 내음이 나는지 주의해 본다.

마리아를 바라보면서, 예수께서 십자가에 못박히실 때 충실히 그 자리를 지키고 계셨던 그녀를 상기한다.

마리아의 방에 들어간다. 외적인 표정에 나타난 그녀의 깊은 감정을 헤아린 나는 경건한 태도로 그 곳에 자리한다.

갑자기, 예수께서 부활하셨다. 그분께서 오신다!

그분은 기쁨과 새 생명으로 찬란하게 빛나신다!

마리아께서 그분을 알아보신다!

나도 그분을 본다. 나도 그분을 알아본다!

주여 나를 받으소서 제5권

마리아께서 예수의 기쁨을 함께 나누시는 것을 본다. 자신을 위로하시는 예수께 응답하시는 마리아를 지켜본다. 마리아께서 온 마음을 다해 대답하시는 것을 본다.

주의깊게 귀를 기울여 듣고 관찰하면서, 이 장면을 나의 내면으로 완전히 흡수한다. 이 만남이 빚어내는 모든 것이 나의 내면으로 들어오도록, 그리고 나의 모든 감각들이 이 사건으로 채워지도록 완전히 나의 마음을 열기로 한다.

부활하셨으며 위로하시는 예수께서 내게로 향하신다.

나와 함께 대화를 나누도록 예수를 초대한다. 부활하신 그분의 생명의 기쁨과 위안을 함께 나누시도록 부탁드린다.

한 사람이 먼저 말하고 그 다음 사람이 대답하는 식으로 예수와 함께 대화를 진행한다.

나 :

예수 :

나 :

이 대화를 전부 영적일기에 적는다.

오직 나만이 읽으리라는 것을 깨닫고, 이 대화에 관해서 불안한 마음을 가라앉힌다.

전심을 다해 예수와 대화를 주고받는다. 내가 갖고 있는 질문과 느낌들을 예수께 제시하고 함께 나눈다.

대화가 천천히 그리고 자연스럽게 진행되도록 한다. 특히 예수께서 말씀하실 기회를 드린다. 그분의 말씀이 즉시 들리지 않을지도 모른다는 것을 알고, 참을성 있게 기다린다.

+마침기도

주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

대화중에 특히 나를 감동시킨 말들에 표시를 하거나 밑줄을 긋는다.

+보충 제안

부활하신 예수께서 위로하시는 것과 같은 자세로 곤경에 빠져 있는 사람에게 편지를
쓰거나 전화를 건다.

첫째 주, 둘째 날

사랑의 노래

아가 2, 8-14

사랑하는 이의 소리,
산 너머 언덕 너머
노루같이, 날랜 사슴같이
깁충깁충 뛰어오는 소리.
담 밖에 서서
창틈으로 기웃거리며
살창 틈으로 훑쳐 보며
나의 임이 속삭이는 소리.
“나의 귀여운 이여, 어서 일어나오.
나의 어여쁜 이여, 이리 나와요.
자, 겨울은 지나가고
장미는 활짝 걸혔소.
산과 들엔 꽃이 피고
나무는 접붙이는 때
비둘기 꾸르륵 우는 우리 세상이 되었소.
파란 무화과 열리고
포도 꽃 향기가 풍기는 철이오.
나의 귀여운 이여, 어서 나와요.
나의 어여쁜 이여, 이리 나와요.

바위틈에 숨은 나의 비둘기여,
벼랑에 몸을 숨긴 비둘기여,
모습 좀 보여 줘요.
목소리 좀 들려 줘요.
그 고운 목소리를,
그 사랑스런 모습을.

해설

모든 사랑하는 이는 노래를 간직하고 있다!

인간의 가슴으로부터 불리워진 모든 사랑의 노래들 중에 ‘아가’는 가장 많은 갈채를 받아왔으며 그리고 가장 오래된 노래임을 의심할 여지가 없다.

이 노래는 상징성이 풍부하여, 우리 인간들의 체험에 다양한 종류의 의미를 부여해 준다. 사랑하며 고결해지려고 노력하는 우리 인간의 가슴은 이 섬세한 노래 속에서 희망과 재확신을 주는 풍요로운 위로의 이미지를 발견할 수 있다.

이것은 진실로 노래 중의 노래이다!

이것은 사랑을, 온 우주에서 가장 창조적이며 아픔을 낮게 해주는 에너지로 찬미하며 찬양하는 노래이다. 이 연가들과 서정시들의 모임에서는 남녀의 사랑과 결합을 노래하고 있다. 추구하고 매혹과 약속은 연인들이 즐겨하는 이미지들이다!

남녀 간의 사랑이 지닌 기쁨과 신성함은 하느님의 백성들이 갖고 있는 관습들 중에 가장 진정한 관습으로서 항상 인정을 받아왔다. 결혼으로 맺어지는 결합은 가장 초기의 구약성서 시대로부터 하느님의 백성들인 이스라엘 사람들을 위한 야훼의 영속적인 사랑의 이미지를 갖고 있는 것으로 이해되어 왔다. 신약성서에서, 바울로 성인은 이와 똑같은 이미지를 사용하여 그리스도를 믿는 사람들을 향한 그리스도의 사랑의 깊이를 이야기하고 있다(에페

주여 나를 받으소서 제5권

5, 32). 그들은 사랑의 성령 안에서 하나로 일치하여, 지속되는 창조 속에서 부활하신 그리스도와 그리고 상대방과 함께 사랑의 공동체를 이룬다.

연가는 언제나 “오라…… 나의 사랑하는 이여…… 오라” 라고 노래하며 가슴과 가슴 사이 그리고 각자의 가슴 안에서 “심연은 심연을 부른다”(시편 42, 7).

“오라…… 나의 사랑하는 이여…… 오라”는 우리의 내면에서 하나가 되고자 하는 갈망, 즉 가장 진실된 우리 자신을 분리하고 조각내는 내적으로 반대되는 것들이 화해되기를 바라는 갈망의 노래이다. 우리는 자유와 아픔의 치료를 갈구하면서 우리의 내면에 있는 사랑의 목소리를 향해 외친다.

우리 존재는, 내적인 온전함—우리 삶의 단편들의 결합—을 향해 끊임없이 움직이면서 일치를 추구한다. 궁극적으로 만나게 된, 그리고 신비롭게 결합된 하느님께서서는 우리 내면의 온전함 속에 계시며, 그 사실은 우리의 인간됨을 통해서 ‘분명하게’ 된다.

기쁨에 싸여 우리는 “하늘이 땅과 결합되고 우리가 하느님과 화해한, 진실로 축복받은 밤”이라고 부활절의 노래를 부른다. 알렐루야!

기도 안내 : 사랑의 에너지

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨과 위로에 젖어들 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

나의 앞에 부활하신 그리스도의 이미지를 그린다. 부활하신 그분의 몸에서 발하는 위로와 사랑의 강력한 에너지가 보인다. 그것은 그리스도의 전신을 둘러싸고 있는, 마치 샘과 같이 빛나는 기운이다.

“오라, 나의 사랑하는 이여, 오라”하며 가까이 오라고 나를 부르시는 그리스도의 목소리가 들린다.

사랑의 힘이 나를 앞으로 끌어당긴다. 나는 천천히, 가까이 다가간다. 그 빛나는 기운 안으로 들어가자 사랑의 온기가 내 몸으로 파고드는 것을 느낀다.

사랑의 에너지가 먼저 나의 발로부터 위로 움직여 간다. 나의 발목에서 그것을 느낀다. 위안이 되는 온기를 나의 오른쪽 다리에서, 그리고는 왼쪽 다리에서 느낀다. 그것은 내 몸통으로 들어간다. 그것이 어루만지고 지나감에 따라 온몸의 기관이 따뜻해진다. 위의 긴장이 풀리며 편해진다. 폐가 자유롭게 움직이며, 위로를 주는 이 사랑의 에너지가 팔로 그리고 손가락 끝으로까지 움직여 감에 따라 차분해지는 나의 심장 역시 고요하게, 규칙적으로 뚫는다.

“오라, 나의 사랑하는 이여”라고 나를 가까이 오라고 부르는 소리가 계속 들린다.

사랑의 기운 안에 더 깊이, 더 가까이 다가간 나 자신을 느낀다.

사랑의 에너지가 나의 두뇌의 모든 회전을 통해서 움직이는 것을 느낀다. 내 온 두뇌가 사랑의 에너지를 흡수한다.

내 몸의 모든 세포가 그 중심 안으로 이 사랑의 에너지를 흡수한다. 나의 몸 전체가 사랑의 위안 속에서 편안해지고 포용된다.

감추고 억누른, 상처받아 아픈 모든 곳들을 찾아다니고 그것들을 응시하면서, 이 사랑의 에너지가 나의 내면 깊숙이 가장 내면에 자리하고 있는 나의 영혼 안으로 움직여 가는 것을 느낀다. 그 어떤 기억도, 그 어떤 상처도 이 재빠르고 확실하게 파고드는 위로의 힘을 막지는 못한다.

신뢰와 솔직함 속에서 이 포용 안으로 긴장을 풀고 빠져들며, 나의 고통스러운 기억

주여 나를 받으소서 제5권

들을—어린 시절의 것이든 바로 어제의 것이든 간에—위로해 주는 그리스도의 현존이 그 아픈 기억들을 사랑하고 낮게 해주도록 내어맡긴다. 고통스러운 기억이 낮게 해주는 에너지를 흡수하도록 맡긴다.

이 그리스도의 에너지는 한계를 모른다. 그것은 나의 몸과 영혼과 인생의 세월을 따라서 계속 움직여 나간다.

그 어느 시간의 벽이나 억압도 이 사랑의 집념을 억제하지 못한다. 나는 그것이, 나를 안내하고 보호하면서 미래로 움직여 나가는 것을 느낀다.

그것은 재빠르고 조용히 움직인다. 그 어떤 기억도, 그 어떤 아픔도 어루만져지지 않는 것은 없다.

이 위로하는 에너지 안에 껴안긴 채, 나는 나의 내면 깊숙이에서 메아리치는 사랑과 약속의 말들을 듣는다.

“나의 사랑하는 이여……

겨울은 지나가고

장마는 활짝 걸렸소.

산과 들엔 꽃이 피고

즐거운 노래를 부르는

계절이 왔소.”

사랑 안에서 머문다.

+마침기도

가슴으로 찬미와 감사를 드린다.

주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

첫째 주, 셋째 날

희망의 잉태

루가 1, 46-55

이 말을 듣고 마리아는 이렇게 노래를 불렀다.
“내 영혼이 주님을 찬양하며
내 구세주 하느님을 생각하는 기쁨에
이 마음 설레입니다.
주께서 여종의 비천한 신세를 돌보셨습니다.
이제부터는 온 백성이 나를 복되다 하리니
전능하신 분께서 나에게 큰일을 해주신 덕분입니다.
주님은 거룩하신 분
주님을 두려워하는 이들에게는
대대로 자비를 베푸십니다.
주님은 전능하신 팔을 펼치시어
마음이 교만한 자들을 흠으셨습니다.
권세 있는 자들을 그 자리에서 내치시고
보잘것없는 이들을 높이셨으며
배고픈 사람은 좋은 것으로 배불리시고
부요한 사람은 빈손으로 돌려 보내셨습니다.
주님은 약속하신 자비를 기억하시어
당신의 종 이스라엘을 도우셨습니다.
우리 조상들에게 약속하신 대로

그 자비를 아브라함과 그 후손에게 영원토록 베푸실 것입니다.”

해설

한 잉태한 여인의 뱃속에 희망이 살아 있다.

21세기를 향해 바빠 나아가는 우리는 희망의 징표를 갈망하고 있다. 우리는 우리의 역사와 관습이 지녀왔던 근본적인 에너지의 힘을 갖고 있는 상징을 절망적으로 추구한다. 영신적·정신적인 의미에서, 우리는 과거의 에너지를 현재의 절박한 상황과 미래의 발전된 요구와 함께 하나로 모을 수 있는 중심적이며 핵심적인 이미지가 필요하다.

어머니의 뱃속에서 창조적인 잉태의 순간에 특별히 타고난 재능뿐만이 아니라, 미래의 세대들을 위해서 공헌하게 될 ‘무한하며’ 유일한 잠재능력과 함께, 조상으로부터 물려받은 풍요로운 모든 유산이 담겨져 있는 것이다.

우리가 절박하게 추구하는 희망의 상징이 임신한 여인이란 것이 가능할까? 인류학에 의하면 가능하다. “모든 방황은 어머니에게서부터, 어머니에게로, 어머니 안에서 이루어진다.”

역사 이전의 문화는 땅을, 모든 생명이 그것에서 태어나서 그것으로 돌아가는 위대한 어머니로 숭배하는 사상에 근거를 두고 있다. 고고학자들은 고대인들이 경외로운 다산의 여신들에게 경의를 표했었다는 것을 실증하는 고대 유물들을 계속 발견해내고 있다. 다산 숭배에 사용된 수많은 작은 여인상들의 발견은 위대한 어머니의 상징이 신석기시대 문화를 형성시켜 준 핵심임을 의심할 나위없이 입증해 주고 있다. 임신한 여인에 대한 심오한 상징성은 우리가 성서에서 물려받은 유산이기도 하다. 묵시록의 저자는 강력한 비유적 표현을 사용하여 “태양으로 옷을 입고, 달 위에서 있는, 열두 개의 별이 반짝이는 월계관을 머리에 쓰고 있는 여인 ; 임신을 했으며, 해산의 진통과 괴로움 때문에 울고 있는” 여인을 그리고 있다(묵시 12, 1-2).

주여 나를 받으소서 제5권

현대 문화는 이처럼 다양한 의미로 해석될 수 있는 출산의 이미지를 재도용함으로써 이득을 볼 수 있다. 어머니인 그 여인은 메시아를 이 땅에 오시게 한 이스라엘이다. 그 여인은 또한 교회의 이미지이기도 하다. 묵시록의 저자가 이처럼 훌륭한 이미지를 창조했을 때 어찌면 마리아를 염두에 두고 있지 않았을지도 모를 일이지만, 교회의 전례에서는 이 이미지를 마리아에게 끊임없이 적용시키고 있다.

예수의 어머니이신 마리아는 언제나 하느님의 말씀을 임신하고 있는 여인이다(루가 8, 19-21).

모든 세기에 걸쳐 활동적이고 현존하시며 우리가 필요로 하는 모든 것에 마음을 쓰시는 하느님께서서는 이 세상에 정의를 창안하시는 데 협력하도록 마리아를 선택하셨다.

가난한 사람인 ‘아나뱌의 대변자’이신 마리아는 우리의 모든 영신적·물질적 가난과 눈멀음과 기아를, 부활하신 예수의 현존이 주는 충만함과 기쁨으로 변형시키는 데 필수적인 수용적 자세의 모범을 자신의 포기에서 보여주고 있다. 하느님께 “불가능한 것은 아무 것도 없다”(창세 18, 14; 루가 1, 37).

출산을 기다리는 대림절의 어머니는 부활하신 그리스도의 새로운 생명을 기다리며 맞이하는 부활절의 어머니와 함께 계시는 분이다. 그들은 함께 마리아의 환희와 찬미의 즐거운 노래를 부르도록 우리 각자를 부른다. 그녀의 노래는 시간을 초월했고, 잉태됐으며, 계약으로 맺어진 친밀함, 즉 상호간의 약속과 포기에 뿌리를 둔 친밀함을 그녀에게 주셨던, 그리고 우리에게 주시는 항상 존재하시는 자비로운 사랑의 하느님께 대한 감사하는 마음으로 기뻐하라는 부르심이다.

기도 안내 : 마리아와 함께 기도하다

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

마리아의 정신으로 부활하신 예수 기쁨에 젖을 수 있는 은총을 간구한다.

+기도 방법 : 묵상(25쪽)

부활하신 예수 기쁨에 대한 마리아의 즐거움을 함께 나누면서 루가 복음 1장 46-55절을 천천히 읽고 또 읽는다.

부활하신 예수께서 행복에 젖어 마리아 앞에 서실 때의 그녀의 모습을 머리 속에 그려 본다.

그녀에 대한 하느님의 좋으심에 대해서, 그리고 그녀와 모든 세대들에게 하신 하느님의 약속에 대해서 하느님을 찬미하는 마리아의 한마디 한마디를 주의깊게 듣는다.

표현되어지는 감정의 뉘앙스에 신경을 쓰면서, 그 말들이 마치 나의 것인 양 흡수한다. 그 말들이 공명감을 일으킬 때까지, 나의 내면 깊숙이 파고들게 한다.

+마침기도

나 자신의 찬미와 감사의 찬가를 바치면서, 단순하게 그리고 사랑으로 예수와 대화한다. 주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

첫째 주 넷째 날

기쁨의 탄생

루가 1, 46-55

이 말을 듣고 마리아는 이렇게 노래를 불렀다.
“내 영혼이 주님을 찬양하며
내 구세주 하느님을 생각하는 기쁨에
이 마음 설레입니다.
주께서 여종의 비천한 신세를 돌보셨습니다.
이제부터는 온 백성이 나를 복되다 하리니
전능하신 분께서 나에게 큰일을 해주신 덕분입니다.
주님은 거룩하신 분
주님을 두려워하는 이들에게는
대대로 자비를 베푸십니다.
주님은 전능하신 팔을 펼치시어
마음이 교만한 자들을 흠으셨습니다.
권세 있는 자들을 그 자리에서 내치시고
보잘것없는 이들을 높이셨으며
배고픈 사람은 좋은 것으로 배불리시고
부요한 사람은 빈손으로 돌려 보내셨습니다.
주님은 약속하신 자비를 기억하시어
당신의 종 이스라엘을 도우셨습니다.
우리 조상들에게 약속하신 대로

그 자비를 아브라함과 그 후손에게 영원토록 베푸실 것입니다.”

해설

그녀의 포기의 삶은 하느님께서 그녀를 끝없는 성령의 기쁨으로 완전히 이끄시는 것이 가능할 수 있게 하였다. 그녀의 받아들이는 마음가짐은 그녀로 하여금 약속의 노래를 부르게 한 것이다.

이 찬가는 모든 인류의 가슴에 살아서 완전히 표현되어지기를 기다리고 있는 것이다. 하느님께서 우리를 위해 특별히 의도하시는 모든 것을 나타내는 완성된 표현인 기쁨으로 들어가도록 우리의 내면에서 위대한 어머니 정신이 우리 각자를 부른다.

모든 사람들에게 있어서 축복받으려는 움직임, 그리고 그것을 규정짓는 일들은 바로 그들의 일상생활에서 일어나는 일들이다. 이러한 여정이 전개되는 것은 바로 일상적인 일 속에서이다. 우리가 우리 자신의 인생극을 쓰는 것도 바로 일상생활에서이다.

우리들이 겪는 체험들은 무언가 동일한 데가 있으므로 우리 모두의 이야기들을 하나로 일치시킨다. 우리는 남의 체험을 나눔으로써 그 속에서, 그리고 그것과 함께 생활하게 되며 그것으로부터 배우기 때문에, 우리가 남의 이야기에 귀를 기울이는 것은 우리 자신의 체험을 넓히고 깊이 있게 한다. 상상할 수 있는 은총을 통해서 우리는 우리 자신의 이야기를 이끌어 나가며 확인할 수 있는 진정한 체험을 한다.

특히 즐거운 이야기 형태는 신화인데, 그 이유는 그것이 고대에서부터 우리에게 전해져 내려왔기 때문이다. 그리스 신화인 프시케(Psyche)의 인생 여정은 성스럽게 변화하려는 우리가 마주해야 하는 어려움을 묘사하는 데 유난히도 잘 적용되는 이야기이다.

일차적으로 이 의미심장한 이야기는 ‘영혼’이란 뜻의 이름을 가진 프시케에게 주어진 네 가지 과제에 관한 것이다. 사랑의 여신인 아프로디테는 만일 프시케가 네 가지 과제를 완수한다면 그녀의 애인과 다시 결합하게 될 것이라고 프시케에게 마지못해 약속한다.

그렇게 되면 프시케는 넘치는 기쁨을 맞게 될 것이다.

프시케의 첫번째 과제는 거대한 더미 속에서 수많은 종류의 씨앗들을 분류하는 것이다. 저녁이 되기 전에 이 일을 끝마쳐야 한다. 프시케는 그 일의 분량에 그만 질리고 만다. 그녀가 그 모든 씨앗들을 분류한다는 것은 불가능한 것이다. 그녀는 주저앉아 버린다. 갑자기 수많은 개미떼가 그녀를 도우러 온다. 개미떼들은 그녀를 위해 서둘러서 부지런하고 정확하게 씨앗들을 분류해 놓는다.

프시케 앞에 놓인 두번째 과제는 위험한 것이다. 그녀는 심술궂은 숫양들의 황금털을 가져와야 하는 것이다. 그녀는 생각만으로도 주저앉고 만다. 그녀는 강물에 몸을 던져 버리려는 생각까지 하게 된다. 결정적인 순간에 강가의 갈대들이 그녀에게 말을 걸며, 어떻게 하면 안전하게 양털을 수집할 수 있는지를 가르쳐 준다. 그들은 그녀에게 양들이 지나가는 가시나무 숲에서 양털을 뽑으라고 말해 준다. 그녀는 위험한 양들을 직접 마주치지 않고도 양털을 구할 수 있게 된 것을 알고 마음을 놓는다.

세번째 과제로 아프로디테는 프시케에게 지옥으로 흐르는 스틱스 강에서 수정 잔에 강물을 채워 오라고 이른다. 그 강은 무시무시한 괴물들이 지키고 있으므로 프시케는 공포에 질린다. 그녀는 수정잔을 채우기 위해 강가에 가까이 갈 방법이 도저히 없음을 알아챈다. 갑자기 하늘로부터 거대한 독수리가 그녀를 도우러 온다. 그 독수리는 강 위를 날으며 모든 상황을 관찰한다. 독수리는 한 군데에 전심하여 초점을 맞춘 다음 재빠르고 정확하게 휙 날아 내려와 그녀의 수정잔을 쉽게 강물로 채운다.

프시케는 네 가지 과제 중에 세 가지를 성공적으로 해낸 것이다! 아프로디테는 격노한다!

그러나 프시케가 치루어야 할 가장 어려운 과제가 남아 있는 것이다. 그녀는 아프로디테를 위해 미녀가 되게 하는 고약한 통을 구하러 무서운 저승으로 어두운 여행을 해야 하는 것이다. 또 다시 프시케는 주저앉고 만다. 이번에 그녀의 협조자는 정말 놀랄 만하며 완전히 기대 밖의 존재이다. 그녀의 협력자는 생물체도, 어떤 자연물도 아니고 탑인 것

이다! 탑이 그녀를 위해 계획을 펼쳐 놓는다. 그녀가 지하 세계로 여행할 때 그것들을 달라고 그녀에게 요구하는 자들에게 주지 말라는 특별한 지시와 함께, 그녀에겐 동전 두 닢과 보리빵 두 조각이 주어진다. 동전은 저승을 다녀오는 통행료로 사용될 것이며, 빵은 저승으로 드나드는 출입구를 지키는 개들을 달래는 데에 사용될 것이다.

수많은 위험한 모험을 이겨낸 후, 프시케는 땅 위로 돌아온다. 그러나 자기 자신의 욕심으로 그녀의 성공은 방해받는다. 그녀는 그 약이 자기를 위한 약이 아니고 사랑의 여신을 위한 것이라는 것을 알면서도 그 고약통을 의도적으로 열어본다. 아름다움이 아니라 깊은 잠이 그녀에게 내려 덮힌다. 프시케는 죽은 듯이 보인다.

마침내, 프시케의 연인인 에로스가 그녀를 구출하려고 온다. 그는 사랑으로 그녀에게서 잠을 지워버리고 그녀를 천상으로 날라간다. 그 후 두 사람은 결혼하여 행복하게 산다. 때가 되어 그들은 아름다운 딸을 낳아 그 이름을 ‘즐거움’이라고 지으며 어떤 이들은 그 딸을 ‘기쁨’이라고도 부른다. 이것이 바로 고대 사람들로부터 전해져 내려오는 이야기이다.

시간이 차자 마리아는 기쁨을 탄생시킨다. 우리는 모두 기쁨을 탄생시키도록 부름을 받았다. 변형시키려는 수고를 충실히 하지 않고는 그리고 지시, 집중, 깨달음과 화해의 과제 없이는 기쁨을 탄생시킬 수 없는 것이다.

우리들 각자의 가슴 속에는 기쁨이 태어나려고 기다리고 있다.

마리아와 함께, 우리 역시 “내 영혼이 주님을 찬양하며, 내 구세주 하느님을 생각하는 기쁨에 이 마음은 설레이기만 합니다”라고 노래할 수 있다.

기도 안내 : 인생의 과제

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

주여 나를 받으소서 제5권

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 현존 안에서 그리고 마리아의 정신 안에서 강해질 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 묵상(25쪽)

루가 복음 1장 46-55절에 있는 마리아의 찬가를 조용히 다시 읽는다. 마리아의 포기의 정신 안에서, 성령의 지혜와 나 자신의 인생을 위한 방향을 잡기 위해 프시케의 여정을 꼼꼼이 생각해 본다.

나의 인생 여정에서 바로 지금 다음과 같은 질문들에 대해 어떤 답을 하도록 부르심을 받았는지 생각해 본다.

- 나의 인생 어느 시점에서 나는 가장 큰 가치관의 혼동을 가져오는 원인(씨앗)을 경험하고 있는가?

- 나의 인생 어느 시점에서 나는 압도당하고 내 감정을 느낄 수 없음을 경험하는가?

- 나의 인생 어느 시점에서 나는 내가 갖는 동기들을 가장 의심하거나 그 동기들이 서로 모순되는 것을 경험하는가?

- 나는 이 수많은 '씨앗들'을 분류하고 정돈하는 데 있어서 성령의 도움에 어떻게 응답하는가?

정돈하기 위해서 그리고 그렇게 함으로써 이 첫번째 과제를 완수하기 위해서, 나는..... 나는 어떻게 나의 내면에서 용기와 능력과 힘을 모으도록 부르심을 받았는가를 생각해 본다.

- 나는 남들에게 언제, 혹은 어떤 특수한 상황에서 나의 능력을 포기하고 마는가?

- 나의 인생의 어느 분야에서 나의 지위욕, 명예욕, 재물욕, 그리고 지배욕이 탐욕적이고 파괴적인가?

- 나는 누구와 권력 다툼을 하는가?
- 나는 어떤 종류의 권력을 나의 것으로 동일시하며 또한 그것을 위해 겨루는가?
- 어디에서 나는 숫양같아지는가?
- 나는 나의 내면 어디에서 온정을 지닌 권력을 가장 많이 경험하는가?
- 나는 어떤 방식으로 나의 권력을 주장하며, 나 자신의 용기와 담력을 가장 잘 나타내는가?

이 두번째 과제를 위해, 나 자신이나 다른 사람들에게 파괴적이 아닌 방식으로 나의 내면에 있는 권력을 주장하기 위해서 나는.....

인생의 여정에서 내 앞에 놓여진 수많은 가능성들 가운데 나는 어디에 초점을 맞추며 선택하도록 부르심을 받았는 가를 생각한다.

- 나는 나의 인생의 어느 분야에서 불만과 불평에 빠져 나의 평화와 에너지와 의지를 깨뜨리는가?

- 나는 언제 한꺼번에 너무 많이 떠맡으려고 해서 나의 초점을 기울게 하고 흐트러지게 하는가?

- 나는 어디에서 우쭐해지고 과민한 자아 때문에 엉망이 되는가?
 - 어떤 작은 사건들과 경험들이 내게 기쁨을 주며 나의 인생에 의미를 부여해 주는가?
- 나의 인생에 어떤 초점을 주려는 이 세번째 과제를 완수하기 위해서 나는.....

하느님의 성령 안에 있는 자유를 향해 나아가는 나의 인생 여정에 참여하도록 나는 어떻게 부르심을 받았는 가를 생각한다.

- 교묘하게 혹은 그다지 교묘하지는 않을지라도 다른 사람들의 생활에 참견하고, 지배하며, 간섭하고, '해결'해 주는 데 몰두해서 나는 나를 위한 하느님의 특별한 계획에 집중하는 것에 언제, 어떻게 방심하게 되는가?

- 나는 언제 나의 시간과 공간, 재능을 요하는 다른 사람들의 요구에 가리지 않고 응함으로써 나 자신의 행복에 반대되게 행동하는가?

• 남에게 필요로 하는 존재가 되고 싶은 혹은 지배하고 싶은 나 자신의 욕구로 인해 남들에게는 그릇되게 너그럽고 친절하게 행동함으로써, 나는 언제 나 자신의 내적인 굶주림을 돌보는 데 불충실한가?

• 예를 들어 겉모양, 소유물들, 의복, 화장품, 지위, 성취한 일들, 학위들, 성공, 신분, 인기같은 것으로 다른 사람들에게 좋은 인상을 주느라 몰두하는 데 바빠서, 나는 언제 나 자신을 생명없는 잠으로 빠져들게 하는가?

• 다른 사람들의 느낌, 의견, 방식, 그리고 그들이 행하는 것들에 신경을 쓰거나, 다른 사람들의 기대 때문에 그리고 그들의 기대를 충족시키려고 생활함으로써, 나 자신의 내적인 정신에 불성실한 때는 언제인가?

• 보다 나은 균형과 중심이 잡힌 상태를 향해 이끌리고 움직여 나아가려는 나 자신을 나는 어떻게 경험하고 있는가?

이 네번째의 자신에 충실하게 과제를 완수하기 위해서 나는……

프시케처럼 나 역시 하느님의 은총을 기다린다. 마리아처럼 분별의 정신, 권능의 정신, 지혜의 정신, 그리고 신뢰의 정신인 하느님의 성령의 기쁨을 나는 마음의 문을 열고 기다린다.

+마침기도

마리아의 찬가를 나 자신의 기도로 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 나의 과제의 일부로서 내 맘속에 떠오른 방향들을 영적일기에 적는다.

첫째 주, 다섯째 날

반복

기도 안내

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다.
내가 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다. 마음을 열고 그 대목 속에서 나에게 하시는 하느님의 말씀을 다시 듣도록 한다.

+기도 후 반성

두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험, 또는 깨달음들을 영적일기에 적는다.

첫째 주, 여섯째 날

새로운 갈릴래아

마르코 16, 1-8

안식일이 지나자 막달라 여자 마리아와 야고보의 어머니 마리아와 살로메는 무덤에 가서 예수의 몸에 발라 드리려고 향료를 샀다. 그리고 안식일 다음날 이른 아침 해가 뜨자 그들은 무덤으로 가면서 “그 무덤 입구를 막은 돌을 굴러내 줄 사람이 있을까요?”하고 말을 주고받았다. 가서 보니 그렇게도 커다란 돌이 이미 굴러져 있었다. 그들이 무덤 안으로 들어갔더니 웬 젊은이가 흰 옷을 입고 오른편에 앉아 있었다. 그들이 보고 질겁을 하자 젊은이는 그들에게 “겁내지 말라. 너희는 십자가에 달리셨던 나자렛 사람 예수를 찾고 있지만 예수는 다시 살아나셨고 여기에는 계시지 않다. 보라. 여기가 예수의 시체를 모셨던 곳이다. 자, 가서 제자들과 베드로에게 예수께서는 전에 말 씀하신 대로 그들보다 먼저 갈릴래아로 가실 것이니 거기서 그분을 만나게 될 것이라고 전하라” 하였다. 여자들은 겁에 질려 덜덜 떨면서 무덤 밖으로 나와 도망쳐 버렸다. 그리고 너무도 무서워서 아무에게도 말을 못하였다.

해설

우리는 어떤 생명을 추구하길래 그것이 우리로 하여금 죽음의 장소들을 찾도록 강요 하는가?

왜 무덤들은 그다지도 우리를 이끄는 매력을 가지고 있는가? 모스크바에서는 사람들이 레닌의 무덤을 찾아 순례길을 나선다. 영국에서는 사람들이 웨스트민스트 사원에 묻힌 왕들과 시인들의 무덤을 경건하게 방문한다. 고대 왕들과 왕비들의 무덤인 피라밋을 보지 않고는 이집트를 방문했다고 할 수 없다. 알링턴 국립묘지에는 존 F. 케네디 전

미국 대통령과 그의 남동생인 로버트의 무덤과 함께, 이름 없는 병사의 무덤을 방문하는 사람들이 항상 줄을 잇고 있다.

우리는 누구를 찾고 있는가? (요한 20, 15)

막달라 여자 마리아, 야곱의 어머니인 마리아, 그리고 살로메가 예수의 무덤에 갔을 때 그들은 오직 예수를 추모하려는 생각밖에는 없었다. 그러나 그들은 기대하지 못했던 일을 만났던 것이다! 무덤 입구를 막아 놓은 돌을 어떻게 굴러낼까를 걱정하고 있던 그들은 놀랍게도 그 돌이 이미 굴러나 있는 것을 발견했다. 그들은 예수의 몸에 향유를 발라 드리려 기대했었는데 무덤은 텅 비어 있었다. 그들의 향료는 이제 필요가 없어졌다.

그 여자들이 계획하고 준비했던 대로인 것은 아무것도 없었다. 그녀들이 예상했던 고요함은 천사의 출현과 그의 분명한 지시로 깨어졌다. 그녀들이 그렇게도 조심스럽게 미루어 두었던 애도의 시간은 그녀들이 “가시오”라고 지시받았을 때 갑자기 끝나버렸다. 죽음의 장소는 출현의 자리가 된 것이다. 예수께서는 이제 더 이상 죽음 속에 밀폐되어 계시지 않으며 죽음 속에서 찾을 수도 없게 되었다. 예수께서는 그 곳을 떠나셨으며 그분께서 그 곳에 계시지 않음은 십자가에 못박히셨던 분이 살아계시다는 엄청난 현실을 깨닫게 했다. 그리스도께서는 부활하셨다. 그녀들은 그리고 우리들은, 살아계신 분을 죽은 자들 가운데서 찾지 않을 것이다(루가 24, 5). 우리 역시 천사의 전갈을 주의깊게 들어야 하며, ‘갈릴래아’로 가야 한다. 우리는 그 곳에서 우리가 찾는 것을 발견하게 될 것이다.

예수께서 그분의 제자들을 처음 부르셨던 원래의 장소인 갈릴래아로 부르심은 이제 지시와 약속이 되었다. 우리는 갈릴래아에서 그분의 현존을 가장 잘 볼 수 있을 것이다. 유대인들과 이방인들 간의 화해의 장소이기도 한 갈릴래아는 그리스도의 현존 안에서 가능한 평화와 일치의 약속을 이 세상에 상징적으로 주고 있다. 갈릴래아는 예수께서 마지막으로 오시는 최후의 시간을 특징지어 주는 공동체의 완성이다.

우리는, 부활의 ‘지금’과 동시에 마지막으로 오시는 시간인 ‘아직’에도 존재하는, ‘중간 사람들’이다. 우리는 언제나 갈릴래아로 ‘가고 있는 중’인데, 왜냐하면 우리는 십자가의

그림자 속에 살고 있는 부활절의 사람들이기 때문이다.

예수께서는 부활하셨으며, 숨겨져 계시지만 완전히 드러나시지 않더라도 때로는 경이롭게 현존해 계신다. 믿음 속에서 신뢰하며 포기하는 것은 우리가 해야 할 큰 과제이다!

부활이 만병 통치약을 제공하는 것은 아니다. 그것은 생활을 위해 투쟁해야 하는 가혹한 현실로부터 믿는 이들을 구해 주지는 않는다. 그것은 오히려, 고통과 실망과 좌절 한가운데서 악을 이기는 선의 승리를 재확인시켜 주며 확실하게 해준다.

부활에 함축되어 있는 의미를 깨닫는 것은 예수의 무덤에 찾아갔던 여인들과 함께 우리의 모든 기대에 어긋나는 것들을 체험하는 것이다. 부활은 우리의 나약함을 노출시키며 우리의 신뢰를 시험하는 두려운 체험이다. 우리 앞에 놓인 가능성에 대한 자각과 두려움은 우리로 하여금 기도하는 마음으로 깊은 생각에 잠기게 한다. 동시에, 그리스도의 부활에 의해 놓여난 권능과 에너지는 우리로 하여금 우리의 두려움을 뛰어넘어 공동체, 즉 새로운 시대의 갈릴래아를 창조하도록 촉구한다.

기도 안내 : 무덤으로 들어가다

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

막달라 여자 마리아, 야곱의 어머니 마리아, 그리고 살로메와 함께 예수의 무덤에 간다.

아침이 완전히 밝았는지 아니면 밤의 그림자가 아직도 머물러 있는지에 주의한다. 그 순간, 아침 공기의 따스함 혹은 선선함, 향료의 내음, 그리고 이 작은 무리의 기분을 깨달으려고 하자 나의 감각들이 고조된다.

여인들이 질문하는 것을 들으며 나도 깊은 의문에 잠긴다. 무덤의 돌이 굴러나 있는 것에 놀란 그녀들을 바라보며 나 자신의 반응을 깨닫는다.

여인들과 함께 무덤으로 들어간다. 마음속에 떠오르는 깨달음과 마찬가지로 나 자신이 느끼는 반응을 세밀히 주목하면서 천사와 대화를 계속한다.

여인들과 함께 무덤으로 떠난다. 어떤 질문들, 느낌들, 그리고 희망들이 나의 가슴을 가득 채우는가?

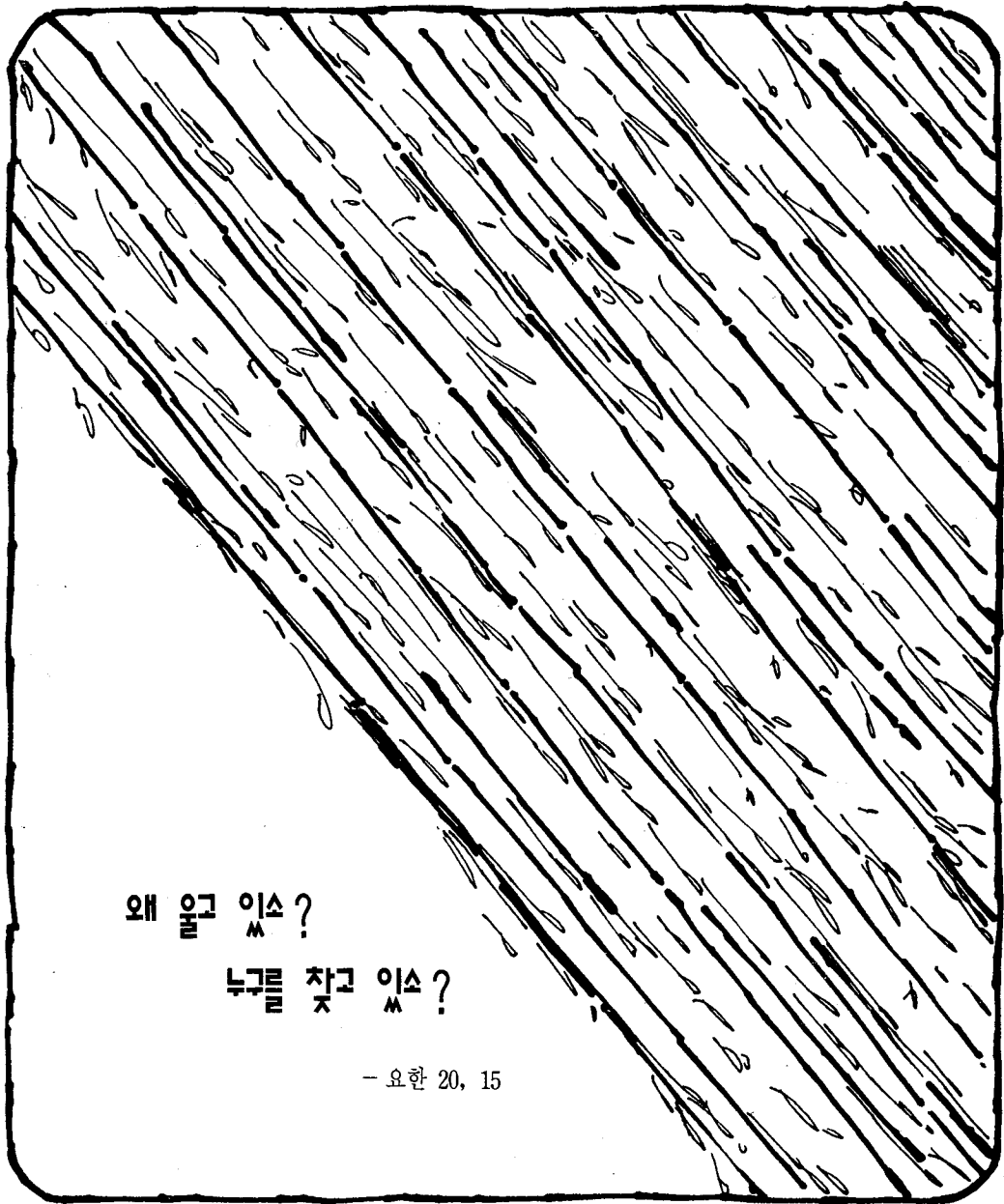
+마침기도

나의 생활 속에서 지닌 질문들과 희망들을 그분께 열어 보이면서, 부활하신 그리스도와 함께 대화를 나눈다.

주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음들을 영적일기에 적는다.



왜 울고 있소?

누구를 찾고 있소?

- 요한 20, 15

둘째 주, 첫째 날

땅이 흔들리다

마태오 28, 1-8

안식일이 지나고 그 이튿날 동틀 무렵에 막달라 여자 마리아와 다른 마리아가 무덤을 보러 갔다. 그런데 갑자기 큰 지진이 일어나면서 하늘에서 주의 천사가 내려와 그 돌을 굴러내고 그 위에 앉았다. 그 천사의 모습은 번개처럼 빛났고 옷은 눈같이 희었다. 이 광경을 본 경비병들은 겁에 질려 떨다가 까무러쳤다. 그때 천사가 여자들에게 이렇게 말하였다. “무서워하지 말라. 너희는 십자가에 달리셨던 예수를 찾고 있으나 그분은 여기 계시지 않다. 전에 말씀하신 대로 다시 살아나셨다. 그분이 누우셨던 곳을 와서 보아라. 그리고 빨리 제자들에게 가서 ‘예수께서는 죽었다가 다시 살아나셨고 당신들보다 먼저 갈릴래아로 가실 터이니 거기에서 그분을 뵈게 될 것이요’하고 알려라. 나는 이 말을 전하러 왔다.” 여자들은 무서우면서도 기쁨에 넘쳐서 제자들에게 이 소식을 전하려고 무덤을 떠나 급히 달려갔다.

해설

지진이 복음을 선포한다. 그것은 불가능하다. 그러나 과연 그것이 불가능할까? 근래에는 셀 수 없이 많은 큰 지진들이 지구를 뒤흔들어 왔다. 중국과 멕시코, 콜롬비아는 형언할 수 없는 죽음과 파괴의 현장이 됐다. 그런가 하면, 산안드레아즈 단층에서 재변이 일어날 것이라는 예고는 사람들을 항상 긴장하게 만든다. 지진을 복음 선포라고 이해하는 것은 선견지명이 있는 것이다. 지진학자들은 지진이 지구를 새롭게 하는 데 필수적이며 불타는 땅 속의 중심에서 놓여난 에너지를 통해서 지표가 부서지며 새로운 땅을 형성한다고 말한다. 지진은 전개되는 하느님의 창조의 일부분이다.

선견지명을 가지려면, 지진의 흔들림 속에서 새로운 시작이 이루어지며 사실상 성령이 혼돈 위를 운행하고 계시다(창세 1, 2)는 것을 믿어야만 한다. 그렇다면 부활의 이야기에서, 하느님으로부터 온 천사의 메시지를 지진으로 알린다는 것도 놀라운 일이 아니다. 무언가 혁신적일 만큼 새로운 것이 선포되고 있는 것이다. 창조로 인한 압력으로 지층이 이동함에 따라, 무덤을 막았던 돌이 굴러나며 그것은 예수를 믿는 사람들의 의식에 완전한 변화를 가져온다. 텅빈 무덤 앞에 서서, 예수께서 그 곳에 계시지 않는다는 것이 무엇을 의미하는지 갑자기 환하게 깨닫는 것은 거의 압도적이다. 사실, 경비병들은 불가해한 일에 마비상태로 얼어붙어 버린다. 그러나 예수를 찾아 무덤에 온 사람들에게 천사의 말은 분명하며 확신을 준다.

“무서워하지 마시오…… 그분은 죽음으로부터 다시 살아나셨습니다.”

그들이 알고 있으며 사랑했던 예수께서는 그분의 약속을 지키신 것이다. 그분께서는 죽음의 굴레를 깨뜨려 버리셨다. 그분께서 십자가에 못박히실 때, 그들은 휘장이 찢어지고 땅이 흔들렸던 격렬한 체험(마태 27, 51)을 했지만, 텅비어 열린 무덤으로 해서 이제 그들은 예수께서 영원히 살아계시는 현실을 체험하게 된 것이다.

기도 안내 : 무덤 앞에서

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨과 아픔을 낮게 하는 그분의 현존을 체험할 수 있도록 은총을 구한다.

주여 나를 받으소서 제5권

+기도 방법 : 관상(26쪽)

상상 속의 동그라미 안에, 내가 알고 있고 사랑하고 있는 모든 사람들을 모은다. 그 사람들 각자가 자기 안에 지니고 있는 기쁨뿐만이 아니라 모든 아픔까지도 알아본다.

인종이 다른 모든 사람들을 그들의 고통과 좌절, 기쁨, 그리고 희망과 함께 동그라미 안으로 모은다.

하느님의 창조가 광범위하게 배열된 이 속에서 나 자신을 본다.

원의 한가운데서 예수의 텅빈 무덤을 본다.

무덤 앞에 서 있는 나는, 밖을 향해서 비치는 하느님 말씀이 지닌 밝은 빛에 의해 파스해진다. 무덤으로부터 발해지는 강력한 에너지를 흡수한다. “무서워하지 마시오”라는 말이 나의 내면에 깊이 공명하는 것이 들린다.

원 안에 모여 있는 모든 사람들을 포용하려고 뻗어나가는 하느님의 드러나는 권능의 에너지를 서서히 깨닫는다. 사람들이 한 사람 한 사람, 텅빈 무덤의 의미를 알아채는 것을 지켜본다.

실현되어진 약속이 지닌, 낮게 하는 힘을 차츰 알아보며 체험한다. 아픔으로 일그러졌던 자세가 희망의 자세로 바뀌기 시작한다. 긴장이 부드럽게 풀린다.

한 사람 한 사람, 예수께서 죽음으로부터 다시 살아나셨다는 것을 알게 된 기쁨으로 가득 찬 사람들을 본다. 이 굉장한 은총의 기쁨을 완전히 함께 나눈다.

우리들은 목소리를 합하여 다함께 함창한다: “그분은 여기 계시지 않습니다. 그분은 다시 살아나셨습니다…… 알렐루야!”

+마침기도

나와 함께 계시는 부활하신 예수께 친밀하게 그리고 단순하게 이야기한다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

둘째 주, 둘째 날

사랑의 눈

요한 20, 1-10

안식일 다음 날 이른 새벽의 일이었다. 아직 어두울 때에 막달라 여자 마리아가 무덤에 가 보니 무덤을 막았던 돌이 이미 치워져 있었다. 그래서 그 여자는 달음질을 하여 시몬 베드로와 예수께서 사랑하시던 다른 제자에게 가서 “누군가가 주님을 무덤에서 꺼내갔습니다. 어디에다 모셨는지 모르겠습니다” 하고 알려 주었다. 이 말을 듣고 베드로와 다른 제자는 곧 떠나 무덤으로 향하였다. 두 사람이 같이 달음질쳐 갔지만 다른 제자가 베드로보다 더 빨리 달려가 먼저 무덤에 다다랐다. 그는 몸을 굽혀 수의가 흩어져 있는 것을 보았으나 안에 들어가지는 않았다. 곧 뒤따라온 시몬 베드로가 무덤 안에 들어가 그도 역시 수의가 흩어져 있는 것을 보았는데 예수의 머리를 싸맸던 수건은 수의와 함께 흩어져 있지 않고 따로 한 곳에 잘 개켜져 있었다. 그제야 무덤에 먼저 다다른 다른 제자도 들어가서 보고 믿었다. 그들은 그 때까지도 예수께서 죽었다가 반드시 살아나실 것이라는 성서의 말씀을 깨닫지 못하고 있었던 것이다. 두 제자는 숙소로 다시 돌아갔다.

해설

사랑한다는 것은 보는 것이다. 사랑은 감수성이 굴절되는 프리즘이다. 사랑을 하고 있는 눈은 인생의 가장 심오한 현실을 본다. 두 사람이 같은 것을 관찰해도 두 가지 다른 해석을 할 수 있다. 각자가 자기의 내면에 지니고 있는 어둠이나 또는 밝음에 의해서 채색된 시각을 갖고 있다. 진실은 오직 사랑의 눈을 통해서만 빛나며 명료하게 된다.

사랑을 갖고 보는 것은 믿는 것이다. 사랑은 믿음(belief)의 중심에 있다. 믿음(belief)이란 단어는 원래 ‘사랑(love)’을 뜻하는 게르만어인 lief에 그 근원을 두고 있다. 믿는다는 것은

사랑에 의해 사는 것이다.

사랑이 막달라 여자 마리아를 이른 아침에 예수 무덤으로 이끌었으며, 동트기 전의 어둠은 그녀 자신의 영혼이 지닌 어둠에 강렬하게 반사된다. 예수의 부재는 그녀의 내면에 살을 에이는 듯한 상실감과 당황감을 일으켰다. 어둠 속에서, 그녀는 오직 텅빈 무덤만을 본 것이다. 황망함과 두려움 속에서 그녀는 베드로와 또 한 사람의 제자에게로 달려가 그녀가 두려워하던 일이 일어난 것을 알렸다: “누군가가 주님을 무덤에서 꺼내셨습니다.”

두려움으로 달음질을 친 마리아의 반응은 예수를 사랑했던 제자들을 신속히 움직이게 하였다. 그들은 자기들의 두 눈으로 직접 보기 위하여 간절한 심정으로 무덤으로 달려갔다. 그들의 사랑의 에너지는 그들을 매우 서두르게 하였으며, 그들이 예상 밖의 것을 보게 되리란 것에 대해 마음의 준비를 시켰다. 그들은 무덤으로 들어갔다. 그리고 그들은 예수의 수의를 보았다.

그와 같은 깨달음의 순간에 두 사람의 중요한 제자들이 함께 있었던 것은 합당한 일이었다. 그들은 경쟁자들로서가 아니라 친구이자 동료 제자들로서 거기에 있었던 것이다. 그들은 고대 교회의 지도자로서 중대한 역할을 했다. “성령께서 각 사람에게 각각 다른 은총을 주셨는데 그것은 공동 이익을 위한 것입니다”(I 고린 12, 7). 베드로는 이후에 양들을 돌보는 목자로 알려지게 된 사람이다(요한 21, 15 이하). 또 한 사람의 제자는 사랑이 우선함을 보여주었으며 이상적인 제자의 모범상을 우리에게 제시해 준 사람이다. 그리스도께 대한 큰 사랑 때문에 그는 예수의 사랑받던 제자로 알려지게 된 것이다. 무덤의 어둠 속에서 더 깊은 뜻을 지닌 공허의 실체를 본 것도 그 제자의 두 눈이었던 것이다. 사랑이 지닌 감수성으로 그는 진실을 깨달은 것이다. 밝은 빛이 비추는 것과 같은 그 순간에 그리스도께서 ‘죽음으로부터 다시 살아나실 것’이라는 성서의 가르침이 실현되었으며 그는 그것을 믿었다.

하느님의 은총으로 사랑의 눈을 갖게 된 예수의 사랑을 받던 제자는 그가 알고, 사랑했고, 가르침을 받아왔던 분인 예수께서는 죽음으로 인해 그로부터 떠나신 것이 아니라는 사실을

주여 나를 받으소서 제5권

체험했던 것이다. 그는 이제 예수께서는 영광을 입으시고 그에게 그 언제보다도 더 깊게 현존해 계시는 것을 본 것이다. 예수의 사랑을 받던 제자는, 사랑의 눈을 통해 땅 위의 그리스도께서는 하느님과 함께 계심을 분명히 알게 되었다.

“말씀이 사람이 되셔서

우리과 함께 사셨으며

우리는 그분의 영광을 보았다”(요한 1, 14).

예수의 사랑을 받던 제자는 무덤 속에서, 믿음의 순간에, 땅과 하늘이 하나가 된 것을 보았다: “나를 본 것은 곧 아버지를 본 것입니다”(요한 14, 9).

기도 안내 : 내면의 눈

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨과, 아픔을 낮게 하시는 현존을 함께 나눌 수 있는 은총과 그분의 기쁨 안에서 즐거워할 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 묵상(25쪽)

상투적인 문구인, “네 눈앞에 보이는 것이 내가 얻는 것이다”라는 말은 그 의미를 오해하기 쉽다. “네 눈앞에 보이는 것이 내가 얻는 것의 전부는 아니다”라고 말해야 더 정확할 것이다.

무슨 일이든 첫 눈에 보았을 때와 항상 같지는 않다. 우리는 오직 내면의 눈, 사랑의

성령의 눈으로만 전체를 볼 수 있다. 때때로 우리의 시야는 좁다. 우리는 편파적이고 선별적인 안목을 가지고 오직 긍정적이고 받아들일 수 있는 것만 보며, 나머지는 부정하거나 또는 부정적인 것에 초점을 맞추고 그것을 지나치게 강조한다. 그 어느 쪽이든 간에 우리는 더 깊은 실체를, 더 큰 잠재력을 놓치고 만다. 온전한 시야를 갖고 생활한 삶은 명확성과 사랑의 조화 속에서 균형잡힌 삶이다.

기대를 갖고 부활하신 그리스도께 확신을 지닌 채, 예수님의 무덤이 지닌 공허 속으로 들어가는 나 자신의 모습을 상상한다.

나의 인생에서 겉으로는 긍정적으로 보였지만, 실제로는 부정적이고 파괴적이었던 상황이나 사건을 자세히 상기한다.

또한 겉으로는 부정적으로 보였지만, 실제로는 활력을 주는 상황이나 사건을 자세히 상기한다.

각각의 상황이나 사건이 지닌 더 깊은 의미의 현실을 명확하게 볼 수 있도록 도움을 주었던 것을 곰곰이 생각해 본다.

한 발자국 더 나아가서 예수님의 무덤으로, 나 자신의 내면적인 어둠으로 더 깊이 들어간다.

내가 추구하는 은총을, 즉 사랑을 통해서 내가 겪었던 모든 체험 안에서 부활하신 그리스도의 현존을 볼 수 있는 은총을 의도적으로 상기한다.

내가 다른 사람들에게서 가장 감탄하는 긍정적인 자질들을 영적일기에 적는다. 두번째 열에는 내가 다른 사람들에게서 가장 불쾌해 하는 부정적인 성격들을 적는다.

긍정적인 것들

부정적인 것들

주여 나를 받으소서 제5권

예를 들어, 친절이나 애교같은 긍정적인 자질들이 지나치게 극단적으로 흐를 때 부정적으로 어떻게 보일까를 생각해 보고 적어 넣는다. 예를 들어, 심술궂음이나 거칠게 표현되는 사랑같은 부정적인 성격들 속에서 쉽게 알아볼 수 없는 긍정적인 에너지의 힘을 생각해 보고 적어 넣는다.

성령의 현존 안에서 기도를 계속한다. 내가 적어 넣은 자질들과 성격들을 하나하나 곰곰이 생각해 보고 내 자질들, 그리고 성격들과 동일시되는 것들에 표를 한다. 내 안에서 알아보는 것들을, 용기와 가차 없는 정직성을 갖고 내것으로 받아들인다.

부활하신 그리스도의 현존 안에 있는 나 자신을 상상한다. 나의 모든 것을 그리스도께 내어 맡긴다. 그분의 사랑이 나로 하여금 명확성과 사랑의 조화를 이루도록 어떻게 부르시는지 깨달을 수 있도록 내게 방향을 제시해 주십시오 청한다.

사랑의 성령 안에서, 다음과 같이 행동할 것을 결정하고 그것을 영적일기에 적는다: 내 안에 있는 긍정적인 자질들을 조화시키기 위해서 나는……

내 안에 있는 부정적인 성격들이 지닌 잠재적인 힘을 개발하기 위해서 나는……

+마침기도

나와 함께 현존하시는 부활하신 그리스도께 내가 포기하고자 하는 것들을 직접 행동으로 보인다. 주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

내가 결정한 행동 과정을, 규칙적으로 다시 읽겠다는 의도를 갖고 영적일기에 적는다.

둘째 주, 셋째 날

듣고 믿는다

요한 20, 11-18

한편 무덤 밖에 서서 울고 있던 마리아가 몸을 굽혀 무덤 속을 들여다보니 흰 옷을 입은 두 천사가 앉아 있었다. 한 천사는 예수의 시체를 모셨던 자리 머리맡에 있었고 또 한 천사는 발치에 있었다. 천사들이 마리아에게 “왜 울고 있느냐?”하고 물었다. “누군가가 제 주님을 꺼 내갔습니다. 어디에다 모셨는지 모르겠습니다.” 마리아가 이렇게 대답하고 나서 뒤를 돌아다보 았더니 예수께서 거기에 서 계셨다. 그러나 그분이 예수인 줄은 미처 몰랐다. 예수께서 마리아에게 “왜 울고 있느냐? 누구를 찾고 있느냐”하고 물으셨다. 마리아는 그분이 동산지기인 줄 알고 “여보श्य, 당신이 그분을 옮겨갔거든 어디에다 모셨는지 알려주श्य. 내가 모셔 가겠습니다”하고 말하였다. 예수께서 “마리아야!”하고 부르시자 마리아는 예수께 돌아서서 히브리말로 “라뵈니”하고 불렀다.(이 말은 “선생님이여”라는 뜻이다.) 예수께서는 마리아에게 “내가 아직 아버지께 올라가지 않았으니 나를 붙잡지 말고 어서 내 형제들을 찾아가거라. 그리고 ‘나는 내 아버지이며 너희의 아버지 곧 내 하느님이며 너희의 하느님이신 분께 올라간다’고 전하야라”하고 일러 주셨다. 막달라 여자 마리아는 제자들에게 가서 자기가 주님을 만나 뵈인 일과 주님께서 자기에게 일러 주신 말씀을 전하였다.

해설

믿음과 불신이 어찌 그렇게 멀리 떨어져 있으며, 사랑과 미움의 거리가 그렇게도 멀까? 희망은 절망에서 오직 한순간의 거리밖에는 떨어져 있지 않으며, 기쁨은 눈물과 나란히 있는 것이 아닐까?

모든 것이 접촉하고 만나는 곳인 중간 지점이 있다. 그것은 단순한 한마디의 말, 생명을 다시 새롭게 하기 위해 생명을 위한 권능을 풀어낼 무한한 잠재능력을 지닌 한마디의 말이다.

“마리아.”

불신에 싸이고 눈물에 젖은 여인에게 하신 한마디의 말, 그것은 그녀의 이름인 ‘마리아’였다. 그 말을 듣는 순간, 그녀는 믿게 되었다. 그녀의 이름을 부르는 그분의 목소리에서 그녀는 예수님을 알아보았다. 부활이 일어난 동산에서 있었던 이 만남은 의심할 나위없이, 모든 역사상 가장 위대한 깨달음의 장면 중 하나일 것이다.

“라뵈니.” 사랑이 깃든 마리아의 꾸밈없는 응답이 아침 공기를 가득 채운다. 그녀가 죽은 줄 알고 슬퍼했던 바로 그 예수께서 그녀 앞에 서 계신 것이다. 용서하심으로써 고통을 낮게 하시어 그녀에게 인생의 새로운 의미와 목적을 주셨던 자비로운 예수께서 죽지 않으신 것이다. 그분의 사명을 위해 그녀의 충성을 요구하셨던 강한 힘을 가지신 예수께서 아직 살아계신 것이다.

그분은 “마리아”하고 그녀의 이름을 부르셨다.

그 말에 그녀는 “라뵈니”하고 응답하였다.

부활하신 그리스도와 이 만남은 그분과의 엄청난 우정의 기쁨을 누릴 가능성을 마리아에게 열어주었다(요한 15, 15).

예수의 부활이 일어난 동산에서, 새로운 시대-새로운 창조-가 이루어진 것이다.

마리아에게 처음에는 참을 수 없는 체험이었을 예수의 죽음, 이제 그 어느 것도 능가할 수 없는 생명력을 주는 체험이 되었다. 예수께서 영광에 싸여 마리아 앞에 서시자, 그녀의 슬픔과 물이해는 마치 더 이상 맞지 않는 피부처럼 벗겨져 나갔다. 그 대신에, 그녀는 그리스도에 대한 깊은 내면적 지식과 사랑의 권능과 에너지로 싸인 것이다(루가 24, 49).

에덴의 동산에서, 인간은 선과 악에 대한 모든 지식을 위해 움켜쥐려고 했다. 모든 야수 중에서 가장 간교한 뱀이 이렇게 약속하였다. “너희는 결코 죽지 아니하리라…… 너희는

눈이 밝아져 하느님과 같이 되어 선과 악을 알게 되리라”(창세 3, 4-5). 인간은 그 대신에 어둠으로 쫓겨났다. 그러나 에덴 동산 밖에서, 뱀의 유혹을 벗어나, 어둠-이 ‘죄의 복된 탕’(부활찬송)-밖에서, 부활하신 예수님의 현존의 빛, 볼 수 있고 접근할 수 있는 진실되고 영광된 빛이 온 것이다.

모세가 사막에서 뱀을 들어올리자, 그것을 본 모든 사람들의 병이 나았다. 역설적으로, 뱀은 병을 낫게 하는 상징이 된 것이다. 이제 예수께서 들어올려지셨다. 그분의 말씀을 보고 듣고 믿는 모든 사람들은 하느님의 자녀로서 온전히 다시 살아날 것이다(요한 3, 13-14).

에덴 동산의 혼돈과 죄악은 부활의 은총과 기쁨에서 그리 멀리 떨어져 있지 않다.

아담과 이브는 완전한 지식을 움켜쥐려고 하였다. 마리아는, 부활이 있기 전 예수 안에서 보호와 위로를 찾기 위해 그분께 매달리려는 유혹을 받는다. 예수께서는 움켜쥐지도 매달리지도 않는 부드러움(애정)을 마리아에게 주셨다. 부드러움은 생명을 잉태하며 생명을 준다. 움켜쥐는 것과 매달리는 것은 인생의 에너지를 질식시키며 유산시킨다.

그러나 부활의 동산에서는-다시 살아나신 예수님의 성령 안에서는-모든 것이 새롭다. 예수께서는 마리아가 사랑의 눈과 귀로 그분께 응답하도록 이끄시며, 그것은 그녀로 하여금 그분께 매달리는 대신 다른 사람들에게로 나아가 펼쳐지는 하느님의 창조의 복음을 전할 힘을 주게 될 것이다.

예수와 마리아 사이에 있었던 이 깨달음의 장면은 모든 삶 안에서 극적으로 일어난다. 예수께서는 우리 각자의 이름을 부르신다. 그분은 영광 속에서 우리 앞에 서 계시며, 우리를 새로운 생명으로, 즉 다른 사람들에게로 나아갈 수 있는 권능으로 이끄신다.

우리의 이름이 불리우는 것을 듣고 우리가 신뢰 속에서 응답할 때, 깨달음과 화해가 함께 온다. 모든 것이 한 점으로 모이는 때 순간마다, 모든 창조-과거, 현재, 미래의-는 이 위로가 되는 단결에 의해 놓여난 변화의 에너지를 함께 나누며 그것에 의해 강화된다. 역사의 흐름 속에서 다른 사람들에게, “가서…… 말하십시오”라는 메시지를 싣고, 고요한

주여 나를 받으소서 제5권

알렐루야가 다시 울려 퍼진다.

기도 안내 : 그리스도께서 내 이름을 부르신다

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

막달라 여자 마리아가 무덤 밖에 서서 울고 있을 때 그녀와 자리를 함께 한다. 이른 아침이란 것을 깨달으며 주위를 자세히 살펴본다. 떠오르는 해, 아침 기온이 따뜻한지 차가운지, 아침이 깨어나는 소리들, 대기의 내음, 날이 밝아짐에 따라 변화하는 자연의 색깔들…….

돌이 굴러나 있는 것에 주의하면서 무덤으로 다가가 벽이 거칠은지 매끈한지 만져본다.

마리아와 함께 몸을 구부리고 무덤 안을 들여다본다. 두 천사를 보며 그들의 이미지를 자세히 그려본다. 그들이 마리아에게 말을 걸며 그녀가 왜 우는지 물어보는 것이 들린다. 누군가가 그녀의 주님을 무덤에서 꺼내갔다고 천사들에게 말하는 그녀의 절망적이고 슬픈 대답이 들린다.

우리 한가운데에 누군가 다른 사람이 있는 것을 깨닫는다. 그가 “왜 울고 있소?”라고 마리아에게 똑같은 질문을 하는 소리가 들린다. “당신이 그분을 옮겨갔거든 어디다 모셨는지 알려주세요”라고 마리아가 말하자 그가 한마디, “마리아”라고 부르는 소리가 들

린다.

그녀의 이름을 부르시는 소리를 듣고 그분이 그녀가 사랑하는 예수임을 깨달자 마리아의 얼굴이 놀라움과 기쁨으로 밝아지는 것이 보인다.

예수께서 나를 향해 몸을 돌리신다. 그분은 내가 나의 가슴 어느 구석에서 울고 있는지, 내가 그분의 부재를 체험하는 것이 어디에선지 내게 물으신다. 시간을 갖고 그분의 질문들을 심사숙고하면서, 그것들이 나의 내면 깊숙이 공명하도록 한다.

“_____” 하고 예수께서 내 이름을 부르시는 소리가 들린다. 그분의 말씀에 신뢰를 갖고 나 자신을 내어 맡긴다. 그분의 음색이 내 몸 전체를 통해서 민감하게 울려 퍼지도록 한다.

그분의 목소리가 나의 존재 안으로 스며들자, 내 몸 속의 모든 빈 공간이 그분의 현존으로 가득 채워진다.

+마침기도

부활하신 그리스도의 다시 새로워진 현존으로 인한 기쁨 안에서, 그분의 기쁨이 주는 기쁨 안에서 휴식한다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음들을 영적일기에 적는다.

둘째 주 넷째 날

미래의 약속, 당면한 현실

이사야 30, 18-26

그러나 야훼께서는 너희에게 은혜 베푸실 날을 기다리신다. 너희를 불쌍하게 여기시어 도우러 일어나신다. 야훼는 공평무사하신 하느님, 복되어라, 그분을 기다리는 자여! 과연 그렇다. 예루살렘에 사는 시온 백성들아, 너희가 다시는 울지 않아도 되리라. 너희가 소리내어 부르짖으면 주께서는 너희를 가엾게 보시어 듣자마자 곧 이루어 주시리라. 주께서 너희에게 겨우 연명할 빵과 가까스로 목을 축일 물밖에 주지 않으셨지만, 그는 너희 스승이 되어 다시는 너희를 외면하지 아니하시리니 너희가 그를 스승으로서 눈앞에 항상 모시게 되리라. 그리하여 너희가 오른편으로나 왼편으로나 빗나가려 하면 그가 뒤에서 너희 귀에 속삭여 주시리라. “이것이 네가 가야 할 길이다. 이 길을 따라가거라.” 이 말씀을 따라 너희는 손으로 새겨 은을 입힌 우상과 부어 만들어 금을 입힌 우상을 부정한 것으로 여겨 오물처럼 내던지며, “눈앞에서 사라져라”고 하게 되리라. 그러면 그가 비를 내리시어, 너희가 밭에 뿌린 씨로 하여금 나서 자라게 하시고, 밭에서 영글고 기름진 곡식을 거두게 하시리라. 또 그 날, 너희 가축은 넓은 목장에서 풀을 뜯으리라. 밭일을 거드는 황소와 나귀도, 키와 풍구로 부쳐낸 고운 겨에 간을 맞추어 만든 사료를 먹으리라. 요새의 탑들이 무너지고 적이 섬멸되는 날, 높은 산, 높은 언덕 어디에서나 시냇물이 흐르리라. 그때, 달빛은 햇빛처럼 밝아지고, 햇빛은 일곱 배로 밝아져, 이렛 동안 비추는 빛을 한데 모은 것처럼 되리라. 그 날이 오면, 야훼께서 당신 백성의 상처를 싸매시고 그 터진 곳을 치료해 주시리라.

해설

잠을 깨고 일어나 보니 태양이 칠일을 하나로 합친 것처럼 밝게 빛나고 있다는 것을

상상할 수 있겠는가? 그러한 날 쏟아져 나오는 에너지는 아마 엄청난 것이다!

지구상에 살고 있는 갖가지 생물체들이 단지 생명을 유지하기 위해 매일 필요로 하는 태양 에너지의 힘의 양을 생각해 보라. 칠일간의 에너지가 합친 결과로서 생기는 공동 효과와 함께 그 에너지의 농도는 막대할 것이다. 이와 같은 자연현상이 한군데로 집중된 후 거대한 기운에 가까운 힘을 방출하여 그리로부터—천체 물리학자들이 말하듯이—백 오십억만 년 전에 우리가 살고 있는 이 우주를 탄생시켰다고도 감히 생각해 볼 수 있을 것이다.

구약성서에서는 어떤 것이든 간에 그것의 일곱 배는 막대하고 엄청난 범위를 의미한다. 우리가 우리의 스승을 직접 대면하게 될 때 모든 것이 쇄신될 것이라고 이사야는 약속하고 있다. 일곱 배의 밝은 빛 속에서 모든 자연의 순환이 증가할 것이며 창조주의 계획에 스스로 양보할 것이다. 지구의 풍요로움은 그 누구도 기대할 수 없을 만큼 놀라운 것이다.

이 창조적인 에너지의 방출을 통해 하느님 안에서 모든 생명이 재정돈되기 시작할 것이다. 생명의 모든 범위가 에너지를 얻게 되고 하나로 일치하며 아픔이 낮게 될 것이다. 방향과 목적이 명확하게 될 것이며 자석에 이끌린 듯하게 될 것이다. 굶주린 인간의 가슴을 끌어당기는 모든 굴절되고 습관적으로 빠져들게 되는 반대 세력은 거짓되게 만족을 주는 것으로 거부당하게 될 것이다. 실망과 절망의 귀양살이를 하고 있는 모든 사람들은 이 에너지 속에서 자기 자신의 가장 깊은 핵심을 발견하게 될 것이다. 단절과 소외의 결과로 생기는 고독감, 모든 사람들의 내면에 깃들여 있는 유전적인 어두움은 조화를 이루며 정화시키는 하느님의 빛으로 들어가는 촉매가 될 것이다. 그 어떠한 상처도 치료를 받게 될 것이며 그 어떠한 아픔도 위로받게 될 것이다. 하느님의 에너지는 의사의 레이저 광선처럼 상처를 뚫고 들어가 병을 낮게 하며 새롭게 재생시킬 것이다.

그것이 이루어지는 날이야말로 진실로 야훼의 날일 것이다.

그것은 물질의 모든 원자 안에 갇혀 있는 엄청난 잠재력을 완전히 발휘할 수 있게 하는

주여 나를 받으소서 제5권

권능일 것이다.

하느님의 약속이 비로소 이루어질 것이다.

이사야 시대 사람들에게 미래의 약속이었던 것이 신약성서 시대에 살고 있는 우리들에게는 당면한 현실이다.

좋은 소식은 완성을 약속하는 이 사랑의 에너지가 현존한다는 것이다. 창조가 시작되었을 때부터 이 에너지는 신비하게도 언제나 존재하고 있었으며 이 세상으로 방출되어 나올 순간을 기다리며 그 추진력(계기)을 얻고 있었다.

예수 그리스도께서는 그 추진력(Moment)이시며, 하느님의 새로운 창조 활동의 첫번째 열매이다. 그분의 생명, 죽음 그리고 부활은 모든 창조를 완성으로 움직여 나갈 재정돈하는 내적인 동력이다. 부활하신 그리스도의 현존을 믿고 받아들이는 것은 하느님의 성령—무한한 빛—에 의한 일곱 배의 은총을 주입함으로써 힘을 얻는 것이다.

우리는 진행중에 있는 상처받기 쉬운, 그리고 기다림 속에 있는 사람들이다. 우리는, 아직 완성되지는 않았으나 그 도상에 있는 사람들로서 기대 속에 우리의 삶을 살고 있다.

기도 안내 : 탐욕스러운 어둠

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

내 안에 자리잡고 있는 마치 검고 텅빈 구멍과 같아 보이는 고독감과 소외감의 내적인 핵심을 상상한다.

이 텅빈 어두운 구멍이 나의 내적인 에너지를 이상한 힘으로 끌어당기는 것을 체험한다. 내 안에 있는 모든 에너지가 이 어둠 속으로 끌려들어가며 그것에 의해 삼켜지는 것을 상상해 본다.

나의 에너지가 어지러운 혼돈 속에서 소용돌이치다가 서서히 후광처럼 보이는 빛의 아지랑이를 만들어 내는 것이 보인다. 에너지가 아래로 회전해 내려가더니 공허 속으로 자취를 감추는 것이 보인다. 그 검은 구멍은 계속 에너지를 끌어당기지만 결코 만족하지 못하며 진실된 빛을 조금도 발하지 못한다.

나는 마침내 지쳐서 나 자신의 에너지를 완전히 고갈시키고 나 자신의 무위성에 침잠하며 그것에 포기하고 만다. 그 검은 구멍이 조용히 더 많은 에너지를 기다리고 있는 것이 보인다. 그것은 절대적인 굶주림 속에서 기다리고 있다. 그러나 이제 에너지가 조금도 남아 있지 않다.

공허와 굶주림으로부터, 만트라 형식으로 “오소서, 주 예수여”라고 기도한다. 이 기도를 계속 되풀이하며 한마디 한마디에 집중한다.

서서히 나 자신의 것이 아닌 다른 힘을 깨닫는다. 계속 “오소서, 주 예수여”라는 기도를 반복하면서 이 힘의 어둠 속으로 들어가도록 한다. 그 안에서 힘이 커져간다.

어둠의 핵심이 따뜻해지기 시작한다. 기도를 계속한다. 천천히 그 어둠의 한가운데 깊은 곳에서 연필심같은 빛을 본다. “오소서, 주 예수여”라고 계속 기도한다. 빛이 더욱 강해진다. 이제 그 빛이 전에는 어두운 구멍의 테두리였던 곳까지 차오른 것이 보인다.

“오소서, 주 예수여”라고 계속 기도한다. 이제 그 핵심이 빛의 핵심으로 보인다. 그것이 자그마한 범위의 빛으로 보인다. 그것은 나의 가슴의 박동과 함께 뿜다. 에너지와 따스함이 그 중심으로부터 나오기 시작한다.

내가 기도를 함에 따라 에너지가 발하며, 그것은 마치 어떤 보이지 않는 자동 조종장치에

주여 나를 받으소서 제5권

의해 지시를 받는 것처럼 신속한 정밀성을 가지고 내 몸 안의 스트레스와 상처를 받은 모든 국소로 움직여 나간다.

“오소서, 주 예수여”라고 기도한다. 아픔을 낮게 하며 활력을 주는 이 새로운 에너지가 내 몸 전체를 통해서 빠르고 정확하게 계속 움직인다. 나의 존재 전체가 새로워지고 회복되는 것을 서서히 체험한다. 이 에너지가 지닌 파스함 속에서 머문다.

+마침기도

“오직 하느님만이 죽은 자를 일으키시며, 하느님만이 죽은 자를 오직 일으키신다”는 것을 새롭게 알고 감사하는 마음으로 고독감과 공허와 굶주림을 반성하고 받아들인다. 주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

둘째 주, 다섯째 날

맹점

루가 24, 13-35

바로 그 날 거기 모였던 사람들 중 두 사람이 예루살렘에서 한 삼십 리쯤 떨어진 곳에 있는 엠마오라는 동네로 걸어가면서 이 즈음에 일어난 모든 사건에 대하여 말을 주고받고 있었다. 그들이 이야기를 나누며 토론하고 있을 때에 예수께서 그들에게 다가가서 나란히 걸어가셨다. 그러나 그들은 눈이 가리워져서 그분이 누구신지 알아보지 못하였다. 예수께서 그들에게 “길을 걸으면서 무슨 이야기들을 그렇게 하고 있느냐?”하고 물으셨다. 그러자 그들은 침통한 표정인 채 걸음을 멈추었다. 그리고 글레오파라는 사람이 “예루살렘에 머물러 있던 사람으로서 요새 며칠 동안에 거기에서 일어난 일을 모르다니, 그런 사람이 당신 말고 어디 또 있겠습니까?”하고 말하였다. 예수께서 “무슨 일이나?”하고 물으시자 그들은 이렇게 설명하였다. “나자렛 사람 예수에 관한 일ियो. 그분은 하느님과 모든 백성들 앞에서 그 하신 일과 말씀에 큰 능력을 보이신 예언자였습니다. 그런데 대사제들과 우리 백성의 지도자들이 그분을 관헌에게 넘겨 사형선고를 받아 십자가 형을 당하게 하였습니다. 우리는 그분이야말로 이스라엘을 구원해 주실 분이라고 희망을 걸고 있었습니다. 그러나 그분은 이미 처형을 당하셨고, 더구나 그 일이 있는 지도 벌써 사흘째나 됩니다. 그런데 우리 가운데 몇몇 여인이 우리를 깜짝 놀라게 하였습니다. 그들이 새벽에 무덤을 찾아가 보았더니 그분의 시체가 없어졌더랍니다. 그뿐만 아니라 천사들이 나타나 그분은 살아 계시다고 일러 주더라는 것이었습니다. 그래서 우리 동료 몇 사람이 무덤에 가 보았으나 과연 그 여자들의 말대로였고 그분은 보지 못했습니다.”

그 때에 예수께서 “너희는 어리석기도 하다. 예언자들이 말한 모든 것을 그렇게도 믿기가 어려우냐? 그리스도는 영광을 차지하기 전에 그런 고난을 겪어야 하는 것이 아니냐?” 하시며 모세의 율법서와 모든 예언서를 비롯하여 성서 전체에서 당신에 관한 기사를 들어 설명해 주셨다.

그들이 찾아가던 동네에 거의 다다랐을 때에 예수께서 더 멀리 가시려는 듯이 보이자 그들은 “이젠 날도 저물어 저녁이 다 되었으니 여기서 우리와 함께 묵어 가십시오”하고 붙들었다. 그래서 예수께서 그들과 함께 묵으시려고 집으로 들어가셨다. 예수께서 함께 식탁에 앉아 빵을 들어 감사의 기도를 드리신 다음 그것을 떼어 나누어 주셨다. 그제서야 그들은 눈이 열려 예수를 알아보았는데 예수의 모습은 이미 사라져서 보이지 않았다. 그들은 “길에서 그분이 우리에게 말씀하실 때나 성서를 설명해 주실 때에 우리가 얼마나 뜨거운 감동을 느꼈던가!”하고 서로 말하였다.

그들은 곧 그 곳을 떠나 예루살렘으로 돌아갔다. 가 보았더니 거기에 열한 제자가 다른 사람들과 함께 모여서 주께서 확실히 다시 살아나셔서 시몬에게 나타나셨다는 말을 하고 있었다. 그 두 사람도 길에서 당한 일과 빵을 떼어 주실 때에야 비로소 그분이 예수시라는 것을 알아보게 되었다는 이야기를 들려주었다.

해설

나쁜 소식이라고 항상 나쁜 것만은 아니다. 우리가 그것을 어떻게 보고 그것에서 무엇을 보는 가는 우리의 지식과 통찰력에 달려 있다.

무지와 우둔함은 우리를 혼란과 환멸의 길로 빠지게 하는 힘을 지니고 있다. 엠마오를 향해서 가고 있던 두 사람은 실망과 슬픔에 싸여 있었다. 그들은 거룩하고 큰 능력을 지닌 지도자로 그들이 사랑했고 우러러 보았던 분이 난데없이 난폭한 죽음을 당하셨다는 나쁜 소식을 듣고 마음이 무거웠다.

‘약속된 분’으로서 그들이 보러 왔던 분이며 큰 능력을 나타내신 예언자요 구세주로서 그들과 그들의 나라에 독립과 자유를 주셨던 분이 갑자기 그들의 시야에서 사라진 것이다. 그들은, 그분의 죽음으로 절망과 실의에 빠져 풀이 죽었다.

그분의 죽음을 넘어서 볼 줄 모르는 그들은 마음의 눈이 먼 상태에 빠져 있는 것이다. 그분께서 십자가 형으로 죽임을 당하신 데에 대경실색한 그들의 시야는 좁아지고 미래를

향한 꿈에 두고 있었던 확신이 모두 막혀 버렸다. 그들은 의심에 잠긴 것이다.

그러나 이 두 사람은, 마치 구원적인 비전의 작은 자취라도 떠올리려는 듯이 아직도 그 고통스러웠던 사건에 대해 토론하고 있었다. 이 깨지기 쉽고 잘려나간, 그러나 아직도 깜빡이는 희망 속으로 예수께서 들어오신 것이다. 예수께서는 그들 자신의 가슴 속에 묶여 있는, 보다 큰 지혜를 민감하게 끌어내셨다.

시야가 무뎠던 그들은 예수를 낯선 사람으로 보았다. 그분의 주도적인 질문이 그들의 마음을 휘젓고 동요시켰다. 예수께서는 괴로움과 상실감을 되새기는 그들의 말을 참을성 있게 들으셨다.

그분은 틀림없는 정확성을 가지고 그들의 불신으로 인한 가장 큰 맹점을 분명하게 지적하셨다. 그들은 고통이 지닌 가치와 역할을 터득하지 못했던 것이다.

그들은 예수를 알아보지 못했다.

비탄에 젖은 그들은, 사랑으로 고통을 겪으시는 분에게서 눈먼 이에게 시력을 그리고 갇힌 자에게 자유를 되찾아 주는 길을 발견하리라는, 그들이 유산으로 물려받은 성서의 말씀을 간과하였다(이사 53, 10: 61, 1-2).

그들은 그들의 조상을 귀양지에서 약속된 땅으로, 죽음에서 생명으로 인도해 내신 과월절의 약속을 지키신 하느님의 영원한 신의를 예수와 함께 회상하였다. 그것을 기억하자 그들의 희망이 다시 깨어났다. 그들의 조상이 겪었던 일들이 이제 다시 그들의 것이 되었으며, 그들의 가슴은 하느님께서 약속을 완수하신다는 사실을 받아들이기 위해 열려졌다.

아침에는 나쁜 소식인 듯이 보였던 것이 저녁이 된 지금, 다른 모습으로 드러난 것이다. “여기서 우리와 함께 묵어 가십시오.”

예수께서는 그들이 묵을 곳으로 들어가셨다. 오는 도중에는 낯선 사람으로 보였던 그분이 이제 그들에게 보여지게 되고 알려지게 되었다. 손님으로 초대받았던 사람이 이제 그들의 주인이 된 것이다(예레 18, 4-9).

예수께서 빵을 드시고 감사기도를 드리신 다음 그것을 떼어 그들에게 나누어 주셨다.

주여 나를 받으소서 제5권

그분의 말씀과 행동을 통해, 그들의 전생애-그들이 알고 있었던 모든 것과 앞으로 다가올 모든 것-가 거룩하게 된 것이다.

이제 그들은 그분을 알아 보았다. 그 순간 그분은 시야에서 사라지셨다. 그분의 현존은 이제 더 이상 그분의 육체에 의존하지 않게 된 것이다. 길에서 그리고 식탁에서 그분은 자신이 살아계시다는 것을 더 깊게 느낄 수 있는 은총을 그들에게 주셨다.

상실감으로 위축되었던 그들의 삶이 그림자에 싸여 있었던 이 세상에 이제 희망과 빛을 가져오는 발효소가 되었다.

예수 그리스도의 복음이야말로 오직 한가지 소식이다. 그분은 부활하셨다.

기도 안내 : 길에서

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 묵상(25쪽)

어느 날 아침, 두 사람이 여행길을 나섰다. 루가 복음 24장 13-35절을 다시 읽는다. 그것은 나의 여행길이기도 하다.

“두 사람이…… 걸어가고 있었다. ……그들은 최근에 일어난 모든 사건에 대해 말을 주고받았다.”

- 최근에 나에게 있었던 사건들, 느낌들, 그리고 희망들을 재검토한다.

“그들은 예수를 보고도 그분이 누군지를 알아보지 못하였다.”

- 나는 어떤 면에서 내적인 시야가 희미해져 부활하신 예수를 알아보지 못하였는가?

“도대체 무슨 이야기를 그렇게들 하고 있습니까?”

- 내 의식 안에서 어떤 질문들이, 어떤 관심거리들이 떠오르는가?

“예수께서 모세의 율법서와 모든 예언서를 비롯하여 성서 전체에서 당신 자신에 관한 기사를 들어 그들에게 설명해 주셨다.”

- 어떤 성서 구절들이 나의 관심을 가장 깊게 불러일으키며 또한 나를 뒤흔치게 주는가?

“그리스도가 이 모든 고난을 겪어야 그의 영광을 차지하게 될 것이라고 말하지 않았습니까?”

- 나는 고통이 기쁨으로 변하는 것을 어디에서 가장 강하게 체험했는가?

“그들은 그들과 함께 묵으시도록 예수를 붙잡았다.”

- 나는 어떤 낯선 사람들과 낯선 일들을 내 인생의 동심원 안으로 초대했는가?

“그들은 예수께서 빵을 떼어 나누어 주실 때 그분을 알아보았다.”

- 어디에서, 언제, 그리고 어떻게 나는 그리스도를 가장 많이 만나고 알아보았는가?

“그들은 곧 그 곳을 떠나 예루살렘으로 돌아갔다.”

- 예수께서 살아계시다는 복음을 나는 다른 사람들과 어떻게 나눌 것인가?

+ 마침기도

마음으로 단순하게, 사랑으로 열정을 갖고 그리스도와의 대화에 들어간다.
주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

둘째 주, 여섯째 날

반복

기도 안내

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다. 내가 가장 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던, 혹은 깨달음을 얻었던, 혹은 내게 혼란을 가져왔던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다. 마음을 열고 그 대목 속에서 내게 하시는 하느님의 말씀을 다시 들도록 한다.

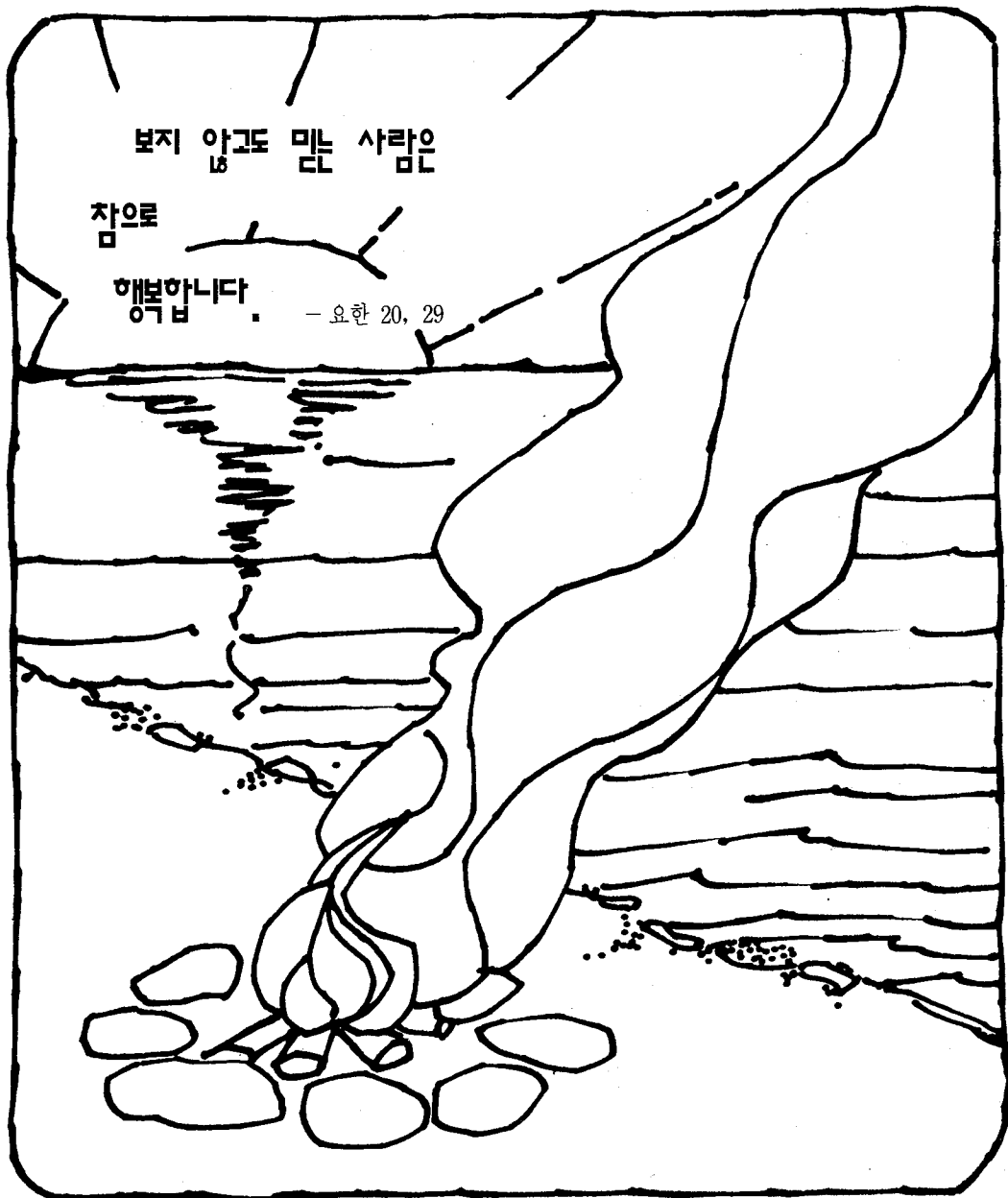
+ 기도 후 반성

이 두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험 또는 깨달음들을 영적일기에 적는다.

보지 않고도 믿는 사람은

자으로

행복합니다. - 요한 20, 29



셋째 주, 첫째 날

21세기를 위한 부활절 소식

이사야 35, 1-10

메마른 땅과 사막아, 기뻐하여라.
황무지야, 내 기쁨을 꽃피워라.
아네모네처럼 활짝 피워라.
기뻐 뛰며 환성을 올려라.
황무지도 레바논의 영광으로 빛나고
가르멜과 사론처럼 아름다워져
사람들이 야훼의 영광을 보리라.
우리 하느님의 영광을 보리라.
늘어진 두 팔에 힘을 주어라.
휘청거리는 두 무릎을 꿇꿇이 세워라.
겁에 질린 자들을 격려하여라.
“용기를 내어라. 무서워하지 말아라.
너희의 하느님께서 원수 갚으러 오신다.
하느님께서 오시어 보복하시고 너희를 구원하신다.”
그 때에 소경은 눈을 뜨고
귀머거리는 귀가 열리리라.
그 때에 절름발이는 사슴처럼 기뻐 뛰며
방어리도 혀가 풀려 노래하리라.
사막에 샘이 터지고

황무지에 냇물이 흐르리라.
뜨겁게 타오르던 땅은 높이 되고
메마른 곳은 샘터가 되며
승냥이가 살던 곳에 갈대와 왕골이 무성하리라.
그 곳에 크고 정결한 길이 흰하게 트여
“거룩한 길”이라 불리리라.
부정한 사람은 그리로 지나가지 못하고
어리석은 자들은 서성거리지도 못하리라.
사자가 얼씬도 못하고
맹수가 돌아다니지 못하는 길,
건짐받은 사람만이 거닐 수 있는 길,
야훼께서 되찾으신 사람이 이 길을 걸어
시온 산으로 돌아오며 흥겨운 노래를 부르리라.
그들의 머리 위에선 끝없는 행복이 활짝 피어나고
온몸은 기쁨과 즐거움에 젖어 들어
아픔과 한숨은 간데없이 스러지리라.

해설

21세기의 사람들에게

들어라!

슬픔에 젖은 이와 절망에 빠진 이는 눈을 높이 뜨게 하라.

마음이 무거운 이들은 자유롭게 숨을 내쉬게 하라.

그들이 희망 속에 갇난 아기를 낳게 하고
기대 속에 아이들을 돌보게 하라.

새로운 시대가 우리 앞에 열린다.
일치와 평화의 시대가,
첫 순간처럼 신선한 새로운 비전을
우리가 서로에게서 보게 될 시대가.

너희가 알고 있는 모든 이들에게 말하라,
용기를 갖고 내적인 능력과 힘을 찾으라고.
압도당할 필요도 두려워할 필요도 없으리,
어둠은 새벽의 전조일 뿐인 것을.

마취되고 취한 자들은 그들의 우상이 쓰러지는 날
본래의 모습으로 깨어나리라.
우유부단함과 두려움으로 수족이 마비된 사람들은
이제 부담없이 자유롭게 걷게 되리라.

기뻐하라!
가난한 이들도 이제는 더 이상 가난하지 않으며,
부유한 이들은 물론 여전히 부유하리라.
그리고 지쳐 길을 배회하는 사람들
굶주린 이들은 양식을 얻을 것이며,
노인들과 집 없는 이들은 환영을 받으리라.

이제 더 이상
이웃들은 주의하여 무장하지 않게 될 것이며,
지도자들도 불신으로 경계하지 않게 되리라.
이제 더 이상
전쟁으로 자원이 매마르지 않게 될 것이며,
청소년들이 폭력을 휘두르지 않아도 되리라.

새로운 시대가 우리에게 다가왔다.
새로운 길이 막을 연다
긴장 완화를 넘어서, 세력을 넘어서
용서가 벽을 허물어 쓰리며
신뢰가 도시를 건설하리.

존경은 축복이 되어
온 지구를 껴안으리.
다시는, 다시는 별들의 전쟁이 없으리라!
동방박사의 위성들은
일치와 사랑의 메시지를 전파하리라.

기뻐하라!
이 땅이 다시 새로워지리라.

고대의 삼나무가 곳곳이 서 있고,
지진은 기도로 잠잠해지니.

한때는 저당잡혀 구속받고 잠자던 땅이
이제 일곱 배로 풍성하게 수확을 거두리라.

이 땅이 다시 새로워지리라.

신선하고 깨끗한 정화수가
수많은 사람들의 목을 축이리.
내면 깊이 생명에 자양분을 주리.
모든 사막들과 불모지들이 적셔지고
모든 목마른 불들이 갈증을 풀리라.

이 땅이 다시 새로워져 생명을 얻으리라!

감히 꿈을 지니라; 창조가 우리에게 다가왔노라.
죽음의 문은 팽하고 닫기웠노라.
죽음을 예측했었을지라도,
아, 종말은 기쁨, 기쁨이도다!

들어라! 예수께서 오셨다, 부활하셨다, 살아계시다.
그분께서 새 희망을 가져오셨다, 약속이 이루어졌다.
그분께서 걸으셨던 길은 우리에게 탄탄대로가 되었다.
혼돈과 주검을 통해서, 그분의 성령이 인도하신다.

기도 안내 : 새신의 기도

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 묵상 독서(29쪽)

부활하신 예수의 성령이 현존하심을 깨달으며, '21세기를 위한 부활절 소식'을 기도하는 자세로 천천히 읽는다.

이 메시지를 읽어 내려가면서, 부활하신 그리스도께서 아픔을 낮게 하시고, 기쁜 소식을 가져오시며 온 세상에 걸쳐서 활동하심을 깨달을 수 있도록 마음의 문을 연다.

이 메시지를 읽어 내려가는 동안, 그분의 성령이 현존하심과 그 권능에 감사드리며 자주 멈춘다.

이사야서 35장 1-10절과 '21세기의 사람들에게'를 다시 읽는다.

그리스도의 성령이 내 안에 계시어, 이 세상을 다시 새롭게 하기 위해 내가 지닌 재능을 사용하도록 나를 초대하시며 내게 힘을 주시는 것을 깨닫는다.

이사야의 대목과 '21세기의 사람들에게'를 천천히 다시 읽는다. 이미지가 내 앞에 떠오를 때, 그 이미지 안에 계신 부활하신 그리스도의 현존에게 기도한다. 예를 들어, 절망에 빠진 사람들이 희망을 얻을 수 있도록, 중독에 걸린 사람들이 힘을, 속박을 받는 사람들이 자유를, 지구가 재생을 얻을 수 있도록 기도한다.

주여 나를 받으소서 제5권

+마침기도

부활하신 그리스도와 함께 나의 감사와 기쁨을 나누면서, 그분과의 대화에 들어간다.

주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌이나 깨달음들을 영적일기에 적는다.

셋째 주, 둘째 날

중심 중의 중심

I 고린토 4, 7

도대체 누가 여러분을 남보다 낫다고 보아 줍니까? 여러분이 가지고 있는 것은 모두 하느님
께로부터 받은 것이 아닙니까? 이렇게 다 받은 것인데 왜 받은 것이 아니고 자기의 것인 양
자랑합니까?

해설

모든 중심 중의 중심은 하느님이다.

모든 살아 있는 생물체는 동적이기 위해서, 안정성과 방향을 주는 중심이 필요하다.
중심이 필요하다는 것은 삶의 모든 분야—신체적, 생물학적, 심리학적, 사회적, 그리고
문화적—에서 자명한 사실이다.

태양계의 일부분인 우리가 살고 있는 혹성인 지구의 중심은 태양이다. 이 중심은 지구의
모든 순환 주기와 자연의 리듬이 균형잡힌 합일을 이루는 데 필요한 에너지 자원의 역할을
하고 있다.

‘특히 뛰어난 생태계’는 뇌로서, 인체에 있어 조직적으로 복잡한 중심이다. 거대하게
얹히고설킨 신경 세포의 연결부와 교체 능력과 반사 능력을 지닌 뇌는 인체 조직 전체를
위해 최적의 활동 상태를 유지해 주는 역할을 하고 있다.

중심 중의 중심이신 하느님께서 존재하는 것의 모든 요소들을 우리가 생명이라고
부르는 놀라운 신비체로 이끌어 주시는 합일을 이루게 하는 힘이시며, 붙이시며, 실체의
정수이시다.

주여 나를 받으소서 제5권

태양이 없이는 지구가 어둠에 잠기게 되고 뇌가 없이는 인간의 신체가 죽듯이, 우리의 중심이신 하나님께서 안 계신다면 삶은 공허하고 무의미한, 그 어느 곳에도 도달하지 못하는 고독한 여정이 될 것이다. 하나님께서 우리의 중심이 아니시라면, 우리의 인생은 내적인 깊은 욕구를 만족시키기 위해서 무엇인가를 거머쥐려는 절망적이고 필사적인 행위에 지나지 않을 뿐이다.

하나님을 주님으로 섬기지 않는 곳에서는 독점력과 자만심이 횡행한다. 모든 것의 중심이자 근원으로서 하나님을 접촉하려면, 우리는 모든 것을 하나님께로부터 받았다는 사실을 깨달아야 한다. 이와 같이 진실된 시각에서 보게 되면, 잘난 척하려는 유혹은 거의 또는 전혀 있을 리 없다. 영신적으로 마음을 비우면, 경쟁적인 말다툼과 파괴적인 비판 주의는 설 자리가 없게 된다.

하나님께서서는 주시는 분이시다; 물질적인 것이거나 영신적인 것이거나 우리가 가진 것은 모두 하나님께로부터 온 것이다. 하나님만이 우리가 받은 모든 것과 우리의 심판자이시다.

“여러분이 가지고 있는 것은 모두 하나님께로부터 받은 것이 아닙니까?”

모든 것이 하나님께로부터 받은 것이며, 삶의 모든 것이 그분께 드리는 감사이다!

기도 안내 : 사랑—하나님의 은총

+매일기도 양식(23쪽)

하나님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하나님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

감사하는 마음으로 충만하여 하나님께 대한 온전한 사랑과 봉사정신으로 그분께 응답할 수 있는 힘을 얻기 위해, 하나님께서 나에게 얼마나 좋으신 분인가를 예민하고 내밀하게

깨달을 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

하느님의 사랑에 대해 관상할 때, 나는 사랑에 관해 다음과 같은 두 가지 점들을 중요하게 염두에 둔다 :

- 진실한 사랑은 말보다는 행동으로 나타난다.
- 사랑은 사랑하는 사람들 사이에 서로 나누는 가운데 존재한다.

이 진실을 마음에 두고, 나에게 주신 하느님의 은총을 생각한다. 내가 어떻게 잉태되었고 태어났으며 어떻게 영세를 했고 건진을 받았는지를 생각한다.

하느님께서 창조주로서 내게 주신 은총이 얼마나 완전했었는지를 생각해 본다. 매 순간마다, 하느님께서 어떻게 내게 창조의 풍요로움을 계속해서 주시는지 상기한다.

하느님의 사랑 안에서, 나는 매일, 아니 매 순간마다 계속해서 태어나며 축복을 받는다.

하느님께서 그렇게도 너그럽게 아낌없이 내게 내려주신 수많은 축복과 은총을 애정을 갖고 상기한다.

수없이 많은 가능성들 중에서 나를 존재하도록 택하시고, 유일한 나 자신일 수 있도록 은총을 주신 하느님의 사랑이 어떻게 특별히 나를 감동시켰던 가를 기억해 본다.

“하느님께서 주시는 선물이 무엇인지 알았더라면……”(요한 4, 10).

• 특별한 선물인 나 자신의 풍족함을, 나의 모든 것—나의 신체, 지적인 능력, 의지, 상상력, 기억력, 감정—을 깨달을 수만 있다면…… 나는 신중하게 생각하고 기뻐한다.

• 다른 사람들과의 관계가 내게 가져다 주는 선물의 풍족함을 깨달을 수만 있다면…… 나는 신중히 생각하고 기뻐한다.

• 자연의 아름다움과 유지되 나가는 힘이 주는 선물의 풍족함을 깨달을 수만 있다면…… 나는 신중히 생각하고 기뻐한다.

• 하느님의 아들과 믿는 이들의 공동체를 통해서 내게 가능한, 아픔을 낮게 하며 변

주여 나를 받으소서 제5권

화시키는 영신적인 선물의 풍족함을 깨달을 수만 있다면…… 나는 신중히 생각하고 기뻐한다.

“당신이 갖고 있는 것 중에 하느님께로부터 받지 않은 것이 무엇입니까?”

내게 주어진 사랑이 것처럼 풍족하므로 나는 나 자신이 지닌 풍족함을 갖고 응답하기를 열망한다. 다음의 기도를 바친다:

“주여, 받으소서, 나의 모든 자유, 기억, 이해 그리고 나의 모든 의지를, 내가 갖고 있고 내 것이라고 부르는 모든 것을. 당신께서 이 모든 것을 내게 주셨습니다. 주여, 나는 당신께 이 모든 것을 돌려드립니다. 모든 것이 당신 것입니다. 당신이 원하시는 대로 하소서. 제게는 오직 당신의 사랑과 은총을 주소서. 내게는 그것만으로도 충분합니다.”

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음들을 영적일기에 적는다.

셋째 주, 셋째 날

사랑의 얼굴

I 요한 4, 7-19

사랑하는 여러분에게 당부합니다. 우리는 서로 사랑합니다. 사랑은 하나님께로부터 오는 것입니다. 사랑하는 사람은 누구나 하나님께로부터 났으며 하나님을 압니다. 사랑하지 않는 사람은 하나님을 알지 못합니다. 하나님은 사랑이시기 때문입니다. 하나님께서 당신의 외아들을 이 세상에 보내 주셔서 우리는 그분을 통해서 생명을 얻게 되었습니다. 이렇게 해서 하나님의 사랑이 우리 가운데 분명히 나타났습니다. 내가 말하는 사랑은 하나님에게 대한 우리의 사랑이 아니라 우리에게 대한 하나님의 사랑입니다. 하나님께서는 당신의 아들을 보내셔서 우리의 죄를 용서해 주시려고 제물을 삼으시기까지 하셨습니다. 사랑하는 여러분, 명심하십시오. 하나님께서 이렇게까지 우리를 사랑해 주셨으니 우리도 서로 사랑해야 합니다. 아직까지 하나님을 본 사람은 없습니다. 그러나 우리가 서로 사랑한다면 하나님께서는 우리 안에 계시고 또 하나님의 사랑이 우리 안에서 이미 완성되어 있는 것입니다.

하나님께서 우리에게 당신의 명령을 주셨습니다. 그러므로 우리가 하나님 안에 있고 또 하나님께서 우리 안에 계시다는 것을 알 수 있습니다. 우리는 아버지께서 당신의 아들을 구세주로 보내신 것을 보았고 또 증언하고 있습니다. 누구든지 예수께서 하나님의 아들이시라는 것을 인정하면 하나님께서 그 사람 안에 계시고 그 사람도 하나님 안에 계십니다. 우리는 하나님께서 우리에게 베푸시는 사랑을 알고 또 믿습니다.

하나님은 사랑이십니다. 사랑 안에 있는 사람은 하나님 안에 있으며 하나님께서는 그 사람 안에 계십니다. 이 세상에서 우리가 그리스도처럼 살게 되었으니 사랑이 우리 안에서 완성된 것이 분명합니다. 이제 우리는 자신을 가지고 심판날을 맞을 수 있게 되었습니다. 이 사랑에는 두려움이 없습니다. 완전한 사랑은 두려움을 몰아냅니다. 두려움은 징벌을 생각할 때 생기는 것입니다.

그러므로 두려움을 품는 사람은 아직 사랑을 완성하지 못한 사람입니다. 하느님께서 먼저 우리를 사랑하셨기 때문에 우리도 사랑을 합니다.

해설

중세기의 시인 단테가 그의 저서인 「신곡」에서 지옥과 연옥을 거쳐 천국의 산봉우리에 도착했을 때, 그는 모든 현실이 그 근거를 두고 있는 신비를 마주치게 되는데 그 신비는 ‘태양과 다른 별들을 움직이는 사랑’이었다. 이 사랑에 비하면, 그 외의 모든 것은 희미하였다: 시력은 약해지고, 꿈은 시들었고, 눈은 녹아버렸다! 단테는 살아 있는 빛 앞과 있었던 것이다(I 요한 4, 10).

단테는, 자기의 시력은 약해졌지만, 전혀 무엇과도 견줄 수 없는 완전함을 나타내는 새로운 모습을 보게 되었다. 그의 지성은 예리함에도 불구하고, 불가해한 그 무엇 앞에 굴복하고 만 것이다. 단테는 그 모습 속으로 끌려 들어갔다. 그는 돌연히 빛에 대해서 맹목적인 깨달음을 갖게 된 것이다. 그의 가장 깊은 존재에 순종하여 단테는 완전한 휴식 속으로, 힘의 리듬 속으로, 그리고 영원하며 항상 새로운 하느님의 사랑의 실체가 지닌 평화 속으로 뛰어들어갔다. 단테는 이제는 다시 똑같은 사람이 아닌 것이다(I 요한 4, 16).

자기가 체험한 아픔을 낮게 하는 창조적인 빛에 의해 깊이 감동을 받은 단테는 이제 신비스럽게도 자기가 갈망하던 것의 모습이 되었다(I 요한 4, 17).

그에게 변화를 가져온 여행을 끝마친 순간에 단테가 남긴 다음과 같은 절묘한 증언은 수 세기에 걸쳐 우리에게 읽혀지고 있다:

한 번도 빼먹거리지 않은 수레바퀴처럼 구르며,
나의 의지와 소망은 이제 사랑에 의해서 나아가네,
태양과 다른 별들을 움직이는 사랑에 의해서.

단테는 천국을 맞본 것이다! 그의 앞에 펼쳐진 모습은 사랑의 모습이였다. 엄청난 선물인 이 단테의 증언은 우리가 우리의 내면에서 발휘되기를 기다리고 있는 사랑의 잠재능력이 지니고 있는 특별한 보물을 용감히 찾아나서도록 그리고 그것을 완전히 되찾도록 우리에게 영감을 준다.

하느님을 보겠다는 갈망은 지금도 그리고 미래에도 인간의 가슴이 지닌 최대의, 가장 굽히지 않는 열정이다. 단테의 힘과 마찬가지로, 우리들 인간의 제한된 힘으로는 하느님을 향한 우리의 타고난 갈망을 만족시킬 수는 없다. 단테의 힘과 마찬가지로, 우리가 지닌 가장 큰 힘은 홀로 권능이신 분에게 굴복하는 데 있다(1요한 4, 16). 이 힘은 사랑이며, 하느님은 사랑이시다(1요한 4, 8)

자신이 보았던 빛에 의해 꿈쩍 못하게 된 단테는 그 빛 안에서 그리스도의 인간의 얼굴, 인간이 되신 하느님의 사랑의 말씀을 본다.

그리스도의 말씀과 행위를 통해서, 그분의 탄생, 삶, 죽음, 그리고 부활을 통해서, 하느님의 사랑이 인간적으로 표현되었던 것이다. 인간이 되신 그리스도의 얼굴에서, 믿음을 가진 모든 사람들은 하느님 사랑의 윤곽을 본다(1요한 4, 11-12).

이 경이 는 거기에 그치지 않는다; 그리스도를 ‘보는’ 사람들의 말과 행위에서 우리는 하느님을 볼 수 있으며, 하느님께서는 다시 인간이 되시는 것이다(1요한 4, 9).

그리스도께서 하느님의 아들이신 것처럼, 우리 역시 사랑의 포옹 속에 놓아지고 안겨 있는 하느님의 자녀들이다. 그와 같은 기쁨과 확신의 빛 속에서, 두려움은 그 힘을 잃게 되며 더 이상 강한 세력을 뻗치지 못하게 된다(1요한 4, 18).

사랑의 목소리는 우리가 사랑 자체이신 하느님의 위대함과 자비로움을, 마치 보석의 면들처럼 드러내는 수많은 사람들로 이루어진 사랑의 공동체를 창조하고자 하는 완전한 사랑의 목적을 향해서 나아가게 한다(1요한 4, 19).

하느님께서 사랑이시라는 것이 드러나는 곳에서는 매일매일이 성탄절이며, 언제나 부활절이 계속된다. 그러므로 완전하게, 그 어떤 것도 감히 무릅쓸 각오를 갖고 사는 삶은

주여 나를 받으소서 제5권

‘단테’의 체험, 즉 보는 것이 사랑하는 것이며 사랑하는 것은 영원히 사는 것이 증명되는 곳인 하나의 ‘신곡’이다(I요한 4, 13).

기도 안내 : 사랑의 선언

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

감사하는 마음으로 충만하여 하느님께 대한 완전한 사랑과 봉사 정신으로 그분께 응답할 수 있는 힘을 얻기 위해, 하느님께서 나에게 얼마나 좋으신 분인가를 예민하고 내밀하게 깨달을 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 묵상 독서(29쪽)

앞의 기도의 수련을 재검토한다.

나에 대한 하느님의 사랑이 특별하며 완전하다는 것을 상기하면서, 하느님의 사랑에 대한 요한의 선언인 I서 4장 7-19절을 묵상하는 자세로 읽는다.

단어와 구절들이 내 안으로 들어오도록 때때로 쉬어 가며 천천히 읽는다. 생각이나 느낌이 마음속에서 깊이 공명할 때, 그것이 완전하게 나의 존재 속으로 파고들도록 그 생각이나 느낌과 함께 머문다.

단어들을 음미한다 ; 대화를 하듯이 진실하고 자연스럽게 응답한다.

+마침기도

다음의 기도를 바친다

“주여 받으소서, 나의 모든 자유, 기억, 이해 그리고 나의 모든 의지를, 내가 갖고 있으며 내 것이라고 부르는 모든 것을. 당신께서 이 모든 것을 내게 주셨습니다. 주여, 나는 당신께 이 모든 것을 돌려드립니다. 모든 것이 당신 것입니다. 당신이 원하시는 대로 하소서. 제게는 오직 당신의 사랑과 은총을 주소서. 내게는 그것만으로도 충분합니다.”

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌이나 깨달음들을 영적일기에 적는다.

셋째 주, 넷째 날

잠겨진 문으로

요한 20, 19-23

안식일 다음 날 저녁에 제자들은 유대인들이 무서워서 어떤 집에 모여 문을 모두 닫아 걸고 있었다. 그런데 예수께서 들어오셔서 그들 한가운데 서시며 “너희에게 평화가 있기를!” 하고 인사하셨다. 그리고 나서 “당신의 손과 옆구리를 보여주셨다. 제자들은 주님을 뵈고 너무 기뻐서 어쩔 줄을 몰랐다. 예수께서 다시 “너희에게 평화가 있기를! 내 아버지께서 나를 보내 주신 것처럼 나도 너희를 보낸다”하고 말씀하셨다. 이렇게 말씀하신 다음 예수께서는 그들에게 숨을 내쉬시며 말씀을 계속하셨다. “성령을 받아라. 누구의 죄든지 너희가 용서해 주면 그들의 죄는 용서받을 것이고 용서해 주지 않으면 용서받지 못한 채 남아 있을 것이다.”

해설

아무 힘도 없어 보이는 그 모습에 속아,
내 영혼은 맥없이 나무에 웅크리고 앉았네,
그의 주님이 얼마나 훌륭한가를
기쁨에 가득하여 보았을 때까지,
그는 재빠르게 슬픔으로부터 빠져 나왔네(우파니샤드, p. 56).

그리스도께서 십자가 위에서 돌아가셨을 때, 제자들이 갖고 있던 모든 희망과 꿈은 산산조각이 났다. 용기를 갖고 열성적이던 그들은 그만 두려움과 무관심에 빠지게 되었다. 그들의 확신은 불신과 의혹에 굴복하고 만 것이다. 자기 자신들의 무능함 속에 갇힌 제

자들은 당연히 기가 죽었다. 그들은 예수께서 돌아가셨을 때 마치 자기들의 혼을 잃어버린 것 같았다.

그들의 혼은 모두 어디로 갔을까? 예수께서 처음 그들을 부르셨을 때 그들 정신을 가득 채우고 있던 배짱은 어떻게 되었단 말인가? 그분과의 교제로 그들의 인생은 확대되고 목적이 있었다. 이제 그들은 혼동과 비탄의 감옥에 갇힌 것이다.

“당신들에게 평화를 빕니다.”

예수께서는 그들의 잠겨진 마음의 문으로 들어오셨다. 그분은 그들의 두려움을 뚫어 버리시고 그들을 잡아 주셨다. 그분께서 현존하시는 가운데 그들을 감금하고 있던 벽들이 무너졌다.

이분이 바로 나자렛 예수이시다! 권능 안에서 다시 살아나셨으나 아직 상처를 지니시고 그분은 그들 앞에 서 계시다.

부활하신 그분의 현존에 놀라서 꿈쩍 못하게 되었던 제자들은 곧 마음을 사로잡는 황홀한 기쁨에 잠겼다!

그분은 사랑하는 제자들과 마지막 저녁을 함께 드셨을 때 그들에게 되돌아오실 것이라고 약속하셨다. 그분은 그들이 가장 아끼는 꿈들을 능가하여 그들의 아픔을 낮게 하고 그들을 강하게 해주는 평화를 그들에게 가져오시겠다고 약속하셨다(요한 14, 27 이하).

이제 그분이 그들 앞에 와 계신 것이다.

“당신들에게 평화를 빕니다.”

제자들의 탄생의 순간이 이제 갑자기 완성된 것이다(요한 3, 5-6). 예수의 생기를 통해서 그들은 생명과 성령의 힘을 받았다. 새로운 창조가 시작되었다! (창세 2, 7 이하) 같은 성령으로 호흡하게 된 제자들은 서로 서로 그리고 그리스도와 함께 하나가 되었으며, 그분 안에서 형제자매가 되었다. 공동체의 모든 회원들은 그리스도와 함께 그분의 화해와 평화의 사명을 나누게 되었다.

공동체 전체가 그리스도의 무조건적인 사랑과 용서의 정신을 다른 사람에게 전할 수

주여 나를 받으소서 제5권

있도록 힘을 얻었으며 그 사명을 위해 보내졌다.

신선한 흥분과 목적을 이루려는 절박감으로 가득 차서 그들의 정신은 그들의 조상들의 과거를 통해 흐르고 있는 예언적인 하느님의 생기로 풍요롭게 넘쳐 흘렀다. 야훼께서는, “내가 생기로 너희에게 들어가게 하리니 너희가 살리라”(예제 37, 5).

수세기에 걸친 약속이 드디어 이룩되었다! 예수의 성령 안에서, 야훼의 말씀이 슬픔으로부터의 달콤한 해방이 되었다! (묵시 21, 4)

기도 안내 : 그리스도의 생기(숨결)

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

문들이 잠겨진 방 안에 있는 나 자신의 모습을 마음속으로 상상한다. 때는 저녁이다.

나와 함께 방 안에 있는 다른 사람들에게 주목한다—그들이 누구인지, 그들의 얼굴 표정들, 그들이 서로 주고받는 말들.

우리가 왜 잠겨진 방 안에 갇혀 있는지 그 이유를 생각해 본다. 다른 사람들이 두려움을 느끼고 있음을 알아채며, 나의 내면에 있는 그 무엇이 나를 가두고 있는지 스스로에게 자문한다. 그것은 두려움인가, 죄의식인가, 수치심인가, 자신감의 결핍인가……? 갑자기 예수께서 그 곳에 나타나신다. 상처를 드러내신 그분께서 내 앞에 서 계시는 모습을 상

상한다. 그분께서 어떻게 잠겨진 방문으로, 잠겨진 나 자신의 마음의 문으로 들어오셨는지 생각해 본다.

“당신들에게 평화를 빕니다!”라고 하시는 그분의 말씀이 들린다.

그 말씀이 나의 내면에서 깊이 흡수되도록 한다.

그분을 바라보자 그분의 눈에 깃든 자비와 사랑을 본다. 그분께서 우리에게 숨결을 부으시자 나에게로 부어지는 그분의 숨결을 체험한다.

그리스도의 숨결을 깊이 들이마신다. 그 숨결이 나의 코를 통해서 나의 폐로 들어가며 내 온몸을 통해서 흘러들어가도록 한다.

숨을 내쉬자 내가 갖고 있던 모든 부정적인 것이 놓여진다. 나의 분노, 의혹, 두려움 등이 수많은 먼지처럼 공기 속으로 놓여진다.

계속하여 그리스도의 성령의 숨결 안에서 호흡하며 부정적인 것들을 내쫓는다. 숨을 들이쉬고 내쉬기를 계속하자 무거운 그 무엇이 나를 떠나면서 나는 서서히 가볍게 느껴진다. 사랑과 용서를 받고 있음을 느낀다. 용서받음으로써 느끼는 자유로움 속에서 휴식한다.

내 마음에 상처를 입히고 고통을 초래한 사람들이 내 앞에 있는 듯이 상상한다. 이제 그리스도의 용서하는 사랑의 성령으로 가득 찬 나는, 내 가슴에 있는 조건없는 사랑이 그들 각자에게 부어지도록 하면서 차례로 그들에게 숨결을 부어준다. 나의 마음이 스스로의 감금상태에서 벗어날 때까지 계속해서 그들을 용서한다.

그리스도의 평화의 은총이 지닌 내면적인 조화와 자유를 체험한다. “당신들에게 평화를 빕니다”라고 말씀하시는 그리스도의 목소리가 들린다.

+마침기도

그리스도께 마음으로부터 개인적으로 친밀하게 응답하도록 한다. 주의 기도를 바친다.

+기도 후 반성

주여 나를 받으소서 제5권

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

셋째 주, 다섯째 날

지속되는 향기

II 고린토 2, 14-16

우리를 그리스도의 개선 행진에 언제나 끼워 주시는 하느님께 감사드립니다. 또 우리로 하여금 어디에서나 그리스도를 아는 지식의 향기를 풍기게 하시는 하느님께 감사드립니다. 우리는 하느님께 바치는 그리스도의 향기입니다. 이 향기는 구원받을 사람에게나 멸망당할 사람에게나 다 같이 풍겨 나가지만 멸망당할 사람에게는 역겨운 죽음의 악취가 되고 구원받을 사람에게는 감미로운 생명의 향기가 되는 것입니다. 그러니 이런 향기의 구실을 아무나 할 수 있겠습니까?

해설

어떤 아들이 자기 어머니에게 “난 어머니께서 집에 계실 때는 언제나 알지요. 그건 대문을 들어서면 순간에 어머니의 향수 내음을 맡을 수 있기 때문이지요”라고 말한다. 어머니의 향기는 그녀가 집에 있음을 알려준다. 아들에게 어머니의 사랑이 깃든 추억의 향기는 언제나 양육과 위안과 기쁨의 원천이 되어 줄 것이다. 그녀의 사랑의 향기는 그가 온 생애를 통해서 계속해서 ‘생명으로 이끄는 생명의 향기’의 존재를 느끼고 알아볼 수 있도록 해준다.

남에게서 사랑받고 남들을 사랑하는 가운데서만이 오로지 이 사랑의 향기가 방출된다. 모든 향기들 중에 가장 값진 이 향기는 기쁨이다.

하느님께서 모든 사랑의 정수이시며, 기쁨은 자기들의 생애에서 하느님의 양육하시는 어머니로서의 현존과 만난 모든 사람들의 자연적인 향기이다.

예수는 하느님의 사랑을 인간적으로 나타내는 궁극적인 표현이다. 예수는 우리와 함께

계시는 하나님의 현존을 상기시키는 분이시다(마태 1, 23).

하나님의 아들인 그리스도의 탄생은 모든 창조물들을 위해 하나님의 사랑을 아낌없이 쏟아부어 주시는 것이다. 부활하신 그리스도의 성령은 온 세상을 기쁨으로 가득 채운다. 이 향기는 무제한이어서, 그 분위기 안으로 들어오는 모든 사람들에게 두루 퍼진다.

기쁨은 그리스도와 가까워지는 사람들의 온 정신에 스며들어와 곧 분명하고 투명하게 된다.

그리스도의 기쁨은 그것을 선물받은 모든 사람들의 인생에서 활동적이며 강력한 힘이 된다. 그 기쁨은 창조하며, 아픔을 낮게 하며, 비전을 꿈꾸며, 하나로 일치시킨다. 기쁨의 은총을 통해서 우리의 의지는 하나님의 의지와 계획에 재빠르게 응답하게 된다. 우리의 모든 결정과 일은 그리스도께서 가신 길에서 우리를 확고하게 안내하는 영신적인 본능에 근거를 두고 있다. 우리는 자유와 확신 속에서 우리의 인생을 살며, 그렇게 살아진 우리의 인생은 다른 사람들에게 그리스도의 향기가 된다.

부활하신 그리스도의 기쁨을 통해서 하나님의 백성들은 신성하게 된다. 그들에게는 성령으로 즐거움의 기름이 부어지며(히브 1, 9), 그들은 이 세상에서 그리스도의 현존을 찬양하게 된다.

기도 안내 : 즐거움의 기름

+ 매일기도 양식(23쪽)

하나님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하나님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

“왕들과 사제들과 예언자들이 기름부음을 받았듯이, 당신의 두 손과 가슴과 머리에 기름부음을 받으소서.” 이것은 1953년 6월 2일 금빛 차양 아래에서 영국 여왕 엘리자베드 2세의 대관식 도중 그녀가 기름부음을 받았을 때, 캔터베리 대주교가 한 말이었다.

기름을 붓는 고대의 예식은 왕들과 여왕들의 대관식에서 가장 뜻깊은 것이다. 기름 부움에 의해 군주는 성스러운 목적을 위해서 신성화된다. 이 거룩한 예식은 구약성서에 기록되어 있는 왕들과 예언자들과 사제들의 기름부움에서 유래된다.

기름부음을 통해서 예언 능력과 사제직에 따르는 권능의 향기가 왕권에 부여된다.

전통적으로 기름은 아픔을 낮게 하시며, 강하게 하시며, 위로하시는 하느님의 현존이 흘러나오는 징표로 간주되어 왔다. 영국 여왕 엘리자베드 2세의 기름부움에서는 값진 기름과 진귀한 향수를 만들기 위해서 비밀 제조법이 사용되었다. 호박 색깔의 고약은 오렌지꽃이나 장미꽃 기름, 계피 기름, 자스민 기름, 안식향과 사향과 사향고양이에서 채취되는 향료와 용연향이 섞인 참깨 기름이 들어 있었다. 왕좌에 오르는 엘리자베드 여왕에게 갖고 있는 국민들의 희망과 약속이 성유식에서 쓰여질 기름의 아름다운 향기에 담겨져 있었던 것이다. 영국의 국민들이 여왕에게 바른 그 기름은 즐거움의 기름이었다.

예수께서는 나자렛에 있는 회당에서 자신의 사명을 시작하시려는 예식으로 다음과 같이 자신의 기름부음을 선언하셨다.

주님의 성령이 내게 내리셨다.

주께서 나에게 기름을 부으시어 가난한 이들에게

기쁜 소식을 전하게 하셨다.

주께서 나를 보내시어

묶인 사람들에게 해방을 알려주고

눈먼 사람들에게 시력을 주고

주여 나를 받으소서 제5권

억눌린 사람들을 놓아주며

주님의 은총의 해를 선포하게 하셨다(루가 4, 18-19).

성령을 통해서 예수께서는 예언자로, 사제로, 왕이자 종의 신분으로 기름부음을 받으셨다.

성유식이 거행되는 금빛 차양 아래에 서 있는 나 자신을 상상한다. 기대를 갖고 성령이 베푸시는 성사를 기다린다.

내게 기름이 부어지자 그 향기가 나의 영혼을 새롭게 하도록 기름의 향기를 깊이 들이마신다.

기름이 내 살결에 닿자 그것에 진정시키고 아픔을 낮게 하는 요소가 있음을 체험한다. 기름이 살결에 스며들어 말라 있던 살결을 부드럽게 하자 기분이 좋아진다.

성유가 주는 분위기 안에서 완전히 긴장이 풀려, 아픔을 낮게 하고 인도하는 하느님의 성령이 나의 존재 안에서 깊이 흡수되도록 한다.

내 머리에 기름이 부어질 때, 이렇게 기도한다: “주 하느님, 나를 위한 당신의 뜻에 따른 삶의 지혜와 방향을 내게 가르쳐 주소서. 당신의 성령에 반대되는 그 어떠한 벽이나 장애들로부터 내 마음이 놓여나게 하소서. 주님, 언제나 그 어떤 일에서나 그리스도께 순종할 수 있도록 내 마음을 자유롭게 해주소서.”

“왕들과 사제들과 예언자들이 기름부음을 받았듯이, 당신의 머리가 성유로 기름부음을 받습니다”라는 말을 들으며, 이 순간이 지닌 거룩함 속에서 조용히 머문다.

내 가슴에 기름부음을 받으며 다음과 같이 기도한다: “주 하느님, 내가 당신의 조건없는 사랑의 포옹 안에 있음을 깊이 느낄 수 있도록 당신의 성령의 은총을 주소서. 사랑을 주고받을 수 있는 나의 능력을 방해하는 내 마음의 상처를 낮게 하소서. 주님, 나의 가슴이 하느님의 성령이 지니신 아픔을 낮게 하는 사랑 안에 완전히 잠길 수 있고 즐거움 안에서 자유롭게 될 수 있도록 하소서.”

“왕들과 사제들과 예언자들이 기름부음을 받았듯이, 당신의 가슴이 성유로 기름부음을 받습니다”라는 말을 들으며 이 순간이 지닌 거룩함 속에서 조용히 머문다. 나의 두 손에 기름부음을 받으며 다음과 같이 기도한다: “주 하느님, 내가 이 세상을 위해 화해와 평화의 봉사를 할 수 있도록 당신의 성령으로 나를 강하게 하소서. 나를 고립되게 하고, 움츠러들게 하며, 수동적이게 하는 두려움으로부터 구해 주소서. 오 주님, 움켜쥐고 소유하려는 욕망에서 나를 놓여나게 하시어 나의 재능을 다른 사람들에게 사랑의 봉사를 하는 데 사용할 수 있도록 나의 두 손을 완전히 자유롭게 하소서.”

“왕들과 사제들과 예언자들이 기름부음을 받았듯이, 당신의 두 손이 성유로 기름부음을 받습니다”라는 말을 들으며, 이 순간이 지닌 거룩함 속에서 조용히 머문다.

+마침기도

하느님의 자녀로서 그리고 그리스도를 따르는 사람으로서 물려받는 왕권적인 유산인 성령의 기름부음에 감사를 드리며 기도를 마친다

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음이나 느낌들을 영적일기에 적는다.

셋째 주, 여섯째 날

반복

기도 안내

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다.

내가 가장 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던, 혹은 깨달음을 얻었던, 혹은 혼동을 체험했던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다. 마음을 열고 그 대목 속에서 내게 하시는 하느님의 말씀을 다시 듣도록 한다.

+기도 후 반성

이 두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험, 또는 깨달음들을 영적일기에 적는다.



평화를 빕니다.

— 루가 24, 36

넷째 주, 첫째 날

닫혀진 문으로

요한 20, 24-29

열두 제자 중 하나로서 쌍둥이라고 불리던 토마는 예수께서 오셨을 때에 그들과 함께 있지 않았다. 다른 제자들이 그에게 “우리는 주님을 뵈었소”하고 말하자 토마는 그들에게 “나는 내 눈으로 그분의 손에 있는 못자국을 보고 내 손가락을 그 못자국에 넣어 보고 또 내 손을 그분의 옆구리에 넣어 보지 않고는 결코 믿지 못하겠소”하고 말하였다.

여드레 뒤에 제자들이 다시 집 안에 모여 있었는데 그 자리에는 토마도 같이 있었다. 문이 다 잠겨 있었는데도 예수께서 들어오셔서 그들 한가운데 서시며 “너희에게 평화가 있기를!”하고 인사하셨다. 그리고 토마에게 “네 손가락으로 내 손을 만져 보아라. 또 네 손을 내 옆구리에 넣어 보아라. 그리고 의심을 버리고 믿어라”하고 말씀하셨다. 토마가 예수께 “나의 주님, 나의 하느님!”하고 대답하자 예수께서는 “너는 나를 보고야 믿느냐? 나를 보지 않고도 믿는 사람은 행복하다”하고 말씀하셨다.

해설

당신은 부활절이 지닌 맛과 기쁨을 즐기고 있는가, 아니면 부활절 달걀 찾기가 시작되기를 아직도 기다리고 있는가?

우리는 부활절을 지키는 사람들이라고 자랑스럽게 이야기하지만, 우리의 마음속에서 부활절의 신비를 음미하지 못하거나 우리들의 가정과 공동체에서 그 기쁨을 키워나가는 데 실패하는 일이 자주 있다.

우리는 토마처럼, 부활절과 보조를 맞추지 못하지는 않는가?

때로는 우리 역시 의혹 속에 갇혀 있는 자신을 발견하게 되며, 기쁨이 우리의 삶에 들어오는 것을 슬프게 거부한다. 이 갇혀져 있는 상태는 미묘한 현상으로서, 서서히 불안과 자기 의혹에 빠지게 하여 증거와 기적과 같이 중재역할을 할 수 있는 것을 근본적으로 요구하게 만든다.

우리는 눈가리개를 한 채, “보여 주시오!”라고 말한다.

우리가 처해 있는 어떤 상황이나 세계가 마음을 열지 못하도록 그 어떠한 울타리를 만들어 내든 간에, 부활절의 절대적인 에너지는 그것을 분명히 능가한다. 아무리 그 보루가 굳게 빗장이 걸려 안전하다고 해도, 부활절의 힘과 비전은 우리의 의혹을 틀림없이 꿰뚫고 나간다.

부활절의 이 위대한 무적의 에너지는 역설적이게도 부활하신 그리스도의 부드러운 현존을 통해서 들어온다. 그리스도께서 갑자기 토마에게 나타나신 것은 바로 그가 의혹에 차서 불안하고 고독한 가운데에 있을 때였다. 그리스도께서 계속해서 아픔을 낮게 하시는 부활절의 현존이 되시는 것도 바로 상처받은 우리들 가운데에서이다.

놀랍게도, 하느님의 자비로운 사랑의 경이가 세상에 알려지게 된 것도 바로 토마의 분별없는 의혹이었다. 토마의 의심 많은 흥정이 예수의 조건없는 수용심과 만난 것이다. 예수께서는 토마를 꾸짖지 않으셨다. 예수께서는 그를 완전히 받아들이셨으며, 토마가 손을 당신의 옆구리에 난 상처에 넣어 보이고, 그의 손가락으로 당신의 손과 발의 상처를 만져보게 함으로써 증거를 보고 싶은 토마의 욕구를 만족시켜 주셨다.

그리스도께서 매우 온화하시고 이해심이 깊으시다는 것을 알게 된 토마는 즉시 감격하였다. 것처럼 큰 사랑에 의해 감동된 토마는 그분을 알아보았다: 그는 성령의 힘으로 알게 된 것이다.

“나의 주님, 나의 하느님!”

그는 그분이 십자가에 못박히시고 다시 살아나신 예수임을 알게 되었다. 토마는 그의 내면적인 눈으로 더 잘 꿰뚫어볼 수 있는 비전을 갖고 보게 되었다.

“나의 주님, 나의 하느님!”

그의 포기를 통해서, 고통스러운 종기와 같던 의혹으로 인한 상처가 예수의 사랑에 의해 구멍이 뚫리고 깨끗하게 나왔다. 토마는 확신과 약속으로 인해 얻어진 힘 속에서 온전하게 되었다. 다시 한 번 권능이 약한 자 안에서 완전하게 된 것이다(II고린 12, 9).

그 순간의 온화함 속에서, 예전의 모든 세대들의 역사가 새로운 시대의 약속과 만났다. 예수의 마지막 말씀은 그분을 보지 않고도 믿는 사람들에게 행복을 보증한다. 그리스도께서는 그분의 새로운 시대의 부활절 공동체의 회원들인 우리들 중, 우리에게 힘을 주시는 그분의 말씀과 살아 계시는 그분의 성령의 현존에 의지하는 사람들을 선호하신다는 것을 우리는 그 약속을 통해 직관적으로 알게 된다.

토마의 체험은 믿음과 희망이 있는 새로운 시대로 우리를 인도한다.

기쁨이 시작되었다. 부활절은 바로 지금이다!

부활하신 그리스도의 성령께서 부활절 공동체의 비전을 미래로 인도하실 것이다. 예수를 따르는 사람들은, 부상당하고 상처난 이 세상에서 다시 살아나시고 아픔을 낮게 하시는 그리스도의 성흔을 보기 위해서 고통을 견뎌내고 그것을 뛰어넘는다.

기도 안내 : 부활절 소망(첫번째 훈련)

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 예수의 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 전의 준비

우리는 우리의 내면에 살아 있는 부활절 약속이 지닌 잠재 가능성을 생활화하려고 충심으로 갈망하고 있다. 우리 자신의 개인적인 역사와 행동 양식뿐만 아니라 우리의 세계가 이것을 어렵게 만들고 있다. 우리는 토마처럼, 음흉하고 교활한 의혹의 함정에 자주 빠지고 만다.

그러나 우리는 우리의 발전과 기쁨에 불리한 상황들에 좌우되지는 않는다. 우리는 창조적인 성령의 에너지를 갖고 있다. 이 성령은 예수의 방식대로 살려는 우리의 깊은 갈망을 더욱 강하게 해준다. 그것은 우리의 상처를 가장 큰 은총으로 변화시키는, 자극을 주는 힘이며 아픔을 낮게 하는 에너지이다. 우리는 내면의 눈을 통해 우리의 상처를 통과하고 그 상처를 넘어서 우리의 내면에 살아 있는 부활절에 진실로 도달할 수 있다. 그것은 변화시키는 작업에 그리스도를 협력하라고 모든 그리스도인을 부르는 부르심이다.

안토니 라빈스는 그의 저서 「무한한 힘」에서 이와 같은 변화 과정을 돕는 신경언어학적인 접근을 가르치고 있으며, 그것을 ‘획 스치기’라고 재미있게 표현하고 있다.

그는 환자들에게 그들이 바꾸고 싶은 행동의 이미지를 크게, 밝게, 그리고 자세하게 상상 속에서 구성하도록 한다. 그런 다음, 이 커다란 부정적인 이미지의 오른쪽 아래 구석에 그들이 되고자 원하는 그들 자신의 이미지를 작게 그리도록 한다.

변화해야 될 부정적인 행동은 가장 긍정적인 행동으로 획 스쳐진다. 이 작은 긍정적인 그림은 빠르게 커지고, 밝아지며, 바람직하지 못한 행동을 나타내는 그림으로부터 획 그 모습을 나타낸다. 이 과정을 진행하면서 환자들은 “와!”라고 열광적으로 외친다. 이 과정을 아주 빠르게 반복한다.

그 결과로 뇌는 강력하고 긍정적인 신호를 몰릴 듯 받게 된다. 이 연합 양식은 더욱 생명력을 주는, 긍정적인 행동으로 방향이 고쳐지게 된다.

이 테크닉을 일관성 있게 지속함으로써 우리는 내적으로 자원이 풍부하지 못한 상태가 자동적으로 유사한 자원이 풍부한 상태를 야기하는 시점에 도달하게 된다고 라빈스는

주장하고 있다.

+ 접근 기도

크리스천에게 있어서, 자원이 풍부한 이상적인 상태는 그의 내면에 부활하신 예수
성령의 현존과, 우리의 일상생활에서 그 성령을 생활화하는 방법과 태도를 의식하는 것
이다.

“여러분은 무엇이든지 참된 것을 마음에 품으십시오”(필립 4, 8).

토마처럼 닫혀진 문 뒤에서, 즉 내적으로 자원이 풍부하지 못한 의혹의 상태에 있는
우리 자신을 우리의 일상적인 체험에서 발견할 때 우리는, 우리의 의식을 내적 자원의
필요로움과 기쁨으로 바꾸기 위해 우리의 내면에 잠재해 있는 부활절의 권능의 힘을 빌릴
수 있다.

라빈스의 실질적이고 혁신적인 접근을 믿음을 갖고 적용시키면서 진행해 나간다.

나는 내면적인 눈으로 의혹의 상태에 빠져 있는 상처받은 나 자신을 본다. 나의 내면에서
그리스도의 성령의 현존과 권능을 볼 수 없게 된 나 자신을 본다. 그러한 때 자신의
행동이 지닌 부정적인 이미지를 명확하게 구체적으로, 그리고 아주 자세히 본다. 그것이
크고 선명하게 나타나 있는 것을 본다.

아래의 질문들을 사용하면서, 의혹의 상태에 빠져 있는 나 자신의 이미지에 가능한 한
예리하게 초점을 맞춘다:

- 나의 자세는 어떠한가?
- 나의 걷는 모습은 어떠한가?
- 나는 머리를 어떻게 들고 다니는가?
- 내 목소리의 음량, 리듬, 음질, 그리고 음색은 어떠한가?
- 내가 나 자신에게 말하고자 하는 지배적인 메시지는 무엇인가?
- 나는 이 이미지를 부드럽게 혹은 엄격하게, 딱딱하게 혹은 융통성 있게 느끼는가?

- 만약 이 이미지를 맞볼 수 있다면, 그것이 실까, 달콤할까, 혹은 쓸까?
- 주된 색깔이 무엇인가, 이 이미지는 검정색인가, 흰색인가, 회색인가?
- 그것은 가까이 있는가, 혹은 멀리 있는가? 나는 그것을 이방인으로서 멀리에서 바라보는가, 혹은 내 두 눈으로 직접 보고 있는가?
- 내가 갖고 있는 이미지는 틀 안에 담겨 있는가, 혹은 틀이 없이 막연하게 퍼져 있는가?

나 자신이 의혹에 빠져 있는 상태를 어떻게 체험하는가에 대해 뚜렷한 표상이 눈앞에 나타나면, 나 자신이 자원이 풍부한 상태, 즉 바람직한 변화가 내게 일어났을 때의 나의 모습을 이 표상의 오른쪽 구석에 더 진하고 작게 만들어 낸다.

위에 열거된 질문들을 사용하여, 내가 원하는 뚜렷하고 분명한 이미지를 전개시킨다. 그 그림이 더 커지고, 더 밝아지며, 부피가 더 늘어나는 것이 보인다. 그 그림을 집어서 내가 더 이상 원하지 않는 먼저의 이미지에 던진다. 마치 부정적인 행동을 폭발시키며 허물어뜨리는 태양처럼, 긍정적인 이미지를 부정적인 이미지에 대고 빠르게 돌린다. 이렇게 하면서 내가 낼 수 있는 모든 열성을 다해 “와!”하고 탄성을 발한다. 이렇게 하는 목적은 앞서의 긍정적인 행동을 나타내는 작은 이미지가 본래의 큰 이미지를 대치하되, 더 크고 더 밝은 내가 원하는 나 자신의 이미지로 대치하는 것을 느끼고 보기 위해서이다.

나 자신이 되고자 가장 열심히 원하는 그 누구 그리고 그 무엇, 즉 하느님이 아름다운 인간으로 만들어 주신 나 자신이 되는 멋진 기쁨을 느껴 보도록 한다. 그런 다음 상상을 중단하기 위해 잠깐 눈을 뜬다.

다시 눈을 감고 이 ‘획 스치기’를 반복한다. 또 다시 내가 바꾸고 싶은 것의 이미지를 크게 상상해 본 후, 작은 이미지가 더 밝게 자라나 큰 이미지를 스쳐 지나가는 것을 상상해 본다. 잠시 멈추고 그것을 느껴본 다음, 두 눈을 뜬다. 다시 눈을 감고 ‘획 스치기’를 가능한 한 빠르게 대여섯 번 반복한다.

이 모든 과정을 즐기도록 한다.

좀더 그리스도처럼 된 나 자신의 새로운 모습에 기뻐하는 마음으로 토마와 일치하여,

주여 나를 받으소서 제5권

“나의 주님, 나의 하느님!”이라고 말한다.

+마침기도

나의 깊은 소망과 감사함을 그리스도께 마음으로 말씀드리며, 그분과의 대화로 나의 기도를 마친다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 것 중에 앞으로 이 접근 방법을 사용하는 데 있어서 도움이 될 것을 영적일기에 적는다.

넷째 주, 둘째 날

웃음과 눈물 속에서

필립비 4, 4-9

주님과 함께 항상 기뻐하십시오. 거듭 말합니다. 기뻐하십시오. 여러분의 너그러운 마음을 모든 사람에게 보이십시오. 주님께서 오실 날이 얼마 남지 않았습니다. 아무 걱정도 하지 마십시오. 언제나 감사하는 마음으로 기도하고 간구하며 여러분의 소원을 하느님께 아뢰십시오. 그러면 사람으로서는 감히 생각할 수도 없는 하느님의 평화가 그리스도 예수를 믿는 여러분의 마음과 생각을 지켜 주실 것입니다.

형제 여러분, 끝으로 여러분에게 당부합니다. 여러분은 무엇이든지 참된 것과 고상한 것과 옳은 것과 순결한 것과 사랑스러운 것과 영예로운 것과 덕스럽고 칭찬할 만한 것들을 마음속에 품으십시오. 그리고 나에게서 배운 것과 받은 것과 본 것을 실행하십시오. 그러면 평화의 하느님께서 여러분과 함께 계실 것입니다.

해설



주여 나를 받으소서 제5권



이 동요가 반영하듯이 하느님께서 어린이들이 웃는 것처럼 웃으시며, 어린이들의 마음으로 노래하신다.

어린이들의 자연스럽고 완전히 얽매임이 없는 웃음은 하느님께서 모든 어린이들을 위해 바라시는 행복의 본질을 포착하고 있다. 우리가 키가 커지고 성숙해지는 것이라고 일반적으로 알고 있는 상태가 된다고 해서 그것이 우리의 자연스러움과 기쁨을 억눌러서는 안 되겠다.

어른으로서 우리들은 사회의 특성인 수많은 적대 행위와 파손의 모습을 대하게 된다 할지라도, 삶에서 우리가 갖는 기쁨은 부단한 것일 수 있다. 우리의 행복은 모든 것이 완전할 때만, 혹은 고통이 없을 때만 있을 수 있는 그런 것은 아니다.

다시 말해서, 우리는 알렐루야를 부르기 위해 천국이 도래하길 기다릴 필요는 없는 것이다. 부활절의 그리스도께서 여기 계신다; “즐거운 노래가 울려 퍼지는 계절이 왔다”(아가 2, 12)

부활절은 잉태의 신비처럼 하나의 신비이다. 그것은 충만함이며 그리고 기다림이다. 우리의 가슴은 부활절로 가득 차 있지만 또한 그리스도께서 오시기로 예정한 시간, 즉 최후의 시간을 기다리는 간절한 기대 속에서 대기하고 있다.

“기뻐하시오”라고 바울로는 그리스도교 공동체에게 말한다. “성사와 찬송가와 영가를 부르며 감사에 넘치는 진정한 마음으로 하느님을 찬양하십시오”(골로 3, 16).

번민과 고통으로 팽팽하게 긴장된 세계에서 소외감을 느끼는 우리는 구약에 나오는

귀양살이하는 유대인들의 비탄을 그대로 되풀이하지 않을 수 없다: “우리 어찌 야훼님 노래를, 남의 나라 땅에서 부를까 보냐?”(시편 137, 4).

새로운 창조를 이루려는 우리는 힘과 인내심을 얻기 위해 예수의 말씀과 모범에 기대인다. 그리스도께서 기꺼이 고통을 껴안으셨고 그 결과로서 그 후 영광으로 오르신 것은 고통이 행복에 장애가 되는 것이 아님을 확인해 주는 징표이며 약속이다. 그분의 다음과 같은 말씀은 우리를 안심시킨다: “당신들이 근심에 잠겨도 그 근심은 기쁨으로 변할 것입니다”(요한 16, 20).

그리스도 안에서 하느님께서는 항상 가까이 계신다.

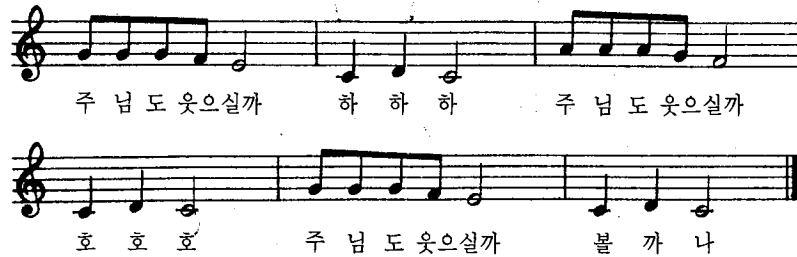
피터 에이브라드의 인생에 일어난 감동적인 사건을 보면, 하느님께서 사랑으로 우리 곁에 계시다는 사실을 절실히 깨닫게 된다.

피터와 그의 친구인 티벌트는 숲 속에서 마치 굉장한 아픔에 쌓인 어린아이의 울음소리 같은 날카로운 외침을 들었다. 그들은 덮에 걸린 자그마한 토끼 한 마리를 발견했다. 그들이 토끼를 놓아 주자, 그 토끼는 피터의 팔 안으로 부비고 들어오더니 죽고 말았다.

“에이브라드의 가슴을 찢어 놓은 것은 토끼가 믿음을 갖고 마지막으로 지른 비명이었다…… ‘티벌트’, 그는 친구에게 말했다: ‘너 하느님이 있다고 생각하니? 내게 무슨 일이 일어나든지 그건 내가 자초한 거야. 그렇지만 이 토끼가 무슨 짓을 했겠니?’ 티벌트는 고개를 끄덕이며 말했다. ‘알아’, ‘단지 이 일에도 하느님이 있다고 난 생각해.’ 에이브라드는 날카로운 시선으로 올려다 보았다. ‘이 일에도?’ ‘이 일이 우리를 괴롭히는 것처럼 하느님도 괴롭힌단 말이니?’ 티벌트는 또 다시 고개를 끄덕였다…… ‘그래, 이 모든 것은’ 이라고 말하며 그는 축 늘어진 토끼의 시체를 툭 건드렸다. ‘우리 때문이야. 그렇지만 하느님께서 언제나 고통을 겪으시지. 우리보다도 더 많이.’ 혼란해진 에이브라드는 티벌트를 바라보았다…… ‘티벌트, 너 갈바리(수난)를 뜻하는 거니?’ 티벌트는 머리를 가로 저으며 말했다. ‘아냐, 그건 단지 한 단면일 뿐이야. 우리가 지금 본 한 단면, 저것처럼.’ 그렇게 말하며 그는 그들 곁에 있는 가운데가 톱으로 잘리워나간 나무를

가리켰다. 저기 저 까만 테를 좀 봐, 그건 나무 전체를 통해 아래위로 나있어. 그렇지만
 년 가로로 잘리워진 곳만 보게 돼, 그리스도의 생애도 바로 그랬어. 우리가 본 것은
 하느님의 일부분일 뿐이야. 그런데 우린 하느님에 대해서도 나무처럼 생각해. 그리스도
 께서는 친절하셨고, 죄를 용서하셨고, 사람들을 고쳐주셨기 때문이지. 그리스도를 통해서
 그 일이 일어났었던 적이 있기 때문에 우린 하느님께서 영원히 그러하실까라 생각하지.
 괴로움은 빼 놓고 말야. 고통은 마침내 없어진 듯이 말이지. 우린 그것이 멈췄다고 생
 각하지.’ 에이브라드는 그를 쳐다봤다. ‘그렇다면, 티벨트!’ 그는 천천히 말했다. ‘넌
 이 모든 것이…… 세상의 모든 괴로움이 그리스도의 십자가라고 생각한단 말이지?’
 ‘하느님의 십자가지’라고 티벨트는 말했다. ‘그리고 그건 계속되고 있지.’ ‘빠뜨리빠스적
 이론이야’라고 에이브라드는 무감동하게 중얼거렸다. ‘그렇지만, 아이구 하느님, 그게
 만일 사실이라면 티벨트, 분명 그럴꺼야. 적어도, 그 이면에는 진실인 그 무엇인가가 있어.
 그리고 우리가 그걸 찾을 수만 있다면 이 세상 전체를 되찾을 수 있을텐데.’”

기쁨과 슬픔의 리듬 안에 잠겨 있는 우리는 부활절의 사람들이다. 그리스도 안에서,
 하느님께서는 매우 가까이 계신다. 하느님께서는 우리처럼 웃으실 뿐만 아니라, 우리처럼
 울기도 하신다. 하느님의 현존 안에 있는 것은 기쁨 안에 있는 것이다.



기도 안내 : 부활절 소망(두번째 훈련)

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+접근 기도

다음과 같은 바울로의 말이 들린다: “기뻐하십시오…… 여러분들은 무엇이든지 좋은 것을 마음속에 품으십시오.” 바울로의 지시를 따르며, 다음의 구절을 다시 읽고 그것이 마음속에 흡수되도록 한다. “여러분은 무엇이든지 참된 것과 고상한 것과 옳은 것과 순결한 것과 사랑스러운 것과 영예로운 것과 덕스럽고 칭찬할 만한 것들을 마음속에 품으십시오. 그리고 내게서 배운 것과 받은 것과 들은 것과 본 것을 실행하십시오. 그러면 평화의 하느님께서 여러분과 함께 계실 것입니다”(필립 4, 8).

전날의 접근 기도로 되돌아가서 그것을 되풀이 한다. 내 안에 계신 부활하신 그리스도의 성령을 완전히 생활화하는 나의 모습을 상상하며 그 모습을 사유하는 기쁨을 만끽한다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌을 영적일기에 적는다.

요한 21, 1-18

그 뒤 예수께서 티베리아 호숫가에서 제자들에게 다시 나타나셨는데 그 경위는 이러하다. 시몬 베드로와 쌍둥이라는 토마와 갈릴래아 가나 사람 나타나엘과 제베대오의 아들들과 그 밖의 두 제자가 한자리에 모여 있었다. 그때 시몬 베드로가 “나는 고기를 잡으러 가겠소”하자 나머지 사람들도 같이 따라 나섰다. 그들은 배를 타고 고기잡이를 나갔으나 그 날 밤에는 아무것도 잡지 못하였다. 이튿날 날이 밝아 올 때 예수께서 호숫가에 서 계셨다. 그러나 제자들은 그분이 예수이신 줄을 미처 몰랐다. 예수께서 “얘들아, 무얼 좀 잡았느냐?”하고 물으시자 그들은 “아무것도 못 잡았습니다”하고 대답하였다. “그물을 배 오른쪽에 던져 보아라. 그러면 고기가 잡힐 것이다.” 그들이 예수께서 이르시는 대로 그물을 던졌더니 그물을 끌어 올릴 수 없을 만큼 고기가 많이 걸려 들었다. 예수의 사랑을 받던 제자가 베드로에게 “저분은 주님이십니다”하고 말하였다. 주님이시라는 말을 듣자 옷을 벗고 있던 시몬 베드로는 몸에 겹옷을 두르고 그냥 물 속에 뛰어들었다. 나머지 제자들은 고기가 잔뜩 걸려 든 그물을 끌며 배를 저어 육지로 나왔다. 그들이 들어갔던 곳은 육지에서 백 미터쯤밖에 떨어지지 않은 곳이었다. 그들이 육지에 올라와 보니 숯불이 있고 그 위에 생선이 놓여 있었다. 그리고 빵도 있었다. 예수께서 제자들에게 “방금 잡은 고기를 몇 마리 가져오너라”하고 말씀하셨다. 시몬 베드로는 배에 가서 그물을 육지로 끌어올렸다. 그물 속에는 백순세 마리나 되는 큰 고기가 가득히 들어 있었다. 그렇게 많은 고기가 들어 있었는데도 그물은 터지지 않았다. 예수께서 그들에게 “와서 아침을 들어라”하고 말씀하셨다. 제자들 중에는 감히 “당신은 누구십니까?” 하고 묻는 사람이 없었다. 그분이 바로 주님이시라는 것이 분명하였기 때문이다. 예수께서는 제자들에게 가까이 오셔서 빵을 집어 주시고 또 생선도 집어 주셨다. 예수께서 부활하신 뒤 제자들에게 나타나신 것은 이것이 세번째였다.

모두들 조반을 끝내자 예수께서 시몬 베드로에게 “요한의 아들 시몬아, 네가 이 사람들이 나를 사랑하는 것보다 더 나를 사랑하느냐?”하고 물으셨다. 베드로가 “예, 주님, 아시는 바와 같이 저는 주님을 사랑합니다”하고 대답하자 예수께서는 “내 어린 양들을 잘 돌보아라”하고 이르셨다. 예수께서 두번째 “요한의 아들 시몬아, 네가 나를 정말 사랑하느냐?”하고 물으셨다. “예, 주님, 아시는 바와 같이 저는 주님을 사랑합니다.” 베드로가 이렇게 대답하자 예수께서는 “내 양들을 잘 돌보아라”라고 이르셨다. 예수께서 세번째로 “요한의 아들 시몬아, 네가 나를 사랑하느냐?”하고 물으시자 베드로는 세 번이나 예수께서 “나를 사랑하느냐?”하고 물으시는 바람에 마음이 슬퍼졌다. 그러나 “주님, 주님께서는 모든 일을 다 알고 계십니다. 그러니 제가 주님을 사랑한다는 것을 모르실 리가 없습니다”하고 말하였다. 그러자 예수께서 “내 양들을 잘 돌보아라”하고 분부하셨다. 이어서 “정말 잘 들어 두어라. 네가 젊었을 때에는 제 손으로 띠를 띠고 마음대로 돌아다닐 수 있었다. 그러나 이제 나이를 먹으면 그 때는 팔을 벌리고 남이 와서 허리를 묶어 네가 원하지 않는 곳으로 끌고 갈 것이다”하고 말씀하셨다.

해설

푸에블로 원주민들은, 그들이 맞이하지 않으면 새벽은 밝아지지 않으며 태양도 떠오르지 않는다고 믿었다. 이 고대의 가르침이 전하는 메시지를 주의깊게 듣기 위해서는, 깨어나기를 기다리며 우리의 내면에 잠자고 있는 내적인 진실인 원시시대의 지혜를 받아들이기 위해 우리의 마음을 열어야 한다.

베드로와 제자들이 바다로 고기잡이를 나간 것은 밤이었다. 예수께서 죽으신 바로 직후, 혼란과 비탄을 체험했던 그들은 아무 목적없이 항상 그들이 가장 익숙해 있던 일로 되돌아간 것이다. 그들은 밤새도록 고기잡이를 했으나 아무것도 잡지 못하였다. 상심에 빠진 그들은 새벽이 오기를 기다렸다.

과거에 살았던 사람들이 그러했던 것처럼, 그리고 미래에 살아갈 사람들이 그러할 것

처럼, 그들의 가슴은 이른 아침의 따스함이 영혼의 밤이 지닌 어둠을 뚫고 퍼져나오기를 갈망하였다.

우리의 갈망 그 자체가 바로 우리의 이름을 부르시며 우리를 깨우시는 하느님의 목소리이다. 그 갈망은 우리로 하여금 일어나서 빛이 쏟아져 나오는 것을 지켜보도록 재촉한다. 어둠과 빛이 하나가 되는 것, 기다리면서 지켜보는 사람들인 우리가 새벽의 파수꾼이 되는 것은 바로 새벽이 시작되려는 순간, 즉 신비의 순간이었다.

부활의 새벽은 그것을 맞이하는 사람들의 마음과 정신을 자유롭게 한다. 이 해방은 공간과 시간의 제한이 없다.

마치 물결치는 우주의 음악처럼, 새벽의 빛은 떠오르기도 솟아나기도 한다. 그렇게 하여 야침이 온다. 태양은 회복시키며 아픔을 낫게 하는 따스함으로 지구를 비춘다. 활동적이며 자유로운 태양의 빛은 변화무쌍한 새로움과 기쁨의 모양을 창조하면서 지구의 그림자 가운데에서 노닌다.

나는 빛으로서 세상에 왔습니다.

그러므로 누구든지 나를 믿는 사람은

어둠 속에서 살지 않을 것입니다(요한 12, 46).

어둠 속에서 지키고 있는 사람들, “주님을 고대하는”(이사 40, 31) 사람들은 우주의 빛이신 부활하신 그리스도를 향한 매체이다.

새벽에 그들에게 인사하는 반가운 목소리에 용기를 얻은 제자들은 재빨리 대답했다. 그들은 머뭇거림 없이 곧 그물을 다른 쪽으로 던져서 많은 고기를 잡아 올렸다. 고기가 굉장히 많이 잡힌 것을 보고 그들은 예수를 알아보았다. 그 기적적인 순간이, 어리둥절하여 그들의 시야를 가리고 있던 베일을 벗겨내었다.

“저분은 주님이십니다.”

그리스도께서 부활하셨다는 말을 처음 전해 듣고 간절한 심정으로 무덤에 달려갔었던 베드로는(요한 20, 3), 이제 그가 사랑하는 그리스도를 부둥켜 안으려고 성급하게 물 속으로 뛰어들어 바닷가로 헤엄쳐 갔다. 가장 암울했던 순간에 주님을 부정하는 나약함을 보였던 베드로는 이제 주님과 다시 만나기 위해 준비하고 있는 것이다.

먼동이 트는 이른 새벽에, 예수께서는 새로운 창조를 위한 즐거운 잔치에 참석하도록 제자들을 초대하시는 것이다. 빵과 생선만의 간단한 식사를 나누는 친밀함 속에서 그들은 주님께서 계속해서 그들과 함께 계심을 확신하였다.

그들은 모두 함께 모였다. 똑같은 제자들, 똑같은 바닷가, 똑같은 그물, 똑같은 고기 잡이, 그러나 모든 것이 달라졌다! 부활하신 그리스도께서 기쁨 안에서 그들 앞에 서 계신 것이다! 그분의 빛과 권능이 이제 그들의 것이 되었다.

그 날로부터 그들의 삶은, 사랑이 다시 살아난 것을 축하하려는 수많은 사람들을 이끌어들이기 위해서 온 세상으로 던져질 것이다. 그리스도의 사명은 이제 그들의 것이 되었다.

베드로의 겸양은 우리가 우리 자신의 실패와 약점을 받아들일 수 있도록 도움이 될 것이다.

그리스도께 대한 베드로의 열정적인 사랑과 새로운 공동체를 기꺼이 지키고 이끌어 나가려는 그의 의지는, 성령께서 우리에게 맡기시는 일에 우리가 개개인 나름대로 특유하게 응답할 수 있도록 도움이 될 것이다.

우리가 만약 성령의 인도, 즉 우리 안에 있는 내적인 지혜에 귀기울이며 그것을 따른다면, 그리고 아픔을 낮게 하시는 그리스도의 현존으로 우리 자신을 살찌운다면, 새로운 빛의 시대의 일치가 우리 안에서 우리를 통해서 기쁨에 찬 약속 안에서 이루어질 것이다.

지금은 새벽이다.

우리는 바닷가에 서 있다.

그리스도께서 우리에게 물으신다: “당신은 나를 사랑합니까?”

기도 안내 : 빛을 신뢰하다

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

그리스도와 함께 호숫가에 앉아 있는 나 자신의 정신적인 이미지를 그려본다. 우리를 둘러싸고 있는 주변 환경을 아주 자세히 상상한다.

여러 가지 색조를 띠고 있는 이른 새벽 하늘이 보인다.

내 피부에 와 닿는 아침 햇살의 따사로움이 느껴진다.

새 날이 밝으며 일으키는 부드러운 소리들, 바다의 파도소리……가 들린다.

나와 함께 계시는 예수를 본다. 그분의 존재를 우주의 빛으로서 체험하도록 해본다. 이 빛은 따스함과 사랑, 치료, 지혜, 권능, 그리고 기쁨을 발산한다. 내 몸의 모든 세포들을 열어 이 빛을 받아들인다. 이 빛을 온전히 흡수하기 위해 나의 내적 존재를 준비시킨다.

마치 나 자신 전체가 스폰지인 양, 그리스도로부터 발산되는 이 빛살을 가능한 한 모두 빨아들이는 체험을 한다.

그 빛을 신뢰하는 가운데, 나 자신이 그 빛 속에서 완전하게 인생을 살며, 강해지고, 아픔이 나아지며, 기뻐하도록 허락한다.

나 자신이 빛으로 가득 차게 되자, 내게로부터 빛이 나오는 것을 느낀다.

빛의 충만함 속에서 그리스도를 알아본다.

“저분은 주님이십니다.”

+마침기도

그리스도께 감사하고 찬미를 드리며, 그분과 진심에서 우러나는 깊은 대화에 들어간다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌을 영적일기에 적는다.

넷째 주, 넷째 날

은과 같이

II 고린토 1, 3-7

우리 주 예수 그리스도의 아버지 하나님을 찬양합니다. 그분은 인자하신 아버지이시며 모든 위로의 근원이 되시는 하나님으로서 우리가 어떤 환난을 당하더라도 위로해 주시는 분이십니다. 따라서 그와 같이 하나님의 위로를 받는 우리는 온갖 환난을 당하는 다른 사람들을 또한 위로해 줄 수가 있습니다. 우리가 그리스도와 함께 당하는 고난이 많은 것처럼 그리스도로 말미암아 받는 위로도 많습니다. 우리가 환난을 당하는 것도 여러분이 위로와 구원을 받게 하려는 것이며 또 우리가 위로를 받는 것도 여러분이 우리가 겪는 것과 똑같은 환난을 당할 때에 그것을 견디어냄으로써 위로를 맞볼 수 있게 하려는 것입니다. 여러분은 그리스도의 고난을 같이 당하고 있으니 그의 위로도 같이 받을 것입니다. 이것을 알기 때문에 여러분을 믿는 우리의 믿음이 든든합니다.

해설

진귀하고 값지며 고귀한 은은 지구에서 발견된 많은 요소들 중의 하나이다. 찬란하게 빛나는 은은 그것에 비추이는 거의 모든 빛을 반사시킨다. 모든 금속 중에서 은은 가장 높은 열과 전기의 전도율을 지니고 있다. 고귀한 요소들 가운데서 이것은 화학적으로 가장 활동적이다. 때로는 은이 자연 속에서 자유로운 요소로 생겨날 때도 있지만, 이것은 아주 흔히 다른 금속들과 섞여 있다.

은을 다른 광석들로부터 분리시키려면, 즉 이 금속을 정화시키려면, 정련 과정을 꼭 거쳐야만 한다. 은을 그것이 섞여 있는 혼합물로부터 분리하여 재생시키는 과정에서 사용되는 방법은 황산과 알칼리와 불과 전기 분해법을 사용하는 혁신적인 것이다. 은을

정련하는 데 사용되는 과정은 진실한 기독교인의 삶의 일부분이 고통과 같다고 볼 수 있다.

만군의 주 야훼가 말하노라……
내가 그들을 불가운데 던져,
은같이 정련하리라(즈가 13, 8-9).

만약 우리가 그리스도와 함께 운명을 같이 하기로 의식적인 선택을 한다면, 무거운 십자가의 무게를 우리가 체험하게 된다고 해서 놀라지도 않을 것이며, 인생의 기쁨이 주는 감미로운 위로를 기꺼운 마음으로 온전히 받아들이게 될 것이다. 만약 우리가 정말로 그리스도를 믿으며 그분의 모범을 따라 생활하려고 추구한다면, 고통과 위로는 밀접하게 병렬할 것이다. 그리스도의 죽으심과 부활하심은 우리 자신의 것이 된다. 인류의 진화 도상에서 그리스도의 삶은 “예”라고 응답하는 사람들 안에서 계속 펼쳐질 것이다.

사순절이 없는 부활절은 절대로 있을 수 없으며, 부활절이 없는 사순절도 절대로 있을 수 없다.

그처럼 혁신적인 과정에 우리 자신을 얹매는 것은 스스로에게서 지속적인 의무를 요구하는 것이다. 내적 및 외적인 갈등과 어두움을 지닌 우리의 일상 생활은 우리 자신을 교정하는 과정을 위한 기반이 된다. 우리의 개인적인 고통이 지닌 불과 신맛은 우리가 정화되고 궁극적인 자유를 찾는 데 혁신적인 요소로 작용한다.

역설적이게도, 우리가 교정되는 바로 그 불 속에서 우리는 하느님의 현존을 절실하게 체험하게 되는 것이다.

“그는 금을 정련하는 사람의 불같으며, 표백하는 사람의 표백제와 같으리라. 그가 은을 정련하여 깨끗하게 하는 사람같이 앉아서 레위 자손을 금과 은같이 깨끗하게 하여, 그들의 의로운 제물을 나 야훼께 바칠 수 있게 되리라”(말라 3, 2-3).

우리는 혼자가 아니다!

우리가 개인적으로 변화하는 데 요구되는 엄격함을 마주할 수 있도록 해주는 힘이 하나님의 현존과 함께 오는 것이다. 우리는 힘 안에서 문자 그대로 위로를 받는다; comfort (위로)의 어원은 fortis 인데 이 단어는 힘을 의미한다.

“너희 하나님이 가라사대, 너희는 위로하라, 내 백성을 위로하라”(이사 40, 1).

인생을 살아가는 동안 우리가 받아온 수많은 사랑의 선물들을 기억할 필요가 있다. 그 많은 선물들 중에는 하나님의 사랑을 우리에게 가져다 준 사람들도 있고, 우리의 예상을 훨씬 넘어서는 문제를 푸는 해결책들도 있으며, 모순되어 보이나 놀랍게도 진실된 발전을 우리에게 가져다 준 상황들도 있다. 하나님의 위로는 사카린이 아니다! 그것은 우리에게 강력한 위안이 되어 주며 그 보답으로, 다른 사람들이 그들의 정화 과정을 견디어 낼 때 우리도 그들을 위로할 수 있게 해준다.

이 정련 과정에서 마지막 축복이 되는 것은 교화되고 변모한 세계 공동체의 모습이다. 그것은 죽음의 십자가로부터 자유로워진 부활절의 세계이다.

하나님께서서는, 우리에게 주신 가장 큰 선물인 그리스도의 선물 안에서 생명의 힘을 놓아주신다.

“나는 이 세상에 불을 지르러 왔습니다”(루가 12, 49).

부활하신 그리스도께서는 우리에게 최상의 위로이시다!

기도 안내: 은그릇

+매일기도 양식(23쪽)

하나님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하나님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 창조적인 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

나는 상상 속에서 나의 왼쪽 손 안에 가장 순수한 은 한 덩어리를 가지고 있다.

나의 손 안에 있는 이것의 감촉, 무게, 그 표면의 부드럽고 매끄러운 촉감을 감상한다.

마치 그 자체가 빛을 품고 있듯이 빛을 반사하는 그 은의 아름다운 광택을 감상한다.

한동안 그 은을 단순히 즐긴다.

그런 다음 은이 내가 도안한 컵이나 성작의 모형 안에서 형태를 이루는 것을 상상한다.

그것의 크기와 모양과 장식을 매우 자세하게 상상한다.

만약 컵을 그리고 싶다고 느낀다면, 간단하게 또는 상세히 공들여서 그려보도록 한다.

+마침기도

기도중에 체험했던 것을 반성할 때 마음속에서 하고 싶던 일들을 말씀드리며 그리스도와 대화에 들어간다.

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌이나 깨달음을 영적일기에 적는다.

넷째 주, 다섯째 날

나를 바라보시오

I 고린토 3, 16-17

여러분은 자신이 하나님의 성전이며 하나님의 성령께서 자기 안에 살아계시다는 것을 모르십니까? 만일 누구든지 하나님의 성전을 파괴하면 하나님께서도 그 사람을 멸망시키실 것입니다. 하나님의 성전은 거룩하며 여러분 자신이 바로 하나님의 성전이기 때문입니다.

해설

“오, 엄마…… 정말로 날 본 것처럼 일분간만이라도 날 바라보세요”(3막).

쏟던 와일더의 연극 ‘우리 마을’의 주인공인 에밀리는 죽어서 생전의 세계로 다시 돌아오도록 허락을 받으나 사람의 눈에는 보이지 않는다. 에밀리는 그녀의 생애 중에서 어떤 날 하루로 돌아가도 좋다고 허락을 받게 되어, 그녀에게는 행복한 날인 열두번째의 생일을 택한다. 그러나 그녀가 체험하게 되는 것은 예상했던 것처럼 즐거운 것이 아니다.

죽음이 그녀에게 부여해 준 강해진 의식 속에서 그녀는 새로운 눈으로 보게 된 것이다. 그녀는 ‘살아 있는 사람들이 얼마나 어둠 속에서 살아가는가’를 보게 되고 그것을 슬퍼한다. 그들은 전혀 “서로를 바라보지 않으며…… 모든 일이 일어나고 있었는데 우리 전혀 그것을 알아채지 못했다”(3막).

“정말로 날 본 것처럼 일분간만이라도 날 바라보세요.”

우리가 만약 마음을 고요하게 간직하고 귀를 기울인다면, 우리는 모든 창조물을 통하여 반향되는 이 말을 듣게 될 것이다. 우리가 만약 땅-바위들, 흙, 풀-에다 대고 귀를 기울인다면, 우리는 “나를 바라보세요”라는 말을 듣게 될 것이다.

우리가 만약, 동물-야생이건 길들인 것이건-에게 가까이 기대어 본다면, 그들은 “나를 바라보세요”라고 간청할 것이다.

우리가 만약 주의깊게 귀를 기울인다면 바다가 내는 소리조차도 “나를 바라보세요”라는 메시지를 담고 있을 것이다.

그리고 우리가 만약 바라본다면 정말로 바라본다면, 각 사람의 눈에 마다 적혀 있는, “정말로 나를 본 것처럼 나를 바라보세요”라는 말을 보게 될 것이다.

우리가 만약 정말로 그들을 바라본다면, 무엇을 보게 될까? 의심할 나위없이, 우리는 소중한 그 사람의 깊이를 보게 될 것이다. 우리는 그들에게서 하느님의 모습을 엿볼 수도 있을 것이다!

하느님의 현존에서는 모든 창조물이 투명하다. 인생의 단편들은 제아무리 하찮은 것 일지라도 전체가 지니고 있는 거룩함을 함께 나눈다. 모든 창조물은 하느님에게서 하느님 자신을 선물받았다. 모든 것은 관상할 가치가 있다.

우리가 살고 있는 이 세상에서 그리고 우리 자신 안에서 하느님을 본다는 것은 하느님의 사랑의 선물을 받아들이는 가운데 충만하게 생활하는 것이다. 그것은 모든 창조물이 지닌 고결함을 굳건하게 그리고 부드럽게 지키는 것이다.

사랑의 눈으로 보여지고 또한 본다는 것은 사랑의 에너지를 더 멀리 놓여나게 하는 것이다. 에너지는 에너지를 불러일으킨다! 그것이 힘을 일으킬 때, 존재의 일치가 전개된다. 모든 창조물은 하느님을 찬미하는 거룩한 공동체가 되는 것이다. “당신은 하느님의 성령이 당신 안에 살고 계시다는 것을 깨닫지 못했습니까?”

에밀리는 우리에게 이렇게 질문을 던진다: “사람들은 인생을 살아가면서 매 순간, 매 순간마다 그 인생을 깨달을까요?”(3막).

기도 안내: 매 순간의 선물

주여 나를 받으소서 제5권

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 관상(26쪽)

나 역시 에밀리처럼 죽었다고 상상한다. 나도 현세로 돌아올 수 있는 하루를 허락받았다.

내가 살았던 인생의 날들 중에서 어떤 날로 되돌아갈 것인가를 생각해 본다.

그 날과 장소와 사람들을 자세히 기억하면서 하루를 지낸다.

내가 다시 살아내기를 그리고 더욱 완전히 살아내기를 가장 갈망하는 것이 무엇인가를 나 자신에게 묻는다.

내게 주어진 이 하루를 지내면서 내 앞에 나타나는 외양들과 짜임새들을 예리하게 느껴본다. 새로운 시야로 그것들을 바라보게 된 지금 나의 느낌은 어떠한가?

나의 이 하루가 지닌 공간에 스며 있는 냄새들, 즉 요리 냄새와 다른 가족들과 친구들, 그리고 자연의 냄새를 깨닫도록 한다. 나 자신의 냄새도 알아챈다.

내가 택한 날의 식사를 상기하면서, 특유한 많은 맛을 즐기며 음식의 맛을 본다.

나는 어떤 소리를 더 예민하게 듣는가? 아버지의 목소리인가? 어머니의 발자국 소리인가? 바람 소리인가? 어떤 특별한 음악 한 곡인가?

깊이 생각해 본다. 내가 가장 보고 싶은 것은 누구의 얼굴인가? 내가 깊이 들여다볼 때 그 사람의 얼굴에서 보이는 것은 무엇인가?

기억할 만한 이 날을 예리하게 바라보면서, 나는 자주 멈추어 이 하루라는 천을 짜낸 모든 사람들, 모든 장소들, 모든 것들이 지닌 선물을 경건한 마음으로 소중히 아낀다.

공간과 시간을 갖고 처음 순간에는 놓쳤었던 모든 것을 완전히 즐기도록 한다.

+마침기도

하느님께서 이 새로운 시야의 선물을 내게 주시어 매 순간과 모든 사람들이 지니고 있는 귀중함을 감지할 수 있도록 그리고 어떻게 하느님께서 현존하시며 그들 안에서 보여지시는 지를 감지할 수 있도록 해주십시오 기도중에 청한다.

그처럼 완전한 사랑이 주어진데 대해, 나 자신을 완전히 바쳐 그에 응답하기를 갈망한다. 다음의 기도를 바친다: “주여 받으소서, 나의 모든 자유, 기억, 이해 그리고 나의 모든 의지를, 내가 갖고 있으며 내 것이라고 부르는 모든 것을, 당신께서 이 모든 것을 내게 주셨습니다. 주여, 나는 당신께 이 모든 것을 돌려드립니다. 모든 것이 당신 것입니다. 당신이 원하시는 대로 하소서. 오직 당신의 사랑과 은총을 주소서. 내게는 그것만으로도 충분합니다”(영신수련).

+기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음을 영적일기에 적는다.

넷째 주, 여섯째 날

반복

기도 안내

+매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+구하는 은총

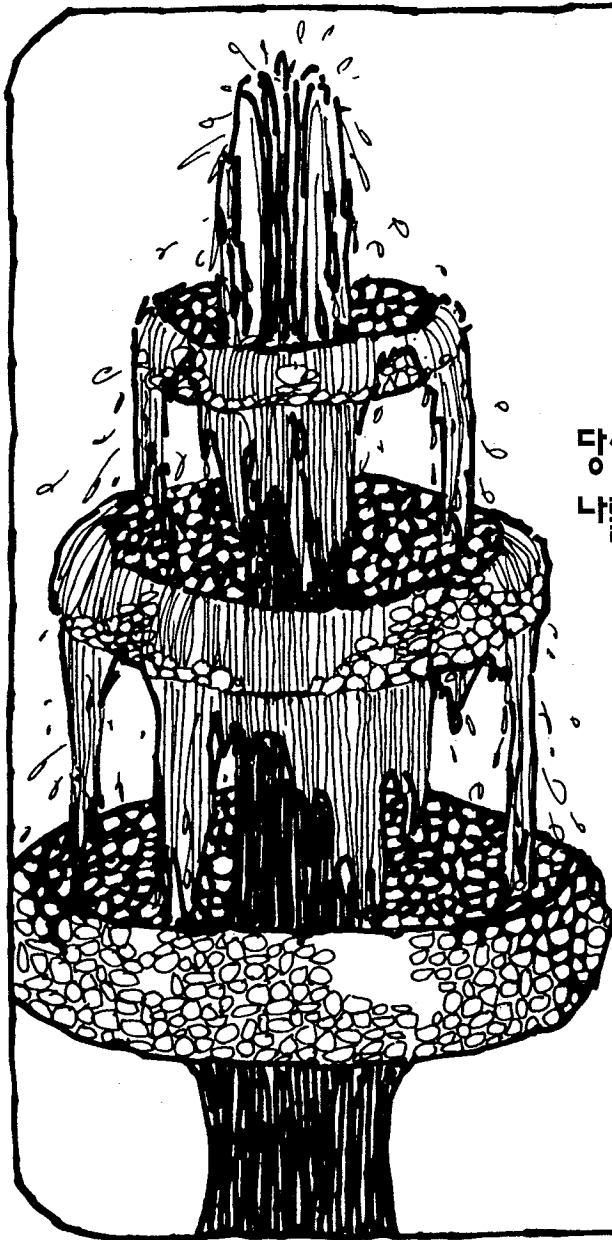
부활하신 그리스도의 기쁨을 함께 깊이 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다.
내가 가장 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던, 혹은 깨달음을 얻었던, 혹은 혼동을
체험했던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다.
마음을 열고 그 대목 속에서 내게 하시는 하느님의 말씀을 다시 듣도록 한다.

+기도 후 반성

이 두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험, 혹은 깨달음을 영적일기에 적는다.



당신은
영광
나를 사랑하니까 ?

당신은
영광
나를 사랑하니까 ?

당신은 나를
영광
정말 사랑하니까 ?

- 요한 21, 15, 17

다섯째 주, 첫째 날

생명의 샘

마태오 28, 16-20

열한 제자는 예수께서 일러 주신 대로 갈릴래아에 있는 산으로 갔다. 그들은 거기에서 예수를 뵈고 엎드려 절하였다. 그러나 의심하는 사람들도 있었다. 예수께서는 그들에게 가까이 오셔서 이렇게 말씀하셨다. “나는 하늘과 땅의 모든 권한을 받았다. 그러므로 너희는 가서 이 세상 모든 사람들을 내 제자로 삼아 아버지와 아들과 성령의 이름으로 그들에게 세례를 베풀고 내가 너희에게 명한 모든 것을 지키도록 가르쳐라. 내가 세상 끝날까지 항상 너희와 함께 있겠다.”

해설

모든 시대에 걸쳐 인간의 마음은 사랑과 희망의 징표를 갈구한다. 신선한 물이 담긴 물병을 들고 있는 수병자리인 별자리가 근대 몇몇 사람들에게는 이처럼 심오한 갈구를 나타내는 상징이 되고 있다.

그리스도께서 성령의 권능으로 세례가 베풀어진 강물에서 나오셨을 때, 그분은 영원한 생명의 물을 이 세상에 가져오셨다(요한 4, 13-15). 그분의 말씀과 행위, 설교하시고 가르치시며 병을 낫게 하시는 행위에는 성령의 생명이 담겨 있었다. 자신이 받은 죽음과 부활의 세례를 통해서(루가 12, 50) 그분께서는 성령이 지닌 권능의 충만함 속으로 들어가셨다.

이것은 모든 시간과 공간에 뛰어드는 그리고 그것들을 초월하는 무제한의 힘이다. 성령의 충만함으로 그리스도께서는 우리 안에 새로운 생명의 힘을 창조하신다. 세례를 받았으며 그분을 따르는 우리들 역시, 하느님과 그리고 서로서로와의 발전되는 관계의 특성을 띠고

있는 동적인 사랑의 흐름 속에서 활력을 얻게 된다.

이 정신을 함께 나누는 사람들로서 우리들은 그리스도께서 하셨던 것처럼 설교하고, 가르치며, 아픔을 낫게 하도록 권능과 임무를 부여받았다. 이 세상으로 놓여난 성령의 힘은 부활하신 그리스도를 통해서 모든 것들을 하느님께로 이끌어 준다. 성령의 힘을 통해서, 완성과 가능성에 대한 새로운 자각이 우리의 가장 깊은 의식의 샘으로부터 일어난다. 신선한 생명이 이제 막 시작되고 있다!

이 새로운 시대를 환영한다는 것은 사랑을 계속해서 흐르는 샘으로 상상하는 것이다.

이 샘의 입구로부터 모든 사람들을 위한 하느님의 지탱해 주는 말씀이 흘러나온다. 이 샘의 신성한 우주의 중심으로부터 솟아오르며, 창조적인 창생의 샘물이 그리스도께서 탄생의 역사를 이루시는 태내로 항상 흘러들어가며, 부활의 창조적인 정신을 지닌 세례반으로 항상 흘러들어간다. 이 세 부분으로 나뉘어진 생명의 샘은 계속해서 순결하게 하며, 정화시키며, 새롭게 하며, 쇄신시키는 완전한 원을 형성한다.

물병자리의(별자리의 일종 : 역자 주) 모습에서도 우리는 다른 사람들을 위해서 물을 지는 사람이 되어야 하는 우리 각자의 임무를 상기하게 된다. 그리스도에 대한 자각을 갖고 그 자각 안으로 세례를 받은 기독교인들은, 오메가의 생명수를 현대 우리의 세계가 지닌 사막의 메마름 속으로 가져올 수 있는 힘과 비전을 갖고 있다.

기도 안내 : 물 운반인

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

제자들과 함께 산상에 있는 나 자신을 상상한다. 그 날과 그 날의 여정을 아주 자세히 그려본다. 제자들의 얼굴에 나타나 있는 흥분을, 그리스도를 뵈고 싶은 그들의 열망을 눈여겨 본다. 나 자신의 기대감도 알아챈다.

우리에게 가까이 오시는 예수님을 본다. 제자들이 존경심을 갖고 그분 앞에 엎드려 절하는 모습을 지켜본다.

예수께서 우리에게 하시는 말씀을 귀기울여 듣는다. 예수께서 자신이 모든 권한과 힘을 받으셨다고 선언하시는 말씀을 듣는다. 이 세상 모든 사람들을 그분의 제자로 삼고 그들에게 세례를 베풀고 그들을 가르치라고 우리에게 임명하시는 말씀에 특히 초점을 맞춘다.

우리가 보내어지는 세상의 모습을 상상한다. 사막처럼 메말라 있는 광대한 지역이 보인다. 목말라하며 생명수를 극성스럽게 요구하는 사람들이 보인다. 물의 원천을 찾으려는 그들의 절망적인 고투가 보인다. 수많은 사람들이 그들의 내적인 갈증의 의미를 깨닫지 못한 채, 절망에 굴복하고 만다는 것을 알아챈다.

우물로 가듯이 그리스도께로 가서 그분의 성령을 깊이 들이마신다. 나의 영혼이 이 생명수가 지닌 소생과 갱신의 힘을 체험하도록 한다.

그분의 현존인 이 생명수를 누구에게 가져다 줄 것인지 생각한다. 그것을 어떻게 들고 갈 것인지, 나의 언행이 어떻게 이 생명을 전달할 것인지 생각한다.

막대한 요구인 이 세상 사람들의 갈증을 주시하자, “나는 세상 끝날까지 항상 당신들과 함께 있겠습니다”라고 내게 하시는 그리스도의 말씀이 들린다.

어떻게 해서 내가 혼자가 아닌지를 생각하고, 그리고 물을 진 사람으로서의 나의 인생이 그리스도와 함께 협력하고 있으며 그분이 성령 안에서 지탱받고 있다는 것을 생각한다.

+ 마침기도

그리스도와 함께 일하도록 부르심을 받은 기쁨에 대해 그분께 감사드리며 그분께 나의 인생을 맡긴다. 주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음을 영적일기에 적는다.

이사야 43, 8-13

눈이 있어도 보지 못하는 이 백성을
귀가 있어도 듣지 못하는 이 백성을 불러 모아라.
민족들이 벌써 다 모였고
부족들이 부름받고 모여 왔다.
그들 가운데 이렇게 될 것을 이미 알려 준 자가 있었느냐?
이런 일들을 앞질러 일러 준 자가 있었느냐?
증인이라도 있거든 내세워 증거를 제시하게 하여라.
우리가 듣고 수긍할 만한 증인이 있거든 말하게 하여라.
너희가 바로 나의 증인이다.
야훼의 말이다.
너를 뽑아 내 종으로 세운 것은
세상으로 하여금 너를 알고 믿게 하려는 것이요,
나밖에 없다는 것을 깨우치게 하려는 것이다.
손으로 빚은 신이 나보다 앞서 있을 수 없고
후에도 있을 수 없다.
나, 내가 곧 야훼이다.
나 아닌 다른 구세주는 없다.
내가 미리 말하였고 그 말한 대로 구원하였다.
이렇게 될 것을 일러 준 신이 나 말고 너희 가운데 있느냐?

너희가 곧 나의 증인이다.
야훼의 말이다.
나, 내가 곧 하느님이다.
처음부터 나밖에 없다.
내 손에 잡힌 것을 아무도 빼내지 못한다.
내가 하는 일을 아무도 뒤집을 수 없다.

해설

하느님의 종이며 증인인 지혜의 여인(Hakmot)이 야훼의 구원하시는 역사를 선포하기 위해서 도시를 출입하는 문에 이르렀다. 그녀의 얼굴에는 인생의 고통과 약속이, 이스라엘의 역사가 새겨져 있다. 그녀의 몸은 수많은 세월의 짐을 지고 있으나, 늘 새로운 젊음의 힘으로 빛나고 있다. 그녀는 그녀의 백성들에게 지혜의 여인으로 알려져 있다. 지혜의 여인(Hakmot)이 말한다 :

난 그곳 이집트에 있었네
채찍의 리듬에 맞추어
슬픔의 덩어리를 간직한 채
두려움으로 억눌리고
가슴이 무너졌네
집도, 목소리도, 아들도 없이.

난 홍해의 바닷가에 서 있었네
등 뒤에서는 공포가 질주하고

눈앞에서는 파도가 위협하며 일어섰네.

난 사십 년 동안 목말라했네
내 몸은 모래와 태양에 부대끼고
절망에 싸여 금송아지를 만들어 냈네
불타는 바람은 배신의 고통을 빙글빙글 돌렸네.

주님께서는 우리와 함께 계셨네
불타는 나무 속에서
사라지지 않는 희망 속에서
자유의 길 위에서
자유어로 향한 바닷길에서
바윗틈에서 새어나오는 물 속에서
만발한 만나 위의 아침 이슬 속에서.

지혜의 여인(Hakmot)이 말한다 :

난 그곳 예루살렘에 있었네
난 바라보았네
불신으로 흘리는 눈물을 통해서
꽂꽂 묶여진 상실감과 비애를 통해서
어린이들이 흘린 피를 통해서
수천리, 무거운 짐을 지고서.

난 바빌론에서 눈물을 흘렸네
 거섬, 거섬(Gershom),
 모든 것을 빼앗긴
 외로운 이방인
 나라도, 왕도, 제단도 없이
 칠십 년을 울었네, 나의 백성은
 칠십 년을 집을 그리며 피흘렸네, 나의 가슴은.
 주님께선 우리와 함께 계셨네
 위로하시는 현존으로
 힘이 되어 주시겠다는 약속으로
 성전의 정신으로
 말씀 안에 살아계시는 분으로
 웨바의 풍요로운 꿈으로
 살아계시는 집으로.

지혜의 여인, 학목(Hakmot)은 그녀의 젖가슴으로 진실한 하느님의 증인들에게 계속해서
 영양을 공급해 준다. 그녀는 역사 속에서 하느님의 현존을 깨닫도록 그녀의 제자들을
 가르치며, 우리와 함께 계신 하느님, 임마누엘을 증거하도록 그들에게 영감을 준다.

지혜인 학목은 부활절의 새벽에 서서 다음과 같이 선포한다: “너희 귀머거리들이 들
 어라, 너희 소경들이 밝히 보라!”(이사 42, 18).

“우리 하느님 야훼는 오직 한 분 야훼이시니, 너희는 너희의 온 마음과 영혼과 힘을
 다하여 너희 하느님 야훼를 사랑하라”(신명 6, 4-5).

기도 안내: 어린이들에게 말하라

주여 나를 받으소서 제5권

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

나 자신을 이야기꾼으로 상상한다. 내 가까이로 바싹 다가왔은 어린이들로 둘러싸여 앉아 있는 나 자신을 본다. 내 팔에 매달리는 아이들도 있고, 내 무릎에 앉아 있는 아이들도 있으며, 내 팔 안에 안겨 있는 아이들도 있다. 나 자신과 나의 가족의 이야기를 해주는 나의 말을 그들은 매우 열심히 듣고 있다.

나는 내 가족이 지닌 독특한 정신을 형성해 온 사건들과 사람들을 이 아이들을 위해 재창조해 낸다.

내 가족이 겪었던 고통과 어려움을 아이들에게 연관시켜서 아주 자세히 이야기해 준다.

기뻐던 일들과 잔치에 관한 이야기도 해준다.

이야기를 해주면서, 나는 아이들에게 우리 가족이 겪었던 체험에 생기를 불어넣어 주는 정신, 즉 용기, 두려움, 결단력, 지구력, 행복, 놀라움을 민감성을 갖고 전달해 준다.

하느님께서 우리 가족을 더 큰 지식과 이해로 그리고 사랑으로 이끄시기 위해 우리의 고통을 통해서 우릴 지탱해 주셨던 방법을 아이들에게 이야기해 준다.

마음이 내키면 나의 이야기를 영적일기에 적는다.

+ 마침기도

그처럼 지대한 사랑에 대한 감사로 가득차서, 하느님께 마음으로 친밀하게 이야기한다.

주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌을 영적일기에 적는다.

다섯째 주, 셋째 날

기쁨을 만나다

I 고린토 15, 3-8

나는 내가 전해 받은 가장 중요한 것을 여러분에게 전해 드렸습니다. 그것은 그리스도께서 성서에 기록된 대로 우리의 죄 때문에 죽으셨다는 것과 무덤에 묻히셨다는 것과 성서에 기록된 대로 사흘 만에 다시 살아나셨다는 것과 그 후 여러 사람에게 나타나셨다는 사실입니다. 그리스도께서는 먼저 베드로에게 나타나신 뒤에 다시 열두 사도에게 나타나셨습니다. 또 한 번에 오백 명이 넘는 교우들에게도 나타나셨는데 그 중에는 이미 세상을 떠난 사람도 있지만 대다수는 아직도 살아 있습니다. 그 뒤에 야고보에게 나타나시고 또 모든 사도들에게도 나타나셨습니다. 그리고 마지막으로 팔락동이 같은 나에게도 나타나셨습니다.

해설

“겉내지 마시오. 나는 여러분에게 기쁜 소식을 전하러 왔습니다. 모든 백성들에게 큰 기쁨이 될 소식입니다”(루가 2, 10).

부활하신 그리스도께서는 베드로와 열두 제자들에게 나타나셨으며, 오백 명이나 되는 사람들에게 나타나셨으며, 야고보와 바울로에게도 나타나셨다. “주님의 영광의 빛이 그들에게 두루 비쳤다”(루가 2, 9).

그들이 사랑했던 그분께서 돌아가셨다. 그들이 따랐던 분께서 묻히시어 무덤에 안치 되셨다. 죽음으로 인해 그들의 희망을 무산시켰던 그분께서 이제 그들에게 모습을 나타내신 것이다.

“주님의 영광의 빛이 그들에게 두루 비쳤다.”

눈에 보이지 않는 것이 이제 보여지게 된 것이다!

부활하신 그리스도를 만난 기쁨이, 그분의 죽음으로 인한 그들의 상실감과 이별을 상쇄한 것이다. 제자들이 그들 안에서 하나가 됨을 체험한 것은 바로 이 만남에서였다.

부활하신 그리스도를 만난 그들은 자신들의 신분을 발견하게 되었다. 그리스도 안에서 존재하는 자신들의 신분에 바탕을 둔 일치감을 갖게 해준 이 은총은 그들로 하여금 보여지지 않는 것을 볼 수 있게 해주었다. 이 새로운 힘 속에서 그들의 가슴은 그리스도를 온전히 받아들이도록 그리고 그분 안에서 나타나도록 열려졌다. 그들 안에서 하나가 되는 체험 속에 그들은 서로 일치하게 되었다.

그들 내에서 공감한 체험을 믿는 그들은 그리스도께서 죽으신 이후 일어난 그분과의 해후는 언제나 그분께서 주도하신다는 것을 안다. 그분의 죽음과 장례는 그들로 하여금 자신들의 무력함을 체험케 해주었다. 제자들 각자가 자기들의 나약함에 대한 인식과 부담감을 그들의 마음속에 품고 있었다. 베드로는 세 번씩이나 그리스도를 부인한 데 대한 거의 압도적인 죄의식으로 괴로워하였다; 바울로는 자신이 기독교 공동체 안에서 그리스도를 박해했었던 사실을 결코 잊어버릴 수 없었다.

그들은 매 부활절이 그들을 위한 충만한 그리스도의 사랑의 순수한 선물이라는 것을 아주 잘 깨닫고 있었다.

그리스도께서 들어오신 곳, 그리고 그분 자신을 드러내신 곳도 바로 자만심을 비워 낸 그들의 가슴 속에서였다. 기쁨이 거주할 곳을 찾은 것이다.

내면으로부터 나오는 거대한 원심력인 기쁨은 제자들을 예루살렘으로부터 밖으로 나가도록 하였다.

제자들이 그리스도와 해후하는 순간에 고대 이스라엘이 갖고 있던 열두 지파의 꿈이 실현되었다. 열두 사도들의 사명이 지닌 '기쁜 소식'을 통해서 예언되어온 사랑의 공동체가 탄생되었다.

기도 안내 : 부활절 선물

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 만트라(28쪽)

나의 무력한 부분을 생각하되, 특히 내 특유의 나약성과 그리고 그리스도로부터 오는 그에 부합되는 은총을 생각해본다: 예를 들어, 나의 의심과 그분의 신뢰; 나의 부정과 그분의 충실함; 나의 자만심과 그분의 겸양; 나의 두려움과 그분의 용기 등등.

그리스도의 용서하시는 사랑을 믿으며, 부활하신 그분의 현존을 받아들이고 바라볼 수 있도록 마음을 연다.

다음과 같이 만트라 형식으로 기도한다: “주 예수 그리스도, 부활하신 성자시여, 당신의 _____의 정신적 선물(제게 필요한 선물)을 제게 허락하소서.”

+ 마침기도

나의 인생에서 부활절의 현존이 되어주신 데 대해 그리스도께 감사하며, 그분과의 대화에 들어간다. 주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌을 영적일기에 적는다.

다섯째 주, 넷째 날

오, 강한 교환이여!

사도행전 1, 6-11

사도들은 다 같이 모인 자리에서 예수께 이렇게 물었다. “주님, 주님께서 이스라엘 왕국을 다시 세워 주실 때가 바로 지금입니까?” 예수께서는 이렇게 대답하셨다. “그 때와 시기는 아버지께서 당신의 권능으로 결정하셨으니 너희가 알 바 아니다. 그러나 성령이 너희에게 오시면 너희는 힘을 받아 예루살렘과 온 유대와 사마리아뿐만 아니라 땅 끝에 이르기까지 어디에서나 나의 증인이 될 것이다.” 예수께서는 이 말씀을 하시고 사도들이 보는 앞에서 승천하셨는데 마침내 구름에 싸여 그 모습이 보이지 않게 되셨다. 예수께서 하늘로 올라가시는 동안 그들은 하늘만을 쳐다보고 있었다. 그때 흰 옷을 입은 사람 둘이 갑자기 그들 앞에 나타나서 이렇게 말했다. “갈릴래아 사람들아, 왜 너희는 여기에 서서 하늘만 쳐다보고 있느냐? 너희 곁을 떠나 승천하신 저 예수께서는 너희가 보는 앞에서 하늘로 올라가시던 그 모양으로 다시 오실 것이다.”

해설

그리스도의 승천은 천국이 시작되었다는 발표이다!

마지막 날이 우리에게 다가왔다! 예수의 들어올림은 하느님의 거룩한 현존 속으로 이 세상을 들어올림이다. 이제 지금부터는 그 어느 누구도 그 어떤 사건도 그 사실을 변경시킬 수 없다. 그리스도 안에서 우리와 이 세상의 일부가 축복받게 되었다. 우리의 세상이 하느님의 가슴 안으로 틀림없이 받아들여졌다.

오, 강한 교환이여!

원이 완성되었다! 그리스도께서 탄생되실 때, 하느님께서 우리의 인간성 안으로 들어

오셨다; 그분의 승천으로, 그리스도께서는 우리의 인간성을 하느님께로 이끌어 주셨다.

태초부터 하느님께서는 모든 창조물들과 함께 거니셨다(창세 3, 8). 태초부터 우리는 하느님의 삶의 축복 안으로 이끌려졌다(창세 17, 1). 성탄절에 우리는 하느님께서 우리 안에서 그리고 이 세상 안에서 끊임없이 태어나심을 축하한다; 부활절의 승천의 신비 속에서 우리는 우리의 삶과 이 세상이 창조주 안에서 끊임없이 들어올려짐을 축하한다.

알렐루야! 우리의 삶과 이 세상이 나선상으로 움직이는 인생의 원을 이루는 기쁨에 찬 모멘트(순간) 안에 간직되어 있다!

이것을 믿는다는 것은 세상에 대한 견지를 완전히 달리하는 것이다. 그것은 그 어느 것도 그리스도의 사랑에서 우리를 떼어놓을 수 없다(로마 8, 39)는 확신과 용기를 갖고 생활하는 것이다.

죄악과 고통과 폭력은 여전히 존재할 것이다. 두려움과 전율은 여전히 존재할 것이다. 이러한 것들조차도 하느님 사랑의 원 밖에 있는 것은 아니다. 십자가의 고통과 포기는 그리스도의 지속되는 승리를 가져오는 동력의 일부이다. 그리스도께서 모든 것 안에 계시다는 신념을 갖고 굳건한 자세를 지니고 있으면, 우리는 압도되지 않을 것이다.

우리를 감싸고 있으며 지원해 주는 사랑보다 더 큰것은 아무것도 없다는 신념을 갖고, 균형있게 그리고 확신 속에서 견게 될 것이다.

“지금 이 세상에서 일어나는 모든 일은 그분의 승리의 결과이거나 아니면 그분의 십자가가 정복한 세속적인 권력들의 궁지에 몰린 전투”라는 것을 우리는 마음속 깊이 알게 될 것이다.

기도 안내: 마음의 교환

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 묵상(25쪽)

시에나의 성녀 가타리나는 예수께 자신의 마음을 가져가고 대신 그분의 마음을 그녀에게 달라고 기도하는 것으로 예수 승천 축일을 보냈다고 전해진다. 그녀는 내면적으로 그녀 자신을 온전히 그리스도께 바쳤다. 전해지는 말에 의하면 그녀는 자신을 바치자마자 즉시 날카로운 내적인 공허와 상실감을 체험했다고 한다. 나중에 그녀가 하느님의 압도적인 사랑과 기쁨으로 자기 자신이 가득해진 것을 체험했을 때, 비로소 그녀의 기도는 열매를 맺게 되었다.

가타리나 성녀가 자진해서 한 이 기도는 우리에게 승천 축일의 내면적인 의미를 말해 준다. 그리스도께서는 우리의 인간성 안으로 들어오셔서 우리의 인간됨을 그분 자신 안으로 취하시며, 그것이야말로 진정한 마음의 교환인 것이다.

하느님의 사랑에 대한 신뢰와 확신과 그 사랑의 힘 속에 바탕을 둔 신심깊은 기도 생활로부터 나온 가타리나 성녀의 강력한 영향은 그녀 자신을 훨씬 뛰어넘어 당대의 세상을 형성하는 데까지 미쳤다. 그녀는 교황을 아비뇽으로부터 로마로 돌아가도록 설득시키고는 원수지간인 도시 국가들 사이의 불화를 중재하였다.

하느님께 대한 가타리나 성녀의 사랑은 우리의 기도에 영감을 주며 우리로 하여금 우리 자신을 용감하게 뛰어넘도록 인도한다. 행동하는 가운데 관상을 행한 그녀의 모범은 그리스도 안에서 완성을 향해 나아가는 현대 세계 속에서 우리가 책임감을 갖도록 도와 주는 좋은 본보기이다.

이 거룩한 여인의 인도를 따라 나는 기도하는 마음가짐으로 나의 마음을, 나의 전존재를

주여 나를 받으소서 제5권

그리스도께 바친다.

그분의 현존이, 사랑의 마음이 나 자신 전부에게 스며들게 해주십시오 그리스도께 청한다.

나의 전존재와 이 세상 전체를, 모든 창조물들을 축복받은 상태로 들어올려 주십시오
하느님께 청한다.

+ 마침기도

깊은 감사와 찬미를 드리며 그리스도와 함께 진심어린 대화를 나누며 기도를 끝맺는다.

주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다. 마음에 내킨다면, 바치고 싶은
것을 적어 본다.

다섯째 주, 다섯째 날

부활절은 바로 지금

묵시록 21, 1-7

그 뒤에 나는 새 하늘과 새 땅을 보았습니다. 이전의 하늘과 이전의 땅은 사라지고 바다도 없어졌습니다. 나는 또 거룩한 도성 새 예루살렘이 신랑을 맞을 신부가 단장한 것처럼 차리고 하나님께서 계시는 하늘로부터 내려오는 것을 보았습니다. 그때 나는 옥좌로부터 울려 나오는 큰 음성을 들었습니다. “이제 하나님의 집은 사람들이 사는 곳에 있다. 하나님은 사람들과 함께 계시고 사람들은 하나님의 백성이 될 것이다. 하나님께서는 친히 그들과 함께 계시고 그들의 하나님이 되어서 그들의 눈에서 모든 눈물을 씻어 주실 것이다. 이제는 죽음이 없고 슬픔도 울부짖음도 고통도 없을 것이다. 이전 것들이 다 사라져 버렸기 때문이다.”

그때 옥좌에 앉으신 분이 “보아라, 내가 모든 것을 새롭게 만든다” 하고 말씀하신 뒤 다시금 “기록하여라, 이 말은 확실하고 참된 말이다” 하고 말씀하셨습니다. 또 이어서 이렇게 말씀하셨습니다. “이제 다 이루었다. 나는 알파와 오메가, 곧 처음과 마지막이다. 나는 목마른 자에게 생명의 샘물을 거저 마시게 하겠다. 승리하는 자는 이것들을 차지하게 될 것이며 나는 그의 하나님이 되고 그는 내 아들이 될 것이다.”

해설

“장미는 하얀 색이었는데 약간 분홍빛을 띠고 있었지…… 신부 들러리의 드레스는 연보라색이었는데 그건 그때 유행하는 색깔이었어…… 내 드레스는 19불이었는데 그건 일주일 분의 급료보다 많았던단다!”

일흔일곱 살의 노인이 자신의 결혼식 이야기를 딸에게 들려주고 있었다. 이야기를 하면서, 결혼식 때의 자신의 젊었던 시절을 돌이켜보는 그녀의 눈이 반짝거리며 얼굴은

환하게 밝아졌다.

노인의 딸은 지난 일을 이야기하는 이 순간, 매우 생기가 넘치는 그녀의 어머니를 보고 기뻐하며, 결혼식 날이 얼마나 생생하게 그녀 어머니의 가슴에 살아 있는지를 보고 놀라웠다.

사십 년 전에 남편의 죽음으로 인한 사별을 견디어 낸 사랑이 생과 사의 거리를 뛰어넘은 것이다. 이 값진 순간에, 하늘과 땅이 합쳐졌다. 늙은 과부의 가슴에 젊은 날의 신부가 살아 있는 것이다. 그녀가 완전히 포옹하며 포옹받을 때 얻게 될 기쁨을 기대하면서 “아직 때가 안 된” 일치를 기다리고 있다.

사랑하고 사랑받고자 하는 인간의 근본적인 갈망은 모든 역사를 통해 반향되어온 에너지이다. 마지막으로 변형된 이 세상으로, 다시 얻게 된 낙원으로, 새로운 예루살렘으로 창조물들을 이끌어 당기며, 모든 생명을 통해서 울려퍼지는 것은 신부의 희망의 노래이다.

그것은 부활절 축하가 주는 기쁨이다.

부활절의 초가 이 땅의 물이 담긴 세례의 태반(부활절 전야)으로 잠겨지면서 희망이 드러난다. 괴물의 거처라고 오랫동안 무서워했던 혼돈의 물 속에서 새로운 사랑의 탄생이 이루어진 것이다. 그리스도의 성령이 꿰뚫고 들어간 물은 창조물들의 갈망으로 인한 갈증을 영원히 꺼줄 힘을 갖게 되었다.

그리스도께서 죽으셨으며, 부활하셨으며, 그분의 성령이 우리와 함께 계신다.

우리가 이 부활절의 신비에 온전히 임하는 것은 그리스도의 부활이 지닌 사랑의 에너지 속에서 생활하는 것이다. 부활하신 그리스도를 믿으며, 그분께 우리 자신을 드러내는 것은 사랑의 가능성이 지닌 가장 심오한 현실을 이 세상으로 내보내는 것이다. 현재의 부활절을 생활한다는 것은 신비의 황홀경을 떨쳐버리고 사랑이 지닌 자유를 주장하는 것이다.

사랑의 자유를 함께 나누는 것은 그리스도와 함께 부활하는 것이다. 그것은 상처를 통해 아픔을 치료하며, 진부한 일상생활의 단조로움 속에 의미를 불어넣어 주면서, 그리스도적 삶을 사는 것이다.

부활절의 알파란 말은 사랑의 오메가란 말을 생활화하는 것이다. 이 사랑은 모든 죽음과 모든 어둠과 모든 눈물을 이겨낸다(아가 8, 6). 부활절의 사랑은 한이 없다; 그것은 완전히 수용적이며, 충실하며, 무조건적이다. 모든 창조물을 화해시키며 합일로 이끄는, 우주를 일치시키는 단 하나의 힘은 사랑이다.

사랑은 장소이며
이 사랑의 장소를 통해
(평화의 빛남을 지니고)
모든 장소들이 움직인다

‘네’는 세계이며
이 ‘네’의 세계에서
(숨쉬있게 휘말려서)
모든 세계가 살아간다.

그리스도의 사랑은 하느님께서 사랑하시는 우리들에게 하신 하느님의 영원한 맹세를 지키신다는 것을 확인시켜 준다. 신부의 ‘네’는 기쁨의 계약을 영원히 봉인한다.

기도 안내: 신부의 만트라

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

주여 나를 받으소서 제5권

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 만트라(28쪽)

부활하신 그리스도 앞에 있는 나 자신을 상상한다. 그리스도의 빛으로 차려입은 신부인 나 자신을 본다(남자들도 똑같이 한다!)

그리스도의 뚫고 들어가는 사랑의 기쁨 속에서 완전히 긴장을 푼다.

나의 존재 속으로 그분의 영원한 사랑의 맹세를 받아들인다. 그리스도께서 조건없이 나를 받아들이시겠다고 맹세하는 말씀을 듣는다.

그와 같은 사랑 앞에서 나는 기도하는 자세로, 가능하다면 큰 소리로 37쪽에 있는 '사랑과 찬미의 기도'를 음송하는 것으로 응답한다.

내 마음을 가장 감동시키는 단어나 구절을 되새기면서, 만트라 형식으로 이 기도를 되풀이한다.

+ 마침기도

사랑에 대해 사랑을 되돌려주면서, 단순히 사랑의 존재를 즐긴다. 주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에서 특별히 나를 감동시킨 단어들과 마음속에 떠오른 깨달음이나 느낌을 영적 일기에 적는다.

다섯째 주, 여섯째 날

기도 안내

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.
하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

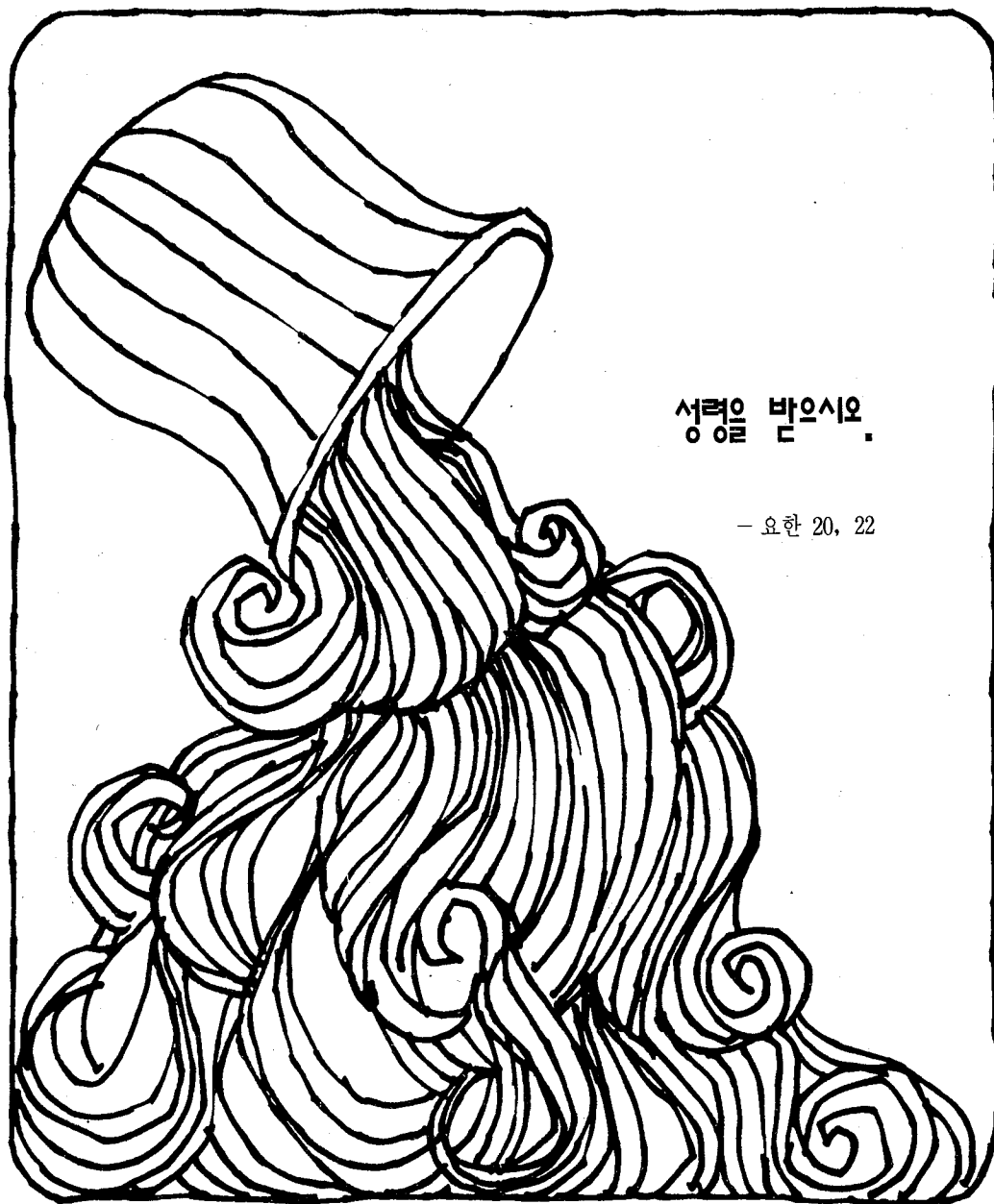
부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다.
내가 가장 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던, 혹은 깨달음을 얻었던, 혹은 혼동을
체험했던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다.
마음을 열고 그 대목 속에서 내게 하시는 하느님의 말씀을 다시 듣도록 한다.

+ 기도 후 반성

이 두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험, 깨달음을 영적일기에 적는다.



성령을 받으시오.

— 요한 20, 22

여섯째 주, 첫째 날

부활절의 어린이

요한 3, 16

하느님은 이 세상을 극진히 사랑하셔서 외아들을 보내 주시어 그를 믿는 사람은 누구든지 멸망하지 않고 영원한 생명을 얻게 하여 주셨다.

해설

부활절은 어린아이이다!

그리스도의 부활을 어린이의 이미지보다 더 적합하게 표현해 줄 수 있는 것은 아무것도 없으며, 이 세상에서 일어나는 하느님의 계속되는 탄생과 은총과 노고를 보다 더 과격적으로 말해 주는 것은 아무것도 없다.

남서부의 화가인 테드 데 그라지아의 그림 중에는 한 어린 아이가 두 팔을 활짝 펼치고 똑바로 서 있는 모습이 있다. 그 아이로부터 밝은 빛의 영기가 발산되며 그 아이의 작은 머리에는 지구 모양의 관이 씌어져 있다. 아이는 무덤처럼 생긴 성전 한가운데에 촛불로 둘러싸인 제단에 있는 왕좌에 앉아 있다. 그 곳은 온통 수많은 색깔의 꽃으로 덮여 있다. 무덤은 어린 여천사가 지키고 있다.

데 그라지아의 부활에 대한 예술적 표현은 신선하고, 즐겁고, 예언적이다.

예술가의 눈을 통해서 우리의 시야는 매혹당하며, 또한 우리의 인생에서 부활하신 그리스도의 현존과 의미를 잘 깨닫도록 인도된다.

부활의 상징으로 어린아이의 모습을 사용함으로써, 데 그라지아는 재생적이며 아픔을 낮게 하는 그리고 힘을 주는 그리스도의 생명의 주기, 즉 하느님 사랑의 주기를 우리에게

완성하여 보여준다. 우리는 말구유로 다시 돌아가도록 인도된다. 우리는 동굴의 짙단 위에 눕혀진 하느님의 외아들인 아기 예수를 보게 된다. 우리와 함께 계시는 하느님의 기쁨을 노래하는 천사들의 노래가 들린다. 데 그라지아의 부활절 어린이에 대해 숙고해 보면, 우리는 다른 아이, 다른 아들 생각을 하게 된다. 불을 지필 장작을 등에 짊어지고 산 위를 올라가는 이삭의 모습을 우리는 거기서 본다. 자기의 외아들을 잃게 된다는 생각에 매우 괴로워하는 그의 아버지, 아브라함의 마음을 아는 우리의 가슴은 눈물로 가득 찬다 (창세 22, 1-18).

‘그 다음 우리는 또 다른 아들을 생각해 본다. 우리는 십자가 아래에 서 있다. 하느님께서 그분의 외아들을 내어주셨을 때 어떤 심경이셨을까를 우리의 전 상상력을 동원하여 상상해 본다. 아마도 하느님의 눈물을 상상하는 가운데서만이 우리는 이 세상을 위한 하느님의 사랑의 깊이를 헤아려볼 수 있을 것이다.

탄생이 이루어진 동굴과 새로운 부활절 생명이 이루어진 무덤은 분명한 사랑의 주기를 형성한다. 하느님께서 사랑으로 역사하시는 이 지속적인 작업에서 생성되는 사랑의 에너지는 생동하는 우주의 원리이다. 각 창조물의 미립자들이—그것이 아무리 미소할지라도—이 생명의 에너지를 풍부히 지니고 있다.

모든 창조물이 이 세상에서 역사하시는 하느님 사랑의 나선형의 에너지로 둘러싸여 있다. 내면으로부터 모든 것이 질서 정연하게 움직이며, 이 하느님의 작업을 나선형으로 움직여 나간다. 태양과 달, 여성과 남성, 두 극단들의 춤은 창조의 음양의 리듬에서 섬세하게 화합하고 있다. 이 계속되는 하느님의 역사에는 시작도 끝도, 여지도 한계도 없다. 하느님께서 돌고 돌며, 부활절의 새로운 생명을 가져다 주시며, 사랑으로 작업하신다.

하느님 자신처럼, 하느님의 사랑은 “그 중심이 어느 곳에나 있고 그 둘레는 그 어느곳에도 없는 원이다!”

기도 안내 : 역사하시는 하느님

주여 나를 받으소서 제5권

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 묵상(25쪽)

나를 위해 하느님께서 어떻게 역사하시며 작업하시는 가를 생각해 본다.

하느님께서 창조된 모든 만물 안에서 작업하시는 분답게 어떻게 행동하시는가를 생각한다. 하늘과 땅과 식물들과 동물들을 생각해 보고, 하느님께서 어떻게 그들에게 생명을 주시고, 보존하시며, 발육하게 하시며 감각을 주시는 가를 생각한다.

하느님께서 나를 위해 나의 내면에서 어떻게 작업하시는 가를 생각한다. 내가 삶에 고전하고 있을 때, 마치 어머니나 아버지처럼 하느님께서 관여하시는, 내 인생에서의 구체적인 상황들을 상기한다. 마치 흙으로 그릇을 만드는 도자기공처럼, 마치 아기를 낳는 어머니처럼, 마치 죽은 뼈 속으로 생명을 불어넣어주는 전능한 에너지처럼, 창조주께서 어떻게 내 안에서 작업하시는 가를 생각한다.

하느님께서 그분의 생명과 사랑을 나와 함께 나누시려고 어떻게 작업하시는 가를 생각한다.

나를 위해 하느님께서 지니고 계신 사랑이 어떻게 그리스도 안에서 그리스도를 이 세상에 태어나시도록 인도했으며 부활이 지닌 새로움을 가져오기 위해서 어떻게 그분을 십자가에 못박혀 죽게 했는 가를 생각한다.

그러한 사랑 앞에서 나는 나의 전심을 다해 응답하기를 갈망하며, 다음과 같이 기도한다: “주여 받으소서. 나의 모든 자유, 기억, 이해, 그리고 모든 의지를, 내가 갖고

자 유

있고 내 것이라고 부르는 모든 것을, 당신께서 이 모든 것을 내게 주셨습니다. 주여, 나는 당신께 이 모든 것을 돌려드립니다. 모든 것이 당신 것입니다. 당신이 원하시는 대로 하소서. 오직 당신의 사랑과 은총을 주소서. 내게는 그것만으로도 충분합니다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음을 영적일기에 적는다.

여섯째 주, 둘째 날

불과 바람 속에서

사도행전 2, 1-11

마침내 오순절이 되어 신도들이 모두 한 곳에 모여 있었는데 갑자기 하늘에서 세찬 바람이 부는 듯한 소리가 들려오더니 그들이 앉아 있던 온 집안을 가득 채웠다. 그러자 혀 같은 것들이 나타나 불길처럼 갈라지며 각 사람 위에 내렸다. 그들의 마음은 성령으로 가득 차서 성령이 시키시는 대로 여러 가지 외국어로 말을 하기 시작하였다.

그때 예루살렘에는 세계 각국에서 온 경건한 유대인들이 살고 있었다. 그 소리가 나자 많은 사람들이 몰려들었다. 그리고 사도들이 말하는 것이 사람들에게는 저마다 자기네 지방말로 들리므로 모두 어리둥절해졌다. 그들은 놀라고 또 한편 신기하게 여기며 “지금 말하고 있는 저 사람들은 모두 갈릴래아 사람들이 아닌가! 그런데 우리는 저 사람들이 하는 말을 저마다 자기가 태어난 지방의 말로 듣고 있으니 어찌된 셈인가? 이 가운데는 바르티아 사람, 메대 사람, 엘람 사람이 있는가 하면 메소포타미아, 유다, 갑바도기아, 본도, 아시아에서 온 사람들도 있고 프리기아, 밤필리아, 에집트, 또 키레네 가까운 리비아의 여러 지방 사람들도 있다. 그리고 로마에서 나그네로 온 유대인들과 유대교에 개종한 이방인들이 있고 그레테 사람들과 아라비아 사람들도 있다. 그런데 저 사람들이 지금 하느님께서 하신 큰 일들을 전하고 있는데 그것을 우리는 저마다 자기네 말로 듣고 있지 않은가?”하고 말하였다.

해설

천둥소리

번개불빛

나팔소리

맹렬하고 세찬 바람

연기로 둘러싸인 산들

삼킬 듯한 불꽃

불길같은 혀

땅이 흔들린다! 하느님께서 내려오신다!

대지 자체가 하느님의 오심을 알린다(출애 19, 16. 18; 24, 17; 사도 2, 2).

바람과 불은 모든 장애를 물리치며 하느님의 현존을 알리는 사자노릇을 한다.

하느님의 현존으로 흥분된 우리는 바람이 지닌 자유와 불이 지닌 무아경에 친밀함을 느낀다. 오직 원시적인 대지의 상징만이 하느님의 오심이 지닌 심오하며 터득하기 어려운 내적인 현실을 어느 정도 파악하고 표현할 수 있을 만큼 강력하다. 이 원형(原型)적인 상징들은, 우리를 모든 인간의 정신 안에 살아 있는 가장 깊은 실체와 결속되도록 연결시켜 주면서 우리들이 겪는 체험의 내부에서 공명한다. 이와 같은 상징들이 지닌 재생의 에너지를 마주하여 우리들의 이전에 살았던 모든 사람들과 우리가 느끼는 일치감은 우리로 하여금 현재를 더 분명하게 이해하도록 해주며 모든 인류의 진화적인 발전에 박차를 가해 준다.

윗방에서 일었던 바람과 불은 제자들의 정신과 마음을 자유롭게 해준다. 성령이 부어지는 기적적인 에너지를 체험한 그들은 야훼께서 시나이 산에서 “불 가운데서”(출애 19, 18) 강림하셨던 일을 체험했던 사람들과 즉시 하나로 결합되며, 앞으로 온 세상에 그리스도의 성령의 불을 지르는 사명을 띠게 된다(루가 12, 49).

그리스도의 성령이 각자의 마음을 자극하고 각자의 혀에 생기를 넣어 주자 분열의 울타리와 그리고 두려움과 의혹의 벽은 무너진다. 기쁨이 무제한으로 늘어난다! 각 개인이 타고난 재능 안에서 특유한 방식으로 표현되어 있는 그리스도의 성령을 알아보고 존경하는 지혜가 주입됨으로써 모든 경계와 경쟁은 즉시로 대치된다. 바벨탑의 분열과 혼돈은 뒤

주여 나를 받으소서 제5권

바뀌어 다른 나라들과 백성들을 분명히 이해하게 되고 감사히 여기게 된다(창세 11, 1-9).
유대인과 이방인, 남자와 여자, 주인과 노예 사이의 차별은 이제 더 이상 존재하지 않는다.
모두 같은 성령을 함께 나누며 같은 성령 안에서 하나가 된다(갈라 3, 28).

불이 왔다!

밝게 빛나는

재생시키는

새롭게 하는

정화하는

변화시키는

융합!

자유!

그리스도의 성령이여, 오소서!

기도 안내 : 윗방에서

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 성령의 기쁨을 깊이 그리고 온전히 함께 나눌 수 있는 은총을
구한다.

+ 기도 방법 : 관상(26쪽)

그리스도께서 이 땅에서 생활하신 모든 일들을 우리 안에서 다시 생활하며 “우리

하여금 그분의 신비에 참여하도록”하는 것은 성령임을 생각하며, 나 자신을 그리스도의 제자들과 윗방에 함께 자리하도록 한다.

그 방의 정경을 아주 자세히 그려보며 그날이 어떤 날이었는지, 가까운 주변이 어떠한지, 등등을 생각해 본다.

그 방에 참석해 있던 사람들, 그들의 얼굴 표정, 그들의 대화에 주목한다. 특히 그 방에 드리워진 감정의 색조에 주목하며 나 자신의 느낌과 기대를 깨닫는다.

마치 세찬 바람이 방 안을 가득 채우는 것 같은 소리를 듣는다. 그 소리에 대한 사람들의 반응을 알아챈다. 그 소리가 나의 주위에서 울려퍼질 때 내 맘 속에 떠오른 느낌에 주목한다.

불과 같은 혀가 갈라져 나가며 각 사람의 머리 위에 머무는 것을 상상한다.

성령께서 오시는 이 체험 안에 머물며, 그 성령의 현존이 나를 채우도록 한다.

내 안에 떠오른 느낌과 깨달음을 알아챈다.

성령으로부터 받은 사도들의 기쁨과 에너지를 보며 함께 나눈다.

+ 마침기도

그리스도의 성령께서 나를 지혜로 밝게 하시고, 에너지와 희망 안에서 새롭게 하시며, 사랑 안에서 하나가 되게 하시며, 자유 안에서 해방시키시는 은총을 구한다. 나의 인생이, 모든 나의 결정과 계획들이 그리스도의 성령의 엄격한 지도 아래 이루어지길 간청한다. 성령의 불이 내게로, 그리고 이 세상으로 온 것에 감사드린다. 주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 느낌과 깨달음을 영적일기에 적는다.

여섯째 주, 셋째 날

금요일

갈라디아 5, 1. 25

그리스도께서 우리를 해방시켜 주셔서 우리는 자유의 몸이 되었습니다. 그러니 마음을 굳게 먹고 다시는 종의 멍에를 메지 마십시오. 성령께서 우리에게 생명을 주셨으니 우리는 성령의 지도를 따라서 살아가야 합니다.

해설

“살아야 할 것인가 아니면 죽어야 할 것인가?” 햄릿의 탐구적인 독백의 핵심에는 자유에 대한 추구가 있다.

인간의 가슴이 지닌 굶주림을 한마디로 표현한다면 그것은 자유이다.

인간의 가슴이 지닌 희망을 한마디로 표현한다면 그것 역시 자유이다.

자유는 인간 정신의 본질 그 자체, 즉 “내면에 있는 거룩한 이미지의 특별한 징표”이다. 자유는 하나의 정신으로서 모든 진실함과 기쁨이 밖을 향해 그리로부터 빛난다. “오직 자유 안에서만이 ‘인류’는 그 ‘자신’을 선을 향해서 인도할 수 있다”(교회헌장 17항). 그것은 하느님과 이 세상 앞에서의 진실과 사랑의 궁극적인 자세이다(요한 8, 32).

우리가 만약 자유에 대한 완전한 존엄성을 갖고 생활한다면, 그에 따라서 우리의 결정이 “맹목적인 내적 충동이나 또는 단순한 외적 압력에 의한 결과가 아닐” 것이다(교회헌장 17항).

오히려 우리는 우리의 내면에 자리하고 있는 성령으로부터 조언을 구하고자 모든 노력을 다할 것이다. 모든 우리 인생의 선택과 결정은 우리가 하느님의 사랑에 의존한다는 예리한

깨달음에 근거를 두고 있으며 또한 그 깨달음으로부터 지어진다. 성령이 지닌 강력한 에너지는 마치, 우리를 온화하게 그리스도의 지혜와 용기와 접촉하도록 해주며 그리고 그것들을 마음을 열고 받아들이도록 해주는 금실과 같다. 자유롭다는 것은 성령 안에서 생활한다는 것이다.

그리스도의 자유 안에서 생활하는 것은 노예의 신분에서 해방되는 것이다. 그러나 역설적이게도, 노예이면서도 자유로울 수 있다. 외적으로 노예라는 것이 반드시 내적인 구속을 의미하거나 설명하는 것은 아니며, 또한 외적인 자유가 내적인 자유를 보장하는 것도 아니다. 자유나 노예임을 결정해 주는 요인은 하느님께서 우리의 생활에서 일어나는 사건들 안에서 활동하신다는 믿음에 대한 우리의 반응이다. 이 개인적인 신뢰가 담긴 반응의 깊이는 우리의 내면에 살아 있는 성령의 에너지로부터 그 힘을 얻는다.

우리의 내면에 살아 있는 성령으로부터 멀어져서 생활하는 것은 노예가 되는 것이다. 어떤 노예상태는 쉽사리 알아볼 수 있다. 즉 발목이 쇠목치와 사슬로 묶여 있는 사람은 분명히 자유롭지 못하다. 그 어떤 중독에 빠져 그것의 노예가 된 경우도 찾아보기 쉽다.

노예상태는 지독하며 여러 가지 모양을 하고 있다. 그 자체로는 '좋은 일' 일지라도, 그것이 성령과 떨어져 있으면, 마치 쇠목치와 사슬처럼 노예를 만든다. 때로 교묘해지고 숨기려하는 것은 노예상태를 나타내 주는 성격으로서 그것을 과소평가해서는 안 된다. 무질서하고 핵심이 없는 동기에서 나온 그 어떠한 행동이나 태도는 그리스도께서 우리로 하여금 거부하도록 부르시는 노예상태의 위협에 빠지게 한다. 선에 지나치게 집착하는 것은 대단히 유혹적이며 생명이 위협당할 가능성이 있다. 진실로 성령으로부터 오는 것과 자기 이익만을 위하므로 결과적으로는 파괴적인 것 사이는 종이 한 장 차이일 때가 많다. 우리는 좋은 의도를 지닌 사람들이 그 좋은 지향에도 불구하고 자기 자신들과 다른 사람들까지도 병들게 하고 또한 죽음으로까지 몰아가는 경우도 있음을 안다. 시초에는 좋은 뜻을 가지고 시작했었던 그들은 어느 사이에 탐욕과 욕망과 야심과 불안감 때문에 꺾이고 말게 된다. 공포의 아우슈비츠에 갇혀 있던 어떤 사람들은 부와 권력에 빠진 윌스트리트

주여 나를 받으소서 제5권

사회의 어떤 부유한 간부들보다 더 깊은 자유를 알고 있었다는 것을 깨닫는 것은 서방세계의 슬픈 이야기가 아닐 수 없다.

우리 사회의 모든 부문은 그릇된 자유가 지닌 위험과 유혹으로 가득 차 있다. 우리는 경악할 만한 시대에 살고 있다. 그런데 그 누가 자유로울 수 있단 말인가?

바울로는 우리에게 다음과 같이 확신을 주고 있다: “성령께서 지도하시는 대로 살아가십시오. 그리고 탐욕에 굴복하지 마십시오”(갈라 5, 16).

기도 안내: 분별

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 성령이 주시는 기쁨과 자유를 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법

만약 특별한 결정을 미루고 있는 상태라면, 부록 I 에 있는 분별 과정을 기도하는 자세로 따른다.

만약 현재 특별한 결정을 내려야 할 일이 없다면, 과거에 있었던 것 중에 하나를 상기한다. 성령 안에서 결정을 내린 결과인 자유에 대해 나의 내면 안에서 더 깊이 깨닫기를 바라는 마음으로, 예전에 했던 결정을 부록 I 에 있는 분별 훈련과정에 의거하여 검토한다.

여섯째 주, 넷째 날

기쁨의 잔치

요한 7, 37 : 8, 12

그 명절의 고비가 되는 마지막 날에 예수께서는 일어서서 이렇게 외치셨다. “목마른 사람은 다 나에게 와서 마셔라.”

예수께서는 사람들에게 또 말씀하셨다. “나는 세상의 빛이다. 나를 따라오는 사람은 어둠 속을 걷지 않고 생명의 빛을 얻을 것이다.”

해설

“우리의 창조주이신 하나님께서
존경과 찬미를 받으시게 될
기쁨의 잔치인 생명의 축제 초막절에
여러분을 진심으로 초대합니다.”

이 초대는 모든 사람들에게 주어진다. 이 축제는, 고대 유대인들이 추수를 기리는 초막절과 같이, 자비로우시고 풍부한 하나님의 좋으심에 대해 감사와 경의를 기쁘게 표현하는 시기이다.

고대의 초막절 행사는 우리가 하나님의 사랑을 이해하는 데 도움이 되는 상징적인 의미가 가득 담긴 여러 가지 예식들을 포함하고 있다. 다른 예식보다 더욱 아름다운 두 가지 예식들이 있는데, 그것은 희생물을 바치는 제단에 아낌없이 물을 뿌리는 헌수식과 밤새도록 춤을 추도록 성전 마당을 환하게 밝혀 놓는 제등식이다.

우리가 초대된 계속되는 축제를 거행하는 가운데 하느님 사랑의 위대함을 소중히 하며 기억할 것이다. 모든 갈증을 끄는 물처럼, 어두움을 밝히는 빛처럼, 하느님의 사랑이 전적으로 존재한다. 하느님의 사랑은 하느님 자체이시다. 나는 생명의 물이요 “세상의 빛”입니다.

하느님의 마음을 기리는 즐거운 축제에 대한 초대는 우리의 내면에서 번지는 노래이다. 하느님의 사랑은 노래이다. 그것은 제한없는 사랑의 노래이며, 모든 창조물 위로 자유로이 스스로를 쏟아붓는 사랑의 노래이다. 그것은 우리가 겪는 밤의 그림자를 따스하게 그리고 밝게 비춰 주면서, 무한한 광휘로 비추이는 사랑을 노래한다.

우리는 하느님의 사랑이 쏟아질 때 창조된다; 하느님의 선하심은 모든 창조된 선함이 솟아오르는 샘이다. 우리가 서로의 내면에서 발견하게 되는 정의, 동정, 자비, 또는 아름다움은 하느님 안에 그 무한한 원천이 있다. 물 한 방울이 폭포수의 일부분이듯이, 한 줄기의 빛이 태양의 일부분이듯이, 하느님께서 우리의 내면으로 들어오셨다. 창조물의 각 조각마다에서 우리는 완전하신 하느님의 경이가 우리를 기쁨으로 초대하는 것을 발견한다.

이 초대에 우리가 가장 적합하게 ‘응답’하는 것은 선물을 바치는 것이다. 오직 포기, 모든 것을 포함한 바침(suscipe), “주여, 받으소서……”만이 하느님과의 일치로 들어가려는 우리 인간의 가슴이 지닌 갈망을 만족시켜 줄 것이다. 우리가 가진 것 중에서 바칠 수 있는 가장 좋은 것—우리의 자유, 기억, 이해, 의지—은 하느님께서 우리에게 주신 것이며, 우리는 그 모든 것을 그분께 바친다. 우리가 받아졌다는 것을 더 잘 확신시켜 주는 것이 또 있을 수 있을까?

창조주와 창조물 사이에 사랑을 교환하는 것은 계속되는 기쁨을 낳는다. 이와 같은 기쁨의 활동을 하는 것은 우리가 집으로 돌아간다는 절대적인 확신을 우리에게 준다.

기쁨에 긍정적으로 응답하는 것은 하느님의 가정 안에서 산다는 것이며(에페 2, 19), 모든 생명의 어머니이자 아버지이신 하느님의 가족이 되는 것이다. 그것은 그리스도의

형제자매가 되는 것이며, 모든 창조물을 하나가 되게 하기 위해서 겪으시는 그리스도의 고통을 함께 짊어지는 것이다. '네'라고 응답하는 것은 그리스도의 오메가를 향해서 하나님의 지속되는 창조를 움직여 나가며, 성령의 진행 과정에서 생겨나는 활동적인 에너지, 즉 삶으로 부활하신 그리스도와 함께 들어가는 것이다.

초대장은 이미 보내어졌다.

시간: 지금

장소: 당신의 인생

당신은 잔치에 오시겠습니까?

기도 안내: 수시페 만트라

+ 매일기도 양식(23쪽)

하나님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하나님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법: 만트라(28쪽)

우리의 창조주이신 하느님으로부터 받은 내적인 선물을 되새겨 본다. 나의 내면에 지니고 있는 선함이나 사랑, 힘, 또는 아름다움과 같은 그 어떠한 선물이든지 그것들은 하느님 으로부터 온 것이고, 하느님의 선하심과 사랑과 힘과 아름다움을 나누어 가진 것임을 나타내 준다는 것을 생각한다.

만트라 형식의 기도를 드리며, 나를 위한 하느님의 사랑 안에 깊이 머물면서 조용히

주여 나를 받으소서 제5권

자신을 가라앉힌다.

이냐시오 성인의 아름다운 수시페를 사용하여 기도한다.

완전히 포기하는 자세로, 매번 숨을 내쉴 때마다 다음과 같이 기도한다.

“주여, 받으소서, 저의 모든 자유와 기억과 이해와 모든 의지를.”

완전히 받아들이는 자세로, 매번 숨을 들이쉴 때마다 다음과 같이 기도한다. “당신의 사랑과 은총만으로도 제게는 충분합니다.”

계속해서 조용히 머물며, 하느님의 사랑이 나를 씻어내려 가도록 하며 하느님의 현존이 지닌 파사로움과 밝음을 흡수한다.

성령에 의해 감동을 받은 나는, 주기적으로 수시페의 만트라를 되풀이 한다.

+ 마침기도

다음과 같이 기도한다: “주여 받으소서, 나의 모든 자유, 기억, 이해 그리고 나의 모든 의지를, 내가 갖고 있으며 내 것이라고 부르는 모든 것을, 당신께서 이 모든 것을 내게 주셨습니다. 주여, 나는 당신께 이 모든 것을 돌려드립니다. 모든 것이 당신 것입니다. 당신이 원하시는 대로 하소서. 오직 당신의 사랑과 은총을 주소서. 내게는 그것만으로도 충분합니다.”

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.

여섯째 주, 다섯째 날

기도 안내

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법 : 반복기도(30쪽)

기도를 위한 준비로 지난 주간에 적은 영적일기를 읽음으로써 나의 기도를 반성한다.

내가 가장 깊이 감명받았던, 혹은 감명받지 못했던, 혹은 깨달음을 얻었던, 혹은 혼동을 체험했던 날의 기도를 뽑아서 반복한다. 처음에 성서의 대목에 접근하던 방법을 사용한다. 마음을 열고 그 대목 속에서 내게 하시는 하느님의 말씀을 다시 듣도록 한다.

+ 기도 후 반성

이 두번째의 귀기울임 중에 떠오른 느낌, 체험, 깨달음을 영적일기에 적는다.

여섯째 주, 여섯째 날

우리들의 기도

에페소 1, 17-23

나는 우리 주 예수 그리스도의 하느님, 영광스러운 아버지께서 여러분에게 영적인 지혜와 통찰력을 내려 주셔서 하느님을 참으로 알게 하시고 또 여러분의 마음의 눈을 밝혀 주셔서 하느님의 백성이 된 여러분이, 무엇을 바랄 것인지 또 성도들과 함께 여러분이 물려 받을 축복이 얼마나 놀랍고 큰 것인지를 알게 하여 주시기 바랍니다. 그리고 우리 믿는 사람들 속에서 강한 힘으로 활동하시는 하느님의 능력이 얼마나 위대한지를 여러분에게 알게 하여 주시기를 빕니다. 하느님께서 그 능력을 펼치시어 그리스도를 죽은 자들 가운데서 다시 살려 내시고 하늘 나라에 불러 올리셔서 당신의 오른편에 앉히시고 권세와 세력과 능력과 주권의 여러 천신들을 지배하게 하시고 또 현세와 내세의 모든 권력자들 위에 올려 놓으셨습니다. 하느님께서 만물을 그리스도의 발 아래 굴복시키셨으며 그분을 교회의 머리로 삼으셔서 모든 것을 지배하게 하셨습니다. 교회는 그리스도의 몸이며 만물을 완성하시는 분의 계획이 그 안에서 완전히 이루어집니다.

해설

우리의 창조주이신 하느님, 21세기를 향한 길을 개척하고 있는 사람들인 우리들의 가슴은 당신을 향해 외칩니다.

우리는 감사하는 마음으로 외칩니다 : 우리의 생에서 위대하신 하느님, 수많은 우리는 형태를 갖고 있으며 자양분이 되는 생명을 지닌 이 땅의 경이 앞에서 우리는 경외심과 감사로 가득합니다. 별과 달과 혹성들로 이루어진 천체의 움직임으로 나타나는 장관 앞에서, 당신의 창조하시는 위대함에 우리는 겸허해져서 당신께 찬미를 드립니다.

전능하신 하느님, 우리 한 사람 한 사람을 탄생시키고 우리 안에서 계속해서 새로운 생명을 탄생시키는 당신의 크나큰 사랑에 깊이 감사드립니다.

곤궁에 빠진 우리는 당신께 외칩니다 : “오 하느님, 저희를 잊지 마소서. 우리는 우리들 자신의 무책임하고 파괴적인 행동의 결과로 고통을 당하고 있는 절망적인 사람들입니다. 모든 면에서 파손되고 무너진 우리는 무력감과 두려움과 우유부단함에 빠져 마비된 상태로 압도되어 있습니다.

오 하느님, 우리를 구해 주소서 !

우리들의 자녀들과 그들의 자녀들에게 자비를 베푸소서.

우리의 가슴을 밝혀 주소서. 창조주이신 하느님, 우리들 자신과 온 세계를 화해시키시는 당신의 품 안에 놓을 수 있도록 단호하게, 그리고 가차없이 우리를 인도하소서.

우리의 절박한 요구를 당신의 긴급한 명령으로 들어주소서 !

우리를 포기하지 마소서.

우리는 희망을 갖고 외칩니다 : 사랑이신 하느님, 우리는 오직 당신만을 믿습니다.

권능이 당신 것입니다. 창조주시여, 당신께서 아브라함과 사라에게 하셨던 약속 안에서 우리를 위해 계속 지탱해 오셨고 당신의 아들이신 예수 안에서 이룩하신 희망 속에서 우리가 살 수 있도록 우리를 자유롭게 하소서. 이 희망의 샘으로 우리의 메마르고 목마른 영혼을 새롭게 하시고 기름지게 하소서.

영광이 당신 것입니다. 하느님, 부활의 기쁨과 그리스도의 부활하신 성령의 평화로 우리를 채주소서.

우리 안에 있는 당신의 생명을 지속되는 새로운 에너지로 축하하소서.

우리는 혼자가 아님을 우리가 생각하게 하소서 ; 우리는 모든 성인들, 우리보다 먼저간 사람들과 오늘날 당신을 믿으며, 새로운 시대인 그리스도의 오메가를 향해 일하는 책임을 맡은 사람들과 함께 사랑 안에서 맺어져 있습니다.

우리의 가슴은 외칩니다.

주여 나를 받으소서 제5권

모든 영광을 당신께 드립니다, 우리의 창조주이신 하느님이시여
모든 영광을 당신께 드립니다, 우리의 힘과 평화이신 그리스도여
모든 영광을 당신께 드립니다, 우리의 기쁨과 자유이신 성령이시여
아멘. 알렐루야!

기도 안내 : 명상 기도

+ 매일기도 양식(23쪽)

하느님의 현존 안에서 긴장을 풀고 조용히 자신을 가라앉힌다.

하느님께 대한 나의 의존성을 분명히 한다.

+ 구하는 은총

부활하신 그리스도의 기쁨을 깊이 함께 나눌 수 있는 은총을 구한다.

+ 기도 방법

위에 적힌 우리들의 기도를 사용하여, 나의 인생에서 겪은 체험을 명상한다.

묵상 독서를 하며 각 문구마다 깊이 생각한다. 나 자신의 감사한 마음과 필요와 희망과
함께 그것을 확대시킨 다음, 그것을 하느님께 바친다.

+ 마침기도

부활하시고 현존하시는 예수께 단순히 사랑으로, 친밀하게 마음을 열고 이야기한다.

주의 기도를 바친다.

+ 기도 후 반성

기도중에 떠오른 깨달음과 느낌들을 영적일기에 적는다.



당시들은
온 나라

땅끝에 이르기까지 어디서나
온

나의 종이이 될 것입니다.
온 나라

- 사도 1, 8

부록 1 : 결심—성령 안에서 결정하기

시작 : 결심

우리는 모두 우리의 내면에 느낌과 자극과 갈망을 지니고 있다. 우리가 어떤 일들을 구분하려고 노력할 때, 특히 결정을 내려야 할 필요에 직면할 때, 우리는 때때로 혼란에 빠져 들게 된다.

그럴 때 우리의 내면에서는 자문 자답이 계속된다.

“어떻게 하는 것이 가장 좋을까?”	“이렇게 하는 게 좋을꺼야.”
“그렇게 해본 적이 한 번도 없는데.”	“난 할 수 있어.”
“만약 실패한다면?”	“내 생각엔 하느님께서 날 위해 이걸 원하셔.”
“난 부자가 되고 유명해질까?”	“그렇게 되면 좋을텐데.”
“그건 이기적인 생각이야.”	“겁이 나는데.”

이런 종류의 대화는 우리를 마비상태에 빠지게 하기 쉽다. 우리는 어떻게 하면 이 미로를 빠져나와 성령과 함께 진실로 조화를 이루는 결정에 도달하는 길을 발견할 수 있을까? 우리가 우리의 내면에서 체험하는 자극이 그리스도의 성령으로부터 오는 것인지 혹은 어둠과 악마의 정신에서 오는 자극인지 어떻게 말할 수 있을까? 그 차이점이 무엇인지 말하는 것이 언제나 쉬운 일은 아니다.

선한 정신을 갖는다는 것은 파격적인 신뢰를 요구하는 자기 희생을 수반하므로 그것은 우리에게 매력적이 아닐 수도 있다. 그 반면에, 어두운 정신은 종종 밝음으로 위장하고 그 모습을 나타낸다. 우리의 내면에 존재하고 있는 성령의 활동에 의한 신심깊은 결심은

우리의 성장과 건전함을 위해 필수적이다. 우리가 점차적으로 보다 더 성령 안에서 생활하게 되면, 이 ‘결심하기’는 중요하게 될 뿐만 아니라 결정적으로 더 어려워진다. 처음에는 선택하기가 흑백으로 분명했었지만, 나중에는 그것이 더욱더 세밀해진다. 선택은 더 이상 선이나 악에 대한 문제가 아니라 더 큰 선인가 아니면 더 작은 선인가에 대한 문제가 된다.

이냐시오 성인은 모든 사물에서 하느님을 발견하기 위해서 그리스도를 선택한 사람들에게 도전한다. 우리가 변함없이 노력하도록 돕기 위해 그는 ‘결심(discernment of spirits)’이라고 부르는 기도와 심사숙고 훈련을 제시한다. 이것은 이냐시오 성인이 쌓은 가장 두드러진 공적 중의 한 가지이며, 기도 훈련의 전체적인 계획이 지닌 변화 동력을 소규모로 간직하고 있다.

결심훈련을 평소에 자주하는 것은 우리를 위한 하느님의 가장 깊은 열망과 사랑에 의거하여 자각을 갖고 우리의 삶을 형성하는 것이다. 중요한 결정을 내려야 할 때 ‘결심하기’는 매우 효과적인 도구이다.

과정 : 결심을 통한 결정짓기

* 준비

하느님은 사랑이십니다.

사랑 안에 있는 사람은 하느님 안에 있으며

하느님께서 그 사람 안에 있습니다(I 요한 4, 16).

사랑이신 하느님, 당신은 선하게 되라고 저를 부르십니다. 당신께서 항상 저의 삶에 현존해 계시며 저의 인생에서 일어나는 사건들 속에서 계속 활동하고 계심을 제가 깨닫게

주여 나를 받으소서 제5권

하소서.

저를 위해서 당신께서 소망하시며 계획하시는 것을 발견하려 노력하고 있는 지금 저와 함께 하소서 : _____ (결정할 일을 밝힌다).

바라옵건대 결정을 내려야 하는 이 순간, 결정하는 과정을 방해하거나 굴절시킬 수도 있는 장애물이나 집착, 또는 의존하고 있는 것들에서 제가 자유롭게 하소서.

* 기도

하느님은 빛이십니다(I 요한 1, 5).

사랑이신 하느님, 제 가슴을 열어 주시어, 저로 하여금 제 안에 있는 당신의 성령의 지시에 귀기울이게 하소서. 제게 말씀하시려고 당신께서 그 어떤 방법을 선택하시던지 제가 그것에 마음을 열게 하소서. 이 결정에서, 당신께서 저를 인도하려고 사용하시는 도구일지도 모르는 사건들, 사람들, 기억들, 그리고 느낌들에 제가 주의를 기울이게 하소서. 오 하느님, 다른 사람들을 위해 일하는 데 가장 그리스도적이며 이타적이 될 결정을 받아들이실 수 있도록 저를 자유롭게 하소서.

하느님의 성령이시여, 들을 수 있는 지혜와 볼 수 있는 빛을 제게 허락하소서.

* 증거 모으기

우리는 그 말씀을 듣고

눈으로 보고 실제로 목격하고

손으로 만져보았습니다(I 요한 1, 1).

사랑이신 하느님, 이 결정하는 과정에서 제게 필요한 자료와 증거를 보다 깊이 깨달을 수 있게 하소서.

제 스스로에게 적절한 질문들을 제시할 수 있도록 그리고 관계가 있을 법한 그 어떠한 정보도 마음을 열고 듣고 볼 수 있도록 제가 완전히 정직하게 하소서.

가능한 질문들 :

- 이 아이디어는 어디서 생겨났으며, 무엇이 그것을 자극했는가?
- 진실된 결정을 내리기 위해 내가 알 필요가 있는 구체적인 사실들은 무엇인가(즉, 개인적 재정상의 경비, 위치, 역사와 진로 기록, 위험 혹은 예측 가능성, 장래의 잠재 가능성, 관련된 인명수, 사회적 관계, 관련된 감정?)
- 앞에 놓인 이 결정이 나의 인생에서 활동하시는 하느님의 행동양식과 현재 내가 당면해 있는 의무와 삶의 상태에 어떻게 일치하는가?

* 중심점

우리는 말로나 혀끝으로 사랑하지 말고

행동으로 진실하게 사랑합니다.

우리는 이렇게 사랑함으로써

우리가 진리에 속해 있다는 것을

알게 됩니다(I 요한 3, 18-19).

사랑이신 하느님, 이 결정의 기초가 되는 문제들을 제가 알게 하소서. 제가 그 문제들의 내면을 들여다 볼 수 있고 우선하는 순서대로 그것들을 과감하게 평가할 수 있는 용기를 제게 허락하소서.

저를 부르시는 당신의 가장 깊은 부르심을 그 결정 안에서 자유로이 볼 수 있도록 진실의

주여 나를 받으소서 제5권

명확성을 제게 내려주소서 : _____ (이 결정에 관련된 기초가 되는 주된 문제를 밝힌다).

*** 기도 명상 : 과도한 집착**

우상을 멀리하십시오(I 요한 5, 20).

사랑이신 하느님, 이 결정을 내리는 과정에서 나의 자유를 막을지도 모르는 것을 알아볼 수 있는 힘을 주소서. 그 어떤 집착과 의존하는 것들이 저를 위한 당신의 소망으로부터 저를 가로채고 비껴가도록 하는 가를 제가 분명히 알게 하소서.

지혜로우신 하느님, 제가 저의 생활에서 내려야 하는 모든 결정에서 오직 당신에 의해서만 인도되기를 소망할 힘을 허락하소서.

*** 고찰 :** 내가 과도하게 집착하고 있는 것들이 얼마나 많으며, 그것들이 이 결정에 어떻게 영향을 미칠 가능성이 있는가?

• 가족과 친구들과 사회적인 상황에서 격리될 수 있다는 가능성은 나의 결정에 자극이 되는 경향이 있는가?

• 나는 어떤 특별한 집이나 교회, 장소에 심하게 집착하고 있는가?

• 나는 나 자신의 안락을 희생하기를 주저하는가; 만약 그렇다면 그것은 어느 정도인가?

• 성공, 성취, 위신에 대한 지나친 관심이 나의 결정에 영향을 미치고 있는가?

• 지나친 감정이 얼마나 큰 요인으로 이 결정에 영향을 미치는가? (즉, 두려움, 분노, 열광 등)

* 기도 명상 : 성령의 시험

사랑하는 여러분은 자기가 성령을 받았노라고 말하는 사람들을
다 믿지 말고 그들이 성령이라고 주장하는 것이 과연
하느님께로부터 온 것인지 아닌지를 시험해 보십시오(I 요한 4, 1).

창조주이신 하느님, 결정을 내려야 하는 지금 저는 제 앞에 놓인 대안들에 관련된 장
점들과 단점들을 적어 놓고 그것들을 신중히 생각해 보고자 하오니 저와 함께 하소서.

대 안 1		대 안 2	
장점	단점	장점	단점

사랑이신 하느님, 제가 이 결정을 내리는 과정에서 당신께서 저를 이끌어 주고 계심을
압니다. 당신께서 저와 함께 계심을 감지하게 하소서. 저를 위한 당신의 소망을 알게 해주는
위로와 무미건조함에 대한 감정을 느낄 수 있는 자각을 높여 주소서.

저를 이끌어 주는 당신의 위로를 조화와 평화와 만족 속에서 알아보게 하소서. 당신의
위로에 따르는 힘과 용기를 북돋워 주는 영감 속에서 당신의 현존에 제가 응답하게 하소서.

하오나 나의 하느님, 동시에, 당신의 소망에 반대되는 대안을 제게 보여주는 황폐함의
징표들을 알아볼 수 있는 예리한 지각력을 제게 허락하소서. 두려움과 불안, 답답함,
조바심, '부풀어 오른' 흥분, 낙심, 소외감, 메마름, 그리고 열정의 결핍과 같은 무미
건조한 감정들 속에서 제게 가장 이익이 되지 않는 그리고 저를 위한 당신의 계획에
일치하지 않는 것으로부터 저를 멀어지도록 이끌어주시는 당신의 단호하고 끈기있는 손길을
제가 체험하게 하소서.

주여 나를 받으소서 제5권

거룩하신 하느님, 위로와 황폐함 속에서 저를 이끌어 주셨던 당신의 현존을 경험하며 결정을 내렸던 지난 날을 제게 상기시켜 주소서. 그 때의 은총을 지금도 제게 허락하소서. 하느님의 성령이시여, 결정을 내리려고 하는 이 행동 안에 함께 하소서.

*** 지시 : 성령을 시험하라**

당신의 생활에 나타난 하느님의 특별한 활동양식을 민감하게 감지하기 위해서, 위로와 황폐함의 움직임이 따르는 결심을 했던 지난 날을 상기한다.

현재의 결심을 하는 작업에서 당신 앞에 놓인 대안들을 각각 분리해서 생각한다. 각 대안을 택해서 상상 속에서 각본을 꾸며 본다. 각 대안에 따르는 감정들의 움직임을 생각한다. 성령의 움직임과 결정 방향을 더 잘 파악하기 위해서 각본 하나하나를 가지고 하루 또는 더 오랜 시간을 보내는 것이 도움이 될 것이며, 그렇게 하는 것이 필요할지도 모른다.

*** 선택**

그리스도께서 부어 주신 성령은
여러분에게 모든 것을 가르쳐 주시고
진실하시며 거짓말을 하시지 않습니다(1.요한 2, 27).

창조주이신 하느님, 저는 진실한 마음으로 다음과 같이 결정합니다 : _____
_____ (선택한 대안을 서술한다). 이 결정을 내리는 과정에서 당신께서 저와 함께 계셔 주신 것에 감사드립니다. 그동안 저를 지탱하여 준 인내와 끈기의 은총을 주신 것에 감사합니다. 하느님, 결심을 해야 하는 동안 제가 받은 진실과 깨달음과 명확성에도

역시 감사합니다.

*** 확인**

하느님의 계명을 지키는 사람은 하느님 안에서 살고

하느님께서도 그 사람 안에 계십니다.

우리는 하느님께서 우리에게 주신 성령을 통해서

이 사실을 압니다(1 요한 3, 24).

언제나 충실하신 하느님, 만약 저의 결정이 성령으로부터 오는 것이라면, 당신께서는
외면적·내면적인 수단을 통해서 확인시켜 주시리라는 것을 믿으며, 제 결정에 의지하며
기다리겠습니다.

만약 제가 확인을 받지 못한다면, 결심하는 과정을 기꺼이 반복할 의욕을 제게 허락
하소서.

*** 심사숙고**

내면적인 확인은 계속되는 위로의 감정—평화, 불안으로부터의 해방 등등—에서 볼 수
있다.

외면적인 확인은 그 때의 상황과 인생의 상태와 개인적 그리고 공공의 의무가 서로
평화롭게 어우러지는 데에서 알아볼 수 있다.

*** 결론**

거룩하신 하느님, 제 자신 안에서 우주와 당신과 함께 통합되고 조화를 이루도록 저를

주여 나를 받으소서 제5권

이끌어 주시기 위해서 제 인생에서 일어나는 사건들과 상황들 내에서 계속 보여주시는
당신의 충실한 사랑에 기쁨을 느낍니다. 아멘.

부록 2: 추가 기도문들

그리스도의 영혼

예수님, 당신의 모든 것이 내 안으로 흘러들어오게 하소서.
당신의 몸과 피를 제가 먹고 마실 양식이 되게 하소서.
당신의 수난과 죽으심이 저의 힘과 생명이 되게 하소서.
예수님, 당신께서 제 곁에 계심으로 충분합니다.
당신의 십자가가 드리우는 그림자가 제가 찾으려는 피난처가 되게 하소서.
당신께서 주시는 사랑으로부터 제가 달아나지 말게 하시고,
저를 악마의 세력으로부터 안전하게 붙잡아주소서.
제가 죽음과도 같은 어두움을 겪을 때마다 당신의 빛과 사랑을 쏟아 주소서.
당신의 성인 성녀들과 함께 당신을 영원히 찬미하는 날이 올 때까지
항상 저를 불러 주소서.

— 영신수련: 현대적 번역, David Fleming 신부

놓아 주기

줄곧 염려가 되는 그대에게,

나는 당신 안에서 그리스도를 봅니다.

나는 사랑하는 마음으로 당신을 하느님 아버지의 돌보심에 맡깁니다.

당신을 나의 불안과 걱정으로부터 놓아 주겠습니다.

당신을 소유하듯이 붙잡고 있는 것을 그만두렵니다.

당신 안에 살아계시는 하느님의 말씀에 따르도록 당신으로 자유롭게 놓아 주렵니다.

당신이 가장 잘 알고 이해하는 대로 당신의 인생을 살도록

당신을 자유롭게 놓아 주렵니다.

남편, 아내, 자녀, 친구.....

나는 더 이상 당신에게 내 생각들과 내 방식을 강요하지 않으렵니다.

나의 사고를 당신의 저 너머로, 인간적인 수준 이상으로 고양시키겠습니다.

당신은 영적인 존재, 그분의 모상으로 창조되었으며,

나뿐만 아니라 하느님과 그분의 계획을 위해 당신을 필요로 하며

중요하게 만드는 자질과 능력이 주어진 존재로 당신을 하느님께서 보시듯이.

나도 그렇게 당신을 보겠습니다.

당신을 속박하지 않으렵니다.

인생에 대처하기 위해 필요한 이해력을 당신은 갖지 않았다고

더 이상 믿지 않으렵니다.

당신께 축복을 드립니다.

당신을 믿고 있습니다.

당신 안에서 예수님을 봅니다.

- 작자 미상

세계를 위한 희망의 기도

주님, 우리는 곤궁에 처해 당신 앞에 나왔습니다.

오늘날 거대하고 어떻게 바뀔 수도 없어 보일 정도로 큰 위기에 우리가 빠져 있음을,
그래서 하루 속히 선(善)의 힘을 작동시켜야 됨을 우리가 깨닫게 하소서.

뻔뻔스러운 국수주의가 있는 곳에, 세계적이며 보편적인 관심이 ;

전쟁과 무력 충돌이 있는 곳에, 협상이 ;

핵무기 저장이 있는 곳에, 무장 해제가 ;

자유를 위해 투쟁해야 하는 곳에, 불간섭이 ;

소비주의가 횡행하는 곳에, 지구의 자원을 보존하려는 관심이 ;

물자가 넘치는 곳에, 서로 나누며 단순하게 생활하려는 선택이 ;

외적인 행동주의에 의존하는 곳에, 주님께 믿음을 갖고 의지하려는 균형이 ;

이기적인 개인주의가 있는 곳에, 공동체에게 열린 마음이 ;

불공평으로 인한 죄악이 저질러지는 곳에, 죄의식과 참회와 죄의 보상이 ;

극악무도한 사건 앞에 마비되고 무감각해진 곳에,

공동의 노력에 대한 확신이 있게 하소서.

주님, 남에게서 돌봄을 받기보다 남을 돌보게 하시고,

물질적인 보장을 추구하기보다 당신께서 우리를 사랑하심을 깨닫게 하소서.

인간이 된다는 것이 무엇을 의미하는 가를 완전히 체험하는 것은

바로 사랑이 지닌 상처받기 쉬움에서 가능하기에,

우리도 예수님처럼 섬김을 받기보다는

우리의 이익에 아무리 손해를 입는다 해도 남을 섬기게 하소서.

그리고 우리는 남을 섬기는 가운데, 이 땅에 새로운 탄생과, 이 세계에 희망을 가져올,

인생의 병을 낫게 해주는 샘을 발견합니다.

부록 3 : 영적지도자를 위하여

성서 구절과 해설들을 ‘성 이냐시오의 영신수련’과 맞추어 나열하였다. 괄호 안의 번호는 ‘성 이냐시오 영신수련’의 원본에 있는 번호를 나타낸다.

원리와 기초 : 주여 나를 받으소서 시리즈 첫권 ‘사랑’ 참조

첫째 주 : 시리즈 둘째 권 ‘용서’ 참조

둘째 주 : 시리즈 셋째 권 ‘탄생’ 참조

셋째 주 : 시리즈 넷째 권 ‘포기’ 참조

넷째 주

첫째 출현(218-225 ; 299)

새로움	40
아가 2, 8-14 : 사랑의 노래.....	44
루가 1, 46-55 : 희망의 잉태.....	50
루가 1, 46-55 : 기쁨의 탄생.....	54

둘째 출현(300)

마르코 16, 1-8 : 새로운 갈릴래아.....	62
-----------------------------	----

셋째 출현(301)

마테오 28, 1-8 : 땅이 흔들리다.....	68
요한 20, 1-10 : 사랑의 눈.....	72

요한 20, 11-18 : 듣고 믿는다.....	77
이사야 30, 18-26 : 미래의 약속, 당면한 현실.....	82
넷째와 다섯째 출현(302-303)	
루가 24, 13-35 : 맹점.....	87
이사야 35, 1-10 : 21세기를 위한 부활절의 소식.....	94
여섯째 출현(304)	
요한 20, 19-23 : 잠겨진 문으로.....	110
II 고린토 2, 14-16 : 지속되는 향기.....	115
일곱째 출현(305)	
요한 20, 24-29 : 닫혀진 문으로.....	122
필립비 4, 4-9 : 웃음과 눈물 속에서.....	129
여덟째 출현(306)	
요한 21, 1-18 : 사랑의 소생.....	134
II 고린토 1, 3-7 : 은과 같이.....	140
아홉째 출현(307)	
마태오 28, 16-20 : 생명의 샘.....	150
이사야 43, 8-13 : 지혜의 여인.....	154
열째에서 열세번째 출현(308-311)	

주여 나를 받으소서 제5권

I 고린토 15, 3-8 : 기쁨을 만나다.....	160
------------------------------	-----

승천(312)

사도행전 1, 6-11 : 오, 장한 교환이여 !.....	163
묵시록 21, 1-7 : 부활절은 바로 지금.....	167
사도행전 2, 1-11 : 불과 바람 속에서.....	178
갈라디아 5, 1-25 : 금실.....	182
에페소 1, 17-23 : 우리들의 기도.....	190

하느님의 사랑에 대한 관상

(234) I 고린토 4, 7 : 중심 중의 중심.....	101
(234) I 요한 4, 7-19 : 사랑의 얼굴.....	105
(235) I 고린토 3, 16-17 : 나를 바라보시오.....	144
(236) 요한 3, 16 : 부활절의 어린이.....	174
(237) 요한 7, 37 ; 8, 12 : 기쁨의 잔치.....	185

결심과 결정

(269 이하 ; 313-336) 부록 1 : 결심-성령 안에서 결정하기.....	196
---	-----

부록 4 : 기도 안내 목록

위로(관상과 영적일기 쓰기).....	41
아가 2, 8-14 : 사랑의 에너지(관상).....	46
루가 1, 46-55 : 마리아와 함께 기도하다(묵상).....	53
루가 1, 46-55 : 인생의 과제(묵상).....	58
마르코 16, 1-8 : 무덤으로 들어가다(관상).....	64
마태오 28, 11-8 : 무덤 앞에서(관상).....	70
요한 20, 1-10 : 내면의 눈(묵상).....	74
요한 20, 11-18 : 그리스도께서 내 이름을 부르신다(관상).....	80
이사야 30, 18-26 : 탐욕스러운 어두움(관상).....	84
루가 24, 13-35 : 길에서(묵상).....	90
이사야 35, 1-10 : 쇄신의 기도(묵상 독서).....	99
I 고린토 4, 7 : 사랑-하느님의 은총(관상).....	103
I 요한 4, 7-19 : 사랑의 선언(묵상 독서).....	108
요한 20, 19-23 : 그리스도의 숨결(관상).....	112
II 고린토 2, 14-16 : 즐거움의 기름(관상).....	117
요한 20, 24-29 : 부활절 소망(첫번째 훈련).....	124
필립비 4, 4-9 : 부활절 소망(두번째 훈련).....	132
요한 21, 1-18 : 빛을 신뢰하다(관상).....	138
II 고린토 1, 3-7 : 은그릇(관상).....	143
I 고린토 3, 16-17 : 매 순간의 선물(관상).....	146

주여 나를 받으소서 제5권

마태오 28, 16-20 : 물 운반인(관상).....	152
이사야 43, 8-13 : 어린이들에게 말하라(관상).....	158
I 고린토 15, 3-8 : 부활절 선물(만트라).....	162
사도행전 1, 6-11 : 마음의 교환(묵상).....	165
묵시록 21, 1-7 : 신부의 만트라(만트라).....	170
요한 3, 16 : 역사하시는 하느님(묵상).....	176
사도행전 2, 1-11 : 윗방에서(관상).....	180
갈라디아 5, 1. 25 : 분별(훈련).....	184
요한 7, 37 ; 8, 12 : 수시페 만트라(만트라).....	187
에페소 1, 17-23 : 명상 기도.....	192

성서 구절 색인

창세기	이사야서	28, 1-8.....68
1, 2.....69	30, 18-26.....82	28, 16-20.....150
2, 7.....111	35, 1-10.....94	
3, 4-5.....79	40, 1.....142	마르코 복음
3, 8.....164	40, 31.....136	16, 1-8.....62
11, 1-9.....180	42, 18.....157	
17, 1.....164	43, 8-13.....154	루가 복음
18, 14.....52	53, 10.....89	1, 37.....52
22, 1-18.....175	61, 1-2.....89	1, 46-55.....50
		2, 9.....160
출애굽기	예레미야서	2, 10.....160
19, 16, 18.....179	18, 4-9.....89	4, 18-19.....118
19, 18.....179		8, 19-21.....52
24, 17.....179	예제키엘서	11, 1.....23
	3, 2-3.....29	12, 49.....142, 179
신명기	37, 5.....112	12, 50.....150
6, 4-5.....157		24, 5.....63
	말라기서	24, 13-35.....87
시편	3, 2-3.....141	24, 49.....78
42, 7.....46		
46, 10.....28	즈가리야서	요한 복음
137, 4.....131	13, 8-9.....141	1, 14.....74
		3, 5-6.....111
아가서	마태오 복음	3, 13-14.....79
2, 11-12.....17	1, 23.....116	3, 16.....174
2, 8-14.....44	18, 20.....33	4, 10.....103
8, 6.....169	27, 51.....69	4, 13-15.....150

7, 37.....185	15, 3-8.....160	4, 1.....201
8, 12.....185		4, 7-19.....107
8, 32.....182	고린토 후서	4, 16.....197
12, 46.....136	1, 3-7.....140	5, 20.....201
14, 9.....74	2, 14-16.....115	
14, 27.....111	12, 9.....124	묵시록
15, 15.....78		12, 1-2.....51
16, 20.....131	갈라디아서	21, 1-7.....167
20, 1-10.....72	3, 28.....180	21, 4.....112
20, 3.....137	5, 1. 25.....182	21, 5.....40
20, 11-18.....77	5, 16.....184	
20, 15.....63		
20, 19-23.....110	에페소서	
20, 24-29.....122	1, 17-23.....190	
21, 1-18.....134	3, 4.....29	
21, 15.....73	5, 32.....45	
사도행전	필립비서	
1, 6-11.....163	4, 4-9.....129	
2, 2.....179	4, 8.....133	
2, 1-11.....178		
	골로사이서	
로마서	3, 16.....130	
8, 15. 26.....28		
8, 39.....164	요한 I 서	
	1, 1.....198	
고린토 전서	1, 5.....198	
3, 16-17.....144	2, 27.....202	
4, 7.....101	3, 18-19.....199	
12, 7.....73	3, 24.....203	

Bibliography

1. Abbott, Walter M., ed. *The Documents of Vatican II*. New York : American Press, 1966.
2. Albright, W. F., and C. S. Mann. *Matthew*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1971.
3. Barclay, William. *The Acts of the Apostles*. Philadelphia : Westminster Press, 1976.
4. _____. *The Gospel of John*. 2 vols. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
5. _____. *The Gospel of Luke*. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
6. _____. *The Gospel of Mark*. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
7. _____. *The Gospel of Matthew*. 2 vols. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
8. _____. *The Letters of John and Jude*. Philadelphia : Westminster Press, 1976.
9. _____. *The Letters to the Corinthians*. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
10. _____. *The Letters to the Philippians, Colossians, and Thessalonians*. Philadelphia : Westminster Press, 1975.
11. _____. *The Revelation of John*. 2 vols. Philadelphia : Westminster Press, 1976.
12. Barti, Markus. *Ephesians 1-3*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1974.
13. Benoit, Pierre. *The Passion and Resurrection of Jesus Christ*. New York : Herder and Herder, 1969.
14. Bergan, Jacqueline, and Marie Schwan. *Peace*. 1983. Available through the Center for Christian Renewal, Box 87, Crookston, MN 56716.
15. Bridges, Robert, ed. *Poems of Gerard Manley Hopkins*. New York : Oxford University Press, 1948.
16. Brown, Raymond. *The birth of the Messiah*. GardenCity, NY : Doubleday and Co., 1979.

주여 나를 받으소서 제5권

17. _____. *The Epistles of John*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1982.
18. _____. *The Gospel According to John*. 2 vols. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1966.
19. _____. *The Gospel According to John*. 2 vols. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1966.
20. _____. *The Jerome Biblical Commentary*. Englewood Cliffs, NJ : Prentice-Hall, 1968.
21. _____. *The Virginal Conception and Bodily Resurrection of Jesus*. New York : Paulist Press, 1973.
22. Brueggemann, Walter. *The Prophetic Imagination*. Philadelphia : Fortress Press, 1978.
23. Caird, G. B. *Saint Luke*. London : Penguin Books, 1963.
24. Capra, Fritjof. *The Turning Point*. New York : Simon and Schuster, 1982.
25. Claudel, Paul. "The Tidings Brought to Mary" in vol. 3 of *A Treasury of the Theater*. New York : Simon and Schuster, 1982.
26. Clift, Jean Dalby, and Wallace B. Clift. *Symbols of Transformation in Dreams*. New York : Crossroad, 1986.
27. Clift, Wallace B. *Jung and Christianity*. New York : Crossroad, 1982.
28. Collins, Adela Yarbro. *The Apocalypse*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.
29. Cooper, J. C. *An Illustrated Encyclopaedia of Traditional Symbols*. London : Thames and Hudson, 1978.
30. Encyclopaedia Britannica, s. v. "coronation."
31. Cowan, Marian, and John C. Futrell. *The Spiritual Exercises of St. Ignatius of Loyola : A Handbook for Directors*. New York : Le Jacq Publishing, 1982.
32. Crossman, Dominic M. "The Gospel of Jesus Christ." Stonebridge Priory, Lake Bluff, IL, 1963. Mimeographed notes.
33. Crowe, Jerome. *The Acts*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.

34. Cummings, e. e. *No Thanks*. New York : Golden Eagle Press, 1935.
35. De Grazia, Ted. *The Yaqui Easter*. Tucson, AZ : University of Arizona Press, 1968.
36. de Mello, Anthony. *Sadhana : A Way to God*. Saint Louis : Institute of Jesuit Sources, 1978.
37. English, John. *Choosing Life*. New York : Paulist Press, 1978.
38. _____. *Spiritual Freedom*. Guelph, Ontario : Loyola House, 1974.
39. Fallon, Francis T. *2 Corinthians*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
40. Faricy, Robert. *The Spirituality of Teilhard de Chardin*. Minneapolis : Winston Press, 1981.
41. Fenton, J. C. *Saint Matthew*. London : Penguin Books, 1963.
42. Fitzmeyer, Joseph. *The Gospel According to Luke X-XXIV*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1985.
43. Fleming, David. *The Spiritual Exercises : Literal Translation and a Contemporary Reading*. Saint Louis : Institute of Jesuit Sources, 1978.
44. Ford, J. Massyngberde. *Revelation*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1975.
45. Fox, Matthew. *Breakthrough*. Garden City, NY : Image Books, 1977.
46. Getty, Mary Ann. *Philippians and Philemon*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
47. Gore, Rick. "The Once and Future Universe." *National Geographic* 163(June 1983) : 704-749.
48. Hall, Nor. *The Moon and the Virgin*. New York : Harper and Row, 1980.
49. Harrington, Wilfred. *Mark*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.
50. Houselander, Caryll. *The Risen Christ*. New York : Sheed and Ward, 1958.
51. Jensen, Joseph. *Isaiah 1-39*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1984.
52. Johnson, Robert A. *She*. New York : Harper and Row, 1977.
53. Jung, Carl G. *Aion*. Princeton, NJ : Princeton University Press, 1959.
54. _____. *Four Archetypes*. Princeton, NJ : Princeton University Press, 1959.

55. _____. *Man and His Symbols*. New York : Valor Publications, 1964.
56. Kelsey, Morton. *Resurrection : Release from Oppression*. New York : Paulist Press, 1985.
57. King, Hans. *On Being a Christian*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1976.
58. Lacey, Robert. *Majesty*. New York : Harcourt Brace Jovanovich, 1977.
59. La Verdriere, Eugene. *Luke*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
60. Leonard, Linda Schierse. *On the Way to the Wedding*. Boston : Shambhala, 1986.
61. Luke, Helen M. *Woman : Earth and Spirit*. New York : Crossroads, 1985.
62. McBrien, Richard P. *Catholicism*. 2 vols. Minneapolis : Winston Press, 1980.
63. McClain, Jane C. "Beginning with the Goddess." *Creation 1* (January-February 1986) : 26-27.
64. McGann, Diarmuid. *The Journeying Self*. New York : Paulist Press, 1985.
65. McKenzie, John. *Dictionary of the Bible*. Milwaukee : Bruce Publishing Co., 1965.
66. _____. *Second Isaiah*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1968.
67. McPolin, James. *John*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.
68. Magana, Jose. *A Strategy for Liberation*. Hicksville, NY : Exposition Press, 1974.
69. Maloney, George. *Mary, the Womb of God*. Denville, NJ : Dimension Books, 1976.
70. _____. *Singers of the New Song*. Notre Dame, IN : Ave Maria Press, 1985.
71. _____. *The First Day of Eternity : Resurrection Now*. New York : Crossroads, 1982.
72. Marsh, John. *St. John*. London : Penguin Books, 1968.
73. Meier, John P. *Matthew*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
74. Mondadori, Arnaldo, ed. *Dante : His Life, His Times, His Works*. New York : American Heritage Press, 1968.
75. Moore, Sabastian. *The Inner Loneliness*. New York : Crossroads, 1982.
76. Morton, H. V. "In the London of the New Queen." *National Geographic* 104(Septem-

- ber 1953) : 291-342.
77. Munck, Johannes, *The Acts of the Apostles*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1967.
78. Murphy, Roland, *Seven Books of wisdom*. Milwaukee : Bruce Publishing Co., 1960.
79. Murphy-O'Connor, Jerome. *1 Corinthians*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.
80. National Conference of Catholic Bishops. *The Sacramentary*. New York : Catholic Books Publishing Co., 1974.
81. Neumann, Erick. *The Great Mother*. Princeton, NJ : Princeton University Press, 1963.
82. Nineham, D. E. *Mark*. Baltimore : Penguin Books, 1963.
83. Orr, William F., and James Arthur Walther. *1 Corinthians*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1976.
84. Osiek, Carolyn. *Galatians*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
85. Paoli, Arturo. *Freedom to Be Free*. Maryknoll, NY : Orbis Books, 1973.
86. Pennington, Basil. *Centering Prayer*. Garden City, NY : Image Books, 1982.
87. Perkins, PHEME. *Resurrection*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1984.
88. _____. *The Johannine Epistles*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1979.
89. Pope, Marvin H. *Song of Songs*. Garden City, NY : Doubleday and Co., 1977.
90. Rahner, Karl. *Spiritual Exercises*. New York : Herder and Herder, 1956.
91. Reese, M. James. *The Book of Wisdom : Song of Songs*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1983.
92. Robbins, Anthony. *Unlimited Power*. New York : Simon and Schuster, 1986.
93. Rosenblatt, Roger. "A Letter to the Year 2086." *Time* 128(29 December 1986) : 24-29.
94. Roustang, Francois. *Growth in the Spirit*. New York : Sheed and Ward, 1966.
95. Sanford, Agnes. *Creation Waits*. Plainfield, NJ : Logos International, 1978.
96. Sanford, John. *Healing and Wholeness*. New York : Paulist Press, 1977.
97. _____. *The Kingdom Within*. New York : Paulist Press, 1970.

98. Schaef, Anne Wilson. *Co-Dependence*. Minneapolis : Winston Press, 1986.
99. Schauss, Hayyim. *The Jewish Festivals*. New York : Union of American Hebrew Congregations, 1938.
100. Schillebeeckx, Edward. *Jesus : An Experiment in Christology*. New York : Crossroads, 1981.
101. Scullion, John. *Isaiah 40-66*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1982.
102. Stanley, David M. *A Modern Scriptural Approach to the Spiritual Exercises*. Saint Louis : Institute of Jesuit Sources, 1971.
103. _____. *I Encountered God*. Saint Louis : Institute of Jesuit Sources, 1986.
104. Swain, Lionel. *Ephesians*. Wilmington, DE : Michael Glazier, 1980.
105. Tannehill, Robert C. *A Mirror for Disciples : A Study of the Gospel of Mark*. Nashville, TN : Disciples Resources, 1977.
106. Taylor, Vincent. *The Gospel According to St. Mark*. New York : Saint Martin's Press, 1966.
107. Thurian, Max. *Mary, Mother of All Christians*. New York : Herder and Herder, 1964.
108. Vann, Gerald. *The Pain of Christ*. Springfield, IL : Templegate, 1947.
109. Veltri, John. *Orientations*. Vol. 1, *A Collection of Helps for Prayer*. Guelph, Ontario : Loyola House, 1979.
110. _____. *Orientations*. Vol. 2, *Annotation 19 : Tentative Edition*. Guelph, Ontario : Loyola House, 1981.
111. Wilder, Thornton. *Our Town. A Treasury of the Theater*. Vol. 3, New York : Simon and Schuster, 1963.

NIHIL OBSTAT

Andreas Yeom, Censor
Seoul, die 25, Aug. 1994

IMPRIMATUR

Stephanus Cardinal Kim
Archiepiscopus Seoulensis
Seoul, die 25, Aug. 1994

자유(주여 나를 받으소서 제5권)

1995년 4월 16일 펴냄

글쓴이 재크린 시럽 버간 & 마리아 슈완
옮긴이 조 순 자
펴낸이 정 옥 동

펴낸데 성모출판사

서울특별시 중구 오장동 206-10
전화 : 266-4251, 275-0924 FAX : 275-0925
등록 : 1988년 3월 21일 제2-530호

값 6,000원

윤건아

강 연 중

서울 가톨릭대학 졸업

St. patrick's university 신학부 수료

University of Southern California 교육학 석사

현, 인천 대건고등학교 교사

감수자

변 희 선(안셀모) 신부

서울 가톨릭대학 졸업

예수회 한국지부본부 소속 회원

현재 미국 Boston College

조직신학 박사 과정 중

‘주여 나를 받으소서’ 시리즈의 다섯 권 중
마지막 책인 이 「자유」는,
그리스도께서 사랑하셨던 그리고
그분을 믿고 따랐던 사람들에게 나타나신
부활하신 그리스도에 대해 관상함과 아울러
기도를 통해 우리 안에 살아 계시며
• 그분의 비전과 임무를 함께 나누도록 초대하시는
부활하신 그리스도의 성령의 기쁨과
현존을 체험하도록 우리를 이끌어 준다.

