그리스도와 함께 걷기

성 이냐시오의 영신 수련으로 기도하기

Laurence L. Gooley, SJ

Saint Louis
The Institute of Jesuit Sources

Number 21 in Series IV:
Studies on Jesuit Topics

이 책은 1993년에 개인적으로 출판하였고 1996년과 1997년에 개정한 순례: 성 이냐시오의 영신 수련으로 기도하: 라는 책의 수정 본을 번역한 것이다.

목 차

서문

영신 수련으로 기도하기
이 책을 미리 보기
CLC 모임 순서
영신 수련의 목적
영신 수련의 구조
영신 수련에 들어가기 위한 내적 태도
봉헌의 기도
성 이냐시오의 생애

제1부 영신 수련의 원리와 기초

첫째 훈련: 영신 수련의 원리와 기초
둘째 훈련: 원리와 기초 (계속)
셋째 훈련: 원리와 기초 (계속)

제2부 첫째 은총(주간): 하느님께서 있는 그대로의 나를 사랑하신다

첫째 훈련: 세상에 존재하는 악
둘째 훈련: 내 삶에서 체험하는 속임수
셋째 훈련: 세상에서 체험하는 속임수
넷째 훈련: 하느님께서 나를 사랑하시고
어두움과 소외로부터 이끌어 내신다
다섯째 훈련: 하느님께서 나를 사랑하시고
어두움과 소외로부터 이끌어 내신다
첫째 주간 체험 요약
첫째 주간 은총의 통합

제3부 둘째 주간 은총: 예수님과의 동료애

옮겨가기 훈련: 하느님의 다스림
첫째 훈련: 강생

둘째 훈련: 베들레헴
셋째 훈련: 성전과 이집트 피신
넷째 훈련: 세례와 유혹
다섯째 훈련: 삶의 두 가지 방식(깃발)
여섯째 훈련: 세 가지 CLC 공동체들
일곱째 훈련: 가르침들
여덟째 훈련: 치유들
아홉째 훈련: 가르침들
열째 훈련: 세 가지 사랑의 응답들
열한째 훈련: 치유들과 가르침들
열두째 훈련: 기도하신 예수님
열셋째 훈련: 마리아
빠스카 신비로 옮겨가기 시작: 거룩한 변모
계속되는 옮겨가기: 라자로; 향유를 바름; 예수님을 죽임; 호산나!
둘째 주간 은총의 통합
셋째 주간 은총으로 옮겨가기

제4부 셋째 주간 은총: 예수님의 수난을 함께 나누기
첫째 훈련: 과월절
둘째 훈련: 예수님의 고뇌
셋째 훈련: 재판
넷째 훈련: 예수님께서 사형 집행장으로 걸어가시다
다섯째 훈련: 수난 전체에서 예수님과 함께 있기
서 계신 어머니
넷째 주간 은총으로 옮겨가기

제5부 넷째 주간의 은총: 예수님의 부활하신 생명을 함께 나누기
첫째 훈련: 마리아 . . . "평화!"
둘째 훈련: "평화!" . . . 엠마오
셋째 훈련: 호숫가의 예수님
넷째 훈련: "내 양들을 돌보시오" . . . 오순절
하느님의 사랑을 얻기 위한 관상

사랑의 이름을 지니신 하느님께

부록

의식 성찰
윤리적 선택 내리기: 첫째 주간 동안 영들의 식별
그리스도를 따르기로 선택하기: 둘째 주간 동안 영들의 식별
결정을 내릴 시기들
결정에 대한 확증 구하기
영신 수련을 살기
로욜라의 성 이냐시오

서 문

영신 수련으로 기도하기

과정:

영신 수련에 관한 이 책은 CLC 모임 동안 기도 체험으로 사용하도록 그리스도인 생활 공동체를 위해서 작성되었지만, 같은 목적을 위해서 다른 그룹에 의해 사용될 수 있으며, 피정으로 영신 수련으로 할 때 개인에게 하나의 도움으로 사용될 수도 있습니다.

기도 체험:

"기도 체험"으로 이 책을 거쳐갈 때, CLC 공동체는 반복하고자 하는 강한 원의가 없다면 정상적으로 훈련을 반복하지 않으면서 훈련 전체를 함께 해나가게 됩니다. 영적 지도자가 있기를 권고합니다. 언제든 회원이 공동체로부터 피드백과 안내를 요청할 수 있습니다.

피정 체험:

이 책은 피정 체험으로 영신 수련을 하는 개인들에 의해서도 사용될 수 있습니다. 이러한 경우에 피정자는 결실이 있는 한 주어진 훈련에 시간을 보냅니다. 물론 이것은 피정 지도자를 통하여 성령의 이끄심 아래서 행하여집니다.

그리스도인 생활 공동체에서, 영신 수련으로 기도하고 피정을 영신 수련으로 하는 두 과정들이 강하게 권고됩니다.

이 책을 미리 보기

실제로 시작하기 전에, 다음과 같은 방식으로 이 책과 친숙해지는 것은 당신에게 좋을 것입니다:

* 이 책의 형태와 내용에 친숙해지도록 책을 대충 읽어보십시오.

* 다음 쪽에 있는 CLC 모임 순서와 친숙해지십시오.

* 서문에 있는 영신 수련의 구조를 읽으십시오.

* 서문에 있는 영신 수련으로 기도하기의 과정을 읽어보십시오.

* 서문에 있는 영신 수련에 들어가기 위한 내적 태도를 읽어보십시오.

* * * * * * * * * * * * *

사용되는 시간의 길이:

이 책이 전례력에 따라서 영신 수련을 하면서 가을에 시작하여 약 9개월의 기간에 걸쳐 온전히 끝나는 것이 좋을 것입니다. 한 달에 두 번을 만나는 공동체들은 모임 사이에 두 훈련을 하거나 혹은 어떤 훈련을 건너뛰어 감으로써 이것을 할 수도 있습니다.

CLC 모임 순서

항상 모임은 공동체의 필요에 적합해야 합니다.

개인적 차원:

모임 시작: 모임을 시작하면서 당신이 어떻게 느끼시는가를 간략하게 말씀하십시오.

시작 기도: 음악, 성서, 기타 등등을 사용 (5분)

훈련 전체를 크게 읽으십시오.

나누기: "이 훈련에서 무엇이 나를 감동시켰으며, 그것이 내 삶에 어떻게 반영됩니까?" 나누기는 단순히 침묵 속에서 받아들여집니다. 나누는 사람은 피드백을 요청할 자유를 지니고 있습니다. 나누기가 끝난 후에 회원들은 덧붙이기를 원하는 것이 있는가라는 질문을 받을 수 있습니다.

휴식

공동체 차원:

공개적 대화: 하느님께서 나눔을 통하여 공동체를 어떻게 움직이고 계시며 각 회원의 영적 움직임을 어떻게 공동체의 생활에 영향을 미치는 것에 관하여.

다음 모임: 다음 모임의 나누기에 사용될 훈련을 미리 보십시오.

업무: 업무, 다음 모임 장소, 준비자. . . .

모임 반성: **"이 모임 동안 어떻게 감동을 받았습니까? 어디에서 긍정적인 힘을 느꼈습니까? 어디에서 불편함을 느꼈습니까?"**

마침 기도

친교

영신 수련의 목적

영신 수련의 목적은 많은 방식으로 기술되어왔습니다. 성 이냐시오는 영신 수련이 자신의 참된 자아를 발견하고 모든 결정이 불건전한 애착에서 자유로운 상태에서 이루어지는 삶이 되도록 돕는 것을 목적으로하고 있다고 말하고 있습니다. 일부는 이것을 영신 수련이 개혁의 과정이라는 것을 의미한다고 해석합니다. 다른 일부는 영신 수련이 기도의 학교라고 말합니다. 또다른 일부는 영신 수련이 결정을 내리는 과정이라고 말합니다. 이 모든 것은 어느 정도 사실입니다.

영신 수련을 생각하는 다른 방식은 모든 것 안에서 하느님을 사랑하고 하느님께 봉사하면서 예수 그리스도와 동일시되기 위하여 복음서를 기도하는 과정으로 생각하는 것입니다. 기도가 깊어짐에 따라 개인적인 쇄신과 성령으로 가득찬 결정을 내리는 것은 은총이며 이 체험의 결실입니다. 즉각적인 체험은 항상 예수 그리스도 안에서 하느님과의 직접적인 만남입니다.

"성찰"과 "제안"은 각 훈련의 기도를 보충합니다. 이러한 사랑의 영적 순례에 있어서 도움을 주기 위하여 의식 성찰과 내적인 움직임들에 대한 이냐시오의 식별 규범이 부록에 있습니다.

"나를 본 사람은 이미 아버지를 보았습니다."

--요한 14:9

영신 수련의 구조

영신 수련은 영적인 에어로빅과 같이 할 어떤 것입니다. 영신 수련은 사람들이 모든 것 안에서 하느님을 사랑하고 하느님께 봉사하기 위하여 예수 그리스도와 일치하여 자신들의 참된 자아를 발견하게 되는 묵상과 관상의 단계적인 과정을 제공합니다.

영신 수련은 이냐시오가 "주간"이라고 부르는 (이 책은 "은총"이라고 부르고 있음) 네 부분으로 나누어져 있습니다. 이 주간들은 7일로 제한되어 있는 것이 아닙니다. 주간들은 영신 수련을 하는 사람의 체험과 필요에 따라 길이가 변화합니다.

첫째 은총(주간)은 우리를 있는 그대로 사랑하시는 하느님의 무조건적인 사랑에 감사를 드리도록 이끕니다. 둘째 은총(주간)은 예수님의 마음과 정신을 입으면서 예수님과의 친밀성과 동료애로 이끕니다. 셋째 은총(주간)은 우리의 수난과 죽음을 예수님의 수난과 죽음과 일치시킴으로써 무조건적으로 예수님을 따르는데 투신하는 것을 긍정합니다. 넷째 은총(주간)은 참된 영적 자유로 하느님을 사랑하고 하느님께 봉사하는데 있어서 예수님과 일치를 확증합니다.

영신 수련의 본문은 복음서입니다. 복음을 살아가는데 한가지 길만이 있는 것이 아니듯이 영신 수련에도 하나의 체험만이 있는 것은 아닙니다. 당신이 바라보고 있는 것은 당신 자신의 삶의 체험일 것입니다. 따라서 영신 수련을 하는 것은 이냐시오의 체험 속으로 들어가는 것이 아닙니다. 그것은 근본적으로 당신 자신의 체험 속으로 들어가는 것입니다. 여러분 각자는 여러분 각자의 영신 수련을 할 것입니다.

> 나를 믿으시오. 진실한 예배자들이 영과 진리 안에서
> 아버지께 예배를 드리게 될 때가 오고 있으니 바로 지금입니다.
> 하느님은 영이십니다.
> 그러므로 그분을 예배하는 이들은
> 영과 진리 안에서 예배하여야 합니다.
>
> --요한 4:21-24

봉헌의 기도

주여, 나를 받으소서.
나의 모든 자유와 나의 기억력과
지력과 모든 의지와
내게 있는 것과
내가 소유한 모든 것을 받아들이소서.
당신이 내게 이 모든 것을 주셨나이다.
주여, 그 모든 것을 당신께 도로 드리나이다.
모든 것이 다 당신의 것이오니,
온전히 당신 의향대로 그것들을 처리하소서.
내게는 당신의 사랑과 은총을 주소서,
이것이 내게 족하나이다.

(로욜라의 성 이냐시오)

이냐시오의 생애

로욜라의 이냐시오의 생애와 친숙해지는 것은 이냐시오의 영신 수련을 체험하고 이해하는데 매우 도움이 됩니다. 영신 수련 입문으로서 부록에 있는 로욜라의 성 이냐시오의 이야기를 읽으십시오. 당신은 한 번의 모임에서나 여러 모임에 걸쳐서 이것을 할수도 있습니다.

읽은 후에, 다음 질문을 안내로 하여 이냐시오의 생애에 대한 당신의 반응을 서로 나누십시오:

* 이냐시오의 이야기가 당신을 어떻게 감동시켰습니까?

* 이냐시오의 이야기 안에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까?

* 이냐시오의 생애와 당신의 생애 사이에 어떤 유사성을 봅니까? 유사성은 무엇입니까?

* 이냐시오 생애의 다른 어떤 양상들이 당신을 감동시킵니까?

때때로 이냐시오의 생애를 다시 읽는 것은 도움이 될 것입니다. 이냐시오 생애의 다른 양상들이 영신 수련에 대한 당신의 체험에 있어서 당신이 있는 곳에 따라 당신을 감동시킬 수도 있습니다.

제1부
영신 수련의 원리와 기초

사람은 우리 주 하느님을 찬미하고
공경하고 그에게 봉사하며,
또 그렇게 함으로써
자기 영혼을 구하기 위하여 창조된 것이다.
그 외에 땅 위에 있는 모든 것들은
다 사람을 위하여,
즉 사람이 창조된 목적을 달성하는데
도움이 되기 위하여 창조된 것이다.
따라서 사람은 사물이 이러한 목적을 달성하는데
도움이 되면 그 만큼 그것을 이용할 것이고,
또 방해가 되면 그만큼은 배척해야 할 것이다.
그러므로 우리는 만물에 대해서,
만일 그것이 우리 자유에 맡겨졌고
금지되지 않았으면,
중용을 지녀야 할 것이니
즉, 우리는 질병보다 건강을,
빈곤보다 부귀를,
업신여김보다 명예를,
단명보다 장수함을 원하지 않을 것이요,
따라서 모든 다른 것에 있어서도,
우리는 오로지 우리 자신을 최고 목적에로
보다 더 인도하는
사물만을 원하고 선택해야 할 것이다.

첫째 수련: 영신 수련의 원리와 기초

. . . 관대하고 개방된 마음으로 . . .

영신 수련으로 기도하는데 있어서 가장 도움이 되는 것은 크나큰 용기와 관대함을 지니고 영신 수련에 들어가는 것입니다. 만일 당신의 의지와 자유를 봉헌한다면, 하느님께서는 있는 그대로의 당신과 또 당신 안에서 하느님의 원의를 성취시키기 위해서 당신이 지니고 있는 모든 것을 사용하실 수 있으실 것입니다. 나는 하느님의 현존 속에 초대된 내 자신을 발견합니다 . . . 나는 기도에 모든 주의를 기울이도록 이끌린다는 것을 느낍니다.

은총:

나는 하느님 앞에서 열린 관대한 마음을 지닐 수 있도록 반복해서 기도합니다.

기도:

1) 예레미야 29:11-14. "나는 당신을 위해서 내가 마음에 지니고 있는 계획을 잘 압니다" 하느님께서 나의 두려움이 아니라 나의 행복을 원하시기에, 나는 하느님께 즐겁게 말씀을 드립니다.
2) 이사야 25:1-8. "당신은 예전에 정하신 놀라운 뜻을 이루셨습니다." 나를 위해서 하느님께서 행하셨고 . . . 하느님께서 하시고 계시며 . . . 하느님께서 행하실 것을 선포하시는 하느님께 말씀을 드립니다.
3) 이사야 55:1-5. "생명을 얻기 위하여 나에게 오십시오." 있는 그대로의 나로서 오라는 초대 . . . 생명의 약속 . . . 하느님께서 나를 위해서 이미 하고 계시는 것을 선포. . . .
4) 시편 148. "새로운 노래를 주님께 불러드려라." 하늘과 땅아 하느님을 찬양하여라. 당신 백성을 드높여 주신 하느님을 찬양하여라.

끝맺음:

감동을 받았다는 것을 느낄 때, 나는 친구가 친구에게 하듯이 몸과 정신과 영을 사용하여 하느님께 감사와 찬미와 온전한 신뢰를 표현합니다.

희망
내려놓음
재앙을 다르라짐

생활성찰기서
여은 은혜

성찰:

이 수련은 영신 수련 전체에 대한 이냐시오의 진술로서 "원리와 기초"라고 불립니다. 영신 수련의 시작 부분에 위치한 원리와 기초는 하느님께서 사랑으로 우리를 창조하셨으며, 우리는 완전히 관대한 마음으로 그 사랑에 되돌아가야 한다는 이냐시오의 확신을 서술하고 있습니다. 이것이 우리 삶의 목적입니다.

원리와 기초는 하느님께서 우리에게 바라시는 삶의 충만함을 받아들이고 내적 자유를 지니도록 이끌어 줍니다. 우리의 작업은 이것이 가능해야 할 것입니다. 두려움과 의심이 우리 마음에서 제거될 수 있도록, 하느님께 마음이 열리고 관대해지도록 기도하는 이유가 이것입니다. 이러한 은총은 영신 수련의 나머지 부분에서 경험할 수 있게 해줍니다.

제안:

1) 당신으로 하여금 하느님께 마음을 열려지고 관대해지는 것을 막는 장벽이 무엇인지를 기도 중에 물어보십시오.
2) 자기 전이나 아침 일찍 당신이 언제 어디에서 기도할 것인지를 결정하며 기도를 준비하십시오.
3) 기도 중에 당신이 지녔던 느낌이나 의문을 공책에 기록하십시오.
4) 여러분 각자가 이 경험에 대하여 가지게 되는 희망과 두려움을 나누십시오. 기도 중에 이 모든 것을 하느님께 바치십시오.
5) 기도 때에, 주어진 성서 구절 모두를 사용할 필요는 없습니다.

당신을 주시하시는 하느님을 바라보십시오--그리고 미소지으십시오![1]

1. *Anthony de Mello, S.J., cited in Michael Harter, S.J. (ed.), Hearts on Fire* (Saint Louis: Institute of Jesuit Sources, 1993), p. 9.

둘째 수련: "원리와 기초" (계속)

생명은 선물입니다 . . . .

나의 가족, 성장한 장소들, 친구들, 교육, 성숙한 어른으로서의 삶 등과 같이 하느님께서 나에게 얼마나 많은 것을 주셨는가를 깨닫습니다. 나는 창조물을 둘러보며 하느님의 모든 선물을 의식하게 됩니다. 나는 두려움과 감사의 마음으로 많은 선물을 우리에게 주시는 하느님의 사랑과 하느님의 선하심 앞에 서 있습니다. 나는 우리에 대한 하느님의 사랑이 제한이 없다는 것을 압니다 . . . 하느님의 현존 속으로 초대받고 있는 내 자신을 발견합니다. . . 나는 기도에 모든 주의력을 기울입니다.

은총:

나에 대한 하느님의 선하심에 압도되기를 기도합니다.

기도:

1) 창세기 1:1-2:4. "하느님께서 이 모든 것을 보시니 참 좋았다." 하느님께서는 나를 보시고 매우 좋아하십니다.
2) 시편 8. "손수 만드신 저 하늘과 달아 놓으신 달과 별을 우러러보면 사람이 무엇이기에 이토록 생각해 주십니까?" 나는 지상에 거처하는 우리에게 선물로서 자신을 주시는 하느님께 두려움과 놀라움을 느낍니다.
3) 호세아 11:1-5. "나는 젖먹이처럼 들어 올려 볼에 비비기도 하며 키웠습니다." 이 놀라운 진리가 나의 체험이 되게 합니다. 하느님께서는 인간의 유대와 사랑의 끈으로 나를 이끄십니다.
4) 1 고린토 12:4-12. "은사는 물론 여러 가지로 나뉘어 베풀어지지만 영은 같은 영이십니다." 나를 위해서 선택된 선물들을 즐깁니다.

끝맺음:

기도 중에 감동되었다고 느낄 때나 존경하는 마음으로 이 특별한 시간을 결론지으면서, 나는 친구가 친구에게 하듯이 하느님께 내 마음을 개방합니다.

성찰:

이것은 영신 수련 전체를 요약하는 "원리와 기초"의 연속입니다. 이 수련은 하느님도 좋으시고, 세상도 좋으며, 나도 좋고, 모든 창조물도 좋으며, 기술(技術)까지도 좋다고 삶을 긍정적으로 바라보는 것이 필요하다는 것을 보여줍니다. 하느님의 창조는 사랑에서 이루어졌으며, 하느님의 사랑은 모든 것 안에 머물러 있습니다. 창조는 시작 때만 일어난 것이 아닙니다. 창조는 새로운 실재가 등장할 때마다 일어나고 있습니다.

이러한 진리가 세상에 존재하는 악에 눈이 멀도록 하지는 않습니다. 우리는 세상에 존재하는 악에 대하여 나중에 기도할 것입니다. 당분간 우리는 하느님의 사랑이 모든 것을 지탱시킨다는 사실에 초점을 둡니다.

여기서 우리가 기도하는 것은 이러한 진리 속으로 받아들이고, 신앙의 은총을 받기 위한 것입니다. 그리하여 우리는 모든 것이 좋다는 관점으로 삶과 세상을 바라보게 될 것입니다. 원리와 기초는 영신 수련으로 기도를 시작하면서 관대하고 열린 마음을 지닐 수 있도록 도와주는 입문 수련입니다.

제안:

1) 바쁜 하루의 템포를 늦추기 위하여 잠시 동안 시간을 보내십시오. 이것을 거듭해서 되풀이 해야 한다고 할지라도, 당신을 사로잡고 있는 것을 잠시 제쳐 두십시오. 아무것도 가능하지 않는 것 같다면, 기도하려는 당신의 노력에 하느님께서 얼마나 기뻐하시는가를 생각하십시오.
2) 이 수련을 위해서 주어진 성서 구절 하나나 전부를 조용히 읽으십시오. 당신이 어떻게 느끼는지를 알아차리십시오. 이 느낌들에 대하여 기도하고 공동체와 나누십시오.
3) 함께 나눈 것에 대하여 공동체로서 함께 기도하십시오.
4) 기도 때, 주어진 성서 구절 모두를 사용할 필요는 없습니다.

셋째 수련: "원리와 기초" (계속)

하느님께서 나를 사랑하십니다 . . . .

내 주변을 바라보고 재빨리 변화는 세상을 봅니다. 그것은 우리 부모님들이 사셨던 세상이나 부모님 이전의 부모님들이 사셨던 세상과는 아주 다른 세상입니다. 그분들은 하느님께서 그분들을 사랑하고 돌보시는 것을 어떻게 보셨습니까? 나는 하느님께서 나를 사랑하시고 돌보시는 것을 어떻게 봅니까? 신앙 안에서 나는 모든 것이 친밀하게 연결되어 있다는 것을 압니다. 하느님의 사랑이 모든 곳에 있습니다. 모든 시대의 모든 창조물이 이 사랑에 의해 묶여집니다. 나는 모든 것 안에서 이것을 경험하기를 원하며 다른 사람들과 나누기를 원합니다 . . . 하느님의 현존 속에 있는 나를 발견합니다 . . . 나는 기도에 모든 주의력을 기울입니다.

은총:

내가 바라는 것, 즉 내 마음 깊은 곳에서 나를 위한 하느님의 사랑을 경험할 수 있도록 청합니다.

기도:

1) 시편 139:1-18. "당신 오른 손이 나를 꼭 붙드십니다." 나는 부모님께서 사랑으로 잡아주시는 것같이 하느님께서 잡아주시는 어린아이와 같습니다.
2) 마태오 10:26-31. "그분은 여러분의 머리카락까지도 다 세어 놓고 계십니다." 하느님께서는 나에게 두려워하지 말라 . . . 내가 소중하며 . . . 내가 참새보다 더 귀하다고 말씀하십니다. . . .
3) 루가 15:11-32. "너의 아우를 잃었다가 찾았다." 나를 잃어버리게 될 때 하느님께서는 나에게 달려오셔서 나를 붙잡으시고 나에게 입맞춤을 하시고 나를 집으로 되돌아오게 하실 것이라는 것을 압니다.
4) 요한 15:1-17. "아버지께서 나를 사랑해 오신 것처럼 나도 여러분을 사랑해왔습니다." 예수님께서 얼마나 자주 이것을 나에게 말씀하시가를 생각하고 두려움을 느낍니다. 나는 여전히 의심을 품습니까?

끝맺음:

하느님께서 진정으로 나의 말을 들으시고, 나를 사랑하시며, 나를 돌보실 것이라는 것을 믿으며, 가까운 친구나 사랑하는 부모님에게 하는 것처럼 하느님과 대화를 나눕니다.

성찰:

하느님께서는 끊임없이 우리를 사랑하십니다. 이 세상에 있는 모든 것은 우리가 하느님을 더 쉽게 알고 더 기꺼이 하느님의 사랑에 되돌아갈 수 있도록 주어진 선물입니다.

이냐시오는 우리 앞에 하나의 이상(理想)을 세워놓으셨습니다. 우리에게 사랑하는 사람이 되도록 도움을 줄 때 이 생명의 은총들을 받아들입니다. 그러나 그것들이 우리 삶의 중심과 목적이 된다면 하느님의 자리를 차지하여 하느님을 향한 우리의 성장을 방해하게 됩니다.

그러므로 우리에 대한 하느님의 바램을 알게될 때까지 건강이나 질병, 부나 가난, 성공이나 실패, 장수나 단명에 관하여 균형을 유지해야 합니다. 우리 안에 있는 하느님의 생명을 풍성하게 되도록 이끄는 것만을 선택해야 합니다.

하느님께서 우리에게 바라시는 것만을 선택하는 은총은 우리 문화 안에서 받아들이기 가장 힘든 것입니다. 왜냐하면 우리의 문화는 무엇인가를 지닐 때 비로소 가치 있는 존재라고 말하기 때문입니다. 이냐시오 성인이 세워놓은 이상(理想)은 하느님께서 바라시는 것만을 선택하는 은총이며 우리의 노력으로 다다를 수가 없습니다. 그것은 온전히 선물입니다. 우리 자신이 행하는 것으로 이러한 삶의 양식을 성취하지는 못합니다. 우리는 하느님으로부터 이러한 삶의 양식에로 초대를 받을 뿐입니다.

이냐시오의 "원리와 기초"는 개인적 맥락과 사회적 맥락 속에서 기도해야 합니다. 이 은총은 계속해서 오게 됩니다. 그것이 영신 수련의 나머지 부분을 해나가는 전제 조건입니다.

제안:

1) 기도 마지막에 기도 동안 느낀 것들에 관해서 친구가 친구에게 이야기하듯이 하느님께 직접 말씀을 드리십시오. 느낌들이 당신에게 무엇을 말하고 있는지를 알게되도록 청하십시오.
2) 하루를 되돌아보는 방법인 부록에 있는 의식 성찰을 보십시오. "원리와 기초"에 초대받으려는 당신의 노력 속에서 이 의식 성찰을 사용하십시오.
3) 당신은 이냐시오의 신앙의 비전을 보았습니다. 당신의 신앙의 비전, 즉 하느님 안에서 당신 삶의 기초는 무엇입니까? 당신 마음에 있는 것을 표현하면서 당신의 신앙의 비전에 대하여 기도하십시오. 이미지, 상징, 이야기, 성서, 노래, 혹은 말이 당신에게 떠오르게 두십시오. 그것에 머물러 계십시오. 이제 당신의 개인적인 신앙의 비전을

영신 수련의 첫째 은총
(첫째 주간)으로 넘어가기

당신께서는 못하실 일이 없으십니다.
계획하신 일은 무엇이든 이루십니다.

이 머리로 헤아릴 수 없는
신비한 일들을
영문도 모르면서 지껄였습니다.

당신께서 어떤 분이시라는 것을
소문으로 겨우 들었었는데,
이제 저는 이 눈으로 당신을 뵈었습니다.
그리하여 제 말이 잘못되었음을 깨닫고
티끌과 잿더미에 앉아 뉘우칩니다.

--욥 42:1-6

제2부
첫째 은총 (첫째 주간):
하느님께서
나를 있는 그대로
사랑하신다

적거나, 그림으로 그리거나, 조각하거나, 색칠하거나, 표현하십시오.

나의 하느님이신 주님,
당신께서는 지극한 사랑 속에서
좋고 아름다운 존재들을 지으시기를
원하시기 때문에
당신은 무(無)의 잠에서부터
나를 불러내셨습니다.
당신은 어머니의 뱃속에 있는 나를
이름지어 부르셨습니다.
당신은 저에게
숨과 빛과 움직임을 주셨고
모든 순간에 저와 함께 걸으셨습니다.
우주의 하느님이신 주님,
당신께서 저와 함께 하시고
저에게 아낌없이 주심에 저는 놀랍니다.
당신을 감명 시키는 충실성을
제 속에 심으십시오
그러면 제가 당신을 신뢰하고
온종일 당신을 그리워할 것입니다.[2)]

2. Joseph A. Tetlow, S.J., cited in Harter, *op. cit.*, p. 12.

첫째 수련: 세상에 존재하는 악

너는 내 눈에 소중하며 영광스럽고 나는 너를 사랑한다. . .

세상 안에 존재하는 죄에 대하여 성찰할 때 나는 항상 혼돈을 경험합니다. 무엇이 나에게 속하고 무엇이 속하지 않는지를 가려낸다는 것이 어렵습니다. 세상은 완성되지 않았습니다. 세상에는 많은 선이 있지만, 또한 많은 악이 있습니다. 세상은 매우 혼돈스럽습니다. 사랑하시는 하느님의 목적을 방해하기를 원하는 것이 무엇입니까? 왜 세상은 끊임없이 하느님의 창조 행위를 혼란스럽게 하고자 합니까? 나는 이것을 TV 뉴스에서 보고, 도시의 거리에서도 봅니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 나는 하느님께 완전히 의존해 있는 존재라는 것을 인정합니다.

장면:

나는 온 세상에 있는 악의 실재를 봅니다.

은총:

나의 죄스러움과 세상의 죄스러움을 보다 깊이 알아차리고 슬픔과 혼돈을 느껴서, 그리스도께 도움을 청하며 용서하시는 하느님의 사랑에 더욱 의존할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 아모스 2:6-8. "너희는 힘없는 자의 머리를 땅에다 짓이기고 가뜩이나 기를 못 펴는 사람들 길에서 밀쳐 낸다." 나는 모든 창조물과 나 안에서 이것을 경험합니다.
2) 이사야 3:13-17. "너희는 가난한 자에게서 빼앗은 것을 너희 집에 두었다." 내 주변과 내 안에서 탐욕을 봅니다. 나는 사람들을 짓밟고, 가난한 사람들을 학대하고, 여자들을 격하시키고, 어린이들을 혹사시키는 것을 봅니다.
3) 요한 17:23. "아버지께서 저를 사랑하신 것처럼 그들을 사랑하셨습니다." 나는 . . . 에 있어서 사랑이 부족하다는 것을 알아차립니다.
4) 루가 19:41-44. "예수께서 그 도성을 보시고는 그것을 두고 우시며 말씀하셨다. '이날 너 역시 평화를 얻는 길을 알았더라면 얼마나 좋을까!'" 예수님과 함께 나는 그 도성과 내가 살고 있는 세상을 바라봅니다. 예수님께서 우십니다. 나도 예수님과 함

하느님을 앎,
혼돈. [illegible]
[illegible] (자식), [illegible], [illegible]
[illegible] 가져다줌.

께 옵니다. . . .

끝맺음:

나는 십자가에 매달리신 예수님을 봅니다. 나는 친구가 친구에게 하듯이 마음에서 우러나오는 것을 예수님께 말씀드립니다.

성찰:

우리는 모든 창조물을 하느님 사랑의 표현으로 볼 수 있는 은총을 청하였습니다. 이것을 체험하게 되면 세상 안에 존재하는 악을 깨닫게 됩니다. 우리가 사랑을 더많이 경험하면 할수록, 사랑이 부족하다는 것을 더욱더 경험합니다. 우리가 창조물 안에서 악을 보게 될지라도, 창조물이 어떻게 하느님 사랑의 표현인가를 영신 수련의 나머지 부분에서 보게 될 것입니다. 그렇지만 현재 작용하고 있는 은총은 우리 안팎에서 하느님의 사랑에 대한 응답이 부족하다는 것을 더욱 예민하게 깨닫도록 합니다. 이 때가 첫째 은총(주간)으로의 이동이 시작되는 때입니다.

죄의 속임수의 일부는 우리로 하여금 그 속임수를 알아보지 못하게 하는 것입니다. 우리 자신과 나라들 안에서 죄의 속임수를 봅니다. 세계 문화는 모든 것이 영원한 현재 속에 갇혀야 한다고 기세를 올려 선전합니다. 세계는 포식과 지배에 대한 충동, 폭력, 환경 파괴, 노인과 가난한 이들 특히 여성과 어린이이의 필요에 눈이 먼 상태로 얼룩져 있습니다.

이것은 미국 교회에서도 사실입니다. 종종 그것은 억제되지 않은 소비주의라는 미국의 감정 속에 너무나 토착화되어 있어서, 교회는 사회 안에서 정의를 위해 행동하거나 신앙 생활을 할 수 있는 많은 힘을 잃었습니다. 복음의 힘과 비전을 축소시키는 것은 어둠의 영이 맺는 열매이며, 하느님의 자유 안에서 사는 것에 반대됩니다. 첫째 주간의 은총은 모든 것을 에워싸는 하느님의 사랑 안에서 이것을 보는 것입니다.[3]

제안:

1) 당신 안팎 어디에서 악의 활동을 봅니까?
2) 당신의 기도와 하루가 서로 연결되도록 하십시오.
3) 부록에 있는 윤리적 선택 내리기-- 첫째 은총(주간)의 식별을 읽으십시오.

---

3. Walter Brueggemann, *The Prophetic Imagination* (Philadelphia: Fortress Press, 1983), p. 11 참조.

세계속에서, 악이 활동

둘째 수련: 나는 내 삶 속에서 기만과 이기심을 경험합니다

당신께서 어떤 분이시라는 것을
소문으로 겨우 들었었는데,
이제 저는 이 눈으로 당신을 뵈었습니다.

개인의 죄에 대해서 시간을 보내게 될 때, 나는 스스로 낮추는 은총을 자주 청합니다. 나는 껍질이 벗겨지는 양파처럼 그러한 은총을 보기를 원합니다. 나는 내 자신의 죄들을 보게되기를 원합니다. 나는 하느님께서 창조하신 참된 자아에 이르게 되기를 원합니다 . . . 나는 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 내가 완전히 하느님께 의존한 존재라는 것을 인정합니다.

장면:

하느님 앞에서 무기력하고 부끄럽게 서있는 내 자신을 봅니다.

은총:

내가 얼마나 자주 사회적 죄스러운 일에 참여하는가를 알게 될 때 강한 슬픔과 눈물의 은총을 청하며, 십자가를 통하여 예수님께서 나를 자유롭게 하신다는 것을 깨달을 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 시편 51. "하느님, 신한 이여, 저에게 자비를 베푸소서. 어지신 분이여, 저의 죄를 없애 주소서." 내 존재로부터 지혜와 선을 창출하기 위하여 하느님의 선하심과 연민에 의존합니다.
2) 2 사무엘 11:1-12:13. "그 때 다윗이 '나는 주님을 거슬러 죄를 지었습니다'라고 나탄에게 말하였다." 다윗은 우리아를 간음하고 바세바의 남편을 살해함으로써 하느님을 거슬러 죄를 지었습니다.
3) 로마 7:14-24. "실제 내가 하는 일을 알 수 없습니다. 나는 내가 원하는 것은 실천하

지 않고 도리어 내가 미워하는 것을 행하니 말입니다." 나는 회원들 속에 살아 있는 악에 대하여 부끄러움을 느낍니다 . . .

4) 나의 개인적인 죄들. 나의 개인적인 죄들 속에서 기만과 위선을 보면서 나의 개인적인 죄들의 목록을 만듭니다. 나는 특정한 개인이나 그리스도의 몸이라는 전체 공동체와 화해를 이루기를 원할 지도 모릅니다.

끝맺음:

연민의 여인시며 예수님의 어머니이신 마리아께 신뢰하며, 나의 어둡고 기만스러운 부분에 대한 깊은 이해, 죄에 대한 증오, 내가 어떻게 새롭게 될 수 있는가에 대한 통찰, 나와 예수님 사이를 막고 있는 것을 없애주는 은총을 얻어 주실 것을 마리아께 청합니다. 마리아의 손을 잡고 나는 같은 은총을 청하기 위해 예수님께 갑니다. 예수님과 함께 나는 같은 은총을 청하기 위해 아버지께 갑니다. 성 이냐시오는 이것을 "세 가지 담화" (Triple Colloquy)라고 부릅니다.

성찰:

첫째 주간의 근본적인 갈등은 자기 만족과 하느님께 의탁함이라는 둘 사이에 있습니다. 우리는 하느님과의 관계를 원하지만, 그 관계가 어떤 것이 될 것인가를 우리가 결정하기를 원합니다. 두려움과 과거의 상처를 포함하여 우리의 건강하지 못한 애착들로부터 자유롭게 되는 것이 첫째 주간의 초점입니다. 그것들에 의해 통제되는 한, 우리는 희망이라는 하느님의 영과 절망이라는 암흑의 영 사이에 머물러 있게 될 것입니다.

이 때가 영적 회심의 시기입니다. 그것은 힘든 작업입니다. 우리의 장벽들과 자기 애착들을 대면함은 고통스러운 것입니다. 첫째 주간의 근본적인 유혹은 실망과 우울증으로 빠져드는 것입니다. 이것은 은총의 작용이 아닙니다. 그것은 유혹입니다. 잘못된 것은 아무 것도 없습니다. 첫째 주간의 작업은 생명의 영과 암흑의 영 사이의 갈등이 당신 안에서 벌어지는 것을 의미합니다. 도기하지 않고 이 갈등에 충실히 머물러 있는 것이 유일한 방법입니다. 이것을 하는 동안 시대의 힘의 원천은 하느님의 순수한 사랑을 기억하는 것입니다. 우리가 자기 애착의 감옥에서 첫째 주간의 목적인 새로운 내적 자유와 생명에로 옮겨가게 되는 것은 충실하고 정직한 기도를 통해서입니다.

제안:

1) 사람, 사건들, 장소들을 중심으로 하여 현재까지 당신 삶의 여정을 되돌아보십시오. 그 다음 하느님의 초대를 거부하고 하느님의 은총을 잘못 사용한 당신의 형태를 찾

아보십시오. 당신 자신의 삶 속에서 탐닉이나 다른 사람에 대한 불충실을 알아차리십시오.

2) 이 수련의 목적은 우울증과 실망이 아닙니다. 가장 어려운 시기에서도 하느님께서 당신을 얼마나 깊이 사랑해오셨는가를 더욱 깊이 알아차리게 될 때 감사함을 느끼게 되며, 해로운 기억들과 현재의 자기 애착들로부터 자유롭게 되는 느낌을 받게 될 것입니다. 이것이 첫째 주간의 은총입니다.

3) 부록에 있는 윤리적 선택 내리기--첫째 은총(주간)의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

하느님, 선하신 이여,
저에게 자비를 베푸소서.
어지신 분이여,
저의 죄를 없애 주소서.
허물을 말끔히 씻어 주시고
잘못을 깨끗이 없애 주소서.
--시편 51:1-2

셋째 수련: 나는 세상 안에서 기만과 이기심을 경험합니다

이 머리로 헤아릴 수 없는 신비한 일들을
영문도 모르면서 지껄였습니다.

내 자신의 어두운 부분을 적게 깨달을수록, 나는 더욱더 형제 자매와 세상의 선에 대한 증오나 세상의 무관심의 부분이 됩니다. 용서하는 사랑으로 항상 우리 가까이에 계시는 하느님을 필요로 한다는 것을 계속해서 봅니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 나는 하느님께 완전히 의존된 존재라는 것을 인정합니다.

장면:

온전히 하느님의 도움을 필요로 하고 있는 내 자신을 봅니다.

은총:

나는 우리 사회 속에 있는 어두움과 부서짐에 대하여 더 깊이 깨닫고 슬퍼할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 창세기 3:1-4:16. “두 사람은 눈이 밝아져 자기들이 알몸인 것을 알게되었다.” 악의 이야기는 기만의 이야기입니다. 그것은 내 안팎에 있습니다. . . .
2) 이사야 53:1-12. “그를 찌른 것은 우리의 반역죄요, 그를 짓뭉개뜨린 것은 우리의 악행이었다.” 우리의 병을 짊어진 고난받는 종을 보면서 나는 죄의 결과를 바라봅니다.
3) 호세아 2:4-25. “나는 그녀를 꾀어낼 것이다 . . . 그녀는 ‘나는 첫 남편에게 돌아가리라’고 말할 것이다.” 나를 꾀어내시는 하느님을 알아차리게 됩니다.
4) 마태오 25:31-46. “와서 아버지의 축복을 받아라 . . . 저주받은 자들아, 내게서 떠나라.” 나의 최종적인 축복을 생각합니다.

끝맺음:

자유의지, 사랑하는 데
하느님도 자유의지

“식별”

- 용서하는 사랑으로
- 어떤 죄를 지었어도
- 자기는 다스리는
- 찾아오시는 주님 (다시 찾아
- 거짓 변질고 없음

나는 예수님께서 십자가 위에서 연민과 사랑으로 당신 백성과 모든 창조물을 바라보시는 것을 봅니다. 예수님께 무엇을 말씀드리기를 원합니까?

성찰:

이냐시오는 "수치심과 혼돈"의 은총을 위해서 기도하라고 초대하십니다. 이냐시오에게 이것은 오래 견딜 수 없는 상황 앞에서의 방향 상실을 의미합니다. 이 은총은 우리가 스스로를 구할 수 없다는 것을 알도록 도와줍니다. 이냐시오는 스스로를 구하고자 시도하였으며, 한때는 자살을 생각하였습니다. 만일 우리의 눈을 하느님께 고정한다면, 우리는 이기심과 불충실성에로 향하는 우리의 경향성들에 대한 깨달아 자유롭게 하시는 하느님의 순수한 사랑을 경험하게 됩니다.[4]

수치심과 혼돈은 세 단계를 통하여 지나갑니다. 첫째 단계는 내게 책임이 있는 특정한 행위들에 대한 죄책감으로 특징지어집니다. 이것들은 지배와 억압의 행위들나 자아 확대나 축소의 행위들일 수 있습니다. 죄책감은 내가 행한 것에 대한 책임을 반영합니다. 둘째 단계는 나의 어두운 부분에 항복하도록 하는 기본적인 경향성을 드러냅니다. 이렇게 어두운 부분에 항복하는 것에 대하여 의식 수준에서는 내가 부분적으로만 책임을 지고 있습니다. 삶에서 내가 원하는 것을 할 수 없다는 무기력과 무능력이라는 새로운 느낌이 들게됩니다. 셋째 단계는 개인적인 책임이 더 이상 문제가 되지 않는 심층에 도달하게 됩니다. 이 단계에서 자신을 구하기에는 완전히 무기력하고 무능력하다는 체험을 하게 됩니다. 이 단계는 더 이상 죄책감이 아니라 나를 위한 하느님의 순수한 사랑에 대한 기억에 매달리는 것입니다.[5] 이냐시오의 "수치심과 혼돈"은 자유롭게 하시는 하느님의 사랑에 의하여 구원된다는 희망 없이 살아갈 수는 없다는 것입니다.

제안:

1) 암흑의 영이 당신을 움직이는 방식들을 성찰하십시오. 당신의 눈을 하느님께 고정시키십시오.
2) 부록에 있는 첫째 은총(주간) 동안 윤리적 선택 내리기를 기도하듯이 읽으십시오.

---

4. Carolyn Osiek, R.S.C.J., "The First Week of the Spiritual Exercises and the Conversion of Saint Paul," in David L. Fleming, S.J. (ed.), *Notes on the Spiritual Exercises* (Saint Louis: Review for Religious, 1983), p. 88.
5. Osiek, *loc. cit.*, p. 87.

넷째 수련: 하느님께서 나를 사랑하시고 암흑과 소외로부터 이끌어 내십니다.

사랑하시는 하느님의 시선은
모든 것의 필요에 주의를 기울이시고
우리 안에서 활동하시면서 우주를 살펴보십니다.

우주의 모든 것 안에는 신비스러운 상호 연결이 있습니다. 모든 사람의 하나됨이 있습니다. 사람들은 전체가 되고, 전체를 창조하기 위하여 서로를 필요로 합니다. 서로 일치할 때, 우리의 정체성과 고유성을 상실하는 것이 아니라 발견하게 됩니다. 우리는 자신의 창조성을 발견할 필요가 있습니다. 우리는 하느님께서 각 사람이 있기를 원하시는 장소를 발견하기 위하여 상호 작용을 필요로 합니다 . . . 모든 창조물과 일치하여 계신 하느님의 현존 안에 있는 나를 발견합니다 . . . 나는 온전히 하느님께 의존한 존재라는 것을 인정합니다.

장면:

있는 그대로의 나를 사랑하시는 하느님 앞에 무기력하지만 희망 속에 서있습니다.

은총:

성령께서 가능하게 하시는 나의 특별한 세계와 창조물 속에 내가 살고 활동할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 바룩 1:13-22. "기도하십시오 . . . 우리는 우리 하느님이신 주님 앞에 죄를 지었기 때문입니다." 나는 하느님의 백성에 의해서, 하느님의 백성을 위해서, 하느님의 백성과 함께 하느님께 말씀드리며 죄의 고백으로서 이것을 기도합니다.
2) 이사야 42:1-9. "여기에 나의 종이 있다." 악의 결과들을 보면서, 나는 하느님의 거룩한 모든 약속을 듣습니다. . . .
3) 에제키엘 37:1-13. "뼈들에게 주 야훼가 말한다. 내가 너희 속에 숨을 불어넣어 너희를 살리리라." 나는 주변에 있는 모든 하느님 영의 생명과 희망의 표징들을 봅니다.

– 예수님과 가는 한 방향

– 예수님, 길 위에 열려 있는 희생

– 소외 있는 삶 → 하느님 계획에 가는 삶

– 뼈들의 소리

4) 유딧 9:7-14. "당신은 보잘것 없는 사람들의 하느님이시고 불쌍한 사람들을 도우시는 분이시며, 약한 자를 붙들어 주시는 분이시요, 버림받은 사람들의 보호자이시며 희망 없는 사람들의 구조자이십니다." 따라서 나는 어려운 때에 이것을 기도합니다. . . .

끝맺음:

나는 말없이 생각과 느낌을 하느님께 표현하는 방법을 발견합니다.

성찰:

우리가 새로운 삶의 가능성에 개방되는 것은 자기 탐닉의 지배 앞에서 무기력함을 느낄 때입니다. 익명의 알코올 중독자들에서도 유사합니다: 그는 도움을 청하기 전에 먼저 바닥까지 가야 합니다. 이것은 고통스럽습니다. 그러나 거기서 우리는 하느님 은총의 도움으로 배우게 됩니다. 우리는 혼자 있는 것이 아닙니다. 우리의 무기력을 인정하는데서 우리는 하느님의 힘을 발견하고, 하느님 안에서 우리 자신의 힘을 발견합니다.

우리의 연약함 속에서 하느님의 용서하시는 사랑이 드러납니다. 바오로의 말이 감명을 주는 것은 우리가 최악의 시기에 있을 때입니다: "주님께서 내가 말씀하시기를 '너는 내 은총을 넉넉히 받고 있다. 그 능력은 허약함 가운데서 완성되는 법이다.' 그래서 나는 그리스도의 능력이 내게 머물러 있도록 더욱더 기꺼이 내 약점들을 자랑하렵니다." (2 고린토 12:9)

첫째 주간을 통하여 강조되는 것은 우리가 얼마나 연약하고 무기력한가 하는 것이 아니라 하느님께서 우리를 얼마나 깊이 사랑하시는가 하는 것입니다. 하느님의 무조건적인 사랑이라는 관점에서 우리의 어두운 부분을 바라보는 이유가 여기에 있습니다. 이것은 복음서의 기쁜 소식입니다. 그 기쁜 소식은 하느님께서 우리를 있는 그대로 사랑하신다는 것입니다.

제안:

1) 죄에 대한 체험이 당신을 절망에로 이끄는지 아니면 신앙에로 이끄는지를 스스로에게 물어보십시오.
2) 당신이 바라보고 싶지 않고, 당신이 사랑하지 않고, 하느님께서 사랑하시는 당신의 부분들을 보여주실 것을 하느님께 청하십시오.
3) 부록에 있는 첫째 은총 (주간) 동안 윤리적 선택 내리기를 기도하듯이 읽으십시오.

다섯째 수련: 하느님께서 나를 사랑하시고 암흑과 소외로부터 이끌어 내십니다

그러므로 나는 내가 말한 것을 발견하고
티끌과 잿더미 위에서 회개합니다. . . .

나는 세상과 내 안에서 악의 역사를 더욱 잘 이해합니다. 사탄의 작전은 나로 하여금 하느님을 잊도록 이끌었으며, 현대 문화 속에 숨어있습니다. 아무도 이것을 규탄하지 않았습니다. 그리하여 내 자신이 악의 동반자가 된 것이었습니다. 나는 마음이 무거웠습니다. 그러나 내가 그러한 악을 관상하였을 때 내 마음에 빛이 솟아났습니다. 구원은 이미 가까이에 있었습니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 내가 온전히 하느님께 의존한 존재라는 것을 인정합니다.

장면:

사랑하시는 하느님 앞에 무기력하게 기다리며 서 있는 내 자신을 봅니다.

은총:

사랑하시고 용서하시는 하느님의 얼굴을 바라보면서 나의 기만과 자기 중심적임에 대하여 강한 슬픔을 청합니다.

기도:

1) 에제키엘 34:11-17. "헤매는 것은 찾아내고 길 잃은 것은 도로 데려 오리라. 상처입은 것은 싸매 주고 아픈 것은 힘나도록 잘 먹여 주고 기름지고 튼튼한 것은 지켜 주겠다." 내가 잊혀진 존재가 아니라 나의 연약함과 부서짐 속에서조차도 구원될 것이라는 하느님의 약속을 듣습니다. . . .
2) 에제키엘 36:24-3[illegible]. "새 마음을 넣어 주며 새 기운을 불어넣어 주리라 . . . 너희는 나의 백성이 될 것이요 나는 너희의 하느님이 될 것이다." 악의 결과들을 보면서 나는 "나는 너희의 땅에서 너희를 새로 세우리라"고 하시는 거룩하신 하느님의 약속을 듣습니다

- 현재의 모습
- 돌마음 → 살로 바뀌어짐
- 갈등의 극복.

나는 아버지 아들이라 불릴 자격이 없다

3) 루가 7:36-50. "이 여자는 많이 사랑했기 때문에 많은 죄를 용서받았습니다." 나는 끝임없이 죄인들과 용서를 구하는 사람들에게 다가가시는 예수님을 봅니다. 예수님께서 우리에게 요구하시는 것은 회생 제사가 아니라 사랑입니다. . . .

4) 루가 15:11-32. "먹고 즐기자. 나의 이 아들은 죽었다가 다시 살아났고 내가 잃었다가 찾은 것이다." 하느님께서는 우리를 아시며 우리의 존엄성을 실현하도록 도와주시기 위하여 모든 것을 하실 것입니다.

끝맺음:

내 삶 안에서 하느님의 자비와 하느님의 구원하시는 활동을 알아차리시고, 감사와 찬미로 하느님께로 향합니다.

성찰:

우리의 눈을 멀게 하고 우리의 어두운 부분을 들어가지 못하게 하는 것이 죄의 역할입니다. 이것은 분노와 상처와 두려움을 느끼는 부분들을 회피하게 하여 우리로 하여금 힘과 시간을 낭비하게 합니다. 자신을 향하는 것은 우리 안에 의심을 불러일으키며, 우리 모두가 바라는 생명에 충만히 참여하지 못하도록 합니다.

첫째 주간의 은총은 소외와 절망에서 생기는 마비로부터 자유롭게 되는 경험입니다. 그것은 우리를 있는 그대로 사랑하시는 하느님을 발견하는 것입니다. 이 발견은 우리의 삶을 변화시킵니다. 이것은 우리 삶에 있는 어두움에서 자유롭게 해주는 힘이며, 과거의 절망만이 아니라 현재의 소외와 영적 고독에 대한 치유가 따릅니다. 이것이 첫째 주간의 은총입니다. 우리 마음에 자발적으로 일어나는 것은 감사입니다.

제안:

1 첫째 은총 (주간) 동안 당신이 받은 치유와 사랑의 은총을 일지에 적거나 적절한 방식으로 표현하십시오.
2) 당신 공동체에서 의례로 화해를 기념하십시오.
3 부록에 있는 첫째 은총 (주간) 동안 윤리적 선택 내리기를 기도하듯이 읽으십시오.

- 온전히 믿었을때를 울기.. 죄를 생각하며 눈물
- 아량
- 나를 누군가
사랑을 받은 사람이 사랑
- 30년만에 엄마
- 우각 우각 예수님 곁에 오심

첫째 주간의 체험 요약

있는 그대로의 나로서 사랑 받음에 대한 감사

첫째 주간은 도대체 무엇입니까? 첫째 주간은 우리 속에 있는 하느님의 풍요로운 생명에로 더욱 잘 인도하는 것을 선택하는 삶을 살게하는 원리와 기초를 현실화시키는 하느님의 무조건적인 사랑을 체험하는 것입니다.

첫째 주간이 하느님의 사랑에 관한 것이라면, 왜 죄를 바라봅니까? 죄가 있기 때문입니다. 죄를 바라보든 바라보지 않든, 악의 실재는 우리 주변에 있습니다. 첫째 주간은 우리를 하느님 사랑의 실재 속으로 더 깊이 이끌어서 삶의 어두운 부분에서 자유롭게 되도록 도와주는 것입니다. 우리가 더욱더 사랑에 빠질수록 사랑이 아닌 죄로부터 더욱더 멀어집니다. 우리가 이기심, 절망, 무례와 같이 사랑이 아닌 것의 그림자들을 보게되는 것은 하느님의 사랑의 빛 안에서입니다.

근본적으로 삶의 어두운 부분에 초점을 두어야 합니까? 결코 그렇지 않습니다. 현재 우리의 소외들을 발견할 때까지만 과거의 장벽들을 바라보아야 합니다. 우리 자신이나 다른 사람들을 향하여 아직도 사랑하지 않고 있다는 것을 인정하는 것이 첫째 주간의 과업입니다. 어두운 과거에 젖어있는데는 가치가 없습니다. 어두운 과거에 머물러 있는 것은 자기 도취적이며 파괴적입니다. 우리가 구하는 것은 현재의 소외와 파괴적인 형태에서 구원되는 것입니다.

첫째 주간의 은총은 무엇입니까? 첫째 주간의 은총은 과거의 무게들과 무감각에서 자유롭게 되어 더욱 충만히 살아가는 것입니다. 첫째 주간의 은총은 분노와 비난에서 평정과 평화로 옮겨가는 것입니다. 그것이 강렬한 정서적인 경험이거나 바램이든 주어지는 것입니다. 그것은 하느님의 선물이며, 하느님께서 원하시는 때에 주어집니다.

첫째 은총(주간) 통합

있는 그대로의 나로서 사랑 받음 대한 감사

첫째 주간 끝에 "때로 기만과 사랑 없이 행동할지라도 하느님께서 나를 있는 그대로 조건 없이 용서하시고 사랑하시며, 내 스스로 이 어두운 부분을 제거할 수 없다는 진리를 받아들였는가?"하고 질문을 던집니다. 대답이 부정적일 때는 이 은총을 계속해서 청해야 합니다. 나는 여전히 내 자신을 향하고 있으며, 죄의 소외에 사로잡혀 있습니다. 대답이 긍정적일 때는 비록 완전히 은총을 경험하지는 않았을지라도 은총을 받은 것입니다. 이것이 첫째 주간의 은총입니다. 이 때 감사의 마음이 듭니다.

우리는 이 은총을 완전히 받는 것이 아니라 이 은총 속으로 성장해갑니다. 그래서 첫째 주간의 은총은 우리의 남은 삶에서처럼 영신 수련의 둘째, 셋째, 넷째 주간에 걸쳐 계속해서 성장합니다.

예수님, 저는 제 안에서
당신을 기쁘게 해드리고자 하는
크나큰 원의를 느낍니다.
그러나 제가 당신으로부터만
기대할 수 있는
당신의 특별한 빛과 도움 없이는
전혀 이것을 행할 수 없다는 것을
동시에 느낍니다.[6]

6. St. Claude La Colombiere, S.J.; Harter, *op. cit.*, p. 22 참조.

제3부
둘째 은총 (주간):
예수님과의 동료애

하느님의 나라

예수님께서는
하느님의 나라가 언제 오느냐는
질문을 바리사이들에게서 받으시고
그들에게 대답하여 이렇게 말씀하셨다.
"하느님 나라는 지켜보는 가운데
오는 것이 아닙니다.
또한, '보라, 여기 있다' 혹은
'저기 있다'고
말할 수도 없을 것입니다.
보시오, 사실 하느님 나라는
이미 여러분 가운데 있습니다."

--루가 17:20-21

둘째 은총(주간)으로 넘어가기

예수님께서는 하느님의 나라가 언제 오느냐는 질문을 바리사이들에게서 받으시고 그들에게 대답하여 이렇게 말씀하셨다. "하느님 나라는 지켜보는 가운데 오는 것이 아닙니다. 또한, '보라, 여기 있다' 혹은 '저기 있다'고 말할 수도 없을 것입니다. 보시오, 사실 하느님 나라는 이미 여러분 가운데 있습니다."

수련: "하느님의 나라"에 대한 묵상

예수님께서는 말씀과 행위를 통하여 하느님의 나라를 선포하셨습니다. 예수님께서는 우리가 하느님의 나라를 경험하고 하느님 나라의 일부분이 될 것인가를 결정할 수 있도록, 하느님의 나라를 묘사하고, 우리의 호기심을 자극하고, 우리와 접촉하시기 위하여 비유들(이미지들, 이야기들, 금언들)을 사용하십니다. 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 속에 있다는 것을 기억합니다 . . . 나의 모든 주의를 기도에 기울입니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

이냐시오는 당시 문화에 어울리는 이미지들을 사용하여 하느님의 나라에 대한 비유를 전개합니다. 이냐시오는 하느님 나라를 "왕의 부르심"(The Call of the King)이라고 부릅니다. 거기에서 이냐시오는 두 왕을 제시하고 있습니다 (여러분은 예언자, 지도자, 혹은 다른 의미심장한 이미지를 대치할 수 있습니다). 첫째 왕은 지상의 왕으로서 세상이 추구하는 권력과 영광을 얻기 위하여 자신을 따르라고 초대하고 있습니다. 둘째 왕은 예수님으로서 하느님을 위해 세상을 정복하기 위해 자신을 따르라고 초대하고 있습니다.

원리와 기초를 구체적

은총:

예수님의 초대를 듣고 온 마음으로 예수님께서 바라시는 것에 응답할 수 있는 은총을 청합니다.

내 자신의 개인적인 비유:

1) 초대를 기다리며 . . . 초대를 놓치지 않기를 바라며 . . . 나의 제한을 초월하기를 원하며 . . . 성령께서 나의 마음을 가능성들에로 열시게하며 . . . 예수님께서 드러나도록 하면서 조용히 앉아있습니다.
2) 가능성들 . . . 성서 . . . 상징 . . . 이야기 . . . 지난 몇 주간의 체험 . . . 내 자신이 온전히 살아있는 방법에 대하여 궁리해봅니다.
3) 나에게 성스러운 곳으로 가서 그리스도의 현존 안에 앉습니다. 예수님께서 다음과 같이 말씀하시는 것을 듣습니다: "나의 친구여, 하느님의 나라가 언제 어디에서 나타날지를 더 이상 묻지 말라. 나는 여기에 있다. 나는 네가 하느님의 나라를 살고있는 나와 함께 있기를 원한다. 네가 변해야 할 부분은 변화시켜라. 그리하여 네가 하느님의 나라에서 나와 함께 자유롭게 나눔을 하게 될 것이다."
4) 나의 비유는 무엇입니까? 일지를 적거나, 그림, 진흙, 음악, 혹은 내가 선호하는 매개체를 이용하여 내 삶에 있어서 하느님의 나라에 대한 개인적인 비유를--내가 얼마나 온전히 예수님과 함께 있기를 원하며 예수님께서 내 삶을 이루시게 하는가를--서술합니다.

끝맺음:

예수님의 초대에 대한 나의 응답을 생각하면서, 그것에 관하여 예수님께 말씀을 드립니다. 내가 봉헌하기를 원하게 될 지도 모릅니다.

성찰:

둘째 주간은 우리를 구하시는 그리스도를 바라보는 것입니다. 둘째 주간은 예수님을 따르도록 우리를 초대합니다. 그것은 예수님과 인격적인 관계를 성장시킵니다. 예수님의 초대는 예수님과 함께 있는 것만이 아니라 예수님처럼 되는 것입니다. 예수님의 업적과 고통에 동참함으로써 우리는 예수님의 부활한 생명의 기쁨에 참여하게 될 것입니다.

이 묵상은 정의, 사랑, 평화를 사는 것에 관한 것입니다. 주된 부르심은 "너희 마음을 바꾸어라. 하느님 나라가 다가왔다"는 것입니다. 우리가는 하느님 나라를 선택하는 것이 아니라 하느님 나라에 초대를 받습니다.

제안:

1) 마태오 5:3-13과 마태오 13을 읽으십시오. 이것들은 하느님의 나라에 대한 묘사들입니다.
2) 위에 언급한 것을 통해서 예수님께 드리는 개인적인 봉헌을 적으십시오.
3) 당신이 예수님께 드리고 싶은 봉헌을 적으십시오.
4) 위의 두 가지가 당신의 기도에서 차이가 나게 하십시오.

첫째 수련: 강생

말씀이 육이 되셨습니다 . . . .

나는 일하거나, 놀거나, 싸우거나, 갈등하거나, 웃거나, 태어나거나, 죽어가는 다양한 사람들이 온 지상에 퍼져 있는 것을 봅니다. 나는 이 모든 것을 보시는 하느님께서 무엇을 느끼실까하고 생각해봅니다. 온 세상을 구원하기를 원하시는 하느님께 내 마음을 엽니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나는 생명의 원천께 마음을 개방합니다.

장면:

나는 갈릴래아에 있는 나자렛 동네와 마리아가 살고 있는 집을 봅니다. 마리아는 방에 있습니다. 그런데 갑자기 . . . .

은총:

예수님을 보다 깊이 사랑하고 보다 가까이 따를 수 있기 위하여, 우리를 위해 육이 되신 말씀에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 1:26-38. "여인 중에 복되시도다 . . . 당신 말씀대로 저에게 이루어지기 바랍니다." 나는 천사의 예고와 마리아의 응답을 주의 깊게 듣습니다. 대화가 시작됩니다.
2) 루가 1:39-45. "엘리사벳이 마리아의 인사말을 듣는 순간 그의 태중의 아기가 뛰놀았다 . . . '내 주님의 어머니께서 내게로 오시다니 이것이 어찌된 일입니까?'" 두 어머니가 만날 때, 나는 우리 삶에 다가오는 기쁨을 그들과 함께 느낍니다.
3) 루가 1:46-56. "내 영혼이 주님을 기리고 내 영이 내 구원자 하느님을 반겨 신명났거니 . . . 권세 부리는 자들은 권좌에서 내치시고 비천한 이들을 들어올리셨도다." 나는 마리아와 함께 하느님의 위대하심을 기립니다
4) 루가 1:56. "마리아는 엘리사벳과 함께 석 달 가량 머물고 자기 집으로 돌아갔다." 영적으로 변화되었지만 평범한 일상사를 계속하사는 마리아께 강동을 받습니다.

순종, 겸손 공경
내 아이에게 실천

끝맺음:

받은 은총에, 나는 예수님의 아버지, 예수님, 성령, 혹은 마리아께 말씀을 드립니다. 나와 세상을 위해서 사람이 되신 예수님과 일치하여 살아갈 수 있는 은총을 청합니다.

성찰:

둘째 은총(주간)은 진복 선언(마태오 5:3-13)에 진술된 것처럼 나자렛의 예수님을 따르는 사람이 되도록 부릅니다. 지금 나는 예수님께서 세상의 관습적인 태도가 아닌 당신의 고유한 태도로서 당신과의 깊은 인격적 관계로 부르시는 것을 듣습니다.

때로 이 시기에 기도하는데 실망을 조금 경험할 수도 있습니다. 당신은 첫째 주간에 기도하면서 표면에 떠올랐던 분노와 부정적인 행동 양식의 일부를 느낄 수도 있습니다. 이 때가 결정적인 시기입니다. 하느님께 더 가까이 가지 않으려고 하는 유혹을 받을 수도 있습니다. 이것을 대처하는 가장 좋은 방법은 유혹이라는 것을 인식하고, 하느님께 충실할 수 있는 은총을 계속 청하는 것입니다. 구원을 필요로 하는 당신의 연약함이 아니라 있는 그대로의 당신을 사랑하시는 하느님께 초점을 두십시오. 이 때, 하느님을 절대적으로 필요하다는 체험이 놀라운 은총으로 변합니다.

제안:

1) 이제 관상 기도로 영신 수련을 하게 됩니다. 관상은 결론을 도출해내는 정신(mind)의 작업이 아니라 사랑을 위한 마음(heart)의 작업입니다.
2) 기도에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감동을 받았습니까? 결실이 가장 좋을 것 같은 방식으로 이것을 당신 삶에 적용시키십시오.
3) 기도가 당신에게 오게 하십시오. 기도는 마음의 작업입니다.
4) 당신을 감동시키는 성서 구절들만 가지고 기도하십시오.

둘째 수련: 베들레헴

. . . 우리 가운데 거처하셨다 . . .

나는 임신부, 자신의 "내적 아이" (inner-child)를 찾고 있는 어른, 어머니가 될 독신자처럼 새로운 생명이 태어나기를 기다리던 것을 기억합니다. 나는 그 체험과 함께 머물러 그 체험의 일부분이 되게 합니다. 나는 구호소나 피난처나 동굴을 찾아 제공합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나는 생명의 원천께 마음을 개방합니다.

장면:

나는 여관, 구유, 목동들을 봅니다. 그 분위기를 느껴봅니다.

은총:

예수님을 보다 깊이 사랑하고 보다 가까이 따르기 위해서 우리를 위해 사람이 되신 말씀에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 2:1-7. "오늘 다윗의 고을에 구원자가 나셨으니 그분은 그리스도 주님이십니다." 나는 긴 여행을 마치고 조용한 곳에 가서, 예수께서 태어나실 때 벌어지는 사건의 한 부분이 됩니다. . . .
2) 루가 2:8-20. "목자들은 서둘러 가서는 마리아와 요셉과 구유에 누워 있는 갓난아기를 찾아냈다. 목자들은 직접 보고 나서 그들이 이 아기에 관하여 들은 바를 이해하였다." 나는 목자들과 함께 기쁜 소식을 가장 먼저 들은 사람이며, "베들레헴으로 갑시다"라고 제안합니다. 나는 이 아이에 관하여 들었던 것들을 베들레헴에 가서야 비로소 이해합니다.
3) 루가 2:21. "아기 이름을 예수라 하였다." 마리아와 요셉과 함께 나는 천사가 예수께 주었던 이름을 선포하며 예수님을 경배합니다.
4) 시편 98. "새로운 노래를 주님께 불러드려라. 주님께서는 놀라우신 일들을 이룩하셨도다. 주님께서는 당신의 구원을 알려주셨고 당신의 정의를 드러내셨다." 나는 이 찬미의 노래를 함께 부릅니다.

끝맺음:

친밀하게 말씀드리거나 혹은 예수님이나 마리아나 예수님을 보내신 거룩하신 분과 함께 있기 위하여 나의 마음과 정신을 조용히 하여, 성령께서 나의 말을 다스리게 합니다.

성찰:

다음으로 수련으로 넘어가기 전에 각 수련에서 청하는 은총을 모두 체험해야 하는 것은 아닙니다. 첫째 주간의 은총은 둘째 주간에서도 계속 자라납니다. 영적 성장은 질서 정연하지도 않으며 예측할 수도 없는 것입니다. 따라서 매력과는 상관없이 현재 이 순간에 벌어지고 있는 것에 영적으로 머물러 있어야 합니다.

예를 들어, 의심과 저항을 느낄 때, 예수님의 동반자가 될 수 있도록 더욱 인내롭고 진지하게 기도해야 합니다. 이냐시오에게 있어서 이것은 "은총을 바라는 원의"입니다. 이 경우에 있어서 바라는 것은 예수님의 동반자가 되는 것입니다. 영신 수련은 구하는 은총에 우리 마음을 열도록 도와줍니다.

제안:

1) 관상은 예수님께서 우리에게 들어오시어 변화시키시도록 복음서에 나오는 예수님을 오랫동안 바라보는 것입니다.
2) 이 기도에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결실이 가장 좋을 것 같은 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
3) 예수님께서 당신 삶의 중심이 되게 하는 은총을 반복해서 구하십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 은총(주간) 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

셋째 수련: 성전과 이집트 피난

. . . 우리는 그분의 영광을 보았습니다 . . .

부모님 때문에 "성전"으로 가고, 새로운 장소로 옮겨가고, 교사들과 부모님으로부터 배우고, 기도하고, 자라고, 위험을 무릅쓰고, 현재의 내가 되고, 예수님을 알게 되던 어린 시절을 회상합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 나에게 존재와 생명을 주신 분께 나의 마음을 개방합니다.

장면:

예수님의 성전 봉헌 . . . 이집트 피신 . . . 성전에서 찾음 . . . 나는 당신의 부르심을 흔쾌히 따르도록 요구하시는 어린아이요 소년인 예수님을 바라봅니다.

은총:

삶 안에서 예수님을 보다 깊이 사랑하고 보다 가까이 따를 수 있기 위하여 특정한 삶의 사건들을 통하여 성장하시는 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 2:22-40. "이 아기로 말미암아 많은 사람들이 넘어지기도 하고 다시 일어서기도 할 것입니다." 성전을 나오면서 나는 이 아기에 대하여 놀라운 것을 보고 듣습니다. 마리아께서 시므온의 말을 들을 때, 나는 마리아께 매우 이끌립니다. . . .
2) 마태오 2:13-23. "일어나 아기와 아기 어머니를 데리고 이집트로 피신하라." 충성스러운 요셉은 꿈에 따라 일어나 마리아와 아기를 데리고 이집트로 피신하십니다. 나는 그들과 함께 가는 것을 생각해 봅니다. . . .
3) 루가 2:41-52. "제가 제 아버지의 집에 있어야 하는 줄을 모르셨습니까?" 불안에 싸인 부모님이 성전에서 잃어버린 아들에게 와서 아들의 신비스러운 계시를 듣습니다. 나는 그들을 지켜봅니다.
4) 시편 27. "주님께 빌어 얻고자 하는 것은 한평생 주님의 집에 산다는 그것이외다." 주님, 당신의 길을 보여주십시오. 주님, 당신이 거처하시는 곳을 보여주십시오.

끝맺음:

신비의 현존 속에서 나의 마음은 성령께서 인도하는 데로 따르며, 예수님의 아빠나 마리아나 예수님께 말씀을 건넵니다.

성찰:

때로 당신은 어떤 것을 향한 움직임이나 그것에 대한 바램을 체험할 수도 있습니다. 그러나 그것이 무엇인지를 알지 못합니다. 당신은 무엇인가를 매우 원한다는 것을 알지만, 그것이 무엇인지를 알지 못합니다. 그것은 이것이나 저것이 아닙니다. 그것은 그리움이며, 때로 행복감(sense of well-being)이 수반됩니다. 당신이 체험하는 것은 관계에 대한 바램, 즉 하느님과의 일치에 대한 원의일 수도 있습니다. 당신이 체험하는 것은 하느님께서 우리 존재 속에 심어놓으신 갈망일 것입니다.[7]

제안:

1) 관상은 지금 여기서 사건의 신비와 의미 속에 머물러 있는 것(현존해 있는 것, being present)입니다.
2) 이 기도에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결실이 가장 풍요로운 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
3) 당신의 기도 체험을 기록하는 것을 잊지 마십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 은총(주간) 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

---

7 William A. Barry, S.J., *Finding God in All Things* (Notre Dame, Indiana: Ave Maria Press, 1991), p. 37

넷째 수련: 세례와 유혹

. . . 아버지로부터 오는 외아들의 영광은
참을성 있는 사랑으로 채워져 있습니다 . . .

참된 내가 되기 위한 갈등에서 오는 절망과 침묵 속에서, 예수님께서 성취해야만 하는 일을 하고 삶을 살기 위하여 사막으로 떠나실 때, 나는 예수님과 함께 갑니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 내 삶의 원천께 나의 마음을 개방합니다.

장면:

예수의 세례 . . . 사막에서의 유혹 . . . 자신을 보내신 분의 사랑을 계시할 자신의 사명을 착수하기 위하여 준비하시는 예수님을 바라봅니다. 예수님께서는 그 대가를 알고 계시지만 흔들리지 않습니다. . . .

은총:

예수님을 더 깊이 사랑하고 더 가까이 따를 수 있도록, 성령의 능력으로 왔지만 우리들처럼 유혹을 받으신 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 마르꼬 1:1-11. "너는 내 사랑하는 아들이니, 나는 너를 어여삐 여겼노라." 요한은 예수님께서 자신보다 더 강하신 분이라는 것을 인정합니다. 나는 예수님께서 세례를 받으신 전후가 다르다는 것을 볼 수 있습니다.
2) 예레미야 1:4-10. "야훼께서 나에게 이렇게 이르셨다. '아이라는 소리를 하지 말아라. 내가 너를 누구에게 보내든지 너는 가야하고, 무슨 말을 시키든지 하여야 한다.'" 나는 듣지 않으려고 하지만 인간으로 창조될 때부터 하느님의 부르심을 듣고 있습니다. . . .
3) 마태오 4:1-11. "물러가라, 사탄아! '너의 하느님이신 주님에게 엎드려 절하고 오직 그 분만을 섬겨라'고 기록되어 있다." 유혹자가 다가옵니다. 예수님께서 나를 향해 말씀하실 때 나의 유혹자를 인식합니다. . . .
4) 루가 4:16-22. "주님의 영이 나에게 내리셨으니 . . . 가난한 이들에게 복음을 전하고

포로들에게는 해방을, 소경들에게는 눈뜰 것을 선포하며 억눌린 이들을 풀어 보내고. . . ." 당신 자신의 백성들 가운데 계신 예수님께서 하느님은 살아 계시며 현존하시고 인간 역사를 통하여 일하신다는 것을 믿도록 나를 초대하십니다.

끝맺음:

성령께서 인도하심에 따라, 나는 마음속에 있는 모든 것을 솔직하게 예수님께 말씀드리거나 조용히 하며 평화롭게 머물러 있습니다.

성찰:

영신 수련의 체험에 있어서 이냐시오가 "반복 기도"라 부르는 것이 중심이 됩니다. 반복 기도는 이전의 기도에서 무엇인가를 체험한 요점들에 대하여 기도하기 위해 되돌아가는 것입니다.

반복 기도는 둘째 주간 시작 때에 이루어집니다. 이냐시오는 그리스도의 신비를 관상할 때 "우리는 비교적 더 큰 위안이나 고독이나 혹은 더 큰 영신적 감명을 느낀 그 요점에 주의하고 머물러야 한다"고 (영신 수련 62번) 말합니다. 그 다음 기도에서 이 특정한 요점에 되돌아가는 것은 기도를 단순하게 하며, 성령께서 어디로 이끄시는 지를 보다 분명하게 해 줍니다. 기도는 관념과 이미지의 문제가 아니라 단순한 현존의 문제입니다. 반복 기도는 이 현존 속으로 이끕니다.

제안:

1) 기도에서, 우리는 복음서의 장면이 지금 여기에서 우리에게 효과를 드러내게 합니다.
2) 이 기도에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결실을 내는 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
3) 자신의 삶의 체험에서 나오는 기도를 하십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 은총(주간) 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

다섯째 수련: 삶의 두 가지 방법(깃발)에 대한 묵상

세상의 방법:

나는 당신에게 부, 명예, 특권, 권력을 줄 것입니다. . . .

예수님의 방법:

가난하고, 비천하고, 나 때문에 박해를 받는 사람을 행복합니다. . . .

세상의 방법에서 "지닌다"는 것은 포함되고, 지배하고, 통제하고, 우월하며, 존경받고, 거친 것입니다. "지니지 않는다"는 것은 배제되고, 기만당하고, 통제당하고, 열등하고, 무시당하고, 상처 입는 것입니다. 세상의 방법은 기만과 속임수의 방법입니다.

예수님의 방법에서 영이 가난한 사람, 슬퍼하는 사람, 비천한 사람, 배고픈 사람, 거룩함에 목마른 사람, 자비를 베푸는 사람, 평화를 위해서 일하는 사람, 거룩함을 위해서 박해 당하는 사람, 예수님 때문에 모욕을 당하는 사람은 행복합니다. 예수님의 방법은 자비와 사랑의 방법입니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . . 내 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

나는 반대되는 방법을 지닌 두 카리스마적 지도자를 봅니다.

유혹자는 부, 명예, 권력, 자기 중심적인 것을 추구하게 합니다.

예수님께서는 유혹자의 세상적 가치들과 반대되는 가난한 자신과의 일치하고 자신을 보내신 거룩하신 분과 사랑하는 관계를 맺도록 초대하십니다.

은총:

하느님 나라에 반대되는 세상의 가치로부터 자유롭게 되고, 아버지의 사랑을 계시하는 그리스도의 업적 속에서 그리스도와 하나가 되기를 청합니다.

기도:

1) 마태오 6:19-34. "공중의 새들의 보라."

진정 세상의 가치로부터 자유롭게 되었나? / 일부러 따르진 않았지만

내가 만약 예기치 못한 부를 갖게 된다면

삶의 해답, 나는 안에 . . . 오직 하나님, 식별의 은혜, 도전

복음서에서 "부유한 사람"은 축적하고, 나누지 않고, 부와 권력과 명예를 우상화함으로써 세상의 방식을 받아들이는 사람들입니다. 나의 자연스러운 선호가 이러한 부유한 사람을 향하고 있습니까? 나의 삶의 양식이 그들의 행복을 추구합니까? 어떤 방식으로 추구합니까?

복음서에서 "가난한 사람"은 기본적인 필요를 충족시키지 못하고, 배척당하고 소외되어 목소리를 제대로 내지 못하는 불의의 희생자들입니다. 나의 자연스러운 선호가 이러한 가난한 사람들을 향하고 있습니까? 나의 삶의 양식이 그들의 행복을 추구합니까? 어떤 방식으로 추구합니까?

2) 마태오 19:16-30. "부자 청년은 근심하며 물러갔다."

세상 속에 있는 내 자신을 발견합니다. 나의 필요에 대처하는 능력을 지녔다는 것을 체험합니다 . . . . 나는 기본적인 물질적, 심리적, 사회적 필요에 초점을 둡니다.

나의 필요를 충족시켜 주지 못하고 . . . 불의에 희생당하고 . . . 해고당하여 무시당하고 . . . 소외되어 목소리에 힘이 없게 된 것에 대한 체험은 무엇입니까?

내가 필요로 하는 것과 또 필요 이상을 지녔으며 . . . 나의 권리를 존중받았으며 . . . 관계가 깊어졌으며 . . . 내가 한 말이 먹혀들어간 것에 대한 체험은 무엇입니까?

3) 마태오 5:1-12. "진복 선언"

세상 안에 계시며 행복해 하시는 예수님을 바라봅니다. 나는 예수님의 말씀을 기다립니다. 예수님께서 먼저 당신이 누구신가에 대하여 말씀해 주시고 그 다음에 당신의 말씀과 행위에 대하여 말씀해 주십니다. 나는 진복 선언을 읽고 행복에 대한 예수님의 체험 속으로 들어갑니다. 예수님께서 행복하게 되는 법에 대하여 가르치실 때, 나는 제자들 속에 있습니다. 예수님 속에서 살아있는 하느님의 나라를 보면서, 나는 행복에 대한 예수님의 가르침을 신뢰합니다. . . . 나는 예수님과 같이 되기를 원합니다 . . . 나는 삶의 일상적 업무 속에서 하느님의 나라를 건설하고자 예수님과 함께 일하기를 원합니다.

끝맺음:

이냐시오 성인은 도전하는 것을 숙고할 때, 마리아와 예수님과 예수의 아버지와 "세 가지 담화"(대화)를 하라고 종종 제안합니다. 나는 다음과 같이 기도하기를 원할 지도 모릅니다.

나와 함께 나를 위해서 기도해 주실 것을 마리아께 청합니다.

나는 하느님의 나라에 관해서나 하느님 나라를 건설하는 예수님을 어떻게 보고

있는가에 관해서 말씀을 드립니다. 진복 선언에 나오는 방식으로 예수님을 따라 가신 마리아처럼 예수님을 철저히 따를 수 있는 축복을 나를 위해 얻어주실 것을 청합니다. 성모송으로 끝맺습니다.

마리아와 함께 예수님께 가서 나를 위해서 똑같은 은총을 아버지로부터 얻어주실 것을 청합니다. 그리스도의 영혼이라는 기도로 끝맺습니다.

예수님과 마리아와 함께 아버지께 가서 똑같은 은총을 청합니다. 주님의 기도로 끝맺습니다.

성찰:

예수님을 따르는 역설적인 조건은 예수님을 위해서 우리의 생명을 잃음으로써 생명을 얻게된다는 것입니다. 바오로가 말한 것처럼, 그것은 우리가 그리스도로 채워지기 위해서 자신을 비워야 한다는 것입니다. 베드로는 예수님의 방식을 따르기 위해서 먼저 자신이 예수님의 방식으로 사물을 취하지 않는다는 것을 배워야 했습니다.

이 묵상은 예수님의 가치 체계를 명백히 보여줍니다. 예수님의 방식은 가난과 모욕과 수난입니다. 우리는 가난과 모욕과 수난 그 자체를 추구하지는 않습니다. 우리는 가난하시고 배척 당하시고 겸손하신 예수님을 추구합니다. 우리를 구하시는 분은 예수님이십니다. 하느님 앞에 꾸밈없이 있게 될 때, 나는 초라하고 도외시 당한다는 느낌을 갖게 됩니다.

제안:

1) 이 묵상을 오늘의 실재와 관계지어십시오. 신문이 어떤 가치 체계를 제시하는지를 보십시오. 당신의 삶과 일을 보십시오. 당신은 세상의 방법을 따릅니까 아니면 예수님의 방법을 따릅니까?
2) 예수님의 방법에 초대받도록 기도하십시오.
3) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 은총(주간) 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

여섯째 수련: 세 부류의 CLC 공동체에 대한 묵상

골로사이서 2:6-8
야고보 1:2-6
19.22.25

그것은 이 공동체들이 무엇을 결정하는가 하는 것이 아니라
이 공동체들이 얼마나 자유롭게 결정하는가 하는 것입니다.

내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

세 부류의 그리스도인 생활 공동체가 "CLC의 유익을 위하여" 각기 주어진 만 불을 어떻게 처리할 것인가를 결정하기 위하여 특별한 모임들을 개최하고 있습니다. 자기 공동체의 유익을 위해서 그 돈을 가질 것인가 아니면 더 많은 CLC 회원을 유익하게 할 곳으로 보내야 할 것인가?

은총:

하느님의 보다 더 큰 영광을 위한 것만을 선택하고, 나를 위해서 하느님께서 원하시는 것이 가장 의미심장한 참자아를 드러내신다는 것을 신뢰하기 위하여 내적 자유를 청합니다.

묵상:

1) 첫째 공동체는 공동체의 불편함을 극복하기를 원하였습니다. 그들은 어떻게 할 것인가를 알기 위하여 개인적으로나 공동체로서 함께 기도하였습니다. 그들은 이 돈을 어떻게 할 것인가에 대하여 논의하기 위하여 모임을 계획하였습니다. 때로 그들은 밤늦도록 이야기하며 정기적으로 논의하였습니다. 오랜 기간에 걸쳐 논의가 지속되었습니다. 공동체의 마지막 회원이 죽을 때까지, 그들은 많은 기도를 하였고 많은 논의를 하였지만 그 돈으로 아무 것도 하지 않았습니다.
2) 둘째 공동체도 마찬가지로 그 돈에 대하여 편치 못한 마음을 극복하기를 원하였습니다. 그들은 어떻게 할 것인가를 알기 위하여 개인적으로나 그룹으로서 기도합니다.

그들은 돈의 일부를 한 회원이 제안한 계획에 일부를 투자하고, 일부는 다른 회원이 제안한 것에 사용하였습니다. 행동을 취하였지만, 그들은 그 돈으로 하는 것을 축복해주실 것을 하느님께 청하였지만 그 돈을 계속 통제하였습니다. 그들은 하느님께서 그들에게 그 돈으로 하기를 원하시는 것을 아는 평화에 도달하지 못하였습니다.

3) 셋째 공동체도 그 돈에 관하여 논의하였습니다. 그들도 그 돈을 어떻게 할 것인가에 대하여 개인적으로나 그룹으로 기도하였습니다. 그러나 그들의 기도와 논의에 있어서 유일한 관심은 하느님께서 그들에게 영감을 불러일으키실 때 그 돈을 사용하는 것이었습니다. 그들의 태도는 "우리는 그 돈을 보관하거나 더 큰 그룹에 줄 것입니다. 그 돈은 이 공동체에 속한 것이 아닙니다. 우리는 하느님께서 영감을 불러일으키시는 방식으로 그 돈을 처분하는 하느님의 종들입니다"라는 태도였습니다.

끝맺음:

세 가지 담화를 합니다.

예수님과 가까워질 수 있도록 나와 함께 나를 위해서 기도해 주실 것을 마리아께 청합니다.

첫째, 만일 하느님께서 나에게 허락하신다면 영적 가난과 실제적 가난을.

둘째, 예수님과 일치하고 인간의 존엄성을 무시당하는 모든 사람들과 일치를.

성모송으로 끝맺습니다.

마리아와 함께 예수님께 가서 나를 위해서 같은 은총을 아버지로부터 얻어주실 것을 청합니다. 그리스도의 영혼이라는 기도로 끝맺습니다.

예수님과 마리아와 함께 예수님께서 아빠라고 부르시는 하느님께 가서 같은 은총을 청합니다. 주님의 기도로 끝을 맺습니다.[8]

성찰:

둘째 은총(주간) 시작 때 한 "하느님의 나라"와 "예수님과 유혹자의 두 가지 방법(깃발)"에 대한 묵상들은 하느님 영역의 본질을 분명하게 보여줍니다. 현재의 묵상은 우리 자신과 우리의 내적 태도를 바라보고, 아버지의 부르심을 거부하는 저항에 거슬러 응답하는 것입니다. 우리의 기도는 우리의 내적이며 정서적인 이탈(detachment)을 가능하게 하여, 하느님께 봉사하기 위하여 일상 삶 속에서 충동과 애착에서 자유로워진 상태에서 선택을 할 수 있게 합니다. 이것은 우리가 하느님께 절대적으로 의존해 있다는 것을 체험하려는 노력입니다.

---

8. Adapted from *The Love of Christ Impels Us*, p. 101.

제안:

1) 당신이 어느 부류의 공동체에 속하는지를 볼 수 있도록 기도하십시오.
2) 이것을 당신의 일상 삶의 실재들과--직업, 가족, 소유물--관계지으십시오. 당신의 자유는 어디에 있습니까? 당신의 무질서한 애착은 어디에 있습니까?
3) 당신을 움직이는 가치돌과 영들을 보며 성찰하기 위하여 의식 성찰을 매일 하십시오.

내 다진 소유한 내가 가진 달란트. 강점,
달란트를 얘기한다는것은 불편,
하느님께 속해있음. 그모습 그대로 인고 나어가 . .
중독과 애착이 자유로움

일곱째 수련: 가르침들

우리는 하느님에 의하여 모이게 되었습니다.

특별히 깊고 인격적으로 나누게 된 우정에 대한 경험은 예수님을 따르는 것이 무엇인가를 알 수 있게 해줍니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

나는 자신을 사람들에게 개방하시고 사람들 속으로 들어가시는 예수님을 봅니다. 그리고 사람들이 어떻게 자신을 예수님께 개방하는지를 봅니다.

은총:

예수님을 보다 깊이 사랑하고 보다 가까이 따르기 위하여 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 요한 1:35-49. "'랍비, 어디 머물고 계십니까?' '와서 보시오.'" 요한의 두 제자가 "하느님의 어린양"을 따라가 그분과 함께 시간을 보낼 수 있는 초대를 받아들입니다. 나도 함께 따라갑니다. . . .
2) 요한 2:1-12. "가나 . . . '그가 무엇이든지 당신들에게 이르는 대로 하시오' . . . 그들은 예수께서 시키시는 대로하였다." 마리아는 신앙으로 예수님의 인격적인 사랑에 답하며 예수님의 연민을 함께 나누는 첫 번째 사람이었습니다. 마리아는 제자가 되는데 있어서 우리의 모범이요 도움이며 확실한 길잡이이십니다. . . .
3) 요한 4:4-30. "그 여인은 물동이를 버려두고 고을로 물러가서 . . . '와서 보시오.'" 예수님께서 영과 진리 안에서 예배하도록 그 여인을 부르십니다. 그 여인은 즉시 고을로 들어가서 마을 사람들에게 이것을 전하고자 합니다. 그 여인은 예수님의 초기 사도입니다. 나도 사도입니까?
4) 루가 10:38-42. "마리아는 주님의 발치에 앉아 주님의 말씀을 듣고 있었습니다." 예수님께서는 마르타의 불안을 없애주시며 행하는 것과 존재하는 것이 하나라는 것을

체험하도록 도전을 하십니다. 그 다음 예수님께서 나에게 도전하십니다 . . . .

끝맺음:

친밀한 동료애로 초대받음에 따라 예수님과 마리아와 나에게 다가오는 다른 제자들과 함께 동료애를 나눕니다.

성찰:

현실 세계를 살아가고 있는 개인의 삶에 있어서 의심과 불안이 일어날 수 있습니다. 의심과 불안은 지극히 자연적인 것이며 꼭 나쁜 것만은 아닙니다. 그것은 여기서 벌어지고 있는 것의 의미를 더욱 더 분명하게 의식하고 있다는 것을 보여줍니다. 영신 수련은 예수님께서 움직이시는 이상으로 나아가지는 않습니다. 영신 수련은 하느님에 대한 완전한 신뢰와 하느님께 자신을 맡기는 노력에 있어서 가치없는 것 같습니다.

“떠나가게 하는”(letting go) 과정은 시간을 요합니다. 그것은 하기 가장 힘든 것이지만, 우리의 행복을 다른 사람의 손에 두고자 하는 주된 노력이어야만 합니다. 이 때 우리는 신앙에 뿌리를 두게됩니다. 충실성, 즉 기도에의 충실성에 의해서 이것이 벌어집니다. 이것은 영신 수련의 느리고, 점차적이며, 평화로운 리듬을 통해서 일어납니다. 그것은 하느님 안에 차분히 머물며 우리의 생명을 죽이는 것을 대면하고자 하는 우리를 도와주며, 기도하는 방식이나 내적으로 듣는 방식을 정화시키는 데로 이끕니다.

제안:

1) 성서를 관상하는 것은 예수님을 내 삶 속에 모셔오는 것이 아니라, 예수님의 삶 속에 들어가게 합니다.
2) 적어도 일주일에 한 번 당신의 기도에 대한 성찰을 배우자나 신뢰하는 친구와 나누는 시간을 가지십시오.
3) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

6/1 Luke 10:38~42. 선택, 마리아 vs 마르타를 보는 나의 3단계
- 마르타에게
- 마리아에게
- 이 두사람을 보는 나의 Attitude, 2들을 보는 편견없는 마음이 있는가?

6/3 지쳐있지만 예수님께서 사마리아 여인을 기다리는 모습(초대)
(- 하느님에 의해서 -- 보임)

6/4 목운동기가 예수님의 삶을 보고싶어졌을까. "어디에 묵고계십니까"
"와서 보라" 내 모든것을 보여주고 싶은마음 → 당신삶으로 초대

여덟째 수련: 치유들

. . . 당신의 믿음이 당신을 구원하였습니다 . . .

예수님께서 사람들 속에 계실 때, 하느님과 인간의 만남이 있습니다. 거기에 생명이 있습니다. 나는 이웃, 일, 길, 교회, 쇼핑 센터에서 하느님과 인간을 봅니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

먼지투성이 길을 걸으시고, 사람들을 만나시고, 지칠 줄 모르게 사람들에게 다가가시고, 사랑으로 사람들의 필요에 응답하시는 예수님을 봅니다.

은총:

예수님을 보다 더 깊이 사랑하고 보다 더 가까이 따를 수 있도록 그리스도의 인성에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 8:43-48. "딸이여, 그대의 믿음이 그대를 구원하였소. 평안히 가시오." 그 여인이 군중 속에서 예수님을 만지자 하혈이 멈추었습니다. 그 여인은 예수님께 대한 완전한 신뢰를 공개적으로 표현합니다. 이것이 나에게 말을 합니다. . . .
2) 루가 9:10-17. "여러분이 그들에게 먹을 것을 주시오." 예수님께서 오늘날 만연한 굶주림을 둘러보십니다. "여러분이 그들에게 먹을 것을 주시오."
3) 마르꼬 10:46-52. "가시오, 당신의 믿음이 당신을 구원했습니다." 예수님께서 내게 "내가 당신에게 무엇을 해 주기 바랍니까?"하고 묻습니다.
4) 루가 19:1-10. "자캐오, 얼른 내려오시오. 오늘은 내가 당신 집에 머물러야 하겠습니다." 자캐오는 예수님을 보러 나왔으며 예수님께서는 저녁 식사를 하기 위해 자캐오의 집에 오십니다. 예수님께서 나에게 오십니다. . . .

끝맺음:

친한 친구들은 아주 단순한 것들에 관하여 오랫동안 이야기하거나 혹은 그저 함께 있을

수 있습니다. 나는 예수님과 약간을 시간을 보내고자 합니다. 나는 예수님께 말씀드리기를 원합니다. . . .

성찰:

예수님께서는 일반적인 인간 관계가 할 수 있는 것보다 훨씬 더 빠르고 깊게 사람들을 묶을 수 있는 놀라운 능력을 지녔습니다. 예수님은 낯선 사람을 빠르고도 온전하게 변화시킬 수 있었습니다. 예수님은 첫 인상을 보고도 마음을 꿰뚫어 보셨습니다. 예수님은 사람들을 바라보시며 함께 머물러 계셨고, 깊은 통찰과 유대를 가져오는 사랑으로 그들의 처지에 공감하셨습니다. 예수님의 사랑은 사람들로 하여금 자신의 마음을 예수님 앞에 드러내게 하였으며, 예수님께서는 사랑으로 사람들을 바라보시고 당신의 마음을 그들에게 보여주셨습니다.[9]

당신이 예수님의 동반자가 되기를 원하는 것보다 예수님께서 당신의 동반자가 되기를 더 원하신다는 것을 느끼기 시작할지도 모릅니다. 이것은 놀라운 생각일 수 있습니다. 예수님께서 친구들과 동반자들을 원하십니다. 예수님께서 당신을 우리에게 드러내신 것처럼 그렇게 우리 자신을 당신에게 드러내기를 원하십니다. 사실 예수님께서 우리의 우정을 원하신다는 것을 생각하는 것은 어색하며 어렵기조차 합니다. 이 우정은 상호적인 것입니다. "나는 여러분을 더 이상 종들이라고 부르지 않겠습니다 . . . 나는 여러분을 친구들이라 불렀습니다. 내가 내 아버지에게서 들은 것을 모두 여러분에게 알려 주었기 때문입니다." (요한 15:15)

제안:

1) 이 관상에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결실이 풍요로운 방식으로 이것을 당신 삶에 적용시키십시오.
2) 예수님을 알고 사랑하고 더 가까이 따를 수 있는 은총을 계속 청하는 것을 명심하십시오.
3) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

9. William R. Callahan, *Noisy Contemplation* (Hyattsville, MD: Quixote Center, 1994).

아홉째 수련: 가르침들

. . . 도움을 필요로 하는 것들이 우리를 부르는 곳 . . .

필요는 내가 가능하다고 생각되는 것보다 더 많은 것을 하는 능력을 요구합니다. 나는 도울 수 있음에 놀라움과 감사를 느낍니다. 때로는 내가 도움을 줄 수 있는가 혹은 도움을 주기를 원하는가 하는 문제를 두고 갈등하기도 합니다. 그래서 나는 예수님께로 향합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 도움을 필요로 하는 사람들과 내 생명의 원천께 마음을 엽니다.

장면:

예수님께 질문을 하며 대답을 주의 깊게 듣는 사람들과 이야기를 나누시는 예수님을 봅니다.

은총:

예수님을 더 깊이 사랑하고 더 가까이 따를 수 있도록 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 10:25-37. "누가 나의 이웃입니까?" 율법학자가 한 사람이 영원한 생명을 얻기 위하여 어떻게 해야 하는지를 예수님께 물었을 때, 그는 자기 이웃에 관하여 듣게 되었습니다.

마태오 15:21-28

2) "먼저 자녀들이 배불리 먹어야 합니다." 시로 페니키아 여인이 자기 딸에게서 귀신을 쫓아내어 주십사고 예수님께 간청하고, 예수님께서 그 여인을 난처한 입장에 처하게 하십니다. 내가 귀신을 쫓아주시기를 예수님께 간청할 때, 때로 예수님께서 . . . .

3) 루가 10:1-11. "내가 여러분을 파견하는데 마치 어린양들을 이리들 가운데 보내는 것과 같습니다." 일흔 두 제자에게 하신 예수님의 가르치심은 단순하고 직접적입니다. 예수님께서 나를 어디로 파견하십니까? . . .

4) 루가 8:1-3. "예수께서는 고을과 촌락을 옮겨 다니시며 하느님의 나라를 선포하시고 그 복음을 전하셨다." 투신한 남녀는 이웃의 행복을 추구하고 그들의 명예롭게 하기

봉사: 하느님의 사랑을 아는 사람

도전을 주심

위해서 예수님을 따라갑니다.

끝맺음:

주변에 있는 사람들이 요청할 때, 예수님께서 어떻게 성령의 말씀을 들으셨는가에 관해서 예수님과 말씀을 나누며, 예수님의 응답 방식을 배웁니다.

성찰:

"예수님을 보다 깊이 사랑하고 보다 가까이 따르기 위하여 예수님을 알도록 청하면서 우리는 매우 복잡한 한 사람을 경험하게 됩니다. 그분은 하느님을 매우 잘 아시는 것 같고, 관습이나 율법에 얽매이지 않고 연민을 지니고 치유를 행하실 수 있습니다. 그분은 논쟁을 두려워하시지 않으십니다. 그분은 기적과 사신(使臣, message)으로 엄청나게 많은 군중을 결집시키십니다. 예수님께서는 엄청난 적대감을 받게 되고 악마들은 예수님을 두려워합니다. 이분과 가까워지는 것은 위험한 것일 수도 있습니다. 그분을 더 잘 알고자 하는 사람들은 친근해짐으로써 다가올 결과를 인식하면서 매력과 반감을 함께 체험할 것입니다."[10]

예수님 안에 있는 생명은 우리 인간을 사랑하는 강하고도 부드러운 것입니다. 사람의 가치와 자유를 추구하는 것은 적대감과 두려움을 불러일으킬 수 있습니다. 예수님과 나누는 우정은 나로 하여금 용서하며 용감하게 행동할 수 있게 합니다.

제안:

1) 관상은 더 깊이 예수님과 사랑에 빠지는 것입니다.
2) 이 관상에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결실이 풍요로운 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
3) 이분에 관한 당신의 매력과 반감은 무엇입니까? 그것들은 어디에서 옵니까? 이름을 대보십시오. 그것에 대하여 기도하십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

"예수님이 함께이다
나눔의 기쁨을 아는 여인"

10. Barry, *op. cit.*, p. 94.

열째 수련: 사랑의 세 가지 응답에 대한 묵상

충성스러운 사랑, 관심어린 사랑, 예수님과 일치하는 사랑

이 묵상은 "그리스도의 나라"에 대한 묵상과 "세상과 예수님의 삶의 두 깃발"에 대한 묵상을 기초로 하여 그 위에 세워져 있습니다. 이 묵상의 요점은 우리가 그리스도께 드린 완전한 봉헌을 마음속에 계속 심화시키는 것입니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 내가 소유하고 있는 모든 것과 나의 존재가 하느님께 의존해 있음을 인정하면서, 마음을 생명의 원천께 엽니다.

은총:

사랑 안에서 하느님께 더 깊이 더 관대하게 응답할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 첫째 응답: 충성스러운 사랑 고린도 후서 12장 7~10

이것은 단순한 충실성의 방식입니다. 나는 하느님을 삶에서 배제시키는 심각한 잘못을 결코 저지르지 않을 것입니다. 이 단계는 가족을 그리스도교적인 방식으로 키우거나, 다른 사람을 이용하여 나의 이익을 추구하지 아니하며, 다른 사람을 기쁘게 하기 위하여 자신을 완전히 도외시하지 않는 것과 같은 일반적인 방식으로 표현됩니다. 이것은 계명의 방식입니다. 이 단계는 하느님께 순명하는 것입니다. 누가 이 단계에 있어서 모범이 됩니까? 복음서에서 누가 이것을 모범으로 보여줍니까? 하느님께서 나를 이 단계로 부르신다고 느낍니까? (순명의 단계)

2) 둘째 응답: 관심어린 사랑 필립보서 2장 5—8

이것은 얽매이지 않는 사랑의 방식이며, 완전히 의탁하는 방식이며, 미소한 방식으로라도 하느님께 죄를 짓지 않으려고 하는 방식입니다. 모든 선택에 있어서 바라는 것은 하느님을 사랑하는 것입니다. 근본적인 관심은 다른 사람들과 내 자신 안에서 하느님을 찬미하고 하느님께 봉사하는 것입니다. 이것은 수도자든 평신도든 간에 다른 사람들을 돌보는데서 개인적인 충족을 느끼는 사람들의 방식입니다. 이러한 사람들은 의식적으로 하느님과 일치하여 살고자하는 사람들입니다. 이것은 하느님께 능동적으로 개방되어 있는 (이냐시오가 "의지의 중용" [indifference of the will]이라고 말한 것) 방식입니다.

— 어느단계에 속하나.
— 성서로 기도.

이 단계는 하느님께 깊고 관대한 사랑을 보여줍니다. 누가 이 단계의 모범입니까? 복음서에서 누가 이것을 모범으로 보여줍니까? 하느님께서 나를 이 단계로 부르신다고 느낍니까?

3) 셋째 응답: 예수님과 일치하는 사랑 요한8장 - 46절9

이것은 사랑의 언어인 마음의 작업입니다. 예수님과 일치라는 이 단계는 부유하기보다는 가난하신 그리스도와 함께 있고, 이 세상에서 현명하고 신중하다고 자부심을 갖게되기 보다는 오히려 그리스도를 위하여 가치 없고 어리석게 간주되기 위하여 가난을 선택하도록 이끕니다. 이것은 심오한 응답의 단계이며, 정열적인 인격적 사랑의 단계입니다. 이것은 그리스도를 모방하는 방식입니다.

이것은 크나큰 거룩함의 은총입니다. 누가 이 단계의 모범입니까? 복음서에서 누가 이것을 모범으로 보여줍니까? 하느님께서 나를 이 단계로 부르신다고 느낍니까?

끝맺음:

"세 가지 담화"를 통하여 하느님께 대한 나의 응답이 더욱 관대해지기를 추구합니다.

예수님과 가까워질 수 있도록 나와 함께 나를 위해서 기도해주시기를 마리아께 청합니다. 하느님의 초대라면, 나는 가난하신 그리스도와 함께 있고, 다른 사람을 존경하고 귀중하게 여기면서 그리스도를 위한 사랑 때문에 모욕과 경멸을 참을 수 있는 실제적인 가난을 바라도록 기도합니다. 성모송으로 끝맺습니다.

마리아와 함께 예수님께 가서 나를 위하여 같은 은총을 아버지로부터 얻어주실 것을 청합니다. 그리스도의 영혼으로 끝맺습니다.

예수님과 마리아와 나는 예수님께서 아빠라고 부르신 하느님께 가서 같은 은총을 청합니다. 주님의 기도로 끝맺습니다.

성찰:

영신 수련을 하는 중에 당신의 삶에 대하여 결정을 내릴(making a decision) 때, ("선택"[election]이 이냐시오의 용어입니다) "삶의 두 가지 방법"에 대한 묵상에서 담화를 반복하는 것이 좋습니다. 은총의 선물 덕택에 그것은 당신이 행한 관상의 체험을 요약합니다. "사랑의 세 가지 응답"에 대한 묵상은 하느님 앞에서 당신이 내리도록 불려졌다고 느끼는 결정을 내릴 수 있는 내적 자유를 가져다 줍니다. 그것은 예수님께 대한 완전한 의탁에서 오는 개인적인 풍요로움을 깊게 합니다.

- 세가지 담화를 함

제안:

1) 위의 세 가지 중 어느 응답이 하느님께 대한 당신의 응답을 이끌어 줍니까? 사랑에 대한 당신의 장벽은 무엇입니까? 이러한 은총을 잃게된다면 당신은 무엇에 대한 두려움을 지니게 될 것입니까?
2) 이 묵상에 필요한 은총을 바라지 않는다고 느낀다면 그 은총을 바라도록 기도해야 합니다.
3) 의식 성찰을 통하여 기도 중에 당신에게 벌어진 것을 보십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

* * * * * * * * * * *

좋으신 예수님,
이웃이 누구든 그들과 저의 관계에 있어서
또 당신 아버지의 영광과
다른 사람의 구원을 촉진시키기 위하여
제가 행하는 모든 것 안에서
당신의 방식으로 저를 양성시킵니다.
저는 당신의 겸손하심, 부드러우심, 인내,
고귀하심, 지칠 줄 모르는 열정을 반영하고,
한마디로 당신의 모든 덕을 참으로 반영하고,
그 모든 것이 저의 영혼 속에 새겨지도록
저 안에 영원히 사십시오.[11]

11. Jean-Pierre Medaille, S.J., in Harter, *Hearts on Fire*, p. 53.

열 하나째 수련: 치유들과 가르침들

. . . 연민으로 가득찬 해방시키는 행위를 통하여 . . . .

하느님의 뜻을 실천하는 길에 있게 되는 모든 장애물들은 하느님에 의하여 제거될 수 있습니다. 나는 이것을 믿습니다. 기도하면서 성서 말씀을 맛볼 때, 나는 이 장애물들을 성장의 기회라는 것을 알게 됩니다. . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

치유하시고, 도전하시고, 초대하시고, 노시는 예수님을 지켜봅니다. . . . 예수님께서 다양한 상황들 속에서 어떻게 대처하시는가를 보게 될 때, 예수님은 놀라우신 분이십니다.

은총:

보다 깊이 예수님을 사랑하고 보다 온전한 마음으로 예수님을 따르기 위하여 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 13:10-17. "여인아, 네 병이 이미 너에게서 떨어졌다." 똑바로 설 수 없는 여인은 예수님께서 부르시는 것을 듣습니다. 그 여인은 일어섭니다--자유롭게 되었습니다. 회당장은 안식일에 그 여인을 치유하는 것에 반대합니다. 예수님께서는 그를 꿰뚫어 보시고 말문을 닫게 하십니다. 나는 담을 쌓아 놓은 장벽과 그 악을 더 쉽게 볼 수 있습니다. . . .
2) 요한 2:13-25. "내 아버지의 집을 장사하는 집으로 만들지 마시오." 예수님께서는 아버지의 집에 대한 열정이 대단하십니다. 아버지의 집을 존경하지 않는 사람은 떠나십시오. 나는 오늘 아버지의 집을 생각합니다. . . .
3) 루가 18:15-17. "어린이들이 내게 오도록 그대로 두시오 . . . 하느님의 나라는 이런 이들의 것입니다." 제자들은 사람들이 어린아이들을 데려와 예수님을 괴롭히지 말아야 한다고 생각하였습니다. 예수님께서 그외 누구를 환영하실 것입니까? . . . 어린아이와 함께 우리는 예수님의 마음을 느껴 봅니다. . . .

4) 마르꼬 10:17-25. "선생님, 제가 영원한 생명을 불려 받으려면 무엇을 해야 합니까?" 그는 자신이 가진 것을 팔아 가난한 사람에게 줄 수가 없었습니다. 그는 슬픔에 잠겨 떠났습니다. 하느님과 함께라면 모든 것이 가능합니다. . . .

끝맺음:

나는 예수님께 생기를 불어넣으신 분이 성령이시라는 것을 압니다. 내 안에 거처하시는 성령께서는 내가 해야하는 것을 성취하게 하는 연민과 힘의 원천이십니다. 나는 . . . 을 느낍니다.

성찰:

다른 사람들을 위한 예수님의 행위들은 아버지에 대한 예수님의 사랑의 마음을 드러내 줍니다. 그것은 하느님과의 개인적이고 수직적인 관계에 대한 스트레스를 없애주는 단순한 사랑입니다. 이 사랑은 당신 백성에 대한 예수님의 사랑 속에서 실현되었습니다. 예수님께서는 다른 사람을 사랑으로 돌보심으로써 자신을 보내신 분에 대한 사랑을 사셨습니다. 그것은 단 하나의 사랑입니다.

이것은 다음 성서 구절에 분명하게 요약되어 있습니다: "너희가 여기 있는 형제 중에 가장 보잘 것 없는 사람 하나에게 해 준 것이 바로 나에게 해 준 것이다" (마태오 25:40). "누가 하느님을 사랑한다고 말하면서도 자기 형제를 미워하면 그는 거짓말쟁이입니다. 사실 눈에 보이는 형제를 사랑하지 않는 자는 보이지 않는 하느님을 사랑할 수 없기 때문입니다" (1요한 4:20).

영신 수련은 하느님의 백성에 대한 이러한 사랑에로 인도합니다. 영신 수련의 은총은 우리 자신과 세상을 변화시키도록 부르며, 소외의 종살이와 자기 중오에서 벗어나 참된 관계와 희망의 빛 속으로 효과적으로 인도하는 사랑입니다. 이것은 둘째 주간 시작 때 한 "하느님의 나라"에 대한 묵상에서 드러납니다. 이것은 선물이며 청해야 하는 은총입니다

제안:

1) 관상은 복음서를 우리 수준으로 끌어내리는 것이 아니라 우리를 복음서의 수준으로 끌어올립니다.
2) 이 관상에서 무엇이 당신에게 감동을 주었습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결과가 풍요로운 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
3) 예수님께서 행하신 것처럼 행하기를 원하는데 있어서 당신의 장벽은 무엇입니까? 삶을 살아가면서 예수님께서 하신 것처럼 당신이 사랑하고 봉사해야할 사람은 누구입

니까?

4) 이 수련의 끝맺음 기도를 다시 한번 기도하십시오.

5) 부록에 있는 예수님을 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

열 두째 수련: 기도하시는 예수님

. . . 관상적 기도에 의해 양육되다 . . .

"영과 진리 안에서" 살고 기도하도록 불려졌다는 것을 의식하며, 나는 "자비와 사랑의 하느님! 저는 당신을 믿고, 희망하며, 사랑합니다"라고 기도합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

나는 밤에 혼자 산에 올라가 기도하시는 예수님을 봅니다. 또한 당신 자신에 대하여 다른 사람에게 열심히 가르치며 일하시는 예수님을 봅니다.

은총:

내가 자유 안에서 예수님을 사랑하고 따를 수 있도록 성령을 통하여 내 안에 사시는 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 루가 6:12-16. "그분은 기도하시려고 산으로 가시어 밤을 새우며 하느님께 기도하셨다. 날이 밝자 당신 제자들을 부르시고. . . ." 예수님께서는 당신 제자들을 뽑으시기 전에 또 공적인 사목 전에 밤새 기도하십니다. 예수님의 행위는 기도로 채워져 있었습니다. 이것은 나로 하여금 . . . 을 깨닫게 합니다.
2) 루가 11:1-13. "여러분은 기도할 때에 이렇게 말하시오. '아버지. . . .'" 이것은 효과적인 기도입니다. 그것은 모든 기도를 포괄합니다. 그것은 예수님의 기도입니다. 나의 기도는 . . . 입니다.
3) 루가 21:37-38. "예수께서 올리브 산이라 불리는 산으로 가서 밤을 지내셨다." 예수님께서는 당신 아버지와 함께 계시고, 당신 아버지에 의해 양육되기 위하여 조용한 곳으로 물러가십니다.
4) 루가 22:41-46. "예수님께서 무릎을 꿇고 기도하시며 . . . '제 뜻이 아니라 아버지의 뜻이 이루어지게 하소서.'" 예수님께서는 기도를 마치시고 아버지의 뜻을 행할 준비가 되셨고, 슬픔에 지친 제자들은 자고 있었습니다. 이것에 나에게 . . . 이라고 말해

허수직, 제라리,
홍상

줍니다.

끝맺음:

마리아와 함께 나는 예수님의 부르심을 듣고 예수님 앞에 서 있습니다. 나는 마음에 떠오르는 것을 말씀드립니다. 그것이 나를 위한 하느님의 원의라면, 나는 마음으로 바라는 것을 청하며 "세 가지 담화"를 합니다.

성찰:

기도가 예수님의 삶에 있어서 중추적인 역할을 했습니다. 예수님께서는 기도와 시편을 바쳤습니다. 예수님께서는 성전에서나 혼자서나 제자들과 함께 기도하셨습니다. 예수님께서는 어른들, 남성, 일반 이스라엘 사람의 의례를 행하셨습니다. 예수님께서는 기도를 가르치셨고 기도에 항구하셨습니다. 예수님의 기도는 마음으로 느낀 친근한 것이었습니다. 예수님께서는 밤에 기도하기를 좋아하셨습니다.

자주 물러가 하신 기도는 예수님께 방향감과 사목의 감각을 제공하였습니다. 기도에 대한 예수님의 체험은 복음서에 자주 언급되어 있으며, 항상 세상 안에 있는 자신의 현존과 삶을 향하고 있습니다.

이것은 게사레아에서 예수님께 신앙을 고백한 베드로에게서 가장 잘 구체화되는 세상의 피상적인 기도 방식과는 매우 대조적입니다 (참조, 마르꼬 8:27이하). 베드로의 기도는 선의에서 나왔지만 깊은 신앙에 기반을 둔 것이 아니었습니다. 신앙 안에서의 성장과 신앙 행위는 기도를 통하여 거룩하신 분께 의탁하는 것으로 시작해야 합니다. 베드로는 예수님을 부인한 것에 대하여 눈물을 흘리는 회심에서 이것을 체험하였습니다.

제안:

1) 이 관상에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결과가 풍요로운 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
2) 당신 삶의 어떤 부분이 아버지께 의탁하지 않습니까?
3) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 읽으십시오.

열 셋째 수련: 마리아

. . . 마리아께서 모범을 보여주셨습니다 . . .

성서로 기도하기가 어려운 때가 올 때, 나는 마리아께서 하신 것처럼 삶이나 세상에서 한 경험에 대하여 기도합니다. 성서로 기도하면서 무미 건조함을 느낄 때, 삶에서 내가 서 있는 곳을 택하여 기도합니다. 때로 내가 한 경험에 머물러 있을 때, 성서로부터 생각이 오기도 합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다 . . . 나는 이 모든 것을 마음속에 새기며 마음속에 있는 것들에 대하여 성찰합니다.

장면:

나는 자신의 삶에서 엄청난 도전을 대면하고 있는 젊은 여인인 마리아를 봅니다. 나는 당신 아들에게 눈을 고정하고 있는 마리아를 알고자 합니다.

은총:

내가 온 마음으로 예수님을 따를 수 있도록 마리아께서 지니셨던 것처럼 신비스러운 예수님에 대한 인격적인 지식과 예수님에 대한 열정적인 사랑을 청합니다.

기도:

1) 루가 2:19. 마리아는 그 모든 일을 당신 마음속에 새기어 곰곰이 생각하였다." 나는 내 마음에 고이 새긴 것을 바라봅니다. . . .
2) 루가 2:35. "당신의 영혼을 칼이 꿰뚫을 것입니다." 마리아는 당신 아들을 따른다는 것이 무엇을 의미하는지를 계속해서 배웁니다. 내가 마리아로부터 배운 것은 . . .입니다.
3) 마태오 12:46-50. "하늘에 계신 내 아버지의 뜻을 행하는 사람이 내 형제요 자매요 어머니입니다." 예수님과의 관계는 아버지에 대한 순명에 달려있습니다 . . . .
4) 요한 19:25. "예수의 십자가 곁에는 그분의 어머니가 서 있었다 . . . '부인, 보십시오, 부인의 아들입니다' . . . " 마리아는 새로운 인류의 어머니로서 사명을 받습니다. 예수님께서는 나를 . . . 라는 사명을 주십니다.

끝맺음:

나는 세 가지 담화를 합니다. 나를 위해 예수님께서 선택하시는 방식으로 예수님을 따를 수 있도록 마리아께 기도 드립니다. 마리아와 함께 나는 아버지를 가장 기쁘게 해드리고 봉사할 수 있는 방식으로 예수님을 따를 수 있도록 예수님께 청합니다. 그 다음에, 예수님과 성모님과 함께 아버지께 가서 같은 청을 합니다.

성찰:

마리아는 신앙을 통하여 약속이 이루어진다는 진리를 우리에게 가르치십니다. 마리아의 신앙은 일상 삶에 뿌리를 두었습니다. 마리아는 당시의 사회적, 정치적, 종교적 맥락 속에 살고 있는 사람들과 함께 살았습니다. 마리아는 조용한 관상으로 도망가지도 않았으며, 매일의 활동을 통하여 자신의 신앙과 접촉하는 것도 잃지 않았습니다. 마리아의 신앙은 일상 삶의 힘든 노고 속에 반영되었습니다. 마리아는 활동 속의 관상가였습니다.

마리아는 사명의 모범이시며, 교회와 세상에 대한 봉사의 모범이십니다. 마리아는 아드님이 공적 사목을 하시는 동안에 당신 아드님이 대면해야 했던 역경을 보면서도 흔들리지 않았습니다. 마리아는 성모의 노래(Magnificat)를 통하여 사람들에게 가난한 사람들을 위한 말을 하였습니다. 마리아는 십자가에서 완전한 실패를 맛보고 있는 당신 아드님의 비전에 충실하였습니다. 예수님께서 승천하신 이후에 마리아는 다락방에서 제자들을 계속 양육시켰습니다. 마리아의 신앙은 놀라움으로 가득 차 있었으며, 당신 아드님의 사명에 대한 투신에 있어서 대담하였으며, 기쁘게 감사를 드리는 것이었습니다. 마리아는 초기 교회에서처럼 오늘도 교회에서 중심이 됩니다.

제안:

1) 당신에게 마리아는 어떤 분이었습니까? 당신은 마리아가 어떤 분이기를 바랍니까?
2) 이 관상에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결과가 풍요로운 방식으로 이것을 당신 삶에 적용시키십시오.
3) 의식 성찰로 도움을 받으십시오.
4) 부록에 있는 그리스도를 따르기로 선택--둘째 주간 동안 영들의 식별을 기도하듯이 하십시오.

마리아와 세가지 같다

- 예수님의 방식으로 따를 수 있도
- 마리아와 함께 아버지를 가장 봉사할 수
- 성모님, 예수님과 함께 아버지께 청

빠스카 신비로 옮겨가기 시작

열 넷째 수련: 거룩한 변모

. . . 우리가 우리 자신을 벗을 수 있는 것은 하느님 때문입니다 . . .

나는 산 정상으로 오라는 초대하시는 예수님과 맺는 나의 관계가 특별하다는 것을 때로 느낍니다. 열린 눈으로 내 앞에 있는 것을 대면한다면 나의 의식이 변화되고 그리스도의 영광이 드러날 것이라는 가능성이 내 삶의 행복입니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

내 눈앞에서 변화되는 예수님을 봅니다. 예수님께서는 아름다우십니다. 베드로와 요한처럼 나는 이것이 결코 끝나지 않기를 원합니다. 또한 지극히 일상적인 상황 속에 계시지만 아버지의 특별한 축복에로 우리를 초대하시는 예수님을 봅니다.

은총:

예수님을 더 깊이 사랑하고 더 가까이 따를 수 있도록 당신께 가까운 이에게 당신을 보여주시는 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 마르꼬 9:1-10. "예수께서는 그들 앞에서 모습이 변하셨으니, 그 옷은 이 세상의 어떤 마전장이도 그렇게 희게 할 수 없을 만큼 새하얗게 번쩍였다." 예수께서 우리에게 다가오시어 우리를 높은 곳으로 들어올리십니다. 우리는 두려움을 극복하게 됩니다...
2) 시편 84. "계시는 곳 그 얼마나 사랑하오신고." 나는 "티없이 걷는 이에게 좋은 것 아니 아끼시는" 야훼님을 생각합니다.
3) 요한 14:3. "내가 가서 여러분을 위해 자리를 마련하면 다시 와서 여러분을 내게로 데려다가 내가 있는 곳에 여러분도 있게 하겠습니다." 나는 예수님과 함께 그곳에 있기를 갈망합니다.

4) 루가 10:21-22. "슬기롭고 똑똑한 사람들에게는 이것을 감추시고 철부지 같은 사람들에게는 이것을 계시하셨으니 아버지를 찬양하나이다." 나는 성령과 함께 즐거워하며 예수님과 함께 찬양의 기도를 바칩니다. . . .

끝맺음:

예수님과 함께 나누며 아버지께 봉헌할 것이 너무나 많이 있습니다. 성령께서만 내 안에서 이것을 표현하실 수 있으십니다.

성찰:

기꺼이 예수님을 따르게 될 때 기쁨과 평화가 있습니다. 그것은 우리의 가장 깊은 두려움, 희망, 원의를 포함하여 우리의 가장 깊은 자아를 예수님과 함께 나누는데서 오는 기쁨입니다. 예수님께서 우리를 가장 깊이 만나시는 곳은 이 깊은 곳입니다. 최악의 상태 때 예수님과 함께 있게된다면, 예수님께서 우리 안에서 접촉하시지 않는 곳이 없을 것입니다. 예수님께 숨기고 있는 것이 아무 것도 없기 때문에, 우리는 두려워할 것이 하나도 없을 것입니다. 예수님께서는 우리의 가장 어두운 계곡을 통하여 인도하실 것입니다. 우리는 주저 없이 예수님을 신뢰할 수 있다는 것을 이제 압니다. 이것은 예수님의 동반자가 되는데서 오는 기쁨과 평화입니다.

둘째 주간 동안 예수님과 함께 시간을 보내게 될 때 이것이 일어납니다. 그것은 예수님과의 특별한 관계에 있는 것이며, 산 정상에 있는 것이고, 삶에서 기쁨의 체험입니다. 그것은 내 앞에 있는 것에 눈을 열고 대하는 것과 같습니다. 나의 의식은 변화되고, 그리스도의 영광을 눈으로 볼 수 있게 될 것입니다.

제안:

1) 이 둘째 주간 동안 예수님과 보낸 시간에 대하여 의식 성찰을 하십시오. 당신의 희망은 무엇이었습니까? 당신의 기쁨은 무엇이었습니까?
2) 당신의 일지에 이것을 적어십시오. 정기적으로 그것을 되돌아보십시오. 자주 그것에 대하여 기도하십시오. 발견해야 할 것이 여전히 있습니다.
3) 이것을 영적 지도자나 신뢰하는 친구와 나누십시오. 둘째 주간에 당신이 받은 은총을 누군가에게 말로 표현해 보십시오.

계속해서 빠스카 신비로 옮겨가기

열 다섯째 수련: 라자로, 향유를 발라드림, 예수를 죽임, 호산나

. . . 우리가 우리의 감각들에로 되돌아 오게될 때,
그것은 우리를 위한 것입니다 . . .

예수님께서 나에게 요구하시는 투신의 심각성을 특별히 의식하던 때가 살아온 삶에 있었습니다. 나는 그분이 누구시며 그분이 하실 수 있는 것을 믿어야 합니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 이 특별한 시기와 내 자신을 바치면서, 나의 마음을 생명의 원천께 개방합니다.

장면:

"이 때부터 예수의 제자들 중 많은 이가 돌아서서 물러가고 더 이상 당신과 함께 다니지 않았다. 그래서 예수께서 열두 제자에게 '여러분도 물러가고 싶습니까?'하고 물으셨다"(요한 6:66-67).

은총:

예수님을 더 깊이 사랑하고 신앙과 용기를 가지고 예수님을 따라갈 수 있도록 예수님에 대한 친밀한 지식을 청합니다.

기도:

1) 요한 11:1-14. "주님, 주님이 여기 계셨더라면 제 동기는 죽지 않았을 것입니다." 예수님께서는 심령이 격앙하여 산란해지셨다. 예수님께서 우리의 슬픔에 대하여 슬퍼하십니다. . . .
2) 마태오 26:6-13. "그가 내 몸에 향유를 쏟은 것은 나의 장례를 치를 양으로 한 것입니다." 제자들은 예수님의 죽음을 준비하던 그 여인을 이해하지 못합니다. 나는 이것을

곰곰이 생각합니다 . . .

3) 요한 11:45-54. "그 날부터 그들은 예수를 죽이기로 결의하였다." 예수님께서는 당신을 거부하는 사람들 속에서 자유롭게 다닐 수가 없으십니다 . . .
4) 마태오 21:1-17. "군중들이 호산나하고 외칩니다 . . . 예수님께서는 환전상들의 상과 비둘기를 파는 자들의 의자를 둘러엎으셨다." 예수님을 따르는 사람들과 함께 나도 "이분이 누구신가"하고 의문을 던집니다.

끝맺음:

끝까지 예수님을 따를 수 있도록 기도하면서, 가장 단순하고 솔직한 마음으로 예수님께 말씀을 드릴 수 있는 것은 예수님의 어머니이신 마리아와 함께 있을 때입니다.

성찰:

예수님의 현존을 생생하게 느끼던 것이 지나고 나면, 때로 기도에 매력을 적게 느끼고 지루해지기 시작합니다. 예수님께서는 같은 말씀과 치유를 반복하십니다. 이 침체기는 또 다른 회심을 체험하게 되는 전주곡입니다. 이 체험은 하느님께서 주시는 선물로부터 하느님께로 옮겨가는 것입니다. 이것은 예수님을 따르는 사람이 되는 것이 어떤 것인가에 대하여 계속해서 보여주는 것입니다.

하느님에 대한 신뢰를 중심으로 하여 이전에 지녔던 갈등들이 종종 이 시점에서 다시 벌어집니다. 여기서 참된 식별이 일어납니다. 영신 수련에서 이 시점에 다다른 사람들은 예수님과 함께 걷고자 하는 은총을 받을 것입니다. 그 사람은 예수님의 깃발에 따라 살아가는 것이 예수님처럼 고통을 받을 가능성이 있다는 것을 아는 지혜를 얻게 됩니다. 이는 성지 주일날 예루살렘 성문에 서있는 것입니다.

제안:

1) 여전히 예수님을 신뢰하지 못하는 당신 삶의 영역들에 대하여 기도하십시오. 장벽들이 어디에 있습니까? 당신의 애착이 어디에 있습니까?
2) 당신은 둘째 주간의 은총을 바라십니까? 당신은 무엇을 바라지 않습니까? 둘째 주간에서 당신이 받은 은총과 당신이 어떻게 예수님과의 동반자가 되기를 원하는가에 대하여 적어보십시오.

둘째 은총 (주간) 통합

예수님과의 동료애

이 두 번째 주간 동안
당신은 친한 친구로서
예수님과 함께
세상을 걸어갔습니다.

당신은 예수님이 누구시며,
예수님께서 어떻게 당신을 부르시고,
당신의 고유한 방식으로
하느님의 인간적 얼굴이 되도록
당신을 어떻게 선택하시는가 하는
신비를 경험하였습니다.

성령께서 인도하심에 따라
당신은 자유와 사랑 안에서
그리스도께 응답하였습니다.

선택된 당신은
예수님을 선택하였습니다.
당신의 특별한 은총과
복된 길을 살면서
예수님과 함께 있을 것을
선택하였습니다.[12]

12. Adapted from *The Love of Christ Impels Us*, p. 132.

셋째 은총(주간)으로 넘어가기

예수님께서
십자가로 가는
마지막 이 외로운 걸음을
자신과 함께 걸어가고,
십자가의 무게를 지고,
모든 사람을 위하여
자신과 함께 일할 것을
친구인 당신에게
요청하시기 때문에,
당신은 과월절로 옮겨갑니다.

예수님께서는 인간이 당하는 것처럼
고통을 당하시는 자신을 보게 하십니다.
그 고통은
죽기까지 자신을 내어주는 사랑 속에서
당신과 모든 사람에 대한 사랑을 위한
고통입니다.

당신이 십자 발치에 서 있고,
마리아와 함께
생명을 믿고 기다리도록
예수님께서는 친구요
하느님 가족의 한 구성원인
당신을 신뢰하십니다.[13]

13. Adapted from *The Love of Christ Impels Us*, p. 143.

그리스도의 영혼

전통적인 기도에 대한 현대적 이해[14]

최고의 친구이신 예수님,
당신의 영혼은 저에게 생명을 주시고,
당신의 육신은 저에게 음식이 되시고,
당신은 저의 굳은 마음을 따뜻하게 하소서.

최고의 친구이신 예수님,
당신의 눈물은 지금 저를 깨끗이 씻으시고,
당신의 수난은 저를 강하게 하시고,
당신께서는 저의 청원을 들어주소서.

최고의 친구이신 예수님,
당신의 상처는 저의 상처를 취하시고,
당신의 시선을 저에게 고정하시고,
저는 당신의 사랑을 배신하지 않게 하소서.

최고의 친구이신 예수님,
당신은 죽음의 문턱에서 저를 부르시고,
당신은 저를 당신 가까이에 붙잡아 두시고
당신은 저를 하느님의 성인들과 함께 두시고,
저는 당신을 찬양하는 노래를 부르게 하소서.
아멘.

---

14. 이것은 Fleming의 *Draw Me Into Your Friendship*, p. 3에서 인[illegible] 것을 번역한 것입니다.

제4부
셋째 은총 (주간):
예수님의 수난에 동참하기

첫째 수련: 과월절

. . . 대사제들과 율법학자들은 예수님을 죽일 방도를 찾기 시작하였습니다 . . .

요한은 "나는 여러분에게 새 계명을 줍니다"라고 말합니다. 새 계명은 무엇입니까? 요한은 단지 사랑하라고만 말하지는 않습니다. 오히려 요한은 "서로 사랑하시오. 새로운 공동체가 되십시오, 다른 모든 제자들과 친교를 나누십시오"라고 말합니다. 루가는 "이제 이 잔을 여러분들 가운데서 나누시오"라고 말합니다. 그것은 공동체에 관한 것입니다. 예수님은 공동체를 의식하시는 분이십니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 고통 속에서조차도 나의 생명의 원천께 마음을 개방합니다.

장면:

당신 동료들과 함께 과월절 음식을 나누고 계시는 예수님을 볼 수 있습니다. 모든 사람이 이 음식에 무언가 다른 점이 있다는 것을 알고 있습니다.

은총:

예수님께서 나를 위해서 수난을 당하시고 있다는 것을 알게 됨에 따라, 나는 친구와 함께 갈바리아 산상에 갈 수 있도록 예수님에 대한 깊은 사랑과 연민을 청합니다.

기도:

1) 루가 22:14-24. “이는 여러분을 위하여 내어주는 내 몸입니다 . . . 이 잔은 피로 맺는 새로운 계약, 여러분을 위하여 쏟는 것입니다.” 예수님께서는 당신 친구들과 이 과월절을 나누기를 갈망하십니다. 나는 예수님의 친구입니다. . . .

2) 요한 13:21-30. “ ‘진실히 진실히 여러분에게 이르거니와, 여러분 중의 한 사람이 나를 넘겨 줄 것입니다’ . . . 그분은 빵조각을 적시어 들고 시몬 이스가리옷의 아들 유다에게 주셨다 . . . ‘당신이 하려는 일을 어서 하시오.’ ” 사탄이 유다의 마음에 들어갔습니다. 나는 거기에 있습니다. . . .

3) 마르꼬 14:27-31. “오늘 이 밤에 닭이 두 번 울기 전에 당신은 세 번이나 나를 모른다고 할 것입니다.” 사탄이 베드로의 마음에 들어갔습니다. 나는 거기에 있습니다. . . .

4)요한 13:1-11. “대야에 물을 부어 제자들의 발을 씻어주고 허리에 두르신 수건으로 닦아 주기 시작하셨다 . . .” 그 다음에 예수님께서 나에게 오십니다. . . .

끝맺음:

내 느낌들의 심층으로부터나 나의 공허함에서부터 나는 사랑하는 친구에게 말을 주고 받습니다.

성찰:

이것은 영신 수련의 셋째 주간의 시작이며 친교에 관한 것입니다. 언어는 이제 연인의 언어입니다. 첫째 주간의 은총은 하느님의 사랑과 용서를 체험하는 것입니다. 둘째 주간의 은총은 예수님에 대하여 배우고, 예수님과 친밀해지고, 예수님을 따를 뿐만 아니라 예수님처럼 되기를 갈망하는 데로 이끕니다. 셋째 주간의 은총은 예수님과의 친교입니다. 나는 예수님으로부터 사랑을 받는 사람입니다. 나는 죽어 가는 친구와 함께 있는 것처럼 예수님의 수난 속에 들어가서 예수님과 하나가 됩니다. 나는 친교의 은총에 기꺼이 응답합니다.

첫째 주간 동안 나의 죄스러움을 숙고할 때, 초점은 나의 불충으로 예수님께서 댓가를 치루셨다는 것에 있었습니다. 예수님에 대한 나의 사랑은 외적인 동기에서 나왔습니다. 그것은 예수님께서 나를 위해서 행하신 것으로 인하여 내가 어떻게 구원되었는가 하는 것입니다. 셋째 주간에서, 초점은 내 안에 있게 됩니다. 그것은 예수님에 대한 사랑 때문에 내가 예수님의 수난에 어떻게 동참하기를 원하는가 하는 것입니다. 이것은 내적인 동기입니다.

제안:

1) 위에 주어진 성서 구절들을 자주 기억함으로써 예수님의 수난의 분위기 속에 머무십

친교 : 수난과 함께

외적 동기 vs 내적 동기 (참여, 66 - 동참)

(예수님께서 주시는 사랑이 목

Right time
(나 , 하느님)

마냥 죽시고 싶은 마음 내 잘못 → 예수님 때
악마 (사탄)

시오.

2) 기도가 무미 건조하다는 것을 느낀다면, 당신은 실지로 예수님의 수난의 은총을 체험하고 있는 것입니다. 예수님께서도 이것을 느끼셨습니다. 예수님의 슬픔에 동참할 수 있는 은총을 청하십시오. 정신이 아니라 마음으로 기도하십시오.

3) 당신은 무엇을 바라십니까? 당신은 무엇을 바라지 않습니까?

둘째 수련: 예수님의 고뇌

. . . 도살장으로 끌려가는 양처럼 . . .
그분은 침묵하고 입을 열지 않았습니다 . . .

때로 예수님의 수난을 과거 역사로 생각해 왔지만, 이제 나는 매일 예수님을 불의하게나 잔인하게 취급하는 것을 보게되거나 읽게 됩니다. 우리 주변에는 폭력과 공포가 너무나 만연해있습니다. 내가 아주 심각한 비참함과 고통을 보게 될 때, 죽어 가는 예수님을 받아들이기가 어렵습니다. 깊은 상처를 주는 불의의 죄는 우리 주변에 있습니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 있다는 것을 의식하게 됩니다 . . . 나는 존경하는 마음으로 이 기도 시간을 봉헌합니다.

장면:

나는 두려움과 고통에 가득 싸이신 예수님을 멀리서 바라보며 제자들과 함께 머뭅니다.

은총: 예수님 수난 속에 예수님의 깊은 사랑이 있음에

나를 위한 사랑에서 자신이 그렇게 취급당하도록 허용하신 예수님에 대한 깊은 사랑과 연민을 청합니다.

기도:

1) 루가 22:39-46. "'유혹에 빠지지 않도록 기도하시오' . . . 그분은 고뇌에 싸여 . . . 그 땀이 마치 피 방울처럼 땅에 떨어졌다 . . . '여러분은 유혹에 빠지지 않도록 일어나 기도하시오.'" 고뇌 속에서조차도 예수님께서는 당신을 따르는 사람들에게 관심을 보이십니다. 내 자신의 관심에 관하여 성찰합니다. . . .
2) 마르꼬 14:43-52. "예수께 다가와 '랍비' 하면서 입을 맞추었다. 그러자 그들은 예수께 손을 대어 그분을 붙잡았다." 모두가 예수님을 버리고 도망갔습니다. 나는. . . .
3) 마태오 26:57-68. "많은 거짓 증인들이 나섰습니다." 나는 베드로와 함께 결과를 지켜보기 위하여 앉아있습니다. 우리는 할 말이 거의 없습니다. . . .
4) 마르꼬 14:66-72. "베드로는 부인하여 '당신이 무슨 말을 하는지 나는 알지도 못하고 이해하지도 못하겠소'하고 말했다 . . . 베드로는 달려나가며 울었다." 베드로가 갑자

11/30 예수님의 무조건적인 사랑

내게는?

성찰.

상호 교환.

가 떠나고, 나는 . . .을 느낍니다.

끝맺음:

고통을 당하시는 예수님을 보면서 예수님을 위하여 무엇인가를 하기를 원할 수도 있습니다. 내가 선택한 것들에 대하여 예수님과 대화를 나눕니다. 나는 마음으로 말을 나눕니다.

성찰:

예수님의 수난은 두 면 지니고 있습니다. 하나는 고난받는 종의 모습입니다.

시작기도

늠름한 풍채도, 멋진 모습도 그에게는 없었다. 눈길을 끌 만한 볼품도 없었다. . . 사람들이 얼굴을 가리우고 피해 갈 만큼 멸시만 당하였으므로 . . . 그는 우리가 앓을 병을 앓아 주었으며, 우리가 받을 고통을 겪어 주었구나 . . . 도살장으로 끌려가는 어린양처럼 . . . 그는 인간사회에서 끊기었다 . . . 그는 죄인들과 함께 처형당하였다 . . .[이사야 53:1-12]

"하느님 내 하느님, 어찌 나를 버리시나이까? 울부짖고 빌건만 멀리 계시나이다... 사람마다 나를 보며 업신여기고, 머리를 끄덕대며 비쭉거리나이다 . . . 숱한 개들이 나를 둘러싸고, 악한 무리 이 몸을 에워쌌나이다. 그들은 내 손과 발을 사뭇 뚫었나이다. 내 뼈는 마디마디 셀 수 있게 되었어도 . . . 저희끼리 내 겉옷을 나눠 가지고, 내 속옷을 놓고서 제비뽑나이다 [시편 22]."

예수님의 수난은 일련의 잔인한 사건들입니다. 가장 친한 친구들이 예수님을 버렸으며 예수님의 생애는 완전히 실패한 것으로 드러납니다. 이것은 경험하기에 너무나 무서운 어두움입니다. 셋째 주간 동안 기도는 수난 중이신 예수님의 느낌에 동참하는 것입니다. 이전에 체험하였던 예수님과의 가까움은 어느덧 지나가 버렸습니다. 예수님과 접촉하던 방식이 이제는 어렵게 되었습니다. 유혹은 수난에서조차도 예수님을 떠나가고자 하는 것입니다. 전 지역을 덮고 있는 어두움이 막 다가오고 있습니다. 우리는 사랑 속에서 예수님과의 친교 속에 머물러 있어야 합니다.

공허한 느낌들을 피하는 것은 은총의 작용이 아닙니다. 은총은 예수님께 눈을 고정시키고, 예수님과 함께 머물러 있게 합니다. 이 때는 분석이나 평가를 위한 시기가 아닙니다. 오히려 죽어 가는 친구와 함께 있는 것처럼 예수님과 함께 일치하여 충성스럽게 경험해야 하는 시기입니다. 공허한 느낌 속으로 들어가는 것은 생명 속으로 온전히 들어가는 것이며, 가장 깊은 공감과 신앙으로 예수님을 체험하는 것입니다.

- "수난의 동참" 예수님과 동고애, 슬픔이 묵상
- 2회때에는 "남을위해 내 자신을 내놓는) 사랑
- 수난에 초대는 남을위한 삶인데 "난 그렇게 할수있을까 난 아직도 타인, 지배의식,
- 호두껍질처럼 단단히 움켜쥐고 있는거야 — 그렇게 되려는 [illegible]

이런 내모습을 인식하고 있을때 1번하는 것이다

제안:

1) 위에 주어진 성서를 자주 회상함으로써 예수님의 수난의 마음에 머물러 계십시오.
2) 우리를 구원하신 것은 예수님의 수난이 아니라 예수님의 사랑이었다는 것을 명심하십시오.
3) 이냐시오는 기도와 조화를 이루는 환경 속에서 기도하라고 합니다. 그것은 어두운 방에서 기도하거나, 밤에 일어나 기도하거나, 즐거운 생각을 피하거나, 고행을 하거나, 바하의 마태 수난곡(St. Matthew's Passion)을 듣는 것과 같은 것입니다. 이것은 자기학대(masochism) 속에서 하는 수련이 아닙니다. 그것은 악의 어두운 힘을 몰아내고, 악의 힘을 극복하는 예수님의 무조건적 사랑이 드러나게 합니다.

셋째 수련: 재판

(인생에 겪을수 있는 기리
정의는 따를수 있는 기리)

. . . 예수님의 사랑이 우리를 강요합니다 . . .

함께 한 고통과 분노와 슬픔의 순간에, 마치 온 우주가 "이것은 내가 의도한 것이 아닙니다"라고 외치는 양 엄청난 눈물을 자아내는 것 같습니다. 아마 그것은 세상의 고통에 대한 하느님의 슬픔입니다. 동시에 나는 그 안에서 예수님의 위대한 능력과 존엄성을 봅니다. 예수님은 무기력하지 않으십니다. 예수님께서는 사랑 때문에 자신을 바칩니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에 있음을 의식합니다 . . . 존경하며 사랑하는 마음으로 이 기도 시간을 하느님께 바칩니다.

장면:

고발하는 사람들 앞에 조용히 서서 기다리시는 예수님을 봅니다.

은총:

수난 당하는 친구와 함께 갈바리아로 갈 수 있도록 예수님에 대한 깊은 사랑과 연민의 정을 청합니다.

기도:

1) 마태오 27:3-10. "그 때에 예수를 넘겨주었던 유다는 자신의 행동을 깊이 뉘우치기 시작하였다." 유다는 예수님과 화해할 시점에 있습니다. 그러나 그는 . . . .
2) 요한 18:28-40. "진리가 무엇이오?" 이 말이 있은 후에 나는 군중에게 갑니다. . . .
3) 마르꼬 15:6-15. "그리하여 빌라도는 바라빠를 놓아주었다" 빌라도는 군중을 만족시켜 주기를 원하였습니다. 나는 . . . . (엘라지)
4) 마태오 27:26-31. "그분의 옷을 벗긴 다음 . . . 가시나무로 관을 엮어서 그분의 머리에 얹어 놓았다."

끝맺음:

예수님께서는 우리를 위해서 힘을 다하여 폭력 가운데 계속 계십니다. 나는 예수님을 위하여 그곳에 있고자하는 바램을 표현하고자 합니다.

성찰:

예수님의 수난의 측면은 고난받는 종 이외에 아버지에 대한 예수님의 사랑입니다. 아버지가 없으시다면 예수님의 수난은 단지 잔인한 사건입니다. 예수님의 생애는 하느님을 계시하는 것이었습니다. 예수님께서는 수난에서 자신을 보내신 분을 계시하시기 위하여 자신을 완전히 비우셨습니다. 갈바리아는 예수님의 생애에 있어서 절정이었습니다. 갈바리아는 예수님에게 있어서 가장 큰 체험이었습니다. 예수님께서는 수난 속에서 하느님을 선택하셨습니다. 예수님께서는 항상 아버지를 신뢰하였습니다. 예수님께서는 항상 우리를 위하여 하시는 것처럼 갈바리아에서 자신의 생명을 선택하시는 하느님을 수난 속에서 계시하셨습니다. 예수님께서는 자신의 수난을 초월하여 거룩하신 분을 바라보았습니다. 그리하여 갈바리아는 의미를 지니게 되었습니다. 예수님께서는 자신을 보내신 분의 품속에서 돌아갔습니다. 달리 말하면, 예수님께서는 부활 속에서 돌아갔습니다.

부활은 갈바리아에서 일어났습니다. 죽음과 부활은 하나였습니다. 휘장은 찢어졌고 완전히 새로운 실재가 생겨났습니다. 우리는 이것을 보기 위하여 잠시 갈바리아에 머물러 있어야 합니다. 지나가는 사람은 그것을 놓칠 것입니다. 갈바리아는 하느님의 나라가 수난 속에서 가장 극적으로 계시된다는 것을 말해줍니다. 수난은 사랑의 이야기입니다. 나의 수난이 예수님의 수난이 되도록 초대를 받습니다.[15]

제안:

1) 이 관상에서 무엇이 당신을 감동시켰습니까? 어떻게 감명을 받았습니까? 결과가 풍요로운 방식으로 이것을 당신의 삶에 적용시키십시오.
2) 수난에 적합한 방식으로 의식 성찰을 사용하십시오.
3) 당신은 예수님의 수난에서 모든 것을 다 할 필요는 없습니다. 예수님을 발견하게 되는 곳에서 예수님과 함께 머물러 계십시오. 예수님께서 경험하시는 것에 초점을 두시고 그 다음에 당신이 경험하는 것에 초점을 두십시오.
4) 기도에서 당신에게 가장 충격을 준 것을 기록하십시오.

당신의 손안에서 제 자신을 발견합니다. 이것은 젊었을 때부터 지금까지 제가 원했던 것입니다. 그러나 이제 차이가 있습니다: 주도권이 완전히 하느님께 있습니다. 하느님의 품안에서 완전하게 내 자신을 알고 느낀다는 것은 심오한 영적 경험입니다.[16]

---

15. From a presentation by George A. Aschenbrenner, S.J., at Gonzaga University, Spokane, Washington, spring, 1983.
16. Pedro Arrupe, S.J., cited in Harter, *Hearts on Fire*, p. 66.

넷째 수련: 예수님께서 사형장으로 걸어가시다

. . . 더 이상 자신들을 위해서 살지 않고 그분을 위해서 살도록 . . .

심한 고통이나 죽음 앞에서 내 자신의 능력의 한계와 하느님으로부터 오는 힘의 한계를 느끼게 됩니다 . . . 사랑하시며 용서하시는 하느님의 현존 안에 있음을 의식합니다 . . . 이 기도 시간을 하느님께 봉헌하며 마음을 개방합니다.

장면:

죽음을 대면하고 계시는 예수님을 지켜봅니다. 나는 조소를 듣고 증오를 느껴봅니다.

은총:

죽어 가는 친구와 함께 있기 위하여 예수님께 대한 깊은 사랑과 연민의 정을 청합니다.

기도:

1) 마르꼬 15:22-32. "그들은 그분을 십자가형에 처했다. 때는 아홉 시였다." 나는 . . . 을 결정합니다.
2) 요한19:25-27. "예수께서는 어머니와 곁에 서 있는 사랑하시던 제자를 보시고, 어머니에게 '부인, 보십시오, 부인의 아들입니다 . . . 당신의 어머니시오.'"
3) 루가 23:44-47. "예수께서는 큰 소리로 부르짖어 . . . 숨지셨다." 나는 예수님과 예수님의 어머니께 드릴 말씀이 있습니까?
4) 마태오 27:57-61. ". . . 자기의 새 무덤에 안장하고는 . . . 막달라 여자 마리아와 다른 마리아는 거기 묘소 맞은 쪽에 앉아 있었다." 나는 그들에게 다가갑니다.

끝맺음:

죽어 가는 예수님, 마리아, 요한과 다른 사람들과 함께, 나는 죽음의 순간에 들어갑니다. 때로 가장 완전한 교환이 침묵 속에 있습니다. 나의 마음은 열려 있습니다.

성찰:

다른 어떤 주간보다 셋째 주간에서 느낌에 관해서 더 많이 언급됩니다. 연민의 정, 사랑, 슬픔, 마음 아픔, 깊은 고통, 괴로움, 혼돈, 한탄이라는 느낌들이 있습니다. . . . 누구의 느낌

입니까? 예수님의 느낌입니다. 이것은 우리 자신의 느낌 속으로 들어가는 것이 아닙니다. 이것은 예수님의 느낌 속으로 들어가는 것입니다. 이 주간 동안에 계속해서 예수님께 초점을 두어야 합니다.

이 시기에 건조한 느낌이나 공허한 느낌 혹은 분심들이 샘물처럼 몰려옵니다. 이것은 이 주간 동안 기도해온 예수님의 수난에 동참하는 것입니다. 그것들에 너무 신경을 쓰지 말고 계속해서 예수님을 관상하십시오. 이것들이 우리가 경험하는 예수님의 느낌들이라는 것을 더욱 더 깨닫게 될수록 신경을 쓰지 않고 관상을 할 수가 있습니다. 이때는 특권을 누리는 시기이기도 합니다. 예수님과 함께 머무십시오. 기도는 "저는 당신과 함께 있기만을 원합니다"라는 것입니다.

제안:

1) 십자가의 길을 기도하십시오.
2) 예수님의 수난에 관한 당신의 경험을 마리아와 함께 이야기 나누십시오.
3) 오늘날 십자가의 길을 살고 있는 사람들--개인이나 그룹--을 마음에 떠올리십시오.
4) 이 주간에 적절한 음악을 들으십시오.

다섯째 수련: 수난 속의 예수님

. . . 그들을 위해서 죽은 사람 . . .

가까운 이가 죽고 난 후, 나는 성토요일의 경험을 할 수가 있습니다. 나는 가족이나 친구들과 함께 머뭅니다. 우리는 함께 앉아 죽음에 대하여 이야기를 나누게 됩니다. 우리가 사랑했던 사람의 인품과 업적에 관하여 기억하고 이야기를 나눕니다. 우리는 기다립니다 . . . 사랑하시며 지탱해주시는 하느님의 현존 속에 있음을 의식합니다 . . . 이 기도시간을 하느님께 봉헌하고 마음을 개방합니다.

장면:

나는 최후 만찬에서 장례까지 가시는 예수님을 그려봅니다.

은총:

예수님께서 나를 위한 사랑 때문에 돌아가셨다는 진리와 함께 있을 수 있도록 청합니다.

기도:

1) 수난 이야기. 복음서들 중 하나를 택하여 예수님의 수난에 관한 부분을 읽으면서, 나는 이야기 속에 등장하는 사람들이 체험한 것을 느껴봅니다. . . .
2) 오늘의 수난 이야기. 나는 매일 신문에서 수난 이야기를 읽거나 슬퍼하는 사람들의 마음으로 텔레비전을 지켜봅니다. . . .
3) 루가 23:56. "그리고 그들은 돌아가서 향료와 향유를 마련하였다. 그리고 안식일에는 계명대로 조용히 지냈다." 나는 마리아와 또 십자가까지 예수님을 따랐던 사람들과 함께 안식일을 지냅니다. . . .
4) 시편 143. "주여, 당신 이름 보시와 나를 살려 두시고, 인자하심 살피시와 내 고통 면케 하소서." 나는 . . . 을 기다립니다.

끝맺음:

나는 예수님에 관하여 마리아나 예수님과 말씀을 나눕니다. 우리는 . . . 에 관하여 이야기 나눕니다.

상중 : mourning

성찰:

셋째 주간의 기도는 점점 더 단순한 현존의 기도가 됩니다. 기도는 더욱 수동적이며 신비 속에 쉬는 것입니다. 이것이 현존의 핵심입니다. 이러한 기도는 연인들이 지니는 일치의 체험과 같습니다. 그리하여 셋째 주간은 우리의 갈등에 동반하시는 그리스도라기보다는 그리스도의 갈등에 동반하는 우리를 보게 됩니다. 이것은 우리의 십자가와 고통을 자신의 것으로 하시는 그리스도의 수난의 은총입니다. 그리스도께서는 수난을 거쳐 이제는 우리의 수난을 당신의 것으로 하고자 하십니다.

셋째 주간의 은총은 나의 느낌들이 더 이상 나의 것이 아니라 그리스도의 것이 되도록, 즉 더 이상 "내"가 아니라 "우리"가 되도록 예수님과 일치하여 그리스도 안에 있고자 하는 것입니다. 이제 그리스도의 수난에 있어서 나의 몫은 무엇입니까? 나는 그것을 삶 안에서 어떻게 살고 있습니까? 오늘날 예수님께서 당신의 수난을 내 안에서 어떻게 살아가십니까?

제안:

1) 수난 전체 즉 수난의 사랑과 비극이 당신의 마음에 깊이 젖도록 하십시오.
2) 예수님의 수난 중 어느 체험이 당신에게 감동을 주는지를 적어십시오.
3) 가능하다면 산책을 하시며 자연 속에서 죽어 가는 현상에 주목하십시오. 인간인 우리가 지상에서 잘못 사용하고 있는 방식에서 예수님의 수난을 찾아보십시오.

서 계신 어머니

아들이 매달린 십자가 옆에 서서
슬픔에 젖은 어머니께서 우십니다.

흔비백산이 되어 슬픔에 차있는
어머니의 가장 내밀한 부분이
창에 의해 갈기갈기 찢어집니다.

외아들의 이 복되신 어머니께서
슬픔으로 찢어집니다.

고통을 당하고 있는 고귀한 아들을 보시면서
부드러우신 어머니가 우십니다.

그러한 고통 속에 있는 그리스도의 어머니를 보고
울지 않을 인간이 어디에 있습니까?

어머니의 연민을 함께 나누지 않고
아들과 함께 슬퍼하는 그리스도의 어머니를
누가 관상할 것입니까?

어머니는 모든 사람의 죄를 위해,
채찍질을 당하고 고문을 당하는 예수님을 보십니다.

어머니는 아들이 마지막 숨을 내실 때까지
귀한 아들이 흔비백산이 되어 죽어 가는 것을 봅니다.

사랑의 원천이신 성령이시여,
저로 하여금 이 슬픔의 무게를 알게 하여주십시오.
저의 어머니와 함께 울게 하여주십시오.

저의 하느님이신 그리스도를 사랑함에 있어서
저의 마음이 열렬할 수 있게 해주십시오.
저로 하여금 그리스도를 기쁘게 해드리게 하여주십시오.

십자가의 상처들이 마리아의 마음에 있는 것처럼
저의 마음에 지워지지 않도록 하여주십시오.

모든 이를 위하여 아드님이 고귀하게
견디어내신 고통의 부분을
저로 하여금 짊어지게 하여주십시오.

십자가형을 당한 사람들을 위하여
제가 항상 연민을 지닐 수 있도록
마리아의 선물인 사랑의 눈물을 제게 주십시오.

저는 마리아와 함께 십자가 옆에 서서
마리아의 슬픔을 함께 나누기를 원합니다.

가장 강하신 여인, 고귀하신 여인께서
혼자 쓰라린 슬픔 속에 서 계신 것이 아닙니다.
저로 하여금 당신과 함께 슬퍼하게 하소서.

저는 그리스도와 함께 죽고
그리스도의 수난을 함께 하고
상처 당한 이를 경배하기를 원합니다.

저는 그리스도의 상처를 알고
그리스도의 십자가를 사랑하고
모든 이를 위하여 내어주신 그리스도의 생명을
소중히 여기기를 원합니다.

마리아여.
심판의 칼이 다가올 때
모든 사람들이 보호될 수 있도록
당신과 함께 서 있기를 원합니다.

그리스도여.
제가 죽어야 할 때이면
승리의 찬미가를 부르며
당신의 어머니와 함께 가게 하여주십시오.

저의 육신이 죽게될 때
당신과 함께
영원한 생명의 영광을
저의 영혼에 내려 주십시오.
아멘.

(Adapted from *Stabat Mat, r Dolorosa,* ascribed to Jacopone da Todi, O.F.M. [+1306], cited in *The Love of Christ Impels Us*, p. 155.)

넷째 은총 (주간)으로 넘어가기

이 마지막 움직임은 과월절을 마칩니다.
부활하신 그리스도이신 예수님께서 기쁨 속에서
위로를 주시며 생명을 가져오시기 위하여
당신이 가족으로 부르신 이들에게,
당신이 벗으로 부르신 이들에게 발현하십니다.

예수님께서 우리를 놀라움 속으로 끌어들이십니다:
여인들을 보내시어 증언하게 하시고,
제자들과 새로운 빵을 쪼개시고,
의심하는 사람에게 상처를 보이시고,
당신의 평화로 두려움을 가라앉히십니다.
예수님의 기쁨 속에서 즐거워하십시오.
예수님의 영광 속에서 기뻐하십시오.

예수님께서 여러분에게 새로운 얼굴을 보여주실 때,
예수님께서 사람들 속에서
당신과 함께 있겠다고 약속하실 때,
예수님께서 서로 사랑을 나누는 모든 것들 안에서
하느님을 보여주실 때,
모든 것이 새롭게 되고,
그리스도 안에서 생명의 완성이 이루어지는
세상 속으로, 창조물 속으로, 우주 속으로
예수님께서 우리를 함께 파견하실 때
즐거워하십시오.
알렐루야![17]

17. Adapted from *The Love of Christ Impels Us*, p. 165.

제 5 부
넷째 은총 (주간):
예수님의 부활하신
생명에 참여하기

첫째 수련: 마리아 . . . 평화!

이것 때문에 우리는 다른 사람을
더 이상 인간적으로 판단하지 않습니다 . . .

살아 있다는 것과 부활한 생명감과 부활 경험을 하고 있는 사람들 안에서 보게되는 즐거움이 기쁨의 원천입니다. 영광은 보기가 좀더 어렵습니다. 나는 예수님을 알게되고 치유되는 삶의 경험 속에서 영광을 봅니다 . . . 내 자신을 조용히 하고 하느님의 현존 안에서 쉽니다 . . .하느님의 현존을 의식하며 이 시간을 봉헌합나다.

장면:

예수님께서 갑자기 당신의 어머니 마리아와 당신 제자들에게 나타나십니다.

은총:

부활하신 그리스도의 크나큰 영광과 기쁨 때문에 기뻐하고 즐거워할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 예수님께서 마리아를 방문하십니다. 상상을 사용하여 예수님께서 어머니를 찾아가신 곳으로 갑니다. 예수님께서 오심에 따라 나는 그 모든 것을 자세히 체험합니다.
2) 마태오 28:1-10. "갑자기 예수께서 그들 앞에 서서 말씀하셨다. 두려워하지 마시오. 가서 소식을 전하시오." 여인들은 가서 복음을 전합니다.
3) 요한 20:1-18. "시몬 베드로도 그를 뒤따라와서 무덤으로 들어가 염포가 놓여 있는 것을 보았다 . . . '마리아!' '랍부니!' " 나는 예수님을 알아보지 못합니까?
4) 사람들. 수난 중에 내가 만난 사람들과 고통을 당한 사람들과 오늘날 내가 만나는 사람들과 함께, 예수님께서 부활하셨다는 소식을 듣고 놀랍니다. . . .

끝맺음:

나는 마리아와, 예수님과, 사람들과 대화를 합니다.

성찰:

예수의 수난과 부활은 하나입니다. 그것들은 같은 경험에 대한 두 양상일 뿐입니다. 셋째 주간과 넷째 주간은 중단 없이 계속 이어지는 하나의 관상입니다. 이것은 예수님의 부활이 갈바리아에서 일어났으며, 예수님의 수난이 갈바리아에서 완성되었다는 것을 말해줍니다. 예수님의 수난과 죽음은 부활의 생명을 향한 것이었습니다. 두 개를 분리시키는 것은 예수님의 삶뿐만 아니라, 나의 삶에서 고통과 생명의 연결을 끊어 놓습니다. 만일 예수님의 수난과 죽음만을 본다면, 나는 예수님과 내 안에서 실패와 절망만을 보게됩니다.

그러나 예수님의 죽음과 부활의 본질적인 연결을 보게될 때, 생명이 가장 심한 슬픔과 고통 속에서조차도 항상 함께 한다는 것을 알게됩니다. 예수님의 죽음과 부활은 악의 문제에 대한 궁극적인 해석입니다.

예수님께서 우리에게 말씀하셨습니다:

> 진실히 진실히 여러분에게 이르거니와, 여러분은 울며 통곡하겠지만 세상은 기뻐할 것입니다. 여러분은 슬퍼하겠지만 여러분의 슬픔은 기쁨으로 바뀌게 될 것입니다 . . . 여러분도 지금은 슬픔에 잠겨 있지만, 내가 다시 여러분을 보게 되면 여러분의 마음이 기뻐하게 될 것이고 그 기쁨은 아무도 여러분에게서 빼앗지 못합니다 [요한 16:20-22].

제안:

1) 방을 화려하고 밝게 하거나, 즐거운 생각이나 대화를 하거나, 아름다운 음악을 듣거

나, 일출이나 낙조를 바라보던가 하여 예수님의 사랑과 기쁨을 보다 깊이 체험하게 하는 환경을 만드십시오. . . .

2) 아침에 일어날 때나 낮에 자주 예수님의 부활의 신비를 회상하십시오. 하느님께 감사와 찬미를 드리십시오.

3) 부활의 은총을 반복하여 청하십시오.

당신은 감사를 느끼는 것은 무엇이나
거룩하게 합니다.[18]

18. Anthony de Mello, S.J., cited in Harter, *Hearts on Fire*, p. 79.

둘째 수련: 평화! . . . 엠마오

우리는 이제부터 아무도 육적인 판단으로 알아보지 않으렵니다.
설령 우리가 그리스도를 육적인 판단으로 알아보았더라도
이제 더는 그렇게 알아보지 않으렵니다 . . .

고통과 어두움을 지나 새로운 완전함과 빛과 생명 속으로 들어가는 경험은 삶의 사건들 속에서 예수님께서 우리와 함께 나누시는 승리의 경험입니다 . . . 나는 하느님의 현존 안에 쉽니다 . . . 하느님께서 나를 의식하고 계시다는 것을 의식하며 존경의 마음과 기쁨 속에서 마음을 개방합니다.

장면:

예수님께서 갑자기 우리 앞에 서 계십니다. "평화가 여러분과 함께!" 지금 예수님께서는 너무나 달라 보이십니다. 제자들이 응시하고 있습니다.

은총:

부활하신 예수님께서 기쁨과 영광 속에 계시기에 기쁨과 즐거움으로 가득 채워지도록 청합니다.

기도:

1) 요한 20:19-23. "예수께서 오시어 한가운데에 서서 '여러분에게 평화!' 하고 말씀하셨다 . . . 제자들은 주님을 뵙고 기뻐하였다." 예수님께서 잠겨진 문을 뚫고 오시어 제자들에게 **평화**를 주십니다. . . .
2) 루가 24:13-35. "엠마오라는 마을 . . . '희망을 걸고 있었습니다' . . . '우리 안에서 마음이 뜨거워지지 않았습니까?'" 마침내 그들이 눈이 열렸을 때, 예수님께서는 그들의 시야에서 사라지셨습니다. . . .
3) 요한 20:24-29. "나의 주님 나의 하느님!" 예수님께서 내 앞에 서 계십니다. . . .
4) 예수님의 신비체. 오늘날 너무나 많은 상처 입으신 예수님의 몸이 또한 예수님의 부활하신 몸이라는 것을 알수 있도록 초대받았다는 것을 느낍니다.

주님의 평화를 느낀
삶속의 예수님의 부재
부활체험 (새로운 시각으로 예수님
생명의 현존을 봄

깨달음:

상황이 제시하는 것처럼, 내 마음의 소리를 듣고 말합니다.

성찰:

이냐시오는 개인적으로나 예수님의 신비체로서 수난 당하시는 예수님과 일치의 은총을 어느 정도 받은 사람들이 예수님의 부활의 기쁨을 체험하기를 바랄 것이라는 것을 예상하고 있습니다. 그것은 사실 그러한 체험이 없다는 것일 지도 모릅니다. 사람들이 예수님의 부활에서 기대하는 느낌이 아닌 일종의 공허감만 있을 지도 모릅니다.

이러한 기쁨을 체험하는데는 시간이 걸릴 수 있습니다. 사실 이것은 평생의 작업입니다. 영신 수련은 영신 수련을 마칠 때 끝나는 경험이 아닙니다. 영신 수련은 생활 양식이 되는 끝이 열려있는 것입니다.

만일 오늘 내가 느끼는 기쁨이 참으로 예수님의 기쁨이라면, 그 기쁨을 잃는 것을 두려워하지 않을 것입니다. 그 기쁨은 항상 예수님 안에 있을 것입니다. 그 기쁨이 살아있도록 유지시키는 일은 내가 하는 것이 아닙니다. 기쁨을 잃을까 두려워하고, 원할 때면 언제나 마시기 위하여 기쁨을 섭취하고자 하는 것은 내가 원하는 기쁨이 내 자신의 것이라는 것을 보여줍니다.

여기서 청한 기쁨의 종류는 엄청난 감동을 주고 기분을 들여높여주는 체험만은 아닙니다. 그것은 더 조용한 종류의 기쁨--일종의 이 신비를 인정하고, 받아들이며, 이 신비와 동일시하고, 이 신비를 살아가는 것일지도 모릅니다. 부활하신 그리스도의 기쁨을 체험하게 것은 하느님에 의해서입니다. 그것은 은총입니다. 우리는 이 경험에 초대되었습니다. 그것은 청해야 할 하느님의 은총입니다.

제안:

1) 이 주간 동안에는 그 어떠한 형태의 고행도 삼가하시고, 대신에 생명의 충만함 속에서 즐기십시오.
2) 기도에서 무엇이 당신에게 감동을 줍니까? 당신이 어떻게 감동을 받고 있습니까? 풍요로운 결실을 맺을 것 같은 방식으로 그것을 당신 자신에게 적용시키십시오.
3) 당신 삶 속에서 부활하신 예수님을 보도록 하십시오.

시편 19

하늘은 하느님의 영광을 얘기하고.
창공은 그 손수 하신 일을 알려 주도다.
낮은 낮에게 말을 전하고.
밤은 밤에게 지식을 전하도다.
그 말도 이야기도, 비록 소리 없어도
그 소리 온 땅으로 퍼져 나가고.
그 말은 땅끝까지 번져 가도다.
거기 태양에게 장막을 마련해 주시니.
태양은 마치 신방을 나오는 신랑인양
한길을 치닫는 거인인양 뛰놀도다.
저 하늘 끝에서 솟아나와, 하늘 끝으로 돌아가니
그 열을 아니 받는 아무 것도 없도다.
주님의 법은 완전하여 생기를 도와주고.
주님의 법은 건실하여 둔한 자를 가르치고
주님의 계명은 올바르니 마음을 즐겁게 하고.
주님의 법은 환하시니 눈을 밝혀주도다.
주님을 경외함은 순전하니, 영원히 남고
주님의 판단은 참다우니, 모두가 다 옳도다.
금보다 순금보다 더 바람직하고
꿀보다 진꿀보다 더욱 달도다.
당신의 종이 그에 마음을 쓴다 한들
그 지키기에 조심을 다 한단들
뜻 아니한 허물이야 누가 다 아오리까
내 모르는 잘못에서 나를 깨끗이 해주소서
행여 교만이 이 종을 지배할세라, 막아주소서
그제야 나는 온전하고, 크나큰 죄에서 깨끗하오리다.
내 바위시여, 내 구속자 야훼님이여
내 입의 말씀과 이 마음의 묵상이,
어전에 가납되기 비옵나이다.

셋째 수련: 호숫가의 예수님

만일 그리스도 안에 있다면,
그는 새로운 창조물입니다 . . .

날이 밝고 빛과 새로운 생명이 탄생하는 것을 경험하듯이 나는 이른 아침에 일어나 세상과 함께 있을 수 있는 특별한 장소에서 기다리거나 산책할 수도 있습니다 . . . 나는 섭리하시는 하느님의 현존 안에 있다는 것을 의식합니다 . . . 하느님의 선하심과 사랑을 의식하며, 나는 기도에 모든 주의를 기울입니다.

장면:

제자들을 먹이고 격려하기 위해 제자들에게 오시는 예수님을 바라봅니다.

은총:

우리 주 그리스도의 크나큰 기쁨과 영광 때문에 참으로 기뻐할 수 있는 은총을 청합니다.

기도:

1) 요한 21:1-14. "새벽이 되었는데 예수께서 물가에 서 계셨다 . . . 예수께서 그들에게 말씀하셨다. '어린 친구들, 먹을 것 좀 갖고 있소?'" 나는 무엇에 굶주려 있고 무엇을 그리워하는지를 예수님께 말씀드립니다. . . .
2) 요한 21:15-23. "요한의 아들 시몬, 당신은 나를 사랑합니까? . . . 요한의 아들 시몬, 당신은 나를 사랑합니까? . . . 요한의 아들 시몬, 당신은 나를 사랑합니까?" 나는 베드로 예수님께 "주님, 주님께서는 모든 것을 아십니다. 제가 주님을 사랑하는 줄을 주님께서 알고 계십니다" 하고 말씀드립니다. 예수님께서 나에게 말씀을 하십니다. . . .
3) 시편 145. "넘어지는 누구라도 주님 붙드시고, 억눌린 사람이면 일으켜 주시나이다... 당신께 비옵는 누구에게나, 진정으로 비는 누구에게나, 주님은 가까이 계시나이다." 부활하신 그리스도 안에 신앙인으로 함께 모여서 그리스도를 [illegible] 된 우리는 찬미의 기도를 드립니다. . . .
4) 2고린 5:13-21. "우리는 이제부터 아무도 육적인 판단으로 알아보지 않으렵니다. 실령

- Home Work .

양성기준 9 page
개인생활

우리가 그리스도를 육적인 판단으로 알아보았더라도 이제 더는 그렇게 알아보지 않으렵니다." 일어났던 모든 것을 기억하며, 우리가 믿고 살고 있는 것을 선포합니다...

끝맺음:

있는 그대로의 내가 되는 자유를 가지고 내 마음에 있는 것을 표현합니다.

성찰:

넷째 주간의 은총은 쉽게 경험되지 않을 수도 있습니다. 이는 하느님께서 정하신 신비로운 시기에 주어지는 은총이라는 사실을 알려주며 우리편에서 은총을 거부할 수 있다는 것을 깨닫게 해줍니다. 이것은 역설적인 것입니다. 우리는 원하는 것을 종종 거부합니다. 무엇이 예수님의 벗들로 하여금 부활의 기쁨을 받아들이는데 어렵게 합니까?

엠마오의 이야기는 실마리를 제공해줍니다. 예수님께서 당신 제자들에게 "그리스도는 이런 고난을 겪고 자기 영광을 누리게 되어 있지 않습니까?" 하고 말씀하십니다. 예수님의 부활은 수난을 아무것도 아닌 것으로 만들지는 않았습니다. 예수님의 부활은 체포전의 있었던 양식으로 생명을 소생시킨 것이 아니었습니다. 예수님의 수난과 죽음은 존재합니다. 수난과 죽음 때문에 예수님은 예수님으로 존재하십니다. 부활은 우리가 부활의 기쁨을 얻게되는 것이 오직 죽음의 갈등을 통해서라는 것을 말해줍니다. 영광에 들어가기 위해서 우리가 죽음의 갈등을 겪어야 한다는 사실을 대하는 것은 어렵습니다.

예수님의 발현 사화들은 이것을 분명하게 해줍니다. 예수님께서 제자들에게 발현하시고 사라지시는 데는 일관성있는 형태가 있습니다. 예수님께서는 떠나가시는 것이 아니라 사라지십니다. 이것이 우리를 위해서 우리의 삶 속에 있게될 방식이라는 것을 말씀하시는 것 같습니다. 물론 예수님께서 존재하시지 않는 것 같은 때조차도 예수님께서 항상 가까이 계신다는 것은 사실입니다.

메시지는 우리가 부활을 의심할 필요가 없다는 것입니다. 부활의 은총은 [illegible] 것, 심지어 죽음조차도 삶의 부분이 되는 것입니다. 넷째 주간의 은총은 우리의 [illegible] 죽음 속에서조차도 지속적으로 우리의 부활을 살도록 힘을 부여합니다.

제안:

1) 당신 자신의 삶 속에서 새로운 여명의 경험을 찾아보십시오.
2) 당신의 기도가 지금 여기에 당신과 함께 계시는 부활하신 예수님과 더욱 더 일치하게 끔 하십시오.
3) 다른 사람의 고통과 사랑한 사람의 죽음을 함께 나눌 때, 부활하신 예수님에 대한 당

신의 체험에 대하여 기도하십시오.

4) 기도에서 당신에게 감명을 주는 것에로 되돌아가십시오.

사랑은 사랑하는 사람들과
자신이 소유한 것과 자신의 존재를
나누는데 있습니다.
사랑은 말보다 행동으로 드러나야 합니다.[19]

19. St. Ignatius of Loyola, op, cited in Harter, *Hearts on Fir* .. 77.

넷째 수련: 내 양들을 돌보시오 . . . 오순절

그는 모든 눈물을 닦아 줄 것입니다;
더 이상 죽음이 없을 것이며,
더 이상 슬픔도 없을 것입니다 . . .

나는 종종 예수님의 삶 속에서 벌어지는 완성에서 기쁨을 느낍니다. 부활은 엄청난 전진이었지만 최종적인 완성은 아닙니다. 이제 우리는 하느님께서 우리를 위해 원하시는 것이 되는 단계에--하느님과 비슷한 존재--들어갑니다. 창조의 이야기가 완전한 순환에 왔고, 이제 우리는 이 세상에서 하느님의 구원하시는 행위에 능동적으로 참여합니다 . . . 나는 구원하시는 하느님의 현존 안에 있다는 것을 기억합니다 . . . 하느님의 선하심과 사랑을 의식하며, 나는 희망 속에서 기도에 모든 주의를 기울입니다.

장면:

계속해서 옮겨 다니시며, 당신 제자들을 가르치시고 격려하시는 예수님을 지켜봅니다. 이제 예수님의 방식은 다릅니다.

은총:

부활하신 예수님의 크나큰 기쁨과 영광 때문에 참으로 기뻐하고 즐거워할 수 있고 또 이 세상에서 예수님과 같이 될 수 있는 은총을 청합니다. (전 제자신을 광선처럼 퍼가는것이 포기하지 않겠습니다)

기도:

1) 요한 21:15-19. "내 양을 돌보시오." 예수님께서 내가 어떻게 하느님을 영광스럽게 해야하는가를 나타내 보이십니다.
2) 요한 14:12. "나를 믿는 사람은 내가 행하는 일도 할 것이며, 이것보다 더 큰 것도 행할 것입니다" 나는. . . .
3) 요한 15:16. "여러분이 나를 택한 것이 아니라 열매를 맺으라고 내가 여러분들을 선택하였습니다." 나는 내가 맺을 열매에 대하여 생각합니다. . . .
4) 사도행전 2:1-13. "세찬 바람이 부는 듯한 소리가 나더니 그들이 앉아 있는 온 집안을 가득 채웠다 그리고 불같은 혀들이 갈라지면서 그들에게 나타나 각자에게 내려앉았

10 ~
Charism 13 page (#16)

부르심 / 내가 너희를 선택 / 선택과 확신, 사명 / 용기
어차피 가야할길

다. 그러자 모두 성령으로 가득 차서 . . ." 성령이 나를 재촉하고 있습니다. . . .

끝맺음:

나는 기다리며 듣습니다. 나는 들은 것에 대하여 질문하며 응답을 합니다.

성찰:

예수님의 부활 발현 중 많은 것은 예수님께서 교회를 형성하시는 것을 강조합니다: 바위가 되도록 베드로를 강하게 함, 부활하신 예수님에 대한 공동체 경험, 신앙 공동체로 인한 예수님에 대한 경험, 베드로의 수위권, 복음 선포라는 교회의 보편적인 사명, 제자들이 능력을 부여받음, 등등.

넷째 주간의 은총은 신앙 공동체의 현실적인 신앙과 이 공동체의 사랑과 교회로 우리를 개방시켜 줍니다. 그것은 교회가 매우 불완전하며 구원을 필요로 한다는 것을 암시해 줍니다. 우리 자신처럼, 교회도 역시 이기심과 자만에 의해 더럽혀져 있으며 종종 상처의 원천이 되기도 합니다.

교회의 오점들 때문에 교회를 떠나고자 하는 충동은 첫째 주간의 유혹입니다. 예수님께서도 때로 제자들을 버리고 싶은 충동을 느끼셨을 것이라고 생각하는 것은 무리한 것이 아닙니다. 제자들의 이야기는 교회의 이야기가 지니고 있는 것처럼 야심, 분파주의, 불의를 지니고 있습니다. 그러나 예수님께서는 그들을 포기하지 않으셨습니다. 예수님께서는 계속해서 그들에게 말씀을 건네셨고, 그들과 함께 일하셨고, 당신의 영을 통하여 당신과 당신의 일을 볼 수 있도록 그들을 위해 기도하셨습니다. 이것은 예수님께서 떠나신 후인 오순절 후에 일어났습니다. 이것은 우리가 구하는 넷째 주간의 은총입니다; 교회와 우리의 구원을 위해서 교회와 함께 일하고 교회를 위해 기도하는 것.

제안:

1) 교회 안에서 부활하신 예수님의 영을 찾아보십시오.
2) 당신 자신처럼 교회가 부활하신 예수님의 은총으로 채워지도록 계속해서 기도하십시오.

하느님 사랑에 이르기 위한 관상

사랑에 관한 두 가지 점을 유념한다. 첫째, 사랑은 말이 아니라 행동이다. 사랑은 표현된 언어에서가 아니라 행해진 행동에서 드러난다. 둘째, 사랑은 서로의 나눔이니 사랑하는 사람은 사랑받는 사람과 모든 것, 선물을, 부를, 지식을, 명예를 주고받고자 한다.

주 하느님께 내가 당신의 존엄한 현존 안에 있음을 인식하도록 청하면서 나 자신을 하느님께 봉헌한다.

나의 환상을 그려본다. 나는 하느님 앞에 서 있고 내 주위에는 천사들과 성인 성녀들과 순교자들이 둘러서 있다. 그분들이 내게 미소를 보내며 나를 격려하고 있다.

하느님께 지금 내가 원하는 것을 청한다. 나 자신과 나의 삶이 선물이라는 것과, 그리고 나의 세계가 또한 선물이라는 것을 똑바로 인식하기를 원한다. 그럼으로써 나의 온 마음은 감사로 넘칠 것이며 나아가서 이 모든 것을 주시는 그분, 행동과 나눔으로 나를 극진히 사랑하시는 그분을 사랑하게 될 것이다.

이제 하느님의 사랑과 선물에 대한 나의 헤아림을 네 부분으로 나눈다.

첫 부분

나는 이 세상에 있는 창조된 만물의 장엄한 경관을 관조한다. 광활한 평원과 장엄한 산과 들에 핀 들꽃에 경이를 느낀다. 별빛 빛나는 밤하늘을 바라보며 작은 별 속으로 빨려들어가는 자신을 상상한다. 나는 하느님께서 이 우주를, 모든 인류를 창조하셨다는 것과 구원하셨다는 것을 상기한다. 그리고 하느님께서 이 모든 것 안에서 얼마나 많은 것을 나에게 주시는지를 기억한다.

이것을 숙고하고, 헤아려보고, 나의 마음을 하느님께로 들어올린다. 주께서 나를 위해서 많은 것을 주셨다. 그분은 내게 생명과 빛과 이해력과 갈망과 자유의지와 사랑하고 사랑받는 마음을 아낌없이 주셨다. 이 모든 것 중에서 가장 놀라운 것은 하느님께서 당신 자신을 나에게 드러내시고, 나누시고자 원하신다는 것이다.

그 다음에 나 자신의 삶과, 삶의 역사와, 자아를 생각한다. 나는 하느님 자신께로부터 나오는 선물들에 따라 살고 행동하도록 창조되었다. 내 편에서는 어떻게 사랑할 것인가? 하느님께서 하시듯이 하고, 그분께서 주시듯이 주는 것 이외에 무엇을 할 것인가? 나 자신 있는 그대로, 내가 지닌 모든 것을 드리는 것 이외에 무엇이 옳은 것이겠는가?

그래서 나는 온 마음과, 정신과, 힘을 다하여 봉헌과 청원으로 아래의 '받으소서'의 기도를 바친다.

주님, 받으소서. 저의 자유와 기억과 지성과 의지를.
모두 받으소서. 제가 소유한 이 모든 것, 당신이 제게 주신 것이기에.
주님, 여기 돌려드리나이다. 모든 것, 당신의 것이오니,
당신 뜻대로 처리하소서. 제게는 당신의 사랑과 은총만 주소서.
그것으로 제게 족하나이다.

둘째 부분

나는 이 땅 위의, 이 우주 안의 모든 창조물들을 바라보고 하느님께서 계속해서 그것들을 창조하시고 그것들 안에 머무르신다는 것을 깨닫도록 청한다. 영원에서 영원을 통하여 하느님께서는 각각 살아있는 존재 안에 머무르시며 진화를 허락하셨고 매순간 필요한 영양분을 공급하신다. 무생물에까지도 당신 사랑을 미치신다. 바위에게 무게와 견고함과 존재를 주신다. 식물에게 빛을 받아들이고 광합성 작용을 통해 자라도록 하시며, 동물들에게 보고, 냄새 맡고, 느끼도록 무한한 충동과 본능을 주신다. 모든 것 안에 하느님께서 함께하신다.

나는 하느님께서 매순간마다, 모든 창조물 안에 머무르신다는 것을 숙고하고 헤아려본다. 거기 하느님께서 존재와 생명과 활동을 주시면서 머무르신다. 모든 창조의 심연 한가운데에서 당신의 창조적 사랑을 불태우시면서 혼돈과 무로부터 모든 것을 존재하게 하시고, 살게 하시고, 활동하게 하신다.

마지막으로 나 자신을 생각한다. 이 모든 것이 나에게 무엇을 의미하는지를 여쭈어본다. 하느님께서 나의 잉태의 순간에 함께하셨고, 내가 태어나는 순간에도 함께하셨다. 나의 성장과정 안에 함께하셨다. 하느님은 내게 이성과 자유를 지니도록 하셨고, 그리스도의 제자로 나를 투신하도록 부르셨고, 내 존재 깊은 곳에 오셔서 머무르셨다.

내가 무엇을 해야 하는지 무엇을 느껴야 하는지

14 page ~ 17 page

(하느님 사랑에 이르기 위한 관상 계속)

헤아린다. 내 마음을 다하여 아래의 '받으소서'를 노래하리라.

주님, 받으소서, 저의 자유와 기억과 지성과 의지를.
모두 받으소서, 제가 소유한 이 모든 것, 당신이 제게 주신 것이기에.
주님, 여기 돌려드리나이다. 모든 것 당신의 것이오니,
당신 뜻대로 처리하소서. 제게는 당신의 사랑과 은총을 주소서.
그것으로 제게 족하나이다.

셋째 부분

하느님께서 모든 창조물 안에서 일하신다는 것을 생각한다. 여기에서 나는 하나의 은유를 사용한다. 하느님께서 맑은 날씨를 주시기 위해서 태양열을 일으키시고, 짐승들에게 본능을 불어넣어 주시고, 사람들에게 내면 깊은 곳에 양심을 심어주신다는 것을 생각하면서 하느님께서 바쁘게 일하신다는 것을 이해한다. 무한히 펼쳐진 우주의 기묘한 질서의 운행을 위해 하느님께서 어떻게 일하시는지를 상상하면서 나의 정신은 우주를 떠다닌다. 살아있는 모든 존재들, 새와 들짐승과 나비와 곤충들의 세계로 들어간다. 하느님께서 어떻게 생물들의 뼈를 튼튼하게 하시고, 피를 맑게 생성하시는지를 상상한다. 생물에게 생명을 주시고 무생물을 존재하게 하시면서 수고하시는 하느님을 상상한다.

내 마음을 하느님께로 드높여서 그분이 얼마나 위대하신 분이신가를 느껴본다. 이 우주를 얼마나 무한히 생명으로 충만케 하시는 분인가! 우리가 파괴행위를 할 때조차도 그분은 생명을 주시고, 일하시고, 바라시며, 우리를 자라게 하신다.

마지막으로 나 자신에 대해 생각한다. 나 자신의 삶과 나의 삶의 역사와 자아에 대하여. 나로 하여금 어떻게 살고, 성장하고, 배우고, 믿고, 바라고, 사랑하게 하기 위하여 하느님께서 얼마나 수고하시는지를 생각한다. 하느님께서 내 안에서, 그리고 나를 위해서 일하신다는 것을 깨달은 적이 있었는가?

나의 전존재와 마음과 힘을 다하여 봉헌과 청원을 드리며, '받으소서'의 기도를 드린다.

주님, 받으소서. 저의 자유와 저의 기억과 저의 지성과 저의 의지를.
모두 받으소서. 내가 소유한 이 모든 것, 당신에 제게 주신 것이기에.
주님, 여기 돌려드리나이다. 모든 것 당신 것이오니,
당신 뜻대로 처리하소서. 제게는 당신의 사랑과 은총을 주소서.
그것으로 제게 족하나이다.

넷째 부분

내가 보고 아는 모든 선이 하느님의 선하심으로부터 흘러나온다는 것을 헤아린다. 말하자면, 모든 힘은 혼돈으로부터 이끌어내시는 하느님의 힘으로부터 메아리친다. 모든 아름다움은 하느님의 아름다움을 반영하는 것이며 바로 그것으로부터 투영된 이미지들이 이 우주로 반사되는 것이다. 지상의 거룩함은 모두 하느님께서 우리 안에, 우리와 함께 현존하시는 향기이다. 정의, 선함, 자비, 연민, 이해심이 모두 그러하다.

그분 자신과 무한한 선물을 부어주시는 하느님께 나의 마음을 들어올리면서, 햇살처럼 쏟아지는 하느님의 은혜를 느끼고 헤아린다.

나 자신에 대하여 생각하면서 내가 지닌 모든 것이 그분께서 내게 주신 선물들이었음과 그것이 어떻게 내게 쏟아졌는지를 그려본다. 나는 태양빛을 반사하는 거울과 같다. 나는 나뭇잎의 엽록소와 같다. 태양의 강렬하고 따사로운 열과 빛에 따라 나는 서서히 변화된다.

나의 존재와 내가 지닌 모든 것은 바로 그분의 현존 안에 참여하는 것이다.

나는 나의 전존재와 마음과 힘을 하느님께 대한 봉헌과 청원 안에 맡겨드리며 아래의 '받으소서'의 기도를 드린다.

주님, 받으소서. 저의 자유와 저의 기억과 저의 지성과 의지를.
모두 받으소서. 제가 소유한 이 모든 것, 당신이 제게 주신 것이기에.
주님, 여기 돌려드리나이다. 모든 것, 당신 것이오니,
당신 뜻대로 처리하소서. 제게는 당신의 사랑과 은총을 주소서.
그것으로 제게 족하나이다. ❖

하느님의 사랑을 얻기 위한 관상

나는 창조물 속에 . . . 그리스도의 몸 속에 . . . 성인들의 친교 속에 있는 내 자신을 그려봅니다 . . . 그리고 나는 우리의 상호 의존성을 즐깁니다 . . . 나는 사랑이신 하느님의 현존을 의식하게 되고, 하느님께서 사랑스러이 나를 의식하신다는 것을 의식합니다.

장면:

나는 환상을 사용합니다. 하느님의 현존과 축복 받은 모든 이들 속에 서 있는 나를 상상합니다. 그들이 나에게 미소를 짓고, 나를 하느님께 추천하는 것 같습니다.

은총:

온전히 감사하며 모든 것 안에서 하느님을 사랑하고 섬기고자 하는 충동을 느끼기 위해서 하느님의 사랑으로 인해 너무나 많은 축복을 받았다는 것을 알 수 있도록 청합니다.

기도:

1) 하느님께서 나에게 너무나 잘해 주셨고 . . . 나를 창조하셨고 . . . 나를 구원해 주신 모든 선물들과 축복들을 상기합니다. 하느님께서 얼마나 많은 것을 하셨고 . . . 하느님께서 얼마나 많은 보물을 나누어 주셨으며 . . . 하느님께서 얼마나 더 많이 주시기를 원하시는 지를 느끼며 이 기억들에 머물러 있습니다 . . . 나는 가진 모든 것과 내 자신을 하느님께 봉헌하기를 원합니다 . . . 그 선물은 하느님께서 주신 선물입니다 . . . 나는 모든 창조물을 하느님께 되돌려드리기를 원합니다 . . . 온 마음으로 봉헌의 기도를 바칩니다.

하느님에 의한 나의 창조 이해

2) 하느님께서 이러한 선물들과 축복들 속에서 . . . 광물에게 존재를 주시고, 식물에게 생명을 주시고, 동물에게 감각을 주시며, 인간에게 이해를 주시는 창조 속에 어떻게 거처하시는가를 봅니다 . . . 나는 내 속에서 하느님께서 나에게 존재와 생명과 감각과 이해를 주셨다는 것을 느낍니다. 나는 하느님의 모상입니다. 내가 소유한 모든 것과 내 자신을 하느님의 사랑에 되돌려 드릴 적절한 때가 올 때까지 나는 현재에 머물러 있습니다. 이것은 친밀성의 선물입니다 . . . 온 마음으로 봉헌의 기도를 바칩니다.

창조된 나는 하느님의 모상

3) 하느님께서 창조된 지상의 모든 것들 안에서 나를 위해서 어떻게 일하시가를 인식합

동시에 남을 위해서 일해야 하는 … 되돌려 드려야 할까

Charism 14 ~ 17 page
에페소서 4장 7~16
로마 8 18-27

우주이시고 완전체이신 하느님

니다. 하느님께서는 참으로 우주 안에서 일하십니다 . . . 하느님의 힘과 능력이 감각하는 모든 것들을 존재시키고 유지시킵니다. 나는 하느님의 수고에 함께 합니다 . . . 하느님의 사랑에 내가 하는 모든 것과 내 자신을 되돌려 드리기를 원합니다. 이것은 일치의 선물입니다. 온 마음으로 봉헌의 기도를 바칩니다.

나의 선함과 하느님의 선함 일치

4) 나는 어떻게 모든 것이 태양 빛처럼 위에서 내려오는가에 대하여 숙고합니다 . . . 태양이 비추는 광선처럼 . . . 샘의 물처럼 . . .나의 능력은 무한한 능력의 광선이며... 나의 정의는 완전한 정의의 광선이며 . . . 나의 선함과 연민은 하느님의 선하심과 연민의 광선입니다. 나는 쏟아 부어지는 하느님의 무한한 사랑에 내가 소유한 모든 것과 내 자신을 되돌려드리기를 원합니다. 온 마음으로 봉헌의 기도를 바칩니다.

끝맺음:

하느님의 사랑의 영에 어떤 방식으로 감동되든 나는 온 마음으로 다음 기도를 바칩니다.

봉헌의 기도

주여. 나를 받으소서.
나의 모든 자유와 나의 기억력과
지력과 모든 의지와
내게 있는 것과
내가 소유한 모든 것을 받아들이소서.
당신이 내게 이 모든 것을 주셨나이다.
주여. 그 모든 것을 당신께 도로 드리나이다.
모든 것이 다 당신의 것이오니,
온전히 당신 의향대로 그것들을 처리하소서.
내게는 당신의 사랑과 은총을 주소서.
이것이 내게 족하나이다.

성찰:

사랑을 얻기 위한 관상은 영신 수련 마지막에 옵니다. 이냐시오는 연인간의 언어를 사용합니다. 그것은 일치의 언어입니다. 그것은 모든 것 안에서 하느님을 사랑하고 섬기며 응답하라고 부르는 하느님의 정열적인 사랑에 대하여 이야기하고 있습니다.

이 관상에 대해서는 많은 해석이 있었습니다. 첫째는 그것이 영신 수련 전체에 대한 점차적인 요약이라는 것입니다. 이 경우에 있어서, 첫째 요점은 창조하시고 창조물을 구원하시고, 있는 그대로 우리를 사랑하시는 하느님을 상기시켜줍니다. 둘째 요점은 예수님 안에서 33년 동안 창조물 속에 특별한 방식으로 사시는 하느님을 상기시켜줍니다. 셋째 요점은 특별히 예수님의 수난에서 보지만, 모든 창조물 속에서 일하시는 하느님을 상키시켜줍니다. 넷째 요점은 특별히 예수님의 부활에서 보지만, 모든 선물들의 원천으로서 하느님을 상기시켜줍니다.

둘째 해석은 사랑은 얻기 위한 관상이 다음과 같은 방식으로 "의식 성찰"로서 경험될 수 있다는 것입니다:

* 기초: "하느님, 당신은 저희들에게 너무나 잘해 주십니다. 감사합니다."
* 첫째 주간: "하느님, 저희들은 당신이 필요합니다. 저희들을 도와주십시오."
* 셋째 주간: "저희들은 당신의 수난에 함께 할 것입니다."
* 넷째 주간: "그리스도님, 저희들은 당신과 함께 즐거워합니다. 저희들과 함께 머물러 주십시오."

셋째 해석은 이 관상이 자신의 영성을 발견하고, 하느님의 신비와 관계에 있는 것을 체험하도록 이끄는 영신 수련의 정점이요 열매라는 것입니다. 이러한 해석에 있어서:

* 관상의 첫째 요점은 하느님을 "부모, 주는 자, 제공하는 자, 풍성히 내려주는 자"로 제시합니다. 이러한 인식은 하느님께 신뢰하고 하느님께 의탁하는 데로 이끕니다.
* 둘째 요점은 하느님을 "모든 것 안에서 함께 하시며 거처하시는" 분으로 묘사합니다. 이러한 견해는 하느님과의 친밀해지고자 하는 바램 속에 가장 자연스럽게 경험됩니다.
* 셋째 요점은 하느님을 "창조하시고, 봉사하시고, 활동하시며, 모든 것을 최종 목적에로 움직이시는" 분으로 조명합니다. 이러한 방식으로 하느님을 바라보는 것은 하느님의 최종적인 다스림을 성취하는데 있어서 성령과 협력하도록 이끕니다.
* 넷째 요점은 하느님을 "모든 것의 원천, 모든 것 안에 있는 힘, 자체 안에 있는 에너지"로 봅니다. 여기서 사람들은 세상에서 모든 영감과 길잡이의 원천이신 하느님께 기도합니다.[20]

제안:

1) 이름이 사랑이신 하느님께라는 기도를 바치십시오.

---

20. Stephen V. Sundborg, S.J., presentation at Loyola Retreat House (Portland, Oregon, summer 1994).

2) 영신 수련 동안에 당신이 하느님에 의해 어떻게 은총을 입게되었는가에 따라 당신 자신의 봉헌의 기도를 작성하십시오.
3) 이러한 경험을 통하여 당신의 영적 성장을 함께 통괄하며 기념하는 방식을 찾아 보십시오. 이냐시오의 영신 수련으로 시작한 것이 이제는 당신 자신의 영신 수련이 되었습니다. 당신의 영이 어떻게 움직이는가에 따라 마무리 의례를 개발하십시오.
4) 당신 삶에서 하느님의 신비를 어떤 방식으로 사는지에 대하여 성찰하십시오.

이름이 사랑이신 하느님께

(1) 사랑이시여, 당신이 저에게 주신 그 모든 선에 대하여
제가 당신께 무엇을 돌려 드릴 수 있습니까?
저는 나눔의 잔을 들것입니다;
저는 당신의 관대하신 이름을 축복할 것입니다.
사랑이시여, 모든 창조물들 안에서
제가 당신께 서원한 것을 행할 것입니다.

(2) 사랑이시여, 항상 제안에 거처하심에 대하여
제가 당신께 무엇을 돌려 드릴 수 있습니까?
저는 환영의 잔을 들것입니다;
저는 거처하시는 당신의 이름을 생각할 것입니다.
사랑이시여, 저는 모든 창조물들 안에서
제가 당신께 서원한 것을 행할 것입니다.

(3) 사랑이시여, 저를 위해서 하신 당신의 모든 노고에 대하여
제가 당신께 무엇을 돌려 드릴 수 있습니까?
저는 제 삶의 선물을 봉헌할 것입니다;
저는 당신의 이름을 위해서 살 것입니다.
사랑이시여, 저는 모든 창조물들을 위한 저의 일로써
제가 당신께 서원한 것을 행할 것입니다.

(4) 사랑이시여, 저에게 채워주시는 당신의 무한하신 사랑에 대하여
제가 당신께 무엇을 돌려 드릴 수 있습니까?
저는 창조하는 사랑으로 사랑할 것입니다;
저는 당신의 이름을 새롭게 할 것입니다.
사랑이시여, 저는 당신의 창조의 선물을 완성하심에 대하여
제가 당신에게 서원한 것을 수행할 것입니다.[21]

---

21. From *The Love of Christ Impels Us*, p. 189.