

걱정없이 살고 싶다

What Can I Do With My Worry?



한국 오늘의 양식사

신앙 성장 시리즈 10

걱정없이 살고 싶다

What Can I Do With My Worry?

한국 오늘의 양식사

차례

발행인의 글 / 김상복 목사	4
걱정없이 살고 싶다 / 마틴 디 한 2세	6
1. “걱정이에요!”	7
2. 걱정이란 무엇인가?	11
3. 왜 우리는 걱정합니까?	19
4. 걱정은 어떻게 다루어야 하는가?	23
1) 하나님을 바라보라 / 25	
2) 우리 자신을 초월하는 믿음을 가지라 / 34	
3) 당신을 보살피시는 그 분께 아뢰라 / 38	
4) 주님께 모든 걱정을 맡겨 버리라 / 42	
5. 성경에서 보는 사례	45
6. 죠니의 이야기	49
7. 인생의 가장 큰 걱정	59

걱정없는 삶



요사이처럼 걱정거리가 많은 시대도 드물다. 우리 말의 표현대로 정말 “걱정이 태산” 같다. 걱정 없이 살 수는 없을까? 인생 자체가 살기 어려운데 걱정마저 곁들이니까 사는 것이 더 어려워진다. 이 작은 책자가 걱정거리가 많은 시대에 「오늘의 양식」 독자들의 걱정을 조금이라도 덜어드려서 덜 걱정하며 살 수 있기를 소원하며 오늘의 양식 독자 여러분에게 드리는 바이다. 걱정이 없을 수는 없으나 걱정의 본질을 이해하고 걱정을 일으키는 원인을 분석하고 걱정을 해결하는 방법을 알면 훨씬 더 쉽게 걱정을 다룰 수 있을 것이다. 걱정의 문제를 파헤치면서 우리의 이해를 돕기 위해 성경적인 예와 현실적인 예를 들어 소상히 설명하고 있다. 이 책자가 널리 읽혀져 걱정되는 문제들을 잘 해결하며 좀 더 평화로운 삶을 살 수 있게 되리라 믿는다. 한국 오늘의 양식사는 여러 해 동안 일년에 두 차례씩 좋은 책자를 발행해 오늘의 양식 가족

들의 삶을 도우려고 노력해 왔는데 이번에도 이 책자의 발행을 위해 수고해 주신 「오늘의 양식사」 위원들에게 감사를 드린다.

하나님의 뜻대로 살기 원하며

김 상 복 목사

걱정없이 살고 싶다

많은 사람들에게 마음의 평안을 찾게 해 준 다음과 같은 평안의 기도가 좋은 출발점이 될 것입니다. “하나님, 내가 바꾸지 못할 일은 그대로 받아들일 수 있도록 마음의 평안을 주시옵소서. 바꿀 수 있는 일은 바꿀 수 있도록 용기를 주시옵소서. 그리고 바꿀 수 없는 일과 바꿀 수 있는 일을 구분할 줄 아는 지혜를 주시옵소서.”

성경이 이러한 기도에 기초가 되는 것은 사실입니다. 그러나 성경은 더 많은 것을 가르쳐줍니다. 성경은 우리에게 우리의 모든 근심 걱정을 자신에게 가지고 오라고 하신 바로 그 분의 마음에 관하여 많은 것을 가르쳐줍니다.

이 소책자를 통하여 데이브 에그너 목사님은 우리를 무력하게 만드는 근심 걱정의 정체를 밝혀 주실 뿐 아니라, 우리에게 마음의 평안과 용기와 지혜를 갖기를 원하시는 그 하나님을 믿는 길을 인도해 주실 것입니다.

“걱정이에요!”

진과 제인 부부는 걱정이 되었습니다. 진이 27년이나 다니던 공장이 25~30% 정도 생산량을 축소시킬 것이라는 소문이 몇달째 나돌았습니다. 이것이 사실이라면 현재 진의 직급인 감독직을 포함한 모든 직급에서 인원 감축이 확실했습니다. 그런데 이 소문이 사실로 다가와 이달 말에는 감원이 있을 것이라고 합니다.

이들 부부는 장래에 대한 수없는 질문에서 헤어나지 못했습니다. “직장을 그만두면 무얼하고 살지? 주택부

금은 어떻게 내야 하지? 의료보험은 어떻게 되는 거지? 내 나이 56살에 어떤 일자리를 구해야 하나? 아내도 또 일자리를 찾아 나서야 하나?” 진은 월말이 다가오면서 점점 더 말이 없이 기가 죽은 모습이었습니다. 아내 제인도 한밤중에 깨어가지고는 다시는 잠을 이룰 수가 없었습니다. 그들은 걱정하였습니다.

진과 제인 부부는 그리스도인들입니다. 교회도 빠짐 없이 출석하고 있고, 자신들을 성숙한 그리스도인이라고 생각하고 있습니다. 예수 믿는 사람은 근심을 해선 안된다고 믿고 있습니다. 목사님도 하나님께서 이들 부부를 돌보아 주실 것이라고 말했습니다. 부부는 이 말씀을 믿고 이에 대하여 기도도 하였습니다. 그러나 근심은 여전했습니다.

우리들 대부분이 이들 부부와 비슷합니다. 사람들은 걱정하며 삽니다. 많은 미국 사람들도 그렇습니다. 한 연구 보고서에 의하면 미국 사회의 첫번째 정신질환이 바로 ‘걱정’이라는 것입니다. 어떤 사람들은 근심을 하게 되면 극도의 긴장 상태에 이르러 입안이 바짝 마르거나, 숨이 답답해지며, 때로는 심하게 우는 현상을 보입니다. 또 다른 사람들에게 걱정은 무언가 나쁜 일이 일어나 인생에 파탄이 올지도 모른다는 만성적이고 막연하고 끝도 없는 두려움으로 나타납니다. 그리고 어떤 이들에게 걱정은 남들이 나를 싫어하지나 않을까, 또는

내가 입은 옷차림이나 내가 하는 말을 다른 사람들이 알아주지 않으면 어떻게 하나 하는 두려움으로 나타납니다.

한 여인은 성인이 된 자식들의 구원 문제로 걱정하다가 병이 되어 상담을 받게 되었습니다. 그녀는 밤에 자다가도 일어나 그 문제를 생각했습니다. 그녀는 하나님께서 아이들을 구원하실 수 있다고 참으로 믿고 있는 자신의 마음을 반복해서 점검했습니다. 그녀는 걱정으로 병이 들어 치료를 받아야 할 형편이 되었습니다.

“걱정을 해서 안된다고 믿는 것이 바로 걱정해야 될 대상이 될 수 있습니다.”

예수를 믿는 우리들도 물론 걱정으로부터 자유로울 수는 없습니다. 우리도 어느 누구와 마찬가지로 사회생활에서 오는 중압감 속에서 살고 있습니다. 오히려 거기에 더하여서 영적 확신이 걱정의 원인이 될 수가 있습니다. 우리는 그리스도인으로서 올바른 부모나 또는 배우자가 되길 원합니다. 이웃에게도 훌륭한 예수님의 증인이 되기를 원합니다. 그래서 우리는 걱정하게 됩니다.

우리는 또 걱정을 하고 있는 자신의 모습을 발견하기 때문에 더욱 걱정을 하게 됩니다. 걱정을 하지 말아야지 하면서도 걱정을 계속합니다. 어쩔 도리가 없습니다.

이 소책자의 목적은 성경과 실용적 입장에서 우리의 걱정을 어떻게 다루어야 할 것인지를 알게 하는데 도움을 드리는 것입니다. 걱정이 무엇인지, 왜 걱정을 하게 되는지, 성경은 무어라고 가르치는지를 이해함으로써 우리는 근심 걱정을 영적 성장의 기회로 바꿀 수가 있습니다.

2

걱정이란 무엇인가?

성경 안에서 걱정에 대한 가르침을 찾아보기에 앞서 걱정에 대한 몇 가지 기본적인 질문에 응답해보는 것이 도움이 될 수 있을 것입니다.

걱정이란 무엇인가? 걱정이란 불안, 초조, 공포와 같은 느낌을 말합니다. 이와 같은 느낌들은 장래에 어떤 나쁜 일이 생길지도 모른다는 부정적인 생각들에서 비롯됩니다. “남편이 화가 나서 들어오면 어떻게 하나?” “딸아이가 어느 대학에 가려고 하는데 괜찮을까?” “이

집을 사기로 하고 매매계약을 하고 나면 잔금을 다 치를 수 있을까?” “다음에 또 지진이 일어나면 무사할 수 있을까?”

걱정꾼들은 미래에 사는 사람들입니다. 이들은 미래에 어떤 일이 생길 것인지에 대하여 필요 이상의 많은 시간을 쓰면서 그 가운데 생각해낼 수 있는 제일 나쁜 상황을 그려내고 두려워하는 사람들입니다.

“걱정꾼들은 ‘만약 무슨 일이 일어난다면 어쩌지’라는 태도로 인생을 사는 사람들입니다.”

신약에서 걱정에 해당하는 merimnao라는 단어는 “걱정하는 마음, 흐트러진 마음, 갈라진 마음”을 뜻합니다. 이것은 예수님이 “목숨을 위하여 염려하지 말라”(마태복음 6:25)고 하실 때 사용한 단어입니다. 바울도 “아무것도 염려하지 말고”(빌립보서 4:6)라고 할 때 이 단어를 썼습니다. 염려하는 사람은 무엇인가 집착하고 있거나 다른 것에 초점이 옮겨져 있는 사람입니다. 무슨 일을 하고 있든간에 마음 한구석에는 근심이 자리잡고 있는 사람입니다.

걱정은 누가 하나? 누구나 합니다. 살아가는데 걱정이 없는 사람은 하나도 없습니다. 이 세상에서 걱정할 게 하나도 없다고 말하는 사람은 진실을 부인하고 있는

데 불과합니다. 자기의 책임감을 심각하게 여기는 사람은 누구나 일정 분량의 근심 걱정을 가지게 마련입니다. 목적하는 일이 이루어지게 하려면 걱정도 필요한 것입니다. 역사상 가장 위대한 인물 중에도 걱정꾼들이 있습니다. 알렉산더 대왕이나 조지 워싱턴, 윈스턴 처칠이 그랬습니다.

흥미롭게도 높은 성취를 이룩한 인물들 가운데 많은 사람들이 걱정꾼입니다. 이들은 자신의 부족함 때문에 생길 수 있는 일에 대한 염려로 인하여 더욱 분발을 합니다. 그러나 또한 빈둥거리는 사람들에게도 걱정이 있습니다. 다만 겉으로 드러내지 않을 뿐이지요. 다시 말해서 걱정이 없는 사람은 없습니다.

무엇에 관하여 걱정하나? “걱정은 장래를 현재 위에 올려 놓는 것이다”라고 흔히 말합니다. 걱정이란 고통스러운 결과를 가져올 수도 있는 일이 일어날 가능성에 대하여 미리 집착하는 것입니다. 걱정이란 대개 다음 세 가지 원인에서 생겨납니다.

(1) 위협

우리는 범죄율이 높은 큰 도시에서 살아보지 않더라도 그런 곳에서 살 때 느끼는 범죄로부터의 위협을 인정하는 것은 어렵지 않습니다. 범죄율이 매우 높은 곳에 살면서 늦은 밤에 일을 마치고 집에 돌아가야 하는

경우를 한번 상상해 보십시오. 혹시나 캄패 같은 사람들에게 붙들리거나 앓을까 걱정하던 끝에 집에 무사히 도착하여 문고리를 잠그고 나면 크게 안도감을 느낄 것입니다. 사람이 걱정하는 이유 가운데 하나는 육체적 위협 때문입니다.

어떤 사람들은 남들이 자신을 어떻게 생각할까 하여 위협을 느낍니다. 언제나 잘 보이고 잘 해내고 싶은 것이 사람의 마음입니다. 그래서 전에 안 해 본 일이나 자신에게 부담이 가는 일을 만나게 되면 내가 잘 해낼 수 있을까 하여 걱정에 빠집니다. 이런 사람들은 대개 잘못하여 망신당할 일이 두려워 용기있는 선택을 하지 못합니다.

또 어떤 사람들은 자신들이 버림받지나 앓을까 하는 것에 관하여 걱정을 합니다. 이들은 배우자나 친구들이 자기들을 떠나지 않는다는 지속적인 확신을 필요로 합니다.

(2) 선택

많은 사람들은 어떤 결정을 내려야 할 때 염려합니다. 이들은 어떻게 해서든지 잘못된 선택은 피하려고 합니다. 심지어는 어느 쪽을 택하여도 좋을 두 개의 선택권을 놓고도 염려하기는 마찬가지입니다. 예를 들어 준은 선택할 수 있는 교사의 자리가 두 곳이나 생겼습

니다. 한 곳은 여러 가지로 대우가 더 나았습니다. 다른 한 곳은 장래성에서 나아보였고 야구부의 지도교사도 할 수 있었습니다. 그는 결정을 잘못하여 나중에 후회하게 되지 않을까 하여 근심하였습니다.

(3) 과거의 경험

세번째 걱정의 원인은 과거로부터 옵니다. 한 젊은 남자는 자신의 아버지와의 관계로 인했는지 선생님과 나쁜 사건으로 인해 직장에서 남자 상사들과 원만한 관계를 유지하지 못했습니다. 이 청년은 자기의 상사와 상의할 때마다 걱정을 했습니다. 그 이유는 다시 모욕을 당할 수 있다는 두려움을 견딜 수 없었기 때문입니다.

“걱정은 하나님의 강한 어깨 위에 있던 짐을 우리의 약한 어깨 위로 옮겨 놓는 것입니다.”

걱정은 미래에 일어날지도 모르는 나쁜 일들에 사로잡히는 것을 말합니다. 그것은 우리가 황당한 일, 고통, 손실 등을 당하지 않을까, 또는 불편을 겪게 될지도 모른다는 두려움입니다. 근심 걱정에 빠질 때 우리에게 선택이 주어집니다. 걱정의 근원이 되는 일을 기피하는 쪽을 선택할 수도 있습니다. 그러나 그렇게 하면 스트레스는 더욱 커지기만 합니다. 또 하나의 선

택은 걱정의 근원이 되는 일을 정면으로 대응하고 올바르게 처리한 다음 끝난 일로 만들어 버리는 방법입니다.

성경은 걱정에 대하여 무엇을 가르치고 있나? 성경은 걱정에 두 가지 종류가 있다고 말합니다. (1) 부정적이고, 해롭고, 무력하게 만드는 걱정과 (2) 긍정적이고, 유익한 걱정이 있습니다. 신약에서 사용되는 헬라어 merimnao는 이 두 가지 뜻을 다 가지고 있습니다.

성경에서 부정적인 뜻으로 쓰인 걱정은 안절부절하고 초조한 상태를 말합니다. 예수님은 산상수훈에서 이러한 걱정에 대하여 여섯 번 말씀하셨습니다(마태복음 6장). 예수님은 그를 따르는 사람들에게 의, 식, 주와 같은 매일 매일 챙겨야 하는 일은 물론 심지어 장래 일에 대해서조차 염려하지 말라고 하셨습니다. 바울 사도는 “아무것도 염려하지 말라”(빌립보서 4:6)고 우리에게 권면했습니다. 베드로도 “모든 염려를 다 주께 맡겨 버리라”(베드로전서 5:7)고 하였습니다. 이 소책자에서 사용하는 worry라는 단어는 대개의 경우 이와 같이 마음 속에서 우리를 무력하게 만드는 부정적인 의미로 쓰인 것입니다.

그렇다고 염려가 다 나쁜 것은 아닙니다. 성경은 우리에게 도움이 되는 염려에 대해서도 말씀하십니다. 고린도후서 11장 28절에서 바울은 그가 “모든 교회를 위하여 염려하는 것”에 대하여 말했습니다. 여기에서 사

용한 * concern이라는 단어는 이전까지 * worry로 번역되었던 회랍어와 원래는 같은 단어입니다. 바울은 성도들에 관하여 염려했고, 그래서 편지를 썼습니다.

바울은 또 빌립보 교인들의 안위가 염려되어 디모데를 그들에게 보내고 싶다고 하였습니다(빌립보서 2:20). 이것은 좋은 염려로서 바울과 디모데로 하여금 남을 위해 사랑의 헌신을 하게 하였습니다. 이 책자에서는 좋은 의미의 염려도 다같이 염려로 표시하겠습니다.

걱정이 지나칠 때는 언제인가? 우리는 아래와 같은 상황에 처하게 되면 건전한 염려에서 억압적이고 타격을 주는 염려로 옮기게 됩니다.

- 앞에 있을지 모를 일을 생각하며 밤에 잠을 못 이룬다.
- 아무 것도 하지 않을 땐 죄의식이 생긴다.
- 항상 무엇인가를 두려워한다.
- 특수한 환경에 처하면 안절부절하는 증상을 보인다.
- 자신의 솔직한 감정을 스스로 부정한다.
- 모든 일을 남의 탓으로 돌린다.
- 큰 문제가 생길 것 같은 막연한 두려움이 있다.

*역자 주 : 원서에서 사용하는 단어 「worry」와 「concern」은 이 책자에서는 구별없이 「염려」, 혹은 「근심」, 「걱정」으로 번역되었습니다.

3

왜 우리는 걱정합니까?

베드로 사도의 생애에서 일어난 하나의 사건이 이 질문에 대한 해답을 얻는 데 도움을 줄 것입니다. 여러분은 예수님의 제자들이 풍랑 속에서 배를 타고 가던 일을 기억하실 것입니다. 예수님은 기도하시러 산으로 가시면서 제자들을 먼저 보내셨습니다(마태복음 14:22~33). 그런데 강풍이 갈릴리 바다를 흔들었습니다. 바람이 얼마나 심했던지 기진맥진한 제자들은 노를 저어 앞으로 나아갈 수가 없었습니다. 이때에 예수님이

나타나셔서 물 위를 걸어 오셨습니다. 제자들은 두려움에 떨었습니다.

예수님이 “내니 안심하라”고 하셨음에도 베드로는 안심이 되지 않아 “주여 만일 주시어든 나를 명하사 물 위로 오라 하소서”(28절)라고 했습니다. 예수님께서 “오라” 하시자 믿음으로 베드로는 물 위를 걸어 예수님께로 갔습니다.

그러나 베드로는 곧 주위를 보았습니다. 강한 바람과 심한 파도가 보였습니다. 자기가 처한 위험을 생각하게 되자 이런 상황 속에서 살아날 수 있을지 의심이 생겼습니다. 그러자 물 속으로 빠지기 시작했습니다. 베드로는 예수님께 소리를 질렀습니다. 예수님은 손을 내밀어 베드로를 붙들어 주시며 배에 함께 오르셨습니다.

우리도 베드로와 비슷합니다. 베드로의 경험은 우리가 왜 걱정을 하는지를 예시해 줍니다.

우리는 연약하기 때문에 걱정합니다

우리는 인간이기 때문에 많은 일에 제약을 받습니다. 병에 걸릴 수 있습니다. 경제 형편이 달라질 수 있습니다. 자동차가 갑자기 고장이 나거나 비행기 회사의 갑작스러운 파업으로 오도가도 못하고 묵일 수도 있습니다. 음주 운전 차량에 치일 수도 있습니다. 언제라도 누군가로부터 깊은 상처를 주는 말을 듣거나 심한 비난

을 당할 수 있습니다.

우리는 연약하고, 죽을 수밖에 없는, 예민한 감수성을 가진 인간들입니다. 육체적으로, 정서적으로, 영적으로 상처를 받게 되어 있습니다. 상처받는 방법도 다양합니다. 우리도 베드로처럼 물에 빠지는 존재입니다. 우리는 연약하기 때문에 걱정합니다.

우리는 우리가 연약한 것을 알기 때문에 걱정합니다

우리 삶의 대부분의 시간을 대체로 걱정없이 지냅니다. 사는 집에 대한 경비를 적절히 한다든지, 자동차도 안전한 것으로 선택하고 정비도 철저히 합니다. 정기적으로 건강진단을 할 수도 있습니다. 실속 있는 보험에도 가입할 수 있습니다. 남들과의 관계도 우호적으로 유지할 수 있습니다. 우리는 육체적으로, 정서적으로, 영적으로 우리 자신을 돌보며 삽니다.

그러다가도 우리의 연약함을 고통 가운데 깨닫게 하는 어떤 일이 생깁니다. 우리는 폭풍을 보면서 두려움에 싸였던 베드로와 같습니다. 달리던 자동차가 갑자기 문제가 생길 때에 그렇습니다. 우리의 자녀가 병이 들 때에 그러합니다. 가슴에 통증이 가끔 느껴질 때에나 몸안에 갑자기 단단한 것이 만져질 때에 그러합니다. 또는 직장에서 감원을 할 것이라는 소문이 나돌 때에도 그러합니다. 이와 비슷한 모든 경우에 우리는 우리의

연약함에 직면하지 않을 수 없습니다.

우리는 하나님을 믿지 않기 때문에 걱정합니다.

연약함에 부딪치게 될 때 우리는 선택을 할 수 있습니다. 우리 자신의 안전을 하나님께 위탁하고 걱정을 하나님께 맡기는 방법이 있습니다. 아니면 우리 자신의 안녕을 스스로 통제하는 방법이 있습니다. 이것이 베드로가 풍랑 속에서 보여 준 선택이었습니다. 자신의 연약함에 부딪쳤을 때 그는 예수님에 대한 믿음을 잃었습니다. 그러나 자기 자신을 구할 수 없음을 알았습니다.

예수님의 베드로에게 하신 “믿음이 적은 자여”(31절)라는 말씀은 깊은 뜻을 담고 있습니다. 베드로는 예수님에 대한 믿음을 잠시 잃었습니다. 예수님에게 우리의 삶과 우리의 생각들과 우리의 미래를 맡길 수 없다고 느낄 때 우리의 걱정은 시작이 됩니다. 이것은 우리를 보살필 책임을 갖고 계시는 주님으로부터 그 책임을 빼앗아오는 일이기 때문에 죄가 됩니다. 이것은 우리 자신을 주님의 강한 손에 맡기는 것을 한사코 거부하는 행위입니다.

우리가 걱정한다는 것이 전혀 이상한 일이 아닙니다.

4

걱정은 어떻게 다루어야 하는가?

린다는 걱정꾼이었습니다. 그녀는 그 사실을 처음으로 인정하게 되었습니다. 그녀는 남편의 직장, 옆집의 개, 아이들 도시락, 자동차의 덜커덩거리는 소리, 가족들 보험 문제, 교회 육아원, 그리고 저녁에 먹을 고기 굽는 일 등등에 관하여 걱정하였습니다.

린다는 밤 사이 집의 안전에 관하여 특별히 걱정했습니다. 집안의 창문과 문은 모두 이중으로 자물쇠를 잠갔습니다. 매일 밤 잠자리에 들기 전에 집안의 창문과

문이 제대로 잠겨 있는지 확인하기 위하여 몇 차례 둘러보았습니다. 린다는 자기 자신도 염려가 지나치다는 것을 알고 있었습니다.

그런데 린다는 이제 걱정으로부터 해방되었습니다. 린다의 이러한 해방은 몇 가지 일련의 선택을 한 결과로 얻은 것입니다. 무엇보다 우선 린다는 사물을 새로운 눈으로 보았습니다. 그녀는 자신이 취약하다는 느낌들을 자신을 정서적으로, 영적으로 더욱 성장할 수 있는 기회라고 인식하기 시작했습니다. 이것을 두 가지로 실천했습니다. 먼저 성경에서 근심 걱정을 다루는 방법을 배웠습니다. 그리고 근심 걱정에서 풀려나오기 위한 실천적인 행동을 취했습니다. 물론 지금도 린다는 문을 걸어 잠급니다. 또 마땅히 그래야 할 것입니다. 그러나 이제는 더 이상 강박 관념 때문에 병적으로 하는 것이 아닙니다.

우리도 이와 같이 우리의 근심 걱정을 잘 다루어 우리에게 도움이 되는 것으로 바꾸어 놓을 수 있습니다. 근심 걱정을 기회로 만들기 위해서는 다음의 네 단계를 밟아야 합니다.

1. 하나님을 바라보라.
2. 우리 자신을 초월하는 믿음을 가지라
3. 당신을 보살피시는 그 분께 아뢰라.
4. 주님께 모든 걱정을 맡겨 버리라.

(1) 하나님을 바라보라

걱정하는 사람은 아직 일어나지 않은 일들의 결과에 생각의 초점을 맞춥니다. 이들은 스스로 취약하다고 느껴 가장 나쁜 상황에 대해서만 생각합니다. 이들은 자신들이 통제할 수 없는 일들에 대하여 책임을 지려고 합니다. 그러나 하나님께 돌아서면 그들은 자신들의 연약함에 대한 해결 방법을 하나님의 성품 속에서 발견하게 됩니다. 하나님의 성품은 하나님의 말씀 가운데에 가장 잘 나타나 있습니다.

통제하시는 하나님 성경은 이 세상의 어떤 일도 하나님이 모르시게, 하나님의 힘을 벗어나서 생길 수는 없다고 가르칩니다. “여호와께서 그 보좌를 하늘에 세우시고 그 정권으로 만유를 통치하시도다”(시편 103:19)라고 했습니다. 하나님은 전능하십니다(시편 66:7). 하나님은 모든 것을 주관하시는 주권자이십니다.

걱정꾼들은 세상 일이란 아무도 통제할 수 없으며, 한편으로 무서운 일이 곧 닥쳐오고 있으며, 그리고 그들로서는 이 일을 어찌할 방법이 없다고 생각하는 사람들입니다. 여러분이 이런 생각 때문에 불안 초조에 시달리고 있다면 하나님에 대한 세 가지 중요한 사실을 기억하시기 바랍니다.

어느 곳이나 계시는 하나님 (시편 139 : 7 ; 예레미야 23 : 23~24)

이 세상 어느 구석을 살펴도 하나님이 안 계신 곳은 없습니다. 우리가 아무리 외롭게 느껴질 때에도 하나님이 안 계신 곳이란 존재하지 않습니다. 하나님은 어느 곳이나 계십니다!

모든 것을 아시는 하나님 (욥기 7 : 20 ; 시편 33 : 13)

하나님은 우리가 어떻게 두려워하고 감정을 상하며, 우리를 겁내게 하는 것이 무엇인지를 다 아십니다. 우리가 걱정을 많이 하면 할수록 그만큼 하나님이 우리의 사정을 모르신다는 것처럼 행동하는 것이 됩니다. 우리가 모르는 장래의 일을 하나님은 아십니다. 하나님은 모든 일의 결국을 다 알고 계십니다. 하나님은 우리에게 필요한 것을 아십니다.

전능하신 하나님 (창세기 17 : 1 ; 18 : 14 ; 마태복음 19 : 26)

걱정꾼들은 나쁜 일이 생기는 것을 막을 힘은 아무도 갖고 있지 않다고 생각합니다. 이들은 하나님마저도 자기의 딸이 사고로 임신하는 것을 막을 수 없으며, 아들이 감옥에 가는 것을 막아줄 수 없다고 생각합니다. 그러나 하나님은 무한한 능력이 있습니다. “여호와께 능치 못한 일이 있겠느냐?”(창세기 18 : 14)라는 질문에 대

한 답은 “아니오”입니다!

윌리엄 백커스(William Backus)는 「걱정에 관한 기쁜 소식」이라는 자신의 저서에서 혈관 성형술을 받고 병원에서 회복중이던 운동 선수 매부에 관한 이야기를 썼습니다. 수술은 잘 끝났으나 앞으로 24시간이 위험한 시간이었습니다. 그는 크게 걱정했습니다. 누워서 이렇게 말했습니다. “나는 운동 선수이다. 언제나 내가 원하는 대로 내 몸에게 지시해 왔고 내 몸은 언제나 시키는 대로 말을 들어왔었지. 그런데 이제 나에게 명하기를 걱정하지 말라, 자신을 괴롭히지 말라 하여도 소용이 없구나.” 자신에게 초조감을 이기라고 억지 명령을 내려보아도 초조는 더해갈 뿐이었습니다.

이때 하나님의 음성을 듣는 것 같았습니다. “누가 이곳의 주관자이냐?” “당신입니다”라고 그는 온유하게 대답했습니다. 바로 그 진리와 확신이 그의 마음에 닿는 순간 평화가 가슴에 강물처럼 넘쳤습니다.

우리의 짐을 져 주시는 하나님 살아가는 동안 너무 무겁게 우리를 누르는 짐은 하나님의 어깨 위에 올려 놓을 수 있습니다. 하나님은 우리의 건강이나, 우리의 자식들, 손자, 손녀들, 사랑하는 사람들의 구원 문제, 세계의 평화에 대하여 우리보다 더 걱정이 크십니다. 하나님은 다윗을 도와 곰과 사자를 죽이게 하시고 거인 골리앗을 죽게 하셨습니다. 하나님은 또 다윗을 죽이려

고 쫓아오는 사울로부터 보호하셨습니다. 적지에 들어가 있는 동안에도 보호하셨습니다. 그런 까닭에 다윗은 이와 같은 시편을 쓰게 되었습니다. “네 짐을 여호와께 맡겨 버리라. 너를 붙드시고 의인의 요동함을 영영히 허락지 아니하시리로다.”(시편 55 : 22)

그러나 우리의 짐들을 어떻게 하나님께 드릴 수 있나요? 어떻게 하나님 어깨 위에 짐들을 올려 놓으며, 그것들을 계속 놓아둘 수 있나요? 우리가 아는 바대로 행하면 됩니다. 우리는 하나님이 전능하시고 모든 것을 맡길 수 있는 분이라는 것을 압니다. 우리가 걱정하는 순간 우리는 하나님 믿는 것을 중단하는 것입니다. 우리가 믿는 하나님 자리에 우리 자신을 얹혀 놓는 것입니다. 그것은 또 우리가 하나님보다 더 잘할 수 있다고 말하는 것입니다. 우리는 우리의 짐을 주님께 넘겨야 합니다.

“네 짐을 여호와께 맡겨 버리라. 너를 붙드시리라.”

언젠가 예쁜 돌이 많은 바닷가를 산책하고 있을 때의 일입니다. 작은 남자아이가 자기가 주운 돌맹이를 자루 하나에 가득히 넣어 가지고 가려고 애를 쓰고 있었습니다. 그러다 보니 자기의 가족들로부터 뒤로 쳐지게 되었습니다. 한두 번 넘어지기도 하였습니다. 아이는 큰

짐을 끌고 갈 힘이 없었습니다. 이때 큰 형이 동생을 보았습니다. 형은 돌아와서 동생과 돌멩이 자루를 둘다 안고 갔습니다. 우리가 하나님께 손을 내밀기만 하면 하나님은 바로 이렇게 해주실 준비가 되어 있습니다. 시편은 이렇게 말합니다. “너의 길을 여호와께 맡기라. 저를 의지하면 저가 이루(시리로다).” (37 : 5)

우리의 두려움을 가져가시는 하나님 장래 일에 대한 우리의 두려움이 걱정이란 형태로 나타납니다. 우리는 앞에 있는 일이 어떻게 될까 걱정합니다. 시험문제에 무엇이 나올까? 치과에 가서 뭐라고 할까? 우리가 사는 곳은 태풍 피해가 없을까?

걱정은 아담과 하와가 죄를 지으면서 시작되었습니다. 이들은 먹지 말라고 금하신 과실을 먹기로 선택한 다음 그 결과에 대한 두려움 때문에 숨었습니다(창세기 3 : 10). 아담은 “내가 두려웠습니다”라고 하였습니다.

하나님이 선한 하나님이시요, 하나님 안에 악한 것이 하나도 없다는 것을 알면 두려움이 사라집니다. 우리도 다윗처럼 “여호와는 선하시고 정직하시다”(시편 25 : 8)라고 말할 수 있을 때 마음에 확신이 생깁니다. 미래에 대한 걱정이 생길 때 우리는 시편 기자처럼 “여호와와 선하심을 맛보아”(34 : 8) 알 수 있습니다.

우리에 대한 하나님의 사랑을 받아들이면 또한 두려움이 사라집니다. 성경은 우리에게 말씀하시기를 사람

이 두려워할 것이 있다면 그것은 하나님에 대한 경외라고 하였습니다(신명기 10 : 12, 20 ; 13 : 4). 그런데 하나님을 경외한다는 것은 하나님을 사랑하고, 받아들이며, 우리에게 향한 하나님의 놀라운 사랑 안에서 평안을 누리겠다는 뜻입니다. 창조주가 만드신 피조물보다는 바로 창조주 그 분을 경외하는 것이 훨씬 더 좋지 않습니까? 이름도 없고 얼굴도 없는 미래에 대한 무기력한 걱정보다는 우리를 사랑하여 그 아들까지도 내어주신 바로 그 분을 경외하는 것이 훨씬 더 낫지 않습니까?

“이름도 없고 얼굴도 없는 미래에 대한 무기력한 걱정보다는 우리를 사랑하여 그 아들까지도 내어주신 바로 그 분을 경외하는 것이 훨씬 더 낫지 않습니까?”

다윗은 하나님의 선하심과 그 사랑을 체험으로 알았습니다. 그래서 다윗은 사망의 음침한 골짜기를 지나면서도 해 받을 것을 두려워하지 않는다고 말할 수 있었습니다(시편 23 : 4). 또 시편 31편에서 다윗은 친구들의 배반과(11~12절) 원수들의 공격(13, 15절)을 당하는 처절한 삶의 경험에 대하여 썼습니다. 그러나 다윗은 “여호와여 그러하여도 나는 주께 의지하고”(14절), “내 시대가 주의 손에 있사오니”(15절)라고 말할 수 있었습니다.

우리는 두려울 때에도 무엇인가를 할 수 있습니다. 성경은 거듭하여 우리에게 두려워 말라고 합니다. 우리가 해야 할 일은 다윗이 그랬듯이 하나님의 선하심과 사랑을 받아들이고 다윗과 똑같은 행동을 선택하는 것입니다. 우리도 “우리는 두려워 아니하리로다”(시편 46:3)라고 고백해야 합니다.

우리를 지탱해 주시는 하나님 다윗은 전쟁이나 기근, 악한 자들에 대하여 이야기하는 가운데에서도 하나님을 신뢰하는 사람들은 “풍족하리라”(시편 37:19)고 하였습니다. 이 말의 참뜻은 하나님을 신뢰하는 사람들은 떨지 않으며 흔들리지 않는다는 뜻입니다. 그럴 듯한 걱정들로 가득찬 삶 속에서도 우리는 두려움에 떨지 말아야 합니다. 왜냐구요? 하나님은 그의 능력으로 우리를 지탱해 주시기 때문입니다.

우리가 연약하게 느끼면 마음 속에 있는 걱정거리 때문에 마음이 산란해집니다. 고열 증세로 병원에서 앓고 있는 세살짜리 아들의 아버지와 비슷한 상황이 됩니다. 엄마가 아들을 간호하는 동안 아버지는 직장에 나갑니다. 그러나 아버지는 일을 하는 동안에도 생각의 한 부분은 항상 병원에 있는 어린 아들에게 가 있습니다. 아들을 전쟁에 내보낸 어머니들도 이 느낌을 다 알 수 있습니다. 딸아이를 첫번째 데이트에 내보낸 아버지의 마음이나, 운전 면허를 갓 땀 아들이 차를 몰고 나가서 늦

게까지 돌아오지 않을 때의 아버지 마음도 이러합니다.

하나님은 이렇게 염려할 수밖에 없는 시간에 우리를 지켜주십니다. 다윗은 “네 짐을 여호와께 맡겨 버리라. 너를 붙드시고”(시편 55 : 22)라고 기록하였습니다. 절대로 변함이 없으신 하나님은 우리가 인생의 걱정과 염려로 흔들릴 때에 붙잡아 주실 것입니다.

우리과 언제나 함께 계시는 하나님 걱정은 홀로 지는 짐입니다. 사람은 대개 혼자서 걱정을 합니다. 걱정이 깊으면 깊을수록 나 혼자뿐이며 아무도 도울 자가 없다는 느낌이 더 심해집니다. 그러나 우리는 하나님의 자녀로 결코 혼자가 아닙니다. 우리는 절대로 혼자 내버려지지 않을 것입니다. 다윗은 시편 139편에서 하나님의 임재하심을 우리에게 확실히 말해주기를, 하나님은 다윗이 세상에 나오기 전부터 다윗의 모든 것을 아셨고(13~16절), 하나님의 신을 떠나 아무데도 갈 곳이 없다(7~12절)고 하였습니다. 아침이나 밤이나, 땅에나 바다에나, 하늘에나 음부에나, 하나님은 그곳에 계십니다.

참으로 다윗은 하나님이 언제나 돌보시는 것을 알았습니다. 다윗은 “내 부모는 나를 버렸으나 여호와는 나를 영접하시리이다”(시편 27 : 10)라고 기록하였습니다. 어렸을 적에 “엄마 아빠가 나를 떼어놓고 가면 어떡하나” 하는 두려움을 느껴보지 않은 사람은 없을 것입니다. 이런 두려움은 이따금 어른이 된 후에도 생깁니다.

이런 때에야말로 우리와 항상 함께 있을 것이라고 하신 하나님의 약속을 기억해야 할 것입니다.

이사야 선지자도 하나님이 언제나 돌보시는 것을 알았습니다. 이사야를 통해 주님은 이렇게 말씀하셨습니다. “두려워 말라. 내가 너와 함께 함이니라. 놀라지 말라. 나는 네 하나님이 됨이니라.”(41 : 10)

여호수아도 그랬습니다. 여호수아를 통해 하나님은 이렇게 말씀하셨습니다. “내가 모세와 함께 있던 것 같이 너와 함께 있을 것임이라. 내가 너를 떠나지 아니하며 버리지 아니하리니.”(여호수아 1 : 5)

예수님의 제자들도 알았습니다. 예수님은 승천하시기 바로 전에 제자들에게 일렸습니다. “내가 세상 끝날까지 너희와 항상 함께 있으리라.”(마태복음 28 : 20)

우리도 모두 이것을 알고 있습니다. 예수님이 그러한 약속을 제자들에게 주신 것은 바로 우리들에게도 주신 것입니다.

여러분이 다음에 또 한번 근심 걱정에서 빠지게 될 때에는 하나님께 얼굴을 돌리고 이러한 하나님을 기억하십시오. (1) 통제하시는 하나님 (2) 우리의 짐을 지어 주시는 하나님 (3) 우리의 두려움을 가져가시는 하나님 (4) 우리를 지탱해 주시는 하나님 (5) 우리와 언제나 함께 계시는 하나님

(2) 우리 자신을 초월하는 믿음을 가지라

신약에서 걱정에 대한 가장 큰 가르침은 예수님의 산상수훈입니다(마태복음 6:25~34). 이 말씀으로 예수님은 우리에게 걱정에 대한 해답을 주셨습니다. 예수님은 메시아가 오실 날을 고대하면서도 정작 메시아 만날 준비는 되어 있지 못한 채 엄격한 종교적 생활을 하던 당시의 사람들 (그리고 오늘날의 많은 우리들)에게 말씀을 하셨습니다. 예수님은 10절 분량의 말씀에서 근심 걱정에 대하여 여섯 번이나 언급하셨습니다. 예수님이 산상에서 주신 말씀은 오늘날 급하게 돌아가고, 스트레스로 가득한 물질주의 사회 속에 사는 우리들에게도 주신 말씀입니다.

예수님 말씀의 요지는 이러합니다. “너희들은 믿음으로 살지 않기 때문에 근심 걱정이 가득한 것이다. 너희는 지나치게 먹을 것과 입을 것과 물질에 관심이 많구나. 나 예수와 나의 나라를 맨 앞에 두어라. 그리하면 너희의 모든 것이 잘 되리라.”

주님은 이 말씀을 하시기 바로 전 주님을 따르는 사람들에게 재물을 땅 위에 쌓지 말고 하늘에 쌓아 두라고 분부하셨던 것을 기억하시기 바랍니다(6:19~24). 우리는 이 말씀을 듣던 많은 사람들이 마음 속으로 반발하는 소리를 우리의 귀로 듣는 듯합니다. “그래, 맞

는 말씀이시지. 그렇지만 저 분 말씀대로 하늘나라만 생각하고 살다간 굶어죽기 딱 알맞지. 사실이지, 사람이 먼저 먹어야 사는 일 아닌가.” 아마도 사람들의 반응이 이러했기 때문에 예수님이 “염려하지 말라”(25절)는 명령으로 가르치심을 시작했을 것입니다.

염려의 원인들(마태복음 6 : 25~32) 예수님을 따르던 사람들이 이 세상 걱정을 중단하지 않았으면 재물을 하늘나라에 쌓는 일은 결코 못했을 것입니다. 예수님은 사는 데 필요한 기본적인 것들 때문에 염려하는 것은 필요치 않다고 했습니다. 하늘을 나는 새들과 들에 핀 꽃들을 보살피시는 하나님은 그의 자식들도 돌봐주실 것이 틀림없기 때문입니다.

물론 우리는 자신과 가족을 부양할 책임이 있습니다. 사도 바울도 “누구든지 일하기 싫어하거든 먹지도 말게 하라”(데살로니가후서 3 : 10)고 말했습니다. 예수님도 우리에게 가만히 앉아 받기만 하는 자가 되라고 하지 않으셨습니다. 예수님의 말씀은 우리의 모든 필요에 관하여 안절부절하거나, 근심 걱정을 하거나, 초조 불안에 매이지 말라는 뜻입니다.

그러나 많은 사람들은 사는 데 필요한 기본적인 것 말고도 걱정이 많습니다. 고급 음식점에 간다든지, 주위 사람들보다 조금 더 나은 차를 산다든지, 평수가 좀 더 넓은 집으로 이사간다든지, 요즘 새로 나온 옷을 사

입는다든지, 그밖에 세상사람들이 알아주는 식으로 살기를 원합니다. 우리는 물질주의적 삶에 너무 익숙하기 때문에 이런 삶에서 동떨어질까 걱정하며 살고 있습니다.

예수님은 우리의 모든 걱정이 불필요한 것이라고 말씀하셨습니다. 예수님은 사람들이 걱정하는 문제들이 중요하기는 하나 걱정은 해도 소용이 없다는 뜻이었습니다. 새들도 먹어야 삽니다. 그러나 먹을 것을 걱정하여 편두통을 앓는 새는 없습니다. 꽃들도 새 옷을 입습니다. 그러나 입을 옷을 걱정하여 위장병을 앓는 꽃은 없습니다. 왜냐구요? 하늘에 계신 그들의 아버지가 돌보아 주시기 때문입니다.

염려 속에 감추어진 뜻(30절) 염려를 일으키는 기본 원인은 예수님께서 “믿음이 적은 자들아” 하신 말씀 안에 있습니다. 우리는 하나님을 신뢰하지 않기 때문에 근심에 짓눌립니다. 우리는 하나님이 우리가 사는 세상을 바르게 운영하고 계시다고 진정으로 믿지 않고 있습니다. 우리는 하나님이 우리의 모든 필요한 것을 감당해 주시겠다고 약속을 했는데도 하나님께 모든 것을 맡기지 않습니다. 우리는 하늘로부터 땅으로 우리의 시선을 바꾸었습니다. 하나님을 신뢰하는 대신 우리 자신을 신뢰하고 있습니다. 우리의 미래에 대한 책임도 모두 우리의 어깨 위에 올려 놓았습니다. 우리는 이와 같

이 중요한 인생의 문제들을 더 이상 하나님께는 맡기지 못하겠다고 생각하고 있습니다.

염려에 대한 예수님의 방법(33~34절) 예수님은 염려는 결국 무엇을 우선으로 하느냐의 문제라고 말씀하셨습니다. 우리는 사람에게 가장 중요한 일에 생각을 모으기보다는 음식과 옷, 그리고 경쟁이나 미래를 지배하는 일 등으로 걱정을 합니다. “너희는 먼저 그의 나라와 그의 의를 구하라. 그리하면 이 모든 것을 너희에게 더하시리라”(33절)고 예수님은 말씀하셨습니다. 믿음을 행동으로 보이십시오. 삶의 우선 순위를 하나님께 드리면 여러분의 재물은 하늘에 쌓일 것입니다.

예수님 말씀을 잘 들어보면 걱정을 떨쳐버리는 일은 선택에 관한 문제인 것을 알게 됩니다. 우리가 우리 자신보다 하나님을 신뢰하기로 선택할 때 우리의 걱정은 가라앉을 것입니다. 해답은 우리에게 있습니다.

“걱정은 불신의 위장된 모습입니다. 걱정은 우리가 하나님을 신뢰하지 않고 있다는 사실을 드러내는 것입니다.”

당신은 어떻습니까? 먹을 것이 충분히 있는지, 입을 옷은 어떤지, 집은 더 늘려야 하지 않는지, 차는 바꿔야 하지 않는지, 은퇴 후의 삶은 보장되어 있는지? 이런 일로 걱정하고 있지는 않습니까? 이 예수님을 믿는

수많은 사람들은 값진 경험들을 통해 이런 것들이 사실상 우리가 생각해 온 것처럼 그리 중요하지 않더라는 것과 결국 하나님께서 거저 주시겠다고 하신 말씀을 지키신다는 것을 배우게 되었습니다. 그들은 인생에서 진실로 어려운 문제가 생겼을 때 가장 필요한 것은 믿음이기 때문에 결국 우리에게는 믿음을 끊임없이 성장시키는 것이 가장 중요하다는 것을 배웠습니다.

(3) 당신을 보살피시는 그 분께 아뢰라

바울이 빌립보 사람들에게 보낸 편지를 보면 걱정을 이길 수 있는 중요한 방법이 있습니다. 우리의 연약함에 그냥 지고 말 것이 아니라 걱정을 끊어 버리기 위한 보다 적극적인 행동을 할 수 있습니다.

바울은 빌립보 교인들에게 “아무것도 염려하지 말라”(4:6)고 각별히 명하였습니다. 그것은 예수님이 갈릴리 언덕에서 주신 명령과 같은 것으로 (마태복음 6:25), 예수님은 걱정해도 소용이 없다고 가르쳐 주셨지만 바울은 빌립보 사람들에게 걱정하지 말고 기도하라고 하였습니다.

아무것도 염려하지 말고 오직 모든 일에 기도와 간구로, 너희 구할 것을 감사함으로 하나님께 아뢰라. 그리

하면 모든 지각에 뛰어난 하나님의 평강이 그리스도 예수 안에서 너희 마음과 생각을 지키시리라(빌립보서 4: 6~7)

빌립보서 4장 6절에서 걱정 대신에 우리가 해야 할 일로서 바울은 세 가지 단어를 사용했습니다.

기도

바울이 여기에서 사용한 단어는 우리가 하나님께 말 씀드린다는 뜻의 가장 일반적인 단어, 즉 기도입니다. 이 단어는 일반적 의미의 기도를 말하며 기도가 지니는 의미 중에서도 예배라는 측면과 가장 가까운 뜻으로 사용하였습니다. 우리는 기도할 때에 하나님의 위대하심을 인정하고 하나님께 경배와 헌신과 존경을 드립니다. 하나님을 절대적 주권자이신 주님으로 인정한다면 우리의 모든 걱정도 하나님께 드려야 합니다.

간구

걱정 대신에 해야 할 일로 바울이 사용한 단어는 간구입니다. 간구는 우리가 필요한 것을 하나님께 아뢰는 것입니다. 이것은 우리의 간절한 청원 사항들, 도움을 구하는 처절한 부르짖음을 말합니다. 이들 간구는 우리 자신을 위한 것과 남들을 위한 것이 있습니다.

걱정이 생기면 하나님께 가져가십시오. 하나님의 도우심을 청하십시오. 간절히 청하십시오. 우리에게 구하라, 찾으라, 두드리라고 명하신 하나님은 우리에게 주시고, 찾아주시고, 해답을 주실 것입니다.(마태복음 7:7~8)

감사

우리의 걱정을 대신할 기도를 좀 더 구체적으로 말하기 위해 사용한 세번째 단어는 감사입니다. 우리가 문제로 인해 걱정을 하다보면 지금까지 하나님께서 은혜롭게 역사해 주신 일들을 잊어버릴 때가 많습니다. 우리는 하나님께서 은혜와 자비로 우리를 대하여 주시고 우리의 문제를 해결해 주신 것을 보지 못하고 맙니다. 하나님이 지난날 우리들을 어떻게 돌보아 주셨는지를 기억해 볼 때 우리의 마음은 평안을 얻게 됩니다.

우리가 걱정 대신에 기도를 하는 것은 우리의 어깨 위에 놓인 짐을 전능하신 하나님의 넓은 어깨 위에 옮겨 놓는 것입니다. 그리고 일단 우리의 근심 걱정을 주님께 맡기면 우리를 사랑하시고, 우리의 문제에 깊은 관심을 가지시고, 우리의 기도에 응답할 능력을 가지신 바로 그 하나님께 진정한 감사를 드릴 수 있습니다.

당신의 연약함을 그 연약함을 해결해 주실 수 있는 분에게 가져가십시오. 밤에 자다가도 당신의 자매 일이

나, 직장 일, 또는 어린 아들 때문에 걱정이 되어 잠 못 이룰 때에는 기도를 하십시오. 당신의 마음을 잘 연단 하여 파괴적인 걱정으로부터 건설적인 기도로 모든 에너지를 돌리십시오. 하나님께 도와주시기를, 중보기도를 들어주시기를, 확신을 주시기를, 문을 열어주시기를, 그리고 하나님만이 하실 수 있는 기적적인 변화까지도 역사해 주시기를 요청하십시오.

장래 일 때문에 큰 걱정애 빠져 있을 때에도 기도하십시오. 당신의 두려움을 주님께 아뢰십시오. 염려를 주님께 드리십시오. 자동차 운전을 하다가도 신호를 기다리는 동안 청구서 지불 문제로 걱정이 되면 기도하십시오. 하나님께 공급해 주시기를 구하십시오. 그리고 또 운전하십시오. 하나님은 당신의 기도를 들어 주십니다.

“당신의 연약함을 그 연약함을 해결해 주실 수 있는 그 분에게 가져가십시오.”

덴버 신학대학의 교지인 포컬 포인트(Focal Point)에 폴 보든이 쓴 근심꾼들을 위한 행동 지침이 실린 적이 있습니다. 이 분은 걱정거리를 조목조목 적어 보라고 말합니다. 여러분도 무슨 일로 걱정이 생기면 종이에 적어 보십시오. 나이 드신 어머니 건강 문제라든가, 바꿀 때가 된 냉장고 문제, 교회를 바꿔야 할지, 이런

문제들을 적어 보십시오. 걱정거리를 구체적으로 적어서 눈으로 보게 되면 크게 도움이 됩니다.

그 다음 이 걱정들의 제목을 기도 제목으로 바꾸십시오. 근심되는 일을 가지고 기도를 하십시오. 기도는 구체적으로 하십시오. 기도를 통해 걱정거리가 더 이상 당신을 무력하게 만들거나 사로잡지 못한다는 사실을 느끼게 될 때 여러분은 커다란 기쁨을 경험할 것입니다.

보든의 지침에 따르자면 이 기도 제목들을 행동 계획으로 바꾸라는 것입니다. 하나님께서 내적인 어떤 깨달음과 확신을 주실 때마다 염려를 해결할 수 있는 어떤 행동을 해 나가십시오. 이와 같이 작은 행동 하나를 시작만 해도 여러분은 벌써 엄청나기만 했던 근심이 변하여 건강하고 마땅히 다룰 수 있는 인생의 보통 문제로 바뀐 것을 알게 될 것입니다.

아직도 근심에 싸여 있습니까? 기도하십시오. 기도를 해보셨다면 다시 한번 기도하십시오. 근심할 힘이 있으면 그 힘 가지고 기도를 하십시오.

(4) 주님께 모든 걱정을 맡겨 버리라

베드로는 심한 핍박의 괴로움을 당하는 사람들에게 보낸 편지에서 걱정을 대신할 방법을 가르쳐 주었습니다. “하나님의 능하신 손 아래서 겸손하라. 때가 되면

너희를 높이시리라. 너희 염려를 다 주께 맡겨 버리라. 이는 저가 너희를 권고하심이니라”(베드로전서 5:6~7). 이 말씀은 두 단계로 나누어집니다.

우리가 바꿀 수 없는 것은 받아들인다

이럴 때에는 열을 내고 흥분을 하지도 말며, 마음 속의 근심을 잊으려 애쓰면서 현실을 외면하지도 말아야 합니다. 대신 우리는 겸손한 자세로 이런 상황을 우리 인생의 한 부분으로 받아들여야 합니다. 우리에게는 우리의 행복을 구성하는 여러 조건들을 우리의 마음대로 정할 권리가 없습니다. 우리는 하나님이 강한 손으로 내어 주시는 것을 그대로 받아들일 수 있는 겸손함이 있어야 합니다.

우리의 걱정을 하나님께 드리자

우리는 우리 힘으로 어찌할 수 없는 근심 걱정들을 전지전능하신 하나님의 손에 놓아야 합니다. 우리의 근심을 주님께 드려야 합니다. 우리의 미래도 우리를 위해 독생자를 보내어 죽게까지 하신 그 분의 보살핌에 맡겨야 합니다. 그러나 이런 말씀들은 오늘날의 세상 철학과는 맞지 않습니다. 우리 귀에 들리는 소리는, “세상에 믿을 사람이라곤 너 자신뿐이야”라든가, “네가 먼저 잘 되고 봐야지, 누가 널 봐준다는거냐” 이런 것

들입니다.

여러분, 그동안 큰 걱정의 짐을 가지고 살아오지 않았습니까? 자존심 때문에, 부끄러움 때문에 도저히 말 못하는 걱정이 있습니까? 하나님께 드리십시오. 지금까지 너무 오래 끌고 오셨습니다.

5

성경에서 보는 사례

의사인 누가는 주님께서 마리아와 마르다와 나사로의 집에 가셨을 때 걱정하는 사람을 도와 주신 일을 자세히 보면서 우리에게 귀한 기록을 남겨 주었습니다(누가 복음 10 : 38~42). 예수님과 제자들은 여행길에 마르다의 초청을 받고 그 집에 들르게 되었습니다. 나는 다음과 같은 장면을 상상할 수 있습니다.

여러 사람을 위해 준비하는 일은 작은 일이 아니었습니다. 마르다가 부엌에서 모든 음식 준비를 하느라 바

쁘게 움직이는 동안(야채를 썰고, 찬장 안의 좋은 그릇들을 다 꺼내고, 주요리와 후식까지 준비하는), 마리아는 예수님의 발 아래에 가만히 앉아만 있었습니다.

마르다는 모든 것이 못마땅했습니다. 일거리가 한두 가지가 아닌 데다 특별히 주님을 위해서 모든 것을 최고로 해드리고 싶었습니다. 짜증도 나고 걱정도 생겼습니다. 준비에 정신이 없는 마르다는 혹시 마리아가 와서 도와주길 바라며 거실 쪽을 쳐다보았습니다. 예수님의 말씀에 사로잡힌 마리아는 꿈쩍할 기미도 안 보입니다.

마침내 마르다는 더 이상 참을 수가 없었습니다. 마르다는 거실로 당당하게 걸어가서 두 손을 허리춤에 붙이고는 따졌습니다. “주님, 제 동생이 저 혼자 일을 하게 놔두어도 괜찮은건가요?” 그리고는 주님께 명령했습니다. “저를 명하사 도와주라 하소서.”(40절)

여러분이 바로 마르다일지 모릅니다. 아니면 그런 마르다와 함께 살고 있는지도 모릅니다. 마르다에게 보여주신 예수님의 침착하고 이해심 깊은 대답은 여러분에게 멋진 본보기가 될 것입니다. 한 번 보십시오.

첫째로, 예수님은 마르다에게 근심이 있다는 사실을 깨우쳐 주셨습니다. 주님은 “마르다야, 마르다야, 네가 많은 일로 염려하고 근심하는구나”(41절)라고 하셨습니다. 예수님이 그녀의 이름을 두 번이나 부른 것을 보면 매우 부드러운 목소리로 말씀하셨을 줄 믿습니다. 예수

님은 마르다가 가지고 있는 문제를 지적하셨습니다. 생각해 보아야 할 문제가 있다는 것을 알게 하셨습니다. 초대된 집주인으로서 잘해 보겠다는 것은 하나도 잘못된 것이 없습니다. 모든 준비를 잘하겠다고 하는 것은 하나도 문제될 것이 없습니다. 예수님은 마르다를 비판하지 않으셨습니다. 다만 마르다가 자신의 걱정 때문에 생각을 해 보도록 이끄셨습니다.

둘째로, 예수님은 마르다에게 걱정은 하나의 선택이라고 가르치셨습니다. 마르다는 음식 준비를 위해 걱정하는 길을 선택한 것입니다. 그 결과로 동생을 비판하게 되었고, 따라서 예수님도 공정치 못한 분으로 만들어 버렸고, 예수님께 명령조로 말하게까지 되었습니다. 예수님은 마르다가 잘못이라고 하지 않으시면서 마리아도 자신이 원하는 쪽을 선택했다는 것을 가르쳐주셨습니다. (42절)

셋째로, 예수님은 마르다에게 말씀하시기를 그 선택은 세상적이고 일시적인 것과 천국의 것이요 영원한 것과의 사이에서 선택하는 것이라고 하였습니다. “마리아는 이 좋은 편을 택하였으니 빼앗기지 아니하리라”(42절)고 마르다에게 가르치셨습니다. 먹은 음식은 곧 잊혀질 것이나 예수님의 말씀은 마리아의 가슴에 오래 남아 영원한 열매를 맺을 것이기 때문입니다.

마르다도 마리아에게 와서 함께 말씀을 들었다면 어

떻게 되었을까요? 아무 것도 못 먹고 굶었겠지요? 아닙니다. 모두가 거들어서 함께 만들 수도 있었을 것이고, 혹은 예수님께서서 최고급의 요리를 말씀 한 마디로 만드실 수 있지 않았을까요?

마르다는 예수님으로부터 깨우침을 받았을 것입니다. 예수님은 일 년쯤 지나서 다시 한번 이들의 집에 들르셨습니다. 예수님이 나사로를 살리신 일을 기념하여 저녁을 준비했습니다(요한복음 12:1~11). 여기에서 우리는 단순히 “마르다는 일을 보고”(2절)라는 기록을 볼 수 있습니다. 여기서도 마르다는 여전히 일을 하고 있었지만 이번에는 자기 책임에 짓눌리는 모습은 아니었습니다. 마르다는 걱정하는 습관을 바꿀 수 있었던 것으로 믿어집니다.

6

조니의 이야기

아래 이야기는 작가인 조니 요더(Joani Yoder)와의 대담에서 발췌한 것입니다. 대담은 RBC 텔레비전 프로그램인 데이 오브 디스커버리에서 녹화된 것입니다.

내 인생은 근심과 걱정으로 가득했으나 나는 그 사실을 모르고 있었습니다. 많은 사람들처럼 나도 근심을 스스로 덮어버리고 살아 왔습니다. 그러던 중 나는 한 경험을 통해 삶의 가장 밑바닥에 있는 바위에 가서 닿게 되었습니다. 여기에서 나는 더 이상 나의 모든 초조

와 두려움과 공포심과 염려들과 맞닥뜨리지 않을 수 없었습니다. 캐더린 마샬이 일찌기 말하기를 인생에서 가장 큰 발견은 우리 힘만으로는 부족하다는 것을 깨닫는 것이라고 하였습니다. 나는 바로 이와 같은 경험을 했습니다. 나의 속에는 나의 힘이라고 할 수 있는 것은 하나도 없었습니다. 나는 육체적으로, 정서적으로 더 이상 살아갈 힘이 없었습니다.

나는 넓은 공간에 있거나 외출할 때에 공포를 느끼는 광장공포증이라는 병이 있었습니다. 나의 경우에는 슈퍼마켓에 갈 때에 그랬습니다. 병이 너무 심해져 극도로 긴장하는 증세와 함께 진땀을 흘렸습니다. 남들 앞에서 완전히 미쳐버리면 어떡하나, 아니면 심지어 죽으면 어떡하나 하는 두려움이 생겼습니다.

그래서 어떤 때는 쇼핑을 중단하고 장보는 손수레를 한 곳에 버려두고 집으로 달려왔습니다. 집에 돌아오기만 하면 금방 안도의 숨을 내쉬며 안정감을 되찾곤 하였습니다.

나는 이 세상에서 나 혼자에게만 이런 증세가 있는 줄 알았습니다. 나의 식습관도 바뀌기 시작했습니다. 수면도 불규칙하게 되었습니다. 늘 불안정하고 떨렸습니다. 그리고 삶과 살면서 해야 하는 모든 일들에 대해 전반적으로 초조감을 갖게 되었습니다. 어느 것 하나도 제대로 다룰 수가 없었습니다. 나의 인생 30대 초반에

내가 느끼는 내 인생은 다 끝난 것 같았습니다.

내가 겪는 어려움 뒤에는 몇 가지 원인이 있었습니다. 지금 되돌아보면 그때 내가 삶을 어렵게 만들었던 데에는 세 가지 이유가 있었던 것을 알 수 있습니다. 첫째는, 지극히 미성숙했기 때문입니다. 나는 정서적으로 매우 미숙하여 책임있는 일을 맡을 수가 없었습니다. 둘째로, 나에게는 마음 속의 쓴 뿌리가 항상 있었습니다. 나는 언제나 내가 마음 속으로 느끼는 그것이 옳다고 생각해 왔기 때문에 그 때까지만 해도 그것이 마음의 쓴 뿌리인 것을 몰랐습니다. 그리고 세번째는 우리 모두에게도 해당되는 일이겠지만 나 혼자서 충분하다고 생각하는 경향이 문제였습니다. 나는 모든 일을 나 혼자의 힘으로 하려고 애썼습니다. 나 혼자서 할 수가 없을 때에는 내 힘을 더 키워서라도 나 혼자 해야 한다고 생각했습니다.

이 세 가지가 나를 무기력한 인간으로 만들었습니다. 그것은 나를 깨어질 수밖에 없는 지점에까지 끌어다 놓았습니다. 이 깨어짐이 나에게는 필요했던 것입니다. 사실은 우리 모두에게 이러한 깨어짐이 필요할 것입니다. 이것은 신경쇠약으로 정신이 무너지는 그런 무너짐이 아니라, 나 혼자서 충분하다는 생각이 무너지는 것을 말합니다.

나의 경험을 돌아볼 때, 그리고 자신의 힘을 완전히

잃어버리고 고통을 당하는 사람들을 보면 한 가지 특징이 드러나는데, 이것은 통제 욕구(need to control)입니다. 이것은 삶에 대하여, 환경에 대하여, 다른 사람에 대하여, 그리고 자신도 모르는 가운데 하나님에 대하여도 통제하려는 것입니다. 그 이유는 그렇지 못할 때 생길 수 있는 일에 대한 두려움 때문입니다. 우리는 사물을 통제할 수 있어서 주변의 일들을 우리가 생각하는 대로 움직이게 만들 수 있을 때에 두려움을 줄일 수 있다고 생각합니다.

내가 가졌던 문제는 이러한 나 자신의 보호용 통제, 다시 말해서 내가 두려워하는 일들로부터 나를 보호하기 위한 통제를 할 수 없다고 느끼는 것이었습니다. 그래서 나는 나 자신의 주변에 번데기 집과 같은 집을 짓기 시작했습니다. 이 번데기 집은 문자 그대로였습니다. 내 집의 네 개의 벽으로 된 작은 공간 안에서 나는 안전하고 편안함을 느꼈습니다. 실제로 나의 인생에는 단 한 사람, 나 자신만이 살고 있었습니다.

이렇게 하는 동안에도 나는 그리스도인이었습니다. 그러나 내가 하나님을 굳게 믿었다고 해도 하나님께서 내 인생에 관여하실 수 있는 공간은 없었습니다. 나는 행복과는 거리가 먼 삶을 살았습니다. 가장 큰 문제는 하나님이 나를 만드신 특별한 목적을 나로서는 전혀 알 수가 없는 것이었습니다.

결국은 맨 밑바닥에 있는 바위에까지 가 닿을 수밖에 없었습니다. 그리스도 한 분으로 족하다는 사실을 발견하고 그 분에게 나를 내어놓아 변화시키시게 하기에 앞서, 나는 먼저 나의 한계 맨 끝에까지 가야만 했습니다. 바울이 빌립보서 1장 6절에서 “너희 속에 착한 일을 시작하신 이가 그리스도 예수의 날까지 이루실 줄을 우리가 확신하노라”고 하신 것처럼 하나님은 나를 회복시켜 주셨습니다. 이 과정은 몇 가지의 요령이나 수주간의 공부로 끝나는 것이 아니고 “그리스도 예수의 날”까지 계속되는 것입니다.

처음에 내가 온전하게 회복되어 가는 동안, 그리고 지금도 내 인생에서 가장 큰 효과를 주는 것은 하나님이 가르쳐 주신 네 가지 훈련입니다. 그것은 성경을 읽고 기도하고, 믿으며, 순종하는 것입니다. 즐기고 묵상하여야 할 대상인 성경을 읽으십시오. 즐거움으로 우리와 동행하시기를 원하시는 하나님께 기도하십시오. 제한된 시간에 행해지는 것을 너머 시장에 갈 때에도, 자동차를 타고 갈 때에도, 삶의 모든 상황 속으로 이어집니다. 믿음은 우리가 통제할 수 없는 일들을 하나님께 맡기는 것입니다. 우리에게 통제권이 없는 것들을 놓아버리되 허공 속이 아니라 하나님께 맡기는 것입니다. 순종은 우리가 통제할 수 있는 일들을 하나님이 우리에게 순종하기 원하시는 바대로 따르는 것입니다.

이 네 가지 훈련은 모두가 다 아는 것입니다. 하나님을 의지한다는 것은 성경적으로 보면 당연한 진리이지만 실제로 행하려 하면 막연할 수가 있습니다. 우리는 하나님을 의지한다는 것을 머리로만 알거나, 말로만 하거나, 심지어 굳게 믿는 것만으로도 소용이 없습니다. 반드시 행동으로 옮겨야만 합니다. 우리가 연약한 상태에 이르고 나 자신의 힘이 다하였을 때 누릴 수 있는 하나님의 축복이 있다면 그것은 우리가 마음으로만 믿어오던 것을 실행에 옮길 수 있는 기회로 만드는 것입니다.

나는 이러한 훈련들을 나의 매일의 생활 속에 구체화시키기 시작했을 때 그것이 예수님과 친밀한 관계를 만들어 주님께 대한 확신을 가속화시킨다는 점을 알게 되었습니다. 예수님은 나의 인생의 어떤 부분에 있어서도 예수님만으로 충분하다는 것을 하나 하나 증거로 보여 주셨습니다. 그리고 예수님이 변함없이 내 인생 전반에 걸쳐 나를 돌보아 주시게 되면서 그 분을 더욱더 신뢰하게 되었습니다.

성경을 읽고, 기도하며, 신뢰하고, 순종하는 네 가지 훈련은 서로 상호 작용을 했습니다. 이 상호 작용은 내가 할 일이 있다는 것을 의미했지만 내가 나의 할 일을 하여도 하나님은 하나님이 하실 수 있는 일을 방해받지 않고 하실 수 있게 해드렸습니다. 그러다보니 내

가 걱정해야 할 이유가 하나씩 하나씩 줄어들었습니다. 마음의 여유가 생겼습니다. 나는 하나님께서 나에게 감당해 보라고 시키시는 일은 나에게 어려운 일이라 하더라도 하나님이 끝까지 나를 도와주신다는 것을 깨닫기 시작했습니다.

하나님은 나 혼자 사는 번데기집에서 점차로 나를 꺼내주셨습니다. 이 일은 주님이 나에게 구역의 성경공부를 인도하게 하시는 것으로 시작되었습니다. 내가 성경 공부반에 나오는 여성들을 성공적으로 가르칠 수 있었던 것은 그들뿐 아니라 나 자신도 그리스도를 절실히 필요로 하는 사람인 것을 그들이 알고 있었기 때문으로 믿습니다. 그래서 그들은 거부감없이 나를 받아 주었습니다. 나 자신의 삶이 그들이 주 안에서 자라나는 데 격려가 되었습니다.

그 후 하나님은 남편과 나를 해외로 인도하셨습니다. 우리는 어느날 런던의 지하철에서 마약에 중독된 사람을 만나 우리 집으로 데리고 와서 함께 살았습니다. 그 사람과 그 사람처럼 집으로 데려온 다른 사람들을 통해서 나는 진리를 깨달았습니다. 그때까지만 해도 나는 많은 이들이 힘들이지 않고 할 수 있음에도 나는 하나님께 의지해야만 하는 일들에 대하여는 좀 미안하다는 생각을 했었습니다. 그러나 나는 이들 마약에 의지하는 사람들과 지내면서 이들을 치료하는 길이나 나 자신의

문제를 치료하는 길은 스스로 독립할 수 있는 힘에 있는 것이 아닌 것을 알았습니다. 길은 하나님에게 의지하는 데 있었습니다.

마약 중독자들과의 경험을 통하여 나는 인간이 본래 하나님을 의지해야 하는 존재로 태어났다는 것을 깨달았습니다. 나는 또 내가 절박할 때에 통하던 방법이 다른 모든 경우에도 통하는 것을 알았습니다. 그러다보니 마약에 의지하던 사람들에게도 극단적이고 충격적인 치료 방법을 제안할 수 있었습니다. 마약 중독자들은 언제나 인생에서 아무것에도 의존하지 말라는 교육을 받습니다. 그러나 나는 진정한 해답은 약에 의존하지 않고 하나님에게 의존하는 데 있다는 것을 보여 줄 수가 있었습니다. 그것은 단순히 약을 하나님과 바꾼다는 뜻보다는 우리가 태어난 목적에 맞게 하나님에게 의존한다는 뜻입니다.

여기 예수님을 믿고 싶어하는 사람들이 있다고 가정한다면 이들이 어떤 사람들로부터 전도받기를 더 원할까요? 연약한 것이 무엇인지도 모르는 것같이 보이는 강한 사람들에게 이끌리어 믿기를 원할까요? 아니면 스스로가 연약한 존재였다가 강해지는 방법을 발견한 사람으로부터 인도받기를 원할까요?

아마도 누구든지 후자를 선택할 것입니다. 이와 같이 우리도 우리 생각에는 하나님을 잘 섬기고 있고 하나님

을 믿는 굳건한 신앙인의 모습을 남에게 보여 주고 있다고 믿을지는 몰라도, 바로 이렇게 하는 것이 예수님을 믿기 원하는 사람들에게는 하나님께서 무엇인가를 자기들에게 해주시지 않을까 하는 조그만 기대마저 있어 가는 것인지도 모릅니다. 왜냐하면 강한 사람을 볼 때 이들의 반응은 대개 “아, 나도 저렇게 될거야!”라기 보다는, “아니야, 나는 결코 저렇게 될 수 없어” 하는 것입니다. 반면에 한 약한 사람을 보았는데 그로 말하자면 지금까지 강한 인간이 되는 길을 배워왔고 지금도 하나님으로부터 힘을 공급받는 방법을 배우고 있는 중이라면 사람들은 그로부터 희망을 얻을 것입니다. 사람들은 “아! 저 사람에게 가능했던 일이면 나에게도 뭔가 통할 수 있을거야” 이렇게 말할 것입니다.

나는 진실로 보통사람들과 똑같습니다. 이것은 사실 일 뿐만 아니라 내 마음의 소원이기도 합니다. 인간이 모두 독특한 개체라는 의미말고는 나는 매우 평범한 사람입니다. 그리스도가 없는 나는 전혀 쓸모가 없는 존재입니다. 어느 모임에서 실제로 누군가가 나를 이렇게 소개했습니다. “이 사람이 바로 그리스도가 없이는 전혀 쓸모가 없다는 죠니입니다.” 전과 같았으면 이렇게 소개를 받으면 매우 당황했을 것입니다. 그러나 하나님은 내 인생의 어느 시점에 나를 연약함의 본보기로 삼으시고 그것을 가지고 세상에 나아가 하나님이 인간의

연약함을 통해서 어떤 역사를 하시느지를 간증하게 만드셨습니다. 나를 통해서 역사하시는 하나님인데 어찌 그들을 통해서는 아니하실까요?

하나님께 의지하는 것이 내 인생의 주제입니다. 내 삶의 스토리는 자기 속에는 아무 것도 가지지 못했던 한 여자가 하나님께 의지하는 삶을 통해서 자기가 필요로 하는 것을 모두 찾은 이야기입니다. 하나님께 의지한다는 것은 처량한 인생의 모습이 아닙니다. 이것이 하나님의 완전한 계획입니다. 피조물은 창조자에게 의지할 때 최고의 상태가 됩니다. 과거의 나는 하나님을 맨 마지막 피난처로 삼았습니다. 지금은 하나님이 첫번째 피난처입니다.

나의 영적 삶의 시작은 바로 밑바닥 바위에 부딪히는 것이었습니다. 그때에 나의 모습은 아름답지 못했습니다. 그때에 나는 기쁘지도 않았습니다. 그러나 바로 그때가 내 인생에서 가장 영적인 순간이었습니다. 나는 지금 바로 그 위치에 있는 사람들에게 나의 말이 격려가 되기를 바랍니다. 우리는 흔히 영적 생활을 하려면 언제나 높이 날아야 한다고 합니다. 그러나 그렇지 않습니다. 영적 상태란 우리는 하나도 없고 하나님만 가득한 곳에 있는 것을 말합니다.

7

인생의 가장 큰 걱정

죽음보다 더 큰 절망은 없습니다. 인생의 끝에 관한 것을 생각할 때마다 죽음 저편에는 무엇이 있는가 하는 문제가 생깁니다. 성경은 천국이나 지옥, 둘 중에 한 곳을 간다고 가르칩니다. 그런데 지옥이야말로 참으로 걱정해야 할 문제가 아닙니까!

대부분의 사람들은 죽어서 천국에 갈 것이냐고 물으면, “그러길 바라죠”라고 하던가, “별 탈만 없으면 가는 것 아닙니까” 하는 식입니다. 그러나 솔직히 말하자면 사람들은 지옥에 가는 생각을 하면 무서울 수밖에 없습

니다.

그러나 하나님은 성경에서 우리는 조금도 의심할 것 없이 천국으로 가는 것을 알 수 있다고 말씀하셨고, 그 이유도 가르쳐 주셨습니다.

첫째로, 천국으로 갈 수 있는 조건은 그리스도께서 이미 갖추어 주셨습니다. 예수 그리스도는 흠없는 삶을 사시고 십자가에 죽으셨으며 우리의 죄를 위하여 그 값을 치루셨습니다. 그 다음에 우리에게 필요한 기적이 일어났습니다. 예수님이 우리를 위해 치루신 희생을 하나님께서 받으셨다는 증거로 예수님이 죽은 자들 가운데서 살아나신 것입니다. 우리가 더 해야 할 일은 없습니다. 그것은 하나님께서 이미 끝내신 은혜의 기적입니다.

둘째로, 천국은 노력으로서가 아니라 믿음으로 가는 곳입니다. 그리스도의 돌아가심과 하나님이 주시는 사랑에 우리가 보답하는 방법은 예수님을 믿는 것입니다. 이것은 한 번 얻으면 다시는 잃지 않습니다. 구원이란 우리의 영적인 연약함을 돌보아 주시는 은혜로 거저 주시는 선물입니다.

예수님이 십자가 위에서 완성하신 일을 우리가 믿기만 하면 우리는 앞으로 또 죄를 지으면 천국에 못가지 않을까 하는 걱정을 할 필요가 없습니다. 하나님은 예수 그리스도 안에서 우리를 받아 주셨습니다. 하나님은

생명책에서 바로 하나님 아들의 이름을 지워버리지 않는 한 우리의 이름도 지울 수 없으십니다. 또 아들의 이름을 지우는 일도 없을 것입니다. 예수님을 믿으십시오. 그리하면 걱정하지 않아도 영생을 누릴 것입니다.

한국 오늘의 양식사

■ 구독 신청과 독자 주소 · 전화변경 받는곳

전 화 : (0342) 780-9565~7

F A X : (0342) 780-9569

E-mail : odbkor@hitel.net

인터넷 : <http://www.hallelujah.or.kr>

주 소 : 경기도 성남시 분당구 야탑동 132 우편번호 : 463-070

■ 선교헌금 안내

오늘의 양식을 보다 많은 사람들에게 읽히기 위하여 권당 450원의 제작비를 도울 선교헌금을 보내 주심으로써 문서선교사가 되실 수 있습니다.

온라인 계좌번호 · 예금주 : 「할렐루아선교원」

한빛 : 122-143075-01-101

한빛 : 132-05-108980

국민 : 097-01-0199-703

서울 : 16301-1886909

외환 : 026-13-33750-7

제일 : 107-10-109840

농협 : 001-01-214911

조흥 : 308-01-137748

우체국 : 012773-0026681

■ 섬기는 분들

발행인 / 김상복 편집장 / 김승호 고문 / 최태의 위원장 / 김경현

봉사위원대표 : 총무 / 차일환 기획 / 정호균 회계 / 최석주 관리 / 이종규

출판 / 이덕진 발송 / 임길택 홍보 / 김대환 상담 / 김영자

제작 / 소망사 : 733-4242 · 팩스 : 733-4243

신앙 성장 시리즈 10

걱정없이 살고 싶다

인 쇄 / 1999. 10. 25

발 행 / 1999. 10. 30

발행처 / 한국 오늘의 양식사

전 화 : (0342)780-9565~7

① 절망에서 희망으로

우리가 좌절감, 고통, 슬픔에 잠길 때
절망에서 희망으로 나아갈 수 있는 방법

② 교회는 누구에게 필요한가?

교회란 무엇인가?
교회의 본질에 대한 올바른 이해와 즐거운 신앙생활 안내

③ 오 신실하신 하나님

항상 우리를 사랑하시고, 돌보아 주시고, 인도하시고,
죄 용서하시는 신실하신 하나님의 모습

④ 복있는 사람

진정한 행복이란? 예수님께서 산상수훈에서 가르쳐 주신
참 행복의 설계

⑤ 균형있는 가정생활

하나님 말씀 중심으로 한 곳에 치우치지 않는 균형있는 가정생활

⑥ 왜 살아야 하나?

삶의 의미와 진정한 만족은 어디에? 하루하루를 뜻있게 사는 길

⑦ 행복한 결혼생활

성경에서 말씀하신 성공적 결혼의 10가지 요소

⑧ 남자다운 남자

하나님이 바라시는 진정한 남자! 그 모습대로 완성되어 가는 길

⑨ 여자다운 여자

하나님이 바라시는 여자의 모습! 그리스도를 따르는 여인의 삶

⑩ 걱정없이 살고 싶다

왜 걱정합니까? 걱정없는 삶의 성경적 해답

⑪ 다시 찾는 사랑

하나님으로부터 멀어져가는 그리스도인들이 주 안에서
첫사랑의 감격과 활력을 회복하는 길

⑫ 어떻게 하나님의 뜻을 알 수 있을까요?

성경말씀을 근거로 하나님의 뜻을 아는 다섯 가지 기본원리

「신앙성장 시리즈」 구독신청 및 선교헌금 안내

청원및 헌금자	성명			전화									
	주소			(우편번호 :)									
받는 사람	성명			전화									
	주소			(우편번호 :)									
	출석교회			직분									
	시리즈번호	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	신청부수												
		헌금입금은행 : ()은행											

■ 선교헌금 안내

『한국 오늘의 양식사』는 『신앙성장 시리즈』를 통하여 성도들의 영적성장을 돕고 있습니다. 이 책이 보다 많은 사람들에게 읽히기 위하여 제작비(권당 600원, 운송료 포함)를 도울 선교헌금을 보내주시므로 문서 선교사가 되실 수 있습니다.

■ 온라인 계좌번호 <예금주 : 할렐루야선교원>

한빛 : 122-143075-01-101

서울 : 16301-1886909

농협 : 001-01-214911

한빛 : 132-05-108980

우체국 : 012773-0026681

조흥 : 308-01-137748

국민 : 097-01-0199-703

제일 : 107-10-109840

외환 : 026-13-33750-7

■ 주 소 : 경기도 성남시 분당구 야탑동 132 『한국 오늘의 양식사』 우편번호 : 463-070

전화(0342)780-9565~7 FAX (0342)780-9569

절취선

(별도의 봉투를 사용해 주십시오)

신앙 성장 시리즈 ⑩

『걱정없이 살고 싶다』

우리들은 인생을 살아가는데 있어서 여러 가지 걱정으로 마음이 우울해 지거나 심지어 병이 들기까지 합니다. 걱정이 없을 수 없으나 걱정의 본질을 이해하고 원인을 분석하고 해결하는 방법을 안다면 걱정없는 삶을 살 수 있을 것입니다. 이 소책자는 다음과 같은 질문에 성경적 해답을 제시함으로써 우리의 근심 걱정을 오히려 영적 성장의 기회로 바꾸는 데 큰 도움을 주고 있습니다.

- 걱정이란 무엇인가?
- 왜 우리는 걱정합니까?
- 걱정은 어떻게 다루어야 하는가?
- 성경에 보는 사례



Radio Bible Class

이 책자는 미국의 R.B.C(Radio Bible Class)에서 발행한 “What Can I Do With My Worry?”를 『한국 오늘의 양식사』에서 그리스도인의 신앙 성장을 위하여 번역 출판한 것입니다.