

예비자 교리 교안 17 (3 월 11 일)

그리스도인의 삶과 기도

- ◆ 천주교인으로 살아가는데 실천적인 측면에서 제일 중요한 것은 성사와 기도 생활이다.
- ◆ 교회는 매일 기도(아침, 저녁 기도, 삼종기도, 식사 전, 후기도 등), 성무일도(성직자, 수도자는 의무, 평신도는 권장), 전례주년에 따른 각종 축일과 절기(사순절, 대림절 등)에 따른 기도(십자가의 길 등), 그리고 각종 신심 기도(목주기도, 각 성월기도 등)등을 정기적으로 바치라고 신자들에게 권장하고 있다.
- ◆ 그리스도교 전통은 기도 생활의 세 가지 중요한 형태, 곧 소리 기도(자유기도와 염경기도 등), 묵상 기도, 관상 기도를 인정해 왔다. 이 세 기도 형태의 공통점은 마음을 가다듬는 데 있다.
- ◆ 몸과 정신이 결합된 인간 본성에 바탕을 두고 있는 소리 기도는, 말 그대로 소리를 내어 기도문을 정성껏 바치는 기도를 말한다. 그 중 염경(念經)기도는 주님의 기도, 삼종기도, 성무일도 등 정해진 기도문을 혼자 또는 공동으로 바치는 기도이다. 소리기도에서 '소리'는 그저 스쳐지나가는 소리가 아니라 하느님께 건네는 '말'이다. 말은 인격의 표현이기도 하기 때문에 소리기도를 바칠 때에는 정성을 다해 온 마음으로 바쳐야 한다.
- ◆ 묵상 기도는 사고력, 상상력, 감정, 의욕을 동원하는 탐색적인 기도이다. 묵상이라는 말은 마음과 정신을 하느님께 몰두시켜 하느님의 현존 속에, 하느님과 관련된 일에 대하여 생각에 잠기는 것을 말한다. 묵상은 신앙의 신비나 그 진리, 예수님이나 성인들의 생애, 성서나 교회의 가르침 등을 깊이 생각함으로써, 신앙을 보다 깊이 통찰하고 하느님을 어떻게 사랑해야 할지를 알게 한다. 따라서 묵상기도는 선 자료를 동반 하는 경우가 많다.(성경, 신심서적, 종교예술품, 성인전 등) 묵상의 목적은 우리네 삶의 현실에 비추어 고찰한 주제를 신앙을 통해 우리 것으로 만드는 것이다.
- ◆ 관상 기도에서 관상(觀想)이란 보통 하느님을 직관적(直觀的)으로 인식하고 사랑하는 행위를 말한다. 하느님과의 친교가 직접적이고 내재적인 일치로 발전하여, 하느님을 단순히 바라보는 것이라고 말할 수 있다. 관상 기도는 예수님께 신앙의 눈길을 고정시켜, 하느님의 말씀을 경청하고, 말없이 우리 사랑을 나타내는 기도이다. 관상 기도를 통해 우리가 그리스도의 신비에 참여하는 만큼, 그리스도의 기도와 합쳐지게 된다. 여기에는 언어와 개념과 이미지, 매개 수단 등이 불필요하다. 결국 하느님의 영(靈)이 사람 안에 직접 내재하여 활동하시기에, 인간의 자연적인 능력은 모두 침묵 상태에 이르고, 하느님을 바라보고 사랑하게 됨을 말하는데, 이는 영성 생활의 최고의 경지라고 할 수 있다. 따라서 관상기도란 '그저 바라보고만 있어도 좋은 상태'라고 할 수 있을 것이며, 동양적 언어를 빌리면 무아지경에 빠져든 깨달음의 경지(선불교나 도교의 도)라고 할 수 있다.(단 천주교의 관상경지는 자신의 노력이 아니라 하느님의 능력 즉 성령의 감화로 이루어진다)
- ◆ 반면 기도를 내용 또는 지향을 놓고 볼 때 청원기도, 감사기도, 찬미와 흠숭, 통회기도 등으로도 나눌 수 있다.
- ◆ 청원기도 - 인간은 자신이 강하다고 여기면서도 어찌할 수 없는 한계를 느끼게 마련이므로 하느님께 도움을 청하는 것은 자연스러울 뿐 아니라 마땅한 일이다. 청원기도를 하는 것은 첫째, 인간은

창조주이신 하느님 앞에서 한낱 피조물이라는 한계를 고백하는 것이다. 둘째, 이전까지는 하느님과 등을 대고 지냈을지 몰라도 청원기도를 하는 순간 이제는 하느님을 향해 돌아서는 것이다. 따라서 청원기도에는 부족함을 인정하고(겸손) 하느님을 향해 다시 돌아서는(참회 또는 회개) 자세가 내포되어 있다. 청원기도 때는 필요한 것은 무엇이나 다 청원 대상이 될 수 있다. 그러나 명심해야 할 점은 우리가 필요로 하는 것을 청하기 전에 먼저 하느님의 뜻이 이뤄지도록 청해야 한다는 것이다. 다른 이를 위해 청원하는 전구(轉求)도 청원기도에 포함된다. 전구는 나눔 행위이며 사랑의 실천으로 전구에는 한계가 없다. 원수들을 위해서도 전구할 수 있을 뿐 아니라 전구해야 한다.

- ◆ 감사기도 - 감사기도는 하느님께서 베풀어 주신 은혜에 감사드리며 바치는 기도로, 청을 들어주심에 대해 감사하는 것은 당연하지만, 그리스도인에게는 모든 것이 감사의 대상이다. 바오로 사도도 이렇게 당부하였다. "모든 일에 감사하십시오"(1 테살 5,18). 그러므로 청원의 대상이 될 수 있는 것이 모두 감사의 대상이 될 수 있는 것이다.
- ◆ 찬미와 흠송 (찬미기도) - 찬미와 흠송은 인간이 하느님을 알아 뵈고 하느님께 맞갖은 예를 드리는 것이다. 하느님은 모든 선의 원천이시고, 축복의 근원이시다. 인간에게 무상의 선물을 주시는 하느님을 만날 때 찬미로 하느님께 응답해야 한다. 찬미와 찬양은 하느님을 하느님으로 알아 모실 때에 터져 나오는 기도이며, 흠송은 피조물인 인간이 자신이 피조물임을 깨달아 창조주이신 하느님 앞에 꿇어 엎드리는 행위이다.
- ◆ 통회기도 - 하느님께서 우리에게 주신 그러한 선물들을 잘못 사용하고, 부주의하고, 우리의 약함과 죄스러움, 불성실 등을 인정하는 것이 통회의 기도이다. 통회한다는 것은 자기 자신을 부수고, 낮추는 마음이며 이는 하느님의 현존 앞에서 인간의 약함과 죄스러움을 인정하는 것이다. 통회를 충분히 하게 되면 하느님께 용서를 청하는 기도를 하게 된다. 여기서 중요한 것은 용서를 청하기 전에 뉘우침과 비탄을 표현하는 것이 중요하다. 통회기도는 죄에 대한 통회를 나타내며, 하느님의 자녀로서 죄를 지은데 대해 가슴 아파하고 다시는 죄를 짓지 않겠다고 결심하며 드리는 기도로서 고백성사, 저녁기도 등의 일부를 이루며, 자신의 죄를 반성할 때 일반적으로 드리는 기도이다.
- ◆ 기도에 있어 이와 같은 요소는 서로 겹치는 것이 보통이며, 하느님께 향한 모든 참된 기도는 자연스럽게 흠송, 감사, 통회가 포함되어 있다.
- ◆ 모든 기도의 모범 주님의 기도 - 전반부는 아버지의 영광이 그 목적이다, 후반부는 우리의 소망을 아버지께 말씀드리는 것이나 이 청원들은 우리의 양식(생존에 필요한 양식과 더불어 생명의 빵인 하느님의 말씀과 그리스도의 몸을 가리킨다)을 얻고 죄를 치유받기 위한 것이며, 악에 대한 선의 승리를 위한 우리의 싸움과 관계되는 것이다. 따라서 우리는 기도 할 때에 우리에게 필요한 것을 다 알고 계시는 하느님께 개인적 투정만 나열 할 것 이 아니라 진정한 통회와 감사를 바탕으로 하느님의 뜻 되로 살 수 있는 힘을 청하며 그리스도인답게 살아가도록 다짐하는 기도를 하도록 노력해야 한다. 그리고 그 당시 종교지도자와 지배층의 위선을 극히 싫어하신 예수님을 본받아 신앙과 행동이 일치하는 그리스도인의 삶을 사는 것이 곧 가장 참된 기도임을 알아야겠다.