

 마음열기

- 자존감 테스트 (자신을 테스트 해 보세요. ^^)

<점수 계산>

1-10 번 : 그렇다 3 점, 보통 2 점, 아니다 1 점

11-15 번 : 그렇다 1 점, 보통 2 점, 아니다 3 점

항목	그렇다	보통	아니다
나는 다른 사람에게 호감을 주는 편이다.			
가만히 생각해 보면 나는 장점이 많은 사람이다.			
나는 다른 사람에게 친절할 편이다.			
가족이나 친구에게 하고 싶은 말을 터놓고 이야기한다.			
내게 잘못된 사람을 이해하고 용서하는 편이다.			
가족은 나를 잘 이해해 준다.			
어려운 일을 당해도 이겨 내려 애쓰는 편이다.			
내가 한 일에 대해 대체로 만족한다.			
나는 결코 불행하지 않다.			
어떤 결정을 내리는 데 어려움을 느끼지 않는 편이다.			
지금의 나와는 다른 사람이 되고 싶다.			
새로운 일에 적응하는 데 시간이 오래 걸린다.			
무슨 일을 할 때 사람의 눈치를 살핀다.			
나의 미래를 생각하면 걱정이 많다.			
나는 아무에게도 도움이 되지 않는다.			
내점수 :			점

- 당신의 자존감 테스트 점수는 어느 정도 되나요? 위 테스트 결과를 가지고 서로 나누어 보세요. 당신의 장점들 또는 당신에게 있어 부족한 부분들을 서로 나누어 보세요.

38 점 이상 : 자존감이 매우 높다 . 자신에 대해 긍정적으로 생각하고 자신을 매우 사랑하는 사람이다 .

27~37 점 : 자신에 대해 긍정적이지만 때로는 안 좋게 생각할 때도 많다 .

26 점 이하 : 자신에 대한 자존감이 낮다 .

위 자료의 결과에 너무 신경쓰지는 마시구요^^ 어디까지나 참고용임을 잊지 말자.



나눔

-아래 성경을 읽고 다음 질문들에 대해 서로 나누어 보세요.

누가복음 18:18-27

18 어떤 지도자가 예수님께 "선한 선생님, 영생을 얻으려면 무엇을 해야 합니까?"라고 물었습니다.

19 예수님께서서 대답하셨습니다. "왜 나를 선하다고 하느냐? 선한 분은 오직 하나님 한 분뿐이시다.

20 너는 계명들을 알고 있다.'간음하지 마라. 살인하지 마라. 도둑질하지 마라. 거짓 증언하지마라. 네 아버지와 어머니를 공경하여라.'"

21 그가 대답했습니다. "이 모든 것을 저는 어려서부터 다 지켜왔습니다."

22 예수님께서서 이 말을 들으시고 그에게 말씀하셨습니다."네게 아직도 부족한 것이 하나 있다. 네 재산을 다 팔아 가난한 사람들에게 나누어 주어라. 그러면 하늘에서 보화를 얻을 것이다. 그리고 와서 나를 따르라."

23 이 말씀을 듣고 그는 몹시 근심하셨습니다. 왜냐하면 그는 큰 부자였기 때문입니다.

24 예수님께서서 그를 보시며 말씀하셨습니다. "부자가 하나님 나라에 들어가는 것이 참으로 어렵다.

25 부자가 하나님 나라에 들어가는 것보다, 낙타가 바늘 구멍으로 지나가는 것이 더 쉽다."

26 사람들이 이 말씀을 듣고 말했습니다. "그렇다면 누가 구원받을 수 있겠습니까?"

27 예수님께서서 말씀하셨습니다. "사람으로는 할 수 없는 것을 하나님께서는 하실 수 있다."

누가복음 5:1-11

1 사람들이 예수님께 물려들어 하나님의 말씀을 듣고 있을 때였습니다. 예수님은 게네사렛 호숫가에 서 계셨습니다.

2 예수님께서 호숫가에 배 두 척이 놓여 있는 것을 보셨습니다. 어부들은 배에서 내려 그물을 씻고 있었습니다.

3 예수님께서 그 중 하나인 시몬의 배에 오르셨습니다. 예수님께서 시몬에게 배를 육지로부터 조금 떼어 놓으라고 하시고 배에 앉으셔서 사람들을 가르치셨습니다.

4 말씀을 다 마치시고 예수님께서 시몬에게 말씀하셨습니다. "깊은 데로 가서 그물을 내려 고기를 잡으라."

5 시몬이 대답하였습니다. "선생님, 우리가 밤새도록 수고하였지만 아무것도 잡지 못했습니다. 그러나 선생님의 말씀대로 그물을 내리겠습니다."

6 그대로 하니, 고기를 그물이 찢어질 정도로 많이 잡게 되었습니다.

7 그래서 다른 배에 있는 동료들에게 손짓을 하여 도와 달라고 하였습니다. 그들이 와서 고기를 두 배에 가득 채우니, 배가 가라앉을 지경이었습니다.

8 시몬 베드로가 이것을 보고 예수님의 무릎 앞에 엎드려 말했습니다. "주님, 제게서 떠나 주십시오. 저는 죄인입니다."

9 베드로와 그와 함께 있던 동료들은 자신들이 잡은 고기를 보고 놀랐던 것입니다.

10 세베대의 아들이면서 시몬의 동료인 야고보와 요한도 놀랐습니다. 예수님께서 시몬에게 말씀하셨습니다. "두려워하지 마라. 이제부터 너는 사람을 낚을 것이다."

11 그들은 육지에 배를 댄 후, 모든 것을 버려 두고 예수님을 따라갔습니다.

- 젊은 지도자와 베드로에게 예수님은 어떤 제안을 하고 계시고 두 사람의 반응은 각각 어떠했습니까?

	젊은 지도자(눅 18)	베드로(눅 5)
제안		
반응		

- 누가복음 5 장, 18 장의 본문의 전체적인 내용으로 보아 예수님의 제안에 대해 젊은 지도자와 베드로의 차이는 무엇이었고 예수님의 의도는 어떤 것이었을까요?

- 아래 질문들에 대해 서로 나누어 보세요

당신의 삶에서 가장 크게 이루었다고 생각되는 것이 있다면?	
현재 당신이 가장 이루고 싶은 목표가 있다면?	
도저히 이룰 수 없는 목표였는데 이루어진 경험이 있다면?	
목표를 가지고 있었지만 그 목표를 실패했던 경험이 있다면?	
당신이 현재 느끼고 있는 한계가 있다면?	
당신이 한없이 부족하다고 느낄 때가 있다면?	

- 예수님께서 산상수훈에서 팔복을 말씀하시면서 그 중 첫 번째인 “마음이 가난한 사람은 복이 있다. 하늘나라가 그들의 것이다.”를 말씀하셨습니다. 아래 네모 박스안의 내용을 읽고 예수님이 말씀하신 “마음이 가난하다”라는 것은 어떤 것일지 서로 나누어 보세요.

가난을 뜻하는 헬라어 명사로 “프토카스” “페나스”가 있다. 페나스는 그저 간신히 생계를 유지하는 가난을 뜻하고, 본문의 가난을 뜻하는 프토카스는 자신의 신분을 알리는 것조차 몹시 부끄러워하는 거지를 뜻한다. 보통 가난이 아니라 남의 도움이 없이는 도저히 살수 없는 가난을 뜻하는 것이다.

- 마태복음 5:3에서 마음이 가난한 자가 받는 복은 무엇이라 소개하고 있습니까? 아래 네모 박스의 내용을 읽고 그 의미가 무엇인지 서로 나누어 보세요.

마음이 가난한 사람은 복이 있다. 하늘나라가 그들의 것이다. _ 마태복음 5:3(쉬운성경)
벼랑 끝에 서 있는 너희는 복이 있다. 너희가 작아질수록 하나님과 그분의 다스림은



적응과 결단

- 아래 글을 읽고 당신의 마음이 있는 곳, 그리고 주님이 원하시는 마음에 대해 서로 나누어 보세요.

세상은 “자기를 주장하라. 자기를 자랑하라. 어떻게든 좋은 자리를 차지하라.”고 말합니다. 너의 연약함을 드러낼 때, 네가 아무것도 아닌 것이 들통날 때 끝났다고 이야기 합니다. 하지만 하나님은 자신의 나약함을 연약함을 드러낼 때 그때가 바로 시작이라고 말씀하십니다. 그때가 바로 마음이 가난해 지는 그리스도인으로서의 시작이라고 말씀하십니다.

누가복음 18장의 젊은 관원은 베드로에 비하면 비교도 안 될 만큼 훌륭한 사람이었습니다. 자신감이 넘치는 사람이었습니다. 모든 것을 할 수 있을 것 같은 사람이었습니다. 영생도 자신의 능력으로 얻을 수 있다고 생각했습니다. 그는 예수님의 제안에 근심을 하고 떠나게 됩니다. 자신이 믿고 있는 것들이 너무 많았던 거죠.

반면에 베드로는 젊은 관원에 비하면 아주 무능력한 사람이었습니다. 많이 배우지도 못했고, 가진 것도 없었습니다. 고기를 잡는 어부이긴 했지만 허탕을 치는 일도 많았습니다. 베드로는 예수님의 제안에 자신의 부족함을 고백하고 예수님을 따르게 됩니다. 이후의 두 사람의 삶은 완전히 달라집니다. 스스로 유명해지려고 했던 사람은 이름조차 누군지 모릅니다. 하지만 자신의 연약함을 고백하고 예수님의 이름을 불렀던, 오직 그의 이름만을 불렀던 베드로는 새로운 이름과 함께 새로운 생명을 얻게 됩니다.

심령이 가난하다는 것은 우리에게는 아무 것도 없으며, 우리는 아무 것도 아니며, 우리는 아무 것도 할 수 없다는 것을 인식하는 것입니다. 하나님은 예수를 따르려고 하는 우리에게 “저는 할 수 없습니다.”라는 고백에서 시작하기를 원하십니다. 이 고백이 그리스도인으로서의 시작이기 때문입니다.

마음이 가난한 자가 받는 하나님의 통치, 즉 하나님과 그분의 다스림이 커지기 위해 우리의 마음이 가난해 지는 방법을 다음과 같이 소개했습니다. 아래 내용을 보고 당신이 구체적으로 할 수 있는 것들에 대해 서로 나누어 보세요.

📖 **하나님 바라보기** : 하나님을 바라볼 때 우리는 하나님의 성품을 알게 된다. 하나님의 성품을 알게 될 때 우리는 자연스럽게 그분 앞에서 우리의 작아짐을 경험하게 되고 그 때 비로소 하나님의 다스림을 경험하게 됩니다. 당신이 하나님의 성품을 알기 위해 구체적으로 할 수 있는 것은 어떤 것들이 있을까요?

📖 **하나님을 의지하기** : 당신은 얼마나 하나님을 의지하고 계십니까? 당신에게 있어서 하나님은 어떤 존재이십니까? 당신은 하나님을 얼마나 신뢰하고 있습니까? 당신에게 있어서 하나님을 의지하는데 방해가 되는 요소들은 어떤 것들이 있습니까? 당신이 현재 가장 의지하고 안전하다고 생각하는 것은 어떤 것입니까? 당신이 매일 매일 하나님을 전적으로 의지하기 위해 당신이 할 수 있는 것은 어떤 것들이 있을까요?

📖 **가난한 마음을 구하기** : 가난한 마음을 구한다는 것은 어떤 것일까요? 하나님 앞에 자신의 연약함을 나약함을 인정하는 것입니다. 자신의 자만심을 내려놓고 그 위에 하나님을 올려놓는 것입니다. 가난한 마음을 구하기 위해 당신이 할 수 있는 것들은 무엇이 있을까요?



기도