

# 생활말씀 3월

2026년 3월

**“일어나라. 그리고 두려워하지 마라.”**

(마태 17,7)

베드로와 야고보와 요한은 예수님과 함께 높은 산에 올라갑니다. 그리고 거기에서 스승이신 예수님의 영광을 보게 되고, 예수님을 당신의 아드님이라고 하시는 하느님 아버지의 목소리를 듣게 됩니다.

하느님과 일대일로 만나는 이 특별한 체험은 하느님의 피조물들이 그분의 찬란한 영광에 대해 알 수 있게 해 줍니다. 그때 제자들은 두려움으로 땅에 엎드렸는데 예수님께서 그들에게 손을 대시며 이렇게 말씀하십니다.

**“일어나라. 그리고 두려워하지 마라.”**

‘일어나라’라는 동사는 복음서에서 종종 부활을 표현하는 바로 그 단어입니다. 마찬가지로 “(너희는) 두려워하지 마라.”라는 구절도 부활하신 예수님께서 빈 무덤에 왔던 여자들에게 인사한 후에 하신 첫 번째 말씀이었습니다.<sup>1</sup>

우리 역시 때때로 두려움 때문에 앞으로 나아가지 못하곤 합니다. 삶의 시련들 때문에, 그리고 막다른 골목과도 같은 상황들 때문에 짓눌리는 듯한 무거움을 느끼기도 합니다. 우리가 (복음을) 증언하는 열정을 되찾으려면 단지 우리의 힘에만 의지할 수는 없습니다. 오히려 우리보다 늘 앞서가시는 하느님의 은총에 의지해야 합니다.

«시련을 겪지 않는 사람이 있을까요? 시련은 실패, 가난, 우울, 의혹, 유혹 등의 모습을 하고 있습니다. (...) 또한 전쟁과 폭력과 불의 등으로 우리를 에워싼, 물질주의와 개인주의로 가득한 사회가 우리를 두렵게 합니다. 이러한 상황 앞에서 “사랑이신 하느님께서서는 어디 계신가?” 하는 의혹이 마음을 파고들 수 있습니다. (...) 예수님께서서는 진정 모든 고통 안으로 들어오셨고, 우리의 모든 시련을 짊어지시면서 당신의 것으로 삼으셨습니다. (...) 그분께서는 사랑이시며, 사랑은 모든 고통을 몰아냅니다. 두려움이 우리를 엄습하거나 고통으로 숨이 막힐 때마다, 우리는 그 고통 뒤에 숨겨진 참된 현실을 인식할 수 있습니다. 바로 예수님께서 그곳에 현존해 계신 것입니다. (...) 그분께서 우리의 삶 속에 들어오시게 해 드립니다. 그리고 우리 자신을 투신하여 이웃을 사랑하면서 하느님께서 우리에게 원하시는 것을 계속해서 삶으로 실천합니다. 그러면 예수님이야말로 항상 사랑이심을 발견하게 될 것입니다. 이로써 제자들처럼 우리도 “스승님은 참으로 하느님의 아드님이십니다.”(마태 14,33)라고 말씀드릴 수 있게 될 것입니다.»<sup>2</sup>

**“일어나라. 그리고 두려워하지 마라.”**

삶에서 하느님을 만나는 경험을 한 사람은 그분의 현존에 매료된 사람입니다. 또한 그분의 말씀에 감동을 받아 치유된 사람입니다. 종종 그리스도교 공동체의 (복음적)

증거가 이러한 거룩한 모험에 함께하며, 일어설 용기, 자기 자신에게서 벗어날 용기를 줍니다. 그리하여 다시 예수님과 형제들과 함께 걸어갈 수 있게 해 줍니다.

시리아의 한 젊은 여성의 다음과 같은 삶의 증거를 들어 봅시다.

“지난해 말에 우리 나라는 매우 어려운 시기를 겪었습니다. 제가 사는 도시는 급격한 대혼란과 공포에 휩싸였습니다. 저는 가족들과 친구들, 그리고 저 자신에 대해 큰 걱정을 하게 되었습니다. 이 모든 상황에도 불구하고, 저는 곳곳한 모습을 잃지 않으려 하면서 많은 불안과 망설임 중에도 하느님께 대한 희망을 계속 굳건히 하고자 했습니다. 이러한 일들이 벌어지기 전에, 저는 함께 복음을 삶으로 실천하기 위해 노력하는 젊은이들과 더불어 식료품 상자 전달 활동 및 기타 활동들을 통해 도움이 필요한 가정들을 지원하는 몇 가지 프로젝트들을 기획했습니다.

하지만 그 후의 상황 때문에 모든 활동을 잠정적으로 중단할 수밖에 없었습니다. 그런데 며칠 후 다시 모일 수 있게 되었는데, 바로 그 모임에서 서로를 통해 힘과 용기를 갖게 되었습니다. 저희는 두려움에 짓눌리지 않기로 했고, 오히려 예수님을 신뢰하면서 저희가 시작했던 그 여정을 계속해 나가기로 했습니다. 이러한 믿음을 공유하면서 실제로 도움이 필요한 40여 가정을 도울 수 있었습니다. 그러한 어려움들 중에도 저희는 하느님의 사랑에 힘입어, 또 저희의 일치 덕분에 진정 변화를 가져올 수 있음을 느꼈습니다.”

### “일어나라. 그리고 두려워하지 마라.”

우리는 예수님과 함께 산 위에 올라 하느님을 만나 뵈고 그분의 목소리를 듣고 나서 다시 예수님과 함께 산에서 내려올 수 있습니다. “(...) 이는 평지에 돌아오기 위해서입니다. 그 평지에서 우리는 피로와 질병, 불의와 무지, 물질적, 영신적 빈곤에 짓눌린 많은 형제들을 만나게 됩니다.”<sup>3</sup>

우리는 그리스도교 공동체로서 고통을 받을 수도 있고, 길을 잃고 헤맬 수도 있습니다. 하지만 이 말씀은 우리로 하여금 함께 움직이도록 이끌어 줍니다. 그리하여 모든 이에게 “우리가 하느님과 함께한 경험의 결실들을 전해 주고, 우리가 받은 은총들을 나누어 줄 수 있게 해 줍니다.”<sup>4</sup>

### “일어나라. 그리고 두려워하지 마라.”

레티치아 마그리

포콜라레운동 국제 본부 「생활말씀」 편집 위원

1. 마태오 복음 28장 10절, 28장 5절도 참조.

2. 끼아라 루빅, 2002년 8월 생활말씀, 그리고 단행본 『생활말씀 Parole di Vita』, 파비오 차르디 역음.

(끼아라 루빅의 저작들 제 5권), 치타누오바 출판사, 로마, 2017년, 이탈리아어 원본 664-665쪽 참조.

3. 프란치스코 교황, 2014년 3월 16일 삼종기도.

4. 같은 출처.