

2019년 9월 15일

렉시오 디비나 (Lectio Divina)

열기

- 우선 편한 자세로 앉고 조용히 묵상기도를 합니다.
- 2-3분 정도 침묵의 기도를 합니다.

첫 번째 낭독(읽기, Lectio)

- 첫 번째 낭독에서는 들리는 구절의 모든 단어들을 들으십시오. 어떤 내용인지에 대해 생각하십시오. 이야기라면 그 상황에 자신이 있다고 상상하십시오. 생각뿐만이 아니라 감정과 몸의 감각에도 주의를 기울이십시오.
- 첫 번째 낭독자가 크게 읽어 주십시오. 그 후에 잠시 침묵의 시간을 갖겠습니다.

두 번째 낭독(묵상, Meditatio)

- 두 번째 낭독에서는 특히 마음에 와 닿는 단어나 문장에 귀 기울이십시오. 특별한 이유가 있거나 긍정적이든 부정적이든 직감에 의한 것일 수 있습니다. 이 단어가 오늘 각자가 깊이 묵상할 단어입니다.
- 두 번째 낭독자가 크게 읽어 주십시오.
- 낭독자가 읽은 후에, 돌아가면서 마음에 와 닿는 단어나 문장을 설명 없이 얘기하도록 하겠습니다.

세 번째 낭독(구송기도, Oratio) - 입으로 하나님의 은혜를 구하는 기도

- 세 번째 낭독에서는 떠오른 단어가 오늘 여러분의 삶 혹은 우리 공동체의 삶에 어떻게 연관되는지를 조용히 묵상하도록 합니다. 어떤 감정이나 반응을 그 단어가 일으킵니까? 어떤 변화나 행동을 하도록 요청하나요? 당신의 자세는 수용의 자세입니까? 아니면 거절의 자세입니까? 여러분이 생각하고 느끼는 것에 대해서 하나님 앞에 가장 진실하도록 하십시오.
- 세 번째 낭독자가 크게 읽어 주십시오.
- 몇 분의 침묵 후에, 간략하게 “나는 ~을 보았다. ~을 들었다. ~을 느꼈다”의 형태로 자신의 반응에 대해서 이야기하도록 하겠습니다.

네 번째 낭독(관상기도, Contemplatio) - 하나님의 임재 가운데 머무는 기도

- 하나님 앞에서 앉아 있는 시간입니다. 그의 말씀과 행동을 깨닫는 시간입니다. (그리스도께서 우리와 함께 계십니다.)
- 네 번째 낭독자가 크게 읽어 주십시오.
- 몇 분 동안 침묵합니다.

닫는 기도

- 각 사람은 자신의 오른쪽에 있는 사람을 위해 기도합니다.
- 주기도문으로 모임을 마칩니다.

시편 14편

- 1 어리석은 사람은 마음속으로 "하나님이 없다" 하는구나.
그들은 한결같이 썩어서 더러우니,
바른 일을 하는 사람이 아무도 없구나.
- 2 주님께서는 하늘에서 사람을 굽어보시면서,
지혜로운 사람이 있는지,
하나님을 찾는 사람이 있는지를, 살펴보신다.
- 3 너희 모두는 다른 길로 빗나가서 하나같이 썩었으니,
착한 일을 하는 사람이 하나도 없구나.
- 4 죄악을 행하는 자는 다 무지한 자냐?
그들이 밥 먹듯이 내 백성을 먹으면서,
나 주를 부르지 않는구나.
- 5 하나님이 의인의 편이시니,
행악자가 크게 두려워한다.
- 6 행악자는 가난한 사람의 계획을 늘 좌절시키지만,
주님은 가난한 사람을 보호하신다.
- 7 하나님, 시온에서 나오셔서, 이스라엘을 구원하여 주십시오!
주님께서 당신의 백성을 그들의 땅으로 되돌려 보내실 때에,
야곱은 기뻐하고, 이스라엘은 즐거워할 것이다.

Psalm 14

- 1 Fools say in their hearts, "There is no God."
They are corrupt, they do abominable deeds;
there is no one who does good.
- 2 The Lord looks down from heaven on humankind
to see if there are any who are wise,
who seek after God.
- 3 They have all gone astray, they are all alike perverse;
there is no one who does good,
no, not one.
- 4 Have they no knowledge, all the evildoers
who eat up my people as they eat bread,
and do not call upon the Lord?
- 5 There they shall be in great terror,
for God is with the company of the righteous.
- 6 You would confound the plans of the poor,
but the Lord is their refuge.
- 7 O that deliverance for Israel would come from Zion!
When the Lord restores the fortunes of his people,
Jacob will rejoice; Israel will be glad.