

금요 양성 - March 29, 2024 (단위 형제회와 나누시오.)

오늘은 성 금요일이므로, 성녀 글라라가 프라하의 성녀 아네스에게 보낸 2번째 편지에서 권고한 **주 예수 그리스도의 십자가 바라보기**를 따라서 해 보는 것은 특별히 의미가 있는 일일 것이다..

19 "그대를 위하여 천대받으신 그분을 바라보며

그대도 이승에서 천대받는자가 되어 그분을 따르십시오.

20 고귀하신 여왕이여,

인간의 아들네보다 짝없이 아름다우시지만, 그대의 구원을 위하여, 사람중에 가장 비천한 자가 되셨고, 멸시를 받았으며, 얻어 맞고, 온몸에 매를 맞아 십자가의 참혹한 고뇌중에 돌아가신,

그대의 정배를 닮으려는 열망으로

바라보고,

깊이 생각하고,

관상하십시오.

21 그대가 그분과 함께 고통에 참여하면, 함께 다스릴 것이고,

함께 울면, 함께 기뻐할 것이고;

애통의 십자가에서 그분과 함께 죽으면,

그대는 성인들의 광채속에서

천상 거처를 소유하게 될 것이며,

22 생명의 책에 기록되어 있는 그대의 이름을

사람들이 영원히 칭송할 것입니다.

(성 프란치스코와 성녀 글라라의 글-작은 형제회 한국 관구 역)

CA:ED, 49: 19-22 <https://franciscantradition.org/clare-of-assisi-early-documents/the-second-letter-to-agnes-of-prague/225-ca-ed-1-page-49>

- **바라봄:** 한동안 십자가의 예수님을 바라보시오
- **깊이 생각하기:** 자신을 예수님과 함께 그 자리에 뒤 보시오. 예수님은 무엇을 생각하고 느끼고 계십니까? 예수님은 무엇을 보고, 듣고 계십니까?
- **관상하기:** 성령에 영감을 받아서, 이 체험을 통해 당신은 어떻게 변화되고, 달라집니까?
- **닮기:** 이 변화에 대한 반응으로 무엇을 해야겠다고 결심합니까?

토론 또는 저널에 의견 기록을 위하여.

1. 성녀 글라라의 “바라보고, 깊이 생각하고, 관상하고, 닦기”을 실천해 봤을 때, 그 순간 당신에게 미친 영향을 기술해 보시오.

2. 이 십자가 바라보기를 하기 전에는 어떤 방법으로 십자가 예수님을 닦으려고 했나요? 어떤 면에서 이 바라봄이 당신의 삶을 변화시켰나요?

3. 당신의 “거울”속에서 어떻게 예수님을 보나요?

(프라하의 성녀 아네스에게 보낸 4번째 편지를 참조하시오 CA:ED, 55: 15-32)

<https://franciscantradition.org/clare-of-assisi-early-documents/the-fourth-letter-to-agnes-of-prague/231-ca-ed-1-page-55>)

4. 개인적인 도전: 부활기간에 들어서면서, 당신은 어떻게 “예수님의 거울”이 될 수 있습니까?