

## 감정 컨트롤(통제) 해라

감정 컨트롤(통제)이 안 된다고 하는 사람이 있습니다. 하지만 감정은 컨트롤 하면 할수록 할 수 있게 되고, 안하면 안할수록 더욱 컨트롤 할 수 없게 됩니다. “너희는 화를 내도 죄는 짓지 말며 해가 지도록 진노하지 말고”(에베소서 4:26) 성경에서는 “하지 말라” 고 말씀하셨습니다. 마음, 감정은 컨트롤(통제) 할 수 있습니다. 감정과 생각을 나누어서 ‘아, 이런 감정은 내게 필요하지 않아.’ 하고 냉정하게 생각하시고 그 감정을 떨쳐버리세요. ‘아, 이런 일은 다른 사람들에게도 있지.’ 하면서 오히려 ‘이런 일은 당연히 있을 수 있는 것이므로 냉정하게 최선을 다해 잘 처리하자.’ 하며 감정을 넣지 말고 로봇인 것처럼 받아들이시고 가장 좋은 해결책을 찾으세요. 누군가에게 소리칠 것도 ‘아니야, 소리치지 말자. 쉽게 받아들이자. 나만 안 좋아진다.’ 라고 생각하십시오. 소리를 지르면 지를수록 더 지르게 되는 것이고, 자신만 더 상처받게 되고 자신에게만 나쁜 호르몬이 나와 기분과 건강을 해치게 되어 있습니다. 에베소서 4:27절에 또 “마귀에게 틈을 주지 말라.” 고 하신 말씀은 화로 인하여 마귀가 온다는 것입니다. 마귀는 나의 마음과 생각을 컨트롤(통제)하려고 더욱 나쁜 생각들을 집어넣고 더 화나게 하고, 용서 못하게 할 뿐 아니라 나의 생명까지 앗아갑니다. 마귀에게 마음을 주지 않으려면 감정을 논리와 분리해서 바로 버리셔야 합니다. 모든 것을 너무 깊게 받아들이지 마십시오. 가볍게 ‘이런 일은 흔히 있는 일이야.’ 하고 받아들이세요. 오직 진리를 이해하셔야 합니다. 진리는 일어나는 모든 일들이 아무것도 아닌 짧은 인생의 지나가는 것들이고, 오직 영원한 것은 천국과 천국 것들이라는 것입니다. 그러므로 나쁜 일이 일어나면 ‘화내지 말고 오직 냉정하자. 마음에 깊이 두지 말자. 화를 내면 나만 손해다. 내가 지는 거다.’ 라고 생각하시고 ‘이 일은 별것 아니니 화내지 말고, 냉정하게 해결하자, 피하자.’라고 마음의 화를 컨트롤 하십시오. 컨트롤 할 수 있습니다. 모든 것을 쉽게 생각하시고 평안을 유지하려고 노력하십시오. 화가 난다고, 걱정한다고 상황은 변하지 않습니다. 오직 모든 것을 주님께 아뢰고 차분하게 한 발자국 한 발자국씩 거북이처럼 가세요. 토끼처럼 빨리 가면 저 세상으로 빨리 가게 되어있습니다. 뭐든지 인생은 거북이처럼 편안하게, 차분하게, 지속적으로 오래 가십시오. 서두르지 말고, 복잡하게 살지 마십시오. 단순히 필요한 것들만 마련하며 금방 지나갈 이 인생을 필요 없이 화려하게 살려고

하지 마십시오. 독수리는 편안히 하늘을 날며 쉬면서 쉽게 먹이를 구하지만, 참새는 땅에 가까이 날며, 싸우며, 지저귀며, 성내며, 온갖 위험 가운데에 구질구질하게 삶을 살다가 오래 살지도 못하고 일찍 죽습니다. 오직 성령의 바람에 의지하며 산더미 같은 문제 위를, 기도하며 구름 위를 날 듯 높이 날아오르십시오.

작은 일에 성내고 걱정을 하면 자석처럼 그런 일들이 계속 일어나게 되고, 삶이 불안과 염려로 가득 차게 되어 있습니다. 하지만 성낼 일에 성내지 않고 편안히 받아들이기 시작하면 모든 게 쉬워지고, 견딜만해집니다. 저주는 저주받은 생각에서부터 자석처럼 오게 되어있고, 축복과 평안은 복을 받았다는 생각에서부터 편안히 받아들일 때에 오는 것입니다. 모든 것을 갖고 있는 사람이라고 행복할 거라는 생각은 결코 잘못된 생각입니다. 물론 너무 없어도 저주이지만, 없는 환경에서 감사와 기도를 하시면 주님께서 올려주시고 채워주십니다. 아버지가 좋으신 분이라는 것을 믿고, 믿음으로 기도하세요. 행복은 정말 우리의 생각에 달린 것입니다. 남이 뭐라 하든, 무엇을 하든 절대 신경 쓰지 마시고 그런 자를 오히려 피하시고, 피할 수 없다면 오직 주님과 관계를 더욱 향상시키려고 주님께 매일 나아가세요.

## 성공이란?

세상이 말하는 '돈을 많이 벌어서 잘산다.'는 성공은 진짜 성공이 아닙니다. 진짜 성공은 나의 마음이 주님과 함께 하는 것이고, 주님께서 나를 어떻게 보시는지가 중요한 것이지, 세상 사람들이 나를 어떻게 보던 간에는 성공도 실패도 결코 아닙니다. 예수님은 남들 보기에 짓밟히고 미움 받고, 거절당하고, 버림받아 십자가에 매달려 돌아가셨지만 그는 정말로 하나님 아버지 안에서 성공한 자이고, 깨끗하고 올바르게 살았기 때문에 다시 부활하시어 하나님 우편에 앉게 된 영원히 성공한 우리의 하나님이십니다. 예수님은 남이 무엇을 하던 따라가지 않았습니다. 자기의 시간이 오기 전에 사람들의 관심을 끌려고 한 적이 없었습니다. 남이 무엇을 한다고 해서 따라하려고 하지 마십시오. 오직 주님께서 나에게 원하시는 것만 하시면 됩니다.

남이 돈 벌었다, 장가갔다, 뭐 했다, 성공했다 등은 참새가 남을 보고 질투해서 지저귀는 짓 밖에 되지 않습니다. 모든 세상을 뛰어넘어 주님과 함께 날아오르세요. 규모가 혹은 숫자가 크다고 해서 성공했다는 것은 결코 아닙니다. 오직 주님만을 기쁘시게 하는 자, 예수님처럼 아버지가 하신 말씀을 말하고, 행할 때 진정한 삶의 성취가 있으며 기쁨과 평안이 있습니다. 예수님께서서는 오천 명이 따라왔어도 아버지가 하시는 말씀으로 인하여 모두 자신을 떠나게 하셨습니다. 빵을 먹으러 온 자들을 다 돌려보내시고, 자신을 끝까지 사랑하고 믿고 신뢰하는 몇 안 되는 제자들과 함께 하셨습니다. 결코 숫자로 기뻐하지 마십시오. 신경 쓰지 마십시오. 주님만 나와 함께하시면 모든 것이, 모든 사람들이 함께하지 않아도 기쁘고 평안합니다. 주님 안에서 평안 가운데에서 쉬십시오. 열심히 하는 것은 좋지만, 편안한 마음으로 내 스피드에 맞추어 가면서 부지런히 할 일을 하는 것이 최고로 성공한 삶입니다. 쓸데없이 남보다 앞서가려고 하지 마십시오. '남이 한다는 것은 모두 다 나도 해야겠다.' 라고 하지 마십시오. 우리는 예수님만 모방하여야 하고, 쓸데없는 세상적인 생각을 버려야 합니다. 성령의 바람을 지탱하세요. 하나님께서 시키는 것만 열심히 하십시오. 예수님의 제자들이 고기를 잡으려고 온 밤을 새고 잡았어도 한 마리도 못 잡았습니다. 단지 예수님께서 지시한 대로만 하니 고기들이 배에 넘쳐나게 잡혔습니다. 나의 생각을 버리시고 기도만 붙드시고, 기도할 때 모든 생각을 내려놓으세요. 그럼 주님께서 주님의 생각으로 어떻게 하라고 지시하실 것입니다.

누군가가 내게 상처를 주었을 때, 근심 걱정이 될 때

오직 기도 밖에 없습니다.

“아무것도 염려하지 말고 오직 모든 일에서 기도와 간구로 너희가 요청할 것들을 감사와 더불어 하나님께 알리라. 그리하면 모든 이해를 뛰어넘는 하나님의 평강이 그리스도 예수님을 통해 너희 마음과 생각을 지키시리라. (빌립보서 4:6-7)

예전에 젊은 목회하시는 분이 제 기도그룹을 나누어 양들을 이끌고 나가서 제가 상처를 많이 받고 마음이 괴로웠던 적이 있습니다. 모두 용서하고 잊고 있을 때 쯤, 가까이 하던 또 다른 기도그룹 회원이 그에 관한 일로 저에게 따지고, 배반하고, 그 목사님에게 십일조를 하고 있는 것을 알게 된 후, 저는 한참 속이 상해 있었습니다. 저에게는 한 푼도 준 적이 없었고, 자기가 힘들 때에는 저에게 부탁을 해서 제가 몇 번씩 돈도 보내주었기 때문이었습니다. 그 목사님에게 방언기도를 너무 오래 하는 것은 옳지 않다는 등 많은 가르침을 받고서 저에게 따지기 시작하기에 제가 그러면 방언기도를 많이 하지 말고, 기도그룹을 떠나라고 하였습니다. 마음이 찢겨지고 상처받은 저는 매일 하루 종일 반복되는 우울한 생각 속에서 헤매다가 ‘에잇, 14시간 방언해서 승리하는 게 아니라고? 어디 해보자.’ 하며 큰 소리로 방언하며 아버지를 불렀습니다. 대략 두 세 시간을 그렇게 기도하고 있는데 어느새 마음에 편안함과 더 이상 화가 나지 않는 것을 알게 되었습니다. ‘어, 왜 이러지?’ 머리의 생각으로는 아직 화가 나 있어야 하는데 마음이 더 이상 그렇지 않은 저를 발견한 후, 주님의 말씀이 생각났습니다. “아무것도 염려하지 말고 오직 모든 일에서 기도와 간구로 너희가 요청할 것들을 감사와 더불어 하나님께 알리라. 그리하면 모든 이해를 뛰어넘는 하나님의 평강이 그리스도 예수님을 통해 너희 마음과 생각을 지키시리라.”(빌립보서 4:6-7)

방언 기도는 정말 위력 있는 기도입니다. 자신의 생각을 넘어서는 평안을 줄 수 있는 주님의 기도입니다. 마음에 평안이 없으시다면 기도를 몇 시간이고 계속 하십시오, 오직 주님의 얼굴을 찾으십시오. 예수님께서서 큰 소리로 부르짖어 기도하였듯이 (히브리서 5:7) 그렇게 한 번 해보십시오. 실망하지 않으실 것입니다.

상처를 많이 받고 용서할 마음이 없다면, 오로지 방언기도를 열심히 부르짖고 이 나쁜 감정들과 생각들, 쉽게 상처받는 마음을 가져가 달라고 말하시면서 하루에 3시간 이상씩 기도해보세요. 제가 알던 어느 분은 자신의 부모님을 용서하지 못하여 그들을

증오하고 죽이고 싶은 마음으로 가득하였습니다. 제가 방언으로 하루에 몇 시간씩 쉬지 않고 기도를 하라고 말하였습니다. 놀랍게도 증오로 가득했던 마음은 사라졌고, 3년 만에 자신의 부모님을 용서하고 불쌍히 여기는 마음을 갖게 되었습니다. 후에 다시 한 일주일 뒤에도 또 화가 나는 일이 생겨서 다시 증오하게 되었지만, 같은 방법으로 주님께 방언기도를 하루 종일 올리니 다시 용서하게 되었습니다. 주님께서 주신 방언의 은사가 좋다는 것을 믿고 기도하시면 자연스럽게 하나님의 놀라운 기적을 체험하게 될 것입니다.

무조건 용서해야 합니다. 용서를 하지 않으면 우리의 죄도 용서받지 못하며, 지옥에 가기 때문입니다. 용서할 마음이 없으면 매일 주님께 용서하는 마음을 달라고 간절히 깊은 기도를 해야 합니다. 우리 모두가 작던 크던 누군가에게 분명히 죄를 지었고, 상처를 주었고 나쁜 일도 많이 하였습니다. 우리가 주님께 용서를 받으려면 나에게 죄를 지은 모든 자들을 용서하여야 합니다. “범법을 덮어 주는 자는 사랑을 구하거니와 문제를 거듭 말하는 자는 친한 친구들을 갈라놓느니라.”(잠언17:9)

부정적 판단, 정죄, 옛날 생각, 악한 생각들이 날 때

주님께서서는 남을 판단하고, 비판하고, 정죄하고 뒤에서 욕하는 것을 굉장히 싫어하시고 그것을 악한 죄로 여기십니다. 남에 대해서 그가 어떻다는 등 비판하면 절대 안 됩니다. 우리는 그럴 권리가 없습니다. 사람을 판단하는 것은 오직 주님께서 하시는 일입니다.

“판단하지 말라. 그리하면 너희가 판단을 받지 아니할 것이요, 정죄하지 말라. 그리하면 너희가 정죄를 받지 아니할 것이요, 용서하라. 그리하면 너희가 용서를 받을 것이요” (누가복음 6:37)

“형제들아, 서로 비방하지 말라. 자기 형제를 비방하는 자나 자기 형제를 판단하는 자는 율법을 비방하며 율법을 판단하는 자니라. 그러나 만일 네가 율법을 판단하면 율법을 행하는 자가 아니요 판단하는 자로다. 율법을 주시는 이가 한 분 계시는데 그분께서 능히 구원하기도 하시며 멸하기도 하시느니라. 남을 판단하는 너는 누구냐? (야고보서 4:11-12)

“너희는 모든 쓴 것과 진노와 분노와 소리 지르는 것과 비방하는 것을 모든 악의와 함께 버리고 서로 친절히 대하여 상냥한 마음을 품고 서로 용서하기를 [하나님]께서 그리스도로 인하여 너희를 용서하신 것 같이 하라.” (에베소서 4:31-32)

“극진히 사랑하는 자들아, 너희 스스로 원수를 갚지 말고 도리어 진노하심에 맡기라. 기록된바, 원수 갚는 일은 내 것이니 내가 갚으리라. 주가 말하노라, 하였느니라. 그러므로 네 원수가 주리거든 그를 먹이고 그가 목마르거든 그에게 마실 것을 주라. 그리함으로 네가 그의 머리 위에 불타는 쏙을 쌓으리라. 악에게 지지 말고 도리어 선으로 악을 이기라.” (로마서 12:19-21)

우리에게 나쁜 생각과 감정이 들 때마다 이렇게 주님께 기도하세요. “주님, 저에게서 남을 정죄하는 죄를 가져가 주시옵소서. 이런 나쁜 습관을 제거해 주시옵소서. 저는 스스로 할 수 없으니 저를 도와주시옵소서.” 또 우울한 감정과 사악한 마음과 나쁜 생각이 들 때마다, “주님, 이 부정적인 감정과 생각들을 모두 가져가 주시옵소서. 혼자 힘으로 이길 수 없나이다. 도와주시옵소서! 이 죄악에서 벗어나게 하시옵소서!” 하고 매일 기도 하십시오. 물론 여러분의 삶이 세상에 사로잡혀서 세상 엔터테인먼트에 깊이 빠져있다면, 이런 나쁜 감정, 습관, 생각은 다시 들어오게 됩니다. 주님과 세상을 함께 겸하여 사랑할 수는 없습니다. 세상 것들을 과감히 포기하십시오.

제가 알고 있는 사람 중에 어렸을 때 부모나 다른 사람들에게 상처를 많이 받아 쉽게 남을 미워하고, 부정적이었던 사람이 4개월 동안 매일 이렇게 기도하여 주님께 고침을 받고, 부정적인 생각에서 놓임 받아 긍정적으로 변화되고, 불평하지 않게 되었습니다. 만약 여러분이 불평하고 불만스러워하고 있다면 지금 바로 주님께 “주여, 불평과 불만의 생각들, 습관들을 모두 제거해 주시옵소서.” 하고 매일 기도하십시오.

또 반대로 매일 “주님, 저에게 사랑하는 마음을 주시옵소서. 인내하고 용서하는 마음을 주시옵소서. 긍정적인 생각들을 하게 하시옵소서. 좋은 생각을 주시옵소서.” 이렇게 기도하십시오. 받을 믿음이 없다면, 수시로 “믿음을 주시옵소서!” 지혜가 없다면 “지혜를 주시옵소서!” 하며 기도한 것을 받은 줄로 믿으시기 바랍니다. “너희가 기도할 때에 무엇을 원하든지 너희가 그것들을 받는 줄로 믿으라. 그리하면 너희가 그것들을 받으리라.”(마가복음 11:24) 의심이 드십니까? 그러면 “주님 제 의심을 가져가옵소서!” 하며 매일 기도하십시오.

주님과 함께 하면 모든 것이 가능합니다. 믿음으로 기도를 하시고 주님께 악한 감정들과 문제들을 모두 맡기십시오. 모든 악한 감정들을 다 주님께 드리십시오. 오늘도 부르짖으며 소리 내어 항상 기도하시기를 축원합니다.





