

## 1 장: 아래로 (Way down)

### 1 장 내 혼안의 [ ] 인식하기(마 11:28-30)

(마 11:28-30) 수고하고 무거운 짐 진 모든 자들아, 너희는 내게로 오라. 내가 너희에게 안식을 주리라. 29. 나는 마음이 온유하고 겸손하니 내 멍에를 메고 내게 배우라. 그리하면 너희가 너희 혼을 위한 안식을 찾으리니 30. 내 멍에는 쉽고 내 짐은 가벼우니라...”

서론: 소음은 나를 정신없게 만드는 생각들

물질영역에서의 소음은 [ ]으로 구성되어 있다.

정신영역에서의 소음은 [ ]로 구성되어 있다.

#### I. 혼안의 소음은 어떤 소리들인가?

##### A. 마 11:28-30

1. “수고하고..” - 연타로 맞은; 두드려맞은; 피곤에 지친;
2. “짐 진” - 짐에 눌린 - 짐이 가득실린 배같이 가라앉은 - can't take anymore.

##### B. 어떤 소음들이 나의 혼을 정신없이 만들고 화평을 앗아가고 있나?

1. 걱정(anxiety)과 두려움(fear)의 소리
  2. 낙담(discouragement)과 절망(despair)의 소리
  3. 분노(anger)와 좌절(frustration)의 소리
  4. 원한(bitterness)과 미워함(hatred)소리
  5. 정욕(lust)과 탐욕(greed)의 소리
  6. 죄책감과 수치스러움의 소리
  7. 소유(possessions)과 인정(position)의 소리
  8. 강박관념(obsessions)과 중독(addictions)의 소리
  9. 오락(entertainment)과 오락(recreation)의 소리
- ☞ 위의 소음을 모두 모으면 어떨까요? 귀가 떨어질 듯 큰 소리일 것입니다. 이 많은 생각들이 내 혼 안에 가득해 있으니 어떻게 미세한 하나님의 음성을 들을 수가 있을까요? 이것은 우리 주님의 제자들을 향한 원하심과 얼마나 거리가 먼지요 (요 14:27).

#### II. 내 혼안의 소음이 왜 위험한가?

- A. 신체적으로 - 소란한 혼은 몸에게 해를 입힙니다.
- B. 영적으로 - 소란스런 혼은 하나님으로부터 떨어진 상태를 [ ]해줍니다.

#### III. 내 혼의 소음의 하나님의 치료책은? - 마 11:28-30

- A. 내게로 오라! (마 11:28) - [ ]로의 부르심
- B. 와서 나와 같이 되라 (마 11:29) - [ ]로의 부르심
  1. 기꺼이 지시받으려고 하라 (Be willing to be governed) - “온유함”
    - a) 소음을 만드는 가장 큰 원인은 [ ]입니다.
    - b) “[ ]”는 지칠줄 모르는 소음제조기(noisemaker)입니다. 마치 엄마 무릎위에 있는 배고픈, 아직 젖떼지 않은 아기와 같습니다 (시 131).
  2. 기꺼이 [ ]해지길 원해야 합니다 - “...마음이 겸손하니...”

결론: 나는 반드시 그리스도께로 가까이 다가가야 하며, 그분과 같이 [ ]되고자 마음을 정해야 합니다. 그럴 때 내 안의 소음을 잠재울 수 있습니다.