

낙심케 하는 세상에서 용기를 불어넣기 IMPARTING COURAGE IN A DISCOURAGING WORLD

By Robert J. Tamasy

직장인들을 대상으로 하는 설문조사에서, 그들에게 가장 필요한 것을 묻는다고 가정해 보겠습니다. 아마도 더 많은 교육, 업무를 마칠 수 있는 더 많은 시간, 더 많은 보수와 복지 혜택, 프로젝트를 위한 더 많은 도움 등을 꼽을 것입니다. 그러나 우리가 인정하지 않더라도, 모두에게 필요한 한 가지는 아마도 필요하다고 느끼는 것들의 목록에서 한참 아래에 있을 것입니다. 그것은 바로 격려입니다.

Suppose a survey were taken of workers, asking them to cite their greatest needs. They probably would list things like more training, more time for completing assignments, more compensation, more benefits, more help with projects, things like that. Probably well down the list of felt needs would be something we all need, even if we do not acknowledge it: Encouragement.

우리는 인정하지 않을 수 있겠지만, 새로운 일을 시작할 때든, 다른 역할로 옮길 때든, 오랫동안 같은 일을 해왔을 때든 낙심에 빠지는 순간이 있습니다. 예상한 대로 진행되지 않는 세심한 계획, 기대했던 만큼 긍정적인 반응을 얻지 못한 제안, 한 주가 끝나가는데도 여전히 해야 할 일이 많이 남아 있어 책임감에 짓눌릴 수도 있습니다. 또는 많은 시간을 더 들이고 한 걸음 더 나아가 맡은 일은 완수했지만 '고맙다'는 말조차 듣지 못할 수도 있습니다.

We might not admit it, but whether starting a new job, transitioning into a different role, or having been doing work for some time, there are moments when we can fall prey to discouragement. Perhaps a meticulous plan that does not unfold as expected. Or a proposal does not get the positive reception you had hoped. Or being weighed down by responsibilities, with the week coming to an end and there is so much work yet to be done. Or working many extra hours, go the 'extra mile,' completing the assignment and not receiving even a 'thank you.'

오랫동안 사람들은 저를 격려자로 불러왔습니다. 하지만 저는 거기에도 다른 면이 있다는 것을 알게 되었습니다. 바로 쉽게 낙심할 수도 있다는 것입니다. 제가 잡지 편집자로 일하던 시절, 매호를 함께 만드는 일은 복잡하고 고된 과정이었습니다. 대부분은 완성된 결과물을 보는 것이 큰 보람이었습니다. 그러나 가끔은 기대에 미치지 못할 때가 있었고, 그럴 때면 실망스럽고 낙심되었습니다.

Over the years, people have called me an encourager, but I have learned there is a flip side to that – it is easy to become discouraged. During my years as a magazine editor, putting each edition together was a complicated, arduous process. Most of the time seeing the finished product was very rewarding. But once in a while, we fell short of expectations; that would be disappointing and discouraging.

이러한 이유로, 누군가가 잡지나 특정 기사에 대해 저와 직원들에게 칭찬을 해줄 때 큰 힘이 되었습니다. 우리의 노력이 영향을 미치고 있다는 말을 듣는 것은 격려가 되었습니다. 이것이 제

가 다른 사람들을 격려할 기회를 알아보려고 노력하는 이유 중 하나입니다. 성경에서 제가 가장 좋아하는 인물 가운데 한 사람은 요셉이라는 사람입니다. 그는 '격려의 아들'이라는 뜻의 바나바라는 별명을 가지고 있습니다. 격려란 기본적으로 다른 사람에게 용기를 불어넣는 것을 의미합니다. 바나바는 여러 방식으로 사람들을 격려했습니다. 우리는 그에게서, 그리고 잠언에서도 많은 것을 배울 수 있습니다.

For that reason, it meant a lot when someone would offer a compliment to me and the staff about the magazine or a particular article. It was encouraging to hear when our efforts were making an impact. This is one reason I have tried to recognize opportunities to encourage others. One of my favorite people in the Bible is a fellow named Joseph who was given the nickname Barnabas, which literally means "son of encouragement." Encouragement basically means to impart courage to others. Barnabas encouraged others in many ways, and there is much we can learn from him, as well as from the book of Proverbs:

때에 맞는 말 건네기. 때로 사람들에게 필요한 것은 힘든 시간을 지나고 있을 때 마음을 일으켜 세워주는 인정의 말입니다. 많은 말을 해야 하는 것도 아니며, 또는 아무 말도 할 필요가 없습니다. 그저 누군가의 곁에 함께 있어 주는 것만으로도 우리가 그 사람을 염려하고 있다는 것을 보여줄 수 있습니다. "근심이 사람의 마음에 있으면 그것으로 번뇌하게 되나 선한 말은 그것을 즐겁게 하느니라" (잠언 12:25)

Providing a timely word. Sometimes all people need is affirmation, something to lift their spirits when going through a difficult time. It does not require saying a lot, or anything at all. At times just coming alongside someone and being present can show that we care about them. *"An anxious heart weighs a man down, but a kind word cheers him up"* (Proverbs 12:25).

사람들이 아파하고 있을 때를 알아차리기. 누군가를 보기만 해도 그 사람이 힘든 하루를 보내고 있다는 것을 알 수 있었던 적이 있나요? 직장 동료와 심하게 다툰 수도 있고, 가정에 문제가 있을 수도 있습니다. 격려의 말은 큰 도움이 될 수 있습니다. "칼로 찌름 같이 함부로 말하는 자가 있거니와 지혜로운 자의 혀는 양약과 같으니라" (잠언 12:18)

Recognizing when people are in pain. Have you ever had a time when just looking at someone told you they were having a bad day? Perhaps they had a harsh disagreement with a coworker, or there were problems at home. Words of encouragement can go a long way to help. *"Reckless words pierce like a sword, but the tongue of the wise brings healing"* (Proverbs 12:18).

구체적인 행동으로 사람들을 격려하기. 우리가 하는 말은 매우 중요하지만, 때로는 실제적인 방법으로 우리의 지지를 보여줄 수도 있습니다. "구브로에서 난 레위족 사람이 있으니 이름은 요셉이라 사도들이 일컬어 바나바라(번역하면 위로의 아들이라) 하니 그가 밭이 있으며 팔아 그 값을 가지고 사도들의 발 앞에 두니라" (사도행전 4:36-37)

Encouraging people tangibly. The words we speak are very important, but there are times when we can demonstrate our support in tangible ways. *"Joseph...whom the apostles called Barnabas...sold a field he owned and brought the money at the apostles' feet"* (Acts 4:36-37).

다른 사람의 가장 좋은 점 보기. 다소 사람 사울이 예수 그리스도를 만나 극적인 영적 변화를 경험한 후, 바나바는 한때 크리스천들의 적이었던 그의 곁에 설 용기를 냈고, 그가 정말로 '빛을 보았다'는 사실을 인정해 주었습니다. "[사울이] 제자들을 사귀고자 하나 다 두려워하여 그가 제자 됨을 믿지 아니하니 바나바가 데리고 사도들에게 가서 그가 길에서 어떻게 주를 보았는지와

..." (사도행전 9:26-27) 사도행전 15:36-39에서는 바나바가 그의 조카인 마가 요한에게도 이와 비슷한 지지를 보여준 것을 볼 수 있습니다.

Seeing the best in others. After Saul of Tarsus (who became the apostle Paul) encountered Jesus Christ and experienced a dramatic spiritual transformation, Barnabas had the courage to come alongside the one-time enemy of Christians and affirm he had truly "seen the light." "[Saul] tried to join the disciples, but they were afraid of him.... But Barnabas...told how he had seen the Lord..." (Acts 9:1-27). We see Barnabas offered similar support to his nephew, John Mark, in Acts 15:36-39.

묵상과 토론

Reflection/Discussion Questions

1. 어떤 사람들은 매일 아침 긍정적인 태도로 하루를 시작하며, 어떤 일이 닥치더라도 기꺼이 맞설 준비가 되어 있습니다. 반면 어떤 사람들은 무엇이 잘못될지 걱정하거나 자신이 하는 일이 과연 가치가 있는지 의문을 품으며 낙심한 마음으로 일합니다. 여러분은 어느 쪽인가요? 그 이유를 설명해 보세요.

Some people start each day usually with an upbeat attitude, eager to take on whatever comes their way. Others approach their work with a sense of discouragement, wondering what might go wrong or even if what they do is even worthwhile. Which are you? Explain your answer.

2. 일터에서든, 학교에 다닐 때든, 다른 활동을 하는 중이든 누군가가 특별한 방식으로 여러분을 격려해 주었던 때를 떠올려 보세요. 그 격려는 여러분에게 어떤 의미였나요?

Try to remember a time when someone encouraged you in a special way, whether at work, while you were in school, or in the midst of some other activity. What did that mean for you?

3. 일터가 크게 낙심하게 되는 장소가 될 수 있다는 것을 본 적이 있나요? 그렇다면 왜 그렇다고 생각하나요?

Have you observed that the workplace can become a place of great discouragement? If so, why do you think this is so?

4. 여러분은 어떤 방법으로 다른 사람들을 격려하기 위해 노력할 수 있을까요? 그리고 여러분이 일하는 곳에서 격려하는 분위기를 어떻게 만들어갈 수 있을까요?

What are some ways you can strive to encourage others – and cultivate an atmosphere of encouragement where you work?

※ 참고: 성경에서 이 주제에 관련된 내용을 더 알고 싶다면, 아래 구절을 참고하세요.

잠언 16:21, 24, 20:15, 사도행전 12:25, 15:36-41, 고린도후서 1:3-7, 히브리서 10:23-25

NOTE: If you have a Bible and would like to read more, consider the following passages:

Proverbs 16:21,24, 20:15; Acts 12:25, 15:36-41; 2 Corinthians 1:3-7; Hebrews 10:23-25

- **(잠언 16:21)** 마음이 지혜로운 자는 명철하다 일컬음을 받고 입이 선한 자는 남의 학식을 더하게 하느니라
- **(잠언 16:24)** 선한 말은 꿀송이 같아서 마음에 달고 뼈에 양약이 되느니라
- **(잠언 20:15)** 세상에 금도 있고 진주도 많거니와 지혜로운 입술이 더욱 귀한 보배니라
- **(사도행전 12:25)** 바나바와 사울이 부조하는 일을 마치고 마가라 하는 요한을 데리고 예루살렘에서 돌아오니라
- **(사도행전 15:36-41)** 36 며칠 후에 바울이 바나바더러 말하되 우리가 주의 말씀을 전한 각 성으로 다시 가서 형제들이 어떠한가 방문하자 하고 37 바나바는 마가라 하는 요한도 데리고 가고자 하나 38 바울은 밤빌리아에서 자기들을 떠나 함께 일하러 가지 아니한 자를 데리고 가는 것이 옳지 않다 하여 39 서로 심히 다투어 피차 갈라서니 바나바는 마가를 데리고 배 타고 구브로로 가고 40 바울은 실라를 택한 후에 형제들에게 주의 은혜에 부탁함을 받고 떠나 41 수리아와 길리기아로 다니며 교회들을 견고하게 하느니라
- **(고린도후서 1:3-7)** 3 찬송하리로다 그는 우리 주 예수 그리스도의 하나님이시요 자비의 아버지시요 모든 위로의 하나님이시며 4 우리의 모든 환난 중에서 우리를 위로하사 우리로 하여금 하나님께 받는 위로로써 모든 환난 중에 있는 자들을 능히 위로하게 하시는 이시로다 5 그리스도의 고난이 우리에게 넘친 것 같이 우리가 받는 위로도 그리스도로 말미암아 넘치는데도 6 우리가 환난 당하는 것도 너희가 위로와 구원을 받게 하려는 것이요 우리가 위로를 받는 것도 너희가 위로를 받게 하려는 것이니 이 위로는 너희 속에 역사하여 우리가 받는 것 같은 고난을 너희도 견디게 하느니라 7 너희를 위한 우리의 소망이 견고함은 너희가 고난에 참여하는 자가 된 것 같이 위로에도 그러할 줄을 앎이라
- **(히브리서 10:23-25)** 23 또 약속하신 이는 미쁘시니 우리가 믿는 도리의 소망을 움직이지 말며 굳게 잡고 24 서로 돌아보아 사랑과 선행을 격려하며 25 모이기를 폐하는 어떤 사람들의 습관과 같이 하지 말고 오직 권하여 그 날이 가까움을 볼수록 더욱 그리하자

이번 주 도전 Challenge for This Week

새로운 한 주를 시작하는 지금, 여러분의 마음은 어떤가요? 격려를 받고 낙관적인가요? 아니면 다소 낙심하고 비관적인가요? 혹은 그 중간쯤인가요?

As you start a new week, how are you feeling? Are you encouraged and optimistic? Or are you somewhat discouraged and pessimistic? Or somewhere in between?

낙심하고 있다면 가까운 친구나 조언자, 멘토처럼 신뢰하는 사람에게 여러분의 마음을 나누고 기도를 부탁드립니다. 어쩌면 그들이 여러분에게 필요한 격려를 건넬 수도 있습니다. 반대로 여러분이 격려 받고 있다면, 격려의 말이나 다른 형태의 지지와 인정을 필요로 하는 사람에게 하나님께서 여러분을 인도해 주시도록 기도하십시오. 그리고 궁극적으로 주님께서 우리의 가장 큰 격려의 근원이심을 기억하십시오.

If you are discouraged, share how you feel with someone you trust – a close friend, advisor, mentor – and ask for their prayers. Perhaps they will offer you needed encouragement. If you are feeling encouraged, pray for God to lead you to someone who needs some words of encouragement or another form of support and affirmation, remembering that ultimately the Lord is our greatest source of encouragement.