

## 경건함을 위한 훈련

**핵심 구절:** “경건함을 위하여 자신을 단련하라.  
육체의 단련은 이득이 조금 있을 뿐이나, 경건함은  
모든 일에 유익하니, 이는 현세와 내세에 대한  
약속을 지니기 때문이라.”

**디모데전서 4:7,8**

**선별된 성경 구절:**

**디모데전서 4:7-16**

사도 바울은 디모데에게 보낸 첫 편지에서 그를 “믿음 안에서 내 친아들”이라 불렀다(디모데전서 1:1,2). 바울이 처음 디모데를 사역으로 부를 때 그가 자신감이 부족했음을 보여주는 증거가 있다. 사도는 이후 디모데의 어머니와 할머니가 보여준 믿음을 상기시키며, 그가 “두려움의 영”에 굴복하지 않도록 권면했다(디모데후서 1:5-7). 또 다른 경우에 바울은 고린도 교인들에게 디모데가 방문할 때 그를 위협하지 말라고 당부하며, 그가 불안해할 수 있음을 인지하고 있음을 보여줍니다(고린도전서 16:10).

본문에서 사도는 디모데에게 "네가 젊다고 아무도 너를 멸시하지 못하게 하라"(디모데전서 4:12)고 권면합니다. 비록 개인적인 성격의 권면이지만, 바울이 디모데에게 한 격려는 교회 각 성도에게도 적용될 수 있습니다.

본문의 핵심 구절에서 바울은 디모데에게 육체적 훈련과 경건함의 대조를 생각하라고 권면한다. 한 번역본은 이렇게 기록한다: "육체 훈련은 어느 정도 가치가 있으나, 경건함은 모든 것에 유익하여 현재의 삶과 장차 올 삶에 대한 약속을 지닌다." 수많은 연구가 운동의 심리적 이점을 입증해 왔는데, 우울증과 불안 증상 감소, 스트레스 수준 저하, 자존감과 자신감 향상 등이 포함된다. 바울은 육체적 운동을 시간 낭비로 치부하지 않고 가치 있는 것으로 칭찬합니다. 사도는 다른 곳에서 우리 몸이 하나님께서 주신 성령의 전이며 그리스도의 보배로운 피로 사신 것임을 밝힙니다. 그러므로 우리는 하나님을 영화롭게 하기 위해 그분의 사역에 적합하도록 자신을 건강하게 유지해야 합니다. 고린도전서 6:19,20

신체 운동의 실용적 가치를 인정한 바울은 곧바로 "경건"을 실천하는 것이 더 뛰어나다고 강조합니다.

그는 디모데가 목회적 의무를 잊거나 소홀히 했기 때문이 아니라, 계속해서 그 길을 걷도록 격려하기 위해 그 의무를 상기시킵니다. 디모데에게 교회에 모든 속된 것과 허황된 교리를 거부하고 배척하며 참된 경건을 실천하도록 권면하라고 지시합니다. 그는 형제들이 하나님의 신실하심을 인정하고 신성한 메시지의 받아들여짐을 보도록 격려해야 한다. 디모데는 그리스도를 위해 수고하고 모욕을 당하는 특권을 믿는 자들에게 상기시켜야 한다. 그는 그들에게 "모든 사람의 구주이신 살아 계신 하나님을 신뢰하라"고 가르쳐야 한다. 디모데전서 4:7-10

바울은 젊은 디모데에게 "믿는 자들의 본이 되라"(디모데전서 4:12)고 말합니다. 그의 말과 행실, 사랑과 영과 믿음과 순결이 본이 되어야 하며, 이는 단지 공개적인 설교에서만 아니라 일상생활의 모든 일에서도 그러해야 합니다. 그러한 본은 반드시 내면, 곧 그의 마음과 생각에서부터 시작되어야 합니다. 그런 다음 그의 그리스도인 인격의 내적 은혜가 말과 행실과 행동을 통해 외적으로 드러나야 한다. 바울은 디모데에게 권면하며 이렇게 결론짓는다. "내가 갈 때까지 네가 읽는 일과 ... 교훈에 전념하라. 네 안에 있는 은사를 소홀히 하지

말고 ... 이 일들을 깊이 생각하며 온전히 그 일에 힘쓰라." (디모데전서 4:13-15)

모든 그리스도인의 소명과 신실함은 "의와 참된 거룩함"의 원칙 위에 세워집니다(에베소서 4:24). 신자들은 하나님의 성품을 반영하도록 부르심을 받았습니다: "너희를 부르신 이가 거룩하신지라 너희도 모든 행실에서 거룩하여지라"(베드로전서 1:15).