

## **SLIDE ONE: Life of Christ and the Two Standards**

### **슬라이드 1: 그리스도의 삶과 두개의 깃발**

**SLIDE TWO:** In the Preparation Days you came to know how God created you, loves you into being and maintains your existence here on earth. You were invited to experience God's unconditional love for you and to participate more intentionally in your relationship with God than ever before. Since God created you and continues to love you unconditionally, you grasped the validity of Ignatius' Principle and Foundation – that your very purpose in life is to know, love and serve God.

슬라이드 2: 당신은 준비기간 동안 하느님께서 당신을 어떻게 창조하셨는지 알게 되었고, 또한 당신의 존재를 사랑하시어 지상에 살게하셨다는 것을 알게 되었습니다. 당신은 당신을 향한 하느님의 무조건적인 사랑을 경험하고 이전보다 더 하느님과 친밀한 관계를 맺도록 초대 되었습니다. 당신은 하느님께서 당신을 만드셨고 무조건적으로 지속적인 사랑을 베푸시기 때문에, 당신의 궁극적인 삶의 목적은 하느님을 알고 사랑하며 봉사하기 위한 것이라는 이나시오 영신수련의 원리와 목적의 중요성을 인식하게 되었습니다.

In the First Week of the Exercises, you began to see your shortcomings in living out your relationship with God, the ways that you have taken the blessings of your life for granted, and failed to live out of gratitude or return God's love wholeheartedly. Happily, you also received God's mercy and forgiveness – you experienced the reality that God's love does not need to be earned, and that God came to life in this world in the person of Christ precisely to reveal God's mercy and forgiveness.

영신수련의 첫째 주에서, 당신은 하느님과 관계를 맺고 살아가는데 당신이 부족하다는 것, 주어진 축복들을 당연하게 여겨왔다는 것들, 온전히 은총에 감사하며 살지 못해왔고, 온 마음으로 하느님께 사랑을 돌려드리지 못하고 있다는 것을 깨닫기 시작했습니다. 다행히도 당신은 하느님의 자비와 용서도 더불어 받았습니다. 당신은 하느님의 사랑을 얻기위해 애쓸 필요가 없으며 하느님께서 당신의 자비와 용서를 드러내기 위해 사람이 되시어 그리스도로 이 세상에 오셨다는 사실을 알게 되었습니다.

You met Jesus hanging on the cross, willing to make the supreme sacrifice of his life rather than deny the truth of God's saving love for us. "While we were still sinners, Christ died for us." (Romans 5:8) You gratefully accepted Christ's saving action on your behalf and pondered how to respond – "What WILL I do for *him*?" If you've begun the Second Week, you've started to formulate an answer to your question, as the Risen Christ has already invited you to join his cause of bringing about God's Kingdom on earth or The Kingdom Meditation. You are called to respond as generously as you can and to follow Jesus.

당신은 십자가에 달린 예수님을 만났습니다. 예수님께서서는우리를 구하고자 하시는  
하느님의 사랑을 회피하는 대신 자신의 생명을 기꺼이 희생하셨습니다. “우리가 아직  
죄인이었을 때에 그리스도께서 우리를 위하여 돌아가셨습니다.”(로마서 5:8). 당신은  
당신을 대신하여 돌아가신 그리스도의 구원의 행위를 감사히 받아들이고 “그분을 위해  
나는 무엇을 할 것인가?”라는 질문에 어떻게 응답할까에 대해 숙고 하였습니다. 만약 두번  
째 주를 시작하였다면 당신은 그 질문에 대한 답을 구체화하기 시작한 것입니다. 왜냐하면  
이미 부활하신 그리스도께서 지상에 하느님 나라를 이루거나 그것에 대한 목상을  
일으키시려는 그분의 대의에 당신을 초대하셨기 때문입니다. 당신은 가능한한 관대하게  
응답하며 예수님을 따르도록 부름을 받았습니다.

**SLIDE THREE:** This phase of the Exercises is all about the process of your growth as a disciple of Christ. Jesus has essentially taken you on as his apprentice. He will be teaching you how to act as his agent in your life world, providing the healing you need for this process, and helping you build the skills and attitudes you’ll be using in his service. It may also be that Jesus will give you a particular assignment in his service – either how to live out your current vocation in a more Christ-like manner, or perhaps a new mission entirely.

슬라이드 3: 이 단계의 영신수련은 그리스도의 제자로서 당신의 성장 과정에 대한  
것입니다. 예수님은 당신을 제자로 삼으셨습니다. 예수께서는 당신이 삶에서 예수님의  
대리자로서 어떻게 행동해야 하는지 가르쳐주실 것이며, 이과정에 필요한 치유도 해주실  
것입니다. 또한 여러분이 예수님의 사업에 사용하게 될 기술과 태도들을 형성하도록 도울  
것입니다. 예수님께서 당신에게 특별한 임무를 주실 수도 있습니다. 그것은 지금 하고있는  
일을 그리스도와 더 닮은 방식으로 행하거나 완전히 새로운 임무일 수도 있습니다.

The grace you pray for throughout most of the Second Week is to know Jesus more intimately, love him more deeply, and follow him more closely. This is the “Day by Day” grace from Godspell – “to see thee more clearly, love thee more dearly, follow thee more nearly”  
The ordering of these graces is important. We have to be on intimate terms with Jesus (knowing and loving him) before we can have much success in following or serving him.

대부분의 둘째 주 동안 당신이 청할 은총은 예수님과 더 친밀하게 알고 더 깊이 사랑하며 더 가깝게 따르는 것입니다. 이것은 “하느님을 더 확실히 보고, 더 깊이 사랑하며, 더 가까이 따르는” 복음이 주는 “매일 매일”의 은총입니다. 이 은총들의 순서는 중요합니다.

우리가 예수님과 더 친근해져야 예수님을 더 잘 따르거나 예수님을 위해 일을 할 수 있습니다.

Throughout the Second Week, you will be contemplating and meditating on the events of Jesus' life, beginning with his conception in the womb of Mary, through his birth, childhood and growing-up years, and into his active ministry. We talked a bit last time about how to use Ignatian contemplation in praying over the events of Jesus' life. This is a wonderful means to grow in intimacy with the Lord, as he will truly be interacting with you through your graced imagination. Alternatively, you may prayerfully read and reflect on some of the scripture stories, seeking out their meaning for the characters involved and for your own life. In Ignatian terms, this is meditation.

둘째 주를 통해 당신은 예수가 마리아의 태중에 잉태된 것을 시작으로, 예수의 탄생과 어린시절 그리고 성장시기와 그분의 선교 활동 시기에 이르기까지 예수님의 삶에서 일어난 사건들을 관상하고 묵상할 것입니다. 지난 번에 우리는 예수님의 생애 사건들의 기도하는데 어떻게 이냐시안의 관상 기도를 사용할 것인지에 대해 조금 언급했습니다. 관상은 주님과 친밀함을 키우는 좋은 수단입니다. 왜냐하면 주님은 당신의 은혜로운 상상력을 통해 당신과 진실로 교감하실 것이기 때문입니다. 다른 방법으로는 성경 이야기를 기도하는 것처럼 읽고 성찰해서 이야기에 관련된 인물들과 또한 당신 자신의 삶에 대한 의미를 찾는 것입니다. 이것을 이냐시오 용어로 묵상이라고 합니다.

**SLIDE FOUR:** The apparent purposes of The Two Standards meditation is to begin to teach retreatants “discernment of the spirits.” This means to be able to trace whether our motivations and actions are inspired by the good spirits, or by the spirits of evil. Being able to tell the difference enables us to embrace the attitudes and behaviors promoted by the good spirits and reject those proposed by the evil.

슬라이드 4: 두개의 깃발 묵상의 분명한 목적은 피정자들에게 “영들의 식별” 을 가르치기 시작하는 것입니다. 영들의 식별이란 우리의 동기와 행위들이 선한 영들에 의한 것인지 악한 영들에 의한 것인지 알아낼 수 있음을 뜻합니다. 이 두가지의 차이를 안다는 것은 선한 영들로 부터 오는 태도와 행동들을 격려하고 악한 영들로부터 온 것들은 배척할 수 있게 합니다.

Another purpose of the Two Standards exercise is to firm up your commitment to serve Christ and his Kingdom, despite the fact that doing so will sometimes mean hardship and sacrifice. You made that commitment in a preliminary way in the exercise of The Call of Christ the King.

The Two Standards Exercise affirms your preliminary commitment and gives you a greater understanding of what that commitment will mean in practice.

두개의 깃발 수련의 또 다른 목적은, 그리스도를 섬기는 것이 때로 고난과 희생을 의미한다는 사실에도 불구하고, 그리스도와 그분의 나라를 섬기겠다는 당신의 약속을 굳건히 하는 것입니다. 당신은 그리스도의 왕의 부르심에 대한 수련에서 예비적 형태로 그 약속을 한 바 있습니다. 두개의 깃발 수련은 당신의 예비 약속을 확인하고 이 약속이 실제로 무엇을 의미하는지 더 많이 깨닫게 해줍니다.

Ignatius based The Two Standards meditation on medieval battle customs. Each commander-in-chief had a standard, which was a huge triangular flag suspended from the top of a tall pole and emblazoned with the commander's coat of arms. A knight on horseback would carry the standard into battle so that all the commander's troops could rally behind it and stay together in the chaos of combat. The idea is that we retreatants want to stand firmly under Christ's standard and to shun the standard of Satan. This requires understanding the "battle tactics" of each leader.

이냐시오의 두개의 깃발 목상은 중세 시대의 전투 방법을 기반으로 만들었습니다. 각 총사령관은 깃발(Standard)을 가지고 있었습니다. 그것은 장대 꼭대기에 매달린 커다란 삼각형 깃발로 사령관의 문장이 새겨져 있었습니다. 말을 탄 기사가 이 깃발을 들고 전투에 나가면 그 사령관의 모든 병사들이 전투의 혼란중에 그 깃발 아래 함께 뭉쳐있을 수 있었습니다. 이 아이디어는 우리 피정자들이 그리스도의 깃발 아래 굳건히 서있으면서 사탄의 깃발을 차단한다는 것입니다. 그러므로 우리는 각 지도자의 "전투 전략"을 이해할 필요가 있습니다.

**SLIDE FIVE:** Thus, the grace prayed for (in a direct translation of Ignatius' words) is "a knowledge of the deceits of the bad leader and help to guard myself against them; and knowledge of the true life which the supreme and true captain shows and grace to imitate him."

슬라이드 5: 그러므로, 청하는 은총(이냐시오의 말을 직역하면)은 "나쁜 지도자의 속임수를 아는 것과 속임수에 대항하여 우리 자신을 방어할 수 있도록 도움을 주시기를 청하고;; 그리고 위대하고 참된 사령관이 보여주는 진정한 삶에 대해 아는 것, 그를 따라할 수 있는 은총을 청합니다."

**SLIDE SIX:** Ignatius details the false enticements of the Enemy and his servants: riches, honor, and pride. Jesus was confronted with these exact temptations during his forty days in the desert. Things haven't changed much in the last five centuries, have they?

- "Riches" could mean any material things to which you're "inordinately attached."

- “Honor” refers to the positive regard of other people.
  - While a good reputation can be an asset in serving Christ, if one is “inordinately attached” to it, he or she may be tempted do bad things to gain or retain others’ approval.
- “Pride” does not refer to the realistic self-esteem of one who knows he/she has been created and redeemed as a child of God.
  - Pride in this context is a sense of arrogance and entitlement – “I am pretty hot stuff; pay attention to me! What’s good for me is all that I care about.”

**슬라이드 6:** 이냐시오는 원수와 그의 추종자들의 부, 명예, 자부심과 같은 거짓 유혹에 대해 자세히 설명합니다. 예수님께서서는 40일간의 광야의 유혹동안 이것과 똑같은 유혹들과 마주하였습니다.

이냐시오 이후 지난 5세기 동안에 상황이 많이 바뀐것 같지 않습니다. 그렇지 않습니까?

- “부”는 여러분이 “무분별하게 집착”하고 있는 어떤 물질적인 것들을 의미합니다.
- “명예”는 다른 사람의 긍정적인 평가를 의미합니다.
  - 좋은 평판은 그리스도를 섬기는데 있어 자산이 되기는 하지만 그것에 “무분별한 집착”을 하면 그 사람은 다른 사람으로부터 인정을 얻기 위해 좋지 않은 일을 하고 싶은 유혹을 받을 수도 있습니다.

\* “자부심”은 자신이 하느님의 자녀로 창조되고 구원되었다는 것을 아는 사람의 실질적인 자부심을 의미하지는 않습니다.

- 여기서의 자부심은 “나는 꽤 유능한 사람이야; 내 말 잘들어! 나는 나에게 유익한 것들에만 관심있어.” 와 같은 오만과 자만입니다.

Modern commentators note that the Enemy may use other tactics than those Ignatius mentions.

- For example, women have historically been taught to devalue themselves and fail to recognize their own gifts and potentials.
- In such circumstances, the Enemy can easily disarm a disciple of Christ by making her afraid to take action and prone to hiding.
- In praying for the grace of a knowledge of Satan’s deceits, one would do well to be open to this possibility, along with other individually targeted strategies of the Enemy.

현대의 주석가들은 원수는 이냐시오가 언급한 것과 다른 전술을 사용할 수도 있다고 말합니다.

- 예를 들어, 여자들은 역사적으로 자신을 낮추기를 교육받았으며 그래서 자신이 가진 재능과 가능성을 인식할 수 없었습니다.
- 이런 환경에서, 원수는 그리스도의 여자 제자들이 행동하는 것을 두려워하고 숨게 만들어 쉽게 무장해제 시킬수 있습니다.

- 사탄의 속임수에 대한 깨달음의 은총을 청하면서, 원수의 다른 개별화된 공격 전략과 함께 이러한 가능성에 대해서도 열어 두어 깨달을 수 있도록 은총을 청하는 것이 좋을 것입니다.

So when we have compelling desires or attachments related to the above-mentioned temptations, we can strongly suspect that the Enemy or his minions are at work. Satan and his evil spirits will generally lead a person into desolation, a sense of spiritual turmoil or listlessness, accompanied by diminished faith, hope, and love. This is a movement away from God. So, while indulging our desire for riches or honors may feel good to our earthly human nature, in the long run we end up feeling empty and dissatisfied. Remember what happened when Ignatius was recovering from his battle wounds and spent long hours fantasizing about knightly honors and the favor of a noble lady? He found that the good feelings subsided easily whereas reading on the life of Christ left him at peace for longer periods of time. If we miss identifying the lead of the evil spirits early on, desolation will eventually reveal this to us.

위에 언급한 유혹들과 연관된 강한 욕망이나 집착들을 가질 때, 우리의 원수 또는 그의 졸개들이 일하고 있다는 것을 확신할 수 있습니다. 사탄과 그의 사악한 영은 우리를 믿음, 희망, 사랑의 감소를 동반하는 영적 실망으로 (영적인 혼란 또는 무기력함) 이끕니다. 그것은 하느님으로 부터 멀어지는 움직임입니다. 그러므로 부 또는 명예를 향한 우리의 욕망을 탐닉할 동안에는 우리의 본능적인 인간 본성을 만족시키겠지만, 길게볼 때 결국에는 공허함과 불만족을 느끼게 됩니다. 이냐시오가 전쟁의 부상에서 회복할 동안 기사의 명예와 귀부인의 총애에 대한 환상으로 오랜 시간을 보냈을 때 무슨 일이 일어났는지 기억하십니까? 이냐시오는 그러한 생각들을 할 때의 좋은 느낌들은 쉽게 사라져 버리는 반면 그리스도의 삶에 대해 읽을 때에는 오래동안 평화가 지속된다는 것을 알게되었습니다. 우리가 악한 영의 주도를 신속히 분별하지 못한다면 결국은 악한 영에 의해 영적 실망에 빠지게 될것입니다.

**SLIDE SEVEN:** Ignatius likewise details the strategies of Christ in drawing people to him and his mission: spiritual or even actual poverty, willingness to accept the contempt of this world, and humility.

- “Spiritual poverty” implies that one may have material possessions without being possessed by them. This involves:
  - Gratitude for all that one has
  - Recognition that everything is a gift from God .
  - Willingness to share or even dispense with one’s materials goods if circumstances and God’s will so indicate.
- Experiencing “contempt” has no benefit in and of itself.
  - But sharing the contempt that Christ experienced in his solidarity with the poor and with sinners may be necessary if one is to follow the promptings of the good spirits.
- “Humility” arises from love; it does not mean a false devaluing of self.
  - Jesus himself was humble.

- When I am truly humble:
  - I care more about the ones I love (i.e., God and all my fellow human beings) than I do about securing and defending my own wants.
  - I live in solidarity with the poor and the outcast, as Jesus did.
  - I consider myself no better than anyone else.

슬라이드 7: 이냐시오 역시 그리스도께서 사람들을 자신에게 그리고 자신의 미션으로 끌어당기는 전략들에 대해 자세히 설명하고 있습니다. 즉, 영적 또는 실제적 가난, 세상으로 부터의 업신여김을 기꺼이 받아들이는 것과 겸손들입니다.

- “영적 가난”은 물질에 의해 사로잡히지 않고 그것들을 소유하는 것을 의미하며 아래와 같은 것이 있습니다.
  - 갖고 있는 모든것에 대한 감사
  - 모든것은 하느님의 선물이라고 인식하는 것
  - 상황이 그러하거나 하느님의 뜻이라면 기꺼이 자신의 물질들을 나누거나 심지어 처분하는 것
- “업신여김”을 경험하는 것은 그 자체로는 아무 이득이 없습니다. 하지만 만일 선한 영의 안내함을 따르려면 그리스도께서 가난한 이들과 죄인들과의 연대에서 경험하셨던 업신여김을 나눌 필요가 있을 것입니다.
- \* “겸손”은 사랑에서 생겨나며 거짓으로 자신을 낮추는 것을 의미하지는 않습니다.
  - \* 예수님은 겸손하셨습니다.
  - \* 내가 진실로 겸손할 때는:
    - \* 내 자신이 원하는 것을 확보하거나 방어하는 것 보다 내가 사랑하는 사람을 더 보살핍니다 (예, 하느님과 모든 그를 따르는 사람들)
    - 예수님께서 하셨던것 처럼 가난한 사람과 소외된 사람들과 연대하며 삽니다.
    - 나 자신을 다른 이들보다 더 잘났다고 여기지 않습니다.

Happily, Jesus and all the good spirits lead by consolation – the experience of spiritual uplift and of increased faith, hope, and love. Consolation is a movement toward Christ. So, it becomes possible to know the contempt of the world while still being buoyed by Christ’s love. As Jesus said, “My yoke is easy, and my burden is light.” (*Matthew 11:30*)

다행히도 예수님과 모든 선한 영들은 영적 고양과 믿음, 희망, 사랑이 커지는 영적위로로 이끕니다. 위로는 그리스도를 향한 움직임입니다. 그래서 그리스도의 사랑으로 보호를 받을 동안 세상의

유혹을 알아차릴 수 있게 됩니다. 예수님께서서는 “내 명예는 편하고 내 짐은 가볍다.” (마태오 11:30) 라고 말씀하셨습니다.

St. Ignatius states that the three strategies of each leader are sequential and cumulative. Attachment to riches can lead to attachment to honor, which can lead to false pride and all other vices. Spiritual poverty disposes one to willingly share the world’s contempt with Christ and the poor whom he championed. Solidarity with Christ and the poor likewise leads to true humility, which can lead to all other virtues.

이냐시오는 각 지도자의 세가지 전략은 차례대로 연결되어있고 축척되어있다고 말합니다. 부에 대한 집착은 명예에 대한 집착으로 이어지며 그것은 잘못된 자부심과 모든 악덕으로 이어집니다. 영적 빈곤함은 그리스도와 그가 사랑한 가난한 이들과 세상의 업신여김을 기꺼이 나누도록 합니다. 그리스도와 가난한 이들과의 연대는 다른 모든 미덕을 잇는 진정한 인간애로 이어집니다.

**SLIDE EIGHT:** In his book The Ignatian Adventure, Kevin O’Brien suggests that after meditating on the strategies of Christ and of Satan, we prayerfully consider the following questions:

- How do I experience the two standards playing out in my life or in the world around me?
- What role do riches and honors play in my life?
- What enslaves me?
- Where is the invitation to greater freedom in my life?

슬라이드 8: Kevin O’Brien은 그의 책 The Ignatian Adventure 에서 그리스도와 사탄의 전략들에 대한 묵상 후에 다음 질문들을 기도하는 마음으로 해보라고 권유합니다.

- 두개의 깃발은 나의 삶에서 또는 나를 둘러싼 세상에서 어떻게 펼쳐집니까?
- 부와 명예는 내 삶에서 어떤 역할을 합니까?
- 나는 무엇에 묶여있습니까?
- 나의 삶의 어디에서 자유로움이 더 커지는 것을 느낍니까?

**SLIDE NINE:** To conclude the meditation, St. Ignatius directs us to pray a triple colloquy of the same format we used during the First Week of the Exercises on sin and God’s mercy.

- We pray first to Mary, asking her to intercede for us with her son.
- We ask Mary to accompany us as we speak directly with Jesus.
- We ask them both to accompany us to the Throne of Grace where we address God the Father.

슬라이드 9: 묵상을 끝내기 위해, 이냐시오는 첫째 주의 ‘죄와 하느님의 자비 수련’에서 했던 것과 같은 형식의 세가지 담화를 하도록 지도합니다.

- 먼저 성모님께 당신의 아들에게 우리를 중재해 주시길 기도 드립니다.



- 우리가 예수님과 직접 말할 때 함께 동반해 주시기를 성모님께 요청합니다.
- 예수님과 성모님께 우리가 은총의 가장 높은 곳에 계신 하느님 아버지께 말씀드릴 때 우리와 동행해 주시길 요청합니다.

**SLIDE TEN:** The requests we make during the Second Week triple colloquy are different than those of the First Week. They are:

- For the grace to stand squarely under the standard of Christ, embracing spiritual poverty and even actual poverty, if this is God’s will for us
- For the ability to bear the insults and contempt of this world in solidarity with Christ and the poor, provided this can be done without sin or offense to God on anyone’s part.

Dean Brackley, author of The Call to Discernment in Troubled Times, says that this triple colloquy helps to break down our natural resistance to poverty and contempt. Such resistance can be an obstacle to:

- Hearing and responding to Christ’s lead.
- Recognizing and implementing one’s unique role in inaugurating God’s Kingdom.

If you find it hard to pray for these graces sincerely simply explain your dilemma to Mary, Jesus, and God, and ask for help in authentically desiring what you’re requesting. If needed, you can pray for “the desire to desire” these graces. Lean into these graces the best that you can, knowing that the Lord delights in your efforts.

슬라이드 10: 둘째 주 동안에 요청하는 세가지 담화는 첫째 주의 세가지 담화와 다릅니다. 그것들은 다음과 같습니다:

- 만약 이것이 하느님의 뜻이라면 영적인 빈곤과 실제적인 가난조차 받아들임으로써 그리스도의 깃발 아래 굳건히 설수 있는 은총을 위함입니다.
- 이것이 누구에게도 죄를 짓지 않고 하느님을 거스리는 일 없이 행해진다면 이 세상에서 그리스도와 가난한이들과 연대하여 모욕과 업신여김을 견딜 수있수 있기 위함입니다.

The Call to Discernment in Troubled Times 의 저자인 Dean Brackley는 이 세가지 담화는 가난과 업신여김에 대한 본능적인 저항을 무너뜨리도록 한다고 말합니다. 그 저항들은 다음과 같은 것들에 장애가 될 수 있습니다.

- 그리스도의 이끄심을 듣고 반응하기
- 하느님 나라의 건설에 있어서 자신의 특별한 역할을 인식하고 실천하기

이와 같은 은총들을 위한 기도가 어렵다면 성모님, 예수님과 하느님께 당신의 고민을 진실되고 단순하게 설명하고 당신이 요청하고 있는것을 진정으로 원하도록 도움을 청하십시오. 필요하다면, 이 은총들을 “갈망하기 위해 갈망하도록” 기도하십시오. 주님께서는 당신의 노력에 기뻐 하신다는 것을 깨달으며 당신이 할 수 있는 최선을 다해 이 은총들에 의지하십시오.

**SLIDE ELEVEN: Let's open our discussion to questions and comments.**