



연중 제3주일

(하느님의 말씀 주일, 해외 원조 주일)

제1독서 이사 8,23ㄷ-9,3

화답송 시편 27(26),1.4.13-14(◎1ㄱ)

◎ **주님은 나의 빛, 나의 구원이다.**

○ 주님은 나의 빛, 나의 구원. 나 누구를 두려워하라?
주님은 내 생명의 요새. 나 누구를 무서워하라? ◎

○ 주님께 청하는 오직 한 가지, 나 그것을 얻고자 하니, 내 한평생 주님의 집에 살며, 주님의 아름다움 바라보고, 그분의 성전 우러러보는 것이라네. ◎

○ 저는 산 이들의 땅에서, 주님의 어지심을 보리라
민나이다. 주님께 바라라. 힘내어 마음을 굳게
가져라. 주님께 바라라. ◎

제2독서 1코린 1,10-13.17

복음 환호송 마태 4,23 참조

◎ **알렐루야.**

○ 예수님은 하늘 나라의 복음을 선포하시고 백성
가운데 병자들을 모두 고쳐 주셨네. ◎

복음 마태 4,12-23 또는 4,12-17

영성체송 시편 34(33),6 참조

**주님께 나아가면 빛을 받으리라. 너희 얼굴에는 부끄
러움이 없으리라.**

순교 사적지

우고리 천주교인 묘역



경기도 양주시 광적면 우고리 산133

관할

광적 성당 031-878-1555

우고리는 박해를 피해 숨어들어와 생겨난 양주와 파주 지역 10여 개 교우촌의 모태가 되는 곳이다. 1870년대에 남종삼 성인의 후손들을 포함한 여섯 가족이 논산 연기에서 이주해 들어와 공동체를 이루기 시작하면서 인근 지역으로 퍼져나가는 시작점이 되었다.

1918년 주교로서 공소 방문을 한 뮌헨 주교는 일기에 35년 전 사제로서 공소를 방문한 것에 대한 이야기를 적고 있어, 최소 1883년 즈음에는 이미 공소로서 공동체가 만들어져 있었다는 것을 알 수 있다. 또한 뮌헨 주교와 리오넬 신부가 조선에 입국했을 때 집에 숨겨주며 한국어를 가르쳤던 박내원 프란치스코가 왕림으로 가기 전까지 우고리 공소에 숨어 있었다는 기록이 있다.

지금은 광적성당이 생겨 공소의 역사를 이어가고 있고, 공소가 있던 곳은 박해를 피해 숨어들어온 이들과 그 후손들의 무덤이 우고리의 역사를 말해주고 있다. 계획해서 만들어진 묘역이 아니기 때문에 여기저기 소박하게 쓴 묘와 투박하게 쓰여진 묘비들이 그곳에 숨어들어 살던 이들의 삶을 보여준다.

딱이구나!



최상훈 라파엘 신부
능곡 부주임


경험에 대한 이야기를 하려고 합니다. 카파르나움 근처 타브가 빵의 기적 성당에 들어가면, 제대 앞 바닥에 타일로 오병이어를 표현해 놓은 것을 볼 수 있습니다. 타브가 기념품 가게에서 그것을 만들 수 있는 재료를 파는데, 저는 그것을 구해다가 지난 주님 성탄 대축일 때 만들어서 선물했던 일이 있었습니다. 잘 만들어보겠다고 정성껏 작업했지만, 완성품이 제 성에 차지 않았고 다음에 한 번 더 하게 된다면 좀 더 잘할 수 있겠다는 생각을 했습니다. 한 번의 경험이지만 그 일에 자신감을 가지게 되었습니다. 여러 번의 경험이 있다면 때로는 조언을 해 줄 수도 있게 될 것입니다.



오늘 복음은 예수님께서 “카파르나움으로 가시어 자리를 잡으셨다”(마태 4,13)고 전합니다. 잠깐 쉬시려고 가신 것이 아니라 한동안 머물면서 여러 지역을 다닐 수 있고 복음을 선포하기에 적합한 경험이 있는 사람을 찾으시려는 의도였을 것입니다. 카파르나움은 지역 특성상 유대인과 이방인이 섞여 있는 온갖 사람들을 만날 수 있는 곳이기에, 경험을 가진 사람을 찾기에 좋은 곳이었습니다. 예수님께서서는 갈릴래아 호수를 지나가시다

가 많은 사람 중에 베드로와 그의 동생 안드레아를 보셨습니다. “딱이구나!”하고 생각하셨는지, “나를 따라오너라.” (마태 4,19) 하시며 그들을 부르셨습니다. 그리고 거기에서 더 가시다가 야고보와 그의 동생 요한을 보시고도 같은 생각으로 그들을 부르셨을 것입니다.

네 명의 제자는 이방인들과의 생활을 경험해 본 사람들입니다. 상대적으로 이방인에게 다가가는 것에 주저함이 없는 사람들입니다. 즉 모든 민족들에게 복음을 선포하기에 적합한 제자들입니다. 또한 제자들은 활동적인 일을 했던 사람들이었기에 예수님과 함께 돌아다니는 것에도 거부감이 없었을 것입니다. 한편으로 제자들은 예수님에 대해 잘 모르던 사람들이었을 것입니다. 예수님의 고향 사람들이 아니기에 예수님을 두고 “저 사람은 요셉의 아들이 아닌가?”(루카 4,22)하고 생각하지 않았습니다. 그렇기 때문에 예수님의 부르심에 제자들은 따를 수 있었습니다.

우리가 겪었던 경험 중에 복음을 선포하기에 좋은 경험이 있다면 무엇인지 생각해 보면 좋겠습니다. 분명히 그 경험은 화려하거나 남을 짓밟고 올라갔던 경험보다는 오히려 상처 입었던 경험이나 지극히 평범한 경험일 것입니다. 그 경험이 예수님의 마음에 들어, 예수님께서 우리에게 “딱이구나! 나를 따라라.”하신다면, 기꺼이 따라가시면 좋겠다 싶습니다. “나를 따라오너라. 내가 너희를 사람 낚는 어부로 만들겠다.”(마태 4,19) 



2020 의정부교구 사제·부제 서품식

“착한 목자는 양들을 위하여
자기 목숨을 내놓는다.” (요한 10, 11)

일시 · 2020년 2월 5일(수) 오후 2시

장소 · 킨텍스 제2전시장(6전시홀)

주례 · 이기현 베드로 주교

모든 빈틈을 다 내가 메워야 하는 건 아닌데도

얼마 전 친정 부모님, 할머니와 제주도 여행을 다녀왔다. 13개월 막내부터 96세 할머니까지 4대가 함께 한 여행이었다. 나는 두 달 전에 비행기와 숙소를 예약하는 호들갑을 떨었다. 결혼 후 친정 부모님과 하는 첫 번째 여행이기도 하고 아마도 할머니와는 마지막 여행일 터였다. 그리고 2박 3일의 짧은 여정이 끝나갈 무렵, 나는 11인승 렌터카 맨 뒷좌석에 앉아 가족들의 뒤통수를 쳐다보면서 엉엉 울고 싶어졌다. 이 차에 탄 사람들 모두 내가 사랑하는 사람들인데 같이 있는 게 왜 이렇게 힘든 거지?

집에 돌아와서, 그 이유를 하나하나 복기해봤다. 가장 큰 이유는 애들과 남편이 감기를 심하게 앓았다는 거다. 행어나 아파서 여행을 못 가는 일이 생길까봐 노심초사 하며 컨디션 관리를 해온 노력이 무색하게, 여행 직전에 첫애를 시작으로 줄줄이 감기에 걸려 버렸고 애들은 아프면 짜증이 두 배 세 배가 되기 때문에 우린 더욱 지쳐버렸다.

여행이 즐겁지 않았던 두 번째 이유는, 할머니와 아빠, 엄마 사이의, 겉으로 잘 드러나지 않는 갈등을 내가 고스란히 느꼈기 때문이었다. ‘아 맞다. 우리 할머니가 이런 분이셨지. 아빠의 힘든 점이 바로 이런 거였지.’ 잠시 잊고 살았던 내 원가족의 결점이라랄까. 사실 너무 사소한 거라 그쪽으로 충분한 경험이 있는 나에게만 눈에 띄었을 뿐, 실제로 남편은 눈치채지 못했다고 한다. 하지만 내가 감지한 이상, 갈등이 커지지 않게 하기 위해 상황을 무마하거나, 아무 노력하지 않아도 신경은 계속 쓰일 수밖에 없었다.

어머머마하게 쌓인 빨래를 돌리고, 아이들 병간호를 하고, 밀린 일을 하면서도 나는 슬펐다. 여행 둘째날 밤, 다들 자고 엄마랑 둘이 맥주를 마실 때 엄마가 했던 말이 계속 떠올랐기 때문이다. ‘굳이 엄마아빠랑 다 같이 여행 다닐 필요 없어. 너네끼리 다녀.’ 안타까운 표정의 엄마는 내게, 너무 애쓸 필요 없다고 말하고 있었다. 멀리 떨어져 사는 부모에 대한 그리움, 내 아이들에게 외할머니 외할아버지와 추억을 만들어주고 싶은 욕심... 그런 것들이 이번 여행을 추진하게 했고 어느덧 나는 모든 것에 책임을 느끼고 있었던 거다. 애들과 남편이 아픈 것도, 여행 내내 날씨가 추웠던 것도, 아이들이 낮가림을 하느라 할머니 할아버지에게 안기지 않는 것에도 책임을 느꼈다. 평소 그렇게까지 책임감 강한 사람도 아닌데 왜 그랬을까. 내가 이 8명을 연결하는 ‘접점’이라 그랬을까. 주님도 아닌 내가 모든 걸 통솔할 수 있다고 믿은 걸까. 내 능력 밖의 일을 내려놓는 건 언제쯤이나 가능해질까.

여행 이틀 전 날, 주일미사가 끝나고 홀로 성전에 앉아 간절히 기도했던 건 바로 그 때문인가 보다. “하느님 서현이가 감기기운이 있는데 더 심해지지 않게 해주시고 다들 건강하게 다녀올 수 있게 해주세요. 아니다. 그냥 하느님 뜻대로 하시고요, 제가 그걸 순순히 받아들이기만 하게 해주세요.” 이렇게 기도해놓고 하나도 순순히 받아들이지 못한 나. 겸손해지려면 아직 멀었다. 기도하는 대로만 살 수 있다면 얼마나 좋을까. 🙏

정신후 블라시아

가톨릭평화방송 라디오작가, 정발산 성당에서 주일학교 교사를 했고 본당 청년과 결혼하여 세 아이의 엄마가 되었다.

김승연 프란치스코 신부
구리 부주임

사랑의 이중 계명

예수님께서서는 우리 믿음의 핵심을 두 가지로 정리해 주셨습니다. “네 마음을 다하고 네 목숨을 다하고 네 정신을 다하여 주 너의 하느님을 사랑해야 한다.” 이것이 가장 크고 첫째 가는 계명이다. 둘째도 이와 같다. ‘네 이웃을 너 자신처럼 사랑해야 한다.’는 것이다.”(마태 22,37-39) 우리는 하느님을 사랑하고 이웃을 사랑해야 합니다. 온 율법과 예언서의 정신이 이 두 계명에 달려있기 때문입니다.

하느님 사랑

사랑은 하느님께서 인간과 관계 맺는 방식을 말합니다. 사랑 그 자체이신 삼위일체 하느님께서서는 당신의 그 사랑으로 우리 인간들을 초대하셨습니다. 따라서 하느님을 믿는다는 것은 그분을 사랑한다는 뜻입니다. 이는 예수 그리스도의 삶과 죽음, 부활을 통해서 온전히 계시되었습니다. 요한 사도는 예수 그리스도의 신비를 통해 이러한 결론에 도달합니다. “사랑하는 여러분, 하느님께서 우리를 이렇게 사랑하셨으니 우리도 서로 사랑해야 합니다.”(1요한 4,11)

이웃 사랑

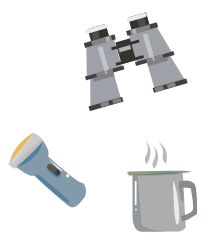
하느님을 사랑하는 사람은 이웃도 사랑해야 합니다. 예수님께서서는 착한 사마리아인의 비유(루카 10,29-37)를 통해 ‘이웃’의 범위를 생면부지의 사람으로까지 확장하셨습니다. 착한 사마리아인은 강도를 당한 사람에게 자비를 베풀어주었습니다. 생면부지의 사람이더라도 그가 고통을 받고 있다면, 이웃 사랑의 대상이 됩니다. 사회교리는 이 이

웃 사랑을 사회적이고 구조적 차원으로까지 확장합니다.

“사회적 차원에서 이웃을 사랑한다는 것은, 상황에 따라 사회의 중개를 활용해 이웃의 삶을 개선하고 이웃의 가난을 초래하는 사회적 요인들을 제거하는 것을 말한다. 의심할 여지없이 사랑의 행위, 자비의 행위를 통하여 인간은 바로 지금 여기에서 자기 이웃의 실재적이고 절박한 필요에 응하는 것이다.” (교황청 정의평화평의회, 「간추린 사회교리」, 208항)

생각해보면 하느님을 사랑하는 사람은 이웃도 사랑할 수밖에 없습니다. 이웃의 고통을 외면한 채 하느님을 사랑한다고 고백하는 것은 위선이 됩니다. 하느님 사랑이 결여된 이웃 사랑 역시 그렇습니다. 겉으로 보기에 아무리 훌륭한 행위라고 하더라도, 하느님 사랑이 결여된 이웃 사랑은 올바른 열매를 가져오지 못합니다. 하느님 대신에 자기 자신을 내세우게 되기 때문입니다. 따라서 하느님 사랑과 이웃 사랑은 함께 가야 하는 것이고 사회교리는 세상 안에서 이 두 사랑을 인도합니다.

“많은 사람이 가톨릭 신앙을 고백하지만 그들은 자기 자신이 그리스도인이자 인간이라는 사실을 망각하고, 언제나 이웃사랑을 거쳐 올라가는 하느님께 바치는 참된 예배를 망각합니다.” (교황 프란치스코, 2019년 10월 27일 아마존 시노드 폐막미사 강론) 🌐



미리내 순례길



가톨릭 스카우트연맹에서 주관한 이번 도보 순례는 김대건 신부님의 유해를 모셔갔던 한 소년(이민식 빈첸시오)의 발걸음을 따라 걷는 길이었습니다. 김대건 신부님께서 순교하신 새남터부터 미리내까지 3박 4일 동안 의정부교구 13명, 부산교구 8명, 수원교구 4명, 인천교구 4명, 서울교구 2명. 총 31명의 청소년과 19명의 대장님이 함께 길을 떠났습니다. 새남터 성당에서 시작 미사를 봉헌하고 십자가를 선두로 김대건 신부님의 발자취를 따르는 마음가짐과 함께 힘찬 발걸음을 내디뎠습니다.



저는 순례길을 떠나는 우리 친구들을 보면서 엠마오로 가는 길의 제자들을 떠올렸습니다. 예수님께서 돌아가시고 나서 슬픔과 절망, 실망 속에서 그들은 자기들의 삶의 자리로 돌아가려고 했을 것입니다. 그런데 바로 그 길에 예수님께서 함께 해주심으로써 그 길은 더 이상 슬픔과 절망의 길이 아닌 기쁨과 희망의 길이 되었습니다. 우리 친구들의 발걸음에도 그런 기쁨과 희망이 피어나기를, 우리 친구들의 마음속에도 예수님의 사랑이 전해지기를 기도했습니다.

추운 날씨 속에 발걸음이 무거워질 때도 있었지만, 그럴 때면 친구들은 170여 년 전 김대건 신부님의 유체를 모시고 이 길을 걸었을 한 소년을 생각하고, 함께 길을 걷고 있는 친구들과 예수님을 생각하며 용기를 내어 계속해서 길을 걸었습니다.

도보 순례를 마칠 즈음 조금 더 성장한 듯한 우리 친구들의 모습을 보면서 오늘을 살아가는 청소년들이 결코 낙담하지 않음을 느끼게 됩니다. 그리고 그들을 사랑함에 있어서 결코 지칠 수 없음을, 지나친 사랑이란 있을 수 없음을 느낍니다. 함께 사랑할 청소년들을 이 자리로 초대하고 싶습니다. ☺



신비 안에 살다 (4)

음악 이야기

최대한 세례자 요한 신부

가톨릭대학교성신교정 교수

신비 안에 사는 신앙인의 인생길에서 죽음은 각별한 의미를 지니고 있습니다. 중세 이래로 그리스도교 영성과 대중신심에서 '죽음의 기예 ars moriendi' 는 중요한 의미를 가졌습니다. 언제 올지 모르는 죽음을 평소에 잘 준비하고, 가까운 이들의 죽음을 기도 속에 진심으로 애도하는 한편 주님의 자비를 믿으며 영원한 생명에 대한 희망을 간직하는 것이 신앙인의 근본 자세라는 것을 교회에서는 전례와 생활을 통해 가르친 것이지요.

죽음을 생각하는 것은 결코 삶의 기쁨을 도외시하거나 빼앗는 것이 아니며, 오히려 '지금'의 소중함을 알게 합니다. '지금'을 향유하는 사람은 인생에 대한 감사와 하느님을 향한 깊은 경외심, 그리고 세상에 속하지 않은 평화와 기쁨에 대한 감각을 지니고 있습니다. 그러기에 인생을 사랑하는 것은 지상의 삶이 '영원히' 지속되는 것처럼 여기는 집착이 아니라, 언젠가 이 세상의 시간이 끝나리라는 것을 진지하게 마음에 새기는 데서 시작합니다. 이는 신비를 살아가는 첫걸음이기도 할 것입니다. 죽음을 깊이 생각하며 신비를 살아가는 길을 배우게 됩니다. 현대의 문화는 끊임없이 죽음을 익명화하고 구경거리로 '사물화'합니다. 자신의 삶 안에서 죽음이 실존적 의미로 다가오는 계기들을 몰아내고 있습니다. 현대인이 삶을 신비로 체험하기 어려운 이유 중의 하나는 '나의 죽음'을 진실하게 대면하기 어려워서일지 모릅니다.

우리는 죽음을 구경거리나 재현의 대상으로서 '소비'하는 것이 아니라 '나의 죽음'으로서 대면해야 합니다. 본능적인 두려움과 죽음에 대한 성찰을 금기시하는 문화적 경향을 넘어 '나의 죽음'의 관점에서 나의 삶을 바라봐야 합니다. 죽음은 우리의 인생이 결국

은 미완성이라는 것을 드러냅니다. 이는 생존과 성취와 인정을 위한 분투에서 소진된 우리에게 위안과 해방을 줍니다. 동시에 역설적으로 우리의 삶이 비록 불완전하고 미완성인 것처럼 보인다 하더라도 하느님의 자비 안에서 완성되리라는 희망을 줍니다. 신비로서의 삶이란, 죽음의 순간까지 미완성으로 남은 우리의 인생을 하느님께 의탁함으로써 우리 존재가 완성에 이르는 것을 신적 사랑의 빛에서 희망을 가지고 믿는 것을 의미합니다.

요한 제바스티안 바흐는 위대한 음악가이지만 동시에 신비를 살고자 하는 신앙인에게 큰 감명을 주는 인물입니다. 그는 병고에 시달리는 생의 마지막 순간까지 두 편의 대작을 완성하려 씨름하며 신이 부여한 삶의 소명을 완수하려 했습니다. 그는 위대한 <B 단조 미사>를 완성시켰습니다. 그의 또다른 걸작 <푸가의 기법>은 유작이자 미완성의 작품으로 남았습니다. 그러나 이 미완성의 작품은 오히려 인간의 삶은 미완성이기에 위대하다는 신앙의 역설을 증언합니다. 그는 임종의 침상에서도 자신의 신앙과 신에 대한 헌신을 제자를 통해 받아쓰게 한 코랄 전주곡 <하느님, 나는 이제 당신의 보좌 앞으로 나아갑니다> (BWV 668)로 보여줬습니다. 명연주가 구스타프 레온하르트의 연주로 바흐의 마지막 작품을 들으며, 신비를 살아온 우리의 인생이 마침내 죽음과 함께 주님의 자비 안에서 완성된다는 신앙의 진리를 기억합니다. 🎵

YOUTUBE로 보기



바흐(J.S. Bach)

코랄 전주곡 <하느님, 나는 이제 당신의 보좌 앞으로 나아갑니다> (BWV 668)

연주: 구스타프 레온하르트



교구장 동 정

1월	31(금)	16:30	의정부가톨릭미술가협회 창립미사 - 교구청 경당
2월	1(토)	14시	신앙교육원 졸업미사 - 주교좌 의정부 성당



교구 소식

의정부교구 법원 공시

아래 공시된 분은 2/10(월)까지 교구 법원으로 연락주시기 바랍니다. 관련된 혼인에 대해 문의할 것이 있습니다.

성명 장재철 필립보 문의 031-850-1507(주말, 공휴일 휴무)

최대한 신부와 함께하는 젊은이를 위한 인문학 피정

일시 2/15(토) 15시~16(일) 13시

장소 한마음수련원 피정동

대상 19세~39세(기혼자 포함)

인원 선착순 40명

피정비 4만 원(교재_개인 구입)

교재 대화에 대하여(시어더어 젤딘 지음), 어크로스

준비물 개인 컵, 필기류, 세면도구, 따뜻한 옷

문의 031-850-1446(선교사목국)

신앙교육원 신입생 모집 / 의정부 본원, 오후반

수업 매주 화,목 14시~16시10분 / 2년제 4학기 / 매학기 4과목 15주간 수업

과목 성경 6과목, 교리 10과목 등록금 학기별 35만 원 문의 031-850-1546

피델리스 청소년 오케스트라 제11회 정기연주회에 초대합니다.

일시 2/22(토) 19시

장소 고양 아람누리 아람음악당

신청 <https://bit.ly/2FD9LzI> (무료)

문의 010-3642-3574

두루미 생명평화기행 / 지역 주상절리 및 유적지 탐방 포함

민통선 내 멸종위기에 처한 두루미 등 겨울 철새를 통해 생태의 소중함, 생명과 평화의 가치를 나눕니다.

일시 2/8(토) 9시~18시

장소 임진강 유역 파주, 연천 일대

회비 1인 2만 원(선착순 40명 모집)

문의 환경농촌사목위원회 031-850-1492

신앙의 길 제11기 도보순례단 모집

일정 2/29~4/18 (4/11 제외한 매주 토요일)

신청 교구홈페이지 참조

참가비 8만청년 참가비 50% 지원

모집 2/10(월)까지 선착순 마감

<나무그늘> 문화의 트랙을 여러분의 글로 꾸며주세요

<문화의 트랙>에서는 '성지순례'를 주제로 한 교우 여러분의 글을 모집합니다. 복음안에서 함께 나누고 싶은 순례이야기들을 보내주세요. 채택되신 원고는 <문화의 트랙> 코너에 소개되며 소정의 선물을 보내드립니다.

분량 10포인트 A4용지 1장 보내실 때 본당, 이름(세례명), 주소, 연락처를 꼭 기재하여 주시기 바랍니다.

문의 031-850-1447, 이메일만 접수 samok@uca.or.kr

<나무그늘> 사진 공모

소소한 나의 일상을 보내 주세요! 기억하고 싶은 사람과 순간 /이야기가 있는 목주 /나의 기도공간

채택된 작품은 <나무그늘>에 실어 드리고, 소정의 선물을 보내 드립니다. 보내실 때 본당, 이름(세례명), 주소, 연락처를 꼭 기재하여 주시기 바랍니다. 문의 031-850-1447 이메일 samok@uca.or.kr



미사 · 피정 ▶▶

야곰 전국성지순례 02-755-3009

부산: 2/13~2/15. 전주: 3/17~3/18
수도원: 3/4~3/7. 고토: 4/20~4/24

첫 토요일 신심 미사

일시: 2/1(토) 09:30~12시, 10시 미사
장소: 호평동 성당(남양주시 호평동 556번지)
파티마의 세계사도직 010-7131-2033

이한택 주교님과 함께 하는 첫토신심피정

일시: 장소: 매일 첫 토요일 /파티마평화의성당(031-952-6324)
내용: 오전 10시 기도, 강의, 고해성사, 14시 미사 <점심제공>

예수고난봉쇄수녀회 성소피정

일시: 3/21(15시)~22(14시)
장소: 청주 예수고난봉쇄수녀회
문의: 043-295-5940
cpnunskorea@catholic.or.kr

행주 성당 성모 신심 미사(전대사)

일시: 2/1(토) 11시(미사, 묵주기도)
매월 첫(토) 11시에 있습니다.

무료 성경 통독 피정

매월 마지막(화) 1/28, 11시~16시
장소: 마리아니스트센터(덕양구호수로 76-17)
문의: 031-926-3090/ 010-5267-1380

가정선교회 <성가정 영성 1일 피정 >

일시: 2/5(수) 09:30~16:30
장소: 가톨릭회관 3층 강당 /강사: 박상운 신부(평화TV 묵주기도학교 강의), 이현주 회장
회비없음, 김밥판매(2천원), 개인컵 준비
문의: 010-2367-2297, 010-5674-8511
대표: 02-777-1773

제주면영집 피정(한국순교복자성직수도회)

수도회수사들과 함께 제주성지.역사.평화 순례, 미사(성무일도), 나눔, 올레길.오름 트레킹 (모든일정은 왕복항공 포함해서 접수가 가능)
기간: 2/1~3(한라산), 2/7~9(한라산), 2/13~15, 2/22~24(한라산), 2/28~3/1(한라산), 3/4~7(추자도)
접수: 02-773-1463, 064-756-6009

신·구약 성경 완독 피정 (8박9일)

2/14(금)~22(토), 4/17(금)~25(토)
문의: 010-3340-0201 황성 도미니코 피정의 집

예수회 후원회 금요침묵피정

주제: 겨자씨 한 알만 한 믿음이라도 있으면...(마태17,20) 안정호 신부

일시: 1/31(금) 10시~13시 /예수회센터 (서울 마포구 서강대길 19)

문의: 02-3276-7777 /무료, 미사봉헌

인천교구 지혜의샘(북방선교기도공동체)교육일정

부천시 송내동 366-5 지혜의샘(032-343-1871)
월: 전문 선교사양성반(www.jwisdom.or.kr 참조)
화: 요한 묵시록

수: 성경통독 & 길잡이 도형틀

목: 목요 찬양 치유 피정

금: 성시간, 말씀 치유 철야 기도회 19사~4:30

일: 말씀치유 낮기도회 /17시 주일 미사

교육관: 매일 미사, 묵주기도 100단

교구 성령기도회 철야 : 성숙한 신앙의 여정

일시: 매주(금) 21:10~01:20 마두동 성당(1/31)

주제: 제 7주 완덕을 향하여

강사: 김영철 베드로 신부(교구 담당 및 능곡주임)

문의: 010-8729-0025 성령기도회 총무부

낙태 후 화해 피정 (착한목자수녀회)

일시: 2/21(금)~23(일) 2박 3일 /회비 없음

장소: 성 빈센트 환경마을

문의: 010-9318-1366

함 다미어나수녀 한국 틴 스타와 함께 합니다.

예수성심전교수도회 성모신심미사

일시:장소: 2/1(토) 11시, 예수성심의 우리 어머니 성당. 전세버스대절-인천주안역복광장 (9시출발)동암역 농협앞(9:05출발), 서울역 1,4호선 14번출구(9시출발) 일산동구청 (9:30출발) 1/29까지 예약 필수 개인컵 지참
문의: 02-379-8081, 010-4550-6955

살레시오회 중고등부 겨울성소피정

대상: 예비 중1~예비 고2

일시: 2/22~23

장소: 살레시오회 관구관 4층 (여의대방로65)

문의:010-7427-4627/010-3894-1332



교육 · 모집 ▶▶

커피바리스타교육 (사)하랑/가톨릭바리스타협회

주 1회 12주 교육과정: 에스프레소, 라떼아트, 훔바리스타, 창업, 로스팅, 자격증

문의: 010-9040-8306, 010-2511-6845

http://club.catholic.or.kr/barista

한마음청소년수련원 위탁피정 모집

대상: 성인단체, 첫영성체, 노인대학
일정: 1일, 1박2일 (문의: 031-840-0018)

가르멜영성문화센터 안내

강좌: 숲해설, 초공예 초급, 서예반 수시모집
카카오톡 가르멜영성문화센터 채널추가

문의: 010-4149-1853, carmelcenter.kr

혼인재발견(르트루바이)주말

혼인생활에 어려움을 느끼는 부부들을 위한 2박3일의 주말 프로그램

배우자와의 갈등과 위기를 극복하고 새로운 관계를 회복하는데 도움을 줍니다.

일시: 2/21~23

장소: 서울 장충동 베네딕도 피정의집

문의: 02-929-2141

수사신부님들과 함께하는 노인요양원 입소자모집

대상: 장기요양1~5등급(시설급여)을 받으신 분
운영: 마리아의 아들 수도회

문의: 033-458-9422(문피노인요양원)

신난다 첫영성체 교재 교사 연수

일시: 2/9(일) 09:30~16:30

장소: 서울 가리마스 방배 복지관

문의: 010-3193-3348

생활성서사 홈페이지 참조

한국교회사아카데미 7기 신입생 모집

교과목: 박해시대 교회사, 근현대 교회사, 중국교회사, 북한교회사, 건축사, 예술사, 순교영성사 등

강사진: 노길명, 변진흥, 장정란, 서종태, 김정숙, 김정신, 윤진 등

수업: 3/3 개강, 매주(화) 18:30~21:20,

15주 강의 /접수: 1/7~ 2/21까지

문의: 070-8672-0327(새남터성지 안내소)

"교회는 누구인가, 우리가 교회다" - 목요신학강좌

일시: 2/27~4/2 매주(목) 19:30(6주)

장소: CLC 강의실(2,5호선 영등포구청역 4번 출구)

접수: 02-333-9898, 한국CLC

수강료: 8만 원

구약의 하느님 백성, 영원한 교회의 모델/ 교회가 걸어가는 길, 공동합의성/ 역동의 세계와 교회사/ 교회, 세상을 다시 보다/ 인생에서

만나는 하느님 사랑, 성사/ 교회로 사는 기쁨

한마음청소년수련원 직원채용

채용분야: 청소년활동지도

접수일: 2/21(금), 17시 30분까지

홈페이지 hanmaum84.com 참조

상장례지도사(봉사자, 국가자격취득) 교육생 모집

봉사자 과정 (10주)
 일시: 3/14~5/23 /매주(토) 9시~18시
 국가자격취득 과정 (300시간)
 일시: 3/14~11/14 /매주(토) 9시~18시
 장소: 교구청 내 신앙교육원 /대회의실
 참고: <http://cafe.daum.net/sangjang>
 2014 게시판 /문의: 031-874-6272
 팩스: 031-837-0144

돈보스코 직업전문학교 학생모집

문의: 02-828-3600, 대상: 15~30남
 내용: 기계가공, CAD/CAM, 인성교육
 기간: 20.3월~12월(2월예비학교)
 혜택-교육비전액무료,수당지급
 -취업(최근5년평균취업률93.3%)

청소년 회복지원시설 꽃마리 봉사자 모집

그룹홈(여)에서 청소년들과 함께 할 봉사자를 모집합니다. (재능봉사, 노력봉사, 주말 및 야간시간 가능하신 분)
 그룹홈 위치: 의정부역 주변
 문의: 031-856-0214 교정사목위원회

재속프란치스코회 지원자 모집(2/29 마감)

자격: 견진성사 받은 만 17세 이상~만 55세 미만 가톨릭신자, 성 프란치스코의 영성을 따라 살고자 하는 사람
 다른 수도회에 소속되어 있지 않은 사람
 문의: 오경순엘리사벳 010-8830-2250
 유프라(17~32세의 미혼 청년 프란치스칸)
 지원문의: 강왕수 가스팔 010-4704-2469

피델리스 청소년 오케스트라 단원 모집

모집부문 : 바이올린, 비올라, 첼로, 플루트, 오보에, 클라리넷, 타악기, 금관악기
 일시: 2/16(일) 12:30
 장소: 피델리스 연습실(일산 탄현동 성당)
 준비물: 악기, 오디션곡 악보(오디션곡은 자유곡)문의: 010-3642-3574

전진상교육관

전·진·상 영성심리상담소 (02-726-0700)
 자아의 통합과 영성(목요일): 3/5~6/18, 10시~12시 /자아의 통합과 영성(토요일): 3/7~6/20, 10시~12시
 그룹훈련: 13시~15시 (신청별도)
 청년-마음치유집단상담:
 3/7~4/25, 매주(토) 15시~17시
 명상으로 하는 부리 감정 치유: 3/9~5/25
 매주(월) 낮반 10시~13시, 저녁반 19시~21시

성가발성교실 성가놀이터 안내

예수마리합창단과 함께 성가를 부르면서 발성도 배우는 『성가놀이터』
 날짜: 매월1,3주(화) 19:30(2/4개강)
 장소: 서울가톨릭교회음악대학원1층
 주최: 예수마리합창단/강사: 김호정 교수
 대상: 가톨릭신자누구나 /참가비: 매월 3만 원
 문의: 단장 심준보메트로 010-5245-2848

사회복지법인 애덕의 집 산하 공동생활가정(그룹홈)

대상: 19~35세, 지적장애인, 신변처리와 외부활동, 낮시간 직업재활이 가능한 분
 모집인원: 여 1명 /위치: 고양시(화정동)
 이용방법: 전화 상담 후 방문 면접
 문의: 010-3369-7870(담당교사 김영숙)
 운영주체: 사회복지법인 애덕의 집

 **안내 · 기타 ▶▶**

서울가톨릭사회복지회 성가정입양원

국내입양상담 및 입양 전까지 사랑으로 돌볼 위탁부모를 모집합니다.
 문의: 02-764-4741~3 www.holyfac.or.kr

산티아고 순례길 800KM (41일)

루르드/파티마 성지순례 일정
 4/3 449만원 / 가톨릭 트래블
 070-4086-0207 / catravel.co.kr

정신분석 및 영성상담

대상: 성인, 청소년, 아동, 부부, 성직자, 수도자, 집단상담 /내용: 대인관계갈등, 성격문제, 우울, 강박, 정서불안
 장소: 성민센터정신분석상담센터(성북구동선동)
 문의: 02-926-4261, 010-4261-1113(차영미수녀)

가톨릭신문 성지순례 02-2281-9070

2/28 유럽 성모발현지 13일 375만 원
 3/9 발칸반도(메주고리에) 12일 355만 원
 3/12 이스라엘 일주 9일 375만 원
 3/15 서부지중해 크루즈 10일 399만 원~
 3/19 이스라엘 이탈리아 12일 468만 원

가톨릭여행사 010-5235-3533

4/20 이스라엘 이탈리아 12일 415만 원
 4/20 유럽4개국 성모발현지 12일 375만 원
 4/21 이스라엘 요르단 11일 425만 원
 5/18 터키 그리스 12일 385만 원

가톨릭대학교 예수성심성당 혼인예식

웨딩 상담, 문의/아라마크 010-3362-5401
늘푸른자활의집 (무로 주거형 치료공동체)
 저소득층 알코올, 도박, 컴퓨터 중독치료
 대상: 19~50세 남성, 그리스도수도회 운영
 문의: 031-953-3492 www.green1004.or.kr

한국 예수회 후원회 성지순례

2/13. 베트남 성모성지(다낭) 5일 160만 원
 3/23. 터키. 그리스 12일 370만 원
 4/13. 이태리 일주 12일 370만 원
 5/25. 베트남 성모성지(다낭) 5일 130만 원
 문의: 02-722-8366(크로바여행사)

라파엘여행사 02-778-8565

이스라엘,요르단 10일 3/27, 4/20, 5/6 299만 원
 이태리일주 9일 3/12 279만 원
 스페인 포르투갈 10일 3/4 299만 원
 베트남 다낭 5일 3/27 129만 원

성 소 모 임	수도회명	일시	장소	문의
	성골롬반외방선교회	2/2(주일) 9:30	서울 돈암동 본부	010-9937-0901
	한국외방선교회	해외선교사제를 꿈꾸는 청년		010-8715-2846
	영원한도움성모수도회	2/2(주일) 14시~16시	정릉본원	010-4096-5973
	한국외방선교수녀회	2/1(토) 15시 (해외선교)	서울 성북구 보문로27길20	010-9353-1773

09 영성의 향기

꼬리 자르기

김동규 바오로 신부
가톨릭대학교성신교정 교수

지난주에 이어 “영적 자존감”에 대해서 더 이야기 해 보고자 합니다. 기분과 인간관계에 관한 많은 저서를 남긴 데이비드 번즈(정신의학자)는, 자존감이 낮은 사람은 자신의 “잘못된” 것에만 초점을 맞춤으로써 실수와 패배를 인생의 실패로 간주하고 스스로를 항상 평가 절하한다고 말합니다. 그럴 때 의기소침이나 모멸감, 자괴감, 분노, 무기력, 두려움 등 주로 부정적인 감정에 빠집니다. 느낌뿐인 감정에 사로잡혀 “나는 실패한 인생이야”라고 말하며 자신을 무가치하다고 여기거나, “실수하면 안 돼!”라고 말하며 끊임없이 남과 비교하고 스스로를 무리한 이상과 두려움 속으로 떠밀게 됩니다.

사실상 신앙 안에서 영혼에 가장 치명적인 것이 바로 ‘자기-비하’와 ‘자기-단죄’(자기-심판)입니다. 자기-비하에 빠진 사람은 견딜 수 없는 자책감에서 빠져나오기 위해 “~때문에 그렇게 된 거야”라고 말하며 보기 싫은 자신의 모습을 “꼬리 자르기” 해버립니다. 그러곤 실패의 이유를 끊임없이 상대방이나 외부환경에서만 찾습니다. 하지만 잘린 꼬리는 부메랑 처럼 본인에게 다시 돌아옵니다. 그렇게 불안과 두려움의 원인도 모른 채, 온통 자신을 방어하고 남을 탓하는 데만 에너지를 소모하게 됩니다.

낮은 자존감은 하나님의 위로와 격려, 그분의 계획을 보지 못하게 합니다. 왜냐하면 열등감, 두려움이 하나님께서 우리에게 주시는 무한한 은총을 방해하기

때문입니다. 벗어날 수 있는 유일한 방법은, 잘라버린 꼬리를 다시 봉합하는 것입니다. 그리고 ‘하느님의 모상’대로 창조된 우리 자신의 가치를 스스로 결코 단죄하지 않는 것입니다. 평소 대수롭게 여기지 않을 일인데도 어떤 날은 같은 사안을 두고 감정이 격정적으로 폭발하기도 하듯이, 부정적인 감정의 원인은 사실 외부에 있었던 것이 아니라 내 안에 이미 존재하고 있었던 감정이었다는 사실을 깨닫게 됩니다. 또한 주어진 상황에 대해 전적으로 내가 반응하는 태도에 달려 있었으며, 그 감정을 다루는 “나의 방식”에 달려 있었다는 것을 깨달을 수 있을 것입니다.

토마스 그린 신부는 영적 성장의 가장 큰 장애는 우리 스스로가 자신에 대해 알지 못하고 알고고도 하지 않는 것이라고 말합니다. 우리는 거의 모두 남을 볼 때뿐만 아니라 거울로 자신을 볼 때도 가면을 씁니다. 우리가 사물을 보는 ‘우리의 눈’ 자체를 스스로 볼 수 없기에 “기도와 성찰의 거울”이 필요한 것입니다. 자신의 결점과 장점을 성찰하며 내 행동, 선택의 일부분이 잘못되었던 것이지, ‘나’의 가치 전체가 잘못되었던 것은 아니라는 것을 묵상해야 합니다. 그럴 때 우리는 나와 상대방의 죄 안에서 하느님의 사랑을 발견할 수 있는 영적 자존감을 가질 수 있고, 타인을 높게 보며 부러워하지도 낮게 보며 업신여기지도 않으며 동등한 인격과 존엄을 가진 ‘하느님의 자녀’로서 수평적 차원에서 바라보게 될 것입니다. 🌟