

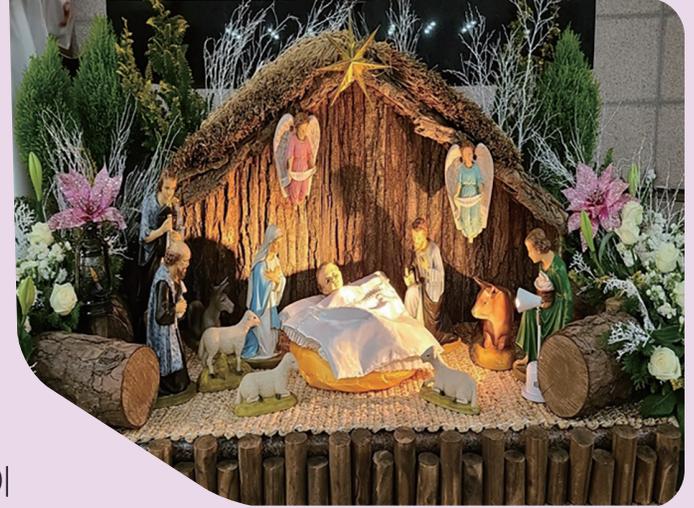


가톨릭마산

대림 제4주일
 주님성탄대축일
 2024년 12월 22일
 제2649호



21년 고현본당



21년 신안동본당

말씀이
 사람이 되시어
 우리 가운데 사셨다.
 (요한 1,14)



22년 양덕동본당



23년 사파동본당

마산교구 각 지구장 본당 구유

주일 진례

- 제 1 독 서 미카 5,1-4ㄱ
- 화 답 송 ◎ 하느님, 저희를 다시 일으켜 주소서. 당신 얼굴을 비추소서. 저희가 구원되리이다.
- 제 2 독 서 히브 10,5-10
- 복음 환호송 ◎ 알렐루야.
- 보소서, 저는 주님의 종입니다.
- 말씀하신 대로 저에게 이루어지기를 바랍니다. ◎
- 복 음 루카 1,39-45
- 영 성 체 송 보라, 동정녀가 잉태하여 아들을 낳으리니, 그 이름을 임마누엘이라 하리라.

그럼에도 불구하고, 결국



김동윤 율리아노 신부
하청본당 주임

“

대림 시기의 마지막 주일을 보내며,
'그럼에도 불구하고'
우리를 둘러싸고 있는
그 두려움을 해치고
'결국' 우리 안으로 찾아오실
'예수 그리스도' 라는
생명의 근원이신 분의 자리를
준비하는 대림 시기의 마지막 주일을
보내면 좋겠습니다.

”

대림 시기의 마지막 주일입니다. 대림 시기의 마지막 주일이라는 이 사실은 예수님의 성탄이 임박했다는 것을 드러내주는 것이기도 합니다.

그런데 오늘 복음에는 그렇게 얼마 남지 않은 성탄을 설레이는 마음으로 보낼 수만은 없었던 두 여인이 등장합니다. 엘리사벳은 의학적으로나 생물학적으로나 어머니가 될 수 없었던 여인이었고, 마리아는 사회적으로 어머니가 되는 것이 용납될 수 없었던 여인이었습니다. 그러나 엘리사벳은 '하느님의 말씀으로' 어머니가 되었고, 마리아는 '하느님의 말씀이신 분의' 어머니가 되었습니다. 천지가 하느님의 말씀을 통해 창조되었고, 그때 창조된 모든 것의 구원을 위하여 '새로운 창조'가 일어나고 있는 순간입니다.

그런데 그러한 과정에서 천사가 요한과 예수님의 잉태 사실을 알리는 장면만 보더라도 이 아기들의 부모들이 얼마나 큰 두려움을 느낄 수밖에 없었는지 쉽게 알 수 있습니다.

“두려워하지 마라, 즈카르야야. ... 네 아내 엘리사벳이 너에게 아들을 낳아 줄 터이니, 그 이름을 요한이라 하여라.”(루카 1,13)

“두려워하지 마라, 마리아야. 너는 하느님의 총애를 받았다. 보라, 이제 네가 잉태하여 아들을 낳을 터이니 그 이름을 예수라 하여라.”(루카 1,30-31)

“다윗의 자손 요셉아, 두려워하지 말고 마리아를 아내로 맞아들여라. 그 몸이 잉태된 아기는 성령으로 말미암은 것이다.”(마태 1,20)

두려워하는 게 당연합니다. 그러나 천사는 하느님의 말씀을 전하면서 두려워하지 말라는 말을 가장 먼저 전합니다. 그 '두려움' 뒤에는 우리가 가장 큰 가치로 여기는 '생명'이 찾아오기 때문입니다. 요한과 아기 예수님의 탄생이 바로 그 생명입니다.

지금 우리는 성탄을 코 앞에 앞두고 있으며, 우리 각자의 삶 안에서 아기 예수님께서 새롭게 태어나시기를 기다리고 있는데, 우리는 어떤 상황 속에 머무르고 있습니까? 엘리사벳이 그랬던 것처럼 태어날 수 없는 상황입니까? 마리아가 그랬던 것처럼 태어나서는 안 되는 상황입니까?

그리고 그와 동시에 우리가 느끼는 '두려움'도 있습니다. 예수님에 대한 막연한 두려움일 수도 있고, 대림 시기를 제대로 잘 보내지 못하고 아기 예수님을 맞이해야 한다는 사실에 대한 두려움일 수도 있습니다.

그러나 이번 대림 시기의 마지막 주일을 보내며, '그럼에도 불구하고' 우리를 둘러싸고 있는 그 두려움을 해치고 '결국' 우리 안으로 찾아오실 '예수 그리스도' 라는 생명의 근원이신 분의 자리를 준비하는 대림 시기의 마지막 주일을 보내면 좋겠습니다.

마리아와 요셉, 즈카르야와 엘리사벳이 그랬던 것처럼, 그 두려움 뒤에 찾아오는 생명으로부터 오는 그 기쁨이 있기에 우리는 우리를 둘러싸고 있는 수많은 두려움들을 반드시 이겨낼 수 있습니다.

크리스마스의 기억

김용철 스테파노 시인 / 가톨릭문인회

그때는 시내 거리에서 흘러나오는 캐럴이 뭔가를 기대하게 하고 설레게 하는 마약 같은 음악이었다. 음악이 흐르고 자선냄비의 종소리가 들릴 즈음이면 길을 가는 낯선 이에게도 서로 눈길 인사를 전하는 그런 시절이었다. 교회의 아이들이 전깃줄에 모여 앉은 참새들처럼 성탄절이 왔음을 알리고 인사하면서 밤을 채워갔던 날이기도 했다.

연말이라는 의미와 함께 크리스마스가 다가오는 그 시기에 거리에서는 반짝이는 조명과 네온사인들, 화려하게 꾸며 놓은 트리 그리고 풍요롭고 따뜻한 향기가 가득한 가게들로 거리를 방황하는 이들의 빈곤한 주머니를 흔들어 놓곤 하였다.

환한 불빛 속에 먹음직스럽게 익혀 놓은 호빵 찜기는 모두에게 나누어 주고 함께하였으면 하는 애착의 유혹이었다. 비록 험뎅이는 주머니 사정으로 망설이게 하였지만 바라만 보아도 풍요롭고 따뜻한 여유였다.

특히 어린 시절 친구들과 함께 작은 선물을 주고받으면서 성당에서 보내는 일탈의 밤은 괜한 즐거움과 들뜸의 연속이었다. 그런 중에도 크리스마스이브의 저녁은 가장 특별한 날이었다. 설레는 약속도 잡아보고 괜한 계획도 세워보는 그런 시간들이 즐겁고 행복했다.

돼지 저금통이 깨어지고 푹푹한 약속이 살아나는 시간. 첫사랑 약속들이 애잔한 가슴을 두들기는 시간. 뒤돌아본 지난날들을 감미 하는 시간.

크리스마스는 나에게 자선의 의미를 되새기는 기회이기도 했다. 거창하게 도움이 필요한 이들을 위해서라고 하기보다는 작은 필요의 느낌으로 필요한 이들을 생각하며 나누는 작은 마음은 크리스마스의 진정한 의미를 느끼게 한다. 자그마한 도움이라도 그들이 느낀 따뜻함이 나에게 큰 보람으로 되돌아와 행복했다. 그런 지난 크리스마스는 나에게 소중한 일들을 할 수 있는 특별한 시간이 되어주었다.

시간이 흘러 성인이 되었을 때의 크리스마스는 조금 다른 의미로 다가왔다. 이제는 선물보다는 가족과의 시간, 사랑하는 사람들과의 소중한 순간들이 더욱 귀하게 느껴져 왔다.

그런 모순된 나의 크리스마스를 이제는 매년 크리스마스가 다가올 때마다 나는 그 순간을 사랑하려고 한다. 차가운 겨울바람 속에 서로의 따뜻한 사랑을 느끼려고 기억하려고 한다.

크리스마스는 축제가 아니다.

우리 마음속에 있는 사랑과 연대를 다시 한 번 되새기고 나누는 시간이다. 가난한 이에게도, 마음 아픈 이에게도, 풍요로운 이에게도, 아이에게도, 성인에게도, 노인에게도, 모두에게 베풀 수 있고 함께 웃을 수 있는 그런 크리스마스가 되었으면 좋겠다.

누구에게나 특별한 날이 되었으면 좋겠다. 사랑하거나 못났거나 울 수조차 없는 이에게도 모두 사랑 가득한 크리스마스가 되었으면 좋겠다. 주님의 은총으로...

그리고, 주님께서 전하는 Merry Christmas를 소리 내어 나누고 싶다.

+ Merry Christmas





임마누엘 - 하나님께서 우리와 함께 계시다

성탄 축일입니다. 하나님께서 사람이 되어 오셨음을 기념하는 날입니다. 평화를 주시기 위해 오셨습니다. 그 평화를 깨닫기 위해 교회는 성탄 축제를 지내고 있습니다. 살아계신 예수님을 만나고 그분께서 주시는 평화를 느끼는 성탄절이 되어야겠습니다.

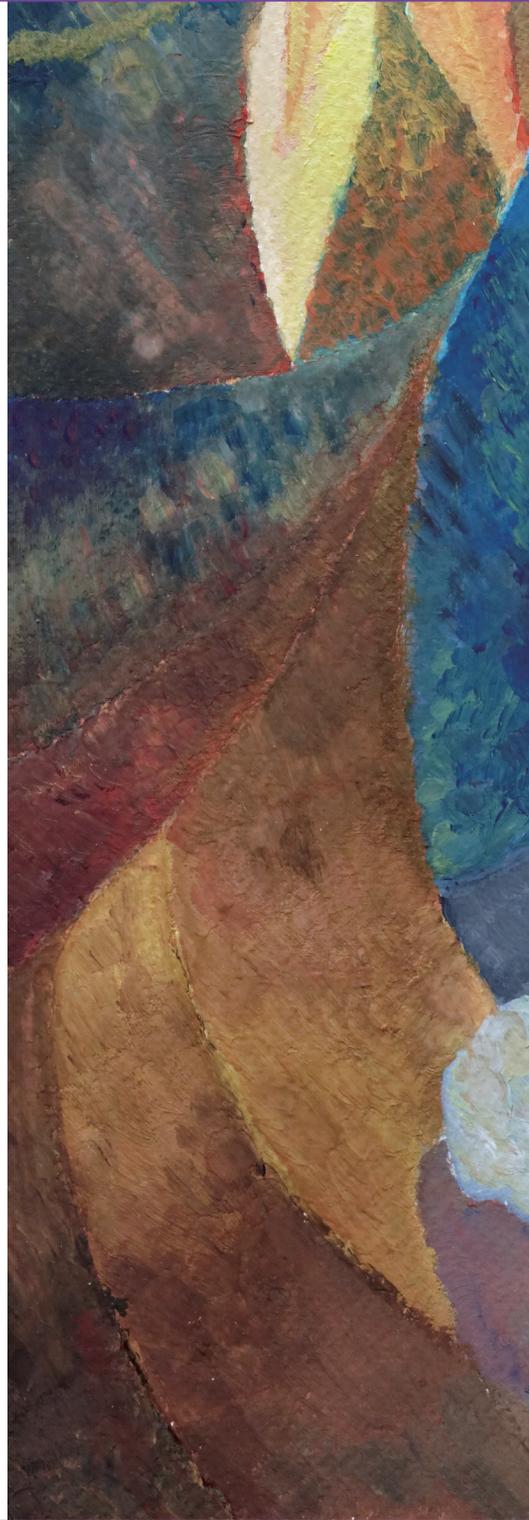
예수님께서서는 아기의 모습으로 오셨습니다. 낮은 모습입니다. 낮추는 삶이 어떤 것인지 보여주고 계십니다. 세상은 늘 위로 올라가라고 합니다. 경쟁으로 내몰며 높아지라 외칩니다. 하지만 올라간다고 높아지는 것은 아닙니다. 마음이 채워지는 것도 아닙니다. 낮춰야만 높아질 수 있는 하늘나라 신비를 금년 성탄절엔 묵상해야겠습니다.

가브리엘 천사가 예수님 탄생을 알리자 성모님께서서는 어떻게 그런 일이 있을 수 있냐며 반문하셨습니다.(루카 1,34) 하지만 주님께는 불가능이 없다는 말을 듣자 즉시 받아들이십니다.(루카 1,38) 요셉 성인도 마리아의 잉태를 알게 되자 조용히 돌아서려고 했습니다. 하지만 천사의 발현으로 마음을 바꿉니다.

이후 두 분은 성전에서 아기를 봉헌합니다.(루카 2,22) 그때 예수님에 대한 예언을 듣습니다. 많은 이를 쓰러지게도 하고 일으키기도 한다는 말씀입니다. 동방박사 방문 뒤에는 아기와 함께 이집트로 피신하라는 메시지를 받습니다.(마태 2,13) 이렇듯 성가정의 출발에는 깊은 순명과 희생이 있었습니다. 그리고 그 순명과 희생이 그분들을 낮은 삶으로 인도하였습니다.

그리스도교는 십자가의 종교입니다. 그리고 십자가는 고통이며 억울함입니다. 고통스럽지 않고 억울하지 않으면 십자가가 아닙니다. 예수님께서서는 당신을 따르려면 십자가를 져야 한다고 하셨습니다. 어떤 행동이 십자가를 지는 것인지요? 고통과 억울함을 인정하는 행위입니다. 주님께서 주신 것으로 여기며 받아들이는 모습입니다. 그때 십자가를 지는 것이 됩니다.

예수님께서서는 십자가에서 돌아가셨기에 부활하셨습니다. 우리도 십자가에서 죽어야 부활할 수 있습니다. 십자가에서 죽는 행위 - 고통과 억울함 주신 것에 감사드리는 모습입니다. 쉽지 않습니다. 은총 없이는 불가능합니다. 기도 없이는 시작도 할 수 없는 일입니다.



(마태 1,23)



십자가를 주신 것에 감사하다 보면 고통과 억울함 속에 숨어있는 하늘의 가치를 깨닫게 됩니다. 전혀 예기치 못했던 쪽으로 흘러가는 삶의 반전도 만나게 됩니다. 부활의 은총입니다. 그런 의미에서 부활은 한 번만 겪는 사건이 아닙니다. 수없이 부딪치는 만남이며 사건입니다. 우연은 없습니다. 우연인 듯 느껴져도 모두가 필연입니다. 부활을 체험해 보라고 주님께서 개입하시는 사건이며 만남입니다.

어느 때보다 희망의 빛이 절실하게 요구되고 있습니다. 사회의 많은 영역에 짙은 어둠이 드리워져 있기 때문입니다. 금년 성탄절엔 희망의 은총을 새롭게 청해야겠습니다. 예수님께서는 구원자로 오셨습니다. 지배자 모습은 아닙니다. 그러기에 자신을 비우셨고 낮은 모습을 취하셨습니다.(필리 2,7) 그분의 낮은 모습 - 2025년을 이끌어갈 이 땅의 지도자들이 깊이 묵상해야 할 주제입니다.

성모님께서는 따뜻한 눈빛으로 아기 예수님을 바라보고 계십니다. 우리도 구유로 나아가 금년 한 해 주신 은총에 감사드립니다. 새해에도 밝은 마음으로 살아갈 수 있는 힘을 청합니다. 모든 가정에 축복이 가득하길 기원합니다. 2024년 많은 어려움 있었지만 사회와 가족을 위해 열심히 살아오셨습니다. 구유에 계신 아기 예수님께 또 한 해를 살아갈 힘을 청합니다. 하늘 나라의 힘과 에너지를 은총으로 주실 것입니다.

2024년 12월 25일
주님 성탄 대축일에
천주교마산교구 교구장 서리
신은근 바오로 신부

교구장 서리 동정

송년미사

일시: 12월 27일(금) 17:00
장소: 창원파티마병원

희년 개막미사

일시: 12월 29일(주일) 10:30
장소: 주교좌 양덕동성당

교구/본당

신학생 교구장 방학인사

일시: 12월 16일(월) 11:00
장소: 마산가톨릭교육관

신학생 동계연수

일시: 12월 16일(월)~18일(수) 2박 3일
장소: 마산가톨릭교육관

2025년 희년 개막미사

일시: 12월 29일(주일) 10:30
장소: 주교좌 양덕동성당

위원회/기관/단체

레지아 교육위원, Co. 및 직속 Cu.단장연수회

일시: 12월 18일(수) 19:00
장소: 마산가톨릭문화원

명례성지 해맞이 미사

일시: 2025년 1월 1일(목) 07:00 미사 시작
장소: 명례성지 야외제대 (신석복 마르코 생가터)

새해 첫 주일 봉헌콘서트

일시: 2025년 1월 5일(주일) 14:00 ~ 15:30

1부: 봉헌 예식, 성체강복

2부: 신년 음악회 (하사품, 아미꼬 앙상블, 피아노, 타악기)

장소: 명례성지

기 타

2025년 가톨릭교리신학원 통신(우편)신학과정

대상: 수도자 및 평신도(만 18세 이상)
내용: 가톨릭신학 전반 26과목
원서접수: 11월 11일(월)~25년 2월 14일(금)
문의: 02-745-8399, http://ci.catholic.ac.kr

501차 부산교구성령묵상회(일반)

일시: 12월 27일(금) 18:00~29일(주일) 17:30
장소: 양산 영성의집
문의: 055-382-9465 /회비: 18만원

502차 부산교구성령묵상회 청소년(중고생)

일시: 25년 1월 3일(금) 16:00~5일(주일) 17:30
장소: 양산 영성의집
문의: 055-382-9465 /회비: 15만원

성모술술 무료 치유대(對)피정

값없이 먹고 자고 원 없이 기도하자
기간: 매월 둘째주 금~일요일 (2박3일)
1월 10일~12월/2월 7일~9일/3월 7일~9일/4월 11일~13일
문의: 010-3209-3955 [문자접수]

청주 초정성령회관 2박3일 송년대피정

일시: 12월 27일(금) 20:00~29일(주일) 14:00
회비: 2만원(청소년 무료)
강사: 김완식 요셉, 양창우 신부, 박효철 신부
버스: 조치원 역 18:20분 출발, 청주고속버스 터미널 다이소 맞은편 18:40분 출발
장소: 초정성령회관
문의: 043-213-9103/ 010-5482-6744

2025 살레시오 겨울 성소 피정

장소: 살레시오회 관구관
일시: 2025년 2월 7일(금)~9일(주일)
대상: 건강한 고1~35세 미만 남성
마감: 2025년 1월 31일
문의: 010-6221-3520

제주 성이시돌 자연순례피정 피정

이시돌 목장내 성지에서 섬과 성지순례
제주여행, 자연순례 (2025년피정 접수중)
대상: 개인, 가족, 일행, 소규모 단체
한라산포함: 1월 11~13일, 1월 16~18일, 1월 20~22일, 1월

24~26일, 2월 1~3일, 2월 7~9일, 2월 15~17일, 2월 21~23일
추자도포함: 3월 13~16일, 3월 23~26일, 4월 5~8일
접수: 02-773-1455 / 064-796-4182

가톨릭꽃동네대학교 2025학년도 신입생 정시모집

가톨릭 보건의복지 특성과 대학
-취업률 79.8% 전국 6위
-신입생 전원 장학금 지급
-신입생 기숙사 100% 입사 가능
모집: 간호학과, 자율전공학부(사회복지,상담심리전공)
원서접수: 24년 12월 31일(화)~25년 1월 3일(금)
문의: 043-270-0100, 0119

바오로딸 성경학교 신입생 모집

과정: 입문/중급/성바로 신학영성 중 선택
방법: 우편과 이터닝(동영상 강의)성경공부
원서: http://uus.pauline.or.kr/1월 31일 마감
문의: 02-944-0819~23, 010-5584-8945

성혈영성의집 별관 '침자리' 이용 안내

단체: 최대 13명 1일 숙박 20만원
개인피정: 최소 2인 이상 1일 숙박 3만
식사 개별 취사
위치: 창원시 마산합포구구산면 옥계리 11
문의: 010-8025-9759, 그리스도의성혈홍승수녀회

삼계본당 11대 사목협의회

- | | |
|-----------|---------------|
| 회장 | 박타훈 (요셉) |
| 남성 부회장 | 강봉수 (골리엘모) |
| 여성 부회장 | 정희숙 (골라) |
| 총무분과 | 제진호 (사도 요한) |
| 재경분과 | 윤 정 (레지나) |
| 전례분과 | 전은숙 (골라) |
| 구역분과 | 김영아 (마틸다) |
| 복음화분과 | 이순희 (M. 막달레나) |
| 홍보미디어분과 | 박동희 (디모테오) |
| 시설분과 | 윤영복 (유스티노) |
| 교육가정분과 | 유병기 (대건 안드레아) |
| 청소년분과 | 이승준 (요한 보스코) |
| 사회복지·환경분과 | 박경희 (요안나) |

성령기도회	일시	장소	주제	강사	미사 주례	문의
교 구	12월 23일(월) 19:00	남성동성당	하느님의 소리와 이교심	임해원 안토니오 신부 (남성동 주임)	임해원 안토니오 신부	010-5247-9900
청 년	매주 (수) 19:30	가톨릭 문화원 4층	성령기도회		19:30 미사 봉헌/ 20:00 기도회	010-6667-7809

천차만차
대동모터스 매매 31호

모든 중고차
매매 알선 위탁

창원시 의창구 무영로 489(팔용동)
구자룡 힐라리오 안경미 세라피나
010-6299-1137



육지도 30년 전복죽 특허

9만원
5만 5천원

12팩(6인원)/중량 300g±5%
/ 전복, 햅쌀, 쌀소라 및 재료
100%국내산 / 전국무로택배

전복장, 소라장 주문판매

김금자 엘리사벳
010.3571.5086 동영시 육지면
사촌아랫길 112 헤너촌

가톨릭
우리농 직매장

유기농산물·유기농식품 전문점

창원시 중동중앙로 47 어반브리스상가 1층
마산합포구 오동북 16길 27 가톨릭문화원(구교구청)
055-266-7010/070-5147-7010

무상견적 & 친절상담 **홍익철거**

촌집·스레지붕 전문철거
공장·주택·상가 등

이상현 토마스 마퀴나스
010-3913-6202

미카엘 여행사 성지순례

■ 해외 성지순례 모집 ■
1월 7일 나가사키 4일 / 1월 13일 베트남 나트랑 5일
1월 21일 태국 파티야 5일 / 2월 6일 스페인 포르투갈 12일

■ 국내 성지순례 모집 ■
제주도 순례 6명부터 출발

정상훈 미카엘 010.8650.9690

힐데갈드 화장품

이 화장품은 수녀들이 친환경으로 재배한 허브로 직접 만듭니다



힐데 로션 100ml
힐데 크림 150ml / 200ml / 150ml
힐데 스킨 100ml
힐데 샴푸 400ml / 200ml
힐데 바누 65g
힐데 금강 크림 120ml

롯데 포교 베네딕도수녀회 대구수녀원
문의 010-5117-1160
0502-700-1140



마산교구 창원지구 청년연합회 연합미사

창원 지구 청년 연합회(담당: 이승언 Th.아퀴나스 신부)는 11월 9일 반송성당에서 청년 연합회 연합 미사를 진행하였다. 이날 지구 내 9개 본당 청년들 60여 명이 참석하였다. 앞서 있었던 성지순례와 더불어



명서동성당 예그리나 청년 성가대의 미사 찬양과 신부님들과의 특송까지 있어서 풍요로운 시간이었다. 미사 후에는 본당 지하에서 본당 초중고등부 자모회가 직접 준비해 준 맛있는 음식으로 아가페까지 할 수 있어서 연합회 행사를 잘 마무리할 수 있었다. 올해 창원지구 청년연합회 일정은 연합 미사를 마지막으로 막을 내렸다.



진교본당 옥종공소 평화의모후 Pr. 1차 사업보고서

진교성당(주임: 고태경 율리아노 신부)은 행정구역이 면단위 소재에 있는 우리나라의 몇 안되는 성당이다. 시골성당의 가장 어려운 점은 노령화로 인해 신자들이 점점 줄어들고 있고 젊은 신자들이 부족하다는 것이다. 진교성당의 소

속 공소는 북천공소, 삼장공소, 옥종공소 3곳이 있는데 코로나 시대를 지나면서 3개 공소 모두 레지오가 중단되었고 결국 해체하였지만 2024년 1월 옥종공소에서 귀촌하신 60~70대들 중심으로 다시 평화의모후 브레시디움이라는 이름으로 창단하였고, 공소신자들의 90%를 협조단원으로 입단시켰으며 12월 8일 제 1차 사업보고서를 냈다. 본당신부와 꾸리아의 협조로 1차 사업보고서를 옥종공소에서 직접 시행 하였다. 공소이래 처음으로 꾸리아를 할 수있음에 공소회장님의 감사 말씀과 더불어 이번 사업보고는 소멸되어가는 공소에 큰 힘이 되고 있다.

내가 기억하는 사제 신자분들의 제보를 기다립니다!

교구 사무처에서는 교구설립 60주년을 기념하여 교구보에 “내가 기억하는 사제” 코너를 기획하고 있습니다. 주님을 닮아 살아가는 우리 교구 선종 신부님들의 모습을 추억하며, 돌아가신 신부님들과의 특별한 교류와 기억을 간직한 신자분들의 소중한 추억을 함께 나눌 수 있는 기회가 되도록 많은 관심과 제보 부탁드립니다.

원고분량: A4 용지 12pt 사이즈 2/3 정도의 내용

필수 기재사항: 소속 본당/성명/세례명/연락처

보내실 곳: (주소) 경남 창원시 마산합포구 진전면 죽현로 72 천주교 마산교구 홍보 담당 (메일) media2@cathms.or.kr





향심기도란 어떤 기도인가요? ⑫

윤행도 가롤로 신부/월영본당 주임

정결의 덕이란 선천적으로 주어진 여성성과 남성성을 통합하여 여성을 여성으로, 남성을 남성으로 보지 않고 똑같은 사람으로 바라보며, 성적인 에너지를 성행위나 쾌락의 도구로만 사용하지 않고 상대방을 존중하고 사랑하고 섬기는 데 사용하는 것입니다. 한마디로 사람으로부터 자유로워지는 것이라 할 수 있습니다.

이상으로 향심기도(관상기도)를 해야 하는 이유와 향심기도의 방법, 주의할 점, 향심기도의 열매 등에 대해 저의 경험과 함께 말씀드렸습니다.

마지막으로 향심기도의 효과를 매일의 삶으로 확장하는 방법에 대해 말씀드리겠습니다.

1. 자기 자신을 있는 그대로 받아들이는 습관을 기릅니다.

자신의 과거, 한계, 죄 등을 포함하여 자기 자신에 대하여 진정한 동정심을 가져야 합니다. 실수할 것을 기대하고 그 실수를 통해 배우십시오. 경험으로 배우는 것은 지혜를 얻는 길입니다.

2. 활동 중에 할 수 있는 기도어(능동적 기도어)를 선정해서 바치십시오.

예를 들면 “주님, 오시어 저를 도와주소서.”, “저의 주님, 저의 하느님.”, “내 영혼아 주님을 찬미하여라.”, “주님, 자비를 베푸소서.” 등등.

이러한 기도문을 누구를 기다리거나 운전할 때나 버스를 타고 갈 때, 집에서 설거지나 청소를 할 때 등 우리의 정신집중을 크게 요하지 않는 일을 할 때 늘 입에 올리며 기도하게 되면 어느새 이 기도가 우리의 잠재의식 속에 머물러 있게 되어 우리의 감정을 거슬리게 하는 일이 일어났을 때 이 기도가 우리의 감정이 분출되기 전에 우리의 마음을 진정시켜주는 역할을 하게 됩니다.

3. 거룩한 독서(렉시오 디비나)로 하느님의 말씀을 매일 경청하십시오.

하루에 15분 이상 성경이나 영적 독서를 함으로써 그 말씀이 자신의 마음에 머물고 삶으로 드러나게 하십시오.

4. 성체를 정기적으로 받아 모십시오.

그리스도의 고난과 죽음, 부활의 신비, 즉 미사에 정기적으로 참례하십시오. 이것은 그리스도인 변형의 원천입니다.

가장 중요한 것은 향심기도(관상기도)를 하루에 20분씩 두 번 매일 하는 것입니다.

이상 말씀드린 것 외에 궁금한 사항이 있으면 윤행도 신부(010-3880-1806)나 이청준 신부(010.2590.0402)에게 문의하십시오.

코너 '향심기도'는 이번달로 연재를 마무리합니다. 그동안 고생해주신 윤행도 가롤로 신부님께 마음 속 깊은 감사를 드립니다.

