

신앙칼럼

< 나의 삶에서 활동하시는 하느님을 발견하는 기도: 이나시오 성인의 의식성찰 >

저는 대학 졸업 후에 세례를 받고 가톨릭에 늦게 입교했지만, 오랜 신앙의 역사와 깊은 영성을 가진 가톨릭 신앙을 가지게 된 것에 늘 감사드립니다. 신앙에 대해 가르침을 주신 성인들이 많지만, 저의 신앙의 여정에 특히 많은 도움을 주신 분은 16세기에 활동하신 이나시오 성인입니다. 성인은 로마 가톨릭 교회가 종교개혁으로 도전을 받고 있던 때에, “예수회”라는 활동 수도회를 설립하고, 교회의 쇄신과 개혁, 교육과 이방인들의 선교에 힘썼고, 자신의 영적체험에 성경과 신학과 교회의 가르침을 체계적으로 담아 다른 사람들이 하느님의 뜻을 찾고 발견하고, 자기 중심적인 삶에서 하느님 중심적인 삶으로 사는 것을 돕기 위해 ‘영신수련’이라는 영성훈련을 위한 안내서를 쓰셨습니다. ‘영신수련’은 교황 바오로 3세의 인가를 받은 후, 지금까지 교회에서 사제, 수도자, 평신도를 위한 영적 프로그램과 피정에 널리 사용되고 있습니다. 이나시오 성인이 ‘영신수련’에서 하느님의 현존을 체험하고 하느님과의 일치로 나아가기 위한 영적수련의 방법으로 의식성찰, 묵상기도, 관상기도, 기도성찰, 영의 식별을 제시하는데, 그 중 첫번째로 하는 수련이 ‘의식 성찰’입니다.

의식성찰은 활동을 중심으로 사는 우리에게 나의 내면과 영적인 면, 내가 하는 행동과 활동을 하느님과의 관계에서 보도록 도와줍니다(추가). 의식성찰은 하루를 마무리하며, 나의 삶을 돌아보는 자기 성찰적 기도이지만, 나의 잘못에 초점을 맞추지는 않습니다. 하루 나의 구체적인 일상에서 있었던 일들과 마음의 움직임을 하느님의 빛에 비추어 살피며 하느님께서 나에게 무엇을 말씀하시고, 어떻게 일하셨는지를 찾아내는 것입니다. 그리고 내가 얼마나 관대하게 응답해 왔는지 돌아보며 하느님의 현존과 사랑을 알아차리게 됩니다. 당신의 영원한 생명과 사랑을 나누시기 위해 태초에 세상과 사람을 창조하신 하느님께서 우리를 위해 지금도 이 세상에서 적극적으로 활동하고 계심을 믿음으로 드리는 기도입니다. 의식성찰을 꾸준히 하면서 나의 일상안에서 하느님의 현존과 그분의 뜻을 더 의식하게 되고, 그분과 더 가까운 관계로 변하고, 그분과 일치하는 삶으로 변화됩니다. 의식 성찰은 어느 곳에서나 5-15 분 정도 하며, 하루 한 번 (저녁)이나, 두 번 (낮, 저녁) 또는 며칠에 한 번 할 수도 있습니다. 의식성찰의 일반적인 방법 하나를 소개해 드립니다.

1.감사: 하느님, 감사합니다. (3분) - 호흡에 집중하며 여러 번 천천히 숨을 들이쉬고 내쉬며 마음을 모은 뒤 하느님께서 이 시간 나와 함께 하심을 의식합니다 (믿음으로). 나의 하루를 돌아보며 하느님께서 주신 아주 ‘구체적인’ 선물 한 두 가지를 찾아 그 감사함을 마음 가득 충만하게 느끼며 머뭅니다. 예) 안전한 출근길, 맑은 공기, 맛있게 먹은 커피나 음식, 오늘 받은 메시지나 전화, 가족 등.

2. 조명: 하느님, 당신의 성령을 저에게 보내주세요. (2 분) - 내가 오늘 하루를 어떻게 보냈는지, 내가 오늘 무엇을 하고, 무엇을 경험했는지 돌아보며, 나의 깊은 마음을 볼 수 있도록, 당신 성령의 빛을 비추어 주시기를 청합니다.

3.성찰: 하느님과 함께 저의 오늘 하루를 돌아봅니다. (5분) - 하느님께서 나를 바라보시는 사랑의 시선을 의식하며, 오늘 하루 중 떠오르는 나의 내적인 움직임 (나의 생각, 감정, 의지)이나 의미 있는 순간을 한 두 가지 찬찬히 깊이 돌아봅니다. 무엇이 나를 움직이고 행동하고 말을 하게 했는지 봅니다 (사랑, 인내, 이해, 욕심, 두려움..). 나의 마음의 움직임을 보게 해 주신 하느님의 뜻을 생각합니다. 내가 하느님의 뜻을 알아차리고 응답했을 때 위로를 주시고, 또는 내가 성장하거나, 새로운 변화가 필요한 부분을 내가 보도록 당신의 자애로운 사랑으로 이끌어 주실 것입니다.

4.회심: 하느님, 용서를 청합니다. (3분) - 나의 나약함을 고백하며 용서를 청합니다. 하느님께서 언제나 나에게 주시는 영원한 생명과 사랑, 참행복의 은총에 협력하지 못한 나를 마음 아파하며 그 은총에 협력하겠다고 다짐합니다.

5. 내일을 위한 은총: 하느님, 내일 필요한 은총을 청합니다. (2 분) - 내일 계획된 일을 떠올리며 필요한 은총을 청합니다. 삶에서 구체적으로 변화하고자 하는 것을 다짐합니다. 변화가 필요한 하나만 정해서 꾸준히 해 봅니다.

주의 기도로 의식성찰을 마칩니다. 오늘부터 의식성찰을 시작해 보시도록 초대합니다.

(글: 허정 아나스타시아)

연중
제 13주일
2023년
07월 02일

미사 시간 안내

평 일 (영어미사)
화요일-7:00 PM
수 ~금-9:00 AM
주일(한국어/영어 미사)
토(특전/영어)-4:00PM
일요일(영어)-9:00AM
(한국어)-11:30AM
고해성사-11:10AM

사무실 안내

주소: 122 High Street
South Bound Brook,
NJ 08880

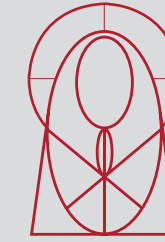
#Tel : 732-356-1037
#Email: office@edisonkcc.org
근무시간: 화-금요일
(10AM~3PM)

에디슨한인천주교회

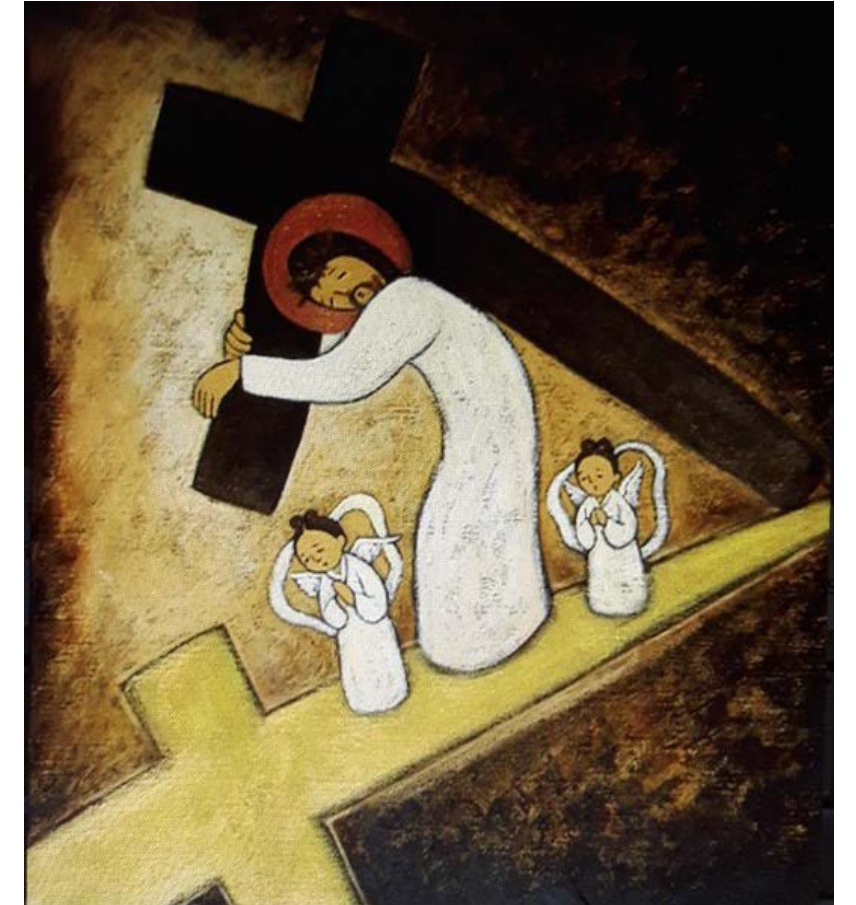
주임신부
이용범 사도요한

본당부제
윤석로 이나시오

평협회장
채희백 바오로



에디슨한인천주교회
OUR LADY OF MERCY PARISH



십자가를 지지 않는 사람은 나에게 합당하지 않다.
너희를 받아들이는 이는 나를 받아들이는 사람이다. <마태오 10,38>

< 이번 주 전례안내 >

- # 제 1독서 열왕기 하권4,8-11,14-16ㄴ
- # 화답송 시편 89(88),2-3,16-17,18-19(◎ 2ㄱ)
◎ 주님의 자애를 영원히 노래하오리다.
- # 제 2독서 사도 바오로의 로마서 6,3-4,8-11
- # 복음 환호송 1베드 2,9 참조
○ 너희는 선택된 겨레고 임금의 사제단이며 거룩한 민족이니 너희를 어둠에서 불러내시어 당신의 놀라운 빛 속으로 이끌어 주신 주님의 위업을 선포하여라.
- # 복음 마태오10,37-42
- # 성가번호 입당 19 봉헌 211 성체 163 파견 29

성당 소식

🌸 새로 오신 분, 방문해 주신분, 오랜만에 오신 교우들 환영합니다! 🌸

🌸 미사지향 (연미사)

- 권숙자(요안나) - 최 세레나
- 이석중(스테파노) - 가족
- 추성태(바오로) - 가족
- 김진철(요한) - 가족
- 김경희(수산나) - 가족
- 김명자(헬레나) - 가족
- 최예생 - 김 스텔라
- 소형덕(베드로) - 가족
- 최남순 - 박화성(헬레나)
- 곽창진(스테파노) - 곽 루시아
- 추복조(프란치스코) - 가족
- 김지화(미카엘) - 성낙순(미카엘라)
- 박로철(야고보) - 민 엘리자벳

🌸 미사지향 (생미사)

- 염은미(클라라) - 가족
- 방상호(요한) - 임 안나
- 방진숙(테레사) - 임 안나
- 이종실(프란치스코), 이윤자(안나) - 채희백(바오로), 채미영(테레사)
- 임영자(안나) - 하 테레사
- 성경숙(아가다) - 이막동(아네스)이서형(요안나)
- 성낙철(안드레아) - 이막동(아네스)
- 성순영(라파엘라) - 성가대
- 안현정(소화테레사) - 맹 베로니카
- 김태현, 김을 가정 - 김삼식(베드로)가족
- 김종민(예비자), 김진희(아우렐리아), 이예원(김벌리데오도라) 가정 - 성낙순(미카엘라)
- 김종숙(마리아) - 민 엘리자벳
- 김규옥(올리바) - 민 엘리자벳
- 민요준(비비안) 가정 - 민 엘리자벳

🌸 지난 주 우리들의 정성

- 주일 헌금
- 감사헌금.....\$500

| | | |
|-----------|----------|-----------|
| 임영자 \$200 | 익명 \$200 | 이막동 \$100 |
|-----------|----------|-----------|
- 교무금
- | | | |
|-----------|-----------|-----------|
| 김안나 (4-6) | 배인경 (4-6) | 서영원 (5-6) |
| 이용문 (6) | 박가브리엘 (6) | 임영자(6-8) |
- 주일 헌금 및 교무금 총액은 7/16 주보에 공지할 예정입니다.

🌸 환우들의 빠른회복을 위해 기도 부탁드립니다.

- | | |
|------------|-----------|
| 정영철(프란치스코) | 하건철(안토니오) |
| 오용덕(헨리코) | 오경선(원선시오) |
| 염은미(클라라) | 하준석(마태오) |
| 곽 율리안나 | 방진숙(테레사) |

🌸 매일미사책 1년 구독 신청 (2023년 8월 - 2024년 7월)

- 일반 매일미사 90불 / 대형 매일미사 120불
- 구독을 원하시는 분들은 성함과 구독 비용을 봉투에 넣으셔서 주일 헌금함에 넣어주시거나 사제관 메일함에 넣어 주시면 됩니다.
- 신청 마감: 7월 2일(주일)
- 문의: 사무장 732-258-5998

🌸 2차 헌금

- 7월 9일: 유틸리티

🌸 코로나로 인해 그동안 중단되었던 구역별 친교 봉사가 다시 시작됩니다. 매월 첫째 주일 미사 후, 친교실에 준비된 간식/차와 함께 친교의 시간을 가지시기 바랍니다.

- 봉사 당번: 7/2 노스브런스워 8/6 릿거스

🌸 <금주의 평일미사> 와 <읽어드립니다> 는 6/27부터 당분간 쉽니다.

🌸 기획분과회의

- 일시 및 장소: 7월 9일(주일) 미사 후 친교실 회의실

🌸 노스브런스워 구역모임

- 일시 및 장소: 7월 2일(주일) 미사 후 친교실

🌸 꾸리아 월례회의

- 일시 및 장소: 7월 9일(주일) 미사 후 친교실 회의실

🌸 미 동북부 레지오 마리에 봉쇄교육

- 일시: 2023년 9월 15일(금) 오후 4시-17일(일) 오후 5시 (2박 3일)
- 장소: 뉴저지 뉴턴 베네딕도 수도원
- 인원: 선착순 35명 (분당별 배정 없음)
- 신청마감: 2023년 8월 20일(주일) 까지
- 지도신부: 장재명(파트리치오) 신부
- 참가비: \$300 (2박 3일 숙식비 포함)
- 준비물: 성서, 레지오 교본 및 수첩, 묵주, 세면도구, 실내화, 간편한 옷차림, 정장(또는 한복) 한벌
- 신청방법: 참가 신청서를 작성하여 신청인과 본당 신부님의 서명을 받은 후 채미영(테레사) 꾸리아 단장님께 신청서류와 참가비를 일괄 접수

🌸 유아 및 청소년 세례 안내

- 7월에 16일 주일 10시30분에 있을 유아 세례, 청소년 세례에 대한 공지입니다
- 세례를 받기 위한 준비사항은 다음과 같습니다. 유아세례의 경우 부모가 아기 대신 아래 사항을 충족해야 합니다
 - 주님의 기도, 성모송, 영광송 암기
 - 성체가 무엇인지에 대한 인식과 영성체 하는 방법 숙지
 - 고해성사가 무엇인지에 대한 인식과 고해성사 보는 방법 숙지
 - 묵주기도 하는 방법 숙지
- 세례성사 전후 3개월동안 주일미사 빠지지 않고 참석
- 세례 후 1개월 후 고해성사를 받아야 합니다.

🌸 공지사항

성당 건물 관리를 위하여, 주일 한국어 미사 후에는 엘리베이터 문을 제외한 모든 출입문을 밖에서 잠글 예정이오니 성당 문단속에 협조하여 주시기 바랍니다.
미사가 끝나고 오후 1시 이후에는 정문 사용을 삼가해 주시기 바랍니다. 성당 정문이 잠겨져 있을 경우에는 다른 출입문을 사용해 주시기 바랍니다.

말씀번역

🌸 제1독서: 열왕기 하권 4,8-11.14-16L

하루는 엘리사가 수넴을 지나가게 되었다. 그런데 거기에 사는 한 부유한 여자가 엘리사에게 음식을 대접하게 해 달라고 간청하였다. 그래서 엘리사는 그곳을 지날 때마다 그의 집에 들러 음식을 먹곤 하였다. 그 여자가 남편에게 말하였다. “여보, 우리 집에 늘 들르시는 이분은 하느님의 거룩한 사람이 틀림없습니다. 벽을 둘러친 작은 옥상 방을 하나 꾸미고, 침상과 식탁과 의자와 등잔을 놓아 드십시오. 그러면 그분이 우리에게 오실 때마다 그곳에 드실 수 있을 것입니다.” 어느 날 엘리사가 거기에 갔다가 그 옥상 방에 들어 쉬게 되었다. 엘리사는 종에게 “저 부인에게 무엇을 해 주면 좋을까?” 하고 물었다. 게하지가 “저 부인은 아들이 없는 데다가 남편은 나이가 많습니다.” 하고 대답하였다. 그러자 엘리사는 “여자를 불러라.” 하고 일렀다. 종이 여자를 부르니 그 여자가 문간에 섰다. 엘리사가 말하였다. “내년 이맘때가 되면 부인은 한 아들을 안게 될 것이오.” 주님의 말씀입니다. © 하느님, 감사합니다.

🌸 제2독서: 사도 바오로의 로마서 6,3-4.8-11

형제 여러분, 그리스도 예수님과 하나 되는 세례를 받은 우리가 모두 그분의 죽음과 하나 되는 세례를 받았다는 사실을 여러분은 모릅니까? 과연 우리는 그분의 죽음과 하나 되는 세례를 통하여 그분과 함께 문했습니다. 그리하여 그리스도께서 아버지의 영광을 통하여 죽은 이들 가운데에서 되살아나신 것처럼, 우리도 새로운 삶을 살아가게 되었습니다. 그래서 우리가 그리스도와 함께 죽었으니 그분과 함께 살리라고 우리는 믿습니다. 우리는 그리스도께서 죽은 이들 가운데에서 되살아나시어 다시는 돌아가시지 않으리라는 것을 압니다. 죽음은 더 이상 그분 위에 군림하지 못합니다. 그분께서 돌아가신 것은 죄와 관련하여 단 한 번 돌아가신 것이고, 그분께서 사시는 것은 하느님을 위하여 사시는 것입니다. 이와 같이 여러분 자신도 죄에서는 죽었지만 그리스도 예수님 안에서 하느님을 위하여 살고 있다고 생각하십시오. 주님의 말씀입니다. © 하느님, 감사합니다.

🌸 마태오 복음10,37-42

그때에 예수님께서 사도들에게 말씀하셨다. “아버지나 어머니를 나보다 더 사랑하는 사람은 나에게 합당하지 않다. 아들이나 딸을 나보다 더 사랑하는 사람도 나에게 합당하지 않다. 또 제 십자가를 지고 나를 따르지 않는 사람도 나에게 합당하지 않다. 제 목숨을 얻으려는 사람은 목숨을 잃고, 나 때문에 제 목숨을 잃는 사람은 목숨을 얻을 것이다. 너희를 받아들이는 이는 나를 받아들이는 사람이고, 나를 받아들이는 이는 나를 보내신 분을 받아들이는 사람이다. 예언자를 예언자라서 받아들이는 이는 예언자가 받는 상을 받을 것이고, 의인을 의인이라서 받아들이는 이는 의인이 받는 상을 받을 것이다. 내가 진실로 너희에게 말한다. 이 작은 이들 가운데 한 사람에게 그가 제자라서 시원한 물 한 잔이라도 마시게 하는 이는 자기가 받을 상을 결코 잃지 않을 것이다.” 주님의 말씀입니다. © 그리스도님, 찬미합니다.

에우차리교구공회

🌸 National Eucharistic Revival

2023 National Eucharistic Revival 이 지난 성체 성혈 대축일에 시작되었습니다. 이 운동의 목표는 성체성사를 통해 주 예수 그리스도의 살아있는 관계를 일깨움으로써 교회를 “새롭게” 하려는 것입니다.

이는 3년 동안의 계획으로, 우리 가톨릭 신자들에게 영감을 주고 교육하며 통합하는 것을 목표로 합니다.

Pew Research Center에 따르면, 가톨릭 신자 중에서도 실제로 그리스도의 성체성사에 대한 진리적 존재를 믿는 사람은 31%에 불과합니다.

이 3년의 여정을 통해 우리는 믿음에 활기를 불어넣을 것으로 기대되고 있습니다.

예수 그리스도는 우리를 우리 믿음의 근원이자 정점인 주님께서 현존하시는 성체성사로 초대하고 있습니다.

이 운동에는 교구 부흥의 해, 2024년 National Eucharistic Congress (인디애나폴리스, 인디애나, 7월 17일-20일)와 국가 선교의 해가 포함되어 있습니다.

2023년에는 우리 Our Lady of Mercy성당에서는 매 주 미사 중 공지사항 시간에 교육적인 "신앙상식" 시리즈를 발표할 계획이며, 이를 주보에도 공지할 예정입니다.

또한 주일학교와 유스그룹 학생들이 성체성사를 통해 예수님의 존재를 더 잘 이해할 수 있도록 돕는 프로젝트가 진행될 예정입니다.

그외에도 강연 시리즈와 모든 교구 신자들을 위한 Night of Mercy행사 계획이 진행 중에 있습니다.

🌸 모든 전례의 핵심은 무엇입니까?

모든 전례는 하느님과 의 친교를 의미합니다. 예수 그리스도께서는 당신 친히 이루신 구원 업적을 교회를 통하여 영속적으로 계속하시고자 언제나 교회 안에, 특별히 전례 행위 안에 현존하십니다. 예수 그리스도의 죽음과 부활은 누군가가 죽을 수 있음에도 불구하고 생명을 얻을 수 있다는 증거입니다. 그분은 인류를 죽음과 죄악의 노예에서 구속하셨습니다.

