

일상 속에서 깨어 있기

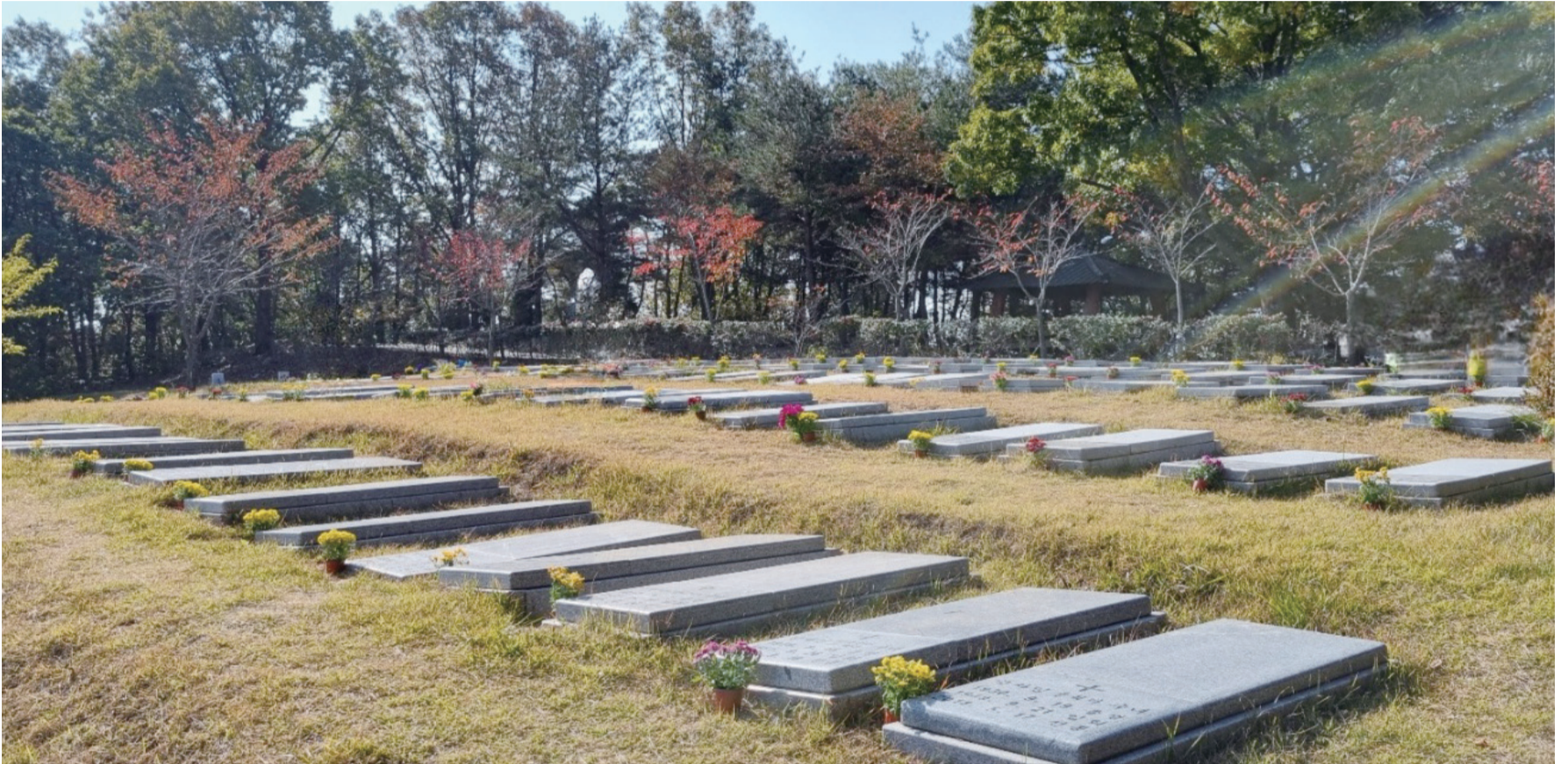


사진 : 샬트르 성바로 수녀회 묘지(군위 가톨릭 묘원)

“행복하여라, 주인이 와서 볼 때에 깨어 있는 종들!” (루카 12,37 가)

불교에서 때를 알리는 데 사용하는 목어(木魚)는 깨어서 끊임없이 정진하는 것을 가리키는 하나의 상징입니다. 물고기는 잠을 잘 때에도 눈을 뜨고 자기 때문에, 그런 형상을 상징으로 삼아 기억하며 수도 정진하는 데 있어 항상 깨어 있어야 함을 되새기게 합니다. 뿐만 아니라 성경에서도 깨어 있음에 대해서 많은 부분 언급되고 있습니다. 신약 성경 마르코, 마태오, 루카 복음서에는 6차례, 사도행전과 서간, 요한 묵시록에서는 11차례에 걸쳐 “깨어 있음”에 대해 언급하고 있습니다. 그러면 ‘깨어 있다’는 것은 무엇을 의미할까요? 이것을 이해하기 위해서 깨어 있지 않음에 대해서 먼저 생각해 보는 것이 좋을 것 같습니다.

하루를 지내다 보면 일을 하면서나 사석에서 많은 사람을 만나고 많은 이야기를 나눕니다. 일을 하면서 나누는 이야기는 자연스럽게 주어진 일에 관해서입니다. 그러나 사석에서는 다양한 주제에 대한 이야기가 오고 갑니다. 지구 환경에 대한 이야기, 세상에서 일어나고 있는 사항에 대한 이야기, 나라에 대한 이야기, 건강에 대한 이야기, 먹거리에 대한 이야기, 어느 제품에 대한 이야기 등 무수한 주제로 이야기를 나눕니다. 물론 중요한 이야기만 항상 할 수는 없습니다. 때로는 시시콜콜한 이야기들도 양념처럼 곁들여 나눕니다. 하지만 사실인지 아닌지 근거도 없는 이야기들, 자신과는 아무 상관 없는 다른 사람의 약점에 관한 이야기들 등에 정신을 쏟는다면 깨어 있는 모습이라 할 수 없을 것입니다. 또한 별로 중요하지도 않은 일들에 대하여 듣고 보는 데에 시간을 쓴다면 이 또한 하느

님께서 주신 소중한 시간에 깨어 있는 모습이라고 할 수 없을 것입니다. 깨어 있지 않음이 이렇다면 깨어 있음은 그 반대의 모습으로 생각해 볼 수 있습니다.

지금 위령성월을 지내고 있습니다. 위령성월은 살다가 먼저 하느님 품으로 돌아가신 분들을 기억하며 기도하는 시기이지만 또 한편으로는 그분들이 전하는 메시지를 들어야 하는 시기이기도 합니다. 그분들이 전해 주고 싶어 하는 메시지란 무엇일까요? 그 메시지란 사소하게 여겨지더라도 주어진 때 순간들, 작아 보여도 주어진 모든 사람들, 별것 아닌 것처럼 보여도 주어진 작은 일들, 그 모두가 가장 소중한 것들이라고 가르쳐 주는 목소리입니다. 결국 그 목소리는 항상 ‘깨어 있음’으로 초대합니다. 이렇게 보면 ‘깨어 있음’이란 수도생활과 같이 특별한 삶에서만 아니라 일상생활 전체가 그 배경이라고 할 수 있겠습니다. 배경을 이루는 일상에서는 수많은 일들이 일어나고, 수많은 사람들을 만납니다. 하지만 그 일상 가운데서 중요하지 않은 것이나 사랑의 계명을 저버리는 것들에 말려들어 소중한 것들을 잃어버리지 않아야 합니다. 여러 부분에서 ‘깨어 있음’을 생각할 수 있습니다. 하지만 가장 기본이 되는 것은 일상 곧 듣는 것, 말하는 것, 보는 것, 행동하는 것에서 소중한 것을 잃어버리지 않는 “깨어 있음”입니다.

박상용 사도요한 신부
본지 주간



가정교리 (19)

모든 성인의 통공(Sanctorum Communio)

사도신경은 “거룩하고 보편된 교회” 다음에 “모든 성인의 통공”에 대하여 고백합니다. 이는 교회는 바로 모든 성인의 통공이라는 것을 표현하는데, 즉 ‘성인들의 친교’가 교회라는 말입니다. 통공(通功)이라는 말은 ‘공로가 서로 통한다’ 또는 ‘공로를 서로 나눈다’는 말이지만 성인의 통공에는 ‘거룩한 것들의 공유’와 ‘거룩한 이들의 친교’라는 두 가지 면이 다 포함됩니다. 먼저 ‘거룩한 것들의 공유’는 곧 신앙의 공유, 은사의 공유, 공동 소유, 사랑의 공유가 있습니다. 이로써 신자들은 넘치는 풍요를 누리게 됩니다. 다음으로 ‘거룩한 이들의 친교’에



서 성인들의 통공은 근본적으로는 세례성사를 통하여, 그리고 특별하게는 성체성사를 통하여 이루어집니다. 지상에 있는 교회는 죽은 후 정화 과정을 겪고 있는 영혼들과 하느님 나라의 복을 누리고 있는 성인들과 맺어져 있습니다. 천상 성인들은 우리를 위하여 전구하며, 우리는 그들의 거룩한 삶을 우리의 것으로 삼고자 노력합니다. 우리는 또한 죽은 이들을 위하여 기도하며 천상 복을 기원합니다.

(“간추린 가톨릭 교회 교리서”, 113 참조) **금빛**

◀ 그림 : 통공 (이홍구 스테파노 화백, 자인성당)

교황님 한 말씀

우리는 주님의 것이므로 세속 권력의 노예가 되어서는 안 됩니다.

예수님께서서는 그 무엇도 그 누구도 흐리게 할 수 없는 하느님의 모상이 우리 삶에 새겨져 있음을 일깨워 주십니다.

(...)인간과 세상 자체는 하느님께 속해 있습니다. 이를 잊지 맙시다!

- 10월 22일 연중 제29주일 삼중기도 혼화中 -

본당 소개

성미카엘 성당



대구시 달서구 달구벌대로 호산동에 위치한 성미카엘 성당(주임신부 : 나진흠 아우구스티노)은 성당 이름과 같은 미카엘 천사가 주보성인이며 2003년에 봉헌되어 올해로 20주년이 됩니다.

성서공단과 금호강 인근에 있는 점을 살려 ‘미카엘 생태환경 홍보위원회’를 상설화하고 전 신자에게 생태환경에 대한 심각성을 일깨우기 위해 주보 및 동영상을 활용해 매주 교중미사 후 교육하고 있습니다.

구역별로 금호강 주변과 공단 주위의 환경정화 활동, 폐의약품 수집 등의 실천이

소공동체 활성화 및 친교에도 활력이 되고 있습니다. 외국인 근로자와 외국인 이주민들의 미사 참여를 적극적으로 도우려고 한글 깨우침을 위한 ‘본당 한국어 교실’을 개설해 신자 봉사체제로 운영하는 점도 특이합니다.

나진흠 아우구스티노 주임신부는 “신자들이 교회 활동에 적극적으로 참여하여 봉사 정신을 높이고 친교를 나누는 계기가 되어 성당 운영에 활력이 되고 있다.”며 본당 분위기를 전했습니다.

취재·촬영 : 조태영 도미니코 | 살레시오 기자

이구동성

세계 여러나라 말로 미사경문을 배워 볼까요?



저희에게 잘못된 이를 저희가 용서하오니, 저희 죄를 용서하시고



and forgive us our trespasses as we forgive those who trespass against us
앤드 포기브 어스 아워 트레스페스 애즈 위 포기브 도즈 후 트레스페스 어겐스트 어스



わたしたちの罪をおゆるください。わたしたちも人をゆるします。
와타시타치노츠미오오유루시 쿠다사이 와타시타치모히토오유루시마스



求你宽恕我们的罪过，如同我们宽恕别人一样。
치우니 관수 위 먼 더주이귀, 루 통 위 먼 관수비에런 이 양.



Và tha nợ chúng con, như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con
바타 너 쯡 끈, 느 쯡 끈 궁 타 깨고너 쯡 끈



perdona nuestras ofensas, como también nosotros perdonamos a los que nos ofenden;
페르도나 누에스프라스 오펜사스, 꼬모 팜비엔 노소프로스 페르도나모스 아로스 게 노스 오펜텐

교회의 상징들

독수리 - 사도요한의 상징



신약성경의 요한복음과 세 권의 서간, 요한 묵시록이 사도 성 요한의 저작물이라고 전해져 온다. 또한 그의 상징과 문장으로 독수리가 사용되는데, 이는 요한 복음서의 신학이 가장 높은 곳까지 날아오르는 독수리처럼 높고 깊은 경지에서 우리를 참된 신앙으로 인도해 주기 때문이다. 성 요한은 모든 이들이 주님의 사랑 안에 머물 것을 강조한 ‘사랑의 사도’였다. **금빛**

찬미받으소서(17)

그릇된 인간 중심주의



▶ **읽기**
 116항 근대에는 지나친 인간 중심주의가 있어 왔고, 이는 오늘날에도 여전히 또 다른 모습으로 위장하여 공동의 이해와 사회적 결속 강화를 위한 모든 노력을 저해하고 있습니다. 그래서 현실과 인간 중심주의가 불러온 한계에 새롭게 주의를 기울일 때가 되었습니다. 이는 개인과 사회가 더욱 건전하고 풍요롭게 발전하기 위한 조건이 됩니다.

▶ **생각하기**

Q. 인간 중심주의는 오늘날 생태 위기에 어떤 영향을 주었습니까?

인간중심주의에서는 인간 자신을 지구 생태계를 구성하는 하나의 종으로서 보지 않고, 오히려 자연의 주인이나 소유자로 봅니다. 인간은 자연의 다른 존재들 '곁에서' 혹은 그 존재들과 '함께' 있는 것이 아니라 그 존재들 '위에' 있다는 것입니다. 인간중심주의는 하느님의 창조를 통해서

있게 된 모든 것이 인간을 위해 존재하는 것으로 이해함으로써 자연을 인간의 유용성을 기준으로 판단합니다. 즉 자연은 그 자체로는 아무런 권리를 지니지 않으며 인간에게 유익을 주는 한에서 존재의 가치와 존재의 의미를 가진다고 보는 것이지요. 만물의 중심과 척도를 인간으로 보는 이러한 관점을 통해 인간과 자연의 관계는 지배자와 피지배자, 소유자와 소유물의 관계로 전락하고, 자연에 대한 인간의 지배와 착취는 정당화되었습니다. 인간과 자연을 분리시키고 자연을 철저히 대상화함으로써 자연을 무분별하게 파괴할 수 있는 정신적 기반을 제공한 것입니다.

▶ **실천하기**

인간인 우리가 자연의 소유자로 여기며 자연을 무분별하게 사용하고 있습니다. 그로 인해 자연은 파괴되고 많은 생물종들이 사라지고 있습니다. 인간으로 인해 얼마나 많은 생태계와 파괴 되었는지 알아보는 시간을 가져봅시다.



[영상]인간도 멸종 될 수 있습니다(한국환경공단) ▶

생태 영성 (10)

안식일: '멈춤'을 통한 회복의 시간

하느님께서 손수 만드신 피조물들을 돌아보시며 “보시니 좋았다.”(창세 1, 12)라고 하신 이 세상은 ‘모든 피조물이 서로 보이지 않는 끈’으로 연결된 ‘창조 공동체’이다. 이 공동체에는 하느님이 심어놓으신 질서가 분명히 존재한다. 그러나 인간들은 이 ‘창조 질서’를 외면한 채 더 많은 ‘이윤’을 얻고자 ‘무한 속도’로 ‘성장’만을 추구하며 달려가고 있으며 그 피해는 고스란히 공동의 집 지구와 가난한 이들의 몫이 되고 있다. 무너져가고 있는 창조 질서의 회복은 인간을 포함한 피조물들이 본연의 아름다움을 되찾고 우주에 대한 경이로움을 재인식함으로써 이루어질 수 있다. 이 회복의 여정은 바로 하느님이 축복하신 안식일(창세 2,3)에서 비롯된 ‘멈춤’에서 시작된다. 하느님의 안식은 6일간 이어진 창조 세계를 ‘관상하고, 성찰하는 안식’이라고 할 수 있다. 그러므로 하루를 마무리

하며 잠시 멈추어 그날의 삶을 반성하는 것 또한 매일의 ‘작은 안식’이 될 수 있다. 더 나아가 일상의 삶을 잠시 멈추고, 하느님과의 관계 회복과 일치를 위한 성찬례에 참여하며 그 안에서 얻은 힘으로 한 주간 동안 소홀했던 나 자신과 가족 그리고 이웃, 피조물과의 관계를 돌아보고 돌봄의 시간을 가짐으로써 진정한 의미의 ‘주일을 거룩’하게 보낼 수 있게 된다. 이처럼 그리스도인은 ‘멈춤’의 정신을 더욱 묵상하고 삶에 적용시킴으로써 나와 함께 사는 다른 존재들의 삶도 눈여겨보고, 그들을 소중히 여기며 함께 회복의 길로 나아가 ‘보시니 좋았던’ 본연의 공동체를 되찾을 수 있을 것이다.

윤 에피파니아 수녀 (예수성심시녀회)



틴스타 (4)

성(性), 하느님께서 우리에게 준 선물

틴스타를 만났던 사람들의 대부분은 틴스타를 알게 되어 새로운 삶과 내가 몰랐던 나와 타인의 몸을 이해하게 되었고 우리 하나하나가 너무나 소중하고 아름다운 존재이며 성(性)이 하느님의 선물이라는 것을 깨달았다고 한다. 몇 해 전 수업을 마치고 지금은 어엿한 성인이 되었을 여고생에게 받은 손편지에는 “틴스타는 소방관, 경찰관보다 더 나의 생명을 지키고 보호하게 하고, 다른 사람의 생명도 소중하게 여기고 지켜주도록 해준다.”라는 내용이 담겨 있었다. 또 다른 학생들이 성인이 되어 유혹의 순간이 왔을 때 틴스타가 전하는 가치가 기준이 되었다는 소식을 접하게 되기도 한다. 내 몸 자체가 하느님의 생명력에 연결되어 있음을 자각하고 살아가고 있기 때문이다. 최근에 어린이 성교육에 관심이 증대되고 있는 가운데 본당에 워크숍을 요청하여 수료한 자모들이 자녀를 대상으로 ‘어린이를 위한 프로그램’을 진행하였다. 그 결과 가정 안에서 부모와 자녀 간에 성에 대하여 자연스러운 소통이 가능하게 되었다고 한다. 부모에게 자녀는 자신들의 소유가 아니라 맡겨진 선물이며, 가정은 하느님의 생명과 사랑을 전해주는 첫 번째 학교이다. 아이들은 부모를 통해서 자신이 얼마나 사랑받는 존재인지를 알고 친구와 가족으로 시선을 확대해 나와 너, 우리에게 어떻게 사랑을 전달하며 살아가야 하는지를 알게

된다. 우리는 모든 아이를 하느님의 선물로 받아들이고 존중해줘야 하며, 그들에게 좋은 스승의 모범을 보여줘야 한다. 하느님께서 인간에게 자유의지와 책임을 부여하고 스스로 선택하게 하셨다. 틴스타 역시 피임과 성관계가 옳고 그르다고 말하는 대신 올바른 가치관을 바탕으로 스스로 결정하게 한다. 무분별한 성관계로 인해 낙태율이 높아지고 버려지는 아이들이 늘어나고 있는 요즘, 뉴스나 인터넷 기사를 보면 성폭력, 성매매, 낙태 등 성 문제로 인한 사건들이 비일비재하다. 그렇기에 틴스타 교육이 진정으로 필요한 시대라고 생각한다. 우리는 나의 몸과 상대의 몸을 통해서 하느님의 창조에 동참하도록 불리움을 받았다. 나의 생명을 너에게 선사하고 너의 생명을 오롯이 환희로 받으며 새로운 생명의 신비를 체험 할 수 있는 인격적(Sexuality)인 존재이다. 이것이 생명력이고 인간 본연의 모습이다.

“사랑한다는 것은 언제나 타인의 행복을 위한 일을 하는 것이다.” “그것이 나에게 어떠한 대가를 치르게 하더라도”

김외택 헬레나 (청년청소년국 틴스타강사)



부부 이야기

결혼은 또 다른 사랑의 시작!

삼수 끝에 대학 입학 후 저는 1년을 휴학하고 같은 학년으로 복학한 노엘라와 처음 만났습니다. 키 크고 선한 얼굴과 조용한 말투에 호감을 느끼긴 했지만 거기까지였습니다. 1학년 때 같은 동아리에 잠시 함께하던 저희는 제가 2학년 과 대표에 뽑히면서 인연이 되기 시작합니다. 임원진을 꾸릴 때 저는 노엘라에게 과 총무를 부탁했고 노엘라는 흔쾌히 응해주었습니다. 일 년간 임원 활동을 하며 친한 오빠 동생처럼 지내게 되었습니다. 졸업 후에는 어떤 계기로 연락이 되어 다시 만나게 되었고 사랑의 감정이 싹트기 시작한 저는 노엘라에게 고백을 했습니다. 예스라는 답을 듣고 우리의 연인 관계는 드디어 시작되었습니다. 그 후 1년 만에 결혼으로 꽃을 피웠으나 결혼생활은 순탄치 않았습니다. 연애할 때는 뭐든지 다 줄 것처럼 평생 노엘라만 보고 살 거라고 다짐했었습니다. 하지만 저는 친구를 우선시하는 성향을 버리지 못하고 밖으로 돌기 시작했고, 노엘라는 외로이 집에 있어야만 했습니다. 심지어 첫 아이 임신말기에 양수가 터질 때에도 전 밖에 있었습니다. 지금 생각해 보면 정말 미안하기가 이루 말할 수 없습니다. 제주도에서 대구로 유학 온 저와 영천 출신의 노엘라는 성향이 다른 집안 분위기 때문에 시댁과 갈등이 심해졌지만, 저는 갈등을 회피하기만 했습니다. 그 이후로 저희는 점점 대화가 없어지고 그저 쇼윈도 부부처럼 밖에서는 이쁘고 착한 부부지만 안에서는 끓아가는 관계가 되었습니다. 그러다 친한 동생이 권유로 'M.E주말'에 참

가하게 되었습니다. 2박 3일 동안 저희는 처음으로 시댁 문제에 대해서 터놓고 얘기를 하게 되었고 서로의 맘을 이해하게 되었습니다. ME가 아니었다면 해결될 수 있었을까요? 그리고 ME를 통해 사랑하는 방법을 알게 되었습니다. 사랑이란 것도 맘으로만 하는 게 아니라 방법이 필요하다는 것을 알게 되었습니다. 모든 남자들이 그렇진 않겠지만 저는 결혼하면서 마치 사랑이 완성된 것처럼 이제 이 사람은 내 것이라는 생각을 하게된 것 같습니다. 결혼은 사랑의 완성이 아니고 또 다른 사랑의 시작입니다. 그때 맞는 사랑을 연습하고 노력하고 결심해야 합니다. 사랑에 완성이 있을까요? 서로 죽을 때까지 결심하고 노력하는 게 사랑이라고 생각합니다. 노엘라를 생각하면 미안해서 그런지 후회되어 그런지 모르지만 가슴이 시려웁니다. 사랑의 감정이란 게 어떤 건지 아직도 잘 모르지만, 소중한 아내를 평생 사랑하면서 살고자 다짐합니다. 많은 분들이 ME를 통해 사랑의 방법을 얻어갔으면 합니다. 🍡



홍종식 타대오 & 정현주 노엘라 부부 (ME 대구협의회)

이야기가 있는 가족 사진

어머니 모시고 서라벌 여행의 추억

- 미수(米壽) 생신을 기리며 -



나의 어머니 설주하(薛周河)마리아 (2006년 당시 미수-88세)를 모시고 고도 경주 불국사를 갔습니다. 모녀 생애 첫 나들이였습니다. 6남매 자식들을 위해 평생을 흠에만 묻혀 사셨던 어머니, 오직 근검절약으로 사셨던 어머니!! 사려 깊으셨던 나의 어머니!!! 그립고 보고 싶습니다. 2009년 여름 선종하신 어머니!! 병상에서 오

직 “하느님 자비를 베풀어 주십시오.”를 줄기차게 바치셨던 어머니, 그립습니다.

엄마! 나의 엄마, 우리 엄마!!! 하늘나라에서 평안의 안식 누리시옵소서. 평화의 모후이신 성모마리아께 간구드립니다.

아베 마리아!!! 그라치아 플레나 도미누스 데꿈!

※ 가톨릭 금빛신문은 독자 여러분의 가족사진에 담긴 이야기를 300자 내외로 나누고자 합니다. 많은 참여 바랍니다.

이윤희 카타리나 (범물성당)

추억속으로

수험생을 위한 기도



1983년 학력고사를 치르는 수험생을 위하여(성모당)



1985년 수험생을 위한 기도의 나날(성모당)

(제공: 교구사료실)

부모와 자녀 관계 (19)

떠나보내고 떠나는 부모와 성인자녀 (3)

캥거루족, ‘트위스터(Twister)’, ‘부메랑 키즈’, ‘키퍼스(KIPPERS)’, ‘맘모네(Mammone)’라는 단어를 들어보셨나요? 자녀가 부모 곁에 머무르며 부모에게 경제적으로 의존하는 성인 자녀를 표현하는 여러 나라의 신조어입니다. 성인 자녀의 경제적 의존은 비단 우리만 겪고 있는 것이 아니며 한 개인의 특성이나 능력의 일로 설명하기 어렵습니다. 자녀의 경제적 의존 그리고 독립에 대해 다각적으로 이해하려는 노력을 통해 자녀와의 긍정적인 대화로 이어져야 한다고 생각합니다.

먼저, 자녀가 주도적으로 선택하고 수행하는 과정을 통해 자기를 발휘하고 개발하고 보상받는 경험을 쌓아왔는지 생각해 봅시다. 자기를 적용해서 그 능력이 수용되는 과정은 자녀에게 직업적 활동의 기반이 됩니다. 그런데 만약 부모가 자녀를 위해 대신 선택하고 해준 것이 많다면 자녀는 자신을 적용하고 검증할 기회가 충분하지 못하게 되고 자기 능력과 가치에 대해 믿음이 부족해집니다. 그 결과 자녀는 많은 시간을 주저하며 보내거나 '그냥 세상이 인정하는 빛나는 직업'을 갈망하며 그것에 자신을 맞추려 애쓰고 실망과 좌절의 반복으로 소진될 수도 있습니다.

“너 이제 스무 살이야. 알아서 해결해.”, “왜 취직하려고 노력을 안 하니?”, “언제까지 부모 돈으로 살래?”, “빨리 결혼해서 독립해.” 처럼 일방적인 추궁과 질책으로 느껴지는 질문과 명령은 갈등을 만듭니다. 이제는 자녀가 어떤 과정을 보냈는지 살펴보고 자녀가 자기 생활영역에서만은 주도적으로 자기를 운용할 수 있도록 기다림과 지도가 있는 협력으로 함께하도록 노력합시다. 최근 어느 대학 게시판에는 ‘학사 관련 문의는

부모님이 아닌 본인이 직접 해주세요’(2023.10.12. 뉴스투데이)라는 글이 올라왔다고 합니다. ‘나는 저 정도는 아니야.’라고 외면하기보다 매 순간 부모 자신의 마음과 자녀의 마음, 그리고 부모 자신의 일과 자녀의 일을 식별해 봅시다. 이 노력이 자녀를 향한 경청과 필요한 협력으로 이어져 부모가 자녀의 시간으로 기다릴 수 있게 합니다.

두 번째로 자녀가 사는 시대와 부모가 살았던 시대가 다르다는 것을 부모가 적극적으로 이해하고 인정하며 같은 시대를 살기 위한 노력이 필요합니다. 어려울수록 경제활동을 우선 가치에 두는 선택을 해왔던 부모 세대로서는 휴학과 고등 진학으로 학창 시절이 길어지고 이직과 조기 퇴사를 하며 특별한 경제활동 없이 자기실현과 높은 수입만 고집하는 자녀가 불편할 수 있습니다. 그러나 자녀는 과거보다 불확실하고 어려운 경제활동 환경 그리고 짧은 변화 주기의 직업환경이라는 시대적 특성에 놓여있습니다. 서로 다른 가치의식과 사고방식을 인정하고 긴 안목으로 시대 변화에 대한 고민과 대화가 먼저 이루어져야 합니다. 그래야 어떤 노력이 필요한지 나눌 수 있고 협력의 기회를 모색하는 다음을 만들 수 있습니다. 이러한 노력은 부모와 자녀가 같은 시대를 살도록 합니다.

부모가 자녀와 같은 시대를 살려는 노력과 새로운 가치를 인정하는 대화를 하고 자신과 자녀에게 식별 있는 협력으로 사랑하며 기다리는 오늘이 되길 응원합니다.

한혜숙 에밀리아나 (대상관계심리상담사)



고생하며 무거운 짐을 진 너희는 모두 나에게 오너라. (마태 11,28)

청년들의 소리

교회의 희망, 젊은이들의 신앙을 이어주는 공동체

찬미 예수님
안녕하세요. 저는 대구대학교 가톨릭동아리 ‘상투스(Sanctus)’를 이끌고 있는 김혁진 에레미아입니다. 작년부터 회장을 하였으니 올해로 2년째 ‘상투스’를 이끌어가고 있습니다. 요즘 흔히들 ‘교회에 젊은이가 없다.’ ‘청년들이 교회를 떠나고 있다.’는 말을 자주 들어보셨을 것입니다. 물론 주일학교나 청년회가 잘 활성화된 본당들이 있지만 현실은 그렇지 않다는 겁니다. 신앙생활을 포함한 젊은이들의 삶이 그리 녹록지 않습니다. 이 시대 우리 젊은이들은 참으로 어려운 삶을 살고 있습니다. 제가 ‘상투스’를 통해 대학 내에서 많은 사람들을 만나고 그 안에서 다양한 신앙을 가진 친구들을 만납니다. 신자나 냉담자, 비신자 등 저마다 각자의 사연으로 동아리에 들어와서 신앙생활을 이어나가고 있습니다. 다들 학점, 취업 준비, 아르바이트 등 바쁜 와중에 신앙과 멀어지게 될 수 있음에도 이들과 함께 할 수 있는 이유는 또래들과 함께 어울리면서 신앙 안에

서 참다운 가치와 기쁨을 발견하기 때문입니다. ‘상투스’라는 공동체 안에서 다양한 신앙 활동을 하면서 신앙적으로 나 자신이 성장함을 깨닫고 새로운 만남을 통해 하나님의 사랑을 체험합니다. 회원들과의 모임에서 용기와 희망을 얻으며 또한 서로가 서로에게 친구와 가족이 되어주어 마음 든든함을 느낍니다. 하나님을 믿고 일상에서 실천하여 복음의 가치를 드높이고 자신의 삶과 세상을 변화할 수 있는 원동력이 된다고 생각합니다. 젊은이 여러분! 우리는 사랑받기 충분한 존재입니다. 한 명 한 명 소중한 귀한 존재임을 잊지 않으셨으면 좋겠습니다. 주님이 우리에게 주신 소명을 잘 간직하고 자신있게 살아가면서 주님께 서 언제나 나와 함께 계시다는 것을 기억합니다. 교회의 희망인 여러분들이 믿음과 기도 안에서 성장할 수 있길 바랍니다.

김혁진 에레미아 (부산교구 아음성당)



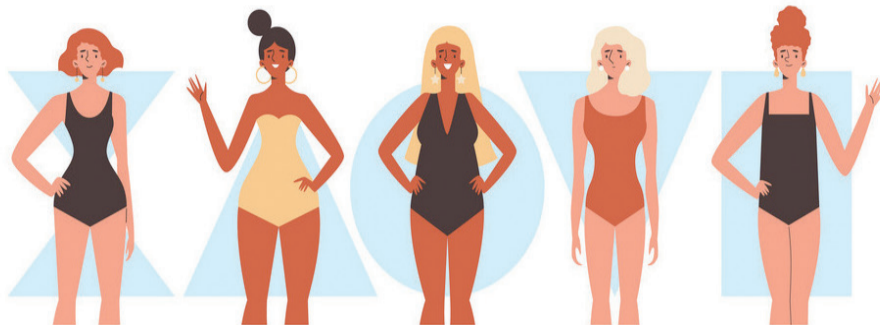
노년의 패션

21세기 뉴 시니어를 위한 패션스타일링 (3)

♣ 체형을 알고 장점 부각하기

비율과 균형을 맞추어 체형을 보완해 줄 수 있는 옷 입기의 기본상식으로, 체형 결점의 보완은 단점보다는, 장점을 찾아 강조함으로써 시선을 끄는 것이 효과적이다. 즉, 장점을 부각시키고 단점은 최대한 눈에 띄지 않게 심플한 스타일로 스타일링 한다는 뜻이다.

예를 들면, 가리고 싶은 곳은 눈에 띄지 않게 어두운 색상으로 무난하게 스타일링하고, 장점을 찾아 포인트 컬러나 액세서리로 강조하는 방법이 있다. 또한 세로형 줄무늬나 세로로 절개선이 들어간 옷은 키가 커 보이고 날씬해 보이는 효과가 있다. 반대로 옷에 있어서의 가로선은 인체를 뚱뚱하고 작아 보이게 하는 효과가 있다. 옷을 겹쳐 입었을 때 생기는 레이어드 선(층이 난 모양)이나 가로 절개선, 상의와 하의에 의해 구분되는 선 등이 포함된다. 줄무늬는 굵으면 굵을수록 부피감이 더 느껴지고, 패턴이 들어간 옷에서 문양이 클수록



여성 체형은 간단히 모래시계형, 삼각형, 둥근형, 역삼각형, 일자형으로 구분할 수 있는데 중년이 지나면 상체에 비해 하체가 빈약해 지거나 허리와 복부, 둔부가 발달하는 둥근형이 되기 쉽다. 출처:https://www.vectorstock.com

확대되어 보일 수 있다. 색상에 있어서는 원색은 부피감이 있어 보인다. 가장 확대되어 보이는 색상은 노란색이며, 흰색 등 밝은 색일수록 부피감이 있어 보인다. 또한 붉은 계열의 난색이 파란 계열의 한색보다 확대되어 보인다. 가죽이나 리넨과 같이 뻣뻣한 소재는 부드러운 소재에 비해 부피감이 있어 보인다. 소재

에 의해 생긴 여유분이 시각적으로 부풀어 보이기 때문이다. 그리고 풍성하고 긴 상의보다 짧은 상의를 입으면 다리가 길어 보이고 전체적으로 신체의 비율도 좋아 보인다. 이러한 기본 개념을 자신의 체형에 적용하여 스타일링하면 조금 더 멋스럽게 보일 수 있다.



김은경 비아 (계명대학교 패션디자인전공 교수)

활기찬 노년

평리성당 ‘아름대학’



성주 평화계곡 피정에서

평리성당(주임신부 : 이재수 시몬) ‘아름대학’을 소개합니다. 2014년 ‘아름다운’, ‘한아름’의 의미를 지니고 개강한 ‘아름대학’의 이름 아래 현재 44명의 학생들과 14명의 봉사자들이 함께 생동감있는 성경대학으로 만들어가고 있습니다.

개설 프로그램은 신부님 특강과 성경 강의, 노래교실, 댄스 배우기, 한지공예, 응급처치술, 소방 안전, 생태 보전과 친환경 교육 등이 있으며 성지순례, 피정 및 봄·가을 소풍을 통해 힐링 및 신앙심 고취에 큰 성과를 거두고 있습니다. 최근에는 10월 13일 실시한 성주 평화계곡 피정을 함께하며 자연에서의 하느님 사랑과 생태 보전, 환경보호의 필요성을 온몸으로 느꼈던 시간을 갖기도 하였습니다.

배효정 세실리아 학장은 “학생회 활동을 통한 피드백을 생활화하고 학생들의 자발적인 참여에 중점을 두고 있다.”는 말과 함께 학생들을 위한 ‘아름대학’을 만들기 위해 힘쓰겠다는 다짐을 밝혔습니다. 평리성당 ‘아름대학’의 아름다운 발전을 응원합니다.

취재 : 이종희 소피아 | 살레시오 기자

노년의 향기

베풀어주신 모든 은혜에 감사드립니다

어린 시절부터 성당에 가고 싶었지만 엄마의 반대로 가지 못했고, 세월이 흘러 30대 후반 시어머님 임종 후 혼자 대구 고성성당을 찾아가았습니다. 십자가에 매달린 예수님을 보면서 뭉클한 마음에 눈물이 왈칵 쏟아졌습니다. 그 후 1983년 8월 15일에 루시아라는 세례명을 받았습니다. 이후 성당 형님의 권유로 레지오에 입단하게 되었고, 레지오가 분가하면서 서기를 맡기도 하였습니다. 그 후 남편도 레지오에 입단하였고, 단장까지 지냈습니다.

제 나이 오십대에 오랜 기간 운영하던 서점을 옮겨야 할 상황이 생겼습니다. 서점 자리를 보러 다녔지만 마땅한 곳이 없었던 찰나, 차를 돌리지 못하는 상황이 생겨 생소한 다사지역까지 가게 되었습니다. 이곳에는 새 점포들이 많았지만 주변은 별판이었습니다. 며칠 동안 고민하던 중 문득 ‘너희 가운데 어느 아버지가 아들이 생선을 청하는데 생선 대신에 뱀을 주겠느냐?’(루카 11,11)는 말씀이 떠올랐고 주님의 인도라 생각한 저는 그 자리에 서점을 열었습니다. 40년 서적인으로 산 인생에 돌아보면 그곳에서 가장 행복한 시간을 보냈고, 이는 작은 불씨를 살려 크게 밝혀주시는 주님이 계시기에 가능했던 것 같습니다.

올해 1월 남편이 세상을 떠나면서 본당신부님과 교우들이 위령기도와 장례미사, 장지 수행을 함께하며 마음을 다해 기도해 주심에 감동을 받은 장남 내외가 손주, 손녀와 함께 세례를 받고, 아주 열심히 신앙생활을 하고 있습니다. 주님! 저와 저의 가족에게 베풀어주신 모든 은혜에 감사드립니다. 주님을 모르는 이들에게도 주님의 사랑이 전해져 밝고 행복한 세상이 되도록 기도드립니다.



박도자 루시아 (중리성당)

※ 가톨릭 금빛신문은 어르신들의 신앙생활을 600자 내외로 나누고자 합니다. 많은 참여 바랍니다.

노년의 이해

시니어 성가합창경연대회에 참가하는 설레는 기쁨

- 구미 도량성당 -



“우리 본당에서 처음 대구대교구 시니어 성가합창경연대회에 나가게 되었는데 함께 해요. 우리 시니어 언니, 오라버니들.”
 “아유 난 음치라서, 난 박치라서, 난 요즘 목소리가 예전 같지 않아서... 난 시각 장애인인데 저에게도 권해 주어 너무 고맙습니다.”
 “아 괜찮아요, 하고자 마음만 있으면 제가 도와드릴게요. 우리 같이 기도 하면 그분께서 연습하는 동안 힘을 주실 것입니다. 그동안 경험하지 않던 새로운 주님 찬양의 잔치에 멋진 체험을 할 수 있습니다. 우리는 그분 초대에 “네”하고 응답하기만 하면 주님께서 도와주시니 함께 해요!”

이렇게 우리의 찬양은 시작되었지만, 정말 부족한 첫 만남이었습니다. 일일이 쫓아다니며 격려하고, 참가할 수 있는 6학년 후반 분들을 모집하였습니다. 기도한 덕분인지 두 번째 세 번째, 점점 마음의 문을 열고 잘 동참해 주었고, ‘우리라는 찬양의 기적’을 만들 수 있었습니다. 허리 아픈 형제님, 눈이 보이지 않는 형제님도 가끔이라도 함께하며 너무 기뻐하였고, 갑자기 입원한 자매님도, 암 수술을 받은 자매님도 경연 당일엔 못 가게 되었지만, 매 주마다 변화되는 우리의 모습, 찬양의 은혜와 기쁨으로 충만하였습니다. ‘정말 매 주마다 새롭고, 놀라운 주님의 은총을 받으며, 함께하는 시간이 너무 감사하다.’는 반주자의 말과 함께 대회 당일까지 주님 찬양 열차에 탑승한 우리 모두 종착역까지 잘 가도록 기도하며 우리의 찬양을 주님께 봉헌합니다.

※ 도량성당은 제8회 시니어 성가합창경연대회 사랑상을 수상하였습니다.

강성숙 효주 아네스
(구미 도량성당)



건강한 음식 건강한 노년

단호박죽

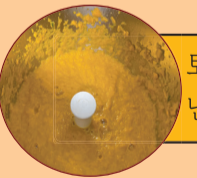
식재료: 단호박 3개, 찹쌀가루 1.5컵, 물 1.5리터
 ※ 양념장 재료: 소금 1스푼, 설탕 3스푼



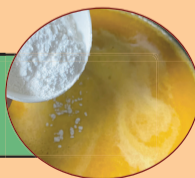
껍질을 깎아준다. 단호박이 단단해서 힘들 경우 일반 칼을 사용, 감자칼로 깎을 수 있을 경우 감자칼도 이용할 수 있다.



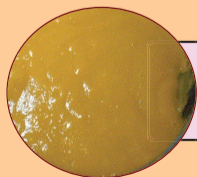
안에 있는 씨를 손가락을 이용해 건어낸 다음 믹서기에 갈 수 있도록 조금 작은 크기로 토막을 내준다.



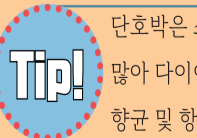
토막낸 단호박을 믹서기에 넣고 물 500ML를 함께 넣어 갈아 낸 후 스푼에 옮겨 담고 남은 물로 믹서기를 헹구 스푼에 마저 붓는다.



스푼에 넣은 단호박에 찹쌀가루를 풀어 거품기를 이용해 골고루 잘 풀어준다.



소금 1스푼과 설탕 3스푼을 넣은 후 약한 불로 20분 정도 잘 저어가며 끓여준다. 다 익을 때까지 계속 저어준다.



단호박은 소화를 돕고 장을 튼튼하게 하는 것을 돕습니다. 열량이 낮고 섬유질이 많아 다이어트에 도움이 되며, 혈당 안정을 도와줍니다. 비뇨기 건강을 도와주며 향균 및 항암에도 좋습니다. 시력 개선 및 면역력 증진에도 도움이 됩니다.

산책로

대구 서리지 수변생태공원

대구광역시 북구 동호동에 위치한 서리지 수변생태공원은 칠곡경북대 병원역 인근 ‘서리지’ 주변을 2022년 11월 현재의 모습으로 개발한 곳입니다. 9만㎡의 면적에 2km 산책로 조성을 시작으로 소나무 등 수목 52종 약 3만 5천 그루와 ‘물억새’ 등 초화류 31종 11만 포기가 식재되어 편안한 산책을 하기에 좋은 곳이기도 합니다. 또한, 전망데크, 데크로드, 어린이놀이터, 메타세콰이어 생태숲, 가드닝체험장 등 다양한 체험을 할 수 있으며 10월 21일(토)에는 북구청 주관 ‘서리지 감성마켓 & 체험 페스티벌’을 통해 서리지 수변생태공원을 알리기 위한 행사도 개최되었습니다. 맨발 걷기에도 좋고 주차 시설 또한 잘 갖추어진 이곳에서 가족이 함께 시원한 날씨를 즐겨보시기 바랍니다. **금빛**



자 가 용

네비게이션 ‘서리지 수변생태공원’ 검색 (성모당 기준 35분)

대중교통

지하철 3호선 칠곡경북대병원역 하차 → 도보 20분(성모당 기준 1시간)

가톨릭 금빛신문

대구 중구 남산로4길112 가톨릭교육원 가동 3층 가정복음화국
 발행인: 조환길 주간: 박상용 편집: 기획팀(총괄 김사훈)

대표전화. 053-250-3077 Fax. 053-250-3078
 E-mail. dgfamily@dgca.or.kr 기사제보 및 문의. 053-250-3114

가정복음화국을
 온라인에서도
 만나보세요!



※ 평균 75세 이상 어르신들로 구성된 살레시오 기자단이 가톨릭 금빛신문과 함께합니다.
 하나님의 축복 속에 아름다운 가정들! 2017년 4월 30일 창간 _ 매월 마지막 주일 발행

가족성지순례 (19)

서울 중림동 약현 성당



서울 중림동에 위치한 약현 성당은 프랑스인 외젠 코스트 신부님이 설계한 한국 최초의 로마네스크 양식의 벽돌 교회로 1892년에 설립되었으며, 서울에서 두 번째이며 전국에서 9번째로 설립된 성당이다.

1886년 한불 조약이 체결된 뒤 신앙의 자유가 인정된 이후, 수많은 순교자를 낸 서소문 밖 광장이 내려다 보이는 이곳에 성당을 세움으로써 한국 교회사와 건축사에 중요한 자료가 되어 1977년 국가 문화재 사적 252호로 지정되었다.

한국 천주교회를 태동시키고 이끌어 온 순교 성인들 가운데 44명의 성인을 탄생시킨 이곳은, 신유, 기해, 병인박해 때까지 100여 명이 처형된 순교 성지이므로 1991년 김수환 추기경이 약현 성당을 서소문 **성지순례 기념 성당**으로 공식 선언하였다.

성당 근처에 이승훈 베드로의 집이 있고, '서소문 순교자 기념관' 전시실에는 성인들의 유해와 선조들이 사용하던 유품, 교리서와 성서를 비롯한 다양한 교회의 출판물들이 전시되어 있다. 성당 입구 우측 문은 병인박해 150주년 기념으로 자비의 문으로 선포하였다고 한다.

약현 성당은 공간이 단아하여 혼배 예식을 하고 싶은 곳으로 1년에 한 번 추첨을 한다고 하며, 영화 촬영지로도 유명하다고 한다. 성당 뒤편에 우뚝 선 순교자 현양 탑을 바라보면서 순교자들의 마음을 깊이 생각하고 다짐하는 성지순례의 길이 되어 뜻깊었고, 깊어가는 가을 이곳을 순례하며 성인들의 신앙을 느껴보시기 바랍니다.

취재·촬영 : 박정자 엘리사벳 | 살레시오 기자

가는길

자 가 용 네비게이션 '중림동약현성당' 검색(성모당 기준 4시간)

대중교통 서울역(KTX) → 도보 12분(성모당 기준 2시간 15분)

63호 가정미션 : 위령성월을 맞아 연옥 영혼들을 위하여 위령기도를 바칩시다.

이렇게 생각합니다

- 세대별 의견 듣기 -

정기적으로 후원 하는 곳이 있나요?

이 설문은 세대별 다양한 의식을 서로 이해하기 위해서입니다. 다름에 대해 비판이나 부정적 시각은 삼가 주십시오.



▲ 설문지 링크

설문기간 2023.11.05.(주일)-2023.11.12.(주일)

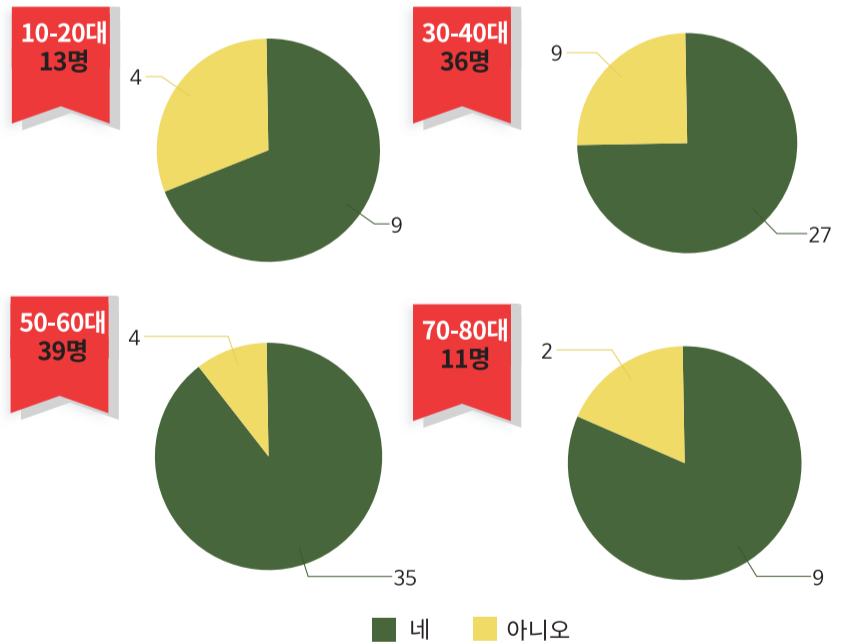
응답방법 ① QR코드 접속 후 제출 ② 아래 작성 → 사진촬영 → 카카오톡채널 '가정복음화국' 발송

63호 세대별 의견 듣기 설문

- 1. 연령대 : () 대
2. 정기적으로 후원 하는 곳이 있나요?
네 / 아니오

지난(62)호 설문 결과

주제 : 가족과 함께 송편을 만들어 본 적이 있나요?



공지사항

임신부 축복미사

장소 교구청 별관 대회의실
날짜 2023.11.10(금)
문의 053-250-3077, 3114
010-9461-3077(문자문의)

독자 투고 모집

이야기가있는
가족사진/편지글/노년의향기
채택 시 소정의 선물을 드립니다.
보내주실 곳 : dgsalesio@naver.com
※ 보내실 때 성함 및 연락처 필수 기재
마감 2023.11.10(금)
문의 053-250-3077 · 3114

전시회

치매예방 미술치유

- 다시, 봄날 -

주최 영남대학교 산하협력단
기간 2023.11.05-11.11
장소 드망즈 갤러리
문의 053-744-1394

형제애

- 대구가톨릭미술가회 정기전 -

주최 대구가톨릭 미술가회
기간 2023.11.15-11.21
장소 드망즈 갤러리
문의 053-744-1394