



한국관상지원단 소식

2014 상반기 제11호

발행_ 한국관상지원단 편집_ 한국관상지원단 사무국 (우)138-825 서울시 송파구 문정동 동남로108
MODS빌딩 512호(문정1동) Tel_ 02-421-1968 Fax_ 02-409-1968
E-mail_ koreacontout@dreamwiz.com www.centeringprayer.or.kr

향심 기도와 하느님 안에서의 쉼

국제관상지원단 소식지 29권 1호(2012년 12월), 토머스 키팅/이청준 옮김

향심 기도는 우리를 마태 6,6에 나와 있는 하느님과의 가장 깊은 차원의 관계와 친밀로 데려간다. 즉, 예수님과 함께 아버지의 생명에 참여하라고 초대한다.

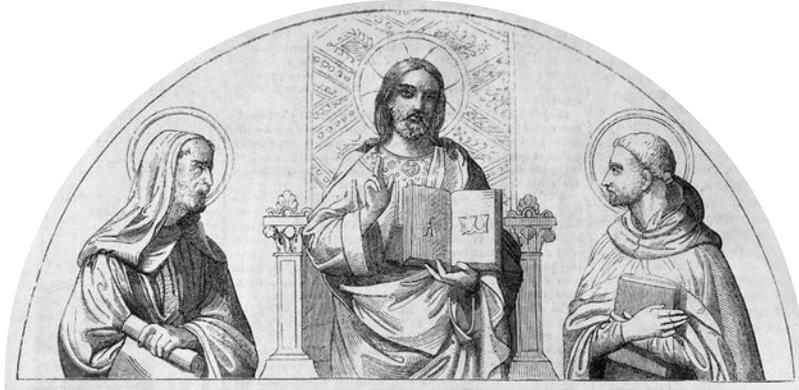
숨어서 드리는 기도는 기대와 욕망을 놓아버리는 것이다. “그러면 숨은 일도 보시는 네 아버지께서 너에게 갚아 주실 것이다”(마태 6,6). 아람어로, ‘갚아 주다’는 다음과 같이 풀어 쓸 수 있다. “네 아버지께서 너의 본성 전체가 개화하고, 만개하여, 풍성해지고, 변화되도록 해주실 것이다.”

향심 기도 중에 생각이 전혀 없어지는 것이 아니고, 점점 생각에서 초연해진다. 그것은 온전히 하느님 대전에 있는 것이다. “입과 입을 마주하여”(민수 12,6~8)라는 표현은 그 관계의 친밀성을 암시한다.

향심 기도 방법의 단계들은 다음과 같이 풀이할 수 있다.

- 외부 환경을 놓아버리기
- 내부 환경, 즉 생각과 온갖 내적 움직임을 놓아버리기
- 자기 성찰을 놓아버리기

놓아버리려고 지나치게 노력하는 것은 거짓 자아의 흔적 일지도 모른다.



향심 기도를 하는 것은 ‘아무것도 하지 않는 것 doing nothing’이 아니라 ‘아무것도 아님 being nothing’이다. 거짓 자아를 기꺼이 놓아버리는 것은 성령의 현존과 활동의 업적이다. 예수님의 초대는 ‘아무 것 no thing’도 되지 말라는 것이다. 즉 어떤 것에도 집착하지 말고 과잉 동일시도 하지 마라는 것이다. 하느님은 어떤 것이 아니라 전부이시다. 우리는 하느님에 대한 관념에서조차 초연해져야 한다.

향심 기도 동안에 일어나는 치유는 육체적 치유와는 다르다. 그것은 우리 문제의 뿌리인 정서적 행복 프로그램에까지 내려간다. 하느님만이 행복에 대한 우리의 무한한 욕망을 충족시킬 수 있다는 사실을 각인시키는 지식의 은사를 통해 향심 기도는 점차로 행복 프로그램을 근본부터 제거한다.

향심 기도는, 영적 여정이라는 큰 맥락 안에서, 하느님의 사랑과 돌보심에 대한 신뢰, 그리고 우리 삶의 모든 사건과 그 결과에 하느님께서 온전히 함께 하신다는 신뢰를 증진시킨다.

침묵은 존재하는 가장 위대한 스승이다. 하느님의 창조하시는 말씀은 순수한 침묵 안에서 발설된다. 우리는 그것과 공명하는 능력 안에서 변화된

다. 우리 혼자서는 그곳에 도달할 수 없다. 그래서 우리는 하느님께서 우리 안에서 그렇게 하시도록 동의한다. 우리는 변화의 사다리를 오를 수 없지만, 그것을 받아들이는 능력은 지니고 있다.

창조 때에 발설된 하느님의 말씀은 공명을 불러 일으켰으며 그것은 전 우주를 통하여 그리고 우리 안에서 계속 진동하고 있다. 우리가 순수한 기도(관상)를 통해서 진입하게 되는 의식은 ‘그리스도 의식’이다.

하느님 나라라는 의식의 상태이기는 하지만, 아무 의식이나 하느님 나라라고 할 수는 없다. 그것은 성부를 아빠라고 하는 예수님의 의식이다. 하느님 나라가 가장 탁월하게 표현된 것이 그분의 인성이다.

향심 기도는 인간 본성의 최대 가능성인 신성하게 되라는 초대다. 그러나 자기 식으로 하느님이 되기를 원했던 아담과 하와와는 달라야 한다.

동방 정교회에서, 그리스도인의 삶의 목표는, ‘신성하게 되는 것 divinization’이지 단순히 좋은 사람이 되는 것은 아니다. 정교회 전통은 그것을 ‘deification 신성에 참여하는 것’이라 부른다. 우리 서방에서는 그것을 ‘그리스도 안에서의 변화’라고 부른다.

영적 진화

국제관상지원단소식지 29권 2호(2013년 6월), 토머스 키팅/이청준 옮김



영적 진화는 해방의 과정이다. 그것은 이성적 의식의 상대적 자유를 가져다 준 생물학적 진화를 완성시킨다. 그러나 자유롭지 못한 하위 단계의 의식에 집착할 때, 상위 단계로의 완전한 진입이 제한된다. 이성적 의식을 넘어, 내적 자유에 이르는 길은 자유 자체이신 분과의 의지의 일치로까지 확장된다.

영적 진화란 거짓 자아로부터, 에고로부터 그리고 고립된 자아감으로부터 해방되는 길이다. 이러한 착각들이 모든 인간적 불행과 한계와 죄의 근원이다. 이 과정은 '변화되는 일치'의 지속적 상태에서 우리가 하느님과 의지의 일치에 이르도록, 그리고 궁극적 실재의 자유에 참여하도록 문을 열어준다.

여러 종교의 영적 전통들은 대개 궁극적 실재를 체험하기 위한 길들이다. 그 모든 것들에 마음을 열어서, 우리의 영적 전통이 제공하는 실천적 지혜를 보완하는 것이 어떨겠는가?

“나를 보내신 아버지께서 이끌어 주지 않으시면 아무도 나에게 올 수 없다.”(요한 6,44) 아버지께서 어떻게 우리를 이끌어주시는가? 하느님께서서는 우리에게 주신 상대적 자유를 손상시키지 않고서는 우리를 당신과 하나 되게 만드시려는 당신 의지를 온전히 발휘하실 수가 없다. 내적 자유가 바로 하느님의 ‘모습’과 하느님과 ‘비슷함’의 본질이다. 창세기에 의하면, 우리가 하느님의 모습으로 하느님과 비슷하게 창조되었다.

하느님께서 처음에는 때때로 명령하고 제한하고 위협하는 듯한 말씀들 뒤에 숨으신다. 이러한 훈계들로 그분은 우리 행동에 대한 책임감과 활동에 대한 의무감을 먼저 일깨우신다. 그분은 우리를 ‘거짓 자아’와 ‘결코 성공



할 수 없는 정서적 행복 프로그램'에서, 우리가 속한 여러 집단에 대한 과잉 동일시와 의존에서, 그리고 결국 고립된 자아감에서 해방되는 길로 인도하신다. 말하자면 어떠한 자아든 그것에 대한 집착에서 해방되도록 이끄신다. 이 과정이 완결될 때 남는 것은 우리 안에서 드러나는 신적 자아이다. 그리하여 우리는 가능한 한 하느님과 똑같아진다. 그리스도인들에게 이것은 승천의 은총이다. 그리스도 안에서 그리스도와 함께 우리는 성부의 품속으로 들어가 무한한 기쁨과 함께 밀려오는 성삼의 사랑에 빠져든다.

“아버지와 나는 하나다”(요한 10,30) 이 말씀은 성삼의 구분과 완전한 일치를 동시에 확인시킨다. 예수님께서서는 최후만찬 때에 “우리가 하나인 것처럼 그들도 하나가 되게 하려는 것입니다. 저는 그들 안에 있고 아버지께서는 제 안에 계십니다. 이는 그들이 완전히 하나가 되게 하려는 것입니다. 그리고

아버지께서 저를 보내시고, 또 저를 사랑하셨듯이 그들도 사랑하셨다는 것을 세상이 알게 하려는 것입니다.”(요한 17,22~23)라고 기도하셨다. 성부, 성자, 성령은 나눌 수 없는 일치 안에 계신 세 관계이다.

인간도 하느님이 삼위가 되시는 길이다. 물론 창조된 길이지만 여전히 하느님이 누구이시고 어떤 분이신지를, 즉 무한한 다양성 안의 완전한 일치를 드러낸다.

인간이 받은 최고의 부르심은 드러나지 않은 분, 혹은 더 정확히 말해서, 드러낼 수 없는 분을 드러내는 것이다. 결국에는 존재이신 분만이 계신다. 이성적 의식은 진화 과정에서 굉장히 중요한 단계다. 그러나 그것은 시작일 뿐이다. 우리는 우리의 의식적 현존을 신적 현존에 데려가고, 우리 전부, 즉 몸과 영혼과 영의 창조주께, 말하자면 하느님의 본질에 우리의 허무를 가져가야 한다.

지속적으로 하느님의 신비를 알 수 있으려면

국제관상지원단소식지 29권 2호(2013년 6월),
갈 아리코/이청준 옮김



“그리스도의 신비에 빠져든다는 것은 새 생명, 창의성, 상상력, 미래를 향한 개방의 성령 안에 붙잡히는 것이다.” 『떠오르는 그리스도』의 도입부

내가 피정 지도를 할 때, 한 여인이 나에게 면담을 청하여, 자신이 피정 중에 침묵을 하면서 얻은 놀라운 통찰을 말해주었다. “일생 동안 나는 하느님을 마음속에 그려보려고 애썼습니다. 하느님을 마음속에 그리는 것은, 하느님의 아들 예수님께서 우리에게 하시는 말씀을 통해서임을 막 깨달았습니다. 그분은 우리가 하느님을 그리는 것을 도우러 오셨습니다. 실제로 우리는 하느님을 결코 그릴 수 없습니다. 내가 그분의 가르침의 능력에 더 개방할수록, 그 신비를 더 알 수 있게 됩니다. 예수님은 하느님의 신비를 여는 열쇠입니다.”

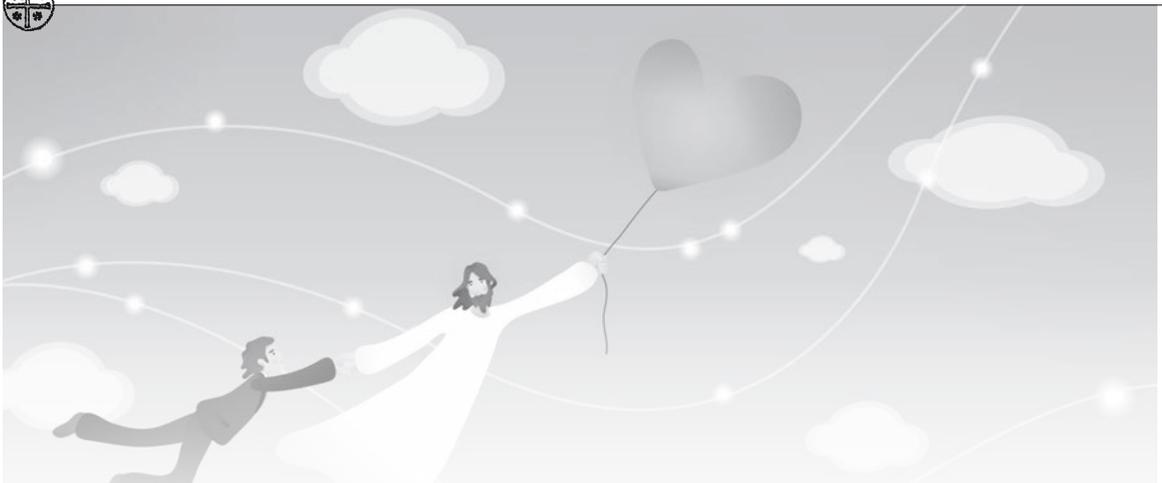
그녀의 말을 듣고 나서 나는 잠시 쉬면서 자문했다. “어떻게 지속적으로 하느님의 신비를 알 수 있을까?”

“예수님께서 그에게 말씀하셨다. ‘나는 길ियो 진리요 생명이다. 나를 통하지 않고서는 아무도 아버지께 갈 수 없다. 너희가 나를 알게 되었으니 내 아버지도 알게 될 것이다. 이제부터 너희는 그분을 아는 것이고, 또 그분을 이미 뵈는 것이다.’”(요한 14,6-7)

시간이 지나면서, 이 성경 구절이 나에게 새로운 의미로 다가왔고, 내 삶 속의 하느님 신비의 의미를 알려주었다. 이 구절 속 용어들의 의미를 제한하는 것은 쉬운 일이었다. 이를테면, ‘길’을 사랑에 빠지는 더 위대한 도전이 아니라 따라야 할 길로서, ‘진리’는 신앙의 더 깊은 심연에로의 초대 수용하는 것이 아니라 신앙 체계를 고수하는 것으로서, ‘생명’은 하느님의 광대함 속으로 뛰어드는 것이 아니라 길과 진리를 내 삶에 적용하는 것으로서 제한했던 것이다.

수년 동안 성경 구절로 묵상하고 기도하면서 나는 예수님을 만났을 뿐 아니라 그리스도를 만나기까지 했다. 처음에는 하느님이시며 사람이신 역사적 예수님을, 그 다음에는 하느님의 신비적 현존이신 그리스도를 만난 것이다. 여기서 더 나아가, 성삼의 경이로움, 혹은 토머스 머튼의 표현처럼 ‘거룩한 춤’으로 들어간다.

이 여인 덕분에 나는 거룩한 단어의 새로운 힘을 깨닫게 되기도 했다. 거룩한 단어는 내 삶 속의 하느님 현존과 활동에 동의한다는 내 열망의 상징일 뿐 아니라, 나에게 있어서 하느님의 신비를 여는 열쇠이기도 하다. 항심 기도가 내 삶의 일부가 된 1975년 이후로, 나의 거룩한 단어는 항상 ‘Abba’였다. 나는 ‘Abba’가 어떻게 생겼는지 그려보려는 생각은 해본 적이 없다. 하지만 내 기능을 넘어서서 차원에서는 아빠가 어떤 모습일지 직관적으로 안다. 그 앓은 아주 미묘하면서도 아주 강한 인식이다. 내가 이것을 알게 된 것은 내 삶속의 예수 그리스도 체험을 통해서다. C.S. 루이스도 비슷한 말을 한다. “내가 하느님을 믿는 것은 태양이 떠올랐음을 믿는 것과 비슷하다. 그것을 볼 수 있어서가 아니라, 그것을 통해서 다른 모든 것을 볼 수 있기 때문에 믿는 것이다.”



나에게는 하느님이란 정의定義를 통해서가 아니라 관계를 통해서 알려지시는 분이다. 정의들이 도움은 된다. 그러나 정의를 개념 속고에서 끌어내기 보다는 관계 체험에서 흘러나오게 하고 싶다. 그리고 나면 지성적 주장 대신 진정한, 인격적 체험을 갖게 되리라.

내 신심의 여정을, 즉 내 기도가 수년 동안 어떻게 변했는지, 내 강조점이 어떻게 변했는지 되돌아볼 때, 나의 관계가 어떻게 펼쳐지고 발전했는지 알아볼 수 있다. 내가 소리 기도의 전통적 길들을 거쳐, 묵상과 정감적 기도를 지나왔으며 이제는 관상의 은사로 열어주는 향심 기도의 토대와 더불어 이 세 가지가 균형을 이루고 있음을 부드럽게 떠올려본다. 기도가 관계라고 말할 때, 이 가르침은 매우 심오한 통찰이다. 그것은 하느님의 신비를 체험하는 데 있어서 중요한 열쇠다.

최근에 내가 레오나르드 코헨 콘서트에 참석했을 때 나에게 하느님 신비의 또 다른 측면이 드러났다. 나는 '송가'라는 노래에 나오는 이 가사들을 좋아한다.

계속 울릴 수 있는 종을 울려라.
 너의 완전한 봉헌물을 잊어버려라.
 모든 것에는 갈라진 틈이 있다, 틈이
 그렇게 해서 빛이 들어간다네,
 그렇게 해서 빛이 들어간다네,
 그렇게 해서 빛이 들어간다네.

나는 그리스도께서 내 인간성과 여러분의 인간성의 모든 갈라진 틈을 통해 들어가시는 세상의 빛이심을 알고 체험한다.

나는 내 삶의 모든 틈에 적용될 수 있는 토머스 머튼의 다음 말을 좋아한다. “당혹감은 대개 새로운 탄생과 신비적 재생으로 인도하는 영적 잉태가 된다.” 이 신비적 재생은 더 큰 그림 속으로 흘러들어간다. “그리스도교 신비 전통은 처음부터 알려져 있었다. 그것은 신비를 추구하는 일에 투신하는 사람들에게 적합한 과정으로 제시된다. 그들을 움직이는 동기는 점점 더 친밀해지고 감미로워지는, 이 엄청난 신비를 알고 섬기며 그 뜻을 행하고자 하는 열망이다.” 토머스 키팅, ‘생명의 선물 시리즈’

그녀의 말이 내 마음 안에 무엇을 일으켰는지 그녀는 거의 깨닫지 못했다. 축제의 순간으로 피어난 예기치 않은 결과였다. 감사합니다, 주님!

찬미 예수님! 감사합니다.



장호정(마리아 막달레나),
향심 기도 봉사자

제가 향심 기도에 투신한지도 어언 3~4년이 된 것 같습니다. 처음 시작할 때는 하느님과 함께한다는 것이 좋아서 했고, 하루 두 번 20분 씩 기도한다는 것이 어렵게 느껴져서 소홀이 할 때도 많았지만 깊은 평화를 맛볼 수 있어서 좋았습니다. 기도 시간 내내 분심도 들고, 일어나고 싶은 마음도 들었지만, 20분이라는 시간을 주님께 봉헌했기 때문에 견디어 내기로 마음먹었습니다. 어떤 날은 20분이 길기도 하고, 금방 지나가 버린 것 같았습니다. 점차 시간이 지나면서 깊은 침묵 속에서 나의 내면이 보이기 시작했습니다.

세례를 받고 죄와 소외에서 해방되어 자유롭게 행복하게 살기를 원했지만 모든 것이 뒤틀려 버린 인간관계 속에서 어두운 동굴 속에 갇혀있는 내 모습을 보고 울기도 하고, 하느님께 울부짖기도 했지만, 하느님은 침묵 가운데 나를 내버려 두었습니다. 공포와 두려움이 나를 떠나지 않고 어두운 곳에 홀로 버려졌다는 게 이렇게 외롭고 고통스러운 것인지...

“아하 예수님 당신도 이렇게 버려졌군요!”

그제야 나는 예수님께서 이 고통 속에서 나와 함께 해주셨다는 걸 느꼈습니다. “예수님 감사합니다.” 예수님의 사랑이 나를 온통 감싸 안아주시고 나를 치유해 주시는 손길을 느꼈습니다. 이제 나에게 십자가는 고통이 아니라 축복으로 다가오게 되었습니다. 나의 무기력과 죄와 악,

나태를 직면할 수 있는 용기를 주신 하느님께 감사드리며, 있는 그대로의 나를 받아들여지게 되었습니다. 예전엔 하느님 믿는 사람은 이렇게 살아야 된다는 규정이 많았었고, 남에게 보이기 위한 신앙에서 나를 옹아팠었는데 이제 부활하신 예수님을 만나게 되자 거짓과 위선이 벗겨지면서 참 자아를 발견하게 되었습니다. 예수님의 십자가 체험은 무기력하고, 나약하고 온전치 못한 나를 받아들이고, 나 자신과 화해하고 참 자유를 누리게 했습니다.

고통은 나를 치유해 주시는 하느님의 은총이었고, 다른 사람을 사랑으로 이해하고 바라보게 되었습니다. 이 고통이 없었다면 난 어디에서 행복을 찾아야 할지도 몰랐을 것입니다. 이 행복은 내 마음 안에 있기도 하지만 마음 안으로 들어가는 방법이 기도란 걸 깨닫게 된 것도 향심 기도를 하면서 알게 되었습니다.

하느님! 제가 세상 것들을 추구하지 않게 하시고, 오직 주님의 십자가만 바라보게 해주십시오. 주님의 삶은 제 몸이 행하기에는 힘들고 어렵습니다. 하지만 하루 두 번 꾸준히 기도하다 보면 하느님과 일치로 변형된 제 모습을 보게 되지 않을까요? 오직 주님의 은총으로 기꺼이 제 십자가를 지고 주님을 따르겠습니다.

주님! 저에게 선을 추구하려는 의지와 은총을 허락해 주십시오. 아멘

주님과의 대화는 참으로 달콤합니다!

유미숙(울리아나)

‘주님 저의 마음을 활짝 열어 드립니다.
성령님, 활동하심에 승복합니다.’……
구원자 예수님 상본 앞에 살포시 정좌(正坐)하여
나의 파과를 만나러
저 너머에 있는 아름다운 침묵의 골방으로 문을 두드립니다.

하루 중…
주님을 만나는 이 시간들을 기대하고 기다리며…설렘으로 가득합니다.
이런 느낌을 참 좋아하고…
즐거움으로 가득 채워집니다.

요즘도 분심이 들 때가 있지만,
5년 전 렉시오 디비나를 처음 접하면서 답습했을 때를 회상하며,
초심(初心)을 잃지 않고
향심에서의 정도(正道)를 걸어가야 한다고 마음을 다잡아 보며,
다시 제자리로 돌아와
거룩한 단어를 내면의 골방으로 초대하여 봅니다.

‘어느 순간…
편안함…
편안함…’

단언컨대,
주님과의 대화는 참으로 달콤합니다.
시간의 흐름 따위는 인중에도 없어지며,

주님의 거룩함과 주님의 말씀에 안주하고 싶어 하는 나는 행복을 느낍니다.
그 향을 이미 알아버렸기 때문에 오늘도 나는 정좌(正坐)하여
현존하신 나의 파파를 만나려 합니다.

수많은 이들이
내주해 계시는 주님을 알아 차렸으면... 만나 뵈었으면... 하는 안타까움이며
저의 바램이자 소원하는 기도이기도 합니다.

주님께서는 “나는 항상 너희들과 함께 있다. 너와 함께 달콤한 대화를 나누길
원하며 기다리고 있다.”라고 하시는 듯합니다.

지속적인 향심 기도에 임하면서 알맞은 맞춤형 성경 말씀이 보여 졌습니다.
예레미야서 29장 13절에서 14절 말씀입니다.
“너희가 나를 찾으면 나를 만나게 될 것이다.
온 마음으로 나를 구하면 내가 너희를 만나 주겠다.”
이 얼마나 향심과 어울리는 말씀인지...
온 마음을 다하여 간절히 원하면
만나 주실 것이라고 하시는 중요한 말씀이자 애절한 메시지인지요.
지혜의 눈으로만 볼 수 있다면 우리는 금방 알아차릴꺼예요.
말씀으로 쉽게 가르쳐 주신 주님, 감사드립니다.

나의 육신, 마음, 정신, 모든 것을 주님께 온전히 맡겨 드리면,
만나 뵈 수 있는 나의 파파...
단순함으로 인해 만나 뵈 수 있는 분!
반복적인 침묵으로의 여행에서 만나 뵈 수 있는 분!
나의 결눈질만 아니면, 만나 뵈 수 있는 분!
그런 분이 나의 하느님이십니다.

사랑의 하느님,
언제나 저의 손을 붙잡아 놓지 않으시는 나의 주님...
사랑해요! 아멘.



향심 기도를 통해 새로운 삶이 펼쳐지다.

박복순(엘리사벳)



향심 기도를 시작한 지 8년이 되었습니다.

향심 기도를 하면서 나를 찾았습니다.

내가 하는 행동 하나하나가 눈에 보이기 시작했습니다.

남편의 두 집 살림으로 삶은 너무나도 힘들었고, 그런 남편을 자식들 때문에 버릴 수도 없어 참고 살려니 더 많은 고통이었습니다.

몇 번이고 남편을 용서하겠노라고 마음으로 굳게 맹세를 해보았지만, 그때뿐이고, 뒤돌아서면 다시 원위치가 되니, 너무나 많은 상처로 얼룩져 계속되는 미움으로 용서가 되지 않았습니다.

그러던 어느 날, 서울 한양 대학병원에서 뇌동맥 수술을 받게 되었습니다. 중환자실에서 깨어나지 못한 채 한 달을 보냈고, 그 한 달이라는 시간 동안

많은 일이 있었음을 알게 되었습니다.

향심 기도 회원들의 기도뿐 아니라, 남편도 회개의 눈물로 기도해주었으며, 그 시간 동안 남편과 자식들이 청주에서 서울까지 매일같이 나를 위해 올라 왔었다는 것을 알았습니다.

이제는 내려놓는 기도 속에서 행복을 찾았습니다.

그때 이후 현실의 상황은 여전히 변함없지만, 내 마음이 변화됨으로써 모든 욕심과 이기심에서 해방되니 자유로운 사람으로 살게 되었습니다.

매일같이 향심 기도와 주간모임을 꾸준히 한 결과 하느님과 더욱 친밀해져 새로운 삶이 펼쳐지고 있습니다.

이제는 세상에 대한 애착에서도 해방되어 다시 태어난 사람처럼 행복을 만끽하며 살고 있습니다.

예수님! 진심으로 사랑합니다. 감사합니다.

향심 기도를 통해 변화된 모습

(2014년 2월 침묵 피정 때의 나눔에서 요약함.)

씨튼 영성센터 김경순 수녀



1. 편견이 심해 대인관계가 원만하지 못했는데 시댁과의 관계, 남편과의 관계가 편안해지고 있는 그대로를 받아들일 수 있게 되었으며, 모든 사람에 대한 '고귀함' '소중함' '아름다움'을 알게 되었다.
2. 집착이 심했는데 '모든 것이 지나갈 것'임을 받아들이게 되고 마음이 비워지면서 상황이나 사람이 마음에 들지 않아도 그냥 수용하게 된다.
3. 세상 것에 바쁘고 집착하는 삶이었는데, '내면의 세계'를 향할 수 있는 획기적인 기회가 되었다.
4. 편견이 심하고 옳고 그름의 흑백논리가 강했는데 시야가 넓어지면서 편안하고 자유로워지고 매일의 삶에서 일어나는 상황들을 받아들이게 되었다.
5. 밥을 먹으면 배가 부르듯, 기도를 하면 영혼이 배부르고 살찌움을 느낀다. 그래서 아주 행복하고 더 이상 바랄 것이 없어진다.
6. 일상 안에서 일어나는 상황이나 사건에 '즉각' 반응하는 삶이었는데 '공간'이 생기면서 덜 반응하게 되고 침착해진다.
7. 나의 생각과 말, 느낌을 알아차림이 빨라졌다. 그래서 고요함을 간직할 수 있다. 또한 중심에 흔들리지 않는 무엇이 있어 평온을 유지한다.



8. 향심 기도를 시작할 때 육체적인 병이 있었는데 병이 나았다. 그리고 정서적으로 억압된 응어리들이 풀렸다고나 할까? 무의식의 상처들이 치유되었다고 할까? 많이 자유로움을 느낀다.
9. 예수님이 나와 함께 계심에 대한 확신을 갖는다. 그리고 상대방의 입장에서 생각하게 되고 차분해지고 고요함에 머문다.
10. 보물을 얻었고 보물을 갖고 있다고 생각한다. 환경에 영향을 받지 않고, 환경을 통해 하느님이 말씀하시는 것이 무엇인가를 생각하고 받아들인다. 환경 안에서 밀려오는 파도타기를 한다고나 할까? “내적 자유” 내면의 자유와 풍요로움 속에 산다.
11. 남편과의 관계, 자녀들과의 관계가 자유로워졌다. ‘거짓 자아’에서 80% 자유로워진 것 같다. 안전, 생존의 욕구에서 자유로워졌으며, 애정, 존중의 욕구에서도 자유로워졌다. 그러나 힘, 통제의 욕구(자녀와의 관계)는 아직 80%정도 자유롭지만 15~20%정도는 남아있다. 그러나 거짓 자아가 나를 어떻게 움직이는지 알고 있다.
12. 나는 ‘박근혜 대통령’ 보다 더 행복하다. 그것은 내 영혼의 행복과 자유가 크기 때문이다. 나는 돈이 부족해도 행복하다.
13. 하느님이 나를 사랑하신다는 확신을 갖고 있고, 하느님 사랑에 대한 깊이와 폭이 얼마나 큰지를 점점 깨달아가게 된다. 또한 기도 안에서 하느님의 성품과 감정을 공유하는 것 같다. 그리고 그러한 하느님의 성품과 감정은 내적인 자유와 평화로, 사랑, 관대함, 용서 등으로 드러난다고 생각한다.
14. 주어진 모든 것들에 감사한다. 어려움, 슬픔, 기쁨, 등 있는 그대로에 감사한다.
15. “자기인식”이 커진다. 딸이 정서적으로 문제가 있어 매일이 날카로운 작두를 타는 것 같았다. 이런 딸을 가진 엄마 중 누가 나처럼 딸에게 잘할 수 있을까? 그러면서 딸에게만 문제가 있다고 생각했다. 그러나 그것은 착각이었다. 나에게도 많은 문제가 있다는 것을 알게 되었고 내가 변하면서 딸과의 관계가 변하기 시작했다. 딸은 아직도 정서적 변화의 폭이 크지만 예전에 비하면 작두의 날이 무뎌지고 딸의 말과 행동에 내가 영향을 받지 않고 웃어넘기고 ‘그래 엄마가 잘못했다.’ 하고 넘어갈 수 있다.

16. '감정조절'이 된다. 있는 그대로를 보여주고 받아들여지게 된다.
17. '나 자신을 사랑하게 되었다.' 내가 얼마나 소중하고 귀한 존재인지를 알게 되었는데 그것은 하느님이 나를 사랑하시고 나의 손을 잡고 계신다고 느끼기 때문이다.
18. 나는 실제로 '우울증'을 알았고 약도 먹고 상담도 오랜 기간 받았다. 그런데 향심 기도를 하면서 (약8~9개월 됨) 나의 우울함, 어둠, 침울함은 기대와 밝음과 기쁨과 자신감으로 바뀌었다. 매일이 행복하다. 그리고 직장에서 "NO"을 잘 못했다. 할 말을 못하고 끄꿍 앓으면서 나의 권리를 찾지 못했다. 그런데 지금은 할 말도 하게 되고 부드럽게 거절도 하게 되었다. 회색의 무겁고 우울한 내 인생과 나 자신을 하느님이 새롭게 밝고 화사한 톤으로 반짝반짝 그림을 새로 그려주신 느낌이다.
19. '행복의 원천'을 찾았다. 내 힘으로 내려놓을 수 없는 것을 하느님이 내려놓게 하셨다. 본성으로 할 수 없는 것을 '기도의 힘'으로 가능함을 체험한다.
20. 일상생활의 모든 것을 '받아들이는 힘'이 생겼고 점점 커진다. 그리고 하느님에 대한 갈망, 그리움, 열망이 내 마음에 가득하다. '현재를 사는 힘'이 커졌다. 설거지 할 때는 설거지에 충실하고 (그전에는 설거지 하면서 롯데백화점도 가고 등...) 그러면서 하느님이 늘 나와 함께 계심을 느낀다.
21. '사랑의 나눔'이 몸에 배어서 자연스럽게 나의 물질과 시간을 나누게 된다. '명품백' 보다는 그 돈으로 아프리카 동남아의 어려운 지역에 우물을 파주어 그들에게 '생명수'를 나누게 되니 기쁘다. 예수님이 우리에게 '생명수'를 주시듯 나도 가난한 이웃들에게 예수님처럼 '생명수'를 나누는 기쁨이 참으로 크다.





2014년도 향심 기도 피정계획

◆ 소개 강의 및 피정 · 후속 강의 및 심화피정 · 집중피정 ◆

피정	일시	장소	강사	연락처	신청자격	
1일 소개 강의 (6회)	4월 22일(화) ~ 5월 9일(금)	(광주) 중흥동 성당	정규완 신부 전영 신부 천정철 신부 김영재 형제 장미자 자매	010-6288-0237	누구나	
	11월 11일(화) ~ 28일(금)					
1일 소개 피정	5월 1일(목) 10월 7일(화) 오전 10시 ~ 오후 4시	(성북동) 씨튼 영성센터	사랑의 씨튼 수녀	02)744-9825		
1박 2일 소개 피정	6월 6일(금) ~ 7일(토) 9월 27일(토) ~ 28일(일) 10월 24일(토) ~ 25일(일) 12월 6일(토) ~ 7일(일) 오후 3시 ~ 오후 3시 30분	(논산) 씨튼 영성의 집	김종순 수녀	041)733-2992~4		
2박 3일 소개 및 심화피정	2월 28일(금) ~ 3월 2일(일) 10월 3일(금) ~ 5일(일) 오후 3시 ~ 오후 3시 30분	(논산) 씨튼 영성의 집	김종순 수녀	041)733-2992~4		소개 강의 및 피정을 마친 분들과 누구나
6주 후속강의	5월 7일(수) ~ 6월 11일(수) 매주 수요일 오전 10시 ~ 오후 12시 30분	(성북동) 씨튼 영성센터	사랑의 씨튼 수녀	02)744-9825		
후속 강의 (6회)	6월 10일(화) ~ 27일(금) 10일(화) // 13일(금) 17일(화) // 20일(금) 24일(화) // 27일(금)	(광주) 중흥동 성당	정규완 신부 전영 신부 천정철 신부 김영재 형제 장미자 자매	010-6288-0237		소개 강의 및 피정을 마친 분들
5주 후속 강의	10월 14일(화) ~ 11월 11일(화) 매주 화요일 오전 10시 ~ 오후 12시 30분	(성북동) 씨튼 영성센터	사랑의 씨튼 수녀	02)744-9825		
(마산) 1박 2일 피정	4월 14일(월) 오전 10시 ~ 4월 15일(화) 오후 3시	마산 가톨릭 교육관	이청준 신부	010-9552-7315		향심 기도를 하시는 분들
(대구) 2박 3일 피정	7월 13일(일) 오후 3시 ~ 7월 15일(화) 오후 3시	(대구) 사수동 베네딕도 영성관	이청준 신부	010-7795-0639		
9박 10일 집중피정	10월 14일(화) 오후 4시 ~ 10월 23일(목) 오전 11시	(논산) 씨튼 영성의 집	한국관광지원단 교수진	02)421-1968	3박 4일 이상 심화 피정을 마친 분들 (선착순 30명)	
(성공회) 1박 2일 피정	3월 8일(토) ~ 9일(일) 6월 28일(토) ~ 29일(일) 7월 26일(토) ~ 27일(일) 9월 27일(토) ~ 28일(일) 11월 29일(토) ~ 30일(일) 오전 10시 ~ 오전 8시 마침	(강화) 예수의 성모 관상수도원	변요한 신부	010-8886-0046	향심 기도를 하시는 분들 (선착순 15명)	
(성공회) 4박 5일 피정	5월 19일(월) ~ 23일(금) 10월 20일(월) ~ 24일(금) 오후 2시 ~ 오후 1시 마침					

◆ 월 침묵 및 연수 · 월 모임 · 새신의 날 · 전국 소기도 모임 ◆

피 정		일 시	장 소	강 사	연 락 처	신청자격
월 침묵 피정		2월 18일(화)	(성북동) 씨튼 영성 센터	김경순 수녀	02) 744-9825	
		3월 18일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		4월 22일(화)		이청준 신부		
		5월 20일(화)		윤행도 신부		
		6월 17일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		7월 15일(화)		천정철 신부		
		9월 23일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		10월 21일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		11월 18일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		12월 16일(화)		사랑의 씨튼 수녀		
		*매월 셋째 주 화요일 오전 10시 ~ 오후 4시				
월 새신의 날	(울산) (부산) 향심 기도 와 렉시오 디비나	2월 23일(일) 3월 30일(일) 5월 25일(일) 6월 29일(일) 8월 31일(일) 9월 28일(일) 11월 24일(일) *매월 마지막 일요일 오전 10시 30분 ~ 오후 4시	(울산) 새 예루살렘 공동체	왕영수 신부	011-488-1239 010-8029-6329 010-3834-4997	향심 기도를 하시는 모든 분들
	광주	1월 6일(월)	(광주) 증흥동	정규완 신부	010-6288-0237	
		2월 3일(월)		전영 신부		
		3월 3일(월)		정규완 신부		
		4월 7일(월)		전영 신부		
		5월 5일(월)		김종걸 신부		
		6월 2일(월)		남재희 신부		
		7월 7일(월)		이청준 신부		
		8월 4일(월)		이청준 신부		
		9월 1일(월)		정규완 신부		
		10월 6일(월)		천정철 신부		
		11월 3일(월)		정규완 신부		
		*매월 첫째 주 월요일 오전 10시 ~ 오후 4시				
	대전	5월 31일(토) 오전 10시 ~ 오후 3시	(대전) 대철 회관	이청준 신부	010-2948-3852	
청주	3월 24일 (월) 오전 10시 ~ 오후 4시	북대동 성당	이청준 신부	010-9408-9670		
월 모임	대전	매월 셋째 토요일 오전 10시 ~ 12시 * 8월 모임은 쉽니다.	(대전) 내동 성당 요한의 방	박봉석 형제	010-2948-3852	



향심 기도 연수	봄 학기	낮 반	4월 29일(화) 5월 27일(화) 6월 10일(화) 6월 17일(화) 매회 화요일 오전10시 ~ 오후 4시	거창 성당	이청준 신부	010-9427-7894	향심 기도를 하시는 모든 분들
		저 녁 반	4월 28일(월) 5월 26일(월) 6월 9일(월) 6월 16일(월) 매회 월요일 오후 8시 ~ 10시				
	가 을 학 기	낮 반	10월 7일(화) 10월 28일(화) 11월 4일(화) 매회 화요일 오전 10시 ~ 오후4시				
		저 녁 반	10월 6일(월) 10월 27일(월) 11월 3일(월) 매회 월요일 오후 8시 ~ 10시				

소기도 모임

지역	장 소	일 시	연락처	전화번호
서울	송파동 모임	매주 월요일 오후 4시 30분	김동한 프란치스코	010-2801-1974
	새길교회	① 매주 화요일 오후 7시 30분	최성림 목사	011-741-0252
		② 매주 수요일 오전 11시 30분		
		③ 매주 수요일 오후 7시 30분		
④ 매주 금요일 오전 10시 30분				
인천	만수 6동	① 매주 목요일 오후 7시	강경애 세실리아	032) 463-7867 010-4780-7867
		② 매주 금요일 오전 11시		
	*(성공회) 인천 계양교회	매주 목요일 오전 10시 30분	변요한 신부	010-8886-0046
경기	(수원)분당 요한성당	매주 화요일 오후 7시 30분	이명옥 안젤라	010-8726-3054
	(남양주)마석 성당	매주 화요일 오후 7시 45분	김동한 프란치스코	010-2801-1974
	*(화성)예수랑 교회	매주 수요일 오전 10시	전주희 목사	010-7963-0091
	*(고양)살림 교회	매주 월요일 오후 7시 30분	김지호 목사	031) 912-4930 010-8520-4935
대전	내동성당 - 성체조배실	매주 수요일 오후 8시	황경해 아네스	042) 533-6649 010-6630-6649
	*(월모임)내동성당 -(지하1층)요한의 방	매월 셋째 토요일 오전 10시	김병연 요셉	010-2948-3852
	도룡동 성당 - 성체조배실	매주 월요일 오후 7시 30분	박정옥 소화데레사	010-8804-2160
	복수동성당 - 유아실	매주 월요일 오전 10시	문숙희 데레사	010-6456-7990

충북	복대동 성당	매주 월요일 오후 2시	김순년 글라라	043-233-9295
	영운동 성당	매주 화요일 오전 11시	우영옥 루시아	010-5480-8520
	사직동 성당	매주 화요일 오후 2시 30분	최소자 카타리나	010-6506-8779
	신봉동 성당	매주 화요일 오후 7시30분 미사 후	이현수 아가다	010-9933-3540
	분평동 성당	매주 수요일 오후 7시30분 미사 후	최옥희 미리암	010-8844-0633
	청산 성당	매주 목요일 오전 10시 미사 후	곽동금 아네스	043) 733-2795
	미원성당	매주 월요일 오전 10시	천경민 아가다	011-8827-2060
	충주 지역-자택	매주 월요일 오전 10시	권인숙 레지나	010-5604-3439
부산	좌동 성당	매주 화요일 오후 1시 30분	정예규 아네스	010-3878-9638
	남천동 성당-112호	매주 월요일 오후 2시	송석미 스텔라	010-8306-8280
	부곡 성당	매주 목요일 오후 2시	김귀연 세실리아	010-2322-5690
	당감 성당	매주 수요일 오전 10시 40분	홍경애 골롬바	010-3742-4516
	활천 성당	매주 목요일 10시 미사 후	조혜란 안젤라	010-5554-5488
	남산 성당	① 매주 금요일 오전 10시	유건희 아네스	010-9325-0006
		② 매주 금요일 오후 2시	권진숙 빅토리아	010-8508-1691
민락 성당	매주 화요일 오전 11시	유향미 글라라	010-5590-0333	
울산	새 예루살렘 공동체	① 매주 일요일 오후 2시 ~ 오후 4시	왕영수 신부	052)239-1249 011-488-1239
		*② 매월 마지막 일요일 오전 10시 30분 ~ 오후 4시		
대구	만촌1동 성당 -성체조배실	매주 수요일 저녁미사 후	노경희 크리스티나	010-6864-4668
	본리동 성당	매주 금요일 오후 7시 30분	이동섭 광현아우구스티노	010-3577-0639
	신서 성당 - 자택	매주 금요일 오전 11시 30분	김미남 율리안나	010-2223-4484
경주	성동 성당- 성당 2층	매주 일요일 오후 3시	박장동 베드로, 류초아 안젤라	010-6477-3223
경남	(진주)금산 성당	매주 목요일 저녁 미사 후	황혜순 율리안나	010-9667-8944
	(창녕)남지 선교성당	매주 화요일 오전 10시 30분	차순희 비아	010-3572-4308
	(창원)사파동 성당	매주 화요일 오후 2시	최정욱 루갈다	010-9338-7078
	(거제)장승포 성당	매주 화요일 오전 10시	정경화 도미니카	010-7559-1283
	(거제)옥포 성당	매주 월요일 오전 10시 30분	김복순 아네스	010-9689-0072
	(거창)거창 성당	① 매주 월요일 저녁 7시 30분	허재영 마르첼리노	010-8775-8382
		② 매주 화요일 오전 10시	이숙희 임마누엘라	010-4128-2296
③ 매주 수요일 오후 2시		천경숙 크레센시아	010-9467-6866	

광주	종흥동 성당	① 매주 월요일 9시 30분	정광자 베로니카	010-6756-0039
		② 매주 화요일 오후 2시	김경시 아우구스티누스	010-7688-8633
		③ 매주 수요일 오전 10시	김인심 라파엘라	010-5089-1204
		④ 매주 목요일 오후 1시 30분	최옥순 세실리아	010-3999-6331
		⑤ 매주 토요일 오후 1시 30분	임희숙 피데스	010-2699-5309
	염주동 성당	매주 목요일 오전 10시	홍화강 카타리나	010-9348-3681
	학운동 성당	매주 금요일 오후 2시	장동님 스텔라	010-8845-1493
	비아 성당	① 매주 화요일 오후 8시	표금숙 로사리아	010-2683-4103
		② 매주 목요일 오전 10시	안은경 발렌티나	010-9885-8814
	두암동 성당	① 매주 수요일 오후 2시	고영남 사베리오	010-8515-2392
② 매주 일요일 오후 2시		장충헌 루치오	011-666-6931	
계림동 성당	매주 목요일 오후 7시 30분	정종남 모니카	010-2663-7790	
담양	창평 성당	매주 목요일 오전 10시	신영애 안나 정정기 아오스딩	010-2619-5280 010-6394-6959
순천	조례동 성당	매주 월요일 오후 2시	장호정 마리아 막달레나	010-4855-0190
	저전동 성당	매주 월요일 오전 11시	박덕자 미카엘라	010-2629-3109
여수	선원동 성당	매주 목요일 오후 2시	김지영 엘리사벳	010-7655-3952
	소호동 성당	매주 목요일 오후 7시 30분	이성숙 데레사	010-2616-3189
광양	광영동 성당	매주 금요일 오전 9시 30분	김혜연 까리타스	011-9214-3663
곡성	곡성 성당	매주 금요일 11시 30분	유효순 스텔라	010-6680-2073
전주	봉동 모임 - 자택	매주 토요일 오후 5시	황정애 막달레나	010-9780-6388
중국	(북경)한인공동체 성당	매주 수요일 오후 7시 30분	이문희 벨라뎃다	번호 미기제함



2013년도 각 지역별 소식

■ 한국관상지원단 ■

2013년 8월 29일에 논산 씨튼 영성의 집에서 엄무광 형제의 2주기 추모 미사를 드렸습니다.

이청준 신부의 주례로 각 지역에서 모인 향심 회원들과 함께 봉헌하였으며, 향심 기도 회원들끼리 뜻깊은 결속의 시간을 보냈습니다.

많은 이들의 사랑을 받았던, 김종순 수녀의 강좌 '인간 조건과 영적 여정'의 프로그램을 당분간 쉽니다. 수녀님의 건강 회복을 위해 많은 분들의 기도를 부탁드립니다.

■ 서울 ■

씨튼 영성센터(성북동 씨튼 피정의 집)에서 향심 기도 보급을 위해서 그동안 수고해 주신 김경순 수녀께서 필리핀으로 유학을 떠납니다. 그 동안의 노고에 감사드립니다. 후임지에서도 잘 적응할 수 있도록 회원님들의 기도를 부탁드립니다.

서울지역 소기도모임에 참석하고자 하시는 분들은 홈페이지(www.hyangsim.com)을 이용하십시오.

■ 인천 ■

인천지역에서 향심 기도를 하시는 분들은 혼자하시는 것도 좋지만, 일주일에 한 번씩 소기도 모임에 참석하시면 서로 버팀목이 되어서 좋습니다. 함께하고자 하시는 분들은 간사(010-4780-7867)에게 연락을 주십시오.

■ 대전 ■

2013년은 월모임의 성격을 소기도모임 봉사자들이 함께 기도하고 공부하는 시간으로 계획하였고, 수차례 모임을 가졌으나 공부가 길게 이어지지 못하였습니다. 또한 향심 기도 소개를 받은 분들을 지원하기 위한 통신 지원 서비스를 시도하였으나, 제대로 활동을 하지 못하였습니다. 이 역시 아쉬움이 많은 일입니다. 대전지역 봉사자 분들이 모두 본당과 직장 일로 바쁘게 지냈던 한 해였나 봅니다.

다만, 전주지역 소기도 모임 형성에 대전 지부에서

봉사를 하였습니다. 아직은 초기이나 모두 열심히 기도하시던 분들이셔서 전주 지역의 든든한 기도처가 되리라 기대합니다.

■ 청주 ■

8개의 소기도 모임이 운영되고 있고, 8월 29일 '씨튼 영성의 집'에서 엄무광 선생님 2주기 추모미사에 8명이 참석하였습니다.

그리고 12월 9일 이청준 신부를 강사로 초빙하여 44명이 채신의 날을 보냈으며, 2014년 3월 24일 이청준 신부를 강사로 초빙하여 채신의 날을 하기로 하였습니다.

■ 마산 ■

거창 본당으로 2013년에 부임한 이청준 신부는 본당 신자들과 인근 신자들을 위해 상반기와 하반기로 나눠서 향심 기도 입문 강의 및 인간 조건, 그리고 심화 피정 등을 제공하였습니다. 거창 본당에서도 3개의 소기도 모임이 탄생되었습니다.

■ 부산 ■

민락 성당에서 김종순(실비아) 수녀님께서 소개 피정을 9월에 개최하였습니다.

또한 당감 성당에서는 4월에 김기홍(베르나르도) 신부님의 소개 피정이 있던 뒤 5월에 기도회가 탄생되었습니다.

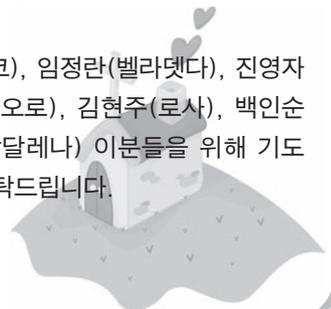
■ 울산 ■

새 봉사자에 박경희(마리아)

지난 2년간 수고해 주신 박진자(막달레나) 봉사자에 이어 2014년에는 박경희(마리아) 자매님이 맡아보게 되었습니다. (010-8029-6329)

채신의 날을 좀 더 활성화시키기 위하여 위원회를 구성했습니다.

(무순) 노진석(마르코), 임정란(벨라렛), 진영자(아네스), 박홍준(바오로), 김현주(로사), 백인순(헬레나), 박진자(막달레나) 이분들을 위해 기도 많이 해 주시기를 부탁드립니다.



■ **광주** ■

광주지역에서는 매월 월요일(광주-첫째주, 여수-2째주, 순천-3째주)새신의 날을 정하여 각 기도회 회원들이 모여 기도와 강의 및 미사를 드리고 있습니다.

김종순 수녀, 전영 신부, 장미자 데레사 자매와 함께 교리 교사들과 향심 기도 회원들을 대상으로 후속강의(73명)를 하였으며, 두암동 본당 교리 교사

들에게 향심 기도 소개강의를 하여 2개의 기도회가 만들어졌고, 이청준 신부님이 두암동 성당에서 2회의 향심 기도 피정과 바위목 피정집에서 '성령의 은사와 열매' 피정을 하였고, 바위목 피정집에서 1일, 섬기는 봉사자 피정 및 단합대회를 가졌습니다. 12월 초에 총회를 열어 2014년 사업계획 및 새로운 봉사자 임명, 부서 확인을 하였습니다.

향심 기도 회원 여러분들께 도움을 요청합니다!!

2014년부터는 국가 정책에 의해서 구 주소에서 신 주소로 변경이 되어 사용되고 있습니다. 관상지원단에서도 회원님들의 주소 변경 작업을 해야만 합니다.

새 주소의 전환을 위해서 각 지역에 계시는 분들은 지역 간사님들과 한국관상지원단의 메일(koreacontout@dreamwiz.com) 또는 주소(우편번호138-825: 서울 송파구 문정동 동남로 108 MODS빌딩 512호(문정1동))를 공지하오니, 변경된 주소를 보내주시면 감사하겠습니다. 많은 협조를 부탁드립니다.

| **지역 간사 명단 및 연락처** |

- 사무국장 박봉석 세례자 요한 010-6630-6649
 - 서울지역 한명숙 카타리나 010-8553-2374
 - 인천지역 강경애 세실리아 010-4780-7867
 - 대전지역 김병연 요셉 010-2948-3852
 - 청주지역 연인래 아가다 010-9408-9670
 - 마산지역 김명순 스킨라스티카 010-2363-5702
 - 부산지역 차순희 바아 010-3572-4308
 - 광주지역 김영재 알로이시오 010-6288-0237
- ※ 각 지역에서 문의 사항이나 토의할 사항이 있으신 분들은 지역 간사에게 연락하시기 바랍니다.

후원 회원 가입안내

한국관상지원단은 향심 기도에 관심을 가진 분들과 향심 기도에 투신하는 모든 분들의 영적 조직망입니다. 현대의 많은 이들에게 그리스도교 전통 관상기도가 널리 보급되도록 도움을 요청합니다.

1. **가입방법** : 02) 421-1968로 전화를 주시거나 또는 이메일 koreacontout@dreamwiz.com으로 가입자의 성명, 주소, 전화, E-mail등을 알려 주십시오.
2. **자동이체 방법** : 은행으로 납부하는 경우 인적 사항을 이메일이나 전화로 꼭 알려주십시오.
(우리은행 : 1006-701-302826 예금주 : 한국관상지원단)
3. **CMS계좌 신청** : 전화나 이메일로 연락주시면 신청서를 보내드립니다.

◆ **반송되어 오는 소식지가 많습니다.**

변경된 주소 또는 E-mail을 알려 주시면 소식지를 보내드리겠습니다.