



한국관상지원단 소식

2021 상반기 제18호

발행_ 한국관상지원단
Tel_ 02-421-1968

편집_ 한국관상지원단 사무국 (우32906)충남 논산시 상월면 상월로 796, 지층 1호
홈페이지_ www.centeringprayer.or.kr

E-mail_ koreacontout@naver.com

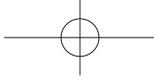
일일신 우일신

윤행도 가롤로 신부

코로나 19로 엉망진창이 되어버린 2020년 한해가 며칠 남지 않은 어느 날, 강론준비를 하다가 오전 기도시간이 되어 책상에서 일어서는데 책꽂이에 있는 관상지원단 소식지가 눈에 들어왔습니다. 잠시 꺼내어 부산교구 원로사목자이신 왕신부님의 글을 읽으며 “소식지에 글 쓰지도 제법 되었는데, 조만간에 몇 자 써야 되는 게 아닐까?”라는 방정맞은(?) 생각이 스치고 지나갔습니다.

오전 기도를 마치고 휴대폰을 확인하니 효주아녜스씨의 부재중 전화가 들어와 있더군요. 전화를 드렸더니 아니나 다를까 내년도(2021) 소식지에 실을 글을 좀 써달라는 것이었습니다. 이리저리 공무니를 빼니 다른 신부님들이나 간사님들도 다들 사양을 한다며 불멘소리를 하셨습니다. 좀 죄송하긴 했지만 내년엔 소임지를 이동할 예정이라 어렵겠다는 말씀들을 드리고는 통화를 끝냈습니다.

통화를 끝내고 점심을 먹는데 죄송하고 불편한 마음에 밥맛이 영 아닌지라 원고를 보내드리겠다는 문자메시지를 드



리고 남은 밥을 먹었습니다.

제가 향심기도를 시작한 것이 2002년이니까 올해로(2020) 열여덟 해가 됩니다. 서당 개도 삼년이면 풍월을 읊고 식당 개도 삼년이면 라면을 끓인다는데 열여덟 해나 했으면 뭐가 달라도 달라졌겠지요.

처음 한동안 그토록 지겹고 힘들게 느껴지던 20분의 기도시간도 언제부터인가 30분으로 늘렸음에도 지금은 언제 지나갔는지 모르고, 책을 읽거나 글을 쓰다가도 기도 시간이 되면 저절로 하던 일을 멈추고 시간확인을 할 정도는 되었습니다. 덕분에 다른 기도들, 특히 성무일도를 제시간에 침잠하며 바치게도 되었습니다.

본당교우님들과의 면담에서도 본인의 문제점이나 상대방의 반응에 대한 정확한 맥을 짚어드리며 나름 도움을 드리고 있습니다.

하지만 정작 중요한 것은 제 자신의 변화입니다.

지난 5월쯤부터 건디기 힘들 정도의 허리통증이 찾아왔는데(디스크와 척추 측만증) 8월말쯤부터 약 3개월간의 활법원 교정을 통해 일상생활을 할 정도로는 회복이 되었습니다. 코로나 19와 하루 종일 계속되는 허리통증으로 집콕을 하던 중 허리통증이 절정에 달했을 8월쯤 문득 나이가 들어가면서 조금씩이라도 좋은 모습으로 변화되어야 한다는 강한 열망을 느끼게 되었습니다. 일일신 우일신까지는 아니더라도 생활에서 작은 것들부터 고쳐야겠다는 마음으로 주위를 둘러보았지요.

제법 오래전부터 가끔씩 만나는 모임이 하나 있는데 만나면 저녁을 겸한 소주를 한 잔하고는 한 두 시간 정도 고스톱을 칩니다. 그런데 고스톱을 칠 때 지켜야 하는 규칙이 전부 제위주입니다. 이래서도 안 되고 저래서도 안 되고, 작은 실수도 인정이 안 되다 보니 분위기가 좀 무겁고 때로는 신경이 날카로워지기도 했습니다. “이것부터 고쳐야겠구나.” 얼마 후 그 모임이 있었는데 모임을 시작하면서 오늘부로 그동안 해왔던 고스톱의 모든 규칙을 폐기처분한다고, 여러분들이 하고 싶은 대로 하시면 된다고 말씀드렸더니 박수가 쏟아졌습니다.

활법원 교정을 시작하면서 원장님의 권유로 성당에서 가까운 국사봉이라는 곳으로 산행을 시작했는데 산세가 험하지 않고 그리 높지도 않아 사람들이 많이 찾는 곳입니다. 그래서인지 산행을 하다 보니 곳곳에 패트병, 담배꽂초, 물티슈, 과자봉지 등등이 버려져 있었습니다. 예전 같았으면 속으로 “어떤 놈이 버렸나, (처)먹을 때는 맛있게 먹고는 아무데나 버리고...”라며 욕을 했을 텐데(욕만 하고 말았을 텐데) 제 손으로 줍기 시작했습니다. 물론 속으로 욕도 하지 않았고요. 처음에는 손으로 주워서 주머니에 넣어왔는데 이곳저곳으로 눈길을 돌리니 자연스럽게 수입도 늘어나 철물점에서 최신 식 집게도 하나 사고 봉투도 사서 거의 전문가 수준을 갖추었습니다. “산불조심”이라고 적힌 조끼만 하나 구해서 입으면 딱인데....

겨울철이 되어가며 국사봉을 찾는 사람들이 많이 줄어들자 자연스럽게 쓰레기도 줄어들어 영업이 영 신통치 않은 날이 많아졌습니다. 그래서 영업장을 공원을 겸한 주차장까지 확대했는데 돈이 안 되는 일이다보니 남의 구역 침범한다고 시비를 걸어오는 사람도 없습니다. 쓰레기를 줍고 있노라면 지나가던 사람들이 보고는 “수고하십니다. 좋은 일 하십니다.” 등의 인사말을 건넵니다. 그중에서도 “좋은 일 하십니다.”라는 인사말이 가장 많은데 그분들은 좋은 일인 줄 알면서도 정작 본인은 하지 않는 이유가 살짝 궁금해지기도 합니다.

육신이 게으르면 영도 게을러진다는 소신으로 사제서품 후 소임지마다 화장실 청소를 해왔었습니다. 그런데 코로나 19로 미사가 중단되어 교우님들이 오시지 못하거나 오시더라도 미사 후 바로 가시는 바람에 화장실 사용을 이전에 비해 훨씬 덜하게 되어 일거리가 많이 줄어들었습니다. 그래서 허리통증이 좀 가신 틈을 타서 성모당 앞 잔디밭의 풀도 뽑고 계단이나 마당도 쓸고 성당봉고차 세차도 하고 하면서 하루에 30분만이라도 본당을 위해 육신을 움직이려고 마음을 모읍니다.

일일신 우일신!

언제부터인가 저의 변화는 시작되었고 지금도 진행 중이며 앞으로도, 이 세상에서의 삶이 다하는 그날까지 멈추지 않을 것입니다. 저에게서 기도개(향심기도) 멈추지 않고 계속되는 한 변화 또한 계속될 것입니다. 비록 그것이 작아서, 너무도 작아서 주위 사람들은 물론 제 자신조차 알아차리기 힘들 정도라 하더라도 결코 멈추지 아닐 것입니다.

농부이신 아버지께서 일하고 계시고 그 아드님 또한 일하고 계시며 성령께서도 재촉하시기에…



자아의 황혼

미국관상지원단 소식지 37권 2호, 2020년 6월
토머스 키팅 / 이청준 역

내 마음은 지금 고독합니다.

어디에도 친구가 없고,

찾고 싶은 바람도 없습니다.

나의 유일한 열망은 당신입니다.

그런데 당신은 언제나 부재중이십니다.

부재를 이토록 강렬히 사랑할 수 있을까요,

당신의 현존조차

침입으로 여겨질 정도로?

나는 목적도 없이 원을 돌고 돕니다.

예식과 거룩한 상징들,

한때는 당신을 만나게 해주는 소중한 것들이,

이제는 나에게 아무 의미가 없습니다.

그것들은 당신에 대해 아무것도 말해주지 않습니다

내게 전부인 당신인데도,

그러나 나는 당신에 대해, 당신에게서 아무런 사랑도,

성취의 희망도 느끼지 못합니다.

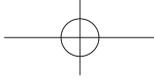




나는 속이 다 드러난 사람 같습니다,
그런데 거기에는 아무것도 없습니다, 당신도 없고, 나도 없습니다.
이것이 일치라면, '하나 안에 둘도 아니고,
'타자 없는 하나'도 아닙니다.

나는 모두와 사귀고 싶어 하지만
누구와도 관계 맺을 능력이 없습니다.

당신의 무한한 현존만이 있습니다.
그분은 나를 심장이 없는 물건처럼 대하십니다,
어쩌면 부서진 심장만 있다는 듯이.
내가 안다고 생각했던 그 하느님은
더 이상 존재하지 않기 때문입니다.



신이란 무엇입니까?

토머스 키팅의 『“알 수 없는 분”에 대한 성찰』 도입부에 실린 인터뷰에서 발췌

미국관상지원단 소식지 38권 1호, 2020년 겨울
토머스 키팅/ 이청준 역

릭 아쳐 : 가장 기본적인 질문으로 시작하겠습니다. 신부님께서서는 하느님을 어떻게 체험하고 계신지 혹은 어떻게 이해하고 계신지 말씀해 주십시오. ‘하느님’ 혹은 ‘신’이란 무엇입니까?

토머스 키팅 : 이 용어는 종교간 대화에서 어려운 용어입니다. 민족들의 수만큼이나 신에 대한 개념이 많기 때문입니다. ‘하느님’이라는 용어는 원래 히브리어 성경에서 다른 나라의 지역 신들과 자기네 신을 구별하면서 사용되었습니다. 만일 우리가 ‘하느님’ 대신 다른 단어가 있다면, 그 단어가 더 나을 것입니다. 그러나 너무 형이상학적인 내용은 피하고 히브리어 성경 말씀을 인용하겠습니다. “나는 있는 나다.”(탈출 3,14) 신에 대한 최고의 묘사는 어떠한 한계도 없는 ‘있음’, 즉 다른 대명사가 없는 ‘있는 나’입니다. 불자들은 창조되지 않은 신을 창조의 신 혹은 창조주 신과 엄격히 구분된 존재로 여겼습니다. 물론 같은 신입니다. 그러나 여기서 제가 사용할 ‘신’ 혹은 ‘하느님’이라는 용어는 하나의 라벨이라고 보시면 됩니다. 곧 저의 종교 전통에서 제게 익숙한 바로 그분을 가리킵니다. ... 하느님은 모든 것입니다.

릭 아쳐 : 과학과 종교 사이에 꽤 오랫동안 벌어지고 있는 싸움이 있습니다. 제가 천문학이나 자연 과학 혹은 양자 물리학에 관한 내용을 들을 때마다, 그것이 제게는 하느님을 듣고 보는 것과 같습니다. 무한한 창조성은 원자보다 작은 입자들을 세세하게 관리하면서 동시에 은하들까지 관리하고 있습니다.

토머스 키팅 : 당신은, 그리스도교적 관점 특히 신비가의 관점에서 분명 올바른 생각을 가지고 있습니다. 물론, 우리의 의식이 성숙하고 더 이상 하느님을 의존의 대상으로

로 여기지 않게 되면서 우리의 신 개념 혹은 하느님 개념도 변합니다. 그분을 의존 대상으로 여길 때에는 우리가 하느님에 대해 상호의존적인 태도 심지어 요구하는 태도로 대하기도 합니다. 중요한 것은 하느님에 대해 ‘큰’ 개념을 가지는 것입니다. 하느님을 크게 보라는 말이지요. 과학은, 극소의 세계와 극대의 세계 모두에서, 우리에게 새로운 우주론을 제시하고 있습니다. 종교 특히 그리스도교 전통은 그것을 한번쯤 생각해 보아야 할 것입니다. 사실 우리 성경은, 그 시대문화의 제약을 받는 한정된 신관, 가부장적인 신관에 토대를 두고 있습니다. 지금은 그러한 신관이 먹혀들지 않습니다. 신학은 견고한 우주론을 필요로 합니다. 그 기초 위에 우리 시대 사람들에게 먹혀들어가 는 신학을 세울 수 있을 것입니다.

릭 아처 : 신부님은, 하느님께 ‘전쫼omni’ 또는 ‘편遍’이라는 형용사를 붙여서, 편재하시는, 전지하신, 전능하신 분이려 부르는데 불편함을 느끼지는 않습니까? 그런 표현이 신부님의 직관적 신관이나 하느님에 대한 개인적 체험과 잘 어울리는지요?

토머스 키팅 : 예 그렇습니다. 하지만 그러한 표현들은 약간 지나치게 형이상학적입니다. 하느님께서는 이성을 초월하는 측면을 지니고 계시기 때문이지요. 그러한 측면들이 이성을 거부하지는 않지만, 이성만으로는 충분하지 않습니다. 예컨대, 무한한 정의와 무한한 자비의 문제를 어떻게 풀어나가겠습니까? 그것을 이성적 차원에서 해결하지는 않습니다. 그것은 신비이며 모순으로 남아있습니다. 우리의 의식을 열고 이성적 신관을 초월해야 합니다. 현존을 초월하는 체험에서만, 하느님은 그 어느 것에도 제한을 받지 않으시며 모든 곳에 계시는 분이려 하는 것을 깨닫게 됩니다. 하느님은 스스로 변화할 만큼 역동적이고 확장적인 분이십니다. 그분과 관련하여 불변하는 사실은 이것뿐입니다.

진화적 우주론이 (과거 50년간 설득력 있게) 제공해준 역동적 신관은 ‘위대한 힘’에 대한 계시입니다. 우리는 이 ‘위대한 힘’ 앞에 침잠하고 빠져들어, 그분으로부터 분리되지 못합니다. 사실 우리는 진화 과정에서 출현한 것 외에는 어떤 정체성도 지니고 있지 않습니다. 창조는 일회적 사건이 아닙니다. 창조는 항상 일어나고 있습니다. 어떤 의미에서 하느님의 있음은 늘 ‘되어감’입니다. 무엇으로 되어갈까요? 모든 것이 되어갑니다. 인간의 의식은 사실 인간의 의식을 체험하시는 하느님입니다. 그 말은, 버나드 로너건의 말처럼, 우리가 하느님의 모상이라는 의미입니다.



위대한 현존께서 일어나시다

미국관상지원단 소식지 36권 2호, 2019년 6월
토머스 키팅/ 이청준 역

토머스 신부가, 출간되지 않은 에세이를 유작으로 우리에게 남겨주었다.
이 에세이는 영적 여정에 대한 이해를 심화시키려 만들어진 것이다.

영적 여정에서 진진하고 있는 이들에게는, 심지어 과도한 활동이나 지나친 생각 때문에 신적 현존의 위안적 측면이 사라질 때에도, 내적 현존이 일어납니다. 그리고 이 현존은 점점 더 영속적인 것이 되어갑니다. 의식의 전환이 일어나기 시작합니다. 직관적 의식의 각성은 우리의 이성적 의식을 초월합니다. 이성적 차원이 거부되지는 않습니다. 그저 우리가 그 한계에서 자유로워지는 것이지요. 이성은 여전히 우리의 일상생활, 인간관계들, 모든 육체활동에 필요하고 또 사용되기도 합니다. 하지만 이제는 이성이 신적 현존에 대한 깊고 지속적인 의식을 가리거나 제거하지는 않습니다.

어째서 우리가 ‘생각하는 존재’이면서 생각하지 않을 수 있을까요? 모든 생각을 초월하는 신적 현존은, 매순간 일어나는 일과 하나가 되는 것에서 흘러나오는 상태입니다. 신적 활동은 모든 곳에서 동시에 일어나고 있습니다. 아무도 그것을 자기 것으로 삼거나 소유하지 않습니다. 그것



은 어떤 한계나 경계도 없습니다. 성령의 현존과 활동은 완전한 일치와 무한한 다양성을 포용합니다.

깨달음을 추구한다는 것은 하느님을 섬기기 위한 노력에 대한 보상을 기원하는 것입니다. 그것은 자아에서 완전히 초연해지는 것이 아닙니다. 거짓 자아의 해체는 참 자유와 하느님과의 일치에 개방되는 것입니다. 그것은 내적 부활의 체험으로 이끕니다. 그리고 그 체험은 성령께서 맡게 되면서 점점 더 완벽하게 됩니다.

살아계신 하느님을 알기 위해서는 우리가 그분의 마음의 슬픔을 공유해야 합니다. 하느님께서는 우리의 끝없는 실수와 무절제, 때로는 악행까지 견디어내십니다. 우리 삶의 가장 중요한 사실을 우리에게 알려주시려는 것입니다. 곧 모든 사람을 향한 하느님의 무조건적 용서와 사랑이 가장 중요하다는 사실이지요.

그러한 신적 사랑의 체험이 우리 안에서 드러나려면 우리가 낮춰지고 먼지처럼 보잘것없이 되어야만 합니다. 그 체험은 다양한 강도로 일어날 수도 있습니다. 의식의 단계들은 영적 진화의 과정을 표현합니다. 영적 진화는 하느님을 특별한 부드러움과 세련된 친절을 갖춘 현존으로서 여기는 체험적 확신입니다. 모든 인간적 개념이나 기대를 넘어서는 확신이지요.

우리가 아는 모든 사랑을 뛰어넘는, 하느님의 무조건적 사랑은 ‘무한한 무상성’이라고 표현하는 것이 최선입니다. 신적 사랑에는 끝이 없습니다. 시편 저자는 이렇게 말합니다. “주님의 자애는 영원하다.”(시편 136,1)



환영의 기도 수련

제1강의(유튜브 동영상)

메리 드와이어 / 한국관광지원단 번역팀

좋은 아침입니다. 30분간의 환영의 기도 체험에 오신 것을 환영합니다. 제 이름은 메리 드와이어Mary Dwyer이며, 관광지원단 환영의 기도 서비스 팀에서 일하고 있습니다. 코로나19가 한창인 가운데, 세상을 변화시킬 힘이 있다고 확신하는 기도 수련을 공유할 기회를 갖게 되어 기쁩니다. 오늘 아침 저는 간단히 기도를 드리고, 우리의 취지에 대해 말씀드리겠습니다. 그런 다음 환영의 기도 체험을 가질 것입니다. 여러분은 마음속으로 기도하고 저는 외적으로 말로 표현하면서 기도하겠습니다. 여러분 쪽에서는 음소거 상태가 되어 있을 것입니다. 그러나 우리는 관광지원단 웹사이트를 통해 주시는 모든 의견, 피드백, 질문과 제안을 환영합니다. 30분간의 체험을 가진 뒤 그것들을 살펴보도록 하겠습니다.

자 이제 시작합니다. 오, 저희 안에 살아 계시는 하느님! 감사하는 마음으로 당신 앞에 나왔습니다. 저희가 존재하는 매순간 당신께서 저희를 지탱하시고 저희에게 숨을 불어넣어주심을 압니다. 당신께 대한 저희의 믿음을 깊게 해주시고, 당신께서 창조하신 저희의 모습을 있는 그대로 받아들이겠다는 저희의 동의를 강화시켜주소서. 그리스도의 이름으로 기도드립니다. 아멘.

우리가 얼마나 특별한 시대를 살아가고 있는지요! 영상을 보실 수 있는 분들은, 잠시 주위를(화면 속 동료들을) 둘러보시기 바랍니다. 우리는 혼자가 아닙니다. 우리는 항상 공동체에 둘러 싸여 있습니다. 코로나19는 제 개인적으로 매우 특별한 체험입니다. 그것을 이겨내도록 요청받는 사람들 가운데 속하는 특혜를 누리고 있음을 깨닫게 해주었기 때문입니다. 코로나19는 우리가 정말로 한 발 뒤로 물러나, 친애하올 토머스 키팅 신부님께서 우리를 초대하신 '복음의 관상적 차원'을 살아갈 기회가 됩니다.

그러나 우리가 그 차원(복음의 관상적 차원)을 살아가는 것은, 우리가 숨 쉬는 대기

에 이토록 많은 불안을 지닌 채, 그리고 우리의 무의식과 우리에게 다가오는 모든 것을 담고 있는 우리 몸이 공격받고 있다는 것을 알면서 이루어집니다. 우리가 이 순간에 대해 어떤 심리적 체험을 하든 - 평화로울 수도, 고요할 수도 있습니다- 우리는 진정한 피정을 체험할 수 있습니다. 걱정과 두려움을 느낄 수도, 매우 외로울 수도 있습니다. 스트레스와 불안은 현실이지만 그것이 다가 아닙니다.

환영의 기도는 우리 몸 안에서, 우리 몸으로, 우리 몸을 통해, 기도하는 방식입니다. 우리의 몸이 우리가 가질 수 있는 최고의 영적 지도자임을 우리는 압니다. 우리의 몸은 거짓말을 하지 않습니다. 메시지가 담긴 진리는 우리 안에 있습니다. 우리는 이런 말을 들었습니다. “하느님께서 나서지 않는 순간은 없다. 우리 안에서, 우리 주변에서, 우리를 통하여 일어나는 모든 일은 그분의 활동을 감추고, 숨기고 있다.” (장 피에르 드 코사드)

이제 환영의 기도문을 화면으로 봅시다. 환영이 우리의 지향입니다. 그것은 이 순간 우리가 몸 안에서 경험하고 있는 모든 것에서 드러나시는 하느님께 아무런 판단도, 두려움도, 저항도, 기대도 없이 동의한다는 지향입니다. 그리고 그것을 그대로 두는 것입니다. 그리고 우리는 세 단계를 거쳐갈 것입니다. 잠시 후 이 세 단계는 하나의 춤이 되거나, 나눌 수 없는 하나의 말이 될 것입니다. 본격적인 수련에 들어가기 전에, 여러분이 어디에 있든, 잠시 시간을 내어 의자에 앉도록 합시다. 그런 다음 환영의 기도 단계에 대해 잠시 설명을 하겠습니다. 설명이 끝나면, 우리는 7분가량 환영의 기도 수련을 할 것입니다. 제가 토머스 키팅의 글을 조금 읽은 다음, 다시 수련으로 들어갈 것입니다. 수련을 다 마치면, 자료를 공유할 것입니다.

잠시 시간을 내어, 먼저 주변을 둘러봅시다. 이 멋진 공동체를 보십시오. 이 순간 “예”라고 하겠다는 지향으로 모입니다. 이 “예”는 공포와 불안으로 위협받는 세상에서 평화의 등불이 되겠다는 “예”입니다.

(복식 호흡으로) 깊은 숨을 쉬십시오. 깊은 숨을 한 번 더. 이 순간, 더도 덜도 말고, 다른 어떤 것도 아닌, 이 순간만 있습니다.

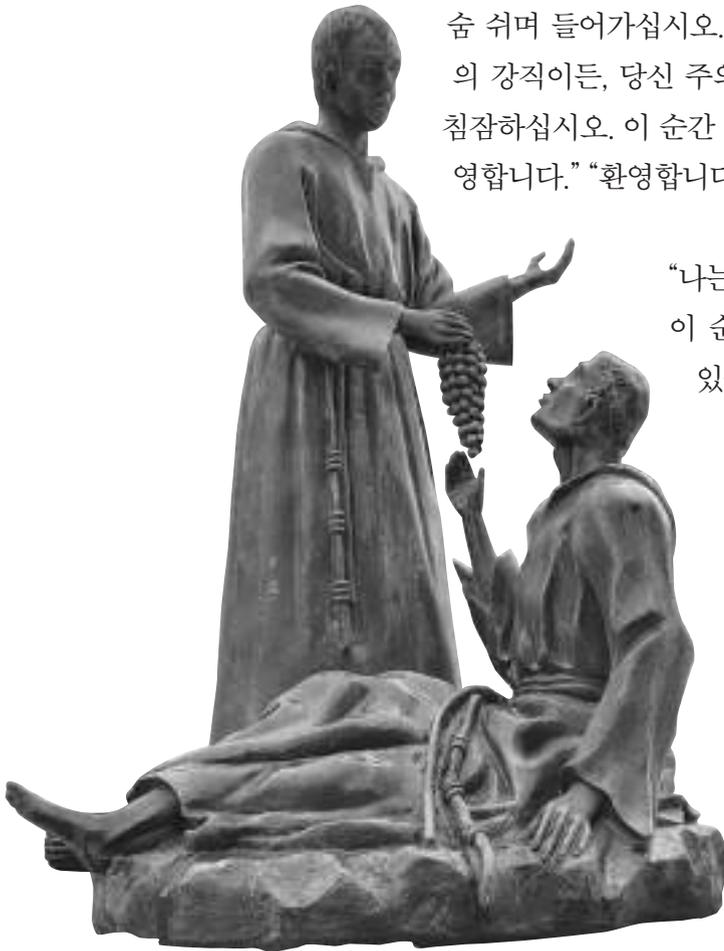
화면상에 환영의 기도문을 게시해놓았습니다. 1단계는, 지금 이 순간 우리가 몸 안에서 체험하고 있는 것을 느끼고 침잠하는 데 온 주의를 쏟아 붓는, 부드럽지만 결정



적인 시간입니다. 그러니 여러분의 내면의 의식으로 하여금, 지금 당신을 부르고 있을 지도 모르는 그 무언가를 인식하게 하십시오. 저는 목과 척추가 만나는 어깨에서 그것을 느낍니다. 그리고 저는 이 순간 속으로 숨 쉬며 침잠해 들어갑니다. 여러분은 몸 속 어디에서 그것을 느끼니까? 이 순간 당신 몸속 체험과 하나가 되어 그 안으로 숨 쉬며 들어가십시오.

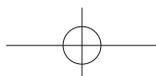
2단계에서, 우리는, 부드럽게 그러나 분명히 “환영합니다”라고 말합니다. “환영합니다.” 바로 그것이, 이 순간 우리 몸속에서 우리가 체험하고 있는 것 안에 계신 하느님의 현존과 활동에 동의하는 우리의 최선의 방식입니다. “환영합니다.” “환영합니다.” 우리가 이 체험 속에 완전히 잠기게 되면서, 우리는 말할 수 있습니다. “나는 안전, 애정, 지배에 대한 욕망을 내려놓고 이 순간을 있는 그대로 포용합니다. 나는 이 순간을 있는 그대로 포용합니다.” 만일 그 느낌이 옮겨가거나 강해지면 그것과 함께 머무르

십시오. 이 순간 당신 안에서 이루어지는 모든 체험 속으로 계속해서 숨 쉬며 들어가십시오. 당신 눈 뒤의 긴장, 내장의 경직이든, 척추의 강직이든, 당신 주의를 끌어당기는 것이 그 무엇이든, 그 안에 침잠하십시오. 이 순간 당신의 체험과 완전히 하나가 되십시오. “환영합니다.” “환영합니다.”



“나는 안전, 애정, 지배에 대한 욕망을 내려놓고 이 순간을 있는 그대로 포용합니다. 이 순간을 있는 그대로 포용합니다. 예, 예.”

우리는, 우리 몸이 이 순간을 어떤 식으로 표현하는지 판단하지도 않고 망설이지도 저항하지도 않은 채, 그저 우리 자신이 온전히 살아서 현존하도록 놓아둡니다. 2015년 6월자 관상지원단소식지에 실린 토머스 키팅의 글 ‘깊은 묵상에서 나온 몇 가지 성찰’을 함께 나누고 싶습니다. 사랑하는 토머스 신부는 이렇게 말합니다. “당신 자신을 있는 그대로, 있는 그 자리에서 받아들이십시오. 당신이 공



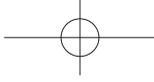
격적이거나, 탐욕스럽거나, 겁이 많거나, 소심하고 수동적이라면, 매 사건이 일어나기 전에, 그 동안에, 그리고 그 후에 당신의 감정을 살펴보십시오. 단 비난이나 수치심이나 분노나 낙담과 같은 감정적 반응을 동반하지는 말아야 합니다. 하느님께서 당신의 결점과 한계에 대해 작업하시도록 맡기십시오. 그저 그것들을 인정하고 그것들과 함께 지내십시오. 그리고 그것들을 직접 고치려고 애쓰지 마십시오. 그것들을 지켜보고, 그것들을 느끼고, 그것들을 받아들이면, 그것들의 위력과 과장된 역할이 점차 줄어들 것입니다. 신적 사랑이 존재하는 당신 존재의 중심으로 계속 들어가십시오. 그리고 일어나는 모든 육체적 느낌과 감정을 대면하고 환영하십시오. 지금 이 순간은 우리가 행복해지기 위해 필요로 하는 모든 것을 담고 있습니다.”

전세계 팬데믹의 한 가운데에서도, 여태껏 보지 못했던 세계적 규모의 심한 고통과 걱정과 염려 속에서도, 우리는, ‘온 그리스도’(Christus totus)의 몸 안에서 평화와 불굴의 신뢰를 발산하는 작은 세포들이 되겠다고 깊이 동의할 수 있습니다. 우리에게 이것을 가져다주신 분께서, 혹은 우리를 이곳으로 데려오신 분께서 우리가 헤쳐 나가는 모습을 보시리라는 신뢰입니다.

환영의 기도는, 향심기도나 침묵의 묵상 수련을 통해 확립된 우리의 지속적 동의를 더 용이하게 만듭니다. 이 기도는 현 순간에 현존하고 반응하는 능력을 강화합니다. 우리의 일상적 반응과는 대비가 됩니다. 우리가 너무 많은 지속적 두려움, 걱정, 불안으로 괴롭힘을 당할 때 평화로운 반응은 하나의 기적이 됩니다.

이제 우리 모임으로 돌아와서, 잠시 내면 깊숙이 들어가도록 합시다. 의자에 앉은 당신의 무게를 느낄 수 있습니까? 내면으로 온몸을 훑어보아도 됩니다. 깊은 숨을 쉰 다음 머리끝에서부터 시작하여 얼굴 전체를 훑어보시기 바랍니다. 턱은 어떻습니까? 목에 있는 무언가를 어깨로 이어서 척추로 옮겨가고 있습니까? 다시 한 번 숨을 쉬십시오. 내장은 어떻습니까? 허리 쪽으로 내려간 다음 엉덩이를 지나가십시오. 의식을 따라 허벅지 쪽으로 들어가서 무릎으로 내려가십시오. 그리고 정강이를 지나 발바닥으로 향하시기 바랍니다. 그리고 다시 위로 올라가 어깨를 통과하여 팔로 내려가십시오. 팔꿈치를 따라 내려갔다 손가락을 통해 빠져나오시기 바랍니다.

모든 감각, 긴장, 떨림, 추위, 더위를 판단하거나 해석하지 말고, 그것을 느끼고 거기에 침잠하십시오. 이 순간 당신 몸 안에서 체험하는 것이 무엇이든 그것과 하나가 되



쉽시오. 깊숙이. 환영하십시오. 환영하십시오.

나는 안전, 애정, 지배에 대한 욕망을 내려놓고 이 순간을 있는 그대로 포용합니다.
환영합니다. 환영합니다.

나는 안전, 애정, 지배에 대한 욕망을 내려놓고 이 순간을 있는 그대로 포용합니다.

환영의 기도는 말없이 행할 수도 있고, “예”, “예”와 같은 간단한 말로 행할 수도 있습니다.

당신이 체험하는 감각이 이동하고 강해지거나 변화하면 그 체험과 함께 머물러 있으십시오. 환영하십시오. 환영하십시오. 환영하십시오. 환영하십시오.

‘관상 생활 프로그램 소책자 환영의 기도’에 나와 있는 짧은 시를 읽겠습니다. 이 훌륭한 책자는 40일간 환영 수련 체험을 위한 것입니다. 이 시는 페르시아의 신비가이자 시인인 루미Rumi의 시입니다.

하느님께서

“루미야(자신의 이름을 대신 불러보십시오),

내 품 속에 들어오도록

너를 도와준 모든 것에

경의를 표하여라”

하고 말씀하셨다면,

내 인생에서 한 가지 체험만 있는 것은 아니겠지요.

한 생각도, 한 느낌도,

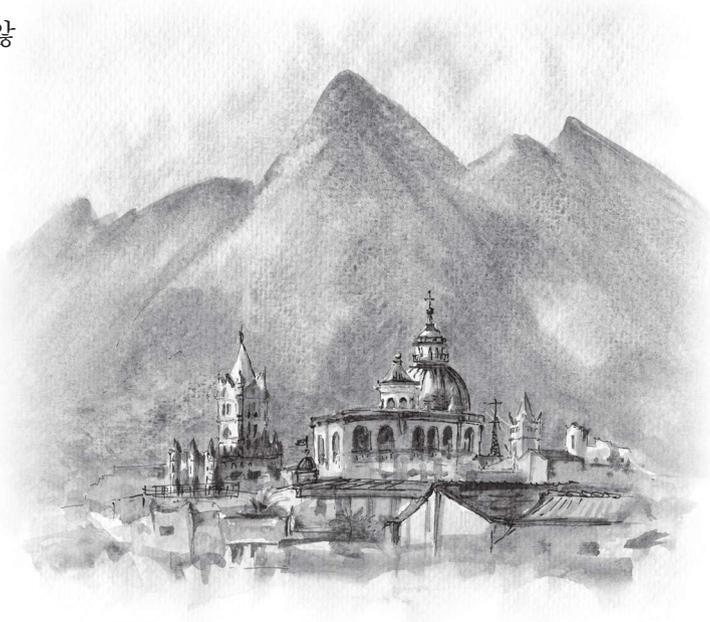
한 행동도 아닙니다.

그 하나에 절하지는 않겠지요.

12단계 실천가들은, 우리를 무릎 꿇리는 것은 무엇이나 우리에게 가장 큰 선물이라는 말을 자주 들을 것입니다. 코로나19 체험은, 우리 중 많은 사람들, 12단계 실천가들조차 상상하지 못했던 방식으로, 우리가 무력하다는 것 그리고 참으로 우리 삶을 다룰 수 없다는 점을 우리 모두에게 가르쳐 주었습니다. 그러나 모든 능력을 지니신 분이 계십니다. 이제 우리가 하느님을 찾게 되기를! 우리가 하느님을 어떻게 묘사하든 신념 체계가 어떠한 상관없이 말입니다. 그리고 고립되거나 혼자 있는 이들을 위해 이 모임에서 분명히 밝혀둘 것은, 이 훌륭한 기도 네트워크 안에서 우리는 결코 혼자가 아

나라는 사실입니다.

이 포럼을 양방향으로 진행하지 않지만, 질문이나 댓글을 다시면 답변해 드리겠습니다. 환영의 기도 팀과 다른 많은 사람들은 수련자 누구나 기꺼이 지원하려고 합니다. 그래서 여러분을 관상지원단 웹사이트 www.contemplativeoutreach.org에 초대합니다. 이 사이트에 들어가면 접속 버튼이 있습니다. 질문과 논평이나 제안을 환영합니다. ‘환영의 기도’에 대한 관상 생활 프로그램 ‘책자가 있는 서점도 링크되어 있습니다. 우리는 많은 자료를 보유하고 있습니다. 그러나 이 시간은 수련의 시간입니다. 수련하고, 수련하고, 또 수련하십시오.

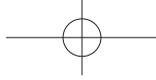


지금 하지 않으면 언제 하겠습니까? 우리는 이토록 수련을 목말라 했던 적이 없었습니다. 지금이 바로 그 순간입니다. 우리가 더불어 살아온 사람들을 위해서만이 아니라, 미래 세대를 위해서도, 수련을 실천함으로써 강한 인상을 심어줘야 할 때입니다. 사랑과 빛과 생명을 간구하십니까? 우리는 부활과 승천에 이르기까지, 성주간을 진정으로 살아갈 수 있겠습니까? 그렇다면, 이제 현재 이 순간에 승복하는 깊은 수련에 투신하면서 우리가 체험하는 모든 것을 포용하도록 합시다. 그리고 그것을 내려놓읍시다. 내려놓음과 포용의 역설은 위대한 신비의 일부입니다.

이 세션들은, 매주 화요일 아침 8시 혹은 (동부 표준시) 10시에 평화 경당에서, 그리고 화요일 저녁 8시에 존 메인 경당에서 제공해드립니다.

이제 남은 시간동안, 우리의 몸 안으로 침잠하여 이 모든 멋진 얼굴들을 바라봅시다. 그리고 우리가 볼 수 없는 여러분, 저는 믿습니다, 우리가 여러분의 마음을 느낀다는 것을.

우리는 마음을 열어, 몸이라는 복된 그릇 안에, 우리가 담고 있는 모든 것과 하나가 되고자 합니다. 당신이 이 순간 체험하고 있는 것이 무엇이든, 그 안에 침잠하면서 숨



을 쉬십시오. 환영하십시오. 환영하십시오.

나는 안전, 애정, 지배에 대한 욕망을 내려놓고 이 순간을 있는 그대로 포용합니다. 환영합니다. 가벼운 마음으로 내려놓으십시오. 환영하십시오. 환영하십시오. 환영하십시오.

페샤 거틀러의 다음 시는 우리를 평범한 삶을 비범한 사랑으로 살아가도록 인도합니다. 제목은 '치유의 시간'입니다.

(류시화 번역 참조)

마침내 긍정을 향해 가는 길에서
 무수한 장소마다 부딪치며
 내 삶에 대해 부정했네.
 외면당한 상처들
 붉은 빛 나는 자주색 흉터들
 그 고통의 상형문자들이
 내 피부와 뺨속까지 새겨져
 그 암호화된 메시지들이
 나를 다시 또다시
 잘못된 길로 이끌었네.
 지금 그 길을 돌아보며
 오래된 상처, 오래된 방향을
 하나하나 들어 올려
 내 가슴에 대며
 말하네. 신성하다,
 신성하다고.

영상을 보고 계신 분과 그렇지 않은 분 모두 손을 들어 축복해 주시기 바랍니다. 우리가 서로서로를 위해 축복해 주기 위해서입니다. 불굴의 신뢰로 저희가 이 위기를 극복해 나갈 수 있게 해주소서. 저희가 빛과 평화의 등불이 되게 하소서. 저희가 기쁨을 알게 해주소서. 그리고 예수 그리스도께서 내어주시는 그 진리를 거룩하고 아름다우면서 부서진 세상과 함께 나누게 하소서. 그리스도의 이름으로 기도드립니다.

아멘. 축복을 빕니다.



향심기도의 힘

이혜영 엘리사

“처음부터 있어 온 것 우리가 들은 것 우리 눈으로 본 것 우리가 살펴보고 우리 손으로 만져 본 것, 이 생명의 말씀에 관하여 말하고자 합니다. 그 생명이 나타나셨습니다. 우리가 그 생명을 보고 증언합니다. 그리고 여러분에게 그 영원한 생명을 선포합니다. 영원한 생명은 아버지와 함께 계시다가 우리에게 나타나셨습니다. 우리가 보고 들은 것을 여러분에게도 선포합니다. 여러분도 우리와 친교를 나누게 하려는 것입니다. 우리의 친교는 아버지와 또 그 아드님이신 예수 그리스도와 나누는 것입니다.”(1요한1,1~3)

언젠가 삶에 회의를 느끼고 깊은 허무감에 빠진 적이 있었다.
그 때 오다가다 성전에서 틈나는 대로 성체 앞에 앉아 있곤 했다.
향심기도를 알기 전이었으므로 딱히 향심기도라는 이름을 붙일 수는 없었다.
그냥 하느님을 바라보며 그 분 앞에 머물렀다.

그렇게 몇 달 정도 주님 앞에 머물렀던 것 같다.
그러던 어느 날 나도 모르는 사이에 나 자신이 변화된 것을 느꼈다.
내가 하고 있는 일에 기쁨을 느끼고 허무감이 사라진 것을 느꼈던 것이다.
다른 사람과의 관계에서도 불편함이 없었고 활기 있게 나의 삶을 누리고 있는 자신을 발견한 것이다.

그후 향심기도 소개피정을 하면서 내 가슴이 뛰기 시작했다.
내가 그냥 주님 앞에 앉아 있는 것이 일종의 향심기도였다는 것을 알게 되었다.
내 안에 주님을 바라보며 그분께 나를 온전히 내맡길 때 그분의 현존을 느끼며 삶의 의미를 깨우치고 생기를 느꼈던 것이다.

“주님 위해 나를 내시었기에 주님 안에 쉬기까지 참된 안식이 없었나이다.”
이렇게 고백한 아우구스티누스 성인의 고백에 참으로 깊이 공감했다.



요즈음 새벽에 일어나자마자 한 시간씩 주님 안에 깊이 머무르는 시간을 갖는다.
 이 시간은 나에게 기쁨의 시간이며 천국의 시간이고 진정 행복한 시간이다.
 이 시간이야말로 삶의 활기를 주는 시간이며 생명의 시간이고 나를 살리는 시간이다.

한낱 피조물인 내가 하느님을 내 안에 모실 수 있다는 것은 참으로 황홀한 일이다.
 하느님의 성령께서 내 안에 머무르시어 하느님의 현존을 체험하게 하신다는 것은 참으로 가슴 벅찬 일이다.

주님께서 나에게 주신 선물 가운데 가장 큰 선물은 당신을 내어주심으로써 당신자신과 깊은
 우정을 나눌 수 있도록 그리하여 충만한 기쁨을 누릴 수 있도록 초대하신 것이다.

“주님, 당신의 크신 사랑으로 당신을 제 안에 모시고 일치할 수 있는 은총을 내려주시니 감사하고 또 감사드립니다.

날마다 주님을 찬송하며 늘 겸손한 마음을 지니고 주님 안에 머무를 수 있도록 자비와 축복을 내려주소서!!”



나의 향심기도 여정기

김영숙 키어스톤 마리아

오늘도 예수님께서서는 외딴곳으로 물러가 기도하신다. “그들과 작별하신 뒤에 예수님께서서는 기도하시려고 산에 가셨다”(마르 6,46) 아프고 고통받는 사람들을 치유하시고 예수님께서서는 종종 외딴곳으로 가시어 홀로 기도하신다. 이 시간이 예수님께는 하느님 아버지와 대면하는 시간이고, 간절하게 매달리는 시간이기도 할 것이며 하느님과 친교의 시간이기도 할 것이다.

나에게 있어 향심기도는 예수님이 산에 가신 것처럼 하루 두번, 30분씩 시간을 내어 내 안에 계시는 하느님의 현존에 동의하는 시간이고 내 삶에 내재한 외로움, 절박함, 불안 등을 그분께 봉헌하는 시간이다. 오래전에 시작된 나의 향심기도는 이제는 완전히 내 안에 체화되어, 기도하지 않는 하루는 내 존재에 대한 부정이기도 하다. 처음에 시작할 때는 너무나 많은 주변의 사건, 사고들로부터의 피신 행위였다면 지금은 내 삶 자체가 되어버렸고, 기도 후에 변화되는 내 삶의 모습은 나로 하여금 자긍심을 갖게 해 준다.

어렵기만 했던 오랜 기간의 시집살이, 남편의 잦은 해외출장으로 인해 거의 혼자서 아이

셋을 키워야하는 문제는 나를 많이 위축시켰고, 어디 가든지 나의 존재를 드러내지 못하고 남의 눈치를 살피는 사람이 되어 자존감은 뭉개지고, 우울과 피로감으로 무력해져 마음과 함께 몸의 건강이 나빠졌고 전신마취를 하고 수술한 것도 네 차례나 되었다.

그런 상황에서 알게 된 향심기도, 처음에는 그저 가만히 앉아 침묵하는 시간을 갖는다는 기도방법이 내 성향에 맞는 것 같았고, 성경에서 “너는 기도할 때 골방에 들어가 문을 닫은 다음, 숨어 계신 네 아버지께 기도하여라. 그러면 숨은 일도 보시는 네 아버지께서 너에게 갚아 주실 것이다.”(마태오 6,6)라는 말씀이 나에게 하시는 말씀 같았다. 차츰 기도하면서 내 죄를 통회하며 울부짖던 시간들, 나의 설움에 절규했던 시간들이 지나가고, 언제부터인가 고요히 침묵하는 시간들로 변화되고, 그 침묵안에서 달콤한 순간들도 있었으나 계속하면서 다가오는 ‘메마름’의 시간들을 견디어내기 힘들기도 하였다. 그러나 피정을 통하여 그런 메마름들은 십자가의 성요한이 말씀하신 ‘어둔밤’에 해당하는 순간들이라는 것을 알게 되었고, 그것들을 인내하고 계속 기도하는 동안 기도의 깊이가 더 해진다는 것



도 깨달았다.

때로는 하느님이 안 계시는 것 같기도 하고, 나를 버리신 것 같이 아무런 응답도 달콤함도 없는 시간들이 그냥 쓸데없이 버려지는 것 같았지만, 바로 그때에도 하느님은

내안에 계시고 세상에 둘도 없는 나의 절실한 친구로 내 곁에 계심을 느끼게 되는 나의 침묵기도! 이전의 나를 윤색하고 감추기 바랐던 시간들을 떨쳐버리고, 내 본성으로의 회귀, 본능적 인간의 욕구만을 추구하는 것이 아니라, 하느님께서 나를 지으실 때 그분의 뜻에 따라 살도록 심어주신 내 본성을 찾아가는 여정 안에서, 나의 내면을 알아차리는 호사(?)를 누리기도 한다.

가끔씩 화나 부정적인 감정이 생기는 나를 보며, 전에는 화를 풀려고 즉시 남에게 화풀이를 하거나 무리하게 내 자신 안으로 꺾꺾 눌러 왔다면, 지금은 내 안에서 생기는 감정들을 알아차리고 가만히 들여다보며 주님과 대화하는 여유가 생겼다. “주님, 지금 내가 왜 이렇게 화를 내고 있지요?” “무엇 때문에 내가 이토록 슬프거나 좌절하나요?” 그러면 서 기다리다 보면 그런 감정들과 화해하게 되고, 그것들로부터 자유로워짐을 느낀다. 그럴 때 생기는 높은 자존감, 나에 대한 긍지는 오래된 향심기도 아니면 얻을 수 없는 귀한 체험이다. 나 자신과의 관계뿐 아니라 이웃과의 관계에서도 보다 원활한 관계를 유지하는 활



력소가 되고, 내 마음에 깊이 알 수 없는 온유함과 인내심이 생겨난다.

서울에서 주간모임을 하던 내가 제주에 온 지 1년이 넘도록 만날 수 없었던, 같이 기도하는 도반들, 그들을

만나게 해달라고 자주 화살기도로 하느님께 청했다. 제주 향심기도회에 대한 정보가 없어서 답답하던 차에 어느 날 ‘성바오로서원’에 갔다가 우연히 듣게 된 내가 모르는 두 자매의 대화, “언니, 아직도 향심기도 하세요?” 귀가 번쩍 났 나는 그들에게 물어 제주에도 향심기도를 하는 사람들이 있다는 것을 알게 되었고, 함께 기도한지 어언 7~8년, 그동안 많은 부침이 있었지만 이제는 6~7명이 매주 만나 같이 기도하고, 복음 말씀을 읽고 묵상하며 교재도 함께 읽고 대화하는 시간을 갖는다. 그 시간들은 우리를 하느님 안에서 결속시켰고 서로를 격려하며 기도의 끈을 놓지 않게 해주고 있다. 지금은 코로나로 인해 몇 달째 주간 모임을 못하고는 있지만, 언젠가는 다시 모여 함께 기도하고 묵상하는 시간을 가질 수 있을 것이라고 믿는다.

오늘도 나는 산에 가시는 예수님을 따라 내 기도 자리에 앉는다. 그리고 “오소서, 성령님! 새로 나게 하소서!” 라는 문구로 마음을 가다듬고 침묵에 든다. 분심이 오고 간다. 와도 괜찮고 가도 좋다. 그 뒤에 오는 긴 메마름, 그래도 좋다. 감사한다.

집으로

김혜향 베로니카

겨울이 시작되는 12월에 들어서면 차가운 바람이 불고 어둠이 일찍 내려왔다. 일하는 엄마였던 그 무렵, 심리적 추위와 함께, 집으로 돌아가는 퇴근 시간을 초조하게 기다렸다. ‘다녀오겠습니다.’ ‘엄마, 다녀올게!’ 하고 아침에 집을 나와 일하다가 퇴근 무렵이 되면 밝은 어둠지, 올망졸망 밖을 내다보며 기다릴 아이들과 이제나저제나 돌아오기를 바라는 부모님을 떠올리지 않을 수 없었다. 퇴근하는 차창 넘어 캄캄한 어둠 속, 먼 불빛이 것처럼 서러운 적도 없었다. 그러나 돌아갈 집이 있다는 것은 무엇보다 따뜻한 일이었다. 아침에 나왔다가 다시 돌아간다는 신뢰로, 집은 가족들에게 돌아가 사랑 안에서 쉬는 곳이었다.

결혼하여 공간으로서도 집을 갖기 어려웠던 시절, 월세, 전세 등, 열한 번째 만에 연탄보일러를 사용하는 열여섯 평 아파트를 처음 장만했었다. 그 후, 조금 평수를 늘려나갔지만 그 때 만큼 소유의 기쁨을 누린 적은 없었다. 이러구러 아이들이 자라 출가하고 부모님도 돌아가셔서 일에서 놓여나 이제 장부(丈夫)와 둘만 집에 남게 되었다. 최근 새로 이사한 집에서는 남편과 나, 각각 방을 하나씩 갖고 가장 큰 방은 주님과 함께하는 기도의 방으로 삼기로 했다.

향심기도는 늘 돌아가곤 했던 집과 같았다. 2012년 봄, 요세피나 수녀님의 소개를 받고 장 데레사님이 이끌어주셨던 향심기도. 그 방에서 눈을 감고 주님의 집으로 향하면 그곳은 나의 퀘렌시아¹가 되고 골방²이 되며 예수님께서 기도하러 가시던 한적한 그곳으로 따라가는 느낌이 들었다.

작은 의자에 편안히 앉아 눈을 감고 ‘주님’하고 기도를 시작한다. 오만 가지 생각을 떠나보내라기에 처음엔 그렇게 주님께로 향하면 될 줄 알았다. 주님의 집, 대문 밖에 이르러 주님을 뵈 수 있다면.... 대문 안에 들어설 수 있다면, 아주 작

1 퀘렌시아 : 에스파냐어. 투우경기장에서 ‘소가 잠시 쉬면서 숨을 고르는 장소’라는 뜻으로 자신만의 피난처. 안식처를 이르는 말. 피난처, 안식, 귀소본능 등의 의미도 통함

2 골방 : 마태오 복음 6장 6절. 예수님께서 제시하신 기도‘너는 기도할 때 골방에 들어가...’에 의거



아저, 땃들에 아주 작은 돌멩이로 작아져서...
 주님의 신발에 묻어가는 모래 한 알이고도 싶
 었다. 오, 그런데 이 모든 감각들은 내 의식을
 지나는 강물. 내가 붙잡고 있는 것들은 짐착들
 이었다. 그것들을 그냥 내버려 두고 '주님'이
 라는 단어를 내면으로 불러들이면서 다시 돌
 아가는 길. 어디서 주님을 만날 수 있을까! 오
 만하게도 예수님이 제자들을 부르실 때처럼
 나도 주님의 눈에 띄이길 원했고 부르시기를
 바랬다. 아, 그러나 이미 주님은 나를 부르셨
 고 나를 응답하고 이렇게 앉아 있는 것이라는
 것도 알지 못했다. 나는 그 시간에 주님 사랑
 안에서 집에 온 것처럼 쉬면 되었지만 그 '쉬'
 이 쉽지 않았다. 사실은 이 모든 것은 내가 할
 수 있는 일이 아니었다. 그저 주님의 현존에

내맡기고 놓아버리는 훈련일 뿐이었다. 훈련 속에서 주님께서 내게 해주신 놀
 라운 일들로 아주 조금씩 내 마음이 차오를 때도 있었다.

이 나이에도 아직도 외면하며 살아왔던 것들이 있었다. 사람들과 관계에서 차
 가운 얼음덩어리를 삼킨 것처럼 내 마음 깊은 곳에 자리 잡았던 아픔들은 인정
 과 사랑받고자 하는 것에서 비롯되었다는 것을 이론으로 아는 것이 아니었다.
 주님은 부모나 형제들이나 가족들로부터 버림받지 않기 위해 과도한 책임감으
 로 스스로 힘들고 아파했던 어린 시절의 나를 보게 하셨다. 기쁨 때도 남들처럼
 기쁨을 드러내놓고 기뻐하지 못하는 나의 미숙한 정서도 보게 하셨다. 헛된 바
 람, 불안 속에서 작고 초라한 나였다. 하지만 그 정서적 짐들을 아주 조금씩 치
 워주시던 주님은 내가 찾아가는 주님이 아니라 이미 함께 계시고 내 안에 계신
 다는 놀라운 사실을 알게 해주셨다. 그저 주님을 향하여 앉아 있기만 했는데...

이제는 나갔다가 일터에서 날마다 돌아오곤 했던 집처럼, 향심기도로 아버지
 집으로 다녀오곤 한다. 갈 곳이 있다는 것은 탄탄한 신뢰요, 행복한 일이다.

나는 매일매일 주님의 집으로 향한다. 나의 골방에 들어가 눈을 감고 주님이
 일하시도록 방향을 바꾼다. 여전히 훈련이 부족하고 갈 길이 멀지만 주님이 본
 디 생각하셨던 나의 모습으로 아버지의 딸이 되어 아버지 집, 본향을 향한다. 간
 혹은 주님의 무릎에 안긴 꿈을 꾸기를 바라면서.

참평화, 참자유

김은실 소화테레사

내가 향심기도를 몰랐을 때에는, 아침이면 간밤의 꿈이나 일상의 관심거리들로 머릿속이 가득차고 마음이 동요되었다. 낮과 밤에는 일상의 부침들이 내 육신과 마음의 에너지를 고갈시키면 나는 감정과 일 생각에 휘둘렸다. **“세상에 있는 모든 것, 곧 … 세상에서 온 것”(1요한 2,16)**들에 치여서 나는 마음 둘 곳 없이 허약해지곤 했다. 가까운 이들의 통명스러운 말투나 못마땅한 행동들을 만나면, 나도 방어적이고 공격적이 되었다. 그리하여 육신과 마음의 에너지는 고갈되었다. 내가 진정으로 찾고자 하는 것들을 어디서 찾아야 할지, 내 눈과 마음과 영혼을 어디에 두어야 할지 모르며 한숨 지을 때가 많았다. 책과 영화와 예술에 관심을 가져봐도 진정한 답은 없었다.

해답은 못 찾더라도, 최소한 일상의 공격을 차단하고 망각하는 무언가, 시간 속에 업적을 남기는 예술 활동을 하겠다는 생각도 해보았다. 그것은 아마도 어릴 때부터 학교와 사회에서 학습되었던, 살아남으려는 방법 중의 하나였으리라.

청년시절에, 그리스도인으로서 정체성을 다지는 행운을 가졌다. 이나시오 영신수련을 통해 영혼 안에 살아계신 예수님을 만났다. 그 당시에 내가 배우고 수련했던 영신수련은 주로 성경 구절 속으로 들어가 ‘상상과 추리를 이용하는 방법’이었다. 그 예수님은 성경과 미사와 성사 안에서 과거에도 계셨고 지금도 계시며 앞으로 영원히 살아계시겠지만, 나는 영혼 안에서 진하게 그분을 ‘다시’ 만나기 어려웠다. 청년시절 기도 안에서 ‘잔잔하지만 놀라운 방식’으로 나에게 다가오신 예수님을 계속 찾았나보다. 늘 영혼의 갈증이 있었다. 어떻게 해야 예수님을 시시각각으로 늘 만날 수 있을지 몰랐다. 세상에서의 ‘방황’과 언제나 예수님을 만나고 싶은 ‘갈망’은 동전의 양면과 같았다.

“말하는 이는 너희가 아니라 너희 안에서 말씀하시는 아버지의 영이시다.”(마



태 10,20) 복되게도 나는 2008년 10월 이후로 향심기도와 깊은 관계를 가지게 되었다. 청년 시절에는 상상과 추리를 활용하여 예수님을 만나는 훈련에 치중하였고, 이제는 상상과 추리를 넘어서, 더 깊은 침묵 중에 예수님과 만나는 훈련을 배워서 투신하고 있다. 이제는 내 안에서 아버지의 영이 힘차게 활동하고 계신다는 믿음을 갖고 아침에 잠에서 깨면, 그분의 현존과 활동에 동의하며 나를 의탁한다. 활동으로 지친 오후에는 다시 나를 아버지의 영께 의탁한다. 거룩한 단어로 “예수”를 아주 부드럽게 부른다.

“세상은 지나가고 세상의 욕망도 지나갑니다. 그러나 하느님의 뜻을 실천하는 사람은 영원히 남습니다.”(1요한 2,17) 눈을 감고 기도를 시작하면, 일상의 부침들과 휘둘린 감정들이, 생각으로 떠오르는데, 그 모두를 내버려둔다. 영화 <뷰티풀 마인드>에서 존 내쉬 교수가 조현병을 극복하기 위해 너무도 강력한 환영들을 붙잡지 않으려 애썼던 것처럼, 나도 내 머릿속 온갖 생각들을 내버려두는 훈련을 한다. 오랜 세월동안 생각이나 상상이 나를 지배하고 내 인격을 형성해왔다. 그러나 향심기도를 꾸준히 하면서 떠오르는 생각들을 내려놓았다.

때로는 기도 시간이 금방 지나가는 경험도 한다. 그러한 경험으로 생각과 감정에서 해방된 느낌도 가져본다. 그 무엇에도 휘둘리지 않고, 그저 평화롭고, 아무런 욕구도 없다. 토머스 키팅 신부님의 말씀처럼, 비어있으면서도 충만한 경험이다. 향심기도 시간이 축복이고 행복이며, 평화이고 사랑이다. 세상이 주는 사랑과는 다른 사랑의 경험. 충만함! 향심기도를 몰랐다면 나는 여전히 세상 것에서 행복과 만족을 추구하며 나비처럼 환영을 찾아 헤매지 않았을까? 때로는 향심기도 중에 생각이 오간다 해도, 나는 걱정 없이 엄마 품에 안긴 아기처럼 주님께 의탁한다. 그러한 체험들이 있기에 나는 오늘도 향심기도로 ‘살아있고 존재함’에 감사한다

2017년 어느 늦가을, 오후 1시경에 극심한 자괴감과 모멸감, 환멸감(돌이켜보면 누가 그 감정을 준 것이 아니고 전적으로 내 안에서 일어난 내 감정이었다.)에 휘둘린 상황에 마주했고 나는 몹시 흥분된 오후시간을 지냈다. 그날도 늘 하던 대로 향심기도를 하기 위해 오후 4시경에 자리를 잡았다. 오후 내내 격한 감정에 휩싸여서 심신이 피곤했고 몹시 슬픈 상태에서 향심기도를 했다. 30분간 앉아서 예수님께 내 전 존재를 다 맡겼다. 말도 필요 없었다. 그분은 다 아시니까... 향심기도 마침을 알리는 종소리를 듣자 예수님께 내 전 존재를 맡기고 훨훨 날고 싶다는 생각을 했다. 마무리로 ‘주님의 기도’를 바치고 ‘세상 모든 것에

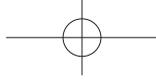
서 자유롭게 싶다’는 소망기도를 했다. 그리고 휴대폰을 보았는데 산티아고 도보순례를 다녀온 지인과의 저녁식사 약속이 잡혀있었다. 그 지인과의 만남에서 까미노 도보순례를 결심했다. 오랜 시간 열망하여 준비했던 순례여정이 아니었다. 잘 걸을 자신감도 없었고, 평소에 많이 걷지도 않았다. 다만 오로지 주님께 의탁하고 죽음을 불사하고라도 그분과 ‘함께’ 걸으리라는 용기와 힘이 내면에서 솟아났다. 아무런 조건도 없이 다만 주님께 의탁하고 그분 현존에 동의하며 하느님의 활동에 나를 맡기고 승복하는 마음이었다. 향심기도의 태도였다.

향심기도를 안 지 10년째 되던, 2018년 봄, 결국 주님의 현존과 함께 용기 있는 도보순례 길에 올랐다. 그분께 나를 맡기고 내 뜻보다는 그분께서 순간순간 동행하고 이끌어주시리라는 믿음만으로 시작했고 소박하게 매일 걸을 수 있는 만큼만 걸었다. 끝내 40일의 일정을 마칠 수 있었다. 그 길은 순수한 길, 거룩한 길이었다. 주님과 함께했기 때문이다. 그 길에서의 만남과 영적 체험들은 모두 그분이 주신 선물이었고 지금도, 내 미래까지도 영향을 미칠 아름다운 시간이었다.



향심기도 시간은 언제나 순수한 시간, 거룩한 시간이다. 지금 이 순간도 향심기도 시간이 기다려지고 그림다. 다이 나믹한 체험이 있지는 않지만 언제나 새롭고, 깊은 내적 평화를 얻는다. 세상이 주는 창조와 예술적 아름다움, 그 이상의 가치를 가진 기도를 매일 두 번 하면서 나는 일상에서 만나는 사람과 상황과 시간을 새롭게 시작하는 마음으로 대하게 된다. 기도 중에 거룩한 단어로 본래의 지향으로 되돌아가듯이. 주님이 주셨던 매일의 새로운 까미노 순례의 선물처럼 본래 축복된 시간을 주신 주님께로 돌아가는 마음이다. 과거의 나는 그렇게나 떠들고 말하며 주변 사람들에게 말로 상처를 주었다. 이제는 그 말하고 싶은 욕구, 대부분 내가 옳다는 것을 명분화하려는 욕구가 점점 침묵과 사랑과 배려로 바뀌어감을 느낀다.

말씀이 사람이 되시어 우리가운데 사셨다.(요한 1,14) 성경말씀과 전례와 성사 안에서 예수님을 만난다. 그리고 향심기도 안에서 깊은 침묵으로 신비롭게 작용하시는 주님을 만난다. 그 기도의 힘으로 나는 언제 떠날지 모를 지상에서의 삶, 주님께서 허락하신 여생을 교회가 안내하는 공동체의 나눔 안에서 주님께 찬미와 영광을 드리며 살아가기를 갈망한다. 아멘.



내말기는 삶을 살기 위해

김지영 연희마리아

요즘 같은 코로나 시대엔 숲에서 산책만이 유일한 즐거움이다. 숲은 제주살이의 축복이다.

어느 날 문득 깊은 숲에서의 체험이 향심기도와 비슷하다는 생각이 들었다.

숲에 가면 언제나 그 자리에서 묵묵히 지켜봐 주는 나무들이 있고 사시사철 다양한 꽃들이 길을 만들어 준다. 가끔 어린 노루를 만나 순수한 눈망울에 가벼운 인사를 나눈다.

끊임없이 노래를 부르는 까마귀, 까치를 비롯해 이름 없는 새들과의 아름다운 공명을 경험한다. 갑자기 출현해서 놀라게 하는 뱀의 두려움을 무릅쓰고 좀 더 깊은 곳을 향하게 된다.

점점 깊은 숲에 들어갈수록 나는 없고 숲만 있는 느낌이랄까?

많은 생각이 없어지고 그저 숲의 포근함과 나무 사이로 비추는 햇살에 몸과 마음이 치유되는 것 같다. 때론 나무에 기대어 눈물이 나오기도 하고 자연의 아름다움에 반해 탄식과 기쁨이 새어 나오기도 하고 외롭지도 않고 감사함이 저절로 나온다.

향심기도를 성실하게 했더라면 삶에서 좀 더 구체적인 체험을 했을 텐데 사실 아직은 잘 모르겠다. 재작년에 아파서 누워 있을 때 향심기도는 할 수 없었고 묵주기도만이 나의 위로였다. 그럼에도 향심기도를 하는 이유는 하느님께 나를 온전히 맡길 수 있는 기도이기 때문이다. 그분께 맡기고 나면 눈물과 기쁨과 평온함이 가득하다. 하지만 대부분 생각과 메마름이 교차하는 시간을 견뎌야 한다.

올 해는 하루 두 번 성실하고 충실하고 진실하게 해 보리라 다짐해 본다.



2021년도 향심기도 피정계획

❖ 소개피정 · 후속강의 및 심화피정 · 집중피정 ❖

| 피 정 | 일 시 | 장 소 | 봉 사 | 연 락 처 | 신청자격 |
|-----------------------|---|---------------------|----------------|------------------|---|
| 2박 3일 소개 및 심화피정 | 4월 23일(금) 오후 3시 시작 ~ 25일(일) 오후 3시 마침 | (논산) 씨튼 영성의 집 | 한국관상지원단 교수진 | (02) 421-1968 | 향심기도에 입문하실 분들 & 후속강의에 참석하실 분들 & 향심기도를 하고 계신 분들 |
| | 6월 4일(금) 오후 3시 시작 ~ 6일(일) 오후 3시 마침 | | | | |
| 3박 4일 심화피정 | 11월 11일(목) 오후 3시 ~ 14일(일) 3시 마침 | | | | 향심기도를 하고 계신 분들 |
| 9박 10일 집중 피정 | 10월 5일(화) 오후 4시 ~ 14일(목) 점심식사후 귀가 | | | | 향심기도 3박 4일 피정을 3회 이상 하신 분들 |

| 피 정 | 일 시 | 장 소 | 봉 사 | 연 락 처 | 신청자격 |
|---------------------------------|---|------------------------|------------------------------------|------------------|---|
| 1일 소개강의 (3회) | 4월 12(월) 14일(수), 16일(금) 오후 2시 ~ 5시 | (광주) 중흥동 성당 | 담당신부, 장미자, 김영재 | 010-3632-0237 | 향심기도에 입문하실 분들 |
| 1일 후속강의 (3회) | 6월 14일(월), 16일(수), 18일(금) 오후 2시 ~ 5시 | | | | 소개강의 및 소개 피정을 받으신 분들 |
| 향심기도 소개강의 및 후속강의 (12회) | 3월 3일(수) ~ 6월 2일(수) 오전 10시 30분 ~ 12시 | (광주) 평생교육원 | 사랑의 씨튼 수녀회 김경순 수녀 장미자 데레사 | 010-3632-0237 | 향심기도 입문하실 분 & 향심기도를 하시는 분들 |
| 향심기도 1박 2일 심화피정 | 6월 5일(토) ~ 6일(일) | | | | 향심기도를 하시는 분들 |
| 1일 소개피정 | 3월 6일(토) | (서울 성북동) 씨튼 영성센터 | 사랑의 씨튼 수녀 | (02) 744-9825 | 향심기도에 입문하실 분들 |
| | 4월 17일(토) | | | | |
| | 9월 9일(목) | | | | |
| | 10월 2일(토) | | | | |
| 2박 3일 소개 및 후속피정 | 6월 4일(금) 오후 3시 시작 ~ 6일(일) 오후 3시 마침 | (서울 성북동) 씨튼 영성센터 | 사랑의 씨튼 수녀 | (02) 744-9825 | 향심기도에 입문하실 분들 & 후속강의에 참석하실 분들 & 향심기도를 하고 계신 분들 |
| 2박 3일 심화피정 | 11월 26일(금) ~ 28일(일) | | | | 향심기도를 하고 계신 분들 |
| 4박 5일 심화피정 | 7월 30일(금) ~ 8월 3일(화) | | | | |



| 피 정 | 일 시 | 장 소 | 봉 사 | 연 락 처 | 신청자격 |
|--------------------------------|----------------------|----------------------|-------------------------|--|-------------------|
| 3박 4일 심화피정 | 10월 14일(목) ~ 17일(일) | (울산) 세예루살렘 공동체 | 왕영수 신부 | 010-5488-1239 | 향심기도를 하고 계신 분들 |
| 성삼일 2박 3일 전례침묵과 향심기도 | 4월 1일 ~ 3일(토) | | | | |
| 성령강림 3박 4일 전례침묵과 향심기도 | 5월 20일(목) ~ 23일(일) | | | | |
| 예수성탄 전례침묵과 향심기도 | 12월 22일(수) ~ 24일(금) | | | | |
| 4박 5일 심화피정 | 6월 28일(월) ~ 7월 2일(금) | (논산) 씨튼 영성의 집 | 사랑의 씨튼 수녀회 김경순 수녀 | (041) 733-2992 (041) 733-2992 | 향심기도를 하고 계신 분들 |
| 7박 8일 심화피정 | 5월 7일(금) ~ 14일(금) | | | | |

❖ 월 새신의 날 ❖

| 피 정 | 일 시 | 장 소 | 봉 사 | 연 락 처 | 신청자격 | |
|------------|--------|-------------------|----------------|---------------|--------------------|---------|
| 월 새신의 날 | 1월 4일 | 오전 10시 ~ 오후 4시 | (광주) 중흥동 성당 | 010-3632-0237 | 향심기도를 하고 계시는 분들 | |
| | 2월 1일 | | | | | 박석렬 신부 |
| | 3월 8일 | | | | | 박석렬 신부 |
| | 4월 5일 | | | | | 정규완 신부 |
| | 5월 3일 | | | | | 정규완 신부 |
| | 6월 7일 | | | | | 이청준 신부 |
| | 7월 5일 | | | | | 윤행도 신부 |
| | 8월 2일 | | | | | 진영 신부 |
| | 9월 6일 | | | | | 박석렬 신부 |
| | 10월 4일 | | | | | 송종의 신부 |
| | 11월 1일 | | | | | 최창무 대주교 |
| | 12월 6일 | | | | | 친교의 날 |
| | | | 박석렬 신부 | | | |

〈소그룹 기도모임〉

| 지역 | 장 소 | 일 시 | 봉사자 | 연락처 |
|-----------------|-----------------------------|-----------------|----------|---------------|
| 서울 | 성북동 씨튼 영성센터 (사랑의 씨튼 수녀회) | 화요일 오후 2시 ~ 4시 | 김문희 엘리사벳 | 010-8917-4523 |
| | ☆(성공회) 성 세례요한성당 | 목요일 오후 7시 | 변요한 신부 | 010-8886-0046 |
| | ☆새길교회 | ① 월요일 오후 2시 30분 | 최성림 목사 | 010-3741-0252 |
| | | ② 화요일 오후 7시 | | |
| ③ 수요일 오후 2시 30분 | | | | |

| 지역 | 장 소 | 일 시 | 봉 사 자 | 연 락 처 |
|-------------|-------------------|-----------------------------|-------------------------------|---------------|
| 인천 | 만수 6동 | 금요일 오후 1시 30분 | 강경애 세실리아 | 010-4780-7867 |
| 경기 | (남양주)마석 성당 | ① 화요일 오후 7시 30분 | 김동한 프란치스코 | 010-2801-1974 |
| | | ② 목요일 오전 11시 | | |
| | ☆(부천) 성화의 집 | 목요일 오전 9시 30분 | 강선희 목사 | 010-8631-7228 |
| ☆(고양) 살림 교회 | ① 월요일 오후 7시 30분 | 김지호 목사 | 031)912-4930 010-5101-4935 | |
| | ② 수요일 오전 10시 | | | |
| | ③ 금요일 저녁 7시 | | | |
| 대전 | 내동 성당 - 성체조배실 | 수요일 오후 8시 | 박성숙 헬레나 | 010-5404-7993 |
| | 진잠 성당 - 유아실 | 목요일 저녁미사후 | 황경해 아녜스 | 010-6630-6649 |
| | 궁동 성당 - 유아실 | 월요일 오후 7시 | 황경자 데레사 | 010-6888-0281 |
| | 도룡동 성당 - 성체조배실 | 월요일 오후 7시 | 박정옥 소화데레사 | 010-8804-2160 |
| | 월평동 성당 - 성체조배실 | 수요일 오후 8시 | 송진희 미카엘라 | 010-6489-0600 |
| | 목천 성당 - 성체조배실 | 둘째, 넷째 목요일 오후 2시 | 강기민 로사리아 | 010-4629-7312 |
| | 복수동 성당 - 성체조배실 | 화요일 오전 10시 | 배순희 아가다 | 010-6406-8506 |
| | ☆(월모임) 월평동 성당-교육관 | 매월 셋째 주 토요일 오전 10시 30분 미사 후 | 박봉석 세례자요한 | 010-3909-6649 |
| 청주 | 영운동 성당 | 화요일 오전 10시 | 우형욱 루시아 | 010-5480-8520 |
| | 사직동 성당 | 화요일 오후 2시 | 최소자 카타리나 | 010-6506-8779 |
| | 봉명동 성당 | 화요일 오후 7시 30분 미사 후 | 이현수 아가다 | 010-9937-3540 |
| | 분평동 성당 | 수요일 오후 7시 30분 미사 후 | 최옥희 미리암 | 010-8844-0633 |
| | 청산 성당 | 목요일 오전 10시 미사 후 | 곽동금 아녜스 | 043)733-2795 |
| | 미원 성당 | 화요일 오전 11시 | 천경민 아가다 | 070-9408-9670 |
| 부산 | 좌동 성당 | 화요일 오후 1시 | 정예규 아녜스 | 010-3878-9638 |
| | 남천동 성당_112호 | 월요일 오후 1시 | 송석미 스텔라 | 010-8306-8280 |
| | 부곡 성당 | 목요일 오전 11시 | 김귀연 세실리아 | 010-2322-5690 |
| | 범일 성당 | 금요일 저녁 8시 | 송석미 스텔라 | 010-8306-8280 |
| | 화명성당 | 목요일 오후 2시 | 이은하 로사리아 | 010-4425-3508 |
| | 남산 성당 | ① 금요일 오전 10시 30분 | 김남희 도미니카 | 010-6757-8991 |
| | | ② 금요일 오후 1시 | 윤순옥 모니카 | 010-9880-5005 |
| 민락 성당 | 화요일 오전 11시 | 정미래 크리스티나 | 010-9222-8015 | |
| 울산 | 월평 성당 | 화요일 저녁 8시 ~ 9시 30분 | 박경희 마리아 | 010-8029-6329 |
| | 새예루살렘 공동체 | 목요일 오후 8시 ~ 9시 30분 | 임정란 벨라벳다 | 010-3834-4997 |



| 지역 | 장 소 | 일 시 | 봉사자 | 연락처 | |
|-------|-----------------------|---|--------------------|---------------|---------------|
| 대구 | 황금동 성당 | 화요일 7시 30분 저녁미사 후 | 최석환 빈첸시오 | 010-3526-6611 | |
| | 만촌3동 성당 | ① 월요일 저녁 7시 30분 | 최해자 세라피나 | 010-7795-0639 | |
| | | ② 금요일 오전 10시 미사 후 | 박용희 세실리아 | 010-3511-8150 | |
| | 본리 성당 | 목요일 저녁 6시 | 강 글라라 | 010-7298-0371 | |
| | (포항)대해 성당 | 수요일 저녁 7시 30분 | 심옥숙 아네스 | 010-6650-9870 | |
| 경주 | 성동 성당 - 성당 2층 | 일요일 오후 3시 | 박장동 베드로 류초아 안젤라 | 010-6477-3223 | |
| | | 수요일 오후 5시 | 박창두 미카엘 | 010-5879-7527 | |
| 경남 | 진주 | 하대 성당 | 월요일 오전 10시 30분 | 황혜순 올리안나 | 010-9667-8944 |
| | | 금산 성당 | 수요일 저녁 7시 | 태광훈 스테파노 | 010-2831-4200 |
| | | (함안)함안 성당 | 목요일 오후 1시 | 김정하 엘리사벳 | 010-7207-4149 |
| | | (창원)사파동 성당 | 목요일 10시 30분 | 박선여 안젤라 | 010-9223-4595 |
| | 거제 | 장승포 성당 | 화요일 오전 10시 | 조영순 데레사 | 010-8531-2764 |
| | | 옥포 성당 | 월요일 오전 10시 | 김복순 아네스 | 010-9689-0072 |
| | | 장평 성당 | 수요일 오후 6시 30분 | 주석환 유스티노 | 010-3193-1896 |
| | (거창)거창 성당 | 목요일 오후 7시 30분 | 김정아 아네스 | 010-5362-4644 | |
| 광주 | 중흥동 성당 | ① 월요일 오전 10시 | 임정자 프란체스카 | 010-9431-7540 | |
| | | ② 화요일 오후 1시 | 송정순 데레사 | 010-2626-8217 | |
| | | ③ 화요일 오후 2시 | 김금숙 글라라 | 010-9509-8405 | |
| | | ④ 수요일 오전 10시 30분 | 김인심 라파엘라 | 010-5089-1204 | |
| | | ⑤ 목요일 오후 2시 | 김혜향 베로니카 | 010-2604-2072 | |
| | 원동 성당 | 월요일 오전 10시 | 류숙정 안나 | 010-9111-5878 | |
| | 비아 성당 | ① 화요일 오후 8시 | 표금숙 로사리아 | 010-2683-4103 | |
| | | ② 목요일 오전 10시 40분 | 안은경 발렌티나 | 010-9885-8814 | |
| 옥과 성당 | 월요일 오전 10시 40분 | 강성자 도미니카 | 010-9883-2309 | | |
| 순천 | 조례동 성당 | 월요일 오전 9시 30분 | 김해현 까리다스 | 010-4569-9360 | |
| 곡성 | 곡성 성당 | 금요일 오전 10시 40분 | 임영옥 마리아 | 010-3689-1815 | |
| 전주 | 솔내 성당 | 매월 셋째 주 일요일 오후 2시 | 황인자 엘리사벳 | 010-4662-1188 | |
| 제주 | 연동성당 | 매월 첫째, 둘째, 넷째 주 금요일 오후 1시 30분 ~ 3시 30분 | 김영숙 키어스톤 마리아 | 010-6685-3516 | |
| | 제주교구 내 성당 (매월 정함.) | ☆월 피정의 날 매월 셋째 주 월요일 오전 10시 ~ 오후 2시 | | | |

한국관상지원단 소식

2020년은 팬데믹 코로나19 바이러스로 인해서 모든 피정이 취소되었을 뿐만 아니라, 서울 성북동의 <씨튼 영성센터>, 성주 <평화계곡 피정의 집>에서 운영하는 피정이 일부 취소되었고, 각 지부에서의 소기도 모임도 개별기도로 대체하고 있습니다. 2021년에도 코로나19바이러스 추세에 따라서 모든 일정들은 교구의 지침에 따라갑니다.

미국 관상지원단과 연대하여 '기도로 함께 하는 하루'를 24시간 향심기도 릴레이를 각 지역별로 참가하였으며 '성주 평화계곡 피정의 집'에서 향심기도 피정에 봉사하신 조순현 에우제니아 수녀님의 소임 이동으로 2021년도부터는 평화계곡 피정의 집에서 향심기도 피정이 중단됩니다. 수녀님! 감사합니다.

■ 서울지부 ■

(3월 20일~21일/각81명 참여)

2020년 씨튼 영성센터에서 소개피정 및 6주 후속프로그램과 2박3일 소개피정 및 후속프로그램이 있었고, 4박 5일 심화피정이 있었습니다. 그 외의 프로그램은 코로나19 방역지침에 따라 멈추었습니다. 어려운 상황에서도 도움주신 씨튼 영성센터 수녀님들께 감사드립니다.

몇몇 기도모임도 명맥을 유지했는데, 연말에는 비대면 지침에 따라 모두 중단되었습니다. 각자 마음 깊은 곳에 내주하시는 하느님께로 들어가는 기도에 투신하면서, 코로나 이후 함께 모여 기도하는 날을 기다려봅니다.

■ 대전지부 ■

2020년 8월 12일, 8월 19일 세종 성바오로 성당에서 소개 피정 하고 코로나19로 인해 후속강의는 연기되었습니다.

■ 광주 지부 ■

- 1) 월 쇠신의 날
 - 일시:매월 첫 월요일 10시-오후 4시(대면 4회, 비대면 8회) 비대면으로 행할 경우 SNS로 실시
 - 내용: 향심기도, 렉시오 디비나, 강의 및 미사
- 2) 소개강의 및 후속 프로그램 4회 개인별로 실시 (6명)
- 3) 김종순 수녀 SNS로 강의(45명 참여, 약 4개월간)
 - 복음이 나에게 말했다(66편) -에고(6편) -영적 여정(17편)
 - 인간 조건, 향심기도(15편) -중년 영성(7편)
- 4) '향심기도와 침묵 수련' 업무광 편저 책 발간
- 5) 광주 향심기도회 20년간 활동 내역 작성
- 6) 남재희 신부 은퇴(11월11일)기념 - 향심기도 전화원에게 책'리치외의 성녀 데레사'(토머스 키팅 지음)기증.
- 7) 미국 관상지원단, 한국관상지원단과 '기도로 함께 하는 하루'2회 실시

■ 울산 지역 ■

지난해 울산지역 향심기도회는 소기도모임(봉사자 박경희 마리아 010-8029-6329)을 기도회원 22명을 시작으로 2019년 10월 8일부터 매주 화요일 저녁 8시 월평성당에서 왕영수 신부님을 모시고 2020년 1월 28일까지 4개월간 기도 모임을 하였으나 코로나로 인하여 지금까지 기도 모임을 갖지 못하고 있고, 2020년 10월 9일 ~ 11일 향심 기도 2박 3일 피정도 취소되었습니다. 단지 2020년 12월 20일과 2021년 1월3일 두 차례 6명의 회원이 화상강의로 김경순 아네스 수녀님의 특강을 들었습니다.

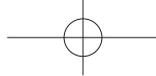
코로나 상황이 안전하게 되면

2021년 10월에 새예루살렘공동체 (왕영수 신부님 010-5488-1239)에서 3박 4일(10월 14일 ~ 17일)간 15~20명 참가하는 피정 계획과 다음을 계획하고 있습니다.

- ① 성삼일 2박 3일 전례침묵과 향심기도 피정(4월 1일 ~ 3일)
- ② 성삼일 3박 4일 전례침묵과 향심기도 피정(5월20일 ~ 23일)
- ③ 예수 성탄 2박 3일 전례침묵과 향심기도 피정(12월 22일 ~ 24일)

■ 제주도 지역 ■

제주 향심기도회는 코로나19가 확산되자 개인적으로 기도를 수련하였고, 사회적 거리 1단계로 접어들면서 5월~8월, 10월중순~11월까지 제주시 광양성당에서 모임을 재개하였지만, 코로나19 악화로 교구지침에 따라 소기도 모임은 12월부터 멈추고 있습니다.



***〈공지사항〉 한국관광지원단 사무국에서 공지합니다!!!!**

2021년 9박 10일 집중피정(10월 5일(화) 오후4시 등록 ~ 14일(목) 점심식사 후 귀가) 9박 10일 피정을 하실 분들은 6월 1일 9시부터 선착순으로 접수를 받을 예정입니다. 한국관광지원단 사무국(전화: 02-421-1968)으로 참가신청을 해주시기 바랍니다.

| 지부 간사 명단 및 연락처 |

| | |
|-------------------|---------------|
| • 사무국장 김병연 요셉 | 010-2948-3852 |
| • 서울지부 한명숙 카타리나 | 010-8553-2374 |
| • 인천지부 강경애 세실리아 | 010-4780-7867 |
| • 대전지부 박봉석 세레자 요한 | 010-3909-6649 |
| • 청주지부 연인래 아가다 | 010-9408-9670 |
| • 마산지부 황혜순 울리아나 | 010-9667-8944 |
| • 부산지부 류건희 아네스 | 010-9325-0006 |
| • 대구지부 최해자 세라피나 | 010-7795-0639 |
| • 광주지부 장미자 데레사 | 010-3632-0237 |

※ 문의 사항이 있으신 분들은 지부 간사에게 연락하십시오.



후원 회원 가입안내

한국관광지원단은 매일의 삶에서 복음의 관상적 차원을 살아가기로 투신하는 개인과 향심기도 그룹이 이루는 공동체입니다. 많은 현대인들에게 그리스도교 전통 관상기도가 보급될 수 있도록 동참해 주시기 바랍니다.

1. 가입방법 : 02) 421-1968로 전화를 주시거나 또는 이메일 koreacontout@naver.com으로 가입자의 성명, 주소, 전화, E-mail등을 알려 주십시오.

2. 자동이체 납입방법 : 은행으로 납부하는 경우 인적 사항을 이메일이나 전화로 꼭 알려주십시오.
(우리은행 : 1006-701-302826 예금주 : 한국관광지원단)

3. CMS계좌 신청 : 전화나 이메일로 연락주시면 신청서를 보내드립니다.

◆ 소식지가 개별로 필요하신 분은 주소 또는 E-mail주소를 알려주시면 소식지를 보내드리겠습니다.

