

암브로시오스 조성암 한국 대주교 2023년 사목 지침서

기도는 영혼의 산소입니다. "항상 깨어 있으면서 감사하는 마음으로 꾸준히 기도하십시오."(골로사이 4,2)

우리는 기도하고 있습니까?

지금까지 위 사항들을 언급했으니, 이제는 우리가 다음의 사항을 진지하게 자문해볼 때입니다. “우리는 기도하고 있습니까? 우리는 우리를 만드신 창조주와 대화하고 싶은 열망을 매일 느끼고 있습니까? 우리는 목마른 사슴처럼 매 주일과 축일에 성당으로 달려가 우리 정교회의 가장 중심적이고 첫째가는 기도인 성찬예배에 참여하고, 성체성혈 성사를 통해 하느님의 은총을 받고 있습니까? 우리에게 매일 모든 것을 베풀어주시는 하느님께 찬양드리고 감사드리고 있습니까? 우리의 모든 영적, 물질적 필요를 위해 하느님께 겸손한 마음으로 도움을 간청하고 있습니까?”

기도는 영혼의 산소입니다.

현대인은, 매일의 일과와 바쁜 생활로 인해 기본적 필요를 위한 휴식 시간조차 제대로 갖지 못하는 경우가 많습니다. 그로 인해 많은 그리스도인들이 기도하는 것을 포기하는 경우도 많이 발생합니다. 그러나 ‘기도는 우리 영혼의 산소’이고, 이 산소 없이는 우리가 살 수 없다는 것을 깊이 이해한다면, 우리는 하느님과 대화하기 위한 방법을 찾으려 할 것입니다. 그런 후에 우리는, 신체에 필요한 산소를 얻기 위해 노력하듯이, 영혼에 필요한 영적 산소를 얻는 데 필요한 모든 희생을 다 감수할 것입니다. 아토스 성산의 파이시오스 성인은 “기도는 영혼의 산

소이며, 영혼이 필요로 하는 것이며, 마지못해 하는 일로 여겨져서는 안 됩니다.”라고 말씀하셨습니다.

모든 때와 장소에 가장 적합한 기도

이러한 상황에서 적절한 기도 방법 중 하나는 ‘예수기도’를 배워서 실천하는 것입니다. “주 예수 그리스도여, 저를 불쌍히 여기소서.”라는 이 짧은 기도는 매우 중요한 기도입니다. 이 기도를 통해 우리는 첫째로, 그리스도가 참 하느님이시고, 우리의 참 구세주이시며 구원자이심을 고백합니다. 둘째로, 우리가 죄인임을 자각하면서, 우리 구원을 위해 주님께서 자비를 베풀어주시길 가슴 아픈 마음으로 간구합니다. 우리는 언제 어디서나 이 기도를 계속 반복할 수 있습니다. 즉, 하루 중 어느 때든, 그리고 우리가 어디에 있든, 집에 있든, 침대에 누워 있든, 길을 가는 중이든, 시장에 있든, 시골에 있든, 이 기도를 드릴 수 있습니다. 운전하거나 산책하거나 여행하거나 일하거나 쉬는 등 우리가 무언가를 할 때도 마찬가지로 이 기도를 드릴 수 있습니다.

“모든 이름 위에 뛰어난 이름”(필립비 2:9)인 예수 그리스도의 이름을 반복하여 부르다 보면, 우리의 정신, 우리의 생각, 우리의 육체, 우리가 머물고 있는 장소, 우리 곁에 있는 사람들, 그리고 우리가 하는 모든 일들이 거룩하게 성화됩니다. 이와 관련해서 아토스 성산의 파이시오스

성인의 가르침

영적인 관상이 함께 하는 기도는 약속된 땅이다. 그것으로부터 참된 지식과 판단의 근본인 하느님 말씀에 대한 앎이 마치 젖과 꿀처럼 흘러넘친다.

- 고백자 성 막시모스

욕망과 불경스런 쾌락에의 열망이 불타오른다 해도, 육체가 달아올라 요동친다 해도, 모든 생각과 사탄의 사주가 우리를 유혹한다 해도, 우리는 믿음과 시편 음송과 거룩한 독서와 겸손과 그 밖의 여러 영적 싸움들을 통해서, 그리고 이 모든 것들보다 우월하시고 인간의 친구요 하느님이며 우리의 구세주이신 예수 그리스도의 이름 부름을 통해서, 이 모든 것을 짓밟을 수 있다.

- 금욕가 성 nil로스

성인은 다음과 같이 말씀하셨습니다. “어떤 주부가 집안일을 하면서 예수기도를 읊으면, 모든 것이 거룩해집니다. 만드는 음식도 거룩해지고, 그 음식을 먹는 사람들도 모두 거룩해집니다.”

예수기도를 우리 마음과 정신 속에 계속해서 간직하기 위해서는 하느님의 은총의 도움이 필요합니다. 갑소칼리비아의 뿌르피리오스 성인께서는 다음과 같이 가르치고 계십니다. “하느님의 은총을 끌어들이기 위해서는 사랑과 갈망이 필요합니다. 하느님이 우리에게 은총을 보내 주시려면, 우리가 온 마음과 힘을 다해 하느님을 열렬히 사랑해야 합니다. 사랑은 우리가 기도를 위한 적절한 모습이 되게 하기에 충분합니다. 그리스도께서는 당신을 기쁘게 하는 것, 이를테면, 선한 의도, 겸손, 사랑 등을 우리 안에서 찾으신다면, 친히 우리 영혼에 오셔서 머무실 것입니다. 이러한 것이 없다면 우리는 ‘주

예수 그리스도여, 저를 불쌍히 여기소서.’라고 기도할 수 없습니다.”

2023년 - 더욱 간절히 기도하는 해

사랑하는 형제자매 여러분, 선하고 자애로우신 하느님께서 우리에게 베풀어주신 새해에는 기도하는 일에 더욱 전념하며, 기도를 통해 우리의 삶이 크게 변할 것이라는 확신을 갖도록 합시다. 우리 한국 정교회와 세계 총대주교청, 그리고 전 세계 정교회가 직면한 어려움을 극복하기 위해 기도합시다. Covid-19, 남북 화해 및 평화 문제, 우크라이나 전쟁, 시리아 전쟁, 에너지 위기, 가난, 기후변화 문제들을 위해 기도합시다. 우리 모두 자발적으로 기도에 참여합시다. 그리하여 2023년이 더욱 간절히 기도하는 해가 되도록 합시다. 아멘

2023. 1. 29

+암브로시오스 조성암 한국 대주교

주간 예배 안내

- * 2월 17일(금)
한국 첫 성찬예배 기념일
성 테오도로스 순교자
- * 2월 18일(토)
영혼 토요일
추도식 (폴리바 준비하세요)
오전 9시 : 조과 및 성찬예배
(지역 성당 예배는
해당 성당에 문의바랍니다)

- 축일 달력 오류 정정
'영혼 토요일'이 2월 25일로
잘못 표기되었습니다. 올바른
날짜는 **2월 18일(이번 토요일)**
이오니 착오 없으시기 바랍니다.

소 식

■ 프리오디온 기간을 잘 보냅시다

지난 주부터 프리오디온 기간이 시작되었습니다. 이 기간과 이어지는 사순절을 영적으로 잘 보내기 위해서는 예배에 적극적으로 참여하면서, 관련 서적('대사순절', '성 에프렘의 기도')의 도움을 받는 것입니다. 모두 프리오디온을 의미있게 보내고 부활절을 잘 맞이할 수 있도록 준비해야겠습니다.

■ 대교구 겨울 수련회 공고

주일학교, 신데즈모스(예비신자 포함)를 대상으로 겨울 합동 수련회가 열립니다.

오늘(12일)까지 각 성당 사무실로 신청해주시기 바랍니다.

날짜 : 2/17(금) - 2/19(주일)

장소 : 춘천 성 보리스 성당 사회복지관

참가비 : 6만원



故 소티리오스 대주교님의 삶과 업적을 기리는 도서를 발간합니다



우리의 영적 아버지이신 故 소티리오스 대주교님의 삶과 업적이 담긴 책을 교회에서 출판하는 것은 우리의 거룩한 의무입니다. 지난 47년 동안, 많은 사람이 소티리오스 대주교님을 알게 되었습니다. 분명 많은 이들이 그분의 말씀, 조언, 행동, 자선, 협력, 예배 집전과 사목으로부터 받은 인상적인 기억들이 있을 것입니다. 우리 모두 자신의 기억을 글이나 음성 녹음, 영상 등을 통해 모으도록 합시다. 외국에서도 많은 이들이 자료를 보내줄 것입니다.

이 기록은 한국 정교회의 역사로 남을 뿐만 아니라, 여러 언어로 번역되어 전 세계 정교회 역사에도 귀중한 자료로 남을 것입니다. 여러분의 적극적인 참여로 출판에 도움을 주시길 바랍니다.