



정교회주보

제2567호

2026년 3월 8일

한국 정교회 대구구 | 서울 마포구 마포대로 18길 43 | Tel.(02)362-6371 | Fax.(02)365-2698 | orthodoxkorea.org



사도가 걸었던 고대 로마 아피아 길. 이 길 위에서 바울로는 육신의 장막 넘어 영원한 본향을 향한 거룩한 순례를 완성했다.

(사순절 제 2 주일)
성 그레고리오스 팔라마스 대주교
성 테오�필라크토스 주교
(제6조 • 조과 복음 6)

성 대 바실리오스 성찬예배	
• 제6조 부활 찬양송	82
• 주교 찬양송	84
• 성당 찬양송	
• 사순절 시기송	223
• 사도경 : 히브리 1,10~2,3	229
• 복음경 : 마르코 2,1~12	138
(기타는 보통 주일과 같음)	

[10회] 하늘 본향을 향한 이정표

사도 바울로의 선교 여행은 단순한 지리적 이동을 넘어, 하느님 나라의 상속을 소망하며 나아가는 거룩한 순례였다. 그는 이방인의 땅 구석구석을 누비는 고된 여정 속에서도 자신이 이 세상의 “타향 사람이며 나그네” (히브리 11,13 참조)임을 한순간도 잊지 않았다.

바울로는 태어난 고향 다르스나 예루살렘으로 돌아가는 편안한 길 대신, 하느님께서 예비하신 하늘 본향을 향해 쉽 없이 내디뎠다. 그에게 여정 중의 고난은 영원한 안식을 향한 갈망을 더욱 간절하게 만드는 밑거름이었으며, 낯은 자아를 벗고 그리스도와 일치하려는 성화의 과정이었다.

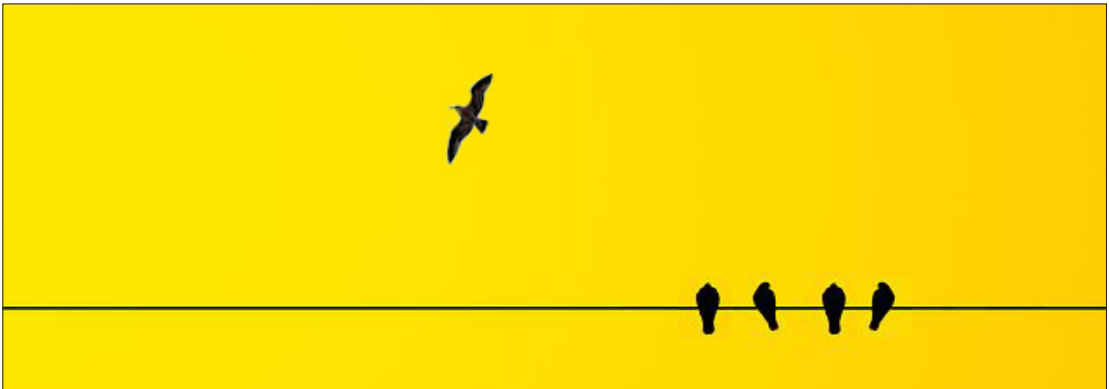
사도는 고백하였다. “육체에 머물러 있는 동안에는 우리가 주님에게서 멀리 떠나 있다는 것을 알고 있습니다.”(고린토 후 5,6) 바울로에게 육신은 잠시 머무는 장막일 뿐이었다. 그렇기에 그는 몸 안에 있던

떠나 있던, 오직 “주님을 기쁘게 해드리는 것”(고린토 후 5,9 참조) 만을 삶의 유일한 목표로 삼았다. 이는 단순히 현실을 벗어나려는 태도가 아니라, 지금 여기서부터 주님과 일치하여 하느님 나라의 신비에 참여하려는 역동적인 기도의 삶이었다.

우리 역시 인생이라는 긴 순례길 위에서 있다. 바울로의 발자취는 우리에게 묻는다. “당신은 지금 어디를 향해 걷고 있습니까?” 목적지 없는 방랑자가 아니라, 그리스도를 따라 본향으로 향하는 순례자로서 우리 또한 하느님 나라를 증거하는 거룩한 이정표가 되어야 할 것이다.

지붕을 열어주는 형제처럼

우종현 안토니오스 대신부



지인의 아파트를 방문했다가 마음이 씩씩해지는 경험을 했습니다. 엘리베이터를 기다리는데 초등학교 저학년쯤 되어 보이는 아이가 먼저 와 있더군요. 문이 열려도 아이는 타지 않았습니다. 저를 힐끔거리더니 슬그머니 기둥 뒤에 숨어 빼꼼히 쳐다볼 뿐이었습니다. 아마도 '낮선 사람을 조심하라'는 부모의 당부 때문이었겠지요. 한편으론 이해가 되면서도, 막상 그 경계의 눈초리를 마주하니 기분이 묘했습니다.

우리는 사랑과 믿음을 끊임없이 되뇌며 살지만, 정작 마주하는 현실은 이토록 서늘합니다. 믿음보다는 의심을, 협력보다는 경쟁을 종용하는 세상 속에서 우리의 신앙 고백은 가끔 공허한 메아리처럼 느껴지기도 합니다.

그러나 복음은 체념의 자리에 머물지 않게 합니다. 마르코 복음 2장에서 중풍 병자를 예수님께 데려간 '네 사람'의 이야기는 그 불신의 벽을 뚫고 나간 믿음의 상징입니다. 군중은 장벽이었지만, 그들은 포기하지 않았습니다. 지붕을 뚫어 병자를 예수님 앞으로 내렸습니다.

"예수께서는 그들의 믿음을 보시고 중풍 병자에게 '너는 죄를 용서받았다'하고 말씀하셨다."(마르코 2,5)

치유의 기적은 병자의 간절함을 넘어, 그의 침상을 들어준 네 사람의 사랑과 믿음에서 비

롯되었습니다. 스스로는 도저히 예수님께 나아갈 수 없었던 병자를 도와준 믿음이 바로 구원의 시작이었습니다. 아토스의 성 실루아노스는 "형제가 곧 나의 생명"이라고 말했습니다. 형제의 아픔을 자기 내면에서 느끼며, 하느님의 자비로우심을 구하고 모든 영혼을 위해 기도했던 그 마음이 바로 병자를 도운 네 사람의 심정 아니었을까요?

"내가 말하는 대로 하여라. 일어나 요를 걷어가지고 집으로 가거라."(마르코 2,11)

이 말씀은 더 이상 절망과 고립 속에 머물지 말라는 강력한 부르심입니다. 우리가 허물을 고백하고, 타인의 상처에 손을 내밀 때, 하느님의 손길은 우리 마음을 온기로 가득 채워주십니다.

그런 의미에서 사순절은 나 혼자 거룩해지는 시간이 아닙니다. 영적으로, 육체적으로 상처를 입고 쓰러진 이웃의 침상을 함께 들어주는 시간입니다. 우리가 타인의 고통을 외면하지 않고 그 침상의 한 모퉁이를 함께 들어 올릴 때, 하느님께서서는 그 하나 된 마음을 보시고 우리 모두에게 치유의 은총을 베푸십니다.

남은 사순절 동안 우리가 서로에게 기꺼이 지붕을 열어주는 형제가 되어주면 좋겠습니다. 그리스도의 사랑이 우리 모두의 마음에 따스한 봄볕처럼 스며들기를 기도합니다. 아멘

대 사순절과 금식

메사오리아의 그레고리오스 주교 (키프로스 정교회)



정결 월요일은 대 사순절의 첫째 날입니다. 이날 정교회는 신자들이 덕의 길을 따르고, 신앙 안에 굳건히 서며, 기도와 자선, 금식에 전념하도록 촉구합니다. 이는 모든 억울함과 분노의 감정을 버리고 덕을 함양하며 실천하고, 덜 이기적인 사람이 되도록 돕는 길입니다.

‘다이어트’*는 단지 몸의 건강 문제일 뿐이라고 여기는 많은 사람들에 의해 금식의 가치가 과소평가되곤 합니다. 그러나 그러한 주장을 하는 이들이 성서의 여러 구절(히브리 13,9 참조)을 잘못 해석하거나, 실재하지 않는 것을 마치 사실인 것처럼 내세워 자신을 정당화하려 애쓴다는 점은 분명 잘못된 태도입니다.

금식이 인간 존재 전체와 관련된 영적인 사안이라는 사실은 분명합니다. 대 바실리오스 성인(330-379)에 따르면, 금식의 실천은 하느님께서 첫 사람 아담과 하와에게 내리신 첫 명령

(창세기 2,16-17)에서 비롯되었으며, 그렇기에 매우 중요합니다. 또한 예수 그리스도께서도 금식에 대해 가르치셨고(마태오 6,16-18), 몸소 40일 동안 금식하심으로써 본을 보여주셨습니다(마태오 4,2; 루가 4,2).

남을 중상모략하거나 비방하지 않는 것, 타인을 분노하게 하지 않는 것, 그리고 위선을 피하는 일이 특정 음식을 절제하는 것보다 더 중요하다는 말은 옳습니다. 그러나 동시에 우리는 과식을 절제하고, 자신과 투쟁하며, 희생을 감수하고, 욕망에 휘둘리지 않도록 힘써야 합니다.

우리는 덕의 길을 따르고자 하는 모든 이에게 이 길을 열어 둡니다. 믿음과 겸손, 내적인 평화와 금식, 자기 절제, 맑은 생각과 선한 행실로 이 길을 걷고자 하며, 자신의 형제자매의 잘못을 기꺼이 용서하는 사람은 언제든지 환영합니다.

*다이어트: 식단(食單: 가정이나 직장 등에서 일정 기간 동안 먹을 음식의 종류와 순서를 계획하여 작성한 표) 혹은 체중감량을 의미하는 단어.

본래 ‘다이어트(diet)’라는 단어는 그리스어 ‘디아타(δῖαιτα)’에서 유래했으며, 이 단어는 ‘생활 방식’ 또는 ‘생활 규칙’을 의미한다. 이는 단순히 음식의 종류를 가리키는 말이 아니라, 전반적인 생활 습관과 삶의 방식을 포함하는 개념이었다. 즉, 단순히 무엇을 먹느냐를 넘어서, 어떻게 사는가에 대한 전반적인 규칙을 뜻했다.

현대에 이르러서는 주로 체중감량을 위한 식단 조절이나 운동을 의미하는 말로 사용되며, ‘식이요법’이라는 표현으로도 쓰인다. 식이요법은 건강을 유지하거나 특정 질병을 관리하기 위해 특정 음식을 섭취하거나 제한하는 것을 말한다. 예를 들어, 당뇨병 환자는 혈당 조절을 위해 일정한 식이요법이 필요할 수 있다. (참조: 나무위키)

사순절 예배 안내

- * 화, 목 오후 5시 석후대과
- * 수요일(3/11) 오후 미리 축성된 성찬예배
- * 금요일(3/13) 오후 6시 제 3 성모 기립 찬양 (각 성당 예배는 문의바랍니다.)

- * 서울 성 니콜라스 대성당 미리 축성된 성찬예배
- 수요일 오후 5시
- 금요일 오전 9시



주일학교 진급 및

새 학년 시작을 위한 기도식

오늘 성찬예배 후에 기도식이 거행됩니다. 부모님과 학생들, 선생님들 모두 참여해 주시고, 우리 아이들이 주님의 축복으로 새 학년을 잘 시작할 수 있도록 모두 같이 기도해 주시기 바랍니다.

알림

비잔틴 성화 세미나 안내

우리 대교구에서는 그리스 성화작가인 소조스 야누디스 교수를 초빙하여 따띠안나 서미경 성화작가와 함께 비잔틴 성화 세미나를 진행합니다. 전공자, 일반인 모두를 대상으로 하며 초급 및 고급 과정으로 운영됩니다.

-장소: 한국 정교회 대교구

-기간: 6월 1일-30일 / 시간: 월-금, 오전 10시-오후 5시

-수강료: 2,000,000원

-수강 등록: 성명, 연락처, 이메일, 주소, 요청사항 등을 기재하여 대교구 메일(orthodoxkorea@gmail.com)로 3/20까지 보내주시기 바랍니다.

-수강료 입금 계좌: 우리은행 1005-500-073554 (재단법인 한국정교회유지재단)

자세한 사항은 대교구 사무실(02-362-6371 또는 010-3088-8878 또는 상기 이메일)로 문의 바랍니다.

아토스 성산 영적 순례

2월 9-19일, 청년 6명이 임종훈 안토니오스 신부와 에피파니오스 신부의 인도로 그리스의 아토스 성산과 여러 성당·수도원으로 영적 순례를 다녀왔습니다. 먼저, 아토스의 이비론 수도원과 그레고리우 수도원에서 6일간 머물며 수도원 생활을 체험하고, 박물관과 도서관에 보관된 오래된 책들과 성화, 성물들을 관람했습니다. 이어, 카스토리아의 오래된 비잔틴 성당들을 방문하고, 파트라의 성 안드레아 성당에서 성인의 관, 성해, 십자가에 경배했습니다. 끝으로, 트리지나의 케하리토메니 수도원과 마크리노스 수도원을 거쳐 아테네 비잔틴 박물관을 관람하며 영적으로 귀한 순례 여정을 마무리했습니다.

영성의 샘터



덕은 눈물로 만들어진다

언젠가 모세 사부가 이렇게 가르침을 주었다.

“덕은 눈물로 만들어지며 덕을 통해 죄 사함이 주어진다. 우리가 눈물을 흘릴 때는 다른 이들이 듣지 않게 한숨 소리를 낮춰야 한다. 우리의 오른손 즉 마음의 슬픔이 어떤 일을 하는지를 우리의 왼손 즉 허영이 알지 못하게 해야 한다.”