



주 제:	“열려라!”	“연중 제 23 주일 ”	2009년 9월 6일
복음 묵상:	[마르 7,31-37]	[이사 35,4-7 가]	[야고 2,1-5]

오늘 복음에서는 사람들이 귀먹고 말 더듬는 이를 예수님께로 데려왔습니다. 예수님께서서는 듣지 못하니 말도 못하는 그의 애절한 마음을 읽으시고, 불쌍히 여기시어 치유해 주심으로 그를 죄인의 부류에서 해방시켜 주십니다. 귀머거리에게 자유를 주심으로써 떨시받고 모욕당하는 모든 죄인들을 해방시키는 메시아로서, 치유의 기적으로 기쁨과 희망을 주는 분이심을 보여 주십니다. 그런데 과연 오늘날도 여전히 우리 신앙인들에게 예수님의 말씀이 기쁜 소식으로 다가오고 있습니까? 우리 중에 예수님 말씀을 듣고 희망과 기쁨을 간직하며 모든 것을 바쳐서 예수님을 선택할 신앙인들이 얼마나 될까요? 세상 물질과 사고방식이 우선하는 시대에 예수님 말씀은 어떤 의미를 부여할까요? 눈앞의 이익을 추구하기에 급급한 나머지 예수님 말씀은 뒷전으로 미루어 놓으므로 인해, 신앙의 위기를 가정 안에서부터 겪고 있는 것은 아닌가 합니다. 자녀들 신앙교육보다도 세속교육이 우선하는 오늘날, 미래의 교회가 될 청소년 신앙교육은 위기입니다.

예수님 앞으로 데려온 귀먹고 말 더듬는 이가 바로 우리들입니다. 물론 우리는 성한 귀를 가지고 있습니다. 하지만 예수님 말씀이 얼마나 우리 마음에 민감하게 들리는지 반성해봅시다. 예수님 말씀이 구원의 기쁜 소식으로 마음속에 파고들기 위해서는 자신을 비움으로써만 가능합니다. 따라서 스스로 가난한 자 되고, 귀머거리가 되어야 합니다. 당장 우리 앞에 놓여진 것에 매료되어 머무르고 만족한다면, 새로운 것을 발견할 수도 들을 수도 없을 것입니다. 참된 믿음의 발견은 새로운 열린 귀로 주님의 말씀을 알아듣는 지혜입니다.

지금 우리의 귀를 들뜨게 하고 요란히 쌓아 올라가는 바벨탑에 정신을 빼앗기고 있지는 않은가요? (춘천 이 정행 신부님 강론에서)

가족 동점 및 기도 요청

- 김순덕 카리따스 자매님이 투병중에 있습니다. 건강하게 돌아오시도록 기도부탁드립니다.
- 최철훈 베드로 형제님. 부친이 빨리 회복 할 수 있도록 주님의 자비를 청해주십시오.

알림:
본당 조셉 학사님 부제 서품을 위하여

- 9월 20일 본당에서 맥그리 주교님 집전으로 학사님 부제 서품식에 따른 성가연습.
- 학사님을 위하여 기도중에 기억해 주시기 바랍니다.

아래 글씨를 클릭하세요. 소프라노는 성가 번호를 클릭하시면 됩니다. (성가대 웹에도 올렸습니다.)

[카톨릭 성가 파트별 연습](#)

+ 복음 [마르 7,31-37]



그 뒤 예수께서는 띠로 지방을 떠나 시돈에 들르셨다가 데카폴리스 지방을 거쳐 갈릴래아 호수로 돌아 오셨다. 그 때에 사람들이 귀먹은 반병어리를 예수께 데리고 와서 그에게 손을 얹어 주시기를 청하였다. 예수께서는 그 사람을 군중 사이에서 따로 불러내어 손가락을 그의 귓 속에 넣으셨다가 침을 발라 그의 혀에 대시고 하늘을 우러러 한숨을 내쉬니 다음 "에파타" 하고 말씀하셨다. "열려라" 라는 뜻이었다. 그러자 그는 귀가 열리고 혀가 풀려서 말을 제대로 하게 되었다. 예수께서는 이 일을 아무에게도 말하지 말라고 엄하게 이르셨으나 그걸수록 사람들은 더욱 더 널리 소문을 퍼뜨렸다. 사람들은 "귀머거리를 듣게 하시고 병어리도 말을 하게 하시니 그분이 하시는 일은 놀랍기만 하구나" 하며 경탄하여 마지 않았다.



사람의 감각 중에
가장 믿을 수 있는 게 눈이지만,
사람을 가장 많이 속이는 것도 눈입니다.
가장 믿을 수 있는 게 자신이지만, 자신을
가장 많이 속이는 것도 자신이지요.
사람이 정신을 이끌고 가는 것 같지만,
정신이 사람을 이끌고 가는 경우가
더 많습니다.

*** 오로지 걸만 보고**

속을 못 보면 속기 쉽습니다,
보이는 것만 보고 보이지 않는 것을 보지 못하면
더 크게 속습니다. 내가 남에게 속는 것은 그나마
상대를 탓할 수도 있지만, 내가 내 자신에게 속는 것은
부끄러워 어디가서 입도 뻥긋하기 어렵습니다,
육안(肉眼)만 있고 심안(心眼)이 없으면
부끄럽게 살기 쉽습니다.

알아두면 유익한 민간요법

▶ 뱃살 확실히 빼는 법

뱃살을 확실히 빼려면 한가지만으로는 절대 안되며, 지방을 태우는 유산소운동과 식사 감량을 병행해야 하는데, 가장 권장할 만한 운동이 걷기와 수영이며, 세끼의 식사를 하되 저녁은 7시 이전에 먹도록 한다.

〈 가장 효과적인 유산소 운동 - 빨리걷기 요령 〉

1. 숨을 헉헉 내칠 정도로 Speedy 하게 걷는다
2. 15분 뒤부터 체지방이 타 들어가므로 최소한 20분 이상은 걸어야 한다
3. 보폭은 80cm 이상으로 하고 팔은 활발하게 움직여야 한다
4. 발뒤꿈치부터 착지하여 발끝으로 마무리하면서 걷는다
5. 자세를 바르게 걷고 운동 후에는 윗몸일으키기 등 복근운동을 해준다

〈 식이요법 - 초콩다이어트 만드는 법 〉

검은 콩을 씻어서 병에 1/3 넣고, 식초는 콩의 2배가 되게 붓는다. 이렇게 열흘만 두면 발효가 되는데, 식후 10알씩 먹는 것이 텔런트 이재룡이 성공했다는 초콩다이어트인데, 식초는 체내의 젖산을 분해하고 변비와 숙변을 제거하며, 또한 콩은 식물성 단백질이라서 영양보충에도 아주 좋다.

오늘의 말씀 사탕:

“깨어 있으십시오. 믿음 안에 굳게 서 있으십시오. 용기를 내십시오. 힘을 내십시오(1 코린 16,13).”