

2026 03

통권 311호

티움

안동교구 사람 사는 이야기



천주교안동교구
CATHOLIC DIOCESE OF ANDONG

contents

- 01 2026년 교구 실천사항
- 02 2026년 교구 실천사항 -이달의 실천사항 2p
- 03 소공동체 기도 3p
- 04 반모임 길잡이 4p
- 05 복음 말씀(마지막 주일) 5p
- 06 말씀 길잡이 6p
- 07 질문하는 신앙, 성찰하는 삶 8p
- 08 대안적 삶을 찾아서 10p
- 09 가톨릭 농민분회 이야기 12p
- 10 우리 생명 이야기 14p
- 11 주교님과 함께하는 묵상 16p
- 12 건강한, 신앙생활 18p
- 13 교구 신앙의 역사 이야기 20p
- 14 소개합니다 - 교구역사관 22p
- 15 교구 소식 24p
- 부르심
- 17 사제의 단상 26p
- 18 신학교에서 온 편지 28p
- 19 그분과 함께 30p
- 20 알림 32p



'티움'은

개인과 공동체가 신앙과 사랑의 싹을 틔우고
열매 맺도록 도움을 주는가까운 벗이 되고자 합니다.

펴낸곳 천주교안동교구사목국
주소 36678 경북 안동시 마지락길 77
전화 054.858.3114
홈페이지 <http://www.acatholic.or.kr>

표지 글·그림: 하삼두 스테파노 작가

2026년 실천사항

다가감
경 청
돌 봄

교 구

모든 이의 어머니가 되기 위하여

- 돌봄가 양성 프로그램 실행
- 위기의 영혼 방문

본 당

하느님의 집으로 거듭나기 위하여

- '성령 안에서 대화' 방식 이용
- 취약 가정을 위한 돌봄 네트워크 구축

사 제

동반자이자 위로자가 되기 위하여

- 찾아가는 사목
- 아픔 경청

평 신 도

서로의 벗이 되기 위하여

- 먼저 다가감
- 도움이 필요한 이웃을 찾아 작은 돌봄 실천

• 위 표를 참조하여 본당별로 실천사항을 설정하셔도 좋습니다.



다가감 · 경청 · 돌봄의 실천

- 1. 수용하고 존중하기
- 2. 부드럽게 말하고, 긍정적으로 표현하기



지구를 살리는 나의 실천

- 1. 분리수거 제대로 하기
(비우고, 헹구고, 분리배출)
- 2. 물티슈 대신 행주, 손수건 사용하기

■ 다가감, 경청 돌봄의 실천과 지구를 살리는 나의 실천을 실천하신 후 체크하시면 됩니다

“함께 걸으며 복음을 살아갑시다.”

우리에게 먼저 다가오시는 하느님,
당신의 자비를 본받아
저희도 서로에게 한 걸음 더 가까이 다가서게 하소서.
무심함과 거리감을 넘어 마음을 열고
외로운 이들의 삶에 따뜻한 빛이 되게 하소서.

삶의 울부짖음에 귀 기울이신 예수님,
저희가 서로를 있는 그대로 받아들이며
상대방의 말을 귀담아 듣는
참된 경청의 사람이 되게 하소서.
기쁨에는 함께 웃고, 슬픔 앞에서는 곁을 지키는
진정한 벗이 되게 하소서.

새 힘을 일으키시는 성령님,
돌봄이 미치지 못해 어려움 속에 머무는 이들을
외면하지 않게 하시어,
그들의 짐을 함께 나누며 공동체의 품으로 이끄는
참된 돌봄의 사람이 되게 하소서.

주님,
저희 모두가 관계의 회심을 살아 복음의 생명력을
새롭게 드러내는 공동체가 되게 하소서.
우리 주 그리스도를 통하여 비나이다.
아멘.

■ 복음 7단계

1단계 (기도)

“어느 분이 이 자리에 주님을 초대하는 기도를 해주십시오.”
“관계의 회심을 위한 기도(3쪽)를 함께 바치겠습니다.”

2단계 (독서)

“어느 분이 복음 말씀(5쪽) 본문을 큰 소리로 읽어 주십시오.” (읽은 후)
“다른 분이 본문을 한 번 더 읽어 주십시오.”

3단계 (묵상)

잠시 침묵 중에 들은 말씀을 묵상합니다.
마음에 와 닿은 말씀(단어, 혹은 구절)에 밑줄을 긋습니다. (3분)

4단계 (선포)

‘마음에 와 닿은 말씀’을 한 사람씩 돌아가며 세 번씩 말합니다.

5단계 (나눔)

각자 ‘마음에 와 닿은 말씀’에 대한 생각과 체험을 나눕니다.

6단계 (활동과 실천)

1. 우리가 생활에서 할 수 있는 실천들을 제안합니다.
2. 본당 소식 및 기타사항을 전달합니다.

7단계 (기도)

“각자 마음에서 우러나는 대로 자유롭게 기도해 주십시오.”
(진행자가 마무리 기도를 한다.)

■ 복음 말씀(주님 수난 성지 주일)

✧ 마태오가 전한 거룩한 복음입니다. 21,1-11

예수님과 제자들이 예루살렘에 가까이 이르러 올리브 산 벧파게에 다다랐을 때, 예수님께서 제자 둘을 보내며 말씀하셨다. “너희 맞은쪽 동네로 가거라. 매여 있는 암나귀와 그 결의 어린 나귀를 곧바로 보게 될 것이다. 그것들을 풀어 나에게 끌고 오너라. 누가 너희에게 무어라고 하거든, ‘주님께서 필요하시답니다.’ 하고 대답하여라. 그러면 그것들을 곧 보내 줄 것이다.” 예언자를 통하여 하신 말씀이 이루어지려고 이 일이 일어난 것이다. “딸 시온에게 말하여라. 보라, 너의 임금님이 너에게 오신다. 그분은 겸손하시어 암나귀를, 짐바리 짐승의 새끼, 어린 나귀를 타고 오신다.” 제자들은 가서 예수님께서 지시하신 대로 하였다. 그들은 그렇게 암나귀와 어린 나귀를 끌고 와서 그 위에 걸옷을 펴 놓았다. 예수님께서 그 위에 앉으시자, 수많은 군중이 자기들의 걸옷을 길에 깔았다. 또 어떤 이들은 나뭇가지를 꺾어다가 길에 깔았다. 그리고 앞서 가는 군중과 뒤따라가는 군중이 외쳤다. “다윗의 자손께 호산나! 주님의 이름으로 오시는 분은 복되시어라. 지극히 높은 곳에 호산나!” 이렇게 하여 예수님께서 예루살렘에 들어가시니 온 도성이 술렁거리며, “저분이 누구냐?” 하고 물었다. 그러자 군중이 “저분은 갈릴래아 나자렛 출신 예언자 예수님이시오.” 하고 대답하였다.

복음 말씀에 대한 해석 - 말씀 길잡이(6쪽)

나귀를 타신 예수님

함원식 이사야 신부 / 농은수련원 원장

군중은 예루살렘에 입성하시는 예수님을 맞이하며 나무 잎사귀를 흔들고 ‘호산나’라 외치며 환호합니다. ‘호산나’는 ‘하느님 지금 구원하소서’라는 뜻입니다.

그런데 군중은 잠시 뒤 돌변하여 예수님을 십자가에 못 박으라 소리칩니다. 왜 이런 일이 벌어진 것일까요?

예수님은 말이 아니라 어린 나귀를 타고 오셨습니다. 말은 고대 전쟁에서 가장 강력한 무기였습니다. 그래서 말은 정복자를 상징합니다. 하지만 나귀는 멍어를 지고 짐을 나릅니다. 그래서 나귀는 섬김을 상징합니다.

여기서 군중이 나무 잎사귀를 흔드는 점에 주목합니다. 요한복음 12,13은 이 나무를 종려나무로 번역하고 있습니다. 종려나무는 베어내고 심지어 그루 터기를 불태워도 다시 자라납니다. 종려나무는 이 강력한 재생력 때문에 로마의 압제에서 해방되기를 원하는 유대 민족주의의 상징이 되었습니다. 그래서 나중에 로마에 대항하여 독립전쟁을 일으킨 뒤 68~70년까지 주조한 동전에 종려나무를 새겨넣었죠.

어떤 이들은 이 나무를 대추야자로 번역하는데, 대추야자는 승리와 해방을 상징합니다. 이 상징의 유래는 이렇습니다: 그리스 제국 안티오쿠스 4세의 대대적인 박해에 대항하여 마카베오 가문을 중심으로 종교적 항쟁이 발생합니다. 그리고 기원전 164년 마침내 유대 마카베오는 예루살렘 성전을 탈환하고

더럽혀진 성전을 정화하는데, 이때 이스라엘 백성은 대추야자 가지를 흔들며 하느님을 찬양하였다고 2마카 10,7은 전하고 있습니다. 이후 대추야자는 승리와 해방의 상징이 됩니다.

그러니 군중이 종려나무든 대추야자든 잎사귀를 흔들었다는 것은 예수님을 유다를 로마로부터 해방해 줄 왕으로 여겼다는 말입니다.

하지만 예수님은 말이 아니라 나귀를 선택한 것에서 보여주셨듯이 정치적 해방자로 오신 것이 아닙니다. 그분은 로마보다 더 강하며 더 근본적인 압제자인 죄로부터 해방하시기 위해 오신 것입니다. 그렇지만 군중은 기대가 컸던 만큼 배신감 또한 컸을 것입니다. 그래서 분노한 군중은 예수님을 십자가에 매달게 됩니다.

오늘날도 많은 사람은 예수님을 오해하고 있습니다. 가난, 병고, 불행한 가정환경 등에서 해방해 주실 예수님을 기대하지만, 그 기대가 충족되지 않을 때 예수님을 버립니다.

하지만 우리는 언젠가는 지나갈 현세의 일들보다 영원한 것을 예수님께 기대하고 있습니다. 예수님이 우리를 죄로부터 해방하여 영원한 생명을 얻게 해주실 것임을 믿고 희망하고 있습니다. 그래서 우리는 결국 지나가 버릴 헛된 희망에 젖어 나무 잎사귀를 흔들던 군중과 달리 결코 예수님을 버리는 일이 없을 것입니다.

응답으로서의 신앙

정희완 사도 요한 신부 / 가톨릭문화와 신학 연구소

조금 어려운 이야기가 될지도 모르겠습니다. 신학적 관점에서 설명하면, 신앙은 두 가지 차원을 포함합니다. 신앙은 초월적 차원을 지니며 또한 동시에 내재적 차원을 포함합니다. 약간 쉽게 설명하면, ‘은총으로서의 신앙’과 ‘응답으로서의 신앙’입니다. 신앙은 하느님께서 우리에게 주신 은총이며 선물입니다. 신앙은 단순히 우리의 노력과 깨달음을 통해서 얻어지는 것이 아닙니다. 하느님께서 무상으로 우리에게 주시는 선물입니다. 신앙 그 자체가 하느님의 은총이라는 의미입니다.

하지만 또 한편으로 신앙은 하느님의 계시에 대한 우리의 자율적인 응답이기도 합니다. 신앙은 신적 차원을 지니지만 동시에 인간적 차원을 포함한다는 뜻입니다. 은총과 선물로서의 신앙을 키우고 성숙하게 하는 일은 우리의 책임과 의무입니다. 물론 우리 신앙인을 궁극적으로 인도하는 분은 성령이지만 말입니다. 신앙이 인간적 차원을 지닌다는 것은, 결국 신앙은 자라는 것이고 생의 여정 속에서 성숙해지는 과정을 포함한다는 사실을 뜻합니다.

세례 성사를 통해 우리는 하느님의 자녀가 되는 은총을 받았습니다. 교회의 성사를 통해 우리는 은총과 선물로서의 신앙을 받고, 성사를 통해 신앙을 자라게 하고 키워갑니다. 다시 말해, 성사는 은총과 선물의 통로이며 또한 동시에 신앙을 교육하고

양성하는 가장 중요한 자리입니다. 성사에 참여하는 일이 하느님의 선물에 대한 신앙인의 가장 큰 응답의 행위입니다. 그러나 정직하게 말해, 단순히 습관적이고 형식적인 성사 참여만으로는 신앙이 성숙해지지 않습니다. 물론 우리는 성사의 사효성을 믿습니다. 우리의 부족함에도 불구하고 성사 안에서 우리와 함께하시는 성령께서 우리를 은총으로 이끈다는 것을 또한 믿습니다. 하지만 신앙의 성장과 성숙은 우리의 노력과 책임에 더 많이 달려있다고 생각합니다. 아무런 준비도 없이 그저 관행적으로 성사에 참여하는 것과 마음을 가다듬으며 능동적이고 적극적으로 성사에 참여하는 것은, 신앙의 양성과 성숙에 있어서 서로 다른 영향을 미칩니다.

신앙은 예수님을 닮아 가는 일이라고 지난번에 말씀드렸습니다. 신앙이 성장하고 성숙해진다는 것은 예수님을 더 닮아 간다는 뜻입니다. 신앙 교육과 신앙 양성은 예수님을 더 닮게 하는 과정입니다. 교회의 신앙 교육과 신앙 양성 방식은 신앙인들이 예수님을 더 닮게 하는 방향으로 이루어져야 한다는 의미입니다. 신앙 전수와 교육은 단순히 지식을 전수하고 교육하는 것과는 달라야 합니다. 예수님의 인격, 예수님의 신앙, 예수님의 영성을 닮게 하는 방향으로 이루어져야 합니다. (인격과 신앙과 영성의 전수와 교육에 대해서는 다음 호에 계속하겠습니다.)

‘아나바다’를 아시나요?

변태석 요한 보스코 / 가은성당 성유 공소 회장

‘아나바다’를 아시나요? ‘아껴 쓰고, 나눠 쓰고, 바꿔 쓰고, 다시 쓰고’를 줄인 말입니다. 자원을 아끼고 건강한 소비를 통해 지구 생태계를 지속 가능하게 유지 하자는 뜻에서 일어난 운동의 구호입니다. 학교나 사회단체에서 장터를 열어 나눠 쓰는 행사도 많이 했었지요.

이 운동은 각자의 삶 속에서 실천하는 것을 습관화하는 것이 무엇보다 중요합니다.

저는 평소 소비지향적인 사람은 아닙니다. 옷 하나라도 사면 낡아서 못 입게 될 때까지 입는 것을 미덕으로 여겼지요. 장롱 속에는 오래된 옷들이 많이 있습니다. 심지어 총각 시절 입던 양복까지 걸려 있습니다. 언젠가는 입을 기회가 있을 것이라는 생각으로..... 하지만 요즘 옷은 낡아서 못 입는 경우보다 유행에 뒤떨어지거나 실증이 나서 못 입는 경우가 더 많습니다. 결국 총각 때 입던 그 양복은 더 이상 입을 수가 없게 되었습니다.

언젠가 지인으로부터 구제 의류 파는 시장을 소개받았습니다. 평소에 이제 나이가 들고 직장에서 은퇴하면 장롱 안에 있는 옷조차도 다 입지 못하고 죽을 수도 있다고 생각했으니 새 옷을 산다는 것은 그다지 마음 편하지 않았습니다. 그러나 살다 보면 다양한 이유로 새로운 옷이 필요할 때도 있습니다. 있는 옷도 제대로 활용하지 못하는데 새로운 옷을 산다는 것이 낭비라는 생각도 들었습니다. 그런 상

황에서 구제 의류 시장의 방문은 나에겐 신선한 경험이었습니다.

정장과 코트를 비롯하여 방한복, 등산복, 자전거 운동복 등 기능성 옷까지 진열되어 있었으며 몇 번 입지 않은 듯, 새 옷과 비교해도 손색이 없는 옷까지 있었습니다. 타인이 입던 옷을 입는다는 것에 대한 불편한 마음이 없잖아 있었지만, 깨끗이 세탁하여 손질해 놓으니 불편한 마음조차 없어져 버렸습니다. 그 이후로 저는 옷이 필요하면 새 옷을 사기 전에 구제 시장을 먼저 생각하게 되었습니다.

저는 자전거 여행을 좋아합니다. 외국으로 자전거 여행을 다니다 보면 중고 장터를 종종 만나게 됩니다. 미국, 일본, 프랑스 등의 선진국의 마을 장터에서조차 중고 물품을 사고파는 모습을 보게 되지요. 의류뿐만 아니라 집에서 사용하는 소품을 비롯하여 각종 악세사리까지 등장합니다.

문득 장롱 속에 있는 옷들을 버려야겠다는 생각이 들었습니다. 3년 이상 한 번도 입지 않은 옷이라면 앞으로도 입을 가능성이 희박한 옷들입니다. 이런 옷을 헌 옷 수거함에 넣어두면 그 옷이 필요한 누군가에게 전달되겠지요. 장롱 속에 두면 입을 기회조차 없던 물건이 누군가에게는 도움이 되는 물건이 되는 것입니다.

지난겨울, 아내와 함께 장롱을 정리하여 한 보따리의 옷을 의류 수거함에 넣었습니다. 누군가에게 도움이 되는 옷이 되기를 바라는 마음으로.....



문정동성당 10회 추수감사미사 및 가을걷이

○ 주요활동

우리농촌살리기운동을 통해 결연된 서울대교구 문정동 성당(2008년)과 가을걷이 감사미사, 땅콩 캐기, 배따기 등을 함께하며 교류 활동을 이어왔다. 매년 농민 주일을 기해 생명쌀 약정을 위해 가톨릭농민회 담당신부와 분회원들이 문정동성당을 방문하고 있다.

○ 농사체계

풍양지역은 농지가 넓고 일조량이 많아 양질의 쌀이 생산되는 곳으로 전국에 유명하다. 회원들은 친환경 쌀농사를 주로 하고 있다. 또한 친환경 전문 도정공장을 운영하며 서울, 대구, 부산 등의 대도시로 학교 급식 쌀을 공급하고 있다. 예천군 학교급식지원센터를 운영하고 있다.

문정동성당 쌀약정자 모집



지속 가능한 지구의 내일이 있게 하기 위한 길 31 - 핵발전소 없는 세상 만들기 6 -

김시영 베드로 신부
함창 본당 주임, 안동교구 생태환경위원회 위원장

2023년 8월 일본 정부는 후쿠시마 제1핵발전소에서 발생한 오염수의 해양방류를 공식 개시했습니다. 이후 도쿄전력과 일본 정부는 과학적으로 안전하다는 주장만 반복하며, 그 핵심 근거로 ‘생물사육 실험’ 결과를 제시해 왔습니다. 넙치와 전복 등을 삼중수소 농도 1500Bq/L 이하로 희석한 물에서 사육한 결과, 체내 방사능 농도가 자연 수준과 다르지 않았다는 것입니다. 이 실험은 일본 정부의 홍보 자료, 언론 보도, 심지어 국제기구 보고서에서도 반복 인용되었습니다. 그러나 이 실험은 과학적 검증이 아니라 정책 정당화를 위해 설계된 제한적 실험에 불과했습니다. 조금만 자세히 들여다보면, 적지 않은 문제점이 드러납니다. 먼저 실험 기간이 너무 짧다는 것입니다. 몇십 년에 걸친 방류계획을 몇 주 혹은 몇 달짜리 실험으로 문제가 없다고 결론 내리는 것은 언어도단입니다. 두 번째는 먹이사슬을 거의 고려하지 않고 먹이망을 제거한 채 수행되었다는 것입니다. 생태계에서 생물농축은 먹이사슬 전체를 통해 누적되고 증폭되는데 이 실험은 단일 종을 고립된 조건에서 사육하는 방식으로 이루어진 것입니다. 세 번째는 측정 가능한 삼중수소만 한 것입니다. 탄소-14, 스트론튬-90, 요오드-129, 루테튬-106 등 다양한 핵종은 누락시킨 것입니다. 네 번째는 실험 주체가 이해당사자인 도쿄전력이었다는 것입니다. 이는 과학적 연구에서 가장 경계해야 할 이해충돌 구조입니다. 따라서 후쿠시마 오염수 실험의 문제는 검증 부족의 문제이며, 불확실한 결과를 왜 우리 후손들에게 부담시키는가의 문제입니다. 이 실험이 증명한 것은 안전이 아니라, ‘우리가 아직 충분히 알지 못한다’는 사실뿐입니다.

1. 후쿠시마 지역의 방사성 물질에 오염된 물고기

도쿄전력은 2023년 10월부터 ALPS(다핵종제거설비) 처리수 또는 삼중수

소를 포함한 희석수를 일정 기간 넘치, 전복, 해조류 등에 노출 시켜 사육을 시작하여 2025년 3월까지 체내 방사성 물질 농도를 측정한 결과 ‘유의미한 농축은 관찰되지 않았다’고 결론지었습니다. 그러나 일본 환경성 국립환경연구소 보고서에 따르면 핵발전소 사고 이후 바다에서 어패류 특히 갑각류와 성게, 불가사리 등의 극피류가 많이 감소했습니다. 오타가와 상류 일부 지역의 곤들매기와 산천어를 잡아 조사한 결과 기준치보다 최고 60배나 높은 방사성 물질이 검출되었습니다. 또한 핵발전소 인근 산간 지역은 제염 작업이 사실상 불가능해 아직도 ‘귀환 곤란 구역’으로 남아 있는데, 이 주변 생태계를 조사한 결과 물고기 먹이인 곤충과 나뭇잎 등에서 모두 방사성 물질 농도가 매우 높았습니다. 왜냐하면 핵발전소 사고 직후 이 지역의 식물이 흙 위에 낙진한 방사성 물질을 빨아들이고, 식물의 열매나 잎을 곤충이 섭취하고, 다시 민물고기가 먹는 식으로 방사성 물질의 순환이 계속되고 있었기 때문입니다. 특히 귀환 곤란 구역 주변 하천에서 기준치를 웃도는 물고기들이 많이 잡혔습니다. 그래서 해양 물고기에 대한 출하 제한은 대부분 해제 되었지만, 민물고기에 대한 출하 제한은 아직까지 해제되지 않고 있는 것입니다.

2. 후쿠시마 지역의 방사능 물질에 오염된 농산물과 육류

또 다른 문제는 물고기뿐만 아니라 버섯류, 두릅, 고사리, 고비, 죽순 같은 농산물과 멧돼지, 사슴, 곰, 산새 같은 야생동물, 꽃감과 떡 같은 식품에서도 핵발전소 사고 이후 기준치 이상의 방사능이 검출 되었다는 것입니다. 특히 후쿠시마 핵발전소에서 20km 정도 떨어진 다무라시에서 잡힌 멧돼지 고기에서 기준치의 100배인 1kg당 1만Bq(벵크렐)의 세슘이 발견되었습니다. 300km 이상 떨어진 시즈오카현의 두릅과 사슴고기에서 각각 1kg당 250Bq, 120Bq의 세슘이 발견되었습니다. 이는 핵발전소 사고 당시 바람의 방향에 따라 방사성 물질이 매우 광범위하게 확산 되었음을 보여주는 증거입니다. 사고 당시 후쿠시마 인근에는 닭 63만 마리, 돼지 3만 마리, 소 4,000마리가 있었던 것으로 추정합니다. 이 동물들은 대부분 사고 후 얼마 지나지 않아 죽었지만 살아남은 가축들은 사고 발생 2개월 후 일본 정부가 대부분 살처분했는데 방사능 영향을 위해 연구용으로 키우고 있는 가축들도 있습니다.

주교님과 함께하는 묵상



일상의 부활

그리스도인 신앙생활의 핵심은 예수 그리스도의 죽음과 부활에 대한 믿음이며 그것을 사는 것이다. '부활이요 생명이신 예수 그리스도' 덕분에 우리는 이 세상에서부터 그분의 부활과 생명에 참여하게 되었다. 이 믿음은 “하느님의 나라가 가까이 왔다.”는 예수님의 구원선포가 일상에서 구체적으로 드러나게 한다. 교회 전례의 정점인 '성체성사' 또한 예수 그리스도의 죽음과 부활의 기억을 재현함으로써 우리의 죽음과 부활을 살도록 하는데 그 의의가 있다. 죽음과 부활을 사는 일상의 삶이 바로 '성찬의 삶'이다.

만남이라는 신비, 권혁주 요한 크리스스토모 주교 지음

한약과 소화제

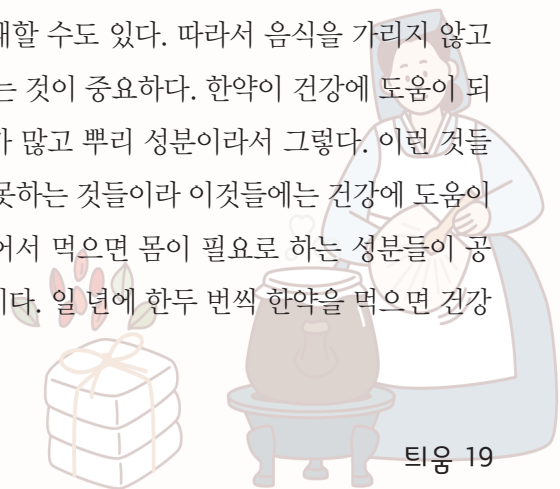
박인수 베네딕도 한의사 / 용상동 본당

한의사로서 가장 많이 받는 질문이 “소화에 도움이 되는 것에는 어떤 것들이 있나요?” 하는 것이다. 그러면 “쇠고기 먹을 때는 배나 키위, 파인애플을 같이 드시고 돼지고기를 먹을 때는 새우젓이나 마늘, 고추, 된장을 먹는 것이 좋습니다. 그런 과일 종류는 쇠고기의 육질을 부드럽게 하는 것들이라서 그렇고요 돼지고기는 성질은 찬데 마늘과 청양초가 속을 데우고 소화액 분비를 좋게 하는데 특히 새우젓이 최고입니다. 육류 중에 닭고기는 소화가 잘되는 편이지만 닭똥집이 소화제가 되니 있다면 먹는 게 좋습니다. 산사춘이라는 술은 소화제 중에 대표적인 산사자 열매로 술을 담은 것이라 소화에 자신 없는 분들은 반주로 권합니다. 그리고 육류를 먹고 난 뒤에는 커피를 마신다거나 탄산음료 드시는 것도 소화에 도움이 되고, 100% 보리 맥아로 만든 맥주를 곁들이는 것도 좋지요. 생선회 같은 경우는 와사비가 살균도 되고 소화제도 되기에 곁들여 드셔야 합니다.” 이렇게 대답해 드린다.

그런데도 탈이 난다면 기름진 음식이나 맵고 짠 음식은 피하고 가급적 소화에 부담이 적은 소화가 잘 되는 음식만 먹어야 한다. 만약에 소화가 잘 안되는 음식이면 맛있어도 딱 한 지름 정도 맛만 보도록 하고 너무 너무 맛있더라도 딱 한 번 더 먹기는 하지만 거기서 멈추어야 한다. 뭐든지 먹고 뒤탈이 없는 게 중요하니까. 그래서 가급적 식당은 돌솥밥 해 주는 집을 권한다. 밥 먹고 난 뒤 누룽지와 송늬가 훌륭한 소화제가 되기 때문이다.

건강에 가장 중요한 원칙은 음식을 골고루 잘 먹는 것이다. 우리 몸은 필요한 것이 있으면 바로 섭취하여 몸이 원하는 물질로 사용하지만 불필요한 것들은 쓸 만큼만 흡수하고서 나머지는 배설해 버린다. 예를 들어 계란을 한 끼에 한두 개 먹는 거나 한 번에 열 개 이상 먹는 거나 계란으로서의 영양가 섭취는 차이가 없다. 과잉된 것들은 대소변으로 배설되니 괜히 많이 먹으면 그걸 소화 시키느라 몸이 생고생한다.

편식이 건강에 나쁜 이유는 수경재배를 생각해 보면 안다. 물컵에다 고구마나 양파를 넣고 키우면 처음에는 뿌리가 잘 나오고 잘 자라지만 이내 잎도 시들하고 더 이상 성장하지 못한다. 그 이유는 물컵 속에 성장에 필요한 영양소가 부족해서다. 즉, 성장에 필요한 영양성분들을 얻지 못하여 문제가 생긴 것이고 그러한 결핍은 시들시들하다 병을 초래할 수도 있다. 따라서 음식을 가리지 않고 골고루, 기회가 있을 때마다 먹어주는 것이 중요하다. 한약이 건강에 도움이 되는 이유는 한약재들이 주로 산채류가 많고 뿌리 성분이라서 그렇다. 이런 것들은 평상시에 우리가 음식으로 먹지 못하는 것들이라 이것들에는 건강에 도움이 되는 요긴한 성분들이 많이 들어있어서 먹으면 몸이 필요로 하는 성분들이 공급되기 때문에 건강이 좋아지는 것이다. 일 년에 한두 번씩 한약을 먹으면 건강 보약이 되는 이유다.



안동교구의 관할구역과 성직자 및 신자 수(數)

신대원 요셉 신부 (안동교회사연구소장)

1969년 안동교구가 설정될 당시, 관할 지역의 총인구는 1백7십7만 명이였다. 학교는 안동 상지전문학교와 함창 상지 여자 중고등학교 등 2개교였고, 나환우 정착 마을은 7개소(신애, 죽전, 갯화, 신락, 상신, 성심, 천자원)이고, 본당은 18개(안동, 봉화, 영주, 영덕, 영양, 예천, 청송, 서문동, 남성동, 함창, 화령, 점촌, 가은, 문경, 주평, 의성, 다인, 울진)였으며, 사제가 없는 본당으로는 퇴강본당 1개소가 있었고, 아울러 공소는 175개소였다. 그리고 신자 총수는 27,742명이었으며, 성직자 수는 주교 1명, 사제 19명(방인 사제 2명, 외국인 사제 17명) 등이었다.

이 같은 수치는 1969년 5월 29일 안동교구가 설정되기 이전의 공식적인 자료(교세 통계표)에 근거한 것이다. 특히 박해 시대 전후의 이른바 “교우촌”을 살펴보면, 안동교구의 역사도 역시 한국천주교회의 태동과 함께 시작하여 그 맥을 같이하고 있다고 보아야 할 것이다. 2026년 현재 안동 교회사연구소가 발굴한 교우촌을 살펴보면 다음과 같다. 안동(신덕(이덕), 구미, 갈전, 명동), 봉화(우련전, 곧은정, 곱직이, 우구치, 도심), 영양(포산, 갈전), 청송(노래산), 안계(쌍호, 검곡, 만리, 청운), 다인(다래, 산성, 못안, 수산, 광덕), 문경(허리티, 마원, 오숫골, 여우목, 한두리), 가은(떡뱅이, 쌍용, 도탄리, 돛마름, 한실), 주평(신영, 창마을), 화령(수봉, 널기, 가무내, 세거리, 멩애목, 앵무동, 점마, 말구리), 함창(사실, 널배미, 새터, 척동), 예천(동송리, 뒤낫, 새랄, 우리개, 굴미, 야목, 신당), 영주(노좌리, 장수, 순흥), 상주(삼괴정, 부원) 등인데, 더 자세한 것을 알려면 안동 교회사연구소가 펴낸 자료집 4 <경상도 북부지역 천주교 전래>라는 책을 참고하면 좋을 것이다.

안동교구는 1775년 농은 홍유한 선생이 영주시 단산면 구구리로 이주한 이후 박해 시대를 거치면서 관할지역 안에 크고 작은 수많은 교우촌을 형성하였는데, 이 교우촌은 병인박해(1866-1873)가 끝나고 흥선대원군이 정치에서 물러난 1873년 이후, 점차적으로 산촌에서 저잣거리로 내려와 가정公所(家庭公所)를 이루었고, 이 가정公所들이 자라나서 커다란 공소를 이루었으며, 이公所들이 모여서 오늘날 본당 공동체로 발전하였다고 볼 수 있겠다. 하지만 교세 통계에 따르면, 안동교구의公所는 인구의 감소와 이농현상에 따라 점차적으로 감소하여 2026년도에는 60여의公所만이 존속하고 있는 것으로 파악되고 있다. 사실을 말하자면, 비록 교우촌이 모여서 공소를 이루었다고는 하나, 그것 역시 하나의 “작은 교회”였음을 잊어서는 안 될 것이다.

公所교회가 1969년 교구설정 당시 175개소였던 것이 60여 개소로 줄어 가는 추세에 놓여있긴 하지만, 반대급부로 18개소였던 본당이 2026년 현재는 41개소로 설립되어 있으니, 이러한 변화의 추이는 실로 안동교구 설정 당시와 비교하면 놀라운 사실이라고 할만하다 할 것이다.

1911년 조선 대목구가 경성(서울) 대목구와 대구 대목구로 분할되었는데, 안동교구는 대구 대목구에 속했고, 1969년에 대구 대목구로부터 분리되어 독립교구로 설정되었다. 따라서 안동교구는 초대 교구장인 두봉 주교 초대 교구장으로 맞이하였고, 초대 착좌는 바야흐로 새로운 시대를 맞이하게 되었다. 이로써 그동안 상주와 문경지방에서 사목하던 왜관대리구 소속 사제들과 안동, 울진, 의성지방 등지에서 사목하던 사제들은 각기 소속 교구인 원주와 대구로 자리를 이동하였다. 이로써 1970년 중반 이후에는 명실상부한 안동교구 소속 외국인(파리외방)과 방인 사제들로만 사목을 전담하게 되었다. 다음 호에서는 초대 교구장의 새로운 사목 구상에 대해서 알아보려고 한다.

의성본당 14처

(가로 46cm*세로 56cm* 두께 6.2cm, 1959)

의성본당은 1960년 설정되었으며 성전은 1959년 12월에 완공되었다. 의성본당의 14처는 세 번 교체 되었는데 이 14처는 처음 본당 벽에 설치되었던 것이다. 1983년, 기존 의성성당의 벽면이 창문이 넓어 불편한 점이 많았기에 창문 일부를 벽면으로 교체하는 공사를 하였다. 이때 새로운 벽면과 어울리지 않는다 하여 바뀐 것으로 생각된다. 이 14처는 나무판 액자들에 석고 부조를 부착하여 제작되었으며 제작한 곳은 알 수 없다. 본당에서 보관에 어려움을 느낄 때 자신의 집에 보관해온 의성본당의 황무용 미카엘 덕에 그 모습을 온전히 보전하고 있다. 성당에서 보관할 때 포개어 두어 마찰로 석고가 벗겨진 곳이 부분 부분 보인다.



교구 소식들

■ 신앙대학 성지순례



■ 사목임원 제단체장 연수



■ WYD 봉사자 양성 교육



■ 여성연합회 연수 및 총회



부르심



춘양(春陽)

류한빈 안드레아 신부
춘양 본당 주임

춘양은 산으로 꼭 찬 봉화 가운데 따사로운 봄볕이 내리쬐는 평평한 지역이다. 순 우리말로 ‘봄 볕’이라는 예쁜 이름을 가지고 있는 면 소재지이기도 하고, 외지 신자들에게 소개할 때는 발음때문에 ‘춘향’이라고 잘못 알아들을 때도 가끔 있다.

그러나 봄 볕이라는 이름과 어울리지 않게 겨울 새벽에는 말도 없이 영하 20도까지 떨어지는 추운 동네이다. 눈도 다른 지역보다 많아서 작년에는 2월의 습설 때문에 성당지붕 물받이가 눈 무게를 이기지 못하고 내려 앉기도 했다. 그래서인지 추운 겨울을 참고 봄 볕을 기다리는 동네라서 춘양인가 싶기도 하다.

춘양에는 볼거리가 많은 동네다. 면소재지에서 20분만 가면 백두대간 수목원이 있고, 반대쪽 20분이면 산타마을과 협곡 열차와 트레킹 코스를 즐길 수 있는 곳도 있다. 조선시대 5대 사고(史庫) 중 하나인 조선왕조실록이 보관되었던 ‘각화사’라는 절도 있다. 면소재지 근방에는 도시 사람들이 좋아할 만한 시골정취의 오솔길도 꽤 있고, 설명을 들을만한 고택들도 몇 집 있다. 그리고 춘양은 공기가 맑아 도시에서 요양차 내려와 짐을 짓고 사시는 분들도 여럿 계시는 치유의 장소와도 같다.

여러 자랑거리 가운데 춘양에서 가장 자랑스럽게 내세울 수 있는 곳은 바로 춘양성당이 아닐까 한다. 춘양성당은 요양차 이사 온 분들, 귀농, 귀촌하여 자리를 잡은 분들, 기존의 춘양공소 신자들이 함께 지내고 있다. 귀농, 귀촌 따질 것 없이 어디에서 왔던 춘양성당 주일미사에 참여하는 신자라면 모두 춘양 본당 소속 주님 안의 한 가족이다. 비록 이곳에 온지 2년이 채 되지 않았지만, 이제까지 한 공동체를 이루고자 많은 노력을 기울였던 선임 신부님들과 신자분들께 감

사한 마음을 들 때가 많이 있다. 공소가 본당으로 승격된다는 것이 근래에는 드문 일이기도 하고 당시 40명이었던 춘양공소 신자들의 염원과 선임 신부님들, 현재 신자분들의 노력이 없었다면 현재 110명의 주일미사는 불가능한 일이었기 때문이다. 거름 냄새를 맡아야만 열매의 단 맛을 맡을 수 있지만, 힘든 중간과정을 생략하고 열매만 맛보는 혜택을 누리고 있는 것 같다.

시장 안에 위치한 타종파 교회는 우리 성당을 매우 부러워한다는 이야기를 언젠가 들었던 적이 있다. 그 교회는 성탄 트리를 설치할 수 있는 인원이 없다고 하는데 우리 본당에는 건장한 청년들보다도 더 열정적인 마음과 공동체를 사랑하는 마음을 가진 60대가 든든하게 지키고 있기 때문이다. 크고 작은 여러 가지 일과 행사에 기꺼이 참석하여 함께 하는 모습을 볼 때마다 신자분들의 공동체를 아끼고 사랑하는 마음을 느낄 수 있다. 또한 여느 작은 본당에서 느낄 수 있는 주일미사의 따뜻함과 소박함을 춘양 본당에서도 잘 느낄 수 있다.

한 사람이 태어나서 잘한 일, 실수한 일 등 경험했던 것들을 반성하고 발전하는 과정을 겪는 것처럼 한 본당도 한 사람의 인격체와 비슷한 성장 과정을 겪는 것 같다. 한 사람 안에 장점, 단점 다양한 특징이 있는 것처럼, 여러 장점, 단점, 특징을 가진 많은 사람이 공동체에 있지만 가끔은 ‘본당’이라는 한 사람을 대하는 듯한 때도 있다. 내가 느끼는 춘양본당이라는 한 인격체는 본당을 사랑하고 아낄 줄 알고, 따뜻하게 살아갈 줄을 배워나가는 한 사람과 같다.

봄이 시작되는 3월, 춘양이라는 동네를 봄벌처럼 따스하게 만드는 것은 바로 춘양 본당이 있기 때문이다.

처음 품었던 마음을 다시 붙들고

김태영 사도 요한
학부1, 개운동 본당

안녕하십니까?

저는 올해 신학교에 입학한 학부 1학년 개운동성당 김태영 사도 요한입니다. 처음으로 인사드리는 이 글에서는 제가 신학교에 입학하게 된 이유와 살아온 삶들을 적어보려 합니다.

저는 초등학교 4학년 때 처음 성당에 다니게 되었습니다. 그때는 신앙보다 친구들과 형, 동생들이 있어서 그들을 만나는 즐거움 때문에 나갔던 기억이 더 큽니다. 그러나 세례를 받고 복사단 활동을 하면서 신부님에 대한 관심이 생기기 시작했고, 언제나 모든 사람을 따뜻하게 웃으며 맞이하신 신부님의 모습을 보며 저도 저런 신부님이 되고 싶다는 생각을 하게 되었습니다.

하지만 사춘기와 코로나 시기를 지내면서 성당에 나가는 것이 점점 귀찮아지고, 나가도 재미가 없다고 느껴질 때가 많았습니다. ‘내가 지금 하고 있는 것이 맞는 걸까?’라는 생각이 들면서, 한때 품었던 성소의 마음도 점점 사라져가는 것 같았습니다. 그럼에도 중학교 1학년부터 고등학교 3학년까지 약 6년 동안 예비신학생 모임을 계속 다니면서, 그 마음이 완전히 사라지지는 않았던 것 같습니다.

고3이 되어 진로에 대해 깊이 고민하던 중, 저는 본당 신부님을 찾아가 조언을 구했습니다. 그때 신부님께서 “너무 먼 길을 보기보다는, 일단 들어가서 부딪쳐 봐라. 아니면 나오면 된다.”라고 말씀해 주셨고, 신부님 자신도

지금까지 하느님의 뜻을 찾으려 매일매일 고민하며 살아가신다고 하셨습니다. 그 말씀을 듣고 저도 ‘그래, 나도 한 번 부딪쳐 보자’라는 용기를 얻었습니다. 또한 예비신학생 모임에서 만난 학사님들께서도 “조금이라도 마음이 있다면 신학교에 가서 직접 경험해 보는 것도 좋을 것 같다”고 조언해 주셨고, 그 말들이 제 마음을 다시 움직이게 했습니다.



요즘 저는 성소가 단순한 마음이나 감정이 아니라 매일의 선택과 인내가 필요한 길이라는 것을 배우고 있습니다. 사실 기도하기 싫을 때도 있고, ‘내가 정말 이 길에 맞는 사람일까’라는 질문을 스스로에게 던지기도 합니다. 그럼에도 주님의 부르심을 듣고 따르기 위해 애쓰고 기도드리는 시간 자체가 지금의 저에게는 꼭 필요한 과정임을 조금씩 깨닫고 있습니다.

이제 라틴어를 배우는데, 새로운 언어를 배우는 것이 너무 어렵고 부담스럽게 느껴졌지만, 조금씩 적응해 가면서 수업이 점점 즐거워졌고 라틴어라는 언어 자체가 참 멋지다는 생각도 들었습니다. 힘들지만 그 안에서 작은 보람을 느끼며, 제가 정말 이 길을 걷고 있다는 사실을 실감하게 됩니다.

앞으로도 하느님보다 저 자신을 먼저 생각하고 싶어지는 순간, 하느님의 뜻보다 당장의 어려움에 더 집중하게 되는 순간이 분명히 있을 것입니다. 그 때에는 처음 성당에서 보았던 따뜻한 신부님의 모습을 마음에 품고, 저 또한 누군가에게 위로와 희망이 되는 사람이 되고 싶다는 마음으로 이 길을 계속 걸어가고자 합니다. 부족하지만 주님께서 이루고자 하시는 뜻에 따라 최선을 다해 살아가도록 노력하는 신학생이 되겠습니다. 늘 성소자들을 위해 기도해 주시는 모든 분께 감사드리며 글을 마무리합니다.

2026년 예비신학생 겨울 캠프

1월 24일(토) - 25일(주일) 예비신학생 겨울 캠프가 있었습니다. 19명의 예비신학생과 초등부 성소자, 신학생들이 모여 봉화 분천산타마을 일대에서 미션을 수행하고, 춘양성당 신자들과 주일미사를 함께 봉헌하였습니다. 특히, 미사 중 특송을 준비하여 하느님을 찬양하는 시간을 가졌습니다. 예비신학생들과 초등부 성소자들을 위해 기도와 관심 부탁드립니다.



2026년 초등부 복사단 연수

1월 31일(토) - 2월 1일(주일) 1박 2일 동안 농은수련원에서 초등부 복사단 연수가 진행되었습니다. 복사의 자세, 미사 전례, 제구와 제의, 전례력 등 다양한 프로그램을 통해 복사의 마음가짐과 역할을 익혔습니다. 아울러 자신의 다짐을 봉헌하고, 주교님의 축복을 받으며, 본당에 돌아가서도 열심히 전례에 참여할 것을 약속하는 시간을 가졌습니다. 신부님을 도와 주님의 제단에서 봉사할 52명의 신입 복사들을 위해 기도해 주세요.



알림

알림

1. 대신학교 입학식

일 자 : 3월 1일(주일)

장 소 : 대구 신학교 남산동 대성당

대 상 : 손동일 T.아퀴나스(점촌동 본당)
김태영 사도 요한(개운동 본당)

2. 예비신학생 개강미사 및 3월 모임

일 자 : 3월 15일(주일)

장 소 : 교구청

3. 2026년 예비신학생 등록 신청

대 상 : 사제 성소를 꿈꾸는 중고등부 남학생(중1~고3), 대학생과 청년

방 법 : 등록 카드 작성 후 부모님 동의와 본당 신부님 추천을 받아
사목국으로 우편 접수. 공문을 통해 안내 확인.

※ 등록카드 다운 방법

안동교구 홈페이지-자료실-서식자료 - 안동교구예비신학생등록카드

4. 성소후원회 회원을 위한 미사

안동교구 각 본당 매월 마지막 주일 교중미사

매주 수요일 교구청 미사

성소후원 회비 납부 현황

2026년 1월 1일 ~ 1월 31일까지 납부하신 내용입니다.

정성껏 보내주신 회원님들께 감사드립니다.

교구 내 본당		김건화	10,000	장준영	10,000	박영신	10,000
가 은	511,000	김경란	10,000	정경자	20,000	백형숙	10,000
계 림 동	759,000	김경림	5,000	정윤경	120,000	변우경	5,000
모 전 동	698,000	김경수	50,000	정재식	50,000	송 경	10,000
목 성 동	1,710,000	김계형	50,000	정태진	20,000	신미란	10,000
문 경	247,000	김계희	200,000	조원준	10,000	양수모	10,000
북 면	190,000	김근희	5,000	최경희	20,000	이길선	10,000
옥 산	445,000	김정은	20,000	최소영	100,000	이영섭	20,000
울 진	835,000	김현정	20,000	탁인자	30,000	전정희	5,000
합 창	802,000	김혜경	10,000	황상호	30,000	정옥남	10,000
		박승철	10,000			최은정	10,000
교구 내 기타		박종대	10,000	월 모 입 편		최인숙	10,000
김정현 신부	10,000	변진의	10,000	김미경	60,000	현희성	10,000
백동수 신부	10,000	서효식	30,000	김순례	120,000	황재해	5,000
서동호 신부	20,000	송은옥	10,000	서영숙	120,000		
안영배 신부	10,000	신영은	120,000	심재임	20,000	성 분 도 치 과	
윤성규 신부	20,000	신옥선	10,000	이문옥	120,000		100,000
정양모 신부	100,000	신용찬	50,000	정은순	10,000		
정철환 신부	10,000	안명숙	20,000	조후종	120,000	안 동 신 협	
김정란	30,000	안안택	10,000	최금주	50,000		100,000
박보라	10,000	안일숙	120,000	한복진	240,000		
박정렬	10,000	위은숙	10,000	호원순	20,000	은총의 거울 Pr	
서영림	10,000	유병현	10,000	홍현민	120,000		25,000
신동섭	10,000	이귀호	10,000				
이가엘	10,000	이임영	50,000	이 길 선 편		정의의 거울 Pr	
이정두	10,000	이정숙	20,000	강명희	5,000		20,000
이준철	50,000	이춘근	5,000	권순옥	10,000		
		이호숙	10,000	김중향	5,000		
타교구 개인		이희선	60,000	김지은	10,000		
권양일	10,000	익 명	360,000	나양수	30,000		

입금계좌안내 - 예금주 : 천주교안동교구 * 입금자명을 꼭 적어주세요!!

(농협) 733-01-254416

(기업) 160-000175-04-194

(신협) 09035-12-001948

(신한) 140-005-570052

(우체국) 703439-01-004207

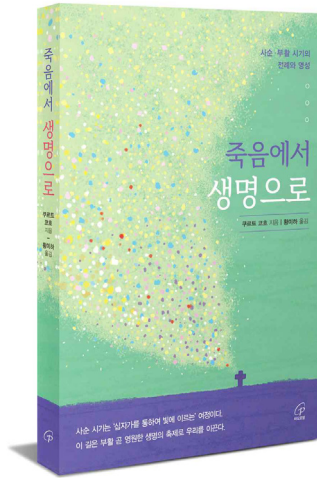
(지로) 7519989

* 기부금납입증명서가 필요하신 분은 054-858-3114-5번으로 연락해주세요.

죽음에서 생명으로

사순 · 부활 시기의 전례와 영성

쿠르트 코흐 | 황미하 | 240쪽 | 12,000원



재의 수요일부터 성령 강림 대축일에 이르는
사순과 부활 시기를 위한 길잡이.

각 주제와 전례에 대한 성경적·신학적·영성적 의미에
깊이 머물러 죽음에서 생명으로 건너가도록 이끈다.



바로로떨은 진리의 기쁜 소식을 전하기 위해 수녀들이 운영하는 서점입니다.
전화 054-859-6040 / 목성동 주교좌 성당 입구