

우리의 생명, 기쁨, 희망이신
목주기도



알링턴교구 여성 연합회 편집

교구의 봉사하는 수도자들을 위해 기도합니다.

성 십자가 수녀회
버지니아의 베네딕토 수녀회
성 바오로 딸 수녀회
도미니카 수녀회, 성 도미니코 수도회
성 세실리아의 도미니코 수녀회
성체의 프란치스코 수녀회
원죄없이 잉태되신 프란치스코 수녀회
예수 성심 시녀회
교회의 어머니 마리아의 가난한 글라라 수녀회
성 요셉의 가난한 수녀회
성모 마리아의 성심 수도회
샬레트의 성모 수녀회
성 요셉 수녀회
티없이 깨끗하신 마리아의 성심 자매회

Nihil Obstat:

출판물 승인

Reverend Robert J. Wagner

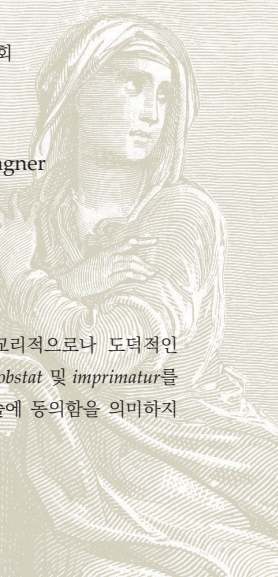
Imprimatur:


+ Michael F. Burbidge

알링턴 주교

2022년 9월 20일

Nihil obstat 및 *imprimatur*는 서적이나 소책자에 교리적으로나 도덕적인 오류가 없음을 선언하는 공식 표지입니다. 이는 *nihil obstat* 및 *imprimatur*를 부여한 당사자가 본문에 표현된 내용, 의견 또는 진술에 동의함을 의미하지 않습니다.





교구 회년을 준비하는 두 번째 해의 주제는
“기뻐하십시오”입니다.

우리는 성모님께서 마니피캣에서 하셨던 것처럼 하느님의 축복을 축하하며, 성모님께서 우리를 인도하여 그분을 따르도록 인도해 주시기를 기도합니다.

마리아의 해에 우리의 기도를 돕기 위해, 알링턴 교구 여성연합회는 묵주기도의 각 신비에 대한 묵상 모음집을 마련하였습니다. 수녀회들은 이런 영적 어머니 역할을 기꺼이 나누고, 교구를 위해 기도하며, 신자들을 더 깊은 기도로 인도해 줍니다. 묵주기도는 성경에 근거한 기도입니다. 주님의 기도와 대천사 가브리엘과 엘리자벳이 성모님께 드리는 인사는 주님의 기도와 성모송의 내용을 알려줍니다. 묵주기도를 드릴 때 우리는 기도들을 드리면서 성경에 계시된 신비들을 마음속으로 묵상합니다. 우리는 예수와 마리아의 삶을 깊이 생각하고 그것을 우리 자신의 삶과 연관시킵니다. 이 소책자를 사용하여 교구의 모든 사람들, 신자와 비신자를 불문하고, 그리고 각 단의 지향에 포함된 교구의 많은 사도직 단체들을 위해 기도해 주십시오. 교구의 회년을 준비하며, 성모님께서 알링턴 교구의 모든 사람들을 당신의 아드님인 예수님께 더 가까이 이끌어 주시기를 기원합니다.



묵주기도 하는 방법

묵주기도 하는 방법

미국 가톨릭 주교 협의회(USCCB)

1. 묵주에 달린 십자가를 잡은 채 십자 성호(성호경)를 이마, 가슴, 양 어깨 순으로 긋고 십자가 발 부분에 친구(입맞춤)를 합니다.
2. 십자가를 들고 사도신경을 바칩니다.
3. 첫 번째 알에서 주님의 기도를 바칩니다.
4. 작은 알 3개에서 성모송 각 1번씩 바칩니다.
5. 마지막 알에서 영광송을 바칩니다.
6. 5단 동안 각각의 신비를 말하고(성경말씀 묵상 후) 기도합니다.
7. 각 단의 10개의 작은 묵주 알 하나마다 성모송을 바치며 해당되는 신비를 묵상하고 영광송을 바칩니다.
8. 1(10알) 단을 바치고 나면 파티마의 복되신 동정 마리아께서 요청하신 구원송을 바칩니다.
“예수님. 저희 죄를 용서하시며 저희를 지옥불에서 구하시고 연옥 영혼을 돌보시며 가장 버림받은 영혼을 돌보소서.”
9. 5단을 바친 후 성모 찬송을 바칩니다.
 - 모후이시며 사랑이 넘친 어머니,
우리의 생명, 기쁨, 희망이시여,
 - 당신 우러러 하와의 그 자손들이 눈물을 흘리며 부르짖나이다, 슬픔의 골짜기에서.
 - 우리들의 보호자 성모님, 불쌍한 저희를 인자로운 눈으로 굽어 보소서.

- 귀양살이 끝날 때에 당신의 아들 우리 주 예수님
뵈게 하소서.

너그러우시고, 자애로우시며 오! 아름다우신 동정 마리아님.

- 천주의 성모님 저희를 위하여 빌어주시어

- 그리스도께서 약속하신 영원한 생명을 얻게 하소서.

+기도합시다. 하느님, 외아드님이 삶과 죽음과 부활로써
저희에게 영원한 구원을 마련해 주셨나이다.

복되신 동정마리아와 함께 이 신비를 묵상하며 묵주기도를
바치오니 저희가 그 가르침을 따라 영원한 생명을 얻게 하소서.
우리주그리스도를 통하여 비나이다.아멘.

십자성호를 긋고 묵주기도를 마친다.

사도신경

전능하신 천주 성부

천지의 창조주를 저는 믿나이다.

그 외아들 우리 주 예수 그리스도님

성령으로 인하여 동정 마리아께 잉태되어 나시고

본시오 빌라도 통치 아래서 고난을 받으시고

십자가에 못 박혀 돌아가시고 묻히셨으며

저승에 가시어 사흘날에 죽은 이들 가운데서 부활하시고

하늘에 올라 전능하신 천주 성부 오른편에 앉으시며

그리로부터 산 이와 죽은 이를 심판하러 오시리라 믿나이다.

성령을 믿으며 거룩하고 보편 된 교회와

모든 성인의 통공을 믿으며 죄의 용서와 육신의 부활을 믿으며

영원한 삶을 믿나이다. 아멘.

주님의 기도

하늘에 계신 우리 아버지,
아버지의 이름이 거룩히 빛나시며
아버지의 나라가 오시며 아버지의 뜻이 하늘에서와 같이
땅에서도 이루어지소서!
오늘 저희에게 일용할 양식을 주시고
저희에게 잘못된 이를 저희가 용서하오니
저희 죄를 용서하시고 저희를 유혹에 빠지지 않게 하시고
악에서 구하소서. 아멘.

성모송

은총이 가득하신 마리아 님, 기뻐하소서!
주님께서 함께 계시니 여인 중에 복되시며
태중의 아들 예수님 또한 복되시나이다.
천주의 성모 마리아 님, 이제와 저희 죽을 때에
저희 죄인을 위하여 빌어주소서. 아멘.

영광송

영광이 성부와 성자와 성령께
처음과 같이 이제와 항상 영원히. 아멘.

성모 찬송

- 모후이시며 사랑이 넘친 어머니,
우리의 생명, 기쁨, 희망이시여,
- 당신 우러러 하와의 그 자손들이
눈물을 흘리며 부르짖나이다. 슬픔의 골짜기에서,
- 우리들의 보호자 성모님,
불쌍한 저희를 인자로운 눈으로 굽어보소서.
- 귀양살이 끝날 때에 당신의 아들 우리 주 예수님 뵈게 하소서.
너그러우시고, 자애로우시며 오! 아름다우신 동정 마리아 님.



5단을 바친다

5. 영광송

4. 성모송 3번

3. 주님의 기도

2. 사도신경

1. 십자 성호

환희의 신비

환희의 신비는 전통적으로 월요일, 토요일, 일요일, 그리고 대림시기에 바쳐집니다.



Fra Angelico, *Virgin Mary Annunciate* (1431-1433)

탄생예고(수태고지, 성모영보)

주교님과 교구의 지도자들을 위하여 기도합니다.

“마리아가 말하였다. 보십시오, 저는 주님의 종입니다. 말씀하신 대로 저에게 이루어 지기를 바랍니다.” (루카 1.38) 예수님의 탄생 예고에 마리아의 응답은 영감과 단호함을 보여 줍니다.

그것은 우리의 모든 존재와 함께 매 순간 하느님께 “예”라고 말하려는 우리 자신의 희망을 일깨워 주기 때문에 우리에게 영감을 줍니다. 동시에 그것은 우리를 위협합니다. 왜냐하면 매 순간 하느님께 “예”라고 말하는 것은 급진적이고, 위험하고, 두렵기 때문입니다.

탄생 예고에 우리는 마리아가 이 모든 감정을 경험하는 것을 봅니다. 그녀는 두려움과 위험을 느끼고, 그 모든것의 한가운데서 응답합니다. 마리아께서 우리를 위해, 주교님을 위해, 그리고 교구의 지도자들을 위해 전구해 주시길 청하며 매일 예수님이 되시어 우리를 긍정하시는 하느님께 더욱 깊이 “예”라고 말할 수 있기를 바랍니다.

에밀리 베아타 마쉬 수녀
성 바오로 딸 수녀회



Raphael, *The Visitation* (1517)

마리아가 엘리사벳을 방문하다.

임산부와 교구의 책임자들과 모든 생명단체를 위해 기도합니다.

“엘리사벳이 마리아의 인사말을 들을 때 그의 태 안에서 아기가 뛰놀았다. 엘리사벳은 성령으로 가득 차 큰 소리로 외쳤다. (루카 1,41)

마리아는 임태한지 여섯 달째 엘리사벳을 방문합니다. 마리아가 인사를 하자 그의 태중의 아기가 마리아의 태중에 있는 하느님의 아들 예수님을 알아보고 기쁨으로 뛰어놀았습니다.

주님의 어머니 앞에서 기뻐하고 겸손해진 엘리사벳은 “당신은 여인들 가운데 가장 복되시며 태중의 아기도 복되십니다”라고 외쳤습니다.

마리아처럼 우리도 신앙 안에서 겸손과 사랑, 봉사와 기쁨으로 모든 사람에게 예수님을 전하도록 부름을 받았습니다. 이 신비 안에서 성령으로 충만하고 생명의 신성함을 보존하기 위해 노력하는 모든 임산부들과 거룩한 모성의 형언할 수 없는 기쁨을 위하여 그리고 모든 생명을 수호하는 사도직 단체를 위해 기도합니다.

에아닐리사 후안, 레오니다 에겔로스 수녀
살레트의 성모 수녀회



Juan Bautista Maino, *Adoration of the Shepherds* (1615-1620)

주님 탄생

교구의 가난한 이들과 노숙자들 그리고 이들을 위해 봉사하는
사도직 단체들을 위해 기도합니다.

“그분께서 당신 땅에 오셨지만 그분의 백성은 그분을 맞아들이지 않았다.” (요한 1,11)

그분의 백성은 주님을 받아들이지 못하였기에 오늘 밤의 기쁨을 몰랐습니다. 하느님은 그의 천사들을 보내셨고, 목자들은 서둘러 포대기에 싸인 아기를 보라는 권유에 응답하여, 구유에 누워계신 구세주를 뵈게 됩니다. 사람의 아들은 태어날 때부터 머리 돌 곳조차 없었습니다. 하느님 나라는 이 세상에 속한 것이 아니며, 비천하고 멸시받는 이들은 천사들의 메시지를 들을 특권이 있습니다. 목자들은 돌아와 복음의 기쁨을 모든 백성에게 선포합니다. 예수님, 당신은 가난한 사람들과 함께 하는 것을 선택하셨습니다.

제가 겸손해져 가난을 알게 하시고 가난한 자들 가운데 그중의 한 사람으로 봉사할 수 있게 해 주소서.

가난한 클레어 수녀들
교회의 어머니 마리아 수도원



Philippe de Champaigne, *The Presentation of the Temple* (1648)

성전에 바치심

교구의 수도자들과 신심 생활에 힘쓰는 사람들을 위해 기도합니다.

“성령과 신부가 “오십시오.”하고 말씀하신다”(묵시 22,17).

매주 새벽, 그리고 원한다면 매일, 우리는 하느님의 집에 들어가서 예물을 제단 앞에 바칩니다. 요셉과 마리아처럼 우리는 가난한 자들의 비둘기, 즉 약한 날개와 더듬거리는 노래, 흔들리는 노력과 힘없는 기도를 바칩니다. 시므온과 안나처럼 우리도 구세주의 자비를 간구합니다. 주 예수님, 오소서! 당신의 말씀을 받아들이게 하소서.

비록 합당치 않더라도, 우리가 당신의 몸을 우리 안에 간직하도록 허락하소서.

우리에게, 특히 당신의 봉사에 헌신하고 찬양을 위해 봉헌된 사람들에게 당신의 빛을 비추소서. 성모님의 전구를 통해 많은 젊은이들이 자신들의 삶을 당신에게 헌신하도록 이끌어 주소서. 성모님은 예수님을 성전에서 봉헌하셨습니다. 성모님께서 이 남녀들도 봉헌하시어 이들이 희망의 표징이 되고 살아있는 당신 사랑의 장막이 되게 하소서.

도미니칸 수녀들
성 도미니코 수도회



Paolo Veronese, *Christ Among the Doctors* (1548)

성전에서 찾으심

**불안이나 우울증으로 고통받는 교구의 모든 사람들과
그들을 지원하는 사목자들, 그리고 모든 청소년 및
청소년 사목자들을 위해 기도합니다.**

“그들은 친척과 사이에서 찾아보았지만, 찾아내지 못하였다. 그래서 예루살렘으로 돌아가 그를 찾아다녔다. 사흘 뒤에야 성전에서 그를 찾아냈는데, 그는 율법 교사들 가운데에 앉아 그들의 말을 듣기도 하고 그들에게 묻기도 하고 있었다. 그의 말을 듣는 이들은 모두 그의 슬기로운 답변에 경탄하였다”(루카 2,44-47).

이 단(5단)을 묵주기도드릴 때, 우리는 미친 듯이 예수님을 찾아 다니시는 마리아와 요셉을 묵상하게 됩니다. 그들은 잃어버린 아들에 대해 염려하고 있었습니다. 이 신비 안에서 우리는 불안과 우울증을 겪는 모든 사람들과 이러한 고통으로 고통받는 사람들을 보살피는 모든 사람들을 위해 기도합니다. 우리는 또한 모든 젊은이들과 청소년 사목자들을 위해서도 기도합니다. 성가족이 모든 사람에게 위로와 평안한 마음의 원천이 되게 하소서.

주디스 게벨라인 수녀
성체의 프란치스코 수녀회

빛의 신비

빛의 신비 5단은 전통적으로
목요일에 바쳐집니다.



Perugino, *Baptism of Christ* (1498–1500)

예수님께서 요르단에서 세례받으심

교구의 예비자들과 그들을 지지하는 사람들,
자녀들의 세례를 준비하는 가족들을 위하여 기도합니다.

“예수님께서 갈릴레아 나자렛에서 오시어 요르단에서 요한에게 세례를 받으셨다. 그리고 하늘에서 소리가 들려왔다. ‘너는 내가 사랑하는 아들, 내 마음에 드는 아들이다’”(마르 1,9. 11).

예수님의 공생활은 아버지의 사랑을 체험하는 것에서 시작되었습니다.

그로부터 예수님은 병든 자들을 치유하고, 복음과 하늘나라를 선포하시어 모든 사람들로 하여금 하느님의 사랑받는 자녀임을 깨닫게 하여 주셨습니다. 예수님의 세례는 세례 받은 사람들을 가까이 이끌어 그들이 용서와 신앙이라는 하느님의 선물을 통해 자신들이 사랑받고 있음을 깨닫게 해 주었습니다.

우리는 예비자 교리반을 통해 교회에 들어올 준비를 하고 있는 성인들과 어린이들의 세례를 준비하는 부모님들을 위해 기도합니다. 이 사람들이 깊은 하느님 사랑을 깨닫고 성교회의 가족으로 초대된 것을 기뻐하게 하소서.

스테파니 가브리엘 트레이시 수녀
티없이 깨끗하신 마리아의 성심 자매회



Julius Schnorr von Carolsfeld, *The Wedding Feast at Cana* (1819)

가나의 혼인 잔치

결혼을 준비하고 있는 교구 내의 신자들과 결혼 및 가정 생활에 충실한 신자들, 그리고 가정을 보호하기 위해 힘쓰는 사목자들을 위해 기도합니다.

“갈릴래아 가나에서 혼인 잔치가 있었는데”(요한 2,1)

주님이 결혼식에서 당신 공생활의 첫 기적을 보여주십니다. 구세사를 일관되게, 하느님은 당신이 당시 백성과 맺은 계약 관계를 결혼으로 말씀하십니다. 세례자 요한과 주님 자신이 예수님을 신랑이라고 말합니다. 요한 묵시록은 천국을 어린양의 결혼식 축제라고 말하고 있으며, 우리는 결혼의 부름을 받은 이들과 가정의 부모, 형제들을 위하여 기도드립니다. 하느님이 당신이 사랑하는 사람들, 즉 이스라엘을 용서하신 것처럼 우리도 타인을 용서하게 하소서. 예수님처럼 우리도 우리의 삶을 온전한 선물로 내려놓을 수 있도록 하소서. 가나에서처럼, 성모님의 전구를 통하여, 주님이 보잘것없는 우리의 봉헌을 축복하시어 그것이 가장 풍부하고 즐겁고 풍성하게 되어 어린양의 결혼식 축제에서 영원히 함께 즐길 수 있도록 하소서.

메리 웰라 막심 수녀
성 세실리아의 도미니코 수녀회



James Tissot, *The Sermon of the Beatitudes* (1886-1894)

예수님의 하느님 나라 선포

공부하는 학생들, 그리고 교구 내의 관련 사도직 단체들을 위하여
기도합니다.

“요한이 잡힌 뒤에 예수님께서서는 갈릴래아에 가서, 하느님의 복음을 선포하시며 이렇게 말씀하셨다. ‘때가 차서 하느님의 나라가 가까이 왔다. 회개하고 복음을 믿어라.’”(마르 1, 14-15)

예수님의 하느님 나라 설교는 인류 역사에 울려 퍼지는 환희의 소리입니다. 예수님이 이 땅에 오심은 모든 사람들의 가슴을 희망으로 들뜨게 합니다. 당신의 자비로 예수님은 죄를 용서하시고, 죽음과 암흑을 없애십니다. 젊은이와 노인, 배움의 유무와 상관없이, 세계적 무대에서 혹은 더 조용한 방법으로 봉사하거나, 우리 각자는 자신이 하느님과 영원히 하나가 되는 변화로 초대되었습니다. 학생들과 교육과 소통에 힘쓰는 모든 이들을 위하여 기도합니다. - 그들이 용기를 갖고 복음에 따라 살고 복음을 선포하게 하소서.

“얼마나 아름다운가, 산 위에 서서 기쁜 소식을 전하는 이의 저 발! 평화를 선포하고 기쁜 소식을 전하며 구원을 선포하는구나. (이사 52,7)

캐서린 제임스 허미스 수녀
성 바오로 딸 수녀회



거룩하게 변모하심

금년 교구에서 피정을 떠나는 이들과 이들을 지원하는
사도직 단체들을 위하여 기도합니다.

“이는 내가 사랑하는 아들, 내 마음에 드는 아들이니 너희는 그의 말을 들어라.”

(마태 17, 5)

예수님과 세 사도들은 마을을 떠나 산속의 한적한 곳으로 가셨습니다. 베드로, 야고보, 그리고 요한은 의심할 여지없이 무엇이 그들을 기다리고 있는지 전혀 모르고 있습니다. 그들은 아마 자신들의 복음 선포에 따라 일어나고 있는 일들을 이야기하고 있을지도 모릅니다. 그때 갑자기 변화가 일어납니다. 예수님이 자신들이 알고 있는 예수님이 아닌 다른 사람이 된 것입니다. 하느님이 그를 내가 사랑하는 아들이라고 부름으로써 예수님이 그리스도로 변모된 것입니다. 우리도 또한 변모하도록, 우리를 괴롭히는 이를 사랑하도록, 분노를 터뜨리고 싶을 때 인내하도록, 잘 듣고 남의 말을 끊지 않도록, 그리고 우리와 다른 사람들을 이해하도록 부름을 받았습니다. 이 신비 안에서, 우리가 예수님과 더 닮도록 예수님의 말씀에 귀 기울이는 은총을, 특히 피정과 사도직 활동 중에, 요청하는 기도를 드립니다.

돌로레스 딘 수녀
버지니아 베네딕토 수녀회



Juan de Juanes, *The Last Supper* (1560)

성체성사를 세우심

성직자들, 신학생들, 그리고 교구 내에서
사제직을 수행하는 이들, 그리고 하느님의 현존에 대한 믿음이
더욱 커지도록 기도합니다.

“예수님께서서는 또 빵을 들고 감사를 드리신 다음, 그것을 떼어 사도들에게 주시며 말씀하셨다. ‘이는 너희를 위하여 내어 주는 내 몸이다. 너희는 나를 기억하여 이를 행하여라.’ 또 만찬을 드신 뒤에 같은 방식으로 잔을 들어 말씀하셨다. ‘이 잔은 내 피로 맺는 새 계약이다.’” (루카 22, 19-20)

묵주기도 빛의 신비 제5단에서, 우리는 성체성사 - 우리 믿음의 원천이자 절정인 - 를 세우심에 기도와 감사를 드립니다. 우리는 사제직과 사제직을 생각하는 이들을 위하여 기도드립니다. 이들이 은총의 삶을 살며 예수님의 사랑, 진실, 그리고 헌신을 증거 하도록 하소서.

주디스 게벨라인 수녀
성체의 프란치스코 수녀회

고통의 신비

고통의 신비 5단은 전통적으로
화요일, 금요일, 일요일, 그리고 사순시기에 바쳐집니다.



Paolo Veronese, *The Agony in the Garden* (1584)

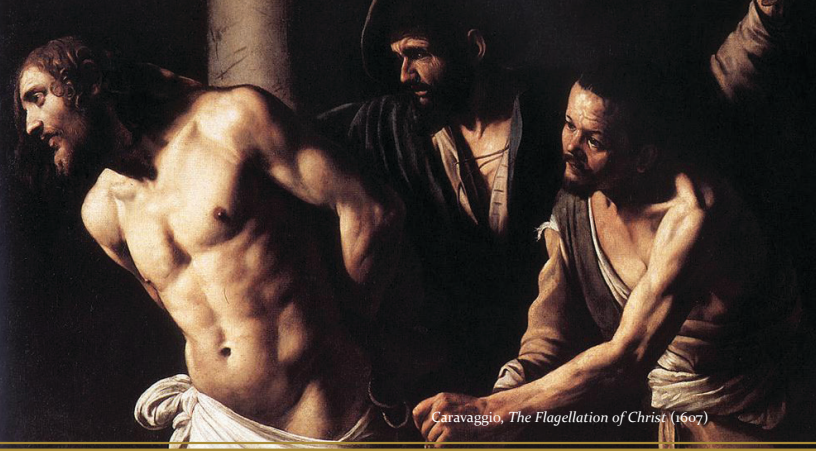
피땀을 흘리심

유혹을 당하는 이들과 화해의 성사에
새롭게 헌신할 수 있도록 기도합시다.

“그러고 나서 돌을 던지면 땅을 만찬 곳에 혼자 가시어 무릎을 꿇고 기도하셨다. ‘아버지, 아버지께서 원하시면 이 잔을 저에게서 거두어 주십시오. 그러나 제 뜻이 아니라 아버지의 뜻이 이루어지게 하십시오.’... 예수님께서 고뇌에 싸여 더욱 간절히 기도하시니.” (루카 22, 41-42; 44)

예수님은 우리를 사랑했기 때문에 고난을 받으셨고 고난 중에 기도로 유혹을 극복할 수 있다는 것을 우리에게 보여 주셨습니다. 하느님은 사랑이십니다. 우리는 하늘에 계신 우리 아버지께 우리의 고난의 삶 가운데서 당신의 사랑 안에 머물고 굳건해지게 해 주십시오 기도드릴 수 있습니다. 예수님, 당신이 나를 사랑하심을 믿습니다. 저도 당신의 계명을 지키므로써 당신을 사랑하고 싶습니다. 유혹 중에 기도하는 저를 도와주소서. 그리고 당신의 용서를 구하며 화해의 성사로 더 이상 죄를 짓지 않는 용기를 주소서.

가난한 글라라 수녀회
교회의 어머니 마리아 수도원



Caravaggio, *The Flagellation of Christ* (1607)

매맞으심

교구 내에서 수술과 치료받는 이들과 모든 의료기관 및
관련 사도직 단체를 위하여 기도합니다.

“그리하여 빌라도는 군중을 만족시키려고, 바라바를 풀어 주고 예수님을 채찍질
하게 한 다음 십자가에 못 박으라고 넘겨주었다.” (마르 15, 15)

잠 못 이루는 밤이 지나고, 몇 차례의 의례적인 재판을 거쳐, 예수님은
빌라도가 내리는 사형 선고를 듣게 되고 수난을 받기 위해 끌려가십니다.
예수님은 어떤 위로나 위안도 받지 못한 채 끔찍한 고통을 참아내셨습니다. 피할
수 없었습니다.

“그의 상처로 우리는 나았다.”(이사 53,5)

수술을 받거나 장기간 치료를 받는 사람들이 느끼는 고통은 말할 수 없이
크며, 때로는 혼자서 아무런 위로도 받지 못하고 감내해야 합니다. 이들은 자신의
고통이 치료로 이어질 것이라는 희망을 갖고 살아갑니다. 이러한 처지에 있는
사람들을 돌보는 이들은 이와 같은 어쩔 수 없는 환경에서도 위로를 가져다줍니다.
우리의 기도가 아픈 이들에게 용기와 인내의 희망을 주소서. 또한 모든 의료기관
종사자들이 자비, 사랑, 그리고 희망의 전도사가 되게 하여 주소서.

스테파니 가브리엘 트레이시 수녀
성모마리아의 성심 수도회



Anthony van Dyck, *The Crowning with Thorns* (1618-1620)

가시관을 쓰심

교구 내의 차별, 박해, 또는 학대를 받고 있는 이들과
이들을 돕는 사도직 단체들을 위하여 기도합니다.

“그리고 가시나무로 관을 엮어 그분 머리에 씌우고 오른손에 갈대를 들리고서는, 그분 앞에 무릎을 꿇고 ‘유다인들의 임금님, 만세!’ 하며 조롱하였다.” (마태 27, 29)

예수님께 짐을 뺄고, 조롱하고, 그리고 채찍질을 하였으나 예수님을 조롱하는 자들은 이것으로 충분하지 않았습니다. 그들은 자신들의 잔인함을 최고조까지 끌어올렸습니다. 길고 날카로운 가시로 엮은 나무관을 예수님의 머리에 놓고 누르기까지 했던 것입니다. 예수님은 우리를 위하여 이 고통을 말없이 받아들이셨습니다. 많은 사람들이 자신들의 가시관을 머리에 쓴 경험을 갖고 있습니다. 우리의 자존심은 깨지고, 용기는 사라지고, 의지는 무너지며 공포가 엄습하고, 우리가 원하던 모든 선한 것들이 없어져 버립니다. 우리 자신의 가시관을 쓸 때, 예수님을 바라보며 차별, 박해, 또는 학대로 고통을 받는 이들과 이들을 돕는 이들에게 힘과 인내, 그리고 고통을 줄여 주시기를 기도합니다.

돌로레스 딘 수녀
버지니아의 베네딕토 수녀회



Raphael, *Christ Falling on the Way to Calvary* (1515-1516)

십자가를 지심

교구 내의 군인들과 공직자들을 위하여 기도합니다.

“예수님의 십자가 곁에는 그의 어머니가 서 있었다.” (요한 19, 25)

빌라도가 예수님께 사형 언도를 내린 후, 예수님에게 붙어닥친 혼란과 고뇌의 폭풍은 엄청난 것이었음에 틀림없습니다. 예수님은 이제 홀로, 주위의 어느 누구의 도움과 없이 골고타로 행하는 당신의 마지막 여정을 하셔야만 하였습니다. 전승이 알려주는 바와 같이, 당신의 어머니를 만날 때까지. 어머니의 모습은 확실히 예수님께 계속할 용기를 주었을 것입니다. 오늘날 군인과 그들의 가족들은 자주 먼 거리와 무거운 의무감으로 떨어져 있습니다.

거룩한 십자가를 지고 골고타를 오르는 주님처럼 세상의 십자가를 지고 가는 군인과 공직자들이 십자가의 신비한 무게를 견뎌낼 수 있도록 도와주소서.

스테파니 가브리엘 트레이시 수녀
성모마리아의 성심 수도회



Giotto, Crucifixion (1303-1305)

십자가에 못박혀 돌아가심

교구 내의 임종을 맞은 이들, 이들을 돕는 사도직 단체들, 그리고 그 가족들이 믿음 안에서 용기를 잃지 않도록 기도합니다.

“예수님께서서는 당신의 어머니가 그 곁에 선 사랑하시는 제자를 보시고, 어머니에게 말씀하셨다, ‘여인이시여, 이 사람이 어머니의 아들입니다.’ 이어서 그 제자에게 ‘이분이 네 어머니시다.’하고 말씀하셨다. 그때부터 그 제자가 그분을 자기 집에 모셨다.”(요한 19, 26-27)

우리는 얼마나 자주 성모님을 부르며, 우리 마음을 지켜주시기를 그리고 생활 중에 항상 우리의 발걸음을 인도해 주시기를 청하나요. “우리 죄인들을 위하여 빌으소서, 이제와 저희 죽을 때에.” 그러므로 묵주기도는 여정의 끝을 향한 중단 없는 손짓이 되는 것입니다. 이 눈물의 계곡과 죽음의 그림자를 지나 영원한 생명의 문에 이르기까지. 성모님은 우리가 이 여정을 처음 하는 것도, 홀로 슬픔을 간직하여야 하는 것도 아님을 우리에게 상기시켜 줍니다. 성모님은 예수님이 죽음에 이를때까지 고통을 나누어주시며 모든길에 동행하십니다.

성모님! 당신은 심장을 꿰뚫는 슬픔을 아셨지만 또한 흔들림 없는 신뢰를 보여주셨습니다. 임종의 순간을 맞은 형제 자매들 그리고 그 곁에서 지켜보는 이들을 위하여 빌어 주시어 그들의 어머니가 되시고 그들을 영원한 안식으로 이끌어 주소서.

도미니코회 수녀들
성 도미니코 수도원

영광의 신비

영광의 신비 5단은 전통적으로
수요일, 일요일, 대림절 이외의 시기와
사순절에 바쳐집니다.



Fra Angelico, Touch Me Not (1442)

부활하심

교구 내에 기쁨과 복음화의 새로운 정신을 위하여 기도합니다.

“마리아는 무덤 밖에 서서 울고 있었다.” (요한 20, 11)

십자가형의 충격을 받은 마리아 막달레나는 무덤이 비었음을 발견하고 그녀에게 남은 마지막 위안도 빼앗긴 것으로 생각했습니다. 그녀가 사도들에게 이를 알리자 사도들은 떠나고 그녀만 남게 됩니다. 그녀의 마음은 피로해져 완전히 탈진되고 맙니다. 예수님이 있는 곳을 모르는 그녀는 갈 곳도 없습니다.

그러나 울고 있는 그녀에게 예수께서는 ‘마리아야’하고 부르시자 마리아는 예수님께 달려가고 그녀는 부활의 증인이 되어 제자들에게 ‘주님을 보았습니다’ 하고 전하며 기뻐했습니다.

이 신비 안에서, 우리 교구 내에서 기쁨의 새로운 정신을 위하여 기도합니다. 그리하여 우리도 예수님이 살아나셨다는 복음의 증인이 되도록 합시다.

메어리 웰라 막심 수녀
성 체칠리아 도미니코 수녀회



Pacino di Bonaguida, *The Ascension of Christ* (detail) from the *Laudario of Saint Agnese* (1340)

승천하심

**교구에서 인생의 의미나 신앙을 찾고 있는 이들
그리고 냉담한 신자들이 돌아오도록 기도합니다.**

“예수님께서서는 그들을 베타니아 근처까지 데리고 나가신 다음, 손을 드시어 그들에게 강복하셨다. 이렇게 강복하시며 그들을 떠나 하늘로 올라가셨다.”
(루카 24, 50-51)

예수님은 사도들이 보는 앞에서 승천하셨습니다. 이제 예수님은 하늘의 오 편에 앉아 우리를 위하여 끊임없이 간구하십니다. 예수님의 승천 후, 사도들은 올리브 산에서 예루살렘으로 돌아가서 성전에서 즐기치게 하느님을 찬양하였습니다. 예수님은 그들 시야에서 사라졌으나, 사도들은 믿음과 기쁨으로 가득 찼습니다. 그들은 예수님이 다시 오실 것이라는 천사의 말을 믿었습니다.

예수님, 저는 당신을 믿습니다. 그리고 제 삶의 매 순간마다 저를 위해 간구해주심을 또한 믿습니다. 사도들의 믿음을 제가 갖도록 그리고 당신을 항상 찬양하도록 도와주소서.

가난한 클라라 수녀회
교회의 어머니 마리아 수도원



Pacino di Bonaguida, *The Descent of the Holy Spirit* (detail) from the *Laudario of Sant'Agnese* (1340)

성령을 보내심

교구의 외국어를 사용하는 신자들과 이들에게
봉사하는 이들을 위하여 기도합니다.

“오순절이 되었을 때 그들은 모두 한자리에 모여 있었다. 그런데 갑자기 하늘에서 거센 바람이 부는 듯한 소리가 나더니, 그들이 앉아 있는 온 집 안을 가득 채웠다.” (사도 2,1-2)

사도들은 불안하고 고통받는 두려움에 찌인 사람들이었지만 굳게 뭉쳐있었습니다. 한 사람에 대한 공통된 신뢰와 사랑이 이 다양한 사람들을 결속시킨 것이었습니다. 예수님은 그들이 고대하던 희망을 그들에게 주셨습니다. 세상은 이것을 빼앗으려 했고 복되신 성모님과 사도들은 폭풍의 한가운데 자신들이 있음을 깨달았습니다. 그러나 이것은 부활하고 새로워지는, 용기와 힘을 주는 폭풍이었습니다. 성령이 혼란과 걱정에서 휩싸인 이들 위에 내려와 생명과 기쁨을 주었습니다. 이 신비 안에서, 교구의 외국어를 사용하는 신자들과 이들에게 봉사하는 이들을 위하여 기도합니다.

마리아 곤잘레스 수녀
성 요셉의 가난한 수녀회



Fra Angelico, *The Death and the Assumption of the Virgin* (1432)

하늘에 오르심

교구의 건축 작업과 모든 현세적 필요,
그리고 이를 관리하고 힘쓰는 이들을 위하여 기도합니다.

“나의 애인이여, 일어나오. 나의 아름다운 여인이여, 이리 와 주오. 자, 이제 겨울은 지나고 장마는 견혔다오.” (아가 2, 10-11)

하늘에 오르심은 신비의 완성입니다. 성모님은 전 생애를 믿음과 신뢰, 고통과 체념, 희망과 경이의 정신으로 사셨습니다. 성모님의 마지막 날들은 아마 하느님의 팔에 안길 때까지 조용히 그리고 기도를 하며 사셨을 것입니다. 성모님과 같이, 영원한 사랑이신 하느님을 일생 동안 사랑으로 응답하며 자신이 선택한 직업을 충실히 살아갑니다. 하느님께 우리가 드리는 봉헌을 받으실 것을 믿으며, 성공의 유무를 떠나 우리의 모든 노력을 하느님께 드립니다. 하느님께서 교구의 건축 작업과 현세적 필요를 관리하고 힘쓰는 모든 이들에게 축복을 주시도록 기도합니다.

돌로레스 딘 수녀
버지니아 베네딕도 수녀회



Agnolo Gaddi, *The Coronation of the Virgin with Six Angels* (1390)

마리아에게 천상 모후의 관을 씌우심

전례에 대한 새로운 사랑과 교구 내의 모든 전례 및 음악 담당자들을 위하여 기도합니다.

“내 영혼이 주님을 찬송하고 내 마음이 나의 구원자 하느님 안에서 기뻐 뛰니”
(루카 1,46-47)

기쁘거나 참된 즐거움을 경험하게 될 때, 우리는 노래를 부르게 됩니다. 이것은 성모님에게도 마찬가지였습니다. 마리아의 노래, 마니페캇, 는 당신의 내적 기쁨의 외적 표현이었습니다. 성모님은 들려 올려진 후, 천상 모후의 관을 머리에 쓰셨고, 따라서 그녀의 기쁨의 찬가는 지상에서 뿐만 아니라 천상에서도 울려 퍼졌습니다. 천상의 끝없는 찬미의 노래에 담긴 즐거움과 기쁨을 묵상하며, 전례에 대한 새로운 사랑을 주시기를 기도합니다. 또한 교구 내의 모든 전례 및 음악 담당자들을 위하여 기도합니다. 우리가 거룩한 전례를 기뻐하는 것이 우리 구원자, 하느님으로부터 우리에게 온 구원의 기쁨을 나타내도록 하소서.

앤 도미니크 마호월드 수녀
성 세실리아 도미니코 수녀회

알링턴 교구
50 주년
기념 제작



JUBILEE.ARLINGTONDIOCESE.ORG



CATHOLIC DIOCESE OF
ARLINGTON

자료:

결장 그림: 시몬 칸타리니, 묵주기도를 하는 성모자 (17세기). 성경 구절은 개정판 (2010, 1991, 1986, 1970) 뉴 아메리칸 바이블, Confraternity of Christian Doctrine, Washington, D.C.에서 저작권자의 승인 하에 인용함. 판권 소유. 저작권자의 서면 동의 없이 뉴 아메리칸 바이블의 모든 부분은 어떤 형태로든 복사할 수 없음. 미국 가톨릭 주교 협의회의 “묵주 기도하는 방법.”

www.usccb.org/how-to-pray-the-rosary