

금요 양성 2025년 4월 11일 Lent 2025-Defining Penance and Conversion

단위형제회와 나누시오.

이 양성을 준비하는 데 협조해 주신 국가형제회 양성위원회에 감사드린다.

회개 과정: 영속적이고 지속적인 마음의 회개

사순기간중 매주마다 사순절 여정의 일부로 아래에 열거된 행동중에 특별히 배양하고 싶은 행동 하나를 골라 집중해 보시오.

1. 죄를 지은 것에 대한 후회를 보여주기 위해 행위 수정이나 변경을 행동으로 보이시오.
2. 하느님에게서 떨어져 나간 결과로 생긴 고통을 기꺼이 인지하고 수용하도록 해 보시오.(고통을 다른 사람들을 위하여 봉헌해 보시오.)
3. 기도와 단식과 자선을 위해 세운 계획을 충실히 실행하시오 (요엘 2:12-18을 참조)
4. 미지근한 신자나 무신론자에게 의도적으로 전교를 해 보시오.
5. 구체적인 도덕적 결점을 인지해서 변화할 수 있는 은총을 성령께 청해 보시오.
6. 의식적으로 참된 행복을 살아 보시오.
7. 더 깊은 기도를 통해 개인적인 회개를 추구해 보시오.
8. 예수님이 중심이 되어 있는 복음의 삶을 살겠다고 철저히 맹세해 보시오.
9. 끊임없이 당신께로 우리를 부르시는 하느님의 사랑을 체험하면서 하느님의 자비를 음미하며 즐기시오.
10. 현재의 그 모습대로 나 자신을 받아들이며 좀 더 깊은 회개의 단계에 도달하려고 노력해 보시오.
11. 나의 영적 여정중에 실패와 넘어짐의 순간들에 대해 일기를 써 보고, 또한 새로운 시작과 새로운 발견을 한 순간들도 써 보시오.
12. 묵상을 위해 주의 기도에 대한 성 프란시스의 풀이를 사용해 보시오.

<https://www.franciscantradition.org/francis-of-assisi-early-documents/the-saint/writings-of-francis/the-undated-writings/a-prayer-inspired-by-the-our-father/174-fa-ed-1-page-158>

(발자취를 따라서 593 쪽: 주님의 기도 풀이 참조)

토론이나 저널 쓰기를 위한 질문들

- + 위의 목록에서 선택한 행동들을 어떻게 실천할 것인지에 대한 계획을 설명해 보시오.
- + 위의 목록중 어떤 사항이 개인적인 회개에 가장 유익할 것 같습니까?
- + 위의 목록중 어떤 사항이 가장 실현하기 힘들 것 같습니까?