



사순절에  
떠나는  
산책

매일 묵상-실천 달려

2023



Presbyterian Church (U.S.A.)  
**Presbyterian Mission**

# 사순절 기간 동안 우리는 그리스도의 사역, 죽음, 그리고 부활을 묵상합니다.

잠시 멈춰 시간을 내서, 내면의 영적 삶과 이 세상에서 그리스도인의 신앙을 실천하는 방식을 점검해 보세요.

이 사순절 달력이 일 년 내내 좀더 사려깊은 행동으로 이어지는 발걸음의 시작이었으면 합니다.


은 하나님의 모든 자녀와 피조물을 회복하고 보호하도록, 지속가능한 길을 택하여 사람들과 함께 나아가고 있습니다. 믿음의 사람들로서, 우리는 하나님의 세상을 "섬기고 보호"하고자 노력합니다. 그러나 우리 선택의 일부는 지구 온난화로 이어졌습니다.

행 2


| 주일  | 월요일   | 화요일  |
|---|---|--|
| <p>26</p> <p><a href="http://presbyterianmission.org/resource/engaging-our-world">presbyterianmission.org/resource/engaging-our-world</a>에서 UN 사역 사무실의 가이드를 내려받아 보십시오. 전 세계 환경과 인간의 건강을 연계해서 생각해보게 합니다.</p>  | <p>2</p> <p>창세기 2:15-17을 읽고 묵상해 보세요.</p>    | <p>28</p> <p><a href="http://youtu.be/dREtXUij6_c">youtu.be/dREtXUij6_c</a>에서 정의와 환경 관련 인종차별에 관한 짧은 비디오를 시청하십시오.</p>    |
| <p>5</p> <p><a href="http://www.footprintcalculator.org">www.footprintcalculator.org</a>에서 각자의 생태 발자국에 대해 더 알아 보세요.</p>    | <p>6</p> <p>기도: 주여, 우리가 필요한 것 이상으로 많은 것을 소유하고 있나이다. 풍요의 하나님, 이러한 이유로 당신의 풍성함을 깨닫지 못한 이 세상 사람들을 우리가 돌아보게 하소서. 그들을 돌아보고 우리도 변화하게 하소서. 아멘.</p>  | <p>7</p> <p>PHP '우리의 보물 돌보기'(Considering Our Treasure)를 내려받기 (<a href="http://tinyurl.com/y27szc3z">tinyurl.com/y27szc3z</a>)하여, 여기에 나열된 활동 단계 중 하나는 실행해보세요.</p>  |

| 수요일   | 목요일  | 금요일   | 토요일  |
|---|--|---|--|
| <p>22</p> <p>제의 수요일 시편 51:1을 읽어 보세요. 다음 질문을 생각해 보세요: 지난 일 년 동안, 우리 회중은 어디에서 변함없는 사랑을 체험했습니까? 우리는 지구를 어떻게 망가뜨렸나요?</p>  | <p>23</p> <p><a href="http://www.presbyterianmission.org/oghsmap">www.presbyterianmission.org/oghsmap</a>에서 OGHS 지도를 사용하여 여러분과 가장 가까운 OGHS 파트너를 찾아 보세요. 그리고 그들을 위해 기도해 주십시오.</p>  | <p>24</p> <p>교회에서 '환경을 생각하는 종려나무'를 사용해 보세요. 상세 정보 및 온라인 주문은 <a href="http://pcusa.org/eco-palms">pcusa.org/eco-palms</a>에서 할 수 있습니다.</p>   | <p>25</p> <p>'녹색 복음: 지속가능하고 즐거운 삶을 향한 그리스도의 길'에 대해 읽어보십시오: <a href="http://presbyterianmission.org/eco-journey/2020/10/12/green-good-news">presbyterianmission.org/eco-journey/2020/10/12/green-good-news</a>.</p>                            |
| <b>3 월</b>  |  |   |  |
| <p>1</p> <p>마태복음 25:31-46을 읽고 묵상해 보세요. 어떻게 "내 형제 자매들 중에서 가장 작은 자"가 하나님 창조의 일부가 되는지요?</p>  | <p>2</p> <p>여러분이 오늘 어디에서 그리스도를 보는지 생각해 보세요. 이에 대해 다른 이들과 대화해보세요.</p>   | <p>3</p> <p>기도: 하나님, 당신의 백성인 저희에게 창조의 선물에 존중하는 방법을 보여 주소서. 저희에게 주신 이 선물을 이기적으로 쓰지 않게 하소서. 당신이 저희에게 베푸신 것처럼, 저희가 서로에게 관대히 나누게 하소서. 아멘.</p>  | <p>4</p> <p>기후 보호를 위해 전 지구가 함께 행동하도록 기도하십시오. <a href="http://presbyterianmission.org/eco-journey/climate-change-resources/cop">presbyterianmission.org/eco-journey/climate-change-resources/cop</a>에서 2022년 11월 UN 지구 기후 회담에 관해 읽어보세요.</p>  |
| <p>8</p> <p>이사야 65:17-25을 읽고 묵상해 보세요.</p>    | <p>9</p> <p>기도: 주여, 집, 가족, 친구, 음식을 주셔서 감사합니다. 주님은 우리에게 항상 선하십니다! 두려워하고, 병들고, 주리고, 사랑받지 못한 모든 이들에게 하늘의 풍성한 위로와 평화를 부여 하소서. 아멘.</p>   | <p>10</p> <p>오로지 물만 마시는 일에 도전해보세요. 한 컵의 커피를 위해 600컵 분량의 물이, 한 컵의 티를 위해 125컵 분량의 물이 필요합니다.</p>    | <p>11</p> <p>여러분의 도시나 마을에서 직접 가져가서 분리배출할 수 있는 재활용품이 무엇인지 조사하고, 이를 교회, 가족, 친구 및 동료에게 알려주십시오.</p>   |


12  
제 225회 총회가 취한 환경 정의 조치를. [presbyterianmission.org/eco-journey/2022/08/29/general-assembly-225-in-review](http://presbyterianmission.org/eco-journey/2022/08/29/general-assembly-225-in-review)에서 찾아 검토해 보세요.



19  
걸으면서 지구의 아름다운 자연을 감상해 보세요. 미래 세대의 건강을 위해 지구를 보존하는 것이 왜 중요한지 생각해 보세요.



26  
당신이 사용한 탄소량을 보완한다는 마음으로 '장로교 나무 기금'에 기부해봅시다. [pcusa.org/trees](http://pcusa.org/trees)을 읽어 보십시오.




13  
여러분이 먹는 음식이 어디서 오는지 찾아보세요. [www.eatlowcarbon.org](http://www.eatlowcarbon.org)에서 당신이 먹은 음식의 발자국(음식의 경로)을 계산해 보세요.



20  
부활절 바구니를 만들 때, 여성 조합이 생산한 공정거래 초콜릿, 말린 과일, 차와 커피 또는 작은 선물을 구입해 보세요. 공정 거래는 세계의 농부와 노동자들을 돕습니다. [pcusa.org/fairtrade](http://pcusa.org/fairtrade)을 방문하세요.



27  
다양한 기후관련 주제를 다루는 [ecoAmerica/Blessed](http://ecoAmerica/Blessed) Tomorrow의 정보를 다운로드해 보세요 ([ecoamerica.org/research](http://ecoamerica.org/research)).




14  
[www.pcusa.org/ccc](http://www.pcusa.org/ccc)를 방문하여 PHP의 '기후 보호 실천'을 해보도록 하세요.




21  
[presbyterianmission.org/wp-content/uploads/PHP-Poster-Environmental-Racism.pdf](http://presbyterianmission.org/wp-content/uploads/PHP-Poster-Environmental-Racism.pdf)에 올려진 포스터를 사용하여 환경과 관련된 불의함을 배우고 누가 영향을 받고 있는지 살펴보세요.




28  
시편 130편을 읽고 묵상해 보세요. 피조물을 구속하고자 하는 하나님의 사역의 일부인 우리가 져야 할 책임에 대해 생각해 봅시다.




15  
창세기 1:29을 읽고 묵상해 보세요.




22  
누가복음 12:48을 읽고 묵상해 보세요.




29  
'지구환경 돌봄 사역'에 동참하고 있는 교회를 [bit.ly/3IgW2xf](http://bit.ly/3IgW2xf)에서 찾아보고, 가장 가까이 있는 교회를 위해 기도해 주세요.




16  
기도: 강과 바다의 창조주 하나님, 우리를 매일 깨끗이 씻어 주시며 새롭게 하시는 이여, 저희가 주님의 이름으로 저희의 이웃들에게 한 잔의 시원한 물이 되게 하소서. 새롭게 하며 깨끗하게 하고 마음 편하게 하는 물이 되게 하소서. 아멘.




23  
기도: 해가 뜨고 지는 것과 계절의 순환과 빛나는 별들의 모습 속에서 하나님의 선하심을 기억하게 하소서. 아멘.




30  
[FaithClimateActionWeek.org](http://FaithClimateActionWeek.org)에서 기도문을 내려받아, 지구의 날(4/22) 현지 시간 정오에 '기후 변화 방지를 위한 기도'를 합시다.




17  
가능한 한 많은 쓰레기를 줄고, 친구들도 같은 일을 하게 하세요.




24  
자동차 타이어의 공기압을 점검하세요. 타이어 압력이 낮으면 에너지/연료 소비는 높아집니다.




31  
시편 8편을 읽고 묵상해 보세요.



18  
오늘 집이나 사무실에서 나갈 때, 휴대폰과 노트북의 전기 코드를 전원에서 빼놓으세요. 많은 전자제품과 가전제품이 꺼진 상태에서도 계속해서 소모하는 전력을 최소화해 주세요.




25  
자연과 집을 보호하기 위한 세계적인 노력에 동참하는 차원에서 3월 마지막 주일에 오후 8:30에 모든 전원을 끄시고, "지구의 시간" 프로그램에 참여해 보세요. [earthhour.org](http://earthhour.org)을 참조하세요.



4 월

1  
"A Place in the Choir": [youtube.com/watch?v=-iP27eatYxE](http://youtube.com/watch?v=-iP27eatYxE)를 따라서 노래하면서, 세상 속 피조물을 생각해 보세요.



2

수난/종려 주일 고난 주간 이번 고난 주간에 그리스도의 여정에 대해 생각할 때, 이 여정에서 우리가 혼자가 아니라는 점을 기억하세요. 기후에 관련하여 불의함이 커서 분노하거나 힘들 수 있지만, 혼자가 아님을 기억하세요.



3

"축복의 미래" 기후 프로그램에서 발간하는 "대화해 봅시다" 자료를 내려받고 자신만의 메시지를 작성해보세요. 이를 이용해 탄소 배출량 감소에 대해 친구 및 가족과 대화해보십시오. [presbyterianmission.org/resource/lets-talk-faith-and-climate](http://presbyterianmission.org/resource/lets-talk-faith-and-climate)을 읽어보세요.



4

이야기는 사람들에게 영감을 주고 참여시키는 강력한 도구입니다. 여러분이 가진 기후 관련 이야기를 생각해 보세요. 이 캔버스를 다운로드하여, 여러분의 이야기를 풀어낼 전략을 세우십시오: [digitalstorytellers.com.au/the-story-canvas](http://digitalstorytellers.com.au/the-story-canvas).



5

공공정책 선교사무처에서 제작한 "거룩한 불만: 효과적인 지지활동을 위해 의견을 피력하는 법" 자료를 사용해서, 변화를 만들어내기 위해 의견을 제시하는 법을 배워보세요. [presbyterianmission.org/resource/holy-discontentment-advocacy-resource](http://presbyterianmission.org/resource/holy-discontentment-advocacy-resource)를 살펴보세요.



6

세속 목요일 [www.presbyterianmission.org/lordsearthpolicy](http://www.presbyterianmission.org/lordsearthpolicy)를 읽으시고 기후 변화 문제에 대한 미국장로교의 정책을 살펴보세요.



7

성 금요일 정계에 목소리를 높여 봅시다. 입법부 의원들이 정의와 환경보호를 우선시하는 법안을 지지하도록 촉구해보십시오. 여러분 지역의 의원들에게 연락하려면 [votervoicenet.org](http://votervoicenet.org) / [PCUSA/home](http://PCUSA/home)을 살펴보세요.



8

부활 전야 요한복음 13:1-17, 31b-35 그리스도께서 우리를 사랑하신 것처럼, 어떻게 이웃과 전 세계를 사랑할 수 있을까요? 피조물을 사랑하겠다는 여러분의 결심을 적어보세요.



9

부활절 마태복음 28:1-10을 읽어 보세요. '위대한 나눔의 실천' 특별헌금에 기쁘게 동참해보세요.



### 추가 학습 및 실천 사항

- [presbyterianmission.org/donate/h999999](http://presbyterianmission.org/donate/h999999)를 통해 기아대책 기금 H999999에 헌금하시고, '장로교 기아대책 프로그램'의 지속적인 활동을 지원해 주세요.
- 지구촌 돌봄 사역, 재난 대응, 기아와 빈곤 완화에 힘쓰는 '위대한 나눔의 실천' 특별헌금을 지원해주세요: [www.pcusa.org/oghs](http://www.pcusa.org/oghs).
- '기후 변화 방지 대사'가 되어 보세요: [bit.ly/3B769D1](http://bit.ly/3B769D1).
- [presbyterianmission.org/resource/php-post-fall-2020](http://presbyterianmission.org/resource/php-post-fall-2020)에서 "지속가능성과 지구 돌봄(Sustainability and Earth Care Concerns)"에 관한 포스터를 다운로드하세요.
- '미국장로교 정의와 평화부' 뉴스레터를 구독하세요: [pcusa.activehosted.com/f/164](http://pcusa.activehosted.com/f/164)
- [pcusa.org/environment](http://pcusa.org/environment)의 자료를 사용하여, 여러분 교회가 환경 정의를 위한 성경적 및 신학적 기초에 관한 공부를 하도록 이끌어 주세요.
- '지구 돌봄 사역 동참 교회' 가이드에서 교회가 지구환경을 보호할 수 있는 아이디어를 더 얻으실 수 있을 겁니다: [pcusa.org/earthcarecongregations](http://pcusa.org/earthcarecongregations)
- 풀뿌리 조직인 "지구 돌봄 장로교인"의 일원이 되세요: [presbyearthcare.org](http://presbyearthcare.org).
- "환경 관련 정의로의 여정" 블로그를 읽어 보세요: [presbyterianmission.org/eco-journey](http://presbyterianmission.org/eco-journey)
- 범교회적 프로그램에 참여하세요: [creationjustice.org](http://creationjustice.org).
- 공공정책 선교 사무처를 통해 공공 정책 문제에 대한 최신 정보를 얻으세요: [pcusa.org/washington](http://pcusa.org/washington)
- '사순절 4.5' 자료로 학습모임을 인도하세요. 자료는 [php@pcusa.org](mailto:php@pcusa.org)에서 얻을 수 있습니다.

[pcusa.org/hunger](http://pcusa.org/hunger)를 방문하여 단순한 삶, 환경 관련 정의, 빈곤 완화 및 기아의 근본 원인 제거에 대해 알아보세요.

