

리아호호나



우리는 기쁨과 행복을 어떻게 찾는가?

기쁨의 근원을 설명하는
베드나 장로, 18쪽

구주께서 주신
네 가지 선물을 받아들이며,
6쪽

행복한 사람들의
9가지 전략,
24쪽

어떻게 하면 어린이들과
청소년들을 격려하고
영감을 줄 수 있을까?, 36쪽

여기에
교회가
있다

태국 방콕





다음은 태국에 있는 우리 교회에 관한 몇 가지 사실이다.

1  방콕에
건설 중인
성전

교회 회원  22,100

41  와드 및 지부

선교부  1 

74  태국에서
사용되는
언어와 방언

방콕의 공식
이름을 태국어로
적을 때 글자 수  168

1854 선교사가 (당시 시암으로 알려진)
태국에 첫발을 디디다.

1966 태국 지방부가 조직되고, 고든 비
힝클리 회장이 선교 사업을 위해
이 나라를 헌납하고, 첫 번째
개종자가 침례를 받다.

1995 방콕 스테이크가 조직되다.

2018 러셀 엠 넬슨 회장이
방콕을 방문하다.

2019 1월 16일, 태국 방콕
성전의 기공식이 열린다.

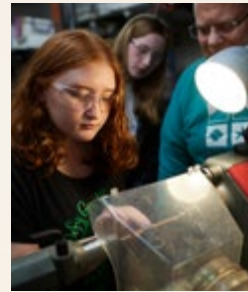




구주께서 주시는
네 가지 선물
러셀 엠 넬슨 회장
6



성탄절 이야기에서
성역을 배우다
12



어린이와 청소년을
보살피는 일
브리트니 비티
36

우리는 기쁨과 행복을 어떻게 찾을 수 있는가?

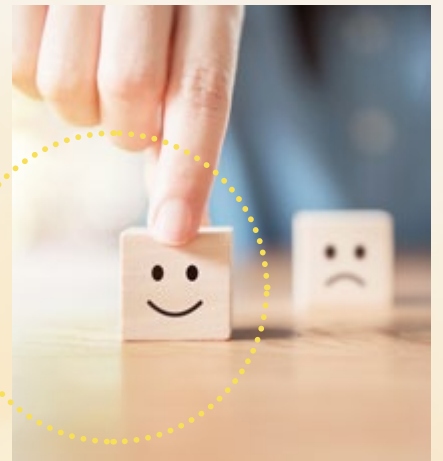
저를 포함한 많은 사람이 의롭게 생활하려고 노력하는데도 기쁨이나 행복을 느끼기가 힘들다고 합니다. 가끔은 “계명을 지키고 있는데, 행복을 느끼기가 왜 이렇게 힘들까?” 하는 궁금증이 듭니다.

실직, 사랑하는 사람의 죽음, 정신적·신체적 어려움 등 행복이나 평안을 누리지 못하게 하는 많은 요인이 있습니다. 그러나 저는 우리가 어떤 골짜기를 힘겹게 지나고 있더라도 더 좋은 날이 반드시 올 것임을 믿게 되었습니다. 24쪽에 있는 저의 기사 「행복을 붙잡다」는 특히 행복이 멀리 있다고 느껴질 때 행복을 추구하는 것에 대한 과학적 연구와 복음의 관점을 이야기합니다.

데이비드 에이 베드나 장로님은 18쪽 기사 「예수 그리스도: 지속적인 기쁨의 근원」에서 참되고 지속적인 기쁨에 관해 가르치십니다. 장로님의 기사는 경전과 예언에 기반한 통찰로 가득 차 있으며, 현세에서 기쁨을 찾는 것뿐만 아니라 우리의 영원한 복지에 관한 중요한 가르침도 전해 줍니다.

경전에서는 “아담이 타락한 것은 사람이 존재하게 하려 함이요, 사람이 존재함은 기쁨을 갖기 위함”이라고 말합니다.(니파이후서 2:25) 가장 어두운 밤이 지나면, 항상 밝은 새벽이 옵니다.

데이비드 딕슨
교회 잡지



예수 그리스도: 영원한
기쁨의 근원
데이비드 에이 베드나
장로
18

5 행복의 이모저모

무엇이 행복한 삶을 만드는가?

6 구주께서 주시는 네 가지 선물

러셀 엠 벨슨 회장

우리는 예수 그리스도께서 주시는 선물들을 받음으로써 좀 더 그분과 같이 될 수 있다.

8 음악

이 아기 누구뇨?

윌리엄 시 딕스

12 성역의 원리

성탄절 이야기에서 성역을 배우다

구주께서 탄생했을 때 그분을 사랑했던 사람들의 모범을 어떻게 따를 수 있을지 알아본다.

16 신앙의 초상

파투 가망가—시에라리온 동부 지방

파투는 자신의 삶을 변화시키기 위해 교회의 문맹 퇴치 프로그램과 자립 프로그램을 활용했다. 그녀는 간증을 통해 자신감을 얻는다.

18 예수 그리스도: 지속적인 기쁨의 근원

데이비드 에이 베드나 장로

기쁨은 무엇이며, 어떻게 얻을 수 있는가?

24 행복을 붙잡다

데이비드 딕슨

시련의 시기에도 더 행복한 삶을 살게 해 주는 9가지 전략.

32 후기 성도의 소리

깨진 것을 고치는 사랑, 어머니에게 드리는 영원한 선물, 외로움으로 깨달은 감사드리는 방법, 봉사로 마음이 치유된 자매.

36 어린이와 청소년을 보살피는 일

브리트니 비티

우리 주위에 있는 청소년과 어린이들이 잠재력을 발휘하도록 지원하고 격려하는 방법을 소개한다.

40 십 대와 어린이들을 가르치며

전환기에 길을 찾다

중요한 전환기에 있는 자녀들을 도울 수 있는 일곱 가지 방법을 소개한다.

짧은 기사



표지
삽화: 지아라 리바

섹션

청년 성인

42

누구나 외로움을 느낀다.

하지만 하나님께서는 우리에게 계속 나아갈 힘을 주실 수 있다.

이 섹션에서 청년

성인들은

새로운 친구를

사귀는 방법과

함께 외로움을

극복하는 방법을

이야기한다.



청소년

51

신권으로 함께 성장하는 형제들, 전 세계의 청소년들이 나누는 성탄절을 기념하는

방법, 조롱이 아닌 사랑을

기대하시는 주님, 후기 성도

여성을 소개받고 복음으로

인도된 청년, 선교사로

봉사할지 여부를 결정하는

방법



어린이

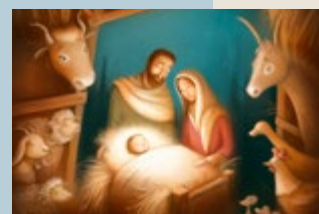
『친구들』

예수님이 걸었던 곳을 탐험해 본다.

콜롬비아 회원들의 이야기를 읽어

본다. 세상의 빛이신 예수님의

탄생을 축하한다.



12월 온라인 전용 기사



집에서 멀리 떠나 있을 때 성탄절을 즐겁게 보내는 다섯 가지 비결

알렉산드라 파머

집에서 멀리 떨어져 있을 때 집에 있는 것처럼 느끼는 방법을 알려 준다.

영적 자산소증과 좋은 친구의 중요성
벨라 하비

호주의 한 청년 성인이 우정의 가치에 대한 통찰을 나눈다.

회원들이 이야기하는
『와서 나를 따르라』의 축복

차켈 위들레이

신약전서를 공부함으로써 올해 회원들의 삶에 어떤 변화가 일어났는지 읽어 본다.

추가 정보

복음 자료실 앱과 liahona.ChurchofJesusChrist.org에서 여러분은

- 최신호 리아호나를 찾아볼 수 있습니다.
- 온라인 전용 기사를 찾을 수 있습니다.
- 과월호 기사를 검색할 수 있습니다.
- 여러분의 이야기와 피드백을 제출할 수 있습니다.
- 구독 신청을 하거나 구독권을 선물할 수 있습니다.
- 디지털 도구로 학습을 향상시킬 수 있습니다.
- 가장 좋아하는 기사와 동영상상을 공유할 수 있습니다.
- 기사를 내려받거나 출력할 수 있습니다.
- 가장 좋아하는 기사를 들을 수 있습니다.

문의

liahona@ChurchofJesusChrist.org로 질문과 피드백을 보내 주십시오.

신앙을 증진시키는 여러분의 이야기를 liahona.ChurchofJesusChrist.org나 다음 주소로 보내 주십시오.

Liahona, floor 23

50 E. North Temple Street

Salt Lake City, UT 84150-0023, USA

2019년 12월호 제56권, 제12호
리아호나 18612 320
예수 그리스도 후기 성도 교회의 한국어판 잡지
제일회장단: 러셀 엠 넬슨, 달린 에이치 욱스, 헨리 비 아이어링
십이사도 정원화: 엠 러셀 벨라드, 제프리 알 홀런드, 다이터 예프 우호트도르프, 데이비드 에이 베드나, 쿠엔틴 엘 쿡, 디 토드 크리스토퍼슨, 닐 엘 앤더슨, 로널드 에이 레스번드, 게리 이 스티븐슨, 데일 지 랜런드, 게렛 더블유 공, 올리세스 소아레스
편집자: 헨디 디 핑크
고문: 랜들 케이 베네트, 베키 크레이븐, 크리스티나 비 프랑코, 해런 유뱅크, 도널드 엘 홀스트롬, 래리 에스 캐저, 에릭 더블유 코우피쉬케, 린 지 로빈슨
관리 책임자: 리처드 아이 히튼
관리 책임자: 리처드 아이 히튼
교회 잡지 책임자: 앨런 알 로이보그
비즈니스 관리자: 가트 캐넌
관리 편집인: 애덤 시 윌슨
관리 부편집인: 라이언 카
출판 보조: 카밀라 카스트리온
기사 작성 및 편집 팀: 데이비드 덕슨, 데이비드 에이 애드워즈, 매튜 디 플리튼,

게릿 에이치 가트, 존 라이언 젠슨, 에런 존스턴, 살렛 라카발, 마이클 알 모리스, 에릭 비 머독, 조슈아 제이 퍼키, 켄 핀보로우, 리처드 엠 롬니, 민다 셀루, 로리 풀러 소사, 차켈 위들레이, 머러사 위디슨
편집 인턴: 메건 요스트
관리 미술 책임자: 제이 스코트 크누센
미술 책임자: 태드 알 피터슨
디자인: 저넷 앤드루스, 페이 피 앤드루스, 맨디 벤틀리, 시 킴볼 보드, 토머스 차일드, 조슈아 데니스, 데이비드 그린, 콜린 핑클리, 에릭 피 존슨, 수전 로프그렌, 스콧 엠 무이, 에밀리 치에코 레밍턴, 마크 더블유 로빈슨, 케이 니콜 워렌호스트
디자인 인턴: 켈시 린포드
지적 재산 코디네이터: 콜레트 네베커 오운
제작 관리자: 제인 앤 피터스
제작팀: 아이라 클렌 아데어, 줄리 버넷, 토머스 지 크로닌, 브라이언 더블유 지기, 지니 제이 넬슨, 머러사 엠 스미스
사진 인쇄: 조슈아 데니스
인쇄 책임자: 스티븐 티 루이스
배우 책임자: 넬슨 곤살레스
우편 주소: Liahona, FL 23, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150-0023, USA.

통권: 제645호, 제56권, 제12호
등록: 1967년 10월 4일, 라-3166
발행일: 2019년 12월 1일(월간지)
발행인: 박경렬
편집 및 번역 책임자: 최봉선
발행소: 예수 그리스도 후기 성도 교회 서울특별시 종로구 자하문로 152
인쇄인: 한국학술정보(주) 채준준
리아호나 신청 및 문의 홈페이지: HTTP://LIAHONA.KR에 접속하여 신청합니다.
전화: 리아호나 담당자에게 연락해 주십시오. (전화 080-238-8000)
구독료: 1년 구독료는 7,000원, 권당 가격은 700원입니다.(해외 구독은 개별 문의 바랍니다.) 아래 계좌로 입금해 주십시오.
예금주: (재) 예수 그리스도 후기 성도 교회 신한은행 100-001-389910

리아호나(“나침반” 혹은 “지시기”)를 뜻하는 물론경 용어는 한국어 외에 다음 언어로 출판됨. 그리스어, 네덜란드어, 노르웨이어, 덴마크어, 독일어, 라트비아어, 러시아어, 루마니아어, 리투아니아어, 마살어, 말라가시어, 몽골어, 베트남어, 불가리아어, 비슬라마어, 사모아어, 세부어, 스와힐리어,

스웨덴어, 스페인어, 슬로베니아어, 아르메니아어, 아이슬란드어, 알바니아어, 에스토니아어, 영어, 우르두어, 우크라이나어, 이탈리아어, 인도네시아어, 일본어, 중국어, 중국어(간체자), 체코어, 캄보디아어, 크로아티아어, 키리바티어, 타갈로그어, 타히티어, 태국어, 통가어, 포르투갈어, 폴란드어, 프랑스어, 피지어, 핀란드어, 헝가리어. (발행 횟수는 언어에 따라 다름)
© 2019 Intellectual Reserve, Inc. 판권 소유. Printed in Korea.
저작권 정보: 달리 명시되어 있지 않는 한 리아호나에 실린 자료는 교회 및 가정에서 (교회 부름을 포함하여) 비상업적인 목적으로 사용하기 위해 복사할 수 있습니다. 이 권리는 언제라도 취소될 수 있습니다. 각각 자료는 복사 제한 문구가 있는 경우 복사를 금합니다. 판권에 관한 문의 사항은 다음 주소로 연락하시기 바랍니다. Intellectual Property Office, 50 E. North Temple St., FL 13, Salt Lake City, UT 84150, USA; email: cor-intellectualproperty@ChurchofJesusChrist.org.

For Readers in the United States and Canada: December 2019 Vol. 43 No. 12. LIAHONA (USPS 311-480) English (ISSN

1080-9554) is published monthly by The Church of Jesus Christ of Latter-day Saints, 50 E. North Temple St., Salt Lake City, UT 84150, USA subscription price is \$10.00 per year; Canada, \$12.00 plus applicable taxes. Periodicals Postage Paid at Salt Lake City, Utah. Sixty days' notice required for change of address. Include address label from a recent issue; old and new address must be included. Send USA and Canadian subscriptions to Salt Lake Distribution Center at address below. Subscription help line: 1-800-537-5971. Credit card orders (American Express, Discover, MasterCard, Visa) may be taken by phone or at store.lds.org. (Canada Post Information: Publication Agreement #40017431)

POSTMASTER: Send all UAA to CFS (see DMM 507.1.5.2) NONPOSTAL AND MILITARY FACILITIES: Send address changes to Distribution Services, Church Magazines, P.O. Box 26368, Salt Lake City, UT 84126-0368, USA.



행복의 이 모 저 모

다 음은 삶을
행복하게 해
주는 몇 가지
생각이다.
24쪽의 기사는 이 주제를
심도있게 다루고 있으며
우리가 더 행복해지기 위한
9가지 전략 또한 제시해 준다.



“아프리카 마을에서는
사람들이 인사할 때
‘우리는 안녕한가요?’
라고 말합니다. 이는 타인의
성취나 행복이 실질적으로
우리 자신의 것임을 보여
줍니다.”

데스몬드 투투, 남아프리카 공화국
케이프타운 명예 대주교, 제14대 달라이
라마, 데스몬드 투투, 『The Book of
Joy: Lasting Happiness in a Changing
World』(2016).



“다른 사람들의 행복을
바란다면 자비를
베푸십시오. 자신이
**행복해지고 싶다면
자비를 베푸십시오.**”

달라이 라마, 달라이 라마와 하워드
시 커틀러, 『The Art of Happiness:
A Handbook for Living』(2009).



**“선한 생각을 하지 않는다면
평화는 없습니다. 그리고 평화
없이는 행복도 없습니다.”**

마하트마 간디, 『The Selected Works of Mahatma
Gandhi: The Voice of Truth』(1968).

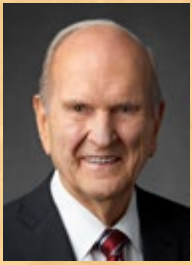
“행복해서 감사하는 것이
아닙니다. **감사하다
보니 행복해지는
것이지요.**”

데이비드 스타인들라스트, 가톨릭
베네딕도회 수도사, “Want
to Be Happy? Be Grateful,”
TEDGlobal 2013 (video), June
2013, ted.com.

**“행복은 존재의 목적이며
존재의 이유이다. ‘사람이
존재함은 기쁨을
갖기 위함이니라.’**
[니파이후서 2:25]
덕, 정직, 충실함,
거룩함, 하나님의
계명을 지키는 것이
삶을 행복하게
합니다.”

데이비드 오 맥케이 회장,
『Pathways to Happiness』
(1964).





러셀 엠 넬슨 회장

구주께서 주시는 네 가지 선물

사 랑하는 형제 자매 여러분, 소중한 절기가 찾아왔습니다! 주 예수 그리스도의 삶과 사명, 교리와 속죄에 초점을 맞추어서, 우리에게 임하는 축복들에 대해 함께 생각해 봅시다.

이 절기 동안 여러분 자신의 소망에 대해 생각해 보시기 바랍니다. 여러분은 진심으로 점점 더 예수 그리스도를 닮고 싶은 마음이 있으십니까? 정말 하나님 아버지와 여러분의 가족과 함께 영원히 살기를 바라고 하나님처럼 되기를 바라십니까? 그렇다면, 여러분은 우리가 필멸의 시험을 거치는 동안 도움이 되도록 주께서 우리를 위해 마련하신 많은 선물을 기꺼이 받아들이고자 할 것입니다. 그 선물들을 기꺼이 **받아들이고자** 하는 모든 사람에게 예수 그리스도께서 주신 네 가지 선물에 초점을 맞추어 봅시다.(교리와 성약 88:33 참조)

첫째, 주님은 여러분과 저에게 **사랑할 수 있는** 무한한 능력을 주셨습니다. 이것은 불쾌한 사람, 심지어 여러분을 사랑하지도 **않을** 뿐더러 현재 여러분을 박해하고 악의적으로 이용하는 사람까지도 사랑하는 능력을 포함합니다.(마태복음 5:44~45 참조)

구주께서 도와주신다면, 우리는 그분처럼 사랑하는 법을 배울 수 있습니다. 서로를 돌보는 **진정한** 방법을 구주께 배우기 위해서는 마음의 변화, 특히 우리 마음을 부드럽게 변화시키는 일이 필요할 것입니다. 사랑하는 형제 자매 여러분, 사랑이라는 그분의 선물을 받아들이한다면 우리는 진실로 주님의 방법으로 성역을 베풀 수 있습니다.



구주께서 여러분에게 주시는 **두 번째** 선물은 **용서하는** 능력입니다. 구주의 무한한 속죄를 통해 우리에게 상처를 주고 잔혹한 짓을 하면서도 그 책임은 절대 지지 않으려는 사람까지도 용서할 수 있습니다. 구주께서는 여러분을 어떤 식으로든 잘못된 방식으로 대한 모든 사람을 용서할 능력을 주실 것입니다.



구주의 **세 번째** 선물은 **회개**입니다. 주님은 우리에게 마음과 지식, 정신, 심지어 호흡까지도 바꾸라고 권하십니다. 이를테면, 회개할 때 우리는 나날이 우리에게 호흡을 주시는 하나님께 감사하는 마음으로 숨을 쉬게 됩니다.(모사야서 2:21 참조) 그리고 우리는 그 호흡을 이용하여 주님을 섬기고 그분의 자녀들에게 봉사하고자 소망하게 됩니다. 회개는 정말 멋진 선물입니다. 결코 겁낼 필요가 없는 과정입니다. 그것은 우리가 더욱 구주와 같이 되기 위해 노력하면서 기쁘게 받아들여 매일 활용하고 받아들여야 할 선물입니다.

구주의 **네 번째** 선물은 사실 한 가지 약속인데, 바로 **영생**의 약속입니다. 모든 사람은 부활해서 **불멸**을 경험할 것입니다. 그러나 영생에는 시간적 의미보다 훨씬 더 큰 뜻이 있습니다. 영생은 하나님 아버지와 그분의 사랑하는 아들이 영위하시는 것과 같은 삶입니다. 아버지께서 우리에게 영생을 제안하실 때, 그분은 실질적으로 이렇게 말씀하시는 것입니다. “너희가 내 아들을 따르겠다고 선택한다면, 네 **소망**이 정말로 더욱 내 아들과 같은 자가 되는 것이라면, 언젠가 너희는 우리처럼 살며 우리처럼 여러 세상과 왕국을 다스리게 될 것이니라.”

우리가 이런 네 가지 특별한 선물을 받아들인다면 점점 더 큰 기쁨을 찾게 될 것입니다. 이 선물들은 여호와께서 아기 예수의 모습으로 지상에 친히 내려오셨기에 우리에게 주어질 수 있었습니다. 주님은 불멸의 아버지와 필멸의 어머니 사이에서 태어나셨습니다. 베들레헴의 가장 비천한 환경 속에서 태어나셨습니다. 예수 그리스도께서는 하나님의 비할 데 없는 선물이시며, 아버지께서 당신의 모든 자녀에게 주시는 선물입니다.(요한복음 3:16 참조)

우리의 생각과 느낌이 세상의 구주께로 향하는 이 절기에, 예수 그리스도께서 우리에게 그렇게 기꺼이 주신 이 선물을 받기 위해 우리는 무엇을 해야 할까요? 그분처럼 사랑하고, 그분처럼 용서하며, 더욱 그분처럼 되기 위해 회개하고, 궁극적으로 하나님 아버지와 주님과 함께 살기 위한 열쇠는 무엇이겠습니까?

그것은 바로 성스러운 성약을 맺고 지키는 것입니다. 우리는 주님의 성약에 따라 살고 그 성약의 길에서 발전하며 계속 그 길에 남겠다고 선택합니다. 그 길은 복잡하지 않습니다. 그 길은 우리를 이생에서는 참된 기쁨으로, 다음 생에서는 영생으로 인도합니다.

사랑하는 형제 자매 여러분, 저의 가장 큰 소망은 하나님의 모든 자녀가 예수 그리스도의 복음을 듣고 그분의 가르침을 따를 기회를 얻는 것입니다. 저는 구주께서 우리 각자에게 갖고 계신 사랑을 우리가 믿기를, 또 그 사랑을 받기를 바랍니다. 그분이 여러분과 저를 위해 속죄하신 것은 당신께서 지니신 무한하고 완전한 사랑 때문이었습니다. 구주의 속죄라는 선물로 말미암아 그분의 다른 모든 선물도 우리의 것이 될 수 있습니다. ■

2018년 제일회장단 성탄절 영적 모임에서 발췌함.



이 아기 누구뇨?

이중창 혹은 이부 합창

작사: 윌리엄 시 디스

영국 민요
편곡: 셀리 디포드

부드럽게 ♩ = 90-100

여성 제창 *mp*

1. 마 리 아 품 — 에
2. 초 라 한 구 — 유

안 기 어 — 잠 든 이 아 — 기 누 구 뇨? 목
에 누 인 — 그 이 유 아 는 자 누 구 뇨? 죄

자 인 들 살 — 퍼 지 킬 때 — 천 사 — 들 노 — 래
위 해 — 변 호 하 니 — 성 도 — 들 경 — 외

하 네 그 리 스 도 우 리 왕, — 목
하 네 우 리 위 해 고 통 견 — 디

남성 제창 *mf*

mf

© 1991 Sally DeFord. 판권 소유.

이 노래는 가정이나 교회에서 비상업적인 목적으로 임시 사용하기 위해 복사할 수 있음.
본 문구는 반드시 각 사본에 포함되어야 함.



13

자 천 사 — 경 배 하 네 어 서 — 찬
고 십 자 — 가 지 셧 네 다 찬 — 미

13

16

1.

양 하 세 — 마 리 아 의 아 — 들 예 수
하 여 라 — 마 리 아 의 아 — 들

16

19

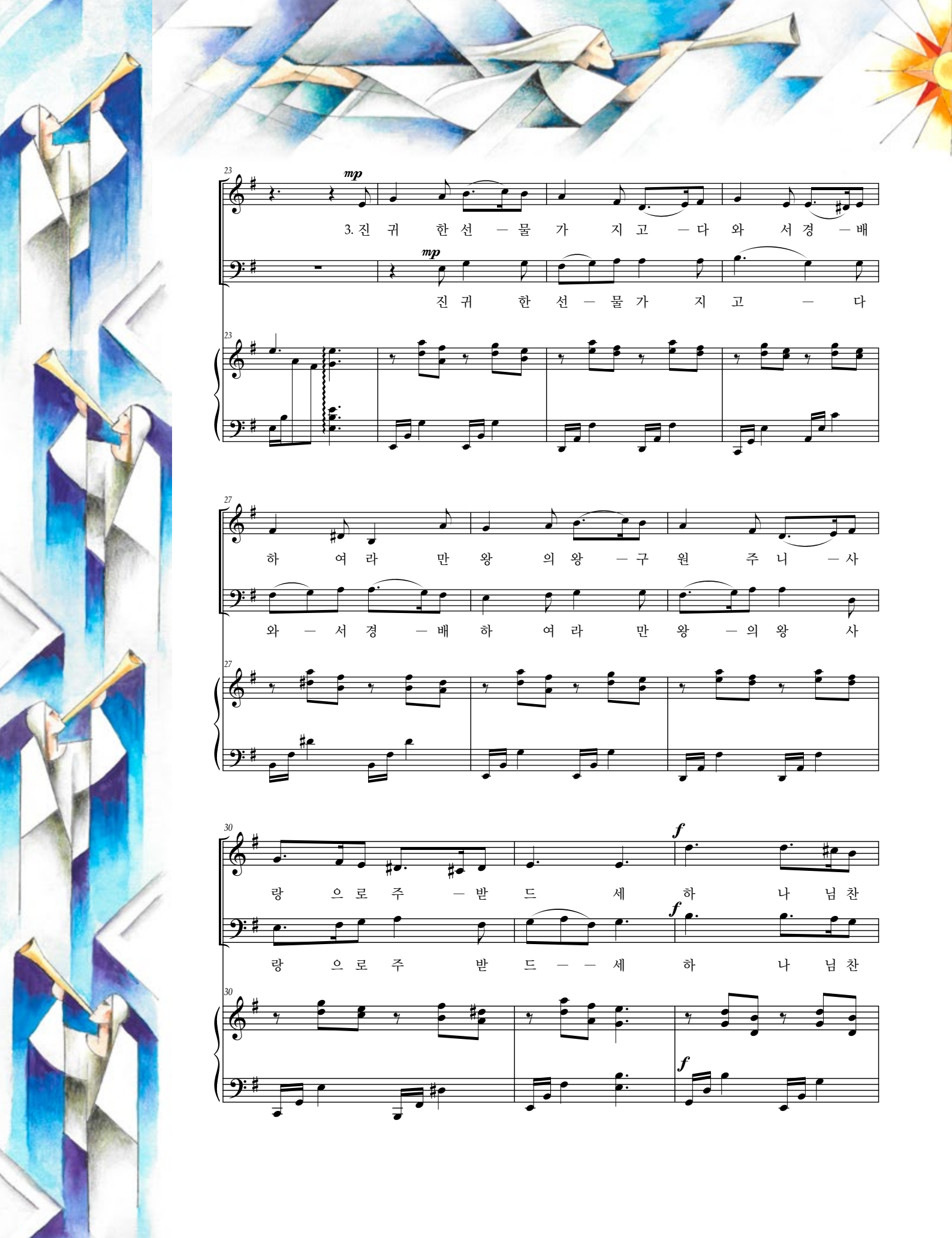
2.

예 수

19

mp





23 *mp*

3. 진 귀 한 선 — 물 가 지 고 — 다 와 서 경 — 배

mp

진 귀 한 선 — 물 가 지 고 — 다

23

27

하 여 라 만 왕 의 왕 — 구 원 주 니 — 사

와 — 서 경 — 배 하 여 라 만 왕 — 의 왕 사

27

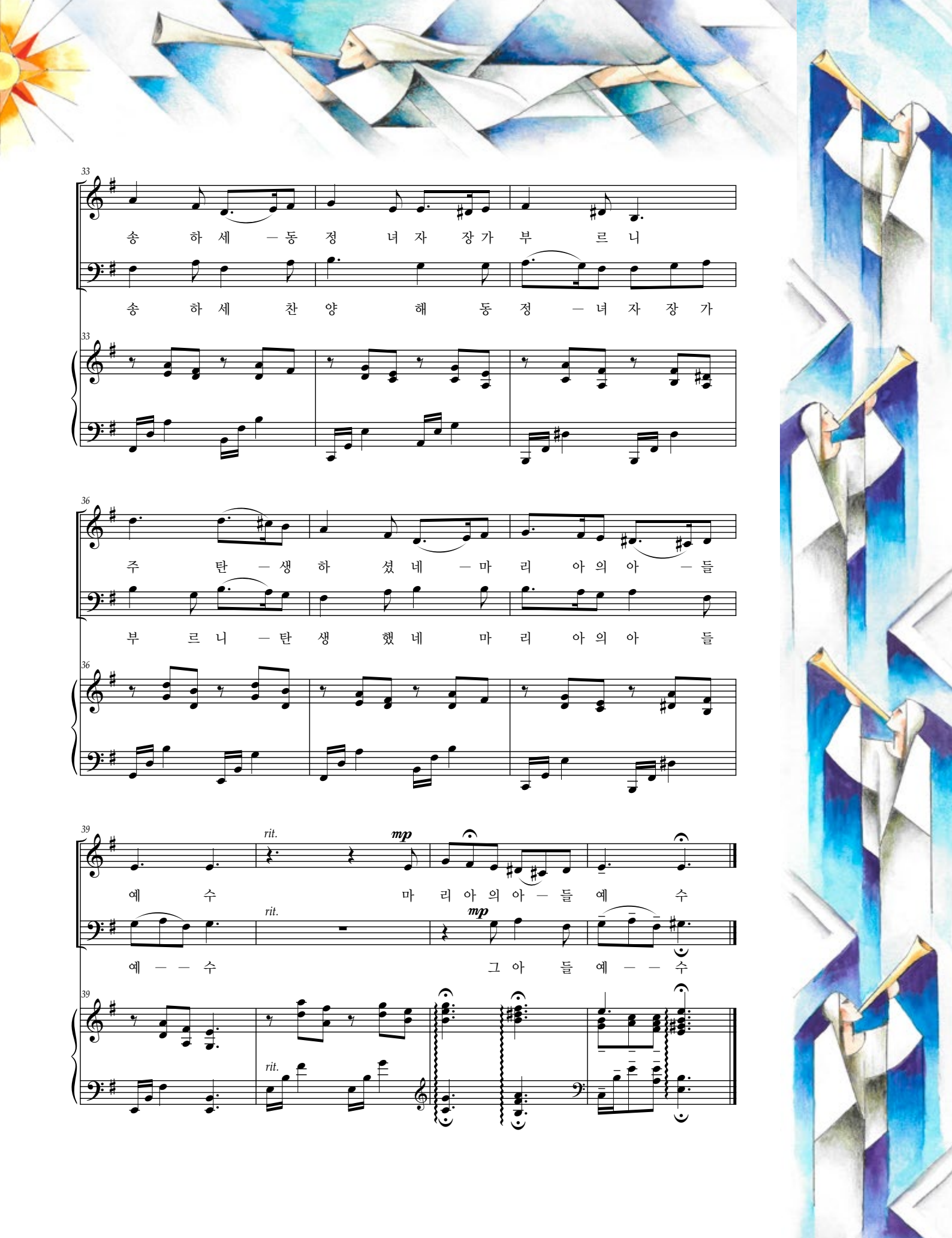
30 *f*

랑 으 로 주 — 받 드 세 하 나 님 찬

f

랑 으 로 주 받 드 — — 세 하 나 님 찬

30 *f*



33

송 하 세 — 동 정 녀 자 장 가 부 르 니

송 하 세 찬 양 해 동 정 — 녀 자 장 가

33

36

주 탄 — 생 하 셧 네 — 마 리 아 의 아 — 들

부 르 니 — 탄 생 했 네 마 리 아 의 아 들

36

39

rit. *mp*

예 수 마 리 아 의 아 — 들 예 수

rit. *mp*

예 — — 수 그 아 들 예 — — 수

39

rit.

성역의 원리 성탄절 이야기에서 성역을 배우다

“즐거운 명절이 찾아왔네. 다 함께 성탄절 축하하네. 예수님 탄생을 얘기하네. 세상에
오신 주 아기 예수” (“성탄 축하”, 『어린이 노래책』, 32쪽)

성탄 절기는 양과 목자, 구유와 별이 갑자기 새로운 의미를 띠게 되는
경이로운 시간이다. 그런 것들은 인류 역사상 가장 중요한 사건 중
하나인 예수 그리스도의 탄생 이야기를 전달할 때 중요한 역할을 한다.
많은 가족이 가정에 성탄 장면을 묘사하는 장식을 진열해 놓는다. 그
외에도 주님의 탄생 일화를 책에서 읽거나 탄생 이야기 연극에 참여하는
가족들도 있다. 그리스도에 관한 다른 모든 이야기가 그렇듯이 그분의 탄생 이야기는
성역에 관한 교훈, 그리고 세상을 밝힐 그분의 빛을 나누는 일에 관한 교훈으로 가득 차
있다. 제일회장단 제2보좌인 헨리 비 아이어링 회장은 “성탄절 이야기는 사랑의 이야기”
라고 말했다.

“... 그리스도의 탄생 이야기에서 우리는 그분이 과거에 누구셨고 현재 누구이신지를
보고 느낄 수 있습니다. 그 과정에서 우리의 짐은 가벼워집니다. 그리하여 우리는 자신을
잊고 다른 사람들의 짐을 덜어 주게 될 것입니다.”¹

“이는 여관에 있을 곳이 없음이러라.”(누가복음 2:7)

여관 주인은 구주께서 계실 곳을 마련하지 못했지만 우리는 그런 실수를 하지
않아도 된다! 우리의 식탁에, 우리의 가정에, 그리고 우리의 전통에 형제자매들을 위한
자리를 마련함으로써 우리는 우리의 마음속에 구주께서 머무실 곳을 마련할 수 있다.
다른 사람들이 참여할 때, 가족의 전통은 더 행복하고 더 기억할 만한 것이 될 수 있다.
다이애나와 그녀의 가족은 누군가를 초대해서 함께 성탄절을 보내는 것을 전통으로



삼는다. 매년 12월이 되면, 그들은 누구를 초대하고 싶은지 의논하고 결정한다.² 어쩌면 여러분의 가족도 그와 비슷한 전통을 시작할 수 있을 것이다. 여러분의 성역 대상자 중 누군가는 여러분의 가족과 함께 가장 좋아하는 성탄절 노래를 부르는 시간을 좋아할지도 모른다. 또 여러분의 지역에 살지만 연고가 없는 누군가를 성탄절 저녁 식사에 초대할 수도 있다.

다른 사람을 포용하는 그분의 모범을 따르는 것만큼 구주의 탄생을 축하할 좋은 방법이 또 어디 있겠는가? 주께서 이렇게 권유하셨음을 기억한다. “그들 모두에게 그에게로 나아와 그의 선하심에 참여하도록 권하시며, 또 그는 그에게로 나아오는 자는 검거나 희거나, 매킨 자나 자유로운 자나, 남자나 여자나 아무도 거절하지 아니하시며, 또 그는 이방을 기억하시나니 유대인이나 이방인이나, 모두 다 하나님께는 동일하니라.” (니파이후서 26:33) 성탄절을 함께 할 자리를 마련하고 다른 사람을 포용한다.

“그 지역에 목자들이 밤에 밖에서 자기 양 떼를 지키더니.”(누가복음 2:8)

목자들이 아기 구주를 가장 먼저 맞았던 것은 매우 적절했던 일 같다. 고대의 선지자들은 예수 그리스도를 “이스라엘의 목자”(시편 80:1), “온 땅 위[의] 목자”라고 (니파이전서 13:41) 말했다. 그리고 그리스도께서도 이렇게 말씀하셨다. “나는 선한 목자라 나는 내 양을 알고.”(요한복음 10:14) 우리의 양을 알고 지키는 것은 구주와 같이 양을 치는 일과 성역을 행하는 일에서 핵심이 되는 부분이다.

성탄 절기에는 반짝거리는 불빛과 화려한 장식 등 볼거리가 많다. 그러나 이 시기의 가장 큰 아름다움은 어쩌면 우리가 성역을 베푸는 이들에게 집중하고 우리의 양 떼를 지켜야 한다는 사실을 기억할 때 발견되는 것일지도 모르겠다. 누군가를 지키다는 것은 그 사람이 가장 좋아하는 음식이 무엇인지 기억하거나 그의 휴일 계획을 물어보는 것이 될 수도 있다. 우리는 다른 사람에게 무엇이 필요한지 늘 지켜보고 도움을

준다. 분명하게 눈에 보이는 것과 그렇지 않은 것 모두에 대해서 말이다.

서릴은 남편인 믹이 갑자기 세상을 떠났을 때 큰 충격을 받았다. 처음으로 남편 없이 보내는 성탄절이 다가오자 그녀의 외로움은 더욱 커졌다. 고맙게도, 그녀의 자매 성역자 쇼나가 서릴의 곁에 있어 주었다. 쇼나와 그녀의 남편 짐은 명절 나들이에 여러 번 서릴을 초대했다. 그들은 서릴의 외투가 낡은 것을 보고 무언가를 해 주기로 결심했다. 성탄절이 되기 며칠 전에 쇼나와 짐은 서릴에게 성탄절 선물을 가져왔다. 바로, 아름다운 새 외투였다. 그들은 서릴이 물질적으로는 따뜻한 외투가 필요했고 정서적으로는 함께 있어 주는 것과 위로가 필요하다는 것을 알았다. 그들은 발 벗고 나서서 할 수 있는 한 최선을 다해 그러한 도움을 주고자 했다. 이로써 그들은 양 떼를 지키는 것에 관해 우리에게 훌륭한 본보기가 된다.³

“목자가 서로 말하되 이제 베들레헴으로 가[자].”(누가복음 2:15)

“이제 가[자]”라는 말은 열렬한 초대이다! 목자들은 동료들이 너무 피곤해서 그곳까지 갈 수 없을 것이라고 생각하지 않았다. 그들은 조용히 자기들끼리 베들레헴으로 향하지 않았다. 그들은 서로 즐겁게 돌아보며 “이제 가[자]!”라고 했다.

우리가 친구들에게 아기 구주를 보러 오라고 초대할 수는 없겠지만, 우리와 함께 봉사하면서 성탄절의 영(또는 그리스도의 영)을 느끼도록 권유할 수는 있다. 본부 청녀 회장으로 봉사했던 보니 엘 오스카슨 자매는 “성탄절의 정신을 고취하는 방법은 주변 사람들에게 관대히 베풀고 우리 자신을 내어주는 것”이라고 말했다.⁴

여러분이 촛불을 들고 있다고 상상해 본다. 확실히 여러분이 들고 있는 초의 불빛만으로도 사람들은 빛을 보고 그 혜택을 누릴 수 있지만, 만약 여러분이 든 초의 불꽃으로 다른 이의 초를 밝혀 그들 스스로 불빛을 간직하게 될 때 그들이 느낄 따뜻함을 상상해 본다.

그리스도는 당신을 따르는 자는 생명의 빛을 얻으리라고 가르치셨다.(요한복음 8:12 참조) 주님께서 행하신 것처럼 봉사하는 것은 우리가 그분을 따르고 약속된 그 빛을 누릴 수 있는 한 가지 방법이다. 그러니 사람들을 초대하여 여러분과 함께 봉사하게 함으로써 빛을 나누자! 여러분과 여러분의 성역 대상자는 어떻게 함께 봉사할 수 있을까? 함께 좋아하는 음식을 만들거나 작은 선물이나 쪽지로 누군가를 놀라게 해 줄 수도 있다. 여러분은 그리스도께서 보이신 봉사의 모범을 따름으로써 함께 그 빛을 느낄 수 있다.



“천사가 자기들에게 이 아기에 대하여 말한 것을 전하니.”(누가복음 2:17)

목자들이 기뻐 흥분하며 그리스도의 탄생이라는 놀라운 소식을 최대한 많은 사람에게 알리는 모습을 쉽게 상상해 볼 수 있다. 천사들이 알려 준 것처럼, 예언된 메시아가 오셨다! 주님이 여기에 계셨다! 사실, 구주에 관한 좋은 소식을 나누는 것은 성탄 이야기의 주요 주제이다. 천사들이 노래를 불렀고, 별이 길을 가리켰으며, 목자들은 그 소식을 전하였다.

우리도 구주에 관한 좋은 소식과 간증을 전함으로써 성탄절 이야기에 우리의 목소리를 더할 수 있다. 본부 상호부조회 회장인 진 비 빙엄 자매는 이렇게 말했다. “다른 사람에게 성역을 베풀며 구주를 대표하는 특권을 지닐 때, 자신에게 물어보십시오. ‘나는 어떻게 이 사람 또는 이 가족과 복음의 빛을 나눌 수 있을까?’ ‘성신은 나에게 무엇을 하도록 영감을 주는가?’”⁵

구주와 그분의 복음에 대한 간증을 나눌 방법을 알고 싶은가? 그렇다면 다음에 나오는 제안들을 고려해 보길 바란다.

- 여러분이 구주에 대해 느끼는 감정, 또는 주님께 감사드리는 이유를 보여 주는 성구를 찾아본다. 그것을 성역 대상자들과 나눈다.
- 성탄절 동영상과 함께 문자 또는 소셜 미디어 메시지를 보낸다.
ChurchofJesusChrist.org에 훌륭한 동영상들이 나와 있다!
- 그리스도를 떠올리게 하는 특별한 추억이나 전통을 친구에게 이야기한다.

성신이 시므온과 안나에게 아기 예수가 구주이심을 간증한 것처럼, 여러분의 간증이 참됨을 성신이 증거할 것이라는 신앙을 갖는다.(누가복음 2:26, 38 참조)

십이사도 정원회의 디이터 에프 우호트도르프 장로는 이렇게 말했다. “[예수 그리스도께서] 이 세상에 오신 것을 진정으로 기리기 위해서 우리는 그분이 하신 대로 행해야 하며 우리 이웃에게 동정심과 자비를 지니고 다가가야 합니다. 이것은 우리가 말과 행동으로 매일 할 수 있는 일입니다. 우리가 어디에 있든지 이것이 크리스마스의 전통이 되게 합시다. 조금 더 친절하고, 더 용서하고, 덜 판단하고, 더 감사하고, 필요한 사람들과 우리의 풍요로움을 나누는 일에 더 관대해집시다.”⁶ ■

주

1. Henry B. Eyring, “Christmas Stories” (First Presidency Christmas devotional, Dec. 6, 2009), broadcasts.ChurchofJesusChrist.org.
2. 다이애나 멜라나 알보르노즈 디아즈, 「함께 나누는 성탄절, 「리아호나」, 2007년 12월호, 17쪽.
3. See Cheryl Boyle, “He Would Have Bought It for You,” Ensign, Dec. 2001, 57.
4. 보니 엘 오스카슨, 「성탄절은 그리스도와 같은 사랑입니다」(제일회장단 성탄절 영적 모임, 2014년 12월 7일), broadcasts.lds.org.
5. 진 비 빙엄, 「구주와 같이 성역을 베풀, 「리아호나」, 2018년 5월호, 104쪽.
6. 디이터 에프 우호트도르프, 「빵 부스러기를 흘려 주기를」(제일회장단 성탄절 영적 모임, 2017년 12월 3일), broadcasts.lds.org.

여러분의 경험을 들려주세요

여러분이 다른 사람들에게 성역을 베풀 경험이나 성역을 받은 경험을 보내 주십시오.

liahona.ChurchofJesusChrist.org에서 “기사나 피드백 제출”을 클릭하십시오.



파투 가망가

시에라리온 동부 지방



파투는 복음 문맹 퇴치 프로그램을 통해 읽고 쓰는 법뿐만 아니라 예수 그리스도의 복음을 배울 수 있었다. 교회에 들어오기 전에 파투는 가족을 부양하기 위해 갖은 고생을 다 했다. 이제 그녀는 자립에 필요한 기술을 익혔고, 아름다운 수제 깔개를 만들어 판매하며 자신의 사업을 운영하고 있다. 그녀는 또한 지부에서 상호부조회 회장으로 봉사하고 있다.

사진 촬영: 크리스티나 스미스

교회에 들어오기 전에는 수제 깔개를 팔아 돈을 벌어 보려 노력했지만, 재료를 살 만한 돈이 없었다. 나는 사람들에게 “깔개가 필요하면 재료를 사서 가져다주세요. 제가 만들어 드릴게요. 돈은 제가 물건을 다 만들고 나서 주시면 돼요.”라고 말하곤 했다.

예수 그리스도 후기 성도 교회에 다니면서, 나는 자립에 관해 배우게 되었다. 교회 덕분에 나는 더 큰 인내심을 발휘하여 읽고, 쓰고, 말하는 법을 배우고 자립에 필요한 일들을 하려고 노력할 수 있었다. 이제 나는 양복점에 가서 재단을 하고 바닥에 떨어져 있는 천을 달라고 부탁한다. 그리고 펀돈을 주고 그 천 조각들을 사서 그것으로 깔개를 만든다. 요즘엔 그 어느 때보다도 깔개를 더 많이 팔고 있다.

교회에 들어온 뒤 내 삶은 달라졌다. 빈털털이의 삶이 영웅의 삶으로 뒤바뀐 것이다! 나는 예수 그리스도가 자랑스럽고, 그분의 교회도 자랑스럽다. 정말이지, 예수 그리스도 후기 성도 교회에 깊은 감사를 느낀다.

더 알아보기

복음 자료실 또는 ChurchofJesusChrist.org/go/121916에 있는 이 기사의 온라인 버전에서 추가 사진을 포함하여 파투의 신앙의 여정에 관해 더 알아본다.

ChurchofJesusChrist.org/self-reliance에서 자립의 실질적, 영적 혜택에 관해 알아본다.





예수 그리스도: 지속적인 기쁨의 근원

회복된 주님의 교회에서 성스러운 성약을
기억하고 존중하며 계명을 지키려 노력하는 모든 회원은
지속적인 기쁨이라는 선물을 받을 수 있습니다.

최 근에 저는 매우 영적인 어느 간증 모임에서 헌신적인 한 자매님이 “하나님 아버지께서 마련하신 구원의 계획 덕분에 큰 기쁨을 느낀다”라고 말씀하는 것을 주의 깊게 들었습니다.

저는 이 여성이 익숙한 문구를 그저 되풀이하는 것이 아니라는 사실을 즉각 분명히 알 수 있었습니다. 그 자매님의 눈에 비치는 빛, 영적인 위엄을 지닌 목소리, 밝고 평화로운 표정, 그 모든 것이 그 자매님이 진실을 말하고 있음을 증언해 주었습니다. 기쁨으로 가득 찬 그 자매님은 기쁨을 발산하고 있었습니다. 실제로, 그녀는 더욱 구주와 같이 되어 얼굴에 그분의 형상을 지니고 있었습니다.(앨마서 5:14 참조) 그 결과 그 자매님은 기쁨으로 가득 차게 되었습니다.

그 자매님의 신앙을 보면서 저는 친숙한 찬송가 몇 곡의 가사가 떠올랐습니다.

쇠막대 잡고 나아가

기쁨을 찾으리!¹

성도들이 두려울 것 없다

어서들 나가자 ...

근심 걱정 다 버리고

힘껏 앞으로 나가자

너희 가슴 부풀리니[영어 원문은 ‘기쁨으로 부풀리’라는 의미임—옮긴이]

모든 것 잘되리!²

오 기쁨 주는 이 말씀

“내 구주 살아 계시다!”³

그리고 이번 성탄절 시기에 우리는 다음과 같은 노래를 부를 것입니다.

“기쁜 소식 큰 기쁨의 소식

너희와 온 인류에게 지금 가져왔다.”⁴

그리고

기쁘다 구주 오셨네

만 백성 맞으라 ...

다 응답하도다

다 응답하도다

다 응답 응답하도다⁵

러셀 엠 넬슨 회장님은 예수 그리스도 후기 성도 교회의 회장이 되신 이래로 세상 사람들에게 기쁨에 대한 약속을 비롯해 다음과 같은 권고를 자주 주고 계십니다. “세상에 전하는 우리의 메시지는 단순하고도 진실합니다. 우리는 회장 양편에 있는 하나님의 모든 자녀에게 구주께 나아와 거룩한 성전의 축복을 받고 지속적인 기쁨을 누리며 영생을 얻기에 합당한 자가 되도록 권유합니다.”⁶

우리가 노래하고 가르치는, 또한 모든 인류에게 권해야 할 의무가 있는 그 기쁨이란 정확히 무엇일까요? 그리고 그 기쁨은 어떻게 얻는 것일까요? 이제 이 두 가지 중요한 질문에 관해 함께 답을 생각해 봅시다.

기쁨이란 무엇인가?

일반적으로 사전에서는 기쁨을 “큰 즐거움 [또는] 행복한 감정”이라고 정의합니다.⁷ 그와 대조적으로, 경전 안내서에서는 기쁨을 “의로운 생활에서 오는 커다란 행복의 상태”라고 묘사합니다.⁸ 흥미롭게도, 복음의 관점에서 보면 기쁨이란 찰나의 느낌이나 감정 이상의 것임을 알 수 있습니다. 그것은 영적인 은사이며, 상태를 의미할 뿐 아니라 과정도 의미합니다. 이런 이유로 저는 간증을 전한 자매님께서 기쁨으로 가득 차 계셨으며, 기쁨을 발산하고 계셨다고 묘사했습니다.

지혜롭고 사랑이 많은 아버지인 리하이는 아들들에게 필멸의 삶의 목적은 모든 사람이 기쁨을 누리는 것임을 가르쳤습니다.

“그러나 보라, 만사는 모든 것을 아시는 이의 지혜 안에서

이루어졌느니라.

아담이 타락한 것은 사람이 존재하게 하려 함이요, 사람이 존재함은 기쁨을 갖기 위함이니라.”(니파이후서 2:24~25)

아담과 이브는 영원하신 아버지께 배운 것과 자신들의 경험에서 배운 중요한 교훈을 요약했습니다. 아담은 이렇게 말했습니다. “하나님의 이름을 찬양하리로다. 이는 내 범법으로 말미암아 내 눈이 열렸고, 이 생에서 내가 기쁨을 누릴 수 있고, 또다시 육체로 내가 하나님을 뵈을 것임이니라.”(모세서 5:10; 강조체 추가)

이에 이브도 이렇게 말했습니다. “우리의 범법이 아니었더라면 우리가 결코 후손을 갖지 못하였을 것이요, 선과 악, 그리고 우리의 구속의 기쁨, 그리고 하나님께서 순종하는 자 모두에게 주시는 영생을 결코 알지 못하였을 것이니라.”(모세서 5:11; 강조체 추가)

하나님 아버지의 행복의 계획을 통해 그분의 자녀들은 육신을 입고 지상 생활을 경험하며, 악과 유혹이 있을 때 의를 선택하고, 고결한 결혼과 부모의 책임을 통해 하나님 아버지의 위대한 계획을 도울 수 있게 되었습니다.⁹ 궁극적으로, 우리는 부활할 때 “충만한 기쁨을 받을 수 있도록 영과 육이 결코 다시는 나뉘지 않게 결합될 것[입니다].” (교리와 성약 138:17; 강조체 추가)

기쁨은 어떻게 얻는가?

저는 의로운 기쁨과 세상의 재미를 대조해 보면 교훈을 얻을 수 있으며, 진정한 기쁨의 본질을 더 잘 이해하는 데 도움이 되리라 생각합니다. 기쁨은 주 예수 그리스도를 믿는 신앙을 행사하고, 성스러운 의식과 성약을 합당하게 받고 충실히 지키며, 구주와 그분의 목적으로 마음을 깊이 돌이키려 노력할 때 얻을 수 있습니다. 재미는 “오락”, “장난스럽고 [그리고] 종종 떠들썩한 행동이나 말,” 또는 유쾌한 기분 전환의 결과물입니다.¹⁰ 디즈니랜드에서 보내는 하루는 재미있는 일입니다. 합당하게 준비하여 성찬 의식에 참여하는 것은 기쁜 일입니다.

기쁨은 보통 영적이나, 재미는 대개 세속적입니다. 기쁨은 보통 지속적이나, 재미는 대개 일시적입니다. 기쁨은 보통 깊고 풍부하나, 재미는 대개 얕습니다. 기쁨은 보통 전체적이고 완전하나, 재미는 대개



부분적입니다. 기쁨은 보통 필멸의 삶과 영원 모두에 해당되나, 재미는 필멸의 삶에 국한됩니다.

헌신적인 제자의 길에서 얻는 지속적이고 깊은 기쁨을 일시적이고 얇은 즐거움과 혼동하거나 맞바꾸지 않는 것은 정말 중요합니다.

구속주는 지속적이고 영원한 기쁨의 궁극적이고 유일한 근원이십니다. 선지자 야곱은 이렇게 간증했습니다. “그러나 보라, 의로운 자들, 이스라엘의 거룩하신 자의 성도들, 이스라엘의 거룩하신 자를 믿는 자들, 세상의 십자가를 견디고 그 수치를 경멸히 여기는 자들, 그들은 세상의 기초가 놓인 때로부터 그들을 위하여 예비된 하나님의 왕국을 상속하리니, 그들의 기쁨이 영원토록 충만하리라.” (니파이후서 9:18; 강조체 추가)

기쁨의 참된 근원

하나님 아버지의 계획과 구주의 속죄 덕분에, 우리는 진실된 회개를 함으로써 참된 기쁨의 근원이신 예수 그리스도께로 돌이키고 그분을 의지하게 됩니다. 베냐민 왕이 구주의 속죄에 관해 가르쳤을 때 그의 백성이 보인 반응을 깊이 생각해 보십시오.

“그리고 이제 이렇게 되었나니 베냐민 왕이 주의 천사에 의해

구주의 속죄 덕분에
우리는 어려움과
고난을 겪을 때에도
눈을 들어
참된 기쁨의 근원이신
예수 그리스도를
바라보게 됩니다.

그에게 전달된 말씀을 말하기를 마치고, 그 눈을 들어 무리를 둘러보았더니, 보라 그들이 땅에 엎드려졌으니, 이는 주의 두려움이 그들에게 임하였음이라.

또 그들은 스스로가 자기 자신의 속된 상태에 있어, 실로 땅의 티끌보다 못함을 보았고, 이에 그들이 모두 한 목소리로 크게 부르짖어 이르되, 오 긍휼히 여기시고 그리스도의 속죄의 피를 적용하사 우리로 우리의 죄 사하심을 받게 하시옵고, 우리의 마음이 청결하게 되게 하시옵소서. 이는 우리가, 하늘과 땅과 만물을 창조하셨고, 사람의 자녀들 가운데 내려오실 하나님의 아들 예수 그리스도를 믿음이니이다 하였더라.

이에 이렇게 되었나니 그들이 이 말을 하고 나자 주의 영이 그들에게 임하신지라, 그들이 기쁨으로 충만하게 되고, 자신의 죄 사함을 받으며 양심의 평안을 얻으니, 이는 베냐민 왕이 그들에게 한 말씀대로, 장차 오실 예수 그리스도를 믿은 그들의 놀라운 신앙으로 인함이었더라.”(모사이야서 4:1~3; 강조체 추가)

하나님 아버지의 계획과 구주의 속죄로 말미암아 우리는 순종함으로써 참된 기쁨의 근원이신 예수 그리스도를 따르게 됩니다. 구주께서는 제자들에게 이렇게 이르셨습니다.

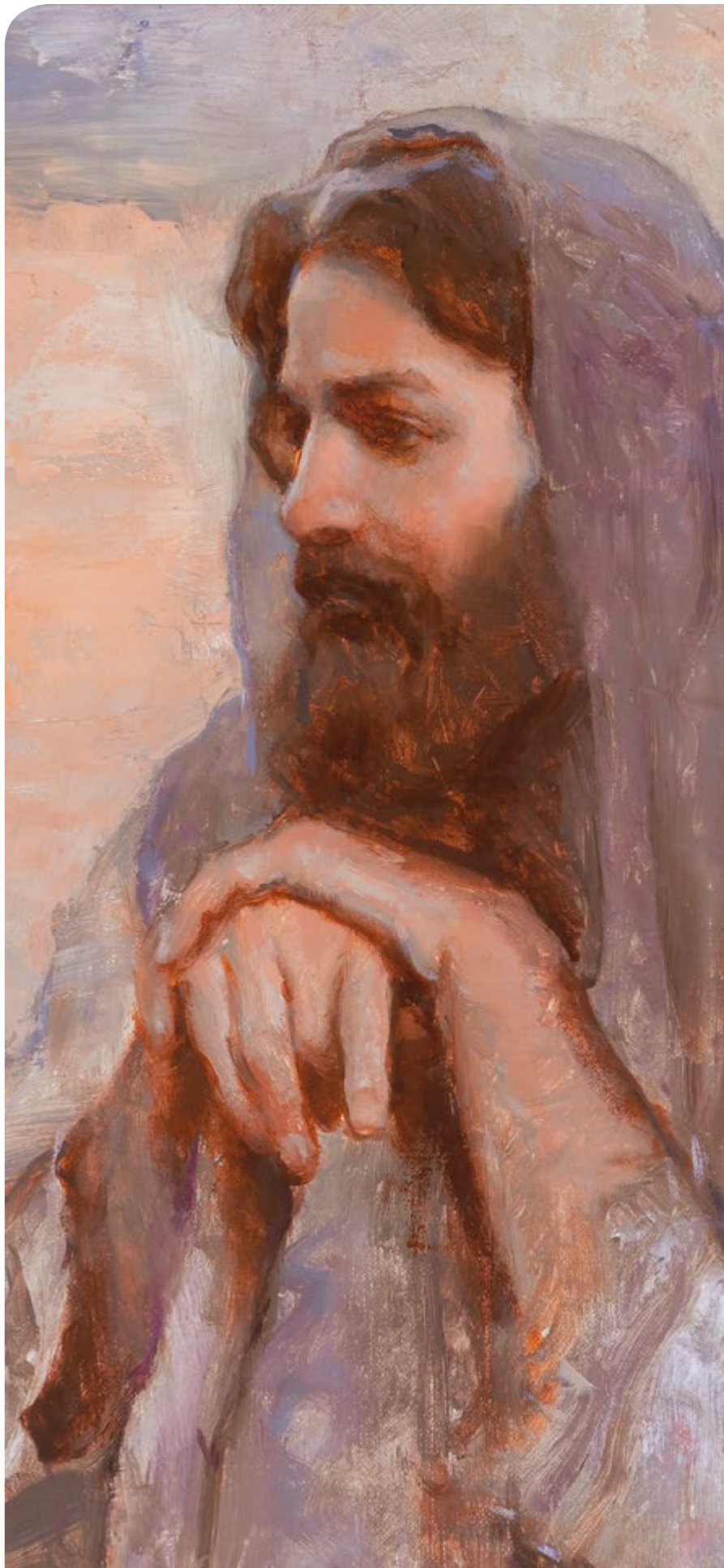
“내가 아버지의 계명을 지켜 그의 사랑 안에 거하는 것 같이 너희도 내 계명을 지키면 내 사랑 안에 거하리라.

내가 이것을 너희에게 이름은 내 기쁨이 너희 안에 있어 너희 기쁨을 충만하게 하려 함이라.”(요한복음 15:10~11; 강조체 추가)

“그리고 어느 사람도 그의 계명을 지키지 아니하고는 충만함을 받을 수 없느니라.

그의 계명을 지키는 자는 진리와 빛을 만나니, 드디어는 진리로 영화롭게 되며, 모든 것을 알게 되느니라.”(교리와 성약 93:27~28)

하나님 아버지의 계획과 구주의 속죄로 말미암아, 우리는 봉사함으로써 참된 기쁨의 근원이신 예수 그리스도의 성품을 닮아 가게 됩니다. 최근에 저는



구속주는 지속적이고 영원한 기쁨의 궁극적이고 유일한 근원이십니다.

브리검 영 대학교 총장인 케빈 제이 워든이
전한 깊은 기쁨에 관한 글을 읽었습니다.
그는 “봉사를 통해 얼마나 많은 기쁨을
얻는지가 영원한 진보의 한 가지 척도가
됨을 믿게 되었다”라고 말했습니다.¹¹

엘마 이세는 자신의 아들 힐라맨에게
이렇게 말했습니다. “내가 쉬지 않고 수고해
온 것은, 사람들을 회개의 길로 인도하며,
내가 맞본 심히 큰 기쁨을 그들도 맛보게
하며, 그들도 역시 하나님에게서 태어나,
성신으로 충만하게 되게 하고자 함이라.”
(엘마서 36:24; 강조체 추가)

암몬이 레이맨인들 사이에서 행한 선교 사업을 돌이켜보았을 때
그가 느꼈던 기쁨을 떠올려 보십시오.

“보라, 나의 기쁨이 충만하고, 참으로 내 마음에 기쁨이 가득
찼으니, 내가 내 하나님 안에서 기뻐하리라. ...

보라, 얼마나 많은 수천의 우리 형제를 그가 지옥의 고통에서
푸시었는고? 이에 그들은 구속하시는 사랑을 노래하게 되었고,
이는 우리 안에 있는 그의 말씀의 권능으로 인한 것이니, 그러므로
우리에게는 기뻐할 만한 큰 이유가 있지 아니하냐? ...

... 이제 이는 나의 기쁨이요, 내 큰 감사이니, 또한 내가 영원토록
나의 하나님께 감사드리리다.”(엘마서 26:11, 13, 37; 강조체 추가)

하나님 아버지의 계획과 구주의 속죄 덕분에, 우리는 어려움과
고난을 겪을 때에도 눈을 들어(이사야 40:26; 시편 123:1~2 참조) 참된
기쁨의 근원이신 예수 그리스도를 바라보게 됩니다.

회복된 복음을 통해 얻게 된 귀중한 관점 덕분에, 우리는 지상
생활의 역경을 경험하면서 영원을 위해 우리를 준비시켜 줄 교훈을
배우게 됩니다. 우리의 고통과 불행은 “그리스도의 기쁨 안에 삼
[켜질]” 수 있고(엘마서 31:38) 우리의 유익을 위해 성별될 수도
있습니다.(니파이후서 2:2 참조) 그럼으로써 “[우리]의 행함이
[우리] 영혼의 복리를 위한 것이”(니파이후서 32:9) 됩니다. 그러므로
아버지의 계획과 구주의 속죄에 대한 우리의 지식으로 말미암아, 좋은
경험과 나쁜 경험을 겪는 동안에도 기쁨은 지속됩니다.

주 예수 그리스도를 믿는 신앙, 회개, 순종, 봉사, 그리고 지상
생활에서 겪는 시련에 관한 복음의 관점 등, 이 모든 것이 우리로

하여금 지속적인 기쁨의 근원이신 예수
그리스도께 나아오게 합니다. 저는 여러분께
기쁨이라는 이 중요한 영적 은사를 받을 수
있게 해 주는 더 많은 원리들을 찾아내고,
연구하고, 기도하는 마음으로 깊이 생각해
보시기를 권합니다.

기쁜 약속

지속적인 기쁨은 선택된 소수에게만
주어지는 축복이 아닙니다. 이 은사는
주님의 회복된 교회에서 성스러운 성약을
기억하여 지키고 계명을 지키려 노력하는

회원이라면 누구든지 하나님의 뜻과 시간표에 따라 받을 수 있습니다.
이 성탄절 시기에 우리 각자가 거룩한 기쁨의 은사를 더 온전히
이해하도록 노력하기를 기원합니다. 그렇게 함으로써 “성도와 천사가
노래하고”, 우리가 “기쁜 노래에 응답하며”, “하나님을 영원히 경배”할
때, 우리가 새로운 눈으로 보고 새로운 귀로 듣게 되기를 바랍니다.¹²

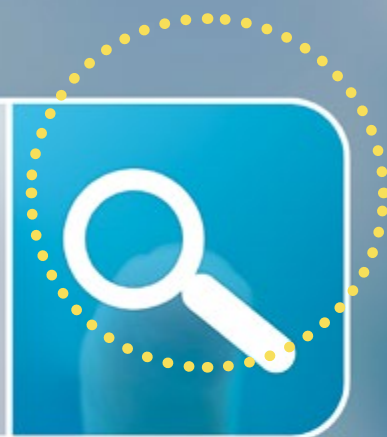
저는 기쁜 마음으로, 주 예수 그리스도가 실재하심과 그분의
신성에 대한 저의 확고한 간증을 전합니다. ■

2018년 12월 4일 브리검 영 대학교에서 열린 영적 모임 말씀인 “기쁨을 갖기
위함이라”에서 발췌함.

주

1. 후기의 시온 청소년, 『리아호나』, 2000년 4월호, 24쪽.
2. “성도들이 두려울 것 없다”, 『찬송가』, 16장.
3. “내 구주 살아 계시다”, 『찬송가』, 68장.
4. “목자가 밤에 양 지킬 때”, 『찬송가』, 129장.
5. “기쁘다 구주 오셨네”, 『찬송가』, 130장.
6. 러셀 엠 넬슨, 『하나님의 일 부지런히 하세』, 『리아호나』, 2018년 5월호, 118~119쪽; 강조체 추가.
7. English Oxford Living Dictionaries, “joy,” en.oxforddictionaries.com; emphasis added.
8. 경전 안내서, “기쁨,” scriptures.ChurchofJesusChrist.org; 강조체 추가.
9. 『가족: 세상에 전하는 선언문』, 『리아호나』, 2017년 5월호, 145쪽 참조.
10. Merriam Webster's Collegiate Dictionary, 11th ed. (2003), “fun,” merriam-webster.com.
11. Kevin J Worthen, “Enter to Learn: Go Forth to Serve” (Brigham Young University commencement address, Aug. 16, 2018), 3, speeches.byu.edu.
12. “기쁘다 구주 오셨네” 참조.

행복
찾는다



나는 복음에 따라 생활하고 있었다. 그런데 행복은 왜 여전히 그렇게 붙잡기 어려운 것이었을까?

데이비드 덕슨

교회 잡지

한 밤중이다. 뒤척이던 중에 눈이 번쩍 떠지며 잠이 깬다. 나는 기도한다. “아, 안 돼요. 제발이요.”

그러나 곧바로 몸이 떨리기 시작한다. 온몸에 기력이 빠진 듯하면서 당혹스럽고 이질적이며 끔찍한 떨림이 시작되고, 내 온몸은 발작이라도 일으키듯 움찔거린다. 웬지는 모르지만 내 손발은 불덩어리 같다. 아내는 잠에서 깨어나 나를 꼭 붙들며 조용히 나를 안심시킨다.

한때는 내가 항상 행복하다고 생각했는데, 이제는 행복을 그 어디에서도 찾을 수가 없었다.

만약 그 캄캄한 밤에 내 몸에 무슨 문제가 일어난 것인가 하는 질문 말고 (이 문제는 나중에 밝혀졌다) 다른 질문 하나를 해 보라고 했다면, 나는 이렇게 말했을 것이다. 예수 그리스도의 복음대로 생활하려고 온갖 노력을 다했는데 왜 이토록 불행한 마음이 드는 것일까?

행복을 방해하는 잠재적인 장애물은 많이 있다. 간악함은 확실히 그중의 하나다.(엘마서 41:10 참조) 그러나 충실한 사람들도 때때로 행복이 먼 곳에 있다고 느낄 수 있다.

우리는 모두 더 큰 행복이 다가오고 있다는 말을 믿어야만 할 때가 있다. 아마도 여러분은 지금 그런 시기를 헤쳐 나가고 있을지도 모른다. 만약 그렇다면, 더 밝은 날이 정말로 여러분에게 다가오고 있다는 진심 어린 내 말을 들어주기를 바란다. 이런 말을 어리석거나 순진한 발언이라고 치부하기 전에 기꺼이 귀를 기울여 주었으면 하는 것이 나의 바람이다.

여러분이 어떤 일을 겪고 있든, 더 큰 행복이 여러분과 함께할 수 있다고 나는 진심으로 믿는다. 그 이유는 다음과 같다.

행복이란 무엇인가?

먼저, 행복이란 무엇일까? 좋아하는 간식을 누군가가 몰래 도시락에 넣어 주었을 때 받는 느낌일까? 급여가 인상되는 것일까? 영원한 동반자를 만나 결혼하는 것? 예수 그리스도의 속죄 권능으로 죄로부터 깨끗해질 때 받는 느낌?

아니면, 이런 모든 일이 일어날 때 받는 느낌일까?

이번 논의에서 나는 심리학과 더불어 복음이 행복에 관해 우리에게 가르치는 바를 살펴볼 것이다. 이번 호 18쪽에서, 십이사도 정원회의 데이비드 에이 베드나 장로는 우리에게 진정한 기쁨이란 예수 그리스도에 중심을 둔 삶이라는 중요한 진리를 가르친다.

마찬가지로, 십이사도 정원회의 제프리 알 홀랜드 장로는 이렇게 가르쳤다. “궁극적인 행복, 참된 평화, 그리고 경전에서 말하는 기쁨과 조금이라도 가까운 것은 ... 가장 우선적으로, 그리고 영원토록 예수 그리스도의 복음대로 생활할 때 찾을 수 있습니다. 사람들은 지금껏 여러 다른 철학과 신앙 체계를 통해 그런 것을 찾으려고 했습니다. 사실, 역사를 통틀어 모든 철학과 신앙 체계를 통해 시도해 보았다고 하는 편이 맞을 것 같습니다.”¹

만일 철학적인 시도가 **수없이** 있었다면, 그러한 시도를 빠짐없이 나열하기는 불가능할 것이다. 그럼에도 불구하고 행복해지는 방법에 관한 세속적 통념을 몇 가지 다루어 보자.

세상의 이야기에 따르면, 지속적인 행복은 다음과 같은 경우에 온다.

- 재정적으로 풍요로울 때, 특히 다른 사람들보다 더 많이 가졌을 때.
- 인기가 있을 때.
- 편안하고, 여유롭고, 신나는 삶을 살 때.
- 곳곳을 여행하며 세상의 여러 경이로움을 직접 경험할 때.
- 직업, 지역 사회 또는 다른 환경에서 권위나 권력을 행사할 수 있는 지위를 획득할 때.
- 신체를 특정한 모습으로 보이도록 변화시킬 때.

이러한 다양한 전략의 공통점은 무엇인가? 먼저, 이것들은 모두 환경과 연결되어 있다. 그러나 러셀 엠 넬슨 회장은 이렇게 가르쳤다. “우리는 우리가 놓인 환경과는 관계없이 어디에 초점을 두는가에 따라서 기쁨을 느낄 수 있습니다.”²

다시 말해서, 그 기쁨을 찾으려면 우리는 어디에 초점을 두어야 하는가? 넬슨 회장은 이렇게 가르쳤다. “후기 성도에게 예수 그리스도는 기쁨입니다!”³

기쁨은 누릴 수만 있다면 단지 좋기만 한 그런 감정이 아니다. 그렇다. 넬슨 회장은 기쁨을 “우리의 영적 생존의 열쇠가 되는 원리”라고 설명했다.⁴

그래서 기쁨과 행복은 분명히 치열하게 추구할 가치가 있다. 그리고

우리 대부분은 기꺼이 그것을 얻으려 애쓸 것이다. 그렇다면 의로운 사람을 포함하여 많은 사람들은 왜 계속 시련을 겪는 것일까?

우선 한 가지 이유는 바로 그 시련이 우리가 애초에 여기에 온 이유를 설명하는 열쇠이기 때문이다.

성장하기 위해 여기에 오다

종종 우리는 문제나 고난이 없는 삶이 행복하다고 생각한다. 그러나 삶에 어려움이 없다면, 우리는 이곳에서 성장을 경험한다는 목적을 이루지 못하게 된다.

십이사도 정원회의 닐 에이 맥스웰(1926~2004) 장로는 이렇게 가르친 적이 있다.

“신앙이 충만하면서도 걱정이 없는 삶을 영위할 수 있는 사람은 없습니다. ...

이 세상을 천진난만하게 사는 것을 기대할 수는 없습니다. 그렇게 바라는 것은 마치 ‘주님이시여 저에게 경험을 할 수 있는 기회를 주시되 슬픔과 비애와 고통을 당하지 않고 반대에 부딪히거나 배신을 당하거나 버림을 받는 경험을 하지 않도록 허락하여 주시옵소서. 주님이시여, 주님께서 오늘의 영광을 얻기 위해 겪으신 모든 경험을 제가 겪지 않도록 하시고, 다만 주님과 함께 거하면서 기쁨을 함께 나누도록 허락해 주시옵소서!’라고 말하는 것과 같습니다.”⁵

분명히 우리는 성장하기 위해 시련을 겪어야 하며, 의롭다고 해서 고난을 면할 수 없음은 명백한 사실이다. 조셉 스미스, 욥, 앵마의 백성, 특히 우리의 구주 예수 그리스도의 생애를 살펴보자.⁶

그렇다. 의로운 삶이라고 해서 모든 고난과 역경이 면제되는 것은 **아니다**. 여기에는 누구도 예외가 없다. 하지만 우리는 하나님의 도움과 치유를 기대할 수 있다.(앨마서 36:3, 27 참조) 십이사도 정원회의 닐 엘 앤더슨 장로는 이렇게 가르쳤다. “우리 영혼의 치유자께서는 의로운 여러분을 위해 당신이 정하신 시간에 당신의 방법으로 우리의 상처를 모두 치유해 주실 것입니다.”⁷

우리가 상처를 입었다고 느낀다면, 치유될 수 있다. 우리는 이것이 진리임을 확신할 수 있다.(모사이야서 14:4~5 참조)

행복과 유전

먼저 고려해야 할 사항이 한 가지 있다. 연구에 따르면, 우리가 평소에 느끼는 기분, 정신 건강, 행복이 유전에 따라 크게 영향을 받을 수 있다는 사실이 밝혀졌다.

모든 사람이 같은 체형이나 머리 색깔을 가지고 있지는 않다. 마찬가지로, 모든 사람이 선천적으로 쾌활한 성향을 가지고 있지는 않는 것이다. 그러나 이것은 단편적인 시각일 뿐이다.

브리검 영 대학교 교수인 행크 스미스는 이렇게 적었다. “만약 여러분이 정말 나쁜 DNA를 가지고 있다면 어떻게 하겠는가? 그것은 가망이 없다는 의미인가? 즉, 당신이 결코 행복할 수 없으며, 어떻게

해 볼 도리가 없다는 뜻인가? 절대 그렇지 않다. ... 뇌 속의 화학 물질이 유전적 성향(우울증, 불안 등)으로 제대로 작동하지 않는다면, 그러한 물질을 건강한 수준으로 끌어올릴 수 있는 약물과 치료법이 있다.”⁸

행복의 기회를 증진시킬 수 있는 의도적인 전략들, 즉 복음에 따른 전략과 과학적인 연구에서 나온 전략들을 살펴보자.

행복한 사람들의 9가지 전략



전략 1: 복음대로 생활하라

넬슨 회장, 홀런드 장로, 베드나 장로와 다른 사람들이 가르치듯이, 참된 행복은 복음대로 생활할 때 온다. 예수 그리스도의 복음은 “행복의 계획”이라고도 한다.(앨마서 42:8 참조) 참된 행복을 얻으려면 의로움이 꼭 필요하다는 권고가 경전에 가득하다.(많은 예가 있지만 그중 두 가지를 들자면, 니파이후서 2장 13절과 모사이야서 2장 41절이 있다.)

이것은 단순하면서도 강력하며 근본적이다. 예수 그리스도의 복음을 완전히 받아들이고 그것에 따라 생활하는 것은 인생과 다가올 삶에서 더 큰 기쁨과 행복을 찾기 위해 우리가 취할 수 있는 가장 중요한 단계이다.

전략 2: 자신의 날을 “훌륭한 대업[을 위해]” 쓰라(교리와 성약 58:27)

많은 재산을 상속받아 해변에 영원히 머물게 된다면 우리는 결코 행복하지 않을 것이다. 비록 세상의 논리가 그렇지 않다고 주장하더라도 말이다. 행복해지려면 의미 있는 일에 종사할 필요가 있다는 말은 진리이다.

“프랭클린 디 루즈벨트가 이를 정확히 짚어 주었다. ‘행복은 단순히 돈을 소유한다고 오지 않는다. 행복은 성취하는 기쁨과 창조적인 노력에서 온다.’”⁹

의미 있는 일은 다른 방법으로는 얻을 수 없는 만족을 준다.

십이사도 정원회의 올리세스 소아레스 장로는 이렇게 가르쳤다. “일반적으로 행복을 얻으려면 인생에서 더 중요한 어떤 것을 위해 장기간 꾸준히 노력해야 합니다.”¹⁰ 그런 의미 있는 일은 직업이나 경력의 범위를 넘어서는 것이 될 수도 있다. 그 예로는 자녀를 양육하고, 교회에서 봉사하거나, 자신의 시간과 재능을 들여 자원봉사에 참여하는 것 등이 있다.

전략 3: 감사하기로 선택하라

감사하며 사는 쪽을 선택하는 힘은 일상적인 사고에도 큰 영향을 미친다. 그래서 이러한 실천은 흔히 “사고방식 개조” 방법이라고 불린다.

솔직히 말하면, 비판적인 사람은 삶이 평탄할 때도 여전히 불평거리를 잡아낼 수 있다. 그와는 반대로, 아무리 어려운 일이 닥치더라도 **항상** 감사할 무언가를 찾을 수 있다는 말도 사실이다.

그리고 거기에서 위대한 일이 일어난다.

간단하지만 강력한 실험이 하나 있다. 감사일기를 쓰도록 노력해 보자. 적어도 3주 동안 매일, **그날** 일어난 일 중에서 감사할 만한 일을 세 가지씩 적어 본다. 또한, 꽃이나 가족, 음식처럼 여러분이 감사할 만한 일반적인 것들도 몇 개씩 자유롭게 추가해 본다.

여러분은 곧 목록에 넣을 수 있는 것들을 더 쉽게 알아차릴 뿐만 아니라 실제로 그것들을 찾고 싶은 기대가 생기기 시작할 것이다. 더 많이 감사하며 생활할 때, 현 상황에서 기쁨을 더 쉽게 찾을 수 있으며, 이는 우리의 행복에 직접적으로 중대한 영향을 미친다.¹¹



경제 전문지인 『포브스』는 이렇게 보도했다. “감사하는 마음을 함양하는 데는 어떤 돈도 들지 않으며, 시간도 확실히 많이 걸리지 않는다. 그러나 그 유익은 엄청나다.”¹²

여러분은 오늘 무엇에 감사하는가?



전략 4: 야외에서 시간을 보내라

야외, 특히 자연 속에서 시간을 보내면 스트레스와 심박수를 낮추거나 생각을 정리하는 것과 같은 여러 이점을 얻을 수 있다.

주간지 『타임』은 우리에게 활력을 주는 자연의 능력에 관한 연구를 보도했다. 연구에 따르면, “사람들은 공원과 숲에 단 15분만 앉아 있어도 심리적으로 회복되는 느낌을 받기 시작한다.”¹³

계속 스트레스를 받고 녹초가 된 상태에서는 행복을 느끼기 힘들다. 매일 30분 정도, 또는 가능하다면 그 이상 야외에 나가도록 한다. 좀 더 자주 야외에 나가 그 시간을 즐기도록 하자.

전략 5: 전자 화면을 보는 시간을 제한하라

전자 화면을 너무 많이 보면 우리의 행복에 좋지 않다. 텔레비전, 컴퓨터, 태블릿, 또는 전화기, 특히 소셜 미디어를 보는 시간이 늘어나면, 우리의 정신 건강에 부정적인 영향을 줄 수 있다. 이 주제를 광범위하게 연구한 베스트셀러 저자 진 엠 트웬지는 이렇게 설명한다. “[사람들이] 전자 화면을 보는 시간이 많아질수록 우울 증상을 보일 가능성이 더 높습니다.”¹⁴

넬슨 회장은 이렇게 말했다. “만일 여러분이 영의 속삭임보다 소셜 미디어에 올라오는 게시글에 더 집중한다면, 여러분은 영적인 위협에 처하게 될 뿐 아니라 극심한 외로움이나 우울증에 빠질 수도 있습니다.”¹⁵

그러므로 전자 화면에서 멀리 떨어져 있는 시간을 갖도록 하자. 나중에 여러분 자신에게 감사하게 될 것이다.

전략 6: 현재에 충실하라

만약 여러분이 인간이라면, 거의 십중팔구 자신이 원하지 않았던 말이나 행동을 해 본 적이 있을 것이다. 하지만 이상한 점은 대부분의 사람이 그러한 순간을 마음속에 떠올리는 빈도에 있다.

후기 성도 저자 존 바이트웨이는 과거에 집착하는 문제에 대해 이렇게 서술했다. “비참한 사람들은 과거의 실수로 가득 찬 재활용 쓰레기통을 가지고 있다. 그들은 매일 자신들의 후회를 떠올리고 그들의 회한을 재활용한다. 그들의 언어는 ‘내가 그랬어야 하는데’, ‘내가 그랬으면 좋았을 텐데’, ‘내가 할 수 있었는데’, ‘왜 하지 않았지’, ‘만약 그랬다면’ 같은 말로 가득하다. 그들은 자신들이 있었던 곳에서 눈을 떼지 못하기 때문에 자신들이 어디로 가고 있는지 결코 보지 못한다.”¹⁶

그는 또한 미래에 집착하는 비슷한 문제에 관해서는 이렇게 말했다. “비참한 사람들은 행복을 외부에서 찾는다. ‘졸업하면 행복해질 거야.’ 졸업한 후에 그들은 이렇게 말한다. ‘일자리를 얻으면 행복해질 거야.’ 일자리를 얻게 되면, 그들은 ‘좋아, 결혼하면 행복해지겠지.’라고 말한다. ... 비참해지겠다고 단단히 결심했다면, 삶을 대기실로, 행복을 의사로 생각하라.”¹⁷

우리는 현재 삶에서 일어나고 있는 일에 집중하며 살 때 더 큰 행복과 평안을 느끼는 경향이 있다.

정신 건강 및 정신 의학계에서 사용하는 “마음 챙김”이라는 용어는 현재에 전적으로 집중하고 있음을 표현하는 말이다.

정신 건강 전문가들은 “과거와 미래에 대한 두려움과 불안은

현재를 완전히 누리지 못하게 할 수 있다”라고 조언한다.¹⁸

다음은 생활 속에서 마음 챙김을 실천하는 몇 가지 방법이다.

1. 감사 일지를 작성한다.(전략 3 참조) 특히 그날부터 감사히 생각하게 된 것들을 몇 가지 열거해 본다.
2. 매일 명상하는 시간을 갖는다. 방해받지 않고 조용히 앉아 있을 만한 곳을 찾는다. 눈을 감고 호흡을 가다듬는다. 어떤 생각이 들면, 그것을 인식한다. 그러나 그것에 반응하지 말고 다시 호흡에 집중한다. 이러한 이야기가 이상하게 여겨질 수도 있겠지만, 이것은 현재에 집중하기 위한 훌륭한 정신 수양법이다.
3. 설거지, 운전, 심지어 음식을 먹을 때처럼 의식하지 않고 흔히 하는 일상적인 일에 좀 더 주의를 기울인다. 손에 문은 비눗물의 감촉을 느껴 본다. 운전하는 동안 나무, 사람, 건물을 관찰해 본다. 음식을 먹을 때 각각의 맛과 질감을 음미해 본다.
4. 그날 여러분의 도움이 필요한 사람들을 알기 위해 기도한다. 그런 다음, 세심한 주의를 기울여 행할 준비를 한다.
5. 이따금 일상을 바꾸어 본다. 새로운 경로를 찾아 집으로 돌아오거나 다른 식료품 가게에 가서 낯선 구조를 둘러보거나 늘 하는 저녁 활동에 변화를 준다.

전략 7: 다른 사람들과 관계를 맺으라

행복과 전반적인 건강 면에서 볼 때, 의미 있는 관계에 집중하는 것은 매우 중요하다.

에머 세펠라 박사는 이렇게 기술했다. “강한 사회적 연결은 다음과 같은 역할을 한다.

- 장수할 확률을 50% 증가시킨다.
- 면역 체계를 강화한다. ...
- 질병에서 더 빨리 회복하게 한다.”

이어서 그녀는 “다른 사람들과 더 긴밀히 연결되어 있다고 느끼는 사람들은 더 낮은 수준의 불안과 우울증을 보인다”라고 말했다.¹⁹

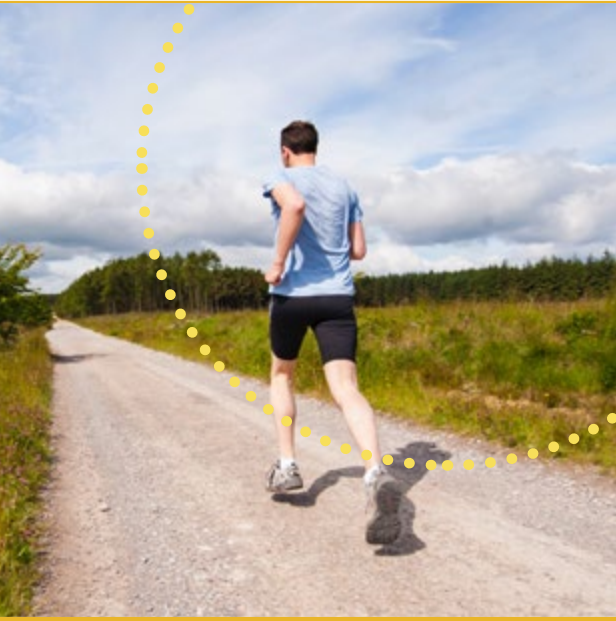
의미 있는 관계라 한다면, 아마도 적은 수의 사람과 깊은 관계를

맺는 것이 많은 사람과 얇은 관계를 맺는 것보다 나을 것이다.

끊임없는 사고 행사로 여가 시간을 과도하게 계획할 필요는 없지만, 인간관계를 맺는 것은 꼭 필요한 일이다. 내성적인 성향을 가지고 있더라도, 친구와 가족 간의 관계를 긴밀하게 할 수 있는 여러 방법이 있다.

십이사도 정원회의 데이터터 에프 우흐트도르프 장로는 가족에 관해 이렇게 가르쳤다. “가족 관계에서 사랑은 함께 보내는 시간으로 표현됩니다.”²⁰

여러분이 이미 전자 기기 사용을 줄임으로써 여분의 시간을 마련했으므로(전략 5), 그중 일부 시간을 서로 만나서 교류하는 데 사용하는 것을 고려해 본다. 성역을 위한 방문, 스포츠 경기, 우표 수집 클럽 ... 또는 다른 사람과 교류하게 해 주는 모든 것이 여러분의 행복과 평안을 증진하는 데 도움이 될 수 있다.



전략 8: 자신의 성전을 돌보라

양질의 수면, 적절한 영양 섭취, 적절한 운동으로 우리의 몸을 관리하면 더욱더 행복해질 수 있다. 우리의 감정은 우리의 뇌에서 비롯하는데, 이 뇌는 신체의 다른 기관과 마찬가지로 더욱 건강한 습관을 기르면 큰 이익을 얻을 수 있다.

신체 건강을 증진하려는 노력들은 궁극적으로 우리 몸의 일부인 뇌의 건강도 증진시킨다. 이를 통해 여러분은 더 분명하게 생각하고, 더 쉽게 집중하고, 자신의 정서를 안정시킬 수 있다.

건강을 위해 습관을 들일 때 좋은 실천 방법은 천천히 시작하고 한 번에 하나씩 바꾸는 것이다. 가능하다면, 산책을 더 자주 하거나 먹는 것을 개선하는 것과 같은 작은 것들로 시작해 본다. 작은 것이 쌓여 변화가 일어난다.

전략 9: 도움이 필요한 이들을 살펴보자

이 마지막 전략은 앞서 말한 8가지 전략보다 덜 당연해 보일지 모르지만, 종종 행복은 오히려 행복에 직접 집중하지 않을 때 온다.

홀런드 장로는 이렇게 가르쳤다. “행복은 곧장 달려가서 손쉽게 찾을 수 있는 것이 아닙니다. 행복은 너무도 막연하고, 쉽사리 사라지며, 미묘할 때가 많습니다. 여러분이 아직 행복에 대해 배우지 못하셨다면, 행복은 대부분 전혀 기대하지 못한 순간에, 그리고 다른 일을 하느라 분주한 순간에 찾아온다는 사실을 장차 알게 되실 것입니다. 행복은 거의 항상 다른 일에 열중하던 중에 뜻하지 않게 얻게 됩니다.”²¹

어떤 식으로든, 행복을 위한 전략과 습관을 기르기 위해 가능한 모든 일을 다 하자. 하지만 우리가 할 수 있는 일을 다 한 후에는 밖으로 눈을 돌려 다른 사람들을 돕고자 노력하면서 행복이 우리를 찾아오게 하자.

행복과 정신 질환

우울증과 불안처럼 의학적인 측면에서 행복을 보면, 행복은 더욱 복잡하게 느껴진다. 내가 앞서 언급한 한밤중의 떨림은 우울증이 낳은 불안 증상으로 밝혀졌다.

인생에서 우울증에 수반된 불안정과 부정적인 생각이 극에 달해 있을 당시, 할 수만 있다면 내 키나 눈 색깔을 선택하는 것이 “행복한 쪽을 선택”하는 것보다 오히려 더 쉬운 것만 같았다.

하지만 다행히도 나는 언제나 어둠에 맞서 싸우는 편을 선택할 수 있다. 나는 하나님께 도움을 간구할 수 있다. 신앙과 기도에서 현대 의학에 이르기까지 여러 도구를 원하는 대로 활용할 수 있다.

수년간 겪어 온 우울증에서 성공적으로 벗어나려면, 나는 항상 다면적인 접근법이 필요하다. 나는 신체적 건강(운동, 영양, 수면), 의료적 건강(약물, 영양제, 의사 면담), 정서적 건강(상담, 인간 관계), 그리고 영적 건강(기도, 경전 연구, 교회 봉사, 성전 방문)을 균형 잡힌 방법으로 돌보아야 한다.

우울증으로 수년간 고통스러운 나라에 빠져 있었음에도 불구하고, 나는 대부분의 시간 동안 행복하고 긍정적인 경험을 하는 축복을 받았다. 나보다 더 강력하고 끈질긴 정신 질환으로 영향을 받는 분들이 있음을 절실히 느낀다. 그러나 여러분을 위해서도 평강의 왕이 모든 슬픔을 치유해 주실 것임을 나는 굳게 믿는다.(요한복음 14:27 참조)

우울해지면 행복에 대해 많은 오해를 하게 된다. 상황이 결코 나아지지 않을 것이라는 생각이 강하게 들기도 한다. 나는 이같은 생각이 들 때 내가 가장 좋아하는 찬송가인 “잠잠하라 내 영아”에서 강력한 해독제를 찾을 수 있었다.

잠잠하라 내 영아
하나님 과거 미래 다 인도하시니
네 희망과 믿음 간직하여라
모든 신비 다 밝혀지리니²²

정말 아름다운 진리가 아닌가? 내 삶을 돌이켜 보면, 하나님께서 나를 축복해 주시고, 강화하시며, 인도해 주셨다는 사실을 의심할 수 없다. 그러므로, 나는 하나님께서 미래에도 나를 위해 곁에 계셔 주시리라는 것을 안다. 그리고 그와 마찬가지로 그분은 여러분을 더 행복한 날로 인도해 주실 것이다.

그분을 통해 여러분은 언젠가 완전한 행복을 누리게 될 것이다. ■

주

1. 제프리 알 홀런드, 「행복으로 인도하는 복음의 길」, 『리아호나』, 2017년 9월호, 17쪽.
2. 러셀 엠 넬슨, 「기쁨과 영적 생존」, 『리아호나』, 2016년 11월호, 82쪽.
3. 러셀 엠 넬슨, 「기쁨과 영적 생존」, 82쪽.
4. 러셀 엠 넬슨, 「기쁨과 영적 생존」, 81쪽.
5. 닐 에이 맥스웰, 「너희가 피곤하여 낙심치 않기 위하여」, 『성도의 빛』, 1991년 7월호, 87쪽, 번역 수정.
6. 이사야 53:7; 모사이아서 23~24장; 및 조셉 스미스—역사 1장 참조.
7. 닐 엘 앤더슨, 「상처 입은 자」, 『리아호나』, 2018년 11월호, 86쪽.
8. Hank Smith, *Be Happy* (2017), 17–18.
9. Arthur C. Brooks, “A Formula for Happiness,” *New York Times*, Dec. 14, 2013, nytimes.com.
10. 올리세 소아레스, 「참된 행복으로 인도하는 길」, 『리아호나』, 2018년 4월호, 46쪽, 번역 수정.
11. 러셀 엠 넬슨, 「기쁨과 영적 생존」, 『리아호나』, 2016년 11월호, 81~84쪽 참조.
12. Amy Morin, “7 Scientifically Proven Benefits of Gratitude That Will Motivate You to Give Thanks Year-Round,” *Forbes*, Nov. 23, 2014, forbes.com.
13. Florence Williams, “How Just 15 Minutes in Nature Can Make You Happier,” *Time*, Feb. 7, 2017, time.com.
14. Jean M. Twenge, “Have Smartphones Destroyed a Generation?” *The Atlantic*, Sept. 2017, theatlantic.com.
15. 러셀 엠 넬슨, “이스라엘 시온 군대”(전 세계 청소년 영적 모임, 2018년 6월 3일), HopeofIsrael.ChurchofJesusChrist.org.
16. John Bytheway, *How to Be Totally Miserable* (2007), 57.
17. John Bytheway, *How to Be Totally Miserable*, 33.
18. “Mindfulness,” psychologytoday.com.
19. Emma Seppälä, “Connectedness & Health: The Science of Social Connection Infographic,” Apr. 11, 2014, emmaseppala.com.
20. 디이터 에프 우흐트도르프, 「가장 중요한 것들」, 『리아호나』, 2010년 11월호, 22쪽.
21. 제프리 알 홀런드, 「행복으로 인도하는 복음의 길」, 『리아호나』, 2017년 9월호, 16쪽.
22. “잠잠하라 내 영아”, 『찬송가』, 92장.



아버지는 밤새 깨진 조각을 붙이셨다



깨져 버린 성탄 장식

어린 시절, 나는 성탄절을 고대했다. 어머니가 장식품 상자를 꺼내실 때면, 나와 다섯 명이나 되는 나의 오빠들과 남동생은 성탄절이 시작되었음을 알았다. 우리 가족은 항상 성탄절 트리를 함께 장식했다. 아직도 손으로 만든 장식품들과 반짝거리는 색색깔의 유리 공들이 기억난다.

장식을 할 때 어머니가 맡아 하시는 부분이 있었다. 할머니는 어머니에게 구주의 탄생을 묘사한 하얀 도자기 장식 세트를 만들어 주셨었다. 어머니는 매년 거실 벽난로 위의 커다란 선반에 그 성탄 장식을 놓으셨다. 나는 앉아서 어머니가 그 장식을 각각의 자리에 놓는 모습을 보는 것이 좋았다. 어머니는 줄로 연결된 작은 흰색

전구들을 각 도자기 장식품 아래에 하나씩 놓으셨다. 어머니는 조명의 한쪽 끝을 선반에 테이프로 고정한 다음, 구석에 있는 의자 뒤의 콘센트에 연결하셨다. 선반에 불이 들어오면, 정말 아름다웠다!

성탄절을 앞둔 어느 날 밤, 오빠들과 남동생이 약간 거칠게 놀기 시작했다. 오빠들은 남동생을 잡으려 쫓아다녔고 추격전이 벌어진 와중에 남동생은 선반 옆의 의자 뒤에 숨었다. 그러다 오빠들에게 들켜자 동생은 도망치려고 달려 나갔다. 동생의 발에 성탄 장식에 연결된 전선이 걸렸다. 전선을 고정한 작은 테이프 조각은 그렇게 강하지 않았다. 약한 성탄 장식은 선반에서 붉은 벽돌 아래로 떨어져 산산조각이 났다.

어머니가 거실로 달려 나오셨다. 어머니는 방금 일어난 일을 보시고 눈물을 터뜨리시며 방으로 들어가셨다. 어머니는 그것이 사고란 걸 아셨지만 피해는 돌이킬 수 없었다.

그날 밤, 우리가 모두 잠든 후 아버지는 쓰레받기와 빗자루를 꺼내 조심스럽게 부서진 조각을 쓸어 모으셨다. 그런 다음, 아버지는 밤새 깨진 조각을 붙이셨다.

그 성탄 장식에는 아직도 그 흔적이 남아 있다. 암소는 한쪽 귀가 없고 동방박사 한 명은 얼굴 한 구석을 잃었다. 목자 한 명은 몸 여러 곳이 도자기가 아닌 접착제로 되어 있다. 그러나 깨진 장식은 기적적으로 수리가 되었다.



내가 줄 수 있는 최고의 선물

가 족과 함께 예수 그리스도 후기 성도 교회에 참석하기 시작했을 때, 어머니가 그곳으로 우리를 인도해 주셨다는 느낌이 들었다.

어머니는 2년 전 성탄절에 예기치 않게 돌아가셨다. 어머니는 놀랍도록 충실하고 겸손하게 예수 그리스도를 따르는 분이셨지만, 회복된 복음을 알지는 못하셨다. 11개월 동안 교회에 대해 배운 후, 나는 남편 나비드와 딸 케이티와 함께 성탄절에 침례를 받았다. 이전까지 성탄절은 어머니를 잃은 슬픔의 날이었지만, 이제는 복음 속에서 새로운 삶을 시작하는 우리 가족의 행복한 날이 된 것이다.

많은 사람이 우리의 침례식에 참석했다. 성탄절 오전 10시에 모인 100명이 넘는 사람들을 보고 나는 깜짝 놀랐다! 우리는 큰 사랑을 느꼈다.

침례를 받기 전에, 스테이크 성전 및 가족 역사 상담자가 성전 대리 침례를 위해 어머니와 그밖의 돌아가신 여러 조상의 이름을 준비하도록 도와주었다.

우리가 침례를 받고 25일이 지난 2018년 1월 19일, 어머니의 생일에 우리는 처음으로 캘리포니아 뉴포트비치 성전에 갔다. 나는

긴장했고, 그곳에서 무슨 경험을 하게 될지 알 수 없었다. 그러나 성전 안으로 들어가자 크나큰 평안이 느껴졌다. 그곳은 이전에 내가 본 그 어떤 곳과도 달랐다. 우리 일행은 침례탕에 모였다. 그곳에서 성전 회장님은 죽은 자를 위한 침례의 중요성과 그 축복을 설명해 주셨다. 나는 이 침례가 우리 가족을 축복하리라는 생각에 기뻐서 흐느껴 울었다.

남편은 나의 가족 중 남자 조상들을 위해 침례를 받았고, 내가 돌아가신 여자 조상들을 대신해서 침례를 받을 때 의식을 집행해 주었다. 나는 맨처음으로 나의 사랑하는, 그리고 다정했던 어머니를 위해 침례를 받았다. “돌아가신”이라는 말을 들었을 때 눈물이 났다. 그 말을 들으니 어머니의 죽음이 너무도 실감이 나서 마음이 아팠다. 하지만 문득 어머니의 생일에 그분을 위해 성전에서 침례를 받는 것보다 더 큰 선물이 있을까 하는 생각이 들었다.

나는 앞으로도 성전에 많이 가기를 고대하고 있다. 성전 의식을 통해 돌아가신 분들에게 축복을 드릴 수 있다는 사실에 감사하다. 이것은 얼마나 멋진 선물인가! ■
다이앤 다바니, 미국 캘리포니아주

할머니는 새로운 성탄 장식을 만들어 주시겠다고 하셨지만, 어머니는 거절하셨다. 어머니는 지금 그 성탄 장식이 어머니에게 훨씬 더 의미 있다고 말씀하셨다. 그것은 사랑하는 남편이 보여 준 헌신의 상징이며 우리를 사랑하시는 구주를 상기시켜 주는 역할을 한다.

이생을 헤쳐 나가는 동안, 우리는 모두 어떤 식으로든 상처를 입을 수 있다. 돌이킬 수 없을 만큼 스스로가 산산조각이 났다고 느낄 수도 있다. 그러나 우리에게는 구주가 있다. 우리는 그분이 내미시는 사랑의 손길로 온전해질 수 있다. ■

엘리자베스 로이드 런던, 미국 유타주

여러분을 강화해 준 복음과 관련된 경험을 나누고 싶습니까?
liahona.ChurchofJesusChrist.org에서 제출할 수 있습니다.



성탄절에 홀로 드리는 감사

자라는 동안 성탄절은 일 년 중 내가 제일 좋아하는 시기였다. 그것은 선물 때문만이 아니라 내 인생에 가장 중요한 사람들인 가족과 함께할 수 있었기 때문이었다.

가족은 나의 전부다. 내가 어릴 때부터 우리의 성탄절 전통은 항상 가족과 함께 재미있는 시간을 보내는 것이었다. 그 시간들은 여전히 수많은 소중한 추억들로 남아 있다.

하지만 지난 성탄절은 달랐다. 나는 새로운 일을 시작했고, 성탄절에 집을 떠나 있어야 했다. 살아오면서 선교 사업 때 보낸 두 번의 성탄절을 제외하고는 성탄절에 가족들과 떨어져 본 적이 없었다. 출장을 가기도 전에 나는 이미 몹시 상심해서 향수병에 걸렸다. 성탄절 내내 '이게 무슨 낭비야!'라는 생각이 들었다. 어떤 직장도

그렇게 성탄절을 낭비할 만한 가치가 있을 리 없었다!

나는 호텔 방에서 TV로 영화를 보기로 했다. 영화의 등장인물 중 한 사람은 감사가 얼마나 중요한지를 이야기했다. 그 부분이 영화에서 중요한 내용이었거나 감동적인 장면이었던 것도 아니지만, 나는 그 어떤 장면보다도 그 부분에서 감명을 받았다.

그 순간, 나는 하나님 아버지께서 당신의 아들 예수 그리스도를 선물로 주신 것에 대해 성탄절에 무릎을 꿇고 감사드린 적이 한 번도 없다는 것을 깨달았다. 매년 성탄절을 기념하는 동안 나는 오로지 가족, 선물, 놀이에만 집중했다. 부모님과 조부모님이 나를 가르치시려고 온갖 노력을 기울이셨지만, 성탄절에서 구주가 차지하는 중요성을 제대로 인식한 적이 없었다. 가족끼리 다함께 경전에 나오는 구주의 탄생

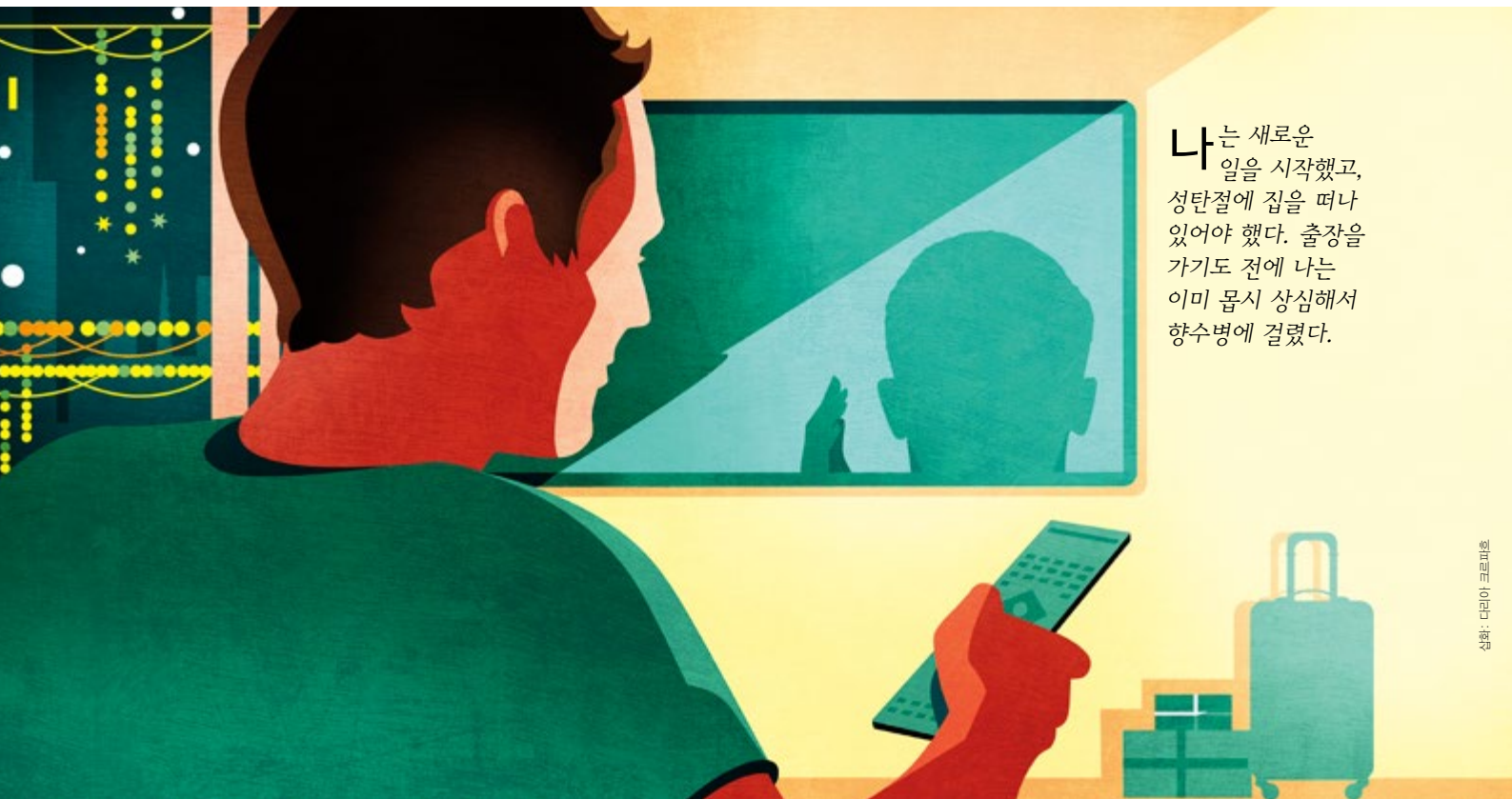
일화를 읽었는데도, 성탄절에 그분의 탄생이 지닌 의미를 생각해 본 적이 별로 없었다.

나는 눈물을 흘리며 하나님 아버지께 기도를 드렸다. 나는 독생자를 지상에 보내심으로써 당신이 하신 희생, 그리고 친절과 희생으로 보여 주신 당신 아들의 위대한 삶에 대해 하나님 아버지께 감사를 드렸다. 성탄절에 홀로 가족과 떨어져 있어야 한다는 사실은 나를 슬프게 했지만, 하나님 아버지께서는 내가 가족과 함께 있을 때 배우지 못한 교훈, 즉 구주가 계시기에 나에게 가족이 있다는 교훈을 가르쳐 주셨다.

성탄절에 홀로 있게 됨으로써 하나님 아버지의 사랑과 당신의 아들의 무한한 은사를 더 잘 이해하게 된 것에 감사를 드린다. ■

타일러 콜린스, 미국 몬테나주

나는 새로운 일을 시작했고, 성탄절에 집을 떠나 있어야 했다. 출장을 가기도 전에 나는 이미 몹시 상심해서 향수병에 걸렸다.



그 사람만은 안 돼!

세 상을 비추라”라는 교회의 성탄절 캠페인과 세계 봉사의 날에 대해 들었을 때 나는 ‘정말 좋은 아이디어야. 나도 참여해야겠어.’라고 생각했다.

12월 1일 세계 봉사의 날을 며칠 앞두고, 내가 어떤 사람을 도와주어야 한다는 생각이 불쑥 떠올랐다. 나는 곧바로 ‘누구든 괜찮지만 그 사람만은 안 돼!’라고 생각했다. 그 사람은 여러 해 동안 나에게 상처를 주었다. 하지만 그 사람의 이름은 계속 내 머릿속을 떠나지 않았다. 나는 이 생각이 영으로부터 왔음을 알았다.

나는 남편에게 이 이야기를 털어놓았다. 남편은 그 사람을 위해 봉사한다면 나에게도 좋을 것이라고 이야기해 주었다. 그래도 그 사람을 도와야 한다고 생각하니 극도로 긴장이 되었다. 혼자서는 할 수 없는 일이란 건 자명했다. 그래서 나는 나에게 힘을 주시고 누군가가 나와 함께 갈 수 있게 해 달라고 기도했다. 마침내, 나는 자매 선교사들에게 전화했고, 같이 가 주겠다는 대답을 들었다.

12월 1일이 되었다. 너무 긴장이 되어 운전도 하기 힘들 정도였다. 그의 아파트에 도착한 뒤, 우리는 함께 기도했다. 나는 심호흡을 몇 번 하고 문을 두드렸다. 그 남자가 문을 열었다. 그는 나를 알아보지는 못하는 것 같았다. 그에게 나를 알아보겠느냐고 물었다. 그는 나를 자매 선교사로만 생각했다. 내가 누구인지 설명하자 그는 깜짝 놀랐지만, 내가 자기를 보러 와 준 것을 기뻐했다. 내가 세계 봉사의 날에 관해 말하며 어떤 것이든 도움을 주고 싶다고 말했을 때는 분위기가 다소 어색해졌다.

나는 선교사들과 일을 분담하여 그의 아파트를 청소했다. 몇 시간 후에 우리는

나 에게 힘을 주시고 누군가가 나와 함께 갈 수 있게 해 달라고 기도했다. 자매 선교사들에게 전화했고, 같이 가 주겠다는 대답을 들었다.

일을 마치고 집으로 돌아왔다. 집에 오고 나서야 비로소 나는 내가 행복해하며 웃고 있음을 깨달았다. 그때 나는 큰 깨달음을 얻었다. 하나님 아버지께서는 나의 모든 상처, 고통, 비탄과 슬픔을 거두어 주셨다. 그것은 모두 사라졌다. 나는 오랜 세월 겪고 있던 모든 고뇌에서 벗어났다. 하나님 아버지께서는 마침내 그 사람을 용서할 힘을 주심으로써 나를 축복해 주셨다. 내 마음이

얼마나 홀가분한지 놀라울 정도였다.

그 사람을 도우라는 속삭임을 따를 수 있었던 것이 정말 감사하게 느껴진다. 나의 사랑하는 하나님 아버지께서는 내가 성장하고 그분이 바라시는 사람이 되려면 나에게 이 경험이 필요하다는 것을 아셨다. ■
마사 랭, 미국 펜실베이니아주





어린이와 청소년을 보살피는 일

부름에 관계없이 모든 성인은 와드에서
어린이와 청소년의 성장을 도울 수 있다.

브리트니 비티
신권 가족부

사 랑이 많으신 하나님 아버지께서는 우리 각자에게 독특한 재능과 은사, 열정 및 관심사를 주셨다. 예수 그리스도를 따르는 일에서 “한 마음 한 뜻”이(모세서 7:18) 되고자 노력할 때, 우리는 그러한 재능을 통해 주변 사람들을 보살필 수 있다. 여기에는 어린이와 청소년을 보살피려는 노력도 포함된다.

초등학교 교사이든, 청소년 지도자이든, 또는 성역 담당자이든, 아니면 단순히 교회에서 어린이와 청소년을 만나는 정도이든 간에 여러분은 어린이와 청소년이 하나님 아버지께서 원하시는 사람이 되도록 그들에게 영감을 주고, 격려하고, 고양하고, 도울 능력이 있다.

여러분의 격려와 보살핌은 가정의 중심이 되어 기울이는 노력에 대한 교회의 뒷받침 중 하나에 포함될 수 있다. 하지만 자녀의 성장을 지도하고 돕는 신성하고 일차적인 역할은 부모에게 있음을 기억해야만 한다. 그것은 부모가 예수 그리스도 후기 성도 교회의 회원이 아니거나 교회에서 활동적이지 않은 경우에도 마찬가지이다. 그렇다면 교회는 어떤 방식으로 도울 수 있으며, 우리 각자는 어떻게 기여할 수 있는가?

다음의 네 가지 제안이 도움이 될 수 있다.

1. 어린이와 청소년이 어떤 사람인지 알아 간다.

어떤 도움이 필요한지 알기 전까지는 누군가를 돕는 것은 어려운 일이다. 여러분은 주변의 어린이와 청소년이 어떤 목표를 향해 노력하고 있는지, 어떤 도움이 필요한지, 아니면 그들에게 어떤

문제가 있는지 알고 있는가? 다른 한편으로, 또한 여러분은 그들의 강점과 관심사도 잘 알고 있어서 필요할 때 서로 도움을 주고받을 개개인을 연결해 줄 수 있는가?

예를 들어, 과테말라 출신의 제시카 오캄포는 친구인 리스베트가 청녀 캠프에서 봉사하는 동안 리스베트의 아들인 데이비드를 돌봐주겠다고 제안했다. 제시카는 혹시 그 시간 동안 데이비드에게 도움을 줄 만한 일이 있는지 물었고, 리스베트는 데이비드가 자전거를 타는 법을 배운 적이 없다고 말했다. 제시카는 자기 아들들에게 도움을 청했고, 그들은 데이비드에게 자전거 타는 법을 가르쳐 주었다. 또한, 그들은 데이비드가 와드의 농구 팀에서 뛰고 있으며 토너먼트를 준비하고 있다는 것도 알게 되어, 하루를 그가 준비하는 것을 돕는 데 보냈다. 그날 하루만에 데이비드의 농구 실력이 좋아지지지는 않았겠지만, 데이비드는 “그분들이 정말 제게 신경을 쓰고 있다는 걸 보여 줬어요.”라고 말했다. 데이비드는 또한 “자전거를 타는 법을 배웠을 때 찍은 동영상이 아직도 제 휴대 전화에 있어요.”라는 말도 덧붙였다.

그 밖의 제안

- 어린이 및 청소년과 교회 공과나 활동 이외에 접촉할 때는 반드시 부모의 허락을 받는다. 어린이 및 청소년과 단 둘만 있는 상황을 피한다. 가장 이상적인 것은 부모 중 한 명이 참석한 가운데 그 자녀를 돕는 것이다. 또한 안전 대책을 강구하기 위해



노력해야 한다.

- 교회에서 어린이 및 청소년, 그리고 그들의 부모를 따뜻하게 맞이한다. 그들의 이름을 알아두고 일주일 동안 어떻게 지냈는지 물어본다.
- 성역 대상자들과 그 가족에게 가장 기쁜 일이나 긴장되는 일, 관심을 두는 일 등이 무엇인지 물어본다. 그들이 준비하고 있는 일을 알아본다. 그런 다음, 여러분이 그들을 어떻게 도울 수 있을지 알기 위해 그들과 대화를 나누고, 또한 기도한다.

2. 여러분의 재능을 나누고, 다른 사람들과의 관련성을 찾아본다.

여러분은 기술과 재능을 개발하는 데 평생을 보냈다. 다양한 주제에 관한 통찰력과 지식을 제공할 수 있는 독특한 경험들도 해왔다. 여러분은 자신의 재능과 지혜를 어린이나 청소년과 공유하여 그들의 발전 계획에 도움을 줄 수 있는가? 그들이 바라는 성장에 도움이 되는 기회들을 인식하도록 도움을 줄 수 있을까?

한 예로, 나이지리아 오순의 올라레칸 바바툰데는 변호사이다. 그의 스테이크는 어린이 및 청소년을 위한 초기 시험 프로그램에 참여했다. 그의 와드에 있는 한 청년이 그 시험에서 동기 부여를 받아 변호사가 되겠다고 한 것을 들었을 때, 올라레칸은 그 청년에게

연락하여 도움을 주겠다고 제안했다. 올라레칸은 로스쿨에 가기 위한 준비 사항을 그 청년에게 가르쳐 주고 있다.

우크라이나 키예프의 마리아 바쉬첸코는 13살짜리 아들의 음악적 재능을 알아본 한 여성의 영향에 주목했다. 그 여성은 우크라이나 키예프 성전 헌납식 전에 열리는 문화 축제에서 마리아의 아들에게 피아노를 연주해 달라고 부탁했다. 당시 그 아이는 음악을 그만두는 것을 진지하게 고려하고 있었지만 그녀의 부탁에 응하기로 했다.

마리아는 이렇게 말했다. “그게 아들의 인생에서 전환점이 되었어요. 정말 훌륭한 공연이었어요! 공연을 마친 뒤에 우리는 아들에게 이제 음악을 그만둬도 된다고 했지만, 그 아이는 그만두지 않겠다고 하더라고요. 아들은 우수한 성적으로 음악 학교를 졸업했어요. 다른 악기도 몇 가지 더 훌륭히 익히더니 작사 작곡도 시작했죠. 음악 그룹도 만들고요. 선교 사업을 나갔을 때는 음악 활동을 계획하고 성찬식에서 찬송가도 연주하고, 선교사 합창단도 지휘하고, 또 구도자들에게 기타와 피아노 연주도 가르쳤대요. 아들이 재능을 키우도록 도와준 그 자매님께 늘 고마울 뿐이에요.” 영향력을 발휘한 그 자매는 그저 그 청년의 소질을 알아보고 그 재능을 다른 사람을 축복하기 위해 사용하도록 권유함으로써 변화를 일으켰다.

그 밖의 제언

- 어린이 및 청소년 활동에서 여러분이 보유한 기술을 가르치거나, 그들이 상호부조회나 장로 정원회에서 자기의 재능을 나누도록 제안한다.
- 여러분이 받은 축복사의 축복을 검토하여 타인의 말을 잘 경청하는 것처럼 그다지 눈에 잘 띄지 않는 것이라도 다른 사람의 발전을 도울 수 있는 재능과 영의 은사가 있는지 되새겨 본다.
- 개인의 장점(자신 및 다른 사람)을 목록으로 만든다. 그러면 필요한 사람이 다른 사람의 지식을 활용하려 할 때 도움이 될 수 있다. 이것은 특히 가족, 와드 평의회, 청소년반 및 정원회 회장단이 협력하는 데에서 유용하게 쓰인다.

3. 관심을 기울이고 격려한다.

어린이나 청소년에게 중요한 행사가 있으면 기억해 두었다가 챙겨 준다. 격려의 메시지를 전한다. 그 주에 계획한 일들이 어떻게 진행되었는지 물어본다. 그들의 성장을 기뻐하고, 실망스러운 일이 있을 때는 계속 노력하도록 격려한다. 여러분이 지지하고 있다는 사실을 그들에게 알리기 위해 시시콜콜한 것까지 다 알아야 하는 것은 아니다.

전에 나는 일찍 잠자리에 드는 습관을 들이려 노력했던 적이 있다. 그때 와드의 한 회원이 일요일에 내가 그 주에는 잠을 좀 더 많이 자고 싶다고 얘기하는 것을 들었다. 그는 내게 그렇게 하기 위해 무엇을 할 것인지를 물었다. 나는 그 주에 적어도 하룻밤은 내가 원하는 시간에 잠자리에 들겠다고 약속했다. 그러자 그는 이렇게 말했다. “그렇게 했는지 다음 주에 내가 물어볼게요.” 그가 그렇게 하리라고 생각했으므로, 나는 약속을 지켰다.

물론 다음 주에 그는 교회에서 내가 목표를 달성했는지 물었고(달성했다!), 돌아오는 주에도 또 그렇게 할 것인지 물었다. 나는 그가 계속 확인하리라는 것을 알았으므로 그렇게 했다. 그다음 주에 그는 내가 목표를 이틀 동안 달성하도록 격려했다. 그리고 그다음 주에는? 그는 내가 사흘 밤 동안 목표를 지키게 했다. 그는 내 계획이 진짜 습관이 될 때까지 매주 격려해 주었다.

몇 년 후, 나는 교회 친구에게 그 이야기를 들려주었다. 당시 나는 좋은 습관이 흐트러져서 다시 길을 들여야 했기 때문이었다. 그녀는 “네가 책임감을 갖도록 도와줄게.”라고 말했다. 그래서 그녀는 내가 다시 좋은 수면 습관을 들일 때까지 매주 확인해 주었다. 수년에 걸쳐 가족과 친한 친구들이 충분한 수면을 이루는 목표를 실행하도록 도움을 주었지만, 가장 효과적이었던 두 번은 특별히 친하지 않은 와드 회원들이 내가 목표를 세우고 유지하도록 돕고 격려하며 그에 대해 물어봐 주었을 때였다.

그 밖의 제언

- 어떤 사람이 재능을 선보이는 공연이나 시합을 한다면, 그 자리에 참석하여 응원해 준다.
- 사람들의 성장에 주목하고 그들의 노력에 찬사를 보낸다. 예를 들면, 교회 말씀이나 공과, 그들이 계획에 참여한 활동, 그들이 한 봉사 프로젝트, 또는 여러분이 전해 들은 학교에서의 성취와 같은 것 등이 있다. 여러분이 건네는 말은 그들이 힘든 시기에도 목표를 계속 추구하도록 중요한 동기 부여가 될 수 있다.
- 자녀가 새로운 기술을 익히도록 가족 활동을 계획하는 경우, 특히 그것이 그들의 목표와 관련이 있다면, 다른 사람을 초대하는 것도 고려해 본다.

4. 성신을 따른다.

무엇보다도, 성신을 구한다. 하나님 아버지와 구주께서는 여러분의 장점과 다른 사람들의 필요 사항을 알고 계신다. 그분들은 여러분의 삶에서 어린이와 청소년을 축복할 수 있는 여러분의 능력을 아신다. 그러한 이들을 어떻게 돕고 축복할 수 있는지 알기 위해 기도한다. 그런 다음, 신앙으로 행한다. 영은 기적을 일으키기 위해 여러분이 보이는 작고 단순한 노력 속에서도 여러분을 인도할 것이다.(앨마서 37:6 참조)

“한 마음 한 뜻”이 되라는(모세서 7:18) 구주의 요청은 노소를 막론하고 우리가 구주처럼 되고 그분의 길을 따르려는 노력에서 하나가 되라고 권유한다. 우리가 어린이와 청소년을 보살피고 그들의 성장을 돕고자 한다면, 우리도 그 보상으로 그만큼 성장한다는 것을 알게 될 것이다.

그 밖의 제언

- 성신이 계속 함께하실 수 있도록 합당하게 생활한다.
- 매주 시간을 내어 여러분의 자녀나 친척, 와드 또는 지역 사회의 어린이 및 청소년의 성장을 어떻게 도울지 숙고한다.
- 여러분 자신의 개인적인 발전을 위해 노력할 때 영에 의지한다. 실패를 통해 배우고 계속 발전하며, 성장하는 동안 성신의 도움을 구한다. ■

전환기에 길을 찾다

학 교 진학, 초등학교를 떠남, 성전에 가는 것, 새로운 직업을 얻는 것, 고등학교 졸업, 선교사 봉사.

이것은 여러분의 자녀가 인생에서 마주할 여러 중요한 단계 중의 일부이다. 이런 일들은 모두 특별한 준비가 필요하다. 변화는 두려울 수도 있지만, 몇 가지 방법을 활용하면 성공적으로 길을 찾도록 도움을 줄 수 있다. 다음은 삶의 전환기에 놓인 자녀를 인도할 때 도움이 될 몇 가지 방법이다.

- **변화에 대해** 그들이 어떻게 느끼는지 귀를 기울인다. 그들이 무엇을 기대하며 무엇을 두려워하는지 물어본다. 그들의 걱정을 이해해 주며 격려한다. 때로는 그들이 다가오는 변화를 편하게 느끼도록 공감하며 들어 주기만 해도 된다.
- **그들이 겪게 될 생소한 것들을 예상할 수 있도록** 가능한 한 많은 정보를 알려 준다. 예를 들어, 자녀가 처음으로 성전에서 대리 침례를 받는다면, 성전에 가면 어떤 일을 하는지 단계별로 하나씩 알려 준다. 새로운 도시로 이사를 한다면, 자녀의 새로운 학교, 와드, 이웃과 관련하여 여러분이 무슨 일을 할 수 있을지 알아본다. 여러분이 최대한 많이 알면 알수록 불안 요소를 줄일 수 있다. 새로운 지식은 그들이 하게 될 새로운 경험을 이해하는 데 도움이 될 수 있다.



- 새로운 상황에 대처하기 위한 **계획을 세운다**. 잠재적인 문제를 예측하고 이를 처리할 방법을 생각해 본다. 자녀가 “만약”으로 시작되는 다음 질문들에 대한 해결책을 생각해 보도록 도와준다. “만약 버스를 잘못 타게 된다면 어떻게 하지?” “만약 야영을 갔는데 외롭다고 느끼면 어떻게 하지?” “만약 새로운 선생님이 마음에 들지 않는다면 어떻게 하지?” 다음과 같은 비상 대처 계획을 마련하여 자녀가 더 편안히 느끼게 해 준다. “만약 스트레스를 너무 심하게 받는다면, 엄마한테 전화해.” “수업이 너무 어렵다면, 아빠와 같이 선생님과 이야기를 나눌 수 있어.”
- 그들이 거쳐 온 중요한 단계들, 그리고 성공에 도움이 될, 현재 그들이 가진 도구들을 상기시켜 줌으로써 **힘을 준다**. 다음과 같은 긍정적이며 고무적인 말을 사용한다. “그걸 해냈으니, 이것도 할 수 있어!” “너는 어려운 일도 해낼 수 있어.” “필요한 걸 다 갖추고 있잖아. 너는 준비되어 있어.” “난 너를 믿어.”
- **괜찮을 것이라고 그들을 안심시킨다**. 많은 사람이 비슷한 어려움을 극복했다. 그들도 그렇게 할 것이다! 언제 어디서나, 어떤 것에 대해서나 하나님 아버지께 도움을 간구할 수 있음을 상기시킨다.
- 여러분의 자녀가 난관 속에 홀로 있다는 느낌을 받지 않도록 **그들에게 지원군이 되어 줄 사람들을 찾는다**. 비슷한 경험을 했다면, 그 이야기를 들려준다. 여러분은 어떻게 느꼈는가? 여러분은 어떻게 적응했는가? 자녀에게 “전환기 친구”가 될 만한 사람을 찾아본다. 자녀가 새로운 초등학교반에서 함께 어울릴 친구를 찾을 수 있는가? 직업이나 수업을 통해 조연해 줄 사람이 있는가? 대학 룸메이트는 누가 되겠는가?
- **자녀의 속도에 맞춘다**. 자녀가 앞으로 나아가도록 밀어 주거나 속도를 늦추도록 주의를 줄 필요가 있을 수도 있다. 그러나 그들의 자연스러운 속도를 너무 많이 바꾸지 않도록 노력한다. 그들의 뒤를 따른다. 그들이 먼저 뛰어들고 싶어 한다면, 그렇게 하는 데 필요한 것을 모두 갖추고 있는지 확인한다. 그들이 아직 움직일 준비가 되지 않았다고 느낀다면, 깊이 들어가게끔 밀어넣어서는 안 된다. 그들이 편안히 여기는 경계를 뛰어넘어 모험해 보도록 부드럽게 격려한다. 그러나 서두르지 않는다. 자녀의 필요에 맞춘다. 그리고 어떻게 하면 가장 잘 도움을 줄 수 있는지 영의 인도를 구한다. ■

십 대를 위하여

『리아호나』에서:

- 「상호부조회는 지루할 거라고요?」
2018년 6월호, 50쪽.
- 「장로 정원회에서 첫날」, 2018년 6월호, 52쪽.
- 「청소년과 성전 성약」, 2013년 10월호, 18쪽.

더 많은 자료를 보려면 youth.

ChurchofJesusChrist.org를

참조한다.

이번 호 이야기

44 매일 외로움과 맞서 싸우다
사일라 마하비어

48 친구 사귀기에 관한 구주의
모범
민디 셀루

온라인 전용

영적 저산소증과 좋은 친구의 중요성
벨라 하비

집에서 멀리 떠나 있을 때 성탄절을
즐기는 5가지 방법
알렉산드라 파머

아래에서 이 기사들과 그 외의 더 많은 자료를
찾아본다.

- liahona.ChurchofJesusChrist.org
- (복음 자료실 앱의 “청년 성인” 섹션에
있는) 청년 성인 주간 메시지
- facebook.com/liahona

여러분의 이야기를 들려주세요

다른 사람과 나누고 싶은 이야기가
있습니까? 아니면 특정 주제에 관한
기사를 보고 싶습니까? 그렇다면,
여러분의 글이나 피드백을 liahona.ChurchofJesusChrist.org로
제출해 주십시오.

저를 믿으세요, 여러분은 혼자가 아닙니다

청년 성인이 되었을 즈음, 나는 외로움에 관해서라면 도가 텃다고 생각했다.
자라면서 이사를 많이 다녔던 터라 나는 친구를 사귀려고 불편함을 감수한
경험이 많았다. 그러다가 내가 만나 본 사람 중 가장 훌륭한 남자와 결혼을
했을 때, 나는 다시는 외로움을 느끼지 않을 줄만 알았다. 그건 당연한 것
아닌가?

하지만 그건 오산이었다.

청년 성인 시절에는 누구나 한 번쯤은 외로움을 느끼게 마련이다. 그저 스치듯
지나가는 감정이라도 말이다. 우리는 할 일이 산더미 같아서 정신 없이 바쁘다. 학생,
배우자, 직원, 또는 부모라는 새로운 역할을 맡고, 가정과 가족으로부터 멀리 떠나기도
한다. 때로는 온갖 중대한 결정도 내려야 하고, 그런 결정을 내리는 중에 외로움이
되기도 한다. 거기에는 일상적인 시련과 때로 특이한 삶의 시련도 겪는다. 이 모든 요소가
합쳐지면서 오늘날 청년 성인들 사이에서 가장 널리 퍼져 있는 감정 중 하나인 외로움이
더해진다. 다행스럽게도 **외로움에 맞서는 방법은 존재하며**, 이 섹션에 바로 그 문제를
다룬 기사가 실려 있다.

44쪽에서, 사일라는 교회에 가입한 것이 외로움을 극복하는 데 어떻게 궁극적으로
도움이 되었는지를 이야기한다. 48쪽에서 민디는 그리스도께서 하셨듯이 **우정을
발견하고 그것을 소중히 여기는** 방법을 가르쳐 준다. 또한 온라인 전용 기사에서 벨라는
훌륭한 우정이 미치는 영향을 간략히 설명해 준다. 그리고 나는 성탄 절기 동안 사랑하는
이들과 떨어져 있으면서 외로움을 느끼는 사람들을 위한 몇 가지 비결을 이야기할
것이다.

외로움을 극복하는 법은 여러 가지다. 나가서 새로운 친구를 만들 수도 있고, 매일
진정한 유대 관계를 맺을 수도 있고, 아니면 구주와 더욱 가까운 관계를 발전시킬 수도
있다. **예수 그리스도께서 언제나 우리와 함께하신다는 사실을 깨달을 때**, 그리고 우리가
결코 혼자가 아님을 알게 될 때, 우리는 자신의 틀을 깨고 나와 건전한 관계를 형성하며,
주변 사람들의 삶을 축복할 힘을 얻을 것이다.

여러분을 믿는 한 사람인,
알렉산드라 파머

alexandra



이미지 출처: GETTY IMAGES



매일 외로움과 맞서 싸우다

샤일라 마하비어

나는 인생의 대부분을 홀로 있다는 기분으로 살았다. 처음에는 외로움이 낯설었다. 우리 가족은 다섯 명이었고, 어린아이였던 나는 집이 늘 북적이고 소란스러운 것이 좋았다. 나는 내가 혼자가 아님을 알았다.

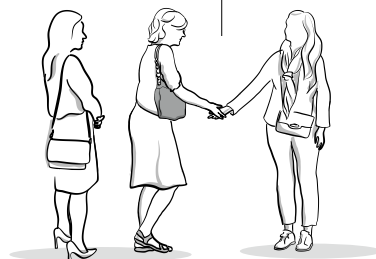
슬픈 일이지만, 십 대 시절에 우리 부모님은 이혼을 하셨다. 그때부터 외로움은 현실로 다가오기 시작했다. 나는 외로움에서 벗어나기 위해 뭘 해야 할지 고민했고, 불편을 자초하면서도 학교 친구들을 사귀려고 노력했다. 예전에 집에서 그랬던 것처럼, 학교에서도 많은 사람과 친숙하게 지내고 싶었다. 그러나 사람들에게 둘러싸여 있을 때에도 외로움을 떨칠

수는 없었다. 그런 느낌은 몇 년 후에 교회를 알게 된 후에야 찾아들었다.

어느 날 자매 선교사들이 우리 집 문을 두드렸고, 엄마가 문을 여셨다. 엄마가 선교사들에게 이렇게 말씀하신 기억이 난다. “저는 별로 관심이 없지만, 우리 딸은 관심이 있을 거예요. 잠깐만요, 제가 불러올게요.”

선교사들과 대화를 시작했을 때, 그들의 이야기에 귀를 기울이라는 영의 속삭임을 느낄 수 있었다. 그 뒤로 몇 달 동안 귀를 기울여 배운 뒤, 나는 이것이 바로 내가 찾고 있었던 것임을 알았다. 처음부터 그런 느낌이 든 것은 아니었지만, 침례를 받겠다는 결심을 하고 나자 주님과 더 가까워졌을 뿐만 아니라 계속되어 온 외로움과의 싸움을 끝내는 데 한 발 더 다가서게 되었다.

부모님이 이혼하시면서부터 얻게 된 외로움이 오히려 교회에 들어온 뒤로 많은 면에서 더 커졌다. 하지만 그 덕분에 외로움에서 벗어날 방법도 찾을 수 있었다.



개종자로서 느낀 외로움

가족들은 나의 침례 결심을 그리 달가워하지 않았다. 어머니와 남동생 하나가 침례식에 참석하기는 했지만, 다른 가족들은 종교가 달라졌다는 이유로 나를 외면했다.

처음에 그 일로 꽤 어려움을 겪었고, 외로움은 그 전보다 더 커졌다. 얼마 후, 사촌 중 하나가 독실한 힌두교 신자가 되기로 결심하면서 가족들과 신앙 면에서 다른 길을 가게 되었다. 나와 유사한 선택을 한 그 사촌은 우리 교회에 가입하겠다는 내 선택을 존중해 주었다. 또한, 나에게 사랑을 보이는 사촌의 모범 덕분에 가족 중 일부는 더는 나를 멀리하지 않게 되었다.

그러나 학교에서 친구들과 잘 어울리는 일은 이제 어려워졌다. 직장에서도 내 침례 결심을 들은 사람들은 나를 이상한 눈으로 보았다. 부끄럽지는 않았다. 내 결정은 그릇되지 않았고, 나는 그 사실을 확실히 알고 있었다. 그러나 친구들은 내 생활 방식의 변화를 이해하지 못했고, 그들 대부분이 더는 나와 어울리지 않기로 결정했다.

새 친구 사귀기

이런 힘든 일을 모두 겪으면서 나는 계속 기도했다. 그러면서 나는 신권 축복을 받을 때 영이 약속해 주었던 위안을 느낄 수 있었다. 어느 날, 기도하면서 용기를 내어 이렇게 여쭙어 보았다. “왜 이렇게 외로운 걸까요?” 응답이 찾아왔다. 더 정확히 말하면 약속을 받았는데, 나를 이해해 줄 새로운 친구들을 사귀게 될 것이라는 약속이었다.

그리고 약속은 현실이 되었다! 나는 새로운 친구들을 사귀었고, 그중 몇몇은 교회 회원이 아니었지만 여전히 나를 존중하고 사랑해 주었다. 또 나는 교회 안에서도 가족과 같은 친구들이 생겼다.

순기가 없는 나로서는 사람들에게 말을 거는 게 결코 쉬운 일이 아니었다. 평소 나는 사람들이 나에게 다가오기만을 기다렸는데, 고등학교 시절에는 나와 이야기하고 싶어하는 아이들이 별로 없었다. 그래서 나는 오래전에 배웠던 한 가지 비법을 기억해 냈을 때 정말 기뻐했다. 그건 바로 웃음이었다. 우리는 웃음을 지을수록 더 많은 사람을 끌어당기게 된다. 나는 사람들을 향해 웃음을 지을수록 사람들이 더 많이 말을 걸고 더 쉽게 친해진다는 것을 깨달았다.





하나님 아버지와 함께하며

내 기도에 대한 더 훌륭한 응답은 토마스 에스 문슨(1927~2018) 회장님의 「용감하게 홀로 서라」라는 말씀이었다. 『리아호나』, 2011년 11월호, 60~67쪽) 시간이 흐르면서, 나는 이 말씀을 통해 외로움에 관한 매우 중요한 점을 배웠다. 주님이 함께하신다면 우리는 절대 혼자가 아니라는 것이다.

하나님과 함께하기가 힘든 날들이 여전히 있다. 남들이 나와 내 신앙을 조롱하지는 않을까 하는 두려움은 견디기 힘든 것이다. 개중에는 종교란 터무니없는 것이며, 내가 어리석은 양처럼 이리저리 끌려다니고 있다고 말하는 사람들도 있었다. 내가 믿는 종교에 관해 알고 나면, 어떤 사람들은 나를 마치 끔찍한 전염병이라도 앓고 있는 사람처럼 대하기도 했다. 이러한 일을 모두 겪으면서 불안감과 외로움이 조금씩 느껴졌다. 매일 그런 전투가 벌어지지만, 나는 매일 주님의 도움과 전적인 지원을 받아 몇 번이고 계속해서 승리를 거둔다.

나는 매일 영을 따르려고 노력한다. 영에 귀를 기울이고 사람들과 대화할 때마다 영은 내가 다른 이들을 위해 봉사할 수 있도록 영감을 준다. 그런 기회를 통해 나는 혼자가 아님을 기억하게 된다. 가장 중요한 것은

영에 귀를 기울이면 늘 간증을 나눌 기회를 얻게 된다는 점이다. 나는 이러한 방식으로 믿음을 나누면, 두려움이 줄어들고 다른 사람들이 나를 더 이해하는 데도 도움이 된다는 것을 알게 되었다. 미처 깨닫지 못했지만, 나는 누구와 대화를 나누든 그 순간 혼자가 아니라 영과 함께하고 있었던 것이다. 영이 우리와 함께한다면, 절대 외로울 수가 없다.

오랜 세월을 거치면서, 그리고 외로움을 느낄 때마다 주님께서는 내가 그분의 사랑하는 딸이라는 것과 나를 사랑하신다는 것을 거듭 말씀해 주셨다. 아버지께서 함께 계시는데 어떻게 내가 혼자라고 느낄 수 있겠는가? 기도만 하면 언제든 그분과 대화할 수 있는데 어떻게 외롭다고 느낄 수 있겠는가?

외로움과 맞서는 매일의 싸움에서, 나는 하나님 아버지께 나와 함께 계실 뿐만 아니라 내가 항상 그분과 함께할 수 있도록 도움을 부탁드린다. 나는 그분께서 나를 전쟁터에 홀로 내버려두신 적이 한 번도 없으시며, 언제나 사랑하는 마음으로 내 곁에 계셨다는 사실을 안다. ■

글쓴이는 체코 공화국, 프라하에 산다.

친구 사귀기에 관한 구주의 모범

민디 셀루
교회 잡지

청년 성인인 우리는 모두 외로움을 느끼는 시기를 거친다. 진학을 위해 멀리 떠날 때, 선교 사업을 마치고 귀환할 때, 연인과 결별할 때, 지역에서 유일한 교회 회원일

때, 새로운 와드에 참석할 때, 독신으로 살아갈 때, 자주 집을 비우는 사람과 결혼했을 때, 처음으로 부모가 되었을 때, 그리고 그 밖의 많은 경우에 그렇다. 삶의 어떤 단계에서는 친구를 사귀는 것이 좀처럼 쉽지 않다.

그렇다고 그것이 불가능하다는 의미는 아니다. 모든 일이 그렇듯이 답은 구주를 따르는 것에 있다. 십이사도 정원회의 로널드 에이 래스번드 장로는 다음과 같이 말했다. “다른 모든 복음 원리에서 그러하듯, 예수 그리스도께서는 우정에 있어서도 우리의 모범이 되십니다.”

친구를 사귀려 할 때 구주의 모범에서 배울 수 있는 몇 가지를 다음과 같이 소개한다.

친구를 찾아 나서라

예수님은 우정을 소중히 여기셨다. 그분은 지상 성역을 이루기 위해 사람들의 도움과 지원이 필요하셨다.

(누구나 그렇듯이 말이다) 그러나 주님은 적임자들이 그분이 계신 곳으로 찾아오기를 기다리시지 않고, 그들을 찾으러 밖으로 나가셨다! 어느 때라면 잘 가지 않을 장소에도 가셨고(누가복음 5:3~10), 이곳저곳을 돌아다니셨으며(마가복음 1:16; 요한복음 1:36 참조), 사람들에게 그분이 사셨던 곳으로 와서 보라고 초대도 하셨다.(요한복음 1:39 참조)

구주와 똑같은 이유로 친구가 필요한 것은 아닐지 모르지만, 좋은 사람들과 친하게 지내는 것은 중요한 일이다. 만일 지금 친구들이 필요하다고 여겨지는 새로운 삶의 단계에 있다면, 그들을 찾아 나서라. 교회 활동과 다른 활동에 참여하고, 자신을 소개하며, 새로운 것에 도전하고, 사교 모임을 주선하고, 진정한 마음으로 성역을 베푼다면(아마 여러분이 성역을 베푸는 사람들도 친구가 필요할 것이다) 자기도 모르는 사이에 주변에 친구가 될 사람이 많아질 것이다.

다른 이의 장점에 주목하라

나는 예수님이 나다나엘을 만났을 때 하셨던 이 말씀을 좋아한다. “보라 이는 참으로 이스라엘 사람이라 그 속에 간사한 것이 없도다!”(요한복음 1:47) 이 구절을 생각할 때마다 나는 사람들에게서 장점을 찾고 내가 찾은 장점을 알려야 한다는 점을 상기하게 된다.

친구를 사귀는 일에서 상당한 전문가인 ‘프레드 로저스 씨’도 사람들에게서 최고의 장점을 찾는 것이 그리스도와

같은 특성임을 지적한 바가 있다.[프레드 로저스: 미국의 방송인, 음악가, 작가, 장로교 목사로, 유명한 텔레비전 프로그램인 '로저스 씨의 이웃'을 제작하여 어린이들의 교육에 큰 영향을 주었다.—옮긴이] 그는 이렇게 말했다. “타인의 진가를 알아보는 것은 신성한 일이라고 생각합니다. 우리가 지금 우연히 자리를 함께하고 있는 사람에게서 최고의 장점을 찾아 내는 순간, 우리는 바로 하나님이 행하시는 일을 하고 있는 것입니다. 이웃을 사랑하고 그들의 진가를 알아볼 때, 우리는 진정 신성한 일에 동참하고 있는 것입니다.”²

친구를 위해 기도하라

구주께서 지상에서 하신 가장 기억할 만한 일 중 몇 가지는 그분이 사람들을 위해 기도하신 순간일 것이다. 니파이인들은 “주께서 아버지께 [그들을] 위하여 기도하시는 것을 [그들이] 들었을 때 [그들의] 영혼을 채웠던 그 기쁨을 아무도 상상할 수 없[었]느니라.”라고 기록했다.(제3니파이 17:17) 우리의 기도가 그분의 기도처럼 강력하지는 않겠지만, 그래도 우리는 여전히 관심 있는 이들을 위해 기도할 시간을 낼 수 있다.

친구를 위해 기도하는 것뿐만 아니라 친구가 생기게 해 달라고 기도할 수도 있다. 외롭고 친구가 필요하다는 근심거리를 비롯하여 “행하는 모든 일을 주와 의논한다면 (엡마서 37:37), 그분은 “[우리가] 유익하도록 [인도]하”실 뿐만 아니라 선함으로, 즉 좋은 친구가 될 수 있는 선한 사람들에게로 우리를 인도하실 것이다.

구주를 바라보라

예수님은 우리가 외로울 때 느끼는 감정을 알고 계신다.
왜냐하면 당신 역시 “비애[와 외로움]을 아는 자”

모든 사람에게에는 외로움을 겪는 시기가 있다. 하지만 우리는 구주의 모범에서 친구를 사귀는 것에 관한 몇 가지 가르침을 배우게 된다.

이셨기 때문이다.(모사이아서 14:3) 아무리 친구를 사귀는 일에 능숙하다 할지라도 우리에게에는 여전히 외로움을 느끼는 시기나 순간이 있게 마련이다. 그러나 외로움은 또한 서로 사랑하라는 신성한 명령을 일깨워 줄 수도 있다.(요한복음 13:34 참조)

지금 이 순간 외로움을 느끼며 어려움을 겪고 있다면, 구주의 모범을 생각해 본다. 그리고 그 누구보다도 구주를 자신의 친구로 삼는다. 구주와 우리의 하나님 아버지는 절대 우리를 홀로 내버려 두지 않으실 것이다. ■

주

1. Ronald A. Rasband, “True Friendship,” *New Era*, Oct. 2016, 5.
2. Fred Rogers, commencement address at Marquette University, 2001, marquette.edu/universityhonors/speakers-rogers.shtml.





나는 성전을 좋아한다.

왜냐하면 그곳에서는 진정으로 영을 느낄 수 있기 때문이다. 그곳은 그리스도의 사랑을 실제로 느낄 수 있는 순수한 장소이다.

나는 일 년 동안 미국에서 살 기회가 있었다. 그곳에 도착하고 얼마 동안은 정말 외로웠다. 가족과 집이 그리웠지만 힘들었던 것은 비단 그뿐만이 아니었다. 학교에는 친구도 많이 없었고, 언어와 문화 때문에 어려움을 겪고 있던 데다 함께 살고 있던 가족과도 문제가 좀 있었다.

어떤 때에는 교회에서조차 외롭다는 느낌을 느꼈다. 집에 가고 싶었고, 가족이 너무 보고 싶었다.

그러다 예수 그리스도와 그분께서 나를 위해 어떻게 고통을 겪으셨는지를 생각해 보기 시작했다. 나는 기도했고, 하나님의 위로가 찾아왔다. 내가 살던 곳에서 성전이 6분이면 갈 만큼 아주 가까웠다. 그래서 나는 일주일에 한 번씩 성전에 가기로 결심했다. 그리고 그 일은 내 인생에서 진정한 축복이 되었다.

여러 가지가 변하기 시작했다. 좋은 친구들을 몇 명 찾게 됐고, 하나님께서는 내가 집을 떠나 있는 시간을 끝까지 잘 마무리할 수 있게 도와주셨다. 나는 예수 그리스도 덕분에 내가 위안을 느꼈다는 것을 안다. 그리스도는 도움과 힘을 주셨고, 거기에서 나는 용기를 얻었다. 사람들은 때로 예수 그리스도의 속죄를 통해 할 수 있는 일로 회개만을 생각하기도 한다. 하지만 그리스도는 큰 위안도 주신다. 구주께서 견뎌 내신 모든 것을 이해할 수는 없겠지만, 나는 그분이 나를 이해하신다는 것만은 안다.

요나 시, 17세, 프랑스

이번 호 이야기



52 함께 이룩해 나가는 발전

에릭 비 머독, 리처드 엠 롬니

54 세계 곳곳의 성탄절

58 조롱으로 인기를 얻을 필요는 없다

데이비드 에이 에드워즈

60 후기 성도 여성을 소개받다

호아킨 이 코스타 장로

62 질의응답: 선교 사업을 나갈지 여부를 어떻게 결정해야 하나요?

63 요한계시록을 이해하려 할 때 우리는 어디에서 도움을 받을 수 있는가?

64 교회 지도자들의 답변: 그리스도의 사명은 하나님의 사랑을 보여 주는 것이었습니다

제프리 알 홀런드 장로



함께 이룩해 나가는 발전

에릭 비 머독, 리처드 엠 롬니
교회 잡지

러셀 엠 넬슨 회장이 받은 영감 덕분에 교회에는 즐거운 변화가 많이 일어났다. 그러한 변화 중 다음 두 가지는 미국 캘리포니아주에 사는 클라크슨 가족의 형제들에게 직접적인 영향을 미쳤다.

1. 이제 청남은 만 12, 14, 16세가 되는 해 1월에 신권 직분에 성임될 수 있다.
2. 청소년은 만 12세가 되는 해 1월부터 제한 사용 성전 추천서를 받을 자격이 생긴다.

이러한 변화는 매슈(15세), 앤드루(13세), 아이작(11세) 삼 형제에게 예수 그리스도의 복음 안에서 개인적으로, 또한 **함께** 봉사하고 발전할 새로운 기회를 가져다주었다.

첫날

2019년 1월, 매슈와 앤드루, 아이작은 모두

첫날을 맞았다. 앤드루는 이렇게 말한다. “매슈 형은 제사가 되었고, 저는 교사, 아이작은 집사가 됐어요. 다 같은 날예요. 예전 같았다면 모두 진급하지 못할 나이였죠.”

매슈는 말한다. “제사가 된 첫날, 저는 성찬식에서 빵을 떼고 축복을 했어요. 좀 긴장이 되었어요. 성찬 기도를 할 때 손이 조금 떨리긴 했지만, 정말 멋진 일이었어요.”

새로 아론 신권을 받은 아이작은 이제 형들에게 배울 기회가 생겼다. 아이작은 이렇게 말한다. “형들과 형 친구들하고 함께할 수 있어서 좋았어요. 처음으로 성찬을 전달하면서 영을 느꼈어요.”

“동생에게 침례를 주었어요!”

아론 신권을 받고 성찬을 전달한 아이작은 성전에 가서 침례도 받았다. 먼저 아버지가 아이작에게 침례를 주었는데, 그 후 깜짝 놀랄 일이 일어났다.

매슈는 이렇게 말한다. “제가 동생에게 침례를 주었어요!”

아이작은 말한다. “매슈 형이 제게 침례를 주리라고는 꿈에도 생각하지 못했어요. 그런데 형은 이제 제사니까 그럴 수 있죠. 정말 멋진 경험이었어요. 저는 성신을 느낄 수 있었어요.”

매일 아침 세미나리 전에

클라크슨 가족에 형제가 매슈, 앤드루, 아이작만 있는 것이 아니다. 리바이(9세), 엘리(7세), 샘(4세), 티투스(2세), 이렇게 네 명의 남동생이 더 있고, 얼마 있으면 동생이 한 명 더 태어난다.

넬슨 회장이 2018년 10월 연차 대회에서 교회의 여성들에게 연말까지 물몬경을 읽으라고 권유했을 때, 매슈와 앤드루, 아이작은 아버지와 남동생들과 함께 엄마를 돕기로 결심했다. 그들은 이렇게 말했다. “우리가 함께해 줄게요!” 그들은 매일 아침



클라크슨 가족의 형제들은 각자의 신권 정원에서 봉사하고 물문경을
읽음으로써 축복을 받았다.

세미나리 전에 일어나 함께 물문경을 읽는다.

삶을 변화시키는 도전 과제

앤드루는 말한다. “이 과제를 받아들였을 때만 해도 시간이 한참 걸리겠다는 생각이 들었어요. 기타 치거나 친구들과 노는 것 같이 제가 하고 싶은 일을 다 할 시간이 부족하지는 않을까 걱정했죠. 그런데 그렇지 않다는 것을 깨달았어요. 물문경을 더 집중해서 읽을수록 정말 시간이 더 많아지는 것 같았어요. 할 수 있는 한 많이, 그리고 꾸준히 경전을 읽는다면 제 생활에 균형이 잡힌다는 사실을 깨달았어요. 하루에 쓸 수 있는 시간이 더 많아지는 거죠.”

매슈는 가족이 매일 아침 경전 읽기를 시작했을 때 힘든 시기를 겪고 있었다. 그는 이렇게 말한다. “저는 학교 생활을 그리 잘하고 있지 못했어요. 개인 경전 공부와 하나님 아버지와의 관계 때문에 씨름하고 있었는데도 혼자서만 끙끙 앓고 그 문제에 대해 부모님께는 말씀드리지 않았어요.”

그러나 매슈가 더 많은 시간을 물문경을 읽는 데 쓰면서, 복음은 그의 삶에서

최우선순위로 발돋움하기 시작했다. 매슈는 학교 공부에도 더 열중하게 되었다. 열심히 공부했고 성적도 더 좋아졌다.

“하나님 아버지와 부모님이 저를 얼마나 사랑하시는지, 그리고 저를 얼마나 많이 도와주시는지를 깨달았어요. 예수 그리스도에 대한 간증도 더 커졌죠. 주님은 제가 나쁜 습관을 극복하고 올바른 방향으로 나아가도록 도와주셨어요. 저희 가족이 낸슨 회장이 주신 과제를 받아들여서 정말 기뻐요. 덕분에 제 인생이 바뀌었어요.”

“우와, 정말 많구나!”

넬슨 회장의 권유를 받아들인 후 아이작 역시 간증이 더 강해졌다. 아이작은 이렇게 말한다. “우리는 **하나님, 주, 구속주, 구주, 그리스도**라는 단어를 찾을 때마다 동그라미를 쳤어요. 물문경 읽기가 끝났던 날, 물문경을 죽 넘겨 보니 제가 동그라미 쳤던 단어들이 모두 보였어요. ‘우와, 정말 많구나!’ 하는 생각이 들었죠. 그렇게 많이 있을 줄은 정말 몰랐거든요. 물문경을 읽으면서 저는 영을 훨씬 더 많이 느끼게 되었어요. 우리가 이

일을 해내서 정말 기뻐요.”

삶이 훨씬 더 행복해져요

매슈, 앤드루, 아이작은 가족이 단 두 달만에 물문경을 모두 읽었다는 것이 놀라웠다. 아이작은 “보통 그건 일 년은 걸리는 일”이라고 말한다. 그들은 선지자의 권유를 따를 때 받게 되는 축복을 함께 발견했다.

앤드루는 이렇게 말한다. “마땅히 해야 할 일을 할 때, 그러니까 기도와 경전 공부를 통해 하나님 아버지와의 관계를 강화하고, 교회 안에서 충분히 활동적으로 생활할 때, 삶은 훨씬 더 행복해져요.”

이들 삼 형제는 서로가 복음 안에서 발전하도록 도와 왔다. 그들은 회원들에게 “우리 주 예수 그리스도와 그분의 속죄를 믿는 신앙을 증진해[고] ... 하나님과 성약을 맺고 지키[며] ... 그들의 가족을 강화하”라고 요청하신 선지자를 따랐다. ■

주
1. 러셀 엠 넬슨, 『개회 말씀』, 『라야호나』, 2018년 11월호, 7쪽.

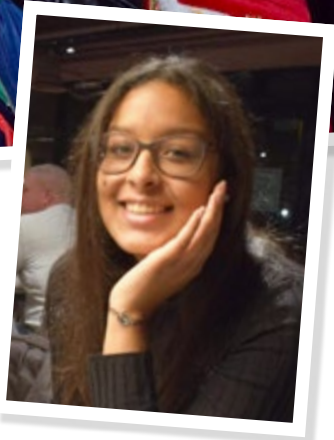




세 계

곳 곳 의

성 탄 절



“우리 가족에게 12월은 단합을 의미해요. 우리는 그리스도의 모범을 따르는 생활을 좋아해요. 그분께서 우리를 위해 행하신 일들과 지금껏 받은 많은 축복을 기억하려고 항상 노력하죠. 거실에는 구주의 그림을 걸어 두었어요. 그리고 그 주위에 빨간 하트를 스무 개나 붙여 놓았어요.

자정이 되어 선물을 열어 볼 때가 되면, 저는 가족들을 바라본 후 그리스도의 그림을 보곤 해요. 저는 거실에 구주의 그림이 있다는 점이 자랑스러워요. 그리고 그분께서 우리 가정에 바라시는 많은 일이 실제로 일어나고 있다고 말할 수 있다는 것도 자랑스럽죠.

저는 전임 선교사로 봉사할 계획이에요. 성탄절에 경험했던 추억들을 생각할 때면 사람들에게 복음을 나누고 싶다는 더 큰 열망을 느끼게 돼요. 복음을 알고 있는 사람들에게 성탄절은 완전히 다른 느낌으로 다가와요. 복음의 관점에서 성탄절은 온전히 그리스도와 가족을 중심으로 두죠. 이 사실은 제게 아주 큰 위안이 돼요.”

미리엄 지, 프랑스 파리

여러분이 사는 지역에서는 성탄절을 어떻게 기념하는지 이야기해 주시겠어요? 내년엔 기사로 실을 수 있도록 여러분의 사진과 이야기를 보내 주세요! 보내실 주소는 바로 이곳입니다.
liahona@ChurchofJesusChrist.org

여러분은 어떤 성탄절 전통을 좋아하는가? 두둑히 따뜻하게 입고 나가서 가족과 함께 캐럴을 부르고 다니는 것? 썰매를 탄 후 따뜻한 코코아를 마시는 것? 해변에서 바비큐를 먹는 것?

성탄절 카드 제작 회사가 생각하는 그런 일반적인 이미지와는 달리 성탄절은 모든 기후와 문화, 지역의 사람들이 기념한다. 눈이나 소나무를 볼 수 없는 곳에서도 마찬가지이다.

전 세계 곳곳의 청소년들은 다음과 같은 방법으로 구주의 탄생을 기념한다.



이야기를 나눠요.

12월 25일 자정이 되면 어린 동생들에게 아기 예수 모형을 구유 위에 올려놓아 보라고도 하죠. 가족들은 서로 ‘메리 크리스마스’라고 말하며 축복을 빌고, 케이크를 나눠 먹고, 밤새 이야기하다가 늦게 잠이 들어요.

예수 그리스도가 우리 삶의 일부가 될 수 있어서 정말 감사해요. 우리는 그분을 통해서 영원한 기쁨을 얻을 수 있어요.”

안키타 케이, 인도 방갈로르

“방갈로르 지역에서, 성탄절을 기리는 건 일반적인 일이에요. 힌두교인, 이슬람교인, 기독교인 할 것 없이 모두가 성탄절을 기념하거든요. 트리를 꾸미고 집 안에 별을 달아 두는 사람들이 많아요.

우리 가족은 교회에서 주는 ‘세상을 비추라’ 달력을 활용하는 전통이 있어요. 또, 어머니는 이웃, 직장 동료, 친구, 가족들을 위해 케이크를 준비하시죠. 성탄절 전야에는 가족이 모두 집에 모여요. 집에서 밤 10시 반에 성탄절 영적 모임을 하는데, 찬송가를 부르고, 경전을 읽고, 성탄절 영상을 보고, 함께

“2018년 성탄절은 제 생애에서 가장 아름다운 성탄절이었어요. 깊은 유대감과 우정을 느낄 수 있는 날을 보냈고, 난민들을 위한 행사에도 참여했죠.

저는 종이로 빨간색 장화를 만들었는데, 저녁 식사에 초대된 사람들에게도 만드는 방법을 가르쳐 주었어요. 그 장화들은 접시 위에 하나씩 올려졌어요. 초대된 분들은 배낭에 개인 위생 물품을 채워 오셨어요. 그 배낭들을 일요일에 나눠 줄 계획이었어요.

저녁 행사 때 우리는 난민분들과 함께 그리스도에 관한 영화를 보았어요. 정말 오래도록 기억될 성탄절이었어요.”

알렉시스 엘, 프랑스 파리





“레모네이드 판매대를 여름에 쓰려고 만들었는데, 생각해 보니 성탄 절기에 쿠키와 핫초코를 나누어 줄 때 쓰면 딱 맞겠다 싶었어요! 다른 사람들에게 봉사하는 방법을 창의적으로 생각할 때면 구주가 더욱 가깝게 느껴져요.”

브루클린 에이치, 캐나다 앨버타



“저는 누나들과 함께 시간을 보내는 것을 좋아해요. 특히 게임을 같이 할 때 그래요. 성탄 절기에는 저녁 식사 때마다 촛불을 켜 놓곤 하는데, 그럴 때면 마음이 평안해져요. 촛불에서 퍼지는 빛을 보고 있으면 구주가 떠올라요. 그분은 세상의 빛이시니까요.”

데인 에이치, 캐나다 앨버타



“자연을 만끽하고 하나님의 창조물에 깃든 아름다움을 들여다볼 수 있는 평화로운 장소로 산을 생각하는 사람들이 많죠. 하지만 하와이 사람들은 경이로움이 가득한 바다를 보면서 하나님의 권능을 실감하고 감사함을 표해요.

자연이나 가족들 품에서 시간을 보낼 때 우리는 깊은 유대감을 쌓을 수 있어요. 그런 시간에는 삶의 휘방거리를 잊고 주변의 아름다움에 집중할 수 있죠. 눈에 보이는 사물과 다양한 경험을 함께 하는 사람들이 지닌 아름다움을 말이에요.

이 지구와 가족에 대한 깊은 유대감을 느끼기에 성탄절만큼 좋은 시기는 없다고 생각해요. 우리는 하늘에 계신 아버지와 우리 구주 예수 그리스도께서 세우신 계획에서 이 지구와 우리 가족이 맡은 중대한 역할을 알고 있으니까요.”

다이앤 에이, 미국 하와이, 사진: 자이러스 에이



“우리 가족은 성탄절마다 봉사 활동을 하는데, 형편이 어려운 분들에게 음식과 간식거리를 드리기도 해요. 사람들에게 봉사하는 일은 하나님의 사랑을 표현하는 방법이 되죠.

부모님은 남을 위해 봉사하는 훌륭한 모범을 통해 성탄절의 의미를 가르쳐 주셨어요. 그런 경험을 통해 저는 지상에서 제가 맡은 역할과 성탄절의 참된 의미를 이해하게 되었어요.”

에런 에스, 인도 방갈로르

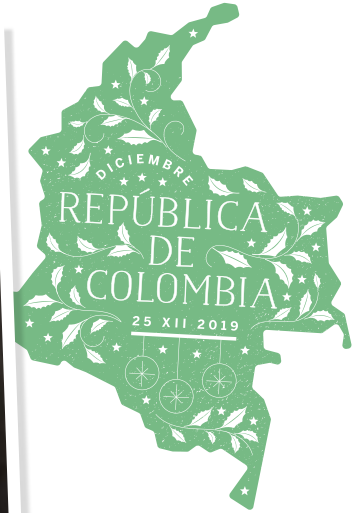
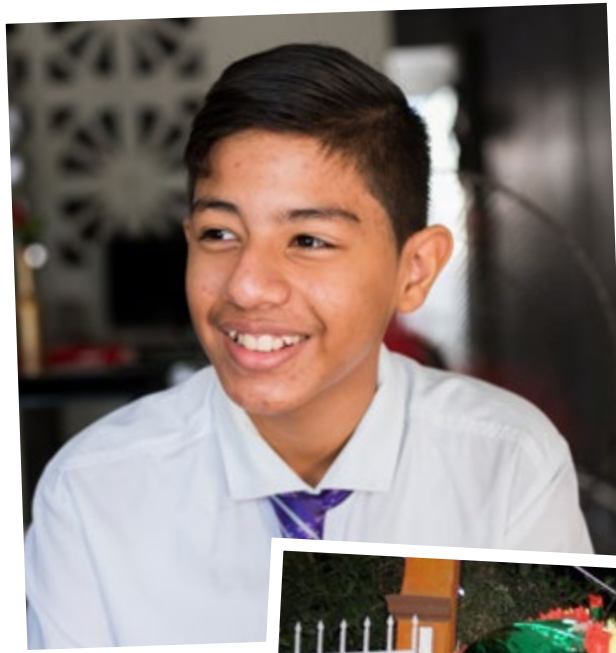




“우리 가족은, 정말 대가족이라 집 두 채에 함께 모여요. 그렇게 모여서 함께 음악을 듣고, 춤도 추죠. 12월은 방학 기간이기 때문에 가족과 함께 최대한 많은 시간을 보내려고 노력해요.

함께 놀고, 이야기하고, 웃고, 맛있는 것을 먹어요. 그게 우리 집 전통이에요. 학기 중에는 가족과 이런 시간을 보낼 수 없잖아요. 그래서 이 전통을 지키려고 노력하고 있어요. 가족은 세상에서 가장 중요한 것이예요. 이러한 전통은 우리 가족이 단합하는 데 도움이 돼요.”

후안 시, 콜롬비아 바랑키아



멕시코에서는 성탄절을 축하하기 위해 가족과 친구들이 함께 모여 피나타를 깨는 활동을 많이 한다.[피나타: 속에 사탕이 든 장식물—웁긴이]

주: 다음 내용은 미국 캘리포니아주 파라다이스시에 사는 청소년들의 이야기이다. 캘리포니아 역사상 최악의 산불이 일어나 이 지역 공동체는 심각한 피해를 입었다. 재난을 겪은 후, 이 청소년들은 성탄절의 의미에 관해 이렇게 이야기했다.

“산불을 겪고 나서 가족과 친구보다 중요한 것은 없다는 것을 깨달았어요. 비록 많은 선물을 받지는 못했지만, 가족과 함께 있다는 것만으로도 정말 기뻐요. 평소의 성탄절과는 차이가 있었지만, 여전히 행복한 시간이었죠.”

레이철 더블유

“사람들이 약속이나 한 듯 서로 희생하며 협력하는 모습을 목격하는 특별한 경험을 했어요. ... 물질적인 것들은 그렇게 중요하지 않다는 사실을 배웠어요. 봉사, 가족, 함께 보내는 시간이 훨씬 더 의미 있죠. 삶은 큰 가치가 있어요. 우리가 처한 상황은 언제든지 안 좋은 방향으로 흘러갈 수 있어요. 그러니 누릴 수 있는 시간이 주어졌을 때 행복을 만끽해야 하는 거죠. 그런 행복한 시간은 바로 우리가 만드는 것이예요!”

빌리 에이

“기부받은 장난감을 트럭 여러 대에서 내리고 정리하는 일을 도운 적이 있어요. 작업을 마친 후에는 문을 열고 사람들을 모두 들여보냈죠. 아이들의 반응을 보니 참 기뻐요. 아이들은 눈을 반짝거리면서 신나서 어쩔 줄 몰라 했어요! 그렇게 끔찍한 일들을 겪은 아이들이 이제는 행복해지고 평화로워진 모습을 보니 저도 덩달아 행복해졌어요.”

오드리 브이





조롱으로 인기를 얻을 필요는 없다

조롱이 대세인 것 같지만,
주님의 시각에서는 그렇지 않다.

데이비드 에이 에드워즈
교회 잡지

마지막 날이 도래했음을 알리는 표적에는 어떤 것들이 있는가? 잘 알려진 것으로는 회복, 물몬경의 출현, 여러 재난, 복음 전파, 간악함이 만연해지는 것 등이 있다. 그런데 여러분이 생각해 보지 못했을 법한 표적이 한 가지 있다. 바로 조롱이다.

신약전서의 두 저자는 마지막 날에 조롱하는 자들이 있을 것이라 말했다.(베드로후서 3:3; 유다서 1:18 참조) 즉, 예수 그리스도와 그분의 가르침과 제자들을 조롱하고 비웃는 사람들이 생겨날 것이라는 말이다. 하지만 그리스도의 제자로서 우리는 오래 참고 인내하며(베드로후서 3:11~15 참조), 그분의 재림과 약속의 성취를 고대하고, 그분의 자비 안에

거하며, 사람들을 긍휼히 여기라고(유다서 1:22 참조) 가르침을 받는다.

물론 조롱이 새삼스러운 것은 아니지만 점점 퍼져 가고 있다는 사실은 분명해 보인다. 또 여러분이 하나님의 것을 결코 조롱하지 않는다 하더라도, 조롱은 그리스도의 제자가 따를 만한 생활방식이 아니다.

조롱을 계속 하겠는가? 나는 사양하겠다.

조롱한다는 것은 비웃고, 놀리고, 비아냥대는 것이다. 불쾌한 방식으로 흉내 내는 것, 즉 웃긴 목소리나 과장된 행동, 표현으로 남을 흉내 내는 일은 조롱에 해당한다. 이런 일은 도처에서 일어나고 있으며, 우리는 모두 그것을 본 적이 있다. 사람들은 마치 그것을 즐기는 듯하다.

하지만 주님께서는 그렇지 않으시다.

경전 어디에서도 조롱은 용납된 적이 없다. 오히려 조롱은 분명히 정죄를 받는다. 예를 들어, 엘마 이세는 다음과 같이



가르쳤다.

“너희 중에 그 형제를 업신여기는 ... 자가 있느냐?

그러한 자에게 화 있나니, 이는 ... 그가 회개하여야 하며 그렇지 아니하면 그가 구원받을 수 없음이라!”(엘마서 5:30~31)

조롱은 교만이라는 죄가 근원이 되어 나타나는 증상이다. 그리고 조롱이 품고 있는 근본적인 감정은 경멸, 즉 다른 사람을 얕잡아 보는 것이다. 이것은 다른 사람의 의견이나 행동에 단지 뜻을 달리하는 것이 아니라

남보다 자신이 우월하다고 생각하는 것을 의미한다.

이것은 주님께서 바라시는 일이 아니다. 주님께서는 “모든 사람은 자기 형제를 자신과 같이 여기”라고 말씀하셨다.(교리와 성약 38:24) 우리는 모두 동등한 가치를 지닌다. 엘마는 “너희는 너희가 다른 이보다 낫다고 생각하기를 계속하려느냐[?]”라고 물었다.(엘마서 5:54) 자신이 남보다 낫다는 생각은 조롱을 낳는다. 자신을 남들보다 더 높이기 위해 사람들을 조롱하는 것이다.

또한, 조롱하는 사람들은 보통 다른 사람들을 끌어들인다. 리하이의 꿈에는 이를 적나라하게 보여 주는 장면이 있다. 크고 넓은 건물에 있던 사람들은 “손가락질하며 조롱하는 태도[를 보였다.]”(니파이전서 8:27) 그들은 손가락질로 우리와 그들을 가리며 이렇게 말한다. “우리와 함께하는 게 좋을걸? 그렇지 않으면 너희는 비웃음과 수치심의 대상이 될 거야.” 비참한 사람들이 보이는 행태처럼, 조롱하는 사람들도 남들이 자기처럼 하기를 바란다. 왜냐하면 교만한 사람의 마음속에는 대개 믿기 어려운 정도의 불안이 자리하기 때문이다.

조롱하는 사람이 아닌 온유한 사람이 되어라.

세상에 조롱하는 행위가 만연한 것을 보다 보면 동참하고 싶은 유혹을 느낄 수도 있다. 재미있어 보일 수도 있다. 그렇지 않은가? 특히 인터넷과 소셜 미디어에서는 모두가 그렇게 하는 것처럼 보인다. 어쩌면 눈에는 눈으로 갇아 주고 싶다는 유혹을 받을 수도 있다. 세상에 대적하기 위해 세상이 사용하는 무기를 들고, 크고 넓은 건물에서 손가락질하는 사람들에게 도리어 손가락질하여 그들이 했던 조롱을 갚아 줄 수도 있다.

**주님께서는
사랑, 온유,
인내, 오래 참음이
그분의
방법이라고
가르치셨다.**

그러나 다시 말하지만, 그것은 주님의 방법이 아니다.

“욕하는 자를 대하여 욕하지 말라.”(교리와 성약 31:9)

“너희 원수를 사랑하며 너희를 박해하는 자를 위하여 기도하라.”(마태복음 5:44)

주님의 표준은 “나와 조금이라도 다르다면 사람이든 뭐든 모조리 조롱하라”라고 말하는 세상의 표준보다 훨씬 높은 것이다.

남의 조롱에 조롱으로 대응하지 않고 견디는 것은 힘든 일일 수 있다. 왜냐하면 우리가 속한 문화는 우리에게 가장 기발하고 가장 큰 상처를 주는 조롱으로 사람들의 이목을 끌고 존경받을 수 있다는 믿음을 심어 주려 하기 때문이다. 그러나 그것은 사실이 아니다. 주님께서는 사랑, 온유, 인내, 오래 참음이 그분의 방법이라고 가르치셨으며 그것을 직접 우리에게 보여 주셨다.

우리가 예수 그리스도의 참된 제자라면, 우리 형제 자매들을 조롱하지 않을 것이다. 왜냐하면, 우리의 마음이 그분의 순수한 사랑으로 충만할 것이기 때문이다.
(모로나이서 7:47~48 참조) ■



호아킨 이 코스타 장로
칠십인 정원회

후기 성도 여성을 소개받다

복음에 따라 생활하겠다는 르네의 결심은 제 삶을 바꾸어 놓았습니다.

저는 예수 그리스도 후기 성도 교회의 회원으로 자라지는 않았지만, 제가 만나 본 몇몇 회원들을 통해 깨끗하고 순결한 삶을 사는 사람들은 그리스도의 빛을 발한다는 사실을 알게 되었습니다. 그들은 훌륭한 모범이 되어 주었습니다.

저는 대학 때 만난 한 친구를 통해 이 교회를 처음으로 알게 되었습니다. 그 친구는 아주 훌륭한 교회 회원이었으며, 선교사로도 봉사했습니다. 저는 천주교 가정에서 자랐기 때문에 제 친구는 종종 저와 함께 종교에 관한 이야기를 해 보려 시도했습니다. 하지만 저는 그다지 관심이 없었습니다. 그러다 그 친구는 참 영리하게도, 한 후기 성도 자매를 소개해 줌으로써 다시 한 번 교회를 소개하려는 시도를 했습니다.

우리의 첫 데이트

르네를 처음 본 순간, 저는 완전히 사랑에 빠졌습니다. 르네는 아주 아름다웠을 뿐 아니라 특별한 무언가가 있었습니다. 얼마 지나지 않아서, 르네와 진지하게 교제한 뒤 결혼하면 되겠다는 마음이 들었습니다. 하지만 르네는 몇 번의 데이트 후 저를 “너무 많이” 좋아하기에 그만 만나자는 말을 했습니다. 본인은 성전에서 결혼하고 싶다는 것이었습니다.

설상가상으로 르네는 곧 선교 사업을 떠났습니다. 그 일을 겪은 후, 저는 후기 성도들을 좋아하지 **않는다고** 생각했습니다.

르네가 선교 사업을 마치고 돌아왔을 때, 그녀와 친한 제 친구가 저를 파티에 초대하여 르네를 만날 수 있게 해 주었습니다. 그렇게 우리는 다시 만나기 시작했습니다. 저는 대학을 졸업하고 꽤 좋은 직장을 다니고 있었기 때문에 결혼할 준비가 되었다고 다시 한번 느꼈습니다. 저는 스스로 좋은 신랑감이라고 생각했으므로 르네에게 청혼했습니다. 그러나 르네는 거절했습니다.

마지못해서 만난 선교사들

르네와 헤어지고 싶지 않았기에, 저는 선교사들을 만나 보라는 권유를 받아들였습니다. 한번은 르네가 제게 와서 눈물을 글썽이며 물문경에 대해 간증했습니다. 그러고는 그것을 꼭 읽어 보라며 청했습니다. 르네는 성전 결혼이라는 소망을 이룰 수 있도록 제가 복음에 대한 간증을 얻게 되길 바랐습니다. 저는 르네를 사랑했고, 그녀를 실망시키고 싶지 않았습니다. 그래서 결국 그렇게 하겠다고 답했습니다. 선교사들을 만나는 데 동의했지만, 그것은 단지 르네와 결혼하기 위해 그녀를 설득할 시간을 벌

르네의 충실함 덕분에 저는
몰몬경과 이 교회에 대한
개인적인 간증을 키울 수
있었습니다.

목적에서였습니다. 새로운 종교를 받아들일 의도는 전혀 없었습니다.

선교사들과 몇 차례 만난 후에도 저는 딱히 관심이 없었습니다. 토론하는 동안
앉아만 있었지, 그 내용에 집중하거나 영을 느껴 보려는 노력은 하지 않았습니다. 제
마음은 굳게 닫혀 있었습니다. 왜냐하면 저를 위해 선교사 토론을 들은 것이 아니라
르네를 위해 들었기 때문입니다. 복음 토론은 아무런 진전이 없었습니다. 침례를 받지
않아도 좋은 남편이 될 거라며 르네를 설득하는 일도 잘 풀리지 않았습니다. 르네는
자기 믿음을 굳게 지켰습니다.

몰몬경을 나의 이야기로 받아들이며

그러다 선교사들이 바뀌었습니다. 새로 온 선교사는 저를 가르칠 아이디어를
가지고 있었습니다. 그 선교사는 저에게 앨마서 42장을 펴고, 그 장을 한 절씩
소리 내어 읽어 달라고 했습니다. 하지만 적혀 있는 대로 읽지 말고 **제** 이름을
넣어서 읽어 달라고 했습니다. 저는 별로 그러고 싶지 않았습니단만, 그는
자기 주장을 굽히지 않았습니다.

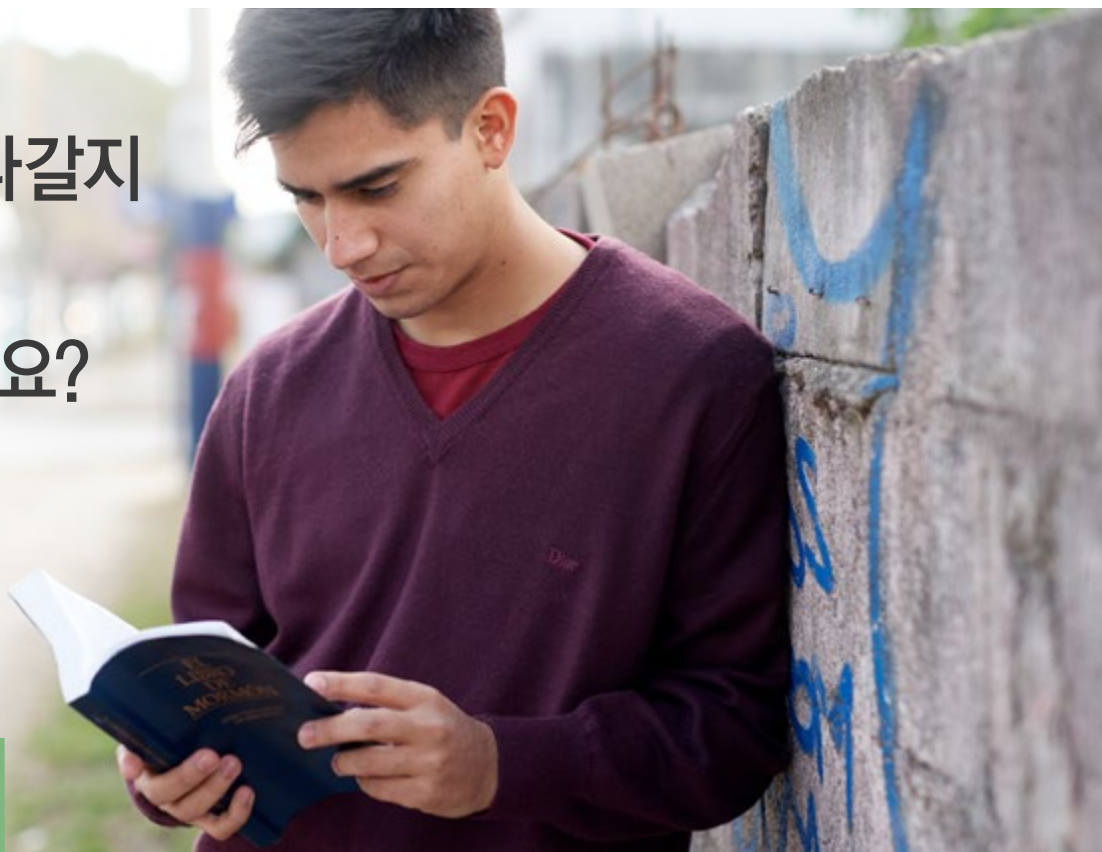
그래서 저는 1절부터 읽기 시작했습니다. “또 이제, 호아킨아 …” 이
말을 읽자마자 책이 저에게 말하기 시작했습니다. 제 이름을 넣었을 때,
저는 개인적인 간증의 힘을 느꼈습니다.

앨마서 42장의 다음 부분은 아담과 이브의 타락에 대해 가르친 후 구속의
계획을 다룹니다. 29절을 읽기 시작했을 때였습니다. “그리고 이제, 호아킨아,
나는 네가 더 이상 이러한 일로 괴로워하지 않기를 바라며.” 저는 아이처럼 울기
시작했습니다. 그렇게 울어 본 것은 난생 처음이었습니다. 저는 몰몬경이 참되다는
것을 알았습니다. 저는 그 장을 끝까지 읽을 수조차 없었습니다. 겨우 진정이 되었을 때,
저는 선교사들에게 침례를 받고 싶다고 말했습니다. 르네는 정말 행복해했습니다. 저는
침례를 받았습니다. 그리고 르네는 마침내 저의 청혼을 받아들였습니다. 1년 후, 우리는
아르헨티나 부에노스아이레스 성전에서 인봉되었습니다.

복음에 따라 살고 성전에서 결혼하겠다고 결심했던 르네에게 얼마나 감사한지
모릅니다. 자신의 결심에 충실함으로써 그녀는 하나님, 그리고 복음과 강한 관계를
맺었을 뿐 아니라 저에게도 복음을 배워 보라는 권유를 할 수 있었습니다. 저는 그녀가
그토록 아름다웠던 이유를 압니다. 르네는 너무나도 깨끗하고, 사랑이 많고, 순결한
사람이었던 것입니다. 르네의 충실함 덕분에 저는 몰몬경과 이 교회에 대한 개인적인
간증을 키울 수 있었습니다. ■



선교 사업을 나갈지 여부를 어떻게 결정해야 하나요?



“선교 사업은 신권 의무라는 것을 공표하며, 합당하고, 신체적, 정신적으로 능력을 갖춘 모든 청년 남성은 봉사하라는 이 부름에 응하라는 권유를 전해 드립니다. 많은 자매들 또한 선교 사업을 나가지만, 그들이 청년 남성들 같은 의무가 있는 것은 아닙니다. 하지만 교회의 자매들이 선교사로서 귀중한 공헌을 한다는 점을 자매 여러분에게도 알려 [드립니다].”

토마스 에스 몬슨 회장(1927~2018), 「대회에 오신 것을 환영합니다」, 「리아호나」, 2012년 11월호, 5쪽.



진심으로 간구해 보세요

모든 사람이 선교사로 봉사할 수는 없어요. 하지만 선교사로 봉사해야 하는지를 진지하게 알아보는 것은 모든 사람이 할 수 있는 일입니다! 종종 우리는 선교 사업을 가고 싶어 하지 않습니다. 그래서 처음부터 간구하지 않거나 간구하더라도 영이 응답할 여지를 주지 않아요. 우리는 진심으로 간구해야 해요! 솔직하게 간구해서 답을 얻게 되면, 주님께서 우리에게 가라고 하시든 머물라고 하시든 우리는 평안과 확신을 얻게 될 거예요.

알리 비, 22세, 미국 유타주



회개해 보세요

저는 선교 사업을 결정할 때 참된 회개를 배우고 경험하는 과정이 도움이 되었습니다. 구주의 속죄에 관해 공부하고, 배운 것을 삶에 적용했을 때, 형용할 수 없는 평안을 느꼈습니다. 이 경험 덕분에 저는 다른 사람들도 저와 같은 평안을 느끼기를 바라게 되었습니다.

베르데호 장로, 21세, 페루 아레키파

주님과 늘 소통하세요

하나님 아버지께서는 경전이나 총관리 역원의 말씀, 또는 다른 사람의 간증을 통해 우리에게 응답을 주실 수 있어요. 그래서 주님과 소통을 계속 이어가기만 해도 영감을 받을 수 있어요.

새뮤얼 에이치, 14세, 미국 유타주



**하나님께서 반드시 응답하신
다는 것을 기억하세요**
저는 선교 사업을 나가야
하는지 알기 위해 많이

노력했습니다. 결국 저는 하나님 아버지께
여쭙어 보기로 했습니다. 그분은 우리가
겪고 있는 모든 일을 알고 계시며, 우리가
선교사로 봉사해야 하는지도 알고
계시니까요. 기도를 통해 저는 선교 사업을
가야 한다는 확신을 얻었습니다. 저는 하나님
아버지께서 기도에 응답해 주신다는 사실을
알고 있습니다. 하나님께 우리의 질문을
말씀드리다면, 우리의 신앙과 그분의 뜻과
그분이 정하신 시간표에 따라 우리에게
응답해 주실 것입니다.

터펜드 자매, 21세, 자메이카 킹스턴 선교부

가족의 도움과 축복사의 축복을 받으세요

저는 가족들과 축복사의 축복이 선교 사업을
결정하는 데 도움이 되었어요. 지금 선교사로
봉사하고 있는 언니의 모범과 간증은 제게
영감을 주었죠. 축복사의 축복을 받았을 때
그 안에는 제가 다른 사람들에게 복음을
전하게 되리라는 약속이 있었어요. 그래서
봉사하고자 하는 제 소망이 더 강해졌어요

출리어나 피, 16세, 미국 네바다주

다음 질문

**“제 주변에 좋지 않은 영향을
주는 친구들이 있습니다.
하지만 계속 친하게 지내고
싶어요. 어떻게 해야 할까요?”**

여러분의 의견과 고화질 사진(원할
경우)을 2020년 1월 15일까지 liahona.ChurchofJesusChrist.org로 제출해
주십시오. (“기사나 피드백 제출”을
클릭하세요.)

명확하게 표현하거나 분량을 조절하기 위해
보내 주신 의견을 편집할 수도 있습니다.

제시된 의견은 여러분에게 도움을 주기 위한 것일
뿐, 교회의 공식 교리를 밝히는 것은 아닙니다.



요한계시록을 이해하려 할 때 우리는 어디에서 도움을 받을 수 있는가?

현대의 선지자들 덕분에 우리는 요한계시록을 이해하려 할 때 여러 가지 도움을
받을 수 있다. 조셉 스미스는 요한계시록을 이해하는 중요한 열쇠 몇 가지를
주었다. 다음은 그 예이다.

- **교리와 성약 77편.** 이 계시는 질의응답 형식으로 되어 있으며 요한계시록에
대한 중요한 통찰을 제공한다. 특히 요한계시록 4~11장에 나오는 다양한
요소들을 설명하며, 후기에 그것들이 주님의 사업과 어떻게 관련되는지를
강조한다.
- **조셉 스미스 역.** 조셉 스미스는 영감으로 성경을 번역하면서 요한계시록에
나오는 많은 성구의 뜻을 명료하게 밝혔다. 조셉 스미스 역 성경은
scriptures.ChurchofJesusChrist.org의 학습 도움말에서 볼 수 있다.

어떤 사람들은 요한계시록이 비밀에 싸인 책이라 생각하지만, 우리는
조셉 스미스의 도움으로 이 책을 이해할 수 있게 되었다. 또한 조셉 스미스는
하나님께서 시헌에 대한 해석을 주지 않으시면, 우리가 그 뜻을 이해할 책임은
없다고 가르쳤다. (See *History of the Church*, 5:343) 조셉 스미스 덕분에 우리는
요한계시록이 예수 그리스도께 초점을 두고 있고, 그분을 통해 세상을 이기고
하나님 아버지께로 돌아가려는 우리의 소망에 집중한다는 것을 알게 되었다.

또한 경전 안내서, “요한계시록”, 그리고 『와서 나를 따르라—개인 및 가족:
2019 신약전서』에서 요한계시록 부분을 참고한다.

하나님의 사랑을 보여 주는 예수 그리스도의 사명

제프리 알 홀런드 장로
십이사도 정원회

주 예수 그리스도의 생애와 성역에 있었던 많은 위대한 목적 중 그 사명의 한 중요한 면이 종종 간과되고 있습니다. 그 당시 그분의 제자들은 이 점을 충분히 이해하지 못했고, 현대의 많은 기독교인도 그 점을 잘 파악하지 못하고 있습니다. 그렇지만 구주께서는 그것에 관해 되풀이해서 단호하게 말씀하셨습니다. 예수님은 말씀하시고 행하시는 모든 때에, 특히 속죄의 고통을 겪고 희생하실 때에도 우리의 영원하신 하나님 아버지가 누구시며 어떤 분이신지를 보여 주셨습니다. 그리고 모든 시대와 나라에서 당신의 자녀들을 위해 하나님께서 얼마나 완벽하게 헌신하시는지를 우리에게 보여 주셨습니다. 이것은 너무나도 중요한 진리입니다. 예수님은 말과 행동으로 그분의 아버지, 즉 하늘에 계시는 우리 아버지의 참된 본질을 보여 주시고 그것이 우리의 것이 될 수 있도록 노력하셨습니다.

예수님은 하나님께서는 언제나 인간을 사랑하셨고 앞으로도 그러실 것이므로, 인간들도 하나님 아버지를 사랑하라는 간청을 하러 오셨습니다. 인간은 이미 하나님의 계획, 하나님의 권능, 하나님의 거룩함, 그리고 하나님의 분노와 심판까지도 이해할 기회가 있었습니다. 그러나 그리스도가 오실 때까지도 우리 인간은 당신의 자녀를 향한 하나님의 사랑과 그 깊은 헌신을 여전히 충분히 알지 못했습니다.

따라서 그리스도께서는 주린 자를 먹이시고

병든 자를 고치시며 위선자를 꾸짖으시고 신앙을 호소하심으로써 우리에게 “자비롭고 은혜로우며, 노하기를 더디 하고, 오래 참고 선함으로 가득하신”¹ 하나님 아버지의 방식을 보여 주셨습니다. 생애를 통해, 특히 죽음으로써 그리스도께서는 ‘이것이 내가 너희에게 보여 주는 나 자신의 자비일 뿐만 아니라 하나님의 자비니라’라고 선언하셨습니다.”

저는 오늘, 우리의 이름을 아시고, 우리의 기도를 듣고 응답해 주시며, 우리를 당신의 영의 자녀로 영원히 소중하게 여기시는, 살아 계신 우리 모두의 하나님에 대해 간증합니다. 하나님께서는 우주 본연의 너무나 복잡한 일들 가운데서 우리 개개인의 행복과 안전을 하나님의 다른 모든 일보다 우위에 두신다는 사실을 간증합니다.

거룩한 사도 직분의 영으로, 저는 고대에 이 직분을 가졌던 이가 한 말씀을 새롭게 드립니다.

“사랑은 여기 있으니 우리가 하나님을 사랑한 것이 아니요 하나님이 우리를 사랑하사 우리 죄를 속하기 위하여 화목 제물로 그 아들을 보내셨음이라. 사랑하는 자들이 하나님이 이같이 우리를 사랑하셨은즉 우리도 서로 사랑하[고 하나님을 영원히 사랑하는] 것이 마땅하다.”(요한1서 4:10~11) ■

2003년 10월 연차 대회 말씀에서 발췌함.

주

1. Lectures on Faith (1985), 42.

홀런드 장로는 예수님께서 무언가를 말씀하시고 행하실 때마다 항상 사랑을 보임으로써 아버지의 길을 우리에게 보여 주셨음을 가르쳤다. 홀런드 장로는 우리에게 하나님을 사랑하고 서로 사랑하라고 권유한다.

우리는 사랑을 어떻게 보일 수 있는가?

여러분은 도시락을 가져오지 않은 친구와 점심을 나눠 먹을 수 있다.



그리스도는 굶주린 자를 먹이셨다.



그리스도는 병든 자를 고치셨다.



여러분은 아프거나 다친 사람을 찾아가 위로할 수 있다.



그리스도는 진리를 가르치셨다.



여러분은 기회가 닿을 때 간증을 전할 수 있다.



그리스도는 우리가 신앙을 갖도록 호소하신다.



여러분은 친구를 교회에 초대할 수 있다.



청년 성인

외로움을 느끼는가?

인생의 어느 시기에서든
여러분은 손을 내밀어 진실한 관계를
맺음으로써 외로움을 극복할 수 있다.
그렇게 할 수 있는 몇 가지 방법이
여기에 실려 있다.

42

청소년
세계 곳곳에서
기념하는 성탄절

54

와서 나를 따르라
유다서와
요한계시록에 대한
통찰

58, 63

어린이
성탄절을 위한
7가지 이야기와
활동들

친구들



예수 그리스도
후기성도교회



친구들



콜롬비아가
궁금한가요?

친15~19쪽으로 오세요.



헨리 비 아이어링
회장
제일회장단 제2보좌

빛은 예수 그리스도의 탄생에 등장하는 가장 아름다운 상징 중 하나입니다. 예수님이 지상에서 태어나셨을 때, 그분은 어두운 세상에 빛을 가져오셨습니다.

선지자들은 빛이 구주의 탄생을 알리는 표적이 될 것이라고 가르쳤습니다. 예수님이 태어나시기 수년 전에 레이먼인 사무엘은 이렇게 예언했습니다.

“하늘에 큰 빛이 있어, 그가 오시기 전날 밤은 어둠이 없으므로 사람에게는 마치 낮인 것 같을 것임이라. ...

또 보라, 새 별이 하나 돋으리니, 너희가 결코 본

적이 없는 그러한 것일지라.”(힐라만서 14:3, 5)

동방 박사들은 그 별을 따라가서 예수님께 경배를 드렸습니다. 박사들은 예수님께 귀한 선물을 바쳤는데, 그것은 황금과 유향과 몰약이었습니다.

저는 예수님이 살아 계신 그리스도이심을 간증합니다. 우리는 구주를 기억할 수 있습니다. 또한 구주께서 우리를 사랑하시듯이 우리도 온 마음을 다해 그분을 사랑하고자 노력할 수 있습니다. 그것이야말로 성탄절의 영이며, 일상에 진정한 행복을 가져오는 정신입니다. ●

2011년 제일회장단 성탄절 영적 모임에서 발췌함.

별을 따라가 보세요

예수님이 태어나셨을 때, 동방 박사들은 별을 따라갔어요. 아래에 있는 별들을 색칠해서 예수님을 찾는 동방 박사들을 도와주세요.



예수님의 발자취를 따라

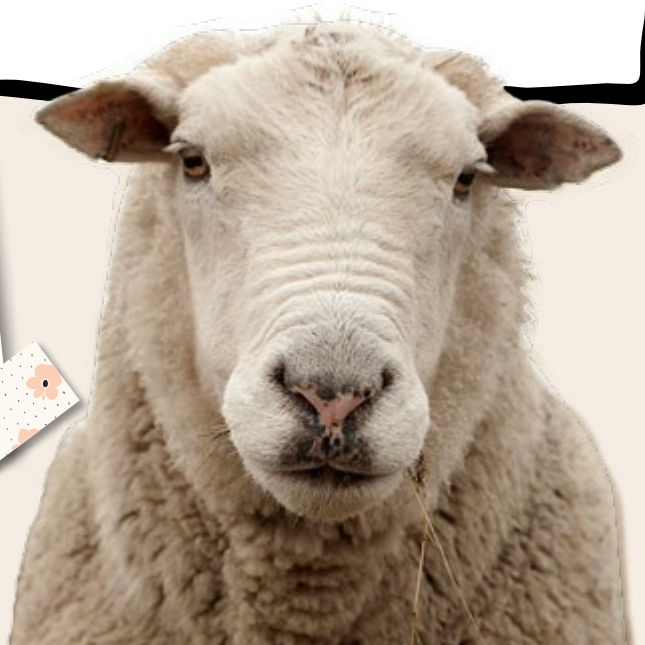
제 이름은 메리예요.
저는 가족과 함께
이스라엘에서 살고 있어요.
우리는 예수님이 오래전에
걸으셨던 곳들을 직접
걸어 보며 특별한 경험을
많이 했어요.

애미 제인 레빗과 인터뷰한
내용에서 발췌함

베들레헴

우리가 가 본 특별한 장소 중 한 곳은 베들레헴이었어요. 그곳은 예수님이 태어나신 곳이에요. 마리아와 요셉은 원래 살던 나사렛이라는 곳에서 베들레헴까지 약 144킬로미터를 여행해서 왔어요. 우리는 베들레헴에 있는 어떤 교회에 갔는데, 그 교회는 마구간이 있던 장소로 추정되는 자리에 세워진 교회였어요.

우리는 베들레헴 근처의 들판도 보았어요. 아직도 베들레헴 들판에는 양들을 지키는 목자들이 있어요. 예수님이 태어나시던 날 밤에 그랬던 것처럼요. 우리가 “저 멀리 유대의 넓은 들에”(찬송가, 128장)를 부르는데, 매애하는 양 울음소리가 들려왔어요. 그 노래를 부르며 느꼈던 기분을 저는 영원히 잊지 못할 거예요.





갈릴리 바다

이곳은 갈릴리 바다예요. 예수님은 이 아름다운 호수에서 수천 명의 사람들에게 가르침을 주시고 수많은 기적을 베푸셨어요. 이곳에서 저는 정말 영을 느낄 수 있었어요. 그 평화로운 기분은 성스러운 일들이 이 호수에서 일어났다고 말해 주는 듯했어요.

저는 예수님이 걸으셨던 곳들을 가는 게 정말 좋아요. 예수님이 침례를 받으셨던 요단강 같은 곳 말이에요. 그런 곳에 갈 때면, 저는 초를 밝히거나 무릎을 꿇고 기도하며 예수님을 경배하는 사람들 주위를 조용히 걸어 보아요. 그러면 언제나 하나님 아버지와 예수님이 당신들에게 사랑을 표현하는 사람들을 보시며 행복해하신다는 것을 느낄 수 있어요.

예루살렘

예루살렘은 큰 도시예요. 십자가에 달리시기 전 일요일에 예수님은 나귀를 타고 예루살렘으로 들어오셨어요. (마태복음 21:1~11 참조) 그때 사람들은 종려나무 잎을 흔들고 “호산나!”를 외치며 예수님을 맞이했어요.

매년 부활절을 앞둔 일요일이 되면, 사람들은 예수님이 지나셨던 길을 따라 예루살렘으로 들어가요. 그러면서 사람들은 종려나무 잎을 흔들고, 예수님에 대한 노래도 불러요. 어느 해에는 우리 가족도 다른 기독교인들과 그 길을 같이 걸었어요. 자신의 구주를 사랑하는 사람들의 마음이 제 마음속에도 전해져서 정말 멋진 시간이 되었지요. ●
글쓴이는 미국 유타주에 산다.



예수님이 걸으셨던 장소들에 대한 동영상을

ChurchofJesusChrist.org

에서 볼 수 있어요. “그리스도의 탄생을 알게 된 목자들”, “폭풍을 잠재우시다”, “부활하신 예수님”을 시청해 보세요.

열흘이 지나면 성탄절이 올 거예요

가족들이 성탄절을 준비할 수 있도록 도와주세요! 12월 15일부터 시작해서 날마다 가족과 함께 여기에 있는 활동을 하나씩 해 보세요. 그런 다음에는 별을 색칠해 보세요.

가족용 『와서 나를 따르라』 194~197쪽을 참조하세요.

오늘은 특별히
예수님처럼 친절하게
행동해 보세요.

예수님에 대한 구절
중 자신은 어떤 것을
가장 좋아하는지 서로
이야기해 보세요.

예수님이 하셨던
것처럼 아프거나
외로움을 느끼는
사람을 도와주세요.

동영상
“예수의 탄생”*
보세요.

예수님이 태어나셨을 때
있었던 일들을 연극으로
꾸며 보세요.
(누가복음 2장 참조)

예수님께 감사드리는
이유를 함께 이야기해
보세요.

캐럴이나 성탄절
찬송가를
부르세요.

아기 예수님을
그림으로 그려
보세요.

경전에서 예수님이 하신
말씀들을 읽어 보세요.

제일회장단 성탄절 영적
모임 말씀 하나를 다시
살펴보세요.*

*동영상은 ChurchofJesusChrist.org 에서 볼 수 있어요.

내가 아는 성탄절

확신 있게 ♩ = 76-84

작사: 래리 힐러
작곡: 마이클 에프 무디

1. 나 는 알 지 옛
(2. 나) 는 는 알 지 지 경
(3. 나) 는 는 알 지 지 성

날 전 신 그 이 곳 내 에 게 일 말 어 닐 그 일 일 — 밝 천 은 별
— — — — — 그 그 일 일 — — — — — 밤 밤 에

비 음 취 주 었 네 — 아 기 예 수 겸 손 하
수 나 시 어 때 — 목 자 들 찾 아 갖 았
— — — — — 진 리 빛 세 상 채 우

게 네 — 구 유 에 누 이 신 그 곳
고 — 울 은 아 기 와 어 주 머 니
— — — — — 길 보 여 주 셧 네

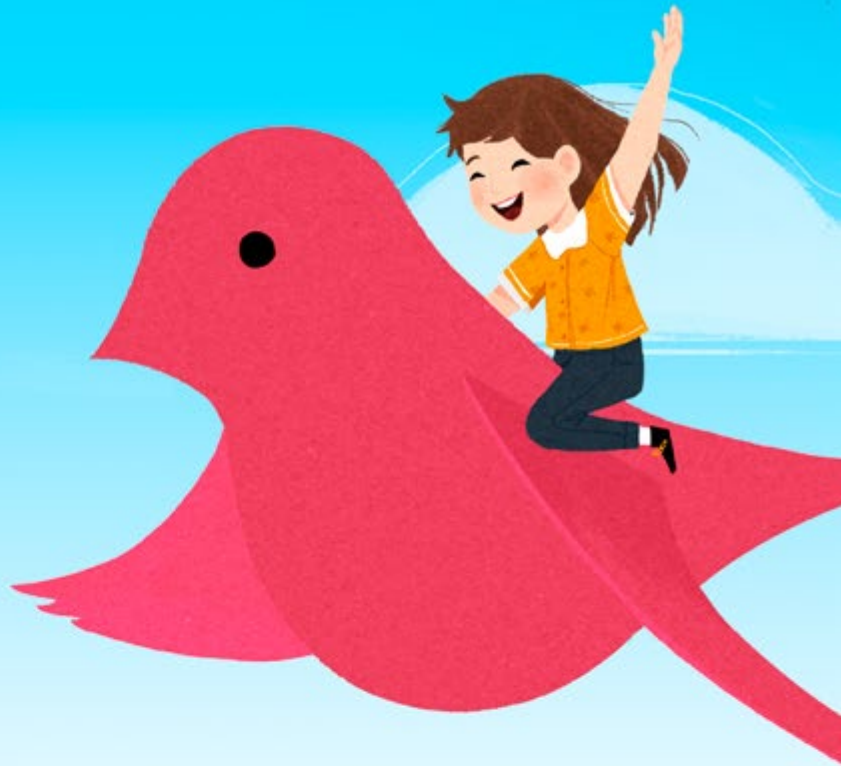
1. 2. G D 3. G D G D7, G
1. — 2. 나 — 그 래 나 는 알 지
3. 나 — — — — —
molto rit.

© 2019 Michael F. Moody and Larry Hiller. All rights reserved.

이 노래는 교회나 가정에서 임시로 사용하기 위해 비상업적인 목적으로 복사할 수 있음.
본 문구는 모든 사본에 포함되어야 함.

빨간 종이 새

이브의 머릿속은 온통 이런 생각뿐이었어요.
지금쯤 친구들은 내가 없는 교실에서 온갖
재미난 것들을 하며 놀고 있겠지?



이브 데이턴
(실화에 근거함)

“병들었을 때에 돌보았고.”(마태복음 25:36)

이브는 성탄절이 정말 좋았어요. 학교에서 이브는 반 친구들과 함께 카드를 색칠하고 신나는 음악을 들으며 아침 시간을 보냈어요.

“이제 읽기를 시작합니다.” 그루닉 선생님께서 말씀하셨습니다. “오늘과 내일 읽어야 할 양을 다 읽으면, 연휴 동안 숙제는 하나도 없을 거예요.”

이브의 반 친구들은 모두 환호성을 질렀어요. 하지만 이브는 영 그럴 기분이 아니었어요. 책을 읽으려고 꺼내는데, 이브는 살짝 오한이 느껴졌어요. 으슬으슬 춥고 목도 아팠는데, 책을 들여다볼 때는 불이 난 것처럼 두 눈도 뜨거웠어요. 학교가 마칠 시간에는 배까지 아파 왔어요.

마침내 집에 갈 시간이 되었어요. 이브는 팀 오빠와 월마 언니와 함께 집까지 걸어서 다녔어요. 대개 이렇게 셋이 집에 갈 때는 재미있는 걸 많이 해요. 술래잡기나 눈사람 만들기 같은 것 말이에요. 하지만 오늘 이브는 그저 집에 가서 눕고만 싶었어요.

집에 도착했을 때, 엄마가

이브의 이마를 짚어 보셨어요.

“열이 좀 있네.” 엄마는 이렇게 말씀하셨습니다. “물을 많이 마시고 꼭 쉬어야겠어.”

이브는 침대로 기어올라가서 곧바로 잠이 들었어요. 이튿날 아침이 되자, 가족들은 바쁘게 움직이며 하루를 준비했어요. 이브만 예외였어요. 엄마는 이브가 오늘 너무 많이 아파서 결석을 해야 할 것 같다고 말씀하셨습니다.

그러자 이브는 뭔가를 생각하더니 곧바로 시무룩해졌어요. 오늘은 학교에서 성탄절 파티를 하는 날이었어요! 학교 친구들은 오늘 미술 작품을 완성하고, 노래도 부르고, 맛있는 것도 함께 먹을 거예요. 오늘날은 학교에

꼭 가야 했어요!

하지만 엄마의 생각은 달랐어요.

“안타깝지만 파티는 못 가겠구나, 우리 딸. 파티보단 네 건강이 더 중요하니까.”

이브는 눈물이 핑 돌았어요. 엄마는 이브의 마음을 달래기 위해 맛있는 수프를 끓여 주셨어요. 하지만 이브의 머릿속은 온통 이런 생각뿐이었어요. 지금쯤



친구들은 내가 없는 교실에서 온갖 재미난 일들을 하며 놀고 있겠지?

오후가 되자 팀오빠와 월마 언니가 학교를 파하고 집으로 돌아왔어요. 눈 속에서 신나게 놀고 온 팀과 월마는 두 볼이 빨그레했어요.

“학교 파티 진짜 재미있었어.” 월마가 말했어요. “집에 매달 수 있는 빨간 종이 새도 다 같이 만들었어.”

그러면서 팀이 주머니에서 무언가를 꺼냈어요.

“이거 봐! 그루닉 선생님이 우리한테 이걸 주셨어. 이걸 선생님이 너에게 주신 특별한 선물이야. 이제 빨간 종이 새 만드는 거 너도 할 수 있어!”

이브는 함박웃음을 지었어요. “어떻게 하는지 알려 줄래?”

팀과 월마는 점선을 따라 종이를 오리고 접어서 새를 만드는 방법을 보여 주었어요. 둘은 실로 매듭을 짓는 것도 도와주었어요.



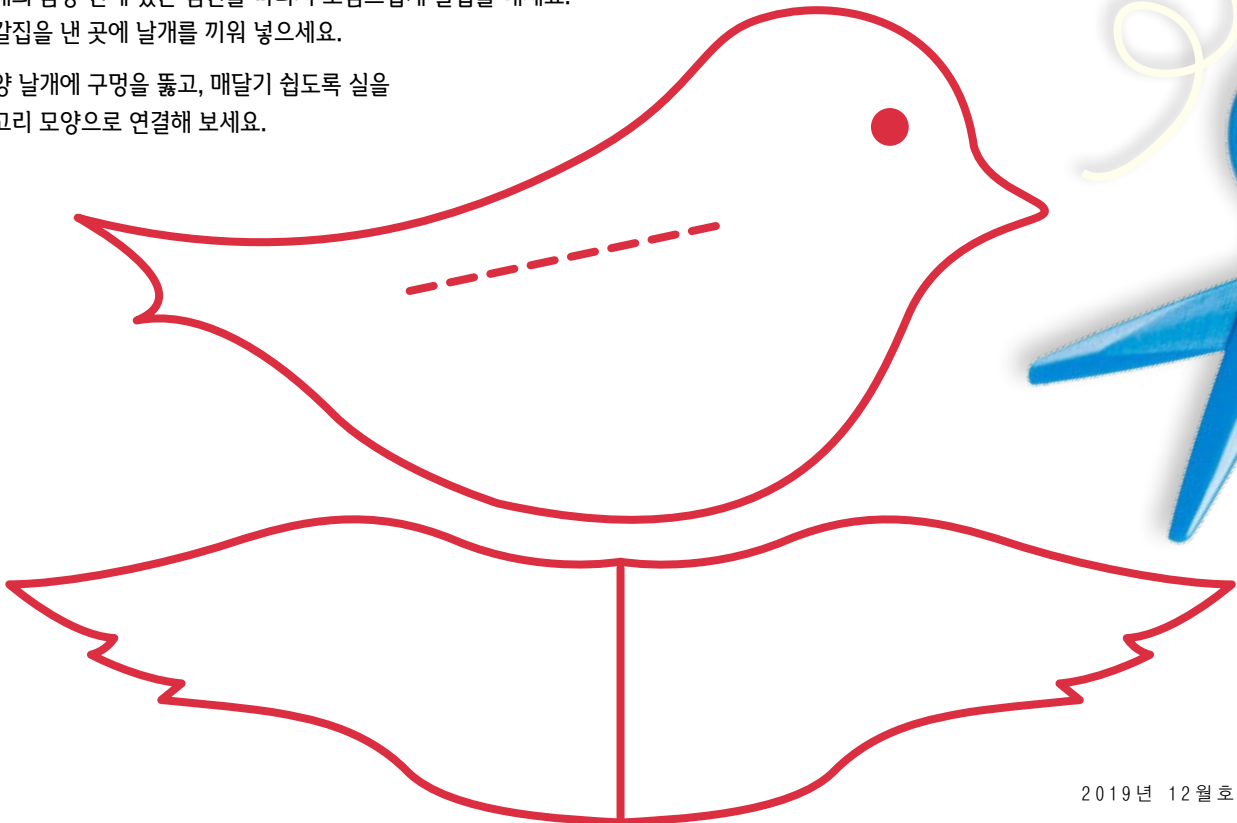
“엄마, 이거 보세요. 제가 만든 거예요!” 이브가 엄마에게 종이 새를 보여 드리며 말했어요. 이 종이 새는 이제 이브가 가장 아끼는 성탄절 장식품이 되었어요.

이브는 아픈 자신을 기억해 준 그루닉 선생님이 정말 좋은 분이라는 생각이 들었어요. 자기를 도와준 오빠와 언니에게도 같은 마음이 들었고요. 그 뒤로 이브는 자신이 만든 빨간 종이 새를 볼 때마다 가슴 가득 큰 사랑을 느낄 수 있었어요. ●

글쓴이는 미국 아이다호주에 산다.

여러분도 빨간 종이 새를 만들어 보세요!

1. 이 부분의 종이를 잘라서 빨간 종이에 붙이세요.
그런 다음, 새와 날개를 오리세요.
2. 새의 몸통 안에 있는 점선을 따라서 조심스럽게 칼집을 내세요.
칼집을 낸 곳에 날개를 끼워 넣으세요.
3. 양 날개에 구멍을 뚫고, 매달기 쉽도록 실을
고리 모양으로 연결해 보세요.



어린이 발표



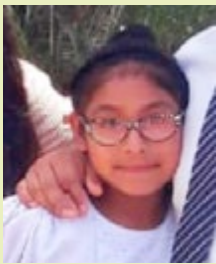
에콰도르 임바부라의
초등학교 어린이들은
양로원에 가서 성탄절
캐럴을 부르고 할머니
할아버지들께 쿠키를
나누어 드렸어요.



저는 동생과
함께
기도해요. 저는
동생에게 좋은
모범이 되려고
노력해요. 우리는
산책을 하면서

하나님 아버지의 창조물들을 보는 걸
좋아해요.

**비앙카, 8세, 아브릴 시, 4세, 콜롬비아
보고타**

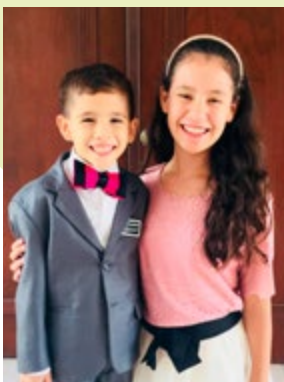


저는 하나님
아버지께서 저를
사랑하신다는 걸 알아요.
**스테파니아 알, 10세,
페루 리마안**



저는 헬핑핸즈 활동에 참여해서 학교 벽을
칠하는 일을 도왔어요. 저는 일요일에
교회에 가는 게 좋아요.

자레지 알, 6세, 브라질 파라나



멕시코 두랑고에
사는 허수에
토마스 지(6세)와
알렉산드라 시(13
세)는 사촌이면서
가장 친한
친구이기도 해요. 두
어린이는 함께 연차
대회를 보았는데,
알렉산드라는

선지자가 새로운 성전을 발표하셨을 때 영을
느꼈다고 말했어요. 토마스는 선지자와 사도들이
들려주시는 이야기들을 정말 좋아했어요.



셀레스테 브이, 7세, 아르헨티나 코리엔테스



번 피 스탠필 장로
칠십인 회장단

양과 그들의 목자

“여호와와 나의 목자시니.”(시편 23:1)

저는 미국 몬태나주에서 소를 키우는 목장에서
자랐습니다. 우리 목장에는 300마리 정도 되는 양도
있었습니다. 그 양들은 어머니가 자녀들의 선교 사업 비용을
마련하기 위해 사들이신 것이었습니다.

제가 맡은 일은 돌보아 줄 어미가 없는 어린 양들을 보살피는
것이었습니다. 양은 새끼가 두 마리 이상 태어나면, 때로 자기
새끼들을 다 외면해 버리기도 합니다. 저는 그런 어린 양들을
보살폈습니다. 해마다 그런 새끼 양들이 다섯 마리에서 열 마리 정도
있었습니다.

저는 매일 자그마한 파란색 폭스바겐 비틀 자동차를 운전해서 뽕뽕
소리를 내며 목초지로 갔습니다. 목초지에 도착한 후 제가 자동차의
문을 열어젖히면, 초원 곳곳에서 저의 새끼 양들이 종종거리며

나왔습니다. 저의 어린 양들은 그 오래된 폭스바겐 자동차 소리를
알았습니다. 녀석들이 폴짝 뛰어 자동차 뒷자리에 타면, 저는 그
친구들을 태우고 헛간으로 가서 먹이를 주었습니다.

우리 역시 그와 같은 어린 양들입니다. 우리는 각기 다른 곳에서
살고, 삶에서 각기 다른 도전을 겪습니다. 하지만 예수님께서 우리
각자에게 손길을 내미십니다. 우리는 그분의 음성을 듣는 법을 배울
수 있습니다. 우리는 위안과 안전을 얻기 위해 그분께 의지할 수
있습니다. 우리는 예수님과 하나님 아버지의 사랑을 느낄 수 있습니다.

예수님을 저의 목자로 바라보았을 때, 제 삶은 달라졌습니다.
구주의 보살핌 속에 살아갈 때, 우리는 구주의 사랑을 느끼고 그분을
신뢰하는 법을 배우게 될 것입니다. ●

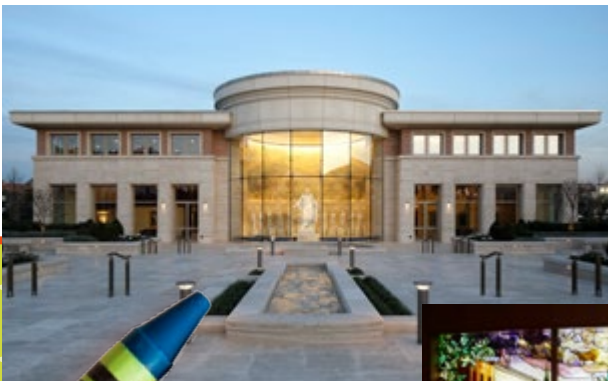
크리스티나 크로스랜드가 인터뷰한 내용 중에서.





삽화: 달린 마쉬

예수님 이야기



1. 하늘을 날아가는
2. 당나귀에 태워 옮
3. 우물가의 여자 옆
4. 바닥에 뿌려진 씨
5. 등잔과 기름병을
6. 돼지 옆에 주저앉



찾기

색 칠하기 그림은 이탈리아 로마 성전의 방문자 센터에 있는 아름다운 스테인드글라스 창을 본뜬 것이예요. 그 창에는 예수님이 사람들을 가르치신 이야기와 그분 생애의 중요한 여러 일화가 가득 그려져 있어요. 아래에 설명된 장면들을 그림 안에서 찾을 수 있나요? 이러한 장면들은 예수님에 대한 어떤 이야기를 전해 주나요?

비둘기(마태복음 3:16 참조)

겨지는 몸이 다친 남자(누가복음 10:30~37 참조)

에 있는 돌맹이들(요한복음 8:7 참조)

앗을 쪼아먹는 새들(마태복음 13:1~9 참조)

들고 있는 여자(마태복음 25:1~13 참조)

아 있는 남자(누가복음 15:11~32 참조)

7. 빵과 생선이 가득한 바구니(누가복음 9:13~17 참조)

8. 어머니의 옷자락을 잡고 있는 여자아이(마가복음 5:39~42 참조)

9. 예수님을 올려다보는 남자아이(마가복음 10:13~16 참조)

10. 수탉(누가복음 22:54~62 참조)

11. 발코니에 서 있는 부자(누가복음 12:16~21 참조)

12. 배(마가복음 4:35~41 참조)

이탈리아를 방문한 공 장로



“전 세계에 있는
어린이들을 만날 때면
아이들 하나하나를
향한 예수님의 사랑을
느끼게 됩니다.”

공 장로님은
제일회장단 및 다른
사도들과 함께
새로 지어진 방문자
센터에서 사진을
찍으셨어요. 그분들은
예수 그리스도와
사도들을 표현한
조각상 앞에 서셨어요.



사도들은 사람들에게
성역을 베풀고 예수
그리스도에 대해
가르치기 위해 전
세계를 여행해요.

게릿 더블유 공 장로님과 수잔 공 자매님은
이탈리아 로마 성전이 헌납되었을 때
이탈리아로 가셨어요. 이탈리아 로마 성전은
예수님의 사도들이 성경 시대에 복음을
전파했던 지역에 세워진 최초의 성전이에요!



이 어린이들은 새로운 성전을 헌납하시는
러셀 엠 넬슨 회장님의 말씀을 듣기 위해
가족과 함께 왔어요. 이 아이들도 나이가
되면 성전에서 침례를 받을 수 있을
거예요!

콜롬비아에 간 소아레스 장로



많은 어린이가 새로운 성전이
헌납되는 것을 보기 위해 부모님과
함께 왔어요.



어린이들은 이제 곧 이 성전 안으로
들어가서 자신의 가족들과 인봉되고
성전 침례도 받게 될 거예요!



올리세스 소아레스 장로님은 새로운 성전의
헌납을 돕기 위해 델린 에이치 옥스 회장님과
함께 콜롬비아에 가셨어요. 그곳은 콜롬비아의
바랑키야라는 도시였어요.

옥스 회장은 이 남자아이와
여자아이에게 모퉁잇돌을 제자리에
올리는 일을 도와 달라고 부탁하셨어요.
이제 성전이 완공되었어요!



정초식이 끝난 후, 소아레스
장로님이 성전 안에서 말씀을
전하셨어요. 그런 다음, 옥스
회장이 성전을 주님께 헌납하는
기도를 드리셨어요. 이제 이 성전은
주님의 집이 되었어요.

“무슨 일을
하든지 성전을
바라보십시오.”



마르틴이 가장 아끼는 장난감들

제이 라이언 젠슨

교회 잡지

(실화에 근거함)

“주님께 바칠 것 어디든지 있으리.”(『어린이 노래책』, 236쪽)

부 모님이 이제 온 가족이 콜롬비아의 다른 도시로 이사를 할 거라는 이야기를 하셨을 때, 마르틴은 서글픈 마음이 들었어요. 마르틴은 친구들과 이 집을, 그리고 자신이 자란 곳을 떠나고 싶지 않았어요. 이제 마르틴은 시원한 산 공기 대신 일 년 내내 덥고 습한 공기가 불어오는 바닷가 근처에서 살게 되었어요. 뜨거운 수프가 아닌 차가운 음료를 마시고, 외투가 아닌 짧은 옷을 입어야 할 테지요. 그뿐 아니라 마르틴은 새로운 학교, 새로운 와드, 새로운 초등학교 반에도 가야 했어요. 모든 게 다 엄청 무시무시하게 느껴졌어요.

어느 날, 엄마와 아빠는 마르틴에게 이사하는 것에 대해 어떻게 생각하는지 물으셨어요.

“전 이사 가는 게 싫어요.” 마르틴이 말했어요. “모든 게 달라질 거잖아요. 전 그리고 싶지 않아요.”

“이사가 힘든 일이 될 수도 있다는 건 아빠도 잘 알아.” 아빠가 말씀하셨어요. “많은 게 변하겠지만, 그렇다고 모두 그런 것은 아니야. 이사를 해도 변함없이 네 곁엔 엄마 아빠가 있을 거니까!”

“그건 맞아요.” 마르틴이 대답했어요.

“그리고 네 물건도 다 그대로 가져갈 수 있잖아.” 엄마가 말씀하셨어요.

마르틴은 잠시 생각을 해 보았어요. 마르틴은 자신의 옷과 신발, 그리고 이 정든 집에서 손에 익은 다른 물건들도 가져갈 수 있었어요. 특히 장난감들! 가장 아끼는 장난감들을 가져갈 수 있다고 생각하니 마르틴은 기분이 좋아졌어요. 이사하는 날, 마르틴은 각별히 신경을 써서 장난감을 챙겼어요.

시간이 지나고, 마르틴은 새로운 집과 새로운 도시에 익숙해지기 시작했어요. 이사가 생각보다 힘들거나 무서운 일이 아니라서 마르틴으로서는 무척 다행스러운 일이었죠.

그러던 어느 일요일, 가족과 함께 교회로 간 마르틴은 전에는 한

번도 본 적이 없는 많은 사람이 교회에 참석한 것을 보게 되었어요. 초등학교도 처음 보는 아이들로 가득했어요. 마르틴은 그 사람들이 다 어디에서 왔을까 하는 생각이 들었어요. 와드 회원들이 음식과 옷, 신발을 기부하는 일에 대해 이야기하는 것이 마르틴의 귀에 들렸어요. 교회 모임이 끝난 후, 마르틴은 엄마에게 새로운 사람들에 대해 여쭙어 보았어요.

“그 사람들은 자기 나라를 떠나 왔어.”

엄마가 말씀하셨어요. “모든 걸 고국에 남겨 두고 와서 지금은 가진 게 아무것도 없는 사람이 대부분이라고 하더구나.”

“그래서 모두들 그 사람들을





도와주고 싶어 하는 거예요?” 마르틴이 물었어요.

“맞아. 예수님은 우리에게 공평한 사람들을 도와주어야 한다고 가르치셨잖아. 그러니 우리도 예수님의 모범을 따라서 우리가 가진 걸 그 사람들에게 나누어 줄 수 있겠지.”

마르틴은 그렇게 하면 정말 좋겠다는 생각이 들었어요.

엄마는 이렇게 말씀하셨습니다. “많은 초등학교 아이가 딱 자기 배낭에 들어갈 물건만 가지고 있대. 장난감은 모두 두고 온 거지. 혹시 네가 가지고 있는 장난감을 좀 나눠 주면 어떨까?”

“안 돼요! 그건 제 거잖아요!” 마르틴은 그렇게 말한 뒤, 곧장 돌아서서 자기 방으로 달려갔어요.

마르틴은 눈물이 그렁그렁한 눈으로 자기 방을 둘러보았어요. 마르틴은 자신의 장난감을 나눠 주고 싶지 않았어요. 그건 예전에 살던 집에서 힘들게 가져온 것이니까요!

마르틴은 장난감 정리함을 열어서 안을 들여다보았어요. 장난감 트럭, 요요, 트롬포(팽이), 가장 좋아하는 구슬들을 담아 놓은 자루, 그 외에도 애지중지하는 많은 장난감이

보였어요. 모두 정말 좋아하는 것들이라서 어느 것 하나도 남에게 줄 수 없었어요!

그러다 마르틴은 문득 이런 생각이 들었어요.

‘만약 내가 우리 집과 제일 좋아하는 장난감들을 남겨두고 떠나왔다면 어땠을까?’

잠시 후, 마르틴은 두 팔 가득 장난감을 끌어안고 엄마에게 갔어요. 낡은 장난감이 아니라 늘 가지고

노는 장난감들을 말이에요.

엄마는 깜짝 놀라셨어요. “그렇게 아끼는 장난감들을 줄 필요는 없어.”

마르틴은 바닥에 장난감들을 내려놓았어요. “다른 아이들도 아끼는 장난감들이 있었을 거예요.” 마르틴은 이렇게 말했어요. “그 아이들이 제 장난감을 가져가서 조금이라도 더 행복해지면 좋겠어요.”

엄마는 마르틴을 꼭 안아 주셨어요. “정말 자랑스럽다.”

마르틴은 마음속이 파스해지는 걸 느꼈어요. 마르틴은 무언가를 다른 사람에게 주는 일은 예수님께서 하셨던 일이라는 것을 알았어요. 그리고 그 일은 마르틴에게 행복을 안겨 주었어요. ●



“가정과 교회와 지역 사회에서 우리 형제 자매들에게 단순하고 온정 어린 봉사를 하며 구주[에] ... 대한 사랑과 감사를 보이기를 바랍니다.”

엠 러셀 벨라드 회장, 십이사도 정원회 회장 대리, 「봉사에서 느끼는 기쁨」, 「리아호나」, 2011년 5월호, 49쪽.

안녕하세요?
여기는
콜롬비아예요!



안녕하세요?
우리는 마고와
파올로예요!

우리 함께 콜롬비아
여행을 시작해
볼까요?



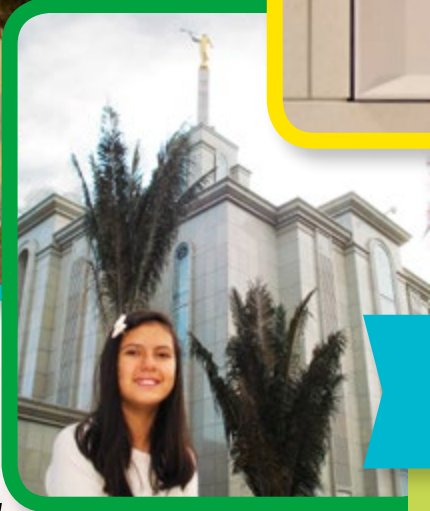
콜롬비아는 열대 기후라서
다양하고도 수많은 동식물이 살고
있지요. 사실, 전 세계 어느 나라보다도 새들의
종류가 다양한 곳이기도 해요. 콜롬비아의 새들은 그
대부분이 다른 나라에서는 절대 볼 수 없는 종이에요.
여기 보이는 알록달록한 풍금조도 그런 새 중 하나이죠.

콜롬비아는 남아메리카 북부에 있는
나라예요. 스페인어를 사용하는 이 나라의
인구는 약 4,900만 명이고, 그중 교회
회원은 20만 명 정도예요.



이 여자아이는 **아레파(arepa)**를 먹고 있어요.
아레파는 옥수숫가루로 만든 맛있는 케이크예요.
콜롬비아 사람들은 대개 아레파에 치즈와 고기를
곁들여서 먹어요.

콜롬비아 바라키아 성전은 이번 달에 헌납된 지 1주년이 되었어요.



여기에 보이는 곳이 새로 지어진 성전이에요. 콜롬비아에는 성전한 곳이 더 있어요. 그 성전은 콜롬비아의 수도인 보고타에 있어요.

콜롬비아에서 온 친구들을 만나 보세요!



“복음 때문에 제 삶은 축복을 받았어요. 복음이 있어서 저는 행복해요. 저는 예수 그리스도가 살아 계시단 걸 알아요. 그분은 우리를 사랑하시고, 선지자 조셉 스미스가 이 교회를 회복했다는 것도 알아요. 우리를 인도해 주시는 선지자가 계셔서 감사해요.”

카밀라 알, 10세, 콜롬비아 바에델카우카



“저는 하나님 아버지와 예수 그리스도께서 살아 계시고 우리를 사랑하신다는 걸 온 마음으로 알아요. 그분들은 조셉 스미스에게 모든 사람이 볼 수 있도록 물몬경을 번역하라는 계시를 주셨어요.”

루이스 브이, 12세, 콜롬비아 바에델카우카

우리의 콜롬비아 여행에
동행해 주어서 감사워요.
내년에 또 만나요!



콜롬비아에서 12월 7일은 **el Día de las Velitas**(작은 촛불의 날)이에요. 사람들은 성탄절 기간이 시작될 때 수천 개의 촛를 켜서 거리를 밝혀요.



여러분도 콜롬비아에서 왔나요?
여러분의 이야기를 보내 주세요! 우리는 여러분의 이야기를 듣는 걸 정말 좋아합니다!

예수님이 태어나셨어요



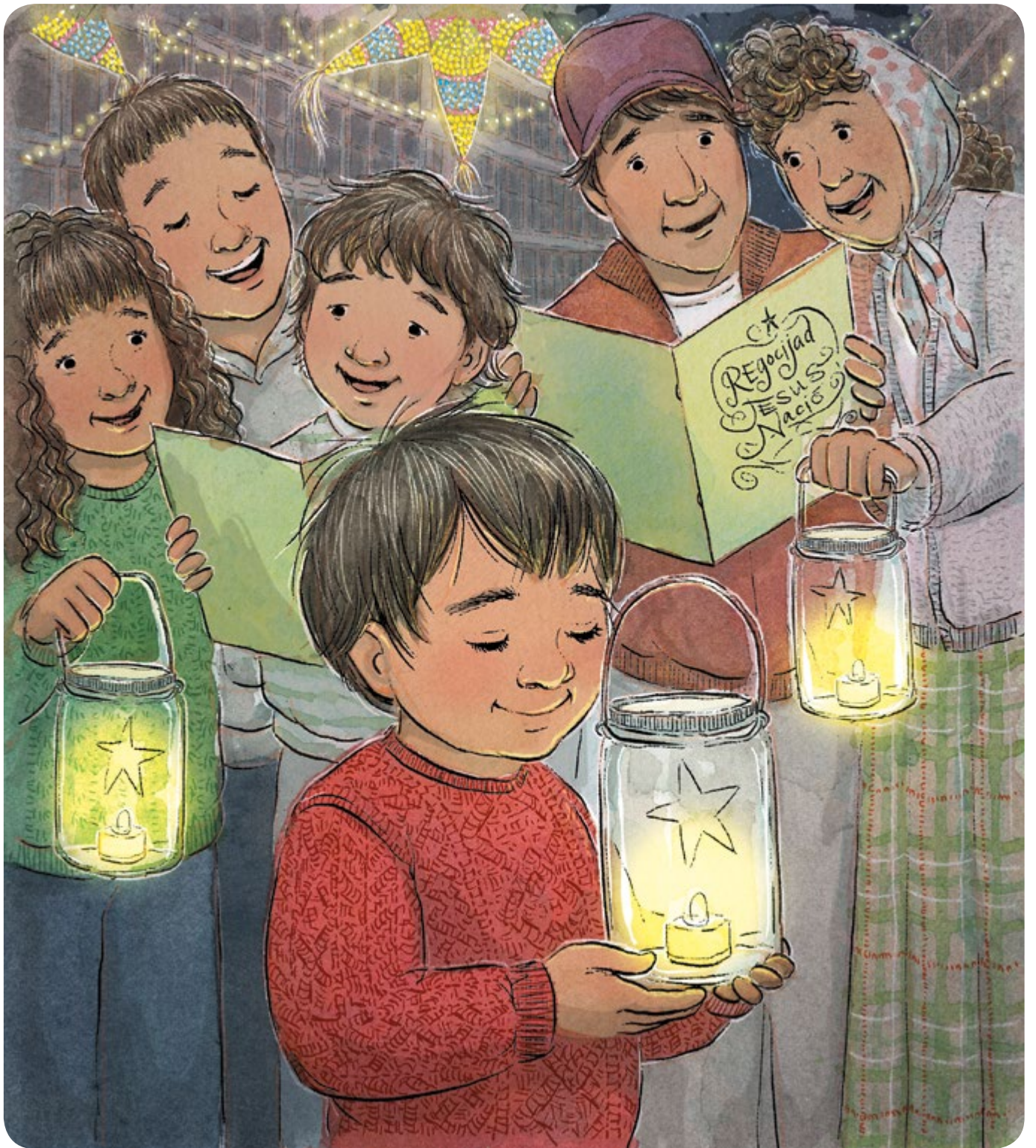
예수님은 베들레헴에서
태어나셨어요. 예수님의 어머니는
마리아였고, 마리아의 남편은
요셉이었어요.



마리아와 요셉은 아기 예수님을 예루살렘에 있는
성전으로 데려갔어요. 그곳에서 시므온이라는 한
남자는 아기 예수님을 안아 보았어요. 그때 시므온은
예수님이 하나님의 아들이라고 말해 주는 성신의
속삭임을 느꼈어요.

안나라는 여자는 아기 예수님을
보고 그 아기가 구주시라는
것을 알았어요. 안나는 다른
사람들에게 가서 예수님에 대해
알렸어요.





저는 성탄절에 예수님을 생각해요.
 예수님은 정말로 살아 계시고, 저를 사랑하세요! ●

가족용 『와서 나를 따르라』, 194~197쪽 참조; 초등회용 193~196쪽.

성탄절은 예수님의 날이에요



사랑하는 부모 여러분,

이번 달에 우리는 예수 그리스도의 탄생을 축하합니다. 예수님은 세상의 빛이시며, 우리의 선한 목자이십니다. 여러분의 가족이 한 달 내내 주님을 기억할 수 있도록 『친구들』의 다음 기사들이 도움이 되길 소망합니다.

- 아이어링 회장의 말씀(친2쪽)
- 아기 예수 이야기(친20쪽)
- 예수님이 사셨던 곳에 관한 이야기(친4쪽)
- 활동 및 만들기(친3, 6, 9쪽)
- 색칠하기(친12, 13쪽)
- 성탄절 노래(친7쪽)

자녀에게 잡지에서 예수, 그리스도, 성탄절이라는 단어가 어디에 나오는지 찾아보게 하면 어떨까요? 자녀가 “나는 예수님을 사랑해요. 왜냐하면 ...”이라는 문장을 써 보도록 도와주고, 그 아이가 예수님의 어떤 면을 사랑하는지 그림이나 글로 표현해 보게 할 수도 있습니다.

여러분을 사랑합니다!

친구들

자녀의 예술 작품이나 경험을 『리아호나』에 보내고 싶습니까?

liahona.ChurchofJesusChrist.org에서
“기사나 피드백 제출”을 클릭하십시오. 또는
자녀의 이름과 나이, 거주 지역, 그리고
“나 [부모의 이름]은/는 내 자녀가 제출한
자료를 예수 그리스도 후기 성도 교회가 교회
잡지, 교회 웹사이트, 소셜 미디어 플랫폼에서
사용하는 것을 허가합니다.”라는 내용의
동의문을 liahona@ChurchofJesusChrist.org
로 보내 주십시오. 우리는 여러분의 이야기를
기다리고 있습니다!



책 속에 숨어 있는 리아호나를 찾아보세요!

목차

- 친2 제일회장단으로부터: 세상의 빛
- 친4 예수님의 발자취를 따라
- 친6 열흘이 지나면 성탄절이 올 거예요
- 친7 음악: 내가 아는 성탄절
- 친8 빨간 종이 새
- 친10 어린이 발표
- 친11 양과 그들의 목자
- 친12 예수님 이야기
- 친14 전 세계를 여행하는 사도들: 이탈리아를 방문한 공 장로
- 친15 전 세계를 여행하는 사도들: 콜롬비아에 간 소아레스 장로
- 친16 마르틴이 가장 아끼는 장난감들
- 친18 안녕하세요? 여기는 콜롬비아예요!
- 친20 경전 이야기: 예수님이 태어나셨어요
- 친23 색칠하기: 성탄절은 예수님의 날이에요