종교 타운뉴스 종교면은 교회, 사찰, 성당 등 종교기관과 함께 만들어 갑니다. 귀 기관에서 홍보하고 싶은 행사나 기사거리가 있으면 이메일 (info@townnewsusa.com) 또는 전화 (714-530 -1367) 로 알려주세요.

# 창립1주년 기념예배

## 애나하임한인선교교회

애나하임한인선교교회(담임목사 심경준, 2045 W. Ball Rd. Anaheim, CA 92804)의 창립 1주년 기념 예배가 오는 20일 오후 3시, 김영길 목사(감사한인교회 원로)를 초청한 가운데 열린다.

심경준 목사는 "저희 애나하임한인선교교회 창립 1주년 기념 예배에 주님의 몸 된 교회를 사랑하시는 모든 분들을 초대한다." 며 "함께 기쁨을 나누며 하나님께 영광을 올려드리는 귀한 시간이 되길 바란다" 고 말했다.

이 교회는 지난해 10월 21일 창립예배를 들였다. '제자 훈련을 통해 주님의 제자 되어 세상을 변화 시키는 교회, 복음을 땅끝까지 전파하는 선교하는 교회, 예수의 사랑을 실천하는 교회, 평신도가 사역하는 교회' 라는 비전을 가지고 있다.

▶문의: (714)608-5582

# 찬양대 반주자 모집

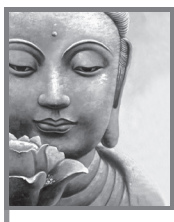
## 오렌지카운티한인교회

오렌지카운티한인교회(담임목사 남성수, 14381 Magnolia St Westminster)가 찬양대 반주자를 모집한다. 지원자격은 세례 교인으로 미국 내 취업에 결격 사유가 없어야 한다. 이력서 자기소개서 추천서 등을 이메일(kcocoffice1@gmail.com)로 보내면 된다.

한편 이 교회는 지난 4일-6일 송태근 목사(한국 삼일교회 담임)를 초청해 추계부흥회를 열었다.

송 목사는 둘째 날 집회에서 '신정론적 질문(욥기 23:10)' 이란 제목으로 말씀을 통해 "욥은 하나님이 자기를 연단하심으로 정금같이 되리라고 확신하는 신앙고백을 보여주고 있다. 이는 성도가 고난 속에서도 기쁨과 소망을 가지고 인내해야 할 이유를 말해주고 있다." 고 말했다.

▶문의: (714) 893-1652



# 마음 바꾸기 . 생각 바꾸기

세상을 살아가는데 있어 공짜법이란 결코 없습니다. 그러니 마음의 문을 활짝 열고 주어진 것을 받아들이십시오. 마음의 문을 열면 변화가 시작되고, 그 문을 통해 들어오는 것을 받아 들이면 행복이 다가옵니다.

마음의 상태는 우리의 얼굴에도 그대로 나타납니다. 화가 나서 '저 놈을 콱 쥐어 박아버려? 할 때는 얼굴이 벌겋게 달아오르는데, 얼굴이 붉어졌다는 것은 피가 부글부글 끓는다는 말입니다. 반대로 어둠 속에서 귀신 분장을 하고, '잡아 먹자' 하면 얼굴이 하얘집니다. 얼어서 질린 것입니다.

이렇게 무서우면 하얗게 질리고 성이 나면 벌겋게 타는 것 모두는 마음의 상태에 따른 것입니다. 그러므로 평소에 스스로의 마음관리를 잘 하는 것이 참으로 중요합니다. 지금 이 순간부터라도 결코 늦지 않았습니다. 이제부터라도 적극적으로 마음바꾸기, 생각바꾸기를 해보십시오. 참으로 많은 변화를 느낄 수 있게 될 것입니다.

예를 들어 보겠습니다. 대부분의 사람들은 청명하고 화창한 날씨를 좋아합니다. 날이 좋으면 기분도 상쾌해지고 바깥활동을 하기도 쉽습니다. 그러나 안개가 자욱하거나 비가 오면 기분도 우울해지고 외출하기도 힘이 듭니다. 그래서 우리는 비만 오면 "얄궂은 비가 또 오네" 하면서 불평을 한곤 합니다. 이렇게 자꾸 불평을 하면 결국 비와 나는 남남이 되고, 차츰 사랑할 수 없게 되어버립니다.

하지만 생각을 바꾸어 보십시오.

'생물들이 아무도 모르게 잠에서 깨어날 수 있도록 하기 위해 이토록 짙은 안개가 끼었구나.' '봄꽃을 피우기 위한 비가 내리고 있구나. 모 심을 때를 알리는 비가 오는구나. 이 비야말로 자연의 노력이요 자양분이다.' 이렇게 생각하면 비와 안개 그리고 내가 하나가 되어 날씨 때문에 속상하는 일이 없어질 뿐만 아니라, 오히려 궂은 날씨를 고맙게 여기고 즐길 수 있게까지 됩니다.

마음이 바뀌고 생각이 바뀌면 주위의 모든 것이 좋게 보입 니다. 하늘의 새 우는 소리까지도 "다 되고 말고, 다 되고 말고" 라는 희망적인 소리로 들립니다. 그런데, '나는 집안에서 죽어라고 살림만 하고 아이들 키우는데 남편은 왜 저모양인가?' , '저 마누라는 왜 친구들과 어울려 골프나 치러 다니는가?' 하면서 만사를 불평불만의 눈으로 바라보는 사람에게는 새소리가 "죽어라, 죽어라" 하는 것처럼 들립니다.

암과 같은 힘든 병에 걸렸을 때도 마찬가지입니다. 난치병에 걸린 사람이 마음이 약해져서 '죽는다' 고 생각할 때 우리의 뇌에서 아드레날린이라고 하는 아주 불안한 기운이 나온다고 합니다. 이 아드레날린은 우울증을 일으키는 답답한 기운이요 불순물입니다.

그런데 '절망하지 말자. 반드시 극복할 수 있다.' 는 희망적인 생각을 가지면 뇌에서 베타엔드로핀이라는 호르몬이 분비된다고 합니다. 베타엔도르핀은 무지개처럼 일곱 가지 색을 지닌 찬란한 빛처럼 보이는데, 이것이 나오면 몸과 마음이 편안해지고 세상이 살만하게 느껴진다고 합니다. 같은 뇌에서 베타엔도르핀이 나오느냐 아드레날린이 나오 느냐는 긍정적인 생각을 하느냐 부정적인 생각을 하느냐에 달려 있습니다.

속상하고 부정적인 생각을 하면 아드레날린이 나와 몸 전체를 우울증으로 감싸고 병들게 하지만, 낙천적 긍정적으로 생각하면 능히 암세포도 죽이는 베타엔도르핀이 나와 즐겁고 행복해진다는 것입니다.

나이 삼십대 때 의사들이 나에게 암 선고를 하면서 '7개월 살면 잘 산다.' 고 말한 적이 있습니다. 그런데 30년이 지난 지금까지 나는 죽지 않고 살아있습니다. 왜 죽지 않았을까요? 내 안에서 NK세포가 나왔기 때문입니다. 이 세포는 암세포에 구멍을 뚫고 거기에다 염분과 수분을 발사하여 암세포를 죽입니다. 누구든지 생각을 긍정적으로 하면 베타엔도르핀이 나와 NK세포를 활성화 시킴으로써 암세포를 박멸하는 것입니다.

이처럼 세상의 모든 것은 우리가 생각을 어떻게 하고 마음을 어떻게 쓰느냐에 따라 달라집니다. 곧 가치관에 따라 인생이 달리 전개되는데, 긍정적인 가치관을 가지면 공덕이 내 것이 되고, 공덕이 많이 쌓이게 되면 대단한 신력(神力)이 나오게 되는 것입니다.

-혜국 스님-

www.suhlaw.com
info@suhlaw.com

형제와 같은 마음으로 도와 드리겠습니다

서 & 서 법률사무소

- 가정법 Family Law
  이혼, 양육권/방문권, 입양, 리빙트러스트, 혼전(후) 계약
- 이민법 Immigration Law
  가족/취업이민, 신분변경
  E-2, H1B, L, O visa
- 민사/형사법 Civil/Criminal Law
  민사소송, DUI
- 상법 Business Law
  법인설립, 계약서
- 번역 업무도 가능합니다

서자경 변호사
Ja K. Suh, Esq.
Certified Family Law Specialist,
Certified by the State of Bar of CA
Univ. of Missouri-Columbia 법대 (J.D.)
Univ. of Missouri-Columbia 비평론 석사

서자현 변호사
Ja H. Suh, Esq.
California Western 법대 (J.D. Dean's List)
미국 이민법 변호사 협회 멤버(AILA)
오렌지카운티 한인변호사 협회 위원회
오렌지카운티 한인상공회 이사역임
오렌지 카운티 회장단 협회 회원 역임

LAW OFFICES OF
SUH & SUH
A PROFESSIONAL CORPORATION

L.A. & O.C. (714)368-1655
161 Fashion Ln. Suite 111, Tustin, CA 92780

San Diego (858)622-6279
4660 La Jolla Village Dr. #500, San Diego 92122

Vista (760)643-4084
380 South Melrose Dr. #363, Vista, CA 92081