

### 33 일 봉헌 14 일

#### 제 2 장 제 2 일, 나 자신의 죄에 대한 인식

죄의 추악함에 대해 깊이 생각해 본 적이 있는가? 죄를 짓고서 그것에 대해 충분히 아파한 적이 있는가? 우리는 성령의 빛으로 우리가 죄인임을 깊이 인식해야 한다. 그러나 이 인식 역시도 우리의 기도로서 얻을 수 있는 은총임을 잊어서는 안된다. 그러므로 우리는 하느님의 도움을 받아 내 자신이 실제로 얼마나 많은 죄를 지었는지를 깊이 깨닫도록 해야 한다. 동시에 자신이 지은 죄의 추악함과 그로 인해 야기된 커다란 파괴와 파멸을 깨닫고 진심으로 아파하고 부끄러워하며 그 죄에 대한 혐오감을 느끼도록 해야 한다.

**1. 시작 기도 :** 하느님의 현존을 의식하며 천천히 성호를 긋고 잠시 자신을 반성한 뒤 성령송가를 바치거나 성령에 관한 성가를 부른다.

#### 성령송가

오소서, 성령님, 당신의 빛 그 빛살을 하늘에서 내리소서.

가난한 이 아버지, 은총의 주님, 오시어 마음에 빛을 주소서.

가장 좋은 위로자, 영혼의 기쁜 손님, 생기 돌워주소서.

일할 때에 휴식을, 무더울 때 바람을, 슬플 때에 위로를.

지복의 빛이시여, 우리 맘 깊은 곳을 가득히 채주소서.

주님 도움 없으면 우리 삶 그 모든 것 이로운 것 없으리.

허물은 씻어 주고 마른 땅 물 주시고 병든 것 고치소서.

굳은 맘 풀어 주고 찬 마음 데우시고 바른 길 이끄소서.

성령님을 믿으며 의지하는 이에게 칠은을 베푸소서.

공덕을 쌓게 하고 구원의 문을 넘어 영복을 얻게 하소서.

**2. 독서 :** 아래 내용을 천천히 소리내어 읽거나 정독하면서 마음에 와 닿는 부분에서는 그 말씀이 자신에게 어떤 의미를 주고 있는지를 잠잠히 생각해 본다.

### 1) 루가 복음 13, 6-9

예수께서 그들에게 다음과 같은 비유를 들어 말씀하셨다. “어떤 사람이 포도원에 무화과나무 한 그루를 심어놓았다. 그 나무에 열매가 열렸나 하고 가보았지만 열매가 하나도 없었다. 그래서 포도원지기에게 ‘내가 이 무화과나무에서 열매를 따볼까 하고 벌써 삼 년째나 여기 왔으나 열매가 달린 것을 한 번도 본 적이 없으니 아예 잘라버려라. 쓸데없이 땅만 썩일 필요가 어디 있겠느냐?’ 하였다. 그러자 포도원지기는 ‘주인님, 이 나무를 금년 한 해만 더 그냥 두십시오. 그 동안에 제가 그 둘레를 파고 거름을 주겠습니다. 그렇게 하면 다음 철에 열매를 맺을지도 모릅니다. 만일 그 때가서도 열매를 맺지 못하면 베어버리십시오.’ 하고 대답하였다.”

### 루가 복음 15, 1-7

세리들과 죄인들이 모두 예수의 말씀을 들으려고 모여들었다. 이것을 본 바리사이파 사람들과 율법학자들은 “저 사람은 죄인들을 환영하고 그들과 함께 음식까지 나누고 있구나!” 하며 못마땅해 하였다. 그래서 예수께서는 그들에게 비유로 말씀하셨다. “너희 가운데 누가 양 백 마리를 가지고 있었는데 그 중에서 한 마리를 잃었다면 어떻게 하겠느냐? 아흔아홉 마리는 들판에 그대로 둔 채 잃은 양을 찾아 헤매지 않겠느냐? 그러다가 찾게 되면 기뻐서 양을 어깨에 메고 집으로 돌아와 친구들과 이웃을 불러 모으고 ‘자, 같이 기뻐해 주십시오. 잃었던 양을 찾았습니다.’ 하며 좋아할 것이다. 잘 들어두어라. 이와 같이 회개할 것 없는 의인 아흔아홉보다 죄인 한 사람이 회개하는 것을 하늘에서는 더 기뻐할 것이다.”

### 로마서 7, 14-25

우리가 아는 대로 율법 자체는 영적인 것입니다. 그런데 나는 육정을 따라 사는 사람으로서 죄의 종으로 팔린 몸입니다. 나는 내가 하는 일을 도무지 알 수가 없습니다. 내가 해야겠다고 생각하는 일은 하지 않고 도리어 해서는 안 되겠다고 생각하는 일을 하고 있으니 말입니다. 그런데 그런 일을 하면서도 그것을 해서는 안 되겠다고 생각하는 것은 곧 율법이 좋다는 것을 인정하는

것입니다. 그렇다면 그런 일을 하는 것은 내가 아니라 내 속에 도사리고 있는 죄입니다. 내 속에 곧 내 육체 속에는 선한 것이 하나도 들어 있지 않다는 것을 나는 알고 있습니다. 마음으로는 선을 행하려고 하면서도 나에게서는 그것을 실천할 힘이 없습니다. 나는 내가 해야 하겠다고 생각하는 선은 행하지 않고 해서는 안 되겠다고 생각하는 악을 행하고 있습니다. 그런 일을 하면서도 그것을 해서는 안 되겠다고 생각하고 있으니 결국 그런 일을 하는 것은 내가 아니라 내 속에 들어 있는 죄입니다. 여기에서 나는 한 법칙을 발견했습니다. 곧 내가 선을 행하려 할 때에는 언제나 바로 곁에 악이 도사리고 있다는 것입니다. 나는 내 마음속으로는 하느님의 율법을 반기지만 내 몸 속에는 내 이성의 법과 대결하여 싸우고 있는 다른 법이 있다는 것을 알고 있습니다. 그 법은 나를 사로잡아 내 몸 속에 있는 죄의 법의 종이 되게 합니다. 나는 과연 비참한 인간입니다. 누가 이 죽음의 육체에서 나를 구해 줄 것입니까? 고맙게도 하느님께서 우리 주 예수 그리스도를 통하여 우리를 구해 주십니다. 나는 과연 이성으로는 하느님의 법을 따르지만 육체로는 죄의 법을 따르는 인간입니다.

## 2) 참된 신심 78-79 항

78. 우리의 가장 훌륭한 선행도 마음속 깊이 뿌리박고 있는 나쁜 바탕으로 말미암아 더럽혀지고 썩는다. 만일 깨끗하고 맑은 물을 썩는 물에 붓거나 좋은 술을 나쁜 술이 담긴 그릇에 넣는다면 그 깨끗한 물과 술은 쉽게 상하여 악취를 풍기게 된다. 이와 같이 하느님께서 원죄와 본죄로 더럽혀진 우리 영혼의 그릇에 하느님의 은총과 하늘의 이슬이나 하느님 사랑의 맛있는 포도주를 부어 주신다 해도 우리의 죄가 남겨 놓은 나쁜 찌꺼기와 나쁜 바탕으로 말미암아 하느님의 선물은 쉽게 상하고 더럽혀지고 만다. 비록 어떤 고상한 덕행이라 할지라도 우리의 행실은 그러한 영향을 받기 마련이다. 그러므로 예수 그리스도와와의 일치에 의해서 이루어지는 완덕에 도달하려면, 우리 마음속 깊은 곳에 박혀 있는 악의 뿌리를 송두리째 뽑아야 한다. 그렇지 않으면 무한히 깨끗하시고, 우리 영혼 안에 있는 아주 작은 더러움도 싫어하시는 주님께서 우리를 당신 눈앞에서 내치시고 우리와 결코 일치하지 않으실 것이다.

79. 우리 자신에게서 이탈되기 위해서는 우리의 본성이 얼마나 나쁜지, 선행을 함에 있어서 얼마나 무능한지, 모든 일에 있어서 얼마나 약한 존재인지, 얼마나 참을성이 없는지, 은총을 받을 자격이 얼마나 없는지, 또 모든 것에 있어서 얼마나 악한지를 성령의 비추심으로 깨달아야 한다. 누룩이 반죽으로 신맛을 띠게 하고, 부풀어 오르게 하고, 마침내 속을 변하게 하는 것처럼 우리는 원조 아담에 의해서 완전히 죄에 물들게 되었고 그러한 원죄는 우리를 변질시키고 말았다. 대죄이건 소죄이건 간에 우리 자신이 범한 죄는 용서 받았다 하더라도 아담에게서 비롯된 죄는 우리의

욕망과 연약함과 변덕성과 또 우리의 타락을 더욱 증가시켰으며 우리 영혼 안에 죄의 나쁜 흔적을 남겨 놓았다. 성령께서는 우리의 육체를 “죄에 물든 육체”(로마 6, 6 참조)라고 불렀고, 죄 중에 태어났으며(시편 51, 5 참조) 죄로 양육되었고, 온갖 죄를 서슴지 않을 수 천 가지 악에 예속되어 날마다 타락해 가고 질병과 병균과 부패 외에는 아무것도 생기지 않는 육체라고 하셨다. 이러한 우리의 육체와 결합된 영혼 역시 육체만큼이나 세속적이다. “하느님 보시기에 세상은 너무 썩어 있었다. 그야말로 무법천지가 되어 있었다. 하느님 보시기에 세상은 속속들이 썩어, 사람들이 하는 일이 땅 위에 냄새를 피우고 있었다.”(창세 6, 11-12). 우리가 가지고 있는 것이라고는 정신에 있어서는 교만과 무지, 마음에 있어서는 완고한 고집, 영혼에 있어서는 연약함과 변덕성, 또한 정욕과 반항적인 열정과 질병뿐이다. 우리는 본성적으로 공작새보다 더 교만하고 두꺼비보다 더 야비하고 아침을 부리며, 염소보다 더 비열하고 수치스러우며, 뱀보다 시기심이 강하고, 돼지보다 더 게걸스럽게 탐욕이 많으며, 호랑이보다 더 화를 잘 내고, 거북이보다 더 게으르며 갈대보다 더 약하고, 바람개비보다 더 변덕스럽다. 우리는 허무와 죄 외에는 아무것도 가진 것이 없고 하느님의 분노와 영원한 지옥밖에는 받을 가치가 없는 존재들이다.

### 3) 준주성범 제 3 권 20 장 1-3 항

**1. 제자의 말 :** 주님, 나를 거슬러 나의 불의함을 고하고 나의 약점 늘 당신께 말하고자 하나이다. 나는 가끔 조그마한 일을 당해도 번민하고 근심하나이다. 뜻을 정할 때에는 용맹히 행하기도 하지만, 조그마한 시련만 있어도 큰 걱정거리가 되나이다. 흔히 매우 변변치 않은 일에서 큰 유혹이 생기나이다. 아무 유혹이 없어 좀 안정되었다고 생각하면 어느 틈에 조그마한 욕망으로 거의 패하게 됨을 깨닫게 되나이다.

2. 그러므로 주여, 나의 천함을 보시고, 당신이 모든 방면에서 잘 아시는 나의 연약함을 살펴보소서. 나를 불쌍히 여기시어 “내가 빠져 드는 이 수렁에서 건져 주소서”(시편 69,14). 내가 이처럼 약한 것을 볼 때, 자주 마음이 울렁거리고 당신 대전에 부끄러워지나이다. 내가 무슨 시련에 동의(同意)하기까지 이르지 않는지만, 사욕이 이처럼 나를 귀찮게 하여 성가시고 괴롭사오니, 이렇게 날마다 싸움 중에 지내는 것이 매우 어렵사옵니다. 여기에서 나는 연약함을 알았으니 즉 지겨운 여러 가지 환상(幻想)이 항상 더디 물러가고 쉽게 또다시 들어오는 까닭이옵니다.

3. 극히 용맹하신 이스라엘의 하느님이시며, 신자들의 영혼을 사랑하시는 하느님이시여, 원컨대 당신 종의 수고와 고통을 굽어보시고, 어떤 환경에 있든지 모든 일에서 돌보아 주소서. 천상의

용기를 내려 내 힘을 더 주어, 영혼에 아직도 완전히 정복되지 않은 가련한 육체가, 즉 목은 사람이 다시는 일어나 거스르지 말게 하여 주소서. 이 육체를 거슬러 반드시 이 가련한 생명을 유지하는 동안 싸워야 하나이다. 오! 곤란과 곤궁이 없지 못한 이 현세의 생활은, 모든 것에 올라미가 가득하고 원수가 많은 이 현세의 생활은 그 무엇이라 하여야 옳겠사옵니까! 한 가지 괴로움이니 시련이 물러가면 다른 것이 닥쳐오고, 또 이미 들어온 시련과 싸워 아직도 끝을 못 낸 동안에, 뜻밖에 다른 여러 가지 시련이 들어오나이다.

**3. 묵상(15-30 분) :** 마음에 와 닿았던 말씀을 묵상하며 자신을 비추어보고 주님께 도움을 청하면서 그 말씀대로 살아갈 것을 다짐한다.

### 묵상 전 기도

죄에 물들이 없으신 성령의 짝이시요, 예수님의 어머니시며  
저의 어머니시요, 주인이시며, 모후이신 마리아님,  
저를 온전히 당신께 드리며  
또 당신을 통해 예수님께 온전히 속하여 있기를 원하오니  
성령으로부터 제게 영광과 힘을 간구하여 주시고  
저로 하여금 제 자신을 알고  
하느님께 대한 순수한 사랑으로  
저의 모든 죄를 진심으로 뉘우치게 하소서.  
오소서, 성령님!  
저의 마음을 당신으로 채워주시고  
저로 하여금 제 자신을 알게 하소서.  
아멘.

**4. 생활 실천 :** 묵상 중에 느낀 내적인 움직임이나 깨달은 점을 노트에 기록하고 그 내용에 따라 생활에서 실천하도록 한다.

**5. 목주기도 :** 고통의 신비를 바치면서, 나의 죄 때문에 다른 사람들이 얼마나 큰 고통을 겪고 있는지를 깨달을 수 있는 은총을 청한다. (목주기도는 다른 시간에 바쳐도 된다).

**6. 마침 기도 :** 묵상한 내용을 마음에 새기고 생활 안에서 실천할 수 있는 은총을 청하며 **바다의 별** 기도를 바친다.

### 바다의 별

바다의 별이요, 하느님의 어머니시여  
평생 동정시며, 하늘의 문이시여, 하례하나이다.  
죄인의 사슬 풀고, 눈먼 이에게 빛 주시며  
악을 멀리 쫓고, 선을 구해주소서.  
기묘하신 동정녀요, 가장 양선하신 이여  
저희를 죄에서 구해, 착하고 조찰케 하소서.  
하느님 아버지께 찬양과  
그리스도께 영광과  
삼위이신 성령께 같은 존경 있어지이다.

### 성모 호칭기도

- 주님, 자비를 베푸소서.
- 그리스도님, 자비를 베푸소서.
- 주님, 자비를 베푸소서.

그리스도님, 저희의 기도를 들으소서.

● 그리스도님, 저희의 기도를 들어주소서.

○ 하늘에 계신 천주 성부님

● 자비를 베푸소서.

(다음은 같은 후렴)

○ 세상을 구원하신 천주 성자님, ●

천주 성령님, ●

삼위일체이신 하느님 ●

○ 성모 마리아님

● 저희를 위하여 빌어주소서.

(다음은 같은 후렴)

○ 천주의 성모님, ●

지극히 거룩하신 동정녀 ●

그리스도의 어머니 ●

천상 은총의 어머니 ●

티없으신 어머니 ●

지극히 깨끗하신 어머니 ●

순결하신 어머니 ●

흠없으신 어머니 ●

○ 사랑하올 어머니 ●

탄복하올 어머니 ●

슬기로우신 어머니 ●

창조주의 어머니 ●

구세주의 어머니 ●  
지극히 지혜로우신 동정녀 ●  
공경하올 동정녀 ●  
찬송하올 동정녀 ●  
튼튼한 힘이신 동정녀 ●  
인자하신 동정녀 ●  
성실하신 동정녀 ●  
정의의 거울 ●  
상지의 옥좌  
즐거움의 샘 ●  
신비로운 그릇 ●  
존경하올 그릇 ●  
지극한 사랑의 그릇 ●  
신비로운 장미 ●  
다윗의 망대 ●  
상아 탑 ●  
황금 궁전 ●  
계약의 궤 ●  
하늘의 문 ●  
셋별 ●  
병자의 나음 ●  
죄인의 피신처 ●  
근심하는 이의 위안 ●



신자들의 도움 ●

천사의 모후 ●

성조의 모후 ●

예언자의 모후 ●

사도의 모후 ●

순교자의 모후 ●

증거자의 모후 ●

동정녀의 모후 ●

모든 성인의 모후 ●

원죄없이 잉태되신 모후 ●

하늘에 올림을 받으신 모후 ●

묵주기도의 모후 ●

가정의 모후 ●

평화의 모후

○하느님의 어린양, 세상의 죄를 없애시는 주님

● 저희를 용서하소서.

○하느님의 어린양, 세상의 죄를 없애시는 주님

● 저희의 기도를 들어주소서.

○하느님의 어린양, 세상의 죄를 없애시는 주님

● 자비를 베푸소서.

○천주의 성모님, 저희를 위하여 빌어주시어

● 그리스도께서 약속하신 영원한 생명을 얻게 하소서.

✦ 기도합시다.

주 하느님, 저희에게 은총을 베푸시고 복되신 평생 동정 마리아의 전구로 이 세상의 슬픔에서 벗어나 영원한 기쁨을 누리게 하소서.

우리 주 그리스도를 통하여 비나이다. ◎ 아멘.