

### 33 일 봉헌 32 일

#### 제 4 장 제 6 일, 그리스도 안에서의 변화

인간을 죄와 죽음에서 구원하기 위해 오신 그리스도를 우리가 점점 더 잘 알게 되고 더욱 충실히 따르고자 한다면 우리는 점차 그리스도 안에서 변화되어 갈 것이고 그리스도를 통하여 그리스도 안에서 그리스도에 의한 삶을 살아가게 될 것이다. 그러나 이를 위한 우리의 영적 사정과 성장에 대해 마리아보다 더 잘 아는 사람은 없다.

**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 철은을 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) 요한 복음 15, 1-17

“나는 참포도나무요 나의 아버지는 농부이다. 나에게 붙어 있으면서 열매를 맺지 않는 가지는 아버지께서 다 쳐내시고, 열매를 맺는 가지는 모두 깨끗이 손질하시어 더 많은 열매를 맺게 하신다. 너희는 내가 너희에게 한 말로 이미 깨끗하게 되었다. 내 안에 머물러라. 나도 너희 안에 머무르겠다. 가지가 포도나무에 붙어 있지 않으면 스스로 열매를 맺을 수 없는 것처럼, 너희도 내 안에 머무르지 않으면 열매를 맺지 못한다. 나는 포도나무요 너희는 가지다. 내 안에 머무르고 나도 그 안에 머무르는 사람은 많은 열매를 맺는다. 너희는 나 없이 아무것도 하지 못한다.

내 안에 머무르지 않으면 잘린 가지처럼 밖에 던져져 말라 버린다. 그러면 사람들이 그런 가지들을 모아 불에 던져 태워 버린다. 너희가 내 안에 머무르고 내 말이 너희 안에 머무르면, 너희가 원하는 것은 무엇이든지 청하여라. 너희에게 그대로 이루어질 것이다. 너희가 많은 열매를 맺고 내 제자가 되면, 그것으로 내 아버지께서 영광스럽게 되실 것이다. 아버지께서 나를 사랑하신 것처럼 나도 너희를 사랑하였다. 너희는 내 사랑 안에 머물러라. 내가 내 아버지의 계명을 지켜 그분의 사랑 안에 머무르는 것처럼, 너희도 내 계명을 지키면 내 사랑 안에 머무를 것이다. 내가 너희에게 이 말을 한 이유는, 내 기쁨이 너희 안에 있고 또 너희 기쁨이 충만하게 하려는 것이다. 이것이 나의 계명이다. 내가 너희를 사랑한 것처럼 너희도 서로 사랑하여라.

친구들을 위하여 목숨을 내놓는 것보다 더 큰 사랑은 없다. 내가 너희에게 명령하는 것을 실천하면 너희는 나의 친구가 된다. 나는 너희를 더 이상 종이라고 부르지 않는다. 종은 주인이 하는 일을 모르기 때문이다. 나는 너희를 친구라고 불렀다. 내가 내 아버지에게서 들은 것을 너희에게 모두 알려 주었기 때문이다. 너희가 나를 뽑은 것이 아니라 내가 너희를 뽑아 세웠다. 너희가 가서 열매를 맺어 너희의 그 열매가 언제나 남아 있게 하려는 것이다. 그리하여 너희가 내 이름으로 아버지께 청하는 것을 그분께서 너희에게 주시게 하려는 것이다. 내가 너희에게 명령하는 것은 이것이다. 서로 사랑하여라.”

**베드로 1 서 13-19 :** “그러므로 마음을 가다듬고 정신을 차려, 예수 그리스도께서 나타나실 때 받을 은총에 여러분의 모든 희망을 거십시오. 이제는 순종하는 자녀로서, 전에 무지하던 때의 욕망에 따라 살지 말고, 여러분을 부르신 분께서 거룩하신 것처럼 여러분도 모든 행실에서 거룩한 사람이

되십시오. 내가 거룩하니 너희도 거룩한 사람이 되어야 한다.”고 성경에 기록되어 있기  
때문입니다. 그리고 여러분은 사람을 차별하지 않고 각자의 행실대로 심판하시는 분을 아버지라  
부르고 있으니, 나그네살이를 하는 동안 두려워하는 마음으로 지내십시오. 여러분도  
알다시피, 여러분은 조상들에게서 물려받은 헛된 생활 방식에서 해방되었는데, 은이나 금처럼  
없어질 물건으로 그리된 것이 아니라, 흠 없고 티 없는 어린양 같으신 그리스도의 고귀한 피로  
그리된 것입니다.”

## 2) 참된 신심 218-221 항

218. 만일 그대가 이 신심에 충실함으로써 생명의 나무인 마리아가 우리 영혼 안에서 잘  
가꾸어지면, 마리아는 제 때에 훌륭한 열매, 즉 예수 그리스도를 낳으실 것이다. 나는 여러 가지  
방법을 통해 그리스도를 찾는 신심 깊은 사람들이 많이 있다는 것을 알고 있다. 그러나  
그들은 "선생님, 저희가 밤새도록 애썼지만 한 마리도 못 잡았습니다"(루가 5,5)라고 자주 말하지  
않으면 안 되었다. 우리는 그들에게 이렇게 대답할 수 있을 것이다. "당신들은 많이  
노력했으나 그리스도의 모습이 너무나 약하다. 그러나 마리아의 티없이 깨끗한 길을 걷고 내가  
가르치는 이 신심을 충실히 실천하면 한낮에 힘들이지 않고 거룩한 장소에서 일할 수 있을  
것이다. 죄의 그림자조차 없는 마리아에게는 어두운 밤이란 있을 수 없다. 마리아는 성스러운  
지성소이다. 그곳에서 성인들이 이루어지고 형성된다.

219. 내가, 성인들이 마리아라는 거푸집에서 형성된다고 말하는 것에 유의하기 바란다. 망치와  
끌을 가지고 석상을 조각하는 것과 녹인 쇠물을 거푸집에 부어서 형태를 만드는 것과는 큰 차이가  
있다. 전자는 많은 노력과 시간이 필요하지만 후자는 적은 노력과  
시간만으로도 충분하다. 아우구스티노 성인은 "마리아님, 당신은 하느님의 주형이라  
불러 마땅합니다." 라며 마리아를 "하느님의 주형"이라고 부른다. 이 하느님의 주형 속에 놓여진  
사람은 바로 예수 그리스도의 형상을 가지게 되고, 예수 그리스도께서는 그의 형태를 가지시게  
된다. 그 사람은 빠른 시간 안에 적은 비용과 노력으로 하느님의 형상을 입게 된다. 그것은  
하느님을 형성한 똑같은 주형 안에 놓여지기 때문이다.

220. 이 신심 이외에 다른 방법으로 예수 그리스도를 자기 자신 안에나 다른 사람 안에 형성하려고  
하는 영신 지도자나 신심 깊은 사람들은 자신의 기술과 능력과 노력으로만 단단한 돌이나 거친  
나무토막을 망치로 무수히 두들겨대고 칼로 깎아서 그리스도의 모습을 만들어보겠다는  
조각가들과 아주 적절하게 비교해 볼 수 있는 것이다. 그런데 그들은 그리스도에 대한 지식과

경험이 부족하고 혹은 서투른 솜씨로 인해서 그리스도를 있는 그대로 표현하는데 성공하지 못한다. 그와 반대로 내가 제시하는 이 은총의 비밀을 택하는 사람들은 하느님으로서 그리고 사람으로서 예수 그리스도께서 형성되신 마리아라는 아름다운 주형을 발견하고는 자신의 능력에 의존하지 않고 오직 그 주형의 우수성에만 의지하여 마리아 안에서 그대로의 예수 그리스도의 모습이 되기 위하여 마리아 안으로 뛰어들어 사라져버린다.

221. 아! 이것은 얼마나 아름답고 훌륭한 비유인가? 그러나 누가 감히 이를 완전히 이해하겠는가? 친애하는 형제여, 마리아 신심가인 그대가 이것을 깨닫기를 간절히 바라는 바이다. 그러나 녹아서 액체가 된 것만이 주형에 부어 넣어진다는 것을 명심하기를 바란다. 즉 쇠가 불에 녹아 액체가 되는 것처럼, 마리아 안에서 새로운 아담이 형성되려면 그대 안에서 낡은 아담을 녹여버려야 한다는 것을 말이다.

## 2) 준주성법 제 3 권 5 장 1-4 항

1. 제자의 말 : 하늘에 계신 성부여, 저의 주 예수 그리스도의 아버지시여, 가난한 저를 생각해주시니 당신을 찬송하나이다. "인자하신 아버지시며 모든 위로의 근원이 되시는 하느님으로서" (2 고린 1,3) 부당한 죄인인 저를 여러 가지로 위로해주시고 어떤 때에 친히 위로해주시니 감사하나이다. 당신 독생 성자와 안위하시는 성령과 더불어 세세에 당신을 찬미하고 끝없이 당신의 영광을 노래하리이다. 오! 주 하느님이시여, 저를 사랑하시는 거룩하신 분이여, 당신이 제 마음에 이르시게 되면 저의 모든 내장은 즐겨 뛰리이다. "주님의 저의 영광, 제 마음의 기쁨, 저의 희망, 어려움을 당할 적마다 저의 피난처" (시편 3,3; 119,111; 59,16)로소이다.

2. 그러나 저는 아직도 사랑에 연약한 자요, 덕행이 변변치 못한 자이오니, 주님의 격려를 받고 주님의 위로를 받을 필요를 느끼나이다. 그러므로 저를 자주 찾아주시고 거룩한 훈계로써 저를 지도해주소서. 악한 사육에서 저를 구해주시고 제 마음의 모든 절제 없는 정을 없애주소서. 그리하여 제 안의 병을 고치고 저를 조출케 하시어 사랑할 자격을 얻고, 괴로움 당하는데 용맹하고 시작한 일에 항구하게 해주소서.

3. 주님의 말씀 : 사랑이란 위대한 것이요, 극히 좋은 보배나. 이것만 있으면 모든 짐이 가벼워지고, 모든 고르지 않은 것도 고르게 되어 잘 참게 된다. 사랑은 짐을 무게 없이 지게하고 쓴 것은 달고 맛있게 만든다. 예수의 고귀한 사랑은 위대한 일을 하게하고 항상 더 완전히 하기를 사모하게 된다. 사랑은 위로 오르려 하고 세상의 무엇에 잡히려 하지 않는다. 사랑은 자유스러우려

하고 세상일에 도무지 정을 들이지 않는다. 그는 안으로 자기를 살피는 일에 장애가 될까, 세상의 무슨 편익으로 인하여 거리낌을 당할까, 무슨 괴로움을 좀 당한다고 타락할까 염려한다.

사랑보다 더 유쾌한 것이 없고 더 재미있고 더 원만한 것도 없고 하늘과 땅에 더 좋은 것도 없으니, 사랑은 하느님께로부터 온 것이요, 조물에는 만족을 누리지 못하고 하느님께만 안정하여 있는 까닭이다.

4. 사랑이 있는 자는 날아가고 달음질하고 즐거워하며, 자유스럽고 또 거리낌에 붙잡히지 않는다. 모든 것을 위하여 모든 것을 주고 모든 일에 모든 것을 초월하여 주시는 분을 향한다. 사랑은 가끔 한계를 모르고 모든 계량을 넘쳐 이루어진다. 사랑은 짐을 저도 무게를 모르고 수고를 헤아리지 않고, 자기 힘에 넘치는 것도 하려 하고, 할 수 없다는 핑계를 안 하니 못할 것이 없고, 가하지 않은 것이 없는 줄로 생각하기 때문이다. 그래서 사랑은 무슨 일에든지 적당하고, 무슨 의무든지 다 채우고, 사랑이 없는 사람이 기진하여 넘어지는 그러한 일에도 좋은 결과를 낸다.

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

### 묵상 전 기도

티없으신 동정 성모 마리아님,

지극히 거룩하신 성삼께서 당신께 베푼 모든 은총에 대해

성삼께 찬미와 감사와 흠숭을 드리나이다.

예수님은 당신을 통해 성부께로부터 저희에게 오셨으며

예수님의 어머니이신 당신은 또한 저의 어머니시고

주인이시며 모후이시니

저를 예수님께로 인도해주시고

저를 위하여 성령의 비추심과 사랑을 빌어주시어

저로 하여금 예수님을 더욱 더 잘 알고

더욱 사랑하도록 해주소서.

저는 당신께 온전히 헌신함으로써 당신과 함께 영원히

예수님께 속해 있기를 원하나이다.

오소서, 성령님,

저의 마음을 당신으로 채워주시고

제 안에 천상 사랑의 불을 붙여주소서.

아멘.

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

**5. 묵주기도** : 고통의 신비를 바치면서, 완전한 그리스도인이 되기 위해 예수님의 주형인 성모님께 온전히 봉헌될 수 있는 은총을 청한다(묵주기도는 다른 시간에 바쳐도 된다).

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

### 바다의 별

바다의 별이요, 하느님의 어머니시여

평생 동정이시며, 하늘의 문이시여, 하례하나이다.

죄인의 사슬 풀고, 눈먼 이에게 빛 주시며

악을 멀리 쫓고, 선을 구해주소서.

기묘하신 동정녀요, 가장 양선하신 이여

저희를 죄에서 구해, 착하고 조잘케 하소서.

하느님 아버지께 찬양과

그리스도께 영광과

삼위이신 성령께 같은 존경 있어지이다.

### 예수 성심 호칭 기도

○ 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 ●

영원하신 성부의 아들이신 예수 성심 ●

동정 마리아 몸에 성령으로 잉태되신 예수 성심 ●

하느님의 말씀이신 예수 성심 ●

영광과 위엄이 가득하신 예수 성심 ●

하느님의 성전이신 예수 성심 ●

지존하신 이의 장막이신 예수 성심 ●

하느님의 집이요 하늘의 문이신 예수 성심 ●

사랑의 불가마이신 예수 성심 ●  
나눔과 베품의 그릇이신 예수 성심 ●  
자비와 인정이 넘치시는 예수 성심 ●  
모든 덕행의 원천이신 예수 성심 ●  
지극히 찬미를 받으실 예수 성심 ●  
모든 마음의 중심이요 임금이신 예수 성심 ●  
온갖 지혜와 지식의 보고이신 예수 성심 ●  
천주성이 충만하신 예수 성심 ●  
성부의 기쁨이신 예수 성심 ●  
풍부한 은혜를 베푸시는 예수 성심 ●  
죽은 이들의 희망이신 예수 성심 ●  
지극히 자비로우시고 인내하시는 예수 성심 ●  
모든 이의 간구를 들어주시는 예수 성심 ●  
생명과 성덕의 샘이신 예수 성심 ●  
저희 죄를 용서하시는 예수 성심 ●  
극도의 모욕을 당하신 예수 성심 ●  
저희 죄로 찢기신 예수 성심 ●  
죽기까지 순명하신 예수 성심 ●  
창에 찢리신 예수 성심 ●  
모든 위로의 샘이신 예수 성심 ●  
생명이요 부활이신 예수 성심 ●  
평화요 화해이신 예수 성심 ●  
죄인들의 제물이 되신 예수 성심 ●



주님께 바라는 이들의 구원이신 예수 성심 ●

주님을 믿으며 죽는 이들의 희망이신 예수 성심 ●

모든 성인의 즐거움이신 예수 성심 ●

○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.

○마음이 어질고 겸손하신 예수님

● 저희 마음을 주님 마음과 같게 하소서.