

사순시기와 성삼일

부활을 준비하는 회개와 정화의 시기

재의 수요일일부터 교회 전례력으로 사순시기가 시작됩니다.
신자들이 사순시기를 더욱 잘 이해하고 합당한 생활로 뜻 깊게 지내도록
사순시기의 유래와 의미, 전례, 생활 자세 등에 대해 알아보면 ;

☞ 유래

사순시기는 부활을 준비하기 위해 마련된 것입니다.
초대교회 때 그리스도인들은 부활대축일 전 2-3일간 금식하며 부활을 준비했고,
4세기 중엽 로마교회는 이를 연장해 부활 전 40일부터 성 토요일까지 금식과
회개의 생활을 하도록 했던 것이 사순절의 유래입니다.
그러나 주일은 주님의 부활을 기념하는 기쁜 날이었기에 회개와 보속의 시기인
사순절 40일에서는 제외되었던 것입니다. 즉, 부활 전 6주간(42일) 중 주일을 뺀
36일에 부활 전 제7주의 4일간(수요일까지)을 포함해 총 40일을 만들고,
그 첫째 날인 수요일에 재를 뿌리는 예식을 통해 사순절의 시작을 알렸습니다.
그러나 제2차 바티칸 공의회 이후 교회는 예수 그리스도의 수난과 죽음
부활의 신비인 파스카의 신비를 더욱 성대하게 기념하기 위해 성 목요일
주님 만찬부터 부활대축일까지를 ‘파스카 삼일’로 지내면서 사순시기와
구별하고 있습니다.

따라서 정확히 말하자면, 사순시기는

재의 수요일부터 성 목요일 주님 만찬 미사 전까지인 것입니다.

이 기간은 글자 그대로 40일이라기보다는 부활을 준비하는 회개와 정화의
시기라는 상징적인 의미로 이해해야 하겠습니다.

교회는 왜 부활 준비 기간을 40일로 정했을까 ?

‘40’이라는 숫자는 하느님을 만나기 전에 또는 하느님의 백성으로 태어나기 위해
거치는 정화의 준비의 기간을 상징하기 때문입니다. 성서에서 이스라엘 백성이
하느님과 단절된 관계를 회복하기 위해 참회와 속죄로써 자신을 정화할 때
‘40’이라는 숫자가 종종 등장합니다.

예를 들어, 노아 홍수로 새 세상을 준비할 때 40일간 비가 내렸고,
이스라엘 백성은 약속의 땅으로 들어가기 전에 40년간 광야를 헤맸으며,
모세는 십계명을 받기 전 40일간 단식했던 것입니다.
예수님께서 공생활 전에 40일간 광야에서 단식하신 것도 대표적인 예입니다.

☞ 의미

따라서 사순시기는 제2차 바티칸 공의회의 전례헌장이 규정하고 있듯이
“파스카 신비의 경축을 준비”(제109항)하는 시기입니다.

인류를 구원하기 위해 십자가에 못 박혀 돌아가시고 부활하신 예수 그리스도의
파스카 신비에 동참하는 의미에서 그 어느 때보다 큰 열성으로 하느님 말씀에
귀 기울이며 기도와 희생을 바치는 시기인 것입니다.

그래서 교회는 전통적으로 사순시기에 신자들로 하여금 그리스도의 수난을 자주
묵상하고 탐욕과 이기심에서 벗어나 회개와 보속, 희생과 봉사의 삶을 살도록
권고하면서 재의 수요일과 성 금요일에 금식과 금욕을 명하고 있습니다.

그러나 사순시기의 보속과 희생은 개인적인 차원에만 머물러서는 안 되고
“외적이고 사회적”(전례헌장 제110항)이어야 하겠습니다. 진정한 회개와 보속의
삶은 개인적인 절제와 희생뿐 아니라 이를 통해 모아진 결실을 어려운 이웃과
함께 나누는 외적 실천이 동반되어야 할 것입니다.

결국 부활을 준비하는 사순절은 고행 자체를 강조하는 것이 아니라,
귀한 손님을 맞이 위해 집 안팎을 깨끗이 정리하듯 죽음과 부활로 인간에게
영원한 생명을 주신 주님을 제대로 맞이하기 위해 자신의 몸과 마음을
정화하고 성화하는 시기가 사순절의 진정한 의미인 것입니다.

☞ 전례

사순시기 전례는 재의 수요일 재를 이마에 받는 예식으로 시작됩니다.
‘회개하고 이 복음을 믿어라’ (마르 1,15),
‘너는 먼지이니 먼지로 돌아 가리라’ (창세 3,19)는
사제의 권고를 들으며 이마에 재를 받는데, 이는 참회와 회개의 상징인 것입니다.
사순절은 그리스도의 수난에 동참하면서 우리의 죄를 참회하고 보속하는
시기이기에 미사 전례의 독서와 복음도 이런 내용으로 꾸며져 있습니다.
또 그리스도의 수난에 적극 동참한다는 뜻에서 전례 중 기쁨을 상징하는 요소인
대영광송과 알렐루야를 바치는 않는 것입니다.
사제의 제의도 회개와 속죄를 상징하는 보라색(자색)으로 바꿉니다.
그러나 사순 제4주일에는 부활의 기쁨을 미리 맛본다는 의미에서 장미색 제의를
입기도 합니다.
교회는 또 신자들이 그리스도의 수난의 신비를 깊이 깨달을 수 있도록
‘십자가의 길’ 기도를 자주 바칠 것을 권고하며, 주님 수난 성지 주일로 시작하는
사순 마지막 주간을 성주간으로 정해 그리스도의 파스카 신비를 묵상하는
가장 거룩하고 뜻 깊은 기간으로 보내도록 초대하고 있는 것입니다.

☞ 생활 자세

사순절이 시작되면 많은 신자들이 보속과 희생을 결심하면서 나름의 계획을
세우곤 할 것입니다.
그러나 금연, 금주, 금식과 금육 등 소극적인 극기 생활에만 중점을 두기
쉽습니다.
이번 사순절에는 주님의 수난에 더욱 적극 동참하기 위해 생활 속에서
적극적인 자선과 희생을 실천해보면 어떨까요 ?
가정에서는 가족이 한 데 모여 그 동안 서로의 가슴에 상처를 주었던 것을
털어놓고 화해하는 시간을 가져보면 좀 더 좋을 듯 !!!
서로를 아프게 한 점이 있다면 화장실 청소, 설거지, 어깨 주무르기, 구두 닦기
등의 작은 선행으로 보속해 보거나,
직장에서도 내 것부터 챙기기에 앞서 동료 직원을 배려하고 어려움을 겪는
동료 직원을 위해 기도하는 등의 실천을 해보면 !!!
또 거리에서 지나치는 이웃에게도 작은 선행을 실천해 봅시다.
지하철에서 자리를 양보하거나 걸인을 도와주거나, 복지단체나 주위의 어려운
이웃(홀몸 노인, 소년소녀 가정)을 찾아 봉사활동을 한다면 더 없이 좋을
것입니다.

예수님께서는 오늘도

“너희가 여기 있는 형제 중에 가장 보잘 것 없는 사람
하나에게 해 준 것이 바로 나에게 해 준 것이다” 고

말씀하고 계십니다.

성주간의 전례

예수 그리스도의 부활 전 한 주간을 성주간이라고 하는데 이는 예수님께서 위대한 구원 사업을 이룩하시는 때이며, 교회 전례의 정점을 이루기 때문입니다. 성주간은 예수 수난(성지)주일부터 시작됩니다.

성지 주일에 말씀의 전례 때에는 예수님의 수난사가 봉독되며,
성 월요일에는 예수님의 죽음(장례)를 예고하고,
성 화요일에는 제자들의 배반을 예고 하며,
성 수요일에는 예수님이 당신이 어떻게 죽으실지를 예고합니다.

이후 성주간 중 성 목요일부터 부활 대축일 저녁 기도까지는 성 삼일, 혹은 파스카 3일이라고도 불립니다.

이 파스카 3일은 예수님의 수난과 부활의 신비에 참여하는 일년 중 가장 거룩하고 뜻 깊은 기간입니다.

성체성사를 제정하심을 기념하는 성 목요일,
예수님의 수난과 죽음을 묵상하는 성 금요일과 성 토요일,
예수님의 부활을 찬미하는 장엄한 부활 성야는
인류를 구원하시는 하느님의 사랑의 정점을 드러냅니다.

교회는 성주간 중 특히 성 목요일, 성 금요일, 성 토요일 전례와 부활 성야 미사에 참례하여 그리스도교 전례의 극치에 함께 동참하고 예수 그리스도의 사랑 안에 깊이 머물기를 권고합니다.

성 목요일 주님 만찬 미사

우리는 사순절을 지내고 있다. 사순절이 막바지에 이르면 부활을 맞이하는 데 가장 가까운 시기가 '성삼일'이다. 부활절은 교회 생활 절기의 절정이며, 하느님께서 우리에게 내어주신 크고 깊으신 사랑을 드러내주는 결정판이다. 성삼일은 여기에 가장 근접한 준비기간이다. 성삼일은 성목요일(주님 만찬), 성금요일(주님 수난 금요일), 성토요일(부활 성야)이다. 이미 사순시기를 통해 하느님의 사랑인 은총과 축복을 체험하지만, 이 성삼일 동안 그 사랑의 구체적인 모습을 경험하게 된다. 부활 성야를 앞둔 성금요일에 '모든 것을 희생하신' 그리스도의 십자가 희생제사를 묵상한다면,

성목요일에는 당신 자신을 '무한히 낮추시고 내어주신 그리스도의 겸손한 사랑을 묵상한다.

그렇다면, 성목요일의 경우 이날을 기념하는 역사는 어떤 과정을 거친 것일까? 본래 성삼일 전례는 예루살렘의 전례에서 유래하였다. 예루살렘 순례지에서 부활을 앞두고 거행하였던 전례였다. 그래서 성사적 전례가 아니라, 교리교육적이며 신비교육적인 전례이다.

성목요일이 되면 예루살렘의 '순교 성당'(Martyrium)에서 두 번의 미사를 거행하였다.

첫째 미사는 사순시기의 단식을 마감하는 미사였다. 사실 단식을 실천하였던 수난시기에는 성찬례를 거행하지 않았다. 그것은 성찬례가 이미 '먹고 마시는 잔치'이므로 단식 중에 거행하지 않았기 때문이다.

이 미사는 특히 사순시기 동안 이름을 등록하고 실천하였던 '참회자'들과 공동체의 화해 예식으로 마련된 것이기도 하였다.

지금 이야기할 것은 두 번째 미사이다. 이 미사는 특히 골고타의 십자가가 서있던 자리에서 거행하였으며, 주님의 성찬제정을 기념하는 '만찬 미사'를 지냈다. 이렇게 시작한 성찬제정 기념 미사는 단식 마감 미사와 이미 구별하여 거행하였다. 로마에서 4세기까지는 성목요일을 참회자를 위한 화해의 날로 지냈지만, 7세기경에는 아침의 단식 마감 미사와 저녁의 만찬 기념 미사를 거행하였다.

이때에는 말씀 전례 없이 봉헌 예절부터 시작하였으나, 오늘날에는 말씀 전례와 함께 온전한 미사 형태를 띠게 되었다.

우리가 주목해야 할 것은 이미 7세기 때부터 만찬 미사에서 거행했던 '발 씻김 예식(세족례)'이다. 이 예식은 예수께서 최후 만찬에서 제자들의 발을 씻어주신 것을 그대로 재현하고 기념하는 예식이다. 미사 때마다 주님께서 거행하신 당신의 성찬례를 기념하고 그대로 재현하듯이 똑같이 거행한다.

스승이신 예수께서 제자들의 발을 씻어주신 것이다. 다른 사람의 발을 씻어 주는 것은 매우 깊은 의미를 내포하고 있다. 유대인들은 높으신 어른이 먼 길을 왔을 때, 귀하신 손님을 맞았을 때 집주인은 그를 맞아 발을

천주교 서대문교회 (2003)

씻어주는 전통을 갖고 있었다. 귀중한 손님으로 맞아들이는 것이며, 그분을 위해 '봉사할 자세'를 갖추었음을 행동으로 보이는 것이기도 하였다.

그런데 최후만찬에서 예수님의 이 행위는 상황이 다르다. 제자들이 스승의 발을 씻어드린 것이 아니라, 스승이신 예수께서 제자들의 발을 씻어주셨다. 그것은 예수께서 제자들에 대한 당신의 사랑이 당신을 무한히 낮추신 겸손한 사랑이며, 온전히 당신 자신을 내어주시는 사랑이며, 봉사 받는 자기 중심이 아니라 상대편을 이해하고 봉사하는 사랑임을 행동으로 몸소 보여주신 것이다. 그리고 당신이 하신 행위에 대해 덧붙여 말씀하신다. "스승이며 주인 내가 너희의 발을 씻어주었으니 너희도 서로 발을 씻어주어야 한다. 내가 너희에게 한 일을 너희도 그대로 하라고 본을 보여준 것이다" (요한 13,14-15).

서로의 발을 씻어주는 일, 이것은 사랑의 참모습이다. 이 예식을 통해 그리스도께서 당신의 '몸과 피'를 우리에게 음식으로 내어주신 사랑의 모습을 이해할 수 있다. 또 성금요일에 기념하게 될 '십자가의 희생제사', 곧 당신의 모든 것을 바치고 내어주신 주님의 크신 사랑도 더 잘 이해하게 된다. 우리는 주님 만찬 미사와 발 씻김 예식을 통해 자신을 무한히 낮추시고 당신을 모두 내어주신 주님의 깊은 사랑을 묵상해 보자. 이웃을 사랑한다고 말하고 실천할 때도 진정 그들의 발을 씻어줄 수 있는 겸손한 마음과 봉사의 자세로 사랑을 베풀도록 해보자.



부활은 생명의 승리로 기뻐하는 날이지만,
우리의 생명을 살리고 기쁨이 되게 하는 것은
'봉사하는 겸손한 사랑'이기 때문이다.

성 금요일 **주님 수난** 예식

교회는 일년 연중을 지내면서 죽음을 자주 묵상한다. 특히 죽은 이들을 기억하는 위령성월(11월)과 위령의 날(11월 2일)이 그렇다. 성인들의 축일도 모두 그들이 죽은 날이다. 곧 하느님 나라에 새로 태어난 날로 이해한다. 특히 인간이 되어 오신 그리스도의 죽음을 기억하는 날이 있다. 사순시기의 막바지에 접어들면서 성삼일을 지내는데, 그 첫째 날이 성금요일이다. 교회는 이 날 그리스도의 죽음을 묵상하면서 그리스도의 부활을 준비한다. 그리스도께서 인간으로서 죽음을 당하셨고, 그 죽음으로 부활의 새 생명을 우리에게 보여주셨다.

이렇게 죽음의 의미는 생명을 지향한다. 그리스도께서 인간이셨기에 인간이 당하는 온갖 고통과 죽음까지도 그대로 다 맞이하신 것이다. 그 죽음을 묵상함으로써 참 삶의 의미를 깨닫는다.

- ① 죄의 결과는 고통이며 고통은 죽음을 가져온다. 인간이 저지른 모든 죄, 인류의 모든 범죄를 대신하여 그리스도께서는 죽음을 당하셨다.
- ② 죽음으로 생명을 가져다 주신다. 예수님께서 몸소 당신의 죽음으로 우리에게 생명을 주신다는 것을 직접 행하셨다. 이것이 그리스도의 죽음에 대한 묵상이다.

죽음, 특히 그리스도의 죽음은 우리에게 커다란 의미를 일깨워주고 있다. 그래서 초세기 교회 때부터 성금요일 전례를 매우 깊이 있게 기념하고 거행하였다.

4세기말 예루살렘에서 성금요일은 순례지를 돌면서 그리스도의 죽음을 묵상하며 기도하는 날이었다. 먼저 예수님께서 최후만찬을 거행하셨던 다락방에서 기도한다. 여기에는 예수님께서 채찍질을 당할 때 묶였던 돌기둥이 있는데, 여기서 그리스도의 수난과 고통을 묵상한다. 또 골고타로 자리를 옮겨서 기도하는데, 신자들이 경배할 수 있도록 십자가 나무를 보여주고, 각 순례지점마다 신자들은 수난에 관한 예언서와 복음을 읽고 시편을 노래하며 기도하였다.

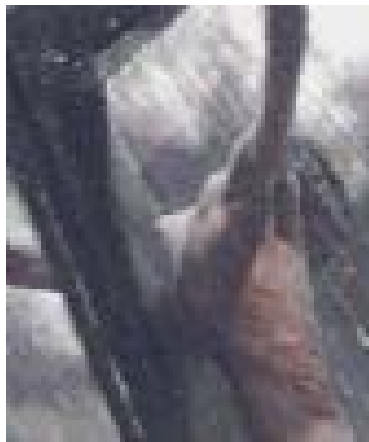
7세기에 와서는 제대 위에 십자가를 현시하고 말씀 전례를 거행한 다음, **십자가 경배**와 친구를 하였다. 이어 주님의 기도를 합송하고 십자가를 경배하며 성체를 영하였다. 이렇게 오늘날 성금요일 전례의 틀이 잡히게 된다.

성금요일의 전례는 시작예식 없이, 간단한 경배와 기도를 하고, 말씀 전례, 십자가 경배, 영성체 등 세 부분으로 구성되어 있다. 특히 '말씀 전례'는 '우리 죄 때문에 상처를 입으신 구세주'(제1독서, 이사 52-53장)와 '예수께서 복종하는 것을 배우심으로써 당신에게 복종하는 사람들을 위하여 구원의 근원이 되셨다.'(제2독서, 히브 4-5장)는 내용으로 그리스도의 죽음으로 우리 죄를 대신하는 구세주이심을 밝혀준다.

복음은 요한의 수난 복음으로 그리스도의 수난과 죽음을 드라마틱하게 입체 낭독함으로써 현장감 있게 생생하게 주님의 죽음을 묵상한다.
아울러 보편 지향 기도(신자들의 기도)로써 그리스도의 죽음으로 우리에게 주어지는 은총이 무엇이며, 우리가 실천이 부족하기 때문에 무엇을 위해 살아야 하며, 죽음의 의미를 우리 생활 안에 구체적으로 어떻게 적용해야 하는지를 일깨워준다.

'십자가 경배'는 그리스도의 죽음을 묵상하는 절정에 속한다. 이 경배 때 우리를 위하시는 그리스도의 희생과 고통, 그리고 수난과 죽음의 절정으로 보여주신 크나큰 사랑의 마음을 읽어야 한다. 그 사랑의 힘으로 우리의 삶을 살아야 한다.

성금요일은 그야말로 대단식의 날이다.
금식과 금욕으로 몸을 비우고 따라서 마음을 비운다.



주님 부활의 새 생명을 향하는 관문인 그리스도의 죽음으로,
이 날 우리의 죽음도 함께 묵상하고 **우리의 삶을 되살려보자.**

부활 성야 미사, 빛의 예식

봄이란 계절은 이렇게 온 세상을 다른 모습으로 바꾼다. 겨우내 움츠리고 숨어있던 생명이 솟아나고, 다시금 자신의 생명을 되찾는 계절이 봄이다.

생명의 계절을 시작하는 이때에 우리는 주님의 '사순시기'를 지내고 '주님의 부활'을 맞이한다.

사순시기를 지내면서 우리는 '부활'이라는 새 생명을 준비하고 예약해 두고 있다. 그리고 주님의 부활을 맞게 되면 그 크신 새 생명의 빛이 얼마나 강하고 힘있는 것인지를 깨닫게 된다.

교회에서 부활을 맞는 첫 예식은 '부활 성야 예절'로 시작한다. 예수 부활 대축일 전날 저녁에 교회는 일년 중 가장 성대한 부활 성야 예절을 거행한다. 이 예절은 밤에 이루어지므로 밤의 특성과 신비가 가장 잘 드러난다. 성야 예절은 네 부분으로 구성되어 있다. 밤의 특성을 가장 잘 드러내는

- ① 빛의 예식, 하느님께서 우리에게 이루신 구원의 역사 이야기를 듣는
- ② 말씀 전례, 그리고 부활의 특징을 가장 두드러지게 나타내는
- ③ 세례 예식, 마지막으로 예절의 절정인
- ④ 성찬례 등이다.

빛의 예식은 부활의 생명으로 이끄는 과정을 가장 잘 깨닫게 해주는 예식이다. 빛은 그리스도 부활의 가장 큰 상징이요 표징이다. 빛은 어둠을 없앤다. 빛이 비추이면 어둠은 저절로 없어진다. 그것이 빛의 힘이며, 죽음을 이기는 생명의 힘이다. 죽음과 파멸은 어둠에 비유된다. 반면에 빛은 생명의 비유이다. 빛을 보고 빛을 받아들이며, 빛의 능력은 곧 생명의 능력으로 이해된다. 그래서 예수 부활 대축일 전날 밤이 되어 시작하고 날이 밝기 전에 마치는 것이다.

빛의 예식을 거행하는 순서를 보면, 부활하신 그리스도를 상징하는 빛이 우리에게 전하고자 하는 그 깊은 의미를 깨닫게 해준다.

- ① 먼저 성당 바깥 적당한 자리에 모인다. 불을 땡길 화로를 준비하고 저마다 손에 초를 준비한다.
사제와 봉사자는 부활초를 들고 그 자리에 나아간다. 빛의 예식은 불 축복으로 시작되는데, 침묵과 어둠 속에서 시작한다.
어둠은 침묵이요 고요함이다. 그래서 아무런 노래도 하지 않는다.
사제가 간단한 설명과 불 축복을 하고, 이 시대를 다스리시고 밝혀주실 그리스도를 상징하는 부활초에 향덩이를 꽂고 난 다음 불을 땡긴다.
- ② 이어서 빛을 밝히는 부활초가 앞장서서 성당 안으로 행렬해 들어간다. 그러면 신자들도 뒤따른다. 아직 손에는 불을 붙이지 않은 초를 들고 있다. 행렬을 하는 동안 세 번에 걸쳐 '그리스도께서는 우리의

빛'이시라는 것을 교우들을 향해 돌아서서 큰소리로 선포한다.
성당 입구에서 외치고 두번째 중간에서 외친 다음에, 신자들의
손에 든 초에 불을 밝혀준다. 세번째로 제대 앞에서 외친 다음에는
독서대나 제대 옆에 마련된 부활촛대에 부활초를 꽂는다.

부활초와 신자들이 뒤따르는 행렬은, 빛이 그리스도에게서부터 우리에게로
점차 확산되는 것을 나타내준다. 또 이 초에서 저 초로 빛이 전달된다.
우리는 그리스도에게서 빛을 받았다. 모두가 그리스도의 빛으로 무장되었다.
그리고 그 빛을 이웃들에게 전한다. 빛은 그렇게 전달되고 어둠에 잠겼던
우리 주변과 성당 안과 온 세상을 비춘다. 나의 작은 빛 하나가 넓은 곳을
밝힐 수는 없지만, 이 작은 빛이 여럿 모이면 더 넓은 곳을 밝힐 수 있다.
우리의 빛들이 그 자체로 생명의 힘을 갖는 것이고 어둠을 광명으로 바꾸게
된다. 그래서 신자들도 부활초를 따라 모두 함께 행렬을 하는 것이 더욱
좋은 것이다. 흔히 성당 마당이 아니라 신자들이 보이는 성당 문간에서
예식을 거행하고 신자들은 그냥 자리에 우두커니 서서 촛불을 댕기는 것을
경험한다. 그리스도의 빛을 받는다는 점에서는 별 차이가 없지만, 빛이신
그리스도를 몸소 뒤따르는 체험을 실현하는 상징적인 행렬을 하지
않음으로써, 그 깊은 의미를 더 깊이 있게 체험하지 못하는 경우가 많다.

- ③ 그리고 빛의 예식에서 절정에 해당되는 '부활 찬송'을 노래한다.
어둠의 신비와 빛의 능력에 대한 노래, 부활과 새 생명의 능력에
대한 노래, 이 구원의 신비를 아름다운 선율로 노래한다.

이렇게 부활 성야 예절에서 빛의 예식을 통해, 주님의 빛은 우리에게
다가왔다. 그리스도 부활의 새 생명이 우리에게 전해진 것이다.
예수께서 부활하신 날은 주간의 첫째 날이며, 하느님께서 빛을 창조하신
날이다. 빛의 예식을 통해 우리는 하느님께서 빛과 세상을 창조하신 것을
기억한다.



예수님의 **부활**은,
우리에게 새해 새 계절인 봄기운과 함께
새로운 창조의 시작이다.