마틴 로이드 존스 『산상설교』 하 (문창수·안광현 옮김, 베드로서원)

33장 금식

『산상설교』 하권 제33장, 인쇄 39~51쪽 · 설교 본문 마태복음 6:16~18

> ❓ 요즘 금식은 거의 안 하는데, 그리스도인에게 금식이 꼭 필요할까? 한다면 어떻게 해야 제대로 하는 걸까?

🧭 흐름 한눈에

로이드 존스는 금식을 구제·기도와 나란히 놓인 '은밀한 의'의 세 번째 사례로 소개하며 설교를 시작한다. 본문의 과시 문제로 바로 들어가지 않고, 복음주의자들의 삶에서 금식이 왜 사라졌는지를 먼저 묻는다. 이어 구약, 예수님, 사도들, 교회사의 증언으로 금식이 정당하다는 것을 보인다. 그다음 금식을 '영적 목적을 위해 정당한 것을 잠시 끊는 일'로 정의하고, 평소의 몸 훈련과 구별한다. 금식을 목적으로 삼는 것, 복을 뽑아내는 자동판매기처럼 쓰는 것, 몸에 나타나는 효과를 영적인 것으로 착각하는 것을 잘못된 길로 제시한다. 마지막으로 16~18절을 풀며 외식자의 과시와 그 반대편 극단을 함께 경계하고, “자연스러워라, 자기를 잊고 하나님만 바라보라”는 결론과 은밀히 보시는 아버지의 상으로 마무리한다.

📜 절별 정리

📜 1. 은밀한 의의 세 번째 사례 — 나 자신을 다루는 일

로이드 존스는 먼저 이 단락이 산상설교 전체에서 어디에 놓이는지를 짚는다. 앞부분에서 주님은 그리스도인의 생각과 삶의 일반적 태도를 그리셨다. 6장에서는 구체적인 행위로 들어가신다. 그 출발점은 6장 1절의 총론이다. 의(경건)를

금식이다. 로이드 존스는 이 셋을 타인에 대한 처신, 하나님께 대한 헌신, 자기 자신을 다루는 방법으로 정리한다. 기도(주기도)는 다음 두 장(34·35장)에서 자세히 다룰 예정이다. 그래서 이 장에서는 세 번째 영역인 금식을 먼저 다룬다. 그는 금식에 대한 주님의 말씀이 영적 생활의 훈련 전반에도 똑같이 적용된다고 강조한다.

1. 6장 1절이 구제·기도·금식 전체의 총론이다
2. 구제는 타인, 기도는 하나님, 금식은 나 자신과 관련된다
3. 금식의 원칙은 영적 훈련 전반에도 적용된다
4. 세 사례 모두 “사람에게 보이려고”가 문제다

> **마태복음 6:1**
> 세 사례 전체를 묶는 총론: 사람에게 보이려 의를 행하지 말라
>
> 사람에게 보이려고 그들 앞에서 너희 의를 행하지 않도록 주의하라 그리하지 아니하면 하늘에 계신 너희 아버지께 상을 받지 못하느니라

> **마태복음 6:2**
> 구제 때 나팔을 불지 말라: 첫째 사례
>
> 그러므로 구제할 때에 외식하는 자가 사람에게서 영광을 받으려고 회당과 거리에서 하는 것 같이 너희 앞에 나팔을 불지 말라 진실로 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

> **마태복음 6:5**
> 거리 어귀에서 기도하지 말라: 둘째 사례
>
> 또 너희는 기도할 때에 외식하는 자와 같이 하지 말라 그들은 사람에게 보이려고 회당과 큰 거리 어귀에 서서 기도하기를 좋아하느니라 내가 진실로 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

> **마태복음 6:16**
> 금식 때 슬픈 기색을 보이지 말라: 셋째 사례
>
> 금식할 때에 너희는 외식하는 자들과 같이 슬픈 기색을 보이지 말라 그들은

> 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

📜 2. 강조의 균형 — 금식은 왜 우리 삶에서 사라졌나

로이드 존스는 진리 자체는 하나이고 변하지 않는다고 말한다. 다만 진리에는 여러 면이 있고 인간은 죄 때문에 한쪽으로 치우친다. 그래서 시대마다 특정한 면을 강조해 균형을 잡아야 한다. 이 원칙은 성경 안에서도 보인다. 구약에서 제사장(행함 강조)과 선지자(신앙 강조)가 서로 싸웠다는 주장이 있다. 그러나 그는 둘 사이에 모순은 없었다고 본다. 한쪽이 지나치면 다른 쪽을 일깨워 바로잡았을 뿐이다. 신약의 야고보와 바울도 마찬가지다. 야고보는 “믿기만 하면 다른 건 상관없다”는 사람들에게 행함 없는 믿음은 죽은 것이라고 말했다. 바울은 행위를 자랑하는 사람들에게 믿음을 강조했다. 두 사람은 처한 상황에 따라 성령의 인도로 진리의 다른 면을 강조한 것이다. 이 원리로 보면 오늘날 복음주의자들에게서 금식이 거의 사라졌다는 것이 눈에 띈다. 그는 그 원인을 가톨릭(로마 가톨릭이든 영국 국교회 안의 가톨릭 계열이든)이 금식을 지나치게 강조한 데 대한 반작용으로 진단한다. 반작용은 늘 지나치기 쉬워서 아예 금식을 생각조차 하지 않게 되었다는 것이다. 그러면서도 그는 시대의 심각함을 느끼고 부흥과 각성을 구하는 사람들이 늘면서 금식이 다시 중요한 주제로 떠오르는 조짐이 있다고 본다.

1. 진리는 하나지만 시대마다 강조점이 달라야 한다
2. 제사장과 선지자, 야고보와 바울은 모순이 아니다
3. 금식의 실종은 가톨릭에 대한 과잉 반작용이다
4. 부흥을 구하는 흐름 속에서 금식이 다시 떠오른다

> **야고보서 2:17**
> 행함 없는 믿음은 죽었다: 믿음만 말하는 쪽을 바로잡는 강조
>
> 이와 같이 행함이 없는 믿음은 그 자체가 죽은 것이라

그는 금식이 어디서 왔는지를 성경에서 차례로 확인한다. 모세 율법은 이스라엘에게 일 년에 한 번 금식하라고 명했다. 나라에 위급한 일이 생기면 백성이 스스로 금식일을 더 정하기도 했다. 신약 시대 바리새인들은 명령받지도 않았는데 일주일에 두 번 금식했고, 그것을 종교의 핵심으로 삼았다. 성경을 넘어선 과잉이었다.
예수님은 금식을 직접 명령하지 않으셨지만 분명히 전제하셨다. 신랑을 빼앗길 날에는 금식할 것이라고 하셨고, 이 본문에서도 “금식할 때에”라고 말씀하신다. 친히 광야에서 사십 일을 금식하기도 하셨다. 안디옥 교회는 바울과 바나바를 첫 전도여행에 보내기 전에 금식하며 기도했다. 초대 교회는 중대한 결정 앞에서 늘 그렇게 한 것으로 보인다. 바울도 자신이 자주 금식했다고 말한다. 마가복음 9장 29절의 “금식”은 좋은 사본에 없다는 견해가 옳아 보이지만, 그는 이것이 사소한 문제라고 본다. 다른 구절들이 금식의 정당성을 충분히 보여주기 때문이다.
교회사에서도 종교개혁자들, 웨슬리 형제, 윗필드가 금식했다. 중국인 목사 시(Hsi)는 새로운 어려움이 닥칠 때마다 일정 기간 금식하며 기도했다.

1. 율법은 일 년 한 번, 바리새인은 주 두 번
2. 예수님은 금식을 전제하셨고 친히 금식하셨다
3. 초대 교회는 중대한 결정 앞에서 금식했다
4. 마가복음 9장 29절의 사본 문제는 결론을 바꾸지 않는다
5. 개혁자, 웨슬리, 윗필드, 시 목사도 금식했다

> **누가복음 18:12**
> 바리새인의 주 두 번 금식: 성경을 넘어선 과잉의 예
>
> 나는 이레에 두 번씩 금식하고 또 소득의 십일조를 드리나이다 하고

> **마태복음 9:14~15**
> 신랑을 빼앗길 날 금식하리라: 예수님이 금식을 전제하심
>
> 14 그 때에 요한의 제자들이 예수께 나아와 이르되 우리와 바리새인들은
> 금식하는데 어찌하여 당신의 제자들은 금식하지 아니하나이까 15 예수께서
> 그들에게 이르시되 혼인집 손님들이 신랑과 함께 있을 동안에 슬퍼할 수
> 있느냐 그러나 신랑을 빼앗길 날이 이르리니 그 때에는 금식할 것이니라

광야 사십 일 금식: 주님 자신의 실천

사십 일을 밤낮으로 금식하신 후에 주리신지라

사도행전 13:2~3

안디옥 교회가 금식·기도 후 바울과 바나바를 파송함

2 주를 섬겨 금식할 때에 성령이 이르시되 내가 불러 시키는 일을 위하여 바나바와 사울을 따로 세우라 하시니 3 이에 금식하며 기도하고 두 사람에게 안수하여 보내니라

고린도후서 11:27

바울이 자주 굶음: 사도의 삶 속 금식

또 수고하며 애쓰고 여러 번 자지 못하고 주리며 목마르고 여러 번 굶고 춥고 헐벗었노라

마가복음 9:29

"금식"은 사본상 빠지는 것이 옳아 보이나 결론에는 영향 없음

이르시되 기도 외에 다른 것으로는 이런 종류가 나갈 수 없느니라 하시니라

📜 4. 금식이란 무엇인가 — 평소의 훈련과 다르다

로이드 존스는 금식이 몸과 영의 관계에 대한 이해에 뿌리를 둔다고 말한다. 사람은 몸과 마음(지·정·의)과 영으로 되어 있고, 이 셋은 서로 긴밀하게 영향을 주고받는다. 그래서 성경적 금식은 영적 목적을 위해 음식을 끊는 것이다. 단순히 몸을 위해 굶는 것과는 구별된다. 그는 이 정의를 반대쪽에서도 확인한다. 어떤 글이 "내가 내 몸을 쳐 복종하게 함은"을 금식의 예로 들었는데, 그는 이를 반박한다. 그 구절은 금식이 아니라 신앙생활의 훈련을 말한다는 것이다. 훈련은 늘 해야 하는 영구적인 일이다. 금식은 특별한 때 특별한 목적으로 하는 예외적인 일이다. 그래서 "땅에 있는 지체를 죽이라"도 금식을 가리키지 않는다. 평소 음식을 절제하는 것은 유익한 몸

덧붙인다. 그 자체로 정당하고 합당한 것이라도 영적 목적 때문에 잠시 끊는 것이 모두 금식에 포함된다.

1. 사람은 몸·마음·영이 서로 맞물린 존재다
2. 금식은 영적 목적을 위해 음식을 끊는 일이다
3. 훈련은 늘 하는 것, 금식은 예외적인 것이다
4. 평소의 절제는 금식이 아니라 훈련이다
5. 정당한 것을 잠시 끊는 일이면 모두 금식이다

> **고린도전서 9:27**
>
> 몸을 쳐 복종시킴: 금식이 아니라 늘 해야 할 훈련의 근거
>
> 내가 내 몸을 쳐 복종하게 함은 내가 남에게 전파한 후에 자신이 도리어 버림을 당할까 두려워함이로다

> **골로새서 3:5**
>
> 땅의 지체를 죽이라: 역시 금식이 아닌 지속적 훈련
>
> 그러므로 땅에 있는 지체를 죽이라 곧 음란과 부정과 사욕과 악한 정욕과 탐심이니 탐심은 우상 숭배니라

📜 5. 잘못된 금식 — 목적 삼기, 자동판매기, 몸의 효과 혼동

그는 금식의 잘못된 접근을 네 가지로 든다. 첫째는 금식 자체를 목적으로 삼는 것이다. “그리스도인이니까 정해진 날에는 금식해야 한다”는 태도라면 차라리 하지 않는 편이 낫다고 그는 말한다. 금식이 끝나는 순간 그 의미도 사라지기 때문이다. 기도 시간을 정해 두는 것은 좋지만 시간표를 채우려고 기도하는 것은 잘못이다. 금식도 마찬가지로 규칙과 형식만 묻는 데에 교묘한 위험이 있다. 둘째는 금식을 일정 기간의 훈련 과정으로만 보는 것이다. 훈련은 늘 해야 하는 것이다. 금식은 기도와 묵상과 간절한 중보처럼 더 높은 영적 영역에 이르려고 하는 일이다. 셋째는 '자동판매기식' 금식이다. 동전을 넣으면 물건이 나오듯 금식하면 복이 나온다고

금식했더니 복을 받았다, 당신도 금식하라”는 간증을 가장 위험한 교리로 본다. 십일조를 했더니 사업이 번창했다는 가르침도 같은 부류로 묶는다. “내가 이것을 해서 저것을 얻었다”고 말하는 순간 복을 내가 조종한다는 뜻이 된다. 이는 하나님의 주권과 영광을 깎아내리는 일이다. 넷째는 몸에 나타나는 효과를 영적인 것으로 착각하는 것이다. 금식 사오일째부터 정신이 맑아진다는 기록이 많다. 그러나 비신자도 금식하면 똑같은 경험을 한다. 그러니 육체로 설명되는 현상을 영적인 체험으로 돌리면 안 된다.

1. 날짜와 규칙을 채우는 금식은 성경과 거리가 멀다
2. 금식은 평소 훈련의 한 과정이 아니다
3. 금식하면 복이 나온다는 생각은 위험하다
4. 십일조 번영론도 같은 오류다
5. 몸이 맑아지는 것을 영적 체험과 혼동하지 말라

> **마태복음 6:16**
> 금식의 문제는 행위 자체가 아니라 동기와 목적임
>
> 금식할 때에 너희는 외식하는 자들과 같이 슬픈 기색을 보이지 말라 그들은 금식하는 것을 사람에게 보이려고 얼굴을 흉하게 하느니라 내가 진실로 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

> **마태복음 6:18**
> 갚으시는 분은 아버지: 복은 내가 조종하는 결과가 아님
>
> 이는 금식하는 자로 사람에게 보이지 않고 오직 은밀한 중에 계신 네 아버지께 보이게 하려 함이라 은밀한 중에 보시는 네 아버지께서 갚으시리라

“금식의 가치는 직접적이 아니라 간접적인 것입니다.”

그렇다면 옳은 길은 무엇인가. 금식은 늘 목적을 위한 수단이다. 영적 이유로 어쩔 수 없이 이끌릴 때 하는 것이다. 금요일이나 사순절이라서 하는 것이 아니다. 강한 영적 목적에 사로잡혀 하나님께 온 존재를 집중해야 한다고 느낄 때, 그리고 성령의 인도를 받는다고 느낄 때가 금식할 때다. 이제 그는 16절로 들어간다. 외식하는 자들은 얼굴을 씻지 않고 머리에 기름도 바르지 않았다. 어떤 이들은 얼굴을 일부러 흉하게 하고 머리에 재를 뿌렸다. 사람들이 “저 사람은 금식 중이다, 참 영적인 사람이다”라고 말하게 하려는 것이었다. 주님은 이 뿌리와 가지를 모두 정죄하신다. 구제할 때 나팔을 불지 말고, 거리 어귀에서 기도하지 말라는 것과 같은 원칙이다. 그는 이것이 금식만의 문제가 아니라 그리스도인의 삶 전체에 걸친 원칙이라고 말한다. 경건한 모양을 꾸며내는 모든 것이 정죄된다. 찬송을 하나님께 드려야 할 때 남에게 보이려고 발돋움하고 얼굴을 치켜드는 것도 그 예다. 옷차림 문제에서는 그 자신도 망설인다고 고백한다. 세상과 다르게 입어 차이를 드러내려 한 초기 퀘이커교도의 마음을 이해하고 좋아한다고 말한다. 그러나 옷으로 사람을 완전히 알 수는 없다. 바리새인들도 경문 띠를 넓혔지만 그것이 의를 보장하지는 않았다. 그리스도인을 다르게 만드는 것은 겉모습이 아니라 그가 어떤 존재인가이다.

1. 금식은 수단이며 영적 이유로 이끌릴 때 한다
2. 성령의 인도와 하나님께 대한 집중이 기준이다
3. 외식자는 얼굴을 흉하게 하여 금식을 광고했다
4. 경건한 모양을 꾸미는 모든 행위가 정죄된다
5. 차이는 옷이 아니라 존재에서 드러난다

> **마태복음 6:16**
>
> 슬픈 기색으로 금식을 알리는 외식자를 정죄함
>
> 금식할 때에 너희는 외식하는 자들과 같이 슬픈 기색을 보이지 말라 그들은 금식하는 것을 사람에게 보이려고 얼굴을 흉하게 하느니라 내가 진실로 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

> **마태복음 6:2**
>
> 나팔 불기 금지: 같은 원칙의 구제 사례

그들은 자기 상을 이미 받았느니라

마태복음 6:5

거리 어귀 기도 금지: 같은 원칙의 기도 사례

또 너희는 기도할 때에 외식하는 자와 같이 하지 말라 그들은 사람에게 보이려고 회당과 큰 거리 어귀에 서서 기도하기를 좋아하느니라 내가 진실로 너희에게 이르노니 그들은 자기 상을 이미 받았느니라

마태복음 23:5

경문 띠를 넓힌 바리새인: 겉모습이 의를 보장하지 못함

그들의 모든 행위를 사람에게 보이고자 하나니 곧 그 경문 띠를 넓게 하며 옷술을 길게 하고

📜 7. 자연스러워라 — 자기를 잊고 하나님께

17절의 “머리에 기름을 바르고 얼굴을 씻으라”를 많은 사람이 오해한다. 금식을 숨기려고 일부러 반대 인상을 연출하라는 뜻으로 읽는 것이다. 로이드 존스는 얼굴을 씻고 기름 바르는 데에 특별한 의미가 없다고 말한다. 그것은 당시의 평범한 일상이었다. 주님의 뜻은 “금식할 때 자연스러워라”이다. 그는 반대편 극단도 경계한다. 그리스도인이 우중충하고 시대에 뒤떨어져 보일까 봐 일부러 명랑하고 세련된 인상을 주려 애쓰는 사람들이 있다. 그들도 일부러 우중충하게 다니는 사람들만큼 잘못되었다. 두 경우 모두 남의 눈을 의식하기 때문이다. 주님의 원칙은 남을 잊고, 내 얼굴과 내가 주는 인상을 잊고, 나 자신마저 잊고, 하나님을 기쁘시게 하는 데에만 관심을 두라는 것이다. 이 관심이 분명하면 먹고 마시고 옷 입는 문제도 어렵지 않다. 모든 것을 하나님의 영광을 위해 하게 되기 때문이다. 그런 사람의 상은 확실하다. 하나님은 상을 오래 미루실 수도 있다. 세상은 우리를 몰라도 하나님은 아신다. 그리고 그 큰 날에 온 세상 앞에서 상이 선언될 것이다. 설교는 이렇게 맺는다. 사람들이 너를 주목하지도, 사랑하지도, 칭찬하지도 않아도 주님은 너를 주목하시고 사랑하시고 칭찬하신다.

2. 일부러 밝아 보이려는 것도 같은 잘못이다
3. 남과 내 인상, 나 자신을 잊으라
4. 하나님을 기쁘시게 하면 나머지는 풀린다
5. 상은 늦어도 확실하며, 마지막 날 선언된다

마태복음 6:17

머리에 기름, 얼굴 씻기: 금식 중에도 자연스러운 일상

> 너는 금식할 때에 머리에 기름을 바르고 얼굴을 씻으라

마태복음 6:18

은밀히 보시는 아버지가 갚으심: 보상의 확실성

> 이는 금식하는 자로 사람에게 보이지 않고 오직 은밀한 중에 계신 네 아버지께 보이게 하려 함이라 은밀한 중에 보시는 네 아버지께서 갚으시리라

고린도전서 10:31

먹든 마시든 하나님의 영광을 위해: 자기를 잊은 사람의 기준

> 그런즉 너희가 먹든지 마시든지 무엇을 하든지 다 하나님의 영광을 위하여 하라

"너희는 금식할 때 자연스러워라."

"세상은 우리가 어떤 사람들인가를 모르더라도 하나님은 아십니다."

⚖️ 오해와 반론

금식
기도나 하나님을 찾는 일 같은 영적 목적을 위해, 그 자체로 정당한 음식이나 다른 것을 잠시 끊는 일이다.

외식
속마음과 달리 경건해 보이도록 겉모습을 꾸며 남의 인정을 얻으려는 위선이다.

은밀한 의
구제·기도·금식처럼 하나님 앞에서 하는 경건의 행위를 사람에게 보이지 않고 하나님께만 드리는 것이다.

은밀한 중에 보시는 아버지
사람이 보지 못하는 동기와 행위를 다 보시고 반드시 갚으시는 하나님이다.

사순절
부활절 전 약 40일 동안 절제와 금식을 지키는 교회력의 절기로, 로이드 존스는 날짜에 매인 금식의 예로 든다.

본문 비평(사본)
손으로 베낀 여러 성경 사본을 비교해 원래 본문을 찾는 연구로, 마가복음 9장 29절의 “금식”이 여기에 해당한다.

경문 띠
율법 구절을 넣어 이마나 팔에 매던 작은 상자와 띠로, 바리새인들은 이를 넓게 만들어 경건을 과시했다.

퀘이커교도
17세기 영국에서 시작된 그리스도인 집단으로, 초기에는 세상과 다른 소박한 옷차림으로 차이를 드러내려 했다.

- **점검 질문**

✅ 이 장의 결론

- 금식은 가톨릭 전유물이 아니다. 성경과 교회사가 인정하는, 영적 목적을 위해 정당한 것을 잠시 끊는 일이다.
- 금식은 늘 해야 하는 훈련과 다르다. 성령의 이끄심 속에서 특별한 때에 하는 수단이며, 목적이 되어서는 안 된다.
- 금식으로 복을 얻어내려는 자동판매기식 신앙은 하나님의 주권을 침해한다. 금식의 가치는 간접적이다.
- 외식자처럼 과시하는 것도, 반대로 인상을 연출하는 것도 잘못이다. 자기를 잊고 자연스럽게 하나님만 바라보아야 한다.
- 은밀한 중에 보시는 아버지께서 반드시 갚으신다. 사람의 칭찬이 없어도 그분의 주목과 사랑으로 충분하다.

빛다방 학습 노트 · 마틴 로이드 존스 『산상설교』(베드로서원, 문창수·안광현 옮김)의 논증 구조를 우리 말로 정리한 것입니다(번역서 원문 미전재). 성경 장절은 개역개정입니다.