



hananimuibetop.org

부록 5d: 안식일의 음식 — 실천적 지침

이 페이지는 네 번째 계명인 안식일 시리즈의 일부입니다:

1. [부록 5a: 안식일과 교회에 가는 날 — 서로 다른 두 가지](#)
2. [부록 5b: 현대에 안식일을 지키는 방법](#)
3. [부록 5c: 일상생활에 안식일 원칙 적용하기](#)
4. [부록 5d: 안식일의 음식 — 실천적 지침](#) (현재 페이지).
5. [부록 5e: 안식일의 교통수단](#)
6. [부록 5f: 안식일의 기술과 오락](#)
7. [부록 5g: 안식일과 일 — 현실적인 어려움 극복하기](#)

이전 글에서 우리는 안식일 준수를 위한 두 가지 습관—미리 준비하기와 어떤 일이 꼭 필요한지 묻는 멈춤—을 소개했고, 혼합된 가정에서 안식일을 지키는 법을 살펴보았습니다. 이제 이 원칙들이 가장 중요하게 적용되는 첫 번째 실제 영역으로 눈을 돌려봅니다. 바로 음식입니다.

신자들이 안식일을 지키기로 결심하자마자 식사에 대한 질문이 생깁니다. 요리를 해야 할까? 오븐이나 전자레인지 사용해도 될까? 외식이나 배달은 어떨까? 식사는 일상생활에서 너무나 습관적인 부분이기에 혼란이 쉽게 생깁니다. 이 글에서는 성경이 무엇을 말하는지, 고대 이스라엘 사람들이 이를 어떻게 이해했는지, 그리고 이러한 원칙들이 현대에 어떻게 적용되는지를 살펴봅니다.

안식일과 음식: 불을 넘어

랍비 전통의 ‘불’에 대한 초점

랍비 유대교의 모든 안식일 규정 중 출애굽기 35:3의 “불을 피우지 말라”는 금지는 핵심 규칙입니다. 많은 정통 유대교 학자들은 이 구절을 근거로 불을 켜거나 끄는 것, 열을 발생시키는 기기를 작동하는 것, 전기 스위치를 누르거나 엘리베이터 버튼을 누르거나 전화를 켜는 등의 행위를 금합니다. 이들은 이러한 활동들을 불을 피우는 행위의 변형으로 간주해 안식일에 금합니다. 이러한 규칙들은 처음에는

하나님을 존중하려는 열망처럼 보일 수 있지만, 이렇게 엄격한 해석은 사람들을 하나님의 날의 기쁨으로부터 해방시키기보다 인간이 만든 규칙에 묶어 버릴 수 있습니다. 실제로 이런 가르침들은 예수님께서 종교 지도자들을 책망하시며 강력히 비판하신 것들입니다. “율법 교사들이여, 너희에게 화가 있다! 너희가 견디기 어려운 짐을 사람들에게 지우고, 너희는 그 짐을 덜어 주려고 손가락 하나 까딱하지 않는다”(누가복음 11:46).

네 번째 계명: 불이 아닌 노동과 쉼

반대로 창세기 2장과 출애굽기 20장은 안식일을 노동을 그치는 날로 제시합니다. 창세기 2:2-3은 하나님께서 창조 활동을 멈추시고 일곱째 날을 거룩하게 하셨음을 보여줍니다. 출애굽기 20:8-11은 이스라엘에게 안식일을 기억하여 아무 일도 하지 말라고 명령합니다. 초점은 수단(불, 도구, 동물)이 아니라 ‘노동’ 그 자체에 있습니다. 고대 세계에서 불을 만드는 일은 상당한 노력이 필요했습니다. 나무를 모으고, 불꽃을 일으키고, 열을 유지해야 했습니다. 모세는 같은 요점을 설명하기 위해 다른 노동 집약적 작업을 언급할 수도 있었지만, 불이 아마도 일곱째 날에 일하고 싶은 강한 유혹이었기 때문에 이를 예로 들었을 것입니다(민수기 15:32-36). 그러나 계명은 불 자체의 사용을 금하는 것이 아니라 일상의 노동을 멈추는 것에 초점을 맞춥니다. 히브리어로 **שַׁבָּת** (shavat)은 “그치다”를 의미하며, 이 동사에서 **שַׁבָּת** (Shabbat)이라는 이름이 나왔습니다.

음식에 대한 상식적인 접근

이 관점에서 볼 때, 안식일은 오늘날 신자들에게 미리 음식을 준비하고 거룩한 시간 동안 힘든 활동을 최소화하라고 요구합니다. 정교한 요리나 처음부터 음식을 만드는 것, 다른 노동 집약적인 주방 활동은 안식일 전에 해두어야 합니다. 그러나 간단한 식사를 준비하거나 미리 조리된 음식을 데우는 등 최소한의 노력으로 사용하는 현대 기기—스토브, 오븐, 전자레인지, 믹서기—는 안식일의 정신과 일치합니다. 문제는 스위치를 켜거나 버튼을 누르는 행위 자체가 아니라, 주방을 사용하는 방식이 거룩한 안식일에 평일의 노동을 만들어 내는가 하는 점입니다. 안식일은 무엇보다 쉼을 위해 구별되어야 합니다.

안식일에 외식하기

현대 안식일 준수자들이 가장 흔히 저지르는 실수 중 하나는 안식일에 외식하는 것입니다. 겉보기에는 휴식처럼 느껴질 수 있습니다—어차피 요리를 하지 않으니까요—그러나 네 번째 계명은 다른 사람들에게 당신을 위해 일하게 하는 것을 명백히 금지합니다. “너나 네 아들이나 딸이나 너의 남종이나 여종이나 네 가축이나 네 성문 안에 머무는 이방인이라도 아무 일도 하지 말라”(출애굽기 20:10). 레스토랑에서 식사할 때, 당신은 직원들에게 요리, 서빙, 청소, 돈 다루기 등을 시키는 것이므로 그들이 안식일에 당신을 위해 일하게 하는 것입니다. 여행 중이거나 특별한 경우에도 이런 행위는 그 날의 목적을 약화시킵니다. 미리 식사를 계획하고 간단하고 바로 먹을 수 있는 음식을 준비하면 다른 사람들에게 노동을 시키지 않으면서도 잘 먹을 수 있습니다.

음식 배달 서비스 사용하기

같은 원칙이 **Uber Eats**, **DoorDash** 같은 음식 배달 서비스에도 적용됩니다. 특히 피곤하거나 여행 중일 때 이런 편리함이 유혹이 될 수 있지만, 주문을 한다는 것은 누군가가 물건을 사고, 음식을 준비하고, 운반하고, 문 앞까지 배달하게 하는 것을 의미합니다—이 모든 것이 거룩한 시간 동안 당신을 위해 수행되는 노동입니다. 이는 안식일의 정신과 “다른 사람들에게 일하게 하지 말라”는 명령에 정면으로 위배됩니다. 더 나은 접근법은 미리 계획하는 것입니다. 여행 시 음식을 챙기거나, 전날 식사를 준비하거나, 응급 상황을 위해 부패하지 않는 식품을 비축해 두십시오. 이렇게 함으로써 당신은 하나님의 계명을 존중할 뿐 아니라 그렇지 않으면 일하게 될 사람들의 존엄성도 존중하게 됩니다.