

**분노 자체가 악이나 죄는 아닙니다.** 분노는 기본적인 감정입니다. 하나님도 분노를 통해 사랑과 거룩함과 의로움을 드러내십니다(시 7:11; 롬 1:18). 그러나 성경은 ‘성내지 말 것’을 누차 강조합니다(잠 14:17, 16:32). 성내는 사람은 하나님의 의를 이루지 못하기 때문입니다(약 1:20; 민 27:12-14). 분노는 그 힘과 영향력이 매우 파괴적입니다(마 5:21-22; 요일 3:15).

**놀랍게도 분노의 동기는 ‘사랑’입니다.** 분노는 사랑하는 대상이 위협당한다고 느낄 때 나타나는 반응입니다. 그 대상을 지켜 내기 위해 격하게 반응하는 것입니다. 사람들은 자신의 이기심과 유한함, 왜곡된 사랑으로 인해 분노합니다. 제대로 평가받거나 인정받지 못하고, 무시당한다고 느낄 때, 반박당하거나 거절당할 때도 분노의 감정을 표출합니다. 그러나 하나님은 불의에 분노하시고, 당신이 사랑하시는 피조물들의 안전과 평강과 기쁨을 지키고자 분노하십니다.

**가인도 왜곡된 사랑과 자기애로 인해 분노했습니다(창 4:6).** 가인은 자신의 제사가 거부당한 것을 부당하다고 여겼습니다. 하나님이 자신을 불공평하게 대하신다고 느꼈습니다. 분노가 치밀어 오르자 가인은 동생 아벨을 ‘적’으로 간주하고, 끝내 살인을 저지르고 맙니다. 분노는 행동으로 이어지기 마련입니다. 죄의 소원이 최악의 행동으로 옮겨지는 것입니다. 그 때문에 하나님은 “죄를 다스릴지니라”(창 4:7)라고 말씀하십니다.

**가인은 아벨 때문에 자신이 손해 보고 있다고 생각했습니다.** 아벨이 축복받았으므로 자신은 축복받지 못했다고 생각한 것입니다. 그러나 오해입니다. 하나님은 특정한 ‘누군가’의 예물이 아닌 ‘합당한’ 예물을 받으십니다. 만일 가인이 자신을 돌아보았더라면 어땠을까요? 가인은 아벨과 함께 더 훌륭한 제사를 드릴 수도 있었을 것입니다.

나는 무엇을, 어떻게  
사랑하고 있습니까?

- ① 어떤 것을 빼앗기면 격분하게 됩니까?
- ② 나를 공격적으로 만드는 사람이나 상황은 무엇입니까?