

| 사진명상 |

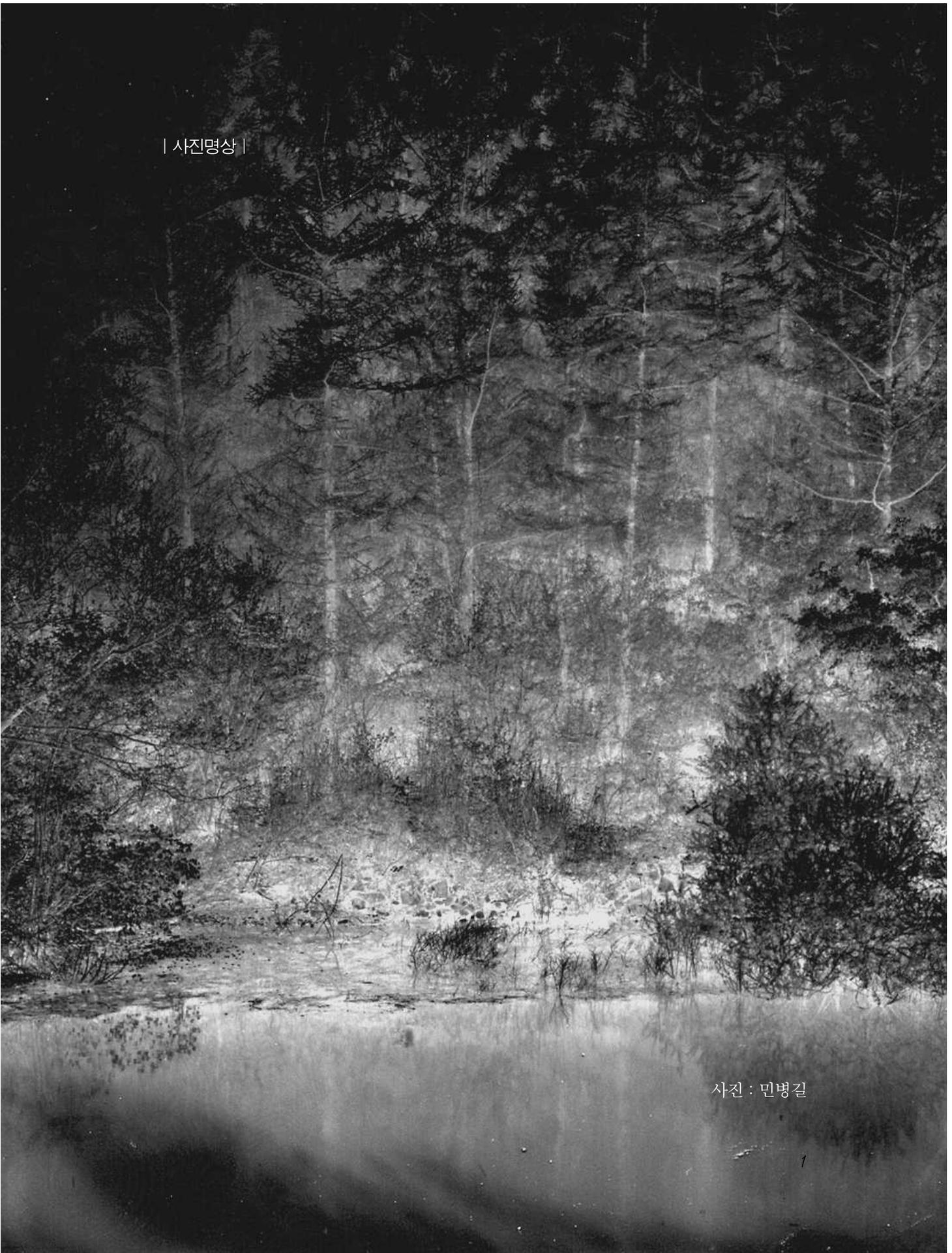


사진 : 민병길

# 보디사트바

Bodhisattva 2008 여름 통권  
제2호

## contents

- 03 여는 글 유월에게\_능행
- 04 경전 이야기 내 마음속에 숨겨진 지혜를 찾으려\_선범
- 08 의학상식 존엄사\_정환석
- 12 시마을 소리를 위한 변주\_연용흠
- 14 법문 불교 호스피스 교육과 제도 확립 방안\_능행
- 24 임상의 글 보배구슬이 되어 떠난 아미주\_혜신
- 27 대담 의식의 성장\_라제시 다사
- 32 심리요법 난 곳 없는 그 자리로 가는 길, 심리치료\_이승욱
- 35 편집부 특집 자유를 향해서\_라제시 다사
- 41 정토 이야기 정토의 하루\_수자타
- 44 정토 이야기
- 46 좋은 인연들의 이야기
- 50 정토마을 안내
- 51 후원가족을 모십니다
- 52 여름방학 집단상담 안내

보디사트바 : 2008년 여름, 통권 제2호, 2008년 6월 1일 발행 | 발행처 정토사관자재회 | 등록 울산 바01004(2008. 4. 11.) | 발행인 능행  
| 기획위원 변은숙 강옥희 황희순 | 편집위원 김경오 김성규 박정선 상진 장용렬 | 편집장 정건 | 주소 정토마을 충북 청원군 미원면  
대신리 산17 전화 (043)298-2258, 마하보디교육원 울산 울주군 상북면 양동리 138-1 전화 (052)264-1007 · 0117 팩스 (052)264-0209  
| 편집디자인 시시울 0502-784-7845 | 인쇄처 아띠울 | 비매품



# 유 월 에 게

유월, 부처님 전에 향 사르고 절 올립니다. 어둠이 내리는 정토마을 담장 아래 분홍색 장미 두 송이가 피어 서로 마주 보고 있는 모습이 사랑스럽습니다. 불두화 꽃잎이 하얗게 유월의 땅에 떨어져 누워 있습니다.

며칠 만에 언양에서 일을 보다가 정토에 들어오니 향긋한 바람과 우거진 숲, 그리고 울어대는 풍경소리가 더 청아하게 들립니다. 개울 건너 다랑는 수천 마리 개구리가 개굴개굴 인사하네요. 왠지 미안한 마음이 듭니다. 함께하는 시간이 작아서입니다.

후원가족 여러분 그동안 평안하셨나요? 부처님 오신 날 등불 밝혀려고 준비하던 때가 어제 같은데 어느덧 유월입니다. 언양과 정토에 여러분께서 밝혀주신 연등 예쁘게 걸어 두었습니다. 살기 어려운 생활 속에 항상 동행이 되어주시는 후원가족님들께 감사드립니다. 한등 한등 불 밝혀주신 여러분의 거룩한 마음이 세상의 어둠을 밝히는 빛이 되도록 노력하겠습니다.

연등으로 모아진 정성이 병원 건립 설계비 일부를 지불할 수 있게 하였습니다. 걸음걸음 신중히 그리고 온전하게 병원 건립을 위한 여정 계속 이어가겠습니다. 후원가족 여러분의 기도와 많은 지지 부탁드립니다.

온 세상은 마음이 창조하는 것이니 건강한 마음 안에 건강한 육신이 존재하는 것 같습니다. 마음의 정원 잘 가꾸시는 여정 되시며, 늘 평온하고 복된 삶 속에 부처님의 가피 함께하시기를 빕니다.

- 유월 초하루, 정토행자 능행 정례



## 내 마음속에 숨겨진 지혜를 찾으러

선법 | 26기 호스피스

계절 중의 여왕이라는 오월이 성큼 다가왔습니다. 밖으로 눈을 돌리면 하루 하루가 다르게 녹음이 짙어지고 거리마다 아카시아꽃 향이 진동을 하고 있습니다. 자연의 신비함을 다시 한 번 느끼게 해주는 시간들인 것 같습니다. 앙상한 가지에 어느새 물이 오르고 겨우내 준비했던 예쁜 싹들이 저마다의 특성을 안고 고개를 내밉니다. 그리고 부지런히 잎을 준비해서 자신들의 일 년 양식거리를 열심히 비축하고 있는 것을 볼 수 있습니다. 이것이 기적이고 이것이 부처님의 말씀이고 이것이 성인들의 고구 정녕한 말씀인 듯 싶습니다.

우리네 인생과도 다르지 않아서 싹이 병들거나 벌레가 생기면 낙엽 질 때까지 그 잎은 건강한 잎으로 회복되기 쉽지 않습니다. 우리의 청소년들이 건강한 신체와 정신을 가질 때 자신의 인생을 준비하고 계획하는데 지장이 없는 것처럼 자연에서 인생을, 성주괴공을 느낄 수 있는 때이기도 한 듯 싶습니다. 이들을 보면 환호성이 터져 나옵니다. 이것이 인생인 것을 이제야 실감합니다.

다음은 이렇듯 자연이 스스로를 살찌우는 것처럼 우리네 삶에서도 자신을 돌아보고 희망을 가질 수 있는 이야기를 소개하고자 합니다.

아주 먼 옛날, 사람들은 저마다 지혜주머니를 하나씩 가지고 있었습니다. 어려운 일이 생길 적마다 사람들은 지혜주머니에서 지혜를 꺼내 모든 일을 해결할 수 있었습니다. 그런데 세월이 흐르면서 사람들은 지혜주머니를 나쁜 곳에 쓰기 시작했습니다. 어떤 사람들은 남을 속이는 데 사용하기도 했고 도둑질하는 데 쓰기도 했습니다. 이런 사실들을 보면서 신들은 매우 화가 났습니다.



“도저히 용서할 수 없다!”

특히 신들 중에서 가장 높은 범천왕은 너무 화가 나 견딜 수가 없었습니다. 범천왕은 마침내 사람들이 가진 지혜주머니를 모두 빼앗기로 결정했습니다.

얼마 후, 범천왕은 모든 신들을 한자리에 모아놓고 회의를 열었습니다. 먼저 범천왕이 나서서 말했습니다.

“사람들이 저마다 하나씩 가지고 있는 지혜주머니를 이제 모두 빼앗기로 마음먹었소. 그런데 문제가 있소. 그 지혜주머니를 어디다 숨겨두느냐 하는 것이요. 좋은 의견이 있으면 말해 보시오.”

이에 한 신이 말했습니다.

“지구 아래의 깊은 땅속에 숨겨놓으면 어떻겠습니까?”

범천왕은 고개를 설레설레 저었습니다.

“그건 안 됩니다. 사람들은 매우 악아서 언젠가는 깊은 땅속까지 파고 들어가 분명히 지혜주머니를 찾아내고 말 거요.”

이번에는 다른 신이 말했습니다.

“저 바다 밑 깊은 곳에 숨겨두면 어떻겠습니까?”

범천왕은 이번에도 고개를 저었습니다.

“그것도 안 됩니다. 사람들은 영리해서 아무리 깊고 깊은 바다 밑이라 해도 결국 그 밑까지 들어가는 방법을 알아낼 것이요. 그래서 바다 밑을 샅샅이 뒤져 마침내 지혜주머니를 찾아내고야 말 것이요.”

그러자 또 다른 신이 나서서 말했습니다.

“짐승도 올라갈 수 없는 히말라야 산의 벼랑 꼭대기에 숨기면 아무 걱정이 없을 것입니다.”

하지만 이번에도 범천왕은 고개를 휘휘 저었습니다.

“그것도 좋은 생각은 아닙니다. 호기심 많은 사람들이 지구의 높은 산이란 산은 무슨 수를 써서라도 다 기어 올라갈 것이요. 그래서 결국 히말라야 산 벼랑 꼭대기까지 올라가 지혜주머니를 찾아내고 말 것이요.”

“그럼 어떻게 하지? 정말 좋은 방법이 없나?”

“글쎄 말이야, 도저히 숨길 곳이 없으니 큰일이군.”

회의에 참석한 여러 신들은 근심스런 표정을 지으며 저마다 한마디씩 했습니다. 범천왕도 끔찍거리며 고민했습니다. 그때 깊은 생각에 잠겼던 범천왕이 갑자기 무릎을 탁 치더니 목청을 가다듬고 입을 열었습니다.

“좋은 방법이 생각났소! 지혜주머니를 사람들의 마음속 깊은 곳에 숨겨놓읍시다. 사람들은 흔히 밖에 있는 것은 잘 찾지만 자기 마음 깊숙한 곳에 숨어 있는 것은 잘 찾지 못하오. 내 생각이 어떻소?”

“그거 참 좋은 생각입니다!”

“그렇습니다! 아주 기발한 생각입니다!”

여러 신들은 모두 범천왕의 말에 찬성했습니다.

이렇게 하여 범천왕은 사람들에게서 지혜주머니를 모두 빼앗아 그 사람들의 마음속 깊숙한 곳에 숨겨놓게 되었습니다. 그 후 사람들은 신들에게 빼앗긴 지혜주머니를 찾기 위해 이곳저곳을 헤매고 다니기 시작했습니다. 산으로 바다로 땅속으로, 온갖 곳을 다 돌아다녔습니다. 하지만 지혜주머니는 어디에도 없었습니다.

아직도 사람들은 지혜주머니를 찾기 위해 이곳저곳을 헤매 다니고 있습니다. 저마다 자기 마음속 깊은 곳에 숨겨져 있는 줄도 모르고 말입니다.

위의 이야기는 범정스님께서 어린이들을 위해 쓰신 『참 맑은 이야기』라는 동화 가운데 나오는 이야기입니다. 그렇습니다. 우리는 제각기 소중한 불성을 마음속에 가지고 있는 귀중한 존재들입니다. 하지만 대부분의 사람들이 자신의 내부에 귀 기울이는 일에 서툴기만 합니다. 행복도 불행도 자신의 마음가짐에 따라 좌우될 수 있고 자신의 인생을 주인이 되어 만들어갈 힘도 자신의 내부에 각자가 갖추고 있지만 우리는 밖으로 밖으로만 행복을 찾아 시선을 돌립니다. 아파트 몇 채, 외제 승용차, 명품으로 치장한 옷차림 등이 행복의 기준이 되고, 날씬한 몸매와 예쁜 얼굴로 상대방을 평가하는 시절이 되었습니다.



그런가 하면 이제 겨우 대여섯 살 된 아이들, 우리 문화를 익히고 친구들과 열심히 놀면서 단체생활을 익히고 친구 사이의 규율 등 협동심을 배워야 할 귀중한 시기에 영어단어를 외우게 하고, 이 학원 저 학원을 전전하게 하는 극성엄마들 때문에 아이들은 벌써 인생의 고통을 경험하고 있습니다. 이 아이들이 초등학교도 들어가기 전에 공부에 지치고 염증을 느낀다면 훌륭하게 키우고 싶었던 부모들의 기대와는 멀어지게 되는 것입니다.

마음껏 뛰어놀면서 창의력을 키우고 독립심과 협동심 등 놀이에서 많은 것을 배워야 할 아이들을 망치는 것은 부모들 자신인 것은 모르고 아이들만 탓하는 요즘 세대에 안타까움을 금할 수 없습니다. 들에 핀 꽃들이나 나무들처럼 우리의 아이들도 자신의 몫을 충분히 하는 한 사람이 될 수 있도록 유년 시절을 보낼 수 있었으면 하는 바람입니다. 그러기 위해 올봄에는 범천왕이 각자의 마음속에 감춰놓은 지혜를 찾아 자신의 마음속 지도를 갖고 길을 떠나는 여행자가 되어보는 것도 멋진 일이 될 것이라 생각합니다. 모두 행복하시길 바랍니다. 卍



## 존엄사

정 환 석 | 가정의학과 전문의

1997년 서울 보라매병원 응급실로 한 환자가 도착하였다. 뇌출혈이 발견되어 응급수술을 시행 받았으나, 수술 후에도 회복되지 않고, 오히려 여러 합병증이 발생하여 회복의 가능성이 매우 낮았다. 그럼에도 의료진들은 환자의 아내에게 환자가 중환자실에서 계속 치료를 받기를 권하였다.

그런데 환자의 부인은 경제적인 이유로 퇴원을 요구하였고, 담당 전공의는 환자의 상황을 설명하며 퇴원을 만류하였다. 그러나 부인은 막무가내로 퇴원을 요구하였고, 더 이상 상호 합의하에서는 치료가 불가능하다고 판단한 의료진은 현재 환자의 상황 즉 퇴원 시 사망의 가능성을 환자 보호자에게 주지시킨 다음 귀가 서약서에 서명을 받은 뒤 환자를 퇴원시켰다. 환자는 퇴원 후 곧 사망하게 되었다. 그런데 며칠이 지난 후 환자의 형제들이 담당 전문의·전공의 그리고 부인을 상대로 법원에 소송을 제기하였고, 이에 법원은 이들 모두에게 실형을 선고하였다.

당시 보라매병원 사건은 의사 사회뿐만 아니라 사회전반에 많은 파문을 안겨주었다. 의사들은 말기 환자에게 어느 정도까지 책임을 져야 하느냐의 혼란에 빠졌으며, 의료현장에서는 법적 소송을 우려한 나머지 말기질환 환자라 할지라도 치료에 있어 보다 적극적인 처치를 하는 쪽으로 치료의 방향이 바뀌었다. 사회 전반적으로도 말기질환 환자에게 환자의 삶과 죽음의 질을 고려한 안락사 또는 존엄사에 대한 논쟁을 불러일으키게 되었다.

안락사는 국내에서는 크게 세 가지 형태로 나눌 수 있다.

(1) 적극적 안락사 : 연명할 수 있지만 인위적인 방법을 통해 죽음에 이르게 하는 것으로 약물 투여나 치명적인 주사약을 주사하는 것과 같이 적극적인 행위가 이루어진다.

(2) 소극적 안락사 : 소생 가능성이 적은 환자를 방치해 사망하게 하는 것으로 생명체가 어떤 원인으로 죽음의 과정에 들어선 것이 확실할 때 시행자가 그 진행을 일시적이거나 저지하거나 지연시킬 수 있는데도 불구하고 이를 방관한다.

(3) 존엄사 : 식물인간 상태와 같이 환자에게 의식이 없고 그의 생명이 단지 인공심폐기에 의하여 연장되고 있는 경우에 품위 있는 죽음을 위하여 생명연장 조치를 중단하는 것으로 정의하고 있다.

그런데 이를 바라보는 입장도 의료계와 법조계 간의 차이가 있어, 의료계에서는 '무의미한 연명 치료 중단'을 제도화해 존엄사를 포함한 소극적 안락사를 허용해야 한다는 입장인 반면, 법조계에서는 필요성만을 앞세운 즉흥 여론에 불과하기 때문에 안락사 허용은 정당화될 수 없다는 입장을 고수하고 있다.

외국에서는 이미 오래 전부터 안락사나 존엄사에 관한 논란이 있어왔다. 특히 미국에서는 1960~1970년대에 걸쳐 인권운동이 퍼짐에 따라, '존엄사'와 '죽을 권리'에 대한 미국인의 관심이 높아지기 시작했다. 그 계기가 된 사건이 유명한 '카렌 재판'이다. 1975년 4월 식물인간인 20대 여성 카렌의 부모는 딸의 인공호흡기 제거를 요구하는 소송을 제기했으며, 드디어 1978년 3월 뉴저지주 최고 재판부는 부모의 요구를 승인하게 되었다. 그 여파로 미국에서는 '존엄사 운동'이 전국적으로 확장되었다. 또, 미국 내 50개 주에서는 생전유언에 따라 치료를 받지 않을 수 있게 하는 법률이 제정되어 의미 없는 연명치료의 중단이 법적으로 허용되고 있다.



미국뿐만 아니라 유럽과 일본에서도 소극적 존엄사에 대하여 인정을 하고 있는 상황이다. 기독교계에서도 가장 보수적이라 할 수 있는 가톨릭 로마 교황청은 이미 1980년 5월 5일 '안락사에 관한 선언문'을 발표하고, 치료 불가능한 환자의 치료중단을 인정했다. 이 선언문의 존엄사에 관한 해설은 '모든 치료에도 불구하고 불가피한 죽음이 임박했을 때는…… 무익하고 부담스러운 연명만을 위한 치료를 양심에 의해서 거부하는 결정이 허용된다. 이러한 경우 의사들은 환자를 돕지 못한다고 뉘우칠 이유가 없다.'고 정리했다.

일본도 마찬가지로 소극적 존엄사에 대해서 인정하는 분위기다. 1976년 '일본안락사협회'가 발족되어 연명치료의 중단을 위한 운동을 추진하다가 1983년 '일본존엄사협회'로 개칭하였고, 일본의사협회에서도 1992년 존엄사를 인정하게 되었다. 2007년 6월 7일에는 존엄사를 인정하고자 하는 일본의 초당파 국회의원들 모임인 '존엄사 법제화를 위한 의원연맹'에서 '존엄사 법안요안'을 공표하기에 이르렀다.

우리나라는 '보라매병원 사건' 판결 이후 의료계에서 이에 강력히 반발하여 소극적 안락사를 인정하는 내용을 포함하는 '의사윤리지침'을 2001년 11월 제정·공포하였다. 그러나 윤리지침은 법적 지위를 가지고 있지 못하며, 또한 그 내용에 있어서 명확한 기준이 설정되어 있지 않고, 법률체계로 발전하지도 못한 실정이다.

말기환자는 때때로 자신이나 가족의 의사와는 전혀 무관하게 타의에 의해 생을 마치는 마지막 순간까지 육체적·정신적 고통에 시달리며 ‘안락하지 않게’ 연명하도록 강요받고 있다. 뿐만 아니라 환자의 가족도 환자를 지켜보며 그의 고통에 버금가는 정신적·경제적 부담을 지게 되며, 의사는 의료자원을 낭비해 가면서 방어진료에 나서도록 강요받고 있는 것이 현실이다.

이러한 불필요한 환자의 고통을 줄여보고자 완화의학이 출발하였다. 완화의학은 삶이 제한된 질환을 가진 환자에서 삶의 질을 최대한 높이는 데 목적을 두고 연구하며 치료하는 의학의 한 전문분야이다. 그러나 호스피스나 완화의학의 정착을 위해서는 우선 제도적이나 법적으로 존엄사에 대한 사회적 합의가 이루어져야 한다. 다행스럽게도 최근 다시 존엄사에 대한 법률제정에 관한 논의가 다시 이루어진다고 하니, 말기 질환자에게 불필요한 고통을 줄이고, 삶을 되돌아볼 수 있게 존엄하게 죽을 수 있는 법률 제정을 기대해 본다. 卍

---

#### 정환석

- 경상대학교 의과대학 졸업
- 연세대학교 보건대학원 환경보건학 석사
- 창원시립치매요양병원 가정의학과 과장
- 현 엠마우스요양병원 가정의학과 과장
- 가정의학과 전문의



## 소리를 위한 변주<sup>變奏</sup>

연용흠

종<sup>鍾</sup>을 들여다보면

용<sup>龍</sup>뉴가 거센 발톱으로 소리를 짝, 움켜쥐고 있다

천<sup>天</sup>관 견대 상대를 거쳐 유<sup>有</sup>곽에 말랑한 젓꼭지 달고

가<sup>加</sup>여운 중<sup>中</sup>생 위해 속을 다 비웠으니

제 몸 바<sup>巴</sup>순 사랑만 건<sup>健</sup>넬 수 있다

종<sup>鍾</sup>이 울<sup>哭</sup>린다

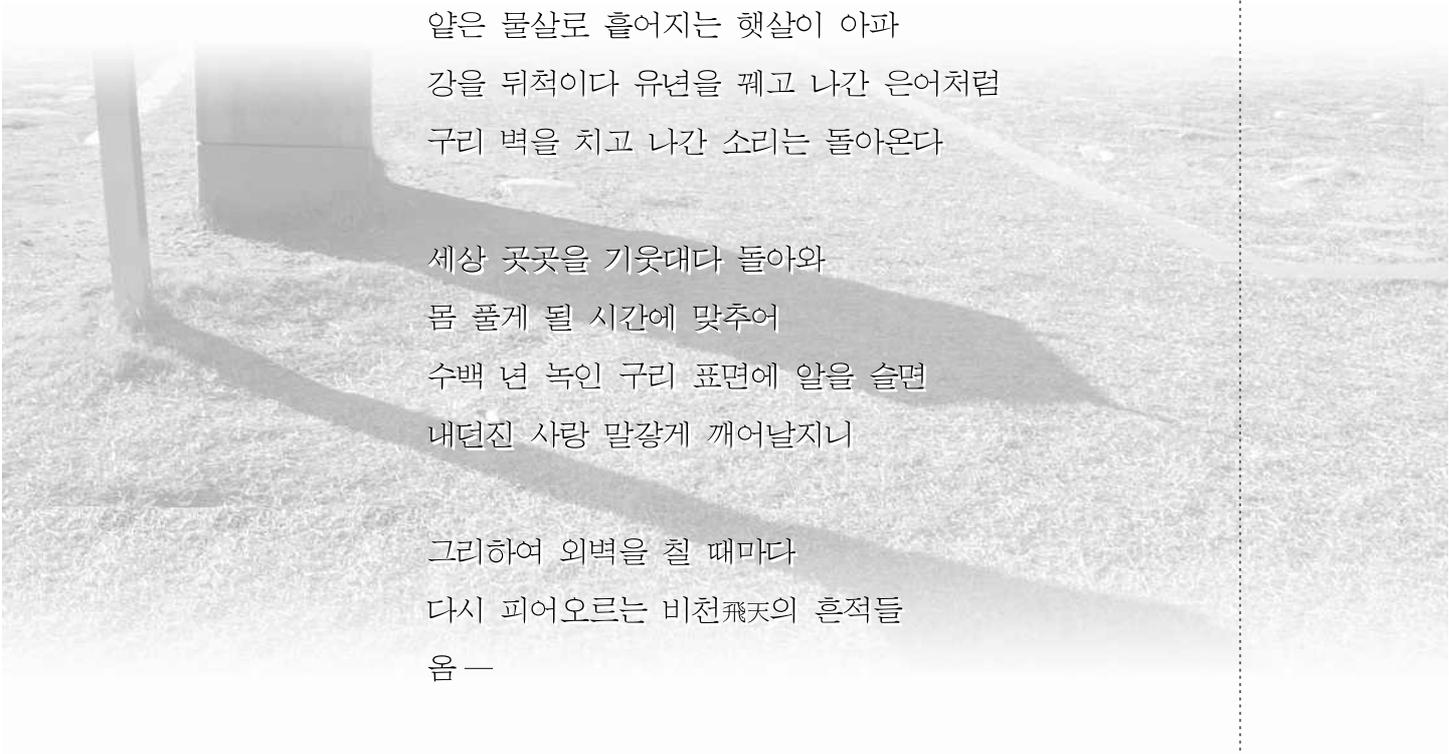
산<sup>山</sup>수유 꽃진 자리 익은 열매 떨어지고

청<sup>淸</sup>솔가지 흔들리는 소리의 여<sup>女</sup>운을 들어보라



연용흠

- 대전 출생
- 1983년 <중앙일보> 신춘문에 소설 등단
- 소설집 『그리하여 추장은 죽었다』



얇은 물살로 흩어지는 햇살이 아파  
강을 뒤척이다 유년을 꺾고 나간 은어처럼  
구리 벽을 치고 나간 소리는 돌아온다

세상 곳곳을 기웃대다 돌아와  
몸 풀게 될 시간에 맞추어  
수백 년 녹인 구리 표면에 알을 슬면  
내던진 사랑 말갱게 깨어날지니

그리하여 외벽을 칠 때마다  
다시 피어오르는 비천飛天의 흔적들  
음—



## 불교 호스피스 교육과 제도 확립 방안



능행 | 마하보디교육원장

2,000여 년의 역사를 가진 한국 불교는 그동안 중생구제의 방편으로, 여러 형태의 전인적인 돌봄을 펴왔다. 그 돌봄의 기본정신은 붓다의 자비정신을 바탕으로 하고 있다. 그 중에서도 임상포교의 꽃이라고 할 수 있는 호스피스는 각 임상에서 총체적으로 적용되며, 그 역할 또한 절대적이라고 할 수 있을 만큼 중요하다.

인간의 삶에서 가장 큰 위기감을 느끼고 고통을 경험하는 시기는 질병과 죽음의 여정을 겪을 때라고 생각된다. 질병으로 인한 영육의 고통과 생사의 문제가 사실적으로 경험되어지는 임상의 현장에서 호스피스는 전인적이고 총체적인 돌봄의 전문성을 띠는 한 분야다. 그런 의미에서 현실적으로 불교 호스피스 교육과 제도의 확립은 매우 시급한 과제다. 이러한 과제가 해결될 때 비로소 호스피스 현장에서 일어나는 개종문제와 교육 그리고 호스피스와 관련된 종교인의 역

할과 자원봉사자의 활성화와 같은 문제도 자연스럽게 해결될 것이라 여겨진다.

## 불교 호스피스의 정의

붓다께서는 생사의 문제, 더 정확히 말하면 '죽음의 문제'를 해결하고자 출가를 하셨다. 이러한 사실은 죽음이라는 문제가 얼마나 중대한지를 말해주는 것이다. 죽음의 문제는 시대를 초월해서 누구나 겪어야 하는 과정이며, 그렇기 때문에 죽음을 눈앞에 둔 사람들은 위대한 가르침을 주는 스승이기도 하다.

삶이 더욱 분명하게 보이는 것은 죽음으로 내몰리는 바로 그 순간이지만 우리는 죽음을 직접적으로 경험할 수 없다. 따라서 죽음을 향해 가는 사람들이 들려주는 이야기와 모습을 통해 삶의 진실을 통찰할 수밖에 없다. 이때 우리가 통찰해야 할 진실은 '태어난 자는 누구나 죽는다'는 사실이다.

불교에는 다양한 수행법이 있다. 그 중에서 불교 호스피스는 자신의 삶과 죽음을 잘 돌보고 준비하며, 타인의 고된 삶과 죽음의 여정을 함께 손잡고 걸어가는 수행이다. 이를 통해 붓다의 근본 가르침인 사성제와 삼법인 그리고 팔정도를 통해 자신을 성장시키며 인과법의 지중함을 알아간다. 또한 대승불교의 꽃이라고 할 수 있는 '보살의 삶'에 부합되기도 한다. 그러므로 호스피스 활동을 통한 수행법은 현대를 살아가는 우리들에게 삶의 본질을 입체적으로 바라볼 수 있게 하며 깨닫게 하는 수행으로서 충분한 가치를 가지고 있다.

## 호스피스의 정의와 이론적 고찰

본래 '호스피스(Hospice)'라는 단어는 라틴어인 Hospitum(손님 접대, 손님을 맞이하는 장소라는 뜻)에 어원을 두고, 손님에게 편안한 장소와 공간을 제공하면서 그들을 돌보며 환대한다는 뜻을 가지고 있다.

또한 영어의 'Hospital'이 'Hospitel'이나 'Hotel'과 마찬가지로 프랑스어의 옛말인 'Hospitium'에서 유래된 것으로 보아, 주인과 손님이 서로 돌보고 손님에게

편안한 장소나 공간을 제공하는 의미로 해석하기도 한다.

중세 유럽 사회의 종교적 배경 속에서 태동한 호스피스(Hospice)는 ‘모든 사람에게 사랑을 베풀고 실천한다.’는 종교적 이념에서 출발하였다. 그러나 오늘날 호스피스는 죽음을 앞둔 말기환자와 그 가족을 사랑으로 돌보는 행위로서, 말기환자에 대한 진료 즉, 하나의 독립된 의료분야 형태로 인식되고 있다. 호스피스는 말기환자를 위한 시간과 공간을 제공하는 것으로, 기존 의료체계가 지닌 단점을 보완한 보다 나은 대안이다. 또한 독립된 전문기관에서 의료진과 종교인, 자원봉사자가 중심이 된 종합의료팀(Interdisciplinary Medical Team)이 말기환자 및 그 가족을 위해 지속적이고 전인적인 돌봄을 제공하는 의료 프로그램이기도 하다.

즉, 호스피스는 첫째, 말기환자 및 그 가족에 대한 전인적 간호, 둘째, 인위적으로 수명을 연장시키거나 단축시킴 없이 자연스런 임종의 환경을 제공하는 것, 셋째, 육체·정서·심리·사회적 물질·종교 등에서 비롯되는 고통에 대한 치유와 돌봄을 일반적으로 임상(Clinical)에서는 ‘영적(pastoral care) 돌봄’이라고 하는데 이러한 총체적 돌봄을 통하여 환자로 하여금 자신의 죽음을 인간답게 수용할 수 있도록 하는 것, 넷째, 한계수명을 가진 환자에 대해 병원진료와 가정간호를 병행하는 것이라 정의할 수 있다.

## 한국 호스피스 현황

### ■ 타종교와 불교와의 시설 비교

우리나라는 매년 평균 5만1천여 명이 넘는 사람들이 말기암으로 고통 받다 생명을 잃고 있다. 하지만 호스피스 시설과 인력은 턱없이 부족한 실정이며, 그나마 타종교에서 만든 시설이 대부분을 차지하고 있다.

현재 운영 중인 호스피스 기관은 병동형·산재형·독립형·가정 호스피스로 구분할 수 있으며, 약 67개 정도의 시설이 있다. 그리고 전국의 병상 수는 150병상을 조금 넘는 수준이며, 그 중 대학병원의 산재형 호스피스가 많은 부분을 차지하고 있다. 독립형 시설에는 기독교 계통 2개소, 천주교 계통 2개소, 불교

계통 1개소이다. 그리고 보건복지가족부가 선정한 '2008년도 말기암환자 호스피스 지원기관' 30개소를 분석해 보면, 천주교 계통 12개소, 기독교 계통 6개소, 일반 6개소, 비종교 대학병원이 6개소이다. 그러나 유감스럽게도 불교계 관련 기관은 한 곳도 없다.

#### ■ 자원봉사자 인적자원 개발 및 관리

자원봉사자들이 호스피스교육을 받은 후 지속적인 봉사활동을 할 수 있기 위해서는 이를 뒷받침하는 지속적인 실천의 장이 마련되어야 한다. 그리고 이들을 효과적으로 관리하기 위해서는 꾸준한 관심과 지지가 바탕이 되어야 한다. 또한 관리능력이 있는 인재를 등용하고 체제를 정비하며 제도를 구축할 수 있도록 중단이 나서서 물적으로나 인적으로나 적극 지원을 해야 한다. 봉사자의 활동사항에 비례해서 포상 제도를 마련하는 것도 한 방법이다.

또한 임상포교는 다른 부분보다 세분화되어 있는데, 자원봉사 부분 역시 그렇다. 이·미용 호스피스, 안내, 비품정리, 도서, 가족면담, 환자상담 등 분야가 다양하므로 분야별로 세분화하여 관리하고 차별화하여야 한다. 그러므로 관리자 또한 분야별 전문성이 요구된다.

#### ■ 시설 운영에 따른 문제

우리나라의 불교계에서 운영하는 호스피스 시설은 숫자가 너무나 부족하고 시설 또한 미흡하다. 그 실정을 보면 정토마을 호스피스요양센터 1개소와 익산 원불교 호스피스센터 1개소가 있으며, 경주동국대학병원은 아미타호스피스회원들이 산재형 호스피스를 실천하고 있는 정도이다.

운영면에서 보면 원불교 호스피스는 원불교재단에서 운영과 지원을 하고, 원



광대학 의료진이 지원을 하기 때문에 원만하다. 그러나 조계종단내에는 아직 이렇다 할 만한 시설이 없으며, 현재 언양에서 관자재병원 건립을 위한 준비를 하고 있을 뿐이다.

인적 운영에 따른 문제를 보면 전문적인 의료진의 확보 및 역할의 전문화가 요구되며, 승가의 고령화로 인한 승려들의 적극적인 참여의 필요성이 높아지고 있다. 이러한 문제를 해결하기 위해서 자원봉사자의 인적 네트워크의 확보 및 체계적인 참여를 유도할 필요가 있다.

제도 운영에 따른 문제를 해결하기 위해서는 승려병동에서 한 철 봉사하면 한 철 정진한 것으로 인정하여, 종단에서 승가고시 응시자에 준하는 인증을 반드시 해주어야 한다. 이러한 제도는 시대의 변화에 부응하는 승가의 필연적 변화이며, 이에 참여하는 승려는 의미를 가지고 수행하는 태도로서 적극적으로 자신이 맡은 소임에 최선을 다해야 한다.

#### ■ 임상실습에 관한 문제

임상(Clinical)이란 병상을 중심으로 지지하는 다양한 돌봄을 말한다. 그러므로 지속적인 임상현장에서의 경험과 반복적인 실습 그리고 교육이 뒷받침될 때 환자와 그 가족들에 대한 총체적인 돌봄을 올바르게 할 수 있다. 그렇기 때문에 임상실습기관은 절대적으로 필요하지만 현실은 그렇지 못하다. 현재 불교계에서 운영하는 임상실습기관은 정토마을 호스피스 14병상이 유일하므로 매우 열악한 실정이다.

또한 호스피스는 종교적 배경을 무시할 수 없기 때문에 이러한 부분의 성장을 위한 실습 공간 또한 불교병원에서 이루어져야 한다. 따라서 임상실습을 위한 교육기관 확충이 우선적으로 필요하며, 지금은 마하보디교육관에서 이루어지고 있다.

실습공간의 부재는 임상에서의 총체적 돌봄의 기술 중 하나인 적절한 기도와 임종의식이 제대로 이루어질 수 없게 한다. 현재 설계 중에 있는 관자재병원이 건립되면 이러한 문제를 조금은 해결할 수 있을 것으로 기대된다.

## 종단의 역할과 제도화 방안

### ■ 불교 호스피스 활동 방안

올바른 불교 호스피스 활동의 방안을 마련하기 위해서는 먼저 현재 호스피스 활동의 실태를 살펴볼 필요가 있다.

임종을 앞둔 불자들이 타종교 호스피스 봉사자들로 인해 개종을 하고 그 가족들까지도 개종하는 사례가 늘어나고 있다. 이러한 현상은 불교계 봉사자들의 방문도 있지만, 기독교 봉사자들과 같이 지속적이지 못한 점에서 원인을 찾을 수 있다. 한편 현재 타종교의 현실과 비교하여 호스피스 실태를 파악해보면 다음과 같다.

타종교에서 운영하는 병원의 규모와 인원 면에서 보면 700~800개 병상 이상의 병원과 사목실, 원목실이 있으며 각기 4명 이상의 인원이 배치되어 있다. 그리고 자원봉사의 인적 관리 및 환자와 가족까지 종합적이고 체계적인 관리시스템을 갖추고 있다. 그러나 불교계의 현실을 보면 병원 법당에서 스님 1명이 모든 역할을 담당하고 있어 그 차이와 한계를 분명히 알 수 있다. 그나마 불교병원인 포항 동대병원 일산 동대병원 경주 동대병원에는 호스피스병동이 없는 실정이다. 보건복지부 산하에 있는 소록도에는 불교계의 모습은 찾을 수가 없다. 이러한 현실을 감안하여 불교 호스피스 활동 방안을 모색해 보면 다음과 같은 것들이 요구된다.

- 임상의 현장은 포교, 선교, 전도에 있어 최고의 전당으로 변화되어야 한다.
- 복지부의 지원과 보험기준을 적용받기 위해서는 불교 호스피스 전문병원 체제를 갖추어야 할 과제가 있다.
- 종합병원의 법당 개설과 연계한 호스피스 교육생의 봉사활동의 지지가 필요하다.
- 종단산하의 복지재단의 적극적인 참여 속에 중생의 삶을 실질적으로 분석하고 연구하여 구체적으로 불교적 관점에서 전인적인 인간복지가 전개될 수 있도록 지지하는 복지부가 설치되어야 한다.
- 불교가 인간의 존엄성을 다루는 종교로서의 역할을 다하기 위해서는 인간의 삶과 죽음에서 현실적으로 일어나는 고통을 나누고 해결할 수 있는 적극적인

자세가 절실히 요구된다.

#### ■ 불교 호스피스 임상 현장 실태

21세기 전법의 꽃은 병원포교라고 할 수 있다. 그러나 불교의 병원포교 임상 현장은 타 종교인들이 이미 활발하게 활동하고 있어 낮은 감이 있다. 그리고 병원이라는 특수성이 갖는 전문적 지식과 경험의 부족도 불교인들의 활동을 막는 걸림돌이 되고 있다.

따라서 불교가 임상포교를 적극적으로 전개하기 위해서는 전문적으로 임상 실습을 받을 수 있는 병원의 임상 현장과 전문 임상 리더의 역할이 절실히 요구되고 있으며, 이러한 요구는 교육을 통한 인재 양성으로 해결할 수 있다고 본다.

#### ■ 불교 호스피스 교육의 필요성

호스피스 활동을 질적으로 높여나가기 위해서는 호스피스 활동을 위한 기본 과정 교육체계화와 운영방안에 대한 교육표준화 프로그램의 마련이 필요하다. 그리고 환자들에 대한 총체적 돌봄의 질을 높이기 위하여 의료인, 성직자, 그리고 자원봉사자와 사회사업가 등에 대해 양질의 교육프로그램을 통한 전문 호스피스교육이 우선적으로 필요하다.

이러한 교육은 일회성으로 끝나는 것이 아니라 봉사자들의 적절한 활동과 교육의 효과를 최대화하기 위하여 지속적으로 이루어져야 하며, 체계적인 교육이 단계적으로 실시될 수 있는 제도가 마련되어야 한다.

아울러 전문 리더(C. P. E. : Clinical Pastoral Education, 임상에서 전문적인 총체적 '영적' 돌봄을 위한 교육)를 위한 교육이 지속적으로 선행되고, 제도화 되어야 한다. 이를 위해 종단은 구체적으로 지지하고 지원해야 한다.

자비구현 실천 방안의 하나로 선배가 후배 교육생들을 책임지고 양성하고 배출하여 임상실습까지 함께 동행하는 불교 아미타호스피스 전문교육과정은 이러한 임상현장의 요구에 부합되는 좋은 예이다.

#### ■ 불교 호스피스 교육프로그램의 내용과 개선

임상현장에서 만나는 대다수 불자들은 자신이 죽으면 어떻게 되고 어디로 가

는지 생각조차도 해본 적이 없으며, 병들고 죽는다는 사실조차도 염두에 두어본 적이 없다고 한다. 스님들조차도 자신의 죽음의 문제를 철저히 준비하여 직면할 준비가 되지 못한 상태에서 죽음을 맞이하는 경우가 있다. 이런 현상은 생활 속에서 삶과 동반되는 죽음을 배우고 준비하는 교육이 없기 때문이다. 따라서 죽음에 대한 숙고와 준비를 위한 교육프로그램이 절실히 필요하다.

이러한 전문교육 프로그램에는 총체적 돌봄을 위한 적절한 기도와 의식을 행할 수 있고 이를 통해 마음의 안녕과 존재의 의미를 숙고할 수 있는 내용이 포함되어야 한다. 또한 사찰을 벗어난 각 분야별 포교현장에서도 요구되는 종교적 지지에 대한 불교적 교육과 실습프로그램의 전문화가 필요하다.

### 호스피스와 승가의 교육

승가에 대한 호스피스 교육은 전법 포교와 사회 기여를 통해 호스피스의 사회화를 이룰 수 있는 좋은 도구이다. 그 교육 시기와 방법을 보면, 올바른 호스피스 활동을 하기 위해서는 우선적으로 자신의 내외적 문제와 죽음에 관한 깊은 숙고와 자각이 이루어져야 하며, 이를 통해 상구보리 하화중생의 대승불교의 실천적 측면을 실천할 수 있어야 한다. 그렇기 때문에 삶과 죽음의 고통에 직면하는 중생들을 돌볼 수 있는 확고한 신념이 세워졌을 때 가능하다고 할 수 있다. 그러므로 강원외교의 사교, 대교반 여정에서 이 교육을 경험하게 된다면 졸업 후 자신의 수행 여정에 도움이 될 것이며, 포교 일선에서도 큰 영향력을 미칠 것이라고 본다.

#### ■ 종교인 임상 리더로서의 능력 개발

종교인으로서 임상 포교의 현장에서 현대인들을 이끌고 지도하고자 한다면, 종교인 임상 리더로서의 능력을 갖추어야 한다. 그리고 최소한의 전문 상담가로서의 능력이나 영적 돌봄(육체적·정신적·정서적·종교적·사회적인 총체적인 돌봄)을 위한 전문성 배양 등 다양한 자기 개발의 노력이 요구된다.

### ■ 불교적 임상기도와 임종의식 보급화

임상기도는 병원 포교의 종교적 지지에 대한 중요한 도구이다. 따라서 임상 포교에는 다양한 업무 능력들이 요구되지만, 임상기도와 임종의식 및 임종자를 돌보기 위한 체계적이고 일관성 있는 교육의 보급화가 시급하다.

### ■ 49재를 통한 사별가족 돌봄과 포교의 극대화

임종 후 사찰에서 이루어지는 49재는 호스피스 사별가족에 대한 프로그램으로 적절하다. 49재라는 과정 속에서 사별로 인하여 발생하는 여러 가지 고통들을 소멸시킬 수 있으며, 가족들의 심신의 안녕과 평온을 자연스럽게 지지할 수 있다. 그러한 과정에서 불자로서의 정체성이 확립되는 효과를 기대할 수 있다.

## 교육의 차별화와 인증제도 방안

호스피스 교육은 기본 과정부터 전문가 과정, 리더 과정, 슈퍼바이저 [Supervisor : 상담에서 지도자·감독자·중재자 등의 역할을 하는 사람이다. 슈퍼바이저에게 지도 받는 것을 슈퍼비전(Supervision)이라 하고, 지도받는 사람을 슈퍼바이지(Supervise)라고 한다] 과정 등으로 세분화하여, 체계적인 교육 시스템을 구축할 필요가 있다. 그리고 각각의 과정에 대한 종단의 공식적인 인증제도 방안을 모색, 피교육자의 동기 유발을 촉진시켜야 할 것이다.

1단계 기본 과정은 현재 서울은 조계종복지재단 호스피스교육과 능인선원 호스피스교육이 있고, 부산은 부산관음사 환희불교복지대학 등에서 이루어지고 있다. 그러나 종단사회복지재단에서 발급하는 호스피스 기본 과정과 일반 자원봉사 수료증에 차별이 없어, 호스피스 봉사자들의 긍지와 열정에 걸림돌이 되고 있다. 그렇기 때문에 일반 자원봉사자 수료증과 단증, 그리고 호스피스교육생의 수료증과 단증에 대한 차별화가 필요하다고 본다.

2단계 전문가 과정은 마하보디교육원 호스피스 전문교육 과정이 있다. 교육 과정은 호스피스 이론과 임상·불교 교리적 측면과 신앙적 측면에 대한 강의·

호스피스 임상수행·인성교육·임상현장실습 등으로 구성되어 있다. 년 2회 교육을 실시하고 있으며 1회 정원은 60명, 교육기간은 7박 8일이다. 교육 내용은 120시간의 강의 이수과 임상실습 50시간을 이수하여야 한다. 그리고 6개월 후 보수교육차원으로 다시 입교하여, 7박8일 동안 후배 양성 프로그램에 참여하게 된다. 이를 통해 모든 프로그램의 재교육이 이루어지게 되어 전문가 과정을 수료하게 된다.

**3단계 리더 과정**은 C. P. E.(Clinical Pastoral Education) 과정으로, 총체적 돌봄의 리더를 위한 전문교육 과정이다. 기본 과정은 주 1회 9시간씩 16주 교육 과정이 있고, 전문가 과정은 주 1회 1년 50주 교육으로 이뤄져 있다. 현재 이 과정은 언양 마하보디교육원에서 2008년 3월부터 교육이 이뤄지고 있다.

**4단계 Supervisor 과정**은 불교의 선(禪)심리를 토대로 한 임상에서의 최고 지도자 과정이다. 위의 3단계를 모두 수료한 심리를 전공한 승가와 재가들이 받게 되는 전문가 과정이다. 교육 과정은 임상심리학·상담심리학 석·박사과정일 수 있으며 C. P. E.에서는 S. I. T. 과정(C. P. E. Supervisor 과정은 기본 과정으로 C. P. E. 2학기를 마치고 전문가 과정 3학기를 수료한 후, Intern 3년 과정을 마치고 한국 C. P. E.협회 규정에 따른 논문과 심사를 통과해야 한다)이 있다.

호스피스의 대상은 죽음을 전제로 살아가고 있는 우리 모두이다. 호스피스는 타인을 위해서 봉사하는 활동이 전부가 아니다. 불교 호스피스의 진정한 의미는 삶의 여정 안에서 경험하는 다양한 질병과 죽음의 문제를 사실적으로 자각하고, 구체적인 실천이 뒤따르는 수행을 통해서 자기 돌봄과 자기 치유를 우선으로 하여, 타인에게 전문적이고 전인적인 돌봄을 제공하는 것이며 상호적인 관계의 총체적 돌봄이다.

너와 내가 언젠가 반드시 맞이할 죽음, 언제 들이닥칠지 모르는 죽음, 살아서는 경험할 수 없는 죽음, 너와 나를 위해 아무도 대신해 줄 수 없는 죽음을 깊이 생각해보자. 卍

—채록 : 변은숙, 24기호스피스



## 보배구슬이 되어 떠난 아미주

혜 신 | 26기 호스피스

온 대지와 산천이 깨어나기 시작하는 봄에 마하보디교육원에서 잠깐 아름다운 인연을 떠올려본다.

25기 호스피스 교육을 수료하고 임상실습을 하기위해 정토마을을 찾은 것이 계미영 씨와의 첫 만남의 계기였다. 임상실습이라는 것에 어설픈 감정들이 교차되었다. 호스피스 병동은 생전 처음이었다. 한 번도 들여다본 적도 없는 그곳을 다만 원장스님의 『섭섭하게 그러나 아주 이별이지는 않게』라는 저서 속에 그려져 있던 분위기들을 떠올리면서 아주 조심스럽게 한 발자국 한 발자국씩 다가갔다.

아직 지기엔 이른 52세의 미혼인 유방암 말기의 계미영 씨. 먼저 그녀에게 자꾸 시선이 옮겨갔다. 미혼이라는 것에 나의 주위가 묶이는 것 같았다. 아마 우리 중들과 상황이 같은데 생각이 미치면서 연민심이 더해지는 것 같았다. 깡마른 체구에 자그마한 키, 그리고 왜소한 모습에 자꾸 나의 시선이 걸렸다.

정토에 온 지 며칠 되지 않았다는 그녀는 ‘아실’에 있었다. 일찍 산책도 하고 비교적 쾌활하여 얘기도 잘하는 그런 성격이었기에 더 쉽게 친해질 수 있었다. 부모님이 돌아가신 얘기와 하나뿐인 남동생 얘기, 가깝게는 이모님이 계시며, 전주에서의 생활, 천안 호두마을 수행담, 인도 여행담, 공무원과 교직생활들에 대한 얘기를 아주 자세하게 들려주었다. 우리 교육생 누구에게나 그렇게 친절하게 대해 주었기에 모두가 서먹해하지 않고 계미영 씨가 있는 ‘아실’을 자주 찾는 것 같았다.

일주일을 정토에서 머물며, 물론 4일은 음성 꽃동네를 갔지만, 매일 들러서 안부를 물었다. 정토에서 임상 마지막 날에 그녀에게 새로운 의미를 부여해 줬으면 좋겠다는 의견으로 그녀에게 수계의식을 해주기로 약속을 했다. 아미주라고 원장스님께서 불명도 지어주셨다. 삼귀의, 대비주, 불보살가피청, 수계식까지 모두가 새롭게 태어난 그녀

에게 서방정도 불국토의 아미타 부처님의 영원한 보배구슬로 남아, 지금의 이 고통이 이 아픔이 세세생생 멀해지길, 이 인연이 영원한 불성의 씨앗이 되길 간절히 발원했다.

그 후 임상을 마치고 돌아와서 가끔 문자를 주고받았다. 처음엔 영문으로 오는 문자에 놀랐는데 한글보단 단어가 입력하기 쉽다며 이해해달라고 했다. 가을에 정토마을에 가서 여정을 얘기하고 이 가을 아름다움을 마음 가득히 담아두라고 얘기해주고 말없이 손을 잡고 마음을 주고받았다. 힘든 고비를 잘 참아주길, 의식 놓지 않길 간절히 기도했다. 무엇을 먹기가 힘들다기에 경주에서 찰보리빵을 몇 번 보냈더니 소화가 잘된다고 흡족해하며 핸드폰으로 몇 번 문자를 보내왔다.

hyesin sunim message is best with mercy and love ^o^ amiju 11/16 5:03 pm

hyesin sunim

beautiful morning! I received mindful message thank you 10/21 7:48 am

hyesin sunim

beautiful blue sky! happy day with warm regard amiju 9/17 12:24 pm

hye sin sunim

thank you book and bread, we are all happy amiju 9/6 5:51 pm

hyesin sunim

today it is raining, I think sunim and rain tree amiju 9/4 7:57 am

몇 달 후 정토마을에 머무르게 되었다. 아미주가 본인의 물건을 정리하겠다기에 도와주기로 했다. 초등학교 때의 상장들, 정리해둔 노트들, 빛바랜 사진 몇 장, 그리고 책, 사진, 옥편 등. 알뜰하고도 소박한 그녀의 성격과 정서가 그 속에 있었다. 그녀는 나에게 여러 가지 선물을 주었다. 날씨 추우면 입으라면서 울력할 때 입을 티셔츠 2개를 챙겨줬고, 멜빵가방과 사진, 옥편, 인도 여행 책, 그녀가 소중하게 간직했던 것들을 나에게 모두 챙겨주었다. 계미영(아미주) 보살님은 그렇게 혼자서 정리를 하면서 인생의 마지막 여행준비를 서서히 하고 있었다. 같은 방에 계신 성오스님께 부탁해서 휴대폰으로 사진도 찍었다.

계미영 씨가 떠나오는 나의 뒷모습을 지켜주었는데 너무 미안했다. 언제 또 올 거냐고 묻길래 기약 없는 약속을 해버리고 말았다. 어느 날 전화 속의 목소리에서 힘들어함을 느꼈고, 같이 해주지 못함에 너무 미안했지만 그렇다고 지키지 못할 기대감을 줄 수는 없었다. 워크숍, 동지, 부처님 성도절 정진(하루 일천 배씩 열흘) 때문에 이리저리 시간들이 맞지 않았다. 모든 일정이 내가 만든 것이긴 하지만, 겨우 문자를 넣는 것 밖에는 할 수 없는 상황이었다. 힘들어하는 모습을 생각하니 전화는 더더구나 할 수가 없었다.

26기 호스피스 교육 중 계미영 씨의 사망 소식을 들었다. 너무 가슴이 아파 한동안 법당에서 절만 올렸다. 그녀가 보내줬던 메시지를 꺼내보았다.

I wrote my story I will give you winter solstice pray ^.^~ amiju 12/18 9:07 am

2008year good luck for you! 08 1/4 7:05 am

thank for loving mind! still I breath ... amiju 1/23 6:08 pm

아미주와의 대화 속에서 가끔씩 죽음이 다가옴을 느꼈었다. 낮시간보다 밤에 호흡 곤란으로 숙면을 취하지 못하고, 거의 밤을 새우는 일이 많아짐을 알았었다. 대신해줄 수 없고 나눌 수 없기에 가슴 아팠었다. 들성한 머리카락 윤기 없는 피부, 산책하는 시간도 짧아졌고 거의 안에서 잠깐 걷는 것이 전부라고 하였다. 식사량도 줄었고 입맛도 없으며 삼키기도 힘들다고 했던 말이 생각난다.

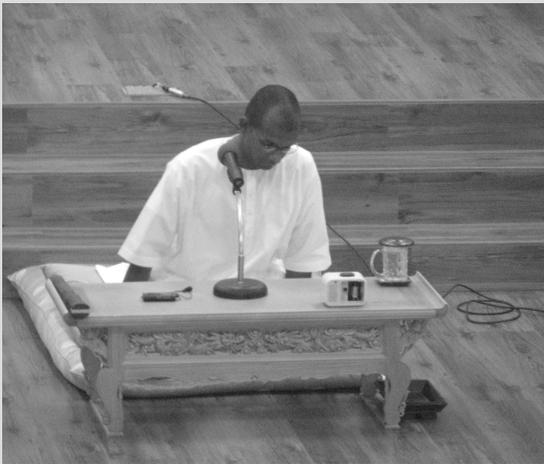
우리는 손을 잡고 마주 토닥이고 등을 쓸어내려주면서 같이 아미타불송과 아미타불심주를 했고, 불보살 가피청을 하며 말없이 가만히 안아주기도 했었다. 이 고통을 잘 이겨낼 수 있도록, 마지막 순간까지 의식 놓치지 않고 잘 따라갈 수 있게 해달라고 아미타부처님께 간절히 기도했다. 고통이 심해질 것이며 가끔씩은 혼침에 빠질 수도 있기에 그래도 아미타불만 열심히 부르라고 해줄 수 밖에 없었다. 무언의 대화 중에 빙그레 말없이 마주 웃기도 했었다.

그녀와 같이 부른 불보살 가피청을 혼자서 불러본다. 卍



## 의식의 성장

라제시 다사 | 원네스 유니버스티



Q 열심히 수행하다 보면 어느 날 부처를 이룰 수 있다고 하는 목표를 가지는 것에 대해 어떻게 생각하십니까?

A '어느 날 나는 부처가 되어 있을 거야.'라는 것은 마인드가 만들어낸 사실일 뿐입니다. 진실과는 무관한 얘기입니다. 자신을 바꾸려는 것은 바꾸는 것이 가능하다고 생각하기 때문입니다. 이것은 무지로부터 일어나는 과정 중 하나입니다. 질투하는 상태에서 안

하는 상태로 만들 수 있다는 가능성, 두려움이 있는 상태에서 없는 상태로 만들 수 있다는 가능성, 그리고 비교하는 자신으로부터 안 하는 자신으로 바꿀 수 있다고 하는 이것은 마인드가 만들어낸 이상입니다.

Q 섬세한 자각을 성취하기 위해서 어떠한 수행을 해야 되는가요?

A 지금까지 살면서 대부분의 사람들은 대체로 두 가지만을 했습니다. 그것은 반응과 통제입니다. 그러나 제가 지금 보여드리고자 하는 것은 이렇게 다른 것도 있다는 것을 보여드리고자 합니다. 궁극적으로 표현과 통제는 중요하지 않습니다. 중요한 것은 내면의 자각입니다. 화가 나는 것에 대한 과정을 보게 되는 것이니까 특별한 훈련은 필요없고 바로 이게 훈련입니다. 저에게도 일어난 이것은 여러분에게도 일어날 것이며, 여러분들에게도 진실이 될 것입니다. 이것은 어렵지 않습니다.

Q 수용과 회피의 차이는 무엇인가요?

A 회피를 하기 위한 왜곡된 수용은 자신에게 끊임없이 부연 설명을 반복합니다. 내 자신의 이기심의 성품을 보면서 '나는 이것을 인정해.' 한다면 이것은 회피입니다. 아픔으로부터 도망치기 위해 인정을 사용하는 것입니다. 그러나 진정한 수용은 아무런 부연 설명이 없습니다.

Q 제 자신을 위한 것이 아니라 모든 이들의 이익을 위한 일이었는데 고통이 따르는 것은 무엇을 의미합니까?

A 더 큰 것이 이루어지길 바랐지만 이루어지지 않았고 고통이 왔다면 개인적인 고통은 아닐 것입니다. 그러나 자아가 개입되었다면 거기에 큰 이익을 위한 것은 없습니다. 오로지 자아로 인한 고통입니다.

Q 일상생활에서 불편을 느낄 때 원인을 분석합니다. 이것도 이기심에 의한 것인가요?

A 불편함을 느끼는 그것에 주의를 기울입니다. 내면에서 얘기를 하겠지요. 그리고 질문 답변이 오가고 결국 '내가 이기적이었구나.'를 발견하게 됩니다. 그러나 그것을 받아들이지 못하면 고통이 되는 것이고, 내가 만약 '나는 자아가 있기 때문에 내가 이기적일 수밖에 없다. 그리고 이기적이었고, 지금 가능한 것은 그것이고, 그 사실로부터 도망칠 수 없다.'고 생각하면 인정과 수용이 일어납니다. 그러나 희망을 걸고 인정을 한다면 수용이 아닙니다. 때로는 사람들이 진실을 맛만 보고, 건드리기만 하고 '나 인정해.'라고 하는 것은 인정이 아닙니다.

인정 즉 수용이란 이기심 안으로 풍덩 빠져 들어가는 것입니다. 그러면 그 순간 압니다. "나는 이것 외에는 아무것도 아니다. 단지 이것일 뿐이다." 그 순간만 인정이 가능합니다. 표면적으로 알고 있는 것은 인정이 아닙니다. 분노 안으로 완전히 들어와서 상황



에 대한 아픔을 온전히 느끼면서, 모습에 대한 아픔을 온전히 느끼면서 수용이 일어납니다. 수용은 '일어남'입니다. 마인드가 의사 결정하는 것은 인정이 아닙니다. 마인드는 속임수 능력이 매우 뛰어납니다.

인정과 수용은 아픔으로부터 옵니다. 아픔을 경험하면 수용이 오고, 거기서 자비심이 옵니다. '내가 이런 모습이구나.' 하는 자기에 대한 자비심, 이것만이 남에게도 전달이 됩니다. 내가 얼마나 이기적인 존재인가에 대한 자비심을 느끼고 내가 얼마나 판단 분별을 잘 하는 존재인가에 대한 자비심을 느꼈을 때 그런 사람을 볼 때 진정한 자비심이 일어나면서 더 이상 그 사람을 판단하지 않습니다. 남에 대한 자비심이 일어나려면 자신에 대한 자비심이 먼저 있어야 가능합니다.

더 이상 비상구 없이, 도망칠 곳 없어서 완전히 풍덩 빠져 있으면 그때서야 수용이 일어납니다. 그러나 우선 지금은 '수용 안 함'을 자각하십시오. 무언가 되려는 욕망의 자신을 보십시오. 사랑과 칭찬을 받으려는 욕망의 존재라는 사실을 생각해 보십시오. 왜냐하면 이 여정이란 '나의 있는 그대로의 상태에 대한 자각'으로부터 시작됩니다. 그리고 이 여정은 '내가 어디에 있는지 무슨 모습인지에 대한 자각'에서 끝납니다. 이 여정에서는 어떠한 움직임도 없습니다. 내가 있는 상태에서부터 어디로든 움직이려 하는 것은 회피입니다.

Q 머리끝까지 났을 때는 화만 있다고 느껴집니다. 그것이 화에 풍덩 빠진 것입니까? 그렇다면 화를 내는 것이 수용인가요?

A 그것은 수용이 아닙니다. 수용이란 분노 자체를 표현하느냐 표현하지 않느냐와는 무관합니다. 단지 자신이 그 분노를 경험하고 있는가 하는 일입니다. 마음 안에서 생각의 과정이 일어납니다. 네 단계의 작용이 일어납니다.

첫 단계는, 마음 안에서 서로 싸웁니다. 두 번째 단계는, 안의 바탕이 무엇에 대한 싸움인지 깊이 들어가면 어떤 이미지를 보존하려는 싸움임을 보게 됩니다. 그리고 이미지 밑에는 내가 얼마나 이기적이었는지, 내 자신에 대해서만 얼마나 집착했는지, 상대방이 아니라 내가 중요했다는 사실을 보게 되고, 이 진실을 보는 것에 대한 두려움이 느껴집니다. 그 두려움이 있는데도 불구하고 그 느낌 안으로 풍덩하고 빠져 들어갈 수 있다면, '그게 나니까.' 하고 이기심에 대한 느낌을 자각하면서 수용이 일어납니다. 수용은 집착이 아니라 빠져 들어가는 것입니다. 이것이 세 번째 단계입니다. 이 수용이 일어난 후에야 비로소 자신에 대한 자비심이 일어납니다. '내 자신에게 상처를 주고 있구나.'

하는 자각이 네 번째 단계입니다. 실제 이것이 일어날 때는 이 네 단계가 한순간에 일어 납니다. 아주 빠릅니다.

Q 수용이란 무엇입니까?

A 수용이 무엇인지에 대해서 정확히 말씀드리자면 문제가 있습니다. 왜냐하면 수용에 대한 경험은 마인드를 초월한 경험이기 때문입니다. 그리고 설사 설명하더라도 마인드는 또 하나의 개념으로 만듭니다. 왜냐하면 마인드는 복사의 능력이 뛰어나니까요. 그렇지만 한 가지 확실한 것은 이것은 아주 아름다운 상태입니다. 이 상태에 도달하면 아주 편안하고 내 자신에게 아주 기분이 좋습니다. 어떤 사랑 같은 것이 올라옵니다. 왜냐하면 그 순간의 자각이란 모든 것을 포용한 순간이기 때문입니다. 정확한 수용을 설명하려면 본인도 거기에 있어야 합니다. 수용의 상태에서는 아무 이유 없이, 아무 생각 없이, 아주 좋은 느낌이며 누구나 다 포용하는 느낌이 듭니다.



Q 자아란 무엇인가요?

A 자아란 분리되어서 존재한다는 그 느낌입니다. 자아란 다른 대상, 사물, 요소에 의하여 올라왔다 사라질 뿐, 절대적인 성품이 없습니다. 절대적인 성품이 없는데 어떻게 끝내며 지속되겠습니까? 자아란 그저 내가 별도로 존재한다는 그 느낌입니다.

Q 자아를 끝낼 수 있습니까?

A 자아에 절대적인 존재가 있다면 제거하는 것은 가능하지 않습니다. 그러나 자아가 절대적인 것이 없다면 끝내버려야 한다는 질문조차도 말이 안 됩니다. 자아를 끝내는 것은 가능치 않습니다. 왜냐하면 자아는 존재하지 않으니까요. 또한 자아는 끝낼 수도 있습니다. 실재 존재하지 않기 때문에 끝낼 수도 있습니다.

Q 없다면 진정한 수용은 무엇인가요? 그리고 현실을 받아들이는 것이 수용인가요?

A 수용에 대해서 말씀드리자면 지금 우리가 할 수 있는 것은 이기적인 자아가 있다는 것에 대한 수용입니다. 다른 곳으로 가려면 그것이 갈등이고 고통이라는 현실을 받아들이는 것이 수용입니다. 그러나 수용이 개념으로 받아들여 사용된다면 그것은 수용이 아닙니다. 현실을 받아들임이 일어난다면, 편안함을 느낀다면, 그것은 수용입니다.

Q 수용을 경험하면 지속되는가요?

A 그렇습니다. 그러나 일부분 중 받아들이지 않은 부분(수용하지 않은 부분)은 갈등이 일어납니다.

Q 완전한 깨달음과 순차적인 깨달음이 올 수 있습니까?

A 두 가지 다 일어날 수 있습니다. 누구에게는 한 차원씩 서서히 나타나고, 누구에게는 한 타임으로 일어날 수 있습니다.

Q 뇌과학자들은 뇌의 자극을 통해 환희로움을 경험하게 하는 체험이 가능하다고 말합니다. 그렇다면 보조적인 뇌과학 도구가 도움이 될까요?

A 뇌의 변화를 일으키려면 엄청난 진리가 필요합니다. 지금 현재의 과학으로 뇌의 변화는 불가능합니다. 그리고 개개인마다 뇌의 상태가 다르기 때문에 불가능합니다. 뇌를 변화시키기 위해서는 인간의 지혜력이나 진리력보다 더 큰 힘이 필요합니다. 현대 과학이 붓대를 만들 수는 없습니다. 과학보다 더 대단한 능력이 필요합니다. 과학은 연구의 차원입니다. 卍



## 난 곳 없는 그 자리로 가는 길, 심리치료

이 승 욱 | 닛부타의 숲 상담클리닉 원장

가정집 부엌에서 음식을 통해 번지는 병원균과 조류독감, 둘 중에서 어느 것이 더 위험할까? 자가운전과 비행기 탑승, 어느 쪽이 더 불안한가? 총기의 숫자가 인구보다 더 많다는 미국에서 아이들이 총에 맞아 죽을 확률과 자기 집 뒤뜰 수영장에 빠져 죽을 확률은 어느 것이 더 높을까?

이런 류의 질문들은 기존의 감정적 대응에서 한발 물러나 생각해 보면 답을 쉽게 맞힌다. 조류독감에 걸릴 확률은 식중독에 감염될 가능성보다 엄청나게 낮다. 당연히 비행기를 탈 때보다 자가 운전할 때가 덜 불안하다. 하지만 탑승(운전) 시간당 사망률은 거의 같다. 그리고 미국아이들이 총기사고로 죽는 경우보다 집 뒤뜰 수영장에서 빠져 죽는 경우가 약 100배는 더 많다.

그럼에도 불구하고 사람들은 조류독감에 대해 더 예민하게 반응하고, 비행기를 탈 때 더 불안해하고, 총기 소지에 대해 극도로 혐오스럽게 생각한다. 그 이유는 이 세 가지 상황들이 모두 내가 통제할 수 없는 조건이라는 것이다. 조류독감이 식중독보다 더 치명적인 것은 사실이다. 그러나 조류독감에 걸려 죽은 사람은 아직껏 전 세계에서 수십 명이 넘지 않는다고 한다. 하지만 최근 여러 지역에서 발생한 조류독감에 반응하는 우리의 민감도는 식중독 예방을 위한 조치보다 훨씬 더 신경질적이다. (물론 조류독감 예방을 위해 만반의 조치를 취해야 하는 것에는 이견이 있을 수 없다.)

자기 부엌의 청결, 자가 운전의 안전, 뒤뜰 수영장의 잠금 장치는 내가 주의를 기울이면 통제할 수 있는 조건들이다. 그러나 조류독감, 비행기, 총기 사고는 전혀 그렇지 않다. 이것들은 내 통제권 밖의 영역이고 사람들은 이렇게 자신이 통제할 수 없는 조건에 더 분노한다.

하지만 주변을 찬찬히 둘러보면 불행히도 우리가 결정적 영향력을 행사할 수 있는

상황들은 그리 많지 않다. 출근 시간의 버스 배차에서부터, 직장 내 상사나 동료 부하 직원들과의 파워 게임, 자녀들의 교육 문제 등과 같은 개인적 영역에서도, 북한의 핵, 미국의 FTA압력, 광우병 쇠고기 수입, 중국산 물품의 한국 시장 점유, 부동산 만능주의와 유치한 한국 정치의 수준 등과 같은 사회적 영역에서도 한 개인이 결정하고 영향을 끼칠 수 있는 부분은 극히 미약하다. 그래서 우리는 분노하고 절망하고 포기한다. 이것이 현대의 불안이고, 우리의 공허함인 것 같다. 아무것도 통제할 수 없는 상황, 존재의 무기력함, 예측 불가능한 미래들.

그렇다고 우리가 할 수 있는 일이 전혀 없는 것은 또 아니다. 희망은 있다는 말이다. 그것은 내가 내 마음을 다스릴 수는 있다는 것. 가족과 불화가 있고, 직장 동료들과 갈등하고, 한국의 사회경제적 상황으로 인해 박탈감을 느낀다 해도, 내 마음을 다스림으로 상황을 다르게 인식할 수 있다. 그것은, 비를 멈출 수는 없지만 우산을 쓰는 것은 내 의지대로 할 수 있는 것과 같다.

내 상담실로 찾아오는 많은 이들은 자신이 다른 사람들 때문에 얼마나 고통을 받았으며 지금도 어떻게 고통 받고 있는지 호소한다. 배우자 때문에, 자녀 때문에, 배우자의 가족들 때문에, 직장 상사 때문에 그들은 불행하다고 한다. 그러면 나는 먼저 따뜻이 위로를 하고 정서적으로 충분히 공감한다. 그리고 이렇게 말한다. 만약 당신에게 고통을 주는 그 사람들을 내 앞에 데려다놓으면 그 사람을 변화시키기 위해 내가 일을 할 수 있겠다. 하지만 그렇게 하지 못한다면 자신이 변하는 것이 어떻겠냐고. 우리는 다스릴 수 있는 것만 다스릴 수 있기 때문이다.

그런데 다스리고 통제하는 문제를 인간은 어떻게 다스리고 통제하려 드는지를 보자. 동서양을 막론하고 중생이, 인간이 가지는 존재적 불안과 무기력, 그로 인한 자연스러운 분노와 폭력은 똑 같은 기제와 똑 같은 모습으로 나타난다. 이런 불안과 고통은 존재의 탄생과 함께 생득적으로 운명적으로 지속되는 것이어서, 중생으로 사는 한 우리는 끊임없이 자신의 통제력에 대해 고민하고 절망하고 고통을 받는다.

그런데 인간이 이 불안을 해소하는 방식은 꽤나 위험하다. 왜냐하면 인간은 <구속적> 관계를 통해서 이것을 감소하고자 하기 때문이다. 많은 중생들은 사랑이라는 이름으로 상대를 구속하려 하고 오히려 상대방에게 기대고 기대함으로써, 자신의 통제력을 상납해버린다. 남편에게 자신의 개별성을 상납하고서는 자신을 잘 돌봐주지 않는다고 자신의 불행을 모두 남편에게 돌려버린다. 자녀들에게 자신의 행복을 모두 희생하고서 자신

의 삶이 텅 비게 되었다고 한탄한다.

제대로 보아야 한다. 내 삶의 근원에서부터 인간이라는 존재가 어떻게 형성되었는가를 제대로 보아야 한다. 그리고 자신이 자신의 삶에 무슨 짓을 했는지 제대로 알아야 한다. 결국 삶은 통제의 문제가 아니라 아무것도 통제할 것이 없다는 것을 깨닫는 과정이라는 것을 제대로 알아야 한다. 그리고 그것을 인정하고 수용할 힘을 길러야 한다. 이것이 내가 생각하는 심리치료이다.

심리치료나 상담은 정신병자들만 받는 치료이고 아주 수치스러운 행위라고 생각하는 사람들이 많다. 몰라서 그렇거나 알고도 두려워서 그렇게 거부하는 것이다. 그러나 실은 심리치료는 삶의 과업을 제대로 해결해 나가는 수행과도 같은 의미 있는 과정이다. 물론 모든 의미 있는 과정이 그렇듯 고통스럽고 힘든 과정이기도 함은 물론이다.

직면하지 않으면 제대로 알 수 있는 것이 아무것도 없다. 심리치료는 그런 것이다. 결국 직면하는 것이다. 제대로 보는 것이다. 그리고 내 삶이 태어남 없음을 수용하는 것이다. 卍

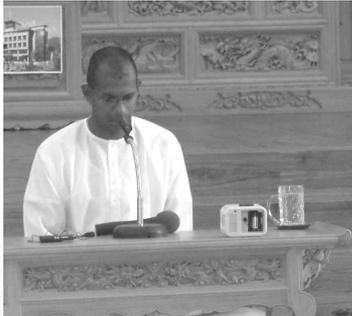
---

#### 이승욱

- 심리치료학 박사
- 닛부타의 숲 상담클리닉 원장 · 인하대학교 대학원 박사과정 강사
- 〈Human Dynamics〉 협력 상담원
- 비전노동센터 부설 〈노동과 행복연구소〉 소장
- 저서 『대한민국 대표 꼰통의 영어 죽이기』 『웰빙으로 가는 이민』 등



## 자유를 향해서



라제시 다사 | 원네스 유니버시티

원네스란 다양한 차원에 의해서 존재합니다. 우리가 살고 있는 세상은 여러 차원에서  
의 분리심과 경계심을 볼 수 있는 곳입니다. 사람과 사람과의 분리심으로부터 언어별,  
국가별 분리 등이 있습니다. 어떤 사람들은 분리심이 없어지고 통합되면 하나됨이 이루  
어진다고 믿는 사람들도 있습니다. 그러나 우리가 바라보는 관점의 하나됨이란 내면적  
인 경험이고 변화라고 보는 것입니다. 근본적인 문제는 바깥세상이 아니라, 내면의 상  
태에서 세상을 어떠한 관점으로 보느냐 경험하느냐에 있다는 것입니다. 즉 하나됨이란  
자신으로부터 시작되어야 한다고 보는 것이지요. 자신의 여러 가지 면을 수용하게 되면  
그것이 하나됨으로 이루어질 때 다른 것을 보는 것이 달라집니다.

저는 12년간 수천 명의 사람들의 삶이 변화되고 또한 더 행복해지는 모습을 보아  
왔습니다. 그들은 더 이상 싸우지 않게 되었으며, 더 이상 갈등 안에서 애쓰고 있지  
않고, 갑작스럽게 자기 주변의 사람들과 세상과의 연결성을 맺는 것에 수월함을 느끼게  
되는 모습으로 변화되었습니다. 원네스의 목표 중 하나는 인류에게 어떠한 조건도 없는  
자유로움을 얻게 하기 위한 것입니다. 우리는 어떠한 방식으로든 모두가 그 자유를 향  
해서 달려갑니다. 자유를 얻기 위해 명상, 혹은 경전을 통해서, 또는 남을 도와주면서  
우리는 달려왔습니다. 저 역시도…….

자유라는 과정을 향해서 가게 되면 늘 시작은 고통의 시점이라는 사실을 알게 됩니  
다. 그리고 우리는 고통에 친숙합니다.

## 자유란 무엇인가

자유란 무엇인가요? 우리가 하고자 하는 것은 내 자신에 대한 자유를 추구하는 것이고 우리 삶에서 그것을 향해 가고 있는 것입니다.

자유를 다양하게 말할 수 있습니다. 만약 자아가 있다면, 모든 사물을 그대로 봐줄 수 있는 것이 자유이며, 자신의 욕구로부터 완전히 해방되는 것도 자유입니다. 불교는 아싸바스(번뇌)로부터 자유로워지는 것에 대해 말합니다. 그리고 철학적인 자아로부터 해방되는 것이라고도 합니다. 다시 말해 자유란 사람마다 다른 의미를 가질 수 있습니다. 그렇지만 공통적으로는 -자유로움을 얻게 된다면- 누구든지 모든 것들과의 연결성이 깊어집니다. 자신과의 관계가 깊어지고, 주변 사람들이나 세상과도 깊은 관계가 이루어지고, 자연과의 관계도 그리고 고차원의 의식과의 관계도 깊어집니다.

그렇다면 어떻게 자유로워질 수 있을까요? 어떠한 길을 선택해서 그 행로를 갈 때 우리는 최악의 성품으로부터 자유로워지기 위하여 그 길을 걸어갑니다. 그리고 마음으로부터 해방을 얻어 간섭받지 않고 작용받지 않는 단계로 가기 위해서 그 행로를 진행합니다.

마음이 중단되는 고요함까지 어떻게 가며, 또한 그 고요함을 가로막는 것은 무엇인가요? 자유로워지는 것은 누구나 중요하다고 느끼며 가능하다고도 여깁니다. 그런데 무엇이 그것을 가로막나요? 가로막는 것은 바로 무지입니다. 그렇지만 그것에 주의를 기울인다면 자유로워진다는 것은 가능합니다. 자유로움을 성취하기 위한 핵심은 주시입니다. 그리고 주시를 하지 못하게 가로막는 것은 특정된 감정의 집착입니다.

감정의 집착을 윈네스에서는 '충전'이라고 말합니다. 경험에 의한 집착에 충전이 남아있으면 그것이 고통을 일으킵니다. 그리고 그 고통은 주시하고 자각하게 할 수 있는 힘을 잃어버리게 합니다. 예를 들면 증오심에 집착하고 있는 사람은 이렇게 말합니다. "내가 화가 나는 이유는 저 사람이 저렇게 하기 때문이야."라고요. 그런데 상대방이 어떻게 해서 내가 화가 나는 것이 사실입니까?

## 고통은 관점에 있다.

자유라는 것을 향해가는 과정의 첫 출발은 고통에서 시작할 것입니다. 우리는 모두 고통의 챔피언들입니다. 그 의미는 자신이 겪은 고통에 대해 공부를 해왔다는 얘기입니다. 고통은 무엇인가요? 육체적 심리적으로 아는 경험이며 불편한 경험들입니다. 그리고 dukkha라는 존재성의 고통이고 영적인 고통도 있습니다. 고통은 아주 아픕니다. 뿐만 아니라 나에게 방해를 주고 불편함을 줍니다.

그런데 우리는 왜 고통을 겪습니까? 고통을 겪는 이유는 무지에 빠져있기 때문입니다. 가정하고 있는 무지에 빠져있기 때문입니다. 가정 중의 하나는 상대방이 책임요소라고 생각하는 것입니다. 고통이란 남 탓을 하는 과정입니다. 내면에 일어나는 '기분 나쁨'에 대해 남 탓을 하며 부연 설명하는 과정이 바로 고통입니다. 남에 대해서는 지배하거나 해명하려 들고, 자신에게는 변명이라는 부연 설명들을 합니다. 그런데 그것이 고통을 멈추게 합니까? 그러한 과정 자체가 모두 고통입니다. 대부분의 경우 고통의 핵심은 아예 들여다보지도 못합니다. 그저 그 과정 속에 빠져 있게 됩니다.

고통이란 것은 끝내버릴 수 있는 가능성이 있습니다. 고통을 마무리 짓기 위해서는 고통에 주의를 기울여야 합니다. 그렇지만 우리가 상대방과 상황이 고통의 원인이라고 믿는 한 주의를 기울이는 것이 불가능하게 됩니다. 상대방과 상황에게 주의가 묶여서 주의가 밖으로 빠져 나가기 때문입니다. 그런데 상황을 바꾸고 사람을 끊임없이 바꾼다고 우리의 고통이 종료됩니까?

바가완께서는 고통이란 '관점'에 있는 것이라고 말씀하십니다. 고통은 '상대방이나 상황이 고통의 책임요소'라고 보는 무지 때문이며, 상대방이 책임요소가 아니라는 것을 자각하는 것이 현실이 되었을 때 고통을 들여다보고 주시할 수 있게 됩니다. 왜냐하면 상대는 고통과 전혀 관계가 없다는 것이 사실이기 때문입니다.

예를 들어 보겠습니다. 제가 어떤 분에게 "당신은 매우 똑똑하시고 영리하십니다. 진리에 가까우십니다."라고 했는데 그분은 그 말에 상처를 받은 적이 있습니다. 왜냐하면 그분은 그 자신이 똑똑하고 진리에 맞다고 믿은 적이 없기 때문에 제 말을 놀린다고 생각하고 받아들였던 것입니다. 따라서 그 분의 고통은 저와 무관합니다. 고통이 사실에 있다면 모든 사람에게 사실은 고통이어야 합니다. 그런데 그렇지 않습니다. 예를 들어 "넌 바보 같다."라고 말해도 기분이 좋은 사람도 있거든요. 고통이란 '바보 같다'라는 말과 세계에 있는 것이 아닙니다.

고통이란 우리가 그 상황과 사람에 대해 어떤 관점을 가지고 있느냐에 의해 일어납니다. 이것을 자각하고 알아차리면 안에서 일어나고 있는 것에 주의를 기울일 수 있습니다. 바라보고 알아차리는 순간 모든 외부요소가 잘라지듯이 주의가 더 이상 그리로 가지 않습니다. 더 이상 밖을 변화시키려고 하지 않습니다. 고통이란 우리의 관점에 있으니까요. 그런데 좋은 관점에 있다고 자유로운가요? 좋은 관점은 나쁜 관점이 형성될 수 있기 때문에 진실이 아닙니다. 관점 자체가 바로 고통입니다. 어떠한 관점이든 이것은 주장이며, 주장을 하게 되는 순간 당신이 그것이 됩니다. 그것에 당신이 묶이고 당신이 그 관점이 되는 것이지요. 그리고 그것이 고통이 됩니다.

## 고통의 회피

어떻게 관점으로부터 빠져나올 수 있을까요?

우리 과거의 경험에 충전이 있는 한 관점을 가질 수밖에 없습니다. 충전은 해결되지 않은 과거의 경험으로부터 일어납니다. 이 해결되지 않은 경험은 끊임없이 마무리 지으려고 계속 등장합니다. 예를 들어, 자신이 부족하고 사랑을 받지 못했다는 느낌을 지닌 사람은 그 지닌 상태로 삶을 이어가며, 색안경을 끼고 그것을 투사하게 됩니다. 그러면서 그 색으로 세상을 봅니다. 그리고 살면서 어떠한 이유를 들이대서라도 사랑을 못 느끼고 거부당했다고 호소합니다. 과거의 경험이 완전하게 완성되지 못했기 때문입니다. 그러나 어떠한 것이든 완전하게 완성되게 경험하면 그것은 아이처럼 깡충깡충 뛰고 싶을 정도의 기쁨과 환희로움을 줍니다. 상대방이 요소라고 생각하는 것은 고통을 지속 시킵니다. 그러나 어떠한 변화를 주려하지 않고 남의 탓도 하지 않고 부연 설명하지 않으면 그것이 고통과 함께하는 것입니다. 고통도 완전하게 경험하면 기쁨과 환희로 전환됩니다.

문제는 마음입니다. 마음은 절대로 이렇게 해내기를 허락하지 않습니다. 마음은 부연 설명을 계속합니다. '분석하면 안 돼'도 분석이며 '비교하면 안 돼'도 비교입니다. 그리고 '생각을 없애야 해'도 생각입니다. 그렇다면 마음이 마음을 끝낼 수 있을까요?

고통을 온전히 경험하기 위해서는 도망하고 있는 그 자체를 알아차려야 합니다. 마음의 성품은 '도망치기'라는 속성을 가지고 있습니다. 마음은 절대적으로 아픔을 경험하고 싶어하지 않습니다. 그렇지만 아픔을 경험하면 그것이 환희를 주는 것이 사실입니다. 고통이 다가오는 순간 즉각적인 반응은 회피입니다. 육체적 물리적 방법으로도 회피하고, 영화와 음악 그리고 일로도 회피하고, 뿐만 아니라 철학을 사용하기까지 합니다. '그래, 어차피 삶이란 좋은 것도 있고 나쁜 것도 있지. 모든 것을 똑같이 경험해야지. 고통이란 삶의 일부분이야. 고통이 있어야 성장하는 것이니까 더 많은 고통이 있어야 해.'라고 하면서요. 마인드가 하고 있는 것은 끊임없는 회피입니다. 주의를 몰입하는 것이 불가능하면 고통을 끝내기 어렵습니다.

그러나 회피함을 자각하면 고통 속에 있으면서 고통과 함께할 수 있습니다. 그렇지만 '고통이다. 고통이다.' 하면서 고통을 경험하려고 노력하는 것은 회피입니다. 예를 들어 누군가 한마디 던지면 상처를 받고 가슴에 불편함을 느낍니다. 이와 비슷한 배움을 통해 '고통을 경험하면 환희가 된다는 것'을 알게 된 마인드는 '경험해야 해.'라고 하며 마인드가 그 경험을 경험하려고 노력합니다. 마인드는 생각이 흐르고 있는 과정입니다. 다른 생각이 들어오면 마인드는 '지금 올 때가 아니야. 나는 고통을 경험해야 해.'라고

집착하고 놓질 않습니다.

아픔을 진정 경험하는 것은 무엇일까요? 아픔은 육체적 아픔을 온전하게 일어나도록 허용하고 자각하는 것입니다. 예를 들어 마인드가 작용하여 '물 한잔을 경험해야 해.'라고 생각하면 물이 경험이 안 됩니다. 그것이 바로 애씀입니다. 온전히 마인드가 작용하면 애씀이 일어나고 애씀은 아픔으로부터 자신을 멀어지게 합니다. 만약에 진실이 개념으로 사용되고 철학으로 활용되면 그것은 아픔으로부터 멀어지는 수단인 동시에 회피가 될 수 있습니다. 마인드는 아주 똑똑하기 때문에 회피를 잘합니다.

또한 마인드는 수용의 개념을 이용해서 회피하기도 합니다. 예를 들어서 인도에서는 갠지스강을 향해서 여행하는 행사가 있습니다. 거기에 가서 자기의 성품을 바치는 것이 행사의 일부입니다.

어떤 사람이 참여하고 와서 말합니다. “나는 분노를 버리고 왔어.”라고요. 그런데 사람들이 자꾸 와서 묻습니다. “너 정말 분노를 버리고 왔니?” 그런데 그렇게 같은 질문이 계속되고 마침내 다섯 번째의 사람이 질문했을 때, 그 사람은 화를 내면서 말합니다. “내가 이미 말을 했잖아. 내가 분노를 버리고 왔다고!”

### 고통의 수용

수용이 개념으로 있는 한 마인드는 그것을 활용합니다. 이것이 회피가 아닌지 회피인지 어떻게 알아차릴 수 있을까요? 진정한 수용이 일어나면 어떠한 설명도 없습니다. 예를 들어 '삶은 그냥 흐르는 것이야.'라고 생각이 일어나는 것이 아닙니다. 수용이 진정 일어나면 그때는 그 말 자체도 언급이 안 됩니다. 오로지 있는 것은 아픔뿐 어떠한 생각이 붙어있지 않습니다. 그러나 그것이 일어나려면 자각의 힘이 엄청 강력해야 합니다.

고통으로부터 회피하는 과정이 고통입니다. 정당화시키고 틀에 맞추어 편안함을 받을 수 있도록 하는 것은 진정한 고통이 아니라 도망치는 과정일 뿐입니다. 예를 들어 여기에 호랑이가 있다고 합시다. 우리는 어떻게 할까요? 그렇죠, 당연히 도망치는 거죠. 제가 제일 먼저 도망칠 겁니다. 호랑이가 쫓아오면 맨발로 옷도 챙겨 입지 못하고 30분, 40분, 엄청나게 땀니다. 그때 누군가 “너 지금 어떠냐?”고 묻습니다. “나는 고통스럽다.”고 대답하죠. 그가 또 묻습니다. “무엇이 고통스럽냐?” 나는 “저 호랑이 때문에 고통스럽다.”고 대답합니다. 그런데 생각해 봅시다. 호랑이가 저를 건드렸습니까? 저를 먹었습니까? 때렸습니까? 한 번도 그런 사실은 없었습니다. 이것이 바로 고통으로부터 도망치는 것입니다. 호랑이는 언젠가 저를 먹을 것입니다. 어차피 먹힘을 당할 바에는 지금 먹히는 것이 낫지 않을까요?

고통은 우리 안에 있는 무엇이 무너질 때입니다. 그것을 직면하지 못하니까 방어하고 보호하려고 애씁니다. 호랑이가 당신을 바로 먹으면 당신은 죽습니다. 그리고 당신이 죽으면 그것이 당신 삶의 시작입니다. 우리 안에서 죽는 것은 아니만입니다. 아니만은 자신의 왜곡된 관점, 즉 가면을 말하는 것입니다. 즉 자아의 일부가 죽는 것입니다. 그러면 자유로워집니다. 그런데 우리는 그 일부가 죽는 것을 허용하고 싶어하지 않습니다. 그래서 우리는 방어적이고 공격적으로 나갑니다. 먹어버리게 허용한다면 호랑이는 제 할 일을 했기 때문에 없어집니다. 고통으로부터의 자유로움이란 고통으로부터 더 이상 두려워하지 않을 때입니다. 왜냐하면 고통을 경험하면 기쁨으로 전환되는 것을 알기 때문입니다.

고통이 먹힘을 당하는 순간 완전히 끝납니다. 고통의 관점 자체가 끝납니다. 자신이 고통을 수용하는 것이 아니라 고통이 자신을 먹어버리는 것입니다. 도망가는 것을 자각 하십시오. 자각하는 순간 더 이상 뛰지 않습니다. 자각 자체가 고통을 경험하는 것입니다. 그것이 온전한 경험입니다. 고통의 관점이 고통 경험을 가로막을 뿐입니다. 딱 한번 먹힘을 당하면 호랑이가 올 때마다 가만히 있을 것입니다. 왜냐하면 아름다운 경험임을 알기 때문입니다.

어떠한 것이든 온전히 경험하면 남는 여유는 환희와 기쁨입니다. 고통으로부터 성공적으로 도망치면 한숨은 쉬지만 그것은 잠시 동안 잘 도망친 것입니다. 물론, 처음엔 두려움이 있습니다. 그래도 두려움을 극복할 수 있는 방법이 있습니다. 두려움 극복의 두 가지 방법은 첫째, 이 두려움이 마인드가 사용하는 회피 방법임을 통찰하는 것입니다. 그리고 둘째, 이 과정에서 나는 홀로가 아니며, 나는 부처님의 가피를 받고 갈 수 있다는 용기와 가피를 경험하면서 극복하는 것입니다. 예를 들어보자면, 마치 아이들이 엄마 뒤에 숨어서 강아지를 만지듯이 말입니다. 卍

## 정토의 하루

수자타 | 정토마을 가족

연산홍이 이쁘게 피어있는 언덕길을 올라 차에서 내리면 향긋하고 달콤하게 느껴지는 정토마을의 아침공기가 온몸 가득 전해진다. 새소리, 풍경소리……, 아늑하고 편안한 너무도 익숙한 느낌이다.

우리 사는 세상이 하도 어수선하고 안전한 곳이 없으니 내일 아침을 이렇게 또 맞을 수 있을지도 모르고……, 항상 감사한 마음으로 하루를 연다.

일주문을 들어서면 병동 휴게실 창가에서 해바라기하며 티브이를 보고 계시는 동인오빠의 모습이 보이고, 조금 떨어진 옆방 창문으로 성오스님이 예쁜 미소를 지어주신다.

옷 갈아입고 법당 부처님께 아침문안 드리고 병실에 들러, 지난밤 어떤 일들이 있었는지도 모르면서 그저 평상시처럼 무심코 “안녕하세요?”라고 인사를 한다. 하지만 요즘엔 ‘안녕하세요?’라는 인사말을 못 하게 되어 다른 인사말을 찾느라 고민스러울 때도 있다. 환자들은 우리들이 곤하게 잠들어 있는 그 시간에 더 아프다는 사실을 뒤늦게 알았기 때문이다.

우리 아이들이 어릴 적 감기에 걸려 아팠을 때 낮엔 잘 놀다가도 밤만 되면 더 아파서 보채고 했던 때를 왜 잊어버리고 있었는지 모르겠다. 언젠가 티브이를 통해서 우리 정토마을 병동의 밤을 보고 난 후 아침의 고요가 있기까지 환자들의 고통을 더 이해하게 되었다. 뭐가 먹고 싶은지 물어봤을 때 아무것도 없다고 귀찮아하면 나도 맥이 빠지는 데 이것저것 먹고 싶다고 말할 땐 그래도 아직은 괜찮은 거 같아서 고맙고 나도 힘이 난다. 칼국수 반죽을 하여 팔목이 시큰거려도 환자들이 맛있다고 하면 뿌듯함을 느낀다. 지금의 공양주 거사님은 마술사 같아서 주문만 하면 어느새 푹푹! 음식을 만들어내



수자타

니 도깨비 방망이를 가지고 계시는 듯하다.

건조오빠, 잠에서 막 깬 듯 만 듯한 표정으로 천장만 바라보고 계신다. 병실로 들어가서 손을 잡아라치면 어느새 그 커다란 눈을 동그랗게 뜨고 몸을 일으키는 시늉을 하신다. 마음처럼 움직여지지 않는 몸이라는 사실조차 기억 못하시면서 오빠는 그렇게 힘겨운, 그렇지만 무척이나 반가운 아침인사를 오늘도 어김없이 해주신다.

방마다 들러 아침인사를 하고 마지막으로 할머니 방으로 향한다. 나랑 같은 군민이기도 한 착하고 이쁘고 똑똑한 명례할머니. 어느 날 점심공양하시는 걸 돕는데 할머니께서 그러셨다. 앞으로 당신을 부를 때 '착하고 이쁘고 똑똑한 명례할머니'라고 불러달라고. 그런 할머니의 모습이 너무 귀여워서 한참을 웃었다. 미지근한 물보다 시릴 만큼 찬물을 좋아하시고, 싱거운 음식은 맛없다 하시며 간간해야만 경건이가 맛있다고 하시는 할머니. 집이 어디냐고 물으시길래 군청 옆에 산다고 했더니 깜짝 놀라시며 군수 딸이여? 하신다. 아마도 군청 사택에 사는 걸로 알아들으신 듯하다. 돌아가신 아버지께서는 죄송하지만 영접결에 나는 증평군수 딸이 되었다.

어릴 적 할머니 가슴을 만지며 잠들었던 시절을 추억하며 안 되는 건지 알면서 할머니 침대에 올라가 그때 그랬던 것처럼 할머니 가슴을 만지작거리다 정말로 잠이 들어버



정토마을 일주문



린 적도 있다. 다른 사람 오면 혼날까봐 그러셨는지 할머니께서 이불을 꼭 덮어서 날 감춰주셨단다. 당신한테서 늙은이 냄새 날 거라며 못 오게 하시면서도 잘 자라고 노래까지 불러주시는 할머니께서 부디 오래오래 사셨으면 좋겠다.

정토마을의 하루는 이렇게 시작되고 시간이 어떻게 지나는지도 모르게 바쁜 하루가 간다. 때로는 너무 바쁘고 힘들어 그만두고 싶은 적이 한두 번이 아니었는데 그런 생각이 들 적마다 이상하게 스님 꿈을 꾸게 된다. 이런 게 바로 사람들이 말하는 팔자라는 게 아닌가 싶다.

많이 부족하지만 나의 손길을 필요로 하는 분들이 있다는 사실이 얼마나 고맙고 행복한 일이던가. 어제와 같은 오늘, 내일도 오늘 같은 날을 살겠지만 항상 감사하는 마음으로 열심히 살아야겠다. 환자의 입장에 서서 생각하고 살기는 어렵겠지만 내 가족 중 한사람이라 생각하고 내 힘이 닿는 한 정성으로 그분들을 대할 것이다.

한동안 오른팔에 깁스를 하고 있었기에 스님 옷손질을 제대로 못해드렸다. 이제야 옷장 정리를 하며 여기저기 흩어져 있던 내 마음도 더불어 정리해볼까 한다. 卍



## 정토 이야기

### 정토 환우들의 봄소풍



따뜻한 봄햇살 속에 정토마을 호스피스 환우들이 진천 보탑사로 소풍을 다녀왔습니다. 평상시 외출이 자유롭지 못했던 호스피스 환우들을 위해 한화종합화학(부강) 봉사단, 의료팀, 봉사자 등 30여 명이 어렵게 준비해 주셨습니다. 환우들은 보탑사의 아름다운 정취와 싱그러운 봄을 만끽하면서 잠시나마 고통을 잊을 수 있었고, 자원봉사자들에게는 호스피스 환우들의 고통을 조금 더 가까이에서 느껴보는 소중한 날이었습니다. 제한된 병실에서 죽음만을 기다린다고 생각하는 대다수 사람들의 상식을 깨는 정토마을 호스피스 환우들의 이번 봄나들이는 일반인들에게 호스피스를 다시금 생각하게 하는 계기가 되었으리라고 봅니다.

### 사랑의 자비떡 나눔



매년 부처님 오신 날을 맞아 정토마을과 한국불교간병사협회, 한화종합화학 부강공장은 청주 인근 지역의 병원을 방문하여 질병과 사고로 병상에 계신 환우분들께 '사랑의 자비떡 나눔' 행사를 펼치고 있습니다. 올해도 부처님 오신 날을 며칠 앞두고 30여 명의 관계자들과 병원을 방문하며 환우들께 사랑과 정성이 담긴 떡과 음료를 나누어 먹었습니다. 부처님의 자비로운 은혜를 이웃들과 함께 나누기 위해 실시하는 자비떡 대중공양으로 병마의 고통에 있는 환자들의 빠른 쾌유에 조금이나마 도움이 되었으면 합니다.

## 정토 이야기

### 무자년 초파일



손에 오색 물들여가며 연등주인 소원성취를 위해 한등 한등 정성을 담아 만드시는 스님들, 정토가족들 덕내에 항상 부처님의 자비광명이 충만하시길 기도합니다.

정토를 환히 비취줄 아름다운 연등에 소원을 담아 정성껏 매듭니다, 가족 모두 건강하고 행복 하길 발원합니다.

모든 탐욕의 때를 깨끗이 씻어내고 바른 지혜 공덕을 모아 새롭게 태어나겠습니다.

### 영가 천도제 봉행

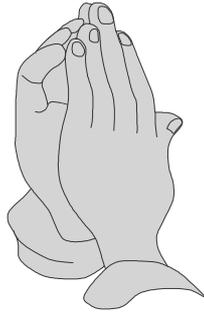


매년 봄이 되면 정토마을 임종 환우들과 모든 영가님들을 천도하는 영가 천도제를 정토마을 도량에서 봉행합니다, 올해도 정토마을 가족과 신도들이 참여하여 영가님들의 극락왕생을 발원 하며 부처님전에 지극정성으로 기도를 올렸습니다.

모든 일체 영가님들 극락왕생하소서

## 좋은 인연들의 이야기

2008년 3월 1일~2008년 5월 31일



정토마을 후원가족이 되어주셔서 진심으로 감사합니다.

기쁜 마음으로 환영합니다.

앞으로도 지속적인 관심과 후원 부탁드립니다.

### ♥ 새로 후원가족이 되신 분들

강원석 강철수 광덕순 권영자 권주현 권혁심 길현옥 김 진 김경일 김광쇠 김남준  
김동완 김두리 김미희 김보라 김보선 김성환 김숙완 김양자 김영원 김용애 김은정  
김인용 김정실 김정윤 김정한 김종희 김함종 김현배 김흥식 남영선 노병희 도석수  
류효진 민경미 민경숙 박남신 박재홍 박정주 박진숙 박찬일 배주호 백경자 서영우  
손영진 손정실 송규영 송남숙 송은미 신경순 안영근 양동지 엄인석 염어진 오문주  
오세홍 우경애 유영자 육경숙 윤외자 윤은주 윤주현 윤진숙 이경은 이동영 이미자  
이상열 이서제 이 순 이쌍례 이용완 이용주 이원규 이은상 이재연 이종갑 이종애  
이지민 이창열 임경준 임달오 임명선 임지현 임춘미 장영란 장영준 장정애 장호선  
장희원 정노영 정명화 정무영 정희숙 조경숙 조규례 조덕화 조애라 주향미 지승구  
진경자 차용범 최윤석 최인순 하재화 한인갑 한정숙 한종섭 황금주 황미하 황민하  
황순득 황승태 황혜진 김종숙2 김춘자3 이재일2 고봉스님 기영스님 본연스님  
마하불심회 중원건설 진명리테크

## 좋은 인연들의 이야기

2008년 3월 1일~2008년 5월 31일

### ♥ 관자재병원 건립불사 모연문 회향하여 주신 분들

서민들을 위한 관자재병원 건립을 위해 '자비벽돌 후원모연'에 동참하여 주시는 많은 권선자께 진심으로 감사드립니다. 한분 한분의 소중한 인연 맺어 회향하시느라 수고 많으셨습니다.

감독사 고행순 김미애 김선이 다 정 박경숙 박은숙 배선운 여래심 우순제  
원용진 윤해숙 이덕남 이숙희 임말남 임의춘 전옥녀 정형미 황영희  
범신스님 일념스님 수환스님 혜신스님

### ♥ 福돼지 회향하여 주신 분들

사랑 가득 담아 정성으로 福돼지 회향하여 주신 분들께 진심으로 감사드립니다.

강성봉 강순자 금강지 권명숙 김경숙 김민애 김예주 김정표 김진호 박이순 송복자  
자명자 정봉연 정점임 정해상 종원스님 한봉춘 한옥수

작은 뭉에 사랑의 양식 가득 채워주실 분을 위해 福돼지 분양은 항상 준비되어 있습니다.  
필요하신 분은 언제든 사무국으로 전화하십시오.

### ♥ 콜품으로 후원하여 주신 분들

강용석 강혜정 구족행 권혁심 김명와 김미선 김미영 김보라 김옥희 김용애 김정환  
김정호 김진희 단무자 대금강 문용암 민정원 복광순 선정화 송시경 신복출 용문사  
윤옥희 이금재 이명숙 이영애 이은숙 이종규 이창월 장정숙 전동환 전옥녀 정자현  
조진희 청양사 최태욱 탁미선 탈골암 평등각 학림사 홍미자 화엄행 환희주 황미숙  
우룡큰스님 정일스님 지광스님 혜정스님 부산보살 봉황농장 솔비엄마 유니테크빌  
마포종합약국 보광사자매회 적십자문심회 환자보호자 한화&C부강공장봉사단  
현대자동차불자회

## 좋은 인연들의 이야기

2008년 3월 1일~2008년 5월 31일

### ♡ 몸소 방문하여 사랑을 실천하신 분들

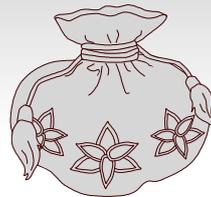
바쁜 일상 속에서도 사랑을 나눠주고 가신 봉사자님들, 수고 많으셨습니다.

강혜경 개 경 김경한 김명숙 김민화 김재운 김재홍 김정한 김정현 김철오 김춘자  
김화숙 미 소 박성혜 선정화 신경철 신유호 신은정 신한구 신현구 안종순 안혜연  
염영호 오정순 원갑수 이명숙 이수경 이승완 이연옥 이옥자 이종미 장아진 장아현  
전우성 정념희 정명화 정영숙 조은영 지은희 진말숙 최경옥 최규현 최금자 최재옥  
최재진 한미하 한숙자 환희주 법성선원 KT포에버 R&B미용실 60년취들의세상  
대전문사수법회 수원불교청년회 옹화봉사단 한물사랑회 한화L&C부강공장봉사단  
현대자동차불자회

정토마을 환우들과 소중한 시간 함께해 주실 일반, 단체, 장기 봉사자를 기다립니다.  
사랑을 몸소 실천하실 자원봉사자께서는 오시기 전에 미리 사무국으로 접수하시면  
일정을 알려드립니다.

### ♡ 정토마을 환우들께 필요한 물품

뉴케어(일반식), 환자용 1회용 매트,  
선풍기(스탠드 or 벽걸이형),  
팍티슈, 물티슈, 잡곡, 찹쌀, 옥창용품



☞ 후원물품 계좌 : 농협 401120-51-017456 (재)정토사관자재회

☞ 후원 문의처 : 정토마을 사무국 043) 298-2258

서민들을 위한 종합의료복지 시설

# 관자재병원 건립 불사

인간에게 더 이상 치유될 수 없는 질병은 가족과 사회로부터 소외와 상실을 경험하게 하고, 그 고통과 슬픔은 환자의 삶의 질을 피폐화시키고 인간의 존엄성마저 앗아가 버리는 것이 오늘의 현실입니다. 우리 이웃들의 고통과 아픔을 함께하기 위하여 건립될 관자재병원은 인간의 삶과 죽음의 질을 높이고 정신적 빈곤감을 완화시켜 맑고 향기로운 세상을 열어가는 공동체가 될 것입니다. 관자재병원 건립 불사에 뜻있는 많은 정토 가족님들께서 동참하시어 온 세상에 자비의 등불을 밝혀주는 소중한 인연 맺어주시면 감사하겠습니다.



## 건립계획

- 장 소 : 울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1(現 마하보디교육원 동일부지 내)
- 건축면적 : 지하 1층, 지상 4층(약 1,050평)
- 주요시설 : 일반재가병동, 승가요양병동, 중환자병동, 재활물리치료실 등
- 의료서비스 : 지역사회 서민들을 위한 외래진료, 재활치료, 가정방문간호 등

## 건립후원안내

모든 생명을 소중히 여기며 불치의 질병과 열악한 환경으로 인해 존중 받지 못하고 소외된 이웃들에게 평등한 의료복지 혜택과 편안한 안식처로써의 기능을 수행하게 될 관자재병원 건립불사에 뜻있는 많은 정토 가족님들께서 동참하시어 온 세상에 자비의 등불을 밝혀 주는 소중한 인연 맺어주시면 감사하겠습니다.

**후원계좌** ☎농협 401131-51-075952 국민은행 713701-01-140932 (예금주:재단 정토사관자재회)

※ **관자재병원, 마하보디교육원** 건립기금에 소득세법 24조에 의해 연말정산 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1      홈페이지 <http://jungtoh.com>  
TEL 052)264-1007      FAX 052)264-0209      전자우편 [amita@jungtoh.com](mailto:amita@jungtoh.com)

병들어 고통 받는 우리 이웃들의 평화로운 안식처

# 정토마을



충북 청원군 미원면 구녀산 자락에 위치한 정토마을은 부처님의 자비로운 품안과 같이 아름다운 자연 환경 속에서 호스피스의 다양한 프로그램을 운영하며 병들어 고통 받고 이웃으로부터 소외당한 환우에게 전인적인 돌봄을 제공하는 독립형 호스피스 요양센터입니다. 항상 부처님의 가르침에 따라 환우에게는 성심을 다하는 간호와 돌봄으로 인간의 존엄성과 높은 삶의 질을 유지하며 평화로운 임종을 맞이할 수 있도록 도우며, 환우가족에게는 사별간호를 통해 사별의 고통과 아픔을 덜어주는 일에 최선을 다하고 있습니다.



### • 정토마을 운영

1. 대상 : 말기암 또는 더 이상 치유가 불가능한 병으로 고통 받는 환우
2. 운영 : 축탁의, 간호사, 자원봉사자들의 24시간 전인적인 돌봄

### • 정토마을 이용 안내

1. 입소신청 ▶ 전화, 팩스-환자의 진단서 제출
2. 상담 ▶ 전화, 방문
3. 입소심사 ▶ 정토마을 입소기준에 의거 심사
4. 입소통보 및 입소

※ 복잡한 절차 없이 전화 통화만으로 이용이 가능합니다.

### ♥오시는 길

#### → 서울 방향에서 오시는 길

중부고속도로 ➡ 증평 I. C ➡ 내수 ➡ 초정약수  
➡ 미원방향 ➡ 정토마을

#### → 부산 방향에서 오시는 길

경부고속도로 ➡ 영동 I. C ➡ 보은, 청주방향  
➡ 미원 ➡ 초정약수 ➡ 정토마을



# 소중한 인연 후원가족을 모십니다

항상 아낌없는 사랑과 정성으로 정토를 일구시는 후원가족 여러분들께 깊은 감사를 드립니다. 삶의 종착역에서 고통 받는 환우와 그 가족들께 조건 없는 사랑을 실천하는 일에 최선을 다하는 정토마을에서는 언제나 소중한 마음 나누어주실 따뜻한 손길을 기다리고 있습니다.

주변에 정토마을을 소개하고 한분 한분의 소중한 인연을 맺어주시면 삶의 마지막 동행길을 함께하는 정토마을은 물론, 병들고 가난하여 고통 받는 우리 이웃들을 위한 종합의료복지시설인 환자재병원 건립과 운영에도 커다란 밑거름이 될 것입니다.

## 후원안내

전화 한 통이면 빠르고 간편하게 후원회원이 되실 수 있습니다.

- 후원 방법 : 자동이체(CMS), 무통장입금, 지로입금, 현금, 물품후원
- 후원 접수 : 전화, 홈페이지, 방문

농 협 401120-51-016794

국민은행 713701-01-001909

예금주 : 재단 정토사관자재회

※ 자동이체(CMS) 후원신청을 하시면 전화한통으로 신청, 변경, 해지가 가능하며 은행에 가시는 번거로움 없이 편리하게 후원금을 납부하실 수 있습니다.

※ 보내주신 후원금은 소득세법 제 34조에 의거 연말정산 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다. (기부금영수증 발급은 법인사무국으로 신청합니다.)

소식지가 새롭게 개편됨에 따라 후원회원님들께서 보내시는 소중한 후원금 입금 내역을 실지 못하게 되어 송구한 마음 전하며 넓은 양해해 주시기 바랍니다. 개개인의 입금 내역을 실지 못하는 대신 후원금 입금일로부터 2~3일 내에 문자메시지로 입금 확인 문자메시지를 발송하고 있으니 착오 없으시기 바라며, 핸드폰 번호 누락 등으로 문자메시지를 받지 못하는 분께서는 사무국으로 연락해 주십시오. 후원금 입금과 관련하여 기타 궁금하신 사항은 사무국으로 문의하시기 바랍니다.

재단 정토사관자재회  
정토마을호스피스

충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1 우)363-871  
TEL. 043)298-2258(代) FAX. 043)298-1457 <http://jungtoh.com>

## 여름방학 집단상담 안내

여름방학이 다가옵니다. 자녀들에게는 즐겁고 신나는 시간이지만 부모님들께서는 새로운 고민이 시작되는 시간일 수도 있습니다. 긴 방학을 어떻게 보내야 아이들에게 보람되고 유익할까를 고민하게 됩니다. 부족한 공부를 시키기 위해 빡빡하게 일정표를 짜서 학원으로 보내기도 하고 별도의 과외를 시키기도 하며 멀리 외국으로 여행을 보내기도 합니다.

그런가 하면 방학 내내 자녀들과 싸우다가 방학을 마치는 가정도 있을 것입니다. 매년 두 번씩이나 되풀이되는 방학이지만 부모님들의 고민은 한결같습니다. 그래서 마하보디교육원에서는 방학기간을 이용하여 자녀들에게 행복한 삶을 살아가는데 도움이 되는 체험활동프로그램을 마련하였습니다.

첫째는 자신의 마음을 맑고 곱게 다듬어가는 방법을 배웁니다. 어릴 때의 마음의 상처는 어른이 되어서도 그대로 남게 됩니다. 억압당하고 억울한 감정들을 털어버림으로써 맑고 아름다운 삶을 살아갈 수가 있습니다.

둘째, 타인과 관계 맺는 방법을 익히게 됩니다. 집단상담과 집단활동을 통해 자신을 이해하고 자신에 대한 긍정적인 생각을 키우게 됩니다. 그것을 바탕으로 하여 타인을 이해하고 타인을 수용하며 타인과의 건강한 인간관계를 맺는 방법을 연습하게 됩니다.

행복한 사람들의 공통점은 마음의 상처가 적고 타인과 건강한 관계를 맺는다는 것입니다. 좋은 기회가 되기를 바랍니다.

동국대학교 경주캠퍼스 교수 김정일

### ◆ 나를 찾는 여행 캠퍼 ◆

자녀들이 행복한 삶을 살아가는데 도움이 되는 체험활동프로그램이 마련됩니다. 자기 스스로의 성장에 관심 있는 학생, 평소 가정이나 학교에서 상처받은 학생들 혹은 대인관계나 생활상에 어려움을 겪는 아이들, 심리적·정서적으로 안정이 필요한 아이들에게 도움이 될 것이라고 기대합니다.

- ✓ 일 정 : 2008년 8월 8일(금)~10일(일) 초등학생 4, 5, 6학년  
2008년 8월 15일(금)~17일(일) 중학생
- ✓ 주 제 : 타인과의 관계 형성과 배려
- ✓ 내 용 : 집단상담, 미술활동, 영화나누기, 놀이활동 등
- ✓ 장 소 : 마하보디교육원 교육관
- ✓ 인 원 : 50명    ✓원서접수 : 홈페이지, 전화, 방문, 우편접수
- ✓ 교 육 비 : 20만원
- ✓ 입금계좌 : 국민 713701-01-140961(정토서관자재회)
- ✓ 제출서류 : 교육지원서, 사진 1장

#### ■ 보조 선생님 8명 모집

- 제출서류 : 자원봉사자 지원서
- 지원 및 인증 : 숙식 제공, 자원봉사자 인증서 발급



마하보디교육원 : 울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1  
홈페이지 : <http://jungtoh.com> ☎ 052-264-1007