

‘까루 린포체’ 초청 관정의식 및 수계의식

일 시: 2010년 10월 17일(일)
장 소: 마하보디교육원 대법당

Rinpoche: 환생한 스님

관정의식이란?

수행에 들어가는 입문식이고 본존불께서 가피를 내려 힘을 부여하여 제자의 근기를 성숙시켜주는 의식입니다. 관정은 금강승에 필수불가결한 입문절차로 티베트의 스승들은 관정을 받지 않고는 수행을 성취할 수 없다고 말합니다. 관정을 통해 스승과 제자 사이에 수행을 성취하게 할 수 있는 가피와 서원이 이루어지게 되고 본존불의 가피로 수행에 모든 장애가 정확되는 의식입니다.

근세 티베트불교의 최고 수행성취자이시며 오직 중생들의 이익을 위해 사시고 불도에 오르고자 하는 이들에게 가피가 내려질 수 있게 항상 기도하시는 ‘까루 린포체’ 환생자 초청법회에 여러분을 초대합니다. 실질적인 수행을 돕기 위해 방한하여 마하보디교육원을 찾아 주시는 까루 린포체와의 귀한 법연과 관정의식 및 수계의식을 통해서 불보살님으로부터 가피를 받고 근기를 성숙시키는 법회에 뜻있는 분들의 많은 동참바랍니다.

행사일정

일 시 10월 17일(일요일)
오전 10시 ~ 12시 30분 | 예불 및 관정의식
오후 1시 30분 ~ 2시 30분 | 수계의식
오후 2시 40분 ~ 5시 | 영가 천도재

장 소 울산시 울주군 상북면 양등리 138-1 마하보디교육원 대법당

동참금 5만원(관정의식, 수계의식, 영가천도재), 5만원(수계의식만), 1만원(영가천도재만 영가 1위)
※ 수계를 받으실 분은 10월 5일까지(이름, 생년월일, 주소, 연락처) 신청바랍니다.
이미 수계를 받으신 분들도 다시 받으실 수 있습니다.

전화접수 052- 254 -2340~1 fax : 052-254-2347

입금은행 농협 401120-51-0917461 / 예금주 : 정토마을

홈페이지 <http://jungtoh.com>

보디사트바

2010년 가을
제3권 제3호, 통권88호



Bodhisattva

여는 글	04	이 가을에는... 조화와 화목을 기도합니다	능 행
선지식 탐구	06	까루 린포체는 어떤 분이신가?	편집부
명법문 · 명강의	08	자비심은 행복과 건강의 본질입니다.	편집부
명상카툰	13	나무아미타불	용정운
내 마음의 시어詩語	14	모두를 위한 기도	
라다크 순례기	16	조현의 라다크 · 잔스카르 순례기	조 현
내 마음의 경구	23	참마음에 주파수를 맞추라	지 환
경전 이야기	24	마하보디 교육원으로서의 초대	명 현
심리치유	26	알아차림 대화	김점란
의학이야기	30	암의 치료2	김진목
만화로 만나는 뜨락	32	막돌이 좋은 이유, 보름달	최영순
임상의 숲	34	우리에게 주어진 시간은 얼마 만큼일까	엄수현
보디사트바 향기	36	경허집	
우리들의 이야기	38	하나, 도명(27기 호스피스 수료)	
	40	둘, 김정광(호스피스협회간사)	
	42	셋, 이길수(31기호스피스 수료생)	
	44	넷, 이정현(31기호스피스 수료생)	
정토마을관자재회 소식	46	정토마을관자재회 소식	
특별한 인연을 위한 기부	48	특별한 인연을 위한 기부	
자제병원	49	자제병원	
정토마을	50	정토마을	
후원 안내	51	후원 안내	
CPE 교육 안내	52	CPE 교육 안내	
마하보디명상심리대학원 안내	53	마하보디명상심리대학원 안내	
호스피스협회 세미나 개최 안내	54	호스피스협회 창립기념 세미나 개최 안내	

· 발행처 정토사관자재회 · 발행일 2010년 9월 1일 · 발행 · 편집인 능행 · 등록 울산바01004(2008.4.11.)
 · 기획위원 강옥희 희유 · 편집위원 김경오 김성규 박정선 상진 장용렬 · 편집장 수필
 · 주소 정토마을 충북 청원군 마원면 대신리 산17 전화 043)298-2258
 마하보디교육원 울산 울주군 상북면 양등리 138-1 전화 052)264-1007, 0117 팩스 052)264-0209
 · 기획 · 편집 맑은소리 맑은나라 전화 051)255-0263 팩스 051)255-0953 · 제작 아띠울 | 비매품



능행 | 마하보디교육원장

이 가을에는...
조화와 화목을 기도합니다



부처님 전에 한 자루 향 올립니다.

후원자 여러분! 그동안 평안하셨는지요? 여러분 모두가 자기의 속박에서 벗어나 모든 존재와 더불어 화목하게 살아가기를 기도합니다.

언양의 벼이삭은 이제 고개를 숙이고 누런빛을 드리우고 영글어가기 시작하는 것 같습니다. 그 모습이 침묵 속에 명상하며 조화롭고자 하는 몸짓으로 다가오며 저의 가슴을 따뜻하게 하는군요.

‘우리네 인간사도 저리되어야 하는 것을...’ 하는 생각과 함께요.

아무것도 없어도 베풀 수 있는 마음, 비록 억울함을 당해도 화목할 수 있는 사람이 곧 보살행을 실천하는 사람이라고 생각합니다. 배운 것이 없고 글을 몰라도 자비심이 있다면 진정한 보살일 것이며, 그렇기에 보살의 길은 마음을 조복받은 사람의 길이 아닌가 하는 생각을 합니다.

지혜가 모자라면 속박에 끌리고, 요익중생하는 자비심이 있으면 모든 구속과 속박에서 벗어날 수 있다고 합니다. 강물이 흐르듯 여러분의 가슴마다에 자비심이 흐르기를 바랍니다.

선과 악, 유와 무 어느 곳에 치우치지 않고 모든 일에 조화와 융화로써 판단하고 행한다면 그것이 곧 보살의 마음이고 부처님의 마음이 아닐까하는 생각을 하여봅니다. 세상에 화목하는 것만큼 중요한 것은 없습니다. 옳고 그르고의 문제를 넘어서 잘하고 못하고의 사실을 건너서 원만한 조화가 있을 수 있다면 그것이 곧 부처님의 가르침대로 살아가는 참 불자의 모습이 아닐까요.

모쪼록 우리 후원자 여러분 모두가 자신의 존재 안에서 그리고 가정과 사회 속에서 조화롭음과 화목을 행하여 이 사회에 자비행을 실천하는 이들이 되시길 기도합니다. 卍

언양에서 능행 지심정례

까루 린포체는 어떤 분이신가?

편집부



갑제 까루 린포체의 고귀한 원력으로 인해 까루 린포체 환생자가 1990년 9월에 출생하였다. 2대 까루 린포체께서 태어나실 때 사원 주변에는 길상한 징조들이 보였는데 전대 린포체가 열반하실 때 나타났던 것과 같은 무지개가 떴다고 한다. 린포체께서 이전에 지내셨던 삼둑다제최링 사원에 다시 태어나신 것만 보더라도 린포체의 마음은 완전히 자유롭다는 것을 알 수 있다.

신심있는 신도들과 제자들은 존귀한 환생자 아이를 친견하고 얼굴을 보는 것만으로도 유난히 몸과 마음이 환희로운 경험을 했다고 한다. 까루 린포체 환생자를 1992년 3월 정

식으로 승인하였으며 전대 까루 린포체로부터 확실한 계시를 받으셨다고 하셨다. 린포체가 전대 린포체가 세우신 프랑스의 센터를 방문했을 때 전대 린포체의 제자들은 환생한 스승님을 뵙고 그의 존재감에 경이로움을 금치 못했다. 2대 린포체는 어린나이에도 불구하고 보현보살의 보현행원품을 염송하고 절을 하며 부처님의 존상들 앞에서 신구의로 예경을 드렸다.

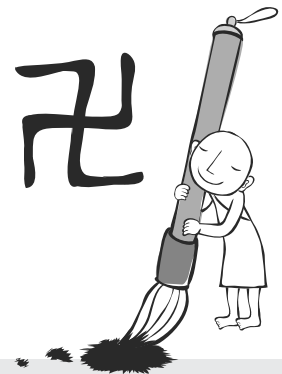
그가 3살 반 때 요령과 다마루를 매우 잘 연주하였고 성구들을 능숙하게 다루었으며 거지들에게 보시하며 다른 이들에게 이익이 되는 행동을 즐겁게 하여 주위 사람들을 놀

라게 하였다. 세계 순방길에서는 만나는 이들에게 온화하고 사랑스러운 존재감을 뽐내어 신심을 주었고 보살의 덕성을 보이셨다. 명상수행과 기도염송, 서예 그리고 전통 불교악기에 대한 애정은 그의 불사에 대한 깊은 인연을 드러나게 하였다.

그의 온화하고 자비로운 기운은 또래 아이들을 훨씬 능가하는 것이었고 성품은 고요하고 절도가 있으면서도 두려움이 없었다.

린포체는 쌍빠 까규 법맥의 모든 관정을 다 받으신 후 보카르 사원에서 3년 무문관에 들어가셨다. 2008년 9월 린포체는 첫 3년 무문관을 성만하시고 안거 해제를 하셨다.

우리는 오직 중생들의 이익을 위해 사시고 원력불사로 상빠와 까르마까규 법맥 전승이 지켜지고 전수되어 불도에 오르고자 하는 이들에게 가피가 내려질 수 있게 노력하시는 린포체께 감사하는 마음을 보낸다. 卍

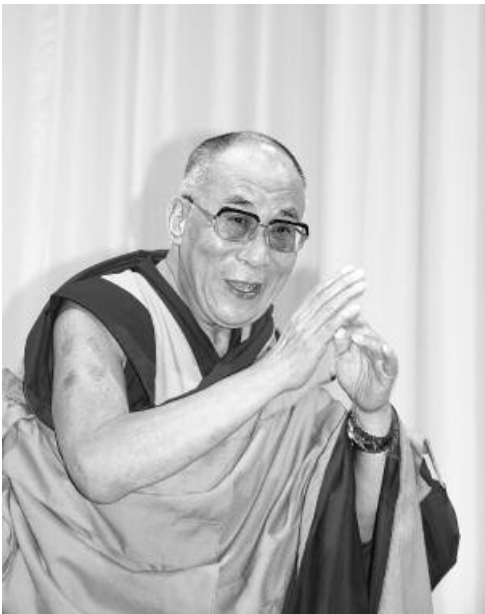


☒ 위 내용은 언양 정토마을 정토사관자재회에서 10월 4일 관정법회에 모시게 될 까루 린포체에 대한 기록을 티벳문화원 혜등정사 홈페이지에서 발췌한 내용입니다.

“자비심은 행복과 건강의 본질입니다.”

티베트 법왕 제14대 달라이 라마 | 일본 요코하마 초청법회 대중 법문(Public Talk)

취재·정리 편집부



인간의 내적인 평화로움을 가져다주지는 못한다는 것 또한 알게 되었습니다. 미국, 유럽 등의 나라들이 물질적인 풍요로움을 성취했지만 그 한계에 부딪히고 여러 가지 고통을 경험하고 있기 때문입니다. 그래서 많은 사람들은 내적인 평화로움의 가치가 얼마나 중요한가 하는 것도 새삼스럽게 느끼고 있습니다. 내적인 평화나 행복은 병원의 처방과 약으로 치료할 수 없습니다. 그러나 저는 이 같은 사실을 낙관적으로 생각합니다. 우리가 새롭게 맞이했던 21세기는 단지 10년이 지났습니다. 그 21세기는 아직 90년이 남았습니다. 물론 일부의 사람이긴 하지만 그 사람들이 내적인 가치를 추구하고 있습니다. 그 가치에 대해서 애를 써서 탐험하고 있습니다. 이런 내적인 가치를 통해서 정신적인 행복을 성취할 수 있다는 부분에 대해서 확신을 가질 필요가 있습니다. 왜냐하면 그것은 가능한 일이기 때문입니다.

여러분 안녕하십니까. 이 자리에 참석하기 위해 여러 나라에서 오신 분들께 감사드립니다. 20세기의 마지막. 인류는 물질적인 풍요를 성취했습니다. 전기나 여러 가지 발전을 통해서 인간의 성취가 과학의 발전을 통해서 가능하다는 것을 보여 준 것입니다. 그러나 21세기를 맞이하면서 물질적인 풍요가 결국



그렇다면 내적인 마음의 평화에 대해 새롭게 생각해 봅시다. 몸의 행복이나 사회의 행복, 또는 가정의 행복을 이루기 위해서는 자비심이 무척 중요합니다. 이 사랑의 마음, 자비심이 있으면 혈압도 떨어지고 스트레스도 줄어들 수 있습니다. 가장 중요한 것은 사람이 살아가는 사회는 서로가 서로에게 의지하면서 존재한다는 사실입니다. 서로에게 의지하기 위해서는 믿음이 필요합니다. 청정한 믿음을 통해서 우리는 사회의 신뢰를 회복할 수 있고 또 이 사회의 신뢰를 회복함으로써 화목해질 수 있고 평화로운 사회를 만드는 것이 가능합니다.

신뢰라고 하는 믿음은 결국 서로를 속이지 않고 서로를 혼란시키지 않는 것을 통해서 실현 가능합니다. 따라서 서로 신뢰할 수 있는 가정, 사회나 국가를 만들기 위해서 우리는 서로 화목하고 평화로운 관계들을 만들어 갈 수 있어야 합니다. 이런 평화로운 사회, 가정을 만들기 위한 가장 기본적인 출발은 곧 우리의 마음속에 있는 자비심을 일깨우는 것입니다.

우리는 어렸을 때 어머니의 사랑을 경험했습니다. 누구라도 어릴 때 어머니의 사랑을 충분히 경험한 사람은 마치 우리의 몸에 피가 흐르는 것과 같은 방식으로 사랑에 대한 경험

이 절대 없어지지 않습니다. 그 사람은 한 생을 통해서 다른 사람을 신뢰할 수 있고, 그 신뢰를 통해서 다른 사람과 같이 평화로움을 성취합니다. 그와 반대로 어릴 때 부모의 사랑을 충분히 받지 못한 사람의 경우에는 그 사람의 마음속에 깊은 믿음이 없고 다른 사람을 신뢰할 수 있는 마음이 없으며 그런 신뢰하지 못하고 믿지 못하는 마음 때문에 그 사람의 인생도 그다지 즐겁지 못한 결과를 낳는 모습을 봅니다. 이것은 종교적인 가르침과는 상관없이 일반적인 경험을 통해 알 수 있는 부분입니다.

사회도 마찬가지입니다. 자비심의 마음이 있으면 다른 외적인 조건이 충분하지 못하더라도 평화롭고 행복한 사회를 이룰 수 있습니다. 아무리 많은 돈이 있고 아무리 큰 권력이 있다고 하더라도 만약 그 사회 구성원들의 마음에 자비심이 없다고 한다면 발전은 쉽지 않습니다. 대단히 힘들 것입니다. 이것은 상식입니다.

요즘 많은 과학자들이 이를 입증하고 있습니다. 예를 들어 마음속에 자비심이 클 때 면역체계가 대단히 증가하고 강해진다는 사실을 알 수 있습니다. 반대로, 마음속에 성내는 마음이 있고 화합하지 못하고 믿지 못하는 마음이 클 때 그 사람의 면역체제도 쇠퇴하고

감소해서 여러 가지 질병을 일으키는 결과를 볼 수 있습니다. 그래서 성냄이 어떤 경우에는 면역 체계를 완전히 잡아먹는다는 표현까지도 씁니다. 이런 것은 내생에 대한 부분을 인정하는 여부와는 상관이 없습니다. 단지 현생에서 자비심이 가정과 사회와 국가를 화합하는 데 얼마나 중요한 지 다시금 생각할 수 있기에 그 중요성을 느낄 수 있다는 얘깁니다.

지구상에는 약 70억 명의 사람들이 존재한다고 볼 수 있는데 그중 많은 사람들이 종교를 믿지 않습니다. 물론 자비심을 키우고 인욕하는 마음을 키워야 한다는 것이 오로지 종교를 가진 사람에게만 해당되는 사항이라고 이해할 수도 있습니다. 그렇지만 자비심과 인욕은 누구에게나 반드시 필요합니다. 종교를 갖고 있는 사람이나 없는 사람이나 행복하고 싶고 고통에서 벗어나고 싶은 마음을 갖고 있기 때문입니다. 누구나 자비심과 인욕을 키워야 한다는 말입니다.

우리는 다음의 예를 통해 이 사실을 인정할 수 있습니다. 새들의 경우, 어미가 알을 낳아서 새끼가 깨어 나오면 그 새끼 새는 어미의 사랑을 받고 자랍니다. 만약 어미가 사랑하는 마음을 갖지 않으면 그 새끼 새는 정상적으로 자랄 수 없을 것입니다. 이 부분을

살펴 볼 때 종교적인 관심이나 법적인 이유로 사랑하는 것이 아님을 알 수 있습니다. 어미 새는 오로지 생리적으로 또는 생태적으로 새끼에 대한 사랑을 갖고 키웁니다. 왜냐하면 새끼는 어미 새의 사랑 없이는 성장할 수 없기 때문입니다.

사랑의 중요성은 벌레뿐만 아니라 사람도 마찬가지입니다. 몸의 평화와 마음의 평화 또는 몸이 건강해지고 마음이 건강해지기 위해서 우리는 반드시 사랑이 필요합니다. 사랑이 필요한 이것은 법률적인 부분이 절대 아닙니다.

그런데 지금 설명하고자 하는 사랑이나 자비심은 반드시 배움을 통해서 성취할 수 있는 자비심입니다. 사랑이 생리적인 방식으로 존재한다면 배울 필요가 없겠지요. 그러나 우리가 정말 강조하고자 하는 자비심은 지혜를 통해 배워야 알 수 있는 사랑입니다. 그래서 생리적으로 생기는 사랑이라고 하는 것은 조금 전 예처럼 어미 새가 새끼 새를 키울 때, 새끼 새가 크면 사랑이 점점 줄어들 수 있습니다. 또 생리적으로 생기는 사랑은 지엽적인 사랑입니다. 예를 들어 친한 친구에게는 사랑의 마음이 생기고 적에게는 성내는 마음이 일어나는 것과 같습니다. 이런 경우의 사랑은 부분적인 사랑이라고 표현합니다. 그렇



지만 정말 우리가 강조하는 사랑은 이런 부분적인 사랑도 생리적인 사랑도 아닙니다. 부분적인 사랑은 외적인 모습을 보면서 일으킵니다. 상대방의 외적인 모습이 좋으면 사랑을 일으킵니다. 그러나 외적인 모습이 보기 좋지 않다면 사랑을 일으키지 않습니다.

결국 불교적인 자비심은 배워야 할 자비심입니다. 모든 사람은 결국 행복을 원하고 고통을 원하지 않습니다. 그것은 내가 좋아하는 사람이든 좋아하지 않는 사람이든 마찬가지입니다. 우리는 우리 자신이 행복을 원하고 추구합니다. 우리 자신이 대단히 은혜롭고 가치 있기 때문이 아니라 우리 자신이 행복을 원하고 고통을 싫어하기 때문에 사랑을 합니다. 그와 똑같이 다른 사람도 행복을 원하기 때문에, 고통을 원하지 않기 때문에 다른 사람을 사랑할 수 있어야 하고 다른 사람에게 자비심을 베풀 수 있어야 합니다.

우리는 자비심을 일으키기 위해 항상 생각을 할 수 있어야 합니다. 자신이 다른 사람에게 자비심을 베풀면 어떤가, 화를 내면 어떤가를 총체적으로 생각을 하면서, 이 생각은 지혜로 연결되고 지혜를 통해서 우리가 일으켜야 할 자비심으로 나아갑니다. 이런 자비심은 생리적인 사랑이나 부분적인 사랑과는 반드시 구분된다는 사실을 이해할 수 있습니다.

즉 우리가 말하는 자비심은 배움을 통해서 충분히 일으킬 수 있다는 것을 설명할 수 있고 그 부분이 대단히 중요한 의미를 지니고 있음을 알아야 하겠습니다.

다시 살펴보면, 자비심은 세속적인 측면과 종교적인 측면 두 가지를 갖고 있습니다. 세속적인 측면에서 사랑은 부분적이지만 정말 우리가 추구해야 할 사랑은 종교적인 의미에서 배워야 할 사랑이며 그런 사랑을 키우면 내가 사랑하는 사람뿐만 아니라 적에게도 사랑을 일으킬 수 있습니다. 부분적인 사랑은 외적인 모습을 보지만, 지혜를 통해 일으키는 사랑은 그 사람이 행복을 원하고 고통을 원하지 않는다고 하는 본질적인 면을 봅니다. 아무리 적이 나를 힘들게 하고 고통을 주더라도 저 사람 역시 얼마나 불쌍한가 하는 마음을 가지면 자비심을 일으킬 수 있습니다. 이것은 생리적인 사랑과 부분적인 사랑이 아니라 배워야 할 사랑이기 때문에 충분히 가능합니다.

나라에 대한 문제도 마찬가지입니다. 우리는 여러 나라가 독립돼 있다고 생각하고 재물을 스스로 성취했다고 생각하며 이쪽저쪽을 끊임없이 구분하고 있습니다. 이런 부분들은 옛 전통입니다. 다시 말해 여러 나라가 독립되어 있고 필요한 물건은 스스로 구해서



살아가고 자신과 뜻이 맞지 않으면 정복하는 것은 예전의 전통이라는 말입니다.

지금 여러 나라의 상황을 보면 절대 그렇지 않습니다. 나라와 나라들은 밀접하게 관련되어 있습니다. 예를 들어서 미국은 중동이 필요하고 유럽이 필요하며 아시아가 필요 합니다. 미국은 여러 나라와 위치 관계를 유지하고 있습니다. 대부분의 나라들은 발전지향적인 미래를 설계하고 있고 그 발전을 위해서 다른 나라와 끊임없이 관계를 유지하고 있습니다.

일본 같은 경우도 많은 공장이 있는데 다른 나라에 있던 원료를 가져와서 제품을 만들고 다른 나라에 다시 판매하는 경우가 많습니다. 이러한 상황에서 이쪽, 저쪽을 구분하는 경계는 사실상 존재하지 않습니다. 이런 경우는 건설적인 생각이 아니라 퇴보적인 생각의 결과입니다.

어떤 의미에서 지금 지구상의 모든 나라가 내 편이라는 마음을 일으켜야 합니다. 분명 지금 우리가 살고 있는 지구는 예전의 상황과 대단히 다른 모습으로 바뀌고 있습니다.

그러나 과거의 생각으로 내 편과 남의 편을 구분하고 있기 때문에 무의미한 문제가 발생하고 있고 거기에서 고통을 느끼는 것입니다. 지구상의 환경 문제 등을 볼 때도 공통된 의무감을 가져야 합니다. 그 의무감을 통해서 자비심을 일으켜야 하고 성냄을 줄이고 없애야 하며 자타(自他)라는 구분에서 벗어나야 합니다.

자기 자신의 생각만을 하고 있는 것은 그다지 큰 도움을 얻기 힘듭니다. 이타, 즉 다른 사람의 행복과 이익에 대한 부분을 끊임 없이 생각할 때 자신에게 도움이 됩니다. 일반적으로 '건강한 몸에 건강한 마음'이라는 표현을 많이 합니다. 건강한 몸을 얻기 위해서는 건강한 마음을 가져야 하는데 그 건강한 마음은 자신의 이익이 아니라 다른 사람의 행복을 생각하는 것으로 가능합니다. 그런 이타의 생각을 통해서 건전한 마음을 얻게 되면 그 결과로 건강한 몸을 얻을 수 있음을 기억해 주시기 바랍니다.

고맙습니다. 卍

☒ 위 법문은 6월 26일 일본 요코하마 퍼시픽 컨벤션홀에서 열린 달라이 라마 일본 초청 법회 오후 법석에서 달라이 라마가 설한 내용을 요약한 것입니다.



詩語





구름 걷히고 하늘 맑습니다.
비 개이고 높은 하늘 가까운 날입니다.

‘님’을 보내고,
다시 ‘님’을 맞습니다.
가는님 고운님이며,
다시 오는님 또한 곱디고운님입니다.

8월은 인연지어 살았던 고운님들을 위한
지극한 노래를 부른 계절이었습니다.
백중을 회향하는 마음에는
9월의 바람을 담았고
그렇게 다시 올 고운님을 바랐습니다.

-因緣으로 살아가는 모두를 위한 기도입니다.



조현의 라다크· 잔스카르 순례기

조 현 (한겨레신문 종교명상전문기자, cho@hani.co.kr)

▼ 라다크와 잔스카르는

라다크와 잔스카르는 사면이 설산에 둘러싸인 인도 서북부 히말라야 고지대다. 인도와 파키스탄, 중국령 티베트의 접경으로 현재 인도의 잠무· 카슈미르 주에 속한다. 2차 대전 이후 인도 땅으로 정착하긴 했지만 파키스탄과 중국이 자국 영토임을 내세워 분쟁이 끊이지 않는 지역이다. 인도로서도 최대 전략적 요충지여서 대부분의 지역이 군경의 진입허가서를 받아야 들어갈 수 있다. 이 지역은 옛 티베트 구계왕국이다. 티베트가 1959년 중국의 침공으로 나라를 잃어 전통 불교사원과 문화가 파괴된 것과 달리 이곳은 인도령으로 남아 여전히 티베트 불교 승려들이 고찰에서 그들의 전통을 지키며 살아가고 있다. ‘빼앗긴 티베트’와 달리 아직

도 티베트의 자취가 그대로 남아있는 ‘작은 티베트’인 셈이다. 언어는 티베트 방언인 라다크어가 쓰인다. 지역민들도 대부분이 전통적인 티베트불교 신도로서 여러 명의 자식 가운데 한 둘은 출가시키는 것을 당연하게 여긴다. 대부분의 사찰엔 동자승학교가 있어 학교시설이 없는 오지에서 사찰은 학교인 동시에 삶의 중심지다. 라다크는 ‘고개’라는 ‘라’와 ‘땅’이라는 티베트어의 합성으로 ‘고갯길이 있는 곳’이란 뜻이다. 칸동라와 창라 등 세계 최대의 고개들이 이곳에 있다. 여름 4~5개월을 제외하고는 7~8개월이 얼어붙어 대부분의 고갯길은 차량이 넘을 수 없어 외부와 통행이 끊긴다. 라다크는 1975년부터 16년간 연구활동을 위해 거주한 스웨덴 출신의 여성학자 노르베리 호지의 <오래된 미래-라다크로부터 배움>을 통해 서구 문명의 대안적인 사회로 서구에 알려지기 시작했다. 전혀 비가 오지 않아 설산 아래 산들의 대부분은 황무지로 남아있다. 하지만 설산과 황무지와 설산이 녹아 흐르는 시냇물과 야크와 양이 뛰노는 초지와 제비집 같은 사원들은 이 세상의 풍경이라고 믿기지 않을 만큼 신비롭다. 이 지역에서 살아가는 10만여 명의 라다크인들은 야크와 양을 키우고, 여름이면 설산에서 녹아 흐르는 물로 가꾼 보리와 밀로 만든 ‘은감괘’ 만을 주로 먹으면서도 이웃들과 지극한 평화를 이루며 살아가고 있다.

▼ 신들도 버린 땅에서 만난 인간의 얼굴

숨이 가빠온다. 발밑은 천길 벼랑이다. 설산에서 녹아흐르는 거센 급류가 포효하는 강물에 휩쓸리면 주검조차 찾을 길이 없다. 얼마 전 발밑 모래에 미끄러져 말이 떨어져죽었다는 건너편 벼랑 위를 지나는 말의 행렬이 마치 곡마단의 외줄타기처럼 아슬아슬하다. 외줄처럼 가느다란 잔스카르의 산길은 몇 백 미터가 아니다. 한 시간을 가도 한나절을 가도 끝없이 이어진 외줄의 연속이다. 지상에서 영원으로. 하지만 순례 첫날 비행기를 타고 해발 3500m인 공항에 내려 며칠간 구토와 두통으로 고생하며 세계 세 번째 고개인 창라(5360m)와 세계 최고 고갯길인 칸동라(5608m)를 넘은 뿌듯함도 일시적 기분일 뿐인가. 찾길이 끊어져 오직 두발에만 의존해야하는 잔스카르의 산길에선 이제 오직 생사를 가를 수도 있는 한발 한발만이 전부다. 모든 것이 일시적이어서 고통일 뿐이라는 불법의 진리가 이 오지에서도 예외는 아니다. 마침내 영원한 것은 없다. 순간이다. 가쁜 숨을 제어하지 못해 제 지팡이에 다리가 영커

하마터면 천길 아래에서 산화했을 뻔했다는 자책도 호사일 뿐. 오직 앞발을 내딛을 한순간이
 중대하다. 현기증에도 엉덩이 하나 붙일 곳이 없는 아찔한 시야 속에서 까마귀의 시춘인 충
 카가 비상하며 공중을 선회하다 벼랑 끝에 핀 해당화 즐기 끝에 시뻘히 내려앉는다. 위태하
 고 힘겨운 순례자 앞에서 그는 자유롭고 아름답다. 순례자와 충카는 손에 닿을 듯 가까이 있
 지만 그 마음은 지옥과 천상만큼 멀다. 이 위대한 외줄은 어떻게든 벗어나야할 감옥인가, 아
 니면 외줄을 즐기는 곡예사처럼 받아들여야할 삶의 행로인가. 새벽길을 배웅해주던 통데곰
 파(곰파는 ‘절’의 티베트어)의 노승 타쉬 왕뒤(75) 스님의 삶처럼 외줄이 이어져있다. 티베
 트 불교의 위대한 스승인 나로파 존자의 수제자인 마르파가 고산 통바위의 벼랑 끝에 창건한
 통데곰파에서 최고령자인 왕뒤 스님은 절 아래 마을에서 태어나 스무살에 출가해 55년간 통
 데곰파에서만 수행하며 살아왔다. 절벽에 제비집처럼 달라붙어있는 그의 흙집 안엔 담요 한
 장, 냄비와 숟가락 한개가 전부였다. 세속의 재밋거리를 엿볼 그 무엇 하나 방구석에선 찾아
 볼 길이 없었다. 그 삭막한 토굴 안에서 55년. 그런데 세상의 재미와 감동을 한 가슴 가득 안
 은 양 평화롭고 자비롭게 짓는 미소는 대체 어디에서 연유한 것일까. 그 나로파-미르파 존자
 의 숨은 후에는 50여 년간 몸에 지니며 일념으로 ‘옴마니밧메훴’을 염송하며 굴러 반질반질
 해질대로 반짝이는 보리수 염주를 이 순례자의 목에 걸어주었다. 자신의 목숨처럼 간직해 온
 유일한 유산을 아낌없이 순례객의 목에 걸어줘버린 무소유의 처지에서도 세상을 다 가진 듯
 자족하게 미소짓는 그의 마음엔 과연 무엇이 채워져 있는 것일까. 왕뒤 스님의 변함없는 삶
 처럼 이어진 길 위에 신(神)의 그림자는 보이지 않는다. 설산 아래 풀 한포기 없는 황량한 산
 들은 신마저 버린 것인가. 통데곰파에서 잔스카르 최고 오지암자 폭탈곰파까지 1박2일 산길
 안내를 자처한 통데곰파의 겐 출팀 툽툽(71) 스님의 발걸음은 사뭇 다르다. 마치 충카처럼 사
 뻘사뻘 앞서 걸던 그가 모처럼 나타난 발에서 일하던 한 아낙을 본다. 그들이 이미 이는 사이
 였는지는 알 수 없다. 하지만 그도 달려가고 아낙도 달려온다. 그들이 여는 미소가 황량한 사
 막에서 샹그릴라처럼 피어난다. 그 툽툽 스님을 따라 걷고 걸어 날이 어둑해져 폭탈 곰파에
 도착했을 때 순례자는 파김치가 됐다. 천길 벼랑 위 거대한 동굴 속에 자리한 곰파에 순례자
 의 거친 숨소리와 마른 기침만이 메아리친다. 지친 순례자 앞에 놓인 것은 티베트 수제비인
 보리 툽과 한 그릇. 반찬은 아무것도 없다. 그것이 1년 내내 그들이 먹고 사는 음식의 전부다.

특과도 먹는 등 마는 등 풀린 동공으로 퍼져있는 순례자 옆에서 툭툭 스님은 어느 때와 다름 없이 불경을 염송하고 있다. 그러다가 자신 앞으로 펼쳐진 순례자의 부르튼 발을 살며시 간지럽히기 시작한다. 아무런 조건 없이 한 존재를 사랑스럽게 터치하며 간지럽히는 손길에 가슴 속에 갇힌 웃음이 터져나와버린다. 그날 폭탈 동굴에선 그 메아리의 파장이 오래도록 퍼져갔다.

▼ 폭탈사원의 텐진계축

체력과 정신의 극한 상황을 넘어서야하는 순례일수록 그 직후 차원이 다른 세계를 경험하게 마련이다. 마라톤 선수가 숨이 막히고 더 이상 달리기 어렵다고 느끼는 ‘데드 포인트’(사점·死點)를 넘어선 순간 그 때까지와는 사뭇 다른 평안을 느끼는 것과 마찬가지로, 잔스카르 최고의 오지에 있는 폭탈사원은 데드포인트를 넘어서야만 도달할 수 있는 곳이다. 찾길이 완전히 끊기는 무네사원에서 하루를 달려 목은 도르종의 외딴 민가에서 낱을 새자마자 길을





나서도 해지기 전에 도착할 수 있을지를 기약하기 어렵다. 더구나 도르종에서 폭탈사원까지는 설산에서 녹아 흐른 물이 거세게 흐르는 격류 위의 미끄러운 외길만으로 이어져있다. 그 외길의 막바지에 외나무다리를 건너 급경사의 언덕을 넘어서자마자 천길 벼랑 속 동굴에 제비집처럼 붙어있는 폭탈사원을 바라보는 순간의 경이로움은 지상에서 맛보기 어려운 것이다. 그래서였을까. 달라이라마의 제자 청전스님은 지난 1991년 8월 고산증을 겪으며 지쳐 쓰러질 즈음 이 언덕을 넘어 폭탈사원을 바라보는 순간 멀리 고꾸라지듯 엎드려 사원을 향해 절을 올렸다고 한다. 그리고 두 손을 모으고 동굴 안으로 들어갔더니 놀랍게도 호수가 있었다. 호수 안에 하얀 탑이 서있었는데, 그 주위를 두 노승이 돌며 ‘옴마니밧메훴’을 염송하고

있었다. 환희에 젖은 그도 노승들을 따라 탐돌이를 했다. 몇 년 뒤 폭탈사원을 다시 찾을 때 예전의 환희를 잊지 못한 그는 먼저 동굴 안으로 들어갔다. 그런데 놀랍게도 동굴 안에 호수는 커녕 작은 연못 하나 없었다. 놀란 그가 동굴을 나와 사원 스님들에게 “몇 년 사이 호수가 어디로 사라졌느냐?”고 묻자 그곳 스님들은 “호수 같은 것은 애초에 없었다”고 했다. 동굴호수를 분명히 보고 탐돌이까지 했다는 그가 의문을 갖고 노승을 찾아 묻자 노승은 그에게 “예전부터 동굴 안에 호수가 있었다는 전설이 전해내려오긴 했다”고 답했다. 아니나다를까. 어원을 따져보니, ‘폭’은 티베트어로 ‘동굴’, ‘탈’은 산스크리트어로 ‘호수’라는 뜻이었다. 폭탈은 ‘동굴 호수’였던 것이다. 티베트어로 따지면 ‘고통을 넘어서는 동굴’이란 뜻을 담고 있는 곳이기도 했다. 극한 고통을 넘어서 ‘동굴 호수’를 보았던 청진 스님은 “분명히 꿈이 아니라 현실에서 체험했고, 지금도 너무나 생생한 일이었다”고 고백했다. 하지만 동굴 안엔 호수도 탐도 없었다. 거대한 동굴 속을 제집 삼은 ‘티베트 까마귀’인 충카들만이 천장에서 울며 날고 있었다. 그렇다면 청진 스님이 본 것은 과연 무엇이였을까. 폭탈동굴안에서 순례객을 맞은 것은 동굴호수가 아닌 젊은 승려 텐진게축(22)이었다. 이렇게 외진 사원일지라도 정규적으로 먼 마을까지 내려가 사람들의 평안과 행복을 기원하는 의식을 하는 이곳 스님들의 대부분이 비운 절엔 거동이 부자유스러운 노승들과 함께 그만이 절을 지키고 있었다. 그래서 게축이 암벽사원의 계단을 오르내리며 순례객의 식사를 챙겨주는 등 뒷바라지를 해주었다. 게축은 아무런 반찬 없이 달랑 냄비 하나에 티베트수제비를 끓여왔다. 게축은 “폐 신푸두 폐 신푸두”(아주 맛있다 아주 맛있다)라고 말하는 순례객들을 보며 신이 난 듯 부엌으로 달려 내려가 남은 수제비를 긁어 와선 그릇을 다 비울 때까지 식사모습을 신기한 듯 바라보곤 했다. 세계 최고의 고갯길로 손꼽히는 싱고라를 넘는 3박4일 고행길의 길잡이를 자칭하고 나선 것도 그였다. 지칠대로 지친 순례객들 처지에선 폭탈사원에 게축마저 없었다면 그 막막함을 어찌했을 것인가. “나는 의지할 데 없는 이들의 안식처가 되리라. 나는 배고픈 이들의 먹을 것이 되리라. 나는 험한 물을 건너고자 하는 이들의 다리가 되리라.” 7~8세기 인도의 고승 산티 데바가 <입보리행론>에 쓴 보살이 어찌 전설 속에만 있다고 할 것인가? 절에선 거의 말이 없는 묵언수행자였던 게축은 아랫마을 마부인 위르젠과 함께 말 두필에 순례객들의 짐을 싣고 절문 밖을 나서자 마치 소풍을 떠나듯 콧노래를 흥얼거렸다. 한나절가량 폭탈사원의 험한

지형을 벗어나자 설산에 둘러싸인 초원에 야생화가 지천으로 피어있고, 야크떼와 양떼들이 시내와 호숫가를 거니는 천상의 선경이 펼쳐졌다. 길 떠난 첫 밤의 숙소는 그 샹그릴라같은 초원에 있는 테타마을. 계축이 열한 살 때 폭탈사원으로 출가하기 전까지 살던 고향집이었다. 속가의 어머니와 누나를 보고 미소짓는 계축은 어느새 동심의 아이였다. 계축의 아쉬움을 뒤로한 채 다시 길을 떠난 지 이틀째 밤. 현지의 천막에서 설산의 찬바람을 피해 잠을 자도록 순례객들을 밀어넣은 뒤 천막 밖에서 별을 보며 누운 계축은 자기는 “밖이 더 편하다”며 환한 미소를 짓는다. 레드포인트를 수없이 극복해야하는 싱고라를 넘는 험난한 고비에선 더 이상스런 표정과 몸짓으로 순례단의 기운을 북돋워주던 계축의 활력은 도대체 어디에서 온 것일까. 고통 속에서도 끊임없이 맑고 밝은 빛을 반사하는 ‘동굴 호수’는 전설 속에만 있지 않았다. 싱고라를 넘은 뒤 말을 끌고 다시 그 험고를 돌아서기 위해 어두운 밤 계곡을 건너는 그를 바라보며 한숨짓는 순례객들을 뒤로 하고 미소 짓던 계축이 아무렇지도 않게 다시 싱고라를 향하고 있었다. ㅍ



참행복은 내 안에 있으니 참마음에 주피수를 맞추라

- 지환스님



· 마하보디 교육원으로의 초대

법화경 <화성유품>

명현 | 30기 호스피스 수료

습습한 여름~!! 그저 숨쉬기만 해도 땀이 저절로 나는 제주의 습기는 인도를 떠올리게 한다. 건디기 힘든 기후가 마음공부를 하게 만드는 조건이 되었다. 이래저러 바쁜 일정에 걸망을 꾸리고 비행기를 타고 마하보디교육원으로 향했다. 30기 호스피스교육을 마치고, 이번엔 31기 교육에 봉사를 하기 위함이다. 나는 "사회자" 소임을 맡게 되었다. 7박 8일간의 소임이라 긴장과 부담이 없진 않았지만 기쁜 마음으로 소임에 임했다.

30기 교육과는 사뭇 다른 느낌이었다. 객관적이고 편안하게 프로그램들을 보면서 그리고 봉사하러 온 우리 30기들의 미소 속에서 도반들의 열정, 마스터들의 노력, 교육생들의 열기, 무엇보다도 원장스님의 원력이 평소와 달랐다.

교육이 진행되는 동안 사회를 보면서, 내가 좋아하는 법화경 화성유품을 생각했다.

법화경-화성유품 중 <화성의 비유>에 보면, 『오백 유순이나 되는 험난하고 나쁜 길에 두렵고 무서운 곳을 많은 대중들이 이 길을 지나서 진귀한 보물이 있는 곳에 이르고자 하였느니라. 한 인도자가 있으니 총명한 지혜로 밝게 통달하여 그 험난한 길의 통하고 막혀있는 곳을 잘 알아서 여러 사람을 거느리고 인도하여 이 험난하고 사나운 길을 통과하려고 하였느니라.

거느리고 가던 사람들이 길 가운데서 피로하고 게으름이 생겨 인도자에게 말하기를

“우리들은 극도로 피로하고 겁이 나고 두려워서 더 앞으로 나아갈 수도 없으며 앞길이 아직도 멀다 하오니 이제 그만 되돌아가고 싶나이다.” 하였느니라.

인도자는 여러 방편이 많으므로 이런 생각을 하였느니라.

‘이 사람들은 참으로 불쌍하구나. 어찌하여 많은 보배를 버리고 돌아가려고 하는가.’

하고는 곧 방편을 써서 험난한 길 삼백 유순을 지난 도중에 하나의 변화성을 만들어 놓고 여러 사람들에게 말하였느니라.

“너희들은 무서워하지도 말고 되돌아가지도 말라. 이제 이 큰 성에 들어가서 마음대로 할 수 있다. 만일 이 성안에 들어가면 몸과 마음이 즐겁고 편안할 것이며 또한 앞의 보물 있는 곳에 가려고 하면 능히 갈 수 있으리라.”

이때, 피로에 지친 사람들이 마음에 크게 기뻐하며 일찍이 없던 일이라 찬탄하였느니라.

이때 인도자는 이 많은 사람들이 이미 휴식을 얻어 피로함이 없어진 것을 알고 곧 변화로 만든 성을 없애고 여러 사람들에게 말하기를

“너희들은 따라오라. 보물 있는 곳이 가까우니라. 먼저 있던 큰 성은 그대들을 휴식시키려고 내가 변화로 만들었노라.” 하였느니라.』

법화경〈화성의 비유〉에서 훌륭한 인도자의 지혜 방편에 정말 환희심이 난다.

훌륭한 인도자는 온갖 나고 죽고 번뇌하는 악한 길의 험난하고 길고 먼 것을 여의게 하며 제도하시는 여래를 비유한 것이다. 부처님께서 중생들의 마음이 약하고 졸렬함을 아시고 방편의 힘으로 중도에서 휴식을 시키기 위해 큰 성을 만드신 것이다. 훌륭한 인도자의 안내를 받아 보배를 찾아가는 이들의 휴식을 주는 그리고 보배로운 길로 나아가게 하는 화성(化城)이 바로 마하보디교육원이며, 호스피스교육이 아닌가 싶다. 지친 일상에서 우리가 꼭 알아야 하는 삶과 죽음에 대해 절실히 느끼고 자신을 되돌아보고 다독이는 여정이 화성이며, 마치 병아리가 알에서 깨어날 때 알이 저절로 깨지는 것이 아니라 병아리가 알 속에서 먼저 껍데기를 툭툭 찢고 이를 알아차린 어미가 바깥에서 동시에 알을 쪼아야 병아리가 무사히 세상으로 나올 수 있다는 즐락동시(擘啄同時)처럼 마하보디교육원의 정성어린 교육과 우리의 내면 세계에서의 깨움이 동시에 일어난다면, 그 보다 더 행복하고 다행한 일이 있을까?

삶에 지치고 어디로 갈 바를 몰라 헤매는 많은 이들이 마하보디교육원에서 호스피스교육을 받으며 내면의 깨어남이 시작되길 바란다. 법화경 〈화성유품〉에서 훌륭한 인도자를 따라 화성에서 심신의 피로함을 쉬고 보배로운 곳으로 나아가는 사람들처럼… 卍

알아차림 대화

김점란 | 명상치료사



인간이 언어를 쓴다는 것은 동물과 다른 독특함이다. 언어로 사유하고 소통하는 인간은 또한 언어 때문에 고통 받는다. 우리가 무심코 쓰는 말들이 자신이나 타인을 무의식중에 괴롭힐 수 있다는 것에 많은 사람은 동의할 것이다.

우리가 흔히 쓰는 말에는 역사가 있다. 인류가 농경과 생산중심, 왕권시대, 자본 중심시대로 발전하면서 다수에 대한 통제와 관리가 필요했다. 이 과정에서 통제와 관리에 보다 효과적인 비교, 강요, 판단, 책임을 회피하는 말들을 쓰게 되었고 우리는 지금 그 말들을 쓰고 있다. 알아차림 대화는 인간의 본성은 사랑과 연민으로 서로 주고받는 것을 즐기며 우리의 모든 말과 행동은 아름다운 욕구를 충족하기위한 시도라고 전제한다.

알아차림 대화는 우리의 본성인 연민과 사랑이 드러나도록 돕는 도구를 제시하고 있다. 그 방법은 관찰, 느낌, 욕구, 부탁의 네 요소로 말하고 듣는 것이다. 이렇게 말하고 듣는 것을 솔직하게 말하고 공감으로 듣는다고 한다. 그 네 요소는 다음과 같다.

첫째 요소인 관찰은 보았거나 들었던 일에 관한 객관적인 사실로, 나의 주관적 해석 없이 실제 일어난 일을 사진 찍듯이 말하는 것이다. 판단과 평가를 섞지 않고, 감정이 발생한 원인이 무엇인지를 정확하게 알고 표현하면 저항이나 다툼 없이 대화를 시작할 수 있다. 있는 그대로 관찰하는 것만으로 자기 자신의 혼란과 상대와의 갈등을 많이 줄일 수 있다.

두 번째, 느낌은 우리가 진정으로 원하는 것이 무엇인지를 알려주는 신호다. 느낌을 통해 우리는 욕구를 찾을 수 있다. 보통 우리는 느끼기보다 ‘생각’ 하고 또 자신의 느낌은 무시한 채, 다른 사람이 어떻게 느끼는지를 고려하도록 배워왔다. 상대방에게만 초점을 두거나, 느낌이 아닌 생각을 말하거나, 느낌을 표현하는 것이 두려워 나의 느낌을 피한다면, 결국 자신과의 연결이 줄어들며 스스로를 부정하게 될 것이다. 지금 현재의 느낌을 알아차리고 표현하는 것은 바로 ‘지금 여기를 자각’ 하는 것이며, 억압하거나 회피하지 않고 있는 그대로 느낌을 알아차리는 자체가 바로 수용과 치유를 불러온다.

느낌만을 말하면 마치 “내 느낌은 당신 때문이야”라고 비난하는 것처럼 들릴 수 있다.

세 번째 욕구는 그 느낌이 생겨나게 된 나의 욕구를 인식하고 말한다. 이때 욕구는 사랑, 존중, 소통, 배려 등으로 인종이나 성별, 문화에 관계없이 인간이라면 공통으로 추구하는 보편적이고 긍정적인 가치들이다.

내 느낌은 외부의 자극 때문인 것 같지만, 대부분 나의 욕구나 생각 때문이다. 느낌을 욕구와 함께 말하면 나의 느낌이 나의 욕구로부터 왔다는 것을 상대방에게 알릴 수 있다.

네 번째 요소는 부탁으로 나의 욕구를 충족시키기 위해 (욕구를 충족시키는 것은 나에게 중요하고 필요하며 정당한 권리다) 상대방에게 구체적 행동을 요청하는 것이다. 부탁에는 연결 부탁과 행동부탁이 있는데, ‘연결부탁’은 상대가 내 말을 어떻게 들었는지 또는 나와 지금 대화하고 싶은지를 상대방에게 물어보는 것으로 상대를 나와서 대화에 초대하는 것이고 ‘행동부탁’은 자신의 욕구를 충족시키기 위해 명확하게 부탁하는 것이다. 이렇게 네 요소를 사용하여 누구도 비난하지 않으면서 자신을 표현하고 상대방의 공격적인 말까지도 그 사람의 아름다운 욕구를 표현하는 것으로 들을 수 있을 때 우리는 연민으로 연결되는 것이다. 卍



암의 치료2

김진목 | 파라다이스병원장

분자 생물학적 표적치료

현 재까지의 항암제는 암세포에만 선택적으로 작용하는 것이 아니라 정상세포에도 작용하므로 각종 부작용을 초래한다. 또한 지속적인 약제 투여 시 내성이 생겨 효과가 지속되지 못하는 문제점도 있다. 그렇다면 이상적인 항암제는 어떤 것일까? 암세포에만 존재하는 특정분자를 표적으로 하여 암세포만 살해하는 약제일 것이다. 또, 암 조직으로 침투가 용이하고 내성이 생길 가능성이 적은 약제가 이상적인 항암제이다. 이들 분자적 표적 중에서 현재 치료제로 개발되어 임상에 이용되거나 치료제 개발의 수준에까지 이르고 있는 대상은 신호전달체계 관련 유전자이다. 현재 암세포 신호전달체계를 표적으로 하는 약 30여 종의 신물질이 개발되었는데 BCR/ABL 타이로신 키나제 억제제인 ‘글리벡’은 만성 골수성 백혈병 환자에

서 탁월한 항암효과를 보여 주목을 끌고 있으며, 최근 위장관 기질암(GIST)에서도 관해를 유도한다는 사실이 밝혀졌다. 글리벡은 BCR/ABL 수용체, c-kit 수용체, PDGFR의 타이로신 키나제를 차단하는 효과가 있다. 따라서 BCR/ABL 유전자가 과발현되는 만성 골수성 백혈병에 효과가 있는 것이며, c-kit 타이로신 키나제가 과발현되는 위장관 기질암, 소세포 폐암, 비소세포 폐암, 흑색종, 급성 골수성 백혈병, 유방암에도 효과가 있을 수 있으며, PDGFR 타이로신 키나제가 과발현되는 신경교종, 육종, 위암, 비소세포 폐암, 난소암, 유방암 등에 효과가 있을 수 있다. 글리벡은 만성 골수성 백혈병 치료에 뛰어난 효과를 가진 것은 사실이나 완치제는 아니다. 백혈병의 완치를 위한 현대 의학적인 유일한 치료방법은 골수이식

이다. 그러나 인터페론 치료에 실패한 급성기 환자에서 상당히 좋은 효과를 보이고 있다. 또 말기인 급성기 환자들의 생명을 연장해 줌으로써 골수이식의 기회를 주고, 백혈구 수치를 줄여 골수이식의 성공률을 높여주는 치료제이다. 급성기에 접어들어 당장 골수이식을 받지 않으면 3~6개월 밖에 살 수 없는 환자의 경우에도 이 약을 복용함으로써 생명을 연장할 수 있게 되고 만성기에 비해 급성기에는 골수이식을 해도 성공률이 15% 정도로 아주 낮는데 글리벡을 복용하게 되면 백혈구 수치가 줄어들어 성공률이 50%까지 높아진다.

그러나 최근 이 약제는 처음엔 차도가 있다가 1년 동안 장기 복용 시 차츰 약물저항성(내성)이 생겨 재발의 가능성이 크다고 한다. 글리벡을 투여 받은 만성 골수성 백혈병 환자들이 치료 초기에는 효과를 보였다가 이후 재발하기도 하는데 암세포의 분자 생물학적 분석을 통해 그 원인을 분석해 보면 BCR/ABL이라는 비정상 유전자가 생산하는 단백질인 타이로신 키나제의 활성을 억제하는데 실패했기 때문이다. 이 약제 내성을 극복하는 것이 글리벡이 해결해야 할 문제이다. 또 암세포 성장에 필요한 표피

성장인자 수용체(EGFR)의 타이로신 키나제 억제제인 '이레사'는 비소세포 폐암에 효과적이라는 사실이 밝혀졌다. 비소세포 폐암의 경우 40~80%에서 EGFR의 발현을 보여 임상시험 결과 좋은 결과를 나타내었으며, 기존의 항암치료에 실패한 비소세포 폐암의 유일한 대체약물로 알려져 있다. 비소세포 폐암 뿐 아니라 두경부 종양에서도 효과적인 약물임이 증명되었고, 이 약제를 다른 약제와 병행 사용하는 경우 치료 효과를 높이는 지의 여부를 확인하기 위해 계속 임상시험이 진행 중이다.

이러한 신물질은 그 자체가 암세포를 살해하는 것은 아니나 일부 약제는 암의 크기를 줄이기도 한다. 대부분 경우투여제로 개발되고 있고 이론적으로는 암의 크기가 작은 경우에 더욱 효과적이며 기존의 약물요법 또는 방사선치료와 병행하는 경우 상승효과를 기대할 수 있다. 그러나 이들 신호전달체계 억제제들은 개발된 지 얼마 되지 않았기 때문에 장기 투여시의 안정성이 입증되지 않았으며, 암의 종류가 워낙 다양하고 그 발생 기전에도 차이가 있어서 획일적인 암 치료제 개발이 어렵고, 아직까지는 약가가 고가라는 문제점들이 있다.

방사선 치료

엑스선과 감마선은 신체조직에 해로우며 암을 유발시킬 수도 있지만, 정상세포보다는 암세포에 보다 더 큰 해를 입힌다는 사실이 밝혀지면서 암 치료에 이용하게 되었다. 초기에 방사선 치료는 거의 기적적인 치료법으로 여겨졌다. 이것은 입술 부위의 편평상피암과 같이 매우 광범위한 수술을 요하면서 수술 후 미관상 좋지 않게 되는 암의 치료에 이용되었는데, 아주 작은 상처를 남기긴 했지만 엑스선이나 방사능에 노출 시킴으로써 종양을 사라지게 할 수 있었다. 이는 암 치료법의 획기적인 발전이었다. 모든 종양이 엑스선이나 감마선에 반응을 보이는 것은 아니다. 이러한 제한점을 극복하고자 과학자들은 고에너지 광선이나 입자들이 암에 미치는 효과에 대해서 연구하기 시작했으며, 빠른 중성자, 양성자, 파이 중간자를 이용해 테스트했으며, 이러한 고에너지의 물리학을 이용한 암 치료의 미래는 밝다고 할 수 있다. 비록 이러한 고에너지 광선들이 각기 다른 특성을 가지지만 조직에 미치는 효과가 같기 때문에 방사선이라고 통칭하여 사용한다.

방사선의 조직에 대한 작용은 분열하는 세포에 손상을 입히고 파괴하는 것이다. 조직에 대한 방사선의 작용 중 암의 치료에 중요한 것이 하나 더 있다. 이는 방사선이 조사된 부위의 기저 물질에 손상을 입혀 상흔이 남게 함으로써 방사선 치료로 살아남은 암세포들이 더 이상 주위로 침투하지 못하도록 하는 것이다. 대부분의 종양세포들은 일반 조직의 정상세포보다 빠른 비율로 분열하기 때문에 방사선은 정상 조직보다 종양에 더 큰 손상을 입힌다. 따라서 더 빨리 증식할수록, 더 비정형적일수록(원시세포에 가깝고 태아세포에 가까울수록), 더 비분화된 형태의 종양일수록 방사선에 대한 반응은 더 좋다. 가장 악성도가 높은 종양일수록 방사선에 대한 치료반응이 가장 좋다는 건 어찌 보면 역설 같아 보이지만, 이와 같은 역설은 항암제 치료에서도 마찬가지이다. 천천히 자라는 종양세포의 경우 방사선 치료에 반응이 신통치 않으며, 이럴 경우 방사선 저항적 특성을 가진다고 한다. 이런 특성을 가진 종양세포에 손상을 입힐 정도의 방사선은 정상 조직에도 손상을 입히는 결과

를 받게 된다. 그러나 여러 방향에서 소량씩의 방사선을 조사함으로써 종양에는 고용량의 방사선이 집중되는 반면, 주위 조직에는 최소한의 방사선만을 조사하게 할 수 있다. 또 종양 내에 위치하는 동위원소를 이용해서 방사선 치료 효과를 얻는 경우도 있다. 갑상선 자극 호르몬을 투여함으로써 갑상선 암세포의 활동성을 극대화시킨 뒤 요오드 방사선 동위원소를 포함한 용액을 투여함으로써 몸 구석구석의 갑상선 종양세포만을 선택적으로 파괴하는 효과를 얻을 수 있다. 뼈 조직에 농축되는 인의 방사선 동위원소를 통해서 골종양이나 골수종양의 치료에 이용하기도 한다. 방사선 조사에 따른 피부의 부작용은 초기에는 발적, 인설, 색소침착 등의 비교적 경한 증상이 나타나지만, 고용량에 조사되거나 방사선에 민감한 경우에는 방사선 화상에 의한 피부조직의 완전 파괴와 같은 심각한 부작용을 초래할 수도 있다. 또 방사선이 조사되는 부위에 골반, 척추, 늑골 같은 실질적 활동성의 골수가 위치하는 부위가 포함되는 경우, 백혈구나 혈소판의 감소가 생길 수도 있다. 따라서 잦은 감염이나 출혈 같은 부작용이 일어날 수도

있다. 하지만 방사선 치료를 할 때에는 이러한 위험을 감수할 수밖에 없는 경우가 대부분이다. 다만 정기적인 혈액검사를 통해서 부작용을 사전에 방지하는 것이 가장 바람직하다. 때로는 백혈병의 치료에 있어서 몸 전체에 방사선을 조사해야 할 경우도 있으며, 이럴 경우 정상 조직의 재생을 위해서 일정 기간을 두고 제한된 용량의 방사선을 조사하는 방법을 사용한다. 방사선 치료에 따른 부작용은 일반적으로 치료가 가능한 경우가 많으며, 방사선 치료가 끝나면 대부분 호전된다. 따라서 방사선 치료는 수술 다음으로 유용한 암 치료법이며, 독자적으로 또는 수술과 병행하여 적용될 수 있다.

◇ 사이버나이프 : 로봇 팔에 방사선 조사기를 달아서 실시간으로 종양을 추적하면서 방사선을 쬐어 태우는 치료로서 정확성과 함께 주위 조직에 대한 영향이 거의 없다는 장점이 있다. 수술이 불가능한 췌장암, 폐암과 자궁경부암의 재발 및 전이, 전립선암 등에 효과적이지만, 직경 8cm 이상의 종양은 효과가 떨어지므로 잘 권하지 않는다. 또 워낙 장처럼 활발히 움직이는 장기의 암은 적용하기 어렵다는 단점이 있다. ㄸ

막돌이 좋은 이유, 보름달

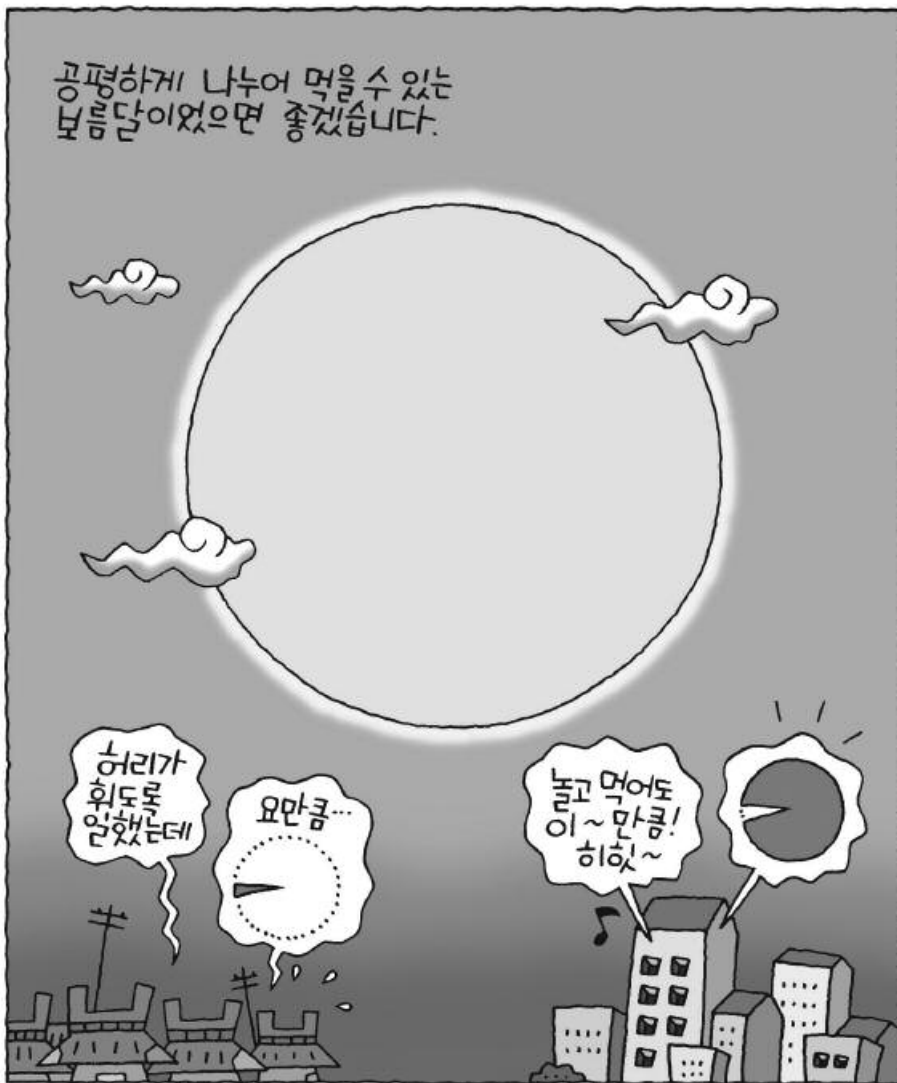
최영순 | 만화가



☒ 최영순

강릉에서 태어나 서울예술대학 문예창작과에서 소설을 공부했다. 철들기 전에는 학교 대신 강릉 남대천 하구의 억새밭에 누워 있거나 여 두껍컹한 싸구려 극장에서 하루를 보내곤 했고, 철든 후엔 '자비원'이라는 사회복지시설에서 길 잃은 아이들과 함께 뒹굴며 한 시절을 보냈다.

1999년부터 본격적인 만화 작업을 시작했다. <불교신문> <스포츠타임스> <굿데이>를 비롯한 여러 신문과 <현대모터> 등 사보에 만화를 연재했다.



우리에게 주어진 시간은 얼마만큼일까



엄수현
정토마을 간호과장

우리에게 주어진 시간은 얼마 만큼일까? 살아가면서 그다지 생각하지 않고 무심히 흘려보내는 것들이 시간은 아닌지……. 어느 순간 뒤를 돌아보면 지나온 길들이 아득히 멀어 보이는 것도 그런 흘림들 속에 하나의 점으로 흔적을 남기고 있기 때문인 것 같다. 이곳 정토에서 보내는 시간들은 나에게 때가 되었음을 알아차리도록 과제를 늘 안겨 준다. 어느 순간, 그 때가 ‘시간’임을 포착하지만, 때 순간 알아차리는 것이 참 어렵다. 왜냐하면 그런 순간을 준비하고는 있지만 그것은 시간이 지나간 다음에 알아차리는 일이 더 많기 때문이다. 이런 시행착오들 속에서도 환자 스스로가 그 시간을 알아차리는 경우가 있어 숙연하게 한다.

어느 주말, 병원복 차림 환자의 방문이 있었다. 병원의 딱딱한 공간에서 답답함을 호소하던 환자는 이곳에 오자마자 마음에 들어하며 병원으로 돌아가기를 거부하였다. 겨우 가족과 함께 오신 스님의 설득에 병원에 가서 퇴원수속하고 바로 온다는 확답을 받고 그래도 아쉬워 돌아보기를 수차례 반복하다 차에 올랐다. 다음날 일찍 입소 수속을 마친 환자의 마냥 행복해하고 좋아하는 모습이 아이 같았다.

그분은 10년간 절을 건립하는데 몸담았고, 암 진단을 받고도 절집에 가서 생활하시며 자신의 손길이 지나간 흔적들을 흡족하게 감상하는 즐거움에 빠지셨다 한다.

그런 환자분이 임종 하루 전날 갑자기 “내가 오늘은 같 것 같어.” 하시는 것이었다. 별다른 증상은 없이 그저 혈압

만 조금 떨어졌을 뿐인데… 나는 순간의 당황을 뒤로하며 “가족 분들께 연락할까요?” 라고 물었다. 환자는 그저 고개만 끄덕이며 스님을 불러 달라고 하였다. 병실을 관찰실로 옮기고, 가족들에게 연락하고, 바쁘게 움직이는 중에도 환자분은 편안하다고만 하셨다. 지금까지 살아온 중에 가장 편안하다는 환자분은 그저 조용히 눈을 감고 자신이 가장 원하던 것을 해줄 스님을 기다리고 있었다. 지금까지 삶을 돌아 볼 때 가슴에 남는 것은 딸이 결혼을 하지 않은 것과 자신이 평생의 소원인 출가를 하지 못한 것이라고 하였다. 환자분은 마지막 순간에 그래도 머리를 깎고 부처님의 제자가 되는 출가의 소원을 풀기 위해 스님을 기다리고 있었다. 그리고 다음 생엔 혼자 계실 스님의 곁으로 다시 돌아올 것이라 하였다. 그런 원을 쌓아서 그런지, 마냥 소녀 같은 부인에게는 잘 살리는 당부도 잊고, 그저 스님께 내가 올 때까지 절 잘 지키고 있으라는 당부만 몇 번을 반복한다. 스님이 오시고, 삭발식을 하고, ‘도산스님’으로 다시 태어나 행복한 미소를 얼굴 가득 피우며 환자분은 그 다음날 돌아가셨다. 돌아가시는 순간도 아주 편안해 보였으며 일반적으로 임종환자들이 겪는 고통도 없이 깊은 잠에 빠져들 듯이 조용히 가셨다. 지금까지 수많은 환자들을 보아 오면서 대다수의 환자들이 마지막 순간에도 돌아가는 것을 받아들이기 힘들어하는 것을 경험하였다. 그런데 이 환자분은 가시는 길이 순탄하였고, 특히 온몸으로 죽음을 순응하시는 모습에 숙연한 마음을 갖게 되었다. 자신의 돌아갈 시간을 알고 준비하는 모습은 깊은 감동이 되어 오래도록 잔잔한 여운으로 남아있다. 환자분의 아내는 떠나가는 남편을 보며 마음속 응어리를 말대신 눈물을 찍는 것으로 표현했다.

이 순간에도 대다수의 사람들은 그저 무심히 흘리는 시간이지만, 우리 환자들에게 남은 시간은 일분일초가 아깝고 소중하다. 정토마을 환자들의 남은 시간이 좀 더 편안하고 행복한 시간이 되기를 바라며 ‘도산스님’의 명복과 더불어 그 가족들의 마음속 평안을 기도한다. 모두의 평안과 행복을 위해… 卍



인연따라 빛을 품어내며 지내되
빈 배같이 떠돌면서 인연이 있는 중생을 구제하면
부처님의 은덕을 갚는 일이 아니겠는가.

- 경허집 가운데



우리들의 이야기



하나, 도 명 | 27기 호스피스 수료

둘, 김정광 | 호스피스협회간사

셋, 이길수 | 31기 호스피스 수료생

넷, 이정현 | 31기 호스피스 수료생

당신은 부처님이십니다

도명 | 27기 호스피스 수료

화는 마른 풀잎처럼 조용히 태우고
기뻐하는 일은 꽃처럼 향기롭게
역성은 선들바람처럼이게 하고
칭찬은 징처럼 울리게 하라.

마음이 바뀌면 세상이 바뀐다.
마음이 열리면 행복하다.
모든 것은 마음만큼 본다.
보고 듣는 마음이 무엇인가
순간순간 무상함이여!
공한줄 알고 자취를 지워버리라.

이 세상 자체는 화엄동산이요
비로자나불의 가피이다.
자신은 여기서 피어난
한 송이 꽃임을 알라.

꾸밈이 없는 것은 그 자체로 아름다운 것이다.



이른 아침... 하늘을 보니 청아하고 맑은 빛이 참으로 아름답습니다. 신령스럽고 성스럽게 작용하는 진리 그 자체입니다. 정토마을을 위하여 열심히 맡은바 소임을 다하고 계시는 여러분들의 고우신 모습과 성품처럼 아름답군요.

본래 천진하신 부처님 선래스님, 맑은 영혼이 담긴 사진 속 친구들과 꽃을 좋아하시는 성오스님, 언제나 미소가 아름다우신 무량심 자비보살님, 만능소녀이신 무량지 아기보살님, 단아한 모습에 온화하신 과장님, 묵묵히 훈훈함을 보여주는 건고한 모습의 마니주 보살님, 청초하신 모습으로 있는 듯 없는 듯 조용하신 김간호사님, 후덕한 성품에 넉넉한 마음을 지니신 남선생님, 부지런한 발걸음에 신심과 사랑이 묻어나는 수자타 보살님, 매순간 때마다 원력을 갖고서 정성을 담아 공양을 준비하시는 공양주 보살님, 자상하시고 마음이 따뜻하신 보문 거사님... 여러분 모두 청안하시옵니까? 환우 여러분들께서도 잘 계시구요.

호스피스 교육 중 머무는 동안에는 도량에 만개한 꽃을 바라보며 극락세계에 안주하고 있는 듯 했는데 이번에 방문을 통해서는 정토마을 환우들을 위하여 각자 자기가 하는 일에 긍지와 소신을 갖고 즐겁게 일하며 주체성을 갖고 당당하게 살아가고 있는 모습을 지켜보면서 자랑스러운 마음과 찬사를 보내드립니다. 그동안 사부대중 모두가 서로 애호하며 공경과 신뢰 속에 화합으로 이끌어가고 있음에 짙은 감동을 받게 되었습니다. 모든 환우들이 고통과 시름을 저 허공에 먼지와 같이 날려버리고 날마다 웃을 수 있는 정토마을에서 꽃향기 같은 사람냄새가 묻어져 나오며 평온한 마음으로 자신의 뜻을 잘 가꾸어 갈 수 있기를 지극한 마음으로 간절히 기도발원하옵니다. 우리 모두 지금처럼 한결같은 마음으로 낮은 자리에 서서 자신의 내면을 진실하게 바라보며 만족을 구하지 말고 부족함이 없는 것을 볼 수 있는 지혜를 발현하여 감추면 감출수록 아름다워지는 베풀의 미덕 속에 꾸밈이 없는 그 자체로 아름다워질 수 있는 삶의 여정이 되기를 염원하옵니다. 정토마을을 다녀온 후, 지금 나는 무슨 생각을 하고 있는지 숙고하면서 여러분들의 노고에 감사드립니다.

나무불법승 금련선원에서 卍

마음으로 시작하는 호스피스협회

김정광 | 호스피스협회 간사

31기 호스피스 교육을 받으면서 ‘젊은세대가 받아들이는 호스피스란 과연 어떤 느낌일까?’라는 생각이 계속 머릿속에 남았습니다. 이번 호스피스 교육을 받기 전까지 호스피스교육에 대해 많은 궁금증과 호기심이 있었지만, 모든 부분들을 새롭게 알고 깨우치게 되는 것이 많았던 시간들이었습니다. 아직 젊다는 생각, 아직 나는 해야 할 일들과 목표와 꿈이 있다는 생각만으로 너무 앞만 보고 달려온 것 같은 생각이 들었습니다. 호스피스교육을 통해 너무 앞만 보고 달려왔던 제 자신을 잠시 멈추고 숨을 고르며 몸과 마음을 새롭게 하는 시간이었습니다.

어머님이 전북대학병원에서 교육하는 호스피스 교육을 수료 받으시고, 호스피스봉사를 다니실 때에도 호스피스에 대해 잘 모르고 있었습니다. 하지만, 가장 친했던 친구가 혈액암이라는 진단을 받고 큰 병원에서 다시 더 큰 병원으로 옮겨 다니며 검사를 받았고, 매 순간 힘들어하는 모습을 보면서 곁에서 아무것도 해주지 못하는 제 자신이 너무 무능력하고 초라하게 느껴졌습니다.

작년 가을 친구는 ‘안녕’이라는 인사말 한마디도 없이 이별을 했습니다. ‘친구를 위해 나는 아무것도 해준 게 없구나...’라는 생각이 제 가슴 속에 큰 미안함으로 남게 되었습니다. 친구에게 마음에 빛을 진 것 같은 저는 한동안 큰 괴로움에 휩싸여 있었습니다. 이런 저에게 어머니는 아무 말 없이 책 한권을 건네 주셨습니다. 능행스님의 책 『섭섭하게, 그러나 아주 이별이지는 않게』였습니다. 무심코 넘긴 첫 페이지에서부터 저의 두 눈에서는 뜨거운 눈물이 흐르기 시작했습니다. 그동안 제 가슴 속에 맺혀있던 눈물이 흐르는 것 같았습니다. ‘아! 나도 이러한 삶이었다면 내 친구를 조금 더 편안하게 해줄 수 있었을 텐데...’라는 생각이 마음

속 깊은 곳에서부터 피어나기 시작하였습니다. 이 마음을 시작으로 호스피스에 관심을 갖기 시작했습니다. 하나의 계기로 시작되어진 호스피스에 대한 관심이지만 이 관심 속에서 저에 대한 마음을 이해하게 되었고, 그 마음을 이해하고 나니 친구에게 진 마음의 빛을 조금씩 갈아가는 느낌이 들었습니다.

대학 졸업을 앞두고 항상 마음속에 나를 위한 삶보다, 남을 위해 봉사하는 삶을 선택하겠다고 굳은 다짐을 하면서 이 곳 한국불교호스피스협회에 몸을 신게 되었습니다.

뜻이 같은 전국의 봉사자들이 하나로 뭉쳐 서로의 경험과 느낌을 이야기하며 더욱 더 하나된 마음이 커져나가 그 안에서 환우가 편안한 마음으로 안정을 유지하게끔 돌보는 호스피스 협회로 존재하고 싶습니다. 모든 호스피스 봉사자 분들의 마음이 나와 같다는 생각을 합니다. 내가 친구를 떠나보내며 아무것도 해줄 수 없어 안타까웠듯이 봉사자분들도 같은 느낌과 공감대를 가지고 함께하는 것이라고 봅니다.

호스피스의 활동하는데 어려운 점이 무엇이며, 어려운 점을 해결하는 방법은 무엇이 있을 까를 함께 고민하고 풀어가는 호스피스협회는 우리 곁에 항상 함께 해야 한다고 생각하고 있습니다.

지난 6월 20일 경남 하동에서 호스피스 만남의 날이 있었습니다. 전국에서 오신 호스피스 봉사자 분들께서 서로의 친목과 유대관계를 돈독히 하는 모습과 각 지역의 활동 현황에 대한 정보를 공유하시고, 앞으로의 호스피스협회의 발전에 대해 이야기를 나누는 소중한 시간이었습니다. 호스피스 만남의 날을 계기로 이번 다가오는 10월 호스피스협회 창립 1주년을 맞아 준비하고 있는 호스피스 세미나에서 많은 호스피스 봉사자 분들과 함께 하기를 바라며 저는 먼저 마음을 담아 기다리고 있겠습니다. 卍



눈을 뜨니 세상은 아름답고 장엄하더라

이길수 | 31기 호스피스 수료생

1. 30년 직장 생활을 접었다.

20대의 반짝반짝하고 푸르른 청춘의 나이에서 어느 새 오십 중반을 바라보는 믿기지 않는 나이가 되어 있었다. 긴 긴 세월이 흘러간 것 같으면서도 눈 깜짝할 순간인 것 같기도 하다. 어쩌면 생의 마지막 순간에도 이런 느낌을 가질지 모르겠다. 더 늦기 전에 무언가 다른, 좀 더 의미 있는 삶을 살고 싶다는 갈증 같은 것이 가슴 밑바닥에서부터 피어올랐고 외면해 버리기엔 강렬한 느낌이었다. 잘 맞는 옷처럼 몸에 착 달라붙어 습이 된 직장생활. 새로운 세상에 대한 두려움이 없진 않았지만 미련없이 명예퇴직을 신청했다. 지금부터는 진정 내가 원하는 삶을 마음껏 살아갈 수 있게 된 것이다.

2. 능행스님을 만나다.

지금까지 별 대가없이 잘 살아 왔으니 이제는 그것을 나눌 수 있는 삶을 살아야 겠다고 막연히 생각을 하던 어느 날, 잠자리에서 의식이 들자마자 몇 년 전에 들었던 불교병원 건립 불사를 하신다는 불교 방송 인터뷰가 불현듯 생각난 것이다. 방송을 들을 당시에는 ‘참 좋은 일을 하시는구나. 침상 하나에 108만원, 적은 돈은 아니지만 나도 하나 해야겠다.’ 생각은 했지만 차일피일 하던 중에 까맣게 잊고 있었던 일이 갑자기 떠올랐던 것이다. 그 길로 언양 마하보디 교육원을 찾아 갔고 이렇게 능행스님을 만나면서부터 내 화두의 답은 시작되었다.

3. 호스피스 교육, 나를 위한 교육이었다.

새벽 4시 겨우 깊은 잠에 빠져들라치면 들려오는 목탁소리, 반사적으로 몸을 일으켜 하루를 시작하여 밤 10시가 되어서야 하루 일정이 끝나는 강행군이 7박 8일 동안 진행되었다.

삶과 죽음은 전혀 다른 모습을 하고 있으면서도 다른 존재가 아닌 하나로 이어지는 과정이다. 죽음에 대한 막연한 두려움과 불안, 부정적 인식, 낮은 감정과 거부감을 가지고 있지만 그것은 피할 수 없는 것이며 어쩌면 죽음을 통해 삶은 완성되는 것인지도 모른다. 또한 죽음의 그 순간은 마지막이 아니고 다음 생에 대한 또 다른 시작일 뿐이다. 이러한 죽음의 의미를 알게 되면 ‘지금-여기’에서의 삶을 어떻게 살아야 하는지 그 답은 좀 더 분명해진다. 이번 31차 호스피스 교육은 삶과 죽음의 의미를 통해 내 삶을 되돌아보는 동시에, 의미 있고 가치 있는 삶에 대한 방향을 정립할 수 있게 한 ‘나를 위한 교육’이었다. 남을 위해 봉사한다는 마음 이전에 스스로 참된 인간으로 올곧게 서야 하며, 보다 겸손한 마음으로 타인의 아픔이 나의 아픔과 다름 아님을 알고, 오늘 나의 존재가 일체 모든 중생의 은혜임을 깊이 깨달을 수 있었다.

4. 영가 체험 후, 세상은 아름답고 장엄했다.

죽음의 순간, 아무리 사랑하는 사람이라 해도 그들과는 아무 것도 함께 할 수 없고 아끼는 모든 것들과도 이별해야 한다. 오로지 혼자서 어둡고 먼 길을 떠나야 한다. 영가 체험! 너무도 두렵고 외로운 길이었다. 그러나 어디엔가 ‘밝은 빛의 길’이 있을 것이란 굳건한 믿음으로 어둠을 헤치며 한 걸음 한 걸음을 내딛었다. “영가여! 그대는 누구인가? 어디서 와서 어디로 가려는가? 무엇이 그대를 가장 행복하게 하였는가?” 어두운 숲 속에서 간간이 던져지는 질문은 과거 내 삶에 대한 질문인 동시에 미래에 대한 대답이기도 하였다. 죽은 자의 체험을 끝내고 다시 산자의 세계로 돌아 왔을 때, 감사함과 서러움과 참회의 눈물이 쉽없이 흘러 내렸다.

5. 교육을 마치면서

관음보살의 화신같은 원장 스님, 즐겁고 유쾌했던 스님 교육생들, 후배들 불편 없이 열공하라고 무더위 속에서 아름다운 정원 같은 공양 준비하며 최선을 다해 뒷바라지 해주신 선배 기수님들, 멀리 제주도를 비롯해 전국각지에서 힘든 고생길 찾아 7박 8일을 함께 했던 31기 교육 동기생들. 만나서 너무 행복했고 감사했습니다. 이번 우리가 공부하고 체험했던 불교 호스피스 교육이 우리들 가슴에 작은 씨앗으로 자라나서 이 세상을 밝히는 작은 등불이 되고

진흙에서 피는 연꽃, 고통에서 피는 자비 - 7박 8일 동안의 호스피스 실습 -

이정현 | 31기 호스피스 수료생

마하보다 교육원에서 7박 8일 동안의 호스피스 교육은 제게 죽음을 넘어선 새로운 삶의 길을 열어주었습니다. 그 뒤 정토마을과 꽃동네에서의 7박 8일 동안의 실습은 보고, 들음으로써 머리로 알게 되었던 것을 온 몸과 마음으로 끌어내릴 수 있었던 기회였습니다. 호스피스 강의 중 어떤 강사 분이 문(聞)-사(思)-수(修)의 중요성을 말씀하셨는데, 죽음을 앞둔 환자분들을 마주하는 상황에서는 정말 간절하게 배운 것들을 떠올려 기도하고, 할 수 있는 모든 것을 해야 되었습니다.

처음 꽃동네에 갔을 때 저는 ‘마하보다 호스피스 31기’ 몇 분과 함께 인곡자애병원 5,6층에 배정을 받게 되었습니다. 떨리고 설레는 마음으로 처음 들어간 병실에서 제가 만나게 된 환자분은 연세가 지긋한 할머니였습니다. 왠지 모를 이끌림에 할머니의 병상으로 가서 인사를 드리자, 할머니는 팔과 손이 차갑고 아프다며 다짜고짜 제게 팔 안마를 부탁하셨습니다. 그래서 얼떨결에 잡게 된 할머니의 손은 바늘처럼 콕콕 찌르는 겨울바람처럼 차가웠습니다. 한여름에 겨울이 느껴지는 그 손을 잡고 저는 놀란 마음으로 따뜻한 입김을 연신 불었습니다. 저의 따뜻한 체온이 조금이라도 전해졌으면 하는 마음으로 말이지요.

셋째 날 아침, 저는 병원에 도착하자마자 할머니에게 달려갔습니다. 의식이 거의 없이 눈을 감고 있는 할머니는 제가 다가가자, 별 경계 없이 내민 제 손을 꽤 오래 잡고 계셨습니다. 왠지 느낌이 이상해서 저는 저도 모르게 저만 알아들을 수 있는 아주 작은 소리로 ‘나무관세음보살, 나무아미타불’을 불렀습니다. 할머니 몸과 마음의 모든 고통과 아픔이 사라지길 빌면서 말이지요. 그리고 나온 뒤 다른 호실에서 청소를 마치고 꽃동네 봉사자분들과 잠시 쉬고 있는 도중, 갑자기 사람들이 분주하게 움직이는 것을 보고, 저는 ‘아차!’ 하는 마음이 들었습니다. 그 사이에 할머니께서 숨을 놓으신 것입니다. 저는 바로 할머니에게 달려갔으나, 다

른 의료진과 직원들에게 제지를 당하게 됐습니다. 그 분들은 별다른 감정 없이 아주 능수능란하게 할머니의 시체를 처리하고 사망선고를 하는 것처럼 보였습니다. 수세를 하고 바로 냉장고 속으로 시체를 넣는다는 말을 듣고, 저는 유리문에 바짝 붙어 서서, 아직 할머니의 의식이 빠져나가지 않으셨으면 어쩌나 하는 마음에 발을 동동 구르며 혼란스러운 할머니의 의식을 위해 기도를 하게 되었습니다.

‘예고도 없었던 죽음에 스스로 얼마나 당황하고 놀라셨을까. 찾아오는 이 없는 병상에서 얼마나, 얼마나 외롭고, 쓸쓸하셨을까. 삶에서 얼마나 많이 고통 받고, 얼마나 아팠으면 그런 병에 걸려서 돌아가시게 되었을까!’

그러면서 눈물이 쏟아져 나왔습니다. 처음에는 새벽 비처럼 소리 없이 조용히 흐르던 눈물은 강줄기가 되고, 폭포가 되어 쏟아져 내렸습니다. 그 아픔과 하나가 된 저는 통곡을 하며 울기 시작했습니다. 그런데 신기한 일이 일어났습니다. 그렇게 아픔과 고통, 상처와 외로움을 마주하고, 용기 있게 드러내는 순간 그것이 치유되고 없어지는 것을 느꼈기 때문입니다. ‘나만 이렇게 힘든 것이 아니었구나.’ 하는 자각과 고통의 연대는 큰 위로와 힘이 되어주는 것을 체험하며 저는 아픔이 없는 사람이 아픔을 치유하는 것이 아니라, 그저 아픔과 아픔이 닿고, 상처와 상처가 만나고, 외로움이 외로움을 달래고, 고통이 고통을 쓰다듬으면서 치유가 일어나고, 사랑이라는 기적이 만들어진다는 것을 알게 되었습니다. ‘아름다움’이라는 단어의 어원이 ‘아픔-앓음-알음’에서 비롯되었다는 언어철학자의 말씀도 함께 떠올랐습니다.

그렇게 울고 싶은 만큼 눈물을 쏟아내고 나서 잠시 바람을 쐬러 밖으로 나간 제게 예쁜 여름 꽃들과 함께 세 마리의 호랑나비가 눈에 들어왔습니다. 애벌레에서 고치를 거쳐 자유로이 날아다닐 수 있는 나비는 호스피스 상징이기도 하지요. 저는 그 호랑나비가 마치 할머니의 환생처럼 느껴졌습니다. 육체를 벗고 자유로운 존재가 되어 어딘가 계실 할머니가 너무 슬퍼하는 저를 위로하기 위해 아름다운 모습으로 화(化)하여 제 앞에 나투신 게 아닐까……하는 생각이 들면서 폭풍우가 치던 제 마음은 다시 잔잔한 호수가 되었습니다.

진흙에서, 구정물에서 피어나는 연꽃. 바로 그것이었습니다. 이 씨앗이 모든 이들의 마음에 닿아 그 마음과 삶과 세상에 사랑과 자비의 꽃을 활짝 피우기를 온 마음으로 기도합니다. 卍

Bodhisattva



1 호스피스협회 만남의 날 (6월 20일)

제 1회 불교 호스피스 만남의 날을 하동 청소년 수련관에서 개최하였다. 창립 후 처음으로 열린 이날 행사는 불교 호스피스 봉사자간의 친목과 유대를 강화하는 동시에 각 지역의 활동 현황에 대한 정보를 공유하고, 서울경기인천지회, 부산 울산 경남지회 등 6개 지역지회 지회장 및 회원 200명이 참석하였다. 협회 이사 및 각 지회의 지부장들은 입재식에 앞서 대의원 총회를 열고, 울산광역시 사단법인으로 등록시키기로 결정하였고, 이를 토대로 회원 교육과 정보공유 네트워크 강화 방안에 대해 의견을 나누는 시간을 가졌다.

2 CPE여름학기 개강

2010년 7월 10일 CPE여름학기에 교육생 8명이 입학하여 오리엔테이션을 가졌다.

2010년 7월 16일 CPE여름학기 봄소풍에 수원 대구센터의 그룹원들 약 30여명이 참석하여 정토마을 시설을 방문하여 뜻깊고 의미있는 만남의 장을 펼쳤다.

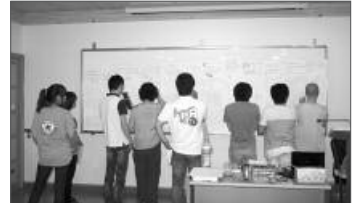
정/토/마/을/관/자/재/회/소/식

Bodhisattva

3 감마교육 (7월 19일~20일)

비영리조직의 비전과 그 가치를 달성하도록 돕는 감마교육이 1박 2일동안 실시되었다. 이 교육에 정토마을과 마하보디교육원 스님들과 실무진들이 참여하여 정토사관자재회의 미션을 나누며 비영리조직으로서 아름다운 사회를 만드는데 각자의 각오를 확고히 하였다.

스님들과 실무진들은 다음과 같은 미션을 확립하였다. “정토사관자재회는 생명존중과 함께 더불어 사는 세상을 지향하며 위기와 고통에 직면한 중생들에게 수행과 교육 그리고 의료복지를 제공하여, 그들이 자유롭게 행복한 존재로 변화될 수 있도록 헌신적인 돌봄을 실천하는데 목적을 둔다.”



4 31차 호스피스교육 (2010년 8월1일~8월 8일)

2010년 8월1일부터 8일까지 7박8일에 걸쳐 31차 호스피스 교육이 거행되었다. 호스피스 교육은 부처님의 사성제와 팔정도의 가르침을 토대로 자기돌봄과 치유뿐 아니라 타인돌봄의 전문적 기술과 습득을 하는데 주력하고 있다.

원활한 교육을 위해 이 교육을 수료한 100여명의 선배들이 전국 각지로부터 모여와 사랑과 헌신과 베품을 실천으로 보여주었다.





비구니 선형스님의 극락왕생을 발원하며
스님의 100재를 기리기 위하여
스님이 남기신 전 재산인 삼백만원을
고통받는 중생들을 위해 건립될
자제병원의 건립기금으로 기부해 주셨습니다.

“마음 내주신 모든 분들께 깊은 감사를 드리며
선형스님의 극락왕생을 발원합니다.”





- 울산광역시 울주군 상북면 양등리 소재
- 건축면적 : 지하 1층, 지상 4층 3,636㎡ (1,100평)
- 병 상 수 : 70병상
- 주요서비스 : 호스피스, 완화의료, 재활, 외래, 가정간호, 의료봉사 등

완화의료전문

자제(慈濟)병원

자제병원은 질병으로 위기에 처한 이웃들의 희망입니다!

치유될 수 없는 질병으로 위기에 처한 이웃들에게 전문완화의료 서비스를 제공하게 될 자제병원은 죽음을 통한 삶에 대한 인식을 전환시키고, 품위 있고 존엄한 삶에 대한 학습은 물론 평온한 임종을 맞이할 수 있도록 전인적인 돌봄과 지지를 제공하여 삶과 죽음의 질을 높이는 중요한 역할을 담당하게 될 것입니다.

함께 만들어 함께 베푸는 나눔!

전문호스피스, 완화의료, 서민들을 위한 종합의료복지타운의 역할을 담당하게 될 자제병원은 한분 한 분의 소중한 참여로 건립됩니다.

건/립/후/원/계/좌

농 협 401131-51-075952 국민은행 713701-01-140932 (예금주 : 재단 정토사관자재회)

● 자제병원 건립 사무국

689-823 울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1 Tel : 052)254-2340, 2341 Fax : 052)254-2347

http://jungtoh.com E-Mail : jungtoh@cpebud.com



불교계 최초의 독립형 호스피스인 정토마을은
치유할 수 없는 질병으로 고통 받는 환우와
그 가족들의 아픔을 함께하며
자비 실천의 사랑으로 성심을 다하는
간호와 지지를 24시간 제공하고 있습니다.

삶의 마지막 동행... 정토마을이 함께합니다.

소리없이 외치는 병든 생명들의 신음소리에 귀를 열어놓겠습니다.
체계적이고 전문적인 환우의 통증관리와 영적지지, 다양한 Case 연구를
통해 정토마을은 21세기 발전된 호스피스를 선보이고 있습니다.

이용안내



복잡한 절차없이 전화 통화만으로 이용이 가능합니다.

- 대 상 : 말기암 또는 이에 준하는 말기질환으로 고통 받는 환우
- 운 영 : 24시간 전인적 돌봄 제공

상담(전화, 방문, 인터넷) → 입소심사 → 입소통보 및 입소

정토마을호스피스

363-871 충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1

Tel : 043)298-2258/ Fax : 043)298-1457 <http://jungtoh.com> hospice@cpebud.com

후원참여

모두가 행복한 사회!
작은 나눔에서 시작됩니다.

후원회원 한 분 한 분의 소중한 인연은 삶의 마지막 종착역에서 고통 받는 환우와 그 가족들의 아픔을 함께하는 정토마을은 물론, 병들고 가난하여 고통 받는 우리 이웃들에게 사랑과 희망을 나누어줄 시설의 건립과 운영에도 커다란 밑거름이 될 것입니다.



전화 한 통이면 빠르고 간편하게 후원회원이 되실 수 있습니다.

- 후원방법 : 자동이체(CMS), 무통장입금, 지로입금, 물품후원, 복폐지 분양
- 후원접수 : 전화, 홈페이지, 방문
- 후원계좌 : **농협 401120-51-016794**
국민은행 713701-01-001909 예금주) 재단 정토사관자재회

●● 자동이체(CMS) 후원신청을 하시면 전화 한 통으로 신청, 변경, 해지가 가능하며 은행에 가시는 번거로움 없이 편리하게 후원금을 납부하실 수 있으니 많은 이용 바랍니다.

당신의 고귀한 기부금은

- I 치유될 수 없는 질병으로 고통 받는 환자와 그 가족들에게 희망의 기금으로
- II 불치병 환자를 비롯한 특히, 암환자들의 재활과 삶의 질 향상을 위한 기금으로
- III 건강한 사회를 만들기 위한 공익사업 기금으로 쓰입니다.

재단정토사관자재회

363-871 충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1

Tel : 043)298-2258(대) Fax : 043)298-1457 <http://jungtoh.com> jungtoh@cpebud.com

“진정한 임상전문상담과 치유사로 탄생되는 CPE교육에 여러분을 초대합니다!”



2011년 CPE 봄학기 교육 접수중 !!!

임상보디사트바교육(Clinical Pastoral Education)이란?

보디사트바를 키워내는 임상전문 훈련교육으로서 병원·학교·가정·사찰 등 중생의 고통이 있는 모든 곳에서 실질적 영적돌봄을 경험하며 자신의 치유와 돌봄도 함께 경험하게 되는 교육입니다.

CPE(Clinical Pastoral Education) 교육 일정 안내

- 과 정 : 봄학기(3월~6월), 여름학기(6월~8월) 가을학기(9월~12월)
- 기 간 : 16주간
- 일 정 : 봄·가을학기: 매주 일요일 / 여름학기: 토·일요일
- 시 간 : 오전10시 ~ 오후 5시 30분
- 인 원 : 8명 (정원)
- 자 격 : 스님, 의료인, 교사, 복지사, 임상 상담과 치유에 관심있는 모든 분

CPE(Clinical Pastoral Education) 배움 과정

임상환경		교육환경
내담자 그리고 직원과의 관계	경험	그룹동료와 Supervisor의 관계
Case Study를 작성하는 과정&토론	성찰	사례연구 세미나 Supervision시간/개인 및 종교학적 성찰
상담과 치유가 필요한 대상자에게 영향을 주는 배움	통찰	임상강의/관련 서적 읽고 연구
내담자의 가계도분석		가계도분석 세미나
전이 역전이에 대한 분석 직원과 한 팀원이 됨	분석	신념체계 및 삶의 패턴양식 이해하기 자신과 동료들을 지도하는 리더쉽을 배움
헌신과 돌봄을 배움실전	통합	개인과 임상보디사트바를 위한 영적 성장과 새로운 인식변화

정토마을 언양 마하보디센터 임상보디사트바교육(CPE)

울산 울주군 상북면 양등리 138-1 마하보디교육원 3층 CPE센터

Tel : 052 264 0117 · 052 264 0209 · <http://jungtoh.com>, <http://cpebud.com>

2011학년도 입학생모집 마하보디 명상심리대학원

마하보디 명상심리대학원은 심리치유 전문가를 양성하기 위해 설립한 대학입니다. 불교의 기본교리와 수행방법, 상담의 이론과 실제 그리고 명상을 통한 심리치유방법을 중점적으로 배우게 됩니다. 특히 임상과 실습을 강조함으로써 빠른 시간 안에 심리치유 전문가로서의 자질과 능력이 성장되도록 노력하고 있습니다.

>> 입학안내

1 지원자격

- ① 지도자과정
 - 학사학위를 미취득한 자
 - 법령에 의하여 이와 동등 이상의 학력이 있다고 인정되는 자
- ② 석사과정
 - 학사학위를 취득한 자
 - 법령에 의하여 이와 동등 이상의 학력이 있다고 인정되는 자
- ③ 박사과정
 - 국내외 대학원에서 석사학위를 취득한 자
 - 법령에 의하여 이와 동등 이상의 학력이 있다고 인정되는 자

2 교육연한 및 시간

- 지도자과정은 4학기, 석사과정 5학기, 박사과정 4학기
- 매주 토요일 오전 9시20분 - 오후5시30분

3 학위 및 자격증 취득

- 지도자과정 이수 시 본 대학원의 졸업증명서와 명상심리치유사 자격증 취득
- 위덕대학교와의 학술교류협정에 의한 위덕대학교지도자과정 수료증 취득
- 위덕대학교와 교육협정에 의거한 석· 박사학위 취득

4 전형일정· 제출서류와 입시상담 문의

- 전화 : 행정실 (052)264-0180, 행정실장 (손전화)010-2051-1457
- 홈페이지 : <http://www.mahacounseling.com>

마하보디 명상심리대학원 이사장

호스피스협회 창립 1주년 기념 세미나 개최

한국 불교호스피스협회 소개

한국 불교호스피스 협회는 대한불교조계종포교원 산하 단체로 등록을 하고 2009년 10월 창립 총회와 함께 출범하였습니다. ‘자비’, ‘돌봄’, ‘동행’의 철학을 바탕으로 활동을 펼치고 있으며 2010년 7월 사단법인으로 등록을 마쳐 본격적인 협회의 면모를 다져 나아가고 있습니다.

국제 세미나 개요

한국불교호스피스협회 창립 1주년을 기념하여 2010년 10월 20일(수) ‘아름다운 마무리를 위한 준비’를 주제로 세미나를 개최할 예정입니다.

특히 기조강연 연사로 생사학의 석학인 대만남아대학교 부총장이신 해개스님을 초청하여 ‘삶과 죽음의 존엄’에 관한 말씀을 청해 들을 예정입니다.

많은 관심과 뜨거운 성원을 부탁드립니다.

국제 세미나 운영 시정

· 일 시: 2010년 10월 20일 수

- 10:00 이사회
- 11:00 총회 - 사단 법인 설립 추진
- 12:00 중식
- 13:00 창립1주년 기념 법회

- 13:30 기조 강연
- 16:30 질의 응답
- 17:00 폐회

· 주 제: 아름다운 마무리를 위한 준비

· 장 소: 서울 (장소 선정 중)

불교 호스피스의 선구적 실천가이자 베스트 셀러 작가, **능행스님**
 15년 구도의 길에서 만난 1,000여 명의 **죽음을 배운 이야기** 출간!



“지금 이 순간, 잘 살아야
 잘 죽을 수 있다.”

저자 능행스님

호스피스가 곧 수행의 도구라는 능행 스님. 1996년 충북 청원군 구녀산 자락에 정토마을을 건립해 말기환자들의 마지막 삶을 보살펴왔다. “죽음과 온전히 직면할 때 이 순간의 삶이 바로 선다”는 깨달음을 세상과 나누기 위해 ‘천일애(愛) 행복기도운동’을 시작했다. 동참자들이 천일 동안 인류의 평화와 행복, 안전을 위해 기도하면서 매월 3만원씩 3년간 또는 일시불로 108만 원을 보시한 돈으로 아무도 돌보는 이 없이 죽어가는 환자들을 위한 자제병원을 건립할 계획이다.

- 내게 있어 행복이란, 오늘 하루 숨 쉬고 밥 먹고 웃고 잠자리에 드는 것, 그리고 다음날 아침 일어나 무대에 서는 것, 그렇게 죽음과 만나는 그날까지 최선을 다해 사는 것이 아닐까 싶다. -니문희, 배우
- ‘잘 살아야 잘 죽을 수 있다’, ‘고귀한 삶은 지금 이 순간뿐이다’ 라는 사실을 다시금 깨닫게 해준 책! -도종환, 시인
- 행복한 삶과 마지막 순간에 대한 새로운 통찰 -경향신문
- 이순간 ‘나는 왜 존재하고 살아야 하는가’ 라는 화두를 던지는 책! -매일경제
- 사람들이 죽음 직전에 가장 순수한 사랑을 경험하는 것을 목격했다. -조선일보
- 생의 마지막 순간에 삶의 존엄성을 회복한 환자들에 관한 감동적인 이야기! -한국일보
- 생사를 꿰뚫는 통찰력으로 유한한 삶을 살아가는 우리에게 죽음의 의미를 묻다. -한국경제
- ‘아름다운 지금 이 순간’을 위한 지상 최고의 선물을 안겨준다. -한겨레

완 화 의 료 전 문



자제병원 건립을 위한 법화경 천일기도 및 의료기 모연 안내

법화경 천일 기도를 통해 부처님의 가피에 힘입어 불교역사이래 최초의 불교 완화 의료 전문 병원을 건립하고자 합니다. 중생들의 고단한 삶과 죽음의 여정에 힘이 되어 드리는 소중한 의료복지 불사가 될 것입니다.

☸ 의료기기 및 병상기부

- 주요시설 | 호스피스 완화병동· 암환자 재활병동· 승가병동· 특수병동
- 의료서비스 | 완화의료과· 암재활과· 가정의학과 외래· 대체의학과· 가정호스피스
- ※ 병상 1개 기부가격 | 백팔만원 (자동이체로 간편하게 참여할 수 있습니다.)

☸ 기도접수 CMS(자동이체)방법

- 인터넷접수 | <http://jungtoh.com>
- 전화접수 | 052-264-1007, 팩스 : 052-264-0209, 담당자 : 011-309-9413
- 입금은행 | 농협 815039-55-003185 예금주 : (재)정토사관자재회

☸ 법화경 철야기도

- 매월 4째주 토요일 오후 8시 ~ 일요일 오전 8시까지

☸ 철야기도 차량운행 안내

- 대구(원거리 거주 지역철도, 고속버스 이용하시거나, 대구 거주하시는 신도님)
 - 문 의 | 연화연 보살님 010-6518-4667 삼보행 보살님 010-5029-8590
운전기사님 김웅룡 011-592-9559
 - 운행경로 | 시민회관 5 : 30분 → 언양 마하보디 교육원 법당
- 부산(경남 부산권 신도님)
 - 문 의 | 공정연 보살님 010-2066-9744 관음행 보살님 010-4734-5616
다 정 보살님 010-4747-6974 운전기사님 한고성 017-581-6133
 - 운행경로 | 영도 5 : 30 → 부산역 대한통운앞 5 : 40 → 동래지하철 3번출구 6 : 20
→ 언양 마하보디교육원 법당

※ 삼천송이 연꽃을 피울 수 있도록 마음을 다해 동행인으로 초대합니다.

법화경 무비스님 초청대법회

오는 9월 25일 (토) 법화경 철야정진에는
무비 큰스님을 모시고 귀한 법문을 들으며 기도정진을 합니다.

도반들과 함께 언양자제병원불사 철야정진에 많은 동참바랍니다.