

보디사트바

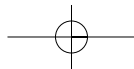
2010년 겨울
제3권 제4호, 통권89호



Bodhisattva

여는 글	04	이 겨울 녀... 제게 힘이 되어 주시겠어요?	능 행
선지식 탐구	06	까루 린포체 초청 관정법회	이길수
명법문 · 명강의	10	용서하지 못할 사람은 없다	무 비
명상카툰	15	지금 이 순간	용정운
내 마음의 시어詩語	16	깨달음의 길	
라다크 순례기	18	조현의 라다크 · 잔스카르 순례기	조 현
내 마음의 경구	25	바른 사람과 삿된 사람	고 암
경전 이야기	26	수레와 수행	영 운
심리치유	28	사이코드라마 - 참 만남	고원자
의학이야기	30	암의 치료3	김진목
만화로 만나는 트락	34	자기 모습으로 살 수 있게, 외계인의 충고	최영순
임상의 숲	36	열 한 번 째의 구녀산 가을을 보내며...	마니주
보디사트바 향기	38	경허집	
우리들의 이야기	40	하나, 이명현 CPE여름학기 수료생	
	42	둘, 김은명 마하보디 명상심리상담대학원생	
	44	셋, 박미란 교사, CPE여름학기 수료생	
정토마을관자재회 소식	48	정토마을관자재회 소식	
자제병원	50	자제병원	
정토마을	51	정토마을	
후원 안내	52	후원 안내	
CPE 교육 안내	53	CPE 교육 안내	
기부금영수증 발급, 기도 안내	54	기부금영수증 발급, 기도 안내	
마하보디명상심리대학원 안내	55	마하보디명상심리대학원 안내	
호스피스협회 안내	56	호스피스협회 안내	
보디사트바를 법보시하는 분들	57	보디사트바를 법보시하는 분들	

· 발행처 정토사관자재회 · 발행일 2010년 12월 5일 · 발행 · 편집인 능행 · 등록 울산바01004(2008.4.11.)
 · 기획위원 강옥희 희유 이길수 · 편집위원 김경오 김성규 박정선 상진 장용렬 · 편집장 수필
 · 주소 정토마을 충북 청원군 미원면 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 아미울 | 비매품



여는글

이 겨울 녀... 제게 힘이 되어 주시겠어요?

능행 | 마하보디교육원장

산이 꿈틀거립니다. 언양 마하보디 명상 심리 대학원이 자리잡고 있으면서 2011년이면 자제병원이 지어질 그 땅 앞에 힘차게 펼쳐진 고현산, 그 산의 정기가 살아 움직이는 것 같습니다. 석남사 계곡을 타고 불어오는 바람을 따라, 단풍진 낙엽이 교육원 앞마당을 쓸고 지나면서 계절을 인식하게끔 합니다. 더불어 환자들과 함께 시작한 세월의 무게가 함께 쓸려 지나가는군요. 세상은 갈수록 척박하여 암을 비롯한 이름 모를 불치병들이 난무하고 고귀한 생명들은 늦가을 낙엽처럼 삶에서 떨어져 나갑니다. 준비 없는 죽음 앞에서의 절규... 참 힘들고 고통스러운 현실입니다. 특히 불교인들은 그 분들을 안전하고 안락하게 보살필 전문병원과 전문가들이 부족하기 때문에 더 많이 외롭고 고통스럽습니다. 이천 육백년 전의 부처님께서도 그렇기에 기원정사 옆에 열반당을 두셨을까요?

1999년 충청도 아주 작은 공간에 정토마을이라 이름붙인 불교호스피스센터를 운영하면서, 서원^{誓願}을 세우고 불교호스피스병원건립 발원으로 천일기도를 시작하던 때가 엇그제 같은데 벌써 8년이라는 세월이 지났습니다. 많은 분들의 사랑과 관심 속에서..... 밤새워 범화경 28품 전경을 독송하고, 조상님들을 위한 시식을 하는 2년의 여정 안에 일천 명이 넘는 분들이 병상 기부 운동에 함께 참여해 주셨습니다. 그 감사함을 어찌 말로나 글로써 표현할 수 있을지.....

건립기금 약 80%를 준비하여 건축을 시작하려고 단단히 계획했었지만, 너무 많은 사람들이 오랫동안 기다림에 처해 있었고, 환자분들의 어려움을 더 이상 외면할 수가 없기에 2011년 3월 중순에서 4월 초순경에 착공식을 하고, 계획보다 앞당겨 병원 건립을 시작하려고 마음을 내었습니다.





내년 3,4월경에 기공식과 함께 곧장 건축에 들어갈 준비를 하면서 두려움과 걱정이 앞서지만 후원자 여러분들의 지지와 격려가 있기에 용기를 내어보겠습니다.

질병과 죽음 앞에 너와 내가 따로일 수는 없습니다. 이 모두가 우리 자신들의 일입니다. 크고 작은 마음들을 모아 너와 나의 삶과 죽음이 안전하고 평화로울 수 있도록 같이 함께 병원을 만들어주시기를 간곡히 부탁드립니다. 능행 손전화 010-5491-1457로 “병상 기부 접수 합니다.” 라고 전화 한 통만 주시면 즉시 참여 할 수 있도록 하겠습니다. 한 분이 한분씩만 더 권선해 주시리라 믿고 내년 3월에 기공식과 함께 착공에 들어가겠습니다.

제가 이 일을 감당 할 수 있도록,
이 겨울 녀 제게 힘이 되어 주시겠어요? ㄸ

11월, 정토마을 언양 병원건립 부지에서

능행 지심정례

● 병상기부 계좌

입금은행 | 농협 815039-55-003185
예 금 주 | 재)정토사 관자재회

마하보디 특집



까루 린포체 초청 관정법회

편집부 이길수

맑은 기운이 온 누리에 가득차고 온갖 들풀과 들꽃들이 아름다운 향기로 여물어 가던 지난 10월 17일, 이곳 마하보디 교육원에서는 까루 린포체 초청 관정법회와 수계 의식, 그리고 영가 천도재 순으로 거룩한 만남의 의식이 진행되었다.

‘자제병원 건립 불사’에 동참해 주신 많은 분들의 아름다운 마음을 어떻게 하면 조금이라도 보답할 수 있을까?하는 평소 능행 원장스님의 염원이 결실을 맺어 여러 어려운 여건 속에서도 오늘 까루 린포체 초청 관정 법회를 개최할 수 있었다. 이날 관정 법회 및 수계의식은 서울, 제주도 등 각지에서 찾아온 오백 여 명의 불자들이 귀한 법연의 자리에 참석한 가운데 성황리에 진행되었다.

관정의식이란 본존불의 가피를 통해 일체 중생들에게 본래 구족되어 있는 불성의



종자를 드러나게 하는 의식으로, 많이 받을수록 가피력에 의해 악업이 소멸되고 선근이 증장하며 내생의 복덕을 두루 갖춘 중생으로 거듭날 수 있다고 한다. 관정은 자격을 갖춘 린포체 즉 환생한 큰 스님만이 내릴 수 있다.

까루 린포체는 티베트 4대 종파의 하나인 까규파 최고 수행지도자이며 1970년 대 최초로 서구에 티베트 불교를 전파한 스승 까루 린포체의 환생자다. 1989년 까루 린포체(1905-1989)는 자신의 환생을 예언하며 입적했는데, 그 예언대로 1990년 인도 다르질링에서 까루의 환생자로 여겨지는 아이가 태어났고 92년 달라이라마 존자로부터 환생자로 공식 인정을 받고 1993년 2월에 2대 까루 린포체 자리에 올랐다.

능행 원장스님은 까루 린포체의 관정 법회와 수계 의식을 통한 가피 공덕으로 후원자와 그 가정이 두루두루 안락하고 모든 악업이 소멸되어 아름답고 건강한 삶을 영위하며, 세세생생 부처님의 가르침에서 물러나지 않고 끝없이 성장할 수 있는 축복의 자리가 되기를 기원하였다.

관정 의식에 앞선 까루 린포체의 설법

- ◆ 일체중생의 행복이 곧 나의 행복
- ◆ 불법과 생활을 연결하여 실천 수행하는 것이 행복한 삶을 영위하는 방법

부처님의 자비사상을 실천하고 있는 이 곳 마하보디교육원을 방문하게 되어 특별히 더 마음이 흐뭇하며 초청해 주신 원장스님께 감사를 드립니다.

저는 21살의 나이로 인생의 경험은 부족합니다. 다만 부처님 공부를 열심히 하고 있어 부처님의 좋은 가르침을 함께 나누고 싶어 이 자리에 왔습니다. 저를 무슨 관세음보살의 화신으로 생각하지는 말아 주시기 바랍니다. 위치가 다르다고 하여 다른 사람은 아닙니다. 여러분과 나는 육체적으로는 동일한 사람입니다. 다만 까르마 즉 업이 다를 뿐입니다. 각자 전생에서 남을 이롭게 하고 베풀었다면 지금 좀 더 행복하고 이

상적인 삶을 영위할 것이고 남을 해치고 힘들게 했다면 지금 좀 더 어려운 삶을 살아 갈 것입니다. 불교도가 되는 것보다 이러한 업과 인과의 원리를 믿고 존중하며 악업을 짓지 말고 선업을 쌓으며 살아가는 것이 무엇보다 중요합니다. 내 가족을 사랑하는 것은 물론 일체중생을 내 가족처럼 생각하고 사랑과 자비를 나누는 것이 중요합니다. 종교를 통해 선업을 쌓아 나의 가르마를 바꾸어야 하며 업을 정화하기 위해서는 끊임 없는 수행과 훈련이 필요하며 불법을 생활 속에서 실천할 때 그 효과가 나타나는 것입니다. 강요에 의해서가 아니라 마음으로부터 우러나오는 불법 수행으로 자신이 먼저 행복해져야 하며 가족을 사랑하고 이해하고 존중하고 자비를 베풀 때 모두가 행복해질 수 있는 것입니다.

“~하게 해 주세요, ~하게 해 주세요.”하는 것처럼, 불교는 나의 이기적인 욕망과 집착을 충족시켜 주는 신의 종교, 이기적인 종교가 아닙니다. 일체중생이 다 나의 가족이라는 전제하에 불교의 인과와 윤회를 믿어 언젠가 나의 가족이었을 일체 중생에게 보리심을 실천하는 것이 진정한 불교입니다. 나만, 내 가족만 잘 되면 그만이라는 생각은 올바른 불교도의 삶이 아닙니다.

올바른 지견, 정견을 알게 하고 일체중생이 모두 내 가족이며 일체 중생이 모두 행복해질 수 있는 방법을 말하기 위해 오늘 이 곳에 온 것입니다.

우리가 인생에서 간과하기 쉬운 것이 바로 무상無常의 의미입니다. 무상無常하기 때문에 고통스러울 수 있지만 무상無常하기에 더 자유롭고 더 행복한 삶이 가능하기도 합니다. 좋은 업을 지어 행복한 삶을 사느냐, 악업을 지어 불행한 삶을 사느냐하는 문제는 오로지 나의 손에 달려 있는 것입니다. 나의 인생은 나의 손으로 내가 창조해 가는 것입니다. 결국 나는 내 인생의 창조자인 것입니다.

부처님은 큰 깨달음을 성취하시고 우리를 극락정토로 인도해 주시는 분으로 왕에게나 부자에게나 가난하거나 천한 자이거나 각자 그 근기에 맞게 모두가 행복해지고 성불할 수 있는 길을 열어 가르쳐 주신 분입니다. 여러분들도 각자 자기에게 맞는 길을 찾아 부처님의 가르침을 따르는 사람이 되기 바랍니다. 내 안의 믿음과 자신감과



겸손함으로 더 이상 내 안에 집착할 그 무엇도 없다는 사실을 깨닫고 마음으로부터 부처님 법을 받아들여 수행할 때 완전한 수행자가 될 수 있습니다.

사랑과 자비에 대하여 말하기는 쉽지만 사랑과 자비를 생활 속에서 실천하는 것은 쉽지 않습니다. 불교의 자비정신을 실천하기 위해 자제병원을 건립하려는 것을 보고 저도 마음이 일어납니다. 저 역시 장래 학교와 병원을 지어 도움이 필요한 사람들에게 마음 편하게 도움을 주며 더 널리 불법을 펼치려 합니다.

부처님의 자비 실천이라는 아름다운 계획을 가지신 원장스님의 모든 일들이 잘 되기를 기도합니다. 卍



용서하지 못할 사람은 없다

묘법연화경 제 12제바달다품 | 자제병원 건립을 위한 법화경 독송 700일 법문 중에서-

무비스님 | 대한불교조계종 전 교육원장



제바달다는 불교 역사에서 만고에 인류의 스승이신 석가모니 부처님을 수차례 살해하려했던 극악무도한 인간이었습니다. 부처님이라는 분은 우리 불자들에게 얼마나 소중한 분입니까? 성인으로서, 의지하는 분으로서, 우리의 삶을 이끌어주는 분으로서 우리의 가슴에 아로새기고 있는 그런 분입니다. 우리 불자들의 정서에 부처님에 대한 신심과 존경이 얼마나 대단한가하면 마당에다 부처불 '佛' 자를 땅에 낙서해도 발로 지울 수 없을 만큼 경외심이 돈독합니다. 어디 그뿐입니까? 부처님의 가르침이 쓰여진 조그만 종이 쪽 하나라도 역시 함부로 휴지통에 던지지 않고 꼭 불에 따로 모아서 태울 만큼 부처님에 대한 존경심은 대단합니다.

법화경을 대할 때마다 늘 경전 중의 왕이라는 생각을 합니다. 다른 경전들과 비교해 볼 때 법화경은 마치 하늘에 빛나는 무수한 별들 중에서도 가장 빛나는 보름달처럼 뚜렷하고 확실하게 돋보이는 경전이라고 봅니다.

많은 내용들 중 오늘은 제 12 제바달다품을 살펴보겠습니다.

그런데 제바달다라는 사람은 그러한 우리들의 부처님을 살해하려했던 사람이었습니다. 그것도 승단을 자기마음대로 지배하는 우두머리가 되고 싶은 야욕 때문이었죠. 경

전에서는 그를 조달이라고도 표현하는데 불교 안에서 '조달이 같은 사람' 이라고 하면 가장 큰 욕이라고 할 수 있을 만큼 그에 대한 불자들의 분노는 대단합니다. 그리고 오역되는 불통참회(不通懺悔)라 해서 '참회가 안된다'고 하는 죄목입니다. 그런 죄 중에 부처님 몸에 피를 내는 죄가 여기에 해당되는데 이것이 제바달다 때문에 생긴 죄목입니다. 이렇듯 불교 역사에서 제바달다는 우리 불자 누구에게나 치가 떨릴 만큼 크나큰 원수입니다. 그런데 이 법화경에는 역사적으로, 감정적으로 알고 있는 제바달다에 대한 부처님의 이해와 불교의 자비정신에 입각한 깊이가 다르게 나타나 있습니다. 2700년의 긴 세월이 지나면서 부처님의 오묘한 자비의 마음은 제바달다에 대한 용서할 수 없는 감정을 어떻게 푸는가를 보여주는 부분이라고 할 수 있습니다. 법화경만은 제바달다에 대한 이해와 해석이 특별히 다릅니다. 어느 경전에서든 이러한 해석은 찾아볼 수 없습니다. 경전의 구절을 살펴보도록 하겠습니다.

〈제바달다와 석가모니의 과거〉

내가 지난 옛적 한량없는 겁 동안에 묘법연화경을 구하기에 게으르지 아니 하였으며, 여러 겁 동안에 항상 국왕이

되어 가장 높은 깨달음을 발원하고 구하는데 마음이 물러서지 아니하였느니라.

여섯 가지 바라밀다를 만족하기 위하여 부지런히 보시를 행하되, 코끼리·말·칠보·나라·도성·처자·노비·심부름꾼·머리·눈·골수·몸·살·손·발을 아끼지 아니하였고 생명도 아끼지 아니하였느니라. 그때 세상 사람들의 수명이 한량이 없었지만, 법을 위하여서 국왕의 자리를 버려 태자에게 위임하고, 북을 쳐서 명령을 내리고 사방으로 법을 구하되, '누구든지 나에게 대승법을 말하여 주는 이가 있으면 내가 마땅히 종신토록 받들어 드리고 시중들리라.'고 하였느니라.

그때에 한 선인이 와서 왕에게 말하기를, '나에게 대승경이 있으니 이름은 묘법연화경이라. 만일 내 뜻을 여기지 않으면 마땅히 말하여 주리라.'고 하였느니라. 왕은 선인의 말을 듣고 뿔듯이 기뻐하며 곧 선인을 따라가서 모든 것을 시중드는데, 과실을 따고 물을 길고 땀나무를 하고 음식을 장만하여, 내지 몸으로 상도 되고 앉는 자리가 되었지만 몸과 마음이 게으르지 아니하였느니라. 그렇게 받들어 섬기기를 일천 년이 지나도록 하였으니, 법을 위하



여 지성으로 시중하여 조금도 부족함이 없게 하였느니라.

여기에서 선인은 바로 제바달다이고 ‘나’는 석가모니 부처님을 가리킵니다. 석가모니 부처님이 묘법연화경을 구하기 위해 사람들을 위해 온갖 것을 보시하고 생명까지도 다 베풀 수 있다는 마음을 가졌는데 바로 그 희생을 치르고 얻을 수 있는 그 원을 충족시켜 준 은인은 바로 선인 즉 제바달다라고 해석하고 있습니다.

우리는 어떻습니까? 누군가 우리에게 조금 손해를 끼치거나 말 한 마디라도 친절하지 않으면 그 사람의 사정은 관계없이 나의 기분에 맞지 않다고 불평하고 기분 나빠하기 일쑤입니다. 심한 경우 몇날 며칠 그것을 풀지 못하고 가슴에 응어리가 되는 일이 얼마나 많습니까? 이렇듯 보통 중생들은 그 사소한 감정 하나를 다스리지 못합니다.

그러나 법화경의 마음은 석가모니를 수차례 살해하려고 하고 부처님 몸에 피를 내는 극악무도한 그런 사람이라도 ‘내가 최상의 진리(법화경)를 구하기 위해서 이런 고초를 겪고 구하려고 했는데 마침 선인이 나타나서 나에게 법화경을 전해주었다.’라고 하면서 그 선인을 제바달다라고 해석하고 있습니다.

게다가 석가모니는 왕의 신분으로서 선인에게 몸과 마음이 상과 앓는 자리처럼 가장 낮고 하찮은 모습으로 험한 일을 다하면서 그를 받들어 섬기기를 게으르지 않고 일천 년을 하였다고 했습니다.

온갖 인간관계에서 나에게 손해를 끼쳐서, 혹은 기분 나쁘게 한다고 화가 나고, 내 비위를 맞추지 않는다고 속이 상하는, 그것들은 정말 알량한 자존심이고 사소한 감정들일 뿐입니다. 법화경의 마음씀씀이와 우리의 마음씀씀이는 정말 천길 만길 엄청난 차이가 있지만, 그런 우리들의 마음과 법화경의 마음을 비교해 보면서, 내 자신의 마음을 바로잡아 법화경의 차원으로 따라가려고 하는 자세와 원력을 가져야 하겠습니다.

부처님께서 비구들에게 말씀하셨습니다.

그때의 왕은 바로 내 몸이요, 그때의 선인은 지금의 제바달다니라. 이 제바달다 선지식을 말미암은 탓에 나로 하여금 여섯 가지 바라밀다와 자비희사와 삼십이 거룩한 몸매와 팔십 가지 잘생긴 모양과 붉은 금빛과 열 가지 힘과 네 가지 두려움 없음과 네 가지 포섭하는 법과 열여덟 가지 함께 하지 않는 법과 신통과 도력을 구족하고 등정각을

이루어 중생들을 널리 제도하게 하였으니, 이것이 모두 제바달다 선지식을 말미암은 연고니라.

법화경에서는 부처님을 부처님 되게 한 스승이 제바달다라고 하였습니다. 우리가 법화경을 보지 않으면 참 불자가 되지 못합니다. 우리가 이런 이치를 알고 아로새겨야 마음에 꽃을 피우고 열매 맺을 수 있는 것입니다. 부처님께서 18불공법 등 이런 모든 조건을 완전히 갖추 수 있었던 것은 제바달다 스승을 만났기 때문이라고 하셨습니다.

만약에 법화경이 없었더라면 제바달다는 영원한 적이고 용서 받지 못할 인간이었을 것입니다. 법화경의 제바달다품은 우리가 생을 거듭하며 살아가는 마당에 나를 헤치고 모함하고 아프게 하는 주변의 사람들을 어떻게 생각해야 할 지에 대해 가르쳐 주는 것입니다.

법화경의 제바달다품을 읽고 쓰고 출판한 공덕과 명상을 수행한 힘으로 법화경을 우리의 아뢰야식까지 뿌리내리도록 해야 합니다. 즉 우리에게 얽힌 인간관계에 의해서 잠재 의식 속에 남아있는 인연들을 눈 녹듯 풀고 녹여서 원결없는 사람이 되어야 하는 것입니다.

제바달다는 천왕여래가 되리라.

여러 사부대중들에게 이르노니, 제바달다는 그 뒤에 한량없는 겁을 지내어서 부처를 이루니, 이름이 천왕여래 응공 정변지 명행족 선서 세간해 무상사 조어장부 천인사 불 세존이요. 그 세계의 이름은 천도라 하리라. 이때 천왕불이 세상에 머물기는 이십 중겁이니 널리 중생들을 위하여 묘법을 설하리라. 항하사 같이 많은 중생들은 아라한과를 얻고, 한량없는 중생들은 연각의 마음을 내고, 항하사같이 많은 중생들이 최상의 도의 마음을 내어 무생법인을 얻고 물러가지 않는 자리에 이르리라. 그 때 천왕불이 열반에 드신 뒤에 정법은 이십 중겁 동안 세상에 머물러 있을 것이니라. 전신 사리로 칠보 탐을 세우니 높이는 육십 유순이며, 가로와 세로는 사십 유순이리라. 여러 천신들과 사람들이 여러 가지 꽃과 가루향 사루는 향 바르는 향과 의복과 영락과 당기 번기와 보배 일산과 풍류와 노래로 칠보탐에 예배하고 공양하리라. 한량없는 중생들이 아라한과를 얻고, 한량없는 중생들이 벽지불을 깨닫고, 불가사 의한 중생들이 보리심을 내어 물러가지 않는 자리에 이르리라.

‘제바달다는 천왕여래가 되리라’ 하는 것은 수기하는 것입니다. 법화경은 삼분의 이가 수기입니다. 수기는 부처님이 우리에게 주시는 마지막 메시지라고 봅니다. 다시말해 수기야 말로 매듭을 꿰는 것과 같다고 할 수 있습니다.

법화경을 강의하면서 특히 이 부분은 제가 거의 독창적으로 이야기하는 부분입니다. 아무리 극악무도한 사람이라 하더라도 그가 곧 부처라고 수기하는 것입니다. 그렇지 않다면 ‘성불이다 견성이다’ 라는 말을 찾을 길이 없습니다. 본래 부처인줄 아는 것이 중요하며 부처에는 조건이 있는 것이 아니라, 산란한 마음으로 ‘나무불’ 해도 그는 부처요, 축생과 같은 인간이라 해도 그가 곧 부처라는 것입니다. 즉 인간이 그대로가 부처임을 간곡하게 유언으로 단언하신 것입니다.

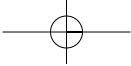
제바달다품을 권하다.

부처님께서 모든 비구들에게 말씀하셨습니다. “오는 세상에 선남자·선여인이 이 묘법연화경의 제바달다품을 듣고 청정한 마음으로 믿고, 공경하여 의심을 내지 않는 이는 지옥이나 아귀나 축생에 떨어지지 아니하고 시방 부처님의 앞에 왕생할 것이니라. 나는 곳마다

항상 이 경전을 들을 것이며, 만일 인간에나 천상에 가면 가장 훌륭하고 묘한 낙을 받고, 부처님 앞에 가면 연꽃 위에 화생하리라.”

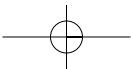
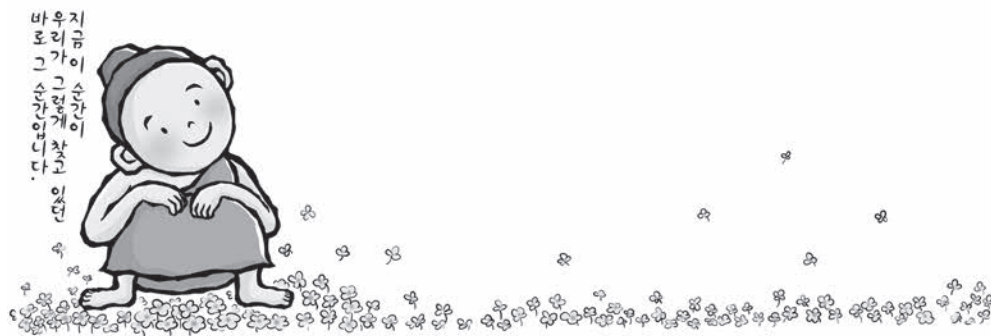
제바달다품의 이 부분에서는 모든 불교적 소원이 원만 성취된 부분입니다. 다시 말해 우리가 인간관계에서 맺힌 원결과 갈등이 홍로일점(紅爐一點)처럼, 별건 용광로에 흰눈이 모두 녹아 없어지는 것을 보여주는 것과 같습니다.

석가모니 부처님께서 부처님이 되기까지는 오직 제바달다 덕분이라는 것을 보여주면서 이 제바달다품을 제대로 이해하고 명상한다면 어찌 지옥 아귀에 떨어질 수 있겠는가라고 강조하고 있습니다. 우리는 이러한 법화경의 고귀하고 깊은 의미를 현실에서 한껏 활용하기 위해서 깊이 명상하고 실천하여 내 의식 속에 바로 새길 수 있어야 하겠습니다. 卍



■ 명상카툰

용정운 | 부다일러스트



詩語





길을 걷습니다.
'나'를 찾아 실로 정중한 걸음을 옮깁니다.
그 길에서 만나는 일체 만물은
스승이며 도반이 됩니다.

오랜 인연을 돌고 돌아 만난 이도 있을 것이며
내생을 기약하고 만날 인연도 있을 것입니다.
한 생을 지심으로 살아왔을 두터운 인연력에
머리를 숙이고 정성의 예를 보탭니다.

숲은 알고 있습니다.
땅을 밟고, 하늘을 의지해 사는 우리들이
얼마나 무한한 꿈을 꾸며 사는지를요.

도반이 스승되고,
스승이 도반이기도 한 이 길에서는
키 재기가 무색합니다.



라다크 순례기

<지난호에서 이어집니다>

조현의 라다크 · 잔스카르 순례기

조 현 | 한겨레신문 종교명상전문기자 (cho@hani.co.kr)

▼ 5360m 창리를 넘어서

애초부터 무리였다. 등에서 열이 나서 일을 하기 어려울 정도로 몸이 불편한 상황에서 고산 지대 순례를 떠나는 것은 미친 짓인지 몰랐다. 하지만 청전 스님의 독려에 따라 기어이 무리한 일정을 결행했다. 20여년 동안 매년 한 달 가량씩 라다크 오지를 순례하며 오지인들을 도왔던 청전 스님은 “이제 나이가 들어 순례를 계속하기 어렵다”면서 그만두기 전에 티베트 불교의 보고인 라다크와 잔스카르를 꼭 내게 보여주겠다면서 이번 순례에 초청했다.

하지만 제대로 된 순례를 시작하기도 전부터 몸이 말썽을 부리기 시작했다. 6월 말 레 공항에 도착해 게스트하우스에 묵은 첫날부터 두통과 함께 구토가 시작했다. 고산증세였다. 레의

해발은 3500m. 자동차로 가면 조금씩 높아지는 해발에 적응하기 때문에 고산 증세가 덜하지만 비행기로 고산에 곧바로 내리면 이런 고산병을 감수해야 한다. 더구나 몸 상태가 엉망인 가운데 순례를 감행했으니, 몸의 항거는 마땅한 것이기도 했다.

앞으로 레를 벗어나 떠나서 감행해야 할 순례길에 비하면 레는 천상일 터였다. 레는 라다크의 가장 큰 도시이기 때문에 아프면 약을 사 먹을 수도 있고, 공항이 있으니 급하면 비행기를 타고 떠나면 된다.

외부에도 많이 알려진 레엔 티베트의 향기를 맡으려는 관광객들이 많았다. 이번에 순례한 오지들과는 달리 레는 라다크에선 가장 붐비는 곳이었다. 서구인들만이 아니라 요즘은 한국인들도 많이 찾는다. 최근 유례없는 폭우(히말라야에 최악의 물폭탄) 글 참조) 때도 100여 명의 한국 관광객들이 레에 머물고 있었던 것으로 알려지고 있다.

하지만 레조차도 우리나라로 치자면 군의 읍 정도 규모에 불과하다. 더구나 여름 4~5개월을 제외하면 가을부터 혹한으로 인해 길이 얼어붙어 레로 통하는 길이 봉쇄되기 때문에 항공편 외에는 대부분의 교통편마저 끊긴다.

문명이 발달하면서 오지가 사라지고 있는 현실에서 지구상 그 어느 곳도 예외가 없지만, 이런 자연 여건 때문에 연중 외국인들이 찾기 어려운 곳이다. 공항이 있는 레는 길이 끊긴 동안에도 외부와 항공을 통해 교통이 가능하지만, 나머지 대부분의 지역은 길이 끊기는 게 라다크의 상황이어서 노선버스가 있는 판공초 호수 같은 일부 관광지를 제외하고는 외지인들이 자유스럽게 여행을 다닐 수 있는 곳은 많지 않다. 또 대부분의 지역이 중국(티베트), 파키스탄과 접경 지역이어서 매번 입경 허가를 취득해야 한다.

내가 묵은 곳은 레 시내에서 골목으로 많이 들어간 한적한 곳에 위치한 쉐던 홀리데이 홈 게스트하우스였다. 나무를 찾아보기 쉽지 않을 만큼 사막화한 레에서 그나마 나무로 둘러싸인 집이었고, 100여 평 되는 앞마당 텃밭엔 상추와 썩갓과 케일 등의 야채가 심어져 있어서 산소량이 한결 많은 듯한 느낌이 드는 그런 집이었다. 더구나 인심 좋은 할아버지 할머니는 끼니 때가 되면 텃밭의 야채를 뜯어 먹도록 했다. 매번 텃밭에서 야채를 뜯어먹는 것이 미안해 한번은 시장에서 야채를 사왔더니 안주인은 방까지 쫓아 올라와 “왜 그랬느냐”면서 “다음

부터는 절대 사지 말고, 텃밭에서 얼마든지 가져다 먹어라” 고 했다.

게스트하우스의 야채가 입맛을 돋궈주긴 했지만 고산증세가 가라앉지 않았다. 하지만 마냥 게스트하우스에 눌러앉을 수만 없었다. 첫번째 순례길은 샤추쿨 사원이었다. 샤추쿨 사원에 가기 위해선 세계에서 세번째로 높은 고개라는 창라를 넘어야 했다. 창라는 해발 5320m.

순례 때마다 한국에서 보시 받은 의약품을 가득 싣고 가서 문명의 혜택을 받지 못하는 사람들에게 병에 따라 의약품을 나눠주는 청전 스님의 순례 일정은 이미 사원에 통보되어 있었다. 아파도 약 하나 먹을 수 없는 오지의 사원과 마을 사람들은 매년 청전 스님이 올 날만을 손꼽아 기다린다. 그래서 이미 인편을 통해 샤추쿨 사원에 가기로 한 날에 가지 않는다면 그곳 사람들이 고개가 빠질 것은 뻔한 일이었다.

구토와 두통으로 고통스러워하는 나를 보면서 청전 스님은 다른 일행을 향해 “조 기자는 포크레인으로 물어버리고 가자” 고 했다. 이곳까지 누구를 믿고 왔는데, 저토록 무자비한 말을 하다니! ‘원초적 언어’ 에 충실한 우리 사이에 못할 말은 없었지만, 아픈 사람을 두고 해도 너무한다 싶었다. 그러나 그 말이 얼마나 자비스런 말인지 이는데 오랜 시간이 걸리지 않았다. 샤추쿨 사원이나 테키 사원을 다녀오는 순례길은 5천미터급의 고산을 넘는지만 지프로 갈 수 있는 곳이었다. 찾길이 있는 곳에선 몸이 아파도 지프가 실어다 줄 수 있다지만 찾길도 없고 오직 자신의 발에만 의지할 수밖에 없는 오지의 순례길에서 순례객이 자신의 몸을 챙기지 않으면 누구도 어떻게 해줄 도리가 없다. 그러니 자신의 몸 상태가 안되면 스스로 포기해야 하는 게 마땅했다. 손가락마저 던져버리고 가고 싶을 만큼 지친 오지 순례길이다. 그러나 스스로 그런 상황을 터득하도록 무자비한 말로 마음을 다잡게 한 것은 어찌 보면 자비였다.

청전 스님이 뭐라든 혼자 게스트하우스에 남아있을 수는 없는 일이었다. 3500m에도 적응하지 못하는 몸뚱이를 이끌고 5300m 고지를 넘는다는 것은 미친 짓인 것 같았지만, 어쩔 수 없다고 생각했다. 그리하여 레에 도착한 지 3일만에 지프에 몸을 실었다. 몸의 고통을 잊게 하기 위해 청전 스님의 유머 시리즈가 터져 나왔다. 청전 스님의 유머에 잠시나마 ‘희박한 산소’ 에 대한 걱정을 잊기도 했지만, 고도가 조금씩 높아지면서 숨이 턱턱 막혀오는 것은 어쩔

수 없었다. 적응이 안된 상태에서 고도를 갑자기 높이면 폐기종으로 사망할 수도 있는 일이었다.

이왕 넘기로 한 고개라면 속히 넘었으면 좋으련만. 라다크의 고갯길은 그야말로 동물의 내장을 연상시킬 만큼 꼬부랑길의 연속이다. 위태위태하게 놓여진 산길은 마치 하늘로 올라가는 길인 것만 같다. 이토록 조급한 마음을 알아챈 듯 길가엔 ITBP(India-Tibet boundry police · 인도-티베트 국경 경찰)가 써놓은 표지판이 큼직하게 경고하고 있었다.

“Be Mr late than late Mr” (고인이 되기보다는 늦게 가는 사람이 되어라)

서둘러서 황천객이 되기보다는 늦게 가더라도 살아남는 게 최선이라는 경고 표지판이었다. 고도가 높아지면서 눈발이 흩날리기 시작했다. 눈길 옆 바위에서 늑대인지 개인지 모를 짐승이 마치 장송곡을 부르듯 울부짖고 있었다. 레를 출발한 지 한나절. 드디어 세계에서 세 번째로 높다는 창라 고개에 도착했다. 한발 떼는 게 조심스러울 만큼 숨이 가뻔지만 그래도 기뻐다. 그렇게 순례의 한 고비를 넘기고 있었다. 그리고 가쁜 숨을 몰아쉬면서도 청전 스님에게 자랑스럽게 말했다.

“역시 나는 하늘에서 왔는가봐. 3500m보다 5000m에서 숨 쉬기가 한결 나으니!”



▼ 사추쿨의 축제

고생 끝에 낙이 왔다. 세계에서 3번째로 높은 5360m 창라 고개를 넘으니 사추쿨이다. ‘북쪽 고개’라는 뜻의 창라에서 몰아치는 눈보라와는 천양지차다. 평화롭기 그지 없다.

모든 것은 우연을 가장한 필연이라던가. 우리가 도착한 날은 사추쿨 사원의 가장 성대한 축제일이었다. 순례자가 그 날에 맞춰간 것은 아니었지만, 결과적으로 사추쿨의 모든 대중들이 순례자를 위해 준비한 축제의 장을 펼치는 것 같았다.

오지에서 사원은 마을공동체의 구심점이다. 티베트불교 문화의 풍토에서 태어나 자라는 이들에게 사원은 마음의 귀의처이자 학교이고 시장이기도 하다. 학교를 찾아보기 어려운 오지에서 사원은 동자승학교를 둔 학교다. 또 축제 때가 되면 마을 사람들은 팔 물건을 가지고 나와 펼쳐놓아 사원은 난장이 열린다. 이날도 마을 사람들은 일찍부터 가족단위로 소풍을 나와 풀밭에 앉아 놀면서 난장을 둘러보기도 했다.

축제는 티베트의 길고 긴 나팔 ‘둥첸’ 소리로부터 시작됐다. 우리나라도 사찰에서 종과 북을 쉽게 찾아볼 수 있다. 티베트에선 어느 법당에 가든지 소라나팔인 둥카르를 볼 수 있다. 히말라야가 오래 전 바다였다가 융기한 땅인 때문일까. 히말라야의 고찰들에선 바다의 향수



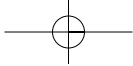


를 그리듯 둥카르 소리가 울려 퍼진다. 새벽마다 13번씩 울려 퍼지는 둥카르소리를 들으며 라다크 사람들은 미망에서 깨어나 깨달음을 향한 보리심으로 돌아간다.

티베트 사원에서 축제는 스님들이 직접 악기를 불고 경전을 읽고 노래를 하고 춤을 춘다. 그들이 입고 나서는 빨강 파랑 노랑의 원색 복장들은 화려하기 그지없다. 것처럼 화려한 복식을 입거나 탈을 쓴 채 자신을 잃은 것처럼 춤과 하나가 된 모습은 우리나라의 굿을 연상케 한다.

달라이라마의 일대기를 다룬 영화 <쿤둔>을 보면 10대의 달라이라마가 나라의 중요 시기 때마다 점을 쳐주는 네충 라마로부터 신탁을 받는 대목이 나온다. 중국 침공으로 달라이라마가 살해당할지도 모른다는 위협이 팽배한 당시 춤을 추어 신탁을 받은 네충은 달라이라마에게 바로 그날 밤이 망명할 때임을 예시해준다. 네충의 모습은 굿판에서 영혼과 하나가 된 무속인과 한가지다. 1300여년 전 불교가 들어가기 전 성행했던 토속신앙인 뵤교의 영향으로 토속적인 분위기가 물씬 풍기는 티베트불교의 무속 문화는 지금도 불교 문화 속에서 그 명맥을 고스란히 이어오고 있다.

10여명이 둥첸을 불고, 다른 10여명이 경전을 암송하는 가운데 화려한 옷을 입은 무희들이 등장한다. 정화수로 장내를 정화한 뒤 여러가지 형상으로 만들어진 제물을 차려놓고 그 둘레에서 무희들은 신들린 듯이 춤을 춘다. 한바탕 춤이 끝나면 다시 둥첸 소리가 울려 퍼지고, 둥첸소리가 끝나면 다시 경전 암송이 시작된다. 이렇게 축제는 서너시간 동안 계속 반복된다.



무희들은 화살을 쏘아 악령을 맞추어 악귀를 제압한다. 그리고 다시 춤을 춘다. 그 악귀는 수행자들에게겐 마음 속의 마장이다.

축제의 막판이 되면 모든 제물을 들고 절문 밖으로 가지고 나간다. 절 밖으로 나가면 그동안 구경꾼으로만 머물던 마을 사람들도 축제 한마당에 함께 한다. 가면을 쓴 무희는 남성 성기 모형을 들고선 마을 처녀들을 희롱한다. 커다란 성기 모형이 다가오면 처녀들은 질겁을 하고 고향을 친다. 가면 쓴 무희는 더 신난다는듯 모형을 들고 장난을 친다. ‘스님이 어떻게 축제에서나마 저런 것을…’하고 혀를 차는 사람이 이곳엔 없다. 성스럽고 속스러운 것을 가르기보다는 성숙이 하나로 어우러지면서 이들은 행복감에 젖는다.

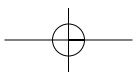
축제에 나선 라마(스님)들은 마침내 마을 사람들과 함께 선악의 모든 표징들인 제물들을 남김 없이 태운다. 좋은 것도, 나쁜 것도, 선신도, 악신도 마침내 영원한 것은 없다. 이렇게 즐기는 축제 속에 담겨진 불교의 진리를 아는지 모르는지 그저 불은 타오른다.

사원 마당 안팎에서 축제가 펼쳐지는 사이에 절 건물 방에선 마을 사람들이 빼곡히 들어차 있다. 이곳엔 또 하나의 축제가 펼쳐지고 있다. 보시 축제다. 청전 스님이 한국에서 보시받은 의약품을 쌓아놓고 마을 사람들의 요청에 따라 약을 나눠주고 있다. 일년 내내 보리 수제비만 먹고 사는 이들이 대부분인 오지 마을 사람들의 상당수는 영양 결핍이다. 그래서 영양제 하나만 먹어도 낳는 병들이 많다. 이들은 항생제도 거의 사용한 적이 없고 약을 써본 적이 거의 없어서 의약품의 효과는 놀라울 정도로 높다. 그들은 청전 스님에게 다가와 자신이 아픈 곳을 내보이며 고통을 호소한다.

몸이 아픈 사람에게 약을 주고, 시력이 나빠져 경전을 읽을 수 없는 스님에겐 돋보기를 준다. 또 평생 시계 한번 차 본적이 없는 사람에게 한국인들의 집안에 버려져 있던 헌시계들을 가져와 채워주면 이들은 너무도 행복해 한다.

척박한 오지를 돌아다니면서도, 홀로 20여년 동안 정든 고국을 떠나 살아가면서도 끊임 없이 솟아나는 청전 스님의 활력과 기쁨은 어디에서 온 것일까. 보시는 청전 스님이 라다크인들에게 하는 것만이 아니었다. 청전 스님은 자비를 주고 라다크인들은 행복을 주었다. 그래서 그것은 2배가 되고, 3배가 되고, 무한히 커지고 있었다. 축제는 그렇게 넓게 넓게 퍼져가고
……. 卍

〈다음호에 계속〉



■ 내 마음의 경구



바른 사람이 샷된 법을 말하면
샷된 법까지 따라서 바르게 된다.
샷된 사람이 바른 법을 말하면
정법까지 따라서 샷된 법이 된다.

-고암 스님

경전 이야기



수레와 수행

영운 | 31기호스피스 수료
마하보디교육원 총무

앞산의 가을이 점점 깊어지고 있다. 가끔 석남사 일주문에서부터 법당까지 곱게 난 길을 걷다보면 세상이 이렇게 아름답다는 것을 다시금 느낀다. 옥류동 계곡의 물소리가 그간 잔뜩 욕심부려 쌓아놓은 마음의 찌꺼기를 다 씻어 주는 것 같다. 도반들은 이런 나를 보고 다 늙어 웬 센터 멘탈이냐고 놀리기도 한다. 나에게 이런 감각이 깨어 난 것이 언제부터일까? 가만 생각해보면 그리 오래 된 것 같지 않다. 나에게 이런 감각의 깨어남은 주변을 참으로 따뜻하게 변화시켜 주었기 때문이다.

감각이 깨어날 때 드는 생각은 '나는 발목에 매달린 큰 돌로부터 벗어났구나.' 이다. 다시 말해, 수행이 시작되는 시점은 불타는 감정과 느낌의 상태에서부터 벗어나면서부터가 아닐까 하는 것이다. 그러면서 문득 범화경의 '화택의 비유'가 새롭게 다가온다.

'나는 비록 이 불난 집에서 무사히 나왔지만, 여러 아이들이 이 불타는 집에서 장난하고 노느라고 깨닫지도 못하고 알지도 못하고 놀라지도 않고 두려워하지도 않으며, 불이 곧 몸에 닿아서 그 고통을 한없이 받으려만, 걱정하는 마음도 없고 나오려는 생각도 못하는구나!'

... 중략 ...

이와같이 생각한 장자는 여러 자식들에게 빨리 나오라고 소리쳤다. 아버지는 애가 타서 좋은 말로 타이르고 달랬지만, 그 어린 자식들은 장난에만 정신이 팔려서 믿지도 아니하고 놀라지도 아니하고 두려워하지도 아니하여, 나오려는 마음이 전혀 없으며, 또 불이 어떤 것이며 집은 어떤 것이며, 무엇이 어떻게 잘못되어 가는지도 모르고 다만 동서로 내달리고 놀면서 아버지를 바라보기만 할뿐이었다.

... 중략 ...

그 아버지는 여러 자식들이 장난감을 좋아하기 때문에, 가지가지 기이한 장난감을 보면 반드시 기뻐하리라 생각하고 아이들에게 말하기를 “너희들이 좋아하고 가지고 싶어하는 희유하고 얻기 어려운 장난감이 있는데, 지금 너희들이 가지지 아니하면 이 뒤에 반드시 후회하리라. 여러 가지 양이 끄는 수레, 사슴이 끄는 수레, 소가 끄는 수레들이 지금 대문밖에 있으니, 너희들이 이 불타는 집에서 빨리 나오면 너희들이 달라는 대로 나누어 주겠노라.”

그때 여러 자식들은 아버지가 말하는 장난감이 마음에 들었으므로 기뻐하며 서로 밀치고 앞을 다투어서 그 불붙은 집에서 뛰어 나왔느니라. 장자는 여러 자식들이 불타는 집에서 탈없이 나와 한 곳에 모여 앉아 있는 것을 보고, 다시 장애가 없을 것을 알고 흐뭇하여 기쁨을 억제할 수 없었느니라. 그때 여러 자식들이 아버지에게 말하기를 “아버지께서 주신다던 양이 끄는 수레, 사슴이 끄는 수레, 소가 끄는 수레의 장난감을 지금 주십시오.” 하였느니라.

이렇듯 장자는 자식들을 불타는 집에서 구하기 위해 짐짓 방편을 말하여 결국 좋은 수레를 자식들에게 준다고 경전은 설하고 있다. 좋은 수레란 무엇일까? 좋은 수레란 좋은 수행도구를 상징하는 것이 아닐까? 장자의 아들들이 장자의 말귀를 알아듣기까지는 시간이 필요했다. 그 시간은 무슨 의미일까? 만일 내가 지금 이순간을 고개도 들지 않고 모른 채 외면하고 있다면 좋은 수레가 무슨 소용 있으리. 그와 마찬가지로 내가 말귀를 알아듣고 내 자신과 소통할 수 있었던 것은 나의 발목에 묶여있던 큰 돌을 몇 개 제거하고 부터이다. 이곳이 불구덩이인지 금수레가 있는 곳인지를 아는 감각의 열림, 생각으로부터의 자유, 느낌으로부터의 깨어남을 얻었을 때, 나는 지금 이 순간에 머물 수 있는 힘을 가질 수 있었다. 세상에는 여러 가지 수행도구들이 있다. 어찌면 지금 세상은 수행법이 넘쳐나는 지도 모르겠다. 나는 두어 가지 세상에서 쉽게 접할 수 있는 도구들로 내 자신과 세상을 볼 수 있게 되었다.

그 중 한 수행법이 내가 31차에 받았던 호스피스교육이었다. 아직 갈 길도 멀고 어른의 말씀을 이해도 못하지만 문득 문득 ‘이 말씀이셨나? 할 때가 있다. 지금 세상은 법화경이 현실로 나타난 것 같다. 좋은 수레를 얻기 위해 모든 방법을 다 사용할 필요는 없다고 본다. 한 개나 두 개 정도 잘 사용하면 좋은 수레를 타고 즐길 기회가 더 많아지지 않을까. 卍

사이코드라마 - 참 만남



고 원 자 | 청심심리상담연구소 소장/춘해보건대학 겸임교수

1921년 자콥 레비 모레노(Jacob Levy Moreno, 1889~1974)에 의해 시작된 사이코드라마는 모레노가 상호작용적인 집단 역동에 대한 통찰력과 창조성의 철학을 자신의 마음 가운데로 통합시켜 만들어낸 인간에 대한 하나의 접근방식이다(A. Blatner). 그것은 정신분석(psychoanalysis)에 반대되는 개념으로써, 말(언어)이 아닌 행위를 통해서 인간을 이해하고 정신을 확장시키고자 하는 정신행위(psycho-action=drama)이다. 이 때 행위의 필연성은 인간 내면의 자발성과 창조성에 있다. 길들여진 기존의 언어체계를 뛰어넘어 스스로 분출하고자 하는 힘, 끝없이 변화와 생성을 지향하는 근원적 에너지로써의 자발성이야말로 현재를 생존해 낼 수 있는 동인이기 때문이다.

사이코드라마는 우리들 내면 깊숙히 잠들어 있는 자발성과 창조성을 일깨우기 위해 존재한다. 일상적인 현실 벽의 두께를 밀어 올리고 내면의 진실들을 드러내고 씻어냄으로써 궁극적으로는 우리들 정신세계를 확장, 발전시키고자 하는 것이다. 그래서 사이코드라마를 인간의 진실을 탐구하는 학문으로 정의하기도 한다. 그것은 예술(극적, 상징적, 환상적 요소들)이며 과학(만남-내 자신, 나와 너, 우리-)의 역동 연구, 자발성 훈련, 역할론 등이고 철학(인간, 자연, 우주에 대한 사고, 실존에 대한 회의 등)이다. 따라서 사람들은 사이코드라마를 하기 위해서 마치 우리가 몸의 때를 벗기 위해 목욕탕에 들어가듯 사이코드라마 무대(그 어떤 공간이라도 개의치 않고) 위에 올라선다. 마음의 찌든 옷을 과감히 벗어 던지고 순수한 알몸 정신으로 너·나 할

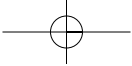
것 없이 우리들의 진실을 가지고 한마당 신명나게 놀아보는 것이다. 그 내용이 무엇이든, 제 아무리 부끄럽고 아픈, 하찮은 유치한 것일지라도 여기에서는 그 어떤 비판이나 평가 없이 있는 그대로 존중되어지고 더불어 함께 행위화되고 그 자체로 빛을 발하게 된다. 온갖 고정 관념, 선악의 판단을 넘어서 참다운 내 자신의 힘, 생명력을 느끼고 실천해 보는 것이다. Greenberg(1974)는 참만남을 사이코드라마의 무대에서 중요 타인과 즉시적이고 의미있게 직면할 때 발생하는 것이라고 정의하였다. 참만남은 지금-여기의 상황에서 발생한다.

참만남이란 것은 사이코드라마의 핵심이며, 이러한 과정을 통해 타인을 서로 깊고 의미있는 수준으로 이해한다. 참만남은 한 집단 속에서 공동체 의식을 증진시키고, 공동체 의식은 생산적 활동에 필수적인 신뢰를 쌓아 올린다.

모레노는 ‘잉여현실을 어떻게 왜곡되었건 관계없이 완전히 주관적인 방법으로 느끼고 생각하는 주인공의 진실’이라고 정의하였다. 잉여현실은 사이코드라마 내에서 가장 광범위하고 깊게 표현되어지는데, 삶 속의 실제 사건만을 장면으로 실연하는 것이 아니라 ‘현실에서 한 번도 일어나지 않았고, 일어나지 않을 것이며 또는 결코 일어나지 않을’ 장면들이 실연된다. 극도의 긴장상태, 흥분, 저항을 넘어서 정점에 이른 정서이다. 감정이 넘쳐흐르고, 과거에 억제 작용을 하고 있던 것들을 표현한 후에 일어나는 홀가분한 상태이다. 사이코드라마에서 카타르시스의 단계는 ①제거와 해방 ②통합 단계로 구분할 수 있다. 즉, 불안과 긴장을 완화하고 갈등을 해결하며 감정의 해방과 통합을 경험한다. 또한 과거의 강렬한 재현적 삶을 통한 지금, 이곳에서의 진정한 삶을 경험한다.

사이코드라마에는 역할이론, 만남, 자발성과 창조성, 사회측정학 등 다양한 이론영역이 있다. 이러한 이론들의 토대 위에서 사이코드라마를 일상생활에 적절히 활용한다면, 산업현장이나 모든 조직 내의 인간관계를 파악하고 관계를 개선시키는데 도움을 얻을 수 있고, 학교에서 수업시간에 교육 및 성장프로그램으로 활용할 수도 있고, 병원이나 상담실 기타 사회복지기관 등에서 치료적 목적으로 활용될 수 있다.

사이코드라마는 많은 사람들이 오해하고 있듯이 정신병동이라는 폐쇄된 공간에서 환자들만을 대상으로 이루어지는 것이 결코 아니며, 삶을 살아가는 누구에게나, 언제 어디서나 유용하게 쓰일 수 있다. ㄸ



■ 의학 이야기

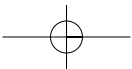
암의 치료3

김진목 | 파라다이스병원장

호르몬 치료

여성의 유방이나 남성의 전립선은 호르몬의 제어를 받는 장기이다. 1897년 스코틀랜드 글래스고우 지방의 외과의사인 조지 비슨은 3명의 말기 유방암 환자에게서 난소(여성 호르몬을 분비하는 주된 장기)를 제거한 후 2명의 환자가 놀랄 만큼 호전되는 양상을 보였다고 보고했다. 1930년과 40년에 시카고의 찰스 허긴스 박사는 남성에게서 암이 흔히 발생하는 장기인 전립선은 고환에서 분비되는 남성호르몬의 영향을 받고 있으며, 외과적 거세가 전립선암의 억제에 큰 효과가 있음을 밝혀냈다. 아울러 여성호르몬을 투여하는 내과적 거세도 효과가 있음을 밝혀내었다. 이 예들은 특정 호르몬의 분비기관을 외과적으로 제거하거나 분비를 억제함으로써 목표 기관의 암을 억제할 수 있음을 보

여주는 확실한 경우이다. 하지만 좀 더 많은 경험을 통해서 문제가 그리 간단하지만은 않다는 것을 알게 되었다. 호르몬을 이용한 암 치료는 완벽하지 않다. 그것은 호르몬 치료에 반응을 보이지 않는 암이 많으며, 호르몬의 조절을 받는 장기 암에서조차도 일부분의 환자에서만 호르몬 치료에 반응을 보이고 있는 것이 사실이다. 하지만 유방암이나 전립선암 같이 호르몬 치료에 분명한 효과를 보이고 있는 암이 있는 것으로 보아, 인간에 있어서의 호르몬 치료 효과는 결코 의미가 없다고만은 할 수 없는 것이다. 더구나 호르몬 치료의 부작용도 미미할 따름이므로 암 환자에 있어서 호르몬 치료는 환자의 삶의 질과 기간을 연장시켜 줄 수 있으며 앞으로 많은 발전이 기대되는 분야이다.



면역 치료

우리 신체는 암을 포함한 각종 질병에 대한 자체적인 방어기전을 갖고 있으며, 이러한 방어기전을 통해 암의 발생이나 전이가 억제된다는 사실은 의심할 여지가 없다. 이 방어기전에 문제가 생길 경우 암을 비롯한 다른 질병에 쉽게 이환될 수 있다. 이미 80년 전부터 자연적인 방어기전을 보다 극대화함으로써 효과적인 암의 제어가 가능하리라는 생각을 갖게 되었으며, 현재까지도 많은 연구가 진행 중에 있다.

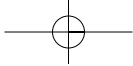
자연적인 방어기전을 이용한 암 치료법을 일명 면역요법이라 한다. 면역요법은 스스로의 방어기전을 이용한다는 점에서 매우 매력적인 방법이며, 심각한 부작용이 거의 없다는 장점을 가진다.

암 치료의 성공여부는 어떻게 종양세포와 정상세포를 구별하여 종양세포만을 선택적으로 파괴시킬 수 있는냐에 달려 있다고 할 수 있다. 가장 간단한 일례로, 주위 정상조직의 손상을 최소화하면서 종양 덩어리만을 제거하는 수술적 치료

법을 들 수 있겠다. 방사선 치료 역시 종양 덩어리에 선택적으로 방사선 조사량을 최대화함을 이용한 치료법이며, 항암제 치료는 정상적인 성장을 보이는 세포보다 훨씬 빨리 성장하는 종양세포의 특징을 이용하여 선택적으로 종양세포를 파괴하는 요법이다.

결국 암 치료의 목표는 어떠한 조건에서라도 정확하게 암세포만을 선택적으로 파괴하는데 있다고 하겠다. 정확하게 종양세포에만 선택적인 약제나 치료법을 만들어내는 일은 대단히 어려운 일이다. 하지만 우리 신체의 면역체계 내에는 이미 외부의 침입자를 빠르게 구분하여 정확하게 그 목표에 대항할 수 있는 무기를 만들어낼 수 있는 기전이 있다.

경찰처럼 순찰을 하다가 이상 있는 부분을 찾아내어 제거함으로써 암의 발생을 억제하는 역할을 하며, 이러한 방어기전이 고장 난 경우 암이 발생한다고 여겨진다. 하지만 이미 암이 발병된 상황에서도 면역체계는 암의 성장을 억제하고,



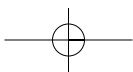
떠돌아다니는 암세포를 제거함으로써 전이를 막는데 중요한 역할을 한다. 따라서 면역체계는 일반적인 암 치료에 있어서 중요한 역할을 하고 있으며, 이러한 면역체계를 약화시키는 일(안타깝게도 항암제 치료는 면역력을 저하시킨다)은 암의 효과적인 치료를 어렵게 한다. 수술적 요법 이후 잔존 가능한 암세포를 없애기 위해서 보조적 면역요법을 사용한다면 이를 통해서 보다 좋은 치료 효

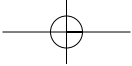
과를 기대할 수 있을 것이다. 면역력을 높이기 위한 또 다른 방법으로 비타민C를 투여하는 방법이 있다. 이는 림프구가 비타민C로 가득 차 있으므로 비타민C를 투여하면 임파구의 기능을 높일 수 있다는 이론에 근거를 두고 있다. 따라서 정기적으로 비타민C를 투여하며, 면역세포를 자극하여 면역력을 상승시키는 세균 백신 등으로 암 환자의 면역력을 극대화시킬 수 있을 것이다.

대체의학 치료

기존의 암 치료에서 인정하지 않는 치료 방법 모두를 통 털어서 대체의학적 치료라 한다. 이들 대체의학적 치료 방법은 보편적으로 놀라운 치료 효과를 보이지 않으며, 그것의 작용기전이 과학적으로 입증되지도 못했기 때문에 현대의학자들에 의해 비난받고 배척당하고 있는 현실이지만, 그 중에는 오랜 세월동안 많은 사람들이 그 치료법으로

완치된 사례가 많아 현대의학 만큼이나 신뢰도가 높은 방법들도 더러 있다. 그것에는 일본에서 유래된 니시의학과 멕시코 오아시스병원의 거손요법이 대표적이다. 두 방법 모두 아직까지 과학적인 입증이 되지 않았기 때문에 현대의학자들로부터는 배척당하고 있는 현실이지만, 일반인들 사이에서는 오히려 정통 의학보다도 더 신뢰받는 경향도 있다.

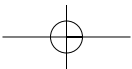




이 외에도 세간에 알려져 있는 여러 가지 방법들이 있는데, 그들 중 일부는 정직하고 선구자적인 기질을 가지고 치료 방법을 찾기 위해 연구하고 노력하지만 대부분은 사기성이 농후한 경우가 많은 현실이다.

암 환자에게는 암 치료가 된다는 가정 아래 아무 약이나 복용하면 생길 수 있는 위약 효과와 아무 것도 하지 않으면 생길 수 있는 예기 불안 효과가 동시에 존재한다. 어떤 치료가 암 환자에게 확신을 줄 수 있다면 환자들은 그것을 이롭다고 단언할 것이며, 치료자들도 어느 정도는 이점이 있다는 확신을 가지게 될 것이다. 이것은 매우 인간적인 반응이기 때문에 이것마저도 사기성으로 내몰아서는 안 될 것이다. 그러나 암 환자에게 있어서 그런 위약 효과와 예기 불안 효과는 몇 가지 예(암이 진행되지 않거나 갑작스런 악화)를 제외하고는 제약이 따른다. 그것은 암이 정지하지 않고 계속 진행하기 때문이다. 그러므로 사기성 있는 행동만 배제한다면 우리에게서 열린 마음을 가지고 시행할 수 있는 수많은 대체의학적 치료 방법이 있다고 할 수

있다. 현 시점에서 암 환자의 치료는 어떤 한 방법으로 가능하다고 생각하지 않는다. 기존의 암 치료 방법은 수술을 제외하고는 큰 성과를 거두지 못했다. 그래서 다른 방법에 의해서 약간의 성공을 가져올 수도 있으리라고 기대한다. 물론 우선적으로 사기성 있는 목적이 없어야 한다. 그러나 대부분의 대체의학적 치료 방법은 사기성을 배제하지 못한다. 그것은 그 자체에 대한 막연한 믿음에서 비롯되고, 대부분이 상식을 벗어나는데서 생기기 때문에 치료기전을 이해하기란 생각보다 쉽지 않다. 만약 그것이 암 치료에 효과가 있다면 정통 의학에서 적극적으로 관여하여 새로운 아이디어를 받아들일도록 노력해야 할 것이다. 그런 후에 기존 치료 방법과 대체의학적 방법 사이에서 암 환자에게 도움이 되는 방법을 모색해야 한다. ㅊ



만화로 만나는 트락

자기 모습으로 살 수 있게, 외계인의 충고

최영순 | 만화가

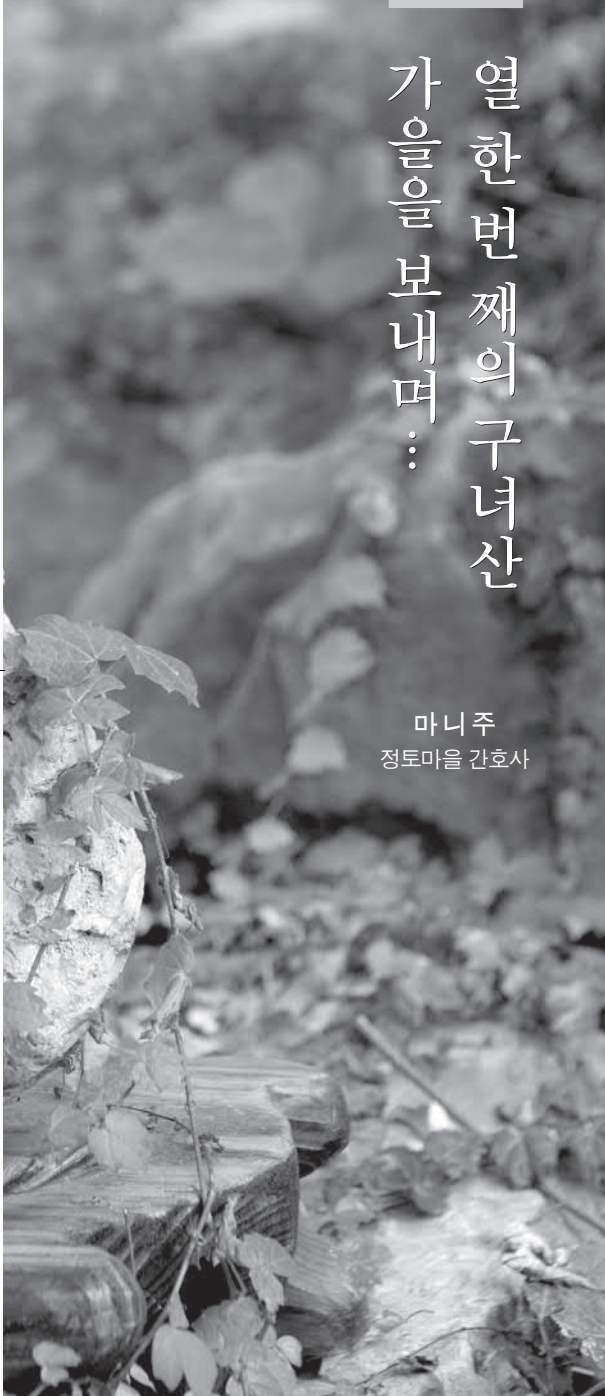


▶ 최영순

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

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





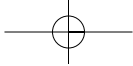
열한 번째의 구녀산
가을을 보내며 :

마니주
정토마을 간호사

11년 전... 아니, 그 전부터 원을 세웠고 인연되어 찾았던 이곳 정토마을... 신문에서 우연히 농행스님에 관한 기사를 보았었다. 말기암 암환자들을 돌보는 병원을 구상중이고 곧 건립하게 될 것이라는 기사였었다. 나는 그 기사를 보며 “그 병원이 생기면 스님과 함께 살아야지.”라고 한 생각을 일으켰었다. 그리고 까마득히 잊고 지내다 어느 날 다시 정토마을이 건립되었다는 소식을 신문에서 접하고 바로 찾아와 인연을 맺은 것이 지금까지 이르게 된 나와 정토마을의 히스토리이다.

도량에서 만난 수많은 인연들... 그리고 죽음들... 내겐 너무나 소중한 아름다움으로 기억된다. 때로는 가슴 아픈 일로 울어야 했고, 서운함으로 안타까워하기도 했고, 그리고 어쩔 때는 부질없는 분별심으로 스스로에게 짐이 되기도 한 시간들도 있었다. 병이 나서 나가는 병원이 아니라 병이 들어서 죽음을 맞으러 오는 병원이기에 더욱 그랬던 것 같다. 환자들의 두려움과 슬픔, 그리고 외로움과 함께 동행한다는 것이 그리 만만한 과정이 아니었던 지난 시간들이었다. 그렇게 지낸 시간들이 구녀산 골짜기로 열한 번째의 가을이 되어 다시 또 저물어 가고 있다.

작년 이맘때 즈음 나에게서는 두 분의 오라버니가 있었다. 두 분 다 성이 장張가였고 나이도 비슷한 50대 중반이었다. 하지만 죽음을 받아들이는 모습이



너무나 판이했기에 나에게겐 특별한 기억으로 남아있는 두 분이다.

얼마 전 1년 기제사를 지낸 작은 오라버니는 잘생긴 미남이셨는데 그는 자신의 죽음을 온전히 수용하고 떠난 분이였다. 통증이 심해서 같이 긴 밤을 지새울 때 “나는 단풍 곱게 물드는 가을에 떠날 거야. 그래야 남은 식구들, 단풍놀이 오듯이 내게 다녀가지.”라고 말해서 나의 가슴을 아련하게 했었는데, 오라버니는 당신의 소원대로 정말 단풍 붉게 물든 가을에 떠나갔다. 그는 통증이 심하면 그 모습을 보이지 않으려고 사랑하는 아내에게 “들어가 자라.”고 하고 혼자 그 고통을 감내할 줄 아는 배려 깊은 남편이였다. 그리고 자신이 떠난 후 아이들을 책임지고 감당해야 할 아내에게 미안해하고 고마워하는 마음이 진실해서 나에게 잔잔한 감동의 잔물결을 일게 했던 분이였다. 나는 그 가족을 보면서 ‘사랑’과 ‘배려’를 배웠다.

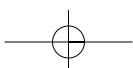
그의 남은 가족들과는 지금도 가끔 전화를 통해 안부를 전하며 고인을 추억하곤 한다.

그리고 또 한 분, 유난히 고통을 좋아하던 큰 오라버니! 말로는 항상 ‘죽음’을 받아들였다고 했지만 죽을 때까지 ‘임종기도’를 거부했었다. 죽음에 대한 두려움 때문이었으리라. 오라버니는 아내와 이혼 후 가족을 지키지 못한 죄책감에 자신을 용서하지 못하고 외로움의 굴속으로 스스로를 몰아넣고 벌을 주느라 주변의 사랑과 배려를 받아들일 수 없었던 것 같다. 하지만 나는 알았다. 오라버니의 가슴 속에 얼마나 큰 사랑과 따듯한 정이 있었는지를…….

그는 가끔 산책을 가거나 차를 몰고 멀리 드라이브 하는 것을 좋아했다. 산책을 갔다가 캐다 준 오가피 나무는 지금 간호과장님의 집 마당에서 아주 잘 자라고 있다. 그리고 변산반도 어디에서 주워 왔다는 잘생긴 수석은 내방의 가장 멋드러진 장식품으로 자리매김하고 있다. 그는 우리 간호사들에게 영원한 오라버니로 남아있을 편한 사람 중의 한 분이였다.

그들을 통해 나를 돌아보게 된다. ‘나는 과연 나를 사랑하고 수용하고 용서하고 있나?’ 자신을 용서하고 사랑할 때 타인을 용서하고 사랑할 수 있으며 죽음 또한 온전히 수용되어지는 것 같다. 그들은 나에게 인생을 가르쳐주고 간 훌륭한 두 스승님 같은 오라버니였다.

열 한 번째의 구녀산 가을은 두 오라버니의 추억이 있어 더욱 붉게 깊어가는 것 같다. ㅊ



■ 보디사트바 향기



내가 이 몸을 이대로 내세에 다시 받는다고 생각하면 안 되는 겁니다.
감씨를 심으면 그대로 감나무가 될 것 같지만 고욤나무가 된다는 것을 아셔야 합니다.
그렇다고 감의 성질이 없어지지는 않습니다.
그것이 우리의 삶입니다.

- 종범스님의 법문 가운데



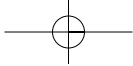
우리들의 이야기



하나, 이명현 | CPE여름학기 수료생

둘, 김은명 | 마하보디 명상심리상담대학원생

셋, 박미란 | 교사, CPE여름학기 수료생



■ 우리들의 이야기

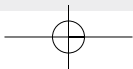
내 인생의 목적을 찾아서

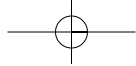
이명현 | CPE여름학기 수료생

인생의 목적은 매 순간 사랑을 회복하는 것입니다.
이 목적을 달성하기 위해서는 각자 자신의 삶이 그렇게 된 데 대한
모든 책임이 본인에게 있음을 인정해야 합니다.
매 순간 자신의 삶이 어떤 모습으로 어떤 위치에 있다면
자신의 생각이 그렇게 만들어 놓았다는 점을 명심하세요.
문제는 사람들이나 장소나 상황에 있는 것이 아니라,
그것들에 대한 생각에 있습니다.

- 이하레 아카라 휴렌 -

나는 누구일까?
내가 있기는 한가?
여기 있는 이것은 그럼 누구야?
어디서부터 무엇이 잘못 되었을까?
내가 좀 더 나은 집에서 태어났다면 달랐을까?
내가 좀 더 배웠으면 더 나았을까?
나는 왜 저들만큼 못하는 걸까?
내가 뭘 하면 잘할 수 있을까?
나의 전부를 이해해주는 단 한 사람, 엄마도 이젠 세상에 없어.
땅 위로 솟은 느낌이야. 붕 뜬어.





나는 누구지?
 내가 왜 여기에 있을까?
 내가 여기에 있기는 한 건가?
 그럼 여기 있는 이것은 누구야?
 누가 제발 좀 속 시원히 가르쳐 줬으면 좋겠어…….
 스님 좀 가르쳐 줘요…
 내가 왜 이려고 있는지요.

이것이 CPE를 만나기 전 그리고 만나고부터 내 안에서 생각하고 느끼고 말하는 경험의 과정들이다. 가끔은 새로 태어난 것 같기도 하고 가끔은 가슴 안에 있었던 미처 몰랐던 나를 흔들어 깨운 것 같기도 하고 혹은 나를 성장시킨 것 같기도 하다. 과거의 어느 시점에 머물러만 들어진 요지 부동이었던 나의 관점과 신념들을 대면하고 다시 관점을 바꾸고 새로운 신념으로 대체하면서 오감으로 모든 것들에 대해 짜릿한 행복감을 느낄 수 있었고 지난날의 나에 대해 자책보다는 연민의 눈으로 바라 보게 될 줄도 알게 되었다. 이렇게 나 자신을 끊임없이 용기를 갖고 바라 볼 수 있게 지지와 박수를 주신 슈퍼바이저 능행스님…

스님께서는 때로는 매서운 독수리처럼, 때로는 엄격하거나 냉정한 선생님처럼, 때로는 장난끼 넘치는 친구처럼, 때로는 내면의 아이를 자랄 수 있도록 끊임없이 지지해주는 엄마처럼, 안전한 자리를 제공해주으로써 내면의 아이가 “나는 불안했었구나.”라는 사실을 인지하게끔 이끌어 주셨다.

슈퍼바이저와 함께한 시간을 이미지로 표현하자면 호박을 넝쿨째 날려주신 날도 있었고, 함께 대화를 하다 보면 마치 보물창고에 들어 갔다 나온 듯한 날도 있었다. 그리고 어떨 땐 썩 죽을 듯이 숨이 턱턱 막히고 오도 가도 못하게 막아대는 이미지도 연상이 된다. 그룹원들 하나하나의 겨울이 되어 삶에 걸림이 되는 것을 스스로 풀어 나갈 수 있게 열정을 가지고 늦은 저녁까지 기다려 주심에 합장 삼배를 드린다. 그리고 화끈하게 지지해주고 또 다른 나를 즉석에서 경험하게 하고 공부하게 도와준 그룹원들에게 마음에서 스멀스멀 피어오르는 고마움을 전해 본다. 卍



■ 우리들의 이야기

내 인생의 터닝 포인트

김은명 | 마하보디 명상심리상담대학원생

“자기야, 길을 바로 찾은 거 맞아? 이런 곳에 교육원 같은 건 없는 거 같은데?”

“네비게이션에는 맞게 나오는데... 좀 더 가서 보자”

“어, 저기 표지판이 있다. 왼쪽으로 가라고 하는데”

왼쪽으로 돌아서 올라가니 거짓말같이 교육원이 보이기 시작했다.

그로부터 약 10개월 후가 지금이다. 입학하고 첫 광경이 생생하다. 어색함과 불안감 때문에 온 몸에 긴장을 하고 타인으로부터 더 이상의 상처받음을 허용하지 않으려는 듯 잔뜩 가시를 세우고 앉아 수업에 집중하고 있는 나의 모습이 떠오른다. 고통이 없어지고 인생이 바뀐다는 대학교 은사님의 말 한마디에 다른 건 생각하지도 않고 한걸음에 달려왔다. 수업이 거듭될수록 잘 왔다는 생각이 들었다. 이때까지 겪어보지 못했던 많은 상황들이 전개되었다. 그 자체가 부처님 법문인 교수님들의 열정적인 강의, 횃수를 거듭할수록 나를 거듭나게 해주는 특강들, 무엇보다 옆에서 지켜봐 주고 지지해주고 격려와 칭찬을 아끼지 않고 해주시는 도반들과 스님들.... 내 인생에 보석같은 분들이고 시간이었다.

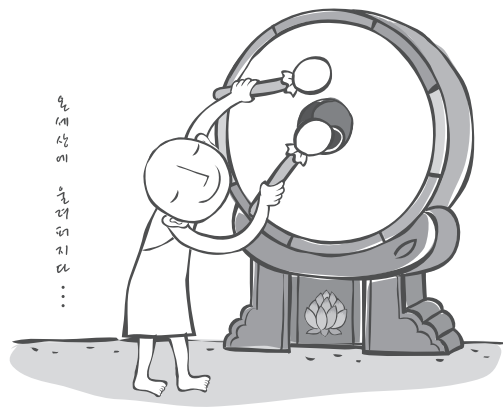
아직도 나는 첫 특강을 잊지 못한다. 5박6일동안 성오큰스님을 모시고 했던 ‘위파사나명상 특강’에서 기독교인들이 말하는 거듭남을 얻었다. 특강이 하루 이틀 지날수록 더욱더 지복감이 강렬하게 느껴졌다. 어떤 자리에서나 나에게 “가장 행복했던 순간이 언제냐?”고 물으면 주저 없이 위파사나 명상특강 때라고 말하는 내가 있다.

1학기를 마치면서 C.P.E라는 새로운 도전을 시도했다. 마치 맨몸으로 소낙비를 맞는 기분이었다. 나를 열고 수용하고 거부와 회피하려는 나를 막다른 골목에 밀어붙이듯 전진했고 마침

내 교육을 끝낼 수 있었다.

무엇을 얻었는지 얼마만큼 내적성장을 이루었는지는 모르겠지만 확실한 것은 좀 더 나에게 대한 이해가 깊어지고 나를 사랑할 수 있게 되었고 나를 돌봐줄 수 있는 만큼 타인에게도 마음이 열렸다는 것은 명확했다. 그리고 좀 더 명료해진 이성적 시각을 덤으로 선물 받았다. 아이들에게는 좀 더 부드럽고 여유있는 엄마가 될 수 있었고, 남편에게는 다정한 연인이 될 수 있어서 행복하다. 나는 이제 나에게 긍정적인 요구를 하고, 따뜻한 격려를 하고, 명료한 눈으로 나 자신을 보기 시작했다.

길을 몰라 우왕좌왕 하던 그때 있었던 표지판이 나에게 인생의 터닝 포인트를 예견해준 표지판이었다. 교육원으로 오는 잠시 동안 펼쳐지는 시골길이 매주 신선함을 준다. 창문을 열고 손을 내어 그곳의 공기를 접하고 갈대를 스치며 느껴지는 그 감촉이 나에게 잠시의 극락인 것 같다. 다른 이들이 월요일에 한 주를 시작한다면 나는 마하보도로 가며 상쾌함을 느끼는 토요일이 한 주의 시작이다. 이번 주 학교에 가면 나를 이곳으로 이끌어주신 교수님께 감사하다고 다시 말씀드려야겠다. 아마도 나에게 2011년은 올해보다 더 행복하고 더 빛나지 않을까? 卍



■ 우리들의 이야기

여름 한 철 CPE 여정을 지낸 베짱이의 이야기

박미란 | 교사, CPE여름학기 수료생

미란씨는 어느 순간이 가장 행복해요?

사실 난 상담이 필요했다. 특수교사란 직업적 역할에만 온 생활을 쏟아 부은 채 7~8년을 살다보니, 껍뚝 닫아둔 무거움으로 움푹달작 하지 못한 채 그 무거움의 실체가 깊어지고 있었기 때문이었다. 이 전에도 상담을 생각하지 않은 것은 아니나 스스로 시간을 두고 자연스러운 관계 속에서 이 무거움이 떨어질 것이라고 기대하며 지내왔다. 그러나 어느 순간 도움을 기꺼이 나누는 역할이 힘겨워지면서 나 역시 도움이 간절했다.

그래서 능행스님을 만나러 갔다. 사전 인터뷰를 위해 처음 뵈는 스님은 “미란씨는 어느 순간이 가장 행복해요?”라고 온화하게 물으셨다. 잠시 생각을 하다 “제가 만나는 학생들이 긍정적으로 변화하는 것을 보면 행복해요.”라고 답했다. “그럼, 자신의 행복을 위해서는 어떤 것들을 하고 있나요?” 한참을 대답하지 못했다. 그리고는 떨리는 목소리로 “글쎄요...” 그 날 저녁 씻으러 욕실에 들어갔다 물을 틀어놓고는 목을 놓아 울었다. 아직도 그 울음의 모든 이유를 말할 수 없지만 그렇게 나의 CPE는 시작되었다.

난 상담을 받으러 왔는데... 왜 상담을 하라는 거예요.

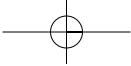
정신을 차리고 CPE 과정을 살펴보니 영적돌봄이 필요한 사람들을 돕는 임상가를 기르는 교육이란다. ‘아, 이것 아닌데, 난 상담을 받고 싶어서 왔는데... 나도 내가 내 마음대로 안 되서 왔는데 이런 내가 누굴 상담하냐고...’ 물론 특수교사란 직업상 학생, 학부모, 동료교사 등의 상담은 필수요, 필요한 전문적인 능력이니 나쁠 건 없다 싶었다. 그러나 난 상담가는 하고



싶지 않았다. 왜냐하면 늘 어려운 상황의 사람들만 만나 그런 세상만 보고 살게 될까 겁이 났기 때문이었다. 그래서 그동안 알아도 모르는 척, 모르면 더 모르는 척 살겠다고 다짐했거늘, 또 이렇게 상담가가 되라 하니 처음에는 도저히 받아들여지지 않았다. 그 때였다. 이런 나를 알고 하시는 말씀이신지 능행스님은 힘주어 말씀하신다. “이 과정을 마치고 나면, 자신의 성장에 책임을 질 수 있을 것입니다.”

불편해. 어색해. 힘들어.

처음 그룹원들과 각자의 자서전을 나눌 때, 잘 알지 못하는 사람들과 그리 유쾌하지도 않은 살아온 이야기를 하며 울고불고 하는 분위기가 불편했다. 또 만다라를 색칠하여 붙여놓는 설명을 하라니, 어떤 모습이 보인다니, 도대체 겨우 이 색칠 조금 한 것 가지고 뭘 하겠다는 건지, 그런 이야기를 들은 그룹원들은 왜 그렇게까지 자기를 문제라고 말하는지 의아했다. 다들 그렇게 사는 것 아닌가? 그리고 CASE STUDY를 할 땐 상담이라는 것이 서로가 기대



고 지지받고 기쁜 만남이면 되지 뭘 그렇게까지 살피고 따지고 하는지 의아했다.

‘아후, 답답해라. 숙제는 또 왜 이렇게 많은 거야. 아, 힘들어!’

그 순간, 바람이 불었다.

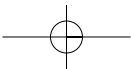
그런데 그런 과정들을 반복하다보니 ‘어? 여기서 또 그렇게 반응하네.’, ‘음, 저럴 때는 이렇게 말해도 될 텐데 왜 저렇게 말했을까?’, ‘저건 상담자의 마음이야? 내담자의 마음이야? ‘저런 상처가 저렇게 큰 영향을 미치는구나.’, ‘잠깐만, 이런 내 모습은 그렇게 다르게 살고 싶어 애썼던 엄마의 모습과 똑같네.’, ‘그럼, 저건 진짜 내 모습이 아닐 수도 있겠는 걸.’…….

뭔가 분명해지는 것들이 정리되면서, 그동안 보지 못한 내가 사람들과의 관계에서 어떻게 작용하는지를 또 그것이 어떤 패턴으로 굳어졌는지 조금씩 보이기 시작했다. 그 순간, 바람이 불었다. 어떤 것에도 때 묻지 않은 그것이 나를 선명하게 드러냈다.

설렌다…

딱딱하게 굳어 화석이 된 줄 알았다. 나는 원래 그런 녀석인 줄 알았다. 그런데, 온전한 ‘나’는 그런 아이가 아닐 수도 있다는 기대를 가지게 된다. 그래서 온전한 ‘나’를 찾아 새롭게 다가갈 수 있을 거라는 설렘이 생긴다.

다시 개학을 한 요즘 아이들을 만나는 것이 한결 가볍다. 수업시간에 엉뚱한 짓을 하는 녀석도 ‘저 녀석, 참 재밌네.’ 하고 웃고 만다. 개구쟁이 녀석이 버릇없이 굴 때도 ‘금방 저 녀석을 꼭! 꿀밤 주려는 마음이 일었다.’ 하고 내 마음이 먼저 읽힌다. ‘지금 내가 또 저 녀석 말을 끊었구나.’ 하며 이미 일어난 실수의 반응도 빠르다. 이렇게 아이들과의 만남에서 내 마음



작용을 보는 일이 참 흥미롭기까지 하다. 아직 학기 초라 그런 건지, CPE로 달라진 덕분인지는 헷갈리지만…….

CPE를 공부하며 나는 배짱이가 되었다.

감정을 꼭꼭 눌러두는 습관을 바꿔보려고 괜히 새로운 시도를 한답시고 서운한 마음을 쏟아냈다가 불편하게 된 친구와 어색한 웃음으로 무마하려 애쓴다. 또 어느 날은 한없이 기쁘고 또 어느 날은 한없이 우울해진다. 어떤 순간은 나한테 너무 민감해져서 꼭 아바타 놀이를 하는 것 같기도 하다. 이런 과정이 힘이 들었는지 과격한 몸의 신호들로 응급실 신세도 졌다. 그렇게 기운이 없는 날은 다시 울컥거리는 것들을 자동억제하려 더 담담하게 이야기 하려고 목소리에 힘을 주기도 한다. 그렇게 나는 요즘 널을 뿔다. 균형을 잡기에는 한참이 걸릴 듯도 하다. 그러나 이런 내가 불안하지는 않다. 한 동안은 이대로 날 놓아두고 바라보고 싶다. 꼭 쥐어 새나가지 않으려 했던 나를 CPE를 하며 좀 편하게 있는 그대로 바라보고 싶다. ‘CPE 끝나면 또 길이 보이겠지.’ 하는 알 수 없는 배짱도 생긴다.

근데 요즘 참 웃기는 것은 오랜만에 만나는 사람들에게 내가 먼저 CPE에 관한 이야기를 하고 있다는 것이다. 우리처럼 특수교사들은 꼭 해봐야 할 것 같으며 묻지도 않아도 혼자 떠들어대고 있다. 왜냐고 물으신다면, 정말 나의 성장에 책임을 질 수 있는 나를 만날 수 있기 때문이라고 말하고 싶다. ㅍ

Bodhisattva



1 원네스교육 (9월 14일~15일)

원네스 트레이너를 모시고 영적인 성장을 위한 교육이 20여명의 교육생과 함께 마하보디교육원에서 열렸다. 이 교육은 덕사와 더불어 의식에 대한 강의 그리고 여러 가지 세션이 다채롭게 정합된 교육이었다.



2 여름학기 CPE수료식 (9월 19일)

학교 교사들을 위주로 구성되었던 CPE여름학기 수료식이 있었다. 이 수료식에는 CPE를 수료한 선배들과 함께 조출한 파티와 만다라 전시회가 곁들여졌다.



3 까루리포체 수계 및 관정법회 (10월 17일)

중생들의 실질적인 수행을 돕기 위해 방한하신 까루리포체 환생자를 모시고 관정의식 및 수계의식을 통해 불보살님의 가피를 청하고 근기를 성숙시키는 대법회를 가졌다. 이 의식에는 정토마을 정토사 관자재회를 후원하고 지지하는 약 500여명의 후원자들이 함께 동참하였다.



정/토/마/을/관/자/재/회/소/식

Bodhisattva

4 호스피스협회 창립1주년 기념 국제세미나 개최 (10월 20일)

‘자비’, ‘돌봄’, ‘동행’의 철학을 바탕으로 활동을 펼치고 있는 대한불교조계종포교원 산하 한국불교호스피스 협회는 창립 1주년 기념 국제세미나를 개최하였다. 경주동국대학교 100주년 기념관 대강당에서 ‘아름다운 마무리를 위한 준비’라는 주제로 펼쳐졌으며, 연사로는 생사학의 석학인 대만 남아대학교 부총장 혜개스님을 모시고 ‘삶과 죽음의 존엄’에 관한 강연으로 마무리 되었다.



5 법화경 무비스님 초청대법회 (10월 23일)

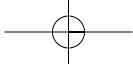
자제병원 건립을 위한 법화경기도는 700일 기념으로 전 교육원장이신 무비 큰스님을 초청대법회를 개최하고 감로법문을 듣는 시간을 가졌다.



6 32차 호스피스교육 및 운문사 특별호스피스교육 워크샵 (11월 20일~21일)

2011년 1월 2일~1월 9일 7박 8일간의 32차 호스피스 교육과 2011년 1월 22일~1월 29일 7박 8일간의 운문사 특별 호스피스 교육을 앞두고 약 30여명의 운영진과 실무자들이 모여 교육에 대한 구체적인 논의를 하는 장을 가졌다.





자제병원



- 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!

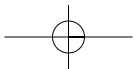
전문호스피스, 완화의료, 서민들을 위한 종합의료복지타운의 역할을 담당하게 될 자제병원은 한분 한 분의 소중한 참여로 건립됩니다.

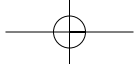
건/립/후/원/계/좌

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





정토마을




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!

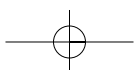
- 대 상 : 말기암 또는 이에 준하는 말기질환으로 고통 받는 환우
- 운 영 : 24시간 전인적 돌봄 제공

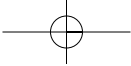
상담(전화, 방문, 인터넷) → 입소심사 → 입소통보 및 입소

정토마을호스피스

363-871 충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1

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



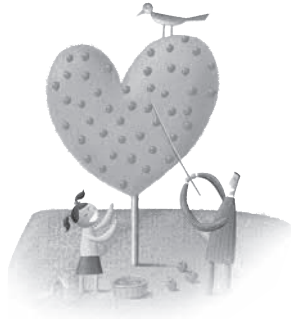


후원안내

후원참여

모두가 행복한 사회!
작은 나눔에서 시작됩니다.

후원회원 한 분 한 분의 소중한 인연은 삶의 마지막 종착역에서 고통 받는 환우와 그 가족들의 아픔을 함께하는 정도마음은 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, 복돼지 분양
- 후원접수 : 전화, 홈페이지, 방문
- 후원계좌 : 농협 401120-51-016794
국민은행 713701-01-001909 예(금주) 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.

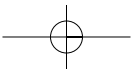
당신의 고귀한 기부금은

- 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 마원면 대신리 산 17-1

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



CPE 교육 안내

“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

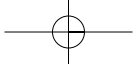
임상환경		교육환경
내담자 그리고 직원과의 관계	경험	그룹동료와 Supervisor의 관계
Case Study를 작성하는 과정&토론	성찰	사례연구 세미나 Supervision시간/개인 및 종교학적 성찰
상담과 치유가 필요한 대상자에게 영향을 주는 배움	통찰	임상강의/관련 서적 읽고 연구
내담자의 가계도분석		가계도분석 세미나
전이 역전이에 대한 분석 직원과 한 팀원이 됨	분석	신념체계 및 삶의 패턴양식 이해하기 자신과 동료들을 지도하는 리더십을 배움
헌신과 돌봄을 배움실전	통합	개인과 임상보디사트바를 위한 영적 성장과 새로운 인식변화

정토마을 연양 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>





기부금영수증 발급 안내 · 기도 안내

2010년도 기부금영수증 발급 안내

후원자분들께서 보내주신 모든 기부금은 연말정산 소득공제 대상에 해당되오니
기부금영수증 발급을 원하시는 분들께서는 신청해 주시기 바랍니다.

- 필수 인적 사항 : 성명, 주민등록번호, 주소, 연락처
- 발급신청 : 정토마을사무국 ☎ 043) 298-2258 / 법인사무국 ☎ 052) 254-2340
홈페이지(jungtoh.com)

※ 모든 후원자분들께 기부금영수증을 일괄 발송해드려야 하지만 인력부족과 동명이인, 회원분들의 필
수 기재사항(주민등록번호, 주소) 등의 누락으로 모든 회원분들께 일괄 발송해드리지 못하는 점 송구
한 마음 전하며 너그럽이 양해해 주시기 바랍니다.

신묘년 인등기도 접수받습니다.

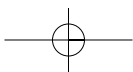
부처님 전에 등불을 밝히는 공덕으로 지혜와 자비가 충만한 불자가 되시길...
그리고 한해 가족들의 건강과 행복을 축원합니다.

기도 접수받습니다.

부처님 전에 다함이 없는 기도 공덕으로
어렵고 힘든 삶 속에서 희망과 용기가 가득하시길...
함께 기도하고 축원합니다.
- 특별기도(임시, 시험), 개인불공, 생일불공, 천도재, 49재 등



- 마하보디교육원(언양) 대법당 : ☎ 052) 264-1007 / 팩스 (052)264-0209
- 동참금 입금계좌 : 농협 815039-51-079479 (예금주 - 관자채승가공동체살림)



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)010-2693-8639
- 홈페이지 : <http://www.mahacounseling.com>

마하보디 명상심리대학원 이사장

호스피스협회 안내



보살이 되는 길에 여러분을 초대합니다

자비와 보리심 그리고 돌봄과 섬김을 배우고
그것의 실천을 수행으로 삼을 수 있는
한국불교호스피스협회가 당신곁에 있습니다.

한국불교호스피스협회는 죽음의 문턱에서 두려워하는 이들에게 정토로 인도하는 등불이 될 것이며, 어렵고 힘든 일이라 할지라도 부처님을 돌보는 마음으로 시대적 과제에 동참할 것입니다. 죽음의 문턱에서 두려워하는 이들에게 정토로 인도하는 등불이 될 것이며 어렵고 힘든 일이라 할지라도 부처님을 돌보는 마음으로 시대적 과제에 우리 모두가 동참하기를 서원합니다. hospice를 통해서 자비와 보리심 그리고 돌봄과 섬김을 배우고 자신의 삶 안에서 실천할 수 있는 기회입니다. 상구보리 속에서 일어나는 하화중생, 그것과 직면하면서 삶의 실상을 자각하고 통찰하는 수행의 중심에 hospice가 있습니다.

한국불교호스피스협회에 가입을 하시면,

1. 삶의 참 의미를 알게 되며 더욱 행복하게 살 수 있습니다.
2. 한국불교호스피스협회 산하기관에서 실시되는 연중 교육에 참가할 기회를 드립니다.
3. 호스피스 관련 국내외의 여러 최신 정보를 제공 해 드립니다.
4. 교육을 받은 후 자원봉사를 원하시면 봉사기관을 연결 해 드립니다.
5. 나와 내 가족, 친지의 임종을 온전히 지킬 수 있습니다.

- **자격** : 우리 협회의 약관에 동의하고 돕고자 하는분, 소정의 호스피스 교육을 이수하신분, 현재, 의료기관에서 호스피스에 종사하고 계신 분.
- **절차** : 회원 가입서를 작성하시어 보내주시면 운영위원회에서 회원가입을 결정하여 통보해 드리겠습니다.
- **회비** : 협회 CMS통장 자동납부 (매달 5,000원).
계좌 : 농협 351-0175-0213-43 (사)한국불교호스피스협회

한국불교호스피스협회

울산시 울주군 상북면 양등리 138-1

☎ 052)254-2341, 협회직통 : 010-6299-9948 [http://cafe.daum.net/HOSPICE\(대문자\)](http://cafe.daum.net/HOSPICE(대문자))

■ 보디사트바를 법보시하는 분들

ONENESS | *From Existing To Living*



원네스 깨어남의 코스

ONENESS AWAKENING

- 자신의 현재 삶과 나아갈 방향을 알고 싶으신 분
- 관계의 어려움과 고통으로부터 벗어나고 싶으신 분
- 의식의 지속적인 성장을 원하시는 분

내면의 여정에 당신을 초대합니다.

일시 | 매월 둘째 토요일 (2일간)
 장소 | 언양 원네스의 집
 문의 | 다정트레이너 011-597-1180
 난초트레이너 011-587-7969




언양영업소 

여러분의 피로를 덜어드리는
박카스맨, 김병윤

 **GM DAEWOO**
New Ways, Always

TEL | 052) 262-5700
 H.P | 010) 8537-3636
 FAX | 052) 262-5635



울산광역시 울주군 삼남면 교동리 1578-1번지

※ 법보시하는 일에 함께해 주실 분은 연락주세요.
 아띠출판사 TEL (052)264-0117 / FAX (052)264-0209

Since 1996년

샐리스피자 연양점

자연치즈 100%사용하는 우리집 대표피자

하나. 리치콜드피자
둘. 치즈바이트피자
셋. 치즈크러스트피자



☎ 052) 264-9400 / 018-234-4849

'세상의 발견 유레카'의 커피전문점 조영환씨

원두커피 보는 집

순수100% 블루마운틴을 만날 수 있는 곳!


세계 각국의 다양한 커피 생두를 구비하고 있습니다.
주문하시면 볶아서 보내드립니다.
두 봉지(200gX2) 이상 주문하시면 서비스로
필터를 드립니다.



<http://cafe.daum.net/coffeehall>

☎ 042) 256-4846 / 221-6200

www.dcake.co.kr 떡보의 하루는 100% 국산쌀을 사용합니다.



떡보의 하루

떡케익 떡선물세트로 감사의 마음을 전하세요!
떡보의 하루에서 맛과 영양, 건강까지 챙겨주세요!

연양점 ☎ 052) 264-6627



“여러분 모두 건강하고
행복하세요”

사모하는 마음까지
답았습니다.

사람이 건강에 차질없게 도움을 주는 산 신불산

신불산한의원

울산시 울주군 연양읍 남부리 253번지 2층
Tel. 052) 263-0052



※ 법보시하는 일에 함께해 주실 분은 연락주세요.
아미울 출판사 TEL (052)264-0117 / FAX (052)264-0209