

### 에르후 건강칼럼 < 4 >

#### 마음

#### 속마음과 겉마음

"속으로는 풍요로우나 겉으로는 빈곤한 체 한다"는 말이 있다.

속과 겉이 다르다는 말이 되었는데 왜 마음은 하나이면서 겉과 속이 다를까, 시집가는 새색시가 속으로는 기쁘고 풍요로우나 겉으로는 그런 기쁨과는 거리가 먼듯이 다소곳하게 행동하는 것이라든지, 속으로는 가슴을 저미는 슬픔을 느끼면서도 겉으로는 집짓게 해달라 하는 것도 겉과 속이 다른 마음의 표현이다. 겉 다르고 속 다른 이런 이중성은 일

위장하는 속마음이 아니고 자신도 헤어지지 못하는 이런 마음을 무의식이라고 하는데 이 무의식이 속마음을 패가 뒀다.

우리 속마음에 새남버릇이 여타까지 간다는 말이 있는데 이 새남패의 버릇이 바로 핵심적인 속마음을 이룬다고 믿고 있다. 새남 때 형성된 성격의 핵심적인 양식이 커서도 지배를 받는다는 뜻이고, 이런 지배는 랄랄, 행동, 사고 모든 분야에서 영향을 받는다. 마치 양파의 겉껍질처럼 겉 겉이 마음도 웃을 입고 있기 때문에 가장 깊숙히 자



#### 상처입은 속마음이 질병 원인

부러 그렇게 표현해 보이는 것도 있지만 자기자신도 겉마음의 뒤에 숨은 속마음을 알지 못하는 경우가 흔해 있다. 마음을 길이로 본다면 아주 깊은 곳에 자리하고 있는 것이 무의식이고, 의식에 가깝게 존재하는 무의식을 전의식이란 전문 용어로 부른다. 물론 의식에 대한 상대적인 개념으로 무의식과 전의식을 정의한다. 쉽게 말하면 의식되지 못한 의식을 무의식이라고 부르고 어떤 자극에 의해 무의식이 쉽게 의식적으로 떠오르는 부분을 전의식이라고 하는데, 반대로 의식수준에서 고층스러운 정서나 기억은 무의식속으로 억압도 하게 된다. 인위적으로

리갈고 있는 속마음은 아주 해악이 크다. 숨어있는 감정의 양식이 어떤 모습일지 현재의 나의 생각, 감정, 행동이 어떻게 하는 의문을 해결한다면 그는 적어도 의학적인 발달에 이룬 사람이다. 나의 속마음이 어떻게 하는 것을 아는 것을 의학적으로는 통찰이라고 부르고 병에 대한 인식이 있다는 표현을 쓴다. 일종의 깨달음이다. 불가와 목표가 자신의 진여의와 단념이라면 정신질환자는 자신의 증상이 무의식적인 핵심감정과 연관되어 있다는 사실을 깨달는 데 있다. 정신질환은 상처입은 속마음 때문에 생긴다.

### 매일 죽는 여자

③

난 너무 감사하고 그 동안의 행복이 눈물이 되어 '감사합니다' 말슴도 못드리고 울기 시작했다. 남편의 방산도 왜그리 무너져 놓아 내렸으면 했다. 그러나 집에 오니 꽃은 약이니 어머니도 감사시라고 반어하며 나한테는 꽃이도 흐르지 못함을 알았다. 남편은 어느덧 복도 제대로 움직이지 못하게 되었다. 촬영을 하여보니 욕 디스크라고 했다.

'이럴수가...'  
나는 사람의 잘 아는 법사님께 전화로 자초지종을 여쭈었더니, 우선 정지리부터 남편한테로 옮기고 열심히 관하라고 하셨다.

아버님 장례 후 억지로 견뎌온 남편은 자진 불을 더이상 지탱할 수가 없는 지 몸집이 많이 아니었다. 팔배개를 하고 모로 누워 있는 그의 곁에 가서 살피거나 누웠다. 놀란 그는 나가라고 야단을 쳤지만 '간소리 않고 알전히 함께 오'하고 끝까지 하지 않았다.

'주인공, 주인공' 얼마를 지냈을까? 코고는 소리가 들렸다. 몇 개월 동안 배개에 머리를 대지 못하던 그가 반듯이 누워 큰 하 자고 있었다. 이 희한한 그의 단장이 언제 걸지 몰라 새벽까지 숨을 죽이고 큰 스님, 주인공께 감사했다.

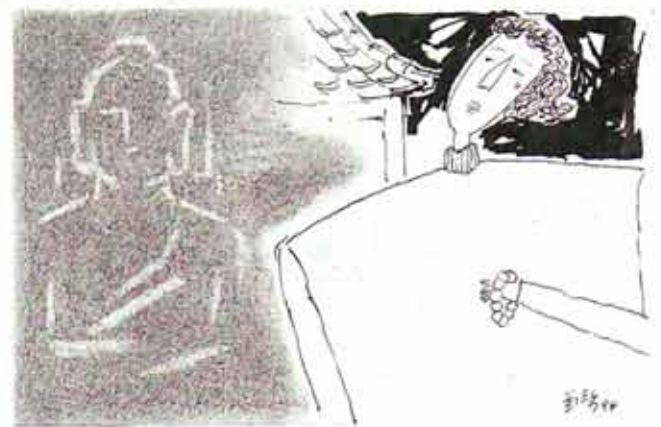
'업니! 잠을 잤어요. 집사람이 곁에 와있었는데 새벽까지 잠을 잤어요.' 그의 흥분된 소리에 깜짝 놀라보니 나도 잠만 잤을 뿐이었다.

그날부터 다시 우린 한방을 쓰고 신기하게도 그는 4-5시간 잠을 자게 되었다. 그러나 어깨에서 시작된 통증이 이제는 손가락 끝까지 와서 운동도 제대로 못할 정도가 되었다.

결국 의사는 손을 들고, 큰 병원 자기의 선배한테로 소견서를 해주면서 여러가지 검사를

그거였어. 바로그거. 정말 남편은 그날부터 거짓말처럼 나아갔다. 난 울지도 웃지도 않았다. 아주 당연한 결과를 본것같아....

말고 디스크도 수술을 하라고 권했다. 난 절대 수술만은 하지 말라고 했다. 그는 병가를 내고 철저한 검사비와 소견서를 가지고 혼자서 병원을 가고 난 출근을 했다. 그전엔 작은 약방엘 가져가 병의원 거만 조바심이 나서 따라 다니고 견뎌고 예를 태우던 나였다. '부처님, 내 몸 어디라도 떼어 저 사람에게 주십시오. 아니면 내가 대신 아프게 해주십시오'



### 부처님! 내몸 어디라도 떼어 저 사람에게...

오. 그것도 아니면 아무도 모르게 나를 거두어 주십시오'

부처님, 내 몸 어디라도 떼어 저 사람에게 주십시오. 아니면 내가 대신 아프게 해주십시오'

수십 가지의 검사를 받으려고 대기실에서 기다리는데 살생진 아들과 어머니를 만난 일. 그 아들은 열심히 공부 할하다가 거리가 이상 해서서 여러 가지 검사를 받았는데 그 마지막 결과를 보러 왔다고, 그러기까지 일년이 걸렸다고 한다. 그 말을 듣는 순간 '아, 나도 이러하던 병원이구나. 이게! 이게 아닌데', 가슴속이 반짝했다는 것이다. 그 할라 남편의 방산은 산산조각으로 갈라지고 천지를 뒤덮는 홍수로 변했으리라.

여기까지 일을 마친 그는 상기 패시 "그거였어. 바로 그거. 주인공! 감사비는 스님께 돌려야지." 정말 남편은 그날부터 거짓말처럼 나아갔다. 팔도, 어깨도 욕디스크도, 잠도 잘지고 할 먹었다. 난 울지도 웃지도 않았다. 아주 당연한 결과, 예견한 모습을 본 것 같아 흐뭇할 뿐. 그는 이제 분명히 말할 수 있을거다. "바로 그거야!" 갑작스런 아버님의 별세와 남편의 강박스러운 부병이 끝난 지금 난 정말로 내 이야기를 하고 싶다. 이 먼 육 <성남시 분당구 수내동>

### 영어로 배우는 경전

### 목아경 ③

Whoso is pitiless, corrupt in mind, Neglecting husband and unamiable, Inflamed by other men, a prostitute.

On murder bent- Let her be called: a slayer and a wife!

마음에 지리가 없고 부정하며 남편을 무시하고 불경스러우며 다른 남자와 정을 통해 남편을 살

해하고자 하는 이 그를 일러 살인자같은 아내라 한다.

Whoso would rob her husband of his gains- Though little be the profit that he makes.

Whether by craftsmanship, or from his trade,

Or by the plough- Let her be called: a robber and a wife!

전문기술로써, 장사로, 또는 농사로 벌었거나 아무리 하찮은 수입일지라도 남편이 벌어들인 것을 빼앗으려 하는 이 그를 일러 도둑같은 아내라 한다.

The slothful glutton, bent on doing nothing.

A gossip and a shrew with strident voice, Who brings to low account of her husband's zeal And industry-

Let her be called: a mistress and a wife!

계으르게 먹기만하며 아무 일도 하지 않으려 하고 거슬리는 목소리로 험담이나 잔소리를 하고 남편의 열의와 근면을 깎아 내리는 이 그를 일러 여주인같은 아내라 한다.

'Whoso whoever 의 고어로 '~하는 사람은 누구나'이다.

## "편안함이 가장 가까이 있습니다"

그랜드 환타지아로 오십시오. 아름다운 사랑으로 피어나는 환타지아의 꿈이 있습니다. 감미로운 음악이 흐르듯 설레임으로 다가와 포근하게 스며드는 그랜드 환타지아의 꿈. 행복한 내일을 여는 침대 그랜드 침대



### 그랜드 침대, 왜 좋은가?

- **침대 전문 회사** 20여년간의 전통과 기술을 바탕으로 좋은 침대를 위한 한걸만을 고집해 온 전문 업체입니다.
- **좋은 품질, 편안한 가격** 국내에서 유일하게 전제품에 25mm 강판을 사용한 하트 스프링 공법으로 제작되어 가장 좋은 품질의 침대를 생산하고 있으며, 또한 합리적인 가격대로서 큰 만족을 얻을 수 있습니다.
- **투 매트리스 사용** 각기 다른 2개의 매트리스 사용으로 압력을 배로 견딜 수 있으며, 수명이 2.5배 연장되기 때문에 경제적입니다.
- **다양한 모델** 전문 회사만이 가능한 다양한 모델을 갖추고 있으며 한 모델마다 선택의 폭이 넓어 더욱 자유롭게 개성을 연출할 수 있습니다.



### 대리점

<b>서울지역</b>	화곡동 692-7038	청량리 966-5608	신촌 334-8515	성남 734-2820	용인 35-7545	부평 503-9803	연수동 814-4164	<b>전북지역</b>	충청영업소
홍재동 735-5572	화곡동 690-8571	미아리 984-2341	공평동 662-1991	남양주 52-9520	과천 502-5764	동 764-2030	연수동 814-4164	이천 858-1231	대전 631-7287
모래내 373-2088	독산동 855-4148	미아리 927-0072	포이동 3461-5606	양주 49-8979	안산 63-5981	안 420-0281	전남지역	83-3223	대구경북영업소
봉천동 889-8647	구로구 862-6066	창동 995-5571	명일동 474-2745	하남 56-6582	하남 975-2630	안 862-8080	광주 366-3066	42-5555	312-3904
봉천동 888-5945	시흥동 803-0027	상암동 966-4369		하남 971-5252	하남 971-5252	안 873-1049	광주 369-2491	535-2803	312-3904
마포동 468-0246	답십리 244-0937	수유리 999-1761	<b>경기지역</b>	하남 971-5252	하남 971-5252	안 865-1818	광주 755-0156	81-1234	312-3904
노곡동 567-4331	신림동 862-0542	신림동 849-3485	광명 688-8806	하남 971-5252	하남 971-5252	동 424-4883	광주 74-5671	55-2555	
신림동 691-2195	신림동 873-2180	대림동 849-9399	송우리 541-1452	하남 971-5252	하남 971-5252	구월동 427-8914	해남 536-3313		
송파동 644-2127	북가좌동 304-9989	면목동 432-4004	마석 593-3223	하남 971-5252	하남 971-5252	간석동 427-9857	해남 536-3313		
영입동 384-4800	망원동 334-0752	신당동 234-5755	수원 33-8021	하남 971-5252	하남 971-5252	간석동 425-7633	여수 63-5904		
				하남 971-5252	하남 971-5252			<b>강원영업소</b>	<b>부산영남영업소</b>
				하남 971-5252	하남 971-5252			속초 635-5246	김해 34-9281

꿈의 나라를 편다

## 그랜드침대

본사: 경기도 고양시 향동동 267-18  
TEL: (02) 308-1818/9, 303-7376, 372-7941

품질보증