

좋은 아버지 되는 방법

1. 자녀와 여행하는 아버지가 되자.
2. 자녀를 칭찬해 주는 아버지가 되자.
3. 자녀가 가정의 따뜻함을 느끼게 하자.
4. 자녀와 함께 서점에 가보자.
5. 자녀의 학교에 가보자.
6. 가족에게 편지를 써 보자.
7. 부모님의 고향을 자녀와 함께 찾아 보자.
8. 일주일에 한번은 가족의 날로 정하자.
9. 아버지는 자녀가 성숙한 사람으로 자라는데 조력자임을 명심하자.
10. 아버지도 감정을 가진 인간임을 보여 주자.
11. 교통신호를 지키는 아버지가 되자.
12. 약속을 지키는 아버지가 되자.



◇인터넷 사이트 다음(www.daum.net)에 문을 연 '좋은아빠' 카페 회원들이 주말 정기모임에서 자녀와 함께 놀이를 즐기고 있다.

아버지 위한 도서10권

- <좋은 아빠 자녀 교육법> 설동공 / 청양
- <자식을 부모의 팬으로 만들어라> 한두현 / 나남
- <아들아, 아빠가 정말 잘못했구나> 이태호 / 명상
- <넙치게 사랑하고 부족하게 키워라> 제인 벨슨 / 프리미엄북스
- <좋은 부모가 되기 위해 떠나는 10단계 여행> 레이 터틀 / 한울림
- <한 아이> 토리 L. 헤이든 / (주) 샐터
- <따 그리고 함께 모르는 산> 제프리 노먼 / 창미래
- <좋은 아빠가 되기 위한 1분 혁명> 스펀서 존슨 / 동아일보사
- <현명한 부모들은 아이를 느끼게 키운다> 신의진 / 중앙M&B
- <아들아 아빠는 보고 말해> 임기원 / 동아아시아 자료제공=한국가정경영연구소

"자녀의 생일이 언제인지 아십니까? 키와 체중은 얼마이고, 제일 친한 친구는 누구인가?"

좋은 엄마, 좋은 아빠' 가 되고 싶지 않은 부모는 없을 것이다. 하지만 막상 자녀와 어떻게 놀아줘야 할지, 어떤 이야기를 나눠야 할지 모르는 아버지들이 많다. 드물긴 하지만 이에 이런 의식조차 없는 아버지도 있다.

최근 들어 아버지의 역할에 대한 의견과 경험을 나누고, 바람직한 아버지상을 실현을 통해 찾아가려는 아버지모임이 많이 생겨나고 있다. 전문가들은 가족에 대한 아버지들의 관심이 활발해진 계기로 IMF 외환위기를 꼽는다. 경제난과 고용 불안에 시달리면서 가족의 소중함을 깨닫게 된 남성들이 늘었기 때문이다. 더불어 경제적으로 풍족해지고, 주5일 근무제 도입 등으로 시간적인 여유가 생기면서 가정이 가족과 함께 할 수 있는 시간이 늘어남도 한 이유다.

1992년에 창립한 '좋은 아버지'가

나는 몇점짜리 아빠?

'아이사모' 등 바람직한 아버지상 찾는 모임 늘어

되려는 사람들의 모임' (www.fathers.or.kr)이나 아이를 사랑하는 모임인 '아이사모' (www.isemo.co.kr)는 좋은 아버지가 되기 위한 다양한 방법들을 소개하고 있다. 주말이면 '아빠와 함께 기차여행', '자녀와 함께하는 캠프'를 떠나기도 하고 '소년소녀가장 후원회'를 운영하기도 한다. 한국여성단체연합 산하 '딸 사랑 아버지 모임' (02-2273-9535)은 서로의 경험담과 육아에 관한 정보를 나누는 한편 호주제 폐지 운동에 앞장서고 있다. 2년 전 문을 연 인터넷 사이트 다음(www.daum.net)의 카페 '좋은아빠'와 '좋은아빠 모임'은 회원이 각각 3천명, 1천8백 명을 넘어섰고, 한국지역사회교육협의회에서 운영하는 아버지 교육 프로그램인 '좋은 아버지 교실'도 아버지들의 만남의 장이 되고 있다.

뿐만 아니다. 인터넷의 육아 포털 사이트에는 '아빠의 육아일기' 코너가 따로 마련되어 있고, 일부 유치원에서는 '학부모 참관 수업'을 '엄마 참관 수업'과 '아빠 참관 수업'으로 나누어 아버지들의 참여를 유도하고 있다. 아버지는 자녀들의 본보기가 된다. 따라서 자녀들에게 전해지는 아버지의 사랑은 건강한 자녀를 만드는 토

양이다. 우리 시대의 참다운 아버지와 자식의 관계는 어떤 모습이어야 할까?

'아버지의 전화' (02-2208-0660) 정송 대표는 "무조건 '좋은 아빠'가 되겠다는 욕심보다 아이의 입장에서 생각하고 말하는 법을 조금씩 익혀나가야 한다"고 말한다. '아이사모'의 설동공 대표는 자녀와의 대화에서 중요한 것 두 가지를 강조한다. 첫째는 자녀의 이야기를 귀담아 들어줘야 한다는 것. 80%는 아이의 이야기를 듣고 자신의 이야기는 20% 정도가 되어야 한다. 둘째는 아버지가 재판관이 되어 아이의 이야기를 판단하고 결론을 짓는 것이 아니라 배심원의 입장에서 이렇저런 생각을 이야기해 줘야 한다는 것이다. 다음으로 아이의 변화에 관심을 가져야 한다. 지난번 대화와 똑같은 주제로 이야기를 한다면, 아이는 아빠와 나누는 대화에 흥미를 잃게 되기 때문이다.

여수령 기자

소설가 남지섬의 化緣에서 찾은

내 안의 너 안의 나

새로운 삶의 선택

오늘은 삶의 방법을 놓고 고민하고 있는 50대 후반의 한 부인 이야기를 하겠습니다.

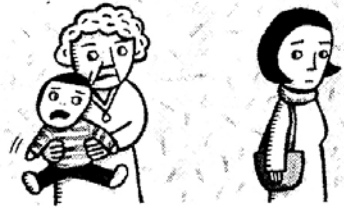
30대 중반에 초등학교 5학년짜리 딸 하나를 데리고 혼자된 부인은 조그만 옷가게를 운영하면서 살았다고 합니다. 그 당시 부인이 살아야 하는 삶의 이유는 아버지 없는 딸을 잘 키우는 일, 그것 하나밖에 없었다고 했습니다. 때문에 고등학교 동창이 권하는 좋은 재혼 자라도 마다하고 오로지 딸을 잘 키우는 일에만 전념하면서 살았다는 것입니다. 그러면서도 가끔은 중년부부가 함께 나들이를 가거나 산책하는 모습을 부러운 눈으로 바라보고 고백했습니다.

딸을 위해 자신의 삶을 포기하고 살아온 부인은, 딸이 대학을 졸업하고 직장 생활을 할 때까지 자신이 선택한 삶의 방법이 옳았다는 것에 대해서 스스로 확신을 가지고 있었습니다. 내가 딸을 지켜주지 않았다면 어떻게 딸이 지금처럼 예쁘고 똑똑하게 성장할 수 있었겠는가. 하는 자기만족 같은 것을 느끼면서 말입니다. 그러던 부인이 자신의 인생에 대해 회의를 느끼기 시작한 것은 딸의 결혼을 앞두고부터였습니다. 출이

의 목이 되고 말았다고 했습니다. 건장한 사위가 집안에 있으니 지금까지 느껴보지 못했던 '든든함'도 있고, 손자 키우는 재미도 각별하지만 살림하면서 손자를 키우기엔 이제 자신의 체력이 딸린다고 하면서 부인은 지친 표정을 지었습니다. 거기다 일년에 한두 번씩 시골 사돈이 올라오면 마치 죄인처럼 자신이 사든 뒷바라지를 해야 하는 것도 괴로운 일 중의 하나라고 털어 놓았습니다.

이래저래 해서 뭔가 새로운 삶의 방법을 찾아야 하지 않을까? 하는 고민을 하고 있던 중에 며칠 전 외손자가 장난감을 가지고 놀다가 엎어져서 얼굴에 상처가 났다는 것입니다. 손자 얼굴에서 흐르는 피를 본 순간 제일 먼저 떠오른 것이 딸의 얼굴이었다고 합니다. 그러면서 공포감 같은 전율이 느껴지더라는 것입니다. 부인은 부랴부랴 손자를 업고 병원에 가서 응급조치를 한 후 딸한테 전화

를 했다고 합니다. 그러자 딸이 한달음에 병원으로 달려 왔는데 딸은 아이 얼굴을 세 바늘 정도 꿰매야 한다는 의사 선생님의 말을 듣는 순간 "어떻게 애한테 이렇게 할 수가 있어? 엄마가 하는 일이 뭐냐?" 하



딸만보며 살아온 평생, 왜 이리 허전할까...

머니라고 하는 자신의 존재가 딸의 결혼에 장애가 된다는 사실을 안 부인은 한순간 자신이 서 있는 땅이 균열이 가면서 깊게 꺼지는 것 같은 환각을 느꼈다고 합니다. 하늘이 무너지는 것 같은, 땅이 꺼지는 것 같은, 이러한 말이 무엇을 의미하는지를 비로소 알았다고 하면서 부인은 쓸쓸하게 웃었습니다.

자신의 사위가 시골 중가의 종손이기 때문에 처음에는 종손이 어떻게 처가살이를 할 수 있느냐고 사돈들 쪽에서 말이 많았다고 합니다. 하지만 결혼 할 당시 사위가 새로 시작한 사업에서 손해를 많이 봤기 때문에 시골 부모님이 보낸 결혼 비용과 신부가 준비한 혼수비용을 몽땅 빚 갚는데 쓸 수밖에 없었다고 합니다. 결국 딸 내외의 권에 의해서 함께 살게 되었는데도, 사돈들 쪽에서는 출어머니 딸을 며느리로 봤기 때문에 자신의 아들이 처가살이를 면하지 못하고 있다는 고정관념에서 지금까지 벗어나지 못했다는 것입니다.

결혼 직후부터 딸도 남편 회사에 나가 함께 일하기 때문에 살림은 자신이 도맡아 하고 있다 했습니다. 살림 뿐 아니라 외손자 키우는 일도 자신

고 악을 쓰더라도 하는 것입니다. 부인은 딸이 자신한테 내뱉은 말을 주문처럼 외우고 있었습니다. 속상하고 화가 난 상태니 무슨 말인들 못 하겠는가, 하고 이해를 하려고 애도 써 봤지만 마치 자신이 애한테 상처를 입힌 것처럼 말을 하고 있는 딸을 용서할 수 없다고 했습니다. 거기에다 엄마가 하는 일이 뭐냐? 라는 말도 용서가 안 된다는 것입니다. 딸이 어떤 마음에서 그 말을 했는지는 모르겠지만 자신으로서, 종으로서 충성을 바쳐야 하잖아, 하는 말로 불렀다는 것입니다.

"제가 지나친 생각을 하고 있는지도 모르죠. 하지만 이전 딸로부터 좀 벗어나고 싶습니다. 해가 바뀌면 60 살이 되는데 60부터는 저도 제 인생을 살아야겠다는 생각이 들어요. 그래서 선생님을 찾아 왔는데 불자들에게 물어봐서 함께 경전 공부도 하고 수행도 하면서 조용히 살 수 있는 곳이 없을까요?"

부인 말을 듣고 난 저는 일단 부인의 새로운 시도에 찬성을 보냈습니다. 그러면서 머리 속으로는 부인이 말한 그런 도량을 열심히 찾고 있었습니다. 化緣 (02)704-3577

◆노인작품 전시회= 용산재가노인복지센터

는 28~30일 대안가족 보건복지협회 서울지회에서 '은빛마음 노인작품 전시회 및 바자회'를 개최한다. 복지센터를 이용하는 할머니들이 1년 동안 준비한 작품을 감상할 기회. 02)718-8887

◆노인 무료 진료=인천 서구보건소는 65세 이상 노인을 대상으로 무료 진료를 실시한다. 간염, 간기능 장애, 콜레스테롤 등에 대해 진료한다. 03)2560-4552

◆요실금·배뇨장애 강좌=한림의대 강남성심병원에서는 28일 오후 2시부터 서울 영등포 경방빌백화점 8층 문화센터에서 '요실금과 배뇨 장애의



진단과 치료' 강의를 개최한다. (02)829-5089.

◆호스피스 교육=충북 청원 정도 마을은 12월 8~15일 불교 의료복지에 관심이 있는 사람들을 대상으로 한 '제16기 불교전문 호스피스 교육'을 실시한다. 선착순 25명, 수강료 19만. 04)3298-2258

◆노인 학대 상담 워크숍=방배종합사회복지관은 29일 오전 10시 복지관에서 미국 노인학대 전문 사회복지사가 빌리 씨와 UCLA 사회복지학과 문애리 교수를 초청해 '노인 학대 상담 워크숍'을 개최한다. 노인학대 문제를 제도적으로 풀어나가는 방법도 알아본다. 02)522-6004

가벼운 선물, 생각날 때마다



선물? 주든 받든 기분 좋은 일이다. 만약 그렇지 않다면 내키지 않은 인사차례이거나 뇌물이기 쉽다. 대부분의 사람들은 선물 주고받기를 특별한 일로 여기는 듯하다. 생일과 같은 기념할 만한 날이나 연말연시와 같은 특별한 때에나 하는 걸로 생각하는 것이 보통이다. 선물 주고받기를 지나치게 무겁게 받아들이기 때문일 것이다. 이렇다 보니 상대의 격을 따지고 그에 걸맞은 것이 무얼까 하는 문제를 두고 고민을 하게 된다. 즐거워야 할 일이 골치아픈 일로

변질되는 것이다. 이런 선물은 주는 사람과 받는 사람 모두에게 부담으로 작용하기가 쉽다. 생각 한번 바뀌자. 몇천원밖에 하지 않는 물건이지만 평소애 아끼던 것, 이틀테면 색다른 모양의 볼펜 따위를 신기해하는 친구에게 즉석에서 줄 수도 있지 않을까. 한때는 예지중 지했지만 지금은 나에게 쓸모없어진 물건을, 지금 꼭 필요할 사람을 찾아 줄 수도 있지 않을까. 선물 주고 받기, 일상 행위일 수 있지 않을까.

순수한 정만주사로 온 운장(스님) 법사의 생필(眞本) '五色광채'의 빛을 발하는 신비의 기적 '웅린佛字체'

만아성경 8쪽 병풍 후면 달마그림 특별 할인 보급

100% 정만주사로 온 만아성경 달마도

2000년 대종교상 수상하신 운장법사의 진품 영품 TV에서 방영된 달마대사(불자 후자)

사립신학, 가정불교, 자녀문제, 부부갈등 등 상담하고 고민하시는 분 서슴없이 전화하세요!

한국 수백과 원지 송진화합인용 100% 호교

복사본 및 유출시 배상책임이 보장됩니다

◆생명의 전화 : (033) 766-0057 FAX (033) 766-0058 www.korea-art-gallery.org E-mail unjang21@kornet21.net *오방의 기가 강하게 흐르는 덕희산 운장사 원만성취 영험기도도량

●주문신청방법 우체국201509-01-002545 운장사 *전화로 주문하시면 곧 보내 드립니다

영험기도도량 雲藏寺 운장선원 韓國佛教藝術文化院

元·氣·回·復 존경하는 분에게 가장 고급스럽고 길이 남을 선물이 될 것입니다.

"최고의 신비스러운 영약" 山 蔘 長腦

존경하는 스님, 스승님, 부모님과 시험준비에 지친 수험생에게 평생 최고의 값진 선물 최저가격으로 불자님과 인연을 맺고자 합니다.

심마리로부터 산지에서 직접 공급받아 한정된 수량을 전국 어디라도 배달해 드리겠습니다.

산삼의 효능

- ◆산삼은 기사회생의 영초로서 옛부터 거의 만병통치의 효험이 있는 영초로 전해 내려왔다.
- ◆당뇨병, 심장병(동맥경화증, 협심증), 위장병, 혈압조절(고혈압, 저혈압), 이면 증후, 나병, 암 등 불치병에 큰 효과가 있다.
- ◆신경쇠약, 폐병, 간염, 간경화, 악성빈혈, 신장병, 류마티스, 디스크, 신경통, 노 화약제, 원기부족, 성인병, 예방과 치료에 큰 효과가 있다.
- ◆방사선병, 조혈작용, 산후전장회복, 출혈성, 질병, 신진대사 촉진, 비위약화 되는 강화에 큰 효과가 있다.
- ◆정력강화(조루증, 정자결핍, 성욕감퇴, 성기능장애), 병중, 부인병에도 큰 효과가 있다.
- ◆눈이 밝아지며 어린이는 산삼장뇌를 조금만 먹어도 추위를 타지않고 머리가 좋아지며 저항력이 높은 강력한 체질로 개선된다.
- ◆산삼은 특정 병에 대한 치료도 될 수 있지만 인체의 전반적인 저항력을 높여 건강을 유지시키는 만병통치제 효험이 있다.

축들은 본초에는 上藥 120가지 中藥 120가지 下藥 125가지로 모두 365가지의 약용식물이 구분 기록되어 있는데 山 蔘은 上藥중의 첫째가는 君藥으로 이세상의 어떤 약용식물도 모두 아래에 불과하다고 기록되어 있다.

산삼은 천종, 지종, 인종, 장뇌 4가지로 분류됩니다. 그 중 장뇌란 산삼의 씨를 채취한 후 깊은 산에 뿌려 자연상태로 재배한 것이며 자연산에 비금가는 효과를 지니고 있습니다. 격조있는 선물이 될 것입니다.

주문처 서울 (02) 713-7798, 701-4716

- 별도산삼(자연산삼 보유)
- 자연산삼 문의상담(심마리 체취가격으로 공급)
- 산삼이 꼭 필요하지만 경제적으로 어려운 분

국립한산물품질관리검정필(분석 51160-150) 심마당 長腦山蔘

의소식 梵 鍾

범종이 스스로 운다(自鳴梵鍾!!) 아직도 잠자는 범종은 없습니까? 아직도 울리지 못하는 범종은 없습니까? 범종은 있으나 칠 사람이 없는 범종은 없습니까? 걱정은 이제 그만 던지십시오. 울어라! 한탄만 命 하시면 봄·여름·가을·겨울, 원 하시는 시간에! 원 하시는 횟수대로! 영원히 크고 크게 울려 메아리 칠 것입니다. 離苦得樂을 이루고! 破邪顯正으로 맑고 밝은 氣運이! 부처님 眞理를 宣揚할 것입니다. *年內로 하시는 寺刹은 염가로 해 드립니다. 시스템 시설은 선착순입니다. 합장하고 소식을 기다리며 佛日增輝 法輪常轉을 千拜萬拜!!!

부영공업사 특수기계제작부 대표 신 직 부처님 품에서 發願祈禱!!!

☎ : 033-562-1535 H·P : 011-369-2732