

# “진정 행복성취를 원하면 이 순간 스스로를 경영하라”



‘올해는 나도 잘 나가보고 싶다.’  
대박을 꿈꾸는 것은 착각이라 할지라도 새해 시작 무렵이면 저마다 가슴에 지녀볼만한 설렘의 특권이다. 언제부터인가 인간이 추구하는 최종 목표가 되어버린 성공이나 행복이라는 추상명사들을 누군가 속 시원히 갈무리해줬으면 하는 바람 또한 없지 않다.

영혼을 담보로 ‘네가 진정 원하는 것을 말해보라’는 메피스토의 유혹마저 그리워지는 시대. 한해를 시작하며 ‘새해설계와 자기경영’ 비법을 전수받는 자리가 마련됐다. 2007년 한국출판시장에서 자기개발이란 주제로 출간된 서적이 4000여종이 넘는다는 통계가 있었다. 이런 현상을 반영하듯 10대에서 60대까지 다양한 나이와 직업 그리고 성별을 지닌 이들로 푸른 좌석이 깔린 강의실은 빈자리를 찾아보기 힘들 정도였다. 초등학교 아이들과 함께 자리한 김용진(45·한솔그룹 경영기획실 부장)씨는 “아들이 중·고등학교에 진학하기 전에 100% 이해는 되지 않더라도 본인에게 주어진 유한한 시간을 설계했으면 한다. 이번 기회를 통해 스스로 시간의 가치를 생각하는 계기가 되기를 바란다”며 참가 동기를 밝혔다.

강사 손기원 지혜경영연구소 대표  
주최 지혜경영연구소 www.onwisdom.com  
일시 2008년 1월 5일  
장소 지혜경영연구소 세미나실



## 2008년 새해설계와 자기경영

### 나는 지금 어디에 있는가

지금까지 살아온 내가 아닌 앞으로 살아갈 나에게 주어진 시간을 인식의 눈을 통해 확인하는 순간. “현재의 나를 상상하십시오. 나는 지금 잘 진행 중입니다. 서서히 남은 인생이 보일 것입니다.” 사실은 막연한 미래가 보였다. 그동안 눈앞의 일에만 쫓겨다니며 살아온 까닭이다. “우리는 잘못된 익숙함에 습(習)이 틀어붙어 이후부터 미래를 위하여 현재는 당연히 희생돼야 한다고 여기게 됐습니다.”

“현재 당신은 진정 스스로의 행복을 추구하고 있습니까. 어느 순간 나를 되돌아 봤을 때 지나온 삶의 궤적들에 후회하지 않을 자신이 있습니까.” 스스로를 향해 미구 쏟아지는 물음은 형체 없는 엄포처럼 느껴진다. 그렇다면 내 인생을 정말로 행복하게 살 수 있는 방법은 무엇일까. 손기원 대표는 <지혜인 자기경영 다이어리>를 펼쳐보라 권했다. 드디어 실패를 최대한 줄이는 인생을 살아가는 비법의 노하우가 전수되기 시작했다. 지혜인 손기원 대표가 전하는 인생설계의 마스터 플랜은 다음과 같다.

이미 ‘지혜사회(wisdom society)’는 도래했다. 인생은 성공 곡선(success curve)이 아닌 행복 곡선(happiness curve)으로 전환돼야 한다. 현재를 즐기며 현재의식을 깨우는 트레이닝을 하라. 서서히 미래가 열리니, 그 시작의 중요성은 방향성이다. 목숨을 잃는다 해도 반드시 지키겠다는 핵심 가치를 하나 세워라.

순간의 느낌을 관찰하고 명상으로 내면의 에너지를 확장하라.

하나. ‘생(生)’의 의미에는 여러 가지가 있습니다. 사전적 의미는 굳이 밝히지 않기로 하죠. ‘살다’라고 하는 나의 행복을 유지하기 위한 삶의 의미가 있습니다. ‘나다’라고 하는 늘 새로워지는 의미가 있지요. ‘날다’라고 하는 생생적 활동의 종사에 관한 의미도 있습니다. 당신은 이상 3가지 ‘생’의 의미 중 어떠한 ‘생’의 형태를 취하고 있습니까. 중요한 것은 이 세 가지 ‘생’은 최종적으로 ‘살리다’를 통해 완성되고 균형을 이루게 된다는 점입니다. 행복을 꿈꾸기만 했지 왜 행복이 실현되지 않는지 궁금했던 이들의 공통분모는 이 네 가지 모두가 취약하다는 점입니다. 타인의 행복을 돕고자 하는 의지는 더욱 취약합니다.

진정한 ‘생’이란 공존과 상생을 통한 대화입니다. 이것으로 ‘생’의 의미를 알게 되면 이 순간 나는 다시 태어난 내가 되는 것입니다. ‘생’의 방식은 멈춤과 전진의 때를 바르게 알입니다. 의미 있



손기원 지혜경영연구소 대표의 강의는 회기애매한 분위기와 뜨거운 열기속에서 2시간 동안 진행됐다.

는 일에 의식적으로 집중해야 합니다. ‘생’의 네 가지 의미에 해당되지 않는다면 무의미한 일이나 즉각 중단하십시오.

둘. 월별 명상테마를 통해 나를 깨우십시오. 1월은 해오름달입니다. 내면에너지인 희망을 통해 관계에너지인 진심의 축복을 나눠봅시다. 인간은 공기에너지를 먹고 삽니다. 나눔으로서 주변인이 잘 되길 바라는 마음이 발산됩니다. 점차 관계에너지가 강화될 것입니다. 서로를 존경하고 감사하는 마음으로 큰절을 주고 받으며 대화를 나눠보는 것도 좋습니다. 오로지 호흡에 집중하되 그 흐름을 느껴주세요. 반기부자의 자세에서 양쪽 무릎에 손을 얹고 편안함이 연상되는 단어를 떠올립니다. 산란함은 평정심을 되찾게 되고 깊어지는 호흡을 알아차리게 될 것입니다. 마음속으로 ‘감사합니다’를 되뇌어 봅니다. 생활하면서 일어나는 특정한 느낌은 다이어리에 하루 3회 정도 기록해 봅니다.

셋. 목표의 설정과 달성여부를 정기적으로 점검합니다. 나와 가정과 사회활동은 구분하여 정리되도록 합니다. 계획(Plan)-실천(Do)-점검(Check)-반영(Feedback)의 구조로 반복합니다. 이 모든 것의 기반에는 명상이 있고 명상으로서 완성된다는 사실을 명심합니다. 지혜인이 되는 일곱 단계(7Step)는 지혜인이 되는 가장 빠른 길을 제시하고 있습니다.

- Step1. 있는 그대로 보라.
- Step2. 목적지에서 길을 밝혀라.
- Step3. 세상만물에 감사하라.
- Step4. 명상으로 나를 깨우라.
- Step5. 과거의 나와 결별하라.

- Step6. 일상의 확신을 실천하라.
- Step7. 매일 새로운 나를 만나라.

### 명상으로 열리는 행복의 문

순간의 깨어있음을 자각해 지혜인이 되면 그 순간이 바로 기한관리와 현재경영 그리고 인생경영의 트라이앵글이 하나 된 순간입니다. 이때부터 가장 아름다운 하모니가 들리기 시작합니다. 자기 존재의 계속된 점검은 <지혜인 자기경영 다이어리>가 여러분을 도울 것입니다.

행복은 착각이 아닌 현실입니다. 명상이란 대단하거나 어려운 것을 말하는 것이 아닙니다. 단지 본성을 보는 것입니다. 본성이란 ‘생(生)’에 마음(心)이 결합된 것이며 그것 자체가 바로 지혜입니다. 본성을 관찰해 지혜의 문을 여는 열쇠가 바로 명상입니다.

이제 여러분들이 자기 존재를 발견했다면 주저 말고 구체적인 실현계획서에 기록하십시오. ‘우물쭈물하다 이렇게 될 줄 알았다(I knew if I stayed around long enough, something like this would happen)’는 머나먼 쇼의 묘비명에 기록된 ‘나 역시(me too)’가 되고 싶습니까?

진정 행복한 삶을 살기 위해 자기경영은 필수입니다. 자기경영을 실천하는 도구로 자신만의 ‘알아차림 다이어리’를 지닐 수 있어야 지혜의 문이 열리고 지혜인이 됩니다. 인간 내면에 무한한 에너지가 있다는 사실을 믿고 바로 ‘Do it(실행)’하는 지금, 당신은 깨어있을 것이고 지혜사회를 경영하는 지혜인이 됩니다.

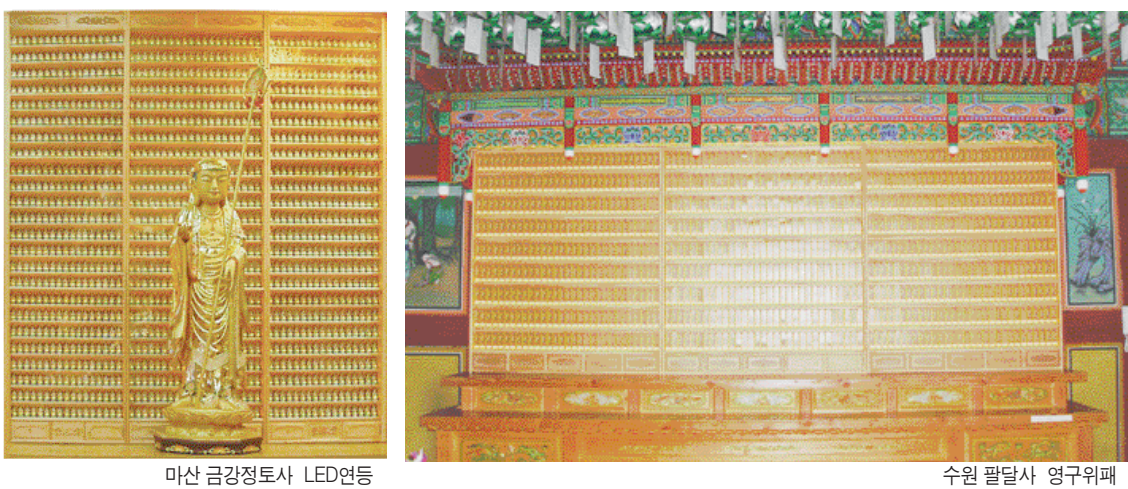
글·사진=기연속 객원기자 omflower@hanmail.net

전선(케이블) - 대한불교천태종 광수사 법당 ※ 이제는 법당 연등 설치도 버튼 하나로 해결하세요.



자동 승강 장치(등표 조정 작업) 연등 자동 승강장치 작동 외부에 시공된 전선케이블  
찬덕연등에서는 KS케이블을 사용하여 가장 안전하게 전문 기술인에 의해 직접 감독 시공합니다.

찬덕연등이 개발한 영구위패·LED 인등·LED 전구



마산 금강정토사 LED연등 수원 팔달사 영구위패  
참고: 찬덕연등에 사용된 캐릭터는 상표특허등록된 캐릭터입니다. 캐릭터 도용시에는 법적제재조치가 있음을 공고 합니다.

# 아름다운 등



칼라(보카시)연등

공단등



부산 해운대 법륜사 법당

남양주 영도암 인등

군산상주사 위패

- 기존 전기요금의 10% 정도가 소요
- 열 발생이 적어 화재의 위험성이 적음
- 불빛이 사방으로 퍼져 화려한 밝기가 특징
- 사찰에서 원하는 규격에 맞추어 제작해 드림



경기도 하남시 교산동 132-1 / 전화 : 031) 792-6288, 794-4055 / 팩스 : 031) 794-6288  
www.chanduk.com / 취급품목: 연등·주름등·전선시공·영구위패·LED인등·LED전구