

불교상담개발원과 함께 하는

이럴 땐 어떻게 하죠?

Q 최근 1년간 상사와 관계가 좋지 못합니다. 심어 년 직장생활을 하며 업무나 대인관계 등 모나지 않게 생활해 온 저는 요즘 최대의 고민입니다. 근래는 얼굴 보는 것도 부담되는 실정입니다. 참고 인내하는 일도 한계에 이른 것 같고 전 생애 무슨 약연인가 하는 생각이 듭니다.

라고 하는군요.

A 집에 정신과 치료 중인 조카가 있어 매일 불안하고 걱정이 되시는군요. 조카는 치료를 거부하는 안타까운 상태이구요. 가까운 친척이라 오지 못하게 할 수도 없고 집에서는 곳을 하라고 하니 답답하시겠어요.

A 매일 얼굴을 봐야하는 직장 상사라서 업무적으로도 부담되는 시간이 많은 텐데 정말 힘드시겠어요. 개인적인 관계는 몰라도 최소한 업무적으로는 문제가 없는 관계가 되어야 할 텐데요. 불편한 마음을 계속 억누르고 있으면 정신 건강에 아주 안 좋을 뿐 아니라 신체적으로도 문제가 생길 수도 있는데 정말 걱정이에요.

조카의 문제와 내담자분께서 가지시는 불안과는 서로 관련이 없다고 할 수는 없지만, 조금은 분리를 하셨으면 싶어요.

스님들께서는 속세에 사는 우리와 같은 사람들을 위해 여러 가지 좋은 법어를 해주시지만, 상황에 따라서 병리적인 경우 전문의의 정확한 진단과 약물치료가 필요할 것입니다. 조카 문제는 이미 정신과 치료를 받는 상태이니 잘 설득해서 심리치

조카 정신적인 문제에 굿하라 기도하라 어떻게?

조카는 심리치료 병행, 내담자는 정진 하세요

상사의 어떤 면이 맞지 않는지요. 혹시 의사표현을 한 적이 있는지요. 관계가 안 좋은 상사에게 자신의 의사표현을 하는 것이 쉽지 않지만 부드러운 분위기에서 자신의 의사 표현을 조심스럽게 해보는 건 어떨지요.

료를 병행하면 좋을 것 같습니다. 그리고 조카가 집에 왔을 때 진심으로 걱정하고 이해해주셨으면 해요. 진심의 에너지는 힘든 조카에게도 전해지리라 생각합니다. 조카의 상태가 어쩔지 가능하기가 어렵지만 입원하지 않은 상태라면 조카도 자신의 현재 상태에 대해 매우 불안하고 의욕을 잃고 싶어요.

효과적인 자기표현은 상대의 마음을 상하지 않게 배려하면서 자신의 의사를 표현하는 방법을 말합니다. 결과가 쉽게 눈에 보이지 않더라도 계속해보면 상대도 인정을 하게 됩니다. 너무 교과서적인 말일수도 있지만 스스로 하실 수 있다고 생각하세요. 많은 사람들이 살아가면서 이와 같은 일들을 겪기도 하므로 '자신에게 문제가 있어서'라고 자책하지 않았으면 좋겠습니다.

행님과 내담자분께서는 나름의 방법으로 기도를 하시는 것이 불안을 감소시키는데 도움이 될 것 같은군요. 기도로 힘이 생기시면 어려움을 극복하실 힘이 생길리라고 믿습니다. 다행히 불자시니 가까운 사찰로 가셔서 기도수행 하시고 스님을 직접 찾아 가셔서 어려움을 의논해보는 것도 좋습니다. 스님이 어려울 수도 있지만 올바르게 인도를 해주실 수 있을 테니까요. 또한 이번 기회에 조카에게도 기도 방법을 한 번 진지하게 권해보세요.

여러 문제 해결 방법 중 내담자분의 마음에 가장 편안한 방법을 선택해서 시도해보면 어떨까요. 쉽지는 않겠지만 부처님 말씀대로 살고자 노력하시는 불자이고 모나지 않게 생활하신 분이 아니라 충분히 잘 해낼 수 있다고 생각합니다.

정신과 치료와 기도, 심리치료를 병행하는 거지요. 불교의 수행 방법은 염불, 절 수행, 경전읽기, 사경, 참선 등 여러 방법이 있습니다. 자신에게 적절한 방법을 선택하면 도움이 될 것 같은가요?

Q 30세가 넘는 노총각 시댁조카가 몇 개월 전부터 이상했었습니다. 정신과 진찰을 받으셨는데 엄마와 의사에게 욕을 하고, 악덕기도 거부합니다.

아무쪼록 조카가 건강해지고 가족들도 편안한 마음이 되시기를 빌겠습니다.

무엇보다 성희 집에 매일 오는데 많이 불안합니다. 성당에 다니시는 형님이 담당해서 점을 보러 갔는데 곳을 하라고 하고, 다른 철학관에서는 스님하고 의논하

24시간 자비전화 (02)737-7374, 737-1114  
사이버상담 자비24 www.jabi24.org  
청소년사이버 상담팀 아하박스 www.ahsex.org  
후원계좌 001-01-2021-361  
국민은행(예금주:사단법인 자비전화)

“부처님 품에서 답답함 풀고 가요”

사랑법당 탐방

고봉중·고등학교 옛 서울 소년원

흔히 소년원은 문제 있는 아이들이 사고 치고 잡혀 들어가는 곳으로 일반인에게 인식돼 있다. 누구나 겪는 청소년기, 정도의 차이는 있겠지만 질풍노도의 시기를 겪지 않은 이가 있을까.

죄를 지은 불량학생을 가둬놓는 곳이 아닌 잠시 방황한 청소년들을 보호하고 올바른 길로 이끄는 이 곳에 이인자 불교여성개발원 전 원장을 비롯한 불교여성개발원 교화팀(팀장 윤순옥)이 찾았다.

1월 13일 찾은 구봉중·고등학교로 불리는 옛 서울 소년원은 바뀐 이름과 같이 겉으로 보기에도 '학교'의 느낌이 강했다. 구봉중고는 신이 있는 좋은 전경에, 운동장을 가운데 두고 2층 정도의 나지막한 건물들로 둘러싸여 있었다. 하얗게 쌓인 눈으로 운동장에는 운동하는 아이들을 볼 수는 없었지만 축구공아리 등 여느 학교와 다른 활동이 진행된다.

“여타 교정시설과 달리 일반학교와 조금 다른 특수학교라고 보시면 됩니다.”

처음 찾은 교화팀을 위해 불교자진회 김춘자 지도위원은 친절히 설명을 덧붙였다. 어머니들이 자진해서 모였다는 자진회는 10년 전부터 구봉중·고에서 교회 활동을 펼치고 있다. 불교여성개발원 교화팀의 이번 방문은 자진회 회장이 올해 열반에 들어 도움을 필요로 한 자진회 측의 요청에 따라 이뤄졌다. 윤순옥 팀장을 비롯한 교화팀이 서울구치소와 김천소년원 등에서 10년 넘게 활동한 경험을 활용코자 함이다.

구봉중·고에는 10년 넘게 불교반 담당으로 활동해 온 구봉중·고 지도위원회 이기봉 부회장을 비롯해 자진회, 대원불교문화대학 법사단, 신촌 봉원사 스님 등 8개 팀이 교정활동을 번갈아 진행하고 있다. 여성개발원 팀이 찾은 이날은 일 년 중 여름과 겨울 두 번 있는 불교계절학교의 셋째 날이었다. 불교·가톨릭·개신교·원불교의 계절학교 외에는 매주 토요일요일 종교 활동이 실시된다.

운동장을 가로질러 교육원 입구에서 철문과 보안장치를 통과해서 이곳이 단순한 학교가 아니라는 느낌이 든다. 들어서자 오른쪽에는 ‘마음을 찾는 곳’이란 명패가 교화팀을 맞이했다.

“마음을 찾는 곳’, 불교반은 단순한 종교공간의 개념을 넘어선다. 뻣뻣한 교과 일정 등에서 마음 편히 지도법사에게 걱정들을 털어놓으며 학우들과 어울릴 수 있는 소중한 곳이다. 그래서일까 각 종교 활동에는 참석률이 매우 높다.

대원불교대학 이종삼 지도위원, 박수찬 지도위원, 자진회 김춘자 지도위원, 여성개발원 교화팀이 함께 진행한 이날 불교반에는 12명의 원생들이 참석했다. 건물 중 유일하게 바깥으로 창살이 없는 작은 방은 부처님처럼 머리를 뺨뺨 깎은 원생들로 꽉차 아늑했다.

“부처님은 태어나실 때 ‘천상천하 유아독존’을 외치셨어요. 이것은 무슨 의미일까요? 하늘과 땅 아래 스스로가 가장 존귀한 존재라는 뜻입니다.”

법회에서 이인자 전 원장은 부처님 탄생계를 중심으로



원생들이 상대방을 표현한 꽃을 그리며 이해심과 집중력 등을 키우고 있다.

자진회·불교여성개발원·봉원사 등 8개 팀이 교정활동 교계 도움 절실... 프로그램 다양화로 참여 늘릴 계획

원생들에게 방문했다.

이 전 원장은 “주변을 돌아보세요. 자신이 존귀한 만큼 다른 이도 존귀한 것이다”며 “사회에서 생활할 때 부모님, 친구들에게 함부로 하지 말고, 나 스스로에게 부끄럽지 않기 위해 언행을 조심해야 한다”라고 강조했다.

이 전 원장의 법문은 이어 김승목 중앙대 교수의 미술치료를 진행했다.

“옆 친구들과 등을 맞대고 서로에게 의지해 보세요. 그 느낌을 꽃으로 표현해보세요.”

김 교수의 지도에 그림을 그리려 하지 않던 산만한 아이들도 이내 집중했다. 이어 그린 꽃마다 제목을 붙이고 짝의 장단점을 적어 소개하는 자리가 진행됐다.

미술치료와 함께 다과 시간도 이어져 스스럼 없는 대화가 오갔다.

사회에 있을 때 부모님과 함께 짙어 다닌 인연으로 불교반을 택했다는 L(17)군은 “여기에 오면 답답한 것도 풀리고 친구들과 스스럼 없이 어울릴 수 있어 좋다”며 “사회에 나가면 짙어 계속 다닐 계획”이라고 말했다.

출소가 3개월 남은 K(19)군은 “1년 넘게 생활하는 동안 불교반에 꾸준히 왔는데 생각을 정리하는데 많은 도움이 됐다. 지난 시간이 너무 아까워 자력증도 땀지만 나가서 해야 할 것이 너무 많다”며 수줍게 자신의 꿈을 밝



이인자 전 불교여성개발원 원장은 이날 부처님 탄생계를 주제로 상생의 언행을 법문했다.

했다. 이종삼 법사는 이 자리에서 “원생들의 눈높이에 맞는 법회를 하는 것이 가장 힘들다”며 “원생들이 즐길 수 있는 프로그램이 필요하다”고 애로점을 토로했다.

각 팀들의 노력에도 불교반은 100명씩 젊은 친구들이 찾아오는 기록교반에 비해 인적·물적으로 열세였다.

이기봉 부회장은 불교반 현황에 대해 “노래방을 설치하는 등

아이들이 편히 쉬다 갈 수 있도록 하고 있지만 불교계의 도움이 절실한 상황”이라고 말했다.

불교여성개발원 교화팀은 이날 이러한 요청에 따라 매월 미술치료, 레크리에이션 등 다양한 프로그램과 집단 상담 등을 추진할 계획도 밝혔다. 또 각 팀단 정기모임을 갖고 교류와 협력도 증진하기로 뜻을 모았다.

“사회에 나가서 자리를 잡아 여전한 어른으로 다시 찾아오는 원생들이 있었어요. 그럴 때 마다 보람과 힘을 느낍니다.”

말씀꾸러기로 평가 받던 청소년들은 이기봉 지도위원의 말처럼 불교 각계의 불심에 힘입어 다시금 대한민국의 미래로 성장할 것이다. 두터운 철문을 뒤로 한 길이 불심으로 변모하는 원생들이 있어 뜨거웠다.

노덕현 기자 dhavala@buddhapia.com

대한불교 연합조계종

총무원장 혜일

Table listing various officials and their names, including the President (혜일) and other members of the Buddhist Union.

경인년 신년 새해를 맞아 온 누리에 부처님의 법향이 가득하시기를 기원합니다. 본 종단은 부처님의 대자대비한 말씀에 따라 생활속에서 불법을 널리 펼쳐 불국정토를 실현하기 위하여 노력하고 있습니다.

총무원 : 대구광역시 달서구 송현 2동 1928-13 (1층) 전화 (直) 0502-666-5000 / 팩스 053) 655-3222

하기책자 4권을 스님과 불자들에게 무료로 보내드립니다!

Advertisement for '영가천도의 중요성' (Importance of Yungachon-do) featuring a calligraphic character '命' (Life) and a list of book titles.

“영가천도의 중요성”

※ 이 책은 영가의 장애로 인하여 인생살이에 크나큰 고통과 타격을 받으며 살고 있는 많은 불자들을 위하여 7번에 걸친 경험을 토대로 어떠한 영가든 100%천도가 이루어지는 영가천도의 요법이 수록된 책자입니다.

- List of 12 points explaining the importance of Yungachon-do, including its meaning, benefits, and how it helps overcome obstacles.

“풍수원리를 잘 적용하게 되면, 그 가정과 사업체는 번영과 성장을 하게 되지만 이것을 무시하면 재난과 재앙이 뒤따른다는 풍수사상!”

12품 팔상탑주, 그 비법과 불가사의한 효험력

- List of 12 points about the benefits of the 12-item Palsang Tower, including its effectiveness in various situations.

산소(음택)풍수의 중요성

- List of 7 points about the importance of Samsu (Yumtaek) Fengshui, including its role in health and wealth.

상담문의 및 책자신청 성지관음회. 경기도 광주시 오모읍 문형 3리 704-12(성지빌딩) 전화 031)768-8414~6, Fax 031)768-8413