

# 행복의 열쇠는 '고마움' ... 보는 각도 바꾸자

## 조계종 국제선센터, 헤민 스님 첫 '마음 치유 콘서트'

“Try to remember the kind of September/ When you were a tender And callow fellow/ Try to remember and if you remember/ Then follow, follow~(9월 그 무렵을 기억해요. 당신이 상냥하고 젊었던 무렵을. 기억하세요. 차례차례, 차례차례.)”

브로드웨이 뮤지컬 'The Fantasticks'의 수록곡 'Try To Remember'가 클래식 기타와 바이올린 선율과 함께 조계종 국제선센터 대웅전을 수놓았다.

노래의 주인공은 바로 18만 팔료위의 멘토, 미국 캘리포니아 대학교 교수 헤민 스님. 잔잔한 스님의 노래는 이내 청중들의 마음을 사로잡았다.

헤민 스님이 이날 부른 노래는 17일부터 7월 29일까지 한달여 간 전국에서 열리는 스님의 '마음치유 콘서트'의 시작을 알렸다.

일요일 늦은 오후임에도 대웅전은 발디딜 틈이 없었다. 정월인 4백 명은 이미 매진됐고, 흑사나 하는 마음에 법당을 찾은 사람들로까지 말 그대로 장사진을 이뤘다. 대부분이 스님의 저서 <멈추면 비로소 보이는 것>을 읽고 자신의 억울하고 답답한 마음을 치유하고자 모인 사람들이다. 개중에는 천주교, 개신교 신자도 꽤 참가했다. 현대인들이 얼마나 자신의 마음을 위로 받고 싶어하는지를 단적으로 알게 해주는 대목이다.

노래를 마친 스님이 만면에 미소를 띠우며 자신의 이야기를 하기 시작했다.

“매칠 전 학기를 마치고 한국에 귀국했습니다. 제가 최근 쓴 책이 베스트셀러라고 해서 알아보는 사람이 많으면 어쩌지 걱정

도 내심 했습니다. 현대 공황에 내렸더니 아무도 못 알아보더라구요.(웃음) 살 책이 있어서 광화문 교보문고를 갔는데도 아무도 몰랐습니다. 심지어는 관련 매대에 계신 분들도 못 알아봤습니다.(웃음)”

스님 자신의 일화는 바로 수행자 특유의 성찰로 이어졌다.

“우리는 너무 사람들의 이목에 신경을 쓰면서 살아갑니다. 정작 사람들은 신경을 쓰지 않는 데도 불구하고, 우리는 스스로의 삶, 자신의 삶을 누구의 이목도 신경쓰지 않고 살아가야 합니다. 물론 살다보면 안 되는 일이 참 많습니다. 세상을 그것을 극복하라고 강요하지만 그럴수록 스스로를

### 치유방식 신선, 법당엔 웃음꽃 노래와 치유가 하나된 야단법석 종교 떠나 대중 5백여 명 운집

내려놓고 생각하는 지혜를 찾아야 합니다.”

본격적인 치유의 시작. 헤민 스님이 전하는 치유 방법은 독특했다. 누구의 고민을 듣는 게 답을 해주는 일반적인 방식이 아닌 스스로가 고민을 돌아볼 수 있게 했다.

먼저 스님은 앞줄과 뒷줄 마주보게 했다. 그러고는 자신의 이야기를 하라고 주문했다.

처음에는 친한 고교 동창생과 오랜만에 만난 것처럼 이야기를 나누라했고, 이내 최근 고마운 사람에 대해 말해보라고 했다. 청중들은 어색하기도 금방 친한 친구처럼 근황을 묻고, 고마운 사람을 칭찬했다.

법당은 웃음꽃이 넘쳤다. 사람들이 대화를 마치고 스님은 다시 마이크를 잡고 이야기 했다.

“행복해지는 방법은 간단합니다. 세상을 바라보는 각도를 조금만 바꾸면 됩니다. 세상의 모든 것은 관계 속에서 이뤄집니다. 우리는 끊임없이 인연을 맺으며 살아갑니다. 행복의 열쇠는 '고마움'입니다. 이런 모든 인연들을 고마워하고 감사할 때 우리는 행복해질 수 있습니다.”

사람들을 다시 돌아 앉힌 스님의 주문은 좀 더 세밀해졌다. 이제는 마주보고 있는 사람을 한국 최고의 심리 치유사라고 생각하라고 했다. 그리고 최근 6개월 동안 불편하고, 답답했으며, 억울했던 심정을 쏟아내라고 말했다. 또, 남은 모르고 자신만 아는 상처, 트라우마를 이야기해보라고 권유했다. '상처를 쏟아내고 맞서라'는 주문이다.

처음에는 머뭇거렸던 사람들도 이내 마주 앉은 사람들에게 자신의 이야기들을 쏟아내고 들어줬다. 시간이 얼마나 흘렀을까. 사람들의 표정은 진지함에서 안타까움, 웃음 등 다양한 감정들을 보이기 시작했다. 몇몇 청중은 눈물도 보였다.

활발했던 이야기가 찾아들자 스님은 대중에게 서로의 두 손을 마주잡으라고 했다. 그리고 독백하듯 말했다.

“괜찮아, 괜찮아. 당신의 아픔이 치유되길, 당신이 진정으로 행복해지길, 당신이 그를 용서할 수 있기를, 그리고 그를 잊고 행복해지길.”

청중들은 스님의 말을 따라하며, 그간의 회한과 감정의 응어리를 풀어냈다. 헤민 스님의 치유는 이내 희망과 서원으로 넘어갔다. 3년 후 오늘 만날 친구에게 그간 이뤄졌던 자신의 성공 스토리를 말해보라는 것이다.

“내 스스로가 할 수 없다고 단정 짓는 것이 희망의 가장 큰 장애입니다. 두려움이라는 스스로의 멍을 내려 놓고 희망을 이야기해보십시오.”

콘서트 행성을 빌려서 일까. 치유 중간중간, 간간히 음악을 즐기는 시간도 이어졌다. 안용욱 클래식 기타리스트와 김효린 바이올리스트가 협연한 헝가리 민요 '차르다시(Czardas)'와 아일랜드 민요는 애잔하게 청중의 감성을 울렸다. 또, 故 김광석의 '서른 즈음에'를 따라 부르며 지나간, 다가올 날에 대해 성찰하기도 했다.

이 같이 독특한 헤민 스님의 마음치유에 대중들의 반응은 뜨거웠다. 서로 대화하고 소통하며 자신을 치유해 나가는 방식이 너

무 신선했다는 것이다. 김장신(임신행, 61)씨는 “대부분 스님들과의 상담은 절의 응답일 경우가 많은데 오늘은 허심탄회하게 자신의 이야기를 해볼 수 있었다”며 “내 성장과정을 이야기하는 데 눈물이 났다. 나의 아픔을 돌아보고 스스로 보듬을 수 있었던 것 같다”고 말했다.

권정순(감로화, 68)씨는 “연령대를 아우를 수 있는 프로그램이라 너무 좋았다. 젊은이들의 이야기와 고민을 듣고, 내 고민도 이야기하니 세대 간의 소통도 이뤄지는 거 같았다”며 “고민에 대한 일방적인 스님의 답변이 아닌 많은 사람과의 대화를 통해 이를 치유한다는 게 매우 색다르게 다가왔다”고 밝혔다.

사실 '콘서트(concert)'의 어원은 '협주곡'을 의미하는 '콘체르토(concerto)'에서 비롯됐다. 협주는 누구 혼자가 도드라져서는 안된다. 다른 누군가와 조화를 이룰 때 아름다운 화음을 낼 수 있다. 그런 의미에서 헤민 스님의 '마음치유 콘서트'는 대중들의 고민을 약기로 삼아, 때로는 격정적으로 때로는 부드럽게 풀어내는 한편의 교향곡이었다.

즐비한 목동의 아파트 건물 사이로 하루하루가 누워 누워 넘어가고 있다. 내일 또 다른 고민이 오겠지만, 법당을 나오는 사람들의 얼굴은 환하기만 하다. 만면에는 미소가 가득했다.

“친근같은 삶의 무게를 지고 사는 그대여, 이대로 청안하시길.”

신준일 기자 motp79@hyunbul.com



'Try to remember-', 마음 치유 콘서트의 시작은 헤민 스님의 노래로 알렸다.



마주앉아 손을 맞잡은 청중들. 청중들은 헤민 스님이 이끄는 대로 자신의 고민을 쏟아내고 풀었다.

## “고민 있어요” 함께 나누는 이야기들

### 친구 관계 · 교육 문제... 여러가지 고민 쏟아내

6월 17일 진행된 헤민 스님의 '마음치유 콘서트' 대미는 서로에 대한 고민 상담이었다. 친구의 집착, 불면증, 자신의 기대에 따라오지 못하는 제자들에게 대한 실망감까지 다양한 고민들이 쏟아졌다. 하지만 헤민 스님은 즉답하지 않았다. 대신 청중, '집단 지성'에게 해결책을 구했다.

임아정 씨는 20년 지기 친구가 너무 일방적으로 자신의 상황만 생각해 불편하다고 토로했다. 친구에게 불편하다고 이야기해보았지만 그때 뿐이라고 했다. 이에 이용숙 씨는 친구와 거리를 두라고 충고했고, 진성아 씨는 친구가 여자면 남자 친구를 소개시켜주고 관심에서 벗어나라

는 제치있는 제안을 했다.

임 씨의 고민에 대해 헤민 스님은 “모든 관계에는 기대치라는 게 있다. 내가 할 수 있는 것까지 해야 한다. 관계에 휘

### 청중들 다양한 해결책 제시 헤민 스님 “관계, 난로 대하듯”

둘러서는 안된다”며 “인간관계는 난로처럼 해야 한다. 멀지도 가깝지도 않게 하라”고 조언했다.

제자들이 자신의 교육 방향을 따라오지 못해 마음이 아프다는 일선 교사에게

는 또래 학생이 날카로운 답변을 제시했다. 중학교 2학년에 재학 중인 정세은 양은 “무한 경쟁, 입시 위주의 교육시스템에서는 ‘공부를 해야겠다’는 동기 부여가 안된다”면서 “학생들에게 공부의 중요성을 알게 하기 위해서는 현행 교육시스템부터 바뀌어야 한다”고 지적했다.

대학을 포기하고 자신의 꿈을 위해 가려고 한다는 청소년에게는 따뜻한 격려가 이어졌다. 연인보 씨는 “대학 진학의 꿈을 접었다. 남들과 다른 길을 가는 게 도전이겠지. 젊은 날의 만용이겠지”라고 물었다.

이에 헤민 스님은 “진정 성공한 사람들의 이야기를 들어보면 사회에서 정해진 길을 간 사람은 없다. 되려 정해진 길을 벗어났다”며 “인생의 운전대를 잡는 용기는 매우 어렵다. 무슨 일을 하던지 그 일이 나의 천직이고 운명이라고 생각하라”고 말했다.

신준일 기자

## 6월 추천선물 행운과 복을 선사하는 신묘장구 대다라니 · 42수진언 그림 족자

과거 무량집에 걸친 불보살님들의 행적을 기록한 **다라니**를 이제 **그림**으로 만나세요. 다라니를 지니고 독송하는 사람은 그 진실된 힘의 옹호를 받고 서원을 이루게 됩니다.

- 대유불교 시리즈**
- ① 울! 그림으로 푼 천수경 ② 예언의 허와 실 ③ 꿈! 마음의 열쇠 ④ 꿈과 마음의 비밀 ⑤ 마음의 달 1,2 ⑥ 신묘장구 대다라니 족자 ⑦ 42수진언 족자 ⑧ 마음에 평안을 주는 천수경(신간)



**법보시용으로 탁월하며 각 가정에 행운과 복을 선사합니다.**  
10개 이상 구매시 원하시는 문구를 새겨 드립니다.

『그린, 레드』 사찰용(65x150cm) 100,000원  
가정용(45x120cm) 70,000원

- 색상과 사이즈를 선택하세요.
- 특별증정 족자 구입시 10,000원 상당의 [마음에 평안을 주는 천수경]을 드립니다.
- 한쪽 벽면을 장식할 수 있는 블라인드 (150x230cm) 제작됩니다.

소원하는 일에 해당하는 손모양과 진언을 외우면 **관세음보살님이 소원을 들어주십니다.** 관세음보살님이 손으로 보듬어주시고 손 안에 있는 눈으로 보고 살펴주심을 느낄 수 있을 것입니다.



42수 진언을 근거 형상으로 배치하여 천수천안 관세음보살님의 위신력을 발휘하도록 하였습니다.

구입문의 : 대유학당 (02) 2249-5630



42수진언 족자 (그린)