

우리는 시한부 인생...자기 삶 놓치지 말라



나의 치유는 너다
김재진 글
쌤앤파커스 펴냄
1만4천원

“언으려면 쥐고 있는 것을 버려야 한다. 채우려면 채워진 것을 비워야 한다. 채우는 것과 비우는 것은 반대의 일이다. 반대로 가라.”

“언젠가 죽는다는 의미에서 우리는 다 시한부 인생이다. 그런데 왜 인생을 사소한 것에 소모하며 남의 일에 그렇게 분개하고 흥분하는가? 남의 일에 시시비비하고 오버하며 흥분하다가 정작 중요한 자신의 삶을 놓치지 말라.”

“한 사람을 사랑하는 것은 한 사람의 생애와 만나는 것이다. 한 사람을 사랑하는 것은 한 사람의 생애를 온 몸으로 받아들이는 것이다.”

마음공부 전문 유나방송 대표인 김재진 시인은 명상 치유 콘서트를 기획 연출하는 프로듀서로서 담겨 마음에 관한 잠언형식의 에세이를 한 권의 책으로 펴냈다.

‘세월’ ‘고통’ ‘사랑’ ‘용서’라는 네 가지 인생수업을 주제로 쓴 이 책은, 너도 나도 행복하길 원하면서도 실제로는 행복에 가치를 두지 못하는 이들에게 보내는 교훈적 메시지

로 가득하다. 저자는 이 책에서 우리는 함께 인생이라는 수업을 듣고 있고, 모든 수업이 그렇듯 인생수업 또한 수업을 받는 태도에 따라 학습 진도에 커다란 차이가 난다고 말한다. 인생을 긍정적으로 또는 부정적으로 경험할지는 모두 나 자신에게 달려 있음을 강조한다. 그렇다고 저자는 어느 한쪽의 결론을 내기 위해 몰아치진 않는다.

‘세상에, 사람에, 관계에, 우리는 그 모두에 여전히 미숙하다. 그러니 탓하지 말자. 이별에 우리는 배우러 왔으니까. 아직도 우리는 배우는 과정에 있으니까.’라고 말하는 저자의 따뜻한 토닥임과 배려가 돋보인다. 또한 평범한 단어를 감각적으로 그려내는 저자의 필력은 세상살이에 지친 우리 현대인들에게 감로법문과 같은 힐링의 감동을 채워주기에 충분하다.

총 40여 편이 실린 이 책은, 한 쪽지마다 짧은 시 구절로 시작한다는 것이 특징이다. 대부분 저자인 김재진 시인의 작품이며, 간혹 다른 이의 시를 빌려와 담고자 하는 메시지를 좀 더 아름답고 강렬하게 표현 했다. 시를 사랑하고, 영혼의 성장에 몰두하고, 그것을 다른 이들과 나누기 위해 노력하는 저자의 특성이 잘 반영된 책의 구성이다.

저자는 책 머릿말에서 인생수업의 네 과목인 ‘세월’ ‘고통’ ‘사랑’ ‘용서’의 중요성을 무엇보다 중요시 여긴다. ‘분노와 중요성은 바깥이 아니라 네 안에 있다는 사실을 알아

차리라’는 용서의 장, ‘사랑을 하면 짧은 시간 기쁘고 더 많은 시간 고통스러운 까닭은, 상태를 현재의 존재 상태로 두려 하지 않고 감정과 시간을 자신의 것으로 소유하려 하기 때문’이라고 말하는 사랑의 장... 등등. 저자의 인생 내공이 담긴 이 책의 메시지는 우리가 어떻게 살아야 하는지, 특히 어떻게 마음을 쓰며 살아야 하는지를 구체적으로 쉽게 알려준다.

책을 읽다보면 치유라는 단어가 곳곳에 자주 보인다. 그만큼 우리가 살고 있는 세상이

세월, 고통, 사랑, 용서 관련 글 40편
타인 치유하기 전에 자신부터 살피야
마음 치유는 모두 버리는 용기 필요

병들어 있다는 말이다. 역설적으로 병든 세상엔 그 병을 고쳐주겠다고 나서는 치유사도 덩달아 늘어나는 법이다. 그러나 누군가를 치유하려 들기 전에 나 자신부터 치유해야 한다는 것이 저자의 생각이다. 때로는 아프면서도 스스로 아픈 줄 모르거나, 병들었으면서도 스스로 병든 줄 모르는 사람이 타인을 치유하겠다고 나서는 경우도 있으니까 말이다.

그래서 저자는 이 책 속에서 어설플게 누가 누구를 치유하겠다는 말을 경계한다. 이 책을 도란 삼아 스스로 인생수업을 마스터하고 스

스로 내면의 힘을 키우기를 바랄 뿐이다.

예를들어 저자는 치유에 대해 이렇게 정의한다. “마음의 원리를 터득해 뜻대로 마음을 부리는 마음공부와 치유는 같은 말이다. 잘났다 못났다는 가리지 않고 몽땅 그대로 내려놓기를 통해 이뤄지는 치유, 그것은 천길 낭떠러지에 한발 내딛는 행위에 다름없다. 모든 것을 내던지는 용기가 치유에도 필요한 것이다.”라고.

그래서 저자는 이 책에서 독자들에게 주문한다. “행복한 상황이 오기만을 기다리지 말고 스스로 마음 상태를 행복쪽으로 틀어라. 기다림에 시간을 써버리기에 인생이 너무 짧다”고 누군가에게 상처를 받거나 상대를 미워하거나, 또한 삶에 지쳐 방황하는 이들에게 이 책은 예세이라고 보다는 삶의 지침서라고 분류해 권해주는게 맞을 것 같다. 김주일 기자

▲저자 김재진 시인은?
《조선일보》와 《영남일보》 신춘문예 및 《시인》, 작가세계 신인상 등에 단편소설, 시, 중편소설이 당선되며 30년 넘도록 글을 썼다. 시집 《누구나 혼자이지 않은 사람은 없다》를 비롯해 산문집 《이 별에 다시 올 수 있을까》, 동화 《어느 시인 이야기》 《엄마 밤새》 《나무가 꾸는 꿈》 등을 펴냈다. 불교방송 PD로 일했던 시인은 현재 치유와 위안을 전하는 인터넷 방송 유나(yuna.or.kr)를 만들고, 《가슴에 남는 음악》을 진행하고 있다.

사진에 담은 찰나의 풍경들

그대 발 끝에 이마를 대다

금해스님 지음 | 행복에너지 펴냄 | 1만5천원



이 시대가 건네는 상처와 아픔을 스스로의 힘으로는 도저히 어찌할 수 없다면 대

체 우리가 할 수 있는 것은 무엇일까. 마음이 다치고 닫힌 이에 게 끊임없이 쏟아지는

위로와 힐링의 언어들. 가만히 치유되기만을 기다리기에 세상이 사람들의 마음에 들

이는 어둠은 너무 깊고 무겁다. 그렇다면 여기 금해 스님이 이 세상에 보

내는 우주 《그대 발끝에 이마를 대다》를 들려다보자. 작고 어찌저찌 깊은 뜻이 담긴

말씀들, 사진에 담은 찰나의 아름다운 풍경들. 금해 스님은 이를 통해 독자들이 스스로 ‘하나의 온전한 세상’이 되길 바란다.

그 어떤 상처라 해도 ‘나’라는 우주의 일부를 깨닫게 된다면 그 거룩한 마음 앞에 아픔은 저절로 물러서는 것이다. 첫 페이지를 넘기는 순간, 외계(外界)의 한 끝자락이

그대 이마에 스침을 느끼는가. 지친 마음에 가만히 스미는 온기. 비로소 조금 더 따뜻하고 아름답어진 삶. 그렇게 매사 이 경건한 삶에 감사하는 마음, 사랑하는 마음을 가진

다면 더 이상 상처는 없지 않을까 생각된다. 이 책에도 하나의 우주가 오롯이 들어와

있다. 그 우주는 가부좌를 튼 부처처럼 고요하다. 때로는 아이들이 날린 비눗방울처럼 눈앞으로 다가가 마음 안에서 터진다. 한

눈에 들어오는 글귀, 그래서 더 여러 번 읽게 되는 말씀들. 진정한 감동을 주는 글은

갖은 미사여구가 아닌 소박한 ‘두세 줄’로도 충분하다.

짧지만 깊이를 담은 글들을 통해 금해 스님이 우리에게 진정 들려주고 싶은 이야기는 무엇일까.

생활이 편해진 만큼 마음에 상처 받을 일이 많아진 삶. 열정이 없는 마음, 꿈을 잃은 두 눈으로 하루하루를 살아가는 사람이 너무

도 많다. 현대사회의 거대한 원력 앞에 한없이 작아지는 ‘존재’는 아주 작은 일에도 상처를 받고 도저히 치유가 불가능할 것만 같

은 마음의 병을 얻는다. 그래서 이 시대의 화두는 ‘위로와 힐링’이다. 하지만 우리에게 진정 필요한 것은 따로 있다. 김주일 기자

달라이라마의 자비와 사랑 법문

달라이라마의 종교를 넘어

달라이라마 지음 | 이현 옮김 | 김영사 펴냄 | 1만3500원



어린 시절 달라이라마의 현신으로 발견된 이후 평생 동안 중국 당국의 폭력에 맞서 자비와 사랑의 힘으로 전 세계인의 마음을 감동시켜온 제14대 달라이 라마 텐진 가초. 그가 급변하고 다양화되는 21세기를 바라보며 던지는 대전환의 메시지다. 수많은 종교가 있지만 어떤 것도 인간의 고민과 문제들을 해결하지는 못했다는 고뇌 속에서 탄생한 깨달음, 그리고 인류의 소중한 미래

를 위해 제안하는 새로운 삶의 방식과 행복의 길, 깊은 영성 속에서 위대한 삶을 살았던 달라이 라마 사상의 최종 목적지를 보여준다.

“넓은 바다와 같이 넓고 큰 덕의 스승”이란 뜻의 ‘달라이 라마’는 티베트의 종교와 정치의 지도자를 일컫는다. 이 책의 저자인 텐진 가초는 제14대 달라이 라마다. 달라이

라마(텐진 가초)는 스스로 ‘이제 노인’이며, ‘인도에서 가장 오래 머문 손님’이라고 한다. 그런 그가 누구보다 힘들고 고통스러웠던 지난 생을 돌아보며 인류의 평화로움을

지속을 위한 오랜 생각의 결과물을 내놓았다. 최고의 종교 지도자로 살아가는 한평생이었지만, 끊임없는 정진을 막을 수는 없었다. 서

로 마음을 담고 증오의 불길만을 키워가고 있다는 현실이 그를 괴롭혔을 것이다.

2011년 티베트의 정치 지도자 자리를 내려놓으며 그는 현실 사회에서 종교가 가지는 한계를 인정하고, 종교 이후 세상을 이끌

대안이 필요하다고 목소리를 냈다. 총 두 개의 장으로 구성되었으며, 1장에서 달라이 라마는 ‘현세주의’에 대해서 실험한

다. 종교가 있는 사람이든 종교가 없는 사람이든 서로 관용과 존경을 나누어야 하며 그 바탕에 종교를 넘어선 현실인식과 개인의 내적 각성이 필요하다고 당부한다. 2장에서 달라이 라마는 자비와 내적 가치를 어떻게

고양시키고, 이를 행동으로 옮길 수 있는지 효과적인 방법에 대하여 고민하며 그 결과물인 마음 교육에 대해서 쓰고 있다.

김주일 기자

진골 척추교정법 교육 안내문

상담전화 016-560-7868

척추교정 및 인체의 균형(밸런스) 조절교육
외과전문의 및 한의사, 건강에 관심있는 분들이 필수적으로 익혀야할 척추교정법!

MBN 천기누설 방송 (2012. 9. 20)에 소장이 직접교육시켰던 외과 의사 및 한의사와 같이 출연하여, 척추변형과 오장육부 질병의 중요성에 대하여 방송에 출연한바 있음. (네이버 “진골척추” 검색 동영상으로 방송을 볼 수 있음) 소장은 2006년부터 한의사 수백여명과 다수의 외과의사들을 상대로 척추교정과 인체의 균형을 통합적으로 교육 시킨 사례가 있는 교육의 전문가임. 진골척추교정법은 카이로프라틱이 아닙니다!

귀의 삼보하옵고 부처님의 가가가 온누리에 충만하시고 사중에 제반 불사가 원만 성취되시길 지극한 마음으로 발원합니다.

소송이 진골척추교정법을 청사하신 임상만 원장님과 인연이 된것은 얼마 안되지만 원장님에 탁월하신 진골척추교정법을 친견하고 참으로 놀라움을 금치 못하였습니다. 암환자, 고질적인 환자들이 고통 속에서 찾아와 척추교정을 받고 편안하고 즐겁게 웃고가는 것이 너무나 경이롭고 놀라웠습니다. 손으로 경추, 흉추, 요추, 전 추를 보고 만지며 진단하여 교정하는 시간은 3~5분에 불과했습니다. 참으로 이해하기 힘들지 않습니까? 과정이 아니고 진실입니다.

하여 소송도 허리, 목, 등, 전립선 등이 불편하여 교정을 받았습니니다. 편하고 시원하였습니다. 정좌를 해도 불편함이 없어졌습니다.

감히 제반스님들께 추천합니다. 법체가 불편하신 법우님들과 불자님들께 권하오니 진골척추 교정법과 인연 지어 불사원만 성취하시길 기원합니다.

마하반야바라밀
해동사 영도 동인 합장

‘재물을 잃는 것은 인생의 일부를 잃는 것이요, 명예를 잃는 것은 인생의 절반을 잃는 것이요, 건강을 잃는 것은 인생의 모든 것을 잃는 것이다.’라는 격언이 있듯이 세상만사 인생을 살다가 보면 피치못해 건강이 악화되어서 모든 일들이 손조롭게 풀리지 못할때가 많은데요, 건강은 인간 최고의 복이요 양식이라고 불릴만큼 중요하기에 어떠한 질병이든 예방이 제일 중요하지요.

소송도 10여년간 항시 등쪽과 오른쪽 허리가 빠근하고 시큰 거려서 좋다는 운동병은 다해 봤지만 만족할만한 결과를 얻지 못하다가 있다가 도반스님이 MBN의 천기누설과 방송을 한번 보라하기에 방송을 보다가 임상만 소장님의 진골척추교정법을 보면서 모든 질병과 만성병은 틀어진 척추와 골반에서 병이 온다는 임소장님의 말씀에 동감을 하고 직접 진골척추교정법 교육을 3회정도 받고 보니 허리와 등쪽이 시원해지고 몸이 가벼워지는 것을 몸소 체험한바 21세기를 살아가는 현대인들의 무수한 질병을 와하시킬수 있다는 확신을 갖게 되었습니다.

30여년의 노력과 열정과 건강한 사회를 이룩하고자 진골척추교정법을 완성시킨 임상만 소장님께 경의를 표하면서 먼저 내가족, 친척들이 가지고 있는 만성질환들을 완화시킬수 있는 것은 진골척추교정법 밖에 없는는 확신을 하면서 인연이 닿는 모든 분들이 악하고 배워서 고통과 질병 없는 아름다운 불국토를 만들어가시길 기원합니다.

계룡산에서 도림 합장

영혼의 세계 (빙의)

영가천도는 이렇게 해야 한다!

- 영가천도를 행하는 사람이 영화 화면 보듯이 흰하게 영가를 볼 수 있어야 한다!
- 일일이 환자의 입으로 영가의 이름, 나이, 성별, 빙의 연수, 살던곳, 가족인지 아닌지를 확인 할 수 있어야 된다.
- 영가가 무엇을 원하는지 말하게 해야 한다.
- 영가가 병든 상태인지, 다친상태인지등을 확인하여 치료해줄 수 있어야 된다. 그렇지 않으면 환자의 병이 낫지 않는다.
- 영가가 무엇을 좋아하는지, 갖고 싶은것, 먹고 싶은것을 물어서 원하는 것을 갖고, 먹게 해주어야 떠난다.
- 예를들면 소주가 먹고 싶는데 맥주를 주면 영가가 토라져서 천도가 되지 않는다. (환자의 입으로 말한다)
- 영가가 알아듣기 쉬운말로 설득을 해야 한다. 어려운 경문을 외우면 영가는 알아듣지 못한다. (살아있는 사람도 어렵게 얘기하면 못 알아듣는다)

- 환자의 입을 통해 영가가 떠난다고 말하고 빛을 타고 가는 것이 환자가 볼 수 있어야 된다.
- 조상영만 천도하면 된다고 생각하는데 영가를 확인해 보면 조상영 보다도 타 영가가 훨씬 많은 것을 알 수 있다.
- 영가 천도제를 하고 나면 곧바로 병이 호전되어야 한다.
- ‘비만’ 같으면 그 자리에서 살이 빠지는 것이 확인 되어야 하고 육체적인 증상이 곧바로 개선 되어야 한다.
- 먹는 음식이 절제가 되지 않고 살이 찌는 분.

불임, 자연유산, 우울증, 심장발작, 조울증, 강박증세, 환청, 환시, 귀신보임, 신들림, 불면증, 약용, 기위눌림, 현대의학으로 진단이 안나는 병, 몸에서 기운이 빠져 나가는 병, 병원 등을 수십군데 찾아다니고도 못고친 병으로 고생하는 분

- ※ 스님(수행하시는 모든분) 오래된 고질병으로 고생하시는분.
- ※ 전생치면요법과는 차원이 다릅니다.
- ※ 영가를 확인하면 어마어마한 사실을 알게된다.

천 광 수련 원 ☎ 043)905-8275

〈충북 보은군 내북면 봉황리 223번지〉