

스스로 해결하려는 마음을 가져요



내 마음에 부끄럽지 않게 행동하겠어요

I will avoid things that make me feel ashamed.

1894년, 프랑스군 장교인 유대인 드레퓌스(Dreyfus)는 적국인 독일에 군비밀이 담긴 편지를 보냈다는 이유로 체포되었습니다. 드레퓌스는 죄가 없다고 주장했지만 유대인을 못마땅하게 여겼던 사람들 때문에 누명을 벗을 수가 없었습니다. 드레퓌스는 군법재판에 넘겨져 중신형을 선고받았습니다.

그 후 15개월이 지났을 무렵 프랑스군 정보국의 피카르(Georges Picquart) 중령은 드레퓌스에게 죄가 없다는 사실을 알아냈습니다. 독일군에게 보냈다는 편지의 글씨체가 다른 사람의 것과 같았습니다. 그는 이 사실을 보고했지만 프랑스군은 수사의 잘못을 인정하면 체면이 상한다며 덮어두려고 했습니다. 피카르가 명령을 따르지 않자 회유와 협박이 뒤따랐습니다. 그러나 양심적이었던 피카르는 드레퓌스의 가족들에게 이 사실을 알리고 무죄를 주장하기 시작했습니다. 여론도 돌로 같았습니다. 지금이라도 재판을 다시 해야 한다는 의견과 나라의 위신이 있으니 재판을 다시 하면 안 된다는 의견이었습니다.

이때 소설가인 에밀 졸라(Emile Zola, 1840~1902년)가 나섰습니다. 에밀 졸라는 1898년 1월 13일 대통령에게 보내는

공개편지를 신문에 발표했습니다. “제 의무는 말을 하는 것입니다. 저는 역사의 공범자가 되고 싶지 않습니다.” 사람들은 에밀 졸라의 글에 불같이 일어났습니다. 프랑스군의 말을 믿는 사람들은 구둑을 끊겠다고 신문에 압력을 넣었고, 반대로 학생, 교수, 예술가 등 지식인들은 에밀 졸라를 지지했습니다. 에밀 졸라는 군법회의를 모독했다는 이유로 고발당했고 이웃 영국으로 망명을 떠나야 했습니다.

진실은 곧 밝혀졌습니다. 피카르와 에밀 졸라 같은 사람들의 양심 있는 사람들의 싸움 덕에 진짜 범인이 드러났고 드레퓌스는 무죄를 입증 받았습니다.

드레퓌스 사건은 진실에 눈감지 않은 지식인의 양심이 어떤 역할을 하는지 잘 보여줍니다. 피카르, 에밀 졸라, 그리고 많은 프랑스 지식인들은 사건의 내용을 알고 가만히 있기에는 마음이 부끄러웠습니다. 그래서 아무런 관계도 없는 드레퓌스를 위해 일어난 것입니다. 이처럼 옳고 그름을 일깨우는 양심은 사회를 정의롭게 만듭니다. 우리도 언제나 양심의 불을 밝히고 자기에게 부끄럽지 않은 사람이 되어야겠습니다.

- * 에밀 졸라는 왜 자기와 관계없는 드레퓌스의 일에 나섰을까요?
- * 여러분은 최근 양심을 저버린 일이 있나요? (어떤 일인가요?)

내게 주어진 일을 즐겁게 하겠어요

I will do the things I have to do with a joyful heart.

그림책 작가인 모니카 페트(Monika Feth, 1951~)의 책 중에 <행복한 청소부>가 있습니다. 이 책에 나오는 주인공은 독일에서 거리 표지판을 닦는 청소부입니다. 유명한 음악가와 작가들의 거리를 청소했습니다. 바흐 거리, 베토벤 거리, 하이든 거리, 모차르트 거리, 괴테 거리 등.

아저씨는 자기 직업을 좋아했고 거리와 표지판을 사랑했지만 바흐나 베토벤이나 하이든에 대해서는 아는 게 없었습니다.

아저씨는 자기가 닦고 있는 표지판에 적힌 사람들을 알고 싶습니다. 어떤 사람들인지 공부했고 음악을 찾아 들었고 책을 찾아 읽었습니다. 표지판의 주인공들과 친구가 된 아저씨는 청소를 하면서 시도 옳고 휘파람도 불고 가곡도 불렀습니다.

표지판을 닦으면서 이름을 어루만지고 그 사람에 대해서 자기 자신에게 강

의를 하기도 했습니다. 사람들은 그런 아저씨의 모습을 보고 감동했습니다. 방송국과 신문사에서 소식을 내보냈고 아저씨는 금세 유명한 사람이 되었습니다. 대학에서 강연을 해 달라는 요청이 들어왔습니다. 아저씨는 어떻게 했을까요?

아저씨는 지금 하는 일을 계속하고 싶다고 모두 거절했습니다. 아저씨는 행복한 청소부로 사는 일이 가장 좋습니다.

“천재는 노력하는 사람을 이길 수 없고, 노력하는 사람은 즐기는 사람을 이길 수 없다”는 말이 있습니다.

무언가를 즐겁게 하는 사람이 가장 행복하고 큰 성과를 낼 수 있다는 말입니다. 내키지는 않지만 어쩔 수 없이 해야 하는 일들도 분명히 있습니다. 그렇다고 얼굴을 잔뜩 찌푸리던 기분도 나쁘고 결과도 좋을 리 없습니다.

자기 앞에 주어진 일을 할 때 이왕이면 즐거운 마음으로 해 보기 바랍니다.

- * 청소부 아저씨는 왜 사람들의 존경을 받게 되었을까요?
- * 어떤 일이 주어졌을 때 하지 못해서 한 적이 있나요?
- * 일을 즐겁게 하면 어떤 점이 좋을까요?



남에게 기대지 않고 내 일을 스스로 하겠어요

I will ask for help only after

I try my best to do it on my own.

로마 제국의 유적이 고스란히 남아 있는 이탈리아. 우리가 좋아하는 피자, 스파게티, 축구로도 유명한 나라입니다. 그리고 우리가 잘 모르는 사실 하나는 이탈리아가 세계 최대의 마마보이 국가로 불린다는 것입니다.

이탈리아 남자들은 다른 유럽 국가의 남자와 달리 어머니에게 기대려는 마음이 크다고 합니다. 몇 해 전에는 한 호텔이 마마보이 대회를 열고, 이탈리아의 정치인은 마마보이 규제법을 만들겠다고 발표하기도 했습니다.

마마보이뿐 아니라 요즘은 자녀 주위를 돌며 시시콜콜 간섭하는 헬리콥터 부모가 세계적으로 문제가 되고 있습니다. 몇 해 전 미국의 한 신문기사가 따르면, 미국 내 헬리콥터 부모는 70퍼센트 가까이 이른다고 합니다.

미국뿐 아니라 일본, 우리나라도 헬리콥터 부모가 극성어는 마친가지입니다. 헬리콥터 부모들은 초등학교 자녀뿐 아니라 대학생인 자녀까지 감싸고 돌립니다. 직장에 다니는 자녀, 결혼한 자녀의 일까지 해결해 주려고 합니다. 그리고 이 같은 일

을 하는 부모가 능력 있는 것으로 착각하기까지 합니다.

마마보이나 헬리콥터 부모가 생겨난 가장 큰 책임은 물론 부모님들에게 있습니다. 자녀에게 자립심을 키워주어야 스스로 인생을 살게 해야 하는데 무조건 보호하기 때문입니다. 부모님들은 사랑이라고 생각하지만 자녀에게는 도움이 되지 않는 어긋난 사랑입니다. 독립심이 없는 의존적인 사람으로 만들기 때문입니다.

독립심은 누군가에게 기대지 않고 자기 문제를 스스로 해결하는 힘을 말합니다. 마마보이나 헬리콥터 부모의 예에서도 보듯이 독립심은 부모님의 태도와도 관련이 있습니다. 그러나 부모님 탓만 하기보다 우리도 한번쯤은 되돌아보아야 합니다. 조금만 복잡한 문제가 닥치면 부모님이나 선생님에게 기대려고 하거나, 자기 일을 해 내지 못해서 부모님께 믿음을 못 준 것은 아닌지 말입니다.

자기 앞에 주어진 문제는 스스로 해결하려는 마음가짐을 가져야 합니다. 부모님의 과보호나 지나친 간섭은 우리가 할 수 있는 것을 보여 줄 때 사라질 것입니다.

- * 부모님은 여러분의 어떤 행동에 잔소리를 하고 간섭을 하시나요?
- * 부모님에게 간섭받고 싶지 않은 일은 무엇이고, 그 이유는 무엇인가요?
- * 독립심을 키우기 위해서는 어떻게 해야 할까요?

제9기 영남전통범음·범패 교육과정 수강생

영남전통 범음·범패 교육원에서 2015년도 초급·중급·고급 과정생을 모집합니다. 영남불교의 전통의식 범음범패, 작법(바라춤, 나비춤) 등에 관심있는 스님 및 불자들의 많은 동참 바랍니다.

1. 교육기간 및 과정

가. 초급과정(2개월) ■ 송주 : 도량석, 종송 ■ 예경 : 칠정례, 오분향례, 각단 예불 ■ 권공 : 삼보통청, 상단 중단 권공, 각단불공, 요령, 목탁

나. 중급과정(4개월) ■ 시련, 삼신이운(패불이운), 대령, 관옥, 옹호계(신중작법 39위, 104위), 당일전도, 49재, 지장청, 시왕도청, 전사식, 관음의식, 상용영반, 화엄사식, 구병사식, 봉송편

다. 고급과정(6개월) ■ 바 라 춤 : 천수바라, 사다리나바라, 화의제바라 ■ 나 비 춤 : 오공양, 유원승, 요잡작법 ■ 사 물 : 태징, 북, 광쇠, 호적(태평소), 전통의식타법, ■ 특 강 : 종사이운, 종사영반, 점의의식, 사다리(다비), 예수재의식 등

라. 강 주 : 석범운 스님

2. 개 강

■ 매주 목요일(수시모집)
■ 수업시간 : 초 급 과 정 : 매주 목요일 오전 11시 ~ 오후 1시
중급·고급과정 : 매주 목요일 오후 1시 ~ 오후 5시

3. 입학자격 : 종단과 승·속 관계없이 누구나 가능

4. 수 강 료 : 교육비 10만원(교재비별도)

5. 제출서류 : 입학원서 1부(본 총무원에서 교부)

6. 강의장소 및 접수처 : 경북 칠곡군 약목면 북성9길 28(북성리 1095) 대한불교영남총회총종본산 총무원 동명사 영남전통 범음·범패 교육원

7. 접수기간 : 상시모집

8. 문 의 처 : 010-3544-2605
TEL 054) 974-2605
FAX 054) 974-2705

영남전통 범음·범패 교육원

농림수산식품부 장관상 / 대한민국 발명특허대전 동상 / 특허청장상 수상 CE 인증 녹색기술인증

친환경 녹색산업을 선도하는 **근우테크주** 전문운반차의 선구자!

4륜구동의 강력한 파워
KW-B4D300DP(덤프리프트 겸용)

360° 제자리 회전
KW-BS200 (평지 200kg 운반가능)

4륜구동의 강력한 파워
KW-BRD300

360° 제자리 회전
KW-BS200 (평지 200kg 운반가능)

전용운반차 1회 충전으로 3~4일 운전 가능

사찰 사용 모습

경사지 공방 재수 운반, 고소 연동 설치, 전차반래로 정적으로 내려와도 안전, 오르막 오를 시 수평유지

※ 종단 / 교구 / 지역 / 신도회별 단체상담

문의전화 : 010-7518-7854, (053)801-7897, 7895
대구광역시 북구 감단로 82-6(감단동 887-160번지) www.kw-tec.co.kr

KBS 과학카페 박현숙 원장 출연 (2010. 2. 6)

이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

“당신도 날씬해질 수 있다”

일상생활하며, 공복감없이 2주에 5-8kg 감량

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

여자가 살빼기 더 힘든 이유

여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사가 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠지며 건강체질로 바뀌는 효소 절식법

똥똥하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 축적으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단식을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄어도 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원웰빙 02) 523-0708 박현숙 원장
인터넷 검색창에서 「초록원웰빙」을 쳐주세요.