

‘호스피스 영적돌봄’ 불교적 해답 찾다

한국불교호스피스협회, 10월 16일 제6회 호스피스세미나 개최

“부처님께서는 ‘병자를 돌보는 것은 곧 나를 돌보고 공양하는 것과 같다. 그 공덕은 어떤 것보다 크다’고 말씀하셨습니다. ‘돌보’가 아니라 ‘병자’로 이르는 것은 종교를 불문하고 모든 사람들을 평등하고 존중하는 마음으로 돌보라는 가르침입니다.”

한국불교호스피스협회에서 영적 돌봄가로 활동 중인 다경 스님은 제6회 호스피스세미나에서 “종교를 초월한 영적 돌봄”을 강조했다. 불교 수행자의 정체성은 지기되 상대 종교를 존중하는 것이 진정한 영적 돌봄이라는 의미다.

(사)한국불교호스피스협회(협회장 능행, 이하 KBHA)는 10월 16일 충북대병원 강당에서 제6회 호스피스세미나를 개최했다. 이날 자리에는 조계종 포교부장 송묵 스님, KBHA 고문 지현 스님, 협회장 능행 스님을 비롯해 전국 7개 지부 회원 등 3백여 명이 참석했다.

창립 6주년을 맞아 열린 이번 호스피스세미나 주제는 ‘호스피스의 불교적 영적 돌봄’이었다. ‘영적돌봄’은 죽음을 앞둔 말기환자의 영적 고통을 해소해 영적 평안케 이르도록 돌보는 것을 의미한다.

세미나는 최진영 국립암센터 박사의 기조강연을 시작으로 다경 스님의 ‘종교적 영적 돌봄’ △도우 스님의 ‘염불수행을 통한 영적 돌봄’ △능인 스님의 ‘사별가족 영적 돌봄’ △법취 스님의 ‘예술치료를 통한 영적 돌봄’ 등 주제발표가 진행됐다.

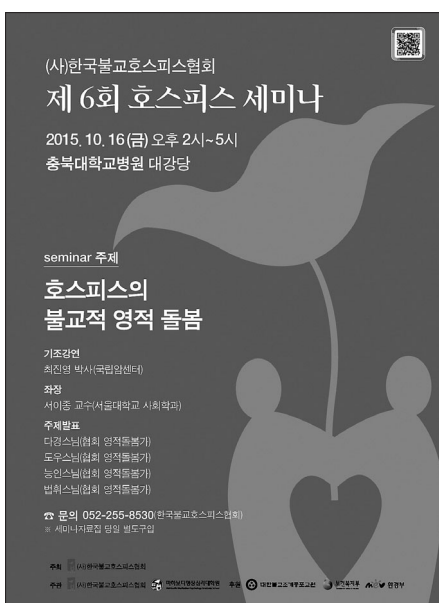
다경 스님은 임상 현장에서 타종교인들을 만난 사례를 소개하며 “환자와 환자가

족의 종교를 존중하며 종교적 관점에서 얽매지 않고 유연하고 순발력 있는 돌봄을 해야 한다”고 강조했다. 스님은 “생로병사에 있어 종교는 차별과 분별함이 원래 없다”며 “타종교인을 위한 기도문, 임상에 맞는 찬불가뿐만 아니라 불교호스피스 돌봄가들이 찬송가를 습득할 수 있는 정보가 필요하다”고 주장했다.

이어 도우 스님은 ‘염불수행을 통한 심신 고통 완화’를 주제로 발표했다. 정도마를 자재요양병원에서 영적돌봄가로 활동 중인 도우 스님은 느낌카드·육구카드 등 활용함으로써 염불수행 전후 환자의 마음 상태를 공감하고 있다고 밝혔다. 스님은 “환자들의 신체적 통증은 공포로써 심리적 죽음과 닮아 있다”며 “이 고리를 ‘아미타 염불수행’을 통해 완화할 수 있을 거란 확신에 염불수행을 적용하게 됐다”고 설명했다.

3번째 발제에 나선 능인 스님은 환자와 환자가족 간에 ‘이름’ 즉, 신뢰를 강조했다. 이는 환자와 환자가족 간 이해 과정은 물론, 그들과 돌봄가 사이의 신뢰도 포함한다. 스님은 “과거정리-관계정리-현실 수용-변화상상-소망공유 과정을 차례로 실행했을 때 죽음에 대해 올바르게 인식, 성찰할 수 있다”며 “서로를 비추는 인드라망처럼 사별가족과 돌봄가의 관계도 서로를 비추어 한다. 꾸준하고 지속적인 돌봄이 중요하다”고 피력했다.

마지막 발제자로 법취 스님은 ‘통합예술 치료’ 도입 사례를 소개했다. 통합예술치



제6회 호스피스세미나 포스터

타종교인 위한 기도법 필요성 제기

염불·예술치료 등 통해 돌봄

“환자·가족과 신뢰 쌓아야”

The 아름다운사람 시상식도

료는 기존 심리치료에 미술·음악·동작·원예·연극 등 창작 예술적 매체를 상호 시행함으로써 인간의 내적 고통을 치료하는 방법이다.

법취 스님은 그간 알츠하이머형 퇴행성 치매와 고혈압을 앓고 있는 90세 여성 환자에 퍼즐 맞추기, 콜라주(Collage, 재료를 잘라내 붙이고 조립하는 미술 기법) 등을 활용하고, 뇌내출혈로 투병 중인 58세 여성 환자에게는 꽃꽂이 등 원예치료를 실시했다.

스님은 “비언어적 활동으로 의사소통이 용이한 미술치료는 인지 기능 중 지남력(指南力, 현재 자신이 놓인 상황을 올바르게 인식하는 능력)에 효과가 있을 뿐 아니라 노인 우울 감소에도 좋은 영향을 미친다”며 “자연과 어우러지는 예술치료를 통해 환자들의 웃음과 희망을 되찾아 주는 것이 나의 과제”라고 말했다.

주제발표에 앞서서는 제4회 ‘The 아름다운사람’ 포상식이 진행됐다. ‘The 아름다운사람’ 봉사상은 협회설립 및 운영에 공을 세우고, 호스피스 실천가로서 공로가 인정되는 회원에게 KBHA가 수여하는 상이다. 올해는 울산지부 진말숙 회원, 부산지부 조애숙 회원이 수상했다. 진말숙 회원은 2007년 마하보디교육원 불교호스피스교육 제24기 교육과정 수료 후 현재까지 약 1700시간 누적 봉사활동을 실시했다. 또한 조애숙 회원은 2005년 한희불교복지대 14기 수료 후 부산의료원에서 호스피스로 활동 중이며, 현재까지 약 2000시간 봉사했다.

KBHA는 “두 사람은 호스피스로서 성실히 활동할 뿐만 아니라 후배 호스피스 활동가 양성에 적극적으로 참여하며 타방사자들에게 귀감이 되고 있다”고 선정 이유를 설명했다.

이날 협회장 능행 스님은 “더 이상 치유될 수 없는 질병으로 응크린 채 눈물짓는 분들을 연민과 헌신으로 품어낸 여러분들의 사랑에 감사를 전한다”며 “호스피스 완화치료가 필요한 많은 사람들과 그 가족들에게 산소 같은 희망이 돼 줄 수 있도록 아름다운 정신을 펼쳐주길 바란다”고 기원했다.

박아름 기자 pak502482@hyunbul.com

종로 한복판, 어르신들 행진으로 ‘웃음꽃’

종로노인복지관, 10월 13일 ‘신노인문화 걷기대회’ 성료

따뜻한 가을 햇볕이 내리쬐던 오후, 어르신들 웃음소리가 종로 한복판을 가득 메웠다. 걷기대회에 참가한 어르신들이 친구 분의 손을 잡고 걸으며 연신 행복한 모습이었다.

종로노인종합복지관(관장 정관, 이하 종로노인복지관)은 10월 13일 제2회 신노인문화 걷기대회 ‘10월의 어느 가을날 종로를 품다-자살예방 편’을 진행했다. 신노인상 발원 및 노인자살예방을 주제로 열린 이번 행사에는 종로구 어르신 및 KT 임직원 봉사단 1천여 명이 함께했다.

어르신들은 약 1백 명씩 10개 그룹으로 나누어 조계사-광화문-미국대사관-종각역 일대를 행진했다. 약 1시간 거리의 짧은 코스였지만 어르신들은 도란도란 이야기를 나누며 힘든 기색이 없었다.

김필규(여·85)씨는 조계사 일주문을 나설 때부터 친구 분과 꼭 잡은 손을 놓지 않았다. 김 씨는 “몇 일전부터 오늘 행사만 손꼽아 기다리고 있었다”며 “걷기 운동이 좋지만 혼자 걸으면 지루해서 잘 안하게 되는데, 친구와 함께 걸으니 기분이 날아갈 것 같다. 날씨가 좋으니 더욱 금상첨화다”고 즐거워했다.

또 종로노인복지관에서 급식 봉사 중인 이영복(남·62)씨는 “복지관에서 어르신

들을 보면 때때로 근심 가득한 얼굴이었는데, 오늘은 모든 걱정을 내려놓은 얼굴”이라며 “어르신들이 활기찬 모습을 보니 정말 행복해진다. 이런 행사가 더욱 자주 열렸으면 좋겠다”고 웃어 보였다.

아울러 종로구정신건강증진센터와 불교상담개발원이 마련한 자살예방 심리검사 부스와 자살예방 편견 깨기 다트던지기 등 다채로운 이벤트도 진행됐다.

본 행사에 앞서 개회식이 열렸다. 걷기 행진을 앞둔 어르신들은 “나는 소중한 사람이다, 나는 행복하다, 나는 특별하다”를 외치며 우산을 흔드는 퍼포먼스를 선보였다.

개회식에는 조계사 부주지 담화 스님, 정세균 새정치민주연합 상임고문, 김영종 종로구청장, 김복동 종로구의장 등 참석했다. 정관 스님은 “오늘 걷기 대회에 참여한 어르신들이 건강해 종로를 한 품에 안을 수 있길 바란다”고 인사 말씀을 전했다.

한편 이날 행사에는 KT임직원 봉사단 약 1백 명이 협조했다. 종로노인복지관 홍보담당자는 “KT봉사단은 복지관 급식배식 봉사도 함께해줘 큰 도움을 받고 있다”며 “이번에는 특히 노인 자살예방이라는 의미에 공감하고 평소보다 많은 인원이 도와줘서 더욱 감사하다”고 말했다.

박아름 기자



종로노인종합복지관(관장 정관)은 10월 13일 제2회 신노인문화 걷기대회 ‘10월의 어느 가을날 종로를 품다-자살예방 편’을 진행했다.

가을 맞아 어르신들 위한 행사 ‘다채’

서울시어르신상담센터, 만다라그리기 프로그램 등 실시

10월 13~14일 ‘사(死) 축제’ 개최도

축제의 계절 가을을 맞아 노인들을 위한 다채로운 행사가 잇따라 열리고 있다.

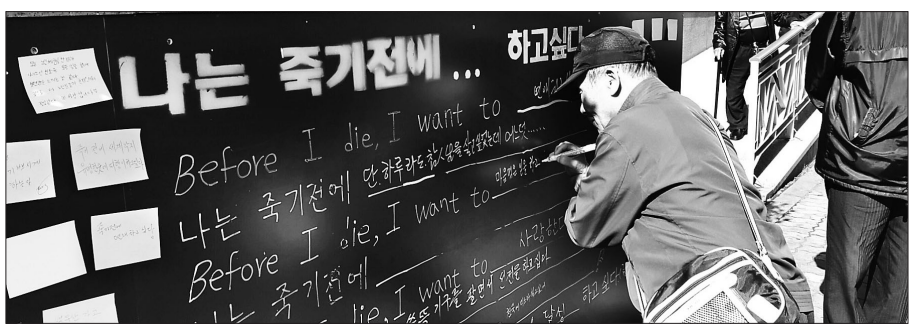
서울시어르신상담센터(관장 최유)는 지난 10월 12일 ‘집담상담프로그램-만다라그리기’를 개강했다. 12월 14일까지 매주 월요일 서울시노인복지센터 분관1층 상담교실서 실시되는 이번 프로그램은 노인들이 그림을 그리며 집중력과 자신감, 심적 안정을 찾기 위해 기획됐다.

만다라 그리기는 최근 ‘마음명상법’으로 떠오르며 컬러링북으로 출시되는 등 남녀노소 불문 큰 인기를 끌고 있다. 서울시어르신상담센터 측은 “우울·불안 증상을

겪는 어르신들이 자신이 소원하는 것을 만다라로 표현하며 삶의 행복을 찾길 바란다”고 전했다.

아울러 10월 13일~14일 서울시노인복지센터 내에서 ‘사(死) 축제’를 개최했다. 2006년 출시된 죽음준비 프로그램 일환으로 진행 중인 ‘사(死) 축제’는 어르신들이 참여를 통해 자신의 생애를 되돌아보고, 노년을 건강하게 가꿀 수 있는 기회를 제공하고 있다. 죽음을 고통으로 바라보는 것이 아닌 삶의 한 과정으로 바라봄으로써 삶의 가치를 느낀다는 취지로 마련됐다.

행사장에서는 △장례문화 전시 △노화



10월 13일~14일 서울시노인복지센터 내에서 ‘사(死) 축제’를 개최했다. 행사장에서는 장례문화 전시, 노화체험, 임종체험, 웰다잉 등 상담 등 다채로운 참여 프로그램이 진행됐다.

체험 △임종체험 △웰다잉 등 상담 △문화 공연 등 진행됐다. 서울시어르신상담센터 측은 “어르신들이 주체적으로 참여·체험할 수 있는 사(死)축제는 노인축제의 새로운 모델을 제시한다”며 “노년기 주요 발달과업인 자아통합과 노인문화 발전을 위한

흥겨운 어울림 마당”이라고 소개했다.

관장 최유 스님은 “죽음 문제는 노인들이 당면한 중요한 과제”라며 “이에 대한 올바른 태도와 적극적인 대처는 생의 곁을 완성시키고, 삶의 질 향상을 위해 중요한 요인”이라고 밝혔다.

박아름 기자

노인복지발전 위해 모두 ‘공감’ 하자!

송파노인요양센터, 10월 16~30일 바자회·기부릴레이 등 실시

함께 보고, 공감하며 나눔을 실천하는 축제의 장이 열린다.

구립송파노인요양센터(원장 손지영)은 10월 16~30일 노인복지발전기금 마련을 위한 축제 ‘공감’을 개최한다.

16~17일 열리는 바자회에는 의류·잡화·반찬 등 여러 상품들을 ‘착한 가격’이 당면한 중요한 과제”라며 “이에 대한 올바른 태도와 적극적인 대처는 생의 곁을 완성시키고, 삶의 질 향상을 위해 중요한 요인”이라고 밝혔다.

주민이 함께 ‘실천하는 사랑’을 주제로 토크 콘서트가 열린다.

특히 ‘나눔’이란 기획 의도를 살려 행사 기간 동안 ‘기부릴레이-나는 희망의 스폰서’가 함께 실시된다. 기부릴레이는 불광사 회주 지홍 스님과 손지영 원장을 시작으로 다음 기부자를 차례로 지목하며 기부부 이어간다.

한편 행사 수익금은 장기간 요양기관을 이용하는 거동불편노인들을 위해 침구마련, 작업치료 교구장 구비, 열린쉼터 조성 등에 사용될 예정이다.

박아름 기자

연인원 4만명이 참가하는 힐링전문 템플스테이도량

선무도 공연과 함께하는 골굴사 성지순례

오감으로 느끼는 생생한 문화체험
보고 듣고 따라하고 느낌으로 배운다
선무도와 불교종합예술공연 - 체험 - 감동의 파노라마

사천봉 四天洞 田天洞 田天洞

1500년 마애불의 미소가 삼세업장을 소멸하는 골굴사

주변 성지 : 기림사, 오어사, 석굴암, 분무대왕 수증봉

◆ 공연 내용 : 선무도·승군의 검무·화랑의 봉술·아수라의 바라무·사천왕의 탈춤 선무드라춤 테라피·힐링살풀이·불교전통무용·민요

◆ 템플라이프(유료) : 선무도체험·공연관람·공양(식사)

◆ 선무도 지도자 과정 신입생 모집 : 2년 전액 무료 (홈페이지 참조)

◆ 선무도 공연 ◆
매일 오전 11시 30분, 오후 3시 30분 무료공연
월요일은 쉽니다.

◆ 선무도 수련원 ◆
· 서울본원(총무) 02)7763-2980
· 서울 강남지원 02)599-5554
· 부산지원 010-2554-8100
· 울산지원 052)276-6271

선무도총본산 골굴사 재) 선무도 대금강문
☎ 054)744-1689 / 775-1689 www.sunmudo.com

지리산 다슬기 진골드

지리산과 덕유산 일대의 자연다슬기와 국내산 약재로 정성껏 만들었습니다.

1개월 60팩
80ml×60팩 (IBOX)

산조들의 지혜가 듬뿍 담겨 있는 지리산 다슬기 진 골드로
생활의 활력을 찾으시길 바랍니다.

신장과 시력보호에 탁월한 효과를 지닌 다슬기를 주 재료로 하여 맑은 지리산 계곡물과 함께 각종 약재를 함께 넣어서 정성껏 달였습니다. 장시간 책을 많이 보시는 분들과 수행에 지친 분들께 원기를 복돋아 줄 수 있는 아주 좋은 선물입니다.

제품문의 : 02)879-2007
입금안내 : 농협 1282-17-003433 (주)한메소프트
입금금액 : 125,000원 (무료배송)