“삶의 허무 이기려면 자유의지 필요”



남혜경의
Buddhist Coaching

㉒ 세 친구의 새로운 길



그림 · 박구원

지난 회의 죽음을 생각하는 삶을 읽고 몇 몇 지인이 소감을 보내왔다.

죽음을 적극 생각하니 하루하루의 삶이 더 소중해진다는 성찰과, 아직 죽음을 생각하기는 이르다는 엇갈린 감상이 섞여 있었다. 노년의 시간을 앞두고 커지는 생의 공허를 달래기가 더 급하다고 했다. 스러져가는 삶의 허무를 이기려면 지속하는 열정이 남아 있어야 한다는 점에서 죽음을 준비하는 자세와 결론은 같다고 말하고 싶다.

삶의 허무를 정면으로 맞서서 정신의 성숙을 바라보고 나아가려면 자유의지의 태도가 필요하다. 거창한 목표를 세울 필요는 없다. 노년으로 가는 두려움을 자유의지의 충만함으로 채우기 위해 작은 도전을 하고 있는 60대 지인들의 세 가지 사례를 나눔 한다.

1. 교사 은퇴 후 동네 글쓰기 선생님이 된 우경씨

3년 전 30년간의 교사직에서 명예퇴직 했다. 딸아이 둘은 독립하고 강아지를 키우며 연금으로 생활하는 느긋한 노후를 보내고 있다. 수십 년의 고단한 직장생활의 대가라고 생각하고 한동안 해외여행 패키지를 돌아다녔지만, 2년이 지나자 그도 시들해졌다. 친구들은 연아(연금 타는 아줌마)라며 부러워하지만 매일 즐거움만 추구하는 생활에 슬슬 무기력해지기 시작했다. 60세 환갑 나이를 지나자 해가 질 때마다 우울감이 마음속에 피어 올랐다. 삶의 건강한 의지가 없이 고목처럼 시들고 있다는 생각이 자주 들었다. 경제적으로 부족함이 없는 자신을 두고 사치라고 할지 모르겠지만 누구나 비교하지 않는 자신만의 충만한 삶이 필요하다.

그녀의 자기성찰을 정리해보면 이렇다.

- 매일 반드시 해야만 하는 일이 없다는 사실이 허전하다. 그저 그런 하루를 무사하게 지내는 데 감사하는 일이 시들해졌다.

- 책임 있게 하는 일을 만들고 싶다. 단기간의 작은 목표와 생활에 리듬을 주는 노동이 필요하다.

- 그 일이 누군가에게 도움을 주었으면 더 좋겠다. 작은 재능이라도 쓰임새가 있다면 보람이 있을 것 같다.

국어 교사였던 그녀는 동네 엄마들의 도움말에 귀 기울여 글쓰기 공방을 만들었다. 아파트 단지에 알림 전단을 붙여서 초등과 중등학생 그룹을 만들어 주 2회 책을 읽고 글쓰기 공부를 한다. 동화책을 읽고 독후감을 나누고 일기 쓰기도 함께 한다.

대단하지는 않지만 미래세대를 위해 무엇인가를 한다는 느낌이 뿌듯하다고 그녀는 말한다.

“수업 준비로 책을 고르고 읽으면서 스스로도 공부가 많이 된다. 사설 학원에 비해 낮은 비용의 참가비를 받고 있는데 거기서 생기는 수익을 모으고 있는 것도 즐겁다. 연말이 되면 학생들과 함께 도움이 필요한 이웃을 찾아 나눌 생각입니다.”

2. 항구 할머니 보고 떠올린 생선꾸러미 택배장사

50대 후반의 성자씨는 도시를 떠나 남도의 작은 마을에서 소박한 집을 짓고 살고 있다. 그 지역에서 혼자서 꾸준히 할 수 있는 새로운 일을 찾고 있었다. 시간은 많고 쓸 돈은 모자라니 큰 욕심 내지 않고 생활비에 보탬이 되는 수준의 일이면 되었다.

그녀와 1년 전 함께 떠난 여행에서 수다처럼 비즈니스 코칭이 시작되었다. 우선 그녀의 조건을 따져보았다.

- 자녀들은 독립했고 온전하게 자신의 시간을 쓸 수 있다

- 사진작가의 이력으로 차량 운전과 몸 쓰는 일에 익숙하다, 건강한 체력을 가지고 있고 새로운 도전을 즐긴다.

- 시골집은 마당이 넓고 햇볕이 잘 들고 뒷산에서 불어오는 맑은 바람으로 늘 청량감을 준다.

이런 환경을 활용하는 일이 없을까 찾던 중에 항구 판장에서 말린 생선을 팔고 있는 할머니를 보면서 아이디어가 떠올랐다. 도시의 젊은 주부들은 생선을 손질해서 요리하는 일에 부담을 느낀다. 신선한 생선을 고르는 일도 익숙하지 않다. 저런 생선을 구해다가 서울의 주부들에게 팔아보면 어떨까 생각한 우리는 할머니에게 구체적으로 물어보았다.

아침에 경매로 받아온 싱싱한 생선을 햇볕이 좋은 날에는 건물 옥상에서 말리고 흐린 날은 건조기에서 말려서 판다고 했다.

생애주기의 끝무렵 설계
의미 되새기는 삶 도전을
자유 의지로 새 꿈 찾아야

그 후 주기적인 코칭 대화를 통해 그날 떠오른 생각을 발전시켜 나갔다.

- 어판장 싱싱한 생선 구하려면 누굴 찾나?

- 생선을 손질하고 말리는 작업은 어디에서 하는 게 단가가 싸게 먹힐까

- 구매대상의 취향에 맞추려면 어떤 생선을 구해서 어느 정도의 가격에 어떤 방식으로 파는 게 합리적일까

- 이 일을 시작하는데 걸림돌은 무엇이며 해결책은 뭔가

하나씩 답하면서 현장 취재와 경험을 하고 인맥을 쌓고 마음의 결심을 굳히는 데 1년 가까운 시간이 흘렀다.

해볼만 하다고 결심한 그녀는 찬바람이 끝나기 전 2월 말부터 3월 초에 시범으로 몇 차례 생선꾸러미 장사를 해보았다. 결과는 기대 이상의 호응이었다.

친화력 있는 그녀는 새로운 사람과 사귀는 걸 두려워하지 않았으며, 저돌적인 그녀의 성격은 현실감각 있는 추진력으로 이어졌다. 생선 경매인과 손질하는 판장 할머니들과의 인맥을 구축한 그녀는 이제 영업 등록을 하고 제대로 된 사업으로 확대시켜보려고 고민 중이다.

3. 은퇴 후 2년, 옛 꿈을 찾아가다

길동씨는 낙엽이 떨어지는 가을이 되니 부쩍 외롭다고 느낀다.

대기업에서 임원까지 오르느라 늘 쫓기고 살았던 그는 은퇴하고 시간이 많아지면 가족들과 다정하게 편안한 나날을 보내리라 기대하고 있었지만 2년이 되어가는 지금 생각과는 많이 다른 일상에 당혹해하고 있다.

대학생과 직장인인 아이들은 주말에도 식사 한 번 같이 하기가 힘들 정도로 바쁘다. 아내는 처음 몇 개월간은 그동안 가장 노릇하느라 수고했다며 여행도 같이 가고 영화관이나 연주회장도 같이 다녔지만 점차 늘 같이 행동하려는 남편을 부담스러워 하는 기색이 역력하다.

길동씨가 자신의 내면을 들여다본 질문

- 지금은 인생의 어디쯤일까

- 하고 싶은 일은 무엇이며, 그 일은 어떤 의미가 있나

- 10년 뒤 자신의 모습을 상상한다면 어떤 모습일까. 나무라면 어떤 향기를 가진 나무가 되고 싶은가.

- 그 모습을 상상할 때 지금 해야 할 일은 무엇일까

마음의 소리는 이런 대답을 내놓았다.

- 지금 인생의 3/4 지점에 와 있다. 가족부양의 책임을 끝냈고, 노후의 경제대책이 어느 정도 되어 있다.

- 순간순간 몰입으로 일상에 윤기를 주고, 눈으로 보이는 뭔가를 생산하는 일을 하고 싶다. 그 일은 늙어가면서도 쓸모없는 사람이 아니라는 자존감을 줄 것 같다.

- 10년 뒤라면 70대 중반이다. 그때는 누군가에게 도움이 되는 지혜로운 노인이 되어 있고 싶다. 나무로 치자면, 동네 공원에서 무성한 이파리로 그늘을 드리워 많은 사람들을 쉬게 해주는 그런 느티나무이고 싶다.

- 그런 미래를 위해서 정말 좋아하는 일이 무엇인지 알고 싶다. 우선 젊었을 때 하고 싶었던 일, 꿈이 무엇이었는지 알아보아야겠다는 생각을 한다.

길동씨는 이 질문과 답을 통해 지금이, 대가와 상관없이 진정 좋아하는 일을 할 수 있는 아늑한 황혼기라는 점을 알게 되었다. 무엇보다 자신이 가졌던 꿈을 찾아야겠다는 생각을 하게 된 것이 가장 의미 있는 발견이었다.

추억의 책장에서 고등학교 시절에 만든 문집을 찾았는데, 거기에 자신의 습작시가 있는 것을 보고 가슴에 통증 같은 아련한 그리움을 느꼈다.

“정말, 나는 시인이 되고 싶었어!”

요즘도 서점에 가면 시집 코너 앞에서 멈칫거리게 되고, 방송에서 시 낭송을 하는 소리를 들으면 귀가 쫑긋해지는 자신을 기억해냈다.

길동씨는 자신의 꿈을 다시 찾는 것으로 은퇴 후 새로운 길의 첫 발자국을 내딛었다.

자유의지로 이어가는 생

불교철학은 절대자가 만든 숙명을 받아들이지 않는다. 연기와 유심사상은 인간의 의지를 중요하게 여긴다. 하지만 우리는 늙고 싶지 않아도 늙어야 하고 죽고 싶지 않아도 죽어야 하는 한계로 자유의지를 성취하기가 쉽지 않다. 자유의지를 제대로 펼치기 위해서라도 불법의 깨달음이 필요하다. 유심사상에 따르면 인간은 각자의 마음으로 자유롭게 세상을 인식하고 객관화한다. 미망에 빠지지 않고 자신의 세계를 터득하고 실천할 때 자유의지의 생을 이어갈 수 있다.

중생은 미숙한 부처이고 부처는 원숙한 중생일 뿐이다. 부처와 중생이 둘이 아니라면 중생의 의지와 부처의 의지를 따로 나눌 필요는 없다, 중생 속에 이미 부처의 의지가 들어 있으니 중생에게 부처가 누리는 자유의지가 있는 셈이다.

– 지명스님 〈한 권으로 읽는 불교 교리〉

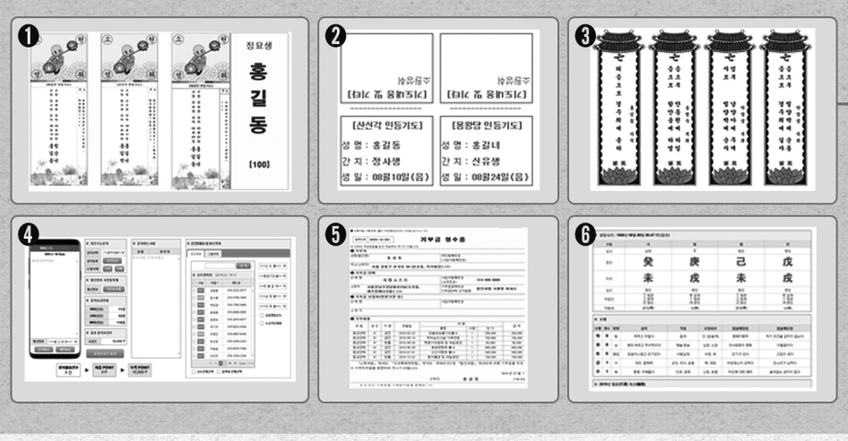
〈한국코치협회 전문코치〉

GmSoft since 2015 GM SOFT **사찰신도 관리 프로그램**

동종업계 최저가격

“번거로운 설치없이 이용가입 후 바로 사용 가능”
“이용 사찰의 프로그램 만족도 우수”

최초 가입시 1개월 무료 사용 | 월사용료 기본 19,800원 | 설치비 · 세팅비 전액무료



프로그램 주요 기능
❶ 연등표 출력
❷ 인등표 출력
❸ 위패출력
❹ 문자발송
❺ 기부금 영수증
❻ 사주팔자

부가서비스
- 원격지원 | 해당 사찰의 컴퓨터를 원격으로 제어하여 실시간 프로그램 설명 및 오류 수정
- 적립포인트 제도 시행 | 접속률, 이용후기작성, 사용료 3% 등 최대 22,000P 제공
- 축원문출력, 삼재관리, 회계관리, 우편라벨 출력, 신도생일 및 신도영가 기일 자동 표시
- 물품관리, 전국 날씨정보, 메모장, 일정관리, 등록된 모든 자료 파일 다운로드 가능

지엠소프트 [지엠소프트]를 검색하세요

대표전화 070-7633-2525, 010-8588-2525
상담문의 평일 09:30 ~ 17:30. 토/일요일, 공휴일 휴무

홈페이지 www.gmst.co.kr

나이가 들어가며 염불이 !

점점 힘이드는 분도 마이크와 2m멀리서 작은 소리에도 선명하게 들리고 법문시는 성우 음성이 되어 듣는 보살들이 극찬하는 특수염불시스템

(본 품은 시중에 없음! 있을시는 1천만원 포상! 지금 이 글은 법적증서)

특수염불 전문 시스템 구경 :
현재 전국을 돌며 시설중이며, 호출이 오면 부근 사찰 시설시에 방문! ... 소리 구경값 한잔

요즘 보살들의 시대흐름 : 세상 시설 수십억의 음향에 귀가 열려 열악한 사찰음향의 적응에 힘이 들어 말없이 가버리는 시대!

원톱시스템이란?! : 한국의 사찰들이 서투른 지역시설에 맡긴 후 염불스트레스와 땜질보수 속에 이중고를 겪으시는데 원톱시스템에 맡겨 한 번에 최고 시설만이 하자가 없어 수 천번 반복되는 염불인생에게는 오히려 큰 절약이라는 뜻입니다.

특장점! (1) 영남권 20년 1천여 시설에도 단 한번도 A/S가 없었음 (A/S 기간 10년)
(2) 초간편 간단 시설로 앰프다루기 1초
(3) 중견사찰 기존 음향시설비의 $\frac{1}{3}$정도지만 염불소리는 비교시 놀라운 차이

▣ 사찰 전체음향 시설비는 일백구십만원~삼백구십만원

▣ 앰프1, 스피커 2개, LG오디오 1개, USB, 무선마이크 종류별로 4개, 유선마이크 1개(스탠드 포함) 완벽시설까지 390만원이면 명산대찰 억대의 시설보다 **염불소리 하나만은 확실하게 월등함.**

※ 스피커 계속 연결시는 비용추가 ▣ 각종 마이크, 방송장비 및 방생용 구경!

HITEC 하이텍 미디어 하이텍사운드전자 경남 김해시 진례면 진례로 108 대표 박 공 희
☎ 055-343-1191, 010-9471-2026, 010-7740-2026