우리 가족 갈등 해결의 열쇠, 화쟁!

조계종 화쟁위원회

2023 갈등해결 성공사례 수기

① 화쟁위원장상 정○○ 씨

중학생 딸과 아내 '소통 부재'
갈수록 걷잡을 수 없이 커져
'중학생 화장' 두고 견해 차이
템플스테이서 스님에게 들은
원효대사 '화쟁 사상' 떠올라

다툼 없어야 한다는 접근 아닌
평화롭게 해결해나가자는 이념
허심탄회하게 서로 생각 공유해
다시 화목한 가정 되찾은 계기

'소통의 부재(不在)'는 '갈등'이라는 말의 또 다른 표현이라고 할 수 있다. 상호간에 소통이 원활하지 못하면 마음속에서 오해와 미움이 잡풀처럼 자라나 갈등을 불러오고, 종국에는 관계를 단절시키고야 만다.

어느 날부턴가 아내는 학교에서 돌아온 딸아이를 보면 잘 다녀왔느냐는 말 대신, 인상을 찌푸린 채 한숨부터 내쉬곤 했다. 아직 중학생인 딸아이가 성인처럼 짙게 화장을 한 것이 못마땅했던 것이다. 그래서 늘 외모를 꾸밀 시간에 학업에나 집중하라며 꾸짖어댔다.

딸아이는 아내의 말을 듣는 둥 마는 둥 행동했다. 아내가 무엇을 물어보아도 늘 무뚝뚝한 말투와 표정으로 짧게 한마디만 툭 내뱉을 뿐이었다. 특히 조금이라도 감정을 상하게 하면 잔소리 좀 그만하라며 큰소리를 지르곤 방으로 들어가 문을 걸어 잠갔다.

둘의 관계가 원래부터 소원했던 건 아니었다. 딸이 초등학교에 다닐 때까지만 해도 함께 쇼핑을 하고 영화관과 서점에도 다닐 만큼 사이가 좋았다. 그런데 딸아이가 중학생이 된 후부터 사이가 서먹해졌다. 같은 공간에 있어도 각자 다른 것에 집중하며 겉돌 뿐이었다.

어느 순간부터는 둘 사이에 감정 섞인 논쟁만 오갈 뿐 대화가 완전히 사라져버렸다. 논쟁을 논쟁으로만 끝내기 때문에 갈등을 해소할 수가 없었다. 시간이 흐를수록 갈등의 골은 깊어만 가고 해결의 실마리는 보이지 않았다.

두 사람 사이에 소통이 잘되지 않으니 쉽게 오해가 쌓이고, 풀지 못한 오해들이 갈등을 일으키고, 반복된 갈등이 결국 불통과 단절로 이어지는 악순환이 시작된 것이다. 우리 몸도 어딘가 막힌 곳이 있으면 병이 나듯이, 소통이 되지 않으니 감정의 골이 깊어질 수밖에 없었다.

나는 가장으로서 아내와 딸아이의 갈등 상황을 더 이상 지켜만 보고 있을 수는 없었다. 두 사람의 갈등을 풀어줄 방법을 고심하다가 문득 템플스테이를 했을 때 주지스님으로부터 전해 들었던 화쟁(和諍)이 떠올랐다.

신라시대 승려인 원효대사가 집대성한 화쟁사상은 단순한 불교의 교리를 넘어서서 다양성 속에서 화해와 일치를 추구하는 관용의 정신이라고 말씀하셨다. 즉, 화쟁은 다툼이나 갈등이 없는 평화를 말하는 것이 아니라, 다툼과 갈등을 평화롭게 해결해 나가는 이념인 것이다.

나는 쉽게 풀어지지 않는 이 갈등을 원효대사의 화쟁으로 풀어보고자 했다. 가족 갈등이 생기는 건 아주 자연스러운 현상이다. 화쟁에 따르면 이 갈등을 역으로 잘 활용하면 오히려 서로에 대한 이해를 높이고 더 화목해지는 기회로 삼을 수 있다고 했다. 그러기 위해서는 갈등 상황을 있는 그대로 인정하고, 억지로 갈등의 해결 방법을 제시하지 않으며, 갈등에 대한 시시비비를 가려서는 안 된다고 했다.



그림·김상규

나는 아내와 딸아이의 마음속 이야기를 듣는 것에서부터 화쟁을 시작했다.

일단 아내와 먼저 대화를 나눴다. 아내는 잠시 주저하더니, 곧 마음속에 품고 있던 불만들을 털어놓았다. 오매불망 사랑으로 키운 아이가 어느 순간부터 자신의 말을 잔소리로 여기고 차갑게 쏘아붙이는 모습을 볼 때면 절로 화가 나 목소리 톤이 올라간다며 복잡한 감정을 내비쳤다.

나는 원효대사가 말씀하셨다는 개시개비(皆是皆非)가 떠올랐다.

"예전에 우리 가족이 템플스테이 했을 때 주지스님이 들려주셨던 말씀을 한번 잘 떠올려봐. 누가 옳고 그른지 분별하기보다는, 서로 다름을 인정해서 갈등을 해결하고 더 좋은 관계를 만드는 게 현명한 거잖아. 우리 애도 당신이 자꾸 화를 내니까 방어기제가 작용해서 더 반항하며 싸늘하게 구는 건 아닐까? 당신은 이 갈등을 어떻게 풀었으면 좋겠어? 어떻게 하면 당신 마음이 조금은 풀릴 것 같아?"

"애가 너무 외모에만 신경 쓰지 말고 학업에 좀 더 열중했으면 좋겠고, 나한테도 너무 차갑게 행동하지 않았으면 좋겠어."

아내의 속마음을 들은 나는 이번엔 딸아이를 찾아가 얘기를 나눠보았다. 딸 역시 한참을 머뭇거리더니 "아빠, 요즘은 중학생도 다 화장하고 다녀. 나만 안 하면 친구들이 촌스럽다고 무리에 끼워주지도 않아. 엄마는 그런 것도 모르면서 나를 외모만 신경 쓰고 공부는 등한시하는 한심한 학생으로 봐. 내 말은 듣지도 않고 한숨부터 내쉬는 엄마를 보면 나도 모르게 말이나 행동이 차갑게 나와!"라고 말했다.

나는 아내에게도 얘기했던 개시개비를 딸에게 설명하며 "엄마와 네 생각이 다를 땐 화부터 내지 말고 먼저 엄마한테 다가가서 답답한 부분을 말해보는 건 어떨까"라고 조언했다.

이후 나는 두 사람에게 서로의 생각을 전달한 후 거실로 모이게 했다. 그간 마음속에 쌓인 이야기를 털어놓음으로써 상대방의 감정을 이해하는 시간을 갖기 위해서였다. 서로 생각이 다르더라도 각자의 주장만 하지 말고 대화를 통해서 자신을 성찰해 보자는 의미였다.

한참 동안 대화를 나누던 두 사람은 결국 서로 아주 사소한 부분에서 갈등이 시작되었는데, 그간 갈등을 해결하려고 노력하기보단 상대에 대한 섭섭함만 키워왔다는 것에 일치된 견해를 보였다.

"난 네가 너무 외모에만 신경 쓴다고 생각해서 답답한 마음에 화를 낸 거야. 앞으로는 엄마한테 와서 네 생각들을 차근차근 얘기해줘. 나도 최대한 네 이야기를 경청할게."

"엄마, 인생 선배로서 나한테 해주고 싶은 말이 많다는 건 알아. 그런데 무조건 이건 안 돼! 저건 나빠! 라고 하기 보단, 내가 왜 그렇게 행동하는지 먼저 물어봐줬으면 좋겠어!"

아내와 딸은 서로의 말에 귀 기울이고, 수긍했으며, 연신 고개를 끄덕였다.

긴 시간 냉기류가 흘렀던 모녀는 묵은 감정을 털어내고 손을 맞잡은 채 서로에게 사과했다. 대화를 통해 서운했던 감정을 풀고 나니, 정작 갈등의 내용은 큰 문제가 되지 않았다. 그저 서로 감정이 격해져 갈등의 내용까지 접근할 수가 없었던 것뿐이었다.

그 후 아내와 딸아이는 사이가 돈독했던 이전으로 다시 돌아왔다. 아내는 화장을 한 딸아이를 보고도 한숨을 내쉬지 않고 "딸, 오늘 학교에서는 어땠어? 요즘에는 엄마보다 화장을 더 잘하네"라고 말을 걸어주었고, 딸아이도 아내와 눈을 맞추며 학교에서 있었던 일들을 스스럼없이 꺼내놓았다.

둘 사이의 갈등을 해결하고자 내가 무턱대고 나서기보다는, 아내와 딸이 서로의 말을 귀담아 듣고 스스로의 마음을 들여다볼 기회를 제시한 것이 갈등을 해결하는데 주효했던 것 같다. 원효대사의 화쟁 사상을 통해 우리 가족이 다시 화목한 일상을 회복했다고 생각하니 뿌듯함이 밀려왔다.

가족. 세상에서 가장 가까운 관계지만, 서로에 대한 기대치가 크기에 얼마든지 심각한 갈등으로까지 번질 수 있다. 갈등을 방치하면 관계가 파괴되고 종국에는 자신의 삶까지 피폐해지고 만다. 서로가 다를 수 있음을 인정하고, 대화로 갈등을 해결할 때 가족은 지금보다 더 나은 화합 공동체가 될 수 있다. 모든 가정에서 화쟁을 통해 갈등을 조화시켜 보다 단단하고 아름다운 관계를 만들어갔으면 좋겠다.

*화쟁위원회가 공모한 수기는 개인적인 갈등 상황이 담겨있어 익명으로 게재합니다.

2024년 아랫녘수륙재보존회 신입생 모집

모집대상 스님 및 불자, 작법무(불교무용)에 관심있는 일반인
모집기간 2024년 1~2월, 3월 첫째주 월요일 개강
교육장소 창원시 마산합포구 3·15대로 138 도지정무형문화재 민속예술전수관 3층
연 락 처 055)246-3374, 010-3852-1760

교육과정

교육일시	강사	강좌내용
매월 첫째 · 셋째주 월요일 (14:30~ 16:30)	석봉스님 지공스님	짓소리, 홑소리, 제반의식, 안채비, 바깥채비
매주 화요일 (14:30~ 16:30)	보광화 수연화	작법무(학승무) 운심게, 다게, 삼귀의, 오공양, 요잡
매월 첫째 · 셋째주 (14:30~ 16:30)	현덕스님 원공스님	사물, 의식일부
매주 금요일 (14:30~ 16:30)	석봉스님 해공스님	작법무(바라무) 천수바라, 사다라니, 요잡바라, 명바라, 화이재, 욕실게바라

※ 특전 : 3년 교육과정 이수시 아랫녘수륙재 이사회 심사를 거쳐 국가무형문화재 이수자 시험 자격부여
사)국가무형문화재 아랫녘수륙재보존회 정식회원 인정가능.

사)국가무형문화재 제127호 아랫녘수륙재보존회

40년 전통의 불교전문교육기관
동방불교대학
2024학년도 신입생 모집

모집인원 및 편제

학 과	모집인원	편 제	비 고
불교학과	00명	2년제	불교교리·기초의식
범패학과	00명	2년제	상용의식·상주권공

지원기간 2023. 12. 01 (금) ~ 2024. 02. 08 (목)

원서 교부 및 접수
원서교부 : 동방불교대학 홈페이지 (www.dongbang.org)
학생광장 > 공지사항 > 2024년도 신입생 모집 공고 참조
접수 방법 : e-mail, Fax, 우편접수 가능

입학상담
동방불교대학 교학처 : 02-745-2030 (010-3089-9983)

주소 : 우) 03062 서울특별시 종로구 율곡로 1길 31
e-mail : dongbang2030@naver.com Fax: 02-745-2030