불교상담개발원과 함께 하는 **이럴 땐 어떻게 하죠?**

Q 남편이 안정적인 직장을 버리고 안정적이지도 않고 늘 바쁜 회사로 이직을 했습니다. 그 탓에 저희는 첫 아이를 낳고부터 주말부부가 됐습니다. 무뚝뚝한 남편과 대화의 시간이 줄다보니 남편의 행동이 이해되지 않고 이야기도 통하지 않습니다. 이제는 남편을 보면 화가 날 지경입니다. 남편이 원래 조용한 사람이라 제가 어떤 큰 잘못을 해도 그저 말이 없이 뒤처리를 해주기도 하는 사람입니다만, 답답해 너무 힘듭니다.

A 내담자께서 남편의 장점을 보고 이야기 하는 모습에서 남편의 묵묵함과 깊은 배려를 인정하는 깊은 사랑이 느껴집니다. 남편이 좋은 사람이라고 생각은 하지만 현실에서 좋은 말이 나오지 않으신다고요? 하지만 서로 지적하는

무뚝뚝한 남편과 대화 끊어져 답답해요
늘 아끼는 마음으로 따뜻한 말 전하세요

식의 대화법은 서로의 마음에 상처만 낼 뿐입니다. 그렇게 말할수록 남편은 마음을 닫고 입을 열지 않게 됩니다. 대신 남편의 행동이나 말에서 남편의 욕구를 찾아 그 욕구와 현재의 감정을 공유 · 표현하는 방법으로 대화하면 좋을 것 같습니다.

어머니는 강하고 위대합니다. 내담자께서도 위대한 모성의 힘으로 아이는 물론 남편을 아끼고 사랑할 수 있습니다. 모성의 힘으로 극복하다보면 어떤 상황에서도 흔들리지 않는 강인한 힘이 생기게 됩니다. 이러한 힘은 긍정적인 에너지를 낳게 되고, 긍정의 에너지는 상황에 따라 적절한 판단을 할 수 있게 지혜를 줍니다. 이 지혜로 남편에 대한 소소한 불만을 스스로 현명하게 대처하시리라 믿습니다. 늘 상대를 아끼는 마음으로 따뜻하게 말을 전하세요. 그리고 항상 남편의 말을 듣는 자세로 접근한다면 어렵지 않게 지금의 문제를 풀 수 있을 것입니다.

또한 전 직장에 대한 미련과 현재 · 미래에 대한 불안함이 가족에게는 어떤 이로움도 주지 않습니다. 부처님께서 말씀하셨듯이 세상에는 고정된 것이 없습니다. 변화를 두려워하지 마세요. 현 직장에서 남편의 위치, 조건, 만족도 등을 부부가 공유한 다음, 두 분이 서로 머리를 맞대고 미래를 의논해도 늦지 않습니다. 가족이 함께 지방으로 내려가 주말부부

Q 사람의 업, 인연, 운명, 사주와 같은 것은 부처님도 어찌할 수 없는 것이 맞는지요? 그렇다면 기도도 무의미한 것 아닌가요?

A 우선 업에 대해 말씀드리겠습니다. 우리의 금생은 전생의 반영이고 내생은 금생의 반영이라고 하지요. 따라서 현재의 삶은 과거의 업에 상응하여 나타난 것이며 미래의 삶은 현재의 업에 상응해 나타나는 것이라 할 수 있습니다.

그러나 모든 일을 전생 업의 결과라고 생각하는 것은 업을 숙명론으로 잘못 아는 오류에 빠지게 됩니다. 업이란 개인의 생활을 청산하거나 지금의 상황에서 좀 더 서로를 이해하고 배려할 수 있을지를 생각해보세요.

선한 혹은 악한 의도적 행위에만 적용되는 것으로 원인을 형성하고 개인의 금생에서나 미래 생에 결과로 나타납니다. 하지만 우리 인간은 자신의 의지와 행위로 운명을 만들어 나갈 수 있다고 합니다.

예를 들어 매일 사람과 다른 생명체들에게 친절을 베풀게 되면 날이 갈수록 선하게 되며 증오심이 사라집니다. 무지와 무명에서 벗어나 행복과 평온함으로 살게 되면 업이 소멸되기도 합니다. 이것이 마음을 닦고 기도를 하는 이유 중의 하나이기도 하지요. 궁금해 하신 업, 인연, 운명, 사주는 구슬을 실에 꿰는 것과 같습니다. 끊임없는 수행으로 마음을 닦아 선업을 쌓고 좋은 씨앗을 키우게 되면 비슷한 파장의 좋은 인연을 만나게 됩니다. 이것이 곧 행복한 삶, 좋은 운명을 결정하는 것입니다.

부처님은 선업이나 악업을 짓지 않고 일체의 생사윤회와 고에서 벗어나 해탈하신 분입니다. 우리 중생은 부처님 법을 나침반 삼아 부지런히 수행해 깨달음의 길로 나아가기를 서원하지요. 그럼으로써 자신을 지킬 힘을 갖게 되면 타고난 사주에도 휘둘리지 않고 편안하게, 지혜롭게 살아 갈 수 있게 됩니다.

24시간 자비의전화 (02)737-7374, 737-1114
사이버상담 자비24 www.jabi24.org
청소년사이버 성상담 아하섹스 www.ahsex.org
후원계좌 국민은행 001-01-2021-361
(예금주:사단법인 자비의전화)

"불자 수용자 재범률이 제일 낮아요"

사랑법당 탐방
영등포구치소 사홍회



청룡선원 합창단이 불기 2551년 봉축법회에서 찬불가를 부르고 있다. 합창단은 음성공양 뿐만 아니라 구치소 불교행사 때 자원봉사에도 앞장서고 있다. 사진제공=영등포구치소

모든 중생이 마음의 위안 얻어 자유롭기를 발원
27년째 수요법회… 법운 스님 20년 동안 주관해

"이곳이 익숙해질 때도 됐지만 함께 했던 이들이 그립습니다. 이제는 친구 · 가족도 등을 돌려 나를 찾는 사람이 없네요. 스님… 지난 세월이 후회스럽기만 합니다."

10년 형을 선고 받은 한 재소자는 법운 스님(청룡선원 주지) 앞에서 하염없이 눈물만 흘렸다. 마주 앉아 조용히 듣던 스님이 말했다.

"구치소 생활이 많이 힘들지요? 이해합니다. 힘들수록 더욱 기도하고 참회해야 합니다. 지금 내가 느끼는 고통만큼 친구와 가족들도 많이 힘이 듭니다. 재소자님이 범죄를 저질렀을 때 주변 사람들은 얼마나 놀라고 가슴 아파했을지 생각하면서 마음을 다스려야 합니다. 무엇보다 자신의 범죄 행위로 상대방에게 엄청난 상처를 줬다는 것을 인정해야겠지요. 자신의 행위를 인정하면 잘못한 점이 보일 것입니다. 참회의 마음을 갖고 간절히 기도하세요. 매일 그들을 위해 108배를 하는 것도 좋습니다."

스님은 더 이상 입을 열지 않고 재소자의 손만 잡고 있었다.

3월 10일 춘삼월의 아침은 눈 소식이 봄꽃을 대신하고 있었다. 전국은 다시 꽁꽁 얼어 붙었다. 추운 날씨에도 영등포구치소 법당을 찾는 재소자들은 많았다.

영등포구치소 법당에서는 27년 째 수요법회가 열린다. 이 날도 사홍회(회장 이명우, 영등포구치소 불자 교도관 모임)와 광명시 청계선원 자원봉사자 7명이 법회 준비를 하고 있었다. 서홍회 회원들을 비롯한 불자 교도관들은 법당으로 향하는 재소자에게 합장하며 마음의 인사를 건넸다. 이들의 따뜻한 온정에 법당 안은 훈훈했다.

청계선원 법운 스님은 20년 동안 영등포구치소 법회를 주관하고 있다. 유상현 사무국장은 "법회 때 마다 법사스님을 모시기가 갈수록 어려운데 법운 스님 덕분에 법회가 연명하고 있다"고 설명했다.

법운 스님은 "재소자들에 대한 측은한 마음에서 시작한 법회가 벌써 20년이 됐지만 그만둬야겠다고 생각한 적은 없다"며 "여건이 넉넉지 않아도 할 수 있는 것에 최선을 다하려 노력할 뿐이다"라고 말했다.

이어 스님은 "종교인으로서 중생들의 힘든 마음에 빨리 다가가 위로하고 마음의 안정을 주는 것은 당연하다. 모든 사람이 자유로운 세상에서 마음의 위안을 얻어 자유롭게 살게 해주고 싶다"고 덧붙였다

법사 스님의 원력과 사홍회의 노력에도 불구하고 최근들어 영등포구치소 법당에서 열리는 불교 기초교리강좌에 빈자리가 늘고 있다.

구치소 수감자를 대상으로 한 교리지도는 배규호 · 임덕신 법사(조계종 포교사단)가 돕고 있다. 10년간 영등포구치소에서 교리강좌를 지도해 온 배규호 법사는 "향냄새가 좋아서 법당을 찾은 수감자들이 법문만큼은 어렵게 생각하는 경우가 많다. 그래서 늘 다양한 교리법을 생각해내려고 하지만 한계가 있다"고 토로했다.

배 법사는 "구치소 내 교리강좌 수강자가 줄어드는 것은 이웃종교에 비해 턱없는 지원과 관심이 한 이유"라고 귀띔했다.

교정인불자회 유성현 사무국장은 "이웃종교는 종교인이든 봉사자든 교정활동에 큰 관심을 갖고 참여한다. 하지만 불교 법회는 스님 몇 분과 사찰 봉사단에서 지원하는게 전부"라고 말했다.

유 국장은 "수용자들은 떠들썩하게 노래 부르고, 힘들다고 하면 손부터 잡아가며 기도해주는 쉽고 편한 종교로 가는 추세다. 때문에 차분한 분위기에서 진행되는 불교 법회에 대한 관심은 줄어들 수 밖에 없는 상황"이라고 설명했다.

이런 상황에서도 영등포구치소에는 광양 청룡선원을 비롯해 신촌 봉원사 스님들과 합창단, 봉사단 등 소규모 단체가 찾아와 법회를 이끌어 왔지만, 마음만으로 법당을 찾는 수용자들 마음을 잡는데는 한계가 있다는 지적이다.

불교담당 김민성 교도관은 "사홍회 회원들이나 법사스님, 자원봉사자들이 없었다면 이마저도 못했을 것"이라면서 "무엇보다 사람이 재산이다. 수용자들의 불교에 대한 관심이 줄고 있는 만큼 불자 교도관들이 수용자들에게 먼저 다가가 그들의 신행생활이나 요구사항을 돕기 위해 나서야한다"고 강조했다.

법당을 찾아오는 수용자가 줄어든 것도 문제지만 사홍회의 사정도 여의치 만은 않다.

박덕수 교도관은 "요즘 사홍회에 신입회원이 없다. 과거 어린이 · 청소년 포교부분이 미약한 것이 이런 결과를 초래한 것 같다"며 "불교계가 체계적인 포교 전략을 수립해 군대 · 교도소(구치소) 등에서 적극적인 지원 · 활동을 펼쳐야 한다"고 강조했다.

그래도 영등포구치소 사홍회 교도관들의 보람이라면 불교 출신 수용자들이 재범률이 가장 낮다는 점이다.

박 교도관은 "가끔 구치소를 순찰하면서 열심히 기도하는 모습을 볼 때 가장 보람을 느낀다. 그럴 때면 함께 기도한다"고 말했다.

부처님 가르침으로 수용자들이 마음의 자유를 얻는 날까지 법향을 전하는 영등포구치소 불자 교도관들의 교정교화는 계속될 것이다.

박선주 기자 Zoo211@buddhapia.com

영등포구치소 사홍회는?

1990년 12월, 불자교도관 18명이 수용자들에게 부처님 말씀을 전하고 도움을 주고자 창단했다. 사홍회는 현재 38명의 교도관이 법회 준비와 불우수형자 · 경비교도대 · 소년소녀 가장 등을 꾸준히 지원 중이다. 또 사홍회 회원들은 매월 정기법회로 회원간 연대와 신심을 다지고 1년에 두 차례 가족동반 성지 순례 길에 오르고 있다.

비누독을 연화시키는 삼베훼이셜타올



■삼베훼이셜타올 - 각 6,000원

삼베 타월의 특징

선조들의 지혜와 멋이 깃든 삼베 타올은 수분을 빨리 흡수, 배출하고 자외선을 차단하며 곰팡이를 억제하는 항균성과 항독성이 있는 순수 천연 삼베(햄프)사와 죽사(대나무에 추출한 원사)를 합사하여 제조된 순식물성 제품으로, 피부 자극이 없으며 피부의 노폐물 제거와 혈액순환 촉진으로 곱고 탄력 있는 피부로 바꾸어 드리는 환경친화적 제품입니다.

■삼베훼이셜타올 세안법

① 삼베훼이셜타올를 물에 적신 후 얼굴전체를 마사지 하듯 닦아줍니다.
② 특히 코 주변을 닦아주면 피지가 제거됩니다.
③ 삼베샤워타올을 물에 헹군 후 닦아줍니다.

* 3~4일이 경과 하면 맑아진 얼굴을 볼 수 있습니다.
* 피지, 각질연화효과가 있어 혈색이 좋아짐에 화장이 잘 받습니다.

■ 품질경영 및 공산품 안전 관리법에 의한 품질표시 특허출허제품임

· 품 명 - 예고은 삼베 사워 타올
· 재 질 - 햄프사, 죽사
· 용 도 - 세안 및 전신목욕, 때밀이, 냉수마찰, 스포츠타월, 등산할 때, 환자목욕시사용, 건포마사지용
· 규 격 - 세안용 (30cm x 28cm)
· 제조원 - 초록살림원 (한국산)

삼베수세미 특징

선조들의 지혜와 멋이 깃든 삼베수세미는 수분을 빨리 흡수, 배출하고 자외선을 차단하며 곰팡이를 억제하는 항균성과 항독성이 있는 순수 천연 삼베(햄프)사와 죽사(대나무에 추출한 원사)를 합사하여 제조된 순식물성 제품으로 식기세척시 세제를 사용하지 않고 뽀드득한 느낌과 수질오염을 방지할 수 있으며 사용하시는 분들은 소박 하고 겸손한 아름다운 마음을 지니게 됩니다.



■삼베수세미의 효과

* 다이옥신 피해와 수질오염(땅속에서 자연소멸)을 방지 할 수 있습니다.
* 세제없이 식기세척이 가능합니다.
* 항균, 항독성을 지니고 있습니다.
* 과일세척에도 세제없이 세척이 가능합니다.
* 사용 후에는 세탁 후 통풍이 잘되는 곳에서 건조합니다

· 품명 - 예고은 삼베 수세미
· 재질 - 햄프사 , 죽사
· 용도 - 식기세척, 과일세척, 욕실청소 등
· 규격 - 30cm x 30cm(소) / 30cmx50cm(대)

위생 · 항균 · 항독 삼베 수세미



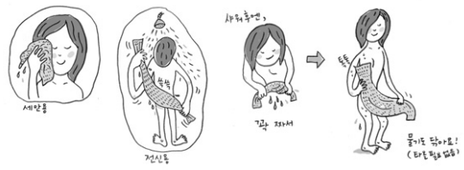
■삼베수세미올 - 각 4,000원

건포마사지용 삼베샤워타올



■삼베샤워타올 - 각 15,000원

· 품명 - 예고은 삼베 사워 타올
· 재질 - 햄프사, 죽사
· 용도 - 세안 및 전신목욕, 때밀이, 냉수마찰, 스포츠타월, 등산할 때 ,환자목욕시사용, 건포마사지용
· 규격 - 전신용 (30cm x 130cm)



'건포, 습포 마사지' 특징

10분 정도 마른 수건 또는 젖은 수건으로 손발 끝에서부터 심장 쪽으로, 배꼽을 중심으로 둥글게 피부를 마사지 합니다. 외출 후 샤워 전 워밍업으로 건포마사지를 해주면 몸의 신진대사가 왕성해지고 혈액순환이 활발해져 체내에 독소가 쌓이는 것을 막아주는 효과가 있습니다. 또한, 피부 보호 및 면역력 향상에도 좋고, 감기도 예방할 수 있습니다

■올바른 마사지법

· 여름에는 냉수마찰, 겨울에는 건포,습포 마찰을 권합니다.
· 냉한 체질은 건포, 습포마찰이 좋고 열이 많은 사람은 냉수마찰이 좋습니다. 단, 열이 많은 사람은 건포마사지를 무리하게 하지 말고, 면역력이 떨어진 사람은 냉수마찰을 피합니다.
· 예민한 피부는 문지르는 것에 자극을 받아 피부질환이 생길 수 있으니 주의 합니다.
· 상처나 피부질환시 문지르지 말아야합니다.



■건포 마사지의 효과

* 혈액순환 및 피부 신진대사를 좋게 합니다.
* 피지분비가 줄어드는 피부에 피지선의 기능을 활발히 해줍니다.
* 지치고 활력 없는 피부에 탄력과 윤기를 부여 합니다.
* 피부의 더러움과 묵은 각질을 제거해 줍니다.
* 거칠어질 의심은 버리세요. 비누독이 안 쌓이니 피부가 좋아집니다.
* 죽은 세포나 피지가 매일 제거가 되어 때가 안 낍니다.
* 몸의 때는 비누 때로 인해 생깁니다. 비누 때가 없어지므로 때가 안 낍니다.
* 환자목욕용으로 사용해도 좋습니다.

현불샵 특별 할인 세트 30,000원
(세트 구매시 배송비 무료 + 추가 할인)

■구성 : 삼베훼이셜타올 + 삼베수세미 + 삼베샤워타올 + 삼베항균비누 3개



현대불교 현불샵 | 서울시 종로구 안국동 175-87 안국빌딩 6층
T. 02)2004-8216 / F. 02)737-0696
www.hyunbulshop.com

돌잔치, 환갑, 칠순 등 각종 행사용 선물로 아주 좋습니다