

이기는 삶

배려

인생을 잘 살아가는 비결은 좋은 인간 관계를 만들어 가는 것이다. 인간관계에서 느끼는 따뜻한 배려의 마음은 활력의 근원이며 살아가는 힘이 된다. 아직 아물지 않은 상처가 있는 사람은 따뜻한 배려의 마음으로 상처를 치유할 수 있고 또 자신감이 없는 사람은 자기 안에 내재한 힘을 깨달아 나도 할 수 있다는 자신감을 회복하게 된다. 더불어 살아가는 인생길에 서로 배려하는 마음으로 살아가면 다른 사람은 물론 나 자신을 위해서도 더 건 강하고 마음 가벼운 삶을 살아가는 데 도움이 될 것이다.

서로 배려하기 위해서는 가장 먼저 따뜻한 마음이 필요하다. 누군가 물질적으로나 물리적으로 힘을 보태주어서 나에게 큰 도움이 되었다 하더라도 그 사람이 냉랭한 태도로 나를 깔보고 있다는 느낌이 든다면 고마운 생각보다는 내가 잘못해서 민폐를 끼치는 바람에 나를 향하여 화를 내고 있다고 생각하게 될 것이다. 그

러므로 상대방이 나의 행동을 배려로 받아들이게 하려면 거기에 '따뜻함'이 동반되어야 한다.

그러므로 어려움에 처한 사람에게 따뜻한 위로의 말을 전하는 것도 상대방에 대한 배려이다. 그런데 무슨 말을 해야 상황에 맞는 말인지 막막할 때가 있다. 그때는 그저 옆에 함께 있어 주는 것만으로도 큰 위료가 된다. 꼭 무슨 말을 해야 위료가 되는 것은 아니다. 상대방의 기분은 고려하지 않은 채 위로한답시고 하는 말들이 오히려 상대방을 괴롭히는 일이 될 수가 있다. 그냥 조용히 있고 싶는데 옆에서 계속 뭐라고 말을 하는 것은 결코 상대방을 배려하는 마음이 아니다. 따뜻한 미소와 상냥한 표정으로 사소한 친절을 베푸는 것으로 마음을 전달하면 된다.

거절도 배려가 될 수 있다. 거절을 배려라고 하기에는 좀 생뚱맞은 것 같지만, 때로는 상대방의 부탁을 거절하는 것도 좋은 배려다. 상대방의 부탁을 받으면 무조

건 승낙해야만 상대방과 관계가 깨지지 않는다고 생각하는 사람이 많다. 물론 여유가 있을 때는 남의 부탁을 들어주는 것도 좋지만 여건상 도와주기 힘들 때나 도저히 마음이 내키지 않을 때는 거절할 수밖에 없다. 다른 사람과의 유대관계를 위하여 모든 일에 "예스"라고 대답할 필요는 없다. 내가 할 수 없을 때는 거절하는 것도 유대관계를 중시하는 행동이다. 상대방의 부탁도 중요하지만, 나의 생활이 더 중요하기 때문이다. 그러므로 부탁을 받아놓고는 거절하지 못해서 시간을 끌며 고민하기보다는 나의 현재 상황을 냉정하게 생각해 보고 못 하겠으면 빨리 거절해야 상대방이 다른 방법을 찾을 수 있다. 그러므로 거절도 하나의 좋은 배려가 된다.

또 하나, 흔히 배려라고 착각하는 것이 있다. 상대방을 위한답시고 상대방의 입



장을 고려하지 않은 채 상대방의 일에 함부로 뛰어들어 상대방에게 압박감과 고통을 느끼게 하는 것은 결례다. 자신의 생각과 실제로 상대방이 느끼는 것은 다르기 때문이다. 반대로 다른 사람과 유대관계를 맺지 않으려는 자세 또한 적절치 않다. 상처받을까 염려가 되어 다른 사람과의 거리를 두고 나와 관계없는 일은 아예 무관심으로 일관하는 태도는 정말 좋지 않다. 나의 도움이 필요하다면 기꺼이 도움 준비가 되어 있어야 지금까지 나를 배려해 주신 분들에 대한 감사를 아는 사람이라고 할 수 있다.\*

누구나 쉽게 공부할 수 있는 기초 전도 영어

두 가지 마음이란 무엇인가?  
What is the two kinds of spirit?

세상에는 두 개의 영이 있습니다. 하나님의 성령과 마귀의 악령이 그것입니다.

▶ There are two kinds of spirit in the world: God's Holy Spirit and Satan's evil spirit.

하나님의 영은 우주 그 자체이며 절대 선의 영입니다. 하나님의 영은 인간의 마음에 양심으로 존재하고 계십니다.

▶ God's spirit is the cosmos and the absolute good spirit. The spirit of God is dwelling in the human mind as a form of conscience.

그래서 모든 사람이 스스로의 양심을 통해 잘못된 행동을 부끄럽다고 느낍니다.

▶ So everyone feels shame for his wrongdoing through his conscience.

실제로, 하나님의 영인 양심 덕분에 우리는 살고 있습니다.

▶ In reality, thanks to conscience, which is the spirit of God, we are alive.

마귀는 악령이며 사망의 영입니다. 성경은 마귀가 사망권을 쥐고 있다고 말합니다.

▶ Satan is the evil spirit and the spirit of death. The Bible says Satan holds the power of death.

마귀의 영으로 말미암아, 인간들은 죽고 마귀는 또한 인간의 마음속에 살고 있습니다.

▶ Because of Satan, humans die and Satan also lives in the human mind.

'나라는 의식'이 실제로 마귀의 영입니다.

▶ 'Self-awareness' is actually the spirit of Satan.\* by Alice

피와 마음의 상관관계



피가 몸을 만들고 건강과 생명활동을 좌우한다는 것을 어느 정도 이해했을 것이다. 그런데 피가 마음과 무슨 상관이 있는가 하는 문제는 다소 의아하게 생각할 수도 있겠다.

대다수 사람들이 잘 모르는 이 마음과 피, 피와 마음의 상관관계를 이해하는 것이 인간의 생로병사를 해결하는 중요한 단서를 제공받게 되는 시발점이다.

사실, 피하면 떠올리는 것이 붉은 액체의 물질로만 연상하는 것이 보통이다. 그러나 피는 우리가 알고 있는 상식보단 훨씬 오묘하고 신비한 물질이다.

사람에게 피가 부족하면 빈혈증상이 일어난다. 힘을 못 쓸 뿐만 아니라 기억도 제대로 못한다. 피가 일정량 이상 없으면, 곧 죽음이다. 피를 잘못 수혈해도 정신적 충격(쇼크)을 받아 죽는다는 사실, 이 부분이 의학상식이 없는 사람에게는 다소 이해가 잘 안 가는 부분이다. 왜 피를 많이 쏟거나 빈혈로 의식이 흐려지고, 피를 잘못 수혈하면 쇼크사를 일으키는 것 등 피와 의식 간의 밀접한 관계는 무엇인가?

피가 단순한 물질이 아니라, 마음과 정신작용을 유발하는 것이라는 것을 짐작할

수 있다. 이는 피가 힘의 원천인 동시에 의식과 정신작용을 일으키는 원천이기도 한다는 것을 입증하는 단서가 된다.

보통 피가 모이는 장소를 핏 주머니를 의미하는 혈장(血漿)이라 하지 않고, 마음 주머니라 하여 심장(心臟)이라 부르는 것도 피가 의식을 내포하고 있다는 사실을 옛 선조들은 직관적으로 알고 있었던 것이다.

이는 비단 우리나라뿐만 아니라 영어에 있어서도 heart라는 단어는 심장과 마음이라는 뜻으로 동시에 쓰이고 있다.

피가 곧 정보(유전자)

인간의 피가 마음(의식)을 내포하고 있다는 사실은 다음과 같은 신기한 일화에서도 찾아볼 수 있다.

625 전쟁 때, 강원도 어느 마을에서 북한군들이 사람들을 총살시켜 몽땅 구덩이에 파묻은 적이 있다고 한다. 그런데 팬티만 입고 사살하였기에 시체는 얼굴을 알아볼 수가 없을 정도로 써서서 그들의 유가족들은 자신의 가족의 시신을 분별할 수가 없었다고 한다. 그래서 유가족들의

할아버지들 중에 경험 많은 분이 제안하여 가족의 시신을 찾기 위해서 다음과 같은 방법을 썼다고 한다.

즉, 각 시체에서 조그마한 뼈를 하나씩 잘라 나란히 물에 담근다. 그리고는 유가족들이 차례로 자신의 피 한 방울로 그 물속에 떨어뜨린다. 그러면 그 피가 신기하게도 그의 가족의 뼈로 파고들어 간다고 한다. 그렇게 하여 비로소 그의 가족의 시체를 찾기에 이르렀다고 한다.

위 이야기는 피가 단순히 붉은 액체만을 의미하는 것이 아니라 여러 가지 요인, 그 가운데서도 기억과 같은 정보(의식)를 내포하고 있다는 사실이다.

또한 우리는 상식적으로 혈액형에 따라 마음의 유형과 성격이 구분되어진다는 사실을 어느 정도 알고 있다. 우리는 가끔 친구나 처음 만나는 사람에게 "혹시 혈액형이 A형(혹은 B, O, AB)이 아니냐?"고 질문을 한다. 그러면 상대방으로부터 "그것을 어떻게 알았냐?"고 대답을 듣곤 한다. 이

러한 경험은 누구에게나 있을 것이다.

또 신문이나 잡지책을 보면, 혈액형과 성격 사이의 관계를 연구해 놓은 칼럼을 우리는 종종 본다. 보통 혈액형이 A형인 사람은 꼼꼼하고 신중하다고 하고, B형은 사교적이라고 하며, AB형은 변덕이 심하다고 한다. 또 O형은 과격하고 고집이 세다고 구분 짓는다.

이것으로써 피가 마음과 생각을 일으키기도 하고 의식이 깃들어 있는 물질이라는 것과, 또한 피와 마음(감정)은 떼려야 뗄 수 없는 상관관계를 가지고 있다는 것을 입증하고 있다.

마음의 소재는 어디

동서양을 막론하고 예로부터 마음(영)은 신비에 쌓인 연구 대상이었다. 비록 인간이 부자유스러운 육체 속에 갇혀 살고 있지만, 마음만은 우주를 날고 상상의 나라를 밟고 볼 수 있는 자유스러운 그 무엇이 있기 때문이다. 이 신비스런 마음의 작

용과 실체를 파악하는 것이 인간의 모든 문제를 해결할 수 있는 핵심이라는 데에는 동서고금의 지식인들의 공통된 견해다.

과거에 우리는 이 마음이 육체와 별개라는 생각이 지배적이었다. 그래서 육체의 건강을 다루는 데는 능숙했으나, 마음을 다루는 데는 서툴렀다. 지금까지 인간이 지 못했던 이유와 원인이 이 마음의 실체를 분명하게 알지 못했기 때문이라는 것은 전혀 엉뚱한 얘기가 아니다.

과연 마음은 육체 어디에 존재하며 인간에게 어떠한 영향을 미치는 것일까? 이 마음의 위치와 작용을 알아내기 위해 수많은 사람들이 매달려 왔다는 것은 새삼스런 얘기는 아니다. 바로 마음은 핏속에 내재되어 있다는 것은 놀라운 사실이다.

피로써 살과 뼈가 만들어지고 몸이 형성되기 때문에 사실은 마음은 육체 전체에 뻗어 있다고 해도 무방하다.

그래서 우리 인체 어디를 침으로 찌러도 아픔을 알아채는 감각작용을 불러일으킨다. 피가 모이는 장기인 심장에서 전신으로 혈액을 공급하는 심장(心臟), 이를 사랑의 심볼로 그려 사용한 것만 보아도 피가 마음이라는 사실을 드러낸 것이다. 반면 현대 의학은 마음이 뇌에 있다고 강력히 주장한다. 다소 핵심을 벗어난 얘기가 다. 마치 뇌는 컴퓨터의 정보를 띄우는 부팅(발행)기계장치다. 정보가 없으면 아무리 컴퓨터를 구동시켜도 어떤 내용도 인식할 수 없는 것과 같다.

인간 자신에 대한 탐구를 도외시한 채 첨단 과학과 기술에만 의존하고 맹신하다가 지칫 위험에 빠질 수 있다.\*

**새책이 나왔습니다!**  
교보문고, 일라딘에서 판매 중

저자 **석추담 스님** \* 승리신문 편집부  
정가 15,800원 \* 도서출판 **해인**

팔만대장경의 비밀장수정판

甘露 감로의道 도로서만 생로병사 해탈하리라

기존불교를 뒤엎는  
석가세존의 말씀,  
“나와 석가를 버리고  
보살마하살을 찾아가라”

3000년 만에 해독되는 '이자삼점'

열반경만 왜 유독 비밀장(秘密藏)이라고 했을까?  
불교계는 왜 열반경을 드러내지 않고 감추려고만 하는가!

- 열반경 상 보살마하살은 석가를 지칭하지 않는다.
- 불법승 삼보는 진삼보(眞三寶)가 아니다.
- 석가세존은 열반에 들지 못했다.
- 석가세존은 감로(甘露)의正道(正道)를 설하지 못했다.