



고민을 말해줘

생명의 나무

▲Goodbye Stress

▼일기 '긴하루'

고민 마이너스

Goodbye Stress

빙고 '그런 편견은 버려라'

네번씩 친구사이 → 용인나극중

좋은 친구 있으면 소가시너래

2005 | Winter | 제8호

# 사람이 꽃보다 아름다워



열린상담  
031 214 7942  
천 구 사 이

수원시자살예방센터  
경기도 수원시 팔달구 매산로 3가 43-1 2F  
TEL 031-228-7942 Website www.csp.or.kr

 수원시자살예방센터  
CENTRE FOR SUICIDE PREVENTION

# Contents



- 03 편집자의 글
- 04 CSP 초대석 \_ 성숙한 죽음문화가 자살을 예방한다  
/ 정진홍(한림대학교 한림과학원 특임교수)
- 06 CSP NEWS
- 10 CSP 상담통계 \_ 2005년 9월 ~ 2005년 11월
- 12 아름다운 사람 \_ 봉사(奉仕)의 사명으로 푹푹몽친 그가  
살기 좋은나라, 튼튼한 성을 쌓는다
- 14 기획테마 \_ 자살예방 in Taiwan
- 18 Cartoon
- 19 CSP ZONE \_ CSP 사람들 · 사랑합니다 사랑합니다  
에세이 · 아이를 키우며  
CSP Junior · 아름다운 사람지킴이 농촌봉사  
활동에 나서다
- 26 CSP NETWORK \_ “청소년동반자 프로그램”은 위기에 처한  
물고기를 구하는 그물
- 28 Safe suwon II \_ 어린이가 안전한 도시, 수원!
- 30 지역사회와 함께하는 CSP \_ 10월 시민공개 워크샵  
“준비한 인생, 행복한 노년”
- 31 REVIEW \_ in the Music / Old & Young /  
in the Book / in the Movie
- 40 거기에 내가 있었네 \_ 드넓은 눈밭 대관령
- 42 생명의 나무 \_ Focus 집중하라!

사람이 꽃보다 아름다워 통권 8호  
 발행일 2005년 12월 20일  
 발행처 수원시자살예방센터  
 발행인 이영문 편집인 이디·백민정·전관구  
 주 소 경기도 수원시 팔달구 매산로3가 43-1 2F  
 TEL 031-228-7942

수원시자살예방센터는 수원시 안전도시사업  
 (safesuwon.or.kr)의 일환으로 운영되고 있습니다.

\* 이책에 수록된 내용을 전재하거나 활용하고자 할 때는 반드시  
 수원시자살예방센터와 상의해주시기 바랍니다.

## 겨울산 오르기

일 년이면 겨우 네 번 또는 다섯 번, ‘등산’이라 이름 붙여 산에 오른다. 지자(智者)도  
 인자(仁者)도 못되는 까닭에 동네 뒷산 오르는 것도 쉽지 않다. 그나마 유독 한 계절에만  
 ‘산으로 산으로’ 마음이 동할 뿐이며, 시간을 핑계 삼은 몇 차례의 무박산행이 고작  
 이지만 그 기억들은 하얀 백설기처럼 든든한 것이어서 일 년을 버틸 수 있을 만큼  
 내겐 충분하다.

새벽이 되기도 전에 오르는 산은 처음에는 무섭도록 푸르다가 이내 그 하얗고 보드  
 라운 손길로 사람들을 품어 안는다. 눈은 밤새 내려 길을 감추고 새로운 길 찾기를  
 종용한다. 잠시 멈춰 서서 하늘이라도 우러를 양이면 하늘인지 나무인지 나인지 알  
 수 없도록 큼지막한 눈송이가 내려와 지나온 발자국조차 감추는데, 앞서 지나간 사람의  
 감흥이 컸던 것일까. 저만큼 윤기 흐르는 뗏잎 하나 보인다.

지난해 겨울, 겨울산에 오르듯 설레며 「사람이 꽃보다 아름다워」에 첫 손길을 보냈  
 었다. 일 년이 지나 다시 겨울호를 만들며 돌아보니 겨울, 봄, 여름, 가을 다시 겨울.  
 다섯 권의 책엔 참으로 많은 분들의 사랑과 배려가 담겨 있다. 세상을 아름답게 하는  
 아름다운 사람들의 이야기들을 보고 듣고 전하면서 부디 그들을 닮아가고 있는 나이  
 기를 소망해본다. 뒤이어 길 찾는 사람에게 윤기 흐르는 뗏잎 보여지기를, 두 팔 벌려  
 한 바퀴 빙그르르 겨울산 넓은 품을 휘저어본다.

# 성숙한 죽음문화가 자살을 예방한다

정진홍  
한림대 한림과학원 특임교수, 종교학

## 죽음문화, 그 성숙함과 천박함

개인의 삶이 성숙한 삶과 미숙한 삶이 있듯 공동체의 삶도 성숙한 삶과 유치한 삶이 있습니다. 문화도 그렇습니다. 죽음과 관련한 사람들의 태도에서도 우리는 하나의 문화가 성숙한 죽음문화를 지니고 있는지, 아니면 천박한 죽음문화를 가지고 있는지 판단할 수 있습니다. 그리고 죽음문화가 천박해지면 그것이 죽음을 천박하게 하는 것에 그치지 않고 삶 자체를 아주 구겨버리고 만다는 것 또한 확인할 수 있습니다.

사람은 누구나 죽습니다. 아니, 도대체 살아있는 것은 죽기 마련입니다. 그것이 자연의 섭리입니다. 누구도 자기가 죽는다는 것을 모르지 않습니다. 하지만 참으로 알 수 없는 것은 '어는 것'과 내가 그것에 대하여 취하는 '태도'는 언제나 일치하지 않는다는 사실입니다. 내 삶의 귀결이 당연히 죽음이라면 우리는 누구나 죽음을 예사롭게 맞아야 합니다. 하지만 우리는 죽음을 두려워합니다. 죽음은 끝입니다. 그것은 '더 이상 아무 것도 없음'이라고 하는 소멸을 의미합니다. 그래서 죽기 싫습니다. 두렵습니다. 자살도 다르지 않습니다. 견딜 수 없는 삶의 멍에를 벗어 버릴 수 없다고 판단할 때, 죽으면 다 끝인데, 죽어버

리면 이 집에서 벗어날 수 있을 듯합니다. 죽어버림, 그것은 문제를 푸는 일이 되고, 죽음은 삶의 문제를 해결하는 수단이 됩니다.

그러나 성숙한 죽음관을 가진 삶의 자리에서는 죽음을 이렇게 받아들이지 않습니다. 죽음을 더 깊이 생각하고, 죽음현상체가 삶의 자리에서 삶에 어떤 영향을 주는지 되살피고, 죽음을 어떻게 맞을 것이 바른 삶의 태도인가를 모색하면서 잘, 아름답고 의연한, 그리고 덕이 되는, 그러한 죽음을 죽는 것이 사람의 도리라고 생각하게 되면 죽음 그것 자체가 아니라 삶 자체가 온전하게 됩니다. 죽음을 귀하게 여기면 삶이 귀하게 됩니다. 성숙한 문화는 죽음을 보람 있는 삶을 살기 위한 성찰의 준거로 삼아 삶을 착하고 아름답고 바르게 가꾸려는 계기로 삼습니다. 그러나 유치하고 천박한 문화는 그 죽음을 '죽임'과 '죽어버림'으로 이해하면서 삶을 그러한 것들로 가득 채워 버립니다. 가학적(加虐的)인 폭력과 자학적(自虐的)인 폭력이 죽음문화의 내용을 이룹니다. 삶이 어수선해지고, 사람들이 자신의 삶을 어떻게 추슬러야 할지 모르고 당혹해할 수밖에 없게 됩니다. 죽음문화는 분명하게 이렇게 성숙한 죽음문화와 천박하고 유치한

죽음문화로 구분해 서술할 수 있는 모습을 드러내고 있습니다.

## 자살, 슬프고 철없는 자학, 그리고 무책임한 연민

자살은 죽음이 무언지 생각해본 적이 없는, 바로 그렇기 때문에 한번도 산다는 것이 무언지 생각해본 적이 없는, 철없는 사람만이 저지를 수 있는 일종의 자학입니다. 우리는 흔히 자살한 사람의 '자살에 이르기까지의 고뇌'에 대하여 공감하고 아파합니다. '오죽하면~'이라고 우리는 말합니다. 그러나 분명한 것은 그 특정한 자살자의 '문제'가 유독 그에게만 있었던 것은 아닙니다. 분명한 것은 그들 모두가 자살하지는 않는다는 사실입니다. 중요한 것은 '죽어야겠다'는 생각은 했어도 '죽음이 무엇인지'에 대해서는 충분히 생각하지 않는 것이 자살하는 사람들의 일반적인 '삶 인식'이라는 사실입니다. 바로 성숙하지 못한 모습입니다. 죽음은 삶이 마침내 도달하는 귀결이지 그것이 삶을 거스르면서 파괴할 수 있는 것은 아니라는 것, 죽음은 죽음자체가 결코 단절된 하나의 사건이 아닐 뿐만 아니라 죽는 자에게만 한정된 개인의 사건일 수도 없다는 것, 그러므로 죽음이 초래할 관계구조 전체의 상처와 고통과 파괴까지도 생각하면서 자신의 죽음을 응시할 수 있어야 한다는 것, '죽어버리면 모든 내 고통이 소멸되고 말 거니까 이 아픔의 소용돌이를 벗어나는 길은 오직 죽어버리는 것이다'라는 '결단'은 실은 '죽으면 해결된 삶이 펼쳐지는 것'이 아니라 '죽으면 삶 자체인 자기조차 없지는 것'이라는 것을 간과한 자기기만적 어리석음의 감행이라는 것, 이러한 것들이 자살하는 사람에게 는 것들 여유가 없습니다. 그러므로 자살한 사람의 자리에 서 보면 참 송구스러운 말씀이지만 '철없는

자학'의 모습만이 완전합니다. 가슴 아픈 일입니다. 우리는 어떤 자살자의 죽음에 대해서도 무관할 수 없습니다. 자살한 사람의 옆에서 그 사건과 직면하면서 우리가 지녀야 할 가장 중요한 것은 그가 그렇게 죽을 수밖에 없는 상황 속에 나 또한 있었다면 그때 나는 어떤 모습으로 그와 이어져 있었는지를 되살피보는 일입니다. 왜냐하면 우리는 그 누구도 그 죽은 자와 단절되어 있지 않기 때문입니다. 다시 말하면 우리가 무의식적으로 형성한 우리의 죽음문화가 성숙하지 않았기 때문에 그러한 일이 빈번하게 일어난다고 하는 사실을 철저히 자각하는 일이 우리의 할 일인 것입니다.

## 자살을 예방하기 위해 무엇을 어떻게 할까?

그렇다면 자살을 예방하기 위해 무엇을 어떻게 해야 할까요. 대답은 의외로 쉽습니다. 죽음을 가르쳐야 합니다. 죽음이 무언지 우리 서로 이야기하도록 해야 합니다. 그러나 분명한 것은 죽음이 삶과 단절된 현상은 아니라고 하는 사실입니다. 그렇기 때문에 죽음자체만을 삶으로부터 떼어놓고 이야기하는 경우는 거의 없습니다. 지혜로움에 담긴 죽음담론은 언제나 '삶 안에 있는 죽음'을 다룹니다. 성숙한 죽음문화가 이루어지기 위해서는, 그래서 자살이라는 철없는 자학의 비극이 일어나지 않게 하기 위해서는, 그리고 마치 방관자처럼 그 아픈 죽음을 넘겨버리지 않기 위해서는, 우리는 삶을 이야기해야 합니다. 삶을 가르치고, 삶을 생각하게 하고, 삶을 되살릴 수 있게 하고, 삶을 살답게 살도록 해야 합니다. 특히 '젊은이들의 자살'과 직면하면서 우리는 우리를 철저히 되살려야 합니다.

〈출처: 제2회 생명존중 및 자살예방을 위한 범국민 대토론회 자료집, 한국자살예방협회〉

2005

- 9월 1일 | 시민공개워크숍 ‘대인관계를 위한 감수성훈련’(강 용 - 수원 생명의 전화 원장)이 열린다.
- 9월 2일 | ‘정신학과 지역사회 자살예방’이라는 주제로 이영문 센터장의 강의가 제24차 한국 생명의 전화 전국대회에서 열린다.
- 9월 3일 | 청소년자원봉사자 ‘아름다운 사람지킴이’ 1기의 수료식과 2기의 오리엔테이션.
- 9월 12일 | 수원구치소에서 출소자를 위한 생명존중 사상 교육(김명식 CSP임상심리학자)을 실시하다.
- 9월 27일 | 정신보건전문요원과 함께하는 자살예방세미나를 개최하다.
- 9월 30일 | 수원시 중학교 학교장과의 간담회를 갖고 청소년자살예방프로그램을 소개하다.
  
- 10월 5일 | 경인일보 공동캠페인 자살예방정보12편 ‘우울증 치료하기 ②-우울증의 개념과 증상’ 이 게재되다.
- 10월 8일 | ‘모든 생명은 소중해요’ 라는 주제를 가지고 수원화성문화축제 시민퍼레이드에 참가하다.
- 10월 14일 | CSP의 새로운 홈페이지가 오픈하여 4주간의 시험가동에 들어가다.
- 10월 22일 | CSP 청소년자원봉사프로그램. 자원봉사기본교육을 실시하다.
- 10월 26일 | 청소년자살예방을 위한 수원시 중고등학교 학부모 간담회를 갖다.
- 10월 27일 | ‘아름다운 노년을 위한 준비’(노년전문가 유 경)라는 주제로 10월 공개워크숍이 열린다.
- 10월 29일 | 나곡중학교 3학년을 대상으로 청소년자살예방교육 ‘친구사이’ 를 실시하다.
  
- 11월 19일 | CSP 청소년자원봉사프로그램. 심폐소생술의 이론과 실습.
- 11월 25일 | 우송대학교 의료사회복지학과 학생을 대상으로 지역사회자살 예방과 자원봉사 (간사 김연숙)란 주제로 강의하다.
- 11월 26일 | CSP 온라인상담원 사례연구를 갖다.
- 11월 30일 | 교사 및 교직원들을 위한 자살예방상담학교를 개최하다.

## [ ‘나눔’있어 더 따뜻한 겨울 무대 ]

12월 10일 오후 7시 서울 일원동 태화기독교사회복지관에서 창작뮤지컬 ‘마리아와 함께하는 뮤지컬 콘서트’가 열렸다. 이 공연은 남편의 학대로부터 피신한 여성과 그 자녀들을 보호하는 태화여성성터를 후원하기 위해 마련한 자리. 또한 서울예술단은 크리스마스의 나눔 정신을 보다 감동적으로 전달하기 위해 장애 우와 전문 뮤지컬 배우가 함께 꾸미는 뜻깊은 무대를 선보였다. 공개오디션을 통해 선발된 5명의 장애우가 찰스 디킨스 원작의 ‘크리스마스 캐롤’에 출연해 열연을 펼쳤다. 그동안 공연무대에서 외면당한 장애우들에게 재능을 발휘할 기회를 제공한 것으로 장애우가 전문단체의 뮤지컬 배우로 무대로 서는 것이 이번이 처음이다. 이달 11, 12일 안산문화예술의 전당 달맞이 극장, 23~30일 서울 예술의 전당 토월극장에서 공연한다.



## [ 아름다운재단 ‘송년모임 1% 나눔’ 캠페인 ]

아름다운재단은 12월 1일부터 한 달간 연말행사 비용의 1%를 기부하는 ‘송년모임 1% 나눔’ 캠페인을 펼친다. ‘송년모임 1% 나눔’ 캠페인은 가족·동호회·기업 등이 성탄절 파티나 송년회 등 연말 모임을 할 때 회비나 예산 일부를 재단에 기부해 소외된 이웃을 돕는 행사로, 지난해에 이어 2번째다. 아름다운재단측은 “소비로 얼룩진 송년모임 대신 우리 주변의 소외된 이웃을 생각하며 나눔을 실천하는 것이 연말의 의미를 더욱 살릴 수 있는 길”이라고 캠페인 취지를 밝혔다.

## [ 올 크리스마스에 ‘집배원 산타클로스’ 등장 ]

12월 23일과 크리스마스 이브인 24일 서울 광화문우체국과 강남우체국 소속 집배원 400여명이 산타클로스로서 변신, 우편배달 업무를 한다. 지난해 크리스마스에 집배원 20여명이 시범적으로 산타복장을 입었던 것이 좋은 호응을 얻어 올해엔 400여명으로 숫자를 크게 늘린 것. 산타복장의 집배원들은 우편배달 업무외에도 주머니에 가벼운 선물을 준비해 거리에서 만나는 어린이들에게 나눠주고 사회복지시설을 찾아 정성껏 마련한 선물도 전달한다. 또 거리에서나 배달장소 등에서 만나는 고객들과 사진도 함께 찍는 등 즐거움도 선사할 예정이다. 두 우체국 창구직원들도 산타복장으로 고객을 만나며 희망할 경우 우편물에 일반 스탬프 대신 산타클로스 모양의 스탬프를 찍어 준다.

## [ 센터 뉴스 ] 자살예방세미나 - 정신보건전문요원들과 함께



지역사회 일선에서 활동하는 정신보건 관련 업무 종사자와 함께 우리사회의 자살문제에 대한 실천적 대안을 찾아보기 위한 자살예방세미나가 지난 9월 27일 아주대학교 병원 아주홀에서 열렸다. 본 세미나는 수원시자살예방센터장 이영문 교수의 '자살 예방과 지역사회의 역할'을 시작으로 사회학적으로 바라본 자살, 자살위기 상담기법, 자살로 사랑하는 사람을 잃은 남겨진 사람들 등 자살과 관련된 다양한 시각과 의견을 공유하는 시간으로 진행되었다.

## [ 청소년자원봉사자 아름다운사람지킴이 ]

### 42회 수원화성문화축전 시민퍼레이드에 참가

올해 42회째를 맞이하는 수원화성문화축전의 시민퍼레이드에 참가한 수원시자살예방센터 청소년자원봉사자 '아름다운 사람지킴이'는 '모든 생명은 소중해요'라는 주제를 가지고 퍼포먼스를 펼쳤다. 다양한 사람들의 모습을 표현할 수 있도록 여러가지 직업과 다양한 연령대로 분장하여, 사람들의 모습은 다르지만 모든 생명은 소중하다는 메시지를 전하여 퍼레이드를 관람한 시민들로부터 좋은 반응을 얻었다.



## [ 청소년자살예방교육 친구사이, 네번째 ]



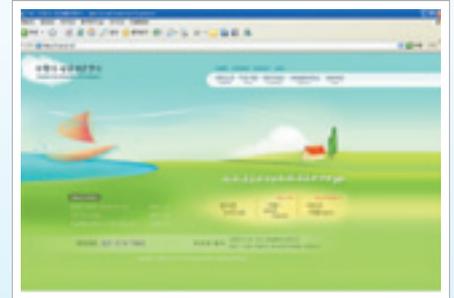
### 용인 나곡중에서 실시

청소년자살예방교육 '친구사이'의 네번째 시간이 10월29일 용인 나곡중학교에서 열렸다. 3학년 학생 120여명과 함께한 이 교육에서 자살에 대한 오해와 편견, 자살 방어요인과 위험요인 및 자살의 징후를 알아보았으며 친구들과 함께 고민을 나누고, 반말로 스트레스 대처법을 체험해보는 등 다채로운 프로그램들이 진행되었다.

## [ New home page open ]

### 실시간 채팅상담실 시범운영 시작

수원시자살예방센터의 새로운 홈페이지가 문을 열었다.(www.csp.or.kr) 좀 더 이용하기 쉽고 다양한 자료를 제공하기 위해 새 단장을 한 홈페이지에는 센터소개와 자살 예방관련 정보와 인터넷상담을 제공하고 있으며 10월28일부터는 홈페이지를 통한 실시간 채팅상담실 운영을 시작하였다. 본 상담 이용시간은 매주 월~금요일, 오후 1시~6시이며 12월 말까지 시범적으로 운영 된다.



### 교사·교직원 청소년자살예방상담학교

11월 30일 수원동성중학교 솔샘터 강당에서 교사·교직원을 위한 청소년자살예방 상담학교가 열렸다. 일선학교에 재직 중인 교사들과 경기도 지역교육청의 전문상담순회교사 등 청소년교육 현장에서 활동하는 실무자를 대상으로 청소년자살예방의 일차적 개입체계 구축을 목표로 진행 되었다.



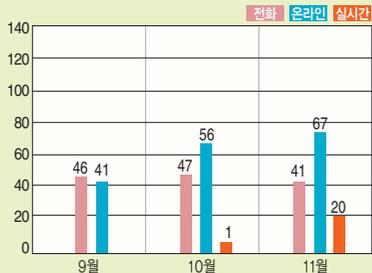
# CSP 상담통계

2005년 9월 ~ 2005년 11월

2005년 9월부터 2005년 11월까지 수원시 자살예방센터에 의뢰된 상담을 전화상담, 온라인상담, 실시간상담 등으로 구분해 정리했다. 또한 2005년 1월부터 11월까지의 누적 상담통계를 상담건수로 비교해보았다. 이 자료는 수원시 자살예방센터에 의뢰된 상담만을 기초로 한 통계이므로 우리나라 전체 통계와 어느 정도 편차가 있다.

전체 상담건수  
319건

2005년 9월~11월 상담건수



전화상담 134건  
2005년 9월 46건 / 10월 47건 / 11월 41건

온라인상담 164건  
2005년 9월 41건 / 10월 56건 / 11월 67건

실시간 상담 21건

전체 상담건수가 지난 6~8월에 비해 50여건 정도 증가했다. 홈페이지 리뉴얼을 통한 온라인의 정비와 실시간 상담실의 시범운영 개시 등으로 자살예방상담실의 기능이 활발해졌기 때문인 것으로 보인다.

성 별

전화상담 134건

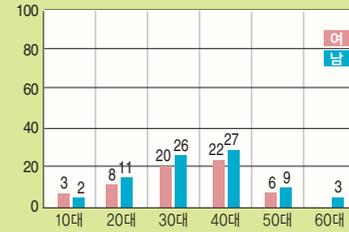


온라인상담 164건



연령대별  
성 별

전화상담 134건



온라인상담 164건



## >> 2005 세계자살예방의 날 설문조사

수원시자살예방센터에서는 세계자살예방의 날인 지난 9월 10일에 수원역 광장에서 수원시민을 대상으로 생명존중 설문조사를 실시했다. 이날 설문조사에는 130명의 시민들이 참여해 자살예방에 대한 생각을 보여주었다.

## >> 자살은 막을 수 있다

"자살은 막을 수 있다"에 대한 시민들의 생각은 비교적 긍정적으로 나타났다. 모두 93명이 자살은 막을 수 있다고 대답을 했는데, 이중 여성은 69명 중 52명(75%)이 남성은 61명 중 41명(67%)이다. 10대 남학생, 20대 직장남성과 직장 여성의 경우 '막을 수 있다'라는 대답보다는 '막을 수 없다'라는 대답이 더 많은 것으로 나타났다.



## >> 자살은 자각이 개인적인 문제다

여성들의 경우 자살이 개인적인 문제인가 물음에 그렇다 21/ 아니다 36/ 무응답 12로 대답해 자살 예방에 대한 사회적 인식이 좀 더 넓은 반면, 남성의 경우는 그렇다 26/ 아니다 29/ 기타6으로 응대해 자살이 개인적인 문제라는데 더 많이 공감하고 있는 것으로 나타났다.

수원시자살예방센터의 자살위기 상담전화 214-7942는 2005년 12월 말로 상담서비스를 중단됩니다. 긴급전화상담은 수원지역의 경우 수원생명의전화(1588-9191)로 해주시기 바랍니다.

# 봉사(奉仕)의 사명으로 똘똘똘친 그가 살기 좋은 나라, 튼튼한 성을 쌓는다

용인 나곡중학교 남기홍 선생님

글 | 전 관 구

오후 6시가 넘어서 찾은 학교는 낮과는 다른 모습으로 어둠과 고요 속에 잠들어있다. 잠든 학교에서 유일하게 살아 움직이는 곳, 환하게 불을 밝히고 있는 교무실이다. 내일을 위해 오늘도 최선을 다하시는 몇 분의 선생님들 가운데 남기홍 선생님이 보인다.

남기홍 선생님은 학교에서는 연구부장 직책으로, 학교 밖에서는 봉사활동으로 누구보다 열정적으로 사는 분이다. '경기도교육자원봉사협의회'와 '한국시민자원봉사회'에서 교육활동 뿐만 아니라 지부운영까지 맡았다. 봉사회에서 선생님이 하시는 일은 학부모지도단의 봉사활동교육과 장기 자원봉사 방안 마련을 위한 계획활동들이다. 혼자서 하기에는 힘든 일들인데, 봉사와 교육에 대한 열정이 남다른 것을 알 수 있다. 그러면서도 항상 지금과 앞으로 자신이 해야 할 일들을 고민한다. 마치 군주가 성을 쌓듯 선생님은 자원봉사의 성을 쌓고 있는 것처럼 보인다. 성을 쌓기 위해서는 먼저 좋은 설계도와 반듯한 벽돌을 가지고 설계에 따라 잘 조립해 나가야 한다. 벽돌을 하나하나 쌓는 과정은 힘들지만 꾸준히 쌓은 성은 최고의 요새가 된다.

설계도는 오래전부터 선생님 머릿속에 그려져 있다. 선생님이 생각하는 자원

봉사의 기본 단위는 가족. 그래서 자신도 주말 활동에 아이들과 함께 다니고, 가족들을 위한 프로그램을 많이 계획한다. 살아오면서 가장 기뻐했을 때가 중학생 아들이 먼저 봉사활동 가져다 했을 때라니 자원봉사에 대한 사명으로 똘똘똘친 듯하다.

선생님의 자원봉사 목표는 사회의 올바른 변화다. 서로 돕는다는 것이 당연한 사회, 누구나 망설임 없이 봉사에 참여할 수 있는 사회가 되기를 바란다. 그때야 비로소 흡족해 할 수 있을 거란다. 자원봉사자의 기본은 철저한 자기관리와 자기 존중. 높고 견고한 성을 쌓기 위해서 단단한 벽돌을 찾는 것과 같다. 자기관리를 못하거나 자신의 소중함을 모르는 사람은 꾸준한 봉사를 할 수 없다는 것이 선생님의 생각이다. 봉사란 곧 자신을 알아가는 자기와의 싸움이란 것이다.

선생님은 '작은 일을 소중히 하는 사람이 큰 일도 소중히 한다'는 말을 새기고 살아간다. 이 역시 옛날 성을 쌓던 장인들의 생각과 일치한다. 선생님의 성은 얼마나 쌓였을까? 교사, 학부모, 학생들과 함께 쌓아가는 선생님 안의 성은 높고 크다. 지금은 저변 확대를 통해 초석을 깔고, 교육이라는 지도 위에 벽돌을 하나하나 올려놓는 단계다. 완성까지는 많은 시간이 걸릴 것으로 보이지만, 많은 사람들이 함께 해주다면 완성도 결코 멀리 않은 미래일 것이다. 필자도 작으나마 도움이 되기로 약속한다. 인터뷰를 마친 시각이 꽤 흘렀건만 선생님은 내일 강연을 위해 다시 의자를 당겨 앉는다. 밤낮으로 학교를 환하게 지켜주시는 선생님이 존경스럽다.



# 자살예방in Taiwan

## 자살률 in Taiwan

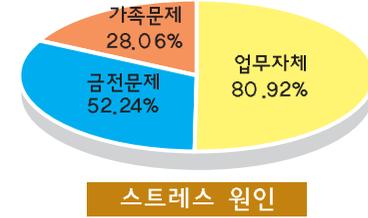


타이완 사망원인별 통계 분석 자료에 의하면 2002년 타이완에서는 인구 100000만 명당 13.59명이 사망, 자살은 10대 사망원인 중 9위에 해당하고 전체 사망률의 약 2.4%를 차지하는 것으로 나타났다.

순위	사망원인	100000명당 사망률	전체사망의백분율
1.	악성종양	52.88	27.05
2.	뇌혈관계 질환	53.46	9.46
3.	심장질환	50.93	9.01
4.	당뇨병	39.26	6.95
5.	사고에 의한 손상	37.79	6.69
6.	간 질환 및 간경변	21.35	3.78
7.	폐렴	20.17	3.57
8.	신장 관련 질환	18.55	3.28
9.	<b>자살</b>	<b>13.59</b>	<b>2.41</b>
10.	고혈압	8.67	1.53

2002년 한 해 동안 자살 사망자 수는 3,053명인데 이는 전년도 대비 9.78%(272명)가 증가한 것이다. 성별 비율을 살펴보면 전체 자살사망자 가운데 남자가 69.24%, 여자가 30.76%를 차지하는데 이 또한 전년도 대비 남자 11.20%, 여자 6.79%까지 각각 증가한 것으로 나타난다. 이 가운데 남자 자살사망자 수와 연간 증가율은 여자의 2배가량 된다. 연령대별로 보면 24세 미만은 전체 자살사망자의 약 7.27%, 25~44세가 38.45%, 45~64세 32.07%를 각각 차지하고 있는 반면 65세 이상의 노년층도 22.21%로 매우 높은 비율을 나타내고 있다.

이 숫자는 전년도 대비 24세 미만의 자살률은 18.1%, 25~44세는 17.1%, 45~64세는 14.2%, 65세 이상은 7.5%이상 증가한 것으로 나타났다. 타이완 보건부 기록에 의하면 20~34세 사이 연령층에 의한 자살시도율은 지난 1994년 인구 100,000만명당 22명이었던 것이 2002년의 경우 37명으로 늘어났다. 타이완의 사무직에 종사하는 사람들 중 약 23% 정도가 높은 직장내 스트레스로 인해 자살 충동을 느끼고 있는 것으로 나타났다. 이러한 스트레스의 원인에는 업무자체 (80.93%), 금전문제(52.24%), 그리고 가족문제(28.06%)순으로 나타났다.



### 중화민국

- ▶면적 : 3만6천 평방킬로미터
- ▶인구 : 약 2천2백만 명
- ▶수도 : 타이베이시(大北市)
- ▶민족 : 한족/원주민
- ▶언어 : 만다린/타이완어/개가어/원주민방언
- ▶종교 : 불교/도교/기독교/천주교
- ▶대통령 : 천수이벤( 水馬)



### Suicide Prevention Research and Development Center

여러 연구결과들을 통해 볼 때 자살을 시도했던 사람이 1년 내 재시도하는 확률이 1%로 이는 그렇지 않은 사람에 비해 100배나 높은 비율임을 지적하고 있다. 타이페이시에서는 지난 10년 동안 꾸준히 증가해 온 자살사망률에 대한 연구 및 대책을 목적으로 타이페이시 정신과학센터에 “자살예방 연구 및 개발센터”를 설립하였다. 센터는 자살에 실패한 이들이 다시 자살을 시도하지 못하도록 자살예방 활동을 펼치고 있다.

타이페이시 23개 병원의 응급실 담당자는 자살행동을 발견한 24시간 이내에 “자살행동 개별사례 신고서”를 작성하고 자살예방연구 및 개발센터에 알려야 한다. 신고서를 받은 후 자살예방 연구 및 개발센터는 개별사례의 특성에 따라 전화와 가정방문을 포함한 상담, 평가, 그리고 필요한 후속조치를 취한다.

### Suicide prevention center in Taipei

최근 타이완에서는 자살시도자의 재시도 숫자가 늘어나는데 반해 국가적 대책의 부재가 지적됨에 따라 지난 11월 1일 타이페이시 Mackay Memorial 병원에 자살예방센터를 오픈했다. 이날 자살예방센터 개소식에 참석한 타이페이시 보건국장 Hou Sheng-mou(侯勝茂)는 자살시도자 숫자가 더 이상 증가하지 않기를 희망한다고 말했다. 타이페이시 자살예방센터장 Liu Hsun-ying(劉珣英)에 따르면 한번 자살을 시도한 사람은 3개월에서 1년 이내에 또 다른 자살시도를 할 확률이 매우 높으므로 이를 예방하기 위해서 가족들은 도구로 사용될 만한 위험한 물건을 치워놓고 환자를 자극하거나 불안하게 하지 않도록 해야 한다. Liu 센터장은 앞으로 타이페이시 자살예방센터는 병원 의료진들을 포함한 직원을 대상으로 자살예방교육과 훈련을 실시할 예정이며 좀더 효과적인 자살재시도 예방을 위해서는 다른 정부산하 단체들과의 연계가 중요함을 역설하였다.

#### Facts:

Mackay Memorial 병원에서는 매년 557명의 자살시도 환자들을 치료하는데 이들 중 80%가 정신과질환을 앓고 있는 것으로 진단받은 이들로써 환자의 50%는 과거 두 번 이상 자살시도경험을 가지고 있다. 과거 자살을 시도했던 환자들 가운데 열 명 중 한 명은 목숨을 끊기위해 계속 시도하는 경향이 있는데 어떤 환자들의 경우 최고 30차례까지 자살을 시도한다. 자살을 시도하는 두 사람 중의 한 사람은 적어도 세 번 이상 목숨을 끊기 위해 자살을 시도하고 매우 다양한 방법들을 동원한다.

### 타이완 보건부 5년 내 자살률 20% 낮추는 목표 설정

당신이 살아있는 한 기회는 주어질 것입니다

There will be chances as long as you live!

2005년 9월 26일 타이완 보건부장관 Chen Chie-jen은 타이완 정부의 생명존중 및 자살예방 슬로건을 홍보하는 기자회견에서 최근 늘어가자 자살률에 대처하기 위한 타이완 정부의 계획을 발표하였다. 국립자살예방센터를 세워 잠재적인 희생자를 조기에 발견하고 적극적인 자살예방활동을 벌여 5년 내 자살률을 20%까지 낮추겠다는 것.

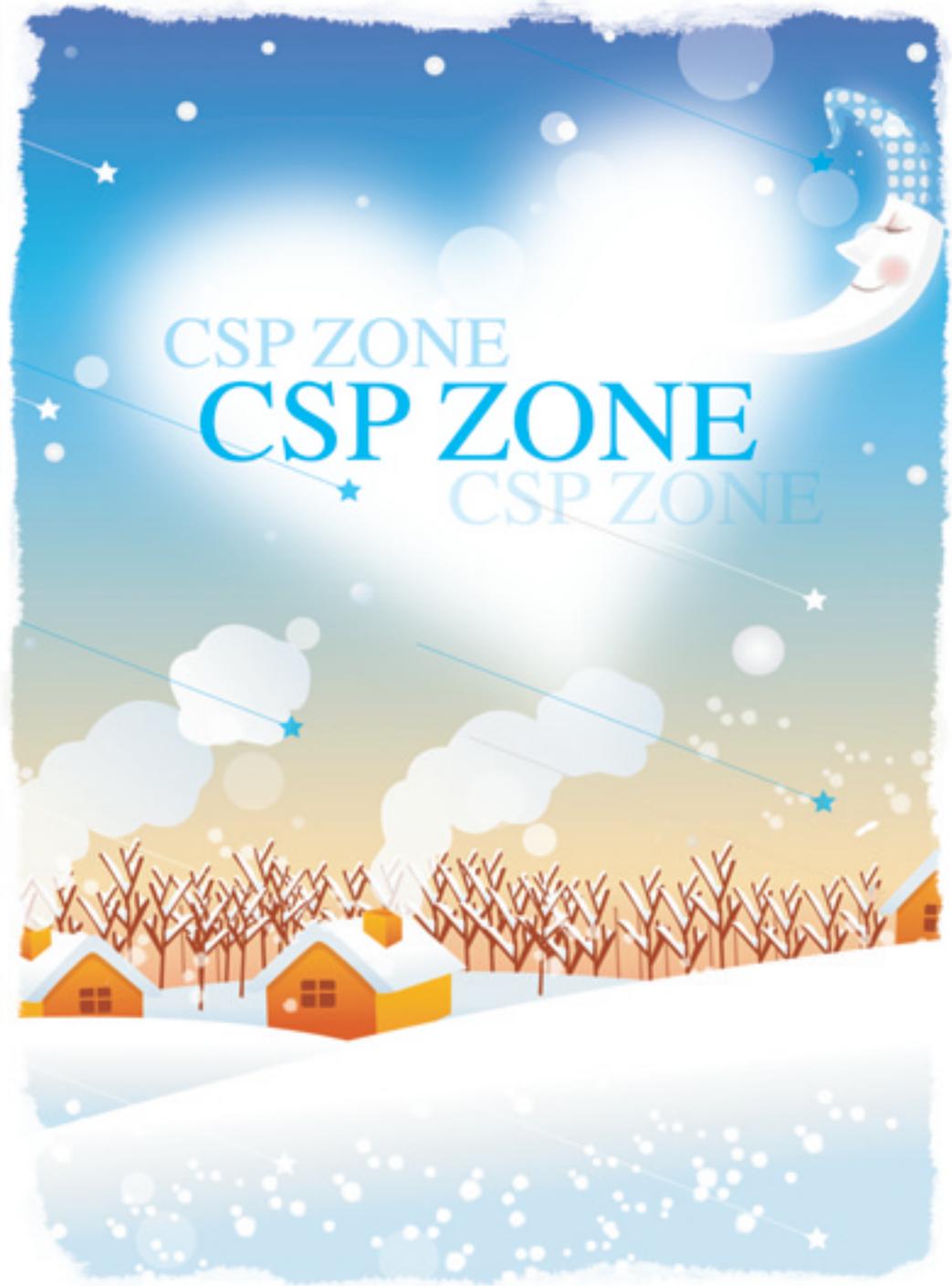
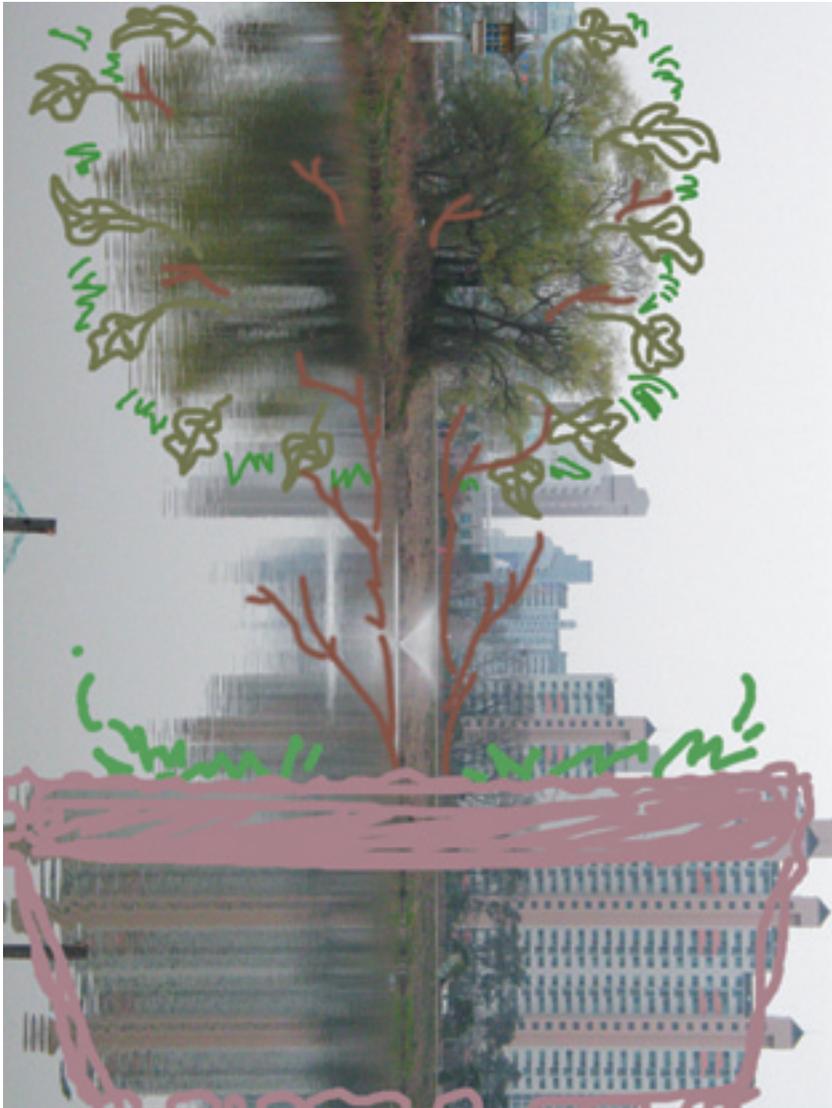
타이완 보건부가 고심 끝에 내놓은 자살예방 5개년 대책 속에는 자살을 단순히 한 개인이 목숨을 끊는 것이 아니라 그로 인해 가정과 사회에 문제를 야기하는 심각한 공중보건이슈로 인식하고 있음을 엿볼 수 있다. 예를 들면 자살예방 실천전략의 우선과제 중 하나로 잠재적 자살위험 또는 충동을 가지고 있는 사람이 지역 사회 의사들의 방문 진료와 필요한 경우 진단받을 수 있는 가능성을 강화하여 적절한 서비스(약물, 상담, 심리치료)를 조기에 받을 수 있도록 하는 것이다.

또 다른 실천전략은 생명의 전화나 Teacher Chang's 전화와 같은 비영리단체의 운영을 지원, 강화하여 자살시도나 가능성에 대한 정보를 제공하는 자문과 예방노력을 활성화시키는 것이다. 대부분의 자살자들이 자기파괴적인 행동들을 되풀이하는 경향이 있기 때문에 자살시도 후 모니터링과 자문은 매우 중요하며 특히 젊은이들의 경우 또래나 친구집단에 대한 자문이 자살자 개인에 대한 관심만큼이나 중요함을 강조하고 있다.

<The Taipei Times <http://www.taipeitimes.com/News/taiwan/archives/2005/11/02/2003278384>에서 발췌.>

# Cartoon

김민경 사진 · 김유경 포샵





-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

## 우 편 영 서

보내는 사람

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

e-mail

□□□□ - □□□□



## 수원시자연생태방센터

경기도 수원시 팔달구 매산로 3가 43-1 2F  
 수원시자연생태방센터 **사람이 꽃보다 아름다워** 담당자  
 앞

4 4 2 - 0 8 1

-----

csp 온라인 상담원 양 마리아 수녀

# 사랑합니다 사랑합니다

클 | 이 | 디



성탄준비로 분주한 성당에서는 수도자들과 신자들의 따뜻한 웃음 소리가 더욱 커지고, 마음이 추운 사람들의 이야기도 한층 더 많아지는 겨울, 더욱 큰 사랑으로 사람들을 바라보는 양 마리아 수녀를 만났다.

## 하느님의 사랑을 받은 사람

마리아 수녀의 하루 일과는 새벽 미사로 시작된다. 수도자가 되면서부터 매일 기도도 하루를 시작하지만 올 1년은 특히나 기도에 온 마음을 기울였던 한 해였다. 유난히 고통의 현장들이 많았던 올해 마리아 수녀는 기도 안에서 사랑을 키우고 그 사랑을 이웃에 전하기 위해 많은 노력을 기울였다.

요즘 마리아 수녀의 가장 중요한 일은 신자들과의 상담이다. 정신적 신체적으로 독립시기에 이른 청소년을 둔 엄마들의 고민이 가장 많다. “내 아이가 혹시나 나쁜 길로 가고 있지는 않은가?” 하는 두려움과 훌쩍 커버린 아이들에게서 받는 소외감이 원인이다.

마리아 수녀가 어머니들에게 해주는 얘기는 엄마들의 생각과 교육방식을 고집하지 말라는 것이다. 아이들 입장에서 생각하고 아이들의 이야기를 잘 들어주라고 말한다. 우리 사회에 청소년들을 잘못된 길로 유인하는 문화가 일부 있기는 하지만 아이들

스스로 판단하고 선택해나가는 성장과정을 무시해서는 안 되며, 아이들을 신뢰하고 있음을 보여주는 것이 아이들에게 가장 큰 힘이 될 것이란 얘기가.

## 이웃을 사랑하는 사람

마리아 수녀는 현재 소임을 맡고 있는 수원 정자동 성당에 오기 전 의정부성모병원에서 마음이 아픈 사람들과 함께 5년을 지냈다고 한다. 그들과 같이 아파하면서 도움의 한계를 느끼기도 수 차례였지만, 그래도 할 수 있는 한 최대한 도움을 주어야겠다는 생각을 품게 되었다.

수원시자살예방센터의 상담자원봉사자로 참여하게 된 계기도 거기에 있다. 지역 사회에 고통 받고 있는 이웃들과 사랑을 나누고 싶어 시작한 자원봉사는 성당 소임 때문에 한 달에 한 번 정도. 많은 횟수는 아니지만 마리아 수녀에게는 사회와 공감할 수 있는 중요한 통로 중 하나이다. “말 한 마디라도 제대로 도와줘야 합니다. 어떤 상황에 처해있는지 단편적인 정보만을 알 수 있는 온라인 상담에 때로 한계를 느끼지만 경험이 쌓이다 보면 고통 받는 이웃들에게 보다 실질적인 도움을 줄 수 있겠지요.”

그러기 위해 마리아 수녀는 끊임없이 생각하고 공부한다. 언젠가 부인을 떠나보내고 고민하던 한 중년남자를 상담하면서 부인을 이해하도록 도와주지 못했던 기억이 떠올라 더욱 열심히 교육에도 참여한다. 내담자와 공감대를 갖고 대화할 때면 마리아 수녀는 ‘지금 이 자리에 와 있음이 얼마나 보람된 일인가’ 가슴이 사랑으로 충만해짐을 느낀다.

**“저는 하느님의 사랑을 받은 사람입니다. 이웃을 사랑하는 사람이 되고 싶습니다.”**

이웃들을 사랑하고 세상을 위해 봉사하는 것이 자신의 역할이란다. 마리아 수녀의 마지막 말에, 이 글을 쓰고 있음이 더없이 행복해진다.

# 아이를 키우며



“이로써 국회예산안은 여야간의 의견대립으로 당분간 표류할 것으로 예상됩니다. 다음 뉴스~” 알람대신 맞춰놓은 TV의 뉴스 소리에 부스스 눈을 뜬다. 그림자처럼 달라붙는 졸음을 겨우겨우 떼어놓으며 식사준비를 하다보면 조금쯤 정신이 든다. 그렇지, 오늘은 도시락을 싸가는 날이구나. 얼른 도시락 반찬을 만들어 놓고 아이들 방으로 향한다.

아이들은 아직도 한밤중이다. 자는 모습이 마치 천사 같다. 지난 계절만 해도 이럴 땐 어김없이 아이들을 흔들어 깨우곤 목욕탕으로 등 떠밀어 들여보내기 바빴을 테지만, 부모교육을 받고 난 지금은 다르다. 아이들에게 옷을 입혀주며 간지럼도 태우고 볼에 뽀뽀도 해준다. “에고, 밤사이 쿨쿨 잘 자더니 또 이렇게 쑥 커버렸네.” 하면, 아이들은 자는 척 실눈을 뜨고 있다가 빠져나오는 웃음을 참느라 어느새 코가 찔룩거린다. 기분 좋은 하루가 시작되는 것이다.

하지만 식사습관은 아직도 엉망이다. 밤에 콩이라도 섞여있으면, 불만이 터져 나온다. 짜증을 꾸욱 눌러 담고 아이들에게 냉장고에 붙여둔 문구를 상냥하게 읊어준다. “골고루 먹으면 몸이 튼튼해서 눈썰매도 타러 갈 수 있어요. 편식하면 몸이 약해 놀이 티도 못나가요.” 하면 아이들은 눈썰매장 가는 기쁨을 위해 스스로 불만을 내려놓는다.

CSP 자원봉사자 | 최 명 주



현관문을 나서는 아이의 뒷모습에 정다운 미소를 보내고 나면 이제부터는 나만의 고요의 시간이다. 커피를 마시며 오늘 생일을 맞은 친구에게 전화를 걸었다. 나보다 조금 큰 아파트에 살고 아이들도 사립학교에 보내지만, 스스로 지내는 좋은 친구다. 축하인사를 전하고, 집안일에 무심한 남편 흉도 보고 애들 사이의 요즘 트렌드에 대한 정보도 나누고 수다도 떨다 보면 어느새 아이들과 남편의 뒷바라지로 처져있는 내 존재에 대한 아쉬움이 조금은 풀어지는 듯하다.

예전 우리 어머니들은 애를 네다섯씩 순풍순풍 잘도 낳아 잘도 키우셨건만, 지금 우리는 둘 아니 하나도 벽차다. 게다가 아이가 초등학교에 입학하면서부터는 학교 및 학원 수업에 취미교양 학습시간까지 아이의 매니저가 되어 세심하게 시간관리까지 해야 하니 더욱 그렇다. 1981년인가, 필자가 초등학교 다닐 때만 해도 하루 절반 가까이 놀이시간이었다. 방과 후 동네 골목길에서 고무줄놀이, 사방치기, 오징어 잡기, 만보공기 등의 놀이로 해가 지는 줄도 몰랐었다.

20년이 흘렀다. 며칠 전 아이들의 놀이시간이 1/4로 줄었다는 기사를 읽은 적이 있다. 아닌 게 아니라 요즘은 학교 운동장에서 노는 아이들을 만나기가 ‘가뭇에 콩 나기’이다. 갑자기 우리 아이들이 가여운 생각이 들어 고구마로 간식을 만들며, 아이가 오면 숙제만 마치게 하고 운동장에 나가 배드민턴이라도 치며 추억을 만들어 보리라 다짐한다. 가족이라는 것! 어릴 적엔 그냥 운명으로 그렇게 살아가는 것인 줄만 알았는데, 가정을 이루고 보니 부부는 물론 아이들까지도 서로 서로 노력하고 함께 만들어 가는 것이라는 생각이 든다. 부모님께 안부 전화라도 드려야겠다.

# 무랑 배추랑 잡초랑(?) 으랏차차 한판 승부 아름다운사람지킴이 농촌봉사활동에 나서다

지난 11월 12일, 열 명의 '아름다운지킴이' 들이 팔을 걷어부쳤다. 수원시정신보건센터의 회원들이 정성들여 가꾸고 있는 작은 농장 김장용 배추밭에 일손을 보태기 위해서였다.

수원 광고산 자락에 아담하게 자리한 배추밭이 지킴이들의 들뜬 손놀림으로 부산해지자 배추들은 한 포기 한 포기 조금 늦은 속채움을 위해 넉넉하고 단단하게 묵인다.

시끌벅적, 으샤으샤, 들썩 짝을 진 지킴이들이 심혈을 기울여 배추를 묶다 풀고 다시 묶었건만, 뒤이어 고랑을 밟는 선생님의 손길이 다시 한번 조심스럽게 움직이고 나니 그제서야 김장 배추밭 같다.

밭에 처음 와본 것일까? 무밭에서는 "선생님



이건요? 또 이진요?" 쏟아지는 질문들 때문에 아직 어린 무가 굵게 자랄 수 있도록 숙는 작업이 더디기만 하다. 숙아낸 무는 아이 주먹만하다. 흙을 털어내고 보니 보시시한게 참 예쁘기도 하다. 소매 끝에 쓱쓱 문질러 껍질 벗겨내고 한 입 크게 베어물면 시원한 맛이 일품인데……. 필자의 농촌경험도 지킴이들과 별반 다르지

않으니 그렇게 먹어도 되는 종류가 아닐지도 몰라 망설이다 그냥 자루에 담는다.

엄마에게 갖다드릴 거라며 자루를 챙기는 희망이, 정말 챙겨갈지 두고 볼 일이다. 지킴이들의 농촌돌기 마지막 일손은 잡초 뽑기. 호미나 곡괭이가 없어도 힘이 장사들이다. 순식간에 작은 밭이 몰라보게 깔끔해졌다. 반은 놀이로 반은 노동으로 보낸 늦가을 한나절, 엄마의 김치맛에 한 마디 거들 수 있게 한 농촌봉사활동이었다.

## 사랑이 희망을 자라게 합니다

자신의 희망이 아무리 작아도 버리지 마세요,

사랑이 희망을 자라게 합니다,

사랑을 기다리세요,



# “청소년 동반자 프로그램”은 위기에 처한 물고기를 구하는 그물



2003년 9월 1일 처음 문을 열었다. 부모님, 청소년들의 면접상담과 전화상담, 놀이치료, 학교로 방문하는 집단상담, 청소년관련 교육 등의 서비스를 제공하고 있다.

### ●● 청소년들이 호소하는 어려움은?

많은 청소년내담자들이 호소하는 어려움은 부모와의 관계, 학업, 친구관계, 왕따 문제 등입니다. 상담 중에도 '죽고 싶다', '괴롭다' 라는 이야기를 많이 합니다.

### ●●● 청소년 동반자(Youth Companion;YC)란 무엇인가?

청소년과 함께 한다는 의미입니다. 소위 문제학생들을 만나보면 자신이 정말 힘이 들 때 옆에 있어준 사람이 아무도 없었다는 이야기를 많이 해요. 청소년상담의 꽃은 위기 상황에 놓인 청소년들과 함께하는 것인데 지금까지의 청소년상담기관 혹은 서비스들은 그러한 위기상황 부분을 제때에 돌보기 어려웠습니다. 그래서 청소년들을 찾아가는 서비스를 만든 것이지요. 문제가 이미 견잡을 수 없을 정도로 커졌을 때 도움을 받는 것이 아니라 아이들을 먼저 찾아가서 만나고 필요한 서비스를 연결하는 것이 청소년 문제를 예방하는 길이라고 생각합니다. 단 한 명의 청소년이라도 건강하게 성장해서 바람직한 사회를 위한 자원이 될 수 있도록 하기 위함입니다.

### ●● 기존 상담실과 ‘청소년 동반자’와는 어떻게 다른가?

거리로, 아이들이 있는 현장으로, 생활 속으로 찾아가는 서비스라는 것이 다릅니다. 수원지역의 경우 주로 수원역 근처 혹은 경찰을 통해 보호관찰소에서 청소년들을 만나곤 하지요.

### ●●● 구체적인 서비스 내용은?

청소년들이 많이 모이는 장소에 가서, 싸우거나 술을 마시고 늦은 시간까지 집에 들어가지 않는 등 위기상황으로 보이는 청소년들을 현장에서 직접 만나 상담도 하고 속소로 인도합니다. 하지만 그보다 중요한 것은 기존에 청소년관련 사업을 하고 있는 다른 기관들과의 연계활동을 탄탄히 하려는 노력들이죠. 연계가 잘 되어있다면 위기청소년의 발굴이 더욱 쉬워질 것입니다. 기관들과의 네트워킹은 물고기를 기다리는 그물망과 같습니다. 청소년이라는 물고기가 위기상황에 처했을 때 그물망 조성이 잘 되어있다면 언제 어디서고 만날 수 있을 것입니다.

### ●● 비전 ‘청소년의 푸른 성장’ 이란 구체적으로 어떤 것인가?

문제감소, 문제예방, 미래준비, 참여입니다. 단 한명의 청소년이라도 제대로 잡자! 청소년비행의 원인 대부분이 단 한번도 제대로 된 관심과 사랑을 받아본 적이 없다는 것에 있습니다. 그렇기 때문에 청소년동반자가 청소년을 만나 관심과 애정으로 대한다면 많은 변화를 볼 수 있을 것입니다.

### ●●● 청소년동반자에게 가장 필요한 것은?

마음입니다. 청소년을 향한 마음. 예산이나 정책은 그 다음 문제라고 생각합니다. 청소년을 향해 있는 그 마음이 청소년 한명 한명에게 제대로 전달된다면 이미 반을 이룬 것이나 마찬가지지요. 청소년은 변화할 수 있다는 신념이 늘 간직되길 바랍니다.

### ●● 향후 추진 계획은?

전국 7개 기관에서 시범운영기간으로 이 서비스를 제공하고 있는데 올해 말까지의 시범기간이 끝나면 내년에는 더 늘어날 것입니다. 2010년에는 많은 상담실에서 의무적으로 YC 사업을 하게 될 것입니다. 수원청소년상담센터의 경우, 내년부터는 지속사업이 될 것이고요. 그렇게 되기 위해서는 좀더 많은 예산과 인력이 충원되어야 합니다.

또한 그물망을 더 넓힐 예정입니다. 지난 10월은 수원시내 청소년 관련기관 파악, 11월은 서비스별 기관을 분류하여 매뉴얼화 하고, 12월경에는 단체 협약식을 통해 지속적인 네트워크를 구축할 것입니다.



권현용 소장 (수원시 청소년상담센터)

# 어린이가 안전한 도시, 수원!

## 『어린이 안전체험 및 사고예방교육을 위한 이동안전체험교실 운영』

우리나라는 OECD 회원국 중 어린이 사고사망률이 최고로 높은 나라. 어린이 안전사고가 심각한 사회적 문제로 대두되고 있으며, 정부는 2003년을 어린이안전원년으로 선포하기에 이르렀다. 사회에 만연된 안전 불감증에 대한 인식을 제고시키고 어린이 사고예방을 위한 사회분위기를 확산시키기 위해 지자체들의 보다 적극적이고 실효성 높은 대책 마련이 절실한 가운데, 수원시에서는 아동교육기관을 대상으로 이동안전체험교실을 운영해 눈길을 끌고 있다.

### 어린이집 등 유아교육기관 대상으로 이동 안전체험교실 운영

수원시는 지난 2004년 소방방재청에서 주관하는 “안전대상”을 수상하는 등 어린이 사고사망률을 감소시키고 어린이들에게 안전한 환경 조성을 위한 사업을 실시해오고 있다. 올해만 해도 5월~9월 어린이집 100개소 유아를 대상으로 안전의식의 확대와 아동안전사고 예방과 감소를 위하여 2005년 이동안전체험교실을 운영했다.



“이동안전체험교실 통해 화재안전, 교통안전, 보행안전, 성폭력안전, 약물안전, 낯선 사람에 대한 안전 교육”



### 교통, 화재 등 주제별로 전문적인 체험교육 실시



이동안전체험교실은 신청교육기관이 희망하는 주제별로 ‘교통안전’, ‘화재안전’, ‘물놀이안전’, ‘성폭력안전’, ‘약물안전’, ‘낯선 사람에 대한 안전’ 등 체험교육위주로 진행된다. 또한 교육의 충실성과 전문성을 위해 국내 어린이안전교육 전문기관에 위탁하여 전문가가 찾아가는 교육으로 운영, 효과적인 안전교육 모델을 창출하였다.

### 어린이 안전의식 함양과 안전사고 예방에 기여

수원시에서는 2003년도 70개소, 2004년도 100개소, 2005년도 100개소에 이동안전체험교실을 운영하여 어린이 안전의식 함양과 안전사고 예방에 기여하고 있으며 보육시설 종사자 및 시민들로부터 좋은 반응을 얻고 있다. 이동안전체험교실 신청은 시 홈페이지에서 할 수 있다.

### 다양한 안전프로그램으로 행복한 도시 만들기 주력

수원시는 세계에서 63번째 안전도시로서의 역할 수행과 시민 및 어린이 안전을 위하여 매년 어린이 안전주간 행사와 어린이 안전CD 제작 보급, 보육시설종사자 안전연수, 부모와 함께하는 안전교실 등 다양한 안전프로그램을 실시하여, 안전하고 더불어 사는 행복한 도시를 만들기 위해 힘쓰고 있다.

글 | 김영미

## “준비하는 인생, 행복한 노년”



2005년 10월 시민 공개 워크샵 주제는 “아름다운 노년 준비하기”. 지난 10월 27일 수원시 자살예방센터 대회의실에서 열린 워크샵에는 20여명의 시민 및 관련기관 종사자들이 참석했다. 노년기에 접어든 시민들도 다수 참석하여 유경(사회복지사, 어르신사랑연구모임) 선생님의 강의를 통해 아름다운 노년을 위한 준비방법을 함께 생각해보고 실천할 수 있는 좋은 기회가 되었다.

### 노년이 되면 달라지는 10가지

- |                        |                               |
|------------------------|-------------------------------|
| 1. 몸이 변한다              | 2. 시각, 청각, 미각, 후각이 전체적으로 둔해진다 |
| 3. 기억력이 많이 떨어진다        | 4. 우울증 경향이 늘어난다               |
| 5. 융통성이 없어지고 경직성이 증가한다 | 6. 자꾸만 과거를 돌아본다               |
| 7. 친숙한 물건에 대한 애착이 심해진다 | 8. 자기중심이 되기도 한다               |

### 아름다운 노년을 위해 중년에 꼭 해야 할 10가지

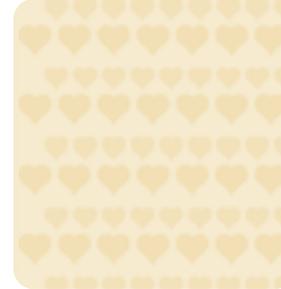
- |                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| 1. 노년에 관심을 가져라      | 2. 건강한 자만이 노년에 이를 수 있다 |
| 3. 생활능력, 선택이 아닌 필수! | 4. 일하는 노년이 아름답다        |
| 5. 세월을 나눌 친구를 만들어라  | 6. 나의 부부관계는 안녕한가?      |
| 7. 어디서 누구와 살지 정하라   | 8. 여성이여, 나이 들을 준비하라    |
| 9. 삶의 완성을 위한 죽음준비   | 10. 노년준비, 지금 당장 시작하자!  |

### 마음을 여는 대화법

1. 잘 듣는 것이 가장 중요하다
2. 비언어적인 대화의 중요성을 기억한다
3. 모든 사물을 긍정적으로 보는 화법을 사용한다
4. 자존심을 건드리지 않는다
5. 독선적이고 단정적인 화법을 피한다
6. 다양한 배경과 현재 입장, 생활 습관 등을 이해하고 존중한다
7. 좋은 말과 좋지 않은 말을 가려 쓴다
8. 꾸밈과 욕을 하지 말며, 상대방의 꾸밈과 욕에는 동조하지 않는다
9. 자신이 한 말에 책임을 진다
10. 인사를 주고받는 것에서부터 인간관계는 시작된다
11. 웃는 사람에게 사람과 정보가 모인다
12. 상대방의 얼굴을 보면서 밝고 쾌활하게, 솔직하고 성의있게 대답한다



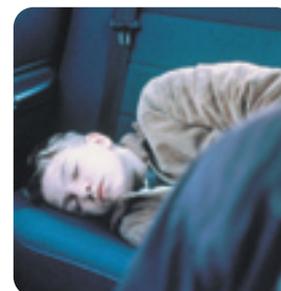
in the  
Music



Old &  
Young



in the  
Book



in the  
Movie



# 지옥, 천국, 죽음, 삶을 모두 담은 미샤Misia의 파두Fado



아직은 아니라고 우겨도 바람은 칼같이 날을 세워 옷깃을 파고들고, 분주한 세밀 거리를 훑고 지나가면서 “그립다” 그 한 마디로 사람들의 마음을 품기 시작한다. 무의식처럼 행복했거나 깨달음이 고통스러웠거나, 돌아갈 곳이 보이거나 누군가 기다리고 있거나 이맘때쯤 우리의 삶은 그립고도 그리워진다. 향수의 음악인 파두라도 흐른다면 “나의 지옥, 나의 천국, 나의 죽음, 나의 삶이 모두 이 음반(Ritual, 2001)에 담겨져 있다.”는 파디스타Fadista 미샤Misia의 말처럼 그 모든 것에 대한 그리움으로 한참을 떨어야 할지도 모른다.



포르투갈의 역사를 담은 관광상품인 민속음악 또는 그저 선술집에서 불려지는 슬픈 노래였던 파두는 미샤에게로 와서 시적 아름다움과 상상력을 얻었다. 미샤는 노벨 문학상 수상자인 주제 사라마구Jose Saramago 등 유명 문학가의 시를 가사로 선택하여 불렀고, 피아니스트 마리아 조아오 피레스를 비롯한 포르투갈을 대표하는 뮤지션들과 함께 파두의 매력적인 소리를 되찾았다. 거기에 자신의 파워풀한 목소리와 풍부한 감성을 보태어 파두의 새로운 경지를 개척해 냈다.

“미샤의 목소리는 단순한 목소리 그 이상이다. 미샤는 자신의 훌륭한 악기인 이 목소리를 통해 청중들에게 눈앞에 보이지 않는 갖가지 감정의 색채들까지도 보여 주고 느끼게 해 준다. 그녀가 전달하는 것은 단지 사랑이나 연민이 아닌, 바로 ‘애수(Melancholy)’ 이다.”

주제 사라마구의 말이 아니더라도 미샤는 아말리아 로드리게스를 잇는 최고의 파두가 수라 할 만하다. 그녀는 파두에 예술적 영감과 현대성을 가미하는 한편으로 파두의 세계음악으로서의 해석에도 많은 노력을 기울였다. 실비오 로드리게스의 ‘우니포르니오’ 나 ‘As time goes by’ 그리고 우리가곡 ‘보리밭’ 을 불러 많은 사랑을 받았다.

평평 내린 눈으로 실감하는 겨울이다. 슬픔과 기쁨, 기다림과 설레임 그리고 벗어날 수 없는 운명과 동시에 미래에 대한 희망, 모든 인간의 감정을 담아낸 미샤의 파두를 들어보자. 여우와 늑대목소리 대신으로 강추한다.

## 45년차이, 우린 자원봉사 동지

2005년 2월 수원시자살예방센터 청소년자원봉사자 아름다운 사람지킴이 1기로 시작

처음에는 학교 봉사시간을 채우기 위해서. 엄마의 권유로. 그 다음에는 선생님들이 준비해주는 맛있는 간식 때문에

(먹고 즐기는 가운데 지나가서 잘 모르는 듯) 기억에 남는 일은 리더십캠프. 연극이랑 퀴즈, 우리들의 봉사활동이 어떠했는지를 손님들에게 보여주는 자리여서 준비를 많이 했다. 나 빼고 다른 친구들이.

남의 일에 관심을 갖게 되었고, 처음 봉사이수시간을 채우기 위해 참석했던 것이 나중에는 마음에서 우러나와 봉사활동을 하게 되었다. 그리고 나와 관계없는 사람들도 같은 사회의 구성원으로서 함께 잘 살아야 한다는 마음이 생긴 것이 가장 큰 변화다.

짱!

자원봉사란 남이 시켜서 하는 것이 절대 아니다. 자신의 마음에서 진정으로 우러나와서 하는 것이어야 한다.

수해를 입은 사람들에게 추운 겨울이 될 것이다. 돕고 싶다.

여~어! 선생님, 얼굴 가까이서 보니 너무 웃겨요.



**노형주**  
1993년 2월 16일생 13세

언제어디서?  
왜무엇때문에는?

가장 힘들었던 점?

기억에 남는 일?

달라진 점?

상담원으로서의 나?

자원봉사란?

봉사가 필요한 곳?

동지에게 한마디?



**송희준**  
1948년 1월 21일생 58세

2001년 수원시자살예방센터 전화상담 자원봉사자로 처음 시작

치매에 걸린 친정어머니를 돌보면서도 늘 유쾌하던 율케의 죽고 싶다는 얘기에 충격. 어머니와 율케를 돕기 위해 시작

처음 교육 받을 때 그리고 거리홍보에서 홍보물을 받았다는 한 청소년으로부터 걸려온 지금 곧 죽겠다는 전화. 깜짝 놀랐고, 덜덜 떨기까지 했다. 나중엔 장난전화인 것을 알고 안심했다.

감옥에서 출소한 이후 재소자 상담을 해주던 중년남자. 마지막으로 자신의 이야기를 실컷 하고 싶었다고 했다. 오랜 시간 얘기를 나누었고 서로 좋은 결론을 내렸었다. 지나고보니 나는 상담자인 동시에 내담자였고 동지애를 느꼈다. 좋은 상담자란 내담자가 고민하는 문제를 또다른 시선 또다른 해결방법이 있음을 느끼도록 해야 한다는 배움을 작게나마 실천한 기회였다.

자신의 문제를 해결할 수 있는 길을 만들어갈 수 있는 기회가 되었다.

내 스스로 자존감이 부족하다고 느낀다. 하지만 나의 강점이 무엇인지 알고 있다. 유일한 취미인 책읽기. 책 속에는 길만 있는 것이 아니라 치유방법도 있다. 책으로부터 얻는 경험과 생각들이 온라인 상담에 많은 도움이 된다. 또한 내 자신도 키우는 일이다.

어려운 사람을 돕는 일 그러나 결국에는 자기 자신을 돕는 일이다.

정신적인 문제로 고통받는 사람들에게 상담을 통한 마음의 치유가 필요하다. 그러나 오늘날 우리 사회에는 경제적인 어려움이 커져 정신적인 고통까지 수반하는 경우가 많다. 사회전체에 실질적인 도움을 줄 수 있는 복지시스템이 절실하다고 본다.

참 이뻐 보인다. 학교공부도 중요하지만 사회에서 이렇게 어려운 사람들을 생각하고 도울 수 있는 기회를 갖고 있다는 것이 앞으로 멋진 어른으로 성장할 수 있으리라고 믿는다. 봉사란 결국 자신을 돕는 일이다. 조금씩 배우면서 실천해나간다면 인생의 큰 틀을 만드는데 도움을 받을 것이다.

# ‘기발한 자살여행’



당신은 자살을 생각하는가?  
두려워하지 말라. 당신은 혼자자 아니다.  
자살 생각을 품고 있을뿐더러, 더욱이  
실제 경험도 있는 우리 같은 사람들이 많다.  
당신과 당신이 처한 상황에 대해  
간략하게 편지를 써라.  
우리가 도울 수 있을지 모른다.  
당신의 이름과 주소를 알려 달라.  
우리가 당신에게 연락을 취할 것이다.

자살은 현대사회의 가장 무겁고, 암울하고, 진지한 사회문제이자 개인문제이다. 어느 사회나 그 사회가 가진 많은 문제들이 얽혀 자살률이란 수치로 나타난다. 누구나 입에 올리기 꺼려하는 단어 ‘자살’, 그것도 사회가 무서워할 단어 ‘집단지살’을 이 책은 제목과 내용에서 색다르게 표현하여 흥미로운 주제로 만든다.

‘기발한’ 자살여행(원제 Derwunderbare Massenselbstmord), 얼마나 기발한지 웬지 내용이 궁금해지지 않는가?

이 책은 자살 희망자들이 모여 기왕 하는 거 멋지고 단체할인을 받으며 자살하기 위한 여행을 떠나면서부터 시작된다. 이런 공공연한 여행이라면 기자들과 세인들의 눈을 피할 수 없을 것이며, 사회는 수수방관하지 않을 것이고 그렇게 되면 이들은 원하는 여행을 할 수 없을 것이다. 그래서 그들은 비밀스런 여행을 시작하고, 이 비밀여행은 주변의 비상한 관심 속에 좌충우돌하면서도

계속된다. 죽음도 두려워하지 않는 이 낯선 단체는 유럽의 반을 돌며 차고에서 매연 먹기, 술 먹고 운전하기, 폭풍 속에서 번개 맞기, 독일 홀리건과 패싸움하기, 눈보라치는 산맥 올라가기, 마약중독자들과 밤새기 등을 하며 보통 사람들은 꿈도 못 꾸는 비범한 여행을 하게 된다. 호화 버스를 타고 동료들을 모아가는 과정은 흥미진진한 여행, 재미있는 모험으로 발전하고 있다. 자살의 최적 장소를 찾아 유럽 전역을 돌아다닌 그들은 너무 신나게 자살여행을 즐기는 바람에 자살이 아닌 삶을 선택한다. 다름 아닌 동지들과의 여행이 그들에겐 약이 됐다.

저자는 이야기 전반을 통해 캐릭터들의 심경변화를 잘 표현해 나간다. 자살 희망자들이 모이면서부터 그들은 변하기 시작한다. 혼자자 아닌 우리를 느끼게 되고 죽음이 아닌 희망을 찾아가기 시작한다. 저자는 자살을 너무 잘 알고 있는 듯하다. 그는 책 한권에 걸쳐 자살의 원인과 징후들, 자살 시도자들의 생각, 그리고 자살극복 방법, 희망을 찾아가는 방법들을 잘 녹여내고 있다. 자살을 생각해본 사람이라면 책에 공감할 것이며, 자살이 궁금한 사람이라면 그들의 마음을 이해 할 수 있을 것이다. 하지만 둘 중 어느 쪽이건 이 책을 읽는 사람 모두는 마음이 즐거워지고 웃을 수 있는 고마운 책이라 느낄 것이다.

저자는 이 책을 쓰며 무슨 생각을 했을까? 그는 자기 조국 핀란드 사람들이 더 많이 행복하게 살기를 원한 것 같다. 그러기에 자살을 침울한 언어가 아닌 밝은 언어, 설교가 아닌 재미있는 소설로 풀어냈으며, 책을 읽는 독자들로 하여금 입가에는 미소를 머금지만 머릿속에서는 자살문제를 진지하게 생각하도록 만들었다. 북쪽에 위치해 있는 핀란드에서는 겨울이면 밤이 무척 길다. 해마다 천 오백 명이 자살을 하고, 그 열배인 만 오천 명이 자살 시도를 한다고 수차례 강조함으로써 사회의 감춰둔 문제를 공론화시키고 있다. 조국 핀란드의 자살을 조금이나마 막고 싶었을까.

저자는 자신의 기발한 아이디어로 우리에게 삶의 기쁨을 선물해주고 있다. 이런 기발함을 모험적인 소설로 정성들여 써준 그에게 고마움을 전하며, 모두가 접해보기를 권한다. 이보다 더 훈훈한 ‘자살 이야기’는 없을 것이다.

아르토 파실린나 지음, 솔출판사, 2005

‘아들 (Le Fils, The Son)’

# 체념할 수 있는 자가 ‘용서’ 할 수 있습니다

오늘 함께 보고자 하는 영화는 ‘용서’에 대한 이야기입니다. 수년전에 실직여성의 삶을 미시적 현미경 표현으로 묘사한 ‘로제타’라는 영화 한편으로 칸느 영화제 그랑프리를 받았던 프랑스의 다르텐 형제들이 2002년에 만든 ‘아들(Le Fils, The Son)’입니다. 다르텐 형제의 영화작업은 이미 독특하기로 유명하고 특히 관객들의 구원심리나 안전망을 이미 꿰뚫어 본 후에 이를 무시하기로는 따라갈 사람이 없지요. 하지만 무시당한 관객들이 아무도 이 형제들에게 분노를 보내지는 않습니다. 왜냐하면 영화속 주인공의 예기치 못한 모습들은 모두 우리의 또 다른 표상이기 때문입니다.

100분 가까운 상영시간동안 오리지널 사운드 트랙은 고사하고 그 흔한 배경음악 한 소절이 나오지 않는 이 영화를 우린 어떻게 읽어야 할까요? 카메라는 늘 주인공 올리비에(배

우의 실제이름과 극중 이름이 동일합니다)의 뒷모습이나, 주름지고 거친 손등, 통증에 시달리는 허리, 땀이 배어 나오는 콧잔등 등을 집요하게 비추고 따라다닙니다. 첫 장면부터 교도소 청소년 재활교육센터에서 목공 일을 가르치는 목수, 올리비에의 다부진 뒷모습이 비칩니다. 그 너머 가려진 누군가의 얼굴이 너무 답답하게 느껴집니다. 그가 왜 목수 일을 하는지, 그가 가르치는 소년이 누구인지 우리는 전혀 알지 못합니다. 모두 숨을 죽이고 영화를 봅니다. 답답합니다. 갈증이 나고 갑자기 누군가가가 뒷덜미를 움켜질 것만 같은 적막감이 영화관 내부를 가득 채웁니다. 올리비에의 거친 숨소리, 나무 깎는 소리만이 유일한 오리지널 사운드 트랙입니다. 이혼한 아내를 만난 뒤에 몇 마디 대사를 통해서만 올리비에의 아들이 5년 전 누군가에 의해 목이 졸려 살해되었다는 것과, 이로 인한 부부

의 헤어짐이 슬쩍 나타납니다. 전처가 재혼하겠다는 말에도 올리비에에는 말이 없습니다. 그에게 남은 것은 오로지 나무길을 재는 출자만이 유일합니다. 그리고 그가 찾아서 목공일을 가르치는 한 아이가 자신이 그토록 아끼던 아들을 죽인 범인이라는 것을 40분이 지나서야 관객들은 어렴풋이 이해하기 시작합니다. 이제부터는 관객들이 적극적으로 윤리학 교과서가 되어 올리비에의 마음에 들어갈 때입니다. 과연 올리비에에 아들을 죽인 아이를 용서할 것인가 아니면 더 지독한 방법으로 복수할 것인가에 쏠리기 시작합니다. 헐리우드식의 시나리오와 헐리우드식의 감정에 익숙한 관객이라면, 이 영화는 지금부터 불편하고 지루하게 느껴집니다. 왜 저렇게 답답하게 뜬을 들이는 것인가. 그저 네가 내 아들을 죽인 나쁜 놈이구나 외쳐주기를 우리는 바라는 지도 모르겠습니다.

그러나 다르텐 형제는 결코 서두르지 않습니다. 카메라는 그의 등 뒤를 더 숨가쁘게 따라갑니다. 벽이나 유리창을 이용해 올리비에의 무표정한 얼굴을 가렸다가 다시 비추고 아들을 죽인 소년(프란시스)의 친진난만한 얼굴 위로 간간히 무서움을 드릴 뿐입니다. 만일 여러분 중에 폐쇄공포증이 조금이라도 있으신 분들은 숨이 차오를 것입니다. 영화 말미에 다시 선택의 순간이 옵니다. 외진 제재소에 이제 둘만이 남게 됩니다. 드디어 올리비에에 아들의 복수를 할지 모릅니다. 그에게 더 이상의 관용이나 용서를 바라는 관객은 아무도 없습니다. 그러나 올리비에에 죄를 용서하는 입장에 서서 거꾸로 자신이 프란시스가 죽인 소년의 아버지 지임을 고백합니다. 아이러니의 극치입니



다. 보통의 영화에서는 죄를 지은 자가 용서를 빕니다. ‘아들’은 정 반대입니다. 겁에 질린 프란시스는 결코 용서를 바라지 않습니다. 애걸복걸하면서 매달리지도 못합니다. 사실주의에 입각한 다르텐 형제의 작품임이 분명합니다. 어느 누가 자신의 아들을 죽인 범인이 그 아들과 똑같은 18세의 아이라는 사실 앞에 복수를 생각할 수 있을까요? 올리비에에는 자비로운 마음으로 프란시스를 용서하는 것이 아닙니다. 아들을 죽인 이유에 대해 추궁한 뒤 무서움에 자기도 모르게 목을 졸랐다고 얘기고 금세 잠들어 버리는 프란시스에게 올리비에에는 아무런 복수도 하지 못합니다. 윤리학이란 결코 선택의 문제가 아닙니다. 체념의 문제일지도 모릅니다. 질리도록 무서움 속에 살인을 할 수 밖에 없었다면, 분노에 가득 찬 그 순간에 용서할 수 있다는 것이 당연한 귀결입니다. 복수를 체념하는 순간, 사람은 사람을 용서할 수 있을지 모릅니다.

미국의 대표적 평론가 로저 에버트는 이 영화에 대해 다음과 같이 평합니다. “아들은 위대한 영화다. 이 영화에 감흥을 받을 수 없다면 그건 당신이 얼마나 더 성장해야 하는가를 말해주는 척도가 될 것이다.”

너무 이 말에 기죽지는 마십시오. 아직 성장해야 할 구석이 있다는 것은 무한한 잠재력을 내포한 것이니까요. 누군가를 용서해야만 하는 계절입니다. 감기와 함께 견잡을 수 없는 분노를 조심하십시오.





## 드넓은 눈밭 대관령

난 유난히 눈을 좋아한다. 지겹게 보는 회색 건물과 검은색 아스팔트를 순백색으로 바꿔주는 눈을 보는 것이 즐겁다. 그래서 오늘 하루는 내 눈에 꼭차도록 눈이 보고 싶어서 넓디 넓은 설원을 가진 대관령을 찾아보기로 했다. 대관령을 향해 국도로 접어들면 바로 보이는 것이 강원도의 명물 황태 덕장이다. 초겨울이라 이제 막 한 줄로 늘어서기 시작한 통통한 황태들이 조금은 불쌍해 보이지만 점심으로 먹는 황태구이의 맛은 최고니 절대 빠뜨리지 말자. 비포장도로를 20여분 따라 가면 대관령 목장이 나온

다. 겨울털로 갈아입은 복슬복슬한 양들이 털실뭉치 같아 귀엽다.

산의 낮은 짙은 지체하지 말고 서두르자.

영화 연애소설 촬영지 아래 차를 세우고 언덕을 오르니 눈앞이 탁 트이며 끝없이 이어진 산봉우리들이 눈에 들어온다. '그래, 이곳이 바로 내가 보고 싶어하던 그 하얀 설원 대관령이구나.' 파란 하늘과 눈으로만 채워진 풍경이 머릿속까지 시원하게 해준다. 기대 이상의 파노라마에 운전의 고통은 말끔히 사라지고, 세상 시름도 다 잊혀지는게 마치 하얀 꿈나라 같다. 이 순간만큼은 무한한 즐거움에 빠져보리라 마음 먹는다. 너무 신나서 눈밭을 구르는 사진 몇 장 찍고 나니 조금씩 추위가 느껴진다. 대관령은 산을 넘는 구름이 눈과 비를 뿌리는 곳이다. 그래서 눈도 많지만 바람도 거세다. 이중 삼중의 겹옷에 장갑은 필수다. 그래야 눈싸움이라도 한 번 제대로 할 수 있다. 이 넓은 들녘에서 찍은 드라마 영화도 많다. 가을동화, 연애소설, 태극기 휘날리며, 바람의 파이터 등등. 눈이 많은 겨울에는 목장을 차로 돌아보기 어렵다. 다행히(?) 눈이 많지 않은 초겨울이라서 과감하게 차로 한 바퀴 돌아보기로 했다. 하지만 지나고 생각하니 위험한 행동이었다. 차가 미끄러질 때는 눈 앞이 하얘지는 아찔함을 맛봐야 했다. 따뜻한 차안에서 설원의 풍경을 만끽하고 축사를 지나 산을 내려오면 이번에는 그림 같은 계곡을 볼 수 있다. 얼음 사이사이로 흐르는 계수(溪水)와 계곡 좌우로 늘어선 눈을 뒤집어 쓴 나무들, 바람도 없는 고요한 계곡에서 물소리를 듣고 있으면 도시 소음에 익숙해진 내 귀가 멍해지는 것을 느낄 수 있다.

계곡이 시작될 즈음 조그만 호수가 하나 있다. 말은 호수지만 학교 운동장만한 작은 호수여서 겨울이 시작되자마자 얼어버린다. 사람의 흔적 하나 없는 눈 쌓인 호수는 처음엔 조마조마, 나중에 신나게 뛰어다니고 넘어지고, 친구 손에 이끌려 미끄럼도 타고 놀이터가 따로 없다. 동심에 사로잡혀 호수 위에 낙서를 해보기로 했다. 대한민국 아니 세계 어디를 가나 쉽게 볼 수 있는 "하트"를 집채만 하게 그려놓고 나니 그제야 호수구경을 하고 있는 사람들이 하나둘 눈에 들어온다. 헉뜨~ 창피하니 어서 도망가야지. 도망치듯 호수를 빠져나와 계속해서 계곡을 따라 내려간다.

돌아오는 주말 밤의 고속도로는 꽤나 막힌다. 하지만 가슴에 하얀 눈을 가득 담아 와서 막힐 때마다 꺼내보니 기분이 좋다. 아마도 앞으로 한 달간은 가슴에 새겨온 자연의 아름다움이 날 기쁘게 해줄 것 같다.

글 전관구

# Focus

- 5%는 당신이 느끼는 두려움에
- 5%는 당신이 처한 문제에
- 5%는 당신이 저지른 실수에
- 5%는 누구를 원망할 것인가에
- 5%는 지금의 갈등에
- 5%는 꼭 해야 하는 일에
- 5%는 당신이 하는 기도에
- 5%만 이 글을 읽는 데에

# 집중하라!

- 95%는 두려움을 직면할 수 있는 배움과 기술을 익히는 데 집중하라
- 95%는 건강한 해결방법에 집중하라
- 95%는 그로부터 얻은 교훈에 집중하라
- 95%는 확실한 치유법을 찾는 데 집중하라
- 95%는 함께 승리할 수 있는 방법을 모색하는 데 집중하라
- 95%는 그것을 하는 과정의 즐거움에 집중하라
- 95%는 신과, 자신, 그리고 동료인간에 대한 믿음에 집중하라
- 95%는 이 글을 어떻게 활용할 것인가에 집중하라



## 편집후기

이제 꺾이는구나...

성질도 좀 꺾일까? - - ^

\_백 민 정



편집의 고통은 크지만 완성의 기쁨은 더 크다

\_전관구



눈을 뜨고자는... 나날이다.

시간이 몰래 흘러갈까봐.

\_이 디