

마음이 건강한 여성들이 만드는 착한 사회

한국 알트루사(altrusa)는 에타주의(altruism) 정신의 토대 위에 여성들이 자기개발과 자원봉사의 뜻을 합하여 일하고 있는 여성단체입니다.

규칙 만들고 지키기

어제 점심밥을 맛있게 먹고 윤미 이모가 탐스런 딸기를 한 접시 내놓았습니다. 아주 큰 것부터 작은 것까지 동그랗게 담았습니다. 어린이집 대신 알트루사에 오는 것으로 생일 선물 삼은 동화가 상석에 앉아 딸기를 받습니다. 큰 것보다는 작은 것이 먹기 좋을 거라는 내 제안을 받아들여 작은 것부터 이모들과 나눠먹었습니다. 동화가 남긴 밥을 먹느라고 엄마 선희님이 늦어져 큰 것 두 개가 동화 엄마, 선희님 몫으로 남겨졌습니다. 하나는 엄마가 먹었는데 나머지 제일 큰 것을 동화가 원해서 엄마가 양보했습니다. 먹기 좋게 작게 잘라주었습니다. 그런 참에 츄잉껌이 마지막 코스로 나왔습니다. 딸기를 먹으려던 동화가 딸기접시를 밀어내고 껌을 먹겠다고 합니다. 껌은 삼키는 것이 아님을 이미 잘 아는 세 살 동화입니다. 삼켜야 하는 딸기를 껌보다 나중에 먹을 수 없음을 압니다. 껌을 지켜주기로 하니 딸기를 안심하고 먹었습니다. 그리고는 씹다가 입에서 껌을 꺼내 ‘놀이 휴’을 가지고 놀듯이 손바닥에 굴려 동그랗게 하고, 다시 입에 넣고 씹는 짓을 반복합니다. 아이는 재미있어 합니다.

그런데 이 재미를 허용할 수 없는 어른들의 잔소리가 터져 나오는 순서가 이어졌습니다. “손에 묻은 벌레가 뱃속에 들어가 배가 아파진다”고 합니다. 아마 청결 강박증에 걸린 엄마였으면 아이 손을 데톨로 뽁뽁 씻어주겠지요. (그래도 98% 균을 없애고 나머지 2%의 균으로도 배가 아플 수 있습니다.) 아니면 손바닥을 찰싹 때려 아이를 울렸을까요? “껌은 단물이 빠지도록 계속 씹기만 하는 것”이라는 규칙을 얼마나 엄격하게 지켜야 하는지, 또 그 규칙이 반드시 지켜야 할 규칙인지 아이는 배우게 됩니다.

어른들이 청결 규칙에 매여 있는 정도에 따라 아이를 대하는 양상도 다릅니다. 그러면서 청결만이 아니라 질서, 시간 지키기 같은 공동생활에 필요한 태도를 길러줍니다. 아이의 이런 재미와 어른의 요구 사이의 격차를 어른이 얼마나 안정감 있게 다루는가에 따라서 규칙에 대한 아이의 태도를 만듭니다. 스스로 그 의미를 알고 규칙을 지키던가, 아니면 규칙에 얽매어 살던가, 규칙을 무시하는 사람으로 살게 되던가, 아니면 뒤에 가서 몰래 재미를 찾아 하고 싶은 짓을 하는 사람이 됩니다. 아이가 독자성을 인정받는 ‘권리’를 누리고, 질서를 지켜야 하는 ‘의무’를 수행하는 원시적인 첫 흔적이 비롯되는 중요한 대목에 이른 것입니다.

아이는 자기 요구가 무시당하지 않고, 어른들에게 존중받으며 자라서, 아이 스스로 질서를 지키려는 의사를 달갑게 여길 수 있어야 합니다. 욕구불만으로 소리 지르는 아이의 입을 무지막지하게 틀어막아서 될 일이 아닙니다. 어른들이 자기들의 기준과 판단에 사로잡혀 일방으로 “어른 말은 토 달지 말고 무조건 잘 들어야 한다”고 강요한다면 아이는 독자성을 갖출 수 없고 권리와 의무의 균형을 잃을 수밖에 없습니다. 마치 규칙을 깨는 것이 멋진 일이라는 듯이 여기는 사람이 될 가능성이 큼니다. 매일 터지는 끔찍한 사건 사고들은 규칙을 지키지 않은 허술한 처사가 원인이기도 합니다. 우리 모두 안전하게 살기 원합니다. 우리 아이들도 안전하게 살게 되기를 바랍니다.

그러기 위해서는 누가 감시하지 않아도 스스로 규칙을 지키는 사람으로 자라야 합니다. 그러기 위해서는 아이의 욕구를 알아보는 어른들의 여유 있는 시각이 필요합니다. 어른들이 처한 상황이 영향을 미치기도 합니다. 부부 사이의 문제가 심각하면 마음의 틈을 전혀 마련해주지 못할 수 있습니다. 힘든 고부관계에 몰두해서 아이를 뒤로 제쳐두고 미처 볼 수 없었을 수도 있습니다. 요즘 같은 어려운 경제 상황이 우선순위를 놓치게 할 수도 있습니다. 전쟁 통에도, 강제수용소에서도 마음을 알아주는 정신건강을 잃지 말아야 합니다. “정신없이 산다”는 말을 절대 하지 말아야 합니다. 조선 말기 같이 강대국 눈치 보면서 허겁지겁 판단하는 독자성 상실을 반복해서는 안 됩니다.

2015. 3. 17. 알트루사 집단상담 발제 글 / 문은희 (알트루사 여성상담소장)

* () 한국알트루사의 소식지는 환경보호를 위해 재생지로 만들어집니다.

=== 제232호 ===

- [여성의 눈으로 건강하게 성서읽기]
- …… 누가 진정 행복한 자인가
- [코로나 19시대, 우리들의 이야기]
- …… 더 이해하고 기다리며 함께할 때
- [영화모임]…… 영화 보고 우리 이야기를
- [책없는세상] …… 시민모임 보고
- …… MBC 뉴스데스크 시청자게시판 릴레이 기고
- [재미있는학교]
- …… 청소년들과 ‘계획된 우연’으로 만나며
- …… 심심해서 모였어요!
- [나의 후원 이야기]
- …… 도자기 후원
- [자원활동가일기]
- …… 중학생 윤정
- [난민과 함께 살기]
- …… 난민친구들 소식
- [모람소개] …… ‘여정숙’
- [모람들이 궁금하다]
- [자원활동소식]
- [회비현황]
- [후원방법 및 2020년 10월 일정표]
- [알트루사 사업, 오시는 길]



재개 소식

알트루사 모람들에게 기쁜 소식을 전한다. 자신을 돌아보는 시간, 굳은 마음을 열고 회복하는 그리운 시간이 곧 돌아온다. 문은희 선생님의 글을 읽으며 선생님과 함께 마음의 문제를 찾는 집단상담 모임이 화상회의로 열린다. 각자 있는 그 자리에서 이동의 고민 없이 만날 수 있게 되었다. 사무실 (02-762-3977)로 신청하면 모임 시작 전에 화상회의 아이디어와 비밀번호를 알려줄 예정이다. (매월 첫째, 셋째 주 수요일 오전10:30 ~12:30)



눈으로 건강하게 성서읽기

교회나 성당에서 잘 들어보지 못한, 특히 여성들에게 복된 소식을 차근차근 읽어나가는 재미가 쏠쏠하다. 성서를 읽고 느낀 점을 자유롭게 이야기 나누며 믿음을 키워가고 있다. 교회에 다니지 않아도, 다른 종교를 가져도 모임에 참여할 수 있다. 신학을 공부하는 모람들의 도움을 받으며 진행한다. (매월 둘째, 넷째 주 수요일 오전 10:30~12:30)

9월 9일

누가 진정 행복한 자인가

유선희

누가복음 6장을 읽고 이야기 나눴다. 예수는 세상에서 가난한 자가 하늘나라에서는 행복하며, 세상에서 부요한 자가 하늘나라에서는 불행하다고 했다. 하나님을 믿으면 어려운 일들에서 벗어나 잘살게 될 거라고 믿는 기독교인들을 많이 보았다. 하지만 말씀은 그 수준을 넘어 더 크고 더 깊은, 차원이 완전히 다른 세상을 짐작하고 그리게 한다.

한 참여자는 경제적으로 가난한 사람이라 해도 돈에 전전공공하던 마음이 말씀을 향하게 되는 특별한 경험을 할 수 있다고 이야기했다. 눈에 보이는 것을 넘어서, 하나님 뜻으로 향하게 되는 신비한 경험을 듣고 감격했다는 반응도 있었다. 가난을 벗어나 부자가 되면 행복할 거라 믿고 살아가기 쉽다. 우리의 틀 안에서는 쉽게 상상할 수 없는 진정한 행복과 자유에 대해 골똘히 생각해보는 시간이었다.

불교에서는 세상에서 덕을 쌓으면 다음 세상에 사람으로 태어나거나 좋은 지위를 얻게 된다고 하는데, 예수님이 말씀하시는 “하늘에서 받을 상”은 불교에서의 상과 어떻게 다른가 하는 질문이 나왔다. 불교에서는 개인이 노력해서 상을 얻을 수 있다고 하지만 기독교에서는 인간이 아무리 노력해도 신처럼 될 수 없다는 한계를 분명히 하는 것처럼 느껴진다는 이야기들이 있었다.

말씀에 따라 겸손하게 삶의 순간순간을 들여다보며 살 수밖에 없겠다. 다음 모임 때는 6장의 말씀을 조목조목 살펴보기로 했다.



< >은 2011년 3월 후쿠시마 원전사고를 계기로 핵발전소에 반대하고자 2012년 8월 15일 출범한 시민단체이다. '저항의무를 감당하는 사람이 시민이다.' '공공의 자리에서 실제로 의무를 실행할 때 우리는 시민이다'라는 정신으로 세계의 피폭자를 돕고 핵 없는 세상을 만들기 위해 어린이 청소년 성인이 다 함께 연대하고 있다.

facebook.com/wwnukep

cafe.daum.net/wwnp

blog.naver.com/wwnp2011

(시민모임 : 첫째 주 토요일 오후 4:00~6:00)

(읽기모임 : 셋째 주 월요일 오후 2:00~4:00)

❖9월 5일

시민모임 보고

한제선

8주년 행사를 치른 후 보름 만에 화상으로 만나는 모임이었다. 나누고 싶은 이야기들이 있었기 때문에 피곤하다 느끼지 않고 기꺼이 참여할 수 있었다. 태풍으로 핵발전소가 멈춘 위험한 상황을 좀 더 알아보고, 기후위기와 태풍과의 연관성을 찾았고, 환경운동 활동가 그레타 툰베리의 가족이 쓴 책을 읽고 소감을 발표했다.

그리고 이동화 어린이가 핵발전소의 위험을 알리려는 절실한 마음에서 핵없세 신문을 만들고 있다는 소식을 들었다. 동화는 신문 만들고 있는 소식을 전하려다가 기후위기에 대한 참여자들의 이야기를 듣고 갑자기 우울해져 눈물을 흘렸다. 동화의 눈물이 참 귀하다는 생각이 들어서 활동을 더 열심히 하고 싶은 결심도 생겼다.

올해는 기상이변으로 오십일이 넘는 지루한 장마에 연이어 세 번의 태풍이 발생했다. 코로나 19의 대규모 확산까지 겪는 지금의 어려움은 결국 인간이 자초한 재난상황이다. 한 참여자는 '코로나 블루'라는 신종 우울증 이름으로 지금 우리의 마음을 설명하기도 했다. 하지만 말 못하는 동물과 식물, 그리고 소중한 이웃과 어린이들이 꿈꾸고 자라며 함께 살아야 할 지구를 회복시킬 엄중한 책임과 의무도 우리에게 있다는 것을 깨닫는 시간이었다.

❖MBC 뉴스데스크 시청자 게시판 릴레이 기고

'핵없는세상'은 언론에 기후위기 보도를 촉구하는 운동을 시작하였다. 지구를 심각한 고통으로 몰아넣는 기후위기 문제를 다루어달라는 요구를 담아 <MBC 뉴스데스크 시청자 게시판>에 7명의 회원들이 매일 한편씩 릴레이 기고를 하였다. 회원들이 기고한 내용의 일부를 아래에 올린다. 이 기고에는 초등학교 2학년 어린이도 참여하였다. 많은 분들도 함께 참여하기를 바라며 좋은 제안과 의견을 기다린다.

* 9월 7일 월요일 <뉴스 재난방송 이렇게 해주세요>

"MBC 뉴스 재난방송에서 피해 제보 영상만 반복하지 않고 이와 관련한 과학지식을 알려주길 바랍니다. 기후변화는 지금 한 번의 경험으로 끝나지 않을 것이기에 제대로 정확하게 알고 싶기 때문입니다." -한제선

* 9월 8일 화요일 <차별화된 태풍보도를 해주십시오>

"인간이 태풍을 피해갈 수 없다면, 그 태풍을 어떻게 예견하며, 합리적으로 대응할지, 우리가 어떻게 마음을 바꾸고 태도를 바꾸면 태풍 피해를 줄일 수 있을지, 함께 고민할 수 있도록 요청하고 유도하는 뉴스가 있다면 얼마나 좋을까요?" -이인미

* 9월 9일 수요일 <기후변화에 대해 알려주세요>

"저는 사람들이 허수아비 같아요. 자기가 알고 있는 것은 모르는 사람한테 알려야지요. 허수아비보다 사람이 더 게으른 것 같아요." -이동화

* 9월 10일 목요일 <기후위기와 석탄발전소 및 원자력발전소와의 관계를 심층보도해 주세요>

"우리나라의 부산과 포항 사이에 있는 수십 개의 핵발전소들이 언제 후쿠시마나 체르노빌 같은 재앙을 당하게 되지 않을까 하면서 노심초사하는 분들도 많이 생겨나고 있습니다. 후쿠시마나 체르노빌도 폭발사고 이전에는 안전하게 운

영되고 있다고 발표되어 왔기 때문입니다.” -양재경

* 9월 10일 목요일 <앞으로의 재난을 대비하는 재난방송을 요청합니다>

“과학자료들을 근거로 왜 이런 일들이 생기는지 짚어주면서 앞으로의 재난을 대비할 수 있게 하는 뉴스를 기대하고 있습니다.” -김지은

* 9월 13일 일요일 <뉴스데스크 보기 운동을 펼치겠습니다>

“바이러스가 창궐하여 인류를 움짱달짝 못하게 하는 상황이 오기 전에 사람들이 그것을 대비해서 삶의 방식을 바꾸고 정책과 산업의 방향을 바꾸었더라면 어땠을까요? 뉴스가 일어난 문제와 그 원인을 살피는 것으로 그치지 않고 심각한 참사가 일어나기 전, 사전에 문제를 살피고 관심을 촉구해서 참사를 막을 수 있었다면 어땠을까요?” -한문순

* 9월 13일 일요일 <차별화된 기후위기 심층보도를 요청합니다>

“최근 일어나는 급변하는 기후위기와 태풍의 원인에 대한 심층분석과 우리가 이를 막기 위해 할 수 있는 일들을 구체적으로 제시해주세요. 그를 위한 일들을 사람들이 실천할 수 있도록 촉구하는 한발 앞서는, 책임 있는 언론으로서의 역할을 기대합니다.” - 정미형



없는데 어떻게 집중할 수 있을까? 재미가 없는데 어떻게 헌신할 수 있을까? 재미가 없는데 어떻게 행복할 수 있을까? 정말 재미있으면 어려움도 이겨내고 고통도 극복한다. 자발적으로 하는 공부를 통해 배움의 의미를 회복하여 평생 인생을 재미있게 살자는 것이 '재미있는학교'의 목표이다.

◆8월 17일 청소년 모임

청소년들과 '계획된 우연'으로 만나며

서은혜

나는 <재미있는학교 청소년모임> 1세대 졸업생이다. 오래 전에 활동하여서 나를 아는 분도 있고 모르는 분도 꽤 많으리라 생각한다. 우선 내가 재미있는학교에 다시 오게 된 배경을 설명하기 위해 개인적인 이야기를 하려고 한다.

작년 가을 계동에서 우연히 한문순 선생님을 만났는데 재미있는학교 활동을 권유받았다. 그 후 또 우연히 길에서 내가 가르쳤던 학생 K와 마주쳤다. 그러면서 다시금 한문순 선생님이 생각났다. 한동안 못 만났던 선생님과 K양을 우연히 만난 시간은 내게 선물 같은 시간이었다. 이 일을 계기로 재미있는학교에 작은 보탬이 되고자 다시 돌아왔다.

사실 내 다음 2세대(내가 편의상 나눈 것으로 부정확할 수 있다) 학생들은 얼굴 한 번 보지 못했는데, 이렇게 3세대 학생들과는 함께할 시간이 있어 더욱 더 귀하게 여겨진다.

우연이 겹치면 필연이 된다고 한다. 심리학자 크럼볼츠는 '계획된 우연' 즉, 우연히 만나게 된 사람, 사건, 지식이 진로 설정에 영향을 준다고 하였다. 나는 지금까지 알트루사 <재미있는학교 청소년모임> 선생님들을 기억한다. 아직 재미있는학교 학생들과 인사밖에 나누지 못했다. 하지만 귀한 시간을 내어 자신을 표현하고 친구들과 함께 성장하려는 모습에 될 성 부른 건강한 떡잎들이리라 기대한다. 학생들을 언제까지 만날 수 있을지는 모르겠지만, 앞으로의 활동을 통해 학생들과 내 삶, 각자의 소우주 속에서 계획된 우연을 만들어가고자 소망한다.

❖9월 13일 청년 모임

심심해서 모였어요!

이은지

청년모임은 어떻게 지내는지 서로 궁금해 하는 마음으로 시작했고 이후에 정기적인 모임으로 발전해가고 있다. 이 모임은 재미있는 학교 졸업생들과 청년들로 이루어져 있고, 한 달에 두 번 금요일마다 열린다. 각자 2주 동안의 근황과 읽은 책이나 드라마, 영화에 대해 소개하면서 자유롭게 이야기한다. 모임이 끝난 후에 사회자가 그날 소개되었던 작품의 목록을 정리하여 카페에 올리는 형식으로 기록을 남기고 있다.

9월 13일 모임에서는 새로운 달을 맞이하면서 바쁘게 지낸 이야기를 하고 '82년생 김지영'(영화), '욕망을 파는 집'(책) 외에 7개의 작품을 서로 소개했다. 그리고 9월 25일 모임에서는 소개된 9개 작품 중에 투표로 정한 한 작품에 대해 토론할 예정이다. 작품을 소개받고 서로 다른 시각으로 이야기를 나누는 과정에서 우리는 생각의 폭이 더 넓어지고, 새로운 장르에 도전할 수 있는 기회를 만들었다. 또한 이 모임은 코로나19로 인한 무료한 생활 속에서 유익함을 가져다주었다.

❖영화 보고 우리 이야기를

자주 만나지 못하는 상황에서 색다른 모임들을 궁리하다가 만들어진 모임이다. 추천 받은 영화 중 한 작품을 골라 각자 감상한 후 느낀 점을 나눈다.

영화 본 이야기, 함께 나눠요

정미형

요즘 알트루사에서 만나지 못하니 아쉬움이 커서 영화모임을 생각하게 되었다. 영화나 책을 보고 함께 이야기하는 모임! 모람들의 참여와 의견을 바라는 마음으로 이러한 모임을 함께해보자는 글을 카페에 올렸다. 7월에 준비모임을

열어 오랜만에 인사도 하고 서로 어떤 영화를 좋아하는지 의견을 들었다. 앞으로 순서를 정해 영화를 추천받아 각자 보고 모여 글을 쓰거나 즉석에서 소감을 말하기로 하였다. 8월 29일에 영화 '언노운 걸'을 보고 모여 이야기꽃을 피웠다.

'나, 다니엘 블레이크'를 보고 9월 15일에 두 번째 모임을 진행했다. 영화를 보고 끝나는 게 아니라 각자의 느낌을 들어보니 생각이 정리되고, 풍성하게 무르익는 나 자신을 발견하는 경험을 한다. 추천 받아 본 영화의 내용도 좋았고, 첫 모임에서 나눈 이야기가 정말 좋아서 두 번째 모임을 설레는 마음으로 기다렸다. 매달 세 번째 주 화요일 오후 8시에 화상회의로 열릴 예정이다.

❖ 후원 이야기

회원들의 후원회비로 살림을 꾸려간다. 월회비, 평생회비, 각종 지정후원금 모두 알트루사가 추구하는 정신건강 사회운동에 귀중하게 쓰인다. 어린이와 청소년들은 어린이, 청소년 회비를 낸다. 만든 물건이나 안 쓰는 물건을 기증하기도 하고 자신의 재능과 시간을 후원하기도 한다. 후원하는 즐거움을 함께 나누고자 한다.

도자기 후원

조윤미

요즘 알트루사 살림살이가 적자라는 소식을 들을 때마다 걱정이 된다. 꼭 필요한 지출만 하는 중인데 매월 들어오는 회비가 그만큼도 감당하지 못한다는 뜻이니 말이다. 이 문제를 어떻게 해결할지 알트루사 전체가 고민하고 있지만, 우선 내가 개인적으로 작은 보탬이 될 수 있는 방법을 생각하였다. 그래서 매주 월요일 오전에 도자기 공방에 다니면서 만든 그릇들을 이번엔 후원물품으로 내놓기로 했다.

정성을 다해 한 덩어리 흙을 매만져 모양을 만들고, 내 손을 떠난 흙이 두 번 가마에 들락날락 하며 나온 결과는 예상과 다른 경우가 많다. 유약색깔이 기대와 약간 차이가 나는 정도라면

나무랄 데 없는 소득이다. 모양이 휘거나 처지기도 하고 금이 가거나 깨져서 만든 이를 망연 자실하게 만든다. 모양은 아주 야무지게 구워졌는데 유약이 말려 얼룩덜룩한 그릇 앞에서는 더욱 안타까운 한숨이 나온다. 가마에서 기물이 나오는 날은 매번 기쁨과 놀라움과 탄식이 공방을 가득 채운다. 다음번에는 가마신에게 더욱 경건하게 부탁을 하자며 서로 위로하기도 한다.

평탄치 않은 과정을 통해 나온 결과물은 모두 나에게 소중하다. 구부러지면 구부러진 대로 나름의 멋이 있고 유약색이 고르지 않게 구워졌어도 식탁 위에서는 다른 그릇들과 아주 잘 어우러진다. 그런데 후원을 하려면 그 중에서 상품성이 좋은 것을 골라내야 한다. 많은 사람들이 공장에서 만든 뻘뻘한 그릇에 익숙해서 균일하지 못한 모양새를 흠으로 보기 때문이다. 그래서 그동안 그릇이 나올 때마다 푹푹한 그릇들은 따로 모아둔 차였다. 이리저리 살펴 말끔한 그릇들만 뽑아 하나하나 깨끗한 종이로 싸다. 내 곁을 떠나보내는 아쉬움과 새 주인을 만나 곱게 잘 쓰이길 바라는 마음을 가득 담는다.

알트루사에서 대면 모임이 열리지 않는 요즘에 과연 제대로 판매를 할 수 있을지 걱정이 되었다. 그런데 이런 저런 일로 모인 모람들이 아주 반갑게 그릇 가방을 열어본다. 카페에 올린 사진을 보고 좋아해주는 회원들도 있었다. 취미로 즐기는, 많이 부족한 아마추어의 작업이지만 회원들의 반응에 스스로 대견해지기도 한다. 알트루사 회계 장부에 올라가는 판매액은 눈에 보이는 성과이다. 그보다는 나의 정성과 다른 이의 마음이 모여 알트루사에 작은 주춧돌을 엮었다는 뿌듯함이 후원의 더 큰 의미라고 생각한다. 작은 접시 하나를 서로 돌려보며 이야기를 나누고 사진과 함께 잘 사용하고 있다는 소식을 주고받는 이 모든 과정이 삶의 소중함이 아니고 무엇일까.



모든 활동은 자원활동가들이 주체가 되어 이루어진다. 함께 모여 웃고, 울고, 갈등하고, 화해하느라 알트루사 사무실은 조용할 날이 없다. 그러면서 경험한 감동과 성장의 이야기를 나누려 한다.

중학생 윤정

김윤정

청소년 모임에는 중학생이 많다. 어느 날 알트루사 카페에 올라온 청소년 모임 후기와 그 부모들의 모임인 아잘사 모임 후기를 읽으며 청소년 친구들이 부러워졌다. 부모들은 머리를 맞대고 올바른 양육의 방향을 나눈다. 또한 가까운 사이이기에 더 못 보고 더 함부로 하는 자신의 무딘 행동의 감각을 깨우려 서로에게 자극을 준다.

청소년 모임에서는 주제를 함께 정하고 탐색하는 과정을 중요시 했다. 청소년들을 어린 시절부터 오랫동안 지켜봐온 문지기는 개개인의 특징을 파악하기 위해 아이마다 집중한다. 공통의 과제를 이루며 학생들의 생각과 느낌을 궁금해하고 끊임없이 질문하고 답변한다. 그런 과정이 서로를 파악해가는 시간이 되기도 하고 무엇보다 자신에게 집중하는 시간이 된다.

중학생 때의 내 모습을 떠올렸다. 그때 내 생각을 궁금해 하고 필요한 자극과 끊임없는 관심으로 말 걸어주는 어른, 선생님, 때로는 친구 같은, 이모 같은 사람들이 여럿 있었다면 얼마나 좋았을까 하는 마음이 가득해졌다.

청소년들을 함께 돌봐주면서 동시에 어른도 마음이 자랄 수 있는 기회를 얻는다. 부모가 있고 형제가 있어도 충분한 관계를 맺고 살아가는 데 한계가 있다는 것을 잘 알고 있기 때문이다. 부모 자신의 청소년 시기에 경험했던 결핍을 돌아보게도 되고 그러면서 청소년들의 처지를 깊이 공감하며 상생의 기회가 된다.

중학생 때의 내 모습을 떠올리며 청소년들과 함께 앉아 수업 받는 상상을 하다가 어느 날 먼저 제안을 했고 허락이 되어 참여하게 되었다. 청소년들과 함께 배우고 커가자는 마음이 되어

모든 것이 자연스럽기만 했다. 무엇보다 내면으로 중학생이었던 윤정을 종종 만나는 순간들이 있었다. 그때의 느낌들을 다시 떠올릴 수 있었고 어떤 생각들을 하며 지냈는지 어린 나를 만나 위로할 수 있었다.

청소년들에게는 때로는 어른인 내 손과 발이 필요하기도 하고 나는 그들을 자식 같고 조카 같은 마음으로 반겨줄 수 있었으니 자원봉사자의 역할을 할 수 있게 되었을까? 청소년 모임 대부분의 아이들을 어릴 때부터 봐 왔고 나는 중학생 학부형이기도 하다. 그들의 생각과 눈빛, 웃음, 무기력, 무반응 모든 것을 공감하고 인정하는 경험도 소중했다. 내가 어떤 어른으로, 어떤 부모로 살아야겠다는 다짐을 하는 시간이기도 했다.



함께 살기

자신이 살던 나라에서 박해나 차별을 받아 생명조차 보호받을 수 없어, 살아남기 위해 제3국에 국제적 보호를 요청하는 사람들이다. 마음이 건강한 여성들이 난민과 함께 사는 착한사회를 위해 행동한다. 마음 붙일 데 없는 난민에게 관심 갖고 서로 협력하려 한다.

(자원활동가회의 : 둘째 주 월요일 오전 11:00)

난민 친구들 소식

최미리

지난 번 용인 동천동 영화제에서 난민섭외 요청이 있을 때 강사로 아담님을 소개했는데, 9월 4일 강연을 잘 마쳤다고 한다. 아담님의 고향 수단은 분쟁과 코로나19 때문에 여전히 상황이 좋지 않지만 좋아질 것을 기대한다고 한다. 아담님의 요청으로 수단의료진에게 마스크를 후원하기 위해 9월 말까지 모금을 하고 있다.

재미있는학교 모임과 아잘사 회의를 9월부터 화상으로 했고 유스라님, 도르카스님, 아이들이 함께 참여하기도 했다. 유스라님은 코로나19 때문에 학교에 가지 못하는 아이들과 집에서 지내는 시간이 많아져 아이들 교육에 더 고민을 많이 한다. 다른 사람들을 만나지 못하니 오랜 시간 스마트폰에 빠져있고 낮밤이 바뀌는 생활을

한다고 걱정이었다. 재미있는학교에서 삼남매를 꾸준히 만나며 소통하고 관계를 이어갈 수 있는 방법을 의논중이다. 유스라님은 EBS교육방송을 통해 한국어 공부를 다시 시작했다. 이 공부를 도와줄 방법을 난민과 함께 살기 모임에서 의논하고 있다.

도르카스님은 9월 12일 현재 사는 동네 근처로 이사를 한다. 가족 모두 건강히 지내고 있다고 한다. 또 이번에 새로운 일을 시작했다고 해서 모두 축하해주었다.

모람소개

‘여정숙’

이인미

1999년 8월 중순 어느 날, 여정숙님은 여신도교육원 동기 문영금님(문은희 선생님의 조카)에게서, 알트루사라는 여성단체에 여성상담소가 이제 막 생겼는데 간사를 구한다는 소식을 듣게 되었다. 여정숙님은 이 소식을 이인미에게 물어다주었다. 공교롭게도 교회에서 다른 사람으로부터 같은 소식을 들은 이인미는 주저 없이 ‘여성의전화’에서 알트루사로 일터를 옮겼다. 그러니, 말하자면 여정숙님은 셋째 딸 이인미의 첫 번째 탄생(세상에 태어남)과 두 번째 탄생(알트루사에 태어남)에 모두 관여한 분이라 말할 수 있다.

여정숙님이 알트루사 회원이 된 건 그로부터 대략 20여 년이 지난 올해 2020년 3월이다. 그 전에는 알트루사 점심거리 음식재료로 직접 농사지은 채소를 봉헌(?)하거나, 부정기적 후원금을 내는 정도로만 참여했다. 뜨개모임, 창립잔치, 어머니연구모임 등에 드문드문 얼굴을 내밀기도 했다. 그렇게 세월은 흘러흘러 현재 상태, 여정숙님은 계간 니를 구독하며 소식지도 즐겨 읽는다.

여정숙님은 알트루사를 접하고 완전 좋다며 수선스레 흥분했던 타입은 아니다. 그저 오랜 세월 알트루사를 꾸준히 좋아해왔을 뿐. 특히

올해는 코로나19 돌림병 사태로 많이 돌아다니지 못하니, 알트루사가 보내주는 우편물이 반가운 손님 중 하나가 되었다. 이번 호 소식지는 여정숙님에겐 특별히 더 반가운 손님일 것이다. 본인이 '모람 소개' 꼭지의 주인공이 되었으니!

❖ 19시대, 우리들의 이야기

코로나19로 얼굴을 보며 이야기를 나눌 수 없다. 각자 터한 자리에서 지내는 일상을 서로 나누고 싶어 이 꼭지를 마련했다.

더 이해하고 기다리며 함께할 때

홍혜경

누구나 그렇게 생각하겠지만 돌림병 사태가 이렇게 오래 갈 줄 몰랐다. 처음에는 몇 주만 지나면 되겠지 싶었는데 신천지발 지역 확산이 심각해지면서 우리집도 문제가 생겼다. 매년 3월부터 새로운 일을 시작하는 프리랜서 사진가 남편의 일이 모두 잠정 연기 또는 중단되었고 올해 새내기 대학생으로 한껏 입학울 기다리던 둘째도, 중학교 2학년이 된 막내도 학교를 못하는 형편이다.

그런데 아이러니하게도 나는 아이 돌봄을 계속하고 있다. 대부분 국민들이 돌림병으로 하던 일을 놓고 있을 때 내가 새로 일을 나가는 집은 너무 바빠 새벽까지 일을 했다. 바로 천마스크 만드는 일을 하는 분들이었다. 그래서 나는 아침부터 저녁까지 그 집 아이를 돌보았다. 그러다보니 정작 우리 집에 있는 막내는 혼자 점심을 먹고 하루 종일 혼자 집에서 시간을 보내야 했다. 남편과 둘째는 너무 무기력해져서 계속 잠만 자기 시작했기 때문이다.

처음으로 온전히 생계를 맡아서 힘이 드는데 집에서 남편과 아이들이 제대로 생활을 못하고 있는데 모두 내가 책임져야 한다고 생각하니 더 힘이 들었다. 남편이 아이들 점심을 챙겨주고 둘째와 막내는 이참에 재미있는 책을 많이 보면서 지내길 기대했다. 첫째는 여자 친구와 만나는 것도 좀 자제했으면 싶었다. 그런데 내 바

람과 다르기만 한 현실을 보면서 마음이 지옥이었다.

하지만 사람이 다 다르듯, 새로운 환경에 반응하고, 적응하는 속도나 방법도 다 다르다는 것을 깨달았다. 힘든 마음을 공감하고 기다려주는 것이 함께 사는 사람들이 할 수 있는 최선이라는 것을 알게 되었다. 그 과정에서 알트루사 모임이 큰 힘이 되었다. 나는 화상회의로 모임을 계속할 수 있었고, 둘째와 막내는 2학기부터 화상으로 청년모임, 청소년모임을 하고 있다. 직접 만날 수 없을 때 이렇게라도 얘기를 나눌 수 있어 축복이다. 그러나 남편은 여전히 우울하다. 일에 연관된 사람들과의 관계만 있는 남자들이 일을 못하게 되었을 때 관계의 빈약함으로 인해 더 힘들어지는 상황을 좀 더 일찍 경험하고 있는 중이다.

모람들이 궁금하다

- ▶ 큰아들 한상민님이 군복무를 잘 마치고 제대했다. 환영한다.
- ▶ 최인영님이 6월에 한식조리사 자격증을 취득했고, 8월 20일에 양식조리사 자격시험에 합격했다. 축하드린다.
- ▶ 이지영님이 수학강사로 일하기 시작했다. 보람되게 일하기를 바란다.
- ▶ 이인선 뜨개선생님이 유튜브에서 <행복한 뜨개방> 강의를 하고 있다.
<https://www.youtube.com/channel/UCk6bamGcjay8gk1nd8GRpnrw>
- ▶ 한문순님은 파주로, 한지연님과 도르카스님은 지금 살고 있는 일산과 안산 근처로 이사했다. 정미형님도 곧 인천으로 이사할 예정이다. 이사 잘 마치고 새 보금자리에서 좋은 일들 많기를 바란다.



소식

주인은 바로 모람(회원)들이다. 모람이 들러 서는 실무 간사 중심의 단체가 아니라 건강한 사회를 위해 공공영역에 명예롭게 참여하는, 모람들이 주인 되어 이끌어 가는 자원봉사 단체이기 때문이다. 기쁘게 할 수 있는 만큼 자기를 찾아가며 건강한 마음으로 착한 사회를 만들고자 한다.

- ▶ 10월 7일 (수) 오후 2:00-4:00에 화상회의로 열린다.
- ▶ 이사회회의는 10월 17일 (토) 오후 1:00-3:00에 화상회의로 열린다.

■ 개인상담

문은희

■ 사무실 봉사자

- ▶ 홈페이지 제작 관련 : 한문순
- ▶ 회의 호스팅 : 김지은 한문순 이인미
- ▶ 수단마스크후원 홍보물 : 김지은 정미형 최미리 한문순

■ 소식지 봉사

- ▶ 청탁, 수합 : 홍혜경
- ▶ 편집교정 : 김현경(편집) 박영희 정은선(청탁 수합) 조윤미 한문순 한제선 홍혜경
- ▶ 발송 : 김현경(우체국) 조윤미 (우체국, 발송)
- ▶ 소식지 파일 업로드 : 홍혜경

■ 계간지 봉사

- ▶ 원고 청탁, 수합 : 이지영
- ▶ 교정편집 : 김아리 김현경 문은희 이주영 이지영 정은선 조윤미

회비현황

(2020년 8월 1- 31일)

■ 월회비 34명

구미정(8월) 김남수(7월) 김금희(8월) 김미영(7월) 김연옥(4월) 김영남(8월) 김용은(10월) 김인하(8월) 김현경(8-12월) 김희정(8월) 문명희(9월) 문성근(9월) 박상희(6월) 박수산나(9월) 박영신(8월) 박에스더(7월) 박희영(8월) 손정애(8월) 양나래(7월) 여정숙(8월) 이미경(7월) 이보미(19년7월) 이숙현(7월) 이현숙(7-8월) 정보영(8월) 조보아(15년6월) 지순경(8월) 지순혜(8월) 진정숙(6-8월) 최동안(7월) 최영은(8월) 펄(8월) 한수정(6월) 한은영(8월)

■ 이사회비 15명

고은하(7월) 김아리(7월) 김양미(7월) 김지은(7월) 남유정(8월) 문은희(8월) 박영희(9월) 배혜화(8월) 윤재오(7월) 이인미(10월) 이지영(8월) 조윤미(8월) 최현숙(8-9월) 한제선(8월) 홍혜경(6-9월)

■ 어린이·청소년 회비 7명

김영서(7월) 김영준(7월) 권혁빈(8월) 임고유(5-11월) 임은유(5-11월) 최윤지(8월) 최예지(8월)

■ 평생회비 8명

김영남(19차) 김현경(8-12차) 문성근(13차) 박희영(49차) 이동화(16차) 이지영(56차) 이현주(30차) 최예지(42차)

■ 지정후원 15명

- 알트루사 : 조윤미
- 계간지 : 김민지 김인하 김태영 문성근 이주영 박영희 이숙현 최영은 최현숙
- 난민과함께살기 : 김영만 김현경 문은희 이동화 한문순

* 지난 달 진정숙님의 회비납부 내역이 누락되어 이번 달에 함께 실었다.

살림현황 (2020년 8월, 단위: 원)

월회비	1,658,000
이사회비	700,000
평생회비	360,000
후원금 및 기타 수입	519,500
수입 계	3,237,500
지출 계	4,982,970

❖ 공부모임

온난화, 홍수, 산불... 모두 기후위기가 원인인 경우가 많다. 전문가들은 앞으로 우리의 예상을 뛰어넘는 더 큰 재앙이 닥쳐올 거라 예견한다. 지구의 경고를 무기력하고 우울하게 받아들이는 데 그치지 않고, 이 사태를 정확하게 이해하고 해결할 방법을 함께 찾아보려 한다.

- * 일시: 9월 22일부터 매주 화요일 11회에 걸쳐 11강 예정. 오전10:30-12:00
- * 강사: 김희정 (환경교육 강사)
- * ZOOM 화상회의
- * 신청, 문의 : 02)762-3977

* 강의 내용

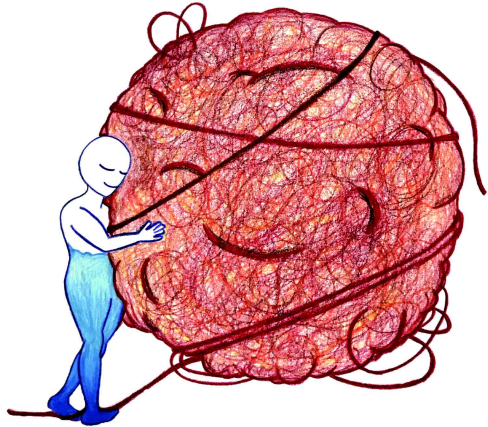
1. 기후위기! 사람들도 지구도, 처음 겪는 일입니다.
2. 기후변화는 메뚜기떼를 만들고, 육식은 기후위기를 부른다.
3. 미세먼지보다 더 미운 미세먼지 배출원
4. 온실가스가 뭐예요?
5. 한국은 기후약당국가라고?
6. 지구 온도 상승, 1.5도를 지키자
7. 착한 에너지 생산과 소비를 위한 에너지 전환
8. 기후정의와 정의로운 전환
9. 급격한 기후변화는 생물 멸종을 부른다
10. 기후행동은 우리의 권리이자 의무!
11. 코로나19, 기후변화와 관계가 있다고요?

책으로 만나는 심리상담

4

2020 여름 읽아줄 번째

59호



용서로 풀고 잇고

왜 이리 고소하지? | 김현경
 이제는 용서를 구할 수 있다 | 정은선
 할머니! 나 용서받은 거 맞아? | 한문순
 깎두기 | 이주영
 용서받고도 | 조윤미
 아버지, 제 마음이 보이시나요? | 김지은
 용서를 구하기 위해 필요한 나의 변화 | 이한나
 한 사람의 삶은 소중한 것을 | 김영남

* , 알트루사(02-762-3977)에서 판매 중



(사)한국알트루사는
여성들의 정신건강 사회운동 단체입니다.
모든 활동은 모람들의 자원봉사입니다.

여성 정신건강

- ▶ : 문은희 여성상담소장의 1대 1 심리상담입니다. 내담자가 직접 전화예약 하는 것이 원칙입니다.
- ▶ 상담공부 : 첫째셋째 주 수요일, 여성 자신을 제대로 보는 눈을 기르며 함께 건강을 회복해가는 집단상담입니다.
- ▶ 정신건강연구소 : 자기 삶 속에서 다양각색 여성들의 정신건강을 알트루사의 시각으로 연구합니다.
- ▶ 심리학교실 : 알트루사의 틀로 깊이 있게 자신을 분석하는 글을 써서 발표합니다. 서로가 거울이 되어 자신과 다른 사람들을 심리학으로 알아갑니다.
- ▶ 책으로 만나는 심리상담 계간지 <니> : 알트루사가 말하는 정신건강의 의미와 가치를 널리 퍼뜨리기 위해 정신건강을 주제로 다양한 글들을 엮습니다.
- ▶ 여성의 눈으로 건강하게 성서 읽기 : 당연하게만 여겨온 성서 구절을 여성의 눈으로 질문하여 읽고 토론합니다.

자기발견과 관계 맺기 운동

- ▶ 뜨개모임 : 매주 월요일, 뜨개질을 함께 하면서 서로를 알아줍니다. 자신을 위한 뜨개는 물론 후원 작품을 만듭니다.
- ▶ 노래모임 : 나와 다른 이들의 목소리가 어우러지는 합창을 통해 함께하는 재미를 경험합니다.
- ▶ 오케스트라 : 청소년과 어른들이 협력하여 연습하고 공연합니다.
- ▶ 화요모임 : 알트루사 모람들이 강사가 되어 발표하고 토론합니다. 남성도 참여 가능합니다.
- ▶ 큰언니운동 : 마음이 건강한 여성들끼리 또 청소년들과 큰언니와 동생 삼으며 심리적으로 서로를 지지하는 관계 맺기 운동입니다. 서로 마음을 보살피는 관계를 퍼뜨려 갑니다.

재미있는학교

토요일에 운영되는 대안교육 프로그램입니다. 어린이·청소년의 정신건강을 위해 함께 어울려 놀고 공부도 신나게 합니다. 원칙을 세우고 지키며 서로를 존중하는 방법을 알아갑니다. 알트루사에서 정신건강에 눈을 뜬 모람들이 교사로 활동하며 '아이들과 잘 살아보자는 모임'(아잘사)도 진행합니다.

도서출판 니

건강한 여성의 마음과 목소리를 담은 책을 만듭니다. <눈치 보는 한국여자>(문은희,2009), <꽃 너희들 한 해 건너서 피면 안 되겠니?>(최동안, 2010), <한국여성의 심리구조>(문은희, 2011), <이해할수록 더 사랑하게 된다>(최선옥, 2012), <나는 어떤 시민인가?>(핵없는세상 회원들, 2017)를 펴냈습니다.

착한 사회를 위한 사회운동

- ▶ 핵없는세상 : 세계의 피폭자들을 돕고 핵 없는 세상을 만들기 위해 어린이 청소년 어른이 다 함께 연대합니다.
- ▶ 난민과 함께 살기 : 마음 붙일 데 없는 난민에게 관심 갖고 난민과 협력합니다.

03057 서울시 종로구 창덕궁3길 7-1 B01호 / 전화 02)762-3977-8 / FAX 02)762-3979

홈페이지 : <http://www.altrusa.or.kr> / 카페 : <http://cafe.daum.net/altrusa>

페이스북 : <https://www.facebook.com/ALTRUSA>

찾아오시는 길 : 3호선 안국역 3번 출구에서 도보 10분 / 안국역 2번 출구에서 1번 마을버스 승차, 세탁소 하차