

채비

작고 아름다운 이별

2024년 5월 뉴스레터 vol. 77
한겨레두레협동조합

조합소식

사회적경제 '힘내라 DAY'에 조합원 여러분을 초대합니다

채우고 비우고

엄마와 함께 한 일년

채비추모장례 이야기

밝은 빛으로 인생길을 걸어오신 어머니의 추모식

숫자로 보는 채비

우리 국민 절반 가까이, 평소 죽음 생각하고 있어!

채비학교

마음여행사진첩 참여자 모집

서울지역 사회적 경제

힘내라 Day



한겨레두레협동조합 조합원 여러분을 초대합니다
경제는 어렵고, 물가는 오르고 살기가 팍팍합니다
너나없이 힘든 세월, 모여서 얘기하고
격려하며 기운을 냅시다



일시 2024년 6월 19일(수) 오전 11시 ~ 오후 9시

장소 공간채비 (서울시 중구 서애로 1길 11 충무로 헤센스마트상가 2층)

1부	11~16시	사회적경제 제품 장터 판매
2부	16~18시	집담회
3부	18~21시	사회적경제인 응원 파티(공연 및 식사 등)

참가비 무료 (단 식사나 음료 등의 구입은 자부담)

참여방법 QR코드로 연결된 신청폼

문의 한겨레두레협동조합 (02-720-9517)



클릭시 신청폼 이동

공동주관 한겨레두레협동조합, 행복중심생협

엄마와 함께 한 일년



아침이면 새소리에 눈을 뜨고 커튼을 열면 계절 따라 나무와 하늘의 변화를 볼 수 있었던 곳, 그리고 시작되는 일상. 전.진.상 호스피스 102호. 엄마와 지구별에서의 마지막 일 년을 보낸 곳입니다. 10년이라는 세월이 믿기지 않을 만큼 시간은 빠르게 흘렀고 전.진.상에서 보낸 시간은 마치 꿈을 꾸 것처럼 아련합니다.

폐가 거의 기능을 잃고, 암세포가 온몸으로 퍼져 잠시 앉아 있기도 힘들었던 엄마는 몸을 벗는 마지막 날까지 맑은 정신으로 매일 기도를 하고 본인의 힘으로 식사를 하고 불일을 보려고 노력했습니다. 옆에서 지켜보는 저는 '적당히 다른 사람의 도움을 좀 받으시지'라며 그런 고집스러움에 화도 나고 안타까운 마음이 들기도 했습니다. 하지만 지금 떠올려보면 마지막 순간까지 본인의 의지와 소신대로 최선을 다해서 살아가신 엄마가 멋지고 자랑스럽습니다.

살아서 병원 가길 그리 싫어하셨건만 전.진.상에서 보낸 일 년 동안 집보다 더 편하다고 하셨던 걸 보면 전.진.상은 엄마에게 병원이기보다 따뜻한 안식처였나 봅니다. 대학병원에서 선고받은 2주라는 기간이 무색하게도 엄마는 이곳에서 두 번의 겨울을 보내고 사계절의 변화를 병실 창밖을 통해 지켜보며 짝 채운 일 년을 보냈습니다.

저도 엄마 못지않게 호스피스에서 행복한 시간을 보냈습니다. 물론 24시간 같은 공간에서 아픈 가족을 지켜봐야 하는 상황이 행복하기만 했던 것은 아닙니다. 엄마와의 묵었던 감정들이 드러나도 별거벗은 모습으로 마주해야만 했고 새벽에 눈을 뜨면 눈물이 양 볼을 타고 주르륵 흘러내릴 정도로 힘들었던 날들도 있었습니다. 하지만 호스피스에서 엄마와 보낸 일 년은 몇십 년 함께 살아온 세월보다 서로를 더 깊이 알아간 시간이었고 제 인생에서 가장 행복했던 시간 중 하나로 기억됩니다.

이 시간이 없었다면 엄마도 저도 가족들 모두 준비되지 않은 채로 이별해야 했을지 모릅니다. 제가 이곳에서 충분히 힘들어하고 맘껏 즐기고 사랑을 나누었던 것처럼 엄마도 그랬으리라 믿어요.

전.진.상에서의 일 년은 저에게 크고 작은 깨달음으로 축복받은 날들이었습니다. 하루가 다르게 변해가는 엄마의 육신을 지켜보는 일은 매일 삶과 죽음에 대해 사유하게 했고, 통증이나 죽음이 일상인 이곳에서 존재가 가진 피할 수 없는 고통을 어떻게 바라보아야 하는지, 어떻게 받아들여야 하는지를 사유하게 했습니다. 그리고 어떻게 살아갈 것인가를 질문하게 했습니다.

누구도 피할 수 없는 죽음을, 언제 올지 모르기 때문에 미리 준비해야 한다는 것, 죽음을 준비하는 것이 삶을 잘 살아내는 것임을 엄마와 그곳에 계신 분들이 곁에서 보여주시고 메시지를 주었어요. 병원 관계자들은 엄마의 마지막 삶이 편안하도록 진심으로 배려와 케어를 해주셨고 엄마는 최소한의 의료적 도움으로 스스로 깨어있음을 선택하셨습니다. 그곳에서의 경험은 죽음은 소멸이 아니라 있음의 또 다른 형태임을 알아간 시간이었습니다. 이보다 더 큰 선물이 있을까요. 여전히 자주 망각하고 영원히 살 것처럼 시간을 흘려보낼 때도 있지만 죽음을 더 자주 사유하고 저 또한 아름다운 죽음을 준비하며 살고자 마음먹게 되었습니다.

돌아가시기 한 달 반 전쯤이었어요. 발 마사지를 해드리는 동안 엄마는 발치 끝에 앉아 있는 저를 지긋이 내려다보다가 이런저런 이야기를 했습니다. 코에 산소 줄을 꽂고도 한 마디 내뱉는 것조차 힘들어 힘겹게 이야기를 이어가셨어요. 친척들 이야기, 돌아가신 할아버지 이야기를 띄엄띄엄하던 엄마는 자신이 이 세상을 떠날 때 하고 싶은 말이 있다고 하였습니다.

“나는 행복합니다. 여러분도 행복하세요.” 교황 요한 바오로 2세가 하신 말씀이라고 하시면서. 그리고는 다시 힘겹게 다음 말을 이어갔습니다. 자신이 왜 사는지 알겠노라고, 오랜 시간 성경을 공부하면서 머리로만 이해했었던 것을 이제 가슴으로 알겠노라고. 평소 자신의 감정이나 생각을 잘 내어놓지 않는 분이였기에 이런 이야기를 꺼내는 엄마를 보며 ‘이제는 정말 떠날 준비가 되셨나 보다’라는 생각에 눈물이 핑 돌아 그저 고개를 끄덕일 수밖에 없었습니다.

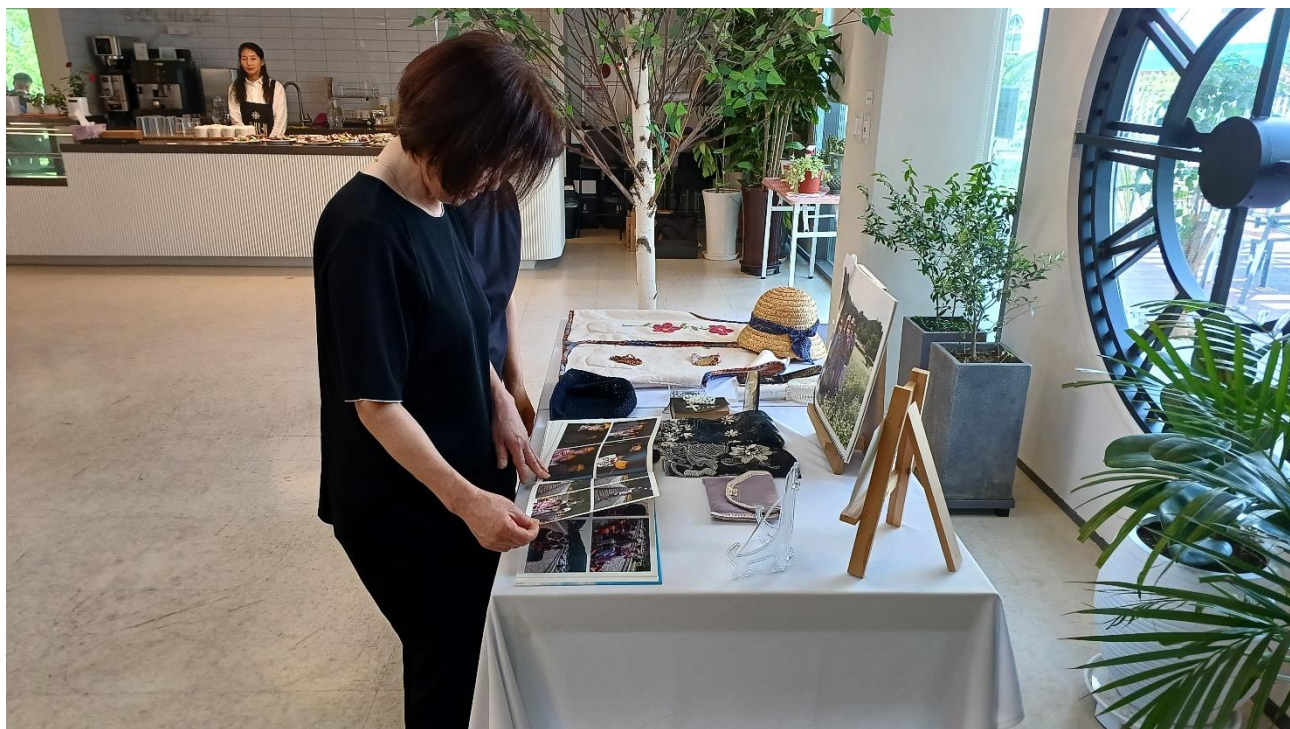
임종의 순간은 평화로웠습니다. 바로 옆에서 마지막 숨이 나가는 것이 느껴지지 않을 만큼 고요했고 엄마의 얼굴을 보는 순간 ‘아, 부럽다’라는 생각이 들 정도로 가벼웠습니다. 전.진.상의 모든 선생님들, 직원분들, 봉사자분들에 대한 감사함은 저 또한 그 뜻을 세상에 나누는 사람이 되는 것으로 보답하고자 합니다. 지금도 보이지 않는 곳에서 힘써주는 분들, 환우들과 그분들 곁에서 그분들만큼 힘겨운 시간을 보내고 계실 가족들에게 응원과 사랑을 보냅니다.

엄마도 어딘가에서 미소 지으며 말씀하실 거예요.

“나는 행복합니다. 여러분 모두 행복하세요.” ❀

김하정 | 한겨레두레협동조합 조합원

밝은 빛으로 인생길을 걸어오신 어머니의 추모식



어머니의 추모장례식을 치른 장문진 조합원의 보내온 후기를 지난 달 뉴스레터에 실었는데, 이에 덧붙여 당시의 추모식 모습을 스케치하여 조합원들과 나누고자 한다.

4월 봄날, 어머니께서 하늘의 부름을 받으셨다. 유족과 친지와 지인의 숫자가 대략 30여 명 정도였다. 모두 잔잔하고 다정했다.

조문하는 이마다 서로 조용히 안고 등을 토닥겨주었다. 아버지도 함께하셨다. 유족 대표인 조합원은 어머니께 뜨거운 이별의 인사를 보냈다. 유족들은 충분히 편안히 슬픔을 쏟아내고 나누었다.

테이블에 놓인 어머니의 유품은 오른쪽 가슴에 꽃으로 수를 놓은 도톰한 조끼와 챙이 둥근 모자, 목주와 메달이었다. 신심이 많으셔서 성당에 다니실 때 사용하던 물품이 대부분이었다.

그중 사람들의 눈길을 끌었던 것은 가족사진으로 만든 달력이었다. 달마다 색다른 가족들의 아름다운 표정이 있었다.



유품 중에는 하얀 손 선풍기가 있었는데, 손녀가 그걸 보고 깜짝 놀랐다.

“몇 년 전에 제가 할머니께 선물했는데, 할머니가 최근까지도 사용하셨나 봐요.”

라며 울컥하였다.

떠난 이의 소품엔 일상의 추억이 배어있고, 그 기억이 남은 이들에게 어떤 힘을 준다.

음식은 과일과 간단한 과자류를 유족이 준비하였다. 차와 음료는 채비에서 준비하였다. 조문하는 이들도 가볍게 먹으며 편안하게 유족과 대화하였다.

추모식 시간에 어머니가 좋아하시던 노래를 함께 듣고 불렀다.

젊은 시절 어머니는 ‘노란 샤쓰의 사나이’라는 노래를 좋아하셨다. 당시 사진을 봐도 어머니는 참 멋진 분이였다. 어머니가 노래하며 생각한 노란 샤쓰의 사나이는 아버지였던 것 같다. 그때 사진이 증거다.

두 분은 참 다정했던 것 같다. 추모식과 모든 조문을 잘 마쳤고, 다음날 장례 일정도 잘 마쳤다는 소식을 듣고 마음이 놓였다.

아내를 먼저 보내고 혼자가 되신 아버지께서 건강하시고, 자녀들과 더 자주 시간을 보내시기를 바란다.



전승욱 | 채비장례 추모플래너

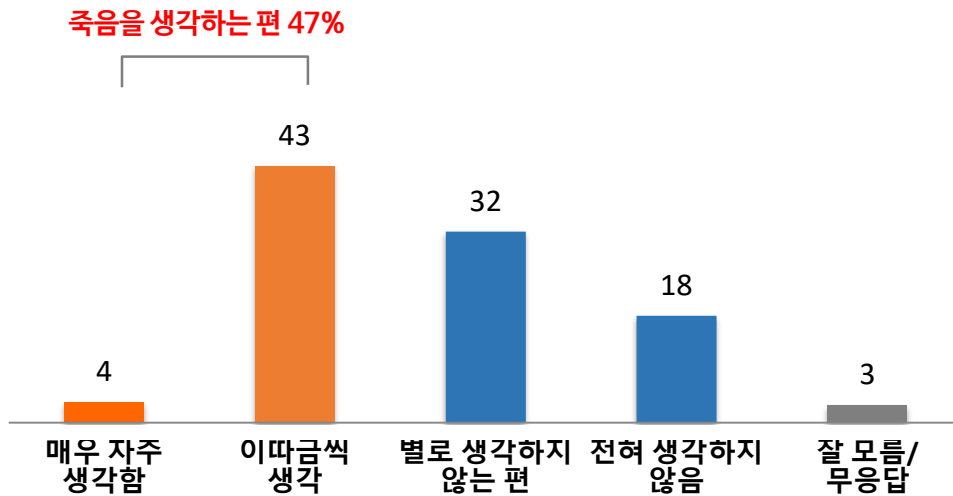


1

평소 ‘죽음’에 대한 고민 여부

우리 국민 절반 가까이, 평소 죽음 생각하고 있어!

평소 죽음에 대한 고민 여부 (일반 국민, %)

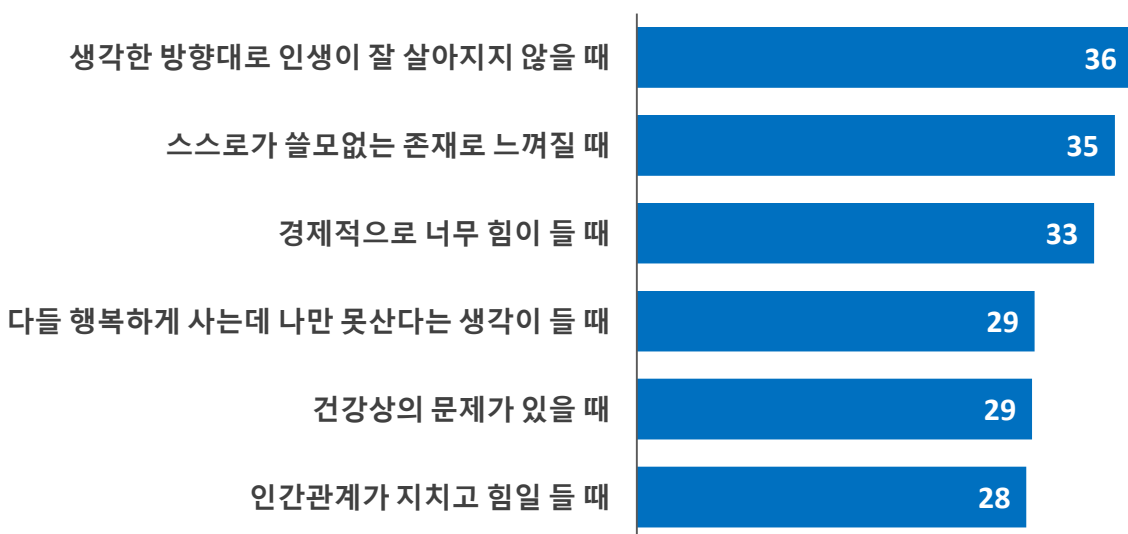


2

죽음 생각하게 되는 이유

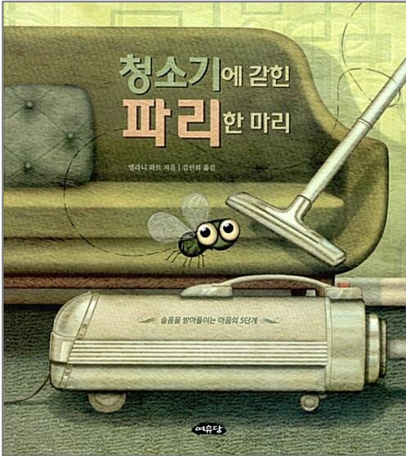
내 뜻대로 인생 안 풀릴 때 죽음 생각한 경험 많아!

죽음에 대해 생각하는 이유 (죽음 고민 경험자, 중복응답, %)



* 출처: 엠브레인 트렌드모니터, ‘우울증 및 죽음에 대한 인식 조사’, 2023.07. (전국 19~59세 성인 남녀 1,000명, 온라인 조사, 2023.07.05.~07.07.)

슬픔의 5단계



청소기에 갇힌 파리 한 마리

멜라니 와트 | 여유당

이 그림책은 작가 멜라니 와트가 어느 날 우연히 파리 한 마리를 청소기로 빨아들인 일에서 탄생했다. 청소기에 빨려 들어간 파리를 주인공 삼아 엘리자베스 퀴블러 로스의 ‘슬픔의 5단계’를 쉽고 유쾌하게 풀어냈다.

갑작스레 청소기에 빨려 들어간 파리는 어떤 심정일까 하는 궁금증에서 출발하여 사람들이 ‘슬픔을 받아들이는 마음의 5단계’를 작품으로 표현한 것이다.

심리학적 주제라서 무거울 수 있고 그림책으로 표현하기에 어려울 수 있지만, 작가는 이 두 가지 문제를 완벽하게 해결했다. 파리를 주인공으로 삼아 가벼운 마음으로 재미있게 볼 수 있으며, 간결하고 재치 있는 대사로 감정의 핵심을 놓치지 않았다.

또한, 청소기에 쏠려 들어간 그림 속 소품들의 기발한 변신, 털실 인형을 잃어버린 강아지 나폴레옹의 시선 등 숨은 장치들을 찾아보는 재미가 쏠쏠하다. 파리가 지나쳐 온 제품들을 각 단계에 맞는 문구로 절묘하게 바꿔 보여 주어 96쪽임에도 32쪽 그림책을 본 듯 전혀 지루할 틈이 없다.

인생을 살아오면서 예기치 않았던 이별에 고통스러웠던 적 있나요? 감당할 수 없는 슬픔에 분노하고 절망했던 적 있나요? 소중한 내 아이가 갑작스런 상실감에 힘겨워한 적 있나요? 이 그림책은 이러한 질문에 대답하며 어린이와 어른 모두에게 재미와 감동과 위안을 안겨 준다. ✨

(출판사 책 소개 중에서 발췌)

[작은모임] 마음 여행 사진첩

마음 여행 사진첩은 애도 작업을 깊이 하기 위해 몸에 미치는 영향을 중심으로 감정을 탐색하고 이해하는 작업입니다. 가까운 관계의 역사를 담은 사진첩을 만들고 소개하는 과정에서 감정을 세심하게 들여다보고 새롭게 발견하고 이해하고자 합니다.

또 사진을 보면서 감정을 구체적으로 탐색하고 나누는 작업을 통해 상실에서 삶을 향하는 동력을 얻을 수 있으며 향후 애도 작업에 도움이 될 수 있습니다. 많은 참여 바랍니다.

■ 교육 소개

- 대상: 조합원, 비조합원 등
- 일정: 2024년 6월 20일 ~ 7월 4일 (매주 목요일 오후 2시 - 4시, 3회)
- 장소: 공간채비 메인 홀(서울시 중구 서애로1길 11 헤센스마트상가 201호)
- 교육 정원: 12명 이내 (선착순 마감)
- 참가 비용: 1만원 (사진첩 제작 비용)
- 준비물: 사진첩 만들 대상자의(가족, 지인) 사진 10장 내외
- 신청: <https://forms.gle/gMBiQTdB6P9aqsAu5>
- 문의: 02)722-9517/ 720-9517(오전10시~ 오후5시)

■ 프로그램

차수	주제	내용	강의 날짜
1차	몸과 감정의 이해	감정 해부학과 감정 이해하기, 사진첩 만들기를 위한 사전 안내	6/20(목) 오후 2~4시
2차	관찰·자각·새로운 발견	사진 작업 중에 알아차린 감정 나누기와 모호한 감정 들여다보기 등	6/27(목) 오후 2~4시
3차	깊이 듣고 욕구와 감정 표현하기	마음 사진첩 이야기와 감정 표현하기	7/4(목) 오후 2~4시

※ 한겨레두레협동조합 2024년 [작은 모임 지원사업] 선정 결과 안내 ※

- ▶ 마음 여행 사진첩 만들기 (김은자 조합원 외 4인)
- ▶ 기쁜 숨 명상 (김하정 조합원 외 4인)

채비플랜 후기



지난 5월 23일(목)과 30일(목) 오후 7시~ 8시 30분 채비플랜 강좌를 진행했습니다.

1강은 웰다잉 입문 강의와 채비장례 개요를, 2강은 추모식과 애도하기를 이야기했으며 총 2강에 걸쳐 20여명의 조합원이 참석했습니다.

빠르고 편리해진 세상에서 우리의 죽음과 이별도 간편하게 정리되고 치러지는걸 아닐까 하는 참석자들의 걱정이 다소 누그러지는 좋은 시간이었습니다.

이별에 대해 이야기했지만 결국은 우리가 어떻게 살아가야 할지, 타인과 어떻게 교감할지에 대한 내용이었습니니다.

김00조합원은 어디에서도 만나볼 수 없는 강의라며 높은 만족감을 드러냈습니다.

2024년 5월

김원홍 조합원 장모상
진재용 조합원 장인상
이복희 조합원 시모상
김광선 조합원 빙부상
이진한 조합원 장모상

김은경 조합원 부친상
이영석 조합원 조모상
나장균 조합원 모친상
권귀순 조합원 본인상
배현지 조합원 시부상

전승욱 조합원 지인상
최문호 조합원 모친상
문숙희 조합원 모친상
김영숙 조합원 조카상

2024년 4월

신동숙 조합원 시모상
김선미 조합원 시모상
박성준 조합원 부친상
이상연 조합원 빙모상
김애숙 조합원 모친상

박영신 조합원 모친상
이재선 조합원 모친상
전승욱 조합원 지인상
김택희 조합원 모친상

한겨레신문사 홍세와 본인상
장문진 조합원 모친상
김만호 조합원 부친상
김태영 조합원 모친상

2024년 3월

김덕안 조합원 모친상
박정연 조합원 지인상
박영규 조합원 모친상
정형 조합원 모친상
전승욱 조합원 지인상

김낙준 조합원 부친상
신창희 조합원 모친상
김성한 조합원 모친상
서이중 조합원 배우자상
임병언 조합원 모친상

최지호 조합원 모친상
신순화 조합원 사돈상
임현택 조합원 빙모상
이옥자 조합원 모친상
이승현 조합원 부친상



삼가 고인의 명복을 빕니다

해피 웰다잉을 준비하는 사람들
'채우고 비우고' 오픈채팅방에 초대합니다



**어떻게 늙어가야 하는지를 아는 것은 지혜의 걸작이요,
삶이라는 위대한 예술에서 가장 어려운 장이다.**
- 앙리-

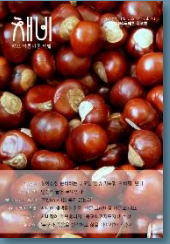
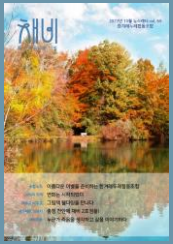
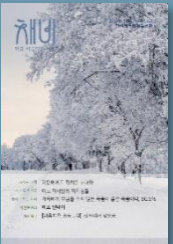
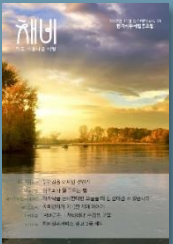
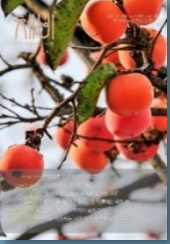
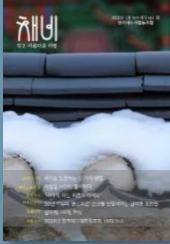
'채우고 비우고' 오픈채팅방은 삶과 죽음을 의미 있게 설계하고자 하는 사람들의 공간입니다.

삶과 죽음에 관한 의미 있는 정보를 공유하고 나눌 수 있는 공간이며, 공간채비를 중심으로 스터디, 취미 생활, 교제를 위한 오프라인 모임도 계획하고 있습니다.

(참여 링크) <https://open.kakao.com/o/gO5HMzme>

채비레터 과월호 목차

클릭하면 다운로드 됩니다



한겨레두레협동조합은 대한민국 대표 장례서비스 협동조합입니다



한겨레두레협동조합은 풀뿌리공제정신에 공감한 이들이 공동체의 힘으로 사회 문제를 해결하고자 모였습니다.

조합원이 공동으로 소유하고 민주적으로 운영하는 자발적 경제조직이며 상업화한 장례문화를 개선하고 올바른 인식을 고취할 목적으로 만들었습니다. 직계존비속 누구나 전국 어디에서든 최상의 서비스를 받을 수 있고 장례지도사와 접객관리사가 같은 조합원으로 한 식구처럼 믿을 수 있습니다.

맞춤형 · 직거래공동구매 방식으로 소박하고 품격 있는 장례를 구현하며 갈수록 고비용화 · 대형화 · 독과점화하는 병원장례식에서 벗어나 추모의 깊이가 있는 ‘작은장례’를 지향합니다.

한겨레두레협동조합

www.chaebi.life

서울시 중구 서애로1길 11 충무로 헤센스마트 B113호(사무실), 상가 201호 (공간 채비)

가입문의 1800-9517 장례문의 1588-9517 대관문의 02-739-9517

채비 뉴스레터는 조합원 참여를 환영합니다

장례 문화에 대한 투고(장례후기, 에세이, 시 등), 조합에 대한 의견, 개업/사업 소개 등 함께 나누고 싶은 글을 보내주세요(master@handurae.org)