

마음으로부터 서로 주는 것이 연민이다.

What I want in my life is compassion, a flow between myself and others based on a mutual giving from the heart. (Marshall B. Rosenberg)

내 삶에서 내가 바라는 것은 마음으로부터 서로 주는 것에 근거한 나와 다른 사람들 사이의 흐름인 연민이다.

(마셜 로젠버그)

도심지 한복판의 공원에도 가을이 왔습니다. 자신들의 멧을 한껏 자랑하는形形色색의 나뭇잎들이 자신의 자태를 뽐내고 있습니다. 서로 잘났다고 시기도 하고 질투도 할 것만 같은데, 나뭇잎들은 자신만을 내세우지 않네요. 주변의 친구들과 조화를 이루면서 서로가 상대를 빛나게 해주네요.

같은 나뭇가지의 잎인데도 어느 것은 다른 것보다 더 빨리 물이 들기도 하고, 더 진한 색을 내기도 하네요. 하지만 먼저 물든 잎은 뒤에 물들 잎들을 위해서, 뒤에 물들 잎들은 먼저 물든 잎들을 위해 서로를 격려하는 듯 느껴집니다. 순서가 약간 바뀌어도, 나보다 못난 잎이 먼저 물들어도, 더 진한 색을 띠어도 인정하는 것 같습니다.

서로 마음으로 상대에게 자신의 애뜻한 마음을 전달하는 것 같습니다.

「너의 색이 참 아름답구나. 내가 너의 아름다움이 더욱 빛이 나도록 도와줄게. 못난이가 옆에 있다고 구박하지 말아 줘. 내가 있어 네가 빛나고, 네가 있어 나도 빛이 날거야. 네가 내 옆에 있어 참 좋다. 고마워! 내 옆에 있어줘서…」

누군가와 서로 말을 하지 않아도 통하는 뭔가가 있다면, 그저 상대에게 마음으로부터 우러나는 애뜻한 감정이 있다면, 그것은 상대를 아끼는 연민의 정일 것입니다. 이 가을의 자연처럼, 우리도 서로서로 상대방을 더욱 빛나게 마음으로 주는 사람들이 되었으면 하고 바라봅니다. 건강한 몸과 마음으로 즐겁고 행복한 가을 보내시기를 기원합니다.

이 글을 읽어주는 당신이 있어 행복합니다.

사랑합니다.

감사합니다.