

치유를 위해서는 아픔을 파헤칠 용기가 필요하다.

Healing takes courage, and we all have courage,
even if we have to dig a little to find it.

(Tori Amos, Pop Rock Singer)

치유는 용기가 필요하다. 우리가 용기를 찾아내기 위해 약간 파헤쳐야 할지라도, 우리는 모두 용기를 가지고 있다.

(토리 에이모스, 가수)

얼굴을 스치는 공기가 많이 차가워졌음을 느낍니다. 여름 동안 그렇게 뜨겁게만 느껴졌던 햇살도 이제는 다정하게 느껴집니다.

주변의 나무와 풀들은 이제 자기만의 독특한 색을 뽐낼 준비를 하기도 하고 이미 자신의 색깔을 뽐내고 있기도 하고요. 자신만의 색을 뽐내는 나무와 풀들도 우리처럼 불볕더위와 폭우로 힘든 여름을 보냈을까요?

아마도 나무와 풀들도 불볕더위와 폭우로 찢기기도 부러지기도 한 아픈 상처를 입었겠지요. 그러나 그런 힘든 여름을 이겨냈기에 이제는 자신들이 가진 아름다움을 뽐낼 시간이 온 것 아닐까요? 자연의 일부인 나무와 풀은 사람과는 달리 몸의 상처만 아물면 그

만인 것처럼 보입니다.

그러나 사람은 어떤가요? 육체적 상처와 마음의 상처를 동시에 치유해야만 온전한 치유가 일어납니다. 특히 육체적 상처는 쉽게 의사나 약사 등 외부적 도움을 받아 치료할 수 있습니다. 그러나 마음속의 상처는 용기를 내지 않으면 치유되지 않습니다. 육체적 상처는 사람의 의지와 별 상관없이 시간이 지나면 아무는 경우도 있습니다. 그러나 마음속의 상처는 시간이 지날수록 응어리가 되고, 더욱 딱딱하게 굳어가게 됩니다.

따라서 우리는 마음속의 상처가 딱딱하게 굳기 전에 그것을 파헤치고 부드러워지게 해서 분해할 용기가 필요합니다. 이것을 녹이기 위해서는 때에 따라 육체의 상처 치료를 위해 의사나 약사 등의 도움을 받듯이 전문가의 도움을 받는 것도 용기입니다. 그 용기를 찾아내고 쓸 수 있는 사람은 자기 자신뿐입니다.

육체에 고름이 생겼을 때 순간의 아픔을 참아내고 그 상처 부위를 도려내고 고름을 없애고 시간이 지나면 깨끗이 아물어 본래의 모습을 되찾습니다. 우리의 마음도 마찬가지입니다. 마음속의 상처를 드러내고 상처를 아물 수 있게 하는 것은 그것을 파헤치고 도려낼 수 있는 용기를 내는 것입니다.

혹시라도 마음속의 응어리가 있다면, 그것을 찾아내고 녹여 없애

는 자신 마음속의 용기를 찾아내십시오. 치유를 위해서는 용기가 필요하고 그 용기를 찾아내고 사용할 수 있는 사람은 자기 자신입니다.