

자신처럼 사랑해야 한다

- 인간의 존엄성 -

서울대학교청 소년국 중고등부 교육부

• 학습 목표

1. 나는 하나님의 모상으로서 소중한 존재임을 안다.
2. 나와 이웃의 존엄성을 인식하고 존중하도록 한다.

• 준비물

질문지, 작업지(A3), 가위, 펀치(또는 송곳), 포스트잇(또는 스티커), 포스트잇 풀, 펜, 스카치테이프
 ※ 작업지는 디다케 홈페이지(<http://didache.eduseoul.or.kr> → 자료방)에서 내려받을 수 있습니다.

시작 기도 : 주님의 기도

이달의 교안 요약

바라보기(15분)

평소 자기 자신을 어떻게 대해 왔는지를 살펴보는 작업을 통해, 스스로의 존엄성을 인식하고 존중하는 삶을 살아왔는지 바라보게 합니다.

[작업1] 나야, 나랑 얘기 좀 할래?

스스로를 대함에 있어 자기 자신을 존중했을 때와 그렇지 않았을 때를 떠올려 봅니다. 그런 다음 왜 자신을 그렇게 대하게 되었는지 그 이유를 생각해 보고, 스스로를 존중하지 않음으로써 상처가 난 나의 모습을 형상화합니다.

알아보기(15분)

1. 인간은 하나님을 닮은 모습으로 창조된 소중한 피조물로서, 영혼을 가지고 있다는 점에서 다른 피조물과 구별됩니다. 인간은 하나님을 알고 하나님을 찬양할 수 있다는 그 사실만으로도 존엄한 존재입니다.
2. 인간을 존중하는 것은 인간을 만드신 하나님을 존중하는 것입니다. 예수님께서서는 누구도 차별하지 않고 친교를 맺으심으로써 모든 인간이 존중받아야 한다는 사실을 보여 주셨습니다. 예수님의 이러한 모습은 인간이 어떤 조건 아래 있더라도 차별 없이 존중받아야 하고, 기본권을 보장받아야 함을 알려 줍니다.
3. 하나님께서 나를 사랑하시듯 나도 내 존엄성을 인식하고 사랑하며 하나님을 향해 나아가는 건강한 삶을 살도록 노력해야 한다는 것, 나아가 이웃도 내 자신처럼 존중하고 사랑할 수 있어야 함을 알려 줍니다.

살아가기(20분)

자기 자신을 존중하지 못했던 부분을 반성하고, 나를 존중할 수 있는 삶을 위한 실천 사항을 정해 봅니다. 나아가 이웃을 존중하고 사랑을 실천하기 위한 약속도 함께 정해서 실천하도록 이끅니다.

[작업2] 나 자신처럼 사랑하기 위하여

자신을 사랑하고 존중하기 위한 실천 사항과 이웃을 존중할 수 있는 실천 사항을 정해 봅니다.

[ACT]

1. 저녁 기도를 통해 하루를 돌아본 뒤 스스로 잘못된 점을 반성하고, 잘한 점은 칭찬하기
2. 습관적으로 함부로 대했던 친구나 가족이 있다면 반성하고 사과하기
3. 사회적으로 차별받는 이들을 위해 화살기도하기(외국인 노동자, 장애인 등)

바라 보기 (15 분)

1. 다른 사람이 나를 어떻게 대할 때 존중받고 있다고 생각되나요?
2. 나는 스스로를 어떻게 대하고 있나요?

작업1 나야, 나랑 얘기 좀 할래?

1. 각자 주어진 질문에 답을 적는다.[별첨1 참고]
2. 작성한 답 중 나를 존중했던 때와 그렇지 못했던 때를 구분한다.
3. 준비된 작업지의 앞면에는 내가 나를 존중했을 때의 행동, 뒷면에는 그렇지 못했을 때의 행동을 적는다.
4. 나를 존중하지 못했을 때의 행동을 적은 부분은 펀치나 송곳 등으로 구멍을 낸다.
5. 다음 질문에 대한 나눔을 진행한다.
 - ① 스스로를 존중한 행동과 그렇지 않은 행동을 구분하는 기준은 무엇인가요?
 - ② 나는 왜 나를 존중하지 않는 행동을 해 왔나요?

[작업 Tip]

1. 교사는 [별첨1]을 참고하여 학생들의 상황에 적합한 질문지를 준비합니다.
2. 교사는 작업지[별첨2]를 미리 준비합니다.
 - ㉠ [별첨2] 사용 시에는 그림 가운데(발이 닿는 부분)를 잘라서 2명이 사용한다.
 - ㉡ 사람 도안이 서로 겹쳐지도록 접는다.
 - ㉢ 사람 모양으로 오리되, 손 부분은 자르지 않도록 한다.
 - ㉣ 위와 같은 방법으로 학생 수만큼 작업지를 준비한다.
 - ㉤ 작업에 들어가기 전에 작업지가 미리 펼쳐지지 않도록 포스트잇 풀 등으로 붙여 놓는다.
3. 작업지에 그려진 사람은 바로 나 자신입니다. 그 안에 뚫린 구멍은 스스로에게 무심코 행해 온 잘못된 행동들로 인해 상처 난 내 마음을 의미합니다.
4. 구멍을 뚫을 때는 펀치나 송곳 등으로 겹쳐 있는 종이를 한 번에 뚫을 수 있도록 합니다. 다만 손 부분은 뚫지 않도록 주의합니다.
5. 송곳을 사용할 때에는 위험할 수 있으니 안전에 유의해 주시기 바랍니다.

누군가를 존중할 때는 상대의 마음과 상황을 배려하는 말과 행동을 하지만, 그렇지 않은 경우에는 상대를 무시하는 말과 행동을 합니다. 우리는 이런 태도를 두고 ‘함부로 대한다.’고 말합니다. 상대의 어떤 약점이나 한계를 핑계로 귀하게 대하지 않고 자기 편할 대로 대하는 것, 이런 것들도 사람을 ‘함부로 대하는’ 태도입니다.

이러한 태도는 말과 행동으로 드러나기에, 우리는 상대방의 태도를 통해서 그가 나를 어떻게 여기는지 쉽게 알아차릴 수 있습니다. 그러나 내가 나 자신을 존중하고 있는지 아닌지를 판단하는 것은 훨씬 어려운 일입니다. 나는 내 마음대로 할 수 있다는 생각 때문에, 다른 사람이 나에게 했다면 용납하지 못할 행동들도 쉽게 넘깁니다. 그러나 우리 스스로 존엄성을 인식하고 있다면, 나태하고 좋지 못한 습관들로 삶을 채우거나 상처받고 아픈 마음을 그냥 내버려 두는 등의 행동을 하지 않았을 것입니다. 여러분, 지금까지 여러분은 자신을 어떻게 대해 왔습니까?

[교사에게]

인간의 존엄성은 ‘내가 귀하게 대접받고 싶은 그대로 남에게 해 주는 것’에서 시작됩니다. 그러나 그 존중의 시작은 바로 나 자신에게서 비롯됩니다. 현대 사회의 물질적 가치 판단(재력이나 성적, 외모 등)에 짓눌린 청소년들은 세상 기준에 맞춰 자신을 평가절하하기 쉽고, 자신을 귀하게 여기는 법조차 제대로 모르고 성장하기 쉽습니다. 위 작업을 통해 학생들이 스스로를 존중하고 있는지 성찰할 수 있도록 해 주십시오. 나아가 학생들이 그동안 잊고 살아 온 자신의 귀한 가치를 스스로 깨닫고 자신에게 무심코 행해 온 행동들을 돌아볼 수 있게 이끌어 주시기 바랍니다.

알아 보기 (15 분)

1. 왜 인간은 모두 존엄한 존재일까요?
2. 예수님께서서는 어떻게 사람들을 대하셨나요?
3. 우리는 스스로를, 그리고 서로를 어떻게 대해야 할까요?

인간의 존엄성은 인간이 하나님을 닮은 모습으로 창조되었다는 사실에 근거합니다. 우리는 창조주이신 하나님의 모상(골로 1, 15), 즉 ‘하나님을 닮은 모습’으로 창조되었습니다. “그때에 주 하나님께서 흙의 먼지로 사람을 빚으시고, 그 코에 생명의 숨을 불어넣으시니, 사람이 생명체가 되었다.”(창세 2, 7) 라는 말씀처럼 하나님께서는 인간을 창조하시면서 입김, 즉 당신의 영을 불어넣어 주셨습니다. 이 영혼으로 인해 인간은 다른 피조물과 확연히 구별되는 존엄성을 지니게 되었습니다. 그 대표적인 표징이 바로 자유입니다. 이 자유는 현대인들이 이야기하는 무절제한 자유와는 다른 것으로, “하느님 모습의 탁월한 표징”(가톨릭교회 교리서 1705)이며 선물입니다. 이 자유는 영혼을 가진 인간이 지성과 의지의 능력에 힘입어 스스로 ‘선’을 향해 나아갈 수 있도록 이끕니다. 이처럼 인간은 태어날 때부터 하나님과 대화하도록, 그리고 하나님과 친교를 이루도록 부름을 받아(사목헌장 19장) 진리와 선을 탐구하고 사랑함으로써 자기의 완성을 추구하고 하나님 안에서의 참행복을 지향할 수 있는 존엄한 존재입니다. 하나님을 닮고 하나님을 사랑하고 하나님께 영광을 드릴 수 있는, “지상에서 그 자체를 위하여 하나님께서 바라신 유일한 피조물”(가톨릭교회 교리서 1703)이 바로 우리인 것입니다.

오직 한 분이신 하나님을 닮은 모습으로 창조되었고, 같은 영혼을 지닌 모든 사람은 그리스도의 희생으로 구원되어 똑같이 하나님의 행복에 참여하도록 부름을 받았습니다. 때문에 모든 인간은 인종과 나라, 성별과 사상, 종교를 초월하여 모두 동등한 존엄성을 인정받고 누려야 합니다. 예수님께서서는 삶 안에서 많은 사람들을 만나시며, 우리가 서로를 어떻게 대해야 하는지를 가르쳐 주셨습니다. 당시 하나님

께 버림받은 존재로 여겨졌던 병자들에게 다가가 위로하시고 병을 고쳐 주셨으며, 사람들에게 외면 받은 존재였던 세리와 창녀들에게 다가가 친교를 나누시고 함께 식사를 하시며 그들의 존재를 ‘인정’ 하고 귀하게 대해 주셨습니다. 그리고 누구에게도 남을 비판하거나 함부로 대할 권리가 없음을 알려 주셨고, 모든 인간은 존엄한 존재며 존중받고 사랑받을 자격이 있다는 것을 몸소 보여 주셨습니다.

❖ **가르침**

“네 이웃을 너 자신처럼 사랑해야 한다”(마르 12, 31).

모든 사람은 자신 안에 하느님의 모습을 간직하고 있습니다. 인간을 존중한다는 것은 바로 인간 안에 있는 하느님의 존엄성을 존중하는 것입니다. 이 존엄성은 어떠한 상황에서도 존중되어야 하며, 존중하지 않는 말과 행동들은 인간을 창조하시고 사랑하시는 하느님과 그분의 권위에 대한 도전을 의미합니다. 특히 하느님께 받은 것은 이미 내 것이니, 마음대로 해도 된다는 착각에 빠져 스스로를 성장시키지 않거나, 심지어 스스로 목숨을 끊는 일은 큰 잘못입니다. 하느님께서 주신 선물인 자유는 스스로 선을 향해 나아가도록 주어진 것입니다. 어떤 단점과 한계를 가지고 있든 그대로의 나를 사랑하고, 스스로 육체적·정신적으로 건강한 삶, 하느님 안에서의 참행복을 향해 가는 삶을 살아가도록 노력하는 것이 나를 창조하시고 사랑하시는 하느님을 기쁘게 해 드리는 일이며 참된 선입니다. 또한 그 사랑은 나에게서 멈출 것이 아니라 내 이웃에게도 전해져야 합니다. 그리스도의 사랑은 남을 ‘또 다른 나’로 여기어 상대방의 인격을 존중하는 것에서 시작하기 때문입니다. 그들이 누려야 하는 존엄성과 기본권을 존중하고 소중하게 여기는 것, 그들을 나처럼 귀하게 여기고 소중하게 대하는 것이 하느님께서 나에게 원하시는 모습일 것입니다.

☞ **[교사에게]**

인격 존중에 관한 부분들은 사회적인 문제나 이슈들을 예로 들어 설명해 주셔도 좋습니다. 가톨릭교회 교리서는 인격 존중이 다음과 같은 원칙을 존중함으로써 이루어진다고 가르칩니다. "모든 사람은 저마다 이웃을 어떠한 예외도 없이 또 하나의 자신으로 여겨야 하고, 무엇보다도 이웃의 생활을 고려하여 그 생활을 품위 있게 영위하는 데에 필요한 수단들을 보살펴야 한다. 어떠한 법률도 그 자체의 힘으로 진정 우호적인 사회를 건설하는 데 방해가 되는 공포와 편견, 교만과 이기주의적 태도를 없앨 수는 없을 것이다. 이러한 태도는 모든 이를 '이웃'으로, '형제'로 보는 사랑이 있어야만 사라진다"(가톨릭교회 교리서 1931).

살아 보기 (20분)

하느님을 닮은 모습으로 창조되어, 하느님을 알고 하느님을 사랑하도록 부름을 받은 우리는 그 자체만으로도 존엄한 존재입니다. 하느님께서 만드신 스스로의 존엄함을 인식하고 존중하는 것은 이웃의 존엄함을 인식하고 존중하는 일의 시작일 수 있습니다. 반대로 내가 나의 존엄성을 인식하고 존중하지 못했다면, 그동안 나는 이웃과 나의 차이를 받아들이지 못하고, 이웃을 존중하지 못하는 행동들을 해 왔을 수도 있습니다. 나를 사랑하고, 이웃 역시 나 자신처럼 사랑하며, 서로가 선을 선택하고 하느님을 지향하여 참행복을 향해 나아갈 수 있도록 격려합니다. 그 시작은 서로를 인정하는 작은 칭찬과 격려입니다. 서로를 존중하고 사랑하는 삶을 살며 공동체가 하느님을 향해 나아갈 수 있도록 노력합니다.

작업2 나 자신처럼 사랑하기 위하여

1. 바라보기에서 뚫은 구멍들에 해당하는 잘못된 행동들을 앞으로 어떻게 바꾸어 나갈 것인지 생각해 본다.
2. 포스트잇이나 스티커에 1에서 생각한 것을 적은 후, 구멍 위에 붙여 온전한 사람으로 완성한다.
3. 작업지를 펼쳐 첫 사람과 마지막 사람을 연결, 여럿이 둥글게 손을 잡은 모양으로 완성한다.
4. 습관적으로 나에게 상처를 주었던 행동들이 동시에 이웃에게도 상처가 될 수 있음을 생각하며, 아래의 물음에 대한 답을 적어 본다.
물음) 내 이웃의 존엄성을 존중하는 삶을 위해 지금 내가 시작해야 할 작은 변화는 무엇일까요?
5. 포스트잇이나 스티커에 4의 물음에 대한 답을 적어 이웃과 사랑하며 살 것을 약속한다.

[작업 Tip]

1. 작업지를 펼치기 전에 나는 하나지만, 펼친 후에는 우리가 됩니다. 마찬가지로 나의 잘못된 행동은 나 개인에게만 상처를 주는 것 같지만, 나뿐 아니라 이웃에게도 상처가 됩니다. 작업지를 펼쳐 이웃에게 난 구멍을 보면서, 나에게 난 구멍이 이웃에게 상처가 될 수 있으며, 또한 이웃의 상처가 곧 나의 상처가 될 수 있음을 인식하도록 해 주세요.
2. 내가 한 결심들로 먼저 나의 상처를 치유했다면, 이제 이웃에게 준 상처들도 사랑으로 치유할 수 있도록 이끌어 주십시오. 또한 앞으로도 잘못된 말과 행동으로 나와 이웃에게 더 큰 상처를 주지 않도록 조심할 수 있게 이끌어 주세요.
3. 나의 존엄성을 인식하고 나아가 또 다른 나인 이웃의 존엄성을 인식한 후, 이웃을 존중하며 사랑하자는 내용으로 작업을 정리해 주시면 됩니다. 혹 나한테 잘하면 남한테도 잘하는 거라는 내용으로 오해하지 않도록 주의해 주세요.

☞ [교사에게]

- 1) 지금 이 시대에 '하느님 나라를 산다' 는 것은 그리 쉬운 일은 아닐 겁니다. 그러나 세속적인 세상에 살고 있는 우리가 하느님의 백성으로 흔들림 없이 살아가기 위해서는 시대의 흐름을 바로 볼 수 있는 시선이 필요합니다. 학생들이 더 넓은 시선으로 세상을 바라보고, 그 안에서 하느님의 자녀로 살아가는 데 힘을 얻을 수 있게 '하느님께 대한 희망과 가르침(근본정신)' 을 잊지 않도록 이끌어 주십시오.
- 2) 이 시대의 부정적 징표의 예는 욕심에 의한 '황금만능주의', '빈부 격차 심화' 그리고 '자연 파괴와 그로 인한 질병과 재해', 인간의 존엄성을 무시하는 '노동력 착취' 등이 있습니다.

[Act]

- 1. 저녁 기도를 통해 하루를 돌아본 뒤 스스로 잘못된 점을 반성하고, 잘한 점은 칭찬하기
- 2. 습관적으로 함부로 대했던 친구나 가족이 있다면 반성하고 사과하기
- 3. 사회적으로 차별받는 이들을 위해 화살기도하기(외국인 노동자, 장애인 등)

마침 기도 : 영광송

별첨 1 나야, 나랑 얘기 좀 할래?

질문지 예시)

- 나의 하루는 어떤 모습인가요?
 - 아침에 일어나 가장 먼저 하는 말이나 행동은 무엇인가요?
 - 아침은 나에게 행복한 시간인가요, 괴로운 시간인가요? 왜 그런가요?
 - 아침에 일어나 계으름을 부리다가 아침밥을 먹지 못하고 학교에 가진 않나요?
 - 학교에서 수업 시간은 나에게 어떤 느낌을 주나요?
 - 학교에서 쉬는 시간을 어떻게 보내나요?
 - 나에게 밤은 어떤 시간인가요?
 - 혹시 밤늦게까지 게임이나 문자 주고받기 등을 하느라 아침에 못 일어나지는 않나요?
 - 내가 가장 못 고치는 나쁜 습관이 있다면 무엇인가요?
 - 내가 가장 자랑스러워하는 습관이 있다면 무엇인가요?

□ 나는 사람들과 어떻게 관계를 맺고 있나요?

- 사람들을 대할 때 보통 나의 표정은 어떤 모습인가요?(웃음, 무표정, 찌푸림, 혹은?)

- 말을 할 때 욕설을 섞어서 하는 편인가요?
- 남에게 큰 피해가 가지 않는 소소한 거짓말을 종종 하나요?
- 가족의 부탁(부모님의 심부름, 동생의 부탁 등)을 받으면 어떻게 반응 하나요?

□ 나는 나를 건강하게 하기 위해 어떤 노력을 하나요?

- 목욕을 자주 하나요?
- 규칙적으로 하고 있는 운동이 있다면 어떤 것인가요?
- 담배나 술을 경험하거나 습관적으로 하고 있지는 않나요?
- 스트레스를 풀기 위한 자신만의 노하우가 있나요?
- 속상하고 아플 때 스스로를 위로하며 괜찮다고 다독여 준 적이 있나요?
- 누가 나를 모욕하거나 때리면 어떻게 반응 하나요?
- 하루에 얼마나 자주 기도를 하나요?

□ 나는 나를 어떻게 생각 하나요?

- 내가 나에게 가장 자주 하는 말은 무엇인가요?
- 똑같이 공부했는데 내 성적만 더 나쁘다면 어떤 생각이 들 것 같나요?
- 스스로가 가장 싫을 때는 언제인가요?
- 스스로가 가장 자랑스러울 때는 언제인가요?

교안 작성자 : 서울대교구 청소년국 교육부
 교리교사 경력이 있는 청년들이 모여, 재미있고 효율적인 교리 교수법을 제시하기 위해 교안을 작성하고 그 교안으로 서울대교구 중고등부 교사들을 대상으로 월례교육을 진행하는 부서입니다.