



박승희 리디아  
前 쇼트트랙 · 스피드스케이팅 국가대표 선수

## I '쉼', 주님의 뜻이자 선물

국가대표를 마무리하고 선수로서의 생활을 은퇴한 요즘, '어떻게 지내니?'라는 연락에 '참 행복하게 잘 지내요', '힘든 일이 좀 있어요'라는 두 가지 대답을 합니다. 아무래도 친하고 편한 사람들에게는 마음속에 있는 힘든 점을 이야기하곤 하는데, 오늘은 그 이야기를 해보려고 합니다.

올해 2월, 제 인생의 3번째 올림픽인 평창 올림픽을 마지막으로 저는 선수 생활을 마무리했습니다. 20대에 삶의 첫 번째 전성기를 지냈고, 삶의 첫 '은퇴'를 맞이하게 되어 생소하고 어색하다는 생각을 합니다. 그래도 저에게는 오래전부터 운동과 함께 꿈꿔왔던 다른 꿈이 있었습니다. 그것은 패션 디자인입니다. 은퇴하는 순간, 아쉬움과 조금의 후회는 있었지만 이제부터 그 꿈을 시작할 수 있다는 마음에 너무나도 설레고 행복했습니다. 은퇴 후 긴 여행도 다녀오고, 얼마 지나지 않아 새로운 꿈으로 나아갈 준비를 시작했습니다. 생소한 분야이긴 했지만, 운동을 하는 동안 틈틈이 관심을 갖고 손에서 놓지 않았습니 다. 한 달 동안, 운동을 시작했던 그때의 마음으로 열심히, 그리고 즐겁게 했습니다. 그런데 운동할 때는 아프지 않던 몸이 자주 아프기 시작했습니다. 또 디자인 작업을 배우고 직접 해보면서 재미있기도 하고, 이 분야에서 꼭 꿈을 키워가고 싶다는 생각을 했지만 다른 분야에서도 많은 경험을 해보고 싶다는 생각이 들었습니다. 은퇴 후에 새로운 꿈을 빨리 접하고 싶고, 다른 새로운 것에 도전하는 자체가 설렜지만, 시간이 조금 지나 되돌

아보니 저에게 진정 필요했던 것은 휴식이 아니었을까 하고 생각하게 되었습니다. 어린 시절, 처음 스케이트를 신고 나서 은퇴하는 순간까지 쉬지 않고 달려왔고 그렇게 달려오는 것이 제게는 익숙해서인지, 무언가를 하지 않고 쉬는 제 모습을 상상해본 적이 없었습니다. '잠깐 쉬어 볼까' 하는 생각은 바로 불안함으로 이어졌습니다. 몸을 챙기면서 휴식 시간을 가져보니 '쉼'이라는 것도 삶의 한 부분이라는 생각이 들었습니다. 매일매일 저 자신을 성장시켜야 하고, 매번 경쟁을 했기 때문에 '쉼'은 제게는 어울리지 않았습니 다. 은퇴 후 시간이 흐르고 이제는 '휴식'을 조금씩 긍정적으로 받아들이기 시작했습니다. 그러다 보니 급했던 마음에서 벗어나 많은 것들이 편하게 느껴졌고 저 자신에 대해서 그리고 제 꿈에 대해서 다시 한번 바라볼 기회가 생겼습니다.

저는 휴식도 주님의 뜻이자 선물이라고 생각합니다. 우리 각자의 삶에서 조금 힘들 때나 일이 잘 풀리지 않을 때 '주님이 내게 진짜 원하시는 것은 무엇일까?'라는 생각과 함께 나 자신에게 마음의 휴식을 주는 건 어떨까요? 짧지만 저의 경험을 통해서 바라볼 때, 어떤 일을 하든지 열심히 할 때가 있고 또 휴식의 때가 있는 것 같습니다. 휴식은 아무것도 하지 않는 것이 아니라, 하느님의 뜻을 찾고 진정한 나 자신을 바라보는 시간이라고 생각합니다. 저도 이제 제 자신을 좀 더 사랑하며 하느님과의 시간을 많이 갖고, 하느님과 함께 맑고 빛나는 것들을 생각하고 바라보려고 노력하겠습니다.

교리상식



### 천주교식 장례식을 치르고 싶을 때 누구와 의논하나요?

돌아가신 분이 가톨릭 신자라면 가장 먼저, 돌아가신 분이나 그 가족이 속한 성당 사무실이나 연령회장에게 알립니다. 가족이 나 돌아가신 분이 오랫동안 냉담 상태였거나 일정한 소속 분당 없이 신자 생활을 했을 경우에도 알리고 상의하는 것이 바람직합니다. 교적이 남아있지 않을 수도 있습니다. 이런 분들이라면 고인과 잘 아는 분 중에 신앙생활에 열심히 하는 분이 계시면 그분을 통해 교회 공동체와 연락을 취하셔도 좋겠습니다. 만일 병원에 입원해 있다가 운명한 경우라면, 그 병원 원목실에 문의할 수 있습니다. 그 외 가톨릭계 상조회사와 계약을 맺어 장례를 치를 수도 있습니다.

글 「교회상식 속풀이」 | 바오로딸 발행