**무거우면 내려놓으면 되지**

[](http://trk.bizmailer.co.kr/tracker/mail/openCheck.do?method=click&sn=28&mk=1395390023075kMbRAgT&lk=1504964489983&dk=F90FF7142C42C2523EE8&ck=1485152007313tPT61fW&ee=YgsRR0swcXOtIf64Bxy2Mb240cqEvMON&nk=15049644899830000002&url=aHR0cDovL3d3dy5vbmRheS5vci5rci9sZXR0ZXIvY210Mi5waHA/Jm1haWw9e3tjZX19&sd=1505078400000&ce=johnny0604@hanmail.net)  
  
**옛날 한 젊은이가 지혜 있는 노인을 찾아가 물었습니다.  
"어르신, 저는 지금 매우 힘든 삶을 살고 있습니다.   
매 순간 스트레스로 인해 너무나도 힘이 듭니다.  
저에게 행복해지는 비결을 가르쳐주십시오."  
  
이 말을 들은 노인이 젊은이에게 가방을 건네며 말했습니다.  
"나는 지금 정원을 가꾸어만 되니 기다려 주게나.  
그리고 이 가방을 좀 들고 있게."  
  
가방에 무엇이 들었는지는 모르겠지만 크게 무겁지 않았습니다.  
그런데 시간이 지나면서 가방이 무겁다는 생각이 들었고  
한 시간이 지나자 어깨가 쑤셔왔습니다.  
  
하지만 노인은 멈추지 않고 일을 계속하고 있는 것이었습니다.  
오랜 시간 기다린 젊은이가 노인에게 물었습니다.  
"어르신, 이 가방을 언제까지 들고 있어야 합니까?"  
그러자 노인이 젊은이를 쳐다보며 말했습니다.  
"아니, 그렇게 무거우면 내려놓으면 되지!"  
  
바로 그 순간 젊은이는 커다란 깨달음을 얻을 수 있었습니다.  
행복하기 위해서는 자신이 들고 있는 마음의 짐을   
내려놓으면 된다는 것이었습니다.  
  
내려놓으면 편안해지고 자유로워지는데   
젊은이는 무엇이든 꼭 움켜잡고 가지고 있으려 해서   
힘들고 어려웠던 것입니다.  
  
http://www.onday.or.kr/letter/mail/2015/images/n_line.gif  
힘들겠지만 내려놓으면 가벼워지고 자유로워집니다.  
그리고 비우면 다시 채울 수 있습니다.  
지금 여러분을 괴롭게 하는 것이 있나요.  
그것이 일이든 사랑이든 아니면 사람과의 관계든   
한 번 내려 놓아보세요.  
  
  
# 오늘의 명언  
얻는 것보다 더욱 힘든 일은 버릴 줄 아는 것이다.  
- 그라시안 -**