

# 단도박 13주년 소감문 (사당방배GA 내손김)

## 1. 도박중독자

저는 도박중독자입니다.

‘도박중독자’라는 말 앞엔 어떤 수식어도 필요치 않은 것 같습니다.

아무개는 “도박만 빼면 참 좋은 사람”이라는 이야기를 들곤 하는데, 세상에 좋은 중독자가 있을 수 있을까 의문이 듭니다.

도박중독자는 정도의 차이가 조금 있을 뿐, 모두 비슷한 유형의 잘못을 저지르는 것 같습니다.

다만, 중독이라는 것이 자신의 의지대로 되지 않는 병적인 요소가 있기에 이해를 바랄 뿐이지요.

제가 주로 했던 도박의 종류는 경마입니다.

처음에 재미 삼아 시작했던 것이, 언젠가부터는 돈을 딸 수 있겠다는 헛된 꿈을 꾸기 시작하면서 나락으로 떨어졌습니다.

2011.01.21. 전 마지막 베팅을 끝으로 죽을 수밖에 없는 처지가 되었습니다.

저는 죽겠다고 하고, 아내는 살겠다고 하고, 결국 우리 부부는 이혼을 하게 되었습니다.

그리고 아내는 너무나 불안한 상태에 있는 제게 입원치료를 권유했고, 그래서 성안드레아병원에 입원을 했습니다.

그리고 마침내 단도박의 결심을 하게 됩니다.

그리고 사당동GA를 다니며 단도박을 시작한 것이 2011.04.22.부터입니다.

그런데 저의 10여년의 도박기간에서 멈출 수 있었던 시기가 있었습니다.

지금 돌이켜보면 참 아쉬운 부분입니다.

제가 도박으로 문제를 반복하여 일으키게 되자, 아내와 함께 마사회에서 운영하는 유캔센터에 약 3개월간 상담을 받은 적이 있습니다.

제 도박의 중간쯤 되는 시기였습니다.

제 자신이 도박에 문제가 있다는 것을 인정했고, 또 도박을 멈춰야겠다는 의지도 강했었습니다.

그때 저를 상담해 주던 분이 저에게 ‘도박중독은 당신의 의지로 절대 멈출 수 없습니다. 지속적인 단도박을 하려면 꼭 GA에 다니세요’라고 조언을 해 주었더라면, 어쩌면 제 인생이 달라질 수도 있지 않았을까 하는 아쉬움이 있습니다.

물론 잘 안됐을 수도 있습니다만, 제가 도박을 멈출 유일한 기회였던 것 같습니다.

그 후 제 도박의 끝지점에 가까운 시기인 2010.12.16. GA를 처음 나오게 되었지만, 그것은 아내를 안심시키기 위한 방편이었습니다.

## 2. 단도박과 회복의 과정

도박으로 무너진 후, 저를 둘러싼 많은 문제들이 산재해 있었지만, 살기 위해서는 도박을 하지 않는 것이 우선이었습니다.

다행스럽게도 전 여러 곳의 도움을 받으며 단도박을 시작할 수 있었습니다.

유캔센터에서 상담을 받은 것을 계기로 성안드레아병원 입원비용을 지원받을 수 있었습니다.

그 당시 입원을 해서 안정을 찾지 못했다면, 정말 버틸 수 있었을까 하는 생각이 듭니다. 두달반의 격리된 생활은 제가 안정을 찾을 수 있는 시간과 다시 살아야겠다는 결심을 할 시간적 여유를 가져다 주었습니다.

그런 이유로 저는 병원 퇴원 이후에도 지속적으로 메시지모임에 참여하며 초심을 잃지 않으려 노력했습니다.

GA모임 두 곳을 정기적으로 다녔습니다.

전 매주 사당 금요모임과 일요모임에 참석하였고, 아내는 일요모임에 참석하였습니다.

그리고 가능한 다른 모임의 잔치나 GA 행사에 열심히 참석하였습니다.

그리고 각 지역에 사감위 산하 센터가 많이 생겨나던 시기여서, 전 수원 센터에 다니며 상담과 여러 프로그램, 그리고 센터 자조모임에 지속적으로 참여할 수 있었습니다.

저는 또다시 도박을 하게 될까봐 너무나 두려웠습니다.

그래서 정말 매일매일 열심히 도박을 하지 않기 위한 노력을 했고, 그 노력은 도박의 충동을 있게 해 주었습니다.

제가 더 이상 도박을 하지 않게 되었지만, 그렇다고해서 괜찮은 것은 아니었습니다.

그 당시 고등학교와 중학교에 다니는 딸 둘이 있었는데, 어떻게든 생계를 책임져야만 했습니다.

저로 인해 아내는 극심한 경제적 고통을 겪고 있었지만, 온전히 저희 부부가 해결해 나가야만 했습니다.

전 대리운전 등의 노동을 통해 생계를 책임져야만 했습니다.

어렵고 힘든 기간이었지만, 살아 있다는 것에 감사하며 하루하루를 열심히 지냈습니다.

그 당시 가장 많이 떠올렸던 것이 겸손과 인내였습니다.

단도박을 시작할 즈음엔 그저 가족들과 살아남아야겠다는 생각뿐이었습니다.

그러나 시간이 지나는데도 저의 환경엔 아무 변화도 일어나지 않았습니다.

도박을 하지는 않았지만, 나아지는 것은 아무것도 없었습니다.

단도박을 하며 가장 힘들게 보냈던 시간이었던 것 같습니다.

하지만 그렇게 힘든 시간들도 참고 견디면 지나가게 마련입니다.

GA에 처음 나올 때 저의 목표는 단도박이었습니다.

그러나 많은 시간이 지나면서 도박의 충동은 사라지고, 회복에 대한 열망이 생겼습니다.

회복의 과정이 더딘 저는 내면의 갈등과 회의감도 있었습니다.

그러나 제가 있을 곳은 GA 밖에 없었습니다.

그후 모임에서 시키는 대로 봉사도 열심히 하고 있습니다.

위대한 힘을 알기 위해 신앙생활도 시작했습니다.

아직 행복함을 느끼지는 못하지만, 언젠가 저도 행복하다고 말할 날이 있을 것이라 확신합니다.

### 3. GA 생활을 하면서 느꼈던 점

제가 GA모임에 참여하면서 느꼈던 점 몇가지를 말씀드리려고 합니다.

#### 1) GA는 단도박 모임인가.

대부분의 경우처럼 저도 GA에 처음 나올 때는 단도박이 최우선적인 목표였습니다.

그래서 모임생활을 아주 오래 하신 분들을 보면, 참 이해할 수 없었습니다.  
도박 충동이 가라앉은 상황에서 이 모임은 어떤 의미일까 궁금했습니다.  
그러나 점차 시간이 지나면서, 이 모임은 단도박만 하는 모임이 아니라 회복을 위한 모임이라는 것을 깨닫게 되었습니다.  
그리고 그 회복 너머에는 행복이라는 결실이 있다는 것도 알게 되었습니다.  
GA는 '단도박모임'이 아니라 '익명의 도박중독자들'이어야 합니다.  
그리고 12단계 회복모임이어야 합니다.  
그것이 다른 단도박을 위한 모임들과 GA가 다른 점이라고 생각합니다.  
최근 모임에 나온지 얼마 안되는 분들이 도박에 대한 충동이 없어졌다고 금방 모임을 떠나는 사례가 늘고 있습니다.  
우리 모임의 본질을 알기도 전에 모임을 떠나는 것 같아 안타까운 마음입니다.

## 2) GA 협심자로서 위대한 힘에 의지하는가.

12단계를 행하는데 있어 중요한 구성요소 중 하나가 위대한 힘입니다.  
위대한 힘에 의지하는 것이 익숙하지 않으면, GA를 받아들이고 이해하는데 한계가 있을 수밖에 없습니다.  
저는 신앙이 없는 상태에서 오랫동안 모임을 다녔습니다.  
위대한 힘이 종교적 대상만이 아니라고 해서, 저는 다른 대상을 저만의 위대한 힘이라고 여기고 자 애썼지만 결국 실패를 하였습니다.  
저는 그 한계를 극복하고자 신앙생활을 시작했는데, 아직은 부족하지만 그래도 이제는 위대한 힘을 받아들이는데 많이 편해졌습니다.  
GA가 세계적인 모임임에도 불구하고, 일부 기독교 문화권 국가에서만 활성화되고 있는 점은 상당히 시사하는 바가 큰 것 같습니다.

## 3) 익명성

모임에서 익명을 사용하는 것에 대해 처음엔 그냥 개인을 보호하려고 하나보다 했습니다.  
그런데 좀 이상한 생각이 들었습니다.  
회합에선 비밀이 보장되고, 모임에선 무엇보다 정직을 우선으로 하며, 주변 사람들에게겐 자신이 도박중독자인 것을 밝히는 편이 좋다고 하면서, 굳이 왜 익명을 사용할까 궁금했습니다.  
얼마간 시간이 지난 뒤에야 그 의미를 다시 깨닫게 되었습니다.  
익명을 사용하는 것은 개인을 감추기 위한 것이 아니라, 공동체에서의 자신을 드러내지 않기 위함이 더 큰 이유라는 것을 깨닫게 되었습니다.  
상대방에 대해서도 마찬가지입니다.  
우리는 모임에서 어떤 개인을 보는 것이 아닌, 공동체 일원을 대하는 것입니다.  
그래서 모임 안에선, 어느 특정인을 지칭해서 고맙다는 표현을 하는 것조차도 주의해야 한다는 것을 깨닫게 되었습니다.  
익명성과 관련한 일화가 하나 있습니다.  
AA모임을 창립하고 12단계 회복프로그램과 전통을 확립하신 미국의 Bill. W.가 그 공로를 인정받아, 예일대에서 명예법학박사 학위를 수여하겠다고 했는데, Bill. W.은 익명이 아니면 받지 않겠다고 했고, 이것이 거절당하자 끝내 학위 수여를 거부하였습니다.  
실제 AA의 모든 것을 그가 이루어냈지만, 그는 끝내 공동체의 일원이기를 바랐습니다.

#### 4) 잔치

처음 백일잔치를 하라고 했을 때, 전 너무나 불편했습니다.

오랫동안 수많은 잘못을 해놓고, 겨우 잠시동안 도박을 하지 않았다고 해서 축하를 받을 일인가, 너무 염치가 없었습니다.

이 또한 잘못 알고 있었습니다.

단도박 기념행사를 통해 경험담을 발표하는 것은, 자신의 단도박을 자랑하기 위해서가 아니라, 마치 교회에서 하는 간증처럼 GA를 통해 자신이 어떻게 단도박과 회복을 하고 있는지 그 경험을 나누는 자리였습니다.

자랑을 하는 자리가 아니라, 아주 겸손해지는 자리였습니다.

경험을 나누는 것은 모임에서 가장 특별한 의식이며, 우리 모임의 근간을 이루는 가장 중요한 요소라고 생각합니다.

#### 5) 봉사와 후원

모임에서 참 봉사 이야기를 많이 합니다.

자조모임 특성상 자발적인 참여가 없으면, 이 모임을 유지하기 어렵기 때문일 것입니다.

그러나 자신도 어려운데 나서서 다른 사람들을 위해 봉사한다는 것은 좀처럼 쉽지 않습니다.

저 역시도 좀 여유가 되고, 회복이 된 사람들이 나서서 봉사를 해 주었으면 하는 생각을 갖고 있었습니다.

그러나 봉사는 여유 있고, 회복이 많이 된 사람들이 하는 것이 아니라, 우리 스스로를 돕기 위해 우리 모두가 참여해야만 하는 것 같습니다.

봉사하는 사람이 없으면, 아무리 좋은 시스템을 가진 모임이라고 해도 유지될 수 없습니다.

후원은 좀더 적극적인 봉사의 방법이라고 생각합니다.

누군가를 도와줌으로써 자신이 더 잘 회복된다는 사실을 잊지 말아야 합니다.

모임에 나온지 1년쯤 되었을 때, 신규협심자 한 분이 제게 개인적인 대화를 요청했습니다.

처지가 비슷한 듯 해서 이야기를 나누고 싶었다고 했습니다.

그분을 만나, 그분 집에 가서 몇시간 동안 그분의 이야기를 들어주었습니다.

전 그저 이야기를 들으며 공감을 표했던 것 같습니다.

그분은 목회자였는데, 자신의 이야기를 털어 놓을 곳이 없어 너무 답답했었다고 했습니다.

그리고 자신의 이야기를 들어주어서 너무나 고맙다는 이야기를 했습니다.

그날 저녁 우리는 어느 모임 회합에 함께 참여하였습니다.

그분은 긴 기간 모임에 참석하지는 못했지만, 제가 해외에 가 있을 때에도 계속 연락을 하며 지냈었습니다.

#### 6) GA 재정에 대하여

GA는 가입비나 회비가 필요치 않은 모임이라고 합니다.

물론 이용료나 대가를 지불하는 모임은 아니지만, 우리는 GA의 안정적, 발전적 재정을 위해서 모두가 힘을 합해야 합니다.

자조모임에서 회원들이 운영비를 조달하지 않으면, 모임은 아무것도 할 수 없습니다.

하루빨리 GA 재정이 탄탄해져서, 회의와 세미나, 그리고 회합 등을 할 수 있는 다목적 공간이 생겼으면 좋겠습니다.

제가 모임에 나온지 얼마 안 되었을 때였습니다.

달랑 밥값만 가지고 회합에 참석했었는데, 그날 모임에서 생명선을 가입하지 않은 협심자들에게

별도로 본부후원금을 건었습니다.

그래서 그날 저는 밥값을 본부후원금을 내고, 식당에 가서 물만 한잔 먹었던 기억이 있습니다.

물론 성숙하지 못한 행동이었고, 그것이 옳았다고 생각하지는 않습니다.

그러나 그날 이후로 제 마음속 깊이, 제가 진정한 GA협심자가 되었다는 자부심이 생겼던 것 같습니다.

저는 여전히 가난한 협심자입니다.

그럼에도 불구하고 저는 우리 스스로를 돕고 싶고, 또 누군가 도박중독자를 돕고 싶습니다.

죄송하게도 오늘 저는 잔치떡을 준비하지 않았습니다.

잔치떡 비용을 GA와 가족모임에 감사 후원금으로 내고자 합니다.

이 감사 후원금 문화 정착에 많은 분들이 함께 해 주셨으면 하는 바람입니다.

## 7) 전통 유지와 새로운 변화

모임에서 오랜 전통을 유지해 나가는 것은 너무나 소중한 일입니다.

그것은 모임이 가진 자산이기 때문입니다.

그런데 세상이 너무나 빠르게 변화하고 있습니다.

제가 처음 GA에 나올 당시와 비교하면, 너무 많이 달라졌습니다.

도박의 방식도 대면에서 온라인으로 바뀌었고, 도박의 종류도 많이 달라졌습니다.

도박중독자의 연령대도 낮아졌고, 도박중독자와 함께 모임에 나오는 가족들도 배우자에서 부모님으로 변하고 있습니다.

도박중독에 대처하는 방식도 달라졌습니다.

이젠 상담센터를 이용하는 것이 필수가 되었고, 도박중독 관련 책자들도 많고, 유튜브만 틀어도 단도박과 관련된 정보는 넘쳐납니다.

다행스러운 것은 도박중독으로 완전히 무너져서 폐인이 되어 모임을 찾는 분들이 적어졌다는 점입니다.

홍보도 많이 되고 있고, 도움을 받을 수 있는 곳들도 많이 늘어가고 있습니다.

도박으로 인한 재정적인 문제도 제도적으로 해결방법이 다양하게 제시되고 있습니다.

과거에 비해 문제들이 비교적 적어지고, 쉽게 해결이 되다 보니, 모임에 나왔다 금방 떠나는 사례들이 늘고 있습니다.

모임 내 분위기도 변화하고 있습니다.

회합후 식사자리에서 나누던 협심자들간에 대화를 할 기회가 점점 줄어들고 있고, 잔치를 통해 경험담을 듣는 기회도 점점 줄어들고 있습니다.

모임간 좋은 유대관계가 형성되어 있는 일부 모임을 제외하곤, 타모임 행사에 참석하는 경우도 드물어 졌습니다.

무엇을 어떻게 해야 하는지는 잘 모르겠지만, 무언가를 해야 할 때가 아닌가 생각합니다.

저는 우리 모임이 참 좋은 시스템을 갖춘 모임이라고 생각합니다.

그런데 모임을 제대로 받아들이기에 어려운 점들이 있습니다.

그래서 전체 GA 차원에서, 각 모임 봉사자를 대상으로 하는 정기적인 워크숍이 있었으면 좋겠고, 또 신규협심자를 대상으로 하는 오리엔테이션이 있었으면 좋겠다는 생각을 합니다.

이상 두서없는 소감을 경청해 주셔서 감사드립니다.