



불교총지중

총지중은 불교의 생활화, 생활의 불교화를 통해 참 대승의 정신을 구현하는 생활불교 종단입니다.

총지신문

총기 54년
2025년 10월 1일

월간 발행

제보 news@chongji.or.kr

창간년도 총기24(1995)년 10월 16일 등록번호 마 2360호 발행인 : 록경(황보 상민)

www.chongji.or.kr

구독문의 02-552-1080

불기 2569년

제 311 호

종조 멸도절 45주기 추선불사 봉행

원정기념관, 정각사 등 전국 사원에서



불교총지중 종조 원정 대성사의 열반 45주기를 추모하는 멸도절 추선불사가 지난 달 8일 본산 원정기념관을 비롯한 전국 사원에서 일제히 봉행되었다. 특히 부산경남 교구(교구장:법일 정사)는 정각사에서 합동으로 엄수했으며, 앞으로 매년 교구 소속 스승들과 교도들이 함께 불사를 봉행할 계획이다.

관련사진 2면

이날 원정기념관에는 종령 지성 예하를 비롯해 통리원장 록경 정사 등 서울경인교구 스승과 유가족, 교도들이 참석하여 종조 진영 전에 헌화와 훈향 정공을 올리는 의식으로 추선 불사를 열었다.

총무부장 덕광 정사의 집공과 재무부장 법선 정사의 사회로 봉행된 추선불사는 개식사와 함께 종령 예하의 추선사를 시작으로 유가삼밀 의례에 따라 진행되었다. 이어 종조님 육성법문, 종령 법어, 통리원장 인사

말, 끝으로 서울경인교구 마니합창단의 음성공양으로 회향되었다.

종령 지성 예하는 “밀교의 불모지에 용기를 내어 첫발을 내디딘 원정 대성사님이 계셨기에 그 걸음을 따라 길이 생기고, 그 길을 따라 불법이 생활 속에 담기고, 생활이 불법과 다르지 않은 수행의 길로 통하게 되었다.”며 “총지중의 종지를 더욱 굳건히 세우고 원정 대성사님의 가르침을 계승해 나가자.”고 법어를 내렸다.

종조 원정 대성사는 1972년 12월 24일 불교의 생활화, 생활의 불교화를 기치로 종단을 창종해 조선시대 이후 맥이 끊긴 밀교의 중흥을 이끌었다. 승가와 재가가 함께 닦는 ‘승속동수’를 핵심으로 ‘시시불공 처처불공’을 종단의 지표로 삼아 교화 발전에 전력하다 1980년 9월 8일 열반적정의 세계로 들었다.

공덕의 꽃 핀 ‘승강기’

대전 만보사, 회향불사 봉행



대전 만보사(주교: 승원 정사)에 승강기가 설치되어 지난달 23일 회향불사를 봉행했다. 사진은 총지화 스승이 교무의 안내를 받아 승강기 탑승을 위해 이동하고 있는 모습.

관련기사 2면

종/조/법/어

비우기는 어렵고 가지기는 쉽고,
끊기는 어렵고 서원하기는 쉽다.

지 면 안 내

- 4,5면 함께 읽는 『종조법설집』
- 10면 해광 정사의 서원당 안의 불교⑦
- 13면 생명살림 경전이야기⑩

제105회 추계 강공회

불교의 생활화, 생활의 불교화

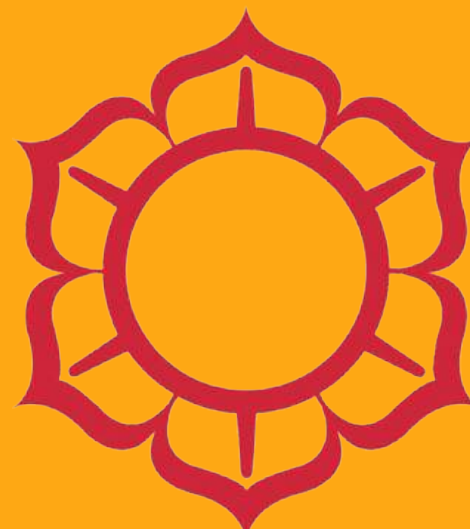
추계강공회를 다음과 같이 개최하오니
전국 스승님들께서는 참석하여 주시기 바랍니다.

일시 총기 54년 10월 22일(수)~24일(금)

대상 불교총지중 전 스승 | 장소 본산 통리원



불교총지중 | 서울시 강남구 도곡로 25길 35 | Tel. 02-552-1080~3 | www.chongji.or.kr



“종조님의 가르침을 기필코 따르겠습니다”



종조 멸도절 45주기를 맞아 부산경남교구가 부산 정각사에서 합동 추선불사를 봉행했다. 사진=정각사 서원당



모두의 마음으로 닦아온 승강기 불사 회향 불·법·승 연호로 ‘지혜의 문’ 열리다



“이 불사에 법신의 자비로 응해주 시고, 물심양면으로 후원해 주신 종 단과 전국의 스승님, 그리고 정성으 로 동참해 주신 모든 교도님들께 깊 은 감사의 마음을 올리며, 법륜이 끊임없이 굴러가는 도량으로 거듭나 기를 발원하옵니다.”

민순분 신정회 회장의 신심 벽찬 발원문 낭송으로 승강기 불사 회향 법회가 봉행된 만보사 서원당은 환 희심으로 가득 넘쳐났다.

올해 초 총지와 스승과 민순분 회 장의 발원으로 시작된 이번 불사는

주교 승원 정사가 그 뜻을 잇고 만보 사 교도들의 원력과 용맹심이 더해져 지난달 23일 회향 불사를 맞이했다.

법회에 앞서 통리원장 록경 정사를 비롯한 스승들과 교도 대표들은 승 강기의 공식 가동을 알리는 테이프 커팅식을 가졌다. 불·법·승의 연호와 함께 완성된 승강기는 누구나 쉽게 지혜로써 깨달음의 언덕으로 오르게 하는 새로운 문을 열어주었다.

승원 정사는 인사말을 통해 “큰 도움을 주신 통리원장님과 전국의 스승님, 교도님들께 깊이 감사한

다.”며 “우리는 단순히 편의를 위한 공사가 아니라, 우리 모두의 마음을 닦는다는 의미로 불사를 이루고자 했다. 그 다짐 덕분에 오늘 우리는 물질적인 승강기뿐 아니라, 서로를 향한 존경과 사랑이라는 무형의 승 강기도 마음속에 지을 수 있었다.” 고 소회를 밝혔다.

축사에서 통리원장 록경 정사는 “승강기 불사의 회향은 비단 만보사 만의 기쁨이 아니라 종단 전체의 경 사이며, 만보사 사부대중의 간절함과 정진의 공덕이 전 교도들의 신심

을 올려, 종단 발전의 메아리로 돌아 올 것이라고 믿는다.”고 전했다.

이날 법회는 통리원장 록경 정사 를 비롯해 종의회 의장 인선 정사, 대구경북교구장 법상 정사를 비롯 해 만보사 교도와 사부대중 100여 명이 참석해 원만 회향의 기쁨을 함 께 나눴다.

극락왕생 발원합니다

총지사 백순자 교도 부모
故백정기, 이필례 영식

한국불교지도자 몽골불교문화교류 성료

통리원장 록경 정사 등 양국 불교 우의 다져



통리원장 록경 정사와 총무부장 덕광 정사를 비롯한 한국불교종단협의회(회장 진우 스님) 소속 20개 종단 대표들이 지난달 16일부터 20일까지 4박 5일간 몽골 일대에서 제11차 한국불교지도자 불교문화 교류를 원만 성료했다. 이번 교류는 한국과

몽골불교계의 화합과 우호 증진을 위한 다양한 일정으로 진행되었다. 대표단은 첫 일정으로 칭기즈칸국제공항 도착과 함께 몽골불교 총본산 간단사 국제부장 강호약 스님, 최진원 주몽골 한국대사의 환영을 받고 환담하였다. 최진원 대사는 한·

몽 간 인적 교류가 활발해지는 가운데 케이팝과 한국식 라이프스타일이 몽골에서 큰 관심을 받고 있다고 밝혔다. 이어 대표단은 독립운동가이자 몽골 마지막 황제의 어의였던 이태준 선생 기념관을 방문해 추모비 앞에

서 반야심경을 봉독하고 묵념과 헌화를 올리며 숭고한 뜻을 기렸다. 또 울란바토르 자이승 전승기념탑을 찾아 양국의 우의를 다졌으며, 저녁에는 만찬을 겸한 간담회를 열어 교류와 협력을 지속해 나갈 것을 다짐했다. 다음날인 17일 오전 대표단은 몽골 간단사를 공식 방문해 환영을 받았다. 몽골 스님들은 자국 전통 방식으로 기도를 올렸으며, 한국불교 지도자들은 한국식 예절로 예를 갖추었다. 자브잔도르제 간단사 주지 겸 총무원장은 직접 관음전과 경내를 안내하면서 “몽골불교계와 폭넓은 교류와 협력을 이어가자”고 당부했다. 통리원장 록경 정사는 “몽골불교의 역사와 현황을 직접 이해하고, 대승불교권의 공통 과제를 공유하는 시간이 되었다.”며 “양국 불교계의 우의를 더욱 공고히 하고, 세계 평화와 인류 행복을 위한 협력을 이어갈 방침이다.”고 행사를 설명했다.

정각사·부산 동래구불교연합회

이웃에 자비의 쌀 나눔



부산 정각사(주교:법일 정사)가 속해 있는 동래구불교연합회(회장:자관 스님)가 지역 어르신들을 위한 자비 나눔 활동을 펼쳤다. 연합회는 9월 8일 부산 자비암에서 ‘지역 어르신들을 위한 자비의 쌀 전달식’을 열고 동래구 내 노인복지관과 무료급식소에 백미 20kg 84포, 10kg 32포 등 총 600만 원 상당의 쌀을 전달했다. 이번 나눔은 백중 회향과 한가위 명절을 앞두고 어려운 이웃들과 온정을 나누는 자리로 마련됐다. 전달식에는 법일 정사를 비롯

해 회장 자관 스님, 부회장 정현 스님(진불사), 지훈 스님(영주암), 정찬 스님(도림사)을 비롯해 장준용 동래구청장과 관계자들도 참석했다. 법일 정사는 “작은 정성이지만 어르신들에게 도움이 되길 바란다.”며 “앞으로도 정각사는 연합회와 함께 자비 실천에 앞장서겠다.”고 전했다. 장준용 구청장은 “동래구에 배고픈 이웃이 없도록 행정도 힘을 보태겠다.”며 “귀한 정성이 소외된 이웃에게 잘 전달될 수 있도록 하겠다.”고 밝혔다.

수인사, 불교문화엑스포 참관

문화, 예술, 수행체험의 시간



포항 수인사(주교:법상 정사) 신정회(회장:이남이)와 봉사단체 수인회(회장:최민애)가 함께 대구에서 열린 ‘2025 대한민국 불교문화 엑스포’ 참관을 통해 신심을 다졌다. 엑스포는 대구·경북 지역의 전통불교문화 대표 행사로 올해로 4회째를 맞이했다. 지난달 9월 11일부터 14일까지 대구광역시 엑스코(EXCO) 동관 4층에서 진행된 가운데 수인사는 14일 방문했다. 참가자들은 공예·건축·의복·차·수행의식 등 생활 속에서 불교문화를

경험할 수 있는 ‘전통불교문화상품전’, 불상·불화·단청·민화 등 불교문화의 깊이와 아름다움을 선보인 ‘불교예술전’을 차례로 관람했다. 또 명상, 힐링, 치유 등 수행체험을 통해 몸과 마음의 여유를 찾는 시간도 가졌다. 법상 정사는 “불교는 전통과 현대, 라이프스타일을 아우르는 다채로운 문화를 보여주는 종교임을 새삼 느꼈다.”며, “참관을 통해 교도들과 함께하는 문화사업을 모색해보는 좋은 계기가 되었다.”고 밝혔다.

윤금선 작가와
함께 읽는 『종조법설집』

마음의 이치^{理致}를 깨치는 것이 불교^{佛敎}이다

제1장 교상^(敎相)과 사상^(事相) 편^(篇)

제3절 각종 논설

11. 현세정화(現世淨化)가 곧
내세극락(來世極樂)이 된다.

현세정화(現世淨化)가 곧 내세극락(來世極樂)이 되는 것은 윤회(輪廻)하여 다시 태어나는 까닭이 아니라, 그 열반(涅槃)이 단독(單獨)이 아니고 사회정의(社會正義)를 구현(具現)하는 것이 까닭이며 개인상대(個人相對)가 아니고 사회상대(社會相對)를 하는 것이다. 속세(俗世)를 구제(救濟)하지 못하면 극락(極樂)도 없다. 현세(現世)에서 악(惡)함을 고치지 못한 사람이 어찌 극락(極樂)으로 가겠는가. 이것이 대승(大乘)이다. 염불왕생(念佛往生)보다도 자신(自身)이 실천(實踐)하고 남을 지도(指導)해야 한다. 이것이 성불(成佛)이요, 복덕(福德)이 그 중(中)에 있는 것이라 지옥(地獄)에는 소인(小人)이 들어갈 것이고 극락(極樂)엔 선지식(善知識)이 오를 것이다.

* 생활비중(生活比重)은 빈부(貧富)에 따라 다르다, 빈(貧)한 사람은 물질(物質)이 칠(七)이고 정신(精神)

이 삼(三)이 되지만 조금 생활(生活)이 해결(解決)되면 정신(精神)이 칠(七), 물질(物質)이 삼(三)이 된다.

* 욕망(慾望)도 생명(生命)도 영겁(永劫)의 시간(時間) 앞에는 보장(保障) 없다.

영겁(永劫)의 시간(時間) 앞에는 어떠한 기대(企待)와 욕망(慾望)도 존재(存在)하지 못한다. 보장(保障)할 수 없는 것이다. 자기(自己)의 생명(生命)까지도 보장(保障)할 수 없는 것이 아니다.

그러나 영겁(永劫)을 지속(持續)하고도 남는 것은 오직 자성뿐이다.

* 세간법(世間法)과 출세간법(出世間法). 세간법(世間法)은 시대(時代)의 변천(變遷)에 따라 바뀌는 법(法). 중생(衆生)이 무상(無常)한 까닭으로 시간성(時間性)을 지닌 것이요, 영원성(永遠性)이 없다. 출세간법(出世間法)은 곧 불법(佛法), 인간(人間)의 생사(生死)에 관(關)한 법(法)이므로 영원불변(永遠不變)의 진리(真理)의 법(法)이다. 이것은 인간(人間)이 만든 것이 아니기 때문에 개폐(改廢)할 수도 없고 수정(修正)할 수도 없다. 그 법(法)은 자연(自然)히 존재(存在)하는 것이며 우리는 그것을 깨닫기만 하면 되는 것이다.

* 마음의 이치(理致)를 깨치는 것이 불교(佛敎)이다. 마음의 작란(作亂)을 알고 마음의 체성(體性)을 알고 진망(眞妄)의 상쟁(相爭)을 아는 것이 불교이다.

처음 『종조법설집』을 읽었을 때 가장 강렬하게 다가온 두 문장이 있었다. ‘해탈은 자율적이고 자주적인 인격 완성을 의미한다.’, ‘현세정화가 곧 내세극락이 된다.’ 생활불교를 지향하는 총지종의 면모를 명확히 보여주는 글이며, 시대를 앞선 구도자이자 선각자로서 원정 대성사의 진면목을 드러내는 말씀이라고 생각했다.

해탈 열반이 단순히 윤리적인 선의 완성이나 체념, 허무, 적정, 휴지가 아니라 인간의 생애와 현실 속에서 약동하는 생명의 원동력이라는 말씀은 불자들의 이상향을 살아 숨 쉬는 가르침으로 보여 주었다. 극락 역시 먼 훗날 개인이 가야 할 막연한 어떤 곳이 아니라 지금 서 있는 이곳에서 차근차근 이뤄 가야 할 것을 제시하여 대승불교의 자비심과 보살행이 수행의 과정이자 귀결임을 분명히 했다.

젊어서 ‘수신제가치국평천하(修身齊家治國平天下)’의 논리에 반감을 품은 적이 있다. 아직 어린 사람이 뭘 안다고 왈가왈부하냐며, 능력부터 키운 다음에 사회정의를 논하라는 이야기를 많이도 들었다. 자기 자신을 먼저 돌아보라는 훌륭한 말씀이 사회에 대한 정당한 비판을 가로막는 데 악용되는 것이 싫었다.

그런데 살면 살수록 자신을 닦고 집안을 책임지는

불교총지종 승직자 후보 모집 공고

생활과 수행이 함께하는 행복한 삶,
총지종의 스승이 되는 길입니다.

정통 밀교, 생활불교 종단 총지종에서
수행과 교화를 이끌어 갈 승직 후보를 모집합니다.

모집기간 _ 2025년 10월 1일~

대 상 _ 총지 교도 및 신심이 있는 불자

문 의 _ 불교총지종 통리원(02-552-1080~3)

또는 불교총지종 전국 사원



불교총지종



것이 우선이라는 것을 깨닫는다. 세상을 욕하는 것으로 자신의 허물을 감추고 남 비판하는 데 핏대를 세우느라 자신을 돌아보지 않는 사람들을 너무 많이 보왔다. 나 또한 세상을 바꿔야 한다는 핑계로 자기 성찰에 게으름 때가 많았다.

불교는 마음을 강조한다. 밖이 아니라 내면을 들여다보라고 한다. 자신을 맑게 하여 그 빛과 힘으로 타인을 이끌고 세상을 바꾸는 가르침이다. 선부른 비판이나 성마른 비난은 아무런 힘이 없다. 제도나 시스템만으로 세상은 바뀌지 않는다. 한 사람 한 사람이 주체이고 그 마음이 주인이다.

그렇다고 모든 것을 개인의 업으로 뭉뚱그려서는 곤란하다. 우연히 맞닥뜨린 재해나 사고, 혹은 부당하고 불합리한 사기나 갑질을 모두 전생의 업 때문이라고 하는 건 부당하다.

얼마 전 한 스님께서 문자를 보내셨다. 누군가의 고통을 무조건 업의 결과로 설명하는 데 불만이 컸던 스님은 마크 엡스타인의 『트라우마 사용 설명서』에서 “붓다는 키사고타미에게 이것은 너의 업이므로 이것을 받아들여야 한다는 식으로 말하지 않았다. 붓

다는 업을 이렇게 상투적으로 보는 관점을 명백하게 거부했다. 어떤 사람에게 일어나는 고통스러운 일이 업의 결과이냐는 질문을 받았을 때 붓다는 아니라고 답했다. 그것은 지나친 것이다. 여덟 개 중의 하나 정도가 업의 결과다.”라는 문장에 공감하여 오랫동안 그 출처를 찾았다고 한다. 드디어 챗지피티(ChatGPT)가 출처를 알려주었다는 것이다.

『쌍웃파 니까야』 「백여덟 가지에 관한 법문의 품」에서 물리야 시와까는 부처님께 개인이 느끼는 즐거움이나 괴로움은 모두 과거 업의 결과라고 주장하는 견해에 대해 여쭙었다. 부처님께서는 그것이 온전히 맞지 않다고 하시며 그 원인으로서 어떤 느낌은 담즙에서 생기기도 하고, 점액에서 생기기도 하며, 바람에서, 부적절한 습관과 체질에서, 계절의 변화에서, 불운한 사건에서, 우연한 피습으로부터 생기기도 하며, 업보의 성숙으로 생기기도 한다고 말씀했다고 한다.

모든 상황을 개인의 업으로 치환하는 것은 지나친 억측이다. 자연환경과 사회적 요인, 그리고 개인적이라 해도 신체적, 심리적 요인 등 다각적이다. 무수한 우연이

중첩되기도 한다. 그러니 개인의 업으로 획일화하는 것은 게으르고 무책임한 일이다.

개인의 업이 모이고 모여 공업이 된다. 사는 곳에 따라 삶의 토대는 달라진다. 자연환경에서부터 경제적인 여건, 각종 제도와 전통과 문화로 삶의 형태는 달라진다. 1950년대, 60년대와 지금은 완전히 다른 세상이다. 오랜 세월 개인의 업이 쌓이고 쌓여 이루어진 공업의 크기와 무게를 도외시킬 수 없다.

인연과보와 윤회에 대해 경전에서는 이렇게 이야기했다. ‘전생의 일이 궁금한가? 이번 생에 받은 이것이다. 다음 생이 궁금한가? 이번 생에 짓고 있는 이것이다.’

이는 개인뿐 아니라 우리 사회 모두에게 적용되는 진리이고 법칙이다. 무분별하게 파헤치고 무책임하게 소비한 인류의 과보는 지금 기상이변과 각종 재난 재해로 나타나고 있다.

물질적인 여건이 너무 빈한하면 정신적 가치를 추구하기가 어렵다. 그런 점에서 이제는 정신적, 문화적 가치를 누릴 경제적 토대를 충분히 갖췄음에도 여전히 경쟁과 불안에 허덕이고 물질에 더

매달리니 안타까운 일이다.

불교를 흔히 마음의 종교라고 한다. 마음먹기에 따라 다르니 매사 긍정적으로 바라보라는 수준 정도로 이해하면 곤란하다. 세상의 이치를 있는 그대로 보고 그 지혜로써 자유롭고 행복한 길을 걸어가야 한다.

개인과 가족의 극락왕생을 빌면서 이 세상을 극락정토로 만드는 것에 무관심하다면 그것은 사상누각 아닌가? 현실과 동떨어진 종교는 외면당하게 마련이다.

현세를 맑게 밝히는 것이 당장 우리의 삶을 편안하고 행복하게 할 뿐 아니라 그러한 노력이 곧 극락으로 가는 공덕의 길임을 원정대성사는 명확하게 일러 주셨다.

세상을 움직이는 근본이 마음이니, 어떤 마음을 가지고 어떻게 쓸 것인가? 좁고 거칠고 강박한 마음은 세상을 어지럽힐 뿐 아니라 자신이 가게 될 미래의 길도 어두울 수밖에 없다. 세상을 밝히는 일이 개인이 다다르고자 하는 극락의 길과 다르지 않다는 원정대성사의 가르침을 깊이 사유하고 실천에 옮겨야 하겠다.

〈무명을 밝히고〉〈거룩한 만남〉
윤금선 BBS 구성작가

불교총지종 가정희사고



사이즈 가로 25cm

세로 15cm

높이 15cm

정가 60,000원

문의 02)552-1080

불교총지종 통리원

가정희사고가 제작되어 보급 중입니다.
희사공덕으로 서원 성취하시기 바랍니다.

법신불에 공(供) 할 것은 아무데나 못 쓸지라 정성으로 정시(定施)하고, 때로 차시(差施) 모은 것은 한 분 밖에 다시없는 법신불에 희사한다.<종략>

정시(定施)는 제독(除毒)이며 또 곡식을 심는데 밑거름과 같으며 차시(差施)는 옷거름과 같이 그 때마다 속히 그 서원을 성취하고 절량(絶糧)은 생미(生米)로써 때때로 불공함이니

각자가 이것을 실천하여 법신부처님께 공양을 올려보면 다 진실로 자기에게 곧 실지 묘과(妙果)가 있는 것을 알지니라.

〈종조법설집 보시와 법시 편 중〉



왕생법문

행복한 사람이 웃는 게 아니라 웃는 사람이 행복한 사람



자료 사진=총기 48년 불교총지종 경로법회

우리 중생들은 나름대로 각자 목표를 가지고 살아갑니다. 소박한 꿈이 있는가 하면 원대한 꿈도 있고, 맨손으로 뜯구름 잡는 황당한 꿈을 가진 사람도 있고, 일확천금을 꿈꾸는 사람도 있습니다. 업은 자기가 추구하는 목표를 향해 끊임없이 움직일 때 형성됩니다. 즉 행위의 결과가 업입니다. 바꾸어 말씀드리면 우리의 삶 자체가 인과의 연속입니다. 좋은 인을 지으면서 세상을 어떻게 살 것인가는 각자에게 달려 있습니다. 각자의 판단에 따라 다른 삶이 전개될 것입니다. 어느 누구도 대신 살아주지 않고, 책임져 주지도 않습니다. 최종적으로 자기 자신이 지은 업의

결과를 모두 받아야 합니다.

갈증이 나면 어떻게 합니까? 누구나 할 것 없이 물을 마십니다. 배가 고프면 음식을 먹고, 주위 온도 변화에 따라 시원한 옷, 따뜻한 옷을 갈아입습니다. 이렇게 육신을 위하여 무진 애를 쓰면서도 마음의 갈증은 방치하는 경우가 많습니다. 탐하고 화내고 어리석음으로 인해 생겨나는 삼업은 나 몰라라 하고 그냥 내버려두고 지냅니다.

몸의 장애가 있는 사람도 그러하지만, 마음의 장애가 있는 사람이 세상을 어렵게 살아가는 것을 보아 왔

을 것입니다. 어느 날 갑자기 쓰러져 병원에 실려 간 사람이 깨어나지 못하면 의식불명이라고 합니다. 몸은 살아 있지만 의식이 없으면 죽은 몸이라 하여 안락사를 시키는 나라도 있습니다. 이렇듯 마음이 주인인데 허상에 불과한 육신에 우리는 너무 연연해하고 있는 것 같습니다. 아무리 건강한 육체를 가졌어도 마음이 병들어 버리면 그 몸은 아무 쓸모가 없습니다.

그렇기 때문에 부처님께서 2,500여 년 전에 육신의 편안함을 버리고 마음을 깨쳐 그 마음 닦는 법을 우리 중생에게 설하신 것입니다. 말

이 쉬워 마음을 닦는다고 하지만 결코 쉬운 일이 아닙니다. 인간은 태어나면서부터 행복을 추구하는 본능이 있다고 했습니다. 오래 살기를, 재물이 많기를, 명예가 높아지기를, 건강하기를 바라는 마음이 누구에게나 있습니다. 장수하고 재물이 많고 건강하고 명예가 높다고 하여 꼭 행복한 것은 아니겠지만, 행복을 추구하는 본능이 결코 나쁜 것은 아닐 것입니다. 그러나 본능도 지나치면 화가 됩니다. 모든 것이 지나치면 모자람만 못합니다.

모래를 힘껏 꼭 움켜쥐면 손가락 사이로 다 빠져나가지만 가볍게 쥐면 괜찮듯이, 이 재물도 마찬가지입니다. 물이 깊고 푸르면 자연히 고기는 생겨나고, 숲이 우거지면 새들은 오지 말라 해도 모여듭니다. 사람 마음도 마찬가지로 마음을 비워버리면 비워버린 만큼 복이 들어옵니다.

부처님께서 “재물은 칼날에 묻은 꿀과 같아서 한번 입에 댈 것도 못 되는데, 사람들은 그것을 핥다가 혀를 다친다.”라고 하셨습니다. 벌이 쉴 새 없이 꿀을 만들어 저장하지만, 그 꿀을 고스란히 인간에게 빼앗겨 버립니다. 이와 같이 우리가 탐하는 재물도 욕심을 부려 모으려 해도 모으지도 못할뿐더러, 설사 재물을 모았어도 영원히 내 것으로 만들 수가 없습니다.

행복의 척도는 남이 결정하는 것이 아니고 자기 자신만이 느낄 수 있는 것입니다. 우리 삶이 힘들고 괴로운 것은 주위 환경 탓도 있겠지만, 어쩌면 내 마음속의 욕망을 다 채우지 못해 받는 고통이 많을지도 모르겠습니다. 목마르다고 바닷물을 마시면 시원함보다는 갈증만 나듯이, 욕심도 부리면 부릴수록 더욱더 우리 삶을 힘들게 할 것입니다.

세상에 재물을 싫어하는 사람은 없겠지만, 내 것 아니면 욕심내지 말고 현재 가지고 있는 작은 재물이라도 만족하고 선행을 쌓는다면 쌓은 선행만큼 복 그릇이 커져서 원하지 않아도 재물이 따를 것입니다. 꽃에 벌과 나비가 따르듯이 굳이 재물을 쫓지 않아도 재물이 저절로 찾아올 것입니다. 인과응보란 흔히 좋지 않은 일의 결과를 표현할 때 쓰이지만, 여러분께서 지은 선업의 결과도 당연히 받게 될 것입니다.

사람들은 흔히 왕년에 ‘무엇 무엇 했다’라고 과거를 자랑하지만, 듣는 사람은 별로 공감하지 않습니다. 저 는 수행도 마찬가지로 과거에 얼마만큼 했다는 것이 중요한 것이 아니라 한결같은 마음으로 지금 하고 있느냐가 중요하다고 생각합니다. 현재의 내가 어떤 마음으로 살며, 보살정신으로 깨어 있느냐가 중요하다는 말입니다. 명색이 부처님 진리를 믿고

따르는 불자라면 뭔가 달라야 합니다. 세상이 혼탁하고 어지러울 때일수록 주위에 빛과 소금 같은 존재가 되어야겠습니다.

행복한 사람이 웃는 게 아니고 웃는 사람이 행복한 사람입니다. 우리가 웃을 수 있는 것은 마음의 여유와 편안함 때문일 것입니다. 웃으면 복이 온다고 했습니다. 많이 웃으십시오. 어쩌다 가족이 모여 코미디 프로그램 보면 아이들은 데굴데굴 구르면서 웃습니다. 그만큼 아이들의 마음은 순수하고 때가 묻지 않았기 때문에 활짝 웃을 수 있는 것입니다. 웃는 순간만큼은 우리는 행복해질 수 있고, 세상의 온갖 괴로움도 잊을 수 있을 것입니다.

수백 년 동안 세상에 감추어져 있던 이 세상 어느 것보다 소중한 진언

을 원정 대성사께서 저희에게 찾아 주셨습니다. 세상 무엇과도 바꿀 수 없는 준제진언과 육자대명왕진언을 지니고 계신 총지종 교도들이야말로 선택받고 축복받은 분들입니다. 선택받고 축복받은 사람은 활짝 웃어야 합니다. 그리고 은혜를 생각해야 합니다. 은혜를 알면 감사한 마음은 반드시 생겨날 것입니다.

이만큼의 삶을 누리게 해 주신 부처님께 감사드리고, 종조님께 감사드리고 밤낮으로 애쓰시는 스승님께 감사하는 마음을 갖고 살다 보면, 이 세상의 모든 것이 은혜롭고 고맙지 않은 것이 없을 것입니다. 감사하는 마음을 가진 사람은 언제나 부족함이 없습니다. 무더운 여름날 나태하고 게을렀던 마음을 추스르고, 선근을 심고 마음 닦는 일에 더욱더 전념합시다.

강	공	회		이			개	천	절
감			동	해	중	학	교		세
찬	불	가		타			기		미
		거		산			념		인
오	순	도	순		구	사	일	생	
세				개	척			택	
대	자	대	비		장	구		취	
제		외		정	신		스	페	인
도	깨	비		당		황		리	
			가	화	만	사	성		

27면 ▶
가로세로 정답



인생의 가치를 자각하고 수행에 힘을 주는 불교총지종 「불교총전」

「불교총전」은 총지종 종조 원정대성사께서 현교(顯敎)와 밀교(密敎), 대승(大乘)과 소승(小乘)의 모든 경전 가운데서 그내용을 광범위하게 뽑아 불교전체를 올바르게 이해시키기 위하여 통불교적(通佛敎)인 입장에서 편찬하였습니다.
일반인들에게는 다양하면서도 체계 있는 불교교과서이고, 불자들에게는 수행의 지표가 되는 부처님 말씀입니다.

문의 불교총지종 통리원 및 전국 사원 | 전화문의 02)552-1080



배려는 나눔의 미덕^{美德}

우리가 흔히 하는 말 중에, 아무것도 주지 못할 만큼 가난한 사람은 세상에 누구도 없으며, 받는 기쁨보다는 주는 즐거움이 훨씬 더 크다는 말이 있다. 요즘처럼 힘겹고 어려운 때일수록 함께 나누는 마음을 가지고 산다면 참으로 행복하고 흐뭇한 일이 될 것이다. 저마다 조금만 마음을 열고 배려하는 마음을 가지고 살아간다면 우리 삶은 훨씬 더 풍요롭고 부드러워질 것이다.

앞을 못 보는 사람이 한 손에 등불을 들고 길을 걸었다.

그와 마주친 사람이 물었다.

“정말 어리석군요. 당신은 앞을 보지 못하면서 등불은 왜 들고 다닙니까?”

그가 말했다.

“당신이 나와 부딪히지 않게 하려고요. 이 등불은 나를 위한 것이 아니라 당신을 위한 것입니다.”

한상복 님의 <배려>라는 책에 나오는 글의 한 대목이다.

배려(配慮)란 관심(Concern)을 가지고 염려(Care)해 주며 마음을 쓰는 일(Regard)이다. 배려는 받기 전에 주는 것으로, 비록 사소한 것이긴 하지만 이는 매우 위대한 소통이다. 혹시 우리는 내가 먼저 베풀기에 앞서, 남이 나를 먼저 염려해 줄 것을 은근히 기대하면서, 나에게 좀 더 마음을 써주지 않는 것에 불만을 품고 있거나 않은지, 그리고 이러한 것으로 세상이 나를 부당하게 평가한다고 생각하고 있지 않은지 돌아볼 필요가 있다. 나를 둘러싼 내 가족, 내 친구들, 그리고 나와 함께 했던 많은 사람들, 지금까지 바쁘다는 핑계로 무심히 지나쳐 오지 않았는지 되돌아보는 계기가 되었으면 한다.

내가 먼저 베풀면서 나누는 것이 바로 진정한 감동을 주는 가

치 있는 삶이다. 정말 우리에게 소중한 것은 돈과 명예가 아니라, 따뜻하고 훈훈한 정임을 잊지 않고 생활한다면, 우리의 삶은 더욱 성숙하고 아름다워질 것이다.

불경의 3대 설화문학에 속하는 『잡보장경(雜寶藏經)』에 보면 ‘무재칠시(無財七施)’에 관한 이야기가 나온다. 어떤 사람이 하는 일마다 풀리지 않아 부처님을 찾아가 호소했다.

“부처님 저는 하는 일마다 제대로 되는 일이 없으니 이 무슨 까닭입니까?”

“그것은 네가 남에게 베풀지 않았기 때문이니라.”

“저는 아무것도 가진 게 없는 빈털터리입니다. 남에게 줄 것이 있어야 주지, 도대체 무엇을 준다는 말씀입니까?”

이에 대해 부처님은 재물이 없더라도 베풀 수 있는 일곱 가지로, ‘화안시(和顏施: 얼굴에 밝은 미소를 띠고 부드럽고 정답게 대하는 것), ‘언사시(言辭施: 남에게 친절하고 따뜻한 말을 해 주는 것), ‘심시(心施: 착하고 어진 마음을 가지고 사람을 대하는 것), ‘안시(眼施: 호의를 담아 부드럽고 편안한 눈빛으로 대하는 것), ‘신시(身施: 몸으로 남에게 봉사하고 친절을 베푸는 것), ‘상좌시(床座施: 남에게 자리를 찾아주거나 양보하거나 편안하게 해 주는 것), ‘방사시(房舍施: 사람에게 편안하게 쉴 수 있는 공간을 제공해 주는 것) 등을 들었다.

배려는 이렇듯 돌아보는 마음, 심장이 머물고 싶은 마음, 보살피 주는 마음, 손잡아 주는 마음이 아닐까?

시인, 전 동해중학교 교장 탁상달

지혜의 눈

제정일치^{祭政一致}

지배층 권위를 뒷받침해 주는 이념 불교는 오직 수행과 평화의 종교로

역사적으로 정치와 종교의 관계는 그 출발에서 한 몸으로 작용하여 제정일치(祭政一致)의 형태를 띠었다. 말하자면 지배층의 권위를 뒷받침해 주는 이념으로서 종교가 작용하였기에 제사장이 정치적 지배자를 겸하는 것이 일반적이었다. 특히 유일신교나 다신교나 모두 초월적 존재로서의 신(神)으로부터 통치 권력의 정당성을 부여받은 통치자는 신의 의지를 대변하는 존재였다.

여기에서도 크게 두 종류로 나뉘는데, 인간세계에 직접 개입하는 인격신으로서의 신을 전제하는 계통이 있다. 이런 계통은 끊임없이 신의 의지를 묻는 과정을 되풀이하는데 보통 점을 치는 형태가 일반적이다. 중국 상(商)나라의 갑골문은 정인(貞人)이 점친 내용을 기록한 것이다. 고대 그리스 신화에서 중요한 일이 있으면 신탁(神託)하였고, 사실 아브라함 종교-유대교, 기독교, 이슬람교를 총칭하는 표현-의 경전 내용도 신의 말씀을 인간이 기록한 것이다.

중세 유럽은 기독교에 의해 지배받았던 신정정치가 17세기까지 지속되었다. 18세기 계몽주의가 유행하면서 이신론(理神論, Deism)이 인격신을 대체하기 시작하였다. 이것이 가능했던 것은 과학의 발전을 꼽는다. 흥미로운 것은 유교의 대두인데, 상(商)을 뒤이은 주(周)나라가 대두하면서 상의 신인 제(帝)를 대신해서 천(天)이 등장한다.

물론 유교의 천은 인격신의 요소도 여전히 강하게 가지고 있는데, 대표적인 것이 한(漢) 나라 때 유행한 천인상관설(天人相關說)이다. 그러나 이후 위진남북조와 수당(隋唐)대를 거치면서 불교가 중국 사상계를 장악하자, 이에 자극을 받은 유학자들은 송(宋)대에 들어와 성리학을 성립시킨다. 성리학은 유럽의 계몽

주의에 영향을 끼쳤다는 것이 거의 정설처럼 굳어지고 있다.

흥미로운 것은 불교의 성격이다. 수당대에 중국 사상계를 장악한 불교는 국가의 보호를 받았지만 정치에 깊게 개입하지는 않았다. 즉 불교에도 정치사상이 있지만 기본적으로 출가 사문은 사회적 관계와 단절된 존재로 여겨졌기 때문에, 정치와의 유착 관계가 깊을 수 없었다. 비록 국가의 보호와 지원을 받았지만 불교가 정치이데올로기로 작용하는 사례가 많지 않을 뿐만 아니라, 설사 정치에 개입했다고 하여도 그 정도가 깊지 않았고 기간도 오래가지 않았다. 이러한 불교의 성격은 종교를 전파하는 수단으로서 전쟁을 이용하지 않았던 사실에서도 확인된다.

최근 한국의 정치에 무속부터 통일교나 기독교 계통의 신흥 교단까지 깊은 관련이 있었고 정치적 개입 정황도 점점 드러나고 있다. 더욱 놀라운 것은 정통 보수 기독교계의 인물들도 관련되어 있음이 확인돼 한국 사회에 큰 충격을 주고 있다. 물론 일련정종 계통 일본의 토착화된 불교도 거론이 되지만 정치적 개입이라기보다는 개인의 신앙과 관련된 수준에 그치는 것으로 보인다.

물론 불교는 정치적 사회적 영향력이 약한 탓에 1980년 정통성이 약한 신군부에 의해 10·27 법난의 희생양이 되었지만, 기본적으로 수행의 종교로서의 성격이 강했기에 어려움을 극복해 왔다. 지난 정치사의 어두웠던 종교계와의 밀착 관계가 드러나면서 불현듯 부처님의 목소리가 떠올랐다.

“소리에 놀라지 않는 사자처럼, 바람에 걸리지 않는 그물처럼, 진흙에 더럽혀지지 않는 연꽃처럼.”

칼럼니스트 김태원

‘국제재가불교지도자대회’ 명실상부 국제대회 도약



총지종의 역사

제4부
제2의 도약을 준비하다(2011년~2021년)

02. 시대와 함께하는 총지종 구현

국제재가불교지도자대회로 국제적인 재가불자 네트워크를 형성하고 재가불교운동을 선도한 종단은 창종 40주년을 맞아 보다 심화된 내용과 형식으로 행사의 격을 높였다.

2011년 제5회 국제재가불교지도자 대회는 창종 40주년 기념 통일음악 예술제와 맞물려 진행됐다. 크리스티장 세계여성불자협회장 등 20개국 50여 명의 해외불교 지도자를 비롯해 500여 명이 참가한 개막식에서 독일 프란트 그윈트 박사가 ‘재가불자의 오계 준수와 그 현대적 의미’를, 말레이시아 보디연구저널 봉수리안 교수가 ‘사회에 의미가 있는 다르마를 만드는 재가불교도들의 활동’을 기조 발표했다.

경희대학교에서 개최된 ‘승단불교와 재가불교’ 세미나에서는 영국 켄터베리 기독교대학 인도·티베트학과 버카드 셔래리 교수의 ‘티베트 불교의 카르마 카큐 전통에서의 철학과 관점’을 비롯해 중국 북경 인민대학 진리브스 석좌교수의 ‘재가 불교도들과 비구니들을 지켜주는 이로서의 관음 보살’, 동국대 불교학부 김호성 교수의 ‘효와 출가의 딜레마 : 묘젠의 입송 이야기를 중심으로’, 불교여성개발원 한주영 연구원의 ‘한국 여성불교의 의미 있는 변화’, 도현 정사의 ‘유마경 속의 재가불자 유마’ 등이 발표됐다. 해외 참가자들은 종단 총본산 총지사를 방문하여 효강 종령을 친견하고 원정기념관을 비롯해 조계사, 창덕궁 등을 관람한 후 종단에서 개최한 통일음악예술제에 참석했다.

재가불자가 중심인 국제적인 불교 행사가 한국은 물론 세계에서

의 유일하다는 점에서 국제재가불교 지도자대회는 종단의 위상과 역할을 명확히 하는 계기가 되었다. 국내외 불교 활동가와 학자들이 머리를 맞대고 구체적인 실천 방안을 모색했다는 점에서 획기적이고 의미 있는 시도로 평가받았다. 국내에서는 접하기 어려웠던 스페인, 부탄, 네팔, 태국 등의 새로운 불교공동체 흐름을 소개하고, 매년 혹은 격년으로 빠지지 않고 참석하는 참가자들이 적지 않을 정도로 공감대를 넓혔다.

국제적인 재가불교 교류 행사로 확고히 자리매김한 5회 대회를 계기로 각국의 대표자들은 운영위원회를 구성하여 주체적인 참여 기반을 마련했다. 중앙교육원장 화령 정사를 운영위원회 명예회장으로 추대하여 대회의 리더로서 지속적인 역할을 주문하고 대회의 장소와 주관 국가를

여러 나라로 다변화하기로 결의했다. 2012년 제6회 국제재가불교지도자대회는 스페인 말라가에서 ‘현대 사회에서의 재가불교’를 주제로 개최되었다. 티베트 불교의 카르마파 소속 다이아몬드웨이 스페인 지부가 행사를 주관하고 박사급 불교 지도자들이 발표자로 참여하여 수준 높은 토론이 이어졌다. 이후 개최 시기를 2년으로 조정하고 2014년 제7회 대회부터 차례로 일본, 인도네시아, 말레이시아에서 개최했다. 2020년 한국에서 개최될 예정이었던 제10회 국제재가불교지도자대회는 전 세계를 휩쓴 코로나19 사태로 연기됐다.

“깨달음에 이르는 과정에는 여러 가지 길이 있음을 우리는 알고 있었어요. 그런데도 출가와 재가는 단지 형식에 불과하다는 것을 간과할 때가 많아요. 우리나라는 그게 너무 심각합니다. 승속을 초월해 생활불교를 지향한 우리 종단이 얼마나 앞서 있는 것인지 대회를 통해 증명하는 기회가 됐어요. 종단이 앞으로 나아갈 수 있는 내적 동력이 무엇인지 밝힐 수 있었죠. 그리고 오히려 우리나라 불교의 현주소를 새롭게 볼 수 있었다고 할까요? 세계 곳곳의 불교공동체와 재가불자들의 활동을 보면 감

탄을 금할 수가 없더군요. 세계 여러 나라의 불교학자와 활동가들이 열려 있는 불교의 모습을 생생하게 보여줬어요. 불교가 약동하고 있는 현장에는 어김없이 깨어 있는 불자들이 있다는 것을 확인할 수 있었죠. 여러모로 많은 것을 생각하게 하고 영감을 불어넣는 뜻깊은 자리였어요. 이번에 한국에서 열기로 한 대회가 취소돼서 너무 아쉽지만 앞으로 우리가 해야 할 일들을 생각하면 아직도 가슴이 뻐뻐합니다.” - <불교총지종 50년사> 인터뷰, 화령 정사

종단은 국제재가불교지도자대회를 발의하고 주관함으로써 명실상부한 국제대회로 정착시켰다. 출가승 중심의 불교에 대한 고정관념을 극복하고 생활 속에서 불법을 실천할 수 있는 대안을 제시했다. 이러한 성과를 바탕으로 종단에서는 한국 재가불교운동의 사상적 기반을 더욱 공고히 하고자 유마포럼을 준비하고 있다.

국내외 재가불교단체와의 교류와 협력을 지속하는 가운데 생활불교 재가불교의 종단 철학을 미래 한국 불교의 새로운 비전으로 발전시키기 위한 또 다른 의미 있는 모색이 될 것이다.



제4회 국제재가불교지도자대회

해광 정사의
서원당 안의 불교⑦

이취회(理趣會)는 그림과 같이 금강계 구회만다라(九會曼荼羅) 가운데 오른쪽 위쪽에 있다. 이 회는 중앙에 비로자나불 대신에 금강살타를 주존(主尊)으로 삼고 있다는 것이 가장 큰 특징이라 할 수 있다. 또 기존의 원륜(圓輪) 대신에 사각의 방단(方壇)으로 이루어져 있다는 것도 특징으로 들 수 있다. 방단도 안쪽과 바깥쪽으로 구분된다. 안쪽의 방단은 가로 세로로 모두 9개로 이루어져 있고, 그 속에 9분의 보살이 모셔져 있다.

또 바깥쪽의 방단(方壇)에는 모두 8분의 보살이 모셔져 있는데, 사방(四方)과 네 모퉁이에 각각 4분의 보살이 배치되어 있다. 그래서 이취회는 총 17분의 보살이 모셔진다. 이러한 배치는 기존의 만다라가 『금강정경』에 의해 그려진 것과 달리 『이취경』에 근거하여 그려져 있다.

『이취경』의 주된 내용은 인간의 본질적인 생(生)의 에너지가 금강살타의 보리심으로 표현되고, 보리심의 증득을 위하여 그 에너지가 여러 가지 방편으로 표현되는데, 그것이 바로 4보살녀(菩薩女)의 등장이며, 그 보살녀와의 관계에서 대지혜를 얻게 된다는 것이다. 대지혜를 얻는다는 것은 곧 비로자나불이 된다는 것이다.

『이취경』은 대승불교의 전통에 따라 미혹된 자의 깊은 곳에 부처가 내재(內在)되어 있다는 사고에 따라 중생의 보리심을 발현해야 한다고 설하고 있다. 부처 또는 보리심의 내재는 대승불교의 여래장 사상에 기인하고, 중생이 부처가 된다는 것은 유식사상(唯識思想)에 기반을 두고 있다.

또한 중생이 곧 부처라는 『화엄경』의 사상까지도 포함하고 있다. 따라서 『이취경』은 중생의 번뇌

가 다하는 곳에서 부처를 발견하고자 한다. 그 방편이 사보살녀(四菩薩女)의 배치라 할 수 있다. 여기에서 금강살타와 사보살녀의 관계가 핵심이 되는데, 이취회는 중생의 번뇌와 애욕의 에너지를 성불과 보리심의 기반으로 보고 있는 것이다. 이취회에서 사보살녀는 중요한 역할을 한다.

이취회의 구조를 살펴보면, 안쪽의 8보살은 동서남북 사방(四方)의 욕금강보살(慾金剛菩薩), 애금강보살(愛金剛菩薩), 촉금강보살(觸金剛菩薩), 만금강보살(慢金剛菩薩)의 사보살녀(四菩薩女)와 대각선 방향의 4사선(斜線)에 있는 금강소향보살(金剛燒香菩薩), 금강화보살(金剛華菩薩), 금강등보살(金剛燈菩薩), 금강도향보살(金剛塗香菩薩)의 내사공양보살(內四供養菩薩)이다.

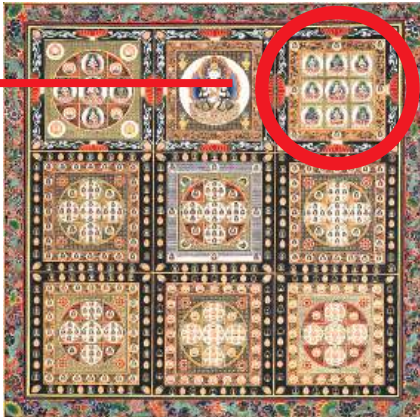
바깥쪽의 사각 방단(方壇)에는 사방(四方)으로 금강구보살(金剛鉤菩薩), 금강삭보살(金剛索菩薩), 금강쇄보살(金剛鎖菩薩), 금강령보살(金剛鈴菩薩)의 사섭보살(四攝菩薩)이 배치되고, 대각선 방향에는 금강희보살(金剛嬉菩薩), 금강만보살(金剛鬘菩薩), 금강가보살(金剛歌菩薩), 금강무보살(金剛舞菩薩)의 외사공양보살(外四供養菩薩)이 배치되어 있다.

금강살타를 중심으로 사방에 배치된 사보살녀(四菩薩女)의 역할은 무엇일까?

먼저 아랫부분에 있는 동방의 욕금강보살(慾金剛菩薩)은 활과 화살을 갖추고 있는 애욕(愛慾)의 신(神)이다. 애욕(愛慾)은 상대를 사랑하는 욕망으로, 이 애욕은 청정한 것이며 보살의 경지로 표현된다. 남방(왼쪽)의 촉금강보살은 법열(法悅)의 대상과 접촉케 하는 보살이다. 그 법열(法悅)은 깨달음의 경지로서 사랑의 희롱이 절정에 이르렀을 때 느끼

금강계만다라의 이취회理趣會

사인회	일인회	이취회
공양회	성신회 (갈마회)	항삼세회
미세회	삼매야회	항삼세 삼매야회



이취회

는 환희를 여기에 비유한 것이다. 앞의 욕금강보살이 애욕(愛慾)을 일으키는 보살이라면, 촉금강보살은 애욕의 대상과 접촉케 하는 보살로 묘사된다.

서방(위쪽)의 애금강보살은 일체 중생을 끌어안고 보리(菩提)를 향하여 나아가게 하는 보살이다. 그래서 사랑의 적극적인 행동으로 표현된다. 북방(오른쪽)의 만금강보살은 중생의 오만불손(傲慢不遜)한 마음의 작용에 비유된다. 이 오만불손은 실제로는 보리심의 증득과 자비심을 역설적으로 말하고 있다. 깨달음의 경지에서 지혜의 눈으로 보면, 오만불손마저도 부처의 자비로운 작

용력과 동일한 것으로 승화시킨 것이라 할 수 있다.

이와 같이 사보살녀(四菩薩女)는 비밀성과 상징성의 의미에서 중생이 보리심을 일으켜 깨달음, 지혜를 얻는다는 것을 나타내고 있다. 이외에 이취회에 등장하는 안쪽 방단의 내사공양보살과 바깥쪽 방단의 사섭보살과 외사공양보살이 있다. 내외사공양보살은 금강살타와 사보살녀(四菩薩女) 간의 상호공양을 의미하고, 사섭보살은 보리심으로 이끌기 위해 중생을 인도하는 보살의 역할을 하고 있다.

남해 정사의
인도성지순례기

부처님께서 도리천에 오르서 설법을 하시고 다시 내려오신 곳

⑩ 부모은중경의 장소 상카시아

여드레째 되는 날은 『부모은중경』의 배경이 되는 상카시아로 향했다. 상카시아는 부처님께서 도리천에서 어머니 마야 왕비를 위해 설법하시고 다시 지상으로 내려오신 장소이다. 부처님께서 도리천에서 어머니께 설법하시고 내려오실 때 33천의 신들이 금, 은, 수정 등으로 만들어 놓은 33개의 계단을 밟고 지상으로 내려오셨다고 전해지지만, 지금 그 계단은 땅속에 묻혀 있다고 한다.

상카시아에 도착했을 때 관리되지 않은 시설과 초라해 보이는 불교 유적을 보며 마음이 좋지 않았다. 부처님께서 도리천에서 내려오신 작은 언덕 위의 유적지는 힌두교 신자들이 매달아 놓은 깃발과 작은 천들이 널려 있어 흡사 작은 산신당이나 무당들이 산에서 굿을 할 때 쓰는 작은 신당처럼 보였다.

언덕 아래에는 코끼리 형상으로 만든 아소카 석주가 있다. 부처님께서 도리천에서 33개의 계단을 따라 내려오실 때, 흰색 코끼리를 타고 내려오셨다 하여 그곳에 아소카 석주를 세웠으나, 힌두교도들이 코끼리의 코를 잘라버렸다고 한다. 아소카 석주 옆에는 흰색으로 된 작은 탑이 있고 그 안에 작은 불상이 모셔져 있다. 탑은 불교 양식이 아닌 힌두교 양식으로 만들어졌으며, 불상도 불교 양식보다는 힌두교 양식에 가까워 보였다.

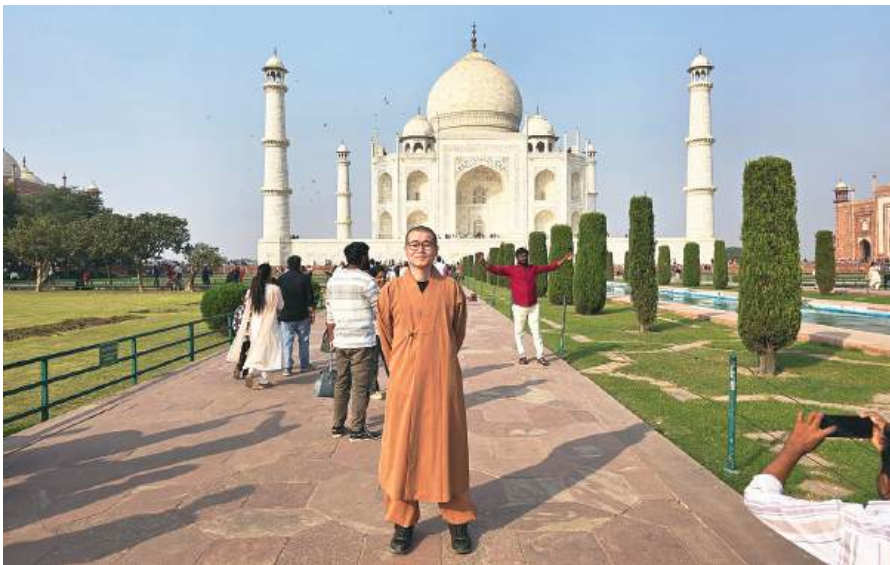
아소카왕 때, 많은 스투파와 대규모의 사원을 건립하여 이곳에 수많은 불교 유적이 있었으며, 수많은 불교 순례자가 찾던 곳이라 전해지지만, 지금은 불교 유적지가 힌두교 유적들로 바뀌어 힌두교 신자들이 관리하는 장소가 되었다. 인도에서 불교가 사라진 지 오래되었고, 지금은 많은 인도인이 힌두교를 믿고 있다. 그리고 불교 유적지 또한 힌두교 유



쉬라바스티 기원정사 인근 암라나무 숲에 위치한 천불화현터. 부처님이 이교도들과의 이적행 대결을 마치고 도리천으로 올랐다는 곳이다. [사진=법보신문 제공]



붓다가 도리천에서 어머니 마야 왕비와 천신들을 교화한 후 다시 내려온 곳이라 전해지는 상카시아의 작은 언덕. 조그만 힌두사원이 단출하게 서 있다. [사진=법보신문 제공]



타지마할 묘궁 앞 남해 정사

적지에 비해 너무 초라하다. 인도의 모디 총리가 불교 유적지를 관광지로 개발하겠다고 하였으나 힌두교

의 나라에서 어느 정도 개발하고 보존할 수 있을지 미지수이다. 이러한 의미에서 인도 불교 성지는 전 세계

불교도가 함께 관심을 가지고 관리하고 보존해야 한다.

상카시아 순례를 마치고 인도를 대표하는 세계문화유산인 타지마할로 향했다. 타지마할은 인도의 상징이라 할 수 있는 유적지이다. 타지마할은 샤 자한 왕이 죽은 왕비인 뭇타즈 마할을 위해 만들었지만, 현재는 샤 자한 왕과 함께 잠들어 있다. 타지마할이 완성된 직후 샤 자한 왕은 이보다 더 아름다운 건축물을 만들 것을 염려해 공사에 참여했던 모든 사람의 손목을 잘랐다고 한다.

타지마할은 다른 지역에서 나오는 흰색 대리석을 옮겨와 하나하나 섬세하게 깎아 22년에 걸쳐 기하학에 기초해 건축한 건물로 거대한 정사각형 정원이 수로와 길을 따라 넷으로 나뉘며, 각 공간은 다시 사등분되어 있다. 수로 끝에 있는 타지마할 묘궁은 중앙 돔을 중심으로 완벽한 좌우 대칭을 이루고, 동서남북 네 방향에서 있는 첨탑 어느 방향에서 보아도 완벽한 대칭이다.

첨탑은 바깥쪽으로 약간 휘어지게 세워졌는데, 이는 안구의 굴곡을 고려해 첨탑을 직선으로 보이게 하고, 지진으로 첨탑이 무너져도 묘궁이 파괴되지 않도록 설계한 것이라고 한다.

이런 타지마할을 보면서 상카시아의 불교 유적지의 아쉬움이 더 크게 느껴졌다. 그리고 옛날 사람들의 피와 땀으로 만들어 낸 건축물이 유명한 관광지가 되어 현재 후손들의 생계에 큰 도움을 주고 있는 것을 보며, 우리 선조들은 왜 이런 유물을 만들어 놓지 않았을까 하는 아쉬운 마음이 들었다. 하지만 실망할 필요는 없다. 유형 자산보다 무형의 기술과 지식이 더 가치가 있는 시대가 되었으니, 현재의 우리는 미래의 후손에게 무엇을 물려줄 수 있을까?

남해 정사(법성사 주교)



신유림(神遊林)과 고대사

우리 민족은 의식과 의례의 민족 이를 불교로 수용한 중심에 ‘밀교’

경주에는 낭산(狼山)이 있고 이곳에 신유림(神遊林)이 있다. <삼국유사> 권5 「신주」 편 제6 ‘명랑신인’ 조에는 선덕여왕(~647) 때 당의 침공을 당해 나라가 위급해지자 명랑(明朗) 법사가 낭산 신유림에 문두루도량을 개설해 당군을 전멸시켰다. 문무왕은 이를 기려 즉위 19년(679) 이곳에 사천왕사를 지었는데, 이에 따르면 사천왕사는 기록상 최초 도량이 시설된 밀교의 성지이다.

신유림에 대해 <삼국사기> 실성 이사금 13년(413)에는, “왕이 말하기를, 이 땅은 선령(仙靈)들이 내려와 노는 곳이니 반드시 복 받은 땅[福地]일 것이라고 하였다. 이어 왕은 그곳의 나무를 함부로 베지 못하게 명을 내렸다”라고 하여 명칭의 유래를 밝히고 있다. 신유림에서 벌어지는 전통 종교와 불교의 긴장에 대해 양자를 친근하게 만든 중심에 밀교가 있다. 별 신앙이나 용왕, 산신 신앙, 도량이나 의례 등은 밀교에 자주 등장하는 소재이다.

전통 신앙을 파악하기 위해 우리 민족의 고대사와 종교, 문화를 살펴보지 않을 수 없다. 한민족은 단일 혈통을 지속한 것이 아니라 주변 혈통과 집단의 융합과 이산을 통해 유전자나 유물에서 일관된 방향이나 흐름을 보이는 집단과 문화이다. 온전한 단일 민족은 현실적으로 불가능하며, 그러한 주장은 특정 지배 세력이 등장할 때 흔히 일어나는 일이다.

사마천의 <사기(史記)>도 한족 중심의 역사를 재편하면서 우리 민족의 흔적을 지웠고, 그와 동일한 행태는 명나라와 현대 중국에 의해 반복되었다. 서구 사학자들은

파미르고원을 시작으로 요하 문명, 고조선으로 이어지는 인류 유전자의 이동 경로와 비파형 동검, 빗살무늬토기, 옥 유물을 연구하였다. 이와 동일한 유물들은 한반도 전역에서 발견된다. 서구 학자들은 한민족의 기원에 대해 파미르고원에서 발흥해 요하 지역, 한반도에 이르는 방대한 지역을 가리켰다.

종교와 관련이 깊은 유적 가운데 하나는 기원전 4000년경에 형성된 홍산 문화, 또는 문명이다. 1979년 중국 조양시 지역의 발굴을 통해 종교, 제사 유적지를 확인하였고, 1984년 조양시 우하량(牛河梁) 발굴에서는 여신묘가 발굴되어 시신을 끝냈다. 여신상의 얼굴은 사람의 얼굴과 비슷했으며 개중에는 크기가 실제 사람 크기의 3배에 달하는 것도 있었다. 이외 우하량 유적은 무덤과 제단, 신전을 갖춘 대규모

유적군을 형성하며 명백한 지배층과 제사의 흔적을 남겼다.

학자들은 주변에 인가가 없기 때문에 여신묘는 종묘(宗廟)로서 특권 계급만이 접근했던 것 같다고 추측했다. 여신묘에는 많은 곰 뼈와 곰형 옥기가 나왔기 때문에 한국 학자들은 곰 토템과 관계가 깊은 지모신(地母神)으로서 단군신화에 등장하는 웅녀(熊女)로 판단한다. 이러한 여신상은 한반도의 함북 농포동, 서포항, 농포동 등에서도 발견된다. 주목할 것은 여신이 선정, 혹은 요가의 자세를 취하고 있다는 점이다. 실제로는 하늘과 교감하고 소통하려는 경건한 여사제의 형상을 짐작케 하며, 고대사회 하늘과 소통했던 샤먼의 지위가 높았던 사실을 반영한다. 여신을 웅녀로 본다면 여신은 삼칠일 동안 마늘과 쑥을 먹고 햇빛을 견

디면서 하늘의 시험을 견딘 부단한 곰의 수행을 나타낸다. 동서남북에 배치된 남신은 그 크기로 보아 동서남북 공간을 주재하던 신격이나 수호신으로 보는 것이 유력하다.

우리 민족이 불교를 받아들일 때 신라는 불교의 수용이 가장 늦었다. <삼국유사>의 기록으로 미루어 보면 고구려와 백제에 비해 신라는 전통 신앙을 지지하는 완고한 지배체제가 있었던 것으로 보인다. 전통 신앙은 인간과 하늘의 관계를 다양한 신화를 통해 표현하며 이것은 지배체제에 권위를 부여하는 일관된 방식이다. 신유림을 하늘이 인간의 현실을 왕래하며 교감하는 현실적 존재로 표현한 설정은 단군신화의 그것과 동일하다.

<삼국유사>의 기록을 살펴보면 의상과 원효의 불교 연구는 전통을 뒤바꾸는 혁신적 사고를 신라인에게 부여하였다. 신화를 벗어난 심오한 철학과 사상, 그리고 세련된 국가 윤리관을 보여주는 불교는 신라를 제외한 나머지 국가를 이끌었고, 무려 백여 년이 지나 신라도 그 길을 따랐다.

요하 문명의 유적은 제사와 의식, 계급, 종교 양식이 존재했던 민족 정체성을 보여준다. 우리 민족은 의식과 의례의 민족이며, 이를 불교로 수용한 중심에는 밀교가 존재한다. 밀교의 세계관은 인도 종교와 습속의 수용으로부터 출발하였으며, 최후에는 인간의 성불을 도모하는 세련된 관상과 의례로 완성된다. 밀교는 초기 종교의 원시성과 인간 완성이라는 양면이 공존하며 그러한 정의는 지금도 유효하다. 그 공존에 어느 하나를 버리거나 선택할 필요는 없다.

정성준 | 자유기고가



사진=경주 사천왕사지 녹유신장상(경주박물관 소재 공공누리 저작물)

생명살림 경전이야기 ㉔
화엄경 27권 십회향품

도살^{屠殺}을 금하다

불자들이여, 보살마하살이 큰 나라의 왕이 되어 법에 자재하며 명령을 내리어 살생하는 일을 못 하게 하는데, 염부제에 있는 성읍이나 마을에서 모든 도살(屠殺)을 다 금하여 밭 없는 것, 밭 가진 것, 네 밭 가진 것, 여러 밭 가진 집승들에게 공포가 없게 하고 목숨을 빼앗는 일이 없으며, 보살의 행을 닦아 인자하게 사물을 대하고 침노하지 아니하며, 묘한 보배와 같은 마음을 내어 중생들을 편안하게 하며, 부처님들 계신 데 좋아하는 뜻을 세우고 항상 삼종정계(三種淨戒)에 머물며, 중생들도 이렇게 편안히 있게 하여, 보살마하살이 중생들로 하여금 오계(五戒)에 머무르며 살생하는 업을 영원히 끊게 합니다.

이런 선근으로 이렇게 회향하나니 이른바 일체중생이 보리심을 내고 지혜를 구축하여 목숨을 길이 보전하여 끝날 때가 없어지이다. 일체중생이 한량없는 겁에 있으면서 모든 부처님께 공양하며 부지런히 공경하고 수명을 증장하여지이다. 일체중생이 구축하게 수행하고 늙고 죽는 법을 떠나서 모든 재앙이 목숨을 해하지 못하여지이다. 일체중생이 병이 없는 몸을 구축하게 성취하고 수명이 자재하여 마음대로 살아지이다.

일체중생이 다함 없는 생명을 얻어 오는 세월[未來劫]이 끝나도록 보살행을 닦으면서 모든 중생을 교화하고 조복하여지이다. 일체중생이 오래 사는 문[壽命門]이 되어 십력과 선근이 그 속에서 증장하여지이다. 일체중생이 선근이 구축하고 다함 없는 목숨을 얻어 큰 소원을 만족하여지이다. 일체중생이 부처님을 뵈우고 공양하고 섬기며, 끝없이 오래 살면서 선근을 수습하여지이다. 일체중생이 여래가 계신 데서 배울 것을 배우면서 거룩한 법의 기쁨과 다함 없는 수명을 얻어지이다. 일체중생이 늙지도 않고 병나지도 않으면서 항상 머무는 생명을 얻고 용맹하게 정진



“일체중생이 보리심을 내고 지혜를 구축하여 목숨을 길이 보전하여 끝날 때가 없어지이다”

하여 부처님의 지혜에 들어가지이다.

이것이 보살마하살이 삼취정계(三聚淨戒)에 머물러서 살생하는 업을 아주 끊어버리고 선근으로 회향하는 것이니, 중생들로 하여금 부처님의 십력과 원만한 지혜를 얻게 하려는 연고입니다.

- 『화엄경 27권 십회향품』

『화엄경』에서는 보살마하살이 왕이 되어 도살을 금하여 불살생 계율을 지키도록 하였다. 원래 계는 자발적으로 받아 지니는 것인데, 개인의 의지만으로는 계율을 지키며 사

는 것이 쉽지 않다. 오히려 사회적 조건을 바꾸어서 저절로 계율을 지킬 수 있도록 만드는 것이 더 효과적일 수 있다. 실제로 우리나라 신라시대에도 불교가 왕성하여 왕이 살생을 금한 기록이 있다. 신라시대에도 『화엄경』이 많이 알려져 있었기 때문에 이런 일이 가능하지 않았을까 짐작해 본다.

오늘날 불살생계를 사회적으로 강제하는 방법은 무엇이 있을까? 과학기술의 발달과 산업화로 인간의 편익과 돈벌이를 위해 자연을 함부로 파괴하고 생태계의 순환을 깨는 사회

가 되었다. 지구의 허파인 아마존의 밀림이 사라지고 있다. 축산동물을 키우거나 축산동물이 먹을 사료 작물을 재배하기 위한 벌목으로 하루에 축구장 3000개 크기의 밀림이 사라지기 때문이다. 모든 숲이 그러하듯이 밀림은 나무만 사는 것이 아니라 무수한 생명이 서로 어우러져 살아가는 생태계이다. 고기를 먹는다는 것은 소나 돼지를 죽이는 데 관여할 뿐만 아니라 아마존의 밀림을 파괴하고 그 안에서 살아가는 무수한 생명의 삶을 빼앗는 일이 된다. 고기를 먹지 않는 것은 불살생계를 지키는 일이다. 하지만 우리나라에서 채식하기란 너무 어렵다. 학교나 복지관, 군대 등 급식하는 곳이 생각보다 많다. 채식하면서도 영양상으로 균형을 맞출 수 있는 식단이나 음식 조리법을 보급하는 것도 방법이다.

지난봄 산불로 사찰림 대부분이 피해를 본 의성 고운사는 자연 복원을 선택했다. 산림청은 산불이 나면 불에 탄 나무를 베어내고 그 자리에 새로운 나무를 심어 왔다. 고운사의 자연 복원은 이러한 산림청의 관행을 바꾸고 자연 복원을 보편화하도록 전환하는 데 큰 계기가 될 것으로 주목받고 있다. 현재 산불이 난 숲에 가보면 초목 잎을 피우고 푸른 빛으로 죽은 나무들을 위로하는 듯 서 있는 참나무들이 있다. 그리고 불이 나서 죽은 듯한 나무들도 뿌리에서 맹아가 자라나서 다시 숲을 푸르게 하고 있다. 나무들을 베지 않고 숲이 자연 복원하도록 응원하는 것도 불살생의 계율을 지키는 일이 된다.

보살이 살생하는 업을 끊도록 하는 이유로 “이른바 일체중생이 보리심을 내고 지혜를 구축하여 목숨을 길이 보전하여 끝날 때가 없어지이다.” 하였으니, 이런 보살의 마음으로 살생업을 짓지 않는 사회를 만드는 데 관심을 두고 실천하기를 기원한다.

불교환경연대 한주영 사무총장



불교총지종 법회 안내 및 사원 일람

불교총지종 법회 일정

공식불공	매일 오전 10시
자성일불공	매주 일요일 오전 10시
월초불공	매월 첫째 주 7일간
새해불공	1월 첫째 주 7일간
중조탄신일	매년 양력 1월 29일
상반기 49일 진호국가불공	매년 양력 2월 19일 ~ 4월 8일
부처님오신날	매년 음력 4월 8일
하반기 49일 진호국가불공	매년 양력 5월 28일 ~ 7월 15일
해탈절(우란분절)	매년 양력 7월 15일
중조멸도절	매년 양력 9월 8일
창교절	매년 양력 12월 24일

불교총지종 연중 불공

신년불공

한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원한다.

상반기,하반기 진호국가불공

불교총지종은 창종 이래 진호국가·호국안민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국태민안·조국평화통일을 기원한다. 특히 매년 2월 19일부터 49일간, 5월 28일부터 49일간을 상·하 반기로 하여 ‘진호국가불공기간’으로 정하고 수호국계주경』에 의한 진언 ‘옴 흠야호사’로써 국태민안을 기원한다.

월초불공

매월 첫째 주 7일 동안 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원한다.

자성일 불공

매주 일요일, 자신의 본성을 찾고, 일체중생의 재난소멸과 행복을 기원한다.

불교총지종 사원 일람

사 원 명	우편번호	주 소	전 화 번 호
통 리 원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
수 련 원	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-88	(043)833-8133
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시실로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2
사회복지재단	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)3452-7485

서울경인교구

관 성 사	03166	서울특별시 종로구 송월길 110 관성빌딩 (홍파동)	(02)736-0950
말 인 사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (송인동)	(02)762-1412
법 천 사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로11번길15 (하대원동)	(031)751-8685
벽 룡 사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신림동)	(02)889-0211
시 법 사	21358	인천광역시 부평구 주부도로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684
실 지 사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51 (미아동)	(02)983-1492
정 심 사	02137	서울특별시 중랑구 면목로 95길 26 (상봉동)	(02)491-6888
지 인 사	21436	인천광역시 부평구 동암산로 3 (십정동)	(032)528-2742
총 지 사	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080

충청전라교구

만 보 사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
법 황 사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
혜 정 사	28485	충청북도 청주시 청원구 향군로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
흥 국 사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
중 원 사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-78 (이평리)	(043)833-0399

대구경북교구

개 천 사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
건 화 사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4 (양월리)	(054)761-2466
국 광 사	38145	경상북도 경주시 중앙로 77 (동부동)	(054)772-8776
단 음 사	38843	경상북도 영천시 서문길 33 (성내동)	(054)333-0526
선 립 사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8 (중성리)	(054)261-0310
수 계 사	38048	경상북도 경주시 현곡면 다경길36-19 (하구리)	(054)745-5207
수 인 사	37705	경상북도 포항시 북구 서동로 67 (덕산동)	(054)247-7613
승 천 사	38129	경상북도 경주시 구정3길 20-1 (구정동)	(054)746-7434
제 석 사	41237	대구광역시 동구 효목로7길 16 (효목동)	(053)743-9812

부산경남교구

관 음 사	47262	부산광역시 부산진구 신천대로197번길 35(당감동)	(051)896-1578
단 향 사	53075	경상남도 통영시 데메4길 15 (도남동)	(055)644-5375
덕 화 사	46547	부산광역시 북구 금곡대로 32-8 (덕천동)	(051)332-8903
밀 행 사	50427	경상남도 밀양시 노상하4길 6 (내이동)	(055)354-3387
법 성 사	48817	부산광역시 동구 초량중로 59, 201호(대영아르피나)	(051)468-7164
삼 밀 사	49060	부산광역시 영도구 한사랑길 109 (영선동1가)	(051)416-9835
성 화 사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실 보 사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운 천 사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 완월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일 상 사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3 (금산리)	(055)352-8132
자 석 사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정 각 사	47756	부산광역시 동래구 시실로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화 음 사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동 해 사	47756	부산광역시 동래구 시실로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2



다르마_는 영원한 진리의 말씀이며,
위드 다르마_는 다르마와 함께 한다는 뜻으로
진리와 함께 하는 사람들의 이야기입니다.

종조법설집
제 2장 수행편 P.148

지혜 智慧

작은 것을 숭상하면 사상이 작은 인물이 되고
작은 인물을 낳게 되며,
큰 것을 숭상하면 사상이 커져서 큰 인물이 되고
또 큰 인물을 낳게 된다.
그러므로 작은 유상보다 큰 무상을,
유한한 현실보다 무한한 진리를,
약한 인간에 의존하는 것보다
우주에 충만한 부처님을 믿고 크게 살아야 한다.



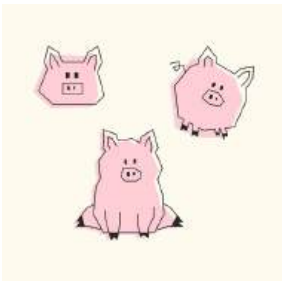
지장 스님의 향유 _18
진정한 휴식
__ 지장 스님



마음챙김 메커니즘 _20
마음챙김 ③
__ 임진수



문화유산 해설 _23
원오리 절터 소조불상
__ 편집실



지혜의 뜨락 _25
아기 돼지 삼형제
__ 편집실



생각의 열매 _28
무념무상
__ 김천



걷는 자의 기쁨 _30
전남 장성 백양사
__ 박성기

수행자의 자세

믿음은 나의 씨앗이오, 지혜는 나의 쟁기이며...



부처님께서 마가다의 에카사라라는 마을에 계실 때였습니다. 그 마을은 어떤 바라문의 소유였는데 마침 곡식을 심을 때라 바라문은 마을 사람들을 지휘하면서 곡식 심을 준비를 하느라 바빴습니다. 그날 아침에 부처님께서는 탁발하려고 그 집 앞에 멈추어 섰습니다. 마침, 그 바라문은 마을의 일꾼들에게 음식을 나누어주고 있었는데 부처님께서 탁발을 위해 서 계시는 것을 보고 이렇게 말했습니다.

“사문이며, 나는 스스로 밭을 갈고

씨를 뿌려 양식을 얻고 있소. 당신도 스스로 밭을 갈고 씨를 뿌려 양식을 얻는 것이 어떻겠소?”

아마 이 바라문은 부처님께서 아무것도 하는 일이 없이 탁발하면서 놀고먹는다고 생각했던 모양입니다. 그러자 부처님께서는 이렇게 말씀하셨습니다.

“바라문이며, 나도 밭을 갈고 씨를 뿌려 양식을 얻소.”

이를 들은 바라문은 뜻밖의 말씀

에 의아해하면서 이렇게 물었습니다.

“나는 물론이고 그 누구도 당신이 밭을 갈고 씨를 뿌려 양식을 얻는 것을 보지 못했소. 도대체 당신의 쟁기는 어디 있소? 소는 어디에 있으며 당신은 무슨 씨를 뿌린다는 것이요?”

그러자 부처님께서는 이렇게 계승으로 대답하셨습니다.

믿음은 나의 씨앗이오,
지혜는 나의 쟁기이며,

신구의의 악업을 제어하는 것은
잡초를 제거하는 것이다.
정진은 내가 부리는 소로서
나아가 물러서지 않으며,
행한 일은 슬퍼하지 않으며
나를 편안한 마음으로 데려간다.
나는 이와 같이 밭을 갈고
이와 같이 씨를 뿌려
감로의 열매를 거둔다.

바라문은 그 뜻을 이해하고 부처님께 이렇게 말씀드렸다고 합니다.

“부처님께서는 뛰어난 농부입니다. 부처님께서 밭을 갈고 씨를 뿌리

시는 것은 불사의 열매를 거두기 위 함임을 이제야 알겠습니다. 부처님, 이 음식을 받아주십시오.”

그렇게 말하고 그 바라문은 부처님께 음식을 바쳤습니다. 그러나 부처님께서는 그 음식을 물리치고 이렇게 말씀하셨습니다.

나는 계송을 설하고 음식을 얻지는 않는다.
바라문이며,
그와 같은 일은 지견이 있는 사람이 하는 짓이 아니다.
바라문이며,
깨달은 사람은 계송을 읊은 대가를 받아서는 안 된다.
바라문이며,
깨달은 사람은 오직 진리 가운데에 사는 것이며
그것이 각자의 생활이다.

바라문이며,
그러므로 온갖 번뇌에 얽혀 후회와 따르는 행동을 하지 말고
성자에 대해서 진정한 마음으로 음식을 공양하는 것이 좋으리라.
이와 같이 음식을 공양하면
공덕을 원하는 사람의 복전이 되기 때문이다.

이와 같은 말씀을 듣고 그 바라문은 부처님께 귀의했다고 합니다. 이 이야기는 불교 수행자로서의 자세에 대한 것입니다. 농사를 짓는 것은 밭

을 갈고 씨를 뿌려 양식을 얻기 위한 것입니다. 불교는 인간의 황폐한 마음을 갈아 거기에 지혜의 씨를 뿌리고 정진으로서 번뇌의 잡초를 제거하여 마음의 양식을 마련하게 해주는 것입니다. 그렇기 때문에 불교의 수행자는 놀고먹는 것이 아닙니다.

수행자는 인간의 지혜를 계발하여 진정으로 행복해질 수 있는 길을 열어주는 것이기 때문에 그것이 바로 수행자의 농사이며 양식을 얻는 방법입니다. 농부는 농부대로, 수행자는 수행자대로 각자의 역할이 다르기 때문에 농사짓는 방법 또한 다른 것입니다.

또 부처님께서는 계송을 설한 대가로 음식을 받을 수는 없다고 하셨습니다. 수행자는 대가를 바라고 법을 설해서는 안 됩니다. 탐진ちに 가려 눈을 못 뜬 자를 위하여 오직 자비로써 지혜의 말씀을 들려주는 것입니다. 그렇기 때문에 대가로서 올리는 음식은 받지 않겠다고 하신 것입니다. 결국은 그게 그거 아니냐고 하실지 모르겠지만 잘 생각해 보면 그것은 엄청난 차이가 있습니다.

제자들에게 사랑의 마음으로 가르침을 전하는 것과 돈을 벌기 위해 누구를 가르치는 것은 많은 차이가 있습니다. 부처님께서는 대가성의 공양이 아니라 진실한 마음을 가지고 성

“
도 이루려는 믿음과
삼보에 대한 믿음이
없는 사람은
뿌릴 씨앗 없는 농부

자를 공양하는 것은 공양하는 사람의 복전이 된다고 했습니다. 남방불교에서는 공양하는 사람이 도리어 공양을 받는 사람에게 감사하다고 말한다고 합니다.

왜냐하면 공양을 받아주셔서 내가 복을 짓게 해 주시니 고맙다는 뜻이지요. 그렇습니다. 공양하는 사람도 이러한 마음으로 공양해야 그것이 참된 공양입니다. 보시를 통하여 나의 욕심을 버리고 삼보의 은혜에 보답한다는 마음으로 해야지, 보시한 것에 이자가 붙어서 더 많이 돌아올 것으로 생각하고 보시를 해서는 공덕이 없습니다.

그런 보시를 해놓고는 애꿎은 부처님만 탓하다가 퇴전하는 사람들도

많이 있습니다. 그렇기 때문에 부처님께서도 진실한 마음으로 공양하려고 하신 것입니다. 또 부처님께서 말씀하신 이런 밭갈이의 비유를 통해서 수행자의 자세가 어떠해야 한다는 것을 알 수 있습니다. 도를 이루겠다는 믿음, 삼보에 대한 믿음이 없는 사람은 뿌릴 씨앗을 가지지 않은 것과 마찬가지입니다.

그리고 지혜가 없으면 밭을 갈 쟁기가 없는 것과 같습니다. 넓은 들판을 호미를 들고 갈아야 합니다. 그러다 보면 제풀에 지치기가 쉽습니다. 지혜를 가꾸지 못하고 우둔하고 미련하게 토굴 파고 들어앉아 있어 봐야 시간만 낭비할 따름입니다. 그러다가 지치니까 막행막식을 하기도 합니다. 회의를 허무에 빠져서 그런 것이지요. 이런 것은 다 지혜의 쟁기가 없어서 그렇습니다. 출가한 사람들이 처음에는 바짝 열을 내서 하다가도 열마 못 가 퇴전하는 것이 그래서 그런 것입니다.

그리고 끊임없이 신구의의 악업을 제거하지 않으면 마음의 밭에 잡초가 무성해집니다. 번뇌가 많아진다는 뜻이지요. 그리고 정진이라는 것도 빠뜨려서는 안 되는 것입니다. 정진은 소라고 비유했듯이 정진이 없으면 앞으로 나아가지를 못합니다. 이 모든 것을 갖추고 불교의 수행자는 마음의 밭을 가는 것입니다.

경전에서 찾은 지혜

“여래는 마치 싸움터에 나간 코끼리와 같다”

부처님께서 췌삼비국의 고시따라마 수도원에 계실 때였다.

이곳 췌삼비국의 세 번째 왕비인 마간디야는 시집을 오기 전 자신을 부처님과 결혼시키고자 했던 부모님의 청혼을 부처님께서 단호히 거절하자 부처님께 악한 마음을 품고 복수를 다짐한 바가 있었다.

왕비가 된 마간디야는 부처님이 고

시따라마 수도원에 머물고 있다는 소식을 듣자 불량배들을 불러 “붓다의 뒤를 따라다니며 온갖 욕설을 퍼부으라”라고 지시했다.

불량배들은 부처님의 뒤를 따라다니며 욕설하고 먼지를 덮어씌우거나 침을 뱉는 등 온갖 거친 행동으로 부처님을 괴롭혔다.

이런 일들이 여러 날 계속되자 아난

다는 더 이상 그런 모습을 볼 수가 없어 다른 곳으로 떠나기를 간청했다. 그러나 부처님께서는 이를 거절하시며 말씀하였다.

“만일 그 도시에도 우리에게 이같이 욕설을 퍼붓는 자가 있다면 우리는 또 다른 도시로 끊임없이 옮겨 가야 할 것이다. 그렇게 해서는 문제가 해결되지 않는다. 무릇 수행자는 소란

이 있다면 그곳을 떠나지 말고, 소란이 가라앉도록 최선을 다해야 한다. 그리하여 소란이 가라앉게 된 다음 자기가 가고자 하는 곳을 가는 것이 합당하다.

여래는 마치 싸움터에 나간 코끼리와 같다. 싸움터에 나간 코끼리가 사방에서 날아오는 화살을 맞으면서도 자기의 임무를 잘 수행하듯이 여래는 여래가 해야 할 일을 하고 있다. 아난다여, 여래가 지금 해야 할 일은 저 어리석은 자들이 함부로 내뱉는 말을 묵묵히 참고 견디는 것이다.”

부처님의 이 설법을 들은 불량배들은 감동을 받아 잘못을 뉘우치고 부처님께 귀의하였고 그중 몇몇은 수행을 성취하였다.

『법구경 상유품(象喩品)』

진정한 휴식

“자각의 힘과 지혜가 만나면
‘나’에 대한 생각이 바뀌어 갑니다”

파스칼은 “인간의 모든 불행은 단 한 가지, 고요한 방에 들어앉아 휴식 할 줄 모른다는 데서 비롯한다”라고 말했습니다. 한심하고 우습게 들리는 말이지만, 아이러니하게도 인간은 이렇게 가만히 쉬는 방법에 익숙하지 않습니다. 생각하면 쉬울 것 같은데 막상 해보면 잘 안됩니다. 오죽하면 아무것도 안 하고 방 안에 가만히 앉아 있게 하는 것이 징벌이 될 정도니까요.

아는 스님이 예전에 무문관이라는 수행처에 들어간 적이 있었습니다. 무문관은 작은 방 안에 들어가 약속한 날까지는 외부로 나오지 않고 작은 구멍으로 들여보내는 음식만 먹고 오직 수행만 하는 곳입니다. 공부하고 싶었지만 주변에 공부를 방해하는 것들이 많아 원 없이 공부만 하고 싶었던 스님의 바람대로 모든 것과 단절된 채 오직 자기 자신과 시간을 보냈습니다. 그런데 그 스님은 과연 편안하게 잘 공부만 하며 시간을 보냈을까요?



그 스님은 다시는 무문관에 들어가지 않겠다고 합니다. 무섭다고까지 표현합니다. 무엇이 무섭냐고 물으니, “내 몸에서 생기는 느낌과 생각이 그렇게 무섭고 고통스러운지 몰랐다.”라고 하더군요. 무간지옥이라는 말이 있습니다. 사이가 없이 고통이 지속되기 때문에 붙여진 이름이라 합니다.

마음을 가라앉히고 차분히 나 자신을 지켜보면 무수히 발생하고 있는 여러 느낌과 욕구, 생각들을 알아차릴 수 있습니다. 그것들은 조건과 습관에 의해 생겨나는 것들입니다. 몸과 마음에서 일어나고 있는 것들의 성질을 가만히 관찰하면 불편하고 불만족스러우며 불안한 특성이

있습니다. 그래서 우리로 하여금 항상 무언가를 하계끔 충동질하고 있습니다. 어쩌면 우리는 태어나면서 불안과 불만족 증후군을 가지고 있는 셈입니다.

우리는 우리 마음속의 불편, 불안, 허전함을 잊거나 채우기 위해 바깥에서 그 해답을 찾고 삽니다. 쉽게 말해, 하고 싶은 것을 하고 살아간다는 것이지요. 큰 어려움이 없이 이런 조건들이 충족되면 행복하다고 생각하며, 그렇지 않으면 불행하다고 생각합니다.

무문관에 들어갔던 스님은 너무 억울하다고 합니다. 이유는 남도 아닌 내가 나를 제일 힘들게 하니까. 그것

도 쉬는 시간 없이 계속해서 부려 먹으면서 그 사실을 알아채지 못하게 하니까.

몸과 마음에 일어나는 현상들에 시달리면 우리는 스스로 지쳐갑니다. 잠도 못 자고 분노하고 불안에 휩니다. 그리고 그 원인을 주로 남에게 돌립니다. 바깥이 아닌 내 몸과 마음에 일어나는 현상들을 차분하게 분리해 바라보기만 해도 우리의 마음은 덜 흔들립니다.

이렇게 분리해 바라보는 것을 마음챙김이라 합니다. 영어로는 mindfulness라고 하지요. 처음엔 아주 어려워 보이지만 이 또한 습관을 들이면 보는 힘과 지속 시간이 점차

늘어납니다. 이런 자각의 힘과 지혜가 만나면 ‘나’에 대한 생각이 바뀌어 갑니다. ‘나’ 혹은 ‘내 것’이 아닌 것들을 내 것이 아닌 것으로 알게 될 것입니다.

마음이 덜 흔들리면 그만큼 힘도 생깁니다. 힘이 생기면 그만큼 또 자신이 원하는 마음 상태를 만들어 내기도 합니다. 잠시 눈을 감고 한 번 지금 일어나고 있는 현상들을 자각하고 살펴보시기 바랍니다. 짧은 시간 동안만이라도 자주 이런 시간을 가져 보시기 바랍니다.

지장 스님

청주 용화사 교육원장

권태응의
‘땅감나무’

땅감나무

권태응

키가 너무 높으면
까마귀 떼 날아와 따먹을까봐
키 작은 땅감나무 되었답니다.

키가 너무 높으면
아기들 올라가다 떨어질까봐
키 작은 땅감나무 되었답니다.

‘권태응 동요시집 ‘감자꽃’(1948, 글벗집)에서’



어린이들 떨어질까 걱정,
작은 키로 자란 토마토

이 시의 지은이 권태응(1918~1951)은 우리 독립운동사에 이름이 뚜렷한 독립지사요, 동심의 시인이다. ‘땅감나무’는 권태응 애국 시인이 우리말이 말살된 암흑시대에 애국심으로 창작한 동심의 시다.

이 동시는 ‘땅감나무’라는 재미있는 말에서 시작된다.

땅감은 토마토이다. 남미 원산인 외래 과일, 토마토가 우리 땅에서 처음 재배되면서 붙여진 이름이 ‘땅감’이었다. ‘땅’이라는 말은 키가 나직하다는 뜻을 지니고 있다.

여름 과일인 토마토는, 가을 과일인 감을 닮았다. 토마토는 나직한 나무에 열리는 감이다. 여기에 땅감이란 이름을 붙인 우리 선조들의 슬기가 보이기도 한다. 이 토마토 나무가 1년만 산다고 해서 ‘일년 감’이라 부르기도 했지만 ‘땅감’이 훨씬 재미있는 이름이었다.

이 시작품을 살피면 땅감나무의 어린이 사랑이 땅감나무 높이보다 몇 배나 크다는 걸 느끼게 된다. 땅감나무는 말한다.

“키가 너무 높으면/ 까마귀 떼 날아와 따먹을까 봐/ 키 작은 땅감나무 되었답니다.”

까마귀는 감을 즐기는 날짐승이다. 늦가을이면 감나무에 달려들어 흥시가 된 감을 쪼아 먹는다. 그래서 감을 따다가, 배고픈 까마귀를 위해 몇 개 남겨 두는 감을 ‘까마귀밥’이라 한다.

땅감나무는 까마귀가 오지 못하게 처음부터 키 작은 나무가 돼 열매가 어린이들 손에 닿게 한 것이다. 이것이 땅감나무의 어린이 사랑이다. 이런 땅감나무의 생각을 발견한 이는 애국 시인 권태응이었다.

또 한 마디 땅감나무의 고마운 생각을

들어볼까?

“키가 너무 높으면/ 아기들 올라가다 떨어질까 봐/ 키 작은 땅감나무 되었답니다.”라 했다. 더러 감나무에 감을 따러 올라갔다가 어린이들이 떨어져 다치기도 한다. 그러한 사고 예방을 위해 키가 나직한 땅감나무가 되었단다. 이것이 땅감나무의 어린이 사랑이다. 땅감나무의 생각을 발견한 애국 시인 권태응의 놀라운 발견이기도 하다.

‘땅감나무’의 시인 권태응은 3·1운동 1년 전인 1918년에 충주 칠금동에서 태어났다. 제일고보(현 경기고)에 다닐 때부터 항일 정신이 강했다고 한다.

1937년 와세다 대학에 진학했으나, 항일운동에 제일 유학생을 규합하려다가 일본 경찰에 입건되어 중도 퇴학을 당하는 등 수난을 당한다. 1939년 5월 치안유지법에 걸려, 스가모(巢鴨) 형무소에서 옥고를 치르게 된다. 폐결핵으로 이듬해인 1940년 6월에 출옥되었고, 인천 등지에서 요양하다가 병이 회복되자, 고향에 와서 야학을 가르치면서 동요시를 창작한다.

광복 후인 1948년, 글벗집에서 ‘감자꽃’(자주 꽃 핀 건/ 자주감자/ 파보나 마나/ 자주감자.// 하얀 꽃 핀 건/ 하얀 감자/ 파보나 마나/ 하얀 감자)을 제호로 한 동요시집을 출간하였고, 1951년 6·25 전쟁 중에 지병인 결핵이 악화해 33세로 세상을 마치게 된다. 1968년 5월, 충주 탄금대에 동요시 ‘감자꽃’을 새긴 노래비가 새싹회(대표 윤석중) 후원으로 세워졌다.

토마토의 순수 우리말 ‘땅감나무’는 권태응 애국 시인의 동요시 ‘땅감나무’와 함께 영원하리라!

신 현 득

아동문학가, 시인

마음챙김 ③ - 서구 심리학적인 관점

남방불교 명상 사띠^{Sati} 개념 차용 심리학적 치료법의 하나로 재탄생

이제는 마음챙김(mindfulness)이라는 말을 보통 사람들도 낯설어하지는 않는다. 마음챙김이라는 의미를 정확히는 모르더라도 한 번쯤은 들어본 단어가 된 것이다. 이렇게 마음챙김이라는 단어를 일반인들에게 까지 친숙한 단어가 될 수 있도록 가장 크게 공헌한 것은 서구 현대 명상이다.

서구현대명상의 기원과 발전

현대 명상은 남방불교, 즉 테라와다(Theravada)불교인 상좌부(上座部)불교에서 비롯되었다. 남방불교 명상의 핵심 개념인 Sati(사띠: Mindfulness: 마음챙김)의 개념을 서구의 심리학자들이 차용해서 심리학적 치료법의 하나로 재탄생시켰다. Sati 고유의 개념을 심리학적 관점에서 재해석하여 심리치료가 필요한 사람들을 위한 개념으로 발전시킨 것이다.

서양, 특히 미국의 심리학자들과 정신의학자들은 명상의 Mindfulness 개념이 심리학적 치료에 유용할 수 있다는 가능성을 발견하게 되었고, 이 개념을 이용한 심리학적 치유법을 통해 여러 가지 심리학적 실험이 진행되었다. 특히 심리치료가 필요한 환자들을 대상으로 Mindfulness를 이용한 치유법이 심리적인 장애가 있는 사람들에게 상당한 효과를 보이면서 심리학의 한 축으로 자리 잡게 된다. 나아가 일반인들에게까지 적용하는 명상의 개념으로 확장된다.

이렇게 서구의 학자들에 의해 새로이 해석된 Sati는 사띠의 고전적인 개념과는 사뭇 다르게 발전하는 양상을 띠게 되고 Mindfulness(마음챙김)라고 하는 고유의 속성을 가지게 되었다.

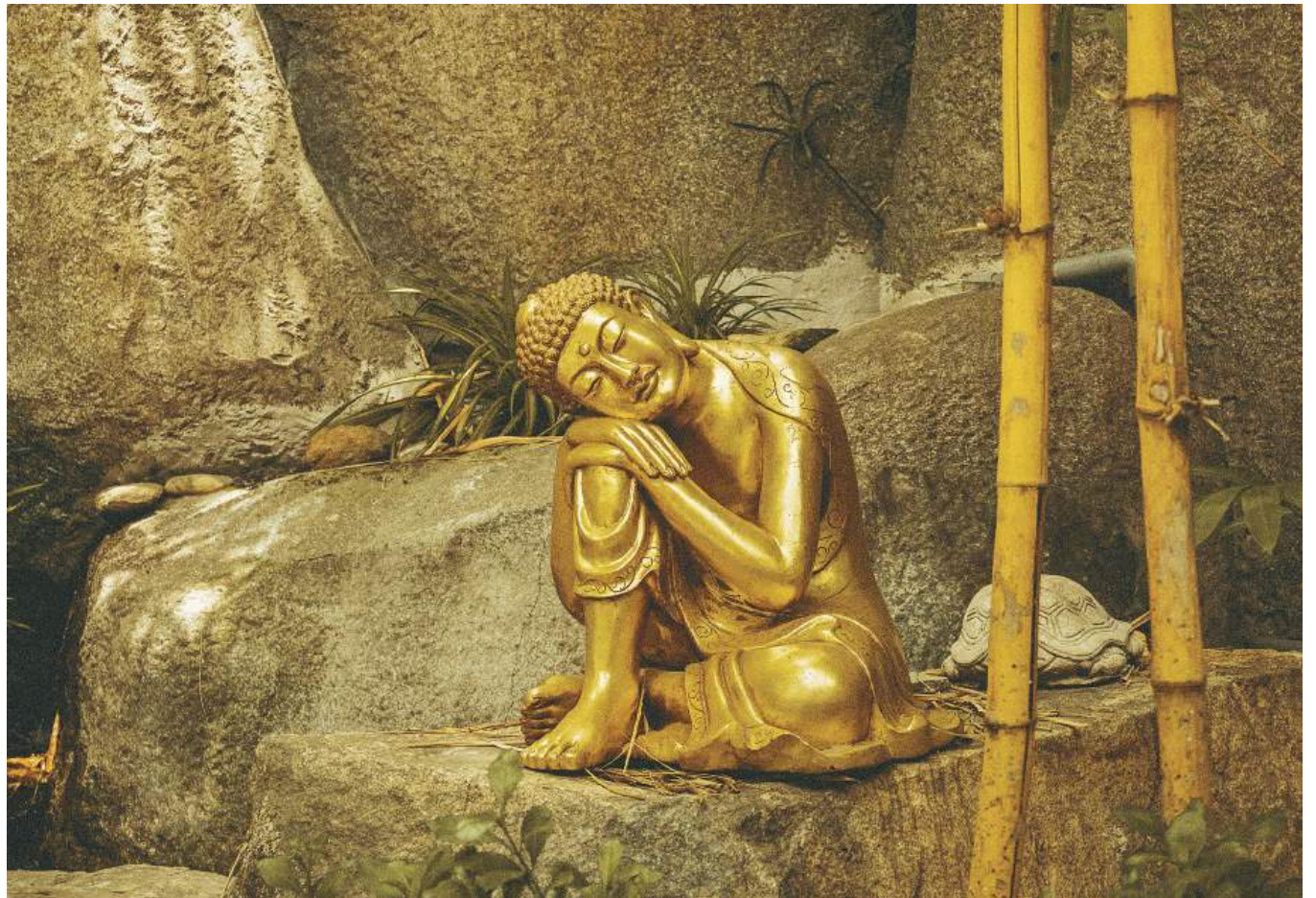


Photo by Kloud Wakker@Unsplash

Mindfulness가 Sati와는 다르게 발전할 수 있게 된 중심에는 존 카밧진(Jon Kabat-Zinn)이라는 사람을 빼놓을 수 없다. 서구 사회에서 처음 Mindfulness라는 단어를 사용하여 MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction: 마음챙김에 기반한 스트레스 감소)라는 프로그램을 만든 장본인이다.

1979년 카밧진은 매사추세츠대학교 의과대학(University of Massachusetts Medical School)에서 스트레스 감소 클리닉(The Stress Reduction Clinic)을 설립하고 8주 코스로 구성된 MBSR 프로그램을 통해 환자들의 스트레스, 고통, 통증을 다루는 데 도움을 주는 것을 목표로 했다. 그는 마음챙김을 독특한 방식으로 의도를 가지고, 지금, 이 순간에 판단하지 않고 주의를 기울임으로써 생겨나는 자각이라고

정의했다.

또 한국 MBSR 연구소의 홈페이지에는, MBSR 창시자 카밧진 박사는 마음챙김을 ‘독특한 방식으로 1) 의도를 가지고 2) 지금, 이 순간에 3) 판단하지 않고 주의를 기울임으로써 생겨나는 자각’으로 정의하였다.

서구심리학의 다양한 ‘마음챙김의 심리학적 정의’

이 외에도 서구 심리학자들의 다양한 ‘마음챙김의 심리학적 정의’가 존재한다. 아래는 정준영, 박성현 ‘초기불교의 사띠(sati)와 현대심리학의 마음챙김(mindfulness)’[한국심리학회 ‘상담 및 심리치료’, 22(1), 1-32, 2010]의 논문에서 그대로 발췌했다. 그 이유는 개인적으로 심리학 전공자도 아니고, 이 논문이 Mindfulness에 대한 심리학적 정의를 가장 잘 정리한 것으로 생각하기 때문이다.

Goleman(1980)은 마음챙김을 고정화된 지각으로부터 탈피하여, 매 사건을 처음으로 발생한 것처럼 보면서, 자신의 경험을 있는 그대로의 사실(bare facts)에 직면하는 것이며, 내적 경험에 대해 반사적으로 반응하지 않고, 수용적으로 반응하는 과정으로 정의한다.

Kabat-Zinn(1990)은 마음챙김을 현재의 순간에 주의를 집중하는 능력, 의도적으로 몸과 마음을 관찰하고 순간순간 체험한 것을 느끼며, 또한 체험한 것을 있는 그대로 받아들이는 과정으로 정의하고 있다.

Martin(1997)은 어떤 특정한 관점에 집착함 없이, 주의가 조용하고 유연해졌을 때 나타나는, 자신과 세계를 새롭게 경험하는 심리적 자유의 상태로 마음챙김을 정의하고, 왜곡되지 않고 탐색적인 관찰, 개방적

이고 수용적인 알아차림과 주의 집
중의 요소들이 포함된 개념을 제안
한다.

Teasdale, Williams, Soulsby,
Segal, Ridgway와 Lau(2000)는 마
음챙김을 생각과 감정을 현실의 반
영이 아닌 내적인 정신적 사건으로
자각하는 능력 혹은 자기 자신을 생
각과 감정에서 분리하여 거리를 두
는 능력으로 개념화한다. 이러한 마
음챙김의 배양을 통해 메타-인지적
통찰(meta-cognitive insight)이 일
어나는데 이는 부정적 사고와 느낌
을 현실에 대한 정확한 표상이나 자
기의 측면이 아니라, 지나쳐 가는 정
신적 사건으로 인식하는 것을 의미
한다.

Brown과 Ryan(2003)은 현재의
경험 혹은 현존하는 실재에 대한 주
의(attention)와 자각(awareness)을
향상시키는 것으로 정의한다.
Baer(2003)는 지속적인 내적 외적
자극의 흐름을 그것들이 일어날 때
비판단적으로 관찰하는 것으로서
마음챙김을 정의한다.

Dimidjian과 Linehan(2003)은 마
음챙김의 요소로
①관찰하기(observing), 알아차림
(noticing)-(내적, 외적 현상에 주의
를 기울이고 민감하게 자각하는 것)
②기술하기(describing), 명명하기

현대명상은
서구의 심리학자들이
남방불교 명상의
핵심인 사티 개념을
심리학적 관점으로 해석
심리치료가 필요한
사람들 위한 개념으로
발전시킨 것

(labeling)-(내적, 외적 현상에 대해
이름을 붙이는 것)
③비판단적으로 수용하기, 허용하
기
④현재의 순간에 집중 등을 제안
하고 있다.

Bishop 등(2004)은 마음챙김을
주의의 자기조절(self-regulation of
attention)과 경험에의 지향
(orientation to experience)과정으
로 본다. 주의 조절의 요소로는
①지속적 주의(sustained
attention; 현재의 경험에 대한 자각
을 유지하는 기술)
②주의의 변환(attention

switching; 사고, 느낌, 감각들이 인
식되었을 때 주의를 호흡으로 되돌
리는 기술, 주의의 초점을 한 대상에
서 다른 대상으로 옮길 수 있는 주
의의 유연성)
③정교화 과정의 금지(the
inhibition of elaborative
processing; 사고, 느낌, 감각들이
일어났을 때 그것의 기원, 의미 등에
대한 반추적이고 이차적인 정교화
과정을 멈추는 것) 등이 포함된다.
경험 지향의 요소는
①수용(acceptance; 현재 순간의
실재에 대한 경험의 개방성, 현재의
경험을 바꾸거나 회피하려는 시도
없이 허용하는 것)
②탐색(investigating; 사고와 느
낌의 본질을 이해하고 관찰하기 위
한 의도적인 노력) 등을 포함한다.

Hayes와 Feldman(2004)은
Bishop 등의 제안에 더해 내적, 외
적 경험과 거리두기 혹은 탈중심적
태도(distanced or decentered
relationship)를 포함시키고 있다(박
성현, 2006; 2007에서 재인용).

서구심리학 마음챙김의 공통점
마음챙김에 대한 심리학자들의 개
념적 정의들이 포괄하고 있는 하위
구성개념들을 정리해 보면, 현재 경
험에 대한 순수한(bare) 자각, 주의
집중, 탐색적 관찰, 경험을 기술하기,
경험을 수용하려는 의도, 비집착, 비

판단, 비반응성, 경험에 대한 개방
성, 거리 두기, 탈중심, 주의 조절, 메
타-인지적 기술과 통찰 등 다양한
요소들이 포함되어 있음을 볼 수 있
다. 대체로, 심리학자들은 마음챙김
을 다양한 요소를 포괄하는 다면적
인 구성개념으로 정의하고 있는 것
같다(Baer 등, 2004).

심리학자들의 마음챙김 정의를 살
펴보면
(1) 현재 경험에 대한 주의나 자각
의 측면을 마음챙김의 주요소로 보
는 입장,
(2) 의도적인 수용적 태도를 마음
챙김에 포함하는 경우,
(3) 메타-인지적 주의 조절의 관점
에서 마음챙김을 개념화하는 견해,
(4) 내적 경험을 기술하기와 같은
기법을 포함하는 경우, 혹은 위 모든
내용을 포괄하는 복합적 개념으로
마음챙김을 정의하는 등의 상당히
상이한 개념 정의가 상존하고 있음
을 볼 수 있다.

논문에는 이외에도 ‘마음챙김에
기초한 치료법들에서 사용하는 마
음챙김의 정의’와 ‘마음챙김 척도에
서의 마음챙김 정의’도 있지만 여기
에서는 생략한다.

임진수

명상지도자협회 명상전문지도자
메디테이션 볼 명상센터 대표

담
마
빠
다

지혜의 완성



화령 정사
철학박사
법천사 주교

마음이 들뜨고 진리에도 어두우며
신념도 없이 흔들리는 사람에게
지혜의 완성은 멀고도 멀다.



부처님이 설하신 진리를 굳게 믿고 마음을 다스리며 지혜를 밝히는 자에게 괴로움은 없습니다.
지혜의 완성은 확고한 진리에의 신념과 굳센 정진으로 마음을 다스리는 길밖에는 없습니다.

날이 차가워짐을 느낀 듯 하나둘 대문까지 들어와 운다

朝起心知秋 아침에 일어나니 가을임을 느끼는데
天色如新雨 하늘빛은 비가 막 갠 것처럼 맑구나
忽如遠行客 문득 먼 길 떠나는 나그네는
頓轡臨長路 고삐 잡고 긴 길 앞에 섰어라
不知家在處 고향집이 어디에 있는지 몰라
仰見浮雲暮 저물녘 뜬구름만 쳐다보노라

涼蟬號灌木 가을 맞은 매미는 떨기나무에서 울고
新蟲稍在戶 새로 나온 벌레는 조금씩 문에 보이네
念此亦天機 이 또한 하늘의 운행임을 생각하니
時節各有慕 이 시절에 저마다 그리워하리라

- 임상덕(林象德, 1683~1719)

〈노촌집(老村集)〉 권1 「감추(感秋)」 3수 신묘년(1711, 숙종 37)

철옹성(鐵甕城) 같던 여름의 무더위도 이제 한풀 꺾이고, 아침저녁으로 서늘한 바람이 불 때면 이제 가을이 왔나 싶다. 계절의 변화를 감지하는 것은 사람마다 다르지만, 당(唐)나라 대문호 한유(韓愈)는 그의 글 〈송맹동야서(送孟東野序)〉에서 사시(四時)의 대표적인 소리를 이렇게 말하였다.

“새로써 봄을 표현하고, 우레로 여름을 표현하며, 벌레로 가을을 표현하고, 바람으로 겨울을 표현한다.”

새, 우레, 벌레, 바람은 각 계절을 대표하는 소리이지만, 달리 보면 추운 겨울 끝자락에 새가 울면 봄이 왔음을 느끼고, 따뜻한 봄 끝자락에 우레가 치면 여름이 왔음을 느끼며, 무더운 여름 끝자락에 풀벌레가 울면 가을이 왔음을 느끼고, 서늘한 가을 끝자락에 찬 바람이 불면 겨울이 왔음을 느낀다는 말이다. 어릴 적 시골에서 여름이 끝나가는 저녁 무렵에 마당에 놓인 평상에 앉아 여치, 베짚이, 귀뚜라미 등 풀벌레 소리를 들으며 지는 해를 구경하던 기억이 난다. 그만큼 풀벌레 소리는 가을의 전령이었다. 지금도 근처 공원에 가면 풀벌레 소리를 곳곳에서 들을 수 있다.

이 시는 1711년(숙종 37) 여름이 끝나고 가을이 시작될 무렵, 임상덕(林

象德)이 2살 연하의 아우 임상악(林象岳)을 고향집으로 떠나보내고 지은 것으로, 3수 가운데 첫 번째 시이다. 시의 내용은 이렇다.

아침에 일어났더니 하늘이 맑게 개어 가을이 다가왔음을 알았다. 하지만 역설적으로 이렇게 좋은 날 아우는 멀리 고향으로 떠날 준비를 한다. 그렇게 아우를 떠나보내고 저녁이 되었는데, 고향집은 아득하여 어디 있는지 몰라 그저 고향 쪽의 뜬구름만 하염없이 쳐다본다. 그때 가을을 맞은 매미는 자신의 계절이 감을 아쉬워하듯 나무에서 ‘맴맴’ 울어대고, 풀벌레는 날이 차가워짐을 느낀 듯 하나둘 대문까지 들어와 운다. 여름이 가고 가을이 오는 것은 하늘의 운행이어서 어쩔 수 없는 노릇이라 이 계절에 저마다 그리워하리라.

이 시는 ‘하늘빛은 비가 막 갠 듯 [天色如新雨]’, ‘가을 맞은 매미[涼蟬]’, ‘새로 나온 벌레[新蟲]’ 등의 시어로 가을이 왔음을 표현하였고, ‘먼 길 떠나는 나그네[遠行客]’, ‘긴 길 앞에 서서[臨長路]’, ‘저마다 그리워하리라[各有慕]’ 등의 시어로 아우를 떠나보내는 서글픈 심정을 표현하였다. 이 시에는 다음과 같은 해설이 붙어 있다.

“사시(四時)의 변화가 사람에게 참



으로 크다. 군자(君子)는 이를 느껴 덕을 진취시키고 학업을 닦는데, 내가 느끼는 감정은 이런 것이 아니다. 출처(出處)가 정해지지 않음을 염려하고, 친척들이 대부분 앞길이 막힘을 서글퍼하는 것이다. 이번에 아우 성여(聖如, 임상악)가 또 이별하고 돌아가기에, 개연(慨然)히 감회가 일어 잠시 나의 뜻을 서술한다.”

보통 군자는 계절이 바뀌면 더욱 열심히 공부하기를 생각하는데, 작자는 자신의 앞날이 불투명하고 친척들이 실의에 빠짐을 슬퍼한다고 하였다. 당시 작자는 29세로 헌납, 이조좌랑, 부수찬 등 한창 출세의 길을 달리고 있었으나, 그의 마음은 늘 고향으로 돌아가려고 하였다. 또 아우 임상악이 시험에 떨어진 듯하다. 그러

므로 이 시는 계절이 바뀌면서 느끼는 감정에다 자신과 주변 사람의 처지까지 더해져 더욱 쓸쓸함을 자아낸다.

사람마다 가을을 느끼는 것도 다르고, 가을이 와서 느끼는 감회도 다를 것이다. 어떤 사람은 맑은 하늘을 보고, 어떤 사람은 풀벌레 소리를 듣고, 어떤 사람은 선선한 바람과 공기를 맞고서, 어떤 사람은 산의 단풍을 보고 가을을 느낄 것이다. 그리고 지겹던 무더위가 가서 후련한 사람도 있을 테고, 날씨가 선선해져 공부나 운동을 열심히 준비하는 사람도 있을 테고, 서늘한 바람이 불어 시인의 감수성을 장착한 사람도 있을 테고, 낙엽이 지는 것을 보고 인생의 허무함을 슬퍼하는 사람도 있을 것이다.

하늘의 운행은 쉽다 없어서 무더운 여름이 가고 서늘한 가을이 왔다. 아침저녁으로 선선한 바람이 불고 풀벌레 소리도 듣기 좋은 이때, 집 앞 공원이나 가까운 풀밭 길을 걸으며 자신의 방식대로 가을을 느끼고 자신의 방식대로 가을을 준비하는 것도 좋을 듯하다.

출처=한국고전번역원

최이호

조선대학교 인문학연구원 연구원

문화유산해설
원오리 절터 소조불상

고구려 불교문화

흙으로 빚은 부처님의 형상

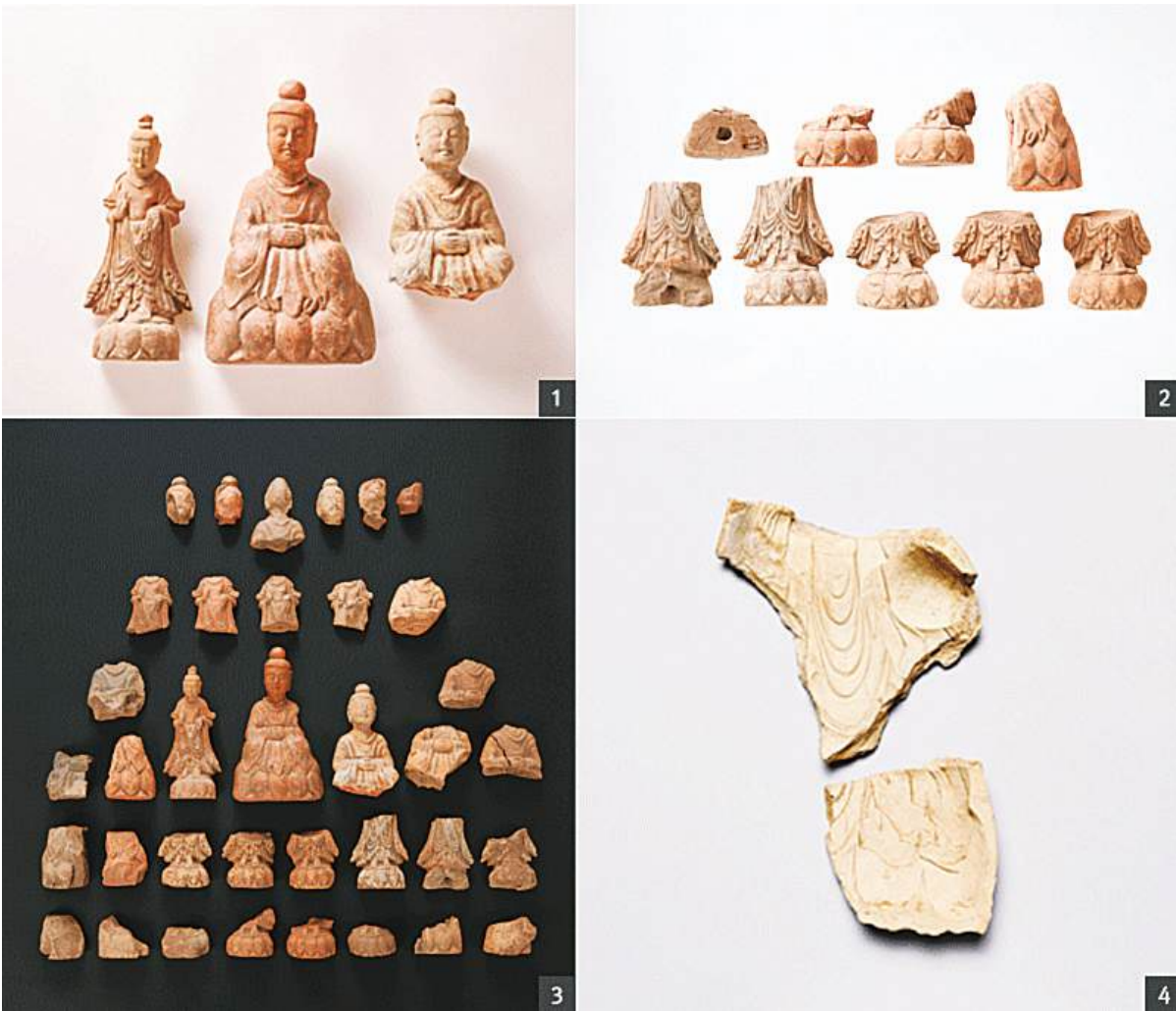
소조 불상은 흙으로 빚은 부처님의 형상입니다. 원오리(元五里) 절터에서 출토된 소조 불상은 거의 남아 있지 않은 고구려 불교문화를 보여주는 소중한 자료입니다.

소조 불상의 특징
부처님의 형상을 입체적으로 만드는 재료는 여러 가지가 있습니다. 흙으로 만든 부처님은 소조(塑造) 불상, 나무로 만든 부처님은 목조(木造) 불상, 돌로 만든 부처님은 석조(石造) 불상이라고 합니다. 동으로 부처님의 형상을 만들고 표면에 도금한 금동(金銅) 불상, 그리고 흙으로 부처님을 만들어 삼베[麻]로 감싼 뒤 옷칠하고 칠이 굳으면 다시 흙을 제거하는 건칠(乾漆) 불상도 있습니다.

이 가운데 소조 불상은 조형 재료로 점토를 사용하는데 재료의 특성상 물기가 마르면 수축하여 변형과 균열이 생기고 결국에는 부서지는 치명적인 약점이 있습니다. 이러한 약점 탓에 지금까지 완성된 형태로 전하는 소조 불상은 거의 없습니다. 그러나 출토 사례가 적지 않은 점을 보면 부처님 형상을 만들 때 흙을 널리 이용했던 것으로 생각됩니다. 흙은 우리 주변에서 비교적 손쉽게 구하는 경제적인 재료였기 때문에 소조 불상은 값싸고 빠르게 조달할 수 있다는 장점이 있었습니다. 소조 불상은 한반도에 불교가 전해지는 삼국시대부터 만들어졌는데, 이는 부처님 형상을 가장 쉽게 만들 수 있고 실패에 대한 부담감도 적었기 때문이라고 생각합니다.

고구려 소조 불상의 발견
1932년 평양 서북쪽에 있는 만덕산 서남쪽 기슭에서 이불(泥佛), 즉 소조 불상이 발견되었습니다. 1937년 이 근처에 대한 발굴 조사를 진행한 결과, 고구려 절터가 확인되었으며, 많은 소조 불상이 출토되었습니다. 이곳이 바로 원오리 절터입니다. 이 발굴로 고구려 절터가 처음으로 확인되었습니다. 국립중앙박물관은 원오리 절터에서 출토된 부처님 204점, 보살 108점 합쳐서 312점의 소조 불상 파편을 소장하고 있습니다.

평양 조선중앙력사박물관에도 소장되어 있으므로 실제로는 더 많은 소조 불상이 만들어진 것으로 보입니다. 또한 표면에 흰색으로 바탕칠을 한 흔적이 남아 있어서 채색이 이루어졌을 것으로 짐



1~3. <소조 불상> 평양 원오리 사지 출토, 고구려 6세기, 본관13150, M480 4. <소조 불상 틀 파편(佛像鑄范破片)> 평양 토성리 출토, 고구려 6세기, M471 공공누리저작물, 국립중앙박물관 김지호 큐레이터 추천

표면에 흰색으로 바탕칠 한 흔적...채색 이루어진 듯
틀 사용 대량으로 찍어낸 틀 찍기 기법 활용해 조성

작됩니다. 불상 파편을 자세히 관찰하면 부처님과 보살의 형태나 크기가 거의 비슷한데, 틀을 사용하여 대량으로 찍어내는 틀 찍기 기법이 활용된 것으로 보입니다. 실제로 대동강 가에 있는 평양 토성리에서 소조 불상을 찍었던 틀이 발견되었습니다. 이 가운데 원오리 절터에서 이용한 불상의 틀로 보이는 거꾸집[范] 파편이 평양 조선중앙력사박물관에 소장되어 있습니다. 이 또한 흙이 재료이기에 가능한 불상 제작 방법이었습니다.

원오리 소조 불상의 가치
원오리 절터 소조 불상의 아래쪽에는 나무젓가락 같은 막대기를 꽂을 수 있는 구멍이 있습니다. 아마도 바닥과 불상을 고정하기 위한 장치로 추정됩니다. 또한 바닥에는 대량 생산된 불상의 수량

을 헤아리기 위한 표식 같은 명문도 새겨져 있습니다. 소조 불상이 사찰의 어느 공간에, 어떻게 모셔졌는지 자세히 알 수 없지만, 원오리 절터 소조 불상은 고구려 불교문화를 엿볼 수 있는 매우 귀중한 자료입니다. 앞으로 평양 인근 고구려 절터에 대한 발굴 조사가 이루어져, 고구려 불교문화를 좀 더 구체적으로 알 수 있는 날을 기대해 봅니다.

소조 불상의 또 다른 장점은 실패해도 언제든지 다시 만들 수 있다는 것입니다. 부처님 형상을 만드는 사람(조각가)에게 소조 불상은 다른 재료보다 부담이 적고 자신의 조각 솜씨를 마음껏 뽐낼 수 있는 최고의 재료가 아니었을까요? 고구려 불교문화를 보여주는 원오리 절터 소조 불상은 국립중앙박물관 불교조각실에서 만나실 수 있습니다.

마지막 공부 천국의 원리

“연애에 빠져봐. 유행가 가사가 모조리 절절해진다니까.” 학생 시절, 누군가 그런 말을 해서 깔깔댔었다. “당신은 나의 생명. 당신은 나의 존재 이유…” 사랑 노래는 그렇게 호소하고 토로한다. 그런데 이와 똑같은 말씀을 하는 성인(聖人)이 있다.

석가모니 부처님이 보리수 아래에서 깊은 사색에 잠겼다. 그리고 연기(緣起)를 깨달아 해탈하셨다. 그분은 이렇게 말씀하셨다. “이것이 있으니 저것이 있고, 이것이 생기니 저것이 생긴다. 이것이 없으니 저것이 없고, 이것이 멀하니 저것이 멀한다.” 석가모니 부처님도 바로 그 말씀을 하신 것이다. 당신이 있어서 내가 있고, 당신이 없으면 내가 없습니다.

우리 몸은 머리카락부터 발톱에 이르기까지 서로서로 연결된 하나의 공동체다. 우리의 존재계도 그렇게 서로서로 연결된 공동체다. 부모님을 비롯한 모든 사람, 사람 외의 모든 생



명, 우리가 무생물이라고 여기는 것들까지 포함한 전 우주가 있어서 비로소 ‘나’라는 이 물건이 존재한다.

스승이 말씀하셨다. “연기란 우주의 모든 존재가 서로서로 다른 존재의 존재 근거가 된다는 상생(相生)의 원리다. 천국의 원리가 있다면 바로 연기가 그 원리일 것이다.”

이 존재가 연기물이 아니라 홀로

달랑 떨어진 실체라고 생각해 보라. 안 풀린 문제도 없고 외로움도 없이 싸늘하게 존재하는 실아(實我)라고 상상해 보라. 아기의 미소에도, 성인(聖人)의 가르침에도 감동하거나 영향을 받을 필요가 없는 존재. 그 존재는 얼음보다 더 차갑고 바위보다 더 무감각하게 우주 공간을 저 홀로, 끝내 그 어떤 변화도 없이 무시무종 떠돌 것이다. 그것이야말로 무간지옥(無間地獄)에 떨어진 형벌이 아니겠

이것이 있으니
저것이 있고...

는가.

아침에 현관문을 열었더니 강아지 톨이가 달려와서 꼬리를 흔들며 좋아한다. 10년 넘게 그런 모습을 보여주고 있다. 그 기쁨의 에너지가 어딘가로 스며들어 나의 일부가 되어 있을 것이다. 텃밭의 배추벌레, 시든 강아지풀, 낙상홍 붉은 열매 끝의 이슬방울, 그리고 나를 아프게 하고 슬프게 하였던 경험들, 이 우주의 모든 소식이 나를 이루고 있다. 당신들이 있어서 내가 있습니다. 연기의 눈으로 바라본다. 자타(自他)가 사라지고, 시비(是非)가 사라진다. 세상의 가을이 속으로 들어온다. 사랑과 평화가 충만하다.

유 소 립

서강대학교 영문학과 졸업
한국여성민우회 편집실장
주간 <내일신문>, <미즈엔> 편집위원 역임
<녹색평론>에 시와 산문 발표 다수
저서 <신주쿠 시궁쥐 비둘기>, <퇴국리 반딧불이> 등

인정과 신뢰

따뜻한 하루



조선 후기 현종 때 명의이자 우의정을 지낸 허목과 학자이자 정치가 송시열의 이야기입니다.

이 두 사람은 당파로 인해 원수 같은 사이였습

니다. 그러던 중 송시열이 중병을 얻게 되었습니다. 많은 약을 써 보았으나 효과가 없었습니다.

송시열은 허목만이 자신의 병을 고칠 수 있다고 하면서 허목에게 아들을 보내 약 처방을 부탁했습니다. 그런데 허목이 써 준 처방전에는 독약을 함께 달여 먹으라는 것이 있었습니다.

처방전에 관한 이야기를 듣고 사람들은 허목을 욕했지만 송시열은 의심 없이 처방대로 약을 달여서 먹었습니다. 그리고 얼마 뒤 씻은 듯이 병이 나았습니다.

서인 송시열과 남인 허목은 조정에서 만나면 서로 다른 의견으로 다투고 대립했지만, 조정에서 물러나면 서로의 훌륭한 점을 인정하고 믿어주는 성품과 아량을 지녔습니다.

우리 사회에는 다양한 생각을 가진 많은 사람이 한데 어울려 살고 있습니다. 나와 생각이 맞지 않는다고 무조건 배격하기만 한다면 결코 한 마음으로 함께 나아갈 수 없습니다. 경쟁자라도 상대의 능력을 인정하고 신뢰하는 열린 자세가 세상을 바꿉니다.

〈따뜻한 감성편지 2025. 9. 9〉

지혜의 프락

아기 돼지 삼형제

대공황을 이겨낸 동화 다시 일깨우는 오늘의 이야기

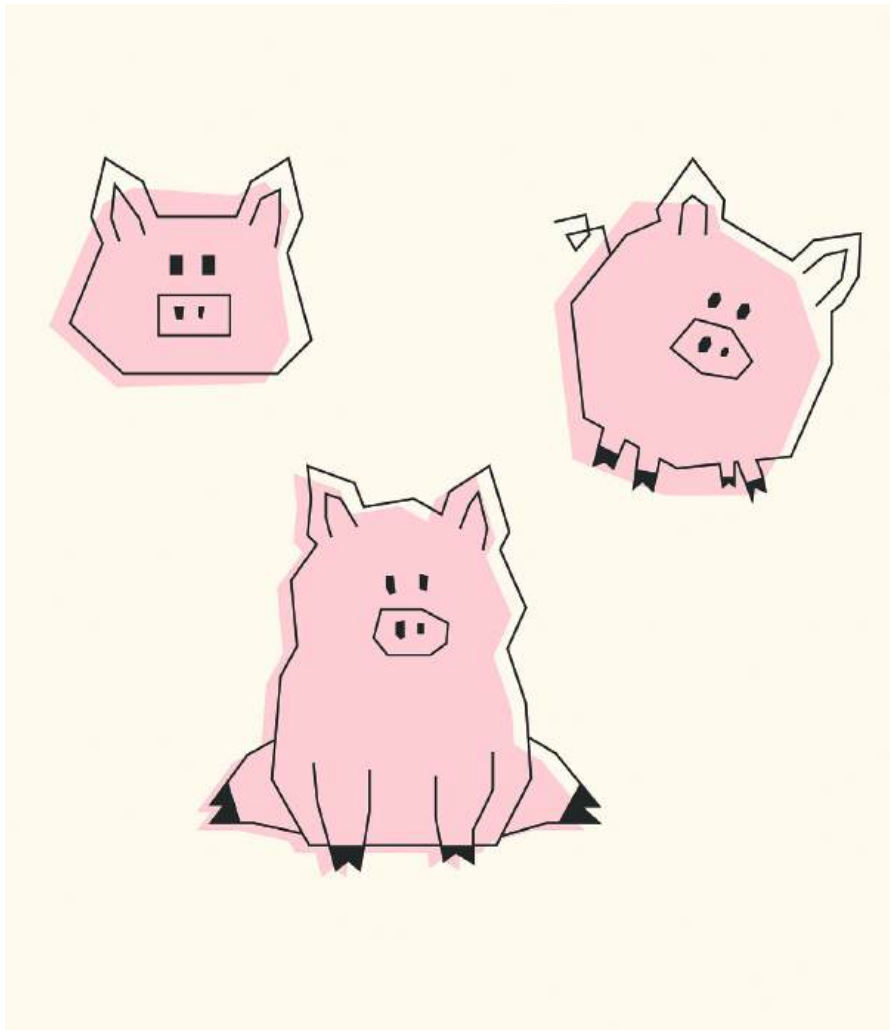
조지프 제이콥스의 동화 <아기 돼지 삼형제> 이야기는 우리 사회에 주는 교훈이 있다. <아기 돼지 삼형제>가 미국에서 대박을 터뜨리면서 미국의 최대 위기인 대공황을 이겨내게 한 사실에 주목할 필요가 있다.

우선 <아기 돼지 삼형제>가 대박이 난 이유부터 설명해야 한다. 이야기를 어떤 용기에 담느냐에 따라서 받아들이는 느낌이 달라진다. 그림책으로 읽을 때와 움직이는 애니메이션으로 접할 때의 감동은 확 다르다. 같은 내용(콘텐츠)이라도 그것을 어느 용기(컨테이너)에 담느냐에 따라 독자들의 몰입도에 차이가 난다. 그런데 대박이 나는 것은 콘텐츠와 컨테이너 외에 콘텍스트(맥락)라는 환경적 요인이 작용한다는 점이다.

1933년 월트 디즈니는 <아기 돼지 삼형제>를 애니메이션으로 제작해서 큰 성공을 거두었다. 이야기가 새로워서도 아니고 애니메이션 영화를 처음 보아서도 아니다. 그때 미국은 경제적으로 대공황이라는 최악의 상황이었다. 루스벨트 대통령이 대공황을 이겨내겠다고 국민을 설득하고 있었을 때였다.

미국 시민들은 <아기 돼지 삼형제> 영화를 보면서 루스벨트 대통령의 호소를 믿게 되었다.

그 배경을 잠시 설명하면 아기돼지 삼형제를 독립시키며 엄마 돼지는 ‘열심히 노력하면 반드시 좋은 일이 생긴다.’라고 말해준다. 집을 나간 첫째 돼지는 뱀집으로 집을 짓는다. 그것이 쉽기 때문이다. 그리고 둘째 돼지는 나무로 집을 짓는다. 보통 나무로 집을 짓기 때문이다. 그런데 셋째 돼지는 벽돌을 한 장 한 장 찍어서 어렵게 벽돌집을 짓는다.



미국이라는 나라는 안전하다는 판단으로 정부를 믿게 되었다. 정부는 경제적으로 어려운 시민들에게 정부 예산으로 현금을 지원하는 대신 뉴딜 정책으로 일자리를 만들어주었다. 당장 손에 쥐여주는 몇 푼의 돈으로는 시민도 나라도 살아남을 수 없다는 것을 미국 시민들에게 알려준 것은 다름 아닌 <아기 돼지 삼형제>였다.

<아기 돼지 삼형제>에서 첫째 돼지는 뱀집으로 집을 지었기 때문에 바로 비바람을 피할 수 있었지만, 막내 돼지는 혼자서 벽돌집을 짓느라고 피약벌 아래에서 비바람을 온몸으로 맞으며 일을 해야 했다. 하지만 형제들이 늑대에게 쫓겨서 찾아왔을 때 열린 문을 열어주었다. 결국 삼형제가 힘을 합해 그 무서운 늑대를 잡을 수 있었다. 형제니까 당연히 어려울 때 도와주고 힘을 합해야 한다는 생각은 요즘 시대에는 통하지 않는다. 형제끼리 재산싸움을 하느라고 폭력을 행사하고 재판을 하며 서로에게 피해를 주는 오늘날, 이렇게 마음을 모으면 모두 다 잘 살 수 있다.

더 넓은 의미로 국민 또한 서로 마음을 모으면 위기를 극복할 수 있는 방법을 찾을 수 있다. 위기를 넘기면 번영할 수 있다. 그런데 우리는 방법을 몰라서 위기에 빠진 것이 아니라, 방법을 실행하지 않아서 위기를 불러들인 것이다. 나 혼자 사는 세상도 아니고, 나는 또 다른 나로 이어지기 때문에 거시적으로 세상을 바라봐야 한다. 지금 우리에게 필요한 것은 <아기 돼지 삼형제>가 보여준 형제애, 그리고 협업 정신이다. 위기가 누구 탓이라고 따지기 전에 우선 위기에서 벗어나기 위해 힘을 모으는 연대감부터 가져야 하지 않을까?

편집실

서로 마음을 모으면
위기 극복할 방법 찾아

지금 우리에게 필요한 건
아기 돼지 삼형제의
형제애와 협업 정신

누구 탓이라 따지기 전
위기 벗어날 힘 모을
연대감부터 가져야

아기 돼지들이 집을 짓는 동안 늑대는 호시탐탐 아기 돼지들을 노렸다. 그래서 첫째 돼지 집으로 가서 입김으로 간단히 집을 쓰러뜨리고 들어갔다. 다음은 둘째 돼지 집 차례였다. 나무집이라서 입김으로는 역부족이라 몸으로 세계 부딪쳐 집을 무너뜨렸다. 그다음은 셋째 돼지 집 차례였는데 늑대는 벽돌집을 부숴 버릴 힘이 없었다. 그래서 지붕으로 올라가서 굴뚝을 타고 집 안으로 들어가기로 하였다. 그래서 셋째 돼지는 불을 지피기 시작하였고, 굴뚝에서 내려온 늑대는 뜨거운 불 속으로 푹뚱 빠진다.

마침 첫째와 둘째 돼지가 막내 돼지 집으로 피난 와 있었는데, 셋째 돼지 덕분에 모두 안전할 수 있었다는 이야기이다. 사람들은 이처럼 시간이 걸리더라도 튼튼한 벽돌집을 지으면

우리 곁의 ‘영웅’ 소방관 여러분, “참 감사합니다”



Photo by Matt C @Unsplash

지난 8월 말, 강릉이 국가 재난지역으로 선포됐다. 역대 최악의 가뭄으로 인해 강릉의 주 상수원인 오봉저수지의 저수율이 20% 이하로 떨어지면서 내려진 조치다. 물 부족 사태를 이유로 재난지역이 선포되고 국가 소방동원령이 내려진 것은 우리나라에서 처음 있는 일이라고 한다. 오봉저수지의 저수율 확보를 위해 군과 소방, 지방자치단체, 민간 등의 소방차와 급수 차량 수백 대가 투입되고 산림청과 군부대 헬리콥터까지 동원됐다. 독도를 지키는 해경의 5,000톤급 독도 경비함, 제주 해군 기동함대사령부 소속 4,200톤급 해군 대청함까지 급수 지원에 힘을 보태고, 생수를 가득 실은 트럭도 속속 답지하고 있다.

전국 각지에서 달려온 급수 차량은 섬석천, 사천천, 연곡천, 신리천, 군선강 등 물줄기가 남아 있는 17개 하천과 장현·칠성·동막·언별·옥계 등 5개 저수지에서 취수한 원수를 소방차나 살수차에 담아 오봉저수지로 옮겨 붓기도 하고 인근 동해, 속초, 평창, 양양 등지에서 강릉 홍제정수장으로 물을 실어 나르기도 한다. 이렇듯 땅에서는 차량을 이용한 운반 급수와 남대천 용수 개발 등 관로 급수를, 하늘에서는 10여 대의 헬리콥터가 저수지에서 채수한 물을 오봉저수지에 쏟아붓고, 바다에서는 해경과 해군의 물 수송 작전이 펼쳐지는 등 저수율 사수에 총력을 다하고 있지만, 속 타는 민심과 달리 해갈 기미는 보이지 않고 있다.

민관군의 애타는 노력에도 불구하고 오봉저수지의 저수율은 연일 역대 최저를 갈아치우며 저수율 10%에 육박하고 있다. 지난 8월 20일 계량기의 50%를 잡그는 제1 단계 가뭄 대응 비상 대책을 시작으로 27일에는 75%를 잡그는 제2 단계를, 지난 9월 6일부터는 홍제정수장 급수 구역 중 100t 이상의 저수조를 보유한 공동주택 113개소와 대형 숙박 시설 10개소 등에 제한 급수를 실시하는 제3 단계 시행에 들어갔다. 그럴 일이 없어야겠지만 만약 10%가 무너지면 홍제정수장 급수 전 지역의 계량기 5만 3,485개를 대상으로 밤 10시부터 다음 날 새벽 5시까지 물 사용을 제한하는 시간제 급수를, 해당 조치 이후에도 저수율이 계속

떨어지면 격일 제한 급수를 시행할 예정이라고 한다. 단수라는 최악도 생길 수 있다고 하니, 이 글을 읽을 즈음에는 부디 이런 일련의 사태가 까마득히 잊힌 이야기가 되어 있으면 좋겠다.

강릉을 비롯한 동해안은 백두대간과 동해를 두루 품은 아름다운 자연환경을 지녔지만, 그런 지형적·기상적 특성 탓에 태풍과 대형 산불, 폭설 등의 자연재해에서 벗어날 수 없었다. 대표적인 예로 지난 2002년 동해안을 강타하면서 1일 강수량 870.5mm로 기상 관측 이래 최대치를 기록하며 강릉을 초토화한 태풍 루사가 그랬고, 최근에 일어난 산불만 해도 산림청이 관련 통계를 집계

한 1986년 이후 ‘가장 오래 지속된 산불’이라는 기록을 남긴 울진·삼척 산불(2022년), 그리고 올 3월, 의성·안동·영덕·영양·청송 지역을 불바다로 만들며 사망자 28명, 부상자 32명, 소실 면적 9만 9,490ha, 주택 4,458채 전소, 국가유산 31건 소실 및 훼손, 피해 금액 1조 8,300억 원으로 산불 역사상 최악의 재난 기록을 남긴 대형 산불까지.

산불이나 태풍은 예견하기도 어렵고 대처에도 한계가 있다는 궁색한 변명이라도 할 수도 있겠지만, 유례 없는 가뭄에 안이한 행정의 대처가 더해져 호미로 막을 일을 가래로도 막기 어려운 지경을 만들었다는 게 중론이다. 작년만 해도 가뭄 때문에 공공 수영장을 임시 휴장했던 일이 있었고, 올해도 강수량이 예년의 반밖에 안 된다느니, 저수율이 떨어지고 있다느니 말이 많았다. 예견된 사태에도 불구하고 행정의 대처라는 게 지나치게 단순 소박(!)했다. 작년 처럼 가장 먼저 공공 수영장을 휴장 하더니 그다음엔 공공 체육시설을 폐쇄하고, 발등에 불이 떨어져서야 비로소 시민의 불편을 담보로 한 가뭄 대응 비상 대책이라는 걸 내놓았다. 소를 잃었어도 외양간을 고치는 게 타당한 이치일 수도 있고, 또 지금은 무너진 외양간을 고치기 위해 너나없이 힘을 모아야 할 때라는 것도 알지만, 글썄다. 많은 사람은 왜 ‘가뭄 대응 비상 대책’을 ‘불편은 시민의 몫’이라고 생각하는 걸까.

이야기가 한참 곱길로 빠졌다. 정작 하고 싶었던 이야기는 고마운 이들에 대한 감사다. 물 한 방울이 아쉬운 처지라 뭘 없이 오가는 급수 차량이 반갑고, 많은 이의 고군분투가 더없이 고맙다. 저녁이면 색깔도 가지가지, 소속도 다양한 차량이 우리 동네 북강릉 운동장으로 돌아와 하루를 마감한다. 이들 차량만 봐도 가슴이 뭉클해지고, 여기저기 주저앉아 고단함을 털어내는 소방관들을 보면 눈시울이 뜨거워진다. 2019년 고성·속초 산불 당시 고속도로를 줄지어 달리던 소방차의 긴 행렬, 국민에게 깊은 감동을 안겨 주었던 ‘속초로 향하는 영웅들’이 여기 또 살아 있음이다.

누군가의 고난에 손 내밀어 주고 함께 울어주는 이들은 모두가 영웅이다. 그리고 그런 영웅이 있어 우리는 외롭지 않고, 고통 속에서도 다시 일어설 힘을 얻는다. 시민들의 불편을 최소화하기 위해 밤낮없이 비지땀을 흘리며 물을 실어 나르는 소방관들이며 군 장병들, 묵묵히 일손을 보태는 자원봉사자들과 의용소방대원들의 노력이 있어 마음이 놓인다. 전국의 지방자치단체와 기업체, 생전 일면식도 없는 이들이 보내 주는 생수가 그야말로 생명수가 되어 마음을 적신다.

수고의 경중을 따질 수 있겠냐만 그중 으뜸은 단연 소방관이 아닐까. 돌아보면 2022년 이태원 참사(159명 사망)를 비롯해 2024년에 있었던 서천특화시장 화재(점포 227개 전소), 화성 배터리 공장 화재(23명 사망), 인천 청라 아파트 지하 주차장 화재(차량 959대 피해), 무안국제공항 참사(179명 사망) 등 충격적인 사고 현장에는 늘 그들이 있었다. 화재나 구급 대응뿐만아. 교통사고, 건물 붕괴, 수해, 폭설, 산불에 이어 이제는 가뭄까지. 재난 재해 현장에 가장 먼저 뛰어들어 가장 늦게까지 전력투구하는 사람들이 소방관이다. 우리는 그들을 ‘영웅’이라 부르지만, 너무도 쉽게 잊어버린다. 생사를 넘나드는 현장에서 그들이 밥을 먹는지, 쉬는지조차 생각해 본 적… 대부분, 없다. 부끄러워하고 미안해할 일이다.

부처님의 말씀처럼 소방관들이야말로 ‘놀고 있는 사람들 속에서 혼자 부지런히 일하고, 자고 있는 사람들 속에서 혼자 자지 않는 사람’이며 ‘이름이나 칭찬을 바라지 않는 참 보시의 실천자’가 아닐는지. 남을 위해 그들이 밝힌 등불로 하여 우리의 길이 밝아지고 있음을 다시 깨닫는다.

이 옥 경

수필가 · 방송작가
1984년 KBS 라디오 드라마 당선
1985년 문예지 <한국문학> 수필부문 신인상 당선
2013년 백교문학상 수상
한국문인협회, 한국방송작가협회 회원

가로세로 총/지/문/답

①㉠				㉡			②㉢		㉣
			③						
④		㉤							
⑤㉥					⑥㉦			㉧	
				⑬					
⑦		㉨			⑧				
				⑨㉩			⑩		
⑪						㉪			
			⑫						

가로 열쇠

- ① 해마다 봄, 가을 두 차례씩 종단의 승직자들이 모여 수행을 점검하는 큰 행사
- ② ‘하늘이 열린 날’이라는 의미로 단군 왕검이 고조선을 개국한 날을 기념하는 국경일
- ③ 부산 동래구에 위치한 불교총지종 종립 중학교
- ④ 불보살의 공덕을 찬탄하는 노래로 불교가요의 총칭
- ⑤ 정답게 이야기하거나 의좋게 지내는 모양을 나타내는 말
- ⑥ ‘아홉 번 죽을 뻔하다 한 번 살아난다’는 뜻으로 죽을 고비를 겪고 간신히 살아남을 이르는 말
- ⑦ 넓고 커서 끝이 없는 자비
- ⑧ 허리가 잘록한 통의 양쪽에 가죽을 붙인 국악에서 빠질 수 없는 타악기의 하나
- ⑨ 육체와 물질에 대립되는 영혼이나 마음
- ⑩ ‘마드리드’가 수도인 무적함대로 대표되는 국가
- ⑪ 동물이나 사람의 형상을 한 방망이를 든 귀신
- ⑫ 집안이 화목하면 모든 일이 잘 된다는 말
- ⑬ 아무도 손대지 않은 분야의 일을 처음 시작하여 새로운 길을 닦음

세로 열쇠

- ㉠ 귀주대첩의 신화를 만든 고려의 명장이자 영웅
- ㉡ 이로움과 해로움을 이리저리 따져 헤아리는 일을 뜻하는 말
- ㉢ 학교의 개교를 기념하는 날
- ㉣ 세상에 견줄 만한 사람이 없을 정도로 뛰어나게 아름다운 여인
- ㉤ 신라 장보고가 ‘사람이 가히 살 수 있다’고 해서 붙여진 국내 최서남단에 있는 섬
- ㉥ 총지종 불공의 공공서원으로 다섯 세대에 걸쳐 부처님의 법을 제도하는 것
- ㉦ ‘아홉 자나 되는 큰 키’라는 뜻으로 키가 아주 큰 사람을 이르는 말
- ㉧ 프랑스의 작가이자 공군 장교이며 ‘어린 왕자’의 작가로 세계적으로 알려진 인물
- ㉨ 외부에 비밀로 함, 또는 그 비밀
- ㉩ 정당성에 의문이 있는 것을 정당한 것으로 만들
- ㉪ 중국 내몽골 고원과 고비 사막 등지에서 발생하는 모래 폭풍과 흙먼지

생각의 열매 무념무상 無念無想

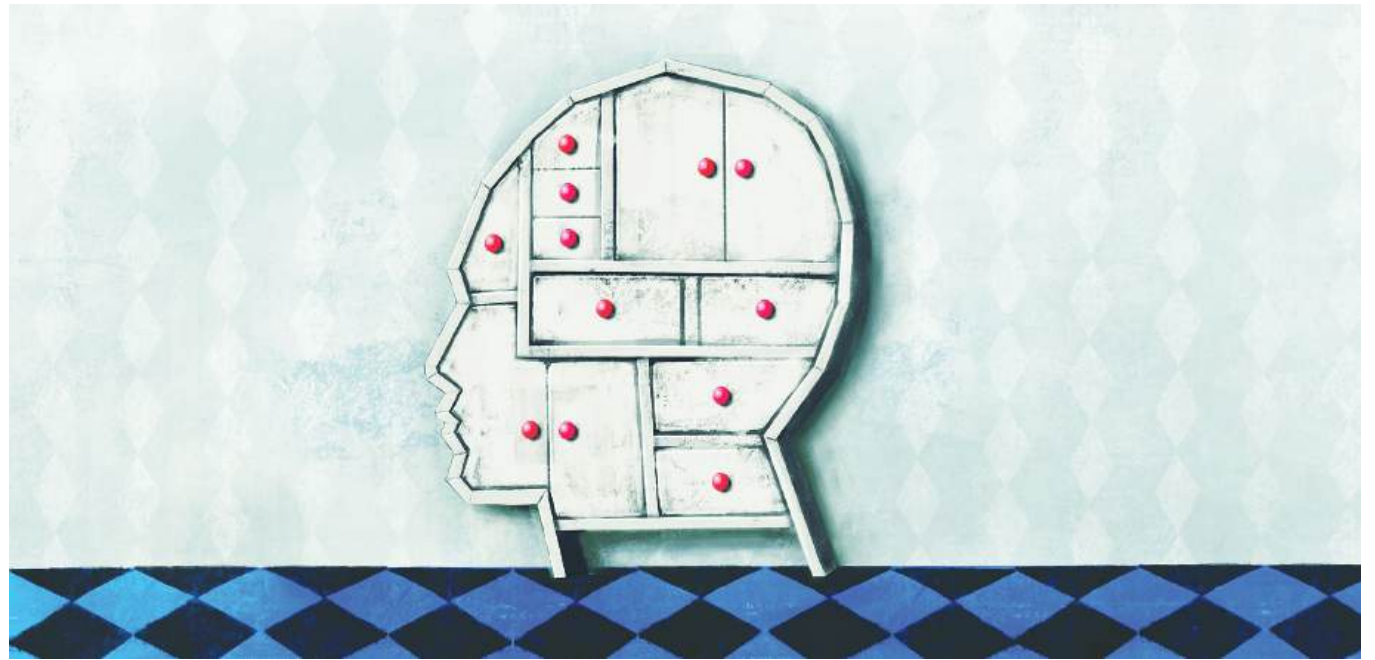
고뇌와 번민을 두려워 말고
‘생각’의 어려움을 건너자

무념무상(無念無想), 불필요한 사념과 집착이 사라져 마음이 빈 경지를 뜻한다. 일상의 생각이란 그만큼 복잡하고 번거로우며 이해와 시비의 발단이 된다. 그러므로 잡념이 사라진 상태가 무념무상의 경지이다. 이곳에 대한 절대적 사랑이나 생명에 대한 자비심은 이런 마음의 상태에서 이루어진다고 한다. 그 때문에 여러 종교의 수행은 그 경지를 목표로 삼고 있다.

무념무상과 비슷한 철학 용어로 판단중지(判斷中止, Epoche)가 있다. 판단이란 각자의 관점에 따라 달라지므로 그를 중지해야 한다는 고대 그리스 회의주의 철학자들의 주장이다. 사물의 본질과는 무관한 다양한 판단으로 인해 불필요한 혼란이 오는 것을 경계하고 있다.

즐겁게 팽이 놀이를 하는 어린이는 그 팽이의 재질이나 값어치나 놀이의 의미를 절대 판단하지 않는다. 오직 물임과 기쁨만이 있을 뿐이다. 그러고 보면 판단이나 사물에 대한 분석적 이해, 또는 깊은 생각이 불필요하다는 비약에까지 이르게 된다. 하지만 우리는 성자(聖者)도 아니고, 철인(哲人)은 물론, 바보도 아니다. 그러므로 철저히 생각하고 판단하고 고뇌해야 한다. 그러지 못할 때 소위 생각 없는 사람이 된다.

생각이 없다는 것은 스스로 가치 판단의 기준이 없다는 이야기다. 옳고 그름, 좋고 싫음, 해야 할 일과 하지 말아야 할 일의 경계가 사라져 버린다. 성인의 무구함이 아니고 생각 없음이 깊어지면 극단적 사이코패스 또는 반사회적 인격장애인 소시오패스, 치매의 경지에 닿을 수 있다. 생각은 중요하고 깊은 사유는 필요하며 고뇌할수록 윤리적 삶에 가깝게



다가설 것이다.

학습이란 판단의 기준을 배워가는 일이다. 더러 집단의 가치관과 도덕을 주입하는 부작용은 있을 수 있으나 공부를 통해 무엇을 기준으로 살아갈까를 배워가게 된다. 어떤 이는 그 결론으로 박애(博愛)를 목표로 삼기도 하고, 누군가는 경제적 성취나 사회적 성공을 최고 가치로 삼아 살아간다. 대부분은 개인적 욕망과 도덕적 가치를 적당히 섞어 삶의 좌표로 삼는다. 그런데 그 적당함이 언젠가 무너지는 시기가 온다. 왜 사는 것인지, 이렇게 살아도 되는지 혼란과 갈등이 닥친다. 때에 맞게 가져야 했을 고민과 생각이 생략된 채 남들의 기준에 맞춰 살았기 때문이다.

세상에 생각 없음은 시장에 나가봐도 쉽게 볼 수 있다. 옷 가게에는 드라마 주인공이 입었던 옷임을 광고하고 있고, 액세서리 하나에도 유명인의 이름과 사진이 걸렸다. 자기에게 어울리는지를 생각하기보다 누가 입었던 것인지가 더 중요한 기준이 됐다. 그렇게 수백억, 수천억 원의 시장이 만들어지고 사람들이 몰린다. 값비싼 등산복이 고등학교 교복처럼 유

행하고, 또 그 유행의 거품이 꺼지자 반값에도 팔리지 않는다. 세상은 자신의 옷을 입기보다 남과 다르지 않게 살 수 있기를 꿈꾼다. 아마 허상 속의 우상이 지옥으로 간다면 다들 따라갈 판이다.

실제로 그런 세태를 교묘히 주도하는 세력이 있다. 세상과 사회와 사람들의 신념을 좌지우지하려는 이들. 가장 쉽게 파악할 수 있는 그들의 수단은 미디어(Media)다. 쏟아내는 오락거리를 통해 통속적인 위안을 주고, 상품을 광고하고, 불필요한 물건들을 은밀하게 끼워 판다. 뉴스는 세상을 이해하는 판단의 기준을 제공하기보다 불안과 공포를 퍼뜨리고 있다. 신문과 방송만 보고 있노라면 세상이 왜 진작 망하지 않았는지 궁금해진다. 사람들은 생각하기를 멈추고 미디어가 만든 판단과 생각을 받아들인다. 실체 없는 가공의 무리를 미워하고 공격한다.

그럼에도 세상은 그들이 보여주는 대로 따라간다. 이유는 단 하나 생각하지 않기 때문이다. 집착을 떠난 무념무상이 아니라, 생각 없이 사는 일에 익숙해졌다. 그저 남과 다르게 사

는 일을 두려워한다. 비슷한 옷을 입고 같은 음식을 먹으며 살아간다. 텔레비전 속에 나오는 인물이 되기를 바라며 산다. 생각이 없으니 행복해졌을까.

몇 해 전 티베트국립불교학연구소(IBC, Institute of Buddhist Dialectic)의 학승에게 어떤 공부가 가장 어려운지를 물어보았다. “생각하는 것이 가장 어렵다. 많은 경전과 책을 외우는 것보다 내 힘으로 생각하는 법을 익히는 것이 가장 힘들다.” 의외였지만 수긍할 수 있는 대답이었다.

학교에서, 사회에서 공부하는 이유는 결국 자신이 생각하는 힘을 갖기 위해서다. 고뇌와 번민을 두려워하지 말고, 생각의 어려움을 넘어야 잡념에 뒤엉킨 인생에서 벗어날 수 있을 것이다. 제발 스스로 생각하며 살 수 있기를 간절히 바란다.

김 천

작가, 시나리오, 다큐멘터리 제작
동국대학교 인도철학과
저서 <불공 잘해라>, <시대를 이끈 창종자> 외

진일보^{進一步}, 인일시^{忍一時} 수양^{修養}으로 병^病을 치료하다

TV 프로그램 ‘자연인’ 출연자 최모 씨. 간암 말기 판정을 받고, 색전술 등 여러 치료를 받아 왔지만, 건강을 회복하지 못하고 잔여 수명 또한 1년이 못 될 것으로 진단받았다. 마침내 도시에서의 모든 생활을 정리하고 산으로 들어가 살기로 결심한다. 최 씨는 병이 낫지 않고 죽게 되면 낙엽을 덮고 죽겠다는 마음가짐으로 도시에서의 모든 얽매임과 집착을 놓아 버리고 산으로 들어왔다. 자연에서 생산되는 것들을 먹고, 자연과 벗 삼아 지내며 건강과 활력이 조금씩 회복되었고, 지금은 8년 이상을 생존하며, 하루 종일 산을 다녀도 지치지 않을 정도로 건강을 회복하였다.

최 씨는 자연에서 생산되는 미나리, 두릅, 민들레, 산나물 비빔밥, 어죽, 상황버섯, 옥수수밥, 직접 담근 된장으로 만든 된장국 등을 조미료 없이 먹었다. 신선한 공기를 호흡하며 등산과 직접 농사짓는 생활을 통하여 적절히 노동하고, 근심을 내려놓고 충분한 수면과 휴식을 취하며 생활한 것이 건강을 회복하는 중요한 계기가 되었을 것으로 짐작된다. 특히 중요한 것은 도시에서 얽매어 있던 여러 가지 의무와 직장 생활에서 발생하는 걱정과 스트레스를 모두 놓아 버리는 결단과 그 실천으로 마음의 근심과 걱정이 많이 해소되었을 것으로 생각된다. 이러한 탈 집착이 치병의 중요한 전환점이 되었으리라 보고 있다.

<동의보감> 내경(內景) 신형(身形) 편에 ‘이도료병(以道療病)’이라는 단락이 있다. 구선(臚仙)은 “옛적에 신성한 의사들은 사람 마음을 다스려서 병이 나지 않게 하였다. 지금 의사들은 단지 사람의 병만 치료할 줄 알고 마음을 다스릴 줄 모른다. 이것은 근본을 버리고 끝을 쫓는 것이며, 원



인을 찾지 않고 나타난 증상만을 치료하여 병을 낫게 하려고 하는 것이 아니라 어리석은 일이 아닌가. 비록 일시적인 요행수로 나았다고 하더라도 이것은 서투른 민간 의사들의 처치이므로 족히 취할 것이 없다.”라고 하였다.

“태백진인(太白真人)은 병을 치료하려면 먼저 마음을 다스려야 한다. (중략) 환자로 하여금 마음속에 있는 의심과 염려스러운 생각, 그리고 모든 헛된 잡념과 불평과 자기 욕심을 다 없애 버리고, 지난날 죄과를 깨닫고 뉘우치게 해야 한다. 그리하여 몸과 마음을 편안하게 해서 자기 생활 방식이 자연의 이치에 부합하게 한다. 이렇게 오래 하면 결국 정신이 통일되고 자연히 마음이 편안해지고 성품이 화평해진다. 이렇게 되면 세상 모든 일이 다 공허한 것이고 종일 하는 일이 모두 헛된 것이라는 것을

알게 된다.

내 몸이 있다는 것도 환상이며, 화와 복은 다 없는 것이며, 살고 죽는 것이 한갓 꿈과 같다는 것을 알게 된다[知世間萬事皆是空虛 終日營爲 皆是妄想 知我身皆是虛幻 禍福皆是無有 生死皆是一夢]. 그리하여 모든 것을 깨닫게 되고 갑자기 깨닫게 되면 모든 문제가 다 풀리게 되며, 마음이 자연히 깨끗해지고 병이 스스로 낫게 된다. (중략) 이것은 진인이 수양하는 방법으로 마음을 다스려서 병을 치료하는 훌륭한 방법이라 하였다.”

<동의보감>에서는 병이 나기 전에 미리 치료하고, 발병한 이후라도 마음을 다스려서 병의 뿌리를 제거하여 병이 스스로 낫게 하는 것을 가장 최상의 치료법으로 판단하고 있다. 임상에서 여러 환자를 치료해 보면,

간단한 질환이나 경증의 문제들은 증상에 대응해 치료해도 보통은 잘 치료되고 치료 기간도 길지 않음을 확인할 수 있다. 하지만 병증의 뿌리가 깊고, 만성적이고 복합적인 경우, 증상에 대응하는 방법만으로 치료해서는 병을 완전히 고치기 어렵다. 이런 중증 질환일수록 환자의 마음을 다스리고, 마음에 얽힌 여러 매듭을 풀어내며 치료해야 병증의 뿌리를 하나씩 제거할 수 있다. 그렇지만 세속에서 많은 사람과 복잡한 인간관계를 가지고, 미디어를 통해 끊임없이 남들의 삶과 비교하며, 생활을 영위하기 위해 이익을 쫓는 도시인들의 삶은 위의 자연인과 같은 결단을 내리기 쉽지 않다. 그러다가 어려운 질병을 만났을 때 비로소 이런 결단을 내리고 자신의 집착을 내려놓게 되는 것 같다. 어려운 질병이 발생하기 전에 미리 큰 집착을 내려놓을 수 있다면 몸과 마음이 평안에 거할 수 있을 것이다.

한의학에서 치료의 본원은 나라는 존재와 삶과 죽음이 모두 꿈결과 같으니, 거기에 관한 집착을 끊음으로써 중도(中道)에 이르러 몸과 마음이 저절로 치료되게 하는 것이다. 일시에 세속의 관계를 모두 내려놓는 것은 언제나 어려운 일이나, 한발 물러나고, 한때를 인내하는 것은 세상에 휩쓸려 사는 범인들도 실천할 만한 과제이다. 진일보(進一步), 인일시(忍一時) 하는 것은 자신을 관조하는 힘을 내면에 머무르게 하여 집착으로 생겨나는 우환을 미리 차단한다. 이 조그마한 힘이 시장통에서 살아도 즐겁게 살아갈 수 있는 열쇠가 아닐까.

정은철

나무와 숲 한의원 원장

전남 장성 백양사

가을, 붉은 파도에 물들다



백양사 쌍계루

백양사 단풍길

매년 이맘때면 강원도에서 남도까지 단풍을 따라 길을 나선다. 같은 장소, 같은 나무에서도 해마다 다른 빛깔이 피어나니, 그 조화가 늘 새롭고 신비롭다. 온 세상이 붉게 물들면 전국에서 사람들이 몰려든다. 이날도 그랬다.

이번 단풍길은 오래 기다린 터라 눈도 뜨기 전, 이른 새벽부터 서둘러 출발했다. 빗방울이 이슬비처럼 흩날려 일기가 걱정되었으나, 다행히 크게 심하지는 않아 보였다. 박물관에 차를 대고 채비를 갖추었다. 가을이 깊어가는 11월 첫 주말, 백양사다. 설악산과 오대산을 지나 남하하던 단풍이 마침내 이곳에 닿았다. 붉은 빛이 절정을 향하고 있었고, 아직 물들지 않은 잎사귀도 드물게 섞여 있

었다.

채비를 마치고 숲길을 따라 천천히 걸었다. 갈참나무와 단풍나무가 도열하듯 서 있고, 길 왼편 저수지에는 산을 물들인 단풍이 비쳐 묘한 반영을 만들었다. 하늘은 구름이 점점 몰려 어두워졌고, 햇빛이 있었다면 더 붉고 진했을 터라 아쉬웠다. 저수지 위로 기울어진 가지에서 단풍잎이 무게를 이기지 못하고 표표히 떨어졌다.

호수 위처럼 쌍계루

호수 위에 떠 있는 듯한 쌍계루. 백양사에 들어서려면 반드시 지나야 하는 첫 관문이자 사진가들의 발길을 붙드는 명소다. 단풍과 백학봉, 그리고 그 모든 풍경을 거울처럼 비추는 호수는 실체와 허상을 구분하기

어렵게 만든다. 자연이 만들어낸 기막힌 장면 앞에서 나는 카메라 셔터를 누르는 것을 잊은 채 한참을 서서 바라봤다.

쌍계루를 지나 백양사에 들어선다. 원래 산 이름을 따라 백암사라 불리던 절은 정토사로 바뀌었다가, 다시 조선 시대에 이르러 지금의 백양사가 되었다. 이름에는 전설이 담겨 있다. 스님의 꿈에 흰 양이 나타나 죄업을 다하고 천상으로 돌아간다고 한 뒤 사라졌는데, 다음날 영천굴 아래서 실제 흰 양이 죽어 있었다. 그때부터 절 이름을 백양사라 부르게 되었다 한다.

백양사의 범종각, 대웅전, 향적전, 명부전, 극락보전, 진영각을 둘러본다.



백양사 단풍



백양사 연못



백학봉

백양사 뒤 백학봉은 대웅전을 호위하듯 거대한 위용을 뽐냈다. 곧 본격적인 산행이 시작되었다.

백학봉에 오르다

비자나무 숲을 지나 삼거리에 닿았다. 왼쪽은 운문암, 오른쪽은 백학봉으로 곧장 오르는 약사암 방향이다. 지그재그 산길 400여 미터를 힘겹게 오르니 약사암이다. 흐리던 하늘에서 비가 쏟아졌다. 암자 처마 밑에 서서 비를 피하다 보니 잠시 후 빗줄기가 잦아들었다. 비구름은 여전히 가득했으나, 오후쯤이면 그칠 거라는 소식이 다행이었다.

약사암에서 100미터쯤 오르니 전

설 속 흰 양이 죽었다는 영전굴이다. 아래층에는 약수가 솟고, 위층 동굴에는 부처님을 모셨다. 다시 비가 내리자 약수 앞 한쪽에서 싸온 음식을 먹으며 잠시 쉬었다. 영천 샘물을 한 모금 마신 뒤 길을 재촉했다.

백학봉으로 오르는 길은 가파르다. 수직에 가까운 계단 길을 숨가쁘게 오르자 안개가 시야를 가리고, 세찬 바람이 몸을 밀어냈다. 그러나 그 속에서도 붉은 단풍은 곳곳이 버티고 있었다. 중력을 온몸으로 느끼며 천천히 발걸음을 옮겨, 마침내 651미터 백학봉 정상에 올랐다. 발아래 백양사가 안개에 가려 희미하게 보였다. 매서운 바람에 서둘러 몸을 추스르고 길을 이어갔다.

노을 닮은 능선 위로

백학봉을 넘어 능선에 이르면 비로소 길이 한결 부드러워진다. 펼쳐진 산하가 구름을 걷어내듯 드러나고, 첩첩이 이어진 내장산과 입암산이 시야를 가득 메운다. 이곳을 찾은 이유는 결국 이 풍경 때문이다. 산등성이를 따라 이어진 붉은 물결은 끝없이 출렁이는 가을의 바다다. 바람이 불 때마다 단풍잎이 쏟아져 내리고, 그 붉은 파도 속에서 걷는 발걸음은 한없이 가벼워진다.

능선을 지나 상왕봉을 둘러본 뒤 운문암 방면으로 내려서면 길가에는 낙엽이 양탄자처럼 깔려 있다. 발끝마다 흩날리는 단풍잎은 늦가을만의 선율을 들려준다. 계곡을 따라 이어지는 길을 걷다 보면 다시 백양사 경내다. 긴 산행을 마친 오후, 이미 산사에는 어둠이 내려앉기 시작한다. 하루 동안 단풍과 바람, 안개와 비가 차례로 펼쳐낸 드라마를 떠올리며 발걸음을 돌린다.

가을 단풍이 남긴 것

백양사의 가을은 단풍이라는 이름의 축제다. 단풍은 단순한 색의 향연을 넘어 사람들을 불러 모으고, 그 발



걸음이 지역의 삶과 이어진다. 나는 이곳에서 다시 한번 계절이 주는 선물과 걷기의 기쁨을 확인했다. 백양사의 단풍은 그 자체로 가을의 완성이다.

사찰의 고즈넉한 전각과 붉게 타는 단풍, 그리고 그 속을 걷는 이들의 발걸음이 함께 어우러져 하나의 장면을 만든다. 그것은 단순히 자연의 아름다움이 아니라, 세월을 견디며 이어져 온 인간과 자연의 깊은 교감이다.

모든 것은 흘러가지만, 그 흘러감 속에서 더 깊고 진한 아름다움이 피어난다. 그래서 단풍은 늘 아쉽지만, 그 아쉬움이야말로 다음 해를 기다리게 하는 가장 큰 선물일 것이다.

박성기

자유 여행가
도서출판 깊은샘 대표
저서 <걷는 자의 기쁨>

약사암





불교총지종
사회복지재단

후원에
감사합니다

8월 26일 ~ 9월 25일까지

불교총지종사회복지재단 후원회는
부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃과 함께
나누고자 하는 분들의 모임입니다.
여러분의 정성은 재단복지사업에 소중히 쓰여집니다.

후원금 납부방법

- 1. 단체일 경우 회장님이나 담당자를 통하여 납부하시면 됩니다.
- 2. 후원금 납부는 지로 또는 아래 금융기관에 자동이체를 하시면 됩니다.
- 3. 회원번호란에 소속사명을, 통신란에 주소를 기재해 주시면 지로용지는 후원자님 앞으로 발송해 드립니다.

- 지로번호 : 7668610
- 우리은행 : 122-177171-13-104 • 예금주 : 불교총지종사회복지재단

불교총지종사회복지재단 전화 02)552-1083, 02)3452-7485

건화사	도관	8/26	20,000
	지종영	8/26	20,000
	이정수	9/22	50,000
관성사	법선	9/22	10,000
	김병석	9/22	10,000
국광사	진여	9/22	10,000
기로스승	공덕성	9/22	10,000
	수증원	9/22	10,000
	밀공정	9/22	10,000
	법지원	9/22	10,000
	일성혜	9/22	10,000
	사홍화	9/22	10,000
	선도원	9/22	10,000
	안주화	9/22	10,000
	진일심	9/22	10,000
	최상관	9/22	10,000
	연등원	9/22	10,000
	자선화	9/22	10,000
	승효제	9/22	10,000
	주신제	9/22	10,000
	총지화	9/22	10,000
단향사	지홍	9/22	10,000
덕화사	법상인	9/10	20,000
동해사	김진화	9/3	10,000
	송인근	9/22	10,000
만보사	강명순	9/7	10,000
	홍도열	9/13	20,000
	김정희	9/19	10,000
밀인사	황갑용	9/7	10,000
	박길선	9/10	10,000
	덕광	9/10	20,000
법성사	장정숙	9/16	10,000
	신말심	9/16	10,000
	남혜	9/22	10,000
법천사	반야심	9/1	10,000
법황사	서복남	9/9	10,000

법황사	인선	9/22	10,000
	정계월	9/22	10,000
	박미경	9/24	10,000
벗고올어린이집	이민선	9/2	80,000
사원명 무기명	이수민	9/10	10,000
	박필남	9/15	10,000
	하명순	9/25	10,000
삼밀사	묘홍	8/27	10,000
		9/15	10,000
석관실버 복지센터	나석원	8/26	50,000
	신찬호	9/24	10,000
	이태윤	9/25	10,000
	박현정	9/25	20,000
선립사	지명	9/15	10,000
세곡키움센터	김경희	8/27	120,000
		9/25	30,000
	최선훈	9/25	10,000
수계사	자심관	9/22	10,000
수인사	법상	9/10	20,000
시법사	이순영	9/9	20,000
시법사	혜광	9/9	10,000
실지사	황성녀	8/26	10,000
	정우석	9/17	10,000
	정우석	9/22	10,000
	황성녀	9/23	10,000
양지동복지회관	서영주	8/26	10,000
운천사	무명씨	9/10	20,000
	보명심	9/10	10,000
	우인	9/10	10,000
일원어린이집	연명구	8/28	20,000
	김경희	9/22	10,000
	하재희	9/23	80,000
자석사	도우	9/8	10,000
	지현	9/8	10,000
잠원햇살 어린이집	김선희	8/26	80,000

정각사	안한수	9/7	10,000
	탁상달	9/9	10,000
	노점호	9/16	10,000
	법일	9/22	10,000
제석사	이진승	9/7	10,000
초록어린이집	유지영	8/26	80,000
총지사	신현태	8/27	10,000
	김정환	9/2	10,000
	정연경	9/3	10,000
	유은혁	9/3	10,000
	무명씨	9/9	50,000
	백귀임	9/10	10,000
	신현태	9/11	10,000
	록경	9/22	20,000
서울교구	교구일동	9/9	4,212,000
혜정사	최영례	8/27	10,000
화음사	강동화	8/29	20,000
	송영근	9/1	10,000
	송하나	9/1	10,000
	송호영	9/1	10,000
	박대영	9/1	10,000
	박대성	9/1	10,000
	홍춘자	9/1	10,000
	무명씨	9/2	10,000
	행원심	9/10	10,000
	이은별	9/10	10,000
힐스어린이집	무명씨	9/12	10,000
	이성희	9/18	10,000
	곽방은	9/10	80,000
위드다르마	진여	9/2	10,000
	법공	9/22	10,000
	자선화	9/22	10,000
	총지화	9/22	10,000
	남혜	9/22	10,000
	이수영	9/25	10,000