# 위드 다르마

With Dharma

영원한 **진리**의 말씀

다르마_는 **영원한 진리의 말씀**이며
위드 다르마_는 다르마와 함께 한다는 뜻으로
진리와 함께 하는 사람들의 모임을 뜻합니다.

통권 제 161호

2561
2017
03

씨앗 한알
처음 하듯이

마음의 등불
대장부의 초지일관

울림
거짓 친구와 진정한 친구

불교총지종

종조법설집
제2절 수행편 p.123

## 교우交友

신의信義로서 벗을 사귀고
어진 사람을 질투하지 말며,
강한 자를 겁 없이 제어하고
약한 자에게 자비하여 침해하지 말라

**위드 다르마** With Dharma
영원한 **진리**의 말씀

**불교총지종** 은
생활불교를 실천하는 **밀교종단이며** 승속이 함께하는 불교로,
행복한 사회, 차별 없는 세상을 지향하는 이 시대의 **대안불교**입니다.
불교의 생활화 생활의 불교화를 실천하므로 이 땅에 **불국정토**를 염원합니다.

목차

**회광반조 _ 34**
"탈脫진실" 사회 살아가기 진실 vs 거짓
_ 혜총

**디딤돌 _ 60**
너를 기다리는 동안
_ 지현

**거꾸로 보기 _ 64**
새 학기에 되새겨 본 몽당연필의 추억
_ 이선희

2561
2017
03


04 **불교이야기** 출가와 재가 _ 화령
10 **마중물** 자녀을 위한 기도 _ 혜총
14 **계율이야기** 나쁜 마음으로 승가의 법을 거역하지 말고, 그 충고를 거스르지 말라 _ 법경
24 **살다보면** 아낌없이 주어라, 그리고 잊어라 _ 이옥경
29 **향유** 춘화경명春和景明 _ 김혜진
30 **십선성취** 부부夫婦 _ 서령
34 **회광반조** "탈脫진실" 사회 살아가기, 진실 vs 거짓 _ 김봉래
40 **마음의 등불** 대장부의 초지일관 _ 안정복
44 **씨앗 한알** 처음 하듯이 _ 법륜
47 **울림** 거짓 친구와 진정한 친구 _ 디가 니까야
48 **좋은차, 아름다운 사람** 커피coffee _ 유영신
50 **발길 머무는 그곳에** 선비의 이상이 깃든 예림서원과 김종직 _ 도현
55 **산책** 기다림 _ 김대곤
56 **법향기 속으로** 사분정진四分精進 _ 법수연
60 **디딤돌** 너를 기다리는 동안 _ 지현
64 **거꾸로 보기** 새 학기에 되새겨 본 몽당연필의 추억 _ 이선희
68 **지혜의 뜨락** 입은 화禍의 근원 _ 덕현
72 **걸망에 담긴 이야기** 지혜는 어디 있나 _ 법일
74 **행복한 기지개** 내 몸을 지켜주는 보디가드, 면역력 키우기 _ 오한진
78 **뜻바루기** 학습學習, 교학상장敎學相長

# 봄길

- 정호승

길이 끝나는 곳에서도
길이 있다

길이 끝나는 곳에서도
길이 되는 사람이 있다

스스로 봄길이 되어
끝없이 걸어가는 사람이 있다

강물은 흐르다가 멈추고
새들은 날아가 돌아오지 않고
하늘과 땅 사이의 모든 꽃잎은 흩어져도

보라
사랑이 끝난 곳에서도
사랑으로 남아 있는 사람이 있다

스스로 사랑이 되어
한없이 봄길을 걸어가는 있는 사람이 있다

- 정호승 시선집 <내가 사랑하는 사람> 中에서

# 진정한 출가는 중생 구제에

화령
불교총지종 교육원장
철학박사
정심사 주교

효율적인 법시 베품

어떤 분들은 불교 수행을 하고 해탈을 하려면 반드시 머리를 깎고 출가를 해야만 한다고 하는 사람들이 있습니다. 불교도가 아닌 사람들은 불교를 비난하고 공격할 때 불교는 출가주의이며 세속을 떠나는 것을 이상으로 삼는 염세적인 종교라고 하는 것을 가장 먼저 듭니다. 특히 과거의 중국이나 조선시대의 유학자들은 이러한 것을 가지고 불교를 많이 비난했습니다. 심오한 불교를 교리적으로 비난하는 것은 자기들의 역량으로는 부족했기 때문에 그저 외양적인 이러한 모습만 보고 비난했던 것인데 그들은 누구나 다 불교를 믿는다면 세상 사람들이 다 출가해야 하고 그러면 인류는 멸망해 버릴 것이라고 하기도 합니다.

석가모니 부처님을 비롯하여 당시에 많은 사람들이 도를 깨치기 위하여 출가했는데, 그 때의 인도에서는 불교 이전부터 출가에 의해서만 최고의 이상에 도달할 수 있다는 믿음이 일반화되어 있었습니다. 그렇기 때문에 재가생활에 의해서는 세속적인 선 밖에는 이루지 못하며 깨달음에도 한계가 있는 것으로 생각했습니다.

불교도 당시의 이러한 일반적인 경향을 수용했던 것으로 석가모니 부처님께서도 몸소 출가를 하셨던 것입니다. 불교의 통설에 의하면, 물론 이것은 아마 부파불교 시대에 만들어진 이론으로 생각됩니다만, 재가의 수행에 의해서는 아라한이라는 최고의 깨달음을 얻을 수는 없다고 하고 있습니다.

그런데 대승불교 시대가 되면 오히려 재가생활이 불교의 이상이며 우리가 당면한 현실 세계 이외에는 따로 불법이 없다고 주장합니다. 그러나 부처님 당시까지만 해도 출가주의가 가장 이상적이라는 사회 일반적인 풍조를 뛰어넘기가 어려웠을 것입니다. 그리고 실제로도 출가를 하지 않고는 세속에서 부닥치게 되는 번거로운 일들이 너무 많았기 때문에 수행에 전념하기가 어려웠을 것입니다.

이런 점에서는 불교도 다른 종교와 마찬가지로 출가를 이상으로 생

각하고 있었지만 그들과 다른 점은 출가자들은 일반 사회의 구제와 교화라는 더 궁극적인 목적을 지니고 있었던 것입니다. 그렇기 때문에 장자의 아들이었던 야사나 그의 친구들의 경우에서 보는 것처럼 법안을 얻은 다음에 법을 전하기 위하여 멀리 떠나라고 당부하고 계시는 것입니다. 모든 사람들의 이익과 안락과 행복을 위하여 먼 지역을 각기 흩어져서 다니라고 하는 것이 부처님의 당부였습니다.

이러한 사실은 오늘날의 출가승들에게 많은 것을 시사해 줍니다. 출가가 결코 궁극적인 목적이 되어서는 안되겠습니다. 출가 그 자체에 안주해서는 안 된다는 뜻이지요. 무명을 밝혀줄 법음을 기다리는 수많은 중생들이 기다리고 있다는 것을 생각하면 어찌 한시인들 공부에 소홀히 하겠습니까?

불교에서 출가와 재가를 구별하는 것은 앞에서도 말씀드렸다시피 출가를 하게 되면 재가생활을 하는 것 보다 훨씬 더 나은 수행 환경을 가질 수 있기 때문입니다. 그런 만큼 재가생활을 하면서 수행을 하는 것보다 더 빨리 깨달음이라는 목적을 성취할 가능성이 있게 되는 것이지요. 그러나 단순히 세상의 번거로운 것들을 보지 않고 접촉하지 않는 것만을 목적으로 삼고 출가한다면 그것은 세속의 번뇌를 회피하려는 것이지 그것을 극복하려는 자세가 아닙니다. 그저 번뇌를 회피하는 것에 머물러서 출가의 목적을 달성했다고 생각하면 다시 세속과 접촉했을 때 세속의 번뇌에 여지없이 무너져 버리게 되는 것입니다. 말하자면, 온실의 화초가 바깥의 모진 바람에 쉽사리 꺾이는 것과 같다고 할 수 있습니다.

그런 의미에서는 재가생활을 하면서 수행을 하는 분들이 어떤 면에서는 더 훌륭하다고 할 수도 있습니다. 재가의 수행자는 중생들과 함께 어울려 세파의 온갖 유혹과 번뇌에 직접 부딪치면서도 마음을 조복하고 자비를 베풀며 보살행을 합니다. 그래서 대승불교에서는 출가와 재가를 구분하지 않고 우리의 마음이 어디를 지향하느냐, 어떤 상태를 유지해야 하는가를 중시하고 있는 것입니다.

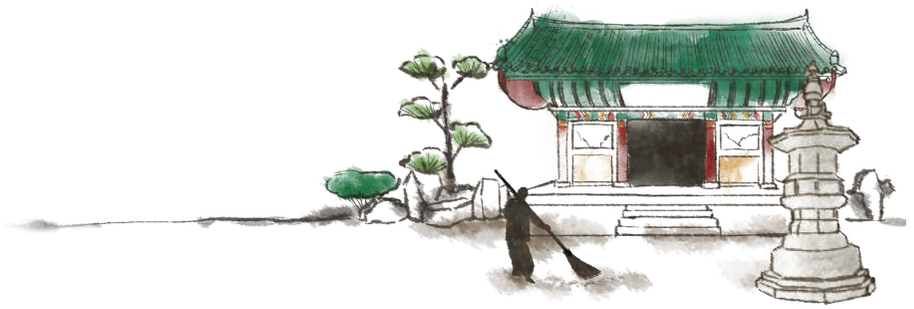
그러나 일반적으로 출가와 재가의 구별은 법을 베푸는 자와 법을 듣는 자의 구별이라고 할 수 있습니다. 출가자는 자신의 수행을 통하여 재가자들을 정신적으로 지도하고 재가자는 여기에 대한 보답으로 출가자가 생업에 마음을 빼앗기지 않고 좋은 법을 베풀 수 있도록 물질적으로 보시를 합니다.

말하자면, 재가자는 출가자에게 정신적인 의지를 하고, 출가자는 재가자에게 의식주의 공급을 받는 것입니다. 이렇게 출가자가 재가자에 대하여 법을 베푸는 것을 법시法施라고 하며, 재가자가 출가자에게 물질적인 것을 공양하는 것은 재시財施가 됩니다. 이러한 상호협력의 관계를 통하여 이 사회가 평화롭게 되고 모든 사람들이 행복한 생활을 누리게 됩니다.

불교의 목적은 개인의 해탈을 통하여 사회의 평화와 행복을 바라는 것입니다. 출가자와 재가자의 원활한 협력에 의하여 사회 전체가 향상 발전될 수 있습니다. 마치 의술이란 것이 의사를 위해서 있다기보다 세상 사람들의 병을 고치기 위해서 있는 것처럼 불교에서의 출가자의 본분도 대다수의 재가자들의 마음의 병을 고치기 위해서 있다고 할 수 있습니다. 재가자들로부터 의식주의 공양을 받고 열심히 수행하여 재가자들을 정신적으로 지도하여 안락하고 행복한 삶을 누릴 수 있도록 해야 하는 것이 출가자의 의무입니다. 이러한 출가자와 재가자의 협력 관계가 부처님 시대에 이미 이루어졌던 것입니다.

지금까지도 출가자와 재가자의 이런 기본적인 구조는 변함이 없으나 각기 그 의무에 소홀히 하는 경향이 있습니다. 특히 사원이 대형화되고 대부분의 사찰이 과거에 비해 의식주의 해결 면에서 훨씬 나아졌는데도 법시를 베푸는 데에 소극적인 모습이 보입니다. 출가자들은 항상 재가자들을 위하여 존재한다는 부처님의 근본정신을 잊지 말고 자신의 수행은 물론 불철주야 법시를 효율적으로 베푸는 일에 매달려야 할 것입니다.

대승불교의 연장선상에 서 있으며 그 정점에서 출현했던 것이 밀교라고 하는데, 밀교의 대표적 경전인 《대일경大日經》에서는 '보리심을 인因으로 하고 대비大悲를 근根으로 하며 방편을 구경究竟으로 한다.'는 말씀이 있습니다. 성불의 궁극적 목적은 자신의 해탈을 뛰어 넘어 방편으로서 모든 중생을 구제하는 것이 궁극의 목적이 되어야 한다는 말씀입니다. 부처님께서 대각을 이루신 후 설법을 망설이시다가 범천의 권청에 의하여 중생들에게 감로의 문을 열기로 결심하신 것도 이러한 이유에서입니다. 출가자들은 이러한 점을 항상 염두에 두어야 할 것입니다.



마중물

# 자녀을 위한 기도

혜총
제5대 대한불교조계종 포교원장
부산 감로사 주지

수학능력시험이 얼마 남지 않은 것을 알 수 있는 것은 법당의 기도 열기만 봐도 알 수 있습니다. 비단 대입 수험생 학부모뿐만 아니라 자녀를 가진 분들마다 자녀 교육에 대해 큰 짐을 짊어지고 있는 것 같습니다. 자녀 때문에 고민을 호소하는 분들이 많은데, 그분들 이야기를 들어보면 대부분 부모에게서 문제를 발견할 수 있습니다. 자녀가 힘들어하면 그냥 지켜보지 못합니다. 숙제를 하면서 끙끙거리면 참지 못해서 도와줍니다.



## 참고 견디는 과정

공부에 방해가 될까 심부름도 잘 시키지 않습니다. 시험기간이라고 제 방 청소도 시키지 않습니다.

그렇게 애지중지 키웠으면 어른이 돼서 부모 은혜를 알아야 하는데 도리어 원망하고 대들기 십상입니다. 개인주의, 자기중심적으로 키웠으니 그럴 수밖에 없습니다. 어떻게 키워야 하겠습니까?

알프레드 월리스라는 영국의 과학자가 발견한 내용입니다.
그는 누에나방이 번데기에서 나방으로 변해 고치를 뚫고 나오는 과정을 연구하고 있었습니다. 나방은 안에서 꼭 바늘구멍 만한 구멍을 뚫고는 그 틈으로 나오기 위해 꼬박 한나절을 애쓰고 있었습니다. 그렇게 힘들여서 나방은 드디어 고치 밖으로 나왔습니다. 그러더니 공중으로 훨훨 짓을 하며 날아갔습니다.

그 학자는, 나방이 작은 구멍으로 힘들게 나오는 것이 보기 딱해서 어느 날 가위로 다른 고치의 구멍을 잘라서 넓혀주었습니다. 나방은 큰 구멍을 통해서 금방 나왔습니다. 그런데 쉽게 구멍에서 나온 나방은 제대로 날지도 못하고 그 무늬나 빛깔도 영 곱지 않았습

니다. 간신히 몇 번 푸드덕거리다가 얼마 지나지 않아 그만 죽어버리고 말았습니다.

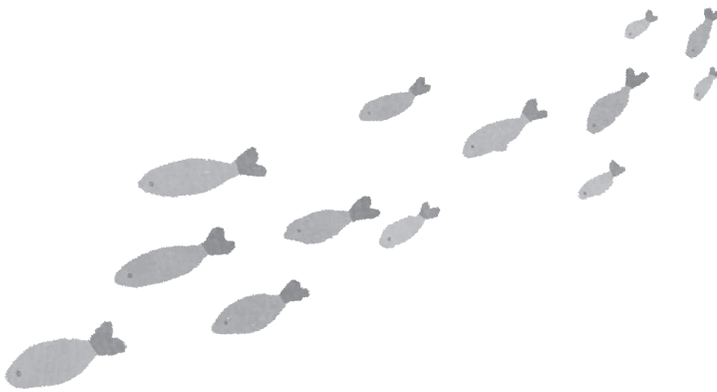
그는 큰 충격을 받았습니다. 자기는 나방을 위해서 선善을 베풀어 주었는데, 나방은 자기 때문에 죽어버린 것입니다. 그 후 그는 "나의 성급한 '자비'가 나방의 생명을 단축시켰다."고 후회했다고 합니다.

자식을 키울 때 어려운 일도 감당할 수 있도록 키우는 게 좋습니다. 요즘같이 풍족한 시절에 일부러 고생을 시킬 수는 없겠지만, 자신이 해야 할 일은 스스로 하게 하고, 어려운 이웃을 위해 봉사를 하거나 인욕을 하는 공부를 시켜야 합니다. 커서 시간이 나면 할 수 있을 것 같지만 그렇지 않습니다. 봉사나 인욕도 성장하면서 몸에 익어야 성인이 되어서도 할 수 있습니다. 떠받들며 키워서는 나중에 후회하게 됩니다. 많은 학생들이 학원에 다니고 괴외를 받으면서, 봉사하고 남을 배려하고 인욕하는 사회생활과 자주적 자아실현의 기회를 갖지 못하고 있습니다. 자녀를 진심으로 아끼고 사랑한다면 부모가 자녀과 함께 한 달에 한 번이라도 절을 찾아 1080배도 하고, 뭔가 어려운 일도 해 보고. 일요일이면 함께 빨래도 하고, 집안 대청소도 하고, 복지관을 찾아 어르신들 말벗도 해 드리게 좋습니다.

북해에서 잡은 청어를 산 채로 런던까지 수송하는 어부는 청어가 있는 물탱크에 숭어 몇 마리를 넣습니다. 숭어에게 잡아먹히지 않으려고 필사적으로 도망다니는 청어는 런던까지 싱싱하게 산 채로 도착한다는 것입니다. 가물치가 사는 논의 마꾸라지는 잡아먹히지 않으려고 도망다니느라 통통하게 살이 찌고 건강했지만, 가물치를 다 잡아내고 난 논에서 자란 미꾸라지는 싱싱하지 않더라는 이야기도 있습니다.

스님들이 도道를 닦는 일도 마찬가지입니다. 참고 견디는 과정이 필요합니다. 매화가 겨울날 세찬 눈보라 속에 서서 지났기에 이듬해 청초한 꽃을 피우고 그윽한 향기를 날리며 열매를 맺는 것입니다. 자녀를 위해 평소 기도를 열심히 해 주는 것도 중요하지만, 하루하루 바른 생활 습관과 좋은 마음가짐, 보살행을 연습할 수 있도록 뒤에서 묵묵히 지켜보고 격려해 주고 실천할 수 있도록 도와주는 것이라는 생각이 듭니다.

- <공양 올리는 마음> 中에서



계율이야기

# 나쁜 마음으로 승가의 법을 거역하지 말고, 그 충고를 거스르지 말라

법경
불교총지종 밀교연구소 소장
법천사 주교

청정한 계율_22

## 승잔죄僧殘罪 제12조 '악성거승위간계惡性拒僧違諫戒'

출가자에게 가장 무거운 죄가 바라이죄이고, 그 다음이 승잔죄이다. 바라이죄를 범하면 승단에서 추방되는 중벌을 받게 되고, 승잔죄를 저지르면 승단에서 따로 떨어져 지내야 하는 별주別住라는 벌칙을 받게 된다. 별주는 추방에 비해 개선의 여지를 두고 있다. 참회를 통해 다시 승단으로 복귀할 수 있기 때문이다. 그래서 승잔僧殘이라 한다.

승잔죄는 비구의 경우 13 가지가 있는데, 그 가운데 열 두 번째에 해당하는 것이 '나쁜 마음으로 승가의 법을 거역하지 말고, 그 충고를 거스르지 말라'는 악성거승위간계惡性拒僧違諫戒이다. 악성惡性은 나쁜 마음이고, 거승拒僧은 승가의 법을 거역하는 것을 말한다. 위간違諫은 충고를 거스르는 것이다. 다시 말해서 승가의 법과 충고를 거스르지 말라고 하는 것이 악성거승위간계惡性拒僧違諫戒이다.

여기서 '나쁜 마음'이란 자기가 잘났다고 여기고 다른 사람들을 함부로 여기는 마음이다. 거만하기 이를 데가 없고 교만하기 짝이 없는 마음이다. 법이 엄연히 존재하는 데도 불구하고 법을 무시하고 어기는 마음이다. 이런 사람은 자기 밖에 모르는 자다. 안하무인眼下無人이 따로 없다. 우리 주변에 이런 사람을 종종 본다. 교만이 넘쳐 흐르는 경우도 많다. 얕은 지식을 가지고 유식한 체 하거나, 조금 알고 있으면서 마치 전부를 아는 것처럼 현학적으로 행동하고, 때로는 다른 사람들을 우습게 여기고 무시하거나 함부로 대하는 사람들도 있다. 이런

마음을 모두 '나쁜 마음'이라 할 수 있다. 바로 악성惡性의 마음이다. 이 마음은 바른 마음이 아니다. 아부하고 이간양설하기 쉬운 마음이며 대중의 뜻을 쉽게 저버리는 마음이다. 또한 다툼과 대립을 조장하고 갈등을 유발시키는 자의 마음이다. 이런 마음을 가진 사람은 남을 비방하고 모함하고 험담하기를 좋아한다. 세상의 모든 구업을 혼자서 짓고 있는 것이다. 참으로 어리석고 안타깝기 그지 없다.

출가자에게 있어서 수행에 큰 장애가 되는 것이 거짓말과 나쁜 마음이다. 이를 악성이라 표현하고 있다. 악성을 지니고서 법과 대중의 충고를 거스르는 일이 승가에서 발생하게 되자 석존은 대중을 불러 놓고 계율을 제정하게 된다. 그 계율이 악성거승위간계惡性拒僧違諫戒이다.

이 계율은 『팔리율』 이나 『마하승기율』 『오분율』에서 12조로 나오지만, 『사분율』 『십송율』 『근본유부율』 『해탈계경』 에서는 13조로 나온다. 그 가운데 『사분율』을 통해 승잔죄 12조의 악성거승위간계惡性拒僧違諫戒의 인연담을 살펴 보기로 한다.

## 승잔죄僧殘罪 제12조 '악성거승위간계惡性拒僧違諫戒'의 인연담

악성거승위간계惡性拒僧違諫戒를 『사분율』에서는 다음과 같이 설하고 있다. 요약하여 싣는다.

부처님께서 구삼비국 구사라원에 계실 때, 찬다 비구가 아라한과를 증득한 후에도 소소한 계를 자주 범하자 여러 비구들이 이를 충고하였다. 그러나 찬다는 의도적으로 그 충고를 받아들이지 않을 뿐 아니라 오히려 비구들에게 큰소리를 쳤다. "그대들은 나의 잘잘못을 말하지 말라. 나는 그대들의 시비를 논할 수 있으나 그대들은 나에 대하여 옳고 그르고를 말할 자격이 없다. 나는 언덕 위에 우뚝 솟은 큰 나무와 같고, 그대들은 마치 큰 바람에 날려 한 구석에 모여 있는 낙엽과 같다."고 말하였다. 찬다 비구는 누구의 말도 듣지 않아 그를 제재할 자가 없었다.

이에 아난은 부처님께 모든 사실을 말씀드리고, "어떻게 해야 저 악성惡性의 비구를 다스릴 수 있겠습니까?"하고 여쭈었다.
부처님께서는 찬다의 거만한 마음을 듣고 다음과 같이 말씀하시며, 계를 제정하셨다.

> "만약 어떤 비구가 나쁜 마음으로 대중의 충고를 받아들이지 아니하여 모든 비구들이 계법戒法 가운데 여법하게 충고하여도 그 비구가 충고를 받아들이지 않고, '비구들이여, 나에 대해서는 잘못을 말하지 말라. 나도 그대들에 대해 시

비를 말하지 아니할 것이니 그대들은 나를 귀찮게 하지 말라.'고 오히려 항변한다면, 다음과 같이 말해야 한다.

'비구여, 충고의 말을 받아들이지 않으려 하지 말고 마땅히 그 충고를 받아들이시오. 그대가 모든 비구들에게 법답게 충고하고, 또 모든 비구들도 역시 그대에게 법답게 충고해야 하는 것이오. 그리하여 승단의 회중會衆이 서로 설시說示하고, 서로 협력하는 것에 의해서 번영하는 것이오.'라고 충고해야 할 것이다.

그러나 이와 같이 비구들이 충고하여도 고집을 버리지 않거든 그 비구에게 세 번까지 간고諫告해야 할 것이며, 세 번까지 간고해서 그것을 버리는 자는 착하고, 그래도 버리지 않으면 승잔죄僧殘罪이니라."

충고를 거역하면 승잔죄 가운데 하나가 된다. 충고를 거역하는 것이 왜 승잔죄가 되는가. 불교의 출가수행자들은 자기의 과실을 지적당하면 감사하게 받아들이고, 죄를 인정하여 참회하고, 서로 충고하면서 함께 수행하도록 하고 있다. 그런데 찬다 비구처럼 다른 사람의 여법한 충고를 받아들이지 않고 고집을 부리는 것은 불교의 수행에 위배되는 것이다. 이를 엄하게 가책하고 다스리기 위해서 이러한 승잔죄를 제정한 것이다. 승가는 상호간에 결점이나 과실을 서로 지적하고 서로 충고하면서 수행하는 곳이다. 승가에 포살과 자자라는 법회가 있는 이유다.

위의 조문條文에 '여법如法하게'라는 말이 나온다. '여법如法'은 '법과 같이' '법에 맞게'라는 뜻이다. 즉 법에 어긋나지 않아야 한다는 말이다. 그 법은 바로 학처學處, 계율이다. 계율에 어긋나는 것에 대해서, 법에 맞게 말하는 것이 '여법'한 것이다. 부당不當한 사항을 정당正當하게 지적하고 충고하는 것이 곧 여법如法이다.

'여법'을 우리의 일상에 비유한다면, '상식'이라 말할 수도 있다. 상식이란 사회 구성원이 함께 공유하고 당연하게 여기는 가치관이나 지식, 판단력을 말한다. 따라서 상식선에서 벗어나지 않는다면, 그것은 '여법한 것'이라 할 수 있다.

찬다 비구가 한 말 가운데 '비구들이여, 나에 대해서는 잘못을 말하지 말라. 나도 그대들에 대해 시비를 말하지 아니할 것이니 그대들은 나를 귀찮게 하지 말라.'는 말이 있다. 이 말은 서로 간섭하지 말고 무관심하게 지내자는 것과 다름 없다. 이러한 사람은 수행공동체에서 같은 법을 듣고 함께 수행하는 도반이라 할 수 없다. 여기서 그치지 않고 찬다 비구는 "나는 언덕 위에 우뚝 솟은 큰 나무와 같고, 그대들은 마치 큰 바람에 날려 한 구석에 모여 있는 낙엽과 같다."고 악담하고 있다. 독선과 아집의 극치다. 찬다 비구의 언행은 출가수행자의 모

습이라 할 수 없다. 안하무인과 독선적인 마음은 승단을 병들게 하고, 불화不和와 파승破僧을 초래하게 된다. 대화를 하지 않겠다는 찬다 비구의 모습에서 불통不通이 느껴진다. 대화가 없으면 소통할 수 없고 불통은 오해와 불신, 대립과 반목을 낳는다. 오늘날 부부의 위기, 가족의 해체는 바로 이와 같은 불통不通에 기인한다고 할 수 있다.

대화가 없는 가족은 소통과 화합을 기대할 수 없고 결국 단절로 가게 된다. 단절은 분열과 파멸을 부른다. 발전과 번영도 기대할 수 없다. 특히 춘다와 같이 다른 사람과의 대화를 꺼려하고 충고를 거부한다면, 화합중和合衆의 승가를 이룰 수 없다.

승가의 수행자들은 서로 서로 대화하고 충고할 수 있어야 한다. 그러나 그것은 어느 한 쪽에서 일방적으로, 편파적으로 행하는 것이어서는 안된다. 어느 한 쪽의 전유물이 아니기 때문이다.

대화對話란 무엇인가. 서로 마주 보고 짝이 되어서 얘기하는 것이다. 즉 상대相對하여 말하는 것이 대화이다. 서로 주거니 받거니, 오손도손 얘기할 수 있어야 대화라 할 수 있고, 대화가 있어야 화합승가를 이룰 수 있다. 충고 또한 마찬가지이다. 서로가 서로를 위해서 서로에게 따뜻한 충고를 해주어야 화합중和合衆으로 갈 수 있다.

화합중和合衆을 이루려면 승가의 모든 구성원들의 끝없는 노력이 필요하다. 이것은 한 두 사람의 노력만으로 이룰 수도 없다. 구성원 모두가 다같이 노력해야 한다. 그 노력에는 여러 가지가 바탕이 되어야 할 것이다. 그 가운데 하나로 자애심慈愛心을 꼽을 수 있다. 상호간의 비난과 모략, 질타와 경시가 아니라 자애慈愛로써 상대를 대해야 할 것이다. 자애는 다툼과 갈등을 멈추게 한다.

따라서 대화와 충고는 마음에서 우러 나오는 자비와 사랑이 바탕이 되어야 할 것이다. 바로 불교의 자慈 비悲 희喜 사捨의 사무량심四無量心이라 할 수 있다. 이 사무량심 속에서 화합중, 나아가 불국정토를 이룰 수 있다.

승가의 화합과 발전을 위해 석존은 '서로 설시說示하고 서로 협력하라'고 설파한다. 위의 율장에서 보이는 내용 그대로다. "회중會衆은 서로 설시說示하는 것에 의해, 서로 협력하는 것에 의해서 번영하는 것"이라고 지적하고 있다.

'서로 설시說示한다'는 것은 서로 말하고, 서로 보여주고, 공개적으로 의논하며, 모든 것을 함께 한다는 것을 의미한다. 여기에는 독단과 독선, 일방통행이 없다. '더불어'라는 말이 잘 어울린다. 불교의 '동체대비심同體大悲心'을 말하는 것이다.

그런 점에서 '서로 협력하는 것에 의하여 번영한다'는 조문條文은 우리에게 시사하는 바가 크다. 서로 협력하고 화합하는 것이 승가의 본래의 모습이자 본뜻이기 때문이다. 화합과 협력 속에서 승가의 번영

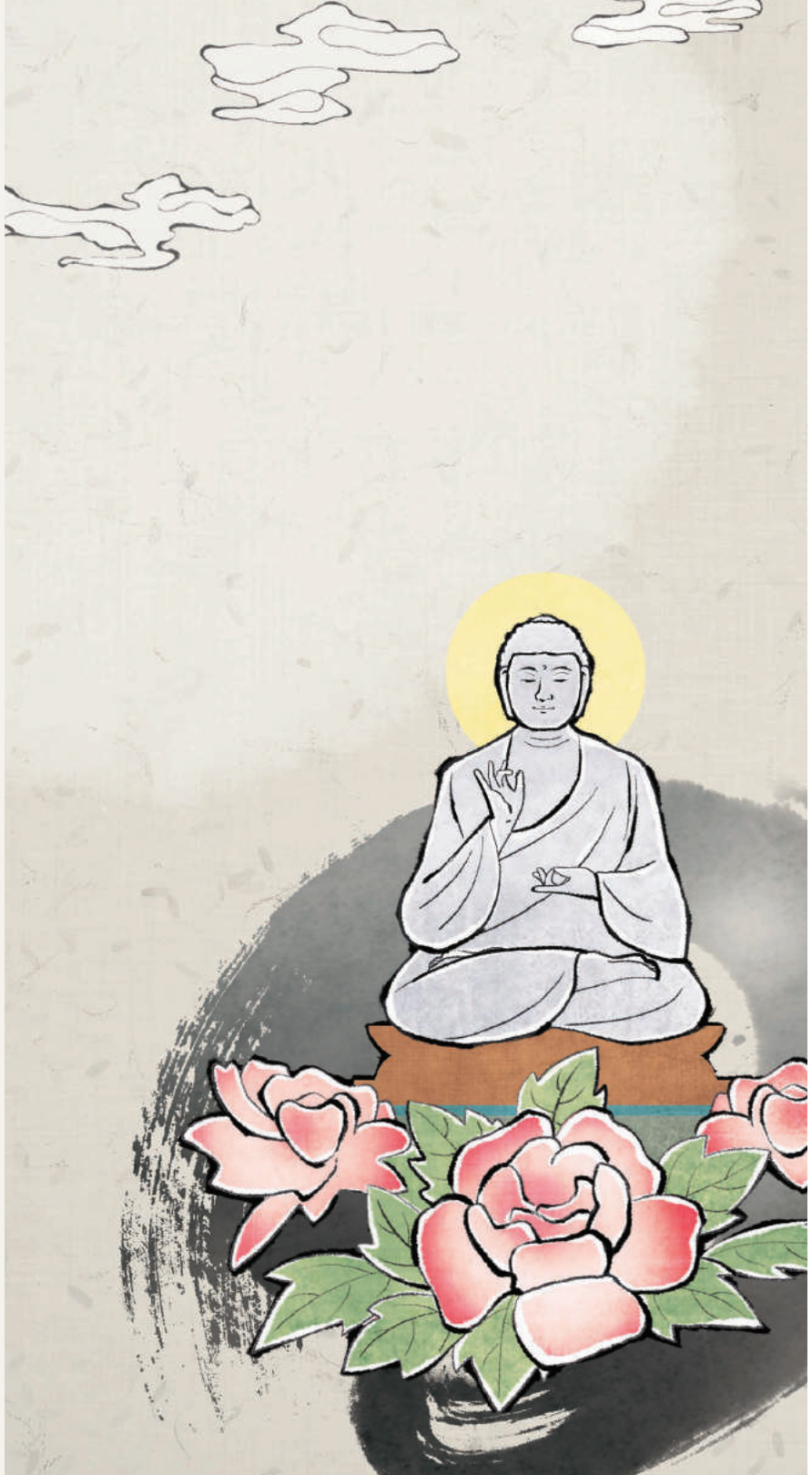
을 가져 올 수 있다.

협력은 참으로 중요한 말이다. 서로 협력하는 데서 화합이 이루어진다고 확신한다. 화합의 필수조건이 바로 협력이다. 이와 달리 서로 이간질하고 상대를 배척하는 분위식 속에서는 화합을 기대할 수 없다. 밝은 미래는 요원하다.

조문의 끝부분에 나오는 '세 번까지 간고諫告한다'는 문구는 참으로 낯이 익다. 오늘날의 삼진아웃제, 삼심재판제三審裁判制를 연상케 한다. 기회를 여러 번 준다는 측면에서 같은 의미를 지니고 있다. 개선, 정확성, 공정성 등 여러 가지가 내포되어 있다. 그 가운데 개선의 여지를 준다는 점에서 삼진아웃제와 세 번의 간고諫告는 많이 닮았다. 개선의 여지가 없으면 최종적인 징계가 내려진다. 그 징계도 승가에서 적법한 절차를 거쳐 결정된다. 이를 갈마羯磨라 하는데, 모든 율장에서 반드시 갈마의 절차를 거쳐서 징계를 내리도록 규정하고 있다.

율장을 보노라면, 참으로 '민주적이다'라는 생각을 하게 된다. 율장과 석존의 가르침 속에서 많은 것을 배운다. 협력과 화합, 대화와 충고, 징계와 갈마가 이번 호의 키워드라 할 수 있다.

다음호에서 승잔죄 제13조의 '가정과 마을을 더럽혀 놓아 떠나라는 충고를 거역하지 말라'는 오가빈방위간계汚家謗違諫戒에 대해 살펴보기로 한다.



살다보면

# 아낌없이 주어라, 그리고 잊어라

이옥경
수필가 · 방송작가

· 1984년 KBS 라디오 드라마 당선
· 1985년 문예지 '한국문학' 수필부문 신인상 당선
· 2013년 백교문학상 수상
· 한국문인협회, 한국방송작가협회 회원

자동차를 이동을 위한 도구 그 이상도 이하도 아니라고 생각하기 때문인지 차에 대해 조금 무신경한 편이다. 누군가가 범퍼에 흠집을 내고 갔어도 '범퍼는 자동차를 보호하기 위한 거니까….' 하면서 크게 애면글면 하지 않는다. 세차도 두어 달에 한 번쯤? 대시보드의 먼지를 닦거나 발판의 모래를 털어내는 정도가 고작이다 보니 더럽지 않다는 것뿐, 차가 반짝반짝할 때가 드물다.

더군다나 그 날은 유독 차 안팎이 온통 흙투성이였다. 여러 날 비가 오는 바람에 가는 길에 오는 길에, 태워주고 내려달라는 이들의 부탁을 들어주다 보니 안 그래도 꼬질꼬질한 차가 눈 뜨고 못 볼 지경이었다.

가는 날이 장날이라고, 또 어떤 이가 동승을 부탁해 왔다. 그 양반 입장에서야 '가는 길에….'라고가 될지 몰라도 상당히 멀리 돌아가야 하는 나로서는 기름 값에 시간까지, 귀찮다는 생각과 함께 머릿속에서 좀스러운 계산기가 작동할 일. 그래도 어쩌겠는가. 품위 유지를 위해서 웃으며 고개를 끄덕인 것까지는 좋았는데 이게 웬 일?

그 양반, 차에 타자마자 "아이구, 산에 도굴이라도 하러 갔다 왔어? 차가 엉망일세!" 하면서 앞뒤좌우를 살피더니 "이 선생, 보기와 달리 성격이 털털한 모양이야. 차 안의 나쁜 공기가 건강에 치명타라잖아." 라는 충고까지 덧붙인다. 비 때문에 세차를 하지 못했다는 궁색한 변명에도 혀까지 차가며 "차량용 청소기로 털어내면 될 걸. 왜? 청소기가 없어?" 하면서 마침 자기에게 두 개가 있으니 하나를 주겠단다.

당연히 사양을 할 일. 손사래까지 쳐가며 극구 사양을 한 까닭인즉슨 그동안의 일로 봐서 그 청소기라는 것이 별로 쓸 만하지가 않을 것 같아서였다. 인정 많고, 맺힌 데 없이 유쾌한 성격이라 평판이 좋은 사람인데 어쩌다 한 번씩 그가 건네는 것은 이상하게도 온전한 게 거의 없었다.

예를 들자면 유통기한을 훌쩍 넘긴 음료수라거나 딱딱하게 굳어진 찹쌀떡, 시들시들하게 탄력을 잃은 귤, 여기저기 굴러다닌 흔적이 여실한 화장품 샘플, 살 부러진 개업기념 우산, 칠이 벗겨지거나 얼룩이 묻은 기념품 세트 같은 것들….

더 황당한 건 그런 함량 미달의 것들을 '하늘을 우러러 한 점 부끄러움 없이' 너무도 당당하게 주는 그의 태도다. 자신에게 소용이 없어졌거나, 남에게 줘도 아깝지 않은 그것들을 '정말 좋은 것을, 오로지 너를 위해 준비했어.' 하는 듯… 거의 일방적으로 떠넘기면서도 베푸는 자의 호기로움이 가득한 그의 모습을 어떻게 이해해야 할지.

진심으로 사양하고 또 했음에도 불구하고 며칠 후 기어코! 나는 문제의 청소기를 건네받을 수밖에 없는 사태에 처하고 말았다. 사무실 앞에 차를 대놓고 기다리는 그의 의기양양한 모습을 보니 올 것이 왔구나 하는 암담한 기분마저 느껴졌다. 예감은 틀리지 않아서 역시나… 그가 트렁크에 실려 있던 큼직한 종이봉투에서 꺼내 보이는 '두 개 중의 하나'가 분명한 청소기라는 그것은 한눈에 봐도 골동품 수준이었다. 그리고 그 옆에는 또 다른 '두 개 중의 하나'임직한 미끈한 청소기가 나란히 놓여 있었다.

불쾌함을 누르며 거절에 거절을 거듭하는 내게 반 강제로 종이봉투를 들려주며 그가 하는 말이, 7~8년밖에 안 됐으니 아직은 쓸 만할 거란다. 과연 그 청소기의 성능은 충격에 가까웠다. 거치대 뒤 낡은 종이에 암호처럼 남아있는 설명을 꿰맞춰 해독한 후, 8시간 충전을 했음에도 불구하고 죽은 사람의 콧김만큼도 못한 그것은 머리카락 하나도 빨아들이지를 못했다.

다음날, 득달같이 전화가 왔다. 청소기 써 봤냐며, 잘 되지? 하는 그의 목소리에서 넘치는 베푼 자의 호기로움이라니. 욱하는 심정에 나도 소가지 자랑을 할 수밖에. 청소기를 돌려 드려야 할 것 같은데, 그대로 드릴까요, 아니면 발로 밟아서 돌려 드릴까요?

그리고 나는 그의 동의를 구하지도 않고 그것을 분리수거함에 콱 쑤셔 박아 버렸다. 그렇게라도 하지 않으면 불쾌한 마음이 가시지 않을 것 같았다.

그 청소기가 어떤 상태였는지 그는 알았을 것이다. 인색함만도 못하다. 왜 그런 미련한 짓으로 사람 마음에 상처를 낸단 말인가.

**님에게는 아까운 것이 없이**
**무엇이나 바치고 싶은 이 마음**
**나는 거기서 보시布施를 배웠노라**

-춘원 이광수/애인(육바라밀) 중에서

아까운 것이 없는 그 마음이 온전한 베풂이다. 보시바라밀布施波羅蜜이라는 말과도 일맥상통한다. 보시는 남에게 베푸는 일이다. 자신이 쓰고 남는 것을 베푸는 게 아니라 자신이 줄 수 있는 모든 것을 아낌없이 내어주는 것이다. 부처님은 보시할 때 어떠한 보답을 바라서도 안 되며 나아가, 자신이 남에게 보시한다는 생각조차 하지 않아야 한다고 말씀하셨다. 자신과 다른 사람을 두루 행복하게 하는 보시의 완성, 보시바라밀에 이르는 길은 그리 쉽지 않은 것 같다.

소유에 대한 강한 집착과 욕심으로부터 자유로울 수 없는 게 사람인 바…. 치졸하다, 모자라다 비난의 잣대를 들이대기나 하면서 그런 것조차도 나누고 베풀지 못하는 나야말로 누구를 비난할 자격조차 없는 건 아닐까.

그렇지만 감히 소망해 본다. 이제라도 그가 보시의 참 의미를 깨닫게 되기를. 그리하여 그 자신이 갖고 있는 훌륭한 인품이 온전해지기를. 부족한 나 또한 그를 배워 보시의 기쁨에 동참할 수 있기를.

향유

# 춘화경명春和景明

김혜진
미술교사

"
봄날이 화창하고
산수의 경치가 맑고 아름다움
"

# 부부夫婦

서령
법황사 주교

누군가가 여러분에게 5월은 무슨 달인가요? 라고 질문하면 대개는 5월? 5월은 가정의 달이지! 라고 대답할 것입니다. 그만큼 5월에는 가족과 관련된 날이 많습니다. 5월 5일은 어린이날, 5월 8일은 어버이날 또한 '가정의 달'인만큼 부부의 첫 시작을 알리는 결혼식이 가장 많이 행해지는 달이기도 합니다. 그렇다면 5월 21일은 무슨 날인지 아시나요?

5월 21일은 '부부의 날'입니다. 둘(2)이 만나 하나(1)가 된다는 의미로 21일이 부부의 날로 지정되었다고 합니다. 각자의 삶을 살아오던 두 사람이 만나 혼인을 통해 부부가 되고 부부로서 하나의 가정을 이루게 됩니다. 부부가 도중에 이혼을 하지 않는다면 각자의 삶을 살아온 세월보다 더 많은 세월을 부부의 삶으로서 살게 되는 것입니다.

요즘은 흔히들 100세 시대라고 합니다. 그러면 30살에 결혼을 한 부부가 있을 때 30년은 개인의 삶이였고, 남은 70년은 나의 배우자와 함께 하는 부부로서의 삶이 되는 것입니다.

그렇다면 내가 살아온 날들보다 더 많은 날들을 함께 할 배우자와 어떻게 살아야 할까요?

처음 부부의 연을 맺었을 때는 서로의 눈에 콩깍지가 씌어 상대방의 단점은 잘 보이지 않습니다. 그 사람의 모든 것이 사랑스럽게 보일 뿐이죠. 이런 시기에는 나보다는 상대방이 먼저 보입니다. 그러다가 차츰차츰 상대방의 단점이 눈에 들어오고 나중에는 상대방보다는 나 자신이 우선시되며 나의 힘든 점, 내가 원하는 것을 몰라주고 그렇게 해주지 않는 상대방에게 화가 나고 자연스레 미워지게 됩니다. 길다면 길고 짧다면 짧은 것이 인생입니다.

그런 인생을 누군가를 미워하기 보다는 사랑하며 사는 게 낫지 않겠습니까? 더군다나 그 누군가가 내가 죽을 때까지 나와 함께 할 나의 반려자라면 말입니다.

부부로서 몇 가지만 명심하고 행하며 산다면, 싫고 미워진 배우자가 아닌 여전히 처음의 내가 사랑하는 그 배우자와 결혼 생활을 지속할 수 있을 것입니다.

첫째, 부부의 삶은 맞춰가는 과정의 연속이다.
부부는 각자의 삶을 살아오던 두 사람이 만나 하나의 부부가 되는 것입니다. 따라서 서로 다른 가정환경, 서로 다른 경험들, 개인의 가치관 등이 나와 같을 수 없습니다. 그러니 충분히 많은 대화를 통해 의견 조율을 해나가야 하고 너와 나의 생활방식들을 이제는 너와 내가 아닌 우리의 생활방식으로 다시 써나가야 하는 것입니다.

둘째, 편할수록 예의를 갖춰라.
편한 가족일수록 함부로 대하는 경향이 있습니다. 남들에게는 나의 이미지도 있고 사회생활이란 것을 생각하며 최대한 대화를 통해 갈등을 해결하려 하고 불쑥불쑥 화가 나더라도 한 번 더 생각해 보지만, 가족일수록 이 사람은 나를 이해해주겠지 내가 이렇게 하더라도 우리 사이가 남처럼 끝낼 수 있는 사이는 아니잖아? 라는 생각을 합니다. 하지만 이건 불합리한 생각입니다. 나에게 있어 소중한 사람은 남이 아닌 당연히 나의 가족이고 그런 가족에게 남보다 더 함부로 대한다니요.

셋째, 익숙함에 속아 소홀하지 말자.
엄마들에게 이런 말을 많이 들어보셨을 겁니다. "엄마 죽고 나서 후회하지 마라 너?" 우리네 인생은 언제 어느 때 어떻게 될지 모르는 인생입니다. 있을 때 잘하라는 말이 괜히 있는 것이 아닙니다. 지금은 내가 너무 힘드니까, 오늘만 날은 아니잖아? 이런 생각 말고 지금 순간순간에 나의 배우자에게 잘하며 삽시다.

넷째, 만족과 불만을 부드럽고 진솔하게 표현하자.
내가 배우자에게 만족한 부분과 불만인 점을 솔직하게 말하는 것이 좋습니다. 내가 이런 점에서는 만족을 느끼고 이런 점은 좋아하지 않는다고 확실히 표현을 해야 상대방이 알 수 있습니다. 표현을 해야 알 수 있고 그것에 대해 다시 맞춰나갈 수 있는 것입니다. 또한 불만을 말할 때 퉁명스럽게 말하는 것이 아니라 부드럽게 이런 부분에서 내가 만족을 느끼지 못한다고 하는 것이 서로의 감정을 상하지 않게 하는 방법입니다.

부부 간의 호칭들 중 여보는 여보女寶로 즉 '보배와 같다.' 라는 말이고, 당신은 당신當身이라는 한자를 써서 '내 몸과 같다.' 라는 말입니다. 또 마누라는 '마주보고 누워라.'의 준말이고 여편네는 '옆에 있네.'에서 왔다고 합니다.

부부로서 서로에게 부르는 호칭의 뜻이 상대방을 얼마나 소중하게 여기는지 알 수 있게 해줍니다. 앞서 말한 명심할 점 네 가지를 그래 '그렇구나'하고 알고만 넘어가면 안됩니다. 모든 것은 그냥 알고 넘어가는 것이 아니라 실제로 행해야 의미가 있는 것입니다. 또한 배우자에게 여보, 당신이라고 부를 때마다 그 뜻을 한 번 더 생각하고 뜻처럼 상대방을 보배와 같이, 또 내 몸과 같이 대해야 할 것입니다.

회광반조

# "탈脫진실" 사회 살아가기 진실 vs 거짓

김봉래
불교방송 불교사회인의 책임 실천운동TF팀장 겸 기획위원

"

여래는 사실이 아니고 진실되지 않고 유익하지 않은 말들과 사실이고 진실되지만 유익한 말들이 각각 상대에게 불쾌감을 준다면 그런 말들을 하지 않으며, 사실이 아니고 진실되지 않고 유익하지 않은 말들과 사실이고 진실되더라도 유익하지 않은 말들이 각각 상대에게 기분 좋고 유익함을 준다 하더라도 그런 말들을 하지 않는다.

"

<맛지마 니까야>

미국 제45대 대통령 선거에서 예상을 뒤엎고 당선한 부동산 재벌 출신의 트럼프 대통령이 지난 1월 취임하면서 세계 각국에 불안감이 고조되고 있습니다. 또한 우리나라는 최순실 국정농단 사태로 촛불 집회와 맞불 집회로 민심의 분열상이 드러나고 있습니다. 차기 주자들이 앞다퉈 나선 가운데 반기문 전 UN사무총장도 정치를 바꿔보겠다며 나섰지만 정치 입문 20여일만에 낙마해 설익은 모습을 보여주기도 했습니다.

주목할 것은 트럼프의 당선이나 반기문 총장의 낙마 등 갖가지 사건에는 이른바 '가짜뉴스'들이 판치며 진실을 가리고 있다는 사실입니다. 미 대선에서는 트럼프가 프란치스코 교황의 지지를 받고 있다느니 클린턴 전 대통령이 이슬람 국가에 무기를 판매했다느니 하는 가짜뉴스가 나돌았다고 하죠. 막말 논란을 빚은 트럼프가 유권자 지지를 28만표 이상 적게 받고도 '승자독식' 방식에 힘입어 선거인단을 77명이나 더 많이 확보하는 예상 외의 일이 벌어지는데 가짜뉴스가 결정적 영향을 미친게 아니냐는 논란이 많습니다. 또 반기문 전 총장은 대통령 출마가 유엔 결의 위반이라느니 퇴주잔을 음복잔으로 잘못 알고 마셨다는 식의 가짜뉴스에 얼마 견디지 못한 채 뜻을 접어야 했습니다.

영국의 옥스퍼드사전은 2016년 단어로 'post-truth'를 선정했습니다. "탈진실脫眞實"로 번역되는 이 말은 사실이나 진실보다는 개인적인

감정이나 믿음이 지배하는 사회의 위험성을 지칭하기 위해 쓰였습니다. 민주주의는 말 그대로 시민이 주인이 되는 사회이고, 시민은 그에 걸맞은 양식을 지니고 있어야 민주주의를 지켜나갈 자격이 있다고 할텐데, 현실은 그렇지 못하다는 측면을 보여주고 있습니다. 특히 소셜 네크워크 시대가 되면서 가짜뉴스가 대량 살포되고 그에 따른 피해 또한 심각한 상황입니다.

페이스북의 CEO 마크 주커버그Mark Zuckerberg는 지난해 미국 대선 직후 페이스북의 내용은 99% 진실하다고 맞서다 가짜뉴스 논란이 식지 않자 결국은 "할 일을 하겠다"고 입장을 바꿨습니다. 가짜뉴스 신고 절차를 더 간소화하고 가짜뉴스로 판명난 것을 쉽게 알 수 있도록 꼬리표를 붙이겠다는 것 등이었습니다. 선거 과정에서 가짜뉴스로 홍역을 치른 구글의 CEO 순다르 피차이Sundar Pichai도 전반적으로 가짜뉴스가 문제가 될 수 있음을 인정하고 "신뢰할 수 있는 뉴스를 공급하겠다"고 약속했습니다.

하지만 상황은 녹녹치만 않습니다. 이른바 소셜 미디어Social Media가 수많은 정보와 의견을 실어 나르며 사람들은 정확한 판단을 할 수 있는 여유를 갖지 못합니다. 그때그때 흑색선전이 난무해도 바로 잡는 데는 시간이 걸리는데, 그럴 즈음이면 벌써 상황은 끝이 나 있습니다.

흑색선전으로 인한 피해를 보상받을 수 있는 상황이 아니어서 고스란히 피해를 안고 갈 수 밖에 없는 게 현실입니다.

이런 상황에서 진실은 제대로 조명받기 어렵습니다. 사람들은 인과因果의 도리를 제대로 믿기 어렵습니다. 왜냐하면 가짜뉴스를 통해 인과 자체를 지어내고 날조하기까지 하기 때문이죠. 상황은 여러 변수들의 종합적인 결과인데, 몇 가지 변수만을 기계적으로 엮어 인과관계를 그럴듯하게 지어내기도 합니다. 자신의 입장을 합리화하기 위해 실제의 핵심적인 요인은 배제되거나 소홀이 다뤄집니다. 21세기 대명천지에 우리가 너나 할 것 없이 이러한 어리석음을 범하고 있지는 않은지, 특히 그러한 어리석음이 조직 속에 파고들어 있지는 않은지 돌아볼 일입니다.

그리스의 철학자 플라톤은 일찍이 중우정치衆愚政治의 위험성을 지적하고, 철학자가 다스리는 사회를 제안했지요. 플라톤의 철인정치哲人政治

는 정치지도자가 제대로 역량을 갖춰야 함을 지적한 말입니다. 오늘날의 현실에서는 지도층 뿐 아니라 시민 한 사람 한 사람이 지혜와 역량을 갖춰야 함을 일깨워 준다고 하겠습니다.

무엇보다 석가모니 부처님께서는 설령 당신의 말씀이라 하더라도 무조건 믿고 따르지는 말라고 당부하셨습니다. 스스로 납득되기 전까지는 당신의 말씀이라 해도 의심도 하고 따져도 보라고 하셨습니다. 열반에 드시기 직전에 하신 유훈에서도 '법등명 자등명法燈明 自燈明', 진리에 의지하고 스스로에 의지하라고 강조하셨지요. 불교처럼 각자의 각성을 당부하는 종교는 드물 겁니다. 이제 우리는 누구의 말에 휘둘릴 게 아니라 스스로 지혜를 밝혀 거센 세파를 돌파해 나가야 합니다. 그러한 길에 함께 하는 도반들의 모임, 승가 공동체는 집단지성을 발휘하는 곳입니다. 우리 모두 지혜와 자비의 등불을 함께 밝혀 불국토건설佛國土建設에 앞장섭시다.

**저자 | 김봉래**

1990년 불교방송 기자로 입사한 이래 보도국에 오랫동안 근무하고 기획관리국장, 부산불교방송 경남본부설립추진단장 등을 지냈다. 조계종 국제포교사로 국제포교와 캠퍼스 포교 활동에 관심을 갖고 활동하고 있다.

# 대장부의 초지일관

안정복安鼎福

| | |
|---|---|
| 風流俗移 | 풍류속이 |
| 士君子身上三尺法不變 | 사군자신상삼척법불변 |
| 天飜地覆 | 천번지복 |
| 大丈夫心中一寸鐵未銷 | 대장부심중일촌철미소 |

풍속이 흐르고 변한다 해도
군자의 몸에 석 자의 법은 변하지 않고
천지가 뒤집히고 엎어진다 해도
대장부 마음 속 한 치의 쇠는 녹지 않는다

- 『순암집順菴集』권19, 「경어일련警語一聯」中에서

이 글은 조선 후기의 대학자 순암 안정복이 1782년에 지은 주련柱聯입니다. 그 서문에 이르기를, 세상이 쇠퇴하여 예의와 염치가 모두 없어져 사람들이 지조가 망가지고 명절名節이 손상되어도 조금도 걱정하지 않게 되었는데 자신도 자칫하면 그 흐름에 휩쓸려 하늘로부터 부여받은 선한 본심을 보전하지 못할까 두려워 이 글을 지어 스스로를 경계한다고 하였습니다. 온 세상이 점점 쇠퇴하는 데에 대한 깊은 탄식과 스스로 단속하여 변하지 않겠다는 굳은 결심이 엿보입니다.

풍속風俗이야 쉽게 변하는 것이지만 사군자士君子가 몸에 갖추고 있는 법法은 조금도 변함이 없습니다. 법은 본래 '변함없는 것常'입니다. 주위 풍속이 모두 변하여도 내가 준행하는 이 법은 변함이 없어야 합니다. 이제 여기서 더 나아가, 천지天地가 개벽하는 상황이 되더라도 대장부 마음속에 있는 한 치의 강철 같은 굳센 마음은 조금도 녹지 않습니다. 장구長久한 하늘과 땅마저 뒤집혀 완전히 바뀌었는데도 그 마음은 변함이 없으니 과연 강철과 같다고 하겠습니다. 변하는 것은 모두 그 수가 많고 규모가 큰 것들인데, 변하지 않는 것은 석 자, 한 치의 작은 것들입니다. 이러한 대조적인 표현을 통해서 지금까지 지켜온 마음가짐을 결코 바꾸지 않겠다는 순암의 결연한 다짐이 더욱 분명하게 드러납니다.

시간이 지나면 세상은 변합니다. 아름다운 물건도 추해지고 깨끗한 사물도 더러워집니다. 물론 그 반대 경우도 있을 수 있지만, 아쉽게도 세상에는 선하고 아름다운 것들이 악하고 추한 것으로 바뀌는 경우가 더 많은 듯합니다. 사람도 마찬가지입니다. 본래 성실했던 사람이 게을러지기도 하고, 선

량했던 사람이 악독해지기도 합니다. 그래서 어떤 일을 시작할 때는 늘 처음의 마음가짐을 잊지 말라고 당부합니다. 또 누군가를 시종 한결같다고 평가하는 것은 굉장한 칭찬이 됩니다. 변함없이 처음의 마음가짐을 지키기란 그만큼 어려운 일입니다.

이 주련을 썼을 때 순암은 71세의 고령이었습니다. 노년에 자신의 혈기가 쇠함에 따라 지기志氣 역시 꺾이게 될까 걱정되어 이 글을 썼다고 합니다. 노성한 대학자의 각오가 이제 막 학문을 시작한 젊은 학자의 자신감 넘치는 기상 못지 않습니다. 노년이 되어서도 스스로 지켜온 가치와 마음가짐을 변치 않겠다는 그의 결심은 보는 사람의 마음 또한 강하게 만듭니다.

- <한국고전번역원 하기훈 연구원의 한시감상> 中에서

**저자 |** 안정복(1712~1791)

순암 안정복安鼎福. 숙종 말기에 태어나서 정조 말기에 세상을 떠난 실학자

**한국고전번역원**

우리 선조들의 정신문화를 담고 있는 한문 고전의 수집·정리·번역을 통해 한국학 연구의 기반을 구축하고, 나아가 전통문화를 계승·발전시키기 위해 2007년 11월 교육부 산하 학술연구기관으로 출범한 기관

씨앗한알

# 처음 하듯이

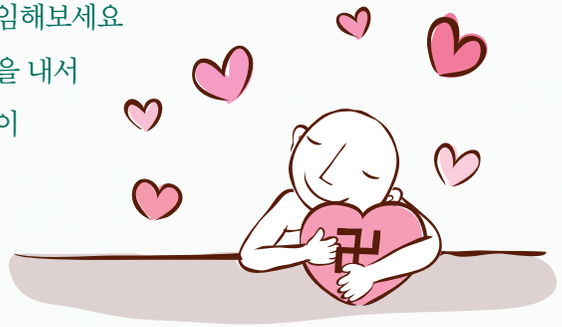
법륜
정토회 지도법사
평화재단 이사장

우리가 인생을 살면서
습관적으로 살기 쉽습니다

어떤 일을 하거나
사람을 만나거나 할 때에도
처음 대하듯 하기가 어렵지요

우리가 가보지 않은 곳을
처음 구경해보면 신기합니다
그래서 자세히 봅니다

인생도 그렇게 해보세요
신기한 마음으로 인생에 임해보세요
어떤 일이든 새로운 마음을 내서
정성을 다해서 처음 하듯이



일이 잘 되지 않을 때, 처음 시작할 때의 자리로 돌아가면 길이 다시 보입니다.
헝클어진 일도, 답답하고 꼬인 인간관계도 처음의 자리로 돌아가면 실마리가 보입니다.
혹시 어려운 일이 있다면 처음의 마음으로 다시 돌아가 보세요. 처음의 마음으로 돌아간다면 어떠한 난관도 이겨낼 수 있는 비밀의 문을 찾을 수도 있을 것입니다.

무슨 일을 하더라도 처음의 설레임을 잊을 수가 없습니다.
사랑하는 사람을 처음 만날 때의 설레임과 떨리던 마음, 첫 출근의 벅찬 감정과 열정적인 마음, 대학에 입학해서 처음 학교 갈 때의 기쁨과 설레는 마음, 그 마음들만 되살릴 수 있다면 모든 것에 감사한 마음으로 살아 갈 수 있을 것입니다. 모든 일을 <처음 하듯이>의 마음으로 한다면 우리의 성공과 행복은 우리들 곁에 있을 것입니다.

시간이 지나면 첫마음이 흐려지고, 별것 아닌 것처럼 느껴질 때가 있을 것입니다. 그럴 때 우리는 다시 한번 첫 마음을 생각해 봐야 할 것입니다. 맨 처음의 설레이는 마음은 잊을 수가 없으니깐. 그 설레임은 신비롭고, 경이롭고, 감사한 일입니다. 그때의 마음을 생각하면서 내일을 생각해 봅니다. 그렇게 새로 시작하는 이 마음. 그 첫 마음을 잃

지 않는다면 기쁘게 잘 헤쳐 나갈 수 있을 것입니다. 언제나 <처음 하듯이> 말입니다. 새 학기가 시작되는 3월에도 그렇게 시작해 봅시다.

'오늘은 어제 죽어간 이들이 그토록 살고 싶어하던 내일이다' 라는 명언처럼, 오늘 지금 이 순간을 소중히 하고 오늘 할 일을 내일로 미루지 않으면서 최선을 다해야 할 것 같습니다. 무엇이든 <처음 하듯이> 처럼 최선을 다한다면 멋진 인생을 살 수 있을 것 같습니다.

- <즉문즉설(3) 행복하기 행복전하기> 中에서

**편집자 주** | 이선희



울림

# 거짓 친구와 진정한 친구

<디가 니까야> 경전

오직 가져가기만 하는 친구
행동은 없고 말만 많은 친구
아첨하는 친구
불량배 친구
이 네 친구는 거짓 친구이다
현자는 이것을 알고서
두려움과 위험의 길인
이런 친구들을 멀리해야 한다

도와주는 친구
행복할 때나 불행할 때나 한결같은 친구
훌륭한 조언을 주는 친구
동정심으로 가득한 친구
지혜로운 친구
이 네 친구가 참된 친구임을 알아야 한다
마치 어머니가 자식에게 헌신하듯
그렇게 친구에게 헌신해야 한다

- <디가 니까야> 경전 中에서
34개의 경이 수록되어 있는 초기불교경전

# 커피 coffee

유영신
불교총지종 통리원 교무

커피의 어원은 에티오피아의 지명인 카파Kaffa, 아라비아어의 카와qahwah, 힘이라는 뜻의 카후아cahuha 에서 유래되었다.
터키어로 카베kahveh라고 불리어진 커피는 16세기 말 헝가리에서는 kave라 불렸다. 이탈리아에서는 caffe, 프랑스에서는 cafe , 독일은 kaffee, 영국으로 전해지면서 커피coffee로 정착되었다.

커피의 발견 중 전해 내려오는 유명한 이야기가 있는데 그 중에 가장 널리 알려져 있는 이야기로 칼디Kaldi의 전설이 있다. 커피를 처음 발견한 칼디Kaldi는 에티오피아 목동이었는데 자신의 염소들이 근처 숲에서 체리처럼 생긴 빨간 열매를 먹은 후 유난히 힘차게 뛰어다니는 모습을 보고 호기심에 그 열매를 직접 먹어 보았다. 신기하게도 정신이 번쩍 들며 힘이 솟아나는 것을 느끼게 되어 매일 열매를 먹게 되었고 사람들도 이 모습을 보고 효과를 알게 되어 다른 곳으로도 빠르게 전파되었다.

커피는 15세기 이후 중동지방을 거쳐 17세기 초 베니스로 전파되면서 전 세계로 보급되었다. 18세기에 브라질이 세계 커피 전 생산량의 1/2를 차지하는 나라가 되었고, 콜롬비아, 케냐, 에티오피아, 콩고 같은 아프리카 나라들도 상당량의 커피를 생산하고 있다.

## 커피하우스 coffee house;
오늘날 카페가 바로 커피하우스!

| 영국 |

항구도시인 마르세유에 먼저 도입되었으며, 파리 최초는 카페 프로코프가 프로코피오 콜텔리에 의해 문을 열었다. 이곳은 코메디프랑세즈 극장 근처에 있어서 배우, 소설가, 음악가 들이 모이는 장소가 되었다.

| 프랑스 |

영국 최초의 커피하우스는 1650년에 오픈되었으며, 다양한 분야와 계층의 사람들이 모여 의견을 교환하고 토론하는 문화의 중심지 역할을 하였다.

| 한국 |

1895년 을미사변으로 고종황제가 러시아 공사관으로 피신하였는데 이를 아관파천이라 한다. 이때 러시아 공사 웨베르가 커피를 권했다고 전해진다. 러시아 공사관에서 커피를 즐기게 된 고종황제는 환궁 후에도 덕수궁에 정관헌이라는 회랑 건축물을 지어 그곳에서 커피를 즐겼다. 커피는 당시 빛깔과 맛이 탕약과 같이 검고 쓰다고 하여 서양에서 들어온 탕이라는 뜻으로 양탕洋湯국이라 불렸다. 한국 최초 커피하우스는 손탁호텔이다.

# 선비의 이상이 깃든 예림서원과 김종직

도현
밀행사 주교

밀양의 남산인 종남산 북쪽 끝자락에 위치한 예림서원禮林書院은 사림의 선비들이 공부하는 강학講學 공간을 앞에 두고 제향祭享 공간을 뒤쪽에 두었다. 그래서 사당인 육덕사育德祠, 강당인 구영당求盈堂, 문루門樓인 독서루讀書樓가 일직선으로 배치되어 있다. 독서루를 들어서면 좌측으로 유생들이 기숙했던 몽양재蒙養齋와 우측에는 김종직金宗直의 저서인 「이존록」과 「점필재문집」의 목판이 보관되어 있는 열고각閱古閣이 있다.

다시 마당을 지나 계단을 오르면 구영당이 정면에 보인다. '구영求盈'은 이황의 시구 가운데 "점필재의 문장은 일어났다가 쇠했으나 그가 구한

▼ 예림서원의 정문 독서루

▲ 예림서원 강당 구영당

▲ 예림서원 내부 전경

도는 뜰에 가득 찼네."에서 나온 것이다. 가득 참 즉 완성됨을 추구한다는 뜻이다. 구영당을 돌아 뒤쪽으로 가면 정양문正養門이 나오고 그 문을 열고 들어서면 김종직의 위패를 모신 사당 육덕사이다.

김종직의 학문은 무오사화 때 그의 많은 글들이 소실되어 자세하게 전해지지는 않으나 대체로 정몽주와 길재의 도학사상을 이어 받아 절의節義와 명분名分을 중시 여기고 성리학의 실천윤리를 강조하였다. 또한 그의 문학세계는 화려한 문채文彩를 배격하고 간결하면서도 함축된 이치를 드러내면서 경經과 문文을 다 같이 중시하는 폭 넓은 것이었다. 그리고 성리학의 입장을 견지한 김굉필, 정여창, 시문으로 김일손, 유호인 사회적 체제와 구속에 반항한 남효온, 홍유손 등의 여러 갈래로 이어졌다.

이러한 사림파의 학문은 무오사화와 갑자사화로 한때 침체했지만 그의 제자 김굉필에게 배운 조광조趙光祖, 김안국金安國 등에 이르러서 크게 융성하였다. 김종직은 사림의 종장답게 그가 출생한 밀양의 예림서원, 경북 선산의 금오서원, 함안의 백연서원, 김천 경렴서원, 개령의 덕림서원 등 여러 곳의 서원에서 그의 학문과 덕행을 추모하며 봉양되고 있다.

▲ 김종직 생가 추원제

▲ 사당으로 들어가는 정양문

조선 9대왕 성종成宗은 합리적이고 온건한 유교 정치를 회복하고, 세조때 부터 권력을 행사한 훈구세력들을 견제하기 위해 신진 사림 세력인 김종직과 그의 제자들을 대거 등용하여 사헌부, 사간원, 홍문관 같은 언론문필 기관에 배치하고 정책을 비판 하도록 하였다. 이들은 훈구파勳舊派의 정치적 문제점을 지적하고 공론정치를 유도하면서 하나의 정치세력으로 성장하였다. 이에 따라 사림과 훈구, 두 세력 간의 감정적 대립이 심해졌다.

연산군燕山君 무오년(1498)에 성종실록을 편찬하면서 훈구파인 이극돈이 실록 작업의 당상관으로 임명되었다. 그는 김일손이 작성한 사초 점검 과정에서 김종직이 쓴 '조의제문弔義帝文'과 이극돈 자신을 비판하는 상소문을 발견했다. '조의제문'은 항우가 초楚의 의제를 폐한 일에 대한 것으로 이 글에서 김종직은 의제를 조의하는 제문 형식을 빌려 의제를 폐위한 항우의 처사를 비판하고 있었다. 이는 곧 세조의 단종 폐위를 빗댄 것으로 은유적으로 세조의 왕위 찬탈을 비판하는 것으로 해석되었다. 나머지 상소문은 세조비 정희왕후 상喪 중에 전라감사로 있던 이극돈이 근신하지 않고 장흥의 기생과 어울렸다는 불미스러운 사실을 적은 것이었다. 당시 이 상소 사건으로 이극돈은 김종직을 원수 대하듯 했는데, 그것이 사초史草에 까지 실려 있는 것을 발견하자 이를 유자광에게 보여주었다. 유자광 역시 함양관청에 붙어 있던 자신의 글을 불태운 일 때문에 김종직과 극한 대립을 보였던 인물이었다. 게다가 김종직은 남이를 무고로 죽인 모리배라고 말하면서 유자광을 멸시하곤 했다. 유자광은 '조의제문'을 읽어보고는 훈신 세력과 모의한 뒤 왕에게 상소를 올렸다. '조의제문'이 세조를 비방한 글로써 김종직은 대역무도한 행위를 했으며 김종직과 사초를 작성한 김일손을 대역 죄인으로 규정했다. 이에 이미 6년 전에 죽은 김종직은 대역의 우두머리로 무덤을 파고 송장의 목을 베는 부관참시剖棺斬屍의 형을 받고 생전에 지은 많은 저서들이 불살라졌으며 김종직을 따르던 사림의 많은 유생들은 처형 혹은 유배에 처해졌다. 이렇게 사초가 원인이 되어 무오년에 사림들이 대대적인 화를 입은 사건이라 해서 이

를 무오사화라고 하는데, 이 사건을 다른 사화들과 구별하여 굳이 사화士禍가 아닌 사화史禍라고 쓰는 것은 사초가 원인이 되었다는 것을 강조하려는 의도에서이다.

무오사화가 일어나고 70여년이 지난 후 밀양부사 이경우李慶祐가 밀양 유림들의 요청으로 퇴계退溪 이황李滉의 자문을 받아 자씨산慈氏山 아래 영원사榮源寺 옛터에 서원書院을 지어 점필재 김종직의 위패를 모시고 덕성서원德城書院이라 불렀다. 이후 이황이 김종직을 추앙하여 이름을 점필서원畢書院으로 바꾸고 친필 편액을 걸었으나 서원이 퇴락하여 다시 삼남면 예림리禮林里로 옮겨 예림서원禮林書院으로 이름을 바꾸었다. 그 후 화재로 소실되어 지금의 밀양시 부북면 후사포리로 옮겨 여러 차례 중수가 있었고 대원군의 서원 철폐령으로 강제 철거되기도 하였으나 다시 밀양 사림들의 노력으로 현재의 모습을 갖추었다.

▼ 김종직의 문집이 보관되어 있는 열고각

▼ 김종직의 위패를 모신 사당 육덕사

산책

# 기다림

김대곤
시인

무심히 외면하며 지나던
꽃길이 그립다

따스한 햇살이 늙은 흙담에
기대 쉬는 그날이 그립다

산들 산들
앞머리 간질이며 지나는 바람
그날이 그립다

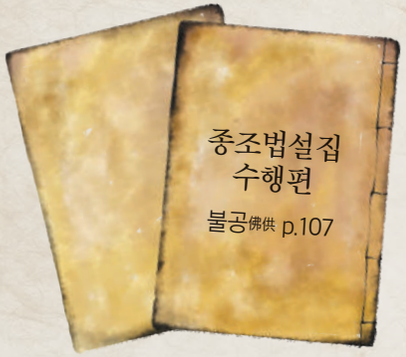
창틀에 매달린 겨울밤의 고요가
너무 외롭게 하였으므로

쿨럭이는 울음으로
가슴을 비워 버렸으므로

거기에 낯익은 봄을 앉히고 싶다

# 사분정진四分精進

법수연
화음사 전수




긴급하고 중대한 서원은 사분정진四分精進할 것. 이와 같은 중대한 법은 7일 이상 계속하지 말지니라.
매월에 월초불공하는 것은 10년이 되기까지는 그 이상 더 좋은 것은 없느니라. 서원당이 멀리 떨어져 있는 분은 집에서 하되 일년에 네 번은 스승앞에서 하는 것이 좋으니라. 지금까지 바쁘다든지 또는 가정형편으로 월초불공을 못하는 분은 정월에 한 번, 4월에 한 번, 7월에 한 번, 10월에 한 번, 일년 중에 네 번은 꼭 정해야 함. 지금까지 매월 월초불공 하던 분이 다른 이가 1년에 네 번한다고 따라서 함부로 고치면 안 되느니라.

상업 또는 직무시간에 얽매여 있는 분은 매일에 정한 희사와 삼밀행을 서원당이 가까우면 나와서 하고 멀리 떨어져 있는 분은 부득히 집에서 하는 그 법도 좋을 것이다. -후략-

사분정진四分精進법은 하루에 새벽, 오전, 오후, 저녁 네 번 정진하는 것입니다. 이 법은 중대한 일이 있을 시에 하기 때문에 7일 이상 계속하지 말라고 합니다. 사람이 마음을 집중시키는 데에 한계가 있으므로 기간이 길어지면 번뇌가 들기 마련이죠. 그러면 자연히 좋은 결과를 얻기 어렵고 "해도 안 되더라."라는 비방을 하게 되어 그렇잖아도 중대한 일로 힘든 상황에 악업을 또 짓게 되겠죠. 중요한 것은 시작할 때와 회향할 때의 마음이 그야말로 일치되도록 번뇌 없이 불공해야 합니다. 우리 교도들은 사분정진 중 당체설법을 볼 수도 들을 수도 있는 능력을 다 갖추고 있습니다. 다만 순간순간 번뇌를 끊지 못해 놓칠 뿐, 한 자리에 앉아 설법을 들어도 못 받아들이는 분 또한 번뇌 때문이죠.

매일 정해놓고 해야 하는 정송도 계산 없이 많은 양으로 시작하다보면 불공 양이 많아 힘들어 마음몸살을 하게 됩니다. 어떤 일이 있어도 해낼 수 있는 최소한의 양으로 하고 시간이 되면 얼마든지 더 하면 됩니다.

진언염송을 하면 지혜가 밝아져서 현명하게 살아갈 수 있습니다. 여러 가지 수행방법이 있지만 진언수행은 삼세과를 알 수 있는 좋은 수행법입니다. 평소 공기의 소중함을 모르고 살 듯이 우리 진언행자들도 평소 이렇게 실천하며 용맹정진 하여서 얼마나 덕을 보는지 아마도 모를 것입니다. 정송에 대한 저의 부끄러운 이야기를 할까합니다.

중학시절 어느 추운 겨울날 등교 준비하느라 바쁜데 정송을 꼭 하고 나가려니 은근히 짜증이 나는 거예요. 옆에서 지켜보시던 부친께서 저의 마음을 읽고는 "그리 바빠서 정송하기 힘들면 그냥 가라"하시기에 철부지 저는 '옳

거니' 하고 뛰어나갔어요. 그 시절엔 지금처럼 포장길이 아닌 여기저기 돌멩이가 박힌 흙길이라 그만 돌부리에 걸려 넘어져 스타킹은 뻥 뚫어지고 무릎에는 피가 쏟아지니 어쩔 수 없이 집으로 왔습니다. 다행히 지각은 면했지만..... 학교에서 상처가 쑤시고 아플 때마다 정송하지 않은 잘못을 깊이 참회하며 비록 적은 양의 불공이지만 정송의 중요성을 뼈저리게 느꼈어요. 결국 정송하고 가는 것 보다 훨씬 늦게 도착하게 된 거죠. 그 후로 정송을 생명처럼 생각하며 삽니다.

수행생활을 하면서 수시로 점검해야 될 것은 혹시라도 지금하고 있는 모든 것이(보시, 불공) 탐심으로 하는 건 아닌지? 집에서 불공해야 될 상황이더라도 서원당에 나올때 마음자세로 하면 됩니다. 처처불공 시시불공이라고 하잖습니까. 저는 우리 불공을 '맞춤식 불공'이라고도 합니다. 그때그때 상황 따라 스승은 서원당에서, 교도는 집, 심지어 급할 땐 직장, 병원 등. 장소를 초월해서 가능한 불공이니까요. 불공하려는 마음만 있으면 방법은 얼마든지 있습니다.

절량을 말씀드리면 "아침 안 해 먹어요."라고들 하시는데 어떤 식이라도 먹지 굶지는 않잖아요. 절량 희사를 빼먹지 않고 실천하면 어디서라도 음식으로 인한 고생은 하지 않고 혹 내 집에 손님이 와서 식사를 하더라도 음식으로 인한 불상사는 일어나지 않을 것입니다. 그래서 결혼식이나 음식을 대접해야 될 일이 있을 때는 절량을 꼭 하시면 좋을 것입니다. 절량은 조금의 관리가 필요합니다. 혹시 몇 주를 모으면 양이 많아 들고 나오기 힘들 때는 도로 사먹고 그 쌀값을 적어서 희사하시면 됩니다.

우주법계에서 시시각각으로 법신불의 당체설법이 계속되고 있지만 보여야 보고 들려야 들을 수 있죠. 그러기 위한 방편으로 정송, 정시, 절량, 자성일, 월초불공으로 용맹정진하면 우주법계의 당체설법을 보고 들어서 내 근기에 맞게 활용할 수 있는 지혜가 밝아져 행자의 인격을 완성하는데 좋은 방법이 될 것입니다.

수행방법 또한 스스로 정해서 하려면 때때로 나태심이 일어날 수도 있지만 종단에서 정해서 시행하고 있는 자성일, 월초불공, 상 하반기 49일 불공 등에 동참만 하면 되죠. 가끔은 억지로 하기도 하지만 결국 매일은 새벽정송으로 조식調息, 조심調心, 조신調身하게 되고, 일주일은 자성일 정진수행으로, 한 달은 월초불공으로, 일 년은 새해불공으로 마음 조절할 수 있는 공부를 할 수 있으니 얼마나 다행입니까.

희귀한 난초도 가치를 모르면 소의 한 끼 식사에 그치고, 이조백자 고려청자도 그 가치를 모르면 강아지 밥그릇이 될 수 있습니다.
수승한 법 만난 것에 감사하며 용맹정진하여 소원성취 하시길 서원합니다.

디딤돌

# 너를 기다리는 동안

지현
단음사 전수

네가 오기로 한 그 자리에 내가 미리 가 너를 기다리는 동안
다가오는 모든 발자국은 내 가슴에 쿵쿵거린다
바스락거리는 나뭇잎 하나도 다 내게 온다
기다려본 적이 있는 사람은 안다
세상에서 기다리는 일처럼 애리는 일 있을까
네가 오기로 한 그 자리, 내가 미리 와 있는 이곳에서
문을 열고 들어오는 모든 사람이 너였다가
너였다가, 너일 것이었다가 다시 문이 닫힌다

사랑하는 이여
오지 않는 너를 기다리며 마침내 나는 너에게 간다
아주 먼 데서 나는 너에게 가고
아주 오랜 세월을 다하여 너는 지금 오고 있다
아주 먼 데서 지금도 천천히 오고 있을 너를
너를 기다리는 동안 나도 가고 있다
남들이 열고 들어오는 문을 통해
내 가슴에 쿵쿵거리는 모든 발자국 따라
너를 기다리는 동안 나는 너에게 가고 있다

생의 어느 한 순간도 기다림이 아닌 적 없다.
기다림은 언제나 떨림이었고 간절함이었다.
슬픔은 기쁨의 순간을 기다리고, 이별은 만남을 기다리고, 눈물은 웃음을, 말은 침묵을 기다리는.....누구인지, 무엇인지도 모르는 것에 대한 막연한 기다림조차도 가슴을 충만하게 만들 때가 있다.
기다리는 동안은 오롯이 자신의 것이 될 수 있는 그 온전한 희망이 삶을 지탱하여 준다는 것도 안다.
때로는 바다를 등진 섬처럼 마음을 비켜간 기다림도 있었지만 그 순간만큼은 행복하였음을 기억한다.
지금 이쯤에서도 우리는 기다림의 궤도를 삶의 연장선에 두고 있음이다.
기다림의 대상은 제각기의 다른 모습을 하고 각자의 삶속에 녹아들고 있을 것이다.
'너' 일수도, 혹은 '나' 일수도.....가끔은 더 특별한 의미를 지녔을 수도 있는 기다림이 지금쯤이면 깊게 파인 그리움의 웅덩이가 되어 흘러가버린 세월과 함께 추억처럼 고여 있을지도 모를 일이다.
참 나를 찾아 떠나는, 길고 긴 수행의 여정에서 맑고 고요한 지혜가 우리를 기다리다 언젠가는 환하게 반겨줄 날이 있음을 믿는다.

혹독한 추위를 겪지 않았다 하더라도 어김없이 겨울은 봄을 기다리고 있다. 어디쯤에선가 시작되었을 봄은 은은한 향기를 보내며 사뿐히 오고 있으리라.
설레임에 겨워 저절로 터져 나오는 매화의 연한 살갗이 따스한 햇살을 기다린다.

- 시집 『게눈 속의 연꽃』中에서

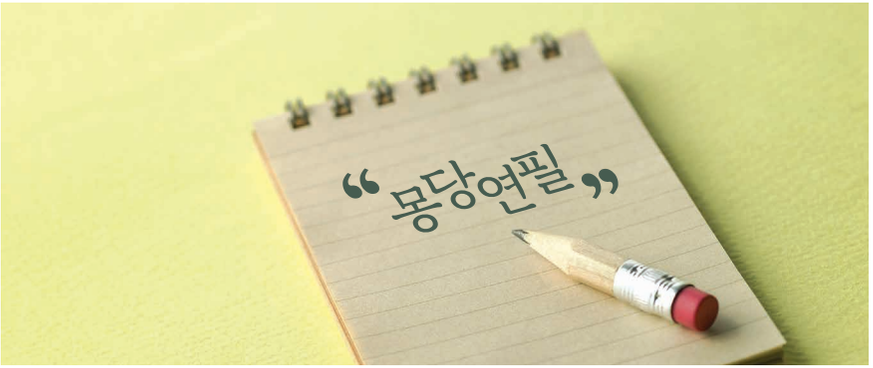
**저자 | 황지우**

시인. 1952년 전남 해남 태생. 서울대 미학과 졸업. 시집『새들도 세상을 뜨는구나』, 『겨울-나무로부터 봄-나무에로』, 『나는 너다』등

거꾸로 보기

# 새 학기에 되새겨 본 몽당연필의 추억

이선희




너무 작아
손에 쥘 수도 없는 연필 한 개가
누군가 쓰다 남은 이 초라한 토막이
왜 이리 정다울까

욕심 없으면
바보 되는 이 세상에
몽땅 주기만 하고
아프게 잘려왔구나

대가를 바라지 않는
깨끗한 소멸을
그 순박한 순명을
본받고 싶다

헤픈 말을 버리고
진실만 표현하며
너처럼 묵묵히 살고 싶다
묵묵히 아프고 싶다

- 이해인 <오늘은 내가 반달로 떠도> 시집 中에서

새 학기를 준비하면서 아이들과 학용품들을 정리했다. 아이의 필통에는 작아진 연필들이 몇 자루 있었다.

“엄마! 이 연필은 너무 작아서 쓰기가 불편해. 다른 것으로 바꿔줘”

“몽당연필에 볼펜대를 끼워 쓰면 더 쓸 수 있어”

“몽당연필이 뭐야?”

우리 아이는 몽당연필을 모르고 있다.

풍족한 삶을 살고 있은 우리 아이들은 연필을 아낀다는 것을 모르며, 몽당연필이라는 단어조차 모르는 것이다. 사실, 나조차도 어느 날부터 작아진 연필은 쓰지 않고, 새로운 연필만을 사용했던 것 같다. 아이의 한마디에 나의 어린 시절을 생각해 보게 된다.

학용품이 지금처럼 흔하지 않았던 시절에 나는 지금의 초등학교인 국민학교를 나왔다. 국민학교라는 단어가 더 정겨운 나이가 된 것이다. 나의 초등학교때는 반 청소를 하게 되면 바닥에 떨어진 주인 없는 몽당연필들이 많았다. 그때는 서로 주워 집에 가서 모나미 볼펜대에 끼워 몽당연필을 더 사용했던 기억이 있다. 이 때는 좋은 연필을 갖게 되면 아껴 쓰고, 잃어버리지 않으려고 신경쓰면서 볼펜대에 몽당연필을 끼워서 최대한 쓸 수 있는 데까지 사용하고도 버리지 못했다. 그 시절에는 노란색 연필에 지우개가 달린 연필이 인기였다. 연필의 이름은 기억이 나지 않으나, 일명 미국 연필이라

고 했던 것 같다. 그렇게 나의 필통에는 노란색 연필과 몽당연필이 수북하게 있었다.

나처럼 몽당연필에 대한 아련한 추억이나 기억이 있는 이들이 있을 것이다.
글씨를 진하게 쓰려고 연필심에 침을 묻혀 가면서 공책에 글을 쓰던 추억.
교실 뒷자리에서 친구들과 연필치기를 하던 추억.
연필치기를 하기 위해 일부러 몽당연필을 만들던 추억.
몽당연필을 만들기 위해 새 연필을 부러뜨리거나 계속 연필을 깎고 또 깎아서 엄마한테 혼났던 추억.
볼펜대에 끼워쓰던 몽당연필을 쓰다가 헐거워지면, 종이로 말아서 끼워가며 마지막까지 쓰던 추억.
연필을 칼로 깍다가 손을 다쳤던 추억 등등...
이처럼 아이의 필통 속에서 본 몽당연필을 통해 나의 옛추억들이 사뭇 그리워진다.

나는 아이가 초등학교에 입학하면서 아이와 함께 연필을 다시 사용하게 되었다. 연필로 글을 쓸 때 사각사각 거리는 소리와 느낌이 너무 좋다. 특히, 내가 좋아하는 것은 연필 끝에 지우개가 달린 연필이다. 글씨를 쓰다가 틀렸을 때, 바로바로 지우개로 고칠 수 있어서 좋다. 요즘 연필에 달려 있는 지우개는 품질이 좋아서 예전처럼 지운 자국이 찢어지거나 거묵틱틱한 글씨 자국이 남지 않는다.

이제 몽당연필을 볼펜대에 끼워 쓰는 사람도 없고, 아파트나 주택가 곳곳에 멀쩡한 것을 내다 버려 주인을 찾지 못하는 물건들이 넘쳐난다. 볼펜대에 의지해 끝까지 자기 몸을 바쳐 헌신을 마다하지 않던 몽당연필 같은 그런 사랑이 그리운 시대에 우리는 살고 있다.

이해인 수녀님이 쓴 몽당연필이라는 시에서도 자기의 몸을 태워 세상을 밝히는 촛불처럼 몽당연필을 다른 사람을 위해 봉사하는 것에 비유했다. 이 시에 나오는 것처럼 우리도 진실하고 세상을 밝히는 부처님의 자비로움을 몽당연필을 통해서 배워보자.

# 입은 화禍의 근원

덕현
법천사 전수

부처님이 아난과 제자들을 거느리고 왕사성 밖으로 탁발을 나갔을 때의 일이다. 성 밖에는 사람들이 대·소변을 버리는 커다랗고 깊은 웅덩이가 있었는데 빗물과 오수가 가득 차 있었다. 그런데 그 속에 사람의 형태를 닮고 수족이 많이 달린 벌레가 한 마리 있었는데 부처님이 오는 것을 보고 수중에서 머리를 들고 눈에 눈물을 잔뜩 머금고 부처님을 쳐다보았다.

부처님이 이 광경을 보고 가엽게 여기고 있음을 아난은 느끼고 있었다.

영취산으로 돌아온 부처님은 아난이 바친 방석에 앉아 묵념을 하고 있었다. 그때 아난이 얼마전에 부처님이 물에 빠진 벌레를 보고 가엽게 여긴 연유를 여쭈었다.

"세존이시여, 왕사성 밖으로 탁발을 나갔을 때 대·소변을 버리는 웅덩이 속에 있는 벌레를 물끄러미 쳐다보셨는데, 그 이유가 무엇입니까? 그리고 그 벌레는 전생에 어떤 악업을 지었기에 그와 같은 더러운 곳에 살게 되었습니까?"

"아난과 대중들은 들어라. 나는 측은한 마음에서 그 벌레를 쳐다보았고, 그 벌레의 전생 악업이 너무나 깊었기에 불쌍하고 가련한 마음이 들었다. 그 전생 인연을 말하겠노라."

부처님은 다음과 같이 말씀하셨다.

『옛날 어느 절에 많은 바라문과 재가자들이 공양을 올리고 유제품을 많이 보시하였다. 그래서 그 절에는 항상 객승들이 찾아오곤 하였다. 그런데 그 절에 한 접대승이 있었는데 공양물과 유제품이 들어올 때마다 생각하기를, '모처럼 많은 공양물과 유제품이 들어 왔는데, 쓸데 없는 객승들이 와서 먹어 없앨 것이므로 아예 주지 말고 숨겨두자'라고 마음을 먹었다. 그리하여 접대승은 유제품과 공양물을 몰래 감추어 두고 객승들의 식탁에는 일절 올려놓지 않았다.

그러나 객승들은 이미 접대승이 공양물을 숨겨놓은 사실을 알고 있었기에 그 접대승을 책망하며 비난하였다.

"당신은 왜 공양받은 유제품을 우리들에게 나누어 주지 않는거요?"
그러나 접대승은 오히려 큰소리를 쳤다.
"당신네들은 갓 들어온 승들이고, 객승에 지나지 않소. 나는 이 절에 오랜 옛날부터 살아왔으므로 이 절의 주인이오. 당신네들 같은 뜨내기의 햇병아리 객승들에게는 나눠 줄 수 없소."
그 소리에 객승들은 다시 비난하였다.
"유제품은 시주받은 공양물이 아닙니까? 절을 찾아 온 사람이든 절에 있는 사람이든 구별없이 모두 나누어 주어야 하지 않습니까?"
그러나 접대승은 객승들의 책망과 비난의 말에 더욱 화를 내고, 급기야 자제력을 잃고서 입에 담지 못할 욕설을 퍼부었다.
"너희들은 대·소변 웅덩이의 오물이나 마셔라. 우리가 시주받은 유제품을 너희들이 달라 하니 어처구니가 없다. 너희들은 말도 안 되는 소리를 하지 마라"하고 소리쳤다.』

이야기를 마친 부처님은 대중들에게 말씀하셨다.
"욕설을 퍼부은 악의 과보로 몇 천 년, 몇 백 년이라는 긴 세월동안 그 접대승은 벌레의 몸으로 태어나서 그 더러운 오물 속에서 지내게 된 것이다. 그는 단 한번 스님들에게 내뱉은 욕설로 인하여 악의 고통을 받고 있는 것이다."
벌레의 전생 인연을 말씀하시고 나서 부처님은 아난을 비롯한 대중들에게 다음과 같이 설파하셨다.

"입은 화禍의 근원이므로 부모·형제·여러 사람들에게 상냥한 언사를 쓰지 않으면 안된다."
부처님의 귀한 말씀을 듣고 좌중의 모든 대중들은 크게 감격하여 부처님께 합장 예배하고 환희한 마음으로 물러갔다.

『법구경』을 보면,

"고운 말에 힘쓰고 나쁜 말을 말며,
말하였거든 그 과보를 두려워 하라.
악으로써 한 것은 화禍로서 오느니
칼날이 자기 몸으로 들어오는 것과 같다."

우리는 너무나 쉽게, 그리고 함부로 말하는 경향이 있다. 입으로 짓는 업은 우리가 생활하면서 가장 쉽게 저지르는 업 가운데 하나이다. 무심코 던진 말 한마디가 상대방에게 상처를 주고 자신은 후회와 괴로움 속에 살게 된다.
말로 지어 받는 그 인과는 너무나 무섭다. 그러므로 위에서 말한 경전의 내용처럼 고운 말을 하도록 노력하고, 상대방의 입장에서 생각하고 말해야 할 것이다. 그러한 배려를 몸에 익힌다면 입으로 짓는 악업은 크게 줄어들 것이다. 함부로 말하지 말자.

# 지혜는 어디 있나

법일
벽룡사 주교

미란다왕이 나선에게 물었다.

"스님, 지혜는 어디에 있습니까?"
"아무 데도 없습니다."
"그러면 지혜는 실재하지 않습니까?"
"왕이시여, 바람은 어디에 있습니까?"
"아무 곳에도 없습니다."
"그렇다면 바람은 실재하지 않습니까?"
"잘 알았습니다."

『미란타왕문경彌蘭陀王問經』

오바마 미국 대통령이 선거를 앞두고 있을 때의 일이다.
어느 대학에서 학생들과 대담을 하고 있던 그는 뜻밖의 질문을 받았다.

"대마초 흡연을 해봤습니까?"
그는 망설이지 않고 대답했다.
"I did(해봤습니다)."

그리고 계속해서 고백했다.
"학생 때 나는 선생님들이 어찌할 바를 모르던 문제아였습니다.
가끔은 예전 버릇을 못 버리고 지금도 담배를 피워 물니다.
저 자신과의 싸움은 지금도 계속되고 있습니다."

대통령 선거에서 낙선을 불사한 솔직한 고백은 유권자들의 마음을 움직여 미국 역사상 최초의 흑인 대통령을 탄생시켰다.

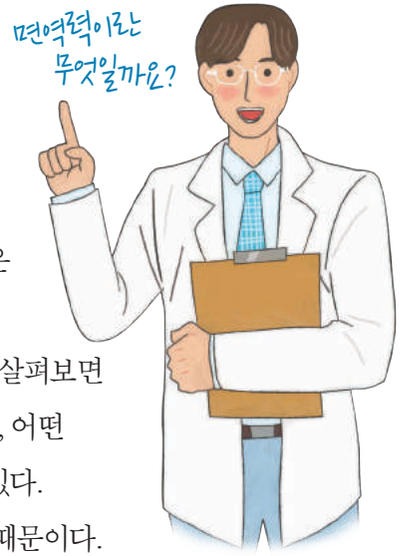
사람은 누구나 실수를 한다. 문제는 그 실수를 어떻게 받아들이고 바로 잡는가이다. 사람은 누구나 실수하고, 그 실수와 상처를 치유하는 특효약도 함께 가지고 있다.

그것은 바로
잘못을 인정하는 용기 즉 참회다.

행복한 기지개

# 내 몸을 지켜주는 보디가드, 면역력 키우기

오한진
을지대학교 가정의학과 교수




면역력이란 외부의 세균, 바이러스, 곰팡이 등 다양한 균에 대해 우리 몸을 지켜주는 인체 방어시스템이다.
면역시스템이 건강한 사람은 아무리 많은 세균과 바이러스가 우리 주위를 떠돌고 있더라도 질병에 걸리지 않는다. 주변을 살펴보면 늘 감기를 달고 사는 사람이 있는가 하면, 어떤 바이러스가 유행해도 비켜가는 사람이 있다.
이는 바로 면역체계의 견고함이 다르기 때문이다.

최근 A(H3N2)형 인플루엔자(독감)가 전국적으로 급속하게 유행하고 있는 가운데, 몸 안팎의 '적'들과 싸우며 건강을 지키는 면역력 강화에 대한 관심이 높아지고 있다.
그렇다면 면역력을 높이는 방법에는 어떤 것들이 있을까?

## 01 위생을 철저히 하고, 충분한 수면 취해야 한다.

건조한 환절기 날씨에 황사 등 맞물리며 면역력이 쉽게 약해질 수 있는 요즘 같은 날씨에는 개인위생을 비롯한 주변 환경의 청결을 유지하는 것이 무엇보다 중요하다. 특히 손씻기의 중요성은 늘 강조되는 부분으로, 손은 각종 유해 세균과 가장 많이 접촉하는 부위로 알려져 있다. 따라서 하루에 8번 이상 손에 비누를 묻혀 거품을 충분히 낸 다음 흐르는 물에 구석구석 씻어야 한다.

실내 환경을 청결히 가꾸는 것도 필요하다. 실내 청소 시에는 청소기로 먼지를 제거한 후 물걸레를 이용해 가구를 포함해 집안 구석구석의 미세먼지를 제거한다. 침구류나 의류는 삶아 빨은 뒤 햇볕에 바짝 말리는 것이 좋고, 실내를 자주 그리고 철저하게 환기시키는 습관을 들이도록 한다.

충분한 수면을 취하는 것은 신체 면역력 유지에 큰 도움을 준다. 밤에 잠을 충분히 자지 못하거나 밤낮을 바꿔 생활하는 기간이 오래 지속되면 신체리듬이 깨지고, 면역력 감소에 영향을 주기 때문이다. 따라서 규칙적으로 자고 일어나는 생활습관을 유지하고, 성인의 경우 하루 8시간 이상 수면을 취하는 것이 좋다. 특히 밤 11시부터 새벽

3시까지는 신체가 가장 깊은 잠을 자는 시간으로, 몸의 세포를 재생시켜 주고 면역력에 도움이 되는 멜라토닌이 강하게 분비된다. 만약 제시간에 쉽게 잠이 오지 않는다면 최대한 어둡고 조용한 주위 환경을 조성하고, 취침 약 2시간 전 쯤 20~30분간 따뜻한 물로 목욕을 하는 것도 도움이 된다.

## 02 균형잡인 영양섭취 중요, 무리한 운동은 오히려 해롭다.

면역력 강화에 좋은 음식을 꾸준히 섭취하는 것도 좋은 방법이다. 특히 영양의 균형은 면역력 증감에 크게 좌우하기 때문에 편식하지 않는 균형 잡힌 식사가 전제돼야 한다.

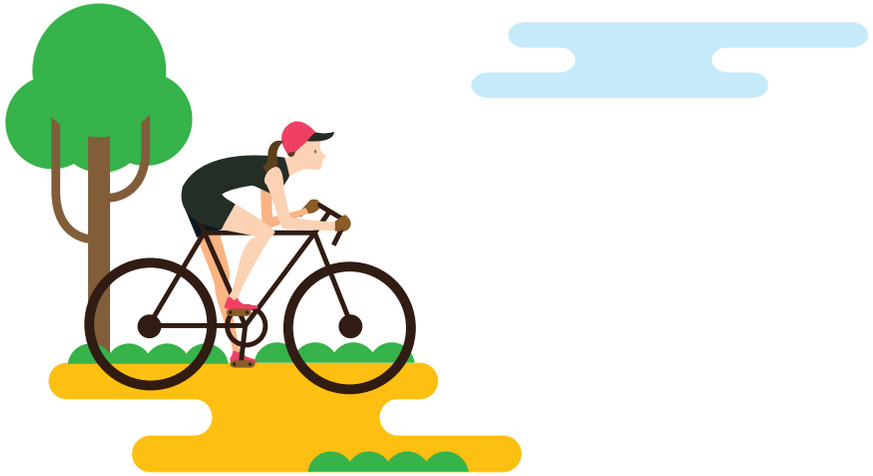
평소 정제되지 않은 현미를 주식으로 하고, 비타민 A와 C가 풍부한 녹황색 채소나 토마토, 당근, 살구, 복숭아 등을 적극적으로 먹는 것이 좋다. 또한 담즙산의 분비를 촉진시켜 장내 세균에 의해 발암을 촉진시키고 면역기능을 저하시키는 고지방 음식물을 줄이고, 신진대사에서 발생된 독성 이온을 배출시키는 효능이 있는 섬유질을 많이 섭취하는 것 또한 도움이 된다.

이밖에도 콩으로 만든 제품, 마늘, 양배추, 당근, 버섯 등을 섭취하는 것이 면역력을 높이는 데 효과적이다.

운동은 면역력을 높이는 데 중요한 요소다. 가벼운 운동은 깊은 호흡과 긴장 이완을 통해 혈액 순환을 원활하게 하고 자율신경 중 하나인 부교감 신경을 활성화시키며, 부교감 신경은 면역계를 자극한다. 또한 운동은 면역 세포와 림프액의 흐름을 활발하게 해 혈액순환이 좋아지고, 병원균의 침입으로부터 신체를 보호하는 역할을 담당하는 백혈구 수의 증가를 돕는다.

그러나 지나치게 무리한 운동을 하거나 한 시간을 넘는 운동은 오히려 면역계의 활동을 억제할 우려가 있다. 따라서 땀이 성글성글 맺히는 정도로 조금 빠르게 걷기, 등산, 조깅, 수영, 스트레칭 등 가볍게 즐기면서 할 수 있는 운동이 도움이 된다.

- <한국대학신문>中에서



# 학습

學
習

| | |
|---|---|
| **學** 배울 - 학 | **習** 익힐 - 습 |

법화경法華經 종지용출품從地踊出品에
『이같이 모든 아들들은 나의 도법을 학습하되 밤낮으로 항상 정진하여……』
라고 했다. 이 학습은 오늘날과 같이 『배워서 익히는』 지식 위주보다는 실천수행한다는 뜻이 더 강하게 포함되어 있다.

어느 시대 어느 사회든 단순한 지식의 학습에 그쳐서는 안된다 이런 지식의 학습을 통해 인격이 완성되어야 그 사회, 그 시대가 발전하는 것이다. 오늘의 현실이 이런 지식 위주의 학습에만 치중한 데서 갖가지 사회문제가 야기되는 것이 아닐까. 인간이 지식을 학습하는 궁극의 목적은 문명의 발전, 과학의 발전을 통해 인류의 행복을 추구하는 데 있는 것이다.

# 교학상장

敎
學
相
長

| | |
|---|---|
| **敎** 가르칠 - 교 | **相** 서로 - 상 |
| **學** 배울 - 학 | **長** 길 - 장 |

가르치는 일이나 배우는 일 모두 서로에게 도움을 줘서 발전하게 된다는 뜻이다.
'배우지 않으면 도를 모른다(인불학 부지도人不學 不知道)'고 하여 사람 구실을 하는데 배움이 먼저 임을 강조한다.

가르침과 배움이 서로 진보시켜 준다는 뜻으로,
① 사람에게 가르쳐 주거나 스승에게 배우거나 모두 자신의 학업學業을 증진增進시킴
② 가르치는 일과 배우는 일이 서로 자신의 공부工夫를 진보進步시킴

스승은 학생에게 가르침으로써 성장하고, 제자는 배움으로써 진보한다는 말이다. 중국 오경五經의 하나인 《예기禮記》의 〈학기學記〉편에 다음과 같은 내용이 있다. "좋은 안주가 있다고 하더라도 먹어 보아야만 그 맛을 알 수 있다. 또한 지극한 진리가 있다고 해도 배우지 않으면 그것이 왜 좋은지 알지 못한다. 따라서 배워 본 이후에 자기의 부족함을 알 수 있으며, 가르친 후에야 비로소 어려움을 알게 된다. 그러기에 가르치고 배우면서 더불어 성장한다고 하는 것이다"라고 하였다.

# 위드다르마 With Dharma

영원한 **진리**의 말씀

## 불자님의 **사연**을 모십니다

생활하면서 느끼시는 작지만 소중한 생각이나 사연, 위드다르마에 대한 느낌이나 의견 등 담고 싶은 이야기를 보내 주세요. 여러분의 사연들이 법의 향기로 전해집니다. 이름, 주소, 전화번호를 기재하셔서 아래의 주소나 이메일로 보내 주세요.

**이메일** sunmac72@naver.com

## 여러분의 **후원**을 기다립니다

위드다르마를 위해 법보시 해 주시는 후원금은 더 많은 곳에 더 많은 불법을 전하는 데 사용하고 있습니다.

**입금 계좌번호**

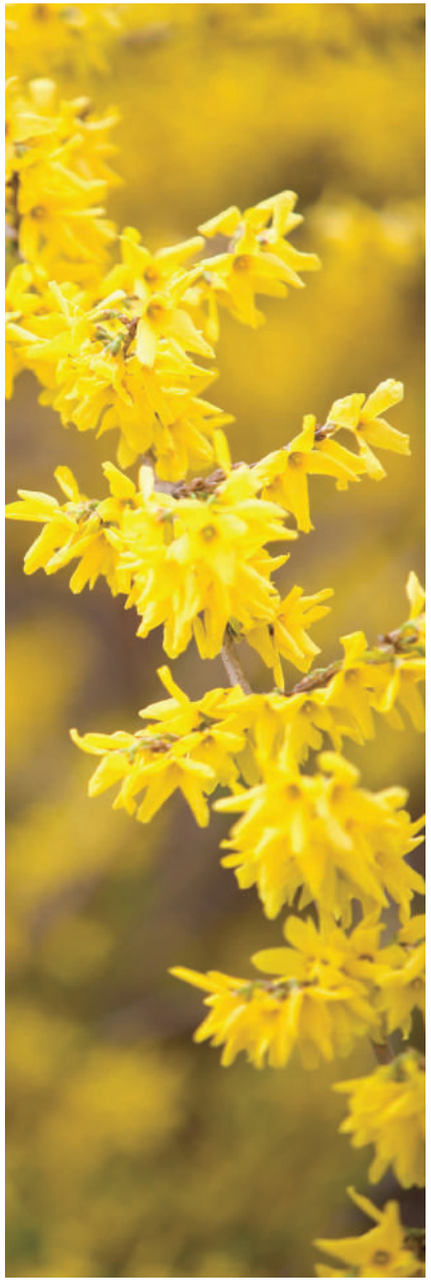
우리은행 122-047811-13-128 불교총지종

## 보내주신 후원에 감사드립니다.

총지화 지 정 김은숙 안종호 유광자
김양숙(포레7) 유미애(포레7) 송유나(포레7)
손재순(포레7) 최순기(포레7) 김주희(포레7) 손경옥
홍수민 한미영 서금엽 이혜성 이인성 류경록
임채양 강정자

구독을 원하시는 분들은
위드다르마 편집부로 연락주시면 무료로 보내드립니다.

**발행일** 총기 46(2017)년 3월 1일
**발행인** 인선
**편집 책임** 이선희
**디자인** 지디자인
**인쇄** 동림기획
**주소** 06227 서울 강남구 도곡로25길 35 (역삼동)
**전화** 02-552-1080~3
**팩스** 02-552-1082



## 편집 후기

새 학기가 시작되는 3월이다.
요즘 검색어에는 새 학기 초등가방, 새 학기 준비물,
새 학기 코디, 새 학기 메이크업 등.
새 학기의 설레임에 대한 검색어 보다는
물질적인 준비사항에 대한 검색어가 많이 나온다.

3월하면 <첫마음>이 생각나고, <설레임>이 떠오른다.
첫 학부형이 되어 아이의 학교에 처음 갔을 때의
긴장감은 잊을 수가 없다. 아이의 첫 공개수업도 잊을 수가 없다.
나의 아이가 이렇게 자라서 선생님 말씀대로
따라하는 것을 보며 신기해 했다.

3월은 설레임이고,
처음 마음 먹은대로 새롭게 출발 하는 달이다.
3월은 본격적인 봄이 오는 것을 느낄수 있고,
우리에게 희망을 안겨주는 달인 것 같다.
개나리, 진달래를 보면서 '봄이 왔구나'를 느낄 수 있는 3월.
3월의 설레임, 첫마음을 계속 유지하고,
되새기면서 새롭게 새로운 달을 시작해 보자.

무식해서 못 배운 것이 아니고

못 배워서 무식한 것이다

노력하다

우물 안 개구리가 되지 말라

- 환당 대종사 -