

통권 제 209호

장남. 라 00943

2565  
2021

03

불교 이야기?  
혜화이란  
무엇인가?



결말에 담긴 이야기  
고용인



식물 이야기  
공풀인 시간 만큼  
소중하다?

불교총지종

# 위드 다harma

With Dharma

영원한 진리와 함께



## 서원은 다 함 없다

인과 연이 없으면 과가 없다.  
진리는 스스로 듣는 자를 듣는다 했다.  
서원하고 정진하는 자에게 성취가 있다.



# 위드 다르마

다르마\_는  
영원한 진리의 말씀이며  
위드 다르마\_는  
다르마와 함께 한다는 뜻으로  
진리와 함께 하는 사람들의  
이야기입니다.



### 불교총지종은

생활불교를 실천하는 밀교종단이며 승속이 함께하는 불교로,  
행복한 사회, 차별 없는 세상을 지향하는 이 시대의 대인불교입니다.  
불교의 생활화 생활의 불교화를 실천함으로써 이 땅에 불국정토를  
염원합니다.



창종 50년 특별기고\_04

불공 잘하라  
— 김천



살다보면\_16

어머니의 봄날  
— 이옥경



십선성취\_40

홀로 사는 행복  
— 남혜 정사

### 04 창종50년 특별기고

10 불교이야기

14 마중물

16 살다보면

22 항유

26 산책

28 아름다운 세상

32 마음의 등불

36 자례의 뜻

40 십선성취

44 새이야기

48 죽비소리

52 씨앗 한 알

56 카일라스

60 생활 속식물이야기

64 차향기

68 결망에 담긴 이야기

70 요리TALK! 정보TALK!

74 뜻 바루기

76 컬러링 만다라세상

불공 잘하라\_김천

혜학이란 무엇인가?(3)\_학령 정사

나비의 인내심\_따뜻한 하루

어머니의 봄날\_이옥경

현재\_서령 정사

입춘\_김대곤

행복해 지기위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관\_모원학 전수

고양이를 기르는 이유\_최두현

나는 천사에게 말을 배웠지\_방귀희

홀로 사는 행복\_남혜 정사

하늘의 제왕, 검독수리(Golden Eagle)\_정옥식

인연연기의 세상에서 제대로 주고받기\_김봉래

마음은 있으나 무한하게 작용한다\_법상 스님

수미산<sup>数美山</sup>은 우주의 중심축(5)\_김규현

공들인 시간만큼 소중하다?\_이태웅

자신에게 맞는 차를 선택하는 방법(2)\_김정애

고용인\_법일 정사

봄맞이 제철 음식, 냉이\_김조은

현검심육존<sup>賢鏡心六祖</sup>\_김재동

독자송씨

## 2%의 힘

2% 부족하면 많이 부족한 것처럼

2% 더 친절하면 많이 친절한 거예요.

2% 나아지면 쌓여서 금방 많이 나아져요.

작은 변화의 큰 힘이 있어요.

작은 변화를 추구하면 큰 변화를 갖게 되고

큰 변화에 욕심내면 작은 변화도 갖지 못해요.

공부도 직업도 가정도 수행도 욕심 때문에 망쳐요.

2% 성장, 2% 변화를 추구하고 만족하세요.

오늘 2% 더 친절하고 2% 더 잘하겠다고 결심하세요.

2%에 엄청난 힘이 있어요.

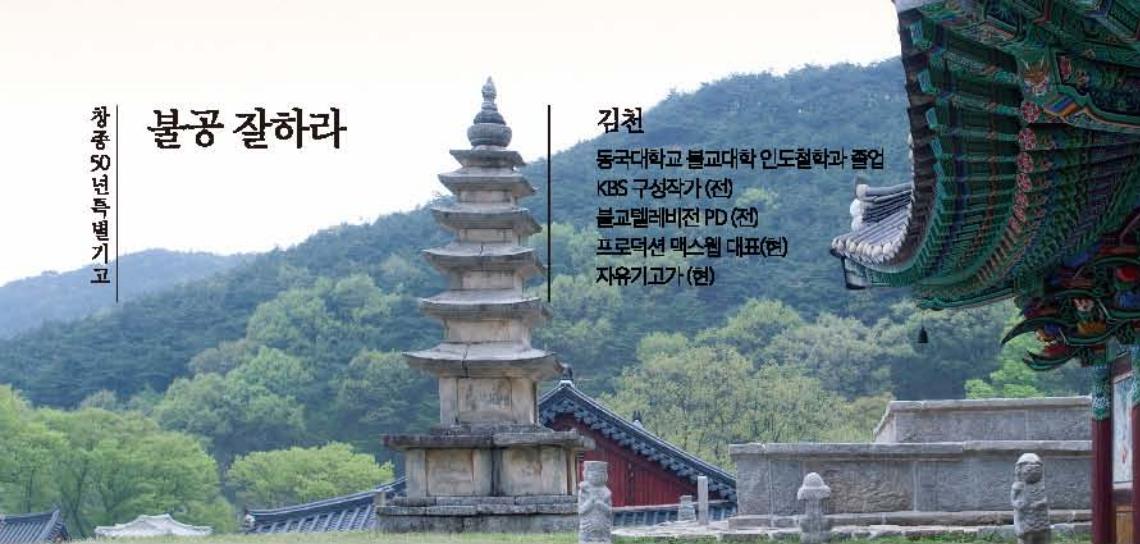
조금씩 조금씩, 하나씩 하나씩, 한 걸음 한 걸음,  
이것이 성공의 비결이에요.

2% 못 하시는 분들은 1%만 하세요.

1%도 좋아요.

- 용수 스님(세첸코리아 명상센터) -

## 불공 잘하라



김천

동국대학교 불교대학 인도철학과 졸업  
KBS 구성작가(전)  
불교텔레비전 PD(전)  
프로덕션 맥스월 대표(현)  
자유기고가(현)

### 윤희에서 벗어나 법신과 함께

1980년 8월 9일. 원정 대성사께서 멸도하신 날이다. 생로병사 회비애락의 육신을 벗고 윤희에서 벗어나 법신과 함께하셨다. 대성사께서 멸도하실 무렵을 기억하는 스승들의 말씀을 모아보면, 원정님은 평소 모습 그대로셨다고 한다. 죽음과 삶에 대해 조금의 두려움과 의심 없이 여여하고 묵연하셨다.

기력이 쇠하시자 병원으로 옮겼고 걱정하는 스승들과 신도들이 병실 주위에 모였다. 별다른 말씀을 남기시진 않으셨고 마지막 순간을 스승들이 지켰다. 남기신 말은 “불공 잘하라”는 당부. 평생의 법문을 다시 한 번 마지막 법문으로 남기셨다. 일체는 괴로운 것이나, 괴로움을 멀한 곳에 열반이 있다.

대성사님께서는 모친으로부터 불법과 연을 맷었다. 살아있는 것을 자비로 대하고 지혜를 향해 나가야 한다는 가르침을 모친

의 삶으로부터 보고 듣고 배웠는데, 밀교의 법을 만나고 체득한 것은 특별한 사연이 있다. 공식적으로 대성사님께서 밀교에 입문한 것은 1950년의 일이다. 당시에 복잡한 개인사가 있었는데 그를 살펴보면 생활 속에서 불법을 찾고 만사에 불공하라는 가르침을 이해할 수 있다.

한국전쟁 당시 대성사님의 아들 손순표님은 고려대학교 상과, 지금의 경영학과에 재학하고 있었다. 서울에서 자취하고 있었는데 전쟁이 난 후 소식이 끊겼다. 가족들이 백방으로 행적을 찾았지만 생사조차 확인할 수 없었다. 북한군은 승승장구 남으로 밀고 내려왔고 급기야 대구, 마산, 부산을 남기고 낙동강 전선에서 총공세를 벌이고 있었다. 대성사님이 계시던 밀양에서도 북한군의 포격 소리가 들릴 정도였으니 적의 수중에 떨어지지 않은 땅은 그야말로 한 펩밖에 남지 않았다.

세월이 흥흉하니 하나밖에 없는 자식의 생사를 찾는 부모의 마음은 젖어지고 하루하루가 눈물에 젖었다. 풍문으로 대구 근처에 용하다는 박보살이란 분이 있다는 소식을 들었다. 그를 찾아가 들은 이야기는 “아들이 간신히 살아있기는 하는데 목숨이 경각에 달렸다. 일심으로 기도하고 관세음보살을 외우고 ‘옴마니 반메훔’을 염송하면 응답이 있을 것이다.”는 것이다. 당신의 생



사가 아니라 자식의 일이었기에 대성사님은 한 치 의심 없이 밤낮으로 ‘관세음보살’과 육자대명왕진언을 염했다. 어려움에서 간절함이 나오고, 지극함에 이르게 되니, 결국 마음을 다해 나아가면 성취에 이르게 될 것이다.

### 일심으로 오직 ‘옴마니반메훔’

먹고 늙는 일조차 잊고 오직 한마음으로 ‘관세음보살’을 염하는 대성사님의 모습은 주변에 도인이 났다는 소문으로 번졌다. 몸과 마음이 모두 부동한 채 입으로 나오는 말은 오직 ‘관세음보살’과 ‘옴마니반메훔’뿐이다. 며칠 밤낮이 지나도 흐트러짐 없이 기도하고 기도할 뿐이었다. 그 소문을 듣고 밀양에 찾아온 이가 회당<sup>\*\*\*</sup> 손규상님이다. 한국 밀교사의 역사적인 사건은 그렇게 이루어진다.

서울에서 피난길을 놓친 손순표님은 인민군에 잡혀 의용군에 끌려갔다. 낙동강 전투에 투입됐다가 미군 포로로 불잡힌다. 함께 있던 인민군 전사들과 의용군 동료들은 대부분 포격과 총격으로 사망했으나 목숨을 부지하고 포로가 됐으니 다행한 일이다. 그때가 바로 대성사께서 기도를 시작한 무렵이었다.

거제도 포로수용소에서 악몽과 같은 날이 이어졌다. 인민군은 수용소 내에서 폭동을 일으키고 수시로 인민재판을 벌여 사상이 다른 이들을 처단하고 있었다. 대학생이라는 이유로 손순표님은 인민재판에 넘겨졌다. 죄목은 악질 유산계급으로 인민의 고혈을 뺏아 호의호식한 죄. 자아비판과 비난이 이어지고 처형의 순간이 다가왔다. “이 자의 죄에 대해 반론이 없으면 처단하겠소!” 말이 끝나자 누군가 자리에서 일어나 외쳤다. “그자는 악질 계급이 아니오. 그자와 가족들이 평소 가난한 사람들을 도와주었을 뿐 아니라 그 집안도 가난한 농민 계급이오.” 밀양 출신 인민군 포로 하나가 나서서 변호한 덕분에 손순표님은 죽음의 문 앞에서 돌아 나올 수 있었다. 관세음보살의 가파이며, 기도의 성취이다.

목숨을 건진 대성사님의 아들은 포로 심사에서 남한 출신으로 분류돼 영천의 제14 포로수용소로 옮겨진다. 거제도에서 배를 타고 부산으로 간 후 다시 미군 트럭으로 영천까지 갔다. 낙동강을 따라 국도를 타고 가면서 멀리 밀양의 집이 보였다. 어린 시절 뛰놀던 낙동강의 모래톱과 밀양강, 그리고 백산의 집이 어렵잖이나마 보인다. 그곳엔 자식 소식을 모르는 부모가 계시고, 그들이 자신을 위해 한순간도 쉬지 않고 ‘관세음보살’을 외고 있음을 알 도리가 없다.





대부분 남한 출신의 포로가 수용된 영천 포로수용소는 거제도와 달리 죽음의 고풍은 벗어난 곳이다. 대성사님의 아들은 돌에 밀양 집 주소와 자신의 이름, 그리고 부친께 전해달라는 이야기를 적어 철조망 밖으로 던졌다. 지나가던 행인이 대성사님께 기별을 전했다.

포로가 석방된다는 소문이 들리면 대성사님은 도시락을 싸 들고 영천으로 향했다. 아무런 기약이 없었지만 소문 하나에도 희망을 걸고 먼 길을 찾아갔다. 그리고 7번째 되던 날 드디어 아들을 만날 수 있었다.

### 멸도로 보이신 일대사 법문

이런 곤절을 겪으면서 대성사님의 마음에 등불 하나가 켜졌다. 이 고해의 세상에서 고통에 빠진 수많은 이들에게 이 길을 전해야겠다는 서원을 세운 것이다. 밀교의 법을 몸으로 체득하고, 불공의 길을 밝히고, 세상에 진실을 전하는 문을 열었다. 잃었던 자식이 돌아온 후에 대성사님은 세상 교화를 위한 길을 걷기 시작했으니 그 이후의 일들은 잘 알려진 대로이다.

역삼동 총지사가 완공된 후 만년의 대성사님께서는 늘 계단 아래 1층 바깥쪽에 앉아계셨다고 한다. 햇살이 좋은 날이면 어김없

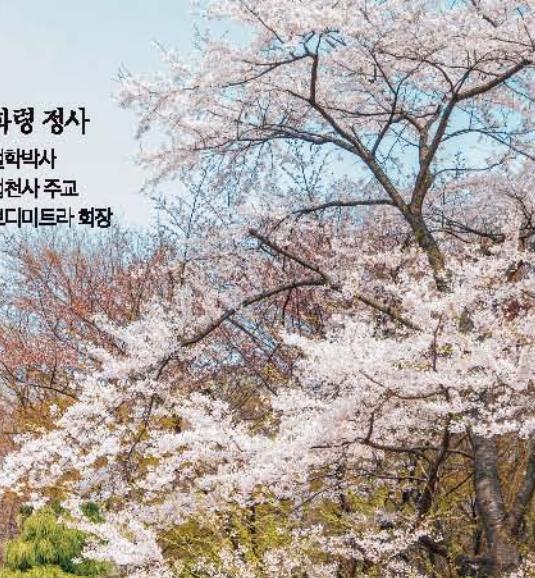
이 큰 의자를 내어놓고 앉아 일체 법계의 이치를 관조하셨다. 입을 다물고 고요한 모습으로 거의 움직임 없이 자리를 지키셨다. 신도들이 법당에 가다가 인사를 하면 간간이 아는 체를 하고는 또다시 침묵에 잠겨 있었다고 한다.

누군가 세상사 고통스러운 일과 무너진 마음을 안고 원정님께 다가가 천 갈래 만 갈래 곤절을 쏟아 놓고 길을 물으면 “이렇게 이렇게 불공하면 감응이 있을 것이니, 법계의 답을 듣고 꼭 그대로 하시오.”란 답을 주셨다. 경전의 이야기를 외워 알음알이를 더해 듣기 좋은 이야기를 전네는 법은 결코 없었다. 자신이 체득한 대로, 그 간절함으로 나아가 불공을 드리고 원을 성취한 경험그대로를 전했다.

성인이 세상을 떠나 더 만날 수 없음은 슬픈 일이나, 우리들은 때때로 곳곳에 그분이 남긴 가르침이 살아있음을 본다. 친절하고 간곡하게 불공법을 일러두셨고, 해야 할 바를 남겨두셨다. 무엇을 믿고 의지할 것이며 어떻게 살아야 할 것인가를 밝히셨다. 그러니 그 어떤 괴로움 앞에서도 대성사님이 남긴 길을 뒤따르면 될 것이다. “불공 잘하라.” 생활 속에서 매 순간 모든 일에 불공을 떠나지 않는 길이 멸도로 보이신 일대사 법문이다. ■

## 혜학이란 무엇인가?(3)

화령 정사  
철학박사  
법천사 주교  
보디미트라 화장



### 분별지의 한계

불교의 지혜에는 분별지와 무분별지가 있다고 지난번에 말씀드렸습니다. 무분별지는 보는 주체와 보이는 대상이 하나가 되는 것입니다. 여기에 반하여 분별지라는 것은 보는 나와 보이는 대상을 분별하여 보는 지혜입니다. 자기와 대상을 분별하게 되면, 항상 자기는 소중한 것이며 대단한 것이라는 생각을 버릴 수가 없고, 또 자기의 이익만을 생각하게 됩니다. 이렇게 자기라는 것에 집착하게 되면 어떠한 행위를 하든 이기적이고 자기중심적이 될 수밖에 없습니다. 이런 성향이 더욱 강렬해지면 오직 자기의 이익만을 위해 행동하기 때문에 윤리라든가 도덕이라는 것을 볼보지 않게 됩니다. 자기의 이익이라는 것은 자기가 좋아하고 옳다고 생각하는 것에 대해 집착하여 가지려는 것인데, 모든 행위를 여기에 맞추다 보면 윤리나 도덕이 무시되고 오직 이기적인 투쟁만이 있게 됩니다. 자기의 이익을 침해하거나 방해하는 것에 대해서는 화를 내고 다른 사람들과 다투게 됩니다. 왜냐하면, 자기 이외의 타

자도 자기와 똑같이 이기적이고 자기중심적인 사고로 행동하기 때문에 그것이 서로 부딪히다 보면 다툼이 일어날 수밖에 없습니다. 그래서 사회는 점점 살벌해지고 각박해지는 것입니다. 이러한 모든 것이 분별에 의해서 자기와 타자를 구별하기 때문에 일어나는 현상입니다.

일반 사회에서는 분별심을 사려 깊고 지혜 있는 것으로 높이 평가하지만, 불교에서 분별이라는 것을 괴로움의 근원으로서 경계하는 것은 이러한 이유에서입니다. 이러한 분별심을 불교에서는 허망분별<sup>虛妄分別</sup> 혹은 망분별<sup>妄分別</sup>이라고 합니다.

그러면 궁극적으로 괴로움을 일으키게 되는 분별은 어떻게 해서 발생하는지를 살펴보겠습니다. 분별이 없는 상태는 마치 맑은 거울에 온갖 사물이 비추어서 있는 그대로 나타나는 것과 같습니다. 이와 같이 우리가 어떤 것을 보고 들어도 우리의 마음이 있는 그대로 받아들이는 것이 무분별인 것입니다.

그런데 실제로 있어서는 우리는 모든 사물을 있는 그대로 받아들이는 것이 아니라 자기가 보고 듣는 것에 구분을 짓습니다. 즉, 보고 듣는 나와 보고 듣는 대상을 구분하여 거기에 나라는 주관적인 것을 척도로 하여 판단을 하게 됩니다. 이것은 좋은 것이다, 저것은 나쁜 것이다, 이것은 아름다운 것이다, 저것은 추한 것이라고 하면서 분별을 일으킵니다. 그리고는 자기가 정한 가치에 따라 좋아하고 싫어하는 것이 생



기게 됩니다. 즉, 대상과 나 사이에 구분을 지어 자기중심적으로 생각하게 됩니다. 달은 달로서 그냥 그 자리에 있을 뿐인데 자기의 마음이 슬플 때는 그 달이 슬퍼 보입니다. 혹은 반대로 자기가 기분이 흥겨울 때는 그 달을 보면 웬지 술이라도 한잔하고 싶어지기도 하고 누군가와 그 달빛 아래에서 데이트라도 하고 싶어집니다. 이렇게 같은 사물이라도 자기의 마음에 따라 분별이 일어나고 거기에 따라 좋고 싫어하는 감정이 나타나며 또 그것에 집착하게 됩니다.

그리고 우리가 보고 듣고 느끼는 세계를 분별하여 구분하는 데에는 우리의 언어라는 것이 결정적인 작용을 하고 있습니다. 우리는 언어에 의하여 정보를 얻고 언어에 의하여 사물의 가치를 판단하고 생각합니다. 예를 들면, 우리가 컵이라고 말은 하지만 컵은 어느 정도 높이의 것까지만 컵으로 할 것인지, 입구는 어느 정도까지 큰 것이 컵인지 단정을 할 수가 없습니다. 엄밀하게 말하면, 컵이라는 실체는 없지만 그래도 우리는 컵이라는 이름을 붙여 놓고 그것에 의해 가치판단을 합니다. 또 우리가 세계평화를 떠들어 대지만 미국이 말하는 평화와 중국이 말하는 평화가 같지 않습니다. 컵을 말하든 평화를 말하든 평소에는 컵이다, 평화다 하고 말하지만, 어느 날 내가 컵이라고 말하는 것과 저 사람이 컵이라고 말하는 것이 다름을 알았을 때는 갈등이 일어납니다. 서로 평화를 위해서라고 말을 하지만 이 나라가 말하는 평화와 저 나라가 말하는 평화가 다를 때는 싸움을 하게 됩니다. 미국과 이라크의 전쟁도 어떤 의미에서는 서로의 평화의 개념이 틀리기 때문이라고 할 수 있습니다.

이처럼 우리는 실체가 없는 것임에도 불구하고 언어를 사용하여 개념을 확정 짓고 온갖 사물과 현상을 구분합니다. 말하자면, 말로 표현하는 것이 불가능한 세계에 살면서도 그러한 세계를 언어에 의지하여 나타내고 있는 것입니다. 언어에 의하여 만들어진 이러한 가공의 사물과 현상은 인간이 주관에 의하여 구분 지어 놓은 세계라고 할 수 있습니다. 깨끗한 물이라고 말을 하지만, 원래 깨끗한 물은 없는 것입니다. 무슨 말인가 하면, 인간은 자기의 필요에 의하여 깨끗한 물이라고 하지만 더러운 곳에 사는 벌레들에게는 더러운 물이 곧 자기들한테는 깨끗한 물이 되는 것입니다.

이처럼 본래는 가치나 구별이 없는 세계를 인간은 언어에 의하여 구분하고 거기에 따라 좋고 나쁜 것을 판단합니다. 자기의 필요에 적합한 것이면 좋은 것이라고 판단을 하고 자기의 필요에 맞지 않는 것은 나쁜 것이라고 판단합니다. 이러한 것이 분별의 원래 모습입니다. 우리는 세계를 객관적으로 인식하고 있다고 생각하지만实은 이렇게 자기의 생각에 따라 판단하고 거기에 이름을 붙이기 때문에 사물과 현상의 실제의 모습을 잘못 인식하고 있는 것입니다. 이것이 분별지의 한계입니다.▲





영국의 한 연구실, 식물학자 알프레드 러셀 월리스가 고치에서 빠져 나오려고 애쓰는 나비의 모습을 관찰하고 있었습니다. 바늘구멍같이 작은 구멍을 뚫고 고치에서 빠져나오기 위해 꼬박 한나절을 애쓰고 있었습니다. 나비가 고치에서 나오느냐 마느냐는 생사가 걸린 문제였습니다.

고통과 인내를 뒤로하고 고치를 뚫고 나온 나비는 활기찬 날갯짓을 하며 세상으로 날아갔습니다. 개중 다른 나비들과 달리 고치를 쉽게

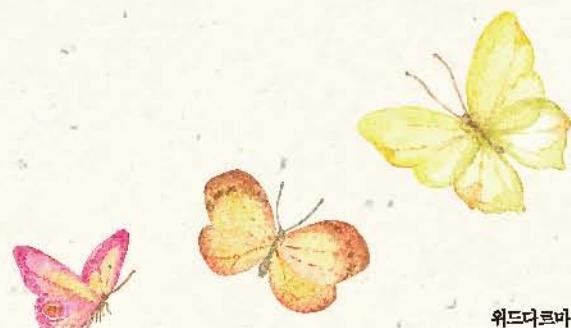
뚫지 못하는 나비도 있었는데 월리스 박사는 이를 안쓰럽게 여긴 나머지 나비가 쉽게 빠져나올 수 있도록 고치의 옆 부분을 칼로 살짝 그어주었습니다.

나비는 박사의 도움을 받고 고치에서 빠져나왔지만, 혼자 힘으로 고치를 뚫고 나온 나비와는 달리 무늬나 빛깔이 곱지 않고 날갯짓에 힘이 없었습니다. 그렇게 몇 번의 날갯짓을 시도한 나비는 결국 죽고 말았습니다.

혼자 힘으로 오랜 고통과 인내가 뒤따라야만 진정한 나비가 될 수 있었던 것입니다. 목표를 향해 나아가는 것은 고통과 인내가 따릅니다. 부모가 자식을, 스승이 제자를, 상사가 직원을 위하는 마음으로 오롯이 혼자 견뎌야 하는 고통과 인내의 시간에 손을 내미는 순간 그 목표는 모래성처럼 쉽게 무너질 수도 있습니다.

도와주고 싶다면 격려해주고, 함께 인내해 주세요. 그것이 당장의 안타까움은 있을지 몰라도 나중을 위한 진정한 도움입니다. ─

- 따뜻한 하루의 <따뜻한 편지1714호> -



## 어머니의 봄날

이옥경

수필가·방송작가

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



가끔 그곳에 간다. 빨간 등대와 하얀 등대가 마주 보고 선 그 바닷가, 어머니의 마흔한 살이 햇살처럼 빛나던 그곳. 방파제에 부딪쳐 산산이 부서지는 파도처럼, 그리움 담긴 수많은 후회가 가슴에 밀려와 부서진다.

마흔하나라는 어머니의 대답에 놀란 건 나뿐 아니라 어머니에게 침을 놓던 의사 선생님도 마찬가지였다. 1주일에 세 번씩 7개월 동안 침을 맞으면서도 할머니, 올해 연세가 어떻게 되세요, 하는 의사 선생님의 물음에 가타부타 입조차 떼지 않았던 어머니가 말문을 연 것이다. 식구가 몇이나고 의사 선생님이 다시 묻자 우리 바깥양반도 있고 딸도 있고 아들도 있고…, 손가락을 꼽는 어머니의 얼굴에 미소가 번졌다. 행복했던 시절을 기억하는 것이라고 했다. 아름다운 추억이 있는 곳, 그리운 사람들이 잊어버린 기억을 되살릴 수도 있다는 의사 선생님의 설명에 섭광처럼 그 답이 떠올랐다.

뇌출혈로 인한 혈관성 치매가 어머니의 기억을 지우고 있었다. 눈물 많았던 고단한 삶을 벗어버리고 싶었던 것일까. 어머니는 당신의 이름도, 당신의 전부였던 자식들의 얼굴도, 끝내는 먹고 자는 일까지도 모두 잊어버렸다. 어머니의 일상이 무너져 내렸다. 내게 꼬박꼬박 존대를 쓰고, 틈틈이 이삿짐을 싸고, 도둑이 들었다며 두려움에 떨기도 했다. 텅 빈 누에고치 같은 모습으로 깊고 어두운 늪을 헤매는 어머니의 시간은 당신보다도 내게 더 가혹한 것이었다.

세상에는 그보다 더한 부모님을 회생과 헌신으로 끌어안는 자식들도 많고 많건만 매사 부족한 내게는 그 무게가 너무 무겁고 고통스러웠음을…, 어머니가 돌아가신 지 십여 년이 훌쩍 지난 지금도 나는 아

프게 기억한다. 내 눈으로 어머니를 바라봤음을, 나 혼자 견뎌내야 하는 매 순간순간을 회생이라고 생각했음도 고백한다. 하루하루가 탈출구를 가늠할 수 없는 동굴 속을 헤매는 것 같던 그 즈음, 일터에서 돌아온 내게 간병인 아주머니가 상기된 얼굴로 귀띔을 했다.

할머니가 바닷가에 사시던 말씀을 하시더라고요. 텔레비전에서 요즘 오징어가 풍년이라고, 밤새 오징어잡이에 나섰던 배가 항구로 돌아와 어판장 가득 오징어를 쏟아놓는데 글쎄, 그걸 보시던 할머니가 나도 저기 살았어, 하시는 거예요. 얼마나 놀랍고 반갑던지….

마흔한 살, 드디어 실마리가 풀린 느낌이었다. 어머니의 마흔한 살에는 우리 가족이 2년 남짓 머물러 살았던 바닷가 비탈진 마을이 있었다. 아스라한 수평선과 초록빛 바다 위에 길게 이어진 방파제, 나란히 마주 보고 선 빨간 등대와 하얀 등대 사이로 드나드는 크고 작은 배가 한 폭의 그림처럼 아름답던 그 바닷가. 20여 년 모진 시집살이에서 놓여난 어머니가 비로소 소꿉놀이처럼 당신의 살림살이를 시작했던 그 곳은 마흔한 살 즈음의 어머니에게 어떤 의미였을까.

어린아이가 되어 버린 일흔두 살의 어머니와 친을 바라보는 딸의 여행은 그렇게 시작되었다. 며칠 전부터 여러 차례 얘기를 했건만, 꾸려놓은 여행 가방을 가리키며 당신을 어디다가 데려다 놓으려는 모양이

라고 눈물바람을 했다더니 어머니는 떠날 채비를 다 한 후에도 간병인 아주머니의 손을 놓지 않았다.

할머니, 젊었을 때 사시던 데 있잖아요. 지난번에 텔레비전에 나왔던 바다, 배도 떠다니고 등댓불도 반짝반짝하는 바다. 마님이 거기 구경 시켜 드린대요. 맛있는 것도 많이 사드리고. 할머니는 참 좋으시겠네. 할머니, 좋은 구경 많이 하고 빨리 돌아오세요. 제가 꼼짝 않고 기다리고 있을게요. 얼른 오셔야 돼요. 다녀와서 재미난 이야기도 많이 해 주시고. 자, 그럼 약속!

간병인 아주머니와 손가락을 걸고도 한참을 머뭇거리다가 차에 오르기는 했어도 어머니는 내내 불안한 기색을 감추지 못했다. 어쩌란 말인가. 어머니가 쓰러진 지 9개월 남짓, 그동안 내가 흘린 눈물은 얼마나 뜨거웠고, 잠 못 이룬 밤은 얼마나 많았으며, 세상에 존재하는 온갖 신에게 바친 나의 기도는 또 얼마나 간절했던가.

안타까움 반, 야속함 반, 터질 것 같은 감정을 누르며 그저 감사하고, 기적 같은 건 바라지 말자고 나 자신을 다독이면서 차를 달렸다. 길은 멀었고, 다섯 시간쯤 걸려 도착한 그곳은 낯설었다. 30년이라는 오랜 시간이 말해주듯 해안을 따라 너른 도로가 뚫리고, 소박하던 마을에는 번듯한 상가며 큰 건물이 즐비했고, 우리가 살던 집 역시 자취조차 남아있지 않았다.

길을 잊은 것 같은 막막함으로 발을 뗄 수가 없었다. 낯선 풍경에 간 힌 듯, 한참을 서 있는데 어머니가 가만히 내 손을 잡았다. 따뜻했다. 웬지 모를 슬픔이 그 손을 잡고, 나보다 훨씬 더 젊었던 마흔한 살 어머니의 기억을 찾아 나서라고 재촉하는 것 같았다.

엄마, 저기 생간나? 저쪽에 우리 집 있었잖아. 저기는 아침에 배 들 어오면 양동이 들고 가서 오징어랑 심통이 같은 거 사 오던 데고. 저쪽에 있던 큰 살구나무. 비 오던 날, 둘째가 우산 쓰고 살구나무 밑에 앉아 있었지. 살구 떨어질 때 기다린다고. 그리고 저기, 저 빨간 등대에서 아버지랑 낚시했었는데. 그때 막내가 낚싯바늘에 발가락 페어서 울고불고….

어머니는 아무 말이 없었다. 고개를 끄덕이지도 않고 웃지도 않았지만 빨간 등대에 이르기까지 긴 방파제를 걷는 동안, 비로소 나는 알게 되었다. 어머니의 고단하고 외로웠던 삶, 눈물 많았던 어머니의 인생을 환하게 밝혀 주었던 젊은 행복의 날들을.

30년도 더 지난 그 즈음 어머니는 직장을 옮긴 아버지를 따라 난생 처음으로 늦깎이 분가를 했다. 혹독한 시집살이에, 불화를 물어 나르는 동기간, 일도 많고 탈도 많은 대가족 살림에서 잠시나마 놓여났으니 그 기쁨이 오죽했으랴. 적으나마 아버지의 월급을 조개어 요모조

모 알뜰하게 쓰는 재미에, 오롯이 내 식구만 끌어안고 살아도 되는 즐거움은 또 얼마나 컸을까.

어머니가 오래도록 마흔한 살을 사시길 바랐지만, 어머니의 봄날이 그러했듯 어머니의 마흔한 살은 그리 길지 않았다. 마흔한 살의 봄날을 그리워했던 어머니가 마흔한 살의 봄날조차 잊어버린 채 아주 먼 곳으로 떠나신 후, 나는 마흔한 살의 어머니를 찾아 가끔 그곳에 가곤 한다.

열 달을 태중에 품어 보호해 주시고 해산의 고통을 기꺼이 감내하시는 이, 세상 온갖 좋은 것 귀한 것을 먹이고 입혀 주시고 궂은일 힘든 일을 도맡아 하시는 이, 자식을 위해서라면 나쁜 일도 마다하지 않고 평생 변함없는 사랑으로 기도해 주시는 이… 때늦은 후회로 가슴이 젖어 드는 어머니의 바다, 방파제 끝 빨간 등대의 불빛이『부모 은 중경』의 구절구절을 짚어주는 듯하다.▲





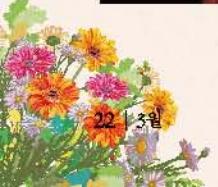
이전에 읽었던 책, 보았던 영화나 드라마 등을 다시 한번 본 적이 있는가?

최근, 20대에 읽었던 책이 문득 눈에 들어와 다시 한번 책장에서 꺼내어 읽어본 적이 있다. 몇십 년이 지난 후 다시 읽어본 책에 대한 나의 감상은 이전에 내가 느꼈던 것과 달랐다. 당연한 이치리라. 그때의 나와 지금의 나는 같으면서도 다르기 때문에. 지금보다 몇십 년이 지난 후 또다시 그 책을 읽게 된다면 그때는 또 어떤 감상이 나를 기다릴지 궁금해진다.

사람은 변한다. 내면적으로나 외형적으로나. 그 무엇이든 변하기 마련이다. 나는 나일뿐이나 나의 모든 것은 시간의 흐름에 따라 변화한다. 사실 나는 아직도 지금의 내 나이가 낫설다. 어느덧 다 큰 성인이 된 자녀를 둘 만큼 나이를 먹었으나, 여전히 혈기왕성할 때의 젊은 청년인 것만 같다.

스무 살, 나이로는 성인이었으나 미성년과 성년 사이 그 어색한 과도기를 지나 대학 졸업 후 본격적으로 사회에 뛰어들며 이리저리 살아오다 보니 내가 기억하고 있던 나외는 다른 모습이 되어버린 내가 어느덧 거울 속에 있다. 몇십 년 만에 읽어본 책은 다시 나를 그 시절로 돌아가게 하면서 지금의 내 모습을 다시금 되새기게 한다. 세월이 흘러 변한 것이 당연하면서도 무언가 어색하니 이상하고 서글퍼지기까지 한다.

그래, 세상에 고정불변인 것은 없다. 견고하게 만들어진 콘크리트 건물도 세월이 흐름에 따라 부식되어 가듯이. 영원히 클 것만 같던 아버지의 등이 어느덧 내가 감쌌을 때 나의 한 품에 쓱 들어올 만큼 작아지듯이. 그래, 세월은 흐른다.



사람은 남녀노소, 지위고하를 막론하고 누구든 현재를 산다. 내가 과거로 돌아가고 싶다고 하여 과거로 돌아갈 수 있는 것도 아니고, 미래로 가고 싶다 해서 미래로 갈 수 있는 것도 아니다. 즉, 누구나 과거와 미래가 아닌 현재만을 살수 있다.

그런 현재의 모든 순간, 순간들이 모여 나의 과거와 미래가 된다. 지금 나의 이 순간이 훗날 내가 그리워하며 추억할 수 있는 과거가 될 수 있고 내가 현재 내리는 결정과 판단이 나의 미래에 영향을 끼칠 수 있다. ‘현재’란 ‘과거’와 ‘미래’를 변화시킬 수 있는 시간이다.

그런 의미에서 현재를 살아가는 나의 삶의 태도는 매우 중요하다. 같은 상황 속에서도 누군가는 그 상황을 긍정적으로 해석하고 받아들여 얻을 건 얻고 버릴 건 버려가며 자신을 성장시키나, 또 다른 누군가는 그 상황을 마냥 부정적으로만 받아들여 이러한 상황이 자신에게 주어진 것에 대해 세상과 타인을 원망하며 받아들이는 것 없이 시간을 흘려보낸다.

‘피할 수 없다면 즐겨라.’라는 말이 있다. 현재를 피할 수는 없다. 현재가 좋은 삶든 현재를 살 수밖에 없으니 이왕 살아야 한다면 좀 더 나에게 도움이 되는 방향으로 즐겁게 현실을 마주하자. 지나간 시간은 다시 현재가 되어 돌아오지 않는다. ‘아, 그때 내가 미처 시간을 흘려보낼 것이 아니라 이런 일이라도 했으면 좋았을걸’ 혹은 ‘이러지 말고 저랬으면 지금 나의 상황이 달라졌을 텐데’ 등 후회와 미련이 남지 않게 지금을 살자. 그렇게 현재에 충실하

다보면, 과거 속 후회가 남았던 순간과 동일한 상황이 발생했을 때 과거와는 달리 좀 더 성숙한 답을 내릴 수 있는 내가 되어있지 않겠는가.

현재는 과거와 미래를 변화시킬 수 있을 만큼 중요한 시간인 건 맞으나, 긍정적인 결과를 도출해내고자 또 성숙하고도 좀 더 나은 내가 되기 위해 현재에 충실하란 것은 아니다. 어차피 살아야 되는 순간이라면 좀 더 긍정적으로, 즐겁게 마주하는 게 좋지 않을까 하는 마음이다. 나도 그 누구도 이 글을 읽는 그대에게 무언가를 강요할 수는 없다. 본인이 느끼고 깨달은 바가 있어야 자신을 변화시킬 수 있기에. 나는 그저 이 글을 읽는 그대가 순간의 상황 속에서 자신만의 깨달음을 얻으며 좀 더 나은 방향으로 나아가기를 바랄 뿐이다. ─



\*금이\*: 태어날 외손자 태명

**봄이 온다네.**

'금이'가 봄의 첫 손님이라네.

내일이면 떠오른 태양 아래서

같이 숨 쉬고 웃을 거라네.

가슴이 콩닥콩닥

기쁜 펌박질

어쩔 줄 모르겠네.

**할아버지는**

구름이 되고 싶네.

뽀오얀 햇살도 되고 싶네.

살랑이는 바람도 되고 싶네.

네곁에서 들고도는 맨맨이 되고 싶네.

**'금이'야**

'금이'야

세상에나 세상에나 어쩌면 좋으니

창가에 비춰지는 모든 것들이 힘차고 힘차서

할아버지가 장군이 된듯하다.

**내일부터**

이 할아버지랑 1일이다.

사람이고 사람이다.

사람이고 사람이다.

**네가 오는 첫날**

봄이 오는 것처럼

내일은 세상의 문을 활짝 열어 놓으마.

# 행복해 지기위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관

묘원화 전수  
벽룡사



## 화를 내거나 꾹 참는 마음 습관(下)

지난 호에서 온전하게 알아차림을 하기 위해서는 화와 같은 부정적 감정들에 대한 인식의 변화가 필수라고 했다.

알아차림은 감정을 보고, 그 감정을 허용하고, 그것을 '나쁜 것이 아니야, 있는 그대로 괜찮아'하며 온전히 받아들이는 것이다. 감정을 있는 그대로 오고 가도록 허용하면 감정은 무상하고 비어 있으며 실제 아무것도 아니라는 것을 알아차릴 수 있다.

긍정적인 감정, 부정적인 감정이라는 것은 구분을 위해 우리가 붙인 이름, 즉 관념일 뿐이다. 편의상 붙은 이름일 뿐인데 우리 스스로에게 부정적인 것을 싫어하는 마음이 있어서 실제 한다고 여겨 밀어내는 것이다. 무의식 속에 있는 이 무명을 정견으로 걷어내면 화는 사라진다.

새해 인사나 결혼식 축하 인사를 떠올려 보자. 온통 긍정적인 일들만 일어나기를 바란다. 세상이 어디 그렇게 살아지던가? 누구도 시련과 고통이 하나도 없는 세상을 살 수 없다. 누구도 부정적인 감정으로부터 자유로울 수 없다. 때문에 우리는 부정적인 감정을 맞이하는 연습을 항상, 꾸준히, 미리 해야 한다. 막상 닥치면 너무나 고통스러우니까.

화는 상대방이 고통스럽기를 바라는 마음이다. 이러한 화의 파괴적인 성질 때문에 화를 쫓아 일어나는 감각과 감정, 생각들은 반드시 고통을 수반한다. 화가 났을 때 일어나는 생각들 '정말 화가 나, 나는 늘 이랬어. 그건 그렇게 해야 해' 하며 생각하고 생각하고 또 생각하면서 화는 점점 커진다. 상대를 탓하는 마음이 새로 생기거나 자신을 계속 변명하는 생각이 일어난다. 일어나는 생각을 따라 말까지 벌으면 그 생각이 더욱 굳어지고 들이킬 수 없는 과거가 된다. 그래서 화가 나면 누군가에게 자꾸 말하고 싶어진다. 화가 났을 때에는 상대방이 보이지 않는다. 뭔가 상처가 될 만한 한마디를 하고 싶고 내 마음이 풀어질 만한 행동을 하고 싶은 욕망이 강하게 일어난다. 그것을 참지 못해 비난을 하고 부풀려 말하고 욕을 하거나 폭력을 행사하게 되면 모든 것을 망치게 된다.

그래서 화가 났을 때에는 우선 인욕해야 한다. 인욕 바라밀은 참고 억누르는 것이 아니다. 화의 강한 유혹을 견디고 화를 키우지 않는 것이다. 알아차림으로 분노를 지나가게 하는 것이다.

화가 가라앉은 후에는 자애 명상을 한다.

상대도 나와 똑같은 실수를 하고, 좋지 못한 행동에서 벗어나기를 바라는 사람이라는 것을 인정하자. 상대가 행복하기를 빌어주자.

분하고 억울한데 그 사람의 행복을 빌라니 하고 싶지 않다고 말하는 사람도 있을 것 같다. 사실 나 역시 그랬다.

자애 명상을 꼭 해야 하는 이유는 화가 모든 삶을 다 망치기 때문이다. 화를 내도, 억지로 참아도 상대와 나, 우리 모두를 망가뜨린다. 먼저 공부한 내가 악연의 사슬을 끊어내자. 지금 시작하자. 나는 행복하고 싶으니까. !



## 고양이를 기르는 이유

최두현  
한국고전번역원 연구원



도적이 없다고 도적을 못 잡는  
신하를 기르지는 않는다.

不以無盜而養不捕之臣  
(불이무도이양불포지신).

『동계집(東鷁集)』권5 「오원자전(烏圓子傳)」

조귀명의 「오원자전」은 고양이를 오원자라는 인물로 의인화하여 쓴 가전이다. 작중에서 오원자는 원래 미천한 신분에 도적질까지 일삼던 금수 같은 인물이었다. 그러나 도적 자씨 일족이 반란을 일으키자 오원자의 능력을 알아본 황제의 특명을 받고 도적떼의 소굴로 진격하여 일망타진하는 공을 세운다. 황제는 크게 기뻐하며 오원자에게 포상으로 고기와 가죽과 ‘오원자’라는 제후의 작위, 국방과 치안을 담당하는 부서의 수장 자리를 하사한다. 그리고 오원자의 공을 치하하는 조서를 내리는데 위에서 인용한 부분은 바로 이 조서에 나오는 구절이다.

이 작품의 핵심 주제는 위정자의 올바른 통치술, 그중에서도 능력 중심의 인재 활용과 유비무환의 자세라고 할 수 있다. 황제는 신분이나 과거의 행실에 구애받지 않고 능력만으로 인재를 발탁하여 공을 세울 수 있게 하였다. 또한 도적이 소탕되었다고 해서 오원자를 토사 구팽하지 않고 ‘도적을 못 잡는 신하’가 아닌 오원자를 도적을 잡는 관

직에 임명하였다. 과거의 공적 때문만이 아니라, 도적떼가 다시 활개 칠 앞날을 대비하기 위해서 포상을 내린 것이다. 이렇게 볼 때 이 작품이 주는 교훈은 비교적 단순하며 부연할 만한 여지가 별로 없다. 그러나 관점을 바꿔보자. 오원자라는 ‘인물’이 아니라 오원자로 의인화된 ‘고양이’로.

주인 없이 돌아다니는 고양이가 있었다. 이 너석은 마을을 돌아다니며 생선을 훔쳐 먹거나 닭을 잡아먹어 사람들의 골치를 썩였다. 그런데 어느 집에 쥐가 들끓기 시작했다. 집주인은 온갖 방법을 써보았지만, 소용이 없었다. 그러던 중 어떤 사람에게 고양이가 쥐를 잘 잡는다는 이야기를 듣고는 고양이를 데려와 집에 풀어놓았다. 고양이는 쥐구멍을 찾아다니며 쥐의 씨를 말려버렸다. 주인은 기뻐하며 고양이에게 고기도 주고 추위를 피할 보금자리도 만들어 주었다. 더 이상 고양이가 잡을 쥐는 없었지만 이름을 지어주고 식구로 맞아들였다. 사람들은 주인을 이해하지 못했다. 집을 지키는 개, 농사를 돋는 소, 사람과 짐을 실어 나르는 말과는 달리 고양이는 쓸모가 없지 않은가. 주인은 항변한다. 지금은 없지만, 나중에 다시 쥐가 나오면 어떻게 하겠냐고. 「오원자전」을 다시 ‘의묘화(醫妙化)’하면 이상과 같은 이야기가 될 것이다.

지금 사람들은 쥐를 막기 위해 고양이를 기르지 않는다. 사람들의 생활공간에 쥐가 나타나는 경우도 점점 드물어지고 있거니와, 쥐가 나오더라도 전문 업체가 처리한다. 그렇다면 왜 고양이를 기르는가.

옛날의 고양이는 식구라 해도 가축일 뿐 가족은 아니었다. 지금은 많은 사람들이 고양이를 가족처럼, 혹은 진짜 가족 이상으로 아끼고 사랑한다. 가족에게서나 얻을 수 있던 평안함과 온기를 고양이로부터 받는다. ‘아직’ 고양이와 함께하지 않는 사람들은 유튜브나 인스타그램에서 고양이의 영상과 사진을 보며 고양이를 가지지 못한 아쉬움을 달랜다. 혼가족화를 넘어 딩크족이나 1인 가구의 비중이 늘어난 요즘 고양이의 역할은 더 이상 쌀을 축내는 쥐를 막는 것이 아니라 마음을 축내는 외로움과 공허함을 막는 것이 되었다.

어쩌면 옛날에도 다르지 않았을지 모른다. 숙종이 사랑한 고양이의 이야기는 여러 매체를 통해 많이 알려져 있다. 붕당의 대립이 격화되던 정국에 수차례의 환국을 단행하고 사람의 거두인 송시열을 단호하게 처형했던 냉혹한 정치가 숙종도 자신이 기르는 고양이에게는 한 없이 관대하고 따뜻한 ‘집사’였다. 숙종도 많이 외로웠던 것일까. 물론 외롭지 않아도 고양이는 사랑스럽다. 예나 지금이나. !



조귀명(趙貴命) - 1693~1737, 조선영조 문장가

#### 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

# 나는 천사에게 말을 배웠지

방귀희

사)한국장애예술인협회 대표  
승실대학교 겸임교수  
<美지> 발행인  
컬럼집 <배제와 포용> 저자



장래 희망을 적는 난에 어린 시절은 선생님이라고 썼고, 청소년기에 는 교수라고 적어놓고 뿌듯해했었다. 그렇게 설정한 내 목표가 반드시 실현될 것이라는 자신감이 있었기 때문이다. 부모님과 선생님들 그리고 주위의 어른들이 한결같이 하시던 ‘공부 열심히 하면 뭐든지 할 수 있어’라는 말씀을 찰떡같이 믿었기 때문이다. 그런데 대학 입시를 치르면서

공부 열심히 한다고 해서 나의 장래 희망이 이루어지지 않는다는 사실을 깨닫게 되었다.

내가 대학에 가려던 1976년에는 대학입시 요강에 불구폐질자 입학 불가가 명백히 규정되어 있었다. 장애인을 그 당시는 불구자라고 하였다. 하지만 나는 그런 규정을 비웃으며 경희대 한의학과에 입학원서를 냈다. 결과는 낙방이었다. 자기 분수도 모르고 한의사가 되겠다는 헛된 꿈을 꾸던 것이다. 깊은 좌절감에 빠져있을 때 어머니가 사온 입학원서 덕분에 동국대학교 불교학과에 합격하여 나는 대학교육을 받을 수 있었다. 이것이 불교와의 첫 인연이다.

나는 내 꿈을 잊어간 대학에 알 수 없는 적개심을 갖고 있었다. 그런데 30년이 지난 2007년 3월 내가 처음으로 대학 강단에서 <방송작가실기론>이란 강의를 한 곳이 다름 아닌 경희대학교 국어국문학과였다. 너무 나 의외였다.

나에게 기회를 주지 않았던 학교에서 나를 선택해준 것이 너무너무 고마워서 나는 강의 준비와 학생들과의 소통에 정말 최선을 다했다. 학생들의 고민을 들어주고, 공모전 작품에 대해 지도를 해주고, 방송작가가 꿈인 학생들에게 방송국 견학, PD와의 대화 등 꿈에 다가갈 수 있도록 학생들과 같이 걸어주었다. 그 결과 방송작가가 된 학생도 있고, 신문사 기자가 된 학생도 생겼다.



얼마 전 그때 내가 가르쳤던 한 학생이 나를 찾아왔다. 신춘문예 당선 등 좋은 소식이 있을 때마다 알려주던 그가 나에게 내민 시집 제목이 <나는 천사에게 말을 배웠지>이다. 제목이 내 머리를 내리쳤다. ‘어머나, 우리는 아마에게 말을 배웠구나.’라는 반성의 방망이였다. 요즘 모든 언론에서 정치인들의 막말이 화근이 되어 서로 공격하며 싸우는 모습을 흔히 보게 되기에 천사에게 말을 배웠다는 시인이 너무나 멋있어 보였다. 그 멋진 시인은 나의 제자 정현우이다

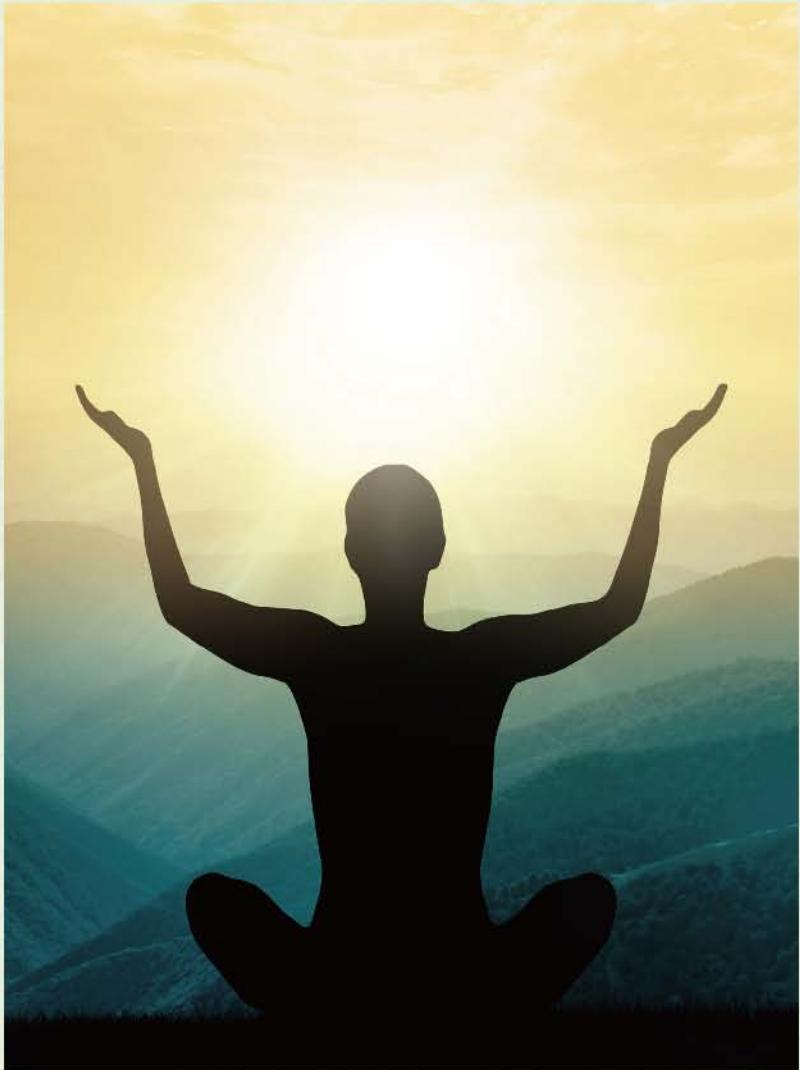
- 잘못을 들키면 잘못이 되고, 슬픔을 들키면 슬픔이 아니듯이, 용서할 수 없는 것들로 나는 훌러갑니다. 검은 물속에서, 검은 나무들에서 검은 얼굴을 하고, 누가 더 슬픔을 오래도록 참을 수 있는지 일불로 차들이 달려가는 밤, 나는 흐릅니까, 누운 것들로 훌러야 합니까. - 이것은 ‘슬픔을 들키면 슬픔이 아니듯이’라는 시의 마지막 연인데 오늘을 사는 젊은이들의 고뇌가 고스란히 담겨있다. 우리 청춘들이 영끌이라고 하여 마치 영혼까지 끌어모아서 집을 사는 것이 인생의 목표인 양 비춰지고 있지만, 우리 청춘들은 용서할 수 없는 것들이 그대로 훌러가는 것을 아파하고 있다. 잘못을 들키면 잘못이 되고 잘못을 들키지 않으면 잘못이 되지 않는 것을 용서할 수 없는 것이다. 슬픔을 들키면 슬픔이 되지 않는다는 것은 사람은 누구나 슬픔을 내재하고 있기에 이미 세상에 드러난 슬픔은 슬픔이 아니라는 것이다. 세상에 드러난 슬픔을 해결해달라고 정치인들에게 권한을 준 것인데 그들은 자기 권력을 지키기 위해 영끌을 하

고 있어서 용서할 수 없는 것이다. 이 시인 집안이 불교라서 시인은 불교의 영향을 많이 받았기에 이런 시가 나올 수 있었다.

어느 날 부처님께 한 사람이 찾아와서 한탄하였다. ‘저는 되는 일이 하나도 없어서 고통스럽습니다. 왜 그런 걸까요?’ 부처님은 그 이유를 베풀지 않아서라고 하자 자기는 가진 것이 없어서 베풀 수가 없다고 하였다. 그때 부처님께서 가진 것이 없어도 베풀 수 있는 무재칠시<sup>無財七施</sup>를 설하셨다. 그 일곱 가지는 표정, 말, 마음, 눈빛, 몸, 양보, 관찰로서 베풀는 것인데 이 가운데 언시\*\*는 말로 베풀는 것으로 사랑의 말, 칭찬의 말, 위로의 말, 양보의 말을 하는 것이다. 부처님께서는 진심 어린 따스한 말 한마디가 물질을 나눠주는 것 못지않게 큰 힘이 된다고 하셨다.

실제로 엘리베이터에서 ‘먼저 타세요.’라고 휠체어 장애인에게 양보의 말을 건네면 얼마나 고맙고 얼마나 편한지 모른다. 우리 모두 부처님의 말을 배워서 세상을 안전하고 행복하게 만들었으면 한다. ━





군시절 휴가를 나와 시내를 걸어가다 우연히 ‘무소의 뿔처럼 혼자서 가라’는 제목의 영화 간판이 걸려 있는 극장 앞을 지나게 되었는데 제목이 참 특이해서 기억에 남았던 적이 있다. 고등학교 때 불교 반 활동을 했지만, 그 당시에는 불교 경전 등 불교 관련 서적을 읽어보지 못해 아는 것이라곤 반야심경밖에 모르던 시절이라 ‘무소의 뿔처럼 혼자서 가라’라는 말의 의미를 알지 못했다.

제대 후 대학 2학년 시절 집에 ‘수타니파타’라는 책이 있어 대학 도서관에서 공부하면서 잠시 보게 되었다. 초반부 ‘무소의 뿔’ 경에 ‘무소의 뿔처럼 혼자서 가라’는 글을 보고 깜짝 놀랐다. 그 영화 제목이 이런 의미였구나!

사람은 본질적으로 홀로 있는 존재다. 저 광야를 달리는 코뿔소의 외뿔처럼 홀로 이 세상에 태어나서 홀로 살다 홀로 가는 것이 우리의 삶이다. 수타니파타에서 부처님께서는 현명하고 올바른 벗들을 만나지 못하면 저 광야를 달리는 코뿔소의 외뿔처럼 혼자서 가라고 하셨다.

나는 어릴 때부터 혼자 다니는 것을 좋아했다. 해운대, 광안리, 성지곡수원지 등 부산 시내 곳곳을 홀로 돌아다녔다. 그때는 혼자들 아다니는 것이 재미있었다. 혼자 있으면 다른 사람의 눈치도 볼 필요가 없고, 무슨 말을 해야 하나, 상대방이 말을 걸면 어찌나 등 쓸데없는 고민 걱정을 할 필요가 없어서 혼자 있으면 좋았다.



나이가 들어 총지종의 정사가 되어 단음사 주교로 있지만 지금도 혼자 있으면 좋다. 하지만 어릴 때의 좋음과 지금의 좋음의 의미는 다르다. 어릴 때는 사람들을 대하고 상대하는 것에 대한 막연한 두려움 때문에 혼자 있는 것이 좋았지만, 지금은 혼자 있으면 오롯이 나에게 집중할 수 있어 좋다. 내가 무엇을 하는지, 내가 무슨 생각을 하는지, 나에게만 집중할 수 있다. 혼자서 밥을 먹으니 밥 먹는 데만 집중하면 되고, 혼자서 불공하니 불공 하는 데만 집중하면 된다.

그렇게 내게 집중하다 보면, '나'라는 존재를 이해하고, 존중하고, 소중히 여길 수 있게 된다. 그리고 행복이라는 것은 외부의 조건에 있는 것이 아니라 나를 이해하고, 존중하고, 소중히 여길 때 행복이라는 개념이 서서히 확립된다는 것을 알게 된다.

그렇다고 다른 사람과 함께 있으면 불행하다는 것이 아니다. 혼자 있으면 혼자 있는 행복이 있고, 함께 있으면 함께 하는 행복이 있다. 그렇게 행복을 이해하려면 흘로 있는 행복을 이해할 수 있어야 한다. 사람들은 함께 있으면 행복하고 혼자 있으면 불행하다고 생각한다. 그 이유는 '나'라는 존재를 소중히 생각하지 않기 때문이다. 그렇기 때문에 '나' 아닌 다른 사람에게 의존하게 되고 그 의지처가 없으면 불행하다고 느낀다.

부처님께서는 이 세상에서 가장 소중한 사람은 자기 자신이라고 말씀하셨다. 그리고 자기 자신이 소중하듯 이 세상에 존재하는 모든 존재 또한 소중한 존재들이라고 하셨다.

나를 소중히 여길 수 있어야 다른 사람들도 소중히 여길 수 있다. 그리고 흘로 있는 행복을 아는 사람은 함께 있는 행복도 안다.▲



## 하늘의 제왕, 검독수리 (Golden Eagle)

정옥식  
조류학 박사, 화음사 교도



누구나 알다시피 신촌에 위치한 한 사립대학의 상징은 독수리이다. 교내엔 독수리 상도 자리하고 처음 학교를 방문한 사람으면 누구나 꼭 그 독수리 상 앞에서 사진 한 컷은 빼먹지 않는다. 학교를 소개해주는 사람도 패키지여행의 현지 가이드처럼 꼭 그곳은 들른다. 그리고 예전엔 학교 앞에 '독다방(독수리다방)'도 있었다. '독수리'라고 부르던 그 독수리 상의 주인공은 과연 독수리가 맞을까?

독수리는 사냥을 하지 않고 동물의 사체를 먹는 생태계의 청소부다. 우리가 알고 있는 카리스마를 지닌, 그 독수리는 독수리가 아니

다. 실제 독수리는 빠른 속도를 내기보다는 긴 시간 동안 하늘에서 머물거나 이동할 수 있도록 넓고 긴 형태의 날개를 지녔다. 이들을 'Vulture'라 부른다. 흔히 우리가 떠올리는 힘세고 용맹스러운 독수리의 실체는 'Eagle'에 해당된다. 우리나라에서는 검독수리, 항라머리검독수리, 흰죽지수리 등이 이 무리에 속한다. 이들은 날카로운 부리와 발톱을 지녔으며 빠른 날갯짓으로 들짐승이나 날짐승을 직접 사냥해서 먹어치운다.

일반인들은 맹금류(사냥을 하며 살아가는 육식 조류)를 형태나 행동 등에 따라 크게 구분 짓지는 않지만, 실제 분류학에서는 Vulture(독수리류), Eagle(수리류), Falcon(매류), Buzzard(말똥가리류) 등등 여러 무리로 나뉜다. 이들 중 일반인들에 가장 많이 알려지고, 많은 팬을 지닌 무리는 단연 Eagle(수리류-흔히 그냥 독수리라 부름)이다. 그중에서도 카리스마 계의 지존이자 일반인들이 떠올리는 독수리 이미지의 대상은 바로 검독수리다. 향간에는 검독수리, 금수리로도 불렸다. 용맹성과 형태에서 비롯한 이름이지만 그 속에는 '검독수리'라는 이름 속에 들어 있는 썩은 고기만을 먹는 무기력해 보이는 독수리와 차별을 두기 위한 의도도 담겨있다.

검독수리의 용맹함과 힘은 그가 사냥하는 먹이를 통해서도 가능할 수 있다. 토끼나 사슴, 꿩 뿐만 아니라 여우, 늑대 등을 포식한다. 실제 검독수리가 번식하는 둑지에 올라보면 매를 비롯하여 수리부



영이 그 외 수리과의 다른 맹금류<sup>鷹類</sup>들의 사체를 확인할 수 있다. 제 아무리 날쌔고 강인한 맹금류일지라도 검독수리에겐 먹이 감에 지나지 않는다. 심지어 곰의 새끼도 포식한 기록이 있어 가히 하늘의 제왕이라 불릴 자격이 충분하다. 검독수리는 조류에만 국한된 것이 아니라 동물계 먹이 사슬에서 최고 정점에 있는 종이라 할 수 있다. 이러한 이유로 카자흐스탄, 키르기즈스탄, 몽골 서부 등 알타이산맥 주변의 국가들에서는 검독수리를 이용한 사냥이 아직도 행해지고 있다. 검독수리의 용맹은 과거 여러 민족들에게 우상의 대상이었으며 황제의 상징, 군대의 상징으로 많이 이용되고 있다. 특히 북미 인디언들에게 검독수리는 신성시되었으며 추장들의 머리 장식 깃도 검독수리의 것이라고 한다.

현재 검독수리는 유라시아 대륙과 북미대륙, 아프리카 등 극지방을 제외한 북반구 전역에 걸쳐 분포한다. 한 곳에서 사계절 동안 정주하며 번식과 월동을 하는 경우도 있는 반면 번식만 하고 겨울철에는 먹이를 찾아 이주하는 경우도 있다. 형태를 보면 전체적으로 짙은 암갈색이며 머리와 목은 황금색을 띠고 있다. 이 때문에 금수리 그리고 영명이 'Golden Eagle'로 명명된다. 날개를 편 길이는 2m에 달 하며 몸길이는 1m, 몸무게는 최대 7~9kg 정도까지 나간다. 육중한 몸과 큰 날갯짓으로 만드는 속력은 시속 240km에 달한다. 특히 하늘에서 먹이를 목표로 내리꽂을 때의 순간 속력은 이를 상회한다.

둥지는 산악지대의 가파른 암벽이나 흑은 나무에 짓고 산란은 주로 3월부터 시작된다. 알의 크기는 대략 7.5cm 정도이며 대체로 하나에서 많게는 4개까지 낳는다. 암수가 교대로 알을 품으며 40일 전후로 알은 부화한다. 새끼는 3개월 정도 둉지에서 어미의 보살핌 속에 자란 후 둉지를 떠나게 된다. 일부 일처제이며 한번 맷은 짹이 몇 년 흑은 영구히 지속된다.

현재 검독수리의 전 세계 생존 개체 수는 170,000여 마리로 추정하고 있다. 일부 지역에서는 개체 수가 증가하는 곳도 있지만, 국내에서 번식하는 무리는 사라졌다. 서식지 파괴와 밀렵, 먹이 감소 등이 주요 원인으로 알려져 있다. 몇 해 전까지만 해도 양구나 화천 등 민통선 지역 부근과 동강 인근 산악지대에서 번식행동에 대한 목격담이 있었지만, 최근에는 그러한 얘기조차 들리지 않고 있다. 다만, 해마다 겨울이 되면 러시아나 몽골 둉지에서 번식한 무리들 중 일부가 우리나라를 찾아와 월동을 한다. 국내에서는 멸종위기 야생동물 I급과 천연기념물 제243호로 지정, 보호하고 있지만, 월동지마저 서식지 환경이 점점 나빠지고 있는 상황이다. 올겨울에는 검독수리의 월동 소식마저 듣지 못했다. 검독수리가 사라진 탓이라 그런지 올겨울 하늘은 유독 혼전하기만 했다.

이제 다시 짹이 트고 새들이 지저귀는 봄이 다시 오고 있다. 동강과 양구에서 들려온 소식을 기대해 본다. 검독수리의 날개로 가득 채워질 푸른 하늘을 기대해 본다. ━

## 인연연기의 세상에서 제대로 주고받기

김봉래  
불교방송 전법후원국장



새봄이 되었지만, 여전히 우리에게는 불안과 생존의 위기감이 가시지 않고 있다. 봄이면 황사나 미세먼지로 숨쉬기 힘든 날들이 많아 불평하기도 했는데 이제는 생명을 위협하는 코로나19 바이러스까지 창궐하니 말이다.

우리 인간에게 어디 피할 안전한 곳이 있을까. 물론 백신이 개발되면 나아지겠지만 그 후는 또 어떨 것인가를 생각하면 안심하기 어렵다. 특단의 돌파구를 마련하지 않는 한, 인간과 환경 사이에서 벌어지는 갈등은 계속될 수밖에 없다는 전망이기 때문이다.

그동안 인류는 눈부신 문명발달을 이루어왔다고 자부했다. 하지만 스스로의 집단적 어리석음에서 비롯한 문명발달에 따르는 환경파괴 등 각종 폐해를 되돌려 받지 않을 수 없는 상황에서는 생각을 달리할 수밖에 없는 처지가 되었다.

인류의 생존을 위해서는 무엇보다도 '인간과 자연이 별개로 독립해 있다'는 이분법적인 생각은 폐기해야 할 상황이다. 또 '자연자원은 무한하다'고 의심치 않았던 주류경제학의 기본전제도 폐기해야 한다. 덧붙여 '모든 것은 상호 의존하여 존재한다'는 인연연기법<sup>因緣緣起法</sup>과 '세상에 공짜는 없다'는 인과법<sup>因果法</sup>의 진실에 깊이 눈여야 한다.



만물이 어우러진 세상에는 언제나 주고받음이 일어난다. 인간과 자연 사이는 물론이고 인간과 인간 사이, 그리고 한 개인의 존재 차원에서도 주고받음은 필연적인 현상이다. 지금, 이 순간 내가 삶을 유지하는 것은 인연연기와 인과법 덕분이다. 몸 밖에 있는 공기를 들이마시고 내쉬지 않으면 얼마 버틸 수 없으며, 밥도 먹고 배설도 해야 한다.

주목할 것은 인간의 삶이 자연과 묘하게 맞물려 있다는 사실이다. 우리가 내뱉는 이산화탄소는 식물에게 유용하고 식물이 배출하는 산소는 인간에게 유용하며, 우리의 배설물은 자연에 거름이 된다. 근본적으로는 인간이 곧 자연이다.

하지만 아직도 기존의 사고방식을 바꾸는 데 어려움을 겪고 있는 것 이 현실이다. 탄소배출을 줄이자는 국제협약도 선진국이라 자처하는 나라가 앞서 깨고 나설 정도니 어찌할 것인가.

지나친 개발과 환경파괴라는 행위가 원인이 되어 인간을 위협하는 결과로 나타난다. 코로나19 바이러스가 인간을 위협하게 된 점도 이런 상황과 무관치 않다. 이런 경우에는 인과법이 선인낙과<sup>善因惡果</sup>가 아닌 악인고과<sup>惡因吉果</sup>로 나타나는 셈이다. 이는 인간이 자연과 주거니 받거니 하게 돼 있는 구조를 제대로 파악하지 않고 자연을 인간 본위로 이용하려 할 때 문제가 생긴다.

명백한 진실을 외면하는 일은 인간과 자연과의 관계에서뿐만 아니라 인간들의 관계에서 두드러진다. 이는 늘 자신보다 먼저 상대방의 변화를 요구하는 데서 나타난다. 당신이 바꾸어야 나도 바꾸겠다는 사고방식으로는 문제 해결의 실마리를 찾기 어렵다.

어차피 주고받는 구조라면 제대로 주는 방식이면 좋겠다. 좋은 원인을 지어야 좋은 결과가 나타나는 법이므로 상대방의 선의를 기대하기보다 내가 먼저 선의를 베푸는 쪽으로 사고의 전환을 이뤄내야 한다. 은혜를 입고도 갚지 않는 사람이 있을 수 있지만, 대개는 은혜를 입으면 갚으려 하는 게 인지상정 아닌가.

이제 우리는 인연연기의 인과법, 부처님 가르침이 우리 삶 속으로 깊이 스며들도록 노력해야 한다. 우리의 일거수일투족이 세상의 안녕을 위한 씨앗이 되어 아름다운 세계일화<sup>世界和平</sup>의 꽃향기를 두루 발산하기를 서원하자. ━



## 마음은 없으나 무한하게 작용한다

법상 스님  
원광사 주지  
다음카페 '목탁소리' 지도법사



달마스님의 '무심론'에는 마음이 있는지 없는지에 대한 제자와  
화상의 대화가 나옵니다.

제자가 묻습니다.

"마음은 있습니까? 없습니까?"

답하지요.

"마음은 없다."

다시 묻습니다.

"스님께서 마음이 없다고 하셨으니, 그렇다면 죄와 복도 없어야 할 텐데 무  
슨 까닭에 중생들은 육도윤회를 하면서 나고 죽기를 반복하는 것입니까?"

답합니다.

"중생은 허망하게 해매면서 마음 없는 가운데 헛되이 마음을 만들  
어내고, 여러 업을 지으며 헛되이 집착함으로써 있다고 여긴다. 그 까  
닭에 육도윤회하며 삶과 죽음이 이어진다. 비유하면 사람이 어둠 속  
에서 나무 둥절을 보고 귀신으로 여기고, 새끼줄을 보고 뱀으로 여겨  
두려워하는 것과 같다."

본래 마음은 없습니다. 마음이 없다면 죄를 짓는 마음이나 복을 짓  
는 마음 등 업을 짓는 마음도 없어야 할 것인데 중생들은 왜 육도 윤회  
를 할까요?

마치 새끼줄을 보고 뱀으로 착각하게 되면 없던 두려움이 생기는 것  
과 같습니다. 새끼줄을 보고 뱀으로 착각하지만 않으면 두려움은 일  
어날 일이 없습니다. 그러나 중생들은 새끼줄을 보고 뱀으로 착각하  
는 허망한 망상 때문에 두려움이 생기고, 그로 인해 두려움의 결과를  
받는 것입니다.

마찬가지로 중생들은 그 마음 없음 속에서 그저 무심하게 존재하면  
되는데, 억지로 헛된 망상심을 일으켜서 헛되이 뱀이 있다거나 귀신  
이 있다고 착각하여 집착하게 되고 그런 까닭에 그 과보의 세계인 육  
도에 윤회하게 되는 것입니다.

이런 세심한 답변에도 제자는 또 물습니다.

“보리와 열반을 얻을 수 없다면, 과거 모든 부처님이 보리를 얻은 것은 어떻게 이해할 수 있습니까?”

답합니다.

“다만 세속제의 문자로서 말하는 것일 뿐, 진체에서는 진실로 얻을 것이 없다. 그래서 유마경에서는 ‘보리는 몸으로도 얻을 수 없고, 마음으로도 얻을 수 없다.’고 했고, 금강경에서는 ‘얻을 수 있는 작은 법도 없다.’고 했다. 모든 부처님은 다만 얻을 수 없는 것을 얻었다. 마음이 있으면 모든 것이 있고, 마음이 없으면 아무것도 없다.”

부처님께서는 얻을 것이 없는 것을 얻었을 뿐입니다. 본래무일불임을, 텅 빈 공임을, 본래 얻을 만한 것이 하나도 없음을 깨달은 것입니다. 제자는 묻습니다.

“마음이 없다면 나무나 돌에도 마음은 없으니 같은 것 아닙니까?”

답합니다.

“마음 없는 이 마음은 나무나 돌과는 같지 않다. 마치 하늘북과 같아서 마음은 있으나 저절로 여러 묘한 법을 내어 중생을 교화하고, 여의 주와 같아서 마음은 있으나 여러 변화된 모습을 잘 드러낸다. 비록 마음은 있으나 법의 실상을 잘 깨닫고 지혜를 갖추어 자제하게 반응하고 작용한다.”

마음은 없습니다. 우리가 깨닫는 것은 마음 없음, 깨달을 한 법도 없음을 깨닫는 것일 뿐입니다. 그렇다면 사람들은 아무것도 없다면 깨달

을 필요도 없는 것 아닌가? 아무것도 없으면 돌이나 나무와 같은 것 아닌가 하고 궁금해합니다. 그러나 마음 없음, 한 법도 없음은 완전히 죽어 있는 없음이 아니라 생생하게 살아서 작용하는 무심입니다.

이 깨달음의 세계는 아무것도 없는, 무심을 깨닫는 것이지만, 그렇다고 공허해, 할 필요는 없습니다. 바로 그 아무것도 없는 가운데 무한한 공능이 있고, 무한한 지혜로 무한한 작용을 이루어 내기 때문입니다. 그럼에도 아무것도 없음 위에 드러나는 것이니 그 어디에도 짐작함이 없겠지요. 해도 한 바가 없습니다.

아무것도 없기 때문에 진정 자유로운 것이지, 남들에게는 없는 나만이 가지고 있는 특별한 깨달음이라는 무언가를 가지고 있다면 그것을 잃어버릴까 봐 걱정하느라 진정 자유로울 수 없을 것입니다. 아무것도 없으니, 빼앗길 우려도 없고, 없어지지도 않으니 완전히 풀 쉬게 되는 것입니다. 이것이 바로 무심, 마음 없음의 공능입니다. ।

- ‘법상스님의 목탁소리’ 블로그 -



# 수미산須彌山은 우주의 중심축(5)

김규현  
‘한국티베트문화연구소’ 소장

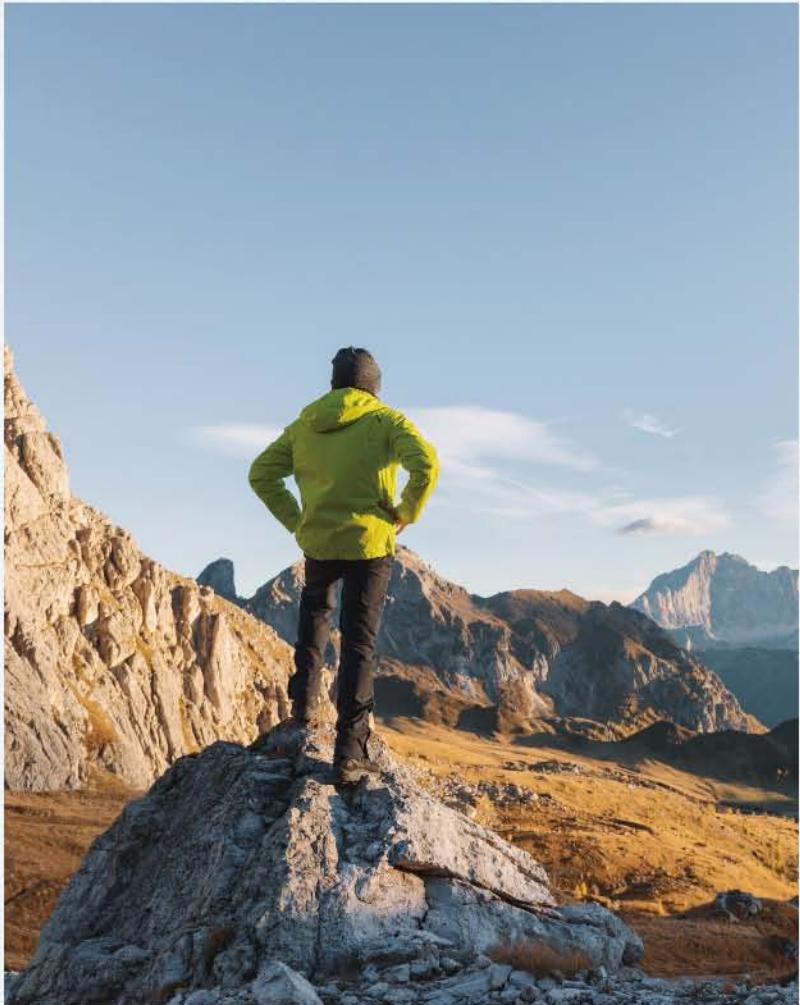
문득 그렇게 여기까지 온 그들을 보면서 하나의 단어가 떠오르기 시작한다. 과연 순례<sup>■</sup>란 무엇일까?

사이버세상의 입구에 자랑스럽게 들어선 현대인간들에게 중세기의 유행어였던, 이제는 박물관이나 가서 찾아보아야 할 정도로 고루한 느낌이 나는, 이‘순례’란 단어의 의미는 어떤 것일까?

마치 미로 같았던, 내 짚음의 어둡고 긴 터널 속에서 반짝이는 불빛처럼 다가왔던 단어 하나가 있었는데, 그것은 바로 필그림에이지(Pilgrimage)라는 단어였다.

어느 날 그 단어는 과거형의 그리움으로 내 가슴속으로 스며들어왔다. 마치 내 전생이 히말라야의 순례자였던 것처럼 친숙하면서 생생하게 그렇게 다가왔다. 필그림에서 풍겨 나오는 아련한 그리움 같은 묘한 감정은 한동안 가슴속 깊은 곳에 자리 잡고는 떠나지 않았다.

그러다가 티끌 세상에서의 인생살이와 반비례해서 서서히 퇴색되어 가기 시작하였다. 그렇다고 그 감정이 완전히 없어진 것은 아니어서 가끔 어떤 계기를 만나면 다시금 충전되어지는 것을 느낄 수는 있었다. 짚었을 때의 느낌과는 또 다른 감정으로 가끔씩 다가오는 그 그리움은, 언제인가 오래전에 우연한 기회에 한번 본 이산의 사진 속



의 모습과 오버랩 되어 급기야는 저항할 수 없는 힘으로 나를 잡아끌어 배낭을 싸 이곳으로 오게 만들었다.

본래 순례란, 사전적 정의로는 “어떤 종교의 성지를 찾아다니는 여행”을 뜻한다. 그러므로 순례란 종교적 분위를 풍긴다고 할 수 있다. 그러나 내 개인적인 견해로는 순례가 반드시 종교적 행위일 필요는 없다고 생각되기에 그냥 “흰 구름의 길” 같은 것이라고 해석하고 있다.

그런 의미에서 순례란 틀에 박힌 여행과는 구별된다. 그리고 순례는 혼자이어야 한다는 생각도 갖고 있다. 말을 아끼고 의식의 분산을 막기 위해서라도 반드시 혼자여야만 한다. 오직 가슴만으로 주위의 낯선 풍경과 그 길 위에서 만나는 사람들과 어울려야 한다. 스스로의 자아를, 영혼을 느낄 수 있을 때까지, 그렇게 흐르는 물처럼, 흐르는 조각구름처럼 흘러가야 하는 것이다.

자, 심호흡을 크게 하고 이렇게 세 번을 나지막이 외어보자.

필그림! 필그림! 필그림!

그러면 그대 앞에 순례자의 수호신인 쉬바신이 보낸 사자가 나타날 것이다. 그러면 그대는 그 손만 잡으면 된다. 그러면 그대는 이미 순례자인 것이다.

그렇게 떠나온, 어쩌면 전생부터의 꿈을 이룬, 행복한 순례자들이 모여 잠들어 있는 마을 다르첸은 포근한 밤안개에 쌓여 있었는데 다만 좀 멀어진 다국적 텐트촌에서 따뜻한 화톳불이 새어 나오고 있었다. 그 불가에 둘러앉아 시타라는 악기에 맞추어 부르는 그들의 노래는 쉬바신을 위한 찬미가였는데, 경건하면서도 단조로워 듣기 좋은 화음을 이루고 있었다. 그 소리를 자장가 소리처럼 들으며 연기를 쫓아 눈길을 하늘에 옮기니 오색영롱한 별들의 잔치가 시작되고 있었다. !



## 공들인 시간만큼 소중하다?

백일홍 - Zinnia

이태용  
원예 교육가



### 백일, 일단락되는 기간

곰과 호랑이가 환웅의 아들 환웅에게 와서 사람이 되게 해달라고 빌었습니다. 환웅은 이들에게 신령스러운 쑥 한 줌과 마늘 스무 쪽을 주면서 이것을 먹고 백일 동안 햇빛을 보지 않으면 사람이 될 수 있다고 일렀습니다. 곰은 잘 참고 삼칠일 만에 여자의 몸이 되었지만, 호랑이는 참지 못하여 사람이 되지 못했습니다.

단군신화의 이 이야기를 읽을 때마다 저는 늘 '백일'이란 부분에 눈이 머뭅니다. 왜 하필 한 달도 아니고 일년도 아니고, 딱 백 일이었을까요? 백파사전에서는 '백일'에 대해 이렇게 기록하고 있습니다.

"백일은 성수<sup>聖數</sup>의 1극점<sup>一極點</sup>이며 범물완성<sup>凡物完成</sup>의 일대 단락을 표상하는 것이다." 말이 좀 어렵기는 하지만, '백일'이라는 기간을 통해 하나의 상황 혹은 사물이 일단락을 짓고 완성된다는 뜻일 텐데요. 따라서 태어난 지 백일째 되는 아기에게 주는 '백일상'이라든가 아기를 갖기 위해 조상들이 '백일기도'라든가 사람이 죽은 지 백일째 되는 날 드렸던 '백일제<sup>百日祭</sup>' 등도 모두 같은 맥락에서 그 의미를 읽어 넣을 수 있을 것 같습니다. '백일'

이라는 기간을 통해 아기는 한 명의 완전한 존재로 거듭나고, 아기를 원하는 기도는 그 뜻이 하늘에 닿고, 죽은 사람은 하늘나라의 새 생활을 잘 시작했으면 좋겠다는 바람이 담겨 있는 것이겠지요.

### 죽어 꽃으로 피어난 아내

'백일홍<sup>百日紅</sup>'은 백일 동안 붉은 꽃을 피운다 하여 붙은 이름입니다. 한여름 뜨거운 햇볕 아래에서 백일홍은 마치 동굴 속 곰이라도 된 듯이 꾹꾹하게 백일을 지키며 꽃을 피웁니다. 요즘은 품종 개량을 통해서 다양한 색깔의 백일홍도 생겨났지만, 그래도 역시 백일홍은 빨간 꽃일 때 가장 돋보입니다.

혹시 백일홍에 얹힌 이야기를 알고 계시나요? 배를 타고 괴물을 죽이려 떠나는 남편이 아내에게 이렇게 말합니다.

"내가 돌아올 때 배의 뜻이 빨간색이면 죽은 것이요, 흰색이면 산 것 아니 그렇게 아시오."

하루도 빠짐없이 바닷가에서 남편을 기다리던 아내는 백일째 되는 날, 드디어 돌아오는 남편의 배를 발견합니다. 하지만 배에는 흰 뜻이 아니라 빨간 뜻이 올려져 있었고, 이에 실망한 아내는 그 자리에서 그만 쓰러져 죽고 맙니다. 그런데 곧 육지에 도착한 배에는 남편이 타고 있었습니다. 뜻이 빨간색이었던 것은 괴물을 죽일 때 뛴 핏방울이 뜻을 붉게 물들였기 때문이었지요.



그러나 이미 때는 늦었습니다. 죽은 사람이 다시 살아날 리 없습니다. 그 대신 아내가 죽은 자리에서 꽃이 피어났습니다. 백일홍을 하루 같 이 남편을 기다렸을 아내의 간절함, 자신의 실수로 아내가 죽은 걸 괴로워하는 남편의 애절함, 이 모든 감정을 담은 빨갛고 빨간 백일홍이 피어났습니다.

### 아이들이 좋아하는 꽃

백일홍은 꽃에 얹힌 전설만 보면 우리 고유의 꽃 같지만 실제로는 멕시코가 고향입니다. 멕시코에서 16세기 이전부터 재배되었고, 18세기 중반 유럽에 들어와 19세기 말이 되어서야 미국을 중심으로 전 세계에 퍼지게 되었습니다.

이름 또한 우리나라에서는 ‘백일홍’이라 부르지만, 서양에서는 전형 상관없는 ‘지니아(Zinnia)’로 부르고 있습니다. ‘지니아’라는 이름은 독일 과팅겐대학의 식물학 교수였던 요한 고트프리드 진(Johann Gottfried Zinn)으로부터 유래한 것인데, 이 식물학자가 맨 처음 백일홍을 국화과 식물에 포함시켰기 때문입니다.

백일홍은 아이들과 함께 심으면 참 좋은 꽃입니다. 큼지막하고 밝은색의 꽃이 아이들 눈에 금세 뜨일 뿐만 아니라, 오랫동안 시들지 않아 아이들이 잊지 않고 꾸준히 관심을 보입니다. 화분에 백일홍을 심을 때는 백일홍만 심어도 예쁘지만, 다른 식물들과 함께 심는 것도 재미있습니다.

다른 색의 꽃을 함께 심으면 알록달록하게 어울린 색깔들이 보기 좋고, 녹색의 관엽식물을 함께 심으면 작은 숲속에 들어온 것 같아 절로 기분이 좋아집니다. 시든 꽃을 빨리 따 주기만 하면 다른 꽃봉오리에서 계속해서 꽃이 나와 여름을 지나 가을까지도 환한 꽃밭 속에서 살 수 있습니다.

### 무언가가 우리에게 소중한 이유

백일홍을 보려고 마당에 나왔습니다. 그런데 웬지 오늘따라 백일홍의 예쁜 꽃이 더더욱 예뻐 보입니다. 마늘과 쑥만 먹으며 굴속에서 버렸던 곰처럼, 돌아올 남편을 매일 바닷가에서 기다렸던 아내처럼 그렇게 백일동안 꽃을 피우는 백일홍의 마음씨가 제게 전해진 것 같습니다.

백일홍의 이 마음씨가 백일홍을 보는 아이들에게도 전해질 수 있다면 얼마나 좋을까요? 생텍쥐페리의 <어린 왕자>에서 어린 왕자는 자신의 별 B612 혹성에 있는 장미가 그 꽃을 위해 자신이 공들인 시간 때문에 소중한 존재란 것 깨닫습니다.

모든 것이 너무나 흔하고 돈만 있으면 금세 자기 것으로 만들 수 있는 세상에서 진짜 소중한 것은 단지 돈으로 살 수 없으며, 때로는 힘들더라도 인내심을 갖고 참아야만 얻을 수 있다는 사실을 아이들이 알 수 있다면 정말 좋겠습니다. 소중한 일일수록 정성이 필요하고 시간이 걸린다는 것을 아이들이 백일홍을 보며 깨닫기를. 한여름 땅별 아래 서 있는 백일홍처럼 우리 아이들이 활짝 피어나기를 기대해 봅니다. ▲



## 자신에게 맞는 차를 선택하는 방법(2)

김정애  
다도전문가  
정각사 교도



대부분의 사람들이 건강을 챙기다 보면 여러 방면으로 생각하고 몸을 챙기는 경우가 많은데 갑자기 기온이 떨어지거나 비가 내리거나 다른 날과 다르게 컨디션이 좋지 않은 날이 있을 것입니다. 그럴 때 우리는 따뜻한 차 한 잔이 생각나기 마련입니다. 이럴 때 그냥 무턱대고 마시는 것보다는 본인 몸에 맞는 차를 마신다면 무엇보다 더 좋지 않을까 싶습니다.

먼저, 추운 날이면 항상 곁에 두고 먹게 되는 글로 만든 글차에 대해 알아보도록 하겠습니다.

글차는 일반적으로 글청으로 만들어 먹는 경우가 많은데, 이때 글을 전자레인지에 살짝 익혀주게 되면 피부에 도움이 되는 노말린 성분이 많아져 촉촉한 피부를 만드는 데 도움이 된다고 합니다. 또한 글에는 비타민C가 풍부해서 우리 몸의 신진대사를 원활하게 해줘 추위를 견디게 해주고 감기 예방에도 좋다고 합니다. 글의 새콤한 맛은 구연산

때문인데 구연산은 우리 몸의 노폐물을 없애주고 쉽게 피곤하지 않게 한다고 합니다. 굴껍질을 잘 말려 우린 차를 '진피차'라고 하는데 진피차는 비염에 좋은 한방약재로도 쓰이고 리모넨이란 성분이 껍질에 특히 많아 면역력을 키우는 데도 좋다고 합니다. 그리고 굴차의 경우 부작용이 없어 누구나 쉽게 마실 수 있습니다.

두 번째로 구기자차. 구기자는 예로부터 3대 명약으로도 잘 알려져 있습니다. 베타인 성분이 풍부하게 함유되어 있어 지방간을 예방하는데 많은 도움이 되고 여기에 제아틴 성분이 인슐린의 분비를 촉진 시켜주는 역할을 하므로 당뇨 환자에게 좋은 차라고 합니다. 또한 비타민A, B1, B2, 섬유질 등의 다양한 영양소도 포함되어 있고 야채 섭취량이 줄고 변비가 많은 현대인들의 배변장애와 복부팽만감을 개선시켜주는데 도움이 된다고 합니다.

다만, 구기자는 빈속에 마시기보다는 식후에 마시기를 권하며 많이 마시게 되면 설사와 복통을 유발할 수 있어 하루에 2~3잔 정도로만 마시길 바랍니다.

세 번째 오미자차. 단맛, 쓴맛, 짠맛, 매운맛, 신맛의 다섯 가지 맛을 낸다 하여 오미자에는 약리적 작용을 하는 물질이 풍부하게 들어있어 소화는 물론 천식치료, 간 해독, 피로회복, 혈당을 내려주고 리그난이란 성분이 항산화물질로 바뀌어 몸의 노화 방지에도 탁월하다고 합니

다. 실제로 당뇨 환자의 경우, 입이 자주 마르고 갈증을 느낄 때, 혹은 여름에 땀을 많이 흘리고 난 뒤에 마시면 더위를 견디고 갈증을 적게 느끼게 된다고 합니다. 하지만 오래도록 잘 치유되지 않는 천식의 경우 기침을 멈추게 하는 효과가 있지만 감기에 의한 기침에는 오히려 독이 될 수 있으니 주의해야 한다고 합니다. 또한 너무 많이 마시게 되면 속 쓰림과 위통 증상의 부작용이 있을 수 있으며 궤양이나 역류성 식도염이 있는 사람에게도 적합하지 않을 수 있습니다.

네 번째 계피차. 따뜻한 성질의 차로 유난히 손발이 찬 사람과 기운이 약한 사람, 소화기능이 약한 사람이 마시면 몸속의 냉기를 풀어주고 아랫배나 손발의 냉증을 풀어주기 때문에 평소에 소화 장애가 있거나 무릎과 허리가 차고 시린 관절과 신경통이 있는 분들에게 좋다고 합니다. 이렇듯 다른 약재에 비해 효과를 빠르게 볼 수 있어 가정상비약 대신으로 이용해도 무방한 차라고 합니다. 그리고 일반적인 차는 따뜻하게 마시지만, 계피만은 차갑게 마시는 것이 효과적입니다. 또한 중성지방을 낮추어주거나 생리불순을 도와주고 천연 인슐린이라고 불릴 만큼 혈당조절을 도와 당뇨예방과 개선에도 좋다고 하며 하복부가 차가워 방광염이 자주 발생하는 사람이나 대변을 볼 때 출혈증상이 있는 사람에게도 효과적인 차라고 합니다. 단, 계피에는 쿠마린이라는 독성성분이 있어 하루 2g 이상 섭취하지 않는 것이 좋으며 장기간 복용 시간(月) 손상을 초래하고 열이 많거나 임산부의 경우 먹지 않는 것이 좋다고 합니다.

다섯 번째 유자차. 유자는 레몬에 비해 비타민 C가 3배가 많아 감기와 피부미용에 좋다고 합니다. 이외에도 비타민B와 당질, 단백질 등이 다른 감귤류보다 많고 모세혈관을 보호하는 헤스페리딘이란 물질이 들어 있어서 뇌혈관 장애와 풍을 막아 주며 피로와 노화를 방지하는 유기산이 많이 들어 있어 몸 안에 쌓여 있는 노폐물을 밖으로 내보내는 역할을 한다고 하니 현대인에게 꼭 권하고 싶은 차라고 할 수 있습니다. 하지만 속이 찬 사람의 경우 다량 섭취할 경우 설사를 유발할 수 있으니 주의해야 한다고 합니다.

지난달에 이어 이번 달까지 우리 주위에서 쉽게 접할 수 있는 차를 소개해 드렸는데, 자신에게 맞는 차를 찾으셨나요? 차의 종류는 수십만 가지로 옛말에 “평생 동안 매일 다른 차를 마셔도 죽을 때까지 모두 마셔볼 수 없다.”라고 할 정도 다양합니다. 그리고 각 차들이 가진 유용한 성분으로 인하여 우리 몸의 노폐물을 배출해주어 이뇨작용과 해독작용도 합니다. 요즘과 같이 미세먼지가 많은 날이면 목과 가슴이 답답해 올 때 차 한 잔으로 무엇을 마시면 좋을까하고 누구나 생각하게 됩니다. 나에게 맞는 차를 정하기 전 차에 대한 간단하지만 중요한 정보를 알아둔다면 나에게 맞는 차를 선택하는 것이 조금은 쉽지 않을까요. 이번 기회에 나에게 맞는 기본차를 정해보는 시간이 되었으면 합니다.!

## 고용인

법일 정사  
수인사 주교

어떤 사람이 과수원에 고용되어 일하고 있었다. 주인이 그에게 석류를 몇 개 따오라고 했다.

그가 석류를 몇 개 따가지고 갔다. 그런데 하나같이 시큼떫떠름한 것들뿐이었다.

주인이 말했다.

“자네가 내 밑에서 일한 지 오래되었는데 아직도 어떤 것이 달콤한지 모르는가?”

그가 말했다.

“저야, 석류를 기르기 위해 고용되었지. 그걸 맛보라고 고용된 게 아니잖습니까. 그런데 어찌 달콤한 것인지 시큼한 것인지 알 수 있겠습니까?”

## 고기



한 남자가 여자 친구를 만나러 갔다.  
그녀는 마침 여러 동물들과 함께 놀고 있었다.  
남자가 가까이 다가가자 동물들이 우르르 달아났다.  
그가 물었다.  
“저 녀석들이 왜들 저러지?”  
그녀가 말했다.  
“당신은 고기를 먹는군요. 저는 마른 뱡만 먹습니다.”

열매를 키울 줄 아는 사람은 그 맛도 잘 안다.  
삶을 살 줄 아는 사람은 그 맛을 잘 안다.  
삶의 맛을 모르면서 어떻게 삶을 살 수 있겠는가?  
삶의 맛이란 본질적으로 다양한 것이다. 그래서 삶도 다양하다.  
설탕 같은 달콤한 삶도 있고 소금처럼 짠 삶도 살아가는 것이 삶의 진정한 맛이 아닐까? ■

## 봄맞이 제철 음식, 냉이

김조은  
수인사 교도  
요리연구가



풀잎들과 벌거벗은 가지들을 덮고 있던 얼음들이 녹아내리며 형형색색의 아리따운 꽃과 열매들을 맞이하기 위해 새싹들이 인사하는 봄이 찾아왔네요. 3·4월의 대표 제철 음식인 '냉이'를 소개합니다. 냉이는 쌈쌀한 맛과 특유의 향긋한 향이 있는 봄의 대표적인 식재료입니다.



들판이나 논둑, 밭에서 야생으로 자라는 냉이를 채취하기도 하고, 밭이나 하우스에서 재배하기도 합니다. 냉이는 잎과 줄기, 뿌리까지 모두 먹을 수 있는 식물로 봄에 캐서 무침, 국, 전 등을 만들어 먹습니다.

냉이의 원산지인 유럽에서는 어린 냉이 잎을 샐러드로 먹거나 음식의 향을 돋우는 허브로 활용하기도 하지만 주로 약용으로 쓰는 경우가 많습니다. 냉이는 알칼리성 채소로 입맛을 돋워주고, 단백질과 비타민, 무기질이 풍부한 채소입니다. 냉이는 늦겨울이나 이른 봄부터 먹기 시작하는데 겨울이 추울수록 뿌리에서 나는 냉이 특유의 향이 더 강해지는 특징이 있습니다.

추운 겨울을 이겨낸 냉이는 단백질과 비타민이 풍부한 알칼리성 식물입니다. 비타민 A, B1, C가 풍부해 원기를 돋우고, 피로 회복 및 춘곤증에 좋습니다. 칼슘, 칼륨, 인, 철 등 무기질 성분도 다양한데, 지혈과 산후출혈 등에 처방하는 약재로 사용되며, 간과 눈에도 좋은 것으로 알려져 있습니다. 동의보감에서는 냉이를 '국을 끓여 먹으면 피를 간에 윤반해 주고, 눈을 맑게 해 준다'고 기록하고 있을 정도입니다.

잎에는 베타카로틴이 다량 함유되어 있으며, 뿌리에는 알싸한 향의 콜린 성분이 들어있어서 간경화, 간염 등 간 질환 예방에 도움을 줍니다. 거칠어진 피부 개선과 여드름 예방에도 도움을 주며, 생리불순을 비롯한 각종 부인병 완화에 효과가 있습니다.▲



냉이는 잎과 줄기가 작고 부드러운 어린 것이 맛있습니다. 냉이 특유의 향을 내는 뿌리는 너무 단단하지 않고, 잔털이 적은 것을 골라야 합니다. 신선한 냉이는 뿌리가 곧고 회며 잘랐을 때 단면에 수분감이 느껴집니다. 뿌리가 누르스름하다면 수확한 지 오래되어 수분을 손실한 것이므로 고르지 않는 것이 좋습니다. 잎은 선명하고 진한 녹색이며 시든 것이 없고, 모양이 바른 것이 좋고, 냉이 특유의 독특한 향이 진하게 나는 것을 고르도록 합니다. 냉이는 노지에서 자생한 것이 향이 좋고 맛있지만, 대로변이나 공원, 강변 등에서 채취한 냉이에는 중금속이 포함되어 있을 가능성이 높으므로 주의해야 합니다.

냉이를 흐르는 물에 잘 씻어 흙을 제거한 뒤 냉이의 잔뿌리를 칼로 살살 긁어냅니다. 냉이는 뿌리와 잎을 통째로 사용하므로 세심한 손질이 필요 한데, 뿌리와 잎 사이의 거뭇한 부분을 특히 신경 써서 긁어냅니다. 그 후 시든 잎을 떼어내고 30분 정도 물에 담가둡니다. 물에 젖은 흙이 가라앉으면 물을 버려내고, 흐르는 물에 행궈서 마무리하면 깨끗하게 냉이를 손질할 수 있습니다.

이런 냉이는 구입 즉시 요리해 먹는 것이 가장 좋은데, 손질해서 보관해 도 며칠이 지나면 잎이 상하거나 물러질 수 있고, 향이 날아가기 때문입니다. 냉장고에 보관할 때는 흙이 묻은 상태에서 키친타월로 잘 싸서 비닐 팩에 담아 냉장 보관합니다. 풍미와 영양은 다소 감소하지만, 데친 것을 썰어 냉동 보관해 두었다가 찌개에 넣어도 향미를 느낄 수 있습니다.



## 1. 냉이샐러드

**재료** | 냉이 10g, 연어 200g, 방울토마토 3알

**드레싱** | 마요네즈 4큰술, 다진 양파 3큰술, 레몬즙 1큰술, 꿀 1/2큰술, 소금·후추 약간씩

### 만들기

- 냉이는 흙을 칼로 살살 긁어내고 찬물에 씻어 물기를 제거해서 손가락 미디정도의 크기로 잘라준다.
- 방울토마토는 먹기 좋게 반으로 잘라준다.
- 연어도 방울토마토와 같은 크기로 잘라준다.
- 드레싱에 들어갈 다진 양파는 찬물에 10분 정도 담궈 매운기를 빼주고 물기를 꼭 짜준다.
- 양파를 제외한 드레싱의 재료들을 한데 섞어 잘 저어준다.(소금과 후추가 녹을 수 있도록)
- ●에●를 섞는다.(양파의 수분이 드레싱을 분해 할 수 있으므로 나중에 넣어준다)
- 준비한 재료들에 6을 넣어 마무리한다.

## 2. 냉이초밥

**재료** | 밥 1밥, 냉이 20g, 생선회(광어, 도다리, 갑오징어 등 기호에 따라 준비한다.)

**초밥초** | 식초 1TBS, 설탕 ¼TBS, 소금 ¼TBS

**초생강** | 통생강 30g, 식초 2TBS, 물 1TBS, 설탕 2TBS, 소금 적량



### 만들기

- 밥은 블린쌀 1대 물 1.2 비율로 밥을 짓어준다.
- 냉이는 손질하여 다져준다.
- ●에 초밥초를 넣고 재빠르게 비벼준다. (주걱을 세워서 밥알이 놀리지 않게 주의한다)
- 부채로 빨리 밥을 식히고 손에 물을 빌라 2번째 3번째 손가락을 이용해서 한입에 먹기 좋게 주어 럭비공 모양으로 만든다.
- ●에 고추냉이를 살짝 바르고(기호에 따라) 2를 얹고 준비한 초밥용으로 손질된 토핑 재료들을 얹어준다.



금강계 만다라의 주위 부분에는 현겁 16존과 외금강부 20천이라는 두 그룹이 나타납니다. 현겁 16존은 안, 외금강부 20천이 바깥쪽입니다. 이 중 현겁 16존은 ‘훌륭한 시대’를 뜻하는 ‘현겁’에 출현하는 부처들로, 구체적으로는 다음과 같은 열여섯의 보살들로 구성됩니다. 미륵, 불공견, 멸악취, 제우암, 향상, 용맹, 허공장, 지당, 무량광, 월광, 현호, 망명, 금강장, 무진혜, 변식.

원래 현겁이라는 것은 인간의 수명이 지금보다 훨씬 길었다고 믿었던 과거세를 말하는 것인데, 여러 부처가 출현하여 우리 중생을 구제하는 현재의 겁(극히 긴 시간의 단위)을 가리킵니다. 그 사이에 천의 보살이 부처가 되는 것으로 여겨지고 석가모니 부처님도 그 네 번째에 놓입니다. 이것이 현겁천불입니다.

석가모니 부처님 이전에도 부처님이 계셨다는 믿음은 초기 불교에서 나왔고, 특히 칠존의 부처님을 통틀어 과거칠불이라고 불렀습니다. 현겁천불의 신앙은 이를 흡수하면서 과거칠불 중 후반의 사존들이 현겁의 처음에 나타나는 것으로 여겨졌습니다. 석가모니 부처님 다음에 출현하는 부처님은 미륵으로, 이하 나머지 99명의 부처님에 모두 이름이 부여

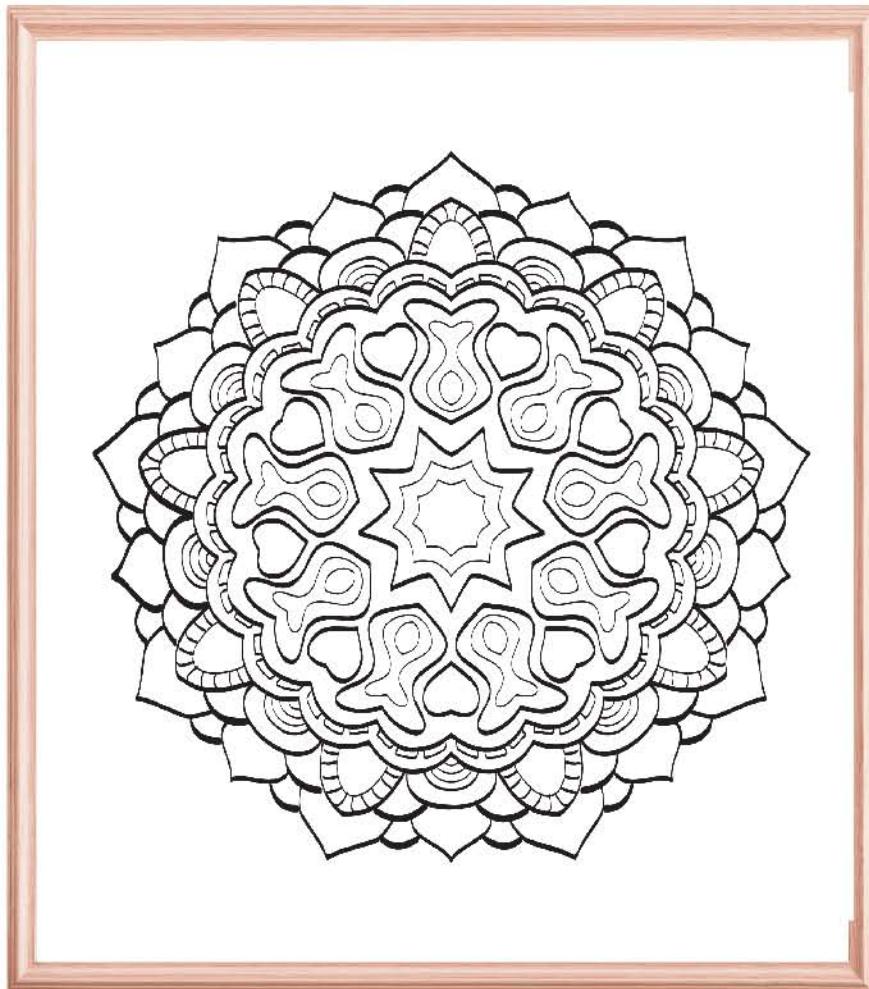
됩니다. 현겁천불신앙은 더욱 발전하여 현겁의 전 겁인 장엄겁 16존, 다음 겁인 성숙겁 16존에도 각각 천불이 나타난다고 하며, 그 명칭을 열거한 경전도 정비됩니다.

금강계 만다라는 중심이 되는 37존 주위에 이 현겁의 부처님들을 그립니다. 다만, 전거가 되는 진실섭경에서는 만다라의 ‘바깥 둑’에 마하살을 안치’하라거나 ‘바깥쪽에 적절히 미륵 등 각각의 상징물을 두라’고 지시하는데 그 상징물은 다루지 않고 있습니다. 그래서 현겁 천불의 미륵 이하 996의 보살들을 그리는 경우와 앞서 언급한 미륵 이하 16의 보살들을 각 변에 사존씩 그리는 경우 두 가지 방식이 있습니다.

현겁 16존은 현겁천불의 대표처럼 보이지만 실제로는 16존의 대부분은 천불에 포함되지 않습니다. 양자는 다른 계통의 그룹인데, 16존의 기원이 어디에 있는지는 불분명합니다.

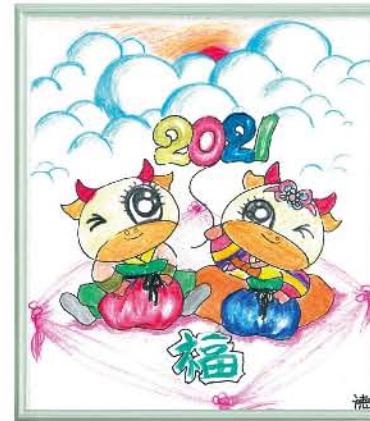
보통 금강계 만다라의 현재 현겁 16존은 각각 독자적인 지물을 손에 지니고, 삼매야 만다라에서는 그것들을 상징으로 그립니다. 미륵은 물병, 보현은 검과 같은 방식입니다. 하지만 인도나 티베트의 금강계 만다라에서는 이러한 지물이나 상징물이 점차 사라지고, 그 대신 방향마다 금강저(동), 보물(남), 연꽃(서), 갈마저(북)로 통일됩니다. 이들은 각 방향의 부족이나 그 위 자리인 사불의 상징입니다. ■

## 손끝에서 찾는 마음의 안정

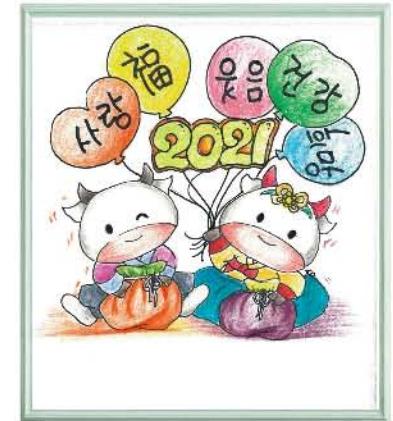


색을 칠하면서 마음이  
평온해지기를 소망합니다.

### 지난 호 독자 솜씨



▲ 서울 신채영



▲ 서울 이연희



▲ 대전 강여주

색칠해서 편집실로 보내주시면  
독자 솜씨란에 기재됩니다.

■ 이메일 : news@chongji.or.kr ■ 키카오톡 친구추가 : 불교총지종 종보실  
각 사원 주교님께 전달해주시면 독자 솜씨란에 기재됩니다.

## 불교총지종 법회 일정

공식불공	매일 오전 10시	부처님오신날	매년 음력 4월 8일
자성일불공	매주 일요일 오전 10시	상반기 49일 전호국가불공	매년 양력 2월 19일 ~ 4월 8일
월초불공	매월 첫째 주 7일간	하반기 49일	매년 양력
신년불공	매년 1월 첫째 주 7일간	전호국가불공	5월 28일 ~ 7월 15일
종조단신일	매년 양력 1월 29일	해발절(우관절)	매년 양력 7월 15일
종조열도절	매년 양력 9월 8일	창고절	매년 양력 12월 24일

## 불교총지종 연중 불사

### 신년불공

한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공

#### 상반기, 하반기 전호국가불공

불교총지종은 창종 이래 진호국가·호국안민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 진호국가  
불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국태민안·조국평화등 일을 기원.

특히 매년 2월 19일부터 49일간 5월 28일부터 49일간을 상하반기로 하여 '전호국가불공기간'으로  
정하고 「수호국계주경」에 의한 진언 '음흡야호사'로써 국태민안을 기원하는 불공.

### 월초불공

매월 첫째 주 7일 동안 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원 드리는 불공.

### 자성일불공

매주 일요일에 자신의 본성을 찾고 일체중생의 재난소멸과 행복을 기원 드리는 불공.

## 불교총지종 사원 일람

사원명	우편번호	주 소	전화번호
불리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
수련원	28065	충북 괴산군 청천면 이평리 359-11	(043)833-8133
동해종학교	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2
사회복지재단	06227	서울특별시 강남구 역삼2동 776-2	(02)3452-7485
<b>서울, 경기교구</b>			
관성사	03166	서울특별시 종로구 승월길 110 관성빌딩	(02)736-0950
밀인사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (승인동)	(02)762-1412
법천사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로 11번길 15 (하대원동)	(031)751-8685
벽봉사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신티동)	(02)889-0211
시법사	21358	인천광역시 부평구 주부토로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684

실지사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51	(02)983-1492
경심사	02137	서울특별시 종량구 면목로 95길 26	(02)491-6888
지인사	21436	인천광역시 부평구 동암산로 3 (심정동)	(032)528-2742
총지사	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080

### 충청, 전라교구

만보사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
백일사	35335	대전광역시 서구 계백로 1409-1 (도마동)	(042)527-5470
법황사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
혜정사	28485	충청북도 청주시 상당구 학군로131번길5 (내녁동)	(043)256-3813
흥국사	55049	전라북도 전주시 완산구 떠박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
증원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-78	(043)833-0399

### 대구, 경북교구

개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
건화사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4	(054)761-2466
국광사	38145	경상북도 경주시 중앙로 77 (동부동)	(054)772-8776
단음사	38843	경상북도 영천시 서문길 33 (성내동)	(054)333-0526
선림사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8	(054)261-0310
수계사	38048	경상북도 경주시 현곡면 하구3리 다경길36-19	(054)745-5207
수인사	37705	경상북도 포항시 북구 서동로 67 (덕산동)	(054)247-7613
승천사	38129	경상북도 경주시 구정3길 20-1 (구정동)	(054)746-7434
제석사	41237	대구광역시 동구 효목로7길 16 (효목동)	(053)743-9812

### 부산, 경남교구

관음사	47262	부산광역시 부산진구 신천대로197번길 35(당감동)	(051)896-1578
단향사	53075	경상남도 통영시 데미4길 15	(055)644-5375
덕화사	46547	부산광역시 북구 금곡대로 32-8 (덕천동)	(051)332-8903
밀행사	50427	경상남도 밀양시 노상하4길 6 (내이동)	(055)354-3387
법성사	48817	부산광역시 동구 조량종로 59, 201호(대영아르피나)	(051)468-7164
삼밀사	49060	부산광역시 영도구 한사랑길 109 (영선동1가)	(051)416-9835
성화사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실보사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운천사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 완월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일상사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정각사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

3월을 기다리며

- 나명육

내가 가장 좋아하는 계절은 봄이다  
겨울 내내 움츠렸던 몸과 마음을 풀고  
따뜻한 공기와 맑은 햇살을  
가슴 아름 품을 수 있는 아름다운 3월

3월의 첫 날에는  
창문의 겨울 커튼도 밀어내고  
구석구석 쌓여있던 먼지들도 텔고  
창살마다 하얀 페인트를 다시 칠하리라

베란다의 그동안 버려두었던  
파랑 벨강 하얀 화분들도 깨끗이 닦고  
베고니아 피튜니아 꽃도 심을 준비를 하리라  
3월이면 거리에도 꽃들의 향기로 가득할 것이다

봄을 시작하는 3월...  
새학기를 시작하는 3월...  
올해는 유난히 시작에 대한 기대가 큽니다.  
실랑실랑 기분 좋은 봄바람처럼  
우리의 마음에 봄이 다가오기를 바랍니다.  
겨울내내 풍풍 열어 끓어있던 마음이  
봄 햇살에 치유가 되기를 바래봅니다.

왠지 좋은 일이 생길 것 같고  
왠지 웃을 일이 많을 것 같고  
왠지 가슴 설레는 사랑을 할 것 같고  
왠지 좋은 사람들을 만날 것 같고  
아마도 우리가 봄을 기다리는 이유가 아닐지 모르겠네요.

3월의 힘찬 출발과 함께 활짝 웃는 날이 되기를 바랍니다.



### 불자님의 사연을 모십니다

생활하면서 느끼시는 작지만 소중한 생각이나 사연,  
위드다르마에 대한 느낌이나 의견 등 담고 싶은  
이야기를 보내주세요 여러분의 사연들이 법의 힘기로  
전해집니다. 전화나 이메일로 보내 주세요

**이메일** news@chongji.or.kr

\*불교총지종 홈페이지에 연재글 있습니다.\*

### 여러분의 후원을 기다립니다

위드다르마를 위해 법보사 해 주시는 후원금은  
더 많은 곳에 더 많은 불법을 전하는데 사용하고  
있습니다.

#### 입금 계좌번호

우리은행 122-047811-13-128 불교총지종

보내주신 **후원**에 감사드립니다.

강민우 강정자 궁덕성 팍노선 권도연  
권순갑 김덕원 김도연 김미경 김민준  
김봉래 김성민 김송자 김양숙 김연정  
김윤서 김은숙 김종철 김희원 류경록  
류승조 박필남 반야화 배도현 법공  
서금엽 손경목 손재순 안승애 안종호  
안한수 양진윤 오승현 오제원 오현준  
유광자 유승태 유정식 이영재 이인성  
이혜성 일심정 장민정 장승엽 장정원  
정건호 정재영 정화연 주건우 지정  
총지화 최순기 최자실 한경림 한미영  
한영희 한칠수 허자웅



-불교총지종 홈페이지 총지미디어에서  
구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.



부유할수록 더욱 근면하고  
보시에 힘써야 하며  
지위가 높을수록 겸허하고  
자신을 잘 다잡아야 한다.

- 환당 대종사 어록 -