

통권 제 207호

장남. 라 00943

2565
2021

01

아부
글
실전성취



새해
다짐
마음의
동불



이
도
시
의
식
물
이
야
기
누
구
일
까?
주
인
은

우드 다라마

With Dharma
영원한 진리와 함께

불교총지종

대아_{大我}에 살자

우리는 크게 살자.
사람은 목표에 따라 행동이 다르다.
자기만을 위하는 자, 그 행동이 작을 것이다.
나라나 사회를 위하는 자, 그 행동이 클 것이다.



위드 다르마

WORLD Dharma
영원한 진리와 함께

다르마 는
영원한 진리의 말씀이며,

위드다르마 는
다르마와 함께 한다는 뜻으로
진리와 함께 하는 사람들의
이야기입니다.



불교총지종

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



살다보면 22

괜찮아, 다 괜찮아
이옥경

향유 28

2021년(신축년)
서령 정사

지혜의 뜨락 42

부처님 이야기 속
교훈
방귀희

04 특별기고

새해불공은 어떤 마음가짐으로 해야 할까요? 법수연 전수

10 불교이야기

혜학이란 무엇인가? 화령 정사

14 마중물

사랑받고 싶다면 사랑하라 따뜻한 아루

16 계율이야기

말하지 않고서 행하지 말라 법경 정사

22 살다보면

괜찮아, 다 괜찮아 이옥경

28 향유

2021년(신축년) 서령 정사

32 산책

1월이 오면 김대곤

34 아름다운 세상

행복해지기 위해 공부해야 하는 마음 습관 묘원화 전수

38 마음의 등불

새해 다짐 조악

42 지혜의 뜨락

부처님 이야기 속 교훈 방귀희

46 십선성취

아무 글 남해 정사

50 씨앗 한 알

불성, 마음, 본래面目은 있으나 없다 법상 스님

54 카일라스

수미산須彌山은 우주의 중심축 3 김규현

58 차향기

티타임의 유래와 의미 김정애

62 식물이야기

이 도시의 주인은 누구일까? 이태용

66 걸망에 담긴 이야기

믿는 것은 밟져야 본전인 것 법일 정사

68 독자기고

자비를 받고 살았네요 여순애

70 요리TALK! 정보TALK!

검은색 음식 김조은

74 뜻 바루기

성취법成就法 김재동

76 컬리링 만다라세상

독자솜씨



자신을 밝히는 세상을 밝히는 신축년 새해

신축년 새해가 밝았습니다.

우리 불자들의 가정에 대일여래비로자나부처님의 가지력으로
복덕과 지혜가 가득 한 해가 되기를 바라며,
무엇보다 건강한 한 해가 되기를 기원합니다.

불자 여러분

지난 한 해는 전염병의 대유행으로 인류의 고통은
그 어느 때 보다 심했습니다. 우선 심심한 위로의 말씀을 드립니다.
우리의 삶의 방식이 바뀌지 않는 한 바이러스의 반복과 피해는
계속될 것입니다.
작금의 현실 속에서 우리는 오로지 부처님 말씀에 기대어
자신과 세계에 대해 깊은 성찰을 해나가야 할 것입니다.

올해 불교총지종은 창종 50년을 맞이합니다.

종조 원정 대성사께서는 때와 장소를 가리지 않는 불공을
강조하시면서 '시시불공(時時佛供), 처처불공(處處佛供)'을
설하셨습니다.

우리들의 참된 생활, 그 자체가 '불공'입니다.

그 어느 때 보다 불자들은 더욱 철저히 자신을 밝히고
세상을 밝힐 수 있도록 정진해 나가야 하겠습니다.

신축년은 흰 소의 해입니다.

소는 불교와도 깊은 인연이 있는 동물입니다.
부처님께서 태자로 계실 때 '최상의 소'라는 뜻의 고타마라는
성(姓)씨였으며, 마음 닦는 과정을 소 찾는 과정으로 묘사한
심우도는 청정한 성품을 흰 소에 비유하였습니다.
자신의 본래 성품인 흰 소를 찾기 위해 정진합시다.
부처님 세계에 당당한 태자가 될 수 있을 것입니다.

올해도 부처님의 자비광명이 충만하시기를 다시 한 번 서원합니다.
성도합시다.

신축년(辛丑年) 새해 아침

불교총지종 통리원장 인선 합장

새해불공은 어떤 마음가짐으로 해야 할까요?

법수연 전수
밀인사



하루 동안 행복함은 새벽 불공함에 있고
칠일 동안 행복함은 자성 불공함에 있고
한 달 동안 행복함은 월초 불공함에 있고
일 년 동안 행복함은 새해 불공함에 있다.

- <종조법설집 p110>

7일 고행, 1년 행복

1월 4일부터 10일까지 신축년*** 새해 불공기간입니다. 모든 교도들의 소원은 '행복'이 아닐까, 생각이 듭니다. 매년 해오던 불공이건만 어떻게 해야 할지 정리가 잘 되지 않는다면 입교했을 때의 초심으로 돌아가 실천하면 좋을 듯합니다. 7일을 고행하여 1년이 행복하다면 해볼 만한 가치가 충분하지 않나요?

우선순위를 정하여 올해 꼭 이루고자 하는 한 가지 서원으로 용맹정진하면 좋겠지요. 곡식을 심더라도 한곳에 여러 종류를 심으면 각각 요구하는 환경조건이 다르기 때문에 제대로 자랄 수가 없듯이 우리들의 서원하는 바도 종류(경제해탈, 자녀결혼, 시험, 병고...)에 따라 실천(정진, 참회, 희사)해야 할 부분 또한 다릅니다. 여행을 간다고 가정하면 우선 목적지를 정한 다음 세부적인 계획을 세우듯이 가장 먼저 해결해야 될 숙제를 목적으로 정하여 풀어나갈 여러 가지 방편은 7일간의 당체 법문을 나침판으로 삼는다면 실태래 풀리듯 해결되리라 생각됩니다.

새해불공 7일간 일상생활 중에서도 특별히 마음 가는 것이나 꿈(시간이 지날수록 선명해지는 경우)이라도 소상히 메모해 뒀다가 현실 생활에 적용시키면 한 해를 살아가는 데 많은 도움이 될 수 있습니다.

가족들에게도 불공기간을 고지하여 불공에만 전념할 수 있도록 협조(안부전화 및 방문자제)를 구하면 이에 응해 주는 가족도 불공하는데 편안한 조건을 만들어 주기 때문에 이 또한 복 짓는 결과가 됩니다. 이 기간이라도 묵언정진을 하시면 참 좋을 듯합니다. 꼭 필요한 말만! 7일이란 기간 동안 묵언한 공덕으로 1년간은 말로 인한 번뇌에서 벗어날 수 있을 것입니다.

건강에 대해서는 미리 예약이 되어 있거나 복용하던 약은 불가피하겠으나 불공 중에는 몸의 어떤 증상이 있더라도 병원출입과 약 복용을 삼가하고 부처님법약에 의지 한다면 1년 동안 병원과 약을 조금이라도 멀리하고 살 수 있을 것입니다.

음식은 고기는 당연하고 맵고 자극적인 것은 피하면 좋겠지요. 고기를 피함은 불살생을 실천함이요. 매운 것을 섭취하면 열이 나기 때문에 열뇌를 벗어나기 위한 방편으로, 자극적인 맛은 비록 순간적일지라도 평정심을 잃게 되지요.

매년 대부분 사원에서 불공기간중은 점심공양을 해 왔으나 현재로서는 예단 할 수 없지만, 다행히 종전대로 할 수 있는 상황이 된다면

식탁을 제어하고 빚지지 않은 차원에서 조금이라도 희사나 공양비를 보시하는 것도 권장하고 싶습니다.

물질(금전)에 대해서는 사업하시는 분들은 어쩔 수 없지만, 큰돈 나가고 들어온을 불공기간에 자체함으로써 1년간 돈에 대해 마음 쓸 일이 훨씬 줄어들 것입니다. 가능하다면 시장 볼 것도 1주일 치를 미리 봐 놓으면 좋겠지요. 시장을 가게 되면 자연적으로 이것저것 보다 보면 탐나는 것도 때론 나쁜 것 보고 저울질도 하며 번뇌가 생기게 되니까요. 특히 부동산 매매는 자체를 부탁드립니다. 그때만이 기회일 것 같지만 번뇌 없이 불공을 다 마치고 성사 되는 것이 여법한 것입니다. 지난 해 보다는 절량 한 숟가락이라도 동전 한닢이라도 더 실천하여서 풍요로운 삶이 되었으면 합니다.

여러 가지 말씀드렸지만, 각자의 근기에 맞게 활용하시되 자신이 일주일간 꼭! 지킬 수 있는 계행을 스스로 정하여 실천할 것을 당부 드립니다.

종조님께서 “우리 총지종법은 고해중생의 안정체가 되고 중생교화에는 무진등이 되며 세계평화통일의 원동력이 된다.”라고 하셨습니다. 총지종 교도들은 어떤 일이 있더라도 사원의 정사, 전수님과의 인연과보에 입각한 진솔한 대화로 불안한 마음을 안정시킬 수 있으니까 바로 고해 중생에 안정체가 되지요.

무진등(無盡燈: 자신이 등불 켜 뒤 그것을 이웃집에 불이고 또 다른 집에… 마침내 모든 집에 등불 켜짐. 이렇게 끝없이 등불 밝혀나가는 것)처럼 내 자신이 불공하여 인과 깨쳐 마음의 등불로 밝아진 것을 주위의 많은 분들에게도 밝혀나가야 됩니다.

대중 서원의 5세대 제도를 상기하여 1인 제도라도 실천해 봅시다. 딸을 제도 시킨 보살님께서 “무거운 짐을 내려놓은 것 같아요.” 제도 된 딸 “어머니 마음을 제대로 알 것 같아요.”라고 하듯이. 결국 가족을 제도 시켜놓으면 자신의 삶의 피로도가 훨씬 줄어듭니다. 만사가 인연소이로 이뤄지는데 인연파보를 모르면 모든 것을 남의 탓으로만 돌리게 되지만 인과를 알면 내 것으로 받아들여 참회하고 오히려 감사해하면서 실천하는 모습은 마치 방울물이 대해를 이루듯 우리 가정 우리 동네 우리나라… 구경에는 세계 곳곳마다 불국정토가 되겠지요.

작금의 상황에서 어떤 서원보다도 시급하고 지구상의 모든 이들의 갈망인 ‘코로나19 소멸’을 위한 서원은 반드시 하면서 그간 소소한 일상이 행복인 줄 모르고 탐욕의 노예로 살아온 것에 대한 진실한 참회와 생활 방역수칙을 철저히 준수함과 동시에 잘 설계된 계획에 따라 한 치의 오차도 생기지 않도록 절절한 마음으로 용맹정진합시다.

법신 비로자나부처님의 가지신력으로 하루라도 빨리 코로나19가 소멸되어 일상 회복으로 모든 중생들이 행복하길 부처님 전에 지극한 마음으로 합장발원합니다. ■



혜학이란 무엇인가?

화령 정사

철학박사
법천사주교
보디미트라 회장



유루지와 무루지

불교에서 여러 가지 선정을 추구하는 것은 어디까지나 깨달음에 이르기 위한 최고의 지혜를 얻기 위한 것입니다. 즉 선정이라는 것은 우리가 모든 괴로움을 벗어버리고 열반에 이르기 위한 지혜를 획득하는 데에 그 목적이 있는 것입니다. 우리가 불교의 신행활동을 통하여 보시를 하고 계를 잘 지킨다고 하여도 선정의 지혜가 없으면 궁극의 깨달음을 얻을 수가 없습니다. 궁극의 깨달음이라는 것은 결국은 모든 괴로움을 벗어버리고 대자유를 얻게 하는 그러한 지혜를 가지는 것입니다. 우리가 불교에 입문하여 불교도로서 부처님의 말씀이 적힌 경을 읽고 훌륭한 법사님들에게 법문을 듣고 계를 지키며 보시행을 하는 등 의 모든 신행활동은 결국은 다 이 선정을 잘하기 위한 기초행위라고 할 수 있습니다. 그런데 많은 사람들은 선정에 대한 그릇된 생각을 가지고 있습니다. 선정을 통하여 어떤 황홀한 상태를 경험한다거나, 정

그 자체의 편안함에 도취되어 그것을 즐기는 것은 바른 선정이라고 할 수 없습니다. 불교에서는 이러한 상태를 마경^{魔境}이라고 합니다.

외도들 가운데에는 이러한 선정에 잘못 몰입되어 그러한 신비적 상태에 도취하면서 그것을 탐하는 것에 그치고 지혜의 개발은 등한시 하는 경우가 많습니다. 흔히 세간의 도사라는 사람들 중에는 이러한 종류의 선정을 즐기는 사람들이 많은데, 이러한 사람들은 불교의 입장에서 볼 때는 모두 마경에 빠진 것이라고 할 수 있습니다. 그렇기 때문에 이러한 사람들에게서 깨달음의 지혜는 나올 수가 없습니다. 어느 정도까지는 그럴싸한 말을 해도 조금만 깊이 들어가 보면 이런 사람들은 여전히 무명의 상태에 머물고 있으며 번뇌 가운데에 머물고 있는 것입니다.

불교에서는 이러한 종류의 선정의 위험에 대해 주의를 하라고 옛날부터 엄하게 가르치고 있습니다. 따라서 선정을 배울 때에도 바른 승 밀에서 바른 방법을 배워야 함은 말할 것도 없습니다. 그렇지만 바른 선정을 가르쳐 줄 분들이 무척 드물다는 데에 또한 현실적 어려움이 있습니다. 아무튼 정학에서 추구하는 궁극적 목표는 선정을 즐기는 데에 목적이 있는 것이 아니라, 선정을 통해서 깨달음의 지혜를 얻기 위한 것임을 반드시 명심해야 합니다.

다시 한번 더 말씀드리자면 불교의 목적은 오로지 해탈과 열반에 이르기 위한 것입니다. 해탈과 열반이라는 것은 결국 모든 괴로움에서 벗어나 궁극의 즐거움을 얻는 것입니다. 불교의 목적은 오직 이것뿐입니다. ‘괴로움에서 벗어나 무한한 편안함을 누리는 것’ 이것을 어려운 말로는 ‘이고득락^{能得樂}’이라고 합니다. 그리고 이것을 달성하기 위해서는 깨달음의 지혜가 있어야 한다고 말씀드렸습니다. 그리고 깨달음의 지혜를 얻기 위해서는 계학을 통하여 마음을 바로 다스리고, 정학에 의하여 정신통일을 이루며 그러한 상태에서 지혜를 개발해야 합니다. 지혜가 있어야 인생과 우주의 실상을 깨뚫어 보고 우리의 괴로움의 원인을 밝혀 그것을 제거하는 방법을 찾을 수가 있습니다. 그리고 그 지혜는 계·정·혜의 삼학에 의해 얻어질 수가 있습니다. 우리가 삼학에서 말하는 계도 정도 그것이 불교적인 것이 되기 위해서는 필수적으로 혜라는 것이 있어야 합니다. 혜가 빠지게 되면 계도 정도 그 자체로서는 별 의의가 없는 것이 됩니다.

혜는 깨달음에 관한 것이면서도 사회적, 세간적인 지혜도 포함됩니다. 그러나 혜학^{慧學}에서 말하는 혜는 깨달음에 관한 것에 한정됩니다. 이것을 반야^(般若; paññā, prajñā)라고도 하며, 특히 지혜라는 말을 써서 나타냅니다. 다시 말하면, 혜학에서 말하는 지혜는 깨달음에 관한 지혜이며 세간 일반에서 말하는 지혜와는 차원을 달리 하는 것입니다.

지혜에는 번뇌의 유무에 따라 유루의 지혜와 무루의 지혜로 나누어집니다. ‘누’라는 것은 번뇌를 말하는 것으로, 번뇌가 남아 있는 지혜를 유루지^{有漏智}라고 하며, 번뇌가 완전히 멀한 상태의 지혜를 무루지^{無漏智}라고 합니다. 깨달음의 지혜는 물론 무루지입니다. 세간의 지혜는 기껏해야 현실을 타개하여 내가 이루고자 하는 목적을 이루는 것뿐입니다. 더 쉽게 말하면 나의 욕심을 채우는 것, 내가 바라는 대로 일을 이루는 것 정도입니다. 그러한 지혜는 또 다른 번뇌를 가져옵니다. 궁극적으로 이 사바세계의 모든 괴로움을 멀쳐버리지 못합니다. 그래서 번뇌, 즉 괴로움을 완전히 멀쳐버리지 못하는 세간의 지혜를 유루지라고 하는 것입니다. 거기에 반하여 석가모니 부처님처럼 모든 번뇌를 멀쳐버리신 분의 지혜를 무루지라고 하는 것입니다. 우리가 불교도가 되어 지향하는 궁극적 목적은 이 무루지를 얻는 것입니다. 설혹 이생에서 무루지를 얻지는 못한다고 할지라도 우리는 끊임없이 이 무루지를 얻기 위하여 노력해야 합니다. 그것이 바로 보살정신이고 보살의 길입니다. ─



사랑받고 싶다면 사랑하라



따뜻한 하루

어느 한 농부가 있었습니다.

이 농부는 집 주변에 비닐하우스를 만들어 놓고 각종 색깔의 아름다운 꽃을 재배했습니다.

그런데 농부는 집안에서 일할 때도 집 밖에서 일할 때도 휘파람을 불면서 일을 하였습니다.

그러던 어느 날 이웃에 새로 이사온 남자가 내내 휘파람을 불며 일을 하는 농부를 보고는 그 이유가 궁금하여 물었습니다.

“선생님은 일하실 때마다 휘파람을 불던데… 혹시 일이 즐거워서 그런 건가요?”

그리자 농부는 그를 자신의 집으로 안내했습니다.

들어가 보니 농부의 부인이 앞을 전혀 보지 못하는 시각장애인었습니다.

농부가 남자에게 조용히 말했습니다.

“제가 항상 휘파람을 불면서 일하는 이유는 시각장애인인 아내가 눈으로 저를 볼 수 없기 때문입니다. 아내는 제가 휘파람을 불어야만 어디에 있는지 알 수 있고 안도감을 느낄 수 있다고 합니다. 휘파람은 제가 아내 곁에 있다는 것을 알려주기 위함이지요.”

사랑한다면, 고된 일도 힘들지 않습니다.

사랑한다면, 자신감도 더해집니다.

사랑한다면, 모든 것이 아름다워집니다.

사랑한다면, 무엇보다 자신이 행복해집니다.

그리기에 우리는 오늘도 사랑으로 함께 합니다. ■



말하지 않고서 행하지 말라

법경 정사
정각사주교
철학박사
동국대강사



청정한계율_68

말하지 않고 자리 뜨지 말라

어떤 일을 하거나 행동을 할 때 아무런 말 없이 행하면, 바일제에 해당한다. 바일제는 계를 어겨서 참회해야 하는 계목이다. 말을 하지 않아 계를 범하는 경우는 여러 가지가 있다.

그 대표적인 것이 ‘거사의 집에 앉아 있다가 말하지 않고 떠나지 말라’는 계다. 이를 좌불어거계^{坐不語去戒} 한다. 이 계의 인연담은 다음과 같다. 『사분율』의 내용이다.

부처님께서 기수급고독원에 계실 때 어떤 비구니가 옷을 입고 바루를 가지고 어느 거사의 집에 들어가니 거사의 부인이 혼자만 앉을 수 있는 독좌상^{獨坐床}을 마련하여 비구니에게 내어 주었다.

부인이 집 안으로 들어간 뒤에 비구니는 조금 앉아 있다가 곧 그곳을 말없이 떠났다.

그때 마침 지나가던 소년이 그것을 보고 상을 훔쳐 달아났다. 이로 말미암아 그 부인은 독좌상을 비구니가 훔쳐 갔다고 하여 비난이 자자하므로 부처님께서는 다음과 같이 계율을 제정하였다.

“만약 비구니가 거사의 집에 들어가서 독좌상에 앉아 있다가 주인에게 말하지 아니하고 앉는 상을 그냥 버려두고 떠나면 바일제이니라.”

말하지 않고 떠나니 주인이 알 수 없는 노릇이다. 오해받을 수밖에 없는 상황이다. 이 상황은 오해를 한 주인의 잘못이 아니라 말없이 떠나오해를 받게 된 비구니의 행동이 문제인 것이다.



여기서 두 가지 문제를 지적할 수 있다. 하나는 정확한 의사를 전달하지 않으면 오해를 받을 수 있다는 점이다. 분명한 의사표시는 불필요한 오해를 줄일 수 있다.

대개의 경우, 오해는 소통이 되지 않은 상태에서 발생한다. 위에서 본 바와 같이 떠난다는 말을 하고 갔으면, 최소한 훔쳐 갔다는 오해는 받지 않았을 것이다.

의사를 분명하게 표시하지 않으면 위와 같이 오해받기 십상이다.

따라서 오해를 받지 않으려면 귀찮더라도 반드시 말을 하는 것이 서로를 위해서 옳다. 그렇지 않으면 오해를 받을 소지는 큰 것이다.

억울한 일을 당하거나 억울한 말을 듣게 되는 것도 대체로 오해에서 비롯되는 경우가 많다. 오해받지 않도록 처신하고 행동해야 할 것이다.

오해를 받는 경우로, 이와 비슷한 옛말이 '참외밭에서는 신발 끈도 묶지 말라.' '까마귀 날자 배 떨어진다.'는 말이 있다. 오해받을 일을 한 경우에 적용되는 말이다.

말을 해서 오해를 받기보다는 말을 하지 않아 오해를 받는 경우가 훨씬 더 많다.

따라서 어떤 일을 하거나 행동을 하거나 어디를 가더라도 분명하게 말하고 가는 것이 좋다. 공동체 생활에서는 더더욱 그러하다. 이를 '보고^{報告}'라고 말한다. 보고는 일의 결과나 상황을 알리는 것을 말하므로, 공동체 생활에서는 '알리는 것'이 참으로 필요하다. 그래야 기강이 서고 위계가 바로 잡히고 질서가 정연해지는 법이다. 이것이 사라지면 조직은 망가진다.

아랫사람이 윗사람에게 말도 없이 무단으로 출타를 한다면, 과연 바쁜 조직이라 할 수 있겠는가.

한 가정에서도 자식이 부모님에게 말하지 않고 며칠 동안 집을 나가서 들어오지 않는다면, 어느 가정인들 바쁜 가정이라 할 수 있겠는가.

두 번째로 생각해볼 문제는 말없이 떠난 비구니가 참으로 예의가 없다는 점이다. 독좌상을 내어준 거사의 부인에게 감사하는 마음이 조금이라도 있었다면, 말을 하고 떠나는 것이 예의다. 그런데 그 비구니는 예의가 없을 뿐만 아니라 감사해 하는 마음도 찾아볼 수 없다.

우리 주변에 이런 부류의 사람들이 의외로 많다. 말하지 않는 마음대로 행하는 경우가 적지 않다. 무례^{無禮}하고 바르지 않다. 호의를 무시하는 행동이며 감사히 여기는 마음도 찾아볼 수 없다. 이런 마음으로 누구를 가르친다는 것인가.



말하지 않고 자리를 펴거나 잠자지 말라

또 이런 계율이 있다. ‘거사의 집에 가서 주인에게 말하지 않고 마음대로 자리를 펴고 잠자지 말라’는 계다. 이를 불어부숙계^{不語敷宿戒}라 한다. 이 계의 인연담은 다음과 같다.『사분율』의 내용이다.

부처님께서 기수급고독원에 계실 때 많은 비구니들이 코살라국을 향해 가다가 마을에 이르러 주인에게 말하지 않고, 곧바로 남의 집에 들어가 마음대로 좌구(坐具)를 펴고 거기서 잠을 잤다.

많은 거사들이 이를 목격하고 “출가자의 행동이 이렇게 거칠어서야 되겠는가”하고 비난하므로 부처님께서 다음과 같이 계를 제정하였다.

“만약 비구니가 거사의 집에 들어가서 주인에게 말하지 아니하고 마음대로 좌상(坐床)을 펴고 자면 바일제이니라.”

염치를 모르는 자 수행자가 아니다. 또 부끄러워하지 않는 자 수행자라 할 수 없다. 이를 어리석은 사람이라 한다.

염치도 없이 남의 집에 들어가서 마음대로 자리를 펴고 잠잔다는 것은 상식밖의 일이다. 막행막식하는 것은 바른 행이라 할 수 없다.

위의 비구니는 무단으로 남의 집에 들어간 것도 잘못이오, 말없이 마음대로 좌구를 편 것도 잘못이다. 이는 잘못을 넘어 무례한 행동이며, 특히 허락을 받지도 않고 잠을 잔다는 것은 거칠기 짹이 없는 행동이다. 누가 이를 출가 수행자라 하겠는가.

오늘날에 비유하면, 무단으로 주거지를 침입한 것은 범죄에 해당한다.

수행적인 측면에서는 출가자의 위의도 아니며 바른 행도 아니다. 예의가 없음은 두말할 나위도 없다.

수행이란 다른 것이 아니다. 예의를 갖추는 것이고 염치 있는 행을 하는 것이 수행이다. 파렴치하여 무례한 행동은 수행과 거리가 멀다. 수행은 계율을 지키는 것이다.▲

괜찮아, 다 괜찮아

이옥경

수필가·방송작가

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



단톡방에 텔실로 찬 보온병 주머니 사진이 올라왔다. 친구의 얌전한 솜씨를 증명이라도 하듯 세 개의 주머니가 모양도 색깔도 제각각, 여간 예쁜 게 아니었다. 불편하다는 생각을 하면서도 보온병이나 텀블러를 벌거숭이로 들고 다닐 줄만 알았던 내게 그것들은 신문물이나 다름없었다. 언젠가는 나도 한번 도전해 보리라, 내 손으로 만들어진

멋진 주머니를 상상하며 사진을 다운로드해 놓았다. 제법 꼼꼼하다는 소리를 들었던 내 실력에 은근한 자신감도 있었다. 하지만 당장이라도 뭔가 뚝딱 만들어낼 것 같던 다부진 결심은 텔실이 없다는 평계 속에 유아무야 기억의 저편으로 흘러가 버리고 말았다.

보온병 주머니를 다시 생각해낸 건 내가 한 달에 한 번씩 봉사활동을 하려 가는 모 센터에서였다. 우연히 들른 뜨개질 봉사 동아리방에서 올 망졸망 갓난아이 주먹만 한 자투리 실 뭉치를 발견한 순간, 뜻다 한 숙제처럼 보온병 주머니가 떠올랐다. 홀로 사시는 어르신들에게 드릴 목도리를 뜨고 남은 것이라 더 이상의 소용 가치를 잊은 자투리 실은 쓰레기통으로 들어가기 직전에 부활이라도 하듯 그렇게 내 손에 넘겨졌다.

보온병 주머니 짜기는 생각만큼 만만하지 않았다. 학창 시절에는 목도리도 짜고, 아이가 어렸을 때는 조끼며 코트도 만들어 입혔건만 아, 옛날이여! 바닥 뜨기는 그럭저럭 됐는데 둘레를 만들어 올라가는 게 영 마음대로 되지 않는다. 인터넷 검색을 하고, 동영상을 찾아보며 떴다가 풀기를 여러 번. 보온병보다 주머니의 크기가 작거나 커서, 무늬가 예쁘지 않아서, 중간에 코를 빠뜨려서, 색깔 조합이 이상해서, 지나치게 빠빠하거나 느슨하게 떠져서… 무슨 위대한 예술작품을 만드는 것도 아니고 후손에게 길이 물려줄 불후의 명작을 만드는 것도 아니니 어지간한 것은 대충 넘겨도 좋으련만. 성격 탓 반, 실력 탓 반, 나의 뜨개질은 좌충우돌 지지부진의 연속이었다.



인생이 그리하듯, 그럴 때는 잘못된 부분까지 풀어서 다시 뜯는 게 답이었다. 인생이 그리하듯, 빨리 완성시키고 싶은 욕심에 에라 모르겠다, 눈 감고 넘어가 보기도 하지만 유독 도드라져 보이는 그 부분이 결국은 거기까지의 수고마저 허사로 만들기도 한다. 인생이 그리하듯, 예기치 않게 도중에 실이 엉키는 일도 생긴다. 웬만한 것은 가닥을 잡아 풀어 본다지만 심하게 뒤엉켰을 때는 미련 없이 가위로 썩둑 잘라내는 게 최고의 해결책일 수도 있다.

보온병 주머니 같은 소품이든, 고도의 기술을 요하는 작품이든 그것을 위해 실을 고르고, 첫 코를 뜯고, 어떻게 하면 더 멋진 것이 될까 고심하면서 뜯다가 풀고, 풀었다가 뜯기도 하는 일이 어쩌면 그리도 우리네 인생살이와 같은지. 솜씨가 좋아서 단번에 완성품을 만들어내는 사람도 있겠지만 열 배 스무 배 아무리 노력을 해도 나처럼 제자리걸음인 사람도 있고, 제품에 지쳐 손을 털어버리는 사람도 있고, 은근과 끈기로 끝내 자신만의 작품을 만들어내는 사람도 있지 않던가.

그리고 보면 인생 역시 뜯개질과 크게 다르지 않은 것 같다. 그런저런 과정을 거쳐서 비로소 하나의 뜯개 작품이 만들어지듯 우리네 인생 역시 수많은 시행착오를 거듭하면서 단단해지고 깊어져 마침내 완성에 이르게 되는 것은 아닌지. 서툰 솜씨라도 한 코 한 코 떠나가야 무언가 만들어지는 것처럼 더딘 걸음이라도 한 발 한 발을 내디뎌야

하는 것이 우리네 삶인 바, 뜯개질이든 인생이든 실력보다 더 중요한 것이 그것을 대하는 마음가짐이라는 생각도 듈다.

수도 없이 풀었다 뜯기를 거듭한 끝에 들쑥날쑥 고르지 못한 무늬에 자투리 실을 이어 만든 것이라 색깔마저 생뚱맞은 ‘최고의 결작(아전 인수 격찬사)’ 보온병 주머니가 완성됐다. 모양이야 어쨌든 벅찬 성취감만은 정말 ‘최고’였다. 세상에 단 하나뿐인 예술작품의 감동 운운하는 호들갑과 함께 단톡방에 사진을 찍어 올렸다. 친구들의 반응이 더 재미있었다. 실을 다루는 솜씨가 과감하고 자유분방하다느니, 제멋대로인 색깔이 난해한 추상화 같다느니, 너무 귀한 것이라 도난의 우려가 있으니 깊숙한 곳에 고이 간직하라느니… . 단톡방에 한바탕 웃음꽃이 피었다. 그러면 됐다. 내가 기쁘고, 우리가 함께 즐거울 수 있는데 무얼 더 바라겠는가. 내 보온병도 벌거숭이 신세를 면하게 되었으니 이만하면 나도 훌륭한 주인이지 않은가 말이다.

뜨개질은 내게 인생 역시 리셋(reset)이 가능하다는 커다란 깨달음도 선사했다. 한 코 한 코 공들이 많은 시간이 있었기에 어설프거나 마보온병 주머니가 만들어졌듯이, 그렇게 만들어진 주머니는 그 시간보다 더 오래도록 즐거운 기억으로 남아 내 마음을 따뜻하게 감싸줄 것이다. 뜯다가 풀었다가, 다시 뜯다가 또 풀었다가… , 그렇게 완성되는 뜯개질처럼 가다가 넘어지고, 일어서서 가다가 또 주저앉고… , 그런





되풀이가 인생일 것이다. 풀어야 다시 뜰 수 있고 넘어진 자리에서 다시 일어서야 나아갈 수 있다. 과거에 연연하지 않고 최선을 다해 현재를 열심히 사는 일, 그게 시작이다.

웅장하고 화려한 3층 누각을 본 어리석은 사람이 유명한 목수를 불러 그것보다 더 훌륭한 누각을 짓게 했단다. 땅을 고르고 나무를 깎아 기둥을 세우고 벽돌을 쌓아 올리는 목수를 지켜보던 그가 자신이 갖고 싶은 것은 평범한 1, 2층이 아니라 멋진 위용을 자랑하는 3층이니 3층부터 먼저 지으라고 다그쳤다. 그는 아래층을 짓지 않고 둘째 층을 지을 수 없고, 둘째 층을 짓지 않고 셋째 층을 지을 수 없다는 목수의 말에도 아랑곳없이 끝까지 3층 먼저를 고집했고, 결국 목수는 연장을 챙겨 떠나고 말았다. 과거와 현재 없이 미래를 탐하는 일은 허공에 3층을 먼저 짓는 일과 같다.

『중부경전』에 보면 ‘과거는 이미 지나가 버린 것이고, 미래는 아직 오지도 않은 것이다. 중요한 것은 현재를 열심히 사는 것이다.’라는 말씀이 있다. 흘러간 것에 집착하지 말고, 오지 않은 것에 매달리지 말며, 오늘을 충실히 살라는 가르침이다. 현재, 즉 매일 되풀이되는 오늘이 흘러가 과거라는 문양을 결정짓고, 오늘을 어떻게 살았느냐에 따라 미래가 달라진다. 똑같은 털실로도 각기 다른 그 무엇을 짤 수 있는 것처럼, 똑같은 오늘을 살면서 어떤 색깔, 어떤 모양의 과거와 미래를 만들 것인가, 그 답이 현재를 사는 자신에게 있다.

그래, 그렇게 멈추지 않고 가면 되는 거야.
넘어져도 괜찮아. 다시 일어나면 되니까.
조금 느리면 어때?
포기하지만 않으면 괜찮아, 다 괜찮아.

후회 없는 과거가 어디 있겠는가. 실패도, 잘못도, 아픔도, 그걸 약으로 삼으면 된다. 오지도 않은 미래를 위해 경주마처럼 맹렬하게 달려 나갈 일도 아니다. 그저 오늘을 충실히 살면 될 일. 새싹이 둑듯 매일매일 새로운 오늘이 온다는 것은 얼마나 다행스러운 일인가. 우리가 흘려보낸 수많은 시간 위에 새해, 또 다른 내일이 줄지어 온다. 오늘이라는 귀한 뜨개실로 과거와 미래, 아름다운 시간을 촘촘하게 엮어갈 우리 모두를 향해 토탁토닥… 따뜻한 격려를 보낸다.▲





유독 힘든 한 해였던 2020년이 끝이 났다. 전 세계적으로 코로나 19 때문에 모두가 너무나도 힘든 한 해였으리라. 안타까운 것은 아직 코로나 19가 끝나지 않았다는 것. 그래도 코로나 19로만 기억되는 2020년과 달리, 다른 좋은 일들도 함께 기억될 수 있는 2021년이 되기를 바라며 새해를 맞이해본다.

나에게 있어 2020년은 코로나 19 뿐만 아니라 ‘위드다르마’도 중요 한 이슈로 기억되는 한 해인 것 같다. 지난해부터 ‘위드다르마’에 글을

쓰기 시작하면서 내 생각을 글로 옮기는 것이, 또 어떤 글을 써야 하는지의 고민 등 글을 쓰는 것이 굉장히 힘든 일이란 걸 알게 되었다. 물론 글을 쓰지 않았을 때도 글 쓰는 일이 쉽다고 생각하진 않았으나 실제로 매월 글을 써야 하는 입장이 되었을 때 느껴지는 어려움은 확실히 막연하게 생각했던 이전과는 달랐다. 모든 것이 그런 것 같다. 실제로 내가 그 상황이 되어보지 않고서는 다 막연할 뿐 확신할 수 있는 것 이 어디 있으랴.

우리가 늘 하는 새해 다짐도 그렇다. 이번 해에는 진짜 살도 빼고 타인에게 좀 더 친절하게 대해야지 등등 새해 첫날에 우리는 수많은 계획을 세우고 그렇게 행할 것이라 다짐하고 또 생각하지만, 실제 한 해를 마무리하면서 지나온 1년을 되돌아보면 1월에 세웠던 나의 계획들은 다 어디로 간 건지 흔적조차 찾을 수 없다. 왜 그럴까?

앞으로 내가 살아갈 1년 동안 어떤 일들이 일어날지 모르고 그저 현재 내가 이루고픈 소망에 대해서만 생각하고 계획을 세우기 때문이라. 물론 목표와 계획을 미리 세우고 그것을 이루기 위해 행하는 것은 좋다. 하지만 내가 세운 계획과 목표를 완수하기 위해서는 상황에 맞추는 유연함이 필요하다.

예를 들어, ‘나는 꼭 일주일에 다섯 번 헬스장에 갈 거야.’라는 계획을 세웠을 때 실제로 그 계획이 정확히 지켜질 확률이 얼마나 될까. 거





의 희박하리라 본다. 첫 계획은 그렇게 세웠을지라도 상황에 맞춰 변경하면서 나의 목표를 이루면 된다. 일주일에 다섯 번 헬스장을 가기로 마음먹은 것은 내가 살을 빼거나 근육량을 늘리기 위해서지 헬스장을 가는 것이 최종목표는 아니지 않은가. 즉, 살을 빼고 근육량을 늘리는 것이 나의 최종목표라면 그걸 이루기 위한 하위목표는 상황에 맞춰 변경하면서 행하면 된다는 말이다.

매해 연말과 연초의 어쩐지 들떠있는 듯한 사회 분위기는 드라마틱한 변화를 꿈꾸며 새해의 목표와 계획을 세우는데 크게 한몫을 한다. 하지만 그것도 잠시, 그런 분위기는 곧 오래가지 않는다. 당연하다. 사람은 망각의 동물이며, 사실 해만 바뀌었을 뿐 나의 현실에 있어 크게 달라진 부분은 없으니까.

그래서인가. 작심삼일이란 말이 팬히 있는 것은 아닌 것 같다. 사실 2020년의 12월 31일과 2021년의 1월 1일은 앞에 붙는 연도만 달라졌을 뿐 실제로는 어제와 오늘일 뿐이지 않나 싶다. 어쨌거나 새해를 맞이하며 목표와 계획을 세우는 것은 좋다. 한 가지만 기억하라. 나의 첫 계획이 이러했고 그것을 한 번 지키지 못했다고 해서 그 계획이 실패했다고 생각하지 말자. 상황에 맞춰 나의 계획을 조금씩 바꿔나가면 된다. 그렇다고 내가 생각한 최종 목표가 달라지는 것은 아니니까. 그렇게라도 계속한다면 이번 연말에는 새해 목표를 이룬 근사하고 멋있는 사람이 되어 있으리라!

2021년은 신축년, 소띠의 해이다. 소는 주로 근면과 성실, 묵묵함, 인내심의 대명사로 불린다. 12간지 동물 이야기에서도 소는 근면, 성실의 대명사답게 자신이 느릴 것을 생각해서 가장 먼저 출발했다고 적혀있다. 근면 성실이라… 마치 드라마에서 볼 법한 강압적인 회사에 걸려있는 사훈과 같은 느낌이다. 근면, 성실, 인내심 모두 삶을 살아가는 때 순간 필요한 말이고 필요한 행함이다.

그렇다고 매 순간 너무 지칠 만큼 노력하고 근면 성실하란 얘기는 아니다. 유연함과 융통성을 가져라. 매 순간을 열심히 살되, 그 순간에 유연함과 융통성을 더해라. 뭔가 아이러니한가? 삶은 원래 아이러니하다. 무엇 하나로 정의될 수 없는 것이 삶이라. 그러니 앞서 내가 한 말도 틀린 말은 아니다. 열심히 살자. 하지만 그 속에 적당한 유연함과 융통성을 발휘해라. 순간이 지치지 않게, 삶이 지치지 않게. 지치지 않아야 오래 달릴 수 있다. ━



늘 일어나는 일.

바다 그 가운데 일어서는 태양이
오늘 하루만이 아닌데

1월의

떠 오르는 새벽의 불은
설렌다. 단단한 기둥이 가슴에 선다

지난 시간의 허물을 끝고

새로이 다짐을 약속할 수 있어서
출발이 가볍다.

세찬 파도 저 축위에도
굳건히 파도를 견뎌내는 바위는
태양을 믿기 때문일 것이다.

웃깃을 세우며
1월의 첫 아침을 바위처럼 서 있음은

믿음!
웃고 살 수 있을 거란
축복 같은 삶이 이어질 거란
희망이 있기 때문일 것이다.

행복해지기 위해 공부해야 하는 마음 습관

묘원화 전수
벽룡사



코로나 19로 인한 전 지구적 혼란 속에서도 신축년 새해는 시작되었다. 외부적 환경이 어떠하건 상관없이 시간은 계속해서 흘러간다. 이 봄은 나이를 먹고, 아이들은 자라나며, 계절은 바뀌고 사회도 변화한다. 무수한 변화 속에서 변함없이 행해지는 것들도 있다. 먹고 자고 배우고 익히다.

1월 4일부터 어김없이 새해 첫 월초불공이 시작된다. 늘 변함없이 일상이 되어버린 것들이지만 때 행위가 새로우려면 신축년 새해 불공에는 무엇을 배우고 익하는 기회로 삼아야 할까? 살면서 겪는 문제들을 지긋이 살펴보면 모든 것은 마음이 일으킨다고 할 수 있다. 그래서 마음을 닦으면 그 문제들이 해결되고 좋아진다고 한다.

마음은 두 가지를 잘한다. 좋은 것은 끌어당기고 싫은 것은 밀어내는 것과 작은 일을 크게 키우고 없는 것을 만들어내는 것이다. 아무 일도 일어나지 않았는데 마치 실제 일어난 일처럼 만들어낸다.

분명 마음이 하자는 대로 했는데 끊임없이 고통과 번뇌가 되풀이되고 있다. 왜 그럴까? 때 순간 일어나는 생각과 감정을 처리하는 마음의 습관 때문이다.

사람들은 새해만 되면 자신을 힘들게 했던 습관을 버리고 건강해지거나 행복해지는 새로운 습관을 갖겠다고 다짐한다. 진정으로 행복해



지기 위해서는 어떤 마음 습관이 있으며, 이 마음 습관들은 어떻게 가질 수 있는지 알아보자.

행복해지기 위해 공부해야 하는 마음 습관에는 크게 6가지가 있다.

1. 화를 내거나 꾹 참는 마음 습관
2. 자기를 비하하는 마음 습관
3. 남탓하고 상대를 바꾸려는 마음 습관
4. 나만 아끼는 마음 습관
5. 삶의 고통을 부인하는 마음 습관
6. 죽음을 받아들지 않는 마음 습관

보통 우리가 느끼는 고통과 행복은 이 여섯 가지 마음 습관과 깊은 연관이 있다. 나와 너무 익숙한 마음 습관이라고 걱정하며 불안해 할 필요는 없다. 이 익숙한 마음 습관에서 벗어날 수 있는 방법이 있다. 바로 알아차림이다.

우리가 고통을 받는 것은 나쁜 사람이어서가 아니다. 마음을 행복하게 하는 법을 몰라서이다. 잘 모르는 것, 이 어리석음이 우리의 유일한 죄이다. 마음을 볼 줄 모르는 것, 마음 습관을 모르는 것, 무한하게 자비롭고 지혜로운 자성을 모르는 것이 유일한 죄이므로 알게 되면 벗어날 수 있고, 자유로워질 수 있다.

불교의 핵심은 집착 없음이다. 고통의 원인은 집착, 다르게 표현하면 강박증이다. 우리는 늘 ‘나는 이래야 한다.’ ‘삶은 이래야 한다.’는 그림을 그리며 산다. 그 그림에 맞게 나와 나의 삶을 맞추려 하고 재단한다. 고통에서 벗어나고 죄를 짓지 않는 방법은 그러한 강박증들을 내려놓는 것이다. 그림을 지우고 빈 도화지로 살아가는 것이다.

빈 도화지 속에 지금의 나를 그대로 담아보자. 어떤 경험도 느낌도 생각도 거부하지 말고 있는 그대로 받아들여 보자. 자신에게 친절해 보자. 먼 미래에 있을 행복을 위해 지금을 힘겹게 고통으로 보내지 말고, 지금 가지고 있는 좋은 점, 안 좋은 점, 밝은 면, 어두운 면들을 보이는 대로 알아차려지는 대로 그저 받아들이자. 자신을 바꿀 필요도 없다. 새로운 습관을 가지거나 억하지 않아도 된다. 이렇게 그저 깨어있으면서 허용하면 깨어있음의 힘이 점점 촘촘해지고 견고해지면서 자신의 마음 습관에 대해 알아지고 본래 천정한 자성에 가까워져 번뇌와 고통이 소멸된다.

신축년 새해불공에는 6가지 마음 습관 중 어떤 것들이 얼마나 어떤 때 나에게 해당하는지 탐구하는 집중 수행 기간이 되어서 여러분들에게 코로나 19로부터 생성되는 부정적 영향들이 모두 소멸되기를 서원 한다. ■

영원히 살 것처럼 배워라

조익(趙翼)

1579~1655
조선시대 실학자

앞으로의 남은세월, 일분일초 아껴야지.

다시한번 놀이하면, 망한인생 확실하다.

此後歲月(차후세월), 一刻可惜(일각가석).

若復把翫(약부파완), 虛生也必(허생야필).

포저집(浦渚集) 28권 「원조잠(元朝箴)」

이 글은 조선의 정치인 포저^{浦渚} 조익이 새해 아침에 지은 「원조잠^{元朝箴}」의 한 구절이다.

조익은 이 글을 지은 까닭을 “갑진년 새해 아침, 세월은 금세 지나가는데 공부는 충실히 못함이 한스러워, 닭 우는 소리에 일어나 앉아도 전혀 즐겁지 않았다. 그래서 자신을 다잡고자 잠^懈을 지었다.”고 말하였다. 모두 64구 256자의 짧지 않은 글로, ‘허송세월 말고 마음을 다잡아 공부에 정진하자’며 다짐하는 내용이다.

글의 내용은 특별하지 않지만, 재미있는 것은 위에 소개한 “다시 한번 놀이하면, 망한 인생 확실하다.[若復把翫, 虛生也必.]”라는 구절이다. 여기서 ‘놀이’란 한담·음주·장기·바둑으로 당시 짧은 선비들이 어울려 즐긴 놀이이며, 필자가 ‘망한 인생’으로 번역한 “허생^{虛生}”은 아무 성취 없이 헛되이 보낸 인생이다.

아무리 열심인 삶이라도 놀이 한 번에 무슨 인생까지 망치겠나마는, 다소 장난스럽고 과장된 표현에서 새해 아침을 맞아 자신을 반성하며 다잡는 결의가 보인다. 게다가 ‘잠^懈’은 네 자^{四字} 한 구^句로 짓는 글이라 본래 딱 떨어지는 형식의 미학이 있는데, 더욱이 ‘必(필)’자를 앞의 부사어 자리가 아닌 끝의 서술어 자리에 놓아 단호하게 끊어서 맺었다. 그 단호함 때문에 일종의 표어^{標語} 같은 느낌이 들기도 한다.

훗날 요직을 역임해 정승까지 지내고, 대동법을 비롯한 개혁 법안을 드라이브하여 청사^{朝史}에 길이 이름을 남기게 되는 조익이지만, 이 글을 쓴 당시의 조익은 이제 갓 관직을 시작한 스물여섯의 젊은 청년이었다. 오늘날 청년이 사회에 나서는 즈음의 나이라고 할 수 있겠다.

연보를 보면 조익은 24세에 문과에 급제해 26세에 승문원^{承文院}의 선발에 들어 정자^{旌子}를 맡고 있었으니 당시로서는 출셋길이 훤한 엘리트이지만, 여전히 살아온 날보다 살아갈 날이 많고, 앞날을 가늠하기 어려운 창창한 사회초년생이었다. 지난날에 대한 뼈저린 반성과, 앞날에 대한 막연하면서도 절박한 불안이 교차했을 새해 아침, 갓 조정에 출사한 스물여섯 청년 조익은 오늘날의 어느 청년과 다름없이 새해를 맞아 결의를 굳게 다졌다.

놀거리도 훨씬 많아졌고, 놀이의 의미도 가치도 옛날과는 달라진 시대이지만, 일분일초가 소중한 시간임을 알고 순간순간을 충실히 살아내자고 말하는 청년 조익의 다짐은, 오늘날에도 마치 우리 시대 청년의 다짐인 양 친숙하다. 그리고 보면 청년스러운 과장된 패기가 엿보이기도 한다.

지금도 인스타를 뒤져보면 비슷한 새해 다짐을 수없이 찾아낼 수 있을 것 같다. 역사가 부여한 가공된 권위를 걷어내고 사람과 말만을 들

여다보면, 위인도 그저 한 사람일 뿐이며, 격언도 그저 한 사람의 말일 뿐이다. 새해에 자신을 다잡으며 지난해보다 더 나은 자신이 되기를 기대하는 것은, 묵은해를 보내고 새해를 맞는 인간의 보편적인 모습인가. 조익의 말에서 오늘날의 청년을 본다. ━



해설 | 김지웅 한국고전번역원 연구원

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

부처님 이야기 속 교훈

방귀희

사)한국장애예술인협회 대표
충실대학교 겸임교수
<E美志> 발행인
컬럼집 <배제와 포용> 저자



우편물이 쌓여있을 때 가장 먼저 손이 가는 것은 책이다. 한국불교 아동문학회에서 엮은 <이솝도 빌려 간 부처님 이야기>라는 책을 집어 들고 단숨에 읽었다. 이솝우화를 모르고 어린 시절을 보낸 사람이 없을 정도로 이솝우화는 우리와 친근할뿐더러 인성교육에 지대한 영향을 미쳤다. 그런 이솝우화가 부처님 이야기에서 빌려 갔다는 것은 흥미롭고도 충격적이기까지 했다.

그 이야기 가운데 ‘모기에게 활을 쏘면’을 소개하고 싶다. 명청이 마을 우두머리가 모기 때문에 잠을 설치자 모기를 잡으라고 명령한다. 모기를 잡기 위해 몽둥이, 칼, 창 심지어 활까지 동원되었지만, 모기는 날아가 버리고 사람만 다쳤다. 이웃 어벙이 마을에 대머리 목수가 열심히 나무를 자르고 있었는데 그의 대머리에 모기가 자꾸 달라붙자 아들에게 모기를 없애라고 했다. 아들이 도끼를 치켜들고 살금살금 다가와 모기를 내리치려고 하는 것을 보고 지나가는 보따리장수가 달려와 아들을 말린 후 두 손바닥을 마주쳐서 가볍게 모기를 잡았다는 내용이다.

이 이야기는 본생경에 있는 ‘모기의 전생 이야기’인데 이솝우화에는 ‘대머리 남자와 파리’로 나온다. 이 이야기를 들으면 ‘반대 한 마리 잡으려고 초가삼간 다 태운다.’는 우리나라 속담이 떠오른다. 문제를 해결하는 방식이 잘못되어 큰 손해를 보게 된다는 뜻으로 귀찮은 것을 제거하는 방법이 너무나 과해서 많은 사람이 희생된 어리석음을 일깨워주는 부처님 교훈이다.

책에서는 같은 편이니까 믿고 있다가 더 큰 손해를 볼 수 있다는 해설을 붙였다. 명청이 마을 우두머리를 위해 모기를 잡겠다고 나선 사람들은 모두 우두머리에 대한 충성심으로 모기를 열심히 잡은 것인데 오히려 우두머리를 위태롭게 만들었다. 우두머리는 자기 편 사람들 때문에 많은 것을 잃었다. 부처님께서 이런 이야기를 남기신 것은 지금 우리가 살고 있는 방식이 잘못되었으니 다시 한번 생각해보라는 가르침임이 틀림없다.



정치 이야기는 정말 하고 싶지 않지만, 여당은 명청이 마을이고 야당은 어벙이 마을 같다. 국민을 위한다는 정치 방법이 핵심을 벗어난 과도한 방식이어서 모기를 향해 활을 쏘고 있는 형국이라 반드시 지켜야 할 국민의 행복을 해치고 있으니 이 얼마나 안타까운 일인가.

모기의 전생에 대한 이야기도 재미있다. 부처님 10대 제자인 아난은 부처님 법문을 가장 많이 들은 현명한 사람인데 어느 날 수행 중 모기가 자꾸 달라붙어 모기를 쫓다가 모기 한 마리가 손가락에 끼어 죽었다. 아난은 모기에게 왜 이런 일이 생겼는지 궁금하여 전생을 들여다보니 모기는 원래 대장군으로 나라와 백성을 지켰으나 왕의 신뢰를 얻자 왕에게는 아첨하고, 백성들을 착취하는 비굴한 사람으로 변해갔다. 그래서 대장군은 다음 생에는 기생으로 그 다음 생에는 모기로 태어난 것 이었다.

부처님은 ‘모기의 전생 이야기’를 통해 아첨하면 기생충 같은 삶을 살면서 사람들에게 해를 준다는 것을 잘 보여주었다. 부처님은 사회가 발전을 해도 인간은 모기에게 활을 쏘는 것과 같은 어리석음을 저지르게 된다는 사실을 알고 계셨으리라. 목적을 달성하기 위해 수단과 방법을 가리지 않고 덤벼들다가 일을 그르치는 경우가 있으니 말이다. ‘모기의 전생 이야기’에서 지나가는 보따리장수가 모기를 잡아주는 방법을 가르쳐주었듯이 우리의 어려운 상황을 해결하기 위해서는 다양한 인적

자원을 활용해야 한다. 같은 편, 다른 편이란 편가르기로 자기 편만 고집하면 지금 상황을 극복하기 어렵다.

새해 우리는 편 가르기부터 멈추어야 한다. 그리고 감정을 누르고 합리적으로 접근해야 한다. 아주 합리적인 사람도 감정을 조절하지 못하여 비합리적인 판단을 하기에 ‘내로남불’이라는 우스꽝스러운 단어가 만들어졌다. 이 단어가 없어져야 우리 사회는 공정해진다.

새해는 제발 공정, 정의, 평등이 통하는 사회에서 우리 젊은이들이 안심하고 미래를 준비할 수 있기를 바란다. 새해는 바이러스를 물리치고 일상으로 돌아가서 열심히 공부하고, 열심히 일하며 마음껏 즐길 수 있는 안전한 환경이 되기를 기원한다. ┌



아무 글

남혜 정사
단음사 주교



얼마 전 가수 지코가 부른 ‘아무 노래’라는 곡이 인기가 많았었다. “왜들 그리 다운돼있어 뭐가 문제야…… 아무렇지 않아 보이게, 아무 생각하기 싫어, 아무개로 살래 잠시” 아무 노래의 가사가 잠시 반짝하고 사라지는 유행가의 가사로 치부할 수도 있지만 아무렇지 않게 아무 생각 없이 지위와 명예를 내려놓고 아무개로 산다는 것은 쉬운 일이 아니다. 이렇듯 유행가 가사에도 우리가 살아가는 세상 이야기와 삶의 철학이 담겨 있다.

한 달에 한번 쓰는 위드다르마 글이지만 나름의 정성과 고민이 필요하다. 이번 달에는 무슨 글을 쓸까 고민하고 고민하다가 그냥 고민 없이 생각나는 대로 아무 글이나 적어 보려고 한다. A4지 한 장 조금 넘는 분량의 짧은 글이지만 그 작은 분량 안에도 내가 살아온 삶의 경험과 가치관, 철학이 담겨있다. 다른 사람의 글이나 생각이 아닌 살아있는 나의 이야기를 쓰고 싶다.

이 세상에는 많은 소중한 가르침들이 있다. 하지만 그 가르침을 소중하게 만드는 주체는 나 자신이다. 아무 누구에게도, 아무것에서도 배울 수 있고, 아무 길에서도 깨달을 수 있으며, 아무라도 사랑할 수 있으나 다만 아무리 화려한 업적과 거룩한 목소리로 다가와도 진실이 빠져나가고 그사이에 사욕이 들어찬 사람의 가르침에는 좀처럼 귀 기울여지지 않는다.

그저 나 혼자만을 위해서가 아니라 다 함께 할 수 있는 확신이 들기 전까지는 잠시 그 결정과 결론을 유보하고 싶고, 스스로 지어놓은 틀을 고집하여 갇히고 싶지는 않다. 또한 내가 진실한 나의 이야기를 하더라도 그 진실을 말하는 이유까지도 진실했으면 한다. 그리고 그 진실이 거짓의 자료로 전락하지 않았으면 좋겠다.

내가 살아온 과정을 보면 사람들이 나를 쉽게 보고 무시하거나 함부로 대할 때가 많았다. 상대가 나를 그렇게 대하는 것이 나의 문제일까? 그 사람의 문제일까? 그의 판단에 내가 유치한 대상이어서 소중하고 중요한 본질과 진실은 속에 접어두고 그저 사소하고 하찮은 대상으로 삼고 있는 것은 아닐까? 그가 그렇게 하는 것이 과연 그의 인성적 한계 또는 소양의 문제인가? 그렇게 판단이 들게 한 나의 태도와 인상의 문제인가? 혼자서 고민도 많이 했었다.

하지만 지금 생각하면 유치하고 어리석은 고민이었다. 상대가 나를 어떻게 생각하고, 나를 어떻게 대하는지가 중요한 것이 아니라 내가 상대를 어떻게 생각하고 어떻게 대해야 하는가가 중요하다는 것을 알았다. 상대가 나를 어떻게 생각하고, 어떻게 대하든 그것은 그 사람의 일이지 내가 관여할 일이 아니다. 상대가 나를 어떻게 대하든 그것은 단지 내가 받아들여야 할 대상일 뿐이다. 공자는 “다른 사람이 나를 알아주지 못하는 것에 마음 쓰지 말고 내가 다른 사람의 진면목을 바로 보지 못할까 염려하라”고 했다.

중요한 것은 상대가 나를 어떻게 대하든 잘 받아들이고, 잘 소화해서, 바른 생각과 바른말, 바른 행동으로 잘 내보내는 것이다. 문제는 밖에 있는 것이 아니라 안에 있으며, 문제의 해결 방법도 밖에 있는 것이 아니라 안에 있다. 불교의 수행이란 세상을 변화시키는 것이 아니라 나를 변화시키는 것이다. ▲



불성, 마음, 본래면목은 있으나 없다



법상 스님

원광사 주지

다음카페 '목탁소리' 지도법사

선^禪에서는 무심^{無心}의 도리가 아주 중요하게 읽힌다. 선에서는 본래면목, 주인공, 불성, 자성을 설한다. 이 본래면목을 주로 선에서 '법' 혹은 '마음'이라고 부른다. 그래서 선수행을 하는 이들의 지상목표는 바로 이 본래면목을 깨닫는 것, 마음을 깨닫는 것, 자신의 본래 성품을 보는 것이라고 해서 견성이라 한다.

이처럼 선^禪에서는 자신의 마음을 깨달으라고 말한다. 이렇게 방편으로 설하다 보니 사람들은 본래면목이나 마음, 불성이 실체적으로 존재하는 무엇이라고 여기기 쉽다. 그래서 수많은 선사들은 끊임없이 본래무일률을 설하고, 얻을 법은 하나도 없음을 설하며, 달마 또한 무심을 설한다.

우리가 깨달아야 한다고 여기는 본래면목, 불성, 마음은 실제 있는 것이 아니라, 하나의 언어로만 존재하는 허구요 방편일 뿐이다. 달을 가리키는 손가락일 뿐이다. 진짜는 달에 있지, 손가락은 달이 아니듯, 불성, 본래면목, 마음이라는 언어는 방편이며 가짜이고, 가명이다. 그래서 선에서는 언제나 화두의 낙처가 어디냐를 중요시한다. 귀결점이 어디냐가 중요하지, 손가락은 중요하지 않다는 말이다.

그런데 바로 그 낙처, 귀결점은 말로 표현할 수도 없고, 손으로 붙잡아 만질 수도 없고, 있다고 할 수도 없다고 할 수도 없다. 즉 우리들이 세상을 마주할 수 있는 유일한 소통창구인 안이비설신의^{眼耳鼻舌身意} 육근



六根의 대상인 육경^{六境}이 아니기 때문이다. 즉 마음, 본래면목, 불성은 육근의 대상도 육식이라는 인식의 대상도 아니다. 육근과 육식으로 헤아릴 수 있는 대상이 아니다. 즉, 아예 범주가 다른 것이다.

그러니 당연히 육근과 육식으로 이해하려는 모든 노력은 성과를 거두지 못한다. 유위법적인 모든 노력은 이 마음공부에서는 아무런 힘도 발휘하지 못한다. 이것은 무위법이기 때문이다.

결론적으로 이 불성, 본래면목, 마음은 우리가 붙잡거나, 얻거나, 만지거나, 노력해서 얻을 수 있는 것이 아니다. 있는 것도 아니고 없는 것도 아니다. 없지만 생생하게 살아있다.

그래서 무심론에서는 ‘비록 마음은 없으나 비추고 작용할 줄 알고 비추고 작용함이 늘 고요한 것이 곧 여여다.’라고 했고, ‘무른 마음 없는 것이 곧 참마음이고, 참마음이 곧 마음 없음’이라고 했다.

법구경에서는 ‘만약 얻을 마음이 없음을 한다면 법도 얻을 수 없고, 죄와 복도 얻을 수 없고, 생사와 열반도 얻을 수 없고, 나아가 얻을 수 있는 어떤 것도 전혀 없고, 얻을 수 없음도 얻을 수 없다.’고 했다.

즉 마음을 깨달으라고 할 때 이 마음은 곧 마음 없음과 동의어다. 마음을 깨달으라는 말은 곧 마음 없음, 즉 무심을 깨달으라는 말이다.

선어록^{禪無錄}을 읽거나, 불성, 혹은 본래면목, 마음이라는 용어를 만날 때 우리는 곧장 생각으로 헤아려서 불성이나 본래면목이라는 어떤 실체적인 것을 붙잡거나, 찾으려고 애쓸 것이 아니다. 그것은 붙잡아지거나 찾아지는 것이 아니기 때문이다. 불성은 ‘불성이 없음’으로 읽어야 하고, 본래면목은 ‘본래면목 없음’으로 읽어야 하고, 마음은 ‘마음 없음’으로 읽어야 한다.

그래서 무심론에서는 ‘다만 모든 일 위에서 마음 없음을 깨달으면, 이것이 곧 수행이고 다시 다른 수행은 없다’고 했고, 마음 없음이 모든 것이고 적멸이 곧 마음 없음임을 알라고 했다.

불성, 본래면목, 마음에 대한 그 어떤 상도 가지지 말라는 것이다.

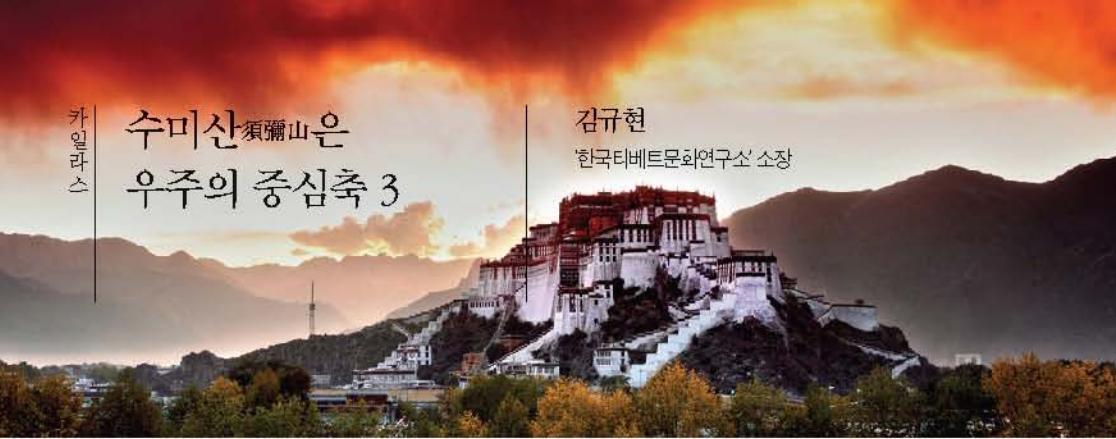
깨달음에 대한 그 어떤 상도 가지지 말라. 선불교가 참나, 마음, 본래면목을 말한다고 해서 초기불교의 무아와 어긋난다는 생각이야말로 얼마나 잘못된 생각인가. 선불교의 마음은 곧 마음없음이며, 참나는 곧 무아를 뜻한다. ─

· ‘법상스님의 목탁소리’ 블로그 ·

수미산 須彌山은 우주의 중심축 3

김규현

한국티베트문화연구소 소장



거대한 에너지를 간직한 성스러운 산자락에 순례자의 베이스캠프 역할을 하는 다르첸 마을은 해발고도 4,560m에 조용히 잠들어 있었다. 마치 무한한 우주와 신비스러운 텔레파시를 주고받는 '지구별의 중심 안테나'처럼, 그렇게 조용히 잠들어 있었다.

천신만고 광야를 헤맨 끝에 마침내 다르첸에 도착하여 외국인용이라는 강디세 여관이란 곳에 짐을 풀고 내일을 위하여, 그토록 오랫동안 기다려 왔던 그 만남을 위하여, 억지로 잠을 청해 보았으나 몸은 솔처럼 피곤하였지만 잠은 찾아오지 않았다. 만감이 교차하는 심경 때문에 쉽게 잠이 올 리가 없었겠지만….

더욱이 침대에서 창문 밖으로 올려다보이는 밤하늘의 유혹에는 손을 들 수밖에 없어서 두꺼운 겉옷을 걸쳐 입고 밖으로 나왔다. 밤하늘은 온통 오색영롱한 별의 별판이었다. 그것은 그냥 '아름답다' 또는 '환상적이다'라는 그런 감성적 차원을 넘은 영원에의 부름 소리, 그 자체였다. 내가 그동안 살아왔던 세상에서 저런 '별 볼일'이 얼마나 있었던가? 더구나 저처럼 다양한 색깔의 별을 볼 수 있었던가?

한참을 그렇게 명하니 하늘을 바라보다가 정신을 차려 사방을 살펴보니 저녁 잠시 한때 해동의 나그네에게 자태를 드러냈던 성스러운 산은 허리춤에 안개를 드리운 채 선정^{禪定}에 들어 묵묵부답이고 다만 그 자락의 마을만이 반쯤 만 안개 속에 드러나 있었다.

이 산은 예부터 '성스러운 산'이라고 불려왔다. '뫼산' 앞에 '세인트(Saint, 聖)'가 하나 추가된 것으로 치면 간단하겠지만 그렇게 무미건조하게 성스러운 산의 정의를 내릴 수는 없다.

산 중에는 그냥 산인 것도 있지만 특별한 성격을 지닌 산들도 있다. 그러한 산들의 성격은 단지 다른 산들과 구별되는 특이한 모습 때문만은 아니다. 사람들이 특이한 용모를 지녔다고 해서 그 사람의 인격마저 특이한 것이 아닌 것처럼 말이다.

한편 성격이라고 하는 것은 다른 것에 영향을 미치는 어떤 힘을 가지고 있다. 그 힘은 조화롭고 지속적이며 뚜렷한 방향이 잡힌 개성에서 비롯된다. 만약 누군가가 이런 자질을 자기 속에 가장 완전하게 갖추고 있다면 그는 지도자나 사상가 혹은 성자가 될 수 있다. 그리고 우리는 그를 성스러운 힘을 담고 있는 하나의 통로라고 여기며 성스러운 산이라고까지 부른다.

그러한 산의 힘은 너무나 위대하고 또한 섬세해서 강요하지 않아

도 그것을 보는 이는 마치 자력에 이끌리듯 끌리게 된다. 그들은 설명할 수 없는 매력에 이끌려서 그 성스러운 힘에 중심에 접근하고 숭배하려고 많은 어려움과 손해를 참고 견딘다. 사실 아무도 처음부터 성스럽다고 제목을 붙인 사람은 없다. 하지만 모든 사람이 그렇게 인식하고 있다. 아무도 단체를 조직해서 억지로 산을 숭배하도록 할 필요가 없다. 단지 한번 그 산을 보게 되면 그 산이 단순히 존재하는 것 만으로도 압도당해서 숭배하는 것 외에는 자신의 감정을 표현할 다른 길이 없기 때문이다.

볼리비아 출신의 티베트 까귀빠 승려이며, 「구루의 땅(The way of white clouds)」라는 유명한 순례기를 남긴 고빈다(A. Govinda)는 명상을 통하여 성산에 대한 탁월한 견해를 이처럼 펴력하고 있다.

정말 그랬다. 우리의 기(氣)철학 용어로 이 카일라스 산을 풀이하면 이 산은 그냥 한번 보는 것만으로도 사람으로 하여금 무릎까지 꿇게 하는 기가 뿜어져 나오는 산이다. 그냥 처음부터 성산이 된 것은 물론 아니었지만, 이 산을 본 사람의 입이나 글로서 다른 사람으로 퍼져나가면서 자연스럽게 성스러운 성산으로 굳어졌을 것이다.

이런 현상은 실증 과학적 또는 고등 종교적 요인에서 비롯된 것은 아니다. 오히려 그 전 단계인 인간의 마음속에 자리 잡은 원초적 심리상태에서 비롯되었다. 원시 상태에서의 인간을 압도하는 거대한

자연물이나 동물에 대한 두려움은 그들의 나약함을 자극하여 숭배 의식으로 나타나게 되었다. 이른바 토템이즘(Totemism)이라 부르는 현상이다. 그리고 이런 자연물에는 나름의 영혼이 있다고 믿어서 인간의 영혼과의 교류를 시도하기도 한다. 이른바 애니미즘(Animism)이나 샤머니즘이다. 이런 영적이고 종교적인 마음은 산을 정복하여 에고를 자랑하고자 하는 것보다는 산을 바라보고 경배함으로써 가슴으로 그 산의 영혼을 받아들여 교감을 통해 자신의 영적 성숙을 피하는 쪽에 목적이 있다. 여기에서 시각의 차이가 드러난다. 산을 정복 함으로써 얻는 희열보다 산을 받아들여 자기를 완성하는 기쁨을 얻는 것이 인간 정신의 요체로, 서양적이라기보다는 동양적이다. “산은 살아있다.”는 애니미즘적 인식은, “무생물에는 생명이 없다.”고 단정한 서구적 유물론과 대립하여 내려왔지만, 요즘에는 현대물리학이 그 점을 조심스레 인정하는 추세여서 고대 동양의 은자들이 까마득한 옛날에 명상을 통해 밝혀낸 것들 쪽으로 저울추가 기울고 있다. 파란 눈의 고행승 고빈다는 명상을 통해 이런 점을 생각해 내었다. ─



티타임의 유래와 의미

김정애
다도전문가
정각사교도



영어로 티타임(tea time)은 차를 마시는 시간이긴 하지만 지금은 휴식(tea break)의 의미로 사용되고 있습니다.흔히 요즘 말하는 티타임의 기원은 영국의 홍차에서 유래되었습니다.

과거 유럽에서의 티타임은 티파티(tea party)란 의미였었고 이는 포르투칼에서 영국으로 시집을 온 캐서린 공주로부터 시작되었다고 합니다. 당시 영국에는 없던 차와 설탕을 이용한 티파티는 음주 파티에만 시달리던 상류층 부인들에게 매우 신선하게 다가왔으며 이는 귀족들의 사교모임에서 시작되어 서민층으로까지 점차 확대되었다고 합니다.

지금도 영국에서는 샌드위치나 다과와 함께 홍차를 내어놓는 티타임 전용 음식점이 많으며 휴일이라도 초대받지 않았다면 그 시간대에 이웃을 방문하거나 하는 것은 결례가 된다고 합니다.

실제로 티타임은 3종류가 있는데, 오전에 갖는 티타임 시간은 일레븐지스(elevenses)로 오전 11시를 말하고, 애프터눈 티(afternoon tea) 또는 로우 티(low tea)는 오후 4시에서 6시 사이로 간단한 간식을 준비해 함께 한다고 합니다. 마지막인 하이 티(high tea)는 저녁을 먹는 시간대로, 오후 5시에서 7시 사이인데, 여전히 귀족과 왕실이 존재하는 영국에서는 귀족적인 시간대는 애프터눈 티, 노동자들이 식사를 겸해서 든든하게 먹는 티타임은 하이 티라고 합니다.

애프터눈 티의 유래는 베드포드 공작부인에 의해 시작되었는데, 당시 영국에서는 아침은 푸짐하게 먹고 점심은 간단히, 저녁 시간은 오후 8시였기에 오후가 되면 당연히 배가 고파질 수밖에 없었다고 합니다. 차와 다과를 준비시켰는데 공작부인은 오후에 마시는 차가 기분전환에 도움이 된다는 것을 알게 되었고 이를 계기로 다과회에 친구들을 초대하기 시작하면서 이러한 모임은 런던 전역으로 퍼져 나갔다고 합니다. 그래서 영국에서는 애프터눈 티에 초청되는 것은 우정의 시작을 의미한다고 합니다. 지금도 쓰이는 펑거푸드(finger food, 포크나 젓가락 따위의 도구를 쓰지 않고 손으로 집어 먹는 음식들)란 말도 애프터눈 티와 함께 먹던 다과에서 시작된 것이라고 합니다. 로우 티란 말의 유래도 로우(low)가 가볍다는 뜻으로 가벼운 간식을 곁들여 마시는 차란 점에서 시작되었다고 합니다.



우리나라의 티타임의 의미를 알기 위해 먼저 신라시대까지 거슬러 올라가 보겠습니다. 차는 7세기 신라 선덕여왕 때부터인데 당나라에서 차 종자를 가져다 왕명으로 지리산에 심은 후 이를 중심으로 영남과 호남지방이 지금의 차의 본고장이 되었다고 합니다.

신라시대에 기초를 다진 차 문화는 고려로 이어져 불교의 성행과 함께 더욱 화려하게 피어났으며 특히 고려 때는 임금도 불타의 제자라 하여 손수 차를 달려 부처에게 공양하는 일이 흔했다고 합니다. 차는 선비들에게는 깍다(喫茶, 차를 마심)로 안빈낙도(安貧樂道, 가난한 가운데 편안한 마음으로 도를 즐기는 것)하며 풍류로 즐겼으며 부인들의 모임에서는 관직에 따라 마시는 차의 종류가 달랐으며 귀족들은 송나라의 상인으로부터 중국차를 구입하거나 좋은 다구로 집을 꾸미기도 했다고 합니다.

그리고 고려시대에 귀족층에 속했던 승려들은 차를 즐겨 사원에 차를 진공하는 다촌(茶村)이 생겼을 정도였으며 궁중에서는 연등회, 팔관회 등의 국가적인 대제전이나 왕자·왕비 등의 책봉의식에 진다의식(進茶儀式, 차를 올리는)이 행해졌으며 임금과 신하 사이에도 시간과 장소를 가리지 않고 차를 마시는 자리를 가졌다라고 합니다. 하지만 조선 시대에 들어서면서 억불승유로 인해 불교와 더불어 쇠퇴하기 시작했으나 왕실에서의 차례(茶례)는 행해졌으며 사원을 중심으로 그 명맥이 꾸준히 이어지고 있었다고 합니다. 그리고 19세기에 와서 정약용, 신위,

김정희 등의 차를 즐기는 문인들로 인하여 다시 성행하면서 지금의 다도(茶道)를 널리 알리기 시작했다고 합니다. 그리고 다시금 일제의 침략으로 동양문화의 줄기가 되는 다도를 오직 저희들 것으로 세우고자 그 모태격인 한국의 차 문화를 지우려 했고 지금은 자기를 것이라며 떠들고 있습니다. 차의 명맥을 이어온다는 것은 그 나라의 문화를 지키는 것이라고도 할 수 있을 것입니다.

차를 마신다는 것은 혼자만의 여유와 휴식을 위한 수단이 되기도 하지만 사람과의 소통을 위한 암을 알 수 있습니다. 우리나라에 '마실가다'라는 말이 있는데 이는 '이웃사람을 만나기 위해 놀러가다.'라는 뜻으로 예로부터 함께 하는 문화가 이어져서 지금의 '차 한 잔 하자.'라는 의미로 바뀐 건 아닌가 하는 생각을 해 봅니다.

우리가 마시는 차란, 차 밖에 있는 차가 아닌 우리 생활 속에 자연스럽게 배어있는 것으로 차는 마시는 것뿐만 아니라, 과거에도 그리고 현재에도 몸과 마음을 편안하게 해주는 소통의 매개체로의 역할을 충실히 하고 있습니다. 티타임은 단순히 차를 마시는 시간이 아니라 바쁘고 힘든 이 세상을 살아가는 데 있어 잠시 쉴 수 있는 기회인 것 같습니다. ━



이 도시의 주인은 누구일까? 피튜니아 - Common garden petunia



이태용
원예 교육가

우리가 훨씬 먼저 태어났거든!

도시는 사람들을 위해서 만들어진 공간입니다. 따라서 ‘어떻게 하면 많은 사람이 최대한 불편 없이 살 수 있을까?’라는 질문에 만족스러운 답을 얻기 위해 지금도 이곳저곳에서는 월 새 없이 땅을 파헤치고 인위적인 ‘무엇’을 만들습니다.

그런데 도시에는 사람만 사는 게 아닙니다. 생각보다 훨씬 다양한 생명체가 사람과 함께 살고 있습니다. 그중에는 개나 고양이처럼 사람의 사랑을 받는 동물도 있고, 바퀴벌레나 쥐처럼 사람에게 미움을 받는 동물도 있습니다. 가로수나 화단의 꽃처럼 사람의 손길을 받는 식물도 있고, 보도블럭 사이의 잡초나 이끼처럼 지나가는 발길에 밟히는 식물도 있습니다.

사람이 그리하듯 이 생명체들 또한 도시에서 살아가야 하는 정확한 이유가 있습니다. 그래서 각자 나름의 생존 방식으로 삶을 영위해 가지요. 하지만 사람들은 오로지 자신만의 기준으로 편을 가릅니다. 이 생명은 보호할 대상이고 이 생명은 없애야 할 대상이라고 맘대로 정해 버립니다.

이런 사람들의 형태를 지구의 터줏대감인 바퀴벌레는 어떻게 생각할까요?

‘이제 막 지구에 나타난 것들이 까불고 있어.’ 아마 가소롭다고 코웃음을 칠지도 모릅니다.

개량에 개량을 거듭한 원예 품종

본격적인 더위를 앞두고 심호흡을 하는 6월이 되면 도시는 온통 피튜니아 잔치입니다. 집 근처 학교의 아담한 꽃밭부터 도로변 가로등에 매달린 화분까지 어디를 가더라고 피튜니아가 우리를 맞이합니다.

피튜니아는 가지과 식물로 남아메리카가 고향입니다. ‘Petunia’라는 이름은 남아메리카에 살던 원주민의 언어 ‘Petun(담배)’에서 유래했는데, 피튜니아 꽃이 담배꽃과 비슷하게 생겨서 그런 이름이 붙었다는 설이 있습니다. 그런가 하면 원주민들이 담배를 피울 때 피튜니아 잎을 섞어 피워서 그런 이름이 붙었다는 얘기도 있지요.

하지만 이름의 유래에서 느껴지는 남아메리카 원주민의 정취와는 달리 지금 우리가 보는 피튜니아는 그저 도시의 꽃에 지나지 않습니다. 몇 종류의 원종을 수없이 개량하고 또 개량해 만든 원예품종일 뿐입니다. 피튜니아의 원예품종은 셀 수 없이 많습니다. 꽃의 크기만 하더라도 지름이 13cm나 되는 것부터 5cm밖에 안 되는 것까지 다양합니다. 꽃 색깔도 우



리에게 익숙한 빨강, 분홍을 비롯해서 파랑, 보라, 허양, 노랑, 그리고 한 꽃에 두 가지 색이 번갈아 줄무늬를 이루는 것까지 여러 가지입니다.

꽃 모양 또한 모두 똑같지 않습니다. 주변에서 흔히 볼 수 있는 것은 대개 홀겹이지만, 겹으로 된 품종도 있습니다. 겹꽃 피튜니아의 경우, 얼핏 보면 피튜니아라는 느낌이 안 들 정도로 다른 분위기를 풍기는데, 이 겹꽃 피튜니아를 세계 최초로 만들어 낸 사람이 바로 우리에게는 씨 없는 수박으로 널리 알려진 우장춘 박사입니다.

도시는 우리가 지킨다

얼마 전 여의도에 간 적이 있습니다. 지하철에서 내려 밖으로 나왔는데 무엇보다 피튜니아가 가장 먼저 제 눈에 들어왔습니다. 피튜니아는 제가 서 있는 곳부터 저 멀리 제 눈이 끊지 않는 곳까지 차도를 따라 아주 길게 심어져 있었습니다. 저는 좀 더 자세히 그 모습을 보고 싶어서 피튜니아에게 가까이 다가갔습니다.

그런데 가까이에서 피튜니아를 살펴보고 있자니 아주 조그맣게 속삭이는 피튜니아의 음성이 제 귀에 들어왔습니다.

“친구야! 너는 왜 내가 지금 여기 있는 것 같니?”

“글쎄, 뭐 사람들이 여기에 심었으니까 있는 거 아냐?”

그러자 피튜니아는 한심하다는 듯한 표정으로 제 얼굴을 쳐다봤습니다.

“물론 너는 그렇게 생각하겠지. 하지만 실은 우리가 사람들의 마음을 움직여서 이곳에 심도록 한 거야. 바로 우리의 사명감 때문이지. 삭막하기 그지없는 이 도시의 모든 것을 화해시키는 일, 그게 바로 우리의 임무야.”

저는 이제껏 피튜니아가 자동차의 매연과 소음, 그리고 사람들의 무관심에 하루하루 괴로워하며 살 거라고 생각했습니다. 하지만 피튜니아의 속내는 그렇지 않았던 거지요. 도시에 존재하는 모든 것들. 그것이 생물이든 무생물이든 자신들을 좋아하든 싫어하든 피튜니아는 그들의 손을 잡고 있었습니다. 평화주의자, 인도주의자의 숨결이 피튜니아에게 느껴졌습니다.

그날 저는 피튜니아로 뒤덮인 도시의 한때를 보내면서 과연 인간이 이곳의 주인 행세를 하는 게 옳은 일인지 궁금해졌습니다. 그리고 아주 잠시라도 피튜니아에게 도시를 맡겨 보고 싶어졌습니다. 지금은 인간이 도시의 유품인 양 으스대고 있지만, 피튜니아 말로 인간과는 달리 잘난 체도 않고 뽐내지도 않으면서 그저 묵묵하게 도시를 지켜줄 것만 같았습니다.

만일 피튜니아에게 도시를 맡겼더니 이곳이 인간이 주인일 때보다 더 살기 좋은 곳으로 바뀐다면 어떻게 할까요? 그때는 정말 피튜니아에게 영원히 도시를 맡기는 게 나을지도 모릅니다. 인간의 욕심으로 우리의 삶터가 더는 망가지기 전에 말이죠. 하지만 무슨 일이 있어도 피튜니아 같은 식물 따위에게 이 도시를 못 맡기겠다면? 어쩔 수 없지요. 피튜니아를 스승 삼아 사명감과 책임감만큼은 반드시 배워야 할 것 같습니다. ─



믿는 것은 밀쳐야 본전인 것

법일 정사
수인사주교



어느 날 위대한 왕이 수행자가 되기로 결심하면서 생각했다.

“세상 사람들치고 수행자들을 존경하지 않는 사람이 없다. 그런데 왕인 내가 저들의 장점들을 갖고 있지 않다는 것은 말도 안 된다.”

그래서 왕은 덕망 높은 스승을 불러 자신이 수행자가 되기로 했노라고 말했다.

스승은 “송구스럽습니다만 왕께서는 아마 시험을 통과하지 못하실 것입니다.”

왕은 당당한 소리로 말했다.

“당장 시험해 봅시다. 내 평생 마음먹어서 안 되는 일은 없었소.”
그리하여 사람들이 많이 모인 공개된 장소에서 시험이 시작되었다.

왕이 재촉했다.

“자. 시작해 보시오.”

“좋습니다. 이제부터 왕께서는 제가 한마디 할 때마다 무조건 ‘믿습니다.’하고 대답하셔야 합니다.”

“좋소, 어디 말해 보시오.”

스승이 말을 시작했다.



“난 천 년 전에 하늘에서 내려온 신의 화신이다.”

왕은 선뜻 대답했다.

“예. 믿습니다.”

“난 비가 하늘로 올라가고, 태양이 얼음처럼 차갑고, 사람들이 벌레보다도 작은 나라를 여행했다.”

왕이 대답했다.

“예. 믿습니다.”

스승이 계속 말했다.

“난 어느 여행길에 왕의 부모를 만났는데, 그들은 거짓말쟁이에다 사기꾼들이어서 무시무시한 형벌을 받고 있었다.”

그리자 왕은 큰소리로 외쳤다.

“그건 거짓말이야. 믿을 수 없어. 안 믿어!”

그대가 믿는다는 것은 밀쳐야 본전인 것들 아닌가.

그대와 아무 상관도 없는 것들만을 믿는다고 말하고 있다.

이해관계가 조금만 있어도 믿음을 사라지고 만다. ━

자비를 받고 살았네요

여순애
자석사교도

요즘 난 많이 힘들다.

내 마음과는 상관없이 사원에 가면 다른 보살님들은 즐거워 보인다.
그동안은 내 주변의 어려운 현실을 이제껏 잘 받아들이고 살았는데,
지금 마음으로는 '내 것이구나'하는 가르침을 따르기가 무척 힘이 든다.
편치 않는 마음을 다스르기 위해 허물불공 기간 동안 시간만 나면
불공을 했다.

팔에 무리가 가서 아픔을 느껴 오래 하지 못할 정도가 되었다.

애써 마음을 아름답게 가지기 위해 찬불가도 불러 보았다.
범사에 감사함을 가르치는 책도 보고 하면서 끊임없이 나의 힘든
심정에 답을 구했다.

오늘은 12월 월초불공 5일째 밤이다.

문득, 나만 힘들고 다른 이들은 행복해 보이던 모습들이 머리에 주
마등처럼 지나가는 것이 아닌가.

나만 부처님의 가르침을 따라 하심하는 줄 알았다.

하지만 때때로 잡다한 이야기만 하고 있는 줄 알았던 주변의 보살
님들이 상대에게 격려와 용기를 주고 있다는 것을 느꼈다.



늦은 밤 훌로 하는 기도의 맛이 이렇게 좋은 건가 하는 마음이 들었다.

난 참 몰랐다.

많은 이들이 자비를 베풀고 산다는 것을……
하루는, 친하게 지내는 다른 사원의 아는 언니가 전화를 걸어왔다.
힘든 내 마음을 알기라도 한 듯 밝은 목소리로 이런저런 이야기를
해주었다.

요즘 주변의 힘든 사람들에게 안부전화를 걸어 기쁨을 전하고 있다 한다.
언니의 웃음 넘치는 재미난 이야기에 난 총지종 보살이 얼마나 아
름다운지를 알게 되었다.

또한 우리 사원 보살님께서 자신이 좋아하는 곡이라며 카톡으로
클래식 파일을 보내왔다.

사실 대수롭지 않게 여기면서도 보내 주신 마음이 감사해 책을 보
면서 들었는데 기분이 너무나 평온해졌다.

며칠 동안 이런저런 사소한 나의 일상을 보면서 주변 사람들이 항상
서로서로 자비를 베풀고 살아간다는 것을 깨닫게 되었다.

나만 힘들다고 여겼던 슬픈 마음들이 그들이 베풀 자비심으로 열어지
면서 덕분에 이제 나의 마음도 평안해질 것 같은 희망을 갖게 되었다.

자비를 많이 많이 받았구나! ▲

검은색 음식

김조은
수인사교도
요리연구가



파이토 케미컬, 즉 컬러풀드의 색과 영양소를 결정하는 식물을 뜻하는 영어인 phyto와 화학을 뜻하는 chemical의 합성어로 건강에 도움 되는 식물성화학물질을 의미하는 음식들을 알아보고 있습니다. 즉 식물이 외부 환경으로부터 스스로 보호하기 위해 만드는 물질입니다. 이는 자연에서 만나는 건강한 성분이기에 많은 사람들의 주목을 받고 있는데, 이를 섭취하게 되면 사람 몸에서 지속 가능한 에너지가 되고 그 에너지는 항산화(황노화)작용 그리고 면역력 증진을 시키면서 건강한 삶을 살 수 있게 돋기 때문입니다.

지난 번은 라이코펜, 안토시아닌 성분의 미국 국립암연구소 선정 10대 항암식품 1위로 뽑힌 빨간색 식품, 플라보노이드 성분으로 간암, 유방암, 대장암, 위암 예방에 좋은 흰색 식품, 혈액순환을 돋고 각종 심장질환과 뇌졸중 예방에도 효과적인 보라색 식품을 알아보았습니다.

이번에는 안토시아닌 성분이 풍부하게 함유되어 있어 면역력을 향상시켜주는데 도움 되는 검은색 식품을 알려드리겠습니다.

검은색 식품 중 많이들 알고 계시는 검은콩은 단백질, 섬유소, 칼륨, 철, 아연 등의 영양소가 풍부하게 들어있어 두뇌활동, 골다공증 예방에 도움을 주고 강력한 항암, 항산화 작용까지도 와줍니다.

국화과에 속하는 우엉은 아삭아삭 씹히는 맛이 일품으로, 타닌 성분이 있어서 짙은맛이 납니다. 아시아를 비롯한 여러 나라에서 오랫동안 식용으로 사용해 왔으며, 주로 뿌리를 먹습니다. 우엉의 씨앗 부위는 미간요법에서 이뇨제, 해열제, 해독, 소염제로 사용되어왔습니다. 국내외 연구에서 우엉 추출물은 항염증 작용, 활성산소 제거작용, 항산화 작용 및 항돌연변이, 간독성 보호작용, 항암 작용 등이 보고되었습니다.

우엉의 대표적인 영양 성분은 이눌린, 셀룰로오스 등의 식이섬유입니다. 불용성 식이섬유는 배변을 원활하게 하여 변비를 예방하고, 수용성인 이눌린 성분은 대장에서 유산균 성장을 도와 장을 건강하게 하고 장운동을 촉진하며 면역 기능을 향상시키는데 효과적입니다. 그리고 콜레스테롤과 중성지방 수치와 혈당을 조절하며 혈압 정상화하는 효과가 있기도 합니다.



또 우엉에는 심장기능 근육의 수축에 중요한 칼륨이 풍부하게 들어 있습니다. 비타민 B6도 풍부하여 동맥경화의 원인이 되는 호모시스테인 수치를 낮추고, 생리전증후군을 완화시킵니다. 칼슘이 풍부하여 골다공증을 예방하고 아이들 성장에 도움을 줍니다.

또한 열량이 낮고 포만감을 주기 때문에 다이어트에도 좋답니다. 우엉은 소화흡수율을 높이는 조리법 및 주의사항이 있습니다. 갈변현상을 억제하기 위해서는 썰어서 식초물이나 레몬 물에 담가 놓습니다. 우엉은 성질이 찬 체소이므로 평소 몸이 냉하거나 설사가 있으면 먹지 않는 것이 좋습니다. 맵은 맛을 너무 우려내지 않는 것이 좋습니다. 반찬으로 먹어도 좋지만, 우엉차나 우엉 초절임으로 만들어 두고 자주 먹는 게 좋습니다.

검은색 재료를 이용한 요리법

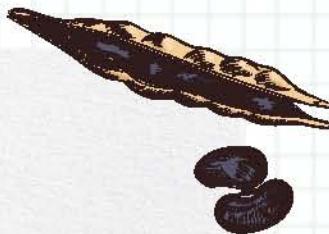
1. 검은콩국물 단호박죽

재료 | 검은콩국물 300ml, 단호박 162g, 시판잡쌀가루 20g, 생수 100ml

양념 및 소스 | 소금 한꼬집

만들기

- ① 단호박은 빨리 익히기 위해 작게 잘라서 물 100ml에 는다
- ② 검은콩국물을 150ml와 함께 ①을 믹서기에 갈아준다.
- ③ 냄비에 잡쌀가루 20g과 남은 검은콩국물을 붓는다.
- ④ 잡쌀가루를 잘 풀어주고 ②를 부어준다.
- ⑤ ④에 소금 한꼬집과 함께 약불에서 끓여준다.
- ⑥ 기포가 생기며 부풀어 오를 때까지 끓여준다.



우엉 잡채

재료 | 우엉 600g 당근 1/2개, 청양고추 5개, 올리브유 4큰술, 참기름 3큰술, 통깨 1큰술

양념 및 소스 | 진간장 3큰술, 국간장 2큰술, 설탕 1큰술, 후추 1작은술, 다진마늘 1큰술, 꿀 3큰술, 다시마육수 1/2컵

만들기

- ① 필러를 이용해서 우엉껍질을 벗겨 물에 씻어준다.
- ② 우엉을 얇게 채썰고, 소금물에 담궈 갈변현상을 예방해 준다.
- ③ 당근과 청양고추도 채썰어준다.
- ④ 위의 양념장 재료들을 섞어 양념장을 만들어준다.
- ⑤ ②의 물을 빼고 우엉의 물기를 제거해준다
- ⑥ 달군 후라이팬에 올리브유를 두르고 우엉을 볶아준다.
- ⑦ 우엉이 반쯤 익으면 당근, 청양고추를 넣어 볶다가 당근의 색이 변하면 양념장을 넣고 볶아준다.
- ⑧ 양념장이 자작해질 때까지 볶다가 불을 끈 후 참기름을 두르고 깨를 뿌려 마무리한다.

성취법 成就法

김재동
법장원 연구원



밀교는 행자와 부처가 직접 소통할 수 있는 종교입니다. 그것을 실현시키는 것이, 밀교의 명상법인 성취법이나 관상법입니다.

성취법은 부처를 밀교행자에게 초대하여 예배공양을 드리며 찬탄하는 것에서 시작합니다. 중기 밀교 이후에서는, 초대한 부처와 자기 자신이 동일하다는 '자기 인식'을 획득하는 것이 주목적이 됩니다. 이것을 '입아아입入我我入'이라고 합니다.

인도 밀교에서는 성취법을 실시할 때에, 대상이 되는 부처의 이미지에 관해서 독특한 두 개의 장치를 이용합니다. 그것은 '지살타智薩埵'와 '삼매야살타三昧耶薩埵'로 불리는 것입니다. '살타'라는 것은 '존재'라든가 '그 자체'라는 뜻입니다. 두 개의 '살타' 중 지살타는 부처의 지혜 그 자체입니다. 대승불교와 밀교에서 부처님을 부처님으로 삼는 것은 그 깨달음의 지혜에 있다고 여겼습니다. 다시 말해 깨달음의 지혜라는 형태를 취한 것이 부처인 것입니다.

다른 한편 '삼매야살타'의 '삼매야'는 다양한 의미를 가진 말이지만 이 경우는 '맹세'에 해당합니다. 맹세란 부처님 입장에서는 우리 중생을 구

하겠다는 맹세이고, 우리에게는 깨달음을 구하겠다는 맹세입니다. 이 두 맹세가 있어야만 비로소 중생은 구제될 수 있습니다.

지살타와 삼매야살타는 모두 부처의 형상을 취하여 명상하지만 장소가 다릅니다. 지살타는 부처의 세계에서 이 현실세계로 부처가 나타날 때 취하는 모습입니다. 이에 비해 삼매야살타는 우리 몸 속 특히 마음에 있다고 여겨졌습니다. 그러나 장소는 달라도 그 이미지는 똑같습니다.

성취법에서는 행자의 마음에 있는 삼매야살타에게 지살타를 인도하여, 양자를 합일시키는 것을 실천합니다. 그 과정에는 여러 가지 절차가 필요했고, 행자의 심신의 준비로부터 시작되어, 초대한 지살타에 대한 예배와 공양의 방법, 찬탄의 말 등도 정해져 있었습니다. 양자를 합일시킨 후에는 부처의 출현을 확인하기 위해 관정도 행해집니다. 그리고 부처가 된 행자는 명상 속에서 중생구제를 실천합니다.

부처를 이 세계로 인도하고 그와 합일하여 중생의 구제를 실천하는 성취법의 틀은 만다라를 사용하여 수행하는 제자의 관정이나 불상의 완성식完成式과 같은 구조입니다. 성취법 안에서 '관정'이 이루어지는 것도 부처를 만들기 위해서는 필요한 절차입니다. 행자의 신체에서 펼쳐지는 성취법은 만다라를 무대로 행해지는 의례와 본질적으로는 동일합니다. ┌

손끝에서 찾는 마음의 안정

지난 호 독자 솜씨



색을 칠하면서 마음이
평온해지기를 소망합니다.



▲ 서울 김제동



▲ 서울 전가을



▲ 성남 박아름



▲ 대전 강여주

색칠해서 편집실로 보내주시면
독자 솜씨란에 기재됩니다.

■ 이메일 : news@chongji.or.kr 카카오톡 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	성반기 49일 진호국가불공	매년 양력 2월 19일 ~ 4월 8일
월초불공	매월 첫째 주 7일간	하반기 49일	매년 양력
신년불공	매년 1월 첫째 주 7일간	진호국가불공	5월 28일 ~ 7월 15일
중조탄신일	매년 양력 1월 29일	해탈절(우란절)	매년 양력 7월 15일
중조멸도절	매년 양력 9월 8일	창고절	매년 양력 12월 24일

불교총지종 연중 불사

신년불공

한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공

상반기, 하반기 진호국가불공

불교총지종은 창종 이래 진오국가·국민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 진오국가
불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국泰安·조국평화통일을 기원.
특히 매년 2월 19일부터 49일간 5월 28일부터 49일간을 상하반기로 하여 '진오국가불공기간'으로
정하고 「수호국계주경」에 의한 진언 '음흉야오사로써 국태민안을 기원하는 불공.

월초불공

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

자성일 불공

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

불교총지종 사원 일람

사원명	우편번호	주 소	전화 번호
통리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
수련원	28065	충북 괴산군 청천면 이령리 359-11	(043)833-8133
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2
사회복지재단	06227	서울특별시 강남구 역삼2동 776-2	(02)3452-7485
서울, 경기교구			
관성사	03166	서울특별시 종로구 송월길 110 관성빌딩	(02)736-0950
밀인사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (승인동)	(02)762-1412
법천사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로11번길 15 (하대원동)	(031)751-8685
벽릉사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신림동)	(02)889-0211
시법사	21358	인천광역시 부평구 주부토로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684

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

충청, 전라교구

만보사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
백월사	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 황금로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
홍국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
중원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이령4길 266-78	(043)833-0399

대구, 경북교구

개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
건학사	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
선립사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8	(054)261-0310
수개사	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 데메4길 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 초량중로 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
일성사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
점각사	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

불자님의 사연을 모십니다

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

이메일 news@chongji.or.kr

* 불교총지종 홈페이지에 연재글 있습니다.*

여러분의 후원을 기다립니다

위드다르마를 위해 법보시 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 공덕성 곽노선 권도연
 권순갑 김덕원 김도연 김민준 김봉래
 김성민 김송자 김양숙 김연정 김윤서
 김은숙 김종철 김희원 류경록 류승조
 반야화 배도련 법 공 서금업 손경옥
 손재순 안승애 안종호 안한수 양진윤
 오승현 오채원 오현준 유광자 유승태
 유정식 이영재 이인성 이해성 일심정
 장민정 장승엽 장정원 정건호 정재명
 정화연 주건우 지 정 총지화 최순기
 최재실 한경림 한미영 한영희 허지웅



-불교총지종 홈페이지 총지미디어에서
구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.

발 행 일 총기 50(2021)년 1월 1일

발 행 인 인선 정사

편집책임 이선의

발 행 불교총지종

주 소 06227 서울 강남구 도곡로25길 35 (역삼동)

전 화 02-552-1080~3

팩 스 02-552-1082



1월하면 제야의 종소리와 일출을 동시에 생각하게 됩니다.

늘 똑같은 태양인데,

1월 1일의 태양은 뭘가 신비하게 느껴지니 이상합니다.

반복되는 일상에서도 마음만 먹으면 모든 것이 특별하게

느껴질 수 있다는 깨달음을 얻게 하는 것은 아닐까요?

이런 깨달음으로 출발하는 새해가 되었으면 합니다.

올해는 제야의 종소리와 새해 일출은
모두 랜선으로만 가능할 것 같습니다.

집에서 한 해를 잘 정리하고 거창한 계획보다는
지킬 수 있는 작은 계획부터 세워야겠습니다.

마음만 먹지 말고 생각한 대로 밀고 나가는
새해가 되었으면 합니다.

꿈을 이루지 못하는 이유는 어쩌면
용기와 자신감이 부족해서인지도 모르겠습니다.

꿈꿀 수 있다면 그 꿈을 이룰 수도 있다는 명언이 있습니다.

스스로의 가능성을 칭찬하고 뚜렷한 목표만 있다면

누구라도 꿈을 이룰 수 있다는 말입니다.

2021년에는 스스로를 가장 많이 칭찬하고 믿어주면서
원하는 바를 모두 이루는 뜻깊은 한 해가 되기를 기원합니다.

01월호



복을 빌지 말고
복을 깃도록 하자.
장원^{場院}한 복은
진리를 알고
진리를 실천하는 데에서 온다.

-환당 대종사 어록-