



통권 제 223호

강남. 라 00943

2566
2022

05

원정대성사 일대기
불공 잘해라
시절 인연



마음의 동물
오늘날 연치는
살사리 뱀속에



지혜의 트랙
후계자의 자적

위드 다르마

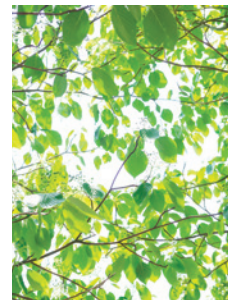
영원한 진리와 함께

With Dharma

 불교총지중

영원^{永遠}한 경애^{敬愛} 받기를

경애^{敬愛}(진정^{眞正}한 인욕자^{忍辱者}는 남의 공경^{恭敬}을 바라지 않나니 이것이 곧 인욕^{忍辱} 바라밀이다)는 덕^德이 있어야 경애^{敬愛}를 받는 것이다. 세간^{世間} 사람은 아상^{我相}과 아만^{我慢}이 있어 즉 돈과 재물^{財物}, 지위^{地位}와 권력^{權力}, 학식^{學識} 등^等으로서 경애^{敬愛}를 받으나 불법^{佛法}은 그렇지 않다. 덕^德으로서 경애^{敬愛}를 받으므로 만덕^{萬德}이 원만^{圓滿}하다는 것도 그 때문이다. 이것은 천신^{天神}과 인천^{人天}이 다같이 경애^{敬愛}한다. 권력^{權力}도 지위^{地位}도 재보^{財寶}도 다 따른다. 이것은 사람으로부터 또한 영원^{永遠}한 경애^{敬愛}를 받게 된다.



살다보면 _ 18

마음 다스리기

_ 이옥경



카일라스 _ 48

카일라스의 순례

_ 김규현



경전에서 찾은 지혜 _ 60

은혜를 배반한 사람

_ 불교총지중 법장원

04 원정 대성사 일대기

12 불교이야기

18 살다보면

24 산책

26 아름다운 세상

29 십선성취

32 마음의 등불

36 지혜의 뜨락

40 죽비소리

44 씨앗 한 알

48 카일라스

56 디딤돌

60 경전에서 찾은 지혜

64 차향기

66 결망에 담긴 이야기

68 육자의궤 염송

74 뜻 바꾸기

76 컬러링 만다라세상

78 법회일정

불공 잘해라 - 제1장 시절 인연 _ 김천

서원^{誓願} 2 _ 화령 정사

마음 다스리기 _ 이옥경

산수유 나무아래 _ 김대곤

행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관 _ 묘원화 전수

균형 _ 남해 정사

오늘날 염치는 삼사리 뱃속에 _ 김형술

후계자의 자격 _ 방귀희

무유정법^{無有定法}, 확실히 정해진 법은 없다 _ 김봉래

문제를 두고 떠나지 말라 _ 법상 스님

카일라스의 순례 _ 김규현

부정적 편향(negativity bias)과 명상 _ 신진욱

은혜를 배반한 사람 _ 불교총지중 법장원

좋은 녹차 고르기 _ 김정애

기도의 의미 _ 법일 정사

염주^{念珠}의 공덕 _ 위드다르마 편집실

윤보^{輪寶} _ 김재동

위드다르마

With Dharma

다르마^{다르마}는
영원한 진리의 말씀이며,
위드 다르마^{위드 다르마}는
다르마와 함께 한다는 뜻으로
진리와 함께 하는 사람들의
이야기입니다.



불교총지중은

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



불기 2566년 총지종 통리원장 봉축사

불기 2566년 부처님 오신 날을 맞아 이 땅의 모든 분들이 대일여래비로자나부처님의 자비 광명 속에서 편안하기를 서원합니다.

부처님께서서는 삼계에 고통 받는 모든 존재들을 위해 팔만사천 가지 해탈구원의 문을 열어주셨습니다. 그런데 그 문은 나가고 들어가는 문이 아니니 마음버릇 하나 고치면 바로 부처님의 장엄적멸궁입니다.

하지만 무량한 세월동안 탐욕 속에서 부처님의 대자비의 문을 외면하고 더 나아가 화택 문 안에서 윤회하는 것이 중생입니다.

코로나 시대는 역설적이게 어디론가 질주하는 우리를 잠시 멈추게 했습니다. 그 질주는 잘못된 된 신념에 사로잡힌 앙굴리말라처럼 자신과 못 생명을 해치는 폭주였는지도 모릅니다. 마치 화택 문 안에서 헤매는 우리들의 모습인지도 모릅니다.

이제 코로나 시대에서 점점 일상을 되찾아 가려하고 있습니다. 그런데 그것이 다시 잘못된 마음버릇에서 살아온 일상이라면 우리는 부처님이 열어 놓은 해탈구원의 문을 또다시 외면

하는 것이 될 것입니다.

코로나 이후의 세계에선 번뇌윤회의 문으로 가는 질주를 멈추어야 합니다. 그리고 부처님께서 열어 놓으신 우리의 본심을 되찾아야 합니다. 본심 속에서 나와 세상을 밝히는 해탈구원의 문으로 우리의 일상이 자리매김할 수 있도록 다함께 노력해야겠습니다.

부처님 오신 날을 맞아 우리의 본심(本心)인 자비의 마음이 온 세상을 밝히고, 대일여래비로자나부처님의 가지력으로 건강과 안녕이 모두의 삶에 깃들기를 서원합니다.

옴마니반메훔 옴마니반메훔 옴마니반메훔

불기 2566년 부처님 오신 날

불교총지종

통리원장 우인 합장

불공 잘해라 제1장 시절 인연

김천

동국대학교 불교대학 인도철학과를 졸업
저서 '시대를 이끈 창종자'
'인생탈춤-태허 홍선 평전' 등



원정 대성사는 경전의 편찬과 역경을 통해 한국불교에 밀교를 처음으로 알렸으며, 1972년 한국의 밀교 대표 종단 불교총지종을 창종했습니다. 교상敎相과 사상事相면에서 완벽한 체계를 갖춘 정통밀교의 확립에 노력하면서 '즉신성불即身成佛'과 '불교의 생활화, 생활의 불교화'를 기치로 밀교의 대중화에 진력했습니다. 2021년 창종 50년을 기념하여 출판된 원정 대성사의 일대기 '불공 잘해라'에 담긴 대성사의 삶과 가르침을 위드다르마에서 특별연재로 소개합니다.

3화 - 망명 (1)

1912년 나라가 완전히 일본의 손에 넘어가자 손기현은 큰 결심을 한다. 조용히 재산과 세간살이까지 처분하고 망명의 길을 나선 것이다. 목적지는 만주 땅 서간도. 당시 독립전쟁을 펼치려는 이들이 거점으로 삼은 땅이다. 망명을 위한 준비는 은밀하게 이루어졌다.

꼭 필요한 것을 제외하고 가재도구는 모두 나누거나 내다 팔았다. 급히 내다 파니 제 값을 받을 도리가 없었지만 빨리 처분하기 위해 헐값에라도 옥토며 세간살이들을 넘겼다. 빼앗긴 조국이니 노비문서를 불살라 신분을 풀어주던 일도 망명객들 사이에 흔한 일이었다. 담살이 하던 식솔들에게 가산을 나눠주고 새로운 시대가 왔으니 명을 보존하여 후일을 도모하여 밝은 세상에서 다시 만나자는 언약을 남겼다.

대부분의 망명객은 짐은 줄이고 줄여 이불이며 솥을 제외하고

는 불필요한 것들은 모두 처분하는 것이 상례였다. 길 양식과 만주에서 첫해를 넘길 곡식, 그리고 황무지를 개간하여 심을 종자가 목숨을 지켜줄 소중한 재산이다. 그 밖에 것들은 이 산하를 되찾은 후에야 의미 있는 것일 뿐 조국을 왜인에게 빼앗겼으니 아무 의미가 없다고 여겼다. 나라를 빼앗긴 절망과 조국을 되찾겠다는 희망 앞에서 희망의 편에 서기로 한 이들에게 중요한 것은 의지요 신념이었다.

망명은 대개 사전에 뜻을 모은 여러 사람과 가족이 동행하여 떠났는데, 적게는 10여 명에서 많게는 100여 명까지 무리를 이루었다. 긴 여정에 혹시 모를 사고를 막고 낮은 땅에서 함께 정착하기 위해서였다. 대부분은 만주에 미리 정착한 동지들에게 연락하여 길과 목적지를 정한 후 움직였다고 한다.

이회영 이동녕 형제가 주축이 된 신민회新民會는 1910년부터 독립운동 기지 건설을 위해 대규모 이주와 망명을 계획하여 진행했다. 주로 건너간 곳은 서간도 땅, 봉천과 인근인 길림성 유하현 삼원보 지역, 고구려의 옛 영토이자 독립운동의 중심지였다.

봉천은 지금의 랴오닝성 선양시로 당시는 청나라 동변도에 속하는 지역으로 만주에서 가장 큰 도시였다. 그곳에서 학교를 세워 민족교육을 하고 군사기지를 만들어 독립군을 양성하는 일이 망명객들이 주로 하던 일이다. 은밀히 동지를 모으고 망명을 도와 대규모 이주가 시작됐다. 손기현도 그 뜻에 동참했다.

밀양에서 봉천까지 직선거리로 830킬로미터가 넘으니 거리상

으로는 2000리 이상, 산 넘고 강 건너 구비구비 걸어야 하는 육로는 3000리에서 4000리 정도가 되는 머나먼 거리이다. 젊은 장정이 빠른 걸음으로 걷는다 하여도 여러 달이 넘게 걸리는 길이다. 게다가 길에서 만날지도 모를 도적떼와 일본 헌병과 경찰의 눈도 피했어야 하니 시간은 더욱 길고 길은 멀어질 수밖에 없었다.

대성사 가족이 길을 떠난 것은 1912년 가을 무렵. 대성사의 나이 6살, 형은 10살 때의 일이다. 원수의 땅에서 머리를 숙이고 사느니 생명을 아끼지 않고 싸운다면 나라를 되찾아 자식들에게 되돌려 줄 수 있다는 결기를 세운 것이다. 부모는 어린 두 형제를 앞세우고 소달구지에 고국의 삶과 영예를 다 정리하고 남은 하나 미래의 희망을 싣고 동지들과 함께 길을 떠났다.

당시의 일을 경험한 이들은 이미 다 세상을 떠났지만 가족에게 전해지는 이야기로는 대성사는 어린 나이에 의연하게 망명길을 걸어갔다고 한다. 가는 길에 끼니를 때우기 위해 얻은 주먹밥 한 덩이를 형에게 양보하기도 하고, 6살 어린이인데도 칭얼댄 없이 자기 앞에 놓인 운명의 길을 한 발자국 한 발자국 당당히 걸었다고 전해진다. 자신이 한발 한발 내딛는 걸음의 의미를 알고 있었기 때문이다. 한 걸음을 내딛을 때 한 치 새로운 미래가 열린다는 경험은 후일 새로운 시대의 교법을 열 때도 힘이 되었다.

망명길을 대부분 가을에 떠나는 것은 한 해 농사를 마무리지어

한 푼이라도 노자를 보탬 뿐 아니라 양식을 챙겨야 하기 때문이다. 압록강이 얼어야 강을 건너 만주 땅으로 건너갈 수 있었다. 먼저 정착한 동지들의 도움으로 정착할 곳을 잡고, 운 좋게 겨울을 나면 다음 해 봄 곧바로 땅을 일구고 곡식을 심어 또 한 해를 살아갈 수 있다. 그런 셈법으로 가을에 길을 떠났으나 ‘길 떠나면 고생’이라는 속담처럼 날은 점점 추워지고 따듯한 고장 밀양보다 북쪽의 가을과 겨울은 혹독하다 못해 생명을 위협하는 고통으로 다가선다. 세월의 비장함 앞에 대성사는 어린 나이에도 자기 삶의 무게를 짊어져야 한다는 사실을 일찌감치 깨달았다.

이동로는 험난했다. 밀양에서 청도 대구 안동 영주를 거쳐 소백산을 넘고 원주에서 춘천으로 가서 철원에 이르게 된다. 철원에서 신계 곡산 평양을 지나 개천과 영변을 지나치면 개마고원이 험하게 펼쳐졌다. 산과 산을 넘고 넘어 전천에서 다시 압록강을 향해가면 드디어 국경인 초산에 닿는다.

초산에서 압록강을 건너야 하는데, 대개는 겨울철 강이 얼었을 때 국경 경비대의 눈을 피해 한밤중에 월경을 했다. 대성사는 생전에 강을 건너던 때의 이야기를 이렇게 남겼다고 전한다.

“강이 퐁퐁 얼었는데 달빛이 환했다.

어둠 속에서 달빛이 의지가 됐지만 일본군의 눈에 띄까 두려움도 있었다.

미끄러지지 않게 신발에 다시 짚으로 꼰 끈을 묶어 채비를 마쳤다.

모두 준비가 됐을 때 주변을 살펴서 숨죽이고 얼어붙은 강을 건넜다.

모두 입 다물고 앞만 보고 걸었다.

숨소리도 내지 않고 발걸음을 조심조심 내디뎠다.

간혹 찌렁찌렁 얼음이 갈라지는 소리가 들렸는데, 혹시라도 얼음이 깨질까 봐 두려웠다.

그렇게 숨 죽여서 도착한 곳이 만주 땅이다.

언 강을 건너니 살길이 열린 것 같았다.”

초산을 지나면 바로 압록강이 나오는데 망명객들은 강변 야산에 몸을 감추고 밤을 기다렸다고 한다. 몸을 녹일 모닥불조차 피울 수 없이 온몸으로 삭풍을 맞으며 때를 기다린다. 밤이 되면 길잡이와 함께 국경을 건너 고국과는 작별을 고했다.

이 무렵 대성사 일행과 함께 혹은 앞서거니 뒤따르며 강을 건넌 밀양 출신 지사들은 모두 독립운동에 몸을 바친 투사들이다. 일제의 간담을 서늘하게 했던 의열단 단장 약산 김원봉, 대종교 3대 교주이자 민족학교인 동창학교를 설립하고 독립군을 이끌던 단애 윤세복, 단애의 형인 백암 윤세용, 김원봉의 동지이자 신흥 무관학교 출신의 윤세주, 독립운동가인 백농 이용식, 의열단 고문 황상규, 의열단원인 김산윤 한봉근 한봉인 등이 망명에 나서서 서간도에 터를 잡은 밀양 출신이다.

그러니 척박한 이국 땅에서도 마음 붙이고 뿌리내려 독립을 위해 싸우기에 외롭지 않았을 것이다. 먼길을 떠나 목적지에 당



은 것은 1913년. 대성사의 나이 7세 때의 일이다.

대성사 가족이 자리를 잡은 곳은 압록강에서 가까운 동변도 환인현 남관^{南關}, 봉천부 즉 지금의 선양시에서 국경을 향해 남동쪽으로 치우친 곳이다.

주몽이 이곳에서 고구려를 건국하여 동명성왕이 된 후 졸본이라 불렀다. 고구려 유적인 오녀산성이 있어 압록강을 넘은 대한 국민들에게는 마음의 고향이 됐다. 만주족이 청나라를 세운 후 이 지역은 신성한 땅으로 출입을 금하였는데, 청이 세력을 잃자 조선말부터 조선인들이 월경하여 사실상 우리 민족이 정착한 곳이다.

환인현 남관은 밀양과 비슷한 곳이다. 길림성 백산시 주변에서 발원하여 1,000리를 굽이쳐 흐르다가 환인현에 이르러 잠시

마을을 에워싸다가 다시 남쪽 압록강에 합류하는 훈강(훈강, 渾江)이 흐른다. 남관은 환인현의 남쪽 지역으로 강과 가까이 있어 농사짓기 적합한 곳이다. 밀양강이 굽이치다가 낙동강과 합치는 모양과 흡사한 지형으로 고향 삼아 터를 잡을만한 곳이었다.

환인현은 초산에서 월경한 조선인들이 처음 정착하는 땅으로 서북쪽으로 봉천(奉天)이 있고 동북 방면으로 통화시(通化市)와 백산시(白山市), 북쪽으로 장춘(長春)과 지린(吉林, 길림)이 있는 교통의 요지이기도 했다. 동쪽으로 더 나아가면 연변(延邊, 연변)이고 서북으로 헤이룽장(黑龍江, 흑룡강)이 있는 북간도 땅이다. 환인은 서간도 입구의 요충으로 군사적으로 중요한 지역이며 일군과 맞선 독립전쟁 최전방 전선이었다.

불모지였던 땅에 정착한 조선인들은 훈강의 물을 끌어들이며 만주 땅 최초로 논을 개간하여 벼를 심었다. 일일이 손으로 돌을 골라내 밭을 일구고 옥수수와 귀리, 기장 따위를 심어 겨우 목숨을 부지할 만큼 농사를 지어 근근이 살아갈 수 있었다. 그나마도 대부분 만주족의 토지라 소출의 절반 이상, 삼분의 이 정도를 바쳐야 소작으로 농사지를 땅을 얻을 수 있었다.

대성사 가족 또한 황무지를 개간해서 농사를 지었다. 어린 대성사 형제도 돌을 나르고 밭을 가는 일에서 벗어날 수 없었다. 모두가 매달려야 곡식 일곱 밭 한 뼨이라도 만들 수 있었기 때문이다. 초가집을 짓고 돌담을 쌓았다.

평생 양반으로 대대로 벼슬에 나섰던 무반의 자손으로 명망과

부귀를 누렸던 대성사의 부모로서는 상상할 수 없는 고난이었다. 어린 자식까지 메마른 만주 바람을 맞으며 노동을 해야 하는 삶은 거칠고 외로운 일이다.

대성사 여동생이 남긴 회고담에 따르면 그렇게 해서 지은 농사는 옥수수, 콩, 감자에 조라고 했다. 그것도 일가족이 다 나서서 쉽 없이 땅을 고르고 일구어 겨우 연명할 양식을 거둘 수 있었다. 사립문 밖에는 손수 일군 옥수수가 강변까지 길게 밭을 이루고 있었다. 거친 곡식이지만 이곳에서 식솔을 건사하고 후일을 도모하기에는 모자라지 않은 나날이 이어졌다. 쌀과 보리는 구경도 할 수 없었지만 그곳엔 노예를 벗어난 자유가 있었다.

그런 척박한 삶 속에서도 서간도에 모인 독립운동가들은 학교를 세워 민족정기를 가르치고, 독립군을 키워냈다. 나라를 빼앗겼지만 정신은 뺏기지 않았고 하루도 항쟁을 그친 날이 없었다.

서간도 일대는 독립세력의 중심지이며 상해 임시정부의 군사조직인 서로군정서가 있던 곳이라 일본 밀정들의 움직임도 왕성했다. 밀정들이 얼마나 많았냐 하면 봉천 일대가 독립운동의 중심지란 소식을 듣고, 만해 한용운은 1912년에 독립운동가를 만나러 서간도로 건너왔다.

생면부지의 인물이 독립운동가들을 탐문하고 다니자 만해는 밀정으로 의심받아 독립군의 총격을 받게 되는데, 겨우 목숨을 건져 돌아간 예도 있었다. 그만큼 흥흥하던 시절에 대성사 가족도 서간도에 정착한 것이다.

다음호에 이어서

“서원의 끝판왕 - 오대서원, 대승불교의 실천 이념을 모두 담아”

불교 의식을 봉행할 때에 가장 흔하게 들고 있는 것이 사홍서원
四弘誓願입니다. 4가지의 크고 넓은 서원이라는 의미입니다. 사홍서
원에는 불자들이 목표로 삼아야 할 모든 사항이 담겨 있습니다.
말하자면 보살의 실천사항이 사홍서원에 다 담겨 있다는 의미입
니다.

1. 가이없는 중생을 모두 건지겠습니다.
[衆生無邊誓願度(중생무변서원도)]
2. 번뇌가 다함이 없으나 기어이 번뇌를 다 끊겠습니다.
[煩惱無盡誓願斷(번뇌무진서원단)]
3. 배워야 할 법문이 끝이 없으나 모든 법문을 다 배우겠습니다.
[法門無量誓願學(법문무량서원학)]
4. 불도가 끝이 없으나 기어이 불도를 이루겠습니다.
[佛道無上誓願成(불도무상서원성)]



이러한 내용을 간단히 하여

중생을 다 건지오리다.
번뇌를 다 끊으오리다.
법문을 다 배우오리다.
불도를 다 이루오리다.

라고 하면서 불교의식을 시작하기 전에 목탁을 치면서 합송하는 것을 들어보셨을 겁니다.

이러한 4가지 서원이 불자들이 기본적으로 세우는 서원입니다. 불공을 올리기 전이나 불교 공부를 하려고 경전을 펼쳤을 때는 꼭 사홍서원을 세우고 그 실천에 전력하겠다는 결심을 굳히는 것이 불자의 기본입니다. 이러한 사홍서원은 대승불교, 특히 밀교에서는 오대서원^{五大誓願}으로 발전합니다.

1. 중생의 수는 끝이 없으나 모두 건지겠습니다.
[衆生無邊誓願度(중생무변서원도)]
2. 복덕과 지혜가 끝이 없으나 끊임없이 모으겠습니다.
[福智無邊誓願集(복지무변서원집)]
3. 법문이 끝이 없으나 기어이 다 배우겠습니다.
[法門無邊誓願學(법문무변서원학)]
4. 섬겨야 할 여래가 끝이 없으나 모두 섬기겠습니다.
[如來無邊誓願事(여래무변서원사)]
5. 보리는 위가 없으나 기어코 증득하도록 하겠습니다.
[無上菩提誓願證(무상보리서원증)]

오대서원은 1번과 3번 5번이 사홍서원과 같으나 2번과 4번이 다릅니다. 사홍서원에서는 단순히 번뇌를 끊겠다고 했지만 오대

서원에서는 번뇌를 끊는 것을 넘어서 복덕과 지혜를 함께 갖추겠다는 결심을 말하고 있습니다. 지혜의 칼을 갖추게 되면 번뇌는 쉽사리 끊어집니다. 그리고 복덕은 끝없는 이타행에서 비롯되는 것이기 때문에 오대서원은 사홍서원보다 더 적극적이고 폭이 넓다고 할 수 있습니다. 그리고 오대서원이 특히 사홍서원과 다른 것은 4번째의 무수한 여래를 섬기겠다는 것인데 이 대목이야말로 대승불교의 정신을 오롯이 담고 있으며 대일여래 비로자나부처님의 우주적 세계관을 보여주는 밀교 특유의 서원이라고 할 수 있습니다. 가이없는 여래를 모두 섬기겠다는 것은 우리가 불도를 이룰 때까지 과거, 현재, 미래의 모든 부처님의 공덕을 우러러 찬탄하고 배우겠다는 의미도 있지만 여기에는 더 큰 비밀이 숨겨져 있습니다. 마하비로자나 부처님의 우주 법계에는 부처 아닌 것이 없습니다. 끝도 없는 이 대법계, 대우주 안에는 일체의 유정들이 모두 불성을 지니고 어느 날엔가는 반드시 성불하게 될 잠재적 부처님인 것입니다. 그렇기 때문에 우리는 우리와 마주 대하는 모든 인간들은 말할 것도 없고 말 못하는 축생과 미물들까지도 부처님으로 섬기며 소중히 여겨야 한다는 우주적 공생관을 나타낸 서원입니다.

그리고 사홍서원에서는 반드시 성불하겠다고 하였지만 오대서원에서는 무상보리를 ‘증득’한다고 했습니다. ‘증득’이라는 말에는 깊은 의미가 있습니다. 성불이나 보리의 증득이 비슷해 보이

지만 대승불교, 특히 밀교에서는 우리의 전신으로 체득되는 증득을 중시합니다. 법문을 듣고 깨치는 단계 단계마다 증득해야 비로소 깨쳤다고 하는 것입니다. 된장국이 아무리 맛있다고 설명해도 그냥 한 숟가락 떠먹고 그 맛을 직접 보는 것만 못합니다. 보리를 증득한다고 할 때에는 나와 이 우주인 법계가 하나라는 것을 철저히 체득하는 것입니다. 그렇게 체득했을 때에 지혜와 자비는 저절로 우리날 것입니다. 그래서 밀교의 수행단계는 발심과 수행을 거쳐 입열반^{入涅槃}한 다음 증보리^{證菩提}, 방편위구경^{方便爲究竟}이라는 단계를 설정해 놓았습니다. 단순히 성불하는 것으로만 모든 것이 끝이 나는 것이 아니라 성불과 함께 중생을 구제하는 방편을 갖추는 것이 무엇보다도 중요합니다. 나 혼자만의 성불로 끝난다면 그것이 바로 소승일 것입니다. 그래서 밀교에서는 보리를 구하는 궁극이 ‘방편위구경^{方便爲究竟}’이라고 합니다. 중생을 제도하는 방편이 곧 궁극적 귀착점이 되어야 한다는 의미입니다. 그래서 보리를 증득한다는 것은 모든 중생이 나와 한 몸이 되었다는 것을 체화하는 것입니다. 관념상으로서의 성불이 아니라 온 우주와 내가 하나가 되었다는 것이 저절로 증명되는 것이 증득입니다. 우리가 직접 체험해 보지 않고 말로만 듣거나 간접 체험을 하다가 자기가 직접 체험해 보고 그 맛을 알았을 때의 희열이 바로 증득입니다. 그래서 우리의 불교 공부도 한 계단 한 계단이 모두 증득되어야 참된 공부를 했다고 할 수 있습니다.

이처럼 혼자서 불교공부를 하거나 대중들과 함께 불공을 올리거나 의식을 진행함에 있어 이러한 사홍서원이나 오대서원을 발원하는 것은 기본 중의 기본입니다. 여러 가지 서원 중에서도 회향서원 또한 무엇보다도 중요합니다. 회향서원은 혼자서 공부를 하던지 대중들과 함께 의식을 행하고 육바라밀행을 실천하는 모든 공덕을 다른 중생들에게 되돌려 주겠다는 서원입니다.

회향서원의 대표적인 것이 ‘제가 이제 서원하오니 이 불공 공덕을 모든 중생들이 입게 하여 나와 모든 중생들이 함께 성불의 길에 들도록 하겠습니다. [願以此功德 普及於一切 我與諸衆生 皆共成佛道(원이차공덕 보급어일체 아여제중생 개공성불도)]’라는 것입니다. 총지종의 원정 종조께서는 이 회향서원문을 ‘원하건대 이 공덕이 널리 일체 미쳐져서 나와 모든 중생들이 함께 불도 이뤄지이다.’라고 멋지게 번역하여 모든 의식의 말미에 독송하도록 했습니다. 이 회향서원은 현교, 밀교를 막론하고 공통으로 쓰이고 있습니다. 여기에서도 자기가 닦는 공덕을 모든 중생에게 회향하여 함께 불도를 이루자는 대승정신이 잘 반영되어 있습니다.

개인적으로는 자신의 바라는 바를 성취하기 위하여 여러 가지 서원을 발원할 수 있지만 불자들의 큰 서원은 사홍서원이나 오대서원, 그리고 회향서원 안에 모두 들어 있으므로 늘 이러한 서원을 마음에 새기고 정진할 수 있어야 참 불자라고 할 수 있습니다.

마음 다스리기

이옥경

수필가 · 방송작가

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

어느 날 오후 이웃에 사는 동생에게서 전화가 왔다. 생일을 축하한다며 집에 와서 저녁을 함께 먹자는 것이었다. 아! 그러고 보니 생일이었다. 남녘에서 매화가 꽃망울을 터뜨리기 시작하는 이즈음, 어머니가 이틀 꼬박 진통 끝에 나를 낳으셨다는 바로 그날. 3형제의 3동서 중 가장 먼저 시집온 만며느리를 앞질러서 한두 해 늦게 시집온 아랫동서들이 아이를 척척 낳는데…. 바늘 방석을 면하게 된 것만도 감지덕지, 딸이라 서운하다는 생각조차 못 했다던 어머니가 한 해도 거르지 않고 차려 주시던 생일상도 그제야 떠올랐다.

어머니가 세상 떠나신 지 십수 년, 그동안 내가 생일을 깜박한 것도 예닐곱 차례는 족히 될 것 같다. 하지만 미역국 한 그릇 얻어먹지 못하고 넘어간 날은 단 한 번도 없으니 모두가 다 따뜻한 마음을 가진 가족들이나 친구들 덕분이다.

올해는 예정에도 없이 동생네 신세를 지게 됐다. 동생네가 불러주는 축하 노래 속에 케이크의 촛불도 끄고 정성스러운 음식에 축하주도 한 잔씩…. 맛있는 음식을 보면 사랑하는 사람 생각

이 난다고 했던가. 동생이 문득 아들 내외의 소식을 묻는다. 잊어버린 모양이야, 잊어버릴 수도 있지, 잊어버려도 괜찮고…라는 내 말에 어허, 이 녀석들 혼 좀 내야겠는데…하면서 축하 파티(!) 동영상 전송하는 동생의 얼굴에 장난기가 가득 피어오른다.

드디어, 곧바로 내 휴대전화에 불이 난다. 아들에 이어 며느리까지 두 번, 세 번. 그때마다 통화 거절 버튼을 누른다. 세상에 이렇게 재미있을 수가! 통화가 되지 않자 이번에는 동생의 휴대전화가 연거푸 울린다. 시치미를 뚝 떤 동생이 엄마가 무지하게 화가 나서 울고불고 난리도 아니라며 바람을 잡는다. 그 사이에 또다시 며느리의 전화가 걸려온다. 애써 사뭇 쌀쌀맞은 목소리로 웬일이냐고 물었더니 며느리 왈, 어머니가 계신 쪽을 향해 무릎 꿇고 앉아 전화를 드린다면서 밤새 석고대좌한 후 내일 새벽에 눈곱도 떼지 않고 달려와 손자를 사죄의 선물로 바치겠단다. 시어머니의 생일을 깜박한 며느리 치고는 그 목소리며 말투가 마치 대단한 일이라도 해낸 사람처럼 명랑하고 쾌활하다. 어렵사리(?) 통화를 하게 된 아들은 모자의 연을 끊자는 내 말에 생일 주간이라는 것도 있다며 흐흐흐 웃음을 참지 못했다.

일이 커졌다. 다음날 아침 일찍 이마에 분홍 리본을 두른 손자



를 앞세우고 들이닥친 아들 내외는 동생네까지 불러서 축하연이라는 미명 하에 하루 종일 북새통을 떨었다. 생일 주간이라고 원, 밥을 지어도 국을 끓여도 집주인인 내 손이 안 갈 수가 없는 노릇이니 명색은 주인공이요, 실체는 주방장이다. 하지만 나는, 아니, 우리 모두는 행복했다. 올해의 잘못을 거울삼아 내 생일을 국경일보다 더 귀한 날로 승격하겠다는 아들 며느리도, 여차하면 평생을 두고두고 뒤끝 작렬하겠다고 엄포를 놓는 나도, 두 눈에 쌍심지 켜고 지켜보겠다고 장단을 맞추는 동생네도 모두가 한마음으로 함께해서 좋은 날이었으므로.

그런데 사람의 마음은 다 똑같지가 않은 모양이다. 이리저러 해서 생일 주간 행사까지 치렀다는 얘기를 들은 친구들의 반응이 제각각이었다. 재미있었겠다, 며느리가 귀엽고 현명하다, 그렇게 이해하고 넘어가야 집안이 편하다... 친구들도 웃음을 터뜨리는데, 하지만 어디에나 찬물을 끼얹는 사람이 있기 마련이다. 매사 자랑을 입에 달고 사는 여인이 기어코 한마디 한다.

그럴 수도 있지, 결혼한 지 10년 만에 처음 있는 일인데... 하는 내 말도, 바쁘게 살다 보면 그럴 수도 있어... 하는 친구들의 말도... 모르면 가르쳐야지, 야단도 치고. 엄마의 생일을 잊어버리는 아들도 나쁘지만, 시어머니의 생일을 잊어버리는 며느리를 그냥 두다니. 따끔하게 혼썰을 내야 할 일에 뭐가 좋다고 하

하 호호, 그게 자식을 망가뜨리는 일이야. 우리 애들은 내 생일 날이면 선물에 용돈에 여행을 가라, 저녁을 먹자... 하는 그녀의 의기양양한 말투에 묻혀 버리고 만다.

무엇이 정답일까. 무심한 성격 탓에 애면글면하지 않는 편인데도 돌아오는 내내 마음이 불편했다. 내가 말하는 무심함은 국어사전 1번에서 정의하는 ‘아무런 생각이나 감정 따위가 없다’라는 뜻보다는 2번의 ‘남의 일에 걱정하거나 관심을 두지 않다’라는 뜻에 가깝다. 평소 남의 일에 감 놈라 배 놈라 하는 대신 그들의 정서라거나 그들만의 문화라는 말로 방관자를 자처해 온 것도 이와 무관하지 않다. 아무리 좋은 뜻이라 하더라도 누군가의 마음 경계를 함부로 넘어서는 일은 위험하다.

이런 나를 두고 더러는 냉정하다고도 하고, 더러는 자기중심적이라고도 한다. 그러나 그런 판단 역시 그들의 몫이니 별로 개의치 않는다. 그 또한 그들의 정서나 문화일 테니 내가 나서서 가타부타 할 일은 아니다. 나로 인해 누군가가 불편부당함을 느끼지 않기를 바라는 것처럼 다른 사람으로 인해 나의 평온이 깨지지 않기를 바랄 뿐이다.

나의 성격은 가족들에게도 적용된다. 내가 할 일은 하지만 그들이 해야 할 일은 물론, 그럼에도 불구하고 하지 않은 일에 대

해서조차 크게 연연하지 않는다. 알아서 해 주면 고맙고, 그냥 넘어가도 그러려니 하면 된다. 내가 이렇게 했으니 너도 저렇게 해야 한다거나, 남들은 잘한다는데 너희들은 왜 그렇게 못하느냐 하면서 재고 따지다 보면 좋은 얘기가 나올 리 없고 불평불만이 커질 수밖에 없기 때문이다.

그렇다고 해서 내 마음이 바다처럼 드넓다는 건 절대 아니다. 어쩌면 이런 나의 생각은 일종의 회피일 수도 있고 개인주의와 이기주의의 위험한 경계를 살짝 넘나드는 것일 수도 있다. 간섭받고 싶지 않으니 참견하지 않고, 자유롭고 싶으니 구속하지 않는 것에 대한 합리화라고 해도 좋다. 저마다 제 모양으로 자라는 나무처럼, 저마다 제 향기로 피어나는 들꽃처럼 사람도, 사람 사는 일도 그렇게 봐 주면 된다.

더 이상 소모적인 감정에 흔들리지 말자고 생각하니 어지럽던 마음이 다시 평온해진다. ‘사람에게 중요한 것은 마음을 다스리는 일’이라는 『선문보훈집』의 가르침이 토닥토닥 나를 위로한다. ‘어리석은 사람은 남보다 뛰어나지도 않으면서 자신이 제일이라고 생각한다. 그런 사람은 진실조차 자신의 틀에 맞춘다.’ 『테라가타』에서 이르는 어리석은 사람이 되지 않으려고 노력할 뿐, 나는 절대 그렇지 않다고 말하지는 못하겠다.

봄 어느 날
활짝핀 노란 잎 아래 앉아
깊이 색을 들이킨다.

가지 사이사이
내리는 햇살
형클어진 머리 위로
새들은 날개 짓

“나도 있네요.”
“여기요 여기.”

겨울을 이겨낸 벚나무는
흰색을 토하듯 무성하고

그 옆 버드나무
청초한 녹색으로 머리를 감아냈다.

바람이 분다.
차갑지만 기분 좋은 접촉

눈을 감아본다.
포포하고 향기 가득한 생각들이 꽃을 피운다.

한번이라도
이 꽃향기를 그때처럼
네게 직접주고 싶은데

생각만 바람 따라 간다.
아!
봄날은 참 은은한 그리움.

행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관

묘원화 전수
벽통사

죽음을 받아들이지 않는 마음 습관(上)

최근 3개월 동안 가까운 분들을 일곱 분이나 보내드리며 죽음에 대해 그 어느 때보다 가깝고 깊게 생각해 보게 되었습니다. 죽음은 나이가 많고 적음을 가리지 않습니다. 오래 병석에 누워 계셨거나 한 달 전에 병을 알게 되었더라도 죽음을 맞이할 수 있습니다.

어느 날 겨드랑이에 멍울이 서너 개 생긴 이후 림프 암을 통보 받거나 하루아침에 쓰러진 뒤로 운동능력과 언어능력을 상실할 수도 있습니다. 당신에게 이런 일들이 닥친다면 어떻게 하시겠습니까? 이런 영화 같은 일은 나에겐 일어나지 않을 거라고 생각할 수도 있지만 최근 제 주변에서 일어났던 일들입니다.

오늘 내가 6개월이나 3년 시한부 통보를 받으면 어떤 느낌이 들까요? 태어나면 죽는다는 것은 모두 알고 있지만 보통 우리는 '나도 죽는다'는 생각을 전혀 하지 않고 살고 있습니다. 머리로는 알지만 가슴으로는 확신이 없습니다. 저 역시도 그렇습니다. 이렇게 받아들이지 않다 보니 막상 죽을 때도 받아들이지 못합니다. 거부하게 됩니다. 많은 분들이 임종 때에도 죽음을 거부하십니다. 대부분 죽음을 입에 담는 것조차 싫어합니다.

우리는 왜 죽음을 받아들이지 못하는 걸까요? 영원함, 변하지 않음에 대한 마음 습관 때문입니다. 그래서 무상과 죽음을 사실임에도 부인하고 살아갑니다. 그러다 죽음이 오면 예기치 못한 충격으로 받아들입니다. 일어나지 말아야 할 일이 일어난 것처럼 억울해하고 한탄합니다. 늘 건강하고 아프지 않을 것이라 생각하고 살다 보니 병과 죽음이 닥쳤을 때 어떻게 할지 몰라 우왕좌왕하게 됩니다. 이것은 실상을 몰라서 그런 것입니다. 무지하기 때문입니다. 죽음에 대해 모르기 때문에 두려워하는 마음이

커서 그렇습니다.

꼭 공부해야 하는 마음 습관으로 ‘죽음’을 거론하는 것은 죽음과 삶이 함께하기 때문입니다. 행복하기 위해서는 반드시 죽음에 대해 평소에 가치관을 세우고 있어야 죽음이 맞닥뜨렸을 때 적은 혼란으로 받아들일 수 있습니다. 내일이라도 죽음이 올 수 있기 때문에 오늘의 삶이 소중해지고 함부로 때우거나 보낼 수 없습니다. 다시 오지 않을 하루를 자신을 비하하거나 남을 비방하고 무시하는데 보낼 사람은 없습니다. 앞으로 30년은 끄떡없다 싶으니까 이렇게 하루하루를 낭비하며 살아가는 겁니다. 죽음을 받아들이는 마음 습관이야말로 지금 이 순간에 조건 없는 자유로움을 갖게 하며 삶이 이미 온전하다는 것을 알게 합니다.

가까운 사람에게 죽음이 닥치면 주변 사람들도 함께 당황하고 불편합니다. 죽음에 대한 확신이 있다면 이때 그들을 도울 수 있습니다. 죽음에 대한 확신은 오래 아프거나 중병이 들거나 나이가 든다고 해서 생기지 않습니다. 죽을 때가 되면 절로 생기는 것이 아닙니다. 지금, 준비해야 합니다. 오히려 건강할 때, 젊을 때 준비해야 합니다.

지인에게 죽음이 찾아올 때 거부하지만 말고 충분히 함께 느껴주세요. 죽음을 생생하게 느낄 수 있기 때문에 정말로 효과적인 죽음명상이 됩니다. 그분이 주시는 마지막 큰 가르침입니다. 소중한 유산입니다.

‘나’라는 존재가 어머니의 배속에서 태어나 성장하여 50세가 되도록 건강하게 살아갈 수 있는 이유는 무엇일까? 그리고 그렇게 살아갈 수 있도록 나를 유지시켜주는 무언가가 있을까? 뜬금없이 이런 생각을 하게 되었다. 그리고 며칠 몇 달을 고민한 끝에 내 나름대로 하나의 결론에 도달하게 되었다. 그 결론의 끝은 ‘균형’이었다.

‘나’라는 존재가 50세까지 살아오면서 몸이 아픈 일도 많았고 다양한 풍파를 거쳤지만 이렇게 ‘나’라는 존재를 유지하고 있는 이유는 내 몸을 구성하고 있는 모든 구성요소들이 균형을 유지하려는 속성이 있기 때문이다. 부족하면 채우려 하고, 넘치면 덜어내려고 한다. 그리고 그 균형이 무너지면 ‘나’라는 존재를 유지하기 어렵게 된다.

지구와 우주도 마찬가지이다. 지구를 포함한 이 우주가 무너지지 않고 유지되는 이유는 어느 한쪽으로 기울어지지 않고 완벽한 균형을 이루기 때문이다. 지구는 자전과 공전으로 균형을 유지하며, 달은 지구를 균형을 유지하며 돌며, 지구는 태양을 일년을 주기로 균형을 이루며 돈다. 그리고 이 우주의 모든 구성요소는 서로 균형을 유지하며 존재한다. 이것이 우주가 무너지지



않고 유지되는 이유이다.

사람과 사람의 관계도 마찬가지이다. 인간관계는 서로 균형을 유지해야 원만한 대인관계를 유지할 수 있다. 직장에서도 직장상사와 업무와의 관계가 균형을 유지해야 직장생활을 잘할 수 있다. 그리고 연애를 시작하는 연인들은 적당한 밀당으로 서로

균형을 유지해야 더 가까워질 수 있다.

이러한 균형의 원리를 불교적으로 적용하면 어떻게 될까? 불교적 교리에 균형의 요소를 대입해 보니 균형이라는 것은 결국 ‘연기’이고, ‘중도’이고, ‘공’이고, ‘인과’라는 사실을 알게 되었다. 부처님의 가르침도 결국은 이 우주의 존재원리이고 그 존재원리가 연기이고, 중도이고, 공이기 때문이다. 부처님께서 연기를 설명하실 때 “이것이 있으면 그것이 있고, 이것이 생기기 때문에 그것이 생긴다. 이것이 없으면 그것이 없고, 이것이 멸하기 때문에 그것이 멸한다”라고 하셨다. 이 얼마나 완벽한 균형인가?

연기는 상호 의존관계를 가지며 일정한 조건에 의해 변화해 가는 현상이라고 할 수 있다. 연기의 의미를 볼 때 균형은 서로 의존관계를 유지하고 있는 존재의 생존원리라는 것을 알 수 있다. 사람과 사람과의 관계, 여자와 남자의 관계, 지구와 달과의 관계, 지구와 태양의 관계, 행성과 행성의 관계, 은하계와 다른 은하계와의 관계에서 보듯 상호 의존관계를 잘 유지해야 무너지지 않고 균형을 이루어 잘 존재하게 된다.

행복이라는 것도 결국 균형을 잘 유지할 때 느끼게 되는 감정이라는 생각을 하게 된다. 마음과 몸의 균형이 잘 이루어지고, 나와 가족과의 관계, 내가 소중하게 생각하는 사람들과의 관계가 무너지지 않고 바른 균형을 이룰 때 나도 행복하고, 내 주변의 사람도 행복해지지 않을까.

오늘날 염치는 삼사리 뱃속에

김형술

전주대학교 한문교육과 교수

其十四

今日看廉恥 금일간염치
靑獠肚裏存 청방두리존
尋常櫟釜際 심상력부제
不欲向廚蹲 불욕향주준

열네 번째

오늘날 보건대 염치는
삼사리 배속에나 있네.
늘 제 밥그릇이나 굶을 뿐
부엌을 향해서는 앉지도 않네.

- 김창흡(金昌翕, 1653~1722), 『삼연집(三淵集)』 권15
「갈역에서 이것저것 읊다(葛驛雜詠)」

삼연^{三淵} 김창흡(金昌翕; 1653~1722)은 자가 자익^{子益}, 호가 삼연^{三淵}, 시호는 문강^{文康}입니다. 서릿발 같은 기상으로 청예의 굴복을 반대했던 김상헌^{金尙憲}의 증손이고, 영의정을 지낸 김수항의 셋째 아들이며, 노론 4대신의 한 사람이었던 김창집^{金昌集}과 조선후기 낙론^{洛論}을 이끌었던 김창협^{金昌協}의 동생입니다. 부친과 큰형이 사화로 죽은 뒤로 일체의 출사를 포기하고 시문 창작과 성리학 연구에 일생을 보낸 분입니다. 백약시단을 이끌며 조선후기 시풍의 쇄신을 창도하였고, 문장은

물론 성리학으로도 조선후기 문인들에게 큰 영향력을 미친 문인입니다.

삼연은 59세 되던 1711년에 강원도 인제 설악산 자락에 갈역정사를 완성하였습니다. 그리고 그 때부터 갈역정사에 머물면서 자연과 인생에 대한 사유와 상념을 많은 시편에 담아냈습니다. 「갈역잡영」은 삼연이 67세, 68세에 지은 것입니다. 시체를 달리하며 같은 제목으로 모두 392수의 연작시를 지었는데 노년의 삼연이 도달한



시적 경지를 잘 보여줍니다. 노시인은 「갈역잡영」에서 시적 소재를 비시적인 것까지 확대시킨 것은 물론, 성리학의 심오한 이치, 자연과 인생에 대한 깊은 사유, 사회에 대한 환멸과 불평 등 도저한 생각들을 일체의 꾸밈없이 간결하게 드러내었습니다.

시의 전반부에서 시인은 매우 파격적인 메시지를 던집니다. 오늘날 염치는 삽사리 뱃속에나 있다고 합니다. 염치가 무엇입니까? 염치廉恥란 부끄러움을 살핀다는 말로, 인간과 금수를 구분 짓게 하는 덕목입니다. 그런데 시인은 오늘날엔 그 염치가 사람에게 없고 금수인 삽사리 뱃속에 있다고 합니다. 거칠게 말하자면 오늘날 사람은 개만도 못하다는 것입니다. 그렇다면 시인은 왜 이런 과격한 말을 하는 걸까요?

3구와 4구에 그 이유가 있습니다. 시인은 삽사리를 오랫동안 관찰했던 모양입니다. 그런데 삽사리를 보고 있자니, 밥그릇이 비었을 때도 제 밥그릇만 발로 긁을 뿐이지 음식이 있는 부엌을 향해서는 앉지도 않습니다. 곧, 삽사리는 저한테 주어진 것만 먹을 뿐, 아무리 배가 고파도 제 것 아닌 것에는 욕심을 내지 않는다는 것입니다. 시인은 이런 삽사리의 행태를 대비적으로 그리면서 오늘날 부끄러움을 아는 마음, 즉 염치지심은 사람이 아닌 저 삽사리 뱃속에나 남아 있다고 한 것입니다.

칠순을 바라보는 노시인이 이렇듯 매섭게 일갈하는 이유는 무엇 일까요? 바로 시인은 부조리한 현실을 마주하면서 부조리한 현실이 공명하고 정당한 사회로 변하기를 바라고 있기 때문입니다. 그래서 개와 인간을 대비적으로 둔 채, 제 것 외에는 욕심을 내지 않는 개를 통해, 제 것은 당연하고 남의 것도 내 것이어야 하는 인간의 탐욕을 부각시킨 것입니다. 그리고 거기서 나아가 인간이 탐욕을 버리려면 염치가 있어야 하는데… 하면서 인간이면 마땅히 지녀야 할 염치의 회복을 말한 것입니다.

노시인은 이렇듯 자신이 발 딛고 있는 현실을 있는 그대로 마주합니다. 남 보기 우아하게 꾸미려 하지 않습니다. 오히려 남 보기 불편하지만, 불편한 그대로의 현실을 이야기합니다. 그리고는 잘못되었다면 그 잘못을 바로잡아야함을 간명하게 말하고 있습니다. 바로 이 점이 이 짧은 시가 지닌 깊이이자 힘입니다. 노시인의 카랑카랑한 음성¹⁾이 귓전에 울리는 이 작품은 오늘을 살아가는 우리에게도, 당신이 마주한, 혹은 마주할 부조리 앞에서 공정함을 회복하기 위해서 당당하게 마주하라 권하고 있습니다.

- 한국고전번역원 '고전산책' -

한국고전번역원

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

후계자의 자격

방귀희

사)한국장애예술인협회 대표
 숭실대학교 겸임교수
 <데미지> <숫대평론> 발행인
 저서 : <불교의 복지사상> <배제와 포용>
 <싱싱한 메시지를 팝니다> 등

생의 주기에서 누구나 은퇴기를 맞이하게 된다. 가진 것이 많은 사람일수록 은퇴를 준비하는데 어려움이 크다. 자기 일만 정리하는 것이 아니라 자기가 이룬 모든 것을 물려주어 더 발전시킬 수 있는 후계를 해야 하기 때문에 후계자를 결정하는 것은 매우 중요하지만 우리나라 대기업은 거의 왕위 계승처럼 자식에게 물려주는 것이 일반적이다.

그래서 강철왕 카네기가 후계자를 정한 일화는 우리에게 시사하는 바가 크다. 카네기가 은퇴를 선언하고 후계자 발표를 앞두고 전 세계의 이목이 쏠리고 있었다. 카네기가 후계자로 임명한 사람은 쉬브라는 의외의 인물이었다. 그는 중학교도 나오지 못한데다가 회사에 청소부로 입사한 사람이라서 그가 카네기의 후계자가 될 것이라고는 그 누구도 예상하지 못했다.

심지어 쉬브 자신도 매우 놀랐다. 카네기는 쉬브를 후계자로 지명한 이유로 성실성과 책임감을 들었다. 쉬브는 정원을 청소하라고 하면 항상 그 주변까지 즐겁게 청소를 하는 성실함에 이름을 기억하게 되었고, 나중에 비서로 발탁을 했는데 비서가 된 쉬브는 카네기의 일거수일투족을 기록하여 카네기가 실수한 것을 기억하도록 하였기에 쉬브 덕분에 카네기는 같은 실수를 하



지 않았다고 한다. 실수를 줄여준 쉬브는 카네기 개인은 물론 회사를 발전시키는 원동력이 된 것이다.

우리 사회에서 비서는 온갖 굵은일을 다하며 오너를 위해 잘못을 뒤집어쓰고 희생하는 사람으로 생각하지만 진정한 비서는 오너가 나쁜 길로 가지 않도록 잘못을 일깨워주는 올바른 책임감이 있는 사람이 되어야 한다.

쉬브는 카네기에게 잘 보여서 뭔가를 얻으려고 한 것이 아니라 카네기가 정직한 오너가 되어 회사가 신뢰받을 수 있도록 성실히 자기 책임을 다했던 것으로 카네기의 후계자라는 어마어마한 부와 명예를 얻을 수 있었다. 이렇듯 학벌과 유능함보다는 성실성과 책임감이 인정받는 사회가 되어야 한다.

카네기는 은퇴 후 자선사업에 집중하였다. 자기 개인 재산의 90%를 사회에 환원하였다. 전국에 도서관을 짓고 지금까지 예술인들의 꿈의 무대가 되고 있는 카네기홀을 건립하는 등 문화와 복지에 많은 공헌을 하였다. 카네기의 명성은 사업가로서 성공한 것보다는 후계자를 객관적으로 선정했고 은퇴 후에 카네기재단을 통해 사회를 위해 헌신했기 때문에 더 공고해졌다.

불교의 출가^{出家}는 번뇌에 얽매인 속세의 생활을 버리고, 성자의 생활로 들어가는 것을 말하는데, 인도의 브라흐만교에서는 수행자가 일생을 집에 머물며 공부하는 가거기^{家居期}, 집을 떠나는 출가

기^{出家期}, 수도 생활을 하는 범행기^{梵行期}, 마을로 내려와서 사람들에게 진리를 전하는 유행기^{遊行期}로 나누어 생활하는 것을 이상으로 삼았다. 일반 사람도 은퇴를 하면 출가기부터 범행기를 거쳐 유행기를 보내면 은퇴가 사회로부터 소외되는 것이 아니라 오히려 은퇴 후 현자가 되어 공동체를 잘 이끌어가는 사회의 정신적 지주가 될 수 있을 것이다. 그래서 우리 사회 어른으로 그 정신을 이어받는 후계 구도가 형성되면 우리 사회가 더욱 단단하게 운영될 수 있다.

우리나라 사람들이 가장 소망하는 후계 모습은 대통령의 후계가 평화롭고 아름답게 이루어지는 것이 아닐까 한다. 대통령이 은퇴 후 자유롭게 국민들을 위해 봉사하고 나라의 어른으로 국가에 어려운 일이 생겼을 때 지혜를 모으고 불안해하는 국민을 도닥거리며 함께 이겨내자고 호소한다면 믿고 따르면서 갈등과 분열로부터 벗어나 화합하며 한국인으로서 멋진 성장을 이루어낼 수 있다. 이런 성장 속에서 천년이 지난 후 우리 후손들은 그들을 대한민국 현대사를 빛낸 영웅으로 만나게 될 것이다.

무유정법^{無有定法}, 확실히 정해진 법은 없다

김봉래
불교방송 전법후원국장

“욕심 여의고 보리심^{初心} 낸 초심^{初心} 놓치지 마라”

무유정법^{無有定法}, 확실히 정해진 법이 없다는 이 말을 살면서 더욱 실감하게 된다. 세상을 조금 알 때는 이것은 이것이고 저것은 저것으로 분명하게 나뉘었다. 어릴 때부터 옳고 그름이 분명하다고 가르침을 받고 그렇게 살라 하니 그런 줄 알고 그렇게 살려고 노력했다.

그런데 나이 들면서 점점 선악의 기준이 애매해지는 지점을 수없이 경험하게 된다. 선이 때로 악이 되기도 하고, 반대로 악으로 알던 것이 선이 되기도 하더라. 세상을 알아갈수록 이것과 저것은 극명하게 나뉠 수 없음을 느끼게 된다. 바른 삶이란 어떤 것인가 근본적인 의문이 들게 된다.

우리의 인식은 정보와 가치관이 융합되어 구성된다. 순수한 정보란 것이 있을지도 의문이지만, 있다고 해도 가치관의 차이에 의해 사뭇 다르게 느껴진다. 그렇다면 한 가지 정보라고 알던 것이 전혀 다른 정보, 다른 사실이 되어버리는 셈이다.



만원 지하철을 타면 방송으로 종종 듣게 되는 것이 에어컨을 돌렸으니 양해를 바란다는 말이다. 누군가 덥다고 온도를 낮춰 달라고 한 것이다. 그런데 다른 누군가는 너무 춥게 느껴져 불편하다. 그러니 지하철 안이 더운지 추운지 한마디로 규정할 수 없다. 때로는 에너지가 부족한 나라에서 뜨거운 한여름도 아닌데 왜 이렇게 냉방을 세게 트는지 이해가 안 된다는 불평이 나오기도 한다.

나이가 들수록 육식을 줄이고 채식을 늘리라는 권고를 받는다. 성인병에 걸릴 확률을 낮추기 위해서는 채식 위주로 식생활을 바꿔야한다는 말에 공감하기는 한다. 하지만 육식과 채식의 비중이 어느 정도가 좋은지는 알기 어렵다. 100% 채식이 아니라면 그저 주관적인 느낌이나 생각으로 그 비율을 정할 따름이다.

어느 스님의 돌아가신 어머니께 조문을 가게 되었는데, 절을 몇 번 올라야 하는지가 화제가 되었다. 전통적으로는 돌아가신 분께 2배를 올리지만 그래도 돌아가신 분이 불자이니 불교식으로 3배를 해야 한다는 의견도 있었다. 대중들은 논의 끝에 2배만 하기로 했다. 그런데 상주인 스님이 함께 예를 올리며 3배를 하시니 대중들은 눈치껏 3배를 올렸다. 조문을 마친 뒤 2배를 주장한 측은 스님께서 당신의 어머니라서 특별히 3배를 한 것이라고 해석했다.

2년 넘게 용케도 피해온 코로나19와 함께 하는 인연이 필자에게도 다가왔다. 증상도 별로 없어 장난삼아 자가진단을 해보았고, PCR 검사도 양성이나왔다. 나머지 가족들은 음성이었다. 한 식구는 음성이 나왔지만 한동안 심한 기침이 그치지 않아 공식적으로는 음성이었지만 혹시 코로나가 거쳐 간 것은 아닌가 하는 의문을 남겼다.

‘무소의 뿔처럼 혼자서 가라’는 경전 말씀이 있다. 불교의 핵심 가르침이 상호 의존되어 존재한다는 ‘연기(緣起)’인데 어찌 혼자서 가라고 했을까 하는 의문이 나올 법하다. 그런데 위 말씀은 출가자로서 연기의 깨달음을 추구하는 독각(獨覺)에 한정되는 것이었다고 한다. 재가자가 아닌 ‘출가자’로서 성문이나 보살이 아닌 ‘연각’의 길을 가는 이에게 해당되는 말씀이라는 것이다. 결국 각자 사정에 따라 혼자서 가기도 하고 함께 가기도 하는 것이지 꼭 이래야 한다는 것은 아니다.

우리는 응병여약(應病與藥)으로 병에 따라 처방한 약과 같은 부처님 가르침을 모든 경우로 일반화하는 우를 범하곤 한다. 또 제행무상(諸行無常)으로 모든 게 시시각각 변하는 상황임을 잊은 채 한때 옳다고 여겨지던 것을 영원히 옳을 것처럼 생각하기도 한다. 이래저래 욕심을 여의고 보리심을 낸 초심(初心)을 놓치지 말라는 이야기를 듣게 된다.

문제를 두고 떠나지 말라

법상 스님

부산 대원정사 주지
다음카페 '묵탁소리' 지도법사

부처님께서 꼬삼비에 계시던 어느 날 부처님을 증오하던 왕비 마간디아는 불량배들을 매수하여 부처님이 탁발을 나오실 때마다 뒤를 따라 다니며 온갖 욕설과 비방, 침을 뱉는 등 거친 행동으로 못살게 굴도록 만들었다. 이에 아난다는 부처님께 이 도시를 떠나자고 간청하지만 부처님께서서는 거절하며 말씀하신다.

“욕설을 하는 사람이 있을 때마다 그곳을 떠나는 것은 올바른 방법이 아니다. 문제가 있을 때마다 그곳을 떠나는 것으로는 문제가 해결되지 않는다. 무릇 수행자는 문제와 소란이 있을 때 그것을 거부하거나 떠나지 말고 그 문제와 함께 머물면서 받아들여 최선을 다해 문제가 해결되도록 해야 한다. 그리하여 문제가 해결된 뒤에 길을 가는 것이 합당하다.

마치 싸움터에 나간 코끼리가 사방에서 날아오는 화살을 맞더라도 도망치지 않고 자신의 임무를 잘 수행하듯 여래는 어리석은 자들의 비난과 욕설을 피해 달아나지 않고 묵묵히 참고 인욕하되 다만 자신을 잘 다스림으로써 으뜸가는 성자가 된다.”

부처님의 말씀처럼 문제가 생겼을 때 문제를 피해 달아나는



것은 자신에게 주어진 삶의 과제요 업장을 거부하는 것일 뿐이다. 삶의 진보와 깨달음은 주어진 삶의 문제를 통해 온다. 그 문제야말로 지금 여기에서 내가 받아들여 풀어야 할 절호의 때가 왔음을 알려주는 신호다.

그것은 사실 문제가 아니라 그것을 통해 성장할 수 있는 기회이며 업장을 소멸시킬 수 있는 절호의 찬스이기도 같다. 문제가 생겼다면 문제에 대한 부처님의 방식을 따르라. 그 문제를 거부하지 말고 허용하라. 받아들인다는 것은 그 문제를 끌어안고 싸운다는 뜻이 아니라 그 문제가 일어난 것에 대해 인정하고 허용하겠다는 뜻이다. 끌어당기거나 밀쳐내지 않고, 좋아하거나 싫어하지 않고 내버려 둔 채 지켜보겠다는 의미다.

참된 인욕이란 그 문제가 너무 싫고 벗어나고 싶지만 억지로 참고 견뎌 보겠다는 뜻이 아니라, 그 문제가 사실은 내가 생각하는 것처럼 그리 큰 문제는 아니었음을 깨달아 그 문제를 문제 삼지 않고 그냥 내버려 둔 채 싫거나 좋다는 에너지를 투여하지

않고 말 그대로 그냥 내버려 두는 것을 의미한다. 모든 문제는 자신이 좋은 쪽이든 나쁜 쪽이든 그 문제에 에너지를 쏟아 부어 실제적인 힘을 부여했을 때부터 문제가 되는 것이다. 즉 내가 문제로 삼지 않으면 그것은 문제가 될 수 없다.

그렇기에 문제를 문제 삼는 마음이 클수록 우리는 그 문제에 휘둘리게 된다. 받아들이고 허용한다는 말은 그 문제를 더 이상 문제 삼지 않고 그냥 내버려 둔 채 무심하게 지켜보겠다는 것이다. 그럼으로써 어떻게 와서 어떻게 머물다가 어떻게 흘러가는지를 다만 볼 뿐이다. 와서 머물고 가는 동안 우리가 거기에 과도하게 대응함으로써 힘을 실어주지 않는다면 그것은 아주 빨리 소멸하고 만다. 그러나 그 문제와 맞붙어 싸우거나 도망치려고 애쓰게 되면 그 에너지를 먹고 그 문제는 더욱 커지게 된다. 바로 모든 문제는 그런 상황을 기다리고 있다. 우리가 문제를 문제 삼기를 너무나도 기다리는 것이다. 그래야 실제 없던 문제가 실제적인 에너지를 가진 채 생명력을 부여받아 우리를 흔들 어놓거나 조종할 수 있게 되기 때문이다.

업장이라는 것도 이와 같이 움직인다. 깨달은 이는 업장이 올라오더라도 그것을 무분별로, 즉 중립적으로 지켜볼 뿐 거기에 대응하지 않는다. 싫어하지도 좋아하지도 않은 채, 싸워 이기려거나 도망치려고도 하지 않은 채, 그 모든 업장이 일어나도록 무심히 허용하고 내버려 둔 채 다만 바라보고 있을 뿐이다.

그러니 업장이 올라와 잠시 나를 괴롭힐지라도 더 이상 양분을 받지 못하니 얼마 안 가 소리 소문 없이 스르륵 사라지는 것이다. 업장과 문제들이 좋아하는 양분을 주지만 말라. 업장이 올라오고 문제가 때때로 우리 삶에서 터져 나오는 것은 아주 좋은 기회다. 다만 그것을 좋아함으로써 붙잡아 집착하려 하거나 싫어함으로써 밀쳐내고 거부하며 도망치려 하는 두 극단적인 분별만 일으키지 않은 채 그 모든 것이 일어나도록 허용하고, 있고 싶은 만큼 충분히 있다가 가고 싶을 때 떠날 수 있도록 배려해 주라.

『수심결』에서는 좋아하거나 싫어하지만 않으면 통연명백해진다고 했다. 모든 문제가 일어날 때 일어나도록 허용하되 분별 없이 지켜볼 때 모든 문제는 머지않아 해결된다. 다만 왔다가 머물고 가기까지의 그 시간이 다소 견디기 힘들고 괴로울 수 있겠지만, 우리가 이 세상에 온 삶의 목적이 바로 그것을 견디고 이해하며 그로 인해 업장을 소멸하고 그 속에서 깨닫기 위함이라는 것을 생각해보면 그 또한 아름다운 진리다운 길이 아닐까.

부처님께서 이 세상을 고해바다요, 참고 견디며 인욕하는 세계라고 하신 이유도 여기에 있다. 그러나 그 인욕 뒤엔 무한한 보배와 깨달음, 행복과 평안이 깃들어 있다.

-‘법상스님의 묵묵소리’ 블로그-

카일라스의 순례

김규현

'한국티베트문화연구소' 소장

안쪽의 산돌이

순례의 시발점 다르첸 마을로 돌아와 편안한 침대를 본 순간 탈진했던 몸에 잠이, 마치 죽음 같은 잠이 밀려 들어왔다. 냉열이 교차되는 땀의 범벅 속으로 염라대왕의 사자가 나를 부르러 왔다. 염라대왕전으로 속절없이 붙잡혀 가서 심판대에 섰다.

필마라의 업경대(業鏡臺)에 비쳤던 이승에서의 내 카르마(業, Karma)에 대한 추상같은 검사의 논고가 이어졌다. 그 곳에는 변호인이 없었기에 오직 자신만이 자신을 변호해야만 하였다. 그 일은 그런 것이 아니고 이런 것이었고, 어찌고저찌고 하면서 관중 없는 법정에서 열심히 손발을 저으며 메아리 없는 공허한 변론만 되풀이하고 있었다. 그 때 암흑 속에서 때맞추어 초록색 빛이 새어 들어오고 있었다. 그 환한 빛 속에서 스승, 밀라레빠가 서 있었다. 그가 나를 위해 속 시원하게 변론을 해주었다.

현대 심리학의 거장 칼 융(1875~1961)은 <지옥도>에 대하여 이렇게 명쾌하게 해석을 내리고 있다.

중음계에서 체험하는 존재의 근원이란 그 '바르도

체'(Bardo-사후상태에서 사자의 의식체를 에워싸고 있는 일종의 유체[幽])의 마지막 장에서 가르치듯이 마음의 근원을 말한다. 마음속에 담긴 사념과 환상들이 실제 모습을 가지고 나타나며 카르마에 의해 생겨난 무서운 꿈이 무의식 속의 우성인자들에게 지배를 받아 마음껏 놀이를 펼친다.

우리가 만일 경전을 뒤에서부터 읽는다면 맨 처음 나타나는 것은 공포의 대명사인, 모든 것을 파괴하는 죽음의 대왕이다. 그는 수십 명의 신장과 피를 마시는 여신들을 거느리고 있다. 온갖 무서운 모습으로 뒤범벅된 악마적인 속성의 신장과 여신들을 거느린 모습에도 그것들 사이에는 어떤 질서가 엿보인다. 그 신들은 4방향에 정열하고 각 방향마다 다른 색채들로 구분된다.

신비한 4가지 색채와 만다라로 나타나는 이 질서 속에서 만일 사자가 높은 차원의 통찰력을 가지고 있다면 그는 이 모든 마음의 형상들이 사실은 자기 자신으로부터 나온다는 것을 알고 그의 앞에 나타나는 지혜의 4가지 빛이 사실은 자신의 정신에서 나오는 빛임을 알게 된다.

그래, 그럴 것이다. 지옥도란 “스크린에 비친 한 편의 활동사진”에 불과한 것일 터이다. 무한대의 공간에서 혼자 상영하고 혼자 관객이 되어 보는 ‘지옥도’라는 제목의 영화 한 편인

것이다.

역시 지혜의 검은 강하다. 최고의 학식을 가진 사람이 몇 번 씩 읽어도 이해 못할 난해한 대승경전의 냉쿨을 지혜로운 금강의 검은색으로 짙게 자르니, 하늘은 역시 푸르고 흰 구름은 눈부시다. 햇빛은 오늘따라 찬란하였다. 티베트 특유의 잉크 빛 하늘도 여전하였다. 누적된 몸살기로 인한 발한 때문이었는지 아니면 그 땀과 함께 빠져 나온 내 영혼의 카르마 때문인지 아니면 한 번의 꼬라로 인한 업의 정화 때문이었는지는 몰라도, 몸과 마음이 함께 가벼웠다. 무언가 일기일회^{一期一回}의 큰일을 마친 기분이었다.

부상으로 뒤쳐진 일행은 아직 돌아오지 않았지만 마냥 기다릴 수만은 없는 노릇이라, 하루거리의 또 다른 순례, 즉 안쪽 길을 떠나기로 하였다. 카일라스의 꼬라는 바깥쪽으로 도는 순례로와 안으로 도는 꼬라로 구분되는데 안쪽 순례는 바깥 코스를 13번 행한 사람에게만 원래 자격이 주어진다고 한다. 그 이유는 간단하다. 안쪽 순례 자체가 힘이 든다는 것보다는 깨끗한 몸과 마음을 가져야만 신에게 좀 더 가깝게 다가갈 수 있다는 원리이다.

카일라스의 낭꼬라는 그 만큼 산의 꽃잎을 넘어 산의 화심^{花芯}의 뿌리까지 접근할 수 있는 코스이다. 물론 해동의 순례자는



자격이 없지만, 이번 생에는 다시 이곳을 찾을 수 없을 것 같은 조급함과 신의 어떤 별이라도 달게 받을 간절함이 겹쳐 안쪽 순례를 감행하기로 하였다.

다르첸마을에서 정북으로 뚫려 있는 가파른 길을 지그재그로 한참을 오르니 그곳에는 넓은 계곡을 가로질러 수십 줄의 기원의 오색 깃발이 펄럭이고 있었다. 여기는 신성한 산의 입구이니 속인은 출입금지라는 일종의 금줄^{禁絲}인 셈이다. 발밑에는 천 길 낭떠러지가 지옥의 입구처럼 입을 벌리고 있고 머리 위에는 따르축이 펄럭이고 있어서 그렇지 않아도 자격지심이 있는 나그네의 발길을 더욱 조심스럽게 만들고 있었다. 길

모퉁이 마다에는 많은 나그네들이 오랜 세월 쌓아온 돌무더기 탑이 서 있었는데, 거기에도 신목^{神木}이 곱혀져 있어 역시 깃발들이 세차게 펄럭이고 있었다.

그렇게 한참을 오르니 별안간 시야가 넓어지면서 빙하가 길을 가로막는다. 그 빙하지대를 우회하면서 빠져 나오니 멀리 금빛 지붕이 보이기 시작한다. 수미산의 중심사원인 장타곤빠였다.

이미 고도 상으로는 5천 미터를 넘고 있었으므로 한 발 자국 떼어 놓는 것이 쉽지는 않았지만 수시로 변하는 주위 풍경은 육체적 고통을 잊게 해주기에 충분하였다. 특히 길 양편으로 는, 자격 없는 순례자를 감시하듯이 산짐승들이 도열하여 서 있었는데, 그 자세가 자못 당당하였다. 야생동물을 이렇게 가까이에서 보는 일은 흔치 않은 일이기에, 그런 풍경들은 차라리 경이롭게 느껴졌다. 한 떼의 사슴무리만이 비교적 거리를 유지하고 있었고 나머지는 거의 마음만 먹으면 잡을 수도 있는 거리 안에 있었다. 크고 작은 토끼, 담비, 들다람쥐, 들쥐, 설돈 등과 수백 마리의 새들이 도망가지도, 날아오르지도 않은 채 자유롭게 놀고 있었는데, 그것은 주위 풍경, 이곳이 식물한계선을 넘은 곳임에도 불구하고 푸른 초원이 펼쳐 있고 기화요초가 흐드러지게 피어 있음과 어울려 한 폭의 낙원도^{樂園}를 그려내고 있었다. 인류의 조상의 원죄로 인하여 잃어버렸

다던 태초의 낙원이 이런 곳이었을까?

성스러운 산의 배꼽에 위치한 장타사원은 티베트불교 까귀파에 속한 곤빠여서 법당 안의 배치도는 특기할 만한 것이 없지만 거기에서 내려다보는 경치는 과연 천하제일경이었다. 발아래 해와 달을 상징하는 신비의 호수가 거울처럼 반짝이고 있었으며 그 너머에는 히말라야가 거대한 백룡이 기어가고 있는 것처럼 내려다 보였다.

해를 가늠해보니 절경에만 취해 있을 수 없는 노릇이라 걸음을 재촉하여 왼쪽 능선을 한참이나 타고 올랐지만 뺨히 보이는 고갯마루가 좀처럼 다가오지 않는다. 이미 고도계가 5,400m를 넘고 있기 때문이었다. 턱에 차는 숨을 추슬러가며 겨우 성산의 왼쪽어깨에 해당되는 지점까지 땅만 보고 걷다 보니 마루턱이 나타난다. 지도상으로는 낭꼬라를 하기 위해서는 고개를 넘어 건너편의 계곡으로 내려가서는 세룽사원을 경유하여 다시 계곡을 거슬러 올라가야 하였지만 시간상, 건강상 아니 무엇보다도 심리상 무리를 할 수가 없었다. 그렇다고 그냥 내려갈 수는 없는 노릇이라, 대신 능선을 더 타고 올라가면 정상이 보인다는 전망대가 있다는 지도를 믿어보고, 그 길을 택하기로 하였다. 다시 한참을 호흡을 조절하면서 천천히 올라가니 마침내 절벽이 나타난다. 이제는 고개를 들어 ‘그’를

보아야만 한다. 몇 번의 심호흡 끝에 하나, 둘, 셋을 세며 고개를 들었다.

아! 아니, 옴(Aum)! 이었다. 그것은 신성^{神性}, 그 자체였다. 거기 신이 현현해 있었다. 쉬바신이 서 있었다. 인드라신이, 브라흐만신이 서 있었다. 거기 대범천왕의, 제석천왕의 궁전이 빛나고 있었다. 거기 대일여래^{大日如來}, 비로자나붓다도 가부좌를 틀고 권인^{拳印}을 짓고 앉아 있었다. 그리고 환인^{桓因} 할아버지도 웃고 계셨다.

거기에 푸른 하늘로부터 내려온, 천계^{天界}에 이르는 33단 짜리 하늘사다리^{天階}가 걸쳐져 있었다.

이번 순례기의 다른 곳보다도 더 강조하고 싶었고, 그래서 특별히 힘이 더 들었던, 이 카일라스 편을 끝내며 필자의 개인적인 신상발언을 사족으로 붙이고자 한다.

필자는 이미 앞의 ‘우주의 중심, 수미산편’에서, 마치 카일라스 남면 사진에서 보듯이 하늘계단같이 보이는 것이 ‘수미산 설’에서 제석천왕을 비롯한 33천왕의 궁전으로 상징화 되었을 가능성에 대하여, 가설을 제기한 바 있음을 상기하시면 가끔 이 과장된 어조가 이해가 되시리라 믿는다. 카일라스의 남면, 즉 정면사진을 보면 알 수 있듯이 남면 쪽에는 마치 계단

이나 사다리 같이 보이는 부분이 선명하게 나타나고 있는데 이를 두고 불교에서는 수미산의 ‘33천궁’이라 부르고 뽀빠교에서는 교조 센랍 미우체가 하늘에서 강림할 때 그곳으로 걸어 내려온 ‘하늘계단’이라고 전하고 있다. 그리고 ‘사다리’라는 말의 어원이 알타이문화에서 기인한다는 설도 흥미롭다 하겠다.

어찌 보면 별거벗은 쉬바신의 상징인 ‘링가’, 즉 남근^{男根} 같기도 하고 천신의 왕관 같기도, 또 어찌 보면 자연적 파라미드 같기도 한 사면체의 정면에, 마치 수많은 계단 같이 보이는 이 부분들은 물론 언어로서 풀어야 할 대상은 아니다. 수천 년 전의 사람들처럼 영혼으로 또는 가슴으로 느껴야 할 화두이겠지만 필자부터도 이를 알팍한 분별력으로 해석하려고 하는 잘못을 저지르는 것은 한마디로 고사성어의 식자우환이라 하겠다.

한 가지 더 한스러운 것이 있다면, 문자나 언어를 총동원해도 저 장엄한 ‘신들의 세계’를 제대로 전달할 수 없다는, 필력의 한계를 통감한다는 데 있다. 그래도 용감하게 이 글을 쓰는 이유가 있다면 속세의 인연이 닿아, 남들 보다 먼저 그리고 많이, 이 땅과 여기에 사는 선량한 사람들과 그리고 이 성스러운 산을 사랑한 죄라고 밖에 달리 변명할 말이 없다.

이번호로 <카일라스의 순례>의 연재를 종료합니다.

부정적 편향 (negativity bias)과 명상

신진옥 법사
철학박사
동국대학교 불교대학원 겸임교수
(재)대한불교진흥원 사무국장

우리 인류의 뇌는 살아남기 위해 생명과 직결된 부정적 정보에 초점이 맞추어지도록 진화되었다. 그 이유는 즐거운 경험을 놓쳐도 내일이면 또 한 번의 기회가 찾아오지만, 부정적인 것을 발견하지 못하면 오늘 죽기 때문에 내일의 또 다른 기회가 찾아오지 않기 때문이다. 당근을 얻는 기회는 자주 놓치는 한이 있어도 무슨 수를 써서든지 채찍은 일단 피하고 봐야 하는 강박 관념이 생겼고, 이 과정에서 강력한 ‘부정적 편향’이 우리의 뇌에 내장되게 되었다. 어쨌거나 우리가 겪는 괴로움 중 상당 부분은 자연이 수백만 년에 걸쳐 진화하는 동안 우리 안에 새겨 넣은 본능 때문에 생기는 부작용이다. 이는 부정적인 경험이 긍정적인 경험보다 생존에는 더 큰 영향을 미치기 때문에 자연의 입장에서 보면 생존이 행복보다 훨씬 더 중요한 거니 어쩔 수 없는 일이다.

『붓다 브레인』의 저자며 신경생리학자인 릭 헨슨(Rick Hanson) 교수는 뇌가 ‘부정적인 경험에는 벨크로(Velcro)를 긍정적인 경험에는 테프론(Teflon)을 가지고 있다’라고 묘사했다. 실제 우리의 경험은 대개는 중립적이거나 긍정적임에도



불구하고, 우리의 뇌는 부정적인 경험에 대해서는 찌찌이 테이프처럼 찰싹 잘 달라붙고, 긍정적인 경험에 대해서는 바다 이 테플론 처리된 프라이팬처럼 미끄러져 잘 달라붙지 않는다는 소리다.

또 다른 신경과학자의 연구에 의하면 우리의 뇌는 위협을 알아차리는 데 10분의 1초도 걸리지 않지만, 즐거운 것을 알아차리는 데는 그보다 몇 배의 시간이 걸린다고 한다. 더욱 문제가 되는 것은, 위협이 거의 즉각적으로 반사작용을 일으키고, 또 곧장 기억으로 올라간다는 사실이다. 그곳에서는 수많은 기억이 즉각적으로 머릿속에 떠오를 수 있도록 일촉즉발의 자세로 대기 중이다. 반면 긍정적인 경험이 스며드는 데는 훨씬 오랜 시간이 걸린다. 또 뇌의 활성을 영상으로 촬영해 보면 부정적 경험은 강력한 활성을 만들어내는 반면, 즐거운 경험은 같은 강도임에도 훨씬 적은 활성을 만들어내는 것을 볼 수 있다고 한다.

긴 진화의 역사 속에서 살아남아 우리에게 유전자를 물려준 개체들은 부정적 경험에 대한 엄청난 주의를 유전자에 심어 놓았다. 비록 부정적인 경험을 잊었다 하더라도 여전히 뇌에는 지워지지 않는 자국이 남는다. 부정적 경향은 여타 불쾌한 감정들, 즉 분노, 슬픔, 우울, 죄책감, 수치심 등을 더욱 강화시킨다. 지나간 상실과 실패를 강조하고, 현재의 가능성을 폄하하며, 미래의 장애를 과장한다. 그 결과 우리의 마음은 계속

해서 사람의 성격, 행동, 가능성에 대해 부당한 평가를 내리는 경향을 가지게 된 것이다.

최근 연구에 의하면 마음 챙김 명상을 통해 부정 편향된 뇌의 네트워크를 부드럽게 달래 주고, 진정시키면 인생의 즐거움을 알아차리고 감사하는 뇌 회로가 강화되는 것으로 나타나고 있다고 한다. 부정 편향되었던 뇌가 균형을 되찾으면 사물을 더욱 분명하게 바라보고, 더 효율적으로 행동하며, 정신이 산만해지거나 난처한 처지에 빠지는 일도 줄어든다. 그리고 마음이 열리면서 아주 어렸을 적에 경험했던 평온해지는 느낌을 만들어 줄 수 있다. 평온하고 고요함의 느낌이 쌓이다 보면 통증과 괴로움이 훨씬 더 줄어들면서 불안, 스트레스, 불행, 탈진 등의 느낌은 해소된다. 이러한 것이 가능한 것은 우리의 뇌는 끊임없이 적응하며 자신의 구조를 변화시키는 풍부한 가소성을 가지고 있기 때문이다.

이처럼 뇌의 풍부한 가소성 덕분에 마음 챙김 명상으로 우리 뇌를 더 좋은 방향으로 변화시킬 수 있는 것이다. 이런 이유로 마음 챙김을 뇌수술에 비유하기도 한다. 우리는 물려받은 뇌 안에 그대로 갇혀 있지 않고 얼마든지 이렇게 변할 수 있다. 일상에서의 마음 챙김을 통해 예전에는 유용했지만, 지금은 우리에게 과도하게 괴로움을 주는 부정편향에서 균형을 되찾아 조금 더 행복하게 살 수 있기를 기대해 본다.

은혜를 배반한 사람

불교총지종 법장원

부처님께서 비구들에게 말씀하셨다.

“옛날 바라나시에 대제석군(大帝釋軍)이라는 왕과 월광(月光)이라는 부인이 있었는데, 부인의 꿈은 항상 현실생활과 일치했다. 한편, 그 나라에는 일찍부터 금빛 사슴왕이 한 마리 살고 있었다.

그런데 어느 날 원수진 두 사람이 강가에서 만났다. 그 중 힘센 사람이 상대방을 강물 속에 던져버렸다. 그는 물에 떠내려가면서 구원을 청했다. 마침 금빛 사슴왕이 강가에 나와 물을 마시다가 사람이 외치는 소리를 들었다. 그리하여 물속에 들어가 그를 태우고 헤엄쳐 나왔다. 구원을 받은 사람은 꿇어앉아 합장하고 사슴왕에게 말했다.

“나는 당신 덕분에 다시 살아났습니다. 나는 당신의 종이 되어 당신 은혜를 갚겠습니다.”

“내게는 종이 필요 없습니다. 다만 한 가지 부탁이 있으니 나를 보았다고 아무에게도 말하지 말아 주십시오. 그렇게 하는 것이 내 은혜를 갚는 길입니다.”

그래서 그는 사슴왕의 거처를 아무에게도 말하지 않기로 맹세하고 떠났다.



어느 날 밤 월광부인은 꿈에 금빛 사슴왕을 보았는데 왕에게 그것을 구해달라고 간청하였다. 왕도 그의 꿈이 맞는 것을 알기 때문에 금빛 사슴이 있는 곳을 알려주는 사람에게는 상으로 오백의 촌락을 주리라는 영을 온 나라에 내렸다. 그때 물에 빠졌던 사람은 이 말을 듣고 생각하였다.

‘나는 지금 가난하다. 왕에게 사슴 있는 곳을 알려 상을 탈까? 아니면 그 은혜를 갚기 위해 잠자코 있어야 할까?’

부처님께서 비구들에게 말씀하셨다.

“세상 사람들은 대개 오욕락에 얽혀 있으므로 한번 그 욕심에 빠지게 되면 어떤 나쁜 일이라도 자행하고 만다. 그러므로 물

에 빠졌던 사람은 상금과 은혜를 갚는 일에 갈등하고 있었다.

그는 끝내 욕심에 끌려 은혜를 버리고 왕에게 가서 금빛 사슴이 있는 곳을 알렸다. 왕은 곧 군사를 데리고 금빛 사슴이 있는 곳으로 가서 산을 포위하였다. 그곳에는 천여 마리의 다른 사슴도 살고 있었는데 사슴들은 모두 놀라 흩어져 달아났다.

금빛 사슴왕은 생각하였다.

‘지금 내가 달아나면 군사들은 나를 찾기 위하여 저 많은 사슴들을 다 잡을 것이다. 차라리 내가 죽고 그들을 살리자.’

그리하여 금빛 사슴왕은 왕에게 나아갔다. 이것을 본 물에 빠졌던 사람은 손을 들어 금빛 사슴이 저기 있다고 왕에게 알렸다.”

부처님께서 비구들에게 말씀하셨다.

“중생이 만약 극단의 악업을 지을 때에는 그 과보는 미래를 기다리지 않고 현재에 나타나는 법이다. 그는 은혜를 저버리고 악업을 지었기 때문에 그 사슴을 가리키는 순간 두 팔이 땅에 떨어지고 말았다.

왕이 그것을 보고 까닭을 물었을 때 사슴은 다음과 같은 시로 대답하였다.

‘남의 집 담을 넘어 물건 훔치는
그것을 도둑이라 모두 이르네.
그러나 은혜 입고도 갚지 않는 자

그것이 이 세상에 큰 도둑이다.’

그리고 그는 그 동안의 사정을 왕에게 자세히 이야기했다. 왕은 이 말을 듣고 다음 계송으로 그를 꾸짖었다.

‘은혜를 갚지 않고 다시 해치는
이 무정한 사람아, 어찌하여
대지는 갈라져서 너와 같은 이를
삼켜버리지 않는가.
너의 혀는 어찌서 백 조각으로
끊어지지 않고서 그대로 있나.
어찌서 금강신은 네 머리를
철퇴로 치지 않고 내버려 두는가.
저 모든 귀신들은 어찌서 너를
당장에 잡아가지 않는가.
그처럼 큰 죄악을 지은 너에게
과보는 왜 이처럼 적은 것일까.’

왕은 그 사슴이 큰 보살임을 알고 온 나라에 명을 내려서 사슴을 잡지 못하게 하였다.”

(근본설일체유부비나야파승사, 根本說一切有部毘奈耶破僧事)

-『불교총전』(불교총지종 법장원) 발췌

좋은 녹차 고르기

김정애
다도전문가
정각사 교도



좋은 녹차를 고르기 위해서는 녹차의 색, 향, 미의 3기^{三奇}가 온전한 차여야 하며 여기에 기^氣를 더해 4기^{四奇}가 두루 갖추어진다면 더할 나위 없을 것입니다. 먼저 좋은 차란, 차를 생산하는 이가 차의 품종과 산지를 잘 선택해 잘 기르고 따서 만들어야 하겠지만 우리는 이 모든 과정을 직접 할 수 없기에 좋은 녹차를 고름으로써 해결해야 할 것입니다.

1. 차 생산지를 꼼꼼하게 체크

녹차 생산지는 온난다습하고 서늘한 기운이 감도는 산골짜기 이면서 빛이 잘 들며 배수가 잘 되는 약산성성의 토질에서 좋다고 합니다. 또한 일교차가 크고 계곡이나 호수 또는 바다를 끼고 안개와 이슬이 많아 일조량이 적어야 한다고 합니다.

우리나라에서 3대 녹차 생산지로 하동, 보성, 제주를 꼽을 수 있는 것도 이 모든 것이 잘 맞아들었기 때문입니다. 보통 5, 7, 8월 세 차례에 걸쳐 잎을 따며 봄의 마지막 절기 곡우 전후에 수확하는 첫 잎으로 만든 차(우전)를 가장 좋은 차로 손꼽히고 있습니다.

2. 좋은 찻잎 고르기

녹차를 고를 때는 촉감이 단단하고 크기가 일정 하며 짙은 녹색을 띠수록 좋습니다. 덫음차는 찻잎의 겉과 속까지 불길기 고루 미쳐 안과 밖이 잘 익고 설익거나 타지 않아야 합니다. 차

를 구입 후 첫 향은 상큼하고 환해지는 맑은 향으로 진향(眞香)이 나야 하고 덫음차를 우려내기 전에 씹어보면 매끄럽고 부드러운 단맛이 나야 합니다.

또한 덫을 때 비비기가 제대로 되어 가루가 없고 차를 우려낸 후에도 찻잎 또한 튼실하고 윤기가 흘러야 합니다.

3. 녹차 잘 다루기

차를 잘 우려 마시고 보관도 잘해줘야 합니다. 먼저 녹차는 깨끗한 물을 사용해 끓여주고 물이 충분히 끓기 시작할 때까지 가열해줍니다. 끓인 물은 잠시 식혀 70℃ 정도가 되었을 때가 가장 좋으며 차의 종류에 따라 우전과 세작은 70℃ 정도, 중작은 80℃ 정도가 좋다고 합니다. 녹차의 경우 첫 번째 우리는 시간은 2분 정도, 두 번째는 우리는 시간은 2분 30초 정도, 세 번째는 3분 정도입니다. 시간이 길어지면 탄닌 성분이 녹아 맛이 떼어지고 쓴맛이 강해지기 때문입니다.

그리고 구입한 녹차는 건조하게 보관해주고 보통 1~2년 보관이 가능하나 해를 넘기는 것은 바람직하지 않다고 합니다. 만약 2년 이상 지난 제품을 먹게 된다면 깨끗한 술에서 약한 불 기운을 습기를 제거하고 마시기를 권장합니다.

4. 마음가짐

앞의 3가지가 다 갖추어졌어도 스스로 터득해야만 하는 바른 마음을 가지고 있어야 합니다. 같은 조건이 주어지더라도 차를 우리는 마음가짐, 숙련도, 감각에 따라 언제든지 좋은 차가 될 수도 그렇지 않을 수도 있다고 합니다.

[참고문헌] 국가중요농업유산 차

기도의 의미

범일 정사
정각사 주교



어떤 사람이 부처님을 찾아와 질문을 한다.

“부처님, 신에게 기도하면 모든 것이 이루어진다고 합니다. ‘악행을 행하여도 기도를 하면 그 죄를 멸하여주고 천상에 태어날 수 있다’고 합니다. 참말일까요?”

부처님께서 질문한 사람에게 답 대신 질문을 하나 하신다.

“여기 깊은 연못에 돌을 던져놓고 물가에 서서 ‘돌아 떠올라라’하고 열심히 기도한다면 그 돌이 떠오르겠느냐?”

“아닙니다. 그 돌은 떠오를 리가 없습니다.”

“그럼. 어떻게 하여야 되겠느냐?”

“물에 빠진 돌은 물에 들어가서 건져내는 것이 옳은 방법이나 그 돌을 처음부터 물에 집어넣지 않는 것이 더욱 현명한 일입니다.”

부처님이 말씀하신다.

“그렇다. 모든 행위는 결과가 따르기 마련이다. 잘못된 기도로 위안을 받기보다 잘못을 저지르지 않는 것이 더 현명한 일이다.”

“바로 그렇다. 바라문이며, 돌아 떠올라라, 돌아 떠올라라. 아무리 기도하여도 돌의 무거운 속성 때문에 가라앉아 떠오를 수 없다. 만약 사람이 이 세상에 살면서 나쁜 일을 했다면 나쁜 과보로 지옥의 불구덩이에 떨어질 것이며 만약 착한 선업을 쌓았다면 천당에 태어날 것이다.

바라문이며, 어떤 종교를 믿는 것이 중요한 것이 아니라 바르게 생각하고 바르게 살아가는 것이 중요한 것이다.”

염주^{念珠}의功德

위드다르마 편집실

염주는 인도에서 비롯된 것으로 염불이나 염송을 할 때 사용하는 법구^{法具}이다. 불보살께 예배할 때나 염송, 염불을 할 때 그 횟수를 세는 데에 사용한다. 총지종 진언행자들은 법회시간이나 개인 염송 시에 염주를 굴리면서 진언염송을 한다.

염주는 인간과 자연이 조화를 이루고 합일시킨다는 것이 본래의 의미라고 한다. 즉 여러 개의 낱알이 한 줄에 꿰어져 만들어진 염주는 비록 알은 하나하나씩 따로 떨어져 있으나 다른 것과 연관되어 있는 것처럼 인간과 자연이 따로 존재해 있는 것 같지만 인연으로 서로 얹혀 함께 더불어 존재하고 있다는 의미를 담고 있다. 이것이 불교 속으로 들어오면서 중요한 수행법구^{修行法具}로 쓰였다.

염주는 부처님 당시에 처음 생겼는데 『목환자경^{木檀子經}』에 보면, 난다국의 비유리왕이 신하를 보내어 부처님께 여쭙어 보게 하자 이에 부처님께서 답하셨다는 내용에서 그 기원을 두고 있다.

“석존이시여! 지금 우리나라에는 사방에 도둑이 날뛰고 질병까지 번져서 백성의 생활이 곤란합니다. 그리하여 우리 대왕께서는



밤낮으로 불안하여 오로지 석존께서 자비를 베푸시고 불쌍히 여기사어 이 괴로움과 환난을 벗어나는 좋은 방법을 가르쳐 주시기를 바라고 있을 뿐입니다.”라고 하자 부처님께서 “대왕이 만일 번뇌장^障과 보장^{報障}을 없애고자 한다면 목환자경^{木檀子經} 108개를 꿰어 항상 가지고 다니면서 행주좌와^{行走坐臥} 늘 아미타불의 이름을 염하시오. 10번·100번·1만 번·20만 번이 차면 득생^{得生}하고 1백만 번이 넘으면 108결업^{結業}을 끊을 수 있고 열반에 들게 됩니다”라고 말씀하셨다.

여기에 기원하여 108염주가 생겨났고, 108번뇌를 떨하고 일체 성취를 발원하는 수행의 법구^{法具}가 되었다.

염주^{念珠}는 여러 가지 재료로 만들어지는데, 대개 보리수 열매로 만들기도 하고 지역에 따라 독특한 나무나 그 밖의 재료를 사용하기도 한다. 보리수 열매는 부처님의 깨달음을 상징한다.



『교량수주공덕경(校量數珠功德經)』에서 문수보살이 말씀하시기를, “염주의 재료로 다른 어떤 구슬보다도 보리수 열매를 쓰는 것이 가장 좋다. 이 염주로 염불을 하면 그 공덕은 헤아릴 수 없으며 지니기만 하여도 큰 뜻이 있다”고 하였다. 그래서 108염주를 목에 걸거나 손목에 차고 다니기도 하는 것이다.

염주는 보통 108개로 만들어지는데, 그 이유는 백팔번뇌를 의

미하는 것으로 염주 한 알씩을 손가락으로 넘기며 번뇌 하나씩 소멸시킨다는 생각에서 나온 것이라 한다.

108염주 외에 54과·27과 염주가 있다. 54과 염주는 보살 수행의 계위(階位)인 4선근(善根)·10신(身)·10주(住)·10행(行)·10회향(廻向)·10지(地)를 나타낸 것이며, 또 그 절반인 27개로 된 염주는 소승(小乘)의 27현성(賢聖)을 표시한 것이라 한다. 이 밖에 1000염주, 1080염주, 3000염주도 있다.

총지종에서는 진언염송할 때 108염주를 사용하며, 염송 횟수를 세는 수주(數珠)를 사용하고 있다. 평상시 손에 쥐고 다니며 항송(恒誦)할 때 쓰는 염주로는 54과 염주와 27과 염주가 있다.

총지종의 108염주에는 곳곳에 간주(間珠)가 들어 있는데, 세 번째, 일곱 번째, 스물한 번째 염주에 작은 간주가 들어가 있다. 간주를 둔 이유는 염송의 궤법의 횟수를 구분하기 위함이다. 즉, 3·7의 궤법, 7·21의 궤법, 21·108의 궤법 등과 같이 진언염송의 횟수를 구분하기 위하여 간주를 넣은 것이다. 이 간주를 3, 7, 21로 정한 것은 성취와 행운을 나타내는 길상수(吉祥數)로서 불교에서는 아주 중요시하는 법수(法數)이기 때문이다. 그래서 염주의 3주(珠), 7주(珠), 21주(珠)에 맞추어 진언을 3편, 7편, 21편씩 염송하고 있다.

108염주 중앙에는 모주(母珠)가 있다. 모주는 염송의 시작과 끝을

알리는 표식이다. 이 모주 속에는 불상이 모셔져 있으므로 염송할 때는 절대 이 모주를 넘어가서는 안 된다.

『일자정륜의 一子頂輪』에서 설하기를, “만약 람^람자 진언을 사용하여 7편을 염주로 세면서 염송을 하면 가지력이 있는데, 염송할 때에는 1편이나 1000편을 염송하거나 정해놓은 수만큼 염주를 돌리면서 모주에 이르러서 절대 모주를 넘어가서는 안 된다”고 하였다. 왜 그런가를 설명하고 있지는 않지만, 모주는 곧 부처님이므로 불경스럽게 이를 넘어가서는 안 된다는 뜻이라고 여겨진다.

염송을 할 때는 횡수를 정해 놓고 하는 경우도 있고, 횡수를 정하지 않고 시간을 정하여 염송하는 경우가 있는데, 전자를 유수지송^{有數持誦}, 후자를 무수지송^{無數持誦}이라 한다. 횡수를 정해 놓고 염송하는 유수지송의 경우에는 반드시 횡수를 세는 수주^{數珠}를 놓고 염송한다. 이 유수지송은 대개 큰 서원이 있거나 특별한 불공이 있을 경우, 또 일정 기간을 정해 놓고 정진불공을 하는 경우에는 대개 수주^{數珠}를 가지고 횡수를 정해 놓고 염송한다.

횡수를 정해 놓고 염송하면 정진의 효과는 더욱 크다. 그러나 일반적으로 횡수를 정해 놓고 하다 보면, 횡수에 집착하여 진언을 분명하고 또렷하게 염송하지 않는 경우가 많다. 정확하게 염송해야 하는데 그렇지 못한 경우가 많다는 것이다. 그리고 집중해서 진언염송을 해야 하는데 그렇지 못한 단점이 있다. 아무래도 횡수

에 신경을 쓰다 보면 진언염송에 집중하기 어렵기 때문이다.

이와 반대로 횡수를 정하지 않고 시간을 정해 놓고 염송하는 것이 무수지송^{無數持誦}이다. 무수지송은 시간을 정해 놓고 염송하므로 횡수에 연연해 할 필요가 없으므로 천천히 그리고 분명하게 진언 염송을 할 수 있다는 장점이 있다.

그러나 염송에 있어서 가장 중요한 것은 횡수를 정하거나 정하지 않거나 진언을 천천히 그리고 분명하게 염송하여야 하며, 정한 횡수와 시간은 반드시 지켜야 한다는 것이다. 『현밀원통성불심요집』에서도 “지송할 숫자를 정해 놓았을 때 정해진 수에 결함이 있어서는 아니 된다”고 하였다.

염송뿐만 아니라 염주는 지니는 것만으로도 큰 공덕이 일어난다고 하였다. 『수주공덕경^{數珠功德經}』에 이르기를, “만약 어떤 사람이 설령 부처님 명호나 다라니를 지송하지 않는다 해도 손에 염주를 쥐기만 하여도 무량한 복을 얻는다”고 하였다. 또 『금강정염주경^{金剛頂念珠經}』에서는, “만약 염주를 걸고 있으면 네 가지 중죄^{重罪}가 소멸한다. 손에 지니고 팔에 걸면 수많은 죄가 소멸하며 그 사람으로 하여금 청정에 들게 한다”고 하였다.

그러므로 염주를 늘 지니고 다니면서 마음속으로 진언염송을 하는 것이 일상생활 속의 염송수행이라 할 수 있다.

발췌: 『육자의례 염송』 법경 지음(불교총지중 밀교연구소)



윤보(輪寶, cakra)는 전륜성왕의 소유물로 인도 신화에 나온다. 전륜성왕은 무력을 사용하지 않고 정의로 지배하는 제왕을 말한다. 불교에서는 석존의 교화를 이 덕치(德治)에 비유하여 나타낸다. 윤보의 형태는 사복륜(四幅輪), 팔복륜(八幅輪), 천복륜(千幅輪)이라 불리는 것이 있다. 무기를 나타낸 것도 보이고 태양광선을 나타낸 것, 수레바퀴를 나타낸 것, 연엽(蓮葉)을 나타낸 것 등이 있다.

윤보는 본래 태양 광조를 통해 위대한 생명체를 나타낸 것으로 보인다. 예를 들어 아마라바티(Amaravati)에서 출토된 불족석(佛足石)에는 방형 돌 표면에 두 발을 형상화한 채 중앙에 윤형(輪形)이 새겨져 있는데, 이는 마치 태양광선 같다. 아소카왕석주의 사자의 주머리에 나타난 윤보(B.C.3C), 산치대탑 서문 토라나에 새겨진 윤보는 바퀴 모양이다. 또 이 탑의 동문 상부에 나타난 것은 연화형이다.

이것을 보면 윤보의 뿌리는 태양의 광조, 활동, 생명을 상징화한 것으로 그것이 곧 부처의 설법교화를 나타내는 것이다. 나아가 번뇌를 타파하여 크게 인생관을 바뀌가는 것을 보여주는 것이다.

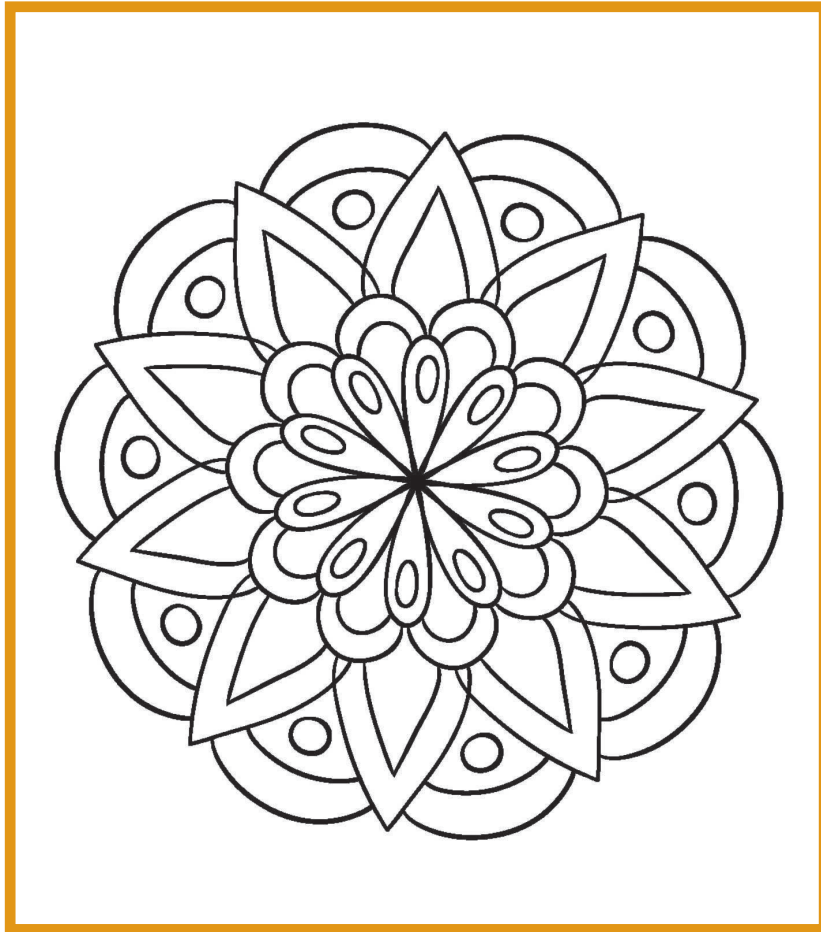
티베트의 절에 가면 지붕 위에 윤보를 놓고 양쪽에 사슴을 배치한 것을 볼 수 있다. 이는 녹야원의 초전법륜에서 유래하여 그 절에는 불법이 살아있으며 진리를 알리는 신성한 도량임을 나타내는 것이다. 『삼매야만다라』의 여래법륜인(如來法輪印)에 팔복륜과 2마리의 사슴이 표시된 것은 이 예이다.

번뇌를 타파하는 작용을 잘 보여주는 것은 『현도現圖』 허공장원(虛空藏院)에 나오는 만다라보살이다. 윤보 외에도 독고저(獨股杵, 獨結杵), 성금강저(星金剛杵), 검을 들고 분노의 형상으로서 모든 것을 조복시키는 범추지 않는 기백을 보인다. 그 옆의 금강장왕보살(金剛藏王菩薩)도 많은 윤보를 가지고 번뇌를 부수어 깨는(煩惱摧破) 큰 힘을 보여준다.

태양신의 성격을 잘 나타내고 있는 것으로 별만다라가 있다. 중앙에 석가금륜(釋迦金輪)이 손바닥 위에 윤보를 놓고 두 마리의 용왕이 휘감은 수미산 위에 앉아 있다. 아래쪽에는 바다, 위쪽에는 하늘이 펼쳐져 있다. 그것을 둘러싼 제1중(重) 상부에 북두칠성, 아래쪽에는 구요(九曜)가 있고, 제2중에 12궁, 제3중에 28숙이 배치되어 있다. 여기에서 금륜은 천체우주를 지배하는 큰 힘으로 나타나고 있다.

손끝에서 찾는 마음의 안정

지난 호 독자 솜씨



▲ 서울 박영자



▲ 서울 심봉례



▲ 서울 유영신



▲ 서울 전추면



▲ 인천 박지우



색을 칠하면서 마음이
평온해지기를 소망합니다.



색칠해서 편집실로 보내주시면
독자 솜씨란에 게재됩니다.

이메일 : news@chongji.or.kr 카카오톡 친구추가 : 불교총지중 홍보실
각 사원 주교님께 전달해주시면 독자 솜씨란에 게재됩니다.

불교총지중 법회 일정

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

불교총지중 연중 불사

신년불공 한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공 상반기,하반기 진호국가불공 불교총지중은 창종 이래 진호국가·호국안민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 진호국가 불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국태민안·조국평화통일을 기원. 특히 매년 2월 19일부터 49일간, 5월 28일부터 49일간을 상·하반기로 하여 '진호국가불공기간'으로 정하고 『수호국계주경』에 의한 진언 '옴훤야호사'로써 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.

불교총지중 사원 일람

사원명	우편번호	주 소	전화번호
통리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시일로 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 (송인동)	(02)762-1412
법천사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로11번길15 (하대원동)	(031)751-8685
벽룡사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신림동)	(02)889-0211
시법사	21358	인천광역시 부평구 주부도로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684

실지사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51	(02)983-1492
정심사	02137	서울특별시 종량구 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
법황사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
혜정사	28485	충청북도 청주시 상당구 향군로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
흥국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 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 (보산동)	(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
선립사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8	(054)261-0310
수계사	38048	경상북도 경주시 현곡면 하구3리 내경길36-19	(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(감감동)	(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
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 시일로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (마경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

따뜻한 봄 햇살과 살랑이는 봄바람,
꽃들이 피어나고 산은 푸르게 물들어 갑니다.
이 계절에 우리는 부처님오신날을 맞이합니다.

우리는 연등을 만들고,
서원당 마당에 연등불을 밝힙니다.
환한 달빛 같은 연등 앞에서
간절한 마음으로 기원합니다.
각자의 염원을 담은 불빛은
더 환하게 보이는 듯 합니다.

여러분은 무엇을 기원하고 계신가요

자신의 안위를,
가족의 건강을,
나라의 발전을,
세계의 평화를..

부처님오신날을 맞이하여 부처님의 자비로
우리가 원하는 행복한 세상을 맞이할 수 있기를
바랍니다.

부처님의 넓고 큰 은혜에 감사하는 마음으로
두 손 모아 합장합니다.



불자님의 사연을 모십니다

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

이메일 news@chongji.or.kr

* 불교총지중 홈페이지에 연재글 있습니다 *

여러분의 후원을 기다립니다

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

입금 계좌번호

우리은행 122-047811-13-128 불교총지중

보내주신 **후원**에 감사드립니다.

공덕성 김희곤 법 공 성수진 손경옥 안한수
오승현 오채원 오현준 이인성 이해성 자선화
정법계 정화연 총지화 한철수

발 행 일 총기 51(2022)년 5월 1일
발 행 인 우인 정사
편집책임 박상우
발 행 불교총지중
주 소 06227 서울 강남구 도곡로25길 35 (역삼동)
전 화 02-552-1080~3
팩 스 02-552-1082

— 불교총지중 홈페이지 총지미디어에서
구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.

05월호



부르고 또 부르는 끊임없는 염송에
나도 없고 너도 없고 부처도 없네
육자대명왕진언 음마니반메흠
울리는 소리 속에 적멸위학(寂滅爲樂)이로다

- 환당 대중사 법어록 시편 -