

통권 제 235호

강남. 라 00943

2567
2023

05

원정 대성사 일대기
불공 잘해라 12
세상을 향한 빛



불교이야기
삼보귀의



살다보면
자식의 거울
부모

 불교충지중

위드 다르마

With Dharma

영원한 진리와 함께

진흙 속의 연꽃같이

세상이 악하다고 탓할 것이 아니라, 나만 행해 들어가면 되는 것이다.

그러므로 진흙에서 연꽃이 피지 않는다.

위드 다르마

With Dharma

다르마_는
영원한 진리의 말씀이며,
위드 다르마_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 불국정도를
염원합니다.



속담으로 보는 불교 _46

호랑이는 죽어서
가족을 남기고

_ 김성철



나만의 빛 모두의 빛 _54

화성원행반차도

_ 한국전통등연구원



서원당 안의 불교 _61

부처님오신날

_ 해광 정사

04 원정 대성사 일대기

10 불교이야기

15 마음챙김 메커니즘

20 우리절 노래꽃

22 경전에서 찾은 지혜

24 살다보면

30 붓다in미디어

32 문화재 해설

35 마음의 등불

38 지혜의 뜨락

42 십선성취

46 속담으로 보는 불교

50 여행여담

54 나만의 빛, 모두의 빛

58 차향기

61 서원당 안의 불교

64 마지막 공부

68 금쪽상담소

72 씨앗 한 알

74 산책

76 가로세로 만다라세상

78 법화일정

불공 잘해라 - 세상을 향한 빛 - 김천

삼보귀의 - 화령 정사

마음의 요소 - 임진수

부처님 오신 날 - 묘원화 전수

마음이 탁하면 부처를 보지 못한다 - 불교총지종 법장원

자식의 거울, 부모 - 이옥경

의외로 불교에 영향을 받은 영화들 BEST 10 - TERU 조세훈

불설대보부모은중경, 어머니의 은혜를 노래하다 - 위드다르마 편집실

나 같은 사람도 관찰했지 - 장유승

돌아가신 부모님에 대한 효도 - 방귀희

잘 죽는 연습 - 남해 정사

호랑이는 죽어서 가족을 남기고 - 김성철

울릉도 트위스트 下 - lovely씨이

화성원행반차도 - 한국전통등연구원

5월의 차발 - 김정애

부처님오신날 - 해광 정사

노랑귀신, 자아귀신 - 유소림

우리 아이 양육 길라잡이 - 강남구 구립어린이집연합회

부처님오신날, 우리는 - 법상 스님

호롱 - 김대곤

컬래버레이션(collaboration)

컬래버레이션(collaboration)은
‘공동’, ‘협력’, ‘협업’, ‘협조’의
뜻을 가진 단어입니다.

커뮤니케이션(communication)이
사람과 사람과의 관계에서 정보를 비롯해
메시지, 의견 등을 서로 전달하는 것이라면,
컬래버레이션은 바로, 이 커뮤니케이션에서
한발 더 나아갑니다.

컬래버레이션이란,
두 상대가 더욱 깊은 관계를 유지하면서
자신의 생각을 서로에게 합리적으로
납득시키는 것입니다.

세대와 세대, 국가와 국가 사이에
발생하는 어려운 문제 앞에서
서로의 생각을 상대가 받아들일 수 있도록

노력하는 컬래버레이션을 한다면
맞닥뜨린 눈앞의 문제를 해결할 수
있을 것입니다.

가족 구성원 사이에도
컬래버레이션은 필요합니다.
현대 사회에서는 부모가 자식을 학대하고
자식이 부모를 버리는 반인륜적 범죄가
찾아지고 있습니다.

이는 가족 구성원 사이에도
서로의 생각과 입장을 이해하려는 노력이
필요하다는 방증입니다.

5월은 가정의 달입니다.
서로를 이해하기 위해 조금씩만 노력한다면
건강하고 행복한 가정을 이룰 수 있을 것입니다.

- 따뜻한 하루의 <따뜻한 감성편지 2023년 3월 7일 자>



불공 잘해라 세상을 향한 빛

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.

9화 - 입교

대성사는 당시 밀양농잠중학교의 행정관으로 근무하고 있었다. 학교 행정업무를 맡은 교육 공무원이었는데, 이는 성품과도 잘 맞아 오래도록 해오던 일이었다. 남을 돕고 가르치며 공적 업무에 사사로운 감정을 개입하지 않는 자세는 직원 사이에서도 높은 평가를 받고 있었다. 후일 총지종의 스승 상은 모두 대성사가 학교에서 학생을 대하면서 몸에 밴 것으로 실제적이고 절실한 모범이 됐다.

대성사가 후대에 당부한 스승의 사명은 실제로 당신이 학교에서 행한 사표 그대로이며, 진각종의 기틀을 잡을 때나 총지종으로 법을 펼 때 가장 중요한 지표로 강조했던 내용이다.

“스승은 매일 따르는 교도들과 만나 그들을 가르치고 이끄는 가장 앞자리에 서있으니 종단의 성쇠를 좌우한다. 그러므로 스승이 되면 세간의 즐겁고 괴로운 일에 이끌리지 말고 초연해야 할 것이다. 먼저 자신의 인생관을 바로 세우고 그 지표대로 생활하여 자신의 인격을 완성해야 한다.”

해방 이후 좌우의 충돌과 전쟁 속에서 자신은 아들의 실종이란 일을 겪었지만, 동요하지 않고 학생들을 대하고 학교 업무를 처리한 그대로이다. 대성사의 철저함은 가르침이 단순한 언어의 표현이 아니라 자신이 실행한 바를 전한 것이라 더 간절할 수밖에 없었다.

회당 대종사와의 만남을 통해 이 땅의 고난을 부처님의 가르침으로 구해야겠다는 발심을 크게 한 후 이제까지 자기 수행으로 살펴보던 경전과 불교 교리를 다른 눈으로 살피기 시작했다. 본격적으로 불교의 교리와 수행관을 철저히 공부하기 시작했다. 막 씨앗을 뿌리기 시작한 믿음의 밭에 무엇이 필요한지를 찾아 탐구했다.

우선 밀교법에 관한 경전을 찾아 읽고 수행법을 살펴보았다. 당시에는 불교 서적을 구하기가 쉽지 않은 시절이었다. 특히 밀

교에 대한 대중들의 관심과 이해는 전혀 없던 때라 경전 구하기가 사막을 맨발로 걷기보다 어려웠다. 인맥을 통해 백방으로 책을 구했으니 일본어로 된 불교서적들이 대부분이었다. 대성사는 어학에 특별한 재능을 갖춘 터라 한문 경전과 일본어 책을 통해 밀교에 대한 대강의 열개를 파악해갔다. 한문과 중국어, 일본어, 영어, 러시아어까지 섭렵한지라 책만 있다면 어떤 언어로 된 것이건 읽을 수 있었다.

누군가 책을 갖고 있거나 불교에 해박한 이가 있다면 그를 찾아가 이야기를 나누고 배우기를 마다하지 않았다. 돈과 정성을 모두 바쳐 밀교의 가르침을 찾아 나섰다. 그러다 보니 자연히 밀양 일대의 불교도들과 교류가 이어졌다. 비록 전쟁 통이지만 그들을 통해 일본으로부터 책을 구해와 읽기도 하고 또 자신이 찾은 부처님 가르침을 그들에게도 이야기했다.

당시 진각종은 경북과 경남 지방에 막 뿌리를 내리고 있었다. 한 사람의 교도와 한 스승의 원력이 간절할 때였기에 대성사가 오가며 사람을 모으고 불법을 이야기한 것은 적지 않은 힘이 되었다. 밀교에 대한 관심이 높아지면서 당시 참회원(懺悔院)이란 이름으로 시작했던 교단은 전쟁 중에 심인불교건국참회원(心印佛敎建國懺悔院)으로 이름을 바꾸었고, 곧 심인당(心印堂)으로 개명을 하게 된다.



삼화= 종조 일대기 (불공질해라) 중에서

경주에서 시작했던 포교의 발길이 밀양과 부산을 거쳐 이듬해 서울 밀각심인당을 열어 확장일로에 들어섰다. 무엇보다 가장 필요했던 것이 교리와 교법 체계를 바르게 세우는 일이었던 터라 대성사의 역할이 절실했다. 대성사는 밀양심인당에 동참해 주변에 밀교법을 전했다. 그때나 지금이나 종단이 나아가야 할 바는 같을 것이며, 그를 위해 기울여야 할 노력 또한 동일할 것

이다. 대성사 말씀 중 어떤 단체와 그에 얽힌 이들이 가져야 할 자세를 일러주는 대목이 있으니 마침 당시의 정황과 다르지 않다.

“국가와 사회 또는 한 교단이 활발히 일어나 번창하려면 그 지도자 중에 훌륭한 인물이 많이 있어야 한다. 이는 예나 지금이나 같은 일이다. 인생은 무상하나 법은 멸하지 않고, 현실은 바뀌어 변해가나 진리는 영원하며, 재물은 시간이 흘러 없어지는 것이지만 명예와 인격과 덕망은 영원불멸한 법이다. 이것을 잘 이해하고 실천하여 개인의 이익보다 공익을 위하고 자기 교화에만 집착해선 안 될 일이다. 종단 전체의 이익을 위해 법을 세워가는 대아적인 위치에서 사명감을 가져야 한다.”

막 발길이 바빠진 초창기의 진각종에 대성사가 필요한 때가 왔으니, 이것은 현대 한국 밀교의 숙명이었다. 어둠은 작은 불씨가 피어나면 사라져간다. 불씨 하나가 불꽃이 되고 이윽고 지평선까지 온 광야를 불사르는 법이다. 진각종에 입교하면서 대성사는 한국 밀교의 부흥을 위한 불씨가 되었다. 불씨는 사그라들지 않고 마음의 심지에서 세상을 위한 햇불과 대지를 밝히는 태양빛으로 번져 나갔다. 그러던 차에 아들의 생환을 맞았으니 어긋났던 일들이 제자리를 찾은 것이라는 믿음이 생겼다.

우리 밀교의 역사를 살펴본 바 신라의 혜일과 불가사의가 법을 받아왔으며 해통국사가 총지종^{總持宗}을 세워 그 어느 곳보다 뿌리가 깊었다. 명랑법사의 신인종^{神印宗} 또한 밀교종단으로 위세를 날렸다.

법을 구하러 인도 땅까지 다녀와 왕오천축국전을 남긴 혜초는 중국 밀교의 시조인 금강지로부터 법통을 이은 바 있고, 밀교 의식으로 당나라의 왕실을 감동시킨 바 있었다. 그렇게 밀교와 이 땅은 깊고 깊은 인연을 맺고 있었다. 오래도록 그 법이 제대로 전해지지 않아 조선을 거치면서 밀교의 황무지가 된 안타까움이 있었다.

그러나 시절이 바뀌고 시대가 변해 드디어 대성사가 다시 그 인연의 맥을 세울 때가 된 것이다.

불교는 부처님의 가르침입니다. 그리고 부처가 되기 위한 가르침이기도 합니다. 부처라는 말은 붓다(Buddha)라는 인도말을 한자로 음사하는 과정에서 나온 것으로 중국인들은 붓다를 불타 佛陀라고 표기했습니다. 그 말이 우리나라로 흘러들어오면서 부처로 변한 것이지요. 불타를 줄여서 불佛이라고 하다 보니 여기에서 불교라는 말이 만들어졌습니다.

붓다는 원래 눈을 뜬 사람이라는 의미인데 이것은 진리에 눈을 떴다는 말입니다. 그래서 진리를 깨친 사람은 모두 불타라고 했지만 진리를 완전히 깨친 분은 석가모니 부처님 한 분뿐이었으므로 나중에는 석가모니 부처님만을 붓다라고 부르게 되었습니다. 그래서 깨친 사람은 누구나 붓다라고 해야 하지만 어느 사이에 석가모니 부처님만을 지칭하는 고유명사처럼 되었던 것입니다.

불교, 그러니까 부처님의 가르침을 믿고 실천하는 사람들을 일컬어 불자, 혹은 불제자라고 합니다. 불자가 되기 위한 첫걸음은 삼보에 귀의하는 것입니다. 삼보는 부처님과 부처님의 가르침,

그리고 부처님의 가르침을 믿고 따르며 이것을 사람들에게 전달하고 확산하는 모임인 승가의 3가지를 보물로 생각하여 믿고 의지한다는 뜻입니다.

세간의 금은보화 등을 ‘보寶’라고 하는데 그것은 세간의 재물보화이고, 부처님과 부처님의 가르침 그리고 부처님의 가르침을 보존하고 확산하는 이른바 불, 법, 승은 법신혜명 法身慧命의 보물로써 출세간의 재물보화입니다.

그러므로 깨달음을 얻어 육도윤회를 벗어나겠다는 목표를 가진 불자에게 있어 삼보에 귀의한다는 것은 다른 것을 믿는 것이 아니라 오직 삼보만을 믿고 따른다는 맹세를 하는 것이며 불자로서의 기본자세와 목표를 확립하는 것입니다. 말하자면 삼보에 귀의한다는 맹세를 함으로써 불자로서의 자격을 얻게 되는 것입니다.

불교를 배우는 사람이 만약 삼보에 귀의하는 의식을 거치지 않았다면 설사 부처님 전에 향을 사르고 예불한다 하더라도 단지 불교를 존중하고 흥미를 가진 사람일 뿐이지 진정한 불교도라고는 할 수 없습니다. 이것은 마치 학생이 학교에 정식 등록을 하지 않고 수업을 들어도 영원히 청강생으로서 졸업장을 받지 못하는

것과 같다고 할 수 있습니다.

옛날에는 청강생이라고 하여 대학에 합격하지 못한 사람들이 그냥 와서 수업을 듣게 하는 청강생 제도가 있었습니다. 왜 그런 제도를 만들었는지 지금도 이해가 잘 안가지만 그때는 아무튼 그런 제도가 있었습니다. 청강생이 나중에 가짜 대학생 행세를 하는 경우도 더러 있었는데 비유하자면 삼보귀의의 의식을 거치지 않고 불자가 된다는 것은 그냥 불교를 좋아하는 청강생에 불과합니다.

아무리 오래 청강을 해도 정식 졸업장은 받지 못하는 것처럼 삼보귀의의 의식을 거치지 않으면 참된 불자가 되지 못합니다. 그렇기 때문에 우리들이 불법을 배우고 수행하는 데 있어서는 가장 먼저 할 일이 삼보에 귀의하는 것을 서약하는 삼보귀의계를 받는 것입니다.

삼보에 귀의^{歸依}한다는 것은 삼보에 기대고 의지하여 도움을 청하고 보살핌을 받음으로써 많은 괴로움을 벗어나 버릴 수 있다는 뜻입니다. 귀의는 귀명^{歸命}이라고도 하는데 이 말은 나의 온 생명을 바쳐 의지처로 삼는다는 뜻입니다.

어린이들이 부모에게 매달리고 의지하는 것처럼 삼보에 귀



불교종지중 대전 만보사

의함으로써 사람들은 자기의 삶을 의지하고 든든한 마음을 가질 수 있습니다. 어린아이들은 도움이 필요하거나 무서운 경우를 당하면 엄마! 하고 부릅니다. 그러면 엄마가 보호자가 되고 조력자가 되어 어린이를 안심시키듯이 삼보에 귀의하는 것도 그러한 의미를 지닙니다.

우리가 세상이라는 험한 곳을 살면서 힘들고 두려울 때에 찾는 부모처럼 삼보는 우리가 어렵고 힘들 때에 찾는 대상이 됩니다. 귀의나 귀명이라는 말에는 그러한 의미가 있으므로 귀의의 대상이 있다는 것은 참으로 행복한 것이기도 합니다.

마음의 요소

임진수

명상지도자협회 명상전문지도자
메디테이션 봄 명상센터 대표

또한 삼보에 귀의하는 것은 삶에서 자기의 목표를 정하는 것이기도 하기에 마치 막막한 바다에서 나침반에 의지해 항로를 찾는 것과 같습니다. 나침반을 의지처로 삼아 거친 항해를 마치고 마침내 항구로 돌아와 쉴 수 있듯이 우리도 고해의 바다를 건너면서 삼보를 의지처로 삼고 나침반으로 삼아 마침내는 깨달음이라는 큰 집에 돌아가게 됩니다.

삼보에 귀의한다는 것은 이처럼 우리 인생에 매우 중요한 시발점이 되며 삼보귀의의 의식을 거쳐 우리는 비로소 인생살이의 입학을 얻게 되는 것과 같습니다. 삼보귀의를 통하여 우리는 결국 영원히 편안한 깨달음이라는 집에 돌아갈 수 있습니다.

지난호에서 살펴본 ‘마음’이라는 단어에는 다양한 사용법이 있다는 것을 알았다. 그러나 여전히 마음이라는 단어에 대해서 알기란 쉽지 않다. 따라서 이러한 사용법을 토대로 마음이라는 단어의 의미를 다시 분류하여 그 뜻을 살펴보고자 한다.

마음의 종류

다시 한 번 정리하자면 마음이라는 단어는 감정, 생각, 정신, 마음 그 자체로 쓰인다. 여기에 감정과 생각을 합해 정신이라고 하고, 감각으로 이루어진 육체와 함께 ‘나’를 구성한다.

나=자아自我	육체(몸)	감각	육망
	정신(마음)	감정, 생각	

마음과 나

이러한 마음의 의미와 요소를 이해하기 위해서는 한 가지 알아야 하는 부분이 있다. 그것은 이 마음이 어디에 있는가 하는 문제와 더불어 감정, 생각, 정신, 마음 그 자체에 해당하는 작용들이 어디에서 일어나는가 하는 것이다. 이를 알기 위해서는 먼

저 마음공부의 또 다른 중심단어인 ‘나’에 대한 개념을 바로 잡을 수 있어야 한다.

그 이유는 마음은 나를 중심으로 형성되어있기 때문이다. 내가 없으면 마음도 없고 마음이 없으면 나도 존재하지 않는다. 결국 나를 통해서 마음을 이해하는 것이 마음에 대해 조금 더 접근하기가 쉽다. 즉, 마음과 나와 의 관계에서 그 뜻을 살피면 ‘마음’이라는 단어를 이해하기 쉬워진다.

‘나’는 누구인가

나라고 하는 것은 어떻게 구성되어 있을까? ‘나’는 육체와 정신으로 이루어져 있다. 또 다른 마음에 대한 용어로 ‘몸과 마음’을 보통 사용하는데, ‘몸과 마음’은 ‘육체와 정신’의 또 다른 표현이다. 이러한 몸과 마음을 통해 ‘나’ 자신뿐만 아니라 다른 사람들도 ‘나’라는 존재를 인식한다.

좀 더 자세히 설명하면 육체는 ‘감각’을 통해 세상과 나를 인지하고, 정신은 ‘감정’과 ‘생각’을 통해 세상과 나의 존재성을 인식한다. 인간은 이런 육체와 정신을 바탕으로 욕망을 느끼고 실현해 나간다.

감각의 존재인 육체

육체는 ‘물질적인 나’이며 뼈와 살, 그리고 내부 장기로 구성



되어 있는 ‘나’, 감각을 통해 인식할 수 있는 ‘나’이다. 우리는 감각을 통해 처음 세상을 인지한다. 그리고 그 인지를 토대로 나의 존재성도 서서히 깨닫게 된다. 이러한 감각을 통해 세상으로 나아가기 위해서 인간에게는 다섯 가지 감각기관인 시각, 청각, 후각, 미각, 촉각이 존재한다.

감정, 생각으로 구성된 정신

정신은 말 그대로 ‘정신적인 나’로서 감정과 생각을 통해 ‘나’를 인식한다. 앞서 말한 것처럼 사람은 감각을 통해 세상을 인식하고, 그 인식한 감각을 토대로 다시 ‘나’를 인식한다. 이렇게 인식한 ‘나’는 이후에 일어나는 감정과 생각에 따라 일희일비하며 나로서 살아가게 된다. 그렇다면 감정과 생각의 차이는 무엇일까?

감정은 대상에 대해 좋고 싫음이 생기는 것이다. 감각으로 인식한 대상에 대해 좋거나 싫거나 좋지도 싫지도 않은 마음이 생기는 것을 말한다.

생각은 여러 가지가 있지만 대표적으로 옳고 그름이 생기는 것이다. 감정을 통해 받아들인 좋고 싫음을 토대로 옳고 그름을 만들어 내며, 이것이 곧 ‘자아’를 강화시킨다.

생존요소인 욕망

욕망은 생존과 연결되어 있다. 기본적인 식욕, 성욕, 수면욕은 인간이 생존하고 인류를 유지해 나가기 위한 필수 요소이다. 기본 욕구는 인간이 언어를 만들어내기 이전부터 인간에게 존재하며, 모든 살아있는 동물들도 갖고 있다. 따라서 욕망은 ‘나’ 이전의 ‘존재’에 대한 요소이다. 다시 말해 생명 그 자체의 존재에 대한 필수적인 요소인 셈이다.

욕망은 감각과 감정과 생각이 결합하여 탐욕, 성냄, 어리석음을 만들어낸다. 기본적인 삶을 영위하기 위한 욕망 이외의 과잉된 욕망은 올바른 나를 유지해 나가는 것을 방해하는데, 탐욕에 찌들어 타인을 괴롭히고, 분노에 휘말려 타인을 상하게 하며, 어리석음에 빠져 타인을 무시한다. 이렇게 일어난 세 가지 과잉욕망은 본체로의 나를 잊게 만들고 결국 욕망으로 찬 나만 남게 되어 나 자신을 파국으로 이끈다.

정리하자면 욕망이라는 기초 토대 위에 감각, 감정, 생각은 서로에게 영향을 끼치며 ‘나’를 강화해 나간다. 그 과정에서 자아가 생성되고 정체성을 확립해 나간다. 이를 통해 ‘나’라는 존재를 인식하고 인식한 나의 경계 속에서 인간은 삶을 영위해 나갈 수 있는 것이다.

부처님 오신날

작사 - 부처님 오신날 법문을 중심으로 비묘티가 쓴
작곡 - Vimutti (비묘티 홍범석)

환희심 넘치는 마음으로

1. 눈부신 하늘에 꽃이 비가 내리고 고이 마음의 설렘으로 눈흘러 뜨니 세상이 울리고
 2. 마음엔 감사와 은침의 찬행 - 리복 평 물이 땅에 보아 너처럼 이 날이 날이 날이
 3. 영원한 자유와 온전한 행복

하늘이 열리네 꽃이 구름 타고 오시네 이 날이 날이 날이
 소망이신 그 말씀 부끄럼 타서 하신 날이 날이 날이

두 가지 빼 할 날이 날이 날이 날 오오 오 부처님 오신 이

날 2) 내 날 천 상의 기쁨도 아 니 요

이 땅에 오셨으 니 우리들 마음은 마 땅 히 어디를 향할 텐

가 오 오 이 날이 날이 날 모 두 가 기 빼 할 날 이

날이 날이 날 오오 오 부처님 오신 이 날 이 날

Copyright © 2013 (주)한빛출판
All Rights Reserved

올해는 윤달이 2월에 들어 부처님오신날이 양력 5월 27일로 유난히 늦다. 올해도 무사히 연등축제가 지나가길 간절히 바라는 마음으로 클래식 팝 아티스트 비뮤티의 자작곡 ‘부처님 오신 날’을 소개한다. 비뮤티는 연세대학교와 뉴욕 맨하탄 음대에서 성악을 전공한 뒤 인디애나 대학에서 정치학을, 존스홉킨스 대학원에서 국제관계학을 공부한 독특한 이력을 가진 클래식 팝 아티스트이다.

2013년 4월, 그는 세계 최고의 부처님오신날 주제곡을 만들겠다는 염원을 담아 불교 팝(Buddhist Pop)이자 마음 치유 팝(Mind Healing Pop) 앨범 ‘부처님 오신 날’을 발매했다. 이 음반은 산스크리트어로 ‘해탈과 자유’를 뜻하는 비뮤티라는 아티스트 이름처럼 더욱 자유로운 음악을 하고 싶은 그의 바람과 비불교인들도 함께 즐기고 감동 받을 수 있도록 다양한 장르의 곡들을 담고 있다. 당시 찬송가나 캐롤들에 반해 무겁고 고루하고 현실과 동떨어져 있다는 느낌을 주는 불교 음악들에 대한 반성과 고민에 대한 결과물이다.

평소 비뮤티는 부처님을 찬탄하고 공경하며 부처님의 가르침을 전하는 음악은 당연히 현 대중들에게 스며들 수 있는 세련됨과 보편성을 동반한 퀄리티를 지녀야 한다는 생각을 많이 했다고 한다.

그간 비무티를 포함한 많은 불교음악인들의 열정과 노력 덕분에 10년이 지난 오늘날엔 다양해지고 대중화된 여러 장르의 찬불가들이 많이 보인다. 참으로 감사한 일이다. 앞으로도 불자들의 마음을 울리는 여러 창작 불교음악이 탄생하고 발전하길 기대해본다.

마음이 탁하면 부처를 보지 못한다

불교총지종 법장원

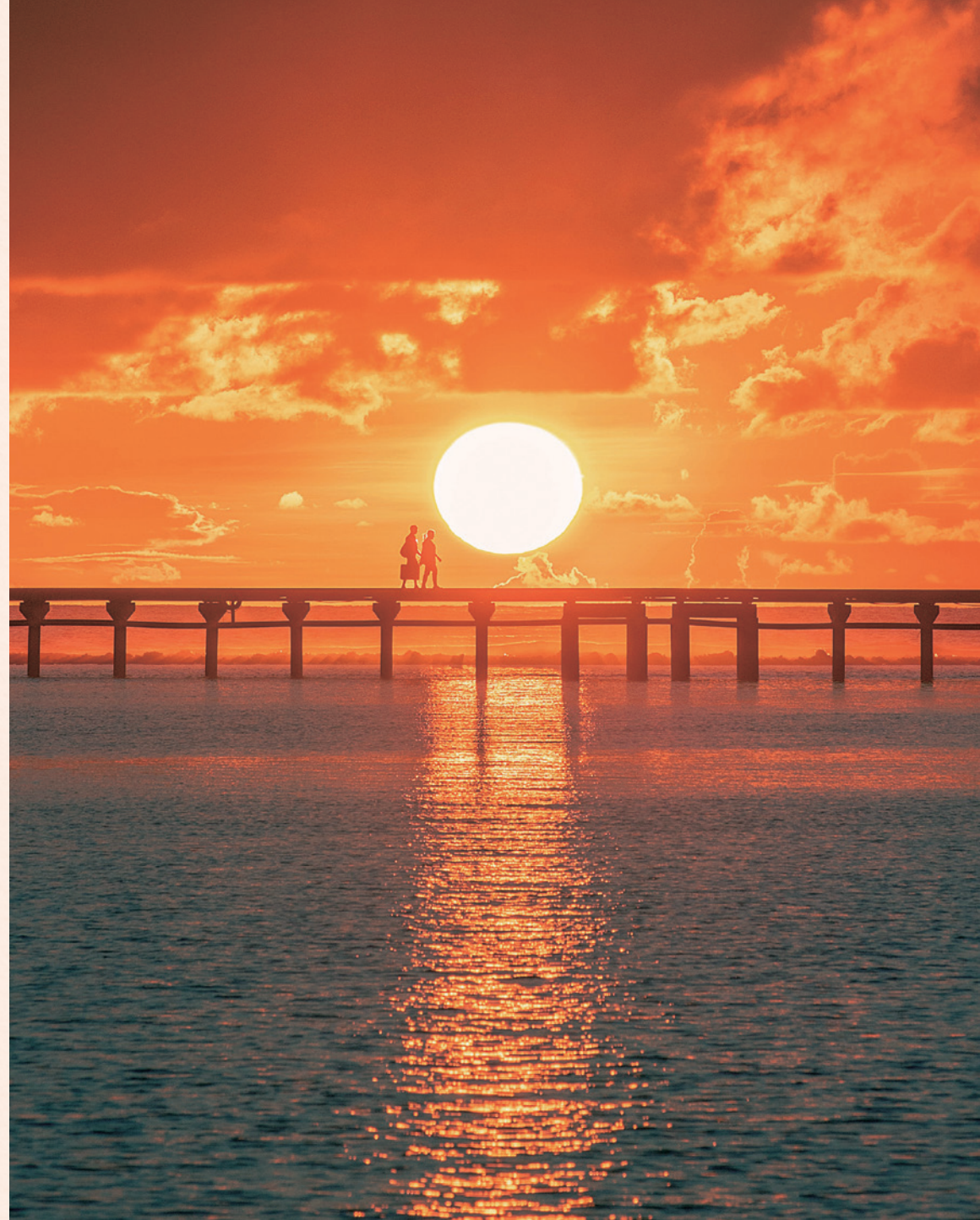
부처님께서 말씀하셨다.

“불자야, 비유하면 해가 돌아 올라서 세상을 널리 비추면 모든 맑은 물그릇 속에는 빠짐없이 그림자가 나타나서 어느 곳이나 두루 차서 오고 감이 없지만, 만일 그릇 하나가 깨어지면 그림자가 나타나지 않을 것이다. 불자야, 네 뜻에 어떠하냐. 그 그림자가 나타나지 않는 것이 해의 허물이겠느냐?”

“그렇지 않습니다. 그릇이 깨어졌기 때문이지 해의 허물은 아닙니다.”

“불자야, 여래의 지혜의 해도 이와 같이 법계에 널리 나타나서 앞뒤가 없이 일체 중생의 맑은 마음 그릇 가운데 고루 다 나타난다. 그러니 마음 그릇이 항상 맑으면 부처님 몸을 항상 볼 것이고, 마음이 탁하고 그릇이 깨어지면 부처님을 보지 못할 것이다.”

『화엄경, 華嚴經』 불교총전 발췌



자식의 거울, 부모

이옥경

수필가 · 방송작가

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

대여섯 살쯤 된 남자아이가 이리 뛰고 저리 구르며 음식점 안을 휘젓는 것도 모자라 급기야 식탁 위에 올라가 괴성을 지르며 뛰어 내리기를 반복한다. 옷차림을 보아하니 영화 스파이더 맨 흉내를 내는 모양이었다. 세 살 때는 뽀로로, 네 살 때는 로보카 폴리, 다섯 살 때는 헬로 카봇, 여섯 살 때는 스파이더 맨이 남자아이의 진리라던가. 아이의 엄마와 아빠는 영화 속의 스파이더 맨이 건물과 건물 사이를 날아다니며 거미줄을 쏘아대듯 중형무진, 사방팔방으로 획획 던지는 동그란 카드를 주워서 아이 손에 쥐여 주느라 바쁘고, 동석한 할아버지 할머니 역시 손뼉까지 쳐가며 아이의 용감무쌍함을 응원하느라 야단법석이다.

손님들의 매운 눈총도, 대놓고 수군거리는 소리도 아랑곳하지 않는 그들 가족의 행동에 입맛이 달아날 지경인데 아뿔싸! 아이가 날린 카드가 우리 식탁으로 날아왔다. 보글보글 끓고 있는 전골냄비에 기세 좋게 날아와 꽂힌 그것보다 더 황당한 것은 황급히 쫓아온 아이의 엄마의 손에 들려있는 젓가락이었다. 자기가 먹던 젓가락으로 '귀한 아드님의 소중한 카드'를 꺼내 가겠다는 것이었으니, 미안한 기색도 없이 일언반구 양해조차 구하지 않고 팔을 뻗는 그

녀를 어떻게 참아 준단 말인가. 그런 그녀를 제지하며 이럴 땐 양해를 구하는 게 먼저다, 아이를 자리에 앉혀라, 남들한테도 예쁜 아이가 진짜 예쁜 아이가 아니겠느냐, 기어코 일침을 놓았다.



자존심이 상했던 모양이다. 낚아채듯 카드를 받아든 그녀가 아이를 거칠게 잡아끌면서 음식점 안이 떠나가라 아이를 뒹달한다. “앉아! 저 아줌마가 뛰지 말고 조용히 있으라잖아!” 이에 질세라 아이가 음식점 바닥에 나뒹굴며 울음을 터뜨린다. 아빠는 보란 듯이 주먹을 치켜들었다 내렸다 하며 조용히 하라고 으름장을 놓고, 할머니는 아이를 달래느라 야단법석이고, 할아버지는 아이 기죽이지 말라고 고래고래 언성을 높인다. 오오, 이런! 이게 아닌데. 콩 심은 데 콩 나고 팥 심은 데 팥이 나는구나. 3대 일가족 다섯 명의 모양새를 보면서 아, 이 집에 꼭 필요한 건 성능 좋은 정수기겠다는 생각에 쓴웃음이 절로 나온다. 윗물은 흐려도 아랫물은 맑기를 바라는 내 마음을 그들이 알 리... 절대 없을 것 같아서다.

이렇게 아이를 높이 모시고 사는 사람들이 많아도 너무 많다. 우리 집 사정도 이와 별반 다르지 않다. 우리 집에도 수십 대의 자동차와 수십 마리의 공룡과 수십 개의 캐릭터 인형을 갖고도 늘 새로운 것에 목말라하는 권력자가 군림하고, 그 녀석이 원한다면 무엇이든 OK! 아이를 위해서라면 아낌없이 쏟아 붓는 무한 헌신의 아이코이 존재한다.

그 때문에 네 돌을 넘긴 손자는 나와 노는 것을 별로 좋아하지 않는다. 자동차 하면 버스, 택시, 트럭, 경찰차, 기차 정도가 전부인

내가 꼬마 버스 타요나 로보카 폴리에 등장하는 수십 가지 자동차를 어찌 다 안단 말인가. 보로로야 알지만 크롱, 패티, 루피, 에디, 포비까지 기억하는 건 무리다. 공룡의 종류는 왜 또 그렇게 많은지. 방안 가득 차고 넘치는 장난감 속에서 손자가 원하는 걸 척척 찾아내는 일이야말로 모래밭에서 바늘 찾는 것만큼이나 어렵다. 게다가 말 떨어지기가 무섭게 모든 걸 척척 받아주는 제 부모와 달리 여차하면 야단도 치고 제동도 거는 할머니가 그리 달가울 리 없으니.

아주 마음에 들지 않는 이야기지만, 손자가 이 어마어마한 재력(!)을 지니게 된 까닭은 친구들과의 소통 때문이란다. 그때그때 유행하는 캐릭터 장난감을 갖지 못하면 친구들 사이에 끼지도 못한다는 것이다. 같은 캐릭터 장난감이라도 누가 더 크고 멋진 걸 가졌느냐에 따라 아이의 격도 달라진단다. 장난감 하나로 아이를 바보 만들고 싶지 않아서라는데 그 하나에 줄줄이 달려 나오는 것들이 보통 열 개 전후, 많게는 70여 개에 이르는 것도 있다지만 내게는 과유불급, 풍요 속의 빈곤처럼만 보인다. 장난감 하나를 가지고도, 아니, 장난감 없이도 함께 어울려 뒹굴고 뛰어놀 수 있는 아이들을 이렇듯 줄 세우고 편 가르는 게 부모들인 것 같아서다.

이게 단지 몇몇 사람들의 일이 아니니 더 걱정이다. 하나부터 열

까지 모든 걸 다 해주는 부모, 지나친 간섭과 과잉보호를 사랑이라 여기는 부모, 잘못된 행동을 대수롭지 않게 여기면서 무조건 아이의 역성을 드는 부모, 자식의 성공을 위해 물불을 가리지 않는 부모, 최고가 되기 위해서는 앞도 뒤도 보지 말라고 가르치는 부모... 오죽하면 도올 김용옥 선생이 '요즘 엄마들의 절반 이상은 차라리 없는 게 더 낫다'라는 말까지 했을까. 프랑스의 사상가 장 자크 루소도 '자식을 불행하게 하는 가장 확실한 방법은 언제나 무엇이든지 손에 넣을 수 있게 해 주는 것이다'라고 말했다. 부모의 그릇된 사랑이 아이들의 인성을, 아이들의 미래를, 아이들의 인간 관계를, 아이들이 만들어갈 세상을 얼마나 암울하게 하는가에 대해 깊이 성찰해 보라는 경고가 아닐 수 없다.

세상에는 네 종류의 말^馬이 있다. 첫 번째 말은 사람이 그 등에 올라타고 가려는 마음을 먹기만 해도 벌써 기운 좋게 달리며, 두 번째 말은 기수가 채찍만 들어도 벌써 알아차리고 달리며, 세 번째 말은 채찍으로 한 번 때린 뒤에야 비로소 달리며, 네 번째 말은 채찍으로 아무리 엉덩이를 때려도 꿈쩍도 않는다. 사람도 이와 같다.

이렇듯 『비유경』에는 아이를 어떻게 키울 것인가에 대한 답, 부모가 아이의 거울임을 깨우쳐 주는 말씀이 더욱 간곡하다. 엄하되 강압적이지 않고, 따뜻하되 지나치지 않아야 한다. 해결사가 아닌

조언자나 조력자가 돼 주는 일, 성공의 단맛에 연연하지 않고 실패의 쓴맛을 두려워하지 않도록 격려하는 일, 소중함과 고마움을 깨달을 수 있도록 인내와 절제를 가르치는 일, 진실한 사랑으로 더불어 사는 삶의 아름다움을 가꾸어 갈 수 있게 하는 일-이 모두가 부모가 갖추어야 할 미덕이자 의무이다.

사랑이라는 이름으로 견고하게 쌓아올린 부모의 울타리가 아이의 시야를 막는 장벽이 될 수도 있다. 좋은 환경, 과잉보호 속에서 별다른 노력도 없이 원하는 것을 얻은 아이가 일상의 소중함이나 보람을 알 리 없고, 언제나 주인공이 되어 편하고 쉬운 길만 걷고 있으니 다른 사람의 어려움을 이해하거나 배려하는 일도 먼 나라 이야기다. 네 번째 말의 비애처럼 몸은 쑥쑥 자라지만 마음은 항상 제자리를 맴도는 안타까운 일이 벌어지는 것이다.

휘몰아치는 비와 바람을 맞아야 튼실한 나무가 되는 것처럼, 혹독한 단련이 준마^{駿馬}를 길러내는 것처럼 아이도 비와 바람을 맞으며 시련을 겪어야 몸과 마음이 단단해진다. 그래서 부모는 사랑하는 마음 이상으로 엄해야 하고, 시류에 흔들리지 않는 강직함도 가져야 한다. 아이들의 해맑은 웃음소리가 온 누리에 가득한 세상이 곧 우리 모두에게도 행복한 세상이다.

의외로 불교에 영향을 받은 영화들 BEST 10

TERU(조세훈)

평범한 회사원, 대중음악연구소 음악평론가 제의를
받을만큼 음악과 영화를 관하는데 능하다.
콘텐츠 소개 프로그램 올레티비<파본자들> 출연
500여명 구독자 보유 브런치 작가



#1 스타워즈 6부작(1977~2005)

#2 그녀(Her, 2013)

#3 사랑의 블랙홀(1993)

#4 매트릭스(1999)

#5 아메리칸 뷰티(1999)

#6 사랑도 통역이 되나요?(2003)

#7 천년을 흐르는 사랑(2006)

#8 위대한 레보스키(1998)

#9 파이트 클럽(1999)

#10 엣지 오브 투모로우(2014)

#7 천년을 흐르는 사랑 (The Fountain, 2006)

감독 대런 애로노프스키

이 영화는 한 남자의 불굴의 의지에 관한 것이다. 16세기의 스페인, 21세기의 미국, 그리고 26세기의 어느 행성, 이렇게 세 층위의 시공간을 오가는 내용의 <천년을 흐르는 사랑>은 비주얼에 대한 애로노프스키의 야심을 다시금 확인시켜준다.

영화는 천년에 걸친 사랑보다는 죽음과 해탈에 대한 애로노프스키식 선문답에 가깝다. 교차편집으로 세 가지의 상호 연계된 이야기는 마치 윤회사상을 시각화한 것처럼 느껴진다. 영화의 줄거리는 삶과 죽음의 순환을 모방한 것으로, 각자가 필연적으로 서로를 따라가는 모습을 다룬다.

과거와 현재와 미래, 전생과 현생, 내생이라는 시공간적 간극이 한 꺼번에 초월되는 극단적인 이미지의 몽타주, 즉 죽음과 해탈, 유한과 무한, 현실과 상상이 뒤섞여버리는 장면은 죽음 이후의 삶만큼이나 너무도 모호하다.

아마도 애로노프스키는 인간의 유한적 삶의 증거인 죽음이 삶의 끝이 아닌 또 다른 시작이라고, 그리고 깨달음의 경지에 이르렀을 때 유한의 경계를 넘어서고 생사윤회를 벗어날 수 있음을 말하고자 하는 듯하다.

불설대보부모은중경, 어머니의 은혜를 노래하다

위드다르마 편집실

몽게몽게 구름이 피어나는 가운데, 여러 무리와 함께 길을 가던 석가모니는 갑자기 멈춰 섰습니다. 길바닥에 (죽은 사람의 뼈로 추정되는) 해골이 놓여 있었기 때문입니다. 두 손을 가지런히 모으고 머리를 숙이는 부처, 무슨 일이 일어났던 걸까요?

이와 같이 나는 들었다

어느 때 세존께서는 대중을 거느리고 남방으로 가시다가, 한 무더기의 뼈를 보시고는 오체투지^{五體投地}의 예배를 올리셨다. 이에 아난과 대중이 부처님께 아뢰었다.

“세존이시여. 여래는 삼계의 큰 스승이요 사생^{死生}의 자비로운 어버이시기에, 수많은 사람이 공경하고 귀의하옵니다. 그런데 어찌 하여 이름 모를 뼈 무더기에 친히 절을 하시옵니까?”

“이 한 무더기의 마른 뼈가 어찌면 내 전생의 조상이거나 여러 대에 걸친 부모의 뼈일 수도 있기 때문에 내가 지금 예배한 것이니라.”

“만일 남자라면 세상에 있을 때 절에 가서 법문도 듣고 경도 외우고 삼보께 예배하고 염불도 하였을 것이므로, 그 뼈는 희고 무거우니라. 그러나 여자는 세상에 있을 때 정과 본능을 좇아 자녀를 낳고 기르나니, 한번 아기를 낳을 때 서너 되나 되는 엉긴 피를 흘

리고 여덟 섬 너 말이나 되는 모유를 먹이기 때문에 뼈가 검고 가뻍느니라.”

이 말을 듣고 아난은 가슴을 도려내는 듯한 아픔을 느껴 슬피 울면서 부처님께 아뢰었다.

“세존이시여, 어떻게 하여야 어머니의 큰 은덕에 보답할 수 있겠나이까?”

열 가지 어머니 은혜를 그린 그림

경의 제목은 『불설대보부모은중경^{佛說大報父母恩重經}』, 부모의 은혜가 한 없이 크고 깊음을 설하며 그 은혜에 보답할 것을 가르친 경전이란 뜻으로 줄여서 『부모은중경』이라 합니다. 이 경전이 우리나라에 언제 전래되었는지 정확히 알 수 없지만 고려 말부터 조선 말까지 제작된 많은 판본이 전합니다.

현재 전하는 판본 중에서 가장 오래된 것은 1378년 제작된 판본이며, 이 경전은 조선이 효를 강조한 유교 사회였기 때문에 불교 경전임에도 『법화경』, 『금강경』과 함께 가장 많은 판본이 제작되어 전합니다.

『부모은중경』에는 어머니의 열 가지 은혜^{十恩}를 구체적으로 열거하였으며 이어 그림으로 나타낸 변상도^{變相圖}에는 각 내용을 상징적인 이미지로 표현했습니다.



『불설대보부모은중경佛說大報父母恩重經』, 조선1432년, 목판본, 절첩식 한 면 33.5×11.3cm, 보물, 증3460
 〈국립중앙박물관 큐레이터 추천 소장품, 유경희〉 제공

조선 전기 『부모은중경』 경전의 도상^{圖像}과 조선 전기 왕실의 신앙을 보여주는 작품으로 의미가 있어 보물(옛 지정번호 보물 제 1125호)로 지정되었으며 현재 국립중앙박물관에서 소중하게 관리되고 있습니다.

나 같은 사람도 괜찮겠지

장유승

단국대학교 동양학연구원 연구교수

地自崑崙山起勢 땅은 곤륜산에서 형세가 일어났고
 水應星宿海通靈 물은 성수해에서 신령하게 통했으리
 誰拓幽荒千萬里 누가 천만 리 황무지를 개척하여
 世間容我一書生 세상에 나 같은 일개 서생을 용납했나

- 정란(1725~1791), 「창해시안(滄海詩眼)」

정란은 산에 미친 사람이었다. 백두산, 금강산, 묘향산, 지리산, 덕유산, 속리산, 태백산, 소백산, 이밖에 전국의 명산을 두루 등반했다. 백두산은 정상까지 올랐고, 금강산은 네 차례나 올랐다.

정란은 1785년 한라산 등반을 위해 제주로 향했다. 명산 유람의 대미를 장식하는 여행이었다. 당시 제주는 관원이나 유배객이 아니면 갈 일이 없는 오지였다. 바다를 건너는 것부터가 목숨을 건 모험이었다. 게다가 정란의 나이는 이미 환갑을 넘겼다. 이경유와 그의 부친 이승연은 모두 글을 써 주며 정란을 격려했다. 이경유는 「창해시안」에 이렇게 기록했다.

“창해일사 정란은 사람됨이 기이하고 예스럽다. 노새 한 마리를 사서 이름난 산천을 유람하니 사람들이 모두 미친 사람이라고 했다. 하지만 나만은 기이한 선비로 인정했다.”

지금도 직장을 그만두고 세계여행을 떠나는 사람이 있으면 이러쿵저러쿵 말이 많다. 조선시대는 오죽했겠는가. “사람들이 그대가 하는 짓 들으면 도리어 남들과 다르다고 비난하겠지.”라는 이용휴의 우려는 정확했다. 사람들은 선비의 본업과 가족의 생계를 팽개치고 산을 쏘다니는 정란을 ‘미친 선비’라고 불렀다. 부지런히 공부해서 하루빨리 관직에 오르는 것이 유일한 인생의 목표였던 그들의 눈에 다른 삶을 추구하는 정란이 곱게 보일 리 없다. 위의 시는 사람들의 비난에 대한 정란의 답변이다.

곤륜산은 백두산의 근원이며 성수해는 황하의 근원이다. 곤륜산 지맥은 백두산까지 이어지고, 황하의 물줄기는 동해까지 흘러온다. 세상은 넓다. 이처럼 넓은 세상에 나 같은 사람 하나쯤 있어도 상관없지 않은가. 이것이 정란의 항변이었다. 넓은 세상을 구경하고, 많은 사람을 만나본 경험에서 나온 생각이었다.

세상은 더욱 넓어지고 사람들이 추구하는 가치는 더욱 다양해졌다. 하지만 남들과 다른 가치를 추구하는 사람은 여전히 용납받기

어렵다. 정해진 인생의 경로를 벗어난 사람은 여전히 별종 취급을 받는다. 견문이 좁은 탓에 인생의 정답이 하나 밖에 없다고 믿는 탓이다. 세상은 넓고 사람은 많다. 다양한 가치를 추구하는 사람들이 공존하는 사회가 건강한 사회다.

돌아가신 부모님에 대한 효도

방귀희

사)한국장애예술인협회 대표
송실대학교 겸임교수
불교총지중 사회복지재단 이사
〈E美지〉〈숨대평론〉발행인
저서 : 〈불교의 복지사상〉〈배제와 포용〉
〈상당한 메시지를 팝니다〉 등

요즘 드라마는 유독 흔히 귀신이라고 하는 망자들이 산사람과 섞여서 생활하는 내용이 많다. 참 좋은 드라마라고 생각했던 〈미씽〉은 시체를 찾지 못한 사건의 망자가 억울해서 승천하지 못하고 있다가 사람과 함께 사건을 해결해서 시체가 발견되면 그때 기분 좋게 떠나는 내용이었다. 드라마가 끝나면 주인공들이 실종가족 찾기 캠페인을 해서 실종자 문제에 관심을 갖도록 한 것도 착한 기획이다.

또한 〈딜리버리맨〉도 꼭 해야 할 말이 있어서 승천하지 못한 망자의 소원을 들어주어 안심하고 떠나는 망자의 모습을 보여주고 있다. ‘딜리버리’는 배달한다는 뜻으로 귀신이 손님인 택시기사가 사건을 풀어가는 구성이다.

국민 드라마로 인기를 모은 〈도깨비〉와 얼마 전 방영된 〈꼭두의 계절〉도 전생과 현생을 오가며 사랑을 나누는 긴 인연을 모티브로 한 드라마인데 그 주인공도 인간이 아닌 귀신이다. 예전에 귀신은 긴 머리를 풀고 하얀 소복을 입고 음산한 웃음소리로 사람들에게 두려움을 주는 존재였다면, 요즘의 귀신은 사람과 똑같다. 다만 손을 잡는다거나 포옹하는 등의 스킨십이 안 된다



는 점이 큰 차이다.

이러한 점으로 볼 때, 모든 내용이 허구만은 아닌 것 같다는 생각이 든다. 우주여행이 시작되고 시간여행이 가능해진다면 전생과 현생을 오고 갈 수 있고, 승천하지 않은 망자와 대화를 나눌 수 있을지도 모른다. 부모님이 떠나신지 20년이 넘었고, 맏이였던 오빠도 저 세상으로 가셔서 세 자매만 남았는데 어느 날 둘째 언니가 이런 말을 하였다.

“죽은 사람도 좋은 일이 있을 때 잠시 다녀갈 수 있었으면 좋겠어. 초대를 하면 올 수 있게 하는 거지.”

그러자 큰 언니가 “걱정 마. 우리 엄마, 아버지 벌써 와계실 걸?”이라고 말해 나도 모르게 두리번거렸다. 둘째 언니는 엄마가 키워준 아들이 딸을 낳았는데 손녀가 너무 예뻐서 엄마한테 보여주고 싶은 것이었다. 그 후 우리 세 자매는 엄마, 아버지가 곁에 계신 듯이 말하곤 한다.

망자와 인간의 사건 해결을 다룬 드라마는 불교 교리를 모르고는 나올 수 없는 스토리다. 불교의 세계관에 따르면 사람은 죽으면 허물을 벗듯이 육체에서 영혼이 빠져나와 중음세계에 49일 동안 머물며 사후 세계에 있는 6도, 즉 지옥부터 천계까지의 6군데 가운데 어디로 배치 받을 것인지를 기다려야 한다. 이 때 인간은 망자가 좋은 세상으로 가기를 염원하고 왕생성불을 발원하며 49재를 지낸다. 불교는 죽음을 과거와 현재 그리고 미래를 연결하는 과정으로 해석하기도 한다. 그리하여 <도깨비> 드라마와 같은 멋진 이야기를 만들 수 있었던 것이다.

불교에서는 영혼뿐만이 아니라 육체도 지수화풍^{地水火風}으로 흩어진다고 하였다. 그래서 화장을 하는 것이다. 이집트에서는 미라를 만들어서 육체를 보존하려고 애썼고, 망자에 대한 예우로

산소 앞에 큰 비석을 세워서 묘지를 멋있게 만들었던 것이 불과 얼마 전인데, 요즘 화장장이 많아지고 있는 것을 보면 부처님은 참으로 지혜로운 선각자이다.

엄마는 아버지가 돌아가셨을 때 화장을 결정하셨다. 가장 큰 이유는 산소는 휠체어 접근이 어려워서 막내딸인 내가 같이 갈 수 없었기 때문이었다. 현재 아버지와 엄마는 납골당에 함께 모셔져 있다.

우리 세 자매는 최근에 결정한 일이 있다. 더 늦기 전에 부모님을 수목장으로 이장해드리기로 한 것이다. 독실한 불자였던 엄마는 생전에 당신이 죽고 나면 산에 뿌리라는 말씀을 자주 하셨다. 부처님 말씀대로 온전히 지수화풍^{地水火風}으로 돌아가는 것을 원하셨던 것이다. 이에 우리 세 자매는 돌아가신 부모님에 대한 효도로 수목장을 할 예정이다. 인터넷으로 검색해보니 수목장도 가족형이 있다고 하여 그것으로 할 계획이다.

아직 언니들한테는 말하지 않았지만 나도 나이가 드니 어떻게 인생을 잘 회향할 것인가를 생각하게 된다. 그래서인지 돌아가신 부모님에 대한 효도를 앞세워 내가 머물 수목장 선정에 앞장서고 있다.

잘 죽는 연습

남해 정사

단음사 주교

요즘 단음사 보살님들과 함께 공부하고 실천하는 세 가지가 있다. 그것은 ‘업 닦기’, ‘복 짓기’, ‘잘 죽기’이다. 이러한 세 가지를 하는 이유는 보살님들에게 잘 죽는 연습의 실천으로 현생을 바르게 살아 청정한 마음으로 평온한 죽음을 통해 다음 생을 보다 좋은 곳에서 시작할 수 있도록 하기 위함이다.

그리고 보살님들에게 특히 강조하고 실천하게 하는 것이 있다. 이 세상에 존재하는 모든 것들은 고정불변하는 실체가 없으며 일어나고 사라지는 현상만 있을 뿐이라는 사실과 매일 잠자리에 들기 전에 긍정적인 생각을 하고, 내가 좋은 일을 했던 것을 생각하고, 다음 생에 좋은 곳에 태어날 것이라 생각하고, ‘생긴 것은 소멸하고, 모인 것은 흩어진다.’라는 말을 잠자리에 들기 전에 꼭 한 번씩 되뇌라는 것이다.

사람들은 죽음에 임박했을 때 갈애가 일어나면서 죽기가 싫어진다. 그래서 현생의 삶에 대한 집착이 생기고, 아들과 딸, 그리고 남편과 아내와 헤어지기 싫고, 가지고 있는 재산을 잃기 싫어하는 등 여러 가지 원하는 마음이 생기게 된다. 하지만 우리

는 이러한 것이 욕심이라는 것을 알아야하며, 욕심이라는 것은 단지 오온이 일어나고 사라지는 현상이라는 것을 알아차려야 한다. 무엇보다 이러한 욕심을 가지고 죽게 되면 좋은 곳에 태어날 수 없다.

죽음에 임박해서는 위와 같은 욕심에 연연하지 말아야한다. 어차피 인간은 죽음을 피할 수 없다. 단지 빨리 죽느냐 조금 늦게 죽느냐의 차이만 있을 뿐이다. 우리는 언제나 삶과 이별할 준비를 해야 한다. 그리고 우리는 죽는 것을 두려워해야 할 것이 아니라 죽음에 임박했을 때 알아차리지 못하는 것을 두려워해야 한다.

불교에서는 새로운 태어남을 일으키는 첫 번째 마음을 재생연결식이라고 한다. 그리고 재생연결식은 죽을 때의 마음인 사물심을 원인으로 일어나며, 이때 일어난 재생연결식으로 다음 생을 시작하게 된다. 그러나 죽을 때의 마음이 그대로 재생연결식으로 전해지는 것은 아니다. 마음은 매순간 일어났다가 사라지므로 같은 마음이 전해지는 것이 아니고 마음을 일어나게 한 업력이 재생연결식으로 전해지는 것이다.

이처럼 생애 최초의 재생연결식은 업력에 영향을 받는데, 이



때의 업력이 다음 생에 태어날 곳(6도윤회)과 태어날 조건을 결정한다. 그래서 죽음에 임박했을 때 어떤 마음 상태인가에 따라 그다음 마음에 강력한 업력을 일으켜 그 힘이 재생연결식에 전해져 다음 생을 결정하게 된다.

죽음에 임박해서는 ‘오온’중 수(느낌)가 많아진다. 그리고 대부분의 느낌은 고통스러운 느낌이다. 하지만 심한 고통이 일어났을 때 내가 괴롭고, 내가 아프다고 생각하면 안된다. 고통스럽고 괴로운 것은 느낌의 작용일 뿐, 나와 분리해서 알아차려야 한다. 몸이 아플 때는 몸만 아파야지 마음까지 아프지 말아야 한다. 마음까지 아프면 화살을 두 번 맞는 것과 같다. 이때 고통스러운 느낌을 분리해서 알아차리지 못하면 내가 고통스럽다고 생각하게 되어 괴로워하면서 죽게 된다.

만약 이런 마음으로 죽게 되면 그 마음의 업력이 다음 생의 처음 마음인 재생연결식으로 연결되어 고통스러운 몸과 마음을 받게 된다. 그러나 몸은 고통스러워도 마음이 고통을 느끼지 않고 있는 그대로 알아차리면 죽을 때의 마음이 청정해서 다음 생의 재생연결식이 청정해지고, 청정한 세계의 몸과 마음을 받아서 태어나게 된다.

우리가 수행을 하는 궁극적인 목표는 열반을 성취하고 아라한이 되어 번뇌를 끊고 윤회를 벗어나 다시 태어나지 않는 것이다. 하지만 현실적으로 재가자들에게는 어려운 일이다. 따라서 생의 마지막 순간, 청정한 마음으로 잘 죽는 것을 목표로 삼아 수행정진 해야 한다. 좀 더 나은 다음 생을 받기 위해서 말이다.

호랑이는 죽어서 가죽을 남기고

김성철

동국대 경주캠퍼스 불교학부 교수
 사)한국불교학회 법인이사, 상임고문
 80여 편의 논문 발표, 20여 권의 저·역서 발간
 〈원효의 판비랑론 기초연구〉 등 3권
 대한민국학술원 우수학술도서 선정
 〈승랑, 그 생애와 사상의 분석적 탐구〉
 한국연구재단 10년 대표 연구 성과 선정

속담 중에는 부처님의 가르침과 부합하는 것이 많지만 그렇지 않은 것도 있다. “호랑이는 죽어서 가죽을 남기고 사람은 죽어서 이름을 남긴다.” 많은 사람들이 인생 지침으로 삼을지 몰라도, 부처님 가르침과 어긋나는 대표적인 속담이다.

유교 경전 가운데 『효경』에서도 “내 몸뚱이와 머리털과 피부는 부모님으로부터 받은 것이니 다치거나 상하지 않게 하는 것이 효도의 시작이고, 출세하여 도를 행하고 후세에 이름을 떨치으로써 부모님이 드러나게 하는 것이 효도의 끝이다.”라고 가르친다. 이 역시 위의 속담과 그 취지가 다르지 않다.

화무십일홍(花無十日紅). “꽃이 열흘 붉지 않다.”는 뜻이다. 아무리 높은 권력에 올라가도 언젠가 내려오게 된다. 공수래공수거(空手來空手去), “빈손으로 왔다가 빈손으로 간다.”고 하듯이, 아무리 재산을 많이 모아도 죽은 후에는 그 모두가 남의 것이 된다. 자식에게 유산을 남길 순 있겠지만, 자식도 남은 남이다. 이렇게 권력과 재산은 언젠가 반드시 나의 손을 떠난다. 그러나 명예의 경우, 내가 죽은 후에도 그 명예가 내 이름 석 자를 장식하기에,

돈이나 권력보다 중요하다고 생각할 수도 있으리라.

그러나 곰곰이 생각해 보면, 돈이나 권력은 물론이고 명예도 나의 죽음과 함께 사라진다. 내가 죽은 후 내가 생전에 누렸던 명예 역시 무의미해진다. 살아 있는 그들이 아니라 죽은 나에게 그렇다는 말이다. 우리 민요 ‘성주풀이’에서는 “낙양성~ 십리허에~ 높고 낮은 저 무덤은~ 영웅호걸이 몇몇이며~ 절세가인이 그 누구냐~ 우리네~ 인생 한번 가면~ 저기 저 모양이 될 터이니~ 에~라 만수 에~라 대신이여 …”라고 권력과 명예와 미모의 무상함을 노래한다. 살아생전에 내가 아무리 명예를 드날렸더라도 죽은 나에게 그 명예는 무의미하다. 내가 죽으면 나에게서 이 세상 모두가 사라지기 때문이다. 나만 사라지는 게 아니라 저 북두칠성 성좌에 이르기까지 온 우주가 사라진다. 나와 함께 온 우주가 폭발하는 것이다.

티베트불교 겔룩파의 교과서 격인 『보리도차제론(菩提道次第論)』에서는 불교 초심자가 삼귀의의 다짐을 하기 전에 먼저 익혀야 되는 수행으로 ‘죽음에 대한 명상’을 제시한다. 염사(念死, maraṇasati)라고 쓴다. 여기서 말하는 죽음은 ‘자신의 죽음’이다. ‘명상’이라는 용어를 썼지만, 별 게 아니다. 다음과 같은 생각을 되풀이 하는 것이다. “나는 반드시 죽는다. 그런 죽음이 나에게 언

제 닥칠지 모른다. 내가 죽을 때 아무도 나와 함께 할 수 없다. 내가 죽으면 돈, 재산, 명예, 가족, 친지 등 모든 것과 이별한다. ...” 이런 염사의 수행이 완성되어야 비로소 부처님과 가르침과 스님에 대한 믿을 다짐하는 삼귀의 의례에 진심으로 임할 수 있다. ‘죽음에 대한 명상’, 즉 염사의 수행이 완성되었는지 알려면, 나에게 재물욕, 권력욕, 명예욕이 남아 있는지 확인해 보면 된다. 꿈에서도 이런 욕망이 없다면, 염사의 수행이 완성된 것이다. 죽은 나에게 재물이나 권력은 물론이고 생전에 날렸던 그 어떤 명예도 모두 무의미하기 때문이다.

현생에 내가 추구한 명예가 아니라, 다만 내가 지킨 지계의 정화^{淨化}가 중요하고, 내가 지은 선업의 공덕이 중요하다. 더 나아가 다시는 먹이와 섹스와 권력과 재산과 명예의 세계에 들어오지 않는 열반, 해탈을 회구하는 마음이 중요할 뿐이다.



하얀 겨울

아침 환한 빛에 눈이 떠진다. 뭐가 좀 다른 느낌인데~ 울릉도의 겨울이라 그런가? 기지개를 펴며 창밖의 풍경에 눈이 휘둥그레진다.

온 세상이 하얗다. 내 머릿속도 하얗다. 오늘 배가 안 뜨는 것은 아닌지, 일단 걱정은 접어두고 좋은 향 가득한 커피 한 잔과 버터 듬뿍 넣어 구운 토스트로 아침을 시작한다. 점심때 또 산해진미를 먹으려면 간단히^^

오늘은 나리분지로 향해 본다. 울릉도에서 유일한 평지인 나리분지는 병풍 같은 산에 둘러 싸여 화산섬인 울릉도의 진면목을 보여 준다. 특히 나리 분지는 솔송나무와 너도밤나무로 우물정자 모양을 쌓고 흙으로 틈을 메워 만든 울릉도 특유의 가옥 투막집이 4개소 남아 있었다. 이곳은 울릉국화와 섬백리향 군락지라고 하는데 다른 계절에도 다시 들려봐야겠다. 울릉국화와 섬백리향이 매우 궁금하다.

나리분지에 들어가기 전 높은 곳에 위치한 전망대에서는 나리분지를 한눈에 볼 수 있었는데 외딴 섬에 이렇게 넓은 평야가 존재한

다는 사실에 놀랐고, 눈 덮은 설경에 한 번 더 놀랐다.^^

나리 분지에는 식당이 한 곳이 있는데 산채비빔밥이 메인 메뉴이다. 아삭아삭한 나물들 고소한 들기름 몇 방울 둘러서 먹으니 역시 이 맛이야~ 라는 말이 절로 나온다. 다른 테이블의 어르신들은 이집만의 풍류, 막걸리에 전 한 장으로 이야기꽃을 피우신다. 식사를 마치고 옆에 있는 카페에 들렀다. 커피향이 아닌 차향이 가득한 곳이다. 입맛에 맞는 차를 발견하고 음미한 뒤, 차도 함께 구매 했다.

다시 일상으로

온 세상 하얗게 덮은 눈 덕분에(?) 우린 남은 일정을 모두 취소하고 다음 만남을 기약해 본다. 다음 날 좋을 때 입도해서 섬백리향과 울릉국화도 보고 우리 땅 독도도 들어가 태극기도 휘날려 보며 홀로 아리랑도 흥얼거리면서 애국심을 한번 고취해 보리라. 해마다 10월이면 독도에서는 독도사랑축제가 열린다. 10월의 어느 날, 다시 나에게 울릉도에 올 수 있는 기회가 허락되길 바라본다.

돌아오는 배 안에서 1박 2일의 여정을 사진으로 한 번 더 스캔을 하다 보니 잠이 쏟아져 스르륵 눈이 감긴다. 한참을 자고 일어났는데도 아직 배 안이고 밖은 깜깜하다. 그렇게 자다 깨다를 반복했다.



정말 순식간에 지나간 여행이다. 항상 여행은 나에게 새로운 다짐을 하는 시간을 갖게 해준다. 일상 속 나의 위치에서 열심히 노력하고, 그 결과로 얻어지는 행복한 시간을 마음껏 즐기자는 다짐 말이다. 포항에서 볼 수 없던 눈도 원 없이 보고, 입 안 가득 바다의 맛을 느끼고 돌아오는 시간이 허락된 오늘에 감사하다.

울진 후포항에 도착을 하니 제법 어둡다. 나의 여행은 여기가 끝이 아니니, 후포에서 다시 포항으로 2시간 정도 아스팔트길 위를 달려야 한다. 끝까지 긴장의 끈을 놓지 않고 안전하게 운전을 하며 커피를 호로록한다. 집에 도착 할 때쯤 언니가 전화를 걸어온다. “잘 도착했나? 고생했데이~ 집으로 명이나물 택배 보냈다. 니 명이나물 잘 묵데? 이틀이른 도착한다카이 울릉의 맛 육지서도 즐기래이~” 역시 언니의 사랑은 은혜롭다. 언니 올 해 10월 달에 독도 갑시데이~

눈으로 읽는 전통등 이야기

한국전통등연구원

1996년 전통등연구회를 시작으로 오늘날까지 한
지전통등을 계승하며 새로운 문화를 열어가고 있
다.



I. 사신

II. 화성원행반차도

III. 무예 24기

IV. 전래동화

V. 시집가는 날

VI. 삼일유가

VII. 조선의 풍속

VIII. 12지신



II. 화성원행반차도 華城園幸班次圖

(A Diagram of a Royal Visit to Hwaseong)

1795년 정조대왕이 어머니인 혜경궁 홍씨의 회갑을 맞아 아버지인 사도세자가 묻힌 현릉원 顯陵園으로 행차하는 모습을 그린 그림이다. 정조의 행차는 1795년 음력 윤 2월 9일부터 16일까지 7박 8일 동안 진행되었으며, 우의정 채제공을 비롯한 문무백관과 나인, 호위군사 등 6,000여명이 참여했다.

화성원행반차도는 이중 1,799명의 사람과 779필의 말을 세밀하게 묘사하고 있다. 작품은 2015년 수원사랑등불축제의 모습으로 반차도의 특징적인 부분을 묘사했다.



5월의 차밭

김정애
다도전문가
정각사 교도

5월은 차축제의 달입니다. 이 시기에는 우리나라 대표 차산지인 경상남도 하동군, 전라남도 보성군, 제주도 등에서 차축제와 박람회 개최되어 햇차를 맛보는 기쁨과 더불어 즐거운 시간을 보낼 수 있습니다.

흔히들 차밭을 녹차 밭, 차나무를 녹차나무라고 부르는데 이는 ‘녹’이라는 글자가 더 푸르고 생기 있는 느낌이 들어 다들 그리 부르는 것이라 생각됩니다. 이번 달은 봄이라는 계절, 5월이라는 시기와 참 잘 어울리는 차와 차밭에 대해서 알아보을까합니다.

먼저, 대표적인 하동의 차밭입니다. 하동은 삼국유사와 신라본기를 통해 우리나라에서 가장 먼저 차나무를 심은 차 시배지입니다. 신라시대 때 당나라 사신으로 갔던 김대립이 차 종자를 선물 받아오자 흥덕왕이 이것을 심으라 하였는데, 마침 당시 기후가 따뜻하고 비가 많이 내려 차 재배지로도 적합했다고 합니다. 그 후 차는 진감선사로 인해 널리 보급되어 오늘날까지 전해져오고 있으며, 현재 하동 야생차는 지방기념물 제 61호로 지정되어 있습니다.

하동의 차밭은 잘 정돈된 곡선의 드넓은 차밭과는 다르게 군데 군데 끊어지기도 하고 들쭉날쭉한 형태를 하고 있습니다. 야생의 투박하고 거친 느낌이지만 그 속에 자연스러움을 가지고 있습니다.

특히 차나무는 다 자라면 어른키 정도 되어 찻잎을 수확하려면 불편한 자세로 나무 사이를 헤집고 다녀야 합니다. 더군다나 차로 올라갈 수 없는 가파른 산비탈에 차나무들이 많이 자리하고 있어 어려움이 따르는데, 수확이 귀해 다른 지역에 비해 고가의 가격으로 판매되고 있습니다.

5월에 하동을 방문하면 여기저기 ‘햇차 있어요’라는 문구를 보게 될 것입니다. 찻집을 방문해서 가장 많이 만나는 차가 우전, 세작, 작설인데, 올해 하동 야생차는 곡우(곡우, 4월 20일)전에 딴 가장 어린잎으로 만든 차입니다.

우전, 곡우에서 입하(입하, 5월 6일)사이에 따서 말린 차를 세작이라 합니다. 세작은 아직 입이 말려있어 창처럼 생긴 잎과 조금 오그라들어 깃발처럼 생긴 잎을 모아 만듭니다. 지역에 따라 세작 대신 작설(작설)이라 불리는데 찻잎이 참새 혀 같이 귀여워 붙여진 이름입니다.

또한 5월 6일 이후에 수확된 차는 시기에 따라 중작(중작, 5월 20일이전), 대작(6월까지)으로 불리는데 잎이 역세고 뽕은맛이 강



© 국토교통부. All Rights Reserved

해 티백이나 미용 재료로 쓰이기도 합니다.

올해 5월에는 하동에서는 ‘세계차*엑스포’가 열린다고 합니다. 이 기회에 하동의 차 뿐만 아니라 세계 여러 나라 차를 시음해 보며 다양한 체험을 통해 우리나라 차의 우수함도 직접 느껴보면 어떨까요? 5월의 푸르른 날, 녹색의 자연과 차를 함께하며 지친 몸과 에너지를 충전하는 기회가 되었으면 합니다.

부처님오신날

해광 정사
시법사 주교

불교 4대 명절 중의 하나인 사월초파일(음력 4월 8일)은 ‘부처님오신날’입니다. 부처님은 법신^{法身}, 보신^{報身}, 화신^{化身}의 세 가지 몸을 갖추고 계십니다. 청정 법신 비로자나부처님은 우주 가득한 진리의 부처님이시며, 보신 아미타부처님은 보살행의 공덕과 수행으로 깨달으셨으며, 화신은 인간의 몸으로 탄생하여 중생을 제도하고 구제하기 위해 중생세계에 오신 석가모니부처님입니다.

부처님오신날은 바로 석가모니부처님이 우리 중생들 곁에 오신 날입니다. 약 2,600여 년 전 인도 카필라국을 통치하던 정반왕은 40세가 되도록 후손이 없어 걱정이었습니다. 어느 날 왕비인 마야(Maya)부인이 여섯 개의 이를 가진 흰 코끼리가 오른쪽 옆구리로 들어오는 신기한 태몽을 꾸었습니다.

산일이 가까워지자 출산을 위해 친정인 콜리(Koli)성으로 향했습니다. 룸비니(Lumbini)동산에 이르자 산기가 있어 무우수^{無憂樹} 꽃가지를 잡고 옆구리로 태자를 출산했습니다. 그때 천지가 진동하고 하늘에서는 꽃비가 내렸으며 온갖 천신들이 나타나 예배하고 연못에선 용들이 나와 오색의 따뜻한 물을 뿜어 태자를 씻어주었습니다.



갓 태어난 태자는 오른손으로 하늘을, 왼손은 땅을 가리키며 사방으로 일곱 걸음씩을 걸은 뒤에 선언을 하셨습니다.

천상천하^{天上天下} 유아독존^{唯我獨尊}

삼계개고^{三界皆苦} 아당안지^{我當安之}

하늘 위와 하늘 아래에 오직 나 홀로 존귀하다

세상(욕계, 색계, 무색계) 모두 고통 속에 있으니 내 마땅히 이를 편안하게 하리라

위대한 성인의 탄생을 일반인과 다르게 상징적으로 표현합니다. 옆구리로 태어난 것은 인도의 4계급 성직자, 왕족, 평민, 노비 중 왕족에 해당되고, 일곱 발자국은 천상, 인간, 수라, 축생, 아귀, 지옥인 육도 윤회를 벗어난 해탈의 경지를 나타냅니다.

천상천하 유아독존은 내가 제일 잘 낫다는 뜻이 아니라 인간보

다 존엄한 것은 없으며, 나 자신이 세상에서 제일 소중하다는 것입니다. 인간 개인은 절대적인 가치를 지니고 있어 불성으로 부처가 될 수 있음을 뜻합니다.

부처님오신날을 기뻐하며 봉축하는 행사는 아기 부처님의 몸을 씻기는 관욕^{灌浴}, 부처님께 향, 등(초), 꽃, 과 일, 차, 쌀을 올리는 육법공양이 있으며, 부처님의 공덕을 염송하는 탑돌이 행사와 유네스코 인류무형문화유산이자 국민 축제로 자리 잡은 연등회가 전국적으로 펼쳐지고 있습니다.

노랑귀신, 자아귀신

유소림

서강대학교 영문학과 졸업
한국여성민우회 편집실장
주간 내일신문, 미즈엔 편집위원 역임
『녹색평론』 시와 산문 발표 다수
저서 〈신주쿠 시궁쥐 비둘기〉, 〈퇴곡리 반딧불이〉등

별개미취 꽃대에 노란색 실이 칭칭 감겨 있다. 꽃봉오리는 벌써 노랗게 시들거린다. 서둘러 그 꽃대를 잘라낸다. 함께 노란 실에 감긴 주변 잡초들까지 살살이 잘라낸다. 이 노란색 실의 정체는 ‘실새삼’이다.

기생식물인 실새삼은 뿌리도 없다. 그냥 노란 촉수가 뻗어나 가며 닿는 대로 들러붙어 다른 식물들을 빨아 먹는다. 그 무차별 공격성은 거의 역병 수준이어서 대여섯 평 콩밭을 며칠 만에 말려 죽인다고 한다. 엽록소는 없으나 아무튼 씨앗도 초스피드로 생기고 아무데서나 발아해서 다른 식물에 올라타면 뿌리가 없어진다. 그놈에게는 쓸 농약도 없단다. 정말 귀신같다. 그래서 우리 집에선 아예 ‘노랑귀신’이라고 부른다.

“자아^{自我}란 없습니다. 자아란 자기에 대한 자기의 생각일 뿐, 그 실체는 없습니다. ‘나’라는 것은 정말 추상적인 말입니다. 그런데 나다, 나다, 나다 하고 있으면 그것이 딱딱한 ‘나’가 되어 내 속에 자리해서 자아놀음을 합니다. 그렇게 이 모든 것은 마음이 만들어냅니다.”

스승님 말씀에 노랑귀신이 떠오른다. 나는 지금껏 바로 내 속에 그 징그러운 노랑귀신을 모시고 있었구나! 뿌리도 없이 업습의 힘으로 생겨나서 복잡한 생각과 엉클어진 감정의 촉수를 마구 뻗어대며 사단을 일으키는 ‘자아’라는 노랑귀신!

한마디 말에 가슴에 울렁증이 인다. 그 말을 뱉은 사람에게 골몰할수록 더욱 출렁댄다. 그렇게 밖을 쏘아대다가 문득 정신을 차린다. 속을 들여다본다. 울렁증의 중심에는 그 사람이 아닌 바로 ‘자아귀신’이 있다. 여지없다. 그러나 어찌할 것인가. 그 귀신의 힘이 만만하지 않음을 거듭 실감한 것은 큰 공부다. 공부했으니 털고 일어나야 한다.

자아도 마음에서 일어나고 해탈도 마음에서 일어난다. 그러면 어느 쪽에 힘쓸 것인가. 주변을 고사시키고 스스로도 자멸하는 그 노랑귀신, 자아귀신 기르기에 힘쓸 것인가. 아니면 걸림 없는 본래 마음을 드러내는 일에 힘쓸 것인가.

2,600년 전, 한 각자^{覺者}가 무아^{無我}-해탈^{解脫}의 말씀을 전해주셨다. 금생의 스승으로부터 그것을 내 마음에 적용하는 법을 배웠다. 노랑귀신에는 약도 없다지만 자아귀신 퇴치에는 ‘공^空을 깨닫는 27가지 길’이라고 하는 지침서도 있다.

이 지침서를 다시 썬다. 또 빠지고 미끄러지겠지만 실습해
가면 한 만큼 좋다. 이치를 모르고 미끄러지면 업습이 쌓이지만
이치를 이해하고 미끄러졌다가 다시 일어서면 그만큼 업습에서
깨어난다.



우리 아이 양육 길라잡이

강남구 구립어린이집연합회

강남구에 60여 곳 이상 자리 잡고 있는
구립어린이집 연합



01 공갈젖꼭지에 집착하는 아이

02 고기만 먹고 채소는 안먹는 아이

03 잘 먹지 않거나 음식을 입에 물고 있는 아이

04 제자리에서 안먹고 돌아다니면서 먹는 아이

05 대소변을 가리지 못하는 아이

06 소변을 참다가 옷에 실수하는 아이

07 씻지 않으려고 하는 아이

08 이를 닦지 않으려고 하는 아이

09 계절과 상황에 안맞는 옷을 입으려는 아이

10 스스로 옷과 신발을 벗지 않으려는 아이

03. 잘 먹지 않거나 먹기 싫으면 입에 물고 있는 아이

식사 시간이 되면 마치 전쟁터를 방불케 할 정도로 아이와 신경전이 벌어진다. 음식을 입에 넣어주면 씹지 않고 입에 그대로 있거나 먹는 것을 도와주려고 하면 입을 가리고 도망 가버린다. 아이의 이런 모습 때문에 식사 시간이 즐겁지 않고 아이 때문에 화가 난다. 이러다가 친구들보다 작아서 친구들 무리에 끼지 못 할까봐 걱정된다.

원인

1) 아이가 속상한 마음을 잘 먹지 않고 먹기 싫은 음식을 물고 있는 것으로 표현하는 것은 아닌지 살펴봐야 한다.

예) 동생이 태어나면서 엄마가 동생만 안아주고 사랑하는 것 같아 관심을 끌기 위해 음식을 먹지 않거나 입에 물고 있을 수 있다.

2) 짧은 시간 간격으로 엄마가 계속해서 음식을 제공할 경우

3) 가족적 특성인 느린 성장패턴으로 식욕부진이 나타날 경우

4) 또래 발달 단계에 맞는 양보다 많은 양을 제공하며 강요할 경우

5) 이유식 시기에 발달에 맞는 음식들이 적절하게 제공되지 못한 경우

- 6) 같은 조리법과 메뉴가 반복적으로 제공되어 음식에 싫증을 느끼는 경우
- 7) 먹은 음식을 충분히 소화할 수 있는 활동적인 환경이 제공되지 못한 경우
- 8) 또래보다 섬세한 감각으로 냄새나 모양, 느낌에 예민한 경우

지도방법

- 1) 음식의 양, 선택권을 아이에게 주도록 한다.
- 예) 자신이 먹고 싶은 양만큼 식판에 담아보기
- 2) 아이와 함께 밥상 차리기
- 3) 아이가 엄마가 되어 아이가 된 엄마에게 음식을 먹여주는 역할놀이를 한다.
- 4) 신체 활동을 충분히 하여 배고픔을 느끼게 한다.
- 5) 다양한 조리법으로 요리한 음식을 먹는 기회를 제공한다.
- 6) 식사 시간이 즐겁다는 것을 느낄 수 있는 분위기를 만든다.

기타

- 1) 계절을 느낄 수 있는 꽃을 준비하거나 다양한 장식품을 준비하여 식탁 분위기에 변화를 주면, 식욕을 돋우는데 긍정적인 효과가 있다.

- 2) 반찬 재료의 본연의 색이 입맛을 자극하는 데 도움이 되므로 식사 준비할 때 재료 본연의 색이 다양하게 보일 수 있도록 제공한다.

※ TIP

· 식사시간은 반드시 정해두고 식사시간이 지나면 밥그릇을 모두 치우는 타임아웃제를 실시하여 반드시 엄마와 함께 밥 먹는 버릇을 들여야 한다. 밥을 많이 먹거나 적게 먹는 것에 상관없이 함께 식사하고 시간을 지키는 것이 가장 먼저 지켜야 할 일이다.

· 식사 도중 다른 행동은 금지한다. 아이들은 한 곳에 가만히 앉아 식사에만 집중하는 것을 어려워한다. 때문에 부모들은 스마트폰이나 tv를 통해 아이가 좋아하는 만화를 보여주며 밥을 먹는다. 그러나 밥을 입에 문 채로 줌처럼 씹지 않는 아이들의 경우, 주의를 분산시키는 매체로 인해 습관이 더 고착화 될 수 있다.

부처님오신날, 우리는

법상 스님

부산 대원정사 주지
유튜브 '법상스님의 묵탁소리' 운영자
마음공부 공동체 '묵탁소리' 지도법사

올해 부처님오신날은 5월 27일입니다. 우리 각자에게 있어 부처님이 오셨다는 것은 그동안 번뇌망상에 시달리면서 온갖 괴로움의 삶을 살던 중생으로의 나에게 드디어 고통으로부터 벗어날 가능성이 열리게 되었음을 의미합니다. 부처님오신날, 우리 모두에게도 부처님이 오실 수 있음을 알려주신 것입니다.

사실 부처님은 오고 가는 분이 아닙니다. 언제나 부처님은 와 계시고 깨달음 또한 이미 이 자리에 명백하게 드러나 있을 뿐입니다. 그럼에도 불구하고 오늘날 부처님오신날을 맞이하는 불자들의 마음속에서는 전혀 부처님이 와 있지 않다고 여기는 듯합니다. 나는 어리석은 중생에 불과하지 내가 어떻게 부처일 수 있겠나 하고 느끼는 것이지요.

대부분의 사람들은 이번 생에 열심히 복도 짓고, 법문도 듣고, 불법인연과 선근공덕을 쌓다보면 훗날 어느 때 쯤, 성불인연을 만날 수 있지 않겠나 하는 막연한 생각을 합니다. 그러나 이러한 답변은 이번 생에 부처가 될 마음이 전혀 없다는 것을 의미합니다. 모름지기 불교를 공부하는 불자라면 이렇게 마음을 가져서는 안 됩니다.



참된 불자란 발심 원력을 세운 사람입니다. 발심이란 발보리심이고 이것은 말 그대로 보리, 즉 깨달음을 얻겠다고 마음을 낸 사람입니다. 화엄경에서는 일체유심조라고 말했는데요, 깨달음을 얻는데도 이 법칙은 유효합니다. 스스로 발심하여 이번 생에 깨달음을 얻겠노라고 마음을 내게 되면 일체유심조의 법칙에 따라 바로 그 생에서 깨달음을 얻게 될 기연을 만날 수 있을 것입니다.

발심만 하면 깨달음의 가능성은 당장에 코앞에 와 있게 됩니다. 깨달음이란 어렵게 노력해서 얻는 것이 아니라, 지금 이 자리에 언제나 있어왔던 것이기 때문입니다. 기필코 이번 생에 부처님이 내 안에도 오시도록 하겠노라는 간절한 발심을 세우는 날, 그 날이 바로 진정한 부처님오신날이 아닐까요? 불기 2567년 부처님오신날, 우리 모두 발심하는 하루가 되기를 바랍니다.

'법상 스님의 묵탁소리' 공식 카페

어느 시대
하늘하늘 춤추며
방 한켠 여물게도 밝히던 호롱

건너건너
나지막한 카페 한 귀퉁이에서

빨간 조명 켜며
잔잔한 음악에 취해

이제는 꽃처럼 앉아있네
호롱 꽃이 되었네

지난호 정답

①㉔ 삼		㉒ 관	행		㉑ 피		②## 시	부	㉓ 야
다		자		③㉕ 생	로	㉔ 병	사		구
④ 도	㉖ 달			방		아		㉗ 사	
	⑤ 항	마	㉘ 염	송		⑥ 리	트	리	㉙ 버
⑦ 미	아		화		⑧㉚ 킹	콩			킷
	리		미		크		㉛ 간		리
㉜ 태			소		⑨ 랩	소	디		스
평		㉝ 유						㉞** 비	트
성		목		* 담		# 밀		염	
⑪ 대	한	민	국	임	시	정	부		

퀴즈로 알아가는 알쏭달쏭 상식

①㉓			㉒		㉑		②㉔		㉕
		③				㉖			
④	㉗		⑤	㉘					
⑥						⑦	㉙		
			㉚		㉛				
㉜		⑧					⑨		㉝
			⑩						
⑪							⑫		

가로 열쇠

- ① 음력 4월 8일로 석가모니부처님의 탄생을 기념하는 날
- ② 통삼겹살에 진간장 등의 향신료를 넣고 조리한 상하이 대표음식 중 하나
- ③ 벼슬이나 직위, 직책을 속되게 이르는 말
- ④ 동쪽에 있는 바다
- ⑤ 단편소설 <지킬 박사와 하이드 씨>를 원작으로 한 브로드웨이 뮤지컬
- ⑥ 강원도지방유형문화재 제6호로 지정된 팔작지붕겹처마기와집의 누대
- ⑦ 대한민국 보물 제1호, '흥인지문'
- ⑧ 긴 목과 줄무늬가 매력적인 사바나의 초식동물
- ⑨ 여름 민어, 가을 전어, 겨울 납치, 봄 000
- ⑩ 막다른 데 이르러 어찌 할 수 없는 지경을 뜻하는 불교용어
- ⑪ 매년 5월 8일 아버지의 은혜를 되새기는 뜻으로 제정된 날
- ⑫ 1년 내내 녹지 않는 눈

세로 열쇠

- ㉓ 자신의 뚜렷한 소신 없이 남이 하는 대로 따라가는 것을 뜻하는 고사성어
- ㉒ 두 팔꿈치, 두 무릎, 이마 5군데 부위를 땅에 대고 절하는 불교 예법
- ㉑ 비, 구름, 바람, 기온 등의 변화에 따른 대기의 상태
- ㉔ 일정한 곳으로 함께 길을 오가는 것
- ㉕ 총지종 교의의 상징이자 종지를 표시하는 종단 대표 상징문양
- ㉖ 영국 작가 J.K롤링의 마법 판타지 소설 시리즈의 주인공
- ㉗ 굽 높이가 10cm 이상인 구두
- ㉘ 봄, 여름, 가을, 겨울의 네 철을 아울러 이르는 말
- ㉙ 기억력 3초 전설을 갖고 있는 잉어과 물고기
- ㉚ 방정환 선생이 어린이의 행복을 도모하기 위해 만든 기념일
- ㉛ '옹 머리에 뱀 꼬리' 시작은 크지만 흐지부지 끝남을 꼬집는 말
- ㉜ 큰 언덕처럼 보인다고 하여 지어진 이름으로 서해안에서 제일 큰 섬
- ㉝ 연극, 음악, 방송 등 실제 공연 전에 하는 연습

칸을 채워 편집실로 보내주시면 독자 정답란에 기재되며, 소정의 기념품을 보내드립니다.

✉ 이메일 : news@chongji.or.kr 카카오톡 친구추가 : 불교총지종

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	주소	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 도곡로25길 35(역삼동)	(02)3452-7485
서울경인교구			
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
충청전라교구			
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
대구경북교구			
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
부산경남교구			
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

‘친구여, 나이가 들면 설치지 말고
미운소리, 우는소리, 헐뜯는 소리
그리고 군소리 불평일랑 하지 마소.
알고도 모르는 척, 모르면서도
적당히 아는 척, 어수룩하소.
그렇게 사는 것이 평안하다오.’

옛날 일들일랑 모두 다 잊고
잘난체 자랑일랑 하지를 마오.
우리들의 시대는 다 지나가고 있으니
아무리 버티려고 애를 써봐도
가는 세월은 잡을 수가 없으니
그대는 뜨는 해, 나는 지는 해,
그런 마음으로 지내시구려.’

법정 스님의 ‘노년의 지혜’ 글 가운데
일부 내용입니다.
사람은 젊음과 늙음의 과정을 겪습니다.
그러나 나이는 숫자에 불과하듯
사람은 생각과 마음가짐에 따라
젊게 살 수도, 늙게 살 수도 있습니다.

부처님께서서는
오늘의 우리 모습은
과거의 우리가 생각한 모습이라고
말씀하셨습니다.
지난날과 오늘날의 자신을 성찰하고
참회하며 지혜의 등불을 밝히는
불기 2567 부처님오신날이 되길
바랍니다.



독자님의 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 후원에 감사드립니다.

공덕성 김미경 김운서 법 공 보명심 안한수
오승헌 오채원 오현준 우 인 이수영 이인성
이혜성 자선화 정화연 총지화 한철수

(사)한국불교사진협회 회원일동(무순)

지회) 박차봉 강영철 박영중 조덕제 옥장운
윤병재 김갑태 박종한 김상길 김인규
황규철 이정식 김영옥 이금숙 여성숙
배여진 김정순 김행숙 서순옥 서금순
분회) 최우성 조현숙 최금란 박정미 정봉재

불교총지중 홈페이지 총지미디어

http://www.chongji.or.kr

이메일 : news@chongji.or.kr

구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.

발 행 일 총기 52(2023)년 5월 1일
발 행 인 우인 정사
편집책임 김상미
발 행 불교총지중
주 소 06227 서울 강남구 도곡로25길 35 (역삼동)
전 화 02-552-1080~3
팩 스 02-552-1082

05월호



지위가 오를수록 겸손하고
부귀를 누릴수록 검소하라
얕은 물은 흐르는 소리가 요란하고
큰 강물은 소리 없이 흐른다

- 환당 대종사 법어록 중에서 -