

통권 제 212호

장남. 라 00943

2565
2021

06

살다 보면
어머니의
레시피,



지혜의
또락
날아올랐어?



죽비소리
취운불교
어려운불교

위드 다harma

With Dharma

영원한 진리와 함께

불교총지종

마음은 만법의 근본이다

마음은 만법^{萬法}의 근본이다.

즉, 주인공이다.

일체-^唯 대상이 이로부터 일어나느니라.



위드 다르마

다르마 는
영원한 진리의 말씀이며,

위드 다르마 는
다르미와 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.



마음의 등불 34

근본적인 대책 강구
정만호

씨앗 한 알 50

나이가 들어갈지라도
법상 스님

생활 속 식물이야기 60

물이 필요한 딱
그 순간 알기
이태용

04 특별기고

한국현대밀교의 물꼬를 트다 박재원

10 불교이야기

지혜의 완성 화령 정사

16 마중물

당신의 재능 따뜻한 아루

18 살다보면

어머니의 레시피, 사랑 이옥경

24 향유

감사 서령 정사

28 산책

밖 김대곤

30 아름다운 세상

행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관 묘원화 전수

34 마음의 등불

근본적인 대책 강구 정만호

38 지혜의 뜻락

날아올랐어? 방귀희

42 십선성취

현중일 남해 정사

46 죽비소리

쉬운 불교 어려운 불교 김봉래

50 씨앗 한 알

나이가 들어갈지라도 법상 스님

54 카일라스

수미산은 우주의 중심축(8) 김규현

60 생활 속 식물이야기

물이 필요한 딱 그 순간 이태용

66 결망에 담긴 이야기

고맙습니다 법일 정사

68 독자기고

바다를 밝히다 최시우

70 요리TALK! 정보TALK!

쓱 김조은

74 뜻 바루기

옴OM 김재동

76 컬리링 만다라세상

독자슴씨

78 법회일정

선지식 善知識 - Kalyanamitra

아난다 : 선지식이 도의 반이라고 알고 있습니다.

부처님 : 아니다. 선지식이 도의 반이 아니라 도의 전부다.

부처님께서 선지식의 중요성을 많이 강조하셨어요.

선지식은 '깔야나미타' 선한 벗이라는 뜻이며, 덕 높은 스승을 의미합니다.

지혜와 자비를 갖춘, 법을 지닌 훌륭한 스승과 인연으로 팔정도를 성취한다고 합니다. 안타깝게도 참된 선지식을 만나기 어려워요.

'도반'이라고 하더라도 일반 사람들과 어울려서 좋은 일이 없어요.

번뇌망상만 키우죠! 너무 자주 너무 오래 만나는 것을 절제하는 것이 수행에 도움이 되어요.

술 먹는 사람을 가까이 하면 술 먹게 되는 것처럼 명상을 배우고 싶으면 명상을 잘하는 사람을 가까이 하고 자비심을 키우고 싶으면 자비로운 사람을 가까이 하세요. 인연으로 좋아지고 인연으로 나빠져요.

- 용수 스님(세첸코리아 명상센터) -

* 아난다

부처님 10대 제자 중 한 사람으로 부처님의 말씀을 곁에서 가장 많이 들었으므로, '다문제일 多聞第一'이라 불린다.



한국현대밀교의 물꼬를 트다

박재원

총지신문 편집국장



육지진언 본존 친필



원정대성사의 친필 기록물

1,600여 년 전의 불교 전래와 함께 신라와 고려를 거치면서 민중을 구제하고 술한 국난을 극복하며 번창하고 왕성했던 한국의 밀교! 그러나 조선조의 억불정책 속에서 밀교는 쇠퇴하고 통불교通佛教 속에서 겨우 그 명맥만을 이어왔다. 이에 한국밀교의 중흥을 위하여 혜성과 같이 나타나신 분이 계셨으니, 그 분이 바로 정통밀교 총지종을 창종하신 원정대성사였다.

해방 이후 정신적 공황과 민생고民生苦에 허덕이는 중생을 구제하기 위한 정법正法으로서 밀교의 가르침을 널치신 원정대성사. 도tan에 빠진 나라를 구하고 민족을 실의와 좌절로부터 구하겠다는 원정대성사의 대비원大悲院은 밀교를 통한 구국도생救國度生의 방편으로 나타났으며, 이는 또한 한국밀교의 중흥의 길이었던 것이다.

총지종의 대자비 서원을 세우다

해방 이후 한국의 현대밀교사를 돌아볼 때, 천재적 통찰력과 혜안을 지니셨던 원정대성사께서 해방과 6.25 한국전쟁 이후 어려웠던 당시 사회에서 정신적 치유와 자성참회를 주창했던 진각종 창종주 회당 대종사를 만난 것은 신생 한국밀교의 홍복이었다고 할 수 있다. 원정대성사의 해박한 불교지식과 뛰어난 밀교수법密教修法의 수행력과 가르침은 총지종과 진각종뿐만 아니라 한국 밀교의 새로운 태동과 밀교중흥의 발판이 되었다.

불교국가 고려를 끝으로 사라져버린 밀교정법이 원정대성사의 오지신력五智神力으로 하나하나 모습을 드러내는 순간, 한국의 현대밀교는 기나긴 잠을 깨고 태동하기 시작했던 것이다. 잊었던 밀교의 비법毘法과 경궤經軌, 다라니陀羅尼와 수법修法 등이 발굴되기 시작하면서 통불교 일색이었던 한국의 불교계에 밀교라는 새로운 지평을 열게 되었다. 더구나 근현대사에 있어서 한반도에 ‘밀교’라는 말을 처음으로 전파했던 분이 바로 원정대성사인 바, 이에 대한 불교사적 평가는 새롭게 조명되어야 할 것이다.

총지종의 개조이며 현대한국밀교의 개척자인 원정대성사의 속성俗姓은 일직一直 손씨孫氏로서, 휘號는 대련大鑑이었으며 후일 총지종의 개산과 더불어 정우靜佑로 개명했다. 법호法號는 원정元淨.



1907년 1월 29일 경상북도 밀양군 산외면 다죽리에서 탄생한 원정대 성사는 타고난 품성이 영특, 민첩하고 불요불굴不搖不屈의 의지와 정의감, 뛰어난 기지와 고매한 인격을 소유한 큰 그릇으로 일컬어졌다고 한다.

영남^{慶南}의 흙^土 풍^風 가문에서 태어나 단아하고 고상한 품성을 물려받았으며, 한번 보고 들은 것은 절대로 잊어버리지 않는 놀라운 기억력과 천재성을 지녔던 원정대 성사는 어린나이에 이미 사서삼경^{四書三經}을 비롯한 유가儒家의 경전을 두루 익혔으며, 탁월한 문필력과 더불어 주역周易과 노장老莊에도 조예가 깊었다.

성사는 일찍이 개화의 물결을 타고 현대의 고등교육을 마치고는 잠시 관계官界와 교육계에 종사하였으나 20대에 불교에 뜻을 세운 후 한반도는 물론이고 만주·중국 등을 두루 다니며 불경의 수집과 연구에 몰두하였다.

그러던 중 피비린내가 몰아치고 유혈이 낭자하던 비극의 6.25 한국 전쟁을 만났다. 대성사는 동족끼리 서로 죽고 죽이는 처절한 전쟁의 참혹함과 도탄^{道炭}에 빠진 중생들의 고통을 목격하고, 호국불교^{護國佛教}를 통해 나라를 구하고 중생을 구제해야겠다는 대자비大慈悲의 서원^{誓願}을 세웠다.

불교종단 첫발, 심인心印 등 용어창안

이러한 큰 서원을 세우고 정진하던 중 원정대 성사는 1950년 진각종^{眞覺宗}의 종조^{宗祖}인 회당^{晦堂} 손규상^{孫桂祥} 조사를 성사^{聖師}의 고향인 경남 밀양^{密陽}에서 만나게 된다. 회당조사는 40대인 해방직후에 지병을 고치고자 애쓰던 중 우연한 기회에 관세음보살^{觀世音菩薩}을 대명왕^{大明王}인 '옴마니반메^{唵嘛呢반메}'를 접하여 묘득을 얻고 1947년경부터 연고가 있는 경북 지역에서 '참회원'이란 이름으로 교당을 열고 있었다.

이 당시에는 아직 '밀교'란 용어조차도 쓰이지 않았으며 밀교에 대한 교학적 개념도 없이 단지 육자진언염송의 공덕과 죄과를 참회하여 심신을 정화함으로써 병고를 해탈하겠다는 소박한 수준의 신흥교단이었다.

이때에 원정대 성사와 회당조사의 해후는 실로 한국현대밀교의 물꼬를 트는 중요한 사건이었다. 회당조사가 참회원이란 이름으로 대중을 이끌고 있었지만, 교리적으로도 빈약하였을 뿐만 아니라 종단의 정체성을 확립하기에는 역부족이었다. 이러한 때에 불교에 조예가 깊고 학식과 덕망을 겸비한 원정대 성사를 만난 것은 회당조사로서는 천재일우의 기회였다.

원정대 성사에 의지하여 교리적 근거를 마련하고 종단의 체계를 마련하는 한편 회당조사는 사원 건설과 대중포섭에 매진했다. 현재 진



각종에서 쓰고 있는 심인^{心印}이나 심인당^{心印堂}, 심공^{心空} 등의 용어가 원정대성사에 의하여 이때에 창안되었고, 이로 인해 참회원은 종단의 모습을 조금씩 갖춰가기 시작했다. 1951년에는 교당명을 '심인불교건국참회원^{心印佛敎建國僧悔圓}'으로 정했는데 심인과 불교라는 용어를 교당명에 처음으로 사용하면서 불교종단임을 표방하여 신흥종단에 대한 세간의 오해를 불식시키고 불교종단으로서의 첫발을 내딛게 되었던 것이다.

종단의 조직과 교리체계 마련에 전력

이리하여 두 거성^{巨聖}은 손을 잡고 이후 10여 년 동안 의기투합하여 중생제도에 전념했다. 참회원 건설과 대중 접촉 등 외부적인 일은 회당조사가 주로 담당하고 원정대성사는 내부적으로 종단의 조직과 교리체계를 마련하는 데에 전력을 기울였다. 특히 원정대성사는 문장력이 뛰어나 4·4구의 정형조로 교리를 알기 쉽게 풀이하고 한문에 익숙하지 않은 사람들을 위하여 가능한 한 한글 위주로 모든 경전과 교리서를 작성했다.

진각종의 초창기에 원정대성사에 의하여 한글로 번역된 '이전에 내가 지은 모든 악업은…'으로 시작되는 참회계와 '원하건대 이 공덕이 널리 일체 미쳐져서…'로 시작되는 회향계는 명문 중의 명문으로서 50년이 지난 지금까지도 총지종과 진각종의 양대 종단에서 법회에 사용되고 있다.

현재 진각종에서 사용하고 있는『진각교전』은 주로 이 시기에 원정대성사에 의하여 엮어진『법불교문』,『옹화방편문』등이 기초가 되어 만들어진 것이다. 또한 원정대성사는 1958년 말에는 불교경전 가운데에서 요긴한 부분을 뽑아 한글로 번역하여『옹화성전^{應化聖典}』이라는 이름으로 편찬해 내었으며 초심자들에게 불교의 윤곽을 파악하는데 많은 도움을 주었다.

현재까지도 진각종에서는『옹화성전』을 주요 교전으로 삼고 공부하고 있는데, 후일 이 책은 더욱 보완되어 총지종에서『불교총전^{佛教總典}』이라는 이름으로 출간되었다. 특히 이 시기에는 농촌의 문맹자들을 위하여 교리를 한글로 풀이하고 붓글씨로 크게 써서 한 글자씩 짚어가며 따라 읽게 하여 문맹 퇴치에 앞장섰는데, 이러한 활동은 진각종이 대중과 접촉하면서 교세를 확대하는 데에 많은 도움이 되었다.▲



지혜의 완성

화령 정사

철학박사

법천사주교

보디미트라 회장



대부분의 종교는 믿음을 강조합니다. 어떤 종교는 믿음이 없으면 종교 자체가 성립하지 않을 수도 있습니다. 교리에 불합리한 부분이 있어도 무조건 믿어야만 그 종교의 일원으로 인정이 됩니다. 흙으로 사람을 만들었다고 해도 믿어야 하고 처녀가 애를 낳았다고 해도 믿어야 합니다. 거기에 대해 조금이라도 의심을 했다가는 불경스러운 자라고 하여 그 집단에서 매도당하고 추방되기도 합니다. 옛날에는 불신자라 하여 처형당하기까지 했습니다. 제가 아는 스페인의 유명한 한 불자는 신학교에 다녔었는데 의심스러운 교리에 회의를 품고 질문을 하였다 가 가차 없이 쫓겨난 다음에 방황 끝에 불교를 만나 삶에 새롭게 눈을 떴다고 합니다. 청소년기에 자기 삶의 기반이었던 신학교를 쫓겨 났을 때의 박탈감은 이루 말할 수 없었다고 합니다. 그런 이유 때문에 많은 사람들이 자기의 종교에 회의를 가져도 내색하지 못하고 거기에 목을 매는가 봅니다.

어리석은 믿음이 어떤 것인가를 보여주는 정말 황당한 기사가 며칠 전 뉴스에 올라왔습니다. 어떤 사람이 자기 아들을 14살이 되도록 키웠는데 아무리 봐도 자기 아이 같지가 않고 자기가 다니는 교회의 목사를 빼다 박았다는 것입니다. 그래서 아내를 다그쳤더니 목사랑 새벽 까지 아이 갖게 해달라고 기도한 일 밖에는 없다고 했습니다. 너무 억울한 남편은 유전자 검사를 했더니 이 아이와 목사의 유전자가 99.9% 일치한다는 것이었습니다. 그런 결과에도 이 교회의 목사는 자기로서는 애 빨리 가지도록 그 부인과 같이 기도해 준 일 밖에는 없다는 것이었습니다. 너무 억울한 남편은 교회 앞에서 일인 시위를 하고 있었는

데 더 황당한 것은 그 교회의 신자들이 목사 말대로 성령이 태어난 것 이 맞다면서 단체로 이 남편의 일인시위를 방해하는 시위를 하고 있는 것이었습니다. 21세기에 코미디도 아니고 이게 말이 되는 소립니까? 잘못된 믿음은 사람을 이렇게 어리석게 만듭니다. 잘못된 믿음에서 비 롯된 이런 어리석은 사례를 들자면 끝이 없습니다.

불교도 물론 믿음이 중요합니다. 그러나 그 믿음은 맹목적인 것이 아니라 따져보고 이해한 다음에 믿는 믿음입니다.

부처님께서는 우리들에게 경전에 써져 있다거나 전통으로 내려오는 것이기 때문에 믿어야 한다거나 어떤 훌륭한 스승이 말했기 때문에 믿어야 한다거나 심지어는 봇다인 당신이 말했다고 하더라도 무조건 믿지 말고 진리에 합당한 지 스스로 잘 따져보고 납득이 되면 믿으라고 하셨습니다. 그래서 불교에서는 ‘신해행증’을 말합니다. 그냥 믿는 것이 아니라 진리에 합당한지 스스로 잘 이해한 다음에 믿고 그것을 행하여 중득하라는 것입니다. 그래서 진정한 불교도가 되려면 지혜 가 없으면 안 됩니다. 지혜와 자비를 계발하는 것이 바로 불교의 수행입니다. 그리고 그 지혜는 세간의 일반적인 지혜가 아니라 우리를 괴로움에서 영원히 건져줄 궁극적 지혜라야 합니다.

그러면 이러한 지혜는 어떻게 해야 얻을 수 있을까요? 우리 인간들 에게는 미약하기는 하지만 태어날 때부터 지혜가 있습니다. 이것을 ‘생득’이라고 하는데, 물론 그 지혜는 번뇌가 남아 있는 ‘유루’

의 지혜’로서 완벽하지 못한 것입니다. 그래서 번뇌를 끊기에는 그 힘이 미약하기 때문에 수행을 통해서 그러한 지혜를 키워나갑니다. 그러 한 수행이 바로 계·정·혜의 삼학입니다.

그런데 깨달음을 얻기 위한 지혜를 키워나가는 방법을 특히 지혜의 방면에서 세 가지 단계로 나눌 수 있습니다. 각 단계에서 얻게 되는 지혜를 문혜, 사혜, 수혜라고 합니다. 이것을 간단하게 문·사·수의 삼혜라고 하는데, 앞에서 말씀드린 우리가 태어날 때부 터 지니고 있는 생득의 지혜와 합하여 사혜라고 합니다.

먼저 문혜라는 것은 듣는 것에 의하여 생겨나는 지혜를 말합니다. ‘문’이라는 말에는 꼭 듣는 것만 아니라 견문이라는 뜻이 있습니다. 우 리가 생득의 지혜를 가지고 부처님의 말씀을 듣고 경전을 읽고 공부하 여 얻게 되는 지혜를 말합니다. 즉, 학습이나 공부를 통하여 얻게 되는 지혜를 문혜라고 할 수 있습니다.

불교를 닦는 것은 우선 가르침을 배우고 듣는 것에서부터 시작됩니다. 그것은 부처님의 말씀을 담은 경전을 읽고 공부하는 것이 주가 될 것 이고 훌륭한 스승으로부터 부처님의 가르침을 배우는 것도 한 방법일 것입니다. 부처님의 가르침이 아닌 것, 예를 들면, 불교 이외의 것을 듣고 배우는 것은 삼혜 가운데의 문혜로 치지 않습니다. 그러한 것은 지식은 넓힐지 모르지만 궁극적으로 참다운 지혜를 개발하기에는 부족 한 것으로 보기 때문에 그렇습니다.

사혜라는 것은 사색을 통하여 얻게 되는 지혜를 말합니다. 문혜에 의하여 얻은 가르침의 내용을 사색하는 것에 의해서 얻게 되는 지혜가 사혜입니다. 이것은 부처님의 가르침을 듣고 배우는 것에서 더 나아가 그 내용을 주체적으로 사색함으로써 얻게 되는 지혜입니다. 듣고 배운다는 지식의 차원이 아니라 철학적 사색에 의하여 듣고 배운 것을 자기 것으로 소화하는 것이라고 할 수 있습니다.

수혜라는 것은 실천에 의하여 얻게 되는 지혜를 말합니다. 이때의 실천이라는 것은 선정을 비롯한 불교의 모든 실천법을 말합니다. 사색에 의하여 얻은 지혜를 실천에 의하여 스스로 체득하는 것입니다. 아무리 많이 보고 듣고 배워도 스스로 사색해 보는 것이 없으면 그 가르침은 자기의 것이 되지 않습니다. 참다운 지혜가 될 수 없다는 말입니다. 유교에서도 배우기만 하고 생각하지 않으면 어리석다고 했습니다. 그리고 배우지 않고 생각만 해서는 독단적이 되기 쉽습니다. 열심히 듣고 배우면서 또 그것을 스스로 사색하여 소화함으로써 그 듣고 배운 것이 비로소 참다운 자기 것이 될 수 있습니다. 그리고 이것만으로도 부족하며 자기 스스로 그것을 체득해 보아야 합니다. 수혜는 특히 선정을 통하여 그러한 지혜를 스스로 경험해 보는 것입니다. 예를 들면, 축구에 대해 이론적으로 아무리 많이 듣고 배워도 축구경기하는 것을 구경해 보지 않으면 축구라는 것이 어떤 것인지 잘 모릅니다. 그리고 이론적으로도 축구에 대하여 알고 축구경기를 구경하여 축구라는 것이 어떤 것인지를 알았다고 해도 자기가 실제로 공을 차보지 않으면 축구의 묘미를 모를 것입니다. 그런 것과 마찬가지로, 아무리 부처님

의 말씀을 많이 듣고 배워도 그 말씀을 음미하여 스스로 사색해 보지 않고는 그 깊은 뜻을 모릅니다. 그리고 그러한 말씀의 내용을 스스로 실천해 보지 않고서는 불도를 제대로 행한다고 할 수가 없습니다. 수혜라는 것은 이처럼 실천에 의하여 얻는 지혜로서, 이때 비로소 지혜가 완성되는 것입니다. 이렇게 해서 지혜가 체득될 때에 이것을 깨달음의 지혜라고 하는 것입니다.

생득의 지혜와 문혜, 사혜, 수혜는 각각 떨어져 있는 것이 아닙니다. 생득의 지혜를 통하여 부처님의 말씀을 알아듣는 문혜가 생기고, 문혜를 닦은 다음 사혜를 닦으며, 또 더 나아가서 수혜를 통하여 참된 지혜를 얻게 됩니다.▲



당신의 재능

파뜻한 하루



중국 고대 춘추전국시대 때의 일입니다.

어느 날, 초라하고 남루한 옷을 입은 젊은이가 조나라의 사상가인
공손룡을 찾아가 제자가 되기를 청했습니다.
공손룡은 젊은이에게 물었습니다.
“자네는 어떤 재주를 가지고 있는가?”

그러자 젊은이는 짜령짜령 울리는 목소리로 대답했습니다.

“저는 목청이 좋습니다. 그래서 누구보다도 큰소리로 외칠 수 있습니다.”

그러자 주위에 있던 제자들이 비웃기 시작했습니다.

하지만 공손룡은 제자들에게 말했습니다.

“너희 중 이 사람보다 큰 목소리로 소리를 지를 수 있는 사람이 있는가?”

공손룡은 그 젊은이의 재능을 인정하고, 제자로 받아들였습니다.

그 후 얼마 뒤, 공손룡은 사절단을 이끌고 연나라로 가게 되었습니다.

공손룡 일행이 큰 강 앞에 이르렀습니다.

건너 나루에는 배가 있었는데 이쪽 나루에는 배가 없었습니다.

공손룡의 일행들은 건너 나루를 향해 큰소리를 질렀지만 아무 소용
이 없었습니다.

이를 지켜보던 목소리 큰 제자가 앞으로 나서더니 건너 나루를 향해
큰소리로 외쳤습니다.

“여보시오! 사공!”

제자의 목소리가 어찌나 큰지 건너 나루에 있던 사공이 바로 알아듣고 손을 흔들어 보였습니다.

공손룡은 목소리가 큰 제자 덕분에 강을 건널 수 있었고, 중요한 일
을 처리할 수 있었습니다.

흔히 ‘재능’이라고 하면 아주 특별한 것으로 생각합니다. 그러나 소
소해 보이는 것들도 충분히 특별한 재능이 될 수 있습니다. 사소한 재
능이라도 알아주지 않으면 그저 묻힐 뿐입니다. 내 안에 숨겨진 재능
을 하나씩 찾아서 칭찬해 주세요. ━

-파뜻한 하루의 <파뜻한 편지 1686호>-





생하게 들리는 듯해서 달래장도 고들빼기김치도 만들어 주마, 꼭 그리 마 약속했다. 나도 동생들처럼 아버지와 어머니가 그리웠기 때문이다.

그 후로 1년에 두 번, 봄가을이면 편지를 쓰듯 어머니를 대신해서 동생들에게 달래장과 고들빼기김치를 만들어 보낸다. 언 땅이 채 녹기도 전 성급한 새싹이 돋아날 즈음 향긋한 달래장을, 가을걷이가 끝나고 무서리가 내릴 무렵 쌈싸래한 고들빼기김치를 만들고 있노라면 아버지 어머니의 울타리 안에서 구김살 없이 뛰어놀았던 유년 시절이 떠올라 눈시울이 뜨거워지곤 했다.

동생들도 달래장을 받을 때마다, 고들빼기김치를 받을 때마다 눈물이 난다고 한다. 동동거리는 누나의 모습이 눈에 밟혀서 마음이 아프고, 달래장과 고들빼기김치에서 고스란히 묻어나는 어머니의 손맛, 그 순순하면서도 토속적인 감칠맛에 목이 메어서란다.

달래장과 고들빼기김치는 요즘 말로 우리 가족의 소울 푸드(Soul Food)인 셈이다. 층층시하, 늘 군식구가 끓는 가난한 집안의 살림을 꾸려야 했던 어머니가 그나마 손쉽게 마련할 수 있는 음식이기도 했다. 그래서 나나 동생들은 예닐곱 살 어린 시절부터 그 음식을 자주 접했고, 그 맛에 길들었고, 이제 그 맛을 그리워하는 나이가 되었다.

이른 봄이면 어머니는 남보다 먼저 온 동네 밭을 다 누비다시피 하

면서 냉이며 달래, 쑥, 촘바귀, 꽃다지, 돌나물을 캐고 산비탈 양지바른 곳을 찾아 얼레지, 두릅, 참나물, 곰취, 다래 순을 뜯어 밥상을 꾸리셨다. 달래장뿐이겠는가. 비록 밀가루에 버무린 것이기는 했어도 쑥개떡도 별미였고, 미나리와 함께 담근 시원한 돌나물 물김치, 구수한 냉이된장국도 참 맛있었다. 커다란 양푼에 온갖 산나물 아낌없이 집어넣고 고추장 한 숟가락, 들기름 한 방울 떨어뜨려 비벼 먹던 감자밥은 아, 지금 생각해도 입안에 군침이 돈다.

가을에는 20~30리(8~12km)쯤 떨어진 먼 곳까지 고들빼기를 캐러 가셨다. 마을 인근에는 호미를 들고 나서는 사람들이 많았기 때문이다. 그때만 해도 김장이 겨울 반 양식이었다. 어머니 말씀에 의하면 ‘송곳 하나 꽂을 만한 땅도 없었던’ 쳐지에 무시로 들고나는 일까지 많아서 김장김치를 감당하기가 어려웠다고 한다. 지금이야 고들빼기김치를 맛으로 먹는다지만, 어머니에게 고들빼기김치는 큰 비용을 들이지 않아도 되는 일종의 비상 김치였다.

그리고 보면 어머니의 달래장도 저비용 고효율의 음식이었던 셈이다. 강원도에는 된장과 고추장의 중간쯤 되는 막장이 있다. 간장을 빼지 않은 메줏가루에 거친 고춧가루를 넣어 만들기 때문에 구수하고 칼칼한 맛이 특징이다. 강원도 사람들은 이 막장으로 나물을 무치기도 하고, 된장 대신 넣어 짜개를 끓이거나 여름철 냇가에서 천렵할 때 민물고기 매운탕을 끓이기도 한다.





달래장은 뚝배기에 물과 막장을 되직하게 풀어서 끓이다가 달래를 넣어 끓여야 한다. 쉬운 것 같지만 막장과 물, 달래의 조합이 어떻게 이루어지느냐에 따라 맛이 달라진다. 너무 물이 많아도, 너무 되직해도, 너무 덜 끓여도, 너무 오래 끓여도 제맛이 나지 않는다. 보글보글 끓는 막장에다가 요즘처럼 시퍼렇고 긴 잎이 아니라, 10cm도 채 되지 않는 어린잎과 둥근 알뿌리를 달고 있는 달래를 듬뿍 넣으면 오래지 않아 뽕양 김과 함께 피어오르는 그 알싸하면서도 향긋한 냄새 라니… 보리밥에 쑥쑥 비벼 먹어도 좋고, 곰취에 듬뿍 올려 쌈을 싸도 좋은 그 맛….

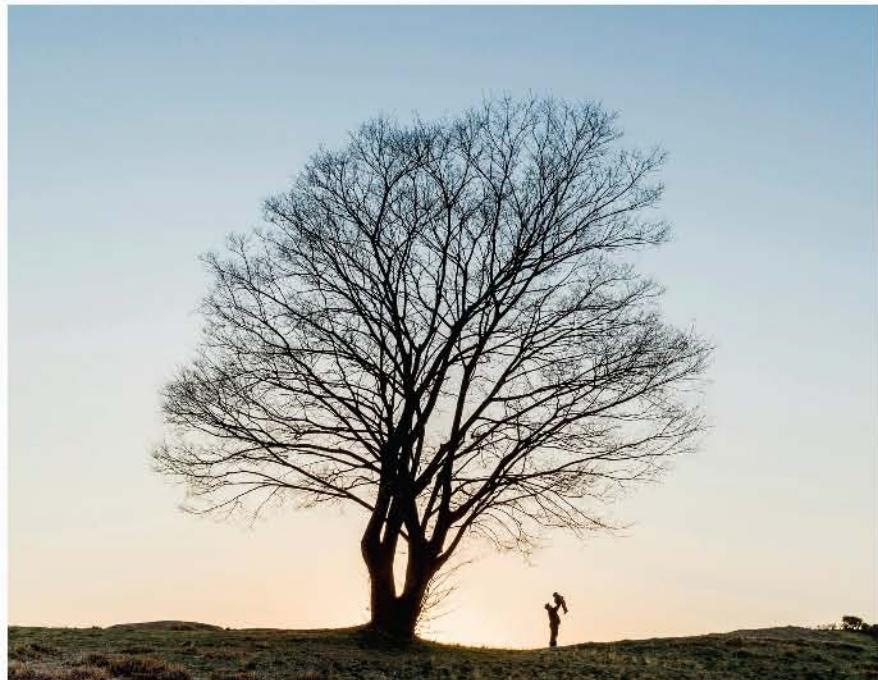
고들빼기김치도 크게 다르지 않다. 몇 날 며칠씩 소금물에 담가 쓴 맛을 빼는 여느 집과 달리 어머니는 셋은 고들빼기를 그대로 버무리셨다. 배추김치를 다 버무리고 남은 양념에 새우젓 한 줌 더하는 것이 비법이라면 비법이었을까. 어머니가 담근 고들빼기김치의 쓴맛은 그저 쓴맛이 아니다. 아련하게 달콤하면서도 시원하고 쌈싸래하다. 따뜻한 밥을 볼이 미어지게 씹으면서, 잘 익은 고들빼기김치를 손가락으로 집어서 한입 가득 넣어보라. 자식 입에 밥 들어가는 것처럼 좋은 게 없다던 어머니의 미소가 보일 듯한데….

올해도 어김없이 달래장을 올렸지만, 가족이 반도 넘게 빠진 제사상은 쓸쓸하다. 아버지와 어머니의 사진을 보면서 내년에는 우리 가족 모두 한자리에 모일 수 있게 도와주세요, 간절한 부탁을 드린다.

수천의 생을 반복한다 해도 사랑하는 사람과
다시 만날 수 있는 가능성은 아주 드물다.
그러니 지금 후회 없이 사랑하라.
사랑할 시간이 그리 많지 않다.

인연의 소중함을 알고, 나아가 가족의 사랑을 귀하게 여기라는 <입보리행론>의 한 구절이, 어머니의 손맛 담긴 달래장과 고들빼기김치를 20년만 더 먹게 해 달라는 동생들의 생떼(!)를 꼭 들어주라는 아버지와 어머니의 따뜻한 태이름이 되어 기습을 울린다. ━





덜컥 털이 났다. 유쾌하게 저녁 식사를 마치고 귀가했는데 갑자기 허리가 뻐근했다.

자고 일어나면 낫겠거니 대수롭지 않게 여겼는데 웬걸, 아침에는 침대에서 일어나기조차 힘들었다. 그러자 하룻밤 사이에 사소한 일들이 다 굉장한 일로 바뀌어 버렸다.

세면대에서 허리를 굽혀 세수하기, 바다에 떨어진 물건을 줍거나 양말을 신는 일, 기침을 하는 일, 앓았다가 일어나는 일이 내게는 더 이상 쉬운 일이 아니었다. 별수 없이 병원에 다녀와서 하루를 빈둥거리며 보냈다. 비로소 몸의 소리가 들려왔다.

실은 그동안 목도 결리고, 손목도 아프고, 어깨도 힘들었노라, 눈도 피곤했노라, 몸 구석구석에서 불평해댔다. 언제까지나 내 마음대로 될 줄 알았던 나의 몸이, 이렇게 기습적으로 반란을 일으킬 줄은 예상조차 못 했던 터라 어쩔 줄 몰라 찔찔매는 중이다.

이때 중국 속담이 떠올랐다. “기적은 하늘을 날거나 바다 위를 걷는 것이 아니라, 땅에서 걸어 다니는 것이다.” 예전에 싱겁게 웃어넘겼던 그 말이 다시 생각난 건, 반드시 짱짱하게 걷는 게 결코 쉬운 일이 아님을 실감하게 되었기 때문이다. 괜한 말이 아니었다. ‘아프기 전과 후’가 이렇게 명확하게 갈리는 게 몸의 신비가 아니고 무엇이랴!

<박완서-일상의 기적 中>

정말 그렇다. 인간의 몸 중 쓰임새 없는 곳이 어디 있으며, 또 그 쓰임새에 맞게 잘 움직여주는 것은 또 얼마나 대단한 일인가.

다치거나 나이가 들어 우리 몸 어느 한 부분이 내 뜻대로 움직이지 않을 때 뿐만 아니라 사소하게는 종이에 손가락을 베였을 때도 우리는

손가락에 난 작은 상처이지만 손을 씻거나 할 때 평소와는 다른 상황에 많이 불편해한다. 그렇게 불편한 상황이 되고 나서야 항상 우리는 내 몸 곳곳에 대한 소중함과 손을 다치지 않았을 때의 여느 보통 날들 즉 평범했던 일상에 대한 감사함을 깨닫게 된다. 하지만 인간은 망각의 동물이라 하였던가. 상처가 낫고 나면, 또 많이 불편했던 몸이 치료 등을 통해 좀 팬찮아지게 되면 내가 언제 너를 소중히 했냐는 듯 다시 제멋대로 굴기 바쁘다.

있을 때 잘하라는 말을 많이들 들어봤을 것이다. 그래 맞다. 잃고 나서 후회하고 안타까워해 봐야 그게 다 무슨 소용인가. 이미 잃어버린 것을. 그러니 내 몸 곳곳에서 아프다 신경 써달라 아우성치면서 그래도 내가 좋다고 나에게 불어있을 때 아차! 하며 얼른 소중함을 깨달아 주자. 이는 비단 건강뿐만이 아니다. 나의 가족, 친구, 내 몸 하나 편히 누이고 쉴 수 있는 집, 또 내가 이 땅에 발 붙이고 숨 쉴 수 있게 해주는 산소와 중력까지 내가 가지고 있는 모든 것들과 내가 살아갈 수 있게 도움을 주는 크고 작은 그 모든 것에 감사함을 가지자.

익숙하다고 하여, 지금까지 내가 이렇게 행동했어도 아무런 문제 없었다 하여 당연히 그대의 모든 것이 그대로 유지될 것이라 생각지 마라. 생각하고 신경 써주고, 표현해주지 않으면 내 몸조차도 온전히 내 뜻대로 움직이는 나만의 것이 아니게 될 테니.

그리고 보면 정말 내가 걷고, 뛰고, 먹는 게 너무도 당연해서 평소에는 소중하다 생각한 적이 없었다. 그러다 점점 나이가 들어 여기저기 아파보니 평범한 나날들에 감사함을 느끼게 된다. 그래, 정말이지 당연한 것이 어디 있으랴. 당연한 것이 그대로 당연한 일이 될 수 있게 좀 더 알아주고 신경 써주어야 하는 나이가 나도 되었나 보다.

갑자기 요 며칠 전, 20대 후반이 된 딸아이가 ‘아빠 나도 이제 나이가 들었나 봐. 이전에는 소화가 엄청 잘 됐는데 요즘은 많이도 못 먹겠고 먹고 나서 열심히 움직여줘야 소화가 돼’라고 하더라. 아직 어리게만 느껴지는 딸아이가 그런 말을 하니 사뭇 웃기고 어이없었지만 사실 맞는 말이다. 사람이건 물건이건 세월이 흐름에 따라 많이 사용하였으니 여기저기 고장이 나고 노쇠하는 건 당연한 이치리라. 내가 아무리 가는 세월 불잡고 싶어도 불잡아지지 않으니 이러한 순리 속에서 최대한 녹이 덜 슬도록, 계속 굴러가게끔 자주 들여다보고 기름칠을 해주어야 하지 않겠는가. 앞서 말했듯 건강뿐만이 아니다. 사람과의 관계 등 모든 것에 있어서 당연하고 변화하지 않는 것은 없다. 그러니 항상 있을 때 소중히 여기고 감사해하자. ━



어느 시점
어디가 끝 인줄 모르는 바람

길 가
두서없이 편 들꽃들

봄을 입고
서로 부빈다

훈자 내리는
햇살을 기억하며...

무언지 모를 기슴
이겨내지 못 할 것 같은 서먹함

창가에 서 있다.

밖이 어딜까
여길까? 저길까?

어쩌면
내 곁에 머문 이 슬픈 조각이 아닐까?

밖은 안을 품고 있다.
시작과 끝을 가릴 수 없는 것처럼...

행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관

묘원화 전수
벽룡사



남을 탓하고 상대를 바꾸려는 마음 습관(1)

우리 내면에는 벼룩없는 아이가 살고 있습니다. 이것은 이래서 잘못이고 저것은 저래서 잘못이라며 늘 불만입니다. 무슨 일이 있을 때마다 내가 왜 저런 사람과 같이 살아야 하는지, 저 사람은 왜 나를 힘들게 하는지라고 생각하며 늘 남 탓을 합니다.

세상살이가 힘들다고 호소하는 사람들의 이야기를 들어보면 대부분 벼룩없는 내면의 아이에게 휘둘리고 있습니다. 그 아이가 하라는 대로 하면서 다른 사람 때문에 고통스럽고, 슬프고, 억울하다고 말합니다. 그 사람이 내 인생을 힘들게 하고, 내 삶을 불행하게 만들었다고 합니다.

우리 내면의 벼룩없는 아이가 가장 잘하는 일은 힘들 때마다 자신의 마음을 보지 않고 밖을 보게 하는 것입니다. 다른 사람 탓, 바깥 환경 탓을 하면서 괴로움을 키우게 합니다. 그래서 나를 힘들게 하는 그 사람이 바뀌면, 다른 배우자랑 살면, 다른 직장에 다니면, 학교에 다니지 않는다면 내 삶이 민족스럽고 행복하게 변할 거라고 믿고, 그와 환경을 고치려고 합니다.

우리 마음이 가진 아주 강한 습관입니다. 바꾸고 싶다고 해서 바꿀 수만 있다면 좋겠지만 불가능한 일입니다. 그래서 바뀌지 않는 그 사람을 보며 내 말을 안 듣는다고, 내 마음을 몰라준다고 원망하고 미워합니다.

이렇게 남을 탓하고 상대를 바꾸면 많은 문제가 해결될 것이라고 생각하는 마음 습관은 우리가 공부해야 하는 세 번째 마음 습관입니다. 행복하고 싶다면 말입니다. 여기서 남을 탓하는 것과 다른 사람에게 관심을 가지는 것은 전혀 다른 일입니다.

우리가 다른 사람에 대해서 아래라 저래라 신경을 쓰는 것은 그를 걱정하고 사랑하기 때문이며, 그러한 관심은 부모로, 자식으로, 배우자로, 친구로, 동료로 당연하다고 여깁니다. 그러나 사실은 더 깊은 마음 속에 상대가 틀렸고 내가 옳기 때문에 상대를 고치려 하고 그의 삶을 간섭하고자 하는 오만한 마음이 있는지, 혹은 나의 책임을 빨리 마무리 짓고 내가 편안하고자 하는 탐심의 마음이 있는지 살펴봐야 합니다.

거울에 뭐가 묻은 것 같아 거울을닦지만 사실은 내 얼굴에 묻은 허물입니다. 심리학자들은 다른 사람의 허물을 보는 것은 자신의 허물을 투사하는 것이라고 이야기 합니다. 다른 사람의 허물이 보일 때 남의 허물과 나의 잘못된 견해가 섞이고 그것을 그의 허물이라고 인지하기 때문입니다. 자성이 청정하지 못하고 오염되는 과정입니다. 사람 자체는 순수합니다. 그것을 자성이 청정하다고 말합니다. 따라서 사람에게는 좋지 않은 습관이 있을 수도 있고, 허물이 있을 수도 있습니다. 오히려 허물이 없는 사람은 없습니다.

다만 허물을 어떤 마음으로 보는지 그것이 중요합니다. 자비와 지혜를 갖춘 정견으로 보아야겠지요. 그러나 대부분은 못된 마음과 감정으로 보고, 생각하고, 표현합니다. 거기다 그것을 알아차리지도 못합니다. 그래서 다른 사람의 허물이 보일 때 그것이 망상인 줄 알고 말과 행동을 멈추는 것이 중요합니다.

부처님은 우리 자신이 뭘 하는지, 우리 자신이 어떤 마음을 가지는지 신경 쓰라고 하셨지 다른 사람이 뭘 하는지는 신경 쓰지 말라고 하셨습니다. 주변에 대한 신경을 꺼 버리세요.

행복하고 싶은 분들에게 '신경 끄기 3가지 비밀 수행법'을 알려 드리겠습니다.

지금부터 다른 이의 허물을 말하지 않습니다. 남 탓을 하지 않습니다. 남을 바꾸려고 하지 않습니다. ━



근본적인 대책 강구

정만호
충남대학교 한문학과 교수



若欲因其已然之迹 (약육인기이연지적)
而防其未然之患 (이방기미연지환)
盍亦究其原 (합역구기원)

만약 이미 발생한 일을 통해 앞으로
발생할 수 있는 문제점을 방지하고자 한다면
근본적인 대책을 강구해야 한다.

- 이곡(李穀, 1298~1351), 『가정집(稼亭集)』1권
「원수안(原水旱)」

이곡의 본관은 한산^{韓山}, 자는 중보^{中父}, 호는 가정^{稼亭}이다. 한산의 향리^{鄉里}
가문에서 태어난 그는 1332년 정동행성 향시에 1등으로 합격하고,
1333년 회시^{會試}를 거쳐 전시^{殿試}에 제2갑으로 급제함으로써 원나라에서
관직 생활을 하다가 1348년 고려로 돌아왔으나 1년 여만에 운명하였다.

가정은 『가정집^{稼亭集}』 20권을 남겼는데, 이 글은 권1 잡저^{雜著}에 수록
되었으며 『동문선』 권105에도 실렸다. 가정의 글에는 민초들의 고된
삶을 다룬 내용이 제법 많다. 홍수^{*}와 기뭄[#]을 다룬 「원수한」도 그중
하나다. 농경사회에서 농사의 풍흉^{豐凶}은 국가 경제의 성쇠^{盛衰}를 판가

를하는 중요한 요소고, 기후는 농사의 풍흉에 결정적 영향을 미친다. 위정자들이 기후에 민감한 반응을 보이는 이유다.

이 글을 쓰기 1년 전 아마도 큰 홍수와 가뭄이 발생한 모양이다. 고통에 시달리는 민초들을 구제하기 위해 조정에서 대책을 마련하고 시행했지만 모두 미봉책에 불과하였다. “이민 이속 移民移粟은 목전 目前의 급함 해결에 불과하다.”라는 부로 父老들의 말을 인용하여 정책의 실패를 지적한 가정은 근본적인 대책 마련을 주장하였다.

인사 人事의 수폐 撫撫에 따라 천수 天數의 감응이 결정된다고 믿었던 가정이 제시한 대책은 관리들의 탐욕 質欲 제거였다. 관리의 탐욕 때문에 송사 送事가 불공정하고, 여기서 축발된 백성의 원망이 화평한 기운을 해치기 때문에 홍수와 가뭄이 발생하므로, 탐욕의 제거야말로 공정한 송사, 화평한 기운의 회복, 천수의 순조로운 감응, 농사의 풍년, 민생의 안정으로 이어지는 바탕이라 파악한 것이다.

천인감응설 天人感應說에 기반한 가정의 논리를 현대인들이 공감할지는 의문이다. 그러나 재난 발생이 빈번한 오늘날, 그것이 인재 人災든 천재 天災든 동일한 재난 발생을 근원적으로 차단하거나 피해를 최소화하기 위한 근본 대책이 필요한 것만은 분명하다.

우리의 “소소하지만 소중한 일상”을 잊어간 코로나19 사태가 2년째로 접어들었다. 이 사태로 우리는 많은 것을 잊었다. 그러나 돌이킬 수 없는 “이미 발생한 일 已然之運”이 되었다. 우리가 잊은 것을 누구도 보상해 주지 않을 터인데, “다시 발생할 수 있는 재난 未然之患”에 대한 대책이라도 마련한다면 그나마 ‘얻음’이 아닐까? ■



이 곡(李穡, 1298~1351, 고려후기 학자)

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

날아올랐어?

방귀희

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



우리 사회가 정말 빠르게 변화하고 있다는 것을 실감하는 것은 미디어 환경의 변화이다. 예전에는 많은 사람들이 같은 시간에 같은 채널을 통해 같은 드라마를 시청하여 1970년에 방영된 드라마 <아씨>가 방송될 때는 수돗물 사용량이 줄었다고 한다. 주부들이 일손을 놓고 TV 앞으로 모여들었기 때문이다. 그리고 1995년 <모래시계>가 방영되는 날에는 직장인들이 퇴근 후 저녁 자리를 만들지 않아서 음식점이 썰렁했다고 할 정도로 높은 시청율을 자랑했었다.

하지만 요즘은 그런 현상이 일어날 수가 없다. 매체가 다양해져서 시청 선택권이 확대되었으며 그 시간에 맞춰 시청을 하지 않아도 원하는 시간에 장소에 구애받지 않고 볼 수 있어서 자기가 좋아하는 유형의 콘텐츠에 매니아들이 생겼다.

매니아의 특징은 몰아보기를 하는 것인데 나는 어떻게 하루종일 드라마를 본다는 것인지 이해가 되지 않았는데 tvN에서 지난 4월에 종영한 <나빌레라>를 몰아보기로 다 보았다. 재미있다기보다 과장되지 않게 우리의 현실을 잘 그렸기 때문이다. 주인공 덕출은 가난한 유년기를 보내고 우체국 집배원으로 정년퇴직을 한다. 퇴직 후 그가 혼잣말로 내뱉은 말은 ‘왜, 이렇게 하루가 길어’였다. 아침에 출근해서 하루 종일 일터를 누비다가 퇴근해서 집에 들어와도 쉬지 못했던 시절에는 너무나 빠르게 지나가던 시간이 일이 없어지자 하루 24시간의 속도가 매우 느리게 느껴졌던 것이다. 인간에게 직업은 경제 활동 이외에 자존감을 높여주는 행위라는 것을 일깨워준다.

덕출은 음악 소리에 끌려 발길을 옮기다가 젊은 발레리노가 연습하는 모습을 보고 어린 시절 남자 무용수가 높이 뛰어 날아오르는 동작을 보고 놀랍고 신기했던 기억이 떠올랐다. 그제야 그는 자신이 정말 하고 싶었던 일이 발레였고, 자신의 꿈이 발레리노였다는 사실을 확인하고는 발레를 배우기로 결심하지만 발레 스튜디오에서 칠십이다 된 연습생을 받아줄 리가 없었다. 어렵사리 허락을 받은 후에는 가족들의 반

대에 부딪힌다. 모두들 그 나이에 그것도 무슨 남자가 발레를 하느냐며 부끄럽다고 하였다. 누구에게는 너무나도 소중한 꿈이 다른 누군가에는 아무런 쓸모없는 수치스러운 일이 되고 있는 현실을 잘 보여주었다.

그런 모든 난관을 극복하고 갈라쇼 특별 무대에서 성공으로 이어지면서 더 이상 숨길 수 없는 사건이 발생한다. 바로 알츠하이머 중상이 드러나는 것이다. 그가 음악 소리에 끌려 발레 스튜디오로 간 것은 알츠하이머 진단을 받은 날이었다. 죽음의 선고보다 모든 기억을 잃게 된다는 사실이 그의 삶을 송두리째 뒤흔들었다.

공연 전 그가 알츠하이머란 것을 안 사람들은 모두 그를 무대에 올려서는 안 된다고 했지만 할아버지의 발레 선생이던 채록은 무대에 서야 한다고 주장한다. 할아버지가 좋아하는 일이고 열심히 연습을 했기 때문에 끊임없이 기억하고 있어서 할 수 있다고 하였다. 채록의 할아버지에 대한 신뢰는 단순히 발레 선생으로서가 아니라 불우한 환경 속에서 혼자 살고 있는 청춘 채록의 아픔을 할아버지가 보듬어준 인생의 스승이기 때문이었다. 실제 덕출은 음악이 시작되자 두 손을 모아 발레 동작을 시작했고 심지어 텐을 하며 경충 뛰는 점프까지 해냈다.

이렇게 청춘과 노년의 브로맨스가 비록 드라마이지만 시청자들에게 희망을 주었다. 젊어서 그리고 늙어서 아무 힘이 없지만 서로 진실로 아껴주는 신뢰가 생기면 불가능을 가능으로 만들 수 있다는 것을 보여주었다.

해외 콩쿨에 참석해서 좋은 성적을 거두고 돌아온 채록에게 할아버지는 ‘날아올랐어?’라고 물었다. 자기 가족도 알아보지 못하고 동네 사람들에게 편지봉투를 배달할 정도로 알츠하이머 중상이 많이 진행되었지만 자신이 좋아하는 발레와 자신의 목표였던 날아오르는 것은 기억하고 있었던 것이다. 덕출은 정신이 맑았을 때 ‘잊지 말아야 할 것은 꿈이 있다는 거’라는 영상을 남기는데 이것이 우리 현대인들에게 주는 메시지이다.

부처님도 중생들에게 바로 이런 꿈을 갖고 도전하라는 가르침을 주고 있다. 중생도 부처가 될 수 있다는 원대한 꿈을 갖도록 희망을 주고 있는 것이다. 부처 즉 깨달은 사람이 되기 위해서 끊임이 자기 수양을 하며 어려운 사람을 도우라는 상구보리(上求菩提: 위로는 깨달음을 얻고) 하화중생(下化衆生: 아래로는 중생을 구제)이란 과제를 주신 것이다.

우리도 지금부터 우리 사회를 위해 좋은 일을 하며 날아 오를 꿈을 꾸자. ─



현충일

남혜 정사
단음사 주교



6월 달은 호국보훈의 달로 6월 6일은 현충일이다. 현충일은 나에게 나름대로 뜻깊은 날이다. 나는 군 복무를 서울 동작동에 있는 국립현충원에서 했다. 그 당시 국립현충원에는 내가 소속된 경비대와 의장대, 국악대, 기무대가 있었다. 경비대는 의장대와 같은 건물을 사용했는데 1층은 경비대가 쓰고 2층은 의장대가 사용했다. 일요일이면 의장대와 자주 축구 시합을 했는데 의장대는 키만 커지 축구 실력은 없어서 항상 경비대가 이기곤 했다.

국립현충원에서 야간근무를 할 때 보름달이 뜨면 묘비가 달빛을 받아 밝게 빛나곤 해서 가끔 무서울 때도 있었다. 특히 이승만 대통령 묘 뒤쪽에는 조선 시대 중종의 후궁이며 덕홍대원군의 생모이자 선조의 할머니인 창빈 안씨의 묘가 있는데 야간에 창빈 안씨의 묘를 지날 때마다 뒷골이 서늘하고 뒤에 누군가 있는 것 같아 빨리 뛰어가곤 했다.

국립현충원은 우리나라에서 가장 유명한 명당자리 중 하나이다. 국립현충원은 현충탑을 기준으로 뒤로는 산으로 둘러싸여 있고 앞으로는 한강이 흐르고 있다. 국립현충원을 둘러싸고 있는 산의 지명은 관악산 공작봉이다. 공작은 밀교에서 ‘불모대공작명왕’, ‘공작왕모보살’ 등으로 불리는 명왕의 이름으로 이 명왕은 뱃으로부터 수행자를 보호하고, 인간을 위해 재앙을 물리치고 비를 오게 하는 공덕이 있다고 하니 국립현충원은 밀교와 무관하지 않은 곳이다.

나는 국립현충원에 근무하면서 시간 날 때마다 위폐봉안관을 찾곤 했다. 내가 야간 근무를 서던 현충문을 지나면 현충탑이 나온다. 그리고 현충탑 지하에는 위폐봉안관이 있다. 위폐봉안관에는 6·25전쟁에서 전사 사실이 확인되었으나, 유골 또는 시신을 찾지 못한 사람들의 이름이 약 10만 명이 새겨져 있다.

나의 작은할아버지는 6·25 전쟁 때 어린나이에 참전하여 행방불명이 되었다. 그래서 아버지께서는 국립현충원에 작은할아버지의 이름이 있는지 알아보라고 하셨다. 하지만 아무리 찾아봐도 위폐봉안관에서 작은 할아버지의 이름을 찾을 수가 없었다.

최근에 알게 된 사실은 작은 할아버지가 아직도 행방불명 상태로 되어 있다는 것이다. 옛날 분들은 법적인 절차에 대해 잘 알지 못해 실종과 사망선고에 필요한 조치를 취하지 못한 것 같다. 이제라도 법적 절차를 거쳐 국립현충원 위폐봉안관에 작은 할아버지의 이름을 새기는 것이 후손된 자의 도리가 아닐까 생각한다.

현충일인 6월 6일은 우리나라의 국권 회복을 위해 헌신·희생한 순국선열과 자유민주주의 수호를 위해 희생한 전몰 장병의 숭고한 호국정신을 기리기 위한 날이다. 우리들이 이 나라에서 평화롭게 행복을 누리며 살 수 있는 이유는 나의 조상과 여러분의 조상, 우리 모두의 조상들의 헌신과 희생이 있었기 때문이다.

조국을 위해 주저없이 자신을 태워버린 영혼들의 거름으로 현재의 아름다운 꽃을 피워냈습니다. 조국을 위해 한줌 흙으로 돌아간 숭고한 넋을 위해 두 손 모아 합장 올립니다. ━



쉬운 불교 어려운 불교

김봉래
불교방송
전법후원국장



“모르는 것 회두 될 때 공부 진전, 쉽게 설법하는 노력도 필요”

방송국에서 일하다 보면 다양한 문의 전화를 받게 된다. 그중의 하나는 부처님 말씀이 너무 어렵다는 하소연이다. TV나 라디오로 방송되는 내용도 그렇고 매일 휴대폰 문자로 받고 있는 부처님 말씀도 이해하기 어려울 때가 많다는 원성이다.

부처님의 가르침은 보편적인 진리를 가리키기도 하지만 기본적으로는 대기설법對機說法으로 상대방에게 맞춰 설해졌기에 병에 따라 약을 처방하는 응병여약應病與藥에 비유된다. 따라서 말씀하신 배경과 맥락을 알지 못하면 그 뜻을 제대로 파악하기가 쉽지 않다. 더구나 말씀을 최종 마무리할 때 설해진 짧은 계송 하나만을 접하게 되면 이해하기 더 쉽지 않은 게 현실일 것이다.

그렇다고 한정된 시간과 공간에 내용을 빼빼하게 넣다 보면 자칫 듣거나 읽는 이에게 장황한 느낌이나 부담을 주기 십상이다. 그래서 짤막한 부처님 말씀이라도 화두처럼 곱씹어 보고 혹시 뜻을 잘 모를 때는 선지식이나 도반들에게 묻고 토론할 수 있는 재료로 삼기를 바라는 마음이다.

응대할 때는 바로 이러한 취지를 말씀드리고 소통의 시간을 갖기도 한다. 법담을 나누다 보면 어렵잖하나마 뜻이 통해 고맙다는 인사를 듣기도 한다. 그럴 때는 부처님께서 제자들에게 늘 법담을 나누라고 하신 당부 말씀을 돌아보며 보람을 찾기도 한다.

예전에 들은 이야기 한 대목이 시사하는 바가 있어 소개한다. 마을에 턱발을 나간 스님이 시주자 부부에게 설법을 요청받았다. 그런데 이 스님은 설법을 잘 하지 못하는 분이었다. 한참을 고민하던 스님은

“아... 괴롭다” 하고 탄식했다. 부처님 제자로서 제 역할을 못하니 참으로 부끄럽고 괴롭다는 탄식이었을 것이다.

그런데 결과는 의외였다. 스님의 탄식에 부부는 “스님, 고맙습니다. 정말 인생이란 괴로운 것이군요” 하며 탄복을 했다고 한다. 스님의 한 마디 덕분에 인생의 진리를 깨달았다고나 할까. 이런 경우는 말하는 이가 잘하지 못해도 듣는 이가 제대로 알아듣는 기연이 아니었을까 싶다. 스님이 설법 능력은 부족했어도 좋은 인연을 만나는 복을 지녔던 것은 아닐까.

이처럼 인연이 있다면 어떤 상황도 좋은 인연으로 회향 될 수가 있다. 하지만 모든 것을 수동적으로 인연에 내맡길 일은 아닐 것이다. 부처님도 ‘전도선언^{傳道宣言}’에서 처음도 좋고 중간도 좋고 끝도 좋은 가르침을 조리 있게 전하라고 당부하지 않으셨던가.

흔히 누가 어느 분 설법 잘 하시더라 혹은 잘 못하시더라 이야기하는 것을 듣는다. 설법 잘 한다 할 때는 본인이 잘 납득했다는 뜻이겠고 못 한다 할 때는 반대의 뜻이리라. 그런데 설법 내용을 자기 기준으로 듣고 자기가 생각하던 바와 일치하니 잘되었다고 간주하는 경우라면 어쩔 것인가. 이럴 때는 듣는 이가 알기 원하는 만큼만 듣고 안다고 생각하게 되니 관념^{觀念}을 여의라는 설법의 의미와 달리 자기만의 관념을 강화하게 되지 않는가.

법문을 잘 들었다면 대개 둘 중의 하나의 경우가 되어야 할 것이다. 하나는 뭔가 깨달아 속이 시원해지는 경우이다. 이럴 때는 기존의 사고나 관념이 조금씩이라도 해체되는 길을 걷는다. 다른 하나는 기존의 사고에 대해 강한 의문을 일으켜 화두로 삼게 되는 경우이다. 본인이 알고 있던 바가 사실인지 되돌아보고 선불리 옳다고 단정 짓지 않고 철저히 탐구하는 길을 걷는다.

공부는 어디까지나 자기 공부이어서 텍스트나 가르치는 사람을 탓할 일은 아니다. 그렇다고 우리가 쉬운 불교를 지향하는 노력을 게을리하자는 뜻은 아니다. 완간된 지 오래된 한글 대장경도 더 깊은 연구 성과를 반영하고 용어도 현대적으로 개선되어야 한다. 중국의 역경 역사가 수백 년에 걸쳐 다양하게 시도되었음을 반면교사로 삼아야 한다.

만사가 다 인연이라 공부에도 인연이 있다. 각자 꾸준히 정진해야 한다. 다만 본인의 노력만으로 성취하기가 여의치 않다면 선지식과 도반의 인연을 만날 수 있도록 부지런히 공덕도 쌓아나갔으면 좋겠다. ■



나이가 들어갈지라도

법상 스님

원광사 주지, 다음카페 '목탁소리' 지도법사



제가 서울에 한 절에 있을 때 매주 법회를 잘 나오시던 한 70대가 넘으신 어르신께서 앞으로 한 달 정도는 법회에 빠져야 할 것 같다고 하시더군요. 어디를 가시냐고 여쭈었더니 아프리카로 배낭여행을 혼자 떠나신다는 거예요.

이 어르신께서는 정년퇴직 후에도 늘 책을 손에 놓지 않고 읽으셨는데, 어느 날 책을 읽다가 아프리카 여행과 관련된 이야기를 아주 감명 깊게 읽고는 그 날부터 배낭여행을 준비하셨다는 거였습니다. 그것도

여행사에서 패키지로 가는 여행이 아니고, 스스로 인터넷에서 비행기표도 사고, 잠자리도 알아보고 하면서 말 그대로 대학생들이나 할 법한 배낭여행 계획을 철저히 준비하고 계셨지요.

보통 우리는 착각하고 삽니다. 해외 배낭여행은 20대 때 젊은이들이나 하는 거지 이렇게 늙어서 무슨 배낭여행이야 하고 말이지요. 그러나 지난 때라는 것은 없습니다. 우리의 영혼에는 나이가 없지요.

우리들 생각에는 연세가 많이 드셔서 죽을 날을 앞두고 말씀도 못하며 누워계시는 분들을 보면 의식도 흐릿할 거라고 생각하곤 합니다. 그런데 안 그런 것 같더군요.

제가 은사스님을 모시고 돌아가시기 직전에 계신다는 한 노보살님을 병문안 간 적이 있었습니다. 그 노보살님은 그 많은 연세에도 불구하고 늘 화두를 챙기며 수행을 놓치지 않는 분이셨습니다. 의사선생님도 오늘 내일 하는 것 같다고 하셨는데요, 은사스님께서는 꼼짝도 못하며 누워서 눈만 깜빡거리는 노보살님께 귀속말로 요즘 어떠시냐고 여쭈셨습니다.

그랬더니 이 노보살님께서 입술을 움직이면서 아주 가는 목소리로 '화두~'라고 하시더군요. 은사스님께서는 그 이야기를 듣고 이 노파가 죽기 직전까지 화두를 들고 있다고 하시며 눈물을 흄치시더군요.

수행하는 데는 이처럼 젊고 늙고도 없고, 생생할 때나 죽어갈 때나 한 결같은 법인가 봅니다.

그런가 하면 한 70대 후반쯤 되신 어르신께서 50대 중반의 정년퇴임을 앞두고 계시는 분께 조언을 해 주셨다고 합니다. 당신이 정년퇴임을 하신 뒤에 공부할 수 있는 기회가 있었는데 ‘이 나이에 무슨 공부를 다시 하니’ 싶어서 그만 두었다고 하시는데요, 그 때가 당신 인생에서 가장 큰 후회로 남는다는 것이었습니다. 그러면서 이 어르신께서 50대 중반의 퇴임하시는 분께 “젊은이, 젊을 때 새로운 것을 공부하고 도전해 봐”라고 하시더랍니다.

사실 늙는다는 것은, 우리가 마음 속에서 나는 이제 늙었고 기력도 없고 기억력도 없다고 스스로 규정지었을 때만 그렇게 늙어갈 수 있을 뿐입니다. 늙어간다는 것을 우리는 흔히 몸이 늙고, 외모상으로 늙는 것을 늙는다고 여기지만 늙어간다는 것은 하나의 정신적인 자기규정일 뿐입니다. 늙는다는 것은 몸의 문제가 아니라 마음의 문제인 것 이지요.

우리에게는 언제나 새롭게 시작하는 오늘이 있을 뿐입니다. 나이란 허상에 불과합니다. 80대, 90대가 되었다고 할지라도 우리는 새롭게 시작되는 오늘 하루를 위해, 내가 오늘 할 수 있는 가장 가치 있는 일이 무엇일까를 고민하고 도전해 볼 수 있어야 합니다.

물론 점점 나이가 들면 들수록 삶에서 가장 가치있는 것을 물질적인 소유나 성공 등 외부적인 것에서 찾기보다 더욱더 내면적인 것에서 찾게 될 것입니다. 이 육신은 곧 허물어져 갈 것을 알기 때문에, 젊은 날의 부귀와 영화가 한순간 허물어져 간다는 사실을 온몸으로 경험했기 때문에 외적인 가치들의 무상하고 허망한 특성을 잘 이해하고 있기 때문입니다.

나이가 들어갈수록 불법이나 마음공부에 관심을 가지는 이유도 여기에 있습니다. 아니, 그렇기에 나이가 들면 들수록 거꾸로 수행과 불법, 마음공부는 더욱 더 새롭게 시작하기 좋은 때입니다. 아까 그 할머님처럼 죽기 직전에 몸져 누워서 의식이 끊어지기 직전까지라도 이 수행은 매 순간 처음인 것처럼 시작해야 하는 것입니다. ─

- ‘법상스님의 목탁소리’ 블로그 -



수미산 須彌山은 우주의 중심축(8)



김규현

한국티베트문화연구소 소장

'4대 종교'의 공통적 성산 壇山

세 번째 주인으로 자이니즘(Jainism)^o 등장한다. 인도대륙의 원주민이었던 드라비다족을 몰아내고 새 주인이 된 인도-아리안족은 인더스문명의 바통을 이어받아 찬란한 베다(Veda)문화를 이룩하였는데, 그 중추적 역할은 브라흐만교의 사제들에 의해 이루어졌다.

그러나 천여 년의 오랜 시간이 흐르면서 교단이 비대해짐에 따라 생기는 문제점과 피비린내 나는 과도한 희생제^{犧牲祭}에 대한 반발로 BC 5-6세기경에는 많은 신진 사상가가 출현하여 반^反 브라흐만 기치를 높이 들면서 새로운 사상들을 제창하였다. 이 상황은 마치 중국의 춘추시대를 방불케 하는 것이었다. 그중에 부디즘과 자이니즘 이 있었다.

싯다르타와 동시대의 인물로 흔히 마하비라^{大雄}로 불리는, 자이니즘의 교조 니간타 나타푸타(Niganta Nataputta)는 12년간의 나체수행으로 완전한 지혜를 얻어 성인의 반열에 들었다. 그 후 그의 가르침은 자이나교 또는 자인교로 발전하여 지금까지 인도 사회에 당당한 출기를 이루고 있다. 바로 한역경전에 흔히 '나체외도'라고 표현되는 이들로 지금도 인도사회에서 많은 세력을 구축하고 있으며 나체파와 백의파로 나누어져 있다.

자이니즘에서는 최고의 깨달음을 얻은 성인을 디르탄카라 (Dirthankara)라고 하는데 교조 니간타는 제24대에 해당된다고 한다. 초대 디르탄카라인 리샤바나트는 우주의 중심인 아스타파타 (Astapata)에서 수행을 한 후에 깨달음을 얻었다고 한다.

불교의 만다라와 성격이 같은 자이니즘의 우주도^{宇宙圖}인 얀트라 (Yantra)에 의하면 아스타파타는 수메르와 그 성격이 같다고 인식되어 왔다. 그래서 자이나교도는 이산에서 초대 교주를 비롯한 역대 디르탄카라가 깨달음을 얻고 또 열반에 들었다고 믿고 있기에 그들에게 카이라스는 영혼의 귀의처로서, 우주의 중심으로서, 영원한 세계로의 '스카이 코드'로서 숭배의 대상이 되고 있다.

인도의 위대한 영혼이라고 불리는 마하트마 간디는 알려진 대로 자이나교도이다. 그래서 그는 그의 죽음을 대비하여 하나의 안배를 하였는데, 그의 유해 중의 일부분을 카일라스 아래의 호수 마나사로바에 뿌리게 미리 유언을 남겨 두었다. 그 유언은 그의 측근들에 의해 비밀리에 진행되어 실제로 이곳에 뿌려졌다고 한다. 이처럼 카일라스는 자이니즘에서 중요한 곳인 것이다.

앞의 3종교보다도 티베트고원의 토착종교인 빈첸교에게는 이 산은 더욱 중요한 의미를 갖는다. 이 산을 그들은 강디세 또는 빈

뽀리라고 부르며 숭배한다. 이 산에서 그들의 교조인 센텝 미우체 가 천상강림^{天上降臨}하였고 역대 도사들이 수도 끝에 깨달음을 얻어 족첸^{大禪定}에 들어 무지개로 화하여 이산 위의 하늘로 올라갔다고 믿고 있기 때문이다.

약 BC 2세기쯤, 원시 샤머니즘에 뿌리를 둔 빈첸교는 이산 인근의 고대 샹승왕국에서 만개하면서 종교적인 체제를 갖추었다. 후에 샹승이 전 설역고원의 패자 투뵈왕국에게 병합되자 빈첸교는 전 중앙아시아로 전파되는 중흥기를 맞게 되지만, 후에 불교가 밀려오자 주인의 자리를 빼앗기고 내어주고 일부는 불교 속으로 융합되고 일부는 지하로 잠입해 들어갔다.

그러나 빈첸의 생명력은 매우 끈질겨 역대 왕권의 박해에도 불구하고, 불교적인 옷을 입은 채, 아직까지도 티베트고원 곳곳에 살아 숨 쉬고 있다. 그리고 일부 교단은 다시 부활하여 교세를 회복하고 있는 추세이다. 필자의 개인적인 가설로서는 빈첸의 영향은 한반도에도 이를 것으로 추정되고 있지만, 이에 관하여는 다음 장 <빈첸교의 왕국, 샹승>에서 다시 이야기하기로 하고, 우선은 이 산에 대한 의식을 살펴볼 수 있는 구절을 하나 읽어 보고 순례를 떠나기로 하자.

자연의 풍경 중에 어떤 곳보다도 '강 린뽀체'와 그 주변은 티베트 민족에게 특별한 상징적 의미가 있다. 이 지역은 민족이 출현한 이후 성스러운 지역으로 꼽혀왔다.

초기의 봇교도(Bonpo)에게는 이 지역은 그들의 창시자 센랍 미우체(Senrab Miwoche)'가 태어나고 가르침을 편 장소로 중요시 되었고 그 뒤에는 불교도의 경배의 대상이 되었다. 티베트의 모든 전설은 이 성스러운 산과 불 보살 그리고 빠드마삼바바 그리고 밀라래빠를 연결시켜 놓았으며 땐뜨라 철학에서는 우주의 중추신경의 통로로 주목을 받아왔다.

지금은 조국인 설역고원 '강젠'(티베트 고원)을 빼앗기고 인도 다람싸라에서 망명생활을 하고 있는 14대 달라이 라마 텐진 가초 성하의 논평이다.

왜? 무엇 때문에?

눈과 얼음에 덮인 커다란 돌산에 불과한 무생물체를 성스럽다고 법석을 떨어 왔던 것일까? 그것도 세계적인 종교 네이 이구동성으로…

카일라스에 근원을 두고 있는 것은 위의 4대 종교뿐만이 아니다.

그 외에도 땐트리즘(Tantrism)과 샤머니즘이 역시 이 산을 모태로 하여 파생되었다. 그렇기에 여기서 이를 살펴보아야겠지만, 너무 많은 것을 한꺼번에 소개하면, 오히려 가슴으로 이 성스러운 산을 만나는 데 방해가 될 것 같아 우선 길을 떠난 후에 기회를 보아 위의 두 사상에 대하여 생각해 보기로 하자. ━



물이 필요한 딱 그 순간 알기

페페로미아 - Radiator plant



이태용
원예 교육가

그들이 향신료에 집착한 이유

콜럼버스, 마젤란, 바스코 다 가마. 여러분은 이 사람들의 이름을 들으면 무엇이 떠오르나요? 배를 타고 험한 파도를 헤치며 새로운 길을 개척하고, 미지의 땅에 발을 내딛고 낯섦과 맞서 싸운 사람들. 이들의 이름에 따라붙는 단어는 바로 '탐험'입니다. 콜럼버스는 자신이 인도라고 생각한 아메리카 대륙에 닻을 내렸고, 마젤란은 대담한 발상으로 인류 최초의 지구 일주 항해를 감행했습니다. 바스코 다 가마는 아프리카 남단의 희망봉을 돌아 인도까지 항로를 개척했지요.

역사는 대개 이들의 탐험을 계기로 유럽인의 세계 식민지화가 시작되었다고 말합니다. 이들이 개척한 배길을 통해 미지의 땅이 발견되면서 그 땅의 금은보화가 착취되기 시작한 것이지요. 그런데 그렇게 위험을 무릅쓰고 유럽인들이 모으려 했던 보물, 그 금은보화에는 과연 무엇이 있었을까요? 물론 글자 그대로 금이나 은 같은 광물도 있었겠지만, 향신료 또한 이들에게는 빼놓을 수 없는 보물이었습니다.

지금은 요리할 때 아무 생각 없이 쓰는 고추, 마늘, 파, 후추가 지금으로부터 불과 몇백 년 전에는 목숨을 걸고 구해야 할 대상이었던 것입니다. 그렇다면 유럽 사람들은 왜 그리 열심히 후추를 비롯한 향

신료를 구하려 했던 걸까요? 백과사전에는 대략 두 가지가량 이유가 나와 있습니다.

하나는 그 당시 유럽의 음식이 맛이 없었기 때문에 맛을 돋우기 위해서, 또 하나는 그 당시에는 악취에서 병이 생긴다고 믿었기 때문에 악취를 없애기 위해서입니다. 지금이야 우스운 이야기로 들리기도 하지만, 향신료가 귀했던 옛날에는 정말 후추 열매 하나가 절실했을 겁니다. 그것 하나로 많은 게 바뀔 수 있고, 크게는 세상이 달라질 수도 있다고 생각했을 테니까요.

너희들 이웃사촌이야?

후추라고 하면 우리는 흔히 향신료로 쓰는 후추를 가장 먼저 떠올립니다. 후추는 특유의 맵고 톡 쏘는 맛으로 음식의 풍미를 더욱 좋게 해 주지요. 하지만 후추는 정확히 말하자면 후추과의 덩굴식물인 후추나무(*Piper nigrum*)의 열매를 뜻합니다. 이 후추나무의 열매를 말려서 곱게 빻은 것이 우리가 먹는 후춧가루지요.

후추과에 속하는 식물로는 후추나무 말고도 몇 가지가 더 있는데, 그중 하나가 바로 폐페로미아(*Peperomia*)입니다. 폐페로미아가 후

추나무와 어떤 연관성이 있는지는 겉모습만 보고는 판단하기 어렵습니다. 단지 이름으로나마 약간 추측할 수 있을 뿐인데, 폐페로미아의 영어 철자가 'Peperomia', 후추의 영어 철자가 'Pepper'인 걸 보면 둘이 한 가족이란 게 대략 짐작이 갑니다.

여러분은 혹시 폐페로미아의 잎을 만져 본 적이 있으신가요? 폐페로미아는 다육식물처럼 잎이 두툼합니다. 이 두툼한 잎 속에는 물이 모아져 있지요. 이 때문에 폐페로미아는 건조하고 물이 부족한 곳에서도 잘 살아남습니다.

반면에 습한 환경에는 아주 약합니다. 분에 넘치는 주인의 사랑으로 물을 너무 자주 먹으면 과습 상태가 되어 뿌리가 썩기 쉽습니다. 그리고 보면 폐페로미아를 비롯해 식물들에게 물을 잘 준다는 게 그리 쉽지만은 않은 것 같습니다. 적게 주면 적어서 문제, 많이 주면 많이 줘서 문제니까요.

종류에 따라 약간의 차이는 있겠지만, 일반적으로 식물에게 물을 주는 가장 좋은 때는 식물이 막 갈증을 느끼기 시작하는 순간입니다. 어느 때가 막 갈증을 느끼는 순간인지에 대해서는 정답이 없습

니다. 다소 무책임한 말 같지만, 식물을 키우며 교감을 통해서 얻는 수밖에요.

갈증을 희망과 도전으로

콜럼버스, 마젤란, 바스코 다 가마. 만약 이들에게 그 무엇에 대한 갈증이 없었다면 어땠을까요? 아마 위험천만한 여행을 떠나지 않았을지도 모릅니다. 그랬다면 지금의 세계는 또 다른 모습이 되어 있겠지요. 새로운 향신료에 대한 갈증. 바로 이런 갈증이 있었기에 이들은 세상에 자신의 혼적을 남기고, 세상의 역사 또한 이들에 의해 바뀐 것이라 할 수 있습니다.

이제 아이들을 바라봅니다. 지금의 아이들에게는 과연 '갈증'이란 게 존재할까요? 한때 저는 요즘 아이들에게는 갈증이 없으리라 생각했습니다. 부족한 것 없는 현실에 아이들이 그냥 안주하면 어찌나 걱정도 했습니다. 하지만 하루하루 달라지는 아이들의 모습을 보며 생각을 바꾸었습니다. 뛰어놀며 흘리는 아이들의 땀방울이 저의 걱정을 날려 보냈고, 책을 보는 아이들의 반짝거리는 눈동자가 기대를 갖게 했습니다.

문득 내 아이는 언제 어떤 갈증을 갖고 여행을 떠날지 궁금해집니다. 어느 순간 제 곁을 떠날지는 알 수 없지만, 아이가 자신의 갈증을 희망과 도전으로 승화시킬 수 있도록, 때로는 닥쳐오는 힘든 상황들을 스스로 해쳐나갈 수 있도록 저는 열심히 둘을 주어 볼 생각입니다. 넘치지도 부족하지도 않게, 물이 필요한 딱 그 순간을 잘 살펴보면서 말이죠. ┌



고맙습니다

법일 정사
수인사주교



어느 마을에 한 평생 ‘고맙습니다’는 말을 입에 달고 사는 사람이 있었다.

그는 길마다 아는 사람을 만나면 먼저 악수를 청하며 “고맙습니다.”하고 고개를 숙였다.

사람에게만 고마움을 표현하는 것이 아니라 자연현상을 보고도 인사를 잊지 않았다.

바람이 불면 “바람님, 고맙습니다.”하고, 비가 오면 “비님, 고맙습니다.” 인사를 하며, 꽃이 피면 “이렇게 예쁜 꽃을 피워줘서 고맙습니다.”

낙엽을 보아도 “곱게 물든 낙엽을 볼 수 있게 해줘서 고맙습니다.” 잎사귀가 떨어져 양상한 가지만 남은 나무를 올려다보면서 “한겨울을 무사히 보낼 준비를 해주니 정말 고맙습니다.” 인사를 한다.



그 모습을 지켜보던 주변 사람들은 의아심을 가지게 되었다. “뭐가 그리고 고맙다는 것이지. 위선자가 틀림없어. 어떻게 매사를 고마워 할 수 있어.” 사람들은 그를 위선자라 하였다.

장마철이 되었다. 그가 사는 마을에 10일간 내내 비가 쏟아졌다. 10일 동안 하루도 쉬지 않고 비가 내리니 곡식이 제대로 여물지 못할 뿐 아니라 과일은 떨어지고 빨래도 말릴 수 없어 어려운 상황에 부닥치게 되었다.

사람들은 그를 찾아가 물었다. “비가 이렇게 10일 동안 내리니 자네 기분이 어떠한가?” 그러자 그는 평온한 얼굴로 이렇게 말했다. “하늘이 고맙고 비가 고맙죠. 정말 고맙습니다.” 덤덤한 그의 말에 사람들은 답답하다는 듯이 소리쳤다. “세상에 비가 10일간 내리는데 농작물과 과일은 떨어지고 집에 곰팡이가 피고 빨래도 말릴 수 없어 농노한데 이런 상황에서 대체 무엇이 고맙다는 말인가?”

그는 빙그레 미소를 띤 채 말했다.

“10일 동안 비가 왔으니 고맙지요. 10일씩 내릴 비가 하루 만에 다 퍼부었다면 우리 마을이 어찌 되었겠어요? 저 많은 비가 그래도 10일 동안 골고루 내려주니 고마울 수밖에요.”

바다를 밝히다

최시우

동해중학교 졸업생
동해중 백일장 우수작



새벽의 바다는
등대지기를 부른다
소금기 머금은 바람이
그를 깨운다
등대의 불빛은
물안개가 얇게 깔린
바다를 비추고
잔잔한 파도 위 그 물안개를
파고들어 천천히 안개 안의
어둠을 헤쳐나간다
이내 고등어잡이 어선에
빛의 끝이 닿는다
가벼운 손인사로 빛의 길을 열고
땀내와 비린내로 물들 어선과
물안개 사이로 함께 나아간다
등대의 빛을 꺼야하는 때가 왔다



작고 소중한 그의 미래가 오고
등대지기는 그를 안아
그의 삶이 담긴 등대에
그를 세운다
달이 뜨고 새벽이 찾아오면
다시 바다를 밝힌다.

<작품 해설>

등대지기는 '등대의 불빛'과도 같은 끝없는 노력을 통한 성과로 '바다'라는 인생을 비추는 삶을 살아가고 있는 사람입니다. 그의 삶에는 '고등어잡이 어선'이라는 친구가 있습니다. '손인사'라는 간단하지만 친밀한 우정의 표식으로 서로의 길을 열며 오붓하게 나아가는 우정을 지닌 삶을 살아갑니다. 이러한 그의 삶의 끝에는 '작고 소중한 그의 미래'인 자손이 남아있습니다. 그는 등대의 불빛을 꺼야하는 시기가 오면 그의 자손을 그의 노력, 그의 삶이 담긴 등대를 맡기는 자손을 위해 헌신하여 기틀을 만드는 책임감을 실천하고 나서야 등대에서 내려옵니다. 그리고 그의 자손은 끝없는 노력을 하고 친밀한 우정을 가진 친구가 있으며 자손을 위한 기틀을 만드는 책임감을 지닌 아버지를 뒤따라 자신의 인생, 그의 바다에 불빛을 비춥니다. ─





늘 우리주위에 흔하면서도 소중한 쑥은 봄을 대표하는 건강식품이죠. 쑥은 오래 전부터 단군신화에 등장할 정도로 한국인들의 건강식품으로 주목받아 왔습니다. 쑥은 식용과 약용으로 다양하게 사용되어 왔는데 동의보감에 따르면 쑥은 따뜻한 성질을 가지고 있으며 위장과 간장 신장의 기능을 강화해 복통 치료에도 좋다고 적혀있습니다.

우리나라 속담에 “7년 된 병을 3년 묵은 쑥을 먹고 고쳤다.” 하는 말이 있듯이 쑥은 마늘, 당근과 더불어 성인병을 예방하는 3대 식물로 꼽힐 만큼 유익한 성분이 다량 함유되어 있습니다. 특히 피를 맑게 하는 효과와 혈액순환을 좋게 하고 살균, 진통, 소염 등의 작용은 과학으로도 이미 확인된 쑥의 효능입니다. 게다가 쑥은 냉, 대하, 생리통 등 자궁을 따뜻하게 하기 때문에 부인병에도 탁월한 효과가 있습니다. 또한 지혈 작용이 있어 코피가 날 때 생쑥을 비벼서 콧구멍을 막거나 베었을 때 상처에 붙이면 피가 곧 멈춥니다. 그 밖에 해열, 해독 구충 작용을 하며 생즙은 혈압 강화와 소화 촉진, 소엽 작용이 있는 것으로 알려져 있습니다.

그리고 각종 성인병 예방에도 탁월한 효과가 있는 것으로 알려져 있습니다.

오늘날에는 방사능과 황사 등으로 신체의 오염에 대한 두려움이 많은데 바로 쑥이 더러운 피를 정화시키고 부족한 피를 보충해주며 혈액순환을 도와 몸속의 냉기를 몰아내 몸을 따뜻하게 하는데 탁월합니다. 추위를 많이 타는 사람이 쑥을 오래 먹으면 좋은 이유도 여기에 있습니다.



이렇게 효능이 많고 친숙한 쑥으로 맛있는 요리를 만들어볼까요?

1. 쑥 실곤약 잡채

쑥 실곤약 잡채는 당면을 사용하지 않아 칼로리가 낮아 당뇨환자들에
개도 추천되는 음식입니다.

2. 쑥 LA갈비

쑥 LA 갈비 갈비에 쑥으로 향을 내 고기의 비릿내를 잡고 따뜻한 성
분까지 더해져 고기와 좋은 궁합을 이룹니다.

쑥 실곤약 잡채

양념재료 | 설탕 50g, 물엿 7g, 간장 70ml, 청주 20ml, 다진 마늘 6g, 후추 2g, 식용유 약간, 참기름 5ml, 소고기 30g, 실곤약 1/2줌(100g), 표고버섯 2개, 당근 1/8개, 양파 1/6개, 부추 1/2줌, 숙주 1/2줌, 쑥 1/2줌, 식초 1작은술, 올리브유 1큰술

만들기

- ① 소고기는 잡채용으로 준비해 분량의 재료로 밀간한 뒤 10분간 재운다.
- ② 끓는 물에 실곤약과 식초를 넣고 센불에서 3분간 삶은 뒤 제예 밭처 물기를 뺀다. 분량의 재료로 양념장을 만든다.
- ③ 표고버섯은 얇게 편으로 썰고, 당근과 양파는 얇게 채 썬다. 부추는 5cm 길이로 자른다. 숙주, 쑥은 깨끗이 씻은 뒤 제예 밭처 물기를 뺀다.
- ④ 달군 팬에 올리브유를 두르고 실곤약과 양념장을 절반을 넣어 중간불에서 1분간 줄인다.
- ⑤ 재운 소고기와 손질한 채소, 나머지 양념장을 넣고 중간불에서 3분간 줄인다.



쑥LA갈비

간장구이소스 | 물 2리터, 다시마(사방 6cm) 2장, 멸치 10마리, 대파(파란부분) 1/2대

추가재료 | 다진 양파 80g, 다진 대파 15g, 청주 30ml, 쑥 2g

만들기

- ① 간장구이 소스를 끓여서 식혀 만든다.
- ② 다진 양파와 다진 대파 청주, 쑥을 넣고 섞는다.
- ③ 완성된 소스는 거르지 않고 바로 LA갈비를 재어둔다.

* 청주대신 레드와인이나 화이트 와인을 사용하면 독특한 향을 낼 수 있다.

* 콜라나 사이다를 넣으면 짠맛을 감소시키며 고기 비린내를 줄이는 데도 도움이 된다.

* 배즙은 구이용 고기를 부드럽게 해 준다.

* 고기 소스에 마요네즈를 약간 넣으면 맛이 좋아진다





'O'은 'A'와 'U'의 결합음이다. 따라서 음절 전체는 A-U-M의 3요소로 이루어져 있게 된다. OM이 의식의 최고 능력의 표현이므로 이 세 요소는 의식의 세 가지 면으로 설명된다. 즉, 'A'는 깨어난 의식(자그라타, *jāgrata*), 'U'는 꿈의 의식(스바프나, *svapna*), 'M'은 숙면의 의식(수수프티, *susupti*)이다. 그리고 음 전체로는 말과 개념을 초월한 네 번째 면, 일체를 포함하는 우주적 의식(투리야, *turiya*), 즉 네 번째 차원의 의식을 나타낸다.

여기에서 말하는 '깨어난 의식', '꿈의 의식', '숙면의 의식'이라는 표현은 문자 그대로가 아니라 다음과 같이 이해되어야 한다. 1. 외계의 주관적 의식, 즉 우리의 일상적 의식. 2. 내면세계의 의식, 즉 우리의 사고, 감각, 욕망, 지향의 세계이며, 정신적인 의식이라고 할 수도 있다. 3. 더 이상 주관과 객관으로 분열되지 않고 그 자신 속에 완전히 안락하고 미분화된 통일 의식. 불교에서 그것은 완전한 **空**의 상태(空: 순야타, *Sūnyat*)라고 한다.

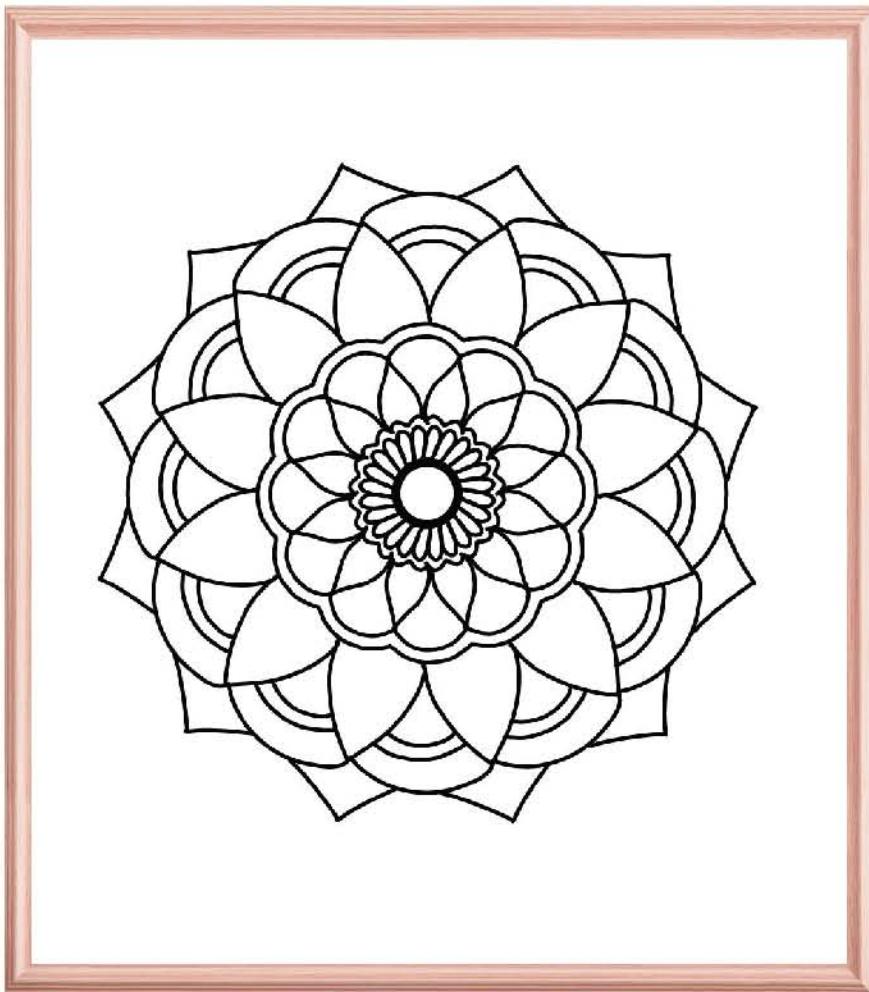
그러나 제4의 최고 상태(투리야, *turiya*)는 다양한 사상 유파가 최고의 목표 또는 이상으로 간주하는 것에 대한 관념에 따라 각각의 방식으로 설명된다. 어떤 유파에게 있어서는 그것은 독존(케발라트와, *kevalatva*), 즉 순수한 자기-존재 상태이며, 다른 유파에게 있어서는 보다 높은 존재(사유즈야트와, *sāyujyatva*), 즉 우주적인 브라흐만이라는 비인격적인 상태

에 몰입하는 것이며, 또 다른 유파에게는 절대적 자유(스바탄트리아, *svātantrya*)로 되어 있다. 그러나 그것이 탄생도, 늙음도 없고, 不死하고, 슬픔이 없는 상태라는 점에서는 모두 일치한다. 그리고 불교의 영역에 가까워질수록 이 목표는 이른바 지아, 즉 애고를 구성하는 일체를 포기하지 않고는 도달할 수 없다는 것이 더욱더 분명해진다.

이와 같이 OM은 거기에도 달하는 수단이거나 또는 그 도달의 상징 중 하나에서 해탈과 연관된다. 해탈은 다양한 방법으로 추구되고 정의되고 있지만, OM은 결코 특정 사상 유파의 전용물이 되는 일은 없었다. 그 상징적 성격, 즉 말이나 형태, 한정이나 분류, 정의나 설명을 초월하는 것을 나타낸다는 성격에 있어서는 시종일관 충실했다. 그것은, 우리들 속의 무한한 체험이며, 아득한 목적, 단순한 예감, 동경으로 느껴지거나, 아니면 성장하는 실재로 알려지거나, 또는 한정이나 속박을 타파하는 데서 깨어나는 것이다.

차원의 수와 같은 수의 무한이 있고, 기질의 수만큼의 해탈의 형태가 있다. 그러나 모든 것이 동일한 표시 '무한'을 띠고 있다. 속박과 제한에 시달리는 사람들은 해탈을 무한의 확장으로 체험할 것이다. 어둠에 시달리는 사람은 끝없는 광명을 경험할 것이다. 죽음과 덫없음의 중압감에 괴로워하는 사람은 해탈을 영원으로 느낄 것이다. 불안하고 편안치 못한 사람은 해탈을 편안함과 무한한 조화로 즐길 것이다. ─

손끝에서 찾는 마음의 안정

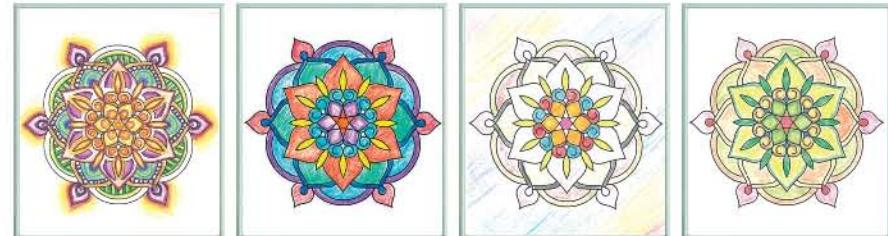


색을 칠하면서 마음이
평온해지기를 소망합니다.

지난 호 독자 솜씨



▲ 서울 권지란 ▲ 서울 김태동 ▲ 서울 박상우 ▲ 서울 양지희



▲ 서울 유영신 ▲ 서울 이진희 ▲ 서울 장원영 ▲ 부산 서하늘

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	전호국가불공	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 진호국가

불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국泰民安·조국평화통일을 기원.

특히 매년 2월 19일부터 49일간 5월 28일부터 49일간을 상하반기로 하여 '진호국가불공기간'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 이병리 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
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 빠방골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
충원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이병4길 266-78	(043)833-0399

대구, 경북교구

개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
진화사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4	(054)761-2466
국광사	38145	경상북도 경주시 중앙로 77 (동부동)	(054)772-8776
단율사	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 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 (영선동17)	(051)416-9835
성화사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실보사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운천사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 완월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일상사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정각사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

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.

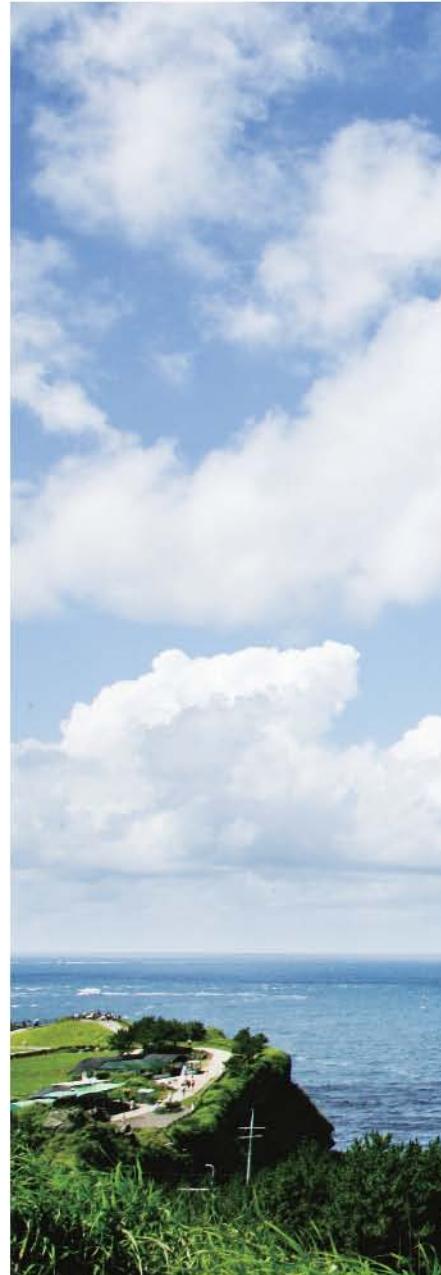
강민우 강정자 공덕성 곽노선 권도연 권순갑
김덕원 김도연 김미경 김민준 김봉래 김성민
김승자 김양숙 김연정 김윤서 김은숙 김예곤
김중철 김현정 김의곤 김의원 류경록 류승조
박벌남 반야화 배도련 법 공 서금업 손경옥
손재순 안승매 안종호 안한수 양진윤 오승현
오채원 오현준 유광자 유승태 유정식 이영재
이인성 이해성 일심정 장민정 장승엽 장정원
정건호 정재명 정화연 주건우 지 정 총지와
최순기 최재실 한경림 한국예문연구회 한미영
한영희 한칠수 허지웅

한국예문연구회 명단

강영철 김갑태 김명의 김상길 김세중 김순규
김영덕 김인규 김인선 김장환 김정순 김주성
박영중 박차봉 손성재 오식완 육장윤 윤병재
이승육 이정식 조덕재 하대수 황규철

발 행 일	총기 50(2021)년 6월 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

- 불교총지종 홈페이지 총지미디어에서
구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.



여름의 시작을 알리는 6월이 시작되었습니다.
햇빛도 강하게 내리쬐고 습도도 높아서
푹푹 찌는 순간들이 많은 것 같습니다.
문득 어린시절의 여름이 떠오릅니다.

친구들과 버스를 타고
광안리와 해운대를 누비고
웃 입을 채 바닷물에 풍덩 뛰어들면
그런 시절이 있었습니다.
바닷가에서 기타 하나로 하모니를
만들던 그런 시절이었습니다.
어느 때보다 자유로웠고
어느 누구보다 행복했던
그 시절이 그립기만 합니다.

요즈음은 아파트 단지 안에
좋은 야외 워터파크와
작은 공원 형태를 조성하여
아이들이 웃으며 뛰놀고
부모님도 아이들과 함께
즐기는 모습으로 많이 변하였습니다.
올 여름에는 온 가족이 시원하게
여름을 즐길 수 있는 날이
빨리 오기를 기원합니다.



세상 어떤 보배보다도
탐진치를 없엔 마음의 보배가
더욱 가치 있고
진실 영원한 보배이다

- 환당 대종사 어록 -