

통권 제 211호

장남. 라 00943

2565  
2021

05

특별기고  
연동회



살다보면  
늦된봄,  
선재곁에서



지혜의뜨락  
아동화대를  
부처님이보셨다면

불교총지종

# 우드 다라마

With Dharma

영원한 진리와 함께



## 법신불의 존재

법신불의 존재는 우주 대기<sup>大氣</sup>의 주인공이니

즉 어떠한 특정 신<sup>神</sup>의 의지로서 목적을 향해

천지를 생성시키는 것도 아니며 또한 다만 기계적으로  
물리적 법칙 아래서 작용하는 것도 아니면서

그 가운데 무엇인가 우주만유를 생성화<sup>化</sup>하고

상호 조화하도록 하는 작용 즉 무엇인가 크게 하고

있으면서 한다는 고정된 주체도 없고 혼적도 없으며

또한 하지 않는 것도 아닌 무한한 작용을 하고 있는 것이다.



# 위드 다르마

WORLD Dharma  
영원한 진리와 함께

**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 불국정토를  
염원합니다.



### 불교이야기 08

혜학이란 무엇인가?(5)  
화령 정사

### 향유 22

아날로그 감성  
서령 정사

### 아름다운 세상 28

행복해지기 위해  
공부해야 하는  
6가지 마음 습관  
묘원화 전수

2565  
2021

05

### 04 특별기고

연등회 이선희

### 08 불교이야기

혜학이란 무엇인가?(5) 화령 정사

### 14 마중물

사랑의 힘으로 살아간다 따뜻한 아루

### 16 살다보면

늦된 봄, 선재길에서 이옥경

### 22 향유

아날로그 감성 서령 정사

### 26 산책

질문 김대곤

### 28 아름다운 세상

행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관 묘원화 전수

### 32 마음의 등불

사람에게 가장 슬픈 일은 마음이 죽는 것이다 함영대

### 36 자혜의 뜨락

아동학대를 부처님이 보셨다면 방귀희

### 40 십선성취

여섯 번째 계절 님해 정사

### 44 새이야기

청딱다구리 (Grey-headed Woodpecker) 정옥식

### 50 죽비소리

환자본처<sup>환자 본처</sup>에서 만납시다 김봉래

### 54 씨앗 한 알

무심<sup>無心</sup>, 마음은 없다 법상 스님

### 58 카일라스

수미산<sup>須彌山</sup>은 우주의 중심축(7) 김규현

### 62 차향기

말차<sup>末茶</sup>에 대해 김정애

### 66 걸망에 담긴 이야기

천석꾼, 만석지기 법일 정사

### 68 독자기고

시선의 감옥 유준우

### 70 요리TALK! 정보TALK!

바지락 김조은

### 74 뜻 바루기

호미<sup>穂米</sup> 김재동

### 76 컬리링 만다라세상

독자솜씨

## 진정한 기도

진정한 기도는 뭐를 달라고 하는 게 아니라 세상에서 가장 힘이 있고

치유적인 에너지와 연결하는 거예요.

그 에너지는 사랑이라고 해요.

관세음보살의 사랑은 자신의 본성이에요.

관세음보살께 기도하면 자신의 본성인 평화와 자유와 지혜가 들어나요.

관세음보살께 세속 일을 도와 달라고 하는 것은 부처님께

설거지를 해 달라고 하는 거 같아요.

모든 욕망을 버리고 내맡겨 보세요.

우리보다 본성이 더 잘 알아요.

나의 뜻이 아니라 본성의 뜻을 따르세요.

내맡김 속에 우리의 이익과 행복이 들어있어요.

“다하고 다 아시는 관세음보살 나를 생각하옵소서.

자비로운 관세음보살 당신이 다 아십니다.”

타력이 자력입니다.

‘나와 타인’은 환영이며 관세음보살과 자신은  
분리되어 있지 않기 때문입니다.

옴마니반메훔은 소리로 나둔 관세음보살입니다.

만트라 자체가 관세음보살입니다.

옴마니반메훔을 매일 짧게 자주 외우면서 관세음보살의  
현존을 느껴 보세요.

우리가 가장 필요한 가피를 받으세요.

가피란 감동을 주는 신성한 에너지입니다.

변화와 치유의 가장 유효한 길입니다.

관세음보살이든 파드마삼바바이든 따라 보살이든  
성모 마리아이든 자신과 깊은 인연 있는 분께 기도하면 됩니다.  
사실, 다 같은 분입니다.

- 용수 스님(세천코리아 명상센터) -

## 연등회

이선희  
통리원

인용글 · 사진 출처 : 문화재청

매년 5월은 ‘부처님오신날’ 행사를 바쁜 달이었다. 그런데, 코로나19로 인한 비대면 비접촉의 시대가 되면서는 예전과는 다른 양상을 보이고 있다. 그중에서 연등회는 ‘부처님오신날’의 대표행사이자 한국 불교계의 자랑이었다. 작년에 이어 올해도 예전과 같은 연등회 행사를 치를 수는 없게 되었다. 예전의 화려한 연등회를 다시 할 날을 기원하면서 유네스코(UNESCO) 인류무형문화유산에 등재된 연등회(국가무형문화재 제122호)에 대해 알아보려고 한다.



연등회는 석가모니가 태어난 음력 4월 8일에 부처의 탄생을 축하하기 위해 거행하는 불교 행사로, 진리의 빛으로 세상을 비춰 차별 없고 풍요로운 세상을 만든다는 의미가 담겨 있다.

삼국사기에는 신라 경문왕 6년(866)과 진성여왕 4년(890)에 ‘황룡사에 가서 연등을 보았다.’는 기록이 있어 고대부터 전통이 이어져 왔다는 사실을 알 수 있다.

연등회는 통일신라시대인 9세기에 이미 확인되며, 고려와 조선시대를 거치면서 계속되어왔다. 신라와 고려의 연등회는 불교적 행사였지만, 조선시대에는 민속행사로 행해졌고 해방 이후 전통적인 시련, 탑돌이의 행렬 문화가 확대되어 연등행렬로 발전하였다.

연등회는 관불의식, 연등행렬, 회향의 형식으로 진행되며 연등행렬 때 동원되는 등불이 다양하고 다채롭다.

불교가 우리나라에 들어온 이래 연등회는 통일신라와 고려, 조선시대를 거치면서 궁중과 서민 모두를 아우르는 중요한 문화행사였다. 역사적으로는 고려의 연등회가 사회적 기능이 가장 커었고, 유교가 성했던 조선시대에서도 연등회는 서민의 중요한 문화행사이자 축제

로서 기능해왔으며, 오늘날에도 초파일의 연등행사는 대중들의 중요한 문화행사로서 기능하고 있다.

연등회는 '부처님오신날'이 가까워오면 대한민국 전역에 소망을 담아 만든 등을 밝히고 장대한 행렬을 이루어 거리를 행진하는 의식이다. 축제이다. 본래 '부처님오신날'을 기념하기 위한 종교의식이었으나 현재 인종, 세대, 종교 상관없이 참여할 수 있는 국가적인 봄철 축제이다. 거리에는 다채로운 연등이 내걸리고, 사람들은 대나무, 한지 등을 이용한 전통 방식으로 만든 연등을 들고 축하 행렬을 위해 모여든다.

연등회는 연등법회, 연등행렬, 회향 등으로 구성되었고, 관불의식으로 시작하여, 연등을 든 사람들의 행진이 이어지며, 행진 뒤에는 참여자들이 모여 회향 한 마당에 이르면 함께 어울려 화합의 절정을 이룬다. 참여자들은 스스로 만든 연등을 밝혀 개인과 가족, 그리고 이웃과 나라 전체의 안녕과 행복을 기원한다.

"시대를 지나며 변화해온 연등회의 포용성은 국적·인종·종교·장애의 경계를 넘는 데 기여했다. 인도·중국·몽골·스리랑카·태국 등 다양한 국적의 참여자들은 연등회의 문화적 다양성을 보여준다."

이 말은 연등회가 유네스코 인류무형문화유산에 등재되면서 언급된 말이다.

연등회는 오랜 세월동안 민족과 생사고락을 함께해 온 문화유산으로, 공동체가 화합하여 시대와 함께 전승되어 왔으며, 국민과 함께 하는 대표적인 화합의 문화유산으로 발전해 왔다. 연등회의 화합과 상호이해의 정신이 여러 국가에 공유되어 국가간 갈등 해결에 영감을 주기를 기대하는 무형유산의 진정한 가치라고 할 수 있다. 평화와 연대가 필요한 지금의 시대에 연등회가 가지는 사회적 가치를 되새겨보게 된다.

코로나 19가 종식되고 내년에는 모든 사람이 참여할 수 있는 예전의 화려한 연등회가 열리기를 기원한다.▲



## 혜학이란 무엇인가?(5)

화령 정사  
철학박사  
법천사 주교  
보디미트라 회장



### 무분별지는 중도의 실천에서

매시를 나와 대상을 나누어 보면 과로움이 생깁니다. 분별지와 무분별지에 대하여 알고 있다고 자부하는 사람에게 조차도 마찬가지 분별심이 일어날 수 있습니다. 왜냐하면, ‘인간의 마음에는 번뇌가 늘 있다.’ 혹은 ‘인간은 자기중심적이다.’라고 하는 것을 나는 알고 있다고 생각하는 그 자체도 분별이 되어버리기 때문입니다. 그렇게 되면, 나는 이리이려한 인간의 속성을 알고 있기 때문에 날마다 수행을 한다. 많은 사람들은 이러한 것도 모르고 수행을 하지 않는다.’고 하는 분별이 생겨 알게 모르게 자신과 남을 차별하게 됩니다.

수행을 많이 했다고 하는 사람 중에는 상당히 오만하고 차가운 느낌을 주는 경우가 더러 있는데, 그것은 아마 그 사람의 이러한 차별심이 알게 모르게 작용하기 때문이 아닌가 생각됩니다. 즉, 나는 다른 사람 보다 진리에 대하여 많은 것을 알고 있다. 그리고 나는 이런 것들을 실천하기 때문에 뛰어난 자이다라고 하는 분별심이 자기도 모르게 생기고, 그것에 집착함으로써 오만하고 도도하며 접근하기 어려운 느낌을 주는 것이라고 볼 수 있습니다.

집착이라는 것은 허망분별이며 헤아림으로부터 생기는 마음입니다. 여러 가지 선행은 당연히 좋은 것이며, 그것을 권장하여도 불교에서는 거기에 이러한 분별과 집착의 함정이 있다는 것을 지적하고 있습니다.

사실은 우리가 선행이다, 아니다, 혹은 바른 것이다, 그른 것이다 라고 구분하는 것도 언어에 의한 분별입니다. 이처럼 우리가 보고 듣고 느끼고 생각하는 모든 대상에는 분별이라는 것이 작용하며 따라서 온갖 집착이 따라다닙니다. 우리는 보고 듣고 느끼는 실제적 대상에 대해서 뿐만 아니라 보이지 않는 것에 대해서도 분별을 하고 집착을 합니다. 이런 것이 나에게 있었으면 하고 집착을 하기도 하고, 혹은 진리라든가 평화, 정의 등과 같은 개념적인 것에 대해서도 우리는 분별을 하고 집착을하게 됩니다.

예를 들면, 우리가 진리라고 하여도 그것에 집착하게 되면 자기 스스로 진리인 것과 진리 아닌 것을 분별하게 됩니다. 그렇게 되면 진리를 추구한다고 하면서도 또 하나의 집착을 만들어 내는 결과를 가져옵니다. 집착이 생기면 번뇌가 따라오고 거기에 따라 괴로움이 생깁니다. 진리나 선, 혹은 정의 평화 등과 같은 것은 좋은 개념이지만 거기에 집착하게 되면 그것은 돈이나 명예, 혹은 다른 것에 집착하는 것과 마찬가지로 괴로움이 발생하게 됩니다. 이렇게 보면 악이다, 나쁘다고 하는 것이 원래부터 존재하는 구체적이라기보다는 집착의 대상이 어느 정도이며, 그러한 집착에 의하여 얼마나 큰 폐단이 생기고 좋지 않은 결과를 가져오는가에 따라 악이고 나쁜 것이 결정된다고 할 수 있습니다.

예를 들면, 사회정의를 부르짖으며 거기에 집착하여 매진한 것이 때로는 너무 지나쳐 사회 전체를 이상하게 만들어버리기도 합니다. 노동자들의 권익을 위하여 노동조합을 결성하고 노동운동을 지원하던 것이 이제는 도리어 발전을 저해하는 폐단을 가져오기도 합니다. 중국의 홍위병들이 자기들은 사회정의를 실천한다고 그렇게 날뛰었지만, 결과는 얼마나 비참하게 되어 버렸습니까? 수많은 사람을 해치고 귀중한 문화재를 훼손하게 되었던 것입니다. 이렇게 되면 정의에 집착하는 것이 돈이나 명예에 집착하여 봄을 망치는 것과 마찬가지로 악이 되어 버리기도 합니다. 또 종교나 신앙에 대한 것도 그렇습니다. 선을 행하기 위하여 종교를 가지고 신앙을 가지는 것이 너무 지나쳐 집착이 되어 버리면 이것이 도리어 이웃을 괴롭히는 악행이 되어버리기도 합니다. 이런 것이 극단적으로 치닫게 되면 종교전쟁으로 발전해서 큰 비극을 불러오기도 합니다. 세계평화를 위한다고 하는 것이 도리어 전쟁을 불러일으켜 온 세계를 잣덩이로 만들어버릴 수도 있습니다.

불교에서는 이러한 폐단을 경계하여 분별을 가지지 말라고 하는 것이며 집착을 놓아버리라고 하는 것입니다. 그렇기 때문에 이런 분별을 끊는 무분별지를 얻어 궁극적으로는 번뇌를 단멸하여 참된 행복과 안락에 이르도록 하는 것이 불교의 가르침입니다. 이런 것이 바로 지혜를 완성하는 반야바라밀이라는 것입니다.

어리석은 사람의 신앙은 무조건 믿으며 거기에 집착합니다. 그렇기 때문에 열심히 믿으면 믿을수록 배타적이고 자기중심적이 되어버립니다. 타 종교 사람들 중에는 이런 사람들이 상당히 많습니다. 지혜를 개발할 생각은 하지 않고 무조건 믿다보니 그런 결과가 되어 버린 것입니다. 그러나 불교는 지혜의 종교이기 때문에 항상 이러한 맹목적 신앙의 폐단을 경계하고 바른 지혜를 얻도록 하고 있습니다.

여기서 한 가지 주의할 것은 분별하지 않는다. 혹은 집착하지 않는다고 하는 것이 상대를 의식하지 않거나 무시한다는 의미가 아니라는 것을 알아야 합니다. 상대를 보지 않는다면 무시한다고 하는 것은 바로 상대를 무시한다. 보지 않는다는 것 그 자체에 집착하는 것이 되어버리기 때문입니다.

그렇기 때문에, 불교에서는 집착하지 않는 것을 가장 중시하지만, 또한 집착하지 않는다고 하는 것에도 집착하지 말아야 한다고 하고 있습니다. 즉, 집착하면 안 된다고 하는 것에도 집착하다가 보면 거기에서도 번뇌가 따르기 때문입니다. 집착하지 않는다고 하는 것에는 그것이 진리이든 선이든 예외가 없다는 말이 됩니다.

이런 것은 다시 말하면, 우리의 마음이 어떤 것에도 구속받지 않고 참으로 자유롭게 되는 것을 말합니다. 그것이 해탈이고 열반인 것입니다. 불교에서는 이와 같이 집착하지 않는 것, 즉 해탈 혹은 열반을 목표

로 수행하고 있습니다. 이러한 해탈이나 열반의 경지가 곧 무분별지의 세계입니다.

불교의 관점에서는 어떠한 선행이나 수행에 있어서도 목표로 하는 것은 무분별의 지혜에 의하여 집착하지 않는 것입니다. 그것을 한 마디로 중도라는 말로써 나타낼 수 있습니다. 집착하지 않는다, 분별하여 치우치지 않는다고 하는 것은 중도인데, 이것은 연기와 공이라는 불교의 근본교리를 실천적으로 드러낸 것이라고 할 수 있습니다. 그리고 무분별지는 연기와 공의 이치를 체득한 지혜를 말하며, 연기와 공이라는 불교의 진리와 일체화한 지혜를 말합니다. 이러한 지혜가 깨달음의 지혜로서 불교에서 추구하는 궁극적인 지혜입니다. ━



# 사랑의 힘으로 살아간다

따뜻한 하루



한 젊은이가 지혜를 얻기 위해서 유명한 현인을 찾아가 그의 제자가 되었습니다.

그런데 스승은 몇 달이 지나도록 제자에게 아무것도 가르쳐 주지 않습니다.

불만에 찬 제자가 스승에게 물었습니다.

“스승님, 지금까지 저에게 왜 아무것도 안 가르쳐 주십니까?”

그러자 스승은 제자에게 질문을 하나 던졌습니다.

“저기 벽돌 뒤에 많은 금괴가 있다고 하자. 그런데 사방을 돌벽으로 막아두었다. 너는 어떻게 꺼낼 수 있겠느냐?”

제자는 망설이지 않고 대답했습니다.

“당연히 망치로 돌벽을 깨뜨리고 금괴를 꺼내면 됩니다.”

“그래 네 말이 맞다. 그러면 하나 더 묻겠다. 여기 있는 이 닭의 알에서 생명을 꺼내려면 어떻게 해야 하지?”

제자는 잠시 고민하더니 이렇게 대답했습니다.

“알을 품어주고, 따뜻하게 해 주고, 기다려 줘야 합니다.”

그러자 스승이 제자에게 말했습니다.

“그래 잘 알고 있구나. 그렇게 품어주고 사랑해주면 그 안에서 생명이 자라서 스스로 껌데기를 깨고 나오게 된다. 그러나 많은 사람들 은 망치로 껌데기를 깨는 줄 알지. 물론 망치로 껌데기를 깰 수는 있다. 그러나 망치로 깨서는 단 하나의 생명도 건질 수 없단다.”

사람의 마음은 강압적으로 쉽게 얻을 수 있는 것이 아닙니다.

오랜 기간 따뜻하게 품어주고 사랑으로 기다려주어야 합니다.

그리기에 상대를 좀 더 이해하고 좀 더 안아주고 좀 더 환하게 웃어 줘야 합니다.

그리면 어느새 그 안에 ‘사랑’이라는 ‘생명’이 꿈틀거릴 것입니다.▲



- 따뜻한 하루의 <따뜻한 편지 1688호>-

## 늦된 봄, 선재길에서

이옥경

수필가·방송작가

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



오랜만에 오대산 월정사와 상원사를 잇는 선재길을 찾았다. 선재길이라는 이름은 깨달음을 얻기 위해 천하를 돌아다니던 젊은 구도자 선재 동자가 53명의 현인을 만나 깨달음을 얻었다는『화엄경』에서 유래한다. 지혜와 깨달음을 얻고자 길을 나섰던 선재 동자처럼 이곳을 찾는 많은 이들이 자신을 돌아보며 스스로 치유하고 깨우침을 얻기를 바라는 뜻이 담겨 있다.

계곡을 따라 숲과 물을 넘나드는 이 조붓한 길은 월정사에서 상원사에 이르는 도로가 생기기 전, 스님과 불자들이 오가며 마음을 닦았던 길이며, 일제 강점기 목재 수탈과 노동력 착취의 현장이기도 하고, 화전민의 애환이 서린 길이기도 하다.

9km 남짓한 선재길의 시작은 월정사다. 월정사의 둘머리라고 할 수 있는 대표소에서 200m 정도 올라가면 금박 글씨로 '월정 대가람' 月精大伽藍이라는 현판이 걸린 일주문이 나오고, 여기서 금강교에 이르기까지 이어지는 약 1km의 흙길이 길이 천년의 숲 월정사 전나무 숲길이다. 우리나라에서 사찰로 가는 가장 아름다운 길로 꼽히는 이 숲길을 따라 월정사로 향하다 보면 왼쪽으로는 상원사에서 흘러내린 계곡물이, 오른쪽으로는 1,000여 그루의 아름드리 전나무가 어우러진 울울창창한 숲이 고즈넉한 위로와 안식을 안겨준다.

전나무의 나이는 평균 80년, 최고령 나무는 370년이 넘었다고 하는데 그 옛날, 수령 500년의 전나무 아홉 그루에서 씨가 퍼져 지금의 울창한 숲을 이뤄냈다고 하니 자연의 위대함에 비하면 사람의 삶이 한 점 티끌 같다는 생각마저 든다.

속<sup>한</sup>과 선<sup>한</sup>의 경계인 듯, 그 숲길의 끝에 월정사가 있다. 신라 선덕여왕 12년(643년)에 자장율사가 중국 당나라에서 얻은 석가모니 부처님의 진신 사리와 대장경 일부를 갖고 돌아와 세운 사찰, 지혜의 상징인 문수보살이 머무르는 불교 성지로 사랑을 받아온 천년고찰 월정사에 대한 역사적인 이야기는 잠시 들어두기로 한다.

월정사 앞 금강연을 거쳐 이어지는 선재길로 접어들면 참나무와 소나무, 낙엽송, 물푸레, 느릅나무, 신당 나무, 단풍나무 등 다양한 나무와 철 따라 피고 지는 야생화, 투명한 햇살, 차고 맑은 물, 청명한 바람, 온갖 산새들의 지저귐이 앞서거나 뒤서거나 길을 열어준다. 지친 다리는 깊은 숲 그늘이나 오대천 청량한 물소리에 기대어 잠시 쉬어가도 좋다. 지장암과 지장폭포를 지나고, 일제강점기에 베어낸 나무를 가공하는 회사(제재소)가 있던 터로 화전민이 모여 살았던 회사 거리를 거쳐 새소리, 물소리, 바람 소리와 함께 셀다리를 건너고 오대산장, 동파골, 출렁다리를 건너다보면 이윽고 다다르는 곳이 월정사의 말사 중 하나인 상원사다.

쉬엄쉬엄 걷는 동안 청량함으로 몸과 마음을 채웠다면 이제는 일상의 번뇌와 번거로움에서 자유로워져야 할 시간. 상원사는 비교적 쉬운 길을 버리고 108개의 가파른 오르막 계단길 '번뇌가 사라지는 길'로 올라야 제맛이다. 상원사 턱밑에 도착해서 고개를 살짝 젖힌 채 번뇌가 사라지는 길을 오래도록 바라보는 것도 좋거니와 계단 초입에서 만나게 되는 <오대 서약>도 매번 새로운 마음을 갖게 해주기 때문이다.

하나. 다른 생명을 아끼면서 함께 살아갑시다.

둘. 남의 것 육심내지 말고 자기 살림을 아깁시다.

셋. 맑은 몸과 정신을 지니고 바른 행동을 합시다.

넷. 남을 존중하고 말씀을 아깁시다.

다섯. 밝은 생활을 하면서 좋지 못한 것을 하지 맙시다.

수 시간 동안 선재길을 걸어온 까닭 중 하나가 이 번뇌가 사라지는 길과 오대 서약에 담긴 의미를 되새기고 싶어서이다. 평범한 것 같은 한 구절 한 구절이 곧 쉽게 풀어 전하는 부처님의 말씀인 오대 서약을 음미하노라면 오대 산문에 든 후 열반하기까지 27년간 산문을 나서지 않고 수행과 후학 양성에 전념하셨던 한암(1876-1951) 스님의 모습이 그려진다. 스스로 수졸이라 낮추었던 스님의 삶이 70년의 세월을 뛰어넘어 따뜻한 울림으로 전해진다. 어리석음을 벗어나지 못하고 우직한 태도를 고집하여 본성을 고치지 않는 수졸<sup>한</sup>의 삶이라니….

그 겸허함을 담아 면면히 이어오는 오대 산문의 기풍이 곧 오대 서약이리라. 오대 서약으로 잠시나마 숨을 고르고 108 염주를 굴리듯 108계단을 오르노라면 불자가 아닌데도 마음이 저절로 숙연해진다.

번뇌가 사라지는 길을 올라 상원사 마당에 서면 스님의 눈길이 머물렀을 천지사방이 고요한 울림으로 다가선다. 일제강점기와 6.25 전쟁이라는 역사의 질곡 속에서도 세속의 권력과 위기에 굴하지 않았던 스님의 독경 소리가 들릴 듯하다. 봉은사 조실 자리를 지키면서 ‘춘삼 월봄날에 말 잘하는 앵무새’가 되느니 ‘천고에 자취를 감춘 학’이 되겠다며 오대 산문에 들었을 만큼 불의에 단호했고 참선과 간경, 염불, 의식, 가람수호의 승가 5칙을 만들어 엄격한 수행의 본분을 후학들에게 전했던 강직한 수행자이자 매일 새벽예불에 나아가 선 차로 2시간의 관음 정근에 참여하고, 잠자는 시간 외에는 선원 대중 방에 반듯하게 앉아 참선하면서 오후 불식을 하는 등 검박한 생활을 솔선수범하며 부처님의 계율에 맞춰 사셨던 큰 스승 한암 스님.

“그대는 군인이니 명령을 따르는 것이 본분이요, 나는 출가수행자 아니 법당을 지키는 것이 본분 아니겠소. 나야 죽으면 어차피 다비<sup>茶毘</sup>에 불여질 몸. 둘 다 본분을 지키는 일이니 내 걱정은 말고 어서 불을 지르시오.”

1.4 후퇴 때 남쪽으로 퇴각하던 국군이 북한군의 거점이 될 수 있다는 이유로 오대산 내 모든 절을 불태워 없애던 때였다. 월정사가 전소된 후 상원사에도 군인들이 들이닥쳤다. 잠깐의 말미를 얻은 스님은 가사와 장삼을 갖춰 입고 법당에 정좌한 채 상원사와 한 몸이 되어 불태워질 것을 선언하고 미동조차 하지 않았다. 스님의 기개에 감화한 소대장은 상원사를 불태운 것처럼 위장하기 위해 전각의 문짝만을 모두 뜯어내 마당 한가운데 모아놓고 불을 지르라 명했다. 온몸으로 상원사를 지켜내고자 했던 스님의 강직함과 그 역시 불자였던 것으로 전해지는 소대장의 묘수가 상원사와 우리나라에 현존하는 범종 가운데 가장 오래된 상원사 동종(국보 제36호)을 지켜낸 것이다. 많은 것들이 눈으로 들어와 마음을 채우고, 채워진 그것들이 또 마음을 비워 주는 선재길의 끝 상원사에서 돌계단과 흙길을 40여 분 더 오르면 만날 수 있는 적멸보궁(정확히 말하면 전각 뒤쪽 작은 언덕에 선 세존진신탑묘)의 바람 소리가 궁금하다면… 그대, 늦된 봄 피행화 피는 선재길에서 귀 기울여 보시라. 가만히, 아주 조용하게. ■



디지털 기술이 발달하기 전의 시대에 느꼈던 옛스러운 감성을 아날로그 감성이라 한다.



요즘 집 안, 밖 그 어느 곳에서든 주위를 둘러보면 모두 하나같이 손바닥만 한 검은 화면에 시선을 고정한 채 고개를 숙이고들 있다. 이는 혼자 있을 때뿐만 아니라 누군가와 함께 시간을 보낼 때도 마찬가지이다.

현 시대를 살아가는 우리들은 오랜만에 시간을 내서 누군가를 만나더라도 만난 첫 순간의 반가운 인사가 끝나고 나면 각자 자신의 핸드폰을 들여다보면서 시간을 흘려보낸다. 그러다 헤어질 시간이 되면 오랜만에 만나 반가웠다며 좀 더 시간을 함께하지 못해 아쉽다는 등의 인사를 나눈다. 참 아이러니하지 않은가? 함께 있었으나 오가는 대화 한마디 없이 각자 핸드폰을 봤다. 그럼에도 좀 더 시간을 함께하지 못해 아쉬웠다니...

함께 있지만 함께 하고 있지 않은 상황. 이런 만남의 형태가 된 건 시대가 변화함에 따라 인터넷, 전자기기 등이 발달되면서라고 생각한다. 굳이 만나서 서로의 안부를 묻지 않더라도 이미 핸드폰 속 메신저나 SNS 등을 통해 서로의 일상을 속속들이 알고 있으니 오랜만에 만난 사람이어도 상대에 대해 궁금한 점이 없는 것이다. 이런 현 시대를 살아가다 보니 오프라인으로만 서로 소통하던 옛 시절이 그리워지기도 한다.



아날로그라고 하면 고리타분한 것, 또는 생활의 불편함을 떠올리기도 한다. 시대가 발전함에 따라 누릴 수 있는 것이 많아졌는데 왜 굳이 불편했던 그 시절을 동경하느냐는 얘기를 하는 사람도 물론 있다. 나에게 있어 아날로그 감성이란 시대가 발전하지 않아 겪었던 불편함보다 나의 주위 사람과 온전히 함께할 수 있었던, 그래서 소중하고 행복했던 시간을 떠올리게끔 한다.

디지털 기술이 발달하기 이전, 그래서 컴퓨터나 개인 핸드폰이 없었던 그 시절에는 수첩에 지인의 연락처를 적어 품에 지니고 다니며 전화기를 사용할 수 있을 때 상대와 통화를 하곤 했고, 또 직접 전하기 어려운 말은 편지에 적어 보내기도 하였다. 혼자 시간을 보낼 수 있는 놀이거리도 많이 없었기에 친구를 만나 노는 것 또한 일상이었다.

앞서 말한 주위 사람과 온전히 함께할 수 있었던 시간이란 건 누군가와 만나거나 연락할 때 서로에게만 집중했었다는 의미이다. 즉, 지금처럼 바로바로 상대와 연락이 닿고 언제든 약속을 잡아 만날 수 있다 해도 실제로 만나서는 각자 핸드폰을 들여다보고 있는 것과 달리 상대와 통화하기 위해 집 주위 공중전화를 찾았다던 그 시간, 그리고 나의 생각과 마음을 편지에 적던 그 시간 등 상대만을 위해 온전히 나의 시간을 할애하고 또 실제로 만났을 때도 상대와 나의 시간을 방해할 물건(핸드폰)이 없으니 온전히 서로에게만 집중했다는 것이다.

나와 상대를 이어주기 위한 매개체인, 즉 수단과 방법일 뿐이었던 핸드폰이 현 시대에 와서는 역설적이게도 나와 상대를 단절시키는 주범이 되고 있는 것이다. 다이너마이트를 발명한 사람도 자신의 발명품이 많은 사람을 죽이는 전쟁터에서 사용되리라고는 생각지 못했을 것이다. 핸드폰을 만들어낸 사람 또한 주위 사람과 좀 더 편하게 연락을 주고받을 수 있게 하기 위함이 주목적이었겠지만 오히려 진정한 소통을 방해하는 요인이 되고 만 현실이 안타까울 뿐이다. 그 물건을 만든 사람이 생각한 목적에 따라 사용하면 좋겠지만 저마다 생각하고 받아들이는 것이 다르므로 또 다른 방향으로 발전을 이루기도 하면서 이런 저런 모습으로 이어져 오는 것이라.

어찌 됐던 시대의 발전이 우리의 일상생활에 상당 부분 긍정적인 영향을 미친 것은 자명한 일이나, 본인과 주위 사람에게 좀 더 집중할 수 있었던 아날로그 감성을 잊지 않고 지켜나가는 것이 좀 더 유의미하고 긍정적인 시대적 발전을 이루어내는데 도움이 되리라 생각한다. ━





투둑 투둑

창가에 어둠을 걸친 빗방울  
힘없는 노크에 시선을 마주한다

도시를 가로지르는 차량의 불빛  
그 찰나에 물빛은 나비가 되어  
내게 말을 건넨다

나침반

동. 서. 남. 북 모든 방향은  
한곳으로 땜빈다

사랑하는 느낌 다 어쨌냐고  
어쩌다 세상에서 가장 슬픈 이가 되었냐고

답 할 수 없는 시간들이 옥죄어 올 때면  
난 대답을 하곤 하지

“행복만 하다면 그 삶이 좀 지루하지 않겠어?”

어째 오늘 비 내리는 창가에 서 있는 모습이 조금은 서럽더라도

웃고 있잖아. 그럴 수 있잖아

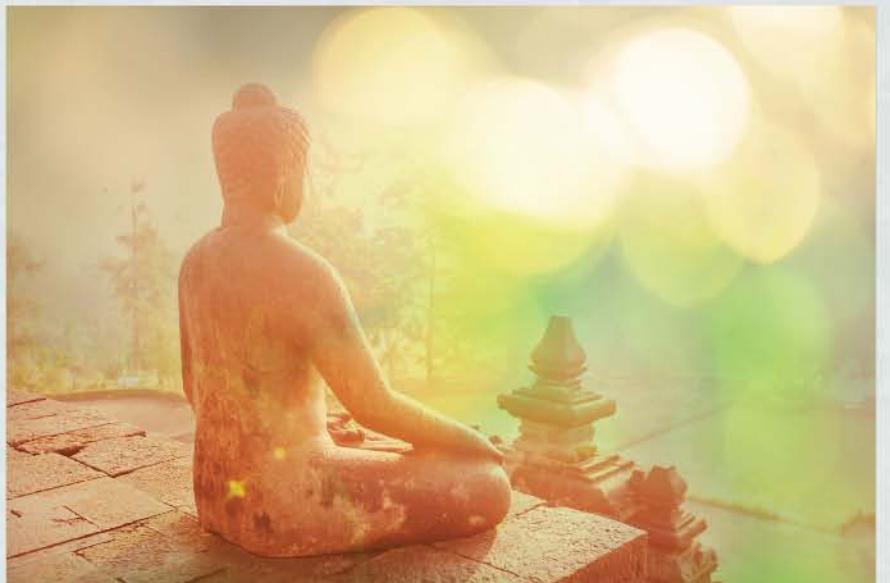
“왜 그런 줄 알어?”

독백을 던지며 난 묻고 있다  
창가엔 여전히 젖은 나비가 파닥인다.



# 행복해지기 위해 공부해야 하는 6가지 마음 습관

묘원화 전수  
벽룡사



## 자기를 비하하는 마음 습관(下)

나는 게으르고, 못생겼고, 잘하는 게 하나도 없다고 스스로 부정적으로 생각하고, 자신을 깎아내리고 무시하는, 자기 자신을 비하하는 마음 습관은 스스로를 비난하는 게으름과 타인으로부터 받는 비난인 모욕감으로 인해 더욱 굳어집니다. 나를 고통스럽고 불행하게 하는 마음 습관을 바꿀 수 있는 비법이 있습니다.

우리들은 쉽게 부정적인 생각에 빠집니다. 안 좋은 생각들을 이어가다 보면 마음이 무겁고 어두워집니다. 이때 마음에 3가지 질문을 던집니다.

1. 이것이 사실인가?
2. 어제도 오늘도 내일도 이럴 것인가?
3. 나는 어떤 좋은 점을 가지고 있는가?

마음을 무겁게 하는 부정적 생각들은 98%가 망상입니다. 번뇌입니다. 내 머릿 속에만 있는 가짜입니다. 그래서 망상의 사슬에 감겨 있을 때에는 ‘이것이 사실인가? 실제인가?’라는 의문을 가지는 것만으로도 벗어날 수 있습니다. 그러나 우리의 습관은 괴로운 생각이 꼬리를 물고 이어질 때 질문을 떠올리는 것보다 망상을 불들고 망상 속에서 허우적 거리는 것에 더 익숙합니다.

망상에 사로잡혀 있을 때 모든 것은 영원하지 않다는 무상을 떠올릴 수 있다면 어두운 생각과 감정 속에서 헤어 나올 수 있습니다. 지금 이 고통이 아무리 버겁더라도 지나갈 것을 알면 덜 짐작하게 되고 덜 머물 수 있게 되며 움켜쥔 것을 놓을 수 있게 됩니다. 그래서 무상을 떠올릴 수 있는 질문을 던집니다.

우리 중생들의 습관 중 하나가 허를보기입니다. 타인과 세상뿐 아니라 나까지도 장점보다 단점이 먼저 보이고, 더 잘 보이고, 더 크게 보입니다. 세상을 지혜롭게 사는데 균형 잡힌 견해는 필수입니다. 단점만

본다면 인생이 부정적인 경향으로 기울겠지요? 오던 행운도 미끄러집니다. 그래서 자신에게 매일 칭찬 메시지를 보내봅니다. 라면을 잘 먹는다. 땅을 잘 보고 걷는다. 딸기를 싸게 잘 샀다. 오늘도 절에 다녀왔다. 위드다르마를 읽었다. 써놓고 보니 잘하는 게 엄청 많습니다.

참 쉽지요? 3가지 질문 중에서 한 가지만 하셔도 됩니다. 할 수 있겠죠?

우리의 삶은 선택으로 이루어져 있습니다. 물냉면을 먹을까 비빔냉면을 먹을까, 아이를 낳을까 말까, 집을 지금 살까 말까, 어느 학교에 가야하나, 퇴직을 할까 말까, 결정을 못 내려서 괴롭습니다. 결정 장애라고 합니다. 결정 장애의 가장 큰 원인은 자기 불확신입니다. 자신의 선택으로 일이 잘못될까 봐, 실패할까 봐, 비난받을까 봐 두렵기 때문에 틀리지 않고, 누구에게도 비난받지 않고, 책임지고 싶지 않기 때문에 내가 결정을 내릴 수가 없습니다. 안전한 선택을 하고 싶기 때문에 타인에게 의지하게 됩니다. 권위자에게 물어보고, 비슷한 사례를 찾아보고, 동전도 던져보고, 점을 보고, 꿈 해석을 의뢰합니다.

세상에 완전무결한 결정은 없습니다. 하지만 내면의 지혜를 이끌어 낼 수는 있습니다. 내면의 불성을 만나기 위해서는 '난 모르겠어'라는 주문을 버리고, 내 안에 순수한 불성이 있음을 확신하고 '자성을 깨워보자, 자성을 만나자'라는 의지를 가져야 합니다. 탐진치가 사라진 자리에 자성이 드리닙니다. 그때 내린 결정은 평소보다 훨씬 지혜롭습니다.

아직은 탐진치를 완전히 내려놓기 어려우니 선택에 도움이 되는 6가지 기준을 제시합니다.

1. 머리가 아닌 가슴이 원하는 것(욕구)이 무엇인지 살펴본다.
2. 흑백논리에서 벗어나 양쪽의 장단점을 모두 살펴본다.
3. 장기적 혜택에 점수를 크게 준다.
4. 남의 일(객관적)처럼 살펴본다.
5. 나의 능력(내가 더 잘 할 수 있는 것)을 살펴본다.
6. 더 안전한 쪽을 선택한다.

6가지 기준을 가지고 내 안에 불성이 있음을 믿고 결과 정진을 해봅니다. 내면의 지혜를 믿으며 스스로에게 질문을 던지고 기다립니다. 답을 바라지 않습니다. 답을 바라면 탐심이 불옵니다. 엉터리 결과가 나옵니다. 그냥 던집니다. 중요한 것은 스스로에게 질문을 하는 것입니다. 나에게 지혜가 있다는 것을 잊지 마십시오. 결정을 내린 후에는 후회하거나 번복하지 않습니다. 밀고 나갑니다. 나의 결정에 내가 책임을 집니다. 후련하시죠?

수행은 행복을 만드는 것이 아닙니다. 이미 있는 행복을 드러내는 것입니다. 개념과 생각, 습관을 내려놓고 행복과 사랑을 드러내는 것입니다. ━

사람에게  
가장 슬픈 일은  
마음이 죽는 것이다



함영대  
경상대학교 한문학과 부교수

哀莫大於心死, (애막대어심사)  
求不死之藥, (구불사지약)  
惟食爲急, (유식위급)  
是書者, (시서자)  
其惟不死之藥乎. (기유불사지약호)

사람에게 가장 슬픈 일은 마음이 죽는 것이다.  
마음이 죽지 않는 약을 구하여 먹는 것이 급한 일이다.  
이 책은 마음을 죽지 않게 하는 약일 것이다.

- 조식(曹植, 1501-1572), 『남명집(南冥集)』  
권2 「서이군원길소중심경후(書李君原吉所贈心經後)」 -

이 글은 남명<sup>南冥</sup> 조식이 서른한 살 되던 해(1531년), 서울에 살던 어린 시절의 벗인 이원길<sup>李原吉</sup>이 보내준 『심경<sup>心經</sup>』의 뒤에 쓴 글이다. 이원길은 바로 동고<sup>東郭</sup> 이준경<sup>(李浚慶, 1499~1572)</sup>이다. 이준경과 남명은 어린 시절을 함께 한 죽마고우인데 이 당시 이준경은 서울에서 벼슬을 하고 있으면서 “자신은 비록 작하지 못하지만 다른 사람과 함께 작한 일을 하고자 하는 마음은 적지 않다”는 맹자의 말과 함께 이 책을 보내주었다.

『심경』은 애초 송대 유학자 진덕수(鎭德秀, 1178~1235)의 저술이다. 진덕수는 서산<sup>西山</sup>이라는 호로 더욱 유명하다. 그는 강직한 인물로 알



려졌으며 벼슬은 참지정사<sub>參知政事</sub>에 이르렀다. 그가 조정에 있을 때 올린 수십만 자의 상소문은 모두 당대의 문제에 절실했던 것이었다고 한다. 특히 그가『대학』의 뜻을 부연하여 지은『대학연의<sub>大學衍義</sub>』는 제왕학의 교과서로 널리 읽히기도 했다.

그랬던 그가 자신이 다스리는 고을 사람들의 꽉 막힌 성품을 걱정하며 선비들의 강습교재로 이 책을 만들었던 것이다. 주로 유교경전인 사서삼경의 구절을 인용했는데『맹자』에서는 열두 대목이나 뽑았다. 그리고 <양심설<sub>養心說</sub>>, <성가학장<sub>聖可學長</sub>>, <사잠<sub>四箴</sub>>, <심잠<sub>心箴</sub>>은 송대 도학자 주돈이와 범준, 정이의 글에서 뽑았고, <경재잠<sub>敬齋箴</sub>>, <구방심재<sub>求放心齋箴</sub>>, <존덕성재잠<sub>尊德性齋箴</sub>> 등은 모두 주희의 글이다. 마음공부의 명문들이라고 말한 것은 거의 가려 뽑은 셈인데 그 중심을 흐르는 사상은 마음의 삼감, 경<sub>敬</sub>이다.

진덕수는 이 책을 짓고는 새벽에 일어나 꼭 향을 사르고 꽂꽂하게 앉아 자신이 고른 십수 편을 읊조렸다고 한다. 이것이 송대를 지나 원대를 지나면서 은사인 정복심(程復心, 1279~1368)이 이 책을 전체적으로 관통하는 그림을 그리고 명대에 이르러 정민정(程敏政, 1445~1499)은 기존의 성과에 자신의 의견을 덧붙여 1492년『심경부주<sub>心經附註</sub>』라는 이름으로 출간했다. 이 책이 이후 조선에 유입되었으니 동고 이준경은 조선에 유입된 비교적 초기에 이 책을 구해준 셈이다.

이보다 여덟 해 전인 1523년 스물세 살의 청년 퇴계 이황은 처음 성균관으로 유학하면서 여관에서 이 책,『심경』을 구해 읽고는 심학의 연원과 심법을 정비함을 알게 되었다고 했으니 1520~30년대『심경』은 조선 학계를 강타하며 신선한 지적 충격을 주고 있었던 것이다.

남명은 이 책을 모두 읽고는 사람에게 가장 슬픈 일은 바로 마음이 죽는 것이라고 진단하고 그 마음이 죽지 않게 하는 구급약으로 이 책을 지목한 것이다. 작년 9월 경상대학교에 취직한 다음 일전에 허권수 선생님께서 선물로 주셨던『절망의 시대 선비는 무엇으로 사는가』-실천의 사상가 남명 조식과의 만남』을 읽는 가운데 가장 마음을 ‘쿵’하고 울렸던 구절이 바로 이 대목이었다.

사람에게 가장 슬픈 일은 정녕 무엇일까? 진정 마음이 죽는 것이다. 이 말은『장자』에서 공자가 안연에게 한 말로 가장 먼저 등장한다.

그 대목의 다음 구절은 “사람의 육신이 죽는 것은 그다음의 일”이다.▲



조식(曹植, 1501~1572, 조선 전기 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

## 아동학대를 부처님이 보셨다면

방귀희

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



5월은 어린이날과 어버이날 그리고 스승의 날이 있는 가정의 달이다. 우리 사회에서 가장 보호를 받아야 할 사람은 바로 어린이다. 어린이는 성장 중에 있기 때문이다. 그런데 요즘 우리 사회에서 그 성장을 꺾어버리는 상상할 수도 없는 일들이 벌어지고 있다.

태어난 아기를 추운 겨울날 쓰레기처럼 버리는 엄마, 갓난아기를 때리고 집어던지고 먹이지 않아서 죽게 만든 부모, 3살 난 아이가 빈집에서 죽은 채 발견되었는데 자기 아이가 아니라고 주장하는 엄마, 의붓아들을 지속적으로 학대하다가 여행 가방에 넣고, 그것도 모자라서 가방 위에 올라가 쟁쟁껑충 뛰면서 폭행하여 죽음에 이르게 한 새엄마도 있다.

그리고 친자식이 아닌 입양한 아이의 온몸이 명이 들고 뼈가 다 으스러지도록 폭력을 가해서 죽게 만든 양부모, 어린 조카의 손을 뜯어 구타하고, 물고문이라는 무시무시한 폭력으로 결국 생명을 빼앗은 이모네 부부... 이것이 부모와 자식 사이에서 벌어졌다는 것이 믿어지질 않는다.

그리고 어린이집에서 보호해줘야 할 아이들을 휘청거릴 정도로 뒤흔들다 내팽겨치고, 13분 동안 물 7컵을 억지로 마시도록 하고, 먹어서는 안 되는 계면활성제를 음료수에 타서 먹이고, 음식물 쓰레기로 아이 입에 쑤셔 넣고, 아이를 혼자 가두어 공포에 떨게 했다는 뉴스를 접하며 소름이 돋았다. 스승의 날이면 고사리 같은 손으로 카네이션을 만들어서 선생님에게 선물하는 아이들한테 어떻게 그런 폭력을 행사할 수 있을까?

아동에게 폭력을 행사하는 어른은 가장 못난 사람들이다. 저항할 힘이 없기 때문에, 그리고 그것을 외부에 알리지 못하는 나이라서, 고작

어른이라는 위력을 이용해 학대하며 생명을 앗아간 범죄는 이생에서는 물론 다음 생에 가서도 세세생생 벌을 받아야 하는 무거운 중죄이다.

불교에서 부모자식간의 인연은 육백생<sub>六百生</sub>이 지나야 맺어지기에 확률적으로 매우 낮은 만큼 너무나도 귀한 요즘 말로 대박사건이다. 부모는 전생에서 빚을 진 사람이고 자식은 전생의 빚을 받기 위하여 자식으로 태어난 것이라 한다. 그래서 부모가 자식들에게 쓰는 돈은 아까워하지 않는다. 부모 자식 사이는 타산적일 수가 없다. 부모가 자식에게 주는 것은 물질뿐만 아니라 가르침을 주는 법보시도 있다. 부모는 자식에게 사람으로서 지켜야 할 규범을 가르친다. 규범은 법으로 강제되며 이전의 인륜도덕의 도리인 것이다. 불교에서는 이를 계율<sub>戒律</sub>이라 하며, 이를 따르고 실천하는 것을 지계<sub>持戒</sub>라고 한다. 스스로 알아서 지켜가는 진리의 법칙인데 유교에서는 부모자식간의 관계를 천륜<sub>天倫</sub>이라고 한다. 천륜<sub>天倫</sub> 법률보다 우위에 있어서 반드시 지켜야 하는 건데 사람들은 천륜을 너무 가볍게 생각한다.

천륜을 져버린다는 것은 부모자식이기를 포기한 것이고, 사람이기를 포기한 것이다. 부처님이 이 모습을 보시면 중생에게 실망을 하셨을 것이다. 중생 모두는 불성을 갖고 있다는 것이 불교인데 깨닫기 위한 노력을 하지 않는 인간이 한심스러우실 것이다. 미물일지라도 생명을 해쳐서는 안된다고 생명존중을 강조하셨건만 중생들은 힘도 없는 아 이를 쳐참히 죽이고 있으니 얼마나 안타까우실까?

어린이는 어른의 아버지라고 한 영국시인 워즈워드의 말처럼 아이들 앞에서는 어른들이 더욱 조심을 해야 하는데 요즘 어른들은 너무 부끄러운 모습이라서 아이들한테 보여주고 싶지 않다. 저출산으로 인구가 줄어들고 있어서 아기들이 너무나 소중한 때인데 이렇게 아무렇지도 않게 아이들을 죽음으로 몰고 있는 어른들의 미래를 누가 지켜줄 것인가.

‘아이를 키우려면 온 마을이 필요하다.’라는 아프리카 속담처럼 우리 아이들을 지키기 위해 지역사회가 특히 우리 불자들이 나서서 공동 육아를 한다는 마음으로 아동 학대 문제를 해결해야 한다. 아이들이 바로 게 자라지 않으면 우리 사회는 희망이 없어진다. 지금 우리 가장 열심히 해야 할 일은 아이들을 건강히 키우는 것이다.▲



## 여섯 번째 계절

남해 정사  
단음사 주교



단음사로 발령받아 온 지 여섯 번째 계절이 되었다. 우리가 사는 곳은 봄, 여름, 가을, 겨울, 이렇게 네 계절이 계속해서 반복된다. 단음사가 있는 영천은 내륙지역이라 일교차가 크고 사계절을 뚜렷하게 느낄 수 있다. 특히 영천은 포도, 복숭아, 자두, 살구 등 과실 농사를 많이 짓기 때문에 봄에는 다양한 꽃들을 볼 수 있다. 하지만 여름에는 우리나라에서 가장 더운 지역 중 하나가 영천이다.

이렇게 계속 반복되는 계절이지만 작년의 봄과 올해의 봄은 다르다. 작년 봄에는 꽃이 피는 시기에 날씨가 추워 서리가 자주 내려 농사가 잘 되지 않았다. 하지만 올해 봄은 춥지 않아 농사가 작년보다는 좋을 것 같다.

우리는 하루, 한 달, 한 해, 일생, 다음 생 이렇게 계속해서 반복된 삶을 산다. 하지만 그 반복되는 삶이 매번 다르게 다가온다. 그것은 우리의 삶이 계속 변화해 가기 때문이다. 더 나은 쪽으로 변하기도 하고, 안 좋은 방향으로 변하기도 한다. 불교에서는 이렇게 변화해 가는 것을 무상이라고 한다.

사람들은 무상이라는 말을 허무하다는 말로 잘못 받아들이는 경우가 많다. 나이가 들고, 늙고, 병들고, 꽃이 지는 것을 허무하다고 생각한다. 하지만 무상은 아름다운 것이다. 젊을 때는 젊음의 아름다움이

있고, 젊을 때 할 수 있는 일이 있다. 나이가 들면 성숙의 아름다움이 있고 그 나이에 해야 할 일들이 있다.

꽃은 아름다울 때 봐야 한다. 꽃이 지고 나면 보고 싶어도 볼 수 없다. 그래서 꽃은 볼 수 있을 때 가장 아름다울 때 봐야 한다. 우리의 삶도 마찬가지다. 오늘이 지나면 다시 되돌릴 수 없다. 그래서 우리는 오늘을 가장 아름답게 살아야 한다. 가족들도 마찬가지다. 부모님의 오늘이 가장 아름다움 모습이다. 내일이면 오늘의 아름다움을 볼 수 없을지 모른다. 그래서 우리는 오늘 부모님에게 잘 해야 한다.

우리는 삶을 어떻게 사느냐에 따라 변화한다. 오늘의 나와 내일의 나는 다르기 때문에 오늘 어떻게 사는 나에 따라 내일의 나를 변화시킬 수 있다. 다음 생도 마찬가지다. 우리는 윤회를 거듭하면서 존재하게 된다. 하지만 이번 생의 나와 다음 생의 나는 다른 존재다. 이번 생에 어떻게 사느냐에 따라 다음 생은 변화된 나로 살 수 있게 된다.

윤회는 두 가지 개념이 있다. 하나는 환생이고, 또 다른 하나는 재생이다. 환생은 다음 생에 다시 같은 나로 태어나는 것이다. 환생의 개념은 부처님께서 인도에 태어나기 전부터 있던 개념이다. 인도에서는 불변하는 자아인 아트만이 윤회하며 그 아트만은 변하지 않기 때문에 다음 생에도 다시 같은 '나'로 환생한다고 한다. 하지만 부처님께서는 '나'

라는 존재는 자신의 삶을 어떻게 사느냐에 따라 변화하며 다음 생도 현생에 삶의 결과에 따라 현생의 '나'와 다른 존재로 재생하므로 불변의 실체인 아트만은 존재하지 않는다는 무아를 말씀하셨다.

지금 단음사에 꽃이 피어 있다. 복숭아꽃, 매실꽃, 앵두꽃, 모과꽃 등 다양한 꽃들이 피어있고 또 앞으로도 필 것이다. 그리고 그 꽃잎 속에는 온 우주의 변화가 들어있다.

위산 스님은 위산경책에서 “一生空過 後悔難追 일생을 헛되게 지내고 나면, 뒤에 후회해야 쫓기 어렵다.”고 하셨다. 일생을 살면서 자신이 해야 할 일을 할 수 있는 기회가 그리 흔한 것은 아니다. 그래서 우리는 지금 할 수 있을 때 해야 한다. ‘무상’이고 ‘무아’이기 때문에 나를 변화시킬 수 있는 힘은 지금 이 순간에 있는 것이다.▲



## 청딱다구리 (Grey-headed Woodpecker)



봄이 한창이다. 점심시간 잠시 짬을 내어 산책을 나온 연구원 뒷산은 꽃들과 연두색 잎들로 지친다. 한낮의 아지랑이 속에선 여름도 자란다. 표, 표, 표 하고 청딱다구리도 울어댄다. 세상에 여름이 곧 온다는 ‘알람’인듯하다.

국내에 기록된 딱따구리과에 속하는 조류는 쇠딱다구리, 청딱다구리, 오색딱다구리, 큰오색딱다구리, 까막딱다구리, 크낙새, 쇠딱다구리, 아물쇠딱다구리, 개미잡이, 붉은배오색딱다구리 등 총 10종이 있다. 이들 중 쇠딱따구리는 몸길이 15cm 내외로 국내에 서식하는 딱따구리 종류 중 크기가 가장 작다.

정옥식  
조류학박사  
화음사교도

오색딱다구리는 우리나라 전역의 산림지역에서 쉽게 관찰되는 헛새이며 몸길이는 23~26cm 정도이다. 정수리와 뒷목, 등을 포함한 몸의 윗면은 검은색이며 중앙에는 ‘V’자 형의 커다란 흰색 반점이 있으며 아래에는 작은 흰색의 작은 반점이 가로로 나 있다.

큰오색딱다구리는 흔하지 않는 헛새로 몸길이는 24~26cm 정도이다. 몸의 전반적인 형태는 오색딱다구리와 유사하지만, 등에는 ‘V’자 형의 흰색 반점이 없고 흰색의 점으로 이뤄진 짙은 줄무늬만 있다. 가슴에는 검은색의 가는 세로줄의 반점이 있으며 턱선까지 이어진다.

까막딱다구리는 주로 침엽수림에 서식하는 드문 헛새로써 몸길이는 45cm 정도이며 날개를 편 길이는 70cm에 달한다. 몸은 전체적으로 검은색이며 수컷은 정수리 전체가 붉은색인 반면 암컷은 뒷머리만 붉은 것으로 구분된다. 번식기에는 단음절의 고음의 소리를 내며 날 때는 ‘끼륵,끼륵,끼륵...’하고 울기도 한다. 천연기념물(문화재청 지정)과 멸종위기종급(환경부 지정)으로 지정보호 받고 있다.

크낙새의 경우 까막딱다구리와 유사하지만, 배가 흰색인 것으로 차이가 난다. 수컷의 정수리 전체는 붉고 붉은색의 짙은 선이 있는 반면 암컷의 머리 전체는 검다. 중국의 남부와 인도, 동남아 등 아시아의 열대지역과 아열대 지역에 분포하며 15개 정도의 아종이 있는 것으로 알려져 있다. 특히 한반도에 서식하는 아종의 경우 최북위에서

식하는 무리이며 북한의 개성과 경기도 광릉 부근에서 아주 적은 무리가 서식하였지만, 경기도 광릉의 경우 1990년대 초반 이후 자취를 감추었다. ‘클락, 클락, 클락...’하고 소리를 내며 이 소리의 음을 따서 크낙새라고 부른다. 종 자체가 천연기념물로 지정되었을 뿐만 아니라 경기도 광릉의 서식지 또한 천연기념물로 지정되어 있다. 멸종위기종 I급으로도 지정되어 있다.

일반인에게 잘 알려진 딱따구리는 ‘나무에 구멍을 뚫는 새’이다. 먹이를 찾기 위해서, 둉지를 짓기 위해서, 세력권을 알리기 위해서 나무에 구멍을 뚫거나 두드린다. 딱따구리는 나무를 두드리거나 구멍을 뚫기 용이하게끔 일반적인 새와 다른 몇 가지 특징적인 형태를 지닌다. 대부분의 동물들의 혀뿌리가 목에 위치한 반면 딱따구리의 혀는 목뒤를 지나 뒷머리에서 시작한다. 그만큼 혀를 길게 내밀 수 있다. 또한 딱따구리의 꼬리는 나무를 두드릴 때 지렛대 역할을 하므로 굵고 매우 단단하다. 그리고 뇌는 작고 두개골과 접하는 면적을 최대화하여 나무를 두드리거나 구멍을 낼 때 머리에 가해지는 충격을 완화하기 위한 구조를 지녔다. 그리고 나무를 오르내리거나 움켜쥐기 좋게끔 발가락은 앞, 뒤로 2개씩 위치한다. 다른 조류의 경우 앞쪽에 3개, 뒤쪽에 하나 혹은 없거나 퇴화한 반면 딱따구리는 4개 모두를 사용한다.

딱따구리가 먹이를 먹는 과정을 보면 먼저 이 나무 저 나무를 옮겨 다니며 나무를 두들겨 본다. 주 먹이인 딱정벌레류의 유충이 나무의

목질부를 갉아 먹으며 지나다닌 통로가 있다면 다른 소리가 날 것이다. 나무속에 빈 공간이 확인되면 4개의 발가락으로 나무를 움켜쥐고 꼬리를 나무에 단단히 밀착시킨 다음 나무를 쪼아 구멍을 내기 시작한다. 이때 두꺼운 순막(膜: Nictitans Membrane)은 튀는 나무 조각으로부터 눈을 보호하기 위해 안구를 덮고 있다. 마침내 벌레가 지나다니는 통로와 연결이 되면 통로 속으로 끈적한 긴 혀를 집어넣어 타액에 벌레를 묻혀 끄집어내어 먹는다.



어릴 적부터 여러 가지 이유로 많은 새를 키워본 경험은 있지만, 대부분의 경우 아픈 기억으로만 남아 있다. 따라서 최근에는 연구 목적 이외에는 새를 기르지 않는다. 연구 외에 마지막으로 새를 기른 사례가 청딱따구리다. 2005년 봄이 한창 일 때 교내 길가의 참나무 구멍에서 번식하는 청딱따구리를 우연히 보았다. 오가며 잠시 멈춰 구멍 밖으로 고개를 내민 새끼들을 잠시 동안 구경하곤 했다. 둉지 위치를 연구실 후배들에게도 알려 주었고 그 후론 둉지의 소식을 눈으로 뿐만 아니라 귀로도 듣게 되었다. 그러던 어느 날 둉지에 어미가 오지 않는다는 말을 들었다. 며칠 뒤엔 새끼들의 소리도 잘 들리지 않는다고 했다. 결국 후배는 나무를 잘라 둉지 속에 살아남은 두 마리의 새끼를 구조했고 그날 이후 연구실에서 딱따구리와 둉거가 시작되었다.

먹이는 애완동물의 먹이로 사용되는 '밀웜(mealworm)'이라는 딱정벌레의 유충과 동물성 사료를 먹였고 둥지는 연구용으로 제작된 나무로 만든 인공새집을 제공하였다. 처음엔 둥지 속에서 고개만 내민 체 먹이를 받아먹던 놈들였지만 한 주가 지나자 둥지 밖으로 나와 조금씩 날기 시작하였다. 그러면서 사고를 치기 시작했다. 초창기에는 둥지 주변에서, 나중엔 연구실 전체로 범위가 점점 확대되었다. 날개를 펴덕이며 컵이나 연구 장비를 넘어뜨리거나 책장이나 책상 위에 배설을 하기 시작했다. 후배중 한 친구는 머리에 폭탄을 맞기도 했다. 날이 지날수록 행동반경이 커지고 비행능력이 높아지게 되자 연구실 이곳저곳을 번갈아 가며 오르고 사람도 번갈아 가며 올랐다. 앉은 사람보다는 서 있는 사람을 더 선호했다.

그러던 어느 날 연구실 문이 열리더니 학과장께서 핀란드 대사를 소개시켜 주셨다. 그리고 그분께 우리 연구실에 대해 설명을 하시려던 순간 연구실 어딘가에 앉아 있던 녀석 중 하나가 커다란 키의 핀란드 대사의 팔에 푸드덕 날아 앉더니 어깨로 오르기 시작하였다. 검은색의 양복에는 한창 깃이 자라는 새가 떨어뜨리는 비듬가루가 묻어나기 시작했다. 학과장님과 연구실원들은 당황하기 시작했고 어깨에 도달한 녀석은 두리번거리며 다음의 목적지를 찾고 있었다.

그러더니 머리카락을 뜯기 시작했다. 얼어붙은 우리와는 다르게 대사의 표정은 감동의 일색이었다. “역시 땅파구리는 큰 나무를 좋아

하는군요.”라며 농담과 함께 경이롭다며 감탄사를 연발했다. 결국 걱정대로 실례를 했지만 어깨는 눈이 소복이 쌓여있었다. 대사는 전혀 아랑곳하지 않고 함께 사진을 찍은 뒤 흡족해하며 돌아갔다. 한참 뒤 학과장께서 오셔서는 대사가 돌아가기 전까지 계속 땅파구리 얘기만 했고 좋은 경험을 준 연구실에 감사의 말을 꼭 전해달라고 했다고 한다. 한국에서 평생에 잊지 못할 좋은 경험을 했다고 한다.

비록 푸르른 자연 속으로 돌아가지 못하고 짧은 생을 마감했지만 새끼 청땅파구리 두 마리는 함께 하는 동안 우리에게 많은 웃음과 비명을 안겨 주었다. 술한 아픈 추억과는 달리 소중한 추억 속에 웃음으로 남아 있다. 지금도 연구실에 들자면 배선관 위쪽이나 형광등 위와 같은 손이 닿지 않은 곳에 남아 있는 그네들의 배설물로 인해 추억은 가슴보다 코를 먼저 자극한다.

이제 곧 어딘가에서 ‘알림’처럼 청땅파구리 새끼들의 먹이 조르는 소리가 울릴 것이다. 그러면 나는 언제나처럼 가는 계절을 따를 것이다. ■

# 환지본처 還至本處에서 만납시다

김봉래  
불교방송 전법 후원국장



“전화위복이라 말하지만, 인과因果의 필연적 흐름일 뿐”

“초심初心의 자세 견지하면 외골수로 접어들지는 않아”

1년이 조금 넘는 지방 파견 생활을 마치고 본사로 복귀했을 때 환지본처還至本處라는 말이 생각났습니다. 부처님과 제자들이 탁발하려 마을에 들어갔다가 수행처로 다시 돌아오는 금강경 첫머리의 장면을 떠올리며 면길 수행 떠나갔다가 잘 돌아왔구나 하는 생각도 들었습니다. 처음 있던 자리로 돌아왔다는 뜻도 있겠지만 지난날을 돌아보며 새로운 앞날을 설계하는 순간이기도 했기 때문입니다.

지방 파견 시절의 부끄러운 경험 한 가지를 내놓아 보려 합니다. 제가 아는 출판사 대표님이 계십니다. 그 대표님이 존경하는 어느 스님을 저도 존경하기에 자연스레 저는 그분이 잘되기를 바랐지요. 좋은 인연이 좋은 인연으로 이어진다고 믿기 때문입니다. 그런데 그 대표님이 저를 힘들게 하던 분의 책을 출간할 예정임을 알고 나서는 기분이 묘해지더군요. 잘되기만을 바라던 출판사 대표님을 마냥 축하해주고 싶은 마음이 잘 들지 않는 거였습니다. 대표님을 봐서는 절대 그 래서는 안 되는데 말입니다.

묘한 인연에 부딪히면서 저는 저를 힘들게 하던 분을 미워할 수만은 없겠구나 하고 느끼게 되었습니다. 인연 관계를 모르고 상대를 단독적인 개체로만 볼 때는 쉽게 느껴질 수 있겠지만 중중무진으로 서로 돋고 시는 인연 관계를 알수록 그럴 수가 없겠구나 하는데 생각이 마



쳤습니다. 그리고 영원한 것은 없다는 부처님 가르침처럼 세월이 흘러 저를 괴롭히던 그분도 소임이 바뀌면서 더 이상 저를 괴롭히지 않게 되었습니다.

그 후 참으로 기이한 일이 펼쳐지더군요. 저를 측은하게 여기던 주위 분들이 저를 더 위로하고 격려해주게 되었으니까요. 저를 힘들게 한 것이 역설적이게도 저를 도와준 셈이 되었습니다. 자기를 힘들게 한다고 해서 '나쁜 사람'이라는 딱지를 붙일 필요가 처음부터 없었던 겁니다. 모든 게 그때 그때 인연 관계에서 벌어지는 일이어서 겸허히 수용하면 될 일이었습니다.

인연에 따른 현상들은 곳곳에서 관찰할 수 있습니다. 한때 숭상되던 가치도 시대가 변하면 다른 가치에 자리를 내주는 일은 다반사입니다. 물밀듯 하던 이데올로기들은 한순간 꿈처럼 사라졌고 절대적인 사실처럼 받아들여지던 과학적 지식들도 새로운 지식으로 대체가 불가피했습니다. 설사 어떤 것이 보편성을 획득한 듯싶어도 그것은 특정한 상황과 맥락 혹은 조건 속에서 이뤄진 것일 뿐 훗날 어떻게 될지는 모를 일입니다.

조금만 더 넓게 깊게 길게 생각하고 철저하게 따져보면 단편적인 결론을 만들어내서 과신할 수 없는데도 일상의 우리는 너무도 쉽게 결

론을 내고 마치 진리인 양 믿고 집착하기 일쑤입니다. 나아가 편을 갈라 대결하고 갈등하곤 하는 중생의 삶입니다.

전화위복 轉喝爲福. 화가 오히려 복이 된다는 말입니다. 잘 모르는 경우엔 화가 복이 된다고 하겠지만 잘 알게 되면 인과의 필연적인 흐름일 뿐일 것입니다. 화가 단순한 화가 아니었던 한때의 인연이었던 것입니다. 불교 인과설의 근본 취지는 복된 원인을 지어서 복된 결과를 가져올 수 있다는 것이라고 할 것입니다. 그러므로 우리는 무엇이 복이 되고 화가 되는지 잘 알아서 화라고 단순히 피하지도 말고 꾸준히 복을 심고 가꿔 나가야 합니다.

지혜는 한 사람의 수행정진의 결과로 얻을 수도 있지만, 많은 이들의 수행정진 결과를 갈무리한 공동체로부터 도움을 받을 수도 있습니다. 스스로 궁구하고 또 궁구하여 철저히 깨우친다면 영겁불망의 지혜가 되겠지만 그 밖의 다양한 깨우침은 집단지성의 도움을 받으면 더 쉽고 빠르게 얻을 수도 있을 것입니다.

세상에는 많은 선지식과 도반이 있습니다. 그러한 관계망에 연결되면 공부하기가 수월하겠지요. 공부 내용을 늘 점검하는 초심 初心의 열린 자세를 견지한다면 자기만의 외골수 같은 길로 접어들지는 않을 것이라 믿습니다. 우리 모두 본래 자리, 환자본처에서 만납시다. ♣

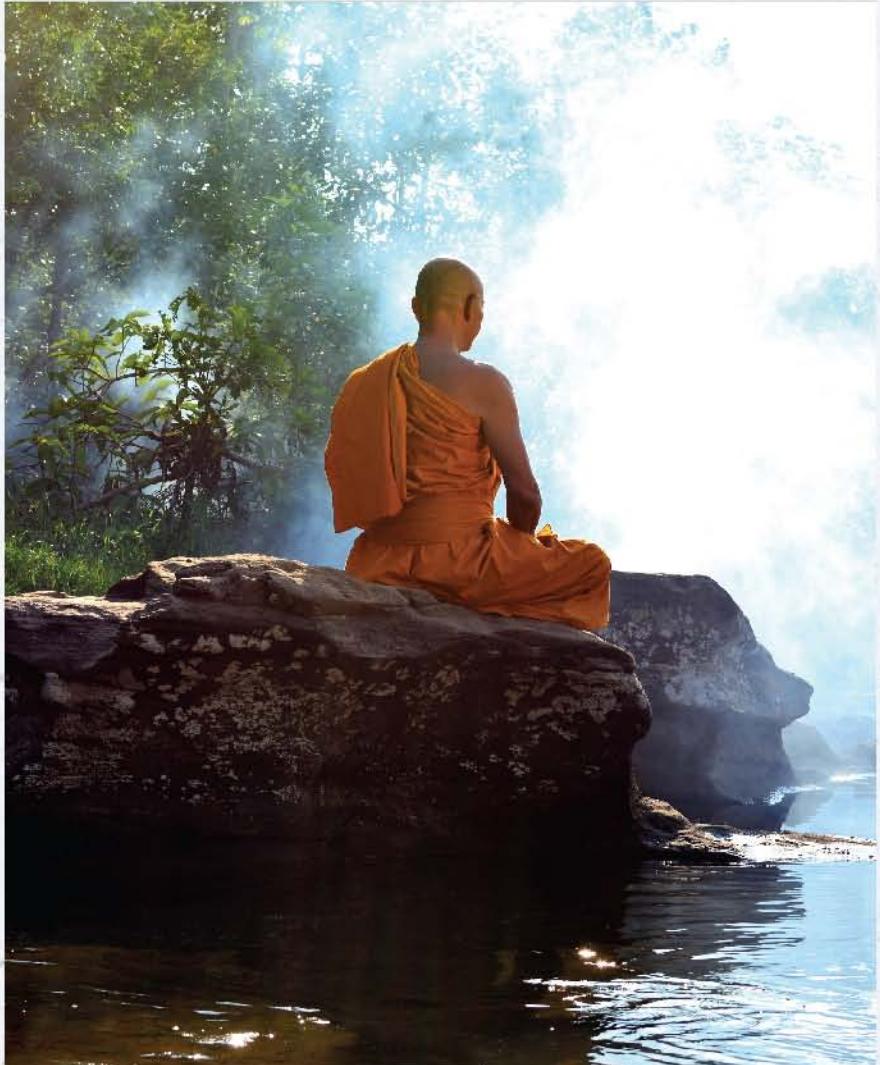
- '법상스님의 목탁소리' 블로그 -

# 무심無心, 마음은 없다

법상 스님

원광사주지

다음카페 '목탁소리' 지도법사



달마스님의 무심론을 잠깐 볼까요? 제자가 화상에게 묻습니다.

“마음은 있습니까? 없습니까?”

답합니다.

“마음은 없다.”

불교에서는 보통 무심無心 즉 마음이 없다고 설합니다. 여기에서 마음은 두 가지로 해석해 볼 수 있는데요, 첫째는 분별심, 번뇌망상심인 우리의 중생심을 말합니다. 그리고 두 번째로 마음은 자성청정심, 무분별심, 본래면목, 자성이라는 한마음을 의미합니다.

즉 무심이라고 말할 때는 첫째, 중생심인 분별심도 없고, 둘째, 불성인 본래면목, 자성이라는 것 또한 없다는 것으로 이해할 수 있습니다.

첫 번째 분별심, 번뇌망상심이 없다고 한 것은 쉽게 이해가 될 것입니다. 우리의 분별망상심은 실체로써 있는 것이 아니라, 그저 불쑥불쑥 일어나는 것일 뿐입니다. 인연 따라 그 인연에 맞게 온갖 생각들이 올라오는 것이지요. 바다에 인연 따라 파도가 치듯, 인연이 화합하면 파도처럼 온갖 생각들이 일어나고 사라지는 것입니다.

그러나 그 온갖 올라오는 생각들은 실체적인 것이 아닙니다. 그럼에도 우리는 그 번뇌망상의 분별심인 생각들을 실체화시키지요. 하나의 생각이 올라오면 그것을 ‘내가 한 생각’이라고 여깁니다. 내 생각이라



고 붙잡는 것이지요. 그 생각과 나를 동일시합니다. 그러나 그 생각은 그저 바람 불고 파도 치듯, 인연 따라 잠시 잠깐 왔다가 가는 것일 뿐, 붙잡아 둘 수 있는 것도 아니고 실체적인 것도 아닙니다.

실체적이라는 말은 생겨났다가 사라지지 않는 고정불변하고 영원 불멸의 실다운 본체를 말합니다. 생각은 당연히 그런 것이 아니겠지요. 그러니 마음은 없습니다.

우리는 이 분별망상심인 생각을 자기 마음이라고 여기면서 마음이 있다고 생각합니다. 그래서 마음이 아프다거나, 질투심을 느낀다거나, 욕심이 생길 때도, 혹은 남들에게 뒤떨어지거나 할 때 그러한 생각들이 올라온 것을 보고 '내 마음'이라고 여겨 그것이 진짜 나의 마음인 것으로 착각하여 괴로워합니다. 그러나 그 마음은 내 마음이 아니라면 그런 생각이나 판단으로 인해 괴로워할 이유도 없게 될 것입니다.

두 번째로 자성, 불성, 본래면목, 마음, 법이라고 불리우는 본래심, 자성청정심, 무분별심을 마음이라고 하는데요, 이 또한 없다는 것입니다. 이것이 불법이나 선을 이해하는 아주 중요한 부분입니다.

선에서는 보통 자성을 깨달으라거나, 성품을 보라거나, 본래면목에 계합하라고 하는데, 이런 말들 때문에 사람들은 이러한 자성이나 본래면목이라는 것이 따로 실체적으로 있다고 생각하기 쉽습니다. 그러나 그런 본연의 마음이라는 어떤 것이 따로 존재한다고 여길 수 없다

는 것입니다. 자성이나, 본성이라는 것은 하나의 방편일 뿐, 그것이 가리키는 어떤 물건이나 무엇은 없습니다. 그래서 무심이라고 합니다.

이에 대해 황벽스님은 “단능무심<sup>但能無心</sup>하면 편시구경<sup>便是究竟</sup>이라” 즉 “무심할 수만 있으면 곧 구경이다”라고 했습니다.

또한 무심론에서는 무심이 곧 진심이고 진심이 곧 무심이라고 했습니다. 즉 구경성불이라거나, 견성, 깨달음이라는 것은 곧 '마음'을 깨닫는 것이 아니라, 무심, 곧 '마음 없음'을 깨닫는 것입니다. 마음이라는 것이 따로 있어서 내가 마음이라는 것을 깨닫거나 얻어야 하는 것 이 아니라는 것지요.

또한 무심론에서는 연이어 물음에 답합니다.  
“나에게 마음은 없으나, 볼 수 있고 들을 수 있고 느낄 수 있고 알 수 있다”

“나의 이 마음 없음은 나무나 돌과 같지 않다. 마치 하늘북과 같아서 비록 마음은 없으나 저절로 여러 가지 묘한 법을 내어 중생들을 교화 한다. 또한 여의주와 같아서 마음은 없으나 저절로 여러 가지 변화된 모습을 잘 드러낸다.”

이처럼 마음은 없지만, 그렇다고 둘처럼 아무것도 없는 것은 아니니, 없으나 그 없는 가운데 일체 만법을 드러내는 것입니다. ─

# 수미산 須彌山은 우주의 중심축(7)



김규현

한국티베트문화연구소 소장

## ‘4대 종교’의 공통적 성산<sup>瑠璃山</sup>

카일라스의 4대 주인 중에서 그 첫째는 당연히 힌두교의 차례이다. 이미 널리 알려진 대로 수미산은 원래 불교의 우주론에서보다 힌두교의 신화체계 속에서 수메루(Sumru) 신화로 먼저 정형화되었다. 이 신화는 힌두문화의 변천에 따라 여러 가닥으로 변화하면서 창조의 신 부라흐만과 파괴의 신 쉬바 그리고 유지(순환)의 신 비슈누를 3축으로 하는 삼신론으로 정착되었다.

그리하여 힌두문화의 초기단계인 브라흐만(Brahman)시대에는 카일라스의 주신이 인드라(Indra)였다가 후에 힌두교의 삼신론에 의해 쉬바신의 자리가 정해지자 쉬바가 인드라를 밀어내고 카일라스의 주신으로 들어앉게 되었다.

힌두신화의 창조자들은 쉬바신과 두 부인을 아름답고 드라마틱하게 연결하는, 솜씨 좋은 연출력을 과시하여 이 카일라스의 하늘을 찬란하게 수놓는 전성기를 맞게 한다. 힌두이즘 만큼 다양함을 자랑하는 신화를 가진 나라는 세계 역사상 그 유래를 찾아볼 수 없다. 그렇게 복잡다단한 힌두신화에서 창조와 파괴의 역할분담을 맡은 쉬바신의 위치는 아주 특이하여 별도로 쉬바교(Shivaism)라는 종파로 구분되어 민중에게서 두려움과 사랑을 독차지하고 있는 대상이 되고 있다. 그렇기에 쉬바신과 그 부인들인 두 여신 그리고 카일라스를 연

결하는 삼각테마는 힌두신화를 빛나게 하는, 빠져서는 안 되는 핵심적인 요소이다. 그러니까 이산 구석구석에는 쉬바신의 체취가 배어 있는 것이다.

한편 원래, 고대 브라흐만 시대에 최고신이며 또한 번개의 신이었던 인드라는 쉬바신에게 카일라스의 주인자리를 내어주고 후에 불교의 판테온으로 들어와 제석천<sup>帝釋天</sup>으로 이름을 바꾸면서 휘하에 사천왕<sup>四天王</sup>과 32천을 거느리고 우주의 중심 수미산의 정상에 자리 잡고 우주와 불법을 지키는 수호신장으로 자리를 잡게 되었다.

역시 이 세대교체시기에 최고신이었던 브라흐만도 불교 쪽으로 이사를 오면서 격하되어 대법천<sup>大梵天</sup>이란 이름으로 이동하였다. 그러니까 사천왕이나 제석천 그리고 대법천 같은 불교의 수많은 수호신장들은 원래는 불교의 신들이 아니고 힌두교의 우주론에서 '수미산설'과 함께 이주해 온 외래신들인 것이다.

이렇게 하여 두 번째 주인인 불교가 등장하여 카일라스는 또 한 번 찬연한 빛을 발하게 된다. 흔히 '수미산설'로 불리는 이 불교의 우주론은 초기 아함부 경전을 필두로 이론적으로도 폭넓게 전개되어 신화의 단계를 넘어 지리학에 접근하는 완성을 이루게 된다.

불교는 이산에 여러 의미를 추가시켰다. 바로 봇다의 탄생설화도 그중 하나이다. 흔히 팔상도<sup>八相圖</sup>라고 부르는 도솔래의상<sup>道卒來儀相</sup>에서는 다음과 같은 일화가 전하고 있다.

마야부인은 어느 날 천신에게 이끌려 카일라스 아래의 야녹다지 호수로 와서 성스런 목욕을 함으로서 인간으로서의 불순을 정화하고 신성을 얻어 봇다를 잉태하게 되었다고 한다. 이 호수는 경전 속에 흔히 나타나는 이름으로 빠리어의 아노타타의 음역으로 보인다. 그러니까 이산에서부터 '불교의 새벽'이 밝아왔던 것이다. ■



## 말차<sup>末茶</sup>에 대해

김정애  
다도전문가  
정각사 교도



말차란, 녹차의 분류로서 시루에서 녹차 잎을 말려 간 가루를 의미하고 가루차 내지 분말차<sup>粉末茶</sup>인 것을 줄여서 말차<sup>末茶</sup>라고 불리게 되었습니다. 그리고 말차를 녹차와 헷갈려 하는 사람들이 많은데, 말차는 일반 녹차와 달리 천으로 햅빛을 막아(차광) 재배된 녹차를 증기에 쪘거나 조시킨 다음 잎맥을 제거하고 맷돌에 갈아 미세한 가루로 만든 것입니다. 이렇듯 녹차와 말차는 근본적으로 같은 녹차 잎이지만 제조과정에서 그 종류가 달라진다고 합니다.

일반적으로 말차를 일본 사람들이 많이 마시기 때문에 일본에서 유래한 차이거나 일본차로 오해하는 사람들도 있지만, 사실은 송나라 때의 음차법<sup>飲茶法</sup>이 일본으로 건너갔습니다. 이후 중국에서 말차를 마시는 문화가 점점 사라져간 것과 달리, 일본에서는 지금까지 유지되면서 크게 발전되었기에 오해가 퍼진 것입니다. 우리나라에서도 삼국시대나 고려시대에는 찻잎을 모아 둉어리로 빚은 후 갈아서 차를 마셨으며 조선 초기까지 우리의 차 문화는 말차 위주였다가 조선 중엽부터 차

가 민간에서 크게 대중화되면서 전차를 일반적으로 마시게 되었다고 합니다. 그리고 우리나라에서는 말차(末茶)라 하고 일본에서는 말차(抹茶)라고 표기하고 있습니다.

말차의 종류에는 농차(濃茶)와 박차(搏茶)가 있는데 농차는 거품을 내지 않고 진하게 타는 차를 말하며 박차는 커피의 카푸치노처럼 거품을 많이 내어 부드럽게 해서 마시는 차를 말합니다. 다도에서는 주로 박차로 마시는 경우가 많아 말차 마시는 법을 소개해 볼까 합니다.

말차를 마시기 위해서는 우선 다완과 대나무로 만든 솔(차선)을 준비해야 합니다.

다완(차사발)에 준비한 뜨거운 물을 부어 데운 후, 물은 버리고 마른 행주(다건)으로 닦아냅니다. 그리고 차시(차숟가락)를 이용하여 가루를 떠서 다완에 말차를 1번 반이나 모지라는 듯한 2번을 넣고 차시로 다완 밑바닥에 소복이 쌓여있는 가루를 살짝 누르지 않고 헤치듯이 부스려 줍니다. 이는 뜨거운 물을 넣을 때, 가루가 펼쳐져 있을 수록 나중에 거품을 낼 때 덩어리지는 것이 적기 때문입니다. 바닥에 가라앉혀둔 차가루에 살짝 김만 가신 뜨거운 물을 다완 측면을 이용하여 조심조심 그리고 천천히 붓습니다. 차와 물의 양은 개인의 입맛에 따라 조절합니다. 이어서 차선(대나무로 된 거품을 내는 다구)을 사용하는데 왼손으로 다완을 누르듯 감싸 잡고 오른손으로 차선을 들고 유화(차 거품)가 잘 일어나도록 젓습니다.

처음 솔로 물을 져올 때 솔 끝으로 차 바닥의 차를 살짝 풀어준 후, 엄지와 검지 중지로 솔의 손잡이를 잡고 빠르게 왕복시켜서(전후로) 적당하게 거품을 냅니다. 거품이 미세하게 가라앉은 뒤 마시면 좋습니다. 일반적으로 차를 나눠 마실 때는 각자의 찻잔에 차를 부어 마시지만 말차의 경우 3~4명이 마실 때는 둘러앉아서 넓적한 사발에 있는 말차를 돌려 마시기도 합니다. 이렇게 다기를 돌려 마실 때는 자신이 마신 부분에서 살짝 돌려 넘겨주고 원치 않으면 찻잔에 나누어 마시는 것도 좋습니다.

간혹 말차를 그다지 마셔보지 못한 분들 중에 풀냄새가 심하다라는 분도 계시지만 초보자인 경우에는 달달한 다식을 먼저 먹고 난 후 혀에 단맛이 남아있을 때 마시면 차의 고유한 맛을 더욱 확실히 알 수 있을 것입니다.

찻잎에서 건강에 유익한 것들을 얻으려면 찻잎을 온전히 마시는 말차가 가장 좋습니다. 말차는 잎사귀 분말을 그대로 물에 타마시기 때문에 찻잎이 아닌 영양소 100% 그대로 섭취할 수 있을 뿐만 아니라 섬유질 또한 놓치지 않기 때문에 건강에 미치는 약리적 효과가 그만큼 강하다고 합니다.

하지만 말차의 경우 주의해야 할 점이 있는데 다른 형태의 차에 비해 보관을 잘못하면 변질되기가 쉽습니다. 좋은 말차 일수록 파릇파릇한

녹색 빛이 밝게 빛나는데 시간이 오래 지나 변질될 경우 갈색빛이 되거나 올리브색이 됩니다. 이 경우 변질된 것이니 아깝다고 마시지 마시고 즉시 버리는 게 좋습니다. 냉장고나 냉동고에 보관하거나 개봉 후에는 빠르게 마시는 것이 좋습니다.

말차가 최근 세계인의 건강 식재료 주목받고 있는데 카페인은 일반 녹차보다 적으면서 풍부한 항산화 물질을 함유하고 있고 다이어트 식품에 주로 쓰는 L-테아닌, 유해산소 예방에 효과가 있는 베타카로틴 등 건강에 이로운 성분들이 더 많기 때문이라고 합니다. 거품을 내어 마시는 정통 말차 외에도 음료, 과자, 아이스크림 등의 원료로 사용되고 있으며 유명 기성제품의 차의 초록색이 진하게 나타난 떡을 먹리는 거의 대부분 말차가 들어간 것이라고 할 수 있습니다. 이렇듯 먹기 좋게 가공한 형태로 시중에 판매하면서 세계 시장에서 더욱 주목받고 있다고 합니다.

여름이 오기 전 5월은 차를 마시기 좋은 달입니다. 봄날의 따뜻한 햇살 맞으며 걷다가 잠깐 쉬면서 내 몸에 좋은 차나 내게 맞는 차보다는 한 번쯤은 새로운 차나 집에 두고도 마셔보지 못했던 차를 마셔보는 여유를 가져보신다면 지금의 제약이 많은 우리 생활이 조금은 덜 답답하시리라 생각합니다. ■



# 천석꾼, 만석지기

법일 정사  
수인사주교



옛날 어느 마을에 가난한 청년이 있었다. 청년의 소원은 부자가 되는 것이었다. 천석꾼이나 만석꾼이 되고 싶었다.

가난한 청년은 오매불망 천석꾼과 만석지기를 꿈꾸었다.

그래서 밥을 먹을 때도 길을 걸을 때도

“천석꾼, 만석지기”

일할 때도 잠잘 때도

“천석꾼, 만석지기”라는 말을 입에서 떠나지 않았으며

“나는 반드시 천석꾼, 만석지기가 되고 말 테야.” 늘 마음으로 다짐을 했다.

청년의 집은 가난하여 안방이든 부엌이든 쥐들이 돌아다니지 않는 곳이 없었다.

어느 날 청년이 곤히 자고 있는데, 쥐가 청년의 장단지를 물었다.  
깜짝 놀란 청년이 “천석” 하고 소리쳤다.



오매불망 천석꾼, 만석지기만 외던 청년은 쥐에 물렸을 때 ‘천석’이라는 말이 자연스럽게 나오게 된 것이다.

그 후 신기한 일이 일어났다.

가난한 청년이 훗날 천석꾼이 된 것이다. 마을 사람들의 입소문으로 쥐한테 물렸을 때 ‘천석’이라 하면 천석꾼이 되고 ‘만석’이라 하면 만석지기가 된다는 말들이 퍼져나갔다.

많은 사람들이 가난한 청년처럼 쥐에 물렸을 때 천석이나 만석지기라고 외치고자 하였으나 “아야” 소리가 먼저 하게 되고 천석이라고 외쳐지지 않는 것이었다.

쥐에 물렸을 때 ‘천석’이라 외쳤다고 해서 천석꾼이 되고 ‘만석지기’라고 외쳤다고 해서 만석지기가 되는 것은 아니다.

오매불망 천석꾼이 되고 만석지기가 되고자 하는 원력(願力)이 있었기에 천석꾼이 될 수 있었을 것이다.

바라는 소원이 있으면 간곡히 “옴마니반메훔”을 염송해 보자.  
간절한 마음으로 부른다면 소원은 꼭 이루어질 것이다. ■

## 시선의 감옥

유준우

동해중학교 졸업생  
동해중 백일장 산문부문 우수작



판옵티콘이라는 감옥이 있다. 이 감옥은 ‘최고의 효율성’을 모티브로 만들어졌다. 이 감옥의 수감자들은 단 한 명의 간수에게 감시를 받는데, 간수가 있는 감시실은 불이 꺼져 있어 수감자들은 간수가 자신을 지켜보고 있는지, 간수가 그곳에 있는지조차 알 수 없다. 그저 보이지 않는 간수에게 끊임없이 감시받을 뿐이다.



판옵티콘의 죄수들은 간수의 시선에 그들의 자유를 잃는다. 그렇다면 일상 속에서 매 순간 타인의 시선을 의식한다면 일상을 감금당하는 것과 다를 것이 무엇인가. 이 ‘일상의 감금’ 현상이 가장 많이 일어나는 집단은 사춘기의 청소년들이다. ‘상상의 관중’이라는 심리 현상이 일어나는데, 다른 사람들이 자신을 지켜보고 있다는 착각을 하는 것을 말한다. 나 또한 청소년이고 불과 작년까지만 해도 타인의 신경을 몹시 신경 썼었기에 자신 있게 말할 수 있다. 타인의 시선을 지나치게 의식하면 불행하다. 자신의 행동, 말, 인생의 주체가 자신이 아닌데 어떻게 행복하겠는가?

그렇다면 타인의 시선을 아예 무시해야 할까? 우리는 어떤 공동체에 소속되어 있을 것이다. 그 안에서 타인에게 피해를 주지 않는 선에서, 우리는 우리가 주체인 삶을 살아야 하는 것이다. 내 인생의 주체가 나라면 타인의 인생 또한 그의 것이다.

관심은 인간을 행복하게 만든다. 그러나 그 관심을 욕심내기 시작하면 관심 속에 갈혀 시선에 의해 움직이는 인형이 되고 만다. 타인보다는 나의 시선으로 나의 삶을 살아야 시선의 판옵티콘으로부터 벗어나 비로소 나 자신의 주체가 되는 것이다.▲

## 바지락

김조은  
수인사교도  
요리연구가

갯벌을 지나다 보면 썰물에 맞춰 바지락을 채취하는 어민들을 만날 수 있습니다. 꼭 어민이 아니더라도 갯벌체험에 나선 기족단위의 방문객 또 한 늘고 있는 추세입니다. 예로부터 우리나라 사람들의 중요한 단백질 공급원이었던 바지락은 자원량이 풍부하여 연간 폐류 총생산량의 약 18 퍼센트를 담당해왔습니다. 1801년 신유박해로 흑산도로 유배를 간 정약전 선생은 자산어보에 바지락을 천합(천합이란 이름으로 소개하며 “살도 풍부하고 맛이 좋다.”라고 기록했습니다. 우리나라 사람들이 조개류 중에서 가장 많이 먹는다는 바지락에 대해 알아보도록 하겠습니다.

바지락은 진판새목 백합과에 속하는 작은 바닷조개인데요. 동해안 지역에서는 ‘舛지락’, 경남 지역에서는 ‘반지래기’, 인천이나 전라도 지역에서는 ‘반지락’이라고 부르기도 합니다. 바지락이라는 이름은 호미로 갯벌을 긁을 때 부딪히는 소리가 “바지락바지락”하여 붙여졌다고 합니다. 타원형 껍데기는 높이 3cm, 폭 4cm 정도인데 큰 개체는 폭이 6cm에 달하기도 합니다. 색깔은 흰색 바탕에 검은색 산모양의 방사무늬를 띠고 있는 것과 황갈색 물결 모양까지 다양합니다. 폐각의 안쪽은 대부분이 흰색이지만 보라색도 간혹 관찰됩니다.

바지락은 수심 10미터 안팎의 얕은 바다에 살고 있습니다. 주로 모래와 펄이 섞인 곳에 분포하며 식물성 플랑크톤을 여과 섭식합니다. 바지락은 이동하지 않고 한곳에 머물러 사는 특성이 있어 양식이 다소 용이합니다. 우리나라에서는 1912년부터 양식을 시작했는데, 양식을 한다 해서 별도의 장소를 필요로 하지는 않습니다. 갯벌에 봄 또는 가을에 어린 바지락을 뿌렸다가 다음 해 4월부터 거둬들이면 됩니다. 그렇다고 가만둔다고 바지락이 건강하게 자라는 것은 아닙니다. 모래가 부족한 갯벌에는 왕모래를 뿌리고, 펄과 모래가 적절히 섞이도록 경운을 해주어야 합니다. 바지락이 살기에 가장 적합한 갯벌은 모래와 펄이 8대 2 또는 7대 3 정도로 섞인 곳으로 알려져 있습니다. 이렇게 일 년 정도 자라면 길이가 1.5~1.6배, 무게는 3배가 됩니다. 바지락은 혼한 조개이지만 1년 내 수확할 수는 없습니다. 주 산란기인 7월 초순부터 8월 중순까지는 독이 있어 채집하지 않습니다.

바지락은 여러 가지 요리(찜, 죽, 젓갈, 칼국수, 회무침, 수제비, 막은국, 볶음 등)를 위한 식재료로 많이 사용되는데, 육질 100그램에 칼슘(80밀리그램)과 계란의 5배나 되는 마그네슘(50밀리그램)이 들어 있습니다. 또한 생체 방어에 필요한 효소와 효소 생산에 필요한 구리도 130밀리그램이나 들어 있습니다. 특히 바지락은 미량원소로서 무기질 함량이 매우 높아 대사 조절작용으로 병후 원기회복에 좋은 음식으로 알려져 있습니다. 또한 바지락 조개 가루를 헹겊 주머니에 넣고 달여서 차 마시듯 하면 치아와 뼈를 튼튼하게 해주는 등 인체에 칼슘을 보충해 줍니다. 작고 혼한 조개이지만 살 뿐 아니라 껍데기까지 사람에게 많은 이로움을 줍니다.



요리용으로 바지락을 고를 때는 살아 있는 것을 골라야 합니다. 입이 굳게 닫혀 있어 속이 보이지 않고, 패각이 깨지지 않고 윤기가 있는 것이 좋습니다. 채취한 지 오래된 것은 탁한 갈색으로 변하므로 패각을 잘 살피면 됩니다. 바지락은 갯벌 속에 살기 때문에 소화기관에 빛이나 모래 등 이물질이 들어있어 이를 제거해야 합니다. 이런 과정을 해감이라 하는데 살아 있는 바지락을 맑은 바닷물이나 소금물이 담긴 용기 속에 30분 이상 담가 두면 입을 벌리고 이물질을 뺏어냅니다. 이때 녹이 슨 쇠불이를 같이 넣어두면 더욱 빠르게 해감이 진행됩니다.

그런데 바지락은 한곳에 정착해서 살아가는 특성으로 갯벌에 흘러드는 각종 오염원에 무방비로 노출되기도 합니다. 또한 젖갈을 담그거나 날것을 요리하여 먹는 경우 늦봄부터 초여름까지의 번식기에는 중독의 위험이 있으므로 피해야 합니다. 이와 관련된 속담으로 “오뉴월 땅 별의 바지락 풍년”을 들 수 있다. 이는 한여름 땅별에 수온이 오르면 바닷물 속에 녹아 있는 칼슘의 석출이 빠르게 진행되면서 패각이 커져 풍성해 보이지만, 조갯살은 제대로 자라지 않은데다 독성이 있어 먹지 못함을 비유한 말입니다. 이 속담은 외관상으로는 보기 좋으나 그 실속은 거의 없음을 일컬습니다. 비슷한 속담으로 “속 빈 강정”, “빛 좋은 개살구” 등이 있습니다.

마그네슘과 단백질이 풍부한 바지락으로 맛있는 요리를 만들어 볼까요?



### 바지락 죽

**재료** | 불리지 않은 쌀 1컵, 바지락살 1/2컵, 양파 1/2개, 당근 1/4개, 미니 새송이버섯 5~6개, 참기름 약간, 물 4~5컵, 돌미나리 3줄기 소금 약간

#### 만들기

- ① 바지락살은 흐르는 물에 씻어 물기를 뺀 후 반만 다져주세요. 양파, 당근, 새송이버섯은 잘게 다지고 돌미나리는 먹기 좋게 송송 썰니다.
- ② 쌀은 씻은 후 제예 밭쳐 30분 정도 불립니다. 달군 냄비에 참기름을 두르고 나머지 바지락살을 볶다가 쌀을 넣어 중간 불에서 5분간 볶아주세요.
- ③ 쌀알이 투명해지면 물을 붓고 10분간 끓이다 쌀알이 퍼지면 손질한 채소를 넣고 약한 불에서 15~20분간 저으며 끓여주세요.
- ④ 돌미나리를 넣고 소금으로 간을 한 후 그릇에 예쁘게 담아 마무리합니다.

### 바지락 칼국수

**재료** | 칼국수면 300g, 해감한 바지락조개 2컵, 황태 채 한 줌, 당근 1/4개, 애호박 1/3개, 대파 1/4개, 흥고주 1/2개, 청양고주 1개, 양파 1/3개

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

**국물 양념 재료** | 국간장 1/2큰술, 다진 마늘 1작은술, 후춧가루 약간

#### 만들기

- ① 냄비에 국물 육수 재료를 넣고 끓이다가, 국물이 끓으면 다시마를 건져내고 10분 정도 더 끓여 줍니다. 해감 된 바지락은 한 번 더 비벼 씻은 후 흐르는 물에 행궈줍니다. (해감이 안 된 바지락은 물에 비벼 씻은 후 소금물에 담가 어두운 곳에서 3시간 정도 해감 시켜주세요.)
- ② 당근과 양파, 애호박은 굽개 채를 썰고 대파와 흥고주, 청양고주는 어슷하게 썰어줍니다.
- ③ 냄비에 다시마 멸치육수 8컵과 황태 채를 넣고 3분 정도 끓이다가 바지락과 국물 양념 재료를 넣어 끓여줍니다.
- ④ 육수에 야채를 넣고, 국물이 끓으면 칼국수 면을 넣고 3분 정도 끓여줍니다.
- ⑤ 마지막에 청양고주와 흥고주를 넣고 소금으로 간을 가감한 후 불을 꺼줍니다.



## 호마 護摩

김재동

법장원 연구원

밀교 사원에서 행해지는 여러 가지 의례 중에서도 호마<sup>護摩</sup>는 가장 잘 알려진 의례일 것이다. 호마는 공물<sup>供物</sup>을 불 속에 던져 냉음으로써 신들에게 바치고 일가의 평안과 오곡풍요를 비는 의례이다. 화신<sup>火神</sup> 아그니를 비롯한 신들에게 공물을 바치고 어떤 혜택을 구하는 도식은 어느 지역이나 시대의 호마에 있어서도 변함이 없다.

호마는 인도 밀교의 초기단계에서 섭취되어 중기 밀교시대에는 완성의 경지에 이르러 있었다.

고대 인도 브라만교의 호마에서 유래했지만, 불교는 이를 지혜의 불꽃으로 번뇌를 태우는 의례로 받아들였다.

호마에는 예로부터 질병이나 천재<sup>天災</sup>를 없애고 평안을 비는 '식재<sup>食財</sup>', 장수나 초복<sup>初福</sup>을 비는 '중익<sup>中益</sup>', 일체의 화합을 이루도록 하는 '경애<sup>敬愛</sup>', 불적<sup>佛敵</sup>을 멸망시키고 원적을 물리치는 '조복<sup>銷伏</sup>'의 사종법이 있다. 여기에 부하나 동지를 모으는 '구소<sup>鉤召</sup>'을 더해서 '오종법<sup>五種法</sup>'을 꼽기도 하지만, '구소법'은 '경애법'의 일종으로 여기는 경우가 많다.

'사종법' 중에서는 '식재호마'가 행해질 기회가 가장 많다. 또한, 앞의 세가지가 '유화<sup>柔化</sup>한 삼수법<sup>三種法</sup>'이라 하여 종종 행해지는 반면, '조복호

마'는 경우에 따라서는 적을 죽음에 이르게 하는 위험한 수법으로 선호되지 않는다.

호마의 본존으로는 일본에서는 부동명왕을 선호하지만, 티베트에서는 후기 밀교계 분노존을 사용하는 경우가 많다. 젤록(Gelug)파에서는 종문<sup>宗門</sup>의 대표적인 수호존, 즉 이축금강, 차크라삼바라, 바즈라바이라바의 삼존 중 하나를 호마의 본존으로 권청하는 경우가 많다. 또한 '유화한 삼수법'에는 타라(Tārā, 多羅)보살 등 여성 존격도 선호된다.

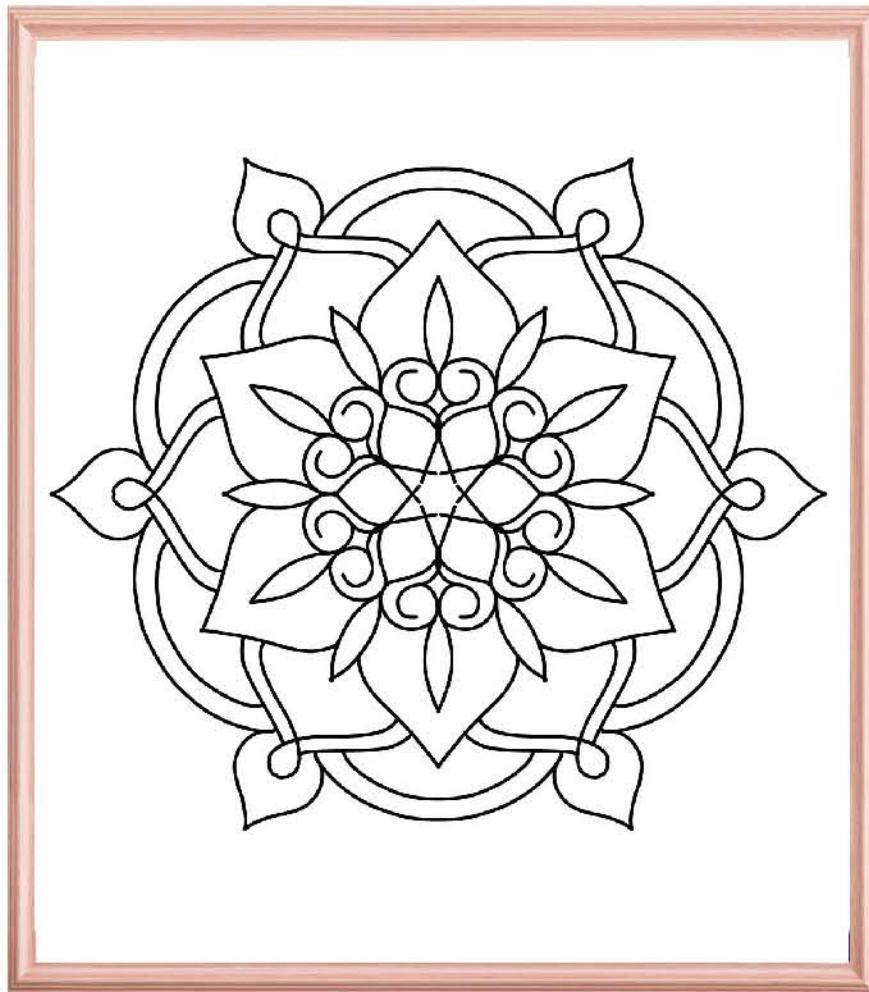
한편 '유가탄트라'에 속하는『악취청정탄트라』에는 죽은 사람의 유해를 이용하는 '시체 호마'가 설파되고, 라다크 등 연료 입수가 비교적 용이한 티베트 불교권에서는 화장<sup>火葬</sup>의례로 치러지기도 한다.

총지종은 호마의 의궤작법<sup>儀軌作法</sup>을 행하지 않는 대신에 '준제진언'에 의한 사종법<sup>事種法</sup>을 행하고 있다. 총지종에서 행하는 사종법은『현밀원통성불심요집』에 근거한 것인데,『대일경』이나『금강정경』, 기타 밀교경전에 나오는 호마법의 사종진언<sup>事種真言</sup>과는 다르다.『현밀원통설불심요집』의 준제진언에 의한 사종법이다.

『현밀원통성불심요집』에서 오종법<sup>五種法</sup>을 설하고 있으나 총지종은 이 가운데 식재법<sup>食財法</sup>과 중익법<sup>中益法</sup>, 경애법<sup>敬愛法</sup>만을 선택하고 있다. 그 이유는 처음부터 출세간법을 선택하지 않았고, 항복법은 시행 자체를 유보하였기 때문이다.

## 손끝에서 찾는 마음의 안정

지난 호 독자 솜씨



색을 칠하면서 마음이  
평온해지기를 소망합니다.



▲ 서울 김민주

▲ 서울 김보미

▲ 서울 유영신



▲ 서울 전주면

▲ 대전 강여주

▲ 부산 정소예

색칠해서 편집실로 보내주시면  
독자 솜씨란에 기재됩니다.

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

## 불교총지종 법회 일정

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

## 불교총지종 연중 불사

### 신년불공

한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공

### 상반기, 하반기 진호국가불공

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

### 월초불공

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

### 자성일 불공

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

## 불교총지종 사원 일람

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

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

### 충청, 전라교구

만보사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
백월사	35335	대전광역시 서구 계백로 1409-1 (도마동)	(042)527-5470
법황사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
혜정사	28485	충청북도 청주시 상당구 황금로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
홍국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
중원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이령4길 266-78	(043)833-0399

### 대구, 경북교구

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

### 부산, 경남교구

관음사	47262	부산광역시 부산진구 신천대로197번길 35(당감동)	(051)896-1578
단향사	53075	경상남도 통영시 데메4길 15	(055)644-5375
덕화사	46547	부산광역시 북구 금곡대로 32-8 (덕천동)	(051)332-8903
밀행사	50427	경상남도 밀양시 노상하4길 6 (내이동)	(055)354-3387
법성사	48817	부산광역시 동구 초량중로 59, 201호(대영아르피나)	(051)468-7164
삼밀사	49060	부산광역시 영도구 한사랑길 109 (영선동1가)	(051)416-9835
성화사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실보사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운천사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 완월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일성사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
점각사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시설로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

## 불자님의 사연을 모십니다

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

**이메일** news@chongji.or.kr

\* 불교총지종 홈페이지에 연재글 있습니다 \*

## 여러분의 후원을 기다립니다

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

### 입금 계좌번호

우리은행 122-047811-13-128 불교총지종

보내주신 **후원**에 감사드립니다.

강민우 강정자 공덕성 곽노선 권도연 권순갑  
 김덕원 김도연 김미경 김민준 김봉래 김성민  
 김승자 김양숙 김연정 김윤서 김은숙 김중철  
 김현정 김의원 류경록 류승조 박별남 반야와  
 배도련 법 공 서금업 손경옥 손재순 인승애  
 안중호 안한수 양진운 오승현 오채원 오현준  
 유광자 유승태 유정식 이영재 이민성 이해성  
 일심정 장민정 장승엽 장정원 정건오 정재영  
 정화연 주건우 지 정 충지와 최순기 최재실  
 한경림 한국예문연구회 한미영 한명의 한칠수  
 허지웅

### 한국예문연구회 명단

강영철 김갑태 김명희 김상길 김세중 김순규  
 김영덕 김인규 김인선 김장환 김정순 김주성  
 박영중 박차봉 손성재 오식완 윤장윤 윤병재  
 이승육 이정식 조재자 하대수 황규철

-불교총지종 홈페이지 총지미디어에서  
 구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.

발 행 일	총기 50(2021)년 5월 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



## 가난한 여인의 등불 - 인도

등(燈)은 부처님께 공양하는 방법의 하나입니다. 등을 공양하는 의미는 번뇌와 무지의 어두운 세계를 부처님의 자혜로 밝게 비추는 것을 상징합니다. 현우경 빈녀난타품을 보면 부처님이 영취산에 계실 때의 일로 밤을 밝힌 다른 등들은 다 꺼졌습니다.

하지만 난타라는 가난한 여인이 자극한 서원과 정성으로 밝힌 등불만이 끝까지 밝게 빛나고 있었습니다.

“이 여인은 등불 공양의 공덕으로 성불할 것이다.”라는 말씀이 있어 부처님 당시부터 등공양 풍습이 있었습니다.

가정의 달이라고 불리는 5월에는 많은 날들이 많습니다. 어린이의 행복에 대해 돌이켜보고 아이들을 존중하자라는 의미로 만들어진 어린이날, 부모님의 사랑을 다시금 돌이켜보는 어버이날, 학교의 부모님이시자 지식의 부모님이신 선생님에 대한 감사함을 느껴보는 스승의 날, 부부간의 사랑을 다시금 느껴보는 부부의 날, 그리고 <부처님오신날>이 있습니다.

가난한 여인 등불처럼 등불 공양의 공덕으로 성불하는 마음으로 올 해도 등을 달아봅니다. 탐욕에 불들어 깜깜한 어둠에서 해고 있는 중생을 부처의 말씀과 자혜로 살길을 밝혀주는 연등의 의미를 다시 한 번 되새겨 봅니다.



부귀하면 교만하기 쉽고  
빈천하면 아첨하기 쉽다  
흔들리지 않고 굽히지 않으면  
이를 성불했다 하리라

- 환당 대종사 어록 -