위드 다르마

영원한 진리와 함께

With Dharma

통권 제 246호
강남. 라 00943

2568
2024
4

원정 대성사 일대기
불공 잘해라 23
구경의 법

마음의 등불
웰에이징

살다 보면
감히 한 말씀
드리자면

불교총지종

종조법설집

제2장 수행편 P148

지혜智慧

작은 것을 숭상하면 사상이 작은 인물이 되고 작은 인물을 낳게되며,
큰 것을 숭상하면 사상이 커져서 큰 인물이 되고 또 큰 인물을 낳게된다.
그러므로 작은 유상보다 큰 무상을, 유한한 현실보다 무한한 진리를,
약한 인간에 의존하는 것보다 우주에 충만한 부처님을 믿고 크게 살아야 한다.

위드 다르마 With 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 땅의 불국정토를
염원합니다.

목차

불교이야기 _09
부처님의 성도4
_ 화령 정사

마지막 공부 _44
매향, 분향_ 유소림

지혜의 뜨락 _50
화합 속에 기회가
있다_ 방귀희

2568
2024
4

04 원정 대성사 일대기 — 불공 잘해라 - 구경의 법 — 김천
10 불교 이야기 — 부처님의 성도4 — 화령 정사
14 마음의 등불 — 웰에이징(Wellaging) — 법상 정사
17 경전에서 찾은 지혜 — 추악한 말에 대한 경계 — 불교총치종 법장원
20 마음챙김 메커니즘 — 감정感情①_감정의 종류 — 임진수
24 문화재 해설 — 백제 무령왕릉에서 출토된 받침 있는 은잔 — 위드다르마 편집실
27 고전산책 — 분홍신을 신는 방법 — 한보금
30 절기 이야기 — 청명淸明 — 위드다르마 편집실
32 산책 — 복사꽃 피기까지는 — 오대혁
34 살다보면 — 감히 한 말씀 드리자면… — 이옥경
40 지장스님의 향유 — 유령의 집 — 지장 스님
44 마지막 공부 — 매향, 분향 — 유소림
47 동행 — 존재의 소중함, 어느 노스님의 가르침 — 탁상달
50 지혜의 뜨락 — 화합 속에 기회가 있다 — 방귀희
54 마음 밭 가꾸는 이야기 — 자비慈悲의 연금술 — 하현주
58 십신성취 — 비워가며 닦는 마음 — 남혜 정사
62 생각의 열매 — 항아리 속의 그림자 — 위드다르마 편집실
66 서원당 안의 불교 — 반포법시頒布法施와 보은시報恩施 — 혜광 정사
68 나만의 빛, 모두의 빛 — 눈으로 읽는 전통등 이야기 — 한국전통등연구원
72 금쪽상담소 — 우리 아이 양육 길라잡이 2 — 강남구 구립어린이집연합회
76 가로세로 만다라세상
78 법회일정

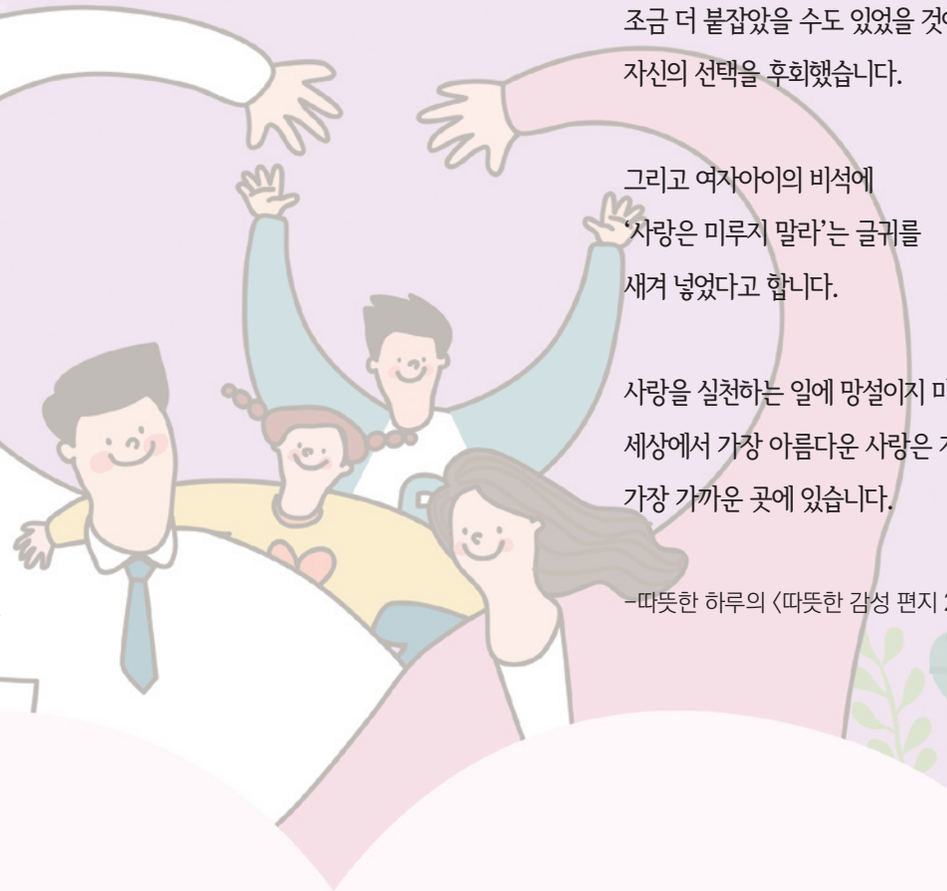
사랑을 미루지 말라

러시아의 대문호이자 사상가인 '톨스토이'가
여행 중 한 여인숙에 들렀을 때 일입니다.

하룻밤을 지내고 다음 날 여인숙을 나오려 할 때
병중에 있던 여인숙집의 6살 난 어린 딸이
톨스토이가 들고 있던 빨간 가방이 갖고 싶다며
자신의 어머니에게 눈물까지 흘리며
조르고 있었습니다.

이를 본 톨스토이는 가방 안에 짐이 있으니
여행을 마치고 돌아오는 길에 가방을 주겠다고
아이에게 약속했습니다.

며칠 후 톨스토이는 여인숙을 찾아갔습니다.
하지만 소녀는 이미 죽어 공동묘지에 묻힌 뒤였습니다.
톨스토이는 소녀의 무덤을 찾아가 가져온 가방을
무덤 앞에 놓고 비석을 세워주었습니다.



톨스토이는 만약 그때 여인숙 어린 딸에게
선뜻 가방을 내주었더라면 그 어린 딸은
기쁘고 행복한 마음에 생명의 끈을
조금 더 붙잡았을 수도 있었을 것이라면서
자신의 선택을 후회했습니다.

그리고 여자아이의 비석에
'사랑은 미루지 말라'는 글귀를
새겨 넣었다고 합니다.

사랑을 실천하는 일에 망설이지 마세요.
세상에서 가장 아름다운 사랑은 지금 이 순간,
가장 가까운 곳에 있습니다.

-따뜻한 하루의 〈따뜻한 감성 편지 2024년 3월 10일 자〉

원정대성사일대기

불공 잘해라
구경의 법

김천

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

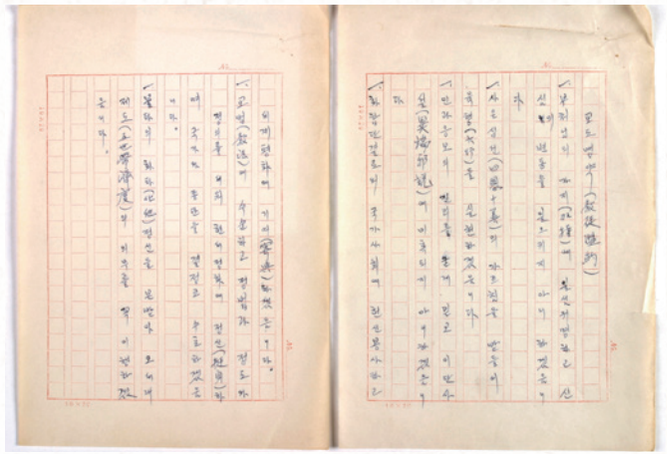
원정 대성사는 경전의 편찬과 역경을 통해 한국불교에 밀교를 처음으로 알렸으며, 1972년 한국의 밀교 대표 종단 불교총지종을 창종했습니다. 교상敎相과 사상事相면에서 완벽한 체계를 갖춘 정통밀교의 확립에 노력하면서 '즉신성불卽身成佛'과 '불교의 생활화, 생활의 불교화'를 기치로 밀교의 대중화에 진력했습니다. 2021년 창종 50년을 기념하여 출판된 원정 대성사의 일대기 '불공 잘해라'에 담긴 대성사의 삶과 가르침을 위드다르마에서 특별연재로 소개합니다.

15화-창종V

"모든 일은 사람이 하는 것이 아니라 법계가 행하는 바이다."

일의 진행에 대한 대성사의 말씀이다. 법계는 총지종의 창종을 기다리고 있었던 듯 모든 일이 순조로이 진행되었다.창종을 선포하기 이전에 이미 서울 충정로(관성사)와 경주 구정리(승천사), 경남 밀양군(일상사), 서울 동대문(밀인사), 경북 안강읍(건화사), 경주 서부동(국광사)에 법단이 설치되고 스승이 임명돼 새로운 밀교의 교화가 시작되었다.

스승들은 수행과 함께 교도를 대하는 자세와 마음가짐을 다졌다. 당시 대성사는 한 치의 망설임도 주저도 없었다. 흔들리



교도맹약 대성사 육필_역삼동 원정기념관 소장

지 않는 모습으로 필요한 사항들을 알려주니 스승과 교도들의 마음 또한 굳게 자리를 잡았다. 누구나 물러서지 않는 정진을 기약했고, 법을 전하는 일에 두려움이 없었다. 좋은 일은 나서서 칭찬하고 삼갈 일을 보면 세세히 일러 길을 알려주었다.

"세속 사람들이라도 수양 있는 지성인이라면 인생관을 세우고 생의 가치를 확립하고자 하거늘 하물며 중생을 제도하는 성직자로서 뚜렷한 주관이 없이 어찌 남을 제도하며 국가와 민족을 위하여 봉사하고 인류평화를 위한 지도자로 자처할 수 있겠는가? 대승보살행은 결코 관념적인 것이 아니며 생생하게 인생의 고락을 겪으면서 그것을 소재로 인격화할 수 있는 사람만이 행할 수 있는 수행이기 때문에 오상선신五相成身의 불퇴전의 각오로써 정진하지 않으면 안 된다."

창종이 선포되면서는 곧바로 부산 정각사, 포항 수인사, 청주 혜정사에 선교부가 개설됐다. 초창기에 생긴 선교부들은 대다수 진각종 스승과 교도 출신들이 대성사를 믿고 그길을 따르기로 결심하여 시작된 곳들이다.

대성사는 바르고 참된 생활 자체가 곧 불공이므로 때와 장소를 정하지 않고 언제 어디에서나 부처님을 염하고 진실한 생활을 할 수 있도록 가르쳤다. 그러다 보니 사원은 자연스럽게 도심에 세워졌다. 바쁜 현대인들이 생활하는 틈틈이 언제든 쉽게 들를 수 있는 수행도량이 되도록 중생들의 삶의 현장 바로 곁에 사원을 건립했다. 대중들이 내 집처럼 부담 없이 드나들 수 있도록 현대식 건물에 사원을 조성하고 수행과 사무행정에 적합한 실리적인 구조를 갖췄다.

밀교의 근본 가르침도 시대 변화와 대중의 요구에 발맞춰 새롭게 정립했다. 세간과 출세간, 생활과 불교, 남녀노소, 승속의 구분 없이 기도와 생활이 하나되어 성불과 해탈을 향해 나아가는 종단으로 구체화했다. 생활불교의 실천은 승가와 재가가 함께 닦는 '승속동수僧俗同修'로 발현되었다. 진각종에서 20여 년 동안 교화의 중심에서 활약한 원정 대성사는 그런 만큼 창종 이후 제반 제도와 직제를 구비하는 시간도 크게 단축시켰다.

1972년 12월 28일 포항선교부 설단불사

창종 1년도 채 안 되어 1973년 6월 27일 당시 총지종의 총본부인 성북선교부에서 전국의 교역자와 교무가 모인 가운데 전국 총회를 개최했다. 임시의장 록정 정사의 사회로 종헌을 심의 가결하고 만장일치로 대성사를 종령으로 추대했다. 역사적인 제1회 강공회와 중앙종회, 원의회를 개최하여 종단의 직제와 행정 및 심의 기구를 확정했다.

종단의 최고의결기관인 중앙종회와 행정기구인 통리원 원의회를 구성함으로써 수행과 교화를 뒷받침할 종단의 행정과 심의체계를 완벽하게 갖췄다. 해가 바뀌면서 연초인 1월 9일 총지종 교도로서 반드시 지켜야 할 사항이 정해졌다. 교도맹약教導盟約이다.

1. 부처님의 가지력加持力에 일심귀명하고 신심信心의 변동을 일으키지 않겠습니다.
2. 사은십선四恩十善의 가르침을 받들어 6행六行을 실천하겠습니다.
3. 인과응보의 진리를 굳게 믿고 이단사설異端邪說에 미혹되지 않겠습니다.
4. 화합과 단결로써 국가사회에 헌신봉사하고 세계평화에 기여하겠습니다.
5. 교법敎法에 수순하고 정법과 정도와 정의를 세워 현세정화에 정진하여 국가와 종단을 결정코 수호하겠습니다.
6. 부처님의 화타정신化他精神을 본받아 5세대 제도의 의무를 꼭 이행하겠습니다.

이는 종교인의 윤리적 덕목과 불교도로서의 의무를 규정했을 뿐 아니라 특히 밀교의 가르침을 남을 위해 적극적으로 전하겠다는 전법의 서약이기도 했다. 아울러 대성사는 전법과 교화를 위해 스승과 교도들을 뒷받침하는 데도 심혈을 기울였다.

1973년 용달과를 설치하여 전국 선교부에 필요한 모든 물품을 일괄 구매하여 나눠주었다.

스승들은 강공회를 마칠 때마다 갖가지 교화용품을 한아름 들고 돌아가기도 하고, 교도들에게 나눠줄 총지의 법문과 다라니, 희사용지 등을 트럭에 가득 싣고 전국 각지를 돌기도 했다.

이듬해에는 석가모니 부처님이 녹야원에서 다섯 수행자에게 처음 법을 설한 것을 근간으로 삼아 2세대를 제도한 교도에게 시교試敎의 지위를 부여하고 5세대를 제도한 교도에게 전교傳敎의 지위를 부여하여 전 교도가 교화에 나설 수 있도록 했다.

스승을 위한 공제기관인 '심우회'를 설치하여 건강, 재해, 자녀교육, 노후 등 삶의 질을 향상시키기 위한 제반 복리후생제도를 법규화했다. 오늘날의 연금제도를 이미 50년 전 실행에 옮기고 있었던 것이다.

불교이야기

부처님의 성도4

화령 정사
철학박사
법천사 주교
보디미트라 회장

수행자로서 성숙하지 못한 자세로 인해서 비종교인이나 타 종교인들로부터 질시를 받는 일이 가끔 일어납니다. 어떤 스님은 앉아서 삼배를 받으려고 하고 심지어는 삼배를 하라고 강권을 하기도 합니다. 그리고 반말을 예사로 합니다. 나이 젊은 스님이 나이든 신도에게 함부로 반말을 하기도 합니다. 수행자이기 이전에 예의 바른 한 사람의 성숙한 인격자로서 거듭나야 하겠습니다.

혹시 제가 이렇게 말씀을 드리면 '저 사람 저거 삼보를 비방하는 것 아니야'하면서 따질 분들이 혹 있을지도 모르겠습니다. 제가 지적하는 대상은 수행자의 모습은 갖추었으되 부처님을 팔아먹고 불교를 팔아먹는 엉터리 수행자들을 가리키는 것이지 부처님의 가르침을 받들어 널리 전하고 욕심을 억제하며 수행에 힘쓰는 검소하고 청정한 분들을 가리키는 것이 아닙니다.

부처님께서 참된 바라문이란 죄악을 멀리하고 마음이 청정하며 자제할 줄 알아야 한다는 말씀은 불교뿐만 아니라 모든 수행자에게 해당되는 말씀일 것입니다. 부처님의 말씀은 이처럼 시대를 초월하고 대상을 초월하여 누구에게나 해당되는 말씀입니다.

부처님께서는 니그로다 나무 아래에서 7일 동안 삼매에 잠겨 해탈의 즐거움을 누리시다가 또 무찰린다라는 나무 아래에 가서 마찬가지로 삼매에 들어 해탈의 즐거움을 누리셨다고 합니다. 이때에 폭풍우가 닥쳐서 용왕이 석가모니 부처님을 보호했다는 대목도 나옵니다. 이렇게 해서 또 7일이 지나갔을 때 석가모니 부처님께서는 이렇게 게송을 읊으셨습니다.

진리를 듣고 보아 혼자서 만족함은 즐거움이다. 생명을 해치지 않음도 즐거움이다. 애욕을 극복하여 세상사에 집착하지 않음도 즐거움이다. 그러나 나라는 교만심을 누를 줄 아는 이것이 최상의 즐거움이다.

붓다라는 말이 눈을 뜬 사람을 의미하는 것처럼 세상의 진리를 훤하게 알고 생노병사의 고뇌를 벗어버린 석가모니 부처님께서 조용히 그 기쁨을 즐기는 모습을 상상해 볼 수 있을 것입니다. 여기에서도 부처님께서는 교만한 마음을 누를 줄 아는 것이 최상의 즐거움이라고 스스로를 경계하고 계십니다.

그 누구도 몰랐던 최상의 진리를 깨치신 부처님께서도 이렇게 교만한 마음을 스스로 경계하고 계십니다. 아마 보통 사람들 같으면 좋아서 날뛰다가 미쳐버렸을지도 모르지요. 수행하는 사람

들이 가장 경계해야 할 것이 교만한 마음입니다. 부처님께서는 이런 것을 경계하시고자 교만한 마음을 누를 줄 아는 것이 최상의 즐거움이라고 말씀하셨는지도 모릅니다.

이렇게 또 7일을 삼매에 계시다가 다시 또 라자야타나 나무 아래로 가서 삼매에 잠겨 해탈의 즐거움을 누리고 계셨다고 합니다. 이때 타푸사와 발리카라는 두 상인이 그 곁을 지나다가 석가모니 부처님을 뵙고 보리죽과 꿀을 공양하고 부처님께 귀의했다고 합니다. 마하박가에서는 이들이 부처님께 보리죽과 꿀을 바치고 이렇게 사뢰었다고 되어 있습니다.

세존이시여, 세존과 세존의 가르침에 귀의 합니다. 세존께서는 저희들을 신자로 받아주십시오. 오늘부터 생명이 다할 때까지 귀의하겠습니다.

이렇게 해서 그 두 상인들은 부처님과 부처님의 가르침에 귀의한 최초의 신자가 되었지만 이때는 아직 승단이 만들어지기 전이었으므로 삼보에 귀의한 것은 아닙니다. 귀의라는 말은 몸과 마음을 바쳐 헌신하고 의지한다는 뜻입니다.

이렇게 라자야타나 나무 아래에서 7일 동안 해탈의 즐거움을 누리시던 부처님께서는 다시 니그로다 나무로 자리를 옮기셔서 삼매에 들었다고 합니다. 아마 끊임없이 솟구치는 지혜의 즐거움을 누리시면서 당신이 발견하신 연기의 법칙에 의지하여 일체의 존재와 현상이 모습을 드러낸다는 것을 재차 검토하고 계셨을지도 모릅니다. 〈끝〉

웰에이징(Wellaging)

법상 정사
수인사 주교

어느 시인은 '가고 싶은 길도 있고 가기 싫은 길도 있지만, 가서는 안 되는 길도 있지만, 내 뜻대로 안되는 게 인생의 길인 것을 이만큼 와서야 뼈저리게 느낀다.'고 한탄하기도 했다.

사실 사람이 사람답게 늙고, 사람답게 살고, 사람답게 죽는 것이란 그리 쉬운 일은 아닐 것이다. 그러나 어려운 일도 아주 멋지게 해나가는 사람들이 많다. 잘 준비하고 준비된 것에 최선을 다하여 열정을 쏟아 부었기 때문일 것이다. 과연 어떻게 늙고 죽어야 할까?

노년의 품격은 풍부한 경륜을 바탕으로 노숙함과 노련함을 갖추는 일이다. 노숙함과 노련함으로 무장하여 노익장을 과시하라! 산행과 명상, 클래식 음악과 독서와 같은 생활의 여유를 온몸으로 즐겨라.

최고의 노후는 우리가 무엇을 꿈꾸느냐에 달려 있다. 노년은 24시간 자유다. 태어나서 처음 맞이하는 나만의 자발적 시간이다. 여유작작하고, 여유만만한 여생의 시작을 위해 팡파르를 울

려야 할 때다. 웰에이징(Wellaging)을 위해 노년 특유의 열정을 가져야 한다. 노년의 열정은 경륜과 품격이 따른다. 노련함과 달관이 살아 숨 쉬는 풍요한 열정이다. 나이 들어갈수록 이러한 열정을 잃지 않도록 해야 한다.

세계 역사상 최대 업적의 35%는 60~70대에 의하여, 23%는 70~80대 노인에 의하여, 그리고 6%는 80대에 의하여 성취되었다고 한다. 결국 역사적 업적의 64%가 60세 이상의 노인들에 의하여 성취되었다. 소포클레스가 '크로노스의 에디푸스'를 쓴 것은 80세 때였고, 괴테가 '파우스트'를 완성한 것은 80이 넘어서였다. '다니엘 드포우'는 59세에 '로빈 슨 크루소'를 썼고, '칸트'는 57세에 '순수 이성 비판'을 발표하였으며, '미켈란젤로'는 로마의 성 베드로 대성전의 돔을 70세에 완성했다.

또 물질중심의 인간 관계를 갖는 사람은 나이 들수록 초라해지고, '일' 중심이나 '나' 중심의 인간관계를 갖는 사람도 역시 외로움에 휘말리게 된다. 그러나 '타인' 중심의 인간관계를 갖는 사람은 나이가 들어도 찾아오는 사람이 많고, 따르는 사람도 많다. 가장 바람직한 것은 타인 중심의 인간관계라 할 수 있고, 가장 풍요로운 인간관계를 갖는 것은 부처님의 진리와 함께 육바라밀을 실천하는 행복한 삶이다.

경전에서 찾은 지혜

추악한 말에 대한 경계

불교총지종 법장원

옛날 나운羅雲이 아직 도를 얻지 못하였을 때, 마음이 추악하고 말이 성실하지 못하고 믿음성이 적었다. 부처님께서 나운을 불러서 꾸짖었다.

"너는 현제정사賢提精舍에 가서 입을 조심하고 마음을 가다듬어서 경과 계율을 부지런히 닦아라."

나운은 가르침을 받들어 절을 올린 뒤 물러나와 현제정사에 기거하기 시작하였다. 그리하여 90일 동안 밤낮으로 쉬지않고 부지런히 수행하여 그간 자신의 행동에 부끄러움을 품게 되었고 참회하기에 이르렀다.

어느날 부처님께서 나운을 찾아가셨다. 그러자 나운은 환희하며 앞에 나아가 부처님께 예배하고 편히 앉으실 자리를 마련하여 드린 뒤에 용서하여 주시기를 간청했다.

부처님께서 자리에 앉으신 뒤 나운에게 말씀하셨다.

"대야에 물을 떠가지고 와서 내 발을 씻으라."

나운이 물을 떠와서 부처님의 발을 씻고 나니 부처님께서 다시 말씀하셨다.

"너는 대야에 발 씻은 물을 보았느냐, 못 보았느냐?"

"네! 보았습니다."

"그 물로 밥을 짓거나 양치를 할 수 있겠느냐?"

"다시 쓰지 못합니다. 이 물은 본래 깨끗했지만 지금 발을 씻어서 더러워졌기 때문에 다시 쓰지 못합니다."

"너도 이와 마찬가지다. 네가 비록 나의 아들이요 국왕의 손자로서 세간의 영화와 부귀를 버리고 사문이 되었으나, 뜻을 바로 잡고 입을 지킬 생각을 하지 않고, 삼독의 더러운 때가 가슴에 가득 찼으니 마치 이 물을 다시 쓸 수 없는 것과 같으니라."

그리고 나서 대야의 물을 버리게 하신 뒤 부처님께서는 다시 나운에게 물으셨다.

"이제 대야가 비었으니 거기에 음식을 담을 수 있겠느냐, 담을 수 없겠느냐?"

"담을 수 없습니다. 왜냐하면 이름이 대야이며 일찍 부정한 것을 담았기 때문입니다."

"너도 이와 같이 비록 사문이 되었으나, 말이 성실하지 못하고 몹시 고집이 세어 정진할 생각을 하지 않고 일찍부터 나쁜 이름을 얻었으니, 대야에 음식을 담지 못하는 것과 같은 것이다."

부처님이 발가락으로 대야를 굴려 밀치니 대야가 몇 바퀴 굴러 뒹굴다가 곧 멎었다. 부처님께서는 또 나운에게 말씀하셨다.

"너는 대야가 부서질까 겁이 나느냐, 나지 않느냐?"

"발 씻는 그릇은 값이 싸고 천한 물건이라 조금 아깝기는 해도 그다지 크게 아깝지는 않습니다."

"너도 이와 같이 사문이 되어서 몸과 입을 조심하지 못하고 추악한 말로 중상을 많이 하면, 모든 사람이 사랑하지 않고 지혜로운 사람은 아껴주지 않으며, 몸이 죽고 혼신이 떠나서 삼도三道에 윤회전전하여 나고 죽는 괴로움이 무량하더라도 모든 부처님과 성현들이 애석해하지 않을 것이니, 이 또한 네가 대야를 아까워하지 않는 것과 같으니라."

나운이 부처님의 가르침을 듣고 명심하여 정진하여 심성이 부드럽고 온화해졌으며, 땅과 같이 인욕하고 생각이 적정하여 마침내 나한도羅漢道를 얻었다.

『미란타왕문경 彌蘭陀王問經』불교총전 발췌

감정感情①_감정의 종류

임진수
명상지도자협회 명상전문지도자
메디테이션 봄 명상센터 대표

느낌은 어떤 상황에 대하여 신체적 혹은 정신적으로 깨달아 아는 것을 의미한다. 여기에서 신체적인 느낌은 감각이고 정신적인 느낌은 감정이다. 사전적인 의미로는 감정이란 사람이 오감이 아닌 다른 방식으로 느끼는 것이라고 정의한다.

기본적으로 감정은 원초적 감정과 사회적 감정으로 나눌 수 있다. 원초적 감정은 말 그대로 직관적인 감정을 의미한다. 있는 그대로 느끼는 감정, 기쁨, 분노, 슬픔, 즐거움, 공포 등을 의미한다. 이에 반해 사회적인 감정은 사회 구성원으로 느끼는 감정을

의미한다. 예를 들면 부끄러움과 같은 사회윤리에 기반하는 감정을 말한다. 하지만 감정은 인간만이 갖는 독특한 속성은 아니다.

동물들의 경우는 어떨까? 감정이 있긴 하지만 사람보다는 제한된 감정을 가진다. 동물들이 제한된 감정을 가지는 이유는 척박한 자연환경의 생존경쟁에서 살아남아야 하기 때문이다. 동료나 자식, 부모를 포식자에게 잃었을 때나 사고를 당했을 때 슬픔에 빠질 여유가 없다. 자신의 생존을 위해서, 또는 종種의 유지를 위해서 빠르게 감정에서 벗어나 살길을 찾아야 한다. 그래서 동물들은 원초적 감정과 사회적인 유대감에 기초한 감정은 존재하겠지만 사회적 윤리에 따른 사회적 감정을 가질 시간이 허용되지 않는다. 이렇게 동물들은 감각에 의해 만들어진 원초적 감정은 존재하지만, 사회적으로 만들어진 다양한 사회적 감정까지 가질 여유가 없다는 것이다. 감정이 인간만이 가진 고유의 속성은 아니지만, 다양한 감정은 인간이 가진 독특한 형질인 것이다.

또한 로봇이나 안드로이드에게 감정이 생길 수 있을까? 로봇은 육체적, 감정적 괴로움이 존재할 수가 없다. 느낌을 받을 수 있는 감각과 감정이 존재하지 않기 때문이다. 감각에 의한 고통이나 감정에 의한 괴로움이 존재할 수 없다. 아무리 인간과 똑같이 만들더라도 논리적인 사고는 할 수 있을지 몰라도 느낌이 존

재하지 않기 때문에 감정을 가질 수는 없다는 것이다. 미래가 되면 초과학으로 프로그램이 된 로봇이 감각을 흉내내어 감정과 유사한 모습을 보일 수는 있겠지만 다섯 가지 감각에서 비롯된, 또한 다섯 가지 욕망을 토대로 하는 감정을 가질 수는 없을 것이다. 물론 먼 미래엔 이런 것도 초월한 로봇이나 안드로이드가 나타날 수 있을 것이다. 하지만 그렇게 된다면 그것은 '생명이 깃든' 존재라고 할 수 있지 않을까?

이런 감정에 대하여 동양에서는 감정을 일곱 가지로 크게 분류했다.

기본적으로는 희로애락애오욕喜怒哀樂愛惡欲이라고 하고 불교에서는 희노우구애증욕喜怒憂懼愛憎欲이라고 하는데 마지막의 욕欲을 욕辱으로 바꿔서 희노우구애증욕喜怒憂懼愛憎辱으로 하는 것이 더 자연스러운 것 같다. 여기에서 욕欲은 바라는 마음, 즉 욕망欲望을 의미하기 때문에 감정의 하나로 다루기는 좀 무리가 있어 보인다. (더구나 이 내용은 욕망 편에서 다뤘기 때문에 여기에서는 넘어가기로 한다)

단지 욕망은 감정을 어떻게 수용하는지의 근거가 된다는 것을 알고 넘어가면 된다. 다시 말하면 감정을 수용하는 방식-좋음, 싫음, 좋지도 싫지도 않음의 영향을 끼치는 것이기 때문이다. 개인의 개별적인 욕망의 정도에 맞춰 감정을 받아들이는 방식이 달라진다는 뜻이다. 또한 여기에서 말하는 일곱 가지 감정은 7七이라는 숫자에 억지로 끼워놓은 듯하다. 동양에서는 어떠한 개념을 숫자에 끼워 맞추기 위해 나열하는 것을 좋아하는 경향이 있다. 사실 우리가 사용하는 감정을 표현한 형용사는 여기에서 설명하는 것 이외에도 꽤 많다.

그래서 여기에서는 대표적인 감정에 대해서만 정리하고 넘어가기로 한다.

1	희喜	기쁨	정신적인 욕구가 실현됐을 때 느끼는 감정
2	노怒	분노 성냄	자신의 욕구가 이뤄질 수 없을 때 느끼는 감정
3	애哀	슬픔	욕구의 좌절, 소유의 좌절, 관계의 상실에 의한 좌절에서 생기는 감정
4	락樂	즐거움	육체적인 행위로 욕구가 실현됐을 때 느끼는 감정
5	애愛	사랑	대상을 정신적 혹은 육체적으로 소유하고 싶은 감정
6	오惡 증憎	미움	대상을 정신적 혹은 육체적으로 소유하고 싶은 마음이 좌절됐을 때 느끼는 감정. 싫음과는 다르다. 싫음은 직관적이며 주관적이다.
7	우憂	우울 불안	과거의 실패한 욕구로 인한 좌절로 만들어지는 감정. 또는 이런 좌절감이 유지되는 상태
8	구懼	걱정 두려움	미래에 이루어질 욕구와 존재성에 대한 불확실에서 만들어지는 감정
9	욕辱	부끄러움	숨기고 싶은 감정이나 욕구를 들켰을 때 느끼는 감정. 혹은 자신만의 또는 사회적인, 도덕률을 어겼을 때 느끼는 사회적인 감정

이외에도 감정의 종류는 많이 있다. 하지만 대부분은 위에서 설명한 기본적인 감정에서 파생한 감정이다. 여기에 대해서는 심리학에서 분류하고 세분하여 잘 다루고 있다.

문화재 해설

백제 무령왕릉에서 출토된 받침 있는 은잔

위드다르마 편집실

1971년 우연한 계기로 발견된 백제 무령왕릉武寧王陵은 충청남도 공주시에 있습니다. 구운 벽돌을 켜켜이 쌓아 만든 이 벽돌무덤塼築墳은 백제 제25대 왕이었던 무령왕(재위 501~523) 부부의 안식처였습니다. 무덤 주인을 알려준 것은 바로 무덤 내부에 있던 묘지석이었습니다. 여기에 적힌 내용 덕분에 무령왕릉은 삼국시대 고분 가운데 유일하게 무덤 주인과 만든 시기를 알 수 있는 무덤이 되었습니다.

뚜껑

잔받침

받침 있는 은잔, 공주 무령왕릉 출토, 백제(529년 이전)
전체 높이 12.1㎝, 전체 너비 14.7㎝,
공주672(국립박물관, 채해정 큐리에이터 추천 소장품)

왕비의 관에 넣은 은잔

무령왕릉에서는 관꾸미개, 귀걸이, 목걸이, 팔찌, 허리띠, 신발, 청동거울, 다리미 등 다양한 금속공예품이 출토되었습니다.

출토품은 크게 왕과 왕비의 목관 안에 있던 것과 관 밖에 있던 것으로 나뉩니다. 관 안에 있던 유물은 다시 왕과 왕비가 몸에 착장하고 있던 착장품과 부장품으로 구분됩니다.

그 가운데 왕비의 관에 넣었던 받침 있는 은잔이 특히 눈길을 끕니다. 526년 11월에 사망한 왕비는 529년 2월 무령왕 곁에 묻혔습니다. 왕비의 머리 근처에서 발견된 이 은잔은 뚜껑과 받침까지 갖추고 있었습니다. 현재로서는 왕비가 평소 사용하던 것인지, 아니면 함께 묻기 위해 새로 만든 것인지 정확히 모르지만, 관에 넣을 만큼 의미가 큰 물건임을 짐작할 수 있습니다. 액체를 담는 용기로 추정되지만 정확히 무엇을 담았는지는 알 수 없습니다.

은잔을 장식한 무늬

은잔은 잔받침과 뚜껑이 한 벌을 이루기 때문에 장식 무늬의 구성에서도 서로 유기적으로 연결됩니다. 뚜껑 꼭지 아랫부분과 잔의 굽 주위에는 꽃잎이 8장인 연꽃무늬를 새겼습니다. 이 연꽃무늬는 마치 가운데에 펼쳐질 무늬의 테두리처럼 위와 아래에서 공간을 구획하고 있습니다.

잔에는 뿔 모양이 조금씩 다른 용 세 마리가 같은 방향으로 빙글빙글 돌고 있는 듯 표현했습니다. 뚜껑에는 네 군데에 자리잡은 삼산형三山形 산 사이로 서로 다른 종류의 새 두 마리, 뿔 달

린 사슴 등을 장식했습니다. 산과 그 주변으로는 나무와 꽃봉오리 등이 보입니다.

은잔의 제작지

잔받침이 있고 뚜껑에 꼭지가 달린 잔의 형식은 중국 남조南朝에서 그 원형을 찾을 수 있습니다. 그러나 중국의 사례는 잔의 형태, 뚜껑과 꼭지를 같이 주조鑄造하는 제작기법 등에서 무령왕릉 출토 은잔과 차이가 있습니다. 무령왕릉 출토 은잔은 잔을 주조하고 굽을 별도로 만든 다음 땜으로 서로 붙인 것입니다. 뚜껑, 꼭지, 연꽃무늬 금판도 각각 따로 만든 후 결합했습니다. 즉 뚜껑 구멍에 꼭지를 끼운 후 끝부분을 못의 머리처럼 만들어 빠지지 않도록 고정시키는 방법이었습니다. 마치 꼭지가 리벳처럼 사용된 것입니다. 이처럼 받침 있는 은잔은 중국 남조와 백제의 잔 제작 방식이 서로 달랐음을 보여줍니다.

처음에 무령왕릉 출토품을 연구한 학자들은 일부 특색 있는 유물들이 중국 남조의 양梁에서 제작되었다고 생각했습니다. 그러나 백제 지역에서 유물이 많이 출토되면서 관련 연구도 활발해졌고 무령왕릉 출토품 제작지에 대한 다양한 논의가 이루어졌습니다. 그 결과 이제 대부분의 학자는 백제에서 이 받침 있는 은잔을 만들었다고 추정합니다.

고전산책

분홍신을 신는 방법

한보금
2023 '한국고전종합DB' 활용 공모전
고전명구 부문 당선작

눈 뜬 소경이 길을 잃은 것은 다름이 아니라 색상色相이 뒤바뀌고 희비喜悲의 감정이 작용했기 때문입니다. 이것을 바로 망상하는 거지요.

此無他。色相顚倒。悲喜爲用。是爲妄想。
차무타。색상전도。비희위용。시위망상。
- 박지원(朴趾源, 1737~1805) 『연암집燕巖集』 권5 「묵소명默所銘」

가야 할 곳을 알지 못하고 도착한 곳도 올바른지 판단할 수 없을 땐 아이유의 분홍신을 종종 듣곤 했다. 노래 가사대로 열두 개로 갈린 골목길에서 눈을 감고 걸어도 맞는 길을 고르는 방법을 끊임없이 생각했고, 좋은 구두를 신으면 더 좋은 곳으로 간다고 하여 신고 있는 신발을 바꾸기도 했다.

하지만 여러 갈림길이 나올 때마다 눈을 감아버릴 용기가 없었고 신발을 아무리 바꾼다고 해도 분홍신이 되진 못했다. 내 눈과 감정을 어지럽히는 것들이 작용하면 그대로 휩쓸려 버리기 때문이다.

이런 상황이 반복되자 결국엔 눈을 감고 길을 찾을 수 있는 것은 동화 같은 노래 가사 속 이야기일 뿐이라는 생각이 들었다. 휩쓸리는 나 자신을 방치하게 되었고, 설령 잘못된 종착점일지라도 일단 도착만 하면 된다는 결론에 이르렀으니 나는 여전히 눈먼 사람이었고 길을 잃어버려 울고 있는 장님이었다.

오랫동안 잘못된 길을 가던 나에게 방향을 제시해 준 것은 연암이 창애에게 보낸 편지인 「답창애答蒼厓」 두 번째 편이다. 연암은 화담이 소경과 대화한 이야기를 통해 본분으로 돌아가 분수를 지키는 방법을 알려주었다.

20년 동안 소경으로 살았던 사람이 갑자기 눈이 보이게 되었지만, 눈을 가득 채우는 색과 기쁨으로 인해 집으로 돌아가는 길을 잃어 울고 있었다. 그때 화담은 '네 눈을 도로 감아라.'라고 말한다. 이를 통해 연암은 눈 뜬 소경이 길을 잃은 이유가 망상 때문이라고 하며 눈을 감고 발길 가는 대로 걸어가는 것이 분수를 지키는 전체詮諦이며 집으로 돌아갈 수 있는 증인證印임을 밝혔다.

나를 어지럽히는 것의 정체는 모두 망상이었다. 보잘것없는 망령된 생각임을 알게 되자 모든 것을 무시하고 눈을 감을 수 있었으며, 내 안의 진실된 소리에 귀 기울이게 되었다. 혹 내가 잘못된 길을 선택해도 자신을 잃지 않고 새로운 방향으로 나아갈 수 있게 된 것이다.

「답창애」로 얻은 깨달음은 감히 입 밖으로 낼 수 없었다. 말로 표현하는 순간 희비의 감정으로 인해 의미가 변질될 것 같았기 때문이다. 하지만 오래 고민한 끝에 연암의 가르침이 나처럼 길을 잃은 자들에게 길잡이와 등불이 되어 줄 것임을 느꼈다.

지금 이 현실을 살아가는 사람 중 그 누가 자신을 잃지 않은 채 올곧게 나아갈 수 있겠는가. 어떻게 마모되지 않은 정신으로 항상 정답만을 찾을 수 있겠는가.

그런 사람들에게 해줄 수 있는 말은 '망상에 좌우되지 말고 너의 눈을 감아라.'이다. 눈을 가리는 온갖 색과 감정들이 망상임을 깨닫고 자신에게 집중하게 되는 순간 길은 나타날 것이다.

청명 淸明

위드다르마 편집실

요즘은 미세먼지와 황사로 푸른 하늘을 보기가 힘들지만 4월 5일은 하늘이 차츰 맑아진다는 의미를 가진 '청명'이다. 음력 3월에 드는 24절기 중 다섯 번째 절기인 청명은 춘분과 곡우 사이에 들어있는 절기이다. 청명은 말 그대로 날씨가 굉장히 좋은 날을 뜻하며, 고기잡이나 농사일 등 생업을 잇는 활동을 하기에도 좋은 절기이다. 농사력으로는 청명 무렵에 논밭의 흙을 고르는 가래질을 시작하는데, 이것은 특히 논농사의 준비 작업이 된다.

대부분의 농가는 청명을 기점으로 봄일을 시작했고, 청명을 '길일'로 여겨 이 날의 날씨를 기준으로 한 해를 점치기도 했다. 오죽하면 '청명에는 부지깽이를 꽂아도 싹이 난다'는 속담이 있을 정도다. 청명점이라 하여 보통 '한식이나 청명에 날씨가 좋으면 그 해의 농사는 풍년이고 날씨가 좋지 않으면 흉년이 든다'고 점을 치기도 하였다.

한편 바닷가에서는 청명과 한식에 날이 좋으면 어종이 늘고 어획량이 증가한다고 하여 날씨가 좋기를 기대했으며, 바람이 많이 불거나 날씨가 좋지 않으면 물고기가 많이 잡히지 않아 좋지 않다고 여기기도 했다.

청명에 나무를 심곤 했는데, 이때 나무는 '내 나무'라고 해서 아이들이 혼인할 때 농을 만들어주기 위한 재목으로 심었다고 한다.

청명에 우리나라에서는 진달래 화전이나 쑥 버무리, 쑥 떡 등을 만들어서 먹었다.

또한 도미와 조기 등 흰살 생선이 살이 오르는 제철이라 흰살 생선을 밥상에 올려 먹거나 찹쌀로 빚어낸 청명주를 만들어 먹기도 했다. 특히, 쑥은 의사처럼 효능이 많다고 해서 의초라고도 불리며 봄이 되면 가장 먼저 싹을 틔운다.

항노화의 대표적 성분인 비타민 A와 C가 풍부해 면역력을 높여주고 베타카로틴이 일반 봄나물보다 많게는 10배까지 더 많이 함유되어 혈액순환을 원활하게 해준다. 쑥의 푸른 엽록소와 가지의 보라 영양소 안토시아닌이 함께 더해져서 나쁜 것들을 걷어내고 봄의 기운을 몸에 넣어준다

산책

복사꽃 피기까지는

오대혁
동국대학교 고전문학 전공
시인, 문화비평가
논문 및 저서 〈원효설화와 미학〉
〈금오신화와 한국소설의 기원〉
공동 시집〈시의 끈을 풀다〉

말이 없는 세상은 평화롭고 한겨울 복숭아나무가 스쳐 지납니다

밀양역을 떠난 무궁화호가 진양조로 청도를 지나며
새까만 겨울들과 만나 처음엔 고요한 노인인가 했습니다

말이 끊어진 세상 감나무 할밴가 하다가 배나무 할맨가 하다가
복숭아나무란 걸 봄날 새마을호를 타고 복사꽃 반짝일 때에야
메마른 화선지에 붉은 꽃송이 점점이 찍히고서야
부끄럼 많은 미소인 걸 알았습니다

말이 없는 세상은 더 애잔하고 아름다운 복숭아나무인가 봅니다

살다보면

감히 한 말씀 드리자면…

이옥경
수필가 · 방송작가

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

4월 10일 국민의 대표 300명을 뽑는 제22대 국회의원 선거와 함께 구·시·군의 장 2명, 시·도의회 의원 17명, 구·시·군의회 의원 26명을 뽑는 2024년 상반기 재·보궐선거가 치러진다. 앞다투어 민생을 외치고 머슴 노릇을 약속한 이들이 넘치니 민초들의 행복은 그야말로 따 놓은 당상일 것도 같지만 오랜 세월, 그 밥에 그 나물인 밥상을 받아온 민초들에게는 어쩐지 먼 나라 남의 얘기 같기만 하다. 모모 한 곳에 들어갈 때와 나올 때가 다르더라는 옛말을 증명이라도 하듯, 희망찬 미래에 대한 기대보다는 뽑아놓고 보니 다 그렇고 그렇더라는 타성의 무게로 와닿기 때문이다. 저마다 발등을 살펴보시라. 정도의 차이는 있을지언정 믿는 도끼에 찍힌 크고, 작은 상처 자국이 그 얼마인가. 아직 아물지 않은 상처가 없으라는 법도 없다.

대통령을 뽑는 대선이든 국회의원을 뽑는 총선이든, 국민이 존중(?) 받고 존경(!) 받는 기간은 예비후보자 등록 시점부터 공식 선거운동이 끝나는 선거 전날에 이르는 두어 달쯤이다. 예나 지금이나 선거운동이 펼쳐지는 동안 우리는 평소 만나기조차 어려웠던 '높으신 분'들로부터 뜨거운 구애를 받는다. 후보자들은 하나같이 겸손하고 친절하다. 환한 미소로 고개를 숙이고 악수를 청한다. 열심히 일하고 잘 받들어 모시겠노라 입을 모으고 머리를 조아리며 한 표를 부탁한다. 눈부신 청사진도 펼쳐 보인다. 무슨 요술봉이라도 가진 것처럼 하루아침에 뚝딱 너른 길을 뚫고, 기업을 유치하고, 일자리도 펑펑, 서민들의 얄팍한 주머니도 두둑하게 만들겠단다. 말로 떡을 하면 조선 팔도가 먹고도 남는다는 속담이 울고 갈 일이다.

문제는 이렇게 겸손하게 몸을 낮췄던 이들의 대부분이 선거가 끝나면 콧대가 한없이 높아지고, 민초들의 삶을 살피는 일보다 당리당략에 매몰된 정치꾼으로 변한다는 데 있다. 국회의원이라는 신분은 국민이 부여한 것인 만큼 국가와 국민을 보호해야 하고, 정치적 · 법적으로 그 지위와 특권을 남용해서는 안 된다는 여러 가지 의무가 주어진다. 헌법상의 의무는 청렴의무 · 국익 우선 의무 · 지위 남용 금지 의무 · 겸직 금지 의무가, 국회법상 의무는 품위 유지 의무 · 국회의 본회의와 위원회 출석 의무 · 의사에 관한 법령/규칙 준수 의무가 있다. 이런 의무를 이행하지 않을 때는 징계의 대상이 된다는 규정도 있다. 그런데 과연 이런 의무를 제대로 지키고 있는 국회의원이 얼마나 되는지, 의무를 다하지 않은 국회의원에 대해 엄혹한 징계가 내려진 적이 있기나 한지, 규정이나 규칙은 있으되 유명무실한 종이호

랑이에 불과한 것은 아닌지, 정말 궁금할 뿐이다.

국회의원에게는 불체포 특권과 면책특권 등 200여 개의 특권과 1억 5천여만 원의 세비歲費 외에도 불합리할 정도로 많은 지원과 편익이 주어진다. 국민을 대표하는 국회의원으로서 사사로운 이해나 편견에 휘둘리는 일 없이 자유롭게, 독립적으로 맡은 바 직책에 최선을 다하라는 의미일 것이다. 하지만 직업별 신뢰도 최하위, 국민들이 혐오하는 직업군 중 하나가 국회의원이라는 조사 결과는 어디에서 비롯됐을까. 국민들의 삶을 외면한 채 정쟁을 일삼는 동안 법치주의의 근간이 흔들리고 민주주의가 퇴보를 거듭하고 있다는 것을 왜 그들만 모르는 것일까. 피해를 국민에게 떠안기고, 국민을 위해서라는 사탕발림을 내세우면서 엄청난 특권과 특혜를 누리는 것이 가당키나 한 일인가.

선거가 끝나고 나면 이런저런 뒷말이 많기 마련이다. 여론조사에서 당선권을 훌쩍 웃돌았던 누구는 의기양양 거드름을 피우다가 표를 깎아 먹었고, 사돈의 팔촌에 학연 지연까지 총동원했던 누구는 설레발을 치다가 믿는 도끼에 발등을 찍혔고, 또 누구는 공약 대신에 여느 후보들에 대한 중상모략에 열을 올리다가 시원하게 똑떨어지고 말았다던가. 그런가 하면 열 사람이 모이면 열 사람이 모이는 곳에, 스무 사람이 모이면 스무 사람이 모이는 곳에, 그곳이 어디든 밤낮, 사람 가리지 않고 찾아가

고개 숙인 후보자나, 떨어질 확률이 훨씬 높은 것을 알면서도 소신 있게, 끝까지 최선을 다한 후보자의 이야기가 뭉클한 울림을 주기도 한다.

참패한 정당이나 압승을 거둔 정당이 쏟아내는 자성自省과 자축의 목소리도 봇물을 이룬다. 얼마나 갈지, 또 얼마나 진실한 약

속인지는 모르겠으나 선거에 진 측에서는 대오각성 분골쇄신하겠노라 국민 앞에 머리를 조아릴 것이고, 이긴 측에서는 승리에 자만하지 않겠다, 국민의 뜻을 무겁게 받들겠다, 개혁과 혁신을 통해 경제와 민생을 살리겠노라는 공언을 내놓을 테지만, 그동안 수많은 공약空約에 멍든 국민들에게 뜬구름 잡는 일 같기만 하다.

거리 곳곳에는 당선 인사 현수막이 나붙을 것이다. 승리에 감사하는 당선인들의 다짐을 보면서 그들이 만들어나갈 4년간의 여정에 대한 설렘이나 기대보다도, 잘해서 받은 표도 있겠지만 상대가 못해서 어부지리로 얻은 표도 있지 않겠느냐고 콕 찔러주고 싶어지는 이 마음은 또 뭔지 모르겠다.

그럼에도 불구하고, 그래도 또 믿어보는 것이 민초들이다. 당선자들이 한 표를 호소했던 초심 그대로 자신을 낮추어 민심을 받들고, 국가 발전과 국민들의 행복을 위해 디딤돌이 되고 섬돌이 되어 달라는 바람을 갖게 되는 것이다. 부디 갑이 아닌 을이 되어 주기를 바랄 뿐이다. 따뜻한 교감을 나눌 수 있도록 마음의 문을 활짝 열어 주기를. 다양한 의견을 경청하고 수렴해 최대한의 공통분모를 찾아내 주기를. 민초들의 열망을 동력 삼아 머리는 차갑게, 가슴은 뜨겁게, 많이 보고, 크게 듣고, 부지런히 뛰어 주기를. '자신이 잘나서'가 아니라 '국민들이 선택했기 때문'에 그 자리에 올랐다는 사실을 부디 잊지 말아 주기를.

변화의 새 바람은 당선자의 도덕성과 준법정신, 리더십과 포용력에서 시작된다. 선거기간 불거졌던 갈등과 반목을 풀기 위한 화해와 포용도 필요하지만, 선거공신의 전횡專橫에 대한 냉엄한 경계도 필요하다. '정말 좋은 사람'이 아니라 '가장 덜 나쁜 사람'에게 한 표를 던졌을지도 모를 대다수의 민초들을 대신해 당선자들에게 축하의 꽃다발 대신 푸르게 날 선 칼 하나씩을 드리고 싶다. 설령 자신의 손을 베는 한이 있더라도 학연 · 지연 · 혈연, 그리고 가당치도 않은 논공행상과 타성에 젖은 불법 · 부당의 고리까지도 뎅겅 잘라내 주시기를.

일체유심조一切唯心造, 모든 것은 마음먹기에 달렸다. 놀고 있는 사람들 속에서 혼자 부지런히 일하고, 자고 있는 사람들 속에서 혼자 자지 않는 사람이 되라는 『법구경』의 말씀을, 무엇에도 사로잡히지 않는 마음으로 모든 일에 임하라는 『금강경』의 말씀을 마음에 새긴다면 누구든 생각한 대로의 사람이 될 수 있을 것이다. 숲도 보고 나무도 보는 밝은 눈으로 공명정대하게 책임과 소명을 다하는 공복公僕을, 들어갈 때와 나올 때가 변함없이 한 결 같은 진정한 일꾼을 이번에는 꼭 만나보고 싶다.

유령의 집

지장 스님
청주 용화사 연수원장

몇 년 전쯤 강원도의 한 폐광촌을 지나다 근대생활사 박물관 한 곳을 들렀습니다. 박물관이라기보다는 탄광이 한창이던 시절 마을 사람들의 생활 모습을 모형으로 꾸며놓은 곳입니다. 어떤 곳은 그 당시 사람들이 살던 방과 마루를 재현해 놓았는데 어렸을 적 제가 살았던 방과 구조나 생김새가 너무나 비슷했습니다. '우리가 살던 방이 왜 여기 있지?'라고 생각할 정도였습니다.

폐장 시간이 거의 다 돼서 들어갔기 때문에 과거의 추억 속에 오래 머무를 여유가 없었습니다. 관람객은 당연히 저 혼자였습니다. 약간 어두컴컴하면서도 좀 음산한 분위기가 더 보고 싶어 하는 마음을 약하게 했습니다. 그곳은 특이하게도 사람이 가까이 오면 마네킹이 움직이면서 말을 합니다. 혼자 아무 생각 없이 가고 있는데 갑자기 시커면 광부 아저씨 마네킹이 눈을 뜨면서, 적은 소리도 아니고 큰 소리로 말을 걸어옵니다.

"어이 김 씨, 밥 먹었나?" 아! 이건 박물관이 아니라 유령의 집 수준입니다. 아마도 현실감을 더 높이려 그렇게 만들어 놓은 것 같네요. 순간 놀라 거의 기절할 뻔했습니다. 어두운 밤에도 산

속에서 혼자 잘 다니는 편인데 과거 추억들에 정신 놓고 있다가 아무 예고 없이 큰 소리가 들려 더 놀란 것 같습니다.

놀이 공원에 있는 유령의 집은 워낙 티가 많이 나서 속으로 그냥 웃음만 나옵니다. 그런데 그런 곳도 무서워하는 사람들이 많습니다. 알고 보면 그냥 꾸며진 것이고 실제 나를 무섭게 할 것이 없지만 우리 자신이 스스로를 더 무섭게 만듭니다. 같은 상황이지만 만약 사람들이 많았다면 별로 놀라지 않았을 겁니다. 귀신도 마찬가지입니다. 산속을 혼자 가면 간혹 옆에 숨어 있다가 도망치는 동물들 때문에 놀라긴 합니다. 그래도 귀신이 나온다는 생각은 잘 안 듭니다. 만약 나온다면 말이라도 걸어 볼 텐데. 하지만 누군가는 혼자 산길을 가라고 하면 죽어도 못 간다

고 발버둥 칩니다.

유령의 집은 사실 우리 마음속에 있습니다. 잠시도 쉬지 않고 계속해서 수많은 생각과 감정들이 올라옵니다. 유령의 집에서 관람객들을 홀리고 놀래켜주려고 나타나는 가짜 유령이나 괴물들이 온갖 생각과 감정으로 변했을 뿐입니다. 더 복잡하고 강력합니다. 무서움뿐만 아니라 사랑, 미움, 슬픔, 걱정, 희망, 평온, 기쁨, 본능적인 욕구, 잡념 등 아주 다양한 모습으로 나타나지요.

개그프로그램을 보면서 우리는 웃습니다. 그러나 다 웃는 것은 아닙니다. 누군가에게는 엄청 웃긴데 또 누군가에게는 별로입니다. 다른 상황에 대해서도 우리는 해당하는 반응을 일으킵니다. 반응의 강도가 다 다르고요. 몰랐을 때는 당연히 그런 것이라 알았는데 알고 보니 다 유령의 집과 같았습니다. 주관적인 상호작용이라 할까요.

오늘도 저는 유령에 홀리지 않는 연습을 하고 있습니다. 호흡이나 현재 마음상태를 의식하면서 좀 더 깨어 있으려 노력하지요. 깨어있는 힘과 유령임을 알아차리는 지혜를 키워가고 있습니다. 다행스럽게 정신을 차리는 것만으로도 출몰하는 유령들이 훨씬 줄어듭니다. 또 유령들에 덜 홀릴수록 그만큼 주체적으로 살게 됩니다.

점점 그동안 알아차리지 못했던 더 새로운 유령들도 만나고 있습니다. 유령인지도 몰랐던 것들이지요. 유령들은 공포와 불안으로 다가오지 않습니다.

표면적으로는 즐거움과 기쁨, 행복, 더 나아가서는 지혜의 모습으로 다가옵니다. 그래서 알아차리기가 아주 어렵습니다. 노력할수록 아직 더 강력한 유령들이 많이 남아 있음을 압니다. 저의 믿음과 습관, 지식을 뿌리로 해서 스스로 만들고 있는 것들입니다.

어쩌면 그 유령 자체가 저의 정체성일 수도 있습니다. 그렇게 생각해보니 사람들은 유령과 자신을 철저히 동일시하며 살고 있네요. 결국 세상 전체가 유령의 집이 돼 버렸습니다. 그냥 유령인지 모르면서 유령으로 사는 것이 속 편해 보입니다. 아니면 유령의 집이라 알고 오히려 즐길 수도 있구요. 이 또한 용기와 힘, 인내, 지혜가 필요합니다.

매일 조금씩 그 힘을 키워봅니다. 그래도 유령에 홀려 사는 것보다는 훨씬 덜 괴롭기 때문입니다.

마지막 공부

매향, 분향

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

매화가 활짝 피었다. 온화했던 겨울 덕분에 여느 해보다 일찍 만개하였다. 첫봄의 매향은 겨우내 고여 있던 칙칙한 기운을 단번에 정화한다. 향기에 취하는 순간, 맞은편에서 바람이 불어온다. 크흐아! 진하디 진한 분향焚香! 순간 코를 틀어쥐고 싶다. 맞은편 밭에 퇴비가 듬뿍 뿌려져 있는 것이다.

매향에 도취되었다가 얼굴이 찌그러진다. 매향은 좋고 아름답지만 돼지 배설물은 구리고 더럽다고 이 뇌가, 이 코가 그렇게 생각하고 그렇게 느끼는 것이다. 그러나 그 밭의 주인은 어떻게 생각할까. 도시에 살다가 호사 삼아 산골에 내려와서 매화를 잔뜩 심었다. 그것도 매실 추수보다는 꽃 감상, 향기 감상을 우선하면서 농사에 필요한 퇴비 냄새를 타박한다? 우리 집 매향이 그에게는 오히려 어떤 비웃음을 일으킬지 모른다. 나의 좋고 나쁨은 그의 좋고 나쁨과 일치하지 않는다. 오히려 반대다.

스승이 말씀하신다. "주관성으로 선과 악을 보지 말고 주관성이라는 필터를 빼고 그것을 보아라. 그것은 무기無己요, 초월자요, 신성神聖이다. 고통도 우주의 한 질서다." 매화는 꿀벌들을 끌어들

이기 위해 꽃과 향기를 만들 뿐이고 돼지들은 먹었으니 배설할 뿐이다. 그런데 사람의 코에는 매화꽃 냄새가 좋게 느껴지고 배설물 냄새는 좋지 않게 느껴진다. 그것뿐이다. 그런데 우주의 생성물에 대해 사람의 주관적 잣대로 좋다 나쁘다 하고 딱 진리처럼 정해버린다. 그것은 사람의 좁디좁은 주관성을 잣대로 삼아

하느님이 만든 우주를 평가하는 것이니 정말 악마가 있다면 그런 행태야말로 악마의 짓이라 할 것이다.

하느님이 천지를 창조하였다. 푸른 허공을 만들고 그것을 '하늘'이라 이름하였다. 모래알만 한 것에서 싹이 터서 무성하게 자라고 꽃을 피우는 것들을 만들고 '나무'라고 하였다. 숲에서 노는 것들이 먹고 배설하는 물렁물렁한 것은 '똥'이라고 이름하였다. 배설이 원활하지 못해 배가 아프면 그것을 '복통'이라고 하였다. 그렇게 만물을 짓고 이름 붙이고는 당신이 사랑하는 아담과 이브에게 딱 한 가지를 당부하였다. "선악과善惡果는 절대 따먹지 말라." 당신은 필요에 따라 이름을 붙였을 뿐이다. 똥도 하늘과 똑같은 당신의 창조물이다. 그러니 네 멋대로 좋다 나쁘다 하지 말라는 말씀이었다. 그런데 그 둘은 선악과를 따먹고 즉시 자신들의 벌거벗은 몸을 '부끄러운 것'으로 정해버렸다. 그 판단분별 이후 인간세에 얼마나 어리석음과 탐욕과 미움이 넘치고 있는가.

선도 악도 생각하지 않을 때, 너의 본래 면목은 무엇인가. 육조 혜능 스님은 그렇게 묻는다. 예로부터 눈 밝은 분들은 모두 옹색한 주관에 벗어나 전체를 보라고 말한다. 우주의 본래를 보라고 말한다. 매화가 만개하고 감나무밭에서 퇴비가 익어간다. 풍성한 봄날의 천국이 고스란히 드러나고 있다.

동행

존재의 소중함, 어느 노스님의 가르침

탁상달
시인, 문학평론가
전 동해중학교 교장

오랜 옛날 어느 산골짜기에 가난하고 궁핍하기 이를 데 없는 한 가정에 어린아이가 태어났다. 이 아이는 자라면서 먹을 것이 없고 굶주림에 지치다 보니 아이는 배가 고파 온 종일 우는 게 일과였다. 아이의 부모는 밤낮으로 우는 아이를 달리 달랠 방법이 없어서 그냥 늘 회초리로 울음을 멈추게 하곤 했다. 그러다 보니 이 아이는 하루에도 몇 번씩이나 회초리를 맞았다.

이날도 평소와 다름없이 배가 고파서 울고 있는 아이에게 부모는 회초리로 아이의 울음소리를 멈추게 하고 있었다. 때마침 집 앞을 지나던 한 노스님이 이 모습을 물끄러미 바라보다가 집으로 천천히 들어와서 매 맞는 아이에게 넙죽 큰절을 올렸다. 이 모습에 놀란 아이의 부모는 스님에게 그 연유를 물었다.

"스님, 어찌하여 하찮은 이 어린 아이에게 큰절을 하시는 것인지요?"

"예, 부모님께서 저의 행동을 보고 매우 이상하게 느껴지셨나 봅니다. 이 아이는 나중에 자라서 정승이 되실 분이기 때문입니다. 그러니 곱고 귀하게 잘 키우셔야 합니다." 이렇게 말

씀을 전하고는 이 노스님은 홀연히 자리를 떠나갔다.

이 일이 있는 이후로 아이의 부모는 아이가 울어서 아무리 집안을 시끄럽게 하여도 회초리를 들지 않고 정성을 들여 이 아이를 훌륭하게 잘 키웠다. 훗날 그 아이는 자라서 어른이 된 후 정말로 백성들로부터 존경받는 훌륭한 영의정이 되었다. 아이의 부모는 늘 그 스님의 높은 안목에 감탄하며 가슴에 담아두고 있었는데, 그러던 어느 날 부모는 감사 인사도 드릴 겸 노스님을 수소문하여 찾아가게 되었다.

"스님께서는 어찌 그리도 미래를 보시는 혜안이 넓고 높으며 깊으신지요? 스님 외에는 세상 어느 누구도 우리 아이가 정승이 되리라고 말하는 사람이 없었습니다." 라고 말을 하자 노스님은 빙그레 미소를 지으시며 이렇게 대답했다.

"아닙니다. 이 돌중이 어찌 미래를 볼 수 있겠습니까? 하지만 세상의 이치라는 것은 모두 다 하나입니다. 세상의 모든 사물을 귀하고 소중하게 여기고 이를 보면 한없이 귀하고 소중한 존재가 되지만, 아무리 귀한 존재라 하더라도 하찮게 여기면 아무짝에도 쓸모없는 볼품없는 존재가 되고 마는 법입니다."

이와 같이 우리도 세상을 모르는 어린아이를 소중하고 귀하

며 정승같이 정성을 들여 키우게 되면 이 아이는 정승이 되지만, 하찮은 존재로 생각해서 머슴처럼 키우게 된다면 이 아이는 어떻게 될까? 이것이야말로 세상을 살아가는 이치이니, 세상을 잘 살고 못사는 것은 바로 우리들 각자의 마음가짐에 있는 것이라고 할 수 있다.

세상에 어느 것 하나도 귀하지 않은 존재가 없으며 또한 귀하지 않은 사람도 없다. 이 땅의 풀 한 포기, 나무 한 그루, 사람 한 명도 귀하고 소중하게 대해주어야 한다. 깊은 학문을 섭렵하고 높은 인품을 갖추어야만 존경과 사랑을 받는 것이 아니라 작은 것 하나도 나누고 베풀 줄 알고, 이웃들을 공존과 공생의 대상으로 여기며, 봉사를 삶으로 사는 모든 분들이 신뢰와 존경을 받는 따뜻한 세상을 그려본다.

화합 속에 기회가 있다

방귀희
사)한국장애예술인협회 대표
숭실사이버대학교 방송문예창작학과 교수
『E美지』& 『솟대평론』 발행인
저서 〈불교의 복지사상〉, 〈배제와 포용〉,
〈싱싱한 메시지를 팝니다〉 등

요즘처럼 전세계가 시끄러웠던 적이 없었던 듯 하다. 자기 편이 아니면 독기를 품고 독설을 퍼붓는다. 심지어 자기 편끼리도 쌈질을 하여 폭망하는 것을 우리 모두 경험하였다. 한 마음으로 힘을 모아야 살아날 수 있다.

그래서 부처님께서는 화합을 강조하셨다. 부처님이 고삼비에 계실 때 어떤 비구가 계율을 깼으니 처벌을 해야 한다며 한 비구가 주장하자 그 비구는 자기는 계율을 어긴 적이 없다고 주장하면서 다툼이 일어났다. 시간이 지나자 그것은 두 사람의 다툼이 아니라 비구들이 두갈래 갈라져서 서로 비방하고 헐뜯으며 더 큰 싸움이 벌어졌다.

이 소식을 전해 들은 부처님은 '이 어리석은 자들이 마침내 교단의 화합을 깨뜨리는구나'라며 몹시 안타까워하셨다. 부처님이 계율을 만드신 것은 교단 커지면서 발생할 수 있는 시비를 공정하게 해결하기 위해서인데 계율을 자기 뜻대로 해석하면서 자기가 옳다고 싸우는 모습을 보고 부처님은 한탄을 하셨다. 처벌을 요구하는 비구측을 향해 부처님은 이렇게 말씀하셨다.

"동료 비구의 허물을 눈 앞의 것만을 가지고 판단해서 그를 쫓아내서는 안된다. 비구를 쫓아내야 한다고 생각하는 것은 잘못이다"

이번에는 쫓겨난 비구 쪽에 가서 말씀하셨다.

"죄를 범하고 있으면서도 뉘우치지 않고 나는 죄가 없으니 참회할 필요가 없다고 생각해서는 안된다. 설사 허물이 없다 할지라도 자기 한 사람으로 교단에 불화가 생기고 싸움이 일어난다면 대중의 화합이 깨뜨려질 것을 두려워하고 대중의 뜻에 따르는 것이 옳다"

부처님은 양측 비구들을 한자리에 불러서 여섯가지 화합의 가르침을 주셨다. 첫째 같은 계율을 같이 지켜라. 둘째, 의견을 같이 맞춰라. 셋째, 받은 것은 똑같이 수용하라. 넷째, 같이 모여 살아라. 다섯째, 항상 서로 자비롭게 말하라. 여섯째, 남의 뜻을 존중하라. 이 내용은 『사분율四分律』에 나온다.

어느 조직이나 사람이 사는 곳에는 서로 다른 의견이 있을 수 있다. 생각이 다른 것을 탓할 수는 없다. 그 다름을 지혜롭게 운영하기 위해 크게는 법이 있는 것이고, 작게는 각 조직마다 운

영규칙을 마련한 것이다. 생각이 다른 사람의 주장을 규칙 위반으로 규정하고 조직에서 내쫓으려고 하는 행위를 오늘의 우리들도 하고 있다. 자기와 다른 생각을 가진 사람을 제거하면 모든 것이 다 해결될 것 같지만 그것이 더 큰 위험 요인이 된다. 쫓겨난 사람은 적이 되기 때문이다. 내부자가 외부자가 되면 더 무섭게 공격을 한다. 그래서 부처님은 쫓아낸다는 생각조차도 하지 말라고 하신 것이다. 그리고 억울한 누명을 썼다해도 자기로 인해 불화가 생기고 싸움이 벌어졌다면 그 뜻을 수용하고 사과를 하는 것이 옳다고 하였다.

이런 상황은 발생하지 않도록 예방을 하는 것이 가장 바람직하기에 설법하신 여섯가지 화합의 방법을 오늘의 시각으로 이렇게 정리를 해본다.

같은 규정을 사람에 따라 다르게 적용을 하면 그 규정을 지키지 않으니 규정은 똑같이 적용되어야 한다. 서로 다른 의견을 감정이 섞이지 않은 말로 토론을 통해 하나의 의견으로 도출해 내는 노력을 해야 한다. 토론을 할 때 중요한 것은 다른 사람의 의견을 존중해야 한다는 것이다. 이것은 우리도 이미 잘 알고 있지만 실천을 하지 못하고 있다. 알면서도 하지 않는 것은 불행이다.

우리 나라 더 나아가 우리 인류가 살 길은 화합이다. 서로 찢어져서 상대를 제거하려고 애쓴다면 모두가 무너진다. 화합을 통해 새로운 기회를 만들어야 우리는 살 수 있다. 이제 제발 독설을 멈추고 우리가 함께 살아날 수 있는 방법을 찾아야 한다. 부처님께서 말씀하신 화합의 가르침을 실천하면 아름다운 결실이 맺어질 것이다.

자비慈悲의 연금술

하현주
동국대학교 선학 전공
서울대학교 심리학 박사
한국상담심리학회 공인 상담심리사

스티븐 포지스(Steven Porges)에 따르면, 우리를 둘러싼 외부 환경이 안전하다고 지각될 때와, 자신의 신체 내부 상태가 안정적일 때, 우리 몸의 미주신경계가 작동되어 공격성을 억제하고 이타적 태도를 나타낼 수 있다고 한다. 즉, 우리를 둘러싼 외부 세계가 안전하고, 심신의 내부 상태가 안정적인 것이 한 개인이 얼마나 자비로워질 수 있는가를 좌우하는 중요한 요인이 된다는 것이다.

애브라함 매슬로우(Abraham Maslow)도 인간은 안전과 생존의 욕구가 충족된 후에 소속, 사랑, 존중, 자기실현이라는 상위욕구로 나아갈 수 있다고 보았다. 따라서 타인에게 잔인하거나 자신만 생각하는 이기적인 개인들, 흉악한 범죄를 저지르는 사람들은 자신의 생존이 위협받고 있다고 지각하는 단계에 머물러 있는 것이며, 하루하루를 공포 속에서 살아가는 존재라 볼 수 있다.

희대의 탈주범 신창원은 어머니의 죽음 이후, 계모 아래서 궁핍하고 괴로운 생활을 이어갔다. 그는 초등학교 5학년 때 학급비를 가져오지 못한 자신에게 "빨리 꺼져"라는 선생님의 막말을 들은 이후로, 마음속에 악마가 생겨났다고 했다. 그는 자신의 인생에 단 한명이라도 자신을 배려해준 사람이 있었다면 자신이 이처럼 도망 다니는 범죄자 신세가 되지는 않았을 것이라고 하였다.

신창원처럼 척박한 환경 속에서 살아가거나 학대받은 이들은 자비심을 가지기가 현실적으로 불가능할까? 심리학 연구들에 따르면 트라우마를 경험한 많은 사람들도 자신과 유사한 트라우마를 지닌 사람들을 향한 공감적 관심과 도움 행동을 적극적으로 나타내었고, 다발성 경화증 환자들도 같은 환우들의 고통을 상담해준 역할을 했던 사람들은 신체적 정신적 건강이 더욱 향상되었음을 보여주었다.

이러한 결과들은 설령 우리가 많은 상처와 역경을 안고 살아가더라도, '외상 후 스트레스'가 아닌, '외상 후 성장'을 일궈낼 수 있는 '마음밭'을 이미 가지고 있다는 사실을 말해준다.

지금 내가 처한 환경이나 내 몸과 마음의 상태가 좋지 못하더라도, 우리 마음은 척박한 현실을 변환시켜 자비심을 일으킬 수 있는 연금술을 능히 해낸다.

미산 스님이 개발한 하트스마일 명상에서는 '지금 이대로, 있는 그대로 온전하다'는 전제를 마음속에 새기도록 한다. 자신이 처한 상황 속에서, 있는 그대로 감사한 마음으로 받아들이고, 이미 온전한 자신의 중심에서 우러나오는 자비와 사랑을 자신과 타인, 외부 세계로 전달하는 것이다.

감사는 내가 처한 척박한 상황 속에서도 축복과 안전함을 발견할 수 있게 해주고, 자비와 사랑은 내 내면의 적대감이 외부로 투사되는 것을 막아준다. 내 내면에 자비가 가득할 때, 나를 둘러싼 타자들도 자비심 어린 표상들로 전환되어, 나를 자애롭고 따뜻하게 대해줄 것이라는 확고한 믿음이 생겨난다. 안과 밖이 안전하다는 믿음이 생겨나면 자연스럽게 자비로운 태도가 일어나는 자비의 선순환에 들게 되는 것이다.

인간은 자신의 내면을 외부 세계로 끊임없이 투사하며 살아간다. 따라서 자신의 내외부 세계를 지금 이대로, 있는 그대로 온전하다고 바라보고, 감사로 받아들이는 것은 자비를 저해하는 장막을 거두고, 우리 내면에 가득한 자비의 씨앗을 틔워 행복하고 자비로운 마음밭을 일구는 첩경이 될 것이다.

비워가며 닦는 마음

남혜 정사
불교총지종 통리원 사무국장

예전에 해금을 3개월간 배운적이 있다. 그때 깨달은 것이 내 손가락이 내 마음대로 움직이지 않는다는 것이었다. 내 마음도 내 마음대로 할 수 없는데 내 몸을 내 마음대로 움직일 수 있다고 생각한 것 자체가 어리석은 일이었다. 그 이후로 무엇을 배우고, 무엇을 하든 신중하게 결정을 하게 된다.

나는 어릴 때부터 잘난 것 하나 없었지만 자존심이 강하고 고집이 샌 아이였다. 그리고 누구에게도 지고 싶지 않았었다. 학창시절 내가 어리숙하고 약하다고 생각했는지 중고등학교시절 학년 초가 되면 불량한 학생들이 시비를 많이 걸었었다. 부딪쳐 싸워 많이 맞기도 했지만 굴복하지 않았다. 그렇게 몇 번 맞서 싸우면 그 후론 나를 건드리지 않았다.

그렇게 쥐뿔도 없으면서 사회에 나와 부딪치고 깨지며 자존심에 상처를 받아 우울증에 걸리기 전까지 무슨 자신감인지 내가 잘났다고 착각하면서 살았었다.

그리고 2005년 대치동에 있던 '우리서당'을 다니면서 인성적으로 많이 성숙하게 되었다. 무슨 인연인지 서당 선생님은 나를 따뜻하게, 때로는 엄하게 대하며 나를 변화시켰다. 한번은 내가 무의식적으로 '절대'라는 단어를 많이 사용하는 것을 아시고 내게 화를 내면서 "세상에 절대라는 것이 어디에 있어."라며 무엇이든 단정지어 말을 해서는 안 된다고 하셨다.

하루는 나를 불러 "작은 막대기로 작은 북을 치는 것과, 작은 막대기로 큰 북을 치는 것과, 큰 막대기로 작은 북을 치는 것과, 큰 막대기로 큰 북을 치는 것 중 어떤 것이 더 큰소리가 나느냐? 너는 앞으로 큰 막대기가 되어 큰 북을 치는 사람이 되거라!" 고 하시며 A4지에 시를 적어 "이 시 니꺼다. 틈날 때 마다 읽어라" 며 지학 스님의 '비워가며 닦는 마음'이라는 시를 주셨다.

비워가며 닦는 마음 - 지학 스님

모름지기 살아간다는 것은
가득 채워져 더 들어갈 수 없는 상태가 아니라
비워가며 닦는 마음이다.

비워 내지도 않고 담으려 하는 욕심,
내 안엔 그 욕심이 너무 많아 이리 고생이다.

언제면 내 가슴속에
이웃에게 열어 보여도 부끄럽지 않은
수수한 마음이 들어와 앉아 둥지를 틀고

바싹 마른 참깨를 거꾸로 들고 털 때
소소소소
쏟아지는 그런 소리 같은 가벼움이 자릴 잡아 평화로울까.

늘 내 강물엔 파문이 일고
눈 자국엔 물기 어린 축축함으로
풀잎에 빗물 떨어지듯 초라하니

그 위에 바스러지는 가녀린 상념은
지줄 대는 산새의 목청으로도 어루만지고 달래주질 못하니

한 입 배어 먹었을 때
소리 맑고 단맛 깊은 한겨울 무,
그 아삭거림 같은 맑음이 너무도 그립다.

한 맺히게 울어대는 뻐꾹이 목청처럼
피맺히게 토해내는 내 언어들은
죽은 에미의 젖꼭지를 물고 빨아내는
철없는 어린것의 울음을 닮았다.

볼 수 있는 것과 볼 수 없는 것이, 곧 나다.
육체 속에 영혼 속에 수줍은 듯 숨어 있는 것도 역시 나다.

나를 다스리는 주인도
나를 구박하는 하인도 변함없는 나다.
심금을 울리는 하나의 목소리
하나의 외침, 외침들 그것도 역시 나다.

나를 채찍질 하는 것도 나요,
나를 헹구어 주는 것도 나다.

항아리 속의 그림자

위드다르마 편집실

어느 젊은이가 아름다운 아가씨와 결혼을 해서 행복하게 살고 있었습니다. 하루는 젊은이가 색시에게 말했습니다.

"여보, 부엌에 가서 술을 좀 가져 오시오. 우리 둘이 오랜만에 여기서 한잔합시다."

색시는 술상을 푸짐하게 차리고는 부지런히 술항아리 뚜껑을 열었습니다. 그런데 항아리 속에서 왠 미인이 자기를 쳐다보고 있는 것이었습니다. 색시는 그 미인이 술에 비친 자신의 그림자라는 것도 모르고 벌컥 화를 내며 남편에게 뛰어가서 따지기 시작했습니다.

"당신 어쩜 나한테 이럴 수가 있어요. 결혼한 지 얼마나 됐다고 벌써 다른 여자를. 그것도 몰래 집안에다 숨겨놓고 시치미를 떼고 있다니…."

색시는 드디어 울음을 터트렸고 영문을 모르는 젊은이는 난데없이 부인이 화를 내며 울고불고하는데 놀라기도 하고 또 억울하기도 해서 무슨 일인가 싶어 자기도 부엌으로 가서 항아리 속을 들여다보았습니다. 그러자 그 항아리 속에서 늠름한 한 젊은이가 노려보고 있지 않겠습니까. 이번에는 남편이 화가 잔뜩 났습니다.

"음, 집안에 젊은 녀석을 숨겨놓고 있다가 들킬 것 같으니까 오히려 내 게 뒤집어씌우려고. 이런 못돼먹은 여자를 내가 부인이라고 믿고 살았다니 참을 수가 없다."

남편은 성이 나서 부인에게 큰소리를 치며 야단이었습니다. 드디어 싸움이 되고 말았습니다. 평소 금술 좋기로 소문난 두 사람이 서로 욕하고 싸우는 소리로 동네가 시끄럽자 사람들이 하나둘 구경을 나오기도 했습니다.

마침 이웃의 친하게 지내는 어른이 싸우는 소리를 듣고 찾아와서 두 사람을 간신히 뜯어말리고 사연을 들어보기로 했습니다. 이야기를 듣고 난 그 어른은 두 사람이 어찌나 서로 자기가 본 것이 확실하다고 우겨대서 할 수 없이 직접 확인하기 위해 부엌에 가서 술항아리를 열어 보았습니다.

그런데 뚜껑을 열자 항아리 속에는 아름다운 미인도 늠름한 젊은이도 없고, 다만 나이 많은 어른 한 명이 점잖게 지그시 쳐다보

고 있을 뿐이었습니다. 그러자 이 어른이 생각하기를 "옳지, 이 사람들이 나보다 더 점잖은 어른이 집안에 있으니까 이젠 나 같은 사람은 멀리하려고 일부러 꾸며낸 부부싸움이었구나"하고 괘씸해서 말도 안하고 그냥 가버렸습니다.

서로 내가 본 것이 맞다고 고집을 부리며 억울하다고 분통을 터트리는 부부는 계속해서 시끄럽게 싸움을 했고 아무도 말릴 수가 없을 정도로 싸움이 커져갔습니다. 이때 한 스님이 지나다가 사람들이 웅성대며 모여 있자 무슨 일인가 싶어 가까이 가보니 젊은 부부가 서로 싸우고 있는 것이었습니다. 스님이 동네 사람들 몇몇의 도움을 받아 두 사람을 떼어놓고 나서 모든 이야기를 들어보니 항아리 속의 사람은 모두 그림자라는 것을 알 수 있었습니다. 그래서 젊은 부부에게 그것은 그림자라는 것을 여러 가지로 설명했으나 틀림없이 내 눈으로 보았다면서 좀처럼 믿으려하지 않았습니다.

스님은 이 부부를 항아리가 있는 데로 데리고 가서 "그럼 내가 당신들을 위해 항아리 속의 사람을 나오게 하겠소."하면서 큰 돌로 그 항아리를 때렸습니다. 항아리가 깨지자 술이 다 쏟아져서 부엌바닥으로 스며들고 말았으나 사람이라곤 찾아볼 수 없었습니다.

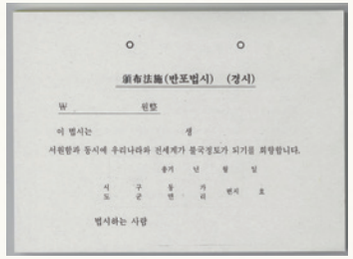
"어리석도다. 당신들은 술에 비친 자신의 그림자 때문에 싸우고 있었던 것이오. 이처럼 허망한 자기의 그림자 때문에 남을 미워하고 다투는 일은 우리 주변에 흔히 있는 일이요. 그러니 정신들 차리시오. 그리고 다시는 이런 헛된 망상 때문에 서로 오해하고 화를 내는 일이 없도록 하시오."

비로소 진실을 알게 된 부부는 스님에게 몇 번이고 절을 하고 서로 화해를 했습니다.

서원당 안의 불교

반포법시頒布法施와 보은시報恩施

혜광 정사
시법사 주교


頒布法施(반포법시) (경시)

₩ 원整

이 법시는 생

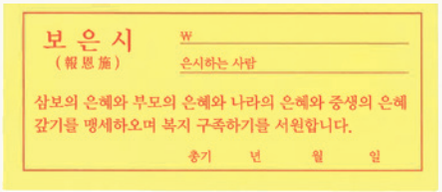
서원함과 동시에 우리나라와 전세계가 불국정토가 되기를 희망합니다.

총기 년 월 일

시 구 동 가 번지 호
도 군 면 리

법시하는 사람

반포법시 양식지


보 은 시
(報 恩 施)

₩

은시하는 사람

삼보의 은혜와 부모의 은혜와 나라의 은혜와 중생의 은혜 갚기를 맹세하오며 복지 구족하기를 서원합니다.

총기 년 월 일

보은시 양식지

성금誠金이란 정성으로 내는 돈을 뜻하며, 불우이웃돕기 성금, 태풍피해복구 성금 등이 있습니다. 절에서는 복전함에 보시금을 넣고, 교회에서는 헌금을 냅니다. 총지종의 희사喜捨란 보시의 일종으로 부처님께 기쁨과 감사의 마음으로 공양하는 것을 말합니다. 돈이나 의식衣食 등 재물로 올리는 것을 재시財施라고 하고 희사금이라고 합니다.

불교총지종 종조님께서는 희사하는 공덕에 대하여 말씀하시기를 "희사묘덕은 현재의 곤란, 재앙, 우환, 질병을 소멸하여 미리 없애며, 미래에는 부귀하고 복있는 사람이 되느니라. 가난한 사람에게는 수입이 많아지고 부유한 사람에게는 여러 가지 헛되게 나가는 것이 적어지는 것이다"라고 하셨습니다.

총지종의 희사법에는 종류와 성질에 따라 법시, 재시가 있고, 시기에 따라 정시와 차시가 있고, 대상과 용도에 따라 단시, 반포법시, 보은시가 있습니다.

그 중 반포법시頒布法施란 부처님의 말씀을 널리 전하는 법보시를 뜻합니다. 경전을 반포하거나 간행刊行하기 위해 행하는 보시이며, 법보시의 무량한 공덕은 경전에서 무수히 설하고 있습니다.

상·하반기 49일 진호국가 불공을 통해 행하면 더욱 좋으며, 각종 자격증시험, 면접시험, 국가고시 때 반포법시를 행하면 그 공덕이 이루어 집니다. 또한 자녀의 지혜가 총명하기를 서원할 때와 시험합격을 서원할 때 유용하게 쓸 수 있는 희사법이자 불공법이기도 합니다.

보은시報恩施는 불보살님과 부모, 국가, 중생의 은혜에 감사하고 은혜를 갚기 위해 공양 보시하는 것입니다.

새해불공이나 월초불공, 49불공 기간 중이나 회향일, 종단의 주요 불사 등에 은혜 갚기를 서원하며 보은시로 실천하는 것이 좋습니다. 본인과 가족의 승진, 결혼, 생일 등 좋은 일이 있을 때와 특히 중요한 결정이나 대소사가 있어 정진 불공할 때에도 정시와 함께 보은시를 병행하는 것이 좋습니다. 정시定施(일정한 금액을 정기적으로 희사)는 밑거름이며, 보은시는 차시差施(상황에 따라 임의로 희사 하는 것)로서 웃거름에 비유됩니다.

눈으로 읽는 전통등 이야기

한국전통등연구원
1996년 전통등연구회를 시작으로 오늘날까지 한지전통등燈을 계승하며 새로운 문화를 열어가고 있다.

PART 3. 우리의 민속 문화

Ⅰ 학등
Ⅱ 보현보살 현화도
Ⅲ 도심 속의 미륵불
Ⅳ 팔만대장경
Ⅴ 자장율사와 황룡사
Ⅵ 관음보살
Ⅶ 금강역사
Ⅷ 오방신장
Ⅸ 이차돈의 순교
Ⅹ 행사 속 전통등

학등

학은 두루미의 한자표기로 예로부터 고고한 자태 때문에 부귀와 영화를 상징한다. 십장생의 하나로 가장 오래 사는 새라 해서 선학仙鶴이라고도 부른다. 옛날부터 옷이나 이불, 병풍 등에 학 문양을 사용하면 부귀영화를 누릴 뿐 아니라, 백년해로 한다고 해서 즐겨 사용했다.

우리 아이 양육 길라잡이 2

강남구 구립어린이집연합회
강남구에 60여 곳 이상 자리 잡고 있는
구립어린이집 연합

04. 줄넘기를 넘지 못하는 아이

두 발을 모아서 점프하거나 발을 교차하여 장애물을 차례대로 건너는 것은 가능하다. 줄넘기 줄을 앞으로 넘겨 멈춰져 있는 줄을 넘는 것은 가능하지만 순간적으로 넘어온 줄넘기 줄을 넘지 못한다.

● 원인

1) 균형 감각 발달의 속도가 느린 경우

2) 눈과 손의 협응능력이 부족하여 운동기능이 적절하게 작동하지 않을 경우

3) 줄넘기를 처음 접하는 거라 줄을 넘기는 것도 어렵고 돌리는 것도 서툰 경우

4) 다리 힘이 부족하여 연속적으로 줄넘기를 할 때 자세가 흐트러질 경우

● 지도방법

1) 아이의 키에 줄넘기 줄이 알맞은지 체크하고 적당한 길이로 맞춰준다.

2) 줄넘기 돌리는 방법을 알려준다.

3) 줄넘기를 하는 흉내를 내보며 줄넘기와 친해질 수 있도록

한다.

4) 줄넘기 줄을 앞으로 넘겨 멈춰있는 줄을 두발 모아 점프해서 넘어가 볼 수 있도록 한다.

5) 멈춰 있는 줄넘기 넘기가 익숙해지면 조금 더 속도를 내어 넘어가 본다.

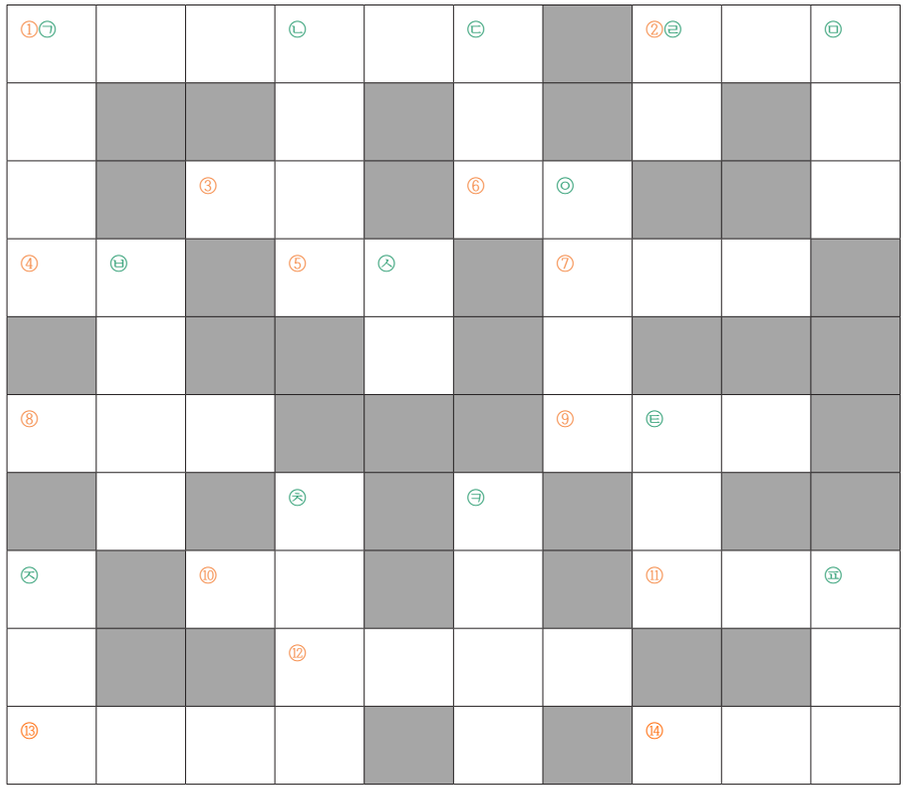
6) 줄넘기 하나로 부모와 아이가 마주보고 함께 뛰며 즐겁게 놀이해 본다.

유아기 및 저학년의 줄넘기 지도에 있어서 가장 중요한 것은 줄넘기를 즐겁게 하는 것이다. 보통 줄넘기라고 하면 단순히 앞만 보고 점프하는 것으로 인식되어 있지만 줄을 이용한 놀이들이 많이 있다. '줄넘기 꼬리 밟기', '림보', '기차놀이' 등 다양한 놀이를 통해 줄과 친숙해지고 아이들은 즐거움을 느낄 수 있다. 줄넘기를 하기 전에 허리, 어깨, 팔, 무릎, 발목, 손목 등을 돌려주거나 스트레칭을 하며, 넘는 장소로는 흙과 나무판이 좋다.

지난 호 정답

①㉠ 옴	홈	야	호	㉡ 사		㉢ 권		②㉣ 사	과
므				랑		⑯ 한	복	판	
③ 파	스	㉤ 타		④ 방	㉥ 생			⑤ 승	ㅅ 마
탈		⑥ 산	소		로				시
		지			⑦ 병	따	ㅇ 개		멜
⑧㉦ 전	광	석	ㅊ 화		사		⑨ 교	ㅈ 차	로
기			⑩ 분	수		ㅍ 보		력	
⑪ 자	비	ㅌ 심			⑫ 아	리	수		ㅎ 이
동		⑬ 술	래			달			쁜
⑭ 차	박					⑮ 마	수	걸	이

퀴즈로 알아가는 알쏭달쏭 상식



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

이메일 : news@chongji.or.kr

가로 열쇠

① 중생 구제와 재난 소멸, 소원 성취의 공덕이 깃든 관세음보살의 육자진언
② 진정으로 학생들을 위하고 아끼는 마음으로 가르치고 지도하는 일
③ 부모를 섬기고 공경하는 마음
④ 밥에 식초, 설탕, 소금 등을 넣고, 김, 생선, 유부 따위를 올려 만드는 일본 요리
⑤ 남의 말을 귀기울여 주의깊게 들음
⑥ 공연히 남의 조그만 흠집을 들추어 불평을 하거나 말썽을 부림
⑦ 어떠한 일이나 활동의 중심이 되는 중요한 장소
⑧ 아침엔 굿 모닝(Good morning), 밤에는 굿 000!
⑨ 화장하는 데 쓰는 크림, 분, 향수 따위를 통틀어 이르는 말
⑩ 일을 처리하거나 개선하기 위하여 마음속으로 이리저리 따져 깊이 생각함
⑪ 태어나 보니 부모가 부유하거나 사회적 지위가 매우 높음
⑫ 아침에는 세 개, 저녁에는 네 개. 자기의 이익을 위해 교활한 꾀를 씀
⑬ 맛이 좋기로 첫째가는 요리 또는 한 그릇에 조화 있게 담는 한끼의 식사를 일컬음
⑭ 일의 마지막 단계

세로 열쇠

㉠ 몇 개의 독립된 짧은 이야기를 모아 하나의 작품으로 만든 영화나 연극의 한 형식
㉡ 총 262자로 대승 불교 반야 사상의 핵심을 담은 짧은 경전
㉢ 독일의 지리학자, 자연과학자, 박물학자, 탐험가. 책 〈우주 Kosmos〉 저술
㉣ 선에 들어간다는 뜻으로, 깨달음을 위해 자기의 본래면목을 참구하는 불교수행법
㉤ 총지종 교의의 상징이자 종지를 표시하는 종단 대표 상징문양
㉥ 모르는 사이에 조금씩 조금씩
㉦ 깨끗하고 말끔함
㉧ 어떤 한 목표에 집중적으로 대포를 쏘는 일
㉨ 국경일이나 일요일과 같이 국가나 사회에서 정하여진 휴일
㉩ 일정한 방향이 없이 요쪽으로 조쪽으로
㉪ 밀짚이나 보릿짚으로 결어서 만든, 빳빳하고 윗부분이 납작한 여름 모자
㉫ 배움을 장려하는 목적으로 지급되는 돈

불교총지종 법회 일정

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

불교총지종 연중 불사

신년불공

한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공

상반기,하반기 진호국가불공

불교총지종은 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 '옴훔야호사'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.

불교총지종 사원 일람

사원명	우편번호	주 소	전화번호
통리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시실로 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 (홍파동)	(02)736-0950
밀인사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (숭인동)	(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 주부토로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684
실지사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51 (미아동)	(02)983-1492
정심사	02137	서울특별시 중랑구 면목로 95길 26 (상봉동)	(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 청원구 향군로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
흥국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
중원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-78 (이평리)	(043)833-0399
대구경북교구			
개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
건화사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4 (양월리)	(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 (중성리)	(054)261-0310
수계사	38048	경상북도 경주시 현곡면 다경길36-19 (하구리)	(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(당감동)	(051)896-1578
단향사	53075	경상남도 통영시 데메4길 15 (도남동)	(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 (금산리)	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정각사	47756	부산광역시 동래구 시실로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시실로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

영원한 진리와 함께
위드 다르마
With Dharma

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

* 불교총지종 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 불교총지종

보내주신 후원에 감사드립니다.

공덕성 김윤서 법 공 보명심 우 인 이인성 이수영 이혜성 주건우 안한수 자선화 총지화 한칠수

(사)한국불교사진협회 회원일동(무순)

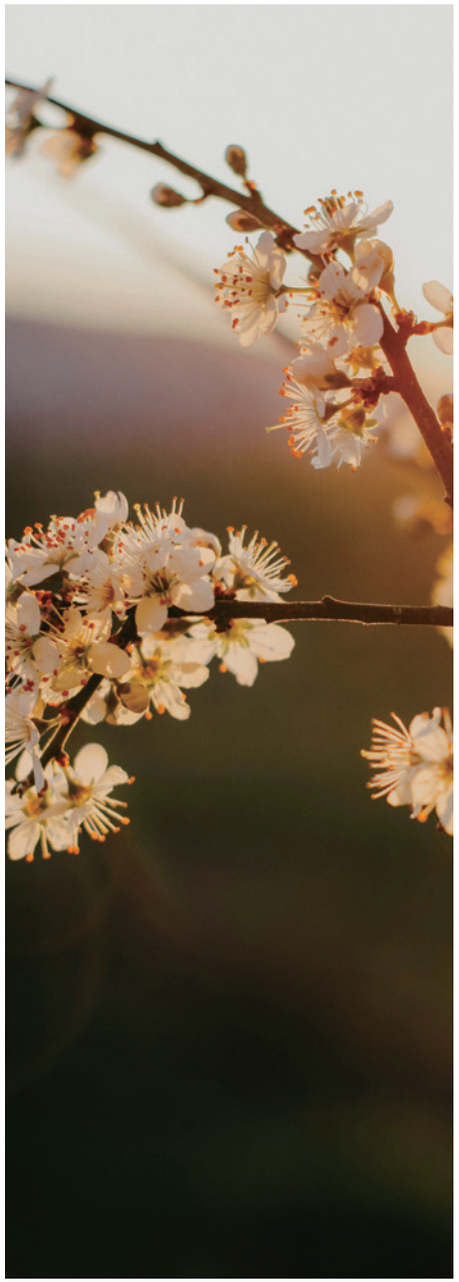
지회) 박차봉 강영철 박영중 조덕제 옥장윤 윤병재 김갑태 박종한 김상길 김인규 황규철 이정식 김영옥 이금숙 여성숙 배여진 김정순 김행숙 서순옥 서금순 박영구 조장현 박태수 김일랑 장승재

본회) 최우성 조현숙 최금란 박정미 정봉채 박봉수 전제우 김진문 윤중일 김석한

발 행 일 총기 53(2024)년 4월 1일
발 행 인 우인 정사
편집책임 박재원
발 행 불교총지종
주 소 06227 서울 강남구 도곡로25길 35 (역삼동)
전 화 02-552-1080~3
팩 스 02-552-1082

불교총지종 홈페이지 총지미디어
http://www.chongji.or.kr
이메일 : news@chongji.or.kr

구독 신청해주시면 무료로 보내드립니다.



편집 후기

가끔은 나도 모르게 불쑥불쑥 직업병(?)이 돋는다. 메일이나 문자가 오면 내용보다 오탈자가 먼저 보이거나, 가족과 TV 프로그램을 보며 재미있게 이야기하다가도 별안간 자막의 맞춤법을 지적한다.

피부과에 가서 번호표를 뽑아 놓고 기다리던 때였다. 테이블 위에 병원 광고지가 놓여 있길래 무심코 교정과 교열을 보게 됐다. 하물며 제목까지 다시 뽑아 놓았다. 순서가 되어 진료를 보고 나왔더니 상담실장이 나를 불렀다. 빨간펜을 가리키며 고맙다고 피부 마사지 이용권 1장을 건네는 것이었다.

동네 잡지에 실린 한인 정육점이 있어서 고기를 사러 갔었다. 계산을 마치며 한마디 거든다는 것이 일의 시작이 되었다. 레이아웃이 이만저만 하고, 글씨 크기가 어쩌고저쩌고했더니 첫 만남에 내게 광고를 부탁했다. 난 흔쾌히 도움을 주었고, 그 인연으로 녹녹한 타지 생활을 할 수 있었다.

그런데 이 직업병의 문제는 남의 것은 잘 보이는데, 제 것이 안 보인다는 것이다. 내가 쓴 글은 열 번을 읽어도 틀린 곳을 찾지 못한다. 목불견첩目不見睫, 자기 눈으로 자기 눈썹을 보지 못하는 것이다. 남의 허물을 보고 말조심하라고 다행이도 입은 눈 아래 있는가 보다.

4월호

아에 집착하면 모든 법이 바르게 보이지 않는다.
상일주재의 자아를 부정하고 오온의 화합을 바로 보아
무아를 보게 되면 모든 법이 평등하게 드러난다.

- 환당 대종사 법어록 중에서 -

www.chongji.or.kr

04
9 772733 976006
ISSN 2733-9769