

통권 제 233호

강남. 라 00943

2567
2023

03

원정 대상사 일대기
불공살해라 10
큰 단련의 시간



살다 보면
늑으면
좋은 것 천지



십선성취
어느 사형수의 고백

위드 다르마

With Dharma

 불교충지중

서원은 다함 없다

인과 연이 없으면 과가 없다. 진리는 스스로 돕는 자를 돕는다 했다.
서원하고 정진하는 자에게 성취가 있다.

위드 다르마

영원한 진리와 함께
With Dharma

다르마_는
영원한 진리의 말씀이며,
위드 다르마_는
다르마와 함께 한다는 뜻으로
진리와 함께 하는 사람들의
이야기입니다.



불교총지중

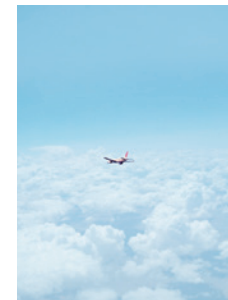
생활불교를 실천하는 일교종단이며 승속이 함께하는 불교로,
행복한 사회, 차별 없는 세상을 지향하는 이 시대의 대안불교입니다.
불교의 생활화 생활의 불교화를 실천함으로써 이 땅에 불국정도를
염원합니다.



붓다in미디어 _ 32

아메리칸 뷰티

_ TERU 조세훈



속담으로 보는 불교 _ 46

모로 가도 서울만

가면 된다 _ 김성철



서원당 안의 불교 _ 66

금강합장과 연화합장

_ 해광 정사

04 원정 대성사 일대기

12 불교이야기

18 산책

20 죽비소리

23 경전에서 찾은 지혜

26 살다보면

32 붓다in미디어

35 마음의 등불

38 지혜의 트랙

42 십선성취

46 속담으로 보는 불교

50 가배이야기

54 차향기

57 여행여담

60 금쪽상담소

63 문화재 해설

66 서원당 안의 불교

68 마지막 공부

72 씨앗 한 알

74 가로세로 만다라세상

78 법화일정

불공 잘해라 - 제2장 큰 단련의 시간 - 김천

보시布施 4 - 화령 정사

겨울 산속에서 - 김대곤

길 없는 길을 걸으며 - 김봉래

계율의 나무에서 공덕의 열매가 - 불교총지중 법정원

늡으면 좋은 것 천지 - 이육경

의외로 불교에 영향을 받은 영화들 BEST 10 - TERU 조세훈

나만의 작은 불 - 강만문

아기돼지 삼형제의 교훈 - 방귀희

어느 사형수의 고백 - 남해 정사

모로 가도 서울만 가면 된다 - 김성철

사찰의 커피문화 - 김상미

녹차와 커피의 카페인 - 김정애

울릉도 트위스트上 - lovely씨이

우리 아이 양육 길라잡이 - 강남구 구립어린이집연합회

계유명삼존천불비상, 돌에 천불을 새기다 - 위드다르마 편집실

금강합장과 연화합장 - 해광 정사

눈이야, 너는 개가 아니다 - 유소림

삶을 촬영하는 우주장비 - 법상 스님

가만히 있지 못하는 아이

영국 한 초등학교의 선생님이 한 소녀의
학부모에게 어렵게 말을 꺼냈습니다.

“두 분의 아이는 수업 중에 쉴 새 없이 움직입니다.
지난 일 년간 아이를 위해 많은 노력을 했지만
아이가 ADHD(주의력결핍 과잉행동장애)가
아닌지 의심이 되는데 아이를 위해
검사를 받아보고 특수학교를 생각해 보셔야
할 것 같습니다.”

다음 날 부모는 아이를 어디론가 데리고 갔습니다.
그런데 부모를 따라간 곳에서는
아이에게 특별한 테스트를 시작했습니다.
아름다운 음악을 켜놓고 소녀가
혼자 있도록 했습니다.

옆방에서 상담사와 몰래 아이를 지켜보던
부모는 깜짝 놀라고 말았습니다.
춤을 배워 본 적도 없는 아이가
음악에 맞추어 근사한 몸동작으로 춤을 추기
시작한 것입니다.

상담사가 부모에게 말했습니다.

“이 아이는 춤에 재능이 있는 아이입니다.
가만히 앉아있게 한 것이 도리어
이 아이에게는 고통입니다.”

부모는 너무도 감격해서 눈물을 흘렸습니다.
이 아이는 바로 20세기의 가장 위대한
발레리나이자 안무가인 ‘질리언 린(Gilian Lynne)’입니다.
2018년 92세의 나이로 세상을 떠난
그녀에 의해서 ‘캣츠’, ‘오페라의 유령’ 등과 같은
멋진 작품들이 만들어졌습니다.

아이들은 저마다 다른 잠재력을
가지고 태어납니다.
우리가 생각하는 기준과 다르다고
틀린 것으로 판단하지 마세요.
오히려 그 차이점이 장점을 부각하는
원동력이 되어 줄 수도 있습니다.

- 따뜻한 하루의 <따뜻한 감성편지 2023년 1월 8일 자>

불공 잘해라 제2장 큰 단련의 시간

김천

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



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

8화 - 전쟁(3)

영천수용소는 어느 정도 자유가 보장된 곳이었다. 포로 감시에 나선 국군 헌병들도 포로들의 행동을 어느 정도 묵인하고 있었다. 남쪽 출신이거나 남쪽을 택한 포로들이었기 때문이다. 눈치껏 바깥으로 편지를 보내거나 철조망 밖 행인들과 대화하는 것 정도는 딱히 제재하지 않았다. 손순표는 옷을 찢어 자신의 이름과 집 주소를 적어 돌멩이에 싸서 철조망 밖 행인을 향해 던졌다. 포로 감시를 위해 경계를 서던 헌병도, 길을 가던 행인도 그것이 무엇을 의미하는지 잘 알았다. 행인은 고맙게도 그 주소에 적힌 밀양 집으로 아들 손순표가 살아 있다는 소식을 전했다. 그때가 대성사가 기도를 시작한 49일째 되던 날이다. 대성사는 후일 자식을 위해 기도하는 이들을 위해 이와 같은 법문을 남겼다.

“자식 잘 되기를 서원하거나 생산하기를 서원하는 정기불공 중에는 특히 계행을 지켜야 서원을 성취한다. 만약 계행을 범하면 불공 중에 마장만 일어나고 공덕이 없기 때문이다.”

이는 실로 당신의 경험에서 우러나온 가르침이다. 자신의 자식을 위해, 모든 생명을 아버지가 된 마음으로 해치지 않고, 지키고 삼가는 마음으로 간절히 기도할 때 원하는 바를 성취할 수 있다는 것이다. 길 가는 행인에 의해 외아들의 소식을 듣게 된 대성사는 한 걸음으로 영천 포로수용소로 달려갔다. 포로의 면회는 금지돼 있었고, 멀리서조차도 아들의 얼굴을 볼 수 없었지만, 살아 같은 하늘 아래 있다는 사실만으로도 대성사는 잠 못 드는 밤을 끝낼 수 있었다.

“나무 관세음보살……”

대성사는 계속 정근을 그치지 않고 다시 만날 날을 기다리고 또 기다렸다. 포로가 풀려났다는 소문이 들리면 밀양에서 영천까지 한달음에 달려가기를 무려 일곱 번을 했다. 기대하고 갚어도 소문은 소문으로 그칠 뿐 포로수용소의 문은 열릴 기미가 없었다. 그때마다 살이 타고 피가 마르는 심정을 느꼈지만, 이미 마음 속에는 확고한 신념이 있었다. 간절한 마음으로 관세음보살을 염

하면 삼천대천세계의 불보살이 감응한다는 법화경 관세음보살 보문품의 가르침은 이미 경전 속 구절이 아니라 법계를 통해 보여주는 바가 있다는 믿음이 생겼다. 대성사는 자신은 물론이고 가족들에게도 산 생명 하나라도 해치지 말 것을 당부하고, 부정 한 것은 멀리하며 오직 덕을 쌓아 조금이라도 남의 원망을 사지 말라고 강조했다.

바라는 바가 간절하면 간절할수록 기도는 절실해야 하고 자신과 주변을 더 돌아봐야 한다는 것이다. 캄캄한 밤 어둠을 밝힐 등불 하나를 겨우 밝힌 셈이니 그 불꽃이 더욱더 환하기를 바라는 마음으로 바람을 막고 기름을 부어야 했다. 행과 불행은 예고 없이 닥쳐오는 법이다. 대성사는 오직 불행한 결과가 오지 않도록 애쓰는 일밖에 달리 할 바가 없다는 것을 알고 있었다.

포로수용소 쪽에 어떤 기미가 있다는 소문이 들리면 대성사는 만사를 제쳐두고 영천까지 달려갔다. 오직 일념으로 법계의 보살핌이 있기만을 기대하면서 관세음보살 외우기를 진심으로 다할 뿐이었다. 그러다가 혹시라도 북으로 송환된다면 어쩔 것인가 불안은 점점 닥쳐왔고, 집안 주변 사람들도 체념하는 이야기가 터져 나왔다.

“그래도 생사라도 알았으니 이제 이쯤하고 훗날을 기약하는 것이 어떻겠소?”

그런 소리를 들으면 서운한 마음이 들고 원망의 대꾸를 할만도 했지만 대성사는 묵연하게 고개만 끄덕일 뿐이었다. 스스로 세운 신념이 있다면 세상의 변고에도 뜻을 굽히지 않는 것은 타고난 성품이었기 때문이다. 어찌 소원을 이룰 것이며 어떻게 마음속 심지를 바르게 세워 흔들리지 않고 나갈 것인지. 정진에 대한 경험은 이때 다한 것이라 후일 무엇인가 성취를 위해 정진할 것에 대해 직접 말씀을 남기신 바 있다.

“정진 중에는 만족을 알고 달리 바라는 바를 내지 말아야 한다. 마음속에 노여움과 어리석음을 일으키지 말아 늘 참고 편안하게 머물러야 할 것이다. 인과를 깊이 믿어야 한다. 내 마음대로 판단하고 샅된 마음을 일으키지 말아야 한다. 오직 착한 행실만 하고 악한 일은 쳐다보지도 말아야 한다.”

이런 가르침 그대로 누가 와서 아들의 생사와 운명에 대해 왈가왈부해도 마음에 두지 않았다. 오히려 주변에 더 덕을 베풀고 이 위기의 순간이 지나가기를 바랄 뿐이었다. 전쟁 중 집을 잃은 이나 피난민을 보면 아낌없이 도왔다.

1953년 6월 18일 운명의 날이 왔다. 자정 무렵 부산, 논산, 광주, 마산 등의 수용소에서 갑작스런 반공포로 석방이 일어났다. 남측의 결단으로 유엔군 몰래 남쪽 잔류 포로들의 석방이 결정됐고, 헌병의 언질로 미리 철조망을 끊어놓았다가 신호에 따라 모든 포로들의 탈출이 이루어졌다.

남쪽에 연고가 있던 이들은 밤새 달리고 달려서 집으로 가거나 숨어들었고, 이 소식은 밀양에도 전해졌다. 신문과 라디오 방송 전체에 반공포로 석방에 대한 뉴스로 뒤덮였다. 대성사는 한달음에 영천으로 달려갔지만 포로수용소 문은 열리지 않았고 오히려 미군 탱크 30여 대가 수용소를 포위하여 경비는 더 삼엄해졌다. 포로 석방의 낌새를 눈치 챈 미군은 영천포로수용소의 병력을 증강하고 국군과 전투를 불사할 정도로 강하게 반발했다.

실망 끝에 발걸음을 돌려야 했지만 이제 곧 좋은 소식이 있으리라는 강한 믿음이 생겼다. 수용소 주변에서 만난 국군의 석방에 대한 의지가 강했기 때문이다. 결국 20일 밤 국군은 함께 근무하던 미군 경비병을 묶고 탱크를 무력화시키는 작전을 벌였다. 일제 사격을 하여 수용소 내 모든 전등을 깨뜨리고 수용소 문을 열어 포로들에게 무조건 뛰라고 등을 떠밀었다. 수용소 주변을 벗어나자 군인과 경찰이 포로를 서넛씩 분리하여 민가에 숨겼

다. 주민들이 내놓은 밤참을 허겁지겁 먹고 포로 옷을 민간 옷으로 갈아입은 후 밤이 새기를 숨죽여 기다렸다. 그 어느 때보다 길고 어두운 밤이 지나가고 있었다.

그날 긴박한 작전 끝에 풀려난 영천수용소의 포로는 모두 8,000여 명. 대부분 남측 출신 포로였고 북으로 귀환을 거부한 인민군도 있었다. 영천에는 포로 외에도 그 배가 넘는 피난민과 민간 억류자들도 붙들려 있었는데 이들도 훗날 무사히 석방된다.

손순표는 영천의 지인을 통해 집으로 풀려났다는 소식을 전했다. 대성사는 한걸음에 달려가 아된 아들을 집으로 데려왔는데, 포로수용소에서 굶주리고 고생한 탓에 처음에는 그가 아들이라는 사실을 받아들이지 못했다. 아위어 뼈만 남았고, 흰칠하던 모습은 어디가고 그저 지친 포로의 형상을 보일 뿐이었다.

아들을 집으로 데려와서도 이것이 실제인지 꿈인지 분간이 가질 않았다. 부부가 잠든 아들의 곁을 지키며 여윈 얼굴과 뼈마디를 쓰다듬으며 밤을 지새웠다. 이런 날이 오기를 바란 것이 얼마나 간절했는지 꿈결 같아 ‘삶을 물거품처럼 아지랑이처럼 볼 수 있어야 한다’는 가르침이 실감이 되었다.

손순표는 한동안 먹고 자고 또 먹고 자기만을 반복했다. 부모는 아무 말 없이 그의 속을 헤아릴 뿐이었다. 다만 이 비극이 이



삼화= 종조 일대기 (불공잘해라) 중에서

도로 삼매를 이룬 모습은 이미 밀양과 인근에 널리 알려졌다. 몸과 마음에 흔들림이 없이 오직 “관세음보살”을 염하며 일체 헛말과 행동을 하지 않아 몸과 마음이 일념에 든 상태를 보인 것은 화제가 됐을 뿐더러 그 모습을 보고 따라하는 이들이 나오기 시작했다. 차츰 처음 기도를 시작한 목적을 초월하여 진리에 대한 열망과 정진으로 이어졌으니, 이제까지 책으로 알고 절에 가서 경험했던 수행을 넘어서 새로운 신행에 대한 체현으로 이어지게 됐다.

나라 온 국토에, 자식 가진 모든 부모들에게 닥친 일임을 마음에 새겼다. 대성사는 이 일을 계기로 더 큰 발심을 하게 된다.

아들의 실종이라는 가족사에 매달려 있었지만, 그 시간 동안 대성사와 한국 불교의 운명을 가른 큰 사건이 있었다. 세간에서는 이를 한국 밀교의 일대사라 평한다. 마치 불법이 지혜와 자비로써 세상을 밝히고 고난을 건너게 하듯이 서로 다른 두 큰 인물이 만나면서 현대 한국 밀교는 새로 태어난다.

대성사가 자식의 생사를 알기 위해 백방으로 다니며 지극한 기

무재칠시無財七施-재물이 없어도 할 수 있는 보시

대부분의 사람들은 보시를 하려면 가진 것이 있어야 된다고 생각한다. 즉, 무언가 베풀 수 있는 물질적인 것이 있어야 보시를 할 수 있다고 생각한다. 그래서 무엇이든지 가진 것이 있으면 보시를 하라고 한다. 아무리 하찮은 물건이라도 적재적소에 보시하면 요긴하게 쓰일 일이 있다.

불교에서는 마음을 중시하기 때문에 우리의 근원적인 탐욕심을 제거하기 위하여 물질적인 보시 뿐만 아니라 재물이 없어도 보시를 할 수 있는 방법이 있다. 이것이 바로 무재칠시無財七施 이다.

아래는 『잡보장경雜寶藏經』에 나오는 부처님의 말씀으로 재물이 없어도 남을 도울 수 있는 7가지 방법에 대한 것이다.

어떤 사람이 부처님께 여쭙었다.

“부처님, 저는 왜 늘 이렇게 가난하게 살아야 할까요?”

부처님께서 말씀하셨다.

“그것은 네가 남들에게 베풀지 않아서 그런 것이다.”

“그렇지만 부처님! 저는 가진 것이 아무 것도 없습니다. 남에게 줄 것이 없는데 무엇으로 보시하라는 말씀인지요?”

부처님께서 다시 말씀하셨다.

“그렇지 않느니라. 재물이 없어도 베풀 수 있는 7가지가 있느니라.”

무재칠시는 화안시和顏施, 언사시言辭施, 심시心施, 안시眼施, 신시身施, 상좌시床座施, 방사시房舍施의 7가지이다.

첫째, 화안시和顏施는 얼굴에 화색을 띠고 부드럽고 정다운 얼굴로 남을 대하는 것이다. 밝은 얼굴을 하는 것만으로도 남들에게 좋은 기운을 주고 분위기를 좋게 한다. 웃는 얼굴에 침 못 뱉는다는 말도 있듯이 웃는 얼굴은 남들을 기분 좋게 만들 뿐만 아니라 본인에게도 복이 된다. 밝은 얼굴로 사람을 대하는 것도 큰 보시이다. 거꾸로 말하면 찡그리고 불쾌한 얼굴은 다른 사람도 불편하게 할 뿐만 아니라 자신의 복도 갇아먹는다.

둘째, 언사시言辭施는 말로써 베푸는 것으로 칭찬하는 말, 위로하는 말, 격려하는 말, 부드럽고 상냥한 말씨로 남을 기쁘게 하고 돕는 것이다. 이런 말이야말로 남들에게 힘을 북돋워주고 기분 좋게 해주는 것으로 돈 안들이고 할 수 있는 훌륭한 보시이다. 말 한마디로 천 냥 빚을 갚는다는 말도 있지 않은가. 말로 베푸는 보시는

그만큼 중요하다. 어떤 사람은 이상하게도 말만하면 남의 속만 긁어놓는 소리를 한다. 이런 사람은 어딜 가나 환영을 못 받는다. 통명스러운 말씨는 자신의 복을 까먹는 어리석은 일이니 불자라면 항상 복을 쌓는 상냥하고 유익한 말을 하도록 해야 할 것이다.

셋째는 심시(心施)이다. 어질고 착한 마음을 가지고 사람을 대하는 것이다. 자비로운 마음으로 사람들을 대하면 모든 이에게 행복을 주기 때문에 이것 또한 큰 보시가 된다. 모난 돌이 정 맞는다는 속담처럼 까칠하고 모난 사람은 늘 부딪치게 마련이다. 자비심이 바탕이 되어 있다면 매사가 부드럽게 움직여진다. 운전을 하는 사람들은 느끼겠지만 편안한 마음으로 남을 배려하면서 운전하면 사고 날 일이 잘 없지만 성난 마음으로 남을 배려하지 않고 자기 욕심만 차리다 보면 접촉사고가 일어나기 쉽다. 인간관계도 마찬가지이다. 자비심을 바탕으로 남들을 배려하면서 살아간다면 남에게도 좋고 자기도 복이 된다. 이것이 마음을 잘 써서 하게 되는 심시이다.

넷째는 안시(眼施)이다. 부드럽고 편안한 눈빛으로 사람을 대하는 것이다. 이것 또한 자비심이 바탕이 되어야 할 수 있는 보시이다. 남을 무시하고 의심하는 눈빛 대신에 따뜻한 눈길로 사람을 대하는 것만으로도 보시가 된다.

다섯째는 신시(身施)이다. 몸으로 베푸는 보시를 말한다. 무거운 것을 들어 준다거나 몸이 불편한 사람을 부축해 준다거나 어떤 일든지 몸으로 남을 도와주는 것은 모두 보시가 된다.

여섯째는 상좌시(床座施)이다. 노약자에게 자리를 양보하거나 연장자에게 자리를 양보하는 것도 모두 보시이다. 무조건 돋보이는 자리나 앞자리만 차지하려고 드는 사람들이 반드시 알아야 할 보시이다. 요즘은 후한무치한 사람들이 많아져서 자리를 양보하는 사람을 못난이 취급하니 세태의 각박함이 새삼 느껴진다.

일곱째는 방사시(房舍施)이다. 잘 곳이 없거나 머무를 곳이 없는 사람에게 머물 장소를 제공하는 것도 좋은 보시이다. 지금이야 남의 집에 머무를 일이 잘 없지만 옛날에는 숙박시설이 흔치 않아서 타지에 가서 날이 늦어지면 난감한 경우가 많았다. 아무 집에나 들어가서 “하룻밤만 묵어갑시다.”하면 “누추한 곳이지만 그렇게 하시지요.” 하면서 잠자리를 허락하던 그런 일은 이제 전설 따라 삼천리에나 나올 법한 옛날이야기가 되었다. 아무튼 지금은 이런 경우가 참 드물어졌지만 머무를 곳이 없는 사람에게 머물 자리를 제공하는 것도 큰 보시이다.

부처님께서는 이렇게 재물이 없어도 할 수 있는 7가지 보시를

말씀하셨는데 어느 것이나 자비심이 있어야 가능한 보시이다. 상좌시나 방사시는 하기 드문 경우지만 나머지 무재시들은 일상생활에서 조금만 마음을 쓰면 충분히 실천할 수 있는 보시들이다. 상냥하고 친절하고 태도와 말씨, 그리고 남들이 어려워하는 일이 있으면 힘껏 도와주는 그러한 행위가 재물이 없어도 할 수 있는 보시이다.

적소성대積小成大라는 말이 있다. 작은 것도 많이 모이면 큰 것이 된다는 의미이다. 일상에서의 이러한 사소한 보시가 큰 복이 되어 돌아온다는 것을 명심하고 늘 복 짓기에 힘써야 할 것이다. 보시는 남을 위하는 것이지만 결국은 자신의 복이 된다. 그리고 이러한 보시는 사회를 아름답게 가꾸는 밑거름이기도 하다. 그러니 지혜롭고 자비로운 불자라면 남도 좋고 자신에게도 좋은 보시에 힘쓰는 것은 당연한 일이다.



바람이 뽀뽀한 산 길
어느 것 하나 가릴 것 없는
양상한 가지

행한 어스름만 길다
꽃단장 못한
낮달이 애써 부끄럽다

남루한 사내
역시 그 시선이 움츠려든다
눈이라도 흠어지면
깊은 계곡이 더 선명해지리라

빈 가지에 새 둥지
비록 허전해도 바람만 차게 머물러도
웃는다

지난 푸르름 그때 사랑을 알기에
터벅터벅 내려오는 길
부엉이 소리 달빛을 감아 돈다

길 없는 길을 걸으며

김봉래

불교방송 전법후원국장

한창 기승을 부리던 코로나19가 다소 약해지면서 불교계에서도 성지순례 등 신행활동이 활기를 띠기 시작했다. 법륜 스님이 이끄는 정토회는 30년 기도를 회향하며 천 명이 넘는 대규모 인원이 보름간의 인도 성지순례를 했고, 자승 스님이 이끄는 상월결사도 불교중흥을 발원하는 한 달 보름간의 인도 순례를 진행한다.

특히 상월결사의 인도 순례는 사부대중 백여 명이 한반도 남북축에 달하는 3천리 길을 노숙까지 하며 걷는 불교사에 희유한 일이다. 당초 계획하던 때에서 3년이 늦춰지며 한-인도 수교 50주년과 양국 간 밝은 미래를 축원하는 시절인연을 맞이해 더욱 뜻이 깊다.

성지순례는 관광 차원의 여행과는 분명히 다르다. 부처님이 걸으셨던 그 길을 온몸으로 따르고자 하는 지난한 몸짓이다. 삼계도사이신 석가모니 부처님의 지혜와 자비가 서린 성지를 직접 찾아보면 누구나 세상의 안락을 위해 위법망구하셨던 부처님 마음을 한 자락이라도 더 느끼고 자신의 신행을 점검하는 계기가 된다.

필자도 오래 전 처음 인도 성지순례를 하며 부처님 입멸지인 쿠

시나가르에 도착했을 때 뭔가 모를 가슴의 먹먹함에 눈가가 적셔졌다. 어둑어둑 해가 지는 무렵인데 입멸에 드신 당신을 더 이상 뵈지 못한다는 아쉬움이 컸는지 모르겠다. 그리고 뭔가의 원력을 다졌던 것 같은데, 그 후 불자로서의 삶을 돌아보니 어느새 잊고 산 것 같아 부끄럽다. 올해 두 번째 순례로 작은 원력의 불씨를 되살리고 불교와 함께 한 인생으로 회향하고픈 마음을 고하고 싶다.

사실 불교방송이 개국하던 30여년 전만해도 한국불교는 상당한 희망을 품을 수 있었다. 신도수는 1천만을 넘어 국내 제1종교의 자리를 유지하고 있었고, 세계 유일의 공중파 종교방송사로써 출발하는 불교방송에 대한 기대감도 높았다. 하지만 다음에 벌어진 현실은 그런 기대를 무색케 했다. 한국불교는 제1종교의 자리를 내주었고 탈종교 경향까지 겹쳐 그 위상이 더 떨어질까 우려되는 형편이다. 나름 열심히 해 왔다고 자임하는데 비해 초라한 성적표에 엄혹한 현실을 직면한다.

얼마 전 한 가지 통계를 접하고 새삼 놀랐다. 어느 불교단체의 후원자 연령분포인데 전체의 90%가 50대 이상이라고 한다. 노령화와 인구 감소 시대에 젊은 층의 숫자가 적을 것으로 예상은 했지만 40대 이하는 10%에 그쳤다. 게다가 젊은이들은 어르신이 후원 가입을 하면서 본인 뜻과 무관하게 동참한 경우가 많아 어르신이 돌

계율의 나무에서
공덕의 열매가

불교총지종 법장원

아하시거나 주변을 정리하는 차원에서 후원을 중단하게 되면 자연스럽게 같이 중단된다고 한다.

이는 10대, 20대, 30대 젊은 층은 물론 사회의 중추인 40대까지 불자를 찾아보기 힘들다는 반증이다. 이 외에도 불교라는 종교가 사멸해 가고 있다는 위기의식을 불러일으키기에 충분한 자료들은 도처에 있다.

다행히도 근년에 젊은 층 포교에 대한 관심이 커지고 있다. 명상과 템플스테이 등 호응이 좋은 몇 가지 포교방편에도 기대를 걸고 있다. 인구의 절반인 무종교 층의 불교에 대한 호감도가 이웃종교들에 비해 높다는 점도 호재다.

하지만 중요한 것은 실천이다. 교단의 건강성에 기초한 다양한 전략으로 사람들의 소구소망에 부응해야 한다. 씨앗을 제대로 심고 가꾸지 않으면 소기의 열매를 거둘 것도 없다는 인과법에 따라 새로운 발심으로 길 없는 길을 걸어 나가자.

계행은 마치 맑고 시원한 물이 넓고 깊게 가득 찬 것과 같아서 계율 가진 자를 위하여 몸과 마음의 때를 씻어주며, 계행은 훌륭한 보배와 같아서 착한 사람이 항상 귀중하게 여겨서 모든 허물을 영영 버리며, 계행은 좋은 말^馬과 같아서 착한 사람이 타고 절대 안락의 경지로 달리며, 세간의 복보^{福報}에는 집착하지 않는다.

『제법집요경, 諸法集要經』

어떤 나라의 궁전 뜰에 과일나무 한 그루가 있었다. 나무는 키가 크고 잎이 무성하여 향기롭고 맛있는 열매가 많이 열릴 것 같았다.

왕은 그 나무 아래서 한 신하를 만나 이렇게 물었다.

“앞으로 이 나무에 맛있는 열매가 많이 열릴 텐데 그대는 그것을 먹지 않겠는가?”

신하는 왕에게 답하였다.

“이 나무는 너무 높고 커서 먹고 싶어도 열매를 딸 수 없을 것 같습니다.”

왕이 안으로 들어간 뒤 신하는 열매를 따기 쉽도록 나무를 베어 버렸다. 그러자 열매가 열리기는 고사하고 나무가 말라



죽게 되자 그는 다시 나무를 세워 놓았지만 헛수고였다. 수행하는 사람도 그와 같다. 법의 왕이신 부처님에게는 계율의 나무가 있어 훌륭한 열매를 맺는다. 그 열매를 먹으려면 반드시 계율을 지키고 온갖 공덕을 쌓아야 한다. 그러나 그 방법을 몰라 도리어 계율을 비방하니, 그것은 마치 나무를 베어 버린 다음 다시 살리려고 하는 것과 같다.

『백유경, 百喻經』

청련화와 그 밖의 모든 꽃에서 풍기는 향기가 좋다 해도 계행 가진 사람의 계향에는 백분의 하나에도 비할 수 없다. 꽃향기는 바람을 못 거스려도 계향은 어디에나 흩어 퍼지며 내세까지 복덕이 끊임이 없고 부처님과 천신이 기뻐하시네.

『법구경, 法句經』 불교총전 발췌

늡으면 좋은 것 천지

이옥경

수필가 · 방송작가

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

늡으면 공부안 해도 된다. 늡으면 새로 시집 안 가도 된다.
 늡으면 애 안 낳고 애 안 키워도 된다. 늡으면 직장 생활안 해도 된다.
 65세 넘으면 국민연금 나오고 혜택이 많이 주어진다.
 죽으면 죽은 후에 어떻게 될지 모른다. 그래서 걱정할 필요가 없다.
 죽는 게 두렵다 하는 것은 살아 있을 때 얘기다.
 살아 있을 때는 살아 있다는 것을 즐기면 된다.
 아파도 살아 있다. 살아 있다는 것은 좋은 것이라고 생각하라.
 그렇다고 죽는 것이 나쁜가 하면 그렇지 않다.
 죽으면 그런 거 모르기 때문에 아무 걱정할 필요가 없다.

지치고 힘든 사람들의 물음에 유쾌하고 명확한 답을 주는 법륜 스님의 '늡으면 좋은 것 천지다'라는 즉문즉설에 웃음이 난다. 늡으면 좋은 것 천지라는 말이 따뜻한 위로처럼 느껴지기도 한다. 인생을 계절로 나눠 본다면 초가을 고개를 슬쩍 넘어섰다고나 할까, 인생을 하루로 나눠 본다면 해가 지기 전 막 노을이 깔릴 무렵이라고 해야 할까. 딱 그 즈음의 나이가 되고 보니 남은 계절, 남은 시간을 어떻게 보내야 할지 생각이 많아지곤 한다.



이름하여 노후. 사람은 누구나 다 나이를 먹고 나이만큼 늡어 간다. 하지만 모두가 다 잘 늡지는 못한다. 수년 전 모 글로벌 금융사가 전 세계 30~60세 사이의 1만 7,000명을 대상으로 '은퇴라는 단어를 들으면 떠오르는 것'에 대한 설문조사를 실시했는데 자유, 만족, 행복이라는 선진국의 답변과 달리 우리나라에서는 경제적 어려움, 두려움, 외로움, 지루함 순의 그야말로 우울한 답이 나왔다고 한다. 우리나라의 부실한 연금제도나 노인복지제도의 반영일 것이다. 감당할 수 없을 만큼 많은 시간이 주어졌으나 그것을 소화할 여력이 없다. 현재는 막막하고 미래는 불

안하다. 평생을 열심히 일했지만 정작 오래도록 늙어가야 할 자신을 위한 준비에는 서툴렀던 탓이다.

코로나19의 여파로 사람 만날 기회가 적어져서 그런지 이상형을 찾기 위해 익명 커뮤니티를 활용하는 20~30대 직장인들이 많아졌다고 한다. 씹쓸한 건 기본 항목의 변화다. 얼마 전까지만 해도 본인의 나이, 학벌, 직업, 외모, 성격, 취미 정도에 그쳤던 고전적인 문항에 경제력이 더해지더니 최근에는 부모의 노후 생활에 대한 설명이 필수 항목처럼 덧붙여진다는 것이다. 부모의 노후가 얼마나 탄탄하게 준비되어 있는가. 그것은 30~40년이라는 긴 시간, 부모 부양이라는 무거운 짐을 지게 될 것인가 말 것인가를 결정짓는 중차대한 전환점이기도 하다. 그들이 걸어가야 할 길은 부모의 시간보다 더 길고 아득하다. 당연시되어 왔던 부모 부양이라는 미덕이 만남의 전제 조건 중 하나로 떠올랐다는 게 서글프긴 하지만 청춘들의 고뇌를 탓할 수는 없다. 그만큼 사는 게 치열해졌기 때문이다.

그런가 하면 효도 계약서라는 신문물(!) 이야기도 심심치 않게 들려온다. 이 계약서는 자식에게 재산을 물려주면서 ‘갑’인 부모가 ‘을’인 자식을 상대로 부양을 약속받는 안전장치라고 할 수 있다. 계약서에는 을은 갑에게 매달 생활비 얼마를 준다거나 날

짜를 정해놓고 갑과 함께 식사나 여행을 한다는 등 세세한 조건은 물론, 이를 어길 시 증여를 취소한다는 조항까지 담겨 있다고 한다. 부모는 재산을 담보로 효도를 요구하고, 자식은 대가를 얻기 위해 효도를 약속한다. 하지만 문서가 다 무슨 소용이란 말인가. 지난해만 해도 효도 계약을 지키지 않았다는 자식을 상대로 부모가 제기한 부양료 청구, 재산 반환 소송 등 법정 다툼이 250여 건을 넘겼다고 하니 결과가 어찌 됐든 이미 깨져버린 부모와 자식의 관계를 회복하기가 쉽지 않을 것 같다.

시절은 변하는데 사람이 그에 따라가지 못하는 탓일까. 얼마 전 세상을 떠난 K 선생의 유해를 평장으로 모셨다는 이야기를 전하며 그의 친구 J 선생이 분노에 찬 어조로 불효막심한 자식들을 맹비난했다. 맨 땅바닥에 봉분도 없이 손바닥만 한 비석 하나 달랑 얹어놓았으니 아버지의 유해를 산중에 함부로 내다 버린 거나 진배없다는 얘기였다. 자식이 셋이나 되면 뭐 하느냐, 의사 입네 교수입네 다 소용없다, 망자의 뜻이었다고는 하지만 평소 입던 허름한 잠옷 입혀 저승길 가게 한 것도 기가 찰 일인데 장남은 피치 못할 회의가 있다고 입관 절차가 끝나기가 무섭게 서울로 내빼고, 교회 다닌다는 작은아들 내외는 아버지한테 절하는 것도 마다하고, 막내딸은 그런 오빠들을 짓찍으며 유산 같은 건 꿈도 꾸지 말라고 난리를 치더라. 아무리 살기 바쁘고 제

앞가림이 급해도 사람의 도리는 지켜야 하는 법이라며, 그래서 그는 지난 설에도 두 아들과 며느리들을 나란히 앉혀놓고 효도하지 않는 자식에게는 백 원짜리 동전도 하나 없을 줄 알라고 으름장을 놓았다면서 그야말로 갑의 위용을 자랑했다.

엎드려 절 받기다. 목소리가 크다고 갑이 아니고 고개 숙이고 있다고 을이 아닐 수도 있는데 그렇게 막무가내로, 그렇게 일방적으로 효를 강요하는 건 어쩐지 구차스럽고 공허하다. 어디에 묻히든 그것이 뭐 그리 대수란 말인가. 한 줌 재가 되어 흙으로 돌아가는 길에 무슨 옷을 입으면 어떻고 자식들의 애끓는 통곡이 없으면 또 어떤가. 세월이 더해주는 대로 나이를 먹고, 나이만큼 늙었다고 해서 다 어른은 아닐 터. 노인에게 남은 가장 큰 숙제는 자신을 버리는 일인 것 같다. 과거라는 낡은 잣대로 현재와 미래를 재단하기보다 어떤 사람으로 기억될 것인가를 생각하고 그것을 실천하는 게 먼저다.

늙는다는 것은 경제적인 능력과 함께 건강도 점점 더 나빠지는 일이기도 하다. 원하지 않더라도 누군가의 돌봄이 필요해지고, 누군가에게 기대어 살아야 할 날이 온다. 그렇다 하더라도 ‘늙으면 좋은 것 천지’라는 말 그대로 노년의 하루하루가 온화한 빛으

로 점점 더 빛났으면 좋겠다. 특히면 동네북이라도 되는 양 요란한 소리를 내다가 소리 소문도 없이 사그라지고 마는 노인 빈곤과 질병, 사회적인 고립감, 외로움, 학대, 방임... 또 그로 인한 자살과 같은 말조차 구시대의 유물로 치부할 수 있는 날이 왔으면 좋겠다.

그러나 공짜는 없다. 100세 시대, 보너스로 받게 된 20년쯤의 삶을 축복으로 바꾸기 위해서는 『본생담』의 한 구절처럼 ‘인생은 초대하지 않아도 찾아오고 허락하지 않아도 떠나간다.’라는 사실에 대한 깊은 공감과 ‘욕심을 버리고 집착을 내려놓는’ 용기가 있어야 한다. 매일 새로운 아침이 시작되듯 노년의 삶도 여전히 새롭고, 새로워져야 한다.

다만 아름답게 기억되고 싶을 뿐, 풀밭에 작은 비석 하나로 남아도 그만이고, 그조차 없이 나무 아래 묻혀도 아쉬울 게 없다. 그저 나답게 살아볼 일이다. 이왕이면 멋지게, 건강하게, 씩씩하게. 태양에 가려졌던 수많은 별이 하나둘 밤하늘을 수놓기 시작하는 딱 이맘때, 우리 모두의 별이 서서히 제 빛을 발할 수 있길 기원해 본다.

의외로 불교에 영향을 받은 영화들 BEST 10

TERU(조세훈)

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



#1 스타워즈 6부작(1977~2005)

#2 그녀(Her, 2013)

#3 사랑의 블랙홀(1993)

#4 매트릭스(1999)

#5 아메리칸 뷰티(1999)

#6 사랑도 통역이 되나요?(2003)

#7 천년을 흐르는 사랑(2006)

#8 위대한 레보스키(1998)

#9 파이트 클럽(1999)

#10 엣지 오브 투모로우(2014)

#5 아메리칸 뷰티 (American Beauty, 1999)

감독 샘 멘데스

영화 <아메리칸 뷰티>는 그 테마에서 또 다른 영화 <파이트 클럽>을 연상케 한다. 둘 다 고도화된 자본주의 생활양식에 환멸을 느낀 주인공이 생의 가치를 깨닫는 과정을 그리고 있기 때문이다.

<아메리칸 뷰티>라는 제목의 뜻은 '1.가장 고급스런 장미의 이름 2.금발에 파란 눈, 전형적인 미국 미인 3.일상에서 느끼는 소박한 아름다움'이라고 풀이되어 있다. 영화는 주인공이 이 세 가지를 얻으려는 과정을 그리고 있다. 주인공 레스터 번햄(케빈 스페이시)은 좌절감으로 가득 찬 잡지사 직원으로 하루하루를 무기력 속에서 살아간다. 부동산 중개업자로 일하는 아내 캐럴린(아넷 베닝)은 무능력한 남편을 질책하고 물질 만능의 길을 추구한다. 딸 제인(도라 버치)은 아버지를 미워하고, 자기혐오에 빠진 10대 소녀다.

영화 초반에 레스터는 인생의 모든 즐거움을 잃었기 때문에 “난 이미 죽어있는지도 모른다. 내 아내와 딸은 내가 엄청난 패배자라고 생각한다.”라고 말한다. 그의 삶은 목적을 잃어버려 공허하고 그의 물질적인 위안은 그를 더욱 고통스럽게 할 뿐이다.

레스터에 대한 영적인 논평은 리키 피츠(웨스 벤틀리)가 제공한다. 권위적인 아버지를 두려워하며 살아가는 리키는 캠코더 촬영하는 취미로 불만을 잠재우고 있다. 반면에 레스터는 리키를 보면서 이미 사

라진 자신의 소년 시절의 꿈을 회복하려고 한다. 캐럴린은 직업적으로 성공하기 위해 목매달고 있고, 제인은 자신감을 얻기 위해 가슴 성형 수술을 원하고, 레스터는 고등학생 안젤라에 대한 욕망에 사로잡혀 있다. 이처럼 다른 인물들은 이기적인 쾌락을 추구하는 반면 오직 리키만이 한 걸음 뒤로 물러나 그의 주변에 일어나는 사태를 지켜본다.

중국에는 레스터는 직장을 내던지고 매혹적인 안젤라에 대한 사랑을 당당하게 키우며 매력적인 남성으로 눈부시게 변신한다. 이 같은 레스터의 정신적 해방은 일본 조동종의 ‘무소득(無所得)’이라 부르는 것과 관련이 있다.

일본 조동종의 다이센 데시마루 선사는 좌선을 통해 참된 자아를 찾는 것을 중요시했는데, 좌선시 어떤 의도적인 목적을 전제로 하는 행위를 삼가고 지금 이 자리에 집중해야함을 설파하며 ‘무소득’이란 말을 여러 번 강조했다.

무소득(無所得)이란 산스크리트어 시마티가(simatiga)를 번역한 말인데, 『반야심경(般若心經)』에서는 무소득(無所得)을 무소유(無所有)라고도 한다. 법정 스님의 무소유를 떠올리면 된다.

破屋春寒怯透颺 허름한 집이라 봄추위에 찬바람 새어 들새라
呼兒添火衛形羸 아이 불러다 땀감 더 넣게 해 여윈 몸 덥히곤
抽書靜讀南窓裏 책 뽑아 들고 남쪽 창가에서 고요히 읽노라니
有味難名獨自怡 형언키 어려운 맛이 있어 홀로 기꺼웁구나

- 이황(李滉, 1501~1570), 『퇴계집별집(退溪集別集)』 1권 「춘한(春寒)」

2023년이 이젠 음력으로든 하마 보름이 지나고 절기로든 입춘을 넘겨, 겨우내 웅크려 있던 사람들의 마음속에도, 바짝 메말라 있던 나뭇가지의 끝에서도 따뜻한 봄에 대한 희망이 싹트고 있습니다. 봄은 이제 저만치 서 있어, 손짓만 해도 곧바로 다가올 것 같습니다.

요새 날씨를 보면 한겨울에 비해 기온이 한결 높아지기는 했습니다. 그런데 우리는 왠지 한겨울의 추위보다 이맘때의 추위에 몸을 더 떨게 됩니다. 여러 이유가 있겠지만, 따뜻한 봄을 갈망하는 마음의 작용이 가장 큰 듯합니다. 봄이 됐고, 봄이 됐으니 따뜻해야 한다는 무의식이 마음속에 자리 잡고 있던 한겨울 추위에 대한 공포어린

긴장을 몰아내고, 그 느슨해진 경계를 봄추위가 비집고 들어와 몸을, 더 나아가 마음을 떨게 하는지도 모르겠습니다. 어차피 봄이라는 계절도, 달력이라는 물건도 인간이 자연현상을 관찰하여 어렵잡아 만든 허울일 뿐입니다.

이제 우리에게 따뜻하지 않은 봄은 의미가 없어졌습니다. 그렇다면 진정한 따뜻한 봄은 어디에 있을까요?

퇴계 선생은 49세가 되던 1549년 12월에 풍기 군수로 있다가 상관인 경상 감사에게 병을 이유로 세 번이나 사직을 요청했으나 회답을 받지 못하자 바로 귀향합니다.

그리고 이듬해 봄, 고향에 있으면서 이 시를 짓습니다. 이 시를 짓게 된 계기가 이런 역사적 사실 때문이라고 바로 말하기는 어렵겠지만, 그렇다고 아예 관계가 없다고도 볼 수 없을 것입니다.

그가 고향에서 맞이한 봄은 생각보다 춥습니다. 지천명의 나이가 되고 근무지 무단이탈로 인해 처벌을 받았으니 심사가 편치 않았을 것이라 짐작됩니다. 그 차가운 온도를 느끼며 위축되어 있을 수도 있었겠지만, 그는 그대로 떨고만 있지는 않았습니다. 난로에 땔감을 넣어 세상의 차가운 공기를 막는 결계를 칩니다. 시나브로 온기가 퍼져 이젠 더 이상 춥지 않습니다.

그러자 그는 그 안에서 책을 뽑아 들고 남으로 난 창 아래에 앉아

흐뭇이 쏟아지는 환한 빛을 맞으며 고요히 읽습니다. 입가에 한 줄기 미소가 피어오릅니다.

살다보면 누구나 세상살이가 마음과 같지 않아 힘들 때가 있습니다. 그럴 때면 세상이 아무리 봄이 왔다 속여도 그 따뜻함을 느끼지 못하는 법입니다. 오히려 세상은 봄인데 나만 겨울이라는 생각에 더욱 기가 죽기도 합니다. 하지만 행복하게만 살기에도 짧은 것이 우리네 인생입니다.

그렇다면 퇴계 선생이 했던 것처럼 나의 행복을 위해 봄이 당장 오지 않았더라도 나만의 작은 봄을 만들어 보는 것은 어떨까요?

원하는 일을 당장은 이루지 못해도 좋아하는 일을 하면서 원하는 일을 성취할 힘을 기르자는 말입니다. 오늘 내가 힘들다면 학원을 하루쯤은 빼고 이불 속에서 굴을 까먹으며 라디오를 들어도 좋을 일입니다.

그러다 보면 세상의 봄을 나도 따뜻하게 느낄 날이 조만간 오지 않을까요?

아기돼지 삼형제의 교훈

방귀희

사)한국장애인예술인협회 대표
 송실대학교 겸임교수
 불교총지중 사회복지재단 이사
 <E美지> <숯대평론> 발행인
 저서 : <불교의 복지사상> <배제와 포용>
 <상당한 메시지를 팝니다> 등

조지프 제이콥스의 동화 <아기돼지 삼형제> 이야기는 우리 사회에 주는 교훈이 있다. <아기돼지 삼형제>가 미국에서 대박을 터트리면서 미국의 최대 위기인 대공황을 이겨내게 한 사실에 주목할 필요가 있다.

우선 <아기돼지 삼형제>가 대박이 난 이유부터 설명해야 한다. 이야기를 어떤 용기에 담느냐에 따라서 받아들이는 느낌이 달라진다. 그림책으로 읽을 때와 움직이는 애니메이션으로 접할 때의 감동은 확 다르다. 같은 내용(콘텐츠)이라도 그것을 어느 용기(컨테이너)에 담느냐에 따라 독자들의 몰입도에 차이가 난다. 그런데 대박이 나는 것은 콘텐츠와 컨테이너 외에 콘텍스트(맥락)라는 환경적 요인이 작용된다는 점이다.

1933년 월트 디즈니에서는 <아기돼지 삼형제>를 애니메이션으로 제작해서 큰 성공을 거두었다. 스토리가 새로워서도 아니고 애니메이션 영화를 처음 보아서도 아니다. 그때 미국은 경제적으로 대공황이라는 최악의 상황이었다. 루즈벨트 대통령이 대공황을 이겨내겠다고 국민들을 설득시키고 있었을 때였다.

미국 시민들은 <아기돼지 삼형제> 영화를 보면서 루즈벨트 대통령의 호소를 믿게 되었다. 그 배경을 잠시 설명하면 아기돼지 삼형제를 독립시키며 엄마돼지는 ‘열심히 노력하면 반드시 좋은 일이 생긴다.’고 말해준다. 집을 나간 첫째 돼지는 벼짚으로 집을 짓는다. 그것이 쉽기 때문이다. 그리고 둘째 돼지는 나무로 집을 짓는다. 보통 나무로 집을 짓기 때문이다. 그런데 셋째 돼지는 벽돌을 한 장 한 장 짚어서 어렵게 벽돌집을 짓는다.

아기 돼지들이 집을 짓는 동안 늑대는 호시탐탐 아기 돼지들을 노렸다. 그래서 첫째 돼지 집으로 가서 입김으로 간단히 집을 쓰러트리려고 들어갔다. 다음은 둘째 돼지 집 차례였다. 나무집이라서 입김으로는 역부족이라 몸으로 세계 부딪혀 집을 무너트렸다. 그 다음은 셋째 돼지 집 차례였는데 늑대는 벽돌집을 부셔버릴 힘이 없었다. 그래서 지붕으로 올라가서 굴뚝을 타고 집안으로 들어가기로 하였다. 그래서 셋째 돼지는 불을 지피기 시작하였고 굴뚝에서 내려온 늑대는 뜨거운 불 속으로 퐁당 빠진다.

마침 첫째와 둘째 돼지가 막내 돼지 집으로 피난을 와있었는데, 셋째 돼지 덕분에 모두 안전할 수 있었다는 이야기이다. 사람들은 이처럼 시간이 걸리더라도 튼튼한 벽돌집을 지으면 미국이라는 나라는 안전하다는 판단으로 정부를 믿게 되었다. 정부는



경제적으로 어려운 시민들에게 정부 예산으로 현금을 지원하는 대신 뉴딜 정책으로 일자리를 만들어주었다. 당장 손에 쥐어주는 몇 푼의 돈으로는 시민도 나라도 살아남을 수 없다는 것을 미국 시민들에게 알려준 것은 다름 아닌 <아기돼지 삼형제> 이었던 것이다.

<아기돼지 삼형제>에서 첫째 돼지는 벼짚으로 집을 지었기 때문에 바로 비바람을 피할 수 있었지만 막내 돼지는 혼자서 벽돌 집을 짓느라고 피약별 아래에서, 비바람을 온몸으로 맞으며 일

을 해야 했다. 하지만 형제들이 늑대한테 쫓겨서 찾아왔을 때 열린 문을 열어주었다. 결국 삼형제가 힘을 합해 그 무서운 늑대를 잡을 수 있었다. 형제니까 당연히 어려울 때 도와주고 힘을 합해야 한다는 생각은 요즘 시대에는 통하지 않는다. 형제끼리 재산 싸움을 하느라고 폭력을 행사하고 재판을 하며 서로에게 피해를 주는 오늘 날, 이렇게 마음을 모으면 모두 다 잘 살 수 있다.

더 넓은 의미로 국민 또한 서로 마음을 모으면 위기를 극복할 수 있는 방법을 찾을 수 있다. 위기를 넘기면 번영할 수 있다. 그런데 우리는 방법을 몰라서 위기에 빠진 것이 아니라 방법을 실행하지 않아서 위기를 불러들인 것이다.

프랑스가 연금개혁을 한다고 하니 프랑스 시민들이 모두 거리로 나와서 반대를 하고 있다. 어디 프랑스뿐이라 세계 곳곳이 경제 불황으로 몸살을 앓고 있다. 당장 먹고살아야 한다는 미시적 관점으로 세상을 보기 때문에 우리의 후손들에게 빈 독을 물려주게 된다. 나 혼자 사는 세상도 아니고 나는 또 다른 나로 이어지기 때문에 거시적으로 세상을 바라봐야 한다. 지금 우리에게 필요한 것은 <아기돼지 삼형제>가 보여준 형제애 그리고 협업 정신이다. 위기가 누구 탓이라고 따지기 전에 우선 위기에서 벗어나기 위해 힘을 모으는 연대감부터 가져야 하지 않을까?

어느 사형수의 고백

남해 정사
단음사 주교

중국의 공안이 재산 7조원의 광산재벌 한룽그룹 류한 회장의 사형 집행을 위해 어깨를 잡자 오열하며 선처를 호소하며 평평 울었다. 류한 회장은 경쟁관계에 있는 8명을 살해하는 등 11가지 혐의로 4명의 직원과 함께 사형 선고를 받았는데 그는 사형 직전에 이런 말을 남겼다.

“다시 한 번 일생을 살 수 있다면 노점이나 작은 가게를 차리고 가족을 돌보면서 살고 싶다.”

“내 야망, 내 인생, 이 모든 게 잠깐인 것을 그렇게 모질게 살지 않아도 되는 것을.”

“바람의 말에 귀를 기울이며 물처럼 그냥 흐르며 살아도 되는 것을.”

“악쓰고 소리 지르며 악착같이 살지 않아도 되는 것을.”

“말 한마디 참고, 물 한 모금 먼저 건네주며, 잘난 것만 재지 말고 못난 것도 보듬으면서.”

“거울 속의 자신을 바라보듯이 서로 불쌍히 여기고, 원망하고 미워하지 말고, 용서하며 살길 그랬다.”

“세월의 흐름이 모든 게 잠깐인 삶을 살아간다는 것을, 흐르는

물은 늘 그 자리에 있지 않다는 것을 왜 나만 모르고 살았을까?”

“낙락장송은 말고도 그저 잡목림 근처에 짙레나무 되어 살아도 좋을 것을.”

“근처에 도랑물 시냇물 졸졸거리는 물소리를 들으며 살아가는 그냥 소나무 한 그루가 되면 그만이었던 것을.”

“무엇을 얼마나 더 부귀영화를 누리겠다고 그 동안 아등바등 살아 왔는지 몰라.”

“사랑도 예쁘게 익어야 한다는 것을, 덜 익은 사랑은 쓰고 아프다는 것을, 예쁜 맘으로 기다려야 한다는 것을, 젊은 날에 나는 왜 몰랐나 몰라.”

“감나무의 흥시처럼 내가 내 안에서 무르도록 익을 수 있으면 좋겠다.”

“아프더라도 겨울 감나무 가지 끝에 남아 있다가 마지막 지나가는 바람이 전하는 말이라도 들었으면 좋았을 것을.”

중국 한룽그룹 류한 회장은 1990년대 운송업과 무역업으로 사업을 시작하여 1997년 스촨성에서 법인 한룽그룹을 만들고 미국과 호주의 광산을 구입, 7조 이상의 큰 재산을 축적한다. 그렇게 그는 스촨성의 정협 3선 위원, 상무위원 등으로 정재계 유력 인사로 자리 잡는다. 하지만 류한 회장은 지나친 욕심으로 자신의 반대세력과 경쟁세력을 견제가 아닌 제거 할 목적을 갖고

8명을 고의로 살해하게 된다. 그렇게 그가 중국 공안에게 끌려가며 울음을 터트리며 모습이 카메라에 잡히고, 사형집행 직전 자신의 가족면회를 끝으로 마지막 유언을 남긴다.

업은 일어나야 하는 속성이 있고, 사람들은 업을 받은 후에야 자신의 잘못을 알게 되고, 후회하고 뉘우치게 된다. 인과에 의해 일어나는 업이라는 것이 이런 것이다. 그리고 받을 업을 소멸시키고 최소화 시킬 수 있는 방법은 업을 받기 전에 잘못을 뉘우치고, 참회하고, 용서를 구하고, 몸과 입과 뜻으로써 좋은 업을 짓는 것이다.

우리가 수행하고 불공하는 이유는 있는 그대로를 바르게 바라보고 직시하여 내 안과 내 밖에서 일어나는 변화를 관찰하고 알아차리는 것을 통해 앞으로 일어나게 될 일들을 대비하며 과거의 잘못에 대해 참회하고, 복을 지어야 하는 것에 있다.

그러면 이 우주법계가 나를 위해 앞으로 일어나게 될 업에 대해 미리 알 수 있도록 당체법문으로 알려줄 것이다.



모로 가도 서울만 가면 된다

김성철

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

“모로 가도 서울만 가면 된다.”

‘모로’는 ‘비껴서, 옆쪽으로, 가장자리로, 대각선으로’ 등을 뜻하는 부사다. 옆으로 걸어가도 서울만 가면 된다. “그 방법이야 어쨌든 결과만 좋으면 된다.”는 뜻이다. 걸어가든, 기어가든, 날아가든, 혹은 곧장 가든, 둘러 가든 서울만 가면 된다.

누군가를 비난할 때 이 속담을 인용하여 “모로 가도 서울만 가면 되는 줄 아나봐!”라고 말할 수 있다. 그런데 수많은 역경을 헤치고 어떤 큰일을 해낸 사람을 향해서 “모로 가도 서울만 가면 된다.”라고 격려할 수도 있으리라. 이렇게 이 속담은 긍정적으로도 쓰일 수 있다. 이 속담을 불교수행에 적용할 때 바로 그렇다. 모로 가도 서울만 가면 되듯이 염불이든 참선이든, 밀교든 현교든, 간화선이든 위빠싸나든 불교의 궁극적 깨달음을 얻게 해 주면 그 수행은 정법正法이다.

그런데 모로 걸어서 서울로 갈 때 목적지인 서울이 어떤 곳인지 정확히 알고 있어야, 나중에 서울에 도착한 것을 확인할 수 있듯이, 불교의 깨달음이 무엇인지 정확히 알고 있어야, 내가 체



득한 경지가 올바른 깨달음이라고 나 스스로 알 수 있으리라.

그러면 불교의 깨달음은 무엇일까? 답은 간단명료하다. ‘번뇌가 사라지는 것’이다. 부처님의 깨달음과 가르침은 고, 집, 멸, 도의 사성제(四聖諦)로 요약된다. 사성제란 네 가지 성스러운 진리란 뜻이다. 모든 현상은 궁극적으로 고통스러운 것이라는 고성제, 그런 고통의 원인은 내 마음 속의 탐욕, 분노, 우치(愚癡)와 같은 번뇌라는 집성제, 이들 번뇌를 모두 제거하여 고통이 사라지는 열반의 멸성제, 그리고 이렇게 번뇌를 제거하는 팔정도(또는 계정혜 삼학)의 수행인 도성제다. 사성제에 대한 통찰을 현관(現觀)이라고 부르는데, 사성제 현관의 궁극적 목표는 멸성제인 열반의 증득에 있다. 즉, 불교수행의 길에서 최종 목표는 번뇌가 소멸한 열반이다. “모로 가도 서울만 가면 된다.”고 하듯이, 그 어떤 수행법을 선택했어도 나에게 열반을 증득하게 해 주면 그 수행법은 정법이다.

앞에서 말했듯이, 열반은 ‘번뇌의 소멸’이다. 따라서 내가 열반을 얻었는지, 아닌지 확인하는 방법은 탐욕, 분노, 우치와 같은 번뇌가 아직 남아있는지, 아니면 완전히 사라졌는지 스스로 점검해 보면 된다. 이성에 대한 음욕, 음식을 가리고 탐하는 식욕, 잘난 체 하며 품 잡고 싶어 하는 명예욕, 재물이나 권력을 추

구하는 마음 등이 탐욕이다. 분노는 남에 대한 미움, 화, 질투, 저주, 적개심 등으로 나타난다. 내가 어떤 수행을 했는데, 꿈에라도 이런 감정이 남아 있다면 나는 아직 깨달은 사람이 아니다. 또 ‘어리석음’이라고 번역되는 우치가 남아있어도 나는 깨달은 사람이 아니다.

여기서 말하는 우치는 소나 말처럼 어리석은 게 아니다. 머리는 좋아도 ‘잘못된 종교관’을 갖는 게 우치다. 또 “내가 누구인지?”, “세상 만물이 왜 존재하는지?”, “내가 왜 태어났는지?”와 같은 철학적, 종교적 의문이 여전히 남아 있거나, 누가 이런 질문을 했을 때 상대방이 이해하도록 설명하지 못한다면, 아직 우치가 사라진 게 아니다.

“모로 가도 서울만 가면 된다.”고 하듯이, 그 어떤 수행을 해도 탐, 진, 치의 번뇌를 제거해주면 그 수행은 정법이다. 그렇지 않으면 그 수행은 사법(邪法)이든지, 내가 그 수행을 제대로 하지 못한 것이다.

사찰의 커피문화

김상미

동국대학교 불교문화대학 불교학전공 / 바리스타

앞서 선불교의 다도는 마음을 기반으로 한 초의선사의 다선일미 사상에 뿌리를 두고 있음을 확고히 밝힌 바 있다. 따라서 이를 바탕으로 차와 커피를 생산과정의 맥락으로 일치시켜 조도(助道)로써 바라보았다.

하지만 이러한 차와 커피를 오랫동안 수행의 한 방편으로 여기며 생활을 해 오신 한 스님의 일가견으로는 진정으로 차와 커피를 마시는 스님들은 본연의 깊은 맛을 알기 때문에 스님들이 직접 텃은 차와 볶은 원두만을 사용하여 애용한다고 한다. 그리고 이러한 직접적인 체험과 수행을 바탕으로 차는 소량이라 하여도 텃는데 9시간 이상 걸린다고 하면, 원두는 같은 소량이어도 1~2시간이면 충분히 볶을 수 있다고 한다. 때문에 생산과정만 보아도 차와 커피는 하나로 보기에 매우 어려운 부분이며 신중하게 살펴야함을 강조하였다.

오늘날 커피를 마시기까지와 마신 후의 전 과정을 불교의 수행으로 삼아 자비사상이라고 한다면 지나친 말은 아니다. 왜냐하면 항간에 대두되고 있는 커피원두의 공정무역에 관한 인부들의 노동력 착취에 관하여 불교의 커피문화에서 어떻게 수용



할 것인가에 대한 문제를 제기할 수 있기 때문이다. 부처님 가르침에 따라 스스로도 이롭고 타인에게까지 이롭게 해야 하는 것이 그 이유이다. 즉 자리이타(自利利他) 정신과 그 근본인 자비(慈悲)사를 현실의 커피수요 증가 및 원두공급 측면에서 자리(自利) 뿐만이 아닌 이타(利他)로 까지 나아갈 수 있게끔 실천을 해야만 한다. 그렇지 않으면 모순에 빠지게 된다.

실제로 이와 관련하여 비영리 재단법인 아름다운 커피를 들 수 있는데, 모 사찰의 스님은 이곳에서 지속적인 원두를 구매하는 실정이라 한다. 따라서 인부들의 노동력으로 원두를 공급받지만 재단의 공정무역 시스템을 통해 그들의 삶을 향상시킬 수 있다는 점에서 하나의 대안으로 보여 진다.

다음으로 사찰의 커피문화와 활용방안이 자칫 상업적으로 변질될 수 있다는 것은 넓게는 불교의 '본연'으로부터의 수행적인 측면과 현실적인 커피문화의 과정이 맞물리며 불합리한 관계로의 위험이 따른다는 점이다. 이는 상대적으로 값싸고 질 좋은 사찰의 커피문화가 자리 잡지 못하는 상황과 연관될 수 있다.

분명하게도 동양의 차 문화는 일찍이 신라시대 때부터 부처님께 차를 공양물로 올렸다는 점에서 불교와 깊은 관련이 있음을 살펴보았다. 또한 커피는 한국에 전래되었던 시기에 양탕^{洋湯}국, 가배^{珈琲}로 불리었다. 불교에서는 '다도' ^{茶道}가 있다. 그리고 그 안에 '차'가 있다. '다도'는 말 그대로 차의 길, 이치, 덕행이며 차 잎 따기에서 달여 마시기까지 다사^{茶事}로써 몸과 마음을 수련하여 덕을 쌓는 행위를 수행차원에서 말한 점으로 알려졌다.

아름다운 커피(2002년 아름다운가게로부터 시작 된 한국의 대표적인 공정무역 단체,
공정무역 브랜드 <http://www.beautifulcoffee.org>)

이제 불교인들에게는 '가배도' ^{珈琲道}가 나타날 때이다. 그 안에 '커피'가 있다. '가배'는 커피를 중국말로 하였을 때 '가비'라는 말을 한자음으로 옮겨와 생겨난 말이다. 이에 다도의 정의와 견주어 본다면 커피열매를 수확하고 콩을 볶아 내려 마시는 과정까지 가배사^{珈琲事}로써 몸과 마음을 수련하여 덕을 쌓는 행위를 말한다고 여길 수 있을 것이다.

불교와 커피와의 명확한 접점을 찾기가 쉽지는 않지만 수행자에게 차와 커피를 조도^{助道}로써 일치시켜 몸^身과 마음^心에 두고 관계를 맺고자 하였다. 불교에서 다도뿐만이 아닌 핸드드립 커피에서 더 나아가 콩을 볶는 로스팅 과정으로까지 도의 경지로 승화시킬 수 있는 커피의 가능성은 그야말로 무궁무진하다. 이러한 점을 두고서 차와 커피 모두를 일거수일투족인 수행 그 자체의 태도로 수용하고 응용할 수 있다. 사찰의 커피문화, 더 나아가 불교의 커피문화로 충분히 발돋움하며 발전할 수 있을 것으로 기대한다. **연재 마지막**

녹차와 커피의 카페인

김정애
다도전문가
정각사 교도

보통 커피의 카페인을 피하기 위해 녹차를 찾는 이들이 있습니다. 그러나 녹차에도 카페인이 들어있는데, 그 양은 커피의 1/5 정도이며 여러 실험을 통해 100ml당 카페인 함량이 녹차는 10ml, 커피는 50ml로 밝혀졌습니다. 이렇듯 카페인 함량의 차이가 나는 원인은 무엇일까요?

1. 찻잎과 커피콩의 양

찻잎 속의 카페인은 커피콩에 비해 높은 편이지만 차 한 잔에 소요되는 찻잎은 커피콩 보다 훨씬 적기 때문에 카페인양은 커피가 훨씬 많습니다. 일반적으로 커피는 한 잔당 원두 20g(1shot 에 보통 10g 사용)을 사용하는 반면, 차는 건엽을 기준으로 했을 때 3~4g만 들어가기 때문입니다.

2. 물의 온도 차이

카페인도 기본적으로 뜨거운 물에 잘 우러나는 성질을 가지고 있습니다. 보통 녹차는 80℃가 넘으면 떫은맛이 나기에 따뜻한 물(70~85℃)로 마시지만 커피는 95~100℃ 의 끓인 물로 내려 음용합니다. 커피가 더 높은 온도에서 추출되기에 카페인 함량도 그만큼 높습니다.



3. 카페인 외 성분

녹차의 카페인 성분은 순수 카페인 성분만 들어 있는 커피에 비해 흥분작용이 완만하고 또 그 지속 시간이 매우 짧다는 특징이 있습니다. 머리가 멍하고 집중력이 떨어질 때 커피를 마신 뒤 1~20분 후에 머리가 맑아지고 집중력이 올라온다고 한다면 녹차는 1~2시간 정도 걸립니다. 이는 녹차에 떫은맛을 내는 카테킨이라는 성분이 우리 몸의 중독요소를 섭취하는 속도를 늦추거나 없애주는 역할을 하기 때문입니다.

카테킨은 산화작용과 항산화 작용으로 인하여 카페인이 우리 몸
에 흡수되는 것을 늦추고 심장 두근거림이나 흥분을 가라 앉혀 줍
니다. 또한 감칠맛을 내는 데아닌도 카페인 억제효과가 있어 카페
인 때문에 발생하는 신경전달물질 ‘세로토닌’ 상승을 줄여 흥분을
억제하고 혈압을 낮추는 효과가 있습니다.

이렇듯 커피와 녹차에 들어 있는 카페인은 양질과 성분의 차이
로 인해 미세한 차이가 발생하게 되는 것입니다.

이러한 카페인은 식물성 알칼로이드에 속하는 흥분제의 일종으
로 적당량이 인체에 흡수되면 신진대사를 촉진시켜 잠을 쫓고 정
신 활동을 높임으로써 기억력, 판단력, 지구력을 증강시키고 심장
의 운동을 왕성하게 하며 두통억제 등의 효과가 있습니다.

그러나 지속적인 카페인 섭취는 불면증, 골다공증, 속쓰림 등을
유발시킬 수 있는 만큼, 적당량의 섭취가 필요합니다. 성인 기준 하
루 카페인 권장량은 400mg입니다. 커피는 하루에 아메리카노 톨
사이즈로 2잔 반, 라떼는 3잔, 녹차는 하루 10잔 정도입니다.

우리에게 주는 건강의 이로움도 있지만 부작용 또한 일으킬 수
있는 카페인을 잘 조절해 섭취한다면, 그만큼 삶의 질 또한 향상 될
것입니다.

울렁울렁 울렁대는 가슴 안고
연락선을 타고 가면 울릉도라
뱃머리도 신이 나서 트위스트
아름다운 울릉도

붉게 피어나는 동백꽃 꽃잎처럼 아가씨도 예쁘고
둘이 먹다가 하나 죽어도 모르는 호박엿
울렁울렁 울렁대는 처녀가슴
오징어가 풍년이면 시집가요
육지 손님 어서 와서 데려가요 나를 데려 가세요

- 울릉도 트위스트 song by 이시스터즈

아마 글을 읽으면서 노래 흥얼거리는 독자님들 많으시리라 생각
이 든다. 내가 처음 만난 울릉도는 1992년이였다. 벌써 30년 전이
다. 대학 다니면서 필자는 교지를 만드는 편집실에 있었고 여름 겨
울방학이면 취재를 핑계로 경치 좋고 공기 좋고 물 좋은 곳으로 수
련회를 다녔었다. 92년 수련회 장소는 울릉도였고 울릉이라는 신
비의 섬으로 간다는 마음에 신발도 사고 짚으로 엮은 영화 ‘연인’에



나오는 여 주인공이 쓰고 다니던 모자도 구입했었다. 그때를 떠올리니 웃음이 절로 지어진다.

지금은 쾌속선이라 울진에서 출발하면 3시간 안에 갈 수 있지만 그때만 해도 진짜 트위스트를 추면서 멀미에 시달리며 배 바닥에 납작 엎드려 7시간 정도를 가야 했었다. 울릉도에서의 기억은 물가가 육지보다 많이 비싸서 놀랐고 성인봉 등반 때 내가 생각 외로 쉼쉴하게 잘 올라가서 놀랐던 기억이 있다. 이런 추억의 울릉도를 최근에 친한 언니의 초대로 아주 설레며 다녀오게 되었다.

울릉도 가면 우리의 독도 또한 꼭 다녀와야지 했는데 아쉽게도 독도 기행은 다음 기회로 미뤄야 했고, 30년 전 기억을 안고 그렇게 우리는 출발했다. 여객선 터미널에는 물론 멀미약을 판매하는 곳이 있었고, 가끔 꼭 챙겨야 하는 신분증을 안 가져 오는 여행객들

을 위해 발급 받을 수 있는 무인발급기도 구비되어 있었다. 그리고 요즘은 IT 강국답게 내 폰 안의 모바일 신분증을 발급 받을 수 있어 그냥 가볍게 떠나기만 하면 된다.

여객선 창을 통해 바라보는 아름다운 수평선은 동해의 태양 아래 푸른 하늘 푸른 바다와 맞닿아 눈부시게 쾌청하다. 30년 전 배에서는 너무나 운이 좋아 돌고래 떼들의 유연한 움직임을 볼 수 있었는데, 이번에도 볼 수 있지 않을까 하는 기대감에 은근슬쩍 창밖을 바라보았지만 아쉽게도 보이지 않았다.

울진에서 출발한 여객선은 사동항에 도착한다. 육지와는 사뭇 다른 느낌 그리고 제주와도 다른 섬의 느낌이다. 울릉도는 도둑, 뱀, 거지가 없고 미인, 눈, 바람, 오징어, 향나무가 많은 무공해 삼무오다(三無五多)의 섬이다. 나를 마중 나온 언니와 형부가 저 멀리서 손을 흔들어 준다. 인사를 나누고 차에 승차를 하니 형부는 “여기서는 마스크 안껴도 된데이~ 우리는 청정지역 아이가~”라며 너스레를 떠다.

언니 부부가 나에게 제일 먼저 소개해 주는 곳은 울릉공항이었다. 2025년 겨울이면 완공이 되는 울릉공항은 지금 공정률이 30% 정도 진행이 되고 있었고, 울릉의 장밋빛 미래를 약속하고 있는 듯 했다.

〈다음 호에 계속〉

우리 아이 양육 길라잡이

강남구 구립어린이집연합회

강남구에 60여 곳 이상 자리 잡고 있는
구립어린이집 연합



삽화= 유혜림

01 공갈젖꼭지에 집착하는 아이

02 고기만 먹고 채소는 안먹는 아이

03 잘 먹지 않거나 음식을 입에 물고 있는 아이

04 제자리에서 안먹고 돌아다니면서 먹는 아이

05 대소변을 가리지 못하는 아이

06 소변을 참다가 옷에 실수하는 아이

07 씻지 않으려고 하는 아이

08 이를 닦지 않으려고 하는 아이

09 계절과 상황에 안맞는 옷을 입으려는 아이

10 스스로 옷과 신발을 벗지 않으려는 아이

01. 공갈젖꼭지에 집착하는 아이

아이는 아침에 일어나 잠자기 전까지 하루 종일 공갈젖꼭지를 입에 물고 생활을 한다. 다만 자신이 좋아하는 음식을 먹거나, 놀이할 때는 공갈젖꼭지를 찾지 않기도 한다. 공갈젖꼭지가 아이에게 좋지 않다고 하여 걱정스러운 마음에 공갈젖꼭지를 주지 않거나, 물고 있는 공갈젖꼭지를 빼려고 하면 아이는 이로 물거나 자지러지게 울며 공갈젖꼭지에 집착하는 것 같아 걱정스럽다.

· 원인

- 1) 공갈젖꼭지를 하고 있는 동안에는 아이가 엄마를 찾지 않고 온순하게 오랜 시간 잘 있어서 엄마가 습관적으로 공갈젖꼭지를 제공했을 경우
- 2) 구강기 시절 입, 혀, 입술, 잇몸 등 구강 위주의 욕구를 충분히 만족하지 못했을 경우
- 3) 부모의 잘못된 양육 방법 및 관련 지식 부족으로 개월 수에 맞는 엄마(양육자)의 적절한 자극이나 상호작용을 제공받지 못한 경우

· 지도방법

- 1) 아이가 관심을 가지고 집중할 수 있는 것이 무엇인지 살펴본다.
- 2) 아이 혼자 놀이가 아닌 부모가 아이의 놀이에 적절히 개입하여 계속해서 놀이에 집중할 수 있도록 상호작용을 한다.
- 3) 아이의 잠재된 에너지를 적절하게 해소할 수 있는 활동적인 신체활동을 제공한다.
- 4) 인형과 같은 애착을 가질 수 있는 애착 장난감을 제공한다.
- 5) 아이가 울거나 심하게 보채도 상황을 모면하기 위해 공갈젖꼭지를 쥐선 안된다.
- 6) 아이가 공갈젖꼭지의 허전함을 느끼지 못하도록 좋아하는 놀이나 흥미를 느낄 수 있는 다른 것으로 관심을 유도한다.

비석 형태로 다듬은 돌에 불상과 상을 조성한 기록을 새긴 불비상^{佛碑像}은 중국에서 북위시대부터 당대^{唐代}에 이르기까지 다양한 형태로 조성되었습니다. 특히 불비상에 새겨진 글자는 조성 시기와 발원^{發願}한 사람, 조성 당시의 역사·사상적 배경까지 알 수 있어 학술 가치가 큼니다.

계유명삼존천불비상^{癸酉銘三尊千佛碑像}은 그 가운데 규모가 가장 크고, 몸체(비신부)·받침돌(대석)·지붕돌(옥개석)이 잘 남아있어 비상 형식의 전형을 보여줍니다.

백제 유민들의 발원으로 만든 불비상

1960년과 1961년에 충청남도 세종특별자치시(옛 연기군) 서광암, 비암사, 연화사와 인근 지역인 공주시 정안면에서 모두 7구의 비상이 확인되었습니다. 이 불비상들은 모두 흑회색 납석 계통의 돌을 사용하였고 조각 기법과 양식도 동일하여, 같은 조각가 집단에 의해 제작됐을 것으로 봅니다. 이 중 4구의 비상에는 연대가 기록된 명문^{銘文}이 새겨져 있어서 제작 시기와 제작 연유를 알 수 있습니다. 백제 성씨, ‘내말’ ‘대사’ 등 신라 관등과 함께 ‘달솔’ 등의 백제 관등 명도 보입니다. 이로써 통일신라 초기에 백제 유민들이 발원한 불사^{佛事}가 이어져 오고 있었다는 사실을 알 수 있습니다.



계유명삼존천불비상, 통일신라 673년, 높이 91.0cm, 국보, 신수549
 <국립중앙박물관 큐레이터 추천 소장품, 김혜경> 제공

계유년에 만든 삼존천불비상

계유명삼존천불비상은 전해지는 이야기에 따르면 원래 조치원 읍내에서 발견한 것을 서광암으로 옮겨 봉안해오던 것이라고 합니다. 받침돌과 몸돌은 하나의 돌로, 지붕은 별개의 돌로 만들어 엮였습니다. 몸체 앞면 하단 중앙의 삼존불은 가운데 본존불좌상을 중심으로 좌우에 협시보살상을 대칭으로 배치하였습니다. 본존불은 두터운 대의가 양어깨를 덮는 통견형식으로 입었고 방형대좌 위에 결가부좌 하였습니다. 대의자락은 대좌를 덮어 좌우대칭을 이룹니다. 머리 뒤의 두광은 가장자리를 구슬을 펜 듯한 모양의 연주문으로 장식한 원형 광배와, 이를 감싼 끝이 뾰족한 불꽃 모양의 이중 광배 등 백제 불상의 형식을 계승하였습니다.

삼존불과 명문을 새긴 몸체 앞면 하단을 제외한 모든 면에는 작은 불상들을 빼곡히 표현하여 장식적 성격이 강합니다. 현재 그 수는 9백여 구로, 이는 천불신앙에 따른 천불상을 표현한 것으로 해석됩니다. 우리나라의 천불상은 삼국시대에 연가 7년명 금동불입상이나 평양 원오리 출토 소조불과 같이 천불상의 하나로 제작된 사례가 있지만, 이 불비상은 돌에 천불을 새겨 넣은 최초의 예로 주목됩니다.

<국립중앙박물관 큐레이터 추천 소장품, 김혜경> 제공

금강합장과 연화합장

혜광 정사
시법사 주교

우리가 절에 오면 부처님께 예의를 올리거나 교도들을 만날 때 제일 먼저 하는 것이 합장^{合掌}입니다. 합장을 하면 마음이 차분해지고, 편안함과 안정감을 느낍니다. 또한 상대방과 합장을 통해 서로 간의 존중을 표합니다.

합장은 두 손바닥을 서로 마주보게 합^합하는 것입니다. 인도의 전통 인사법이며, 불교에 들어와서 예배와 공경을 나타내는 의식이자 예법으로 자리 잡았습니다. 합장으로 부처님께는 예경^{禮敬}과 믿음에 대한 일심^{一心}을 표현하고, 서원을 이루겠다는 성취의 발원^{發源}을 나타냅니다.

자신에게는 아만과 교만심을 버리는 하심^{下心}의 뜻이 있고, 상대방에게 자신을 낮추고, 존중하고 배려하는 자세이기도 합니다.

『관음의소^{觀音義疏}』상^上에서는 합장을 다음과 같이 정의하고 있습니다.

“합장은 두 손을 하나로 만드는 것으로, 나의 마음이 산란하지 않음을 나타내는 것이다.”

무엇보다 자신의 마음을 다스리는 것이 중요하다는 것을 의미합니다. 합장은 흩어지지 않게 하고 고요히 하는 수행입니다. 언제나 마음



금강합장



연화합장

을 낮추고 수순하여 합장을 통해 그 마음을 청정하게 하는 것입니다.

이러한 합장은 크게 금강합장과 연화합장으로 나뉩니다. 금강합장^{金剛合掌}은 밀교에서 주로 사용하는 합장입니다. 양손의 손가락을 서로 엇갈리게 교차한 모습으로 오른손 엄지손가락이 왼손 엄지손가락 위에 있어야 하며, 신심과 행법이 금강처럼 굳고 단단하다는 뜻이 있습니다.

연화합장^{蓮花合掌}은 현교에서 주로 사용하는 합장입니다. 두 손바닥과 열 손가락을 밀착해서 붙여 연꽃봉우리 모양이며 항상 맑고 깨끗함을 유지하는 연꽃의 의미를 상징합니다.

합장 할 때 왼손은 중생세계이고, 오른손은 부처님의 세계로 중생이 부처와 하나가 된 상태를 나타냅니다. 또한 합장으로 내 마음을 모으는 것은 업장을 녹이는 것이며, 남을 배려하는 마음의 자세이자 대자비심의 표현이라 할 수 있습니다.

눈이야, 너는 개가 아니다

유소림

서강대학교 영문학과 졸업

한국여성민우회 편집실장

주간 내일신문, 미즈엔 편집위원 역임

『녹색평론』 시와 산문 발표 다수

저서 <신주쿠 시궁쥐 비둘기>, <퇴곡리 반딧불이> 등

눈이 눈꺼풀에 조그만 보루지가 생겼다. 다래끼인가 했는데 금방 강낭콩 크기로 부풀었다. 수의과에 갔다. 수술을 했지만 우려대로 곧 재발하였다. 수술 후 한 달이 지나자 눈이의 한쪽 눈은 살덩이에 덮여서 보이지 않는다. 귀 아래쪽으로는 커다란 혹까지 생겼다.

“더 이상 어쩔 수 없습니다. 맛있는 것 많이 주세요.”

의사의 말이다. 눈이는 우울증이 생긴 듯하다. 어느새 13살이다.

스승이 눈이를 위해 법문을 해주셨다. 그래, 누구나 생로병사의 과정을 거치게 되어 있단다. 그런데 눈이가 “나는 개다.” 하는 정체성만 고집하지 않으면 아무 일이 없는 거란다. 이 세상엔 본래 변화만 있을 뿐이야. 무엇이라고 딱 정해져 있는 것은 아무것도 없단다. 그런데 어리석은 마음에 “나는 개다.” 하면서 그 변화에 저항을 하면 그것으로 불행해지는 거란다.

아! 그것은 눈이만을 위한 말씀이 아니었다. 이 세상엔 본래 변화만 있을 뿐, 무엇이라고 정해져 있는 것은 아무것도 없다. 무유정법 無有定法! 그 정법의 틀에 갇혀 우리는 얼마나 편협하고 부자유하고 불행한가! 자의적으로 정법을 만들어서 그 틀에서 조금 벗어나 있는

이들을 가차 없이 차별하고 조롱해왔음에 번뜩 정신이 차려진다.

모습이 조금 다르고 취향이 조금 다른 소수자들은 다수가 멋대로 정해놓은 잣대에 얼마나 시달리고 있는가. 그런데 정법에 시달리는 것은 소수자들만이 아니다. 인류사 내내 99.999% 사람들이 스스로를 ‘나 아무개’라는 정법으로 딱 규정해놓고 그것에 매달려 자연스런 변화를 슬퍼하고 혐오하며 공포에 떨고 있다. 또 한편으로는 다른 ‘정법’들과 갈등을 일으킨다. 그리고 헛된 소모전과 저항 끝에 회한에 찬 생애를 마감한다.

눈이야, 너는 개가 아니다. 털로 뒤덮이고 네 발과 꼬리를 지니고 두 개의 눈이 있고 멍멍 짖어야 하는 개가 아니다. 설혹 털이 없어도, 세 발이어도, 꼬리가 없어도, 두 눈이 없어도, 멍멍거리지 못해도 눈이야, 너는 그 어떤 존재에게도 뒤지지 않는 완벽한 존재다. 아무개라는 호칭으로 불리고 있는 아무개야, 너는 아무개가 아니다. 존재는 어떤 고정된 이름으로 생겨나서 그것으로 끝나는 유한물이 아니다. 일회용품이 아니다. 무아無我인 우리는 애초에 어떤 규정으로도 한정되어 있지 않은 무한 자유한 거룩한 존재다.

눈이야, 자연에는 개라는 이름도, 눈이라든가 이름도 본래 없지 않니? 우주적 존재인 우리는 이런저런 모습으로 만나 역할을 경험하

고 헤어지기도 한다. 그러나 그것은 아름다운 우주의 춤, 때로는 모
이고 때로는 흩어지는 우주의 군무_{群舞}, 존재계의 신비한 성장무_{成長舞}
일 뿐이란다. 그러니까 눈이야, 우리는 날마다 행복하고 더욱더 행
복해지고 있는 것이야.



삶을 촬영하는 우주장비

법상 스님

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

만약에 여러분이 수백 명, 수천 명 앞에서 연설을 하거나, 혹은 요즘 유행하는 TV 프로의 주인공이 되어 삶을 살아가는 모습이 TV로 방영된다고 생각해 보세요. 그 때 우리는 함부로 사람들을 대하지도 않을 것이고, 나쁜 행동도 하지 않을 것입니다.

예전에 방영했던 '아빠 어디가'라는 TV 프로를 다시 보니, 처음에는 자녀들과 함께 놀아주지도 않고 평소 삶을 살던 사람들이 방송을 찍으면서 더욱 더 잘 놀아주게 되고, 함께 대화도 하며 아름답고 훈훈한 모습들이 연출 되더군요.

이처럼 우리는 누구나 많은 사람들이 나를 지켜보고 있다고 생각하면, 또 많은 사람들에게 나의 사생활이 노출되고 있는 동안에는 조금 더 조심스럽게 행동하게 되고, 나를 더 좋은 사람으로 보이고 싶은 욕구를 느끼게 됩니다.

그건 바로 내가 이 세상 수많은 사람들에게 잘 보이고 싶고, 인정받고 싶고, 또 존중받으며 사랑받고 싶기 때문입니다. 그렇기에 보다 많은 사람과의 관계에서 우리는 더욱 양심적이고, 자비롭게 변하게 마련이지요.



그런데 사실 이런 TV 프로에서 우리의 매 순간을 찍지 않고는 있지만, 이 우주법계는 한 치도 오차 없이 우리의 삶의 모습을 다 기억하고 있습니다. 우리가 죽고 나면 우리가 살아 온 전체의 삶을 파노라마 영화처럼 재차 경험하며 살펴보게 된다고 합니다.

이 때문에 많은 사람들이 보지 않는다고 대충 살거나 이기적으로 살게 된다면, 우리의 삶을 분명하게 지켜보고 기억하고 있는 우주법계의 기능을 무시하는 것과 같습니다. 우리는 내 삶과 오늘 내 앞에 나타나는 바로 그 사람에게 순간의 최선을 다해야 합니다. 그것이 곧 우주 전체와의 관계 회복인 것입니다.

- '법상 스님의 목탁소리' 공식 카페

퀴즈로 알아가는 알쏭달쏭 상식

①㉓				㉒		㉑		②㉒	
						16			
③		㉑		④	㉑			⑤	㉑
		⑥							
					⑦		㉑		
⑧㉑			㉑				⑨	㉑	
			10			11			
11		㉑			12				㉑
		13							
14						15			

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

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

가로 열쇠

- ① 불교총지중에서 '진호국가불공'시 국민대안을 기원하며 외우는 진언
- ② 00은 고래도 춤추게 한다
- ③ 사람들이 많이 다니는 길거리에서 여는 공연
- ④ 19세기 독일의 철학자, 대작 <차라투스트라는 이렇게 말했다>
- ⑤ 생멸, 변화하는 모든 것의 다섯 요소(색수상행식)
- ⑥ 2022 카타르 월드컵에서 아르헨티나를 우승으로 이끈 세계적인 축구천재
- ⑦ 보살의 수행, 마하반야000
- ⑧ 커피 열매를 볶은 후 분쇄한 가루를 기구 사용으로 추출하는 커피
- ⑨ 도로들이 교차하는 지점
- ⑩ 범죄자가 수사 기관에 자발적으로 자신의 범죄 사실을 신고하는 것
- ⑪ 대한민국 사법부의 최고 기관이자 법원
- ⑫ 고구려때 한강을 부르던 말로, 서울시 수돗물 이름
- ⑬ 주식회사가 만들어 파는 증서, 자본을 구성하는 단위
- ⑭ 답안을 글로 써서 치르는 시험
- ⑮ 말의 귀에 동풍이 불어도 말은 아랑곳하지 않는다는 뜻
- ⑯ 도쿄 시내와의 거리가 가까운 일본 1위의 국제공항

세로 열쇠

- ㉑ 몇 개의 독립된 이야기를 모아 하나의 작품으로 만든 극의 한 형식
- ㉒ 사랑을 느낄 만한 나이에 나는 이
- ㉑ 카타르의 수도
- ㉒ 맥주로 유명한 중국에서 가장 아름다운 해안 도시
- ㉑ 남을 권좌에 올릴 수 있을 정도의 영향력을 지닌 실력자
- ㉑ 라틴아메리카 최초의 매력적인 공산주의 혁명가
- ㉑ '언제나 변함없이', '자연 그대로의'라는 뜻의 순우리말
- ㉑ 대일여래의 비밀스런 가르침
- ㉑ 격파, 차 끌기, 씻물 머금기 등의 힘과 기함으로 하는 묘기
- ㉑ 도미노, 미스터, 파파존스, 00헛
- ㉑ 원본과 같은 의미를 부여하는 사본
- ㉑ 강원도 남서부 위치한 시(市), 치악산 구룡사, 소금산 출렁다리
- ㉑ 중국 선종의 개조, 불가의 그림 '달마도'
- ㉑ 상처 부위에 증식한 균이 번식하여 질병을 일으키는 감염성 질환

지난호 정답

①㉔ 원	정	㉒ 기	념	㉑ 관		㉓ 간		② 현	㉕ 정
리		부		③ 세	시	풍	속		월
④ 금	㉖ 고		⑤㉗ 시	청		기		⑥ 등	대
	정		가				㉙ 기		보
⑦ 자	비	희	사				⑧ 고	드	름
	용			⑨ 도	㉚ 베	르	만		
㉘ 독					르		⑩ 장	발	㉛ 장
⑪ 도	독		⑫㉜ 백	과	사	전			유
새			두		유		⑬㉝ 식	용	유
⑭ 우	공	이	산			⑮ 지	혜		서

지난 호(01월) 정답에 참여해주신
김명숙님 고맙습니다.

독자
기고

KTX

김용오

포항 수인사 교도

안개 속 산 그리매는 수목화를 그리며
더디게 더디게 물러나고
바로 옆의 초목들은 푸르름을
흘뿌리며 과거로, 과거로 역행하고
기차 안의 한 세상은 과거와 현재와
미래를 오가며

이 또한 내 삶을 닮아
더디 갔다
빨리 갔다

한 순간은 칠혹 같은 밤
또 광명의 한순간들
영원한 것은 없을 진데

인생의 소풍 길은
쉽 없이 이어지고
조금씩 조금씩 흔들리면서
이별과 만남이 포용하는
윤회의 플랫폼platform으로

불교총지중 법회 일정

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

불교총지중 연중 불사

신년불공 한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원하는 불공 상반기,하반기 진호국가불공 불교총지중은 창종 이래 진호국가·호국안민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 진호국가 불공을 올리고 있다. 연중 불사에 부국강병·국태민안·조국평화통일을 기원. 특히 매년 2월 19일부터 49일간, 5월 28일부터 49일간을 상·하반기로 하여 '진호국가불공기간'으로 정하고 『수호국계주경』에 의한 진언 '옴훤야호사'로써 국태민안을 기원하는 불공. 월초불공 매월 첫째 주 7일 동안 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 기원 드리는 불공. 자성일 불공 매주 일요일에 자신의 본성을 찾고, 일체중생의 재난소멸과 행복을 기원 드리는 불공.

불교총지중 사원 일람

사원명	우편번호	주 소	전화번호
통리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2
사회복지재단	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)3452-7485
서울경인교구			
관성사	03166	서울특별시 종로구 송월길 110 관성빌딩	(02)736-0950
밀인사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (송인동)	(02)762-1412
법천사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로11번길15 (하대원동)	(031)751-8685
벽룡사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신림동)	(02)889-0211
시법사	21358	인천광역시 부평구 주부도로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684

실지사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51	(02)983-1492
정심사	02137	서울특별시 종량구 면목로 95길 26	(02)491-6888
지인사	21436	인천광역시 부평구 동암산로 3 (십정동)	(032)528-2742
총지사	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080
충청전라교구			
만보사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
법황사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
혜정사	28485	충청북도 청주시 상당구 향군로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
흥국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (효자동1가)	(063)224-4358
증원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-78	(043)833-0399
대구경북교구			
개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (보산동)	(053)425-7910
건화사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4	(054)761-2466
국광사	38145	경상북도 경주시 중앙로 77 (동부동)	(054)772-8776
단음사	38843	경상북도 영천시 서문길 33 (성내동)	(054)333-0526
선립사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8	(054)261-0310
수계사	38048	경상북도 경주시 현곡면 하구3리 내경길36-19	(054)745-5207
수인사	37705	경상북도 포항시 북구 서동로 67 (덕산동)	(054)247-7613
승천사	38129	경상북도 경주시 구정3길 20-1 (구정동)	(054)746-7434
제석사	41237	대구광역시 동구 효목로7길 16 (효목동)	(053)743-9812
부산경남교구			
관음사	47262	부산광역시 부산진구 신천대로197번길 35(감감동)	(051)896-1578
단향사	53075	경상남도 통영시 데메4길 15	(055)644-5375
덕화사	46547	부산광역시 북구 금곡대로 32-8 (덕천동)	(051)332-8903
밀행사	50427	경상남도 밀양시 노상하4길 6 (내이동)	(055)354-3387
법성사	48817	부산광역시 동구 초량중로 59, 201호(대영아르피나)	(051)468-7164
삼밀사	49060	부산광역시 영도구 한사랑길 109 (영선동1가)	(051)416-9835
성화사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실보사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운천사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 완월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일상사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산7길 7-3	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정각사	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (마경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

독자님의 사연을 모십니다

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

이메일 news@chongji.or.kr

* 불교총지중 홈페이지에 연재글 있습니다 *

여러분의 후원을 기다립니다

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

입금 계좌번호

우리은행 122-047811-13-128 불교총지중

보내주신 **후원**에 감사드립니다.

강정자 공덕성 김윤서 법 공 보명심
성화사신정회 안한수 오승현 오채원 오현
준 이인성 이해성 자선화 정화연 주건우
총지화 한미영 한철수



나무는 때를 기다렸다가
잘 무르익은 열매든
아름답게 물든 잎이든
미련 없이 떨어줍니다.

겉모습에 집착하기보다는
뿌리를 더 깊이 뻗고 나이트를 늘려
내실을 단단히 다지는 것입니다.

이처럼 나무가 보여주는 모습은
비우고 내려놓는 과정이 아닐까요?
모든 것을 다 받아들이면서도
넘치지 않도록 적당한 시기에
열매와 잎을 떨어뜨리는 모습.

땅 속까지 그 힘을 전달하고
균형을 맞추는 나무를 보며
자연의 지혜를 배웁니다.

인생에서 많은 일들을 겪는 우리에게
나무는 현답을 건네고 있습니다.
배우고 알아가는 경험 속에서
비우고 내려놓는 과정을 연습하는 것.

그 모습이 익숙해질 때쯤이면
우리도 뿌리 깊은 나무처럼
속 깊고 멋진 나이트를 가진 사람이
되어있지 않을까요.

03월호



이루기를 서원하기보다
버리기를 서원하라

- 환당 대종사 법어록 중에서 -