

환희와 절망, 실망과 민족, 희망과 공포 등으로 반응하는 마음의 모습을 살필 수 있습니다. 이러한 감정의 파도는 우리를 위로 높이 올렸다가는 아래로 내동댕이쳐 버립니다. 어쩌다가 조금 안정이 되는가 하면 어느새 새로운 파도에 휘말려 들게 됩니다. 이 파도의 위에 우리는 과연 발판을 굳힐 수 있겠습니까? '평안의 섬' 위에 세우는 길 말고 달리 무슨 수가 있겠습니까? 우리가 필요로 하는 평안은 무관심한 듯 감에 기인하는 게 아니라, 또렷한 정신에 입각한 평안이어야만 합니다.

평안을 찾기 위해서는 다섯 가지의 노력이 필요합니다. 첫 번째가 마음을 믿는 것입니다. 이게 무슨 말이겠습니까? 마음을 믿기 이전에 마음이 믿을 만한 대상인을 생각해야 한다는 것이죠. 우리는 하루에도 수없이 바뀌는 게 마음이라고 생각하겠지만, '이렇게 변하지 않고 있는 것은 없다'는 사실을 아는 것이 우선되어야만 신심이 확립되어 집니다. 수시로 변하는 마음속에서 불교라는 수행을 통해 올바르게 변화하도록 인도하고 기도하여서 마음이 순수해질 때 부처님과 법과 승가에 대한 신심이 우러나는 것입니다.



◊마하 고사난다스님이 주최해 1993년 4월 캄보디아 앙코르 와트 인근 지역에서 열린 평화 행진 모습. 이날 스님은 "우리가 시작한 평화 행진은 캄보디아에 '평화의 다리'를 만들 것"이라고 격려했다.

## 명상 통하면 고요한 마음 가능 '생각의 변덕' 팔정도로 다스려

두 번째가 바른 마음을 발전시키는 것입니다. 이것은 아직 일어나지 않은 바른 마음을 일으키도록 개발시키는 것. 이미 일어나 있는 나쁜 마음을 버리는 것. 아직 일어나지 않은 나쁜 마음을 일어나지 않도록 노력하는 것과도 같은 뜻을 가지고 있으며.

세 번째로 깨어 있는 것입니다. 몸이 이 자리에 있어도 마음이 방황하고 있으면 깨어 있는 마음이 아닙니다. 지금 이 순간에 자기 자신을 확실하게 알고 자신이 무엇을 하고 있는가를 알아차릴 수 있을 때만 가지 있는 삶을 살 수 있습니다. 깨어 있다면 부처님과 다르지 않습니다. 네 번째는 안정을 찾아야 한다는 것입니다. 이것이 잘 갖추어지면 사물의 실상을 여실히 볼 수 있는 지혜가 열립니다. 그리고 마지막으로 지혜라는 게 있죠. 원인과 결과를 잘 알 수 있는 것이 지혜입니다. 우리가 아들 다섯 가지를 계속 실천한다면 주변에 위기와 갈등이 존재하고 있는 것까지 위기를 잘 넘길 수 있고, 또한 박한 시련을 이기고, 소진된 힘을 스스로 다시 채우는 '참다운 평안'을 경험할 수 있을 것입니다.

— 지금도 세계 곳곳에서는 종교 때문에, 이념 때문에, 민족 문제로 인해 크고 작은 전쟁이 계속되고 있습니다. 인류는 누구나 평화를 회구하지만 살육과 폭력의 전쟁을 완전히 멈추게 할 수는 없는 것 같습니다. 보다 완전한 갈등 해소, 평화 정착은 이루어질 수 없는지요?

▲ 부처님이 가르친 중생 간의 갈등

을 해결하는 방법은 석가족과 폴리족 간의 물싸움 일화에 잘 나타나 있습니다. 이 이야기는 두 종족의 농민들이 서로 자기네들 쪽으로 물을 끌어갔다고 충돌한 것이, 급기야 두 종족의 지도자들이 전쟁을 해서라도 농민을 보호해야겠다고 결심한 탓에 전쟁 일보직전까지 가게 된다는, 자타가 (부처님 전생담)에 나옵니다. 이 때 부처님은 "그대들이여, 강물이 더 소중한가, 그대들의 몸이 더 소중한가. 사소한 강물 때문에 소중한 생명을 희생시켜서는 안 된다. 왜 이같이 어리석은 짓을 저지르려는 것이냐? 만약 여래가 이 자리에 오지 않았으면 그대의 피가 이 강물을 가득 채우는, 실로 회복하기 어려운 불행을 부르게 되지 않았겠느냐? 다시 손에 칼과 활을 잡지 말라. 그대들이 시작하려는 싸움은 탐욕과 성냄과 어리석음이 원인이니, 그런 것들을 버려버리고, 고요하고 평화롭게 살아가야 하느니라"고 타일렀습니다. 당대하 두 종족은 부처님의 말씀을 듣고 자기들의 이기적인 생각을 부끄럽게 여기고, 강물을 사이 좋게 서로 나눠쓰고 농작물을 잘 관리해 큰 가뭄을 면하게 되었습니다. 이같은 부처님의 가르침은 죽지않아 빈번한 오늘날의 상황에서 꼭 필요한 것이라고 생각됩니다. 내전이나 전쟁을 겪었고, 또 이를 극복하는 방법을 찾았던 경험이었다면 금방 알 수 있습니다.

사실 캄보디아인들이 겪었던 고통은 어느나라를 막론하고 일어날 수 있는 일입니다. 그들의 고통은, 위정자들이 나라를 보살피는 일을 등한시하고는

— 한 사람 한 사람이 평화를 추구하고 마음의 안정과 행복을 지속하며 가족간, 그리고 사회와 국가가 안정되고 평화로울 때 세계 평화도 이루어질 것입니다. 이러한 평화로운 사회를 유지하기 위해 우리가 생활에서 항상 유념해야 할 부처님 가르침은 무엇인지요.

▲ 정진이 얼마만큼 평온하고, 혼란스러운가 하는 정도는 자신이 마음에 스스로 일으켜 놓은 생각에 따라 좌우됩니다. 부처님은 이러한 '생각의 변덕'을 팔정도로 다스릴 수 있다고 가르쳤습니다. 팔정도란 올바른 이해·생각·말·행위·생계·노력·마음행감·집중 등을 가리키는 것인데, 여기에는 부처님의 중도 사상이 그대로 담겨 있습니다.

부처님의 가르침을 배우는 불자라면 적어도 산만해지려는 생각을 거두고,



◊ 캄보디아의 평화를 기원하는 '평화행진' 전에 대중법회를 병행하고 있는 캄보디아의 불자들.

마음이 변덕을 떨지 못하도록 해야 합니다. 다른 사람이 먹은 음식으로 자신의 배고픔을 달랠 수는 없는 법입니다. 마찬가지로 아무도 남의 마음을 수련시켜 줄 수는 없기 때문에 우리는 스스로가 자신의 마음을 수련시킬 수밖에 없습니다.

생각의 작용은 인과현상의 한 측면에 불과합니다. 예를 들어 배가 고프면 맛있는 음식의 냄새에 민감해지고, 하고 싶은 일을 하지 못할 때에는, 모든 일에 의욕을 잃게 됩니다.

자아라는 굴레를 벗어나 실제의 세계로 나아가는 길을 보게 하여 주는 성스러운 팔정도야말로 괴로움을 여의고 해탈로 이르는 길입니다. 자아라는 굴레를 벗어나 실제의 세계로 나아가는 길을 해탈지대로서 보게 하여 주는 종교, 곧 성스러운 팔정도의 불교이기 때문에 팔정도에 따라 수행할 수 있도록 마음과 몸을 청정히 하십시오. 이 세상 모든 것은 무상(無常)하기에 오로지 부처님법을 믿고 따라 자기 자신이 직접 수행하고, 보살행을 실천하며 깨달음을 향해 정진하시기 바랍니다.

정리=오종숙 기자 (gobaou@buddhaphia.com)

## 하주스님의 스님이야기

### ■ 중범 스님

아직도 마음속으로부터 깊은 존경과 감사의 마음을 간직하고 있는 세 어른이 있는데 그 중 한 분이 중범(宗梵)스님이다. 스님은 일찍이 이십대 중반에 통도사 승가대학 강주(講主)를 역임하였고, 조계종 중앙 상임포교사로 전국 곳곳을 누비며 법을 전하는 일에 젊은 시절을 보냈다. 그래서 한 때는 한국의 부루나 존자라는 별칭이 주어지기도 했다. 지금은 중앙승가대학에 몸담고 있지만 무엇보다 내 마음속에 평생 지워지지 않는 스승의 사표(師表)로 남아 있다. 상세히 다 기억할 수는 없는 일이지만 분명한 것은 후학들에게 했던 말씀 그대로 지금까지 언행일치의 삶을 보여주고 있다는 점이다. 통도사 강주 소임을 보실 때 "난 앞으로 20년간은 포교만 할거다"라는 말을 자주 하셨는데 지금까지 한치의 어긋남이 없는 것으로 안다. 그렇다고 학문을 게을리 하신 것도 아니다. 언행일치의 삶이 어디 말처럼 그리 쉬운 일인가.

몇 년 전 주변 스님들과 함께 스님을 찾아뵈었는데 그때 걱정스럽게 하시던 말씀이 "요즘은 일반 신도들에게 비쳐지는 스님들의 위상이 수행자로 인식되기보다는

에는 원래 고기가 살지 못하는 것인지 몰라도 스님은 필요에 의해서 상좌를 곁에 두려고 하지는 않는다. 모두 공부 공경으로 스님 곁을 떠났다는지는 몰라도, 나 역시 스님 상좌들과 똑같은 처지에서도 이런 말을 하는게 우습지만, 맑고 찬물에서 사는 물고기가 바보 취급을 받는다면 어떻게 봐야할까.

행자 교육을 할 때 계단(戒壇)의 스님들이 은사스님께 참한 상좌를 두었다고 하자 스님께서 "요즘은 상좌가 아니라 상전입니다. 시봉을 받는 것이 아니라 상전 모시듯 하고 살아야 합니다"라는 의미심장한 말을 남기셨다. 함께 웃고 말았지만 어떻게 보면 이 세상에서 가장 쉬운 일이 중노릇이고 또 가장 어려운 것이 중노릇 아닌가 한다. 적당히 눈치껏 살면 가장 편하게 살 수 있을 것 같고, 제대로 수행을 할라치면 가장 어려운 길이 짙질 생활이다. 세상에서 가장 가벼운 옷이 먹물 옷이요, 가장 무거운 옷 또한 먹물 옷이다. 해를 거듭할수록 내면적으로 더욱 힘들어지는 것은 단 한가지 이유, 공부와 수행

### 뿌리깊은 나무같은 스승 언행일치의 삶 '모범'

가능인, 종교적인 직업인으로 보여지고 있어. 도시 사찰에서 의식이 중심이 되어서 그런지 몰라도 선원 같은 수행공간에서는 수행자인데 도시에 오면 기능인이야, 일본 불교가 그렇잖아. 그래서 스님들에 대한 존경심이 없어지고 있는 것은 아닌지..."

아마 누구나 느끼는 것이지만 우리 승가대중 모두 함께 생각해 볼 문제가 아닌가 한다. 한국불교가 수행불교냐 의식불교냐 아니면 불교를 이야기하기 이전에 말이다. 법안을 해서 일정 기간의 습의과정을 지나면 은사스님을 정해라 한다. 비로소 평생 사제간의 인연을 맺는 중요한 선택의 순간인 것이다. 그런데 법력이 우선 하는 게 아니고 다른 상황 논리에 의해서 정해지는 경우가 있다. 상좌의 얼굴을 제대로 알아 볼 수 없을 정도로 많은 상좌를 거느린 스님이 있는 반면 한 상좌도 제대로 교육시킬 여유가 없어 평생 상좌 인연이 없는 스님들도 많다. 상좌 복이 많아서 부러움의 대상(?)인 스님들도 있고 상좌로 인해서 곤혹스러운 경우를 당하는 스님들도 있다. 그런데 사제간의 인연이 법이 아닌 다른 이유에서 맺어지게 되는 현실이 안타까울 뿐이다. 어쨌든 볼 수 있듯이 사제의 인연은 법의 전수과정에서 맺어진 관계였다. 조용한 침묵 속에서 미소로 전법이 이루어졌는가 하면 스승 앞에서 육체가 지닌 모든 가치를 집어던지므로써 법을 구했다. 그런데 요즘 우리 현실은 법이 우선하기 보다는 다른 목적에서 너무나 쉽게 건달을 하고, 그러다 보니 묘한 상황논리에 의해서 거룩하게 이어지던 건달의 의미가 다르게 해석되는 것에 지괴감을 느낀다.

스님은 상좌가 대어섯은 죽히 되는 것으로 알고 있는데 곁은 늘 쓸쓸하다. 맑은 물



그림·문병성

을 통탄시켰기 때문이다. 스님께서 6년 전 이런 제의를 해오셨다. "너 이제 나랑 함께 살지 않을래? 지금 경전공부든 수행이든 어느 한 가지에 전념하지 않고 이 생활이 지속된다면 너 40대에 많이 힘들다. 풍은사에 살 만큼 살았으니 나하고 경전이나 보면서 같이 살자." 여섯 해가 지난 지금 그때 스님의 애정 어린 말씀이 너무나 고맙고 눈물겹다.

한 보편적 스님께서 오랜만에 오셨다. 생전에 스님 법문을 들었던 돌아간신 분이 마지막 유언으로 중범스님을 꼭 모셔서 영가법문을 청하라는 뜻을 받들어 상주들이 간곡히 부탁을 했다. 그래서 스님께서 힘겨운 발걸음을 하셨다. 마지막 임종의 순간에 스님 얼굴을 떠올렸더니, 그리고 유언이 스님의 영가법문을 듣고 이 세상 인연을 끊겠다는 것이 스님의 법력이 아닌가.

그 흔한 자가용도 스님은 없었습니다. 웬만하면 장만하셨을 법도 한데 꼭 대중교통을 이용하셨습니다. 영가법문을 마치고 일주된 밖까지 모시고 가는 길에 가을 화림의 강요를 했다. "나 이제는 못하겠다. 다 잊어버렸다."고 하십니다. 멋진 거절이다. 뒷모습에서 세월이라는 두 글자를 떠올렸다. 스님을 생각하면 오죽 솟은 불우리가 아니라 폭풍우와 모진 비바람을 견뎌낸 뿌리깊은 나무가 연신된다. 비바람이 멎고 떨어져 흩어진 낙과를 보며 더욱 깊이 뿌리를 내리는 나에게는 커다란 그늘이다.

**이러닝의 고장 강원도 정선 高養山 야생(참)인진숙 엑기스**

**고양산 야생(참)인진숙 엑기스는?**

야생진 인진숙 자연산(德源)은 깊은 산속에서 수년~수십년간 자라면서 한겨울 눈 밑에 속에서도 피린양과 줄기를 그대로 유지하며 살아가는 사질속을 말합니다. 구성복지원 양생스님은 이러한 고장 강원도 정선 고양산속에서 자라는 야생 참인진숙(德源)을 3년동안 채취하고 고양산 자락에서 5년이상 지난 황기, 당귀, 자연산 북본재(산딸기)등 6종의 약초를 가미해 보사부에서 정식 허가(정선 제13호)를 받아서 현대식시설을 이용 위생적으로 추출 가공한 건강식품이므로 승려로서 자신있게 권해드리오니 건강엔 몸과 마음으로 다량섭취하십시오.

**지금까지 시중에 유통된 일반적인 인진숙과는 다릅니다.**  
공급가격 - 2개월분 ₩175,000  
우체국 010108-0179782 경중무  
은행신용카드 18개월 분할 가능

각종 임계 별제병 예방이나 치료에 특효라는 자연산 상황버섯, 기간지전식·홍역기침에 특효라는 가래엿, 관절·골다공증·골절에 쓰이는 토종홍화채 등이 필요하신 분은 연락하십시오.

**순수익이금은 (전액) 복지사업에 쓰여집니다.**

**폐질에 관계없이 남자, 여자, 노인분들, 임신부, 노약자, 입원환자 등 모두에게 좋습니다.**

1. 간이 나쁜사람.
2. 항상 피로한 사람.
3. 위장이 나쁜사람.
4. 변비가 있는 사람.
5. 고혈압, 저혈압.
6. 정력 회복에 좋습니다.
7. 생리통, 생리불순.
8. 냉대하, 신경통.
9. 당뇨, 황달.
10. 불면증, 임원환자.

※ 남은 여생을 산과 물 좋은 곳에서 황토방 생활을 하고 싶은 분은 연락주세요.  
☎주 문 직 080-988-4774 ☎ 소비자상담실 0398-563-4778  
인터넷 http://www.yasenginjinssook.co.kr

**골다공증 관절염 류마티스**  
**'물렸거라, 상어연골정제로 인진애방'**

발가락이나 팔꿈치가 붓고 움직이기 힘든 경우(통풍성 관절염), 이 모든 증상으로부터 완전 해방될 수 있는 건강식품이 수면해 화제다.

최근 뉴질랜드에서 수십년간에 걸친 연구결과 끝에 개발된 '상어연골정제' 상어에서 추출된 특수검출과 마그네슘, 세레늄 등 기타 자연에서 추출된 미생물을 복합이온화하여 인체의 흡수율을 높여주는 원리로 이루어진 '상어연골정제'가 가시적인 효과를 나타내며 관절염, 류마티스, 통풍, 퇴행성 관절염, 여기저기 관절이 뻣뻣해지면서 심한 통증이 오는 경우(퇴행성 관절염), 여기저기 관절이 붓고 아프고 힘들며 물이 고이는 경우(류마티스성 관절염), 염지

**IMF다이어트 인기 급등**

만인들의 희소식. 최근 삼일은행에서 여론조사 결과 여건을 감안하여 가격을 공장으로 가격으로 인하하였고 또한 효과를 최대한 증대시킨 것이 바로 IMF 다이어트이다. 이 다이어트의 특징은 한방에서 추출된 특수성분이 함유되어 부작용 없이 자연스럽게 몸이 흡수된다는 것. 현대인들의 운동부족과 영양섭취

로 인하여 누적되는 지방분과 기존의 체지방을 감소시키는 방법으로 식전복용이 더욱 효과적이며 단기간 감소요법 보다는 꾸준히 몸에 무리가 가지않는 효과를 가지며 3-4개월 지속적으로 복용하는 것이 효과적이라고 말한다.

남성과 여성, 출가를 원하는 여성 출신후 오는 비만 등 많은 분들로부

퇴행성 류마티스성 통풍성 관절염 자연추출미생물 이온화 '코랄사크골드' 복용 1개월만에 확연한 화제만발

잡아주며 몸에 나쁜 물이나 균을 잡아 정상인으로 회복시키는 효과가 탁월해 세계적으로 인기에 판매되고 있다. 코랄사크골드는 불치의 병으로 여겨졌던 관절염, 류마티스, 통풍, 퇴행성 관절염 환자에게 희소식으로 여겨지는 '상어연골정제'는 국내 삼일양행(02-790-8200)에서 직접 시판하고 있으며 부작용 없이 1개월 복용부터 확실한 효과가 검증되고 있어 연일 주문이 쇄도하고 있다. <코랄사크골드>

한달분 22만원, 두달분 40만원

더 희망을 주는 다이어트로 거듭태어났다고 한다. 비만인들의 희소식은 불림없으며 한방성분의 10여가지 조화가 균형을 잡는 비법이라고 한다. 삼일양행은 IMF 졸업할 때까지 현재가격을 고수하겠다고 하여 화제가 되고 있다.

IMF다이어트 1개월분 88,000원  
문의: 삼일양행 서울(02)790-8200

**황토 흙벽돌 기계** 실용신안 의장등록

**건강, 장수주택 황토흙집에 희소식!!**

황토를 몸에 반죽 하지 않고 상함을 벽돌로 찍어 바로 건축이 가능한 흙벽돌 기계를 생산 판매합니다.

· 모델 A: ₩3,800,000  
· 모델 B: ₩4,300,000

● 황토 주택 토굴시공  
● 토굴 현장 출장감독  
● 황토흙집 동호인 모임운영

**황토 흙벽돌 기계장점**

- 생산량 1일 600~1,000장
- 누구나 사용가능
- 벽돌기본규격 : 30×14×14
- 가정용 전기사용 및 안전사용

▶ 온라인구좌 (우체국) 400077-0037300 봉송황토마을

● 황토마을에서는

**봉송황토마을** 전북 남원시 운봉읍 장교리 99번지  
전화 : 063)634-0223  
팩스 : 063)34-1237