



박태원 교수의

불교로 보는 인생

빛받지는 총탄을 피하느라 벽에 달라붙어 쓰레기통으로 간신히 몸을 가린 아버지와 아들. 여기 어린이가 있다고, 제발 여기로는 총 쏘지 말라고, 연신 손을 내저으며 어쩔 줄 모르는 아버지. 그러나 곧 어린 아들의 복부를 관통하는 총알들. 자기도 총상을 입은 채 죽은 아들을 보며 넋을 놓아 버린 아버지의 그 절망으로 무너진 얼굴. 모든 지구인들의 가슴을 미어지게 한 장면이다. 이 가을, 우리를 처연하게 만든 중생사의 비극적 단면이었다. 팔레스타인과 이스라엘의 유혈 충돌 과정에서 생생하게 카메라에 잡힌 '인간사의 가장 추악한 장면'이었다.

참으로 기묘한 것은 이 명백한 악행이 가장 성스러운 언어 아래 자행되고 있다는 점이다. 종교적 성지(聖地)의 점유권이 비극의 발단이나, 중생의 답답한 탐욕에 동원되고 있는 종교 언어들의 처지가 서글프다 못해 참담한 지경이다. 때로는 정치, 때로는 종교의 이름으로 그럴듯하게 포장되어 존중하는 중생의 무지와 욕망들을 아프게 겪을 때마다 우리

나 이 정도 반성을 깨달음이라 할 수는 없다. 성지에 대한 욕심 이면에 민족에 대한 집착이 있음을 반성하기도 한다. 팔레스타인이나 이스라엘에 대한 민족적 집착이 이기심을 불붙게 하고 있음을 알아차리고는, 민족에 대한 편견과 편애와 집착의 굴레에서 벗어나려고 노력한다. 민족이라는 상(相)에 집착하면서 생각이 이런 저런 모습으로 달라지는 것(念의 異相)을 깨달은 경지이다. 이 정도면 '깨달음에 근접하는 수준(相似覺)'이 된다.

한 걸음 더 나아가 팔레스타인 사람과 이스라엘 사람을 분별하는 마음을 문체삼기도 한다. 율통이 다르다는 이유로, 언어가 다르다는 이유로, 내 나라 사람과 저 나라 사람으로 분별하여 사랑하고 미워하는 마음을 내는 것이 잘못된 것임을 알고는, 민족에 대한 분별을 극복하려 한다. 그리하여 모든 민족을 같은 인간으로 평등하게 대하는 마음이 열린다. 민족이라는 분별상(分別相)이 생각에 자리잡는 것(念의 住相)을 깨달은 경지이다. 이 정도 성숙이

이 악행을 어찌할까

는 확인한다. 결국 인간 자신의 내면적 성숙만이 근원적 해법이라는 것을.

깨달음은 존재 성숙의 꽃이다. 그 꽃의 종류에 대해 (대승기신론)은 이렇게 말한다. "마음의 근원을 깨닫기에 '공극적 깨달음(究竟覺)'이라 한다. 이전 생각에 악을 일으켰음을 깨달아 다음 생각을 그쳐 악을 일어나지 않게 하는 것은 사실상 깨달음이라 할 수 없다. 생각이 달라지는 모습(念의 異相)을 깨달아 거친 분별의 집착을 버리면 '비슷한 깨달음(相似覺)'이라 이른다. 생각이 머무르는 모습(念의 住相)을 깨달아 분별의 모습을 여의면 '깨달음에 따르는 경지(隨分覺)'이다. 마음이 처음 일어나는 것을 깨달아 미세한 분별을 놓아버리면 마음의 본 바탕으로 돌아가 평안하게 되니, 이 경지라야 '공극적 깨달음(究竟覺)'이다."

서로 내 종교의 성지라며 탐욕을 부리다가 급기야 무고한 생명을 죽인다. 잠시 후 '아차, 내 욕심에 눈멀어 사람을 죽이고 말았구나!' 반성하여, 화내고 중오하던 마음을 쉬어 악행을 그만둔다. 그리고는 화해나 평화나 휴전이니 하면서 웃으며 악수한다. 그러

'팔'-'이' 유혈충돌 무고한 생명 죽인다

면 '깨달음의 세계에 동참한 격(隨分覺)'이다.

내면 깊에 한 차원 더 높여야 한다. 나와 남, 주관과 객관 세계가 전혀 별개의 것으로 나뉘는(念의 生相)을 깨달아 안다. '나'라는 생각의 뿌리가 뽑히고, 그리하여 나와 남이 하나로 만난다. 모든 것이 한 몸, 한 맛(一味)으로 소통되는 본 바탕 마음이 열린다. 이제 자유롭고 평안하게, 지혜와 자비로 세상과 만난다. 빛나는 '깨달음의 공극 경지(究竟覺)'이다.

비록 삶의 터가 어찌구무없이 천막하고 엉망으로 동요하고 있을지라도 절망하지는 말자. 언젠가 한 생각 돌이켜 성숙할 때면, 출현 밝아오는 깨달음의 빛이 모든 것을 정화시키리라.

울산대 철학과 교수 (twpark@uou.ulsan.ac.kr)

하심-공경 배우고...운동효과 '탁월'

참불자의 길

절의 공덕과 건강

■1백만배 기도 성취한 제주 약천사 화주 해인스님이 전하는 절의 공덕



해인스님

절을 하면서 공덕부터 먼저 생각해서 안된다. 하심공경(下心恭敬)하는 마음으로 한 배 한 배 온 정성을 담아 참회 기도를 올리는 것이 바로 수행이다. 30살 되던 해 군대를 마친 내가 해인사에서 1백만배를 했던 것은 더 나이 먹기 전에 내 몸과 말과 마음으로 지은 모든 잘못을 기도를 통한 양심의 거울에 비추어 깨끗이 정화하기 위해서였다. 그때 성철스님께서는 "절 하다가 죽은 사람 아직 없고, 절 많이 해서 지옥간 사람 없으니 중단 없이 확실히 마무리지을 자신이 있으면 하라"고 말씀해 주셨고, 그 말씀에 용기를 얻어 1백만배를 성취하게 되었다.

1백만배를 하는 동안 통증도 심하고, 고름도 나고, 코피도 쏟

았지만 그 고통 또한 한계가 있을 줄 수행을 통해 깨닫게 되었고, 후반부로 갈수록 도리어 힘이 넘쳐났다. 매사에 두려움과 망설임이 없어지고 당당한 마음과 자신감이 솟아났다. 대중앞에서 떨려서 제대로 법문을 못했던 내가 해인사로 찾아온 불자들에게 자연스레 법문을 하기에 이르렀다. 이 모든 것이 바로 1백만배 기도를 통해 얻은 행복이요, 삶의

절의 많고 적음보다 한배 한배 정성껏

힘이다. 그러나 지금에 와서 생각해 보니 1백만이라는 숫자를 채우기 위해 절을 하기보다는 1배 1배 더욱더 지극한 정성으로 절을 올려야 했다는 죄송한 마음도 든다. 하지만 어떻게 1백만배를 하고 나서야 절이라 해도 같은 절이 아니고, 참 절이 어떤 것이 될 것인지를 깨닫게 되었다. 진짜 절 한번을 위해 가짜 절 1백만번을 했던 것이다. 따라서 올바른 절을 하기 위해



○서울 상계 백병원 비만클리닉 김재현교수(사진 오른쪽)가 지켜보는 가운데 108배의 에너지소비량을 측정하고 있는 변종호씨.

서는 절의 많고 적음에 얽매이지 말고, 먼저 한없이 내 마음을 낮추고, 한없이 상대를 공경하는 마음을 가져야 한다. 그런 후에 그동안 알게 모르게 몸과 말과 마음으로 지은 실수와 잘못들로 고통 받았던 아들에 대해 참회하며, 모든 미워하는 마음을 버리고, 자신을 스스로 닦아 다시는 같은 실수를 반복하지 않도록 하는 것이 우리가 절을 하는 궁극의 목표다.

■아침 저녁 108배 수행이 건강도 지켜준다. 108배가 충분한 운동효과를 내고, 건강은 물론 현대인의 최대 고민거리인 비만 방지에도 효과

가 있는 것으로 드러났다. 변종호씨(29세·컴퓨터프로그래머)와 서울 상계 백병원 비만클리닉 소장 김재현 교수(가정의학과)를 찾아 절의 효과를 실험한 결과다. 변씨는 우선 가슴과 입에 '에너지소비량 측정기(워크맨 같은 장치와 인공 마스크)를 달고, 10여분간 108배를 실시했다. 10분간 한 108배의 에너지소비량은 87Kcal, 조깅을 10분 이상 한 것과 같은 효과였다. 108배를 시간당 Kcal 소비로 전환해 태 운동과의 결과를 비교하면 다음과 같다. 1시간 동안 절했을 경우의 에너지 소비량이 518Kcal인데 반해, 1시간동안 쉬지 않고 꾸준히 운

동할 경우 : 걷기(4km/h) 240Kcal, 등산 600Kcal, 달리기(10km/h) 720Kcal, 미용체조 300Kcal, 배드민턴 360Kcal, 수영(평영) 600Kcal, 에어로빅(저강도) 360Kcal, 자전거(9km/h) 240Kcal, 축구 540Kcal, 테니스 420Kcal, 탁구 240Kcal로 나타났다. 즉 1시간 동안 절을 했을 경우의 운동효과가 등산이나 수영을 1시간 한 것과 비슷하고, 에어로빅이나 자전거 타기, 배드민턴을 하는 것보다 운동량이 많은 것으로 실험결과 밝혀진 것이다.

에너지 소비량(1시간)

걸 -	518kcal
수영 -	600kcal
걷기 -	240kcal
축구 -	540kcal

강재현교수는 "평균인의 일주일 권장 에너지소비량이 1000Kcal이다"면서 "108배를 아침저녁으로 빠짐없이 규칙적으로 수행하는 불자의 일주일 에너지소비량은 1000Kcal을 넘는 수준이며, 따라서 108배 수행만 열심히 해도 비만 걱정없이 건강을 유지할 수 있다"고 말했다.

다만 108배 전에 몸의 근육과 관절을 푸는 준비운동을 철저히 하고, 108배 후에도 마무리 체조를 해 주어야 근육과 관절에 무리가 가지 않는다고 덧붙였다.

이은지 기자 (ejele@buddhopia.com)

2000년 기획

禪과 21세기

우리는 지금 존재부재의 시대를 살아가고 있다. 이것은 우리가 너무 일상의 분주함에 빠져 있다는 것이기도 하다. 하지만 우리가 바쁜 일상을 반복적으로 거듭할 때, 존재는 세월의 더께 앞에 잊혀지기 마련이다. 그러나 선이 들려주는 존재의 호출은 아득하게만 멀어진다. 이리하여 바로 지금 우리 존재 부재 중, 그 실상을 보자. 여러 사람이 모여 있으면 혼자 혼자 있는 상관없이 통신병기가 사방에서 우리를 호출한다. 전파가 흐르는 모든 공간에서 그것도 시시각각. 타자가 우리를 에둘러 찾더라도 우리 존재는 막강 허하다. 왜 그럴까? 이 모든 호출은 내면의 속살에서 울려 나오는 존재의 부름이 아니고 일상의 타자가 외부에서 말 걸어오는 것이기 때문이다.

이런 일상 즉 존재부재의 시대를 선은 놓치지 않는다. 여기서 선은 존재산언을 개시(開示)하면서 나라는 존재가 또 다른 내면의 심층 존재에게 호출을 건다. 그 때 호출하는 사람은 자신만이 아니라 타자에 의해서도 얼마든지 가능하다. 어느 날 조계사 경내를 왕궁히 빠져나가는 청년이 있었다. 이를 본 스님이 그가 안면없는 사람임을 간파하고 말을 건넌다. "자네는 지금 어디를 그렇게 바쁘게 가나." "네, 약속시간에 늦어서요." "음 그래, 그럼 빨리 가보게." 발걸음을 재촉 경내를 막 빠져나가려는데 다시 스님이 그를 불러 세웠다. "(큰소리로) 어보게 친구." 그러자 범칙 그가 다시 스님을 쳐다본다. "급히 서둘지도 그렇다고 너무 여유부리지도 말게." 그는 뒤통수를 얻어

교육적 대화와 신문답 공통점 '각성'

30 선과 교육(3)



서명석 외국어대사교육학

맞은 듯 잠시 그 자리에 멍하니 있을 수밖에 없었다. 물론 이것은 가공된 이야기이다. 그러나 이런 상황은 단순한 허구가 아니라 우리 일상에서 얼마든지 일어날 수 있는 일이다. 선은 독각(獨覺)을 지향하는 솔로가 아니다. 선은 인간의 가장 원초적인 삶의 존재방식인 대화를 통하여 가르치고 배운다. 우리 전통에서 이를 극적으로 반영하는 신문답이 있지 않겠나.

신문답은 일상인들이 알고 있는 것 같이 뜬구름을 잡으려는 대답은 결코 아니다. 신문답을 거칠게 정돈하면 그것은 대화를 통하여 선사는 가르치고 확인은 배우는 것을 말한다. 이것은 교육이 일어나는 원초적인 국면과 똑같다. 여기서 가르치고 배우는 차원이 학교에서 통상 일어

나고 있는, 즉 교과를 가르치고 배우는 가르침과 배우는 다른 점이라는 데 있다.

다시 위 이야기로 돌아가 보자. 표면적으로 보았을 때 위 이야기는 장난기 어린 스님의 한 아주고 병아리는 안에서 자기 겁질을 쪼아내어 절묘하게 맞아 떨어지는 새로운 주제탄생의 역사를 열어주는 것이다. 한 학인이 조주선사에게 물었다. "무엇이 저의 참-자기(眞我)입니까?" 그러자 조주선사가 답했다. "저 앞에 잣나무가 보이느냐?" 학인이 각성시키는 것이 이 대화를 보는 화두의 눈이다.

짧은 대화의 오고감 속에서 스님은 절묘하게 청년 내면에 주체의 각성을 알린다. 아주 점잖게 이것이 계기가 되어 그는 삶의 전회체험을 할 수 있다. 거창하게 깨달음을 들먹이지 않더라도. 선은 대화 즉 문답을 통하여 선사는 대화 상대자의 주체를 각성시키고 확인은 선사의 안내를 통해 삶의 새로운 지평으로 이끌린다. 그런 구도는 이미 닭이 밖에서 알을 쪄 아주고 병아리는 안에서 자기 겁질을 쪼아내어 절묘하게 맞아 떨어지는 새로운 주제탄생의 역사를 열어주는 것이다. 한 학인이 조주선사에게 물었다. "무엇이 저의 참-자기(眞我)입니까?" 그러자 조주선사가 답했다. "저 앞에 잣나무가 보이느냐?" 학인이 각성시키는 것이 이 대화를 보는 화두의 눈이다.

등안거 선방 안내

보덕선원에서는 다음과 같이 동안거선방 안내를 드리오니 뜻이 있으신 비구 스님들께서는 연락 부탁드립니다. 정진 하시는 데 모든 정성을 다해드리겠습니다.

주소 : 서울 성북구 정릉 4동 824-1
문의처 : 02) 914 - 4235
보덕선원장 오본 합장

神秘의 靁棗木

벽조목 (벼락맞은 대추나무)

600년된 벼락맞은 대추나무

87년 八公山갯바위 토굴에서 매일 삼천배의 100일기도 수행도중 靁棗로 지리산 인근 옥판마을에서 600년된 벼락맞은 대추나무를 정지 받아 갯바위 인근 절에서 십수년을 신도 대상으로 벽조목의 신비한 영험을 체험하였으며 특히 가공하지 않은 가지를 가져간 분들은 정말 놀라운 기적같은 일들이 일어나고 있습니다.

※ 권선(勳善)이나 불사에 필요한 분이 계시면 가공하지 않은 가지를 양도 할 수 있습니다.

스님께 염주를 보시(布施)하면 수명장수하고 좋은 業報을 받는다 20만번 돌리면 득생(得生)하고 1백만번이 넘어면 열반에 든다고 함

※ 간절할 한가지 소원이 있으신 분은 성명 생년월일 한 가지 소원을 적어 보내주시면 벽조목으로 부도(符道)의 천부(天符)비법으로 소원성취를 이루어 드립니다. (상당시간 10~오후 1시까지)

상담전화 053)982-4976 / 011-813-3679
지장선원

지장보살님 조성 안내

◆ 지장보살님을 조성하는 이유

불사하시면서 어려운 스님을 위해서 지장보살님을 조성해 드립니다. 불사를 하시고 싶어서도 여력이 모자라 어려움을 겪고 있는 스님들을 위해서 불상을 조성하게 되었습니다. 저렴한 비용으로 불사에 맞추어 조성해드려 뜻이 있으신 스님 및 재가불자들의 연락 바랍니다.

◆ 금주산 약수물로 만든 약수 탄장

병원에서 시현부 삶의 선고를 받은 한 보살이 금용사에 기도를 드리러 왔다. 기도드리는 중에 부처님께서 소금 10가마나, 매주 10가마나, 큰통 10개를 주시면서 만민들에게 먹이도록 말씀하시면서 가셨다. 그후 병은 모두 다 낫았고 이것이 인연이 되어 원정을 만들어 보급하게 되었다. (택배 가능)

금용사

경기도 포천군 영종면 금주리 산25-8
TEL: 031)533-4405 FAX: 031)532-3444

불전함

도난방지 장치 ◆특히 2000-0011559◆

원고 3.5m

복전함 내부

충격상태

수신기(홍수소 등 원하는 타겟소에서 수신기 작동)

강제개폐

이동상태

- ◆ 잠금장치와 출구는 외부에서 식별할 수 없음
- ◆ 특수 전자시스템이 금고 내부에 설치되어, 지정된 원격작동 S/W전파와 개폐가 절대 불가함
- ◆ 육의용과 현지 사정에 따라 모델, 크기, 소재, 색상 등 주문생산이 가능함.
- ◆ 함의 충격, 이동, 강제 개폐시 무선 전파로 자체 경보는 물론 경비실 및 원하는 타 장소에 침입사실을 알려 줌
- ◆ 본 함의 전원플러그를 떼거나 절단하면 경보는 계속되고 개폐기능은 아예불가함

본 System에 대한 사이렌을 연결 중요시 설비에 반영으로도 가능함.

가격은 70만원부터 있습니다.

서원기전 ◆문의: 043-647-2378, 011-467-1472