

이렇게 들었다

휴가에 절

“겸허하게 자연 대하자”

■나무 밑 그늘에서 잠시 쉬었거든 지나 지나 사귀 꽃과 열매를 찢지 말라. 은혜를 입고 악으로 갚는 이 예전 좋은 결과관 있을 수 없고 은혜를 등진 사람에게 선은 생기지도 않는다. <잡보장경>

■땅의 세계가 즐거움을 수반하고 즐거움을 드러 내고 괴로움을 드러내지 않으며 즐거움은 까닭으로 못 살들이 땅의 세계에 탐착한다. <상용이합경>

여름 휴가철이 시작됐다. 산으로 갈까, 바다로 갈까? 그러나 막상 휴가길에 나서보면 일상보다 더 번잡한 것이 우리네 휴가다. 그렇다면 이번 여름에는 아예 단순히 더위를 피해 도망치는 ‘피서(避暑)’에서 한 걸음 더 나아가 ‘망서(忘暑)’ 즉 더위를 잊는 경지로 들어가 보는 어떨는지. 시끄러운 피서지가 싫다면 집 안에서 시원한 선풍기 바람으로 바닷바람을 대신하고, 불사의 바다에 풍덩 빠져보는 것도 좋을 것이다.

하지만 독서로 피서를 대신하는 시민들은 그다지 많지 않은 것이 현실. 때문에 여름 산시는 고달프다. 피서객들이 남기고 간 쓰레기 때문이다. 피서객을 상대로 쓰레기 불법투기 단속이 해마다 강화되지만 사찰은 매년 쓰레기로 장엄되곤 한다. 올해도 청정 수행도량을 오염시키는 암체죽들의 쓰레기 투기는 근절될 것 같지 않다는 게 사찰들의 전망이다.

“깊은 산속 불법(佛法)은 바위가 그것. 큰 바위 작은 바위 저마다 등글다. 거짓 부처님을 만드느라고 공연히 버림받아 법신(法身) 상했다.”

백운스님이 ‘금강산 내 석불상’이란 제목으로 노래했듯이 우리가 살고 있는 사바세계 그대로가 청정한 불국토이자 중생세계 그대로가 부처의 몸이라고 하였다. 아무리 좋은 의도로 자연을 대하더라도 인위적인 것은 결국 자연을 망치는 일이 될 수 있기에, 올해 휴가를 떠나는 불자들은 더 이상 국토에 빛을 지지 않도록 해야겠다.

이런 점에서 최근 두레생태기행대표 김재일이 휴가철을 맞아 피서를 하더라도 자연을 훼손하지 말기를 바라는 뜻에서 ‘환경휴가 10계명’을 공표한 것은 귀엽다 들을 만하다.

- ▶대중교통 이용 ▶현장 주변의 생태환경에 관심 ▶쓰레기가 될 만한 것은 처음부터 가져가지 않기 ▶현지 취사를 삼가고 지역의 향토음식 먹기 ▶지역의 역사와 문화에 관심을 갖고 지역주민과 사이좋게 지내기 ▶현지의 동식물을 훼손하거나 갖고 오지 않기 ▶차량은 현장에서 가능한 먼 곳에 주차 ▶아무데서나 함부로 세차나 용변을 보지 않기 ▶생태보전지역과 금지된 구역 지키기 ▶애플스 확성기 사용 자제.

■내 몸과 자연의 건강을 보전하는 환경 휴가가 된다면 ‘산은 산, 물은 물’ 그대로 여여할 것이다.

“노승이 30년전 참선하기 이전에는 산은 청산이요 물은 녹수였다. 그러던것이 그 뒤에 어진스님을 만나 깨침에 들어서고보니 산은 산이 아니요 물을 물이 아니더니, 마침내 진실을 깨치고보니 산은 의연고 산이요 물은 의연고 물이더라” <청원 유선선사법어>

김재경 기자

治水 治水...담 건설이 최선인가

물자 세상보기

지난 7월 11일 건설교통부는, 지난 봄의 극심한 가뭄을 방패 삼아 담 건설 예정지 12곳을 발표했다. 이번 발표에서 건교부는, 2011년 전국 물 부족량을 12억으로 추정하고 그것을 담 건설의 이유로 삼았다. 과연 그럴까? 그리고 그것이 맞다 치더라도 담 건설이 최선의 대안일까? 결론부터 말하자면 ‘아니오’다. 우선 건교부의 예측이 부실하다. 도시화율이나 상수도 보급률을 예시하는 등 대단히 정밀하게 조사된 것처럼 말하지만, 경제 전문가 시각에서 보면 주먹구구식으로 추정된 것이다. 물 수요는 인구뿐 아니라 물 가격, 소득수준, 생활양식 등과 경제적 변수에 의해 많은 영향을 받는다. 따라서 물 수요량을

추정할 때는 고도의 계량경제 분석기법이 필요함에도 정부는 그러한 방법으로 수요 추정을 하지 않았다.

또한 이번 발표의 근본적인 문제점은 아직도 정부는 구시대적 수자원 관리 정책을 고수한다는 점이다. 이때의 ‘구시대적’이라 함은 공급위주의 사고방식을 말한다. 물이 부족하면 담 세우는 일에만 급급했지 비싼 돈으로 만든 물이 효율적으로 쓰이지 못하거나 그야말로 물쓰듯 낭비되는 현실은 수수방관했다. 그렇다면 대안은 무엇인가? 당연히 ‘수요관리’다.

수자원 정책에서 수요관리의 핵심은 효율의 극대화와 절약이다. 건설 자체가 백지화된 영월댐을 예로 들어보자.

‘수요관리’가 첫째요건

생태계 파괴 ‘경계’

‘녹색담’도 물확보 수단

영월댐 백지화의 표면적 이유는 동강의 비경과 생태계의 파괴였지만 엄청난 국민 혈세를 낭비할 뻔한 계획이기도 했다. 현재 우리나라 주택의 85%는 수세식 변기를 갖추고 있으며 한 번 사용할 때마다 평균 13ℓ의 물이 소비된다. 그러나 모든 주택에서 선진국에서처럼 6ℓ의 물만 소비되는 변기로 교체하면 약 3억6천만ℓ의 물을 절약할 수 있다. 영월댐의 용수공급 능력과 똑같다. 그러나 비용에서는 엄청난 차이가 난다.

기존의 변기에 간단히 부착하기만 하면 되는 절수 기기의 가격 1만원을 정부 예산으로 부담해도 800억원이면 모든 주택에 보급할 수 있다. 그러나 영월댐은 우리나라 전 주택의 절수기 설치 비용의 12.5배에 해당하는 1조원의 예산을 필요로 하는 사업이었다.

수요관리의 대안은 무조건적 반대는 리와는 궤를 달리할 뿐 아니라 지극히 현실적이다. 1992년 유엔환경개발회의에서 채택된 자연자원의 이용 및 환경오염 문제에 범지구적으로 대처하기 위한 ‘지속 가능한 발전 원칙’에도 부합한다. 수요관리에 있어서 최우선의 대안은 절약이다. 이를 위해서 절수 기기의 보급이 조속히 확대되어야 하고 다양한 절수 기술이 개발되어야 한다. 그런데 이를 더디게 하는 장애 요인은 지나치게 싼 물값이다. 아직은 물쓰듯 쓸



이정준

서울대

환경대학원장

그 이상에 대해서는 무거운 요금을 물리던 저소득층의 부담을 덜어 줄 수 있다.

이 밖에도 대안은 많다. 수질 관리도 중요한 사안이다. 아무리 양적으로 풍부해도 썩은 물은 쓸모가 없기 때문이다. ‘녹색담’도 물 확보의 좋은 수단이다. 물을 머금은 기능은 극대화된 양질의 산림을 일컫는 ‘녹색담’은 홍수조절이나 대기 정화과 같은 공익적 기능도 뛰어난 만큼, 기껏해야 40~50년이 한계인 인공담보다 우선하여 조성되어야 할 것이다.

수 있는데 누가 물 절약의 불편을 감수하겠는가. 그렇다고 물값을 올리기도 쉽지 않다. 하지만 대안이 없는 건 아니다. 1인당 하루에 200ℓ 정도까지는 싸게 이용하게 하고 그 이상에 대해서는 무거운 요금을 물리던 저소득층의 부담을 덜어 줄 수 있다.

열린마당

불교의 수행론 연구

“있는 그대로의 진리 보는 수행”

‘위파사나의 인식론적 근거’

경전의 많은 곳에서 ‘여실여견(如實知見, 있는 그대로의 진리를 봄)’은 ‘참된 인식(sammappa)’으로 표현되었으며, ‘참된 인식’이란, 그대로 ‘완전한 인식’을 의미한다. 그렇기 때문에 불교는 그 자체로서 깨달음과 열반 그리고 해탈을 위한 ‘완전한 가르침’이며, 그러한 목표에 이르도록 다시 ‘완전한 수행법’인 위파사나(Vipassana)를 제시하고 있다. 아니 위파사나를 중심으로 모든 가르침이 구성되고 있다고 해도 과언이 아니다.

그리고 이는 다시 ‘계정해’라는 삼학을 차례로 뒤는 수행체계로 압축되었다. 불교적인 바른 의미의 ‘정’은 항상 ‘계’가 바탕이 되어야만, 그리고 다시 ‘혜’는 ‘정’이 바탕이 되어야만 진정한 ‘혜’를 이룰 수 있다는 것이다. 그리고 난 후야야 바로 열반과 해탈과 같은 궁극적인 목표에 이를 수 있다. 그러므로 불교의 참된 인식의 근거는 여실여견(如實知見)이고, 목표는 열반·해탈에 있다. 그리고 이를 위해 수행되었던 체계가 바로 사마타-위파사나(Samatha-Vipassana)이다.

결론적으로 위파사나는 분명히 후대 종파불교의 산물이 아니라, 불교 수행 전통에 있어 근본이며 중심이 되는 수행법이다. 석가모니 붓다의 깨달음(bodhi)과 열반(涅槃, nibbana)해탈(解脱, vimutti)의 내용과 성격 그리고 실천체계 그 자체이다. 그리고 그것은 초기불교경전에 온전하게 보존되어 있다. 어떠한 이유에서든지 후대 종파불교 수행법에 비해 상대적으로 낮은 방법이라고 할 수 없다. 만약 후대 불교에 의해 사마타-위파사나(Samatha-Vipassana) 체계가 해이하게 사용되었다고 한다면 바로잡아야 한다. 어디까지나 불교 전통에 있는 후대의 모든 수행법의 근거는 바로 여기서 찾아야 하기 때문이다.



조준호

동국대 강사

“들숨과 날숨에 대한 마음지킴”

사띠(sati)의 의미와 쓰임

초기불교의 실천론을 하나의 틀로써 집약한 것으로 사띠(사티)라는 것이 있다. 이 사띠(사티)는 몸(受)·느낌(受)·마음(心)·법(法)의 전면에 걸쳐 육체적·정신적 현상을 수행의 과정으로 포괄하는 체계인데, 이것이 곧 사띠의 수행체계라 할 수 있다.

초기불교의 경전에서는 사띠를 ‘특정한 대상을 지속적으로 관찰하거나 따라감으로써 마음의 방향을 멈추게 하는 것’으로 정의하고 있다. 나아가 대상에 밀착하여 서는 것 혹은 ‘움직이지 않은 상태에서 확고하게 머무는 것’으로 풀이한다. 그런데 이렇게 되면 사띠 수행법을 단순히 대상에 집중된 상태 즉 사마타(samatha)만을 추구하는 것으로 오해할 수 있다.

사띠 수행법의 전경이라 할 수 있는 입출식염(入出息念), 즉 ‘들숨과 날숨에 대한 마음지킴’에 대한 초기경전들의 설명은 느낌(受) 따위의 육체적·정신적 현상들이 ‘감지된다’는 점을 더욱 부각시키고 있다. 마음지킴(sati)을 확립하는 일차적인 대상은 ‘코끝’ 혹은 ‘면상’이다. 따라서 피동적으로 감지되어지는 느낌 따위는 완전한 집중상태에 이르지 못했을 때 발생하는 부차적 현상에 불과하다. 이들 부차적 관찰 대상들은 일차적인 마음지킴의 대상으로부터 의식이 분산될 때 발생하는 것이다. 따라서 번뇌에 불과하다. 그러나 이들은 인위적인 계의 대상이 아니라 진리를 깨닫기 위한 매개로서 이용된다는 점에서 단순한 마음집중 즉 사마타 수행법과 그 계도를 달리함을 알 수 있다.

이들은 일상적인 의식의 상태에서부터 지각과 느낌이 소멸된 선정(禪定)이 발현되기 직전의 깊은 선정에 이르기까지, 일어난다 사라짐이 반복적으로 지속되면서, 무상·고(苦)·무아의 실상과 연기의 이법을 자각케 하는 요소로서 기능하는 것이다.



임승택

동국대 강사

기고

독서·참선 등 몰입의 즐거움 최상의 휴가

사마천의 사기에 삼망(三望)이란 말이 나온다. 군인이 전장에서 잊어야 할 세 가지 일이다. 즉 명령을 받고서는 집을 잊고, 싸움터에 나가서는 부모를 잊고, 공격의 복소리를 듣고서는 자신을 잊어야 한다는 것이다.

본격적인 휴가철이다. 생존의 현장에서 분투하던 우리들의 동지들이 잠을 얻어 휴식을 찾아 떠난다. 휴식은 소모가 아니라 재충전이란 말을 되새기며 산과 바다, 계곡을 찾아 떠난다. 번거로운 직장의 일을 잊고, 학기말 성격이 신통치 못한 것을 잊고 집무리미에 설레임을 가득 담아 휴가를 떠난다. 열차의 기적소리를 공격의 복소리로 여기며 번잡한 일상은 동승사키지 않으며 떠밀어 버리고 차문을 닫는다.

그러나 자신을 잊는 일은 무척 어렵다. 온갖 문명의 이기들은 자신의 존재와 현위치를 끊임없이 확인시켜 준다. 휴대전화는 어느덧 일상동태가 되었다. 노트북 컴퓨터까지 들고 가서는 속도에 도착하지마자 펼친다. 주변환경 역시 별반 다르지 않다. 노 래방에서 새어나오는 소리들은 귀에 익숙한 가락이다. 합당하지 못한 것인데 분을 사야 한다. 이거라 갔다가 패하고 돌아 오기 싫상인 것이 우리네 휴가문화의 실상이다.

내 경우 독서의 집중이 곧잘 실현되는 것이 지휘할 전통차 안이다. 한 시간 정도 이동하는 것이 보통인데 책을 펼치면 목적지까지 가는 것이 무척 수월하다. 시간을 압축해 버린 느낌을 받을 때도 있다. 전통차의 굉음이나 주변의 소리들이 귀에 들어오지 않는다. 고마운 습관임에 틀림없다.

거창하게 의미를 확대해 본다. 처처불공이라는 말이 있지 않은가. 깨달음이란 고상한 경지에는 이르지 못하더라도 몰입의 즐거움이 있는 곳이 바로 최고의 휴가지이다. 잊어야 할 것은 잊고 버려야 할 것은 버려버린 그곳이 어디이건 시나브로 삼매에 빠져들 것이다.



이우상

소설가

건강식품 ‘불로화정’ 특허



시연스님이 흑염자(검은개)와 감초 등 10여종의 첨가물을 10년간 발효시킨 강정 건강식품 ‘불로화정’을 상품화하면서 특허를 출원해 관심을 모으고 있다. 스님은 이미 40년전에 온사스님으로부터 전수 받아 개발한 불로화정을 그동안 비매종으로 사용해 오다 최근 상용화를 위해 특허를 출원하고 시장확보에 나섰다.

현대인에게 활력과 윤기를 주는 영양물질의 보고, 불로화정(不老化精)은 영험함은 직접 몸속으로 느껴보십시오. 생명의 근원, 간이 튼튼해야 신체가 건강합니다. 인체의 뿌리, 위가 튼튼해야 몸이 좋아집니다.

본사 생산제품

- 출신식(2개월 50만원), 출효소정액(2개월 50만원)
- 익수영진고(2개월 100만원), 지신왕기환(3개월 50만원)
- 구중구포(2개월 150만원), 유허간장(2개월 50만원), 유허원장

자연건강식품을 먹고 난치병을 고치게 되어 드리는 감사의 말씀

저는 20여년의 수도생활을 하고 있는 52세의 비구니로서 충북 제천시 청해사 주지로 있습니다. 저는 신장병, 골다공증, 위장질환, 호흡곤란 등의 만성질환을 앓는 병주머니의 몸이었으나 우리 농산물을 만든 경육(경육고) 같이 생긴 「익수영진고(익수영진고)」를 복용하고 건강을 회복하였으며 몇 가지 병으로 고생하던 모친과 여동생도 같이 복용한 후 건강한 몸을 되찾게 되어 그 말할 수 없는 감사의 마음을 짧은 글로 드리게 됨을 영광으로 여깁니다.

불로화정(不老化精)

(건강보조식품허가)

오랜세월동안 비전된 방법으로 만든 「不老化精」은 원래 산중 사찰의 스님들을 위하여 흑염자(검은개)와 감초초외에 10여종의 첨가물을 10년간 발효시킨 강정 건강식품으로 40여년전 시연스님의 은사 큰스님으로부터 전수받은 것입니다.

「不老化精」은 신진대사를 원활하게 함으로써 모든 질병의 치료와 예방이 가능하고 암을 억제시키며 특히 노인은 밤에 땀이 날 정도로 건강이 호전되고 노화도 지연되며 2개월만 복용하면 다이어트를 안하고 마음껏 먹어도 비만이 안되며, 위염, 소화불량, 설사 등 모든 위장질환이 치료되고 복부에 주름살이 퍼지며 음주를 많이 해도 취하지 않고 눈이 밝아지며 피로를 모르는 건강한 몸을 만들어 줍니다

가 격: 정가 칠십만원(10년간 발효식품, 2개월분)을 회원에 가입하신 여러분에게 오십만원에 할인하여 드립니다.

입금구좌: 대구은행 161-07-412768-001

참가서 노화억제·암예방 성분 대량추출

농진청 세계 최초로 다 세시미소는 노화를 막고 암을 예방하는 효과가 인정돼 각종을 받고 있는 새로운 기능성을 증명도 지금까



(TV에서 성인병, 난치병 특효 설명)

※ 식초 한종류 연구로 노벨의학상 3회수상한 사실이 있음.

제조 의료 호성양방·한방병원

이사장 김시연 합장

☎(053) 628-9145, 655-2227 (011) 808-8880
호성양방한방병원 (052) 254-2600 (011) 545-5500

저는 64세의 나이 많은 여성으로 여러 가지 난치병 때문에 병약하여 많은 고생을 하였으나 「不老化精」, 「출신식(松仙食)」, 「출효소정액(松酵素精液)」, 「익수영진고」, 「지신왕기환(治身王氣丸)」 등 자연건강식품을 복용한 후 병을 고치고 생기 넘치는 몸으로 생활하게 되어 그 감사한 말씀을 전해 드리게 된 것을 큰 자랑이라고 믿는 바입니다.