

제9회 현대불교 신행수기공모

우수상 (현대불교신문사장상)

배장환 (서울대 3학년)

아버지 <하>

제가 아무리 낱고 긴다고 해도 저는 아버지의 자식입니다. 아버지께서 하시던 생각, 아버지의 꿈이 곧 나의 생각, 꿈과도 같습니다. 제 자신 안에 항상 아버지의 모습이 있었는데 저는 미처 그것을 깨닫지 못한 채 살아왔습니다. 아버지에 대한 기억들이 꼬리에 꼬리를 물어 3시간의 정근 시간이 끝나기도 눈에서 눈물이 그칠 줄 모릅니다. 저의 잘못된 생각을 향한 부끄러움과, 바로 제 안에 있던 아버지를 이제야 찾았다는 깨달음이 저를 흐느낌에서 빠져나올 수 없게 붙잡습니다.

여태껏 아버지는 능력도 없고, 술도 많이 드시고... 안 좋게만 보였습니다. 그에 반해 저 자신은 혼자서 훌륭히 컸다고만 생각할 뿐 아버지가 저에게 해준 것은 별로 없다고 늘 생각해왔습니다. 눈 앞에 있는 행위에 계신 한 분이 마치 아버지 같습니다. 저를 인자하게 내려다 보십니다. 부처님께서 온화한 얼굴로 대중을 보시듯! 이제야 제가 어리석음을 깨닫습니다. 아상에 빠진다는 것을 경전에서 익히 보고 들어서 알았지만, 제 자신이 그 속에서 헤매고 있었다는 것이 후회스럽습니다.

끝날 것 같지 않던 1주일간의 수련대회가 이제 하루 밖에 남지 않았습니다. 조금 있으면 마지막 기도를 할 시간입니다. 아버지께 대한 생각도 많이 바뀌었지만 아직도 제 자신이 부족하다고 느껴집니다. '그 길었던 정근 시간들에서 과연 내가 얻은 것이 무엇인지, 1주일간 정근을 제대로 했는지?' 뒤늦은 마음으로 마지막 기도를 하려 들어갑니다.

너무 답답합니다. 다른 사람들은 열심히 기도하는데 저는 입도 붓가지 않습니다. 자꾸만 '나는 왜 이렇게, 왜 이렇게 문제가 많을까'라는 생각만 납니다. 막막합니다. 저의 문제가 무엇인지 하나 하나 떠올려봅니다. 말(표현)을 잘 안하는 것, 얼굴에 표정이 없는 것, 다른 사람의 입장을 고려하지 않는 것, 나만 생각하는 것, 뒷사람을 공경하지 않는 것, 부처님 또한 공경하지 않

는 것, 모든 일에 소극적인 것 등등... 마음이 더욱 캄캄해져 갑니다. 왜 저는 이렇게 생겼을까 생각합니다. 다른 사람들이 부럽지만 합니다. 저는 왜 그런 환경에서 자라야했는지, 이 세상이 원망스럽기까지 합니다. 제 자신이 미워집니다.

문득 어제 스님께서 해주신 이야기가 떠오릅니다. "아버지를 존중하지 않으면 빛사람이 빛사람처럼 안 보이고, 무시하게 됩니다. 또한 가정환경을 비관해서 자기 자신조차 부정하기까지 이릅니다. 자신을 부정하는 사람은 자기 자신을 다른 사람에겐 표현하지 못할 뿐더러 자기 자신을, 자기 존재를 남에게 알릴 필요성조차 느끼지 못합니다. 그렇게 되면 어떠한 일에도 적극적으로 다가가지 않게 됩니다."

저의 문제점들을 하나하나 짚어내 그것들이 왜 생겨났는지 너무나도 논리적으로 설명합니다. 저는 입이 딱 닫아버집니다. 제 자신을 저보다 더 잘 알고 계시는 것 같아서 무섭기까지 합니다. 스님께서는 부처님의 법을 이해하면 모두 다 당연한 이치로서 겪어보지 않더라도 헤아릴 수 있다고 하십니다. 저도 빨리 부처님 법을 이해해서 제 문제점이 해결되었으면 좋겠습니다. 하지만 너무나도 부족한 제 모습에서 절망감만 느껴집니다.

저는 제 자신을 부정하고 있습니다. 예



그림 문병성

“세상 원망스럽고 나 자신이 미웠지만 기도 끝난뒤 마음이 불국토인줄 알았죠”

전에는 이런 사실을 미처 알지 못했습니다. 단지 슬프고, 답답하고 원망스러운 감정에 빠졌던 것이지 그 이유를 알지 못했습니다. 이제야 저는 제 자신을 부정하고 있다는 사실을 알게 되었습니다. 하나 이 감정이 너무나도 자연스럽고 익숙합니다. 고등학교를 거쳐 지금까지 정진없이 살아오다보니 이러한 제 자신을, 저의 감정을 잊고 살아 왔습니다.

어린 시절이 기억납니다. 어릴 때는 이불 속에서 지금과 같은 감정으로 자주 울곤 했습니다. 어린 시절의 제 자신이 불쌍합니다. 너무나도 가엾습니다. 저렇게 어린 아이가 왜 그리 서글피 우는지... 뭐가 그리 원망스러운지... 어린 시절의 저는 무슨 업보로 자기가 저렇게 살아야 하는지 원망합니다. 그런 제 자신이 싫습니다.

이젠 저도 훌쩍 자라버렸습니다. 하지만 저를 미워하는 그 감정은 어린 시절 그대로입니다. 다른 사람도 아닌 제 자신을 인정하지 못하는 사실을 참을 수가 없습니다. 다른 사람에게 저의 이러한 모습을 보이는 것보다, 다른 사람에게 눈물을 보이는 것보다, 제 자신을 부정하고 있다는 사실이 더 싫습니다.

기도가 끝나자 사람들은 가벼운 마음으로 법당을 나섭니다. 저는 그 자리에서 눈물만 흘리고 있습니다. 지난 22년의 세월이 원망스럽고 후회가 됩니다. 제가 무슨 큰 잘못을 지었길래 그렇게 슬퍼해야 하는지... 힘들었어야 하는지... 스님은 업보라고 하십니다. 저는 도저히 받아들일 수가 없습니다. 세상은 너무나 불공평합니다.

마음을 진정하고 다시 생각해보려 합니다. 여태껏 무엇 때문인지도 모르며 가슴만 쥐어뜯던 제 자신이 조금씩 이해가 됩니다. 어린 시절의 제 자신도 보듬어주고 싶습니다. 가족이 그립습니다. 이제는 가족들과 정말 행복하게 지낼 수 있을 것 같다는 자신이 생깁니다. 저도 부처님 법을 이해할 수 있다는 자신도 조금 생겨납니다. 하루 빨리 부처님 법을 이해해서 모든 이의 마음에 불국토가 있음을 알려주고 싶습니다.

아버지! 저는 아버지가 자랑스럽고 존경스럽습니다. 아직 말로써 표현하지는 못하지만 아버지가 좋습니다. 요즘은 좋은 것을 보면 아버지에게도 보여드리고 싶고, 맛있는 음식을 먹어도 아버지와 함께 먹고 싶다는 생각이 듭니다. 지금은 집에서 홀로 떨어져 나와 살고 있지만 언젠가 아버지를 모시고 한 집에 살 생각에 제 마음은 흐트럽습니다. 아버지 사랑합니다!

<끝>

리레이 수행일기 <上>

나는 1966년 2남 1녀중 막내로, 부산에서 태어났다. 모친께서 태몽으로 하얀 목련을 보셨다는 말을 자주 들었다. 우리 집안은 아버지의 영향으로 유교적인 기풍이 강한 분위기였는데, 어머니는 가끔씩 가까운 산에 있는 절이나, 대취당이 주지를 맡고 있던 동네 바로 위의 절에 불공을 드리곤 하셨다. 어머니는 어느 보살님이 주지로 계시는 절에 나를 부처님 아들로 등재 하였고 하시고, 그 보살님이 진짜 어머니라고 말씀하시곤 하셨다. 이러한 어머니의 영향으로 절집 분위기에 어색하지 않았지만, 불교에 대한 깊은 인식은 없었다.

고등학교 때 친한 친구의 아버님이 연세가 지긋하셨는데, 상당한 지식인이셨다. 강마른 몸매에 머리는 새하얗게 새졌고, 눈빛은 형형하였다. 일제시대 때 지주집안 출신으로 일본에서 대학을 나왔다는 얘기를 들었다. 월남 후 연좌제에 걸려 독서로 소일하고 계셨는데, 친구들이 찾아가면 차를 마시



백유진 한림의대 가정의학과 교수

는 길간지였는데, 그분이 구둑을 부탁 하셔서 한 3년간 정기구둑을 신청하셨던 것이다. 나는 그때 처음으로 격조 높은 불교의 세계를 접하게 되었다.

그렇게 1년을 보내고 다시 복학하였다. 당시 시대는 암울하였고, 늘 시위와 최루탄 가스가 대학캠퍼스를 뒤덮고 있었다. 학생운동이 절정에 달한

신나던 대학 1년 때 '폐기홍'으로 휴학 생명의 활기 찾던 중 불교학생회 가입

면서 철학이나 정치, 맑스주의, 종교 등에 대해 말씀해 주시곤 했다.

그분이 하시는 "마음은 저 우주 바깥으로도 나간다. 참선은 한 생각을 오롯이 추구하는 것이다" 하셨다. 당시 어렸던 나는, 명상이나 참선이 무념(無念) 무상(無相)으로 아무 생각이 없는 곳을 추구하는 것으로 알고 있었기 때문에, 그러한 설명이 좀 이치에 맞지 않는 말이라고 여겼다. 그게 사실인가 하는 궁금증이 있었지만, 곧 잊어버리고 말았다. 당시에는 대학 입시가 목전이어서 경황이 없었다.

서울로 진학하여 대학 신입생으로 신나는 1학기를 보내는 도중 폐기홍이라는 병이 찾아왔다. 마르고 키가 큰 젊은 남자들이 많이 걸리는 병인데, 치료는 별 어렵지 않지만 재발이 자주 되는 질병이었다. 이 질병으로 나는 한 학기를 휴학하고, 낙향하였다. 우울한 젊은 나날이 지속되었다. 신경은 아주 예민해져서, 조그마한 소리에도 깜짝 놀라 일어나곤 했다.

당시 처해 있는 우울한 상황에 대한 탈출구로 독서에 매달리고 있는 와중에 불교 월간지가 배달되어 왔다. 아버지의 고향 친구 분이 발행인으로 있

때였으나 맑스주의는 나의 해방구가 될 수 없었다. 화과 공부를 하면서도 채워지지 않는 가슴을 끈적끈적한 철학책으로 애써 메우고 있었다. 당시 니체나 라셀, 화이트헤드, 비트겐슈타인 등을 탐독하였고, 원서를 구해서 읽기도 하였다. 그렇게 의예과 시절이 지나갔다. 돌아와보니 암울한 2년이 었다.

예과를 마칠 때쯤 니체체의 짜라투스스트라를 읽으면서 뭔가 광하고 나의 깊은 저 밑바닥을 쳤다. 생명의 활발한 기운이 꿈틀거리며 되살아났다. 자신감이 되살아났다. 우울한 니체체의 책을 읽다가 활력을 되찾은 아이러니였다. 나는 힘차게 본과 공부를 시작하였다. 그리고 의학 공부 외에도 여러 가지 활동을 모색했다. 어떤 동아리 활동을 좋을까를 고민하던 나는 한 학기를 휴학하고, 낙향하였다.

그런데 마침 한의학 동아리는 멤버가 적어서 거의 폐쇄 상태였다. 바로 옆방이 불교 학생회 동아리 방이어서 잠시 들렀다가 딱 걸려들어 버렸다. 그것이 바로 인연이었다.

나는 그날 이후 불교를 본격적으로 배우기 시작하였다. (계속)

신행수기 일년내내 받습니다

삶을 살아가면서 가슴속에만 폭폭 담아두었던 감동깊은 신행체험들을 진솔하게 적어 보내주세요. 연중 접수한 신행수기 가운데 우수작은 신문에 연재하며, 연말에 최종 심사를 거쳐 시상합니다.

- 주제: 신행 및 수행 체험, 불심으로 고난을 이겨낸 이야기
● 분량: 200자 원고지 30매 안팎(44용지 4장)
● 접수처: (110-170) 서울시 종로구 견지동 110-33 현대불교신문사 편집국 신행수기 담당자
● 문의 전화: (02)722-4162
● 인터넷 접수: thisiswhy@buddhapia.com

한가지 소원을 꼭 이루는

삼사순례 및 방생도량

귀의 삼보하심고, 해수관음도량인 해동용궁사는 앞은 푸른 바다요, 뒤는 산으로 삼사순례나 방생법회 하는데 가장 좋은 곳으로 유명합니다. 전국의 佛子님께서는 甲申년 새해를 맞이하여 해동용궁사에 오셔서 많은 공덕을 성취 하시기 바랍니다.



- ◀ 대형 주차장 완비
◀ 입장료 무료
◀ 점심공양 가능
◀ 방생을 배달해 드립니다

www.yongkungsa.or.kr

한가지 소원을 꼭 이루는

해동용궁사

전화: (051) 722-7744, 7755

7일 명상으로 원하는 길을 찾을 수 있다

◆로드프라나 명상이란?

프라나(감도, 생기) 호흡법과 로드프라나 36가지의 각종 명상법을 통해 몸과 마음을 보다 높은 차원으로 상승 시키는 기법.

◆로드프라나 명상으로 얻을 수 있는 효과

▶ 몸과 마음이 자유로워진다

잠자던 몸이 깨어나 몸속에 황금빛 광채가 생기고 몸과 마음이 연결되어 원을 이루고 개인의식이 무너져 우주의식으로 확장되어 집중력, 이해력이 증대되어 지혜의 눈이 생긴다.

▶ 숨이 숨이 내리는 눈이 판곳으로 안떨어지듯 한번도 자신이 우주 아닌 적이 없었는데 그것을 스스로 자각하지 못하는 것은 마음의 틈새가 생겼기 때문이다.

일체를 버려서 무에 들었거던 다시 일체를 끌어안아 자연이 되라. 나 없는 자리를 찾으면 길이 열리고, 나 있는 자리를 찾으면 천문을 열며, 있지도 아니하고 없지도 아니한 자리를 찾으면 묘정봉에 오른다.

▶ 지금까지 길을 찾지 못한 것은 개체의식, 고정관념, 자기의 틀을 벗어 던지지 못했기 때문이다. 오기육백공, 선밀공, 프라나호흡, 프라나동작, 36장 관조, 관음법을 통하여 우주의식으로 확장 시키면 스스로 알지 못했던 길을 찾게된다.

길타기 3단계

- ▶ 1단계: 능력확대 (의식확장, 시, 노래, 춤, 연주, 그림 등)
▶ 2단계: 지혜의 눈 (달변, 예시, 투시, 치유 능력)
▶ 3단계: 전인완성 (본래의 자리에 들)

◆일반수련 (학생, 일반인 7일 과정)

다른 차원의 세계 (우주세계)로 못가는 것은 의식과 생각을 쉬지 못하기 때문이다. 의식 집중을 통해 영혼체 정신체 인 본신을 만들어서 유체이탈을 통하여 천문 제6세계까지 영체와 우주세계를 연결한다.

천문 열기

- 제 1세계 (우주세계, 합일세계) → 제 6세계 (우주세계, 자재세계)
■ 일반수련 (학생, 일반인 7일과정)

명상지도자 양성과정 (1년)

- 자격: 24세 ~ 34세까지
■ 학력: 고졸이상
■ 수련과정: 로드프라나 36장, 프라나호흡, 난소호흡, 원류공, 관조, 관음, 관상법수련, 선밀공, 오기육백공

로드프라나 명상센터 본부

대구광역시 남구 봉덕1동 729-4

☎ 053)471-0433