

‘긍정적 사고’가 성공을 부른다



마음이 바뀌면 인생도 바뀐다

⑫ ‘마음’이 삶에 미치는 영향

‘인생을 살아가는 데 있어 사람의 마음가짐(가치관, 태도)이 미치는 영향은 어느 정도라고 생각하는가’라는 질문에 대하여 세 명의 대학생이 답해 준 내용의 일부를 소개한다.

성공의 문을 여는 긍정적 인생관

“물이 아직 반이나 남았어요”

사람의 마음가짐이 인생에 미치는 영향은 10점 만점에 10점이라고 생각한다. 결정적인 것이다. 어려운 가정형편 속에서도 좌절하지 않고 열심히 노력하여 성공하는 사람들, 그 반대로 풍족한 가정형편 속에서 안일하고 나태해져 결국 보람 없는 삶을 사는 사람들이 좋은 예가 될 것이다. 마음가짐에 따라 인생은 180도, 아니 전체가 달라질 수 있다. 동일한 상황에서 긍정적이고 조그만 것에도 감사할 줄 아는 사람이 있는가 하면 부정적이고 투정하며 아예 포기하는 사람이 있다.

예를 들어 물이 반쯤 채워진 유리컵이 있다. 어떤 사람은 ‘물이 아직 반이나 남았구나’라고 하는 반면 또 다른 사람은 ‘뉘야, 물이 반밖에 없잖아’라고 생각할 것이다.

물이 반이나 남았다고 한 사람은 지금 처한 상황에 감사하고 긍정하는 반면 물이 반밖에 없다고 한 사람은 현실에 불평불만하며 부정적인 시각을 가지고 있다.

두 사람에게 어려움이 닥치면 전자는 그 어려

움 가운데서 조그만 기쁨과 감사를 찾고 고난을 기회삼아 헤쳐 나갈 것이다. 하지만 후자는 어려움을 불평하며 노력을 포기할 것이다. 결국 결과적으로 나타나는 인생의 모습은 너무나도 차이가 나는 것이다.

긍정적이고 감사할 줄 알며 위기를 기회 삼아 나아가는 인생이야말로 값지고 소중한 인생이라고 생각한다. (L군)

인생의 방향을 결정하는 ‘가치관’

“인생을 변화시킬 커다란 힘”

인생은 그 사람이 살아가며 하루하루 행동하는 것에 의해 영향을 받는다.

그리고 그 행동은 그 사람의 마음에 달려있는 것이다. 흔히 학생들은 “나는 돈이 없어서 어쩔 수 없어”라든가, “저 아이는 유학을 다녀왔으니 내가 공부를 따라갈 수 없어”라는 식의 말을 한다.

자신의 실패의 이유를 주변의 상황으로 돌리는 것이다. 그러나 사실은 ‘의지박약’이고 ‘노력’하고 도전하는 용기가 부족하지 않은지 자신을 돌아보아야 한다.

같은 상황에 있더라도 다른 가치관을 가지고 있다면 다른 길을 선택할 수 밖에 없다. 어떤 마음을 먹느냐에 따라 우리 인생을 변화시킬 커다란 힘이 작용한다고 생각한다. (J군)

긍정적인 마음이 행복의 열쇠

“힘들어도 좌절하지 마세요”

나는 마음의 힘은 무척 크다고 본다. 만약 나와 같은 또래의 친구들이 모두 어려운 형편에 처해있다고 가정해 볼 때 그 상황을 이해하고 극복하는 노력은 스스로의 마음가짐에 달려 있다고 볼 수 있다.

어떤 친구는 그 상황을 인정하지 못하고 부정적으로만 생각하여 자신을 점점 더 힘들게 만들면서 극복하려는 노력을 시도조차 안 할 수 있다.

하지만 긍정적인 마음을 가진 친구는 절대 포기하거나 좌절하지는 않을 것이며 앞으로의 상황을 희망적으로 바라보며 매사에 열심히 임할 것이다.

중요한 것은 바른 가치관을 가진 사람은 갑자기 닥친 어려움 속에서 자칫 흐트러질 수 있는 판단력과 마음가짐을 바로 잡아서 비도덕적인 행동을 하는 일이 없을 것이다.

나는 스스로의 좌우명을 ‘긍정적인 마음’이라고 정하여 매사에 긍정적으로 임하려고 노력하고 있으며, 이러한 노력은 대학생인 지금 매일매일 즐겁게 살 수 있는 원동력이 되고 있다. 앞으로 어떤 어려움이 닥치더라도 지금까지의 긍정적인 마음을 끝까지 유지하고, 더불어 바른 가치관을 갖는다면 나의 인생은 항상 평화롭고 행복할 것이라고 믿는다. (E양)

부처님 말씀에 “같은 물이라도 소가 마시면 우유가 되지만, 돼지 마시면 돼지 된다”고 하셨다. 나라 안팎으로 어려운 상황에서 우리의 젊은이들이 희망과 의지를 잃지 않고 자기 인생의 주인이 되어 힘차게 살아나가기 위해 간절히 기원 드립니다.

■ 황수경(동국대 선학과 강사)



간화선 제창 후 노동선 더욱 활발

임제 스님이 운력 중에 호미로 밭을 매다가 황벽 스님이 오는 것을 보고는 팽이에 기대 서 있었다. 황벽 스님께서 “이 사람이 피로한가?” 하니, “팽이도 아직 들지 않았는데 피로 하다니요” 하였다. 황벽 스님이 후려치자, 임제 스님이 똥통이를 받아 쥐고는 황벽 스님을 탁 밑에 넘어뜨렸다. 황벽 스님께서는 유나를 불러 말씀하셨다. “유나야! 나를 부축해 일으켜라.” 유나가 가까이 다가 부축해 일으켜 드리면서 말했다. “큰스님, 이 미친놈의 무례한 짓을 그냥 두십니까?” 황벽 스님은 일어나면서 유나를 후려갈기니, 임제 스님은 팽이로 땅을 찍으면서 말하였다. “제방에서는 모두 화장하지만 여기 나는 한개밖에 산 채로 파묻어 버린다.”(臨濟錄) 禪林古鏡叢書, 藏經閣 p129-130

사실 송대(宋代) 이후 선종이 중심이 되어 불교의 명맥을 이어오던 시절에는 거의 대부분이 노동생산에 의거해서 수행생활이 영위되었다 해도 과언이 아니다. 선종경수의 가풍은 선문의 일상이 되고 오늘에까지 이어지고 있다. 중국 민국(民國)시대를 살다간 근대 중국 선의 중흥조라 일컫는 허운(虛雲) 역시 이러한 전통에 입각해서 농사와 노동선의 실천을 매우 강조하며 선종 재진자에 진력하고 있다.

여러 스님들은 날마다 힘들게 장작을 패고 농사를 짓고, 흙을 돋우고 벽들을 나르며 하루 종일 바쁘게 지내지만, 도를 깨지겠다는 굳은 의지는 잊어 버리지 않습니다. 그러한 도를 향한 지극한 마음은 정말로 사람을 감동시키는 것입니다. (參禪要旨) 역시아문, p35

그리고 허운은 또한 강조하기를 “물 깊어 오고 나무 해 오면 일상이가 묘도(妙道) 아님이 없으니, 밭 매고 씨 뿌리는 것이 모두 선기(禪機)인 것입니다. 하루 종일 다리를 틀고 앉아야 비로

소 공부하고 도를 닦는 것은 아니다”라고 하였다. 이러한 전통은 한국의 선종에도 그대로 전입되어 선문의 일상사로 정착되어왔던 것이다. 조선시대 선종에 은거한 선종만이 겨우 현사(懸絲)의 끈을 이어가게 되었을 때, 선종은 생존전략의 일환으로 선종에서 논밭을 개간하고 농사를 짓는 노력이 생활화되어 버렸다. 그야말로 억불(抑佛)의 현실 속에서 종교적 이상을 추구하기 위해 억지되라도 농사(農事)를 실천하지 않을 수 없는 형국이 되어버렸던 것이다.

특히 조선말에서 일제의 강점기를 살다간 용성(龍城)은 ‘반선반농(半禪半農)’의 선농불교(禪農佛敎)를 제창하게 되었다. 용성은 선농불교의 정신에 입각하여 “자기 생활에 힘으로 노동하고 남에게 의뢰하지 말 것”(大覺教儀式)권하, 十二覺文)을 주장하며, 선농당(禪農堂)과 화과원(華果院)을 건립하여 자급자족(自給自足)을 강조하고 있다.

아! 우리는 팽이 들고 호미 가지고 힘겨운 노동(勞農)하여 자작자급(自作自給)하고 타인을 의뢰하지 말자. 여(余)는 차를 각오(覺悟)한 지가 이십년 전이나 세부득이(勢不得已) 하여 못하고 있다가 오륙년 전에 중국 길림성 웅성사(熊城寺)에 수천일경(數千日耕) 토지를 매입하여 오교인(吾敎人)으로 자작자급케 하였으며 또 과농(果農)을 종사하여 오륙년간을 노력중이다. (中央行政에 대한 希望) 佛敎 93호, p15) (계속)

허운 밭매고 씨뿌리는 것이 모두 禪機

조선시대 억불 정책 속 ‘선농’ 생활화

대개 일찍이 경산총림(徑山叢林)에서 한련(汗蓮) 반야농원(般若農園)을 경영하며 간화선(看話禪)으로 접화(接化)한 본보기에서도 알 수 있듯이 간화선종과 노동선은 불가분의 관계에 있다고 말할 수 있다. 간화선의 선농경수의 선종은 이후 계속 이어져 원대(元代)에까지 전승되고 있다. 박산무이(博山無異)는 다음과 같이 목조사선(默照禪)의 선농을 지적하고 생기발발한 노동선을 강조하고 있다.

옛 선사는 복숭아를 따다가도 문득 선정에 들고, 호미로 밭을 매다가도 문득 선정에 들었으며, 절의 자질한 일을 하면서도 선정에 들었다고 한다. 그러나 어찌 한 곳에 오래 눌러앉아 바깥 인연을 끊고 마음을 일어나지 못하게 한 다음에야 선정에 들었다고 하겠는가. 이 를 골 샅된 정(淨定)이라고 하니, 이는 남자가 가져야 할 마음이 아니다. (參禪警語)

신 명 기사 판

- 2007 참사원의 향기 단기출가수행-해남 미행사는 8월 18~25일 7박8일간의 단기 출가수행 체험을 준비한다. 전통 화두 참선을 체계적으로 수행하게 될 2007 참사원의 향기는 참선 외에도 묵언, 오후불식, 수행문답, 수행체계 법문, 다도 등을 체험할 수 있다. (061)533-3521
- 구룡사 불교대학 제3기 모집-서울 구룡사가 제3기 불교대학 수강생을 모집한다. 불교대학 제3기는 9월 4일 개강한다. 강사진은 9월 12일 개강 예정이다. 한편 10월 중 차림 예정인 가사림회 회관도 모집한다. 구룡사에 다니는 남자선도면 누구나 참가 가능하다. (02)575-7766

- 흥국사 ‘참 나를 찾아서’ 주말 템플스테이-고양 흥국사는 8월 18~19일 주말 템플스테이 ‘참 나를 찾아서’를 진행한다. 사찰 예절습득, 발우공양, 연꽃만들기, 연등 만들기, 새벽예불, 참사랑 자기도반, 새벽술길 걷기명상, 참 나 찾기 참선 등의 프로그램이 진행된다. 참가비는 일반인은 3만원, 중·고등학생 2만원, 초등학생은 1만원이다. (02)381-7970
- (금강경) 영어강좌 개설-한국불교대학 관음사가 8월 18일~10월 6일 매주 토요일 오전 10시 (금강경) 영어강좌를 개설한다. 15장으로 이루어진 (금강경) 영어 강좌는 영어와 우리말로 쉽게 설명해 영어 공부를 돕고자 한다. 수강료는 5만원. (011)9569-1927

- 농인선원 칠석기도-서울 농인선원은 8월 19일 오전 10시 대법당에서 칠석기도를 봉행한다. 불가에서 음력 7월 7일 칠석은 지성광여래와 좌우 좌우보처 일광보살, 월광보살에게 공양을 올리는 날이다. 농인선원은 개태평, 연소스님, 자손의 수명과 복, 무병장수를 기원하는 칠석기도를 올릴 예정이다. (02)577-5800
- 지구촌공생회 캄보디아 스터디 투어-지구촌공생회는 8월 15~20일 캄보디아 킴포우 지역을 방문해 우물사업장을 견학하는 캄보디아 스터디 투어를 떠난다. 이번 투어에서는 우물사업장 견학 외에 유치원, 초등 학교, 불교사원 등도 방문할 예정이다. (02)455-9596

"승가건강비법 신비의 나무" [미·가·목]

강원도에는 옛부터 전해오는 속설에 노인이 마가목 지팡이를 짚으면 굽은 허리가 펴지고 아이를 못낳는 여인에게 방안에 마가목 가지를 두기만 해도 수태를 한다는 신령한 나무로써 지금도 승가의 선원에서 참선수도하는 스님들은 기력을 돋우기 위해 마가목 차를 드시고 있으며 산승이 비법을 전수받기 위해 진귀한 열매와 약수로 맑고 향기롭게 정성껏 달여서 (1달분 60봉 두께 분량) 보시해 드릴 수 있습니다.

■ 1988년 11월 6일 오전 6시 40분 - KBS-2 TV "건강하게 삽시다" (강원도 오대산 승가비법 약초기행 마가목을 찾아서)방영
 ■ 2000년 10월 25일 수요일 - KBS-1 TV 아침방송 "무엇이든 물어보세요" (나무차 소개)방영

본초가목, 동의보감 기록

첫째, 그 성질은 따뜻하여 몸이 쇠약하고 풍습비 해수 등을 다스리고 둘째, 흰머리를 검게 하며 두뇌세포를 촉진 통풍, 신경통, 관절염, 기관지염, 방광염, 위염, 폐결핵, 팔다리가 저리거나 허리가 아프고 몸이 차고 냉한 사람 셋째, 중풍, 동맥경화, 고혈압, 풍 예방 및 기력을 돋우어 주어 신장(콩팥)을 튼튼하게 하고 피로를 제거하며 간장을 보호하고 보혈, 신기하약, 조갈증, 당뇨와 고지혈증에 특효 넷째, 불안, 우울, 불면증을 해소하여 골병이 든 어혈도 풀어주며 비만 체질(지방을 분해하여 살이 빠지며)과 성인병 예방 다섯째, 심장을 안정시키며 마음을 편안하게 하고 양기를 돋우며 숙취를 해소

* 계절이 바뀌면서 체질변화로 인해 항상 피로하고 노곤하며 기운이 없는 사람에게 활력이 생깁니다.

◎ 약품은 아니며 체질개선에 도움이 됩니다 ◎

"실험 사례" 폐식용유에 마가목 액을 섞었더니 맑게 정제가 됩니다. 즉, 만병의 근원인 혈액속의 콜레스테롤을 제거하여 피를 맑게 합니다.

경기도 양평군 용문산 도솔암
 전화번호 : (031)775-1285 저수 대진 입장

"이름대사전"

- 대법원 선정 인명용 한자 중에서 선별.
- 320여개의 성씨별로 수리오행, 삼원오행, 음령오행, 이름풀이까지 완성하여 한자를 몰라도 선택만 하면 됨.
- 작명, 개명, 상호 등으로 사용할 수 있도록, 성씨별로 2천~3천개의 이름들을 수록하였음.
- 정가 5만원

"신수비결"

2007 정해년의 운세

- 직업, 사업, 재물, 이성과의 인연, 학업 성적 등을 상세하게 정리하여 한자를 몰라도 생년월일만 알면 운세를 알 수 있음. ● 정가 3만원

"인생상담" (무보시)

- 직업, 사업, 투자, 합자, 이성 등의 문제를 불자에 한하여 무보시로 상담해 드립니다. (전화상담은 받지 않고, 예약자에 한함.)

효타암 주지 원공 합장

◆ 농협 121076-56-092613 (손선미)
 부산시 금정구 금사동 34-4 문의 : (051)524-9406
 위치 : 금사동 동일교묘별트 옆

수제화로 제작 상표등록 614981호, 디자인등록 0407120호, 발행특허 0554383호

고무신코 만행화

■ 소재특징 : 초극세사, 방수원단

■ 사계절 단화

- 가격 : 80,000원
- 규격 : 215-290mm
- 색상 : 회색, 검정

■ 밭갈기 가능

■ 장기간 보행시 발이 편안합니다

■ 초극세사 원단

■ 미끄럼 방지 (논밭 무렵엔)

■ 가격 : 70,000원
- 규격 : 215-290mm
- 색상 : 회색, 검정

■ 최고의 선물

■ 밭갈기 가능

■ 장기간 보행시 발이 편안합니다

■ 초극세사 원단

■ 미끄럼 방지 (논밭 무렵엔)

■ 가격 : 90,000원
- 규격 : 230-280mm (10mm 단화)
- 색상 : 회색, 검정

■ 지압결창

■ 밭갈기 가능

■ 장기간 보행시 발이 편안합니다

■ 초극세사 원단

■ 미끄럼 방지 (논밭 무렵엔)

■ 가격 : 50,000원
- 규격 : 230-280mm (10mm 단화)
- 색상 : 진회색

■ 문의 및 주문전화 : 02)733-5715, 011-9000-5715

■ 입금계좌 : 농협 063-12-250427(구자민) 네이비(NAVER) 주소창에

※ 보시 하실 분 상담 환영

◆ 부산 : 원광사 051636-7019 ◆ 대구 : 연꽃세상 053426-7300 ◆ 전주 : 상운각 063274-6639

◆ 광주 : 불교서원 062226-3056 / 화신승복 062228-2870 ◆ 서울 : 부산승복 02)738-8407

◆ 대전 : 불교백화점 042274-3727 / 대구승복 042254-8772 ◆ 제주 : 김윤경승복 064)724-7999

◆ 충북(충주) 원사사 불교점 043)846-9091 ◆ 경북(예천) 북타불교점 054)655-2525