

# “인연을 등지지 않음이 나를 지키는 길”



김기협 박사, 시병일기 '아흔개의 봄'



한 역사학자가 불심 깊은 아흔의 노모를 간병한 이야기를 모아 <아흔 개의 봄>(서해문집 펴냄)을 펴냈다. 역사학자 김기협 박사(前 계명대 교수)는 2007년 쓰러진 어머니를 처음 모시게 됐다. 주변에서는 김 박사를 대단한 효자로 여겼다. 김 박사는 자식으로서는 도리일 뿐, 어머니를 사랑하고 아내는 마음이 우러나서 그러는 것은 아니라고 생각했다. 자식들 중 가장 마음이 어두웠다는 그가 글을 쓰게 된 이유는 어머니 병세가 호전되는 것을 보고 기뻐하기 때문이었다. 그는 그때의 심정을 이렇게 적었다.

“뉘브피덤으로 연명하며 의식도 미약한 채로 무기력하게 누워 계신 어머니의 모습을 보며 내 마음을 얽매고 있던 시비지심(是非之心)이 사그러들었다. 그러다 어머니가 회복의 기미를 보이기 시작하

시자 그저 기쁜 마음뿐이었다. 그래서 ‘시병일기’를 쓰기 시작했다.”

김 박사는 2년간의 시병을 통해 작은 깨달음을 얻었다. 가까이 사람끼리는 즐거움만이 아니라 괴로움도 함께 나누는 사실, 운명이 주는 괴로움은 아내는 사람과의 관계를 통해 가장 통렬하게 느껴진다는 사실을.

불교에서 효행은 만가지 선행(萬善)의 근본이며, 부모야말로 좋은 복진(福田)이라 했다.

부처님은 <부모은중경>에서 “천자의 귀신을 다 섬긴다 해도 부모에 효도함만 못하다”라고 설했다. “충명하고 지혜를 가진 자가 있어 생사의 피안에 도달하려면 응당 부모를 존경해야 한다”, “부모에게 효도로써 섬기는데서 오는 공덕은 일생보처보살이 받는 공덕과 같다”고도 설했다. 부모를 섬김이 불보살에 공양함과 다르지 않음이고, 이고득락(離苦得樂)하려면 부모에 자식된 도리를 다해야함을 강조했다.

어머니 이남덕 여사는 이화여전을 나와 이화여대 국문과 교수를 지낸 지성인이기도 했지만, 노년의 상당기간을 공주 감사 대자암에서 지낸 이력이 말해주듯 여는 사찰에서 만날 수 있는 신심 깊은 보살이었다. 김기협 박사가 어머니와의 인연을 통해 2년의 시병일기를 쓰고, 부처님 법을 만난 것은 절대 우연이 아니었다. ‘아흔 개의 봄’을 통해 그가 소소하게 읊은 사모곡은 무명을 밝히는 목탁이요, 불호

를 꾸짖는 죽비에 다름 아니다. 팔만대장경의 또 다른 새김이다.

김 박사는 “운명에 대한 원망이 아내는 사람에게 대한 원망으로 모습을 바꿔서 나타나기 쉬운 것”이라며 “어떤 고통 앞에서도 주어진 인연을 등지지 않는 것, 그것이 인간으로서 나 자신을 지키는 길”

이라고 말했다.

김기협 박사는 책 발간에 그치지 않고 사이버 공간에서 오늘날 사모곡을 이어가고 있다. orunkim.tistory.com

아흔개의 봄 | 김기협 지음 | 서해문집 | 1만2900원  
조동성 기자



김기협 박사와 어머니 이남덕 여사의 모습

감정의 노예가 되지 않는 길 불교명상의 근본취지를 밝혀



Buta와 나 | 임승택 지음 | 민초사 | 1만2000원

하버드 의과대 크리스토퍼 거머(Christopher K. Germer) 교수는 “불교명상은 그 어떤 치료 방법보다 불안·우울증·공황장애 등에 탁월한 효과를 보이며, 가장 현대적이고 두드러진 형태의 행동 치료로 주목 받고 있다”고 말했다.

구제역 확산, 집값 상승, 물가 상승, 금리 인상 등 사회적 불안감이 커질수록 현대인들은 원인 모를 질병과 환란, 스트레스, 우울증에 몸살을 앓는다. 특히 스트레스는 사람을 극단적인 충동과 자살 등으로 몰아 사회적으로도 문제가 심각하다. 현대인들에게는 스트레스에서 벗어날 방법이 무엇보다 시급한 문제가 됐다.

서양에서는 스트레스를 날려버리기 위한 방법으로 심리학과 심리치료를 불교명상과 결합시켜 활용하고 있다. 불교명상은 인지과학과 뇌과학 발달로 인해 그 우수성이 과학적으로 속속 증명되면서 점차 유행처럼 번져가는 추세이다.

이런 가운데 경북대 철학과 임승택 교수는 서구심리학이 주도하는 명상치료에 무작정 동조할 수 없다는 주장을 펼쳐 눈길을 끈다. 심리치료사들은 통계적으로 입증할 수 있는 치료 효과에만 관심을 갖기 때문에 저자는 이러한 시점에서 불교명상의 근본 취지가 무엇인지를 되새겨야 한다고 강조한다. 심리학자·심리치료사들이 명상의 기능적·조작적 측면에 초점을 맞추는데 비해 저자는 Buta로부터 명상의 유래와 갈래, 나아가 명상이 지닐 수 있는 교리적·철학적 의의를 종합적으로 정리했다.

Buta는 스트레스처럼 실체가 없는 것들로부터 벗어나기 위해서는 본래 모습에 대한 바른 이해가 필요하다고 주장했다. 또, 바른 이해를 위해서는 ‘잘 쉬어야 한다’고 강조했다. Buta가 제시한 ‘잘 쉬는 방법’은 편견과 독선을 쉬게 한다는 의미다. 결국 Buta가 제시한 명상은 서양의 심리치료의 기능적 측면을 뛰어넘어 인간이 느끼는 괴로움을 극복해 해 즐거움을 얻도록 한다.

사물을 바르게 이해했다면, 그 이후에는 내면의 감정과 충동에 휩쓸리지 않는 것이 중요하다. 다이어트에 성공하려면 음식의 유혹을 뿌리쳐야 하듯, 감정의 노예가 되지 않기 위해서는 무엇보다 올바른 해결책을 찾아야 한다.

저자는 불교명상 수행법 중에서도 위빠사나를 중심으로 연가법을 설명했다. 특히 저자는 초기 불교 경전인 <니까야>에 근거해 자신이 경험했던 명상 체험 사례 등을 통해 초보자들이 범하기 쉬운 실수들, 명상의 부작용과 사이버 명상의 구분 방법에 대해 실질적인 조언을 아끼지 않고 있다.

이은정 기자

# 무심코 떠난 순례길에서 ‘참된 나’를 만나다



제주 원당봉 불탑사의 오층석탑

정찬주 소설가의 전라도·제주도 작은 절들의 인연담

노악산 남장사의 소박한 법당은 자기 내면에 자리한 누군가를 만날 때까지 마룻바닥에 앉아보라고 권하는 듯하다. 죽은 지아비를 닮은 수행자를 사모하다 결국 병들어 죽어버린 여인의 이야기가 전하는 모악산 용천사는 절보다 여인이 꽃으로 환생했다는 꽃무릇이 먼저 눈에 들어온다. 욕심도 사랑도

미움도 다 버린 무욕(無慾)의 얼굴을 한 영구산 운주사 ‘거지부처’는 저절로 그 앞에서 발을 멈추고 합장하게 만드는 이상한 힘을 지녔다.

책은 소설가 정찬주가 전라도와 제주도의 작은 절들을 인연 따라 조우한 순례 기행문이다. 누군가의 추천에 의해서가 아닌 바로 자기가 자신 스스로

에게 추천한 절들의 여정이 자연스럽게 그려져 있다. 때론 범종각 앞에 서서 명상에 잠기고, 짧지만 범종소리에 온갖 잡념이 사라짐을 느낀다. 선방산 지보사 배롱나무 꽃무더기 속에 자리한 석탑에서는 무위(無爲)를 발견하고, 비슬산 유가사에서는 바람으로 마음을 읽는 것이 풍류임을 배운다.

저자는 이 같은 여정들이 자신을 맑힐 예수재(豫修齋)란 생각에 법당에 들어 절하는 것이 더욱 절절해졌다고 말한다. 그리고 그것이 ‘아! 절은 절하는 곳이구나’라는 단순한 깨달음도 얻는다.

어느 선사는 ‘도를 모르고서 발을 옮긴들 어찌 길을 알겠는가’라고 말했다. 결국 참된 나와 만나는 행복의 여정은 가까이 있음을 알게 된 저자는 작은 절을 찾아가는 길이 내면에 자리한 ‘참된 나’를 만나는 구도의 여정임을 알게 된다.

묵은 절의 주름진 기둥, 칠이 벗겨진 단청, 고승의 절창이 남아 있는 산 속 작은 절에서 저자는 홀연히 깨닫는다. 불상은 우상이 아닌 순간적이나마 욕망과 분노, 어리석음의 삼독(三毒)을 씻고 홀연히 만나 미소 짓는 우리 내면의 자화상임을, 그리고 부처님은 바로 내 안에 있음을 이야기한다.

절은 절하는 곳이다 | 정찬주 지음 | 이랑 | 1만5000원  
이은정 기자

## 금주의 베스트 불서 10

3, 2~8

순위	도서명	저자	출판사
1	기도	법륜	정토
2	행복한 기원	보경	조화로운삶
3	백일법문(상)	성철	장경각
4	소설 무소유	정찬주	열림원
5	선방일기	지혜	불광출판사
6	스님의 주례사	법륜	휴
7	비구, 법정	근승량	동아일보사
8	노자 도덕경, 그 선의 향기	심재원	정우서적
9	대장경, 천 년의 지혜를 담은 그릇	오윤희	불광출판사
10	선림보훈 주해	이동형	운주사

※ 불서출판 운주사 제공

www.buddhabook.co.kr  
운주사 (02) 3672-7181

조계종 전강 대선사님 인가제자  
대원 문재현 선사님 저

佛祖正脉 불조정맥  
Hwa-da 話頭 화두

중,영,한 3개국어판! 영,중,한 3개국어판!

중,영,한 3개국어판! 영,중,한 3개국어판!

www.zenparadise.com

정맥선원 대원 선사님 법회 문의 031)534-3373

社團法人 韓國佛教淨土宗  
정토불교대학 개강

2011년 1기  
불교대학 학생모집

- ① 모집과정 : 재가불자, 법사 및 승려
- ① 교육과목 : 기초교리 및 경전
- ① 교육시간 : 매주 월요일  
오후 2시 ~ 4시까지
- ① 준비물 : 필기도구  
(학생 수시 모집)

종도 모집 : 법납이 15년 이상 되신 스님들은  
임원직(심사후)을 드립니다.

사단법인 한국불교정토종 총무원

문의 : (032) 867-2694, 543-2693  
주소 : 인천광역시 남구 학익2동 25-12 (석목별초빌딩701호)

청동불상 조성전문  
청동불상·천불·삼천불·만불·개금·탱화·금고·범종

지장 보살님 석가모니 부처님 관음 보살님

장인정신에 입각해 혼을 불어넣은 조성. 대덕스님들의 의견을 충분히 반영할 수 있는 조성. 40여분의 개금불사 전시로 스님들의 폭넓은 선택기회 마련. 탁월한 재질, 섬세한, 깨끗한 개금처리의 우수성. 대덕스님들의 많은 성원과 조언 바랍니다.

대표 이상식 합장

청동불 40여부 전시중

인터넷으로도 성화불교전시관의 작품을 확인할 수 있습니다.

성화미술원 내 전시관 : (031)591-1022  
휴대폰 : 011-302-1022  
경기도 남양주시 호평동 산 5-27번지 성화미술원 공장내 불교전시관

주.야 상담합니다

성화불교전시관 부처님 상호를 보시는 방법  
인터넷에서 검색창에서 [114도우미] 검색 → 114도우미 홈페이지에서 [성화불교전시관] 검색 → 사진첩 클릭