



두 개의 귀 가진 당신... 수행하면 하나 더 생긴다

여러분은 잘 사는 법을 잘 알고 있습니다. 문제는 그렇게 실천하지 않기 때문입니다. 행하는 것은 정말 어려운 일입니다. 옛날에 정진을 하기 위해 나무 위에다 새집처럼 집을 짓고 살던 도림 선사가 있었습니다. 어느 날 선사의 명성을 들은 시인 백락전이 범거랑을 하기 위해 도림 선사를 찾았습니다. 백락전은 도림 선사에게 "무엇이 불법입니까?"라고 물었습니다. 선사가 "좋은 일을 많이 하고 중생공행하며, 나쁜 짓을 하지 않아 네 마음이 깨끗해지면 부처님법이다"고 답하자, 백락전은 "세살 아이도 다 아는 일입니다"고 대답했습니다. 그러자 도림 선사는 "세살 아이도 알 수 있는 말이지만, 여든 노인도 행하기 어려운 일이다"고 말했습니다.

제가 지혜로 가득하면 부처님 마음이지만, 탐진치가 쌓인 마음은 중생의 마음입니다. 잘 살고 싶다면 탐진치에서 벗어나야 합니다. 정말 잘 살고 싶어도 잘 살지 못하는 것은 바로 탐진치가 강하게 우리를 잡아당기기 때문입니다. 탐진치에서 벗어나는 것이 결국 잘 죽는 길입니다. 잘 살고 싶은데 이것이 안 되는 이유는 '나는 영원히 살고 싶다'는 생각 때문입니다. 연세가 많이 되신 분들이 항상 하시는 말씀 중에 하나가 "빨리 죽어야지"입니다. 하지만 막상 죽음에 대해 생각하면 더 살고 싶은 마음이 간절합니다. 욕심이 생기면 마음이 편하지 못합니다. 지혜는 우리 인생과 우주를 바로 꿰뚫어 보는 안목입니다. 탐진치에서 벗어나 새로운 삶을 향해 긍정적으로 나아가면 결

하나 더 생기게 됩니다. 바로 가슴에 귀가 생깁니다. 머리에 귀가 있으면 분별심이 생기지만, 진심으로 가슴으로 듣게 되면 분별하지 않습니다. 이렇게 잘 살기 위해 공부하고 수행을 하다 보면 웰다잉을 실현하게 됩니다. 웰다잉에는 5가지 조건이 있습니다. 첫째, 죽음을 잘 이해하면 죽음을 받아들일 수 있습니다. 죽음을 이해하면 삶도 잘 이해하게 됩니다. 죽음이 어떤 사람도 예측할 수 없습니다. 자신의 의지와 상관없이 장소·시간과 상관없이 오는 것이 죽음입니다. 둘째, 아름다운 죽음을 위해서는 삶이 일차고 행복해야 합니다. 셋째, 죽음의 모습은 아주 다양합니다. 사람은 언제 죽을지 몰라도 죽음의 모습은 선택할 수 있습니다. 넷째, 괴롭게 죽느냐, 행복하게 죽느냐는 삶을 어떻게 마무리했느냐에 따라 달라집니다. 죽음을 삶의 희망으로 받아들이는 사람, 죽는 순간 죽음이 임박해서 맑은 빛을 보는 사람, 맑은 세계가 눈에 들어오는 사람은 수행을 많이 한 사람입니다. 다섯째, 존엄한 죽음은 최상의 준비를 해야 합니다.

상도선원 주지 미산 스님은 8월 11일 서울 목동 국제선센터에서 '웰빙과 웰다잉'을 주제로 법문을 펼쳤다. 우란분절을 앞두고 열린 법회에서 스님은 앞으로 어떠한 마음가짐으로 삶을 살아갈 것이며, 다가올 죽음을 어떻게 맞이할 것인가에 대해 설명했다. 이날 미산 스님은 "죽음은 누구에게나 평등하다. 죽음은 우리와 상관없는 다른 세상에 있는 것이 아니라 삶의 연장선 안에 있는 것"이라며 웰다잉 실천법을 소개했다.

으로 언제 어디서 어떻게 죽을지 모른다는 것입니다.

제가 태어나자마자 어머니는 어느 운명가를 찾아가 점을 봤다고 합니다. 그 운명가는 제가 20살 안에 죽을 운이라고 말했다고 합니다.

제가 10살이 되자 정말 몸이 아프기 시작하더니, 10살이 넘어서는 건강상태가 악화되고 말았습니다. 어머니는 운명가의 말처럼 제가 20살도 못 넘기고 죽을 것이 염려돼, 저를 절로 보내셨습니다. 제가 불교와 인연을 맺게 된 것은 운명가의 말 덕입니다.

제가 처음으로 죽음에 대해 진지하게 생각하게 된 것은 중학교 2학년 때입니다. 당시 제가 머물던 사찰의 원주스님이 주지스님 방에 가서 뭘 갖고 오라고 심부름을 시켰습니다. 주지스님 방을 두드렸는데 인기척이 없길래 저는 그냥 방에 들어갔습니다. 그런데 주지스님 몸이 차갑다는 걸 느꼈습니다. 그때 저는 처음으로 '죽음이란 바로 이런 것이구나' 라고 깨달았습니다.

죽음 앞에서는 누구나 평등 죽음 이해하면 역동적인 삶 돼

당시 저는 심장이 멎는 것 같았습니다. 두려웠습니다. 죽음에 대한 강렬한 체험을 한 후로 저는 죽음에 대해 항상 고민했습니다. 죽음에 대한 두려움이 너무 커 학교에 가도 공부가 잘 되지 않고, 사람들과 어울려 노는 것도 싫었습니다. 저는 생사문제를 해결하는 일만이 인생의 과제라고 생각했습니다. 이후 저는 절에서 나와 선방을 다니며 죽음에 대해 연구했습니다.

저는 20살 이전에 죽을 사람이었습니다. 그랬던 제가 오늘 버젓이 이 자리에 나와 여러분들 앞에서 죽음에 대해 강연을 하고 있습니다. 제가 출가를 하게 된 배경을 말씀드린 것은 여러분이 죽음의 본질에 대해 생각하고, 이를 토대로 삶을 살아가면 훨씬 더 역동적이고 가치 있는 삶을 살 수 있기 때문입니다.

잘 죽기 위해서는 잘 살아야

여러분 모두 어떻게 사는 것이 잘 사는 것인지 잘 알고 있습니다. 안 되는 이유는 분명히 있습니다. 첫 번째 이유는 '나는 중생이다'라는 생각에서 벗어나지 못하기 때문입니다. '나는 부처도 아니고, 못한 중생이다'라는 큰 상(相)을 갖고 있기 때문에 잘 살지 못하는 것입니다. 우리는 본래 온전한 존재입니다. 뒤에서 부처가 되는 것이 아니라, 이미 우리는 온전한 존재라고 부처님은 말씀했습니다. 일단 믿고 출발하면 그 자리에서부터 삶의 새로운 지평이 열립니다.

두 번째는 바로 '나'라는 생각 때문입니다. 사람들은 자신에게 좋고 이롭고 향기롭다고 생각하는 것은 강하게 잡아서 안으로 끌어당깁니다. 이것이 바로 내 것이라는 집착심을 만들어 냅니다. 이런 마음이 생기면 이것과 함께 떠나버릴까봐 도는 마음이 또 다시 생깁니다. 바로 화내는 마음입니다. 이렇게 욕하고, 화나는 마음이 속에 있으면 지혜가 들어갈 틈이 안 생깁니다. 마음 전

나 자신을 부처로 여겨야 행복 불로장생 욕심은 탐진치와 같아

국 마음의 여유가 생기며, 이것이 바로 지혜입니다.

잘 죽기 위해서는 이것부터 실천해야

영원히 살겠다는 것은 누구나 죽는다는 명제에 부합되지 않습니다. 탐진치를 버리고 살다보면 내 주변이 변하게 되고 매사 조그만 일에도 만족감을 느끼게 되며, 이 자리가 행복하게 느껴집니다. 이런 마음이 들면 어떤 존재가 나를 헤치고 불편하게 할지라도 마음의 여유가 생기게 됩니다. 그것은 먼저 거부하는 마음을 가지지 않았기 때문입니다. 어떤 것도 거부하지 않고 수용하려는 마음을 가지면 접수의 마음이 생깁니다.

사람은 두 개의 귀를 갖고 있습니다. 하지만 수행을 잘하고 보살행을 하면 귀가

잘 죽기 위해서는 항상 마음의 준비를 잘 해야 합니다. 마음의 준비를 잘 하기 위해서는 첫째, 자신의 삶을 돌아보고 진정한 삶의 모습을 떠올리면 산다. 둘째, 자신이 떠난 다음 가족에 누가 되지 않도록 한다. 셋째, 불교명상을 하고 있다면 죽음명상을 통해 자신의 입장을 정리하라. 넷째, 유언장을 잘 쓰고, 세속에 관심을 두지 마라. 다섯째, 삶 이후에도 현재의 삶이 존속됨을 염두 해라. 여섯째, 이웃에게 베풀고 보시하라. 일곱째, 생명을 연장하는 치료는 하지 않는다.

아름다운 마음으로 앞으로 인생을 어떻게 잘 살고 잘 죽을 것인가를 마음속 깊이 간직해 반드시 실천하길 바랍니다.

이은정 기자

■ 국제선센터는 8월 14일 승공(僧供) 중심의 우란분재를 재현했다.



사부대중이 함께 즐길수있는 불교문화 공연



60~80대 어르신이 육법공양에 참여하는 모습



다양한 연령대 사부대중이 승공(僧供)을 올리는 모습



장학금을 받는 캄보디아 린사로스 스님(동국대 4학년)



천도재 올리는 국제선센터 주지 현조 스님과 탄원 스님

현진영 기자

Health Food Prescription Counselor
보건식품처방사

보건식품처방사란? 국가에서 인정한 식품 원재료를 활용하여 보건식품을 개발하고 개인의 체질에 따라 식품을 맞춤 처방하는 전문가로서 보건식품처방원을 개원할 수 있는

보건복지가족부공인법인 대한보건의료진흥회 (자격검정)

자격과정	교육기간
인체생리학(인체해부학), 자연치유의학, 식품영양보충학, 식의학(동양의학, 양생학, 변증), 중탕이론 및 실습(법제론), 보건식품처방론(변증학, 방제학), 약용식품학, 총 7개 과목 ※ 특강 : 자연건강법(자세교정, 기공, 양자과동), 식품위생법규, 약초기행실습, 보건식품 효소발효액	14주 과정 토요일 반

접수처 서울시 서대문구 충정로 2가 130-1 신한은행빌딩 5층

문의 02)3147-2020 www.kile.or.kr

지부교육원

창원 055-543-6155 호남 063-288-5623 전북익산 063-854-1060 부산 051-441-0111
울산 052-260-1037 충청북부 043-263-9966 대구 053-566-1116 해운대 051-757-9990
강원서부 033-252-3682 경남 055-932-5877

교육과학기술부허가공인법인/한국평생교육기구
한국보건교육원
KOREA EDUCATION CENTER FOR HEALTH

www.hypnos114.com

아주 특별한 영지유의 세계!!

전생·빙의

"한마디 말로三生을 깨닫고 영혼의 아픔을 치유한다"

매월 첫주 월요일 개강

- ▶ 매주 월요일 오전 10시~ 오후 5시 까지 (7회 과정)
- ▶ 참가비 : 200만원 (과정별 교재 및 수련 CD제공)
- ▶ 최면지도사협회 가입 후 전생상담사 이수증 수여

전생·빙의

도대체 전생에 무슨일이 있었었을까? 무의식 속에 숨겨진 원인모를 심리적, 신체적 고통의 단서를 찾아내어 내담자 스스로가 자신의 제반 문제들을 올바르게 이해하고 통찰력을 높혀 지혜로운 삶을 찾게한다.

빙의치유

빙의된 영가를 직접 불러내어 어떤 영가가 들어와있는지 당사자나 가족들이 알 수 있으며, 언제, 어디서, 어떻게 들어왔는지, 들어와서 어떤 영향을 미치고 있는지, 원하는 건 무엇인지를 정확하게 알아내어 천도할 수 있다.

사주명리

전생, 사주팔자, 빙의에 얽힌 삼각관계를 아십니까?
전생의 성적표인 사주팔자는 빙의와도 밀접한 관계를 갖고있다.
사주팔자는 전생의 업보로 정해지는데 백호대살은 저승사자 달고다니니 횡사 악사요...

한국최면과학원 임재형 박사 직강

KBS 무한지대-극, MBC TV특종 놀라운 세상, SBS 백만불 미스터리, tvN 엑소시스트 등 각종 TV방송에 다수 출연

커버넌트대학 상담학 박사, 미국 스탠포드대학교 교수, 국제 임상최면 전문가, 심리상담 전문가, 성폭력 가정폭력 상담 전문가, 한국최면지도사 협회장, 미국 국제최면치유학회 이사, 일본 최면의학심리학회원

대학교 평생교육원 최면학 강의 및 공무원 연수원, 군부대, 기업체 경찰관서 등에서 최면 특강

저서 : 자기최면학, 타인최면학, 생활최면, 최면요법의 이론과 실제, 전생·빙의 등

한국최면과학원
http://www.hypnos114.com

대전 (042) 222-0737
대전 중구 선화동 364-8 (명상센터 3층)
(도청과 대전세무서 중간지점)