

英, 아프간·이라크 참전병 명상 치유

심신의학센터 보고 주목 “전사자보다 자살 병사 더 많아”

영국 국방부가 아프가니스탄과 이라크에 주둔했던 장병들의 정신적 치유의 길을 인도 비하르 주의 부다가야에서 찾았다. 데일리 메일(Daily Mail) 온라인판은 10일 “영국 국방부가 아프가니스탄과 이라크 교전지에서 생사의 갈림길에 섰던 전투병들의 정서적 안정을 돕기 위해, 인도 비하르 주정부와 계약을 체결하고 2013년 1월부터 부다가야에서 명상 힐링 캠프를 설치해 운영한다”고 보도했다.



아프가니스탄과 이라크에 주둔했던 영국장병들(좌). 영국 정부는 인도 비하르 주정부와 계약을 체결하고 2013년 1월부터 부다가야에서 명상 힐링 캠프를 설치해 운영할 계획이다. 사진은 부다가야의 마하보디 사원.

국방부, 印 비하르주와 계약 매년 4천명 규모 명상캠프 운영

영국 국방부와 인도 비하르 주 정부와의 계약에 따르면 2013년 1월부터 매년 4000명의 영국 장병들이 비하르 주를 방문해 부다가야에서 6일, 사르마트(Sarmath)에서 1일 동안 운영되는 명상 및 포행 프로그램에 참여해 전쟁의 상흔을 치유한다는 것. “아프가니스탄과 이라크 등지에서 테러와의 전쟁을 주도했던 영국 장병들 가운데 희망자를 대상으로 진행되는 명상 힐링 캠프에는 매회 100~150명의 장병들이 비하르 주를 방문, 일주일간의 명상 프로그램에 참여한다”고 보도한 데일리 메일은 “2013년 1월 처음 열리는 명상 힐링 캠프

참여를 희망한 영국 장병들이 12월 중 인도를 방문, 부다가야를 찾고 있다”고 덧붙였다. “테러와의 전쟁에 지친 영국 장병들이 부처님의 깨달음 성지인 이곳에서 명상을 통해 마음의 안정을 되찾게 되길 바라고 있다”는 인도 수닐 쿠마르 핀투(Sunil Kumar Pintu) 비하르 주 관광장관은 “주 정부는 영국 장병들이 머무는 동안 그들의 신변 안전을 위해 노력할 것”이라고 말했다. 수닐 쿠마르 핀투 장관에 따르면 명상 힐링 캠프는 지난해 11월 영국 런던에서 개최된 ‘세계관광박람회(World Tourism Mart)’에서 국방부 관계가 비하르 주의 관광 부스를 찾아 PTSD 치료를 위한 명상 프로그램 운영을 제안한 것에서 가능했다. “2010년 이후 명상은 영국 사회에서 가



장 각광 받고 있는 치유 수단”이라고 전제한 영국 국방부는 “명상 치료를 희망하는 장병들 가운데 불교도는 70% 정도이며, 나머지는 타종교인이거나 무신론자들”이라며 “프로그램 참여 장병들은 종교의 굴레를 벗고 부다가야에서 자신의 고통을 감소시키는 단초를 찾는 일에 주목하고 있다”고 전했다. 한편 영국 유력 일간 가디언(Guardian)은 지난 6일 “2010년 이후 영국 사회에서 주류로 자리 잡아가고 있는 명상은 이미 국립보건의학연구원으로부터 우울증 치료법으로 지지받고 있으며, 메이저급 정신건강 자선단체들은 명상치유에 대해 영국의료보험이 좀 더 광범위하게 적 되어야 한다고 요구하고 있다”고 보도해 주목된다. 오종욱 편집위원

대승 기원 재정립...학계 시선 끌어

세계의 불교학자(44)

시모타 마사히로 日 동경대 교수



시모타 마사히로(下田正弘·55) 일본 동경대 교수는 대승경전 연구의 새로운 방법론을 제시한 인물이다.

특히 시모타 교수는 1967년 일본 히라카와 아키라 교수가 주장한 ‘재가·불탑 기원설’이라는 대승기원설을 정면으로 반박하고 ‘성전의 지속적인 제작운동’이라는 가설을 제시하면서 대승불교 연구에 있어 권위를 인정받고 있다.

불교학자들은 대승불교의 기원을 지금까지 주로 ‘대중부 기원설’과 ‘재가·불탑 기원설’을 중심으로 세력 논쟁을 벌여왔다. 일본에서는 메이지(明治) 초기에 대승비불설론(大乘非佛說論)이 일본 불교학계에 큰 영향을 미쳐 대승의 기원에 관한 논의가 계속되고 있었다. 그러다 1967년 히라카와 아키라(平川彰) 교수가 《초기대승불교의 연구》라는 저서에서 ‘재가·불탑 기원설’을 주장하면서 논쟁은 일단락됐다.

시모타 교수는 대승의 기원에 관한 기존 연구에 정면으로 의문을 제기하면서 ‘성전의 지속적인 제작운동’이라는 가설을 제시했다. 그에 따르면 ‘대승불교의 기원은 불탑을 중심으로 한 재가집단이 아닌 경전을 통해 새로운 사상을 전개하려고 하는 전통적인 부파 교단의 출가자였을 가능성이 있다’는 것이다.

이는 대승이 적어도 5세기 이전까지는 독립된 교단의 성격을 지니지 못하고 전통적인 부파 교단 내에 속해 있었으며 사상적으로만 대승이라는 특성을 지니고 있었음을 의미하는 것이다. 이는 기존 일본 학계가 주로 의존하던 ‘재가·불탑 기원설’과는 완전히 대립되는 견해다.

이 같은 시모타 교수의 새로운 가설은 그의 독특한 연구방법에서 시작됐다. 그는 불교를 현대적 시각에서 바라보는 것이 아니라 고대 인도의 역사적 상황을 통해 경전을 연구하고 분석하는 방법론을 택했다. 현대적 시각에서 접근할 경우 당시 역사적 배경과 상황을 간과한 채 텍스트만 연구할 수 있어 불교를 왜곡할 수 있다는 판단에서였다.

시모타 교수는 다음과 같은 몇 가지 점에 근거해 “대승불교가 초기에는 부파불교 교단으로부터 독립된 존재가 아닌, 기성의 부파 내에서 탄생하고 발전한 사상 운동”이라고 주장한다.

그가 제시한 근거에 따르면 문헌과 문헌의 자료에서 확인할 수 있는 대승의 존재 연대에 매우 큰 차이가 보여진다. 최근 발견된 인도 《팔천송반야경》 단편의 연대나 한역 경전의 연대를 고려할 경우 대승이 늦어도 2세기 경에는 존재했음을 문헌 상에서 알 수 있다. 한편 비문 등의 고고학적 자료에서는 5세기 이후가 돼야 비

로소 대승의 존재를 확인할 수 있다. 이것은 대승이 적어도 5세기 이후가 돼야 비로소 대승의 존재를 확인할 수 있다는 것이며 5세기 이전까지는 대승이 독립된 교단의 성격을 지니지 못하고 전통적 부파 교단 내에 속해있었음을 의미한다.

빨리 상좌부가 전승하는 문헌 자료나 부파불교의 분열사를 그린 역사서에 대승이 나타나지 않는다는 점, 법현의 《법현전》과 현장의 《대당서역기》등 중국 역경 삼장의 여행기에 기록된 대승과 소승의 구별 기준이 출가식이나 일상 생활 형태 등에 관한 것이 아닌, 교단에서 독송하는 경전의 종류였다는 점 등을 고려할 경우 대승은 부파불교 교단으로부터 독립된 존재가 아닌, 기성의 부파 내에서 탄생하고 발전한 사상 운동이었음을 추측할 수 있다고 한다.

대승경전 연구 새방법론 제시

‘재가·불탑 기원설’ 정면 반박

“불교, 역사적 맥락에서 바라봐야”

시모타 교수는 “현대 불교학자들의 가장 큰 문제점은 불교를 현대의 관점에서 바라본다는 것”이라며 “수많은 부처님의 교설이 사회적 맥락 속에서 생성되고 사라짐을 반복했다는 점에서 불교학 연구에 있어 중요한 것은 당시의 역사적 배경을 먼저 이해하는 것이 필요하다”고 지적했다.

1957년 후쿠오카(福岡)에서 출생한 시모타 교수는 동경대학 문학부를 졸업하고, 인도 델리 대학 대학원에 유학했다. 이후 ‘열반경의 연구-대승경전의 연구방법 시론’으로 동경대학 대학원 인문과학연구과 박사과정을 졸업하고 1994년에 학위를 취득했다. 그의 박사학위 논문은 책으로 출간돼 일본종교학회상을 수상했다.

이후 시모타 교수는 일본 학술진흥회 특별연구원, 동경대 조교수를 거쳐 2007년 동경대 인도철학 불교학 교수가 됐다. 그는 인도불교 연구에 뜻을 둔 많은 학생들이 기존의 상식에 사로잡히지 않고 다양한 시점에서 역사를 바라보고 경전을 읽어나갈 수 있도록 지도하고 있다. 저서로는 《藏文和譯·大乘涅槃經(장문화역·대승열반경)》《原始涅槃經(원시열반경의 존재)》 등과 다수의 논문이 있다. 이너는 기자

‘인권의 날’ 티베트 독립시위 확산

미국·뉴질랜드서 수천명 시위...中, “티베트 독립은 헛된 꿈”

12월 10일은 유엔이 정한 ‘세계 인권의 날’이다. 이날 미국 뉴욕의 유엔본부 앞에서는 수천 명이 티베트 분신 사태에 대한 국제사회의 관심을 호소하며 거리시위를 벌였다. 시위자들은 ‘티베트는 유엔이 필요하다(UN: Tibetans need you)’는 내용의 플래카드와 최근 분신자살한 티베트인의 사진을 들고 “티베트를 위한 연대 집회”로 불리는 시위에 참가했다. 뉴욕 경찰 당국은 이날 시위 참가자 수를 공식 확인하지 않았지만 한 경찰 관계자는 수천 명에 달한다고 전했다. 해외 언론에 따르면 이날 시위대는 ‘중국 정부는 지난 2008년부터 티베트 지역에 과거보다 더 강압적인 정책을 펼쳤고, 거짓 말로 진실을 왜곡하고 있다’는 내용이 인쇄된 전단지들을 시민에게 나눠주기도 했다.

뉴질랜드에서도 티베트 독립을 촉구하는 시위가 열린 것으로 전해진다. 뉴질랜드에 있는 티베트 독립 지원 인권 단체는 북섬 오클랜드의 중국 영사관 앞에서 티베트 지역에 대한 폭력적 통치에 반대하며 시위를 벌였다. 한편 ‘세계 인권의 날’ 전날인 12월 9일 최연소 분신희생자였던 16세 소녀가 목숨을 잃었다. 신화통신에 따르면 이날 오후 7시 칭하이(青海)성 황난(黃南)주에 사는 16세의 티베트 소녀가 분신자살했고 당국은 약 4시간 후 그의 시신을 화장한 다음 가족에게 돌려줬다. 런던에 본부를 둔 인권단체인 ‘프리 티베트’는 이 소녀가 분신자살한 티베트인 가운데 최연소자라고 확인했다. 티베트 분신자살자수가 날로 늘어나는



수천 명의 시위자들이 12월 10일 ‘세계 인권의 날’ 유엔본부에서 국제사회의 관심을 호소하며 거리시위를 벌였다.

가운데 중국이 티베트인들의 정신적 지도자인 달라이 라마에게 살인죄를 적용하겠다고 압박의 강도를 높이고 있다. 중국공산당 기관지 인민일보는 12월 10일(현지시간) “2013년을 시짱(西藏·티베트) 독립의 해로 만들겠다는 것은 달라이 라마의 헛된 꿈”이라며 “달라이 라마의 노벨평화상 수상 기념일(12월 10일)을 계기

로 이런 주장이 나오는데 (이는) 실현될 수 없는 망상일 뿐”이라고 비판했다. 이어 “달라이 라마가 80세의 노구를 이끌고 여전히 활동하고 있으나 투사로서의 존재감은 점점 약해지고 있다”면서 “티베트인들의 분신은 달라이 라마가 배후에서 선동하고 있기 때문으로, 이는 명백한 잘못”이라고 지적했다. 이너는 기자 oasis1983@hyunbu.com

내가 직접 만드는 나만의 108염주

나를 위해 만든 108염주의 공덕도 크지만 남을 위해 만든 공덕은 무량합니다. 시방법계에 부처님 법을 전하고 회향하는 큰 실천이 시작됩니다.

본 수행은 다음과 같은 좋은 인연이 만들어 지게 됩니다.

- ☞ 일심으로 참회의 절을 부처님께 올리며 그 정성이 담긴 한알 한알의 염주를 한 번 짚힐 때 마다 한 알씩 깨어 자신의 마음을 밝히는 ‘108염주만들기’ 수행은 몸과 마음을 바르게 하고 망상과 괴로움에서 벗어나고자 내딛었던 길, 불자들이 중생을 모두 해탈의 길로 인도하겠다는 큰 서원은 아닐지

라도 정성스레 마음의 향을 사르며 그 동안 알게 모르게 지은 죄업을 참회하며 청정심 내어 달라고 부처님께 발원합니다.

- ☞ 그동안 자신의 안위만을 생각하며 살아왔던 삶을 ‘108염주만들기’ 수행을 계기로 타인에게 피해를 주지 않는 삶을 살겠다고 마음먹기 시작하고 108염주가 만들어지면 내가 아닌 다른 이의 목에 걸여 주겠다는 마음가짐을 다짐합니다.

- ☞ 이 인연을 통하여 시방법계에 회향하며 마지막 인내의 힘을 다해 절을 올리고 염주를 짚게 되면 염장은 멀하고 공덕이 녹아 든 세상에 하나밖에 없는 108염주가 되는 것입니다.
- ☞ 본인 스스로 만든 염주를 부처님 앞에 일주일 또는 보름간 모신 후 가져가시면 더욱 불심이 돈독하게 됩니다.

108염주 만들기 순서

1 염주세트키트: 108염주 (10mm) 마강용 염주 1개(10mm), 모주 1개(12mm), 줄삼색, 코핀1개, 펜던트, 이부사계

2 염주 하나하나를 줄에 끼웁니다. 가끔 구멍이 막혔는 염주는 준비물 중 이부사계로 해결합니다

3 108개의 염주가 다 끼워졌으면 모주구멍이 3개 양쪽으로 줄을 교차시켜 모아 줍니다.

4 수직으로 나와있는 모주의 구멍에 코핀을 이용하여 두개의 줄을 빼냅니다.

5 끝부분까지 빼냈으면 3회 정도 한껏 매듭을 합니다. 매듭부분이 모주구멍으로 들어가게 합니다.

6 모주로부터 나온 두 줄을 마강용 염주 통과시킵니다.

7 마강용 염주를 통과시킨 두 줄에 펜던트를 끼워서 다시 마강용 염주로 통과시키면 됩니다.

8 이때 펜던트와 마강용 염주 사이에 3mm정도 남겨두고 모주와 마강용 염주 사이는 5mm정도 남겨둡니다.

9 두 줄로 2회 뒤로 가면서 매듭을 만듭니다.

10 다시 매듭을 3번 한껏 조이면 됩니다.

11 가위로 2mm정도 남겨두고, 자른 후 리미터로 살짝 지지서 손으로 가볍게 눌러줍니다.

12 108염주 완성
심공인턴허출원 20-2011-0003692 20-2011-0004171 20-2011-0005656

108염주만들기 수행 프로그램

* 랩플레이, 사찰법회, 각종기도 수행, 어린이 법회 프로그램에 적합합니다. 「염주세트키트」는 108염주만들기 운동본부로 문의하시면 자체하게 상담해 드립니다. 또한 발생하는 수익금 일부는 본사에서 진행중인 미안바둑기캠페인 등 각종 공익사업에 후원 됩니다.