

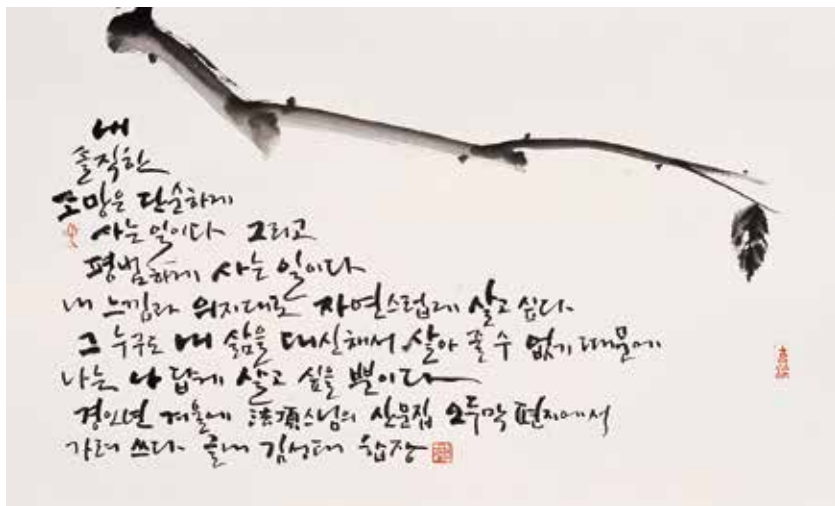
— 마음을, 세상을, 자연을

맑고 향기롭게

2015

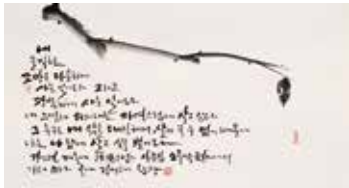
2

맑음은 개인의 청정을,
향기로운은 그 청정의 사회적 메아리를 뜻합니다. - 法 頂





진흙 속에서도 티 한 점 없이
 맑고 향기로운 꽃을 피워내는 연꽃은
 시민모임 '맑고 향기롭게'의 정신을 상징합니다.



내 솔직한 소망은(69x38) · 장천 김성태

마음을 맑고 향기롭게
 욕심을 줄이고 만족하며 삽시다 · 화내지 말고 웃으며 삽시다 · 나 혼자만 생각 말고 더불어 삽시다.

세상을 맑고 향기롭게
 나누어 주며 삽시다 · 양보하며 삽시다 · 남을 칭찬하며 삽시다.

자연을 맑고 향기롭게
 우리 것을 아끼고 사랑합니다 · 꽃 한 포기, 나무 한 그루 가꾸며 삽시다 · 덜 쓰고 덜 버립니다.

2015 / 2

다시 읽는 산방한담	04	시물을 무서워하라
처음 마음으로	08	성불(成佛)의 길
나를 다시 세워주는 인연들	14	전통이 2세기를 살아가는 길
참 좋은 문화 길라잡이	18	힐링의 진화, 마음을 치유하는 아트테라피
같은 사람 따라 흐른다	21	설
따뜻한 이야기	24	가난한 청년
아름다운 마무리	26	2월의 결연 대상자 - 최순자 님
참교육 이야기	28	맨붕시대, 욕망의 노예가 된 사람들
공감대화로 소통합시다	32	공감대화 두 번째 '느낌'
샌디에고 암탉	35	뉴욕의 지하철에서
사색의 뜰	38	삶의 춤
한국불교전설	40	눈 속에 핀 오동꽃(대구 · 동화사)
시심청심	44	안부
맑고 향기롭게 활동소식	45	중앙모임 소식 / 지역모임 소식
길상사 소식	50	

맑고 향기롭게 모임은

우리들 마음과 세상 그리고 자연을 맑고 향기롭게 가꾸며 살자는 순수시민단체로 본 소식지를 발행합니다.
 2015년 2월 1일 발행 / 통권 240호 / 등록번호 라08708호 / 1999년 6월 23일 등록 /
 발행인 및 편집인 이상조 / 편집장 홍정근 / 편집위원 엄현경, 정은
 발행처 맑고 향기롭게 모임 : 서울시 성북구 선잠로 5길 68(성북동 323번지) 길상사 내
 전화 (02)741-4696 전송 741-4698
 인쇄인 · 인쇄처 디자인나경
 부산모임 : (051)898-2672~3 / 경남모임 : (055)266-0710 / 광주모임 : (062)236-3129 /
 대구모임 : (053)753-8883
<http://www.clean94.or.kr> / E-mail : clean94@hanmail.net

길상사는 맑고 향기롭게 모임을 후원하기 위한 목적으로 법정스님에 의해 창건된 사찰입니다.
 전화 (02)3672-5945 전송 3672-5947 / <http://www.kilsangsa.or.kr> / E-mail : kilsangsa@hanmail.net

시물을 무서워하라

글·법 정(法 頂)

좋은 옷과 맛있는 음식을 받아쓰지 말라.

갈고 뿌리는 일에서 먹고 입기까지 사람과 소의 수고는 더 말할 것도 없지만, 벌레들이 죽고 상한 것도 그 수가 한량이 없을 것이다. 내 몸을 위해 남들을 수고롭게 하는 것도 옳지 못하는데, 하물며 남의 목숨을 죽여가면서 나만 살려는 것은 어찌된 일인가.

농사짓는 사람들에게도 늘 험벗고 굶주리는 고통이 따르고, 길쌈하는 아낙네들도 몸 가릴 옷이 모자라는데, 나는 항상 두 손을 놀려두면서 어찌 춥고 배고픔을 싫어하는가. 좋은 옷과 맛있는 음식은 사실 빛만 더하는 것이지 도에는 손해가 된다. 해진 옷과 나물밥은 은혜를 줄이고 음덕을 쌓는다. 금생에 마음을 밝히지

못하면 한 방울 물도 소화하기 어려울 것이다.

풀 뿌리와 나무 열매로 주린 배를 달라고
송락과 풀웃으로 그 몸을 가리라.
산야에 깃드는 새와 구름으로 벼를 삼고
높은 산 깊은 골에서 남은 세월 보내리.
- 아운 비구(野雲 比丘)의 자경문(自警文)

한때 우리나라에도 소비가 미덕이라는 말이 바람을 탄 적이 있었다. 소비자는 왕이다라는 소리가 어릿어릿한 소비자를 현혹시킨 적도 있었다. 이런 말들은 소비자에 의해서가 아니라 기업주와 상인들에 의해서 만들어진 광고 문구다. 자본주의 체제 아래서는 소비가 많을수록 기업의 이익이 많기 때문에 소비 의욕을 부채질하는

그런 달콤한 말이 나돌 수밖에 없다.

그러나 경제 사정이 몹시 어려워진 요즘에는 그런 말도 듣기 어려울 뿐 아니라, 검소와 절약이 미덕으로 통하고 있다. 검소와 절약은 그 어떤 시대일지라도 영원한 미덕이다.

요즘의 우리들은 굶주리거나 험벗었다는 말이 생소하게 들릴 만큼 먹고 입는 걱정은 거의 사라진 것 같다. 그리고 여러 가지 가전제품들이 쏟아져 나와 옛날에 견주면 생활이 너무 편리해졌다.

그러나 한번 돌아켜볼 일이다. 걸으려는 생활에 별 불편 없이 잘살게 되었고 편리해진 것만큼, 인간으로서 그 삶의 질도 향상되었는가. 예외도 없지는 않지만, 사회적인 경향으로 볼 때 유감스럽게도 '사람 값은 갈수록 하락하고 있는 실정이다.

절 집안일도 마찬가지다. 요즘의 절은 큰 절 작은 절 할 것 없이 물건이 너무 흔해 귀한 줄을 모른다. 시주물(施主物)에 대한 관념도 지극히 희미해져간다. 신도들이 큰마음 먹고 뭘 갖다 주어도 고마워할 줄을 모를 만

큼 시은(施恩)에 대한 감각이 너무 무디어진 것도 또한 보편적인 병폐다.

내 자신이 자주 목격한 바이고, 절 살림을 맡아서 꾸러가는 소임자들에게서 여러 번 들은 바이지만, 오늘의 승가는 스스로 복감할 짓을 너무 많이 하고 있다. 여기저기 버려져 있는 말짱한 물건들을 볼 때, 이래 가지고 우리가 어떻게 수도하는 사람이라 할 수 있을까하는 생각이 든다. 안거가 끝나고 대중이 뿔뿔이 흩어진 후, 지대방이나 사물함에는 속옷과 겹옷, 혹은 양말 짝이며 신발이 불품사납게 버려져 있다. 한두 번 걸치고는 빨기도 챙기기도 귀찮다고 해서 그대로 버린 것들이다. 다른 절에 가면 쉽게 얻을 수 있으나 그대로 버리고 간 것이다.

자기 몸 둘레의 일 하나 제대로 챙기지 못한 주체에 공문(空門)속에서 도를 찾겠다니 그야말로 웃기는 이야기다. 수도 정신이란 투철한 자기 질서를 바탕으로 불조(佛祖)의 뜻을 이으려는 것인데, 불조의 가르침은 그만 두더라도 인간으로서 기본적인 양식

과 질서마저 가누지 못한다면 뭘 가리켜 출가라 하고 수행자라 할 것인가.

절에서들 흔히 하는 이야기로 대종공양이 안 들어온다고 푸념들을 한다. 이런 소리를 들을 때, 시주 보기를 원수처럼 보라고 한 옛 스님들의 말을 상기하지 않을 수 없다. 시주 보기를 원수처럼 보라니 이 얼마나 무서운 말인가.

세상에 공것은 없다. 거저 되는 일도 절대로 없다. 누구에게서 물질적으로나 정신적으로 신세(빚)를 지면, 반드시 언젠가는 어떤 방법으로든 갚지 않을 수 없다. 이것이 우주 질서요, 인간관계 아닌가.

시주의 은혜를 입는 것은 옛사람의 비유에 따르면, 내 숫돌에 상대방의 칼을 가는 것과 같다는 것. 상대방의 칼은 간만큼 잘 들겠지만, 내 숫돌은 그만큼 닳아 없어진다는 이야기다. 그래서 위에 든 <자경문>에서도 ‘좋은 옷과 맛있는 음식은 빚만 더하고 도에는 방해가 된다.’고 한 것이다.

예전에는 이런 불문율이 있었다.

결제 중에는 산문 밖에서 중이 맞아 죽어도 어디 가서 호소할 데가 없었다. 결제란 선원에서만 하는 것이 아니다. 부처님 생존시부터 출가한 불제자는 누구나 똑같이 엄하게 지키지 않으면 안 되는 시퍼런 질서다. 그러니 결제 기간에 돌아다니는 중은 수행자가 아닌 무위도식배이기 때문에 누구한테 맞아 죽어도 호소할 길이 없었다는 것이다.

일없이 떠돌아다니면서 순진한 신도들한테 웃 사달라, 약 지어달라, 밥 내놓아라 하는 사이비 승을 종단에서는 ‘유량 잡승’으로 분류하고 있는 실정이다. 이런 유량 잡승들이 횡행하는 데는 물론 신도나 절 쪽에도 책임이 있다. 결제 중에 찾아오는 출가승은 마땅히 받아들이지 말아야 하고, 친불친을 물을 것 없이 기웃거리지 못하도록 해야 한다.

이렇게 해야 안거와 결제에 대한 승단의 전통적인 질서를 바로 잡을 수 있다. ‘기한(饑寒)에 발도심(發道心)’이란 옛말이 있다. 먹을 것과 입을 것이 부족해야 수도에 대한 간절한 생각이 우

려난다는 뜻이다. 옳은 말이다. 수행자가 맑은 가난(淸貧)을 지니지 못하면 눈이 맑게 열릴 수 없다. 물질의 풍족은 우리들의 혼을 흐리게 하고 정신을 분산시킨다. 그래서 예전 수행자들은 그 어떤 종파를 가릴 것 없이 하나 같이 가난을 미덕으로 여겼던 것이다.

9세기 의존(義存) 선사(雪峰山)가 설봉산(雪峰山)에서 수도원을 개설하고 있을 때 절이 너무 가난해서 끼니를 거를 때가 더러 있었고, 다른데서라면 가리고 나서 버릴 쓰레기까지도 삶아 먹으면서 겨우 연명, 수도에 전념했다고 한다. 이런 형편인데도 항상 1천5백 명이나 되는 많은 수행자들이 도량을 이루었다는 것이다. 옛날의 수행자들은 그런 가난 속에서 착실한 정진을 쌓아나갔던 것이다.

옛 부처님(古佛)으로 불리는 조주(趙州)선사는 좌선할 때 앉는 선상의 다리가 부러져 타다 남은 장작 도막을 끈으로 묶어서 썼다. 이를 본 제자들이 새것을 만들어 드리려고 했지만 선사는 단호히 물리쳤다.

이런 정신이 바로 시들지 않은 수도 정신이고 시은을 끄찍하게 여긴 수행자들의 삶의 태도였다. 이런 수행자들이 있었기 때문에 허구한 역사의 거센 격랑에도 침몰하지 않고 불법을 오늘까지 존속시켜왔던 것이다. 노동부 통계에 의하면, 10인 이상 고용 제조업체의 근로자 가운데 13.5퍼센트인 30여 만 명이 10만 원도 못 되는 저임금으로 일하고 있다. 그리고 현재 60만 명이 넘는 실업자가 우리 주위에서 인간다운 생활과 가족의 생계를 위협받고 있다.

이런 실정인데도, 세상 물정도 모르고 오늘의 절은 너무 풍부하게 물질을 수용하고 있지 않은지 되돌아보아야 한다. 분수 밖의 시은으로 자신의 숫돌이 얼마나 닳아가고 있는지를 크게 뜨고 살펴봐야 한다.

시물을 무서워하라. (1986)

- 물소리 바람소리 중에서

성불(成佛)의 길

글 • 덕 운(德耘)

사람들은 이 세상을 살아가면서 무엇을 위해 사는가?

대부분의 사람들은 좀 더 잘 먹고 좀 더 잘 살기 위해서 세상을 살아가는다고 해도 과언이 아닐 것입니다. 이 몸뚱이의 즐거움을 위해 하루 종일 바빠 움직이는 것입니다. 그러나 이 몸뚱이, 우리가 애지중지하는 이 몸뚱이는 아무리 잘 먹고 아껴주어도 결국 무너지고 맙니다. 부드럽고 훌륭한 비단 옷으로 몸을 감싸고 보호한다 해도 사람의 목숨은 반드시 마치게 되어 있는 것입니다. 그런데도 사람들은 제 몸 가꾸기에 정신이 없으며, 몸에 좋다고 하면 땃줄이나 부화가 되지 못한 병아리까지 먹어댑니다. 그리고 사람들은 몸이 조금이라도 이상하거나 잘못 먹었다 싶으면 그만 거

기에 매달려 걱정을 하기 시작합니다.

‘아무래도 내 몸이 허한 것 같아. 영양실조가 되어서 어지럽고 기운도 없는 것 같으니 무엇을 먹어 몸보신할까? 그야말로 자기 몸을 위해 이 궁리 저 궁리 별 궁리를 다합니다.’

그러나 실제로는 영양실조가 되어서 죽는 것이 아니라, ‘내가 못 먹어서 영양실조가 되었다.’하는 그 생각 때문에 죽는 것입니다. 그런 생각이 없으면 절대로 영양실조에 걸려 죽지 않습니다.

이럴테면 정신이상자들은 일주일, 열흘씩 안 먹고 안 자도 끄떡없습니다. 기운도 남보다 몇 배나 셉니다. 왜 그럴까요? 그것은 ‘내가 먹었다. 안 먹었다. 잤다. 안 잤다.’하는 생각이 아예

없기 때문입니다.

‘아이구, 내가 어제 하루 종일 굶었으니, 이리다가는 쓰러지겠구나.’

‘어제 한숨도 못 잤으니 오늘은 굉장히 피곤하구나.’

그러나 일단 이런 생각에 빠져들면 더 배가 고프고 더 피로하게 됩니다. 그러나 정신병자들은 이런 분별심이 애당초 없기 때문에 며칠을 먹지 않아도 기운만 더 펴팔한 것입니다.

음식을 주워 먹는 거지들도 온갖 균이 득실거리는 쓰레기통을 뒤져서 더러운 음식 찌꺼기를 먹고 사니 큰 병을 얻어야겠지만 오히려 거지들은 쉬 배탈 나는 일도 없고, 위장병에 걸리는 일도 드뭅니다.

몇 해 전 여러 신도 분들과 다녀온 인도 여행 때의 일입니다.

인도 사람들이 들으면 기분 나빠할지 모르겠지만 갠지스 강은 뿌옇고 탁한 구름물이나 마찬가지입니다. 그런데 인도에서는 갠지스 강물을 성수(聖水)로 여깁니다. 인도인들은 이 물을 마시거나 목욕을 하면 모든 죄업

이 씻겨진다고 굳게 믿기 때문에 수많은 사람들이 갠지스 강으로 몰려옵니다. 특히 임종이 가까운 사람들은 모두 갠지스 강물에 자신의 시신을 묻는 것을 소원으로 여깁니다. 그래서 갠지스 강가에 와서 조용히 염불하며 때를 기다립니다. 그러다가 마침내 죽고 나면 가족들이 시체를 베로 돌돌 말아 불에다 그을립니다. 인도에는 나무가 귀하기 때문에 깨끗이 태우지도 못합니다. 껍데기만 적당히 그을린 다음에 돌이나 쇠 같은 것으로 시체를 매달아서 갠지스 강에 던져버립니다.

우리 일행이 강가에서 배를 띄워 방생하면서 강 주변에서 화장하는 모습을 보니 그러합니다. 이렇게 던져진 시체들이 물 위에 떠올라서 새들이 쪼아 먹기도 하고 강가에 밀려들어 개들이 뜯어 먹기도 합니다. 이런 식의 화장(火葬)이 하루에도 수십, 수백 구씩 이루어지기 때문에 갠지스 강에서는 이곳저곳에서 하루 종일 연기를 볼 수 있습니다. 이렇게 시체들과 온갖 쓰레기들이 떠다니는데 인도 사람들은 아무렇지도 않게 그 물을 벌컥벌컥 들

이겁니다. 그래도 인도 사람들은 병에 걸리지 않습니다. 그 물이 성수라는 믿음이 있기 때문입니다. 과학적으로 생각한다면 오염된 갠지스 강물을 마시고 병이 낫는다는 것은 있을 수가 없습니다. 그러나 인도에서는 너무나 당연하게 일어나고 있습니다. 그러나 인도 사람들의 정신력과 믿음의 힘이 얼마나 강한 것을 알 수가 있습니다. 대장균이 득실득실하고 더없이 더러운 것이지만, 인도 사람들의 정신력과 믿음의 힘이 위생학을 수십 배, 수백 배 능가해 버린 것입니다.

이에 비해 문명국에서 사는 사람들은 어떠합니까?

‘내가 잘 먹어야지, 이렇게 먹어서는 쓰러질 거야’ 또는 ‘이런 비위생적인 음식을 먹으면 병들 거야’ 하는 나약함 속에서 일으키는 생각이 결국은 그렇게 되게끔 하는 것입니다. 분별심만 없다면 아무 일도 없었을 것을, 생각의 지배를 받는 존재가 인간이기에 한 생각 때문에 병에 걸리게 되는 것입니다.

그러나 인간의 정신력이란 결코 나약한 것이 아닙니다. 오히려 무서울 정도로 강한 것입니다. 그러므로 우리는 육체의 노예가 되지 말아야 합니다. 정신은 육체의 노예가 결코 아닙니다.

정신이 육체의 주인이 되어야 합니다. 정신을 가다듬고 굳건히 하여 거역할 수 없도록 성불하고자 말겠다는 신심과 원력을 가진다면, 비록 이 몸뚱이가 다소 부실하다 할지라도 아무런 문제가 생겨나지 않습니다. 오히려 이 몸이 부실해진 인과응보(因果應報)를 생각하면서 정신이 완전한 주체가 되어서 육체를 길들여야 합니다. 이 몸뚱이는 아무리 맛있는 것을 먹여주고 아무리 잘 입혀줘도 결국에는 무너지고 맙니다.

모든 괴로움은 몸으로부터 시작됩니다. 이 몸이 괴로움의 근본이 되는 것입니다. 진정 우리가 살아가는 이 삶 속에서 괴로움을 벗어나고 싶으면 육체의 노예가 되지 말아야 합니다. 육체의 노예가 될 때 괴롭고 두려운 일들이 한꺼번에 일어납니다. 그러면 참된 수행자가 되어 모든 괴로움

의 근본이 되는 육체에 대한 애착을 끊어버리기 위해서는 어떻게 해야 하는가? 먼저 수행을 하고자 하는 사람들은 무엇보다도 이 세상은 괴로운 것이고, 무상(無常)한 것이며 실체가 없는 것이고, 나라는 것이 없다는 것을 잘 관찰해야 합니다. 곧 세상과 인생이 고(苦)이고 공(空)이며 무상(無常)하고 무아(無我)라는 것을 마음으로 깊이 느껴야 합니다. 이러한 것이 처절히 느껴질 때 비로소 공부할 분이 생기는 것입니다. 현실에 안주하거나 적당히 폼만 잡고 공부한다면 평생 공부해도 아무런 진전이 없는 것입니다.

그러면 효율적으로 공부하면서 성불(成佛)의 길로 나아가려면 어떤 길이 있을까요?

구체적으로 정진을 통해서 성불의 길로 나아가려면 선(禪)을 통하는 것이 가장 효과적이라 할 수 있습니다. 그런데 선(禪)에는 2가지가 있습니다. 부처님 교법 안에 있는 것을 관선(觀禪)이라 하고 부처님 교법 밖에 있는 것을 참선(參禪)이라고 합니다.

먼저 관선(觀禪)이라고 할 때의 관(觀)은 눈으로 보는 것이 아니라 마음으로 보는 것을 뜻합니다. 마음으로 지극히 생각해서 보는 것으로, 달리 관법(觀法)이라고도 합니다.

관법의 대표적인 것으로는 사념처(四念處)라는 수행법이 있습니다. 사념처는 도 닦는 사람들이 일체만물에 대하여 생각할 바 4가지를 가리킵니다. 그 4가지를 한번 짚어보겠습니다.

첫째 관신부정(觀身不淨)입니다. 이 몸뚱이라는 것은 본래 깨끗하지 못한 것임을 관하는 것입니다. 아무리 얼굴이 예쁘고 외모가 준수하다 하여도 이 몸은 피와 고름과 오물로 가득 차 있으며, 결국에는 썩고 말 부정한 것임을 알아야 한다는 것입니다.

둘째는 관심무상(觀心無常)입니다. 이 마음이라는 것은 항상 되지 아니하고 무상한 것임을 관하는 것입니다. 시시각각 변하고 덧없는 것이 사람의 마음이라는 것을 알아야 한다는 것입니다.

셋째는 관수시고(觀受是苦)입니다. 몸과 마음으로서 내가 받아들이는

모든 것, 내가 그것을 구하여 내 것으로 하는 모든 일이 다 괴로운 것임을 관하여야 한다는 것입니다.

넷째는 관법무아(觀法無我)입니다. 일체만법에는 그 자성(自性)이 없음을 관하는 것입니다. 일체만법은 어느 것 한 가지도 고유한 체성을 가지고 있지 아니하며, 나라고 하는 자성이 없다는 것을 알아야 한다는 것입니다. 위에서 설명한 4가지를 사념처라고 합니다. 이렇게 나의 몸과 마음을 관하게 되면 그 어떤 사람이나 물질에 대해 집착할 바가 없게 되는 것입니다.

다음으로는 참선수행법이 있습니다. 이 수행법은 지난달 법문 시간에 언급했듯이 화두를 가지고 공부하는 방법입니다. 부처님 생전 시에는 사념처 등의 관법수행이 크게 유행하였으나, 시대가 변하고 지역이 확대됨에 따라 수행하는 방법도 조금씩 바뀌어 갔습니다. 특히 중국에서 격외도리를 논하는 참선수행법이 크게 발달하였습니다.

그러나 수행에는 선(禪) 외에도 여

러 가지 수행법이 있습니다. 염불을 해서 서방정토 극락세계에 왕생하는 염불수행법도 있고 부처님이 가르치신 경전에 의거하여 수행하는 방법도 있으며 그 밖에 진언(眞言)을 통하여 수행하는 방법도 있습니다. 그러나 인연 따라 자기 수행법을 하나 정해서 원(願)을 세우고 꾸준히 정진해가면 됩니다. '자타일시 성불도(自他一時成佛道)의 큰 원을 세우고 끊임없이 수행해가라는 말입니다.

수행에는 왕도가 없습니다. 직접 몸과 마음으로 부딪쳐 가야 합니다. 수행하다 보면 수많은 역경과 경계에 부딪힙니다. 그래서 의지가 약한 사람은 조그마한 경계에도 무너지고 맙니다.

도고마성(道高魔盛)이라고 공부 깊어갈수록 마장도 더 강하게 다가옵니다. 그러한 마장의 고비를 굳센 의지로 지혜롭게 잘 극복해야 합니다. 마음을 모아서 꾸준히 일념으로 정진해가다 보면 어느 순간 마장은 물러나고 자기도 모르게 도를 성취하게 되는 것입니다. 그러나 성불하는 그날까지

물러나지 말고 일심으로 꾸준히 정진해가야 합니다.

마지막으로 육조단경에 나오는 혜능 스님의 계송을 하나 소개해 드리겠습니다. 잘 음미해 보시기 바랍니다.

진여(眞如)의 깨끗한 성품이 참 부처요
샷된 견해의 삼독이 곧 마군이로다.
샷된 생각 가진 사람은 마군이 집에 있고
바른 생각 가진 사람은 부처가 곧 찾아오는도다.
성품 가운데서 샷된 생각이 삼독이 생겨나니
이는 곧 마왕이 와서 집에 사는 것이고
바른 생각이 삼독의 마음을 스스로 없애면
마군이 변하여 부처 되나니 참되어 거짓이 없도다.

화신(化身)과 보신(報身)과 정신(淨身)이여
세 몸이 본래로 한 몸이니
만약 자신에게서 스스로 보는 것을 찾는다면
곧 부처님의 깨달음을 성취하는 씨앗이니라.
본래 화신으로부터 깨끗한 성품이 나는지라.
깨끗한 성품은 항상 화신 속에 있고
성품이 화신으로 하여금 바른 길을 행하게 하면
장차 원만하여 다함이 없도다.

음욕의 성품은 본래 몸의 깨끗한 씨앗이니,
음욕을 없애고는 깨끗한 성품의 몸이 없도다.
다만 성품 가운데 있는 다섯 가지 욕심을 스스로 여의면
찰나에 성품을 보나니, 그것이 곧 참됨이로다.
만약 금생에 돈교의 법문을 깨치면
곧 눈앞에서 세존을 보려니와,
만약 수행하여 부처를 찾는다고 할진데는
어느 곳에서 참됨을 구하겠는가.
만약 몸 가운데 스스로 참됨 있다면
그 참됨 있음이 곧 성불의 씨앗이니라.
스스로 참됨을 구하지 않고 밖으로 부처를 찾으려면
가서 찾음이 모두가 크게 어리석은 짓이리.

추운 날씨에 감기 조심하시고, 여러분들의 하루하루가 행복하고 진실한 삶이 되기를 기원합니다. 이만 마칩니다.

- 불기 2558년 12월 1일 (2015년 1월 20일)

전통이 21세기를 살아가는 길

글 • 김지연(희곡작가)

반가운 얼굴을 약속 없이 우연히 마주한다는 것만큼 기쁘고 아름다운 일은 없을지도 모릅니다. 게다가 그 얼굴을 내가 얼마나 그리워하고 있었는지를 의식하지 못할 만큼 아주 먼 오래전의 인연이라면 더욱.

여느 때처럼 자료를 찾아 나침반도 없이 인터넷의 바다를 헤매던 중에, 정말로 생각지도 못했던 얼굴을 발견했습니다. 18년 전, 중국에서 유학할 때 만났던 대학생 B.

당시 중국은 한국과 수교를 맺은 직후였기에 한국 유학생들의 수는 그다지 많지 않았습니다. 지금이야 외국인의 유학과 투자를 적극적으로 수용하지만, 그때만 해도 외국인은 중국 정부가 지정한 거주지역에서만 머물러야 하는 불청객 대접을

받았지요. 게다가 제가 공부하러 간 분야는 중국의 전통극이었으니 보수적이고 폐쇄적인 분위기는 상상 이상이었습니다. 하긴 한국도 전통예술을 가르치는 분야들은 엄격한 사제간의 서열 속에서 도제식 수업을 받아야만 하니 외국과 교류가 적었던 중국은 더할 수밖에 없었겠지요.

유학생이 몰려 있는 대학가도 아니고, 천안문 뒤쪽 구시가지에 자리한 전통극 학교에서, 온전히 중국인들에게 둘러싸여 중국의 가장 보수적이고 폐쇄적인 예술의 세계에 살게 되니 모든 것이 딱딱하고 버겁기만 했습니다. 게다가 외국인이 기대한 중국의 전통과 실제 중국인들이 추구하고 연마하는 아름다움은 본

질이 몹시 달랐습니다. 영화 <패왕별희> 속의 장면들은 외국인에게도 예쁘게 보일 장면들만 골라낸 것이었고, 진짜 중국인들이 사랑하고 아끼는 이야기들은 전혀 다른 것들이었습니다. 더구나 그 학교의 학생들은 세계 제일인 중화 민족의 전통예술을 사수한다는 자부심으로 가득해서 한국 유학생 따위에게 눈길도 주지 않았지요.

내가 이 공부를 계속해도 되나 지켜갈 즈음, 다시금 공부의 의욕을 잡게 된 계기는 대학생들의 졸업작품 발표회였습니다. 중국인들이 아니면 전혀 즐길 수 없는 내용들만 이어져 지루함이 극에 달했던 졸업발표회에서, 그럼에도 불구하고 유독 눈을 사로잡으며 “아, 이래서 중국인들이 전통극 속의 노래와 춤을 사랑해왔구나”를 한순간 납득시켜주는 아름다운 연기를 보게 된 것입니다. 바로 B의 연기였습니다. 저는 당장 지도교수님께 B를 소개해달라고 부탁했지요.

놀랍게도 B는 한족이 아니라 내

몽골 출신의 몽골족이었습니다. 한족이 아닌데도 중국의 전통극을 배우고 전통극 배우로 살아가는 것에 대해서 궁금증을 가지고 물으니 “내가 주어진 환경에서 내가 가장 잘할 수 있는 것을 한다.”는 것이 그의 답변이었지요.

그 뒤에 공부가 깊어짐에 따라 중국의 전통극은 한족이 만든 내용만 있는 것이 아니라, 긴 역사를 거치며 여러 민족들의 유산이 모여 만들어진 것이고, 전통극 중에서도 가장 유명한 경극은 아예 청나라 왕실의 후원으로 발전했기 때문에 그 영향이 짙게 배어 있으니 한족만의 것이라 할 수가 없다는 것을 알게 되었습니다. 게다가 전통극을 수련하는 학생들 중 대다수가 한족이 아니라 회족이나 몽골족, 토가족 등 다양한 민족 출신들이 모여 있다는 것도, 무엇이 되었든, 전통이라는 이름 속에는 긴 세월 사람들이 가꿔온 아름다움이 있고, 그 아름다움에 감동받아 연마하고자 한다면 민족이나 문화의 차이를 뛰어 넘어 자신을 던져 넣어

땀을 흘리게 되는 거지요.

B의 연기에 감동을 받고, B를 비롯한 많은 소수민족 학생들과 교류를 하게 되면서, 저는 아시아 전통극을 연구하는 일에 확신을 가지고 재미를 붙여나갈 수 있었습니다. IMF로 예정했던 과정을 다 마치지 못하고 귀국한 뒤에도 계속 공부를 할 수 있었던 이유, 한국과 중국과 일본의 전통극에 대한 열정을 이어갈 수 있었던 이유에는 그때 그들과 함께 토론하고 싸우고 화해하며 나누었던 전통적인 아름다움에 대한 의지가 큰 밑거름이었습니다.

그리고 19년의 세월이 지나 인터넷에서 발견한 B는 많지 않은 나이에 벌써 전통극의 대가가 되어 다양한 프로그램에 출연하고 있었습니다. 더욱 기뻐한 것은, 그가 전통극을 응용한 현대극이나 영화에서 활동하는 것이 아니라 여전히 가장 전통적인 고전작품만으로 관객의 호응을 받고 있다는 사실이었습니다.

스마트폰 한 대가 손에 있고, 전파



가 닿는 곳이라면 언제 어디서든 시간을 잊고 현실을 잊고 즐거울 수 있는 지금 세상에, 여전히 수백 년 전의 가치관과 미학을 고수하며 목소리를 훈련하고 몸을 깎아 만드는 과정은 참 바보 같은 일입니다. 봐주는 사람도 그 가치를 인정하는 사람도 점점 줄어갑니다.

현대관객과 소통하기 위해 과감히 실험을 도입해 보아도, 그 과정 중에 나타나기 마련인 시행착오와 들쭉날쭉해지는 완성도를 귀엽게 보이주기를 기대할 수는 없습니다. 무대는 이미 광대와 구경꾼들이 함께 어우러지는 난장 같은 활기를 잃은 지 오래입니다. 판은 냉정한 시험장이고, 전폭적으로 후원을 해주던 왕실과 귀족도 사라져버린 자리엔 계산기를 든 자본가들이 투자 가치를 저울질하며

한 푼의 손해 가능성만 있어도 주머니를 열지 않으며, 재미있는 볼거리들을 찾아 언제라도 시선을 옮길 수 있는 관객들은 냉정하고 성급합니다.

그러니 세상을 원망하며 연마를 그만두거나, 고전극 수련에서 얻어진 능력을 밑천으로 다른 분야로의 진출을 꾀하거나, 그저 묵묵히 동굴 안에 자기를 가두고 스승이 전해준 비결만을 연마하며 스스로를 세상과 단절시키는 이들이 대부분인 것은 어찌면 당연한 결과일 것입니다.

오랜만에 소식을 물으니 제가 공부했던 학교는 개발 바람에 밀려 북경 외곽으로 이사했고, 그 자리엔 아파트가 세워졌다고 합니다. 중국도 개혁개방 이후로 전통의 인기는 시들해졌고, 전통극 공부는 영화배우가 되기 위한 징검다리가 되어버렸습니다. 빠른 재미를 추구하는 현대의 변화 속에서, 절대로 변할 것 같지 않던 중국도 변해버린 거지요. 제가 유학할 당시에 차세대 유망주로 주목받았던 연기자들은 대부분 방

송국이나 영화계로 떠났고, 더 많은 수는 아예 전통예술을 포기하고 생활인의 길로 가버렸습니다.

변화는 어쩔 수 없고, 또 필요한 것입니다. 변화 속에서 어떻게 중심을 잡을 것인가, 도태되거나 화석이 되지 않고 생생히 살아 숨 쉬는 전통을 이어 과거로부터 현재까지를 관통하는 아름다움을 이어갈 것인가는 여전히 예술가 개개인이 고민할 몫입니다. 그렇기에 여전히, 고전을 고수하며 빛을 발하는 B의 모습은, 18년 전 그때와 비슷하면서도 다른 고민 속에 있던 지금의 세계 큰 위안을 주었습니다.

“내게 주어진 환경에서 내가 가장 잘할 수 있는 것을 한다.”는 그의 말이 다시 떠오릅니다. 간단하지만 꾸준히 걸어야 하는 그 길이 가장 어려운 길이고, 그렇기에 가치가 있다는 것. 미련해 보이는 걸음이야말로 가장 지혜로운 걸음이라는 것을 다시 한 번 되새깁니다.

힐링의 진화, 마음을 치유하는 아트테라피

베스트셀러 <비밀의 정원>이 몰고 온 컬러링북 열풍

글 • 정주아(작곡가)

최근 서점에 갔다가 눈에 띄는 책을 보게 되었습니다. 단독 가판대에서 화려하게 홍보되고 있는 것은 물론, 베스트셀러 칸에서도 당당히 1위 자리에 놓여있었는데요. 책을 들어 펼쳐 보니 글은 하나도 없고, 무채색의 드로잉만 가득했습니다. 책 표지에 쓰여 있는 카테고리에 맞춰 식물, 사물, 풍경 등이 다양하게 그려져 있었는데, 홍보물에는 이렇게 적혀있었습니다. “안티 스트레스”, “몰입의 즐거움”

맞습니다. 어린 시절 모두가 즐겨



했던 색칠공부 책이 성인용으로 만들어진 것이지요. 때문에 여러 매체와 블로그에서는 “어른을 위한 색칠 놀이”로 불리며 이미 많은 인기를 끌고 있습니다.

그렇다면 현대인들이 단순히 색을 칠하는 이 행위에 열광하고 있는 이유는 무엇일까요? 먼저, 이 책을 제대로 쓰기 위해선 컬러테라피 라는 개념에 대해 알아야 합니다.

왜 수술복은 녹색일까요? 우리가 의식하든 그렇지 못하든 우리는 아침에 일어나 잠이 들 때까지 일상의 많은 부분에서 색채의 영향을 받고 있습니다. 하늘과 나무 같은 자연에서부터 갖가지 음식과 옷, 건물, 버

스에 이르기까지 매일 무수한 색상 의 파노라마 속에서 살고 있는 것이지요. 색을 본다는 것은 단순한 시각 작용이 아니라 우리에게 생리적·감정적 반응을 불러일으킵니다. 컬러테라피란 이런 색채에 따른 인체의 반응을 활용하여 스트레스를 완화시키고, 삶의 활력을 키우는 정신적인 요법입니다.

기존의 미술 치료, 음악 치료 등의 아트테라피는 21세기의 새로운 대체 의학으로 한 때 주목받은 바 있으나 진지하게 연구되거나 발전할만한 영역으로 여겨지지는 않았고, 특히 정신건강이나 심리 치료에 대한 지식과 관심이 매우 부족한 우리나라 국민들에게는 다소 생소한 분야가 아닐 수 없었습니다. 그러나 최근 몇 년 사이 각박해진 우리 사회의 모습과 경제 불황 속에서 “힐링”이란 코드가 대두되었고, 우리는 자연스럽게 자신의 심리를 훈련할 수 있는 일상 행위들을 찾게 된 것이죠.

색을 칠하는 이 행위가 우리에게 “쉽”을 주는 것은 바로 “몰입”이 있기 때문입니다. 잠시나마 정신을 한 곳에 집중하게 되면서 마음속에 있는 걱정이나 불안을 자신으로부터 분리시킬 수 있는 것입니다. 또한, 색을 다 칠하고 나면 성취감이 들기도 하고, 각각의 색을 통해 좋은 에너지를 받게 되는 것이지요. 행동에 숨이 있고, 몰입 안에 분리가 존재하는 것입니다. 자신의 취향에 따라 원하는 그림을 고를 수 있고, 색연필 같은 색칠 도구만 있으면 되니 준비물도 참 간단합니다. 더 확실한 치유 효과를 얻으려면 색이 가진 특성을 잘 알아야겠죠?

빨간색: 혈액순환을 증가시키고, 좌절과 분노 등 과부화된 감정을 완화시켜 줍니다.

주황색: 신경계를 자극하는 색상으로 육체적인 쾌락, 감정 표현시 생기는 문제를 해결해 줍니다.

노란색: 일상에 활력을 불어넣고, 긍정적이고 밝은 생각을 할 수 있게 에너지를 줍니다.

초록색: 마음을 편안하게 해주는 치유의 컬러로 화목, 사랑 같은 감정을 자극해줍니다.

파란색: 뇌를 안정시키는 물질을 분비하게 하고, 자기표현과 자신감을 높여줍니다.

보라색: 뇌하수체에 영향을 주는 색으로 생각들을 정렬해주는 효과를 줍니다.

이 외에도 부드러운 베이지색은 근육을 이완시켜 긴장을 풀어주고 피로도를 낮춰주기 때문에 노란색과 함께 사용하면 더 효과적이라고 합니다. 피로 회복제와 비타민 보조제 등의 상품이 노란색인 것도 바로 이런 이유인 것이지요. 현대인들은 신체적인 피로감보다 복잡한 인간관계에서 오는 압박감, 소외감 등으로 심리적 우울함을 호소하는 경우가 많은데요, 이런 때에는 따뜻한 계통의 색을 가까이하며 그 기운을 접하는 것이 좋다고 합니다.

컬러테라피의 한 방법으로 “색상 명상”도 주목을 받고 있습니다. 말 그대로 색상을 떠올리며 명상을 하는 것입니다. 자신이 원하는 방향에 맞춰 색을 선택한 뒤에 조용한 장소에서 편안한 자세를 취하고, 머리 위

에 밝은 빛이 있다고 시각화한 다음 그 빛이 머리 위에서부터 발끝까지 몸을 통해 내려온다고 생각하면 됩니다. 그렇게 모든 긴장이 풀어지게 되면, 자신이 고른 한 가지 색상에 집중하면 되는데요, 어렵다면 그 색상의 구체적인 물건을 떠올려도 괜찮다고 합니다.

인간은 언제나 자신에게 필요한 에너지를 취하고자 하는 본능이 있고, 그중에서도 가장 사소하게 느껴지는 것들이 언제나 가장 필요한 법이지요. 일상에서 쉽게 접할 수 있는 색상을 잘 활용하여 마음의 안정을 찾는 자신만의 습관을 만들어 본다면 일곱 색의 무지개처럼 한결 아름다운 하루하루를 살 수 있지 않을까 생각해봅니다.

설

글 • 강인철

설날 아침, 여느 날보다 일찍 일어나 새해 차례를 모셨다. 잠시 후 멀리 태평양 건너에서 아이들이 세배를 하겠다고 전화가 걸려 와 인터넷 화상으로 절도 받았다. 참으로 별난 세상이라며 엉거주춤했으나 그래도 기분은 괜찮았다. 하지만 세뱃돈을 어린것들 손에 직접 쥐여주지 못한 건 매우 섭섭한 일이었다.

설을 쇠다는 것은 일 년에 한 번 묵은 해를 보내고 새해를 맞이함인데 꼭 오늘과 같지는 않지만 우리는 새해맞이를 여러 번 겪는다. 그럴 때마다 조금씩 새롭기는 하나 설의 느낌이 점점 무뎠어 가는 건 사실이다.

작은 설이라는 동짓(冬至)날은 팔죽을 쑤어 송액영신(送迎靈新)의 마

음카짐으로 한 살을 더 먹는다. 일 년 중 밤이 가장 긴 날로 그런 어둠이 지나고 새날이 밝으면 당연히 새해가 시작된다고 보았을 법하다. 처지가 어렵고 힘들어서 빨리 그 해를 벗어나고 싶은 처지라면 동지 다음날부터 신년으로 쳐준다니 얼마나 고마운 일일까.

그리고 나면 곧이어 신정(新正)이다. 제야의 종소리를 들으며 많은 사람이 새해를 맞는다. 1999년 말, 세기(世紀)가 바뀔 땐 ‘뉴 밀레니엄’이라며 금세라도 신천지가 펼쳐질 것 같았으나 그 해도 그렇고 그런 예년과 다름이 없었다. 사실 신정이라고 해봐야 동해 바다나 남산에 올라 해맞이를 마치고 나면 그만이다. 그것도 부지런한 사람들에게나 해당하는 이야기다. 학창 시절에 굳이 대청봉까지 올라

가 해맞이를 했던 기억이 어렴풋하다. 단기(檀紀)도 불기(佛紀)도 아닌 오직 서기(西紀)로 쓰는 시간상의 개념일 뿐인데, 서양 문물에 일찍 눈을 뜬 일본인들이 마치 자기네 명절인양 여겨 한때는 '일본 설'이라고도 했었다.

동지와 신정 다음은 구정(舊正)이다. 음력 선달그믐과 정월 초하루는 분명히 다른 시간과 날짜로 바뀌지만, 마음은 그런 변화를 쉽게 받아들이지 못한다. 그러다가 한복을 곱게 차려입고 설 차례상 앞에 서면 그때 느낌이 다르다.

한때는 이종과세라 하여 위정자들이 설날을 신정으로 통일하기 위해 무던히도 애를 썼었다. 하지만 오랜 민속을 인위적으로 바꾸기에는 무리였다. 일제강점기 때는 그 극성이 훨씬 더했다고 들었다. 심지어 '까치까치 설날은 어저께고요, 우리우리 설날은 오늘이래요~' 하며 구정을 지키는 것이 민족적 정체성을 지키는 일, 내지는 심리적 독립운동으로까지 여겼던 그런 적도 있었다. 서슬 퍼런 시

절을 지나 한동안 푸대접받던 구정이 이제는 당당하게 3일 연휴의 '올곧은 설'로 자리매김하고 있다. 벽에 걸린 달력의 빨간 글씨가 설 명절을 더욱 실감 나게 한다.

예전에는 선달 그믐날 잠을 자면 눈썹이 하얘진다고 하여 잡자지 않고 집안 곳곳에 불을 밝혔다. 그것은 결국 묵은 해와 새해는 단절이 아닌 연속이라는 의미를 성성하게 일깨워 주려 했던 조상님들의 슬기가 아니었나 싶다.

설에 대한 미련은 마지막으로 입춘(立春)에까지 연(緣)을 대고 있다. 추위와 어둠이라는 한겨울이 지나고 묵은 나뭇가지가 봄바람에 흔들리면 우리네 몸에도 저렇듯 춘풍이 일렁일 것이라 믿고 위로하며 한 번 더 새해 원년으로 삼고 싶었나 보다.

일 년 주기의 새해 첫날을 아직도 이토록 여러 번 되새기고 있는 것은 가는 세월이 아까워 나이를 가능한 더디 먹고 싶은 많은 사람들의 간절함이었는지도 모를 일이다. 하지만

때로는 한 해가 너무 힘들어 얼른 지나갔으면 하고 바라는 경우도 없지 않을 텐데 내 집이나 이웃이나 올해만은 결코 그런 경우에 들지 않기를 간절히 기원(祈願)해 본다.

신장이건 구정이건 춘절이건 신년의 상징코드는 새로움이다. 사실 따지고 보면 '설'이라고 해도 어제오늘처럼 별다른 것도 없지만 무언가 좀 더 새롭고자 희망해보고 싶은 간절함이 아닐까.

새로움을 바라는 삶의 진정한 기쁨은 결코 멀리, 높이 있는 것도 아니며 거창한 것은 더욱 아니다. 그것은 마음먹기에 따라 손만 뻗으면 닿을 일상의 사소한 것으로부터 비롯하고 있건만 우리는 왜 자꾸만 그런 소중함을 잊고 사는지 아쉬울 뿐이다.

세월이 새날을 지나며 남긴 흔적은 언젠가 반드시 내게로 다시 돌아온다. '설'을 쇠며 한 해를 새롭게 연다는 것은 더 나은 미래를 위한 멋진 과거 쌓기의 또 다른 시작(始作)이다.

월간 '맑고 향기롭게'와 뜻을 함께할 작가를 기다립니다.

시민모임 '맑고 향기롭게'의 취지에 공감하는 뜻있는 작가의 참여를 기다립니다.

• 모집 부문

- 에세이&칼럼(건강, 요리, 예술, 웰다잉, 여행, 1컷 카툰, 사진)
- 미풍양속을 해치지 않고 함께 공감할 수 있는 글

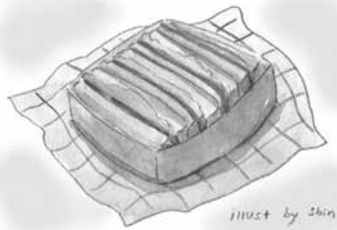
• 모집 안내

- 회원 투고, 작가의 문학작품은 수시 접수 및 문의 받습니다. 법인 전자우편(clean94@daum.net)으로 보내주시면 됩니다.
- 원고를 보내주시실 때는 본인의 소개(이름, 약력, 연락처, 주소, 전하고 싶은 말씀)를 적어 보내주세요.
- 작가의 의향에 따라 연재물은 소정의 원고료를 지급하며, 회원이나 독자의 글(단편)은 채택될 시 귀한 책을 선물로 드립니다.
- 내용이 아무리 훌륭해도 맞춤법·띄어쓰기 주의, 컴퓨터 용어, 과한 한자 사용은 피해주세요.
- 원고는 반환하지 않습니다.

* 문의 : 02.741-4696

가난한 청년

미국에 사는 제레미는 대학에 합격했지만 학비를 벌기 위해 농장에서 일했습니다. 형편이 어려운 제레미는 농장에서 일하는 동안에도 도시락을 싸갈 수 없어 점심시간만 되면 수돗물로 고픈 배를 채워야만 했습니다.



어느 날, 어김없이 수돗물로 배를 채우기 위해 수돗가로 향하는데 인부 감독의 큰 소리가 들려왔습니다.

“집사람은 내가 돼진 줄 아나 봐. 도시락을 뭐 이렇게 많이 싸 거야. 누구 내 도시락 나눠 먹을 사람 없어?”

제레미는 남은 도시락을 나눠 먹는 것뿐이니, 부끄러운 일이 아니라는 생각에 감독의 도시락을 나눠 먹겠다고 나섰습니다.

그런데 다음날도 또 감독의 큰 소리가 들려왔습니다.

“아무래도 집사람은 나를 똥똥보로 만들 생각인가 봐. 뭐 이렇게 또 많이 싸 거야? 나랑 도시락 나눠 먹을 사람 없어?”

제레미는 또 아무 부담 없이 그 도시락을 먹었습니다.

그렇게 한 달, 감독의 도시락을 나눠 먹어 농장을 다니는 동안 배고플 걱정은 하지 않았습니다.

새 학기가 시작되어 농장을 그만두게 된 제레미는 감독 내외분께 감사의

인사를 표하고 싶었습니다. 그러나 농장 안이 넓어 감독 내외분을 찾을 수 없었습니다.

그래서 경리 아가씨에게 감독 내외분께 대신 인사를 전해달라고 했습니다. 그러자 경리 아가씨가 말했습니다.

“그 감독께는 부인이 안 계세요. 몇 해 전에 돌아가셨어요.”

- 출처: 좋은 생각 -

주변에 소외된 이웃을 돕는 것은 아무리 해도 지나치지 않습니다.

그러나 돕는 방법은 언제나 조심스러운 것이 사실입니다.

말 한마디, 부주의한 작은 행동으로 돕겠다는 순수한 마음과 반대로 상대에게 상처를 줄 수 있기 때문입니다.

2015년, 누군가를 돕겠다는 계획이 있으시다면, 상대의 마음마저 헤아려주세요. 고마움은 더 크게 전달될 것입니다.

* 따뜻한 편지를 전하는 비영리 단체 '따뜻한 하루'와 제휴하여 맑고 향기롭게 회원님과 따뜻한 이야기를 나누고자 합니다.

새해 달력이 한 장 넘겨진 2월입니다.

새해에 세운 계획이나 소망은 작심삼일이 되지는 않았는지요? 그런데 우리 주변에 소외된 어르신들은 2014년인지 2015년인지는 전혀 중요하지 않다고 하십니다. 그저 추운 겨울에 조금이라도 덜 춥고 허기지지 않기를 바랄 뿐 다른 여유도 존재하지 않습니다. 2월에는 민족의 명절 설날이 있습니다. 「맑고 향기롭게」는 홀로 외롭게 명절을 보내는 이웃을 위해 명절후원물품을 전달합니다. 더불어 살아가는 사회와 희망을 주는 기부문화 확산을 위해 마음을 함께 하실 분의 동참을 기다립니다.

• 결식이웃후원계좌 : 국민은행 817-01-0255-458/(사)맑고 향기롭게

비틀린 몸이지만 나는 살아있습니다

2월의 결연 대상자 - 최순자 님

최순자 님은 올해 56세의 여성 장애인입니다. 10대 후반부터 알 수 없는 이유로 쉽게 피곤해지다가 점차 관절이 아프기 시작하여 끝내는 3년 만에 자리에 눕고 말았습니다. 세상에 대해 궁금한 것도 많고 한창 젊음을 만끽할 시기에 더 이상 걸을 수가 없게 된 것이지요. 내 뜻대로 내 몸을 움직일 수 없다는 사실에 망연자실할 수밖에 없었습니다. 한참 지나 알고 보니 류마티스성 관절염 때문이었습니다. 지금도 뚜렷한 치료방법이 없어 완치가 불가능한 병이지요. 다만 조기진단을 받을 경우 약물치료로 병의 진행을 늦출 수 있을 뿐입니다. 그러니 처음 아프기 시작한 40여 년 전에는 왜 아픈지도 모르고 속수무책으로 아파야만 했습니다.

내 몸은 이제 내 몸이 아니다

지금은 온몸의 관절이 변형되어 척추는 물론이고 다리, 팔, 손가락, 발가락 등이 모두 뒤틀려있습니다. 체중이 정상 체중 이하이기에 이불을 덮고 누운 몸이 마치 수백 년간 빛을 보지 못한 미라처럼 앙상합니다. 손등은 살은 없고 뼈만 남아 있어서 한번 잡아드리고 싶었지만, 똑 하고 부서질 것 같아 엄두를 내지 못했습니다. 그뿐만 아니라 몸에 작은 상처라도 나면 낫지 않아 쪼아있기 일췌이요, 땀이 차면 증상이 심해지기에 한겨울에도 선풍기는 돌아가고 있었습니다.

매달 최순자 님은 생계비와 주거비로 48만여 원, 장애수당 32만 원을 합하여 총 80여만 원의 수급비를 받고 있습니다. 그러나 여기에 아파트 임대

료 10만 5천 원, 관리비 12만 원, 가스요금 6만 원, 케이블 요금 2만 원, 공기청정기 렌탈비 2만 원에 식비를 제하면 야간활동 도우미 자부담 비용 40만 원을 감당할 길이 없습니다. 다행스럽게도 주간 활동보조 도우미는 평택 종합사회복지관에서 지원을 받고 있습니다. 활동보조 도우미 분들의 손길 없이는 모든 것이 불가능합니다. 씻는 것도, 식사하는 것도, 변을 처리하는 것도 모두 도우미 분들이 있기에 가능하지요. 유일한 낙인 TV를 보는 것도 도우미분이 리모컨을 눌러주어야만 합니다. 제가 방문할 때만 해도 현관문을 열고 연락할 때도 수화기를 들어주었기에 통화할 수 있었습니다.

하루하루가 내겐 더없이 소중한 하루

하루를 어떻게 보내시는지 여쭙보았습니다. 밤 11시에서 12시 사이에 잠들어 아침 6시에 일어납니다. 7시간 정도의 충분한 수면 뒤에 눈을 떠 새로운 하루를 맞이한 것에 감사해 하

며 TV를 켵니다. 그리고는 잠자리에 들기 전까지 TV와 히로에락을 함께합니다. 그 외에 유일한 일과는 세 번의 식사시간이지요. 아침은 7~8시, 점심은 12시 30분~1시, 저녁은 6시~6시 30분입니다. 차이가 남아 있지 않고 소화도 어려워 밥과 반찬을 갈고 갈아 물처럼 만든 미음을 드시지요. 이렇게 사는 것이 어떤 의미가 있는 것 이냐고 몸 건강한 보통 사람들은 물어 실지 모르겠습니다. 최순자 님은 이렇게 말씀하십니다. “죽음에 대해 생각하기 전에 주어진 하루의 삶을 소중히 여기며 살고 있다”고 말입니다. 누구에게나 생명은 소중한 법입니다. 사람은 누구나 때가 되면 육신의 옷을 벗지만 그전까지는 저마다 자신의 생명을 소중히 여기며 살아갑니다. 그물코처럼 연결된 생명의 바다에서 어느 한쪽이 아프면 나머지 사람들도 온전히 건강하고 행복할 수 없습니다. 최순자 님의 고통을 조금씩 나누어 주십시오.

• 후원계좌 : 신한은행 100-013-787953 / 맑고 향기롭게
- 4월부터 진행될 거리모금 캠페인에 함께할 대학생, 청년 자원봉사자를 기다립니다.

멘붕시대, 욕망의 노예가 된 사람들

글 • 김용택(교육칼럼니스트)

멘붕이라는 말이 있다. '멘탈 붕괴'의 줄임말로 '정신이 무너질 정도로 충격을 받은 상태를 일컫는 말이다. 이 말은 2000년대 초 무렵, 일본의 인터넷 커뮤니티 사이트에서 처음 등장해 유행어 1위에 오르기도 했던 신조어다. 요즘 세상 돌아가는 꼴을 보면 멘붕이라는 말이 생각난다. 인간의 욕망으로 방향 감각을 잃고 헤매는 사람들을 보면 그렇다. 소비 지향적인 사회, 목전전치라고 해야 하나? 살아남기 위해 끝없는 경쟁에 매달리는 사람들……. 삶에 치진 사람들을 보면 목적을 달성하기 위해 수단이 목적 자체가 되어 버린 꼴이다.

텔레비전이라는 괴물(?)을 보자. 텔레비전의 맛집 프로그램을 보면 멘붕 그 자체다. 배가 고픈 시간을 이용해

OO맛집이니 무슨 정보통이니 하며 내보내는 모습을 보면 사람이 그렇게 잔인할 수가 없다. 낙지를 산 채로 먹는 모습이며 갓 낚아 올린 생선에 '잡혀 줘서 고맙다며 입을 맞추기도 한다. 살려고 발버둥 치는 생명체에 대한 고통이나 배려는 처음부터 없다. 마치 세상의 모든 생명체가 인간을 위해 태어나고 존재한다는 투다.

욕망이라는 말이 나왔으니 하는 말이지만 자본주의는 인간이 욕망을 충족시키기 위해 만들어진 제도라는 생각이 든다. 욕망의 무한 질주……. 인간의 편의를 위해 자연은 정복의 대상이다. 고속도로를 만들고 삶의 터전을 잃어버린 듯 생명체들은 갈 곳을 잃고 고속도로로 뛰어 들었다

가 죽어가는 모습도 당연(?)하다. 어디 자연을 파괴한 것이 고속도로뿐일까? 구제역이라는 병으로 수천, 수만 마리의 돼지며 닭, 오리 등을 산 채로 매장하는 모습을 보면 '인간으로 태어난 게 부끄럽다'는 생각이 든다.

우리가 좀 더 따뜻한 보온을 위해 입을 오리털 점퍼는 어떻게 만들어지는가? 그 옷을 만들기 위해 오리를 산 채로 털을 뽑는 장면을 동영상으로 보고 몸서리를 쳤다. 오리가 인간의 욕망을 충족시켜주기 위해 그런 고통을 당한다는 게 믿어지지 않았다. 이런 오리털 옷을 입고 "내가 너보다 이렇게 돈이 많은 사람이야!"라고 과시하는 사람들은 오리의 고통을 알거나 할까? 죽이면 털을 다시 뽑아 돈을 벌 수 없기 때문에 산 채로 털을 뽑고 다시 털이 자라면 또 뽑는 인간의 잔인성…….

몇 년 전, 중국 남동부 장쑤 성(江蘇省)에서 재배되던 수박들이 갑자기 폭발하는 사태가 잇달아 일어났다. 알고 보니 우기에 성장촉진제를 과도하

게 사용한 것이 원인으로 밝혀졌다. 달루 마을의 수박 재배농 류밍수라는 사람은 "처음으로 수박을 심어 성장촉진제 포르클로르페누론과 인스턴트 칼슘제를 살포했는데 다음날 약 180개의 수박이 폭발했다"는 것이다. 성장 촉진제! 그게 어디 수박에만 사용할까? '이윤의 극대화'라는 자본주의의 진리를 실험이라도 하듯이 소나 돼지, 닭, 오리 등은 물론이요, 바다에서 양식하는 어패류에까지 사용한다.

공장식 축산으로 키운 먹거리를 먹고 사는 사람들의 건강은 안전하기만 할까? 인스턴트식품이나 육류, 유제품을 많이 섭취하게 되면 동물성 지방 성분이 성호르몬 분비를 촉진시켜 사춘기를 빨리 오게 만드는 부작용이 있다는 것은 학자들에 의해 이미 밝혀진지 오래다. GMO로 통하는 유전자변형식품(genetically modified food)이란 식물의 내성을 강화시키기 위해 투입해 제초제 내성 콩·옥수수·카놀라(유채), 해충 저항성 목화·옥수수, 형광 물고기 등 온갖 먹거리를 오염시키고 있다. GMO 식품은 생

태계를 파괴할 뿐만 아니라 면역체계를 약화시켜 아토피나 불임과 난임, 자폐증, 성기능 약화 등 그 피해를 확인조차 하기 어려울 정도다.

먹거리 얘기가 나왔으니 하는 말이지만 좀 더 맛있는 것을 먹고 즐기 위한 먹거리 문화는 돈벌이에 눈이 어두운 장사꾼들에게 더할 나위 없는 호재를 제공한다. 없는 맛도 만드는 식품 첨가물, 그 마술의 현장으로 가 보자. '식품첨가물'이라 함은 '식품을 조리, 가공 또는 제조할 때 보존기한을 늘리거나 색깔, 맛, 모양을 좋게 하려고 인위적으로 첨가하는 화학합성품을 말한다. 이 식품첨가물은 우리 몸 안에 들어오면 50~80%만 배출되고 나머지는 몸속 지방에 쌓여 무서운 독성을 가진 화학물질로 변하기도 하는 위험성을 내포하고 있다.

인간이 만든 약 2만 종의 합성물질 가운데 식품에 직·간접적으로 첨가되고 있는 성분은 3천 800여 종. 그 중에 발암성, 돌연변이성, 기형성 유해성 테스트를 거친 물질은 극히 일

부분에 지나지 않는다. 그중에서 우리나라 식약청이 허가하는 첨가물은 총 614종 + 향료 기초물질 1800여 종이다.

체내에서 서로 부딪치기도 하고 제멋대로 반응을 일으키기도 하여, 엉뚱한 유해물질을 만들어 내기도 하는 식품첨가물을 현대인들은 하루에 보통 80여 가지, 1년 동안 평균 4kg의 첨가물을 섭취한다.

세균류 성장억제, 방지를 위해 첨가되는 방부제(소르빈산칼륨·벤조산나트륨)는 발암성 물질로 중추신경을 마비시키고, 간 장애 등을 일으킬 수 있는 식품첨가물은 치즈, 고추장, 짜장, 단무지, 어묵 등에 첨가되어 있다. 설탕의 수백 배에 달하는 단맛을 내는 감미료(돌신·사카린 나트륨)는 청량음료, 과자, 간장, 빙과류에 첨가돼 소화기, 콩팥 장애를 일으키는 발암성 물질이다.

없는 맛을 내게 하거나 강하게 하는 화학조미료에는 얼굴 경련, 가슴 압박, 불쾌감을 1~2시간 지속시키는 중후군

을 유발하는 첨가물로 통조림, 카레, 맛소금, 조미료, 과자류에 들어 있다.

보존료, 산화방지제, 감미료, 착향료, 발색제, 유화제, 산도조절제, 팽창제, 고결방지제, 이황산 표백제, 산미료, 소포제, 품질 개량제, 용제 및 추출제, 양조용 첨가물이 분야의 전문가가 아니고서는 알아듣지도 못하는 생소한 화학첨가물. 사람의 몸은 기계가 아니다. 주부들이 대형 매장에서 깨알같이 적혀 있는 이런 첨가물질을 꼼꼼하게 읽어보고 구입하는 사람들은 몇이나 될까?

놀랍게도 이런 첨가물의 위험성을 말하면 '없어서 못 먹는다'느니 '그런 걸 다 골라 먹으면 먹을 게 없다'는 등 용감무쌍(?)한 사람들이 있는가 하면, 그런 것 따위에는 걱정도 없이 먹는 태평인 사람도 많다. 하루가 멀다고 방영되는 텔레비전의 의학상식 코너에는 무슨 병에는 어떤 약이 좋다느니 하면서 대중들의 건강 걱정을 하지만 알고 보면 그런 사람들의 친절한 안내 속에도 제약회사 마피인들의 이

데올로기가 숨어 있다는 사실을 알고 있는 시청자들은 얼마나 될까?

인간의 건강을 위협하는 먹거리가 어디 유전자 변형식품이나 식품첨가물뿐이겠는가? 오염된 물이 흘러 모이는 바다는 지금 핵폐기물과 쓰레기 투기장이 되고 있다. 오염된 바다에서 잡아 올린 수산물이나 양식장에서 방부제나 성장 촉진제를 투여해 키운 수산물은 안전할까? 수산물 양식장뿐만 아니라 소, 돼지, 닭을 비롯한 축산물도 다를 게 없다. 쌀이 농약의 과다 사용으로 소비자들의 건강을 위협하고, 마시는 수도물조차 하루가 다르게 오염되어 가고 있다.

인간의 욕망이 만드는 세상, 인간 중심의 세계관이 만드는 세상. 아집과 탐욕을 버리지 못하는 중생들의 탐욕으로 자연은 하루가 다르게 파괴되고 지구촌은 동물의 병이 사람에게까지 전염돼 공포에 떨고 있다. 나를 내려놓지 못하는 중생들의 욕심이 만드는 세상, 그 끝은 어디일까?

공감대화 두 번째 ‘느낌’

글 • 고현희(공감대화 개발원장)

지금 이 글을 읽는 순간의 느낌은 무엇인가요? 잠시 글에서 눈을 떼고, 내 느낌이 무엇인가 생각해 보세요. 이 질문에 당황하셨나요? 아니면, 다음에 나올 글이 기대되세요? 혹은, 입가에 미소를 지으시며 ‘편안하네!’ 라고 느끼시나요?

이번에는 공감대화할 때의 두 번째 항목 ‘느낌’에 대하여 설명하겠습니다. 우리 사회는 느낌을 말하거나, 느낌을 물어보지 않는 사회입니다. 오히려 느낌을 이야기하면, ‘굳이 뭘 자신의 느낌을 말하는 거야?’ 하는 이상한 눈초리를 받기도 합니다. 그래서 대화를 나누다가 느낌이 무엇인지 물어보면 ‘그저 그래...’, ‘몰라...’, ‘글쎄...’, 등의 모호한 표현으로 얼버무리는 경

우를 많이 보았습니다. 혹은 자신의 생각을 말하면서 느낌이라고 하는 경우도 보았습니다. 예를 들면 ‘옷이 방바닥에 있는 것은 잘못되었다고 느껴’입니다. ‘잘못되었다’는 것은 생각이지 느낌이 아닙니다. 느낌을 넣어보면, ‘옷이 방바닥에 떨어져 있는 것은 바람직하지 않다고 생각하기 때문에 화가 나거든요’이라고 할 수 있습니다.

어떤 사람은 자신의 느낌을 마치 교향곡의 악기 소리들을 구별해낼 수 있듯이 세밀하게 알아차리기도 합니다. 다만, 대부분의 사람들은 좋다, 싫다, 기쁘다, 슬프다, 괜찮다, 즐겁다, 힘들다 등의 몇 가지로만 표현합니다. 사실, 어떤 상황에서 한 가지 느낌만 생기는 것은 없습니다. 여러 가지 복합적인

느낌이 올라오는 경우가 대부분입니다. 어쨌든, 자신에게서 생기는 느낌을 찬찬히 들여다보고, 느낌을 정확히 알아차린 후 어떻게 느낀다고 말하는 것이 공감대화에서 가장 중요한 항목입니다. 첫 번째 항목인 ‘상황’은 생략할 수 있습니다. 하지만, ‘느낌’ 항목은 4가지 항목-상황 느낌 바람 부탁-중에서 가장 중요합니다. ‘느낌’ 항목 다음으로 중요한 항목은 ‘바람’ 항목입니다. 느낌을 말하는 것이 가장 중요한 이유는 모든 것이 상대 때문이 아니고, 나로부터 일어나는 것을 인식하게 해주기 때문입니다. 또, 느낌을 말해야 관계가 꼬이거나, 불투명해지지 않고 소통되기 때문입니다.

집들이 음식을 준비하는 사람의 느낌을 예로 들어보겠습니다. 집들이 손님이 차가 막혀 약속시간보다 1시간 늦게 도착했을 때 음식을 준비한 사람은 어떤 느낌일까요? 음식이 식어버려서 당황스럽거나, 예정대로 집들이가 진행되지 않아 초조하다고 짐작할 수 있습니다. 그런데 만약 음

식 준비가 예상보다 시간이 더 걸려 1시간 늦게 온 손님에 맞추어 끝났다면 어떤 느낌일까요? 이때는 늦게 온 것에 감사하거나, 음식이 이제라도 다 되어 다행이라는 안도의 마음일 것입니다. 손님이 1시간 늦게 도착한 경우는 같은데, 음식이 준비되었느냐 아니냐에 따라 다른 느낌이 생기는 것입니다. 그러므로 느낌이 생기는 이유는 ‘나에게 있습니다. 상대의 말과 행동은 내 느낌이 생기게 되는 자극일 뿐입니다. 느낌을 알아채고, 그 느낌이 생긴 이유를 알게 되면 모든 것이 나로부터 일어난다는 것을 이해하게 됩니다. 그러면 상대 탓을 할 것은 없다는 것을 알게 되지요.

느낌을 말할 때는 첫째, 모호하고 추상적인 표현보다는 구체적이고 세밀하게 표현해야 합니다. 다양한 느낌 표현 단어를 적어보고, 말해보는 것이 도움됩니다. ‘기분이 아주 좋다’라는 표현보다는 ‘뽕 듯이 기쁘다’라는 표현이 더 삶을 풍요롭게 할 것입니다. ‘기분 안 좋아 보이네’ 보다 기운

없고 풀이 죽어 보이네라고 표현하면 어떨까요? 둘째, 오해받았다거나, 모욕당했다거나, 무시당했다는 피동의 느낌은 사용하지 않는 것이 바람직합니다. 이 단어들은 내 느낌이 상대에게서 나왔다고 표현하는 것입니다. 상대는 오해하지 않았을 수 있고, 모욕하지 않았을 수 있기 때문입니다. 앞에서 느낌은 내가 만든 것이라고 설명했습니다. 상대 때문에 나온 것이 결코 아닙니다.

공감대화에서는 화를 참으라고 하지 않습니다. 화난 느낌을 말하라는 것입니다. 화를 공감대화의 방법으로 내지르라는 것입니다. 화가 올라오는 크기만큼 폭발시키라는 것입니다. 화를 내지 않고 삭히려고 할 때 우리 몸

은 힘들어집니다. '화병'은 자신의 우울과 분노를 억눌러서, 그 억압된 분노가 신체 증상으로 나타난 것입니다. 저는 '화병'이 대한민국에만 있는 병이라고 들었을 때 무척 답답했습니다. 이제부터라도 우리 사회는 자신을 자유롭게 표현하는 것이 받아들여지고, 타인의 감정을 인정하는 사회가 되기를 바랍니다.

이 대화법은 먼저 자신을 바꾸게 합니다. 그리고 주위 사람을 전염시켜 바꾸게 하며, 나아가 사회를 바꾸게 합니다. 특히 부모와 교사가 풍부한 느낌을 표현하는 이 대화법을 사용하면 자라는 어린이들의 EQ는 당연히 높아질 것입니다.

* 공감대화는 총 6회 연재됩니다. 다음 4회에는 '바림' 항목을 설명하겠습니다.

‘맑고 향기롭게, 근본도량 길상사에서는 보살행을 실천하실 자원봉사자를 모집합니다.

나와 남을 이롭게 하는 이타행(利他行)을 실천하시는데 관심 있는 불자님들의 참여를 기다립니다. 참여하실 신청단체는 거사리회, 보현회, 문수회, 지장회, 보리회, 청년회, 합창단, 천수회, 연등회, 새신도봉사팀입니다. 수행과 자비로 인연공덕 지으시고 성불하십시오.

* 자원봉사 문의 - 02)3672-5945

뉴욕의 지하철에서

글 • 최미자(재미수필가)

고마운 시동생을 생각하며 조카딸의 결혼식을 보러 뉴욕엘 갔다. 텔레비전으로만 보았던 맨해튼 거리, 뉴욕 방문을 기다리는 일은 꿈만 같았다. 많은 젊은이의 꿈이고 세계인의 도시를 딸도 가본 적이 없었기에 우린 설렘으로 비행기를 탔다. 옆 좌석에 앉은 굴지 은행의 미국인 부행장은 하루의 미팅을 위해 여행길에 올랐단다. 여러 장의 서류를 무릎에 놓고 읽던 그녀가 우리가 한국인임을 알고 한국의 큰 회사들에게 자금을 대출하는 일을 한다며 삼성, 금호, 엘지를 유창하게 말할 때 우리는 통쾌했다. 세계의 수도, 뉴욕은 비행기를 타는 손님부터 격이 다른 걸까. 비행장에 마중 나온 대학후배 경숙은 대학신문사 기자였고 졸업 후

소식을 모르다, 퀸즈 도서관에 쫓겨 내 책으로 연락되었다. 여행기간 동안 머무르도록 초청해 준 나의 사촌 숙자는 롱아일랜드 시의 집에서 따뜻한 저녁을 준비해놓고 27년 만에 만났다. 또 졸업 후 처음 만나는 현모양처인 동창 정희는 두 번이나 금강산 식당에서 우릴 대접해 주었다. 교외에 사는 용숙이는 자연산 참나물과 반찬을 만들어 왔고, 운전 잘하는 남편이랑 오후 내내 맨해튼을 안내해주었다. 복잡한 거리를 잠깐씩 둘러 기념사진을 찍던 딸아이가 어찌나 좋아하는지.

비행장에서 동생 집을 찾아가며 머리 위에 철교가 지나가는 무시무시한 도로를 지났던 복잡한 뉴욕에

주눅이 들던 기억과 함께 일주일 동안 지하철에서의 추억은 특별했다. 하루는 사촌이 지하철을 타고 맨해튼으로 가는 방법을 안내해 주었다. 말로만 듣던 패션의 거리 5가에서 내려 빌딩 숲을 걸으며 한국말을 하면서 우리도 세계인의 물결에 끼었다. 거대한 시가지지를 걸으면서 여러 사람을 만나며 서로 친구도 되었다. 다양한 얼굴과 언어가 넘실거리던 도시는 과연 명품이었다. 이제 나도 "아이 러브 뉴욕!"이라는 말이 절로 나올 것만 같다. 빌딩 숲 속의 센트럴공원에서 딸은 한국에서 사온 뉴욕 안내책을 펼쳐놓고 계획을 세웠다. 멋쟁이 직장인들이 타는 중심가의 지하철은 한국처럼 아름답다. 맨해튼에는 자동차 주차장이 거의 없다. 유명한 회사에서 일하는 직원들이 수천 달러씩 월세를 내며 살아가는 이유를 알겠다. 일주일 시내 관람권을 사서 우린 박물관을 중심으로 다녔는데, 일부 오래된 지하철역의 나쁜 공기로 기관지염을 앓기도 했다. 길을 묻느라 한국 경찰을 만났다. 지하도에 합

계 서 있던 백인 경찰 테디(Teddy)가 뉴욕 경찰 배지를 우리에게 선물로 주며 곁의 총각 친구가 미혼이라며 수다를 떨어 한바탕 웃었다. 또 지하철 안에서 자리를 나에게 양보해준 미국 중년 아저씨의 여자 친구와의 슬픈 사랑이야기도 들었다. 젊은 날 멋진 한국여인을 놓쳐버린 아쉬움을 30년 만에 그는 회상하며 고백했다. 우리 모녀의 얼굴로 옛 애인의 마지막 말을 상기하며 기차 안에서 그는 한국인 여자 친구를 그리워했다. 비록 이루어지지 않은 사랑이지만 추억으로 아름답게 남아있다고.

하루는 젊은 남녀 한 쌍이 무거운 여행 가방을 들고 지하철 안으로 들어왔기에 나는 빨리 붙들어 주었다. 코넬대학을 졸업한 학생들이었다. 어머니 집을 방문하고 남자 친구랑 직장인 있는 텍사스로 가려고 비행장에 가는 중이었다. 아가씨에게 나는 예전에는 이처럼 서로 가방도 붙들어주며 어른에게 자리를 양보하고 살아갔는데, 미국이나 한국이나 이제 그런 좋은 풍

습이 사라져 버렸다고 말했다.

내 이야기를 들은 크리스틴이라는 아가씨는 가방을 들어주어 고맙다면서, “걱정 마세요. 제가 당신처럼 우리의 좋은 풍습을 지키도록 따라 할게요.”라고 시원하게 응답했다. 얼마나 훈훈하고 밝은 미래가 상상되는가. 그래, 우리 세상은 타인의 입장을 배려하는 그런 사람들이 있어 존재하는 거다. 우린 재미있는 이야기로 내려야 할 지하철역을 통과해버렸지만 참 행복했다. 저녁때 집으로 돌아오는 길에도 자식 또래 젊은 미국인이 벌떡 일어나 자리를 양보해 주었다. 역시 미국에도 가정교육을 잘 받은 사람들이 있다며 고마워하면서 난 자리에 앉았다.

뉴욕의 지하철은 속도가 빠르기도 하지만 철로 아래쪽을 내려다보면 벽이 높아 무시무시했다. 지난 2월에도 콜럼버스 서클역에서 술에 취해 선로에 떨어진 한 남성을 구하기 위해 승강장에 있던 오웬런(미 공군 사관학교 생도 22세)이 먼저 선로에 뛰어들었고 힘에 부치자 테니스 코드

링턴(23세)과 맷 폴리(23세)도 잇따라 뛰어내려 사람을 구했다는 아름다운 이야기를 읽었다. 열차가 승강장에 진입하기까지 2분밖에 남지 않은 긴박한 상황이었다.

지난날 한국 방문 시에 서울역 지하도 계단을 오르며 무거운 여행 가방을 들고 끙끙거리던 우리 모녀의 모습이 떠올랐다. 지나는 사람마다 바쁘게 무표정으로 무관심하게 스쳐 갔다. 난 용기 내어 젊은 남자분을 붙들고 “좀 도와주세요.”라고 청했다. 지하철을 탈 때도 젊은이들은 대부분 눈을 감거나 모른 척 탄전을 피웠다. 나도 아예 그들에게 눈길을 돌리지 않았고 자리도 기대하지 않았다.

“그래 얼마나 피곤할까. 젊지만 자네들이 앉아 가세요.” 비록 내가 흰머리가 났지만, 사랑의 마음으로 양보했다. 어른을 존경하던 아름다운 풍습은 한국에서 점점 사라지고 있는데, 젊은이도 훗날 반드시 어른이 된다는 진리는 세상이 아무리 변해도 달라지지 않을 텐데, 어찌할꼬.

삶의 춤

글 • 김선애(번역가)

여러 해 전, 클럽에서 춤을 추다 잠시 쉬고 있을 때였다. 이십 대 초일까, 나보다 어려 보이는 남자가 다가와 춤을 가르쳐달라는 것이었다. 당황한 나는 아는 게 없다고 정중히 거절했다.

하지만 그 아이는 포기하지 않고, 간단한 스텝이라도 가르쳐달라고 거듭 청했다. 물론 내가 아는 스텝 같은 건 없었다. 그러나 그 애의 간절한 부탁에 나는 결국 그 애와 함께 무대로 나가, 그 자리에서 지어낸 단순한 스텝을 밟았다. 나와 함께 춤추며 그 애는 춤이라는 광활한 세계로 첫발을 내딛고 있었다.

춤을 추기 시작한 뒤로 세상의 모든 것이 춤이었다. 움직임은 그것이 어떤 것이든 춤으로 인식할 때 춤이

되었다. 우리 회사 로비에서 사람들이 잠시 모였다 흠여지는 것도 하나의 춤이었다. 길가의 나무도 가늘고 긴 팔 뻗어 내게 춤을 청했다.

2005년 가을, <전무후무>라는 전통춤 공연을 보았다. 무형문화재인 한국 춤의 대가들이 나오는 공연이었다. 공연자들은 거의 다 칠팔십대였는데, 그중에서도 특히 마음을 움직인 것은 매방의 승무였다.

새하얀 장삼 위에 붉은색 가사를 두른 매방은 가녀리고 자그마한 체구의 사내였다. 하지만 소매 긴 장삼 걸친 두 팔을 들고 천천히 도는 몸짓 속에 우주 만물이 돌아가고 있었다. 살짝 위로 향한 눈길에는 삶에 대한 경이가 담겨 있었다.

북과 함께하는 데도 예의가 있었으니, 거칠게 불쑥 다가가지 않고 멀리서 조금씩 가까이 다가가 경건한 마음, 정중한 몸짓으로 북을 맞았다. 춤추는 이 소매 끝으로 북을 스치니, 보는 이에게도 북의 기가 가만히 스며왔다. 북채를 들고 북을 치니 그 소리 가슴 깊은 곳까지 울렸다. 심장 고동처럼 힘찬 장단, 미세한 손놀림으로 북채끼리 노래하는 여린 장단, 그 속에 삶이 굽이굽이 흘러갔다.

그로부터 5년 뒤, 나는 오랜만에 매방의 춤을 다시 보게 되었다. 나이 지긋한 매방의 움직임은 뚜렷이 달라졌다. 5년 전 공연 때만 해도 일흔 아홉이었지만 정정했는데, 80대 중반에 접어든 지금은 움직임이 느려졌고 힘이 예전 같지 않았다. 그리고 승무 공연 도중 북을 치려다, 아, 그만 북채를 놓치고 말았다. 관객들은 격려의 박수를 보냈다. 그토록 힘있게 북을 치던 5년 전 공연을 떠올리니 사람의 변화가 확연히 느껴졌다.

하지만 북채를 떨어뜨린 것 역시 삶의 춤이었다.

매방은 결국 힘에 부쳐서 끝까지 공연하지 못하고, 중간에 제자의 부축을 받으며 힘겨운 발걸음으로 무대에서 나갔다. 그리고 나서 제자들의 춤이 이어졌다. 마지막에는 젊은 제자들이 다 함께 북춤을 추었는데 특히 북과 하나 된 남자가 단연 눈에 띄었다. 남자는 가벼운 몸놀림으로 힘차게 북을 치며 기쁨 가득한 표정이었다. 그렇게 삶의 춤은 이어지고 변해갔다.

온전히 나 자신이 아닐 때, 우리는 온전한 나로 살고 싶어진다. 춤을 통해 나는 다시 또다시 내게로 돌아올 수 있다. 아무리 많이 길을 잃더라도 우리는 언제나 제자리로 돌아올 수 있다. 춤추며, 글 쓰며, 걸으며, 사람마다 자신에게로 돌아오는 길은 다르겠지만 결국 돌아오는 곳은 모두 똑같다. 우리는 지금 어디에 있는가?

눈 속에 핀 오동꽃(대구 · 동화사)

글 · 최정희(불교 언론인)

신라 제41대 헌덕왕의 아들로 태어나 15세에 출가한 심지 스님이 지금의 대구 팔공산에서 수도하고 있을 때였다.

심지 스님은 살을 에이는 듯한 추위도 아랑곳하지 않고 걸음을 속리산 길상사(지금의 법주사)로 향했다. 영심이 그의 스승 진표(眞表)을 사로부터 불골간자(佛骨簡子—불골은 부처님의 유골, 간자는 미륵보살의 수계(受戒)를 의미하는 징표)를 전해 받은 점찰법회에 참석하기 위해서였다.

그러나 길상사에 당도했을 때는 이미 법회가 시작되어 심지 스님은 당(堂)에 올라가 참석할 수가 없었다. 스님은 안타까워 마당에 앉아 신도들과 함께 예배하며 참회했다.

법회가 7일째 계속되던 날 크게

눈이 내렸다. 그런데 이상하게도 심지 스님이 서 있는 사방 10척(尺)가량은 눈이 내리지 않았다. 신기한 현상에 갑자기 법회장이 술렁이기 시작했다. 이 사실을 안 법당에서는 심지 스님을 안으로 들어오도록 청했다. 스님은 거짓 병을 빙자하여 사양하고는 마당에 물러앉아 법당을 향해 간곡히 예배했다.

스님은 기도 중 매일같이 지장보살의 위문을 받았다.

법회가 끝나고 다시 팔공산으로 돌아가던 심지 스님은 양쪽 옷소매에 2개의 간자가 끼어 있는 것을 발견했다.

『참으로 괴이한 일이로구나.』

심지 스님은 길상사로 되돌아가 영심 스님 앞에 간자를 내놓았다.



동화사 통일약사여래대불

『간자는 함 속에 있는데 그럴 리가...』

영심 스님은 이상하다는 듯 봉해진 간자함을 열었다. 그러나 이게 웬 일인가. 함은 비어 있었다. 이상히 여긴 영심 스님은 간자를 겹겹이 써서 잘 간직했다.

심지 스님이 다시 팔공산으로 돌아가는데 간자가 먼저와 같이 또 소매 깃에서 발견됐다.

길상사로 또 돌아온 심지 스님에게 영심 스님은 말했다.

『부처님 뜻이 그대에게 있으니 간자는 그대가 받들어 모시도록 하계.』

심지 스님이 영심 스님으로부터 받은 간자를 소중히 머리에 이고 팔공산에 돌아오니 산신(山神)이 선자(仙

子) 두 명을 데리고 영접했다.

심지 스님은 말했다.

『이제 땅을 가려서 간자를 모시려 한다. 이는 나 혼자 정할 일이 아니니 그대들과 함께 높은 곳에 올라가 간자를 던져 자리를 점치도록 하자.』

심지 스님은 신(神)들과 함께 산마루로 올라가서 서쪽을 향해 간자를 던졌다. 간자가 바람에 날아가니 신이 노래를 불렀다.

노래를 다 부른 뒤 간자(簡子)를 숲 속 샘(지금의 동화사 참당 뒤 우물)에서 찾았다. 샘 주위에는 매아닌 오동나무 꽃이 눈 속에 아름답게 피어 있었다.

심지 스님은 그곳에 절을 세워 간자를 모시고는 절 이름을 동화사(桐華寺)라 명했다.

(2)

의상(義相) 법사가 중국 종남산에 머물 때였다. 하루는 종남산에서 도(道)가 높기로 유명한 지엄 스님이 의상 법사를 초대했다. 말로만 듣던 두 스

님이 시간 가는 줄 모르고 서로 법담을 나누다 보니 저녁 공양 때가 됐다.

의상 법사가 지엄 스님에게 말했다.

『스님께서서는 공양을 짓지 않고 하늘에서 내려주시는 공양을 잡수신다는 소문을 들었습니다. 저도 오늘 하늘 공양을 한번 먹어보고 싶습니다.』

『그렇게 하시지요. 귀하신 손님이 오셨으니 곧 공양을 드시도록 해드리겠습니다.』

지엄 스님은 은근히 자랑하고 싶은 마음으로 주문을 외었다.

『귀한 손님이 오셨으니 오늘은 공양을 한 사람분만 더 내려 주십시오.』

그러나 어찌 된 영문인지 하늘에서는 공양이 내려오지 않았다. 지엄 선사는 당황했다. 결국, 의상 법사는 저녁공양을 들지 못한 채 떠나왔다. 의상이 막 떠난 뒤 하늘에서 천사가 공양을 갖고 왔다.

『집 밖에 병사들이 있어 늦었습니다. 방금 병사들이 지금 나가신 스님을 모시고 물러가는 걸 보고 급히 왔으니 해방 하옵소서.』

지엄은 그제서야 의상 법사가 자

기보다 더 훌륭한 스님임을 깨달았다. 그는 은근히 뿔내려 했던 점을 뉘우치고는 그 길로 의상을 찾아가 사과했다.

『법사 스님을 몰라 뵈고 그만 실례를 범했습니다.』

『원, 별말씀을요. 이리시면 오히려 제가 송구스럽습니다. 스님께 부탁이 하나 있는데요...』

『말씀해 보시지요.』

『스님께서선 옥황상제와 가까우시니 제석궁에 보관돼 있는 부처님 치아를 하나 빌려 오실 수 없으실는지요?』

『글쎄요, 한번 해 보겠습니다.』

지엄 선사는 아주 겸손한 태도로 옥황상제에게 의상 법사의 청을 전했다.

『의상 같은 훌륭한 법사의 청이니 부처님 치아 한 개를 아주 드리겠습니다.』

천사가 지엄을 통해 보내 온 부처님 치아를 받은 의상은 머리 위로 공손히 받들어 절을 하고는 지엄에게 말했다.

『이 치아는 스님이 구하셨으니 스님께서서 모시도록 하십시오.』



동화사 대웅전 삼존불

『아닙니다. 옥황상제께서는 스님께 아주 주신 것입니다.』

지엄 선사가 탑을 세우고 부처님 치아를 봉안하니 사람들이 구름처럼 몰려와 예배를 올렸다.

그러나 송나라 휘종 때 불교를 믿

으면 나라가 망한다는 헛소문이 나돌자 절에서는 부처님 치아를 탑에서 꺼내 몰래 배에 실어 보냈다.

『부디 안전하고 평화로운 인연 있는 땅에 모셔지옵소서.』

배는 동실동실 떠서 고려 앞바다에 다다랐다. 사람이 타지 않은 이상한 배에서 금 상자를 발견한 어부는 즉시 관가에 고했다. 이 소식을 들은 임금도 부처님 치아를 대구 팔공산 유가사에 모시도록 명을 내렸다. 이때 절 주위에는 눈 쌓인 겨울철에 때 아닌 오동꽃이 만개하였으므로 왕은 이를 기념하여 절 이름을 동화사(桐華寺)로 바꾸었다.

길상사 불교대학 6기 모집

개강일: 3월 5일(목)

『맑고 향기롭게』 근본도량 길상사에서 2015년도 제6기 길상사 불교대학 수강생을 모집합니다. 수행의 경륜이 깊은 스님들과 재가 법사들로 이뤄진 강사진이 바른 수행의 길로 안내해드릴 것입니다.

- 학제: 1년 2학기제
- 응시자격: 기초교육과정을 수료하신 불자님
- 수업시간: 매주 목요일 / 주간반 1시 40분/야간반 7시 30분
- 제출 서류: 불교대학 입학원서, 사진 2매
- 장소: 길상사 설법전 / 문의: 길상사 교무실 02)3672-0036

안부

글 • 오형근

꽃을 좋아하는 어머니 보라고 겨울인데도 꽃 핀 석곡을 며칠 전에 어머니 집 전화기 옆에 갖다 놓고서 오늘 안부 전화할 때 잘 자라지 물었더니 석곡에게 “주인 아저씨가 너 궁금하대?”라는 어머니 말에 석곡의 감향(甘香)이 전해져 왔다.



오형근

1988년 『불교문학』 신인상, 2004년 『불교문학』 신인상 수상으로 등단. 시집 『나무껍질 속은 따뜻하다』와 『환한 빈자리』가 있다.



중앙모임 소식 (02-741-4696)

청소년봉사자와 독거노인과의 '아름다운 만남' 을 진행합니다.

청소년 자원봉사활동으로 진행해왔던 송가원장 애아동시설 요가활동을 1월로서 중단하고, 2월부터는 '아름다운 만남'이라는 활동 이름으로 청소년과 독거노인이 인연을 맺어 정기적이고 자발적으로 가정방문, 청소, 말벗, 산책 등의 재가봉사활동을 진행할 예정입니다. 현재 청소년봉사자 대부분이 그대로 참여할 예정이며, 추가로 참여 할 청소년 봉사자를 모집합니다.

청년문화모임(푸른 모임) 참가자 모집

본모임은 청정한 마음을 가지기 위한 마음사업으로 청년회원이 참여하는 문화 동아리 '푸른 모임'을 조직하려 합니다. '푸른 모임'의 명칭은 본모임 초창기 법정스님께서 직접 지어주신 청년회원들의 모임으로 친목과 봉사활동을 했던 모임입니다. 새롭게 구성하는 푸른 모임은 3월부터 진행될 예정이며, 여러 소규모 문화단체와 결연하여 연극, 예술 공연, 독립영화 등을 관람하고 토론하며 청년들의 올바른 인성 형성과 더불어 소규모 문화단체 후원을 목표로 하고 있습니다. 앞으로 시민모임 「맑고 향기롭게」와 함께하는 청년들의 모임으로 마음사업과 세상사업이 활발하게 진행될 수 있도록 청년회원들의 적극적인 참여를 기다립니다.

정기 자원봉사자 모집

따르릉~ 전화말벗 봉사활동

전화말벗 자원 활동은 결식이웃 후원 대상자 중 독거노인을 비롯하여 장애인들에게 정기적인 전화통화를 하여 일상적인 안부와 건강, 영양 상태, 생활환경 변화를 모니터링하고 더불어 대상자의 소외감과 고독감을 경감시키는 것을 목적으로 하는 활동입니다. 함께하실 봉사자를 찾고 있으니 대화 기법·상담 등에 소질이 있는 분은 함께해주세요.

- 활동내용 : 이웃과의 관계가 소홀한 노인들이 소외감과 고독감을 느끼지 않도록 매주 1회 이상 말벗 서비스를 통한 정서적 지원. 매월 1회 봉사자 정기모임을 통하여 봉사자간에 교류하고 의논하는 시간을 가진.

결식이웃 말벗찬 조리 활동

2015년 새해에도 어김없이 우리 주변에 홀로 사는 어르신, 장애인, 결혼가정을 위해 매주 목요일과 금요일 말벗찬을 지원합니다. 오전 9시 30분부터 오후 2시 전에 끝나는 활동으로, 조금 힘든 일도 마다하지 않고 씩씩 해주실 수 있는 봉사자의 손길을 기다립니다. 평소 봉사활동에 관심이 있었지만 그동안 참여하지 못한 분이 계시다면 새해 새 마음으로 참여를 권장드립니다. 여러분의 조그마한 관심이 이웃에게 큰 힘이 되기 때문입니다. 차가운 날씨에 따뜻한 마음을 이웃들에게 나눠주시길 분은 연락주세요.



진인노인요양원 정기봉사

진인요양원 자원 활동은 오전에는 시설 청소, 주방 봉사를 하고, 오후에는 어르신과 어울려 민요, 국악 등 놀이 활동으로 진행됩니다. 정기적으로 꾸준히 참여하실 봉사자를 찾습니다. 매월 둘째 일요일 오전 8시 30분, 안국역 1번 출구 옆 골목에 모여 이동합니다.

모희원 정기봉사

모희원 자원 활동은 농사일 돕기와 시설 정비 활동을 주로 합니다. 매월 첫째 일요일 오전 8시 30분에 지하철 4호선 사당역 10번 출구(한전 남부 지점) 앞에서 모여 이동합니다.

의류 리폼(재단, 디자이닝)

생활 속에서 실천하는 작은 환경운동으로, 안 입고 못 입는 자투리 천을 이용하여 각종 소품이나 재활용품을 만들어 녹색장터를 통해 판매, 수익금으로 불우이웃을 돕기 위한 기금으로 적립합니다.

친환경용품 만들어 주실 분

녹색장터가 열리지 않는 겨울동안 가정에서 친환경 수세미를 비롯한 친환경용품을 만들어 기증해 주실 분의 도움을 부탁드립니다.

정기 이사회, 대의원 총회 공지

시민모임 「맑고 향기롭게」는 2014년 회계연도 마감에 따라 2015년 2월 6일(금) 오후 2시 30분

에 정기이사회를 진행하며, 대의원 총회는 3월 6일(금) 2시에 진행합니다. 안건으로는 2014년 회계 감사 보고, 각 지역모임 2014년 사업 결과 및 결산 심의 및 2015년 사업 사업계획안·예산안 심의, 의결입니다.

간편한 CMS 후원

금융결제원의 중개를 통해 후원자님의 계좌에서 후원금을 인출하여 본회로 입금되는 방식으로 은행을 직접 방문하는 번거로움이 없습니다. 사무국으로 전화하셔서 성명, 주민등록번호, 거래은행, 계좌번호, 후원금액, 원하시는 출금 일자 등을 말씀해 주시면 편하게 신청됩니다.

지로용지에서 CMS로 변경하면 환경을 살리는 작은 실천과 더불어 봉사자와 사무국의 일손을 줄여줄 수 있고, 운영 경비를 절약할 수 있습니다.

자동이체 후원

후원자님이 원하시는 일자에 매월 일정 금액이 본 모임으로 입금되도록 하는 후원 방법으로 주민등록증, 통장, 도장을 자참하고 직접 은행을 방문하여 신청하는 방법입니다. 후원금액 변동이나 중단 시 신청하신 은행에 직접 가셔야 합니다.

지로 후원 안내

가장 전통적인 방법으로 우편 배송되는 지로나 지로 번호를 통해 금융기관에 납부하면 본모임의 계좌로 입금됩니다.

- 지로 번호 : 7618372

지로영수증으로 은행에 가지지 않고도 인터넷(www.giro.or.kr)에 접속하여 직접 납부하실 수 있습니다.

2월 중앙모임 정기 활동 안내

(마음을 맑고 향기롭게)

- 소식지 우편 발송 자원활동(3월화)/오전 10시~12시/세계일화실
- 2015년 정기 이사회(2월 6일(금)오후 2시 30분~4시/회의실)

(세상을 맑고 향기롭게)

- 결식이웃 후원 말반찬 조리 자원활동/목, 금요일(5,6,12,13,26,27일)/오전 9시 30분~오후 2시/맑고 향기롭게 조리장(갈상사 주차장 위)/양념이 묻어도 괜찮은 옷차림
- 서울노인복지센터 점심 무료급식 자원활동/매주 월요일(2,9,16,23일)/오전 10시~오후 2시/배식, 설거지, 식탁 정리, 수저 나누기 등/수시 모집 중/자원활동가 교육 후 봉사
- 모희원(치매노인 요양시설)/농사 일손 돕기 정기 자원활동/첫째 일요일(일) 오전 8시 30분/지하철 2, 4호선 사당역 10번 출구 한전 남부 지점 앞/간편복 및 면장갑(농사일 돕기)/일반 자원활동가
- 진인노인 요양원/원내 청소 및 오후 놀이마당 정기자원활동/둘째 일요일(8일)/오전 8시 30분/안국역 1번 출구 옆 골목
- 전화말벗 봉사자 정기모임/셋째 화요일(24일)/오후 1시 30분/스탈타실

(자연을 맑고 향기롭게)

- 천연화장품/4,11,25일(수)오전 10시(삼투, 로션, 에센스)/세계일화실, 비누는 조리장/선착순 7~8명/재료비 본인 부담
- 의류재활용 봉사모임/매주 화요일(3,10,17,24일)/세계일화실

❖ 일반사업후원계좌
국민은행 817-01-0253-129
외환은행 117-13-60373-4
농협 029-01-199412

❖ 결식이웃후원계좌
국민은행 817-01-0255-458

❖ 아름다운마무리 후원계좌
신한은행 100-013-787953

❖ 장학금 후원계좌
외환은행 141-22-01683-9

- 예금주 : (사)맑고 향기롭게
- 문의 : ☎02)741-4696



대전모임(중앙직할)

- 지혜원(아동양육시설) 후원
- 인도 다람살라 잠양(jamyang) 비구니스님 학교 후원

• 충남대 대불련 지원

후원 : 우체국 312850-01-000142

(사)맏고 향기롭게 대전지부

대구모임 (053-753-8883)

- 정기 홍보활동 : 맏고 향기롭게 스티커, 홍보책자, 동전 모금통을 관공서, 지하철역 등에 배포 및 홍보활동

• 홀로 어르신 말반찬 조리, 배달 및 말벗 나눔 : 매주 수요일/11시-음식조리, 19시-말벗(배달) 봉사/자원봉사자수시모집

• 어르신 웃음교실 및 토요경로급식 : 매주 토요일/10시 30분-음식 조리/11시 30분-웃음치료강의/12시30분-점심 및 차담/2시-마무리

• 연꽃 피는 집(치매노인요양시설) 정기방문 자원활동 : 매월 셋째 화요일/ 대구은행 본점 앞 9시 출발/목욕, 식사도움, 빨래정리, 말벗

• 대구노인종합복지관 주방보조 및 정리 봉사 : 매월 첫째 화요일 11시

후원 : 대구은행 002-05-016277-8

(사)맏고 향기롭게 대구지부

경남모임 (055-266-0170)

- **결연가정 후원** : 월 생활비 지원, 말반찬 및 김장김치 나누기/매월 둘째, 넷째 목요일 오후 4시/명절 및 가정의 달 세대 방문 성금 및 생필품 전달

• **장학금 후원** : 결연세대 청소년 장학금 지원

• **외부 시설 봉사활동**

- **보현행원** : 무료노인요양원으로 매월 셋째 수요일 말벗 및 빨래 노력봉사/오전 9시 30분 사무국 출발

- **사파복지회관** : 무료급식소(자비 공양의 집), 매월 넷째 주 화요일과 매주 토요일에 점심준비 및 설거지, 배식 봉사/오전 10시~오후 2시

- **해뜨는 교실** : 봉림 청소년 문화의 집, 저소득층 공부방으로 매월 첫째 목요일 오후 5시 학습지도 및 간식 지원/초등·중등 40명 지원

• **천연화장품 만들기 모임** : 매월 첫째, 둘째 금요일 진행/오후 1시30분/사무국

• **친환경 수세미 나누기** : 매월 둘째 화요일 모임 및 친환경 수세미 판매

• **문화기행** : 문화유적답사, 숲기행, 강길따라 걷기/주변 환경 정화활동

• **위안부 할머니 지원활동** : 지역 내 홀로 생활하시는 위안부 할머니 찾아뵙기 및 지원활동

• **선 수련 모임** : 매주 금요일 저녁 7시/열린 법당*마하연

• **회원 만남의 날** : 매월 넷째 수요일 오전 11시/사무국

후원 : 농협 932-01-002933

(사)맏고 향기롭게 경남지부

부산모임 (051-898-2672~3)

- 사회복지시설 정기 활동

- 장애인이동목욕활동

매주수요일/09:00~13:00

- 부산시립의료원 어르신 목욕

매주 목요일/10:00~13:00

- 금정구종합사회복지관 무료 급식

매주 목요일/09:30~13:30

- 동래종합사회복지관 어르신 장애우 이동목욕

매월 1째, 3째주 화요일/09:30~13:30

- 부산시립의료원 노인전문병원 목욕활동

매주 금요일/09:30~12:00

- 매월 셋째 화요일-지역정화활동

- 매월 셋째 화요일-상상구장애이복지관

- 매월 셋째 목요일-용두산 공원 무료급식

- 매주 수요일 부산진구 독거노인 말벗봉사

- **불우이웃 돕기 & 나눔 활동**

- 명절, 연말 불우이웃 성금 및 생필품 전달

- 청소년 가장 장학금 지원 및 의료, 생계비 지원

- 홀몸어르신 무료 건강검진

- 해운대 사랑의 이동 밥차 무료급식

- **부산시민공원 정화활동** : 매월 1,2,3주 토요일

후원 : 우리은행 206-07-151128 / 이상오

광주모임 (062-236-3129)

- **점심공양나눔** : 매주 월요일부터 금요일까지 고령, 저소득, 독거어르신을 대상으로 천원의 밥상(점심) 운영/오전9시30분~오후2시/봉사자 및 후원자 모집 (김치 담그기/ 매주 토요일 공양 나눔 센터)

• **지비의 도시락 나눔 활동** : 매주 월요일부터 금요일까지 독거노인, 장애인, 소년소녀가장 세대를 위한 도시락 나눔

• **독서모임** : 법정스님의 저서를 매월 선정하여 읽고 회원들과 함께 교류/매월 둘째 수요일/사무국

• **노래모임** : 밤능 스님 노래, 건전가요, 명곡 노래 교실

• **장학사업** : 가정환경이 어려운 고등학생을 선발하여 3년간 학비 전액 지원

• **장터 및 바자회 운영** : 회원 및 이웃 대상으로 생필품 교환, 기증 헌 옷 판매, 농산물 직거래, 친환경제품 판매

• **쓰레기 줍기 캠페인** : 연중 회원 및 봉사자들과 주변 환경 및 사찰주변 쓰레기 줍기 캠페인 전개

• **천연화장품 만들기** : 매주 월요일 오후 2시/천연 세수비누, 빨래비누, 천연 화장품

후원 : 농협 355-0018-7812-13

(사)맏고 향기롭게 광주지부



입춘기도

- 일 시 : 2월 4일(수) 오전 9시 50분
- 장 소 : 극락전
- 동참금 : 1만원

설날 합동차례

- 일 시 : 2월 19일(목) 오전 9시 50분
- 장 소 : 극락전
- 동참금 : 5만원

설날 통알 의식 안내

설날을 맞이하여 부처님께 세배를 올리는 의식인 통알 의식을 2월19일 설날 새벽 4시에 극락전에서 봉행하오니 길상사 불자님들의 많은 참여 바랍니다.

정초기도

- 일 시 : 2월 21일(토)~3월 2일(월) 오전 9시 50분
- 장 소 : 극락전
- 동참금 : 3만원
- * 정초기도 기간 중 자비도량참법기도가 오후 2시~4시까지 주지스님 집전 하에 봉행됩니다.

다라니기도

- 일 시 : 2월 7일(토) 오후 7시
- 장 소 : 극락전

시민선방 철야참선

- 일 시 : 2월 14일(토) 오후 9시 ~2월 15일(일) 새벽 4시
- 장 소 : 길상선원

삼천배 철야정진

- 일 시 : 2월 14일(토) 오후 8시 30분 ~2월 15일(일) 새벽 3시 50분
- 장 소 : 극락전

주말 선 수련회

- 220기 : 2월 14일(토)~15일(일)
- 221기 : 2월 28일(토)~3월 1일(일)
- 장 소 : 설법전
- 수련비 : 5만원

불교입문 30기 개강

- 개강일 : 3월 4일(수)
- 시 간 : 매주 수요일(12주 과정) 주간반 1시 40분/야간반 7시 30분
- 수강료 : 7만원(교재비 포함)

불교대학 6기 개강

- 개 강 일 : 3월 5일(목) 입학
- 시 간 : 매주 목요일(1년 2학기제) 주간반 1시 40분/야간반 7시 30분
- 지원자격 : 기초교육과정을 수료하신 불자님
- 제출서류 : 불교대학 입학원서, 사진 1매

설날 공양간 운력 도움 주세요.

설날을 맞이하여 '맑고 향기롭게,근본도량 길상사에서 조상님의 음덕을 기리기 위해 '설날 합동차례를 모시고자 많은 불자님들이 오십니다. 설날(2월 19일) 공양간에서 설거지를 도와주실 분과 공양물을 옮기는 등 여러 손길이 필요합니다. 설날 연휴 모두 바쁘시겠지만 시간이 허락되는 불자님께서서는 봉사로 공덕을 짓는 것도 뜻 깊은 명절이 될 것입니다. 봉사 시간은 아침 11시 ~ 오후 2시 까지입니다.

3월의 길상사 정기 법회 기도

법회/기도명	일정	시간	장소
다라니기도	3월 7일	오후 7시	극락전
삼천배 철야정진	3월 14일	오후 8시 30분	극락전
보름기도	3월 5일	오전 9시 50분	극락전
지장재일	3월 8일	오전 9시 50분	지장전
관음재일	3월 14일	오전 9시 50분	극락전
초하루법회	3월 20일	오전 9시 50분	극락전
동안거 해제	3월 5일	오전 9시 50분	극락전
춘계관음기도 입재	3월 6일	오전 9시 50분	극락전
법정스님 추모법회	3월 16일	오전 9시 50분	극락전
극락전기도	매 일	새벽 4시 / 오전 9시 50분 / 저녁 6시	극락전
지장전기도	매 일	새벽 4시 / 오전 9시 50분 / 저녁 6시	지장전
일요법회	매주 일요일	오전 11시	설법전
청년회법회	매주 일요일	오후 3시	소강당
중·고등법회	매주 일요일	오전 11시	침묵의집
어린이법회	매주 일요일	오전 11시	소강당
거사님 정기법회	매월 첫째·셋째 일요일	오후 1시 30분	설법전
문수회 정기법회	매월 셋째 월요일	오후 1시	소강당
보현회 정기법회	매월 음력 초하루	오후 1시 30분	지장전
보리회 정기회의	매월 둘째주	오전 11시	도서관
합창단 정기연습	매주 화요일	오전 10시~12시	소강당
천수회 정기법회	3월 첫째주	오후 1시 30분	소강당
새신도 교육	매주 일요일	오후 1시	소강당



2015년

‘맑고 향기롭게·길상화 장학생’ 추천받습니다.

시민모임 맑고 향기롭게에서는 고등학생을 대상으로 ‘2015년 맑고 향기롭게·길상화 장학생’을 추천 받습니다.

창립 이후 22년째(2014년까지 총 513명/총지급액: 약 7억 2,500여만 원) 매년 선발하고 있는 ‘맑고 향기롭게·길상화 장학생’은 뛰어난 성적이 아니더라도 성실하고 밝은 심성을 가진 학생이면 추천할 수 있으며 올해부터는 40명까지 확대하였습니다. 비록 성적은 다소 뒤처지더라도 넉넉하지 못한 집안 사정 때문에 힘겹게 학업을 하고 있는 학생이 주변에 있는지 돌아보시고 추천해 주세요.

- **장학 대상** : 전국 고등학생 (40명 내외)
- **장학 기간** : 1년 (분기마다 각 학교 장학금 통장으로 입금됨)
- **장학 내용** : 학비 전액
- **추천자** : 회원, 지부 사무국, 현직 교사, 사회복지사에 한함
- **구비서류**

① 추천서

- 추천서는 2월 10일부터 본모임 홈페이지에서 다운로드 가능
- 추천자 성명, 학생 정보 외 추천 사유
- 학교 장학, 행정 담당자의 확인 기재

② 학생 서류

- 가족관계부, 주민등록등본&초본 각 1통
- 성적증명서(신입생의 경우 중학교 3학년 성적증명서)
- **접수 마감** : 2015년 3월 20일(금) 우표 소인까지
- **선정 발표** : 2015년 4월 3일(금) 개별 통지 및 학교로 연락
- **문의처** : 02)741- 4696, 총무팀
- * 접수된 서류는 반환하지 않습니다.
- 자세한 내용은 맑고 향기롭게 홈페이지(www.clean94.or.kr) 공지 참조
- **장학금 후원계좌** : 외한은행 141-22-01683-9

