

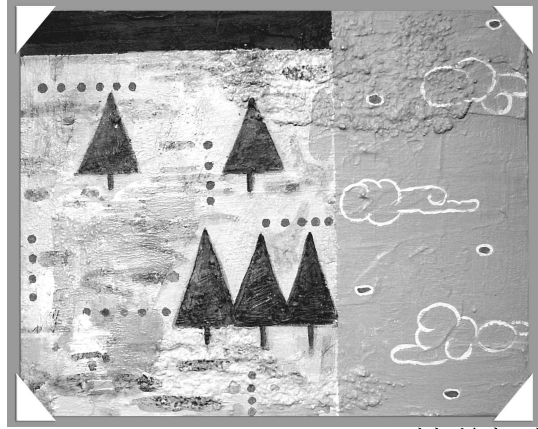
| 사진명상 |



사진 : 민병길 「안개」

# 보디사트바

Bodhisattva 2009년 여름, 제2권 제2호, 통권 83호



에인 김옥희 그림

## Contents

- 여는 글 \_\_\_ 3 푸른빛 가득한 오월에 | 능행  
경전 이야기 \_\_\_ 5 정토 | 도운  
특집 \_\_\_ 7 법화경 법문 · 당신은 부처님! | 무비  
의학상식 \_\_\_ 15 간염에 대하여 | 전명숙  
건강생활 \_\_\_ 18 피로여 가라!  
미술치료 \_\_\_ 21 만다라 | 권소연  
탐방 \_\_\_ 23 마하보디상담대학 스케치 | 김경오  
옹달샘 \_\_\_ 26 명상만화 <연재 3> · 마음밭에 무얼 심지? | 최영순  
\_\_\_ 28 시인의 잉크 · 아카식레코드에서 찾아보고 싶은 추억-3 | 정숙자  
\_\_\_ 32 기행문 · 우주의 중심, 앙코르 왓에 서다 | 희유  
\_\_\_ 36 나를 찾아 떠나는 여행기 · 지리산 묘향대 | 조현  
\_\_\_ 39 취재후기 · 호스피스 병동에서 삶을 만나다 | 김한기  
임상의 글 \_\_\_ 42 아빠! 극락에서 잘 계시죠? | 장슬기  
정토 ● 관자재 한마당  
\_\_\_ 44 안개 속 주홍빛 일출 | 행훈  
\_\_\_ 45 삼천 송이 연꽃 | 일진행  
광고모집 안내\_41  
좋은 인연들의 이야기\_46 (자제병원 건립기금 후원자 명단\_48 / 법화경 천일기도 동참자 명단\_49)  
자제병원 건립불사 안내\_53 정토마을 안내\_54 후원가족이 되어주세요!\_55  
마하보디교육원 교육 안내/법화경 천일기도 안내\_56

보디사트바: 2009년 여름, 제2권 제2호, 통권 83호, 2009년 6월 1일 발행 | 등록 울산 바01004(2008. 4. 11.) | 발행처 정토사관자재회 | 발행 · 편집인 능행 | 기획위원 강옥희 황희순 희유 | 편집위원 김경오 김성규 박정선 상진 장용렬 | 편집장 수필 | 주소 정토마을 충북 청원군 미원면 대신리 산17 전화 043)298-2258, 마하보디교육원 울산 울주군 상북면 양동리 138-1 전화 052)264-1007 · 0117 팩스 052)264-0209 | 제작 아띠울 | 비매품

## 푸른빛 가득한 오월에

질푸른 숲속에서 새벽부터 자신의 존재를 알리는 새들의 소리와, 먼발치에서 유월이 저만치 왔다는 소식을 빼꾸기가 전하는 정토마을의 청량한 아침입니다.

후원가족님께서 만들어 가시는 행복한 땅 정토마을은 10년 전에 만들어진 불교호스피스 독립형 시설입니다. 어떤 이가 문의를 했습니다. 자식과 가족이 있지만 특히 환자를 잘 모실 여건이 안 되어 정토에 모시고 싶다는 말씀이셨죠. 또 어떤 이는 정토마을이 있는지도 몰랐으며, 환자가 힘들게 이미 돌아가셨는데 지금에서야 알았다는 불멘소리를 들을 때도 있었습니다. 어떻게 하면 많은 불교인들이 위기에 서게 될 때 정토마을을 기억하고 정토마을과 고통분담을 할 수 있을지, 이러한 문의를 받을 때마다 답답함이 일어납니다. 인터넷에서 불교호스피스를 검색하면 정토마을이 나오고, 정토마을 홈페이지에 들어가면 환하게 다 보인다고 생각했습니다. 오늘 아침 질푸른 오솔길을 걷다가 소박하고 단아한 정토마을을 우리 후원가족들에게 잘 알려야겠다 생각했습니다.

확박한 도심의 산소도 제대로 소통이 어려운 척박한 환경에서 그저 돌아갈 날만 기다리는 말기 암환자들이 도처에 많습니다. 일생을 살면서 많은 일들을 경험하지만 사람의 노력과 의지로 안 되는 일도 있습니다. 그게 바로 죽는 일입니다. 죽는다는 사실을 알기는 하지만 그것을 인식하기에는 어려움이 많습니다.

막연한 기대감 속에서 어떻게 잘 되겠지 하면서 그저 병원치료에만 매달리다가 죽음에 이르는 암환자들이 1년이면 약 7만 명에 이른다고 합니다. 정토마을의 신념은 말기질환으로 환자와 가족들이 받는 고통과 어려움을 함께하는 것입니다. 정토마을은 다양한 질병으로 더 이상 치료의 의미가 없는 환자를 위해 준비된 평화로운 전원



---

(田園)입니다. 간호사들과 촉탁의사, 그리고 스님들이 환자의 마지막 여정에 동행하면서 죽음에 이르게 될 때까지 함께하는 그런 곳입니다. 공기가 좋고 풍광이 아름다워서, 예상보다 더 많은 시간을 머물기도 하고, 때로는 증상들이 좋아져서 집으로 돌아가는 이도 있습니다.

후원가족 여러분들께서 이웃을 사랑의 눈으로 관심 있게 살펴보아 주시면 어떨까요. 우리의 도움을 받으면서 환자들이 삶의 마지막 여정을 의미 있고 안락하게 할 수 있도록 마음을 내어 주시면 함께 더불어 살아가는 삶에 힘이 될 것입니다. 종교적인 지지가 함께하는 정토마을이 어렵고 고단한 여정에 희망과 힘이 되어줄 수 있도록 주변의 고통 받는 인연들에게 알려주시고 후원자로서 그분들을 초대해 주시면 환자와 그 가족들에게 아주 소중한 의미 있는 일이 되지 않을까요. 궁금한 사항들은 정토마을에 문의하시면 잘 상담하여 알려드릴 것입니다. 인간의 존엄성이 마지막까지 잘 유지될 수 있도록 최선을 다해야 하는 과제가 우리들에게 남아있습니다.

무의미한 연명치료를 거부할 수 있는 환자의 권리문제에 대해 의료계가 마음을 낸 것 같습니다. 뉴스를 보면서, 얼마나 많은 사람들이 삶의 마지막 순간을 말도 못하고 죽어갔을까 생각하니 마음이 아픕니다.

존엄사에 대한 우리들의 관점 변화가, 나를 비롯한 많은 사람들이 고통에서 벗어날 수 있는 희망이 되어줄 것입니다.

인간의 존엄한 삶과 죽음 준비에 동행하는 이들이 정토마을에 살고 있습니다. 후원가족 여러분께서도 그러한 땅이 되어주시고 때로는 물이 되어 함께 흘러 공기와 같이 소중한 역할을 하시면 좋겠습니다.

존엄한 죽음의 동행자로 같이 걸어가시는 후원가족 여러분의 아름다운 사랑에 오월의 향기 듬뿍 담아 감사한 마음 보냅니다. 질병으로 위기에 선 어려운 사람들이 후원가족 여러분께서 나누어주시는 사랑을 경험할 수 있기를 기도합니다.

항상 건강하시고 평온한 삶 속에 부처님 진리의 빛 더욱 밝고 맑아지이다. 卍

— 풍경소리 가득한 정토마을에서 능행 정례

## 정토

도 윤 | 28기 호스피스



2553년 부처님 오신 날! 모든 이의 소망이 담긴 연등에 불이 밝혀지는 순간 생명들의 감사함과 내 안의 어리석음인 아상, 인상, 중생상, 수자상 또한 연등의 밝은 빛처럼 지혜의 빛으로 다 녹아지고 보살의 마음으로 수행할 수 있기를 바라는 마음이 충만해지는 날입니다.

초파일이 되면 모든 불자님들은 가족의 건강을 위한 등, 사업을 위한 등, 시험 합격을 위한 등, 나라를 걱정하는 등등 모두가 각자의 마음에 원하는 바를 연등 하나에 가득 실고 간절히 두 손 모아 합장하는 불자님들을 보면서 나와 남을 위해 한마음으로 마음을 내는 모습들은 인간으로서 가장 아름다운 모습인 것 같습니다.

행차시절에는 부처님 오신 날이 그다지 감사한 날만은 아니었습니다. 초파일 봉축행사를 하기 위해 준비해야 하는 것들이 왜 그리도 일로써 느껴졌는지.

정초기도가 끝나는 그 순간부터 연잎을 비벼야 하고, 연등 틀에 종이를 입혀야 하고, 예쁜 연등이 다 만들어진 다음에는 차곡차곡 쌓아 잎이 망가지지 않게 해야 하는 등 너무나 많은 일들을 해야만 했기 때문에, 힘들어 하는 내 감정에 속아 남 탓만을 하며 성질내는 마음으로 연등을 만드는 날이 훨씬 많았습니다. 그러니 연등이 예쁘게 나올 리 없었겠지요. 그러던 어느 날 사찰에서 발행되는 회보에 이런 내용의 글이 있었습니다.

초파일 연등 점등식이 끝날 무렵 선원에 어른 스님이 시자 스님에게 “너는 저 연등을 보니 어떠하니?”라고 물으시자 시자 스님은 “너무 아름다워요, 스님.” 하고 대답을 하더랍니다. 그러자 어른스님은 “너는 저 연등에 사람들의 피눈물이 진정 보이지 않더냐.” 하며 불호령이 떨어졌습니다.

이 글을 보면서 모든 것을 내가 하고 있고, 내가 해야 한다는 ‘나’에 대한 집착하는 마음 때문에 남 탓을 하면서 살고 있는 어리석음과 자비심 없는 나 자신만을 생각하는 제 자신에게 불호령이 떨어진 것 같아 참 많이 스스로에게 부끄러웠습니다. 그 이후로 ‘왜 모든 일에 내(나)가 해야 하고 내가 했다는 집착으로부터 자유로워 지지 않지?’라는 생각이 제 마음속에서 항상 떠나지 않았습니다.

그 답답한 마음에 시작된 금강경 기도는 주어진 모든 일과 인연들에게 어떤 마음을 내야 하는지에 대한 명쾌한 해답을 주었고, 남 탓과 집착하는 마음이 소중한 나의 삶에 얼마나 큰 장애를 주고 있는지에 대해 진정 알 수 있었습니다.

是故 須菩提 諸菩薩摩訶薩	(시고 수보리 제보살마하살)
應如是生清淨心	(응여시생청정심)
不應住色生心	(불응주색생심)
不應住聲香味觸法生心	(불응주성향미촉법생심)
應無所住而生其心	(응무소주이생기심)

“그러므로 수보리여! 모든 보살마하살은 마땅히 이와 같이 청정한 마음을 내야 한다. 마땅히 모양에 집착하는 마음을 일으켜서도 안되며 소리, 향기, 맛, 촉감, 법에 머무르는 마음을 일으켜서도 안 된다. 응당 그 어디에도 집착함이 없이 자기 마음을 내야 한다.”

응무소주(應無所住) 이생기심(而生其心).

이 구절을 독경하면서 얼마나 물질에만 치우친 마음을 내었는지, 모든 인연들에게 고정된 마음으로 얼마나 많은 분별심을 일으켰는지, 누가 이야기해 주지 않아도 제 자신을 너무나 잘 볼 수 있었습니다.

그러나 참회되어지고 알았다고 해서 행해지는 것은 결코 아니기에 여전히 부족한 저지만 그래도 그러한 저를 알아차릴 수 있고 잘못된 것에 대해 거짓이 아닌 진실로 부처님 전에 참회하고 또 한걸음, 힘이 없는 마음으로 정진하는 행을 하고자 금강경을 도반삼아 지금 이 순간을 감사히 생활하고 있습니다.

소중한 이 삶을 바르게 살아갈 수 있도록 항상 자비와 지혜의 길로 인도해주시는 불. 법. 승 삼보와 모든 생명들에게 귀의합니다. 날마다 부처님 오신 날 되소서. 卍

## 당신은 부처님!

— 자제병원 건립을 위한 법화경 독송 100일 법문 중에서 —



무 비

대한불교조계종 전 교육원장

2600년 전 영축산인 기사굴산의 영산회상이 바로 지금, 이곳에서 이루어지고 있습니다. 2600년 전이라는 시간과 영축산이라는 장소가 지금 이곳과 전혀 다른 것이 아니고, 부처님께서 설법하신 바로 그 시간과 그 곳이 시공을 초월해서 시간적으로는 즉시이며, 영축산이 바로 이곳이며, 이 도량에서 부처님께서는 똑 같은 영산회상을 재현하시는 것입니다.

법화경 1000일 독송회는 그러한 부처님의 재현 속에서 이루어져야 하고 그런 마음으로 기도를 지극한 정성으로 올려야 우리가 뜻하는 원력의 결실을 맺을 수 있습니다. 법화경의 1000일 독송회는 경 속의 깊고 오묘한 뜻을 가슴으로 느끼고 인격화하는 과정을 거쳐서 우리의 삶 속에서 경을 실천할 수 있도록 깨닫게 해주는 것으로, 이 독송회는 스님과 신도 모두에게 희유하고 값진 일이며, 세세생생 자랑할 만한 일입니다. 그리고 매달 넷째

주마다 철야정진하면서 기도드린다는 것은 그것 자체가 영산회상입니다.

오늘의 법문은 '약왕보살본사품'에서 법화경의 공덕과 공능과 위대함을 일깨워주는 433쪽의 내용을 들어 시작합니다.

15. 수왕화보살이여, 마치 모든 시내와 개천과 강들의 모든 물 가운데는 바다가 제일이듯이 이 법화경도 그와 같아서 모든 여래가 말씀하신 경 가운데 가장 깊고 크니라.

불경(佛經)은 예로부터 팔만대장경이라고 하여 무수히 많은 경전이 있고, 조사어록도 무수히 많지만, 법화경은 모든 여래가 말씀하신 경전 중에서 제일이라는 것을 가르치고 있는 것입니다.

물 중에서 바다는 얼마나 깊고 크고 넓고 넉넉합니까? 그러한 바다가 바로 법화경이라

고 하면 간단하게 이해할 수 있습니다. 그러한 법화경을 독송하면서 법화경의 바다와 같이 깊고 크고 넓고 넉넉함을 느껴야 하고, 그것을 느낀다면 더 이상 바랄 것이 없을 것입니다.

또 법화경의 위대함을 수미산에 비유하여 설명하셨습니다.

16. 또 도산. 흑산. 소철위산. 대철위산과 열보산 등 모든 산 가운데는 수미산이 제일 이듯이 이 법화경도 그와 같아서 모든 경전 가운데서 가장 으뜸이니라.

세상에서 가장 크고 높은 산이 수미산이듯이 법화경은 이 세상의 모든 성인의 가르침 중에서 가장 으뜸이라고 설명할 수 있습니다. 이러한 법화경을 읽고 또 읽어서 법화경의 독송이 매번 거듭하여 쌓일 때마다 우리는 행복합니다. 이 경전은 뜻을 아는 것이 물론 제일 중요하지만, 막연한 환희심-법희선열이

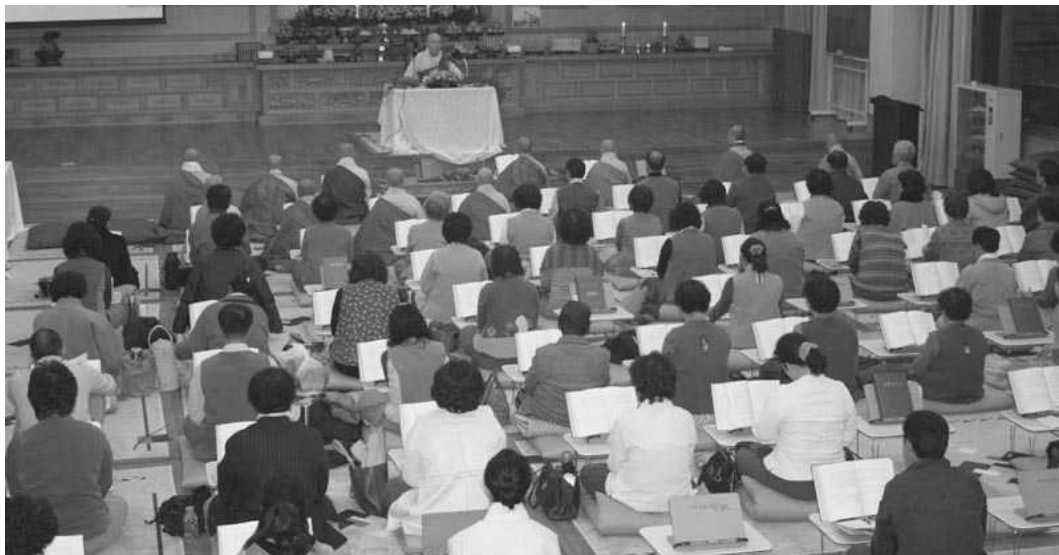
라고 하는 이 환희심만 넘쳐도 아주 훌륭한 일입니다.

그러면 공덕과 소원성취는 말하지 않아도 저절로 따르게 되어 있습니다. 그러므로 이 경전에 담겨 있는 오묘한 뜻을 깨달아간다는 것은 참으로 대단한 것입니다.

또 다른 비유를 통하여 설명하셨습니다.

17. 또 모든 별 가운데는 달이 가장 제일이듯이 이 법화경도 그와 같아서 천만억 모든 경전 가운데 가장 밝게 비추느니라.

밤하늘에 무수한 별들이 있지만, 달만큼 밝은 별은 없습니다. 달은 너무나 밝아서 도저히 그 밝기를 다른 별들과 비교할 수 없습니다. 어두운 밤하늘에 달은 그 어느 별보다 밝게 우리를 비추어줍니다. 밤은 우리 중생들의 온갖 우여곡절의 삶을 표현하는 말입니다. 질곡진 우리 인생에서 그만큼 법화경은 모든 경전 가운데 가장 값지고 소중한 경전이라는



마하보디교육원 법회 중



사실을 인식한다면 집착하고 애착해도 좋습니다. 늘 지니고 다니시고, 머리맡에 두고 주무시고, 화장실까지도 가지고 다니십시오. 더러운 곳일수록 더욱 더 청정한 경전이 정화시킬 것입니다. 삼계는 화택이라 우리 생은 고난의 연속입니다. 그런 곳일수록 법화경의 가르침이 더욱 필요한 것입니다. 그러므로 이 경전과 한시도 떠날 수 없습니다. 물론 법화경의 뜻을 하나하나 낱낱이 깨우치면 더욱 좋겠지만, 경전을 소중히 여기고, 경전의 귀중함을 느끼게 되면, 독송과 사경과 그 깊은 뜻을 이해하려는 노력은 저절로 따라오게 되어 있습니다.

18. 또 해가 능히 모든 어두움을 없애듯이 이 경도 또한 그와 같아서 온갖 좋지 못한 어두움을 능히 깨뜨리느니라.

이 법화경의 이치는 온갖 어리석음과 탐욕을 전부 없애고, 그 외 8만4천 가지 번뇌의 어둠을 지혜로운 가르침으로 깨뜨립니다.

19. 또 모든 작은 왕들 가운데는 전륜성왕이 가장 제일이듯이 이 경도 또한 그와 같아서 여러 경전 가운데 가장 높으니라.

많은 작은 나라의 왕들을 모두 아우르는 대표가 되는 왕을 불교에서는 전륜성왕이라고 하는데, 이 법화경은 경전 중의 경전으로 왕중에 왕입니다.

20. 또 제석천왕이 삼십삼천 가운데 왕이 되듯이 이 경도 또한 그와 같아서 모든 경

가운데 왕이니라.

법화경 하나만 제대로 수지 독송하고, 법화경 안에 있는 불교 용어, 술어를 해박하게 알게 되면, 소승불교, 초기·중기·후기 대승불교, 선불교 등, 내용을 아우르는 경전으로 불교에 대한 해박한 지식을 알게 됩니다. 흔히 “선조고산(先照高山)” “후조고산(後照高山)”이라는 표현을 하게 되는데, 두 개의 경전인 화엄경과 법화경을 제일 높은 경전이라고 합니다. 부처님이 출세하여 처음으로 화엄경을 설하셨는데, 선조고산이라고 하여 이는 해가 뜨면 가장 높은 산을 먼저 비추는 데 비유하였습니다. 부처님이 처음으로 설하신 경전 중에 가장 높은 경전이라는 뜻이며, 그것이 화엄경입니다. 그 다음에 후조고산이라고 하여 법화경을 뜻하는 것입니다. 이는 부처님께서 열반에 드시기 전에 중생들을 위한 최후의 가르침을 뜻하는 것으로, 해가 떠서 만물을 비추고 해가 지기 전에 또한 높은 산의 봉우리를 비추듯이 이 법화경은 마지막 장엄한 일몰과도 같은 경전입니다. 어떤 의미에서는 화엄경보다는 법화경에는 더욱 간절한 부처님의 마음이 담긴 위대한 경전이라고 할 수 있습니다. 부처님께서 열반에 드시기 전에 최후로 만 인류에게 남겨주고 싶은 단 한마디의 말씀을 바로 이 법화경에 담아 두셨습니다. 바로 『나무묘법연화경』입니다. 그 속에는 수많은 의미가 있지만, 쉽게 말하자면, ‘당신은 부처님’이라고 표현하고 싶습니다. 이 법화경의 사상을 ‘당신은 부처님’이라는 여섯 자로 압축할 수 있습니다. 이러한 근거는 이 법화경 속의 도처에 존재하고 있습니다.

21. 또 대법천왕이 모든 중생들의 아버지이듯이 이 정도 또한 그와 같아서 모든 현인, 성인, 학·무학과 보살의 마음을 낸 사람들의 아버지이니라.

이 표현은 법화경의 대단함을 그대로 담고 있습니다.

22. 또 범부들 가운데는 수다원, 사다함, 아나함, 아라한, 벽지불이 제일이 되듯이 이 정도 또한 그와 같아서 모든 여래가 설하고, 또 보살이 설하고, 성문이 설한 모든 경법 가운데 가장 제일이 되느니라. 또 이 경전을 능히 받아 지니는 이도 또한 그와 같아서 모든 중생들 가운데 제일이 되느니라.

이 법화경은 모든 경전 중에 제일이기 때문에 이를 받아 지니는 이도 모든 중생들 가운데 제일이 된다는 것은 당연한 이치입니다. 여기 계신 여러분들은 1000일 동안 법화경을 수지 독송하기 위한 약속을 하고 원력을 세운 이들입니다. 그러므로 모든 중생들 중에서 법화행자 여러분들이 제일입니다. 공지와 자부심을 가지십시오. 그리고 주위에 많이 권하십시오. 이 법화경 안에는 팔만대장경의 모든 것을 함축하고 있습니다. 부처님께서 처음 설하신 화엄경은 진리의 순수성을 표현한 내용을 담고 있습니다. 즉, 온갖 천지만물과 삼라만상이 부처님이라고 하는 순수함을 표현하고 있습니다. 이에 반해 법화경은 진리의 종합성을 가장 잘 표현하고 있는 경전입니다. 왜냐하면 법화경은 부처님이 일생 동안 설하

신 모든 경전을 전부 아우르고 있기 때문입니다. 회삼귀일(廻三歸一)이라고 하여 팔만대장경을 삼승의 가르침이라고 하는데, 그 모든 가르침은 일불승(一佛乘)이라고 하는 부처의 삶의 길을 제시하고 있습니다.

그래서 법화경은 진리의 종합성이라고 말합니다. 이 법화경 속에는 많은 구절과 많은 상징적 표현들이 있습니다. 법화행자 여러분들이 법화경을 읽어 가면서 이러한 깊은 뜻과 상징성을 하나하나 깨달아 간다면, 봄날의 따뜻한 햇살에 매화 꽃잎이 툭툭 터져 피어나듯이 법화경의 깊은 의미가 터져서 여러분의 가슴속에 그 향기를 품게 될 것입니다. 이러한 경험은 무조건 해야 합니다. 처음에는 법화경의 공덕을 믿고 막무가내 시작하셔도 좋습니다. 그러다 어느새 그 뜻을 깨닫게 되고 세상을 관조하는 깊고 넓은 안목이 생기게 될 것입니다. 그때는 처음 발심하여 법화경 독송에 동참했을 때의 꿈과 소박한 기원은 아주 멀리 날아가 버려서 기억조차 할 수 없게 될 것입니다. 그리고 우리의 마음에 어느새 법화경의 꽃이 피어서 온 세상에 향기를 날리게 될 것입니다. 법화경은 바로 묘법연화, 연꽃입니다. “쿤다리카”라고 하는 흰 연꽃입니다. 연꽃 중에서 흰 연꽃이 더욱 순수하고 고결하고 향기가 더 좋지 않습니까?

23. 모든 성문, 벽지불 가운데는 보살이 제일이듯이 이 정도 또한 그와 같아서 모든 경법 가운데 가장 제일이 되느니라.

법화경 속의 모든 뜻이 다 훌륭하지만, 특히 ‘약왕보살본사품’에 있는 이 대목이 제일 마음

에 들어서 이것을 소개해드리도록 하겠습니다. 법화경을 읽고 신심과 환희심이 나면, 저절로 이 법화경의 뜻에 대한 올바른 이해가 저절로 생겨나게 될 것입니다. 법화경을 읽고 이러한 신심과 환희심이 자기 안에서 생겨난다면, 우리는 1년에 오직 한 사람이 한 사람만 교화시킵시다. 100사람이 1년에 한 사람만 교화하면, 200명이 되고 이어서 기하급수적으로 신도가 증가하게 됩니다. 이러한 교화의 원력을 세웁시다. 불교는 바로 지혜와 자비, 원력, 이 세 가지 마디입니다. 법화경에서는, 특히 앞부분에서는 바로 이 지혜의 눈-인간의 소중한 가치를 가르쳐주는 그 지혜의 눈을 뜨게 해줍니다. 그 다음에 '약왕보살본사품', '묘음보살품', '관세음보살보문품'에서는 자비의 눈을 일깨워 줍니다. 그 속에는 모두 원력이 깔려 있습니다.

이 법화경으로 정신을 무장하게 되면, 이 약

왕보살이 되고, 묘음보살이 되며 관세음보살이 됩니다. 그런데 이 법화경은 바로 이 관세음보살을 행하라고 하는 뜻입니다. 그런데 우리는 그와는 반대로 관세음보살에게 매달리게 됩니다. 하지만 법화경은 그런 뜻이 아니고 관세음보살 행을 하라는 뜻입니다. 즉, 자신이 고통을 받게 될 때 관세음보살님을 부르고 관세음보살님에게 매달리라는 뜻이 아니고, 그 대신에 물과 불과 가난, 그리고 모든 병고에서 고통 받고 허덕이는 인간들을 구제해주라는 뜻입니다. 왜냐하면, 이 법화경은 바로 인간 본성의 위대한 가치와 지극한 고귀함을 가르치고 있고 모든 이가 바로, 존귀한 부처님이란 것을 일깨우는 경으로 고통 받는 부처를 간과하지 말아야 할 것을 가르쳐주고 있기 때문입니다. 이와 같이 모든 이가 바로 부처님이라는 지혜의 눈을 뜨게 해줍니다. 그러한 지혜로 중생들을 구제해주라는 자비와 원력



법희를 마치고 마하보디교육원장라 함께

이 이 법화경에는 가득 차 있습니다.

그리고 또 '방편품'에는 이러한 구절이 있습니다. 어떤 사람이 번뇌가 가득한 마음으로 어찌다 불당에 와서 부처님 앞에 서 있으나 그는 조금도 부처님께 절하고 싶은 마음이 없어서, 그저 고개만 까닥하였다. 하지만 부처님은 그가 고개만 까닥한 것으로 "이미 그는 성불을 마쳤느니라." 하고 말씀하셨습니다. 그리고 어린 아이들이 장난삼아 모래를 쌓아 놓고 기도하고, "이것이 불탑이다."라고 하면, 그렇게 그 아이들은 이미 불도를 마쳤다고 하셨습니다. 이렇게 법하기가 쉽습니다. 보살행을 하고, 육바라밀을 닦고, 피나는 정진을 하고 참선을 하지 않아도 모든 사람들은 이미 성불이 되어 있다는 것을 가르쳐주십니다. 수행공덕을 쌓고 조건을 부여해서 부처가 된다고 하면, 그것은 수행을 할 때만 부처이고, 수행하지 않을 때는 부처가 아닙니다. 그것은 영원한 부처가 못 된다는 의미입니다. 그러나 법화경에서는 우리에게 인간은 본래 부처라는 뜻을 가르쳐 주기 때문에 경 중에 왕이라고 일컫는 것입니다. 법화경은 본문, 정문이라고 해서 천태스님의 가르침에 의하면, 인간은 본래 부처라고 하는 것을 깨닫게 해줍니다. 법화경의 앞부분은 다 그런 내용으로 이루어져 있습니다. 그리고 그런 구체적인 내용을 "수기"-법화경을 다른 말로 하면, 수기경이라고 합니다. 왜냐하면 법화경에는 수기가 3분의 1을 차지하기 때문입니다. '방편품'도 수기의 내용입니다-에 다 있습니다. 말하자면, 부처가 되기 위해서는 아무 조건이 필요가 없다고 하는 것입니다. 부처님에게 산란심으로 꽃한 송이를 바치고, '부처불'이라고 말한 것이

무슨 조건이 될 수 있겠습니까? 하지만 부처가 되기 위해서는 아무 조건이 필요 없다는 것을 가르쳐줍니다. 이것도 또한 수기의 내용입니다.

사리불 수기를 하는데, 아주 구체적이고 근사하게 시작합니다. 나라가 소개되고 정법주세, 상법주세 등이 얼마이며, 그 사람이 부처가 되어서 다시 수기하는 내용까지 상세히 묘사를 하고 있습니다. 그 다음에는 4대 성문에 와서는 반쯤 생략이 되고, '오백제자 수기품'에서는 500명 아라한들은 모두 보명이라는 여래가 되리라하여 하나의 이름으로 수기를 주었습니다. 그보다 또 더한 것은 '수학무학인기품'에서 이천 아라한이 모두 보살여래가 되리라 하고 하였습니다. 그 뜻이 무엇입니까? 모두가 모두 부처라는 것을 깨우치라고 하는 것입니다. 수기 절차를 점점 생략하는 것은, 우리 한 사람 한 사람은 이러한 수기의 형식이 없어도 부처가 될 수 있다는 것을 일깨워 줍니다. 그래서 상불경 보살에게는 눈에 보이는 모든 이가 부처님으로 보이기 때문에 그들에게 인사하느라고 참선할 시간이 없었다고 한 것은 바로 이러한 의미입니다. 그는 만나는 사람마다 인사를 하면서 "앞으로 당신은 부처님이 되실 분이므로....."라고 미래형으로 설명하였지만, 그것은 바로 "지금 당신이 부처님입니다."라는 뜻입니다. 바로 훌륭한 스님의 가르침인 이 세상에서 가장 소중한 존재인 사람에 대한 가장 올바른 이해입니다. 진정한 성인의 깨달음이지요. 다른 종교에서는 사람들은 모두 신(神)의 종이 되지요. 그러니까 사람들을 사고 팔수 있는 존재로 인식하는 것이지요. 그것은 인간에 대한 올바른 이해가 아

됩니다. 그러나 부처님은 상불경보살님을 통하여 “우리 모두가 부처다.”라는 것을 가르쳐 주셨습니다. 우리는 비록 아직 그러한 깨달음에 도달하지는 못했지만 읽고 또 읽어서 어느 날 그 가르침이 온전하게 우리의 것이 된다면, 우리의 눈에는 모든 이가 다 부처님으로 보일 것입니다. 그러한 지혜가 생겨났다면, 자비심은 저절로 나타나게 됩니다. 앞으로 큰 병원을 지어서 불쌍한 사람들을 돌보는 것이 바로 이러한 지혜에서 나오는 자비심이 아니겠습니까? 지혜가 없으면, 올바른 자비가 생기지 않습니다. 인간에 대한 존엄성과 고귀함을 깨닫게 해주고, 다음에 자비심을 실천하는 그러한 행위가 바로 법화경이 우리에게 가르쳐 주는 위대한 가르침이 아니겠습니까? 자비심으로 제대로 무장하고 나면 이 세상에 내가 사랑하지 못할 사람이 없고, 믿지 못할 사람이 없고, 용서하지 못할 사람이 없다는 것입니다. 그게 바로 인간 보살입니다. 이 법화경을 통해서 보살 인간이 되라는 것입니다.

이제부터는 ‘보문품’ 바로 읽기 운동을 해야 합니다. ‘보문품’은 우리가 어려울 때 관세음보살에게 매달려 구제해 주십사 하고 기도하라고 하는 의미가 아닙니다. 우리 스스로가 관세음보살이 되어서 모든 고통과 환란 속에 있는 사람들을 구제해 주라는 것입니다. 법화경을 읽고 지혜의 눈을 갖게 되고, ‘약왕보살본사품’과 ‘묘음보살품’, ‘관세음보살보문품’에서 자비의 마음으로 무장을 해서 구제하는 마음으로 원력을 행하라는 것입니다. 자비심에도 ‘약왕보살본사품’과 ‘묘음보살품’, ‘관세음보살보문품’이 다릅니다. ‘약왕보살본사품’은 법화경을 먼저 알려주는 자비를 베푸는 내

용입니다. 법화경의 위대함을 우리에게 깨닫게 해서 저절로 자비심을 갖게 해 주는 것입니다. 바로 법화경을 펴고 법화경을 전하고, 법화경을 가르치고, 읽게 하여 법화경을 터득하게 하는 일입니다. 그 다음 ‘묘음보살품’과 ‘관세음보살보문품’에서는 경의 이야기는 거의 말하지 않습니다. 특히 ‘관세음보살보문품’에서는 거의 나오지 않습니다. 다만 고통 속에 떨어진 모든 중생들을 낱낱이 구제하는 내용입니다. 물과 분노의 불속에 있는 자, 높은 산에서 떨어지는 자 등등, 이 모든 고통은 모두 세상의 고통을 상징적으로 나타내는 표현입니다. 누가 힘들게 사람을 높은 곳에 데리고 가서 산꼭대기에서 밀어 떨어지게 하겠습니까? 사람들이 높은 지위를 갖게 되면, 시기와 질투의 대상이 됩니다. 이 자제병원도 마찬가지로입니다. 불사를 짓고 병원을 크게 짓게 되면, 질투와 시기를 적지 않게 받게 될 것입니다. 그것이 세상의 일입니다. 인간의 그런 마음을 ‘보문품’에서는 상징적으로 표현하는 것입니다. 법화경의 이러한 상징적인 의미를 현재 우리의 상황과 현실에 맞게 이해해서 읽어 나가야 합니다. 어떤 이가 칼로서 사람을 해치려고 할 때, 관세음보살님의 부름으로 그 칼을 산산이 부서지게 했다고 하는 것은 바로 칼이 정말 부서진 것이 아니고, 해하려는 마음이 산산이 흩어져 없어지게 된다는 것을 상징적으로 나타낸 것입니다.

법화경은 지혜와 자비와 원력, 이 세 가지로 정리할 수 있습니다.

앞으로 큰 불사를 해서 자비심을 펼쳐서 불쌍한 사람들을 구제하고자 하는 원대한 꿈을

가지고 있습니다. 불교계는 지혜는 발달했으나 자비를 실천하려는 표현이 아직 부족합니다. 그런 의미에서 자제병원은 부처님의 가르침인 자비를 실천하고자하는 원대한 꿈을 가지고 있습니다. 불자로서, 부처님의 제자로서, 특히 법화행자로서 법화경의 가르침을 그대로 실천하려는 의지는 불교의 본보기가 되었습니다. 부정적인 시각으로 여러분을 바라보는 일부 우리 불교계의 열악하고 척박한 환경 속에서 이러한 고귀한 자비심을 실현하고자 하는 여러분들을 격려하고 칭찬하고자 여기 왔습니다. 자제병원을 짓고 불우한 이웃에게 도움을 주며, 이 세상에 신선하고 새로운 불교의 진면목을 보여주십시오. 이러한 여러분의 자비의 의지를 뚜렷하고 명확하게 해주기 위해서 늦은 밤에 법문을 하게 되었습니다. 감사합니다.



◆**무비(無比) 스님**은 부산 범어사에서 여환(如幻) 스님을 은사로 출가, 해인사 강원을 졸업하였으며, 해인사와 통도사 등 여러 선원에서 10여 년 동안 안거하였습니다. 그 후 오대산 월정사에서 탄허 스님을 모시고 경전을 공부한 스님은 탄허 스님의 법맥을 이은 강백으로 통도사·범어사 강주, 승가대학원장을 역임하였고, 대한불교조계종 교육원장으로 범어사에서 수행하면서 많은 집필 활동과 아울러 전국 각지의 법회에서 불자들의 눈을 열어주었습니다. 역저서로 『화엄경 완역(전10권)』을 비롯하여 『금강경오가해』, 『금강경강의』, 『화엄경 강의-근본법회』, 『지장경강의』, 『무비스님과 함께하는 불교공부』, 『사람이 부처님이다』 등 다수가 있습니다.

- 채록 : 편집부

## 간염에 대하여

전명숙 | 평화요양병원 수간호사

간염은 급성간염과 만성간염이 있으며, 이중 특히 만성 활동성간염인 경우, 간경화 및 간암으로 진행될 가능성이 높기 때문에 이러한 경우 본인뿐만 아니라 가족 모두에게 경제적 정신적 사회적인 어려움과 마음의 상처를 남겨주기 때문에 미리 예방하는 것이 무엇보다 중요하다.

간염은 세계적으로 발생하는 질환으로 급성 바이러스성 간염(acute viral hepatitis)이 가장 흔한 원인이며, 그 외 세균이나 독성 물질이 원인이 되어 생기는 간의 염증을 말한다. 바이러스성 간염의 증상은 황달, 무기력, 근육통, 관절통, 식욕부진, 오심, 구토, 소양증, 허약, 피로감이 올 수 있다.

### 1. 바이러스성 간염

#### (1) A형 간염

사람 대 사람의 접촉이나 오염된 물이나 우유·음식물, 특히 오염된 물에서 자란 조개류를 익히지 않고 섭취하여 생기는 수인성 전염병으로 고열·오심·복통·황달 등의 증상을 보이며, 만성화로 이행되지는 않는 것으로 알려져 있다. 특히 소아기에 노출되면 임상 증상이 경하고 면역이 확보된 상태로 지나가지만 성인에서 발생할 경우 합병증 발생 빈도가 더 높다.

우리나라의 경우 위생 수준이 열악했던 60~70년대에는 소아기 감염으로 자연 면역이 형성되어 성인에서 발생 빈도가 낮았으나, 요즘에는 위생 수준의 향상으로 소아기 감염이 거의 없으며 성인 연령 20~30대에서 A형간염의 발생이 증가하고 있다.

A형간염은 전염력이 커서 미국에서는 연간 13만~30만 명이 감염되며, 우리나라에서는 2004년 355명, 2005년 798명, 2006년 2081명, 2007년 2233명으로 계속 급증하는 추세이다.

#### ◆ 우선 예방접종 대상자

- ① 만성간질환 환자(B형간염 보균자 및 C형간염 보균자 포함).
- ② 혈우병환자.
- ③ A형간염 환자와 접촉하는 사람.

④ A형간염의 풍토성이 높은 지역으로 여행하는 경우 또는 해외에 장기 체류하는 경우.

◆ 관리

① 물은 끓여먹거나 안전한 물을 먹는다.

② 음식은 익혀 먹는다.

③ 손은 항상 깨끗이 씻는다.

④ 특히 A형간염 발생이 많은 지역((동남아와 아프리카 등 개발도상국 또는 저개발국)으로 여행 시 음식물과 개인위생에 주의한다.

**(2) B형간염**

혈액, 혈액제품(혈액추출물), 혈액에 오염된 주사나 기구로 전파되거나, 오염된 혈장이나 혈청에 경피적으로 노출된 경우(피하조직의 상처, 긁힘) 또는 점막의 노출(눈에 튀거나 눈/입의 점막에 직접 노출)로 인해 감염된다.

◆ 관리

① B형간염 감염자와 보균자들은 면도기, 칫솔, 목욕수건, 담배 및 다른 개인 용품들을 다른 사람과 같이 사용하지 않는다.

② B형간염 예방접종.

③ B형간염 바이러스에 노출되면 HBIG(Hepatitis B immune globulin : B형간염 면역글로부린)을 근육주사하고 백신을 스케줄대로 접종한다.

**(3) C형간염**

C형간염 경로는 B형간염과 비슷하므로 같은 방법을 예방에 적용할 수 있다. 그러나 C형간염 예방을 위한 백신은 아직 개발되지 않았다. C형간염은 B형간염보다 만성간염이나 간경화, 그리고 간암으로 진행할 확률이 높고, 일단 C형간염에 감염되면 만성간염으로 갈 가능성이 85% 이상 된다. 만성C형 간염이 있는 경우 20~25년이 지나면 20%에서 간경화로 진행하고 간경화에서 5~6년이 지나면 주로 60대 이상의 남자에서 50% 이상에서 간암이 발생한다.

**(4) D형간염**

B형간염과 함께 함께 나타나기 때문에 B형간염 예방주사로 D형간염 역시 예방할 수 있다.

**(5) E형간염**

분변이 식수에 오염되어 수인성 질병의 병원체이며 임신부에 높은 감염률을 보인다.(10~20%의 높은 사망률)



## (6) G형간염

혈액과 혈액제제를 통하여 감염을 일으키는 것으로 면역을 위한 백신은 아직 개발되지 않았다.

간염의 종류	감염 경로
HAV(A형간염)	음식과 물
HBV(B형간염)	혈액, 체액, 모자 감염
HCV(C형간염)	혈액, 체액, 모자 감염
HDV(D형간염)	혈액, 체액(B형간염과 함께)
HEV(E형간염)	음식과 물
HGV(G형간염)	혈액

모자 감염 : 출생 시 어머니에게서 신생아에게로 감염.

## 2. 기타 간염

### (1) 독성간염

간이 독성 물질에 노출됨으로 발생한다.

### (2) 알코올성간염

과다한 알코올 섭취로 간의 실질 조직의 괴사에 의해 발생한다.

### (3) 전격성간염

B형간염과 C형간염 환자의 1~2%에서 발생할 수 있으며 드물게는 A형간염에서도 발생하며 대단히 위험한 뇌질환 증상을 동반한 급성간부전과 비슷하다. 예후는 나쁘다. 卍

⋮



# ‘피로여! 가라’

— 몸에 좋은 전통차



## Case 1. 육체적 피로도가 심하다

잠을 충분히 잤는데도 일어나서 몸이 개운하지 않고 피로가 쌓여 있는 듯하며, 뒷목이 장시간 빠근할 때는 몸이 허약해서 생기는 피로보다는 육체적 피로로 과로나 스트레스가 원인이다.

### Point

주로 간과 신장의 기능이 떨어져 몸이 허약해진 상태이기 때문에 지속적으로 피로가 쌓이게 되는 것이다. 간과 신장의 기능을 보충한다.

- 쌍화탕 ☞ 가장 유명한 피로 회복제로 기력이 떨어졌을 때 기를 보강하고 근육에 영양을 공급하여 피로 해소에 탁월한 효과가 있다. 하지만 약으로 지어 먹을 수 없다면 집에서 쌍화차를 끓여 먹는 것도 좋다.
- 매실 ☞ 간의 해독 작용을 돕고 시트르산이 풍부하여 갈증과 피로를 풀기에도 효과적. 매실차나 매실주, 매실 장아찌 등 모두 좋다.
- 부추죽 ☞ 부추와 보리새우, 전복을 함께 넣어 죽을 끓여 먹으면 피로 회복에 탁월하다. 경우에 따라서 자두와 팔을 넣는 것도 좋다.

## Case 2. 술자리나 회식이 잦다

술자리나 회식이 잦으면 육체적 부담감 역시 두 배로 늘게 된다. 게다가 과음을 하면 체내의 술독이 쌓여 숙취가 생기게 마련이다. 숙취 현상은 알코올의 산화 과정 중에 생성

된 아세트알데히드라는 대사산물이 축적되는 원인 때문이다. 특히 술을 한잔만 마셔도 얼굴이나 온몸이 붉어지는 사람은 그렇지 않은 사람들보다 술을 마셨을 때의 후유증이 더 크게 남는다. 예전보다 술에 취하는 속도가 빨라지고 깨는 속도가 늦어진다면, 술을 마신 뒤 설사를 자주 하고 두통이 생기면 과음을 했다는 증거다. 또한 다음날 심한 피로감에 시달릴 수 있다. 술은 조금이라도 매일 마시는 습관은 좋지 않으며, 술을 마신 후에는 3~4일 정도 휴식 기간을 갖는 게 어떤 회복제보다 좋다.

### Point

- 술은 열성과 독성을 갖고 있기 때문에 열독을 푼다.
- 대금음차 ☞ 진피, 후박, 창출, 감초를 조금씩 넣고 달인 물로 몸에 쌓인 독을 땀과 소변으로 배출한다.
- 칙뿌리 ☞ 즙을 내거나 달여 마시면 효과적이다. 칙뿌리보다는 칙꽃이 더 효과적이지만 구하기 힘들기 때문에 말린 칙으로 대신해도 좋다.
- 송화차 ☞ 송화가루 1큰술과 꿀 4큰술을 섞어 차로 만들어 마시면 술독을 풀어주는 것은 물론 맛도 있어 부담 없이 즐길 수 있다.
- 홍삼차 ☞ 홍삼을 달여 차로 마시면 몸이 찬 사람의 술독을 푸는데 효과적이다. 오미자차도 좋다.

### Case 3. 수면 시간이 부족하다

불면증은 없지만 업무 과다로 인해 생기는 수면 부족을 한의학적으로 '음핵이 허해져서 허열이 생긴다.'고 말하며, 전체적으로 몸의 건강 상태가 좋지 않게 됨을 말한다. 가슴이 뛰거나 손과 발에서 열이 나기도 한다.

#### Point

가장 좋은 방법은 잠을 자는 것이다. 아무리 약을 먹는다 해도 잠을 자는 것만큼 효과적이지는 않다.

- 대추☞ 몸을 윤택하게 하기 때문에 수면 부족으로 생기는 몸의 허함을 조금은 보강할 수 있다. 대추차를 마시거나 대추를 5~6알 그냥 먹는 것도 좋다.
- 지골피차☞ 구기자나무 뿌리의 껍질인 지골 피는 몸의 뜨거운 기운을 내려주고 피가 멎친 증세를 완화하는 효과가 있다. 물 3컵에 지골 피 20g과 구기자 8g을 넣고 물이 반으로 줄어들 때까지 끓인 후 마신다.
- 숙지황차☞ 몸의 기를 보충해 주는 효과가 있으며 물 3컵에 숙지황 8g과 대추 4g을 넣고 물이 반으로 줄어들 때까지 끓인 후 마신다. 하지만 소화 기능이 좋지 않거나 장이 안 좋아서 설사가 잦은 사람에게는 적당치 않다.

### Case 4. 밤샘 야근이 많다

밤에는 우리 몸을 음기가 주관하게 되는데 휴식을 취하지 못하고 계속 활동을 하면 신체 내 음기가 부족하여 문제가 생긴다.

#### Point

음기가 부족하면 혈액순환이 되지 않기 때문에 이를 원활하게 해야 한다.

- 연☞ 연은 꽃, 뿌리, 씨 모두 피로회복과 자양강장제로 활용도가 높으며 영양제로도 효과적이다. 주로 콩나물에 많이 들어있는 아스파라긴산이나 일기닌산 등 아미노산이 많이 들어있고, 레시틴과 펙틴도 많이 함유되어 피로

회복이나 정신 안정에 좋다. 달여서 차로 마시거나 연의 씨앗과 대추를 함께 넣어 밥을 지어 먹는 것도 피로회복과 질병에 대한 저항력을 높일 수 있다.

- 국화차☞ 머리가 무거울 때 마시면 맑아지고 두통이 없어진다.
- 결명자차☞ 눈이 뻑뻑하고 피로할 때 마시면 효과적. 오미자차, 구기자차, 두충차 등도 같은 효과를 볼 수 있다.

### Case 5. 쉽게 지친다

조금만 일을 해도 남들보다 쉽게 지치는 증상은 일교차가 심한 요즘 더욱 심하다. 우리 몸의 기는 몸 바깥을 돌면서 외부의 나쁜 기운을 막아주고 내부의 필요한 기운이 땀으로 빠져 나가는 것을 방지하는데, 기력이 저하되면 내부의 필요한 기운이 모두 빠져 나가 몸이 쉽게 지치는 것이다.

#### Point

내부의 기운을 보충하고 동시에 외부의 기운이 잘 작용할 수 있도록 한다.

- 오미자☞ 기운이 새는 것을 막고 오미자 특유의 신맛이 수분 생성과 사고력, 주의력 향상에 도움이 된다. 오미자차로 마시거나 인삼이나 맥문동을 넣어 달여 먹어도 좋다.
- 제호차☞ 옛날 궁중에서 마셨을 정도로 몸에 좋은 음료로, 매실과 백단향, 측사인, 꿀을 잘 섞어 끓인 차이다. 갈증을 해소하고 위와 장의 기능을 돕는다.
- 견과류 죽☞ 호두나 잣처럼 영양가가 높고 불포화 지방산이 많은 견과류를 곱게 갈아 건더기가 없게 걸쭉한 죽을 쑤어 먹으면 효과적. 아침에 식욕이 없는 사람에게도 좋다.



# ‘피로여! 가라’

— 몸을 활성화시키는 7가지 식품

우리 몸에 필요한 6대 영양소인 탄수화물. 단백질, 지방, 비타민, 무기질, 물 외에 피로회복에 좋은 7가지 식품 성분이 있다.

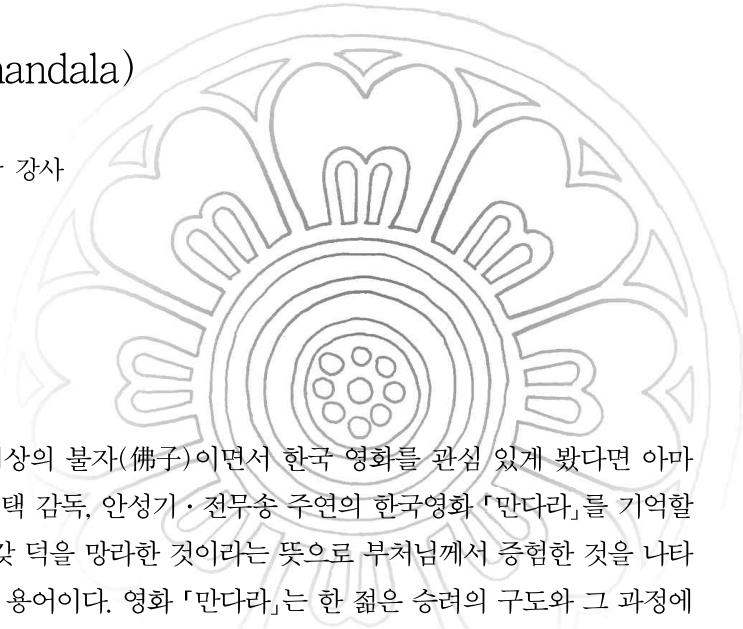
- 세사민이 가장 많이 함유된 식품은 참깨  
호흡으로 몸속에 들어오는 산소의 대부분은 세포를 산화시키고 녹을 슬게 하는 유해한 활성산소로 변화된다. 이 활성산소는 피로와 노화를 촉진시키고 내장이나 혈관 등 세포기관에 해롭다. 특히 24시간 쉬지 않고 움직이는 간장이 해를 입기 쉽다. 참깨에 포함된 세사민은 활성산소의 발생을 막고, 간 기능을 높여준다. 또 지방간이 되는 걸 막고, 숙취를 해소시키고 HDL 콜레스테롤을 증가시키며, 발암을 예방하는 효과가 동물실험으로 밝혀졌다.
- 카테킨이 가장 많이 함유된 식품은 녹차  
녹차에 포함된 떫은맛은 카테킨 때문이다. 카테킨은 폴리페놀의 일종으로 활성산소에 의한 산화로부터 세포를 지켜주는 강한 항산화작용은 비타민 E의 20배 정도이다. 또 혈압을 낮춰줌으로써 고혈압 예방과 개선에 효과가 있을 뿐만 아니라, 혈당수치의 상승을 막고 당뇨병을 예방, 콜레스테롤과 중성지방 등 피 속에 있는 지방수치를 정상으로 지켜주는 작용을 한다. 게다가 항균작용으로 충치와 감기를 예방할 수 있다. 카테킨을 건강지킴이로 쓰려면 하루에 따뜻한 녹차 10잔 정도 마시는 게 좋다.
- 알리신이 많이 함유된 식품은 양파와 마늘  
양파와 마늘에는 알리신이라는 성분과 알리나제라는 요소가 다 들어있습니다. 피로 해소에 효과적인 비파민 B1은 알리신과 결합하는 것으로 몸과 뇌의 혈액 안에 길게 존재함으로 피로

를 덜고 활성화를 시킨다. 알리신은 감기 예방에 효과적인 항균작용을 한다.

- 리코핀이 가장 많이 함유된 식품은 토마토  
토마토의 붉은 색소 성분인 리코핀은 베타카로틴 이상의 활성산소 제거작용을 한다. 그래서 동맥경화와 암 예방에 효과적이다. 또 혈당수치를 개선하고 당뇨병을 예방하는 효과도 있다. 리코핀은 잘 익은 빨간 토마토에 많이 함유되어 있다.
- 타우린이 가장 많이 함유된 식품은 조개, 오징어  
타우린은 아미노산 일종으로 조개와 오징어, 문어, 생선의 붉은 살 등에 많이 함유되어 있다. 타우린에는 간장의 담즙산 분비를 촉진시켜주고, 간세포의 재생을 촉진시켜준다. 담즙산은 혈액 콜레스테롤 수치를 낮추어 담석과 동맥경화 등을 예방한다.
- 안트시아닌이 많이 함유된 식품은 블루베리  
우리의 눈이 보이는 건 망막에 분포한 로드피신이라는 색소가 분해와 재합성을 계속함으로 빛의 자극을 뇌에 전달하기 때문이다. 블루베리에 있는 풍부한 안트시아닌은 이 로드피신의 재합성을 활성화해준다. 블루베리는 전신의 혈액 순환을 촉진시켜 동맥경화를 예방한다.
- 엽산이 많이 함유된 식품은 녹황색 채소나 간  
비타민 B군의 동료이기도 한 엽산은 녹황색 채소와 간에 많이 함유되어 있다. 적혈구의 합성에 불가결한 성분으로 빈혈 예방에 빠트릴 수 없다. 또 동맥경화의 예방 효과도 있다. 엽산이 부족하면 우울증, 초조함, 불면증을 불러온다.

## 만다라(曼荼羅 : mandala)

권소연 | 부산대학교 미술대학 강사



지금 나이가 40대 초·중반 이상의 불자(佛子)이면서 한국 영화를 관심 있게 봤다면 아마 1981년 개봉된 김성동 원작, 임권택 감독, 안성기·전무송 주연의 한국영화 「만다라」를 기억할 것이다. 만다라는 우주법계의 온갖 덕을 망라한 것이라는 뜻으로 부처님께서 증험한 것을 나타낸 그림을 가리키기도 하는 불교 용어이다. 영화 「만다라」는 한 젊은 승려의 구도와 그 과정에서의 방황과 갈등, 회의와 고뇌를 그리고 있다. 영화의 주된 내용은 구도승 범운(안성기 분)과 파계승 지산(전무송 분)을 통해 불교의 문제와 정면으로 대결하여 인간 고뇌의 심연을 파헤치면서 참선과 고행과 방향을 겪는 젊은 구도자들의 열정을 강렬한 메시지와 함께 담았던 것으로 기억한다.

원래 만다라는 고대인도 범어(산스크리트)에서 비롯되었다. 인도 문헌에 의하면 ‘서책의 장’, ‘국토의 구획’ 등을 의미하는데 쓰였으며 ‘원모양’이라는 의미를 가지고 있다. 어근 ‘manda’는 참 또는 본질(本質)을 의미하고, 접미사 ‘la’는 소유 또는 성취를 의미한다. 만다라는 신성한 단(壇)에 부처와 보살을 배치한 그림으로 우주의 진리를 표현한 것이며, 밀교(密敎)에서는 깨달음의 경지를 도형화한 것을 일컬었다. 그래서 윤원구족(輪圓具足)으로 번역된다. 여기서 윤원구족이란, 낱알의 살[輻]이 속 바퀴축[輻]에 모여 둥근 수레바퀴[圓輪]를 이루듯이, 모든 법을 원만히 다 갖추어 모자람이 없다는 뜻으로 쓰였다. 다시 말하면 중심과 본질을 얻으며 마음 속에 참됨을 갖추고 있거나 본질을 원만히 하는 것을 의미한다. 즉 만다라의 형상은 근본적으로 인간세계를 감싸고 있는 삼라만상(森羅萬象)의 원리에 의해 창조된 것이다.

만다라의 원(圓)은 유년기의 기억에서부터 우리 모두에게 익숙한 것이다. 원은 많은 문화권에서 치유(治癒)를 의미하며, 보호와 안정, 전체의 감정을 내포하고 있다. 원안에서 작업함으로써 구조 안에서 중심점을 가지고 무의식적으로 창조하는 시각경험을 하게 된다. 미술치료에서는 내담자(來談者)가 무언가 방향 감각을 잃고 혼돈스럽거나 근심, 걱정, 불안에 빠져 있을 때 만다라나 원의 형태 안에서 작업을 하도록 권유한다. 만다라를 그리는 사람은 만다라를 그리는 동안 일상의 일거리·근심·걱정 등을 잊어버리고 편안해지며, 그리는 것에 몰두(沒頭)하게

되며, 자신에 침잠(沈潛)하게 된다. 그에 따라 호흡도 규칙적인 리듬을 타게 된다. 만다라가 지닌 둥근 형태의 작업은 바로 자신도 모르게 마음을 원만하게 해주는 특성이 있다. 만다라를 보며 명상에 잠기거나 만다라 문양에 색을 칠하거나 직접 만다라를 창작하는 사람은 누구든지 그러한 활동을 통하여 감정과 정신상태가 아주 빨리 균형을 이루고 생동감을 얻게 되며 내적 충만을 체험할 수 있게 된다. 만다라 작업을 혼자하던 집단에서 다른 사람들과 함께하는 만다라 그리기에 몰두하는 모습들은 바로 그들이 얼마나 자기의 내적 고요에 침잠해 있는가를 증명할 수 있다. 이러한 고요의 상태가 바로 자신과 합일(合一)되는 순간이다.

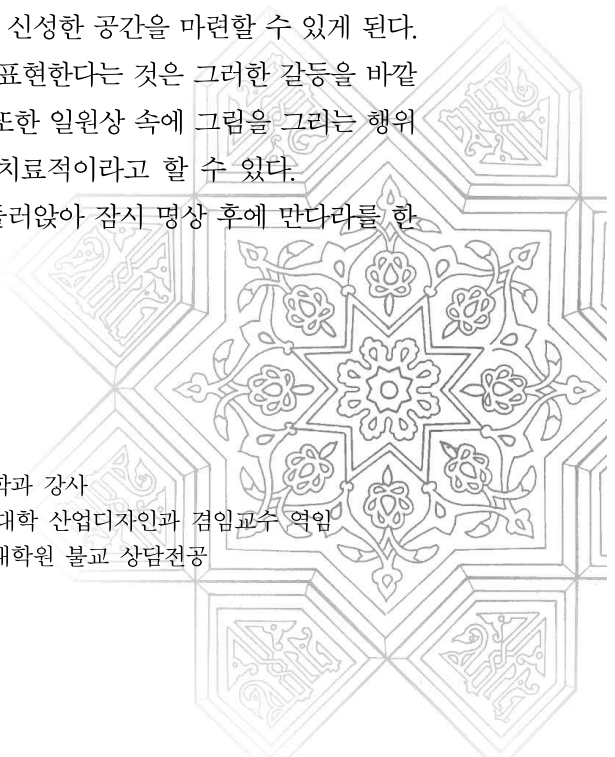
우리에게는 프로이트(S. Freud)의 제자로 잘 알려진 정신과 의사이자 정신분석학자였던 융(C.G. Jung)은 만다라를 심층심리학적 관점에서 접근한 대표적인 심리학자였다. 융(C.G. Jung : 1962)에 의하면 만다라는 원형적 통일체(archetypische Ganzheit)를 상징하며, 원형적 통일체가 의미하는 것은 만다라가 고대의 여러 문화에서 항상 다양한 형상으로 존재해 왔으며, 이러한 것이 현대인들의 꿈이나 무의식으로 그린 그림을 통하여 원형적(原型的) 상징 언어로 나타난다는 것이다. 이러한 만다라는 자신에게 침착하고 고요함을 주며, 자신과의 일체감을 경험시키며, 더불어 자아 존중감을 키워주는 등 여러 가지 심리 치료적 측면에 장점을 지니고 있음을 발견했다. 이후 융은 20세기 초기에 서구문화에서 최초로 만다라가 지니는 우주적·영적 의미를 발견하였으며, 만다라가 인간정신에 주는 의미를 탐구한 결과로 인간의 근원적인 사고체계를 열어준다는 연구 결과를 남겼다. 즉 융은 단순히 이론적·객관적으로 연구를 한 것만이 아니라 자신이 직접 만다라를 그리는 소위 생생한 자기경험을 통하여 만다라가 주는 치료적 의미를 정착 시켰다.

만다라는 우리의 정신기저에서 거미줄과 같은 전일성의 패턴을 마련하고 우리의 삶을 지원하는 자기(self)가 가지는 영향력을 불러일으킨다. 만다라를 그리는 것만으로도 우리는 모든 에너지를 집중할 수 있게 되고, 보호되어 온 우리 고유의 신성한 공간을 마련할 수 있게 된다. 우리가 내면세계의 갈등을 만다라를 통하여 상징적으로 표현한다는 것은 그러한 갈등을 바깥 세계로 투사(投射)하여 객관화시킨다는 것이라 하겠다. 또한 일원상 속에 그림을 그리는 행위 자체가 화합의 느낌을 가져다 줄 수도 있다는 점에서 치료적이라고 할 수 있다.

오늘 저녁, 가족이나 아니면 가까운 도반(道伴)끼리 둘러앉아 잠시 명상 후에 만다라를 한 장 그려보는 것은 어떨까. 卍

#### 권소연

- 영상디자인 박사 · 미술치료사 · 부산디지털대학교 미술치료학과 강사
- 부산대학교 미대, 서라벌대학 아동미술보육과 강사 · 서라벌대학 산업디자인과 겸임교수 역임
- 동서미술심리치료센터 소장 (부산) · 동국대학교 불교문화대학원 불교 상담전공



## 마하보디상담대학 스케치

김경오 | 상담대학 1기, 호스피스 25기, 본지 편집위원

### ■ 입학식 풍경

2009년 3월 7일 토요일 오전 10시, 맑은 날, 언양 마하보디교육원 1층 법당 겸 큰 강당. 원장스님, 자광큰스님과 수안스님, 입학생들, 그리고 몇 분의 초빙인사와 축하객, 음향맨, 카메라맨에 이르는 스태프가 한 자리에 있지만 아담하고 소박하고 조촐해 보이기까지 한 마하보디상담대학 제1기 입학식 장면이 이곳에 그려지고 있었다.

1번부터 23번까지의 입학생 명단이 가나다순으로 인쇄된 한 장의 입학식 안내 팸플릿을 들여다보니 마치 누군가 입술 팔약근에 힘을 주어 또박또박하게 “불.교.전.문.상.담.사.양.성.기.관.”이라고 알려주는 듯한 글이 명함 속 회장 사장 부장 과장 같은 직함인 양 눈에 쏙 들어온다.

식순에 따라 입학식은 엄숙하거나 긴장되거나 설레거나 흥분된 표정들로, 말씀하시고 말씀 을 듣고 합장배례하고 박수치고 노래하고, 마침내 활짝 웃는 모습으로 사진 촬영을 하면서 끝을 맺었다.



입학식 풍경



자광스님의 격려사

나름대로 긴장했던 시간들을, 언제든지 문을 열고 들어가면 똑딱 밥이 나오는 것 같은 공양간에서 나물 향과 포만감으로 풀어버린 학생들은, 이제부터 함께 배울 도반들에게 김이 오르는 찻잔 같은 온정을 보내고 있었다. 위장 속의 밥알이 겨우 부서지기 시작할 때 위밍업도 없이 바로 시작된 첫날 수업으로 다시 긴장을 하게 될 줄도 모르고 말이다.

### ■ 교실 풍경

마하보디교육원 3층. 이곳에 발통 달린 의자와 책상들이 어디론가 달려가고 싶어 하는 밝고 이쁜 교실이 있고, 범호만큼 단단하지만 사실은 심부름꾼인 금강스님이 지키시는 반듯한 사무실이 있고, 제 문패를 단 사띠상담센터의 개인 및 집단 상담실이 있고, 각자 이름표가 붙고 열쇠가 꽂혀있어도 대중탕에 단체 목욕하러 온 기분이 들게 하는 큼지막한 개인 사물함이 있고, 무엇보다 맘에 흡족함을 주는 것은 간식과 차가 놓여있는 차탁과 빙 둘러앉은 공간이 있다는 거다. 그러니까 이제 학생들은 그저 공부만 열심히 하면 된다는 말씀이다.



첫 수업 풍경

유치원생이든 대학생이든 갓 입학한 모든 신입생들이 그러하듯이 무엇을 어떻게 배우는지 구체적인 정보가 없는 가운데, 2년 4학기 과정 중 그저 1학기 시간표만 읽어본다고 해서 모르는 것을 더 알아낼 수 없는 것은 자명한 일. 얼핏 보기엔 단순히 4과목으로서 네 분의 교수님을 통해 불교와 상담에 대한 것을 배우나보다 했었는데, 8주가 지난 지금에 와서 고백하자면, 참으로 머리 쥐가 날 것 같은 현재진행형 수업이라는 거다. 거기에 한 달에 한번 씩 특별수업을 특별히 받는데, 지금도 앞으로도 원장스님의 그 열정을 도저히 따르지 않을 수가 없는 수업이다. 결석하면 원장스님 얼굴이 사천왕상으로 변한다.

수업 시간마다, 교수님들과 원장스님께서 그야말로 말로는 표현할 수 없을 인내와 억척으로 이루어낸 넓고 깊은 학문의 세계를 보여주시고, 믿음이 그대로 살아있는 온갖 지식과 지혜를 학생들에게 아낌없이 정리를 해서 내어주시는데, 배우는 학생으로서 어찌 진지하지 않을 수 있을까. 알아도 진지하고 몰라도 진지하고 웃음도 진지하고 눈물도 진지하고 한숨도 탄성도 진지하고, 하물며 졸고 수다 떨고 밥 먹고 간식 먹는 것도 진지하다.

얼마 전부터 3층 계시관에 실습이 공지되어서 학생들끼리 실습을 시작했는데 이 실습조차도 진지하기 짝이 없어서 마치 실전처럼 실습시간을 보내고 있는 분위기이다. 거기에다 학생 구성원을 보자면 스님이 반이라 교실물이 명경지수다. 재가자들이 조금이라도 게으름을 부리면 물 흐릴까 조바심이 생긴다. 그래도 스님들이 기꺼이 함께해 주시니 반드시 우리 재가자들도



도반으로서 수질(?)을 높이는데 한 몫을 하리라 확신한다.

그리고 또 하나, 가르치고 배우는 것엔 표가 나야 하는 법이라도 있다는 말인지, 수업 내용을 잘 알아들었든 잘못 알아들었든 마하보디상담대학에도 예외 없이 과제는 있다는 것이다. 읽어야 할 것과 써야 할 것과 발표해야 할 것과 제출해야 할 것이 있고, 준비하고 정리하고 자기 안에 넣고 빼야 할 과제까지 있다는 것이다. 왜냐하면, 여기는 불.교.전.문.상.담.사.양.성.기.관.이며, 세상천지에 과제 없고 테스트 없는 학교는 없으므로 학생에게 과제는 불가항력의 법이 된다는 얘기이다. 이렇듯 일주일에 하루 수업을 한다고 맘 놓고 여유 부릴 수 있는 배움터가 아니란 걸 느낀 학생들은 '이 좋은' 기회를 놓치지 않고 따라가고 있다.



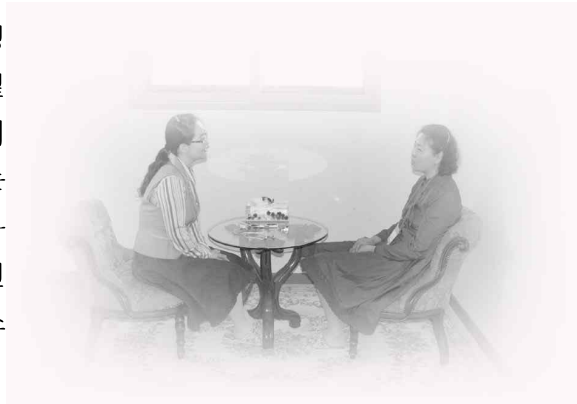
워크샵 풍경

없는데다 겨우 첫걸음 떼어 아기 발걸음이지만 학생들은 저마다에 내재되어 있는 무한한 가능성을 믿 천삼아 의지를 태우고 있다. 나이가 어떻든 직업이 어떻든 어디에 살든, 순간순간 다시 태어나고 있는 건지도 모른다. 마하보디를 얻어서 보디사트바가 되는 길이란 하나씩 하나씩 온전히 밟아가는 것인 지도 모른다. 모두 하나가 되기를 빌며 상담대학 스케치를 두 장의 풍경화로 마무리 해본다. ㄸ

입학식 안내 팸플릿 맨 뒷면에는 주소 연락처 홈페이지 말고, 동자스님이 쭈그려 앉아 꽃잔디밭을 내려다보면서 빙긋 웃음을 머금은 그림 한 컷이 있다. 거기엔 이런 짧은 글이 있다.

“꽃은 자기가 꽃이란 걸 알까? 자신이 얼마나 아름다운지를. 얼마나 우리에게 기쁨을 주는지를.”

마하보디상담대학. 그리고 학생들. 아직은 무엇 하나 명확한 것이



개인상담 실습 중

[명상만화 <연재 · 3>]

마음밭에 무얼 심지?

최영순 | 만화가

|| 걸음이 서툰 소년 ||



아 아버지가 없었었다면 왜 그럴 수 있었을까 하고는 생각할 수 없습니다. 아버지가 없었었다면 심정할 수 없습니다. 아버지가 없었었다면 반쯤은 어머니로부터 우리끼리 유체를 받았습시다. 양쪽 어깨에 아버지와 어머니를 업고 다니는 수미산을 수백 번 올랐고 그 은혜의 다 보답할 수 없을 것입니다.

이것도 그것만큼 좋지 아니한가



진기한 풀과 야생다란 꽃이 바람을 기술하는 향기를 전할 수 없지만 어린 사람의 꽃이 그 향기 어디고 두두두두 퍼진답니다.

명상만화 | 최영순 글·그림 | 『마음밭에 무얼 심지?』(해토, 2003)에서 부분 옮김.

최영순은 강릉에서 태어나 서울예술대학 문예창작과에서 소설을 공부했다. 철들기 전에는 학교 대신 강릉 남대천 하구의 역세밭에 누워 있거나 어두컴컴한 싸구려 극장에서 하루를 보내곤 했고, 철든 후엔 '자비원'이라는 사회복지시설에서 길 잃은 아이들과 함께 텃밭을 일구며 한 시절을 보냈다. 1999년부터 본격적인 만화 작업을 시작했다. <불교신문> <스포츠신문> <굿데이>를 비롯한 여러 신문과 <현대모터> 등 사보에 만화를 연재했다.



[시인의 잉크]

## 아카시레코드(Akashic Records:우주도서관)에서 찾아보고 싶은 추억-3

정숙자 | 시인

책 읽기보다 쉽고 유익하고 '즐거운 일'이 또 있을까. 머리맡에 쌓인 책들 차분히 읽어볼 시간이 주어진다면 작히나 다복할까. 언제부턴가 분주해진 나의 일상은 쉽고 '즐겁고' 유익한 생활로부터 자꾸만 멀어져간다. 책 읽는 자에게는 여러 단계의 기쁨이 있으니 그 첫째가 사고 싶은 책을 책 속에서 발견하여 수첩에 적어 넣을 때요, 다음은 목적인 도서를 살 수 있는 돈과 시간이 마련되었을 때이며, 세 번째로는 서점에 들러 그 책을 사들고 돌아올 때의 뿌듯함이 그것이다. 새 동료가 된 책을 펴고 바라보는 하늘은 더없이 맑고 높푸를 뿐 아니라 채워지지 않던 마음 한구석까지도 든든하고 따뜻해진다. 어떤 장신구와 의복을 산들 이보다 더 충만할까 보나.

뇌의 필수영양소는 산소, 단백질, 포도당이라고 한다. 거기에 독서라는 정신적 유산소운동을 추가시키면 어떨까. 책이야말로 뇌 활성화를 위한 자양분이 아닐까. 책은 최저가격으로 역사와 지리, 문화와 상식의 견문을 넓혀주는 물론 지혜와 상상력까지도 나날이 새롭게 열어주며 인간 됨을 일깨워준다. 한쪽 팔에 책을 안고 걸어가는 여학생들, 거드랑이에 한두 권 책을 끼고 헐렁 헐렁 걸어가는 청년의 뒷모습은 아직도 우리 주변에 생생히 살아 숨쉬는 클래식미래파의 전형이다. 지금 이 순간에도 꿈을 위해 전력투구하는 젊은이라면 MP3보다는 단연 책을 선호하리라. 설령 뮤지션이 소망인 사람이라 해도 꼭 알아야 할 내용이 책 속에 아로새겨져 있을 터이니.



정숙자

- 1988년 <문학정신>으로 등단
- 시집 『열매보다 강한 잎』 외
- 산문집 『밝은음자리표』

하지만 아무리 좋은 책일지라도 판매가 부진하면 서점가에서 이내 자취를 감추어버리고 만다. 그러므로 점찍은 책이 있다면 미루지 말고 즉시즉시 구입해놔야 한다. 당장 읽을 수 없더라도 희망을 확보하는 격이니 결코 손해되는 일이 아니다. 책을 일컬어 마음의 양식이라고 했던가. 양서를 구투는 일은 곳간에 먹을거리를 들이는 성실성과 진배없으니 그 앞에 다가서기만 해도 뿌듯해진다. 그러나 사람의 일이란 매양 뜻과 같이 전개될 수만은 없는 법. 이런저런 이유로 기회를 놓치는 일이 한두 번이 아니다. 나 역시 제때에 구해놓지 못해 애태운 책이 있었는데 그 제목인즉 『플루타크 영웅전』이었다. 요즘에 비해 1980년대에는 전집류가 꽤나 풍성했다.

결혼 후 빠듯한 살림 속에서도 나는 매월 쌀→연탄→책 순으로 가게부를 작성하곤 했다. 단번에 전집을 구하는 건 불가능했고(그 시절엔 신용카드도 없었으므로) 한 달에 한 권씩 매입함으로써 한 질을 채워나갔다. 그 시절 그렇게 읽고 소장한 책으로는 셰익스피어 전집, 도스토옙스키 전집, 썬벡쥐베리 전집, 아라비안나이트 전집 등이 있고, 한국고전문학대계와 화엄경, 성경, 중국의 옛 책 등이 구비되었다. 세계문학전집과 사상집은 분량이 하 방대함으로 더러더러 빠진 번호가 있지만 세계 각국의 시집들과 기타 서적들도 내가 걸어온 세월과 함께 지금껏 누옥을 지켜주고 있다. 그런데 『플루타크 英雄傳』과 『삼국지』에 매혹되지 않은 까닭이 뭘이었을까.

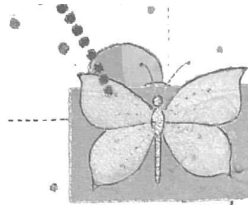
곰곰 돌이켜 생각해보니 그것은 내 유년의 고향집 벽장에 박혀 있던 『아서왕 이야기』를 읽지 않은 것과 마찬가지로 연유였다. ‘싸움=전쟁=잔인’의 선입견이 은연중에 작용했던 것이다. 그래서 온 세상이 상찬하는 책이지만 굳이 읽으려 들지 않았던 것이다. 그리고 그 편향은 지속되어 천하의 병서들도 읽지 않았다. 그런데 늦게나마 『플루타크 영웅전』을 읽고 싶어진 근거는, 그 책에서 발췌된 인용구들을 여기저기서 빈번히 접했기 때문이다. 그러나 그 책은 나를 기다려주지 않고 세월의 뒤쪽으로 사라져버렸다. 어찌된 영문인지 『플루타크 英雄傳』을 펴낸 출판사마저 영 통신두절이었다. 그런저런 사정을 훤히 알고 있는 딸 수경이 어느 날 전화를 걸어왔다.

“엄마, 『플루타크 영웅전』 구했어요.” “어디서? 어떻게?” “여긴 청계천 헌 책방이에요. 헌 책방가를 죽 더듬었더니 한 질이 있었어요.” “그래? 몇 권이니?” “여섯 권이고 ‘을유문화사’에서 나온 건데 맞아요?” “그래, 그래” “엄마, 이 책 지금 가지러 오실 수 있어요?” “그럼, 가고말고!” “지하철 명동역으로 오세요.” 나는 외투자락을 여미고 총총히 발걸음을 옮겼다. 그날 그 하늘엔 모처럼 눈발이 날렸고, 수경이 아기를 가진 지 얼마 안 되었던 터라 친정어미로서의 내 마음은 답축 은총에 싸인 듯했다. 일기장을 넘겨보니 2003년 1월 18일. 그러니까 6년 전 꼭 이맘때였다. 기억이란 어찌 이리도 제 계절에 꼭 맞춰 돌아오는 그림일까. 반보기로 만난

수경과 나는 『플루타크 영웅전』을 기념키 위해 명동에서 저녁을 먹기로 했다. 기다림 속에 임신한 딸이 대견스러운 데다가, 무엇이 진정한 선물인가를 알고 노력해준 마음 씩씩이가 그지없이 기특했다. 부유하진 않지만 끼니 굶지 않을 만하고, 육신이 건강하여 읽고 쓸 만하고, 유아랑(遊冶朗)인 남편 곁에서 굶이굽이 고개를 넘어 그 순간을 맞이했으니 어찌 감동치 않을 수 있었으랴. 어렵사리 책을 구해준 이편에는 내 지난한 삶을 세세히 아는 자식으로서의 연민과 애정이 깃들었을 것이기에, ...내면 깊숙이 눈물이 어른거렸다. 우린 『플루타크 영웅전』을 진짜 영웅 대접하며 포크커파릿(pork cutlet)을 주문했다. 맥주도 한 잔 기울였던 것 같다.

혹시라도 상황세라 한권 한권 비닐커버를 씌워 애지중지 책장에 얹었지만, ...입때껏 전집은 고사하고 한 권도 다 읽어내지 못한 상태다. 첫 권에서 「플루타크」, 「테세우스」, 「로무르스」, 「테세우스와 로무르스의 비교」를 읽었(2004. 3. 2. 14:20)을 뿐 더 이상의 진전을 보지 못하고 있다. 창작에 몰두했고, 전문서적 읽기에 더 급급했고, 아지 못할 분주함에 휘둘리며 <읽어야지, 읽어야지> 마음먹었지만 실천할 수 있는 시간이 잡히지 않았다. 않는다. 사 놓고 읽지 못한 책이 어디 그뿐이리오. 두툼두툼 매혹적인 책들이 해마다 늘어간다. '젊은 친구여, 고전을 읽어주세요.' 권하고 싶다. 나이가 들면 들수록 시계바늘이 숨 가쁘게 돌아갈 테니 말이다.

책 읽기는 타인에게 꽤 되지 않고 자신에게는 가치이지만, 그 역시 행복의 범주이기에 지속적으로 누릴 수는 없는가보다. 청춘에 읽었던 몇 권의 책이 아니었다면 내 영혼이 얼마나 더 험겁고 초췌했을까. 나는 나의 사회가 눈코 뜰 새 없이 번쩍거리는 걸 원치 않는다. 하루하루 꼼꼼히 살며 지인들을 그리워하며 해마다 1월이 오면 주소록을 들춰 연하장쯤 챙길 수 있는, 이제까지의 평온과 조출한 리듬을-한미함을 사랑한다. 무한공상 속에서 영감을 얻기도 하고, 밀린 책들을 느긋이 펼쳐볼 수 있기를 희망한다. 그리고 인생은 길지 않으니 어린 후손들을 만나는 일 또한 읽고 쓰는 것 못지않게 소중하리라. 나는 한 생을 바쳐 책과 시(詩)를 사랑했으나, 알아갈수록 글쓰기보다 어렵고 또 어려운 노릇은 없는 듯하다. 창작만이 어려운 게 아니라 주위와의 관계는 더욱더 난감하다. 내가 문인세계에 발을 묻은 것은 책 읽기를 '즐긴 죄값'이 아닐는지. ...우주 어딘가에는 아카식레코드도 존재한다고 한다. 아카식레코드에는 강가에 앉아 흘러보낸 혼잣말까지도 수록되어 있다던가! 그 레코드를 열면 지난 순간순간을 실시간대로 체험할 수 있다 들었다. 소음과 냄새, 공기, 색채 등 모든 정황이 현재형으로 재현된다는 것이다. 만일 나에게 아카식레코드 열람 능력이 생긴다면 『플루타크 영웅전』을 영접하던 페이지를 찾아보고 싶다. 우리 딸 풋풋했던 얼굴도 보고 싶고, 그날의 길과 바람-눈 냄새도 맡아보고 싶다.



에필로그) 내 이 세상을 떠날 때 잊지 못할 세 가지를 꼽으라면 아름다운 대자연과 피붙이에게 좀 더 부어주지 못한 사랑, 읽지 못하고 쌓아둔 책이라고 답하련다. 펴보지 못한 책들에게는 미안함이 더할 것이다. 내 손 아니었던들 어느 선비의 책상에서 빛을 발했을 것 아닌가. 정말 많은 시간이 남아 있다면 지난 날 감명 깊었던 책들도 재독해보고 싶다. 그러나 그런 꿈은 너무나도 찬란한 욕심이리라. 이 세상에는 좋은 책들이 얼마나 많은지! 만만분의 일도 섭렵하지 못하고 눈감을 걸 생각하면 벌써부터 서운하다. 하지만 오늘은 오늘, 시시각각 태어나는 책들을, 미래의 명작을 위하여 파이팅!

아침, 잇을 뻔했다. 책이란 '빌려주면' 훼손되기 쉽고 돌아오기 어렵다. '빌려보면' 밑줄 칠 수 없고 훗날 생각나는 곳을 찾아보기 어렵다. 또한 앞서 사람이 그어놓은 밑줄이나 얼룩이라도 만날라치면 공연히 그 대목에 마음 쓰이고 부지불식간에 무의식적 교란이 생긴다. 하므로 나는 가급적 빌려주지 않고 빌려 읽지 않는다. 새 책으로 읽고 간직하는 것을 원칙으로 삼는다. 음식과 옷을 즐기듯 책값에는 내뺨을 가하지 않으니 그 책을 살 돈이 없다면 아예 그 책 읽기를 포기하는 편이다. 다시 뒤져봐야 할 경우 그 책이 내 서고에 없다면 답답증과 황량함이 어둠과 같을 것이기 때문이다. 때문이었다. 卍

[기행문]

## 우주의 중심, 앙코르 왓에 서다

앙코르 왓은 신과(神)과 빛의 조화이다!

1인당 국민소득은 달러(?) 300달러지만 국민들이 생각하는 행복지수는 세계3위인 나라가 바로 캄보디아다. 경제적으로는 세계 최빈민국에 속하면서 어떻게 행복지수는 그렇게 높은 것일까? 그 비밀은 크메르왕조 최전성기의 모습을 보여주며, 세계의 불가사의로 경외의 대상이기도 한 '앙코르 왓' 회랑의 벽면에 서면 찾을 수 있다.

'앙코르 왓 (ANGKOR WAT)'은 캄보디아 최고의 보물임에 틀림이 없다. 정확하게 말한다면 '캄보디아의 시엠립관광'이 맞건만 신문의 해외관광 모집을 보면 모두가 '앙코르 왓 관광'이라고 쓰고 있다. 그만큼 '앙코르 왓'이 앙코르 유적의 대표 노릇을 하고 있다.

왕국의 운명이 기울어지던 1400년대 중반, 크메르 왕국의 마지막 숨통을 끊은 것은 '아유타 왕국(지금의 태국)'이다. 아유타국의 공격으로 크메르왕국은 왕성을 비우고 '톤레삽 호수' 너머 지금의 프놈펜 부근으로 쫓겨 갔다. 이후 아유타국 점령하에서 '앙코르(도시) 왓(사원)'이란 이름을 얻은 것으로 추측하고 있다.

앙코르 왓은 정방형(正方形)으로 6Km정도의 둘레를 가진 성곽도시다. 성곽의 밖으로는 넓은 해자가 둘러쳐져있는 완벽한 철옹성이다. 그러나 이미 크메르왕국의 자야바야르만 7세가 이웃에 '앙코르 톰'을 짓고 떠나간 뒤로 누구도 그곳에서는 살지 않았을 것이고, 나무로 지어진 수많은 가옥들은 모두 사라지고 지금은 도시의 중앙부에 덩그러니 남은 석조건물이 '앙코르 왓'을 대표하고 있다.

'앙코르 왓'은 힌두교식 사원이다. 그러나 쓰임새에 대해서는 아직도 의견의 통일을 보지



희유 | 24기 호스피스



못하고 영묘(靈廟)다, 왕궁이다 등등 주장이 분분하다. 하지만 앙코르 유적의 다른 사원들의 정문이 모두 동쪽인데, 이곳만은 죽음의 방향이라는 서쪽으로 정문을 낸 것을 보아 영묘였을 가능성이 높다고 한다. 어쨌든 그래서 '앙코르 왓' 구경은 오전보다는 오후가 더 좋다고 한다. 우선 '메루산'을 상징하는 5개의 탑사이로 솟아오르는 일출을 보고, 다른 곳을 다 돌아 본 다음, 오후에 다시 온다. 그리고 사원 전체를 물들이며 떨어지는 해를 보거나, 해자에 어리는 마지막 석양빛을 아쉽게 바라보면 길 떠난 나그네의 객수(客愁)를 만끽할 수 있을 것이다.

그래서 저녁 무렵 '앙코르 왓'의 해자 주변에는 많은 사람들이 몰려 있다. 성벽 담에 기대 앉아 맥주병을 기울이는 사람도 있고, 바쁜 하루의 일정을 끝내고 마지막으로 일몰을 감상하기 위해, 근처의 프놈바켕으로 올라가기 위해 모여든 당일치기 관광객도 있다. 또는 그냥 해자 담에 걸터앉아 물끄러미 있는 사람, 시시각각 변하는 모습을 열심히 카메라에 담는 사람, 여러 종류의 사람들이 모여든다.

그러나 이런 관광객들 틈에 아주 강렬한 색채가 섞이기 시작하는 것도 해질녘 앙코르 사원에서 만날 수 있는 특별한 광경이다. 그것은 진홍색(眞紅色) 가사를 걸친 스님들의 모습이다. 밖으로 향하는 관광객들의 행보와는 반대로 이 진홍 가사를 걸친 맨발의 스님들은 '앙코르 왓' 안으로 들어간다. 낮 동안엔 어디에 있었는지 흔적도 없었는데, 때가 되니 여기저기서 꽃처럼 피어나 '앙코르 왓'으로 모여든다. '수행자의 삶과 일반인들의 삶의 방향이 이렇게 다르구나' 하는 것을 앙코르 왓에서 새삼 느낀다. 묵묵히 안으로 걸어가는 수행자의 모습에서 끊임없이 자신의 내면으로 들어가는 삶을 살고 있는 모습을 볼 수 있었다. 순간 나도 따라 들어가고 싶은 진한 충동이 일어난다. 그러나 마음만 담아 합장으로 깊은 인사를 올린다.

'앙코르 왓'의 중심부 신전(神殿)까지 가려면 많은 인내가 필요하다.

우선 남국(南國)의 이글거리는 태양을 이고, 해자를 가르는 250m의, 단 한 점의 그늘도 만날 수 없는 다리를 걸어가야 한다. 그러나 우기(雨期)에 이곳에 오면 새파란 하늘과 하얀 구름, 녹색의 정글, 그리고 검은 색의 건물이 얼마나 아름다운 조화를 이루는지 볼 수 있다. 그리고 거기에 해자를 통해 간간히 묻어오는 물기는 얼마나 상쾌한 지.....

해자를 다 건너면 성벽(전면회랑)과 만나게 된다. 성벽 회랑에서 잠시 더위를 식히고 다시 힘을 내서 안으로 들어서면 저 멀리 건물이 보인다. 건물까지 약 350m 이글거리는 태양을 이고 걸어가야 비로소 성소신전 안으로 들어설 수 있다. 약 600m의 거리, 별거 아닌 것 같이 여겨진다면 직접 경험해 보시라. 그 뜨거운 태양의 맛을.

앙코르 왓은 힌두의 우주관을 상징적으로 표현해 놓고 있다. 우주의 중심에는 메루산이 있고 그 중심에 가려면 산맥과 바다를 건너야 한다. 따라서 산맥은 성벽으로 표현되고 산맥사이의 바다는 해자로 표현하고 있는 것이다. 해자는 고해(苦海)의 바다를 상징하기도 하는데, 여길 건너면서 마음속의 탐진치를 털어내고 맑은 마음이 되어야 한다. 그런 다음에 신을 만나야 한다. 우리나라에서도 절집에 가려면 계곡이나 작은 내를 건너는 것과 똑같은 의미다.

이제 드디어 신이 존재하시는, 우주의 중심인 메루산을 향해 오를 차례이다. 그런데 주의하고 또 주의 할 것은 내 마음을 점검하는 일이다. 맨 꼭대기인 3층에 오르기 위해선 두 발과 두 손이 모두 필요하다. 계단의 폭이 아주 좁고, 경사가 매우 심하기 때문에 조심조심 기어오르지 않으면 미끄러져 떨어지기 십상이다. 거의 수직에 가까운 계단 앞에 서면, 마음을 정결히 하고 깨어있어야 하는 이유를 스스로 알게 된다. 그리고 이렇게 누구나 네 발로 기어올라야만 하는 것에서 권력과 지위도 아무 소용이 없고, 누구나 모두 평등하게 신 앞에 다가가게 한 마음을 엿볼 수 있다. 국왕도 기어가야 한다. 신하들도 기어가야 한다. 아무도 대신 해줄 수 없이 스스로 기어 올라가야만 되는 것이다.

마음을 모아 정성을 다해 양코르 왓의 3층에 오르면 그곳을 천상계(天上界)라고 한다. 우주의 중심이란 뜻이다. 수많은 천상무희(압사라apsara)가 춤추고 있는 그곳은 정말 우주의 한가운데다. 다섯 개의 봉우리로 이루어진 메루산에서 주변의 모든 것을 한 눈에 볼 수 있고, 그 아름다움에 지금까지 아용다웅했던 일들이 모두 부질없게 느껴진다. 그리고 정말 신을 만날 수 있다.

자, 이제 다시 내 삶의 터전인 지상계(地上界)로 내려가야 한다. 이때는 더욱 조심해야 한다. 자칫 신을 만났다는 자만에 빠져 발을 헛디딜 수가 있으니까. 지상에 내려오면 1층 회랑은 꼭 한 바퀴를 다 돌아보아야 한다. 이곳에 크메르인들의 행복지수의 비밀이 있으니까.

‘양코르 왓’은 힌두교식 사원이기에 이곳 회랑을 돌 때는 시계반대방향으로 돌아야 한다.



목소름 타고 있는 야마



복지욕의 전인

그리고 이곳을 다 둘러보면 몇 가지 준비물이 필요하다. 즉 인도의 이야기에서 이제 세계의 이야기가 되어가고 있는 서사시 ‘라마야나’와 ‘마하바라타’에 대한 약간의 지식이 필요하고, 다리아품을 참을 수 있는 인내, 마구 얽혀있는 벽화를 들여다보는 열정, 그리고 물과 간식, 체력 등이 있어야 된다. 이렇게 4면 벽의 부조를 감상하면서 한 바퀴를 돌고나면 크메르제국의 역사와 건국이념을 함께 읽을 수 있다. 그리고 크메르인의 정신적 토대가 되는 것이 무엇인지 알 수

있다.

특히 남쪽 벽면을 유심히 보라, 거기에는 천국과 지옥의 모습이 새겨져 있다. 사람이 살면서 그 살아온 모습대로 다음 생에 받는 과보가 그대로 표현되어 있다. 즉 죽음의 신(死神) 야마대왕(yama)이 다스리는 나라의 모습과, 죄지은 이가 그곳에서 받는 형벌이 모퉁이 송연해 질만큼 사실적으로 표현되어 있다. 야마왕은 다름 아닌 불교에서의 염라대왕(閻羅大王)이다. 야마왕이 다스리는 지옥(地獄)은 물기가 많아서 호수라고도 하고, 또는 진흙의 동굴이라고도 하며 땅의 제일 밑에 있는 세계라고도 한다. 그러나 죽은 이의 죄과를 저울질하고, 거기에 맞춰 벌(罰)주는 땅이 낙토가 아닌 암흑세계임은 자명한 것이 아닐까?

타인과 더불어 서로 이로운 삶을 살아온 선한 사람은 천상의 세계에 거하면서 계속 행복한 삶을 누리게 되고, 그렇지 않고 나만의 탐욕과 욕망을 위해 살다 지옥에서 받는 그 과보는 너무나 끔찍하다. 우리는 야마왕의 심판을 거쳐 상상을 초월하는 형벌을 받고 있는 죄인들을 목격할 수 있다. 쇠꼬챙이가 머리끝부터 발가락까지 촘촘하게 온몸을 관통한 부조(浮彫) 앞에서는 웬지 머리가 지끈거리고 다리가 저려온다. 헛바닥이 길게 뻗히는 부조 앞에서는 갑자기 내 혀가 뻗히는 느낌이다. 동시에 '말을 줄여야지'하는 생각이 절로 든다.

비록 벽화에 부조로 표현되어 있지만 그 모습은 우리로 하여금 제대된 삶을 살리는 강한 메시지를 전달하고도 남는다. 지옥을 관장하는 무시무시한 야마대왕은 몇 백 년을 그 곳에 자리 잡고서 크메르인들에게 경계하고 있다. 자신의 일(dharma다르마)에 최선을 다하고, 최고의 복덕(까르마karma)을 쌓아, 육체적 환락(니르바나mirvana)을 이루라고 하고 있다. 우리나라 사찰의 전각 중 지장전의 벽면에 빙 둘러 그려져 있는 지옥도가 바로 이 부조 '야마의 심판'에서부터 시작된 것이다.

그런데 '양코르 왓'도 점차 현대인들의 입맛에 그 본래의 모습을 바꾸고 있다. 삼층 천상계(天上界)로 오르는 계단이 위험해서인지, 가파른 돌계단 위에 나무로 오르기 편한 계단을 만들어 덧씌우는 공사를 진행하고 있었다. 아마 지금쯤 완성되어 쉽게 오르내릴 수 있게 되었을 것이다. 그러나 자칫 그곳을 쉽게 오르는 바람에 신(神)을 만날 때의 겸허한 마음마저도 잊지 않을까 씁쓸해진다. 卍

**[나를 찾아 떠나는 여행기]**

## 지리산 묘향대

조 현 | 한겨레신문 종교명상전문기자 cho@hani.co.kr

지리산 묘향대는 등산객들이 출입할 수 없는 '금지 구역' 안에 있다. 마음소를 길들이기까지 스스로 금지선을 두어 자신을 가두던 수행자들의 처소로는 그만이었던 오지 암자다.

우리나라엔 이제 오지가 없다고 하지만 묘향대는 아니다. 차가 들어가는 최고 지점인 지리산 성삼재까지 간 뒤에도 길 없는 길을 찾아, 걸어서 꼬박 한나절 넘게 외딴 산길을 달려야 한다.

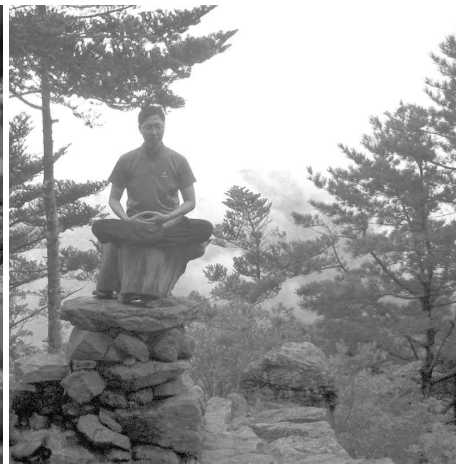
노고단 산장과 임걸령과 노루목을 지나 아는 사람만이 아는 샛길로 빠진다. 그때부터 겨우 사람 하나 지나다닐 가파른 오솔길을 오르내리기 몇 시간, 멀리 아련한 꿈속마냥 집 한 채가 보인다. 바람 하나 메고 전국을 만행하는 선승들조차 가보기 어려워 꼭 한번은 가보고 싶어한다는 그 전설의 묘향대다. 지리산 중봉 아래 굳건한 암벽 바위가 둘러싼 요새 중의 요새 묘향대는 독야청청이다.

묘향대는 대여섯 평이나 되는 작은 법당 양쪽으로 두어 평짜리 방 두 개가 고작이다. 그 앞마루엔 쇠종이 놓여있고, 서까래엔 북이 걸려있다.

묘향대 마루와 토방, 마당에 서면 파노라마처럼 펼쳐진 지리산의 능선들이 한눈에 들어온다.



지리산 중봉 묘향대



묘향대 참선대의 조현

마당 축대 끝 벼랑가에 좌대 하나가 눈길을 사로잡는다. 바위 위에 고사목을 깎아 엮어놓은 참선대다. 고사목이 기울어져 있어서 잔돌들로 한쪽을 받쳐놓았다. 벼랑 끝에 그렇게 세워진 좌대는 아주 위태위태하다. 그 좌대에 앉았다가 잔돌이 하나라도 빠져 뒤로 꼬꾸라지는 날엔 천길 벼랑 끝으로 떨어질 것이다.

좌대에 앉았다. 미세한 흔들림이 엉덩이에서 느껴진다. 머리털이 쭈뼛쭈뼛한다. 송나라의 장사 선사는 이곳에서 '백척간두 진일보(百尺竿頭 進一步)'하라고 했다. 천길 낭떠러지에서 한 발을 내디디면十方세계현전신(十方世界現全身), 즉 새로운 세계가 열린다는 것이다. 즉 최고의 위치에 올랐거나, 최고의 지식을 얻었다거나, 최상의 위에 등극했다 하더라도 그것마저 버리고 한 발을 내디디라는 것이다.

오후 여섯시가 되자 저녁 예불 전 묘향대를 홀로 지키는 호림스님이 북을 친다. 고요히 두둥 두둥 때리던 북채에 속도가 붙기 시작한다.



묘향대에서 본 지리산 운해

“두두두 둥둥둥…….”

그 범고는 어느새 번뇌를 싹둑 베어버리는 취모검이 되어 춤을 춘다. 한순간이다. 우주의 굉음보다 더 큰 북소리가 번뇌를 파한다. 그래서 소리가 내가 되고, 지리산이 되고 우주가 되는 것인가. 거대한 북소리에 지극한 고요다.

묘향대는 어둠이 깔린다. 전기도 없다. 사람과 사람 사이를 어둠이 점차 감싸안는다. 겨울이 되면 묘향대는 고립무원이 된다. 눈이 2미터 이상 쌓여서 드나들 수 없다. 한번 눈이 쌓이면 길과 길 아닌 곳의 구분은 사라지고 어디가 어디인지 분간할 수도 없을 만큼 온통 하얀 눈뿐이다. 그래서 한 발을 잘못 디디면 천길 낭떠러지로 떨어지기 일쑤여서 이곳에 함부로 접근할 수 없다.

호림 스님이 이곳에 오기 한참 전 묘향대에서 오랫동안 살았던 선승이 있었다. 그는 결혼해 처자식까지 있었지만 출가해서 이런 심산에 들어와 홀로 생사를 건 수행을 하고 있었다. 그런데 어느 겨울 그의 속가 두 아들이 방학이 되어 아버지를 찾아뵙겠다면서 묘향대행 산행에 나섰다. 그만 눈밭에서 조난을 당해 얼어죽고 말았다. 매정하게 인연을 끊어버린 자신을 찾아 오다 싸늘하게 식어버린 두 아들의 주검을 안은 그 선승의 마음이 어떠했을까.

안타까운 세인의 마음을 느꼈음인지 호림 스님이 무심히 툭 한마디를 던졌다.

“그걸 깊어지고 살아갈 것 같으면 중노릇 그만해야지!”

그런 지독한 결기가 없다면 그도 애초 이런 심산의 독살이를 결행할 수 없었을지 모른다.

묘향대 살이는 무엇 하나 녹녹한 게 없다. 이곳에 오는 사람들은 상하는 음식 대신 쌀이나 설탕을 가져오는데, 길이 험해서 3kg 설탕 하나도 천근의 무게로 느껴지기 마련이다. 그런데 호림 스님은 노고단에서 이곳까지 무려 43kg이나 되는 프로판가스통을 배낭에 넣어 깊어지고 왔다고 한다.

짐을 지는 것도, 삶의 힘든 여정도 누구에겐 오직 고통의 원인일 뿐이고, 누구에겐 내면의 빛을 밝히는 자극제가 되기도 한다. 250년 전 이 묘향대를 지었다는 개운조사도 “같은 물을 마시더라도 소가 마시면 젖이 되지만, 독사가 마시면 독이 된다.”고 말했다. 모든 게 내 마음 먹기에 달렸다.

마음을 따르는 자는 고해바다에 살고, 성품을 따르는 자는 천상극락을 누리듯이. 그러나 마음과 성품도, 생과 사도 한 곳에서 나온다. 둘이 아니다. 개운조사는 말했다.

“성품이 움직이면 마음이고, 마음이 고요하면 성품이다.”

스님과 함께 지리산에 감춰둔 차를 마셔 기분이 아득해질 무렵 문밖을 나서다 허당에 떨어진 것마냥 놀랐다. 앞도 옆도 위도 아래도 온통 별천지였다.

계속해 내리는 비 때문에 보름 동안이나 별빛 하나 없었다는 밤하늘에서 별들이 우박처럼 쏟아지고 있었다. 하늘이 구름을 모두 걷어내고 이렇게 문을 활짝 열어준 게 얼마만이냐면서 호림 스님도 어린아이처럼 좋아한다. 하늘에선 별뿔별들이 마치 축포마냥, 중봉에 반야봉에 노고단에 장터목에 천왕봉까지 쏟아져 내린다. 찰나간 내뿜는 빛을 위해 저 별이 낙하를 시작한 것은 백만 년 전일까. 3백만 년 전일까. 아득한 시간조차 뒤로하고 찰나에 죽어가고 사라지면서도 저토록 아름다울 수 있을까. 별뿔별은 아무런 호느낌도 슬픔도 없이 아름답게 즐겁게 춤추듯 지고 있었다. 누구는 어떤 마음이기에 죽음에 이르러 고통뿐이며 누구는 어떤 마음이기에 저토록 춤을 추는가.

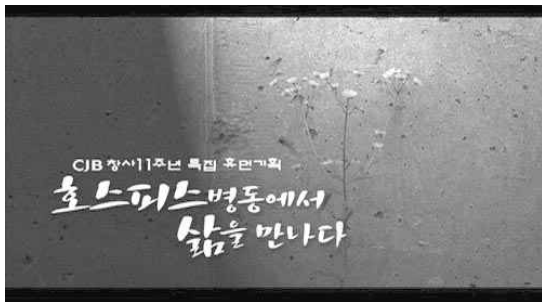
영원히 죽을래야 죽을 수 없는 신(神)들은 지루해질 만하면 몸을 바꾸고 다른 삶을 살아가는 인간을 지극히 부러워한다는 얘기도 있다. 그래서 지리산을 오가며 성품을 깨쳤던 서선대사의 제자 풍담은 마음과 현상계의 놀이를 관(觀)하다 별처럼 지면서 이렇게 노래한 것일까.

“기이한 영물은 죽음에 이르러 더 즐겁구나.” 卍

【취재후기】

## 호스피스 병동에서 삶을 만나다

김한기 | CJB 청주방송 프로듀서



방송을 만드는 사람들은 좀처럼 카메라를 내려놓지 않는다. 약속된 방송날짜, 방송시간에 반드시 프로그램을 송출해야 하는 작업을 가진 이들이다. 그 업계의 규칙을 지키기 위해서는 무어라도 찍어서 무어라도 만들어야 하는 사람들이기에 호시탐탐 무언가를 담기 위해 늘 카메라를 들고 있는 것이다. 이른바 '방송분량'을 어떻게든 카메라에 담아내야만 하는 것이다.

CJB 청주방송 창사 11주년 특집 휴먼기획 <호스피스 병동에서 삶을 만나다>를 촬영하기 위해 정토마을을 처음 찾았을 때도 당연히 우리 손에는 배터리가 가득 충전된 카메라가 두 대씩이나 들려 있었다.

하지만 카메라를 들고 찾아든 낯선 방송국 손님들에게 정토마을이 처음으로 베푸는 방송분량이 될 법한 그 무언가가 아니었다. 마침 그날은 정토마을의 거실을 넓히는 공사를 하기 위해 거실의 짐을 밖으로 옮겨 나르는 작업이 한창이었다. 우리는 바로 카메라를 내려놓고 무거운 짐들을 밖으로 나르는 일부러 해야만 했다. 초여름 날씨에 온몸이 구슬땀에 젖었다. 당시에는 적잖게 당황스러운 기분이었으나 그렇게 정토마을에 조금이라도 힘을 보탤 수 있었다는 점에 대해서 훗날 오히려 감사했다. 정토마을을 찾고 정토마을의 일상을 조금이라도 체험하게 되는 이라면 그 누구라도 나의 이 감사하는 마음을 공감할 수 있으리라.

그날부터 시작해서 수 개월에 걸친 정토마을 취재를 끝낼 때까지 결국 우리의 카메라는 평소의 부지런을 별로 발휘하지 못했다. 우린 정토마을을 취재하고 촬영하기보다는 정토마을에 있는 마지막 가는 이들의 아름다운 마지막 삶을 함께 살아보고자 했다. 카메라는 스위치 한

번 제대로 커지지 않은 채로 거실 한쪽 구석에 처박히기 일쑤였다. 프로그램을 만드는 일을 생업으로 삼는 사람들로써 그런 무모함을 감행할 수 있었던 것은 정토마을의 환자들이 겪어내는 삶의 마지막 길이 결국 우리 모두가 언젠가는 반드시 겪어야 하는 길이라는 깨달음 때문이었다. 취재의 대상이기보다는 함께 하고 함께 겪어야 할 대상이라는 생각이었다.

어느 날 정토마을 마당에 쭈그리고 앉아 땅바닥을 기어가는 재미를 너무나도 환하고 천진난만한 얼굴로 바라보고 있는 한 사람이 눈에 띄었다. 위암말기의 환자라는 사실을 접하고 난 뒤에도 그를 결코 환자로 대할 수 없었다. 건강하기도 하고 앞으로 살아갈 날들이 구만리인 나머지라도 짓지 못할 그 환하고 천진난만한 표정이 머리에서 떠나지 않았기 때문이다. 그 표정은 참으로 아름다웠다. 지금도 이따금 고민을 한다. 마지막 순간에 이르러서 나는 과연 그런 아름다운 표정을 지을 수 있을까.

어떻게 일생을 살면서 후회를 남기지 않을 수 있겠는가. 어리석음이 우리 삶의 필연적 배경 중 하나인 이상 수많은 실수를 짓고 남기면서 살고 있음에 틀림없다. 그럼에도 삶의 마지막에 이르러서 지나온 삶을 참으로 행복했던 시간들로 돌아보고 기억할 수 있다면 그 죽음은 슬픈 것만은 아닐 것이다. 정토마을에서 보내는 시간이 많아지면서 그에게서 가슴속 이야기들을 들을 수 있었는데, 그는 자신의 지나온 삶을 마치 소설에나 나올 법한 행복한 시간들이었다고 회고했다. 그의 지나온 삶이 과연 어떠했는지 낱낱이 알 수는 없었으나 편안한 표정으로 그런 이야기를 들려줄 땐 사실 부러움이 느껴지기도 했다. 인생의 목표라 해서 뭐 거창할 필요가 있겠는가. 죽음에 임박해서 나 참 행복하게 살았노라고 회고해도 좋을 만큼 살아내는 것을 인생의 목표로 삼을 만하지는 않은가.

정토마을을 찾은 어떤 자원봉사자는 그를 만나보고 울음을 터뜨렸다. 하지만 정토마을에서 조금 더 지내보면 그 눈물을 거둘 수 있으리라. 삶의 진실에 보다 가까워지고 행복의 비결과 만나는 기쁨에 점점 더 익숙해질 테니까 말이다. 나 역시 그를 보며 눈물지은 적 있었으나 그것은 그가 안쓰러워서가 아니라 그 아름다운 사람과 영원히 작별하는 것이 안타까워서였고, 그 아름다운 사람이 사랑했던 모든 것들과 영원히 작별을 고하며 안타까워하는 마음을 조금이나마 공감했기 때문이었다. 정말이지 그 무엇이든 욕심낼 것이 아니라 사랑해야 한다. 그걸 구별하지 못해 어리석고 삶이 아프다. 지혜롭게 잘살고 싶은 마음이다. 빛깔 곱던 어느 가을날 그는 떠났다. 소원대로 극락에 갔으리라 믿는다.

죽음은 누구에게나 결국 찾아든다. 누구나 무조건 겪게 된다. 그게 두려워서 대부분 자신의 삶에서 죽음이라는 것을 밀어내려고만 한다. 삶의 입장에서 볼 때 반드시 죽어야 한다는 것은 불편한 진실임에 틀림없다. 그러나 죽음이라는 것을 제대로 바라보아야 삶이 제대로 보인다. 삶은 준비할 틈이 주어지지 않은 채로 시작되지만 다행히도(?) 죽음은 준비하고 공부할 시간이



주어지기도 한다. 살기도 바쁘게 죽음을 배워야 한다는 이야기가 허무맹랑하게 들릴 수도 있다. 하지만 배운 죽음은 품질이 다르다. 또한 죽음을 배우면 삶을 대하는 자세가 달라진다. 그 삶이 많이 남았던 짧게 남았던 관계없다. 나는 정토마을에서 프로그램을 만들었다기보다는 오히려 삶을 배웠다. 죽음에 임박한 환자들이 모여 사는 호스피스 시설에서 삶을 배웠다니 이러한 기막힌 역설을 믿을 수 있을까.

지금도 정토마을 마당 어딘가에는 자그마한 개미가 기어 다니고 있을 것이다. 그 개미를 바라보며 큰 행복을 느낄 수 있는 사람들이 살고 있는 곳이 바로 정토마을이다. 그 행복의 비결이 함께하는 곳이 바로 정토마을이다. 그 비결은 죽음을 바로 보고 바로 대하는 것에서 비롯된 것이다.

비록 삶이 바빠지라도 정토마을에서 살아볼 일이다. 비록 늘 일손이 부족한 곳이지만 무언가를 도우려 발을 들여놓기보다는 그들의 마지막 삶을 함께 살고자 하는 마음으로 머물러 볼 일이다. 그 얼마 되지 않는 경험으로 모든 삶의 순간들이 행복해지는 기적이 이루어지지 않을지라도 분명 일생을 통해 삶이 아름답게 빛나는 순간들은 더욱 많아지리라. 참고로 작년 여름보다 넓어진 정토마을의 거실에는 새로 들여놓은 고품질 TV가 있다. 그 TV를 환자들과 함께 시청해볼 것을 추천한다. 부쩍 가까워짐을 느낄 수 있을 것이고 가슴에 담긴 많은 이야기들을 들을 수 있을 것이다. 정토마을을 나설 때는 마당 어디에선가 기어다니고 있을 개미 한 마리를 반드시 찾아볼 일이다. 그리고 이전과는 변화된 자신의 표정을 반드시 살필 것. 이쯤 되면 세상에 참으로 아름다운 것이 어디 개미 한 마리뿐이겠는가. 卍

※ CJB 청주방송 창사 11주년 특집 휴먼기획, <호스피스 병동에서 삶을 만나다>(2008년 11월 28일 방영)로 한국PD연합회(회장 김영희)가 주는 제105회 이달의 PD상 수상.

### 광고모집안내

본지 보디사트지는 1년에 4번 발간되는 발행지로써 5,000여 정식 후원가족에게 고정적으로 배부되며 회원의 증가로 발행부수가 점차 늘어나고 있습니다. 본지의 독자들은 전국 각지의 각 분야에서 열정적으로 자신의 본업에 종사하시는 분들로써 광고 효과 또한 뜨거울 것이라고 믿습니다. 본지의 광고는 독자들의 마음에 새기게 될 것입니다. 광고 게재에 관심 있으신 기관, 단체, 개인의 많은 참여 바랍니다.

- 광고 게재 안내
  - 지면 : 표 2, 3, 4면 및 기타
  - 색상 : 4도 컬러, 또는 흑백
- 광고 게재 문의처
  - 이메일 : [supil2008@naver.com](mailto:supil2008@naver.com)
  - 전화 : 052)264-0117(아띠울 출판사) 010-3080-9922(담당자 수필)

## 아빠! 극락에서 잘 계시죠?

장 슬 기 | 정토마을 사별 가족

오랜만에 본 아버지는 많이 변하셨다. 정토마을 입구로 들어섰을 때, 먼저 들려오는 목소리는 힘겨웠다. “우리 딸 왔느냐.”며 반기는, 밝지만 힘겨운 그 목소리에 보기도 전에 왈칵 눈물이 솟구쳤지만 이내 눈물을 삼키고 아버지가 계신 방으로 향했다. 방에 들어가면 꼭 안아드려야지 했는데 놀라 그럴 수가 없었다. 어쩔 수 없이 손을 잡으며 인사하는 나에게 “내 딸 안아주려고 했는데.”라고 말씀하시는 아버지를 눈물을 꼭 잡고 안아드렸다.

2~3주 만에 아버지는 많이 마르셨다. 평소에는 어떻게 돌아가신다는 건지 이해할 수 없었는데 이제는 이건가 싶은 생각이 머릿속을 어지럽혔다. 정토에 있는 동안 아버지 손을 잡아드리고 몸을 만져드렸다.

하루는 아침에 잘 일어나시더니 들쭉날쭉 계속 주무신다는 거였다. 나는 계속 아버지를 바라보았다. 숨을 거칠게 몰아쉬시는 당신. 나와 다른 호흡을 하는 아버지를 멍하니 바라보고만 있었다.

어머니께서 그런 아버지가 이상하다고 간호과장님께 말씀드렸더니 과장님은 이제 준비를 하셔야겠다고 가족들에게 연락을 하라는 게 아닌가. 설마 오늘일 거라는 생각은 하지 못한 무방비 상태의 이틀. 그래도 좀 더 버텨주실 줄 알았는데. 전날 밤 잠에서 깨어나 잠결에 웃는 얼굴로 눈도장 찍은 것이 마지막이라니……, 마지막 순간은 항상 아쉬운 법이지만. 그것은 아마도 그때를 알 수 없기 때문에 그런 것이 아닐까?

그렇게 귀에다 속삭이듯이 마지막 인사를 하고, 조금 더 버텨주시는 아버지는 몇 번 더 깨어나 가족들을 보셨다. 그리곤 며칠 계시다가 어머니 곁에서 숨을 거두셨다. 수업 마치고 달려가려고 했는데 기다려주지 않으셨다. 마지막을 지켜드리지 못해서 많이 속상하지만 고모께서는 모두 아버지의 뜻이라고 말씀하셨다.



그냥 한동안은 꿈을 꾸고 있는 것 같았다. 아버지가 꼭 곁에 있는 것만 같았다. 지금도 사실 어딘가에 계신 것만 같다. 전화를 하면 당장이라도 반갑게 받아주실 것만 같다.

아버지의 즐거워하시는 모습, 화내는 모습, 웃는 모습, 노래 부르는 모습, 맛있는 식사를 하시는 모습, 내가 기억하는 아버지의 모습 하나하나가 다 소중하다. 나의 뇌가, 기억할 수 있는 최대한으로 모든 것을 평생토록 기억해줬으면 좋겠다. 잃었지만 잊고 싶지 않는 나의 소중하고 사랑하는, 그리고 존경하는 아버지. 아버지의 마지막은 참 신비로웠다. 마치 새 생명이 탄생하듯이 그랬다.

아빠! 저는 아빠 딸이어서 참 행복해요. 그곳 극락에서 잘 계시지요? 안 가셨으면 했는데, 좀 더 함께 했으면 했는데. 저 열심히 살게요. 어긋나지 않는 딸이 될게요. 그러니 여기는 걱정 마시고 항상 편안하시길 바래요. 卍

## 안개 속 주홍빛 일출

행 훈  
(정토마을 도감)

아름답고 황홀한 이여!

내안으로 들어오소서

나 그대를 안고 길 떠나리라

길에서 만난 모든 이에게

아낌없이 그대를 나눠주리라

그때 당신의 한없는 아름다움을

빛으로 보이소서

멈추지 않는 그대의 사랑을

결코 멈출 수 없는 끝없는 당신의 자비를

뜨겁고 찬란한 빛으로 나투시어

이 아침 끝 간 데 없이 펼쳐진

우주 깊숙한 곳까지 그대의 아름다움을

남김없이 드러내 주소서



## 삼천 송이 연꽃

일진행  
(후원자)

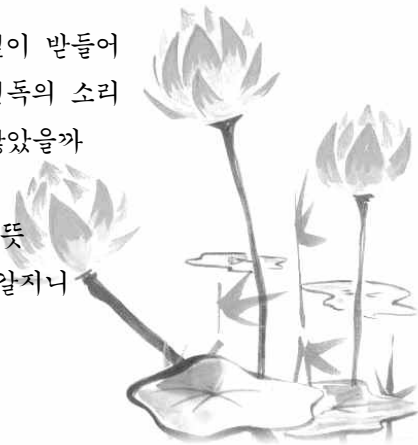
능행스님 피우시는 삼천 송이 연꽃  
말하는 연꽃 일하는 연꽃  
오락에 물들지 않으리니  
비유로써 들 수 없는  
세상에서 가장 아름다운 연꽃

스님 따라 피어나는 연꽃  
송이마다 풍겨나는 그윽한 보리의 향기  
오락을 밝혀가는 자비의 몸짓으로  
굳건히 불국토 다지며  
지혜 충만으로 가는 아름다운 연꽃

스님의 크신 서원 가슴 깊이 받들어  
꼬박 밤을 새운 법화경 전독의 소리  
저 유정천에 이르지 않았을까

원하오니 가룩한 뜻  
이 세상 끝까지 번져갈지니

나무석가모니불  
나무묘법연화경  
나무마하반야바라밀



## 좋은 인연들의 이야기

2009년 3월 1일~2009년 5월 31일



정토마을 후원가족이 되어주셔서 진심으로 감사합니다.

기쁜 마음으로 환영합니다.

앞으로도 지속적인 관심과 후원을 부탁드립니다.

### ♥ 새로 후원가족이 되신 분들

강동권 강동원 강영수 강정립 강현옥 경창석 고복자 공영돌 구보경 권민재 권수연 김광대 김노미 김동하 김득수 김병옥 김봉이 김상섭 김성철 김성희 김수명 김순석 김순영 김영재 김외현 김윤웅 김응운 김준열 김진업 김태완 김태한 김향순 김후균 노병욱 노선경 류경희 류명숙 류화자 문진화 민상기 민선희 민영옥 박 현 박경애 박석위 박선이 박수희 박영정 박재형 박해광 배성갑 배성수 서금희 서미현 성낙소 손미영 송순자 신광호 신세은 신수옥 신영숙 신현구 양지원 엄재민 오도희 오춘택 원순자 유경석 유병남 윤민숙 윤연희 윤지심 윤호순 이가영 이도유 이동수 이득선 이산왕 이식자 이영란 이용근 이은섬 이재업 이종우 이진석 이창훈 임순자 임재규 장성순 장영순 전병국 전봉례 정귀운 정병섭 정성욱 정소연 정현수 조박승 조정임 주은영 최경석 최나영 최봉자 최원진 최유경 최혜영 한범덕 한준수 함영재 현명길 현진길 황동구 황두현 황수형 황재승 강미선2 강복희2 김경자2 김광자2 김동욱2 김명희5 김민경2 김민정2 김선이3 김성희2 김영식2 김영애7 김용순3 김인영2 김정희5 김정희6 김창현2 김태수2 김화숙2 박명자2 박상준2 박선영1 유현영2 이경순2 이도희2 이복남2 이복순2 이상욱2 이상희3 이순자4 이영란3 이옥화2 이정숙6 이현숙5 장슬기2 정옥순2 조영현2 최종일2 한종수2 황옥연1 대공환경 목조스님 이노웨딩 정혜스님 현조스님 충북일보 한우리악국 황은진스님

### ♥ 福돼지 회향하여 주신 분들

사랑 가득 담아 정성으로 福돼지 회향하여 주신 분들께 진심으로 감사드립니다.

금성애 김경오 김석중 박경순 박선이 안남식 송경주 윤지환 윤현주 윤희을 이성규 자비성 정정화 조희연 팽무애란 김반야원 법성선원 지성스님

작은 몹에 사랑의 양식 가득 채워주실 분을 위해 福돼지 분양은 항상 준비 중에 있습니다.  
필요하신 분은 언제든지 사무국으로 전화 주십시오.

## 좋은 인연들의 이야기

2009년 3월 1일~2009년 5월 31일

### ♥물품으로 후원하여 주신 분들

강혜경 곽희영 구품회 귀빈성 김명숙 김미영 김복선 김석중 김순임 김순필 김윤중 민정원 박말식 박배옥 박원서 배병소 배영순 손여미 송명희 신현구 신희철 여태강 오성찬 이금재 이명숙 이수진 이영애 이용희 익 명 인해월 임흥관 장예숙 전동환 전봉례 정자현 정해성 조정희 창덕암 최대옥 최양순 최이영 한영우 한우림 홍미자 황윤의 도균스님 성환스님 혜명스님 대전청과 구암사신도회 대구마하불심회 밀알정토회 반야장학회 봉황농장 파워2000 환우보호자 한화L&C 부강공장봉사팀 현대자동차불자회

### ♥몸소 방문하여 사랑을 실천하신 분들

바쁜 일상 속에서도 사랑을 나눠주고 가신 봉사자님들, 수고 많으셨습니다.

강옥순 강용석 강혜경 권민재 금성애 김경숙 김경옥 김명숙 김명현 김상향 김성규 김성래 김영애 김이순 김재환 김정귀 김창배 김춘자 김현아 남미자 노성옥 무량수 박남수 박민심 박복귀 박시우 박영옥 박용식 박정화 박종기 백인주 백황자 송봉관 송승현 송영순 송운환 신현구 심운영 안성미 안영균 양희정 오정순 우기순 유계선 유정기 육아름 이명숙 이명옥 이병연 이병원 이상기 이숙경 이영서 이윤영 이재현 이정우 이정찬 장만석 장명자 전순옥 전영진 전현득 정상규 정양순 정영순 정은숙 정해성 조숙희 조희천 주은숙 최금자 최미영 최세진 최원경 최재진 한영두 한우림 허영춘 황윤의 도균스님 반야스님 선문스님 문사수법회 밀알정토회 청주불자봉사단 60년취들의세상 대전개인택시모임 한화L&C 부강공장봉사단 현대자동차불자회 KT포에버 R&B미용실

정토마을 환우들과 소중한 시간 함께해 주실 일반, 단체, 장기 봉사자를 기다립니다.  
사랑을 몸소 실천하실 자원봉사자께서는 오시기 전에 미리 사무국으로 접수하시면  
일정을 알려드립니다.

### ♥정토마을 환우들께 필요한 물품

육창용품, 물티슈, 일회용장갑

☎후원물품 계좌 : 농협 401120-51-017456 (재)정토사관자재회

☎후원 문의처 : 정토마을 사무국 043) 298-2258

## 좋은 인연들의 이야기



### 자재병원 건립기금 후원자 명단

#### 2009년 1월

- 300만원 : 한창리      • 200만원 : 문수선원 무비르스님 이경자      • 140만원 : 도명스님
- 100만원 : 김성규 김성환 선재희 운문사문수선원 선원장스님, 운문사학장스님
- 55만원 : 김재현      • 50만원 : 대성암 도감스님      • 30만원 : 담교스님
- 20만원 : 구문전력(주)      • 182,500원 : 고금순
- 10만원 : 강희갑 김외자 김태환 박노균 전해숙 최정숙
- 5만원 : 김연자 김효경 신행회고봉자 이경희 황정례
- 3만원 : 김용선 안은현 이경세 이수영 이용보 임은자
- 2만원 : 고동선 박영교 박태국 엄경해 이근순 이형달 정문희 정춘순
- 1만원 : 강순희 강은주 관음행 구거사 길계환 김둘숙 김송자 김우현 김진숙4 김화숙 노선경 노혜숙 다정  
도령 마하야 밥순이 보현 불국화 서승연 성정숙 손영옥 송광사 신현진 우담화 윤연이 윤정민 윤한용  
이성애 정운갑 정토 정형미 조영돈 차향미 청운 최병숙 홍성정2 황순동
- 5천원 : 김정옥 김희주 이용재

#### 2009년 2월

- 3,500만원 : 古 성환스님      • 7,241,060원 : 古 성환스님      • 300만원 : 김재현
- 200만원 : 흥경자      • 103만원 : 27기호스피스동문      • 101만원 : 문미현
- 100만원 : 김성환 창덕암 흥란기      • 30만원 : 성미숙      • 20만원 : 김영옥
- 10만원 : 강희갑 권교윤 박노균 전해숙 정진숙 최정숙
- 5만원 : 김연자 김효경 송연숙 신행회고봉자
- 3만원 : 김용선 안은현 이경세 이수영 이용보 이윤주 임은자
- 2만원 : 고동선 명진모 박영교 박태국 백련화 복천사 엄경해 이근순 이형달 정문희 정춘순
- 1만원 : 강순희 강은주 관음행 구거사 구죽행 길계환 김둘숙 김송자 김우현 김진숙4 김화숙 노선경 노혜숙  
다정 도령 마하야 밥순이 보현 불국화 성정숙 손영옥 송광사 신유호 신현진 안숙현 우담화 유리광  
윤연이 윤정민 윤한용 정토 정형미 조영돈 차향미 최병숙 홍성정2
- 5천원 : 김정옥 김희주 이용재

#### 2009년 3월

- 200만원 : 김순석      • 100만원 : 김성환 홍길동      • 40만원 : 구문전력(주)
- 20만원 : 5기요양보호사 불교신문사, 불교신문울산지사장 양정임
- 10만원 : 강희갑 문금실 박경순 박노균 전해숙 최정숙
- 5만원 : 김연자 김효경 신행회고봉자      • 3만원 : 김용선 안은현 이경세 이수영 이용보 임은자
- 2만원 : 고동선 김규수 박영교 박태국 엄경해 이근순 이형달 정문희 청운 안숙현 정운갑 황순동
- 1만원 : 강순희 강은주 관음행 광혜지 구거사 길계환 김규수 김둘숙 김송자 김우현 김진숙4 김화숙 노선경  
노혜숙 다정 도령 마하야 밥순이 범성 보현 불국화 서승연 서승연 성정숙 손영옥 송광사 신현진  
우담화 윤연이 윤정민 윤한용 이성애 이영자 정토 정형미 조영돈 차향미 최병숙 홍성정2 혜명심
- 5천원 : 김정옥 김희주 이용재



## 좋은 인연들의 이야기

### 2009년 4월

- 100만원 : 강금옥 김성환 지수스님      • 50만원 : 조선용      • 43만원 : 성오스님
- 20만원 : 구문전력(주) 홍란기      • 10만원 : 강희갑 최정숙
- 5만원 : 김연자 김효경 신행회고봉자
- 3만원 : 김용선 안은현 이경세 이수영 이용보 이윤주 임은자
- 2만원 : 고동선 명진모 박영교 박태국 엄경해 이근순 이형달 정문희 정춘순
- 1만원 : 강순희 강은주 관음행 구갑희 구거사 길계환 김돌숙 김송자 김우현 김진숙4 노해숙 김화숙 노선경  
다정 도령 마하야 밥순이 법성 보현 불국화 서승연 성정숙 손영옥 송광사 신현진 안숙현 우담화  
윤민숙 윤연이 윤정민 윤한용 정운갑 정토 정형미 조영돈 차향미 청운 최병숙 홍성정2 황순동
- 5천원 : 김정옥 김희주 이용재

### 2009년 5월

- 500만원 : 효봉스님      • 200만원 : 홍경자      • 100만원 : 김순영 병원기 전영범 하옥희
- 50만원 : 30대불자모임 유문선      • 10만원 : 설범스님 이해선 최정숙
- 5만원 : 김연자 김효경 민숙희      • 4만원 : 장말녀
- 3만원 : 금영숙 김용선 안은현 이경세 이수영 이용보 임은자
- 2만원 : 고동선 박영교 박태국 이근순 이형달 정문희 정춘순
- 1만원 : 강순희 강은주 관음행 구거사 길계환 김돌숙 김송자 김우현 김진숙4 김화숙 노해숙 다정 도령 마하야  
명진모 밥순이 보현 불국화 성정숙 손영옥 송광사 신현진 우담화 윤연이 윤정민 윤한용 정운갑 정토  
정형미 조영돈 차향미 청운 최병숙 하연식 홍성정2      • 5천원 : 김정옥 김희주 이용재



### 법화경 천일기도 동참자 명단

### 2008년 10월

- 108만원 : 김주경 김혜숙 배주호 정기영 정준영 연호스님      • 10만원 : 여복수 이정희

### 2008년 11월

- 108만원 : 김정옥 박진수 송미화 윤정철 이병현 이순옥 이연옥 임현숙 정지원 조용훈 최세진  
황옥란 행훈스님
- 33만원 : 한영옥      • 32만4천원 : 박윤라      • 20만원 : 서순남
- 11만원 : 김태원      • 10만8천원 : 강문자 김성규 이영애 이화숙 전태한 최나영 허경남
- 10만원 : 여복수 이정희      • 6만원 : 정말점      • 3만원 : 김정희 이부금

### 2008년 12월

- 200만원 : 김성규 박삼연      • 108만원 : 김부자 이동순 정미숙 최완식
- 32만4천원 : 김정효      • 21만6천원 : 강옥희



## 좋은 인연들의 이야기

허경남 홍명숙 홍상주 황금란 황말년 황보희 황윤의

- 10만원 : 이정희
- 5만4천원 : 강숙영 류갑순 박용숙 서필선
- 3만원 : 강옥순 김강문 김경숙 김문화 김양수 김옥주 김응운 김정희 김종배 노성욱 박영교 배숙향 배옥숙 백말순 서봉숙 서인선 송기동 송명희 안종림 이경임 이영미 장환숙 전양옥 정말집 정옥란 조현주 진말숙 최연옥 최영희 최현철 한숙자
- 6만원 : 배숙향
- 4만5천원 : 김숙희 박희숙 이승아

### 2009년 3월

- 108만원 : 구수복 김동남 김석중 김혜숙 남재만 송봉관 심순애 원정숙 김반야월 우룡스님 자인스님
- 100만원 : 김일지
- 61만6천원 : 신원스님
- 22만원 : 공정연 전옥순 장정순 정희자 허희자
- 21만6천원 : 전태한 최나영 김송도 김정숙 배영자 안영화 이영규
- 21만원 : 장미숙
- 11만원 : 김말수 김순갑 명숙자 변정화 송순자 윤희자
- 10만8천원 : 강연조 광창석 권미숙 권필순 김행숙 김경자 김경희 김광섭 김규심 김동구 김말심 김명과 김상국 김성규 김송옥 김순규 김연희 김인수 김재은 김점숙 김종진 김진철 김진호 김현아 김현지 도평임 류옥연 무량수 민영순 박순옥 박윤자 박정순 박종언 박혜란 배동문 배영순 배영혜 배영화 배태선 백경자 백승순 백정근 변은숙 서인선 성자현 송운환 신명숙 신병량 안주희 양복혜 양승진 여둘금 오성찬 우명선 유월순 유주희 윤희자 이경숙 이경희 이덕남 이들이 이명순 이명채 이상기 이상선 이상순 이수일 이숙자 이순 이순이 이순자 이열규 이영미 이영숙 이인자 이일진 이정호 이정화 이종갑 이종용 이희숙 임명찬 임선주 임종수 장순희 장용열 장유정 전태한 정견행 정명희 정정화 정해성 정현자 조명희 조상희 조원영 주숙희 최문자 최보영 최준하 최혜영 한서문 한영옥 한정애 허경남 허일옥 홍명숙 홍상주 황금란 황말년 황보희 황윤의 금강스님 승인스님 자우스님
- 10만원 : 김종석 윤복순 이정희 최신연
- 6만원 : 김문화 김화숙 송기봉 최월희
- 5만4천원 : 강숙영 김미숙 김태양 류갑순 박용숙 박창환 박창환 이수연 이용숙
- 5만원 : 도순옥
- 3만원 : 강옥순 김경숙 김귀예 김기점 김보선, 최월희 김성자 김양수 김옥주 김응운 김정희 김종배 김희자 노성욱 박영교 배숙향 배옥숙 백말순 서봉숙 서인선 송기동 송명희 안미희 이경임 이영미 장환숙 전양옥 정말집 정옥란 정환석 조현주 진말숙 최연옥 최영희 최현철 한숙자 황금식
- 8만원 : 박숙자
- 5만5천원 : 최귀옥
- 4만5천원 : 김숙희 박희숙 이승아

### 2009년 4월

- 1000만원 : 최정통
- 108만원 : 고복자 김순영 김우덕 김점옥 변봉천 신규호 정선희 조박승 조숙희
- 75만원 : 임수환
- 22만원 : 김순남 김순갑
- 20만원 : 김금자 김춘희 옥은주 이인자
- 11만원 : 공정연 명숙자 송순자 장정순 전대도화 정희자 허희자
- 58만원 : 신원스님
- 21만6천원 : 백경자 안종완 장용렬
- 12만4천원 : 김춘희 옥은주
- 54만원 : 문정애

## 좋은 인연들의 이야기

- 10만8천원 : 강연조 강정호 광창석 권미숙 권필순 길행숙 김정자 김경희 김광섭 김규심 김동구 김말심 김명애 김명와 김상국 김승도 김승옥 김순규 김연희 김인수 김재은 김점숙 김중진 김진철 김진호 김현아 류옥연 민영순 박동곤 박순옥 박정순 박종언 박혜란 박창환 배동문 배영순 배영자 배영혜 배영화 배태선 백승순 백정근 변은숙 성자현 송운환 신명숙 신병량 신태연 안상숙 안주희 양복혜 양승진 양영숙 여둘금 오성찬 우명선 유월순 유주희 이경숙 이경희 이나금 이덕남 이들이 이명순 이부금 이상기 이상선 이상순 이수일 이숙경 이숙자 이순 이순이 이순자 이열규 이영규 이영미 이정화 이종갑 이종용 이희숙 임명찬 임종수 장순희 장유정 정건행 정명희 정정혜 정정화 정해성 정현자 조명희 조숙희 조원영 주숙희 차영숙 최문자 최보영 최윤철 최혜영 한서문 한영옥 한정에 허일옥 홍명숙 홍상주 황금란 황말년 황보희 황순동 황윤의 금강스님 승인스님 자우스님 지현스님
- 10만원 : 김병희 박숙자 이정희 장인옥      • 9만8천원 : 장인옥
- 9만원 : 김화숙 안종립                              • 8만원 : 강미숙                              • 6만원 : 김문화
- 5만4천원 : 강숙영 김미숙 김태양 남정남 류갑순 민영옥 박용숙 서필선 양경자 이용숙 최귀옥
- 5만원 : 김대준 이석규 최신연                      • 4만5천원 : 김숙희 박희숙 이승아
- 3만원 : 강옥순 김경숙 김귀애 김기점 김성자 김순식 김양수 김옥주 김응운 김정희 김종배 김희자 노성옥 박영교 배숙향 배순자 배옥숙 백말순 서봉숙 서인선 송기동 송명희 안미희 안영희 이경임 이상득 이영미 장환숙 전양옥 정말점 정옥란 정환석 조인숙 조현주 진말숙 최연옥 최영희 치유희 한숙자 황금식                              • 1만6천원 : 박동곤

### 2009년 5월

- 108만원 : 권현자 현금선 원명숙 서민웅 김대훈 김창현 구행임 묘진스님 성옥스님 대희스님
- 60만원 : 고복자                              • 38만원 : 김형숙                              • 21만6천원 : 이명채
- 20만원 : 권현자 이정숙 이정호 이정희 조상희                      • 12만4천원 : 김금자 김성도 복광순
- 12만원 : 김강문                              • 11만원 : 선행심 송순자 정희자 전대도화 윤수정심
- 10만8천원 : 강연조 강정호 광창석 권미숙 권필순 김정자 김경희 김광섭 김길수 김동구 김말심 김명애 김명와 김승옥 김순규 김점숙 김정숙 김중진 김진철 김진호 김향화 김현아 남말현 류옥연 민영순 박동곤 박미연 박순옥 박윤자 박윤자 박정순 박종언 박혜란 배동문 배영자 배영혜 배영화 백승순 백정근 변은숙 성자현 송운환 신명숙 신병량 신태연 안상숙 안영화 안영화 안희찬 양승진 양영숙 여둘금 오성찬 옥은주 우명선 이경희 이덕남 이들이 이병수 이상선 이상순 이수일 이숙경 이숙자 이순이 이순자 이열규 이영애 이인자 이재업 이정화 이종갑 이종용 이희숙 임명찬 임선주 임종수 임춘미 장순희 장유정 정정혜 정현자 조명희 조인숙 주숙희 차영숙 최혜영 한영옥 한정에 홍명숙 홍상주 황금란 황말년 황보희 황순동 황정숙 최준하 강문자 한서문 이경숙 자우스님 지현스님 성옥스님 금강스님 승인스님 분당정건행
- 10만원 : 권윤철 김종석 윤복순 이정희1 최신연 자혜스님
- 9만8천원 : 장인옥 남정남 이수연
- 5만4천원 : 강숙영 김명숙 김미숙 김태양 류갑순 민영옥 박용숙 박창환 양경자 이용숙 임재규 정환철
- 4만5천원 : 김숙희 박희숙 이승아
- 3만원 : 강옥순 김문화 덕수향 김성자 김기점 김옥주 김응운 김정희 김종배 박영교 배숙향 배순자 배옥숙 백말순 서봉숙 서인선 송기동 송명희 신상현 이경임 이영미 장환숙 전양옥 정말점 정옥란 정환석 조인숙 조현주 진말숙 최영희 한숙자 황금식
- 1만6천원 : 이인자 이정호 조상희                              • 1만원 : 익명

완화의료병원! 서민들을 위한 종합의료복지타운!

# 자제병원 건립 불사

인간에게 더 이상 치유될 수 없는 질병은 가족과 사회로부터 소외와 상실을 경험하게 하고, 그 고통과 슬픔은 환자의 삶의 질을 피폐화시키고 인간의 존엄성마저 앗아가 버리는 것이 오늘의 현실입니다. 부처님의 자비를 몸소 실천하고 사랑을 나누기 위하여 건립될 자제병원은 완화의료전문병원으로써, 또한 가난과 질병으로 고통 받는 서민들에게 평등한 의료서비스를 제공할 종합의료시설로 맑고 아름다운 세상을 만들어가는 불교의료복지의 중심이 될 것입니다.



## 건립계획

- 장 소 : 울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1(現 마하보디교육원 동일부지 내)
- 건축면적 : 지하 1층, 지상 4층(약 1,138평)
- 주요시설 : 일반재가병동, 승가요양병동, 중환자병동, 재활물리치료실 등
- 의료서비스 : 전문호스피스센터, 가정호스피스, 지역사회 서민들을 위한 외래진료, 재활치료, 가정방문간호 등

## 건립후원 안내

후원계좌 ☎ 농 협 401131-51-075952  
국민은행 713701-01-140932 (예금주 : 재단 정토사관자재회)

※ 동참해주신 건립기금은 소득세법 34조에 의해 연말정산 소득공제 혜택을 받으실 수 있습니다.

### 자제병원, 마하보디교육원

울산광역시 울주군 상북면 양등리 138-1  
TEL 052)264-1007 FAX 052)264-0209

홈페이지 <http://jungtoh.com>  
전자우편 [maha@cpebud.com](mailto:maha@cpebud.com)

☼ 병들어 고통 받는 우리 이웃들의 평화로운 안식처 ☼

# 정토마을

충북 청원군 미원면 구녀산 자락에 위치한 정토마을은 부처님의 자비로운 품안과 같이 아름다운 자연 환경 속에서 호스피스 프로그램의 다양한 프로그램을 운영하며 병들어 고통 받고 이웃으로부터 소외당한 환우에게 전인적인 돌봄을 제공하는 독립형 호스피스 요양센터입니다. 항상 부처님의 가르침에 따라 환우에게는 성심을 다하는 간호와 돌봄으로 인간의 존엄성과 높은 삶의 질을 유지하며 평화로운 임종을 맞이할 수 있도록 도우며, 환우가족에게는 사별간호를 통해 사별의 고통과 아픔을 덜어주는 일에 최선을 다하고 있습니다.



## • 정토마을 운영

1. 대상 : 말기암 또는 이에 준하는 말기질환으로 고통 받는 환우
2. 운영 : 촉탁의, 간호사, 자원봉사자들로 구성되어 24시간 전인적 돌봄 제공

## • 정토마을 이용 안내

1. 상담 ▶ 전화, 방문
2. 입소심사 ▶ 정토마을 입소기준에 의거 심사
3. 입소통보 및 입소

※ 복잡한 절차 없이 전화 통화만으로 이용이 가능합니다.

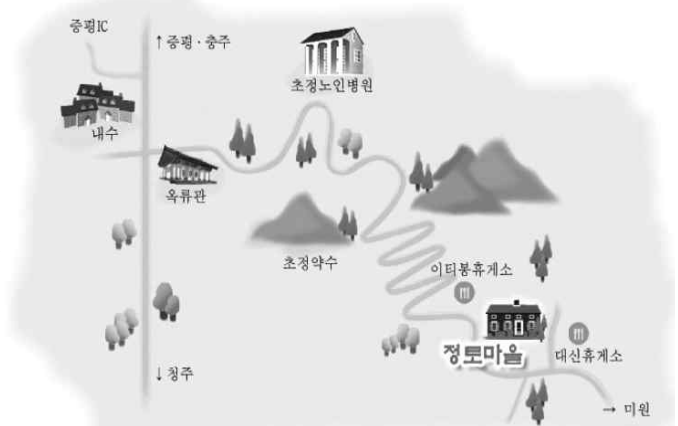
## ☼ 오시는 길

### - 서울 방향에서

중부고속도로 ➡ 증평 I.C. ➡ 청주, 내수  
 ➡ 초정약수 ➡ 미원 방향 ➡ 정토마을

### - 부산 방향에서

경부고속도로 ➡ 김천 J.C. ➡ 중부내륙고속도로 ➡ 낙동 J.C.  
 ➡ 청원, 상주간 고속도로 ➡ 보은 I.C. ➡ 청주, 미원 방향  
 ➡ 초정, 내수 방향 ➡ 정토마을



정토마을 호스피스 • 363-871 충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1 / T. 043)298-2258(대) / F. 043)298-1457  
 홈페이지 <http://jungtoh.com/> 전자우편 [hospice@cpebud.com](mailto:hospice@cpebud.com)

# 후원가족이 되어주세요!

♪... 사랑으로 주신 행복의 열매, 다시 나눔으로  
우리 이웃들에게 밝은 행복으로 전달됩니다...♪

삶의 마지막 종착역에서 고통 받는 환우와 그 가족들에게 조건 없는 사랑을 실천해 주실 후원가족 여러분의 따뜻한 손길을 기다리고 있습니다.

주변에 정토마을을 소개하고 한분 한분의 소중한 인연을 맺어주시면 호스피스 환우들의 마지막 삶을 함께하는 정토마을은 물론, 병들고 가난하여 고통 받는 우리 이웃들에게 사랑과 희망을 나누어줄 시설의 건립과 운영에도 커다란 밑거름이 될 것입니다.

## 후원안내

**전화 한 통이면 빠르고 간편하게 후원회원이 되실 수 있습니다.**

- 후원 방법 : 자동이체(CMS), 무통장입금, 지로입금, 물품후원, 복돼지 분양
- 후원 접수 : 전화, 홈페이지, 방문

농협 401120-51-016794  
국민은행 713701-01-001909

예금주 : 재단 정토사관자재회

※ 자동이체(CMS) 후원신청을 하시면 전화 한 통으로 신청, 변경, 해지가 가능하며 은행에 가시는 번거로움 없이 편리하게 후원금을 납부하실 수 있으니 많은 이용 바랍니다.



재단 정토사관자재회 363-871 충북 청원군 미원면 대신리 산 17-1  
Tel. 043)298-2258(代)/Fax. 043)298-1457  
홈페이지 <http://jungtoh.com/> 전자우편 [jungtoh@cpebud.com](mailto:jungtoh@cpebud.com)

## 마하보디교육원 교육 안내

### ● 2009년도 가을학기 CPE 교육생 모집 안내

- 일 정 | 2009년 가을학기(9월~12월) 총 16주간(매주 금요일)
- 내 용 | 임상에서의 총체적 돌봄을 위한 리더과정
- 대 상 | 스님, 임상 현장에 종사하는 재가자(정원 6명)
- 자세한 사항은 교육원 CPE 담당자에게 문의 바랍니다.
- 문의처 | (052)264-0117, 010-3080-9922(수필)

### ● 해봉 거사의 행복명상 안내

- 일 정 | 2009년 9월 13일(일)~9월 17일(목)
- 모집인원 | 20명(정원)
- 대 상 | 사부대중 누구나
- 장 소 | 경남 울주군 마하보디교육원
- 자세한 사항은 교육원 교육 담당자(교무)에게 문의 바랍니다.
- 문의처 | (052)264-1007

### ● 2009년도 마하보디상담대학 안내

- 모집인원 | 25명(정원)
- 대 상 | 스님 및 포교사, 심리학·의료·사회복지를 공부하신 분, 경영 일선에 계신 CEO
- 장 소 | 경남 울주군 마하보디교육원
- 교육일정 | 정규과정 1년, 전문과정 1년, 특별과정 별도 구성
- 교육기간 | 매주 토요일, 연간 40주간 2년 과정
- 문의처 | (052)264-1080, 010-6424-3436(금강)

## “법화경 천일기도 안내”

법화경 천일기도 독송의 여정에 함께 동참하셨으면 하는 간절한 마음으로 초대합니다.

— 능행 정례

### ● 기도접수 CMS(자동이체) 방법

- 인터넷접수 | <http://jungtoh.com>
- 전화접수 | 052-264-1007, 담당자 010-4444-5713
- 방문접수 / 우편접수 / 팩스이용  
울산시 울주군 상북면 양등리 138-1 / 전화 052)264-1007 / 팩스 052)264-0209
- ※ CMS는 은행에 가서 입금하시는 번거로움을 덜어드리는 편리한 자동이체 이용 방법입니다.

### ● 기도비를 내는 방법

- 계좌이체 | 십만팔천(108,000)원, 10회 / 오만사천(54,000)원, 20회
- 일시불 | 백팔만(1080,000)원(방문입금 및 통장 입금 가능)
- 3년간 | 매월 십만팔천(108,000)원의 참여도 가능합니다.
- ※ 기도비 입금계좌 ☞ 농협 815039-55-003185, 예금주 (재)정토사관자재회

“삼천 송이 연꽃을 피울 수 있도록 마음을 다해 동행인으로 초대합니다.”

