# 예순에도 젊은 사람, 서른에도 늙은 사람

현불논단



성제 정사
위덕대학교 전법원장

우리는 흔히 나이를 '늙어 가는 과정'으로만 생각한다. 그러나 조금만 돌아보면 꼭 그렇지만은 않다.

어떤 사람은 예순이 넘어도 여전히 생기가 있고, 어떤 사람은 서른도 되기 전에 이미 지쳐 버린 듯한 표정을 하고 있다. 결국 사람을 늙게 만드는 것은 숫자가 아니라 마음가짐이리라.

사람이 진짜 늙는 순간은 언제일까. 머리가 희어질 때도 아니고 주름이 늘어날 때도 아니다. '나는 이제 끝났다'고 스스로 단정하는 순간이다. 그때 마음이 먼저 늙는다.

반대로 나이가 들어도 '아직도 재미있게 살아보자'는 마음을 품고 있다면 그 사람은 여전히 젊다.

불교에서는 이 마음의 상태를 매우 중요하게 본다. 몸은 세월을 따라 변하지만, 마음은 훈련에 따라 얼마든지 밝아질 수 있기 때문이다. 그래서 수행은 몸을 젊게 만드는 기술이 아니라 마음을 늙지 않게 하는 공부라고 할 수 있다.

젊음의 가장 큰 특징은 가능성이다. 무엇이든 해 볼 수 있고, 어디든 갈 수 있다는 마음이다. 그런데 흥미로운 것은 이 가능성이 꼭 나이와 함께 사라지는 것은 아니라는 점이다.

오히려 세월을 겪은 사람에게는 젊은 시절에는 없던 또 다른 힘이 생긴다. 그것이 바로 여유와 깊이다.

**수행은 마음을 늙지 않게 하는 공부**
**나이 듦은 삶의 여유·깊이 쌓는 과정**
**세월의 흔적에 '수행의 향기' 깃들길**

젊은 시절에는 속도가 빠르다. 대신 넘어지기도 쉽다.

세월이 흐르면 속도는 조금 느려질 수 있지만 대신 중심이 단단해진다. 인생의 기복을 몇 번 겪어 본 사람은 작은 일에 쉽게 흔들리지 않는다. 이것이 바로 세월이 주는 지혜다.

그래서 어떤 사람을 보면 나이가 들수록 오히려 더 멋있어진다. 말이 많지 않아도 존재감이 있고, 큰 행동을 하지 않아도 주변의 공기가 달라진다. 그것은 겉모습 때문이 아니라 삶의 시간이 쌓여 만들어 낸 품격 때문이리라.

불교에서는 이런 삶을 '수행의 향기'라고 표현하기도 한다. 수행이 깊어질수록 사람은 과장되지 않는다. 대신 자연스럽고 편안해진다. 마치 오래된 나무가 그늘을 만들어 주듯, 그 사람 곁에 있으면 마음이 안정된다.

우리는 누구나 세월을 피할 수 없다. 그러나 세월을 어떻게 받아들일지는 선택할 수 있다. 나이가 든다는 사실을 부담으로만 여길 수도 있고, 삶의 깊이가 쌓이는 과정으로 받아들일 수도 있다.

인생은 길이보다 멋이 중요하지 않을까. 오래 사는 것보다 어떻게 살아가느냐가 더 중요하다. 나이가 들어갈수록 얼굴에는 세월의 흔적이 남지만 마음에는 여유와 웃음이 남는다면, 그 사람은 이미 인생의 멋을 아는 사람이다.

오늘 거울을 보며 이렇게 한번 물어보면 어떨까.

"나는 몇 살인가?"가 아니라 "나는 지금도 멋있게 살고 있는가?"라고.

그 질문 하나가 우리 삶의 방향을 바꿔 줄지도 모른다.

# 곤충이 살 수 없는 지구에서 우린들?

세간과 출세간



최원형
환경생태작가

홍매가 다 진 뒤에야 고아한 통도사 홍매화를 사진으로 만났다. 날이 풀리고 꽃 소식이 올라오니 참 좋다. 기후가 뒤죽박죽인 시절에 계절이 순하게 제시간에 찾아와 주는 일이 기적이 아니라면 달리 무엇이 기적일까? 문득, 올여름은 또 얼마나 진이 빠지도록 뜨거울까 싶은 두려움이 슬그머니 고개를 든다. 냉방기를 곁에 두고 있으니 당장의 폭염은 어느 정도 비껴갈 수도 있을 것이다. 문제는 야생에서 폭염을 그대로 맞을 생물들의 고통의 크기를 가늠하기 힘들다는 점이다.

독일 뷔르츠부르크대 연구팀이 아프리카 케냐와 남미 페루에서 높이에 따라 경사면에 서식하는 약 2300종의 곤충 8000여 마리의 열 내성 한계를 측정한 결과가 지난 4일 국제학술지 '네이처'에 실렸다. 곤충은 체온이 주변 환경 온도에 따라 쉽게 변하는 변온동물이다. 그래서 기온 상승에 특히 취약하다. 이번 곤충의 열 내성 데이터는 개미, 초파리 등 일부 분류군에 편중돼 있어 온난화가 곤충 전반에 미치는 영향은 불확실하다. 그럼에도 현재의 기온 상승 추세로 볼 때 최악의 경우 2100년에 이르면 아마존 저지대 지표면의 절반 이상에서 곤충이 움직이지 못하는 수준까지 온도가 상승할 수도 있다는 결과가 나왔다. 지구가 워낙 복잡계라서 이런 예상치가 그대로 적용될지는 단언할 수 없다. 그럼에도 암울한 예측인 것만은 분명하다.

**2100년 아마존서 곤충 활동 멈출 수도**
**기후 재난, 탄소 배출 기업에 책임 있어**
**'그린워싱' 근절 위해 시민 감시 필요**

최근 폭염과 가뭄이 잇달아 발생하는 복합기후 재난이 21세기 들어 전 세계적으로 급증하고 있다. 2021년 한 환경단체가 국가 온실가스 종합관리시스템에 공개된 온실가스 배출량을 분석한 결과, 자산 총액 상위 10대 그룹과 한국전력공사의 온실가스 배출량은 국내 온실가스 배출량의 64%를 차지하는 것으로 나왔다. 기후 재난의 원인인 탄소 배출의 가장 큰 책임이 기업에 있다는 사실을 여실히 증명하고 있다.

갈수록 심각해지는 기후 재난으로 비난의 화살이 기업을 정조준하자 꺼내 든 카드가 ESG경영이다. ESG는 환경(Environment), 사회(Social), 지배 구조(Governance)의 약자로, 기업의 지속가능한 성장을 위해 재무적 요소 외에 환경 보호, 사회적 책임, 투명한 지배 구조를 고려하는 경영 철학이다. 한마디로 친환경 경영을 하겠다는 의미인데, 과연 말처럼 하고 있을까?

안타깝게도 기업들은 친환경 경영 대신 친환경이라든가 에코의 이미지만을 차용하는 경우가 허다하다. 이를 '그린워싱'이라고 하는데, 대표 사례가 친환경 활동 홍보 수단으로 기업들의 텀블러 등 친환경 경품 증정이다. 자연 이미지로 기업을 홍보하며 텀블러를 증정한다면 시민들은 기업이 친환경 경영을 한다고 착각할 수 있다.

기업 활동에서 배출되는 탄소를 줄이기 위해 재생에너지 비중을 늘린다든가 폐기물 발생을 줄이려는 노력 대신 얄팍한 마케팅으로 소비자를 현혹시키는 이러한 그린워싱을 근절하기 위해서는 시민이 똑똑해져야 한다. 예리한 시선으로 기업을 감시해야 할 의무가 우리에게 있다. 4억 년 가까이 지구에서 살아온 곤충이 어쩌면 더 이상 살 수 없는 지구로 만든 기업들에 책임을 지도록 요구해야 할 권리가 우리에게 있다. 곤충이 살 수 없는 지구에서 우린들 살 수 있을까?

社 說

# 총성 멈추는 힘, 자비와 성찰에 있다

지구촌 곳곳에서 전쟁의 참화가 이어지고 있다. 4년째 접어든 러시아-우크라이나 전쟁은 끝날 기미가 보이지 않고, 최근에는 중동 전쟁이 격화되며 또 다른 비극을 낳고 있다. 인간의 탐욕과 증오가 빚어낸 폭력은 국경을 넘어 수많은 생명을 앗아 가고, 살아남은 이들에게는 지울 수 없는 고통을 남긴다.

최근 한국 불교계가 거리에서 오체투지를 올리며 전쟁 중단을 발원한 것은 이러한 시대적 비극에 대한 처절한 응답이다. 한 걸음마다 온몸을 땅에 맡기는 오체투지는 폭력과 살생을 거부하는 간절한 평화의 언어라 할 것이다.

불교인권위원회가 "전쟁은 지옥의 다른 말"이라고 지적한 바와 같이, 전쟁은 인간의 존엄을 파괴하고 생명을 도구화하는 가장 극단적인 폭력이다. 특히 민간인과 어린이, 노약자들이 희생되는 현실은 어떤 논리로도 정당화될 수 없다.

**지구촌 전쟁 장기화…폭력 악순환 끊어야**
**비폭력 실천 '마음 전환'이 평화의 출발점**

더 큰 문제는 전쟁이 또 다른 전쟁을 낳는 악순환의 구조에 있다. 이는 불교의 연기(緣起) 사상이 일깨우듯, 하나의 폭력이 또 다른 폭력으로 이어지고 그 결과가 결국 모두에게 고통으로 되돌아온다는 사실과 맞닿아 있다. 한 지역의 분쟁이 세계 경제를 뒤흔들고 인류 전체의 삶을 위협하는 현실이 이를 증명한다.

이럴 때일수록 우리는 과거의 역사를 직시해야 한다. 우리나라는 일제강점기와 한국전쟁을 겪으며 전쟁의 참혹함을 경험했다. 그 상처는 아직도 완전히 치유되지 않았다. 특히 일본군 성노예제 문제는 전쟁이 개인의 존엄과 삶을 어떻게 파괴하는지 보여 주는 대표적인 사례다.

수요시위가 34년째 이어지고 있음에도 불구하고 일본 정부의 진정성 있는 사과와 배상은 이뤄지지 않고 있다. 전쟁범죄에 대한 책임을 외면하는 태도는 또 다른 폭력의 씨앗이 될 수밖에 없다. 불교계가 3월 18일 제1744차 수요시위를 주관하며 "진정한 사죄와 배상이 세계평화의 출발점"이라고 강조하는 이유도 여기에 있다.

전쟁을 멈추기 위해서는 단순한 휴전이나 힘의 균형만으로는 부족하다. 그 근본에는 인간의 탐욕과 분노, 어리석음이라는 삼독(三毒)이 자리하고 있기 때문이다. 부처님은 모든 고통의 원인이 마음에 있음을 밝히셨다. 전쟁 또한 다르지 않다. 상대를 적으로 규정하고 제거의 대상으로 삼는 마음이 사라지지 않는 한, 평화는 결코 지속될 수 없다.

지금 필요한 것은 무력의 확대가 아니라 마음의 전환이다. 더 많은 무기와 군사적 대응이 아니라 대화와 협상, 그리고 상호 존중이야말로 갈등을 해결하는 길이다. 이를 위해서는 국제사회의 노력뿐 아니라 불자들의 역할 또한 중요하다. 전쟁을 반대하는 목소리를 내는 데 그치지 않고 일상에서 자비와 비폭력의 가치를 실천해야 한다. 작은 분노를 내려놓고 타인을 이해하려는 노력이 모일 때 비로소 평화는 현실이 된다.

전쟁은 결코 해답이 될 수 없다. 오직 자비와 지혜만이 인류를 살리는 길이다.

현대불교 불교의 생활화 · 현대화 · 세계화 1994년 10월 15일 창간
발행인 : 혜도 스님 대표 겸 편집인 : 한명우 인쇄인 : 배성한
(우)03131 서울시 종로구 율곡로 6길 36, 606호 (운니동, 월드오피스텔) 대표전화(02)2004-8200 / 대표팩스(02)737-0698
기사제보 (02)2004-8257
광고문의 (02)2004-8204
구독문의 (02)2004-8212
인터넷 뉴스 (현불뉴스) www.hyunbulnews.com
쇼핑몰 (마하몰) www.mahamall.co.kr
현대불교 지사안내
부 산 지 사 : 010-5640-8883
경 남 지 사 : 010-3860-7008
대구경북지사 : 010-4152-4376
충 청 지 사 : 010-8341-0560
광주전남지사 : 010-2629-1508
전 북 지 사 : 010-8642-7733
강 원 지 사 : 010-7339-8688
경기남부지사 : 010-8825-4367
경기북부지사 : 010-5323-0834
구독료 1개월 5천원
등록일:2007년 3월 9일 · 등록번호:서울다 07641(주간)
본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다

종 단 공 고

대한불교대승종

종도 모집 안내

대한불교 대승종은 1988년 도암선사께서 창종하였으며 (사)한국불교 종단협의회 회원종단으로 총본산은 서울 종남산 흥도사이며 제6세 종정예하 법경 스님과 제14대 총무원장 일봉스님을 중심으로 전국 350여의 사찰과 750여명의 승려및 전법사들이 포교와 수행에 매진하고 있는 대승불교의 대표 종단입니다.

이에 상구보리 하화중생(上求菩提 下化衆生)의 대승불교 정신을 계승하고 중생교화에 뜻을 함께 할 도반을 모집합니다.

문의 : 010-5165-0108 교육원장 진산

불기 2570년(2026) 3월 25일

대한불교대승종 교육원

재)대한불교일붕선교종

종도 모집 안내

재단법인 대한불교 일붕선교종은 1988년 일붕 서경보 스님을 개조로 서울 일붕선원에서 창종된 한국불교 대표 종단입니다. 재단법인으로서 일붕선교종은 국태안민과 남북 평화통일 기원 만등불사, 국군장병 및 사회복지시설 위문 및 지원사업, 종도단합 및 국운 융창기원법회 등 각종 법회와 사회사업을 전개하고 있습니다. 사회 곳곳에서 부처님 가르침을 함께 전할 종도를 모집합니다. 02-991-8175

불기 2570년(2026) 3월 25일

일붕선교종 총무원장 혜일 스님

대한불교삼론종

종도 모집 안내

대한불교삼론종은 고구려 삼론종의 맥을 이어가고 있는 한국불교 대표 종단입니다. 제6세 종정 혜승 스님과 제10대 총무원장 해불 스님을 중심으로 2023년 삼론불교대학을 개교하고 전법포교에 나설 승단 양성에 역주하고 있으며, 중국 삼론종 발원지 및 사찰들과 결연을 맺고 자비실천에도 앞장서고 있습니다. 전법 포교에 함께 나설 종도를 모집합니다.

불기 2570년(2026) 3월 25일

대한불교삼론종 총무원장 남륜 스님