열두 줄, 마음을 고르다

① 가야금의 길 끝에서 마음 공부를 만나다

가야금과 禪 만나는 접점서 삶 위로하고파

"가야금 전공자가 왜 선학과(禪学科)에 왔습니까?"

동국대 선학과 박사 과정에 입학한 이후 지금까지 가장 자주 듣는 질문입니다. 승복을 입은 스님들과 불교학을 연구하는 학자들 사이에서, 가야금을 연주하는 저는 낯선 이방인처럼 보였을 것입니다. 반대로 국악계 동료들은 "갑자기 머리 깎고 스님이 되려는 거냐"며 우려 섞인 농담을 던지기도 했습니다. 양쪽 세계 어디에도 온전히 속하지 못한 채 서성이는 듯한 이 질문들은, 역설적이게도 제 정체성을 꿰뚫는 날카롭고도 따뜻한 '화두'가 됐습니다.

저는 스스로를 '배움에 중독된 사람'이라 여길 만큼 끊임없이 무언가를 채우려 애썼습니다. 이미 석사 학위를 받았지만, 마음 한구석의 갈증은 여전했습니다. 그 불안을 잠재우려 또 다른 전공의 석사 과정에 덜컥 입학해 쉴 새 없이 달렸습니다. 하지만 강의실에서 지식을 쌓을수록 이상하게도 '머리는 채워지는데 마음은 더 텅 비어 가는' 공허함만 커졌습니다. 그때, 오랫동안 마음속에 품고 있던 문장 하나가 저를 이끌었습니다.

"예술을 깊이 파면 철학이 되고, 철학을 깊이 파면 종교가 된다."

경지에 오른 예술가들이 자신의 기예를 넘어 종교적 승화의 단계로 나아가는 모습은 제게 막연한 동경이었습니다. 제게 가야금은 악기가 단순히 소리를 내는 도구가 아니라, 철학과 종교로 나아가는 징검다리가 될 수 있지 않을까 생각했습니다. 돌이켜 보면 저의 '마음'을 간절하게 두드리던 것은 책상 위 이론서가 아닌, 제 '몸'이 기억하는 고통의 시간이었습니다.

결국 저는 다니던 대학원을 과감히 그만두고, 지식이 아닌 지혜를, 머리가 아닌 마음을 채우는 법을 배우기 위해 이곳 선학과 박사 과정으로 발길을 돌렸습니다.

가야금 연주자는 12줄 명주실의 장력을 맨손으로 이겨 내야 합니다. 손가락 물집이 잡히고 터지기를 반복하며, 여린 살이 단단한 굳은살로 바뀌는 인고의 시간을 견뎌야 비로소 소리를 얻습니다. 어디 그뿐일까요. 긴 악기를 무릎 위에 두고 12현을 고루 통제하기 위해, 악기 앞에 앉을 때마다 척추를 비스듬히 세우고 버티는 자세를 취해야 합니다. 저는 육체적 통증도 감내하며 한 음 한 음을 뜯는 행위가, 불가(佛家)에서 말하는 치열한 '수행(修行)'과 본질적으로 다르지 않음을 몸으로 먼저 느끼고 있었습니다.

하지만 '가야금 수행'에는 결정적인 덫이 하나 있었습니다. 그것은 바로 끊임없는 '평가'였습니다. 가야금은 소리를 내는[有] 행위입니다. 그 소리는 무대 위에서 청중에게, 혹은 심사 위원에게 반드시 점수 매겨지고 평가받습니다. 스승의 엄한 꾸지람이나 "아직 부족하다"는 혹평을 들을 때면, 제 수행이 송두리째 부정당하는 것 같아 무너져 내리곤 했습니다.

가야금은 치열하게 나아가는 '실천'
명상은 실천이 집착 안 되게 '제동'
팽팽한 긴장 속 쉬어 가는 여음 되길

더 무서운 것은 타인의 평가가 아니었습니다. 스스로를 냉혹하게 몰아세우는, 제 안의 '나의 평가'였습니다. 타인의 비판은 잠시 스쳐 지나가지만, 스스로를 채찍질하는 내부의 목소리는 잠들기 전까지 쉴 틈을 주지 않았습니다. 저는 소리를 낼수록 괴로웠습니다. '잘해야 한다'는 강박이 제 영혼을 갉아먹고 있었습니다.

그 절박한 순간, 저는 선학과 강의실에 앉았습니다. 낯선 불교 용어들이 오가는 그 생소한 풍경 속에서 저는 역설적이게도 '아, 이제야 살 것 같다'는 깊은 안도감을 느꼈습니다. 가야금이 끊임없이 무언가를 해야 하는 '유위(有爲)'의 세계였다면, 명상은 하려는 마음마저 내려놓는 '무위(無爲)'의 세계였습니다.

선(禪) 공부를 통해 저는 비로소 배우게 됐습니다. 제게 필요한 것은 더 화려한 연주 기술이 아니라, 그 연주를 하려는 마음조차 잠시 멈추고 바라보는 '지관(止觀)'의 수행이었다는 것을요. 명상은 저에게 "더 잘하라"고 다그치지 않았습니다. 그저 지금 일어나는 불안과 욕심을 "있는 그대로 알아차리라"고 가르쳤습니다.

가야금이 치열하게 앞으로 나아가는 '실천'이라면, 명상은 그 실천이 집착과 독선으로 변질되지 않도록 제동을 걸어 주는 '멈춤'이었습니다. 가야금을 버리고 명상을 택한 것이 아닙니다. 오히려 명상을 통해 저는 가야금을 더 건강하게 사랑하는 법을 배웠습니다. 12줄 위에서 팽팽하게 긴장하던 제 마음의 현(絃)을, 명상이라는 조율을 통해 비로소 느슨하고 편안하게 풀어 줄 수 있게 된 것입니다.

우리 모두는 인생이라는 무대 위에서 각자의 악기를 연주하며 살아가고 있습니다. 직장이라는 무대, 가정이라는 무대에서 우리는 늘 '더 나은 성과'를 요구받고, 스스로를 평가하며 괴로워합니다. 가야금 줄이 끊어지듯 삶의 계획이 어긋날 때도 있고, 익숙함에 속아 매너리즘에 빠질 때도 있습니다.

이 연재를 통해, 저는 가야금 연주자이자 명상 공부인으로서 '줄 위에서 만난 마음의 풍경'들을 독자 여러분과 나누려 합니다. 굳은살이 박여야 맑은 소리가 나는 이치, 합주(合奏)에서 타인의 소리를 듣는 경청의 지혜, 그리고 케이팝(K-Pop)이 흐르는 시대에 3분짜리 명상곡을 짓는 MZ 명상가의 고민까지, 가야금과 선(禪)이 만나는 그 접점에 우리의 삶을 위로하는 작은 지혜들이 숨어 있음을 이야기하고 싶습니다.

가야금의 길 끝에서 만난 것은 결국 난해한 교리나 거창한 깨달음이 아니었습니다. 그것은 소리와 침묵이 둘이 아니듯, 치열한 일상과 고요한 명상이 결코 분리될 수 없다는 평범한 진리였습니다. 저의 이 작은 기록이, 팽팽한 긴장 속에 살아가는 여러분의 마음에 잠시 쉬어 갈 수 있는 '여음(餘音)'이 되기를 바랍니다.

가야금 명상곡 'Arione(arirang+one)' 바로가기



이현아 국악명상연구소장

동네약국 사용설명서

㉕ 약사의 하루

약 부작용 보고·법안 의견 제출도

"첫째는 요즘 똥 냄새가 지독하니 유산균, 오늘 아침에도 알레르기로 입술이 좀 부어 있으니 알레르기약. 둘째는 피곤하고 며칠 전 코피를 흘렸으니 철분제랑 비타민K, 그리고 콜라겐과 프리바이오틱스. 셋째는 변비가 생겨서 식이섬유 젤리랑 비타민D, 아침에 호흡 소리가 좋지 않고 기침을 하니 기침약도 함께…."

시곗바늘이 일곱 시를 향해 걸음을 옮기고, 새벽녘의 어스름이 가신 창가에 햇살이 번질 무렵, 세 아이의 영양제를 챙기는 것으로 필자의 하루는 다시 시작된다. 이내 약국집 자제답게 아침부터 두 손 가득 영양제를 들고 쪽쪽 빨아대는 아이들의 모습을 흐뭇하게 바라보며 집을 나선다.

약국에 도착하니 문을 열기도 전에 어제 주문한 약들이 상자째 쌓여 약국 입구를 막고 있다. 상자를 약국 안으로 옮기고, 약의 종류를 분류한 후 창고와 매대에 각자의 위치로 진열한다. 진열할 때는 선입선출이 되도록 유효기간을 일일이 확인해 유효기간이 짧은 것이 먼저 나갈 수 있도록 각을 맞춰 줄을 세운다.

'이 약은 보통 6개월 치 나가는 약이니까 유효기간이 5개월 남았으니 반품을 해야겠네.'

약 정리를 하며 유효기간이 임박하거나 애매한 약들은 빼내어 주문처를 확인하고 반품을 한다. 악성 재고, 불용 재고는 약국 경영의 적이자 순환되지 않고 창고에 고여 있는 빗이며 마구니 같은 존재다.

약 정리를 마치고 컴퓨터를 켜니 확인해야 할 약국가 소식들이 뉴스와 카카오톡을 통해 여기저기에서 들려온다. 가장 많이 신경이 쓰이는 일은 약가 인하다. 대한민국에서는 처방 조제되는 약의 가격이 국가에 의해 정해진다. 이 가격은 주기적으로 조정이 되는데, 오르는 경우는 거의 없고 대부분 내려간다. 예를 들면 내가 1000원에 사들인 약을 다음 달부터는 800원으로만 인정해 주는 식이다. 가만히 앉아서 200원을 손해 보는 셈이다. 해당 약이 사용량이 많은 제품이라면 손해는 수십, 수백만 원까지 커지기도 한다. 그래서 매달 약가 변동 목록을 확인하고 재고 수량을 확인해 정해진 기간 내 반품을 하며 가격이 인하되는 날에 맞춰 다시 주문하는 것이 약사의 일상이다. 상당히 번거로운 일이지만, 이를 놓치게 되면 그 손해는 온전히 약국 것이 되기에 마냥 손 놓고 있을 수도 없는 노릇이다.

가끔은 약의 보험 적용 기준이 변동되는 일도 생긴다. 얼마 전 치매 증상에 사용하는 '콜린알포세레이트' 성분의 '글리아티린'이라는 약이 그런 경우다. '뇌 영양제', '치매 예방' 등 다양한 목적으로 처방되는 약이었는데 2025년 9월부터 치매 환자로 진단을 받은 경우가 아니면 약값의 80%를 본인이 부담하게 되는 것으로 정책이 바뀌었다. 비치매 환자의 경우 한 달 약값이 1일 2~3회 기준으로 1만~1만5천원 정도던 것이 변동 후에는 2만5천원에서 3만5천원 정도로 오르게 된 것이다. 이것을 환자들에게 설명하고 설득시키기란 여간 어려운 일이 아니다. 고객은 기존에 받던 약의 가격을 약국에서 올려 받는 것이라 오해하기 때문이다. 이런 이유로 단골이라 믿어 오던 고객이 이미 지어진 약을 내팽개치고 처방전을 뺏어 다른 약국에 간다고 나가 버린 적도 있었다.(30분 후 다시 돌아와서 다른 약국도 똑같더라며 사과하고 약을 받아 간 건 다행이지만.)

약의 오남용 막기 위한 절차 준수
안전 사용 위한 정책 의견 제시 등
약사 노력, 사회 건강 유지에 한몫

그 외에도 병원에서 새롭게 출시된 약을 사용하겠다고 하면, 구매처를 수소문해 약을 주문하고 새로운 약 성분의 기전을 환자들에게 어떻게 쉽게 잘 알아듣게 설명할지 고민해 정리하는 것도 중요한 업무다.

약사의 직능과 관련해 새롭게 제출되는 법안이 있으면 국민신문고를 확인해 의견을 제출하기도 하고, 약 관련 부작용을 겪은 사람이 있으면 식품의약품안전처에서 운영하는 부작용 보고 시스템에 관련 내용을 정리해 올리는 것 역시 약사가 하는 일이다.

이 밖에도 그날 사용한 수면제, 식욕억제제, 마약류 같은 민감한 약들은 수량을 다시 확인해 사용량을 국가 시스템에 보고한다. 이런 약들은 일 년에 한두 번씩 보건소에서 약의 개수와 시스템에 보고된 수량이 맞는지 확인하러 직접 오기도 하므로 특별히 신경 써야 하는 부분이다. 마지막으로 그날 나간 약 수량을 확인해 주문을 넣고 나면 약국의 하루가 마무리된다.

보통 약국 일이라고 하면 처방전을 받아 약을 짓고 환자에게 약을 주며 설명을 하고 일반의약품이 필요한 사람에게 약을 판매하는 것이 대부분일 것이라 생각을 하지만 그런 일들이 실제 약국 업무에서 차지하는 비중은 크지 않다. 알지 못했던 다른 업무가 훨씬 많다.

약의 오남용을 막기 위해 절차를 지키면서 업무를 하고, 약이 안전하게 사용될 수 있도록 국민 건강에 위협이 되지 않도록 정책적인 의견을 내며, 약을 바르게 복용하는 방법을 고객에게 알아듣기 쉽게 전달할 수 있도록 매일 공부를 하는 약사들이 있기에 우리 사회가 조금 더 건강하게 유지되는 것이 아닐까.

약국에 가면 따뜻하게 웃으며 그들에게 인사를 건네 보자. "설명 잘해 주셔서 감사합니다. 오늘도 수고하셨습니다."



임종섭

울산희망약국 대표약사

"세상에 단 하나뿐인 특별한 이야기, 바로 당신의 삶입니다"

삶은 스쳐 가는 순간들의 연속이지만, 그 안에는 잊혀서는 안 될 소중한 이야기가 담겨 있습니다. 법보신문은 스님과 불자들의 수행 여정, 지혜의 말씀, 사찰의 역사와 전통을 한 권의 책으로 담아냅니다.
당신의 삶은 누군가에게 울림이 되고, 또 다른 이에게 길이 됩니다. 기록되지 않은 기억은 사라지지만, 글로 남긴 이야기는 세대를 넘어 살아 있습니다. 무엇보다도 스님과 불자들의 삶은 현대 불교사의 소중하고 생생한 기록입니다.
법보신문은 깊은 존경과 정성으로 당신의 이야기를 기록합니다. 그것이 잊히지 않고, 누군가의 마음에 깊이 머물도록. 지금, 당신의 이야기를 세상에 전하세요. 당신의 삶이 곧 가장 빛나는 가르침입니다.



법보신문 다르마기록문화연구소

- 스님과 불자를 잘 아는 전문 기획사
- 불교 이해가 깊은 전문 필진 확보
- 기획부터 책자 제작까지 원스톱 시스템
- 종이·전자출판 올인원(all in one) 서비스
- 고객 수요와 주문에 맞춘 제작 시스템

법보신문 다르마기록문화연구소 | 서울시 종로구 종로19 르메이에르 종로타운 A동 1501호 | 문의 ☎ 070-4707-4965