불교식 상차림 특징은… 간소함, 계율존중



불교식 상차림과 다례법

최근 명절 문화는 변화하고 있다. 보다 간소한 차례상을 올리는 것도 그 중 하나다. 사찰에서는 그동안 제철과일과 채식 위주의 젯상을 올려왔다. 집집마다 차례를 올리는 풍습은 다르지만, 보다 간소한 불교식 차례로 지내보는 것은 어떨까.

조계종 포교원 포교연구실이 펴낸 '불교 상제례 안내'에 따르면 불교식 제사에서 설과 같은 명절 제사는 기제사에 따라 행한다. 다만 명절제사에서는 기제사를 지내는 2대 조상을 모두 모셔야 하고, 합설로 한번에 지낸다. 설에는 밥과 국 대신 떡국을 올릴 수 있으며, 세찬이나 명절 음식을 함께 올리도록 하고 있다.

상차림은 간소하게 준비하며 특히 생명을 존중하는 불교 계율에 따라 육류와 생선은 제외한다. 먼저 육법공양물에 해당하는 향, 초, 꽃, 차, 과실, 밥을 올리고 기본 상차림으로 국, 3색 나물, 3색 과실을 갖춘다.

나물과 과실은 계절에 적합한 것을 올리고, 형편에 따라 떡과 전, 과자 등을 추가할 수 있다. 또 고인이 생전에 좋아한 음식이나 집안 전통에 따라 융통성 있게 차려도 무방하다. 일반 제사에서는 꽃을 올리지 않지만 불교에서는 육법공양을 완성하는 의미에서 꽃을 갖추기도 한다.

특히 술 대신 차를 올리되 술을 올리는 전통이 있는 집안에서는 이에 따라도 무방하다.

유교에서는 먼저 향을 피워 혼을 부르고, 모사 그릇에 술을 부어 땅으로 돌아간 백을 불러 혼백을 모신다고 한다. 그러나 불교에서는 청혼 의식물을 염송해 영가를 모실 수 있다고 하여 따로 술을 사용하지 않아도 된다.

① 영가모시기(거불, 청혼)
② 제수권하기(헌다, 헌식)
③ 불법전하기(경전 독송)
④ 축원올리기(축원)
⑤ 편지올리기(편지 읽기)
⑥ 영가보내기(봉송)
⑦ 제수나누기(음복)

불교식 다례는 먼저 영가를 모시는 단계, 제수를 권하는 단계, 불법을 전하는 단계, 축원을 올리는 단계, 영가에게 편지를 보내는 단계, 제수를 나누는 단계로 구분된다.

①영가모시기 영가를 모시는 단계에서는 삼보를 칭명해 가피를 구하는 거불을 올린뒤 삼보의 위신력으로 영가를 청해 모시는 청혼을 한다. 불교에서는 제단 앞에서 영가의 영정과 위패를 모시고 참석자들이 합장하면 제주가 삼보를 불러 모신다. 그때마다 다함께 합장반배로 '나무상주시방불, 나무상주시방법, 나무상주시방승'을 칭명한다. 거불이 끝나면 제주가 모두 꿇어앉도록 안내 후 의식문을 염송한다. 청혼이 끝나면 모두 일어나 큰절 3배를 올린다.

②제수권하기 영단에 좌정한 영가에 공양할 것을 권하는 단계로 차와 음식을 올리고 공양을 권한 뒤 영가의 극락왕생과 깨달음을 기원한다. 일반 제사의 초헌, 아헌, 종헌, 유식에 해당한다.

③불법전하기 공양을 마치고 나서 부처님의 말씀인 법문을 영가에게 들려 드리는 순서로 정해진 시간이 있는 것이 아니다. 10분 내로 마치는 것이 적당하며 모두 합장하고 앉아 경전을 염송하며 부처님 말씀 속에서 조상과 자신이 하나됨을 느껴본다.

④축원올리기 제사를 마치기 전에 영가의 극락왕생과 해탈을 기원하는 축원을 올린다.모두 합장한 상태서 제주가 축원문을 염송하며 영가 시식을 올린 공덕으로 중생이 함께 성불하기를 기원한다.

⑤편지올리기 가족이 영가에 쓴 편지를 읽는 시간을 갖는다. 기일이 다가오면 누가 편지를 쓸 것인지를 미리 정해 진솔한 마음을 담아 쓴다. 고인에게 고할 특별한 사연이 있는 가족 등이 쓸 수 있을 것이다. 이 단계는 생략해도 무방하지만 형식적으로 흐르기 쉬운 차례와 제사를 의미있는 시간으로 승화시킬 수 있다.

⑥영가보내기 영가를 보내는 단계에서 봉송으로 하직인사를 올리고, 3배를 한다. 상을 물리고 헌식 한 뒤 위패를 사른다.

⑦제수나누기 제사를 마치고 나면 가족들이 둘러 앉아 음복한다. 불교서는 불보살의 가피가 내린 제수는 영가를 비롯한 모든 중생을 이끄는 감로법을 상징한다. 불교 제수의 음복은 조상과의 교감 뿐만 아니라 불보살 가르침을 나눈다는 뜻을 지닌다.

사찰음식 명장 선재 스님에게 듣는 '남은 음식 조리법'

너와 내가 둘이 아닌 하나라는 불이사상에 바탕합니다. 세상엔 수 많은 생명들이 존재합니다. 사람, 동물, 식물, 곤충 등등 그 생명들은 또 유정과 무정으로 나뉘지요. 불가에서는 유정의 생명을 보호하기 위해 채식을 했습니다. 음식을 남기는 것 또한 그 의미를 퇴색하게 하는 일입니다. 자연에 해를 주지 않는 재료와 조리법으로 남은 음식을 활용하는 것 또한 불자의 참된 자세가 아닐까요? 남은 음식재료와 음식으로 쉽게 만들 수 있는 몇가지 음식 조리법을 추천해드립니다.

두부장



두부, 간장

1. 기름에 지진 두부에 간장을 부어 놓는다.

두부우거지찌개

언두부, 무청, 간장, 고춧가루, 조청

1. 무청은 삶아 손질해서 간장 고춧가루 조청을 넣고 무쳐놓는다.
2. 냄비에 우거지를 깔고 언두부를 얹어 조린다.

나물찌개

김치, 두부, 남은나물(고사리. 도라지, 시금치등등), 다시마물, 된장

1. 김치와 두부는 한입 크기로 썬다.
2. 냄비에 김치를 깔고 나물을 얹고 두부를 올리고 다시마물을 붓고 끓인다
3. 한소끔 끓인 찌개에 된장으로 간을 맞춘다.(된장으로 간을 하면 느끼한 맛이 없어진다)

나물만두

남은나물(고사리, 도라지, 시금치등등) 두부, 김치, 깨소금, 만두피

1. 나물은 쫑쫑 썬다.
2. 두부는 으깨어 물기를 짜서 깨소금을 넣고 조물조물 무쳐놓는다.
3. 김치도 쫑쫑 썰어 국물을 자 놓는다.
4. 볼에 나물 두부 김치를 넣고 무친 다음 만두를 빚는다.
5. 냄비에 물을 올려 끓으면 만두를 넣어 삶아 찬물에 헹궈 준다.(쪄도 된다)



녹두빈대떡전골

녹두빈대떡, 새송이버섯, 김치, 콩나물, 느타리버섯, 다시마물, 간장

1. 새송이버섯은 송송 썰어 김치 썬 것과 조물조물 무쳐 놓는다.
2. 콩나물은 씻어 건져 놓고 느타리버섯은 찢어 놓는다
3. 녹두빈대떡은 한입 크기로 썰어 놓는다.
4. 전골냄비에 김치무친 것을 깔고 콩나물과 느타리버섯을 돌려 담고 다시마물을 넣어 끓이다 간장으로 간을 하고 먹기 전에 녹두빈대떡을 넣어 한소끔 끓여 먹는다

