슬기로운 불교생활 왕초보 불교 QnA

직장인 익명 커뮤니티 '블라인드' 앱에서 '불교'를 검색한 결과, 불교는 어떻게 믿는지, 부처님은 누군지 등 다양한 질문들이 쏟아졌다. 그중 불교를 향한 궁금증을 해소할 수 있는 질문 일부를 선별, 백양사에서 교육을 맡은 교무국장 지담 스님에게 물었다. 이에 본지는 불교를 향한 '왕초보'들의 질문과 간결하지만 불교의 정수가 담긴 스님의 답을 독자에게 소개한다. 〈편집자 주〉

佛性 가진 우리, 모두 성불할 수 있어요



Q 불교 믿고 싶으면 어떻게 해야 하는 거예요? 아무 절이나 가면 되나요?

근처에 있는 절에 가서 스님께 신행상담을 부탁해 보는 방법이 있습니다. 그런데 쉽지 않죠. 저도 처음 출가 할 때 절이 낯설었던 기억이 있습니다. 불교를 알고 싶은데 뭘 물어야 될지 모르는 분들을 위해 많은 사찰이 불교대학 프로그램을 운영하고 있습니다. 그러므로 저는 불교대학을 수강해서 불교를 배워보길 추천 드립니다.

Q 불교는 부처님을 신으로 모시는 종교가 아닌데 왜 기독교처럼 부처님오신날을 기리나요?

불교는 부처님을 신으로 모시는 종교가 아니지만, 부처님오신날은 부처님의 가르침과 깨달음을 기리는 의미로 중요합니다. 부처님은 깨달음을 얻은 인간으로서, 그의 탄생은 모든 사람이 깨달음을 이룰 가능성을 상징합니다. 또한 부처님의 가르침을 통해 고통에서 벗어나고 삶의 방향을 찾은 사람들에게 감사와 존경을 표현하는 날입니다.

이는 자비와 지혜를 되새기고 불교 공동체의 연대를 강화하는 계기가 됩니다. 예수의 탄생을 기리는 기독교와 외형적으로 비슷하지만 초월적 숭배보다는 사람으로 태어나 사람으로 깨달음을 얻은 부처님의 가르침의 실천과 깨달음에 중점을 둡니다.

Q 불교 믿는 사람은 어떻게 신앙생활을 하죠? 함께 기도하거나 예배를 드리나요?

불교의 신행생활은 혼자서 할 수 있는 것과 함께 할 수 있는 것으로 나눌 수 있습니다. 개인적으로는 명상, 참선, 기도, 경전 독송 등을 통해 마음을 닦고 부처님의 가르침을 실천합니다. 함께하는 신행생활로는 사찰에서 예불, 법회, 불공(공양과 기도) 등에 참여하며 부처님께 예를 올리고 가르침을 배우는 활동이 있습니다. 또한 봉사를 통해 자비를 실천하며 공동체와 연대감을 형성합니다. 이러한 활동들은 개인의 내면 성찰과 공동체와의 조화를 통해 깨달음과 행복을 추구하는 데 초점이 맞춰져 있습니다.

Q 불교에서는 본인 행적에 따라 '윤회'한다고 하는데, 지구가 아예 없어지면 어떻게 다시 태어나나요? 다른 우주에서 태어나나요?

불교의 윤회 사상은 한 생에서 다른 생으로 이어지는 과정으로 단순히 지구라는 특정 장소에만 국한되지 않습니다. 윤회는 물질적 장소보다 더 근본적인 존재의 법칙으로 여겨지며 이는 물리적 세계를 초월한 영역까지 포괄합니다. 따라서 지구가 없어지더라도 윤회는 업의 법칙에 따라 다른 차원이나 세계에서 지속될 수 있으며 이는 불교의 우주관과 업의 원리에 기반을 둔 설명입니다.

Q 불교는 출산을 어떻게 보나요? 삶은 고통이라는데 고통바다에 새 생명을 탄생시키는 건 무책임하지 않나요?

불교에서는 출산을 생사의 순환 속에서 발생하는 자연스러운 과정으로 봅니다. 부처님께서 '삶은 고통이다'라고 하신 말씀을 저는 '집착과 어리석음으로 살아가는 시간은 고통이다'라고 이해했습니다. 따라서 출산이 무책임한 것이 아니라 자녀에게 집착과 어리석음을 물려주는 것을 무책임하다고 생각합니다. 자녀에게 물질적 욕망이나 삶의 투쟁적인 면을 넘기기보다, 자비와 지혜를 전하는 것이 중요합니다.

부모는 자녀에게 불교의 가르침을 통해 고통에서 벗어나는 길을 안내할 수 있으며 그 과정에서 진정한 자비를 실천하는 역할을 합니다. 결국 출산은 새로운 생명이 고통에서 벗어나 깨달음을 향해 나아갈 기회를 제공하는 중요한 과정이기도 합니다.

Q 불교에서 스님이 육식 못 하는 건 아는데, 가죽 가방이나 의류는 입을 수 있나요?

불교에서 스님들이 육식을 피하는 이유는 자비와 생명 존중에서 비롯된 것으로, 가죽 제품 사용도 비슷한 원칙에 따라 논의됩니다. 이상적으로는 동물의 죽음에 연관된 가죽 사용을 피하는 것이 권장되지만 전통과 지역에 따라 다를 수 있습니다. 일부 전통에서는 추위 등의 이유로 가죽 제품을 사용할 수 있으며 현대에는 인조 가죽 등의 대체품을 사용하는 경우도 많습니다. 중요한 것은 가죽 사용 여부보다 자비와 절제를 실천하는 태도입니다.

Q 불교는 다른 종교를 가진 사람과 결혼 못 하나요?

불교에서는 다른 종교를 가진 사람과의 결혼을 금지하지 않습니다. 중요한 것은 서로에 대한 존중과 이해입니다. 결혼은 두 사람의 상호 신뢰와 사랑을 바탕으로 이루어져야 하며 종교적 차이를 인정하고 이해하는 태도가 필요합니다. 불교의 가르침은 자비와 연민을 실천하는 것에 초점을 맞추므로 다른 종교를 가진 배우자와도 갈등을 피하고 서로의 신앙을 존중하는 자세가 중요합니다. 따라서 불교에서 중요시하는 점은 상호 존중과 화합입니다.

Q 불교 경전 중에 어떤 경전이 제일 효력이 좋나요? (금강경 vs 천수경)

금강경은 고통의 원인을 없앨 수 있는 통찰에 대한 내용을 담고 있습니다. 천수경은 많은 사람을 도우며 살아가겠다는 맹세의 의미가 담겨있다고 볼 수 있습니다. 지혜를 키우고 싶다면 금강경을 이해하는 공부를 추천하며 도움이 필요한 사람을 외면하지 않고 도우며 살아갈 계획이 있으시다면 천수경 내용을 풀어서 이해하는 공부를 권합니다. 저는 아직까지 공부가 모자라 가지고 있는 주식이나 암호 화폐, 부동산 가격이 올라가게 하는 경전을 찾지 못했습니다.

Q 명상을 할 때면 잡념이 많아져요. 스님들은 명상하면서 무슨 생각해요?

깊은 집중상태로 들어가기 위해 의식의 기준점을 설정합니다. 그곳에 의식을 천천히 모아 집중의 밀도를 높여 점차 깊은 명상으로 의식을 이끌어갑니다. 이때 기준으로 사용하는 것이 대표적으로 들숨날숨(호흡)이 있습니다. 부처님께서도 명상에 들어갈 때 들숨날숨에 집중하는 방법을 사용하셨습니다. 호흡 말고도 색깔, 모양 등 시각적인 것, 따뜻함, 부드러움 등의 촉감적인 것 등 머릿속으로 쉽게 떠올릴 수 있고 집중이 잘 되는 것을 기준으로 명상을 시작합니다.

저는 양쪽 손바닥에 따뜻함을 느끼는 것으로 시작합니다. 온기가 팔을 통해 온 몸으로 퍼지는 느낌을 느끼며 몸과 마음을 편안히 이완하고 있습니다.

Q 불교 믿으면 제사 지내야 하나요?

불교에서 제사는 필수적인 의무가 아니며, 주로 유교적 전통이나 문화적 관습에서 기인한 요소입니다. 불교는 조상을 공경하고 추모하는 것을 중요하게 여기지만 제사보다 공덕 회향(선행과 수행의 공덕을 고인에게 돌리는 것)을 중시합니다. 제사는 개인의 선택으로 여겨지며 불교적 방식으로는 49재나 천도재를 통해 고인을 기리거나 공덕을 쌓아 회향하는 방법이 있습니다. 불교의 핵심은 형식이 아니라 조상에 대한 감사와 존경의 마음을 실천하는 데 있습니다.

Q 불교도 '사이비'가 있나요?

사이비(似而非)의 뜻은 '겉은 비슷하나 속은 다르다'입니다. 따라서 불교의 형태를 차용한 사이비가 존재할 수 있습니다. 올바른 종교는 신앙과 가르침으로 사람들에게 자율적 깨달음과 평화를 권유하지만 사이비는 이를 가장해 개인의 자유를 억압하고 금전을 착취합니다. 올바른 불교는 합리적 사고와 자비가 바탕이 됩니다. 부처님 가르침을 상업적으로 이용하거나 지도자를 신격화하거나 노골적인 금전요구를 하는 곳은 사이비일 확률이 높으니 조심하시길 바랍니다.

Q 불교에서 묵주(?)는 왜 쓰나요?

수행에 도움을 주는 도구로 '염주'라고 불립니다. 대표적으로 108염주가 있습니다. 염불을 외우거나 절을 하며 수를 셈할 때 사용합니다. 이렇게 하면 마음의 산만함을 줄여 집중을 높일 수 있습니다. 수를 세지 않더라도 염주를 손에 쥐고 구슬을 옮기는 반복적인 동작이 마음을 가라앉히는 효과를 줍니다. 따라서 염주는 염불과 기도를 돕는 수행 도구로 집중력 향상과 마음의 고요함 유지에 도움을 줍니다.

Q 관세음보살은 누구인가요? 신인가요?

관세음보살은 실존 인물이 아닌 자비와 도움을 상징하는 이상적 존재입니다. 그는 전지전능한 신이 아니라 깨달음을 이루고도 중생을 돕기 위해 중생 곁에 머무는 존재로 여겨집니다. 불교에서 보살은 자신만의 깨달음에 머무르지 않고 다른 이의 어려움을 함께 해결하며 돕는 존재로 관세음보살은 그 상징적 본보기입니다. 동아시아 불교에서는 이러한 보살의 가르침을 본받아 자신도 도움을 주는 사람이 되기를 목표로 삼고 노력합니다.

도움=백양사 교무국장 지담 스님

2025 을사년 새해 福 많이 받으세요 현대불교



부처님 법으로 다시 태어나는
환희 가피 있으시길 바랍니다

대한불교조계종

개화산 약 사 사

주 지 범해 스님

사부대중 일동

서울시 강서구 금낭화로 17길 261 약사사
(02)2662-2551, 7551