“평화 실천 위해 왔다”…상생·자비 메시지에 감동

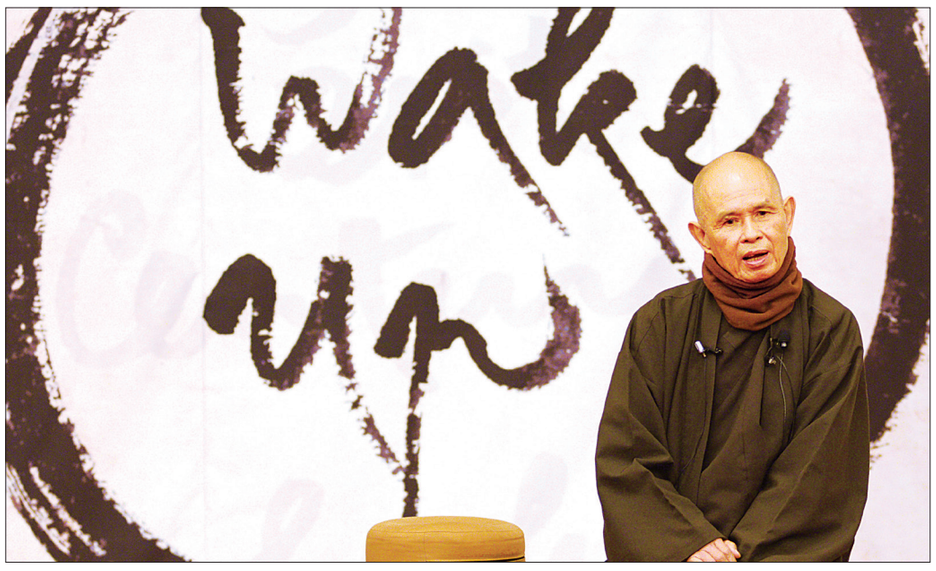
틱낫한 스님이 한국사회에 미친 영향

2013년 등 세 차례 걸쳐 한국 방문
시민들의 역사적인 아픔 어루만져

남북한에 ‘경청’ ‘자애’ 등 강조하며
한반도의 평화와 염원 행보를 보여

대중 명상 프로그램과 걷기 명상 ‘붐’
일조하며 포교와 수행법 개발 자극도

임은호 기자 imeunho@hyunbul.com



2013년 방한한 틱낫한 스님이 중앙승가대 학인들을 대상으로 법문을 설하고 있다.

2003년 3월 16일 인천공항에서 기자들과 만난 틱낫한 스님은 “평화를 실천하기 위해서 왔다”며 두 손 모아 인사했다. 시인이자 평화운동가이며 ‘생불(生佛)’로 불린 불교계 지도자 틱낫한 스님의 한국에서 20일 일정은 이렇게 시작됐다.

당시 방한에서 틱낫한 스님은 여든 살이 다된 고령에도 불구하고 무리다 싶을 정도의 빡빡한 일정을 열과 성을 다해 치러냈다. ‘전국민 평화염원 걷기명상’ 등 20여 가지의 바쁜 일정을 소화하며 평화와 상생, 자비의 메시지를 전해 한국인들에게 깊은 인상을 남겼다.

틱낫한 스님은 1995년과 2003년, 2013년 세 차례 한국을 방문 했다.

1995년 처음 한국에 왔을 때는 크게 주목받지 못했지만 저서 〈화(anger)〉가 베스트셀러가 된 직후인 2003년 3월엔 ‘틱낫한 붐’ ‘걷기 명상 붐’이 일어날 정도로 큰 센세이션을 일으켰다. 수많은 저서들이 쏟아져 나왔고 강연장은 스님의 가르침을 배우려는 사람들로 붐볐다. 스님은 ‘걷기 명상’으로 전국을 돌며 고통받고 상처 입은 사람들에게 용기와 희망의 메시지를 전했다.

틱낫한 스님은 방한 때마다 정치적 입장이 아닌 철저히 불교적 자비심에 따라 고통받은 이들에 대한 연민을 바탕으로 행동했다.

2003년 방한 당시 광주 5·18민주묘역을 찾아 시민들의 역사적 아픔을 어루만졌고 새만금 갯벌에서 안타까운 생명들을 위한 명상을 진행하며 대지의 고통이 치유되기를 바랐다. 실상사에 들른 스님이 처음 한 행(行)은 생명에 대한 경배였다. 미군 장갑차에 짓밟힌 미선이와 효순이, 그리고 민족갈등과 좌우이념대립에 희생된 모든 중생들을 위한 분향소에 향을 꽂고 절을 올렸다.

대구지하철 방화참사 현장도 찾은 틱낫한 스님은 천도재를 봉행하고 희생자들의 극락왕생을 축원했다. 특히 스님은 지하철 참사지인 중앙로역에서 합동분향소가 마련된 시민회관까지 400여m를 시민들과 함께 걸으며 실의에 빠진 대구시민들에게 희망의 메시지를 전달했다.

이러한 행보는 ‘모든 불교는 삶에 참여한다’는 취지로 스님이 주창한 ‘참여불교’와 결을 같이 했다. 이병욱 고려대 교수는 “스님이 주창한 참여불교는 단순히 사회문제를 해결하는 데 불교 가르침을 이용하거나 사회적 불의에 항거하는 것만을 의미하지는 않았다”고 말했다. 이 교수는 “스님은 민중의 고통을 덜어주는 실천적인 사회활동에 커다란 노력을 기울였다. 또 불교를 일상생활 속으로 끌어들여 자신의 평화를 발견할 것을 강조했다”며 “자신의 평화를 발견하지 않고서는 누구도 세상의 평화를 가져다줄 수 없다고 봤기 때문”이라고 설명했다.

틱낫한 스님은 사회활동을 하는 이에게 명상을 강조했다. 명상을 한다는 것은 사물을 깊게 보는 것이고, 어떻게 자신이 바뀔 수 있고 또 어떻게 상황을 바꿀 수 있는지 밝게 보는 것을 의미했다.

명상 동참자들은 “급하게 서두르는 한국인의 일반정서에 틱낫한 스님의 걷기나 호흡 등 특유의 느림은 국민들에게 많은 것을 전해줬다”고 입을 모았다. 틱낫한 스님 방한 후 포교와 수행법 개발 등에 있어서 한국불교발전에 새로운 자극제가 됐다. 마음 수행과 걷기 명상을 통한 평화 메시지는 널리 전파됐고 한국불교계에는 대중적인 명상 프로그램이 다양하게 만들어지기 시작했다.

실제 자비명상 대표 마가 스님은 2003년부터 처음 인연을 맺은 틱낫한 스님 가르침을 바탕으로 ‘그래도 괜찮아 5대 서원’을 세우고 2020년부터 자비명상과 플럼빌리지 수행을 융합한 ‘자비명상 지도자 과정’을 동국대 미래융합교육원에서 진행하고 있다. 2005년 플럼빌리지에서 수행 프로그램을 직접 참여한 용인 행복선원장 연암 스님도 태국 플럼빌리지와 연계해 한국불자들에게 플럼빌리지 수행을 전파하고 있다.

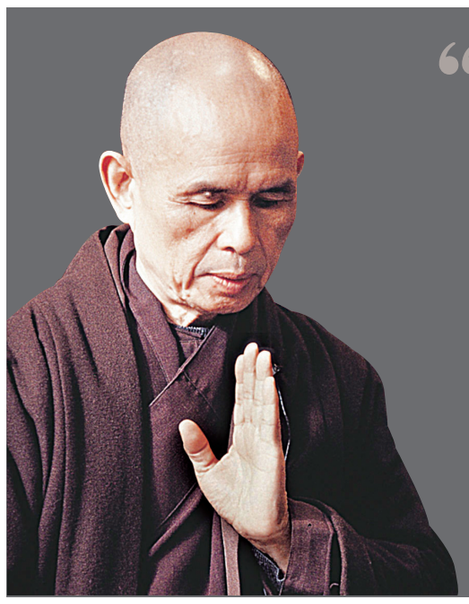
베트남전쟁 반대활동으로 오랜 망명 생활을 했던 틱낫한 스님은 한반도 평화를 염원하는 행보를 보이며 평화사상을 설파하기도 했다. 2003년 방한 기자회견에서는 “두 개의 한국은 어머니가 같은 형제”라며 “형제로서 남한이 먼저 ‘싸우지 말자’고 제안하라”고 당부했다.

2013년에도 “한반도 평화를 위해선 남한이 먼저 무언가를 해야 한다”며 “자기 감정을 다스리고 경청을 통해 남의 고통을 이해하면 치유가 찾아온다”고 말했다. 그러면서 경기도 파주 도라산역에서 걷기 명상을 진행하면서 한반도 평화를 기원했고 서울시청 앞에서 10만 명이 모인 가운데 이라크와 한반도의 평화를 위해 ‘평화염원 걷기 명상’을 이끌기도 했다.

월정사와 범어사, 잠실체육관 등에서 15일간 이어진 걷기명상과 법회에서 틱낫한 스님이 전한 치유의 메시지는 한국불교와 한반도 정세에 남다른 영향을 끼쳤다.

스님은 대중법문에서 남북한의 해법으로 ‘경청’과 ‘자애’를 주문했다. “남한이 자기 안의 이해와 연민의 에너지를 갖게 되면 그것은 스스로를 치유하게 되고 더 강해진다”고 말한 스님은 “모든 존재가 혼자 살아갈 수 없는 만큼 포기하지 않는 대화와 스스로의 치유를 통해 먼저 다가가는 자세가 중요하다”고 일괄했다. 그러면서 “불교가 앞장서 상생과 화합을 좇아야 한다”면서 “사성제의 고귀한 진리인 고통의 뿌리를 발견해 이타심은 물론 양국이 불가분의 관계임을 인식해야 한다”고 말했다.

세 차례에 걸친 틱낫한 스님 방한에서 기획자이자 통역자로 함께한 권선아 박사는 “틱낫한 스님은 세 번의 방한을 통해 부처님 전법과 시대적 과제를 역설했다”며 “스님이 전한 치유와 상생의 화두는 감동과 변화를 가져왔다. 이는 자비의 가르침으로 남을 것”이라고 회고했다.



“신이 자신을 닮은 모습으로
인간을 창조했다고 한다.
하지만 어쩌면 인간이 자신을 닮은
모습으로 신을 창조했을 수도 있다.

꽃은 꽃 그대로가 아름답다.
자신 그대로가 아름다움인데,
왜 다른 사람에게서
당신을 찾으려고 하는가?

당신을 화나게 한 상대방에게 앙갚음
하려고 그와 입씨름을 한다면, 그것은
불이 붙은 집을 내버려 두고 방화범을
잡으러 가는 것과 마찬가지다.

사람들은 미래 위해 현재를 희생한다.
하지만 삶은 늘 지금 이 순간 뿐이다.
한 걸음 한 걸음을 지금 이 순간,
바로 여기를 향해 내딛어야 한다.

태어남과 죽음은 단지 개념일 뿐
죽음도 없고 두려움도 일체 없다.
그래서 그들은 실체가 아니다.

많은 사람들은 살아있지만,
살아있음의 기적에 대해
느끼려고 하지 않는다.”

아름다운 시적 어투로 부처님 가르침 전해



100여종이 넘는 책을 발표하고 세계 각국에서 설법을 해온 틱낫한 스님의 저서들은 간결하면서도 아름다운 시적인 어투로 부처님 가르침을 전한 것으로 평가받는다. 국내에서는 〈화〉 〈마음에는 평화 얼굴에는 미소〉 〈거기서 그것과 하나 되시게〉 〈걷기 명상〉 등 저서가 번역됐다.

▌화가 풀리면 인생도 풀린다 〈화〉

화를 다스릴 때 우리는 미움, 시기, 절망과 같은 감정에서 자유로워지며 타인과의 사이에 얽혀 있는 모든 매듭을 풀고 진정한 행복을 얻을 수 있음을 전한다.

▌자기발견과 평안을 얻기 위한 명상 안내서 〈거기서 그것과 하나 되시게〉

베트남 전쟁당시 ‘현실참여 불교운동’으로 일환으로 설립한 청년사회봉사단으로 활동하던 중 프랑스로 망명한 저자가 봉사단원들을 격려하기 위해 보낸 편지들을 묶었다. 명상 수련의 지혜와 아름다움에 대한 지침서.

▌틱낫한 스님의 영적 가르침을 담은 〈마음에는 평화 얼굴에는 미소〉

사랑과 보살피는 마음을 갖고 걸음을 내딛는다면 기적을 만들 수 있다는 가르침을 아름다운 언어로 빚었다.

▌살아가는 모든 순간을 기적으로 바꾸는 〈틱낫한 명상〉

틱낫한 스님의 우리 눈을 밝게 하고 가슴을 여는 명상을 소개한다. 아무도 없는 특별한 곳이 아닌 너와 나의 생활공간 속에서 쉽게 할 수 있는 다양한 명상법으로 우리를 안내하고 있다.

▌정성 가득한 기도 이야기 〈틱낫한 기도의 힘〉

‘기도는 정말 이뤄질까?’, ‘기도를 가능케 하는 건 무엇인가?’ 등 기도에 대한 5가지 질문에 대한 스님의 답. 삶의 순간순간을 정성으로 채운다면 우리 삶은 기도와 하나가 된다.

▌틱낫한 스님의 365일 잠언 모음집 〈너는 이미 기적이다〉

틱낫한 스님의 70여 권에 이르는 책과 글에서 우리 영혼을 비춰 주는 거울 같은 문장 365개를 엄선, 스님이 우리에게 건네는 영혼의 선물!

▌붓다의 가르침을 이해하는 가장 순수한 방법 〈틱낫한 불교〉

“붓다는 신이 아니었습니다”로 시작하는, 불법(佛法)의 정수를 직접 해석해서 엮은 아주 드문 저술.

▌매일의 삶에서 실천하는 마음챙김의 길 〈모든 발걸음마다 평화〉

일상에서 우리가 흔히 잊고 있는 것들을, ‘지금, 여기’에서 실천할 수 있도록 안내하는 매뉴얼을 담은 마음 따뜻한 에세이.

불곡산 대광사 2022년 신입생 모집
명상 상담 대학

▣ 접수기간 : 2021년 12월 ~ 2022년 2월 13일(일) 까지
▣ 강의내용 :

과 목	강의내용
불 교	불교개론, 사념처관법, 대승반양사상, 유식과명상, 천태소지관
명 상	위빠 사나(알아차림, 자기집중, 호흡) → 이론, 실기 병행 및 무념 치유(특강)
상 담	상담 심리학, 성격 심리학, 가족 행복상담, 대상별 상담 이론 및 실체

▣ 강의시간 : 기본과정 [야간] 매주(화) 19:00 ~ 22:00
심화과정 [야간] 매주(수) 19:00 ~ 22:00
전문과정 [야간] 매주(목) 19:00 ~ 22:00
▣ 수 료 후 특 전 : 명상 상담 지도자 1, 2급 자격증 부여
심화과정(2년) 수료 후 명상상담 지도자2급 자격증 부여
전문과정(1년) 수료 후 명상상담 지도자1급 자격증 부여
▣ 특 강 : 매주(화) 테라피요가 명상
▣ 대 상 자 : 명상을 원하고 행복해지고 싶은 분은 누구나 가능
▣ 접수방법 : 대광사 종무소 방문 또는 대광사 명상상담대학 인터넷 입학 신청
▣ 문의전화 : 031)715-3000
▣ 수 강 료 : 한 학기당 170,000 원

성남시 분당구 구미로 185번길 30 대광사 명상상담대학 031-715-3000 / 3404