전법 일기

무아지경상 받은 연등회 영상
'불교도 힙하다' 체감했던 경험

최근 몇 년 동안 우리 합창단은 부처님오신날에 매번 진행하는 이벤트가 있는데, 바로 유네스코의 세계무형문화유산으로 등재된 연등회 율동 영상 공모전이다. 세계 전역에서 코로나19(COVID-19)의 유행으로 합창단의 운영이 어려워졌을 때, 나는 분위기를 바꾸기 위해 찬불가 열창대회 이외에도 뮤직비디오 촬영, 합창 녹음 등 다양한 시도를 했었다. 그중에는 유튜브 촬영도 있었는데, 이때 연등회 율동 영상 공모전을 알게 됐다.

연등회에서는 매년 축제에서 부처님오신날을 축하하기 위한 음악과 율동을 만들어 유튜브에 올리는데, 이때 공모전도 같이 진행된다. 움직이며 노래하는 걸 좋아하는 동림소년소녀합창단 아이들에게 이런 공모전은 아주 찰떡과도 같았다. 심지어 아이들에게 신나는 찬불가도 알려줄 수 있다니 일석이조 아닌가.

그래서 2023년 합창단 어린이들과 함께 연등회 율동 동영상 공모전 어린이 부문에 참여하였다. 공모전을 준비하는 동안 사찰에서 아이들과 함께 무아지경이 될 때까지 신나게 춤을 추며 노래를 불렀다. 사실 공모전에서 성과를 내기 위해서 도전했던 건 아니었지만, 이런 우리의 무아지경 상태를 알았는지 공모전 결과도 '무아지경상'이었다.

2024년 부처님오신날이 다가오던 때, 우리는 어김없이 연등회 율동 공모전에 다시 참여했다. 우리를 무아지경에 빠뜨렸던 그날의 기억을 동림소년소녀합창단 어린이들 뿐만 아니라 우리 절에 다니는 모든 분이 같이 공유했으면 하는 바람이었다. 그래서 이번에는 어린이 법회, 청소년 법회 그리고 자모합창단인 세향합창단 단원들까지 총 세 팀이 참여했다.

연등회 율동 공모전 준비과정은 한편으로는 부처님오신날을 준비하는 과정이기도 했기에 더욱 의미있는 시간들이었다. 매주 법회 때마다 세 팀이 모여서 각각 율동과 노래를 연습했는데, 그게 얼마나 무아지경이었는지 하마터면 공모전 출품을 위한 연습이라는 것도 잊을 뻔 할 정도였다. 그리고 그 모습이 유독 인상적이었는지 지나가던 노보살님들도 흐뭇하게 바라보셨다. 또, 공모전 출품을 위해 촬영을 해주신 감독님도 찬불가를 이렇게 신나게 촬영할 수 있는지 처음 알았다며 신기해했다.

물론 나는 이런 반응이 한편으로는 불교가 충분히 신나고 힙할 수 있는데, 전혀 그렇게 보지 않는 거 같아서 마음이 좋지 않았다. '모든 것은 마음 먹기에 달려있다'라는 '일체유심조(一切唯心造)'라는 말처럼 우리 불교도 사찰에서 활발하게 노래하고 춤추는 활동을 할 수 있다는 것을 보여주고 싶다. 그렇게 더욱 불교가 널리 알려지고 긍정적으로 보여지면 좋겠다고 생각한다.

서울에 이어 부산에서 열린 부산국제불교박람회가 성황리에 끝났다. MZ세대가 불교에 대한 관심과 호응이 높다는 것은 분명 고무적인 일이다. '앞으로 이들을 불교 신행 안으로 끌어들일 것인가'를 함께 고민했으면 한다.



이지윤
홍법사 동림소년소녀합창단 지휘자



송마나의 **시절인연**

인생은 본디 하루살이

하루살이가 극성을 부리는 계절이다. 밤에 불을 밝히면 하루살이가 떼로 몰려들어 눈살을 어지럽힌다. 아침이 되어 창문을 열면 하루살이 사체가 수북이 쌓여 마음을 언짢게 한다. 특히 장사하는 가게 주인에게는 피해를 주기도 한다.

'하루살이'라는 이름은 성충으로 단 하루에서 며칠 만 생존하기 때문에 붙여진 이름이다. 생애 대부분을 물속에서 한 달 또는 몇 년을 유충으로 지내다가 날개를 달고 뭍으로 나와 성충으로 짧은 삶을 마감한다. 하루살이는 오랜 시간을 살지 못하기 때문에 그 짧은 시간 동안 비행하며 짝을 찾아 후손을 남겨야 한다. 입이 퇴화한 성충은 체내에 저장해 둔 에너지로만 활동하다가 수컷은 죽을 줄 알면서도 종족을 남기기 위해 기꺼이 교미를 한다. 암컷 역시 물속에 알을 낳은 후 장렬하게 산화한다.

사실 하루살이는 무해한 벌레이고, 하루살이가 나타났다는 것은 물이 오염되지 않았다는 증거로 볼 수 있다. 하지만 우리는 무턱대고 하루살이를 혐오하고, 하루하루를 아슬아슬하게 살아가는 사람을 하루살이라고 비하하기도 한다.

저녁에 하루살이가 떼 지어 날아다니는 것은 하루살이 생애의 처음이자 마지막 비행인 것이다. 우리는 하루살이의 그 짧은 하루를 우리의 백 년으로 착각하고 있는 것은 아닐까? 인간이 그저 잠을 자고 아침을 맞이하며 백 년을 무료하게 살아간다면 그 삶이 하루살이 벌레보다 나은 삶을 살아가고 있다고 말할 수 있을까?

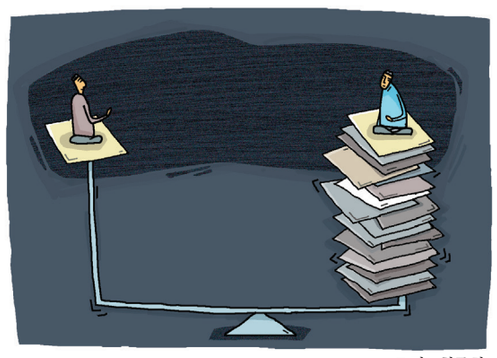


그림 · 최주현

단 하루를 살기 위해 오랜 세월 동안 물속에서 애벌레로 지내야 했던 하루살이가 하찮게 느껴질 수도 있다. 그러나 하루살이는 세상의 눈총에는 아랑곳하지 않고 오직 하루를 향해 묵묵히 제 삶을 살아가고 있다. 주역에 나오는 자강불식(自强不息)이란 의미는 하루살이 애벌레가 물속에서 열 번 넘게 살갗을 벗겨내며 강건하게 살아가는 모습을 일컫는 것 아닐까. 자기 힘으로 자신을 끊임없이 강하게 만들어 마침내 하늘높이 날아오르는 하루살이.

인간이 백 년을 산다 해도 그날들은 생로병사(生老病死)의 웅덩이에서 살아가는 애벌레와 다를 바 없다. 악취 나는 그 물속에서 병든 몸을 부여안고 행여 물고기들의 먹잇감이 될까 벌벌 떨며 아슬아슬 살아가는 그 고뇌란. 날개를 달고 하늘로 비상할 때까지 견디고, 또 견뎌내야 하는 고행인 것이다.

마침내 낡은 몸을 벗고 새 몸으로 변이되는 탈각, 탐진치(貪瞋癡)의 삼독을 끊어내고 부처가 되는 환희 아닌가. 이제 색신(色身)과 법신(法身)은 둘이 아니다. 부처의 삶은 하루를 사는 것이다. 낮만이 하루가 아니고, 밤만이 하루가 아니다. 낮과 밤이 함께 있어야 하루다. 생사일여(生死一如), 삶과 죽음이 하나인 것이 완전한 하루살이 삶이라 할 수 있다.

하루살이는 과거를 사는 것도 미래를 사는 것도 아니다. 오랫동안 뿌연 무의식 속에서 헤매다 오욕(五慾)이 떨어져 나가 초의식의 세계로 터져 나올 때, 어제니 내일이니 하는 분별은 사라지고 오직 진리의 하루살이가 시작된다. 100년을 살아도 하루를 사는 것이고, 깨어난 하루를 살면 100년을 사는 것이다. 인생은 본디 하루살이의 삶이 아닐까.

〈작가〉

기자칼럼

올 가을은 명상과 함께

가을이 오면 자연은 고요함과 아름다움으로 가득하다. 노랗게 물든 나뭇잎과 서늘한 바람은 우리에게 일상의 분주함에서 벗어나 잠시 멈춰 사색할 시간을 선사한다. 길고 긴 무더위가 끝나고 찾아올 가을이 더더욱 기다려지는 이유다. 이 계절에 명상은 그 자체로 우리 마음을 더욱 풍요롭게 해주는 특별한 방편이 된다. 올가을 다양한 명상을 체험할 수 있는 좋은 기회가 곳곳에서 마련된다.

오는 9월 24~25일 동국대 서울 캠퍼스 일원에서는 동국대 불교학술원 종학연구소가 주최하는 제5회 서울국제명상엑스포가 개최된다. 국내외 명상 전문가들의 경험과 지혜를 바탕으로 자신에게 최적화된 맞춤 명상법을 배워보는 자리다. 세계적인 명상 지도자 11명이 참여해 연구 성과를 발표하는 '명상 콘퍼런스'는 물론, 세계 각국 명상을 경험해 볼 '체험부스'도 운영한다.

K-명상 세계화의 초석이 될 조계종의 '2024 불교도 대법회'는 9월 23~28일 서울 광화문광장 일대에서 열린다. 전국 불자 3만여 명을 대상으로 종단 차원에서 진행하는 최초의 연합수계법회와 원로위원, 본사주지, 종회의원, 각급 종정기관 위원 등 600명을 대상으로 승보공양 법회, 세계평화를 기원하는 '국제 선명상 대회', '국민음악회' 등 다채로운 프로그램을 통해 깊이 있는 명상에 다가설 수 있다.

이같은 행사는 명상을 처음 접하는 사람도 명상을 쉽게 이해할 수 있도록 체계적인 교육을 제공한다. 게다가 명상의 효과를 과학적으로 검증하고, 이를 일상에 적용할 수 있는 실질적인 방법을 안내한다. 심지어 우리가 일상에서 놓치기 쉬운 내면의 소리를 듣는 법도 깨닫게 해준다.

가을은 우리에게 많은 것을 선물한다. 수확의 기쁨, 단풍의 아름다움, 그리고 깊어 가는 사색의 시간들. 여기에 명상이라는 새로운 경험을 더한다면, 올 가을은 그 어느 때보다도 깊고 의미 있는 시간이 될 것이다. 명상이라는 여정에 함께 발을 디뎌보자.



김내영 편집국 기자

현밀 스님의 **뭉밀이 佛스타툰**



일일시호일

외면한 무릎 통증이 탈골·인대파열
수술비보다 걱정 앞선 '가족 생계'

네팔노동자 수딥 씨, 공장일하다 무릎 다쳐
병원비만 1500만원…치료 중단하고 퇴원해



농협 301-0189-0356-51 국민 023537-04-004063 예금주:일일시호일
후원신청전화 070.4707.1080
♥정기 후원 한 달에 만원
이주노동자 지원 사업 국내 취약 계층 지원 사업
다문화가정 지원 사업 해외 지원 사업