| 현불 논단 |

명상시대에 필요한 것들



선업 스님
한국명상지도자협회 이사

美 마음산업 규모 10억$ 이상
국내 기업들 명상산업 확산 중
바야흐로 '명상시대'가 도래했다

묵상으로 명상 보급하는 가톨릭
KAIST, 명상과학연구소 설립해
의학계는 명상의학회 출범하기도

불교도 '명상시대'에 대응나서야
매일 2시간 명상 등 마음 되잡는
범불교적 '잠시 멈춤' 캠페인 제안
훈련된 전문 지도사 양성도 시급

'gPause: 명상하는 창업가들'은 매월 정기적으로 구글 서울캠퍼스에서 진행되는 창업가 및 예비 창업가들을 위한 명상 및 네트워킹 모임의 명칭이다. 구글에 명상 프로그램을 도입한 차드 멍 탄으로부터 시작된 이 모임은 국내에서도 2015년 7월부터 매월 진행되고 있다.

명상을 '산업'의 측면에서 분석한 포춘지의 보도에 의하면 2015년 이후 미국에서만 한 해 명상과 마음챙김 관련 산업 규모가 10억 달러(한화 약 1조 1천억원)를 넘어섰다고 한다. 이는 "명상은 창의적이고 비즈니스적인 세계에서 가장 성공적인 사람들의 일상적인 습관이 되고 있다"고 보도한 포브스의 최근 기사와 맥을 같이 한다.

국내의 기업형 명상의 확산도 눈에 띈다. 힐링센터를 중심으로 다양한 명상 및 명상 관련 프로그램을 제공하고 있는 삼성전자, LG 디스플레이, SK 등이 그 중심에 있다.

더불어 다양한 분야에서 명상의 관심은 증폭되고 있다. 묵상과 관상이라는 틀로 명상을 구조화하고 보급하고 있는 가톨릭을 비롯하여, 명상과학연구소를 설립한 KAIST, 그리고 대한명상의학회를 출범시킨 의학계 등, 명상 연구 및 활용에 대한 관심은 나날이 높아지고 있다.

이런 환경적 변화에 발맞춰 한국명상지도자협회를 비롯한 많은 단체에서 인력양성에 힘쓰고 있는 것이 사실이다. 이에 가까이 다가온 명상의 시대를 맞아 몇 가지 필요한 사항을 정리해 본다.

먼저 '잠시 멈춤 캠페인'이 필요하다. 현재 원오 극근선사의 〈원오불과선사어록〉에 나오는 좌일주칠(坐一走七)을 기반으로 하루 2시간 명상하고 나머지 하루 일과를 그 힘으로 사는 모임도 있고, 주말에 명상한 힘으로 주중을 사는 좌말주중(坐末走中)모임도 있다. 이를 일반화하여 하루 세 번 3초만이라도 같은 시간에 모든 활동을 멈추고 잠깐 명상을 해보자는 것이다. 잠시 멈춤을 통해 자신의 지금을 확인하고 엉뚱한 곳으로 달아나던 마음을 잡다보면 자기자리를 벗어나는 일탈행위가 현저히 줄어들게 되고 이 경험을 통해 명상은 어려운 것이라는 오해도 해소될 것이다.

다음으로 훈련된 '명상지도사 1만 명'이 필요하다. 명상을 지도할 수 있는 인력이 시군구 아래에 있는 220개 읍과 1193개면과 2089개동에 최소 3~4명은 배치되어야 비로소 명상이 보급되었다고 할 수 있을 것이다. 자애명상, 수식관 등의 기초적인 명상에서부터 사마타, 위빠사나 그리고 염불명상과 화두명상에 이르는 다양한 명상의 안내자 역할을 할 수 있는 인력을 집중 교육과 수련을 통해 꾸준히 양성한다면 그리 어렵지 않은 과제가 될 것이다. 그리고 청년 명상지도사 천명도 함께 양성해야 한다. 사회구조적 문제로 가슴앓이하는 젊은 대중들의 마음의 상처를 토닥여주기에 적합한 이들은 바로 또래 명상가들이다. 같이 호흡하고 함께 집중하다보면 청년문제를 해결할 지혜가 모아질 것이다. 명상을 통한 지혜계발을 통해 청년에 의한 청년을 위한 청년문화가 확립될 수 있을 것이다.

마지막으로 작은 명상공간들이 필요하다. 일차적으로 도심 곳곳의 대중교통 정류장 근처에 작은 명상 장소를 만들어 누구나 이용할 수 있게 만들어야 한다. 작은 공간이지만 확실히 행복을 체험할 수 있는 곳이 될 수 있도록 명상지도사가 배치되어 안내를 할 수 있게 된다면 지역의 숨터가 될 수 있을 것이다.

이런 몇 가지 준비를 통해 명상시대를 대비했을 때, 명상은 사회적 공기의 역할을 하는 우리 삶의 동반자로 자리매김하게 될 것이다.



독자마당

보리쌀과 대승불교

손병욱 경상대 윤리교육과 교수

한국불교는 대승불교로 자부한다. 앞으로 한국불교가 명실상부한 대승불교로 자리 잡기 위해서는 그 핵심인 대승보살도(大乘菩薩道)를 제대로 모색하여 실천해 나가지 않으면 안 될 것이다. 이에 필자는 그 일환으로 보리, 그것도 작물로서의 보리에 주목하여 이와 자연스럽게 한 세트로 연상되는 일련의 용어군(用語群)인 '보리밭-보리-보리쌀'을 대승불교와 관련시켜서 그 의미를 한 번 탐색해 보려고 한다.

과거 우리 조상들은 긴 시간 동안 한반도 북쪽에 위치한 혹한의 밭농사 지대에서 반농 · 반유목(半農半遊牧) 생활을 영위했고 이때 보리쌀을 주곡(主穀)으로 삼은 역사가 있었다. 당시 대승불교 전래에 따라 이들은 깨달음을 지칭하는 핵심적인 용어인 '보리'를 그대로 작물 이름으로 사용하기 시작했다.

깨달음으로서의 보리를 작물로서의 보리와 연결시킨 흔적은 신라 진흥왕 이름에도 남아 있다. 〈삼국사기〉에 따르면 진흥왕은 본 이름이 삼맥종(三麥宗)이었다. 불교의 '삼먁삼보리'를 염두해 음을 최대한 취하여 한문으로 표기한 듯하다.

그런데 주목할 것은 삼맥종에서 '보리 맥' 자를 쓰고 있다는 사실이다. 이는 삼맥종으로 표기하면서 이것이 '삼먁' 뿐 아니라 '삼보리'임을 동시에 나타내려는 의도를 지녔던 것이다. 삼맥(三麥)이라는 말은 삼먁삼보리, 나아가 아뇩다라삼먁삼보리의 의미를 지니는 말이라고 해야 할 것이다.

신라에 불교 전래시 신라인들은 보리와 삼보리를 구분해 사용하였다. 그리하여 보리를 얻으면 깨달은 보살인 보살마하살이 되지만, 삼먁삼보리를 얻으면 이것은 성불(成佛)한 부처의 경지라고 여겼다.

보리쌀을 어떻게 볼 수 있을까. 늦가을 씨를 뿌린 보리밭에서 보리 싹이 움터서 한겨울을 넘긴 뒤에 보리가 익어서 낟알을 거두고, 이후 이것을 도정(搗精)하여 한 톨의 보리쌀을 얻는 과정은 대승보살도인 것이다.

보리밭이란 선지식의 도량을 가리킨다. 보리란 보리 싹, 곧 '보리심의 새싹'으로서 수행자를 가리킨다. 수확물인 보리의 낟알을 도정하여 한 톨의 보리쌀을 얻는다함은 수행자가 선지식의 도량에서 모진 인고의 노력을 다해 깨달음의 성취를 이룬 것이다.

필자는 앞으로 한국불교가 보살마하살을 '보리쌀'로 부를 것을 제안하고자 한다. 그리하여 언젠가 부터 재가불자 중 여성신도를 지칭하는 용어로 오용(誤用)되어 온 '보살' 대신 이 말을 사용했으면 한다. 보리쌀은 보살과 마찬가지로 보리살타(bodhisattva)의 준말이다. 그러면서 대승불교의 정신이 배여 있는 보리밭-보리라는 용어와 자연스럽게 연결된다. 다시 말하거니와, 선지식과 도반이 있는 도량인 보리밭에서 신행(信行) 곧 신해행증(信解行證)으로 보리심을 키워서 깨달음의 결실을 얻은 이가 곧 '보리쌀'이다.

앞으로 대승불교인 한국불교에서는 이런 보리쌀이 많이 나올 수 있도록 보리밭을 잘 관리하는 노력이 필요하다. 다양한 곳에서 움을 틔운 보리심의 새싹이 잘 자라서 대승보살의 자격을 제대로 갖춘 보리쌀이 쏟아져 나오기를 기대한다.

본지는 다양한 고견들을 반영하고자 '독자마당'을 개설합니다. 시와 수필 등 다양한 글을 보내주세요. 보내실 곳:motp79@hyunbul.com

社說

남북불교 교류 확대 기대한다

남도의 봄소식만큼 반갑다. 얼어붙었던 남북 관계에 비로소 따뜻한 봄바람을 맞이하고 있다. 문재인 정부의 대북특별사절단은 3월 5일부터 6일까지 방북해 김정은 북한 노동당위원장을 만났고, 4월 중 정상회담이라는 깜짝 놀랄만한 성과를 가져왔다.

지난 10년 동안 남북관계는 경색 국면에서 벗어나지 못했다. 불교계의 통일단체들은 긴 빙하기 속에서 숨을 죽일 수 밖에 없었다. 남북 정상회담 계획이 발표되자 불교계 통일단체들은 사업 재개를 위해 분주히 움직이고 있다.

조계종 민족공동체추진본부는 부처님 오신날 남북 교차방문을 비롯해 신계사 11주년 복원기념 남북합동법회 봉행, 신계사 정밀진단 및 보수공사 등을 계획 중이며, 천태종은 개성 영통사 보수를 준비하고 있다.

국내 7대 종단 협의체인 한국종교인평화회의(KCRP)는 3.1운동 100주년을 앞두고 남북 공동사업을 추진하기 위한 특별위원회 구성에 나섰다고 한다.

현재 대북교류사업은 정부보다는 민간, 특히 종교계를 중심으로 이뤄지고 있다. 이런 상황에서 불교계는 지속적이고 발전적인 교류 사업들을 준비해야 한다. 많은 전문가들이 지적하듯이 남북 관계가 경색돼도 사업을 이어갈 수 있는 문화 · 문화유산 사업들을 기획할 필요가 있다.

올해 부처님오신날에는 남 · 북한 불교계가 동시에 연등회를 즐길 수 있기를, 금강산 신계사와 개성 영통사에 다시 목탁소리가 들리길. 남북 종교인들이 함께 머리를 맞대고 3.1운동 100주년 사업을 준비하길. 이런 바람이 현실로 다가오길 기원한다.

성폭력 방지 위한 불교계 대책 필요

미투 운동이 우리 사회 전반을 강타하고 있다. 먼저 문화예술계를 시작으로 교육계와 정치계, 그리고 종교계까지 확산되고 있다. 폭로되고 있는 성폭력 피해 사례들은 위계관계 내지 위력관계를 이용해 힘을 가진 사람이 저항이 어려운 아랫사람을 상대로 폭력을 가한다는 공통점이 있다.

이는 종교계도 예외는 아니다. 검찰청 범죄분석 통계에 의하면 2016년 성폭력 범죄발생 건수는 3만건에 육박하는 2만 9289건이다. 이중 3분의 1 가량이 종교를 믿는 사람들에 의해 저질러졌다. 최근 미투 운동에 개신교의 목사, 가톨릭의 사제 등이 언급됐다.

문제는 그동안 종교계 내에서 '성' 문제를 터부시하며 성폭력 방지에 대한 노력이 사실상 전무하단 점이다.

불교계 또한 예외는 아니다. 성폭력은 누구든 잠재적 가해자, 피해자가 될 수 있다. 무심코 내뱉는 말과 행동이 성희롱이나 성추행이 될 수도 있다. 오히려 이런 상황에서 문제를 예방하기 위한 인식 개선과 교육이 필요하다.

성에 대한 이야기를 꺼내는 것을 금기시 해온 불교에서 성담론을 활성화해 대안 모색에 나서야 한다. 여성을 수행에 방해가 되는 대상, 또는 극복대상으로 여기는 문화를 바꿔야 한다. 또 피해자를 불교의 이미지를 더럽히는 이, 스님을 유혹한 이 등으로 폄하하는 대중들의 인식도 고쳐 나가야 한다.

이와 함께 사회의 피해자들을 보듬어주는 돌봄 네트워크도 구축해 나가야 할 것이다. 이를 위해서는 지속적인 홍보와 종단 내 관련기구 설립도 고려해볼 만하다. 불교 내 성폭력 방지를 위한 움직임, 더는 늦출 수 없다.

현대불교 불교의 생활화·현대화 · 세계화
발행인 : 혜도 대표이사 : 박종수 편집국장 : 김주일 인쇄인 : 배성한
(우)03131 서울시 종로구 율곡로 6길 36, 606호 (운니동, 월드오피스텔) 대표전화(02)2004-8200 / 대표팩스(02)737-0698
편집국 02)2004-8257 FAX (02)737-0698
광고국 (02)2004-8213~6 FAX (02)737-0696
회사홈 현불닷컴 www.hyunbul.com
실시간 뉴스 현불뉴스 www.hyunbulnews.com
쇼핑몰 현불샵닷컴 www.hyunbulshop.com
현대불교 지사안내
대 구 지 사 : (053)768-8008
광주전남지사 : (062)512-5003
전 북 지 사 : (063)910-8977
부 산 지 사 : (051)405-9402
경남남부지사 : (055)746-9778
영 주 지 국 : (054)634-3429
구독신청 · 배달안내 (02)2004-8212 / 구독료 : 1개월 5천원
1994년 10월15일 창간 등록번호:다-3379 / 본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수한다

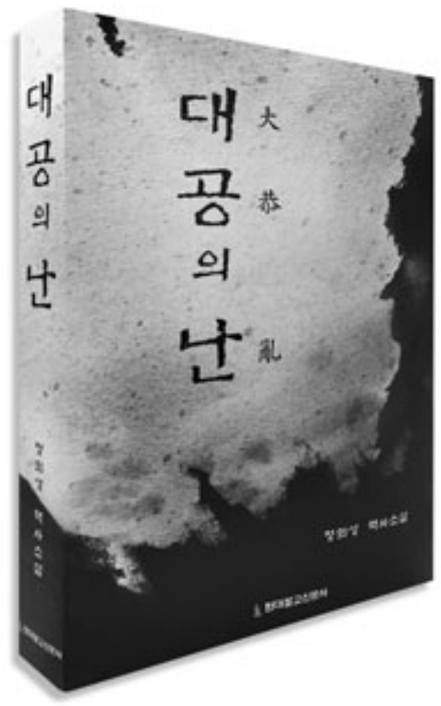
"운명의 화살은 일직선으로 날아가는 법이 없더라"

불법이 꽃을 피웠던 통일신라,
그러나 어둠이 짙으면 새벽이 더욱 밝게 열리듯이
법멸의 월식 기간이 있었으니,
그 시대를 건너야 했던 왕과 여왕,
화랑과 고승들, 그리고 천하제일을 다투는 검객들의
사랑과 운명이 밤하늘과 별처럼
오늘 우리의 가슴을 적신다.



작가 정의성 (鄭義成)

신라의 김대성 공은 전생의 부모를 위해
석불사를 지었고 현생의 부모를 위해
불국사를 지었습니다.
그 멋들어진 효성이 천이백년이 훌쩍 지난
지금에도 남아 있습니다. 저도 작게나마
부처님께 이 책을 지어 바쳐
부모님의 행복을 빌고자 합니다.



대공 大恭의 난 亂
정의성 역사소설 | 신국판 | 704쪽 | 값 22,000원
현대불교신문사

현실을 꿈처럼 재해석하게 하는 불교적 환타지,
무협소설 같은 속도와 긴장,
삼국지를 연상시키는 지혜와 술수의 맞대결…

이 소설은 통일신라시대 중기에 일어난 대공의 난을 다루고 있다.
모름지기 소설은 첫째, 재미가 있어야 하는데 작가 정의성의 〈대공의 난〉은 그 첫째를 충족시키고도 남음이 있다. 암흑의 시기를 통과하는 청춘남녀들의 사랑과 비극이 폭염 속의 단비 같고, 장마 속의 햇살 같은 신들린 작가의 손에 의해 반전에 반정을 거듭하며 절묘하게 펼쳐진다.
〈삼국사기〉,〈삼국유사〉가 갖는 비통일적인 특성들이 작가의 상상력에 의해 결합, 재창조되어 역사 속의 인물들을 더욱 생생하게 눈 앞에 되살려냄으로써 특별한 재미와 함께 인생사의 오묘한 이치를 사유하게 된다.
역사에 대한 깊은 연구와 방대한 자료조사, 검술과 진법에 대한 작가의 해박한 지식과 갈고 닦은 내공이 작품 속에 녹아 있어 삼국지를 연상시키는 박진감을 선사하면서, 영화나 드라마처럼 생생하게 펼쳐진다.

전국 대형서점 및 인터넷 서점에서 구매하실 수 있습니다.
• 구입처 : 현대불교 현불샵 ☎ 02)2004-8216

한국불교 대표방송 BTN 대표이사 서성우