

— 마음을, 세상을, 자연을

맑고 향기롭게

2018 . 8

맑음은 개인의 청정음,
향기로운은 그 청정의 사회적 메아리를 뜻합니다. - 法 頂





진흙 속에서도 티 한 점 없이
맑고 향기로운 꽃을 피워내는 연꽃은
시민모임 「맑고 향기롭게」의 정신을 상징합니다.

2018 / 8

다시 읽는 산방한담	04	불의 앞에 용감히 도전한 행동인
길상사 시간여행	09	「맑고 향기롭게」 근본도량 길상사?
빈들에 서다	14	불일암(佛日庵)에서
모단 에세이	18	길
시심청심	20	매미의 눈물
건강 이야기	22	약품의 보관과 사용기한
아름다운 마무리	26	8월 결연 대상자 - 고철수, 신영희 부부(가명)
공감으로 소통하십시오	28	상대 말의 '상느바부'
낮은 음계로	31	내 안의 나를 찾아
옛날 사람처럼 먹어라	34	잔치국수
세계 일주 시작이 반	38	오리엔트 특급
맑고 향기롭게 활동소식	41	중앙모임 / 지역모임 소식
길상사 소식	49	



사진·홍덕희 「극락전」

마음을 맑고 향기롭게

욕심을 줄이고 만족하며 삽시다 • 화내지 말고 웃으며 삽시다
• 나 혼자만 생각 말고 더불어 삽시다.

세상을 맑고 향기롭게

나누어 주며 삽시다 • 양보하며 삽시다 • 남을 칭찬하며 삽시다.

자연을 맑고 향기롭게

우리 것을 아끼고 사랑합시다 • 꽃 한 포기, 나무 한 그루 가꾸며 삽시다
• 덜 쓰고 덜 버립시다.

(사)시민모임 맑고 향기롭게는

우리들 마음과 세상 그리고 자연을 맑고 향기롭게 가꾸며 살자는 순수시민단체로 본 소식지를 발행합니다.
2018년 8월 1일 발행 / 통권 282호 / 신고번호 성북라00004호 / 1999년 6월 23일 등록
발행인 및 편집인 이형준 / 편집장 홍정근 / 편집위원 연현경, 주소영
발행처 맑고 향기롭게 모임 : 서울시 성북구 선잠로 5길 68(성북동 323번지) 길상사 내
전화 (02)741-4696 전송 741-4698
인쇄인 · 인쇄처 디자인나경 유경은
대구모임 : (053)753-8883 / 경남모임 : (055)266-0710 / 광주모임 : (062)236-3129
<http://www.clean94.or.kr> / E-mail : clean94@hanmail.net

길상사는 맑고 향기롭게 모임을 후원하기 위한 목적으로 법정스님에 의해 창건된 사찰입니다.
전화 (02)3672-5945 전송 3672-5947 / <http://www.kilsangsa.or.kr> / E-mail : kilsangsa@hanmail.net

불의 앞에 용감히 도전한 행동인

(장준하 선생께 띄우는 편지)

글·법 정(法 頂)

장준하 선생님!
 선생님이 어처구니없이, 정말 어처구니없이 우리 곁을 떠난 지 한 돌이 가까워 오고 있습니다. 살고 죽는 것이 다 그런 것이긴 하지만, 장 선생님의 죽음처럼 그렇게 허망(虛妄)한 경우는 또 없을 것 같습니다.
 저는 그 무렵 산거(山居)를 마련하느라고 산에 들어와 있었습니다. 불 일이 있어 광주에 나갔다가 고속버스터미널에서 우연히 안병무 박사를 만났었지요. 안 박사는 대뜸, 장 선생님 소식을 들었느냐고 저에게 물었습니다. 왜요? 무슨 일이? 놀라는 내 표정에 신문을 건네주었습니다. 일면 머리기사! 그 비보(悲報)를 보는 순간 저는 가물가물 현기증을 느꼈습니다. 이럴

수가, 이럴 수가 있느냐고, 정말 꿈만 같았습니다.
 그 길로 서울을 향했습니다. 면목동 집에 들러보고야 꿈이 아닌 현실임을 실감할 수 있었습니다. 장 선생님의 육신은 우리들 곁에서 사라진 것입니다. 누구나 한번은 가야 할 그 길을 먼저 떠나신 것입니다.
 그토록 파란 많고 수난(受難)으로 점철된 일생, 50평생을 오로지 조국의 독립과 겨레의 자유를 위해 험난한 가시밭길을 헤쳐 가신 분. 서울 장안에 크고 작은 집들이 무수히 깔려 있는데도, 방 한 칸 없이 남의 셋집으로만 전전하다 가신 가난한 분. 커가는 자식들 교육을 남들처럼 제대로 시키지 못한 것을 가슴 아파하시던 아버지.

그러면서도 집안 사정은 전혀 입 밖에 내지 않았지요. 호권(장남)이 결혼한 사실도 저희는 모르고 있었으니까요. 뒤에 안 사실이지만 친지들에게 폐를 끼칠까 봐 전혀 알리지 않으셨다더군요.

장 선생님을 처음 뵈기는 <사상계(思想界)> 시절입니다. 제가 해인사에 머물고 있을 때지요. 서울 올라간 김에 思想界社로 찾아가더니 아주 반겨주셨습니다. 그 자리에는 마침 함석헌 선생님도 계셨지요. 함 선생님이 저를 소개해 주시더군요. 그 후 시절이 잘 못되어 가면서 우리들은 만날 기회가 잦았습니다. 그때까지 산에만 묻혀 살던 저에게 종교의 사회적 책임을 눈뜨게 해주셨습니다.
 『씨알의 소리』 편집회의를 몇 차례 우리 다래헌(茶來軒)에서 열 때, 다른 분은 더러 빠지는 일이 있어도 함 선생님과 장 선생님만은 거르는 일이 한 번도 없었습니다. 외형적인 종파는 달

라도 절간의 분위기를 선생님은 좋아하셨습니다. 그래서 오실 때마다 작설차(雀舌茶)를 끓여드리고 향을 살라 드렸지요. 때로는 좋아하시는 향을 나누어 드리기도 했고요. 선생님 댁에서 모음이 있을 때면 저의 채식을 위해 자상하게 마음을 써주셨습니다.

선생님이 내게 준 인상은 결코 시정(市井)의 정치인이 아니었습니다. 누구보다도 이 나라를 아끼고 사랑하는 지성(知性)이었고 불의 앞에 용감히 도전하는 행동인(行動人)이었습니다. 이런 선생님을 가리켜 한 동료는 “그는 금지된 동작을 맨 먼저 시작한 혁명가”라고 말합니다. 이 말은 바로 보고 한 말입니다.
 우리는 알고 있습니다. 신촌의 김 박사 댁에서 『씨알의 소리』 편집회의를 마치고 돌아오는 길, 항상 그러했듯이 선생님의 차로 저를 바래다 주셨습니다. 원효로 함 선생님 집과 제가 거쳐하는 다래헌(茶來軒), 그리고 면목동

쪽은 도심을 벗어난 변두리로 거리가 먼 삼각 지점이었습니다. 그날 밤 선생님은 전에 없이 저의 방에까지 들어오셔서 새로운 운동을 전개할 것을 말씀하셨습니다. 저는 선뜻 발기인 명단에 서명을 했습니다. 그러니까 제가 세 번째였습니다.

물론 그 성격은 다르지만, 편집회의 석상에서는 전혀 내미치지 않던 일을 은밀히 따로 말씀하신 것을 보고, 일을 위해서는 이렇게 신중해야 하는구나 하고 저는 그때 배웠습니다. 그날 밤 선생님께 죄송한 일을 저는 아직도 잊지 못하고 있습니다. 일주문(一柱門)에서 우리 방까지는 맛있게 오르는 길인데 걸음이 빠른 저를 따라 오시느라고 숨차게 해드린 일입니다. 선생님이 떠나신 후 그 길을 걸을 때마다 문득문득 그날 밤 일이 생각나곤 했습니다.

그 무렵 건강도 안 좋았는데 큰 일을 시작했던 것입니다. 일을 위해 몸을

돌보지 않는 것은 그 후로도 마찬가지로였습니다. 긴급조치 제1호에 걸려 15년 형(刑)을 받고 복역 중 고질인 심장병의 악화로 형 집행이 정지되어 병원으로 옮겨오신 후 소식을 듣고 부랴부랴 달려갔었습니다. 우리가 보기에 도 건강이 몹시 안 좋더군요. 그런데도 선생님은 베개 밑에서 서류를 한 뭉치 꺼내시면서 초지(初志)를 관찰해야 할 길을 모색하셨습니다.

선생님을 생각할 때 우리는 또 대성빌당을 잊을 수가 없습니다. 우리들의 모임이 거기서 있을 때마다 청중들의 불타는 그 눈들을, 그중에서도 선생님이 주관하시던 민족학교 추최로 열린 '항일문학의 밤'! 젊음의 그 열기, 그것은 곧 어떠한 불의 앞에서도 꺾이지 않을 이 겨레의 강인한 생명력입니다. 흠어져 있던 그 열기를 선생님이 하나로 뭉치게 해주었던 것입니다.

선생님이 가신 후로도 세월은 그대로입니다. 지난 가을 산으로 들어온 이

래 누구를 해지기 위해서가 아니라, 불가(佛家)에서 말하는 저 반야검(般若劍)을 갈고 있는 것입니다. 다른 표현을 빌린다면 소모되어버린 '배터리'를 충전하는 중입니다. 그러느라 글도 쓰지 않고 말도 하지 않은 채 산의 나무들처럼 덤덤히 지내고 있습니다. 그러기 때문에 우리들의 『씨알의 소리』에도 전혀 글을 쓰지 않았습니다. 장 선생님 1주기를 추모하는 특집이라고 해서 이렇게 사연을 띄우고 있습니다.

지난 봄 서울에 올라가 면목동 집에 들렀더니 감회가 무량했습니다. 선생님이 계시지 않은 그 집은 텅 비어 있는 것처럼 느껴졌습니다. 예나 이제나 사모님은 꾀꾀하셨습니다. 호권 군이 얼마 전에 딸을 보았다는 소식과 취직이 됐다는 말을 들었습니다. 선생님이 계시지 않은 집에는 찾아오는 친지들의 발길도 드문 것 같았습니다. 입이 무거우신 사모님은 별말씀이 없었지만 집안 살림이 더욱더 어려워지고

있다는 것을 느낄 수 있었습니다. 저희의 무성의와 무력을 부끄러워할 뿐입니다.

1주기에 참례 못 하여 대단히 죄송합니다. 안거중(安居中)이라 불전에 향다(香茶)의 공양이나 올리겠습니다. 안거 후에 찾아볼까 합니다. 옛날 그 집에 사시는지 또 다른 전셋집으로 옮기셨는지 산에서는 소식을 모르고 있습니다.

장 선생님!

8월의 태양 아래 선생님의 육신이 대지에 묻히던 날, 저는 관 위에 흙을 끼얹으면서 속으로 빌었습니다. 건강한 몸 받아 어서 오시라고요. 고이 잠드시라고 명복을 빌지는 않았습니니다. 금생(今生)에 못 다한 한 많은 일을 두고 어찌 고이 잠들 수 있겠습니까. 가신 선생님이나 남은 우리들이 고이 잠들기에는, 우리 곁에 잠 못 이루는 이웃이 너무도 많기 때문입니다. 이웃이 고이 잠들 수 있을 때 비로소 우리도

잠들 수 있을 것입니다.

“…… 50대 초반을 보내며 잠자리가 편치 않음을 괴로워한다.”라고 『돌베개』에 붙이는 글을 선생님은 쓰셨습니다. 그렇습니다. 오늘도 우리는 잠자리가 편치 않음을 괴로워하고 있습니다. 이 괴로움이 작아질 때까지 우리는 잠들 수도 쉰 수도 없습니다. 지하에서나 지상에서나 우리들의 염원(念)

願)은 결코 다를 수 없습니다.

할 말을 줄입니다. 우리들의 시대가 보다 밝고 건강해질 때까지 우리들의 걸음은 멈출 수는 없습니다. 우리는 늘 함께 있다고 믿고 있습니다. 밤이 지나면 새벽이 올 것을 확인하고 있습니다. 더위에 안녕히 계십시오. 분향(焚香) 합장(合掌)

이 글은 장준하 선생 1주기를 추모하는 특집 <씨알의 소리> 1976년 8월호에 실렸던 글입니다. 스님은 1982년 『씨알의 소리에 실렸던 추모의 글과 몇 개의 새로운 글을 엮어서 추모문집 형태의 <아! 장준하 - 그 심지에 다시 불길>을 발간했는데, 책머리에는 “산을 오를 때마다 문득문득 장준하 선생 생각이 난다. 선생님이 살아생전 산을 즐겨 찾은 것은 어느 등산꾼들처럼 여가를 즐기 위해서거나 건강을 위해서가 아니었다. 돌로 갈라진 이 겨레의 자주통일에 대한 간절한 염원이 청청한 산을 찾게 했다. 산에서 민족 통일에 대한 활로를 모색했었다. 오늘은 이 발로 갈 수 없는 내 나라 내 강산 하늘가에 아득히 솟아 있는 침묵의 산들을 바라보노라면 한 맺힌 겨레의 신음소리가 우리를 귀에 들려온다. 어느 세월에 다시 하나를 이룰 것인가?”라고 쓰여 있습니다.

지난 7월 2일 고(故) 장준하 선생의 부인 김희숙 여사께서 별세하여, 경기 파주시 탄현면 장준하 공원 묘지에 합장되었습니다. 불의 앞에 곳곳이 살다 가신 두 분의 명복을 빕니다.

「맑고 향기롭게」 근본도량 길상사?

글 • 홍정근

솟을대문을 들어서면, 새소리, 계곡물 소리가 도심의 모든 소음을 잠재우고, 지치고 힘겨운 현대인이 편안한 휴식을 가질 수 있는 별장에 들어온 것 같은 기분이 느껴지는 곳이 있다.

사천왕문이나 불이문이 없이, 3공 화국 ‘요정 정치’의 중심이던 대원각 시절 가난과 부패의 경계였던 솟을대문을 그대로 사용한 일주문을 들어서면, 오방색 단청이 되어 있지 않은 한옥의 멋을 느낄 수 있다. 또한, 불교와 가톨릭의 만남이 빚어낸 섬세하고 오묘한 관세음보살상은 사찰을 찾는 사람들을 온화하게 반겨주고, 보는 이의 마음을 편안하게 해주고 있다.

스님의 목탁 소리와 염불 소리가 들

리지 않는다면 특정 종교인들만의 절이라기보다는 도시의 소음에서 벗어나 누군가에게 위로받고 싶고, 스스로를 다독이며 혼자 걸어도 좋을 정원에 있는 것 같은 느낌의 사찰이다.

서울 성북구 성북동 323번지에 자리한 대한불교 조계종 21교구 송광사의 말사인 삼각산 길상사(吉祥寺)가 바로 그곳이다.

성북동 하면 김광섭의 시가 자연히 묻어나면서 비둘기가 연상되지만, 지금은 ‘한국 전통 부촌 1번지’로 통하고, 각국의 대사관저와 고급주택들이 밀집한 곳이다.

길상사는 ‘맑고 향기롭게 근본도량’이란 수식어가 붙어져 있는데, 전각

이곳저곳에는 맑고 향기롭게를 상징하는 연꽃 문양이 새겨져 있다.

법정 스님은 1994년 3월 ‘맑고 향기롭게 살아가기 모임’ 발족 강연에서 “참선이나, 염불, 기도를 지극히 해서 마음을 맑힐 수는 있지만, 자칫 잘못하면 관념으로 빠지기가 쉽습니다. 남에게 해를 끼치지 않고 두루 착한 일을 행할 때 저절로 우리를 마음이 열리고 맑아집니다. 시절 인연이 오면 스스로 연꽃이 피어나듯, 두루 착한 일을 하면 우리의 마음은 저절로 맑아지게 되어 있습니다. 깨달음에 이르는 길에는 두 가지가 있습니다. 하나는 자기 자신을 속속들이 지켜보면서 삶을 거둑거둑 개선하고 심화시켜가는 명상이고, 또 하나는 이웃에 대한 사랑의 실천입니다. 전자는 지혜의 길이요, 후자는 자비의 길입니다. 이 두 길을 통해 우리는 본래부터 지녔던 불성과 영성의 씨앗을 틔워낼 수 있습니다”라고 지혜와 자비의 실천 운동이 맑고 향기롭게 운동이라며 말씀하

신 바 있다.



그리고 시민모임 맑고 향기롭게 10주년을 축하하는 자리에서 “맑음은 개인의 청정을, 향기로움은 그 청정의 사회적 메아리를 뜻합니다.”라며 맑고 향기롭게의 의미를 더욱더 명확하게 정의하신 바 있다. 또한 ‘한마음이 청정하면 마침내 온 법계가 청정해진다며 날로 혼탁해지고 삭막해지는 현실에서, 인간의 본래 청정한 심성을 지키며, 이웃과 나눔으로써 더욱 깊고 넓은 세계로 성숙해진다며 지혜와 자비를 한결 같이 실천할 것을 강조하신 바 있다.

길상사(吉祥寺)의 절 이름은 ‘길하고 상서로운 절이란 의미로, 묘길상

(妙吉祥) 곧 문수보살의 별칭에서 인용된 불교용어이며, 승보사찰(僧寶寺刹) 송광사(松廣寺)의 옛 이름이기도 하다.

송광사는 신라 말 혜린(慧璘)선사에 의해 창건되었는데, 창건 당시의 이름이 송광산 길상사였으며 100여 칸쯤 되는 절로 30, 40명의 스님이 살 수 있는 그리 크지 않은 규모의 절이었다고 한다. 송광산 길상사가 새로운 규모로 중창되고 한국 불교의 중심으로 주목을 받게 된 것은 고려 중기의 중창 불사를 통해 절의 규모를 확장하고, 정혜결사를 통하여 한국 불교의 새로운 전통을 확립한 근본 도량이자 참선을 중요시하는 선종사찰로 탈바꿈하게 되었다. 현재 송광사는 오늘날까지도 승보사찰로 불리는 한국의 대표적인 선종사찰로 여겨지고 있다.

법정 스님은 1993년 10월, 뜻있는 작가와 신도들과 함께 프랑스에 송광

사 파리 분원 길상사를 개원하였다. 그리고 1995년 김영한 여사로부터 대원각을 기증받아 송광사 분원 대법사로 등록하였다가, 길상(吉祥)이라는 말을 좋아하던 법정 스님이 1997년 1월 29일 창건 준비인 모임에서 처음으로 ‘길상사라는 절 이름을 공식화하였다. 당시 길상사의 운영방침으로 “모든 불자들이 자랑스러워할 아름다운 도량, 정혜결사의 정신을 이은 서울시민의 상설 수련 도량, 인재양성을 위한 새로운 교육 도량, 맑고 향기로운 세상을 위해 봉사할 보살 대중의 큰 터전, 승속이 함께 경영하는 맑고 투명한 운영체계”를 발표하는데, 이는 송광사의 중창주인 보조국사 지눌 선사의 정혜결사 운동을 이어 기복 불교에서 대중 불교와 정법불교를 지향하는 화엄 사상을 바탕으로 하고 있다.

1997년 12월 길상사 개원식에서 법정 스님은 “이 길상사는 가난한 절이면서도 맑고 향기로운 도량이 되었으면 합니다. 불자들만이 아니라 누구

나 부담 없이 드나들면서 마음의 평안과 삶의 지혜를 나눌 수 있었으면 합니다.”라고 말씀하였다.

그리고 2008년 12월 길상사 창건 11주년 기념법문에서는 “맑고 향기롭게 살아가기 운동이 없었다면 오늘의 길상사는 없었을 거라 하시며, 맑고 향기롭게 근본 도량이란 말을 들을 때마다 몸과 마음에 전율 같은 것을 느낀다.”고 하였다. 그러면서 “과연 나 자신이 맑고 향기롭게 살고 있는가를 스스로 묻게 된다”며, 많은 불자에게 “맑고 향기롭게라는 이 말은 길상사가 존속하는 한 인연 있는 모든 사람들에게 공통적인 화두가 되어야 할 것입니다.”라고 <맑고 향기롭게 살아가기 운동의 근본 도량>의 중요성을 강조한 바 있다.

그러므로 “맑고 향기롭게 근본 도량 길상사”의 의미는 법정 스님께서 주창하신 ‘맑고 향기롭게 살아가기 운동’을 지속적으로 실천하는 도량, ‘시

민모임 맑고 향기롭게 회원들의 정신적인 도량’, ‘시민모임 맑고 향기롭게 활동을 후원하기 위한 도량’, ‘맑고 향기롭게 살고자 하는 염원으로 이루어진 도량’이란 깊은 의미를 가지고 있다. 또한, 가장 더러운 흙탕물에서 아름다운 연꽃이 피어나듯, 음침한 요정정치의 중심지에서 청정도량 길상사로 피어나고자 하는 길상화 보살의 염원과 청빈과 나눔을 사회에 회향하고자 하는 법정 스님의 무소유 정신이 오롯이 담겨 있는 것이다.

“길상사가 맑고 향기로운 도량이 되게 하소서. 이 도량에 몸담은 스님들과 신도들, 이 도량을 의지해 드나드는 사람들까지도 한마음 한뜻이 되어, 이 흐리고 거친 세상에 맑고 향기로운 도량이 되게 하소서. 좋은 스님들과 신도들이 모여서 여법하고 길상스러운 도량을 이루게 하시고, 안팎으로 보호하고 있는 신도들과 불보살의 보살핌 속에 행복한 나날을 이루

게 하소서.”

법정 스님은 본인이 살아있는 한, 그리고 길상사가 존속하는 한 이 염원은 계속 이어져야 할 것이라고 당부하였다.

흔히 길상사를 ‘맑고 향기로운 도량’이라고 말하곤 한다. 그러나 분명히 해야 할 것은 ‘맑고 향기로운 도량’이란 길상사의 지향점이자 현재진행형이지, 완료형이 아니다.

국어사전에서 근본(根本)의 의미는 ‘사물이나 생각 등이 생기는 본바탕’을 뜻한다. 예의 바른 행동과 말씨를 행하는 사람을 ‘근본 있는 사람’이라고 한다. 방향도 모르고, 이쪽 저쪽 두리번거리는 것이 아니라, 근본을 알고 방향을 찾는다면 더 빨리 깨달음에 다다를 수 있을 것이다. 길상사 신도라면, 맑고 향기롭게 회원이라면 그리고 길상사와 인연 있는 사람이라면 이 시대에 길상사의 본바탕이 무엇인지, 존재하는 본질이 무엇인지 알아

야 할 것이다.

지혜가 없는 자비는 맹목적이고, 자비가 없는 지혜는 관념적이라고 하듯, 방향을 정하지 않고, 근본을 모른 채 맹목적으로 나아갈 수 없는 것이다. 법정 스님이 매일 매일 맑고 향기롭게 살고 있는지를 자책하며 기도하였듯, 길상사에 남아있는 스님들과 신도들도 매일 매일 맑고 향기롭게 살고자 염원하고 기도해야 하지 않을까?

부패한 종교 권력으로 인해 지난 10여 년간 불교 신도가 300만 명이 줄어들고, 내부적으로 반성과 성찰 그리고 청정한 계율이 회복되기를 바라는 목소리가 들려오는 이 시대에, 길상사는 법정 스님의 창건 취지에 따라 ‘근본’을 잘 실천하고 있는지 되새겨 보아야 할 것이다. 그리고 진흙 속에서도 티 한 점 없이 맑고 향기로운 꽃을 피워내는 연꽃 같은 「맑고 향기롭게」 근본 도량 길상사가 되기를 간절히 기원해 본다.

불일암(佛日庵)에서

글 • 김잠복

나는 지금 불일암 후박나무 옆 그 루터기에 앉아 스님의 법문을 듣고 있다. 암자 기둥에 매달린 묵탁과 이따금 한줄기 바람이 흐드는 처마 밑 풍경 소리가 스님의 설법이다.

도량을 쓸던 싸리 빗자루는 문간에 세워 둔 채 잠시 스님은 암자를 비우셨다. 앙상한 두 다리에 힘을 주고 서 있는 지계에는 주인의 온기가 그대로다. 새벽이슬로 다녀간 주인의 손길이 아쉬워 텃밭의 채소는 맥없이 늘어지고, 창백한 도라지꽃 두어 송이만 허리 구부려 객을 맞이하고 있다.

스님은 아주 죽은 것이 아니라 육신만 잠시 우리 곁을 떠났을 뿐이다. 이 생애 머물던 육신이 다음 생애에서 더

청아한 모습으로 태어나 우리 곁으로 와 계시다. 비록 이승을 떠났지만, 사람들의 기억에서 잊히지 않으면 살아 있는 것이나 진배없지 않겠는가. 스님은 손수 심으신 후박나무 아래 한 줌의 흙으로 와 계신다. 후박나무 등치에 귀를 갖다 대면 나지막한 법문이 흐른다.

나는 스님의 글을 수년 전부터 가까이해 왔다. 한 편의 글을 대하고 나면 청정한 숲에서 삼림욕을 하는 느낌이었다. 한 장 한 장 책장을 넘길 때마다 스님의 음성은 더 또렷해져 마주 앉아 설법을 듣고 있는 기분이었다. 맑은 정신을 다스리는 데는 더없는 보약이 되어 주었다.

몇 해 전 딸아이를 서둘러 천상으로 보냈다. 이승의 인연을 마다하고 하늘의 별로 돌아간 딸아이다. 어두운 지하 영안실에서 촛불은 몸을 비틀어 눈물을 흘렸지만, 나는 영혼의 눈물샘까지 말라 버린 장승이 되어 갔다. 감정이 마비된 덩치 큰 코끼리 장승이 허방에서 헤어나지 못하고 있을 동안, 그는 먼저 하늘나라로 올라가 이제는 떠오지도 못하는 별이 되어 있었다. 어찌면 개미 꼬리보다 짧은 명으로 이생애 왔다가 황급히 달려온 구급차라는 저승사자의 손을 덥석 잡고 먼 길을 가 버렸다.

죽음은 절대적이었다. 죽음에의 가능성은 어디에나 있어 찾아오기만 하면 죽을 수밖에 없는 것이 목숨이었다.

나는 절대자 앞에 무릎을 꿇으면서 스님의 글을 만났다. 글의 힘으로 하루하루를 버티어 갔다. 읽고 난 글은 책꽂이에다 모서려두고 숨이 턱턱 차오

를 때마다 다시 꺼내 들었다. 어떤 설법의 힘이 그보다 더할 수 있을까. 삶과 죽음은 하나이며, 죽음은 삶의 끝이 아니라, 다음 세상으로 가는 길목이라는 것을 알고 나니 견디기가 한결 편했다.

불가에서는 삶을 고행이라고 했던가. 몸담고 사는 이 세상은 참고 견디면서 지내야 하는 사바세계여서 장애가 따르기 마련이라고 했다. 삶을 소유물처럼 생각하기 때문에 그 소멸을 두려워할 뿐이다. 삶은 소유물이 아니라 순간순간의 있음이라고 하신 스님의 말씀은 새긴 이후로 삶의 방향을 수정하려 애를 썼다.

스님의 오랜 수행으로 얻은 깨우침을 가만히 앉아서 받아먹는 보약인 양 먹고 또 먹었다. 세상 모든 것은 인연 따라왔다가, 그 인연이 다한 것이 절대자의 뜻이라면 내 어찌 그를 거스릴 수 있단 말인가…….

번잡한 마음을 가라앉히기 위해 인

근의 절집을 종종 찾는다. 마음이 모이면 그곳이 도량이고 법당이지만, 절집은 또 다른 그 무엇이 있는 곳이었다. 그곳 법당 문은 언제나 활짝 열려 있고 부처님은 편안한 미소로 언제나 제라도 나를 기다리고 있었다. 부처님 가슴만큼이나 넓은 법당에서 삼배의 예를 올리고 두 손을 모으고 있으면 마음이 한없이 솔직해진다.

어느 휴일 오후였다. 법당에서 좌선에 들었다가 시간이 제법 흐른 모양이었다. 저물 무렵 막 절집 문을 나서려는데 노보살이 저만치서 나를 불렀다. 노보살의 손끝이 가리키는 데가 공양간이었다. 저녁 공양을 하고 가라며 말을 걸어오는 노보살의 어깨가 부처님의 그것을 닮아 가고 있었다. 수년 전 자식 둘을 교통사고로 잃고 난 이후로 이곳 공양주로 눌러앉으셨단다. '공수래공수거'인 인생 살아생전 좋은 업이나 짓기로 마음을 바꿔 먹었다는 말을 엄불하듯 풀어내고

있었다. 슬픔과 아픔에 절고 절어 육신은 오롯이 조금 한 줌으로 남은 모습이었다. 험한 세상 살아가노라면 어찌 상처 없기를 바라느냐며 속의 말로 읊으신다. 얼굴 가득 골진 주름은 부처님의 미소를 닮은 무늬로 승화되고 있었다.

나는 오늘 불일암에서 스님과 나란히 도량을 거닐었다. 설법은 귀보다 가슴으로 들어야 했다. "모든 것은 흘러간다. 어제는 부도난 수표 같은 인연이다. 내일도 약속어음에 불과한 인연이니, 오늘 주어진 인연에 온 힘을 다해 살아라."라는 말씀을 후박나무 등치에서 들을 수 있었다. 난데없이 두툼한 후박나무 한 잎이 내 앞에 툭 떨어지며 가르친다. '일체유심조一切唯心造'라고……. 고개를 끄덕인다. 그래, 모든 것은 내 마음먹기에 달렸지.

그렇다. 딸아이는 몇 해 전 내 곁을

떠나 머나먼 유학길에 오른 것이다. 눈에 보이는 육신은 만나기 힘이 들지만, 내면의 소리는 내가 마음만 먹으면 언제든지 들을 수 있다. 먼 곳에서 공부하는 딸아이를 생각하며 나도 무엇인가 하면서 기다리자. 그러다가 보고 싶은 그리움이 고일 적에는 편지를 써야지. 그즈음 우리들의 슬한 이야기

는 맑은 별빛이 되어 흐르리라. 불일암 주춧돌에 앉아 이런 저런 생각을 하다 보니 벌써 대숲 그늘이 키를 늘이고 있다. 하직 인사는 주인의 부재를 알지 못한 채 기다리고 있는 하얀 고무신에 해야겠다. 마하반야 바라밀.

김장복 · 경주 외동에서 태어나 경주여고를 졸업했다. 2010년 『한국수필』에서 신인상을 수상하고 문단에 나왔다. 수필집으로는 『빈들에 서다』, 『가족이 있는 풍경』이 있다. 2013년부터 울산신문 '금요산책'을 3년간 연재했으며, 울산문인협회 회원, 수필사랑문학회 회원, 공단문학회 회장직을 맡아 활동하고 있다.

- 2018년 맑고 향기롭게 강연회(일요특강) - '여성 인권 (성평등)'에 대해서

8월 26일(넷째 일) 오전 11시 / 설법전

유일영 / 인권교육활동가

불교의 근본 사상은 지혜와 자비, 생명 존중과 평등일 것입니다.

"모든 중생에게 불성이 있다"는 가르침은 모든 사람이 평등하다는 민주적 인권 선언인 것입니다.

시민모임 맑고 향기롭게와 길상사는 11월까지 '인권' 전문 강사를 모셔서 일요특강을 진행하고 있습니다.

'인권'에 관심있는 분들의 많은 청강을 부탁드립니다.

길

글 • 김유정

며칠 전 거리에서 우연히 한 청년을 만났다. 그는 나를 반겨 다방으로 끌어다 놓고 이 이야기 저 이야기 하던 끝에 돌연히 충고하여 가로되, “병환이 그러시니만치 돌아가시기 전에 얼른 걸작을 쓰셔야지요?”하고 꺾꺾 웃는 것이다.

진정에서 우리나라 충고가 아니면 모욕을 느끼는 게 나의 버릇이었다.

나는 못 들은 척하고 옆에 놓인 얼음냉수를 쭉 마셨다. 왜냐하면 그는 귀여운 정도를 넘은 만치 그렇게 자만스러운 인물이다. 남을 충고함으로써 뒤로 자기 자신을 높이고, 그리고 거기에서 어떤 만족을 느끼는 그런 종류의 청춘이었던 까닭이다.

얼마 지난 뒤에야 나는 입을 열어

물론 나의 병이 줄연히 나을 것은 아니나 그러나 어쩌면 성한 그대보다 좀 더 오래 살는지 모른다. 그리고 성한 그대보다 좀 더 오래 살 수 있는 것이 결국 나의 병일는지 모른다. 하고 그러니 그대도, “아예 부주의 마시고 성실히 사시기 바랍니다.” 했다.

그러고 보니 유정이! 너도 어지간히 사람은 버렸구나. 이렇게 기운 없이 고개를 숙였을 때 무거운 고독과 아울러 슬픔이 등 위로 내려침을 알았다. 그러나 나는 아직 버리지 않았다.

작년 봄 내가 한 달포를 두고 몹시 앓았을 때 의사를 찾아가니 그 말이 돌아오는 가을을 넘기기 어렵다 했다. 말하자면 요양을 잘한대도 위험하다는 눈치였다. 그러나 나는 술을 맘껏

먹었다. 연일 철야로 원고와 다투었다. 이려고도 그 가을을 무사히 넘기고 그 다음 가을, 즉 올가을을 앞에 두고 이렇게 기다리고 있는 것이다. 과학도 얼마만치 농담임을 알았다.

가만히 생각하면 나의 몸을 좌우할 수 있는 것은 다만 그 ‘길’이다. 그리고 그 ‘길’이라야 다만 나는 온순히 그 앞에 머리를 숙일 것이다.

요즘에 나는 해매던 그 길을 바로

들었다. 다시 말하면 전일前日 잃은 줄로 알고 해매고 있던 나는 요즘에 이르러서야 비로소 나를 위해 따로 한 길이 옆에 놓여 있음을 알았다. 그 길이 얼마나 멀지 나는 그걸 모른다. 다만 한 가지 내가 그 길을 완전히 걷고 날 그 날까지는 나의 몸과 생명이 결코 꺾임이 없을 걸 굳게 굳게 믿는 바이다.

〈여성〉, 1936년 8월

* 출처: 모단 에세이 / 방민호 역음

김유정(1908~1937) 소설가

강원도 춘천 출생으로 휘문고등보통학교를 거쳐 연희전문학교에서 수학했다. 가난과 폐결핵과 치질에 시달리며 29세의 나이로 요절하기까지 풍자와 해학이 생동하는 주옥같은 단편소설을 남겼다. 명창 박녹주를 사랑한 일화가 전해져 내려온다. 〈소낙비〉 〈금 따는 콩밭〉 〈봄봄〉 〈동백꽃〉 〈따리치〉 등 농촌을 소재로 삼은 단편소설과 〈형〉 등의 자전적 소설이 있다.

매미의 눈물

글 • 김용미

무더운 여름 한낮
온통 초록 빛깔이 시야를 끈다

순간, 매미 소리에
내가 어디에 있는지
무엇을 하고 있는지
나무가 보이지 않는다

나는 언제나 멀리 바라보지를 못했다

가까운 소리에 귀멀고
가까운 형체에 눈멀어
그가 내 작은 발가락 틈에 끼이고
뜨거운 프라이팬 위에서 달달 볶이고
차고 매서운 바람에 내몰려 남몰래 울고 있는 줄 몰랐다

이제야 그는
네 남자가 아니라 세상의 남자라고
내 여자가 아니라 세상의 여자라고
커다란 날개 하나를 달아 준다

그러곤 천천히 숨죽이며 속삭인다
나는 그래도
숲 안에 있을 때가 가장 행복하다고.

김용미 • 동양 전통 꽃꽂이 연구가이자 시인 우리가 일상에서 쉽게 접할 수 있는 말들을 시의 문맥으로 흡수하여 자신만의 감각으로 난해하지 않고 부자연스럽지 않게 편안한 세계로 이끄는 흡인력을 가지고 있다.

맑고 향기롭게 모바일 앱(APP) 안내

스마트폰 사용자를 위해 맑고 향기롭게 홈페이지 모바일 버전과 앱(APP)을 구축하 시민모임 맑고 향기롭게의 활동소식을 모바일로 쉽게 만날 수 있습니다.

- 앱 설치방법
모바일(스마트폰) - 구글 play스토어 - 맑고 향기롭게 검색 - 다운로드 - 설치

약품의 보관과 사용기한

우리가 약국에서 처방에 따라 조제한 약을 사거나, 일반의약품을 구매하였을 때는 그 약품의 사용설명서, 약품용기에 표시된 보관기준이나 약사가 설명한 보관방법에 따라 올바르게 보관해야 합니다. 개봉한 의약품은 즉시 사용하고 사용하지 못할 경우는 제조사에서 제공하는 정보에 따릅니다. 약품의 품질이 유지되도록 하려면 보관 장소를 청결하게 하고, 적절한 온도와 습도를 유지하고 빛의 투과를 방지하고 환기가 잘 되는 곳에 보관하도록 해야 합니다.

약품의 일반적인 보관온도는 실온, 냉장보관이 있으며, 실온은

1~30℃, 냉장은 2~8℃를 의미합니다. 그 외에도 냉소는 1~15℃, 상온은 15~25℃를 의미합니다. 장소에 따라, 여름에는 30도씨 이상의 온도가 되거나, 겨울에는 영하의 온도가 될 수 있으니 보관 장소를 정할 때 주의해야 합니다. 또한, 차광 보관해야 하는 약품은 빛에 노출되지 않도록 합니다.

“약품을 냉장 보관하면 더 오래 사용할 수 있나요?”

냉장고 내부는 습기가 많은 장소이므로, 일반적인 약품의 보관장소로 적합하지 않고, 냉장 보관해야 하는 약품만 냉장고에 보관해야 합니다. 체온에서 쉽게 녹는 좌약, 시럽

으로 조제된 항생제 등은 냉장고에 보관합니다. 건조 항생제 시럽제 등은 가루 상태의 약품과 물에 녹인 후의 시럽 상태의 보관 방법이 다르므로 반드시 보관조건과 사용가능 기간을 확인해야 합니다. 인슐린 주사제도 허가사항에 따라 보관하며, 일반적으로는 개봉 전에는 냉장보관, 개봉 후에는 실온 보관합니다. 그 외에, 냉장 보관해야 하는 약품들에는 베타갈락토시다제, 데스모프레신 또는 칼시토닌 비강분무제, 라타노프로스트 안약 등이 있습니다.

“이런 약들은 냉장 보관하면 안 됩니다.”

가루약은 습기를 피해 보관해야 하므로 습기가 많은 냉장고에 보관하지 않고 건조한 밀폐용기에 보관해야 합니다. 천식에 사용하는 흡입제는 습기가 있고 차가운 냉장고 등을 피해 실온에 보관합니다. 또한, 냉장보관으로 인해 쓴 맛이 강해지

는 약품도 있으므로 냉장 보관하라고 안내를 받았거나 약 포장에 표시되어 있는 경우에만 냉장 보관해야 합니다.

“약품 복용 시에는 보관한 약품의 색깔, 맛, 냄새도 확인해 보세요.”

습기에 의해 약품이 변색되거나, 보관해 둔 시럽제의 색깔, 맛과 냄새 등이 변경되었을 경우는 사용하지 않는 것이 좋습니다.

“연고류는 언제까지 사용할 수 있나요?”

연고류는 포장 그대로의 상태로 받거나 구매한 경우에는 개봉 후 6개월까지 사용할 수 있습니다. 그러나, 작은 용기나 캡슐 등에 떨어져 주는 연고제의 경우는 조제일로부터 한 달이 지나면 사용하지 않아야 합니다. 연고류도 안약과 마찬가지로 뚜껑을 잘 닫아서 보관조건에 따라 보관하며, 용기에 개봉 날짜와

개봉 후 사용할 수 있는 날짜를 같이 적어두면 안전하게 투약할 수 있을 것입니다. 만약, 사용기간 내이더라도 연고에서 물이 흘러나오는 등의 변화가 생기면 사용하지 말아야 합니다.

“안약은 포장에 표시된 사용기간까지 사용하면 될까요?”

안약은 보관조건에 따라 보관해야 하며, 용기에 표기된 사용기간은 개봉 안한 상태에서 보관 시의 사용기간을 의미합니다. 안약을 개봉하면 표시된 사용기간은 훨씬 짧아지며, 개봉 후 보관할 때는 뚜껑을 잘 닫고, 사용기간이 별도로 적혀 있는 않는 경우라도 한달 내에 사용을 종료해야 합니다. 용기 포장에 표시된 사용기간과 실제의 사용기간이 다른 안약의 경우는 용기에 개봉 날짜와 개봉 후 사용할 수 있는 날짜를 같이 적어두면 안전하게 투약할 수 있을 것입니다.

“왜 약품의 포장은 각기 다른 걸까요?”

빛에 의해 약품이 변하기도 하고, 습기와 열에 약한 약품이 있어 보관 환경이 달라야 하므로 포장도 각기 다를 수 있습니다. 빛과 습기를 차단해야 하는 경우는 알루미늄 재질의 블리스터 포장이 적용되므로, 복용 시마다 하나씩 개봉해서 복용하도록 합니다.

“어린이나 유아뿐만 아니라 다른 사람도 먹거나 닿지 않도록 해주세요.”

약을 복용하는 환자 외에는 다른 사람들이 그 약에 노출되지 않도록 해야 합니다. 약품 보관시에는 어린이나 유아의 손에 닿지 않도록 합니다. 또한, 남성용 발모제나 항암제 등의 약품은 피부 접촉이나 흡입으로 인한 문제 등을 유발할 수도 있으므로, 복용해야 하는 환자 이외에는 다른 사람이 손을 대거나 약에 노출되지 않도록 주의를 합니다.

“약품은 포장 상태대로 설명서와 함께 보관하세요.”

의약품의 원래 용기나 포장상태를 유지하여서 보관해야 하며, 설명서도 함께 보관합니다. 종합감기약, 소화제와 진통제 등의 약국에서 구매할 수 있는 일반의약품들은 포장과 설명서를 함께 보관하고 포장지에 표기된 날짜가 사용기한입니다. 처방에 의해 조제된 약은 처방전이나 약 이름이 표시된 봉투와 함께 넣어 보관하는 것이 좋습니다.

“이 약을 언제까지 사용해야 하나요?”

처방전을 받아서 약국에서 조제한 약은 처방일수와 약품의 유효기간을 비교하여 조제되었으므로 의사의 처방에 따른 처방일수를 지켜서 복용하는 것이 원칙입니다. 예를

들어, 30일의 처방약이라면 최소한 조제일로부터 30일 이상의 유효기간이 남아 있는 약으로 조제를 했다는 뜻입니다. 그런데, 이 조건도 보관 조건을 준수했을 경우만 해당하고, 복용일이 경과했다면 유효기간을 알 수 없고 약효 보장도 어려우므로 폐기해야 합니다.

“약품을 사용하지 못하게 되었어요, 어떻게 폐기하나요?”

약품을 적절하게 보관하지 못하였거나, 사용기한을 넘겼을 때는 약품이 변질되었거나 약효가 없을 수 있으므로 사용하지 않고 폐기하여야 합니다. 약품을 버려야 하는 경우는 환경오염이 발생하지 않도록 근처의 약국을 방문하여 폐의약품을 수거하는 공간에 반납하도록 합니다.

위 자료는 서울대학교병원에서 제공받았으며, 무단으로 사용 시 저작권법에 의해 처벌 받을 수 있습니다. 제공된 의학 정보는 일반적인 사항으로 개개인의 특성을 반영하지 못합니다. 구체적인 사항에 대해서는 반드시 가까운 병원에 내원하여 상담을 받으시길 바랍니다.

8월 결연 대상자 - 고철수, 신영희 부부(가명)

이대로 깨어나지 않았으면...

흐느끼는 아내의 목소리, 진료를 보느라 바빠 움직이는 소리... 매우 익숙하게 들려오는 소리에 고철수 씨(가명)는 자신도 모르게 눈물을 흘렸습니다. '내가 또 깨어났구나!' 살았다는 안도감보다 곁에서 고생하는 아내에 대한 미안함과 앞으로 살아가야 할 삶에 대한 막막함이 앞섭니다.

고철수 씨는 올해 49세로 한창 일을 할 시기지만 당뇨 합병증 때문에 대부분의 일과를 병원에서 생활해야만 합니다. 저혈당으로 쓰러지기도 하고 작은 상처도 치료를 받지 않으면 쉽게 악화되어 병원에 자주 갈 수밖에 없습니다. 일이란 것은 반복하면 익숙해져서 쉽게 할 수 있게 되

지만 병원 가는 일은 매번 고난의 길입니다. 고철수 씨는 당뇨합병증으로 인해 녹내장, 백내장 수술을 받았지만 오른쪽 눈은 시력을 상실했고 왼쪽 눈까지 초점이 맞지 않고 희미하게 보여 보호자인 아내가 없이는 이동이 어려운 상황입니다. 그뿐만이 아닙니다. 입원을 하면 해결될 일이지만 병원비를 감당할 수 없어 치료를 받기 위해서는 통원치료를 할 수밖에 없습니다. 남편을 돌보는 아내도 건강한 것은 아닙니다. 아내 또한 체내에 담석이 잘 생기는 체질로 20살에 간과 쓸개의 일부분을 제거했지만 올해 초, 간에 담석이 재발하여 수술을 받았고, 현재 매우 지쳐있는 상태입니다. 고철수 씨는 쇠약한 아내에게 의지해 병원에 갈 때면 미안한 마음에 이번이 마지막이길 마음

속으로 기도하곤 합니다.

삶의 절벽 끝에 놓인 부부를 도와주세요.

고철수 씨 부부는 현재 기초생활수급자로 매월 약 80만원의 생계비를 지원 받고 있지만 치료를 위해 들어가는 비용이 많아 기본적인 생활이 매우 어려운 상황입니다. 의료보호를 받지만 아직은 자부담이 큰 CT와 MRI 촬영이 많고, 당뇨 합병증 때문에 병원에서 식사를 해야만 합니다. 또한 저혈당 등으로 몸을 가누지 못해 택시를 이용하다 보니 교통비도 만만치 않습니다. 이렇게 수입보다 지출이 큰 관계로 빚을 질 수밖에 없는 상황입니다. 다행히 주거는 1300만 원의 전셋집에서 생활하고 있어 별도의 비용은 발생하지 않지만, 심한 전기 누전으로 화장실은

스위치가 있어도 불이 켜지고 꺼지기를 반복합니다. 심지어 큰 방, 작은 방, 보일러실 콘센트는 전기가 들어오질 않아 온수를 사용하지 못하고 있습니다. 지금은 무더운 여름이라 괜찮지만 다가올 겨울을 생각하면 걱정입니다. 집 주인이 방을 빼달라고 할 것이 두려워 수리에 대한 이야기는 꺼내지도 못하고 있습니다.

삶의 절벽 끝에서 서로를 의지하며 살아가는 부부가 생활을 이어갈 수 있도록 부족한 식비 30만 원과 병원 이동에 필요한 교통비 20만 원을 포함해서 매월 50만 원의 생계비를 지원하고자 합니다. 젊은 나이에 나올 수 없는 병을 서로를 의지하며 힘겹게 견디고 있는 부부에게 여러분 의 온정의 손길이 필요합니다.

- 아름다운 마무리 후원계좌 : 신한은행 100-013-787953 사단법인 맑고 향기롭게
- 아름다운 마무리 모금 캠페인은 소식지 소개와 더불어 인터넷 다음 카카오톡 같이기지에서 진행되고 있습니다.

상대 말의 '상느바부'

글 • 고현희(공감대화 개발원장)

나의 말을 변화시켜서 소통하고 싶은 바람으로 평소애 내가 하는 말을 주의 깊게 관찰하고, 나의 말을 바꾸어 보고, 습관적으로 나오는 폭력대화를 참아 보고 계시지요? 이런 일련의 노력 중에 가장 힘든 것은 상대의 말이 불편하게 들릴 때 나도 불편한 말을 쏟아낼 수밖에 없는 상황일 것입니다. 대부분의 경우 부드러운 말을 들으면 나의 말도 부드럽게 나가게 되고, 비난의 말을 들으면 비난의 말을 뱉습니다. 상대의 불편한 대화로 말려들어 가고 나면 후회되지요? 상대의 가시 돌친 말에도 공감 대화를 하고 싶으시죠? 그러면 상대의 말에서 느낌과 바람을 찾아보세요. 그 사람이 지금 이 말

을 할 때의 느낌이 무엇인지, 바라는 것이 무엇인지를 찾아내서 그것을 말해주는 것입니다. 그러면 신기하게도 상대의 격했던 감정이 수그러들고, 대화는 긍정적으로 변화하게 됩니다. 이것이 상대를 공감해주는 것입니다.

힘든 하루를 보내고 집에 들어가니 가족이, '왜 매일 늦어요?'라고 화를 내면 그 말로 인하여 더 피곤한 생각이 들 수 있습니다. '나는 뭐 늦고 싶어서 늦는 줄 알아요? 나도 피곤하다고요!' 라고 대답한다면 서로 기분이 언짢아질 것입니다. 이런 순간 상대의 말에서 '상느바부' (상황 느낌 바람 부탁을 줄인 말)를 찾아

보세요.

상대의 상황 : 이번 주 계속 늦는 것에

느낌 : 화가 난다.

바람 : 퇴근 후 바로 집에 와서 가족과 시간을 보내기를 원한다.

부탁 : 적어도 일주일에 2일은 저녁 식사를 가족과 함께하기를 부탁한다.

이렇게 상대의 상느바부를 찾아서 그것을 말해주면 원활한 소통이 됩니다. 그 이후에 나의 상느바부를 하시면 더욱 소통할 수 있게 됩니다.

'왜 매일 늦어요?'

'내가 이번 주 계속 늦어서 화났어요?'

'네.'

'퇴근 후 바로 집에 와서 가족과 함께 시간을 보내기를 바라는 거지요? 일주일에 적어도 2일은 저녁 식사 같이 했으면 해요?'

'네. 그러길 바라요.'

'나도 그러고 싶은데, 이번 주는 약

속이 계속 잡혀서 엄청 피곤하네요. 이번 주 상황을 이해해주길 바라는 데 어떻게 생각해요?'

'알겠어요, 다음 주는 일찍 오세요.'

서울 시청 앞에서 택시를 타고, '길상사 가는데, 삼청동 길로 가주세요.'라고 요청했을 때 '그 길이 얼마나 막히는데...'라고 기사가 통명스레 말한다면 기사의 느낌과 바람은 무엇일까요? 아래 칸에 적어보세요.

기사의 상황 : 삼청동 길로 가달라는 말을 들으니

느낌 : _____

바람 : _____

부탁 : 안전하고 빨리 가는 길을 서로 의논해볼까요?

자신의 의견을 어떻게 말해야 할지 모를 때 공감 대화의 상느바부.

내 안의 나를 찾아

글 • 전 민(작가)

공식에 맞추어 말하면 도움이 됩니다. 상황은 ‘~을 들으니’ 혹은 ‘~을 보니’로 시작하고, 그 때 느낌과 바람을 찾아서 상대에게 부탁하는 것입니다. 내 입장에서 상.느.바.부.를 자연스럽게 말할 수 있도록 연습이 된다면, 그다음 상대의 말을 들었을 때 상대의 상.느.바.부.를 알 수 있게 됩니다. 물론 상대의 상.느.바.부.는 짐작해서 말해주는 것이기 때문에 상대가 ‘그렇지 않습니다.’라고 할 수 있습니다. 그렇지 않다면 다시 상대의 상.느.바.부.를 짐작해서 말씀하시면 됩니다. 저는 3번이나 상대의 상.느.바.부.를 짐작해서 말했지만, 상대가 3번 모두 ‘아니요.’라고 한 적도 있습니다. 이런 경우는 상대도 나도 혼란스러운 상태가 되지요. 그럼 ‘3번이나 아니요.’라는 말을 들으니 무척 혼란스럽네요.’라고 하면 됩니다.

그 기사는 조금 전에 삼청동 길에서 나왔는데 그 길이 꼭 막혀있는 것을 보았다면 삼청동 길로 가주세요.

요.’라는 말을 들었을 때 무척 답답할 수 있습니다. 내비게이션의 도움을 받아서 다른 길을 선택하기 원하겠지요? 그렇게 기사의 느낌과 바람을 짐작한다면, 기사와 이렇게 말할 수 있습니다.

‘길상사 가는데, 삼청동 길로 가주세요.’

‘그 길이 얼마나 막히는데...’

‘기사님, 삼청동 길로 가달라는 말에 답답하세요? 안전하고 빠른 다른 길을 생각하고 계세요?’

‘네. 조금 전에 그 길에서 나왔는데 많이 막히더라고요.’

‘어느 길로 갈지 의논하고 싶으세요?’

‘네. 다른 길로 가면 어떠세요?’

더위가 한창입니다. 8월의 맛은 더위와 수박과 독서, 그리고 무엇에 있을까요? 공감 대화와 함께 지혜롭게 8월을 즐기시기 바랍니다.

바다 냄새가 난다. 하얀 파도가 밀려온다. 거친 포말을 일으키며 달리는 수상스키! 윈도우에 누워 낮잠을 자는 농부와 주인 대신 참외 밭을 지키는 누렁개의 하품이라. 매미들이 제 세상을 만난 듯 목청을 돋운다.

여름은 바다와 계곡이 그리워지는 계절이다. 사람들은 더위를 피해 집을 떠난다. 도시의 거리가 몰라보게 한산해지면 여름은 절정이다. 그들은 모두 어디로 가는 걸까.

지난여름 나는 한낮의 땀별이 내리쬐는 길을 따라 성북동 길상사의 여름 선(禪) 수련회에 갔다. 종교간 담장이 없는 게 좋아 가끔 들르곤 하던 곳이었다. 그때 나는 언제 뒤집힐지 모르는 조각배에 몸을 싣고 망망

대해로 나가는 심정이었다.

일주문부터 편안함을 주는 경내에 들어서니 얽은 바람에 흔들리는 풍경이 먼저 나를 맞았다. 간소한 차림으로 갔으나 휴대폰이나 시계 따위 더 내려놓아야 할 것들이 나왔다. 먹물 들인 티셔츠와 혈령한 바지로 갈아입고 간단한 필기도구를 가지고 자리에 앉았다.

모든 진행은 철저한 묵언 속에서 이루어졌다. 꼭 필요한 말은 메모지에 썼다. 침묵은 사물들을 어떤 밀도로 감싸서 나를 한껏 깊고 충만하게 만들었다. 아침저녁으로 백팔배를 올리고 세기 발우공양을 하고 나머지 시간은 대부분 참선을 했다.

오랜 시간 가부좌를 틀고 앉아 거

북이 등껍질처럼 굳어진 마음을 녹이는 일은 쉽지 않았다. 하루를 견디지 못하고 짐을 싸는 사람도 있었다. 생각이 왔다 갔다 하면서 10분이라는 시간이 그렇게 길게 느껴질 수가 없었다. 잡히지 않는 화두, 도무지 어느 길에서 잃어버렸는지도 모르는 나를 찾는다는 게 그리 쉬운 일이던가.

끊임없이 지나가는 생각과 여러 갈래로 흩어지는 마음을 거둬들이는 것은 불안하고 험클어진 나와 조용히 손잡는 일이기도 했다.

“소리 없는 소리를 들어보십시오.”
코끝에서 들락날락하는 숨소리를 따라가길 수십 번, 어느 순간 내가 보였다. 모래무지 잡고 깔깔거리며 물장구치던 냇가의 어린 나. 그 안에 내가 말했다.

‘어디 갔다 이제 왔나?’

수련 기간 중에는 차수(叉手)도 필수였다. 손을 앞으로 가지런히 모으

고 다니며 정갈한 마음 상태를 유지하는 과정. 휴식 시간이면 나는 바람과 계곡의 물과 숲이 만들어내는 초록의 향연에 몸을 맡겼다. 아무것도 덧입히지 않은 있는 그대로의 모습으로 나를 편안히 놓아두었다. 마당가에 철 이르게 피어있는 개미취와 눈을 맞추고 있으니 백석의 시구가 떠올랐다.

‘여승은 합장하고 절을 했다. 가지취의 내음새가 났다.’

개울가 언덕에 새집처럼 올라앉은 스님들의 처소를 바라보고 있자니 마음 다스리는 일이 곧 도량이라던 큰스님의 말이 스쳐갔다.

간간이 날아와 법문을 전하는 새들의 소리도 귀담아 들었다. 그러게 집이든 사람이든 그 안에 무엇을 담느냐가 중요한 거라. 어떤 생각을 심느냐에 따라 삶이 판판으로 달라진다 이거지. 마음이 만들어내는 바람의 방향에 따라 고통과 평안이, 행과 불행이 나타나지 않더냐 말이야.

여름을 겨울로 만드는 것도, 겨울을 여름으로 만드는 것도 마음인 것을.

마지막 날은 자정을 넘기고 새벽이 올 때까지 친팔십 번의 절을 했다. 힘을 모으기 위해 두 편으로 나뉘어 ‘척가’를 부르며 엎드리고, ‘모니불’로 응답하며 일어섰다. 내 몸이 내 몸이 아니었다. 도중에 포기하고 싶은 마음이 간절했다. 그러나 여기서 밀리면 나는 끝장이라는 생각으로 버텼다. 땀인지 눈물인지 콧물인지가 비처럼 흘러내렸다. 힘겹게 몸을 엎드리 나를 낮출 때마다 한 끼씩 벗겨져 나가던 이기심. 나중에는 도반들 입에서 방언 같은 말들이 튀어나왔다. 등~~ 종이 울리며 마지막 절을 마쳤을 때의 희열이라니. 그 벽찬 가슴으로 새벽별이 쏟아져 들어왔다.

나이 덕인가. 그때 찝뚱터위 속에서 견디었던 고행 때문인가. 이제 나

는 웬만한 삶의 파도 앞에서 엄살이나 수선을 떨지 않는다. 다만 가만히 침묵으로 응수한다. 헛된 상(象)에 사로잡혀 나를 괴롭히는 일이 얼마나 어리석은 짓인가를 알았다. 더는 내려갈 곳 없는 밑바닥, 마음을 내려놓는 곳에서 평화와 새로운 꿈이 잉태되는 삶의 원리를 조금 깨우쳤다고 할까. 한 번 더 동참하라고 하면 선뜻 대답이 나오지 않을 강도 높은 극기의 시간이었지만 참나를 만나는 소중한 경험이었다.

이 여름에 나는 다시 어느 길 위에서 있으려나. 굳이 산 속 깊은 암자가 아니라도 세상 한가운데 미망의 배 한 척 띄워놓고 오롯이 나와 마주할 그 시간에 나는 또 어떤 소리를 듣게 될까.

여울을 휘돌아 나가는 물결, 쓰름매미가 배에 한껏 공명을 넣고 있다.

전민 • 충남 당진에서 태어나 경영학을 공부했다. 「수필과 비평」과 「에세이문학」으로 등단했고, 맥심 문학회(현, 동서문학) 회장을 역임했다. 현재 에세이문학 편집위원, 한국수필문학진흥회 이사, 한국문인협회, 복춘시사, 담쟁이 회원으로 활동하고 있다.

잔치국수

글 • 권오분

낮이 긴 여름에 병원에 입원해 있는 환자들은 길어진 시간 때문인지 더 지루하고 고생스럽다. 환자들은 자기의 몸이 고달프니까 그러려니 하더라도 아픈 환자와 늘 함께 있어야 하는 보호자들도 힘이 더 든다. 모두 건강하게 살 수만 있다면 좋겠지만, 우리 마음대로 할 수 없는 일기에 순간을 행복하게 그리고 건강하게 지내야한다고 하는가 보다.

어머남께서 병원에 계실 때 나는 여름날이면 국수를 삶아 가고는 했다. 병원 식당에서 천오백 원이면 사 먹을 수 있는 음식이지만 매일 사 먹기가 부담스러운 가난한 보호자들도 많다. 집에서 병원까지 한 시간이 더 걸리는데 국수를 삶아 가면 불지 않

느냐고 걱정들을 하지만, 압력솥을 이용하면 문제는 쉽게 해결된다.

오래전부터 나는 연료비를 절약하고자 압력솥을 사용해 왔다. 주변 사람들은 ‘혼자서 그래 보았자...’고 대수롭지 않게 생각할지는 모르겠지만, ‘나 하나만이라도...’가 나의 철학이다. 그래서 밥도 국도 라면도 국수도 옥수수나 감자, 고구마 등도 언제나 압력솥을 이용한다. 일반솥보다 60% 정도나 연료를 절약할 수 있을 뿐만 아니라 맛도 훨씬 좋기 때문이다.

국수는 물이 끓기 시작할 때 잘 흔들어 넣고 압력을 잠그면 금세 꼭지가 딸랑거린다. 그럴 때 수돗물에 담

가 압력을 떨어뜨려서 국수를 꺼내 찬물에 행구면 면발이 매끄럽고 쫄깃하다. 사람들에게 아무리 간단한 일이라고 설명을 해도 엄두가 나질 않는다고 하는데 내가 삶아 놓고도 신기할 정도로 쫄깃쫄깃하다. 압력솥에 삶은 국수는 잘 불지가 않아서 몇 시간이 지나도 그대로다. 단지 압력솥에다 삶았을 뿐인데 말이다. 풋고추와 깨소금 그리고 참기름을 넣은 양념간장만 뚜껑 있는 통에 흐르지 않게 잘 채기면 열서너 명이 먹을 수 있는 국수 준비가 끝이 난다. 사발면 그릇을 모아 두었다가 병원에 있는 냉온수기에서 찬물을 담고 양념장 한 숟가락씩 없어서 환자와 보호자들에게 나누어 주면 아무리 입맛이 까다로운 사모님이라도 시원하고 맛있다고들 한다. 그리고 빈손으로 들어오는 것 같았는데 이 많은 국수가 어디에서 나온 거냐고 신기해한다. 7인실에 입원해 계셨으니 아무리 적어도 보호자까지 합치면 언제

나 열 명 이상의 사람들이 병실에서 함께 생활하고 있는 셈인데, 걸핏하면 냉국수 잔치를 했으니 내가 생각해도 신기한 일이다. 정수기가 있으니 뜨거운 국수를 먹고 싶은 사람은 뜨거운 물을 부으면 되니까 얼마나 좋은 세상이란 말인가. 내과는 장기 입원 환자가 많아서 항상 가족 같은 분위기였다. 어쩌면 ‘동병상련’의 상황이기도 하고, “이게 다 얘기 엄마가 삶아 나르는 국수 때문이라우. 전에 입원했을 때는 이렇지 않았고 얼마나 냉랭했는데...”라고 말하는 사람들의 말처럼 국수 때문인 듯도 하고...

몇 천원도 안 되는 재료비에 노력과 사랑을 조금만 보태면 한 사람의 수고로 열댓 명이 행복해지는데 그렇게 많이 남는 장사를 왜 안 하겠느냐며 닉살을 떨며 말하면, 열 배나 폭리를 취하는 ‘악덕 국수장수’라며 모두 갈갈대며 웃는다. 때로는 어머

님께서 네가 저 사람들 머슴이나, 병원에 소풍 온 줄 아느냐고 언짢아하시기도 했지만, 내가 마음의 손익계산서를 따져서 설명을 드리면, “니가 너무 힘들어서 병이라도 날까 봐 걱정이 되어서…”라고 말씀하셨다. 어머니는 진정으로 내 걱정을 하기도 했지만 음식 재료 중에 가장 싼 소면 몇 봉지 값도 절약해야 할 만큼 어려운 세월을 사셨기 때문에 아까운 마음도 있으셨을 게다. 그렇지만 내가 여간해서 밖에서 사먹지 않기 때문에 그 돈을 계산해서 쓰면 많이 남는다고 늘 이익보고 사는 방법을 말씀드리면 “야야, 내가 졌다. 실컷 퍼 돌리고 많이 남겨라.”라고 말씀하시며 어머니께서는 고개를 돌려 버리셨다.

지금 어머니는 돌아가셨지만, 여름날이면 가끔 전화가 걸려온다. 그때 그 국수만큼 맛있는 국수를 먹을 수가 없다고.. 맛있는 국수를 만

드는 방법은 양념만 적게 넣으면 된다고 해서 시키는 대로 했는데 자기가 하나까 맛이 없다며 지난 그 시간을 추억하기 위한 전화였다. 지나가다가 잠깐 꽃을 보러 왔노라고 들리는 사람들에게도 나는 국수를 삶아낸다. 삶아 행귀서 김치랑 간장만 차려 내는 데 5분밖에 걸리지 않을뿐더러 나만의 국수로 손님들께 대접하는 게 좋기 때문이다. 나의 5분이라는 작은 수고로 그들이 따뜻하게 그리고 배부르게 먹을 수 있다면 이는 단순히 배를 채운 것이 아니라 정을 채운 것이라 생각한다.

“아줌마! 지금도 국수 만드세요?”라고 전화가 오면 얼마나 반가운지 모른다. 그러면 나는 나처럼 앞뒤로 남는 국수장수도 없을 거라고 자랑을 한다. 가끔 큼지막한 수박을 들고 국수 먹자고 들리는 사람들이 있다. 미안한 마음에 화를 내면 “이 집에 주면 또 여럿이 나누어 먹을 것 아니니까 나도 남는 장사 좀 하려구 그

러는데 왜 야단을 치느냐.”라고 말하며 내 말문을 막아버린다.

사람들이 모두 많이 남는 장사를 하면 좋겠다. 물질이 아닌 정신이 풍요해지고 마음이 부자가 되도록 말

이다. 5분의 투자로 50년을 행복할 수 있고, 50년 동안 할 이야기가 있으며, 50년을 함께할 수 있는 벗들을 얻을 수 있는 이 멋진 투자! 이것이 야말로 진정한 가치 투자가 아닐까.

권오분 • 동네에서 밥 퍼주는 아줌마로 소문난 권오분님은 과거 「맑고 향기롭게」 소식지에 오랫동안 글을 연재했으며, 자연을 사랑하고 환경을 생각하는 글들을 주로 써왔다. <제비꽃 편지> <꽃으로 여는 세상> <아름다운 우리 숲 찾아가기> <공제> 등이 있다.

시민모임 맑고 향기롭게 후원

‘길이 열리는 만큼 물이 흐르듯 본 모임의 사업은 회원님께서 후원해 주시는 만큼 펼쳐집니다. 맑고 향기롭게 모임은 100% 회원님의 후원금으로 운영되고 있습니다.’

후원계좌 기부 : 국민은행 817-01-0253-129 (사)맑고 향기롭게

※ (사)맑고 향기롭게 회원으로 가입하시면 활동소식을 비롯하여 법정 스님의 글과 삶의 지혜가 담긴 일차고 유익한 월간「맑고 향기롭게」을 정기적으로 받아 볼 수 있습니다.

※ 맑고 향기롭게 소식과 법정 스님 글을 홈페이지와 모바일 앱(APP)으로 만날 수 있습니다.

※ 회원 가입은 홈페이지(www.clean94.or.kr)나 사무국으로 방문하셔서 신청해주시면 됩니다.

※ 후원해 주신 모든 기부자께는 연말정산 소득공제를 위한 기부금영수증을 발급해 드립니다.

오리엔트 특급

글 • 강인철(작가)

터키 여행은 버스를 이용할 때가 많다. 사막이나 진배없는 빈 대지를 달리다 보면 뜻밖의 곳에서 썩똥맞은 건물이 나타나 여행자들을 놀라게 한다. 인적도 없는 곳에 어떻게 저런 건축물이 있을까 싶을 정도로 제법 고색창연한 게 크기도 하다. 알고 보니 과거 실크로드의 대상들이 머물렀던 숙소(caravan sarai)이었다고 한다. 몇백 년을 거슬러 켜켜이 쌓인 문화와 그들의 체취를 엿볼 수 있다는 건 행운이다.

그렇게 동쪽에선 대상들이 실크로드를 따라 낙타몰이로 동방의 문물을 실어 날랐고 서쪽에서는 유럽인들이 증기기관차를 이곳까지 끌고 왔으니 그것이 영화로도 유명세

를 떨쳤던 '오리엔트 특급'이다. 아시아와 유럽이 한 곳에서 만났던 종착역으로 유명해진 이스탄불의 '시르케 지역'은 현지 여객 손님보다 지구촌의 관광객들이 더 많았다. 대합실에 앉아 영화 <오리엔트 특급>의 명장면들을 떠올리며 마셨던 커피 한 잔이 왜 그리도 달콤했는지..

학창 시절부터 터키의 옛 모습이 꼭 보고 싶었다. 종착역에서 보스포루스 해안을 따라 한참을 걸었다. 15세기 중엽 콘스탄티노플이 함락되고 동로마제국이 쇠하면서 가까스로 도망쳐 온 사람들이 터를 잡아 살기 시작했다는 옛 마을 페네(Fener)지가 거기 있었다.

마을 언덕엔 원색으로 단정한 집들이 알록달록했고 베란다에는 크고 작은 빨래들이 바람에 춤을 추고 있었다. 남해 바다를 끼고 있던 통영의 '동피랑'이 오버랩 돼서일까, 낯설지가 않았다. 공을 차며 노는 아이들이나 이방인에게 눈치를 주지 않는 주민들의 친절이 더위를 가시게 해주었다.



이곳 터키와 그리스도 우리와 일본처럼 가깝고도 먼 이웃의 역사를 견지하며 늘 불편한 관계의 연속이었다. 하지만 지금 페네 지구엔 동로마 제국부터 이어져 온 그리스계 정교회의 총대주교가 터키인들에게 사랑과 평화를 몸으로 실천하며 상생

의 삶을 살고 있다니 진정으로 훌륭하고 용감한 일이 아닐 수 없다. 유대인, 아르메니아인, 그리스인 등 다양한 인종이 원~원 하며 살아가고 있는 이곳을 그래서 동서양 '문화의 용광로'라 했었나 보다.

이스탄불

둘째 날 어렵사리 박물관에 도착했으나 그곳은 소피아 대성당이였다. 이를 어쩌나, 혹 잘못 찾아온 건 아닌가 싶어 멈칫했는데 그건 아니었다. 그곳은 분명 역사 속의 성당, 모스크, 교회가 혼재된 살아 있는 박물관이었다.

죽자 사자 싸움이 심했던 중세, 당시 이곳은 '콘스탄티노폴'이었고 비잔티움제국의 수도였다. 어느 날 오스만제국의 마호메트 2세가 무력으로 침탈을 했고 도시의 이름조차 '이스탄불'로 바뀌 버린 다음 기독교 흔적을 하나씩 지우기 시작했다. 문화유산들이 차례로 부숴지던 중 '소피



2018년 숲기행 맑고 향기로운 암자를 찾아서

1. 숲기행 일정 : 8월 25일(넷째 토요일)

일자	장소	숲 특성
8/25	대전사 주왕암	중국 고대의 주왕이 신라로 피신 와서 머물렀다는 주왕굴과 아들이 주왕의 왕생극락을 기원하며 지은 절 주왕암 * 현재 접수중
9/15	변산 월명암	1,300여 년의 역사를 가진 변산반도 능가산 법왕봉에 자리잡은 암자로, 인도의 유머가사, 중국의 방가사와 더불어 세계 불교 삼대 거사인 부설거사가 딸을 위해 창건한 토굴 * 회원 신도, 봉사자 : 8월 27일부터 접수 * 비회원 일반 : 9월 3일부터 접수

2. 탑승지

- 길상사 일주문 : 오전 6시 10분 / 한성대역 5번 출구 : 오전 6시 20분 / 양재역 2번 출구 : 오전 7시 (시간을 정확히 지켜주세요)

- 전년도 3만 원 이상 후원 회원에 한하여 할인 가능하며 신규 회원은 후원금 납부하여 3개월 후 참여 가능
- 길상사 신도(신도증 소지자 등)
- 가족 참석은 직계 가족 1인으로 한함

3. 참가비

- 회원 및 신도 : 30,000원 / 일반인 : 40,000원
- 입금처 : KEB하나은행 257-890001-69804 / 여금주맑고향기롭게
- 참가비 환불 원칙 및 자세한 내용은 홈페이지 참조

5. 접수방법

- 전화 및 방문 접수(02-741-4696)

4. 할인 안내

아 대성당만은 너무 아름답고 웅장하여 차마 부술 수가 없었다나? 그대신 이슬람 사원으로 대체 사용했다니 고양이가 쥐 생각한 모양새다. 역사는 다시 흐르고 지금은 박물관으로 세계의 사람들에게 그 속살을 내주고 있다. 천만다행이다.

성당인지 사원인지 박물관인지 한참을 헷갈렸지만 그러나 그 모든 흔적들이 고스란히 뒤섞인 채 흘러간 역사를 말해주고 있는 모습이 차라리 고마웠다. 기둥에는 이슬람 사원이었음을 증명이라도 하듯 아랍어가 선명했고 2층 갤러리에는 초기 기독교 성화가 어마어마하다. 그 가운데엔 금빛 휘황한 성모자상 모자이크가 마호메트 쿠란 장식과 사이좋게 어우러진 곳도 있다.

대개는 중국에서 페르시아까지를

실크로드라 하지만 그것은 동방 루트요, 여기서부터는 다시 이어지는 서방의 실크로드가 로마에 닿아야 비로소 온전한 끝이 된다. 유럽의 동쪽 끝이자 아시아의 서쪽 끝이 하나의 도시를 이루고 있는 이스탄불이 바로 그 시始와 종終인 셈이다. 동방과 서방이 만나고 교류했던 역사의 현장을 거닐고 있으니 꿈만 같다.

그런데 옥에 티일까, 이슬람주의와 세속주의 간 종교적 충돌로 유혈 사태까지 벌어지고 있는 오늘의 터키 현실, 두 종교를 함께 아우르고 있는 소피아 성당의 침묵에서 답을 찾을 수는 없을까. 우리와는 6·25 참전의 인연으로 '형제국'이나 다름 없는데 제발 싸우지들 말고 조용히 살았으면 좋겠다. 선 굵은 터키 국민들의 역사 인식에서 지혜로움을 기대해 본다.

강인철 · 충남 금산에서 태어나 「에세이21」 가을호로 등단했고, 현재 문화유산국민신탁 홍보대사, 서울시교육청 재능기부 강사로 활동하고 있다. 저서로는 《5부자 라이브 인 USA》 《이름이 뭐길래》 등이 있다.



2018년 맑고 향기롭게 강연회(일요특강)

‘인권’에 대해서

인권은 사람이라면 누구나 당연히 가지는 기본적 권리입니다. 인권은 다른 사람이 함부로 빼앗을 수 없는 것이고, 태어나면서부터 자연적으로 주어지는 권리입니다. 우리 사회에는 피부색, 성별, 신체적 특징 등에 따라 부당하게 대우받거나 차별받는 경우가 있습니다.

인종에 따른 차별, 여성에 대한 차별, 장애인 차별, 탈북자에 대한 편견과 차별로 인해 인권 문제가 대두되고 있습니다.

불교의 근본 사상은 지혜와 자비, 생명 존중과 평등일 것입니다. 사회적 약자들의 인권을 보호하고, 인간의 존엄성을 존중하는 것이 부처님 가르침의 근본이라 생각됩니다.

맑고 향기롭게와 길상사는 3월부터 11월까지 '인권'에 대해서, 일요특강을 진행합니다. 관심있는 분들의 많은 참여를 부탁드립니다.

- ◆ 언제 : 넷째 일요일(사시예불 마친 후)
- ◆ 어디서 : 서울 성북동 길상사 살법전

8월 26일(넷째 일) 초청 강사 / 여성 인권(성 평등)

유일영 / 인권교육활동가

- 더 이음 사무국장
- 시민사회단체연대회의 시민교육위원회 기획위원
- 전) 한국여성단체연합 국장

2018년 인권 강의 일정		
강연 일자	초청 강사	강연 주제
8월 26일	유일영	여성 인권 (성 평등)
10월 28일	송재영	인권과 평화
11월 25일	모찬석	가정 인권

※ 강의 일정은 사정에 따라 변동될 수 있습니다.



맑고 향기로운 삶을 사는 일에 뜻을 함께해주세요

시민모임 '맑고 향기롭게'의 활동에 대한 의견이나 제안, 궁금한 점이 있으면 본 모임 홈페이지 회원제안 게시판에 이용해주세요. 그리고 회원님의 변경된 정보(주소, 전화번호 변경 등)나 직접 발간하신 저서, 글, 공유하고 싶은 이야기 등이 있으면 사무국으로 방문 또는 전화, 편지, 전자 우편으로 알려주세요. 또한, 청정한 마음과 세상 그리고 자연을 더욱 맑고 향기롭게 가꿀 수 있는 여러 활동이나 참신한 아이디어 공유해주시길 본과의 만남을 기다립니다.

맑고 향기롭게 정기 자원활동 봉사자 모집

*** 맑고 향기로운 반찬 나눔 조리 활동**
(사)맑고 향기롭게는 우리 주변에 홀로 사는 어르신, 장애인, 결혼가정 500여 가정에 매주 목요일과 금요일에 반찬 27지를 나누고 3월에서 11월 둘째 목요일에는 배추김치를 나누고 있습니다. 또한 반기별로 농협상품권과 명절에는 생필품을 나누고 연말에는 김장김치를 나누고 있습니다.

*** 진인 노인요양원 자원활동**
진인 노인요양원 자원활동은 오전에는 시설 청소, 주방 봉사를 하고, 오후에는 어르신과 어울려 민요, 국악 등 놀이 활동으로 진행됩니다. 매일 둘째 토요일 오전 8시 30분, 안국역 1번 출구 옆 골목에 모여 이동합니다.

*** 서울노인복지센터 자원활동**
서울 종로구 안국역 옆에 위치한 어르신 이용 시설 서울노인복지센터에서는 매일 2,000여 명이 넘는 어르신들께 무료로 점심을 제공하고 있으며, 맑고 향기롭게 자원활동팀은 매주 월요일에 참여하고 있습니다. 함께 동참하고 싶은 분들은 오전 10시까지 서울노인복지센터 1층 식당으로 오셔서 맑고 향기롭게 자원활동팀을 찾으시면 됩니다.

*** 아름다운 만남 - 청소년 자원활동**
'아름다운 만남' 자원활동은 노인 자살예방 캠페인 '아름다운 마무리'의 연장선상으로, 본 모임에서 밑반찬이나 전화 말벗 등 사례관리를 하고 있는 어르신들의 집을 청소년 봉사자들이 직접 방문하여 다양한 정서적 지지 활동을 하는 프로그램입니다. 관심 있는 청소년 봉사자를 수시로 접수하고 있습니다.

*** 의류 리폼 자원활동 봉사자 모집**
맑고 향기롭게 의류리폼 자원활동은 생활 속에서 실천하는 작은 환경운동으로 안 입고, 못 입는 자투리 천을 이용하여 각종 소품이나 재 활용품을 만들어 길상사 경내에 개점한 '맑고 향기로운 가게'를 통해 판매하고, 수익금은 세상 사업 기금으로 적립하고 있습니다. 매주 화요일 길상사내 세계일화실에서 오후 12시부터 4시까지 의류리폼활동이 진행되고 있습니다. 함께하실 봉사자를 찾습니다.



간편한 CMS 후원

금융결제원의 중개를 통해 후원자님의 계좌에서 후원금을 인출하여 본 모임으로 입금되는 방식으로 은행을 직접 방문하는 번거로움이 없습니다. 사무국으로 직접 방문 혹은 본 모임 홈페이지에서 CMS후원 가입을 신청하면 됩니다.

자동이체 후원

후원자님이 원하시는 일자에 매월 일정 금액이 본 모임으로 입금되도록 하는 후원 방법으로 주민등록증, 통장, 도장을 지참하고 직접 은행을 방문하여 신청하는 방법입니다. 후원 금액 변동이나 중단 시 신청하신 은행에 직접 가셔야 합니다.

일시 후원

뜻 깊은 일이나 기념일을 어려운 이웃과 함께 나누고자 하는 경우, 정기적인 후원이 부담되는 경우, 본모임 회원은 아니지만, 활동에 공감하여 일시적으로 후원하고자 하는 경우, 다달이 소식을 받아보는 우편비로 소정의 금액을 후원하고자 하는 경우에 직접 본모임 후원계좌로 입금하는 방법입니다.

※ 본모임 회원으로 등록되지 않은 분 중에 '연말정산 기부금 영수증' 발급이 필요하신 분은 인적사항이 필요하므로 사무국으로 연락해주세요.

지로 후원 안내

가장 전통적인 방법으로 우편 배송되는 지로 용지나 지로 번호를 통해 금융기관에 납부하면 본 모임의 계좌로 입금됩니다.

- 지로 번호 : 7618372

지로 번호로 은행에 가지지 않고도 인터넷(www.giro.or.kr)에 접속하여 직접 납부하실 수 있습니다.

8월 중앙모임 정기 활동 안내

<마음을 맑고 향기롭게>

- 소식지 우편 발송 자원활동 : 2일(목)/오전 10시~12시(세계일화실)

<세상을 맑고 향기롭게>

- 맑고 향기로운 반찬 나눔 자원활동 : 매주 목, 금요일/오전 9시 30분~오후 2시
 - 감치 나눔 자원활동 : 3월~11월 둘째 목요일(9일)/맑고 향기롭게 반찬 나눔 조리장(길상사 주차장 위)/양념이 물어도 괜찮은 옷차림
 - 서울노인복지센터 점심 무료급식 자원활동 : 매주 월요일/오전 10시~오후 2시/배식, 설거지, 식탁 정리, 수저 나누기 활동/수시 모집 중/자원 활동가 교육 후 봉사
 - 진인 노인요양원 원내 청소 및 오후 놀이마당 정기 자원활동 : 둘째 토요일(11일)/오전 8시 30분/안국역 1번 출구 옆 골목
 - 아름다운 만남(청소녀)과 독거어르신과의 만남 : 셋째, 넷째 토요일(18, 25일)
- #### <자연을 맑고 향기롭게>
- 의류 재활용 봉사모임 : 매주 화요일/오후 12시/세계일화실

- 천연화장품 만들기 강좌 : 짝수 달 매주 수요일/오후 1시 30분/세계일화실

<정기 재정 후원>

- 시각장애인 호송 단체 '부름의 전화' 정기 후원
- '월곡 청소년 센터' 위탁운영 및 물품 후원

- 서울 지방 변호사협회 결연 청소년 지원
- 제주도 극빈 어르신 정기 물품 지원
- 자혜원(아동 양육시설) 후원
- 인도 다람살라 잠양(jamyang) 비구니스님 학교 후원

후원계좌안내 (CMS, 계좌입금)

- '길이 열리는 만큼 물이 흐르듯 본 모임의 사업은 100% 회원님의 후원금으로 운영되고 있습니다.'

- (사)맑고 향기롭게 회원으로 가입하시면 활동소식을 비롯하여 법정 스님의 글과 삶의 지혜가 담긴 달차고 유익한 월간 '맑고 향기롭게'을 정기적으로 받아볼 수 있습니다.

❖ 일반사업 후원계좌

국민은행 817-01-0253-129
KEB하나은행 201-890400-87705
농협 029-01-199412

❖ 아름다운 마무리 후원계좌

신한은행 100-013-787953

❖ 장학금 후원계좌

KEB하나은행 220-890015-10204

❖ 결식이웃 후원계좌

국민은행 817-01-0255-458

• 예금주 : (사)맑고 향기롭게

* 후원하신 금액은 연말정산시 소득세법 및 법인세법에 의해 소득공제 혜택을 받을 수 있습니다.

• 문의 : 02.741-4696 / 홈페이지 : www.clean94.or.kr

• 이메일 : clean94@hanmail.net • 주소 : 서울 성북구 선잠로5길 68 길상사내



대구모임 (053-753-8883)

- 대구모임 2층은 회원모임 공간과 사무실로 3층은 법정스님 자료와 도서, 대중강연을 진행할 수 있는 공간으로 꾸몄습니다. 3층공간은 대관으로 공간을 나누고자 합니다. 많은 관심 부탁드립니다.
- 홀로 어르신 말반찬 조리, 배달 및 말벗 나눔 : 매주 수요일 / 음식조리활동(10시~13시), 배달 및 말벗활동(19시~21시)
- 연꽃 피는 집(치매노인 요양시설) 정기방문 자원봉사활동 : 매월 셋째 화요일/ 대구은행 본점앞9시출발/목욕,식사도움,빨래장리,말벗
- 청도 운문사 봉사 : 매월 둘째 주 금요일 9시 / 대구은행 본점 앞 9시 / 공양 준비 및 공양 재료 다듬기, 청소 등
- 햇살청소년지원사업 : 가정폭력, 성폭력 피해 청소년 물품 및 문화정서 지원 / 분기별 성폭력 가정폭력 피해과정과 함께 명상 및 문화기행
- 정기 자원 활동가 모집 (사)맑고 향기롭게 대구모임은 소외된 이웃에게 나눔을 실천함으로써 삶의 행복을 찾고자 하는 분들의 참여를 수시로 기다리고 있습니다.
- * 홀로어르신 반찬 나눔 조리봉사 : 매주 수요일 오전 10시
- * 맑고향기롭게(소식지)발송 : 매월 초
- * 사육 관리 및 청소 : 월중 수시
- * 홀로어르신 반찬 나눔 배달봉사 : 매주 수요일 오후 7시

몸살림 기공체조 강좌 수강생 모집

대구모임에서는 기와 혈이 통하는 기공체조 수강생을 모집합니다. 현재 매주 월, 수, 목 저녁 8시 대구모임 사육 3층 서로배움터에서 태극권, 형의권, 팔괘장 정통계승 및 기공활법 활기공 전수자이며 현재 대체의학 테라피를 진행하고 있는 백무현 선생님을 모셔서, 매주 월, 수, 목 오후 8시에 강좌를 진행하고 있습니다. 수업은 1시간 내외로 진행되며, 수강료는 대구모임 회원에 한하여 50% 할인하여 월 6만원입니다. 많은 참여바랍니다.

- 장소: 맑고 향기롭게 대구모임 사무국 (대구 남구 봉덕로9길 84-2 2층) / 문의: 053-753-8883



대구모임 (053-753-8883)

맑고 향기롭게 대구모임 서로 배움터 '맑고 향기로운 일곱 빛깔 아카데미 강좌' 안내 매월 둘째주 금요일 7시

- 8월 10일(금) / 김병찬(구미 선주고등학교 역사교사) '역사 속에서 찾는 배려와 나눔의 정신'
- 9월 14일(금) / 김채민(PM 강사 숲 연구소 소장) '치매 어르신을 가장 잘 아는 전문가의 치매이야기'
- 10월 12일(금) / 서효정(메디시티 대구 의료서비스 디자인 연구원) '스타일 UP을 위한 이미지 개선 법'
- 11월 9일(금) / 허윤미(한국웃음다이어트협회 교육이사) '100세 건강시대 가는 웃음 건강법'
- 12월 14일(금) / MC달래(전문 사회자, 푸른방송 케이블TV 리포터) '엄마가 즐거우면 아이들도 행복하다.'
- 장소: 맑고 향기롭게 대구모임(대구 남구 봉덕로9길 84-2 3층) / 문의: 053-753-8883

법정스님 책임기모임 '일기일회' 함께해요

매월 셋째 주 금요일 저녁8시에 회원들이 함께 모여, 법정스님의 저서 읽기 모임인 '일기일회'를 진행하고 있습니다. 법정스님의 말씀과 지혜를 책에서 배우고 나누는 시간을 함께 할 참가자를 모집합니다.

후원 : 대구은행 002-05-016277-8 (사)맑고 향기롭게 대구지부



경남모임 (055-266-0170)

- **결연가정 후원**: 월 생활비 지원, 밑반찬 및 김장김치 나누기 / 매월 둘째, 넷째 목요일 오후 4시/명절 및 가정의 달 세대 방문 성금 및 생필품 전달
- **장학금 후원**: 결연세대 청소년 장학금 지원
- **외부 시설 봉사활동**
-보현행원 : 무료노인요양원으로 매월 셋째 수요일 말벗 및 빨래 노력봉사 / 오전 9시 30분 사무국 출발
-사파복지회관 : 무료급식소(자비 공양의 집), 매월 넷째 주 화요일과 매주 토요일에 점심준비 및 설거지, 배식 봉사 / 오전 10시~오후 2시
-해 뜨는 교실 : 봉림 청소년 문화의 집, 저소득층 공부방으로 매월 첫째 목요일 오후 5시 학습지도 및 간식 지원/초등·중등 40명 지원
- **천연화장품 만들기 모임**: 매월 첫째, 둘째 금요일 진행/오후 1시30분/사무국
- **친환경 수세미 나누기**: 매월 둘째 화요일 모임 및 친환경 수세미 판매
- **위안부 할머니 지원활동**: 지역 내 홀로 생활하시는 위안부 할머니 찾아뵙기 및 지원활동
- **선 수련 모임**: 매주 금요일 저녁 7시 / 열린법당 '미하연'
- **회원 만남의 날**: 매월 넷째 수요일 오전 11시 / 사무국
- **정기 후원자 및 자원 활동가 수시 모집**

후원 : 농협 932-01-002933

(사)맑고 향기롭게 경남지부

광주모임 (062-236-3129)

- **점심공양나눔**: 매주 월요일부터 금요일까지 고령, 저소득, 독거어르신을 대상으로 천원의 밥상(점심)운영/오전 9시30분~오후 2시/봉사자 및 후원자 모집 (김치 담그기 / 매주 토요일 공양 나눔 센터)
- **자비의 도시락 나눔 활동**: 매주 월요일부터 금요일까지 독거노인, 장애인, 소년소녀가장 세대를 위한 도시락 나눔
- **광주모임에서는 동구 산수동에 지역 회원들의 친목과 불자들의 소통, 나눔의 공간으로 맑고 향기로운 가계무소유 찻집을 운영하고 있습니다. 회원님의 많은 관심과 동참을 부탁드립니다.**
- **독서모임**: 법정 스님의 저서를 매월 선정하여 읽고 회원들과 함께 교류 / 매월 둘째 수요일 / 사무국
- **노래모임**: 건전가요, 명곡 노래 교실
- **장학사업**: 가정환경이 어려운 고등학생을 선발하여 3년간 학비 전액 지원
- **장터 및 바자회 운영**: 회원 및 이웃 대상으로 생필품 교환, 기증 헌 옷 판매, 농산물 직거래, 친환경제품 판매
- **쓰레기 줍기 캠페인**: 연중 회원 및 봉사자들과 주변 환경 및 사찰 주변 쓰레기 줍기 캠페인 전개
- **천연화장품 만들기**: 매주 월요일 오후 2시/천연 세숫비누, 빨래비누, 천연 화장품
- **정기 후원자 및 자원 활동가 수시 모집**

후원 : 농협 355-0018-7812-13

(사)맑고 향기롭게 광주지부

길상사 소식 Tel:(02)3672-5945 / Fax:(02)3672-5947

금강경 독송 천일기도

- 일시 : 매일 오후 2시
- 장소 : 극락전
- 동참금 : 5만원 /각 회차(100일)
- 설판도 받고 있으니 많은 동참 바랍니다.

천수다라니 33독 기도

- 일시 : 8월 4일(토) 오후 6~8시
- 장소 : 극락전
- 한 가지 소원의 성취를 일념으로 발원하고 신묘장구대다라니를 독송하면 관세음보살의 가피력으로 원하는 바가 속속성취되는 영험한 기도가 천수다라니 기도입니다.
- 개인 축원입니다.
- 공양물(떡, 꽃, 쌀 등) 설판 받습니다.

백중 천도재 (49재)

- 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전
- 백중 4재 : 8월 4일
- 백중 5재 : 8월 11일 (반려동물들 조축)
- 백중 6재 : 8월 18일

백중 막재 및 하안거 해제 법회

- 일시 : 8월 25일 (토) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

관음재일

- 일시 : 8월 5일(목) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전
- 매달 관음재일에는 인등접수자 축원이 있습니다.

수능기도 입재

- 일시 : 8월 8일(수) 오후 2시
- 장소 : 극락전
- 수능기도 공양물(떡, 꽃, 쌀 등) 설판 받습니다.

삼천배 철야정진

- 일시 : 8월 11일(토) 오후 8시 ~ 8월 12일(일) 새벽 3시 40분
- 장소 : 극락전

초하루기도 및 법회

- 일시 : 8월 11일(토) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

추계관음기도

- 일시 : 8월 26일(일) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

지장재일

- 일시 : 8월 28일(금) 오전 9시 50분
- 장소 : 지장전

일요특강 '인권'에 대해서

- 길상사에서는 11월까지 넷째 일요일에 "인권 (여성, 장애인, 아동, 봉사자 등)에 대해서" 라는 주제로 일요특강을 진행하고 있습니다. 신도님들의 많은 관심부탁드립니다.
- 넷째 일요일(사시예불 마친 후 진행됨)
- 장소 : 길상사 설법전

8월의 길상사 정기 법회 기도

기도명/법회	날짜	시간	장소
백중4재	8월 4일(토)	오전 9시 50분	극락전
다라니기도		저녁 6시	극락전
관음재일	8월 5일(목)	오전 9시 50분	극락전
삼천배 철야정진	8월 11일(토)	저녁 8시	극락전
백중5재		오전 9시 50분	
초하루법회		오전 9시 50분	
백중6재	8월 18일(토)	오전 9시 50분	극락전
백중막재	8월 25일(토)	오전 9시 50분	극락전
추계관음기도 입재	8월 26일(일)	오전 9시 50분	극락전
지장재일	8월 28일(화)	오전 9시 50분	극락전
극락전기도	매 일	새벽 4시/오전 9시 50분 /저녁 7시	극락전
지장전기도	매 일	새벽 4시/오전 9시 50분 /저녁 7시	지장전
금강경독송 천일기도	매 일	오후 2시	극락전
일요가족법회	매주 일요일	오전 11시	설법전
청년회법회	매주 일요일	오후 3시	설법전
중·고등법회	매주 일요일	오전 11시	중고등 법회실
어린이법회	매주 일요일	오전 11시	소강당
새신도 교육	매주 일요일	오후 1시	소강당

◆ 길상사 스리랑카 성지순례 참가자 모집 ◆

- 일정 : 2018년 10월 24일(수) ~ 10월 31일(수) / 6박 8일
- 동참금 : 270만원 (단, 카드 결제 시 5만원 추가)
- 모집인원 : 30명

일자	성지순례
10/24(수)	인천국제공항 집결, 인천-콜롬보 출발
10/25(목)	콜롬보 도착 후 기원전 5세기부터 10세기동안 스리랑카의 수도였던 아누라다푸라 로 이동하여 유적지 순례 후 최초의 불교 전래지인 미한탈레 참배, 칸달라마 의 호텔 투숙
10/26(금)	시기리야 로 이동, 바위궁전 하늘요새 및 동굴, 프레스코화 참관 후 폴로나루와 로 이동, 자연 바위석에 3체-좌불, 입불, 와불을 조성한 대표적인 칼비하라 사원 참배
10/27(토)	기원전 1세기에 조성된 담불라 동굴사원 답사 후 마텔리로 이동하여 향신료의 정원을 방문 후 캔디 에서 스리랑카의 전통민속쇼 관람, 부처님 치아 사리를 모신 스리랑카 제 1의 성지 캔디 불치사 저녁예불 참배
10/28(일)	수천종의 식물박물관인 로알보타닉칼가든 방문 후 해발 1890M에 자리한 실론티의 고장 누와라엘리아 로 이동, 영국풍의 우체국, 재래시장 방문
10/29(월)	아름다운 해변 휴양지인 아흥갈라 로 이동하여 해변에서 자유시간
10/30(화)	콜롬보로 이동하여 2500년 전 부처님께서 방문한 켈라니아 사원 과 강가라마 사원 참배 및 콜롬보 시내 관광 후 공항으로 이동하여 출국 수속
10/31(수)	인천 국제공항 도착 후 해산

- * 상기일정은 천재지변이나 현지사정 등으로 변경될 수 있습니다.
- * 종무실 안내 책자 비치 및 홈페이지에 자세한 내용 게시되어 있습니다.
- * 문의 및 접수 : 길상사 종무소(02. 3672-5945)

시민모임 맑고 향기롭게 후원 안내

'길이 열리는 만큼 물이 흐르듯 본 모임의 사업은
100% 회원님의 후원금으로 운영되고 있습니다.'

마음을 세상을 자연을 맑고 향기롭게 가꾸는 사업에 뜻을 함께해주세요.

정기후원/ 편리한 CMS 자동이체 신청하기

정기 후원 회원
가입

맑고 향기롭게 홈페이지 접속 가입서 작성
맑고 향기롭게 사무국 방문 가입서 작성
www.clean94.or.kr

온라인 후원

중앙모임
02-741-4696

- 일반사업 후원계좌
국민 817-01-0253-129
KEB하나 201-890400-87705
농협 029-01-199412
- 결식이웃 후원계좌 국민 817-01-0255-458
- 아름다운 마무리 후원계좌 신한 100-013-787953
- 장학금 후원계좌 KEB하나 220-890015-10204

대구모임
053-753-8883

대구 002-05-016277-8

광주모임
062-236-3129

농협 355-0018-7812-13

경남모임
055-266-0170

농협 932-01-002933

* 후원하신 금액은 연말정산시 소득세법 및 법인세법에 의해 소득공제 혜택을 받을 수 있습니다.
은행에서 직접 자동이체를 신청하신 경우에는 (사)맑고 향기롭게 지부 사무국으로 전화주셔서
회원등록 절차를 진행해주셔야 연말정산 기부금영수증을 발급해드릴 수 있습니다.