

마음을, 세상을, 자연을

맑고 향기롭게

Malgo Hyanggiropge

only practice virtue
can only make our hearts
purified and emptied.

11 2025

맑음은 개인의 청정을,
향기로움은
그 청정의 사회적
메아리를 뜻합니다.

- 法頂





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



2025 / 11

시절 인연	02	정직과 진실 - 2
법정 스님 따라 하기	07	국자는 국 맛을 모른다
선재동자와 함께 떠나는 선지식 여행	10	적정음해(寂靜音海) 주야신 - 2
법정 스님 편지	14	이곳 날씨는 우리나라의 초가를 날씨다
법정 스님 향기	16	법정 스님이 사랑한 '음식'
다시 만나는 법정스님	18	나그네 길에서
맑고 향기롭게 사는 사람들	22	맑고 향기롭게와 길상사 소식

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 사랑합니다
- 꽃 한 포기, 나무 한 그루 가꾸며 삽시다
- 덜 쓰고 덜 버립니다.



2025년 11월 1일 발행 / 통권 369호 / 등록일 1999년 6월 23일 / 신고번호 성북라00004호

발행 편집인 덕조 / 기획 편집 홍정근

발행처 (사)맑고 향기롭게 : 서울시 성북구 선잠로 5길 68 길상사 내

전화 (02)741-4696 팩스 741-4698

디자인 인쇄 디자인나경

홈페이지 <http://www.clean94.or.kr>

대표메일 clean94@hanmail.net

길상사는 맑고 향기롭게 살아가기 운동을 실천하고 전파하기 위해 법정 스님에 의해 창건된 사찰입니다.

전화 (02)3672-5945 팩스 (02)3672-5947

홈페이지 <http://www.gilsangsa.or.kr>

대표메일 kilsangsa@hanmail.net

정직과 진실 - 2

2003년 8월 12일 길상사 하안거 해제 법문

기도는 처음부터 끝까지 묵묵히 간절하게 이어가야지 다른 생각을 해서는 안 됩니다. 어떤 영험이라든가 결과에 집착하지 마십시오.

입시 기도라고 해서 반드시 합격한다고 보장해 주지는 않습니다. 물론 합격해야겠지만, 기도한 사람들 모두 합격하는 건 말이 안 되죠. 그러나 간절한 마음이 자녀에게 전해져, 장애 없이 자기 실력이 발휘될 수 있는 것입니다. 흔히 기도 중에 무슨 꿈을 꾸었다며 얘기를 하는 사람이 있는데, 꿈은 실체가 없는 허망한 것입니다. 우리가 정진하고 기도하는 것이 꿈에서 깨어나기 위해 하는 것입니다. 잠든 사람만이 꿈을 꾸니다. 깨어 있는 사람은 꿈을 꾸지 않습니다.

무슨 일이든지 결과를 바라지 말고 그 자체에 의미를 두어야 합니다. 내가 그날 기도할 때 기쁘고 고마워했으면 그것으로 충분한 겁니다. 나머지 일은 내가 알 바 아닙니다. 그 자체에서 기쁨을 누릴 수 있으면 되는 것입니다.

거듭 말씀드립니다. 기도하는 사람은 깨어 있는 사람입니다. 깨어 있는 사람에게는 사는 일이 늘 새롭습니다. 날마다 새로운 날이 됩니다.

신앙인들은 각자 나름의 생활 규범이 있어야 합니다.

그 집안 나름의 가풍이 있듯이 신앙생활을 하는 사람들도 각자 원願과 생활의 규칙을 세워서 지키려고 노력해야 합니다. 추상적인 계획보다, 더 구체적으로 내가 어떻게 하루하루를, 내 인생을 어떻게 보내야겠다는 자기 삶의 규범, 생활의 규칙을 세워야 합니다.

어떤 사람의 생활 규칙을 소개하려고 합니다. ‘람 다스Ram Dass’라는 사람이 있었습니다. 그는 한때 하버드 대학교수로 있다 어떤 계기로 이름을 인도식으로 바꾸고, 명상 수행자가 되는데, 이 사람의 생활 규칙 몇 가지를 소개해 드리겠습니다.

우리가 바쁜 시간 속에서 살면서 하루에 최소한 1시간 정도는 조용히 앉아 있는 습관을 들여야 합니다.

하루 1시간 조용히 앉아 있을 수 있겠습니까? 그건 습관이 안 들어서 그런 겁니다. 절에 다닌다고 하면서, 부처님의 가르침을 열심히 믿는다고 하면서 실천을 안 하고 입으로만 불자라고 해서는 안 됩니다. 앉아서 염불을 하거나, 참선을 하거나, 사경을 하거나 24시간 중에 최소 1시간 정도는 유혹에 빠지지 말고 순수하게 자기 자신이 존재하는 시간을 가지라는 겁니다.

몸을 너무 편하게 길들이지 말아야 합니다.

저는 폭신한 이부자리에서는 잠을 못 잡니다. 지금도 대나무 침상에 넓은 이불 한 장 깔고 잡니다. 딱딱한 바닥에서 잠을 자라는 것은 몸을 너무 편하게 하지 말라는 겁니다. 몸을 너무 편하게 하면 정신이 맑을 수가 없습니다.

이런저런 생각을 하다가 잠들지 말고, 명상을 하다가 잠들도록

하라.

꿈자리가 사납다고 하는 것은 자기 전에, 이 생각 저 생각을 많이 해서 그런 것입니다. 주사야몽晝思夜夢, 낮에 생각했던 것이 밤에 재현되는 게 꿈입니다. 꿈이 없어야 숙면이 됩니다. 자기 전에 조용히 앉아서 내가 오늘 24시간을 이렇게 살았구나, 감사하면서 조용히 자기 자신을 들여다보면서 잠이 들면 숙면이 되고 꿈으로부터 방해를 받지 않습니다.

적게 먹고 적게 입는 것이 건강의 비결이고 장수의 비결입니다. 말은 간단하지만 쉬운 일이 아닐 겁니다. 요즈음 병원마다 북새통인데, 예전처럼 못 먹어서가 아니라 너무 먹어서 탈이 나서 병원에 가는 겁니다. 짐승들은 음식을 잔뜩 먹고 소화제 같은 걸 먹는 일이 없습니다. 평생 나를 위해 수고하고 있는 위장이 쉴 수 있는 시간을 주어야 합니다. 배가 고프다는 시간이 쉬는 겁니다. 될 수 있으면 오후는 가볍게 먹는 게 신상에 이롭습니다. 생태학자들이 밝혀놓은 건데 요즘 우리가 먹는 음식 중에 온전한 음식이 거의 없다고 합니다. 우유만 하더라도 젖소가 병이 많이 생기니 항생제를 투여하고, 성장 호르몬을 먹입니다. 자라나는 아이들에게 그런 걸 먹여서, 고도비만 현상이 일어나고 있습니다.

또 간소하게 입으라는 겁니다. 옷이 날개라고 해서 이것저것 너무 값비싼 걸 걸치지 말라는 겁니다. 헐벗은 이웃이 있는데 혼자 명크 옷을 입고 과시하는 사람이 있습니다. 물론 생활 여유가 있어서 그런 사람들을 간섭할 바는 아닙니다. 그러나 될 수 있으면 짐승 껍데기 같은 옷을 입지 마세요. 업이 되어서 이다음에 몸을 바꿀 때 자기가 좋아했던 명크 속으로 들어가게 됩니다. 웃지 마세요. 짐승 껍데기를 평소에 좋아하면 그게

업이 되어 이다음에 몸을 바꿀 때 그런 위험이 있다는 겁니다. 인물이라는 게 옷 잘 입어서 나오는 게 아닙니다. 그 사람이 착하고 아름답게 살면 저절로 그 얼굴에서 빛이 나는 겁니다.

사람들과는 될 수 있는 대로 일찍 헤어지고, 그 대신 자연과 가까이하라. 아주 좋은 말입니다. 친구 한 번 만나면 오랜만에 만났다고 다시는 만나고 싶지 않을 정도로 진을 다 빼놓는 사람들 얼마나 많아요? 만남에는 여운이 있어야 합니다.

텔레비전이라든가 신문이 세상 돌아가는 걸 알려주는 정보 매체인데, 사실은 우리가 살아가는 데 그렇게 많은 정보가 필요하지 않습니다. 우리가 듣지 않아도 될 것, 보지 않아도 될 것을 쏟아놓음으로써 오히려 날마다 상처를 받고 있습니다. 정치인들이 몇십억, 몇백억씩 해 먹었다는 뉴스가 날마다 나오니까, 돈에 대한 강박이 이상해졌습니다. 그런 정보 지식이나 연속극에 너무 매달리지 말라는 겁니다. 될 수 있으면 그런 정보로부터 멀리 해서 맑은 정신을 지나라는 겁니다.

모든 일에 최선을 다하라. 그러나 그 결과에 집착하지 말라. 내가 최선을 다하게 되면 최선의 결과가 옵니다. 미리 결과를 앞당겨서 걱정해서는 안 됩니다. 무슨 일이든 중간에 그만두지 말고, 끝까지 최선을 다하되, 집착하지 말라는 의미입니다.

끝으로 죽음을 끝으로 생각하지 마십시오. 죽음이 우리를 받쳐 주고 있기 때문에 순간순간 사는 일이 새로운 것입니다. ‘풀이나 벌레들처럼 우리는 언젠가는 죽을 것이다. 삶다운 삶을 살아야 죽음다운 죽음을 맞이할 수 있음을 잊지 말라.’

삶다운 삶, 즉 사람다운 삶을 살아야 죽음다운 죽음을 맞이할 수 있다는 것을 명심하십시오.

다시 한번 말씀드리겠습니다. 이 사람의 생활 규칙인데 이런 사람도 있다는 걸 생각하고, 참고가 된다면 우리들 자신의 생활 규칙에도 도움이 되면 좋을 겁니다.

하루 한 시간은 조용히 앉아 있는 습관을 들이라.

딱딱한 바닥에서 잠을 자라.

이런저런 생각을 하다가 잠들지 말고 명상을 하다가 잠들도록 하라.

간소하게 먹고 간소하게 입으라.

사람들과는 될 수 있는 대로 일찍 헤어지고, 그 대신 자연과 가까이하라.

텔레비전과 신문을 무조건 멀리하라.

모든 일에 최선을 다하라. 그러나 그 결과에 집착하지 말라.

풀이나 벌레들처럼 우리는 우리도 언젠가는 죽을 것이다. 삶다운 삶을 살아야 죽음다운 죽음을 맞이할 수 있다는 사실을 잊지 말라.

여러 불자님들도 각자 자기 나름의 생활 규칙을 세워서 보다 바람직한 삶을 이루시기 바랍니다.

- 이 글은 2003년 8월 12일 법정 스님이 길상사 극락전에서 하안거 해제 법문으로 하신 말씀을 정리하였습니다. 이 법문은 어떤 책으로도 출간되지 않았으며, 2회(10월~11월호)에 걸쳐 연재되었음을 알려드립니다.

2. 법정 스님 따라 하기

국자는 국 맛을 모른다

부처님이 슈라바스티에 계실 때였다. 성안에 80살이나 된 바라문이 살았는데, 그에게는 많은 재산이 있었다. 그는 완고하고 어리석은 데다가 몹시 인색하고 탐욕스러웠다.

그는 특히 집짓기를 좋아했다. 앞에는 사랑채, 뒤에는 별당, 시원한 다락이 있고 따뜻한 방이 있으며, 동서로 이어진 수십 칸의 회랑이 있었다. 아직 별당의 차양 일을 끝내지 못했을 뿐이었다. 그는 품삯 주는 것이 아까워 몸소 일을 경영하고 지휘 감독했다. 그때 부처님은 그 늙은 바라문이 그날 해를 넘기기 전에 죽을 것을 미리 내다보셨다. 그런 줄도 모르고 노인은 이 일 저 일 챙기느라 정신없이 돌아다니고 있었다. 부처님은 그를 가엾이 생각하고 위로하기 위해 시자 아난다를 데리고 그의 집을 찾아갔다.

“얼마나 수고가 많으십니까? 집을 이렇게 거창하게 지어 누가 살려고 그러는지요?”

노인은 자랑스럽게 대답했다.

“앞 사랑채에서는 손님을 접대하고 뒤 별당은 내가 거처하고, 저쪽 집은 자식들이 살고 이쪽 집에는 종들이 거처하고, 또 저 창고에는 재물을 간직해 둘 것입니다. 여름에는 시원한 다락에 오르고 겨울에는 따뜻한 방에 들어가 지낼 것입니다.”

부처님은 말씀하셨다.

“마침, 생사에 관계된 일이라 말씀드리고 싶은데, 잠시 일손을 쉬고 나와 이야기를 좀 나누실까요?”

늙은 바라문은 급히 대답했다.

“지금 한창 바빠서 앉아 이야기할 겨를이 없습니다. 뒷날 다시 만나서 이야기를 듣도록 하지요.”

부처님은 간단히 계송만을 읊으셨다.

자식이 있다고 재산이 있다고
어리석은 사람은 뽐내는구나
그러나 이 ‘나’도 내가 아니거니
자식이라 재산이라 무엇을 자랑하리
더울 때는 여기서 거처하리라
추울 때는 저기서 거처하리라
어리석은 사람은 미리 염려하지만
닥쳐오는 재난은 알지 못하네

부처님이 그 집을 나온 후 노인은 서까래를 올리다가 서까래가 떨어지는 바람에 머리를 다쳐 그 자리에서 목숨을 잃었다.

부처님은 마을 어귀에서 여러 사람의 바라문을 만났다. 그들은 다가와 부처님께 인사를 했다.

“어디 다녀오시는 길입니까?”

“방금 죽은 노인 집에 가서 그를 위해 설법을 하려고 했으나 그는 바쁘다고 다음으로 미루었소. 세상일이 덧없음을 알지 못한 채 지금 막 저승으로 간 것이요.”

부처님은 바라문들에게 계송의 이치를 말씀하셨다. 그들은 그 계송을 듣고 기뻐했다.

부처님은 다시 다음과 같은 계송을 읊으셨다.

어리석은 자가 지혜로운 이를 가까이하는 것은
마치 국자가 국 맛을 모르듯이
아무리 오래도록 가까이해도
그 진리를 알지 못하네
어진 이가 지혜로운 이를 가까이하는 것은
마치 혀가 음식 맛을 알 수 있듯이
비록 잠깐 동안 가까이하더라도
참다운 진리의 뜻을 아네

어리석은 사람이 하는 일은
그 자신의 근심을 불러오나니
가벼운 마음으로 악을 짓다가
스스로 무거운 재앙을 불러들이네

착하지 않은 일을 행한 뒤에는
물러나 뉘우치고 슬퍼하며
얼굴 가득 눈물을 흘리나니
이 값은 지은 업에서 오느니라.

〈법구비유경〉 우암품愚暗品

* 법정 스님 강론

차지하는 것과 쓸 줄 알고 볼 줄 아는 것은 본질적으로 다르다. 쓸 줄도 모르고 볼 줄도 모른다면 그는 살 줄도 모른다. 그저 하나라도 남보다 더 차지해야만 직성이 풀리는 오늘의 우리들은 탐욕의 노예인지도 모르겠다. 영국의 경제학자 슈마하는 인간의 생활을 위한 경제가 인간을 도외시킨 채 거대한 쪽으로만 치닫는 것을 걱정했다. 그래서 그는 ‘인간 부흥의 경제’를 내세우며, “작은 것이 아름답다.”고 말했다. 한정된 자원을 가지고도 소비가 미덕이라고 떠벌리는 오늘의 우리는 곰곰이 생각 좀 해 봐야 하지 않을까. 어떻게 사는 것이 인간답게 사는 길인지를. 많이 차지하고 있는 사람이 부자가 아니라, 많이 나누어 주는 사람이 진정한 부자일 것이다.

적정음해寂靜音海 주야신 - 2

선재동자는 주야신에게 물었다.

“성자께서 위없는 보리심을 발한 지는 얼마나 오래되었습니까?”

주야신이 말했다.

“보살이 열 가지 큰 법장法藏을 닦아 행하면 그런 해탈을 얻는다. 첫째는 보시하는 광대한 법장을 닦아 중생의 마음을 따라다 만족케하고, 둘째는 계행을 청정히 지니는 광대한 법장을 닦아 부처님의 공덕 바다에 들어가고, 셋째는 참는 광대한 법장을 닦아 법성法性を 두루 생각하고, 넷째는 정진의 광대한 법장을 닦아 일체지에 나아가 항상 물러가지 않고, 다섯째는 선정禪定的 광대한 법장을 닦아 중생의 고뇌를 소멸시키고, 여섯째는 반야의 광대한 법장을 닦아 법 바다를 두루 안다. 일곱째는 방편의 광대한 법장을 닦아 중생들을 성숙케 하고, 여덟째는 서원의 광대한 법장을 닦아 부처님 세계와 중생 바다에 두루해 미래겁이 다하도록 보살행을 행하고, 아홉째는 힘의 광대한 법장을 닦아 순간순간 법계와 불국토에 나타나 정각을 이루고 항상 쉬지 않으며, 열째는 맑은 지혜의 광대한 법장을 닦아 여래의 지혜를 얻고 삼세의 법을 두루 알아 장애가 없다.

선남자여, 보살들이 이와 같은 열 가지 큰 법장에 편히 머물면 이런 해탈을 얻어, 청정 증장增長하고 적집積集 견고해 편히 머물러 원만하게 될 것이다.”

선재동자가 물었다.

“성자께서 위없는 보리심을 발한 지는 얼마나 오래되었습니까?”

주야신이 대답했다.

“선남자여, 이 화장장엄 세계해의 동쪽으로 열 세계해를 지나 일체정광보一切淨光寶 세계해가 있고, 여기에 한 세계종種이 있는데 이름이 일체여래 원광명음願光明音이고, 이 가운데 또한 세계가 있으니 이름이 청정광금장엄淸淨光金莊嚴이다. 이 세계에 옛 겁이 있었는데 이름이 보광당普光幢이고, 나라 이름은 보만묘장普滿妙藏이며, 도량의 이름은 일체 보장묘월광명이다. 불퇴전법계음 부처님이 이 도량에서 위없는 보리를 이루었었다.

나는 그때 보리수신이었는데, 이름이 구족복덕등광명당具足福德燈光明幢이었다. 도량을 수호하다가 그 부처님께서 정각을 이루어 신통력을 나타내는 것을 보고 위없는 보리심을 발했고, 그 즉시 삼매를 얻었는데 이름을 보조여래공덕해普照如來功德海라고 했다.

선남자여, 그 후 헤아릴 수 없는 여래가 세상에 출현하셨는데, 나는 그때마다 천왕과 용왕 등 팔부왕八部王이 되기도 하고, 남자의 몸으로 또는 여인의 몸으로 있으면서 갖가지 공양거리로 여러 부처님께 공양하고 그 부처님들의 설법도 들었다.

몇 겁을 두고 이와 같이 몸을 바꾸면서 여러 부처님을 뵈고 보살행을 닦았었다.

선남자여, 내가 발심한 지가 얼마나 되었느냐고 그대가 물었는데, 나는 지나간 두 불찰 미진수겁 동안에 보살행을 닦았었다. 그런 뒤 이 사바세계의 현 겁에 태어나 가라구손타 부처님에서 석가모니 부처님에 이르기까지, 그리고 미래에 출현하실 부처님들까지 모두 가까이 섬기고 공양했다.

선남자여, 저 청정광금장엄세계는 지금도 여러 부처님이 출현

하면서 끊이지 않나니, 그대는 지극한 마음으로 이 보살의 대용
맹문을 닦으라.”

적정음해 주야신은 이 해탈의 뜻을 거듭 펴려고 선재동자에게
계송으로 말했다.

“선남자여, 나는 다만 이 순간마다 광대한 기쁨으로 장엄한 해탈
을 알 뿐이다. 그러나 저 보살 마하살들은 모든 법계에 깊이
들어가 모든 겁의 수효를 알고, 모든 세계가 이루어지고 무너
지는 일을 두루 본다. 이런 일을 내가 어떻게 알며 그 공덕의
행을 말할 수 있겠는가.

이 보리도량의 여래 모임 가운데 한 주야신이 있는데, 이름이 수호
일체성증장위력守護一切城增長威力이다. 그대는 그에게 가서 ‘보살
이 어떻게 보살행을 배우며 어떻게 보살도를 닦느냐고 물으라.”

이때 선재동자는 지극한 마음으로 적정음해 주야신의 몸을 살피
면서 계송으로 말했다.

선지식의 가르침으로 인해
주야신의 처소에 와서
보좌에 앉아 계신 신을 보니
몸의 크기가 한량없어라

빛깔과 모양에 집착해
모든 법이 있다는 것 옳지 않다
열등한 지혜와 얇은 소견으로
높은 경지를 어떻게 알 것인가

이 세상의 천상과 인간들이
무량겁을 두고 관찰할지라도
능히 헤아릴 수 없으리니
몸매가 그지없기 때문이다.

오온五蘊을 멀리 떠나고
어떤 곳에도 머물지 않아
세간의 의심을 아주 끊고
자재한 힘을 나타내시다

안팎의 법을 취하지 않고
흔들림도 거리낌도 없어
청정한 지혜의 눈으로
부처님의神通력 보시다

몸은 바른 법의 고방
마음은 걸림 없는 지혜
지혜의 비춤을 이미 얻어
중생들을 다시 비추시다

마음에 그지없는 업을 모아
모든 세간을 장엄하고
세상이 모두 이 마음임을 알아
중생들과 같이 몸을 나타내시다

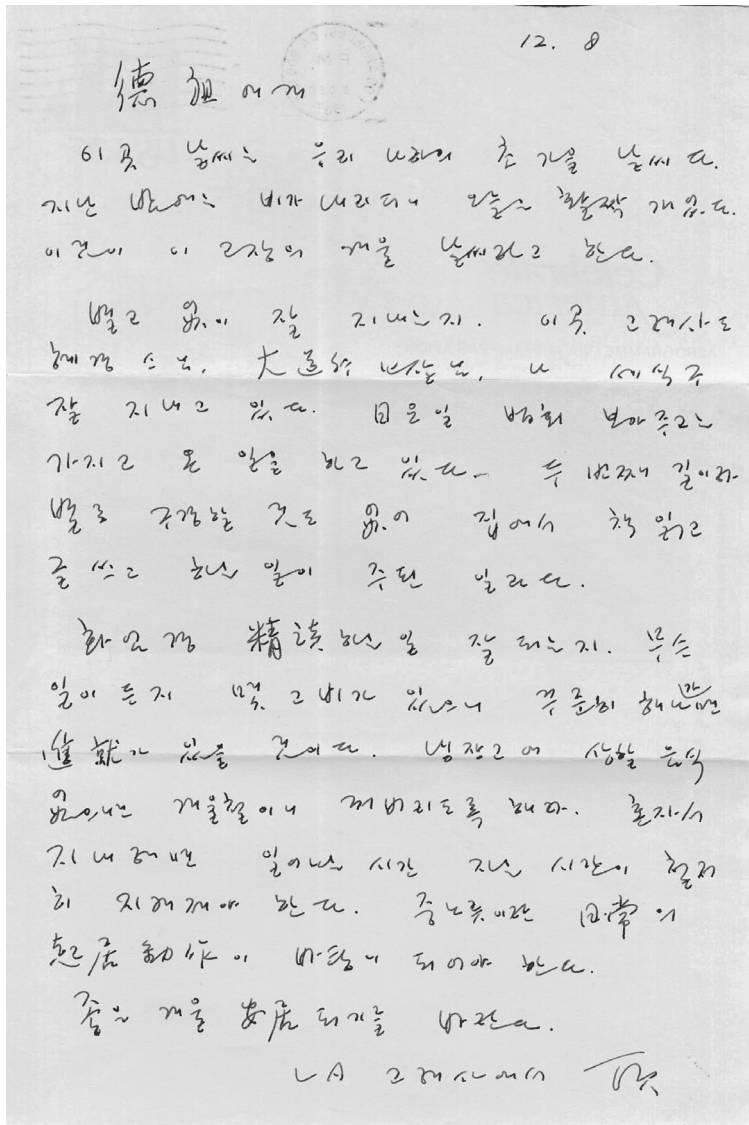
세상은 다 꿈이요
모든 부처님은 그림자
법은 모두 메이리 같은 줄 알고
중생들에게 집착을 없애다

삼세의 중생들 위해
순간순간 몸을 나타내지만
마음은 머문 바 없이
시방에 가득 법을 설하시다

끝없는 여러 세계와
부처님과 중생의 바다
다 한 티끌 속에 있으니
이 어른의 해탈하신 힘이여라.

선재동자는 계송을 말하고 나서 그의 발에 앞드려 절하고 떠났다.

4. 법정 스님 편지



덕조德祖에게

이곳 날씨는 우리나라의 초가을 날씨다.

지난 밤에는 비가 내리더니 오늘은 활짝 개었다.

이것이 이 고장의 겨울 날씨라고 한다.

별고 없이 잘 지내는지.

이곳 고려사도 혜경 스님, 대도행大道行 보살님,

나 세 식구 잘 지내고 있다.

일요일 법회 보아주고는 가지고 온 일을 하고 있다.

두 번째 길이라 별로 구경할 것도 없어

집에서 책 읽고 글 쓰고 하는 일이 주된 일과다.

화엄경 정독精讀하는 일 잘 되는지.

무슨 일이든지 몇 고비가 있으니 꾸준히 해나가면

진취進就가 있을 것이다.

냉장고에 상할 음식 없으면 겨울철이니

꺼버리도록 해라.

혼자서 지내려면 일어나는 시간,

자는 시간이 철저히 지켜져야 한다.

중노릇이란 일상日常의 기거동작起居動作이

바탕이 되어야 한다.

좋은 겨울 안거安居 되기를 바란다.

LA 고려사에서 법정

* 이 편지는 법정 스님이 1987년 12월 8일 덕조 스님에게 보내신 것입니다.

법정 스님이 사랑한 ‘음식’

스님은 먹는 음식이 바로 ‘자신을 만든다는 사실’을 명심해야 한다고 했습니다.

입안에 넣는 음식 한 조각은 결과적으로 몸의 세포를 키우고 육체적인 건강뿐 아니라 사고방식까지 영향을 미친다고 했습니다. 나쁜 음식과 나쁜 술과 나쁜 공기는 ‘나쁜 피’를 만들고, 나쁜 피는 나쁜 세포와 나쁜 몸과 나쁜 생각을 만듭니다. 반면에 좋은 음식과 좋은 공기는 ‘좋은 피’를 만들고, 좋은 피는 좋은 몸과 좋은 생각을 만듭니다. 결국 음식은 먹는 사람의 체질과 성격 그리고 인품에 깊은 영향을 미칩니다.

초식동물과 육식동물의 생태를 보더라도 육식을 즐기는 사람과 채식을 즐기는 사람의 성격이나 행동 양식은 다릅니다. 육식을 좋아하는 사람은 고기를 먹을 때 고기의 맛과 함께 ‘그 짐승의 업’까지도 먹습니다. 그 짐승의 습관과 체질과 병 그리고 그 짐승이 비정하게 사육될 때의 고통과 분노 또한 죽을 때의 원한까지도 먹습니다. 육식동물은 포악하고 거치나 초식동물은 선량하고 온순합니다. 인간의 심성을 순화하기 위해서는 육식 위주의 식생활을 개선해야 합니다. 스님은 인간이 살아 있는 모든 생명을 존중하지 않는다면 더욱 포악해질 수밖에 없다고 했습니다. 채식하는 사람들은 기운이 넘쳐나지 않아 포악하지 않으나 육식을 즐기는 사람은 ‘자신의 영혼’을 망가뜨립니다. 스님

에게는 이상한 고집이 있었습니다. 사람을 대할 때 그 사람이 ‘식물성 인간’인지 ‘동물성 인간’인지 구분했습니다.

스님은 음식을 아주 간단하게 드셨습니다. 불일암 부엌에 ‘먹이는 간단명료하게’라는 글을 붙여놓았습니다. 그 글대로 세가지 이상 반찬을 놓지 않았습니다. 산속에서 생활하면서 ‘아침은 부드럽게, 점심은 제대로, 저녁은 가볍게’를 신조로 걸었습니다. 스님은 제 명대로 살다가 가려면 검소하게 먹고, 과식과 과음을 하지 말아야 한다고 했습니다. 그러면서 한 성자의 말을 인용했습니다. “자신을 육체와 동일시하는 사람은 육체와 함께 죽는다. 그러나 영혼을 자신과 동일시하는 사람은 영원히 불멸한다.” 따라서 어떤 음식을 먹느냐가 중요합니다. 무슨 음식을 어느 정도로 먹느냐에 따라서 사람이 될 수도 있고, ‘사람 꼴’에서 벗어날 수도 있습니다.

스님은 아침을 대개 빵 한 쪽에 차 한 잔, 바나나와 요구르트가 있을 때는 그것들을 함께 드셨습니다. 겨울에는 하루 두 끼만 들고 오후에는 드시지 않았습니다. 산중에서 세끼를 차려 먹는다는 것은 ‘무척이나 번거롭고, 탐욕스러운 일’이라 했습니다. 그러면서 옛사람의 가르침을 일러주었습니다. ‘입안에 말이 적고, 마음에 일이 적고, 뱃속에 밥이 적어야 한다.’

스님은 봄부터 여름 그리고 초가을까지 저녁은 늘 국수를 삶아 드셨습니다. 가장 맛있는 국수는 알맞게 삶은 국수를 우물가로 가져가 샘물로 행군 다음에 바로 그 자리에서 ‘손으로 집어 먹는 국수’라고 했습니다. 절에서는 국수를 ‘승소僧笑’라고 합니다. 국수 공양이 있다고 하면 ‘스님들은 좋아서 웃기’ 때문입니다. 스님은 불일암을 찾아온 손님들에게 손수 국수를 끓여 대접했습니다.

* 백형찬 : 서울예술대학 교수 역임, 수필가, 맑고 향기롭게 회원

나그네 길에서

사람들의 취미는 다양하다. 취미는 감흥을 불러일으키는 인간적인 여백이요 탄력이다. 그러기에 아무개의 취미는 그 사람의 인간성을 밀받침한다고 볼 수 있다.

여행을 싫어하는 사람이 있을까? 물론 개인의 신체적인 장애나 특수 사정으로 문밖에 나가기를 꺼리는 사람도 없지 않겠지만, 대개의 경우 여행이란 우리들을 설레게 할 만큼 충분한 매력을 지니고 있다. 호주머니의 실력이나 일상적인 밥줄 때문에 섰 못 떠나고 있을 뿐이지 그토록 흥가분하고 마냥 설레는 나그네 길을 누가 마다할 것인가.

허구한 날 되풀이되는 따분한 굴레에서 벗어난다는 것은 무엇보다 즐거운 일이다. 봄날의 노고지리가 아니더라도 우리들의 입술에서는 저절로 휘파람이 새어 나온다.

훽훽 떨어치고 나그네 길에 오르면 유행가의 가사를 들출 것도 없이 인생이 무어라는 것을 어렴풋이나마 느끼게 된다. 자신의 그림자를 이끌고 아득한 지평을 두벽두벽 걷고 있는 나날의 나를 이만한 거리에서 바라볼 수 있다. 구름을 사랑하던 혜세를, 별을 기리던 생 텍쥐베리를 비로소 가슴으로 이해할 수 있다. 또한 낮선 고장을 해매노라면 더러는 옆구리께로 허허로운 나그네의 우수 같은 것이 스치고 지나간다.

지난 해 가을, 나는 한 달 가까이 그러한 나그네 길을 떠돌았다. 승가僧家의 행각은 세상 사람들의 여행과는 다른 데가 있다. 불일이 따로 있는 것도 아니고 누가 어디서 기다리는 것도 아니다. 마음 내키는 대로, 발길 닿는 대로 가는 것이다.

구름처럼 떠돌고 물처럼 흐른다고 해서 운수행각雲水行脚이라고 한다. 예전부터 선가禪家에서는 석 달 동안 한 군데서 안거하고 나면 그 다음 석 달 동안은 행각을 하도록 되어 있다. 행각은 관광의 의미에서가 아니라 돌아다니면서 교화하고 정진할 수 있는 기회다. 말하자면 텅없는 세상 물정을 알면서 수행하라는 뜻에서다.

행장을 풀고 하룻밤 쉬는 곳은 물론 우리들의 절간이다. 두어 군데 말고는 다들 낮익은 사원이었다. 해질녘 절 동구 길에서 듣는 만종 소리와 발을 담그고 땀을 들이는 차가운 개울물, 객실에 들어 오랜만에 만난 도반과 회포를 풀면서 드는 차의 향기가 나그네의 피로를 다스려 주곤 했었다.

이렇게 지난 가을 동으로 서로 그리고 남으로 발길이 닿는 대로 구름처럼 떠돌아다니면서 입산 이후의 자취를 되새겨 보았다. 그때마다 지나간 날의 기억들이 저녁 물바람처럼 배어들었다. 더러는 즐겁게 혹은 부끄럽게 자신을 비취 주었다.

그러면서도 단 한 군데만은 차마 가볼 수 없는 데가 있었다. 아니 참으로 가보고 싶은 곳이기 때문에 가기가 두려웠던 것이다.

출가한 지 얼마 안 된 시절, 구도의 의미가 무엇인가를 배웠고, 또한 빈틈없는 정진으로 선禪의 기쁨을 느끼던 그런 도량이라 두고두고 아끼고 싶었기 때문이다.

지리산에 있는 쌍계사 탐전!

그곳에서 나는 16년 전 은사 효봉 선사를 모시고 단둘이서 안거를 했었다. 선사에게서 문자를 통해 배우기는 <초발심자경문初發心自警文> 한 권 밖에 없지만 이곳 지리산 시절 일상 생활을 통해서 입은 감화는 거의 절대적인 것이었다.

그 시절 내가 맡은 소임은 부엌에서 밥을 짓고 찬을 만드는 일이었다. 그리고 정진 시간이 되면 착실하게 좌선을 했다. 양식이 떨어지면 탁발托鉢(동냥)을 해오고, 필요한 것이 있으면 40리 밖에 있는 구례장을 보아 왔다.

하루는 장에 갔다가 돌아오는 길에 소설을 한 권 사왔었다. 호돈의 <주홍글씨>라고 기억된다. 아홉 시 넘어 취침 시간에 지대방(고방)에 들어가 호롱불을 켜 놓고 책장을 펼쳤다. 출가한 후 불경 이외의 책이라고는 전혀 접할 기회가 없던 참이라 그때의 그 책은 생생하게 흡수되었다. 한참을 정신없이 읽는데 갑자기 방문이 열렸다. 선사는 읽고 있던 책을 보시더니 단박 태워버리라는 것이다. 그런 걸 보면 ‘출가’가 안 된다고 했다. 세속에 미련이 없는 것을 출가라고 한다.

그 길로 부엌에 나가 태워 버렸다. 최초의 분서였다. 그때는 죄스럽고 좀 아깝다는 생각이었지만, 며칠 뒤에야 책의 한계 같은 걸 터득할 수 있었다. 사실 책이란 한낱 지식의 매개체에 불과한 것, 거기에서 얻는 것은 복잡한 분별이다. 그 분별이 무분별의 지혜로 심화되려면 자기 응시의 여과 과정이 있어야 한다.

그전까지 나는 집에 두고 나온 책 때문에 꽤 옆치락뒤치락거렸는데, 이 분서를 통해 그러한 번뇌도 함께 타 버리고 말았다. 더구나 풋중 시절에는 온갖 분별을 조장하는 그런 책이 정진에 방해될 것은 물론이다. 만약 그때 분서의 일이 없었다면 책에

짓눌려 살았을지도 모른다.

또 한번은 이런 일이 있었다. 찬거리가 떨어져 아랫마을에 내려갔다가 낮 공양을 지을 시간이 예정보다 십 분쯤 늦었었다. 선사는 엄숙한 어조로 “오늘은 단식이다. 그렇게 시간 관념이 없어서 되겠니?” 하는 것이었다. 선사와 나는 그 시절 아침에는 죽을, 점심때는 밥을 먹고, 오후에는 전혀 먹지 않고 지냈었다. 내 불찰로 인해 노사老師를 굶게 한 가책은 그때뿐 아니라 두고두고 나를 일깨웠다.

이러한 자기 형성의 도량을 차마 들을 수가 없었던 것이다. 보나마나 관광지로 주저앉았을, 고시 준비를 위한 사람들의 별장쯤으로 빛이 바래져 있을 것이기 때문이다.

나그네 길에 오르면 자기 영혼의 무게를 느끼게 된다. 무슨 일을 어떻게 하며 지내고 있는지, 자신의 속얼굴을 들여다볼 수 있다. 그렇다면 여행이 단순한 취미일 수만은 없다. 자기 정리의 엄숙한 도정이요, 인생의 의미를 새롭게 하는 그러한 계기가 될 것이다. 그리고 이 세상을 하직하는 연습이 될 수도 있을 것이다. 1971

중 앙 모 임 (02-741-4696)

■ 대학 장학생 하반기 장학금 지급 안내

(사)맑고 향기롭게는 2025년 제6기 대학 장학생 20명을 선발하여, 1인당 연간 400만 원씩(상, 하반기 분할지급) 지원하며, 지난 5월 장학증서 수여식, 8월 길상사 템플스테이(선명상)를 가진 바 있습니다.

하반기 장학금은 장학생의 학업 및 진로 계획서를 살핀 후, 11월 11일 지원하게 됩니다.

■ 2026년 탁상달력 우편 발송 안내

(사)맑고 향기롭게는 10월 말을 기준으로 연간 최소 3만 원 이상 후원해 주신 회원님에게 2026년 탁상달력을 11월 말~12월 초에 우편 발송해드립니다. 10월 말까지 후원 내역이 없으나, 11월~12월 말 중에 3만 원 이상 후원하신 분에게는 2026년 1월 중순에 별도로 우편 발송해 드립니다. 간혹 우편물 수신을 거부하여 달력을 받지 못하신 분께서는 사무국으로 전화 주시면 확인 후 발송해 드립니다. 길상사 벽걸이 달력이 필요하신 분은 길상사 창건 기념법회일(12월 14일)부터 길상사 중무실에서 나눠드리므로, 길상사에 직접 방문하여 받아 가시기를 바랍니다. (우편 발송은 불가합니다.)

■ ‘맑고 향기롭게 연말 김장 나눔’ 함께해요.

- **일정** : 11월 27일(목) 오전 9시 ~ 오후 4시
- **장소** : 맑고 향기롭게 반찬 나눔 조리장
- **나눔 대상자** : 반찬 나눔 대상 460 가구 및 지역 노인정, 공부방 나눔
- **참여 대상** : 맑고 향기롭게 회원, 길상사 신도, 개인 봉사자
- **준비물** : 앞치마, 면장갑, 고무장갑, 일하기 편하고 따뜻한 복장
- **활동 내용** : 배춧속 양념 넣기, 포장 작업
- 오전 7시에 배추 하차 도움 주실 남자 봉사자 일손이 필요합니다.
- 봉사 참여를 미리 접수해 주시면 준비하는 데 도움이 됩니다.
- 당일 김장 관계로 길상사 주차장 이용에 어려움이 있습니다. 가능한 한 대중교통을 이용해 주시면 고맙겠습니다.

■ 마음을 맑고 향기롭게

- 소식지 우편 발송 자원 활동 : 5일(수) 오전 10시 세계일화실
- 책 읽기 모임 : 매주 화요일 오전 10시 세계일화실
- 향기 우체부 소모임 : 격주 금요일 오전 10시 세계일화실

■ 세상을 맑고 향기롭게

- 서울노인복지센터 급식 자원 활동 : 매주 월요일 오전 10시
서울노인복지센터 1층 만발식당
- 반찬 나눔 자원 활동 : 매주 목요일 오전 9시 맑고 향기롭게 조리장
- 뜨개질 소모임 : 매주 목요일 오후 1시 세계일화실 / 비대면 활동

■ 연말 재정 후원

- 인도 다람살라 잠양(jamyang) 비구니 스님 학교 후원

대 구 모 임 (053-753-8883)

● 자원봉사자 모집

- 어려운 이웃을 위한 반찬 지원활동(조리, 준비, 정리 등) / 매주 수요일 오전 9시~14시
- 청도 운문사 정기 봉사활동 / 쌀 지원 받음 / 매월 셋째 월요일 8시 30분 출발 / 10시~14시 봉사활동 / 16시 30분 도착
- 아나바다 장터, 사무보조 등 자원봉사자 모집(하루 2~3시간 의류 정리, 서류 정리 등)

● 복합문화공간 ‘함께’ 운영(2층)

- 아나바다 장터, 셀프 카페, 셀프 밥상, 공간대여

● 법정 스님 문화관(5층) 상시 운영 / 법정 스님의 발자취를 찾아 떠나는 ‘무소유 기행’

● 어려운 이웃 반찬, 쌀, 물품 지원 사업(매주 수요일)

- 홀로어르신, 성폭력·가정폭력 피해자, 저소득 정신장애인, 난치병 환우 가정 지원

● 불교 수행 & 상담 공부 모임(매월 마지막 주 일요일)

● 청소년, 청년 자활 지원 사업 : 심리치료 프로그램, 생활지원금, 셀프 밥상 무료 이용 등 각종 지원

● 어려운 이웃과 환경을 살리는 ‘녹색장터’ 운영 : 새 의류, 물품 기부 요망

● 맑고 향기롭게 회원 가게 이용해 주기 : 어려운 시기 서로 도와가며 극복해요.

경 남 모 임 (055-266-0170)

● 보현행원(무료 노인 요양원) : 매월 셋째 수요일 말벗 및 빨래 노력 봉사 / 오전 9시 30분 사무국 출발

● 사파복지회관 무료 급식소 : 매월 넷째 주 화요일과 매주 토요일 점심 준비 및 설거지, 배식 봉사 / 오전 10시~오후 2시

● 해 뜨는 교실(봉림청소년문화의집) : 저소득층 초·중·고학생 공부방에 학습 지도 및 간식 지원

● 결연 가정 후원 : 월 생활비 지원, 밀반찬 및 김장김치 나누기 / 명절 및 가정의 달 세대 방문 성금 및 생필품 전달

● 장학금 후원 : 결연 세대 청소년 장학금 지원

광 주 모 임 (062-236-3129)

● 점심 공양 나눔 : 매주 월요일~금요일 / 고령자, 저소득, 독거 어르신을 대상으로 천 원의 밥상(점심) 운영 / 오전 9시 30분~오후 2시 / 봉사자 및 후원자 모집

- **김치 담그기** : 매주 토요일 진행
- **자비의 도시락 나눔** : 매주 월요일~금요일 / 저소득 가정에 도시락 나눔
- **장터 및 바자회, 쓰레기 줍기 캠페인** : 비정기적으로 회원 및 봉사자들 참여 진행
- **독서, 노래 모임** : 법정 스님 저서 읽고 회원들과 교류



맑고 향기롭게 근본도량 길상사

(02-3672-5945)

천수다라니 33독 3년 기도

- 일시 : 11월 1일(토) 오후 6시~8시 30분
- 장소 : 극락전
- 개인 축원입니다.
- 공양물(떡, 꽃, 쌀 등) 설판 받습니다.

지장재일

- 일시 : 11월 7일(금) 오전 9시 50분
- 장소 : 지장전

관음재일

- 일시 : 11월 13일(목) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

대입 수능 100일 기도 회향

- 일시 : 11월 13일(목) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

대학 합격 발원 30일 기도 입재

- 일시 : 11월 14일(금) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

일요법회 - 지범 스님(불교방송 지대방산책)

- 일시 : 11월 16일(일) 오전 11시
- 장소 : 설법전

초하루 기도

- 일시 : 11월 20일(목) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

공덕주 길상화 보살 기일

- 일시 : 11월 26일(수) 오전 9시 50분
- 장소 : 극락전

선명상 『하룻밤, 무소유』

도심 속 고요한 숲, 길상사에서 말을 멈추고, 생각을 멈추고 집착을 내려놓고 '진짜 나'를 마주하는 깊은 명상의 시간이 열립니다. 묵언 수행, 108배 명상, 선 명상, 마당 쓸기, 스님과의 차담, 1인 텐트에서의 하룻밤까지. 삶의 속도에서 한 걸음 물러나 비움으로 채워지는 여정 속에서 맑은 고요와 자유를 만나보세요.

11월 8일(토) ~ 11월 9일(일)
11월 29일(토) ~ 11월 30일(일)
12월 20일(토) ~ 12월 21일(일)
12월 27일(토) ~ 12월 28일(일)

● 첫날 15:00 ~ 둘째날 15:00 ●

- **장 소** : 길상사 설법전
- **동참금** : 8만원
- **계 좌** : 신한 100-021-136827(길상사)
- **접 수** : 템플스테이 홈페이지
- **문 의** : 전화 02-3672-5945 / 문자 010-9677-5945

(사)맑고 향기롭게 후원 안내

정기 후원 · 회원가입

본회 홈페이지에 접속하여 후원회원 가입 절차에 따라 각 지부를 선택하여 후원 등록하거나, 각 지부 사무국에 방문하여 가입서를 작성하면 됩니다

각 지역 모임 후원 계좌

*중앙모임 02-741-4696

일반 사업 후원 계좌 : 국민 817-01-0253-129
하나 201-890400-87705
농협 029-01-199412

결식 이웃 후원 계좌 : 국민 817-01-0255-458
신한 100-013-787953

장학금 후원 계좌 : 하나 220-890015-10204

*대구모임 053-753-8883 후원 계좌 : 대구 002-05-016277-8

*경남모임 055-266-0170 후원 계좌 : 농협 932-01-002933

*광주모임 062-236-3129 후원 계좌 : 농협 355-0018-7812-13

(사)맑고 향기롭게는 종교 법인으로 인가되어 후원하신 금액은 연말정산 시 소득세법 및 법인세법에 따라 소득공제 혜택을 받을 수 있습니다.