

원기 85년도 교화연구소 연구발표회

다양한 간접교화의
바람직한 운영에 대한
깊이 있는 접근



일시: 원기 85년 6월 21일(수) 오후 1시 30분

장소: 원불교 중앙 총부 법은관 2층 회의실

교 화 연 구 소

발표회식순

사회: 박은주 교무(교회연구소)

1. 개식

2. 설명기도

3. 격려사 ---- 誓山 李宗眞 교회연구소장

4. 발표 및 토론

- 1) 원불교 선법의 단계적인 프로그램 설정과 운영 / 길도훈 교무(안암교당).....1

지정토론 : 한덕천 교무(대학원 대학교)
김선명 교무(영산 원불교대)

- 2) 차 한잔이 교화에 미치는 힘 / 전명진 교무(서초교당).....29

지정토론 : 이진수 교무(나포리교당)
은성의 교무(수계교당)

- 3) 유치원·어린이집 운영이 교화에 미치는 영향 / 한창민 교무(원광대).....40

지정토론 : 김원덕 교무(구로교당)
이심진 교무(교회부)

원불교 선법의 단계적인 프로그램 설정과 운영

길도훈 (안암교당)

1. 단계적인 선법 프로그램을 만든 이유

- 1 기초를 튼튼히 하여야 그때 해야 할 공부를 이루는데 수월하다.
- 2 체계적으로 배워야 방향함을 줄일 수 있다.
- 3 단계적일 때 지루한 감을 없앨 수 있다.
- 4 단계적인 목표 의식이 생겨서 분발심을 지속시킬 수가 있다.

2. 선법 프로그램을 만들기까지의 과정

- 1 동기생이 선에 대해서 방향을 하는데 도움을 줄 수 없다는데 쇼크를 받음.
- 2 원기 73년부터 그 동안 자신이 해온 경로를 지켜보면서 초급단계를 생각해 왔음.
- 3 단전을 잡아주는 것부터 정리해야 할 일이 많음을 느끼고, 한 단계 한 단계에서의 시간 운영에도 효율성을 가져와야 함을 느낌.
- 4 원기 77년도 철원교당에서 선법을 단계적으로 설정(중앙청년회 법회안에 수록)했지만 만족스럽지 못했다. 주위에서 책으로 엮어보자는 제의에 고개를 저을 수밖에 없었음.
- 5 순천교당에서 선을 하겠다는 사람이 있어서 선을 시작했다. 구성원은 많지 않았지만 선법 프로그램을 만드는데 결정적이었다. 한의원 원장(이종경 교도), 가정의원 원장(장유은 교도), 치과병원 의사, 원불교에 독실한 신심으로 선을 하는 사람이 있었다. 그 가운데 앞의 두 사람은 국선도를 십 년을 넘게 해온 사람들이라, 이 사람들을 상대로 프로그램을 진행해 보면 프로그램이 어느 정도의 효용성을 가져올 수 있는 지 점검이 될 수 있었다. 결과는 대 성공이었고, 오히려 많은 대화로 인하여 선법을 이론화하는데 의학적인 검증이 되어주었다.
- 6 양적인 검증이 필요했다. 어른님들의 배려로 서울 안암교당에서 한울안선방을 열어서 운영을 하고 있다.

3. 좌선법 프로그램의 21단계

초급과정(執心)

- 1 단전만들기
- 2 자신의 호흡 찾기
- 3 유무념 수식호흡법 1단계
- 4 유무념 수식호흡법 2단계

- 5 유무념 수식호흡법 3단계
- 6 유무념 수식호흡법 4단계
- 7 유무념 수식호흡법 5단계
- 8 유무념 수식호흡법 6단계

중급과정(觀心-定慧雙修)

- 9 미세호흡법(微細呼吸法)
- 10 적적성성(寂寂惺惺)
- 11 원적무별(圓寂無別)
- 12 자성반조(自性返照)

고급과정(無心-見性保任)

- 13 성리대전(性理大全)
- 14 천지합일(天地合一)
- 15 자연호흡(自然呼吸)
- 16 성태장양(聖胎長養)

초고급과정(能心-成佛濟衆)

- 17 도광산채(韜光?彩)
- 18 동정일여(動靜一如)
- 19 대기대용(大器大用)-시비이해 건설
- 20 대자대비(大慈大悲)
- 21 자유자재(自由自在)

4. 프로그램의 구성

가) 요 가(몸을 풀어준다)

나) 영 주(마음을 풀어준다)

■ 좌선 전에 영주(염불)로써 카타르시스, 호흡 고르기, 일심 집중, 단전강화가 될 수 있기에 훈련하는 선을 잘 하기 위해서 반드시 필요하다. 영주(염불)는 자심미타와 함께 카타르시스 효과, 호흡 고르기 효과, 일심 집중 효과를 가져올 수 있다.

1 그 날의 긴장감, 불안감을 풀어주는 카타르시스 효과.

(1) 마음에서 탐하는 마음을 염불일성에 집주하여 잠재운다. (애욕, 식욕, 수면(휴식)욕, 명예욕, 재물욕)

(2) 분노를 녹인다. (억울한 일, 의롭지 못한 일, 울적할 때, 마음이 불안할 때)

(3) 어리석은 마음을 녹인다. (실수한 일, 콤플렉스, 아만심, 척하는 마음)

※ 선을 하기 전 명상의 시간(3분)을 주어 그 가운데 오늘 마음 속에 가장 많이 걸리는 것을 종이에 간단하게 적도록 한다(2분). 그것을 염불 일성에 담아 마음 속에 있는 것을 다 토해 내게 한다. 이렇게 되면 마음이 한결 깨끗해진다.(5분)

일상 생활을 잘 했거나 경계가 없어서 번뇌가 없는 사람. 카타르시스가 된 사람은 염불 일성에 마음을 주하여 호흡 고르기, 일심 집중, 단전강화를 한다.

2 호흡 고르기 (내가 낼 수 있는 숨을 다 끌어낸다. 그리하면 내 숨의 찌꺼기가 다

빠져 나와 호흡이 편안해 진다)

4 일심 집중

소리가 있는 선이다. 염불일성에 집중을 하자. 내가 낸 소리를 내가 들을 정도면 좋다. 이렇게 집중할 수 있다면, 목소리가 조금 커도 상관없고 염불 속도가 좀 빠른 듯해도 30분 이상은 누구나 할 수 있다. 다만 좌선이 고운 대패라면 염불은 거친 대패라고 할 수 있다. 경계가 많이 있을 때 하면 좋다. 염불을 많이 하면 목소리도 자연 좋아진다.

5 단전강화

단전에서부터 소리를 내다보면 어느덧 단전이 강화됨을 느낄 수가 있다

다) 단계별 좌선 프로그램

라) 선 시간 후의 프로그램(무시선 대조공부)

5. 선방 운영

- 1 단계별 프로그램 마스터의 예상기간
초급(1년), 중급(5년), 고급(10년), 초고급(이상)
- 2 기 별로 구성한다. 한 기의 선객은 계속 이어서 단계별로 선 수련을 하는 관계로 영원하다. 만약 연고가 있어서 선의 단계에 누락이 될 경우 다음 기에 합하여 수련을 계속 실시한다.
- 3 기의 모집은 4개월 단위로 한다.
- 4 선을 하는 시간은 새벽반, 오전반, 저녁반으로 나누어서 한 주에 3회를 최소한의 시간으로 한다.
- 5 한울안 선방의 시간
새벽반(06:00-07:00)
오전반(10:30-12:00)
저녁반(20:00-21:00)-
선방 후 녹차와 함께 하는 무시선 대조 공부(21:00-22:00)
- 6 선법에 관한 프린트 본(230여 쪽- 길도훈 저)을 선방에 비치하여 다음 단계가 어떻게 진행되는지 미리 알고 다음 단계에 대한 비전을 갖게 한다. 아울러 신용을 증폭시킨다.
- 7 한 단계를 끝낼 때마다 감상담을 받아서 묶고 있다.

6. 선방의 분위기(감상담을 중심으로)

1단계(단전 만들기)를 마치며

정말 우연한 기회에 선방을 알게 되었다.

그 동안 유희와 쾌락을 좇으며 살진 않았지만, 그렇다고 평소에 진리 공부를 하는데 심취하지는 못했던 터라, 선이란 나와는 아주 무관한 것으로만 여겨 왔다.

취재 차, 찾아 왔다가 만나게 된 특별한 교무님과 선이라고 하는 전혀 낯선 대상, 그 대상에 나도 모르는 뭔가의 이끌림 같은 것이 이곳 선방으로 발걸음을 옮기게 했다. 이렇게 시작한 선 공부가 어느덧 한 달이 넘어 1단계(단전만들기)가 정리되었

다.

아직도 요가 동작도 다 외우지 못하고, 단전을 키운다는 것, 마음을 비운다는 것이 어떤 것인지 아직은 확실하게 잡히는 것이 없지만, 늘 자상하게 지도해 주시는 교무님과 선방에서 공부하는 모든 분들과 함께 하다 보면, 선객이란 이름에 부끄럽지 않은 날이 오리라는 믿음으로 열심히 다니고 있다.

같이 선을 하는 분들 중에는 가톨릭 또는 불교를 신앙하는 분과, 종교를 갖지 않은 분이 있다, 그리고 안암교당에 다니는 분과 나처럼 안암교당이 아닌 교당에 다니는 사람들이 있다. 이 가운데에는 일산에서 오시는 연로하신 할머니도 계신다. 종교나 거리를 따지지 않고 다니시는 모든 분들이 존경스럽다. 이 분들의 이야기를 듣고 있으면 영혼이 맑고 아름다운 사람들이란 생각이 들고, 삶의 감동을 느끼게 된다. 또한 샘물이 솟듯 내면 깊은 곳에서 솟아나는 지혜를 얻는 듯 싶어진다. 참으로 놓칠 수 없는 소중한 시간이다.

선을 배우면서 마음이 한결 여유가 있어지는 자신을 발견하게 된다. 화내는 일도 점차 줄고 주변을 너그럽게 바라볼 수 있는 자신이 대견스러워진다. 아직은 많은 부분에서 초보이고 서툴다. 성불이란 큰 욕심을 내기엔 겸연쩍지만 최소한 한울안선방을 찾아 단전주선을 배우는 것이 공부심을 꾸준히 챙길 수 있는 계기가 되기를 염원한다. 배울 수 있을 때까지 계속 배우고 싶다.

이 덕 원(여의도교당 교도/ 한울안신문 기자)

1단계를 마치며

길을 잃고 헤매던 중 바른 길이 보여서 얼마나 감사한지! 보기 드문 삶의 희열을 느낀다. 내 마음이 한결 여유를 찾았고 한적하고 고즈넉함을 즐길 정도다.

몸에서 나쁜 기운이 다 빠진 듯 가벼움과 아울러 건강도 좋아졌다. 항상 나란 것에 걸려 거미줄에 걸린 풀벌레처럼 바둥거렸는데 가만히 여유를 가지고서 길을 살펴볼 여유가 생겼다.

삶의 무게, 기득권 등 눈에 보이지 않는 이끌림에 감사 드리고 끝까지 하고 싶다. 교무님의 한 말씀, 한 말씀이 차곡차곡 울림을 주면서 쌓여간다.

- 박 양 숙(가톨릭신자/주부) -

2단계를 마치며

1단계(단전만들기)와는 달리 2단계(자신의 호흡 찾기)에서는 시간이 흐를수록 내 자신에 많은 변화가 있었다.

일심 정성이 없이 정신이 산만하던 내가 어느 날부터 선 프로그램 가운데 명상 시간에 알 수 없는 현상을 느끼기 시작하게 되었다. 반가부좌로는 1분조차 앉아 있지 못할 정도로 여기저기 온몸이 쑤셨던 것이, 선을 함으로써 고통이 사라지고 몸과 마음이 가벼운 느낌을 받게 되었다. 더 나아가 상쾌한 전율을 느끼기도 한다.

또한, 평상시에 기운이 전혀 없었던 체력이 내 자신도 놀랄 만큼 좋아졌고, 단전에 강한 힘을 느낀다.

자신의 호흡 찾기를 하면서 어느덧 자신이 살아서 숨을 쉬는 것인지 알 수 없을 정도로 몸을 잊게 되고, 호흡이 미세하여 단전에 아주 가볍게 들어가는 느낌을 받는

다. 이게 무슨 현상인가 하는 생각과 함께 신기하고 조심스러웠다.

그러나 이것이 자신의 호흡을 찾는 좋은 현상 가운데 하나라는 것을 지도 감정을 받고, 확신이 서질 뿐만 아니라 나도 하면 된다는 자신감이 생기기 시작했다.

- 최 우 현(안암교당 교도/회사원) -

생각을 나눌 수 있는 소중한 시간이 너무나 좋다(불교- 김 혜 영)

진짜 선방임을 느낀다. 1단계에서 자신을 받아들이고, 2단계에서 스스로 공부하는 법을 추스리게 되었다.(방배-강 형 선)

이제 이대로만 공부하면 된다는 확신이 섭니다.(가락-오 성 운)

이곳에서 선을 배우고 교당에서 새벽 좌선을 하면 내 호흡도 찾아지고 선을 하고 나면 기분이 상쾌해 집니다.(가락-김 성 만)

단전호흡 조차 어려운 체질인데 어느덧 단전 호흡은 물론 자신의 좋은 호흡을 찾았다. 어느 때부터인가 몸이 편안해지고 부드러운 숨이 내려가 단전으로부터 아주 부드럽게 숨쉬고 있음을 느꼈다 (안암-오 진 숙)

방황 끝에 찾아 든 선방, 이곳엔 안정감, 포근함, 우리 것에 다가선 반가움이 있다. 그리고 정확하고, 친절하고, 투명하고, 바른 마음과 정신을 가진 교무님을 만나 공부할 수 있음에 행운을 느낀다.(가톨릭-클라라)

7. 한울안 선방의 현황

1) 지도인: 1인

2) 선객:

1 초기 1달(50명)

2 3단계인 현재(35명)- 한 기의 선객이 선을 시작하면 단계별 프로그램이라 도중에 받아들일 수 없는 관계로 다음 모집이 있을 때까지 기다려야 함.

3. 종교 분포 - 가톨릭/ 4명 불교/ 4명(인근지역) 무종교/ 1명
원불교/ 안암교당 14명, 그 외 교당/12명

8. 앞으로의 과제

- 1 선방을 운영할 수 있는 지도자가 모자란다. 기 별로 계속 올라오는 선객을 감당하기가 벅차다.
- 2 선방을 운영하다 보니 시간이 모자란다. 전문적으로 지도할 수 있는 시간이 필요하다.
- 3 선방을 운영하며 선객 관리가 중요함을 느끼게 된다. 전문 인력을 수용함도 중요하다고 느낀다.

단전주선법의 단계적 방법 요약¹⁾

1. 누워서 단전만들기

단전 위치는, 세 손가락을 모아서 옆으로 누워 배꼽 아래에 대면 손가락 끝이다. 원불교에서는 이 이상의 단전 자리를 세밀하게 "이것이다"라고 애써 밝히지는 않는다. 그 이유는 제하(臍下-배꼽아래) 3촌(寸-손가락 세 마디)에 마음을 두어 기운을 모으다 보면 자연스럽게 찾아가기 때문이다. 또한 원불교에서는 기단(氣丹)보다는 심단(心丹)을 우선으로 하여 마음 단련을 하기에 단전보다 약간의 차이를 둔다고 해도 건강이나 마음에는 아무 지장이 없다.

참고로 말하면 어느 정도 선을 하게 되면 온 몸이 단전이 된다. 여기에 주목할 필요가 있다. 그렇다고 단전을 잡지 않아도 되나 하면 그렇지 않다. 그 시발점은 단전이라는 것을 간과해서는 안 된다.

운동을 하는 사람들이 경기를 효과적으로 해낼 수 있도록 몸 컨디션을 좋게 하는 것을 "몸을 만든다"고 말한다. 마찬가지로 좌선을 하는 사람이 좌선을 효과적으로 하기 위해서는 단전을 만들어가야 한다. 단전을 만드는 방법 가운데 효과적인 방법이 없는 것보다는 서서 하는 것이 좋고, 이 보다도 누워서 하는 것이 좋다. 누워서 단전을 잡되 단전주선법을 생각하면 누워서 단전에 물건(책, 등)을 얹고 호흡을 하는 것이 가장 가까운 방법이다.

단전주에서 호흡의 핵심은, 숨을 들이마실 때 단전에 마음을 두었다가 숨을 내쉴 때도 마음이 단전을 떠나지 않아야 한다. 누워서 단전에 책을 얹고 호흡할 때, 책이 단전 위에 얹어져 숨을 들이마실 때 단전을 대중잡아 호흡하기가 쉽고, 내쉴 때도 물건(책)의 무게가 들어간 배의 단전을 누르게 되어 단전을 호흡 간에 여의지 않아서 단전주가 된다.

선방을 열면서 '처음으로 선을 하는 사람들에게 단전만큼이라도 쉽게 찾을 수 있게 할 수 있다면...'하는 바람이 있었다.

하루는 아주 건강해 보이는 젊은이가 선을 배우겠다고 찾아와 누워서 단전만들기를 한 지 얼마 되지 않아서 단전으로 호흡을 하고는 "단전에서 열이 나는데 어떤 현상인지..."라고 묻는 것이다. 며칠 지나서는 또 한 젊은 사람이 이 방법으로 하고는 배가 뜨거워진다고 하는 것이다.

단전에 기가 모여 뜨거워진 것이다. 이후부터는 선을 해 가는데 훨씬 수월해 보였다.

■ 좌선 전에 주송으로써 카타르시스, 호흡 고르기, 일심 집중, 단전강화의 훈련을 하는 것이 선을 잘 하기 위해서는 반드시 필요하다.

1) 그 날의 긴장감, 불안감을 풀어주는 카타르시스 효과.

① 마음에서 탐하는 마음을 주송 일성에 집주하여 잠재운다. (애욕, 식욕, 수면(나태)욕, 명예욕, 재물욕)

② 분노를 녹인다. (억울한 일, 의롭지 못한 일, 울적할 때, 마음이 불안할 때)

③ 어리석은 마음을 녹인다. (실수한 일, 콤플렉스, 아만심, 척 하는 마음)

①, ②, ③번을 차례로 풀어가되 풀어지지 않으면 풀어질 때까지 하는 것이 좋다.

※ 선을 하기 전, 명상의 시간(3분)을 주어 ①, ②, ③번 가운데 오늘 마음 속에 가장 많이 걸리는 것을 종이에 간단하게 적도록 한다(2분). 그것을 주송 일성에 담아 마음속에 있는 것을 다 토해내게 한다. 이렇게 되면 마음이 한결 깨끗해진다.(5분)

일상 생활을 잘 했거나 경계가 없어서 번뇌가 없는 사람. 카타르시스가 된 사람은 주송 일념에 마음을 주하여 호흡고르기와 일심 집중을 한다.

2) 호흡 고르기 (내가 낼 수 있는 숨을 다 끌어낸다. 그리하면 내 숨의 찌꺼기가 다 빠져 나와 호흡이 편안해진다.)

3) 일심 집중

소리가 있는 선이다. 주송 일념에 집중을 하자. 내가 낸 소리를 내가 들을 정도면 좋다. 이렇게 집중할 수 있다면, 목소리가 조금 커도 상관없고 주송 속도가 좀 빠른 듯해도 30분 이상은 누구나 할 수 있다. 다만 좌선이 고운 대패라면 주송은 거친 대패라고 할 수 있다. 경계가 많이 있을 때 하면 좋다. 주송을 많이 하면 목소리도 자연 좋아진다.

주송을 할 때는 북이나 목탁에 맞춰서 하면 수월하다.

1) 편집자주: 참고로 길도훈 교무의 좌선법 길라잡이를 요약하여 실었습니다. 본문 전체가 아니므로 빠진 부분이 있습니다. 내용에 관한 더 자세한 사항은 길도훈 교무에게 직접 문의하시기 바랍니다.

4) 단전강화

단전에서부터 소리를 내다보면 어느덧 단전이 강화됨을 느낄 수가 있다.

5) 단전주 선법의 기초

(1)조 신(調身)

● 좌선 복

옷은 가볍고 편안하면 그만이지만 허리부분은 조이지 않는 것이 좋다. 단전호흡 및 마음을 머물게 하는데 방해가 된다.

겨울에는 한기를 느끼지 않을 정도의 옷과, 무릎이 시리지 않도록 무릎 덮개가 있으면 좋다. 겨울에 춥다고 두터운 옷으로 둘러쓰면, 따뜻하여 졸음이 오기도 하고 어깨를 누르게 되어 자세 및 호흡을 헝클어지게 할 수 있다. 될 수 있으면 둘러쓰는 것은 하지 않는 것이 좋다.

● 좌복(방석) 준비

좌복이 전체적으로 평탄하고 고른 것이 좋으나, 방석 위에 오래 앉아 있어도 살이 바닥으로부터 조금의 통증이라도 없는 것이 좋다. 그러나 너무 굽으면 안착이 안 되어 곤란하다. 때에 따라서는 방석 뒤를 꺾어서 앉으면 더욱 편안하다.

사람에 따라서는 좌선 중에 힘이 풀려서 뒤로 넘어지는 경우도 있는데 방석 뒤를 꺾고 앉으면 이를 방지하는 효과도 있다.

학창시절이다. 총부 대각전에서 새벽 좌선을 하는데 갑자기 '퐁!'하고 소리가 나는 것이다. 소리가 너무 커서 살펴보니 한 도반道伴이 뒤로 넘어진 것이다. 만약 방석으로 뒤를 약간 꺾고 앉았다면 넘어지지는 않았을 것이다. 그러나 평평한 자리에서 좌선을 하는 것이 그리 불편하지 않으면 익숙하도록 하는 것도 좋다. 익숙하면 뒤로 넘어질 염려가 없을 뿐만 아니라 어느 자리에서도 선을 할 수 있는 적응력이 키워지기 때문이다.

● 좌 법(다리 모양)

앉는 다리의 모양에 따라 결가부좌結跏趺坐, 반가부좌半跏趺坐, 평좌平坐로 구분하여 부른다. 결가부좌는 한쪽 발을 허벅지 안쪽에 올리고 다른 발을 반대쪽 안쪽 허벅지에 올려서 그 양쪽 발이 양쪽 허벅지 위로 올라와 하늘을 향하고 있는 형태. 반가부좌는 한쪽 다리를 몸 중심의 안쪽으로 당길 수 있는 데까지 바짝 당기고 나머지 다리를 그 위에 얹은 형태. 평좌는 한쪽 다리를 몸 중심의 안쪽으로 당길 수 있는 데까지 바짝 당기고 나머지 발을 그 앞에 두어 두 발이 바닥에 닿는 형태이다. 그러나 위의 좌법 가운데 특별하게 하나를 고집할 필요는 없다. 다만 반좌(盤坐- 47쪽 참조)로 하면 된다.

반좌란 쟁반같이 반듯하고 편안하여 오래 앉을 수 있는 자세라는 뜻으로 어느 자세든지 자기에게 편안한 자세이면 된다.

교단 초기에는 선을 반가부좌로 하는 경우가 지배적이었으나 결가부좌를 하기도 한다. 대신 종사는 가능하면 결가부좌로 하는 것이 좋다고 했다. 돈망의 경지에 이르렀을 경우 긴 시간 동안 몸의 균형을 유지할 수 있는 가장 좋은 자세이기 때문이다. 연습을 하여 숙련이 가능한 사람은 이 자세를 길들임이 좋다.

좌선을 시작한 지 얼마되지 않은 사람은 시간이 경과함에 따라 다리가 저리거나 아픈게 된다. 이럴 때는 다리를 잠깐 바꿔도 괜찮다.

좌선에 익숙하여 한두 시간을 앉아있어도 편안한 사람은 하루 단위로 다리를 바꿔서 하는 좋다. 만약 한 자세로 오래하면 체형이 비틀어져서 건강을 해치니 다리를 위아래로 번갈아 앉아 균형 맞추는 것을 잊어서는 안 된다.

● 손 모양:

엄지손가락을 나머지 손가락으로 감싸 안듯이 가볍게 쥐다. 엄지손가락의 기운과 함께 나머지 손가락의 기운을 보존할 수가 있다. 그렇다고 너무 짝 쥐 필요는 없다. 좌선을 시작하기 전에 유념하여 손을 가볍게 쥐었다가는 자연스럽게 힘을 풀면 적당한 모양이 된다.

● 손의 위치

손의 위치는 선을 하는데 편안하면 그만이다. 편안하다는 것을 정의하려면 그것도 만만치가 않다. 좌선 시간동안 편안하려면 손의 위치가 거추장스럽지 않아야 하며 간결해야 한다.

이 자세를 단전주선법은 무릎 위에 가지런히 놓는 것을 우선으로 한다. 허리를 펴고 자세를 반듯하게 한 상태에서 손을 무릎을 향하여 툭 내리면 무릎 위에 닿든 안쪽에 닿든지 한다. 이 자세가 편안하고 좋은 자세이다.

원기 70년도 대각전에서 열린 '제1차 교리실천강좌' 에서 교단 초창기에 대중사로부터 선을 배우셨던 원로 법사들이 모여 손의 위치에 대한 논의가 있었다.

원로 법사님들이 각자 하고 있는 좌선법과 바람직한 자세에 대해 여러 가지 이야기가 나왔다. 그 모든 말에 대해 훈타원 양도신 중사는 "대중사님은 선을 어렵게 가르쳐 주지 않았다"고 일축하고는 "대중사님은 손을 이렇게 (악고명심- 엄지손가락을 감싸권 손 모양)하고 무릎 위에 놓았다."며 역설을 하였다. 누구도 그 말에 대해 반론을 펴지 못했다.

● 눈 가짐

눈을 응시한 채, 자연스럽게 커튼 내리 듯이 눈꺼풀을 내린다. 이렇게 하면 혹은 반개 혹은 감게 되나 주로 감게 된다.

그러나 초보자는 눈을 반쯤 뜨는 것이 좋다. 초보자가 눈을 감으면 망념(생각)도 많거나 졸음이 쉽게 찾아오기 때문이다.

눈을 반개半開 했을 경우 아래 1~1.5m 정도 바닥에 시선이 닿을 정도면 좋다. 이때 시선보다는 단전에 마음과 기운을 두는 것을 잊어서는 안 된다. 그러면 시선이 있으되 시선으로 받아들여지는 개념이 없게 된다.

혹자는 이것을 시지불견(視之不見)이라고 하는데 시지불견이란

그런 의미가 아니다. 보아도 관념과 착상이 없는 빈 마음으로 본다는 뜻인 것이다.

위에서 보되 시선으로 사물을 받아들이지 못하는 것은 마음이 사물에 있지 않으므로 일체의 개념이 없는 상태인 것이다. 이 상태가 되면 눈을 감는 것과 같은 상태이다.

눈을 반개를 하면 처음에는 사물이 받아들여지고 그 다음에는 빛이 받아들여지고, 조금 더 진척이 되면 단전을 보게 된다. 여기에서 더욱 정진하면 마음을 보게 되고, 더 나아가면 자성을 보게 된다. 그리고 자성의 혜광慧光이 발하고, 천지와 더불어 하나가 되며, 대자 대비가 생기고, 삼세三世를 일관一貫하여 대자유大自由를 얻는다.

눈을 반개하고 사물을 보는 것부터 단전을 보게 되기까지만 되어도 졸음이나 잠념은 없게 된다. 그러나 단전을 보게 되는 상태에 이르러서는 눈을 감든지 뜨든지 별 차이가 없다.

단전을 보기 전까지 졸음에 침노할 염려가 없다면 눈을 감고 선을 해도 괜찮다는 이야기가 되는 것이다. 그러면 눈을 반개半開하는 것이 졸음을 기준으로 한 대책인가. 반드시 그것만은 아니다. 초보자가 눈을 감을 경우에는 졸음뿐만 아니라 잠념이 많아지게 되어 있다. 또한 일부분의 사람들에게는 낮선 곳에서의 어두움은 두려움을 동반하는데 이 두려움을 갖고 선을 하면 영靈적인 부분에서 대단히 바람직하지 않게 나타날 우려가 있다.

그러므로 초보자는 선을 하는데 있어서 반드시 반개를 하는 것이 좋다. 단전을 관觀할 정도가 되면 이때는 눈을 감고 하는 것이 선의 길을 가는데 더 도움이 된다. 눈을 감으면 마음이 더 증폭되기 때문이다.

눈을 감으면 잠념도 증폭되고 일심一心도 증폭되는데 단전을 관觀할 정도가 되면 잠념에 대한 걱정은 그리 신경을 쓸 것은 못 된다.

● 입과 혀의 모양

어금니를 다물고, 혀끝을 올려서 앞니와 입천장 사이에 댄다. 입을 벌리면 기운이 나가서 좋지 않으니 입을 다물되 어금니를 지그시 다물면 마음도 따라서 차분한 느낌을 받게 된다. 또한 혀끝을 올리라는 뜻은 선을 잘하면 선중에 맑고 윤향한 침이 나오는 것을 원활하게 할 뿐만 아니라 침을 삼키면 소리가 적게 나기 때문이다. 선을 잘하면 혀를 올려서 앞니와 입천장 사이에 인위적으로 붙이려고 하지 않아도 저절로 혀가 올라가서 앞니와 입천장 사이 올라가서 붙는다. 그리고 수승화강이 되어서 입안의 혀 줄기 사이(옥지)에서 맑고 윤향한 침(감로수甘露水)이 나오는데 이것을 입에 가득 모아서 가끔 삼키면 건강에 좋다.

● 턱의 모양

턱을 안으로 당긴 듯이 하여 목을 받듯하게 한다.

● 허리를 세우는 법:

사람에 따라 선을 할 때 허리를 세워야 할지 자연스럽게 봐둬야 할지 고려해 봐야 한다.

누구든지 선을 할 때의 자세는 자연스러운 것이 좋다. 그러나 바람직한 자세는 있다. 그 바람직한 자세가 허리 뒤가 잘록하게 느껴질 정도로 반듯한 것이다.

초보자가 이 자세를 무리하게 하면 자세는 나올지 몰라도 호흡에 따른 기운이 단전까지 이르지 못하고 명치 정도에서 막히기가 쉽다. 배에 살이 있는 사람보다도 살이 없거나 근육질인 사람일 경우는 그 정도가 더 심하다. 이것을 기체라고 한다.

필자도 근육질이라 평소에도 배가 탄탄하기에 허리를 세우면 앉아 있는 것만으로도 편하지가 않았다. 허리를 조

금 구부리면 기운이 단전에 가는 것을 느끼는데 허리를 펴면 단전에 기운은 커녕 힘들기만 했다. 이 때에 "나는 선 천적으로 선을 하기 어려운 체질인가 보다" 하고 자괴감에 젖을 무렵, 한 스승님이 주산종사님은 선을 하시는 자세가 곧으셨지만, 정산종사님은 허리를 약간 구부리고 하셨지..."라는 말씀에 한쪽 가슴을 무겁게 짓누르던 그 무언가가 일시에 소멸해지며 마음이 산뜻한 느낌이었다.

이후 선을 시작할 때는 허리를 약간 구부린 듯 시작하고 있다. 선을 어느 정도 하게 되면 몸 기운이 충만한 상태로 소통되어 '뚝·뚝' 소리를 내며 자세가 저절로 바르게 된다. 그러나 단 시간을 앉아 있을 때는 저절로 곧은 자세가 되기 어렵다.

나름대로 고민하다가 자연스런 가운데 요령이 생겼다. 숨을 들이마시면서 배를 훌쩍하게 한 후, 허리를 반듯하게 세운다. 이 상태에서 숨을 내쉬며 들여보냈던 배를 내민다. 이 상태에서 전신의 힘을 빼다. 근육질의 배를 가진 사람이든 그렇지 않은 사람이든 이 방법은 모두 허리에 무리함을 주지 않고 펼 수 있게 한다.

● 전신의 힘(마음과 기운)을 단전에 톡 부리기

스승께서는 이것은 "지게 짐을 지고 있다가 마당에 휙 부리는 것처럼 온 몸의 기운을 단전에 '휙' 부리는 것이다."라는 몇 마디를 남기고 말이 없으셨다.

이후부터는 말씀의 뉘앙스를 마음에 새기고 감을 잡아가며 스스로 터득을 해야만 했다.

마음과 기운을 오직 단전에 머무르게 하는 것인데, 억지로 하면 오히려 안 된다.

마음과 기운을 놓으면 마음과 기운이 저절로 아래로 가라앉는다. 가라앉히기가 힘들지, 가라앉은 다음에는 마음과 기운을 추슬러 단전에 모으면 된다. 이 모은 마음과 기운을 단전에 오랫동안 머무르게 하는 것은 더 힘든 일이다.

잡념 없이 마음을 머물다 보면 상상하지 못할 조화가 일어난다.

● 엉덩이와 항문은 자리에 앉아서 몸을 좌우로 흔들면 엉덩이가 들썩거리며 자리를 고르게 된다. 이후 항문을 한두 번 오므려서 기운을 보존한다.

선을 하기 전에 마음을 한번만 챙기면 될 일이지 선禪 중에 챙길 필요는 없다. 선하는데 그렇게 중요하지는 않기 때문이다. 다만 마음을 챙겨서 해두면 건강으로나 기운에 약간의 도움이 될 뿐이다.

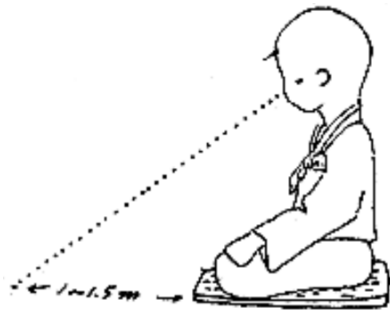
● 단전 강화법

숨을 들이마시며 배가 등에 붙는다는 심정으로 배(단전)를 한껏 훌쩍하게 했다가, 숨을 내쉬면서 배(단전)를 '쑥' 내민다.

이렇게 대여섯 번을 반복하면 기운이 자리할 수 있는 단전 그릇을 넓히게 되어 단전호흡을 하는데 한결 수월하다.

● 좌선의 자세(종합)

좌선의 자세를 가지는데 종합적으로 살펴보자.



방석을 펴고 반좌(盤坐)를 한 후 허리를 전·후·좌·우로 흔들어서 자세를 고르고, 배(단전)를 훌쩍하게 하며 숨을 들이쉬며 허리를 세우고는 그 자세에서 숨을 내쉬며 배에서 힘을 자연스럽게 빼다.

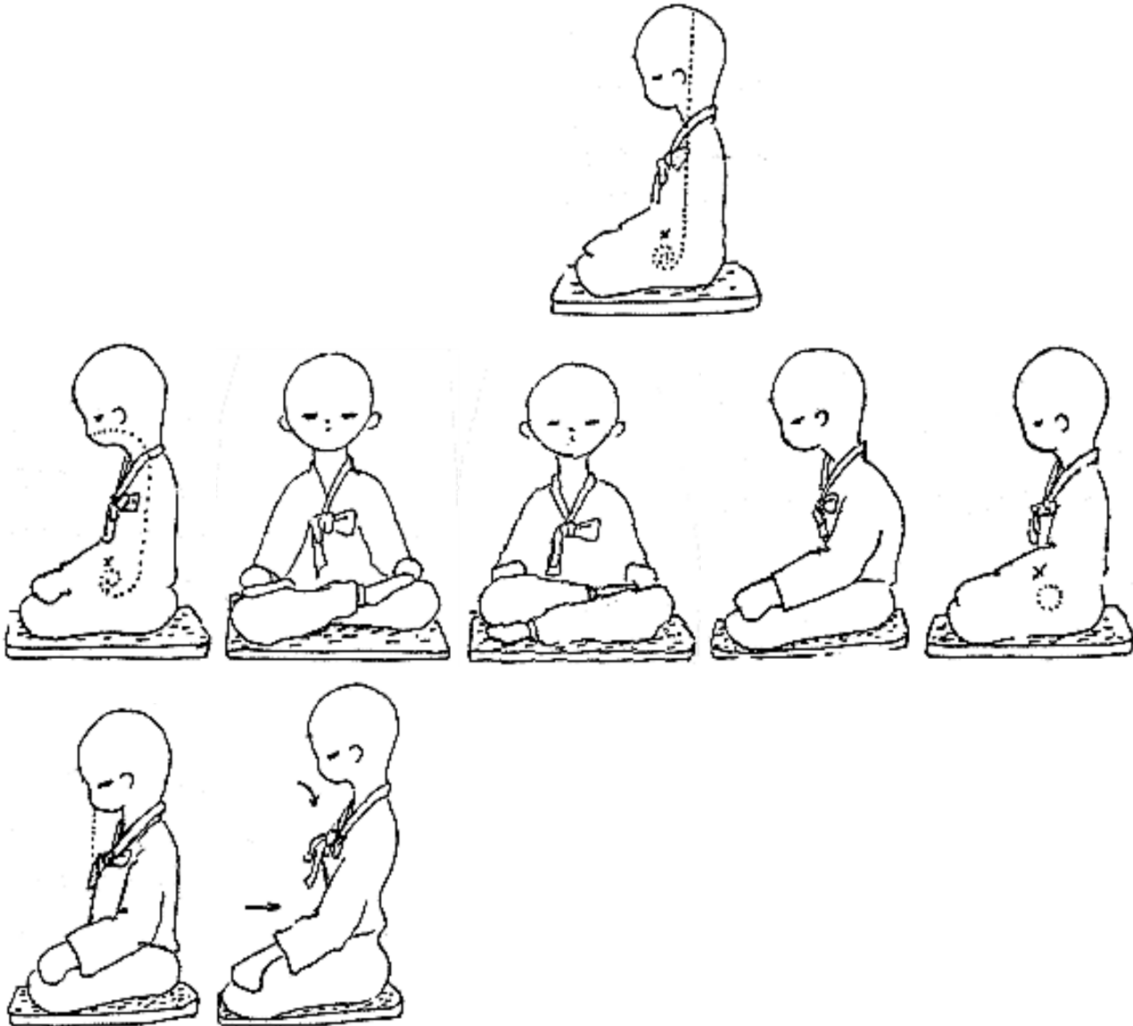
다시, 숨을 들이쉬며 배를 훌쩍하게 했다가 내쉬며 배를 내민다. 이렇게 대여섯 번 반복한다. 턱은 약간 안으로 당긴 듯이 하여 목을 곧게 하고 눈은 뜬 상태에서 눈꺼풀을 커튼 내리듯이 힘을 빼면 자연스럽게 반개 또는 눈이 살포시 감기게 된다. 이때 눈이 감겨도 감기는 것이 아니라 눈꺼풀 안에서는 눈을 뜨게 되어 빛을 감지한다. 그러나 초보자는 반개를 하는 것이 좋다. 이때 시선은 1~1.5m 정도의 바닥에 닿을 정도가 된다. 선을 시작할 때 신경

을 조금만 쓰면 자연스럽게 되어진다.

입은 어금니를 가볍게 다문 정도면 되고 혀는 앞니와 입천장 사이에 가볍게 댄다.

손은 엄지손가락을 나머지 손가락이 가볍게 감싸 안은 듯이 하여 무릎 주위에 올려놓는다. 이때 어깨와 팔 그리고 손에서는 마음과 기운을 다 놓고 오직 단전에 마음과 기운이 오래 머무르게 한다.

선하는 전체적인 모습은 자연스러우나 반듯하여 코에서 추를 달아서 놓으면 배꼽에 이를 정도가 된다.



● 좌선 후의 몸가짐

잠시 무릎을 꿇고 앉는 정좌正坐가 필요하다. 반좌(결가부좌, 반가부좌, 평좌)를 하고 오랫동안 앉아있으면 골반이 벌어지기에 모아주는 정좌를 하는 것이 건강에 좋다. 시간이 허락되면 요가와 운동으로 몸을 골라주면 마음과 기운이 한결 상쾌해 진다.

(2) 조 식(調息)- 호흡 고르기

● 좌선(단전호흡)은 언제하는 것이 좋은가. 좌선은 새벽과 저녁식사 후 일을 마친 후에 하고, 낮에는 보은봉공의 시간으로 무시선을 한다. 그러나 어느 때든지 공복(空腹)에 하는 것이 좋다. 식사 후 2시간을 지나서 하는 것이 좋으나, 30분 이전에는 단전호흡을 하지 않는 것을 원칙으로 삼는 것이 바람직하다. 만약, 식사 후에 바로 할 경우에는 숙련자에 한하여 상단으로 호흡을 하면 나름대로 도움을 얻을 수 있다.

● 호흡 조절

선을 하기 전에 몸 안에 있던 숨(기운)의 찌꺼기를 내보낸다. 숨의 찌꺼기가 안에 있으면 숨이 깊지가 않다.

만약 억지로 숨을 단전까지 보내려고 하면 역기가 되어 상기가 되고 두통을 일으킬 수가 있다.

몸 안의 숨의 찌꺼기를 단 시간 내에 보내려고 한다면 "호·호·호---" 이렇게 세 번 정도 반복하여 한껏 내 보낸다.

이 보다 좋은 방법으로는 요가와 염불이 있다. 요가와 염불에 대해서는 뒤에 밝히기로 하자.

● 원불교 흡장호단의 호흡

'호呼'란 숨을 내쉬는 것(날숨)이고 '흡吸'이란 들이쉬는(들숨) 숨이다.

단전주선의 단전호흡(臍下 3寸)이 되 들숨은 조금 길고 강하며, 날숨은 조금 짧고 약하게 한다(吸長呼短). 그러나 이것을 억지로 하면 오히려 병을 만들기도 한다. 이 숨은 단전에 마음이 머물러 고요하고 평온하면 저절로 되기도 한다. 그러나 초보자에게 이것을 주문 하는 것은 일어서지도 못하는 아이를 뛰게 하는 것과 같다.

흡장호단의 호흡을 잘 할 수 있는 법은 들이쉴 때는 유념, 내쉴 때는 무념으로 하면 된다.

● 호흡의 세기와 길이

좌선을 할 때 숨의 강도는 단전에 약간의 강도를 느낄 정도가 좋다. 너무 강하면 탈장의 염려가 있고, 너무 약하면 단전이 강화가 안 되어 건강에 도움을 주지 못한다. (자세한 내용은 뒤에)

호흡이 차차 골라지면 호흡이 길고 미세해 저서 기운과 마음이 아울러 부드럽고 맑아진다. 이때의 호흡은 새의 깃털을 코에 갖다 대어도 움직이지 않을 정도이다.

● 호흡의 질

호흡에 자유를 얻으면 더운 호흡, 찬 호흡, 피부호흡까지도 가능하게 된다. 사명대사는 더운 호흡과 찬 호흡 등을 자유자재로 하여 이적을 보인 수도인이었다.

호흡의 구경은 자연 호흡이다. 호흡을 놔두어도 길고 미세하다. 호흡 따라 기운과 마음도 한가하고 여유로워진다.

그러나 호흡에도 질이 있다. 호흡이 따뜻하고 맑아야 좋다. 더 나아가 영기靈氣가 어린 호흡에까지 이르러야 영성이 어리고 지혜의 광명이 솟는다.

흡장호단의 호흡을 잘하면 호흡이 따뜻하고 맑게 되어 있다.

대산종사는 "지금부터 50년만 숨쉬는 공부만 하면 그 사람 앞에는 광명한 천지가 열릴 것이다"라고 말했다.

(3) 조 심(調心)

기운은 마음을 따라 간다. 그러나 기운에 따라 마음이 편안해 지기도 하고, 기운을 단련하다 보면 마음도 아울러 힘을 얻기도 한다. 마음에 힘을 얻고자 하는 사람들이 수련의 방법으로 기 단련을 많이 하는 이유도 여기에 있는 것이다. 그러나 많은 사람들이 한껏 수련을 했다고 해도 기 수련을 벗어나지 못하는 것은 기에 집착하기 때문이다. 이것은 선후본말을 모르는 까닭에서 비롯된 현실이다.

시작은 기운을 다스리는 것이 수양을 하는데 쉽고 빠르나 주체는 마음인 것이다. 기운으로써 마음을 조절하는데 이르러서는 주체를 마음에 두어야 한다.

강을 건너려고 하는 사람이 나룻배를 타고 강을 건넌다면 배에서 내려야 할 것이 아닌가. 그리고 배까지 썰어지고 다닐 것이 없지 않은가. 마찬가지로 기운으로 마음에 이르렀으면 기운을 놓아야 한다. 기운의 노예가 되면 마음은 그만큼 고되기 마련이다. 이제부터는 마음을 따라 기운이 따라오게 해야 한다.

그래야 마음을 단련하여 마음을 보고 마음의 자유를 얻을 수 있다. 어차피 마음 따라 기운이 따라가는 것이다.

● 단전주(丹田住)선법

단전에 마음을 머무른다

단전주선은 단전호흡을 넘어서 단전주(丹田住) 선법이다. 단전주란 마음이 단전을 떠나지 않고 항상 머무르는 것이다. 마치 고양이가 쥐를 잡으려고 할 때 마음과 기운과 눈을 쥐에서 떠나지 않는 것처럼 마음과 기운과 전신의 힘을 단전에 부리어 내가 곧 단전이 되는 것을 말한다. 이후부터 단전이 호흡을 하고 단전에서 망념을 거두고 단전으로 진리의 문에 들어가는 것이다.

단전주선을 한다고 하여 처음부터 되는 것은 아니다. 단전주가 되기까지 숨쉬는 법을 알아서 단전호흡을 하여야 단전주선을 하는데 도움이 된다.

단전 호흡을 할 때 들숨과 날숨의 시작과 끝점이 있기 마련인데, 그 시작점과 끝점에서는 항상 마음으로부터 비롯된다. 기운도 마음을 따라서 움직이는 원리가 있기 때문이다.

호흡을 하는 초보자는 들숨에서의 마음가짐을 그냥 공기를 마신다는 막연함에서 벗어나 우주의 신령한 기운을 머리(백회)로 받아들인다는 마음가짐과 호흡을 통한 기운으로 단전호흡을 하는 것이 중요하다. 그러나 기체의 염려가 있는 사람은 회음호흡에 의한 단전주선을 하는 것이 좋다. 날숨에서의 마음은 단전에 신령스런 기운을 한 점만 남긴 채 무념無念으로 모두 다 내보낸다.

처음에는 졸음이 오지 않으나 조금 지나 분위기에 익숙해지면 졸음이 오는 경우도 있다. 이때는 눈을 뜨고서 좌선을 한다.

좌선을 하다 보면 자신도 모르게 망념(妄念)이 들어온다. 이때는 '망념이 들어왔구나'하고 생각을 하면 스스로 없어진다.

망념은 내재된 마음이 솟아나는 것이니 잡념이 나오는 것이 문제가 아니라 망념을 없애는 것이다. 이때 하나하나 뿌리를 뽑아주어야 한다.

처음에는 단전주에 마음을 집중시키다 보니 피곤하게 된다. 익숙해지면 힘들이지 않고 단전주가 된다.

● 자꾸만 앉고 싶은 마음

단전주가 잘 되면 이때부터 자꾸만 앉고 싶어진다. 앉으면 편안하다. 그러나 이 마음을 이겨내지 않으면 안 된다.

단전주가 잘되고 선이 편안하면 자꾸만 앉고 싶어진다. 이때부터 선에 탄력을 얻으나 일을 놓고 앉는 것은 오히려 선의 본질을 어렵게 하는 것이니 이때는 분명히 일어나야 한다.

앉고 싶은 마음이 선을 하는데 아주 좋은 것이지만 점차 움직이는 것과 일하는 것이 싫어진다. 마음속에 없던 병폐가 생기는 것이다. 하나를 얻음에 또 하나를 잃게 된다.

● 좌선 중에는 신기한 기틀이나 자취가 생겨날 경우도 있다. 이럴 때는 선지자에게 상담을 구하는 것이 좋다. 만약 신기함에 끌려 재미를 붙이다 보면 정도를 걷기 어렵다.

누워서 단전만들기(1개월) 프로그램 순서

- 몸풀기(요가, 선체조, 선요가, 선춤, 운동 등)- 30분
- 주송으로써(염불, 영주, 청정주 - 카타르시스 효과, 호흡 고르기 효과, 일심 집중 훈련)- 10분
- 누워서 단전에 만들기-10분
- 좌선(단전주 선법) - 15분
- 녹차와 함께하는 피드백

2. 자기 호흡 찾기

가장 편안한 자세를 취한다. 안락의자, 소파 등에서 아주 편안하게 앉아서 온몸의 힘을 뺀다. 그리고 마음을 편안하게 하는 음악(영산회상 대금연주, 실크로드, 스위트 피플 등)을 들으며 잠잘 때의 내 호흡이 어떠했는지 잠잘 때의 심정에 돌아가 호흡을 하며 살펴보게 한다. 또한 가장 편안할 때의 내 호흡이 어떠했는지 살펴볼게 한다.

이때의 호흡이 그 동안 내게 길들여진 가장 편안한 호흡이다. 이 호흡을 바탕으로 하여 단전호흡, 더 나아가 단전주선을 하면 자연스런 가운데 선에 진전이 있게 된다.

만약, 자기호흡을 찾지 않고 획일적인 단전호흡이나 단전주선을 하면 속이 더부룩하고 답답할 경우가 많다. 마치 남의 옷을 입고 사는 사람의 어색함처럼 선(禪) 수행을 하는 데에도 어색하고 불편하다.

선뜻 생각하기에는 자기호흡을 찾는다는 것이 대수롭지 않다고 여길 수도 있다. 그러나 선을 하는 데는 아주 중요하다. 선의 기초이기 때문이다.

자기호흡을 찾지 않은 상태에서의 좌선은 단순히 어색하고 불편한 정도가 아니다. 사상누각과 같은 심각한 문제가 된다. 자기호흡을 찾지 않은 상태에서 선을 하면, 단전에 힘만 들어가지 기운이 닿지 않아서 헛 단전만 부른다. 속이 더부룩하고 편하지가 않다. 마치 음식은 별로 먹은 것은 없는데 헛배가 부른 것과 같다.

또는 좌선을 하다가 갑자기 호흡이 흐트러지거나 막혀서 안될 경우가 반드시 나타난다. 이때 자기호흡을 할 줄 알면 금세 고칠 수 있으나 그렇지 않으면 나머지 시간은 고통의 시간이자 오히려 스트레스를 쌓는 시간이 되어버린다.

사람마다 호흡의 길이, 호흡의 세기 등 호흡의 정도가 약간씩 다르다. 자기 호흡을 놓고 획일화된 호흡을 따르다 보면 다행히 내게 맞아서 잘 되는 사람도 있지만, 많은 사람들이 퇴굴심이 날 정도로 안 되는 경우도 있기 때문이다. 또는 잘 되었던 사람에게도 어느 날 갑자기 안될 경우도 있다.

하루는 선방에서 "가장 편안한 자세를 잡아보세요."라고 했더니 한 여자 선객이 자세를 이리 저리 잡으면서 "가장 편안한 자세를 잡아보려고 하지만 어떨 때 가장 편안했는지 모르겠네요."라는 것이다. 순간 어떤 이야기가 떠올라 이 상황과 겹치면서 안으로 웃음이 빙그레 나왔다.

수염이 긴 할아버지께 손자가 "할아버지, 주무실 때에 수염을 이불 밖으로 내 놓으시나요, 들여놓으시나요." "글쎄다" 하시며 이리저리 해보더니 "잘 모르겠다. 잠자 보고 말해 줄게". 그 날 밤 수염을 이불 밖으로 놓아도 아닌 것 같고 들여놓아도 아닌 것 같아서 들여놨다 내놨다 하면서 밤을 샜다는 이야기가 있어 그런 경우이구나 싶었다.

그 동안 할아버지는 수염이 이불의 밖에 있든 없든 상관없이 잠을 청했는데 수염을 내놓았는지 들여놓았는지 관념을 지으니 해답이 나오지 않은 것이다.

여기서 편안한 자세는 손을 어떻게 놓든 다리를 어떻게 하든 마음을 편안하게 갖고 놓아두면 된다. 호흡도 마찬가지로 다 놓고 한가한 심정을 지니면 내가 그 동안 가장 편안했던 호흡이 된다.

대체로 호흡하는 것을 보면 천천히 들이마시다가 일시에 내보낸다. 이것이 흡장호단이다. 숨을 들이마실 때는 길고 내설 때는 짧다.

물론 아닌 사람도 있다. 하지만 잠잘 때의 자기 호흡이 각기 자신에게 있어 가장 편안한 호흡인 것이다. 이 심정, 이 호흡이 선으로 향하는 기초다. 일반인이 선을 배우지 않았다 하더라도 자기의 편안한 호흡을 하면 사심이 가라앉고 한적한 느낌을 지닐 수 있다. 평소 피곤한 사람도 잠깐씩 짜투리 시간을 내어 편안한 자기 호흡을 해보면 새 활력이 돋는 걸 알 수 있을 것이다.

이것도 때로는 잊어버리기 쉽다. 마음과 몸의 균형을 잃어버렸을 때 편안한 자기호흡도 흩어져서 찾지 못한다.

축구 선수든 야구 선수든 각기 자기 감각이 있다. 축구 선수가 내가 원하는 곳에 보내는 곳과 속도와 공의 회전이 만족할 때가 있다. 이 감각을 잊지 않으려고 반복 연습하여 마음속에 저장하고 몸으로 숙달시킨 사람은 감각을 유지하여 좋은 경기를 한다. 그 뿐 아니라 슬럼프에 이르렀을 때도 감각을 되살려 슬럼프에서 빠른 시간에 빠져 나와 좋은 컨디션을 찾게 될 수 있다. 그러나 그 때 그때 되는 대로 선을 한다면 잘 되면 다행이지만 안될 경우 선에 대한 회의마저 느끼게 되어 결국 소홀하게 된다.

그 동안 선을 했던 사람들 중 처음 단계와 중간 단계를 몇 번 왔다 갔다 하면서 방황했던 사람들이 있었을 것이다. 자기 호흡을 찾아 숙련이 되어 기쁨이 잡히면 호흡이 안될 경우 몇 분만에 본인이 이른 경지까지 쉽게 찾아갈 수 있다.

그러나 선을 1개월 정도 하다 보면 마음이 자꾸 밖으로 나간다. 선을 하다가 조금 편안하면 잠 오기 쉽다. 조금씩 분위기에 익어간다

는 의미이다. 여기에 그치면 진진이 없다. 마음을 챙겨 호흡에 전일하면 몸이 피곤하여 어쩔 수 없으면 모르거니와 그 외에는 잠 오는 것을 잊을 수 있다.

자기 호흡을 찾았으면, 그 호흡으로 단전주선을 하게 한다. 이때는 자세, 호흡의 장단, 세기 등은 염두에 두지 않는 편이 좋다. 만약 이 모든 부분을 염두에 두었다간 자기호흡을 잊어버리고 만다.

자기호흡에 의해 단전주를 연습하는 것을 첫 과제로 여기고, 편안한 호흡으로 단전주의 기쁨을 느끼면 대 성공이다.

자기호흡의 편안함이 단전주를 만나면 심연의 다복함을 느끼게 되는 법이다. 이것 또한 만만치 않은 희열이다.

이로부터 좌선의 여명이 움트는 것이다. 이것을 이름하여 좌선을 함으로써 심신이 편안함을 알게 된다고 한다.

자기 호흡찾기 선의 방법

1. 몸 풀기(30분)
2. 염 불 (10분)
3. 자기호흡찾기(10분:음악(영산회상 대금 연주, 실크로드, 스위트 피플 등)을 반드시 틀어주되 음악을 간헐적으로 바꿔주는 것이 좋다. 더 나아가 조명도 사람이 가장 편안함을 느끼는 조명과 밝기에 유념.)
4. 좌선 (10분)
5. 좌선 점검 및 피드백(녹차를 곁들인다.)

3. 유무념 호흡의 단계적 방법(6단계)

자기 호흡을 찾았으면 호흡 고르기를 하여야 한다. 처음에는 의자에 기대어 앉아서 편안하게 길들였다면 이제는 방석 위에 앉아서 길들이며 선하는 시간도 차츰 늘어 가는 것이 좋다. 신체상 또는 체질상 어쩔 수 없다면 몰라도 앉아서 선하는 습관을 길들여야 의자든지 어디든지 앉아서 선을 할 수 있다.

의자 등에서 몸을 기대어 선을 하는 것이 짧은 시간 또는 휴식의 의미에서는 좋으나 긴 시간 동안 적공을 들이는데는 한계를 드러낸다. 몸이 편안하다 보면 몸에 긴장이 풀리고 혼침에 이르기 쉽기 때문이다. 물론 의자에 앉아서 선을 한다고 하여 입정에 들지 못하는 것은 아니다. 만약 의자에 앉아서 긴 시간을 하려고 한다면 머리와 목 그리고 허리를 세우고 해야 한다. 그래야 몸의 기운이 바르게 되어 건강에도 선정에도 도움이 된다.

그 동안 무의식에서 자신이 호흡하는 습관을 찾았다면 이제부터는 그 숨에서 잡티를 걸러낸 고른 숨을 쉬는 연습을 해야 한다.

잠잘 때 대부분이 천천히 숨을 들이마시다가 "혹" 하고 내뿜는다. 이것이 들이마시는 숨이 길고, 내쉬는 숨이 짧은 흡장호단(吸長呼斷)이다.

이 흡장호단의 호흡을 할 수 있는 방법이 들이쉬는 숨은 유념(有念), 내쉬는 숨은 무념(無念)이다.

총부 간사(행자시절)시절의 어느 하루, 스승님께 부르시어서 다가갔다.

"요즘, 선은 잘 되니."

행주좌와(行住坐臥) 간에 선을 한다고 해도 어디 잘 되겠는가

"그냥 열심히 하려고만 해요."

"그래, 됐다. 선은 정성을 들이는 데에 있다."

바로 말을 바꾸시더니

"호흡은 어떻게 하고 있니?"

"들이쉬는 숨은 조금 짧고 내 쉬는 숨은 길게 하려고 해요."

"억지로 하면 오히려 병이 생기기 쉽다. 들이쉬는 숨은 유념으로 하고 내 쉬는 숨은 무념으로 해봐."

어떤 것이 유념이고 어떤 것이 무념인지 몰라서 의아한 눈초리로 귀만을 기울이고 있으니 이내 이어서 말씀해 주신다.

"들이 쉴 때에는 숨을 의식하고 내 쉴 때는 그냥 놓는 거야. 마치, 풍선을 부풀렸다가 놓으면 바람이 나가는 것과 같은 거야"

"아- 네."

단전주 호흡의 특성 가운데 하나가 흡장호단이고 그 방법으로 들숨은 유념으로 하고 날숨은 무념으로 하라는 것이다.

이제부터가 자기 자신과의 싸움이 필요하다. 한 시간 가량을 호흡만을 생각하며 선을 한다는 것은 그리 쉽지 않다. 특히 초입자가 서원을 웬만큼 굳게 세우지 않고서는 한두 달 이상을 가기 어렵다. 이것을 극복하는 좋은 방법이 수식호흡법(數息呼吸法)이다. 호흡을 하는 데 수를 세어서 하는 것이다.

수식호흡법이 좋은 것은 단계 설정이 확실하다는 점과, 몸에 기를 충만케 하는 방법으로 단전 강화 및 건강에 많은 도움을 준다는 점이다.

마라톤 연습을 하는 방법 중 하나가 복식 호흡이다. 복식호흡에도 두 가지 뜻이 있는데, '배 복' 자 복식(腹息)은 배로 숨을 쉰다는 뜻이고, '겹칠 복' 자 복식(複息)은 두 번을 쉰다는 것이다. 가령 들이쉴 때는 혹, 혹 두 번을 마시는 것이다.

복식(腹息) 호흡은 폐활량을 키워주는 기틀이 되어주고, 복식(複息) 호흡은 폐활량을 키우는 연습이 된다. 마찬가지로 단전호흡은 건강과 폐활량을 키워주는 기틀이 되고, 수식호흡법은 단전강화 및 호흡을 단련시킨다.

선이나 단전호흡을 시작하는 초보자에게 있어 수식호흡법은 가장 효율적인 방법 가운데 하나로 통한다. 초보자들은 단계 설정이 확실하지 않으면 이내 실증을 내어 중도에 그만 두기 쉽기 때문이다.

그러나 수식호흡법에도 어려움은 있다. 수식에 의해 호흡을 무리하게 하다 보면 역기(逆氣)가 되어 머리가 뜨겁고 아프게 된다. 이를 두고 상기(上氣)되었다고도 말한다. 또한 기운이 들뜨는 현상이 있음도 알아야 한다.

따라서 수식호흡법은 반드시 지도자의 지도를 받아서 하되 무리하게 하지는 말아야 한다. 선을 하며 생기는 부작용이 많으나 수식호흡에 의해 생기는 병리현상 중 으뜸이 상기되는 것이다. 처음에 알고 치료하면 쉽게 치료를 하나, 모르고 계속하다 보면 병리 현상이 심해져서 치료하기는 더더욱 어렵다. 선을 하다 생긴 병은 병원에서도 고치기 어렵다. 가장 좋은 방법이 선을 이용한 방법을 써야 하니 지도자의 지도에 따르고 지도자에게 감정을 잘 받아야 한다.

그러나 수식호흡법은 호흡단련, 단전강화, 기(氣) 단련의 기초과정으로 중요할 뿐만 아니라 초입자가 선을 단계적으로 발전시킬 수 있는 방법으로 꼭 필요하다. 사회의 일반 선 단체에서는 수식법을 널리 활용하는데 주로 건강법의

로서의 단전호흡법이다.

단전주선법의 수식호흡법은 일반적인 선의 단체와는 차이점이 있다. 일반적으로 수식호흡을 할 때는 예를 들어 <들이쉽에 하나, 둘, 셋, 넷 그리고 내쉽에 하나, 둘, 셋, 넷> 하고 더 나아가 들이쉽과 내쉽 사이에 지식(止息-숨을 멈춤)을 한다.

이 수식호흡법은 들이쉽에 마음속으로 하나, 둘, 셋, 넷을 세나 내쉽에는 그냥 놔둔다. 그러면 들이쉬는 숨이 나간다. 그리고 자연스럽게 호흡호단이 된다.

호흡을 할 때 주의할 것은, 숨 찰 정도로 호흡이 지나치게 세거나 길게 하면 안 된다. 숨에 균형을 잃어 숨이 차 오르고 험뻑하게 된다. 그리고 마음을 불안해 진다. 자기가 한껏 내 쉬고 들이마실 때의 80% 정도만 호흡을 하면 대체로 편안한 호흡이 될 것이다. 호흡의 길이를 늘릴지라도 이 패턴을 크게 넘어서지 않는 범위에서 자연스럽게 길들여 가는 것이 좋다.

순천의 방에서 이 이야기를 했더니, 예전에 K선법으로 선 공부에 깊은 관심을 갖고 선을 해왔던 J선객(가정의원장)이 '내가 진작 그것을 왜 몰랐냐'며 환한 미소와 함께 옳은 말이라고 한다. J선객도 호흡을 길들여가며 많은 고생을 했는가 보다.

이쯤 되면 한층 더 나아가야 한다. 들이쉬는 숨을 쉬되 숨 따라 단전에 기운을 주하여야 한다. 그리고 내쉬는 숨은 무념으로 하나 의식이 단전을 두호 하여야 한다. 그리하여 의식이 단전을 떠나서는 안 된다. 단전주호흡의 핵심이다. 이것을 일컬어 단전주(丹田住)라고 한다.

여기까지는 문제가 없으나 호흡의 길이나 세밀한 부분에 이르면 문제가 발생한다. 단전주 호흡법은 '들이쉬는 숨은 조금 길고 강하게 하며 내쉬는 숨은 조금 짧고 약하게 하게 하라'고 했다. 이에 일부에서는 호흡법이 잘못 되었다고 한다. 호흡에 따른 길이나 세기가 바뀌었다는 것이다. 스트레스가 많은 현대인이 단전주 호흡법대로 하면 오히려 병 얻기가 쉽다는 이유다.

그러나 이 호흡법은 심신의 편안함이나 건강보다는 수도에 우선순위를 둔 것이다. 과정보다는 순숙된 경지의 호흡이다. 기운을 함축하고 마음을 모으기에 아주 좋은 호흡법이다. 선정삼매를 넘어서 마음의 힘을 모아 진경에 이르고 허공법계를 자유자재할 수 있으려면 맑은

마음만으로는 안 된다. 힘이 있어야 한다. 힘을 실을 수 있는 적극적인 호흡이라 할 수 있다.

초보자에 있어서는 함부로 이 호흡에 뛰어들면 안 된다. 어차피 호흡은 폐에서 관장하고 호흡의 양이 같아야 병이 없는 것이다. 여기에서부터 호흡법이 출발을 하여야 한다. 그래서 초보자에게 자기호흡을 먼저 찾으라고 한 것이다. 그런 연후에 호흡고르기를 하고, 그 뒤에 단전주 호흡법을 단련하여야 부작용을 줄일 뿐만 아니라 호흡 단련에 큰 효과를 가져올 수 있다.

선방에서 선을 하는 J선객(가정의원장)은 풍선의 원리를 처음에는 이해하지 못했다고 한다.

"학창시절부터 다른 수련을 해오다 보니 호흡의 길이가 정반대인지라 단전주선의 호흡법대로 해보려고 하여도 숨을 내쉴 때, 배에 힘이 들어가는 느꼈습니다. 전의 수련법은 내쉬는 부분에 주안점을 두었기에 길게 내쉬려고 하다 보니 배에 힘이 들어갔었습니다. 그런데 단전주선법의 수식호흡법대로 해보니, 전에 했던 수련보다 단전에 기운이 다 북차는 느낌이 듭니다."

이 호흡을 해본 사람의 대부분이 이런 느낌이 든다고 한다. 더 나아가 몸에 기가 충만하여 건강해지고 단전주로서 집중력이 더 좋아진 것을 생활 속에서 실감한다고 말한다.

유무념 수식호흡법 훈련

숫자 대신 문구로 박자를 맞춘다.

1. ■ 들이 쉬는 숨을 1초에 한 박자로 하여 4/4박자로 하여 마음 속으로 하며 들이 쉰다.

※ 선을 하되 손가락을 움직이면서 하게 한다. 양 손바닥을 무릎 위에서 하늘로 향하도록 놓고 수·승·화·강에 맞추어 손바닥을 열어놓는다. 그리고 내쉴 때는 자연스럽게 다시 손바닥을 원상태로 만든다. 좀 번거로운 것 같아도 선을 하는 사람으로 하여금 망념을 적게 하는 효과와 단전에 기운을 모으는데 도움이 된다. 또한, 지도자로 하여금 상대의 호흡 정도를 쉽게 알 수가 있다.

■ 내 쉬면서 무념(단전을 두호)

주의: 먼저 내쉬는 숨을 쉰다. 내쉴 때 충분히 내쉬어 속 안의 숨의 찌꺼기 마저 다 내놓는다는 심정으로 몇 차례 내쉰다. 기숙사에서 도반끼리 내쉬는 연습을 할 때 "호, 호, 호----- 호"를 세 차례 정도 반복하고 숨을 천천히 들이마시곤 했다.

들이쉽을 하다 보면 한 박자 한 박자에 숨이 스타카토 식으로 치고 올라가나 처음에는 이 네 박자도 힘들다. 만약 숨이 벅차면 중간 중간 멈추어서 평호흡을 하는 것도 좋다. 그러나 숙달되면서 호흡이 부드러워짐을 느끼며 호흡이

길어지는 것을 느낄 수 있다.

내쉬는 철저히 무념으로 해야한다. 내쉬는 숨을 짧게 하라고 했다 하여 내 쉬는 숨을 적게 하면 숨이 차 오르게 된다. 자연, 숨의 균형도 잃게 되어 다시 호흡의 리듬을 완전히 형클어져 다시 들이쉬는 숨마저 몹시 불안하다. 만약 호흡의 균형을 잃은 상태에서 계속하면 마음까지도 불안할 뿐만 아니라 병이 생기기 쉬우니, 이때는 잠시 호흡법을 놓고 평호흡을 해야 한다.

내쉬를 할 때 충분하게 될 때까지 놔두었다가 다시금 들숨을 쉰다는 것을 잊으면 안 된다. 그리고 내쉬는 들이쉬에 길어짐에 따라 길어진다는 것도 잊어서는 안 된다.

내쉬에서 꼭 유념해야 할 부분이 있다. 한 마디로 단전주 선이라는 점을.내설 때 단전에 의식을 놓지 않아야 된다. 선진들께서 많이 인용하는 내용인데 "고양이가 쥐를 잡을 때 그 목표를 놓지 않듯 단전에 기운을 놓지 마라"는 것과 "단전에 기운이 '요롱 요롱'하게 하라"고 하듯 단전에 의식마저 놓아서는 단전주가 아니다. 놓으면 단전호흡에 지나지 않는다. 단전주라야 진성에 들어가 합일 할 수 있는 힘과 진리를 꿰뚫을 수 있는 힘이 생긴다. 좌선을 하는 목적이 궁극에 이르러서는 진성에 합일하고 진리를 깨닫자는 데 있기 때문이다.

이 호흡이 완성이 되는 척도는, 자신이 숨을 한껏 들이킬 수 있을 때의 80% 정도만으로도 이 들숨을 할 수 있으면 되는 것이다. 이 과정에서 다음 단계의 호흡으로 옮겨가도 된다. 뒤의 과정들도 마찬가지로이다. 자신의 최대호흡의 80%정도면 순숙 되었다고 할 수 있다. 숨 자체도 이 정도에서는 편안함을 느낀다.

- 2. ■ 들이 쉬면서 4/4박자로 수 · 승 · 화 · 강 · 식 · 망 · 현 · 진 . .
- 내 쉬면서 무념(단전을 두호)

- 3. ■ 들이 쉬면서 4/4박자로 수 · 승 · 화 · 강 · 식 · 망 · 현 · 진 . .
- 내 쉬면서 무념(단전을 두호)

※ (2.)의 방법과 같으나 이제부터는 백회호흡을 하며 수식 호흡을 한다.

백회호흡법

백회로부터 천지의 상서로운 기운을 받아 단전에 모은다. 기운은 마음을 따라 움직이게 되어 있다. 마음으로 상서로운 기운을 받아서 단전에 모은다는 심정으로 마음과 기운을 호흡에 담는다.

그리고 내 설 때는 단전에 영기(靈氣)만을 남긴 채 숨을 놓아 자연스럽게 빠져 나가게 한다. 이렇게 하는 것이 백회호흡으로 단전주를 하게 된다.

백회호흡에서 주의 것이 있다. 단전 호흡이 제대로 되지 않은 상태에서 호흡을 하다보면 기체가 걸릴 염려가 있다. 이는 의사들도 어찌할 수 없다. 반드시 스승이 나 선지자를 찾아서 자문을 얻는 것이 좋다.

기체 치료 방법은 「선을 함으로써 나타나는 현상」에서 보시면 밝혀 놓았습니다.

- 4. ■ 들이쉬면서 8/4박자로
수 · 승 · 화 · 강 · 식 · 망 · 현 · 진 . . .
- 내 쉬면서 무념(단전을 두호)

설명: 들숨을 하나에 두 박자가 되어야 하는데 처음 시작할 때는 「수, 하나 · 승, 하나 · 화, 하나」 등으로 사이에 간음을 넣어서 들숨을 배로 늘이므로 두 박자를 만든다. 이것이 숙달되면 간음을 놓고 「수-- · 승-- · 화--.....」로 음을 길게 잡는다. 소리를 내지 않는다고 하여도 음의 스타카토가 길어짐에 따라 마음도 따라서 편안해 지기 때문이다. 스타카토가 호흡과 단전을 강화하지만 마음이 들뜨는 현상도 있기에 스타카토를 늘려 잡음으로 마음이 편안하여 지는 것이다. 이제부터는 박자를 늘려 가는 연습을 병행한다.

- 5. ■ 들이쉬면서 12/4박자로
수 · 승 · 화 · 강 · 식 · 망 · 현 · 진
- 내 쉬면서 무념(단전을 두호)

- 6. ■ 들이쉬면서 16/4박자로
수 · 승 · 화 · 강 · 식 · 망 · 현 · 진

■내 쉬면서 무념

이 과정을 마치면 들숨의 시간이 32초가 된다. 이제부터는 이 호흡이 자신의 최고호흡의 50%만으로도 이 호흡이 가능할 수 있도록 연마를 하여야 한다. 자신의 최대 호흡의 80%정도의 호흡으로 과정을 소화시키는 척도는 호흡수련이고 이 과정에서의 호흡은 호흡을 정리하는 호흡이다. 이 정도에서 정리를 하려면 자신의 최대호흡의 50%는 돼야 편안하다.

호흡의 길이를 길게 가지는 데는 사람마다 특성이 다르기에 이제부터는 한계 짓기가 모호하다. 더 길게 하고 싶은 사람이나, 직업상 취미 삼아 호흡을 더 길게 가져갈 사람은 더 해도 괜찮다. 그러나 일반적으로 마음을 평온하게 하고 미세호흡에서 자연호흡에 이르고 또 선정에 이르는 데는 이 정도의 호흡으로도 충분하다. 오히려 호흡이 긴 편이라고도 할 수 있다.

단계적 수식 호흡법을 하고 나눈 이야기

선방에서의 선원(장유은 순천가정의원 원장, 이종경순천한의원 원장)과의 대화

이: 흡장호단의 수식호흡법을 하니 머리로 인식하였던 것과는 달리 호흡이 편안한 것은 느낍니다. 오히려 역기가 안되는 느낌이네요.

장: 저도 그런 똑 같은 느낌을 받았어요.

다음 목표가 생겨서 선에 대한 흥미가 더 해집니다.

이: 바로 수식호흡법부터 하면 어떨까 생각합니다.

장: 밥먹는 사람이 배부름을 느낄 때, 그 마지막 한 숟가락의 밥만 먹으면 되지 않겠냐는 것과 같이 느껴집니다. 단전이 잡히지 않은 상태에서 수식호흡법을 바로 하게 되면 상 기(上氣-기가 머리 쪽으로 올라가서 두통을 유발)가 되기 쉽습니다. 만약 자기호흡을 고르지 않고 수식호흡을 했을 경우, 처음에는 느끼하다가 속이 울렁거리는 것으로 발전합니다. 그럼에도 불구하고 밀어붙이자는 생각으로 계속 하다 보면 상기가 됩니다. 선으로써 상기가 되면 고치기 어렵습니다. 좋은 방법은 속이 느끼할 때는 선을 그치었다가. 그런 현상이 없을 때 다시 하는 것이 좋습니다. 다시 할 때는 자기호흡부터 길들여 가는 것을 잊어서는 안 됩니다.

그러나 모든 사람이 위와 같지는 않다고 봅니다. 예외인 사람도 있습니다. 그렇지만 자기 호흡을 고르지 않고 잘 하는 사람도 슬럼프는 있게 마련입니다. 이때는 제대로 호흡단계를 밟고 올라간 사람 보다 그 기간이 길 것입니다.

이: 자성 체험을 하는데 호흡의 길이와 상관성이 있습니까.

장: 정신의 집중력과 신체에 기운이 어느 정도 쌓여 있어야 그 힘으로 입정에 들 수 있습니다. 그렇지 않고는 힘듭니다. 수식법의 최종 단계에 이르면 단전 강화는 물론 기운이 어느 정도는 쌓이게 됩니다. 또한 호흡도 골라져서 편안해 지기 때문에 이제부터는 자성 체험뿐만 아니라 그 이상의 선력을 지닐 수 있는 기틀이 갖추어졌다고 할 수 있습니다.

4. 미세 호흡(일념을 여의지 않은 정도의 단계)

- 1) 단전주 선법을 상세히 설명
- 2) 단계별 체크- 망념이 들어오는 변수 체크
(※한 달 그래프를 만들어서 체크하기)

① 집심- 호흡에 마음이 떠나지 않음

갑: 망념 침노가 거의 없이 시간이 훌쩍 지나간 것 같은 오롯한 마음
을: 한두 번 망념이 왔다가 지나갔다.
병: 호흡이 답답하고 망념이 많았다.
정: 혼침에 빠졌다.

② 관심- 호흡이 편안하고 마음을 지켜보는 단계

갑: 호흡이 편안하고 마음이 어디에도 흐르지 않았다.
을: 평소 집착하고 있던 생각이 한두 번씩 들어왔다가 "왔구나" 하면 도망간다.
병: 망념이 반수가 넘었거나
정: 혼침.

③ 관심Ⅱ- (적적성성)마음이 고요한 가운데 정신이 상쾌하다. 또는 주위의 새소리 시계소리를 들어도 마음이 흐르지 않는다.(성성적적; 시끄러운 데 처하여서도 마음이 고요하다)

갑: 성성적적, 적적성성

을: 호흡이 편안하고 마음이 어디에도 흐르지 않았다.

병: 평소 집착하고 있던 생각이 한두 번씩 들어왔다가 "왔구나" 하면 도망간다.

정: 혼침이거나 망념이 반수가 넘었다.

체 크 카 드

이름: 홍길동

단계: 관심 1단계

■ 활선(행선, 입선, 좌선, 와선,)

대산종사님 법문 중심으로 당시의 범무실을 찾아 취재 정리를 하였음(여기서는 생략)

■ 무시선법

미세호흡에 이르기 전에서 무시선을 한다는 것은 사실상 흉내 정도에서 그치기 쉽다. 다만 활선의 차원에서 좌선을 도와주거나 응용한 형태의 집심 정도 선이다,

호흡이 끝나고 선의 맛을 느낄 때 무시선도 비로소 시작된다. 새벽 또는 저녁식사 후 일을 마치고 잠자기 전, 남은 시간에 좌선을 하고, 일을 당하여 선의 심경으로 일심으로 하여 일 속에서 선심을 기르고 일을 잘되게 하는 것. 그야말로 무시선 무처선이다. 가장 이상적인 선이라 할 수 있다.

무시선도 처음에는 작은 경계에서부터 시작하여 점차 큰 경계로 옮겨가야 한다. 또한 무시선은 좌선의 보조 역할로 시작하여 점차 무시선이 주체가 되고 좌선이 보조 역할로 바뀌어 가야 바람직하다.

여기서 주중主從 관계로 볼 때, 무시선이 주가 되고 좌선이 종이 되며, 본말本末로 볼 때 좌선이 근본이고 무시선이 말이 되기 때문이다.

과거는 농경사회라 단순해서 선심으로 일을 하고, 일 속에서 선심을 기르는데 큰 어려움은 없으나, 정보화 사회로 오면서 사회가 복잡하고 빠르게 움직여, 정신을 차리지 않으면 일을 그르치기가 쉽다. 이런 상황에서 선심을 운운하는 것 자체가 사치스런 일로 받아들이기가 십상이다.

복잡 다단한 사회에서 무시선을 하려면 여간 해서는 힘들다. 선심으로 일을 하기 위해서는 선력이 어느 정도 기본을 이루어야 하는데 선력을 어느 정도는 키워야 하는데 했느냐는 것이다. 마치 옛날의 수동 펌프와 같아서 약간의 물이 있어야 그 압력을 바탕으로 물을 끌어올리듯 선력이 어느 정도 있어야 무시선으로 향할 수 있는 것이다.

또한 일 속에서 선을 하려면 일에 어느 정도 능숙해져야 하는데 능숙해지기까지 선력을 어떻게 키워야 하는가.

물론 가장 이상 적이라면 일을 능숙하게 이루어 가는 과정에서도 선심으로 배우면 되는 것이다. 그러나 여기에 함정이 있다. 이 정도가 되면 무시선이 자연스럽게 되는 과정인데 이 단계는 보림함축을 지낸 정도의 사람이다. 즉 법위로도 향마 이상의 도인이라는 것이다.

초보자에게 이것을 요구함은 어린이를 어른의 척도로 재는 것과 같다.

선력이 일을 어거할 수 있으면 무시선이 되어 일 속에서 선을 하여 나날이 큰 선력을 키울 수 있으나, 그렇지 않고 선력이 일에 휩쓸리면 선심은 이내 어디론가 사라지고 습관으로 일을 하게 되는 법이다.

그리고 일의 국한이 되었으면 무시선도 해 볼만하다. 그러나 인간 관계까지 얽히게 되면 더 복잡하다. 합리적이지만 못한 요구, 감정 대립, 멸시, 시기, 질투, 방해 등의 일할 수 없는 구조 등에서 살다 보면 선심은 어느 새 곤두박질 치게 된다.

이때에 선력에 따라 자신 컨트롤을 하는 것이 틀리다. 순간을 잘 참을 수 있는가. 마음이 안정되었을 때 대의에 입각하여 자리아타로 생각하는가. 생각이 되었으면 착심을 여의고 진실 되고 바르며 정성스럽게 실천에 옮기는가. 만약 참지 못하고 감정에 치우쳐 너 죽고 나 죽자는 식의 포기의 마음이 되어서는 안 된다. 또한 착심에 가리어 도리를 저버린단든지 공정하지 못해서도 안 된다.

5. 선정 삼매

이것은 그리 어렵지 않다. 그 이전에도 간헐적으로 경험을 했으리라 생각된다. 전일하게 선을 하다보면 자신도 모르게 삼매에 이른다. 1시간이 5분 같고 10이 1분 같이 여겨진다. 그럼에도 불구하고 심신은 아주 상쾌하다.

선정 삼매는 마음에 일심을 들이면 간단하다. 물론 잡념 사이로 일심을 기른다는 것은 그리 어렵지가 않다.

처음에는 자신도 모르는 사이에 입정에 들어가지만 호흡과 마음의 힘이 어느 정도 쌓이면 선정에 드는 횟수 점점 빈번해 진다.

선정 삼매는 집심에서 관심에 이르기까지 여러 차례 경험할 수가 있는 것이다. 그러나 무기공(無記空)에 빠진 것을 선정 삼매로 착각할 수도 있다. 무기공에 빠져도 선정삼매처럼 시간이 훌쩍 지나간 것 같다. 다만 선이 끝날 무렵에는 좀 멍한 느낌이 있다.

무기공은 선정삼매를 느낄 때보다는 조금 늦게 나타날 수가 있다. 무기공은 습선(習禪)의 한 현상이기 때문이다. 여기서 습선이란 선을 하는데 목적을 잃고 그냥 습관적으로 앉아 있는 것이다. 처음에는 마음의 자유를 얻는 한 방법으로써 좌선을 하나, 세월 속에서 반복적인 생활을 하다

보면 자신도 모르게 정해진 시간에 맞추어 습관적으로 선을 하는 것이다. 습선은, 선에 습관이 들 정도가 되면 앉아있는 것도 어느 정도 이끌이 나 있는데 선에 진전이 없거나, 선에 자극을 줄 만한 경계가 없이 일상에 묻혀 서원마저 돌아볼 마음이 없을 때 생겨나는 것이다.

습선의 결과는 앉아있는 연습을 하는 것과 같이 무의미하고, 생활 리듬이 바뀌면 선을 놓는 동시에 다시금 선을 하려는 마음이 일어나지 않는 것이다. 선을 하는 사람들은 습선을 조심해야 한다. 습선에서 무기공이 나온다.

눈에 보면 버와 같이 생겼으나 쌀을 맺지 않는 것이 있다. 이름이 "피"라는 것이다. 선정삼매와 같으나 고요한 가운데 정신이 맑지 않은 것이 있다. 무기공이라는 것이다. 무기공은 습선을 바탕으로 하여 나타나는 것이다.

6. 자성 체험에 이르는 방법

입정에 드는 방법은 기운이 순일하여야 하고, 마음에 힘이 있어야 한다. 입정에 드는 사람들은 나이 든 사람보다도 의외로 젊은 사람에게서 나타난다.

순일한 마음이 사회 경험이 적은 사람에게서 많이 나타난다. 그러나 적공을 속깊게 하지 않으면 일직심이 안 되는 흠이 있다. 연륜이 있는 사람은 적공을 많이 했을 수 있으나 사회 경험에 따라 망념(관념,상)이 많은 단점이 있다. 시간으로 볼 때는 연륜있는 사람이 입정에 들기까지 더 오래 걸릴 수 있다. 세파에 물든 만큼 비워야 할 것도 그만큼 많기 때문이다.

그러나 사회 연륜과 순일함의 정도를 막론하고 입정에 필요한 것은 관심보다도 집심이다. 집심은 힘이다. 이 힘이 순일하게 일직심이 되면 입정 체험을 할 수 있다.

입정 체험은 돈망의 상태와는 다르다. 차원이 다른 것이다. 돈망은 원적 무별 하다면 자성 선경은 자성의 참 모습을 보는 것이다.

6. 천지와 합일하는 방법

이는 자성 체험과 달리 천지와 더불어 하나가 되는 것이다. 내가 돌이 되어 서 있고, 물이 되어 흐르며, 천지와 더불어 하나가 되어 천지의 기운 타고 하나가 되어 노닌다.

소태산 대중사는 邊山九曲路의 石立聽水聲이로다 無無亦無無요 非非亦非非로다 라는 시를 다각도로 해석을 하나 천지합일의 심경을 읊은 것이다.

천지 합일을 체험하지 않으면 그 심정을 이해하기가 어렵다. 수행인이 성리와 의두를 삼고 해석을 하나 그렇게 해석할 일이 아니다. 물론 해석을 하여 일반 사람들로 하여금 천지 합일의 심경에 가깝도록 하기 위함인데 해석을 또 유추 해석을 하여 본질과 자꾸 멀어지게 한다. 좀 자중하고 관조를 할 필요가 있다.

이왕이면 밥 먹는 법보다 벼농사를 짓는 방법이 더 좋지 않겠는가.

마찬가지로 해석에 힘 쓸 것이 아니라 천지 합일을 할 수 있도록 일러주는 것이 더 좋을 듯 싶다. 천지 합일은 집심만 가지고는 안 된다. 기운이 녹아야 한다.

우선 사람이나 동물 등 미워하는 것이 없어야 한다. 그리고 시기하거나 질투하는 마음도 없어야 한다. 그렇게 되면 사람들에게 말을 해도 법에 적실하게 이야기한다. 보통 사람들은 좋다고 하면 좋아하는데 아니라고 이야기하면 싫어한다. 천지 합일이 된 사람들은 싫은 소리를 해도 미워하지 하는 것이 아니고 일을 두고 이야기하는 것이다. 사람들이 그것을 모르고 오히려 중상모략을 한다. 어리석은 일이고 크게 죄짓는 일이다. 천지가 바람을 분다고 욱하는 것과 같다.

미워하는 마음은 어느 정도의 수도인이면 된다. 만약 미워하는 마음이 녹지 않으면 법마상전의 자격도 없는 것이다.

이것 보다 어려운 것이 좋아하는 마음이다. 물건을 탐하는 정도는 넘어선 것이라 문제가 되지 않으나, 이성으로 좋아하고, 정으로 좋아하여 끌리는 것을 조심해야 한다. 끈끈한 정은 별개가 아니나 이성으로 좋아하여 끌리는 것을 크게 조심해야 한다. 끌려서 마음을 잃어버리면 그동안 쌓은 정력이 수포로 돌아갈 수 있다.

마음 같아서 결혼하지 않은 사람은 이 단계를 넘어서서 하는 것이 좋을 듯 싶다. 만약 이전에 결혼을 하면 천지 합일의 경지는 두 배는 힘들다고 할 수 있겠다.

결혼을 한 사람이라면 결혼 후 4,5년 정도 되면 권태기가 오는데 이때부터 적공을 한다면 좋을 것이다. 괜히 눈을 밖으로 돌려서 영영 매해지면 인생에는 힘들 수도 있다.

이때는 적공 기간을 정하여 부부관계를 1년 정도는 끊고 조석으로 적공해 봄직하다. 천지합일을 하려면 마음이 녹아나고, 선을 할 때 호흡이 골라 맞아 편안해야 한다. 그리고 앉아있는 자체가 좋아야 하는데 이때부터는 공기 좋고 기운이 좋은 산수(山水)가 있는 곳에서 선을 하면 좋다. 그렇다고 일을 놓고 찾아 나설 필요는 없지만 기회가 닿으면 길을 가다가 바위 혹은 냇가에서 쉬면서 선을 하면 보다 천지 합일에 이르는데 빠를 것이다.

. 천지합일(물아일여)- 자연호흡. 공기를 걸러서 마실 수 있다. 천지도수를 볼 수 있다. 진리의 법칙이 인간의 법칙과 다름을 알게 된다. 그리고 신기하여 여기저기 이야기하고 싶어진다. 때로는 못 참고 한두 마디 이야기하면 신기하게 여기거나 요원하게 듣는다.

그러나 삶의 깊은 이야기를 선불리 발설하면 인간 세상이 어지러워진다. 인간 세상의 인심의 정도가 아직 진리의 요체에 이르지 못했기 때문이다. 마치 어린아이에게 성인용 비디오를 보지 못하게 하는 것과 같다.

이때부터 알고도 말을 못하게 된다. 지금부터 지도자는 외롭다는 이야기가 실제로 다가오게 된다. 혼자 깨치면 별로 좋지 않다.

영통을 한 대타원 의의인화 종사는 정산종사를 찾아 보면 두 분이 재미있게 이런 저런 이야기를 하신다고 한다. 그 이야기들은 세상 이야기가 아니라 마음속에 있는 진리의 세계를 한 울 두 울 꺼내셨다는 것이다.

성리나 의두요목도 이때부터는 말장난에 불과하다. 성품자리를 보았고, 성품이 발현되는 것도 보았기에 이로부터는 세상 말을 논리에 맞게 잘 풀었느냐에 따라 감화를 주고 못 주게 되는 것이다.

일부에서는 그것이 무슨 소용이 있냐고 하며 함구하는 경우도 있다. 이것이 실득력이 있는 것은 성리를 구하지 않는 이에겐 성리란 요원한 이야기이기 때문이다. 다만 성리의 문을 두드리는 이에겐 기쁨에 따라 열어주기도 한다.

그러나 요즘엔 학자가 성리를 다각도로 이야기 하지만 혹중 혹부중이다. 세상 법으로 상식 선에서 이해하는 정도이지 혹 넘어서지 못하고 있다. 애석한 일이다.

7. 자연호흡

그 동안 연마하여 숨의 깊이나 길이가 충분하고, 더운 호흡 찬 호흡, 우주의 기운도 걸러서 마실 줄 아는 등 호흡이 어느 정도는 마음에 따라 될 것이다. 이 정도가 되면 숨을 쉬는 것이 고르고 평안하다. 지금부터는 숨을 놓아도 된다. 마음을 챙기지 않아도 호흡이 고르고 편안하다.

호흡을 놓으면 죽을 것 같지만, 천만의 말씀. 숨의 묘미를 찾을 수가 있는 것이다. 숨을 놓고 가만히 바라보면 숨이 석양의 찬란한 고요 속으로 찾아들 듯 빠져나가다가 한동안 적막에 머무른다. 숨의 끝 자락에 닿을 즈음 맑은 공기가 향내를 살포시 묻히어 들어온다. 그리고 숨이 들어와 머리를 시원하게 하게 하고 입안에서는 침샘에서 나오는 청아한 침이 입안을 촉촉이 적신다. 이때의 침은 초보자에게서 나타나는 맑은 침과 또 다르다.

선을 할 때 나오는 맑은 침을 옥지에서 나는 감로수라고 지칭하는데 이 단계에 이르러야 침이 맑고 맑아 '이것이 감로수 이구나'하는 느낌을 받을 수 있다. 이는 적공하는 수도인에게 천상이 주는 한 잔의 차이이고 향기이다. 그리고 천상의 평온함이다.

산을 가든지 시내의 벤치에 앉든지 내가 처하여 한 숨을 짓는 곳에 있다.

이 호흡을 연습하려면 염불의 끝 자락을 주시하여야 한다. 염불을 일심으로 하여 입장을 녹이고 일심의 힘과 더불어 하염없는 마음이 되었을 때 숨은 편안하다. 이때 숨을 놓고 그저 숨만을 바라봐라 자연호흡의 맛을 느낄 수 있다. 초보자는 느낄 수 있는 시간이 짧으나 그 동안 호흡을 충분하게 연마한 사람은 처음해도 맛을 어느 정도는 느낄 수 있다. 이제부터는 숨을 놓아도 된다.

이 호흡에 익숙하여 호흡에 묘미를 한껏 느낄 정도가 되면 생사에 대해서도 어느 정도 감이 잡힌다. 자신이 기력이 쇠하여 이제는 숨을 놓아도 되겠구나 하고 놓으면 잠을 자듯 스트르 갈 수 있다는 자신감이 선다. 이것은 생각이 아니라 피부로 느끼게 되기 때문이다.

초보자로서 이 호흡을 한다는 것은 별 효과가 없다. 초입자가 이 호흡을 한다면 「자기호흡 찾기」를 하는 것과 같은 다름없기 때문이다.

11. 보림함축(보림지지,성태장양)

충청도 지역에 김씨라는 부호 한 사람이 살았다. 늦게 아들 하나를 얻었는데 이 아들을 훌륭하게 키우고 싶었다.

인근에 학문이 높은 사람이 있다고 하여 찾아가니 10년을 맡기되 찾아오지 말라고 하였다. 그리하여 김 부호는 구봉 선생이 평생 먹을 만큼의 쌀과 몇 수레의 책과 함께 아들을 보냈다.

아들을 보내고는 8년까지는 용케 참았는데 9년째 되는 해는 도저히 참을 수 없어 '면발치에서 한 번 보고만 오자'는 생각으로 찾아갔다. 9년 만에 처음으로 가는 길이라 꽤 낯설었다. 짐작만으로 찾아가다 면발치에서 수염이 제법 난 청년이 남루한 옷차림을 하고 나뭇짐을 지게에 가득 싣고 오는 것이다.

"여보게 청년! 길 좀 물어보겠네"

길을 가르쳐 주러 다가오는 청년의 얼굴을 자세히 보니 아들인 것이다. 지금 즈음 글을 낭랑하게 읽고 있을 것이라 생각을 했는데 남루하다 못해 거지꼴을 한 아들의 모습이라 놀라지 않을 수가 없었다.

그 자리에 앉아서 자초지종을 물으니 첫해만 글을 가르쳐주고 이후부터는 나무하고 농사지으며 보내고 있다는 것이다. 김 부호는 면발치에서 보고 오겠다는 마음을 고쳐먹고 아들을 앞세워 구봉 선생에게 발걸음을 재촉하여 달려갔다.

인사를 나누고는 이내 "선생 가족이 평생 동안 먹을 수 있는 쌀과 책을 보냈는데 글은 한 일년 가르치고 일만을 그렇게 시킵니까. 경우에 어긋나지 않습니까"라고 따지 듯 물었다.

구봉 선생은 눈을 지긋이 감고 다 듣고는 "야아! 다락에서 책을 집히는 대로 몇 권 나와라." 다락에 올라가니 책에 먼지가 뽀얗게 내려 앉아있어 호호 불고는 가지고 내려왔다.

"그 책을 읽어라. 그리고 해석도 해봐라"

처음 보는 책인데도 읽고 해석을 하는데 그렇게 잘 할 수가 없는 것이다. 이제는 다른 책을 읽어봐라 마찬가지였다.

김 부호는 깜짝 놀라면서 무례함을 용서해 달라며 마주 1년을 채워 10년을 가르쳐 달라고 하였다. 구봉 선생은 "이 아이를 세계적인 문호로 키우려 했는데..... 데리고 가세요"

내가 잘못했으니 자식을 1년 더 가르쳐 달라고 했다. "이제는 안됩니다. 본인이 이 정도는 된다고 생각되어 이제 더 공부를 한다고 하여도 더 이상 크지 못합니다. 밥을 할 때, 땀을 들이는데 술을 연 것과 같습니다. 그래도 지금 정도는 동양의 문호가 될 수 있습니다." 구봉 선생에게서 배운 이 사람이 훗날 예학(禮學)을 집대성한 김장생이란 어른이다.

대산종사가 종법사로 있을 때 완도나 삼동원에서 법무실에 있던 황도국 교무로부터 두 차례 정도 재미있게 들은 옛날이야기다.

구봉 선생은 제자에게 문리를 얻도록 공부를 시킨 것이고, 공부의 끝에 밥 땀을 들이듯 숙성시키는 공부가 얼마나 중요한 것인가를 엿볼 수 있는 이야기다.

박종빈 대종사는 모든 사람에게 진리의 법을 전하여 문리를 얻도록 하였다. 마음 공부 그 가운데 체득하는 탄탄대로의 공부법인 선(禪)공부를 하여 진리를 꿰뚫어 체득하였다 해도 보림(保任)하여 함축(含畜)하지 않으면 설익은 마음과 말과 행동이 나오게 되는 법이다.

진리의 이치가 한 생각을 넘지 않으며, 일에 문리가 트여 한 생각 넘지 않고 확연히 드러난다 하여도 보림 함축하지 않으면 마음과 말과 행동이 하나로 녹지 못한다.

성품자리를 보는 것보다도 보림 공부가 더 어려울 수 있다. 보림은 어미가 아기를 뱃속에서 키우듯 하는 것이다.

성품을 여의지 않음은 성(聖)이다. 이 성스러움을 안으로 품어야 하는데 이것을 태(胎)라고 한다. 그러나 하루·이틀 품어서는 안 된다. 최소한 10개월 정도는 품어 키워야 하는데 이것이 장양(長養)이다. 그리하여 성인(聖人)이 나와야 한다. 비로소 성인이 되는 것이다. 성태장양은 경계가 없는 곳에서와 경계가 있는 곳에서 하여야 한다

대산종사는 성태장양을 공복시에 1년, 10년, 20년, 100년을 하라고 일러 주셨다. 특히 저녁 식사 2시간을 지나 존야기로 밤기운을 보존하라고 했다.

* 경계가 없는 곳에서의 보림

나무가 밤과 낮 중에 어느 때 자라는가 하면 밤에 자라고, 아이의 몸도 밤에 자란다고 한다. 사람의 마음도 큰 경계가 없이 충분한 법문과 훈련이 있어야 한다. 그러나 혼자 크기는 대단히 어렵다. 스승의 손길을 받아야 쑥쑥 클 수가 있는 것이다.

교단 초창기 어른들이 하나도 부러울 것은 없으나 성태장양을 할 때 옆에서 키워주는 주세 대각도인이 계시다는 것이 부럽다.

정산종사는 참으로 복이 많다. 스승의 사랑을 그렇게도 많이 받았나 싶다. 대종사께서 제자를 찾아갔고, 교단초기 영산에서 방언공사를 할 때 대종사께서 수제자인 정산종사를 토굴에서 공부를 하게 한 것이 일제 하에 일경의 눈을 피하게 한 것도 있지만, 그보다 더 큰 뜻은 보림함축을 하게 한 것이다. 다른 제자와는 달리 토굴에서 보림하여 함

축하도록 했다. 이때 정산종사는 성태장양을 마친 것이다.

또한, 부안 변산의 실상사에서 백학명 스님의 행자로 보내어 불경을 보지 않고 불가에서 맥맥히 상존하는 심법을 배우게 함으로써 산 공부를 시켰다.

정산종사는 스승의 뜻에 온통 바치어 맡기었고, 스승은 정산종사를 진리의 조각도로 마음대로 휘둘러 깎고 다듬어 부처라는 작품으로 만든 것이다.

대산종사는 김제에서 폐병을 앓으며 정양할 때 보림함축하며 성태를 장양했으니 큰 성자치고 보림기간을 아니 가진 어른이 없다.

그리고 보림의 환경을 보아도 경계가 없는 곳에서 함축을 한 것이다.

*경계가 있는 곳에서의 보림

밖으로부터 시련이 없는 곳에서는 골격을 키울 수는 있으나 굳게 다져 질 수가 없어서 보기 좋은 납도끼와 같이 된다. 성태장양을 해서 불심(聖心)이 어느 정도 형태를 이루었으면 밖의 경계에 무너지지 않을 정도의 역경에서 견고하게 다듬어가야 한다.

여기서 말하는 경계는 역경을 말하는 것이다. 일에 의한 경계가 될 수도 있고, 인간 관계에 의한 경계일 수도 있으며, 육근(눈, 귀, 코, 입, 몸, 마음)에 의한 내적 경계일 수도 있다.

만약 불심(佛心)이 무너지려거든 경계를 피했다가 힘이 조금 생기면 다시금 도전하여야 한다. 그리하여 어느 경계에서도 불심을 여의지 않아야 한다. 그런 연유에 일의 성과도 늘려 가는 것이다.

현대에 사는 사람들의 대부분은 마음이 급하여서 일부터 성취해 놓고 보자며 불심은 저만치 내던져 버리고, 수단과 방법을 가리지 않고 한다. 욕심의 굴레 안에서 뛰면 끝이 보일 것 같으나 죽음에 이르면 몰라도 다람쥐 쳄 바퀴 같은 욕심의 굴레는 끝없이 돌고 도는 것이다. 죽어서 다시 태어나도 그 욕심의 굴레는 벗어날 수 없는 멍에와 같은 것이다.

성태장양을 해야 하는 공부의 정도에서는 마음 안에서의 번뇌는 이미 조복 받은 상태다. 순경이나 공경에서의 공부 이미 끝나 있다. 그리고 역경에서도 어떻게 해야 하는지 안다. 그러나 보고, 듣고, 말하고 행동하는 경계 경계마다 그 마음이 혹은 되고 혹은 되지 않는다. 마음에 성태가 어리지 않았기 때문이다. 성태가 자라면 모든 생각과 말과 행동이 성현의 모습이다. 이때부터 모든 행동이 질도에 맞는다.

12. 도광산채(심화,기화,인화-사생일신)

공부를 많이 하면 눈에서 광채가 난다. 그리고 서기가 뻗친다. 아직까지 마음을 고누고 있다는 것이다. 법상 비법상이 녹지 않은 것이다. 이 마음 마저 녹아야 한다. 재물, 애정, 명예, 권력 등으로부터 초연할 수 있어야 비로서 화합의 바탕을 이룰 수 있다.

이 위에 온 세상이 나의 집이고 사생이 하나의 몸이 되어 사랑을 건네고 희생을 감수할 수 있어야 하는 것이다.

이럴 때 기운으로도 풍긴다. 기운으로 느끼는 것은 사람보다도 동물이나 식물들이 더 빠르다. 주인이 옆에 있는데도 사납게 짖는 강아지 앞에서 마음을 비우고 호흡이 아주 평온하고 기운이 맑으면, 강아지는 그 사람에게는 더 이상 짖지 않는 것을 보았다.

또한 대산종사가 만덕산에서 정양할 때 새들이 와서 노니는 모습들은 전부 심화, 기화가 되는 것이다. 그런데 사람에게서는 동식물 보다 기운을 전해지는 것이 오롯하기가 어렵다.

본인의 욕심으로 상대방을 보기 때문에 심화, 기화가 되었다고 해도 왜곡되어서 받아들여진다. 이런 면에서 바라보면 사람처럼 명칭한 것도 드물다. 자기 피에 자기가 넘어간다.

그러나 낮은 사람에게는 화기로운 기운이 빨리 전해진다. 이해(利害)가 없고 관념이 적기 때문이다. 반면 그 사람에 대해 이야기를 들어 배움의 자세로 온 사람에게는 의외로 그 이상의 효과도 있다.

사람에게는 마음에 따라 효과가 천양지차이다.

13. 자유자재(대각)

그 사람이 아니면 그 사람을 알지 못한다.

기대 효과

수도인 가운데 몇 사람이라도 평생 단전도 못찾고 방황하다 간다면 얼마나 슬픈 일입니까. 이제는 최소한 그런 일은 없을 것이다. 유무념 수식 호흡법을 마칠 정도면 선을 하지 말라고 하여도 새벽에 일어나 선을 할 정도는 된다. 보통 사람이 체계적으로 배운다면 1년이면 이 과정을 마칠 수 있다.

이후의 과정이야 평생 이 공부를 할 사람들인데 그리고 정법 스승님들이 많이 계시기에 이후부터는 걱정 없다고 본다. 하지만 이 많은 부분도 정리를 하여 혼자 선을 하여도 나의 진도를 체크 할 수 있기를 바란다.

논평1.

한덕천 교무(원불교대학원대학교)

서양으로부터 불기 시작한 불교 禪에 대한 관심은 이제 학문적 접근이나 호기심 차원이 아니라 직접 禪修行을 하는 인구가 급속히 증가하고 있으며, 이런 흐름은 한국사회에서도 각종 수련 단체를 중심으로 불을 일으키고 있다.

각 사찰에서는 여름 휴가철을 중심으로 선방이 개설되면서 종교를 떠나 많은 인구가 禪에 대한 체험을 하고자 하는데, 원불교에서는 아직 이런 사회인들의 욕구를 수용하지 못하고 있는 실정이다. 몇년전에 있었던 타수련 단체의 수련으로 야기된 문제는 기대욕구가 충족되지 않은 갈증으로 생긴 것이라 생각되며, 이를 극복하기 위해서는 교법에 대한 체험·체득의 실질의 결과를 나눌 수 있는 신앙수행의 문화가 활발히 전개되어야 또다시 같은 갈등을 하지 않게 될 것이다.

현재 많은 교역자들은 단계적이고 체계적으로 좌선지도가 되지 않아 실지 禪力을 얻지 못하는 생각을 하고 있다. 그래서 이에 대한 구체적인 방안을 제시해줄 것을 요청하고 있으며, 사회적 요청에 응답하기 위해 현재 교단에서는 몇몇 관심 있는 교역자를 중심으로 선방을 운영하고 있는데 교전 외에 구체적 지침서가 없어 교역자 개개인의 취향 따라 지도를 할 수밖에 없는 아쉬움이 있다.

이러한 문제를 극복하고자 직접 선방을 운영하면서 단계적 지도방법을 찾고자 노력한 연구발표는 무척 고무적이고 감사하다.

다양한 방법으로 직접 적용한 사례를 중심으로 발표된 내용들은 선방에 관심을 가진 사람이나 좌선에 관심을 가진 사람들에게는 좋은 참고 자료가 될 것이다.

제안된 방법들이 도움이 될 것이지만, 몇 가지 생각을 더하고자 한다.

원불교 “좌선의 방법은 극히 간단하고 편이하야 아무라도 행할 수 있나니”(정전 좌선의 방법)하신 본의를 항상 염두에 두어야 한다는 것이다. 많은 사람들이 원불교 좌선법은 상근기나 할 수 있는 선법이라고 하면서 구체적이고 단계적인 방법을 요청하고 있는데, 위 말씀에 위배되기 쉬운 함정을 가지고 있다. 구체적이고 체계적인 방법으로 단계적 접근을 하다보면 오히려 좌선을 어렵게 만들고 복잡하게 만들어 본질을 흐리게 하는 오류를 범할 수 있다.

흔히 원불교의 좌선을 수년간 했지만 교전상의 공덕이 나타나지 않는다고 말하는 사람도 있지만 좌선법이 너무 어렵고 더우잡기 힘들기 때문이라고 생각하지는 않는다.

사회에서 많은 회원을 가진 수련단체들의 선수련은 다분히 氣修鍊을 바탕으로 있다. 心性수련보다 기수련은 사람들의 관심사인 육체의 반응을 쉽게 감지할 수 있고, 그 결과도 증명되면서 그 인구가 확장되고 있다. 초보자에게는 이런 방법이 선에 대한 발심을 일으킬 수 있지만 이런 접근방법은 선의 본질을 왜곡하게 된다. 한번 이런 형태로 체험을 하고 느낌을 가진 사람들은 계속적으로 그 영향권에서 벗어날 수 없기 때문이다. 그래서 이런 단체의 수련방법을 도입할 때는 조심해야 한다는 것을 지적하고 싶다.

구체적인 예를 든다면,

첫째, 누워서 단전잡기는 분명 효과가 있지만, 제안된 그런 짧은 시간에 단전의 그릇을 만들기 어렵다.

둘째, 다양한 호흡법을 제안했는데 일시적으로는 큰 도움이 되는 것 같아도 오히려 장애요소가

될 수 있는 위험이 있다.

셋째, 제안된 방법들이 너무 선법을 어렵게 만들 수 있는 소지가 있다.

넷째, 정신수양의 방법으로 제안된 염불과 좌선의 표리관계를 적극적으로 활용할 수 있는 방법을 찾아가야 할 것이다.

본인의 생각으로는 우리 좌선의 길라잡이는 정전의 원문을 근거하여 방법적인 것이 제시되어야 할 것으로 보며, 좌산종법사님의 정전의 방법에 의지하여 체험적 해설서인 “좌선의 방법해설”을 좀더 깊이 숙독 하면서, 원문에 근거한 좌선을 계속적으로 하되 개인차를 잘 파악하고 근기에 맞게 지속적인 지도가 된다면 충분히 좌선법에 나타난 공덕을 나눌 수 있을 것이다.

논평2.

김선명 교무(영산원불교대학교)

1.

근래에 설교위주로 이루어지는 교화패턴은 이미 한계상황을 보이고 있다는 공감대가 교단의 저변에 폭넓게 회자되고 있다. 그러나 이에 대한 대안의 부재로 교화의 정체성과 한계를 노정하게 되었다. 따라서 현대의 급격한 사회변화에 시의적절한 대응여부가 곧 교화의 성패를 담보하고 있다고 할 것이다. 이에 대한 타개책으로 최근 몇몇 교당과 기관을 중심으로 일어나고 있는 선 프로그램의 운영은 직·간접교화의 한 방편으로 시도되고 있다²⁾.

그러나 먼저 선행되어야 할 점은 우리 교역자들의 교법에 대한 바른 이해와 실천을 통한 내면화의 철저한 반성과 성찰이 있어야 할 것이다. 그 가운데 특히 교역자들의 수양과(좌선)에 대한 부분은 현실적인 문제로 대두되고 있다³⁾.

교단에서 선 프로그램에 대한 연구는 몇몇 개인적인 관심에 의해 산발적으로 시도되다가, 원기 78년에 관련 부서(교화부)의 관심으로 연구모임이 꾸러지기 위한 예비모임이 있기도 하였으나, 당무자의 인사이동과 다른 사유로 진행되지 못하고 무산되고 말았다. 때늦은 감이 없지 않으나 교화연구소에서 이에 대한 허와 실을 분석하고 바람직한 운영방안 모색을 위한 시도는 매우 적절하며 꼭 필요한 일이라 할 것이다.

교법에 바탕하고 교법정신에 근거한 다양한 교화 프로그램의 개발은 변화해 가는 현실의 다양한 욕구를 수용할 수 있으며, 선도할 수 있으리라 본다. 특히 선 프로그램은 ‘개교의 동기’에서 밝힌 바와 같이 ‘노예생활’을 면하지 못하게 된 현대인들에게 정신의 자주력을 세워 줌으로써 물질문명을 선용할 수 있는 하나의 방향을 제공할 수 있을 것이다.

2.

안암교당의 ‘한울안 선방’에서 진행하는 선 프로그램은 몸풀기와 염불과 좌선, 무시선,을 포괄하는 단계적이고 체계적인 내용을 담고 있어서 시사하는 바가 매우 크며 시의 적절한 응답으로 보인다.

특히 발표자는 개인적으로 꾸준히 연구하고 자증(自證)의 경험과 객관적 검증(檢證)을 통한 프로그램을 제시하고 있다는 점에서 더 의미를 주고 있다. 앞으로도 정기훈련 11과목에 대한 각각의 심도 깊은 연구가 이루어지고 나아가 정기와 상시로 훈련을 통한 간단없는 공부길을 밝혀주신 소태산 대종사의 살아 숨쉬는 공부가 우리들을 통해 증명되기를 염원해 본다.

먼저 프로그램에 직접 참여하여 실습을 해 보고 현장감을 익혔더라면 하는 아쉬움이 있었으나, 주어진 원고를 통하여 의문나는 몇 가지 사항에 대하여 의견과 질문을 드리는 것으로 대신하고

2) 김선명, 「원불교 교역자의 좌선에 대한 의식조사」는 1999년 12월 1일부터 2000년 2월 15일까지 전국 기관, 교당을 무작위 표본조사를 실시하여 총 236부를 회수하여 SPSS를 이용하여 분석하였다. 앞의 조사에 의하면 ‘선방’이나, ‘선 법회’등 선과 관련한 프로그램을 운영하는 교당이나 기관은 20.8%로 나타났다.

3) 김선명, 앞의 조사에 의하면 ①‘좌선법을 통해 힘을 얻은 스승님이 많다’에 37.2%만이 동의하였다. ②‘좌선 체험을 위한 집중적인 훈련이 필요하다’에 78.9%가 동의하였고 ③‘좌선의 지도방법에 만족하는 경우’는 13.5%만이 동의하여 문제점을 가지고 있음을 알 수 있으며, 불만족 이유는 ‘단계적이고 개별적인 지도가 안된다’ 78.4%로 나타났다. ④ ‘단계별 지도방안’에 대해서는 84.3%가 꼭 필요하다고 응답해 시급히 해결해야 할 과제로 나타났다.

자 한다.

■운영에 대하여

먼저 재정에 대하여는 회비를 통해 운영을 하는데, 세부 지출은 대개 어떻게 이루어지고, 교당과의 관계는 어떻게 하고 있는지 궁금하다.

둘째, 프로그램의 운영이 일주일에 삼일동안(화,목,토) 세차례(새벽, 오전, 저녁)를 지도교무 혼자서 총 아홉차례에 아홉시간을 지도하는지, 벅차지 않은가? 교당에서 교무의 역할은 선방에만 전념할 수 있는 상황이 아니고 담임을 맡은 대상이 또 있을 것인데, 시간운용을 어떻게 배분하여 사용하고 있는가?.

세째, 업무상 또는 기타 이유로 출장을 갈 경우에 선방지도는 어떻게 이루어지는가? 즉 지도교무 부재시의 대책은 무엇인가?

■교화에 대하여

먼저, 선방 프로그램을 완성하고 시작하였다는 데에서 큰 어려움은 없었으리라고 본다. 한울안 선방은 분명 교도만을 대상으로 하지 않고 일반인까지 포함하고 있는 것으로 보인다. 그렇다면 교도들만이 아닌 선공부를 목적으로 찾아온 일반인에 대한 교화는 어떻게 이루어지고 있는가? 특히 오늘 주제가 ‘시민선방을 통한 간접교화’에 있으므로 논자가 생각하는 선방을 통한 교화에 대한 견해와 현실적으로 나타나고 있는 교화에 미치는 성과에 대해 제시해 주길 바란다.

■세부내용에 대하여

세부 프로그램 가운데에서 몇 가지 의문 나는 사항을 질문해 본다.

먼저, 단계설정의 문제이다. 초급(執心-8단계), 중급(定慧雙修,觀心-4단계), 고급(見性保任,無心-4단계), 초고급(成佛濟衆,能心-5단계)으로 설정하고 있다.

전체적으로 네 개의 범주에 21단계를 설정하고 각각의 범주에 8단계에서 4단계까지를 배대시키고 있는데, 이는 자칫 공부인으로 하여금 단계를 통한 공부의 과정을 상정하게 함으로써 기계론적인 관념의 틀 속에 자신을 구속시키는 오류를 범할 수도 있다고 본다. 대종사님은 선악귀천, 남녀노소를 막론하고 쉽게 공부할 수 있게 가르쳐 주셨다. 또한 ‘思量으로써 알려고 하지말고 觀照로써 깨쳐 얻으라’ 하셨다. 물론 단계를 통해 더 쉽게 공부길을 찾아갈 수도 있겠으나, 자칫 설정된 단계에 자신을 틀 지우려는 우를 범할 수 있다는 것이고, 21단계의 설정은 너무 세분화 된 느낌이며 각각의 내용에 있어서도 재고해 볼 여지가 있다.(下略)

둘째, 각 단계의 내용을 보면 執心에서는 단전 만들기를 먼저 하고 호흡수련을 중심으로 방법을 밝히고 있다. ‘단전 만들기’에 보면 呪誦을 하도록 하고 있는데, 분명 정전에서는 염불의 공덕과 좌선의 공덕이 서로 같으며, 당시의 환경과 각자의 심경을 대조하여 염불과 좌선을 때에 맞게 잘 운용하면 그 공부가 서로 연속되어 큰 정력을 얻게 되리라⁴⁾, 하였다. 자칫 염불수행이 좌선수행의 하위개념으로 인식되어서는 안될 것이다. 좌선전의 呪誦은 바로 念佛禪인 것이다. 그런데 카타르시스효과를 위해 마음속에 걸리는 부분을 적어 呪誦 일성에 담아 마음속에 있는 것을 다 토해 내게 함으로써 정화를 맞보게 한다 하였다. 염불의 방법에서는 염불 일성에 집주하라 하셨는데, 차이점은 무엇인가?

4) 정전, 「염불법」, PP 62-63 참조

셋째, 다음으로 호흡수련을 하는데, 數息訓練을 함을 알 수 있다. 즉 숫자를 세는 방법인데, 吸長呼短의 방법을 실현시키기 위하여 라고 밝히고 있다. 여기서 의문은 이미 ‘단전 만들기’를 통해 단전의 대중이 잡힌 공부인에게 또 숫자를 세게 하는 방법이 옳은 것인가? 오히려 단전주 선의 방법에 있어서는 數息이 아닌 隨息이 더 요긴하지 않을까 생각해 본다. 왜냐하면 논자의 말대로 ‘단전 만들기’가 이루어진 상태에서는 ‘좌선의 방법’ 2조에 나와 있는 대로 ‘전신의 힘을 단전에 푹 부리어 일념의 주착도 없이 다만 단전에 기운 주해 있는 것만 대중잡되’ 라고 하였듯이 의식과 기운과 호흡을 다만 단전에 대중잡고 면밀하게 따라 살핌으로써 충분하리라고 본다.

넷째, ‘定慧雙修’와 見性保任, 成佛濟衆의 개념이 나오는데, 좌선공부는 분명 정신수양의 과목에 속해 있다. 그런데 궁극적으로 성불제중의 대업을 성취하는데 있어서는 삼학을 병진하라 하셨는데, 이를 성취할 방법이 무엇인지, 단계별 설정에서 반영된 내용은 무엇인지, 제시해 주길 바란다.

다섯째, 다음의 내용은 본문 가운데 있는 내용들이다. 간단히 설명해 주기를 바란다.

- 초보자는 선을 하는데 있어 반드시 반개를 하는 것이 좋다?
- 선을 하기전에 마음을 한번만 챙기면 될 일이지, 선중에 챙길 필요는 없다?
- 숙련자에 한하여 상단으로 호흡을 하면 나름대로 도움을 얻을 수 있다?
- 백회호흡?
- 호흡의 질(더운호흡, 찬호흡,..)

3.

이제 마지막으로 선방운영에 관한 방향과 과제에 대한 의견을 몇 가지 제시하는 것으로 맺고자 한다.

먼저 중앙집중식 관리(관리주체)가 필요하다.

진정 선 프로그램이 교도뿐 아니라 일반인들에게까지 폭넓게 응용할 수 있는 교화상품이라면 먼저 중앙에서 이에 대한 대비책을 세워야 한다. 좌선에 대한 단계와 체계적인 지도법에 대한 요구는 앞서도 살펴본 바와 같이 현실적인 시급한 과제로 나타나고 있다. 그러나 현실적으로는 개인적인 관심과 노력으로 선방이나 선법회가 이루어지고 있는 실정이다. 따라서 임기가 되어 새로 바뀌거나, 성향이 다른 교역자가 오게 되면 있던 프로그램도 중단이 되는 경우가 많다. 따라서 중앙의 책임 있는 부서가(사실 총부도 인사 순환제에서 자유롭지 못하지만) 이를 주관하여 연속성 있고 일관된 연구지원과 지도가 필요하다. 만일 중앙에서 연구인력이 부족하다면 선에 대한 관심이 있거나 선 프로그램을 운용하는 교역자들을 엮어(NetWork) 연구회를 만들고 행정적, 재정적 지원을 해주면 될 것이다. 또한 인사에 따른 연구의 공백에 대한 방책으로 ‘정책과제’로써 집중적인 지원의 방법도 절실히 요구된다.

둘째는 통합 교범(Manual)이 제시되어야 한다. 정전 ‘좌선법’에 바탕 하여 기존의 선 프로그램을 통합하고 새로운 연구를 통해 원불교 표준 선 프로그램을 완성해야 한다. 대상별(어린이, 학생, 청년, 일반, 노인), 목적별(직접교화-교도중심, 간접교화-비교도포함)에 따른 표준 프로그램이 나오면 어느 교당이나 기관에서도 같은 프로그램을 가지고 운영되기 때문에 교역자의 인사에도 구애를 덜 받을 것이고 재가 교역자를 활용하기도 쉽게 되는 이점이 있을 것이다. 또한 현장에서 끊임없이 연구되는 모든 부분은 바로 중앙으로 모아져서 검토되고 수정되어 현장에 다시 적용하

는 환류(Feedback)작용이 원활하게 이루어질 수 있을 것이다.

셋째는 통합 교범이 완성되면 먼저 우리 출가교역자들부터 다시 재교육이 이루어져야 한다. 교무 훈련을 통해 이루어지면 쉽게 될 것이고, 예비 교역자들은 교육 과정을 통해 소화할 수 있을 것이다. 그렇게 되면 각지의 교당뿐만 아니라 어디를 가서라도 원불교 교역자로서 ‘선 프로그램’이라는 교범을 가지고 교화의 나래를 자신 있게 펼 수 있을 것이다. 그러기 위해서는 먼저 정전 좌선법을 충실하게 익혀야 할 것은 물론이다.

차 한잔이 교화에 미치는 힘

전명진 교무(서초교당)

사람은 여러 분야의 인연들과 만나게 된다. 원기60년 여름 방학 때 우연히 쌍계사 근처에 사신분을 버스 속에서 만남으로 세상에 태어나서 처음 차를 접하게 되는 계기가 되었다. 그 후 차에 눈뜨면서 만나게된 소중한 茶友들과의 교류 속에서 멋과 향기로움을 공유하게 되었고 본인이 처한 교화현장마다 차는 늘 함께 하는 생활의 한 자락으로 차지하게 되었다.

1. 차의 유래

차는 이미 예로부터 수행음료로 또는 도덕음료로 인정되어 많은 수도인들이 애용해 왔다는 것은 초의선사의 “古來賢聖俱愛茶 茶如君子性無邪”라는 시구에도 나타나 있다. 또한 趙州和尚의 淸茶는 차 마시는 일이나 도를 찾는 길이 다 하나의 경지로 통한 것으로, 저 유명한 “차나 한잔 마시게(喫茶去)”라는 평범 속에서의 진리를 알려주신 자비의 법문으로 지금도 제일 많이 회자되는 말씀이기도 하다. 百丈淸規에서도 승려의 예절과 불전의식 집전시 또 대법회가 열리기 전과 법회 후에 헌다례와 집회다례가 있었음을 보여주고 있다. 궁중에서의 사신권다·책봉의식·묘제 등 모든 부분의 의례에 차가 사용되어 왔고 또한 사대부가에서는 관혼상제의 의식에 茶儀를 갖추었으며 다례의식으로 새롭게 발전되어 왔음을 보여주고 있다.

다례는 行茶禮란 말로써 차로써 예를 행한다는 뜻이다. 우리나라 전래의 명절인 元朝·上元·三月·端午·유두·칠석 중양·동지 납월과 삭망 때에도 다례를 올렸으며 한글 창제 후 다례를 차례로 했으며 조상의 제사의식에도 차례를 지낸다 하여 오늘과 같이 술을 올린 것이 아니라 차를 올린 것이다. 그리고 아녀자들의 규방다례와 사랑방의 선비차 등은 생활 속에서의 차 문화가 깊숙이 뿌리 하였고 다도구의 발전이 우리나라 도자기 문화를 증흥시키는 계기가 되었고 日本茶道를 꽃피우게 된 매개역할을 하게 되었다.

2. 차와 교화

그 나라의 문화의 척도가 국민생활을 향상시키듯이 감히 우리 원불교는 한국이라는 문화의 토양에서 세계종교로 발전되고 있음을 볼 때 문화를 접목한 교화토착을 시도해야 되지 않을까 싶다.

문화의 장르가 여러 면으로 다양화되어 있어 각 분야의 전문성이 있는 인재를 발굴되고 키워져야 미래지향적인 문화교화도 개척되리라 보며 또한 다도는 간단한 도구만 갖추면 이야기 거리가 있는 교화의 매개체가 되어질 것이며 처음 교당에 발붙이기 어려운 사람들에게 차라는 매개체를 이용하여 대화에 성공할 수 있으며 또한 현대사회의 복잡함이 茶室을 갖춘 교당에 들어서면 고향에 온 듯한 푸근함을 느끼게 할 것이다.

1) 다실을 만들자.

茶室을 꼭 갖추는 것까지야 없지만 응접실의 분위기를 차와 연관된 것들로 구성하고 한국적인

정서에 맞도록 만들어 가야하지 않을까 싶다.

예를 들면 응접소파로 분위기를 맞추기보다는 옛날 떡판이나 통나무 마루판을 이용한 찻상을 연출하면 도심 속에서의 아늑한 시골을 만나게 해줄 것이다. 사람은 누구나 자기가 갖지 못한 것에 대한 아련한 그리움이 있기 마련이다. 이러한 심리적인 아쉬움을 찾아가도록 해 주는 것도 교화의 한 방안이 아닌가 싶다. 그래서 누구 집이나 있는 것보다는 보다 토속적이고 부드럽고 편안함을 주어 교당에 들어서면서 벌써 안정감을 가질 수 있도록 한다면 이미 교화는 시작된 것이라고 생각한다.

우리교당은 본인의 자의로 雪茗茶禮苑이라는 예절과 다도교육을 하는 곳으로 이미 병행해 가고 있다. 교당법회에 참석하는 숫자보다 다도를 배우러 오는 사람의 숫자가 더 많은 것은 사실이다. 물론 종교가 다른 분들도 있고 각양의 직업을 가진 여러 인연이 모여 있다. 여기에서 만나는 인연의 끈을 참으로 소중하게 여기는 것 같다.

교당의 법당을 이용하여 교육을 하기 때문에 먼저 시작과 끝의 알림은 죽비로 사용하며 처음 시작할 때 5분내지 10분간 入定을 시킨다. 오히려 타종교인들이 더 좋아하는 것 같다.

절을 하는 方法도 합장으로 하도록 한다. 그러므로 종교가 달라도 우리법당에 들어서면 반드시 합장하고 예를 올려야 本人은 차를 가르친다. 수업시간은 1시간으로 하며 行茶禮와 古經을 반반으로 교육한다.

때로 교당의 행사에 헌공다례로 참여하며 법회와 행사에 동참하여 교도가 되어 가는 과정을 밟는 사람도 더러 있다.

많은 인연은 만들 수 있고 또한 교도를 얻게 되는 장점도 있으나 교무의 개인시간을 많이 뺏기는 어려움도 있다. 그러나 이런 문제는 조금만 부지런하면 해결할 수가 있었다.

教化者는 항상 아쉬워야 한다고 배웠다. 늘 초창 교당 어려운 교당에서 살아왔으므로 사람 한 사람이 얼마나 소중한지를 알기 때문에 이러한 일에도 투신했다고 생각한다.

그리고 생활이 예스러워지는 아름다움과 찻상 앞에 앉아서 자세를 가다듬고, 茶를 다리면 어느새 호흡이 골라지고 단전에 힘이 모임을 느끼게 된다. 초입자가 茶工夫를 시작하여 제일 먼저 변하는 것이 자세와 마음바라보기 인 것이다. 이것이 마음공부가 되기도 하고 또한 禪과 茶가 하나가 되는 工夫인 것이다.

차 그릇을 들면서 호흡을 들이쉬고 호흡을 내쉬면서 그릇을 제자리에 내려놓는 우리고 다기 만지는 것이 바로 호흡과 일치가 되면 이것이 禪의 길로 들어서는 것이며 이러한 경지에 몰입되어야 비로소 물과 불과 차와 그릇과 사람이 하나되는 茶道에 진입하게 되리라 본다. 또한 行茶禮의 내용도 원불교에서는 하나가(통일) 되어야 할 것으로 생각한다.

찻상은 둥근 원반이었으면 좋겠다.(고대시대는 찻상을 원반으로 사용했음) 그리고 다도구의 배열도 사용하기에 편리하도록 생활화하면 좋겠다.

2)다례를 활용하자.

지난 6月5日 정화의 날에 發表한 四恩茶 발표 및 헌공 다례등도 보완하여 교단적 큰 행사에 다례를 곁들이면 진리적인 의미와 禮와 음악이 함께 되어지는 완전한 천상극락의 맛을 볼 수 있도록 하면 좋겠다는 생각을 한다.

의식행사에 너무 소홀하지 않도록 하면서도 깊은 뜻이 함축되고 정성이 들어진 茶를 함께 하면 얼마나 좋겠는가 생각해 보는 것이다. 이것은 연구해 봐야 할 일이지만 개인적인 생각을 제

사나 천도재 만이라도 茶를 올린다면 좋겠다 싶은 것이다.

또한 학교와 유치원·어린이집 등에도 가끔적 우리는 마음 공부나 선요가·다도를 가지고 참여해 보자.

우리 교당 주변에 연꽃어린이집이 운영되고 있다. 찾아가서 도와줄 것이 없느냐고 해서 다도반을 맡아 운영하고 있다. 6,7세 반 82명의 茶生活에서 변화되는 모습이 마치 길 안든 망아지가 고삐잡고 길들여 놓은 암전한 송아지가 된 느낌이며 골목길에서나 어디에서나 만나는 아이들마다 반가워하며 간접교화의 장을 키워가고 있다.

또한 일반 중·고등학교에 우리 교당에서 배운 엄마 선생님들이 예절을 가르치고 있어서 좋은 반응을 얻고 있다.

한림여실에서는 중·공과정의 주부학교로서 학교측의 배려로 각 학년 반별로 돌아가면서 다도 예절 교육을 하는데 펍 좋은 반응을 얻고 있다.

또한 원불교 오기는 어려워도 茶室에 오는 것을 좋아하는 우리 이웃 분들을 보면 더 그렇다. 우리동네 반상회에 50명이 넘는 우리교당 법당에서 모임을 갖고 있다.

한번 다녀가면 다시 오고 싶은 교당이 되도록 노력하고 있는 것이다.

법이 가까워지기 전에 그 법을 좋아할 수 있는 매개의 역할이 되도록 까지는 우리들 각자의 노력에 달려있다.

본인은 차와 예절을 가지고 논하고 있지만 다른 분야도 많을 것이다.

그러나 감히 제안해 본다. 외국에 나가는 교화자들은 반드시 한국적인 문화를 체득하여 그곳 어디에서나 한국문화의 향기를 찾아갈 수 있도록 해주는 것이다. 그것이 교화자이면서 애국의 길도 되고 내나라의 문화에 내가 눈뜨고 있어야 남의 나라 사람이 무시하지 않고 나를 바라볼 것이다. 간단한 차음식 하나라도 만들어서 이웃집 아주머니와 나누고 따뜻한 차 한잔 만들어 추운 날 길을 쓸고 있는 미화원과 우편 집배원에게 나누는 것이 진정한 교화이고 인정이 넘치는 곳이 아니겠는가?

논평1.

이진수 교무(나포리교당)

교회자에게는 현장에서 교도를 얻는 것같이 가장 소중하고 기쁜 일이 없을 것이다. 현장에서 살다보면 교화의 정체를 피부로 느끼게 되고 어떻게 하면 현장에서 이를 극복할 수 있을 것인가가 항상 화두로 남는다. 지역사회에서 사회봉사, 청소년 사업과 문화활동 등 다양한 방법으로 교화의 돌파구를 마련하려고 시도해 보지만 역부족임을 느낄 때가 많다. 특히 총부가 가까이 있는데도 불구하고 교화의 한계를 느낄 때, 난감하기도 하다.

흔히 전북권에서는 교화가 낙엽 줍듯이 쉽다고들 한다. 그러나 교화를 해보면 꼭 그런것만도 아니다. 기독교와 카톨릭 그리고 불교의 급속적인 발전을 보면 계란으로 바위를 치는 것과 같은 힘든 일임을 알 수 있다. 그렇다면 타지역은 얼마나 힘든지 말할 필요 없을 것이다.

그렇다고 교화를 포기할 수 없다. 중·장기의 계획을 가지고 항상 새로 시작한다는 각오로 끊임없이 노력하는 수밖에 없다. 한가지 분명한 사실은 시일이 걸려도, 작은 성과일지라도 조금씩 효과를 거둔다는 사실이다. 물론 때로는 과연 이렇게 해서 어느 세월에 목표를 이룰 것인가 생각해 볼 때 너무 막연하고 힘든 일이다. 그러나 우리의 창립역사와 원기 85년을 되돌아보고 타종교의 역사를 바라보면 오히려 희망으로 바뀌어 진다. 철저한 서원과 투철한 사명감을 가지고 교회 현장에서 뼈를 묻겠다고 각오하면 문제는 풀리기 시작한다.

단선적인 교회방법에서 다양한 사람들의 욕구를 충족시킬 수 있는 다양성으로 전환한다면 의외로 쉽게 찾을 수 있을 것이다.

우리는 많은 교회방법을 시도해 보지만 정작 사람들이 원불교를 쉽게 접하고 이해할 수 있는 기회를 갖기가 어렵다. 교회 프로그램의 성공은 최종적으로 입교를 해서 법회 출석 또는 원불교를 충분히 이해하고 자연스럽게 소개할 수 있어야 할 것이다. 그러나 짧은 만남 짧은 시간으로 입교의 목표를 가지고 성과부터 따진다면 오히려 방법은 적극적이고 좋을 지 몰라도 효과는 의문시되는 경우가 적지 않다.

교회는 1차적으로 그 지역사회에서 자선이나 사회봉사 혹은 청소년을 위한 사업으로 풀어갈 필요가 있다. 이는 우리 현실을 극복하며 경제적인 부담 없이 가장 효과적으로 지역사회에 원불교를 알릴 수 있기 때문이다. 또한 우리는 원불교를 알리는 것도 중요하지만 원불교에 대한 이해를 피부로 느낄 수 있게 해주어야 한다. 지역사회의 봉사를 통해서 확실하게 이해해준다고 믿는다면 교회계획에 대한 큰 차질을 가져오게 된다. 이는 마치 과수나무를 잘 가꾸어서 열매를 수확하지 못하는 결과를 가져오기 때문이다. 그래서 이를 극복할 수 있는 교화의 한 방법으로 다도를 선택했다. 사람들은 아무리 좋은 봉사라도 길게 하거나 봉사시간이 길어지면 중도 탈락자가 많듯이 아무리 좋은 취미생활일지라도 경제적 부담이나 심리적 압박감 등이 쌓이게 되면 그 역시 지속되지 못한다. 그러나 다도는 누구나 쉽게 접하고 경제적인 부담 없이 조용히 차를 마시며 전통 문화와 예절 그리고 교양을 넓히고 쌓을 수 있고 옛 고사성어 등을 통해서 자신을 되돌아보고 특히 건강까지 챙기고 해결할 수 있기 때문에 사람들이 종교를 초월해서 교화에 기초를 놓을 수 있는 좋은 기회를 가질 수 있다.

1)다도를 통한 나포리교당의 교화

나는 평소 한 지역에 들어가서 10년은 지역사회에 봉사하고 그 후 10년은 뿌린 씨앗으로 결실을 보리라는 계획으로 교화에 임하였다. 그러나 현장의 여건은 내 뜻대로 된다는 것이 대단히 어려운 일이었다. 지역사회 교화가 어려운 것이 아니라 우리 내부의 교화의식의 한계가 있었다. 우리 같이 초기 교단에서 뛰고 찾아다니는 교화가 아니라 단순한 의식으로 입교 숫자나 법회 출석을 챙기는 형식이 되어 우리의 교화목적은 더욱 멀어지게 되었다고 생각한다.

현장에서 이삭줍기도 힘든데 그 이삭마저 주울 수 없다면 어떻게 교화가 이루어진단 말인가? 이러한 고민 속에서 선택한 다도는 이러한 걱정거리를 해소해주는 역할을 하였다.

나포리교당은 3년 동안 비어있던 8평의 오막살이를 수리해서 월세 10만원을 주고 살고 있다. 조그마한 시골에서 막연하게 시작하였으나 다도회원들이 있었기에 교화의 물꼬를 틀수 있었다. 원기84년에 처음 시작하였을 때 다도회원 중 군산 흥천사 보살계 회원 7명이 법회에 출석하였다. 이들로 인하여 식생활을 저절로 해결되었다. 연원 교당없이 시작한 개척교화였으나 다도를 통한 인연들이 첫 어려움을 극복해준 것을 계기로 입교에도 물꼬를 터 주었다. 나포리 교당의 200여명의 입교자 중 나포리주민들이 70여명, 기독교 40여명, 천주교 30명, 불교 및 무종교가 60여명이 된다. 나포리 주민을 제외한 입교자는 절반이 넘고 있다. 법회출석은 평균 20여 명인데 70%가 기독교와 천주교에서 개종하여 온 교도들이다. 이는 다도 교육을 통하여 맺은 인연들이다. 나포리교당은 매주 일요일 오전 11시에 법회를 보고 12시에는 교무가 직접 점심식사를 해준다. 이때 반찬은 교도가 아니어도 성당팀, 교회팀, 불교팀으로 짜서 1주일에 한번씩 돌아가면서 해오기 때문에 어려움이 없다. 그토록 배타적인 기독교인이 쉽게 교당에 접하고 도움을 줄 수 있는 것은 다도교육 프로그램의 특수성 때문이다.

나포리교당에서는 매주 수요일 오후 2시와 매월 셋째, 넷째 월요일에 고급과정을 개설하고 있다. 또한 군산 예지원(8평 조립식)에서 매주 목요일 오후 2시, 익산 예지원(역전보화당 5층)에서 매주 금요일 오후 2시에 교육을 하고 있다. 한 차인회당 회원수가 20여명이기 때문에 적어도 매주 100여명을 만나고 있는 셈이다. 다도회원 중 70%가 기독교 천주교인이고 15%가 불교, 10%가 무종교, 5%가 원불교이다. 이와 같은 회원구성으로 교화에 적지 않은 영향을 미친다.

다도교육은 기본과정 1년이 차문화의 역사, 행다법, 예절, 도자기 만들기, 찻집기행, 문화유적답사, 낙엽밟기 등으로 이루어지고, 연구과정은 진달래 화전놀이, 송화가루를 바릇한 다식, 솔잎 및 차만들기, 자연 염색, 들차회 등 다양한 문화행사를 만들어 지역사회에 우리 전통의 맛과 아름다운 여유를 보여주고 있다.

특히 매년 10월 실시하는 차문화제의 모시상보전(KBS방송국전시실)은 1주일간 개최하는데 첫날은 녹차떡잔치, 둘째날은 화전놀이(들국화 등) 셋째날은 다식, 넷째날은 꽃차회(연꽃차, 국화꽃차, 매화꽃차 등) 다섯째 날은 다도시연과 마지막날 시민문화회관에서 전통차와 우리 음악회를 (헌다례, 전차시연, 말차시연, 다시낭송, 차의 노래, 원음국악관현악단 연주) 개최하여 지역에 새로운 문화의 장을 열고 있다.

익산 역시 원기 85년 10월 27일부터 5일간 모시상보전(솜리예술회관1층 전시실), 헌다례 및 들차회(10.29), 전통차와 우리음악(10.31), 야생차 군락지 표식판 세우기(11.2 옹포 입점리) 등을 계획하고 있는데, 이 모든 일들이 찾아가는 교화보다는 스스로 찾아오는 교화로 자리잡아 가는데 큰 역할을 하고 있다. 교화는 궁극적으로 비교도가 입교를 하고 법회출석을 하고 나아가서는 가정에서 인정받는 사람 이웃과 주변에서 존경받는 수준까지 올라야 교화의 성공이라 생각한다. 그

래서 막연한 성과보다는 구체적인 성과가 나타날 때 정상적인 교화가 이루어진다고 할 수 있을 것이다. 다도 등 다양한 프로그램을 통해서 문화교화나 특수교화를 통해서 교화한다고 생각한다면 결국은 실패하고 만다. 교화는 분명히 일반 교화의 틀을 세워나가야 한다. 특히 우리 교화현장은 교도의 노령화 현상을 걱정하는 것이 어제오늘 일이 아닐 것이다. 평소 30-40대 젊은 교도와 중산층 교도 교화를 어떻게 할 것인가 고민해오다가 다도를 통하여 시도해가고 있으며 조금씩 효과를 기대하고 있다.

2) 茶道와 修行

다도가 아무리 멋과 여유 그리고 교화에 도움을 준다할지라도 공부인의 수행에 도움을 주지 못한다면 아무런 의미를 갖지 못한다. 다도를 통하여 수행에 도움을 얻어 취사로 나타나지 않는다면 교화의 첫걸음부터 실패하고 만다.

옛부터 선조들이 차를 마신 이유는 첫째 건강에 이롭기 때문이며 둘째 사색공간을 넓혀주고 마음의 눈을 뜨게 해주고 셋째 예의롭게 하기 때문이다.

이는 수행을 통해서 얻어지는 결과이기도 하다.

건강은 정신건강, 육신건강 동시에 도움을 준다. 차를 마시게 되면 가장 큰 효과가 머리를 맑게 해주는 것이다. 산만하고 혼란스러운 정신을 가다듬고 맑게 해주는 것이다. 또한 강심작용, 이뇨작용, 조혈작용등을 통하여 육신의 건강까지도 도움을 준다.

이렇듯 우리의 수행을 통해서 얻어지는 효과와 크게 다를 바 없다. 원불교 수행을 하는데 있어서 기초환경을 만들어주고 보조해주는 데 큰 역할을 한다고 설명하면 과히 지나치지 않을 것이다. 항상 이렇게 역설한다 수도인이 일어난 감정으로 취사하면 수도인의 생명은 끝이다. 우리는 수행따로, 취사따로 행동하는 모습을 자주 본다. 때로는 경계에 당했을 때 일어나는 감정을 제어하지 못하고 폭발할 때가 많다. 교화자 특히 수도인이 이와 같이 취사한다면 교화 현장에서는 교도 또는 주위 사람들에게 공든 탑이 하루아침에 무너지고 만다. 그러나 차생활을 편안하고 자연스럽게 물흐르듯이 흘러가기 때문에 심신의 안락을 누릴 수 있다. 의식적으로 상학을 통한 수행을 하지 않더라도 우리 공부길의 훌륭한 안내자가 되어준다. 여기에서 바로 멋과 여유가 나온다. 그래서 감히 수도인의 모습을 멋과 여유로 표현되어야 한다고 강조한다.

다른 교육시간에도 “사색과 명상할 줄 모르는 사람은 인생을 논하지 말라”고 강조한다. 또한 다도의 목적을 “가장 가까이 있는 사람에게 인정받아야 한다”고 강조한다.

그래서 가정에서 남편과 아내에게 인정받아야 하고 자식에게 존경받고 부모와 웃어른에게 사랑받는 것이 다도의 시작과 끝이라고 반복해서 교육하고 있다.

다도 교육의 50%는 대중경·법어, 혹은 예전으로 실시하고 있다. 올해는 정산종사법어를 일반인들이 쉽게 알아들을 수 있도록 설명한다. 이러한 다도 교육을 종교와 관계없이 마음공부라 표현하고 이야기한다. 이 과정에서 저절로 수행이 되고 교양과 도덕을 쌓게 된다. 전통적인 문헌과 자료를 근거로 해서 하기 때문에 일반인들에게 더욱 설득력을 주고 있다.

우리가 수행하면 자칫 고행으로까지 연상하기도 한다. 그러나 다도를 통한 차생활은 편안하게 차를 마셨을 뿐인데 자기도 모르는 사이에 교양이 쌓아지고 몸과 마음이 청정하여 바른 말과 바른 행동이 나왔을 때 깜짝깜짝 놀랄 때가 많다. 이처럼 다도는 원불교 수행과 크게 다를 바가 없고 우리의 수행하는데 기초환경을 만들어 줌으로 크게 역할을 하고 있다.

다만 다도를 접하지 않은 사람들에게는 자칫 신선 놀음으로 비쳐질 우려가 있고 기존 교도들과 괴리감이 생길 수도 있음을 관심을 가져야 한다.

3) 茶道와 원불교 의식문화

의식문화는 어느 집단이나 종교의 얼굴이기도 하다. 의식문화가 사람들에게 어떻게 비쳐지나에 따라서 교화에도 상당한 영향을 미치게 된다.

특히 원불교의 의식문화 중 천도재 등이 일반인들에게 좋게 인식되고 감화를 받아 교화로 연결되는 경우가 많다. 이처럼 원불교를 처음 접하는 사람들에게 큰 영향을 받을 수 있게 된다.

의식이 너무 간소하면 불교나 천주교, 기독교 의식문화를 접해오던 상당수의 사람들은 원불교 의식문화가 정성이 부족한 것으로 오해받을 때도 있다. 의식은 정성과 장엄인데 너무 간소하다보면 과정의 생략되고 참가자들은 참여할 기회가 없어 남의 행사에 온 것 같은 느낌을 받을 때도 있다.

우리의 기도의식이나 4축 2재 등은 자칫 장엄이 아쉬울 때가 많다. 꽃과 초로 장엄하는 것보다는 사람이 참여한 장엄이 가장 화려하고 정성스럽다고 생각한다.

다도의 헌다례를 적절히 활용한다면 그 행사는 더욱 거룩하고 참여의 기회도 넓혀준다. 우리가 일반적으로 느끼는 의식문화는 1000년을 넘게 내려온 역사를 가지고 있으면서도 그 사실을 모르고 있을 때가 많다. 그러나 의식자체가 생소하지도 않다. 그러면서도 새롭게 느껴지기 때문에 헌다례는 원불교 의식문화에 새로운 활력소와 교도의 참여를 높일 수가 있다.

예를 들면 의식전에 헌축, 헌향, 헌화, 헌다 등 식순을 가감해서 활용한다면 대단히 좋은 효과를 거둘 수 있다. 또한 기도의 진지하고 차분한 분위기를 이끌어 주는데 크게 역할을 해준다. 그런데 바로 기도나 우리의 의식절차를 밟는다면 시간이 짧게 끝나게 된다. 그렇다고 설교를 자주 곁들이면 한계가 있게 된다. 어차피 우리 의식은 우리의 전통문화의식과 전혀 다르지 않다. 그렇기 때문에 타종교인들도 접근하는데 큰 어려움을 느끼지 않는다. 지난 5월 11일 원불교 열린 날과 석존성탄절을 기념해서 나포리의 연등축제를 열었는데 이때 헌향 헌무 식순을 넣었다. 야외식장에서 향을 피워야 하는데 생각하다가 한국 고전무용가에게 춤을 추면서 향을 피우게 하였다. 참으로 거룩하였고 참여한 대중 모두에게 깊은 감명을 준 바가 있다.

별난 의식문화를 도입하게 되면 새로운 문제를 야기시키게 되겠지만 이처럼 평범하면서도 자연스러운 우리 전통문화를 적절히 활용한다면 대단한 교화의 효과를 볼 수가 있다. 항상 우리는 기본적인 식순을 통해서만 해결함으로써 우리는 원칙에 충실하나 교화의 대상자에게 정성과 거룩함 그리고 장엄의 부족을 자연스럽게 극복할 수 있다.

4)

다도는 자기의 수행과 생활, 교화에 직접적인 영향을 미치게 된다. 또한 상대방의 필요에 의한 것이 되고 자연스럽게 교화에 큰 도움을 준다. 그리고 전통문화를 통해서 우리의 역사와 선조들의 생활상을 공부하고 이해할 수 있는 기회를 갖게되고 우리의 주변에서 쉽게 접할 수 있는 자연을 통해서 수많은 문화를 창출할 수 있다. 다도는 종합문화이기 때문에 가능하다.

개인의 수행, 신앙, 교양, 음식문화, 예절문화, 의복문화, 건강문화, 황토집 등을 통한 주거문화와 국악, 음악, 도자기 등 폭넓은 문화와 접함으로써 교화대상자 또는 상담자와 대화하는데 조금도 부족함을 느끼지 않게 된다. 또한 보여주는 교화보다는 무릎과 무릎은 맞대고 가장 가까이에서 대화함으로써 서로를 이해하고 돕는데 매우 유익한 문화이다..

또한 사람을 쉽게 자주 가까이에서 접함으로써 교화의 극대화를 꾀할 수 있다. 우리는 교화하

고 싶어도 사람을 만날 수 없는 경우가 많다. 만날꺼리를 못 만드는 경우도 있고 그저 흥시감이 되어 떨어질 날만 기다리다보니 시간이 덧없이 흐르고 안타까운시간을 보내거나 현실에 안주하는 경우가 적지 않다. 다도를 통한 새로운 교화의 장을 열어가길 기대해 본다. 특별한 교화의 방법을 시도하기 보다는 평범함 속에서 차생활을 통하여 상식과 교양을 쌓고 수행에 도움이 된다는 것을 철저히 느껴보고 실천한다면 밝은 미래의 새로운 교화의 장을 펼쳐주리라 확신한다.

논평2

은성의 교무(수계교당)

1. 하고 있는 다도교실

원기 81년, 제가 수계교당 보좌교무로 부임하던 해입니다. 소속되어 있는 전북교구에서는 청소년 지도사 2급 자격증을 따도록 적극 장려하였고 청교협을 중심으로 각 학교에 들어가 동그라미 활동을 적극 권장하였습니다.

원기 82년, 저도 삼례중학교에 가서 동그라미 활동을 하려고 결정하고 교도 교사와의 접촉과 교장선생님을 찾아뵙고 이제 학교에서 연락오기만을 기다렸습니다. 그런데, 후에 안 일이지만 교도 교사도 다른 학교로 급히 전근가시고 교장선생님까지도 바뀌시어 기다리고만 있어서는 일이 성사되지 못하겠다 싶어 아무 인연도 없는 삼례여중을 무조건 찾아갔습니다.

학교측에서는 때마침 방과후 활동을 지시 받고 있는 때라 다도반을 운영해 달라고 부탁했고 저는 아무런 준비가 없었지만 쉽게 하겠다고, 할 수 있다고 했습니다. 그 당시 군산에서 예지원을 운영하는 이진수 교무님을 알고 있었고, 동해에서 예당을 지어 활동하던 정인신 교무님께 전화를 해서 다도반 운영을 위한 책이며 테이프 등을 소개받았습니다.

다행히 첫 수업에 몇 선생님께서 참관까지 하시며 관심을 보였는데 오히려 참관하신 선생님들께서 더 좋아하시며 권장하시고 학생들도 잘 따라 했고, 당시 유희택 교장선생님께서는 대각개교절에 교당에 오시어 축사를 해주시며 적극 후원을 아끼지 않으셨습니다. 11월 경 삼례 여중이 컴퓨터 시범학교가 되어 장학사와 전북의 교장·교감선생님이 오시게 되었을 때 다도반에서 응접을 맡아 하게 되었고 그 성과는 매우 컸습니다.

다음에 원기 83년에는 특활시간으로 배정 받았습니다.

그 당시 중도 훈련원 부원장님으로 계셨던 철타원 최강연 교무님의 소개로 전주 설예원에서 기초반 6개월 전문반 1년의 전문공부에 임하는 계기도 가졌고 서울 예명원에서 계절 수업으로 사범반 자격증을 받았습니다.

원기 84년은 배우면서 가르치기에는 시간이 너무 없어 1년 쉬고 원기 85년 다시 학교에 연락해서 지금도 16명 특활시간을 맡고 있습니다.

차에 대한 이론과 실기를 병행하고 예절을 함께 익히고 있습니다.

원기 83년에는 한성심 교무님을 초청하여 마음공부와 병행하기도 했습니다.

2. 차 생활의 필요

저는 다도를 접하면서 많은 공부가 되었습니다. 그것은 찻에 관한 것인데 차를 그냥 마시기만 하여도 좋은데 자세를 바르게 하고 순서를 밟아가며 도 있게 즐기는 것이 몸에 배어지게 되니 절로 안정을 찾는 제 자신과 학생들의 모습을 찾을 수 있었고 정결과 간결함을 익히는 좋은 기회가 되었습니다.

또한 건강한 생활을 위하여 차 생활의 필요를 절감했습니다.

차는 우리에게 9가지 덕을 줍니다. 머리를 맑게 하고, 눈을 밝게 하고, 귀를 밝게 하고, 소화를 돕고, 알콜·니코틴의 해독작용을 하고, 잠을 적게 하고, 갈증을 막고, 피로를 풀어주고, 한서를 막아줍니다.

현대에 사는 우리에게 특히 체내에 쌓인 공해물질을 씻어 내는데 중요한 역할을 하고 있습니다. 녹차의 항암 성분 규명(잔쿤박사, 과학저널 '네이처'최신호) EGCG라고 불리는 이 항암 성분은 암세포를 성장시키는 우로키나제(Urokinase)라는 효소의 활동을 차단함으로써 암에 대한 예방 및 치료효과를 보인다는 것입니다. 'EGCG는 한잔의 녹차에 무려 1백 50mg이나 들어있고 녹차는 하루 10잔 이상을 마셔도 된다'고 밝힙니다.

예의·질서생활을 위해서도 차 생활을 필요합니다.

차 생활은 마음과 언행을 순화시킵니다. 특히 노소관계, 선후관념을 분명히 하고, 봉사정신을 길러줌으로 예의와 질서 생활을 몸에 익히게 됩니다.

또 애국하는 생활을 위하여 차 생활은 꼭 필요합니다. 차 생활을 영위하면 고결한 정신과 상호 존중의 미풍을 되찾게 될 것이고, 차의 산업화로 외화 획득 및 유출을 방지하여 경제적 도움이 되게 할 수도 있고, 차 문화의 계승 발전도 됩니다.

정기훈련 11과목중 주의·조행의 과목과 차 생활 더 나아가 다도에 대해서는 다음 장에서 그 필요성에 대해 언급하고자 합니다.

3. 다도가 교화에 미치는 영향

발표를 하시는 전명진 교무님의 원고를 미리 받아 보고 함께 공감하는 부분이 많았습니다. 저도 차 생활과 접하고 다도를 가르치며 다도가 교화에 미치는 긍정적 측면을 많이 느꼈습니다. 먼저 쉽게 이야기를 건넬 수 있다는 것을 들 수 있습니다.

'차 한잔 드시러 오세요.'라는 말은 자연스럽게 정감이 있으며 차를 마시면서 자연스럽게 상담이 되고, 교화의 장이 된다는 것입니다.

그리고 차를 마시는 그 자체가 선이 되고 건강이 좋아지고 또 전통문화를 익히는 기회가 되기 때문에 어른은 물론이고, 자유분방한 청소년들 어린이들까지도 인성교육에 좋은 기회를 제공합니다.

다기를 다루면서 신기하고 조심스럽기 때문에 자연스럽게 차분해지고 질서를 익히게 됩니다. 또한 차 생활을 통해서 서로 다른 계층의 다양한 사람들 중에서 차 생활을 즐기는 사람을 만날 수 있습니다. 이러한 만남을 통해 그들에게 원불교를 이해하는 장을 마련해 줍니다. 이 밖에도 다도가 교화에 미치는 긍정적 측면은 많이 발견할 수 있다고 봅니다.

4. 질문

원문에서 이런 구절을 찾아보았습니다.

· 행다례의 내용도 원불교에서는 하나가(통일) 되어야 할 것으로 생각된다.

· 교단적 큰 행사에 다례를 곁들여 진리적인 의미와 예와 음악이 함께 되어지는 완전한 천상극락의 맛을 볼 수 있도록 하면 좋겠다는 생각을 한다.

특히 발표하신 분께 여쭙고 싶은 것이 있다면

'교단적 큰 행사에 다례를 곁들이면' 이라는 의견을 제시하시면서 진리적 의미를 언급하셨는데 구체적으로 그 내용을 알고 싶고 또 교단적으로 대중사님 당시나 정산종사님 당시 그런 교단사적인 근거가 있었는지 어디에 그 근거를 두고 하시는 말씀인지 알고 싶습니다.

또 행다례의 내용도 원불교에서는 하나가 되어야 할 것으로 생각한다 하셨는데 그에 대해 방법으로 구체적인 생각이 있으시면 좀 언급해 주시고 이런 것이 혹 획일화되는 오류를 범하는 것

은 아닐지 묻고 싶습니다.

5. 제언

차와 저와의 인연을 다시 생각해 보았습니다.

원불교학과 기숙사시절 교산 이성택 교무님께서 차를 즐겨 드시어 거기서 처음 차라는 것을 마셔 보았습니다. 참으로 인상적이었습니다. 그리고, 첫 부임지 영산에서도 농산 남궁성 교무님, 호산 신중희교무님, 설타원 하상의 교무님이 차를 즐겨하여 항상 차를 가까이 하였고, 정남·정녀 선서식에는 벼루에서 다기로 바뀌어 선물을 주는 전통이 세워지기도 했습니다. 군산에서도 이진수 교무님이 차에 대해 관심이 깊었고, 원남에서도 심타원 박순정교무님께서 교도들을 위해 다실을 꾸미기도 했다는 생각이 들어집니다. 이와 같은 이야기를 장구하게 하는 것은 다도가 하루 아침에 몸에 배어지는 것이 아니라는 것입니다.

정기훈련 11과목중 주의·조행의 과목을 공부하면서고 또 예전의 중요성을 절감하면서도 그에 대한 훈련이 안되고 있는 점을 느꼈습니다.

예전 통례편의 내용을 살펴보면 ‘평거·태도...’ 이와 같은 내용이 차 생활을 통해 실습되어질 수 있음을 알았습니다. 따라서 기초훈련으로 다도를 예비교역자 과정에서 자연스럽게 몸에 익히도록 하면 좋겠다 생각합니다. 여기에서 중점은 어디까지나 주의·조행의 훈련과목과 예전 실습에 두고 그 방법적인 한 방법으로 다도를 생각해 볼 수 있다는 점을 밝힙니다. 그러니까 다도가 아닌 다른 다양한 분야의 다양한 방법도 활용 가능함을 밝힙니다.

유치원·어린이집 운영이 교화에 미치는 영향

한 창 민 교무(원광대학교)

I. 이끄는 말

본 연구의 목적은 교당에서 운영하고 있는 유아·유치원이 교화에 어떤 영향을 미치고 있는나 하는 문제를 분석하는 것이다. 구체적으로는 (i) 유아·유치원 운영이 교화에 직접적 혹은 간접적으로 어떤 영향을 미치고 있는가? (ii) 유아·유치원 운영에서 어려운 점은 무엇인가? (iii) 총부나 교당에서 어떤 문제를 해결해 주면 좋겠는가?

이러한 문제를 분석하기 위해 두 가지 자료를 분석하였다. (i) 하나는 교화 통계의 자료이고, (ii) 다른 하나는 유아·유치원을 운영하고 있는 교당의 교무님들에게 직접 설문을 통해 얻은 자료이다. 이들 자료를 통해 유아·유치원의 운영이 교화에 미치는 영향을 분석해 보고자 한다.

II. 조사 방법

1. 이차 자료 (secondary data)

먼저 유아·유치원 운영이 교화에 미치는 영향을 객관적으로 분석하기 위해, 교화 상황 보고서의 자료를 재분석하였다. 이를 위해 (i) 먼저 유아·유치원을 운영하고 있는 기관 및 교당 명단을 확보하였다. 161개 교당 및 기관이 유아원이나 유치원, 혹은 두 가지 모두를 운영하고 있는 것으로 나타났다. 이 교당 및 기관에 대해 교구, 교당, 인가연도, 정원수, 직원수를 파악하였다. (ii) 그리고, 이에 덧붙여 원기 75년부터 원기 84년까지 교화상황 보고서에 나타난 범죄 출석 인원을 교화의 평가 지표로 삼았다.

이차 자료를 통해 우린 유아·유치원 인가 연도 전후의 교화 상황을 비교할 수 있는 틀을 얻게 되었다. 예를 들면, 원기 93년도에 인가된 교당이라면 원기 93년 이전 범죄 평균 인원 숫자와 원기 94년 이후 범죄 출석 평균 인원을 비교함으로써 유아·유치원 인가 전후의 교화 지표를 비교할 수 있다.

2. 서베이 데이터

교화 현장이나 기관에서 유아·유치원을 직접 운영하고 계신 교무님들을 대상으로 자료를 수집하였다. 자료는 구조화된 설문지 (structured questionnaire)을 우편으로 발송하고 우편으로 회수하는 방법을 취하였다. 중간에 전화로 협조를 부탁드림으로써 응답률을 높이려는 시도를 하였다. 161개 설문지를 발송하여 회수·분석한 사례수는 73개 교당 및 기관이었다 (5부가 뒤에 도록 하였으나 일정상 최종 분석에 이용하지 못하고 보관중이다).

조사 내용은 (i) 유아·유치원에 관한 일반적 사항 (개원 연도, 정원, 현재 인원 등), (ii) 유아·유치원이 교화에 어느 정도 영향을 주고 있는지를 평가하는 설문 문항들, (iii) 유아·유치원 운영에서의 애로사항, (iv) 유아·유치원 운영이 교당의 경제 운용 및 지역 사회 교화에 도움을 주는

가, (v) 유아·유치원 운영의 현실적·이념적 필요성, (vi) 총부에서 지원해 주어야 할 내용, 그리고 (vii) 응답자의 배경 설문 (교구, 연령, 위치, 교당의 규모 등) 등이었다. 이들 정량적 자료들을 통계 분석하여 유아·유치원 경영이 교화에 미치는 직간접적인 효과를 분석하려 시도하였다. 사용된 통계 프로그램은 SPSS이었다.

III. 조사 결과의 분석

1. 이차 자료의 분석

(1) 유아·유치원의 지역교구별 분포

유아·유치원의 지역별 분포를 보면 전북 및 중앙교구와 전남, 그리고 경남·부산에 집중되어 있는 것을 알 수 있다. 대전·충남교구와 제주 교구도 그 교세에 비해 상당히 높은 비율의 유아·유치원 운영 상황을 알 수 있었다. 이에 비해, 서울은 유아·유치원 운영 비율이 매우 낮은 상태임을 알 수 있다. 향후의 어린이들 대상으로 한 교화의 지렛대 모색을 위해서는 서울 지역의 중요성에 비해 유아·유치원 운영비율이 너무 낮다고 할 수 있다.

< 표 1 > 유아·유치원의 교구별 분포

	빈도	%
강원	5	3.1
경남	19	11.8
경북	8	5.0
경인	9	5.6
대전·충남	14	8.7
부산	14	8.7
서울	16	9.9
전남	17	10.6
전북	33	20.5
제주	9	5.6
중앙	16	9.9
충북	1	0.6
계	161	100.0

(2) 인가 연도별 분포

연도별 유아·유치원 인가 숫자를 보면 1990년 이전에 49개가 인가되었고, 1991년부터 1995년까지 59개 유아·유치원이 인가되었다. 1996년도 이후에는 38개소가 인가되었다. 보다 자세한 연도별 분포를 보면 (표에서는 제시되지 않음), 1989년 이전에는 연평균 단자리 숫자의 증가를 보이다가 1990년도부터 두 자리 숫자로 증가를 보인다. 그런데 1998년도를 기점으로 다시 급격한 감소추세를 보이고 있다. 시대의 조류를 따라 빠른 속도로 증가를 보이던 추세가 이제는 다소 주춤하는 양상을 보이고 있다 하겠다.

< 표 2 > 유아·유치원의 인가연도별 분포

	빈도	%
1990년 이전	49	33.5
1991-1995년	59	36.7
1996-1999년	38	23.5
누락 사례	15	9.3
합 계	161	100.0

(3) 정원 및 직원수 현황

유아·유치원 운영 교당 및 기관 161개 목록 가운데 정원과 관련하여서는 25개소가 자료가 없어 누락되었다. 그리고 직원숫자와 관련하여서는 11개소가 누락되었다. 이러한 누락 사례들을 제외하고 유아·유치원 단위당 어린이 정원을 평균해 보면 73명으로 나타났고, 직원은 7명인 것으로 나타났다. 표준편차는 각각 27.5명과 3.1명이었다. 이는 73 ± 27.5 명에 전체 사례의 68%가 분포되어 있고, 73 ± 55 명에 전체 사례의 95%가 분포되어 있다는 것을 의미한다. 즉, 우리 교단에서 운영하고 있는 유아·유치원의 정원 숫자는 전체적으로 18명에서 128명까지 분포되어 있다. 그리고 직원은 7 ± 6.2 명으로 1명의 직원이 운영하는 곳으로부터 13명의 직원이 운영하는 곳으로 분포되어 있다. 그러나 대체적으로 5-10명의 직원들(교사 및 보조원(식당·운전기사 등))이 운영하고 있었다.

(4) 유아·유치원 운영이 교화에 미치는 영향 분석

이를 위해 앞에서 간략하게 언급한 것처럼 유아·유치원 인가 연도를 기준으로 하여 교화 상황을 분석하였다. 교화 상황 분석은 교화부에서 발간하는 「교화상황보고서」의 교당 법회평균출석 인원수를 교화 지표로 사용하였다. 그런데, 「교화상황보고서」이용에는 한 가지 문제점을 안고 있었다. 1992년도를 기점으로 하여, 그 이전과 이후의 법회 평균 출석 인원수 산출 방식이 변하였다. 따라서 갑자기 법회 평균 출석 인원이 반 이하로 급격하게 감소하는 경향을 보이고 있어 상호 비교를 불가능하게 만들고 있다. 그래서 본 연구에서는 1992년도 이후의 자료만으로 분석을 시도하였다. 결과는 < 표 3 >에 제시되어 있다.

전체적으로 유아·유치원 경영은 교화에 다소 부정적 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다. 어른 법회의 경우 유아·유치원 인가전에는 평균 48.4명이 법회에 출석을 하였는데 인가후에는 42.7명으로 5.7명이 감소한 것으로 나타났다. 어린이의 경우도 11.9명에서 11.6명으로 현상 유지 상황을 보였다. 그래서 유아·유치원 경영 교당에서 어른들의 교화 및 어린이의 교화가 후퇴 혹은 답보 상태에 있다는 결론을 내릴 수 있다. 그러나, 이 판단에는 먼저 전제되어야 할 것이 있다. 이러한 법회 출석 평균 인원 감소 경향이 유아·유치원 경영 교당에만 일어난 현상이나, 아니면 전체 교당에서 일어나고 있는 현상이느냐가 평가되어야 한다. 본 연구에서는 전체 자료를 분석하기 위해서는 너무 방대한 양의 입력작업이 선행되어야 하는데 본인의 한정된 시간적 자원으로 전체적 분석을 하지 못하여 비교의 준거틀이 없다. 따라서 유아·유치원 경영 교당만의 자료에 기초하여 평가를 할 수 밖에 없는 상황이다.

< 표 3 > 유아·유치원 경영이 교화에 미치는 영향 분석

인가연도	교당숫자	유아·유치원 인가 전후의 법회 출석 평균 인원숫자					
		어 른			어 린 이		
		인가전(a)	인가후(b)	a-b	인가전(c)	인가후(d)	c-d
1992	17	68.4	46.7	-21.7	13.3	13.0	- 0.3
1993	9	56.0	48.0	- 8.0	14.6	14.9	+ 0.3
1994	14	63.8	50.2	-13.6	15.1	13.5	- 1.6
1995	10	27.8	36.0	+ 8.2	6.8	9.0	+ 2.2
1996	19	41.6	42.7	+ 1.1	11.9	11.0	- 0.9
1997	11	36.5	36.1	- 0.4	12.6	9.6	- 3.0
1998	6	21.5	29.0	+ 7.5	4.2	7.7	+ 3.5
합계/전체	86*	48.4	42.7	- 5.7	11.9	11.6	- 0.3

* 자료가 누락되어 있거나, 종합복지관 등 기관들은 제외됨

그런데, 표에서 한 가지 특이한 사항이 발견된다. 그것은 인가연도가 1994년도 이전인 교당들과 1995년 이후인 교당들 사이에 확연한 차이가 있다는 점이다. 1994년도 이전에 유아·유치원 인가를 받은 교당들은 법회 출석 인원이 상당히 감소하는 경향을 보이고 있는 반면, 1995년 이후에 인가를 받은 교당들은 다소 증가를 보이고 있다는 점이다. 그리고 이 점과 아울러 눈여겨 보아야 할 점은 어른들의 평균 법회 출석 인원수가 두 시점간에 큰 차이를 보인다는 점이다. 즉, 1994년도 이전에 유아·유치원 인가를 얻은 교당들은 평균 법회 출석 인원이 60명 내외인 반면 1995년 이후에 인가를 받은 교당들은 30명 내외라는 점이다. 이는 1994년 이전에는 전국적으로 비교적 큰 교당들이 유아·유치원 인가를 받았고, 1995년도 이후에는 작은 교당들이 인가를 받았다는 것을 나타내준다. 그래서 큰 교당에서는 유아·유치원 경영으로 교회가 다소 지장을 입을 수 있는 반면, 작은 교당들에서는 어린이 시설 운영으로 교회가 다소 활성화되는 경향을 보였다는 것을 알 수 있다.

설문지 조사 결과에서 유아·유치원 인가 연도와 법회 평균출석 인원수간 관계를 살펴보면 두 변수간 긴밀한 관계가 있음을 알 수 있다. 결과는 < 표 4 >에 제시되어 있다. 1990년 이전에 유아·유치원 인가를 받은 교당은 법회 평균 출석 인원이 40명 이하가 대부분 (63.6%)인 반면, 1991-1994년도 인가 교당들은 41명 이상 교당들이 대부분 (62.5%)이었다. 1995년도 이후에 인가를 받은 교당들은 다시 1990년도 이전에 인가를 받은 교당들처럼 40명 이하 법회 출석 인원을 가진 교당들이 주를 이루고 있다. 즉, 1990년도 이전에는 작은 교당들이 유아·유치원 경영들에 뛰어들었다가, 사회적 붐을 타고 1991-1994년도에 비교적 큰 교당들이 가담한다. 1995년도 이후에 그 열기가 다소 감퇴하면서 (제도적 규제들이 강화되고) 다시 작은 교당들이 주로 유아·유치원 경영에 가담하게 되는 경향을 보이고 있다. 법회 출석 인원수 평균값을 보면 1990년도 이전 인가 교당들은 39명인 반면, 1991-1994년도 인가 교당들은 62명이었다. 1995년 이후에는 다시 41명으로 나타났다.

< 표 4 > 유아·유치원 인가 연도별 법회 평균 출석 인원수

		계	유아·유치원 인가 연도		
			1990년 이전	1991-1994년	1995년 이후
법회평균 출석수	40명 이하	56.7	63.6	37.5	63.6
	41-80명	28.3	31.8	25.0	27.3
	81명 이상	15.0	4.5	37.5	9.1
합계 (사례수)		100.0 (60)	100.0 (22)	100.0 (16)	100.0 (22)
평균		46명	39명	62명	41명
표준편차		31명	22명	39명	29명

2. 설문지 조사 결과의 분석

(1) 일반적 사항

① 인가 연도: 1990년 이전에 인가를 받은 유아·유치원이 33.8%, 1991-1994년 사이에 인가를 받은 곳이 35.2%, 그리고 1995년 이후에 받은 곳이 35.2%로 비교적 고르게 분포되어 있음을 알 수 있다. 2차 자료에 비해, 최근 인가를 받은 유아·유치원에서 다소 응답률이 높았다.

② 현재 원생수: 현재 등록하고 있는 원생 숫자를 보면 60명 이하가 31.4%, 61-90명 기관이 34.3%, 그리고 91명 이상인 곳이 34.3%로 나타났다. 1990년 이전에 인가를 받은 유아·

< 표 5 > 유아·유치원 관련 일반적 사항 교차표

(단위 : %)

	전체	인가 연도			현재 원생수			운영 상태			교화에 도움?			
		-90년	91-94	95+년	-60명	61-90	91명+	어려움	보통	잘 됨	안 됨	보통	잘 됨	
인가 연도														
	-90년	33.8			40.9	16.7	45.8	53.8	37.5	26.2	45.5	32.3	31.0	
	91-94	31.0			22.7	37.5	33.3	23.1	37.5	31.0	27.3	35.5	27.6	
	95+년	35.2			36.4	45.8	20.8	23.1	25.0	42.9	27.3	32.3	41.4	
현재 원생														
	-60명	31.4	37.5	22.7	33.3			83.3	35.5	16.3	50.0	25.8	31.0	
	61-90	34.3	16.7	40.9	45.8			16.7	41.2	34.9	16.7	51.6	20.7	
	91+명	34.3	45.8	36.4	20.8			0.0	23.5	48.8	33.3	22.6	48.3	
운영 상태														
	어려움	18.3	29.2	13.6	12.0	43.5	8.3	0.0			58.3	15.6	3.4	
	보통	22.5	25.0	27.3	16.0	26.1	29.2	16.0			8.3	37.5	13.8	
	잘 됨	59.2	45.8	59.1	72.0	30.4	62.5	84.0			33.3	46.9	82.8	
교화에 도움?														
	안 됨	15.5	20.8	13.6	12.0	26.1	8.3	16.0	53.8	5.9	9.3			
	보통	43.7	50.0	40.0	43.7	34.8	66.7	28.0	38.5	70.6	34.9			
	잘 됨	40.8	36.4	48.0	40.8	39.1	25.0	56.0	7.7	23.5	55.8			
지역														
	농어촌	15.7	20.8	14.3	12.0	21.7	12.5	13.0	15.4	23.5	12.2	20.0	18.8	10.3
	읍면	31.4	29.2	28.6	36.0	30.4	16.7	47.8	23.1	17.6	39.0	40.0	15.6	44.8
	6-30만	28.6	37.5	14.3	32.0	26.1	37.5	17.4	38.5	23.5	26.8	20.0	34.4	24.1
	31만+	24.3	12.5	42.9	20.0	21.7	33.3	21.7	23.1	35.3	22.0	20.0	31.3	20.7
법회 출석														
	-40명	56.7	63.6	37.5	63.6	60.9	50.0	50.0	75.0	50.0	50.0	60.0	59.3	48.0
	41-80명	28.3	31.8	25.0	27.3	21.7	38.9	25.0	16.7	25.0	31.6	20.0	22.2	36.0
	81+명	15.0	4.5	37.5	9.1	17.4	11.1	25.0	8.3	25.0	18.4	20.0	18.5	16.0
교무 숫자														
	1명	40.3	29.2	38.9	52.0	56.5	38.1	29.2	41.7	56.3	34.1	36.4	43.3	39.3
	2명	38.8	45.8	33.3	36.0	21.7	42.9	45.8	33.3	25.0	43.9	27.3	43.3	35.7
	3명+	20.9	25.0	27.8	12.0	21.7	19.0	25.0	25.0	18.8	22.0	36.4	13.3	25.0
합계 (사례)	100.0 (73)	100.0 (24)	100.0 (22)	100.0 (25)	100.0 (25)	100.0 (24)	100.0 (24)	100.0 (12)	100.0 (17)	100.0 (43)	100.0 (10)	100.0 (32)	100.0 (29)	

< 표 6 > 유아·유치원 관련 일반적 사항 교차표

(단위 : %)

		지역				법회 출석 인원수			교당 근무 교무				
		농어촌	읍면	6-30만	31만+	-40명	41-80명	81+명	1명	2명	3명+		
인가 연도													
	-90년	45.5	31.8	45.0	17.6	41.2	41.2	11.1	25.9	42.3	42.9		
	91-94	27.3	27.3	15.0	52.9	17.6	23.5	66.7	25.9	23.1	35.7		
	95+년	27.3	40.9	40.0	29.4	41.2	35.3	22.2	48.1	34.6	21.4		
현재 원생													
	-60명	45.5	31.8	31.6	27.8	42.4	29.4	36.4	46.4	20.0	33.3		
	61-90	27.3	18.2	47.4	44.4	27.3	41.2	18.2	28.6	36.0	26.7		
	91+명	27.3	50.0	21.1	27.8	30.3	29.4	45.5	25.0	44.0	40.0		
운영 상태													
	어려움	18.2	13.6	25.0	16.7	26.5	11.8	9.1	17.9	15.4	20.0		
	보통	36.4	13.6	20.0	33.3	17.6	17.6	27.3	32.1	15.4	20.0		
	잘 됨	45.5	72.7	55.0	50.0	55.9	70.6	63.6	50.0	69.2	60.0		
교화에 도움?													
	안 됨	18.2	18.2	10.0	11.1	17.6	11.8	18.2	14.3	11.5	26.7		
	보통	54.5	22.7	55.0	55.6	47.1	35.5	45.5	46.4	50.0	26.7		
	잘 됨	27.3	59.1	35.0	33.3	35.3	52.9	36.4	39.3	38.5	46.7		
지역													
	농어촌					14.7	23.5	10.0	28.6	7.7	7.1		
	읍면					44.1	17.6	20.0	35.7	42.3	7.1		
	6-30만					35.3	35.3	0.0	21.4	30.8	35.7		
	31만+					5.9	23.5	70.0	14.3	19.2	50.0		
법회 출석													
	-40명	50.0	75.0	66.7	15.4				73.9	62.5	13.3		
	41-80명	40.0	15.0	33.3	30.8				17.4	25.0	46.7		
	81+명	10.0	10.0	0.0	53.8				8.7	12.5	40.0		
교무 숫자													
	1명	72.7	45.5	31.6	25.0	50.0	23.5	18.2					
	2명	18.2	50.0	42.1	31.3	44.1	35.3	27.3					
	3명+	9.1	4.5	26.3	43.8	5.9	41.2	54.5					
합계 (사례)	100.0 (11)	100.0 (22)	100.0 (20)	100.0 (18)	100.0 (34)	100.0 (17)	100.0 (11)	100.0 (28)	100.0 (26)	100.0 (15)			

유치원이 많은 원생숫자를 가지고 있었다.

③ 운영상태: 운영이 어려운 상태라고 보고한 응답자는 18.3%이었고, 43.7%는 “보통정도이다”

라고 응답을 하였고, 59.2%는 “잘 되고 있는 편”으로 응답을 하였다. 1995년 이후에 개원을 한 곳의 72.0%가 “운영이 잘 되고 있다”고 보고하였다.

(2) 유아·유치원 운영이 교화에 미치는 영향과 미래 비전에 관한 인식

유아·유치원 운영이 교화에 어느 정도 도움이 되는가를 질문한 결과 응답자의 15.5%는 “도움이 되지 못하고 있다”고 응답을 하였고, 43.7%는 “보통 정도이다,” 그리고 40.8%는 “제법 도움이 되고 있다”고 응답을 하였다. 유아·유치원의 원생숫자가 많고, 경영이 잘 되고 있는 곳에서는 “교화에 도움이 되고 있다”고 응답을 한 비율이 높았다. 그리고, 농어촌 지역이나 대도시 지역보다는 읍·면지역 유아·유치원들이 “유아·유치원 경영이 교화에 도움을 주고 있다”고 응답한 비율이 유의미하게 높았다. 교당의 규모로 보아서는 대규모(법회출석인원 81명 이상) 교당이나 작은 교당(출석인원 40명 이하)보다는 중간교당(출석인원 41-80명)이 “교화에 도움을 많이 받고 있다”고 응답을 많이 하였다.

응답자들의 43.%는 “밝은 편이다”라고 생각하고 있는 반면, 31.5%는 “보통이다,” 그리고 20.6%는 “다소 어려운 편”이라고 전망하고 있다.

(3) 요인 분석에 기초한 유아·유치원 관련 응답 분석

우리는 유아·유치원 경영과 관련하여 교화에 기여하는 정도, 교당의 경제적 상황에 기여하는 정도, 지역사회 의 인지도, 예상되는 향후 전망, 경영상의 어려움, 운영의 필요성, 어린이 지도 전담 전문인재의 필요성 등과 관련된 설문 항목 34개 문항을 설문지에 포함시켰다. 각각의 관련 진술(statement)들은 “정말 그렇다”로부터 “전혀 그렇지 않다”에 이르기까지 5개의 응답지를 주어 체크하도록 하였다. 즉, Likert 유형 5점 척도에 의해 문항이 측정되었다. 응답 결과들은 Principal Component Factor Analysis에 의해 분석되었다. 요인간의 독립성의 가정하에 Varimax 회전 방식을 채택하여 응답들을 분석한 결과 아래의 항목 집단들을 확인하였다. 여기서는 요인분석에 관련된 자세한 정보는 생략하기로 한다.

① 유아원 및 유치원 운영에 교화에 기여하는 정도

전체 응답자들 가운데 40%는 ‘유아원 및 유치원 운영이 교화에 도움을 준다’고 응답을 하였고, 32%의 응답자는 ‘보통(반반)’이라고 응답하였다. 유아원 및 유치원 운영이 교화에 ‘부정적 영향은 미친다’고 응답한 사람은 16%정도이었다. 응답자들은 유아원 및 유치원 운영이 자모들에게 ‘원불교에 대한 호감을 심어주는데 긍정적 역할(51%)’을 하고 ‘어린이 교화에도 도움을 준다(49%)’고 생각하고 있었다. ‘학부모들 가운데 교당에 나오기 시작한 사람들도 제법 있고 (30%),’ ‘원아들이 교당 어린이회의 회원이 되는 경우도 제법 있는 실정(37%)’으로 유아원 및 유치원은 교화에 제법 긍정적 기여를 하고 있는 것으로 평가되고 있다. 응답자들은 특히 유아·유치원이 있으므로 해서 ‘교당에 많은 활력’을 불어넣어 주는 기폭제 역할을 하고 있는 것으로 평가하고 있었다.

< 표 7 > 유아·유치원의 교화 기여도

문항	33	어린이집은 어린이들 교화에 많은 도움을 준다		
	34	부모들이 원불교에 대해 많은 호감을 가지고 있다		
	44	학부모들 가운데 교당에 나오기 시작한 사람이 제법 있다		
	45	원아들이 교당 어린이 회원이 된 경우가 제법 있다		
	55	어린이집을 통해 교도가 된 사람이 제법 있다		
	56	어린이집은 교당에 많은 활력을 준다		
문항		부정	반반	긍정
33		22	29	49
34		22	27	51
44		29	38	30
45		27	33	37
55		29	41	29
56	11	27		59

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

② 유아·유치원의 일반 교화에의 기여도 및 부담감

유아·유치원이 일반교화에 도움을 주는가에 대한 설문에는 긍정적 응답과 부정적 응답이 반반으로 나뉘는 경향이 있었다. 이 문항에 대해 긍정적 응답은 27%, 부정적 응답은 32%로 나타났다. 유아·유치원 운영과 관련하여 교당의 시선(교화에 부정적 영향을 미칠지도 모른다는 선입견) 때문에 부담을 느끼는 정도를 질문한 결과 응답자들은 ‘거의 부담을 느끼지 않고 있는 것으로 나타났다. 따라서 우리 유아·유치원 운영이 일반 교화에 도움 및 지장의 양측면을 가지고 있음을 알 수 있다.

< 표 8 > 유아·유치원 운영이 일반 교화에 미치는 영향

문항	26	어린이집은 당장 일반 교화에 큰 도움을 준다		
	49	교당의 따가운 시선 때문에 부담스러울 때가 많다		
문항		부정	반반	긍정
26		32	38	27
49		63	25	8

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

③ 유아·유치원이 교당의 경제적 상황에 기여하는 정도

유아·유치원 운영이 교당의 교화 상황에 도움을 주는 정도도 중요하지만, 경제적으로 열악한 교당의 상황에서 유아·유치원이 줄 수 있는 경제적 기여도도 매우 중요한 사항이라 할 수 있다. 즉, 직접적으로 유아·유치원의 자원이 교당으로 연결될 수는 없지만 교역자들의 가용자원을 통한 간접적인 기여를 할 수 있는 측면이 없지 않다고 볼 수 있다. 응답자들의 73%가 유아·유치원 운영이 “교당의 경제 운영에 도움을 준다”고 응답을 하였다. 12%만이 “그렇지 않다”고 응답을 하였다. 교당이 유아·유치원을 운영하는 것은 꼭 경제적 문제때문은 아니라 할지라도 ‘교당의 재정 문제에 다소 도움을 주고 있다’고 볼 수 있다.

< 표 9 > 유아·유치원이 교당의 경제적 상황에 기여하는 정도

문항	30	잘만 하면 정원 미달 사태를 얼마든지 넘어설 수 있다			
	31	어린이집은 교당 경제 운영에 도움을 약간 준다			
	32	교당의 재정문제 때문에 어린이집을 운영한다			
	42	어린이집은 교당 경제에 많은 도움을 준다			
분항	부정		반반	긍정	
30	7	14	77		
31	12	14	73		
32	43		23	34	
42	18	21	62		

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

④ 유아·유치원 운영이 지역 사회에서의 원불교 인지도에 기여하는 정도

유아·유치원 운영은 자연스럽게 지역사회와의 많은 교류를 촉발하고(48%), 따라서 지역에서 원불교에 대한 인식을 높여주는데 긍정적 기여(80%)를 한 것으로 보고 있다. 많은 응답자들은 (73%) “원불교는 몰라도 원광 유아·유치원은 잘 알고 있다”고 봄으로써 원불교가 유아·유치원을 통해 어느정도 성공적인 사회적 마케팅 (social marketing)을 하고 있다고 평가된다.

< 표 10 > 유아·유치원의 지역 사회 인지도

문항	41	우리교당 어린이집을 들어오기 위해 경쟁이 치열하다			
	43	어린이집은 지역사회에서 원불교 인식을 높여주었다			
	46	사람들이 원불교는 몰라도 우리 어린이집은 잘 안다			
	47	어린이집을 통해 지역사회와 많은 교류를 한다			
	54	지역사회에서 우리 어린이집은 유명하다			
분항	부정		반반	긍정	
41	44		25	30	
43	7	14	80		
46	6	21	73		
47	19	32		48	
54	19	22	59		

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

⑤ 예상되는 유아·유치원의 향후 전망

유아·유치원의 현재 상태 및 향후 전망은 어떠한가를 질문하였다. 현재 원아 모집의 용이성은 어떠한가 하는 질문에 대해 “원아 모집이 어려운 상태”라고 응답한 사람이 응답자의 37%, 그리고 “그렇지 않다”고 응답한 사람이 38%로 양분되는 경향을 보였다. 유아·유치원 사업의 경쟁 상태에 대해서는 70%의 응답자들이 “경쟁이 너무할 정도로 치열하다”고 보고하고 있다. 그리고 향후 전망에 대해서도 “갈수록 유아·유치원 경영이 어려워지고 있다”고 보고 있었다. 현재는 원아 모집이 그렇게 어려운 상태는 아니지만, 경쟁이 날로 치열해지고 있는 상황에서 향후 방향이 다소 불투명하다는 전망들을 가지고 있었다.

< 표 11 > 예상되는 유아·유치원의 향후 전망

문항	29	앞으로 정원 미달 상태가 계속 발생할 것이다		
	36	어린이집 사업에 경쟁이 너무 치열하다		
	38	갈수록 어린이집 운영이 어려워지고 있다		
	39	원아 모집이 매우 어려운 상태이다		
	48	갈수록 원아 모집이 어려워진다		
문항		부정	반반	긍정
29		37	23	37
36	3	27		70
38		18	27	53
39		38	23	37
48		27	36	36

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

⑥ 유아·유치원 경영의 어려움

유아·유치원 경영은 국가의 통제를 받는 제도적 영역이다. 특히, 유치원 경영은 조기 교육의 일환으로 진행되고 있는 상황이어서 더욱 국가의 통제를 많이 받는다. 국가는 각종 관료적 기제(규칙, 문서 등)를 통하여 강한 통제력을 행사하고 있다. 따라서, 이러한 관료적 기준들을 충족시켜야 하는 유아·유치원의 경영은 어린이들을 돌보는 일 이외에 많은 잡무들을 수행해야 하는 어려움을 가지고 있다. 그래서 응답자들은 “유아·유치원으로 인해 신경쓸 일이 너무 많다”고 응답하고 있다 (69%). 선입견과는 달리 응답자들은 유아·유치원 운영이 “교화에 지장을 주고 있다”고는 생각하지 않고 있었다 (15%). 그러나, “교화에 지장을 주는 것 같다는 느낌”은 어느 정도 가지고 있는 것으로 나타났다 (27%).

< 표 12 > 유아·유치원 경영의 어려움

문항	40	어린이집은 당장 일반 교도 교화에 지장을 준다		
	51	때론 어린이집을 포기하고 싶은 때도 많다		
	52	어린이집으로 인해 신경쓸 일이 너무 많다		
	53	교화에 지장을 주는 것 같아 부담스러울 때가 많다		
	문항		부정	반반
40		60	25	15
51		41	27	32
52	6	25		69
53		40	30	27

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

⑦ 유아·유치원의 필요성

유아·유치원의 경영이 원불교의 저변 확대와 교화 발전에 어느 정도 필요하느냐는 질문에 대하여, 대부분의 응답자들 (70% 이상)이 “매우 필요하다”고 인식하고 있었다. 교도들이 고연령층으로 구성되어 있는 점을 감안한다면, 밑으로부터의 성원 충원은 원불교의 사활이 걸려 있는 문제라 해도 과언이 아니다. 이러한 상황에서 원불교에 대한 인지도를 높이고, 우호적인 인상을 각인시켜 주는데 원광 어린이집·유치원은 매우 긍정적 역할을 하고 있다고 본다.

< 표 13 > 유아·유치원 경영의 필요성.

문항	27	어린이집은 향후의 교화 발전에 반드시 필요하다		
	28	어린이집은 원불교 저변확대에 필수적이다		
분항		부정	반반	긍정
27	7	22	70	
28	8	18	73	

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

⑧ 어린이 지도 전담·전문 인재의 필요성

대부분 유아·유치원을 경영하고 있는 교당에서 어린이를 전담하거나 전문적으로 지도할 수 있는 교역자들을 필요로 하고 있지만 (90%), 인사 요청을 할 업무를 대부분 못내는 편이라고 볼 수 있다. 그러한 인재를 배치해 줄 수 있다면 좋겠다는 강한 의사를 가지고 있었다. 그러나, 현실적으로는 < 표 9 >에서 볼 수 있는 것처럼 총부는 교당의 유아·유치원 경영을 위한 인사 배려를 비교적 해주지 못하고 있는 상황으로 인식하고 있었다.

< 표 14 > 어린이 지도 전담·전문 인재의 필요성

	57	교무가 더 있었으면 해도 인사 요청을 할 업무를 못 내고 있다		
	58	어린이들을 지도할 수 있는 교역자를 배치해 주었으면 한다		
	59	젊은 교역자들은 어린이를 지도할 수 있는 능력들을 갖출 필요가 있다		
분항		부정	반반	긍정
57		30	25	41
58	12	12	73	
59	3	6	90	

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

< 표 15 > 유아·유치원 경영에 있어서 교당의 인사 배려 정도

문항	50	교당은 어린이집을 위한 인사 배려를 해주고 있다		
	60	총부는 인사 배치에서 우리 교당의 어린이집을 위해 적절한 사람을 보내기 위해 노력하였다		
분항		부정	반반	긍정
50		38	38	22
60		44	32	23

* 숫자는 %를 의미하고, 각 문항의 % 합계가 100.0%가 되지 않는 경우는 무응답때문

(4) 유아·유치원 경영에 있어서 어려움

유아·유치원을 경영하고 있는 당사자들이 어려움을 호소하고 있는 내용들은 아래 < 표 16 > 과 같다. 가장 어려운 점은 행정적 업무가 복잡하고, 잔 일이 많아 “시간을 너무 많이 빼앗긴다” 는 점이었고, “원아 모집이 어렵고,” “유능한 교사 확보가 어려운 점” 등 경영상의 어려움도 많은 것으로 보고되었다. 시설의 부족이나 자모들의 교화가 어려운 점도 유아·유치원 경영 담당 교역자들을 힘들게 하고 있는 요인으로 지적되었다.

< 표 16 > 유아·유치원 경영상 어려움

순위	내 용	비 율
1	시간을 너무 많이 빼앗긴다	34.1%
2	원아 모집이 어렵다	26.2%
3	행정적 업무가 복잡하다	22.0%
4	시설이 부족·협소하다	20.8%
5	자모들의 교화가 어렵다	18.6%
6	잔 일이 너무 많다	16.3%
7	유능한 교사 확보가 어렵다	12.1%
합계		복수응답

(5) 유아·유치원 경영 당사자들이 총부에 대해 바라는 사항

유아·유치원 경영자들이 총부에 바라는 사항들은 “어린이 지도를 위한 프로그램을 개발·지원할 수 있는 부서를 필요로 하고,” “교단이 어린이 지도에 대한 장기적 안목을 가질 것”을 바라고 있었다. 그리고 “어린이를 지도할 수 있는 후진 양성에 더욱 적극적이기를 바라고” 있었다.

< 표 17 > 총부에 바라는 사항

순위	내 용	비 율
1	어린이 지도를 위한 프로그램을 연구·지원하는 부서가 필요하다	38.3%
2	교단의 지도부가 “어린이의 지도”에 대한 장기적인 안목을 가질 필요가 있다	38.2%
3	어린이를 지도할 수 있는 후진들을 적극적으로 양성해야 한다	37.0%
4	사회의 변화하는 환경에 대처할 수 있는 기구 발족이 필요하다	16.4%
5	유아·유치원 발전을 모색하기 위한 운영자 협의체가 필요하다	13.7%
5	교단에서 유아·유치원에 대해 힘을 실어 주었으면 한다	13.7%
합계		복수응답

(6) 상관관계 분석

아래 < 표 18 >에서 중요 변수들간 상관관계 계수를 살펴보면 몇가지 패턴이 확인된다. 첫째는 유아·유치원의 규모가 클수록 운영이 잘 되고 있다고 보고, 교화에도 도움을 주고 있으며, 미래 전망도 밝다고 본다. 또한 이러한 유아·유치원은 지역사회와의 활발한 교류를 통해 유아·유치원의 정체감을 확보하고 있는 것으로 나타났다. 둘째는 최근에 개원한 유아·유치원일수록 유아·유치원 운영이 교화에 필수적이라는 강한 인식을 가지고 있었다. 셋째, 교당 크기가 작을수록 “교당 경제 때문에 유아·유치원을 경영하는 경향”을 강하게 보이고 있었다.

< 표 18 > 중요 변수들간 상관관계 계수

	z05	z07	z15	z16	z17	z27	z32	z38	z47
z07	-.18	-							
z15	.22	.58***	-						
z16	.11	.26*	.55***	-					
z17	.19	.28*	.49***	.64***	-				
z27	.32**	.02	.20	.47***	.30**	-			
z32	.07	.19	.10	.09	.00	.08	-		
z38	-.08	-.05	-.30**	-.42***	-.49***	-.12	.06	-	
z47	.13	.18	.35**	.44***	.40***	.21	.11	-.13	-
z70	.03	.07	.08	.01	-.06	-.22	-.43***	.09	.17
유의 수준	* p<0.05 ** p<0.001 *** p<0.001								
변수 설명	z05: 유아·유치원 개원 시기 z07: 유아·유치원의 규모 (원생 기준) z15: 유아·유치원 운영이 잘 되고 있는가? z16: 유아·유치원의 운영이 교화에 도움이 되는가? z17: 유아·유치원의 향후 전망은 어떠한가? z27: 유아·유치원 경영이 향후 교화발전에 필수적이라고 본다 z32: 유아·유치원 경영이 교당의 재정 때문에 이루어지는 측면이 있다 z38: 갈수록 유아·유치원 운영이 어려워지고 있다 z47: 유아·유치원을 통해 지역사회와 많은 교류를 하고 있다 z70: 교당 크기: 법회 출석 인원 기준								

IV. 요약 및 결론

우리는 본 연구를 통해 다음과 같은 질문들을 제기하였고, 이에 대한 해답을 얻고자 시도하였다. 간략하게 각각의 질문들에 대해 조사 결과에 기초하여 결론을 내리면 다음과 같다.

(1) 유아·유치원 경영이 교화에 도움이 되는가?

큰 교당들에게는 교화에 다소 지장을 주는 측면이 있다. 그러나 소규모 교당들에게는 직간접적으로 도움을 준다. 특히, 읍면 소재 교당 유아·유치원들은 교화에 많은 도움을 주고 있는 것으로 파악되었다.

(2) 유아·유치원 경영상의 어려움은 무엇인가?

가장 큰 어려움은 행정적 업무가 복잡하고, 잔 일이 많아 “시간을 너무 많이 빼앗긴다”는 점이었고, “월아 모집이 어렵고,” “유능한 교사 확보가 어려운 점” 등 경영상의 어려움도 많은 것으로 보고되었다. 시설의 부족이나 자모들의 교화가 어려운 점도 유아·유치원 경영 담당 교역자들을 힘들게 하고 있는 요인으로 지적되었다.

(3) 유아·유치원이 교당 경제에 도움을 주는가?

규모가 큰 교당들에게는 유아·유치원의 상대적 경제 기여도가 높다고 볼 수 없다. 그러나, 규모가 작은 교당들에게는 유아·유치원 경영이 경제적으로 기여를 하고 있으며, 교화에도 활력을 불어 넣어주고 있는 것으로 파악되었다.

(4) 인사 배치에는 문제점이 없는가?

대부분의 유아·유치원 경영 교당들에 1-2명의 교역자가 배치되고 있는 실정이다. 유아·유치원의 경영으로 인해 많은 업무에 시달리고 있지만 총부에 이로 인한 추가 인원 배치를 요청할 수 없는 상황으로 인식하고 있다. 따라서, 모든 열악한 상황을 감수하고 경영을 하고 있는 것으로 나타났다. 그래서, 규모가 비교적 큰 교당들에서는 업무 과다로 인한 교화 정체 가능성이 배태되어 있다고 볼 수 있다.

(5) 월아 감소 등 경영난은 없는가?

농어촌이나 면 등은 월아 감소에 시달리고 있는 것으로 나타났다. 그것은 자녀 출생 숫자가 감소하고 있기 때문이라 볼 수 있다. 그리고, 도시의 경우도 수많은 경쟁 유아·유치원들이 등장하여 상대적으로 월아 모집에 어려움을 겪고 있는 것으로 나타났다.

(6) 유아·유치원 경영 당사자들이 총부에 대해 바라는 사항은 무엇인가?

유아·유치원 경영자들이 총부에 바라는 사항들은 “어린이 지도를 위한 프로그램을 개발·지원할 수 있는 부서를 필요로 하고,” “교단이 어린이 지도에 대한 장기적 안목을 가질 것”을 바라고 있었다. 그리고 “어린이를 지도할 수 있는 후진 양성에 더욱 적극적이기를 바라고” 있었다.

논평1.

김원덕 교무(구로교당)

먼저 한창민 교수님께 질문을 하고 싶다.

1. 서울이 타지역에 비해 인고 밀도가 높은 반면 유아교육기관 운영비율(9.9%)이 낮은 이유는 어떻게 보는가?

2. 천주교가 초기 어린이집·유치원을 운영하면서 많은 교세를 확장했다. 그런데, 초기의 그 많은 투자와 관심을 보이던 방향을 지금은 돌리고 있다고 들었다. 우리 교단에서도 98년부터 유아기관이 감소할 것이라고 하지만 앞으로 우리의 방향성을 어떻게 해야 할 것인가?

3. 전체적으로 유아기관 경영이 교화에 부정적 영향을 미친다고 했는데 어른들 말씀을 들으면 나이 들면 그만 하겠다는 분과 어떤 분은 다른 곳으로 가더라도 또 시작한다고 하신다. 이는 그동안 경험에서 어느 부분은 부정적이고 어느 부분은 긍정적으로 볼 수 있다. 부정적이라고 했을 때 향후 방향을 교단적으로 어떻게 대처할 것인가?

4. 1995년 이후 개원한 곳의 운영이 잘 되고 있다고 하는데 그 이유는?

교단의 교화 교육 자선이라는 3대 정책에 맞추어서 교화현장에서 교육기관의 하나로 유아교육기관들이 운영되고 있다. 유아교육기관은 그 교당의 실정에 따라 다르다. 원아모집이 어려운 곳을 보면 지역적인 여건도 있지만 가장 먼저 생각되는 것은 시설낙후, 교재교구 미비다. 자모들이 가장 먼저 찾아와서 보는 것이 시설과 교재들이다. 그런데 대부분의 원광유치원·어린이집들은 미비한 실정이다.

요즘 새로 생기는 유아교육시설과 비교해 보면 너무 낙후된 점이 많다. 우리는 그대로 정체되어 있고 세상은 빠르게 변화되어 가고 있으니 자연히 낙후되어 갈 수밖에 없다. 어떤 교당 유치원에 2명의 아이를 졸업시켰던 엄마의 이러한 충고는 뼈아픈 말이 아닐 수 없다.

어린이집을 운영하는 원장 교무들이 무엇에 중점을 두느냐가 중요하다.

현재도 그렇지만 과거에는 경제적인 보충으로서의 유아교육기관을 것이 첫 번째 목적이었다. 이런 면에서의 사고의 전환이 와야 할 것 같다.

*어떻게 하면 교육이 잘 이루어지도록 할까?

-교사는 부교무가 아니라는 것을 인식하도록 하자. 곧 출가자가 아니라는 것이다. 교사는 한 사회인으로서 직장을 찾아온 사람들이다. 직장을 찾아 원광의 교사가 되어서 참 원불교인이 얼마나 되었을까?

-논문에서도 밝혔듯이 전문가가 있어 원불교적인 프로그램이 개발되어야 한다.

지금 교육청에서 중시하는 부분의 하나가 “기본생활습관” 교육이다. 사회적인 관습으로 된 교재·교구로 교육을 하고 있지만 원불교적인 예전에 바탕하여 고안된 교재·교구가 보급된다면

유아기 아이들에게 더 좋은 교육이 될 것이다.

또한 자모교육도 대부분 교무님 설교로 이루어진다. 교무님 설교가 나쁘다는 것이 아니다. 교무님들이 아이들을 대체적으로 알고 계시지만 자모들에게 설득력은 조금은 약하다. 현 시점에서 연구원이 있어 자모 교육 프로그램들이 개발되어 보급된다면 더 좋을 것 같다.

아니면 교무님 설교와 교사들에게 공부를 하게 하여 한 부분씩을 담당하게 하는 것도 좋겠다.

-정책적이든 자발적이든 함께 연구하는 풍토를 조성했으면 한다.

천주교 예를 들면 “성심”이라는 유치원은 몬테소리 교육을 한다. 그 유치원을 운영하는 원장님과 교사들이 분과를 나누어서 연구하고 늘 새로운 교육을 받는다. 그곳 교사들은 의무이면서 정기적으로 그 교육에 참석한다는 이야기를 들었다. 항상 연구하는 곳에 발전이 있음은 당연할 것이다.

*총부에 바란다.

전국에 원광이라는 이름이 곳곳에 널리 퍼져있다. 운영이 잘되고 있는 곳도 있지만 어려운 곳도 많이 있다.

왜냐면 거의 대부분이 시대의 조류에 따라 필요에 의해 그 곳 교무들의 발심으로 무리하게 일이 이루어지게 된다. 이것이 문제가 되고 있다.

따라서 앞으로 유아교육기관을 계속 유지하려면 정책적인 지원과 통제기구가 있어야 한다.

지금까지의 우리 교단의 역사가 의지하나로 시작되었다 해도 과언이 아니다. 하지만 현재는 아니다. 경제적인 뒷받침이 있어야만 가능하다. 경제적인 부분에 고통을 받아서 시간이 지속되면 교역자의 사기마저 꺾인다. 해보겠다는 것은 그 하나의 의지에다 중앙의 정책적 지원 내지는 통제가 있어야 겠다.

유아교육기관이 있어 원불교 교화의 저변 확대에는 지대한 영향을 미치고 있다. 현실에 왔을 때 우리는 늘 바쁘다는 말을 한다. 그만큼 잔무가 많은 것이 교단적 현실이다. 이것저것 신경 쓸 일이 많아 정신이 분산된다. 어느 것 하나를 완벽하게 못하는데 대한 불만의 소리도 있다. 현상적인 부분을 간과할 수는 없지만 교화를 말할 때 우리는 가시적인 것을 가지고 너무 목소리를 높인다. 유아기의 교육이 평생을 좌우한다는 것을 생각한다면 5만년 대운의 미래를 바라볼 때 엄청난 파급효과를 가져올 것이다.

그리고 교무들은 자모들과 접촉이 많아야 직접적인 교도로의 연결이 되는 것 같다. 자주 만나면서 불공 들이는 길이 최선이 아닐까? 이런 일도 있다. 전 근무지의 교당에서 아이가 유치원에 다닐 때는 교당에 다니지 않았지만 아이 아버지가 타 지역으로 전근을 가서 보니 너무 외로워서 아이가 다니던 유치원 생각이 나서 교당에 다니게 되었다는 자모도 있었다. 이처럼 아이들을 통해서 부모들까지 교도가 된 사례도 적지 않다. 교무들이 작은 일에 너무 얽매인 것 같다. 그 뒤치닥거리 때문에 역량을 발휘해야 할 곳에 못하고 있는 것은 아닐는지?

논평2

이심진 교무(교화부)

유치원 어린이집이 교화에 어떤 도움을 주는가? 이는 원불교 교당의 1/5정도가 유아 어린이집을 운영하고 있는 현 상황에서 교화에 어떤 영향을 미치는가의 문제는 상당히 중요한 문제이다. 이에 한교수님의 논문중 결론 부분을 중심으로 설문조사와 현실적인 문제와의 간격은 어느 정도인지 살펴보고자 한다.

1.유아. 유치원 경영이 교화에 도움이 되는가?

큰 교당들에게는 교화에 다소 지장을 주는 측면이 있다. 그러나 소규모 교당들에게는 직·간접적으로 도움을 준다. 특히 읍 면 소재 교당 유아. 유치원들은 교화에 많은 도움을 주고 있다고 응답한 결과를 얻었다. 또한 유아 어린이집은 당장 일반교화에 큰 도움을 준다는 부정 32% 긍정 27% 반반 38%의 응답율을 보였다. 교화에 도움을 준다면 어떤 면에서 도움을 주는지 두 가지 측면에서 살펴본다.

1)직접교화측면:교도증가

일반교도, 학생교도, 어린이 교도, 청년교도가 증가한다.

일반교도의 증가는 자모들이 법회에 유입되는 경우인데 이는 일시적인 효과일수 있다. 대개의 경우 자녀가 유아 어린이집에 다니고 있을 때는 교당에서 주최하는 여러 형태의 모임에 적극 참여하다가 졸업을 하면 소홀해지는 경향이 많다.

어린이교도의 경우 초등학교로 진학을 앞두고 있는 어린이들이 법회 참여율이다.

청년교도의 증가는 교사들이 법회참여로 가능하다.

대체로 일반교도의 증가보다는 어린이나 청년교도의 증가율이 높다.

문제점: 어린이의 경우 부모가 신앙이 다르거나 무종교인 경우에는 일요일법회에 혼자서 참여하기가 힘들다. 부모님과 함께 시간을 보내게 됨으로 법회 참여율이 저조하게 된다.

2)간접교화 측면:

①원불교에 대한 인지도를 높임. (원불교에 대한 호감을 심어주는데 긍정적 역할을 한다 51%) (자모교육을 통하여-교당의 법당에 들어오게 하여 신앙의 대상을 알리는 것. 교무가 강사로 나섬으로 하여 원불교라는 이미지 홍보, 원생들에게 원불교 의식보급, 여름훈련을 통하여) 교단 행사시 무대에 서게 함으로서 그 부모들이 참여하게 된다.

②교당 활력의 기폭제: 늘 봄비는 교당이 된다 .교당을 왕래하는 사람들의 수가 많다 자모 등.

③지역사회에 원불교를 알린다. (원광=원불교,지역사회 인사와 교류)

3.유치원 어린이집이 교당경제에 도움을 주는가?

설립 목적을 생각해볼 필요가 있다. 유아·어린이집을 왜 설립하는가의 문제이다. 물론 교화가 우선순위이고 교화를 위하여 교당 경제문제에 도움을 받자는 의도도 있을 것이다. 그런데 지금까지는 교당 경제해결측면에 더 비중을 두고 있었던 것 같다. 85년 현재 정상 운영되고 있는 전국 150개 유아·어린이집 가운데 어린이집은 119개로 79.3%이고 유치원은 31개인 20.6%이다. 이는 어린이집의 경우 보건복지부에서 일정의 보육료 지원과 교원임금이 보조되므로 아무런 보조가 없는 유치원보다 경제적으로 여유가 있기 때문이라고 생각한다. 그런 면에서는 설립목적의 일면은 달성했다고 본다.

4. 인사 배치에는 문제점이 없는가?

150여 개 유아·어린이집 중 교무 1인이 근무하는 곳은 34곳으로 나타나고 있다. 두 명 이상이 근무하더라도 부직자나 주임교무 1인은 유아·어린이집에 많은 시간을 할애해야 하므로 어려움이 있게 된다.

사람은 한 어깨에 두 짐 못 진다는 말이 있다. 어린이집 유치원은 잡무나 신경쓸 일이 상당히 많은 곳이다. 유아·어린이집에 전념하다보면 교화에 소홀해지기 쉽고 교화에 신경 쓰다보면 유아 어린이집이 소홀해지기 쉽다.

교회의 경우 목사는 명의만 원장이고 전문인이 운영을 하고 있고, 불교 유치원은 전담스님이 카톨릭도 전담수녀님이 운영을 하고 있다.

원불교는 교당과 분리되어 유아·어린이집만을 교무가 책임지고 운영하는 곳은 2~3곳에 불과 하였다.

전문인도 아닌 출가들이 대부분 혼자서나 아니면 교당일과 병행하여 그 일을 하고 있다. 또한 본인은 유아·어린이집 운영에 소신이 없더라도 인사발령이 나면 가서 운영해야 하는 부담이 있게 된다.

5. 원아 감소 등 경영난은 없는가?

유아 유치원 경영상의 어려움은 무엇인가

유아·유치원도 이제는 무한 경쟁시대다. 경쟁에서 밀리지 않기 위해서는 다음 문제를 생각해볼 필요가 있다.

①단독 건물: 많은 유아·어린이집이 단독 건물을 가지고 있다. 지금처럼 교당과 유치원이 복합된 형태로는 한계가 있다. 유아·어린이집은 어린이에 맞는 설계가 되어야 한다. 그러나 교당 특성상(신앙공간), 창문 높이나 출입문등 어린이에 맞는 구조가 어렵게 된다. 복합건물의 어려움이다.

②재투자 :시설투자- 경제구조가 어렵다보니 재투자가 어렵게 된다 원아가 90명 이상은 되어야 흑자경영을 한다고 한다. 대부분 적은 인원을 가지고 운영하다보니 시설투자나 교재교구등에 투자가 어렵다. 그러다 보니 좀더 시설이나 교육환경이 좋은 곳으로 어린이들이 몰리게 되고 원아 감소로 경영난을 가중시킨다.

③교재개발-독자적 프로그램부재: 원광만의 차별화된 프로그램이 없다. 특성화된 것이 없다 (놀이중심 문학적 접근프로그램, 아동중심)

④교사 재교육 : 교사 업그레이드가 필요하다. 대부분 유아 유치원 교사들은 전문대학을 졸업하게 된다. 2년 배운 것은 1년 내지 2년이면 지식의 한계에 도달하게 된다. 끊임없이 공부하도록 해야 한다.

⑤업무과다 :잡무가 많다-복잡한 서류양식 공문처리 등 어린이집 운영하랴 교화에 신경 쓰랴 너무 바쁘다. 또한 어린이집 하면서 왜 교도가 늘지 않는가 하는 시선도 부담스럽다.

정원 및 직원수 현황에 5-10명의 직원들이 운영하고 있다고 보고되었는데 실제로 교무1인이 운전, 사무, 식당,을 책임지고 있는 곳도 있다. 교무가 1인 3역을 담당하게 된다.

⑥기존교도-경제 문제가 해결 될 거라는 기대로 교당에 소홀할 수도 있다.(바쁜 교무님과 상담하기가 미안하다)또 자모와 기존교도와 불협화음도 있을 수 있다.

⑦법규에 정통하지 못하다 :유아교육법, 안전시설 법 등

⑧전문경영인--재가 도입

유능한 교사 확보가 어렵다. 원아모집이 어렵다 이런 문제를 어려움으로 지적하였다.

여기서 전문인의 전문 경영이 문제점으로 대두된다.

경제적으로 어렵기 때문에 전문 경영인은 절실히 요청되지만 두지 못한다고 한다. 그러나 역으로 생각해 볼 수도 있다. 어려운 곳일수록 전문 경영인이 더욱 필요하다고 본다 .홍보활동이나 관과의 일정의 로비 등이 필요할 때가 있다. 또한 전문인의 도입으로 원아숫자나 경제성이 상승할 수도 있다. 어려운 가게의 실내장식을 바꿈으로써 수입이 상승되는 가게를 보아왔다. 부모가 만족을 하면 유치원비는 높아도 원아들은 온다.

아이들의 수준은 교사의 수준의 넘지 못한다고 한다. 따라서 교사의 수준은 원장의 수준을 넘지 못한다. 유능한 교사는 늘 있는 것은 아니다. 원장이 유능한 교사가 되도록 교육을 시켜야 한다. 원장이 얼마나 유아 교육적 지식을 가지고 교사들을 독려하고 연구하느냐에 따라서 질적인 향상을 가져온다. 잘되는 사립유치원일수록 교사의 퇴근시간이 늦어진다고 한다. 내일의 수업준비를 완벽하게 하고 퇴근을 하기 때문이고 늘 연구수업을 함으로써 교재 개발이나 프로그램 개발이 이뤄지고 있는 것이다. 원장들은 새로운 교육이론이 도입되면 끊임없이 배우고 모임공부하고 교사들을 위한 세미나도 여는 것을 보았다. 일주일에 한번은 원장과 교사끼리 모여 연구수업을 하기도 한다. 유치원도 이제는 전문경영인이 필요한 것 같다. 학부모들도 교사도 원장이 전문인인가 아닌가에 따라 인식과 태도가 다르다.

해결 방안

70%가 어린이집 유치원은 필요하다고 인식하고 있다. 그러면 이제는 현상유지나 간접교화에서 벗어나 직접 교화와 연결하는데 무게 중심을 두어야 한다.

결론적으로 유치 어린이집의 어려움은 원아모집의 수적인 열세로 인하여 수업료 내지 보육료를 감면하여주어 숫자를 늘리게 되고 그로 인하여 경제가 어려워 투자를 못하고 그로 인하여 원아모집은 감소되고 그로 인하여 교화에도 도움을 주지 못하게 된다.

- ①전담 교무제나 전문 경여인 도입 : 원장 혹은 원감
- ②중앙 연구기관 설치: 천심회 기능 강화
- ③교사교육: 원불교 인으로 확실히 만든다. 부모나 어린이를 상대하는 시간이 많은 것은 교사이다. 또한 어린이들은 선생님 말씀은 꼭 지키려고 한다. 따라서 교사가 법회 참여를 권유하고 법회 도우미가 될 때 법회 참여율이 높게 된다.
- ④과감한 투자 :시설보완
- ⑤어린이 교화 :유아 어린이집 일정과 연계한 어린이 여름 훈련 실시하며 참가자 입교시키고 훈련기간 중 득도식을 한다.
- ⑥일반교화 : 사축2재 행사에 어린이와 부모가 동반 참여할 프로그램을 만든다.(부모들은 자식의 발표회장은 다 온다.) 또는 교도자녀에게 특별한 혜택을 준다(교육비 감면 등)