

■ 괴운(槐雲) 칼럼



논어 요왈편(堯曰篇)과 5미(美) 4악(惡)

권 해 조(權海兆, 한국국방외교협회 고문·북아공파 36세)

작년 5월부터 시작한 논어(論語) 공부를 15개월 만에 지난 토요일 끝냈다. 2020년 8월 어느 날 평소 잘 지내는 10여명의 친구들이 모여 매주 토요일 아침에 만나 한문 공부를 하자고 제의하였다. 그러나 코로나19로 시행을 못하다가 작년 1월 16일부터 모임 이름을 <백향(柏香) 고전 줌 동연(同硯)>으로 정하고 인터넷 줌(zoom)으로 공부를 시작하였다. 처음에는 고려 충렬왕 때 추척(秋適)이 지은 명심보감(明心寶鑑)을 택하여 약 4개월 만에 마쳤다. 그다음 작년 5월 8일부터 논어(論語)를 시작하였고, 다음에는 중국 명나라 때 홍자성(洪自誠)이 쓴 채근담(菜根譚)을 공부할 예정이다. 명심보감 이 중구의 철학자나 선현들의 잘된 글귀를 수집한 <바른 인격의 형성>을 토대로 지었다면, 논어는 중국의 사상가였던 공자의 사상과 철학 가르침을 전하는 <유가(儒家)의 성전>이라 볼 수 있고, 채근담은 <생활 철학>이 담겨져 있다.

논어는 제1편 학이편(學而篇)으로부터 제20편 요왈편(堯曰篇)까지 총 20편으로 구성되어 있다. 제1편 학이편은 전체의 수편(首篇)으로 배우는 사람의 기본적인 도리에 대해 말하고 있으며, 제2편 위정편(爲政篇)은 공자의 정치사상을 언급하며, 사람은 먼저 배운 다음에 정사에 참여해야 하고, 위정자는 성인군자의 덕인 효(孝), 경(敬), 신(信), 용(勇)을 구현해야 한다고 주장한다. 논어의 마지막 제20편 요왈편은 3장으로 구성되어 중국 고대의 전설적인 성군이며 평화적 양왕의 선례를 남긴 요순우(堯舜禹) 왕의 말의 기록과 공자의 이상을 엿볼 수 있는 논어의 마무리 편이다.

요왈편 제 1장은 <성군의 정치>에 관련 사항으로 성왕이었던 요.순.탕.무왕의 말을 모은 것이다. 요임금은 덕이 높은 순에게 평화적으로 양위했다. 순임금도 유덕자 우에게 양위했다. 여기까지는 선양(禪讓)이다. 그러나 우는 왕위를 자손에게 물려주어 천하를 유화했다. 그리고 후예인 걸왕이 폭정하여 탕왕이 무력으로 걸을 추방했다. 그리고 주의 무왕은 은의 주왕을 쳤다. 이는 방벌(放伐)이다. 이러한 역사적 사실을 들어 공자는 자기의 정치적 이상을 나타내고 있다. 특히 공자는 주나라가 중히 여긴 것은 백성과 식량, 상사(喪事)와 제사였다며 마지막으로 위정자의 몸가짐에 대해서 (1) 너그러워야 한다. 그래야 민중의 마음을 얻을 수 있다(寬則得衆). (2) 믿음과 진실해야 한다. 그래야 백성은 위정자를 믿고 일을 맡긴다(信則民任爲). (3) 민할

해야 한다. 그래야 성공할 수 있다(敏則有功). (4) 공평하고 사사로움이 없어야 백성들이 기뻐하고 만족한다(公則說)는 4가지를 한순간도 잊지 말고 게을리 말라고 당부하였다.

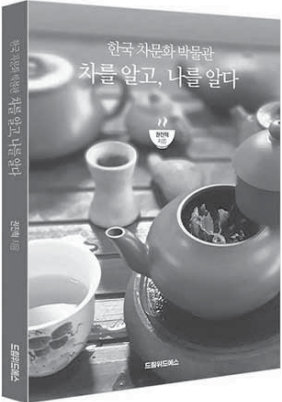
제 2장은 <5미(五美)와 사악(四惡)>이다. 자장(子張)이 공자에게 물기를 어떻게 하면 바른 정치를 할 수 있는냐고 물으니, 공자는 다섯 가지 미덕을 존중하고 네 가지 나쁜 행위를 물리친다면 바른 정치를 행할 수 있다고 했다. 다섯 가지 미덕은 (1) 군자는 은혜를 베풀되 낭비하지 않으며(惠易不費), (2) 힘든 수고를 시키되 원망을 사지 않으며(勞而不怒), (3) 욕망이 있어도 탐욕을 내지 않으며(欲而不貪), (4) 태연하되 교만하지 않으며(泰而不驕), (5) 위엄이 있어 사납지 않아야 한다(威而不猛)고 했다. 그리고 악덕은 (1) 백성을 가르치지 않고 죽이는 것은 잔학이라 하고(不教而殺 謂之虐), (2) 미리 경계하지 않고 일의 결과를 재촉하는 것은 횡포(포악)이라 하며(不戒視成 謂之暴), (3) 소홀하게 명령을 해 놓고 시기를 재촉하는 것은 잔적(적해)라고 하며(慢令致期 謂之賊), (4) 마땅히 나누어 주어 할 것을 내주기를 인색하게 하는 것을 유사(창고지기)라 한다(猶之與人也 出納之吝 謂之有司)라고 하였다.

마지막 3장은 <군자의 처신>으로 군자가 군자다운 까닭은 천명을 알고, 예를 알고, 말을 아는 데 있다고 하였다. 즉 (1) 천명을 알지 못하면 군자가 될 수 없고(不知命 無以爲君子也), 예를 알지 못하면 세상에 나 설수 없으며(不知禮 無以立也), 말을 알아듣지 못하면 다른 사람을 알 수 없다(不知言 無以知人也)고 하였다.

필자는 지난 15개월간 논어를 공부하면서 많은 것을 배우고 느꼈다. 공자(BC551~479)는 지금부터 약 2,500여 년 전 기원전 중국의 춘추전국시대 사람이다. 그러나 당시 중국이나 요즘 우리나라의 정치사회와 큰 차이가 없어 보인다. 유년시절 사랑방에서 할아버지에게 뜻도 모르고 배웠지만 지금은 많은 것이 새로웠다. 논어는 공자가 당시 제자들과 여러 정치인들과 나눈 어록으로 우리 인간에게 더할 없는 가르침을 주는 보고(寶庫)이며, 위정자들이 참고해야 할 필독서로 보여진다. 유난히도 추웠던 지난겨울과 최근 계속되는 폭염 속에서도 토요일 새벽에 잠도 설치면서 빠짐없이 참여한 <백향 고전 줌 동연>들에게도 감사의 뜻을 전한다.

다. 그러나 나는 보이차를 마시면서 차맛이 내 몸으로 들어오기까지의 과정을 생각한다. 차잎이 자랄 수 있게 도와주는 땅과 비, 태양 그리고 차를 가공하는 현지인들의 마음까지. 그래서 차를 마시는 행위는 자연 그 자체와 호흡하는 과정이다.라고 말한다. 흔히 가뭄에 차 한잔 합시다 하는 그 차 한잔에 우주의 섭리가 들어 있는 듯하다. 지금은 국내 유일의 중국운남성보이차협회 한국대표처 회장으로 쉽게 편하게 마시는 차 생활 보급에 힘쓰고 있다.

편집국장 권형완



다. 그러나 나는 보이차를 마시면서 차맛이 내 몸으로 들어오기까지의 과정을 생각한다. 차잎이 자랄 수 있게 도와주는 땅과 비, 태양 그리고 차를 가공하는 현지인들의 마음까지. 그래서 차를 마시는 행위는 자연 그 자체와 호흡하는 과정이다.라고 말한다. 흔히 가뭄에 차 한잔 합시다 하는 그 차 한잔에 우주의 섭리가 들어 있는 듯하다. 지금은 국내 유일의 중국운남성보이차협회 한국대표처 회장으로 쉽게 편하게 마시는 차 생활 보급에 힘쓰고 있다.

다.

다. 그러나 나는 보이차를 마시면서 차맛이 내 몸으로 들어오기까지의 과정을 생각한다. 차잎이 자랄 수 있게 도와주는 땅과 비, 태양 그리고 차를 가공하는 현지인들의 마음까지. 그래서 차를 마시는 행위는 자연 그 자체와 호흡하는 과정이다.라고 말한다. 흔히 가뭄에 차 한잔 합시다 하는 그 차 한잔에 우주의 섭리가 들어 있는 듯하다. 지금은 국내 유일의 중국운남성보이차협회 한국대표처 회장으로 쉽게 편하게 마시는 차 생활 보급에 힘쓰고 있다.

〈글 권오철 기자〉



생활속의 한방건강

밝은 생각, 건강한 삶

1. 밝음과 어두움의 순환

우리는 보이지 않으면 없다고 말한다. 어두우면 많은 것이 보이지 않는다. 그런데 실제로 보이지 않는다고 해서 없는 것이 아니다. 공기 사이로 눈에는 보이지 않지만, 산소, 질소, 탄소, 세균, 바이러스 등등 무수한 물질로 채워져 있음을 인식할 때마다 경이로울 따름이다.

‘밝다’라는 말은 ‘뚜렷하게 잘 보일 정도로 환하다’라고 사전에서 풀이하고 있다. ‘밝다’라는 것은 빛이 있다는 것이며, 한할수록 그 빛의 밝기(lux)가 높다. 이 밝음에 대한 반대말은 ‘어둡다’이다.

원리적으로 어두움은 음(陰)으로 안정이고, 밝음은 양(陽)으로 확장이다. 우주의 본질에서 양이 그 양의 성질을 제대로 드러내지 않으면 일찍 소멸되어 음에 흡수된다. 물론 양이 그 속성을 다 확장 후 소멸해도 음에 흡수된다.

그러다 시간이 경과함에 따라 매우 응축된 음 안에서 양의 근원이 읊돈다. 양의 뿌리에는 음이 있기 마련이다. 양은 음에서 힘을 받아 분출한다. 석탄에서 큰 화력이 나오고, 석유에서 큰 화력이 분출된다.

이 ‘밝음’과 ‘어두움’은 음양의 대표적인 속성 중의 하나이다. 어두움 속에서는 혼란이 있기 심상이고, 밝음 안에서는 질서가 세워진다. 생명은 주로 어두움에서 잉태하고 다져지며, 밝음 속에서 성장하고, 또한 어두움 안에서 내적 발전을 촉진한다.

어려움을 딛고 일어서, 성공한 사람들의 이야기는 깊은 감동을 준다. 고난과 역경 속에서 생존에 대한 심지가 다져지고 의지가 굳어지는 경향이 크다. 이것은 결국 밝은 빛으로 나타난다. 어려움에 처해 있음은 밝은 빛을 내기위한 선행(先行)적 과정인 경우가 많다.

2. 왜 밝은 생각을 해야 할까?

우리의 마음에는 무수히 많은 기억정보가 담겨 있으며, 이 정보들은 크게 생각, 감정, 본능의 정보들로 구별된다. 우리의 생각은 선별적으로 정보들을 생성할 수 있는데, 이는 현재 및 과거의 경험, 유전으로 물려받은 무의식의 기억 등을 포함하여 무수히 많은 정보에서 선택할 수 있다.

생각이란 마음속에 추상적으로 담고 있는 기억, 사고, 이해, 판단 등이 글이나 언어로 표현되기 전의 의식 있는 정신 활동이다. 이 생각은 자발적으로 일어나기도 하고, 외부의 자극으로도 발생한다. 그러므로 생각은 내 안에 쌓아놓았던 과거의 정보들이 홀로 또는 다른 정보들과 연결되거나 결합되어 나오게 되는데, 이는 곧 에너지이다.

마음에서 나오는 밝은 생각은 밝은 에너지가 된다. 대체로 성장과 발전은 밝은 에너지로 이루어지기 때문에, 밝은 생각을 지속적으로 끄집어내는 것이 필요하다. 생각이 밝으면 내 마음의 눈이 밝아지기에, 이 세상의 아름다움을 더 제대로 볼 수 있으며, 더 조화롭게 만들어 나갈 수 있다. 또한 부족하거나 미흡한 것, 넘치는 것을 보정해 나갈 수 있다.

느낌으로 정리되는 감정은 외부의 자극에 대한



권 희 완(시중공파 37세)

한의학박사 / 주) 건강중심 바른자세진흥원 원장

반응으로, 떨림, 기쁨, 슬픔, 분노 등으로 표출된다. 이 중 슬픔과 분노의 감정도 밝은 생각에 영향을 받아 보다 밝은 감정으로 느낌을 승화시킬 수 있다.

반면에 마음에서 어두운 정보가 나오게 되면, 이는 어두운 에너지가 된다. 어둠기에 세상을 제대로 볼 수가 없으며, 이로 인해 본인이 다치기 쉽고, 세상의 아름다움을 보기도 어려워, 기존에 만들어진 질서를 흔들리기 심상이다.

3. 밝은 생각이란 무엇일까?

지구는 본래 빛을 내지 않는 어두운 별이다. 이러한 지구가 항상 밝은 해가 있는 쪽으로 회전할 때는 밝고, 없는 쪽으로 회전할 때는 어둡다. 이 지구의 밝고 어두움은 지구가 만드는 것이 아니므로, 좀 더 기다리면 어둠은 곧 밝음으로 순환되는 것을 알고 있다. 생활환경이나 처해있는 상황이 밝아지는 때나 경우를 알고, 시간이 다소 걸리더라도, 기다리게 하는 인내가 밝은 생각이다.

지구가 어두워지면, 우리는 좀 더 밝은 세상을 갖기 위해 등불이나 전기를 만들어 우리 주변을 밝히는 노력을 한다. 그 결과로 만들어진 불이 있어서, 그 환한 만큼 우리는 좀 더 성장과 발전을 할 수 있는 환경을 갖추게 된다. 어두움 속에서 밝은 환경을 기대하고 개선하게 하는 노력이 밝은 생각이다.

우리가 살고 있는 지구 안에서 만들어진 이러한 불들의 원재료는 기본적으로 오랜 기간 어두움 속에서 만들어진 물질들이다. 지구에 담겨있는 많은 물질들이 결국 오랜 시간 응축되어 밝은 빛을 내는 원인이 되었다. 이러한 원리의 인식이 밝은 생각이다.

4. 건강 품은 밝은 생각

밝은 생각을 하는 주된 이유는 마음속에 있는 수많은 생각, 감정, 본능의 어두운 정보들이 그 안에서 ‘융합반응’을 통해 건강한 밝은 빛과 열의 에너지를 몸 밖으로 지속적으로 분출하게 하는 것이다. 밝은 태양이 계속 빛을 분출할 수 있는 것은 수소의 원자핵이 충돌해서 헬륨 원자핵으로 바뀌는 ‘핵융합 반응’ 때문이다. 이 과정에서 태양의 질량이 줄어드는데, 이 줄어드는 질량이 빛과 열의 에너지가 된다고 한다.

건강하게 사는 것은 우리의 희망이며, 몸과 마음이 건강한 것은 우리 희망의 결실이다. 밝은 생각은 이들을 더 건강하게 유지해 가는 기반이 된다.

우리가 어두운 생각을 드러내게 되면, 감정은 그대로 스트레스를 품게 되고, 몸의 활동도 줄어든다. 이에 따라 근육과 뼈가 그대로 축소되면서 마르거나 굳어진다. 이렇게 근육이 말라가는 것을 옷감처럼 되는 ‘섬유화’라고 한다. 이렇게 되면 덩달아 혈관도 마르고 신경도 말라 결국 발병한다.

마음속에서 고난과 아픔의 기억이나 정보들을 융합하고 응축하여, 밝은 생각으로 밝은 에너지를 세상에 드러내기 위해, 주저하거나 두려워하지 않고 담대하게 정진하는 분들에게 아낌없는 응원과



찬사를 보낸다.

한가위 날 보름달을 바라보며, 설날에 떠오르는 태양을 바라보며 밝은 기원을 한 것처럼, 밝은 소원을 빌며 행복의 나날로 날아가 보자.

■ 이달의 시

마음

/ 권남지

누구에게나 하나씩 있는

마음

그 마음 얻는 일이

세상에서 가장 어려운 일이라고 했던가

사람이 사람에게서 마음 하나 얻는 일

그건 억만장자 재산으로도 살 수 없고

세상 다 준대도 살 수 없대요

웬지 알아

그건 그냥 주고받는 거래

시인은 대가 출생이며 경북고와 이화여자 대학교 국어국문학과를 졸업했다. 시집으로 <우리들이 만날 장소> <사랑의 목마> <내일의 시간> 등이 있으며, 수필집으로 <밤의 플랫톱>, 번역서로 <인간의 증명> <여자의 일생> 등이 있다.

서울산악회 정기산행 안내 (제318차)

서울산악회 정기산행을 아래와 같이 알려드리오니 시간 엄수하시어 많은 참석 부탁드립니다.

♣일 시: 2022년 9월 18일(일) 10시

♣장 소 : 1,7호선 도봉산역 1-1번 출입구 참포원 입구

♣산행지: 수락산 둘레길

♣준비물: 도시락, 간식 및 개인 필요장비

2022년 9월 1일

안동권씨 서울산악회 회장 권영복

● 회 장 권영복 : 010-2456-6865

● 등반대장 권오윤 : 010-9027-6179

● 총 무 권순휘 : 010-3797-1874

서울마포종친회 월례회 안내

회원 여러분, 가정에 건강과 행복이 충만하시길 기원합니다.

2022년 9월 월례회는 아래와 같이 개최되오니 많은 참석 바랍니다.

♣일시: 2022년 9월 22일 목요일 오후 7시

♣장소: 우가촌 (02-702-5047)

*우가촌이 이전했으니 착오없이기 바랍니다.

이전 장소 찾아오는 길 : 5호선, 6호선 공항철도 6번 출구

만리동 고개 방향 50m

◆연락처 :

회장 권승구 02-718-8437, 010-6271-8437

총무 권경탁 010-3796-4047

2022년 9월 1일

안동권씨 마포종친회 회장 권승구

2022년 서울국제우먼스필름페스티벌 홍인지 감독 (권오윤 총장외손녀)작품 [열네살 쏘이] 본선 진출

권오윤(검교공파 35世) 전 대중회 사무총장의 외손녀인 홍인지 양(대원외국어중학교 1학년)이 감독한 [열네살 옥이의 꿈]이 2022년 서울우먼스필름페스티벌에서 본선에 진출후 성황리에 상영되고 있다.

‘여성의 눈으로 세계를 보자!’라는 케치프레이즈의 영화제에서 홍감독은 자신의 할머니 쏘이의 14세 시절을 그린 것인데 매우 신선하다는 호평을 받았다. 권오윤 전총장은 부인 유이와 같이

메가박스 상암월드컵경기장, 문화비축기지 극장에서 관람하면서 외손녀의 작품을 관람하면서 흐뭇한 하루를 보냈다고 소감을 밝혔다.

[내용]은 열네 살 소녀 인지(감독)의 눈으로 바라본 외 할머니 옥이. 옥이의 소소한 일상과 깊은 속내를 보여 주는 필름 속의 일기장이다. 아직 일흔 청춘, 환하게 피어 있는 옥이의 꿈과 삶은 질 세가 없다. 영원토록 인지의 주위를 맴돌 옥이의 꽃 내음을 담은 이야기로 열네 살 소녀가 일흔 살 할머니의 하루를 애정 어린 눈길로 쫓는다. 소고기묵국을 끓이고, 멸치를 볶는 뒷모습,



손녀를 돌보기 위해 급히 집을 나서는 종중집을, 뒷밭에서 야채를 가꾸는 옹크림 등을 물끄러미 바라본다. 할머니는 누군가를 돌보는 삶이 자신의 보람이라고 말하지만, 카메라를 든 감독은 어쨌든 그것이 석연치 않다. 감독이 할머니에게 진짜 묻고 싶은 것은 이것이다. “지금 내 나이로 돌아갈 수 있다면 가장 먼저 뭘 하고 싶어?” <열네 살, 옥이>의 구성이 소박하지만 그럼에도 단조롭지 않은 것은, 카메라 너머 대상을 알고자 하는 감독의 성실한 추적과 사람이 단란히 뒷받침되어 있기 때문이다.

〈글 권오철 기자〉