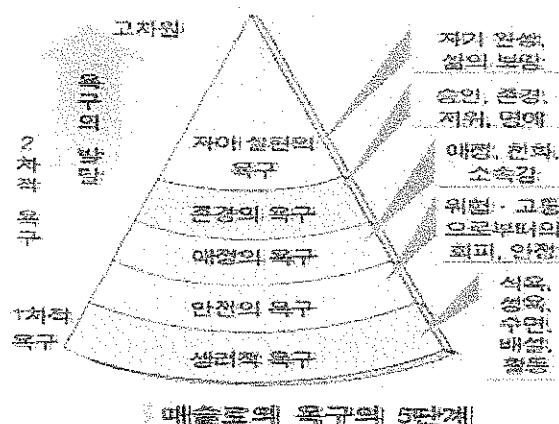


老年의 마음가짐

2019.11.26. 退溪學釜山研究院. 許宗烈

1. 들어가며

- HQ(幸福指數) = 既存(물질·건강·명예·정신적·자아실현·봉사·인간관계·종교생활) / 欲求(물질·명예·건강·정신적·자아실현·봉사·인간관계·지적호기심·종교생활) × 100 ⇒ 分子의 값을 키워서 ⇒ 心廣體胖·浩然之氣·誠於中而形於外 ⇒ 堂堂한 老年·존경받는 어른으로
- 新五福 : 偕老相扶, 無頤凡兒, 莫困用錢, 獨樂趣味, 虛心朋友 (頤 : 활날 랄)
- Maslow(1908~1970)의 慾求階梯理論
生理的慾求 ⇒ 安定의 慾求 ⇒ 參與의 慎求 ⇒ 尊敬의 慎求 ⇒ 自我實現의 慎求



2. 古典에서 探索

- 重天乾卦의 上九爻辭 : 兮龍有悔
- 소리에 놀라지 않는 사자처럼, 그물에 걸리지 않는 바람처럼, 진흙에 더럽히지 않는 연꽃처럼, 무소의 뿔처럼 혼자서 가라. 「슛타니파타 무소의 뿔」
- 黃喜正승의 여종들에게 내린 審判 : 次元的思考
- 五福은 一曰壽요 二曰富요 三曰康寧이요 四曰攸好德이요 五曰考終命이니 라 「書經 周書 洪範39章」
- 孟子曰 君子有三樂而王天下不與存焉이니라
父母俱存하며 弟兄無故가 一樂也요 仰不愧於天하며 俯不怍於人이 二樂也요 得天下英才而教育之가 三樂也니 君子有三樂而王天下不與存焉이니라
「孟子 盡心章上 20」

3. 心廣體胖을 찾아가는 길

- 曾子曰 十目所視耳 十手所指니 其嚴乎_{인지} 富潤屋이요 德潤身이니 心廣體胖이라 故로君子는 必誠其意니라 「大學6章」
 - 子曰 學而時習之면 不亦說乎아 有朋이 自遠方來면 不亦樂乎아 人不知而不慍이면 不亦君子乎아 「論語 學而」
 - 曾子曰 君子는 以文會友하고 以友輔仁이니라. 「論語 顏淵24」
 <朱子註> 講學以會友면 則道益明하고 取善以輔仁이면 則德日進이니라.
 <禮記學記> 獨學而無友則孤陋而寡聞
 - 平生學習의 時代(知識爆發의 時代) ⇒ 既成世代의 權威墜落 ⇒ 學無止境 · 耳濡目染 · 不恥下問 ⇒ 인간의 道德性과 心性에 호소 ⇒ 日新其德
 - 子曰 君子는 不器니라. 「論語 爲政12」
 - 君子는 用無不周耳 故로 大道不器요 大道無門이라 「禮記學記」
 - 子絕四러시니 毋意, 毋必, 毋固, 毋我러시다. 「論語 子罕4」
 (사사로운 뜻이 없고, 꼭 해야 된다는 것 이 없으며, 집착함이 없으셨으며, 나를 내세우려는 뜻이 없으셨다.)
 - 子曰 君子之於天下也에 無適也하며 無莫也하여 義之與比니라 「論語里仁10」
 (無適也/오로지 주장함이 없다. 無莫也/그렇게 하지 않는다는 것도 없다. 義之與比/與義比의 倒置,君子는 時中之道를 추구하고 惟義從之耳라)
 - 柔軟한 思考 ⇒ 人之生也柔弱 其死也堅強 草木之生也柔脆 其死也枯槁 故堅強者死之徒 柔弱者生之徒 (脆: 부드러울 취) 「老子道德經76」
 - 뵈비우스의 叫 ⇒ 易地思之 · 黑白論理止揚
 - 頑固는 禁物이다 ⇒ 現實은 變化無常하여 力動的이다. (隨時處中 · 權道)
 - 多宗教文化(儒 · 佛 · 仙 · 基)를 이해하려는 노력
 - 教化 · 風化 · 德化(感化) : 주변의 쉬운 것부터 실천(능력에 맞는 봉사활동 · 지하철 경노 석에 앉아 책 읽는 아름다운老年의 모습 등 몸으로 보여주기) → 表正於此而影直於彼也; 나의 儀表가 바르면 그 그림자가 바른 법이다. (書經)

4. 餘 韻

서 시 윤동주

죽는 날까지 하늘을 우러러 한 점 부끄러움이 없기를...

앞새에 있는 바람에도 나는 괴로워했다.(浩然之氣가 않되어서)

별을 노래하는 마음으로 모든 죽어가는 것을 사랑해야지.

그리고 나한테 주어진 길을 걸어가야겠다.

오늘밤에도 별이 바람에 스치운다.

- 盡日尋春不見春 하루 종일 봄을 찾아도 찾지 못하고
芒鞋踏遍隴頭雲 짚신이 다 닳도록 온 산 헤맸네.
歸來笑拈梅花嗅 집으로 돌아와 매화꽃 미소짓고 있음을 보고
嗅

春在枝頭已十分 봄이 벌써 매화가지에 가득 차 있음을 알았네.

「宋나라 어느 比丘僧의 悟道頌」

眞理도 幸福도 바로 곁에 있거늘 어리석은 증생은 언제나 밖에서 찾으려는 迷夢에서
깨어나지 못한다.(心卽理, 心卽佛)

• 乍晴乍雨

乍晴乍雨雨還晴

天道猶然況世情

譽我便是還毀我

逃名却自爲求名

花開花謝春何管

雲去雲來山不爭

寄語世人須記認

取歡無處得平生

梅月堂 金時習(1435~1493), 祇林寺 '梅月堂影堂' 의 柱聯詩

잠깐 개었다 비 내리고 내렸다가 도로 개이니

하늘의 이치도 이러한데 하물며 세상인심이야

나를 칭찬하다 곧 도리어 나를 헐뜯고

명예를 마다더니 도리어 명예를 구하네.

꽃이 피고 지는 것을 봄인들 어찌리.

구름이 가고 오는 것을 산은 다투지 않는다.

세상 사람들께 말하노니 반드시 알아 두소

기쁨을 취하되 평생 누릴 곳은 없다는 것을

(金時習은 世祖의 王位 篡奪을 보고 佛教에 歸依하여 天下를 周遊함)

인간의 삶이란 이해관계가 얹혀 있는 변덕스러운 炎涼世態의 場이다. 利害關係를 너무 저울질하며 살다보면 얼마나 피곤하고 살벌하겠는가? 변덕과 배신이 없는 자연에 潤然하여 살아갈 일이다.

• 不如來飲酒(차라리 술이나 마시자) 白樂天(772~846, 唐나라. 居易)

莫入紅塵去 令人心力勞

흔탁한 속세에 들어가 마음과 정력 헛되게 말라

相爭兩蝸角 所得一牛毛

달팽이 뿔 위에서 서로 다투들 얻는 것은 한 가닥 소털뿐이리

且滅嗔中火 休磨笑裏刀

잠시 노여움의 불길도 끄고, 웃음 뒤의 칼도 잘지 말고

不如來飲酒 穏臥醉陶陶

차라리 와서 함께 술이나 마시며 조용히 누워 흠뻑 취해보세

• 愛 日 篇¹⁾

天地之化 는

우주의 운행과 변화는

一日不停 하니

하루도 쉬지 않고

歲不我與 하고

세월은 나를 버리고

日月駿奔 이라

해와 달은 빠르게 달린다.

是以君子 는

이런 까닭으로 군자는

自彊不息²⁾ 이라

스스로 힘써 행하기를 그치지 않는다.

矧是聖人 이

하물며 이러한 성인들도(矧:하물며 신)

罔敢或倦 이라

감히 혹 게으름이 침입할까 염려하거늘 (罔/온심하다.)

衆人蚩蚩 하야

뭇 사람들은 어리석게도 (蚩/어리석을 치)

1) 하루하루의 시간을 아끼라는 篇

2) 重天乾卦 象曰 天行이 健하니 君子 以하야 自彊不息하니라

自暴自棄³⁾ 라가 스스로 해치고 스스로 버리고서
老大傷悲 라 늘 그막에 슬퍼한다.
我年當少 라하야 내 나이 아직 어렸을 적에
我學不力 하고 배움에 힘쓰지 못해서
明德昧昧 하야 밝은 덕을 밝히지 못하고 참참한 것을
噬臍無及⁴⁾ 이라 이제는 후회하여도 어쩔 수 가없다. (噬/씹을 서, 膽/배꼽 채)

감사합니다.

3) 仁義와 道德을 뿌정하는 짜를 自暴파하고, 자신은 仁義와 道德을 행할 수 없파고 포기하는 짜를 自棄라 한대.

4) 魔香노루가 사람에 불잡힌 뒤에, 스스로의 배꼽을 물어뜯으며, 그에서 나오는 향내를 탓하지만 이미 어쩔 수 없다는 이야기에서 유래. 後悔莫及과 같은 뜻

漁父辭 屈平

屈原이既放^이游於江潭^이하고 行吟潭畔^한 하니
色憔悴^이하고 行容^이枯槁^이하니 魚父見而問之^이 曰
子非三閨大夫^{아니}何故至於斯^이? 屈原曰舉
世皆濁^이 莫獨清^자 眾人皆醉^이 我獨醒^이
。是以見放^이 漢文曰聖人^이 不濯滌^이 於物^이 而
能覺^이 世後後^이 也人皆濁^이 而不洗其泥^이
而揚其波^이 眾人皆醉^이 而不餽其糟^이 而
鑿其穉^이 何故是深心高舉^이 而今放為^이 屈
原이^이 當聞^이 新沐者^이 沐彈冠^이 新浴者^이 坐
振衣^이 安能以身之察^이 乎察物之淡^이 者乎^이 寧
赴湘流^이 蔑^이 於江魚之腹中^이 也安能以皓^이 之白
而蒙世俗^이 之塵埃^이 漢父莞爾而笑^이 故世而
老^이 乃稱曰滄浪^이 水清^이 可以濯吾潔^이 滄浪
水濁^이 可以灌吾足^이 送古不復與^이 言^이

庚子初夏 東坡中藏卷

漁父辭(屈平)

屈原이 쫓겨나 江潭에서 노닐어 못가를 거닐면서 詩를 읊조릴 적에 颜色이 憔悴하고 形容이 생기가 없었다. 漁父가 그를 보고 묻기를, “그대는 三閭大夫가 아닌가? 어찌다가 이 지경에 이르렀는가?” 하자, 굴원이 대답하기를, “온 세상이 모두 흐린데 나만이 홀로 깨끗하고 온 세상이 모두 취하였는데 나만이 홀로 깨어 있으니 이 때문에 추방을 당했노라.” 하였다. 漁父가 이렇게 말하였다. “聖人은 사물에 막히거나 얹매이지 않고 세상을 따라 변하여 읊겨가니 세상 사람들이 모두 탁하거든 어찌하여 그 진흙을 훠졌고 그 흙탕물을 일으키지 않으며 여러 사람이 모두 취하였거든 어찌하여 술지 게미를 먹고 薄酒를 마시지 않고 무슨 연고로 깊이 생각하고 고상하게 행동하여 스스로 추방을 당하게 한단 말인가?” 이에 굴원이 대답하였다. “내가 들으니 새로 머리를 감는 자는 반드시 갓을 털어서 쓰고 새로 목욕한 자는 반드시 옷을 털어서 입는다고 한다. 어찌 깨끗한 몸으로 남의 더러운 것을 받는단 말인가? 내 차라리 소상강 강물에 달려들어서 강고기의 뱃속에 장사지낼지언정 어찌 희디흰 결백한 몸으로 세속의 먼지를 뒤집어쓴단 말인가?” 이에 漁父는 빙그레 웃고는 둑대를 두드리며 떠나가면서 다음과 같이 노래하였다. “滄浪의 물이 맑으면 내 갓끈을 씻고 창랑의 물이 흐리면 내 발을 씻으리라.” 그는 마침내 떠나가서 다시는 더불어 말하지 못하였다.