



불교 총지종
총지종은 불교의 생활화, 생활의 불교화를 통해 참 대승의 정신을 구현하는 불교 중단입니다.

창간년도 총기24(1995)년 10월 16일 구독문의 02-552-1080

The chongji news

불기 2550년 음력 윤7월 9일 제82호

“진언밀교 정통성 회복, 중생구제”

총지종 창종조 원정 대성사 26주기 멸도절



◇총지종 창종조 원정대성사 영전 앞에서 추선사를 봉독하고 있는 효강 종령예하.

총지종 창종조 원정 대성사 열반 26주기 멸도절 추선불사가 오는 9월 8일 전국 사원에서 일제히 봉행된다. 효강 종령예하는 멸도절에 즈음하여 “우리 종단도 이제는 간 잡에서 깨어나 창종 당시의 열화같은 추진

력과 굳건한 신심으로 새로운 도약을 하도록 해야 합니다. 그러기 위해서는 우리 모두가 수행자로서의 자세를 더욱 바르게 하고 참 대승인으로서의 본분을 잊지 말아야하며, 나 하나만 잘되면 그만이라는 소승적인 생각을 버리고 무엇이 참으로 우리 종단을 위하는 길이며 무궁한 발전을 위한 길인가를 잘 생각하여 시대의 조류에 뒤떨어지지 않는 교화방편을 마련해야 합니다. 그러

하여 수많은 중생들이 우리 종단에 입교하여 부처님의 은혜를 입을 수 있도록 주춧돌이 되어 진정한 대승 보살의 역할을 충실히 해 주실 것을 당부 드리며, 종도들은 종조 원정대 성사님의 유지를 받들어 가치관 혼란의 이 시대에 무명을 밝히는 등대가 되어야 한다는 사명을 잠시라도 잊지 말고 화합과 단결로써 새로운 역사를 펼쳐 나아가야 할 것입니다.”라고 말했다.

“지역사회 아동복지 구현” 정각사 바라밀 공부방, 정부지원

부산 정각사에서 운영하고 있는 바라밀 공부방이 지역사회 아동들에게 복지를 구현하는 중심으로 자리매김하고 있다. 정각사 바라밀 공부방은 지난해 6월 개원한 이후 부산지역의 불우아동 및 맞벌이 부부 자녀들을 대상으로 방과후 학습과 취미활동 등 지역의 아동복지 사업을 이끌어 왔다. 특히 정각사 스승과 교도들의 아낌없는 후원과 지원, 동해중 교사들의 자원봉사 활동으로 아동복지의 집을 향상하여 최근에는 20여명의 아동들이 공부방을 찾고 있다.

바라밀 공부방은 그동안 성실한 운영과 봉사정신을 발휘하여 운영함으로써 지난 달부터 동래구청으로부터 정부지원을 받게 되었다. 공부방을 이용하고 있는 아동은 “학교수업을 마친 방과후 혼자서 시간을 보내고 있었으나 공부방을 이용한 후 선생님들의 따뜻한 배려와 학습지도, 간식제공 등 정서적으로 안정되어 공부를 잘할 수 있게 되었다.”며 “앞으로도 많은 공부방이 생겨 가정적으로 어려운 아이들에게 도움이 되었으면 한다.”고 말했다.

자 맞벌이 부부의 아동들로 동사무소와 인근지역 학교장의 추천이 있어야 이용할 수 있다.



◇바라밀 공부방에서 학습하고 있는 아동들.

마산 운천사 안종무 교도 ‘섬김과 나눔의 집’ 6년간 매주 화·금 어르신 250명에 무료급식

마산 운천사 안종무(74세) 교도가 발의하여 설립한 마산시 자선동 무료급식소 ‘섬김과 나눔의 집’이 6년간 봉사활동을 해와 각박해져 가는 세대 속에서도 훈훈한 이웃의 정이 넘쳐 나고 있다. 매주 화, 금요일 오전 11시 마산시 자선동사무소 지하 1층 구내식당에는 250여명의 할머니·할아버지들이 자리에 앉아 박수를 치며 함께 노래를 부른다. 10분쯤이 지나자 자원봉사자들이 할머니·할아버지 앞에 일일이 음식을 놓으며 “많이 드시라”고 권하자 맛있게 식사를 먹기 시작한다. 자선동(동장 박원기) 무료급식소인 ‘섬김과 나눔의 집’은 생활이 어려운 독거노인은 물론 자녀들의 맞

벌이로 홀로 남은 노인들을 위해 매주 화·금요일 두 차례에 걸쳐 무료로 점심을 제공하고 있다. ‘섬김과 나눔의 집’이 문을 연 것은 지난 2000년 2월. IMF 이후 많은 노인들이 끼니를 거르고 심지어는 점심때면 서원곡에서 물로 배를 채우던 노인들이 많다는 얘기를 전해들은 현 후원회장인 안종무 교도와 이제는 몇몇 뜻있는 인사들이 모여 1개좌에 1만원을 지원하는 후원회를 결성했다. 이후 구 자선동사무소 2층에서 무료급식을 시작한 것이 계기가 돼 6년째 운영되고 있다. 소문은 소문에 꼬리를 물고 처음 급식을 하던 노인들이 50여명에서 이제는 250명으로 늘었다. 이들을 돕겠다는 주민들도 잇따라 동참해

지금은 새마을부녀회를 비롯 지역내 10개 봉사단체가 매월 1회 돌아가며 노인들의 식사준비를 한다. 장소도 지난 해 9월9일 신축한 자선동사무소로 옮겨 취사장 등을 말끔하게 단장했다. 자선동에서 40여 년간 희락약국을 경영하다 지금은 은퇴한 안종무(74) 회장이 후원회장을 6년째 맡고 있다. 서울대를 졸업하고, 경남약사회 회장을 역임하기도 한 그는 점심식사 전 노인들에게 틈틈이 건강에 대한 강의도 곁들이는데 노인들로부터 큰 호응을 얻고 있다. 또 매월 셋째주 금요일에는 지역내 미용사들이 할머니들의 머리스타일도 해주고 있다. 안종무 교도는 “젊은 노인들은 물론 혼자서 점심을 드는 노인들에게도 이제는 밥을 나눠먹기보다 이웃정과 사랑을 나누는 집이 됐다”며 “섬김과 나눔의 집은 지역에서 순수 자생적으로 조직되고 운영되는 만큼 보람도 크다”고 말했다.

총지종 캠페인

가을의 시작

9월 8일은 24절기의 열다섯 번째 절기인 백로로 해의 황도가 165도에 올 때이다. 이 때쯤이면 밤 기온이 내려가고, 풀잎에 이슬이 맺혀 가을 기운이 완연해진다. 농부들은 “백로에 비가 오면 오곡이 걸여물고 백과에 단물이 빠진다.”하여 오곡백과가 여무는 데 지장이 있을까 걱정 하였고, 또 백로때 기온이 뚝 떨어지는 조냉(早冷)현상이 가끔 나타나는데 이때면 농작물의 열매 맺기에 장애가 되어 수확이 적어질까 하여 애를 태우기도 했다. 옛 편지 첫머리에 “포도순절(葡萄旬節)에 기체만강하시고...”하는 구절을 썼는데, 백로에서 추석까지 시절을 포도순절이라 했다.

그 해 첫 포도를 따면 그 집 맘머느리에 게 한 송이를 통째로 먹게 하는 풍습이 있는데 이는 주렁주렁 달린 포도알이 다산(多産)을 상징하기 때문이다. 또 조선 백자에 포도 무늬가 많은 것도 역시 같은 뜻이다. 부모에게 배은망덕한 행위를 했을 때 “포도지정(葡萄之情)”을 잊었다고 개탄을 하였는데 ‘포도의 정’이란 어릴 때 어머니가 포도를 한 알, 한 알 입에 넣어 껍데기와 씨를 가려낸 다음 입으로 먹여주던 그 정을 일컫는다.

자연의 위대한 섭리에 따라 여름은 가고 이제 가을이 시작되려고 한다. 저 산모퉁이 너머로 가을 하늘이 언뜻언뜻 보이고 아침 저녁으로는 제법 시원한 바람이 분다. 아직도 늦더위가 기승을 부리고 있지만, 이 늦더위는 풍성한 오곡백과를 만드는 소중한 자연의 순리이며 농부들에게는 무엇보다 소중한 것이다.

무더운 날씨에도 불구하고 농부들은 이마의 땀방울을 씻으며, 한 알의 곡식을 수확하기 위해 농작물을 경작하고 있다. 이들이 있기에 우리는 이 땅에서 생산한 귀중한 곡식과 과일을 먹고 있다. 그래서 우리의 농부들은 소중하고 존경을 받아야 한다.

이제 늦더위와 함께 울레 여름을 보내며 지난 수해와 무더위, 농산물 수입개방 같은 악조건 속에서도 우리의 농촌을 굳건하게 지키는 농부들에게 부처님의 지비광명이 함께하기를 진심으로 소원한다.

이 달의 종조법설

인간은 누구나 자기 목표가 있어 움직인다. 이 움직이는 것이 곧 생활이다. 이 생활은 곧 인연과의 순환이다. 이 순환이 나쁜 것을 악순환이라고 한다. 이것을 극복하는 것은 선만이 가능하다. 한낱한 것을 없애는 것은 열뿐만 아니라 같이...

종조 멸도절 추선불사

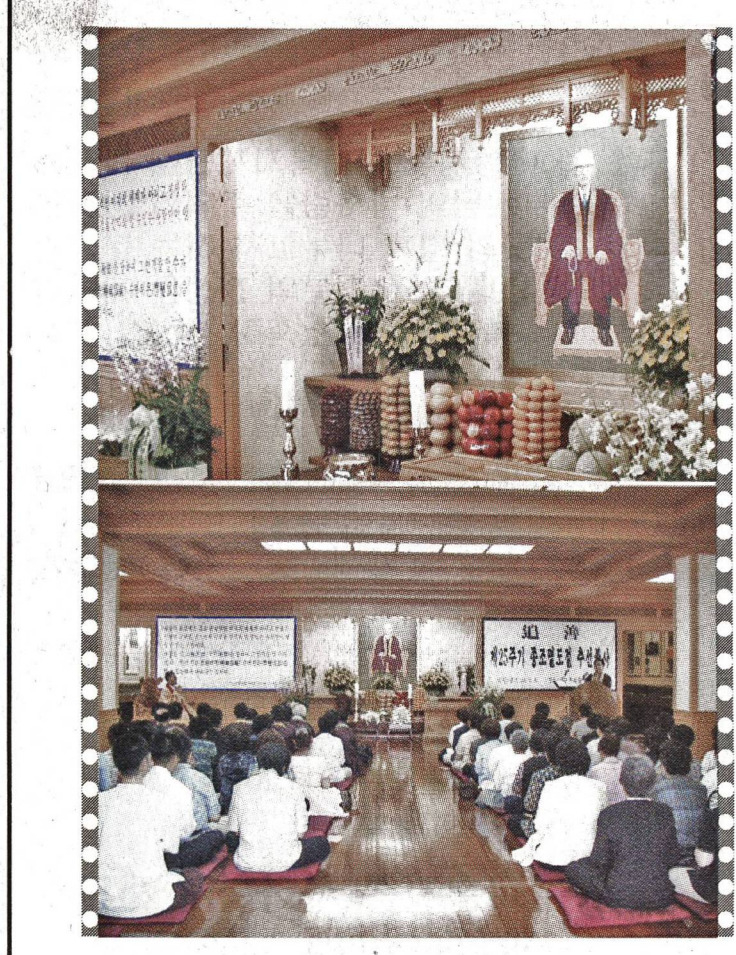
“법신비로자나불을 교주로 하고 육자대명왕진언 옴마니반메홍을 본준으로 대승장엄보왕경과 대승이취육바라밀다경을 소의경전으로 하고 태금양계의 모든 경계를 보조경전으로 하며, 삼밀과 육행을 수행의 덕목으로 하고 ‘당상즉도’와 ‘색심불이’의 원리에 입각하여 복지쌍수로 사리를 구현함으로써 현세정화와 죽신성불의 윤원대도를 이루는 길이 여기에 있습니다.”

이러한 총지종의 종지로써 총지종을 창종하신 원정 대성사님의 멸도절 추선불사에 많은 교도들의 동참 바랍니다.

- ◆ 일 시 : 총기35년(2006년) 9월 8일
- ◆ 장 소 : 전국 각 사원
- ◆ 서울·경인 교구는 총지사에서 오후 2시30분에, 지방은 각 교구별·사원별로 추선불사를 봉행함

불교 총지종
The Buddhism chongjijong

서울특별시 강남구 역삼 2동 776-2 전화 : 02)552-1080~2
전송 : 02)552-1082 http://www.chongji.or.kr



풍경소리

지켜본다는 것은



어떤 사람이 나비의 누에고치를 하나 발견하였습다.
 나비는 작은 입으로 고치집을 헤치고 빠져 나오려고
 안간힘을 쓰고 있습니다.
 그 사람은 나비가 빨리 나올 수 있도록 고치에 대고
 입김을 불어 넣었습니다.
 따뜻한 기운을 받은 나비는 고치에서 쉽게 빠져 나왔지만
 나비는 이 세상에 나오자마자 곧 죽고 말았습니다.
 때로는 옆에서 묵묵히 지켜봐 주는 것만으로도
 상대방에게 큰 힘이 될 때가 있습니다.

아름다운 얼굴

사람들은 누구나 예뻐 보이고 싶어합니다.
 얼굴을 성형하거나 화장을 하는 것도 그런 이유겠지요.
 그런데 같은 얼굴이라도 어느 땐 예뻐 보이고 어느 땐
 미워 보일 때가 있습니다.
 보는 이가 마음속에 기쁨이 가득하거나



보여지는 이가 마음속에 아름다움이 충만해 있다면
 아무리 못 생긴 사람이라도 그렇게 화사해 보일 수가 없습니다.
 이것은 아름다움이 마음속에서 우러나오기 때문일 것입니다.
 그대는 아름다움을 얼굴의 성형이나 화장에서 찾으시렵니까
 아니면 맑고 깨끗한 마음을 만드는데서 찾으시렵니까?

- 은산스님

실천



당나라 시인 백낙천이 물었다
 "어떻게 수행해야 합니까?"
 조과 선사가 대답했다.
 "나쁜 짓 하지 말고 선행을 하여라"
 "그런 것쯤이야 세 살 먹은 아이도 아는 말입니다."
 이에 조과 선사가 말했다.
 "세 살 먹은 아이도 쉽게 할 수 있으나,
 백 살 먹은 노인도 실천하기도 어렵다."
 - 김원각/시인

원정대성사와 함께 하는 VISUAL밀교

~천수경편 제 7화~

대성사님 방금 그 신비한 주문의 뜻은 무엇인가요?
 흥! 나무토막 주제에 뭘 알고싶다고..
 오!
 "음 도로도로 지미 사바하"의 첫 머리인 "음"은 진언중 으뜸이요, 소리의 근원이며 모든 법문의 어머니격 이랍니다.
 길게 따라하다가 숨이 끊어질 뻔 했네 혁혁...
 이그- 바보 같은 녀석아!
 허허.. "음" 자에는 신비한 힘이 있어서 어떤 두려움의 대상을 섬복시키는 힘이 있습니다.
 "음" 자는 진언의 맨 처음에 나오며 많은 신장들을 편안하게 하는 역할을 합니다.
 "도로도로"는 특별한 의미가 없는 말로 신장들을 다독여 주는 의성어 정도로 아시면 된답니다.
 모든 종자(씨앗) 속에는 생명의 모든 것이 내포되어 있지요. "지미"는 "씨앗" 즉 신들을 편안하게 해주는 모든 것을 내포하고 있다는 뜻이죠.
 그러니까 일체 모든 것은 우주에 가득한 부처님께 귀의하는 마음이 되었을 때 원만성취된다는 뜻이랍니다.
 음마니반메움! 장하십니다! 나막각자님.
 이.. 잉..
 허허.. 친구, 놀랬나? 괜찮아.
 "음 도로도로 지미 사바하"는 부처님께 귀의함으로써 많은 신장들이 편안해 지도록 바란다는 뜻입니다.
 혁스~ 대단하군

글.그림/ 정수일

정수일홈피-<http://home.paran.com/octagonp>

이달의 명상

당신은 누군가를 위해서
 기꺼이 봉사해 본 적이 있습니까.

그 때 몸이 고달프고 드러나는 주위의
 것들로부터 마음이 울적해도
 나라고 하는 것들을
 버린 행동이 가슴 뿌듯
 한 무엇인가를 당신에
 게 선물하지 않던가요.
 알 수 없는 힘을 주지는 않던가요.

그러한 기쁨의 근원이 무엇일까요.
 존재하지 않는 현실 속에서
 자신의 욕망이라고 하는 환영으로부터
 헤어 나오지 못하는 한

당신의 고통은 더할 뿐입니다.
 별거벗지 않고 묵묵하는 사람은 없습니
 다.
 만약 그런 이가 있다면 당신은 어리석다
 고 웃겠지요.

버림

당신을 괴롭게 하고
 힘들게 하는 것들을
 억지로라도 모두 훌
 흘 벗어 보세요.
 그리고 파스하고 나른한 평화가 있는 속
 으로 당신을 맡겨 보세요.

그러면 당신은 새롭게 태어날 것입니다.

다 향

멀리서 나를 꽃이되게 하는 이어
 향기로 나는 다가갈 뿐이다.

목조각품, 침향, 녹차(우전, 작설), 보이차, 오롱차, 고급자사호, 차 도구, 생활도자기,
 기타불교용품

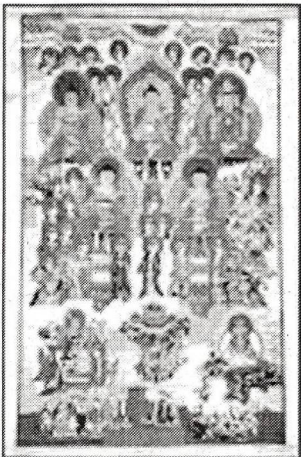
주소 : 서울시 강남구 역삼동 776-24, 총지사 옆 전화 : 02-2052-5741, 010-7372-3090



민국불교미술

불교적 신앙을 그림으로 표현한 불화

소의 경전의 내용을 이해하고, 종교적 체험을 표상



불화란 무엇인가

불화란 불교적 신앙의 내용을 압축하여 그림으로 표현한 것으로 불탑이나 불상, 불경등과 함께 불교신앙의 대상이 되는 것을 뜻합니다. 불화는 만들어진 형태에 따라 벽화, 탱화, 경화 등으로 분류할 수 있는데 탱화가 주류를 이루고 있습니다.

벽화는 말 그대로 사찰 건축물의 벽면에 그려진 불화를 뜻하고 탱화는 넓은 비단이나 종이, 삼베 등에 그려져 벽면에 걸도록 만들어진 것을 뜻합니다. 경화는 대장경 판본에 새겨져 경의 내용을 설명하거나 부연하는 내용의 판화나 손으로 쓰여진 사경의 앞이나 중간 부분에서 삽화적 기능을 하는 불화를 말합니다. 불교적 신앙은 기본적으로는 부처님의 말씀을 기록해 놓은 경전을 중심으로 이루어지지만 다양한 신앙적 체험을 통해서도 이뤄집니다.

이렇게 다양한 신앙적 체험이 가능하도록 만들어진 것이 불교미술이고 그 중에서도 사람들이 쉽게 경전의 내용을 이해하고 종교적인 체험을 할 수 있도록 도와주는 것이 바로 불화라고 할 수 있습니다.

탱화의 내용은 먼저 그 탱화가 그려지게 된 이유를 알아야 하는데 그러기 위해서는 탱화의 소의경전의 이해를 갖는 것이 필수적이라 할 수 있습니다.

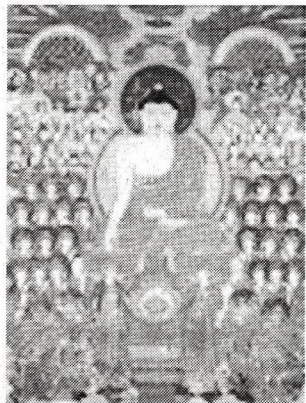
즉 화엄 변상도의 내용을 이해하기 위해서 화엄경에 대한 이해가 필수적이며 영산회상도의 내용을 정확히 알기 위해서 법화경에 대한 이해가 있

어야 합니다. 물론 이들 경전의 내용을 알기 쉽게 풀어 놓은 것이 이들 불화인만큼 불화를 이해하면서 경전에 대한 이해를 심화시키는 방법도 좋을 것이라 생각됩니다.

영산회상도

영산회상도는 부처님께서 인도 영축산에서 법화경을 설한 법회를 그림으로 표현한 것을 뜻합니다. 법화경을 신앙적 근거로 하는 탱화이기에 법화경에 대한 내용이 주류를 이루고 있습니다. 사찰에서는 석가모니불을 주존불로 모신 대웅전의 후불탱화로 많이 등장하고 있습니다.

영산회상도의 구도를 살펴보면 가운데 연화대좌 위에 설법인의 수인을 한 석가모니불, 그 좌우에 보현보살과 문수보살 그리고 그 조금 뒤에 대세지보살과 관음보살, 그리고 그 위에 제왕에 보살과 금강장 보살이 있습니다.



여래상 신광의 윗부분 좌우에는 미륵보살과 지장보살이 있고 탱화의 네 귀퉁이에는 광목천왕, 지국천왕, 비사문천왕, 증장천왕 등 사천왕이 배열되어 있습니다.

또 여래상의 두광 좌우에 10대제자를 형상화 했고 두광의 좌우에는 화불 2상을 도설화하여 석가모니 부처님을 중심으로 8대보살과 4천왕, 10대제자, 2화불로 구성돼 있습니다.

그러나 불국사 대웅전의 후불탱화나 직지사 대웅전 후불탱화와 같이 그 위치를 약간씩 변형시킨 것도 있고 내용을 간략히 생략하기도 합니다.

또, 송광사나 해인사 대적광전의 영산회상 탱화의 경우처럼 영산회상의

법화 광경을 더욱 자세히 묘사한 영산회상도 역시 함께 존재하고 있습니다.

아미타 탱화

아미타 탱화는 정토삼부경인 <무량수경> <관무량수경> <아미타경>의 내용을 근거로 서방 극락세계인 아미타불의 정토세계를 도상 화한 탱화입니다.

아미타 탱화는 아미타불을 주존불로 묘사는 극락전이나 미타전, 무량수전에 묘사되는 후불탱화로 장엄되는 것이 보통입니다.

아미타 탱화는 정토삼부경의 내용에 따라 몇가지 구도로 나누어 집니다. 첫째 아미타 여래의 좌우에 관세음보살과 대세지 보살만을 그려 설법의 광경만을 그린 경우입니다.

둘째 아미타불과 관세음, 대세지 보살이외에 여러 보살상과 사천왕, 그리고 법문을 듣는 여러 대중을 그린 경우,



셋째로 앞의 양식에 일곱가지 보석과 수려한 나무, 극락조등이 등장하는 극락의 광경을 함께 그린 극락내영도를 아울러 그린 경우등이 그것입니다.

부연설명을 조금 드리자면 우리가 흔히 이야기 하는 정토세계는 크게 약사여래의 유리정토, 석가여래의 석가정토, 미륵불의 미륵정토, 아미타불의 아미타정토 등으로 나뉘어 지는데 이중에서도 정토세계 하면 아미타불

의 정토를 뜻하는 것으로 받아들여질 만큼 아미타 신앙은 정토신앙의 큰 비중을 차지하고 있습니다.

우리가 잘 알고 있는 신라 원효스님께서 글을 몰라 경전을 이해하지 못하는 민중들에게 <나무아미타불 관세음 보살>이라는 염불을 외우면 극락에 이를 수 있다고 교화한 것처럼 우리 불교에서 아미타신앙이 차지하는 비중은 매우 크다고 할 수 있습니다.

신중탱화

신중탱화는 경전에서 그 원류를 찾기 힘든 경우입니다. 즉 신중탱화는 한국적 상황에서 불교가 토속신앙을 어떻게 흡수하고 관계를 가져 갔는가를 관점에서 바라보는 것이 올바른 관점일 것 같습니다.

신중탱화는 크게 104위 39위의 신중을 표현하는 도상을 갖고 있습니다. 해인사의 신중탱화가 대표적인데 상,



중, 하로 나누어 상단에 인도의 토속신을 중단에 중국 토속신을 그리고 하단에 우리나라의 토속신을 모신 것이 대부분입니다.

신중탱화는 불법의 외호선신으로서 상단탱화와 같은 성격을 지니기도 했으나 중단탱화의 기능이 강화되면서 기복적인 신앙형태로 바뀌어 갔다고 볼 수 있습니다.

신중탱화의 유형으로는 금강산을 중심으로 하는 신중탱화와 제석천 범천상을 중심으로 하는 신중탱화 그리고 동진보살을 중심으로 하는 신중탱화 등 여러 모습을 보이고 있습니다.

총지동의보감

특이한 치매이야기 -

루이소체형 치매(DLBD)



김장규 원장

최근 방송이나 신문 등을 통해 치매에 대한 소개가 많이 되면서 치매에 대한 인식이 매우 높아졌다. 그러나 소개된 치매가 대부분 치매가운데 한 종류인 알츠하이머형 치매이기 때문에, 알츠하이머형 치매와 다른 양상을 보이는 치매가 발생하면 이것이 치매인지 알지 못하여 허둥하고 적절한 치료를 받지 못하는 경우가 상당수 있다. 이번 칼럼에는 알츠하이머형 치매 다음으로 많은 것으로 알려진 루이소체형치매에 대하여 간략히 소개한다.

미만성 루이소체병(Diffuse Lewy body disease)은 1980년대 초에 일본인 학자들에 의해 제창된 퇴행성 치매의 일종이다. 보통 초로기 내지 노년기에 발병하지만, 드물게는 젊은 때 발병하기도 한다.

드러나는 임상양상은 병초기 내지 경과중에 안정하지 못하고, 착란, 곤혹 등 섬망상태와 유사한 인지장애가 변동성으로 나타난다. 또 사람이나 작은 동물 등의 생생한 환시와 이와 연관된 망상이 나타난다. 이런 정신병적 증상이 있으면서도 의식은 명료한 점이 알츠하이머형 치매와의 감별점이다. 노년기에 발병한 통상형 DLBD의 반 이상에서 기억장애가 있고, 결국 고도의 치매에 이르게 된다. 기억장애가 있는 DLBD의 신경심리 검사상 언어기능장애, 글자쓰기장애, 시공간인지-구성행위-관념운동행위의 장애가 나타나, 피질성 치매의 양상을 보인다.

말기에는 결국 전신의 근간직이 진행되고 가성구마비(pseudobulbar palsy)도 더해져서 침대에 누워서 (bed-ridden) 경관영양 (tube feeding) 받는 상태가 되고, 호흡기 및 요로감염으로 사망하는 경우가 많다.

뇌영상검사에서는 임상증상에 대응하는 측두엽 특히 내측측두엽 (medial temporal lobe)의 위축이 보이고, 가벼운 알츠하이머형 치매와 큰 차이가 없다. SPECT/PET에서는 위축된 부위의 뇌혈류량과 당대사율이 보이고, 후두부에서도 저하되는 것이 알츠하이머형 치매와의 감별점으로 보고되고 있다. 가족력이 있는 경우는 드물고, 대부분은 단발성 (sporadic) 이다. 알츠하이머형 치매와 마찬가지로 Apolipoprotein E4의 빈도가 높다.

DLBD의 약물요법으로는, 주된 임상양상 즉 치매와 파킨슨증후군 및 정신병적 증상이 대상이 된다. 기억장애 등 치매의 중핵증상에 대해서는 알츠하이머형 치매의 치료에 준하여 뇌대사개선행제 등이 사용되고, DLBD환자의 뇌에 Acetylcholine의 감소가 현저하다는 보고가 있기 때문에, 항후 Acetylcholine esterase Inhibitor의 사용이 검토되고 있다. 파킨슨증후군에 대해서는 통상 사용되는 L-DOPA, bromocriptine, amantadine 등이 사용되지만, 파킨슨증후군에 비교해서 효과가 적은 것으로 알려져 있다. 또 파킨슨증후군에서보다 더 정신병적 증상을 발현 혹은 악화시키는 경우가 많기 때문에 소량을 쓴다. 정신증상에 대해서는 항정신병약물이 대증적으로 사용한다. 추체의로 부작용의 위험이 높기 때문에 소량을 쓴다.

죽비소리 어공처럼 거침이 없이

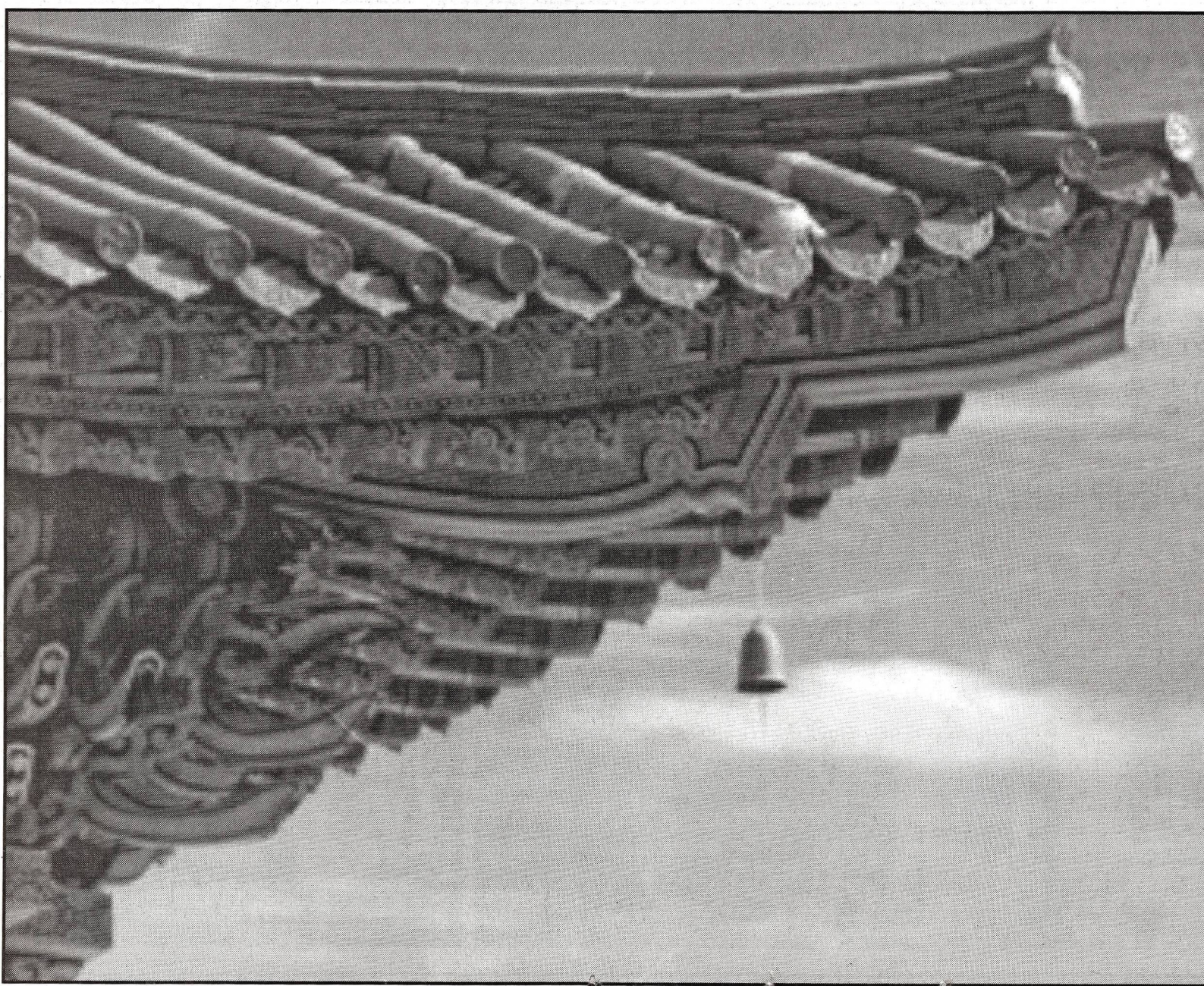
허공에는 비취의 흔적 없듯이 수행자의 마음은 다른 뜻 없네 사람들은 세속의 악을 즐기나 깨친 자는 마음에 매가 없다.

법대로 행하는 자 말이 짙으니 배운 것 적더라도 몸으로 행해 그것을 분별하고 진실을 알면 그 사람이 진리의 수호자이다.

허공에 수레비취 흔적 없듯이 스승의 마음에는 다른 뜻 없네 세간은 무상하고 다투지마는 깨친 자는 내 것에 집착이 없네

나이가 많다고 장로(長老)가 아니다. 부정을 벗어나고 현명하여서 계행과 자비로써 자제에 살피 거침없는 이를 장로라 한다.

『법구경』 중에서



그동안 총지중 사회복지재단에 후원금을 보내주신 모든 분들에게 감사드립니다.

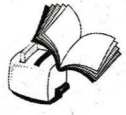
보내주신 후원금은 전액 불우한 교도가정에 지원하며, 부처님의 자비를 실천하는데 쓰이고 있습니다.

총지중 사회복지재단은 복지후원 사업을 통한 불국정토 구현을 위해 노력하겠습니다.

앞으로도 불자님들의 많은 후원부탁드립니다.

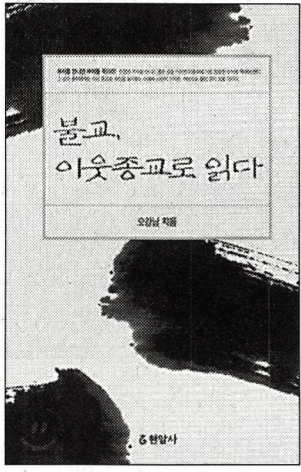
불교총지중 사회복지재단

전화 : 02)552-1080



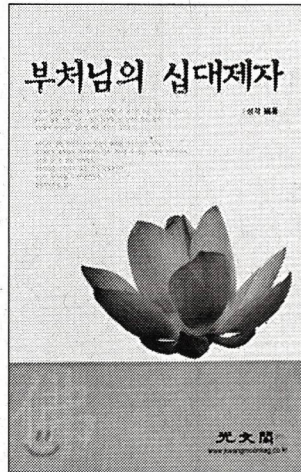
이달의 추천도서

불교, 이웃 종교로 읽다



오강남 / 현암사 / 정가 15,000원

부처님의 십대 제자



성각 / 광문각 / 정가 14,700원

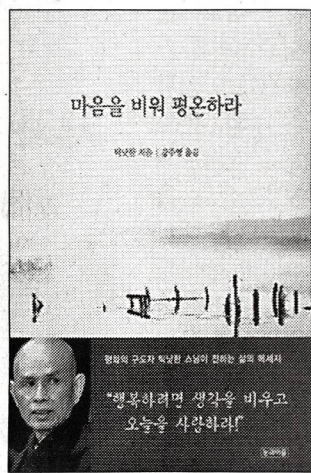
사실이다. 더구나 원로 학자와 비교적 신진 학자 두 사람의 대답이라면, 큰 기대를 걸게 되지 않는 게 당연할지도 모른다.

그러나, 이 책에서는 그러한 편견과는 정반대의 상황이 벌어진다. 원로학자인 가와이 하야오가 질문을 던지면, 나카자와 신이치가 '선생님'에게 한 수 가르침을 전하고 있다. 따라서 둘의 대답은 결코 형식적이지 않다.

특히 나카자와의 깊은 철학적, 역사적, 신학적, 종교적 지식을 바탕으로 한 언술들은 그와 함께 하는 드넓은 지적 행해를 참으로 뿌듯하게 만들어준다. 책머리에 가와이 하야오가 밝히고 있듯이, 노학자 스스로 학생이 되어 독자들의 길잡이를 자처하고 있으니, 독자 입장에서서는 고마운 느낌조차 든다.

이 책은 일단 쉽게 읽히면서도, 워낙 방대한 분야를 섭렵하고 있는 두 대담자 덕분에 다양한 지식과 정보를 얻을 수 있다는 장점이 있다. 더욱이 종교적 대립과 반목이 끊임없이 벌어지는 현대 사회를 살아가는 우리들에게는, 이 책을 통해 불교신자가 아니더라도 여러가지 깨달음을 얻어갈 수 있을 것이다.

마음을 비워 평온하라



틱낫한 / 강주영 / 눈과마음 / 정가 8,500원

"행복하려면 생각을 비우고 오늘을 사랑하라!!"

우리 모두는 누구나 평온한 사람이 될 수 있다. 과거에 휩쓸리거나 미래에 정신을 쏟고 있다면 진정으로 삶을 살아가는 것이 아니다. 지금 이순간에 깊이 닿아야 진정한 삶에 이를 수 있고, 온전하게 살아가 있을 수 있다. 바로 지금 여기를 살아라.

누구나 자비와 평온으로 가득 찬 부처처럼 살고 싶다는 생각을 해본 적이 있을 것이다. 이 책은 변화와 치유를 하는데 필요한 명확한 명상 방법과 통찰력에 대해 이야기하고 있다.

평탄한 길을 걸어가듯 따라 걸기만 하면 자비와 마음 비우는 법을 얻을 수 있다.

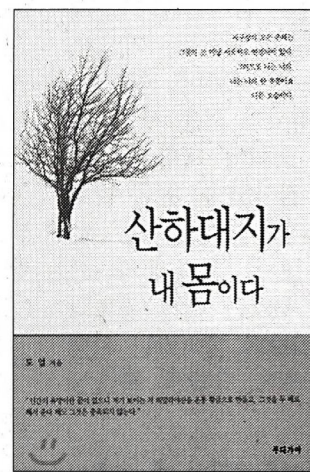
1부에서는 개인의 변화와 치유, 그리고 스스로에 대해 자비심과 깨달음을 키우는 데 중점을 두었다. 자신을 돕지 못하는 사람은 다른 사람을 이해할 수도, 도울 수도 없기 때문이다.

2부에서는, 보살, 즉 부처의 마음으로 일터에서 명상할 수 있는 수행법과 공동체에서 깨달음을 나누는 방법에 관해서 이야기하고 있다. 우리가 아름다운 공동체를 만드는 데 성공하면 곁에 있는 소중한 사람을 도울 수 있는 위치에 서게 되는 것이다.

3부에서는 자신만 평온을 누릴 것이 아니라, 우리가 살고 있는 이 세상도 함께 평온해지는 방법에 대해서 이야기한다.

우리 모두는 누구나 평온한 사람이 될 수 있다

산하대지가 내 몸이다



도업 / 부다가야 / 정가 10,000원

부처님께서 '육망은 그것을 채움으로써 충족되는 것이 아니라 버림으로써 채워진다'로 하셨지만 현대인은 육망의 늪에 빠져 허우적거리면서도 끝없는 신기루를 꿈꾸고 있다.

육망은 대중속의 고독과 풍요 속의 빈곤을 오늘날 우리들의 표상으로 세워놓았다.

평생 '도제양성의 외길을 걸어온 도업 스님의 투명한 일갈 <산하대지가 내 몸이다>는 우리의 부끄러운 미혹을 단박에 깨고 있었던 본향의 언덕에 누워 푸른 하늘을 바라보게 한다.

이 책은 스님의 말씀대로 우리의 뿌리가 무엇이고, 우리의 진정한 삶은 어떻게 가꾸어야 하며 우리는 누구인가를 화염의 바다에서 담담히 일깨우고 있다.

그래서 반드시 깨달음을 얻고자 하는 마음을 일으키는 초심의 원력을 삶의 원동력으로 삼아 부처님과 보살의 동체대비심으로 슬기롭게 살아가기를 간절한 마음으로 전하는 자비로움이 가득하다.

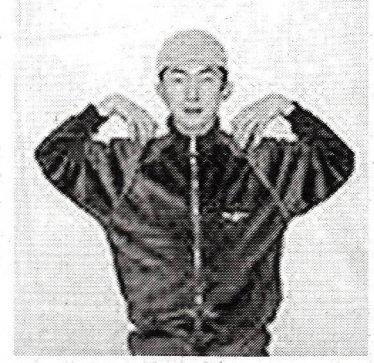
이달의 생활요가



컴퓨터 사용자들을 위한 요가



어깨 돌리기



1. a. 손바닥을 위로 향한 채 팔을 어깨 높이에서 앞으로 뻗는다.

b. 팔을 굽혀 양손가락이 어깨 위에 놓이도록 합니다. 상완(팔꿈치에서 어깨까지의 부위)은 항상 지면과 수평을 유지 합니다. a, b를 5-10회 반복.

2. 같은 동작으로 팔을 앞쪽이 아닌 좌우로 벌려서 합니다.

3. 양손가락은 항상 어깨 위에 고정시킵니다. 팔꿈치를 좌우로 크게 벌리고 상완을 어깨 높이로 한 채로 시작합니다. 양팔을 최대한 큰 원이 되도록 회전시킵니다. 뒤로해서 밀로 내린 다음 양 팔꿈치가 명치 앞 쪽에서 만나게 합니다. 양 팔꿈치를 붙인 채 얼굴 앞까지 양 팔을 올린 후 크게 돌리면서 양 옆으로 펼칩니다. 다시 뒤로해서 밀로 5-10회 반복합니다. 반대 방향으로도 같은 횟수만큼 반복합니다.

어깨 돌리기는 목의 위쪽과 어깨를 부드럽게 합니다.

머리 돌리기



1. 코는 정면으로 향한 채 머리를 완전히 오른 쪽으로 떨굽니다. 그 자세에서 목과 어깨의 힘을 완전히 뺀 채로 잠시 머물다가 천천히 머리를 들어 반대 쪽으로 떨굽니다. 5-10회 반복.

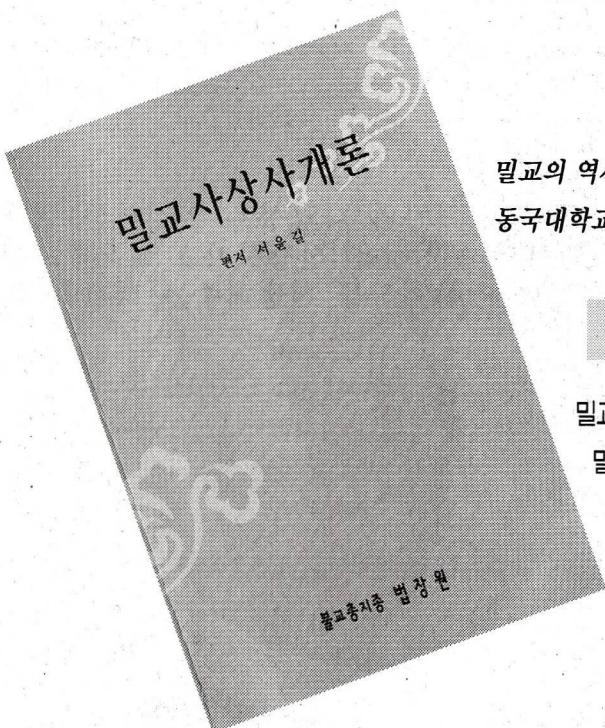
2. 머리를 완전히 오른 쪽으로 돌립니다. 잠시 머물다가 천천히 왼쪽으로 돌리고 잠시 머물니다. 5-10회 반복.

3. 머리를 천천히 앞으로 숙입니다. 목과 어깨의 힘을 완전히 빼고 등이 굽어지지 않도록 주의합니다. 이 자세로 잠시 머물다가 머리를 천천히 들어 올리고 뒤로 젖힙니다. 이 때 턱의 힘을 빼고 입이 자연스럽게 벌어지도록 놔두십시오. 숨은 항상 코로 합니다. 자극을 충분히 느끼면서 잠시 머물다가, 머리를 천천히 들어올리고 다시 앞으로 숙입니다. 이런 식으로 5-10회 반복합니다.

4. 머리를 각 방향으로 5-7 회씩 천천히 돌립니다. 목과 어깨의 힘을 완전히 뺀 상태에서 그리고 등이 굽어지지 않도록 주의하면서 최대한 크게 돌립니다. -정확히 말하면 돌아가게 놔둡니다. 자극을 느끼면서 통증이 있으면 거부하지 말고 받아 들입니다.

5. 머리 돌리기가 끝나면 머리를 바로 세우고, 편안하고 고요한 자세로 눈을 감고 잠시동안 가만히 앉아 있으십시오.

『밀교사상사개론』



밀교의 역사와 교리에 대한 국내 최초의 본격적 개론서!!!
동국대학교 불교학과 서운길 교수 외 7명의 밀교학자가 공동 집필...

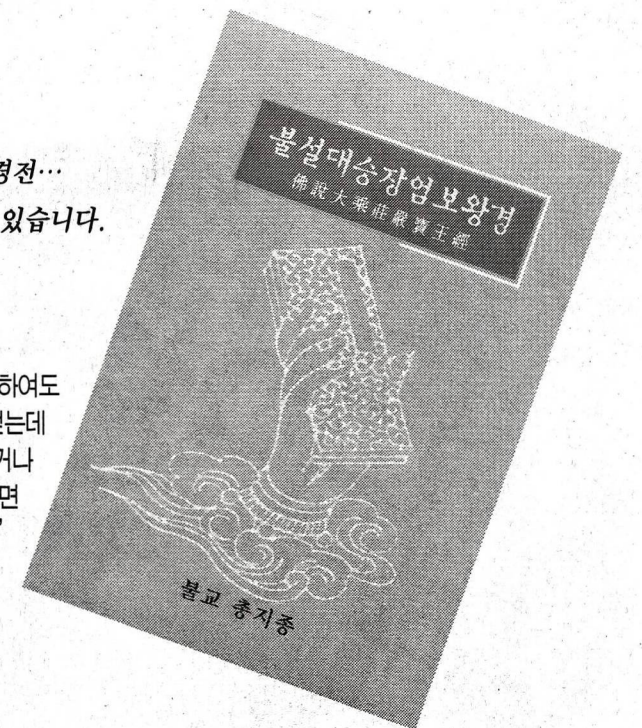
주요내용

밀교란 무엇인가/밀교의 기원과 형성/밀교의 성립과 전개/
밀교의 사상과 그 교학적 배경/밀교의 수행과 실천/한국의 밀교/
부록: 한국현대밀교와 원정대성사

국판/437페이지/정가 15,000원

『불설대승장엄보왕경』 (佛說大乘莊嚴寶王經)

육자대명다라니(옴마니반메후)의 유래와 공덕을 설한 경전...
이 경을 지니기만 하여도 무량한 복덕과 안락을 얻을 수 있습니다.



"유정들이 오직 이 경의 이름만 생각하여도
이러한 이익과 안락을 얻는데
만약 누군가 이 경을 듣고 베껴쓰거나 수지하거나
독송하거나 공양하고 공경하면
그 사람은 항상 안락을 얻을 것이니라."
---본문 중에서---

변형 국판/130페이지/정가 7,000원

도서출판 불교 총지중

Tel: (02)552-1080 서울 강남구 역삼동 776-2

“만해 한용운 스님의 민족혼 되살려”

만해대상 앵그바야르 몽골대통령 등 5인



◇만해축전에서 앵그바야르 몽골대통령에게 만해대상을 수여하고 있다.

2006 만해축전 만해대상 시상식이 지난 8월 12일 인제 백담사 만해마을에서 열렸다.

올해로 열 돌을 맞는 만해대에 대해 조계종 총무원장 지관 스님은 행사에 앞서 “만해 한용운 스님은 정신적 지주이며 그의 개혁사상을 본받고 의지하고 실천해 나가야 한다”며 “만해

대상이 열 돌을 맞아 온 국민이 하나되어 만해스님의 사상을 본받아 생활하기를 바란다”고 밝혔다.

오후 5시 입제식으로 막을 올린 제10회 만해대상 시상식에서 박삼래 인제군수는 “비운의 구도자 만해스님의 민족혼이 되살아나는 것 같다”며 “백담사는 은

자의 사색공간이자 인제군의 정신적인 지주”라며 환영했다.

만해축전 대회를 맡은 김진선 강원도지사는 “만해 한용운 선생의 열과 닦이 배어 있는 만해마을에서 열번째 만해축전이 성황리에 열리게 된 것을 매우 뜻깊게 생각한다”고 대회를 축하했다.

포교대상은 남바린 앵그바야르 몽골공화국 대통령, 김지하 시인, 로버트 핀스키 미국 계관 시인, 황동규 시인, 박원순 변호사, 권영민 서울대 교수가 수상하였다.

남바린 앵그바야르 몽골공화국 대통령은 “심사위원과 만해사상실천선양회 총재와 이사장, 임원들에게 감사드리고, 몽골 불교문화와 역사적 전통 사회화를 위한 작은 노력에 대한 평가라고 생각해 감사히 이 상을 받겠다”고 말했다.

김지하 시인은 “34년이 지나서 이 자리에 왔지만 예전 촛불과 여울물 소리보다 숨어있던 산장 귀퉁이 방에서 서투른 통소를

발새 불어대던 외국 청년이 생각났다. 그것이 만해불교 한국불교가 전 세계로 퍼져나갈 메타포가 아니었을까 생각한다. 제 기억을 통해 만해불교의 국제적 소명이 기억나는 이 사건을 감사한다”고 수상소감을 밝혔다.

박원순 변호사는 “상을 주신 모든 분들께 감사하다”는 짧은

인사로 감상을 대신했다.

권영민 교수(서울대)는 “만해축전이 처음 시작될 때 만났던 무산 스님에게 ‘연못 속 고기는 용이 되어 올라갔는데 허망한 그 물질만 하는 것이 평론가’라는 말씀을 듣고 허망한 그 물질이 언젠가 더 열심히 한국문학을 연구하기 위해 노력하겠다.”고 인사말을 전했다.

수상행사에 이어 ‘현대시조 100년 세계민족시대대 회야음악제’ 만해 전국 음악공쿠르 수상자 연주 및 시상 ‘대동놀이마당’ 등 한바탕 음악의 축제가 열렸다.

불교중앙박물관 수장고 공개 100평규모 750점 보관

지난 8월 9일 서울 견지동 한국불교역사문화기념관 내 불교중앙박물관 지하 3층 수장고를 공개했다. 수장고는 유물보존을 위해 온도와 습도가 적절히 유지되고 있으며, 장식장 바닥도 유물 이동시 걸림을 방지하기 위해 100% 세로판으로 만들었다. 또한 장식장도 통관을 사용하여 더운 여름 갈라지거나 비틀어질 수 있음을 고려해 제작하였다.

김홍식 위원은 “이 수장고에는 향운합승장치가 24시간 내내 가동돼 항상 문화재 보관에 이상적인 조건인 습도 60%내외, 온도 18~20℃를 유지하고 있다”며 “장식장도 벽에서 30% 정도 틈을 두어 나뭇공기는 밖으로 내보내고 좋은 공기만 내부로 들어오게 하는 특수 장치를 해놓아 성보문화재 보관에는 전혀 손색이 없다”고 말했다.

불교문화 역사 기념관에는 최근 국립중앙박물관 등 국립박물관에서 이관된 ‘금동여래좌상’ 등 ‘수종사 부도 출토유물’(보물 제259호) 26점이 보관돼 있고, 동국대박물관에서 온 ‘지정4년명 고려청동은항로’(보물 제321호), ‘고려사경’(보물 제390호) ‘석씨 원류용화사적책판’(보물 591호) 등 635점도 전시될 예정이다.

100여평 규모에 총 750점이 보관돼 있는 불교중앙박물관 수장고는 현재 3개의 창고와 전실 및 포장 해체실로 이뤄져 있다. 제1수장고(16.72평)에는 김포 약사사적보물화상과 같이 온·습도에 민감하지 않은 석조와 기와류 등이 보관돼 있고, 바로 옆 제2수장고(28.18평)에는 ‘영국사 영산회상탱’(보물 1397호)을 비롯

해 ‘공덕사 고려사경’(보물 390호) 등 회화 및 전적과 같은 지분류가 있다. 가장 크기가 큰 제3수장고(50.62평)에는 ‘봉은사지정사명명 고려청동항로’(보물 321호)와 신원사리기 등 금속이나 목재로 만들어진 불상이나 공예품들을 전시했다.

박물관 학예연구실과 총무원 문화부는 “불교문화재 전문가 20여명이 있어 석조문화재의 보존관리뿐만 아니라 심층적인 연구도 할 수 있다”고 말했다.

종단협, 수재민 돕기 성금전달 강원도와 북한 수재민 복구 지원



◇한국불교 종단협 임시회의 장면.

한국불교종단협의회(회장 지관)는 지난 8월 17일 오후 2시 한국불교역사문화기념관 4층 회의실에서 제4차 임시이사회를 열고 수해로 고통받는 강원도 인제지역 주민들과 북한동포들에게 성금품을 전달하기로 했다.

이날 종단협은 강원도 수해피해 성금으로 각 종단이 거둔 2,930만원 가운데 우선 1,500만원과 불교TV에서 모금한 5,800만원을 합쳐 7,300만원을 강원도 인제지역 피해

복구 지원에 사용하기로 했다. 또, 북한 수해피해 복구를 위한 긴급지원 방안도 논의됐다. 종단협은 조계종이 먼저 성금 5,000만원을 약속하고, 나머지 종단의 동참으로 1억 원을 각출해 정부를 통하지 않고 북측 조선불교도연맹에 직접 구호품을 전달하기로 했다.

이외에도 조계종 민족공동체추진본부가 이미 확보한 5억원 상당의 현물을 함께 전달한다.

전국비구니회, ‘비구니 계율’ 주제 심포지엄 팔경계법, 불평등한 종헌종법 등 점검 예정



◇전국비구니회 회관 법통사 전경.

전국비구니회가 국내외 계율 전공 학자들을 초청해 ‘비구니 계율’에 대한 전반적인 문제점을 규명할 수 있는 자리를 마련한다.

전국비구니회(회장 명성)는 지난 8월 17일 전국비구니회관에서 열린 월례회의에서 최근 논란

이 되고 있는 불평등한 비구니 계율을 대대적으로 점검하고 바로 세워 나가자는데 합의하고 오는 10월말 ‘비구니계율’을 주제로 심포지엄을 개최하기로 했다.

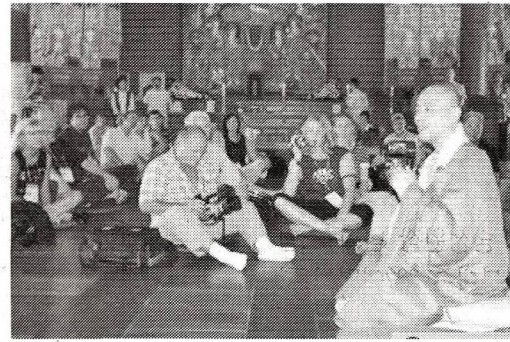
이날 회의에서 명성 스님은 “시대가 변하고 비구니 스님들의 위상이 강화됨에도 무조건적

인 차별조항이 가득한 비구니 계율의 전면적인 검토와 개선방안이 마련돼야 할 시점에 왔다”며 “국내외 비구니 계율을 종합적으로 연구해 온 학자들을 초청해 비구니 계율의 근본정신은 물론 시대의 흐름에 맞게 개선돼야 할 점은 무엇인지 등을 면밀히 따져 볼 것”이라고 말했다.

이번에 개최 예정인 심포지엄에서는 봉녕사 울원장 묘엄 스님과 비구니 회장 명성 스님의 특강, 국내외 계율 전공 학자 특강, 비구니 계율의 근본정신과 의미 및 적용 과정에 대한 토론회 등이 진행될 예정이다.

한편 전국비구니회는 국제화 시대에 발맞춰 비구니 스님들이 외국어 학습을 할 수 있는 제도적 장치 마련, 외국 유학생들의 장학제도 지원 사업 등도 계획하고 있는 것으로 알려졌다.

세계 영화인들 ‘사찰 템플라이프 원더풀!’ 유네스코 산하 비전문영상동호인 봉은사 방문



◇템플라이프에 참가한 외국인들.

지난 8월 26일부터 열린 대구 세계영화제 참석을 위해 한국에 입국한 세계영상동호인 300여명이 봉은사를 찾았다.

서울 봉은사(주지 원혜) ‘템플라이프’에 참가한 25개국 300여 명의 영상동호인들은 “원더풀”을 연발하며 한국불교의 매력에 빠져들었다. 이들은 교육국장 선업 스님이 영어로 진행되는 “참나를 찾는 참선”에서 간화선을 체험하고, 다도예법을 배우며 즐거운 시간을 가졌다.

UNICA의 막스 헨실 회장은 “짧은 시간이나 명상과 사찰체험을 통해 한국 불교를 알 수 있도록 배려해준 봉은사에 감사한다”며 “도심 속에 전통사찰이 위치해 있어 놀라웠다”고 말했다. 개인적으로 불교에 깊이 매료돼 3년 전 불교에 관한 단편영화를 만들고, 3주간 달라이라마에 관한 다큐멘터리를 촬영하기도 했다는 막스 회장은 “한국불교는 놀랍고 환상적이며 불자들에게 친절하다”고 밝혔다.

유네스코 산하단체 UNICA는 아마추어와 사회지도층 인사들이 순수 영상예술을 추구하는 비전문영화인단체로, 8월 26일~9월 2일 대구와 경주에서 UNICA(세계비상업영화기구) 총회 및 세계영화제를 개최하였다.

조선왕조실록 한국 고유제 월정사 성보박물관 보관

93년만에 돌아온 월정사 오대산 사고본 조선왕조실록의 한국 고(告)하기 위한 고유제가 지난 8월 11일 월정사에서 열렸다.

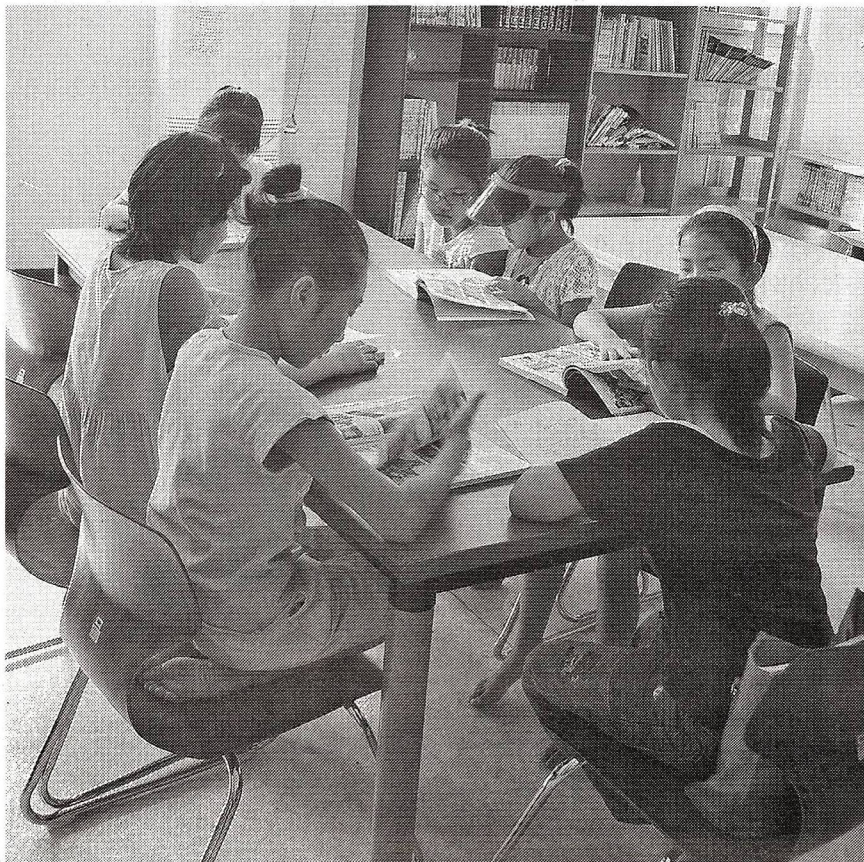
오대산 사고지에서 시작된 고유제는 실록을 제상에 올린 후, 초헌과 고유제문 낭독, 아헌, 종헌 순으로 거행됐다.

고유제를 마친 후에는 3개의 궤에 나누어 담긴 실록이 체인에 실려 일주문에서 월정사까지 이운됐다.

이어 실록이 8각9층석탑 앞에 봉안된 가운데, 조선왕조실록 환수 경과보고와 반야심경 독경, 정녕 스님의 인사말을 끝으로 행사가 끝났다. 93년만에 제자리로 돌아온 조선왕조실록은 월정사 성보박물관에서 전시됐다. 한편 고유제에서 유홍준 문화재청장은 “오대산 사고지 인근에 기념관을 지어 조선왕조실록을 소장할 것”임을 밝혔고, 함께 참석한 이광재 의원도 “기념관 건립비 50억원 예산을 확보했다”고 말했다.

총지종 정각사 바라밀 공부방

바라밀 공부방은 불우한 아동들을 정성껏 보살피고, 교육시키는 것을 통해 부처님의 자비정신을 실현하는 사회복지기관입니다.



설립목적

바라밀 공부방 활동은 획일적이고 통제적인 교육에서 탈피하여 개성을 존중하고 개인의 다양성을 인정하는 현대 교육의 동향을 수용하고 인지적 영역 위주인 교육과정의 문제점을 보완하여 인성과 창의성을 신장시키고 교육구조의 경직성을 탈피하고 핵가족화로 인해 사회가 변화됨에 따라 가정은 둘러싼 환경과 가족제도를 지탱해주는 역할을 하고자 한다.

이용대상

저소득층의 맞벌이 부부의 아동, 결손가정, 생활보호대상자 아동

프로그램

- 2시~3시 : 과제 및 학습
- 3시~4시 : 태권도
- 4시~5시 : 책고르기 및 독서, 감상문쓰기
- 5시~6시 : 영어, 한문, 컴퓨터, 수학, 미술

※ 바라밀 공부방 봉사자 모집

바라밀 아동들의 학습지도 및 예체능 지도를 해주실 봉사자를 모집합니다. 주1회~2회 1시간정도 봉사해 주실 뜻있는 분을 기다립니다.

연락처 : 부산광역시 동래구 명륜동 8-8 ☎ : 051-552-7901
 시설장 - 전수 정일혜 : 010-3913-6352, 이예숙 : 010-4737-9321

교계소식 2008년 조계사에 국제명상센터 외국인 대상 '템플라이프' 등 계획



◇국제명상센터를 건립하여 불교1번지의 위상을 높일 조계사.

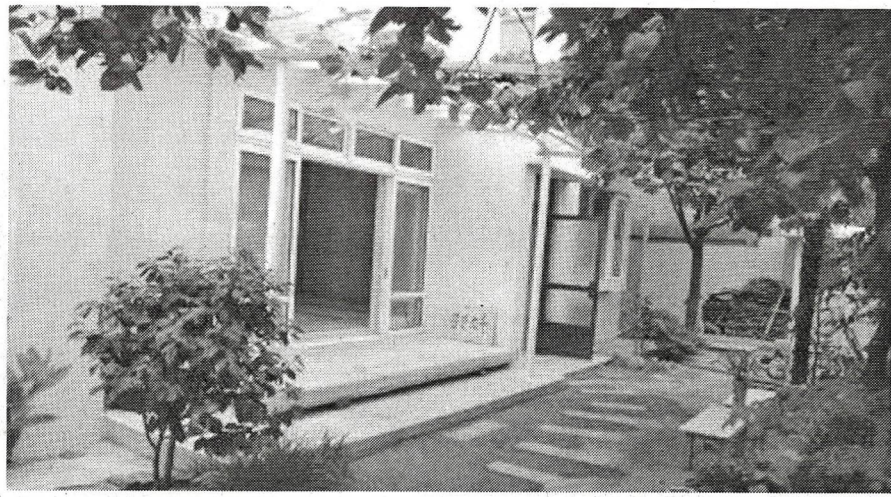
조계사는 2008년 3월 경 외국인들을 위한 '국제명상센터'를 건립하여 '불교 1번지'의 위상을 높일 예정이다. 조계사는 대웅전 맞은편에 위치한 옛 현대장 여관 일대 철거를 시작으로 국제명상센터 건립부지 확보 공사에 들어가는 한편 정부의 건축지원 예산이 승인되는 대로 공사에 착공할 계획이다. 정부 예산이 올해 안으로 승인이 될 경우에는 내년 3월 경 착공해 2008년 3월 경 개관할 방침이다. 국제명상센터는 지하 2층, 지상 3층의 600평 규모로, 불교전통문화를 체험하고 시연하는 공간과 프로그램에 참

가하는 외국인들을 위한 숙소, 불교입문자를 위한 교육관과 수련생들을 위한 수행관, 소년소녀가장을 위한 공부방 등이 들어선다. 조계사의 국제명상센터 건립은 외국인들에게 간화선을 집중적으로 알리고 체험하게 할 수 있는 전용공간이 마련된다는데 의미가 있다. 또한 경북공-조계사-인사동-북촌-창경궁으로 이어지는 전통문화벨트에서 조계사의 비중이 높아지게 되고, 외국인들을 위한 프로그램을 '관광 상품화' 할 수 있다. 한국관광공사나 서울시와 연계해 프

로그램을 운영할 경우 한국불교를 알리는 최고의 상품이 될 가능성도 높다. 특히 한국을 찾는 외국인의 80%가 서울을 목적으로 하여 이들 대부분이 서울 5대 관광권역 중 전통문화 중심지인 경복궁, 인사동, 종로, 창경궁, 북촌, 윤문궁을 통해 한국문화를 느끼고 체험하는 현실에 비춰볼 때 국제명상센터는 한국불교를 알리는데도 크게 기여할 것으로 보인다.

이를 위해 조계사는 국내에 거주하는 주한 외국공관 관계자나 장기 외국인 거주자들을 대상으로 '선 문화강좌'를 개설해 정기적으로 운영하는 방안과, 현재 외국인들을 대상으로 운영하고 있는 '템플 라이프(Temple Life)'와 국제워크숍 등과 연계한 단기 수련 프로그램을 운영하는 방안을 모색 중이다. 또 한국관광공사, 각 여행사와 연계해 선 문화체험 프로그램 및 사찰 음식 등 각종 문화프로그램 운영도 구상 중이다.

조계사 주지 원담 스님은 "조계사는 산사처럼 고즈넉하거나 아름다운 풍광을 지니지 못한 공간적 한계를 다양한 프로그램으로 극복해 나가고 있다"며 "국제명상센터는 조계사를 명실상부한 한국불교 1번지로 자리매김시키는 중요한 의미를 갖는다"고 말했다.



◇누구나 공간이 필요한 이들이 이용하는 '공간초록' 전경

지을 스님 '공간 초록' 문열어... 누구나 주인처럼 공간 이용

지난 8월 11일 부산교대 앞에서 문을 연 '공간 초록'. 지을 스님과 뜻을 함께 해온 환경단체, 전교조 부산지부, 불교신행단체, 교사 등이 가정집을 한 달여 동안 직접 개조해 '공간 초록'의 문을 열었다. 지을 스님도 더위에 아랑곳하지 않고 회복되지 않은 몸이지만 힘을 보탤다. 아예 그 공간에서 머물며 벽지도 바르고 정원도 가꾸었다. 손이 많이 가는 가정집을 택한 것도 도심에서는 보기 드물게 정원에 들꽃과 작은 소나무, 양두나무가 푸르고 포도 넝쿨이 그늘을 만들고 있었기 때문이다. 그동안 도롱뇽 소송을 변론해온 이 동준 변호사와 박영관 교육위원 등 25

명의 운영위원이 100만원씩을 출자했고 앞으로 월 회비를 내는 회원을 모집 운영에 필요한 경비를 조달할 계획이다. 앞으로 남은 과제는 이 공간의 알찬 활용. 비어 있어 그 가치가 더해지는 공간이 되기 위해 이곳은 특별한 관리인을 두지 않고 비워둔다. 그러면 누구나 공간이 필요한 이들이 이곳을 주인처럼 이용하고 또 다른 이들을 위해 깨끗이 청소하고 가꾸어 주어야 한다. 앞으로 이곳은 환경단체나 시민단체의 기자회견, 강연, 전시 등 다양한 용도로 활용될 예정이다.

광주아시아문화교류재단 설립 초대 이사장에 현장 스님

아시아 문화중심도시를 지향하는 광주에 불교계가 주도하는 광주 아시아 문화교류재단(이하 아시아 교류재단)이 설립된다.

창립대회에서 대원사 티벳박물관장 현장 스님을 재단이사장으로 하는 이사진을 선출하고 법인 정관을 통과시켰다.

초대 아시아교류재단 이사장으로 선출된 현장 스님은 인사말에서 "수행은 마음의 꽃밭을 가꾸는 일이다"며 "많은 이들의 마음을 아름답게 할 아시아 문화의 계승, 발전에 힘쓰겠다"고 말했다. 또한 현장 스님은 "그동안 모아온 인도 유물을 재단에 기증한다"고 밝혔다.

아시아교류재단은 창립에 앞서 현장 스님이 기증한 유물을 전시하게 될 인도 박물관과 아시아 예술 공연장을 무등산 입구 임동에 건립중이며 오는 10월경 완공될 예정이다.

이밖에 아시아 교류재단은 10월 1일부터 3개월 과정의 아시아 문화해설사 교육을 실시하며, 계간지 발행, 아시아 문화예술 네트워크 구축, 아시아 차문화 교류, 불교문화 전수 등의 사업을 펼친다.

해인총림 올사스님 12명 미국방문 수계법회, 후진 스님들의 넓은 전문 체험

해인총림 올원(원장 무관)의 올사스님들이 미국의 불자들에게 삼귀의와 신도오계를 설한다.

미주포교 반세기 만에 올사스님들이 공식적으로 현지에서 수계법회를 봉행하는 것은 처음 있는 일이다.

해인총림 올원장 무관 스님과 연구과정에서 공부하는 스님들 그리고 졸업 후 앞둔 스님 등 12명의 올사들이 9월 7일부터 10월 2일까지 26일간 미국 동부와 서부지역 사찰을 순례한다.

순례기간 중 스님들은 9월 10일 뉴욕 원각사에서 동부사원연합회(회장 원영)가 주최하는 삼귀의 오계수계법회에서 계를 설할 계획이다.

24일에는 서부 남가주 사원연합회(회장 현철)가 주관하는 망향제에 참석해 무관 스님이 법문을 한다.

해인올원 스님들의 미국 동부 서부 지역 사찰순례는 올원 졸업생 앞둔 젊은 스님들이 졸업 후 보다 넓은 안목으로 수행정진 할 수 있는 계기를 마련하기 위해 마련됐다.

졸업 후 개인수행은 물론 포교일선에도 뛰어들어 한국불교를 이끌어갈 스님들은, 세계속의 한국불교를 파악하고 장차 한국불교가 나아갈 방향성을 찾아야 할 필요성을 절실히 느꼈던 것.

올원 스님들은 이를 위해 다양한 인종과 종교 문화가 한데 엉켜 있으면서 세계적인 힘을 발휘하고 있는 미국 속에 뛰어들기로 결심했다.

또, 해인올원 스님들의 이러한 뜻은, 미국 동부 서부지역 해외포교일선에서 뛰고 있는 스님들의 적극적인 지지와 호응을 얻어 다양한 체험을 할 수 있는 치밀한 계획까지 세우게 됐다.

해인올원 스님들은 26일간 뉴욕을 중심으로 한 보스턴 뉴저지 맨하튼 필라델피아 워싱턴 등 동부지역과 서부 남가주지역의 사찰들을 둘러보고, 해외에서 살고 있는 불자들의 가정방문해 불자들의 현지 생활과 수행활동이 어떻게 이뤄지고 있는지도 면밀히 살펴볼 예정이다.

태고종, 한국불교전통문화전승관 상량식 봉행 11월 말 완공 예정, 정법수호, 종단중흥기대



◇한국불교 전통문화 전승관 상량식 법회를 봉행하고 있다.

태고종(총무원장 운산)은 지난 8월 21일 오전 11시 서울 시간동 법륜사에서 "한국불교 전통문화전승관 상량식"을 봉행했다.

태고종 총무원장 운산 스님을 비롯해 원로회의 의장 일우 스님, 총회의장

인공 스님, 사정원장 월운 스님, 승정원장 남파 스님 등 사부대중 300여명이 참석한 이날 행사에서 운산 스님은 "한국불교의 전통법맥을 계승하고 태고종 총무원 청사가 들어설 한국불교 전통문화전승관이 종도들의 힘으로 상량식을 봉행하게 돼 기쁘다"며 "완공이 되는 그날까지 이번 불사가 원만히 진행될 수 있도록 계속해서 관심을 갖고 지원과 격려를 해주길 바란다"고 당부했다.

한국불교 전통문화전승관은 연건평 1,600여평규모에 지하 3층, 지상 4층을 갖춰 오는 11월말에 준공할 예정이다.

서 초 실 버 의 원

1995년 서울에서 최초로 개원한 치매/중풍 전문요양병원으로
2003년부터 새로운 지식과 기술을 갖춘 의료진과 간호진이 다
년간 축적된 경험과 기술 및 따뜻한 정성으로 어르신들을 잘 모
시겠습니다.



김장규 서초실버의원 원장

주요경력

- 1991년 서울대학교 의과대학 졸업
- 1996년 서울대학교병원 신경정신과 전문의 취득
- 경기도 연천군 보건의원 정신과과장
- 2000년 전임의과정 수료(서울대학교병원, 노인정신의학 전공)
- 2001년 석사학위 취득(서울대학교 의과대학) 호주 멜버른대학 연수 (IMHLP: International Mental Health Leadership Program)
- 2002년 박사학위과정 수료(서울대학교 의과대학) 용인정신병원 및 경기도립노인전문병원 정신과 과장
- 전국 정신요양시설 평가위원회 위원

전문진료과목

- 치매
- 뇌졸중
- 노인성 우울증

진료 시간

평일(토) : 09:00~18:00
일요일 & 공휴일 : 예약진료
응급 / 입원환자 제외

최고의 진료 및 시스템 온라인 상담 : www.elderlynp.co.kr
전화상담 : 02-575-1850 Fax : 02-575-8275
주소 : 서울시 서초구 양재동 402-3번지

전통사찰 문화탐방



다보여래의 칠보탑 - 진천 보탑사

◇모든 업보 중생의 번뇌와 업장을 소멸하는 보탑사.

일상이 꿈꾸는 것은 떠나는 것이다. 여행만큼 마음 설레이는 것도 없으리라. 떠나고 싶을 때 쉽게 떠날 수 없던 때가 얼마나 많았던가. 모든것이 인연 따라왔다 인연 따라 간다고는 하지만 참 묘한 일이다. 그 장소에 있지 않았다면 맺지 못했을 인연들을 생각해본다.

보탑사를 찾는 길은 그리 어렵지 않았다. 진천 나들목에서 자동차로 30분거리 정도의 가까운 곳에 위치하고 있었다. 길은 푸르름으로 인해 하늘조차 보이지 않았다.

제일 먼저 반기는 것은 연꽃이다. 모든 번뇌를 보듬어 승화한 듯한 곱고 청아한 자태였다. 연꽃 몇 송이에 나의 번뇌를 잠시 맡겨두고 발걸음을 옮기었다.

작은 시냇길을 따라 올라가면 느티나무 한그루가 묵묵히 하늘을 받치고 서 있다. 오가는 이의 안녕을 빌며 언제나 변치않는 그 모습 그대로이다. 나는 느티나무 아래서 겸손과 지혜를 배운다. 원만히 둥글둥글한 주변의 산세는 연꽃잎처럼 겹겹이 둘러져 있다.

연꽃 산세의 꽃술 자리 아늑한 골짜기에 고운 단청을 입힌 삼층목탑이 자리하여 연꽃술처럼 피어나는데 이는 꿈속에서나 볼 수 있는 풍경이다. 이름조차도 생소한 야생화들이 각각 아름다움과 청순함을 뽐내고 있었다. 유난히도 많은 벌개미취꽃은 보는 이의 마음을 은은하게 사로잡는다.

보탑사라 이름한 것은 법화경 경보탑품에 석가모니 부처님의 법문을 다보여래께서 증명하고 찬탄하기 위해 칠보탑이 솟아오르는 것을 보여주시는 것과 관련, 그에 미치지 못하는 못하지만 보배탑을 세움으로써 모든 사람의 가슴에 부처님의 가르침을 심어 주고 행복해지기를 바라는 뜻에서였다고 한다.

1층 금당(金堂): 심주를 중심으로 석가여래, 비로자나불, 아미타불, 약사여래를 모신 보탑사의 본당.



◇중생의 무명 밝히는 범종루.

2층 법보전(法寶殿): 불, 법, 승 3보종의 법보, 즉 석가세존의 가르침인 8만대장경을 봉안하는 법당.

3층 미륵전(彌勒殿): 석가 세존께서 열반에 드신 뒤 부처님이 안 계신 세상이 계속되다가 장차 이땅에 오시어 새로운 정법(正法) 시대를 여실 미래불인 미륵불을 모시는 법당이다.

연꽃 속에 피어난 아름다운 탑

보탑사 전각을 살펴보니 나 자신도 모르게 번뇌에서 해탈의 경지로 접어들었다.

달경거리는 사각이 번뇌이고, 부는 바람 따라 원만한 원이 그려지니, 해탈이리라. 무너진 마음을 조금씩 깎아내며 속세의 번뇌를 씻으려 감로수를 한 모금 마시니 감로전의 원형 지붕에서 해탈의 경지인 원으로 접어들다. 불어오는 바람에 나뭇잎 하나 허공을 맴돌다 와불님 옆에

나란히 눕는다. 그 옆에 내 마음도 누워 여러 상념에 잠기어 본다. 보탑사의 보탑은 사각이다.

나무로 된 좁은 계단을 따라 이층으로 오른다. 운장대를 앞에 두고 무한한 공덕을 쌓으려 무의식중에 내딛는 발걸음이 엮물되어 이미 속세의 모든 근심과 고통에 배인 자만과 오만이 씻기는 듯하다.

이렇게 모든 것 하나 하나 떨구며 밖을 바라보니 어느덧 내 마음에는 잔잔한 행복의 물결이 실린다. 무아의 내 마음을 좇아 보탑사 경내를 벗어 나올때 나를 맨 처음 반겼던 그 연꽃이 잔잔히 머금은 미소로 나에게 잘 가시라 할장한다.



◇3층 목탑양식 보탑.

이달의 사찰음식 ⑨

▶표고버섯탕수이



- 재료
표고버섯 20개, 오이100g, 당근 100g, 목이버섯 약간, 참기름 1작은술, 소금 2작은술, 설탕 1큰술, 식초 1큰술, 녹말가루 1/2컵, 식용유 5컵

- 만드는 법
① 마른 표고버섯을 미지근한 물에 설탕을 약간 넣고 불린다. 이때 물은 버리지 않고 사용한다. 버섯기둥을 떼고 꼭 찬 다음 +자로 칼집을 넣은 후 소금, 후추, 참기름으로 간을 한다.

② 녹말가루 1큰술은 남겨서 물에 풀어 두고 나머지는 버섯에 들쭉 묻혀서 30분 정도 두면 녹말이 축축해져서 튀김옷이 된다.

③ 당근, 오이는 알파카게 어슷 썰어두고 목이버섯은 불려서 손질한다.

④ 팬에 기름을 부어 섭씨 180도 정도에서 표고버섯을 개별 튀기고 기름온도를 올려서 다시 한번 바삭바삭하게 튀겨내어 접시에 담아 둔다.

⑤ 팬에 기름을 약간 두르고 ③을 넣고 살짝 볶다가 표고버섯 담갔던 물을 1컵 정도 부어 끓기 시작하면 소금, 설탕, 식초, 풀어놓은 녹말을 넣어 걸죽해지면 튀겨놓은 버섯 위에 골고루 끼얹어 준다.

서 바른 다음 그늘에서 말린다.
④ 앞면이 마르면 뒷면에도 참쌀풀을 발라 그늘에서 말린 다음 섭씨 140도의 끓는 기름에 튀겨낸다.

▶산마밥



- 재료
산마 300g, 맷쌀 3컵, 물 4컵, 진간장 5큰술, 홍고추 1개, 풋고추 1개, 깨소금 1큰술, 참기름 1큰술, 고춧가루 1작은술

- 만드는 법
① 산마는 껍질을 벗겨서 깍두기 모양으로 썰어 1시간 정도 물에 담가서 아린 맛을 빼고 물기를 뺀다.

② 쌀을 씻어 30분 정도 불린 후 물기를 뺀다.

③ 쌀과 마를 섞어서 솥에 안치고 밥물을 부어 끓인다.

④ 끓어오르면 중불로 줄이고 쌀알이 퍼지면 불을 약하게 하여 뜸을 들인 후 위 아래로 잘 섞는다.

⑤ 홍고추, 풋고추는 씨를 제거하고 굵게 다져서 진간장, 고춧가루, 깨소금, 참기름으로 양념장을 만들어 곁들인다.

▶고추김치



- 재료
고추 400g, 소금 1/2컵, 고춧가루 1/2컵, 생강 2쪽, 설탕 1큰술, 감초물 1컵

- 만드는 법
① 끝물의 고추를 상처가 나지 않은 것으로 골라서 씻은 후 물기를 빼고 짜지 않은 소금물에서 누렇게 삭힌다.

② 삭힌 고추는 물기를 빼두고 감초물에 생강채, 설탕, 고춧가루를 넣어 고추와 함께 버무린다.

▶깨잎부라



- 재료
깨잎 20장, 찹쌀가루 1/2컵, 소금 약간, 물 1/3컵, 식용유

- 만드는 법
① 깨잎은 씻어서 물기가 없도록 마른 행주로 닦아서 펼쳐 놓는다.

② 찹쌀가루에 소금으로 간을 하여 풀을 쑤어서 차게 식힌다.

③ 깨잎을 펴놓고 식은 찹쌀풀을 고루 퍼



한마리 나비의 날개짓으로
지구반대편에 태풍을 일으킨다는
나비효과라는 말이 있습니다.

지금은 눈에 띄지 않는
충지정보사의 작은 몸짓이
충지종의 역사를 만듭니다.

충 / 지 / 종 / 보 / 사

“모두가 하나되는 부처님 세상”

제6회 전국 불교 음악제



부처님의 음성으로 중생을 구제하는 전국불교합창단.

제6회 전국불교음악제가 내달 12일 오후 8시 대한불교천태종 구인사 조사전 앞 특설무대에서 열린다.

전국불교음악제는 올해로 6회를 맞이하는 행사로 지난 2001년 서울 세종문화예술회관 공연을 시작으로 한 해도 빠짐없이 전국을 돌며 부산 삼광사, 대구 동화사, 경주 불국사 등에서 개최돼 왔다. 전국불교음악제는 한국불교종단협의회, 조계종, 태고종, 천태종, 진각종, 총지종 등 범종단적으로 후원하는 행사이다.

이번 음악제는 '우리는 하나, 세계도 하나, 마음과 뜻도 하나'라는 주제로 펼쳐지며 서로의 구별을 넘어서 하나로 통합된 불교음악인의 모습을 전국에 알리고자 마련됐다. 대한불교 천태종과 (사)삼보불교

음악협회가 주최하고 구인사, (사)삼보불교음악협회 전국지회, 전국불교합창단연합회전국지회가 주관하는 이번 행사에는 전국의 불교음악인 2000여명과 전국 13개 지회가 참석할 예정이다.

1부에는 충남 지회의 '붓다의 노래'를 시작으로, 경북 지회의 '해수관음의 빛', '경사로드', 대구 지회의 '귀의 하얏고' 등이 공연되며 2부에서는 서울 지회의 '세존께 바치는 노래', 전국불교연합회합창단의 '나무관세음보살' 등의 공연이 펼쳐진다.

특히 이번 행사의 프로그램에는 전남지회의 '구인사가 좋아라', 천태종 지회합창단의 '대조사님 찬가', '구인사 찬가의 노래' 등 구인사에 관련된 음악 3곡이 포함돼 자리를 더욱 뜻깊게 한다.

(사)삼보불교음악협회 관계자는 "전국불교음악제는 전국을 순회하면서 부처님의 자비사상을 선율로서 전하고자 시작하게 됐다"며 "이번 음악회를 통해 한국의 불교음악이 전 종단과 함께 세계의 불교음악으로 승화돼 한국의 찬불가가 온 인류의 찬불가가 될 수 있도록 통합된 기틀을 만들어 나갈 것"이라고 말했다.

“동해중 별관 5층 증축 공사” 부산 교육청 지원, 다목적 강당 활용

총지종 종립 동해중학교(교장 박수현)는 지난 8월 11일 별관 4층과 5층 증축공사를 착공하여 오는 11월 완공할 예정이다.

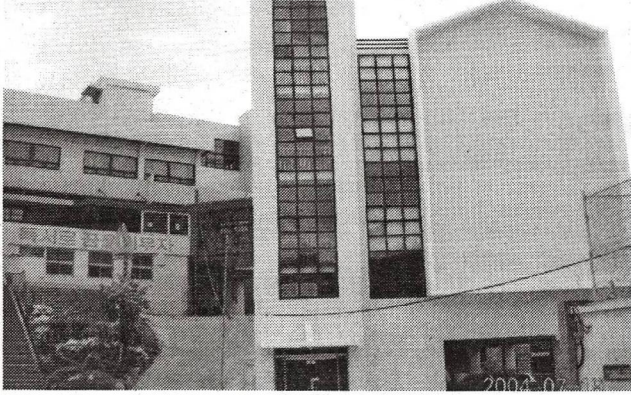
이번에 증축할 4층과 5층은 4층 67평, 5층 103평으로 4층은 연혁실과 특별실로, 5층은 체육관을 겸용한 다목적실로 활용할 계획이다.

동해중학교 별관 공사는 종단의 지원금과 교육청의 보조금으로 지난 2001년부터 인근 부지를 매입하여 2004년 1층과 2층을 완공하고, 2005년 3층과 4층 일부를, 2006년 4층 일부와 5층을 완공할 예정이다.

별관은 모듬과학실, 미술실, 과학실, 생물실, 연구실, 특별실, 다목적용 강당을 설치하여 학생들에게 다양한 교육환경을 조성하고,

특별활동으로 특화교육을 실시하여 인성과 적성을 살려 교육의 질을 향상시키고 있다.

별관신축을 담당하고 있는 관계자는 "종립학교로서 총지종 종단의 아낌없는 지원과 격려, 교육청의 지원으로 별관신축의 완공을 이루게 되어 감개가 무량하다"며 "무엇보다도 학생들에게 다양하고 쾌적한 교육환경을 제공함으로써 학생들의 질적 향상을 이룰 수 있게 되었다"고 말했다.



동해중 5층 별관 전경.

건강한 육체와 건전한 정신을 소유하고자 하는 사람은 먼저 계율을 지키고 수행하기를 권한다. 수행은 건강한 육체와 건전한 정신을 얻기 위한 최상의 방법이라고 알려져 있다. 불교의 수행법이 현대인의 정신적·육체적 건강 증진에 크게 도움이 된다는 사실이 유럽에 소개되면서 크게 주목받고 있다. 그리고 실제로 수행이 건강 증진

서는 신체적으로는 건강하고, 정신적으로는 안정되어 있어야 한다. 그래야만 어떠한 일도 완전하게 실행할 수 있게 된다.

흔히 계율은 자신을 얽어매는 속박이라고 생각하기 쉽다. 하지만 계율은 자신을 보호하는 호법신장과 같은 것이다. 또한 계율은 자신의 모든 재량을 소멸시키는 모악이다. 그러므로 일상생활에서 기본적인 오계만 잘 지켜도 건강한 삶을 유지할 수가 있게 된다.

간혹 수행 도중에 병을 얻었다고 말하는 사람들이 있다. 이것은 잘못된 수행을 하였거나 아니면 어느 한 곳에 치우친 수행을 했기 때문일 것이다. 결코 올바른 수행을 했는데 건강을 잃었다는 것은 도저히 있을 수 없는 일이다. 그것은 잘못 수행한 그 사람의 허물이지 수행 자체에 잘못이 있는 것은 아니다. 잘못된 수행이란 몸과 마음의 균형이 파괴된 것을 말한다.

신행체험 33 내 마음의 집이요, 모두가 가족인 개천사 도반들



최지형 보살
(개천사 합창단 단장)

8월의 수도 있었지만 한편으로는 부모님께서 평생 이래 넓게 펼쳐진 연발에 핀 고고한 연꽃들을 바라보면 그 숭고함이 인간을 때리지 않은 마음 한 켠을 느끼게 합니다. 진흙 속에서 우뚝이 꽃을 피우는 모습이 힘든 중생의 삶을 구하기 위해 정진하는 보살의 얼굴이요 감춰진 연뿌리는 복잡하게 얽힌 삶의 실타래를 풀고자 노력하는 수행자의 마음 그릇이 아닐까요?

우리 개천사에서 우리 보살님들과 이 처럼 허물없는 생활로 인생의 깊이를 더하는 것도 감사한 일인데 의외롭게 부족한 점이 많은 내가 합창단 단장의 소임을 맡게 되어 송구하기 짝이 없습니다.

우리 개천사 합창단은 훌륭한 지도 선생님 아래 불성 깊은 합창단 보살님들의 열성과 정성입니다. 전수님의 알뜰한 보살핌이 더해져서 부처님의 진리를 즐겁게 노래하고 있습니다. 이는 개천사를 부흥시키고자 열망하신 선대 스승님들과 항상 연세가 지긋하심에도 젊은이들의 울타리가 되어주시고 계신 노보살님들의 불심이 한 곳에 모여 만들어진 것임을 압니다.

중생의 삶을 구제하는 수행자의 마음

님의 가르침은 늘 우리 가족들 모두의 삶의 기준이 되었습니다. 이렇듯 어릴 적 현교 절에서 동지팔족을 먹던 기억에서부터 총지종 참교와 오늘 개천사의 한 고도로서의 생활을 하는 이 순간까지 한순간도 부처님의 가르침을 벗어나 본적이 없으니 이 또한 선택된 삶이 아닌가요?

부모님께서 평탄한 교직생활을 뒤로하고 중생교화의 길을 택하셨을 때 어렸을 때 마음에 잠시 사소한 마음의 갈등도 있었 습니다. 하지만 오로지 부처님의 가르침을 고통받는 중생들의 삶을 구제하기 위해 실천하시려는 두 분의 의지는 그 어떤 난관도 문제되는 것이 없었습니다. 몇 명의 뜻이 맞는 보살님들과 우리 집 안방에서부터 시작한 중생교화는 밤낮으로 정진한 결과 참고로 지은 대구 선교부를 창설하게 되었고 이는 개천사의 전신이 되었습니다.

부모님께서 이렇듯 중생교화를 위해 밤낮으로 정진하시니 나와 내 동생들은 자연히 부모님의 관심을 덜 받을 수밖에 없었습니다. 그러나 부모님께서 우리에게 부처님의 자비력으로 바르게 잘 자라라 것이라는 믿음이 있었으니 밝습니다. 어쩌면 예민한 청소년 시기에 힘들었을

다. 그래서 늘 감사하고 고마움 따릅니다. 또한 가사일 하라 밀린 불일을 보라 일요일 하루 바쁜 중에도 합창에 빠지지 않으려고 노력하는 젊은 보살님들 모습이 아름답습니다.

부처님의 살법을 노랫말로 표현하는 음성공양이야말로 듣는 이로 하여금 마음을 환희하게 하니 그 공덕도 클 것이라 생각합니다. 보살님들 마음에 생김 환희심은 보살님 각 가정은 환희함으로 충만하게 할 것이고 이는 사회를 건강하게 만드는 원동력이 되리라 믿습니다.

개천사 합창이 날로 발전하여 언제 어디서나 개천사를 대표할 수 있는 모습을 보이도록 더 큰 공덕을 가지신 다음 단장님을 모시게 될 그 순간까지 부족한 힘이나마 최선을 다해 노력하겠습니다.

끝으로 항상 합창단을 위하여 후원을 아끼지 않으시는 정사님, 전수님, 항상 앞장서서 이끌어 가시는 임원 보살님들. 오랜 시간 개천사 합창단을 위하여 힘써신 전임 단장 보살님, 신정희 회장을 비롯한 모든 보살님들의 아낌없는 후원에 감사드립니다. 보살님 각 가정에 항상 부처님의 은혜가 충만하기를 서원하면서 두손 모아 합창합니다. 성도합니다.

(월간 불광) 2006년 8월 호 중에서

반구와 세상

누구나 건강하게 오래살기를 원한다. 그러나 이 지구상에 원하지 않는 질병으로 고통을 받고 있는 사람들이 너무나 많다. 안타깝지만 어쩔 수 없는 일이다. 인간의 몸을 갖고 있는 한 그 누구도 질병으로부터 자유로울 수가 없기 때문이다. 어떤 질병은 인간의 의지와는 상관없이 불가항력적인 경우가 있다. 하지만 대개의 경우는 자신의 노력 여하에 따라 그 질병을 어느 정도는 사전에 예방하거나 차단할 수 있다.

지금은 의학의 발달로 어떤 질병은 어떤 원인으로 발병하게 된다고 밝혀져 있다. 그래서 그러한 질병에 걸리지 않기 위해서는 어떻게 생활해야 하는지도 널리 알려져 있다. 다시 말해서 어떻게 생활해야 건강한 삶을 영위할 수 있는지에 대해서 모두 다 잘 알고 있다. 이를테면 음주와 흡연, 그리

고 마약과 같은 것이다. 그러나 범부들은 그것을 알면서도 실천에 옮기지 못하고 있다. 한마디로 자신의 잘못된 생활 습관 때문에 스스로 질병을 불러드리는 것이다. 모든 사람들이 건강하기를 원하지만, 건강하기를 원하는 만큼 건강관리에 만전을 기하지 않는다는 말이다. 대부분의 사람들은 육체적 건강에는

수행은 최상의 건강 관리법

지나칠 정도로 깊은 관심을 기울인다. 그러나 정신적 건강에는 상대적으로 소홀히 하는 사람들이 많이 있다. 아무리 건강한 육체를 가지고 있다고 할지라도 정신적으로 문제가 있다면 온전한 사람이라 할 수 없다. 그리고 정신적으로 극심한 스트레스에 시달린다면 순식간에 몸은 망가지고 만다. 이런 측면에서 보면 육체적 건강보다도 오히려 정신적 건강이 더욱 중요한 것이다.

에 도움이 된다는 사실이 과학적으로 증명되고 있다.

그러나 수행은 지계(持戒)가 선행되어야 한다. 일반적으로 계를 지킨다는 것은 '도덕적 행위'를 실천한다는 말이다. 지계를 다른 말로 '심신(心身)의 조절'이라고 말한다. 계율을 지키므로써 건강한 신체와 건전한 정신을 유지할 수 있기 때문이다. 이처럼 몸과 마음을 조절하는 것을 지계(持戒)라고 한다. 최상의 컨디션을 유지하기 위해

불교 총지종 사회복지 재단은 부처님의 자비로 따뜻한 세상을 만들어 갑니다

<h4>설립취지</h4> <p>부처님의 자비사상을 사회적으로 실현하기 위해 각종 사회복지 사업을 펼치고 이를 통해 소외된 계층과 어려운 이웃에게 '니들의 공덕'을 실천하여 안정된 사회와 기정을 이룰 수 있도록 하고자 설립되었다.</p>	<h4>지역복지사업</h4> <ul style="list-style-type: none"> - 지역의 복지향상을 도모하는 사업 - 지역내 소년, 소녀 가장 후원 결연사업 - 지역내 독거 노인 후원 결연사업 - 생활보호 대상자 후원 사업 	<h4>노인 휴양시설 건립 추진</h4> <ul style="list-style-type: none"> - 아름다운 노후생활 - 안정되고 체계적인 노후보장 - 남골당 건립 추진 	<h4>회원</h4> <p>일반회원 - 월 5천원(1구좌) 이상 친조회원 - 일정금액 후원 단체회원 - 단체명의로 월 5만원 이상 특별회원 - 50만원 이상 후원</p>
<h4>청소년복지사업</h4> <ul style="list-style-type: none"> - 건강한 청소년 육성사업 - 청소년 문제 연구 및 상담사업 - 청소년 문화교실 운영 - 청소년 건강 프로그램 개발 - 청소년 캠프 	<h4>자원봉사 및 후원회 사업</h4> <ul style="list-style-type: none"> - 자원봉사자 상담 및 교육 - 자원봉사 지원 및 운영 - 후원자 개발 및 관리 - 자원봉사 교실 운영 	<h4>후원회 가입안내.....</h4> <p>불교 총지종 사회복지재단 후원회는 부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃들과 더불어 나누고자 하는 분들의 모임입니다. 여러분들의 정성은 재단의 사회 복지 사업에 소중한 기여를 합니다.</p> <h4>후원금 납입방법</h4> <ol style="list-style-type: none"> 1. 단체일 경우 회장님이나 담당자를 통하여 납부 하시면 됩니다. 2. 후원금 납부는 지로 또는 아래 금융기관에 자동이체를 신청 하시면 됩니다. 3. 지로 용지는 후원자님 앞으로 발송해 드립니다. <ul style="list-style-type: none"> ☞ 지로번호 : 7668610 ☞ 우리은행 : 122-177171-13-104 ☞ 예 금 주 : 불교총지종사회복지재단 	

의심없는 진실한 믿음과 정진력

입주가 지난 8월 중순이지만 며칠째 계속되는 무더운 여름의 기운은 사라질 줄 모른다. 그래도 간간히 불어오는 바람 속에서 차가운 기운이 느껴지는 것은 계절의 변화를 예고하는 것일까?
변화는 시간 속에서도 불법에 대한 믿음만은 변화하지 않고 오히려 부처님의 깨달음 경지에 한 계단씩 올라가며, 모든 가족이 4대째 진언행자로 수행하고 있는 실지사 송우섭 보살을 찾아간다.

불공을 한 후 그 날 밤 각자님은 편안하게 잠을 주무시고 일상생활을 하게 되었다. 한 때 상계동에서 살 때에는 시어머님 초상을 치루고 나서 허리가 아팠던 것이 도져 생활하기 힘들 정도였다.
허리가 아파서 앉아 있을 수도 없을 정도였지만 오로지 부처님만을 믿으며 부처님께서 반드시 고쳐주실거야 하는 믿음으로 열심히 불공을 하였다. 그런데 불공을 하면서 어느 순간 허리의 통증이 사라지고 아프지 않더니 수 십년이 지났지만 허리의 통증은 느껴지지 않고 있다."고 한다.

살아가는 삶속에서 모든 것이 법문이다. 그러나 세상 사람들은 법문을 깨닫지 못하는 것 같다. 그 법문이 어떤 사람은 육체적으로, 어떤 이는 물질적으로 다가온다. 우리가 불공을 하는 것은 마장과 고난을 미연에 방지하기 위해서이다.

다가오는 법문을 깨달을 줄 알아야 한다. 둘째 딸이 초등학교에 다닐 때의 일이다. 어느 날 학교에서 돌아온 딸이 목이 아파서 말을 하



영원한 삶의 길잡이 불법의 인연

송우섭 보살이 진언행자로서 인연을 맺은 것은 1969년이다. 시집을 와서 시어머님과 시누이가 하월곡동에 있는 탑주심인당에 다니고 계시기 때문에 그때는 아무것도 모르고 시어머님을 따라 심인당에 나가게 되었다. 진각종에서 수행을 하다가 총지종 창종조인 원정 대성사님과의 인연으로 원정님을 따라 총지종에서 수행하였다.

총지종이 창종될 당시 마땅한 수행공간이 없어서 서대문, 종암동 등 여기저기 돌아다니면서 원정님과 여러 스승님들을 모시고 불공을 하시다가 실지사에서 터를 잡고 수행하게 되었다.

처음 수행할 때 시어머님께서 엄격하셔서 시어머님이 돌아가시면 "절에 다니지 않아야지" 하고 생각도 하였지만 어느 순간 불공하는 것이 너무 좋고, 이 좋은 법을 나에게 가르쳐 주신 시어머님께 감사하는 마음이 생기기 시작하면서부터 지금까지 수 십 년을 진언행자로 수행하면서도 여전히 "조금 더 불공을 많이 할 쟀"하는 아쉬울만 남는다.

부처님의 법이 좋아 수행하지만 모든 것이 부족함으로 가득하다. 송우섭 보살은 1남 3녀의 자녀와 손녀들이 실지사에 나가 수행하고 있다. 그러니까 시어머님을 비롯해 4대가 진언행자로 열심히 수행하고 있다.

모든 것은 법문으로 받는다

"불교는 깨달음의 종교이다." 라는 말처럼 생활하면서 법문 아닌 것이 없는 것 같다. 불공을 깨물리 하고, 마음속에 번뇌가 생기면 당장 몸에 법문이 다가와 온 몸이 아프곤 한다.
"총지종 창종시에 시어머님과 제가 총지종 서원당에 나가서 불공을 하고, 각자님은 서원당에 나가지 않았다. 그런데 3주가 지난 어느 날 낮에는 멀쩡하던 사람이 밤만 되면 온 몸이 아프고 잠을 제대로 자지 못하다가 아침만 되면 다시 멀쩡한 몸으로 출근을 하시는 것이었다. 이렇게 며칠이 지속되었기에 각자님을 모시고 서원당에 나가 불공을 하였다.

지 못할 정도로 편도선이 심해서 수술을 받아야 한다고 하였다.

그러나 이것도 다 법문임을 알고 딸을 데리고 절에 나가 며칠 동안 불공을 하고 간절한 서원을 담아 불공하였더니 편도선이 사라지고 병이 완쾌되었다. 그 후 딸은 병으로 병원에 가 본적이 없다고 한다.

오묘하고 신비스러운 맥법

법법의 진리는 참으로 오묘하고 신비스럽다. 수원에 살고 있는 동생의 아들이 있는데 아무런 이유 없이 학교에서도 갑자기 쓰러지고, 집안에서도 쓰러지기를 몇 번을 하였다. 여기 저기 병원을 다녀도 병명을 제대로 알 지 못했다. 하루는 아주대 병원에서 정밀검사를 받기 위해 준비하는 중에 절에서 동생의 아들 불공을 하고 있는데 잠을 자지도 않았는데 마치 꿈속에서 느껴지듯 '말이 큰 소로 변해서 웅덩이에서 허우적거리고 있는 것'이었다. 그래서 1주일 동안 동생의 아들 불공을 해주었더니 신기하게도 자주 쓰러지던 동생의 아들이 완쾌되었고, 동생도 제도되어 같이 불공하고 있다.

이러한 이야기는 일반인들이 들으면 무속인의 이야기로 들릴는지 모른다. 그러나 부처님의 법은 절대 거짓말이 없고, 진실한 말 뿐이다. 반드시 굳게 믿고, 의지하고, 발원하면 소

원은 성취되는 것이다.

모든 것은 믿음에 달려 있다. 믿음이 없는데 어찌 부처님께서 소원을 성취시켜 줄 것인가?

주위 사람들을 보면 믿지 않고 소원성취만을 바란다. 진실한 마음과 믿음으로 불공하면 반드시 소원이 성취되는 것이다. 생활하면서 기적이 발생하는 것도 확고한 믿음을 통해서만 가능하다.

가족제도는 모두가 불공하는 모습에서

송우섭 보살은 1남 3녀의 자녀를 두고 있다. 보살님이 불공을 할 때면 각자님은 집안에서 밥을 짓고, 집안 청소를 한다. 보살님이 불공을 할 수 있도록 도와준다. 각자님은 "집을 심은 집수레가 잘 나가기 위해서는 뒤에서 밀어주는 사람이 있어야 잘 나갈 수 있다"고 말하면서 보살님이 불공할 수 있도록 적극적으로 도와주며, 항상 같이 불공한다.

자녀들도 어려서부터 어머니를 따라 서원당에 나가 어머니가 불공하면 옆에서 잠을 자고, 놀곤 하였으며, 저녁에는 저녁식사 후 가족 모두가 불공을 한 후 각자 공부를 하곤 하였다. 생활의 최우선을 불공으로 시작하게 하였다. 이들이 서울대 대학원을 졸업할 정도로 공부를 잘 하였던 것도 다 불공의 공덕이라 한다. 자녀들이 살면서 힘들고 어려울 때면 스스로 열

주를 잡고 불공을 한다. 이러한 불공 공덕 덕분에 자녀들이 모두가 결혼하여 성실하고 착하게 생활하고 있고, 생활하면서 삶이 힘들면 불공을 통해 어려움을 극복하고 어려움은 새로운 삶의 조약돌이 되어 생활의 밑거름이 된다.

모두가 결혼하여 가정을 가지고 생활하며 자녀들을 키우면서 어머니를 생각하게 되고 어머니께서 물려주신 부처님의 법이 물질적인 재산보다도 더 값진 소중한 재산이기에 감사하는 마음으로 생활하며, 부처님의 진리를 증득하기 위해 열심히 수행하고 있다.

지난해 결혼한 며느리도 "처음에는 아무것도 모르고 절에 나가 불공을 하였지만 몇 개월이 지나면서 불공에 대한 묘미를 느끼고 있으며, 절에서 가만히 불공하고 있으면 마음이 편안해지고, 스승님들의 설법을 들으며 나를 관조하게 되고, 어른과 남편을 공경하고, 부처님의 말씀 한 구절 한 구절이 가슴에 와 닿으며, 가장 좋은 것은 가족들과 공감대를 형성할 수 있어 일반 가족들과 다른 수행의 도반이라는 느낌이 들어서 좋다."고 한다.

송우섭 보살은 "많은 보살들은 '어머니인 나는 열심히 불공할 테니 자식들이 너희들은 열심히 공부하고, 일하라.' 며 혼자 열심히 불공을 하지만 불공은 자신 스스로 업장을 소멸하는 것이며, 스스로 불공하여 부처님 진리의 도

미를 깨달아야 한다."며 "가족들 모두가 불공하는 모습을 보여주고 같이 불공할 때 업장의 짐을 서로 나누어 가지는 것이며, 자녀들도 스스로 열주를 들고 불공을 하도록 가르쳐야 한다."고 말한다.

진정한 수행자는 식탁이 우선

송우섭 보살은 실지사의 살림꾼이다. 사월 초파일 부처님 오신날이 되면 연등 만들기를 도맡아서 하고, 절에 행사가 있으면 음식장반을 준비하기에 바쁘다.

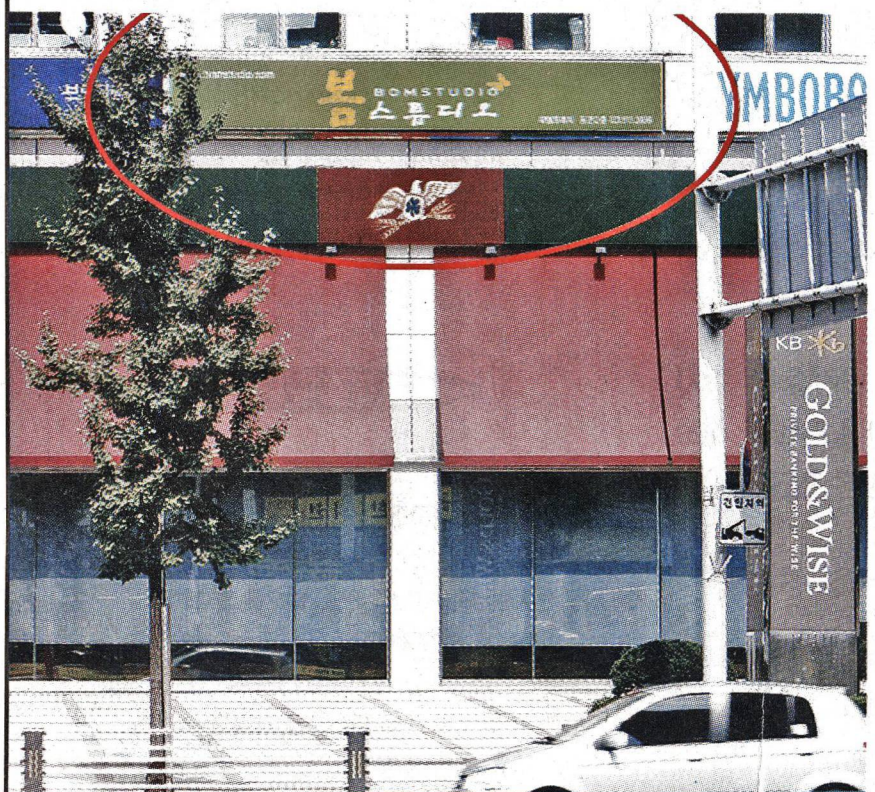
"내가 부처님께 보답하는 길은 스승님들의 말씀을 존중하고, 육체적으로나마 보살들을 위한 보시를 행할 뿐이다."라는 신념으로 실천을 중시하시는 분이다. "부처님께서 말을 조심하고, 행동을 조심하라"고 말씀하셨듯이 말보다는 행동으로 보살행을 실천하고 있다. "내가 힘들면 남들이 힘드는 법"이라며 힘들고 어려운 일을 도맡아 처리하고 있다.

심인행 전수님이 실지사에 계실 때에는 스승님들의 법의를 실지사에서 만들었는데 그때에도 밤 늦도록 미심을 발로 밟으며, 법의를 만들었다는 정도로 자신의 안위보다 남을 위해 일하신다. 보살님은 진정 어머니께서 항상 하시는 말씀이 "자식을 위해 불공을 많이 해야 한다."는 말씀을 기억하시며, 불공하는 것이 즐겁고, 재미있고, 남들이 보기에는 불공을 많이 하는 것 같지만 아직도 부족하다는 생각으로 항상 겸손하며, 빈 마음으로 용맹정진하고 계신다.



진언행자 가족을 찾습니다
총지종 진언행자로 모범적인 수행을 하고 있는 진언행자 가족을 총지종보사로 추천하여 주시기 바랍니다.
연락처 : 02)552-1080, 지정 정사

행복하고 순수한 미소를 전해주는 **봄 스튜디오**



행복은 마음속에 있는 것,
행복한 마음까지 담아내는 한 장의 사진
사진 속에 감춰진 추억의 책장을 넘기는 순수하고 환한 미소
봄 스튜디오는 여러분에게 행복과 사랑을 전해드립니다.

주소 : 경기도 고양시 일산구 주엽동
태영프라자 동관2층, 봄스튜디오
찾아오는 길 : 지하철 3호선 주엽역 8번 출구 5분거리
전화 : 031) 915-3856 정진욱 실장 (송우섭 보살 삼녀)
홈페이지 : bomstudio.com

