



“부처님 오심은 무차대비 원력”

불기 2551년 부처님 오신날 연등법회 봉행



총지사에서 봉행된 부처님 오신날 봉축 연등법회.

불기 2551년 부처님 오신날 봉축 연등법회가 5월 24일 서울 총지사를 비롯한 전국 사원에서 일제히 봉행됐다.

효강 종령 예하는 봉축법어에서 “부처님이 이 땅에 화신으로 오신 것은 모든 중생이 생사의 굴레에서 벗어나 해탈하기를 기원하는 무차대비의 원력이었다”

“일체만물은 서로 의지하여 살고 있어서, 서로 관련되지 않은 것이 없다는 연기(緣起)의 이치를 깨달아 동체대비(同體大悲)의 마음을 가지고 서로를 사랑하고 존경해야 한다”고 설했다.

원송 통리원장은 “부처님께서는 모든 중생이 부처님같이 절대 평등한 불성(佛性)을 지니고 있음을 선언하시고, 깨달음의 길을 열어 중생을 구제하기 위해 오신 것”이라며 “부처님께서 세상에 오신 이 날은 생명해탈의 날이요, 인간존엄의 대선언을 선포한 역사적인 날”이라고 말했다.

원송 통리원장은 또 “부처님은 인류가 지향하여야 할 공동체 삶의 모범을 제시하셨다”고 전제하고 “부처님이 말씀하신 공동체의 삶이란 고통받는 중생을 외면하지 않고, 열반과 해탈의 세계로 제도하는 일일 것”이라고 덧붙였다.

한편 이날 공식불공 후엔 찬불가 합창, 가야금 병창 공연, 자성학교 영화 상영 등의 다채로운 행사가 마련돼 봉축 분위기를 고조시켰다.



총지사에 어린 수련이 피었다. 굳이 처량상정(處染常淨)이란 말을 떠올리지 않아도 그대로 맑은 기운이 전해 온다.

“만다라 세상, 부처님 세상”

개천사, 삼밀사, 수인사 만다라 봉안불사



개천사 만다라 봉안 불사.

지난 춘계강공회에서 만다라 전국사원 봉안불사를 발표한 후 각 사원별로 잇따른 만다라 봉안불사가 봉행되고 있다.

지난 5월 23일 대구 개천사(주교 경원), 포항 수인사(주교 지공), 부산 삼밀사(주교 원송)의 만다라 봉안불사를 필두로 영천

단음사(주교 안성), 서울 벽룡사(주교 원당)도 조만간 만다라 봉안불사를 계획하고 있다.

총지종 만다라 전국사원 봉안불사는 종단 정책사업으로 추진하고 있으며, 총지종 불단의 통일성을 기하는데 중요한 의미가 있다.

총지종 고유양식인 만다라는 중앙에 옴마니 반매홀 본존을 모시며, 좌우에 각각 대장계, 금강계 만다라를 봉안한다. 대장계 만다라는 중대팔엽원을 중앙으로 414존의 보살을 모시며, 생명의 성장과 탄생을 의미한다. 금강계 만다라는 아홉 개의 작은 만다라로 1,461존의 보살을 모시고 부처의 경지, 깨달음에 이르는 길을 나타낸다.

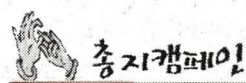


포항 수인사가 사원신축 불사를 마무리 하고 아름다운 모습을 드러냈다. 수인사는 연건평 380평 지상 4층의 전통 한옥으로 건립했으며, 향후 경북지역의 포교 거점 역할을 하게 된다.

이 달의 종조법설

“대승보살행은 결코 관념적이 아니며 생생하게 인생의 고탁을 겪으면서 그것을 소재로 인격화할 수 있는 사람만이 행할 수 있는 수행이기 때문에 오상성신(五相成身)의 불퇴전의 각오로써 정진하지 않으면 안 된다”

오상五相: 진언행자(眞言行者)가 성불에 이르기까지 닦고 익히는 다섯 단계의 수행. 통달 보리심(通達菩提心), 수보리심(修菩提心), 성금강심(成金剛心), 증금강심(證金剛心), 불신원만(佛身圓滿).



총동 범죄

미 버지니아대학에서 32명의 무고한 학생들이 총기에 의해 죽는 일이 일어났다. 범행 동기는 ‘그들이 나를 궁지로 몰았다. 당신들이 내 인생의 9.11 테러다.’ 라고 하며 부유층 미국사회에 대한 증오를 토로하고 있다. 이러한 총동 범죄는 지난 2002년 월드컵 관련 범죄 재판을 분석한 결과에도 잘 나타나고 있다.

향미 있지만 실상은 그렇지 않다고 한다. 한신대 정태기 교수는 “어떤 폭력이든지 폭력을 행하는 사람이나 집단이 배후에는 마음의 상처가 자리잡고 있다”고 지적한다. 따라서 총동 범죄의 근원적 예방책은 ‘마음의 상처’를 치유하는 일이다.

인천지법은 2002년 6월 월드컵 중계방송을 본 후 뒤풀이를 하고 늦게 귀가한 것 때문에 처와 딸다툼을 하다 화를 못 이겨 자신의 승용차를 불태우고 옆에 주차된 승용차 2대도 손상시킨 윤모씨에게 징역 1년에 집행유예 2년을 선고했다.

‘마음의 상처’는 사회적 환경이 좌우하기도 하지만 그 치유의 첫 단계는 ‘폭력의 씨앗’을 잉태하고 있는 개인이 스스로 분노를 관리하고 해소하는 노력을 기울여야 하는 것이다. 그 해법은 인생과 인간에 대한 비현실적인 기대를 버려야 한다는 것이다. 쓸데없는 분노에 속지 않으려면 기대를 조금 줄이고 인간과 사회에 대해 절대적인 잣대를 들이대지 말아야 할 것이다. “참을 썬다 씨이 면 살인도 피한다”는 속담이 있으며 종조님께서 말씀하시길 “일념(一念)의 진심(眞心)은 억겁의 선을 태운다”는 법어를 가슴에 담아야 할 것이다.

서울중앙지법은 2002년 덕수궁 앞에서 한국과 독일의 월드컵 4강전 응원으로 혼잡한 틈을 타 절도를 저지른 최모씨 등 2명에게 각각 징역 1년6개월을 선고했다.

이러한 총동 범죄는 ‘우발적인 사건’으로 간주되는 경

하반기 49일 불공

모든 중생은 불성을 지닌 부처님이십니다. 부처님이 되기 위해서는 자신의 허물을 찾아 참회하고, 오랜 전생에서 쌓아온 업장을 소멸하는 지극한 불공을 해야 합니다. 모든 불자님들께서는 전생의 업장을 소멸하여 해탈을 이루시고, 항상 마음자리를 살피 청정함 부처님이 되도록 수행정진 하시기 바랍니다.

하반기 49일 불공정진으로 모든 마장을 예방하고 가정에 건강과 행복이 가득하시기를 기원 드립니다.

- ◆ 일 시: 총기 36년 5월 28일 ~ 7월 15일
- ◆ 대 상: 총지종 교도 및 모든 불자
- ◆ 장 소: 총지종 전 사원



사설

온 세상이 하나되는 부처님 세상

부처님 오신날을 봉축하는 연등축제가 5월 19일과 20일 각 지방별 사암연합회 주최로 전국 각지에서 성대하게 봉행되었다. 그러나 연등축제가 서울을 제외하고 시민문화 축제로 자리매김하기 위해서는 아직 갈 길이 멀다.

서울 동대문운동장에서 봉행되는 연등축제는 시민들의 관심과 호응으로 서울시의 문화축제로 손색이 없을 정도로 훌륭한 문화축제로 자리매김하며 발전을 거듭하고 있지만 부산과 대구, 광주, 대전 등 기타지역은 연등축제의 규모나 호응도면에서 문화축제가 보다 종교행사로 간주되고 있다.

서울을 제외한 기타지역의 연등축제가 종교행사로 국한될 수 밖에 없는 이유는 연등축제를 주최하는 사암연합회의 홍보력, 기획력 약화와 연합회의 활동력 저하로 볼 수 있다.

이러한 지방 사암연합회의 활동력과 조직력을 강화하기 위해서는 서울의 한국불교중앙협의회를 주축으로 하여 지방의 사암연합회와 네트워크화를 구축하고 정보공유와 조직 연계성, 업무 교류를 추진해야 한다.

현재 지방 사암연합회의 활동은 정기적인 모임형태가 아닌 연등축제, 불교행사를 위한 단거리, 일회성으로 유지 운영되고 있다.

지방의 사암연합회가 중앙의 본부를 중심으로 네트워크를 구성하여 연계성을 강화하고 조직적으로 운영된다면 지방의 불교포교 활성화를 기할 뿐만 아니라 일반 시민들에게 연등축제의 의미성과 장엄함을 부여할 수 있을 것이다.

서울의 연등축제가 시민문화축제로 자리매김 할 수 있었던 것은 연등축제를 준비하는 봉축위원회의 창의적인 발상과 기획력, 행사 후 평가회의를 통한 피드백도 물론 중요했지만 시민들의 여론을 적극 반영하였다는 점이다.

지방의 연등축제가 활성화되기 위해서는 지방 사암연합회의 적극적이고 창의적인 활동과 시민호응, 일반 시민들이 동참할 수 있는 프로그램 개발 등이 우선되어야 하며 서울의 봉축위원회의 연계성을 강화하고 그동안 축적된 봉축위원회의 연등축제 노하우를 지방에 전수하는 상호교류와 정보공유가 필요하다.

부처님 오신날을 봉축하는 연등축제는 불자들의 축제가 아닌 대한민국 모든 대중들의 축제이다.

삼국시대와 고려시대에는 팔관회, 연등회 등을 통해 부처님 오신날을 맞이하여 부처님의 지혜와 자비광명이 온누리에 가득하여 국가의 안녕과 평화, 개인들의 건강과 행복을 발원하는 다채로운 문화축제로 전국각지에서 봉행하였다는 사실에 비추어볼 때 연등축제는 그 역사성과 정통성을 부여할 수 있는 유구한 문화유산임이 분명하다.

연등축제가 전통의 문화유산으로 재생하기 위해서는 불교의 포교강화를 통한 교세활성화와 전국이 하나되는 네트워크 구축, 정보의 공유와 조직력의 강화가 필요하다.

장소는 다르지만 동일한 시간에, 동일한 프로그램으로 연등축제가 전국에서 일시에 봉행된다면 대한민국은 부처님의 세상이 불국토로 만들어 질 것이다.

이러한 불국토를 만들기 위해서는 모든 불자들의 발원과 염원, '나'를 버리는 동체대비의 이타행이 선행될 때 가능하며 연등축제가 대한민국에서 시민들의 문화축제로 자리매김할 때 불교의 생활화와 생활의 불교화가 이룩되는 것이다.

진호국가 불공 정진대법회 입재

내달 15일까지 하반기 49일 불공



불교총지중은 5월 28일 서울 총지사를 비롯한 전국사원에서 스승과 교도들이 동참한 가운데 총기 36년 하반기 49일 진호국가 불공 입재불사를 봉행했다. 이번 상반기 49일불공은 다음달 15일까지 진행된다. '수호국계주다라니경'은 호국 사상을 가장 잘 나타내고 있는 경전으로, 정법을 '홍포하고 좋은

정치로 나라를 잘 다스리면 국위가 선양되어 백성들이 안락하고, 국권이 튼튼하여 태평성대를 누릴 수 있다고 설하고 있다. 우리 나라에서도 신라시대 밀교 고승인 명랑법사와 혜통국사를 비롯하여 고려시대의 많은 승려들이 이 경을 호국불교경전으로 신봉해 왔다.

한편 조조법설집에는 "49일불공 정진의 1차 목적은 나라발전과 호국에 있다. 이 정진은 부국강병으로 외적이 침입하지 못하게 하는 불사이므로 정부를 비방하거나 원망하는 마음을 없애고, 만약 잘못이라고 생각되는 일이 있으면 곧 바르게 되도록 회사하고 서원해야 한다."

2차 목적은 개인적인 것으로, 조상을 위한 천도불공과 자녀 잘 되기를 소원하는 서원불공이라 할 수 있다. 상반기 49일불공이

'자녀 잘되기'를 원하는 불공이 하는 것이 공덕이 크며 매일 정간이고, 하반기 49일불공은 '현 재 부모에 효순하고 선망부모의 해탈'을 서원하는 불공기간이다. 진호국가불공은 가급적 저녁에

"부처님 오신날 어르신과 함께"

어르신 300여분께 점심 공양

광주 법황사(주교 승원)는 부처님 오신날을 맞이하여 광주광역시 및 주변지역 어르신 300여분을 모시고 점심공양을 대접했다. 법황사는 그동안 매년 부처님 오신날을 맞이하여 주변의 어르신들을 모시고 점심공양을 대접하여 왔으며 단일사원에서 많은 어르신들을 모시고 행사를 봉행하는데 있어 법황사 주교 스승을

비롯하여 교도들의 단합된 힘과 부처님의 자비정신을 실천하는 장이 되었다.

법황사 주교 승원장사는 "이번 행사를 봉행하기까지는 법황사 신중회 간부보살님들을 비롯하여 교도들의 원력과 자비, 봉사정신에서 기인한 것으로 앞으로 신명나고 봉사하는 법황사를 만들기 위해 노력하겠다"고 밝혔다.

알림방 ▶ 5월 28일부터 하반기 49일 진호국가 불공을 봉행합니다.

▶ 6월 4일부터 6월 10일까지 월초불공 기간입니다.

▶ 총지중 총림 동해중 영어과 박민희 선생님께서 지난 달 16일 지병으로 별세하셨습니다. 고인의 극락왕생을 빕니다.

▶ 정심사 진일심 전수님의 맥내달 아은경양의 결혼식이 6월 17일 오후 2시 40분 서울 구의역 1번 출구 웨딩의전당 캐슬에서 열립니다.



밀교의 역사

인도에서 탄생한 불교가 석가모니 부처님께서 열반 하신 후 부파불교시대를 거치면서 이른 중심, 승려중심의 불교로 흐르면서 민중의 삶을 외면하고 지배에 바탕을 둔 불교의 근본정신을 소홀히 했던 기간이 있었다. 이것을 극복하기 위하여 대승불교가 나타나 누구나 보살이 되어 성불할 수 있다는 믿음을 가지고 민중구제에 앞장섰다. 그러나 대승불교도 곧 이 어 너무 현학적이고 이론적인 불교가 되어 대중들과 멀어지게 되었다.

교의 정화(精華)라고 일컬어지게 되었다. 밀교의 역사는 인도에서의 전개과정을 기준으로 초기, 중기, 후기의 3단계로 나눈다. 초기밀교는 인도에서 4세기에서 6세기에 걸쳐 성립한 밀교로서 다라니의 독송을 중심으로 하는 밀교였다. 이 시기의 밀교는 아직 이론적인 정립이 이루어지지 않았으며 경전 속에서 다라니의 공덕이 설해지는 정도였다. 일본의 학자들은 이 시기의 밀교를 다음어지지 않은 잡밀(雜密)이라고 부르기도 한다.

금욕적인 불교에서는 금기시하고 부정한 것으로 보았던 것들을 판뜨라불교에서는 긍정적으로 보고 그러한 것들을 성불의 수단으로 삼았다. 예를 들면 성행위나 피, 뼈, 가죽 등을 후기밀교에서는 성스러운 것으로 긍정하여 수행의 방편으로

삼았던 것이다. 후기 밀교의 영향을 받은 티벳밀교에서 사람의 뼈나 가죽 등을 법구로 쓰는 것도 그러한 이유에서이다. 이처럼 판뜨라 밀교에서는 성적인 요가나 생리적인 행법도 과감하게 도입하였기 때문에 중국이나 우리나라, 일본에서는 좌도밀교라고 하여 금기시한다. 후기밀교의 경전은 송대에 한역된 것이 있지만 유교적 윤리관이 강한 중국에서는 크게 받아들여지지 못했다.

대승불교의 정화

이러한 틈을 타 바라문교는 불교의 사상을 모방하고 민간신앙을 흡수하여 힌두교로 탈바꿈하면서 위세를 떨치기 시작했다. 밀교는 이러한 민중의 열의를 반영하여 인도 재래의 신앙을 폭넓게 수용하면서 그들의 의례의 상당 부분을 불교적으로 승화시키고 동시에 대승의 교학체계를 도입하여 불교의 근본정신을 되살리려고 한데서 출발했다고 할 수 있다.

중기밀교는 7세기 이후에 인도에서 새롭게 성립한 (대일경) (금강정경) 등의 경전을 기반으로 하는 체계적인 밀교이며 중국에서는 중당(中唐)에서 만당(晩唐) 8세기~10세기에 걸쳐서 번영했으며 그 영향이 우리나라와 일본에도 미쳐졌다. 이 시기의 밀교는 이론과 수행체계가 잘 갖추어져 있으며 성불과 중생구제를 궁극의 목표로 삼았다. 이 점에서는 현세이익을 지향하는 초기밀교의 다라니 독송 위주의 것과는 차이를 달리하는 밀교라고 할 수 있다.

전개과정상 3단계

후기밀교는 8세기 이후에 인도에서 일어난 판뜨라리즘의 유행과 함께 성립한 밀교로서 판뜨라불교라고도 한다. 이전의

명칭	내용	주요경전
초기밀교	인도에서 4세기에서 6세기에 걸쳐 성립한 밀교. 다라니(진언)의 독송에 의하여 주로 복을 빌거나 병을 고치는 등 현세적인 이익을 기원했다. 아직 교리적 배경이나 수행의 체계를 제대로 갖추지 못한 밀교라고 할 수 있다.	대승경전 속에서 다라니가 삽입된 것이 많으며 수(隋)대에서 중당(中唐)에 걸쳐 한역된 것들이 많다. 주로 관세음보살과 관련된 것들이 많으며 이 시기의 대표적인 것으로는 <다라니집경>이 있다.
중기밀교	7세기경 인도에서 성립된 체계적인 밀교로서 선무의삼장과 금강지삼장, 불공아사리 등에 의하여 당나라에 전해졌으며 우리나라와 일본에 영향을 미쳤다. 특히 일본에서는 이를 이어받아 공해대사가 중국에 들어가 법을 전수받아 진언종을 창종했다.	이 시기의 경전으로는 <대일경>과 <금강정경>이 있다. 선무의삼장과 금강지, 불공 아사리 등에 의하여 한역되었으며 이 두 경전을 중심으로 하는 의례가 많이 전해졌다.
후기밀교	8세기 이후 판뜨라리즘의 영향을 받아 성립한 밀교. 성적 요가와 생리적 행법을 도입하여 성불의 수단으로 삼았다. 네팔이나 티벳에 그 흔적이 많이 남아 있다.	이 시기의 경전을 흔히 판뜨라경전이라고 하며 티벳대장경의 많은 부분을 차지하고 있다. 중국이나 우리나라에는 그다지 전해지지 않았다. 중국에서는 송대에 일부가 번역되어 일본에 전해졌다.

우리 모두 부처님의 참사랑을 어려운 이웃과 나눕시다

2007년 4월 28일부터 5월 30일 까지

개천사 이회권 4.30 10,000	단향사 공철봉 5.3 5,000	백월사 이갑진 4.30 10,000	선립사 심지장 5.23 10,000	정각사 박수빈 5.18 10,000
개천사 박상순 5.10 10,000	덕화사 하순옥 5.18 10,000	백월사 박삼순 5.2 10,000	선립사 대 덕 5.28 10,000	정각사 조현필 5.25 5,000
개천사 이회권 5.23 10,000	만보사 정덕순 4.30 5,000	백월사 황혜숙 5.16 10,000	성화사 우담배라 5.15 50,000	정심사 박옥란 5.9 20,000
개천사 무명씨 5.30 5,000	만보사 배정임 5.14 10,000	백월사 범 우 5.16 20,000	수인사 김봉기 4.30 10,000	정심사 오윤보 5.16 5,000
개천사 경 원 5.30 10,000	만보사 민순분 5.23 10,000	백월사 인지심 5.16 10,000	수인사 한애숙 5.3 20,000	정심사 권성수 5.18 20,000
개천사 정범수 5.30 10,000	만보사 최옥순 5.29 10,000	백월사 류승태 5.16 10,000	수인사 한애숙 5.25 20,000	총지사 이인성 5.9 30,000
관성사 이해원 4.30 5,000	만보사 지 성 5.30 10,000	백월사 박인철 5.23 5,000	수인사 김봉기 5.30 10,000	통리원 지 정 5.21 20,000
관성사 황성녀 5.2 10,000	만보사 승효제 5.30 10,000	백월사 박인국 5.23 5,000	실보사 송희준 5.17 5,000	해정사 박종석 5.10 20,000
관성사 김병석 5.2 10,000	밀인사 이연수 5.2 10,000	백월사 이갑진 5.30 10,000	실보사 이순옥 5.21 5,000	해정사 해보심 5.16 10,000
관성사 황성녀 5.29 10,000	밀인사 정정희 5.2 5,000	법천사 김정숙 5.3 5,000	실지사 조원호 5.3 3,000	해정사 서 령 5.28 10,000
관성사 이해원 5.30 5,000	밀인사 이재호 5.2 10,000	법천사 시 정 5.21 10,000	실지사 이화수 5.16 10,000	해정사 해원정 5.28 10,000
관성사 해 정 5.30 10,000	밀인사 신대식 5.23 5,000	법천사 원만원 5.21 10,000	실지사 정경자 5.29 5,000	해정사 오혜민 5.28 10,000
관성사 정범계 5.30 10,000	밀인사 이해성 5.23 5,000	벽룡사 오미순 4.30 10,000	실지사 박병성 5.29 5,000	화음사 윤지원 5.3 5,000
기로원 상지화 5.21 10,000	밀인사 신동희 5.23 5,000	벽룡사 원 당 5.7 10,000	운천사 박보경 4.30 20,000	화음사 강순란 5.4 5,000
기로원 불멸심 5.21 10,000	밀인사 신동의 5.23 5,000	벽룡사 묘심해 5.7 10,000	정각사 윤선자 4.30 10,000	흥국사 강문석 5.18 20,000
기로원 법장화 5.21 10,000	밀인사 이재호 5.25 10,000	벽룡사 이희숙 5.9 10,000	정각사 조혜현 5.7 20,000	
기로원 대자행 5.21 10,000	밀인사 이연수 5.30 10,000	벽룡사 이봉희 5.16 10,000	정각사 변순개 5.10 5,000	
기로원 대 관 5.21 10,000	밀인사 무명씨 5.30 5,000	삼밀사 원 송 5.7 10,000	정각사 황영숙 5.10 10,000	
기로원 수중원 5.21 10,000	밀인사 무명씨 5.30 10,000	삼밀사 인범계 5.7 10,000	정각사 구정희 5.17 20,000	
기로원 자선화 5.21 10,000	밀행사 서상교 5.8 10,000	선립사 정복지 5.10 10,000	정각사 이란이 5.18 10,000	

후원회 가입안내

불교 총지중 사회복지재단 후원회는 부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃과 함께 나누고자 하는 분들의 모임입니다. 여러분의 정성은 재단 복지사업에 소중한 기여가 됩니다.

후원금 납부방법

1. 단체일 경우 회장님이나 담당자를 통하여 납부하시면 됩니다.
 2. 후원금 납부는 지로 또는 아래 금융기관에 자동이체를 하시면 됩니다.
 3. 회원번호란에 소속사원명을, 통신판에 주소를 기재해 주시면 지로용지는 후원자님 앞으로 발송해 드립니다.
- 지로번호: 7668610
- 우리은행: 122-177171-13-104
- 예금부 불교총지중 사회복지재단

불교총지중 사회복지 재단
전화 552-1083, 3452-7485

◇ 위 금액은 전액 불우교도 가정 돕기에 사용됩니다.

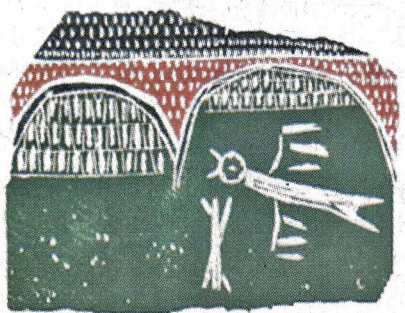
풍경소리

만족할 줄 아는 사람



만족할 줄 아는 사람은
 땅바닥에 누워 자도 오히려 편안하고
 만족을 모르는 사람은
 천당에 살아도 역시 마음이 흡족하지 못합니다.
 그래서 만족할 줄 모르는 사람은
 비록 부자라도 기실 가난한 것입니다.
 -불유교경(佛遺教經) 중에서

세상은 거대한 거울입니다



잠깐만 자비에 대해 명상해 보십시오.
 "나 자신이 편안하고 행복하기를..."이라고
 마음 속으로 되뇌어 보십시오.
 그리고 천천히 그 마음을
 이 세상의 모든 존재에게로 넓혀갑니다.
 "이 세상의 모든 생명들이 나처럼 편안하고 행
 복하기를"
 이렇게 속삭이면서 세상에 자비가
 가득찬 광경을 그려 봅니다.

이 세상은 거대한 거울입니다.
 당신이 환한 웃음을 띠고 거울을 바라보면
 거울도 당신의 환한 미소를 되돌려 줍니다.
 -이현 티티라 스님 말씀 중에서

부처와 중생



서운 스님은 주먹을 쥐었다가
 손바닥을 펴면서 말했습니다.
 "부처 되는 일은 이와 같이 쉬운 것이라네.
 다만 번뇌를 버리지 못하면 부처도 중생이고,
 무명을 버린다면 중생, 그대로가 바로 부처인 게
 지."

-선문에 뜨는 달은 말을 하더라]중에서

원정대성사와 함께 하는

VISUAL말교

~전수경편 제16화~

글:그림/정수일

아유, 배고파라. 복권때문에 신경을 썼더니...

헛!

나무토막 주제에 무슨 배가 고프다고 그래? 자, 과일 한 개 사줄게.

살다 별일 다 보네.

아무튼 고마워요, 떡입술각자님. 복 받을 거야~

어흥!

헛! 고... 고맙네, 친구!

자, 다음 진도 나가겠습니다. "무위심내기비심" (無爲心內起悲心)

아니, 이렇게 좋은 일을 했는데 복을 못 받나요? 복권 다시 사면 당첨 되지 않을까요?

좋은 일을 했는데도 댓가가 없잖아!

이... 이런, 도둑죽.

그러므로 "무위심내기비심"이란 무엇을 베풀고 나서 댓가를 바라지 않는 조건 없는 마음 가운데 자비심을 일으킨다...라는 내용이 되지요.

기비심(起悲心)이란 자비심을 일으킨다 라는 내용입니다.

앗! 불쌍한 사랑이다 등자.

무위심이란... 거짓없는 진실한 마음, 조건없는 마음을 말하며

에... 입맛만 버렸군.

근데 너는 그깟 사과 한 개 사주고 그렇게 티를 내냐? 이 쫌생아.

응! 쫌... 쫌

남에게 무엇을 베풀 뒤 댓가를 바라다면 빚쟁이가 돈 빌려주고 원금과 이자를 챙기는 꼴이 되어 결국 자신의 공덕은 하나도 없게 되는 거죠.

이... 이거라도 도로 드릴까요?

나도 되다네!

됐네!

이달의 명상



연기(緣起)

누군가 머물다 간 흔적 위로 햇살이 다가와 앉고, 밥상 뒤 숲에선 바람 소리가 들려온다. 흔들리는 숲이 있어 바람의 모습이 드러나고, 어딘가 닿을 곳 있어 햇살의 모습도 드러난다. 알 수 없는 시간과 마주쳐 인연이 드러나고, 헤아릴 수 없는 자비(慈悲)로 어리석고 어리석은 내가 이 세상에 드러난다.

구례 화엄사 원통전에서 박재완 기자의 포토에세이

서울·경인교구 합창단 단원을 모집합니다

총지종 서울·경인교구 합창단에서는
 아름다운 음성으로 부처님의 법을 전하며
 자비를 실천할 단원을 모집하오니
 관심있는 불자들의 많은 동참 바랍니다.

- ◆ 모집대상 : 모든 불자
- ◆ 모집시기 : 수시
- ◆ 연습일시 : 매주 수요일 오후 1시30분
- ◆ 연습장소 : 총지사
- ◆ 연락처 : 노진숙 단장
02)552-1080~3(대)



인국불교미술 ①

불보살의 공덕 표현 - 수인

회화적 표현에 있어서 동양미술, 특히 우리나라 고미술이 서양미술에 비해 턱 없이 부족한 부분을 하나 꼽으라고 한다면 단연 손, 발의 묘사이다.

물론 이는 신체를 섬세하고 세밀하게 표현하는 것이 신에 가장 가깝게 그리는 것이라 믿는 철학적 사고를 가지고 있는 서양에 비해 외부로 속살이 비치는 것은 경박한 것이기에 합부로 손과 발 조차 밖으로 드러내는데 인색했던 우리나라에 있어 당연한 손, 발을 그림으로 표현 한다는 건 특별한 경우가 아니라면 많이 눈에 띄지 않는다.

하지만 유독 손과 발의 표현이 적극적으로 나타나는 부분이 불교미술입니다. 불화, 석조, 불상 등에서는 손, 발의 표현이 잘 나타나 있으며 특히 손은 거의 모든 부처 표현에서 나타나고 있다.

물론 그렇다고 아주 정밀하게 묘사된 것은 아니지만(반가사유상에서 뺨에 대고 있는 손의 섬세함은 예외라 할 수 있지만.) 여타 미술에서는 볼 수 없을 만큼 손을 많이 나타내고 있습니다. 이러한 이유에는 부처를 표현하는데 손의 모양이 중요한 점이란 걸 말해주고 있다.

부처의 손 모양, 즉 손의 위치, 손가락 모양이 어떤 특별한 의미를 가지고 있으며 손 모양, 수인(手印)이라고 불리는 것이 불교미술을 이해를 하는데 아주 중요한 의미가 있던 걸 알 수 있다.

수인은 부처나 보살의 공덕을 나타내는 의미로써 원래 불전도에 나오는 석가의 손모양에서 유래한 것으로 석가불의 경우에는 선정인, 항마촉지인, 전법륜인, 시무외인, 여원인의 5가지 수인을 근본 5인이라고 합니다. 그밖에 천지인 아미타부처님의 구품인(九品印), 비로자나부처님의 지권인(智拳印) 등이 있다.

불상 종류에 의한 수인은 교리적인 뜻을 가지고 표현되었기 때문에 불상의 성격과 명칭을 분명하게 해주는 역할을 하였으나 우리나라에서는 그 규칙이 엄격하게 지켜지지 않았다고 한다.

선정인(禪定印)

부처가 결가부좌 상태로 참선 즉 선정에 든 것을 상징하는 수인이다. 석가모니가 보리수 아래 금강좌에 앉아 깊은 명상에 잠겨 있을 때 취한 수인이 바로 이 수인이다.

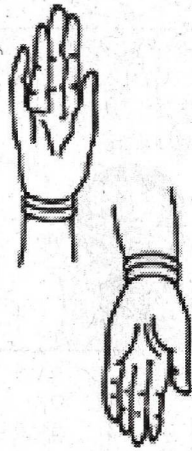
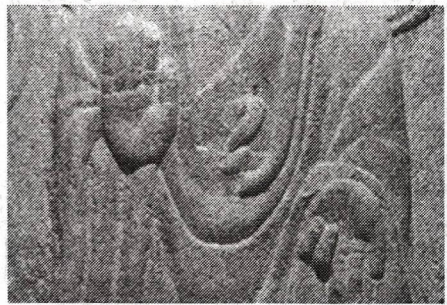
결가부좌한 불좌상에서만 볼 수 있으며 삼마지인(三摩地印), 삼매인, 법계정인(法界定印), 등지인으로 부르기도 한다. 왼쪽 손의 손바닥을 위로해서 배꼽

앞에 놓고 오른손도 손바닥을 위로해서 그 위에 겹쳐 놓으면서 두 엄지손가락을 서로 맞대어 놓는 형식이다.

전법륜인(轉法輪印)

부처가 처음 깨달은 후 바라나시의 녹아원에서 다섯 비구와 중생들에게 최초로 설법할 때의 수인이다. 이 수인은 시대나 지역에 따라 약간씩 차이가 있어 일정치 않다. 우리나라에서는 그 예가 많지 않으나 안압지 출토 금동삼존관불상의 본존불 등에서 볼 수 있다.

통인(通印)



시무외인과 여원인을 합친 수인을 말한다. 교리상 비슷한 성격을 가진 두 개의 수인을 합치게 된 것은 보다 많은 자비를 베풀 수 있다고 믿었기 때문인 것 같다. 통인을 취하는 상은 대부분 입상으로 우리 나라에서는 고구려의 연가 7년 명 금동 여래 입상을 비롯하여 신라의 경주 남산 단석산 신선사 마애불상군, 배리 삼체석불 입상 등 삼국시대 불상에서 그 예를 많이 볼 수 있다.

시무외인

시무외인은 중생의 두려움을 없애주어 우환과 고난을 해소시키는 덕을 보이는 수인이다. 손의 모습은 다섯 손가락이 가지런히 위로 뻗치고 손바닥을 밖으로 하여 어깨 높이까지 올린 형태이다.

여원인

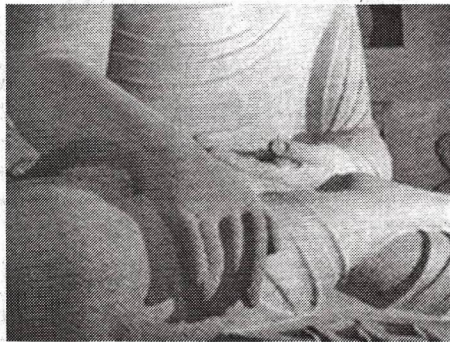
여원인은 부처님이 중생에게 자비를 베풀고 중생이 원하는 바를 달성하게 하는 덕을 표시한 수인이다. 손의 모습은 손바닥을 밖으로 하고 손가락은 퍼서 밀어 향하며, 손 자체를 아래로 늘어뜨리는 모습이다.

지권인(智拳印)

이(理)와 지(智), 중생과 부처, 미혹함과 깨달음이 원래는 하나라는 뜻의 수인으로 보리인(菩提印), 각승인(覺勝印)이라고도 한다. 이 수인은 금강정경(金剛頂經)에 기초를 둔 것으로 주로 밀교계의 대일여래가 취하는 것이나 우리나라에서는 화엄종의 주존인 비로자나불에서 많이 볼 수 있다.

바른손으로 왼손의 둘째손가락 뒷부분을 감싸는 형태를 취하는데 이와 반대의 경우도 있다. 곧 바로 손은 부처님의 세계를 표현하고 왼손은 중생계를 나타내는 것으로서 이와 같은 결인은 중생과 부처님이 하나임을 나타내고 있는 것이다.

항마촉지인(降魔觸地印)



부처가 깨달음에 이르는 순간을 상징하는 수인으로 항마인, 촉지인, 지지인이라고도 한다. 이 수인은 결가부좌한 좌상에만 취하는 것으로 입상이나 의상에서는 볼 수 없다.

이 수인의 유래는 부처님이 성도하기 전에 보리수나무 밑 금강보좌에 앉아 선정에 들었을 때 석가모니 부처님은 정각을 성취하지 못하면 이 자리를 떠나지

않겠다는 굳은 결심을 한다. 그 때 마왕 파순은 권속을 이끌고 와서 갖가지의 방해로 하게 된다.

마왕은 먼저 염욕(染欲), 능열인(能悅人), 가애락(可愛樂)이라는 3인의 미녀를 보내서 교태를 보이면서 세속의 쾌락이 출가의 즐거움보다 더하다고 하면서 유혹하려 하였다. 그러나 이 시도가 성공하지 못하자 최후의 수단으로 악마 세계의 모든 세력을 동원하여 힘으로 쫓아내려고 하였다.

이 때 제1의 지신(地神)이 앞에 나타나 도와주자 하였으나 부처님은 "걱정하거나 겁내지 마라. 나는 인(忍)의 힘으로 거이 어마를 항복시킬 것" 이라고 자신에게 타일었다.

마왕은 칼을 석가모니 부처님께 들이대면서 "비구야, 나무 아래 앉아서 무엇을 구하는가. 빨리 떠나라, 너는 신성한 금강보좌에 앉을 가치가 없는 자" 라고 큰 소리로 외쳤다. 이에 석가모니 부처님은 "천상 천하에 이 보좌에 앉을 수 있는 사람은 나 한 사람뿐이다. 지신이며, 이를 증명하라" 고 하면서 선정인의 상태에서 오른손을 풀어서 검지로 땅을 가리켰다. 이때의 손의 모습이 항마촉지인이다.

선정인에게 왼손을 그대로 두고 위에 얹은 오른손을 풀어 손바닥을 무릎에 대고 손가락으로 땅을 가리키고 있는 모습으로 부처님의 깨달음의 순간을 표현한 다.

합장인(合掌印)



보통 예배를 드리거나 제자와 문답(問答)할 때 취하는 수인으로, 귀명인(歸命印) 또는 일체절왕인(一切切王印)이라고도 한다. 두 손을 가슴 앞에 올리고 손바닥을 서로 맞대고 있는 모양으로 인도의 부조상에서 많이 볼 수 있다.

우리나라에서는 통일신라시대의 방어산 마애삼존불(801년)의 오른쪽 협시보살상, 안압지 금동관보살좌상 등에 나타나고 있다.

총기동의보감

안면신경통



김장규 원장 (서초실버의원)

안면신경통이란 얼굴에서 느껴지는 신경통인데, 병 자체가 아니라 여러 가지 이유로 인해 유발되는 증상의 일종이다. 이상이 있는 신경이 지나가는 부위에서 통증이 된다. 안면 신경통은 가장 고통스러운 신경통의 하나로 중년 이후에 더 흔하게 나타난다.

나타나는 증상으로는 일반적으로 얼굴의 한쪽 부위만 아프다. 통증이 극심하긴 하지만 빨리 지나가며, 1분 이상 지속되지 않는다. 코를 풀거나 껌을 씹거나 세수를 하거나 뺨에 바람을 넣는 행동을 했을 때 갑자기 멈추는 경우가 많다. 간혹 뺨, 입술, 턱, 이마의 경련성 수축이 나타나기도 한다.

안면 신경통은 다음과 같은 이유로 안면신경이 자극/손상될 때 일어난다.

- 감염. 예를 들면 잇몸의 종기.
- 염증. 예를 들면 대상포진(대상포진) 참조.
- 다음과 같은 원인으로 발생하는 신경의 압박:
 - 인접해 있는 혈관.
 - 특정부의 의 출혈 혹은 부종, 예를 들면 발치 부위에서의 출혈/부종.
 - 부러지거나 탈골된 뼈.
 - 목 디스크(정상적으로는 등뼈들끼리의 충격을 완충시켜 주는 역할을 하는 연골이나 탄성조직의 돌출).
 - 암의 증식.

치료법은 일단 원인을 확인하기 위해 의사와의 상담이 필요하고, 확인된 원인에 따라 다음과 같은 치료법이 자주 사용된다.

- 신경의 통증을 덜어주는 약을 처방한다.
- 감염이 있으면 항생제를 처방한다.
- 필요하다면 치과 의사를 추천한다.
- 신경으로부터 혈관을 분리시키는 외과 수술을 시행한다.
- 주사나 외과 수술로 신경을 움직이지 못하게 한다(신경에 연결되는 부위가 영위히 마비되므로 이 방법은 최후의 수단이다).

죽비소리

조행(操行)을 지키지 않는 예독

사람이 재물과 미색에 탐하는 마음을 버리지 않으면, 한번 먹을 양도 되지 않는 찰에 문은 꿀을 아이들이 할다가 허를 베이는 환난이 있는 것과 같다.

(사십이장경 四十二章經)

서 초 실 버 의 원

1995년 서울에서 최초로 개원한 치매/중풍 전문요양병원으로 새로운 지식과 기술을 갖춘 의료진과 간호진이 다년간 축적된 경험과 기술, 따뜻한 정성으로 어르신들을 잘 모시겠습니다.



김장규 서초실버의원 원장

주요경력

- 1991년 서울대학교 의과대학 졸업
- 1996년 서울대학교병원 신경정신과 전문의 취득
- 경기도 연천군 보건의료원 정신과과장
- 2000년 전임의과정 수료(서울대학교병원, 노인정신의학 전공)
- 2001년 석사학위 취득(서울대학교 의과대학) 호주 멜버른대학 연수 (IMHLP: International Mental Health Leadership Program)
- 2002년 박사학위과정 취득(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

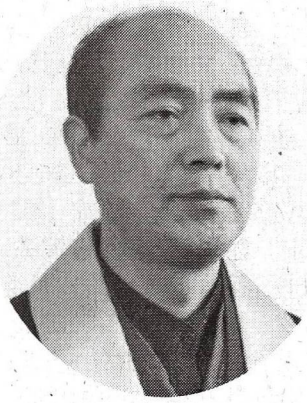
전화상담 : 02-575-1850 Fax : 02-575-8275

주소 : 서울시 서초구 양재동 402-3번지



지상설법

복(福)은 어떻게 받고 지어야 하는가 (中)



을 파지 않고 있다가 물이 필요하게 되어서야 부랴부랴 우물을 파기 시작하는 사람보다 지금은 당장 물이 필요하지 않다 하더라도 평소 미리 우물을 파 놓은 사람은 필요할 때 곧바로 물의 혜택을 받을 수 있습니다. 또 나 뿐만 아니라 남에게도 혜택을 줄 수 있어 더욱 좋고 자손 대대로 물려 쓸 수 있는 것이 우물이므로 지혜로운 사람은 수원(水源)이

큰 복밭이 되는 대표적인 것으로 팔복전(八福田)이라는 것이 있는데 그 내용은 다음과 같습니다.

1. 좋은 우물을 파서 많은 사람들에게 물을 공급해 주는 것
급수공덕(給水功德)

2. 사람들이 많이 다니는 강이나 하천에 다리를 놓아 편하게 건너 다니게 해 주는 것
월천공덕(越川功德)

3. 험한 길을 잘 닦아 사람들이 편하게 다니도록 해 주는 것
치평험로(治平險路)

4. 부모에게 효도를 다 하는 것
효순부모(孝順父母)

5. 불법승 삼보를 공경하고 공양하는 것
공양삼보(供養三寶)

6. 병든이를 돌보아 주고 간호해 주는 것
간호병인(看護病人)

7. 가난한 사람을 널리 구제해 주는 것
구제민공(救濟貧窮)

8. 법회를 열어 많은 사람들에게 차별없이 법음을 듣게 해 주는 것
설 무차대회(設 無遮大會)

이상 여덟가지 큰복이 되는 복밭을 보면 하나같이 나 자신이나 내 가족만을 위한 것이 아닌, 여러 사람을 위한 일임을 알 수 있습니다. 결국 자기만을 위한 자리(自利)보다 남을

위한 이타행(利他行)이 더 큰 복전이 되며, 따라서 남을 위하더라도 소수보다는 다수를 위해 배양의 대상이 많으면 많을수록 더 큰 복이 되는 것입니다.

▶복의 왕래특실(往來得失, 오고 가며 얻고 잃음)

복의 본성은 묘한 것이라 주변 반드시 받게 되고 가면 오게 되며 또 한 알을 심어 백천을 얻는 씨앗(種子)과 같은 것이라 적게 심으면 적게 얻고 많이 심으면 많이 얻으며 짧게 지으면 쉽게 끝나며 오래 지으면 장구히 가는 것입니다.

그래서 우리는 나 자신을 포함해서 주변에 큰 복을 받거나 복을 잃는 사람들은 보면 얻기 바쁘게 금방 잃어버리며 또 어렵게 얻어서 쉽게 끝나 버리기도 하며 쉽게 얻어서 오래 누리는 사람 등 다양한 경우를 많이 볼 수 있습니다.

복의 원리도 인과응보(因果應報)의 원리로써 한 치의 오차없이 지은만큼 받게 되고 쓴 만큼 줄게 되는 것입니다.

(다음호에 계속)

인과응보(因果應報)의 원리로 한 치의 오차 없어

법공 (정각사 주교)

깊은 좋은 우물을 미리 파는데에 게을리 하지 않습니다.

▶큰 복전(福田)에 지어야 한다

복 짓는 것이 마치 농사 짓는 이치와 같아서 어떤 곳에 어떻게 짓느냐에 따라 그 수확이 천차만별로 달라지는 것입니다.

비유하자면 옥토(沃土)와 박토(薄土)에 심은 것과 씨앗의 품종에 따라 수확이 크게 달라지는 것과 같은 이치입니다. 불경에 보면

4. 어떻게 지어야 하는가

▶평소에 지어야 한다

가령, 물이 당장 필요치 않다고 하여 우물

▶부처님의 깨달음



싯다르타는 이런 결심을 했다. '사문들 가운데는 마음과 몸은 쾌락에 맡겨 버리고 탐욕과 집착에 얽힌 채 곁으로만 고행하는 사람들이 있다. 이런 사람들은 마치 젖은 나무에 불을 붙이려는 어리석은 사람과 같다. 몸과 마음이 탐욕과 집착을 떠나 고요히 자리잡고 있어야 그 고행을 통해 최고 경지에 이를 수 있으리라.' 이와 같이 고행에 대한 근본적인 태도를 굳게 결정한 뒤,

싯다르타는 참담한 고행을 다시 시작했다. 아무도 이 짧은 수행자의 고행을 따를 수는 없었다. 싯다르타 그 당시 인도의 고행자들이 수행하던 가운데서도 가장 어려운 고행만을 골라 수행했다. 먹고 자는 것도 있어버릴 정도였다. 몇 톨의 남알과 한 모금의 물로 하루를 보내는 때도 있었다. 그의 눈은 해골처럼 움푹 들어가고 뺨은 가족만 남았다. 몸은 뼈만 남은 앙상한 물골로 변해갔다.

죽지 않고 살아있다는 것이 이상하게 느껴질 정도였다. 그러나 싯다르타는 아직도 완전히 번뇌를 끊지 못했으며 삶과 죽음을 뛰어넘지도 못했다. 그는 여러 가지 무리한 고행을 계속했다. 곁에서 수행하던 다섯 사문들은 너무도 혹독한 싯다르타의 고행을 보고 그저 경탄의 소리를 뿜어낼 뿐이었다.

이렇게 뼈를 쥐는 고행이 어느 정도 수행에 보탬을 주기는 했지만, 그가 근본적으로 바라는 깨달음에는 아직도 이르지 못했다. 번뇌의 불꽃은 꺼지지 않았고 생사의 매듭도 풀리지 않았다. 싯다르타는 언젠가 남들이 하는 고행을 보고 비웃던 생각이 떠올랐다. 그러나 지금 자기가 닦고 있는 고행은 죽은 후에 하늘에 태어나기 위해서가 아니었다. 오로지 육신의 번뇌와 망상과 욕망을 없애버림으로써 영원한

머지 점점 형식에 빠져 마음을 고요하고 깨끗하게 가지는 일에는 소홀했던 것이다. 그는 고행을 중지하고 단식도 그만두기로 했다.

그리고 지나치게 지쳐버린 육체를 회복하기 위해서 네란 자라강으로 내려가 맑은 물에 몸을 씻었다. 그때 마침 강가에서 우유를 짜고 있던 소녀에게서 한 그릇의 우유를 얻어 마셨다. 그 소녀의 이름은 수자타라고 했다. 우유의 맛은 비길 데 없이 감미로웠다. 그것을 마시고 나니 그의 몸에서는 새 기운이 솟아났다.

이 광경을 멀리서 지켜보고 있던 다섯 명의 수행자들은 크게 실망하고 말했다. '그토록 고행을 쌓고도 최고의 경지에 이르지 못한 사람이 어찌 세상 사람이 주는 음식을 받아 먹으면서 그것을 깨달을 수 있겠는가.' 그들은 고행을 그만

싯다르타의 마음이 문득 현연할수 없는 기쁨으로 넘치기 시작했다. 이제는 두려워할 아무것도 없었다. 모든 이치가 그 앞에 맑게 드러났다. 태어나고 죽는 일까지도 환히 깨닫게 되었다. 온갖 집착과 고뇌가 자취도 없이 풀려 버렸다. 우주가 곧 내 자신이고 내 스스로가 우주임을 알게 된 것이다. 이 때 싯다르타는 환희에 넘쳐 함성이라도 울리고 싶었다. 그의 얼굴에는 일찍이 볼 수 없었던 평화와 자신이 넘치는 밝은 빛이 깃들었다. 그때 네란자라강 저너머로 먼동이 트기 시작했다. 마침내 싯다르타는 깨달음을 얻게 된 것이다. 그토록 자신이 '부처'가 되었다고 확고한 신념을 가질 수 있었다.

스물아홉에 태자의 몸으로 카필라의 왕궁을 버리고 출가한 짧은 수도자는 목숨을 걸고 찾아 헤매던 끝에 더 이상 도달할 수 없는 최고의 진리를 깨달은 것이다. 즉 '깨달은 사람'이 된 것이다. 그때 싯다르타의 나이 서른 다섯 살이었다. 이제는 그에게서 인간적인 갈등과 번뇌는 깨끗이 사라져버렸다. 이 세상에서 일찍이 그 누구도 경험할 수 없었던 으뜸가는 열반의 경지를 스스로 깨달아 얻은 것이다.

이렇게 해서 인류의 스승 부처님이 나타나신 것이다. 진리를 깨달아 부처님이 된 싯다르타의 마음속에는 새로운 생각이 솟아 오르고 있었다. 그가 처음 출가하여 수행한 동기는 우선 자기 자신의 구제에 있었다. 생로병사라는 인간 고뇌의 실상을 보고 그것을 해결하고자 사랑하는 처자와 왕자의 지위도 내던지고 뛰쳐 나왔던 것이다. 이제 보리수 아래서 최상의 깨달음을 얻게 되자 자기 자신의 문제는 해결된 것이다. 그 이상 아무것도 구할 필요가 없었다. 그러나 여기에 새로운 문제가 제기된 것이다. 자기가 깨달은 진리를 세상 사람들에게 널리 전해 해탈의 기쁨을 함께 나누는 일이었다. 많은 사람들이 겪고 있는 고통이 곧 자기 자신의 것처럼 느껴졌다. 이것은 우주의 진리를 말바닥까지 들여다본 부처님의 자비였다. 그는 이제부터 중생들을 구제하는 길에 나서기로 새로운 뜻을 세웠다.

진리의 여울

평화의 경지인 열반을 얻고자 함이었다. 그래서 모든 사람들에게 자기가 얻은 평화를 주기 위해서인 것이다. 깨닫지 못할 비애야 차라리 죽는 편이 낫다고 그는 거듭 결심을 다졌다. 그는 이따금 모든 고뇌와 집착에서 벗어나 해탈의 삼매경에 들어간 것 같은 생각이 들 때도 있었다. 그러나 삼매는 곧 흠어지고 현실의 고뇌가 파고들었다.

고행 시작한 지도 다섯 해가 지나갔다. 아무도 감히 흉내낼 수 없는 지독한 고행을 계속해 보았지만 자기가 바라던 최고의 경지에는 이르지 못했다. 어느 날 싯다르타는 그가 지금까지 해 온 고행에 대해 문득 회의가 생겼다. 육체를 괴롭히는 일은 오히려 육체에 집착하고 있는 것이라는 생각이 들었다. 육체를 괴롭히기보다는 차라리 그것을 맑게 가짐으로써 마음의 고요도 가져올 수 있지 않을까 하는 생각이 들었다. 그 동안 싯다르타는 수행의 방법에만 얽매어 나

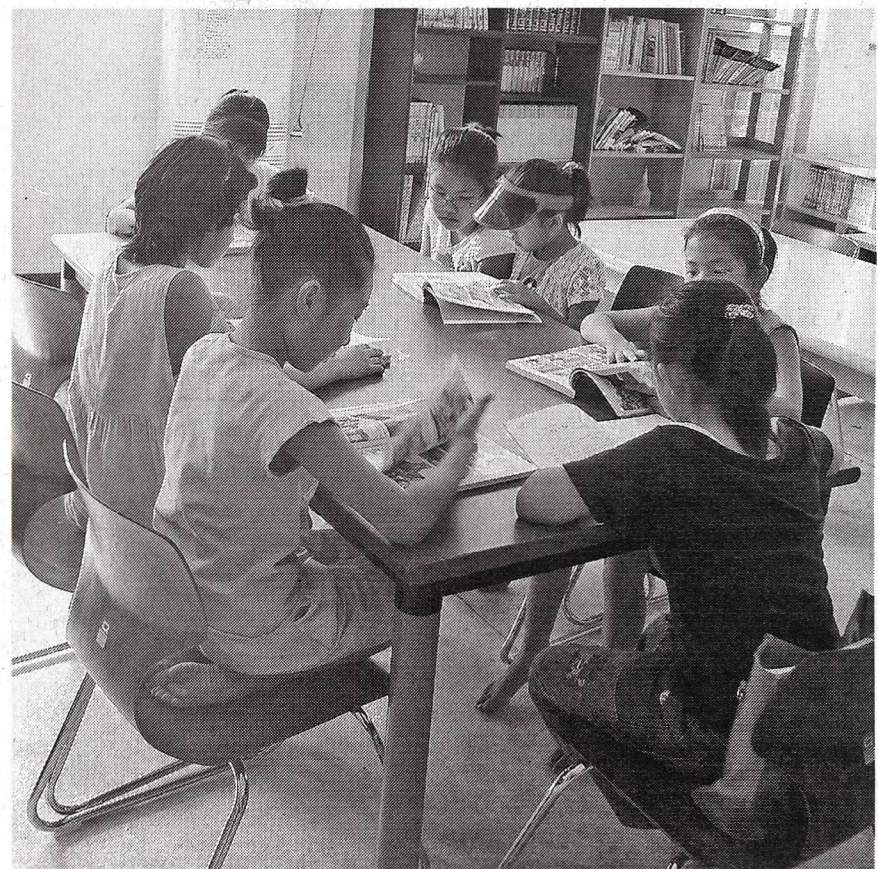
둔 싯다르타가 타락했다고 하여 그의 결을 떠나 바라나시의 교외에 있는 녹야원으로 가버렸다.

싯다르타는 홀로 숲속에 들어가 커다란 보리수 아래 단정히 앉았다. 맑게 갠 날씨였다. 앞에는 네란자라강이 잔잔히 흐르고 있었다. 싯다르타의 마음은 날 듯이 흥분했다. 모든 것이 맑고 아름답게 보이기만 했다. 싯다르타는 오랜만에 마음의 환희를 느꼈다. 그는 다시 비장한 맹세를 했다. '이 자리에서 육신이 다 죽어 없어져도 좋다. 우주와 생명의 실상을 깨닫기 전에는 이 자리를 떠나지 않으리라.' 싯다르타는 평온하고 가벼운 마음으로 다시 깊은 명상에 잠겼다.

이렇게 해서 이래저 되는 날이었다. 들레는 신비로운 고요에 싸이고 셋별이 하나 둘 들기 시작했다. 명상에 잠긴

충지중 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 가정을 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 ☎ : 051-552-0705

불교설화 <11>

공주의 울음과 불사

— 구례 화엄사

『주지와 대중은 들으라.』

『예.』

『내일 아침 밀가루 항아리에 손을 넣어 밀가루가 묻지 않는 사람을 화주승으로 삼아라.』

때는 조선 숙종조. 임란 때 소실된 장륙전 중창 원력을 세운 대중들이 백일기도를 마치고 전날 밤. 대중은 일제히 백발의 노인으로부터 이같은 부촉을 받았다.

회향일인 이튿날 아침 큰방에 모인 대중은 긴장된 표정으로 차례를 기다려 밀가루 항아리에 손을 넣었으나 한결같이 흰손이 되곤 했다. 이제 남은 사람은 주지 계과 스님뿐. 스님은 스스로 공양주 소임을 맡아 백일간 부엌일에만 충실했기에 아예 항아리에 손을 넣지 않았다. 그러나 하는 수 없이 마지막으로 항아리에 손을 넣었다. 이게 웬일인가. 계과 스님의 손에는 밀가루 한 점 묻지 않았다.

스님은 걱정이 태산 같아 밤새 부처님께 기도를 올렸다.

『너무 걱정 말고 내일 아침 길을 떠나 제일 먼저 만나는 사람에게 시주를 청하라.』

간밤 꿈에 만났던 그 백발의 노승이 다시 나타나 일깨워 주었다.

『나무 관세음보살.』

새벽 예불 종소리가 끝나자 주지 스님은 가사장삼을 수하고 산기슭 아랫마을로 향했다.

마을 어귀에 들어서도록 아무도 만나지 못한 계과 스님은 초조와 실망을 금치 못했다.

『아! 내가 한낱 꿈속의 일을 가지고...』

습쓰레 웃으며 마지막 마을 모퉁이를 돌아설 때, 눈앞에 사람의 모습이 보였다. 순간 기쁨에 넘친 스님은 그쪽으로 걸음을 옮겼다.

그러나 스님은 남루한 거지 노파의 모습에 이내 실망했다.

그러나 백발노승의 말을 믿기로 한 스님은 노파에게 공손히 인사했다.

눈이 휘둥그레진 거지 노파는 모뎀 바를 물었다.

『아니 스님, 흰네는...』

그러나 스님은 그 자리에 꿇어앉아 더욱 머리를 조아리며 간청했다.

『소승의 소망을 볼타 없어진 절을 다시 복구하는 일이옵니다. 하오니 절을 지어 주시옵소서.』

『아이구, 나같이 천한 계집이 스님에게 절을 받다니 말이나 되나 안되지 안돼.』

총총히 사라지는 주지 스님의 뒷모습을 바라보던 노파는 결심했다.

『다 늙은 것 주지 스님께 목을 보인 셈이니 이젠 죽는 수밖에 없지. 난 죽어야 해. 아무데도 쓸데없는 이 하찮은 몸, 죽어 다음에 태어나 큰 불사를 이루도록 부디 문수 대성은 가피를 내리소서.』

할말은 그 길로 강가로 갔다. 짚신을 바위 위에 가지런히 벗어

놓고는 강물에 투신자살을 했다.

소문이 삼시간에 퍼지자 스님은 살인범 누명을 쓰게 됐다.

『아, 내가 허무맹랑한 꿈을 믿다니.』

스님은 바람을 짊어진 채 피신길에 올라 방랑생활을 시작했다. 그로부터 5~6년 후.

창경궁 안에서는 태어날 때부터 울음을 그치지 않는 공주를 큰 길에 다락을 지어 가두려는 왕명이 내렸다.

『폐하, 노여움을 푸시고 명을 거두어 주옵소서.』

『듣기 싫소, 어서 공주를 다락에 가두고 명의를 불러 울음병을 고치도록 하라.』

이 소문을 전해 들은 계과 스님은 호기심에 대궐 앞 공주가 울고 있는 다락 아래로 가 보았다.

이때 묘한 일이 일어났다.

그렇게 울기만 하던 공주가 울음을 뚝 그쳤다.

『공주!』

황후는 방실방실 웃어대는 공주를 번쩍 안으며 기뻐 어쩔 줄 몰라했다.

『아니, 공주가 손가락으로 누구를 가리키며 웃아옵니다. 폐하!』

『허허! 정말 그렇구나.』 황제와 황후는 주위를 훑어보았다.

『폐하! 저기 저 스님을 가리키고 있습니다.』

『응, 스님들?』

모든 사람의 시선이 계과 스님에게 쏠렸다.

주위를 의식한 스님이 그만 자리를 떠나려 하자 공주는 또 울기 시작했다.

『여봐라, 저 스님을 모시도록 하라.』

황제 앞에 부복한 스님은 얼떨떨했다.

『폐하, 죽어야 할 몸이오니 응분의 밭을 주시옵소서.』 스님은 지난날의 일을 낱알이 고하며 눈물을 흘렸다.

울음을 멈춘 공주는 달려와 스님에게 매달렸다. 그리고는 태어날 때부터 퍼지 않던 한 손을 스님이 만지니 스스로 펴는 것이 아닌가. 손바닥엔 『장륙전』이란 석 자가 써여 있었다.

이 모습을 본 황제는 지그시 눈을 감았다.

『내 일찍이 부처님의 영험을 알지 못하고 크고 작은 죄를 범하였으니, 스님 과히 허물하지 마십시오.』

『무슨 말씀이시옵니까. 소승 몸들 바를 모르겠습니다. 폐하!』

『공주가 스님을 알아보고 울지 않는 것은 필시 스님과 전생에 깊은 인연이 있음을 뜻함으로, 짐은 이제사 크게 깨달은 바가 있어 스님을 도와 절을 복구할 터이니 어서 불사 준비를 서두르시오.』

숙종대왕은 장륙전 건립의 대원을 발하고 전각이 완성되자 『각황전』이라 이름했다. 왕이 깨달아 건립했다는 뜻이다.

이 건물이 바로 숙종 25년에 시작하여 28년에 완성된 2층 팔각 지붕의 국보 제67호이다.

▲전남 구례군 마산면 화엄사 장륙전을 중창하면서 현재 국보 제67호인 각황전이 건립된 것과 관련한 설화 - 최영혜



생활속의 밀교

수행을 잘 하고 있는지 점검하는 방법

▶만약 자신의 수행에 잘못된 점이 있다면, 그것을 알 수 있는 방법이 있습니다. 자기 자신에게, 그리고 다른 사람에게 이렇게 물어 보는 것입니다. "나는 지금 아주 친절한 사람이 되어 가고 있는가?" 그 대답이 '아니요' 이거나 자신이 그 대답을 확실하게 답하지 못한다면, 거기엔 잘못된 점이 있습니다. 그렇다면, 분명 본인은 더욱 열심히 수행하여야 할 것입니다. 혹시 자기 자신은 보다 더 선(善)하게 되어가고 있다고 생각하고 있으나, 다른 사람들은 그렇지 않다고 불평하는 거기에 무슨 잘못된 점이 있습니까. 그렇다면, 더욱 정진하여야 할 것입니다.

수행을 잘 하고 있는지를 점검하는 방법은 자기자신 스스로 점수를 매기는 데서 시작합니다. 과연, 냉정하게 자신을 평가했을때 부처님을 속이지 않은 생활을 하고 있는가, 마음 씀씀이를 제대로 하고 있는지를 스스로 평가해보는 것입니다. 냉정한 평가후에 스스로 행동으로 실천하고자 하는 노력을 기울이는지를 살펴봐야 할 것입니다. 한 달에 한 번, 일주일 월초 불공 동안만이라도 스스로를 점검해보는 시간으로 삼아야 할 것입니다. 내가 부처님 종자가 있는지, 종자를 싹틔울 수 있는 선근(善根) 뿌리가 제대로 박혀 있는지를 살펴봐야 할 것입니다.

자기 점검을 하면서 다음과 같은 공부로 이어져야 합니다. 마음에 대한 단속입니다. 우리가 수행을 통하여 체험하는 것은 무엇일까요? 그것은 "우리가 나" 라고 하는 것이 단지 마음과 몸(물질) 뿐이다."라는 사실을 자각하는 것입니다. 마음이란 것이 느낌, 생각, 말, 행동을 따라 늘 변한다는 사실을 깊이 자각하는 것입니다. 마음이란 것이 원인에 의해 결과가 되어 작용이 일어나고 또한 사라지게 됩니다. 거기에는 어떤 신이나 '나', 또는 뒤에서 그것을 조종하는 영원 불변의 실체가 존재하지 않습니다. 이 마음

은 육신에 따라 좌우되기도 하고, 또는 육신을 뛰어 넘어 존재하기도 합니다. 몸은 늙어도 마음과 정신이 청년일 수 있고, 몸은 젊으나 마음과 정신이 병들어 있는 경우도 있습니다. 어떻게 보면, 이 육신, 이 몸통이리의 구성 요소인 물질은 별로 중요하지 않을 수 있습니다. 늘 변하는 몸이고 마음이라는 것을 알았을 때 우리는 집착에서 벗어날 수 있으며, 훨씬더 가벼운 기분을 가질 수 있고, 그 어디에도 얽매이지 않는, 결림없는 마음가짐을 가질 수 있습니다. 진심, 원망, 시기, 질투가 조금은 사라질 수 있습니다. 그렇게 되고 있느냐 아니냐는 바로 본인의 수행 정도에 달려 있습니다. 어떠한 경우라도 마음의 동요가 없어야 합니다. 고요한 호수와 같은 마음을 가져야 합니다. 어떠한 생사고락에도 말입니다.

▶이 생에서 수행을 하는 동안 우리의 몸은 병들 수 있으나 마음은 병들어서는 안 됩니다. 사실 건강하고 강한 마음은 병들고 허약한 몸도 치료할 수가 있습니다. 우리는 마음의 주인이 되어야 합니다. 결코 마음의 종이 되어서는 안 됩니다. 어떤 사람은 아무런 이유 없이 어떤 일들이 일어난다고 믿는 경우가 있습니다. 그러한 믿음을 '원인 없는 믿음' (ahetuka-ditthi)이라고 말합니다. 하지만 수행자는 그것을 결코 인정하지 않습니다. 수행자는 빈부의 격차가 반드시 어떤 원인에 의해 그러하다는 것을 알고 있습니다. 결정코 인과(因果)를 굳게 믿어야 제대로 수행에 들어갈 수 있고, 지극한 신앙심을 가질 수 있으며, 절실한 용맹으로 정진할 수가 있는 것입니다.

▶어떤 사람은 모든 존재들은 신(Brahma)이나 창조주에 의해 만들어졌다고 믿기도 합니다. 그러한 믿음을 '창조주에 대한 부적절한 믿음' (visama-hetuka-ditthi)이라고 말합니다. 사실, 신이 모든 것

을 창조하였다면, 그 신은 완벽한 사랑과 자애심을 지니고 있기에 모든 존재들이 가장 행복할 수 있도록 해주어야 할 것입니다. 그 신이 있는 한 세상은 절대 불행이란 것이 없어야 할 것입니다. 그러나 우리가 살고 있는 세상은 그렇지 않습니다. 행복과 불행은 늘 공존하고 있습니다. 아니, 크고 작은 불행이 연속해서 일어나고 있다고 여길 때가 더 많을 것입니다.

불교에서는 자작자수(自作自受)로 보고 있으므로, 모든 것은 나로 비롯된 것이요, 누구를 원망할 것도 시기할 것도 없다는 입장입니다. 모든 현상을 있는 그대로 받아들이고 과보를 달게 받겠다는 마음 자세는 오히려 나를 고요하게 만들고 성숙하게 합니다. 어떠한 난관과 어려움이 있을 지라도 퇴보와 포기하는 없습니다. 수행이 잘 되어가고 있느냐 없느냐를 점검하는 방법은 바로 그와같이 나의 마음을 단속시킴으로써 스스로를 평가하는 것입니다. 스스로를 점검하는 생활은 자신을 선한 마음가짐과 태도를 갖게 합니다. 모든 언행(言行)은 잔잔한 미소와 즐거움과 기쁨으로 이루어지게 합니다.

▶자신을 점검하는 것은 곧 '몸과 마음을 단속하는 훈련'이라 말할 수 있습니다. 우리 마음 속에 일어나는 온갖 불안, 걱정, 근심, 성급함 등 나쁜 마음들을 모두 비울 수 있어야 합니다. 그것을 배우고 알 수 있는 유일한 방법은 자신의 안을 들여다 보고, 불안과 걱정, 근심, 성급함에 매이지거나 꼬달리지 않는 것입니다. 그것을 달리 표현하면 수행이고, 인내하는 것입니다. 그래서 우리는 자성일 불공, 월초불공을 하고 있는 것입니다. 진언염송을 통해 수행하고 인내하는 훈련을 지속적으로 행하여 나가는 것. 그 속에 영원한 행복이 있습니다. 자신이 행복하다고 여기면 그것이 진정한 행복입니다. <법경 정사//무산 정각사/법정원 연구원>

염주를 수제하여 소원성취, 즉신성불 이루소서!

염주속에 내마음과 불보살의 세계가 있습니다.

"염주는 모주가 있어 부처님이나 보살을 표시하여 모시게 되는 것이니 염주를 가지고 염불을 하게 되면 우리 중생이 지나는 과거, 현재, 미래의 고통과 슬픔인 모든 번뇌를 소멸하고 인연을 얻게 되는 공덕이 있다고 합니다. 그리고 염불을 하는데 수를 헤아리는 수주로서만 아니라, 불을 모시는데 염년이 되도록 도와주는 법구로서, 나아가 불보살을 상징하는 공덕주로서 몸이 지나는 것만으로도 정신이 안정되어 모든 집착들이 보기가 하더라도 도망쳐서 화를 쫓고 복을 부르는 신비한 영험까지 지니게 되며, 악한 자는 저절로 착한 마음을 지니게 되는 공덕을 갖게 하기도 한다고 합니다."

천은사 염주

알이 둥글고 고를 뿐만 아니라 단단하고 보기 좋아 불자라면 누구나 한 벌쯤은 갖고 싶어 하지요. 손때가 묻을수록 반질반질 윤이 나면서 은은한 빛을 발하는 보리수 염주는 부처님이 깨달음을 얻으신 보리수 열매로 만든다는 데에 더욱 큰 의미가 담겨 있습니다.

천축 염주

대나무는 일생에 단 한번 꽃을 피운다고 합니다. 그래서인지 더 귀하고 소중하게 여겨집니다. 대나무 열매는 죽실, 죽미, 야맥, 죽실만, 연실 등으로 부르며 모양이 밀 보리를 닮았습니다. 중국의 고전 "장자"에는 봉황에 대해 "오동이 아니면 머물지 않고, 대나무 열매가 아니면 먹지 않는다"고 하여 대나무 열매는 봉황이 먹는 상스러운 열매로 알려져 있어 그 열매를 맺게 하는 대나무꽃도 더불어 상스러운 것으로 알려져 있습니다.

* 구입처 : 서울시 강남구 역삼동 776-2 ☎ 02-552-1080 · 통리원 사회부



진보리수 108염주 ₩40,000

천은사 보리수 108염주 ₩35,000

천은사 54과 염주 ₩20,000

보리수 27과 단주 ₩15,000

천축 54과 염주 ₩20,000

충지문예

나의



허운호 동해중학교 3학년 2

조금 더 들었을 것을

어머니께서 하신 말씀 귀담아 듣지 않고 내 마음대로 하다가 큰 실수를 한다.

그리고 문득 생각한다. 그때 어머니의 말씀을 더 들었을 것을 조금 더 잘 할 것을 그때 더 잘 할 것을

어머니께서 혼계하시면 잔소리로 들던 나 길을 가다가 다시 생각해 보며 반성한다.

그때 더 잘 들었을 것을 그래서 더 잘 할 것을 조금 더 잘 할 것을

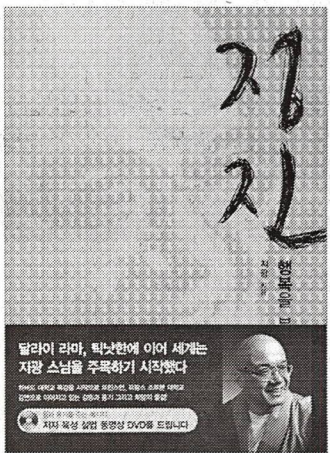
선생님의 말씀 귀담아 듣지 않고 집에 가다가 문득 생각난 선생님의 말씀 생각이 나지 않는다.

그때 더 잘 들었을 것을 조금 더 들었을 것을

나는 항상 이 말이 생각난다. 그때 더 잘 들었을 것을 조금 더 들었을 것을

정진

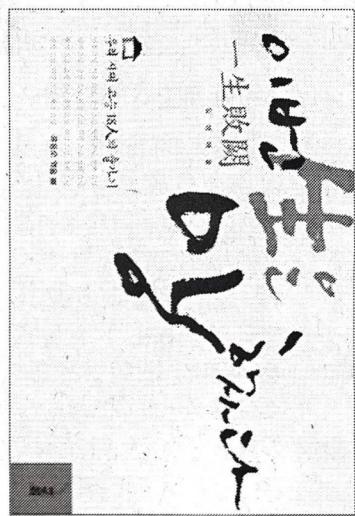
지광 지음/ 랜덤하우스 코리아



능인선원의 원장이신 지광 스님이 일반 대중을 독자로 쓰신 첫번째 책으로 스님의 설법 중에서 베스트를 엄선해 60편을 묶었다. 고단한 일상의 삶 속에서 적극적으로, 주체적으로 살아가야 성공할 수 있다는 메시지를 누

이번 생은 망했다

유용오 지음/ 샘터



이달의 추천도서

이 책은 속세의 인연을 버리고 산문에 든 고승들의 가슴속에 감춰진 인생 사연과 고된 구도의 여정을 그려냈다. 누구나 한 번쯤 삶의 궤도를 이탈해 사회적 규율과 제도로부터 멀리 떠나길 꿈꾼다.

산사로 떠나 선방에 큰 스님과 마주앉아 소곤소곤 듣는 구도 이야기, 잔잔한 재미와 감동, 죽비로 머리를 내리치는 듯한 오도의 말씀과 큰스님의 깨달음을 위한 구도의 여정 속에서 삶의 깨달음이 녹아 있음을 발견할 수 있다.

젓나무는 언제 부처가 되나

문운정 지음/ 바움



불교의 선사들은 10년 동안 목언 수행을 하기도 하고, 또 10년 동안 놀지 않기도 하며, 때로는 선 채로 열반에 들기도 한다.

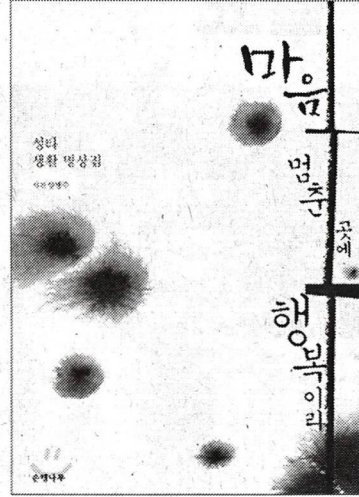
할이나 방으로 통해 무자비하게 제자들을 가르치고, 자신들도 치열한 구도의 정신과 거침없는 언행으로 평생 보낸다.

이와 같은 선사들의 일화가 저자 문운정의 씨의 깊고 담백한 해설과 전각가 고암 정병례 씨의 그림을 통해 불자에서부터 일반인들까지 쉽고 친근하게 읽을 수 있도록 꾸며졌다. 이 책은 산 속의 절을 찾아가지 않더라도 혼란한 도시에서 하루하루를 살아가고 있더라도 늘 깨어 있는 맑은 정신으로 살아가는 데, 그리고 항상 쫓기는 일상에서 스트레스 쌓이는 관계들에서 잠시나마 여유를 찾을 수 있게 해줄 것이다.

마음 멈춘 곳에 행복이라

성타 지음/ 은행나무

책 속에 담긴 글들은 대중적으로 쉽고 재미있게 읽힐 수 있는 생활법



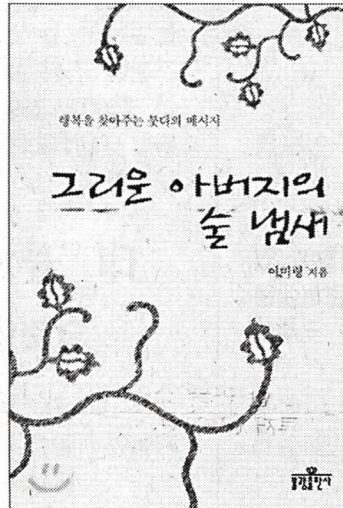
문과 크고 작은 세상사를 불교인의 눈으로 본 소회를 적은 시론들, 그 외에 삶에 임하는 우리의 자세와 변화를 주제로 쓴 짙막한 글들을 사진과 함께 곁들여 묶은 것이다.

투박하고 정제되지 않은 글 솜씨이지만, 한 구절 한 구절 읽어 내려가다 보면 바쁜 삶에 아웅다웅 매달려 사는 우리 삶이 얼마나 헛되고 부질없는가를 일깨우는 깊은 진리와 깨달음이 가슴 가득 느껴진다.

치장 없이 진실을 담아 전하는 소박한 말씀이 도리어 진한 감동으로 와 닿는다.

그리운 아버지의 슬 냄새

이미령 저/ 불광출판



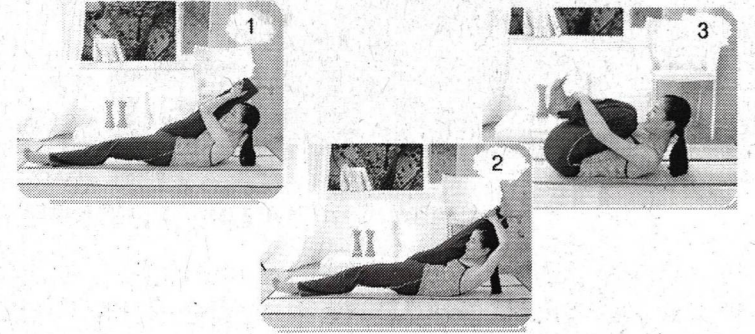
이 책은 동국역경원 역경위원으로 경전 속에서 건져 올린 삶의 지혜, 행복의 열쇠를 명쾌하고도 빛나는 필치로 담아내는 것으로 정평이 나 있는 이미령 선생이 '현대불교신문'에서 독자들의 큰 호응을 받으며 연재하였던 '행복을 찾아주는 부처님 말씀'을 엮은 칼럼집을 '행복은 어디에서 오는가' '세상에서 가장 아름다운 이름, 가족', '성공을 돕는 붓다의 처세술' '진리의 바다에서 삶을 충전하다' 라는 주제로 나누어 편집되었다.

이달의 생활요가

몸에 좋은 생활요가 체조

1. 천장을 향해 눕는다. 양손으로 왼쪽 다리 발목을 감싸 쥐듯 잡고 무릎을 편 상태에서 얼굴까지 올린다. 숨을 내쉬었다가 들이쉬면서 다리를 올리는 것이 요령. 그 상태에서 어깨가 살짝 들릴 정도로 고개를 들고, 다리는 최대한 얼굴에 가까이 붙인다.

- 요가 시작 전에 복식호흡!



복식호흡을 할 때는 입술을 자연스럽게 다문 뒤 허골을 반드시 입천장에 붙이고 등은 쪽 펴고, 턱은 당겨서 몸의 기가 열리게 해주세요. 배가 볼록해 지도록 숨을 들이쉬면서 팔약근을 조이고, 그 상태에서 잠시 참았다가 마신 숨을 2~3배 정도 길게 내쉬면서 자연스럽게 팔약근을 풀어주면 돼요. 복식호흡은 20회 이상 실시하는데, 이때 눈을 지그시 감거나 한 곳을 응시하면서 호흡에 집중해야 효과가 있습니다.

2. 발목을 잡은 손을 얼굴 뒤로 넘겨 다리를 최대한 뻗게 한다. 이때 오른쪽 다리가 들리지 않도록 주의한다. 숨을 내쉬면서 다리를 천천히 내린다.

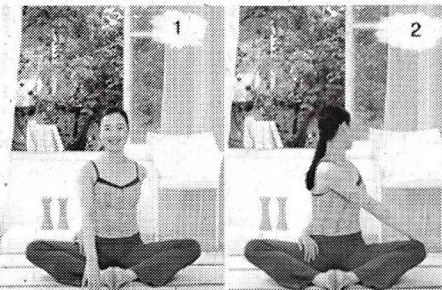
- 동작을 하는 동안 무릎은 반드시 펴야 다리 뒤쪽 근육을 자극해 부기를 빼고 다리 선을 예쁘게 정리해주는 효과를 볼 수 있다.

3. 오른쪽 다리로 같은 방법으로 스트레칭한 뒤 양다리를 구부려 무릎이 가슴에 닿도록 끌어올린다. 상체는 어깨가 들릴 정도로 들어올리고, 숨을 들이쉬어 참았다가 내쉬면서 몸을 최대한 작게 웅크리며 조여준다. 15~20초 정도 자세를 유지했다가 숨을 내쉬면서 다리를 내려준다. 팔다리를 편하게 벌려 누운 송장자세로 휴식을 취한다.

- 상체는 45도 정도로 들어야 장이 효과적으로 자극된다. 그 이상 들면 오히려 목 뒤가 뻣기는 불편함을 느끼게 되므로 주의한다.

★한 동작 더!

허리 근살 빼주는 '재봉사 자세, 좌우로 비틀기'



1. 양 발바닥을 붙인 다음 양 무릎을 구부려 바른 자세로 앉는다. 왼팔은 등 뒤로 돌려 오른쪽 넓적다리 안쪽을 잡는다. 오른팔은 그대로 뻗어 손가락 끝으로 땅을 살짝 짚는다.

2. 그 상태에서 오른손을 앞으로 돌려 왼쪽 무릎을 감싸 쥔다. 호흡을 깊게 마시고 내쉬면서 최대한 몸을 왼쪽으로 비튼다. 멈춘 상태에서 왼쪽 뒤를 바라본다. 이때 팔약근을 조여준다.

● 울퉁불퉁한 허리살은 물론 팔뚝 라인을 정리해주는 효과가 있다. 생리통이 심할 때 해주면 통증이 완화된다.

茶香의 향기를 찾아서

다 향

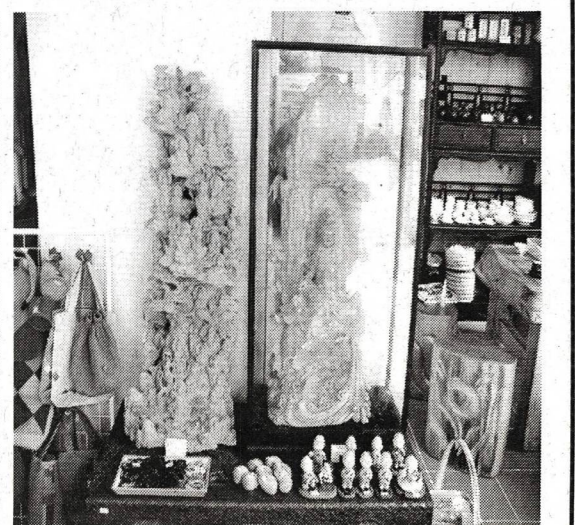
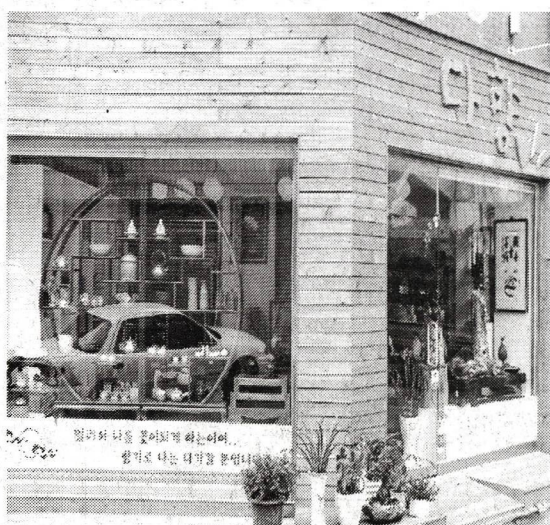
멀리서 나를 꽃이되게 하는 이여

향기로 나는 다가갈 뿐이다.

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

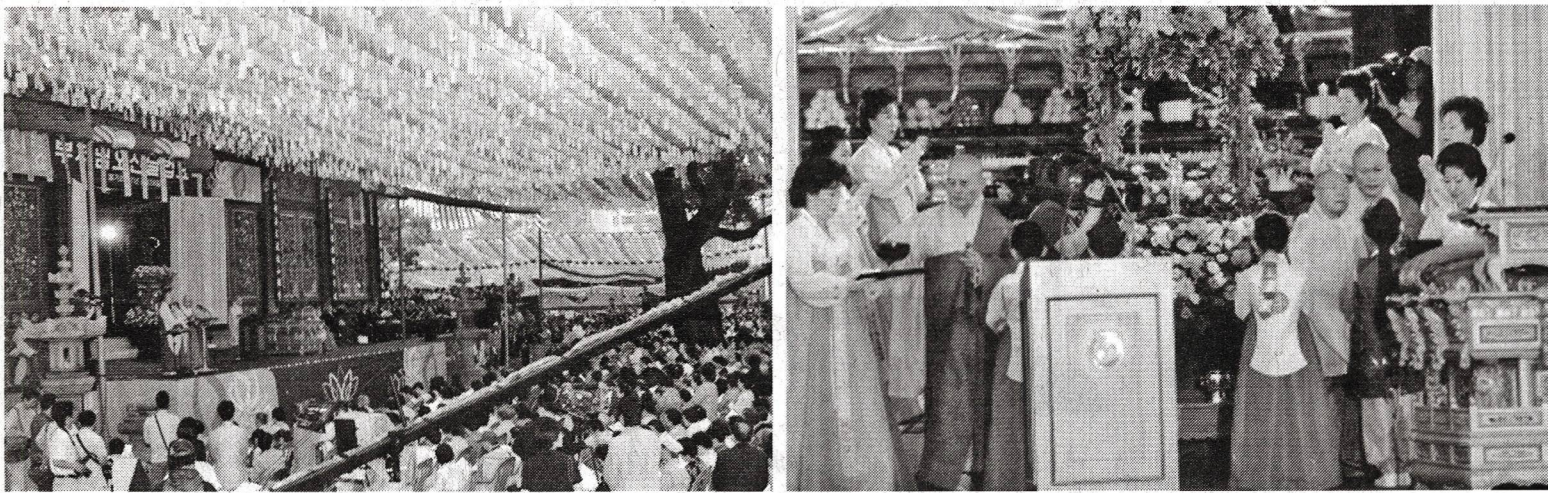
주소 : 서울시 강남구 역삼동 776-24, 충지사 옆

전화 : 02-2052-5741, 010-7372-3090



전국사찰 부처님오신날 봉축법요식

盧 대통령 봉축메시지 발표



◇사부대중 1만여 명이 참석한 가운데 봉행된 지난 24일 조계사 봉축법요식.

불기2551년 부처님오신날을 경축하는 봉축 법요식이 지난 24일 오전10시 남측 서울 조계사와 북측 평양 광법사를 비롯한 남북의 모든 사찰에서 일제히 봉행됐다.

조계종 총무원이 주관하는 서울 조계사 법요식은 법전 종정 예하와 총무원장 지관스님을 비롯해 종단 종진스님과 정·재계 인사, 재가불자 등 사부대중 1만여 명이 참석한 가운데 진행됐다. 오전 10시부터 시작된 이날 법

요식은 삼계중생의 어리석음을 깨우치고 성불을 서원하는 웅장한 명고와 명종소리로 시작된 조계사 법요식은 이어 연꽃동자·동녀들의 도량결계 의식, 육법공양, 증명법사 법전 종정예하와 총무원장 지관스님의 등단 등으로 진행됐다.

증명법사 스님들의 관불과 마정수기 재현과 함께 이해봉 국회정각회장, 들라트 바키세프 카자흐스탄 대사, 필리프 티에보 주한 프랑스 대사, 김동환 천도

교 교령의 현화와 이갑상 조계사 신도 등의 헌축과 헌동이 계속됐다.

조계사 주지 원담스님의 축원에 이어 총무원장 지관스님은 "화쟁하는 인류만이 상생하는 공동체를 영위할 수 있다"며 봉축사를 봉독했다.

노무현 대통령은 김종민 문화관광부장관이 대독한 봉축메시지를 통해 "원칙과 상식이 통하고 특권과 차별이 발붙이지 못하는 투명하고 공정한 사회, 창

의와 다양성이 꽃피고 경제가 활력에 넘치는 경쟁력 있는 나라, 질병과 노후, 주거에 대한 불안이 없고 공평한 기회가 보장되는 희망한국이 우리가 가고자 하는 선진한국의 모습"이라며 "화합과 상생을 앞장서 실천해 오신 우리 불교계가 선진 한국을 열어가는 데 심적인 역할을 해주실 것으로 믿는다"고 밝혔다.

조선불교대종연맹이 주관하는 평양 광법사 법요식과 동시에 봉행된 법요식은 만큼 중앙종회 의장 자승스님은 '조국통일기원 남북(북남)불교 동시법회 공동발원문'을 낭독했고, 유영선 조불련 위원장을 비롯한 신도들이 참석해 법회가 봉행된 북측 광법사 법요식도 공동발원문이 낭독된 것으로 알려졌다.

방염제가 오히려 문화재 훼손 주범

문화재청 등 사찰 방염 처리안 확정

사찰 건축물과 불단 장식물은 백화 앞으로 방염처리 대상에서 제외된다.

조계종은 문화재청 및 소방방재청과 협의를 통해 2007년 소방 시설설치유지 및 안전관리에 관한 법률 시행령(04.5.29)에 근거한 특정소방대상물에 적용되는 사찰방염처리사항을 구체적으로 확정했다고 5월 16일 밝혔다.

방염제는 목재나 섬유·플라스틱· 종이 등이 불길에 번지지 않도록 하기 위한 처리제이다. 방염처리에 있어서 도포제의 성능이 향상되었지만, 시공상의 문제 등으로 인해 여전히 사찰 목

조건축과 실내장식물에는 백화 현상, 얼룩, 과다습윤 상태지속 등의 문제점으로 인해 문화재 전문가들은 화재방지를 위해 사용되는 방염제가 오히려 문화재를 훼손시키고 있다는 주장을 제기했다. 문화재연구소는 방염제 사용에 따른 문제점이 발견됨에 따라 도포 횟수를 3회에서 2회로 줄이고 도포범위를 기둥 이하로 제한할 것을 제안했다.

최근 조계종과 문화재청, 소방방재청은 사찰방염처리 사항을 협의한 결과, 사찰의 건축물을 포함한 불단, 복전함, 단집, 불상과 불화, 법상 및 사자화 등의

종교시설물에 대해서는 방염처리를 하지 않아도 되며, 커튼, 카펫, 합성수지벽지 등을 사용하는 경우(종이 벽지의 경우 2mm 이하의 경우는 방염처리 제외)에 한 방염처리를 하는 것으로 확정했다.

사찰 건축물에 대한 방염제 문제는 문화재 관계자들로부터 꾸준히 문제점을 지적받았다.

조계종 문화부가 최근 관계기관과의 협의를 위한 자체 현장조사를 실시한 결과, 중요목조건화재 방염제 도포사업의 대상건축물 대부분이 과다 도포에 의한 백화, 얼룩, 과다습윤 상태지속 등의 문제점이 있는 것으로 조사됐다. 조계종은 문화재청에 이에 대한 철저한 관리감독을 해당 부처인 문화재청에 요구할 계획이다.

불교 인재불사 비전 등 제시

불교아카데미 제2대 전우회 이사장

참여불교재가연대 산하 사단법인 불교아카데미 제2대 이사장 취임을 앞둔 전우회 감정평가 사찰사회 부회장이 5월 9일 오전 11시 불교만해NGO교육관에서 취임인터뷰를 가졌다.

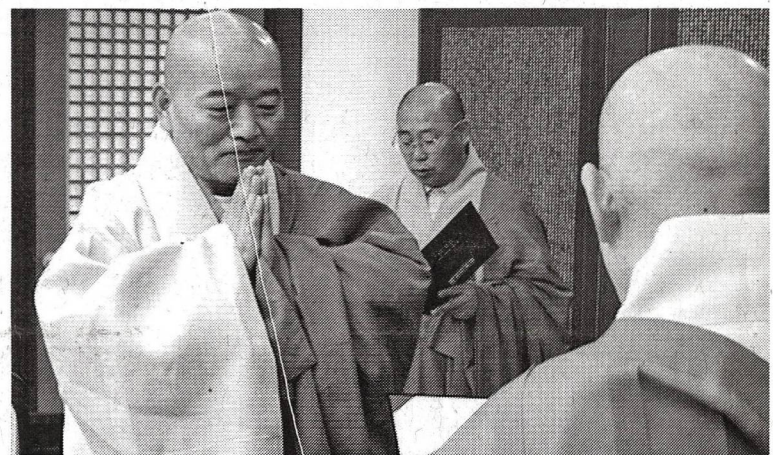
전우회 신임 이사장은 인터뷰를 통해 "임기기간 동안 특히 교계 내 핵심 지도역량을 강화하는 일에 힘 쏟을 것"이라며 "불교전통을 당대에 맞게 계승하고, 미래불교를 위한 응용불교의 역할 정립, 비영리조직에 대한 특화된 지원사업을 진행할 계획"이라는 포부를 밝혔다.

전 이사장은 또 "사회 환경의 변화에 대응해 새로운 교육적 실험의 장을 열어 가는 일도 중요하다"며 "민간교육단체와 대학, 매체간에 교육을 매개로 한 유기적이고 상생적인 결합의 방안을 찾을 것"이라고 했다.

경남문화재단연구소 김익주 소장은 "현재 문화재에 사용돼온 방염제의 재료가 공기 중에 있는 습기를 빨아들이기 쉬운 재료를 많이 사용해 문화재를 썩게 하는 결과를 가져온 것이 사실"이라고 지적했다.

통도사 주지 정우스님 임명

통도사 발전위한 노력



◇신임 통도사 주지 정우스님이 임명장을 받고 있다.

조계종 제15교구 본사 영축총림 통도사 주지에 정우스님이 임명됐다. 조계종 총무원장 지관스님은 5월 29일 오전 10시 총무원 4층 접견실에서 통도사 주지에 정우스님(통도사 서울포교당 구룡사 주지)을 임명하고 임명장을 수여했다. 이 자리에서 총무원장 지관스님은 "능력있는 분이니까 사 주지 정우스님의 임기는 2011년 5월 28일까지 4년간이다.

"통도사 발전을 위해 미력하나마 열심히 하겠다"고 인사했다.

임명장 수여식에는 총무부장 현문스님을 비롯해 기획실장 승원스님, 호법부장 심우스님, 강화전통사 주지 장운스님, 불교신문 사장 항적스님, 조계사 주지 원담스님, 전 호법부장 도신스님 등이 참석했다. 신임 통도사 주지 정우스님의 임기는 2011년 5월 28일까지 4년간이다.

총지종 집행부에 듣는다③ - 교정부장 선도원 전수

“교화 활성화, 교도조직 체계화”



선도원 전수

▶교정부장 선임에 대한 소감과 앞으로 어떻게 교정부장직을 수행해 나갈지 말

▶교정부에서 하는 일을 짧막하게 소개해 주세요.

교정부는 교무, 법의, 교화

관련 업무를 주관합니다. 우선 교무분야는 교리와 포교연구를 비롯해 역경 및 교리 간행물에 관한 사항, 도서관운영 등의 업무가 있습니다. 법의분야에서는 전법관정에 관한 사항, 계단 및 관정수계, 법의의식 등에 관한 일을 하며, 교화분야에서는 일체의 교육에 관한 사항, 교역자 양성, 교도조직 운동 및 단체에 관한 일, 법의에 관한 사항, 도첩, 계첩, 교도증에 관한 일 등으로 대별할 수 있습니다.

조직을 체계화할 수 있도록 배려할 것입니다.

▶교정부장직을 수행함에 있어 여러 난제에도 직면하실텐데, 무엇으로 어려움을 극복하시겠습니까?

성실과 진실한 자세로 업무와 불공기도에 임한다면 설사 어려움에 처하더라도 잘 이겨 나갈 수 있을 것입니다.

▶중단 발전을 위해서 우선적으로 해결해야 할 사항은 무엇인지요?

역시 포교와 교세 확장이라고 생각합니다. 이를 위해서 불사의식이나 교화방편 등의 연구개발과 함께 구성원들의 교육과 자질 향상을 위한 투자가 있어야 하겠습니다.

印 ‘불가촉천민’ 5천명 불교로 개종

‘달릿인권을 위한 전국운동(NCDHR)’

인도 카스트 제도의 최하위 계급인 ‘달릿(Dalit, 불가촉천민)’에 속한 힌두교도 5천여명이 카스트 제도에 따른 차별을 피하기 위해 불교로 개종했다고 BBC 등 외신들이 5월 27일 보도했다.

이날 뭄바이에서 열린 달릿 출신 정치지도자 B.R. 암베드카의 불교 개종 50주년 기념식에서 달릿 계급 등 힌두교도 5천여명이 불교로 개종했다.

사마타 사이니 달릿단체 대표는 “5천에 가까운 달릿들이 평생 불교의 길을 택한 것으로 추정하고 있다”며 “비록 당초 예상치인 10만명에는 크게 못미쳤지만, 이번 대규모 개종은 달릿 계

급이 깨어나고 있다는 메시지”라고 의미를 부여했다.

개종의식을 주재한 한 승려는 “지금까지 종교가 무엇이었던 간에, 오늘부터는 붓다의 가르침 아래 안식을 얻을 것”이라고 말했다.

달릿 인권단체인 ‘달릿인권을 위한 전국운동(NCDHR)’의 아룬 코트는 “이제 개종했으니 최소한 사람 대접을 받을 것”이라고 덧붙였다.

인도에서 카스트는 법적으로 폐지됐고 최근 빠른 경제성장과 함께 실제 영향력도 점차 약화되고 있다.

『불설대승장엄보왕경』

(佛說大乘莊嚴寶王經)

유자대명다라니(우마니반메훈)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 배껴쓰거나 수치하거나 독송하거나 공양하고 공경하면 그 사람은 항상 안락을 얻을 것이니라.”

---본문 중에서---

번역 국판/130페이지/정가 7,000원

『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 원정대선사

국판/437페이지/정가 15,000원

도서출판 불교 총지종

Tel:(02)552-1080 서울 강남구 역삼동 776-2

교계소식 10만 연등 밝혀 연화장 세계

서울 종로 일대 · 동대문운동장서 연등축제 개최



◇5월 20일 동대문운동장에서 열린 연등축제

이 땅에 부처님이 오신 뜻을 기리는 10만 연등이 서울 종로구 일원의 야경을 수놓았다.

불기 2551년 부처님오신날을 경축하는 연등축제가 지난 20일 서울 종로 인사동 일대와 동대문운동장에서 개최됐다.

축제는 서울 인사동과 조계사 앞길에서 진행된 불교문화마당에서부터 시작됐다. 다양한 문화공연·체험행사가 어우러진 불교문화마당에서는 많은 사람들이 참가해 한국전통문화를 체험했다.

이날 불교문화마당은 △스리랑카·네팔·태국·대만·티베트 등 세계 불교국가의 문화와 불교를 소개하는 '국제불교마당' △사찰음식·서각·한지공예·전각·연화그리기·지화·단청·탱화 그리기 등 전통문화를 직접 체험해 보는 '전통문화마당' △비석치기·제기치기·고누놀이 등 추억의 놀이를 직접 해볼 수 있는 '전래놀이마당' △불교도서·향·티셔츠·캐릭터상품 등 구입할 수 있는 '벅거리, 살거리' △가훈 나눔·가족사랑 포어전시·수화 점자체험 등이 진행된 '나눔마당' △산도체험·친환경수세미 만들기·가야산 살리기 캠페인들이 진행된 'NGO 마당' 등 총 5개 분야로 나뉘어 진행됐다.

이와 함께 풍물 길놀이와 더불어 관불의식·풍물공연·춤추는 날뛰기·타악공연·영산재·선무도·네팔 민속공연 등 다양한 공연들도 함께 진행돼 참가자들의 눈과 귀를 즐겁게 했다.

이날 축제의 열기는 오후 4시 30분부터 동대문운동장에서 봉행된 연등법회로 이어졌다. 마음과 세상을 밝히고 나라와 사회를 위한 기원을 등에 담은

5만여 명의 불자가 참석한 연등법회는 웅장한 범종소리와 동참 불자들의 합성으로 시작됐다.

이날 법회에서 조계종총무원장 지관 스님은 개회사를 통해 "오늘은 사부대중과 호법선신이 함께 부처님오심을 경축하는 연등축제의 날"이라며 "서로가 서로를 비취 한량이 없고, 너와 나를 가르는 어두운 장막마저 사라지면, 산하대지 삼라만상은 빛으로 가득하고 우리 모두 화장 장엄 세계에서 수회찬 탄할 것"이라고 말했다.

태고종총무원장 운산스님은 남북불교도들이 직접 작성한 공동발원문을 낭독했다. 운산스님은 발원문을 통해 "우리 민족끼리 힘을 합쳐 민족중흥·평화수호·단합실현으로 6.15공동선언을 철저히 실천해 조국통일을 앞당겨

나가려는 우리들의 앞길에 언제나 무량한 가호와 가피를 내려달라"고 서원했다.

1시간여 동안 진행된 연등축제의 열기는 동국대 오영교 총장의 축포와 함께 제등행렬로 이어졌다. 각 종단 수장들과 기획장업등의 행렬을 시작으로 각 사찰과 종단의 연등행렬이 합류했다. 특히 연등축제 등경연대회에서 우수상을 수상한 도선사의 '포대화상과 동자승 등(燈)'을 비롯해 한마음 선원의 '태권V 등' 천태종 '용등' 등은 사람들의 탄성을 자아냈다.

부처님께서 이 땅에 오신 뜻을 경축하는 각양각색의 등불결은 서울의 야경을 아름답게 수놓으며 동대문운동장을 출발해 동대문-종로5가-종로3가-탑골공원-종각-조계사 앞까지 이어졌다.

이번 연등축제의 가장 큰 특징은 외국인 참여가 증가했다는 것이다. 실제로 불교문화마당·제등행렬에 참여한 외국인 수는 지난해에 비해 눈에 띄게 늘었다. 종로경찰서는 이날 제등행렬을 따르는 불자들이 서울시민들의 수를 40만 명으로 추산했으며, 이중 외국인의 수는 5천명이 넘는 것으로 추정하고 있다.

서울 종각사거리에서 열린 연등음악회에는 마야·클론·김현성·최진숙·야단법석 등이 출연해 축제의 열기를 한층 고조시켰다. 이어진 회향마당에서는 흥남리는 꽃비 아래에서 참가자들이 강강술래를 추며 대미를 장식했다.

분항사 등 '발굴성과 특별전'

국립중앙박물관 7월1일까지

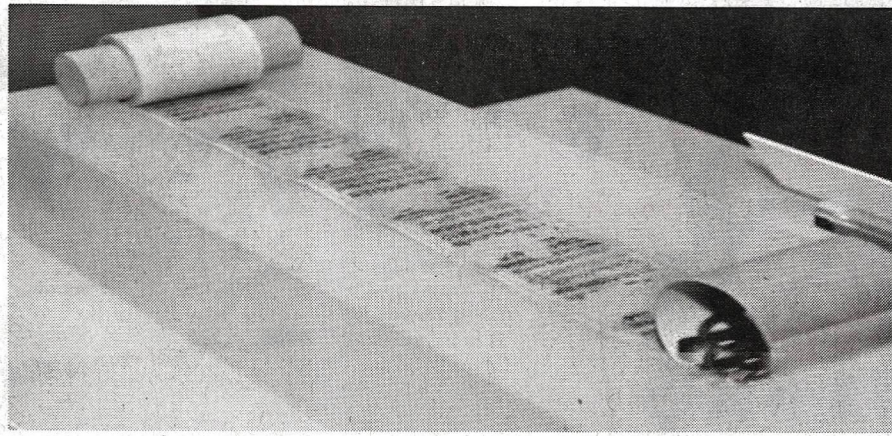
국립중앙박물관이 문화재청과 공동으로 '발굴성과 특별전'을 개최한다. 5월 22일부터 오는 7월1일까지 국립중앙박물관 기획전시실에서 열리는 이번 특별전에는 문화재청 국립문화재연구소를 비롯해 경주·부여·창원·나주문화재연구소 등이 발굴한 궁궐, 도성, 왕릉, 사찰 등 27개소 유적에서 출토된 유물 772점이 전시된다.

전시장은 크게 조선·고려·통일신라~신라·가야·백제 등 시대별로 구분되며 시대별 대표유적이 전시된다. 조선시대를 대표하는 유물로는 경북공에서 왕의 후궁들이 살던 흥복전지(興福殿址)와 드라마 대장금의 배경이 된 소

주방지(小廚房址), 산발로 소실된 낙산사 원통보전에서 출토된 유물이 선보인다. 고려시대에는 강화왕릉과 실상사 출토품이 전시된다. 신라권에서는 사천왕사,분황사,구황동 원지,인용사지,월성해자,황남동 등의 출토유물이, 백제권에서는 풍납도성, 관북리, 궁남지, 왕흥사지, 왕궁리 유물이 공개된다.

이와 함께 조선시대 감옥 모형, 호국사찰 사천왕사 탐보형, 왕궁리 화장실 체험공간 등이 마련되고 발굴현장의 생생한 감동을 전하는 영상물도 상영된다. 또 발굴조사 현장에서 일어났던 에피소드와 출토유물에 대해 설명해주는 '갤러리 토크'도 진행된다.

'도심에서 정보를 만난다' 불교중앙박물관 30일부터 상설전시



◇세계 최고(最古)의 목판인쇄물인 무구정광대다라니경.



◇사리장엄구 중 은제사리와합과 은제사리내합.

지난 3월26일 개관한 조계종 불교중앙박물관(관장 범하스님)이 2개월간의 특별전을 끝내고 상설전에 들어간다. 5월 25일부터 29일까지 임시휴관하고 준비기간을 가진 박물관은 5월 30일 다시 문을 연다.

이번 상설전에서는 불교중앙박물관 소장유물을 비롯해 전국 사찰에서 소장하고 있는 지류와 불상, 사리장엄구 등 성보들을 만날 수 있다. 먼저 1전시실에는 불화나 사경변상도 등이, 2전시실에는 불교조각과 공예품이 전시된다. 또 3전시실에는 부도나 탑에서 출토된 유물 등이 전시될 예정이다.

전시 유물로는 천은사 수도암, 아미타불좌상과 화엄사 화엄석경을 비롯해 화엄사 서오층석탑 출토유물, 신원사 사리장엄구 등이 선보이며 이외에 아난·가섭존자상, 사경변상도, 불교의식구와 공양구 등이 포함돼 있다.

이와 함께 전시실 한 곳은 기획전시실로 구분해 특별전 공간으로 활용할 방침이다.

한편 5월 18일엔 '불국사 석가탑 사리장엄구 특별전' 개막식을 병행했다. 개막식에는 조계종 총무원장 지관 스님과 원로의원 동춘 스님, 조계종 중앙종회 수석부회장 장주 스님, 불국사 주지 성타 스님, 한국불교종단협의회 사무총장 홍과 스님(관음종 총무원장), 국립중앙박물관 김홍남 관장, 문화재청 안희준 문화재위원 등 200여 명이

참석했다.

지난 3월 불교중앙박물관 개관에 맞춰 특별 전시될 예정이던 석가탑 출토 유물(국보 제126호)은 조계종과 국립중앙박물관이 이관에 대한 의견차를 보임에 따라 전시가 이뤄지지 못했다. 문화재청 문화재위원회의 결정에 따라 전시가 이뤄지게 됐으며, 전시가 끝나면 유물은 보존처리를 위해 다시 국립중앙박물관으로 옮겨진다. 5월 16일 조계종으로 이운된 유물은 무구정광대다라니경과 금동제사리와합, 금동방항사리합 등의 사리장엄구 일괄유물 27건 29종이다.

한일불교문화교류대회 해인사서

한일불교문화교류 제28차 대회가 6월 26일부터 28일까지 조계종 제12교구 본사 해인사에서 개최된다.

'고려팔만대장경에 대한 역사적인 고찰'이란 주제로 열리는 이번 대회는 6월 26일 오후 6시 한일불교문화교류협의회(회장 지관 스님) 주최 환영만찬(대구 인터불고호텔)을 시작으로 27일 오전 학술세미나(대구 인터불고호텔)와 오후 1시 세계평화기원법회(해인사) 및 인경, 법계도 체험행사를 갖고 28일 불교전래사은비를 비롯한 개태사와 조계사 등 불교문화와 사찰을 순례할 계획이다.

생활상식

레몬 즙을 쉽게 짜려면

껍질이 단단해서 즙을 내기 힘든 레몬을 전자 렌지에 20~30 초(1/2 개 기준) 정도 돌린다. 이렇게 하면 레몬이 적당히 부드러워져서 가열하기 전보다 2 배 가까운 분량의 즙을 낼 수 있다.

작아진 무를 잘 가는 방법

감판에 갈아서 작아진 무는 이수시개 2개를 사용하면 끝까지 안전하게 갈 수 있다. 무에 이수시개를 꽂은 다음 잡고 갈면 손가락을 다칠 위험도 없고 버리는 부분이 없이 끝까지 갈 수 있다.

작은 새우 맛있게 튀기기

튀김용으로 구입한 새우의 크기가 작다고 생각할 때는 삶아서 으갠 감자에 소금과 후추가루를 뿌리고 새우를 감싸서 튀김옷을 입혀 튀기면 도톰하고 맛있는 새우 튀김이 된다. 아이들 간식으로 좋다.

생선이나 고기를 편리하게 손질하기

우유팩을 펼쳐 도마 보조용으로 사용하면 좋다. 종이가 두툼해서 같이 닿아도 잘라지지 않고, 도마에 물이 젖지 않아 편리하다. 생선이나 고기를 잘라도 비린내나 얼룩이 밀오르며 스며들지 않는다. 우유팩 도마는 다 쓴 뒤에는 한번 물로 씻어 재활용으로 배출한다.

생선 비늘 쉽게 벗기는 방법

무 밑동을 이용하여 생선꼬리에서 머리 쪽으로 문지르면 비늘이 무에 박히며 주위에 튀지 않아 뒷정리가 쉽다. 비늘이 박힌 무 밑동은 싱크대 얼룩을 닦을 때 사용해도 좋다.

샤워 캡을 식품 커버로 사용

랩 대신 샤워 캡을 씌우면 그릇을 덮는 식품 커버로 활용할 수 있다. 여행지의 호텔 등에서 제공하는 일회용 샤워 캡은 더러워지면 바로 버리는데, 이것을 버리기 전에 씻어서 사용할 수 있다. 음식과 함께 전자 렌지에 넣지 않도록 주의한다.

Visual Communication Advertising design Editorial design

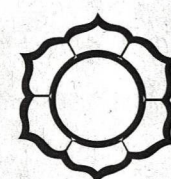
기획 인쇄물 전문

- 광고기획
- 홍보전단
- 카타로그
- 브로슈어
- 리플렛
- 팜플렛
- 사보
- 서적류(양장,무선)
- 다이어리
- 명부(수첩)
- 쇼핑백
- 각종봉투
- 카렌다
- 앨범
- 샘플북
- BOX류
- 행가,행택
- 스티카,리벨
- 청첩장
- 연하장
- 메뉴얼
- 현수막
- 상패,트로피
- 판촉물

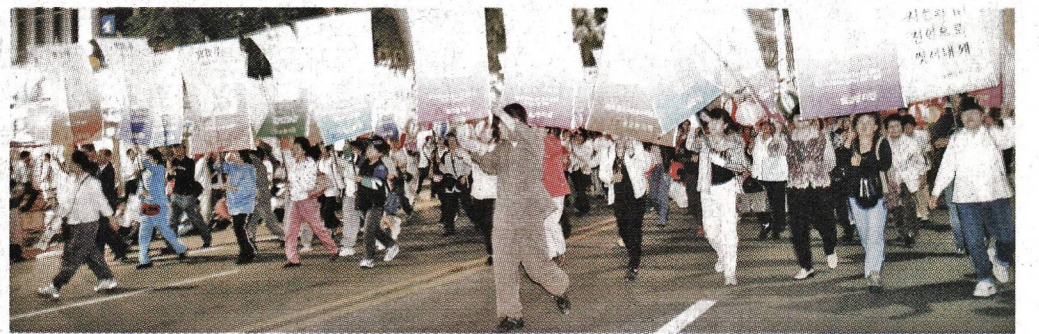
기타 일반인쇄물 및 광고 판촉물 일체

사무실 / 디자인실
 서울·중구 인현동 1가 124-3호
 호수빌딩
 TEL : 2277-2900(대), 2277-3639
 FAX : 2277-3668
 H·P : 018-361-9663

공장
 서울·중구 인현동2가 215
 TEL : 2265-5356
 E-mail : orient-kim@hanmail.net
 Webhard : ID-dong455667
 PW-455667



동림기획
Orient Communications
 代表 金東雲 (佛名:修正)
 관성사 교도



총기 FOCUS /연등 축제
마음을 맑게 세상을 향기롭게

온 세상이 하나된 연등축제

불기 2551년 부처님 오신 날을 경축하는 연등축제가 5월 20일 동대문 운동장과 조계사 일원에서 성대히 치러졌다. 이제 명실공히 세계적인 축제가 된 이번 연등축제엔 화려한 장엄등과 제등행렬, 수십만 인원이 참가했다.

총기중에서도 연희단을 비롯해 연등, 진언 번, 사물패 행렬이 대거 동참해 축제 분위기를 돋구었다. 이날 신명났던 현장을 화보로 되돌아 본다.

-편집자주



'나눔과 화합의 등' 불 밝혀 원송 통리원장 등 3000여명 참석



부처님오신날 봉축위원회는 5월 9일 서울시청앞 광장에서 총지중 원송 통리원장, 조계종 총무원장 지관스님 등 사부대중 3000여명이 참석한 가운데 점등식을 봉행했다.

이날 불밝힌 '나눔과 화합의 등'은 높이 21m 높이로 국민 모두에게 친숙한 국보 21호인 불국사 다보탑을 형상화하고 전통단청 색을 입혔다. 다보탑은 과거불자 법신불인 다보부처님을 상징하는 것으로, 이 나눔과 화합의 등에는 양극화 문제 등 우리사회와 인류의 당면과제를 해결하고, 사회통합과 국민통합을 넘어 인류의 공생공영을 발원하는 의미를 담았다.

조계종 총무원장 지관스님은 이날 축원문에서 "부처님의 가르침을 입사하고 하루속히 평화적 남북통일이 이

룩되고 모든 국민이 함께 품과 마음이 항상 편안하도록 보살피 주시고, 이 나라의 금수강산 산하대지의 유정과 무정이 함께 화평을 얻고 지혜와 복덕을 베풀어 주시옵소서"라고 발원했다.

한편 비가 내려 다소 쌀쌀한 날씨 속에 진행된 이날 시청 앞 점등식에는 오세훈 서울시장을 비롯해 태고종 총무원장 운산스님, 천태종 총무원장 정산스님, 진각종 통리원장 회정 정사, 관음종 총무원장 홍파스님, 조계종 교육원장 청화스님, 포교원장 혜홍스님, 봉축집행위원장 현문스님, 조계사 주지 원담스님, 도선사 주지 혜자스님, 전국비구니회장 명성스님, 양성홍 포교사단장 등을 비롯한 불자 및 서울시민 등이 대거 참석했다.

바라밀 공부방 '드림 아트 워크샵' 대상기관으로 선정 올 6월부터 12월까지 미술활동 프로그램

부산 정각사에 위치한 바라밀 지역아동센터(센터장: 지정)가 국내 최대의 학습지 회사인 대교(주)를 모기업으로 하는 청소년 지원단체인 "아이들과 미래"에서 주관하는 '드림 아트 워크샵 프로그램' 대상자로 선정되어 올 6월부터 12월까지 바라밀 지역아동센터의 아동들을 대상으로 미술활동 프로그램을 진행하게 된다.

"아이들과 미래"는 미술활동을 통한 자연스러운 라이프스킬 개발과 창의성 향상을 위하여 미술전문가 집단을 구성하여 미술활동 프로그램 커리큘럼을 개발하여 지난 5월 서울과 부산지역 지역아동센터를 대상으로 프로그램 공모를 하여 10개 기관

을 선정하였다.

이번 프로그램은 '아이들과 미래'에서 미술전문강사와 보조강사가 파견되어 아이들에게 미술활동을 펼치며 현장견학과 워크샵을 통해 아이들에게 미술을 통한 심리치료를 하게 되며 창작한 작품들은 전시회를 통해 일반인들에게 전시하게 된다.

또한 '아이들과 미래'는 미술교구 구입 및 현장견학, 전시회등의 활동비로 5백만원을 지원하게 된다.

바라밀 지역아동센터가 이번 미술활동 프로그램 대상자로 선정되어 이용아동들에게 유익한 프로그램을 제공할 뿐만 아니라 지역아동센터로써 지역적 위상확립의 교두보를 마련할 것으로 보인다.

『반야심경의 이해』 출간 알기쉬운 언어로 초심자 이해 도와



법장원 연구원 김종인 박사(불명 보정)가 반야심경에 대한 이해를 돕기 위하여 『반야심경의 이해』라는 책을 출간했다.

저자는 대승경전의 정수라고 할 수 있는 반야심경을 누구나 알기 쉽게 쉬운 언어로 해설하여 초심자들의 반야심경에 대한 이해를 돕도록 했다. 짧은 분량에도 불구하고 쉬운 언어를 구사하여 반야심경의 핵심을 찌르는 저자의 통찰력이 돋보인다.

법장원에서 소책자 시리즈의 일환으로 출간한 이 책은 140쪽의 문고본 형태로 정가는 3500원이다. 통리원 총무부에 의하면 6월중 일선 사원에 배포할 계획이며 총지중 교도에 한해서는 무상보시할 것이라고 한다.

이렇게 멋진 축제에 참가 하기 위해 새벽부터 먼 길을 온 보람이 있었고 정말 즐겁고 신나고 행복한 시간이었다고 한다

동대문 운동장을 떠나 종각까지 벌인 제등 행렬은 장관을 이루었다. 교통 통제가 된 종로 거리에는 사람들의 물결로 넘쳐 흘렀다.

온 가족이 같이 나오기도 하고 연인들이 손잡고 나오기도 하고 외국

축제, 이 연등축제가 말로 진정할 축제라고 생각한다. 물론 자비의 등불을 밝히는 축제, 온 누리에 희망을 주는 축제, 이웃과 나라를 위한 축제, 부처님 탄생을 축하 하는 본래의 뜻은 잊지 말아야겠다.

이 연등 축제는 종교인의 축제만은 아니다. 우리나라 사람뿐만 아니라 외국에서 온 관광객들도 다 같이 즐기는 범 세계적인 축제이다

연등축제에 동참하기 위해 이 때를 맞춰 찾아 오는 외국사람들도 있다고 한다.

이 멋진 연등축제를 더욱 발전 시켜 우리나라 대표적인 축제로 자리 잡고 나아가서 나라와 인종을 떠나 전 세계인이 하나가 되는 지구촌 축제로 발전 시켜 나가야겠다.

이번 연등축제를 준비해 주신 종단과 스승님들, 교무님들, 연희단 보살님들, 동대문 운동장에 직접 참가해 주신 전국의 각자님, 보살님들 수고 하셨습니다.

진심으로 감사 드립니다.

- 박묘정 -

세상이 하나되는 '연등축제'

전 세계적으로 행해지는 축제는 수를 셀 수 없을 만큼 많다고 한다.

우리 나라에도 '전주 소리 축제' '이천 도자기 축제' '춘천 마미 축제' '진해 벚꽃 축제' 등등 수많은 축제가 있다. 지방 자치제가 된 후 각 지역별로 많은 축제가 행해 지고 있다.

우리나라의 축제는 몇 가지를 빼고 대부분 지역 자치단체 주관으로 열리고 있다. 관이 주도 하는 축제는 진정한 축제라고 할 수 없다.

각 지역의 홍보나 특산물을 소개하고 지역의 수입과 직결 시키는 축제로 연결 되어 지역 마다 독특한 축제가 없는 것이 아쉽다.

축제란, 축제를 펼치는 지역이나 다른 지역에서 참가 하기 위해 찾아 온 사람 모두가 함께 즐기는 축제라야 한다. 지금 흔히 행해 지고 있는 축제는 보이기 위한 축제가 되고 있다.

지역 주민은 축제 기간 동안 모든

불편을 감수 하고 오직 참가 하는 사람, 타 지역에서 온 사람들만을 위한 축제이다. 따라서 지역 주민들의 불만은 점점 커질 수밖에 없다.

이런 축제에 비해 지난 일요일 (5월 20일)에 서울 '동대문 야구장'에서 열린 연등 축제야말로 우리 나라

의 대표적인 축제다운 축제라고 해도 과언이 아니다. 운동장 안에서 축하 울동과 각종 축하 행사를 벌인 연희단이나, 스탠드에 모인 관중, 모두가 한마음이 되어서 한바탕 난장을 벌인 우리나라 몇 안 되는 축제 중의 축제이다.

운동장의 모든 사람들이 춤추고 노래 하고 즐기는 한바탕 판을 벌였다

멀리 지방에서 올라온 관중들이

관객들도 호기심이 가득한 눈빛으로 보고 있었다.

제등 행렬을 하는 사람들이나 거리의 관중들도 다 같이 춤추고 노래 하고 즐기는 거리축제다. 세계 어느 곳의 축제 보다 더 독특하고 아름답고 황홀 하기까지 하다.

세계 어느 곳에서 이와 같은 축제를 찾을 수 있겠는가?

한바탕 즐기면서도 질서를 유지하고 구숙 받지 않고 마음껏 즐기는

신행체험 40

"참회로 업장과 묵은 감정 소멸 우선"



조현필 보살
(부산 정각사)

▶총지중과 인연 맺게 된 계기는?

한 20여년 전 서울 총지사 김은숙 신정회장님의 제도로 입교하게 됐습니다. 당시 회장님이 일단 법을 들어 보고 같이 해 보자는 간곡한 권유가 있었지요. 현교절에도 많이 다녔지만 진언수행이 제게 맞다는 생각이 들었습니다. 항상 자기 자성자리를 돌아보게 되고 환희한 느낌이 많이 듭니다.

▶개인적으로 어떻게 수행하시는 공식불공에서 하는 방법과 동일합니다.

하루 세시간 정도는 불공하고 있습니다. 자성일과 월초불공은 철저히 지키고 법을 열심히 듣고 실천하려 합니다. 예전엔 7경진도 많이 했습니다.

▶그동안 얻은 공덕이나 가피가 있다면?

가족들의 건강악화와 사업실패 등의 난관이 여러 번 있었는데 그때마다 무사히 넘길 수 있었습니다. 딸이 백혈병에 걸렸는데 불공기도 공덕으로 지금은 정상적인 생활을 하

고 있습니다. 주위에서도 모두 부처님의 가피라고들 합니다. 각자님께서도 전엔 약수도 많이 하시고 생활도 불규칙하셨는데 지금은 전혀 다른 분이 되셨지요. 자성일 불공도 늘 참석하시구요.

▶수행과 불교에 대해서

개인적으로 젊었을 때 잘못 살아 온 일들에 대해 참회를 많이 하고 있습니다. 수행도 우선 참회로 업장이나 묵은 감정같은 것들을 모두 비워 내야 되는 것 같습니다. 마치 그릇의 물을 쏟아 내야 새 물을 받듯이 말이지요. 각자님과 자식들에게도 늘 제가 잘못했고 고맙다는 마음을 냅니다. 그래서 인지 집안이 아주 화평해 졌습니다.

▶총지중 수행법에 대해서

다른 수행도 그렇겠지만 스스로의 믿음에 대한 확고한 관점이 서야 할 것입니다.

신심이라고 해도 되겠지요. 그리고 인과응보와 연기의 가르침을 이해하고 생활속에서 실행하는 것도 중요한 것 같습니다. 우리 종단 수행의 장점인 '언제 어디서나 육자진언을 향송하는 것'은 기본이구요.

▶종단에 바라는 점

우선 가까운 가족들의 제도에 본인은 물론 스승님들께서 적극 노력해 주셨으면 합니다. 이를 위해 종단 차원에서 어린이와 청소년, 청년 포교에 노력해 주셨으면 합니다. 온 가족이 절에 나와 수행공부를 할 수 있도록 말입니다.

만나라 세상

至道無難(지도무난)이요
唯嫌揀擇(유혐간택)이니
但真懺愛(단막중애)하면
洞然明白(동연명백)이라

승찬대사의 '지도무난'으로 시작되는 "신심명"의 이 첫귀절은 마음 공부하는 분들이 즐겨 애용하는 귀절입니다.

그렇지만 생각으로만 공부하는 분은 이 귀절을 선택에 대한 불안(?), 선택 혐오증(?), 시비(옳고 그름)에 무관심하러 하거나

이분의 가르침대로 수행을 하던 한 스님이 조주대선사님께 아래와 같이 질문을 던졌습니다.

"스님께서는 늘 '지극한 도는 어려운 것이 없다, 간택(선택)을 그만두면 된다' 라고 말씀하시는데 그 자체가 간택이 아닌지요?"

'옳다 그르다' 분별 말아야

지극한 도는 그리 어렵지 않아요
단지 선택하는 것을 꺼려할 뿐이니
미워하고 좋아함에 얽매이지 않으면
단박에 오롯이 알게되리라

심지어는 '진리에 대한 무뇌아'의 도구(?)로 삼으려고 합니다. 이것은 비단 오늘날에만 볼 수 있는 행태가 아니라 옛날에도 있었던 것 같습니다

그렇다면 스님께서는 어떻게 사람들을 지도하시겠습니까?...
"왜 그 말을 하다가 마느냐?"
"저는 여기까지는 외우지 못합니다"
"그렇다. 지극한 도는 어려운 것이 없다. 간택을 그만두면 되느냐?"

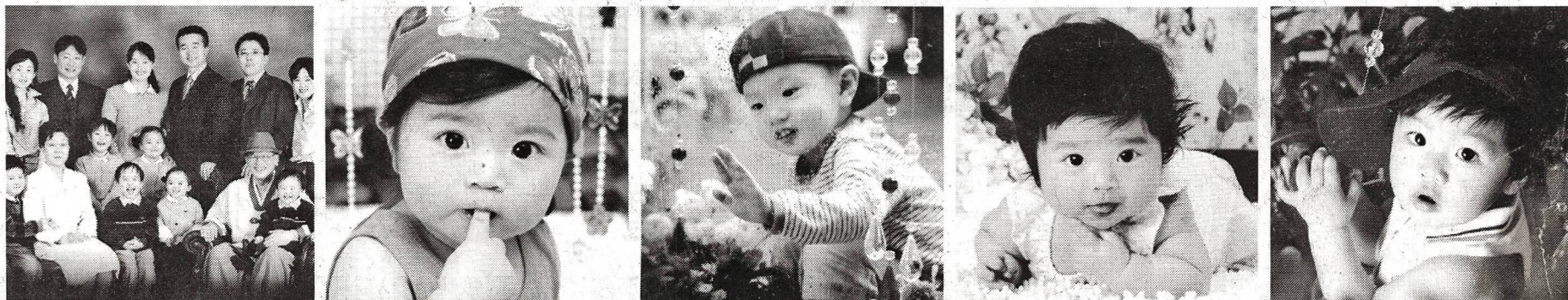
조주대선사님도 이 귀절을 곧잘 인용하며 제자들을 가르쳤나 봅니다.

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 전애드립니다.

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



진언행자 가족을 찾아서 | 관성사 박영자 고도

“이젠 마음 비우는 공부를 하렵니다”

서울 마포의 한 소출력 라디오 방송국. 대학생들이 대부분인 그곳에 웬 할머니가 헤드폰을 쓰고 능숙하게 방송 진행을 한다.

“안녕하세요? 아름다운 인생, 행복한 하루의 박영자입니다. 잊그제 연등축제 어떠셨나요, 대단했죠? 저도 연희단으로 참가해 덩실덩실 춤추며 축제의 주인공으로 하루를 보냈습니다. 나이는 문제되지 않더라고요. 늙어 간다는 것은 분명 고통이긴 합니다만, 그 늙음을 한탄하지 않고 언제 어디서든 열심히 산다면 그야말로 복되고 행복한 삶이 될 수 있을 겁니다. 우리에게 인생의 오랜 경험에서 오는 지혜가 있지 않습니까? 자, 오늘도 아름답고 행복하게 노년을 꽃피우시는 우리 동네 할아버지, 할머니들의 활기찬 일상속으로 출발합니다. 노래 한 곡 들겠습니다~”

스 마일 할머니. 방송국에선 박영자(일법혜, 67) 보살을 그렇게 부른다. ‘조바심 내거나 안 된다 하면 정말 안되고, 웃으면 된다’는 게 보살의 지론이다. 그래서 아침 출근하는 남편에게도 “여보, 일찍 들어오세요”가 아니고 “여보, 가실 때 세 번만 웃고 가세요”라고 한다.

스마일 할머니는 재물없어도 할 수 있는 일곱가지 보시행인 무재칠시(無財七施) 중에서 환한 얼굴로 남을 대하는 화안열색시(和顔悅色施)를 몸소 행하고 있는 셈이다.

“아무것도 가진 게 없어도 그저 온화하고 기쁜 얼굴로 상대를 편하게 해준다는 말씀이 절 발심시킨답니다. 그래서 기쁠때나 때론 슬플 때 마저도 항상 웃음을 잃지 않으려 애쓰는답니다.”

‘화안열색시’ 몸소 실천

일법혜 보살은 방송국 MC라고도 하는 일이 참 많다. 서울 관성사와 신정회 서경지회 감사를 비롯해서 총지종 최고령 합창단원이다 얼마 전에는 연등축제 연희단으로 참석해서 종일토록 춤을 추고 걷는 노익장을 과시하기도 했다. 또 오랜 공무원 생활경험을 살려 국가고시 감독관시험에도 합격했다. 붓글씨에 조예가 깊어 이쪽 저쪽 글씨 선물을 한다. 기체조 수련도 10여년째 하고 있다고. 향간의 나이는 숫자에 불과하다는 말은 일법혜 보살을 놓고 하는 말일 게다. 그만큼 평강이 긍정적이다.

청주가 고향인 일법혜 보살은 13세때 자성학교를 다니면서 진언수행과 인연을 맺었다. 친정어머니의 영향이 지대했던 것. 어머니는 새벽 두시면 일어나 몸을 정갈히 한 후 진언수행에 몰두했다. 그래서 4형제 모두 자연스럽게

진언행자가 될 수 있었다. 지금도 형제들이 모이면 말한다. 우리가 이렇게 편안히 지내는 것은 모두 어머니의 정성이 있었기 때문이라고. 92세에 작고하신 어머니는 임종시에도 열주 세는 손모양을 하실 정도로 신심이 대단했다.

어머니 정성이 불심 키워

그런 어머니 슬하에서 성장한 탓일까. 젊었을 적 불법해 보살의 불심도 어머니를 빼 놓을 수 없다. 아이들의 교육과 공무원 생활로 눈코 뜰새 없이 바쁜 와중에도 퇴근하면 곧장 서원당을 찾았다. 한 자리에서 앉아 일곱시간 동안 꼼짝도 않는 7정진도 무시로 했다.

역시 공무원이었던 각자님(김사룡, 68)이 등기소장 시험을 볼 때 일이다. 시험시간에 맞춰 정진불공을 하는데 그날따라 왠지 집중이 안됐다. 한 15분쯤 지나니 기도가 잘 되기 시작했다. 책에 글씨까지 눈에 보이더라는 것. 나중에 각자님이 하는 말,

“도무지 모르겠던 문제가 한 15분쯤 후에는 술술 잘 풀리더라고요. 내가 몇 페이지 몇째 줄에 출진 것까지 생각이 나고 말이지, 참 희한한 일이야”

각자님은 그 시험에서 전국 1등을 했다.

“옴마니 반메혹을 건성으로 하지 않고 그저 지극하게만 하면 다 이루어 저요. 정진을 해보면 성취가 될지 안 될지 어느정도는 알게 되죠. 느낌이 와요. 그리고 제가 불공해서 안 이루어진 것에 대해서 원망심을 내지 않아요. 다만 전생에 인연이 없었을 뿐이라고 여기고 맙니다. 열심히 기도불공한 것으로 족하니깐요”

일법혜 보살의 이런 말투 신심은 어릴 적 법장화 스승의 가르침 영향도 컸다.



◇마포공동체라디오 방송 행복한 하루 MC, 스마일 할머니 박영자 보살

“기쁠 때나 슬플 때나 스마일입니다” 불공정진으로 ‘우리도 부처님 같이’

지금은 기로원에 계시는 법장화 스승은 오십여년 전 당시 청주가 첫 부임지였다. 거기서 교도와 어린이 자성학교 등을 대상으로 불철주야 교화에 매진했다.

안되는 일에 원망 안해

“법장화 스승님이 그러셨어요. 옴마니 반메혹만 하면 공부 잘 할 수 있다고. 그말을 듣고는 참 열심히 했어요. 그렇게 순진무구한 마음에서 열심히만 하면 된다는 것을 그때 알게 된 것 같아요”

또 그때 옴마니 반메혹만 하면 모든게 이루어 진다는 생각이 머리 속에 각인됐다고. “법장화 스승님은 평소 이렇게 말하셨죠. 풀

에 심은 나무가 자라는 게 눈에 보이지 않지만 오랜 시일을 두고 보면 큰 나무가 되어 있는 것처럼 사람도 마찬가지라고요. 불공정진을 오래 하다 보면 우리도 부처님같이 될 수 있을 것이라고 힘을 북돋아 주셨습니다”

일법혜 보살의 신심은 시어머니와 이교도였던 남편, 두 아들과 두 딸을 제도했다. 셋째딸은 고 3때에도 아침밥은 걸러도 육자진언은 꼭 암송하고 등교했을 정도였고, 일법혜 보살은 그렇게 며느리로 아내로 어머니로 오래전부터 큰 나무가 되어 왔다.

진언수행을 해 온지 강산이 다섯 번이나 변한 지금 일법혜 보살은 말한다. “돌이켜 보면 그동안 무얼 이루려고만 했어

요. 다행히 불보살님의 가피가 있어 많은 것을 성취하긴 했지만... 나이가 들어선지 이젠 비우는 공부를 해야 할 것 같다는 생각이 듭니다”

윤우채 기자

진언행자 가족을 찾습니다

총지종 진언행자로 모범적인 수행을 하고 있는 진언행자 가족을 총지종보사로 추천하여 주시기 바랍니다.

연락처 : 02)552-1080

종조탄신 100주년 기념 종조법설집 명상용 CD, 테잎 출시



종조탄신 100주년 창종 35주년 기념 종조법설집 명상용 CD와 테잎이 나왔습니다. 출시된 종조법설집 명상용 CD와 테잎은 편안한 배경음악에 전문성우의 음성을 더빙해 누구나 듣기 쉽도록 만들었습니다.

다소 딱딱할 수 있는 책으로 된 종조법설을 커로 들을 수 있게 한 것은 원정 종조의 사상과 유훈을 이땅에 다시 살아나게 한다는 큰 의미가 있는 불사 일 것입니다.

총지종은 이번 종조법설집 명상용 CD와 테잎 등을 비롯한 오디오 자료들을 활용하여 명상이나 요가수행 등 다양한 수행법을 연구 개발한다는 계획에 있습니다.

종조법설집 명상용 CD와 테잎에 대한 자세한 문의는 서울 통리원 전화 02)552-1080~3 번으로 하시면 됩니다.

불교총지종

서울특별시 강남구 역삼동 776-2 / 전화 02)552-1080~3 / 팩스 02)552~1082