

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

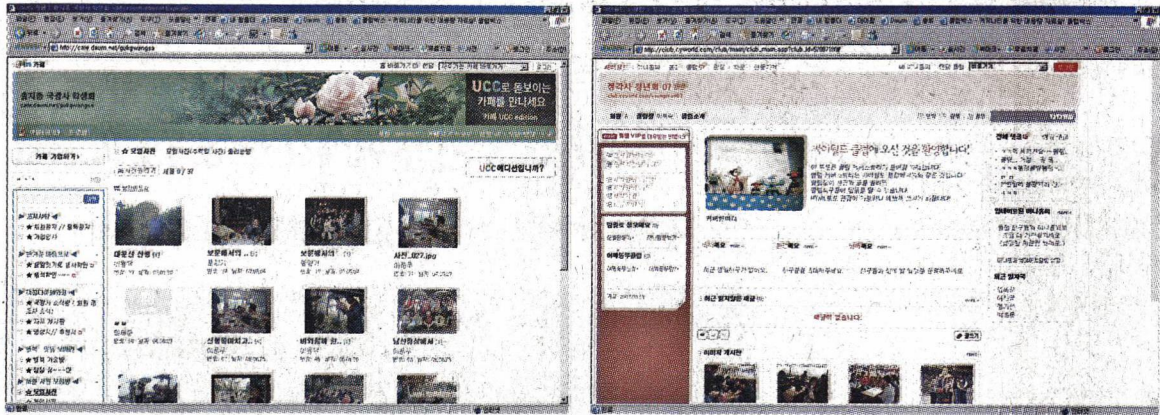
창간년도 총기24(1995)년 10월 16일 구독문의 02-552-1080

The chongji news

불기 2551년 제92호

온라인 신행모임 개설 - '포교 청신호'

다음 카페 - 국광사 학생회, 싸이월드 - 정각사 청년회



다음카페 총지종 국광사 학생회.

싸이월드 정각사 청년회.

경주 국광사와 부산 정각사 등 비교적 젊은층을 주축으로 하는 온라인 신행모임이 개설돼 활동하고 있어 포교에 청신호가 되고 있다.

국광사는 '총지종 국광사 학생회(cafe.daum.net/gukgwangsa)'라는 명칭으로 포털사이트 다음(daum)에 카페를 개설하고 활발한 활동을 하고 있다.

국광사 학생회 카페엔 △반가운 마음으로 △아름다운 시와 글 △행복 웃음 보따리 △사진 모음방 등의 다양한 메뉴가 올려져 있어 교류와 신행활동에 적잖은 도움을 주고 있다.

국광사 카페는 70년대 후반과 80년대 초에 학생회 활동을 하던 이들로 구성돼 있으며, 춘추계 공식모임과 매월 산행을 비롯한 성지순례로 유대를 강화하고 있다.

카페지기 이용우 씨는 "국광사에서의 불연을 오래도록 이어 가 고자 카페를 개설했다"며 "현재는 친목 위주의 모임이지만 앞으로는 신행에 좀더 비중을 두고

활동을 할 것"이라고 말했다. 카페회원 박봉근(학생회 7기) 씨는 "순수했던 학생시절 추억을 공유하고 있는 선후배를 만나 교류하고 초발심을 떠올리며 신심을 증장시키는 면에서 좋은 것 같다"고 말했다.

부산 정각사도 청년회를 중심으로 온라인 모임을 만들고 신행활동을 하고 있다.

싸이월드 미니홈피 정각사 청년회 07(club.cyworld.com/youngman07)을 개설한 클럽장 이혜숙 씨는 "청년회 재창립과 함께 홍보를 강화하고 신속한 정보공유를 위해 온라인 모임을 만들었다"며 "청년회뿐 아니라 일반인도에도 개방할 예정"이라 밝혔다.

정각사 청년회 미니홈피엔 △우리들의 이야기 △사진방 △비밀이야기 등의 메뉴를 갖추고 젊은층의 취향에 맞고 유용한 각종 자료를 올리는 중이다.

정각사 청년회는 앞으로 기존 법회를 안정적으로 진행함과 동시에 온라인 모임 회원을 대상

으로 한 정전공부, 사찰순례, 운동 프로그램 등을 정례화 한다는 계획이다.

이들 국광사, 정각사 온라인

모임 등은 앞으로 기존 교도와 효과적인 포교활동을 해나갈 것 일반 잠재적 교도를 대상으로 으로 기대를 모으고 있다.

하반기 49일 불공 15일 회향

불교총지종은 7월 15일 전국 사원에서 총기 36년 하반기 49일 진호국가불공 회향불사를 봉행한다. <수호국계주 다라니경>에 근거한 진호국가불공은 한 해 상·하반기 각각 49일간 2번 실시된다.

중조법설집에는 "49일불공 정진의 1차 목적은 나라발전과 호국에 있다. 이 정진은 부

국강병으로 외적이 침입하지 못하게 하는 불사이므로 정부를 비방하거나 원망하는 마음을 없애고, 만약 잘못이라고 생각되는 일이 있으면 곧 바르게 되도록 회상하고 서원해야 한다. 하반기 49일불공은 현재 부모에 효순하고 선망부모의 해탈을 서원하는 불공기간이다."라고 설명해 있다.

"모험과 도전! 하나되는 총지인"

제17회 총지종 학생 수련법회 25일 개최



지난해 영주에서 있었던 수련법회.

총지종은 오는 7월 25일부터 27일까지 2박 3일간 합천 청소년수련관에서 '모험과 도전! 하나되는 총지인'이라는 주제로 여름 청소년 수련법회를 개최할 예정이다.

올해로 17회를 맞이하는 이번 수련법회에선 종단산하 전국 각 사원의 어린이와 청소년, 중립 동맹중학교 학생들을 대상으로 수행과 공동체 교육, 자연 탐방 등이 실시된다.

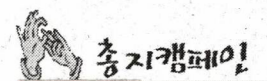
특히 경남 유일의 '도전캘린지 코스'가 있는 합천 청소년 수련

관에서 열리는 이번 여름수련법회는 천혜의 자연환경속에서 청소년들이 호연지기의 기상과 튼튼한 정신력을 배양할 수 있는 좋은 기회가 될 것으로 보인다.

예정된 프로그램은 발표력과 상상력을 기르는 '문제, 신문만들기'를 비롯해 팀워크 훈련발표, 신념강화 훈련, 아침 정중, 도전! 캘린지 한마음 공동체, 황강 래프팅, 장기자랑, 캠프화이어, 영화 태극기 휘날리며 촬영장 견학 등 다양하다.

이번 수련법회를 주관하고 있

는 통리원 윤상호 교무는 "수련법회가 어린이 청소년들에게 총지인으로서 올바른 가치관을 정립하고 긍정적 사고 방식과 화합 단결 정신을 함양하는 좋은 계기가 되길 바란다"고 말했다. 참가 문의: 02)552-1080



작은 변화의 시작

통계청에 따르면 지난해 전 국가구 중 소득 상위 10%에 해당하는 계층의 월 평균 보충교육비는 31만1천원으로 소득 최하위 10%인 계층의 3만4천원의 9.2배에 달했다.

보충교육비 격차는 2003년 6.5배, 2004년 7.5배, 2005년 7.4배 등으로 전반적인 확대 추세를 보인다.

보충교육비에는 학교의 보충수업비도 포함돼 있지만 입시, 보습, 예체능학원비, 개인 교습비, 독서실비 등 사교육 항목이 대부분을 차지하고 있는 현실 문제를 강남구의 청년들은 대치동 학원가의 유명강사들의 인프라를 전국의 모든 학생이 이용할 수 있게 하기 위해서 강남구청 인터넷 수능방송 사이트를 운영하고 있다.

하루 방문자 30,727명 총 방문자 55,530,360명으로 인기가 높다. 또한 62만에 미승관하나 없는 노원구는 구청사 1층과 2층 공간을 리모델링해 271평 규모의 갤러리를 만들어 노원구 주민 누구나 그림을 감상할 수 있도록 서비스를 제공하고 있다. 연중 무휴로 저녁9시까지 문을 연

다. 여권발급기간을 이틀로 단축한 '여권익스프레스 제도'를 운영하고 있어 서울송파구 주민들의 호응이 아주 좋다. 이렇게 지방자치구에서 주민들을 위한 변화는 신선하기까지 하다.

작은 변화의 시작이 바로 큰 세상을 움직이는 원동력이 될 것이라 믿는다.

그런가 하면 서울의 한 구청 상황실 옆에는 출퇴근 시간 기록용 지문인식기가 설치돼 있다.

청사 건물에 붙여 꺼진 한 밤중에 어디선가 구청 직원들이 하나 둘씩 나타나 지문인식기에 엄지손가락을 찍고 돌아간다.

심지어 운동복 차림으로 가족들과 함께 나타난 모습이 YTN 카메라에 잡혔는데 이 유인즉 6시 이후 야간근무수당을 받기위한 절자였던 것이다.

개인 불일을 보다가도 야간에 불 꺼진 청사에 출근하여 퇴근 도장을 찍는 근면성을 보여준 것이 나랏돈을 횡령하기 위함이라니 참 후안무치(厚顔無恥)한 사람들이다.

이 달의 종조법설

지혜 智慧

작은 것을 숭상하면 사상이 작은 인물이 되고 또 작은 인물을 낳게 되며, 큰 것을 숭상하면 사상이 커져서 큰 인물이 되고 또 큰 인물을 낳게 된다. 그러므로 작은 유상보다 큰 무상을, 유한한 현실보다 무한한 진리를, 약한 인간에 의존하는 것보다 우주에 충만한 부처님을 믿고 크게 살아야 할 것이니라.

8면 특집 영식천도의 의의

10면 사찰탐방 - 용주사

12면 종보편집팀을 찾아서



비오는 산사는 적요寂寥하다. 바람에 쉬 흔들리는 풍경도 육중한 돌탑도 고요히 내리는 비에는 그대로 묵묵하다. -수원 용주사

하반기 49일 불공 회향 방생법회

방생은 고통받는 중생들을 해탈로 이끌고 소외받는 이웃을 돕는 자리아타행의 실천입니다. 이번 방생에 무루 동참하시어 업장소멸과 소원성취 하시기를 기원드립니다.

◆ 부산경남교구

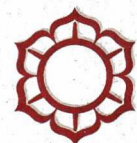
- ◎ 일시: 총기 36년(2007년) 7월 16일
- ◎ 장소: 순천 상사댐

◆ 대구경북교구

- ◎ 일시: 총기 36년(2007년) 7월 16일
- ◎ 장소: 제천 의림지

◆ 서울경인교구

- ◎ 일시: 총기 36년(2007년) 7월 16일
- ◎ 장소: 서산 안면도



불교총지종
The Buddhism chongjijong

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

사 설

포교방법의 전문화로 교화활성화

포교의 본래 목적은 중생의 이익과 행복을 증장시키는 데 있다. 중생은 누구나 생로병사와 같은 근본적인 고통을 지니고 있지만 동시에 사회구조나 그 변화로 인해 고통을 받기도 한다. 중생의 고통을 해결하기 위해서는 사회구조와 그 변화에 부합하는 포교 패러다임의 개발이 불가피하다.

오늘날 한국사회에 있어서 전체 인구의 85% 이상이 도시인이다. 때문에 이제 한국불교의 모든 포교단 골 도심포교이다. 도심포교단 도시인을 대상으로 한 포교를 의미한다. 도시인에 대한 포교는 각 도시별 고유성을 살리면서 각각의 특성에 맞게 적절한 역할분담으로 전문화될 필요가 있다.

“백용성 스님은 선종본사는 도인(道人)을 양성하는 곳으로, 도시의 포교단은 천하대중의 공익(公益)을 득(得)케 하는 공간으로 인식하였다.”

현대 도심포교에서는 성, 연령, 계층, 지역 등에 따라 포교 프로그램이 차별화되어야 한다. 또 기존 포교모델의 틈새시장을 확보하기 위해서는 다양하고 전문화된 새로운 포교모델들이 개발되어야 한다. 이제는 포교백화점이 아니라 포교전문점이 필요하다. 기도나 염불만이 아니라 교양교육, 참선, 각종 문화체험프로그램, 각종 의례프로그램, 지역주민을 위한 복지프로그램도 보다 전문화될 필요가 있다.

가족법회로 포교활성화 하자

포교활성화는 총지종의 지상과제이다. 수년째 성직자와 교도 모두 포교활성화를 외치고 있다. 그럼에도 불구하고 교세가 도리어 위축되어 가고 있는 이유는 무엇인가? 이유는 매우 분명한 데 있다. 입으로만 포교활성화를 이야기하고 구체적 실천은 하지 않고 있기 때문이다.

그러면 구체적으로 어떤 실천 프로그램으로 포교활성화를 할 것인가. “템플스테이” “문화강좌” “산사음악회” 등의 대중적 이벤트를 통한 대중적 포교가 오늘날의 일반적인 포교방식이지만 현재의 종단이 처한 여건을 고려할 때는 그러한 이벤트를 치르기도 어려울 뿐 아니라, 그런 이벤트를 통해서 모든 대중을 교도로 흡수해낼 형편도 안 된다. 총지종 역시 그러한 이벤트부터 포교를 할 수 있는 여건을 갖추어야겠지만, 우선에는 내부적으로 가능한 데서부터 포교활동을 해야 한다.

그런 점에서 중앙교육원에서 수차례 제안한 “가족법회”는 포교활성화를 위한 구체적인 실천 프로그램의 좋은 예이다. “가족법회”는 총지종 개별 사찰들이 포교활성화를 위해서 할 수 있는 가장 현실적인 프로그램이다. 우선 교도들이 늘 대하는 가족 구성원들부터 사찰에 나오게 한 다음, 이들 가족 구성원들을 통해서 다시 또 다른 사람들에게 포교해 가는 점진적인 포교 방식이 종단의 현실에 적합한 포교 방식이다.

지난 6월 22일 있었던 시범사에서의 가족법회는 하나의 가능성을 보여주었다. 휴가철인 관계로 상당수 가족들이 참가하지 못했음에도 불구하고 오랜만에 서원당에 사람이 가득했다는 사실만으로도 그날 참가한 사람들을 환희하게 하였다. 현재 서원당에 나오는 교도들이 가족 세 사람씩만 데리고 와도 침체된 총지종의 분위기를 일신할 수 있을 것이다.

원송 통리원장, 불교방송 신임이사로 선출

정우 스님, 김규철 씨 등도 피선



원송 통리원장

원송 통리원장이 6월 19일 마포 가든호텔에서 열린 제62차 불교방송(사장 홍승기) 재단이사회에서 신임 이사로 선출됐다. 이와함께 통도사 주지 정우 스님, 김규철 전 불교방송 사장도 각각 신임이사에 피선됐다.

이날 열린 재단이사회에서는 이날말 임기가 만료되는 배홍규

감사의 임기를 2년 연장하기로 했으며, 이사장 선임 문제는 이달 중 열리는 차기 이사회에서 결정하기로 했다.

불교방송은 올해 3월 이사 임기가 만료된 종하 스님의 이사장 연임 건을 결의하지 못해 상임이사인 영담 스님이 이사장 직무대행을 하고 있다.

이외에도 불교방송이 지난해부터 추진 중인 불교종합미디어센터에 대한 진행 과정 보고와 향후 계획에 대해서도 논의됐다.

이날 이사회에는 총지종 우승 정사를 비롯해 불교방송 이사장 직무대행 영담 스님, 종범 스님, 도후 스님, 법조 스님, 회정 정사, 무외 정사, 홍승희 이사, 민병천 이사, 명호근 이사, 순현수 이사, 구형선 이사, 홍승기 이사 등 총 18명의 이사 중 13명이 참석했다.

7월 2일부터 8일까지 월초불공을 봉행합니다. 7월 15일 하반기 49일불공 회향일입니다.

7월 20일부터 8월 15일까지 만보사에서 연꽃축제를 개최합니다. 7월 25일부터 27일까지 경남합천수련원에서 여름수련회를 개최합니다.

총지종 집행부에 듣는다④ - 사회부

“대외행사 적극 참여 - 종단 홍보”



인선 정사

앞으로 어떻게 사회부장직을 수행해 나갈지 말씀해 주십시오.

먼저 지방사원에 근무하는 관계로 주어진 소임을 제대로 수행하지 못함을 죄송스럽게 생각합니다. 지방에서라도 제가 할 수 있는 일은 찾아서 계획하고 연구해서 종무행정에 조금이라도 도움이 되도록 노력해 나가도록 하겠습니다.

사회부장 임기동안의 계획을 설명해 주십시오.

타종단과 차별화된 사회사업이 무엇이 있는지 찾아서 시행될 수 있도록 하고 대외적 행사에는 적극적으로 참여해서 종단 홍보를 할 계획입니다.

사회부에서 하는 일을 짧막하게 소개해 주세요.

사회, 문화, 국제국 3국이 있는데 대표적으로 사회국은

사회사업, 문화국은 문화단체, 교육기관, 타종단과의 교류, 국제국은 불교나라와의 교류 및 국제대회행사에 관계되는 일을 하고 있습니다.

사회부장직을 수행하다 보면 여러 난제에도 직면하실 경우가 있을 텐데, 어떻게 어려움을 극복하시겠습니까?

일 자체의 어려움보다 일에 관계된 사람의 견해가 다를 경우가 가장 어려운 부분이라 생각합니다. 종무수행이 다소 늦어지더라도 인내심을 가지고 대화로 풀어 나간다면 결코 어려운 일은 없다고 생각합니다.

종단 발전을 위해서 우선적으로 해결해야 할 사항은 무엇이라고 생각하시며, 해결방안은 무엇인지요?

승직자와 교도들의 침체된 마음에 희망과 의욕을 줄 수 있는 불사를 해야 한다고 생각합니다.

여러 가지가 있지만 가장 시급한 것은 양로원, 명부전, 서원당, 외부인을 위한 숙박시설

등이 있는 기도도량건립이라고 감히 말씀드리고 싶습니다. 이러한 기도도량이 있어야 승직자도 교화하다가 심신이 지치면 재충전 할 수 있고 교도들도 꼭 이루고자 하는 서원이 있으면 숙식을 하면서 기도에 매진 할 수 있으며 교도가 열반한 후에도 총지종의 천도 의식으로 불공을 받을 수 있는 것입니다.

이러한 불사는 최소 5년 이상은 걸리는 불사이므로 지금이라도 계획을 세워서 계획대로 실천 해나가야 한다고 생각합니다.

종단과 불자들에게 당부하고 싶은 말씀이 있으시다면...

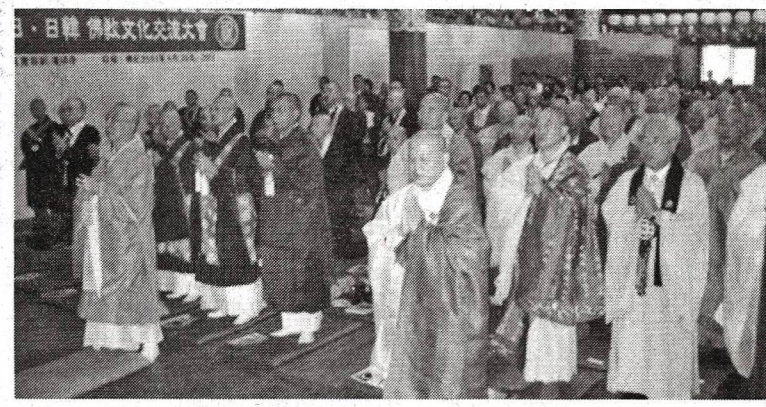
각자에게 주어진 역할에 충실하여야 하겠습니다. 종단의 승직자와 종무원은 사명감을 가지고 종단의 교세발전과 교도들이 건의하는 것은 빠른 시일 안에 이루어지도록 노력해야 할 것이며 교도들은 종단을 믿고 일상생활에 부처님의 가르침을 실천할 수 있는 수행자가 되어야 하겠습니다.



▲부산 정각사는 지난 6월17일 금정산 산행법회를 실시했다. 산행후에는 저녁공양도 있었다. 법공 주교를 비롯해 법경 정사, 도현 정사 교도 가족 등 20여명이 참가했다.

고려대장경 조성 의미 되새기며 양국우호 다짐

제28차 한·일 불교문화교류대회 성료



해인사 보경당에서 세계평화기원법회를 봉행하는 모습.

한일불교교류문화협회(회장 지관, 이하 한국측)와 일한불교교류협회(회장 미야바야시 쇼겐, 이하 일본측)는 양국의 불교 문화교류와 세계평화를 위해 공동추진하고 있는 한일·일한 불교문화교류대회를 지난날 26일부터 28일까지 대구 해인사·인터호텔 등에서 개최했다.

이번 대회에는 조계종총무원장 지관·천태종총무원장 정산·관음종총무원장 홍파스님·진각종 통리원장 회정정사 등 한국측 1백80여 명과 일한불교협회 회장 미야바야시 쇼겐·부회장 모찌다 칸센 스님 등 일본측 대표 90여 명이 참석했다.

‘해인사 고려대장경 조성의 정신’을 주제로 개최된 제28회 한일·일한 불교문화교류대회 참가자들은 첫째날 대구 인터호텔에서 환영만찬에 이어 27일 오전 8시경 학술세미나에 참석했으며, 이후 합천 해인사로 이동해 세계평화기원법회를 봉행했다. 마지막 날인 28일 참가자들은 논산 개태사·부여 불교전래사비·서울 조계사 등을 찾

아 참배했다. 특히 한국·일본의 불교교류문화협회는 27일 세계평화기원법회에서 제30차대회에 맞춰 ‘세계인류평화서원(가칭) 탑의 건립’을 골자로 한 공동선언문을 작성·발표해 불교문화교류대회의 근본 취지를 밝혔다.

대회 이튿날 해인사 보경당에서 봉행된 세계평화기원법회에서 한국측 대표 지관스님은 대회를 통해 “부처님의 지혜와 자비로 국난을 극복하려는 대원력을 세우고 조성한 고려팔만대장경이 소장된 해인사에서 법요식을 봉행하게 돼 그 의미가 크다”며 “지속적인 교류를 통해 양국에 쌓여 있는 감정의 앙금은 물론 사회적 난제들도 풀릴 수 있기를 바란다”고 밝혔다.

학술세미나에서는 고려대장경 연구소 이사장 종림스님과 일본 불교대학 교수 마쓰나가 츠카스님이 각각 ‘고려대장경 조성의 정신’과 ‘대장경에서 배우는 일본근세에 있어서의 고려대장경의 평가’를 주제로 발표했다.

우리 모두 부처님의 참사랑을 어려운 이웃과 나눕시다

2007년 6월 1일부터 6월 29일 까지

개천사 무명씨 6. 8 5,000	단음사 박호열 6. 11 10,000	백월사 박인철 6. 25 5,000	실보사 이순옥 6. 15 10,000	정심사 오운보 6. 15 5,000
개천사 무명씨 6. 21 5,000	단향사 공철봉 6. 1 5,000	백월사 이갑진 6. 29 10,000	실지사 조원호 6. 1 3,000	지인사 연등원 6. 20 10,000
개천사 이희권 6. 28 10,000	단향사 이재은 6. 28 10,000	법천사 김정숙 6. 4 5,000	실지사 송우섭 6. 4 5,000	총지사 이인성 6. 12 30,000
개천사 경 원 6. 29 10,000	단향사 행원심 6. 28 10,000	법천사 임선순 6. 4 20,000	실지사 정우석 6. 8 20,000	총지사 최영해 6. 14 10,000
개천사 정법수 6. 29 10,000	덕화사 김상열 6. 19 60,000	법천사 시 정 6. 26 10,000	실지사 이화수 6. 20 10,000	총지사 김은숙 6. 29 30,000
관성사 황성녀 6. 22 10,000	만보사 정덕순 6. 5 5,000	법천사 원만원 6. 26 10,000	실지사 정경자 6. 27 5,000	총지사 선도원 6. 29 10,000
관성사 해 정 6. 29 10,000	만보사 배정임 6. 13 10,000	벽룡사 오미순 6. 11 5,000	운천사 박보경 6. 15 10,000	총지사 장근도 6. 29 10,000
관성사 정법계 6. 29 10,000	만보사 민순분 6. 25 10,000	벽룡사 원 당 6. 12 10,000	정각사 황영숙 6. 1 10,000	통리원 지 정 6. 26 20,000
기로원 상지화 6. 26 10,000	만보사 정덕순 6. 27 5,000	벽룡사 묘심해 6. 12 10,000	정각사 박말연 6. 7 5,000	해정사 오혜민 6. 20 10,000
기로원 불멸심 6. 26 10,000	만보사 지 성 6. 29 10,000	벽룡사 이희숙 6. 15 10,000	정각사 박영숙 6. 8 10,000	해정사 허원정 6. 20 10,000
기로원 법장화 6. 26 10,000	만보사 승효계 6. 29 10,000	삼일사 원 송 6. 28 10,000	정각사 오혜자 6. 14 10,000	해정사 서 령 6. 20 10,000
기로원 대자행 6. 26 10,000	만보사 고도일동 6. 29 401,000	삼일사 인법계 6. 28 10,000	정각사 이란이 6. 15 10,000	홍국사 밀공정 6. 5 30,000
기로원 대 관 6. 26 10,000	밀인사 이연수 6. 25 10,000	선림사 대 덕 6. 19 10,000	정각사 구정희 6. 19 20,000	홍국사 여순애 6. 28 10,000
기로원 수중원 6. 26 10,000	밀인사 신대식 6. 20 5,000	선림사 정복지 6. 25 10,000	정각사 박수빈 6. 20 10,000	홍국사 강문석 6. 28 10,000
기로원 자선화 6. 26 10,000	밀인사 이해성 6. 20 5,000	선림사 심지장 6. 25 10,000	정각사 조현필 6. 27 5,000	홍국사 밀공정 6. 28 10,000
단음사 안 성 6. 11 10,000	밀인사 신동희 6. 20 5,000	성화사 우담바라 6. 20 50,000	정각사 변순개 6. 28 5,000	
단음사 유가혜 6. 11 10,000	밀인사 신동의 6. 20 5,000	수인사 한애숙 6. 20 20,000	정각사 윤선자 6. 28 10,000	
단음사 박주열 6. 11 10,000	백월사 박인국 6. 25 5,000	수인사 김봉기 6. 26 10,000	정심사 박옥란 6. 12 20,000	

후원회 가입안내

불교 총지종 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
- 예금주 불교총지종 사회복지재단

불교총지종 사회복지 재단
전화 552-1083, 3452-7485

◇ 위 금액은 전액 불우교도 가정 돕기에 사용됩니다.

풍경소리

행복의 조건



많은 사람들은 타인과의 비교를 통해, 끝없는 욕망의 충족을 위해 몰두하다가 행복으로 가는 문을 잃어버린다.

좀더 큰 이익, 좀더 많은 재산, 좀더 남보다 앞서려는 욕망을 따르다보면

친구로부터의 신뢰도 잃고 건강도 잃고 결국 행복의 문에서 점점 멀어진다.

욕망이 채워지지 않을 때의 갈등과 괴로움, 이것이 번뇌의 실상이다.

그래서 부처님은 말씀하셨다.

"건강이 가장 큰 이익이고, 만족가 가장 큰 재산이며, 신뢰가 가장 귀한 친구이다.

그러나 마음의 평안보다 더한 행복은 이 세상에 없다."

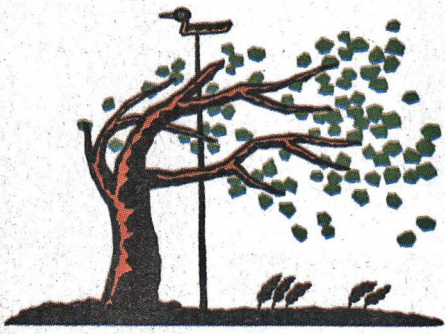
-김원각(시인)



지렁이는 땅 속이 갑갑하지 않습니다.

상대의 입장에서 헤아릴 때 닫혔던 문도 열리고, 함께 사는 길도 열립니다. -장용철(시인)

선은 능히 악을 이긴다



너의 선행을 듣고 악한 사람이 찾아와서 어지럽게 굴더라도 너는 스스로 참고 견디어 성내거나 꾸짖지 말라. 그가 와서 너를 미워하는 것은 자기 스스로를 미워하는 것과 같다.

-숫타니파타

지렁이는 땅 속이 갑갑하지 않다

사람과 사람 사이에서 일어나는 갈등은 자기중심의 잣대로 판단하므로 생기는 것입니다. 개구리는 연못이 운동장이고, 울메미는 밤이 낮이고,

이달의 명상

대나무숲에서

어두운 날을 살았던 건 어두운 마음으로 살았던 거다. 문득 나를 놓고 기다리던 말없이 서있는 것들과 말없이 지나가는 것들이 보인다. 저 숲은 제 몸 하나 푸른 것으로 늘 푸른 날 속에 서있고 그 곁에 모여든 새들의 울음소리는 그 푸른 날 속으로 번지고 있다. 어리석은 마음으로 어리석은 날을 살고, 부처의 마음으로 부처의 시간을 사는 거다.

-현대불교 박재완 기자의 포토에세이 중

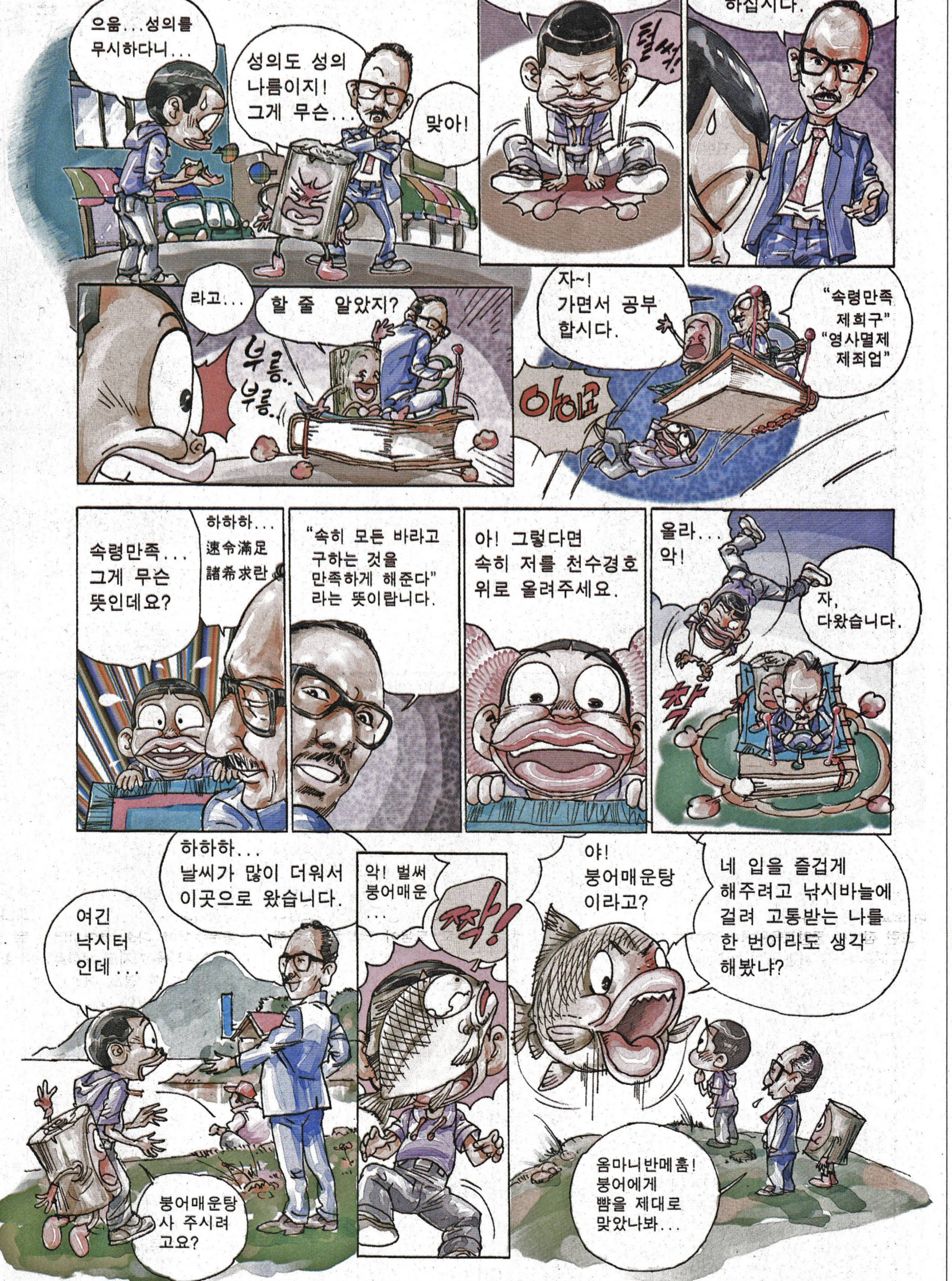


원정대성사와 함께 하는

VISUAL밀고

~천수경편 제 17 화~

글.그림/정수일



제17회 불교총지중

여름학생 수련법회

"모험과 도전정신을 기르는 하나되는 총지중"이라는 주제로 열리는 총지중 여름학생 수련법회에 어린이 및 청소년들을 초대합니다.

경남 유일의 '도전챌린지코스'가 있는 합천 청소년 수련관에서 열리는 이번 수련법회는 천혜의 자연환경속에서 청소년들이 호연지기의 기상과 튼튼한 정신력을 배양할 수 있는 좋은 기회가 될 것입니다.

이번 총지중 여름학생 수련법회에 많은 분들의 동참 바랍니다.

- ◆ 일 시 : 총기 36년(2007년) 7월25일 ~ 27일
- ◆ 장 소 : 경남 합천 청소년 수련관
- ◆ 대 상 : 초등학생 · 중학생 · 고등학생
- ◆ 참가비 : 1인당 2만원
- ◆ 준비물 : 세면도구, 필기구, 여벌 옷



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

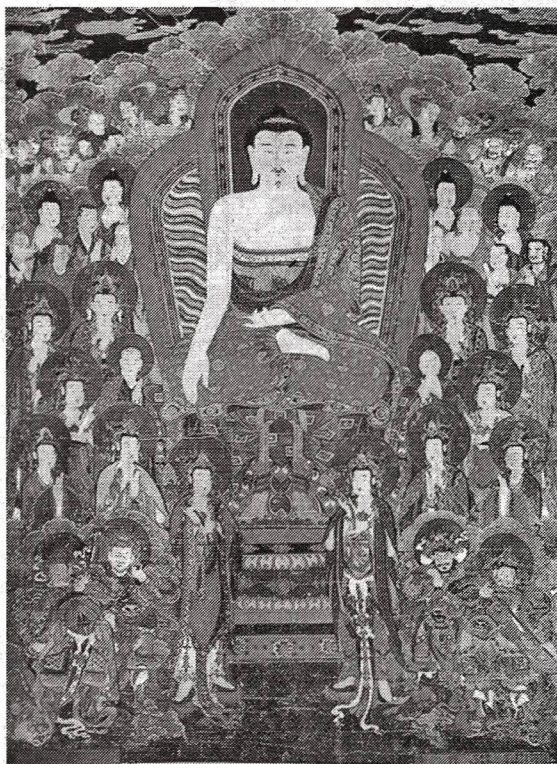


한국불교미술 ⑫

불교교리의 내용을 압축한 그림 - 불화

불화는 부처나 보살의 초상 또는 불교교리의 내용을 압축하여 그림으로 표현한 것으로서, 화려한 색채로 불교의 신성함과 회화의 아름다움을 나타낸 대표적인 불교미술이라 할 수 있습니다. 불화는 아외의 법회를 마련하기 위해 두루마리 형태로 보관되는 괘불(掛佛)도 있으나, 불상이 모셔지는 전각의 내부에 걸여지는 후불화(後佛畵)가 대부분을 차지합니다.

1. 석가모니 불화



석가모니 부처님이 마가다국(摩揭陀國) 왕사성(王舍城) 근처에 있는 영취산(靈鷲山)에서 제자들에게 《법화경(法華經)》을 설법한 모임을 도상으로 옮긴 불화(佛畵)입니다.

불화의 '교주인' 석가모니를 주존으로 하여 그린 그림으로 사원의 주불전인 대웅전이나 나한전, 응신전 등에 모셔집니다.

불화의 배치는 중앙 수미단 위에 석가모니 부처님이 앉아 있고 그 좌우에 보살들과 제자들, 그리고 모든 분신들이 배치되며 이들 앞에는 사천왕, 뒤로는 호법신중들이 둘러싸고 있는 것이 원칙입니다.

2. 아미타불화

아미타불화는 아미타불이 서방 극락세계에서 설법하는 모습을 그린 그림으로 무량수전 또는 극락전의 후불화로서 모셔집니다.

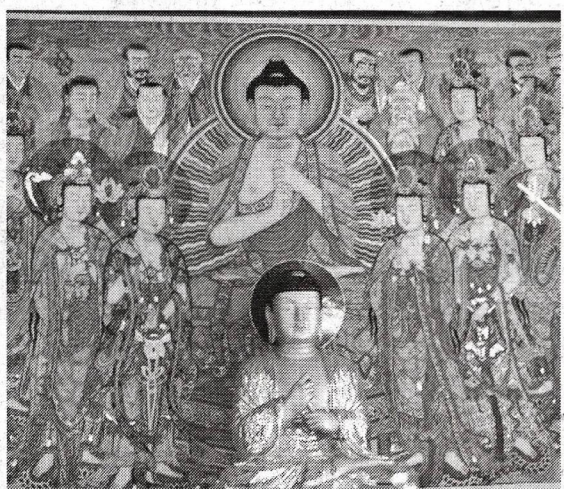
아미타불화에는 아미타독존도, 아미타삼존도, 아미타오존도, 아미타구존도 등이 있으며 좀더 북



잡하게 모든 보살과 아라한·사천왕 등이 묘사된 아미타극락회상도 등이 있습니다.

아미타불화는 서방극락세계를 주재하는 아미타여래를 모셔 극락왕생을 기원하고자 봉안됩니다. 아미타삼존도는 중앙에 아미타불을 배치하고 왼쪽에 관음보살, 오른쪽에 지장보살이 협시로서 묘사되어 있습니다.

3. 비로자나불화

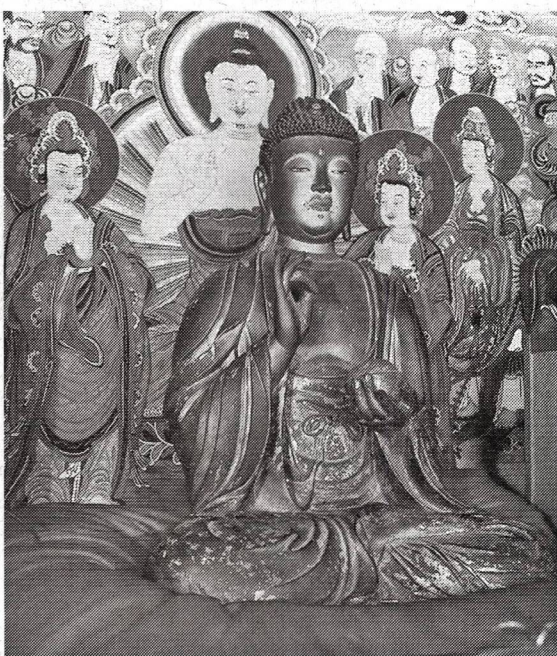


불교의 진리를 부처님으로 신격화한 법신인 비로자나불을 그린 그림으로 대적광전이나 비로전에 모셔져 있습니다.

불화의 배치는 중앙에는 지권인을 하고 광명을 두루 비치는 비로자나불이 크게 그려지고 앞에 문수·보현보살이 협시불로 등장하며 그 주위로 보살상과 성문중들이 둘러싸고 외곽에 각종 호법신중들이 배치되는 경우도 있습니다.

4. 약사여래불화

동방유리광 세계를 주재하며 온갖 병고와 재난에서 중생들을 구제하고 수명을 연장해 주는 약사불을 그린 그림입니다.



불화의 배치는 중앙 수미단 위에 약그릇을 든 약사여래가 배치되고 일광·월광보살이 협시불로 등장하며 주위에 8대 또는 10대 보살들이 둘러싸고 그 외곽에는 호법신중들이 배치되어 있습니다.

5. 지장보살불화



지옥에서 고통받는 중생을 구제해 주는 지장보살을 주존으로 그린 그림으로 단독으로 안치되는 경우도 있습니다.

불화의 배치는 지장보살을 중심으로 무독귀왕과 도명존자, 그리고 지옥의 시왕 및 기타 권속인들인 6대 보살이 첨가되어 있습니다.

또한 불화의 맨 아래부분에는 직사각형의 붉은 바탕에 검은 먹으로 쓰여진 화기(畵記: 불화의 기록)가 있는데, 이는 불화연구의 중요한 자료가 됩니다.

화기에는 대체로 불화의 명칭과 조성시기, 봉안 장소 등이 먼저 기록되고, 이어서 연화질(緣化秩)과 시주질(施主秩)이 밝혀져 있습니다.

총기동의보감

노화 방지 요법



김장규 원장 (서초실버의원)

동서양을 막론하고 오래 살고자 하는 것은 인간 본연의 욕구입니다. 하지만 그 누구도 단순히 오래 살기만을 바라지는 않습니다. 죽는 마지막 순간까지 최상의 건강을 누리려 하는 것 또한 인간의 중요한 바람입니다. 현대 의학에서 노화방지의 목표는 바로 최적의 건강상태로 최대의 수명을 사는 것이라 할 수 있습니다.

노화방지 요법에는 노화방지 식이요법, 노화방지 운동요법, 노화방지 영양소 공급, 노화방지 호르몬 대체요법이 있습니다. 노화 방지요법은 단기간에 이루어지는 특정 치료법이 아니라 매일매일의 삶 속에서 꾸준히 평생 지속되어야 하는 생활요법입니다.

노화방지 식이요법으로는 다양한 식품을 골고루 먹되 우리 몸을 구성하는 세포의 손상을 막고 생성은 촉진시키기 위해 항산화제 섭취를 최대화하면서, 유리기 생성은 최소화하는 식품을 섭취해야 합니다. 즉, 권장되는 음식으로는 곡류, 콩류, 과일, 채소 등이며 피해야하는 음식으로는 지방, 육류, 고열량 식품, 술 등입니다.

간단하게 노화방지 식이요법의 원칙을 정리하면 다음과 같습니다.

- 1) 동물성 음식을 피한다.
- 2) 복합 당류를 선호한다.
- 3) 섬유질을 풍부히 섭취한다.
- 4) 지방섭취를 줄인다.
- 5) 신선한 음식을 먹는다.
- 6) 농약 없는 유기농 음식과 화학물질이 없는 음식을 먹는다.

노화방지 운동요법은 새로운 세포의 생성과정을 촉진시키며, 세포 보호작용을 강화하고, 손상된 세포의 복구작용을 보다 신속하게 해줍니다. 노화방지 운동요법에는 유산소 운동, 근력 운동, 유연성 운동이 있습니다.

유산소 운동은 빨리걷기와 같이 숨이 차오르는 운동을 말하며 칼로리를 소모하고 산소를 근육으로 전달해주는 기능, 즉 심폐기능의 향상에 도움을 줍니다.

근력 운동은 역도처럼 무거운 것을 들어 올리는 등의 운동으로 근육량을 늘려주며 탄력있는 근육과 인대 및 균형잡힌 체격을 형성시켜 일상생활 수행 능력을 향상시켜 주며 다양한 노화방지 물질들의 생성을 돕습니다.

유연성 운동은 스트레칭이 대표적이며 나이 증가에 따른 근육 섬유질의 단축, 결합조직의 탄력성 감소 등을 늦추며, 인대 및 관절 조직의 유연성을 향상시켜 운동범위를 유지시켜 주고, 따라서 손상으로부터 몸을 보호해 줍니다.

노화방지 영양소 공급으로는 비타민과 미네랄 등의 필수영양소, 셀레늄 등의 항산화 영양소, 라이코펜 등의 항산화 식물성 화학물질, 인삼 등의 항노화 허브, 은행 등의 뇌 영양소 등 다양한 종류의 수없이 많은 물질들이 존재하지만 이들의 효능과 적절한 용량 및 복용법에 대해서는 아직 논란이 많으므로 개인적으로 구입하여 복용하는 것을 피하고 해당 분야의 전문의와 충분한 상의 후 복용하도록 합니다.

노화방지 호르몬 대체요법은 일률적으로 누구에게나 시행하는 것이 아니라, 먼저 호르몬 검사를 통해서 결핍 여부를 확인한 후 특정 호르몬이 결핍되어 있는 경우에 보충요법을 시행하게 됩니다. 대표적인 노화방지 호르몬 대체요법으로는 각종 남성 및 여성 호르몬, 성장 호르몬, 멜라트린, DHEA 등이 있습니다.

죽비소리

보시와 지혜를 함께 닦으라

항상 지혜 되기만을 즐기고 보시를 행하지 않으면 언제나 총명하고 현명하지만 빈궁하여 재산이 없으며, 보시 하기만을 즐기고 지혜를 닦지 않으면, 큰 재산은 있으나 어리석고 어두워서 지전(智見)이 없으며, 보시와 지혜 둘을 함께 닦으면 재물과 지혜를 갖추며, 둘을 함께 닦지 않으면 길고 긴 나날을 가난과 어둠 속에서 살아갈 것이다.

-분법업보악경 分別業報略經

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 전임의과장 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 (下)



(정각사 주교)

법공

복을 오래도록 받는 법

둘째- 복을 쓰되 자기만을 위해 쓰지 말고 널리 나눠 써야 한다. 대다수의 사람들은 이기심(利己心)과 간탐심(慳貪心)이 굳어져서 남과 나눠 쓰기를 싫어 하고 남으면 비록 버릴지언정 남주기를 싫어 하는 사람이 많으니, 반드시 나눠 쓰기를 힘써야 합니다(예-나의 재물 남을 주면 주

중생은 의지와 근기가 박약하여 무슨 일이든지 끈기가 없고 쉽게 포기하는 습성이 있습니다. 작심삼일(作心三日)도, 용두사미(龍頭蛇尾)다. 쉽게 포기하지 말고 꾸준하고 끈기 있게 널리(廣施) 그리고 많이 지어가야 합니다. (태산이 높다하되 하늘아래 뉘이로다. 오르고 또 오르면 못 오를 이 없건마는, 사람이 제 아니 오르고 피만 높다 하더라 - 양사언)

되면 잔액이 없어져 빈 통장이 되는 것은 자명한 이치인것입니다.<예컨대 남에게 빚을 주어 속히 받지 않으면 이자가 붙어 많이 받게 되고 남의 돈 빌려 쓰고 속히 갚지 않으면 이 또한 이자가 붙어 많이 갚아야 하는 것과 같은 이치>

여섯째- 복(福)도 간수를 잘해야 오래간다.

에게 유형무형(有形無形)간 지대(至大)한 영향을 주는 것임에는 틀림없다 하겠습니까.

그런데 사람들은 복(福)을 생각하기를 단순히 물질적인 측면만을 연관하여 생각하기 쉬운데 복이란 인생만사에 쓰이지 않는데가 없고(無所不用) 하지 못할 바가 없다(無所不爲) 하겠습니까. 적게는 한낱 미물, 초목이 살아가는 것에서부터 크게는 사람이 도(道)를 이루고 성불(成佛)하는 것도 다 지은 복이 없으면 안된다 했습니다.

이렇듯 복이란 지어만 놓으면 언제 어디에나 바로 쓰이는 여의보주(如意寶珠)와 같은 것입니다. 아롱튼 언제 어디서나 많이 짓고 볼 일입니다.

** 복(福)에 관한 명언**
* 복지심령(福至心靈)하고 인빈지단(人貧智短)이다.
* 복시상복(福之上福)은 인연복(因緣福)이요,
* 복지대복(福之大福)은 활인공덕(活人功德)이로다.
* 부귀여장지력구(富貴如將智力求) 중년연소합봉후(仲年年少合封侯)

복은 나눠 쓸수록 늘어나

는 그때는 줄었지만 도로 붙어 들어 옴은 우주 자연법칙이요....종조 법어)

다섯째- 지은보은(知恩報恩)으로, 입은 은혜는 반드시 잊지 말고 갚을 것이며, 결코 배은망덕(背恩忘德)으로 빚지지 말아야 합니다.

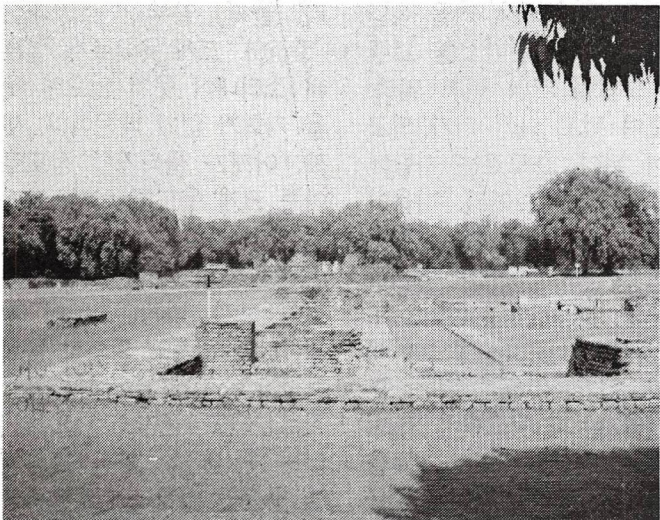
우리가 한끼 밥을 먹는 것도 지은 복(福)이 없으면 먹지 못하게 되고, 얻어 먹는 거지도 복(福)이 다하면 한 끼 밥을 얻지 못하고 굶게 되는 법입니다. 복이 곧 복(福)이요, 복(福)이 곧 복(福)입니다. 빚을 갚지 못하면 복이 감해지는 법이니 하나를 받으면 둘로 갚는 마음으로 살아야 합니다. 비유하면 예금통장에 지출보다 수입이 많으면 자연 잔액이 붙어 나고 반대로 수입보다 지출이 많게

속담(俗談)에 큰 방축도 개미구멍으로 무너진다는 말이 있듯이 중생은 적은 것은 소홀(疏忽)하고 조금 많으면 함부로 남용(濫用)하는 어리석은 속성이 있습니다. 아무리 많은 것도 간수를 잘못하면 금간 독에 물 새듯 제대로 서보지도 못하고 고스란히 잃어버리는 것처럼, 복도 간수를 잘못하면 일거(一擧)에 그만 다 까먹을 수가 있습니다. <예-힘들게 지은 복(福)도 말 몇 마디로 다 까먹는다>

맺는말-복(福)보다 좋은 것 없다

이렇듯 형상없는 복(福)이란 것이, 우리들

최초의 설법(初轉法輪)



초전법륜지 녹아원

부처님께서 맨 먼저 누구에게 설법할 것인가를 생각했다. 아라리와 웃다가 떠올랐으나 그들은 아깝게 모두 얼마 전에 세상을 떠나고 말았다. 그 다음으로 떠오른 사람이 네란자라 강가에서 함께 수행하던 다섯 사문들이었다.

부처님은 그들이 고행하고 있을 녹아원으로 발길을 옮겼다. 녹아원이 있는 바라나시까지는 여러날이 걸리는 먼 길이었다. 부처님이 혼자서 그 길을 걸어가는 도중에 다른 교단에 속해 있는 수행자를 만나게 되었다. 그 수행자는 부처님의 얼굴을 유심히 쳐다보면서 말했다.

"당신의 얼굴은 잔잔한 호수와 같이 맑습니다. 당신의 스승은 누구이며 어떤 가르침을 받고 있습니까?" "나는 모든

것을 이겨내고 이 세상의 진리를 다 알게 되었고 나는 스스로 깨달았으므로 내 스승은 없소. 또 나와 견줄 사람은 아무도 없소." 하고 자신있게 대답하였다.

녹아원으로 가는 도중 부처님은 하루 한 끼씩 얻어 먹으면서 최악해진 몸을 다스렸다. 부처님이 녹아원에 이르렀을 때 다섯 사문들은 전과 다름없이 고행을 계속하고 있었다. 간혹 싯다르타의 이야기가 나오면 다들 그의 타락을 비난했다. 그들 가운데 하나가 가까이 걸어오고 있는 부처님을 알아보았다.

"저기 고타마가 오는군." 고타마는 싯다르타의 성이다. "그렇 리가 있나." 다른 사람이 말했다. "아니, 틀림없는 고타마야." "왜 찾아왔을까?" "자신의 타락을 후회한 모양이지? 고행을 하다가 도중에 그만둔 사람이니까." "우리는 고타마가 가까이 오더라도 모른 척하세." "그래, 타락한 사문에게 우리가 먼저 머리를 숙일 건 없지."

부처님은 천천히 그들이 앉아 있는 곳까지 가셨다. 부처님의 거룩한 모습이 그들 앞에 나타나자 그들은 이상한 힘에 끌려 자신들도 모르게 그만 자리에서 일어나고 말았다. 그리고는 공손히 머리를 숙여 인사를 드렸다. 부처님은 그들을 보고 조용히 말씀하였다. "그대들은 내가 와도 일어서서 맞지 않기로 약속까지 했으면서 왜 일어나 인사를 하는가?" 다섯 사람들은 서로 마주보며 놀랐다. 부처님은 그들

의 마음을 이미 환히 알고 계셨던 것이다. 그들은 서둘러 부처님이 앉으실 자리를 마련했다.

"고타마여, 멀리서 오시느라고 고단하시겠습니까."

부처님은 엄숙하게 말씀하였다.

"이제부터는 내 성을 고타마라고 부르지 마라. 나를 여래라고 불러라. 나는 이제 여래가 되었다." 여래란 진리의 세계에 도달한 사람이란 뜻도 되고, 진리의 세계에서 설법하러 온 사람이란 뜻도 된다.

부처님은 다섯 사문들을 향해 최초의 설법을 하셨다. "수행의 길을 걷고 있는 사문들이여, 이세상에는 두가지

"사문들이여, 그렇다면 중도란 무엇인가. 그것은 여덟 가지로 되어 있다. 바른 견해, 바른 생각, 바른 말, 바른 행위, 바른 작업, 바른 노력, 바른 기억, 바른 명상이다." 팔정도를 말씀하신 것이다.

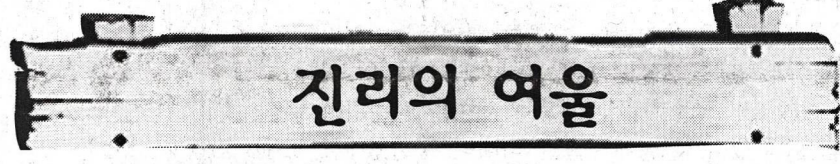
부드럽고 차근차근 말씀하시는 부처님의 설법을 듣고 있던 다섯 사문들은 이내 그 글이 이치를 깨닫게 되었다. 그들은 기뻐하면서 부처님께 진심으로 감사의 예배를 드렸다. 그들은 최초의 제자가 되었다. 부처님이 설법하고 계실 때 숲에서 살던 사슴들이 떼지어 나와 부처님의 말씀을 한결에서 조용히 듣고 있었다. 부처님은 다섯 제자를 거느리고 녹아원에서 한동안 머무르셨다.

어느 날 새벽 부처님은 강물에 얼굴을 씻고, 강변을 조용히 거닐고 계셨다. 한 젊은이가 부처님 곁으로 왔다. 그는 부처님 앞에 무릎을 꿇고 앉더니, "이 괴로움에서 저를 구해 주십시오." 하고 하소연을 했다.

"여기에는 괴로운 것이 아무것도 없소. 대체 무엇이 그렇게도 괴롭소?" 이 젊은이는 바라나시에 살고 있는 큰 부자의 외아들 야사였다. 야사는 부처님을 만나 이야기하는 동안 미칠 것 같은 그의 마음은 점차 안정이 되었고 지나치게 자기 자신에게 집착한 것이 다시없이 어리석은 일임을 알았다. 부처님은 야사에게 인생의 괴로움을 이야기하고 그 괴로움에서 벗어나는 길을 가르쳐 주셨던 것이다. 야사는 그 길로 머리를 쥐고 출가하여 부처님을 따르는 제자가 되었다.

그 뒤 아들의 소식을 전해 듣고 부처님을 찾아온 야사의 아버지는 부처님의 설법을 듣자 곧 신도가 되었다. 그가 부처님께 귀의한 최초의 신도였다.

<불전>



진리의 여울

극단으로 치우치는 길이 있다. 사문은 그 어느 쪽에도 치우치지 말아야 한다. 두가지 치우친 길이란, 하나는 육체의 요구대로 육체를 너무 지나치게 확대하는 고행의 길이다. 사문은 이 두 가지 극단을 버리고 중도를 배워야 한다. 여래는 바로 이 중도의 이치를 깨달았다. 여래는 그 길을 깨달음으로써 열반에 도달한 것이다.

이 설법은 부처님 자신의 절실한 체험에서 우러난 말씀이었다. 그 자신도 출가하기 전까지는 카필라의 왕궁에서 지나치게 쾌락을 누렸었다. 그리고 왕궁을 버리고 출가한 뒤에는 극심한 고행으로 육체를 확대했던 것이다. 그러나 두가지가 다 잘못된 길이라는 것을 스스로 깨달은 것이다. 육체의 쾌락을 따르는 기로가 육체를 괴롭히는 고행의 길을 넘어선 곳에서 가장 올바른 길을 찾아낸 것이다.

부처님은 다시 말씀을 이으셨다.

충지중 정각사 바라밀 지역아동센터

바라밀 공부방은 망치된 아동들을 정성껏 보살피고, 학습, 교육하는 것을 통해 부처님의 자비정신을 실현하는 사회복지기관입니다.



이용대상

저소득층의 맞벌이 부부의 아동, 결혼아동, 생활보호대상자 아동, 차상위 아동

프로그램

- 학습활동 : 국어, 수학, 영어, 한문
신체활동 : 요가, 태권도
문화활동 : 영화보기, 비디오상영
특별활동 : 컴퓨터, 미술수업
급식제공 : 일일1회식식제공, 간식제공
홈페이지 : happylog.naver.com/baramil.do

※ 바라밀 지역아동센터 자원봉사자 수시 모집
바라밀 아동들의 학습지도 및 컴퓨터 지도를 해주실 봉사자를 모집합니다.
주1회~2회 2시간정도 봉사해 주실 뜻있는 분을 기다립니다.

※ 후원의 손길을 기다립니다
바라밀 아동들의 문화프로그램 신장은 위한 후원을 해주실분을 기다립니다

기업은행 094-059285-04-046

예금주 : 바라밀지역아동센터

불교설화 <12>

무심천의 학물

— 청주 용화사

조선조 광무 5년(1901). 내당에서 잠자던 엄비는 참으로 이상한 꿈을 꾸었다. 갑자기 천지가 진동을 하며 문풍지가 흔들리는 바람에 엄비는 방문을 열고 밖으로 나와 하늘을 쳐다보았다. 순간 엄비는 놀라지 않을 수 없었다. 오색영롱한 안개 속에 칠색의 선명한 무지개가 자신의 처소인 내당을 향해 뻗고 있는 것이 아닌가.

엄비는 자신도 모르는 새에 옷매무시를 가다듬고는 방으로 들어와 정좌한 후 밖을 보았다. 이번엔 아름다운 풍악이 울리는 가운데 일곱 미륵부처님이 일곱 선녀의 부축을 받으며 내당을 향해 오고 있었다.

엄비는 얼른 일어섰다. 주위에는 온갖 나비와 새들이 저마다 자태를 뽐내며 춤을 추고 있었고 하늘에선 꽃비가 내렸다. 부처님 일행이 내당에 도착하자 엄비는 합장 삼배를 올렸다.

『그대가 바로 불심 지극한 엄비요?』

『예, 그러합니다.』

엄비는 떨리는 목소리로 간신히 답했다. 방금 엄비입을 확인한 키가 제일 큰 부처님이 다시 말을 하였다.

『부탁이 있어 이렇게 왔소. 우리는 매우 위태로운 처지에 놓여 있다 오. 하루 속히 우리를 구하고 절을 세워 안치해 주길 간곡히 당부하오.』

부처님 눈가에 어는새 눈물이 주르르 흐르고 있었다. 『어는 곳에 계시오며 무슨 사연인지 알았으면 합니다.』 『그 내용은 청주 지주(요즘의 군수)가 잘 알고 있소.』

이렇듯 간곡히 당부의 말을 남긴 미륵부처님들은 영롱한 안개를 일으키며 서쪽 하늘로 사라졌다. 합장한 채 부처님이 사라진 쪽을 행동한 바라보던 엄비는 부처님을 하루 속히 구해 드려야 한다고 생각했다.

『얼마나 힘드시오 다급했으면 저토록 눈물까지 흘리시며 당부하셨을까.』

『마마, 일어나실 시간입니다.』

어는 날과 달리 오늘따라 기침 시간이 늦어지자 엄비 처소의 시종 삼월이는 아무래도 이상하여 엄비의 늦잠을 깨웠다.

부처님을 친견하느라 정신이 없었던 엄비는 나인의 목소리에 잠에서 깨었다.

『거참 이상한 꿈이로구나.』

엄비는 마치 꿈을 확인이라도 하려는 듯 문밖으로 나와 일곱 부처님이 사라진 서쪽과 무지개가 피어오르던 하늘을 바라보았다. 어떤 흔적도 남아 있을 리가 없는 하늘이었다.

아무래도 가만히 있을 일이 아니라고 생각한 엄비는 간밤 꿈 이야기를 왕에게 고하고는 청주에 사람을 보내달라고 청했다.

『과인의 생각도 그러하오. 내 곧 청주 지주에게 사람을 보낼 것이니 하회를 기다리도록 하오.』

엄비는 그날부터 새벽이면 목욕재계하고 영불정진을 시작했다. 한편 엄비의 꿈 이야기와 함께 아는 대로 상세히 조사하여 고하

리는 어명을 받은 청주 지주 이희복은 놀라지 않을 수가 없었다. 『아니! 사흘 전 내가 꾸 꿈과 흡사한 꿈을 엄비마마께서도 꾸시다니...』

엄비가 일곱 부처님을 꿈에서 친견하던 날 밤, 청주 지주 이희복은 깊은 잠 속에 스프링방을 열리는 소리를 들었다. 그리고는 장삼이 온통 흙탕물에 젖은 스님 한 분이 바로 옆에 와서 앉은 것이었다. 놀란 이희복은 스님을 자세히 바라보았다. 이마에선 피가 흘렀고 목에는 이끼가 끼어 있었다.

『너무 놀라지 마시오. 내 지금 서쪽 깊은 늪에 빠져 헤어날 길이 없어 도움을 청하려 이렇게 왔으니 귀찮게 여기지 말고 힘껏 도와주세요.』

말을 마친 스님은 홀연히 서쪽으로 사라졌다. 이희복은 서쪽을 향해 합장하며 머리를 조아리다 그만 잠에서 깨어났다.

아무래도 심상치 않게 생각하던 중 어명을 받은 이희복은 그날로 사람을 풀어 서쪽 큰 늪을 조사하도록 했다.

그날 오후 조사하러 나갔던 나졸들은 큰 발견이나 한 듯 지주 이희복에게 고했다.

『서쪽으로 가 보니 『무심천』이라 부르는 황량한 개울이 있는데 그 주변에 머리 부분만 밖으로 나와 있는 돌부처 한 분이 흙과 잡초에 묻혀 있습니다.』

이희복은 급히 무심천으로 달려갔다. 가 보니 낚시꾼들이 석불을 의자삼아 걸터앉아 낚시를 하고 있는 것이 아닌가. 이희복은 호령했다.

『아무리 흙에 묻혀 있을지언정 부처님이시거든 그토록 무례할 수가 있는가.』

『살펴보지 않아 미처 몰랐습니다. 금후로는 그런 일이 없을 것이오니 한 번만...』

얼굴이 붉어진 낚시꾼은 무안하여 도구를 챙겨든 채 자리를 옮겨갔다. 이희복은 부처님을 조심스럽게 파내었다. 석불은 이마 부분이 손상되어 있었다. 그날부터 이희복은 사람을 동원하여 무심천 물을 퍼내기 시작했다. 그렇게 7일을 퍼내니 무심천에선 모두 일곱 분의 미륵부처님이 출현했다. 이희복은 너무 기뻐 급히 왕실에 상고문을 올렸다.

왕실에서는 신기한 사실에 엄비의 불심을 높이 칭송하는 한편 청주 지주 이희복에게 많은 재물을 내려 절을 세우고 칠불을 모시도록 했다.

그 절이 바로 오늘의 청주시 사직동 무심천 변에 있는 용화사다. 신라 선덕여왕대에 창건됐다가 대홍수로 인해 부처님이 개울에 묻힌 지 천 여 년만에 다시 복원된 것이다.

용화사 복원 이후 청주 지역엔 자주 있던 흉수 피해가 없어졌다고 한다. 현재 미륵칠불은 지방문화재 제14호로 지정돼 있다. 『무심천은 부처님의 흔적을 찾지 못한 채 무심히 세월만 흘러다 하여 붙여진 이름이라고 한다.』

- 최영해



생활속의 밀교

『종단의 교전인 『불교총전』에 보면, 건강과 관련한 부처님의 말씀을 종종 볼 수 있다. 그 가운데 산책과 걷기에 힘쓰라는 내용이 있어 몇 말씀을 드릴까 한다. 소의경전은 『칠처삼관경』으로, 경의 내용은 다음과 같다.』

『부처님께서 비구들에게 말씀하셨다. “걸어 다니는 데 다섯가지 좋은 것이 있으니, 하나는 점점 많이 걸을 수 있고, 둘은 힘이 생겨 건강해지며, 셋은 아침 일찍 일어나며 졸음이 없고, 넷은 소화 잘 되고, 다섯은 마음이 안정되고 의지가 굳세진다.”고 하셨다.』 산책이 건강에 좋다는 것은 이미 부처님 당시에도 유행했던 것 같다. 오늘날의 웰빙을 부처님께서도 이미 간파하신 것 같다.

전문가들은 아침에 하는 산책보다 저녁에 하는 것이 더 좋다고 한다. 아침공기가 오히려 좋지 않고 저녁시간의 공기가 몸에 덜 나쁘다는 것이다. 아침에는 나쁜 공기가 가라앉아 있어 호흡에 나쁜 영향을 미치고 저녁시간의 공기는 더운 공기와 함께 나쁜 공기가 위로 올라가고 산뜻한 공기가 아래 부분에 있어 호흡하기가 좋기 때문이라고 한다. 우리가 걷기를 게을리 하고 산책에 소홀한 것은 시간이 없어서 라기 보다 마음의 여유가 없기 때문이다. 저녁 밤을 먹고나서 소파에 기대어 TV 볼 생각을 펼쳐 버리고 밖을 나가 보는 것이 좋다. 가까운 놀이터나 아파트 단지나 고수부지나 공원 등 어디든 좋다. 걷기를 시도한다면 전혀 다른 세상을 경험하게 될 것이다. 저녁시간을 어떻게 나 허비해왔던 자신과 달리 남들은 건강한 시간을 보내고 있다는 것을 목격하게 될 것이다. 처음 버릇 들기가 어려울 뿐이지 습관이 되면 산책과 걷기는 생활의 일부로 충분히 자리 잡을 수 있다. 복인의 여유있는 마음과 높은 의지만 있다면 어려운 일이 아닐 것이다. 건강한 생활은 노력없이 이루어지지 않는다. 노력없이 이루어지지 않는다

는 점에서는 수행도 마찬가지이다.

『여기에 한 가지를 더 보탠다면, 늘 웃는 것이다. 웃음은 만병 통치약이며, 만복래(萬福來)의 원천이기도 하다. 몸의 건강을 위해서 걷고, 건강한 정신을 위해서도 웃어야 한다. 불치병의 환자에게도 웃음은 좋은 치료가 되고 있다. 엔돌핀을 생성하고 항암(降癌)작용을 한다고 한다. 일명 웃음치료법이다. 기업에서도 경영의 한 부분으로 웃음이 중요한 자리를 차지하고 있다. 웃음경영이다. 영어로 펀(fun)이라 하는데, ‘재미나 는’ ‘웃음이 나는’ ‘신명나는’ 등의 뜻이다. 쉽게 말하면 직장에 늘 웃음이 가득하고, 신바람 나게 일하는 것이 다. 생산성과 효율성에 커다

환하게 웃는 금강희(金剛喜) 보살이 되자

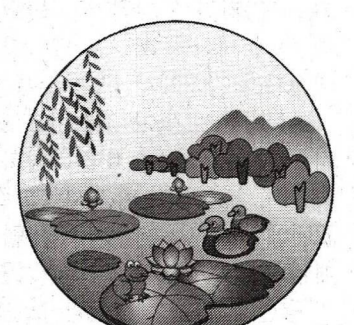
란 영향을 미친다. 웃으면 무슨 일이 일어나고 어떤 효과가 있을까? 다음 내용을 보면 서 공감 가는 내용이면 빙그시 미소지어보자.

『웃으며 웃으며 하루를 시작하라. 활기찬 하루가 펼쳐진다.』 『세수할 때 거울을 보고 미소를 지어라. 거울 속의 사람도 나에게 미소를 보낸다.』 『밥을 그냥 먹지 말라. 웃으며 먹고 나면 피가 되고 살이 된다.』 『모르는 사람에게도 미소를 보여라. 마음이 열리고 기쁨이 넘친다.』 『웃으며 출근하고 웃으며 퇴근하라. 그 안에 천국이 들어있다.』 『만나는 사람마다 웃으며 대하라. 인기인 1위가 된다.』 『물건을 살 때 웃으면서 사라. 서비스가 달라진다.』 『돈을 빌릴 때 웃으면서 말하라. 웃는 얼굴에 침 뱉지 못한다.』 『옛날 웃었던 일을 회상하며 웃어라. 웃음의 나이가 배로 늘어난다.』 『실수했던 일을 떠올려라. 기쁨이 샘솟고 웃음이 절로 난다.』 『웃기는 책을 그냥 읽지 말라. 웃으면서 읽어 보라.』 『화날 때 화내는 것은 누구나 한다. 화가 나도 웃으면 화가 복이 된다.』 『우울할 때 웃어라. 우울증도 웃음 앞에서 맥을 쓰지 못한다.』 『힘들 때 웃어라. 모르면 힘

다. 웃는 사진을 걸어 놓고 수시로 바라보라. 웃음이 절로 난다.』 『시간을 정해놓고 웃어라. 그리고 시간을 점점 늘려라.』 『만나는 사람을 죽은 부모 살이온 것 같이 대하라. 기쁨과 감사함이 충만해진다.』 『회의할 때 먼저 웃고 시작하라. 아이디어가 샘솟는다.』 『밀교의 보살 가운데 웃음을 주제로 하는 보살들이 계신다. 금강계만다라의 37존(尊) 중 『금강희 보살(金剛喜菩薩)』과 『금강소 보살(金剛笑菩薩)』이다. 금강희(金剛喜) 보살은 즐거움, 환희의 보살로 일체중생들이 모두 즐거움을 나누어 안락과 만족을 얻도록 하는 보살이고, 금강소(金剛笑) 보살은 일체중생들에게 커다란 희열과 환희를 이루게 하는 보살이다. 웃음과 미소를 잃지 않게 하는 보살이다.』

『웃음은 나를 건강하게 만듭니다.』 『살면서 웃을 일이 그렇게 많지 않다. 그러므로 우리는 시간을 내어서 억지로라도 웃어야 한다. 오늘부터 이렇게 해보자. 첫째, 아침과 저녁으로 양치질을 하고 세수를 하면서 거울을 쳐다보고 빙그시 웃자. 거울 속의 자신에게 따뜻한 미소를 지어보라. 둘째, 일부러 소리내어 ‘하하하’ 크게 웃어보자. 일부러 소리내어 웃지 않으면 웃을 기회가 없기 때문이다. 셋째, 어깨가 들쭉거릴 정도로 아주 크게 웃도록 하자. 그래야 몸이 가벼워진다. 넷째, 손바닥을 치며 배꼽이 빠지도록 웃어 보자. 박장대소해야 혈액이 원활하게 순환되고 몸이 독소가 소진된다. 내가 금강희보살이고 금강소보살이다』 라는 관(觀)을 합과 동시에 늘 웃음을 잃지 말자. 그것이 생활 속의 밀교수행이다.』

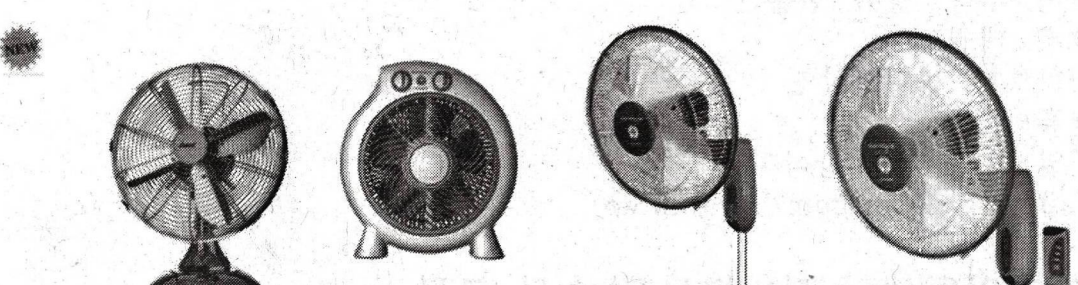
『법경 정사/부산 정각사/법정원 연구원』



(주) 에스엠 커머스(생활가전/건강용품)



“시원한 가격에서, 고급스런 디자인에서 두 번 만족을 드립니다.”



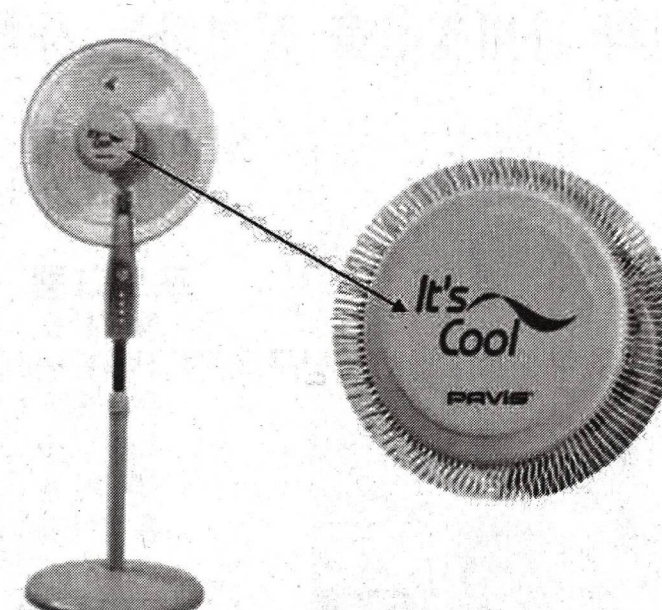
제품명: 라미클래스 선풍기 모 델: LM-12S 특 징: 독특한 방식의 4단(정지, 약, 중, 강) 풍속조절 스위치 가격: 45,000원

모 델: MU-8300F 특 징: 3단계 바람세기, 5엽 날개 가격: 15,000원

모 델: MU-9100F (벽걸이) 특 징: 3단계 바람세기, 3엽 날개 가격: 25,000원

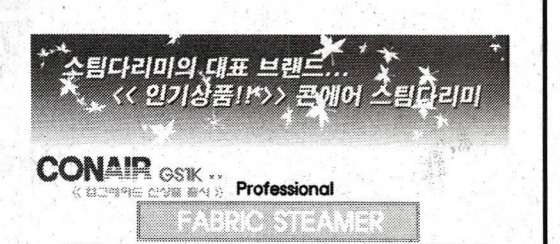
모 델: MU-9200F (벽걸이리모컨) 특 징: 리모컨 기능, 3단계 바람세기, 3엽날개 가격: 28,000원

모 델: 16인치 선풍기 PV-716MER(7계속) 특 징: 16인치 날개를 채택하여 더욱 시원하며 가정, 업소, 사무실 등 다용도로 사용 가능함. 가격: 28,800원



상품명: 웰빙 온나노 다기능리서기 특 징: 고성능 파워 모터 사용으로 요리시간 단축, 소음이 적고 이중 안전설계로 안정성보장. 가격: 35,000원

상품명: 듀프레스 무선 전기 주전자 특 징: 자동전원차단, 스테인레스바닥, 분리형받침대, 용량: 1.8L. 가격: 19,000원

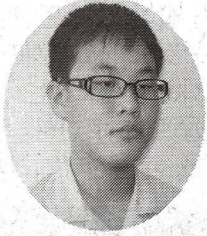


상품명: 월드나 유선 청소기(르비앙) 특 징: 유선헤드타입진공청소기 틈새까지 간단히 먼지제거. 가격: 38,000원

(주) 에스엠 커머스는 여러분의 건강과 행복을 위해 항상 최선을 다하고 있습니다. 여름 상품 기획전을 통해 보다 편안하고 시원한 여름을 약속드립니다.

총지문에

마시멜로 이야기



홍원기
동해중학교 2학년 1반

이 책을 읽게 된 계기는 제목 밑의 'Don't eat marshmallow yet!' 이란 문장을 보고 '아직 마시멜로를 먹지 말라니... 무슨 뜻이지?' 하며 읽게 되었습니다.

마시멜로란 무엇일까요? 마시멜로는

미국인들이 즐겨먹는 일종의 부드러운 사랑입니다. 하지만 이 책에서 말하는 마시멜로는 어떤 선물을 말합니다.

이 선물을 얻기 위해 우리는 무언가를 결심하고 실천해야 합니다. 이 책의 앞부분에는 우리가 대개 개구리처럼 큰 소리만 칠 뿐 정작 그것을 실천하지 못하는 모습을 볼 수 있습니다. 이 책은 우리가 결심한 것을 결실이 되게 하는 방법을 알려 줍니다. 눈앞의 마시멜로를 먹을지 나중을 위해 남겨둘지 고민하는 것처럼 우리는 무엇을 하기 위해 선택의 과정을 거칩니다. 하지만 우리는 눈앞의 마시멜로에 눈이 이팔려 현명한 선택이 아닌 잘못된 선택을 많이 합니

다. 이 책은 잘못된 선택의 길에 있는 우리가 현명한 선택의 길로 돌아가게 하는 방법을 가르쳐 줍니다.

현명한 선택의 길로 가는 방법은 첫째, 늘 장기적인 안목으로 생각하며 둘째, 내가 원하는 것을 남에게서 얻는 가장 좋은 방법은 그 사람을 설득하는 것이고

셋째, 남들이 가지 않는 길도 가아만 하며

넷째, 내일의 성공을 위해 오늘 나는 어떤 준비를 해야 할지 생각하고

다섯째, 눈앞의 마시멜로를 먹어 치우지 말고 더 많은 마시멜로가 올 때까지 기다려야 합니다.

이 중에서 '장기적인 안목'을 생각해 볼 때 나는 너무 단기적으로 생각했다는 것을 깨달았습니다. 눈앞의 텔레비전과 컴퓨터 게임을 참지 못하게 되면 순간적인 즐거움은 누릴 수 있지만 장차 커가면서 얻을 학업 성적과 미래의 꿈이라는 장기적인 안목에는 별로 도움이 되지 않습니다. 텔레비전과 컴퓨터 게임

하는 것을 즐기고 힘들지만 열심히 공부해야만 합니다.

또, 이 책에서 저는 남들처럼만 행동했던 것을 알 수 있었습니다. '래리 버드'와 '호르헤 포사다' 이야기를 통해 제 삶 중에서 남보다 잘하기 위해 남과 다르게 행동한 것이 거의 없었다는 것을 알 수 있었습니다. 남들이 포기했기 때문에 저도 포기한 적이 많았습니다. 하지만 이제 남들과 같은 인생의 길을 밟지 않겠습니다.

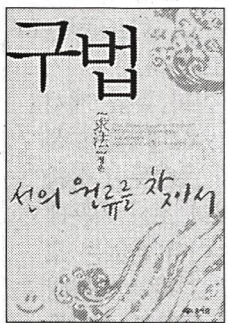
왜냐하면 내 인생은 남들의 인생이 아니기 때문입니다.

이 책을 읽으면서 지난날 동안 제가 얼마나 많은 눈앞의 마시멜로를 먹고 살아왔는지 알게 되었습니다. 마시멜로의 씹는 즐거움은 한 순간인데 저는 그 한순간에 이끌려 앞으로 일어날 일에 대비하지 못했습니다. 앞으로 저는 수많은 선택을 하면 살아갈 것입니다. 그 선택의 순간순간마다 이 마시멜로 이야기를 떠올리며 저에게 가장 좋은 길로 가겠습니다.

이달의 추천도서

구법-선의 원류를 찾아서

- 정은 저 / 솔비람



중국 선종 사찰 순례한 기행문과 더불어 신라의 무산, 의상, 의천, 원측, 9산 선문을 개산한 승려들, 이의 수많은 구법 승들의 정진력도 함께 언급하고 있다.

다. 선사들의 사상을 언급하면서 글 전개 상 사견을 덧붙인 부분도 있다. 저자 정은스님은 1982년 명운스님을 은사로 서울 성심사에서 출가했다. 청도 운문사 승가 대학을 졸업한 뒤, 동국대학교에서 석사 학위를 받고, 동대학원에서 박사과정을 수료했다. 동국대학교 강사를 역임했으며, 부다TV 인터넷강좌, 무불선원, 수원 포교당, 조계사 불교대학에서 강의한 바 있다. 지은 책으로 『붓다의 메시지가 도작했습니다』, 『붓다의 가르침』, 『맨발의 붓다』, 『스님이야기』 등이 있다.

한개의 강에 비친 달: 주경을 찾아 떠나는 마음 여행

- 양근모 글, 사진 / 제운스님 편저자 / 더불어책

전국 18곳의 사찰과 암자가 품고 있는



아름다운 풍광과 함께 주경을 통한 불타의 진리와 선지식들의 절창을 속속들이 들춰낸 기행산문집. 단순히 가보고 싶은 사찰을 안내하는 책도, 불교 건축이나 미술 또는

역사를 다룬 책도 아니다. 각 절의 푸근한 자태와 절과 고승에 얽힌 이야기를 가볍게 풀어놓고, 거기에서 찾은 말씀(주런)을 새겨 '삶의 참뜻과 지혜'를 음미해 보자는 책이다.

마음비움에 대한 사색

- 마성스님 저 / 민족사



동시에 한국의 모든 불자들에게 보내는 메시지가 그대로 담겨져 있습니다.

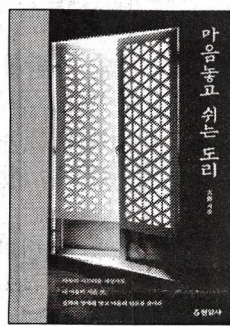
저자 마성스님은 속명은 이수창이고, 법호는 해불이다. 스리랑카 팔리불교대학교 불교사회철학과를 졸업했으며, 동 대학원

필자가 지금까지 살아오면서 느낀 생각들을 90여 편의 단편으로 정리한 삶의 흔적이기도 하지만 미래를 위한 기록입니다. 한 수행자의 정신적 발자취인

에서 '초기불교 인간관 연구'로 부철학박사 학위를 받았다. 또한 영국 런던의 세계 불교재단으로부터 명예 불교철학박사 학위를 받았으며, 스리랑카 위도다야 베리웨나로부터 불교철학박사 학위를 받았다. 현재 동국대학교 불교학과 강사 및 팔리문헌연구소 소장으로서 재직중이며, 태국 마하출라 통콘라지위달라야대학교 한국불교를 비롯한 각종 불교교양대학에서 강의하고 있다. 저서로는 '불교신행공덕'이 있다.

마음놓고 쉬는 도리

- 대우 저 / 현암사



우리가 찾는 깨달음은 먼 곳에 있는 것이 아니다. 곧 진리이고 이는 곧 참 마음이다. 이 책의 저자 대우 거사는 이 점을 중요하게 생각하며 마음 속에 깨달음이 있음을 강조한다. 화엄의 일승과 선종의 공안을 함께 이루며, 교학을 좇다가 개념과 사고의 장애에 빠지거나 참선만을 좇다가 공허한 무기선이나 이승의 온갖 경계에 떨어지지 않도록 세세히 마음 공부의 방법을 설하고 있다.

은둔-세상에서 가장 먼 만행

- 조연현 지음 / 오래된미래

세상에서 가장 먼 만행, 은둔의 길에서 깨달음을 얻은 근·현대 33인의 선사 이야기를 담은 책. 인물들의 절반가량은 지금까지 불교 전문지나 연구서는 물론,



조계종 총무원에서 선사들의 발자취를 상세히 기록한 『선원총람』에 조차 일원반구 없이 묻혀 있던 인물들이다. 이름조차 남기지 않고 그 자체로 사라져 버리고자 한 선사들의 감동적인 일화들 속에서 '지금 우리가 어디로 가야 할 것인지, 어떻게 살아야 할 것인지' 인도하는 나침반과 손가락을 만날 수 있을 것이다.

멘토

- 스펜서 존슨, 콘스탄스 존슨 공저 / 안진환 역 / 비즈니스북스



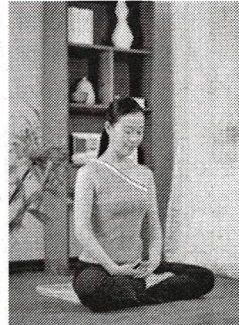
성공가도를 달리며 평안한 가정 생활을 누리고 있는 성공한 사업가 존! 그는 행복의 소중한 가치를 깨닫고 자신의 삶 속에서 행복을 실현 구제적인 실천 방법을 찾지 못해 고민한다. 자신의 인생에서 무언가 중요한 것을 놓치고 있다는 느낌을 떨칠 수 없었던 존은 자신에게 부족한 그 무엇을 채워 주고 자신이 가야 할 길을 가르쳐 줄 인생의 멘토가 절실하다는 것을 깨닫는다.

아홉 개의 강의를 듣고 '목표-칭찬-성찰'을 실천하는 '1분 원칙'의 의미를 알아 가는 과정에서 존은 서서히 내 안의 나야말로 가장 위대한 인생의 멘토임을 깨닫고 변화를 경험하게 된다.

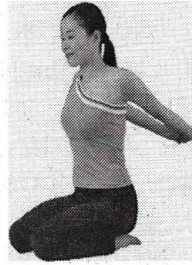
이달의 생활요가

상체 비만에 효과! '토끼자세'

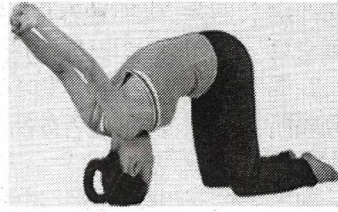
▶ 시작 전 복식호흡



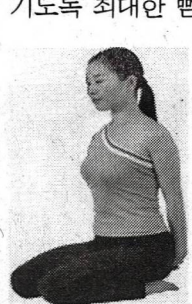
요가 시작 전에는 반드시 복식호흡을 합니다. 먼저 오른 다리가 왼다리 위로 오도록 반가부좌로 앉으세요. 이때 무릎 사이로 발끝을 감싸 앉으면 (행복좌) 말초신경을 안정시켜줘 편안하게 해주는 효과가 있습니다. 그다음에 입술을 자연스럽게 다물고 혀끝을 입천장에 붙이세요. 배가 볼록해지도록 숨을 들이쉬었다가 잠시 멈춘 뒤 다시 길게 내쉽니다. 한 번에 10~15회씩, 3번 정도 반복하세요. 복식호흡이 자연스럽게 되면 숨을 들이쉬면서 팔약근을 조이고, 내쉬면서 풀어주세요.



▶ 앉은 등 뒤로 각지 끼고, 무릎은 어깨 너비만큼 벌려 꿇는 자세로 앉는다. 등은 곧게 세우고 숨을 깊게 들이쉬며 팔을 서서히 쳐댄다.



▶ 숨을 내쉬면서 상체를 앞으로 숙여 정수리가 바다에 닿도록 한다.



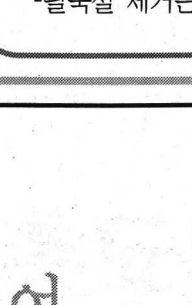
팔이 최대한 고개 쪽으로 오도록 들어올리고, 그 상태에서 약 1분~1분 30초 정도 멈추어 있다.



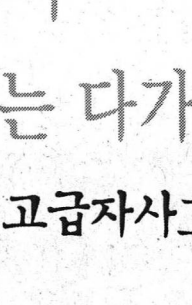
- 각지 긴 손이 풀리지 않도록 주의한다. 어깨와 팔이 땅 기도록 최대한 뻗어준다.



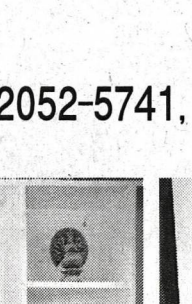
3. 숨을 들이쉬면서 허리부터 몸을 서서히 들어 자세를 푼다. 팔을 완전히 내린 후 마지막에 고개를 든다.



하나 더! 변형 고양이자세



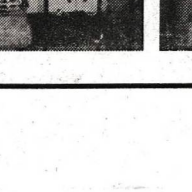
▶ 양손과 무릎을 어깨 너비만큼 벌린다. 그 자세에서 양팔을 앞으로 최대한 뻗는다.



- 양팔과 다리는 어깨 너비와 골반 너비 정도로 벌려서 유지해야 효과가 있다.



▶ 숨을 내쉬면서 상체를 내려주며, 턱의 아랫부분과 팔, 겨드랑이 안쪽, 가슴이 바닥에 닿게 한다.



다리와 엉덩이는 90도를 이루도록 위로 쪽 올려 고양이 자세를 만든다. 숨을 들이쉬면서 자세를 풀어주고 같은 동작을 3~4회 반복한다.

- 팔뚝살 제거는 물론 척추를 강화시키는 효과가 있다.



茶香의 향기를 찾아서 **다 향**

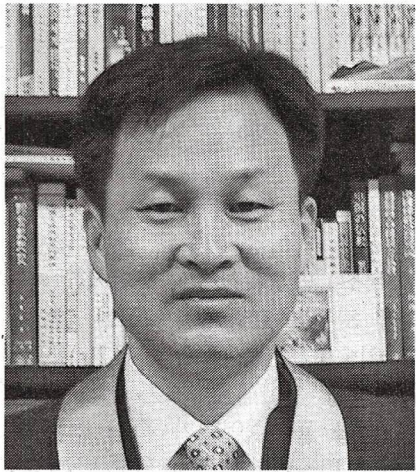
멀리서 나를 꽃이되게 하는 이여
향기로 나는 다가갈 뿐이다.

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

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

특 집

영식천도(靈識薦度)의 의의(意義)



화령 정사 (중앙교육원장)

불교에서는 다른 종교에서 말하는 것과 같은 영원불멸의 영혼의 존재를 인정하지는 않으나 업력을 안고 가는 주체는 인정한다. 즉, 영혼이라는 고정불변의 실체는 없지만 업을 짓고 업력을 저장하며 그 과보를 받는 주체는 인정한다는 뜻이다. 그러므로 그것은 우리의 마음가짐에 따라 수시로 변하며 거기에 따른 업력으로써 모습을 달리하여 나타난다. 그 주체를 불교에서는 '아뢰야식(阿賴耶識)'이라고 하는데, 편의상 영가(靈駕) 혹은 영식(靈識)이라고 부른다. 이러한 영가 혹은 영식을 천도한다는 것은 어떤 의미이며 어떻게 해야

은 후에는 과연 어떻게 될까? 그리고 영혼과 내세는 정말 있는가? 있다면 어떤 형태를 띠게 될까? 등등에 대한 의문을 가지지 않을 수 없다.

불교는 여기에 대해 확실한 대답을 하고 있다. 즉, 영식이라는 것은 틀림없이 존재하는 것이며 그 영식에 의하여 내세가 결정되고 영식이 지은 업력에 따라 내세의 과보를 받게 된다고 한다. 불교에서는 우리 인간을 색(色)·수(受)·상(想)·행(行)·식(識)의 오온(五蘊)이 화합된 것으로 본다. 즉, 우리의 몸을 물질적인 것과 정신적인 것의 결합으로 보는 것이다.

이렇게 결합된 것은 끊임없이 변화한다. 제행무상(諸行無常)이기 때문이다. 나고 죽고 병들고 늙는 그 모든 것이 변화의 과정이다. 객관계의 물질도 마찬가지로 만들어지고(成), 얼마간 지속되다가(住), 파괴되어(壞), 없어지는(滅) 변화를 겪게 된다. 그러므로 인간의 육체를 포함한 모든 색계(色界)는 무상하다고 하는 것이다. 이러한 변천의 원인은 여러 가지 인연들이 모여서 성립되기 때문에 이를 인연화합 또는 연기(緣起)라고 한다.

우리의 몸은 지(地)·수(水)·화(火)·풍(風)의 사대(四大)를 바탕으로 영식이 인연에 따라 결합되어 유

리의 식에는 안(眼)·이(耳)·비(鼻)·설(舌)·신(身)의 5식(識)과 현재의 사실을 헤아리고 판단하는 의식(意識), 그리고 우리가 "나"라고 집착하며 온갖 번뇌 망상을 일으키는 제7식인 말라식(末那識)이 있으며, 우리의 업장을 보존하여 다음 세상에 태어나게 하는 원동력이 되는 아뢰야식(阿賴耶識)이 있다.

아뢰야식, 윤회의 원동력

이 아뢰야식은 이 생애에서의 우리의 모든 행위, 즉 신(身)·구(口)·의(意)의 삼업을 빠짐없이 보존하고 있다가 내세(來世)의 삶을 결정하게 되고 거기에 영향을 끼치게 된다. 이 아뢰야식의 작용 중 무엇보다도 중요한 것은 이것이 여타의 식에 영향을 끼침으로서 현재 우리의 육체와 정신계를 활동하도록 하고, 또 살도록 유지시키면서 모든 선악의 행동을 나타내게 하는 생명의 주체라는 점이다. 우리의 죽음이러는 것은 이 아뢰야식

있기 때문에 악업의 중유는 악업끼리 선업의 중유는 선업끼리 서로 끌어당긴다고 한다. 우리가 돌아가신 분의 영식왕생뿐만 아니라 모든 유언영식의 왕생성불을 기원하는 것도 선한 영식끼리 서로 끌어당기도록 도와주는 것이 된다.

아뢰야식에 보존된 업력은 중유를 인도하는 원동력이 되는데 가령 악업이 많은 중유가 미래의 출생처를 찾을 때 악업의 힘이 중유의 지혜로운 판단을 흐리게 하고 또 착각을 일으키게 하여 지옥과 축생, 아귀와 같은 삼악도를 극락세계와 같은 나원으로 보이게 한다는 것이다. 그리하여 악업이 많은 중생은 스스로 달려가서 태어나게 되는데, 태어나자마자 그곳에서 가하는 고통을 업보로 받게 되며, 반대로 선업을 많이 닦은 영식은 지옥과 극락 등 미래의 세계를 올바르게 판단하여 태어나도록 그 선업이 안내하게 된다고 한다. 그러므로 악업은 무지를 나타내고 선업은 지혜를 나타낸다고 할 수 있는데 우리가 평

강할수록 다음 생을 받지 못하고 중음천에 떠도는 기간이 길어지게 된다. 이것은 살아있는 우리가 망자(亡者)에 대하여 가지는 애착과 더불어 망자 자신의 영식도 생애에 대한 애착을 버리지 못해 혼란과 고통을 겪고

다. 우리는 살아 있는 인간을 제도하고 교화하는 것도 중요하지만 사후의 영식을 교화하여 천도하는 것도 중요하다는 것을 알아야 한다. 우리는 눈으로 보이는 이 유상(有相)의 인간만을



바른 길을 따라 왕생성불하도록 도와 영식천도, 자손에게도 공덕 돌아와

이 우리의 육체를 완전히 떠났을 때를 말하는 것이다.

부과불교의 화설에 의하면 인간이 사망한 후 다음 생을 얻기까지의 영식을 중유(中有), 혹은 중음(中陰)이라고 하는데 우리가 흔히 "중음전에 떠도는 불쌍한 영식"이라고 할 때의 중음이 바로 이것이다. 이 중음전에서는 영식이 다음에 태어날 곳을 찾아 헤메고 다니는데 중유가 평소 선업을 많이 쌓았으면 흰 빛깔이 많으며 죄를 많이 지었으면 검은 빛을 띠게 된다고 한다.

또한 악업을 많이 지은 중유는 좌우로는 보지 못하고 아래쪽만 볼 수 있으며 반대로 위쪽만 보고 다니는 중유가 있는데 이는 선업을 많이 행한 영식이라고 한다. 그리하여 아래쪽만을 보고 다니는 중유는 지옥에 태어날 확률이 높고 위쪽만 보고 다니는 중유는 천상에 태어날 확률이 높다고 한다.

또한 이 중음전에서는 업력이 같은 중유끼리는 서로 친하고 바랄 수

소에 수행하는 것도 다 이런 이유에서이다.

화설에 의하면 인간이 사망할 때 선업이나 악업 가운데 어느 한쪽이 아주 강하게 나타나면 지옥 또는 천상계에 즉시 가서 출생하게 된다고 한다.

그러나 대부분의 경우는 선업과 악업이 혼합되어 아뢰야식에 보존되어 있으므로 여러 인연이 화합하여 다음 생을 받게 되기까지는 어느 정도의 기간이 걸리는데 그 기간이 7일 내지 49일이 된다고 한다. 물론 49일이 훨씬 지나서도 태어날 곳을 찾지 못하고 중음전을 떠도는 영식도 있지만 대체로는 이 기간 안에 다음 생이 결정되기 때문에 사십구재를 올려 영식천도를 기원하는 것이다.

우리 인간은 평소 자기의 몸에 대한 애착은 물론 재산과 처자권속 그리고 명예 등에 대한 애착으로 뭉쳐져 있다고 해도 과언이 아니다. 죽은 영식도 이러한 애착은 살아 있을 때와 마찬가지로 있다. 애착이 강하면

있기 때문이다.

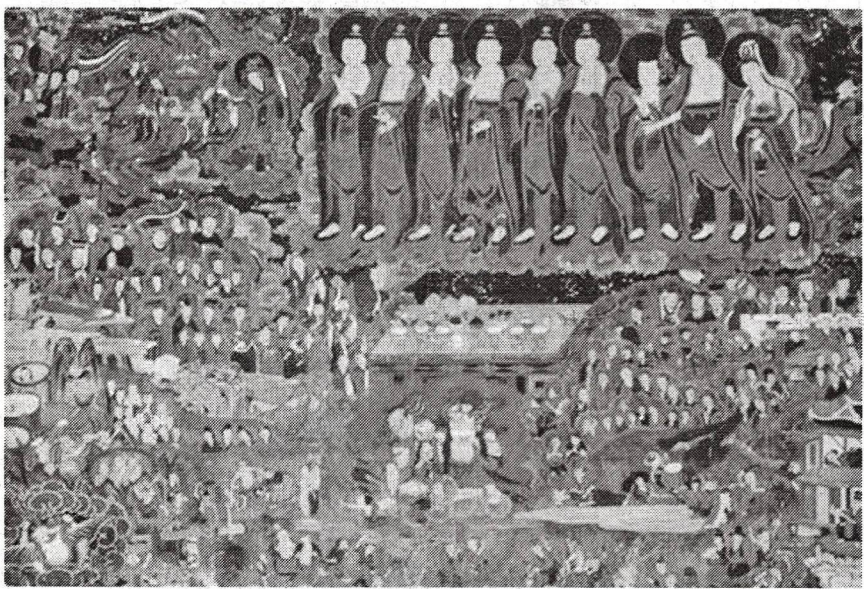
애착 끊고 지혜심 발현케

미륵보살의 《유가사지론(瑜伽師地論)》에 의하면 인간이 사망할 때에는 혼란한 생각이 계속 나타나는 가운데서도 잠시간 익히고 습관을 들였던 자신에 대한 애착이 더욱 나타난다고 했다(將命終時, 昏昧想位, 長時所習, 成愛現行). 이는 곧 무지와 번뇌의 현상으로서 내생의 길을 가는데 커다란 장애가 된다. 그러므로 우리 불교에서는 이러한 영식의 애착을 제거하고 영식으로 하여금 지혜로운 판단을 하게 하여 좋은 곳에 태어나도록 천도 불공을 해 주는 것이다. 다시 말하면 여러 불보살의 가피력과 원력(願力)을 통하여 무지한 영식을 깨우쳐 살아 생전 자기에게 가졌던 부질없는 집착과 망상을 떨쳐버리고 무상한 진리를 간직하고 깨달음으로서 바른 길을 따라 왕생성불할 수 있도록 도와준다는데 천도 불공의 의의가 있

생각하고 몸을 벗어 보이지 않는 무상(無相)의 영식은 있어버리기 쉽다. 그러나 사후의 영식도 오직 형태만 없을 따름이지 생각하고 괴로워하는 것은 우리와 꼭 같다고 한다.

한 집안에 어른이 아파 누워 계시거나 탈산한 자녀가 있으면 집안 식구들의 마음이 편하지 못하듯이 선망 부모나 일가친척 선대의 조상 가운데 누군가가 삼악도에 떨어져 한없는 고통을 받고 있다면 그 가족의 마음이 편하지 못할 것이다. 이러한 현상들은 우리가 직접적으로 느끼지 못할지라도 고통 받는 영식은 항상 이승의 가족이나 친척이 구원의 손길을 뻗어 주기를 갈망하고 있다.

비록 우리 중생의 삶이 자업자득이라 영식이 고통 받는 것도 스스로 지어서 그런 것이나 우리가 지성으로 불공하고 왕생성불을 기원하면 부처님의 위신력과 불보살의 한량없는 대비심의 가피로 영식이 천도될 뿐만 아니라 그 자손들의 복업과 공덕도 한량없게 되는 것이다. 더구나 선망 부모가 저지른 죄업의 대부분이 자식들을 위한 애착에서 비롯되었다는 것을 생각하면 살아 생전의 효도는 물론 당연한 것이나 돌아가신 뒤에도 천도불공을 통하여 극락 왕생의 길로 인도해 드리는 것도 살아있는 사람들의 마땅한 도리라 아닐 수 없다.

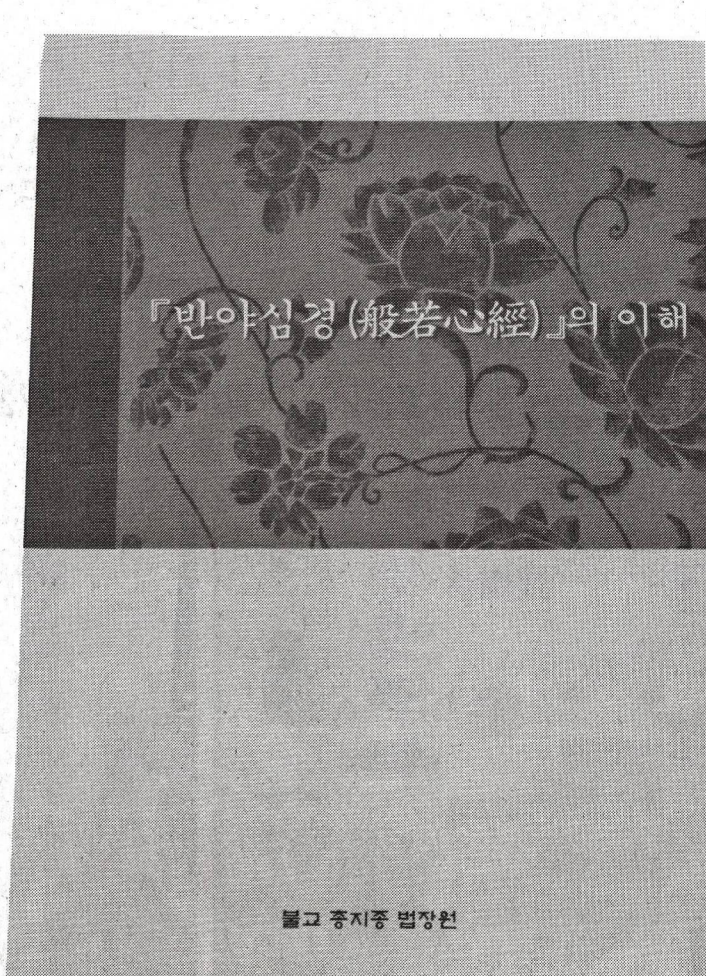


감로탱 일부

하는가? 이 세상에 태어난 사람은 누구나 죽게 마련이다. 생자필멸(生者必滅), 회자정리(會者定離), 태어나면 반드시 죽고 만나면 헤어지는 것이 인생이다. 이것은 불변의 진리이며 또한 윤회의 법칙이기도 하다. 그러면 죽

형화된 것이다. 지·수·화·풍의 사대 자체는 본질상 변함이 없지만 일대 유형화되면, 즉 육체의 형태를 지니게 되면 생·노·병·사의 변천이 불가피하게 되는 것이다. 이러한 변천과 윤회의 주체가 되는 것이 바로 우리의 영식이다.

불교총지종 법장원, 『반야심경의 이해』 출간



불교총지종 법장원에서 『반야심경의 이해』를 출간했습니다.

법장원 연구원 김종인 박사가 집필한 이 책은 대승경전의 정수인 반야심경을 누구나 알기 쉽게 쉬운 언어로 해설하여 초심자들의 반야심경에 대한 이해를 돕도록 했습니다.

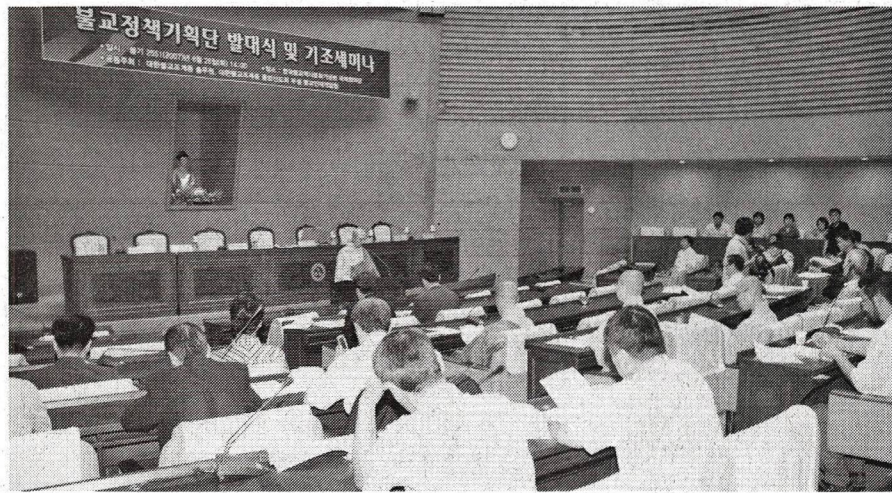
법장원 소책자 시리즈로 출간된 이 책은 평이한 문체로 반야심경의 핵심을 찌르는 저자의 통찰력이 돋보이는 책입니다.

도서 구입과 관련된 문의는 서울 전화 02)552-1080으로 하시면 됩니다.



불교정책기획단 출범

불교관계법 등 5개 분야 정책 연구개발 계획



◇ 불교정책기획단 출범 세미나.

중장기적인 불교정책 방안을 마련할 기구가 출범했다.

조계종총무원(원장 지관)과 중앙신도회 부설 불교인재개발원(이사장 허경만)은 지난달 26일 한국불교역사문화기념관에서 불교정책기획단 발대식을 갖고 기초세미나를 개최했다.

불교정책기획단은 급변하는 사회의 흐름에 부합하는 미래지향적 정책들을 개발해, 단기적으로는 오는 17대 대통령선거와 18대 총선거 등에서 불교정책을 제안하고 장기적으로는 불교의

발전방향을 모색해 이를 바탕으로 합리적이고 타당성이 있는 정책을 제안하자는 취지에서 구성됐다.

대통령 선거와 총선거 등 굵직한 선거를 앞두고 대정부 상대방으로서의 적극적인 불교정책의 관철이 그 어느 때보다 시급하다는 의견이 모아진 것이다.

지난 1월 조계종총무원의 구성 심의를 거친 불교정책기획단은 지난 6월까지 꾸준한 사전 검토과정을 거치면서 수립됐다.

불교정책기획단은 총무원기획실장 승원섭님과 불교인재개발원장 김응철 교수가 공동기획단장으로 추대됐으며 자문위원으로는 교구본사 주지사님 등 종단 중임 스님들과 재가단체 대표들이 참여하고 정책특보·정책위원·집행위원회로 구성됐다.

그동안 불교 단체들이 승가·재가 단체들로 엄격하게 구분돼 있던 것을 감안할 때 조직 구성원이 출제가지로 교구 구성돼 있어 불교계 내부의 조화와 균형 있는 발전에도 크게 기여할 것으로 전망된다.

불교정책기획단이 본격적으로 제기할 정책과제는 △불교관계법 및 제도 개선 △국제사회·환경·생태 △문화·문화재정책 △남북불교문화교류 △미디어 분야 △사회·복지·교육 분야 등이며, 이를 통해 △정책 리포트 작성 △관련 전문가 네트워크 구성 △관련자료 DB구축 △불교정책연구소 설립 기반 조성에 힘을 쏟을 예정이다.

불교정책기획단 공동 기획단장으로 추대된 승원섭님은 인사말을 통해 "불교정책기획단이 한국 사회의 발전방향에 따른 불교의 사회적 역할 모델을 제시해 불교정신을 통한 세계 종교화합과 인류화합 기틀을 마련할 것"이라며 "불교의 사회적 역할을 강화하고 사회적 요구에 부응할 수 있는 정책 마련에 힘쓰겠다"고 전했다.

천 청년불자 한자리 모여 불법홍포 다짐 제26차 전국불교청년대회 열려



◇ 불청대회 참가자들이 동화사 대웅전에서 일주문까지 2014년 평창동계올림픽 유치·대구 2011년 세계육상대회 원만개최를 기원하며 삼보일배를 하고 있다.

(사)대한불교청년회(회장 박범수, 이하 대불청)는 전국적 청년 불자들이 한자리에 모여 불법홍포를 다짐하는 정립 87주년 기념 제26회 전국불교청년대회(이하 불청대회)를 지난달 23일부터 24일까지 대구 동화사·관음사에서 개최했다.

나눔으로 하나되는 열린마음 열린

청년'이란 주제로 개최된 이번 불청대회는 조계종 포교원장 혜종·동화사 주지 허운·관음사 회주 우학스님을 비롯해 사부대중 1천여 명이 참석한 가운데 첫째날 '불청! 범종을 울려라'를 시작으로 대동놀이·창립87주년 기념법회를 비롯해 동계올림픽 유치기원 삼보일배 등의 프로그램으로 진행됐다.

동대 특채 교수 학위 허위조작 '충격' 무량회 축, 총장·이사장 책임론 제기

동국대 재단이사회의 특별채용으로 임용된 신 모 교수의 학위가 허위 조작됐음이 사실로 밝혀져 충격을 주고 있다.

KBS는 지난달 29일 아침뉴스 광장에서 2005년 9월 1일자로 특별 채용된 신 모 교수의 학위가 위조돼 도덕적 책임을 지고 사퇴한 사실을 확인했다고 보도했다.

이에 동국대 전이사장 장운스님은 지난달 30일 기자회견을 개최하고 그간 재단 이사회에 제기해왔던 신 모 교수 임용과정의 문제점을 지적했다.

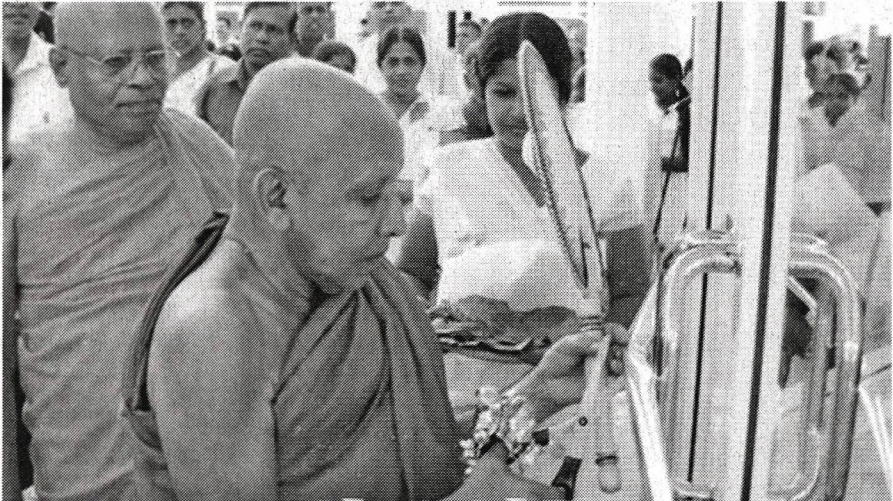
의혹을 제기한 장운스님은 지난 5월 29일 재단 이사회로부터 해임을 통보 받았다. 해임사유는 △필동병원 매입과정에서 매입가가 높게 책정됐다는 내용을 담은 고발장을 검찰에 제출했으나 무혐의로 판결한 점 △재단 이사회에서

허경만 불교인재개발원 이사장은 "우리 교단 내에 상존하고 있는 여러 가지 과제들을 체계적으로 분석하고 이에 대한 공개적인 검증을 통해 시기 적절할 때 대책을 제시하는 것이 불교정책기획단의 주 임무"라며 "우리의 목소리를 내서 불교와 사회가 발전할 수 있는 방향과 정책을 제시할 것"이라고 전했다.

한편, 계속해서 열린 기초세미나에서 조계종총무원 박희승 기획처장과 김영국 조계종총무원장 정책특보는 '한국사회에서 불교사상문화의 비전과 전망', '정책, 제도적인 측면에서 바라본 불교정책'이라는 주제발표를 통해 향후 불교정책기획단이 나아가야 할 방향과 과제 등에 대해서 중점 토론하는 시간을 가졌다.

스리랑카 최초 불교방송국 개국

4월 30일 수만갈라 대종사 원력 결실 랑카 전역서 청취 가능...내년엔 TV도



스리랑카 담불라 고평뎀플이 최근 스리랑카의 부처님오신날인 베사 데이(Vesak Day)를 맞아 최초의 불교방송국을 개국했다. 스리랑카는 손꼽히는 불교국가임에도 불교를 전문으로 방송하는 방송국이 없었다. 이전에는 공중과 방송을 이용한 불교프로그램 방송이 전부였다. 스리랑카 불교계는 라디오 방송을 이용해 불교 포교와 함께 랑카 문화의 홍보에 적극 나설 계획이다.

스리랑카 최초의 불교방송국 개국은 삼우팔리 종단을 이끌고 있는 수만갈라 대종사의 원력으로 결실을 맺었다. 부타라카타 대종사와 함께 스리랑카 승단 최고의 어른으로 손꼽히는 수만갈라 대종사는 1995년 한국-스리랑카 불교우호협회 결성 후 한국을 방문해 한국의 불교방송과 불교TV를 돌아보고 큰 감명을 받아 불교방송국의 설립을 준비해왔다.

방송국 설립을 위한 물밑 작업을 진행하다 본격적으로 방송국 설립이 가시권에 들어오기 시작한 것은 3년 전부터. 수만갈라 대종사가 직접 불사국을 모연했다. 또 세계적으로 신망이 두터운 수만갈라 대종사의 원력을 전해들은 미국, 일본, 대만 등 각국 불교단체와 불자들이 스리랑카 최초의 불교방송국 개국에 힘을 보탰다.

이와 함께 수만갈라 대종사를 중심으로 한 고평뎀플 측은 라디오 방송국 설립과 함께 2003년 정부로부터 텔레비전 방송용 채널을 승인받는 등 TV방송국의 설립도 동시에 진행해왔다. 이에 따라 올해 라디오 방송국 개국에 이어 내년에는 스리랑카에서 불교TV도 방송을 시작할 것으로 보인다. 이와 관련 수만갈라 대종사는 개국 행사에서 "내년에는 스리랑카 불교TV 방송국을 개국할 예정"이라고 밝힌 바 있다.

스리랑카의 불교TV 방송국은 방송에 필요한 모든 시설을 이미 모두 완비했으나 1년치 프로그램이 준비돼 있어야만 방송이 가능하다는 현지법에 따라 다양한 콘텐츠를 준비하고 있다.

생활상식

몸 안의 독소를 배출하는 음식 10가지

- 1. 요구르트**
비피더스균이 풍부하다. 비피더스균은 장내 해로운 균을 억제한다. 장의 연동운동을 도와 배변을 원활하게 한다.
- 2. 녹차**
카테킨이 풍부하다. 카테킨은 중금속을 흡착해 침전시킴으로써 중금속이 체내에 흡수되는 것을 방해한다.
- 3. 굴/ 전복**
아연이 많이 들어 있다. 아연은 몸속의 납을 배출해 주는 효과가 있다.
- 4. 양파**
'퀴세틴'이라 불리는 플라보노이드를 다량 함유하고 있다. 퀴세틴은 항산화력이 우수해 유해산소 생성을 억제한다.
- 5. 미역/ 다시마**
끈끈한 점액성 물질인 알긴산이 들어 있다. 일종의 식이섬유로서 대변량을 증가시켜 체내 중금속, 불필요한 지방, 환경호르몬 등을 변과 함께 흡착 배출시킨다.
- 6. 녹즙**
베타카로틴, 비타민C, 플라보노이드 등 항산화 영양소가 풍부해 유해산소로 인한 세포손상을 막는다.
- 7. 양배추**
베타카로틴, 비타민C, 섬유질이 풍부하다. 몸에 해로운 과산화 지질, 유해 산소 등을 억제한다.
- 8. 마늘**
매운 맛과 향을 내는 알리신이 풍부하다. 알리신은 체내에 침입한 세균과 바이러스에 강력하게 대응한다.
- 9. 포도**
포도껍질에 많은 레스베라트롤은 강력한 항산화 물질이다. 항염증 및 항암작용, 혈액내 콜레스테롤 수치를 떨어뜨리는 효과가 있다.
- 10. 토마토**
유해산소 생성을 억제하는 라이코펜과 비타민 C가 다량 함유되어 있다.

종조탄신 100주년 기념 종조법설집 명상용 CD, 테이프 출시



종조탄신 100주년 창종 35주년 기념 종조법설집 명상용 CD와 테이프 나왔습니다.

출시된 종조법설집 명상용 CD와 테이프는 편안한 배경음악에 전문성우의 음성을 더빙해 누구나 듣기 쉽도록 만들었습니다.

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

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

종조법설집 명상용 CD와 테이프에 대한 자세한 문의로는 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

조선 정조의 효심어린 수원 용주사

전통사찰 문화탐방

정경궁 안뜰엔 검은 뒤주가 놓여 있었다. 뒤주 안에서 간간히 신을 소리가 들려 왔다. 노스론 당쟁에 개입된 몇몇 중신들의 간언에 격노한 영조의 노여움은 좀처럼 풀릴 기미가 보이지 않았다. 여드레째 되던 날 신음소리가 멎었다. 왕자가 자신이 태어난 동궁 바로 옆 뒤주 안에서 죽는 참극이 일어난 것이다. 훗날 왕위에 오른 정조는 밤마다 악몽에 시달렸다. 캄캄한 뒤주 안에서 울부짖는 아비마미의 영혼이 매일 밤 찾아 들었다.

1. 용주사(龍珠寺)

지난 달 일간지들에 사도세자가 장인 흥봉헌에게 보낸 눈물어린 편지가 공개되면서 그의 죽음을 둘러싸고 있는 갖가지 정황들에 대한 관심이 증폭되고 있다. 종래에는 사도세자가 목숨 병에 걸려 미친 행동을 하여 죽음을 재촉했다는 설이 지배적이었으나 궁중 여인들의 압투와 당파 싸움의 희생양이었다는 해석이 설득력을 얻어가고 있다. 사도세자의 죽음은 혜경궁 홍씨의 '한중록'에 자세히 묘사돼 있다.

정조(正祖)의 효심이 어린 용주사를 찾은 날엔 장대비가 내렸다. 비운에 숨겨진 사도세자를 위한 능침 사찰이라는 생각에서일까. 내리는 비가 복잡한 상념을 불러 일으킨다. 대웅보전에선 화엄기도가 울려지고 있었다. 용주사 중앙선원 수좌스님들이 여럿 나와 있다. 뒷모습들이 의연해 보인다.

원래 용주사 자리엔 854년(신라 문성왕 16)에 창건된 갈양사(葛陽寺)가 있었는데 952년(고려 광종 3)에 병란으로 소실되었다. 보경(寶



갈양사의 유물인 천보루, 석탑.

鏡)스님으로부터 부모은중경(父母恩重經)설법을 듣고 크게 감동한 정조는 부친 사도세자(후에 莊獻世子로 추존)의 능인 현통원(顯通園)을 양주 배봉산에서 화산으로 옮기고 1790년 능사(陵寺)격으로 용주사를 건립하게 된다.

정조의 특명을 받은 보경스님은 용주사 건립을 위해 전국에서 시주를 거두고 4년간의 불사를 벌인다. 낙성식 전날 밤 정조는 거대한 청룡과 황룡이 여의주를 물고 승천하는 꿈을 꾸게 된다. 그래서 사명을 용주사라 부르게 되었다 한다. 용주사 창건 직후 팔로도승원(八路都僧院)을 두고 전국의 사찰을 통제하였으며, 보경스님에게는 도총섭(都總攝)의 권한을 주고 절을 주재하게 하였다.

현재 용주사 대웅보전(大雄寶殿)에는 석가모니불과 약사, 아미타 삼존불이 봉안되어 있다. 후불탱화는 석가모니와 여러 보살, 10대 제자상들을 그려 모셨는데, 음영을 두어 입체감이 느껴진다. 김홍도(金弘道)의 작품이라고 전한다.

그 외의 당우로는 명부전(冥府殿)과 지방칠등각(十方七燈閣)·호성전(護聖殿)·독성각(獨聖閣) 등이 있다. 대웅전 좌우에는 요사채가 있는데 편액명이 다른 사찰과 달리 특이하다. 보통은 심검당(尋劍堂, 무명을 베어 버리는 지혜검), 적묵당(寂默堂, 고요하고 적적함) 등의 편액이 걸려 있는데, 여기는 만수리실(曼殊利室), 나유타로(那由陀)라고 되어 있다.

갈양사의 유물로는 7층 석조사리탑과 천보루(天保樓)가 있는데 천보루는 여섯 개의 목조기둥 아래 높다란 초석이 건물을 이고 있다. 대체로 사원건축에서는 목조기둥을 사용하는 것이 상례이고 석조기둥은 주로 궁궐건축에서 사용된다. 사



1790년에 건립된 대웅보전으로 창건 당시의 모습을 보전하고 있다.

찰창건이 왕실의 후원하에 이루어진 것임을 알게 해주는 대목이다. 벽면에는 부모은중경을 한글로 새겨 넣었다.

효행분할담계 효행박물관과 효행교무원이 상설 운영되고 있으며, 국보 제120호 용주사 범종(梵鐘), 정조의 발원으로 제작된 불살부모은중경판(佛說父母恩重經板), 정조가 심었다는 천연기념물 향나무, 등이 있다.

용주사는 불교사인 조지훈의 명시 승무(僧舞)가 제작된 곳이기도 하다. 지난 연등축제때 연희단으로 승무를 추었던 보살님들이 소녀들처럼 좋아라 한다.

2. 용건릉(隆健陵)

용주사 인근에 있는 장조(莊祖)와 정조(正祖)의 능으로 사적 제206호이다.

용릉(隆陵)은 장조(사도세자)와 한중록을 쓴 경의왕후(敬懿王后) 혜경궁홍씨의 능이고, 건릉(健陵)은 정조와 효의황후 김씨의 능이다.

정조(1752-1800)는 1776년 영조가 승하하자 같은 해 22대 왕위에 올랐다. 정조는 비명에 간 부친 사도세자의 혼을 위로코자 더욱더 극진한 효심을 보인다. 부친의 능을 지금의 능자리인 화산으로 옮기고 재위시 각별하게 능관리를 했다. 재위 24년간 능관리를 위해 부근 화산일대 13개 마을에 영을 내려 집집마다 재 한 삼태기씩을 모아 뿌리게 하기도 했다.

술밭에 송충이가 많았는데 손수

나가 송충이를 잡고 심지어는 입으로 씹어 구제를 돌려하기까지 했다. 지금도 울창한 송림과 상록수가 남아있다. 26만평에 이르는 드넓은 능역은 짙은 관목숲과 황금잔디, 맑은 샘 등이 조화를 이루고 있다.

3. 화성(華城)



화성의 백미, 화홍문 - 방화수류정.

축성 당시의 원형을 그대로 간직하고 있는 수원 화성은 정조가 아버지 사도세자의 능을 화산으로 이전하고 그 부근 주민들을 팔달산 아래 현재 수원으로 옮기면서 축성되었다.

화성은 임진왜란을 겪은 이후, 서울의 남쪽 방어기지의 역할뿐 아니라, 당쟁이 극심했던 정세를 쇄신하고 강력한 왕도정치를 실현하려는 정조의 원대한 구상아래 세워진 새로운 개념의 신도시로 건설된 곳이기도 하다.

따라서 화성의 건설에 동서양의 과학과 기술이 총결집되었고, 단원 김홍도를 비롯한 예술가, 변암 체재 공과 실학의 거두 정약옹을 포함한

당대 최고의 지식인들이 참여했다. 그 결과 화성은 근대 초기 성곽건축의 백미로 남게 되었다.

유네스코 지정 세계문화유산인 화성은 성벽의 외측을 쌓되 내측은 자연의 지세를 이용해 흙을 돋우어 메우는 외측내탁의 축성술, 실학사상의 영향을 받아 화강석과 벽돌을 함께 축성 재료로 사용한 전석교축, 목재와 벽돌의 조화로운 사용, 거중기와 활차(滑車) 등 근대적 기기의 발명과 사용, 등 기능성과 과학성, 예술적인 아름다움까지 모두 갖추고 있어 조선 시대 절정의 문화적 역량을 유감없이 보여주 고 있다.

축성 전과정을 상세하게 기록하고 있는 「화성성역의 개」에 따라 일부 파손된 부분을 복원한 화성은 6km에 달하는 육중한 성벽을 따라 40여개의 시설물을 갖추고 있다.

— 갈도반 이야기

용이 여의주를 물고 하늘로 승천하는 꿈을 꾸고 지어졌다는 절이름, 용주사! 근거리에선 사도세자와 부인 혜경궁 홍씨 묘인 용릉이, 또 정조대왕과 비의 묘인 건릉이 모셔져 있다.

추적추적 내리는 비오는 능소를 울려다보면서... 어쩐지 빗소리가 처연한 느낌으로 다가왔다. -심일화

이달의 사찰음식 17

▶ 녹차칼국수

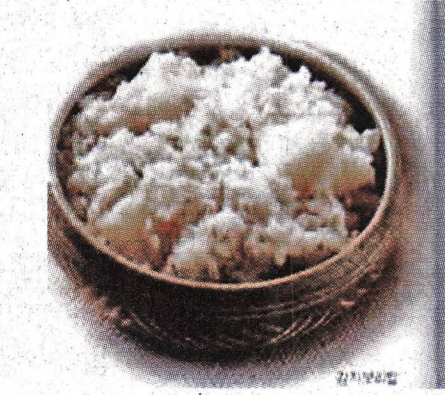
재료

녹차가루 1/2컵(5g), 밀가루 2컵, 녹말가루 1/2컵, 애호박 1/2개, 표고버섯 5개, 느타리버섯100g, 다시마 1장(10*10cm), 청장 3큰술

만드는 법

- ① 녹차가루 밀가루 녹말가루를 혼합해서 고운 체에 내린다.
- ② 미지근한 물에 소금을 약간 넣어 녹인 후 ①의 가루에 넣고 반죽을 하여 젖은 행주에 싸서 둔다.
- ③ 냄비에 다시마와 표고버섯을 넣고 약한 불에서 푹 끓여 국물을 만들어 둔다.
- ④ 반죽해 둔 밀가루 반죽을 밀대로 얇게 민 다음 채썰어서 국수를 만들어 둔다.
- ⑤ 다시마와 표고버섯은 건져서 채로 썰어두고 애호박도 채로 썰어서 살짝 볶는다
- ⑥ 끓는 국물에 국수를 넣고 면이 익으면 청장으로 간을 하고 표고버섯과 다시마, 애호박을 곱고로 얹는다.

▶ 감자보리밥



재료

감자 400g, 쌀쌀 2컵, 보리쌀 1컵, 물 3컵

만드는 법

- ① 감자는 껍질을 벗기고 6등분 정도의 크기로 썰어서 찬물로 헹구어 건져 둔다.
 - ② 보리쌀은 씻어서 푹 무르도록 삶아 소쿠리에 건져 물기를 뺀다.
 - ③ 쌀은 씻어 30분 정도 불린 후 물기를 뺀다.
 - ④ 쌀과 보리쌀, 감자를 섞어서 솥에 안치고 밥물을 부어 끓인다.
 - ⑤ 끓어오르면 중불로 줄이고 쌀알이 퍼지면 불을 약하게 하여 뜸을 들인 후 이 아래로 잘 섞는다.
 - ⑥ 흥고추, 풋고추 씨를 빼고 곱게 다져서 진간장, 깨소금, 고춧가루, 참기름으로 양념장을 만들어 곁들인다.
- *감자밥은 조리된 상태로 비벼 먹어도 좋다.

제1회 만보사 연꽃축제

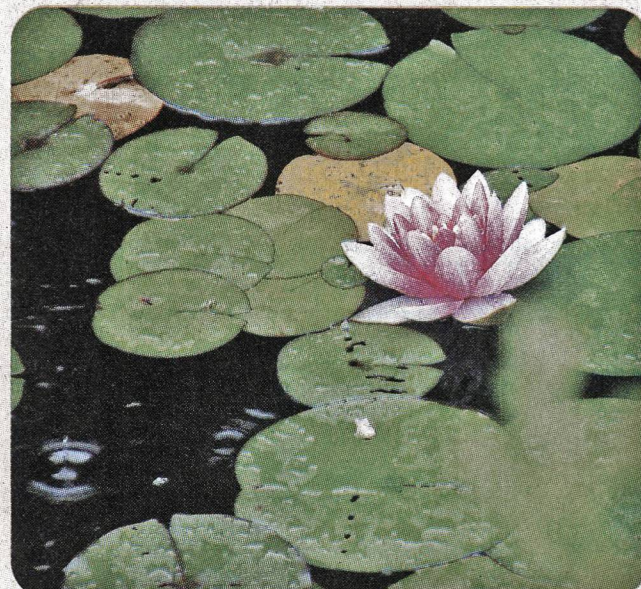
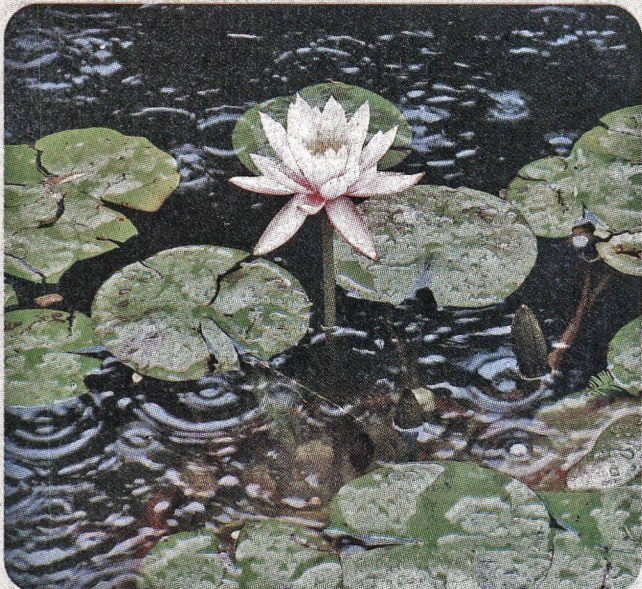
진흙탕속에서도 맑고 향기로운 꽃을 피워내는 연꽃은 불교를 상징하는 꽃이기도 합니다.

연꽃철을 맞아 만보사에서 정성껏 연꽃축제를 준비했습니다.

많은 분들께서 오셔서 안복을 누리시고 그 성품을 닮아가는 자리가 되었으면 합니다.

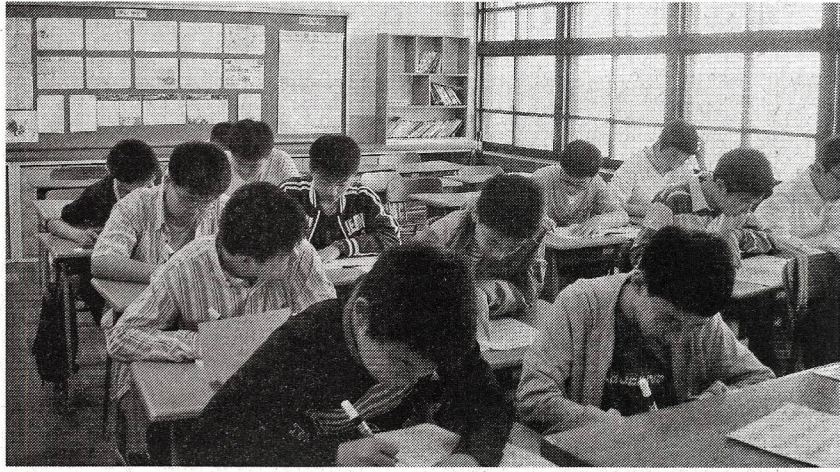
- 일시 : 총기 36년(2007년) 7월 20일 ~ 8월 15일
- 장소 : 만보사

불교총지중 충청전라교구 만보사(주교 : 지성)
대전 광역시 중구 대사동 152-4 ☎ (042)255-7919



“독서지도 내실화 인재양성”

총립 동해중, 특성화교육 ‘독서지도’ 실시



총지중 총립 동해중학교가 특색사업의 일환으로 ‘독서지도’에 나서기로 했다.

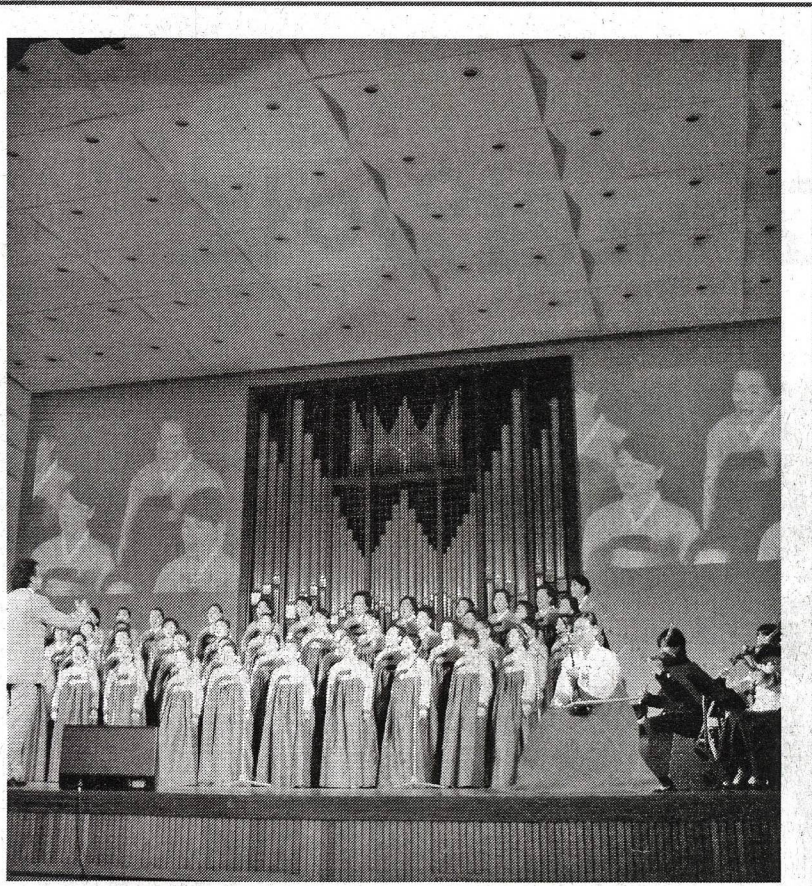
독서기록장 『나의 독서생활』 쓰기를 통한 독서지도의 내실화를 기하기로 한 것.

독서지도 특색사업을 위한 구체적 방안으로는 학급문고, 학교 도서실에서 독서 환경조성을 비롯하여 학급문고의 관리 및 활용을 위한 학급별 도서부원 배치, 독서 기록장 쓰기 지도를 통한 독서의욕 고취, 독서지원시스템을 활용한 독서활동의 지원, 체험활동 중심의 독서 행사 개최, 등이 있다. 동해중은 또 가족 독서 토론회와 독서 감상문 발표회, 학부모 독서 관련 연수 및 연찬 기회 제공, 등 가정과 학교가 연계된 독서 교육의 내실화를 기한다는 세밀한 계획도 준비하고 있다. 이밖에 예도 방과 후 돌려읽기 독서를 통하여 기초 학습력을 향상시키고 우수 학생에 대한 보상 강화, 아침독서 10분 책임기를 통한 독서의 생활화를 지속적으로 추진한다는 세부 방침을

세워 놓고 있다.

동해중은 이번 독서지도 특색사업을 위해 연중 내내 학급문고 현황 파악 및 도서 확보와 함께 월별 독서량 조사를 벌이고, 학급 문고 대출 통계, 추천 도서 소개, 독서 감상문 쓰기, 동해 독서 대상 시상, 학부모를 위한 연수회를 개최한다는 계획에 있다. 아울러 전교생을 대상으로 다양한 독서행사 추진을 위한 독서 종합기록장 구안, 독서 감상화 그리기 대회, 교내 독서 퀴즈 대회, 독서포어 공모전, 독서 학급 게시판 운영, 독서 특강, 학부모와 함께하는 교내 독서 발표회, 독후 감상문집 발행 등의 구체적인 계획을 입안해 놓고 시행 중에 있다.

동해중 국어과 정준은 교사는 “독서지도 특색사업은 즐거운 책임기를 통하여 학생들의 정서와 인격을 함양하고 올바른 도덕적 가치관을 갖게 하며 나아가 학생들의 새로운 독서문화 창출과 즐거운 교실 만들기 에 이바지함을 목적으로 하고 있다”고 말했다.



6월 7일 이화여자대학교 김영의 홀에서는 아름다운 합창이 울려 나왔다. ALPS 합창단 10주년기념 음악회가 열린 것. 알프스 합창단은 가곡 〈남춘〉, 〈가고파〉와 〈잠미〉, 〈꽃밭에서〉, 〈항수〉 등 주옥같은 노래를 선보여 관객들의 찬사를 받았다. 이날 행사에는 이대 동문인 총지중 서울경인 신정희 김은숙 회장이 출연했다.

이경섭 군 成大 학력 경시대회 대상 부산 삼일사 교도가족

부산 삼일사 교도가족인 이경섭(서울 경기고3학년) 군이 성균관대(서울 경기고3학년) 군이 성균관대가 주최하고 동아일보가 후원하는 제13회 전국 영어·수학 학력경시대회에서 대상을 수상했다. 시상식은 지난 달 22일 서울 종로

구 명륜동 성균관대 600주년기념관에서 열렸다. 이날 시상식에서 이경섭 군 등 18명이 수학부문 대상, 김상민(경기 과천외고 3학년) 양 등 13명이 영어부문 대상을 받았다.

“가족 모두 함께 불공하니 평안”

부평 시범사 가족법회 개최

자성일인 지난 6월 24일 부평 시범사에서는 의미있는 법회가 마련됐다. 교도들이 모두 가족 한 두명씩을 대동해서 나오기로 한 것. 이날 법회는 일반법회와 형식은 다를 게 없었으나 앞으로 교도와 교세확장을 위한 단초를 마련했다는 점에서 그 의미가 크다.

이날 가족법회는 그동안 불공과 법문으로 법회운영에 조력하던 화령정사가 발의한 것을 시범사 환수원 주교가 실행에 옮겨 성사된 것.

로 화합한다면 매사가 순조로울 것”이라며 “매월이 안되면 두달에 한 번이라도 온가족이 한마음으로 발원하는 자리를 마련하자”고 독려했다.

가족 7명이 동참했다는 김부직(64) 각지는 “한 식구가 한 절에서 기도불공을 하니 마음이 절로 평안해 진다”고 말했다.

윤완섭(74) 각지는 “가족에게 모범을 보이고 실천하기는 여간 어려운 게 아니라며 절에 함께 나와 불공과 법문

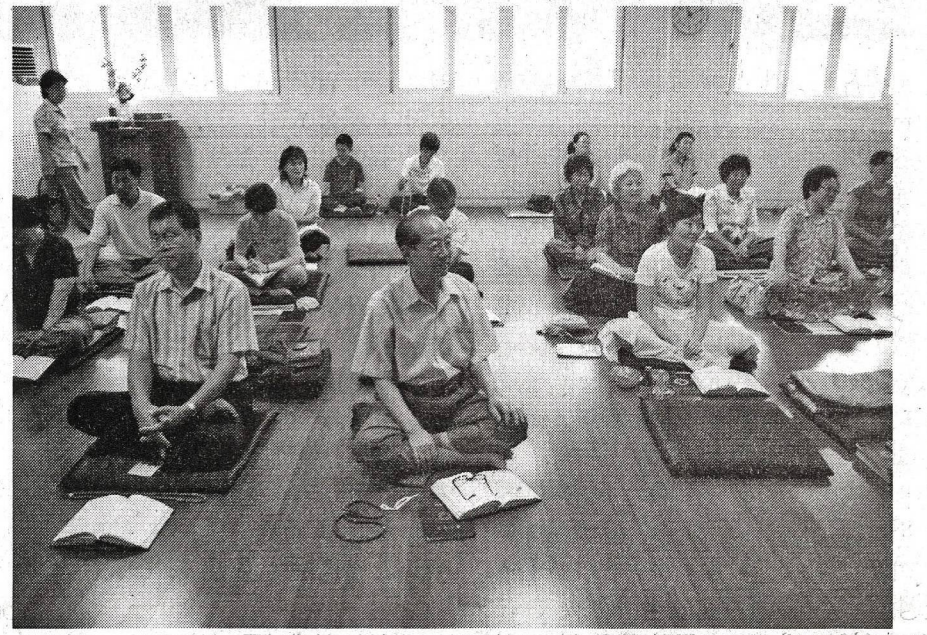
교세확장을 위한 단초 마련 큰 의미

교무원장 화령 정사는 법문에서 “부처님의 말씀을 전하는 데 있어 가장 우선되어야 하는 대상이 가족”이라며 나와 가장 가까운 가족조차도 제도하지 못한다면 오세대에도는 공멸불일 것”이라고 말했다.

화령 정사는 또 “지중한 인연으로 맺어진 가족과 함께 부처님 가르침으

를 듣고 마음을 열어 주는 것이 보다 효과적”이라고 말했다.

불공과 찬불가 부르기, 대중공양 등으로 진행된 이날 법회는 불공 시간과 순서에 응통을 두는 등 참석자들을 배려한 점이 돋보였으나 유소년을 대상으로 한 계층별 법회가 없었다는 점은 보완해야 할 점으로 지적됐다.



세상사는 이야기

6월 어느 토요일, 남이 섬에서 열리는 ‘아줌마 문화축제’에 다녀왔다. 우리들도 이 축제에서 공연 할 작품을 준비 해서, 참가하게 되었다. 버스 가득 아줌마들이다. 오늘날은 우리들이 주인공이 되어 마음껏 축제를 즐기는 날이다.

여러 해 전 친구들과 함께 어느 모임에 참가하기 위해 남이섬을 다녀간 후 이제가 다시 찾았다. 예전과는 많이 다른 모습이다. 남이섬도 변했고 세월의 흐름 따라 우리들도 많이 변했다. 그 때는 공식 모임이 끝난 후 마음 맞는 친구들과 호젓한 물가에 그림 같이 예쁜 집 한 채를 빌려, 참으로 오랜만에 조용하고 아름다운 밤을 보냈다.

칠후같이 어두운 밤하늘, 수 많은 별들과 풀벌레 들의 합창 소리가 우리들의 마음을 더욱 설레게 했다. 마치 먼 나라, 낯선 곳에 온 것 같은 느낌이였다. 타임머신을 타고 여학생 시절로 돌아 온 듯, 때로는 재잘

거리고 때로는 깔깔거리며 행복한 밤을 보냈다.

다음 날, 아침 일찍 물가의 오솔길에 산책 하는데 야생화가 이슬을 머금고 배시시 웃고, 이름 모를 새들이 아침 인사를 하며, 잘 왔다고 우리들을 반기는 듯 했다. 그 때는 이

‘아줌마 문화축제’

세상에서 가장 멋진 동화 속 공주님들이 된 듯, 한껏 우아하게 걸었다. 지금도 그 때를 생각하면 입 가에 미소가 살짝 스친다. 우리 모두가 싱그러움 꿈을 가지고 있었다. 그때가 그리워 진다.

어느 작가는 40을 ‘불혹의 나이’가 아니고, ‘유혹의 나이’라 하고, 그 이후 장년을 지나 지금 살고 있는 우리들은 축복받은 사람들이라고 한다. 어느 누구는 각자의 인생에서 오늘이 가장 젊은 날이라고 한다.

나에게도 오늘이 가장 젊은 날이고 축복받은 날이다. 내 인생에서 영원히 다시 오지 않을 중요한 날이기도 하다.

옛날 아름다웠던 추억을 살짝 들여다 보는 동안, 벌써 남이섬에 거의 도착했다. 배를 타고 잠시 가면 목적지이다. 오늘 문화축제에 주인공으로 참가 했으니 열심히 보람 있게 보내야겠다. 행사 취지인 문화의

했다. 우리 팀은 상을 2가지나 탔다. 문화 축제가 진행 될수록 아줌마들의 힘이 상승하여 마침내 남이섬 전체를 가득 채웠다. 이들의 상승하는 힘과 기운이라면 우리 가정과 우리나라의 밝은 앞날이 기대 된다.

흔히 우리들은 ‘아줌마’ 하면 자기만 생각하고, 타인에 대한 배려가 부족하고 남 보다 많이 가지려 하고, 자신들의 자녀들이나 가족을 위해서는 무슨 일이든지 할 수 있는 극성스러운 여성들로 잘못 비쳐지고 있다. 그러나 그들은 이런 힘으로 나라와 가정의 중심에 우뚝 서 있고 국가 발전의 기틀이 되고 있다. 각 계 각층에서 두각을 나타내고 있는 아줌마들, 정말 장하지 아니한가? 특히 이들의 교육열은 치맛바람이라고 비난 받기도 하지만 우리 아이들을 이만큼 성장 시켰고 미래의 인재를 길러 내어 다른 나라와의 경쟁에서 결코 뒤지지 않고 오히려 앞장 설 수 있게 만들지 않았는가?

아줌마! 얼마나 멋진 이름인가? 한국의 모든 아줌마들, 파이팅!!

-박묘정

만다라 세상

부처님의 아들이자 제자인 라훌라는 깨달음을 얻기 전까지는 심성이 거칠었습니다. 어느날 부처님께서 라훌라를 부르셨 습니다. “대아에 물을 떠다가 나의 발을 씻

이에 부처님께서는 “발을 조심하지 않는 너도 그 물과 같다.” 부처님은 대아를 발로 차 버리시며 말씀을 하셨습니다. “너는 저 대아가 깨질까 봐서 걱정을 하느냐?”

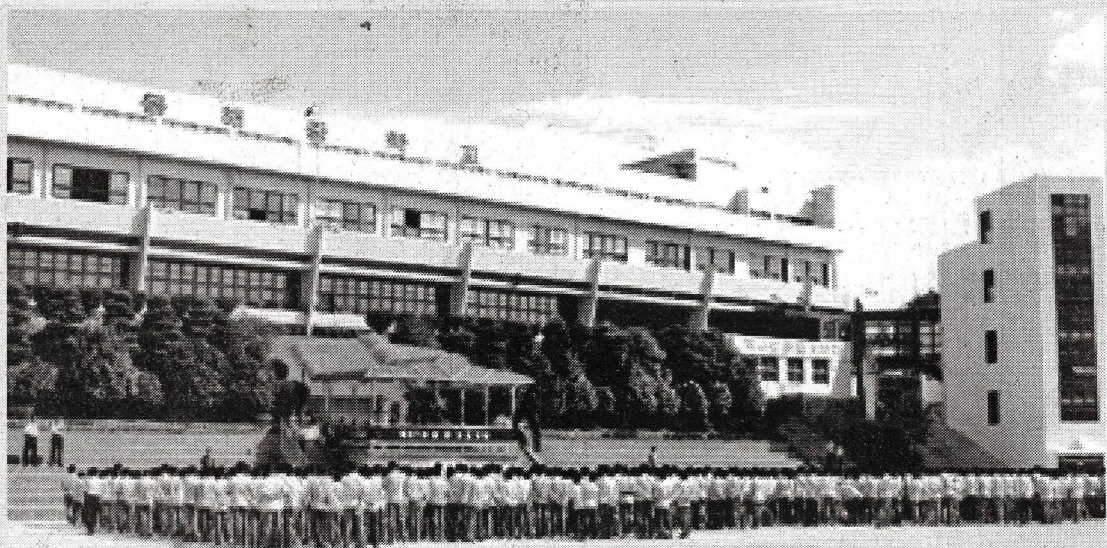
부처님께서 아들에게 행하신 충고

겨다오.” 부처님은 발 씻은 물을 가리키시면서 말씀 하셨습니다. “이 물을 마시거나 양치질을 할 수가 있겠느냐?” 라훌라는 대답하길 “발을 씻은 물은 다시 쓸수가 없습니다.”

“이미 발을 씻은 그릇이고, 값이 싼 물건이라 아깝지 않습니다.” “너도 그 대아와 같다. 비록 수행자이지만 말과 행동이 바르지 않다면 저 값싼 대아처럼 사람들이 너를 아껴주지 않는다.”

꿈과 희망을 갖고 실천하는 충지인!

나라의 희망이요, 꿈이요, 이상인 청소년을 위한 전통있는 역사의 터전.



- 동해중학교 이사장 김현우
- 관리위원장 서진업
- 교장 박수현
- 운영위원장 정관호
- 학부모회장 권점숙
- 총동창회장 김수호

충지중 총립 동해중학교

부산시 동래구 명륜동 8-25, 전화 : 051-556-0281



동보편집팀을 찾아서

“지면통한 문서포고, 보람있어요”



햇살이 고요히 내리는 오후, 월초볼공 자성일 회합 불공을 마치면 모두들 펜시리 걸음을 서두르게 된다. 일주일 동안 마치 샐러리맨이 성과표를 확인 하듯, 절 문지방을 윤이 나게 드러내며 어렵게 정진하신 탓일 게다. 모두 가족을 위하고 주위를 편안케 하려는 서원이었더라도 대부분 엄마이고 아내된 입장이고 보면 짐작하고도 남을 일이다. 그런데 어디서 시원한 바람에 물어오는 소리. '아하하! 호호호!'

서원당 건너편 건물쪽이 왠지 낯익다. 법장원 문 앞에 반가운 신발들이 줄을 섰다. 손에 들려진 주스와 주전부를 보시곤 반색을 하신다.

애중심 고취위해 편집팀 구성

아마 무슨 얘기가 하실 게다. 총지 정보 편집 위원들의 정기모임에서의 풍경이다. 지금 같은 편집팀이 구성된 것은 불과 1년전 일이다. 상상조차 안될 만큼 많은 변화와 애기거리가 쌓인 지금, 당시를 회상하면 그저 웃음뿐.

중앙교육원에서는 총지정보의 종단 내부기사 확대와 교도참여로 애중심을 고취하고자 했다. 통신원을 매개로 한 교도 조직화와 포교를 목적으로 정보통신원을 모집이 그 골자였다. 모집이라 하기엔 크고 화려한 벽보에 가려 초라하기 그지 없었다. 통리원 복도와 서원당 입구, 요가실 공지란에 A4용

지 한 장 달랑 붙어 있었으니, 눈썰미 있거나 관심 있는 사람 외엔 공고 용지가 붙어있는지조차 모를 정도였다. 당시의 냉소적인 반응을 볼 때 너무도 거창한 기획을 했던 것이다. 이래서 될 일이 아니었다.

궁리 끝에 직접 찾아 나서기로 작정하고, 서원당에 앉아 한 분 한 분 살피기 시작했다. 그야말로 열혈에는 관심 없고 껌발에 눈이 어두운 게 사실이었다. 그도 그럴것이 집행부와 종령님까지 재가를 받아 모처럼 꾸민(?) 사업인데 도무지 성과가 없으니 체면은 고사하고 신뢰마저 잃을 위기였던 것이 다.

목마른 자가 우물을 파면 당연히 물이 빠져져 나와야 하고, 뜻이 있는 곳엔 반드시 길도 있을 것이라고 믿어왔지 않았던가...!! 소위 인상 좋고 맘 좋아 거절 못하실 것 같은 분부터 공략하기로 하고 얼굴을 내밀었지만 보기 좋게 거절당하고 말았다. 거울도 한번 더 보고 입가에 미소까지 하고 다시 접근... 이번엔 조금 못이기는 척, 자신 없는 척 하신다. 사실 이제와 얘기지만 땀, 마음, 거기에다 글썽까지 매력 넘치는 분들이었으니 말이다.

마음이란 말이서로에게 넘나드나 보다. 그렇게 조금씩 조심스럽게 마음을 여시더니, 이런 안보면 보고 싶다고 먼저 얘기하신다.

“정말 편집위원 안했으면 어쩔 뻔 했을지 몰라~”

‘세상사는 이야기’를 연재하시는 박묘정 보살님 말씀이다. 말씀이 떨어지기가 무섭게 여기저기서 이구동성으로, “그렇게 말해요.”

지방 통신원 모집에 참여 당부

그때 포기안하고 여기까지 오게 해줘서 오히려 고마우신다. 첫사랑같이 설레고 박사사랑같이 환해지는 이느낌. 서원당에서도 제일 먼저 눈인사를 하고, 소녀마냥 주체할 수 없는 웃음을 터트리기도 한다. 오늘은 백지순 보살님 컨디션이 어떠신지, 회장님택 뒷밭 상추가 열만큼 자라고 있는지, 또 박정희보살님이 여행을 어디로 다녀오셨는지, 최영해 보살님 따님은 전액장학금을 받았는지, 해맑은 미소를 달고 사시는 최해선보살님택 열무김치 맛은 어떤지 등등 진솔하게 오가는 세상 속 얘기들.

현재 정보편집 위원중엔 60대가 두 분이나 되고 40대와 50대가 대부분이다. 처음엔 이분들 모두 나이가 많아서 못한다고 거절 하셨었다. ‘그 일은 젊은 사람이나 하는 것이지...’ 이런 글도 못쓰고 머리도 나빠졌다고. 그런데 그것은 겸손이었다. 오래 끓인 사골 국물이 진한 맛을 내듯, 뜨거운 태양을 견딘 과일이 빛깔과 달듯이, 오히려 매

사에 더 적극적이고 긍정적이었다. 늙는다는 것은 익어가는 것이라고 한다. 나이가 깊어지면 눈물도 웃음도 함께 깊어간다. 주름깊이 만큼...그리고 소중해진다. 외로움도 그리고 도반 같은 친구도.

태풍이 분다고 가뭄이 든다고 해서 걱정만 하진 않는다. 매일 화창한 날씨가 계속되면 나무는 말라죽는 법이다. 우리의 마음도 마찬가지다. 모든 생명 있는 것들은 아프기도 흔들리기도 한다. 여기 오기까지 때론 오해를 받기도 하고, 큰 상처를 받은 적도 있지만 결에서 같이 해준 정보편집 위원들이 있었기에 잠 못 이루는 밤도 외롭지 않았었다.

길 없던 곳도 내가 걸어감으로써 길이 되고, 못하던 일도 해봄으로써 할 수 있는 능력이 생긴다. 작은 일을 잘하는 사람은 큰일도 잘한다는 말처럼, 큰일 작은 일을 가리지 않고 수처작주(隨處作主)를 몸소 실천하고 계시는 정보 편집 위원들께 고개 숙여 깊은 감사를 드린다.

현재 각 사원에 ‘통신원 모집’ 공문을 발송했다. 통신원의 역할은 사원의 내부소식 일립이다. 소소하지만 나눔으로 두 배의 기쁨이 되는 교도들의 관혼상제, 각종 모임, 승진, 사업, 자녀 학업 등을 전달하고, 교구 및 개별 사찰 행사는 물론 주변 지역 불교계 소식과 특별히 관심이 있는 기사도 취재할 수 있다. 특히로는 불교 교양교육, 통신원 실무교육 등 연 2회 가량의 정규 교육과 주변 불교 행사 취재 시 취재비 지원, 연말엔 우수 통신원에 대한 수상도 주어질 예정이다.

바래야하면 각 교구의 사원 소식, 교도 가족들의 가정 소식, 교도들간의 모임 소식, 승진, 사업, 각종 미담이나 신행담 등을 전해 줄 통신원 모집에 더 많은 교도 여러분의 참여를 당부드리고 총지종 교도로서 모두가 함께 할 수 있기를 서원해본다. 어쩌면 내가 해야 할 일을 대신하실 분을 추천하는 것 역시 우리의 몫이 될 수 있다.

벌써 이렇게 또 하루가 저물어 간다. 살구가 익어가는 요즈음 시간은 내가 알았던 것보다 훨씬 빠른 것 같다. 벌처럼 수많은 열매들 위로 그보다 더 많았던 만남과 이별이 나타나고 사라진다. 지금까지 내가 만난 사람들은 이렇듯 눈물나게 아름다웠는데 그들에게 나는 어떤 모습으로 남겨졌을까... - 최민희

인터뷰

신문제작 참여로 종단발전 이바지



정보편집팀 회장 이인성 각자

▶정보팀이 발족된 지 만 1년이 지났습니다. 감회를 말씀해 주세요. 초기에는 신문편집에 대해 전문인이 아니어서 과연 잘 할 수 있을지 매우 걱정스러웠습니다. 그러나 이제는 어느정도 수준이 된 것 같아서 마음이 놓입니다. 지금까지 수고해 주신 편집팀원과 관계자 분들께 감사의 마음을 전합니다.

▶정보편집팀에서 하는 일에 대해서... 매일 2회 모임이 있습니다. 월말에 신문 가판본이 나오면 기사와 편집에 관한 논의를 하고, 오류를 잡아냅니다. 신문이 발행되면 미흡한 점이나 아이디어를 개선하고, 다음호의 기사방향과 쪽지를 정합니다. 팀원 각자가 기사코너 1개정도씩 분담해서 원고도 씁니다. 이외에 정기적으로 사찰문화탐방을 가서 취재를 하며 불교에 대해 이

해와 소양을 넓히고 있습니다.

▶개인적으로 정보편집을 하시면서 보람이 있다면 어떤 것입니까. 정보를 통해 종단발전이 이바지한다는 것이 가장 큰 보람이라고 생각합니다. 내외부에서 정보의 질이 조금씩 좋아지고 있다는 반응을 보일 때 또한 그렇습니다. 신문제작과 관련한 경험을 쌓고 팀원들과 여러 분야에서 교류를 가질 수 있는 것도 좋았습니다.

▶정보와 관련해 종단과 불자님들께 당부하실 말씀은... 정보편집팀 관련활동에 대한 배려와 지원을 해 주시면 감사하겠습니다.

교도분들께서 전국 지방의 각사원 소식을 전해 줄 통신원 모집에도 참여해 주시길 바랍니다. 간단한 사진촬영과 기사작성, 제보 등을 하실 수 있는 분은 누구나 가능 합니다.

▶적극적인 관심과 조언을 해 주시면 보다 나은 총지정보가 될 수 있을 것입니다.

▶앞으로 정보편집팀이 나아가야 할 길

지면을 통한 문자포교를 한다는 사명감과 봉사정신을 갖고 있어야 할 것입니다. 그리고 보다 나은 정보신문이 되도록 편집팀원들 모두 합심해서 열심히 공부하고 연구해야겠습니다.



불교총지종 중앙교육원은 각 교구와 각 사원의 소식을 전해 줄 통신원을 모집합니다

I. 역할

1. 내부 소식 전달

총지정보에 교구별 섹션을 설정하고 다음 소식을 씁니다.

- 교도 소식(관혼상제, 각종 모임, 승진, 사업, 자녀 학업 등)
- 교구 및 개별 사찰 소식(각종 교구별 및 사찰별 행사, 모임, 문제점 등)

2. 외부 취재

- 특별한 관심이 있는 기사 취재
- 주변 지역 불교계 소식 취재

II. 기구 형식

서울·경인·충청·전라 지회 (총지사)
대구·경북 지회 (개천사)

부산·경남 지회 (정각사)
충청·전라 지회 (법황사)

- 전체적인 방향성은 중앙교육원에서 지도한다.
- 각 지회는 역량에 따라 단위 섹션 편집의 자율권을 가질 수 있다.

III. 기타

1. 발대식 (7월말 예정)
2. 교육 및 단합대회: 불교 교양교육, 통신원 실무교육
통신원에 선발되신 분들에게는 다음과 같은 지원이 있을 예정입니다.

- 연 2회 가량의 정규 교육
- 주변 불교 행사 취재 시 취재비 지원
- 우수 통신원에 대한 수상

관심이 있으신 분은 '정보통신원 지원서'와 함께 중앙교육원으로 제출해 주시기 바랍니다.

(*지원서 배부, 문의처: 최민희 교무 02-552-1080)