

## 진리의 세계에는 나와 남이 따로 없고 갈등과 대립 없다

오늘은 석가모니 부처님께서 사바세계(娑婆世界)에 나루신 경이(驚異)와 찬탄(讚嘆)과 환희(歡喜)의 날입니다.

부처님께서 처음 일곱 걸음을 걸으신 후, 한손으로는 하늘을 가리키고, 또 한손으로는 땅을 가리키며, ‘천상천하 유아독존’(天上天下 唯我獨尊)의 일성(一聲)을 보이셨습니다.

이는 만천하(滿天下)에 본래부처를 선언(宣言)하심이요, 생명의 존엄(尊嚴)과 천부적(天賦的) 자유를 내보이시어 일체의 중생들을 생사윤회(生死輪廻)의 고통에서 구제(救濟)하고, 본래의 성품인 참나를 밝혀 행복하게 사는 아름다운 세상을 시현(示現)하는 것입니다.

모든 불자(佛子)들이 연등(燃燈)을 밝혀 부처님을 맞이하는 이 수승(殊勝)한 인연(因緣)이 지구상의 모든 이웃의 아픔과 슬픔을 함께

하며, 그 고통을 대신하는 동체대비(同體大)悲)의 대승보살도(大乘菩薩道)가 국민통합으로 회향(回向)하는功德(功德)이 될 것입니다.

한반도에는 70년의 분단(分斷)과 대치(對峙)가 대화와 화해를 넘어 평화와 통일로 전환하는 시기가 도래(到來)하였습니다.

우리 민족은 시간과 공간을 초월하여 같은 언어를 사용하고 동일한 문화와 역사를 가지고 있습니다.

불교(佛敎)는 1,700년간 우리 민족정신문화의 근간(根幹)이었기에 우리 남북한 민족의 유전자에는 불교가 깊이 내재되어 있습니다.

남북이 진정으로 하나 되는 길은 우리 모두가 참선수행으로 우리의 마음속에 있는 갈등과 불신을 없애고, 서로를 이해하고 배려하여 민족의 동질성을 회복하는 것입니다.

평화와 행복은 내면에서

부터 이루어지는 것입니다.

모든 인류시어! 부처님께서 깨달으신 진리(眞理)를 알고자 할진대, 일상생활 속에서 “부모에게 나기 전에 어떤 것이 참나인가?” 하고 이 화두(話頭)를 간절히 의심하고 또 의심해야 합니다. 참나는 모든 생명(生命)의 근원이요, 형상(形相)과 사상(思想)의 갈등을 넘어선 상호이해와 자유평등의 당체(當體)이기 때문입니다.

진리의 세계에는 나와 남이 따로 없고 시기와 질투, 갈등과 대립이 없으니, 어찌 남을 내 몸처럼 아끼고 사랑하지 않겠습니까.

진흙 속에서 맑고 향기로운 연꽃이 피어나듯, 혼탁한 세상일수록 부처님의 지혜를 등불로 삼아야 합니다.

모든 불자와 국민, 그리고 온 인류가 참나를 밝히는 수행으로, 마음에 밝은 지혜와 자비의 등불을 밝혀 행복한 가정, 아름다운 사회, 평화로



진제 스님  
조계종 종정

운 세계를 만들어 갑시다.

부처님 오신 날을 맞아 만인(萬人)에게 진리(眞理)의 한 마디를 선사(贈賜)하겠습니다.

장안만리천만호(長安萬里千萬戶)에 고문처처진석가(敎門處處眞釋迦)라 마음의 고향의 집집마다 문을 두드리니 이집에서 석가모니 부처님이 나오시고, 저집에서 문수보살, 보현보살 나오시도다.

이러한 좋은 부처님의 진리를 다 같이 잘 받들어 행합시다.



회정 정사  
진각종 종인

나는 것이니 바르고 착한 인연을 부지런히 지어야 하겠습니

## 오고가는 현상에 집착 말고 이날을 봉축합시다

박을 보면 법신(法身)부처님이요, 안을 보면 자성(自性)부처님이라 했습니다.

맑고 밝은 눈과 참되고 바른 마음으로 심인(心印)을 깨칩시다. 생각과 말과 행동을 바르게 하는 삼밀(三密)을 실천합시다.

오고가는 가운데 진리가 있습니다. 지혜와 자비의 화신 석가모니부처님께서서는 이 평범한 일상의 진리를 일

러주기 위해 이 땅에 오셨습니다.

동서남북이 본래부터 구분 없으며 안팎과 위아래는 본별이 없습니다.

바다에서 강을 찾으려 하지 말고 강에서 바다를 찾지 말아야 합니다.

상대자의 허물은 내 허물의 그림자이니 심인을 밝히고 삼밀을 실천함으로써 평상심을 회복해 불법을 바로

세우면 세간법은 저절로 바르게 됩니다.

오늘은 부처님 오신 날입니다. 오고가는 눈앞의 현상에 집착 말고 이날을 봉축(奉祝)합시다.

본성(本性)을 찾아 자성(自性)을 회복합시다.

철마다 피었다 지고 다시 피는 꽃이라도 꽃의 본성은 다르지 않습니다.

인연 따라 세세생생 돌려

## 지혜가 우리를 강인하게 하고 자비가 우리를 따스롭게 할 것

(상략)우리는 본래 마음속에 참 생명을 갖추고 있습니다. 모든 생명을 평화롭고 안락하게 만들 수 있는 무한가능의 존재입니다.

어떠한 어려운 상황에서도 스스로 당당하게 일어설 수 있습니다. 이 참 생명을 믿고 실천하는 것이 유일한 해탈의 삶이며 열반의 길입니다. 부처님오신 날은 이런 가르침을 깊이 새기는 날이며, 지혜와 자비가 구족한 청정심으로 돌아가겠다고 서원하는 날입니다.

분단의 긴 겨울이 지나고 평화의 봄이 찾아왔습니다. 화합의 꽃이 활짝 피고 있습니다. 남과 북의 정상이 만나 ‘판문점 선언’을 통해 한반도의 완전한 비핵화를 합의했습니다. 우리가 꽃피워 낸 상생의 기운은 북미정상회

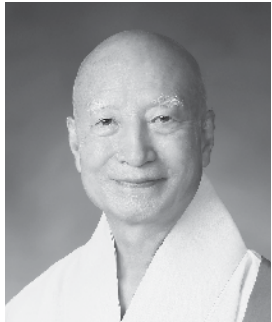
담을 통해 세계로 확산될 것입니다. 평화의 실천을 위해 우리 함께 노력해 나갑시다. 진보와 보수, 계층을 넘어 하나로 나아갑시다.

우리에게 순수 무구한 지혜가 있음을 알고 자신을 바로 보며 아낌없이 자비를 실천할 때 세상은 더욱 아름다워 질 것입니다. 세계일화의 꽃을 피워내겠다는 간절한 다짐으로 불자들은 수행해 나가야 하겠습니다. 참선과 간경, 주력, 염불 등 불교의 수행 방법은 자신의 본래 면목을 찾는 진실한 길입니다. 아직 불교를 접하지 않은 국민 여러분들도 하루 한 번 소박하게 자신의 주변을 돌아보고 자신의 소중함을 생각하는 명상의 시간을 가지시길 권합니다. 무엇보다 자신을 사랑하는 지혜를 갖추며

우리는 비로소 우주 만물이 나와 둘이 아니라는 만유일체 萬有一體 정신을 깨달을 수 있습니다. 나아가 모든 생명을 내 몸과 같이 아끼고 보듬어 감싸는 동체대비 同體大悲의 실천을 함께 할 수 있습니다.

지혜와 자비로 평화를 일구는 것이 우리 삶의 토대가 된다면 사회적 동체대비의 실천은 정의로운 분배에 있습니다. 소외가 없고 차별이 없는 세상을 위해 우리는 청년 일자리와 노인의 인권, 여성과 다문화 사회의 제반 문제 해결을 위해 정진해야 할 것입니다. 지혜가 우리를 강인하게 하고 자비가 우리를 따스롭게 할 것입니다.

4차 산업의 혁명이 열여가는 눈부신 과학의 발전은 놀라운 미래 세상을 열 것입니



설정 스님  
조계종 총무원장

다. (종략)

한 송이 꽃이 수만 송이의 꽃이 되고 그것은 다시 하나의 커다란 꽃이 됩니다. 우리는 각각 개별적인 존재이나 하나의 세상을 살아가는 도반입니다. 이 고귀한 인연을 인식할 때 우리들 세상은 세계일화가 됩니다. 나 자신이 부처임을 믿고 본래의 청정심을 회복해 진심을 다해 살아간다면, 누구를 만나더라도 보살이요 아디를 가도 불국토일 것입니다. (하략)



희성 정사  
진각종 통리원장

처님의 가없는 자비와 지혜 광명으로 국가와 사회, 인류에 평화가 깃들도록 우리도 부처님같이 지혜를 밝히고 자비를 실천합시다.

## 봉 축 법 어

### 다툼이 없는 가운데 진정한 평온을 누리라

찬란한 빛이 누리에 가득하니 부처님께 귀의하고 법에 귀의하라.

지혜로써 어리석음을 깨뜨리고 바른 몸가짐으로 세상을 장엄하라.

한마음 즐거우면 그 자리가 천상이요, 성내는 한 순간에 지옥이 전개되네.

한 생각 청정하니 참다운 불제자요, 바르게 깨달으면 성불세계 이어지네.

시련과 고통은 진정한 나의 스승이니, 진리를 존중하고 진심을 따르라.

게으르지 말고 성실히 일할 것이며, 재보를 축적하기보다 가진 복을 나누어라.

행복은 위대한 버림 속에 있느니, 즐거움을 만나도 함부로 하지 않고, 괴로움 속에서도 근심을 더하지 않으며, 다툼이 없는 가운데 진정한 평온을 누리라.

부처님오심을 감사와 기쁨으로 맞으며 지극한 정성에 무량한 복이 함께 하리라.



도용 스님  
천태종 종정

## 세계불교를 견인해 가는 날이 되도록 봉축합시다

오늘은 황면금선(黃面金仙)께서 하강하신 날입니다. 삼천리금수강산(三千里錦繡江山)에 평화의 소식이 오니, 판문(板門) 도랑에서 방광하는 빛은 온 우주를 감싸고 남습니다.

세존께서 처음 탄생하실 때, 두루 일곱 걸음을 걸으시고 눈으로 사방을 둘러보시며 한 손으로 하늘을 가리키고 한 손으론 땅을 가리키시면서 말씀하셨습니다.

“하늘 위나 하늘 아래에서 나만이 홀로존귀하도다.”

(世尊이 初生下時에 周行七步하시고 目顧四方하시며 一手指天하시고 一手指地云하시대 天上天下에 唯我獨尊이라 하시다.)

이에 백운병(白雲甁)이 송하기를

“무수(無憂樹) 밑에 거룩한 몸 나시어 일곱 걸음 걸으시니 일이 아주 새로웠네 서로 만나 제각기 새벽길을 나

섰다 하나 간밤부터 나선 사람 있는 줄 모르는가?(白雲甁이 頌하되 無憂樹下에 誕生身하니 七步周行事斬新이로다 相見謂言侵早起나 誰知更有夜行人이리요)”라고 했습니다.

한반도에 좋은 소식이 오고, 우리 불교에도 밝은 빛이 도래해서 남과 북이 본래 하나 되고 한민족이 세계불교를 견인해 가는 부처님 오신 날이 되도록 봉축합시다.



혜초 스님  
태고종 종정

부처님은 하루아침에 근심을 해결하여 금강보좌에 앉으셔서 일체중생의 사표가 되었습니다. 모두 우리려성인의 탄신을 축하하는 등불을 밝힘시다.

## 봉 축 사

### 모두가 조금씩 낮추고 공경하며 상생의 세상

오늘은 좋은 날, 부처님 오신 날입니다. 이 기쁨의 날, 우리는 손에 손에 등 뺀하고 처처에 향을 피워 봉축의 노래를 부릅니다.

오늘 우리가 부르는 봉축의 노래는 2천 6백 년 전 룸비니 동산에 울려 퍼진 천상의 주악이고, 우리가 밝히는 오색 등은 우주법계를 밝히는 무량겁의 광명입니다.

부처님께서 이 땅에 오셔서 우리의 눈과 귀를 열어 주셨으니, 보이는 모든 것이 청정법신이요, 들리는 모든 소

리는 가륜빈가의 모음입니다. 날마다 좋은 날이고 곳곳이 연화정토여서 천상천하 유아독존의 사자후 울려 퍼지니 육군이 정토이고 철정이 보리임을 찬탄합시다.

불자여러분, 그리고 국민 여러분!

지금 이 땅은 평화의 기운이 넘실거리고 화해와 공존 번영의 서광이 높게 비치고 있습니다. 대립과 반목 그리고 군사적 긴장을 조금씩 풀어나며 평화를 정착시키고 남과 북이 하나로 돌아가는

오랜 염원의 성취가 싹터 오르니 이야말로 대자대비하신 부처님의 무량가피입니다. 산하대지를 무성하게 뒤덮는 푸른 녹음처럼 평화와 화합의 기운이 금수강산을 두루 덮어서 집집마다 웃음소리 나고 마을마다 풍악소리 드높기를 기원합니다.

오늘 불기 2562년 부처님 오신날, 진리의 길을 밝히는 등불이 억겁 번뇌를 녹여 우리의 마음을 밝혀주니, 우리가 바로 극락의 주인이요 정토의 백성입니다. 부지런히



문덕 스님  
천태종 총무원장

정진하여 생사가 열반의 자리요 번뇌가 곧 보리의 자리임을 사무쳐 깨달아 자타일시 성불도의 큰 길로 나아갑시다.

## 세계평화는 판문점선언으로부터 시작되기를 발원합니다

‘세계평화는 판문점선언으로부터 시작되기를 발원합니다’

불기 2562년 부처님 오신 날은 그 어느 부처님 탄신 봉축 때보다도 우리 한민족에게 이렇게 감격적일 때가 일찍이 없었습니다. 지금으로부터 2642년 전 룸비니동산에서 깃다르타 고오타마는 ‘천상천하유아독존’이란 인간생명존엄의 고귀한 자존을 선언하셔서, 인류가 무명업장으로부터 해탈하여 대자유를 얻도록 진리의 포효를 사방에 외치셨습니다. 부처님의 이 위대한 선언으로

오늘 우리는 부처님 오신 날을 그 어느 때 보다 더 의의 있게 봉축할 수 있게 된 것은 우리 한반도 삼천리금수강산에 희망의 새 소식이 전해져서, 세계평화는 한반도의 한민족으로부터 시작된다는 ‘판문점선언’이 있었기 때문입니다.

태고종의 4천 사암의 주지 교묘 전법사와 1만 종도(승니)와 3백만 교도들은 불기 2562년 부처님 오신 날을 봉축하면서 무엇보다도 남북정상회담에서 일궈낸 ‘판문점선언’을 환영지킵니다. 조국강산과 한 겨레가 두 동강이 난 비극의 시대가 끝나고 삼천리금수강산에 민족 화합과 발전을 이룩하고 한반도의 평화는 물론 세계평화는 한반도에서부터 시작

한다는 민족사의 역사적 성공이 눈앞에 다가오고 있다는 이 엄연한 현실에 우리 태고종도는 일심으로 부처님 오신 날을 맞아, ‘판문점선언의 실현’에 특별 기도를 올려서 필히 성취되기를 발원합니다.

무엇보다도 한국불교태고종은 이번 부처님 오신 날을 봉축하면서 매우 뜻 깊게 여기는 것은 지금 태고종 총무원이 자리 잡고 있는 이 불이성 법륜사는 바로 ‘금강산 유점사 경성(서울) 포교소’라고 하는 역사적 사실 때문입니다.

법륜사는 태고종의 창종주이시며 태고종 종정을 역임하신 법운 박대륜 대종사께서 창건하신 선불장입니다. 남북이 하나 되고 금강산



편백운 스님  
태고종 총무원장

길이 열리면 우리 태고종도는 법운 박대륜 대종사님의 각령을 모시고 금강산 유점사와 마하연을 둘러보고 불이성 법륜사의 본산으로써 화려했던 지난날의 역사와 전통을 되살리는 불사에 최선을 다하는 태고법손이 되어야 합니다.

판문점선언의 실현은 바로 태고종과 불이성 법륜사의 희망과 발원이 성취되는 것이라고 할 것입니다. (하략)

## 참회하고 실천하면서 희망의 복전 일구어야

부처님께서서는 지혜와 자비의 화신으로 이 땅에 오셨습니다.

지혜로우면 바르게 살고 자비로우면 행복합니다.

우리도 지혜를 밝히고 자비를 실천함으로써 부처님과 같이 살며 우리 사는 이 세상을 아름답게 가꿉시다. 그 속에서 모든 생명이 어울리고 더불어 살아가는 세상을 만듭시다.

지혜와 자비는 둘이 아닙니다. 지혜로움에서 자비가

움트고 자비로움에서 지혜가 솟아납니다.

지혜롭게 생각하고 말하고 행동하면 자비로운 마음씨, 말씨, 땀씨가 저절로 갖추어지게 됩니다. 바로 부처님처럼 살게 되는 것입니다.

부처님처럼 산다는 것은 본심을 좇아서 지혜롭게 살고 자비롭게 사는 것입니다. 지혜와 자비가 총명한 곳에 평화가 깃듭니다.

불기 2562년 부처님오신 날에 즈음해 한반도에도 ‘평

화, 새로운 시작’의 막이 올랐습니다.

2018 남북정상회담은 감동적인 서막이었습니다.

주변국 정상들의 연쇄 대화국면으로 이어지면서 평화협력의 전기로 바뀌고 있습니다. 이를 발판으로 항구적 평화가 정착되고 번영과 상생의 새 시대가 열리도록 우리들의 서원을 굳게 하고 정진을 새롭게 해야 하겠습니다.

부처님 오신날을 맞아 부





법상인 전수의 總持法藏

## 스승은 길잡이, 보살행의 실천자

스승들의 고민은 한 가지입니다. 바로 교도들의 고통을 해결해주는 것. 이는 모든 성직자들이 가지는 영원한 숙제입니다.

어느 사원에서 만난 보살님의 이야기를 들려드리겠습니다. 불공이 끝날 때마다 고민을 털어놓는 보살님의 집안 사정은 총체적 난국이었습니 다. 아들은 술주정이 심했고 이를 견디지 못한 며느리는 집을 나간 지 꽤 되었습니다. 아들은 돈도 벌지 않고 매일 술을 마셨고, 술에 취하면 언어폭력을 넘어서 칼을 빼들고 설치기까지 했습니다. 손자 손녀를 키우기 위해 드는 돈을 벌기 위해 보살님은 칠십이 넘은 나이에도 불구하고 파출부 생활까지 하였습니다. 그러나 아들의 술주정은 날이 갈수록 심해졌고, 보살님의 힘으로는 제지를 하기도, 감당을 하기도 버거웠습니다. 식탁 아래나 옷장 안에 숨어있어도 아들은 기어이 보살님을 찾아내어 밀치락달치락 힘을 써왔기 때문에, 많은 밤을 주먹 욕상에 숨어서 기다려야 했습니다. 아들이 풀아떨어진 게 확인되고 나서야 살금살금 내려와 겨우 새우잠을 청하는 날들이 많아졌습니다.

저는 노쇠한 보살님의 깊은 고민을 어떻게 풀고, 해탈에 접어들게 만들 수 있는지 앞이 캄캄했습니다. 더욱 절망적인 사실은, 보살님이 불공을 앞두고 있거나 불공을 하고 있으면 아들의 술주정이 훨씬 더 심해진다는 것이었습니다. 취한 걸음이 제대로 걷지 못해 넘어지고 자빠져서 진흙범벅이 된 차림으로 들어오면서도 현관문을 건너치며 “나무삿다남!”하고 소리를 뿜 지릅니다. 보살님은 자신에게 모욕을 주기 위한 고함이라고 여겨졌답니다. 그러면서 보살님에게 차마 입에 담지 못할 상스럽고 거친 욕설을 쏟아냅니다. 어느 날, 저는 보살님의 손을 붙잡고 물었습니다. “혹시 이 모든 상황이 다 보살님이 지어서 온 거라는 것을 알고 계세요?” 보살님은, 모든 업보는 자신이 지어서 오는 거라는 걸 이미 알고 있다고 슬픈 얼굴로 대답했습니다. 하지만 몇 십 년을 불공해도 나아지지 않는 걸 어떻게 하면 좋겠냐고 또 우셨습니다. “그동안 그렇게 오랫동안 불공해도 해탈이 되지 않았다면, 한 번 더 속는 셈치고 제가 시키는 대로 한 번 해보시겠습니까?” 일단은 그간 하고 있던 조상불공을 모두 중지시켰습니다. 대신 조상 참회를 집중적으로 해달라고 말했습니다. 불공을 하지 않더라도, 모든 희사금을 재난소멸과 참회하는 데 보시하고, 마음

을 비우도록 노력하라고 말했습니다. 일주일이지났을까, 어떻게 지내시냐고 물었습니다. “전과 비슷하기는 하지만 그래도 아들이 칼까지 들고 설치치는 일은 없어졌어요.” “그러면 욕상에 가서 숨어 있다가 내려오는 일도 없어졌어요?” “네. 이제 욕상까지 가는 일은 없죠.” 날이 추워졌기 때문에 정말 다행이라고 생각했습니다. 저는 지금처럼 참회에 집중해서 불공을 하자고 보살님을 격려했습니다. 얼마간의 시간이 지나자 아들의 술 먹는 빈도가 줄어들었다는 반가운 소식이 들렸습니다. 어느 날엔가는 생활비에 보태라며 돈도 좀 주었다고 했습니다. 현실적으로 차도가 보이자 보살님은 저의 말에 신뢰를 가지고 열심히 잘 따라주었습니다.

그러던 어느 날, 보살님이 울면서 할 말이 있다고 하였습니다. 손녀가 서울에서 대학에 다니는데 먹거리도 가져다줄 겸 갔다가 집이 갈끔하지 못해 잔소리를 좀 하였더니 소리를 지르면서 보살님을 밖으로 떠밀며 난리를 쳤다는 겁니다. 손녀의 집에서 쫓겨나다시피 한 보살님은 차편도 없어서 밤샘영업을 하는 큰 마트에서 동이를 때까지 기다리다가 첫차를 타고 내려오는 길이라고 했습니다. “손녀의 모습이 누구의 모습일까요?” 저는 물었습니다. 한참을 생각하던 보살님이 답했습니다. “우리 아들 같네요.” “맞습니다. 아들 참화를 더 합시다.” 그 날부터 보살님은 더욱 더 정성을 다하여 참회에 매진했습니다. 보살님의 진실한 참회가 거듭될수록 집안분위기는 시나브로 바뀌어서 마침내 평화가 찾아왔습니다.

이를 통해 우리는 참회가 얼마나 중요한 것인지 새삼 알 수 있습니다. 물론 참회 하나로 업의 완전한 소멸이 되는 것은 아닙니다. 참회를 바탕으로 그동안 해오던 안 좋은 습관들을 바꾸고, 또 스스로가 바뀌기 위해 실천을 병행해야 합니다. 말이 쉽지 이를 제대로 실행하는 것은 정말 어려운 일입니다. 우리는, 자식들의 해탈을 위해서 나 자신의 변화가 우선되어야 한다는 것을 배울 수 있습니다.

업이라는 것은 사람마다 다 다르기 마련입니

다. 업의 소멸 역시 쉽게 단박에 사라지는 것이 아닙니다. 고통도 왔다가, 아픔도 왔다가, 시련도 왔다가 하면서 업이 소멸이 되는데, 이 일련의 과정을 인내하는 것 역시 하나의 수행이라고 생각합니다. 그래서 저는 항상 강조합니다. 365일 서원당에 앉아 있다고 다 되는 것이 아닙니다.

참회가 필요하고, 생각과 행동이 달라져야 합니다. 무엇보다 마음을 비우고 내려놓을 때, 변화를 체감하게 됩니다. 내면의 혁신 없이 바깥을 향해 원망을 하고 구원을 요청해봤자 텅 빈 메아리에 불과합니다.

업이 두터운 보살님은 참회의 기간이 상대적으로 길고 고단할 수 있는 반면, 업이 얇은 보살님은 참회의 시간도 짧고 업보의 그림도 빨리 보인다는 것입니다. 저의 설법에는 실천이라는 단어가 때면 등장합니다. 이것은 일종의 세뇌 효과가 됩니다. 보살님을 향한 메시지도 되겠지만, 저 자신을 겨냥하는 메시지가기도 합니다. 보살의 길을 열어주는 것도 스승의 임무, 잘못된 길에 들어선 보살을 바른길로 이끌어 주는 것도 스승의 임무입니다.

이를 위해서는 무엇보다 스승 자신의 실천이 최우선과제가 되어 본인부터 바른 모습을 보여야 하겠지요. 진리를 알고 있는 우리가 업을 적게 짓기 위해서는 늘 노력을 해야 합니다. 행여나 상대에게 업을 짓게 될지도 모르는 것들은 입에도 담지 말고 생각으로라도 품지 말아야 합니다. 스승이 먼저 실천해야 합니다. 먼저 실천을 하고 전파를 하면, 보살들 역시 따라오기 마련입니다.

하지만 어디까지나 스승의 역할은 인도자에 불과합니다. 결정적으로 해탈을 할 수 있느냐, 없느냐는 보살의 실천에 달려있습니다. 우리는 실천 방법을 일러줄 뿐입니다. 그런 면에서 저는 언제 어디서나 있는 것 같으면서도 없고, 없는 것 같으면서도 있는 스승이 되고 싶습니다. 다시 한 번 강조하지만 업이라는 것은 혼자 발버둥을 친다고 사라지는 게 결코 아닙니다. 스스로 깨닫고 실천하면 달라집니다. 모두 실천을 기억하고 정진하시길 바랍니다.

칼럼 지혜의 눈

## 깨달음의 추월차선과 보살도(菩薩道)

“사회에 도움을 주는 종교이어야 진정한 종교”

“보살도 실천이야말로 깨달음 이루는 추월차선”

우리는 무수한 인연 덕분으로 살아가면서 수많은 선택의 길에 놓인다. 그런데 사실 어떤 결정도 자기만의 순수한 결정인 듯 보여도 거기에 이르기까지 많은 조건들이 작용한다. 누구에게 정보나 조언을 들은 데서 영향을 받기도 한다면 그 어떤 결정도 순수한 자기의지만이 아닌 자의 반 타의반 이라고 봐야 할 것 같다.

그래도 각 개인은 자기 운명의 주체이며 자기 인생의 주인공이다. 여러 인연들 속에서 조언을 따르고 따르지 않고 하는 그 선택도 삶을 이끌어가는 주체로서 엄연히 자기의 몫이고 그에 따른 책임도 져야 하기 때문이다. 자기 인생을 다른 누가 대신 책임질 수도 없고 선택에 따른 결과에 대해 누구의 탓도 할 수 없는 일이다.

우리는 대부분 가난보다는 부를 추구하고 그것이 행복으로 가는 길이라고 믿는다. 그리고 많은 자료를 탐구하고 조언도 듣는다. 하지만 다 부자가 되고 행복한 것은 아니다. 하지만 어떤 선택을 하느냐, 그리고 선택에 따라 행동을 하느냐에 결과는 영향을 받는다.

엠제이 드마코의 저서 <부의 추월차선>은 인생의 세 가지 길과 그 선택에 따른 결과를 설명한다. 비유적으로 사람이 다니는 인도(人道)와 차를 타고 천천히 달리는 서행차선, 그리고 다른 차를 추월하는 추월차선. 선택은 자유지만 추월차선을 타야만 빠르게 부자가 되어 노동에서 자유로운 삶을 영위할 수 있다는 것이 요지이다.

세 갈래의 길을 걷는 이들에게는 분명한 차이점이 있다. 인도를 걷는 이들은 그 날 벌여 그 날 산다. 미래는 안중에 없고 현재에만 몰두하니 현재 쾌락주의에 가깝다. 서행차선을 타는 이들은 행복한 미래를 꿈꾸며 열심히 모으고 투자를 한다. 젊은 오늘을 저당 잡혀 늙은 내일의 행복을

꿈꾸는 너무나 미래지향적인 태도이다. 추월차선을 타는 이들은 하루하루 새로운 가치창출 시스템을 구축하는데 집중하고 일하지 않아도 돈이 들어올 수 있는 ‘돈이 열리는 나무’를 키워간다. 현재를 희생하거나 미래의 행복만 바라보지 않으면서 가능한 미래를 차분히 그려 나가므로 현실과 이상이 조화로운 태도라 할 수 있겠다.

주목할 것은 추월차선을 타는 이들은 남을 행복하게 해주는 만큼 부(富)가 쌓임을 알고 행동한다는 사실이다. 감동을 주고 가치를 전해줄 수 있는 사업 아이템이 어야 돈을 벌 수 있으니 우선 단 한 사람에게서라도 적극적인 호응을 얻을 수 있는지 타진하고 확실하다는 확신이 들 때 강력히 밀고 나간다.

추월차선을 타는 이에게 좋은 상품이란 소비자의 필요에 부응하는 제품이다. 암만 좋은 물건이라도 안 팔리면 소용이 없기에 잘 팔리는 제품이 좋은 제품이라는 말을 하기도 하지만 필요한 제품이 팔리지 않을 리가 없다. 그래서 판매고를 올리기 위해 광고를 잘 내려 하기보다 광고를 하지 않고도 잘 팔릴 수 있는 가치 있는 제품을 개발하는데 주력한다.

종교도 비슷할 것 같다. 좋은 종교는 단지 따르는 신자가 많은 종교가 아니라 그만큼 많은 이에게 행복을 전하고 공감을 얻는 종교가 아닌가. 우리 불교도 보편적인 진리의 가르침임을 증명하려면 그런 노력을 아끼지 말아야 한다.

‘깨달음의 추월차선’은 깨달음이라는 결과만을 바라지 않고 하루하루 수행하고 주위에 이익을 주는 상구보리 하화중생의 ‘보살도(菩薩道)’라 할 것이다. 그리고 그 길에서 만나는 이들이야말로 좋은 벗, 선우(善友)가 아니겠는가.

김봉래(불교방송 선임기자)

<불교총지종 소의경전>

종조 원정 대성사와 환당 대종사의 번역  
편찬으로 완성된 ‘대승밀교 최고의 경전’

불설대승장엄보왕경  
佛說大乘莊嚴寶王經

구입문의 불교총지종 통리원 02-552-1080





서울·경인교구 서울 연등축제 제등행렬 참가  
제등행렬에 참가한 교도는 “불자임이 너무 자랑스럽다”고...



국가무형문화재 제122호인 연등회가 불기 2562년(충기 47년) 5월 12일 토요일에 서울 동국대 운동장에서 법회를 가졌다. 이어 손에 연등불을 밝히고 종각까지 걸어가는 제등행렬을 하며 부처님 오신날을 기념했다.

연등회 보존위원회와 부처님 오신날 봉축 위원회에서 주관하는 이날 봉축 법회는 동국대학교 운동장에서 봉행되었다. 비가 오는 가운데 불자들과 연희단, 외국인 불자와 단체, 그 외 많은 사람들이 운집한 연등법회는 불교총지종 통리원장 인선 정사의 연등축제 개회선언으로 봉행되었다.

봉축위원장 설정 스님은 “만물이 악동하는 봄날에, 우리는 이 땅에 오신 인류의 참스승을 찬탄하고 있습니다. 부처님은 나를 비롯한 모든 존재가 불성을 지닌 귀한 존재임을 알아 스스로 당당하고 남에게 너그러운 존재가 되라

고 가르치셨습니다. 당신의 청정한 법문 앞에 강산은 화사하게 빛나고 초목은 무럭무럭 자라며 자신의 생명력을 한껏 드러냅니다.”라며 개회사를 열었다.

제등행렬에 참가한 손강의 각자(벽룡사 교도)는 “오늘, 비는 내리지만 부처님 오신날을 맞아 종로거리를 이렇게 손에 연등불을 환하게 밝히고 걸으니 내가 불자임이 너무나 자랑스롭습니다.”는 소감을 밝혔다. 총지종은 매년 연등법회와 제등행렬에 교도들이 동참하여 불자로서 긍지를 높이고 있다.

강동화 기자

서울경인 신정회 지회, 「스승의 날」 참뜻 새겨  
종령,기로 및 교구승직자를 모신 가운데 보은(報恩)의 시간을 가지다



충기 47년 5월 15일 스승의 날을 맞아 서울경인 신정회 지회는 법공 종령님과 기로스승, 교구스승을 모신 가운데 14일 보은(報恩)의 시간을 가졌다. 서울경인교구 신정회 지회 김은숙 지회장은 “종령님과, 교구 스승님들을

모신 가운데 스승의 날을 맞아 승단은 해를 생각하는 뜻깊은 자리를 만들어 보았습니다. 항상 복지구족하시길 염원드립니다. 또 항상 건강하시길 기원드립니다.”며 보은의 마음을 담았다. 서울경인 교구장 법경 정사는 승직

자를 대표하여 “오늘이 자리를 마련해 주신 지회장님과 교구 각 사원 회장님께 깊은 감사를 드립니다.”고 인사했다. 손경옥(총지사) 보살은 사회를 보며 법공 종령님께 법어를 청하였다. 종령 법공 대종사는 “복중에 첫째는 우리가 불법을 만난 인연이 가장 큰 은혜요 복이며, 둘째로는 불법으로 이끌어 주시는 스승을 만난 것이 큰 은혜요, 복입니다. 아마도 참 스승을 만난 복이 복 중에서도 가장 큰 복이라 할 것입니다. 오늘이 자리처럼 보살님들은 스승을 공경하고 스승님들은 더욱 분발해서 스승의 사명에 손색이 없는 스승이 되리라 다짐하는 자리가 되었으리라 봅니다.”며 공양 받는 스승들에게 참다운 스승이 되기를 주문하는 법어를 하했다. 이후 환담 시간을 가졌다.

선립사, 신축지진불사 봉행

지진 피해가 심각한 사원 건물을 멸실하고 신축불사 추진

불교총지종 선립사(善立寺. 경북 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8) 현 건물은 사진 한 장 속에서 기억될 것이다. 지난 포항 지진으로 직격탄을 맞아 그 동안 안전에 위험하던 선립사 서원당과 요사 건물이 철거를 하고 새로운 건물로 우리들 앞에 올 준비를 한다.

대구 경북 교구장 겸 선립사 주교(안성 정사)의 집공으로 선립사 철거 및 신축을 위한 지진불사가 5월 24일 교구 스승들과 교도들이 동참한 가운데 봉

행되었다.

선립사(前해음전수)는 지난 부처님 오신날을 맞아 참석한 교도들에게 현 건물의 위험성을 알리고 '아쉬운 철거를 통해 안전한 새로운 건물에서 윤행정진할 것을 교도들과 함께 염원'하며 기념촬영으로 45년간의 손때묻은 추억을 남기기도 하였다.

선립사는 총기 2년 1월 10일 대지 1,795㎡에 목주건물 2채, 의창선교부(義昌宣敎部)로 개설하였다. 총기 4년



10월 29일 지금의 선립사로 개칭되었다. 초대 주교 불멸심 전수에 이어 보원 정사, 해음 전수가 역임했다.

김병구 건설국장

불교총지종 찬불가 2집 보급

반주곡을 같이 수록하여 법회에 사용이 용이



불교총지종 통리원(통리원장 인선 정사)은 마니합창단(최영아 단장)이 녹

음한 불교총지종 찬불가 2집을 전국 사원에 보급한다. 찬불가 2집은 현악 4중주를 바탕을 편곡하였으며 종단 의식곡인 참회, 오대서원, 회향서원과 함께 찬불가 14곡으로 구성되었다.

CD는 비매품이며 한국음반저작권협회 사용승인을 받았다. 찬불가 2집에는 부처님 오신날과 영가 천도 의식에 사용하기 좋은 곡도 포함하고 있다. 반주

곡 MR을 같이 수록하여 법회에 사용이 용이하도록 구성한 것이 특징이라 할 수 있다.

통리원은 이번 마니합창단의 찬불가 2집을 시작으로 각 사원 합창단들이 평상시 연습한 곡들과 종단 찬불가의 혼합곡으로 음반을 제작하여 순차적으로 보급할 계획이다.

통리원 인사발령(5월)

- 서울경인교구장 법경 정사 임명
- 선립사 주교 안성정사(수인사) 겸직 임명
- 정각사 시무 박상환, 김사온 임명
- 총지사 시무 김진경 임명
- 선립사 시무 석동훈 임명
- 백월사 근무 지공, 지회심 스승 임명



부산 연등축제 송상현 광장



불교총지종 연등축제 부스 운영하여  
다양한 먹거리와 체험을 선보이다



고 운영하면서 힘들고 어려운 일도 많았지만 이렇게 어린 불자들이 해맑게 웃으면서 컵등을 만들고 좋아하는 모습을 보니 불교인의 한사람으로써 보람을 느낀다.”라고 하였다.

하현정(6세,연지동) 어린이는 “연등회에 와서 연등 구경도 하고 컵등도 만들고 너무 즐거워요. 컵등을 만들어서 방에 걸어 놓을거예요.”라며 웃으면서 즐거워했다.

이용섭(부산 양정동 47세) 불자는 “휴일에 저녁식사를 하고 가족들과 송상현 광장에 산책을 나왔는데 마침 장엄등 전시를 하고 있어서 가족들과 구경을 하고 이곳 부스에 와서 아내와 함께 차대접도 받고, 아이들은 컵등 만들기 체험도 할 수 있어서 너무 좋다. 불자의 한사람으로서 이런 불교문화행사가 자주 있었으면 좋겠다.”라고 했다.

부산연등축제가 열린 송상현 광장은 임진왜란을 일으킨 왜군을 상대로 “싸워서 죽는 것은 쉽지만 길을 빌려주는 것은 어렵다”(戰死易 假道難)라며 끝까지 싸우다 장렬히 전사한 동래부사 송상현의 넋을 기리기 위해 조성된 광장이다.

통신원=한미옥

불기 2562년(충기 47년)부처님 오신날을 찬탄하는 부산 사부대중의 연등축제가 부산 부전동 송상현 광장 점등식으로 본격적인 막이 올랐다.

부처님 오신날 부산연등문화제 기간인 5월 1일~13일까지 송상현 광장을 찾는 시민, 불자들을 위해 매일 오후 5시~10시까지 점등 시간동안 다양한 부대 행사와 체험부스를 마련했다.

6일 불교총지종 부산 경남 교구(교구장 정인화)에서는 부산연등문화제에 참가하여 총지종을 알리는 연등축제 부스를 운영하였다.

연등회를 맞이해서 교도들과 부산

지역 불자들이 행사에 참석한 시민들을 위해 다도와 컵등 만들기 부스를 열어 다양한 먹거리와 만들기 체험을 선보였다.

부산경남교구 교구장인 정인화 전수(관음사 주교)는“이번 연등회를 맞이해서 장엄등 전시회도 보고 교도들과 부산지역 불자들이 다도와 연등컵 만들기 부스를 운영하여 불교문화를 체험할 수 있었고 총지종을 알릴 수 있는 의미있는 시간”이었다고 전하였다.

만다라 합창단 단장 이상록 보살(정각사 교도)은 “총지종 체험 부스를 만다라 합창단의 중심으로 준비하



나 레 방



여성의류전문

대표 박순덕

경남 밀양시 내일동 아리랑시장 내  
010-4596-9252





동해중 소식

학습방법 안내 및 정보나누기 한마당

교직원과 학부모가 함께하는 ‘협의’와 ‘나눔’의 시간을 가지다



5월 24일 목요일(오후 2시) 동해중학교에서는 매년 학기 초에 학년 집금과 입학학을 하면서 평소 학교생활에 대한

적응과 원활한 학교생활을 지원하며 학습방법의 내실화 및 학교생활 적응 력 향상을 위해 모든 선생님과 학년별

학부모가 모여서 깊이 있는 협의와 나눔의 시간을 가지는 행사를 가져왔다.

금년 행사에서는 특별히 각 학년별로 모든 교과 선생님들과 담임 선생님들이 함께 모여서 각 학년별, 교과별로 효율적으로 공부하는 방법은 물론 수행평가를 준비하는 효과적인 방법, 학교에서의 바람직한 친구 사귀는 방법, 학교폭력에 대한 올바른 대처법 등에 대해 학부모님들의 질문과 선생님들의 답변 형식으로 이루어졌다.

약 100여명 이상이 모인 학부모들은 학교에 대한 관심뿐만 아니라 생활지도 관련 사항은 물론 가정에서 자기 주도적으로 어떻게 공부를 해야 하는지, 학교생활기록부에 입력되는 사항은 구체적으로 무엇이며 어떻게 하면 내실 있고 효율적으로 독서를 잘 할 수 있

는지, 학교에서의 봉사상 수여 범위와 아울러 수업 참관을 어떻게 하면 효과적으로 하는지, 내신 성적 반영관련 궁금증 질문 등 다양한 질문을 통해 소통하는 시간을 가졌다.

동해중학교 학부모들은 늘 지대한 관심과 참여로 동래교육지원청 산하 학교에서 학부모들이 가장 학교활동과 행사에 능동적으로 참여하는 학교로 자리 매김까지 하면서 부산광역시 교육청에서도 어떻게 하면 학부모들이 학교 활동에 능동적이고 효율적으로 참여를 잘 하는지 그 방법론을 알기 위해 인터뷰를 하러 오기도 하는 등 학교와 학부모간 소통의 문화를 앞장서서 실천하고 있는 학교로 동해중학교의 명성을 높이고 있다.

탁상달 교장선생님



통일불사 불교에 답있다... ‘마음 천도재’ 준비부터

“각 사찰별 北포교 비전 세우자”, 포교 기금 마련 급선무

한국근대화 과정서 이웃종교 보다 부족했던 교훈 상기해야

2018년 4월 27일 남북한 정상이 판문점에서 만났다. 이 자리에서 “한반도의 평화와 번영, 통일을 위한 판문점 선언”이 발표됐다. 역사적인 순간이었던 만큼 전 세계로 생중계되면서, 세계인의 이목이 판문점에 집중됐다.

2018 남북정상회담은 ‘평화, 새로운 시작’이라는 메시지를 다양한 방식으로 풀어내고자 노력한 흔적이 보인다. 오랜 관계 단절을 풀기 위한 남북한 예술단 공연으로 통일의 봄을 기다리는 절절한 마음을 표현했다. 판문점 선언은 ‘완전한 비핵화를 통해 핵 없는 한반도를 실현한다’는 공동의 목표를 확인했다.

남북관계 경색으로 지난 수년동안 중단된 불교계의 교류 협력도 다시 시작될 것으로 기대된다. 따라서 불교계는 발빠르게 변화된 환경에 맞춰 북한과의 교류협력 틀을 재정비해야 할 것이다. 이와 함께 우리는 분단으로 인한 상처들을 어루만지고 치유하는 ‘마음의 천도재’를 다양한 방식으로 만들어 가야 한다. 불교계가 보다 적극적으로

한반도서 적대적 대결을 청산하고 평화롭고 자비로운 세상을 서원하는 마음들을 키워나갈 수 있도록 열린 마음의 장을 마련해야 한다. 이를 통해서 불자들이 ‘마음의 봄’을 맞도록 해야 할 것이다.

불교계가 ‘우리 민족이 돌이 아닌 하나’라는 불법의 가르침으로 한반도 구성원의 마음을 하나로 화합시키고 연결해야 한다. 이 땅에 평화를 만들어 가겠다는 정성스런 마음들이 하나로 모아지면 분명히 부처님도 감동할 것이다.

우선 우리 불교계는 ‘문화복지’ 분야에 주목할 필요가 있을 것 같다. 북한 지역도 도심사찰보다 산중 사찰이 많은 것으로 전해진다. 그래서 사찰서 포교하기보다는 오히려 불교문화원과 같은 형태로 접근하는 것이 북한 주민들에게 불교가 더 친숙하고 긴밀하게 다가갈 수 있을 것이다. 처음부터 종교 활동을 내세우기보다는 문화활동으로 북한 주민들이 자연스럽게 다가올 수 있도록 하는 전략이 필요할 것 같다.

특히 우리 불교계에서는 의료와 교육 분야 진출을 활발히 해야 한다. 의료 분야는 동국대 의료원의 인프라가 활용 가능할 것으로 보인다. 이를 기반으로 평양에 불교병원 건립을 장기 목표로 추진할 만하다. 하지만 종단을 초월해 기금을 마련하는 것이 무엇보다 중요하다. 지금이라도 확고한 의지로 기금 조성 등에 드라이브를 걸어야 한다. 평화 정착은 남과 북이 하나의 시장, 사람과 물자가 오가는 한반도 생활공동체가 됨을 의미한다. 불자 대중들의 작은 관심 하나 하나가 이 땅에 평화를 정착하고 새로운 한반도를 만드는데 힘이 된다.

정세변화가 급격히 이뤄지면 통일 한국까지 염두에 둔 계획 하에 불교계가 움직여야 한다. 평화체제가 공고해지고 서로 자치를 인정하는 체계에서 지금보다 다양한 사업이 진행될 수 있기 때문이다. 지금까지의 인도적 지원은 사실상 가장 기본적인 생존을 위한 도움이었다면, 이제는 북한 주민 생활의 질을 높이는 과정서 이들을 불자로

끌어 올 수 있어야 한다. 북한 사회에서 불교의 위상이 자연스럽게 높아질 수 있는 사업도 병행해야 할 것이다.

북한 지역서 이뤄지는 사업들은 하루 아침에 실현될 수 없다. 사전에 다양한 협력 관계를 다져야 가능하다. 지금부터라도 기반을 다지는데 노력해야 한다. 그러려면 우선 원력 있는 스님들부터 한데 뭉쳐 단기적으로는 사찰별로 ‘개성 포교당 건립’ ‘마하연 복원’ 등 구체적인 목표를 제시하고 이를 신도 대중과 공유해 나가는 것이 중요하다고 생각한다. 우리 불교계는 한국 근대화 과정서 불교계가 개신교에 밀려 ‘실기(失期)’한 역사를 교훈으로 삼아 북한 개방 국면에서 이웃종교계에 비해 한뼘도 먼저 움직여야 한다. 이웃종교에 비해 미약한 도심포교, 청년층에 대한 뒤늦은 접근 등 한국근대화 과정서 불교계가 상대적으로 부족했던 노력을 그대로 반복해서는 안될 것이다. 이제 우리 불교계도 예전보다 인프라와 힘을 많이 갖췄기 때문이다.

김주일 현대불교신문사 편집국장

손 안에 보이는 세상

News Finder

아동수당 신청 6월 20일부터...

9월 21일 첫 지급

아동수당 신청 접수가 오는 6월 20일부터 시작된다. 첫 번째 수당은 추석 연휴 영향으로 9월 21일 지급될 예정이다.

보건복지부는 이같은 내용을 담은 ‘아동수당 시행준비 계획’을 15일 국무회의에 보고했다.

아동수당 수급대상인 만6세 미만 아동을 보호하고 있는 보호자나 대리인은 내달 20일부터 아동의 주소지 주민센터를 방문하거나, PC 또는 스마트폰으로 ‘복지포털’에 접속해 아동수당을 사전에 신청하면 된다.

수당 신청을 할 수 있는 보호자와 대리인은 친척, 사회복지 전담공무원, 아동이 입소해 있는 시설장사자 등이다.

아동수당은 신청한 달의 급여분부터 지급된다. 제도가 시행되는 9월부터 아동수당을 받으려면 9월 말까지는 신청하면 된다.

9월부터 시행되는 아동수당은 아동 양육에 따른 경제적 부담을 줄이고 아동 복지를 증진하기 위해 국가가 지급하는 수당으로 지급액은 아동 1인당 월 10만원이다.

만6세 미만 모든 아동에게 지급되는 않고 일부 고소득층은 제외된다. 가구의 소득과 재산을 더한 소득인정액이 3인 가구 기준으로 월 1천170만원 이하면 수당을 받을 수 있다. 신생아의 경우 출생 후 60일 이내에 아동수당을 신청하면 출생한 달부터 소급해 아동수당을 받을 수 있다.

아동수당은 매월 25일 지급되고 25일이 주말이거나 공휴일이면 전날 준다.

복지부는 아동수당 지급대상과 신청절차를 파악할 수 있도록 오는 18일 아동수당 홈페이지(www.ihappy.or.kr)를 별도로 개통한다.

윤수지 기자

경유차 소유자 환경개선부담금

납부 기간 확대

경유 자동차 소유자에게 부과하는 환경개선부담금 납부 기간과 감면 대상이 확대됐다.

환경부는 환경개선부담금 징수율을 높이고 감면 대상 범위를 확대하는 내용의 ‘환경개선비용 부담법’과 같은 법 시행령 개정안이 8일 국무회의에서 의결됐다고 밝혔다.

이번 법률 개정안은 부담금의 일시납부 기간을 자동차세 일시납부 기간과 일치시키고 자동차 이전·팔소 시 납부증명서를 제출하도록 해 연간 약 40%에 불과한 징수율을 높이기 위해 마련됐다.

환경개선부담금은 경유차 소유자에게 부과하는 비용으로 정부는 징수한 금액을 노후 경유차 폐차, 배출가스 저감장치 부착 등에 사용한다.

이에 환경부는 부담금의 일시납부 기간을 자동차세 일시납부 기간과 일치시켜 ‘3월’에서 ‘1월과 3월’로 변경했고 이 비용을 신용카드로 납부할 수 있는 법적 근거를 마련했다.

아울러 체납액을 줄일 수 있는 법적 근거도 강화했다.

정부는 징수율을 높이려 체납처분을 할 수 있는 법적 근거를 보완해 연대납부의무와 제2차 납부의무에 관한 규정을 마련했으며, 청산하는 법인회사 등에 체납처분을 집행할 수 있도록 했다.

그간 지방자치단체에서 부담금 납부이행 여부를 확인할 수 없어 채권이 소멸하거나 양도자, 양수자 간 분쟁 소지가 발생했던 점을 고려해 자동차 소유권 이전 또는 말소 시 부담금 납부증명서를 제출하도록 했다.

시행령 개정으로 부담금 감면 대상도 확대됐다.

지금까지 장애인 3등급 중 팔 장애는 감면 대상이 되지만 다리 장애는 제외되는 등 불합리한 면을 개선해 3등급 장애인 전부로 감면 대상을 확대했다.

또 국민권익위원회 권고 사항을 반영해 취득세, 자동차세, 개별소비세 등 각종 감면 제도와 일치되도록 5.18 광주민주화운동 부상자도 감면 대상에 포함했다. 소지형 기자



불교총지중사회복지재단

후원에 감사합니다

4월 21일 ~ 5월 20일까지

불교총지중 사회복지재단 후원회는 부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃과 함께 나누고자 하는 분들의 모임입니다. 여러분의 정성은 재단복지사업에 소중한 기여입니다.



후원금 납부방법

1. 단체일 경우 회장님이나 담당자를 통하여 납부하시면 됩니다.
2. 후원금 납부는 지로 또는 아래 금융기관에 자동이체를 하시면 됩니다.
3. 회원번호란에 소속사명용, 통신란에 주소를 기재해 주시면 지로용지는 후원자님 앞으로 발송해 드립니다.

- 지로번호:7668610
- 우리은행:122-177171-13-104 ●예금주:불교총지중 사회복지재단

불교총지중 사회복지 재단  
전화 02)552-1083, 02)3452-7485

|     |     |      |        |
|-----|-----|------|--------|
| 개천사 | 전세형 | 5/8  | 30,000 |
| 관성사 | 인선  | 4/23 | 20,000 |
| 단음사 | 정태규 | 5/8  | 10,000 |
| 단향사 | 지홍  | 5/2  | 10,000 |
|     | 이수형 | 5/2  | 10,000 |
| 동해사 | 탁상달 | 5/17 | 20,000 |
| 법천사 | 반야심 | 4/30 | 10,000 |
| 법황사 | 박미경 | 5/18 | 10,000 |
| 성화사 | 허태연 | 5/11 | 20,000 |
|     | 이학열 | 5/11 | 10,000 |
| 수인사 | 정순득 | 5/15 | 10,000 |
| 실보사 | 이순옥 | 4/24 | 10,000 |
|     | 이순옥 | 5/10 | 10,000 |
| 실지사 | 조성우 | 5/10 | 10,000 |
|     | 유승태 | 5/11 | 10,000 |
|     | 정경자 | 5/15 | 20,000 |
|     | 정태호 | 5/2  | 10,000 |
| 운천사 | 정용호 | 5/2  | 10,000 |
| 정각사 | 안한수 | 5/3  | 10,000 |

|      |     |      |        |
|------|-----|------|--------|
| 정각사  | 변순계 | 5/14 | 10,000 |
| 지인사  | 허성동 | 4/24 | 30,000 |
| 총지사  | 원당  | 5/8  | 10,000 |
|      | 묘심해 | 5/8  | 10,000 |
|      | 손경옥 | 5/15 | 10,000 |
|      | 이수경 | 5/15 | 10,000 |
|      | 신용도 | 5/15 | 10,000 |
|      | 박정희 | 5/15 | 10,000 |
|      | 무명씨 | 5/2  | 10,000 |
| 화음사  | 강승민 | 5/10 | 5,000  |
|      | 강승훈 | 5/10 | 5,000  |
|      | 최영미 | 5/10 | 50,000 |
|      | 무명씨 | 5/10 | 10,000 |
|      | 무명씨 | 5/10 | 10,000 |
|      | 상지화 | 4/23 | 10,000 |
|      | 수증원 | 4/23 | 10,000 |
| 기로스승 | 밀공정 | 4/23 | 10,000 |
|      | 총지화 | 4/23 | 10,000 |
|      | 법수원 | 4/23 | 10,000 |

|             |        |      |         |
|-------------|--------|------|---------|
| 기로스승        | 선도원    | 4/23 | 10,000  |
|             | 법지원    | 4/23 | 10,000  |
|             | 일성혜    | 4/23 | 10,000  |
|             | 불멸심    | 4/23 | 10,000  |
|             | 사홍화    | 4/23 | 10,000  |
|             | 안주화    | 4/23 | 10,000  |
|             | 반야회    | 4/29 | 240,000 |
|             | 해정     | 5/2  | 10,000  |
| 일원어린이집      | 하재희    | 4/25 | 50,000  |
|             | 구미자    | 4/30 | 10,000  |
| 잠원햇살어린이집    | 김선희    | 5/10 | 50,000  |
|             |        |      |         |
| 초록어린이집      | 황화성    | 5/15 | 100,000 |
| 포레스타7단지어린이집 | 손재순    | 4/26 | 50,000  |
|             | 김양숙    | 5/4  | 10,000  |
| 사원명무기명      | (재)불교여 | 5/11 | 100,000 |
|             | 박필남    | 5/15 | 10,000  |





원당정사  
밀교경전 읽기 13

③ 축생중생의 구제자 마두관자 재보살

관자재보살이 사자국을 나와서 바라 나대성의 더러운 곳へ가서 수없이 많은 총류들을 구도하시려고, 별의 모습을 나타내어 ‘나모봇다야’ 라고 소리를 내었다. 그러자 모든 벌레들이 그 들리는 바에 따라서 함께 염송을 하였으며,

이 힘으로 말미암아 저 유정들이 집착한 신견과 여러 수족들이 비록 산봉우리와 같았지만, 금강지저로 모두 파괴되고, 문득 극락세계에 왕생함을 얻고, 모두가 보살이 되어 함께 묘향구라고 이름하였다.

라고 관자재보살이 총류들을 구도하신다.

④ 아수라중생의 구제자 십일면 관자재보살

관자재보살이 대력아소라의 처소에 부처와 같이 몸을 나타내자 대력아소라과 그 권속들이 관자재보살의 모습을 보고 모두 안락을 얻었음을 말하고 구도를 호소한다. 그러자 관자재보살이 부처님께 보시하는 복덕의 무량함을 설하시고, 대력아소라는 과거에 보시를 잘못된 일을 참회하고 관자재보

살의 공덕을 참회한다. 이때에 관자재보살은 대력아소라에게 내세에 부처가 될 것이라고 수기를 내린다.

명호는 길상여래·응공·정변지·명행족·선서·세간해·무상사·조어장부·불·세존이라고 하리라. 그대는 그 때에 마땅히 육자 대명총지문을 증득하여, 지금 이곳의 일체의 아소라왕을 그대가 내세에서 모두 다 구도할 것이며, 이와 같은 부처님세계의 일체 유정들은 탐진치라는 소리조차도 듣지 못할 것이니라.

라고 아소라를 구도하신다.

⑤ 인간의 구제자 준제관자재 보살

이어서, 관자재보살이 마가다국으로 가서 기근과 고뇌에 시달리는 인간들을 보고 여러 가지 방편을 써서 제도한다.

먼저 여러 가지 비를 내려 말라버린 것들을 윤택하게 소생하도록 하고, 그러한 뒤에 다시 갖가지 그릇을 비내리듯 하여, 각각 그 안에 아주 맛있는 음식으로 가득 채웠다. 그때에 그 사람들 모두가 이와 같은 음식을 배부르게 먹었다.

이러한 상서로움이 나타나자 수명이

무수백천의 노인이 여러 대중들에게 관자재보살님의 공덕과 위신력을 찬탄한다.

⑥ 천신들의 구제자여의륜관자 재보살

관자재보살이 천궁에 이르러 굶주리고 병든 바라문의 몸을 나타내서 항상 빈궁하여 고통의 과보를 받고 있는 묘엄이천자에게 보시를 베풀도록 하여 묘엄이천자를 구도 한다.

이외에도 관자재보살은 흑암처의 야차들과 나찰녀들을 구도하였다고 설하고 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 관자재보살은 중생의 근기에 따라 다양한 모습으로 육도에 현신하며 중생들의 고통을 없애주고 소원을 성취시켜 주는 대비행의 실천자임을 알 수 있다. 그리하여 구경에는 아녹다라삼막삼보리를 증득하도록 인도 하고 있다.

『법화경』 「관자재보살보문품」에서도 관음보살의 이러한 구제의 모습을 볼 수 있는데, 무진의역, 관세음보살은 이와 같은 공덕을 성취하여 갖가지 다양한 모습으로 모 든 국토를 다니며 중생을 제도하고 해탈케 하느니라. 라고 하여 관음보살은 모든 국토에서 다양한 모습으로 일체 중생을 제도하고 해탈케 하고 있다고 하고 있으며, 또한

신통력을 갖추고 널리 지혜의 방편을 닦아 시방세계 어디에나 현신하지 않는 곳이 없으며 가지가지의 모든 나쁜 세계 지옥 아귀 축생의 나고 늙고 병들고 죽는 고통을 점차로 모두 없애주시느니라.

라고 하는 내용에서 관음보살이 시방세계에 몸을 나타내지 않는 곳이 없으며 惡道の 중생을 구제하는 모습을 보이고 있다.

『천수천안관세음보살광대원만무대비심다라니경』에서는

대비원력으로 일체보살로 발기게 하여 모든 중생을 성숙시켜 안락하게 하기위하여 보살의 몸을 나투는 것이다.

등으로 관자재보살의 중생구제를 위한 다양한 응신의 모습을 나투는 것으로 관음의 성격을 나타내고 있는 것을 볼 수 있다.

이상과 같은 내용에서 관음신앙은 현세이익의 성취뿐만이 아니라 내세이익의 명도구제신앙까지 포함하고 있다고 볼 수 있다.

이것은 관음보살은 시방세계에 위신력이 미치지 않는 곳이 없으며, 언제 어디에서나 항상 계시면서 중생들의 고통을 살피고 중생을 구제하고 있다는 믿음을 주는 것이다.



법상 정사  
연명의료 6

## 「연명의료결정법」의 현황 및 용어

연명의료란 임종과정에 있는 환자에게 시행하는 심폐소생술(CPR), 혈액 투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용 등이 대표적인 행위이다. 연명의료결정법은 무의미한 연명만을 목적으로 시행되는 의료행위를 환자의 최선의 이익을 보장하고 자기결정을 존중하여 인간으로서의 존엄과 가치를 보호하는 목적으로 2016년 2월 공포되어 정식으로 2018년 2월 4일부터 시행되었다.

정식으로 출범된 연명의료결정법의 현황을 살펴보면 법률의 정식 법령은 『호스피스·완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료결정에 관한 법률』이며, 약칭으로 『연명의료결정법』이라고 한다.

이 법률은 6장 43조와 부칙으로 이루어져 있으며, 그 내용을 보면 호스피스 완화의료와 임종과정에 있는 환자의 연명의료와 연명의료 중단결정 및 그 이행에 관한 것으로 구성되어 있다.

『호스피스·완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료결정에 관한 법률(약칭: 연명의료결정법)』에 관한 사항은 제1조부터 8조까지는 제1장 총칙으로 법의 목적과 개념이 기술되어 있으며, 제9조부터 제14조까지로 제2장으로 연명의료 중단결정 및 관리체계로 국립연명의료관리기관, 연명의료계획서의 작성·등록 등, 사전연명의료의향서 등록기관, 작성·등록 등, 등록기관의 지정 취소, 의료기관윤리위원회의 설치 및 운영 등으로 구성되어 있다.

제15조부터 제20조까지 제3장으로 연명의료중단결정의 이행으로 구성되어 있으며, 제21조부터 제30조까지는 제4장으로 호스피스·완화의료로 호스피스사업, 자료제공의 협조 등, 중앙호스피스센터의 지정 등, 권역별 호스피스센터의 지정 등, 호스피스전문기관의 지정 등, 변경·폐업 등 신고, 의료인의 설명의무, 호스피스의 신청, 호스피스

전문기관의 평가, 호스피스전문기관의 지정 취소 등으로 구성되어 있다.

『호스피스·완화의료 및 임종과정에 있는 환자의 연명의료결정에 관한 법률(약칭: 연명의료결정법)』에서 사용되고 있는 용어로서 연명의료중단결정, 환자의 의사 확인, 연명의료 계획서, 사전연명의료의향서, 완화의료 호스피스서비스, 관리운영 기관으로 구분하여 살펴보고자 한다.

먼저 연명의료중단결정이라는 것은 연명의료결정법에서 연명치료의 중단이 허용되는 시점이 ‘임종과정에 있는 환자’로 되어 있다.

이 법 제2조 1항에서는 임종과정이란 ‘회생 가능성이 없고, 치료에도 불구하고 회복되지 않으며, 급속도로 증상이 악화되어 사망에 임박한 상태’라고 정의하고 있다.

이 법 제2조 2항에서는 임종과정에 있는 환자 대상에서 식물인간 상태를 제외시키기 위해 ‘담당의사와 해당 분야의 전문의 1명으로부터 임종과정에 있다는 의학적 판단을 받은 자’로 정의했다.

이 법 제2조 5항에서는 연명의료 중단결정에 대하여 ‘임종과정에 있는 환자에 대한 연명의료를 시행하지 아니하거나 중단하기로 하는 결정을 말한다.’라고 정의한다.

이 법 제2조 4항에서는 연명의료를 ‘임종과정에 있는 환자에게 하는 심폐소생술, 혈액 투석, 항암제 투여, 인공호흡기 착용 및 그 밖에 대통령령으로 정하는 의학적 시술로서 치료효과 없이 임종과정의 기간만을 연장하는 것’이라고 정의하고 있다.

법 제19조 2항에는 ‘연명의료중단결정 이행 시 통증 완화를 위한 의료행위와 영양분 공급, 물 공급, 산소의 단순 공급은 시행하지 아니하거나 중단되어서는 아니 된다’라고 명시하고 있다.



법일 정사  
한국 불교사 4

## 고려 과학과 불심의 집대성 팔만대장경(下)

판각을 만들기 위해 옮겨진 나무는 바로 사용되지 않고 바닷물 속에 1~2년간 담가 뒀다. 그 후 경판 크기로 자른 뒤 소금물에 삶고 건조하는 과정을 거쳤다. 소금은 수분을 흡수하는 성질이 있어 경판이 갈라지거나 비틀어지는 현상을 줄일 수 있다. 건조할 때는 물이 잘 빠지고 바람이 잘 통하는 곳에 임시 건물을 지어 약 1년간 정성을 기울였다.

경판 마무리는 경판 양 끝에 경판보다 두꺼운 각목을 붙인 후 배 귀퉁이에 구리판으로 장식했다.

그 후 장기간 보관에 결정적인 역할을 하는 작업이 훑칠이다. 목각판에 훑칠을 한 것은 세계적으로 팔만대장경이 유일하다.

완성된 대장경판을 보관하는 장소

역시 중요하다. 목판의 보존에 적합한 환경은 섭씨 20도 내외, 습도 80% 이하다. 이런 조건을 맞추기 위하여 장경판전은 해인사에서 가장 높은 지역(해발 700m)에 지어졌다. 판전 건물은 네 방향으로 각각 마주 보도록 설계해 건물 자체의 통풍이 원활하다. 또 가야산 지형의 특성상 아래 계곡에서 불어오는 바람을 이용해 자연 환기가 가능한 곳이다. 건물 내부는 벽면의 위, 아래, 건물 앞면과 뒷면의 살창 크기를 다르게 해 공기가 실내에 들어가 위아래로 돌아 나가도록 만든 것이다. 이 간단한 차이가 공기의 대류는 물론 적정 온도를 유지 시켜준다. 판전에는 자동 습도 조절 기능도 갖추고 있다. 건축에 앞서 바닥을 깊이 파서 숯과 찰흙, 모래, 소금, 횃가루 등을 뿌린 위에 흙을 다진 것이다. 이는 비가 많이 와 습기가 차면 바닥이 습기를 빨아들이고 반대로 가

뭉이 들면 바닥에 숨어있던 습기가 올라와 자동으로 습도를 조절해주는 역할을 한다.

일본은 고려 말부터 왜구에게 납치당한 남녀노소의 송환을 미끼로 조선 전기까지 83회에 걸쳐 대장경을 인출을 요구하여왔다.

그때 인출된 대장경 63부가 일본으로 전해졌고 세조 때는 대장경판 자체를 하사하려고까지 하였으나, 대장경판을 주고 나면 후일 더 큰 요구가 있을 것이라 하여 그만두었다.

1915년 당시 총독이던 테라우치(寺内正毅)가 경도(京都) 센유사(泉涌寺)에 봉안하고자 인출하였다. 그 뒤 동경 제국대학(東京帝國大學) 도서관에 기증되었으나, 1923년 대지진 때 불에 타 버렸다. 인출된 또 한 부는 여러 경로를 밟아 지금 서울대학교 도서관에 소장

되어 있다. 그 뒤 1935년 만주국 황제를 위하여 조선총독부에서 인출하여 선물로 보낸 일이 있는데 만주국 봉기와 더불어 그 행방을 알 수 없게 되었다. 같은 해 현 동국대학교 전신이던 중앙불교전문학교(中央佛敎專門學校)에 비치하고자 한 부를 아울러 인출된 것은 지금까지 동국대학교에서 보관하고 있다. 그 뒤 동국대학교에서는 해인사대장경판의 보존과 보급을 위하여 1953년부터 시작하여 1976년까지 48권(목록 1권 포함)의 영인 축소판을 간행하였다. 고려대장경이라는 이름으로 출판하여 세계 각국의 유명도서관에 보냈다. 팔만대장경이라는 콘텐츠의 중요성에도 불구하고 학자들의 전문적 연구는 여전히 부족하고 연구 결과가 일반인들의 관심과 이해를 끌어내기에는 부족한 점이 많다.



- 사원명 : 선립사(善立寺)
- 개설명칭 : 의창선교부(義昌宣敎部)
- 개설 당시 주소 : 영일군 의창읍 중성동 197
- 헌공일자 : 총기2년 1월 10일

사진제공=재단사무국



그때 그 시절 6월(총기 10년 ~20년)

총기14년(1985) 6월 21일

과산군 청천면 전(田) 이평리 4357-7번지 3필지(3138평)를 일금 370만 원에매입.

총기17년(1988) 6월 28일

부산시 동래구 명륜동 8-25소재 동해중학교를 일금 10억에 인수하여 중립학원을 설립하기로 하고 동해중학교 인수계약하다.

총기19년(1990) 6월 15일

사단법인(社團法人) 한국불교종단협의회(韓國佛敎宗團協議會)에가입등록하다.

총기20년(1991) 6월 20일

서울 강남구 역삼동 한마을 유치원 교실에 광역의회 선거를 위한 투표장을 설치하다.

### 범자진언

sa字

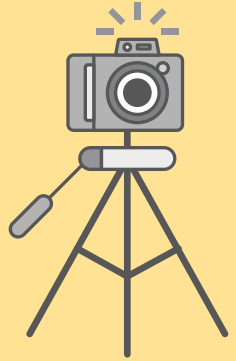
sa字 쓰는 순서

경전예문(신묘장구대다라니)

마하-짜뜨와-야(범음)  
마하 사다바야(한자음)

- ‘마하’는 크다. ‘사다바야’는 보살님께라는 뜻
- ‘마하 사다바야’는 큰 보살님께라는 뜻





사//원//탐//방

# 밀행제일(密行第一)을 실천하는 밀행사



▲ 사진 = ① 밀행사 ② 밀행사 특락전 ③ 자성일 법회



## ‘불교의 생활화, 생활의 불교화’ 정신을 이어가는 밀행사

### 밀행제일의 밀행사

나후라는 석존의 십대 제자의 한명이자 붓다의 외아들이다.

붓다가 깨달음을 성취한 후 고향에 왔을 때 출가하였다. 그는 온갖 고초와 힘든 일을 참아내면서 그 모든 것을 드러내지 않았다. 나후라는 남의 눈에 띄지 않는 가운데 은밀하게 스스로 행할 바를 실천하여 부처님으로부터 밀행제일(密行第一)이라는 칭호를 받는다. 밀양시 내이동에 위치한 밀행사 이름의 유래이다.

도현 정사와 자인행 전수는 부산 정각사에서 처음 승직 생활을 시작하여 마산, 광주를 거쳐 현재 밀양의 밀행사에 주교로 있다. 도현 정사는 “모두 같은 총지종의 사원이지만 지역적인 이유 때문인지 교도분들의 성격이나 특성이 각각 다릅니다. 밀행사의 보살님들은 참 순박합니다. 제가 밀행사에 온지 얼마 안 되었을 때의 일입니다. 사원에 작은 행사가 있었는데 익명의 보살님께서 참기름 한 병을 문에 걸어 두시고 가셨더라고요. 감사한 마음이 들어 어떤 보살님인지 찾아서 꼭 인사를 하려고 했는데, 불현듯 밀행사 사원의 이름이 떠오르는 겁니다. 또, 제가 굳이 누군지 알지 않으면 오히려 모든 보살님들께 감사하는 마음을 가지게 되고, 그래서 더 기쁠 거 같은 생각도 들었습니다.”

지금이야 어떤 보살님께서 기쁜 마음으로 보시하신 것인지 다 압니다. 그래도 여전히 모든 보살님들에게 감사하고요. 지금도 사원에 크고 작은 행사가 있을 때 마다 공양간은 참기름, 고춧가루, 쌀 등이 문고리에 걸려 문고리가 아주 무겁습니다. 참으로 밀행을 실천하시는 보살님들입니다. 제가 몸으로 느끼는 말이 있는데, 바로 ‘보살이 스승만든다’는 말입니다. 사원의 보살님들께 제가 참 많이 배우고 있습니다.”하며 웃음을 띠었다.

밀행사의 공식 시간은 조금 색다른 풍경이 펼쳐진다. 첫 번째로는 불공이 끝난 후엔 교도 모두가 스승들과 함께 명상하는 시간을 가진다. 수식관 호흡법으로 석가모니가 직접 하던 명상으로, 마음을 다스리는 것이다. 또한 랍자 관의 기본이 되는 기초적인 관법이며, 나고 드는 숨을 세어서 마음을 가라앉히는 관법이다.

두 번째로는 설법시간에 교도들과 같이 앉은 채로 몸을 푼다. 장시간 같은 자세로 앉아 있을 때 다리, 어깨, 허리 등에 무리가 오지 않도록 가벼운 체조를 하는 것이다. 도현 정사의 구호에 맞춰 모두 어깨를 펴고, 하늘 높이 팔을 뻗으며, 고개를 뒤로 젖힌다. 마냥 조용하기만 할 것 같은 사원당에 스트레칭으로 시원하게 뿜어나는 보살님들의 소리가 경쾌하게 울린다.

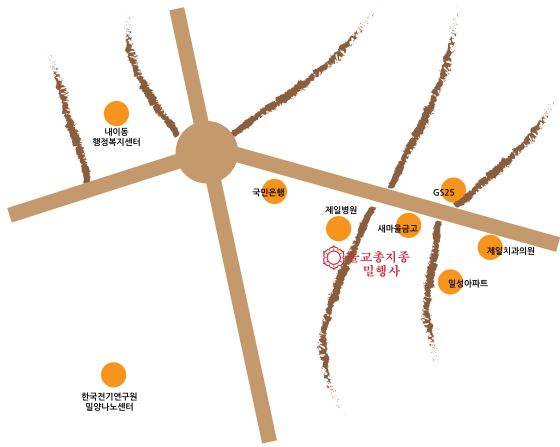
밀양은 초대 종령의 고향으로, 원정 대성사는

1907년 1월 29일 경남 밀양시에서 일직 손(孫)씨가 태어났다. 밀교수행에 준제법을 도입하여, 새로이 총지종을 입교개종 하면서 정통밀교종단을 창립하였다. 엄격한 의례와 사중수법을 비롯한 교상과 사상에서 완벽한 밀교를 확립하고, 총본산 총지사를 비롯하여 전국에 사원을 건립하였다. 대성사의 ‘불교의 생활화, 생활의 불교화’의 정신은 오늘날 전국 교도들의 종지가 되어 현재까지도 불공수행의 밑거름이 되고 있다.

### 밀양의 만어사

동해 용왕의 아들이 자신의 수명이 다한 것을 깨닫고 낙동강 건너에 있는 무척산이란 곳의 신승을 찾아가 새로 살 곳을 마련해줄 것을 부탁했다. 신승은 용왕의 아들에게 가다가 멈추는 곳이 바로 그곳이라고 말해주었다. 용왕의 아들이 길을 떠나자 수많은 고기떼가 그의 뒤를 따랐는데, 그가 멈춘 곳이 만어사이다. 만어사에 이르자 용왕의 아들은 큰 미륵돌로 변했고, 그를 따르던 수많은 고기들 또한 크고 작은 돌로 변했다는 전설이 있다.

현재 절의 미륵전(彌勒殿) 안에는 높이 5m 정도의 뾰족한 자연석이 있는데, 이것이 바로 용왕의 아들이 변해서 된 미륵바위라고 하며, 이 미륵바



▲ 밀행사 약도

### 밀행사 오시는 길:

제일병원정류장에서 71m이동  
▶버스: 제일병원정류장 하차 (일반) 1, 6, 9, 1-2, 7-1, 1-2

## 서로가 서로를 이해하는 마음으로 화합해 가다



▲ 사진 = ④ 설법하는 자인행 전수 ⑤ 훈양하는 주교 도현 정사 ⑥ 불공 후 체조하는 교도들

위에 기원하면 아기를 낳지 못한 여인이 득남을 할 수 있다고 한다. 미륵전 아래에는 무수한 돌무덤이 첩첩이 깔려 있는데, 이것은 고기들이 변해서 된 만어석(萬魚石)이라 하며, 두들기면 맑은 쇠소리가 나기 때문에 종석(鐘石)이라고도 한다.

### 밀행사 사람들

현재 밀행사의 신정회 회장은 허순자 보살이다. 허순자 회장은 “참 오래 됐습니다. 돌이켜 보

니 모든 스승님들이 기억에 남아요. 법상원 스승님, 밀공정 스승님, 정인화 스승님 이 세 분께는 인과법을 배웠습니다. 지희심 스승님께 회사법을 배웠고요, 금강론 스승님께는 자비심을 배웠습니다. 현재 계시는 스승님들에게도 배워가고 있습니다. 배움에는 끝이 없는 법이라고 생각합니다.”라며 역대 주교들을 회고하였다. 밀행사의 자랑을 부탁하는 질문에는 “보살님들의 믿음이 정말 굳건합니다. 다들 화합도 잘 되는데 가장 큰 이유는 서로가 서로를 이해하는 마음이 크기 때문이

라고 생각합니다. 다른 말로 표현하자면 다들 자비심이 넘친다고 볼 수도 있습니다.”라고 대답하였다. 초파일에 대한 질문에는 “초파일엔 많은 사람이 오잖아요. 특히 교도분들이 아닌 분들도 오시니까 신경이 많이 쓰이는 것도 사실입니다. 하지만 크게 개의치 않으려고 노력합니다. 그저 나눌 수 있는 기쁨만 누리려고 합니다. 모두에게 보시를 할 수 있는 좋은 기회잖아요.”하며 여유로운 웃음을 보였다.

인터뷰를 마치고 자인행 전수는 “스승이라는

자리가 가끔은 참 무겁기도 합니다. 그렇기 때문에 스스로 봉사한다는 마음가짐으로 생활합니다. 보살님들의 모든 행동들이 제 자신을 성장시킨다고 생각하며, 스스로를 낮추고 또 낮추려합니다. 부처님 법은 분하고 억울한 마음으로는 깨치지 못한다 하였으니, 모든 것을 내 공부로 받아들이야 하지 않을까 싶습니다. 오래오래 좋은 향기를 전해줄 수 있는 스승이 되도록 앞으로도 노력하겠습니다. 감사합니다.”라고 전했다.

취재=박설라

주교: 도현 정사  
주소: 경남 밀양시 노상하4길 6 (내이동 701-11)  
전화: 055-354-3387



지상 설법

세상을 멀리 보고 맑게 보는 지혜를 밝히자



밀행사 자인행 전수

월초가 매달 기다려지시나요? 저는 월초를 참 많이 보냈지만 할 때마다 긴장도 되고 걱정도 됩니다. 유달리 이번 월초는 더 그랬습니다. 새벽에 두 번 정도는 새벽 두 시 정도에 서원당에 올랐습니다. 회사하고, 향 피우고, 보살님들 가정이 무탈하고 재난 없길 바라는 마음을 가집니다. 보살님들 염송 정진 덕에 다행히도 밀행사는 큰 탈 없이 지내는 것에 감사합니다.

**모든 것엔 때가 있다고 생각합니다. 염송 정진한 것이 늘 본인이 원하는 때에 맞춰서 오기도 하지만 그렇지 않은 경우도 많습니다. 그렇다고 내가 한 노력, 정진이 헛된 일이 아니지요. 그 덕은 더 큰 이자와 함께 같이 다른 방법으로 반드시 돌아옵니다.**

결혼하고 얼마 지나지 않아 사별하고 아이들을 혼자 키우는 보살님이 계셨습니다. 생계를 꾸려가기 위해서 작은 가게를 하나 차렸는데, 부처님의 공덕으로 가게가 아주 잘 되었습니다.

주위에서는 보살님의 새 출발을 바라는 목소리가 많았습니다. 하지만 보살님은 오직 아들만을 바라보며 삶을 이어나갔습니다.

아들 역시 그런 보살님의 기대에 부응하여 반듯하게 자라났습니다. 시간이 흘러 아들은 장가를 가게 되었고, 며느리 역시 보살님의 마음에 꼭 들었습니다. 보살님은 정말 딸처럼 아껴줘야지, 하고 마음 먹었습니다. 결혼 후 분가하여 살 것을 권유했지만 아들과 며느리의 만류로 그들은 한 집에 살게 되었습니다.

하지만 모든 것이 다 마음에 들 수는 없었습니다. 며느리는 바쁜 직장 생활로 야근과 회식이 잦았습니다. 주말엔 오후까지 늦잠을 자다 오후엔 아들과 며느리 둘만 나가 외식을 하는 일도 부지기수였습니다.

하지만 아들을 생각하며 참고 지냈습니다. 어느 날, 며느리를 불러 앉혀 자식은 언제 쯤 볼 요량이나 물었는데 며느리는 5년 후 쯤으로 생각한다고 대답하였고, 그 대답은 보살님 마음

에 미움을 일으켰습니다. 감정의 골은 더욱 더 깊어가고 아들과의 사이도 서먹하게 되었습니다. 마음은 분노를 일으키고 분노는 어리석은 마음을 갖게 합니다.

절에 갔다 돌아오는 길에 큰스님과 부딪치게 되었습니다. 스님은 보살님의 얼굴을 보며 “보살님 얼굴이 많이 상하셨습니다. 무슨 일이 있었니까?”하고 물었고, 보살님은 붓물 터지듯 그간의 설움과 고통을 모두 토로하였습니다. 그러자 그 스님께서 말씀하시길 “현재 보살님이 가장 원하는 것이 무엇입니까?”하고 물었습니다.

보살님은 망설이지 않고 며느리와 함께 살고 싶지 않다고 했습니다. 그러자 스님께서 “그렇다면 제가 보살님의 서원을 위한 100일 불공을 올리겠습니다.”하고 답하였습니다. 보살님은 기쁜 마음에 “그럼 저는 무엇을 하면 될까요?”라고 물었습니다. “며느리를 위해서 딱 100일만 참고 아침상을 차려주세요. 아주 정성껏 차려주세요. 그 정성만큼 보살님의 서원이 빨리 이루어

어 질것입니다.”라고 하였습니다. 제 서원을 들어준다는데 그걸 아침상이 대수일까 생각하며 보살님은 약속을 하고 집으로 돌아왔습니다.

보살님은 스님과의 약속대로 매일 아침 아주 정성껏 아침상을 차렸습니다. 처음엔 며느리는 보살님의 친절을 낮설게 여기었지만, 시간이 지나자 맛있게 먹기 시작했습니다. 보살님은 며느리가 좋아하는 해산물 위주로, 야근이 있는 날엔 보양음식 위주로, 회식이 있는 날엔 해장국을 끓여 아침상을 차렸습니다. 한 달이 지나자 변화가 생겼습니다. 며느리가 일찍 퇴근하는 날엔 직접 장을 봐와서 보살님이 좋아하는 음식으로 저녁을 차리기 시작했습니다. 주말에 외출 하는 날엔 세 가족이 함께 외식을 하는 날이 많아졌고, 크고 작은 선물을 교환하는 일도 생겼습니다. 두 달이 지나자, 며느리와의 관계가 아주 좋아졌습니다.

보살님은 부리나케 큰스님을 찾아갔습니다. 보살님이 “스님, 아직 제 100일 불공 하고 계시나요?”하고 묻자, 스

님께서 “예, 잘 하고 있습니다. 보살님 계셔도 잘 하고 계시지요? 설마 벌써 며느리가 나갔습니까?”하고 대답하였습니다. “아니요. 스님 그 불공 그만 해주세요. 제가 생각이 짧았습니다. 이제 며느리와 아들과 오래오래 살고 싶습니다.”하며 보살님은 참회의 눈물을 흘렸습니다.

**살다보면 사람이 미워질 때가 있습니다. 미워하는 마음이 도를 넘어서 분노를 일으키고 어리석은 행동을 하게 만들기도 하며, 때로는 끔찍한 일을 저지르기도 합니다. 미워하는 마음은 왜 일어날까요? 상대와의 다름을 인정하지 않기 때문입니다. 각자의 생각이 다르고 관계에 따른 상황이 다른데 그것을 고려하지 않은 채 사람을 바라볼 때 미움이 일어납니다. 그렇기 때문에 우리는 늘 틀린 것과 다른 것의 차이를 인지해야 합니다.**

상대가 날 미워하는지 좋아하는지 말하지 않아도 우리는 행동으로 금

방 알 수 있습니다. 날 좋아하는 사람은 미워하지 않습니다. 반대로 날 미워하는 사람을 좋아하는 일은 아주 어렵습니다. 하지만 생각을 조금만 바꾸면 내가 타인을 먼저 좋아한다면 날 미워할 수 있는 사람은 없습니다. 지금 나를 괴롭게 하는 사람이 있다면 전생에 내가 그 사람을 미워했을 수도 있습니다. 그것을 끊어내는 방법은 내가 미워하는 마음을 내려놓고, 먼저 용서하는 것입니다. 미움을 놓는다는 것은 그런 것입니다.

부처님 오신 날 연등에 서원사항을 적을 때 내 가정, 남편, 아들, 딸, 며느리, 손자의 행복, 건강 등 본인과 본인 주위만 잘 먹고 잘 사는 서원만 염원하지 말고 세상을 멀리 보시고 맑게 보는 지혜를 밝혀 주시사 하는 마음으로 더 많은 사람들이 건강하고 잘 먹고 잘 살기를 염원해보십시오.

그 작은 서원이 큰 밑바탕이 되어서 더 큰 사랑으로, 결실을 맺게 될 것입니다. 모두 고생하셨습니다. 성도합시다.



허순자 교도

저와 총지종의 만남은 35년 전으로 거슬러 올라갑니다. 당시 서울에 살며 사업을 하고 있었는데, 어떤 일인지 사업이 자꾸만 기우는 중이었습니다. 제 모습을 본 언니가 하얀색 염주를 가져다 주었습니다. 저는 그런 것 필요 없다며 단박에 거절했습니다.

불상도 아닌 이상한 액자 앞에서 염주를 돌리고, 해도 뜨지 않은 새벽에 절에 나가고, 일요일이면 언니의 그림자도 볼 수 없었으니까요. 언니가 재차 염주를 권했고, 마지못한 저는 염주를 받아 들었습니다. 그런데 이상하게도 하얀 염주를 쥐는 순간, 눈물이 하염없이 흘렀습니다. 눈물이 나는 것은 처음뿐만이 아니었습니다. 그 후로도 염주를 잡을 때마다 눈물샘이 터졌습니다.

시간이 지나도 사업은 회복되지 않아 여기 밀양으로 내려 올 수밖에 없었습니다. 그리고 본격적으로 언니와 함께

절에 다니기 시작했습니다. 언니는 날이 좋은, 굿든 새벽 네 시만 되면 저를 데리러 왔습니다. 그 후로 저는 크고 작은 부처님의 가피를 받았습니다. 그 중 가장 큰 것은 바로, 저희 아들의 공부입니다.

저희 집안 친척 아이들은 모두 괜찮은 성적으로 좋은 대학에 입학했습니다. 하지만 어떤 일인지 대학교 3학년만 되면 하나같이 질풍노도의 길에 빠져들었습니다. 어쨌든 대학 졸업은 모두 무탈하게 하긴 했으나 그간의 과정은 애끓음 그 자체였습니다. 이제는 제 아들 차례가 왔습니다. 아들 역시 대학 진학까지는 나쁘지 않게 했습니다. 3학년이 다가오자 이대로는 안 되겠다는 생각이 들었습니다. 아무래도 이건 업이라는 확신이 들었고, 이 업을 소멸하기 위해 무슨 일이든지 해야겠다는 각오가 섰습니다. 새벽불공, 아침불공, 저녁불공 모

두 다 해보았지만 이걸로는 충분치 않을 것 같았습니다. 고민에 고민을 거듭했습니다.

**아들하고 똑같이 공부를 하기로 결심했습니다. 아들이 학교에 있는 시간동안 나는 서원당에서 아들의 공부 시간에 맞추어 불공을 했습니다. 어떤 일인지 가족이나 주위 사람에게 말을 하면, 이 정성과 불공 공덕이 사라지고 모든 것이 물거품이 될 것만 같아 입 한번 병긋하지 않고 앞만 보고 달리는 경주마처럼 불공에 몰두했습니다.**

아들이 대학을 졸업하는 그 순간까지 하루도 거르지 않고 나 자신과의 약속을 지키며 불공했습니다. 그렇게 무사히 졸업의 순간이 다가올 때쯤 아들이 대학원에 진학하고 싶다는 것이었습니다. 아들의 공부 의지가 기쁘면서도 겁

이 났습니다. 아들이 대학원 공부를 하는 동안 저 역시도 고생을 해야 할까 불보듯 뻔했기 때문입니다. 하지만 한편으로는, ‘아직 우리 집안의 업 소멸이 멀었구나. 내가 그것을 끝까지 해내고 말아야겠다.’라는 오기가 생겼습니다. 그렇게 아들과 함께 5년간을 더 투자했고, 아들은 박사학위를 받았습니다. 공학박사학위라는 게 아무리 빨라도, 7년에서 8년은 족히 걸리기 마련인데 아들은 5년 만에 학위를 따냈으니 모두들 놀랐다고 혀를 내둘렀습니다. 하지만 그 5년이 제게는 무척이나 길게 느껴졌습니다. 가족은 물론이거니와 주변 사람들 모두 제가 종교에 미친 것 같으면서 무슨 일이라고 불똥고 물을 때도 많았습니다. 제가 말 한마디 하지 않고 거의 매일을 서원당에 앉아 염주만 돌렸으니까요. 제게 총지종을 소개시켜 준 언니마저도 정신 좀 차려야겠다고 말할 정도였습니

다. 그러나 저는 간절했습니다. 한 가지 업을 소멸하겠다는 의지가 강했던 까닭입니다.

**총지종의 대중 불공시간은 보통 불공 시간과는 다른 위력을 지니고 있습니다. 일체교도, 제재난, 소구여의, 영일체가 들어가는 만큼 총지종 전 교도가 모두 공감하고, 마음이 모아지는 시간으로 가장 큰 불공이라고 생각합니다. 그렇기에 이 시간을 나의 개인적인 시간보다 더 값지게 여기고 지금도 그렇게 생각하고 있습니다. 이는 집안의 업을 소멸시키는 기간 동안 대중 불공시간을 칼같이 지킨 이유이기도 합니다.**

그 때만큼은 우리 아들만 잘되라고 하는 불공은 아니었습니다. 여러 사람과 함께 교감하고 화합하며, 가장 큰 불공을 동참했다는 데에 개인적인 치유도

많이 받았습니다. 업의 소멸에는 각자님의 도움도 컸습니다. 영문을 모르던 때였음에도 불구하고 가타부타 말없이 저를 서원당까지 태워다주고, 또 데리러 오는 일을 기꺼이 해주었습니다. 아들의 학업에 마침표가 찍히고, 사람들이 제 사연과 사정을 알게 될 즈음, 모두가 저를 대단하다고 추켜세웠지만 저는 그렇게 생각하지 않습니다. 제가 대단한 게 아니라, 하나의 업을 녹이기 위해서는 응당 그만큼 노력과 정성이 필요한 것 아니겠습니까.

집안에 안 좋은 일이 반복되어 일어나는 상황에 놓여있으신가요? 저의 경험에 보살님들께 용기를 드릴 수 있으면 좋겠습니다. 업을 소멸시키는 과정은 쉽지 않지만, 업이 멀어지고 나면 한결 더 편안하고 밝은 내일을 만날 수 있기 때문입니다.

리라이팅=박설라



성정화 교도

아이가 생후 1년 만에 안구 질환으로 고통의 나날을 보내고 있었습니다. 저는 아이를 데리고 5년을 동서남북 안파라는 안과는 다녔지만, 두 눈은 통통 부어 도무지 낫지 않았습니다. 저는 어떻게 하면 아이의 병을 고칠 수 있을지 아주 깊은 고민에 빠졌습니다. 한참을 수심에 빠져 고민하던 어느 날 불현듯 떠오른 사실이 있었습니다. 바로 10년 전, 밀양 북북면에 사는 김남진 선생의 사모님께서 마음이 편치 않아 밀양 어느 절에 다녀와서 완쾌하신 이야기였습니다.

마침 그날 부산 동래에 계시던 시이종 시대님이 보름 장을 보러 오셨다면서 들리셨습니다. 저는 너무도 반가운 마음에 “형님, 김 선생님 사모님께서 마음이 아플 때 다녔다고 하시는 절을 아십니까.”하고 물었습니다. 그러자 형님께서 크게 반기시며 “알지, 나도 내

아이들을 보이려고 몇 번 업고 다녀왔다.”하셨습니다. 그날로 저는 5살인 막내를 업고 밀양의 절을 찾아 갔습니다.

직접 찾아보니 스승님께선 저의 종형 사촌 언니와 친한 친구여서 잘 아시는 분이었습니다. 스승님께서 저의 아이를 보시더니 오늘은 일단 집으로 돌아가 남편과 잘 이야기를 하고 오라고 말씀하셨습니다. 그리고 아무 걱정 말라며 제 손을 꼭 잡아주셨는데, 지금도 그때 그 스승님의 눈빛과 손의 아귀힘, 파스함이 선명하게 기억이 납니다. 그 동안 남편 역시 아이의 건강을 많이 걱정하던 터라 저의 종교 활동을 물심양면으로 응원해주었습니다.

**그 후, 스승님의 불공 지도하에 49일 조상불공을 드렸습니다. 처음엔 반신반의하는 마음으로 불공을 했습니다. 과연 내가 불공으로 아이의 눈을 고칠**

**수 있을까, 하는 불안과 의심이 드는 마음이 한 편에 자리 잡은 것도 사실이었습니다. 하지만 저의 불안과 의심은 시간이 흐름에 따라 사라졌습니다.**

‘될까?’ 싶었던 저의 마음은 어느 순간 ‘된다.’라는 확신으로 변해있었습니다. 특별한 계기가 있었던 것도 아닙니다. 저는 오직 스승님의 말씀을 따라 불공에만 집중하였습니다. 그러다 보니 점차 제 마음속 불안은 침전되며, 고요가 찾아왔습니다. 그 고요 속에서 온갖 아름다운 마음이 피어났습니다. 아이에 대한 사랑과 저를 향한 남편의 믿음, 또한 제가 스승님과 부처님을 믿고 의지하는 마음이 자연스레 저의 불신과 의심을 종식시킨 것입니다. 한 번 생긴 확신과 믿음은 식을 줄을 몰랐습니다. 저는 더욱 더 힘을 내어 불공을 드렸습니다.

정말 놀라운 일이 일어났습니다. 불과 50일 만에 아이의 눈은 찢은 듯이 완쾌되었습니다. 가는 병원마다 모두 같은 말만 했습니다. 원인도 알 수 없고, 고칠 수 없다는 말들. 그 잔인한 말들이 제 마음속에 깊은 상처를 내었는데, 그 모든 상처와 고난들이 한 순간에 씻겨 내려가는 듯 했습니다. 5년 동안 아프던 눈이 깨끗하게 나은 것을 보니, 너무도 감격스러워 눈물이 흘렀습니다. 질병은 완쾌 되었지만 백일까지는 매일 똑같이 불공하라는 스승님의 말씀에 저는 더욱 더 용맹 정진하였습니다.

**나를 일깨우는 부처님의 말씀**

어느 날은 새벽에 불공을 하다 깜빡 졸았는데, 그 사이에 아주 기이한 꿈을 꾸었습니다. 백발 수염을 한 신선 같은 분이 나타나시어 저에게 네모난 상자

를 하나 주셨습니다. 제가 상자를 받고 열어보길 망설이며 상자를 가까이서 보니 작은 구멍이 두 개가 보였습니다. 용기를 내어 저는 상자를 열었고, 그 안에서 금빛 광명이 천지를 눈부시게 빛났습니다. 그리고 저는 화들짝 놀래며 꿈에서 깨었습니다. 그 꿈은 너무도 선명하고, 또 무엇보다 기분이 좋았습니다. 상자에서 나오는 빛이 제 마음으로 스며든 느낌이었습니

**저의 마음에 그 빛을 품음과 동시에 환희, 광명, 희망이 솟았습니다. 하지만 세상이 타고난 인과는 무수한 나날들 속에서 나의 의지와 상관없이 욕심, 이기심, 고집, 아집, 중생심이 때때로 발동하여 불평불만이 생기는 날들도 많았습니다. 하지만 원정 대성사님께서 편찬해주신 주옥같은 불교총론과 종조법설집을 밀행사 스승님들의 지도**

**하에 저는 새로운 사람이 되어가는 것을 느껴 하루하루가 기쁩니다.**

그동안 수많은 부처님께서 설하신 경전을 공부하였지만, 저는 그 중에서도 특별히 금강경에 큰 감동을 받았습니다. 불자들이라면 다들 아시겠지만 혹시 아직 읽지 않은 분이 계신다면 꼭 읽어보시길 바랍니다. 부처께서 말씀하시길, 일체 중생을 다 제도하여도 한 사람을 제도하였다는 생각이 있다면 보살이 아니라고 하였습니다. 삼천대 천세계의 모든 수미산을 합친 높이만큼 칠보로 보시하여도 보시하였다는 생각을 하지 말라고 당부하시며, 내가 없는 진리를 통달하였다면 그것이 참 보살이라 하였습니다.

총지종 불자 여러분 우리 모두 실천하여 타의 모범이 되시기를 바랍니다. 리라이팅=황보정미





법경 정사  
(밀교연구소장/법천사 주교/ 철학박사)

### 자비는 불교 수행의 근간이자 실천

불교는 지혜와 자비의 종교다. 그 가운데 자비는 불교 수행의 근간이자 실천이라 할 수 있다. 특히 자비의 정신을 강조하여 불교에서는 인간 뿐만 아니라 살아 있는 모든 생물에 까지 자비를 베풀것을 가르치고 있다.

자비(慈悲)의 자(慈)와 비(悲)는 원래 별개의 뜻을 가지고 있다. 자(慈)는 불쌍히 여긴다는 뜻이다. 이 말의 원어는 팔리어인 메타(mettā)와 산스크리트어인 마이트리(maitri)라고 하는데, ‘뗏(mitra)’의 개념으로서 ‘진실한 우정’을 가리킨다.

비(悲)는 ‘연민’을 뜻하는데, 원어는 karuna로서 ‘동정(同情)·공감(共感)·함께 슬퍼함’ 등을 의미한다. 원래 비(悲)는 ‘신음’을 뜻하는 말이다. 남이 괴로워서 신음하는 모양을 보면 누구나 가엾은 생각을 지니게 되니, 그 공감이가 바로 ‘비(悲)’의 내용이다. 인도의 일반 문헌에서는 ‘애련(哀憐), 동정

(同情)’의 뜻을 가지고 있다.

그러나 중국에서는 자(慈)와 비(悲)를 구분하지 않고 합성하여 자비(慈悲)라 부르고 있다. 우리가 일상적으로 사용하는 자비는 한역으로부터 유래된 용어로서 ‘사랑과 연민, 동정’을 뜻하고 있다.

### 자비는 부모님의 마음과 같은 것

자비는 초기경전 뿐만 아니라 아비달마의 논서, 대승경전 등 수많은 경론에서 언급되고 있다. 『화엄경』에서는 자비를 이렇게 설하고 있다. “일체 중생에게 항상 이익되고 자비한 마음을 일으켜라. 보살은 악한 마음으로 모든 중생을 괴롭혀서는 안되거늘, 어찌 중생이라는 상(想)을 일으켜서 고의로 살해하겠느냐.

이구지(離垢地)에 머문 보살은 자연히 일체 중생을 살생하는 일을 여의고 칼과 막대기를 버리며, 화 내거나 원한이 없고 오직 부끄러움이 있으며, 일체 중생에 자비한 마음을 일

으켜서 항상 즐겁도록 하는 것이다.”라고 하였다. 자비는 요익중생(饒益衆生)이자 탐진치 삼독을 없애는 마음이라고 말하고 있다. 불살생(不殺生) 또한 빼놓을 수 없다.

불교에서 생명은 무한적인 가치를 지닌 것으로 여기고 있다. 그러므로 생명을 빼앗는 것을 절대 금하고 있다. 불살생이 곧 자비인 것이다. 『아난사사경(阿難四事經)』에서도 살생하지 말고 자비심으로 대하라고 한다. “자비한 마음으로 어리고 약한 자를 양육하며, 짐승과 벌레와 천한 자를 보거든 항상 가엾게 여기고, 그들이 먹고 싶어 하는 것을 배풀어 소생하게 하고, 칼과 막대기로 그의 목숨을 끊지 말며 측은한 자비심으로 대하기를 자애로운 어머니처럼 해야 할 것이다.”라고 말한다.

자비는 중생을 가엾게 여기고 이롭게 하고 해치지 아니하고 어머니가 자식을 사랑하는 것과 같은 것이다. 『숫따니빠따』에서는 “어머니가 목숨을 걸고 외아들을 아끼듯이 모든 살

아 있는 것에 대해서 한량없는 자비심을 내라.”고 강조하였고, 『열반경』에서는 “모든 중생에게 가엾은 마음을 일으켜서 부모가 병든 자식을 보는 것과 같이 하라.”고 하였으며, 『육바라밀다경』에서는 “중생을 아들 보듯 하여, 일체 중생으로 하여금 빈궁함이 없게 하라.”고 하였다. 모두 자비를 어머니의 마음에 비유하고 있다.

어머니의 마음 뿐만이 아니다. 아버지의 마음에도 비유된다. 엄하면서 자상한 아버지다.

즉 자비는 부모님의 마음과 다름없다. 『법화경』에서는 중생을 가리켜 ‘너희는 모두 나의 아들이오 나는 너희 아버지이다.’라 하였으며, 『선교방편경』에서는 “세간의 자비한 어머니들은 자식을 낳아서 젖 먹여 기르고 병과 고통이 없게 하며, 만약 병이 있으면 좋은 약을 구하여 먹여 주고 편안하게 해주니, 여래 큰 도사도 또한 이와 같이 일체 세간의 아버지가 되어서 일체 중생을 그 자식과 같이 여겨서 중생으로 하여금 고통과

번뇌가 없게 하며, 중생이 업을 지어 과보를 받으면 여래가 좋은 방편으로 구제하고 제도하여 해탈을 얻게 한다.”고 하였다.

그렇다면, 자비는 어떻게 발현할 수 있을까? 그것은 진실한 마음이라고 한다. 자비심은 진실됨을 바탕으로 한다. 진실하지 않으면 자비심을 기대할 수 없다. 『열반경』에서 이렇게 설하고 있다. “모든 보살과 여래는 자비심이 근본이다. 보살이 자비심을 기르면 한량없는 선행을 할 수 있다. 무엇이 모든 선행의 근본이냐고 물거든 누구든지 자비심이라고 대답해야 한다. 자비심은 진실하여 헛되지 않고 선한 일은 진실한 생각에서 일어난다. 진실한 생각은 곧 자비심이며, 자비심이 곧 여래이다.”

### 자비의 실천은 계를 지키는 것에서부터 시작된다

자비를 발현하기 위한 실천수행법은 무엇인가? 부처님은 사무량심(四

無量心)과 사섭법(四攝法), 육바라밀, 십선행을 강조하였다.

이를 하나로 줄이면 삼업청정(三業淸淨)이 된다.

몸과 입과 뜻을 맑고 깨끗하게 지니는 것이 자비의 시작이다. 이러한 삼업청정의 수행은 밀교에서 삼밀수행으로 전개된다.

그러나 진언을 외우고 결인을 맺으며 관법을 행하는 유상삼밀(有相三密)에만 머물지 않는다.

일상에서 부드러운 말, 정결한 몸가짐, 맑고 청정한 생각을 지니는 무상삼밀(無相三密)이 궁극이다. 이러한 삼밀은 대자비심을 바탕으로 한다. 자비를 근(根)으로 하여 방편수행을 구경으로 하기 때문이다. 그 방편 가운데 하나가 계를 지키는 것이다.

진언과 결인, 자관(字觀)과 함께 삼매야계를 비롯한 오계, 십선계, 사중금, 십중금을 수지(受持)하는 것이 자비실천의 첫걸음이다.

### 정성준 교수의 후기밀교

## 4금강과 4방편



정성준 교수  
동국대학교 불교학술원 전임연구원

인도 후기밀교의 수행은 크게 생기차제와 구경차제로 이루어져 있다. 석가모니붓다의 수행을 연구한 후기밀교 수행자들은 붓다 정각의 결정적 계기가 된 12지연기법을 깊이 연구하였고 이로부터 순관과 역관에 대응하는 생기차제와 구경차제의 수행이 탄생하였다.

밀교의 의례와 성취법은 진언과 결인, 본존과 만다라의 관상 등 많은 실천법으로 이루어져 있다. 밀교를 공부하다보면 의례의 진언과 수인의 결행, 만다라의 설행을 상세히 알아도 마음이 편치 않다는 하소연을 듣게 된다. 꼼꼼히 그 이유를 생각해보면 형식과 실천에 담긴 사상과 수행이념에 대한 이해의 부재가 그 원인인 경우가 많다.

금강계만다라의 5불에 대해 궁금해하던 후학이 있었다. 5불의 부족과 5선정불에 대해 여러 가지를 문헌을 구해 주고 대화를 나누었지만 의문을 해결하지 못하였다.

무려 십년의 세월이 걸려 이해의 계기를 마련하였다는 연락을 받았다. 우연찮게 남방불교의 수행을 실천하다가 석존의 연기법과 5선정불의 관계를 선험하듯 알게 된 충격을 필자에게 들려주었고 함께 공감하며 감격해했다.

붓다의 수행에 있어 수식관과 사념처관은 중요하다. 후기밀교의 수행이념이라 하더라도 초기불교의 수행이념을 크게 벗어나지 않는다. 불교의 수행은 마음과 외경의 상호관계와 이에 대한 연기성, 공성을 이해하고 실천하는 과

정이다. 수식數息과 신수심법身受心法の 넘쳐는 후기밀교 수행의 소연과 즉신성불의 주요한 실천적 토대를 이룬다. 생기차제와 구경차제의 본수행으로 들어가기 전에 태장계의 보리심의 수습과 금강계의 오상성신관에 해당하는 수행을 전행 前行, 즉 예비수행으로서 수습하게 된다.

전행은 4방편을 수습하는 것으로 4방편은 전근성취방편·근성취방편·성취방편·대성취방편으로 이루어져 있다. 성취는 후기밀교수행에서 수행의 완성을 가리킨다. 라프나까라산띠 Ratnakarāsanti는 4방편을 보살십지의 수행에 배대한다.

아사리는, “전근성취방편은 신해의 실천이다. 근성취방편은 초지와 환희

지에 해당하는 것으로 심신을 정화한다. 성취방편은 부동지로서 이속의 지위이며, 대성취방편에서 불지(법운지)를 이룬다”라고 하였다. 후대에 성립된 <속판트라>에는 대락大樂에 입각한 해석을 볼 수 있다.

전근성취방편 4금강으로 이루어져 있다. 4금강은 성취의 기초를 이루는 것으로 공성으로서 보리심의 수습과 수행의 장을 열하는 의례를 실천한다. 4금강은 양차제의 본제에 들어가기 전에 태금 양부의례를 기초수행으로 수습하는 것이다.

근성취방편은 제존을 생기하는 것으로 생기차제의 기초수행이다. 라프나까라산띠는 법락을 향수하는 자수용신의 성취를 성취방편이라 하였고, 중생들을 붓다의 세계로 이끄는 타수용신의 성취가 대성취방편이라 해석한다.

4방편은 한때 독립된 생기차제의 온전한 수행체계였다. 그러나 가나빠다 Jñānapada에 의해 미세유가微細瑜伽가 확립되면서 4방편은 생기차제의 전행으로 자리매김한 것으로 보인다.

시대가 많이 바뀌어 한국의 주요종단들은 밀교의 예참과 의례를 중요시



▲ 금강계만다라(총지사 소장)

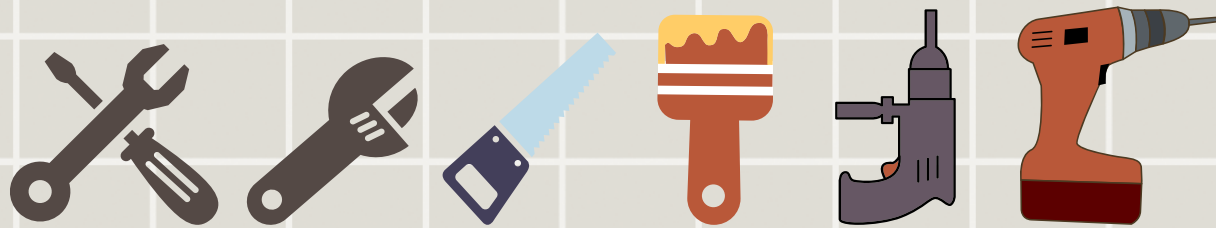
하는 분위기가 늘고 있다. 그러나 여전히 밀교의 외면적 현상에만 주목하거나, 수록재의 예와 같이 고려·조선조의 역사, 문화, 시대적 관점만을 중시한다. 한국의 전통의례를 현대에 재현하려는 노력은 머지않아 인도에서 번성하였던 음악, 문화, 미술, 조각, 의례의 무궁한 종교자원과 마주하게 되며 이

는 바람직한 현상이다. 밀교의 이해는 의례에 담긴 정각의 내면적 정신세계에 도달해야 불교수행의 본체로서 인도에서 번성한 이유를 알게 된다. 이를 위해 밀교수행의 역사적 줄기와 더불어 초기불교의 위빠사나, 선수행, 염불 등 다양한 불교수행을 폭넓게 실천하는 것이 도움이 된다고 생각한다.

# 삼진종합자재



- V벨트 ● 베어링 ● 바퀴 ● 볼트
- 공구 ● 각종호스 ● 잡자재



Tel. 055-355-0945 / Fax. 055-355-0940  
010-2067-2266(밀행사교도 허미자 자녀)



왕불심  
초교리  
보학

# 인간의 존재는 외부의 지속적인 자극에 의해서 유지된다

밀행사 주교 도현 정사

불교의 전오식(前五識)과 심리학의 다섯 감각

유식불교는 사람들의 마음을 인식(眼識), 이식(耳識), 비식(鼻識), 설식(舌識), 신식(身識), 의식(意識), 말나식, 아뢰야식과 같이 여덟으로 나누며 각각의 별개로 존재한다고 설명하며 이 여덟 마음을 통틀어 8식(八識)이라 칭한다. 여기에 앞에 ‘차례 제(第)’자를 붙여 ‘제8식’이라고 할 때는 여덟 번째의 아뢰야식만을 가리키며 제7식은 말나식을 가리키고, 제6식은 의식을 가리킨다. 또 ‘앞 전(前)’자를 붙여 ‘전오식(前五識)’이라 할 때는 순서상의 앞의 다섯 가지 식, 즉 안식부터 신식까지를 합쳐서 가리킨다. 전육식(前六識)은 안식부터 의식까지를 지칭한 것이다.

전오식은 눈, 귀 등과 같이 신체의 감각기관을 의지해야 작용한다. 다시 말하면 전오식은 감각작용이다. 신체 바깥의 정보를 받아들이는 맨 처음 받아들이는 것으로 우리가 아는 모든 지식은 전오식을 통해 받아들이는 감각(외부 정보)으로 부터이다. 전오식을 거치지 않고 바깥의 정보를 받아들이는 방법은 현재까지는 없다. 눈, 귀, 손 같은 감각을 거쳐 바깥을 알며 지식을 터해 가는 것이다. 즉 감각기관을 통해서 주변 환경을 파악하고 매순간 상황에 대응하여 행동을 조정하며 개시해 간다.

현대 심리학에서는 감각을 받아들이는 정보(자극(刺激))의 종류에 따라 시각, 청각, 후각, 미각, 피부감각

(촉각은 피부감각의 일부)으로 다섯 가지 감각으로 분류하는데 이는 불교의 전오식과 상통하는 부분이다.

뇌(마음)는 오감 중 어느 한가지의 감각만으로 판단하지 않는다.

시각은 눈으로 들어온 빛이 망막상의 세포를 자극함으로써 생기는 감각이다. 청각은 귀에 들어온 음파가 고막을 통해서 달팽이관을 자극함으로써 발생하고 미각은 입으로 들어온 물질이 혀 표면에 있는 미뢰(味蕾)를 자극함으로써 일어나는 감각이다.

촉각은 피부가 자극됨으로써 발생하고 후각은 코로 들어온 냄새가 후각세포를 자극하여 발생한다. 뇌(마음)는 이러한 다섯 가지 감각으로 받은 정보를 종합하여 그 정보를 판단하는데 가령 음식점에 들어갔다고 상상해보자. 당신은 주문받은 안내원으로부터 음식에 대한 설명을 듣고(청각), 주문한 음식이 나오면 눈으로 보고(시각), 음식의 냄새를 맡고서(후각), 숟가락이나 젓가락 혹은 손으로 음식을 들고(촉각), 입에 넣고서(미각) 먹는다.

그리고는 음식의 맛에 대한 판단을 내린다. 즉 음식이 맛있다 맛없다 같은 판단도 오직 미각 만에 의존하는 것이 아니라 오감이 모두 동원되는 것이다. 여기서 우리는 맛있다 맛없다 같은 미각적 판단, 부드럽다 거칠다 같은 촉각적 판단 혹은 시각적 판단, 청각적 판단, 후각적 판단 등

대부분의 판단이 절대적 어느 한가지의 감각만으로 뇌(마음)가 판단하지 않는다는 사실을 알 수 있다.

또한 인간에게서 오감은 정보(자극)를 받아들이는 역할 뿐만 아니라 오감이 꼭 필요하고 있어야 하는 중요한 이유가 있다.

만약 인위적으로 오감을 차단하면 인간에게는 어떤 일이 일어날까? 1950년대 캐나다의 심리학자 헤론이 대학원생 십여 명을 대상으로 하여 감각차단실험을 한 결과가 있다.

실험 뇌(마음)는 자극이 없으면 작동도 멈춘다.

실험의 내용은 실험에 참가한 모두들 각각 작고 방음벽이 설치된 방에서 시간을 보내게 하는 것인데, 다음과 같은 조건을 붙였다. 눈과 귀에는 눈가리개와 귀마개로 완벽하게 차단하고, 손에는 두터운 장갑을 끼고 식사와 화장실 사용 시간 이외는 계속 침대에 누워 있어야 한다. 실험 참가자 모두에게 하루 일당으로 꽤 많은 보수가 주어졌다. 물론 세끼 식사도 충분히 제공하고 물과 화장실은 자율적으로 이용 하도록 하였다.

처음에는 참가자 대부분이 주변의 자극도 적고 조용하고 하니 잠도 잘 잤다. 하지만 시간이 흐를수록 잠을 자려고 해도 잠을 잘 수 없는 상태에 이르더니, 심각한 경우에는 환각이나 환청이 들리는 참가자도 발생하였다. 마침내 정신 상태까지 불안정하였다. 결국 “3일 이상을 버틴 참가자는 한명도 없었다.”가 실험의 결과였다. 이는 인간의 뇌가 정상적으로 작동을 하려고 하면 외부의 지속적인 자극이 필요하며 감각을 잃어버리게 되면 심리적으로도 정상적인 상태로 유지 할 수가 없게 되며, 또한 인간은 외부의 자극에 의해서 유지되는 존재라는 사실을 실험은 말해주고 있는 것이다. 굳이 오감 차단까지 아니라도 당장 눈만 감고 시각을 차단한 채 3분만 있어도 마음이 불안해 지는 것이 인간이다. 오감의 중요성을 증명하는 실험이다.

## 소통하는 통신원, 작은 소리에도 귀 기울이는 통신원

### 전국 사원에서 부처님 오신날을 맞아 법회와 함께 다채로운 축제의 장을 만든 모습을 담았습니다.

**총지사**  
육법공양과 개개인의 집 초 공양으로 소원을 기원했다. 2부 행사로 합창단의 음성공양과 함께 찬불가 배우기, 투호던지기가 있었다.

**수계사**  
각자의 소원을 풍등에 적어 날리며 소원을 기원했다. 교도들의 숨은 장기 자랑 시간에는 섹스폰, 기타, 크로마하프, 하모니카 연주가 이어졌다.

**벽룡사**  
벽룡사 육법공양은 각자님들로 구성되어있다. 공양후 노래자랑 시간을 가지며 부처님오신날을 자축하였다.

**화음사**  
육법공양을 시작으로 연등회 법회, 연등회 서원불공을 한 후 한마당축제로 어린 불자의 바이올린 연주와 남가람 음악실 나눔 동아리 연주 및 노래자랑으로 즐거운 시간을 가졌다.

**정각사**  
정각사에 체험부스를 설치하여 컵연등 만들기과 다도 체험, 탄생불에 관욕하는 등의 다양한 체험이 마련되었다. 연등법회에는 어린 불자들이 부처님전에 육법공양을 올렸다.

**선립사**  
선립사 봉축 법요식을 마친 후, 수계사 풍등행사 체험에 참여하여 즐거운 시간을 보냈다. 가장 멀리 사시는 영덕보살님까지 참여하여서 뜻깊은 시간을 보냈다.

## 총지사 교도들 중원사 방문

5월 9일 총지사(주교 원당 정사) 교도들이 충북 괴산에 있는 총지종 중원사를 방문하였다. 도심을 떠나 힘들었던 모든 걸 잊고 푸른산과 맑은물, 시원한 공기를 온몸으로 느끼면서 기분 좋은 힐링시간을 보냈다. 중원사 스승님들께서 반갑게 맞이해 주셔서 즐거운 시간이 되었다.

총지사=백귀임

## 심인행스승님 열반 18주기 추선불사 봉행

5월 20일 실지사(주교 범우 정사)에서 심인행 스승님 열반 18주기 추선불사가 봉행되었다. 심인행 스승님은 법체를 고려대학교 의과대학에 기증하셨다. 스승님의 넓은 자비심을 기리는 시간이었다.

### 어울림 소식

1. 5월 14일  
대구·경북교구 승직자 일동은 기로 스승님을 모시고 보은의 시간을 가졌다.

2. 5월 20일  
화음사, 을해생 조외두 (이길례 보살님 시어머니) 영식 49재 봉행

### 총지 스케치

# 신행 체험 수기 2차 모집

■ 대 상 : 불교총지종 교도 누구나

■ 공모기간 : 2018년(총기 47년) 7월 31일까지

● 신행체험 내용:  
매월 월초불공, 신년불공, 대학입학시험, 영가천도, 허물불공, 상하반기 불공, 차시불공, 그 외 여러 가지 불공공덕(가피)

● 공모 원고료 : 채택된 녹음파일, 수기원고에 한하여 소정의 원고료 지급  
1) 수기원고 : 원고 15매, A4 2장 기준  
2) 녹음파일 : 녹음시간 5분 기준

● 접수 : 불교총지종 통리원(종보실) 02-552-1080  
녹취파일 : pantha@naver.com 법일(윤승호)

※ 응모한 신행체험, 녹음, 수기 원고는 일체 반환하지 않으며 원고 작품에 관한 출판권은 불교총지종에 있다.





절 기 이 야 기



6월달은 호국보훈의 달로 6월 6일은 현충일이다. 6월 6일이 현충일인 이유는 망종과 깊은 관련이 있다. 망종은 보리 수확을 마치고 모내기를 시작하는 시기로 곡식을 수확하는 동시에 씨를 뿌리니 과거 농민들에게는 아주 즐거우면서도 바쁜 때가 망종이었다. 예로부터 조상들은 망종 전에 보리베기를 끝낸 후, 모내기를 하기 전 밀린 집안일들을 해두거나 각종 농기구를 손질해 두었으며, 망종 때 제사를 지내는 풍습도 있었다. 옛 기록에 따르면, 고려 현종 때 망종날 조정에서 장병의 뼈를 집으로 가져가 제사를 지내도록 했다고 전해진다. 또한 조선시대에는 이날 병사들의 유해를 매장했다는 기록이 있다.

1965년 6.25 희생자를 기리기 위해 현충일을 제정할 당시의 망종이 6월 6일

## 망종(芒種)

삼일사 주교 남혜 정사

이었는데 옛 풍습에 따라 호국영령들의 합동 위령제를 올리기로 하는 날 역시 6월 6일로 정하였고, 그 후로 현충일은 6월 6일로 정해지게 되었다고 한다.

현재 서울국립현충원이 위치한 곳의 지명은 관악산 공작봉이다. 공작은 밀교에서 ‘불모대공작명왕’, ‘공작왕모보살’ 등으로 불리는 명왕의 이름으로 이 명왕는 뱀으로부터 수형자를 보호하고, 인간을 위해 재앙을 물리치고 비를 오게하는 공덕이 있다고 하니 이 또한 밀교와 무관하지 않은 이름이다.

망종은 24절기 중 아홉 번째에 해당하는 절기로 소만과 하지 사이에 들며 음력 5월, 양력으로는 6월 6일 무렵이 된다. 태양의 황경이 75도에 달한 때이다.

망종이란 벼, 보리 같이 수염이 있는 까끄라기 곡식의 종자를 뿌려야 할 적당한 시기라는 뜻이다. 여기서 ‘망’은 벼나 보리처럼 까끄라기를 말하며 ‘종’은 그러한 작물을 뜻하는 바, 곧 밀과 보리를 수확하고 벼를 심을 때라는 것이다. 우리 속담에 ‘보리는 망종 전에

베라’는 말이 있다. 망종 전에 논보리를 모두 베야 그 논에 모를 심을 수 있기 때문이다. 모내기와 보리베기가 겹치는 이 무렵에는 보리농사가 많은 남쪽일수록 더욱 바쁘다. 그래서 이때는 “밭에 오줌 찐다.”라고 할 만큼 일년 중 제일 바쁜 시기이다.

망종은 고생스럽고 고통스런 최대의 농번기이지만 그 높고 험난한 보릿고개로부터 해방되는 날이기도 했다. 1960년대까지만 해도 우리 국민들은 4·5월 동안 눈물나는 보릿고개를 넘어야 했다. 지난 가을 수확한 곡식은 다 떨어지고 보리는 아직 여물지 않아 나뭇잎질이나 풀뿌리를 먹으며 연명하다 보니 소화가 잘 안돼 불일을 볼 때 향문이 찢어져 피가 나오는 일이 비일비재했다. 그래서 ‘똥구멍이 찢어지게 가난하다’는 말도 생겼다.

망종인 6월 6일은 현충일로 국권회복을 위해 헌신·희생한 순국선열과 자유민주주의 수호를 위해 희생한 전몰장병의 숭고한 호국 정신을 기리기 위한 날이다.

조국을 위해 주저없이 자신을 태워버린 호국영령들의 희생으로 현재의 아름다운 꽃이 피게 되었다. 조국을 위해 한줌 흙으로 돌아간 숭고한 넋을 위해 두손 모아 합장 올린다.

## 건강과 행복을 동시에 챙길 수 있는 방법

# 운동

동의대학교 체육학과 신정택 교수

건강하고 행복하게 살고 싶은 것은 모든 사람이 가지고 있는 기본적 욕구이다.

건강과 행복을 동시에 얻을 수 있는 가장 손쉽고 경제적인 방법으로 운동요법을 소개하고자 한다. 자신이 좋아하는 운동을 하면 몸은 힘들고 지치지만 기분이 좋아지는 경험을 해 본적이 있을 것이다. 이러한 운동의 효과 때문에 사람들은 규칙적으로 운동에 참여하게 된다.

미시간 주립대학교 ‘운동 요법학’ 연구팀은 운동이 행복에 미치는 영향을 알아보기 위해 1980년 이후 발표된 약 23건의 보고서를 조사하였다. 조사대상은 약 50만 명으로 청소년기에서부터 고령의 노인에 이르기까지 다양한 연령대와 다양한 소득계층 및 인종이 포함되었다.

연구결과는 운동참여 시간과 행복감 사이에서 강한 긍정적 상관관계가 있다는 것이다. 행복감은 가벼운 산책, 조깅, 요가나 스트레칭 등 운동

의 형태와 상관없이 느꼈던 것으로 조사됐고 운동 시간과도 큰 상관없이 나타났다. 주목할 점은, 운동 시간과 행복감 사이에 약간의 비례 관계를 보인다는 것이다.

연구팀에 따르면 하루에 최소 30분이상씩 매일 운동하는 사람들이 느끼는 행복감이 운동량이 상대적으로 적은 사람보다 약 30% 이상 높은 것으로 나타났다. 이러한 이유로 미국과 유럽 국가들에서는 건강을 유지하기 위해 하루 적어도 30분씩 운동을 실시해야 한다는 운동 지침을 강조한다.

운동은 행복 수준을 높이는 것 외에도 뇌 건강에도 긍정적 영향을 준다. 2009년에 발표된 연구에 따르면, 육체 활동이 뇌의 각성 능력을 강화시키고 뇌에서 기억 저장고로 통하는 해마를 발달시키는 것으로 나타났다.

연구진은 스트레칭과 유산소 운동이 뇌 발달에 도움이 된다고 조언했

다. 또한 운동은 알츠하이머 병의 위험 요인을 줄여주는 효과도 있다.

유산소 운동은 심장 기능 강화는 물론 우울증을 예방하고 치료하는데도 도움이 된다.

미국의 텍사스대 연구팀은 의학전문지 “예방의학저널” 최신호에 일주일에 3·5일, 30·35분씩 유산소 운동을 하면 운동을 하지 않는 것보다 우울증을 50%까지 완화시킬 수 있다고 밝혔다. 이는 항우울제를 복용하는 효과와 거의 비슷하다.

규칙적인 운동은 대장암의 위험을 40% 낮추며 대장암 환자들의 암세포 전이나 재발의 가능성도 낮추며, 질 좋은 수면을 취할 수 있어 불면증에도 도움이 되며, 뻣뻣한 관절을 유연하게 해주어 통증완화에도 효과가 있다.

하지만, 무작정 운동에 참여하는 것보다 자신의 연령, 운동 능력 및 운동 선호도를 고려하여 자신에게 맞는 운동방법을 선택하는 것이 좋다.

### • 적절한 운동방법

아무리 좋은 운동도 잘못하면 건강에 해롭다. 운동의 혜택을 극대화하고 부작용을 줄이기 위해서는 운동지침을 따르는 것이 바람직하다.

1. ‘7330’ 운동방법  
1주일에 3회 이상 30분씩 운동하자는 미국대학스포츠의학회(ACSM)가 1978년에 제안한 건강 운동가이드 라인이다. 중강도 이상의 운동을 하루에 최소 20분 이상 주 3~5회 하도록 제안하고 있다.
2. 1995년 ACSM과 미국질병통제센터(CDC) 지침  
중강도의 운동을 1주일에 4~7일, 가능하면 매일 30분 이상 하도록 권장한다.  
연령, 성별, 운동 경력, 운동 목적 등을 고려하여 자신만의 운동 프로그램을 만든다.

한편, 위에서 제시한 운동의 긍정적 효과에도 불구하고 운동에 규칙적으로 참여하는 비율은 계속 줄어들고 있다. 이는 ‘운동의 토마토 효과’로 설명된다.

**운동의 ‘토마토 효과’**  
토마토는 붉은 색을 띠는 ‘리코펜’성분이 항암 효과가 있다. 또한 비타민 C가 풍부해 스트레스나 바이러스 대처에 좋은 채소이다. 그러나 북미쪽은 토마토가 가지류로 독이 있다고 믿어 유럽보다 보급에 40년 늦어졌다. ‘토마토 효과’는 효과가 탁월하지만 대중에 외면을 받는 현상을 말한다. 운동은 역시 몸과 마음에 유용하다는 것을 알지만 사람들이 규칙적으로 참석하지 않는다.

운동에 참여하지 않은 이유로 사람들은 ‘시간부족’을 가장 많이 이야기하며, 그 다음으로 ‘시설 및 프로그램 부족’, ‘비용’, ‘접근성’ 등으로 나타났다. 운동이 효과가 있음에도 참가하지 않는 ‘토마토 효과’를 줄이기 위해서는 개인의 노력 외에도 지역사회, 학교, 직장, 정부 등이 운동 시설을 확충하고 저렴한 비용으로 접근 가능한 운동 프로그램 개발 및 보급하는 노력을 해야 한다.  
‘건강’하고 ‘행복’한 삶을 추구하고 싶다면 지금 바로 체육복을 입고 자신이 좋아하는 운동을 규칙적으로 해볼 것을 제안한다.

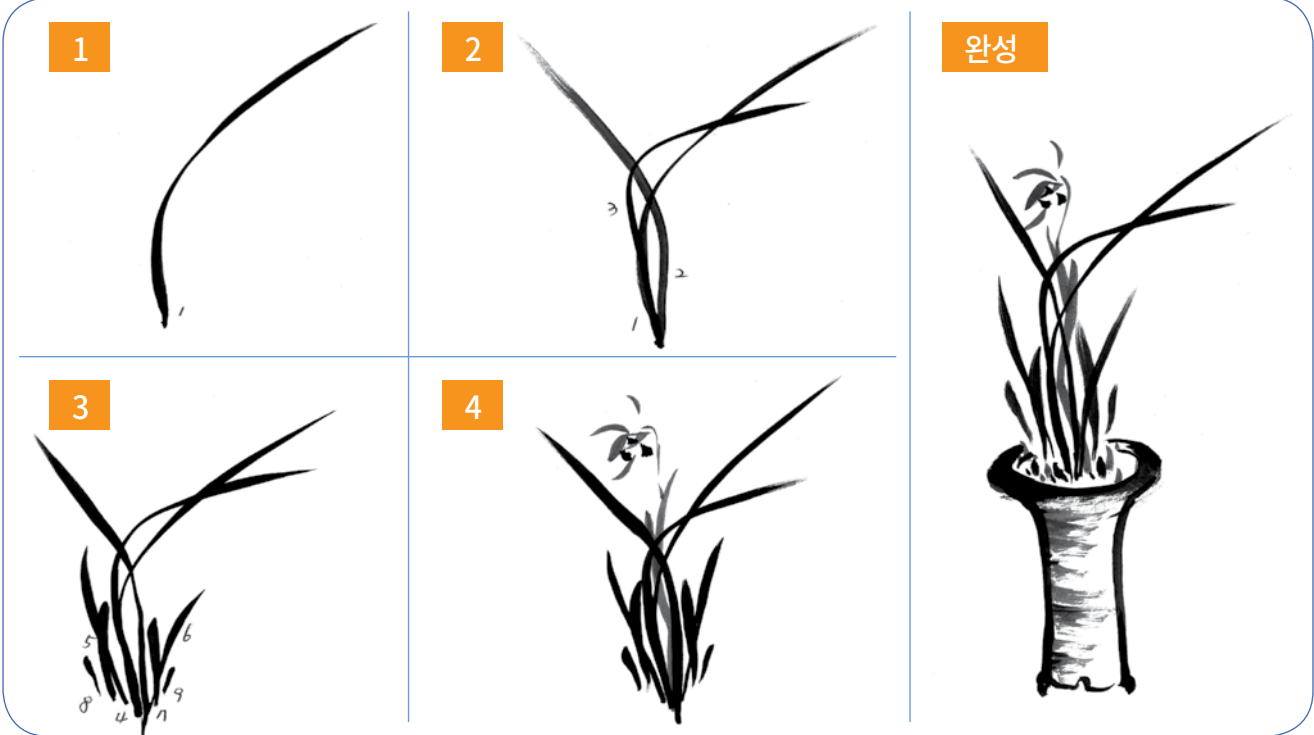
### 덕광정사와 함께 四君子 배우기⑫

## 梅 蘭 菊 竹



덕광(설보사 주교)  
울산미술대전,  
신라미술대전,  
경남미술대전,  
한국화 부문 수상

### 蘭 따라 그리기



# (주)천일도장 KCC



055-356-0413  
(밀행사교도 박정자 자녀)

경상남도 밀양시 백민로 41(내이동 1149-11)







불교충지중

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

# 총지종보

총기 47년  
2018년 5월 30일  
음 4월 16일

월간 발행

www.chongji.or.kr

창간년도 총기24(1995)년 10월 16일 등록번호 마 2360호 발행인 : 인선(강재훈)

The chongji news

구독문의 02-552-1080 불기 2562년 제223호



## 종령 봉축 법어

부처님께서는 중생들의 고통과 어리석음을 걷어내기 위하여 이 땅에 오셨으며, 참 진리를 깨닫게 하기 위하여 팔만 사천 법문을 설하셨습니다.

거룩하고 고귀한 부처님의 탄신일을 맞이하여 우리 불자들은 부처님께서 설하신 가르침과 이 땅에 오신 뜻을 마음 속 깊이 새겨야 할 것입니다.



습니다.

부처님께서 이르시기를, ‘만약 사람이 부처님을 믿지 아니하고 법을 행하지 아니하고 법아닌 것을 행하는 사람은 죽은 것이나 다름없다’고 설교하셨고, ‘믿음이 없는 중생은 부처님을 보지 못한다’고 하셨습니다.

신심이란 바로 부처님 법을 굳게 믿는 것이며, 무량한 공덕이 있음을 믿고, 올바르게

수행하는 것입니다.

불자 스스로 고통과 괴로움을 여의고 밝고 맑은 마음을 가지며, 자리(自利)를 넘어 이타행(利他行)을 실천하는 것이 부처님의 가르침을 따르는 길이며 부처님 오신날을 봉축하는 것이라 할 수 있습니다. 굳건한 신심과 끊임없는 용맹정진으로 실천해나갑시다.

부처님께서 설하신 일체의 법문을 다 안다고 하여도 실천하지 않는 것은 바른 신심이라 할 수 없고 바른 정진이라 할 수 없습니다. 실천이 따르는 신심과 정진이 있어야 바른 수행이며, 깨달음으로 가는正道(正道)라 할 수 있

부처님께서 이 땅에 오신 날, 불자 모두가 마음의 등불로써 나의 신심을 더욱 발전시키고, 나아가 자비의 눈으로 이웃을 살피는 광대 원만심을 지녀야 할 것입니다. 또한 이날에는 부처님 도량에 연등불을 밝히듯이 우리의 어두운 마음에도 자비와 지혜의 등불을 밝혀야 하였습니다. 밝은 연등이 나의 신심과 정진의 등불이 되고 수행의 등대불이 되어야 할 것입니다. 옴마니반메훔.

불교총지종 종령 법공

## 통리원장 봉축사

불기 2562년 오늘은 법신비로자나부처님의 당체설법(當體說法)대로 중생들을 위해 무작(無作)의 이치를 보여주신 석가모니 부처님이 이 땅에 오신 날입니다.

그렇게 오심은 그 몸 그대로 자신이 처한 자리에서 모든 것을 접수하는 섭리(攝理)와 본불생(本不生)의 이치 스스로가 미혹에 빠진 중생이 곧 본불생임을 깨닫게 하는 불가사의(不可思議)한 순리(順理)를 몸소 보여주시기 위함이라 생각합니다.

이러한 순리의 역사로 나아가는 곧 불교도들의 깨달음의 역사를 향한 감응(感應)의 길이며, 인류의 갈등을 타파하는 오래된 미래입니다.

올해는 특히 적대와 갈등으로 분열된 우리



민족 역사에 있어 대전환을 맞이하는 한 해이기도 합니다. 인류의 갈등이 집약된 한반도에서 법신비로자나부처님의 묘리(妙理) 속에서 남북평화와 세계평화의 원년(元年)이 되기를 부처님 오신 날을 맞이하여 간절히 기원합니다.

이는 매년 전국의 사원에서 진행되는 ‘나라’를 위한 불공인 ‘진호국가불공’을 통해 모아진

불교총지종의 모든 스승님들과 교도들의 염원이기도 합니다.

불자 여러분 가정의 평안과 이루고자 하는 모든 소원이 법신비로자나부처님의 가지력으로 성취되기를 서원합니다. 옴마니반메훔.

불교총지종 통리원장 인선

## 불기 2562년 부처님 오신날 봉축 법요식 봉행

자리를 넘어 이타행을 실천하는 것이 부처님의 가르침을 따르는 길

불교총지종은 본산 총지사를 비롯한 전국 사원에서 불기2562년(총기47년) 부처님 오신날 봉축 법요식을 봉행하였다. 매년 열리는 석가탄신일이지만 올해부터 정식 명칭이 부처님 오신날로 정해짐으로써 불자로서 긍지가 한층 높아진 아주 뜻깊은 봉축 법요식이 되었다. 총지사에서는 종령 법공 대종사를 모시고 주교 원당 정사의 집공과 서울경인지회장(회장 김은숙)의 육법공양으로 법요식이 시작되었다.

종령 법공 대종사는 법어를 통해 “거룩하고 고귀한 부처님의 탄신일을 맞이하여 우리 불자들은 부처님께서 설하신 가르침과 이 땅에 오신 뜻을 마음 속 깊이 새겨야 할 것입니다. 불자 스스로 고통과 괴로움을 여의고 밝고 맑은 마음을 가지며, 자리를 넘어 이타행을 실천하는 것이 부처님의 가르침을 따르는 길이며 부처님 오신날을 봉축하는 것이다.”며 굳건한 신심과 끊임없는 용맹정진으로 실천해나가기를 서원했다.

통리원장 인선 정사의 봉축사는 총지사 주교 원당 정사가 대독하였다. “불기 2562년 오늘은 석가모니 부처님이 이 땅에 오신 날이니



다. 올해는 특히 적대와 갈등으로 분열된 우리 민족 역사에 있어 대전환을 맞이하는 한 해이기도 합니다. 인류의 갈등이 집약된 한반도에서 법신비로자나부처님의 묘리 속에서 남북평화와 세계평화의 원년이 되기를 부처님 오신날을 맞이하여 간절히 기원합니다.”며 모든 소원이 법신비로자나부처님의 가지력으로 성취되기를 서원했다.

이어 교도 개개인의 소망을 담은 촛불공양

식이 거행되면서 참석한 불자들의 손에 들린 촛불이 총지사 서원당을 환하게 비추었다. 그리고 박정희 신정회 회장의 발원문이 있었다. 마니합장단의 음성공양에 이어 교도들이 함께 하는 찬불가로 부처님 오신날의 연등회는 하나의 축제의 장으로 만들어졌다.

법회가 진행되는 동안 사원에 방문한 불자들은 영화상영과 투호던지기에 참여하면서 즐거운 하루를 보냈다.

강동화 기자

## 총지종 하반기 49일 불공 전국사원에서 입재

종령, ‘남북·북미 회담원만’ 서원 추가 지시

불교총지종은 밀교 특유의 수호국계주경법(守護國界主經法)으로 49일간 염송정진하고 부국강병과 조국평화통일을 염원하며 불공정진한다.

총지종 종령 법공 대종사는 49일 불공동안 남북·북미 회담 원만 서원을 추가하여 정진할 것을 전국 사원에 하달하였다.

5월 28일부터 7월 15일까지 불교총지종 전국사원에서는 하반기 49일 불공을 한다. 불교총지종 통리원장 인선 정사는 연말이 되면 새해년도 불공사항을 공문으로 하달하며 상·하반기 49일 불공에 교도들과 함께 진호국가불사를 시행할 것을 명시하고 있다. 매년 행하

는 49일 불공기간 뿐만 아니라 진호국가불사를 매일 개인적으로 정송하는 교도들도 있다. 공무원시험을 보거나 국가직에 봉직하고자 하는 불자는 수호국계주 진언과 지권인으로 진호국가불공을 드리고 있다.

총지종 전국사원에서는 매일 오전 10시가 되면 총지종 교세발전, 부국강병 국태민안, 조국 평화통일, 재난불생 산업발전 등으로 나라와 일체중생의 재난소멸, 소원성취를 서원하며 불공을 드린다.

지난 4월 27일 문재인 대통령과 김정은 국무위원장은 판문점 남측 평화의 집에서 정상 회담을 열고 남북관계를 보다 적극적으로 개

선하고 발전시켜 나가야 한다는 확고한 의지를 담았다. 남과 북은 한반도의 영구적 평화를 위하여 비핵화를 통해 핵없는 한반도를 실현한다는 공동의 목표를 확인했다. 두 정상은 한반도 평화와 번영, 통일을 위한 판문점 선언을 통해 냉전의 산물인 지구촌 유일한 3·8선과 오랜 분단과 대결을 하루빨리 종식시키고 민족적 화해와 평화번영의 새로운 시대를 과감하게 일구어나가자고 했다. 이런 중차대한 시기에 남북·북미 회담 원만 서원과 진호국가불공을 겸하는 하반기 49일 불공 입재를 통해 사대은혜를 생각하며 용맹정진으로 불공드린다.

종/조/법/어

생활하며 불법퍼고 불법퍼며 생활하자  
생활이 곧 불법이요 불법이 곧 생활이다.

지/면/안/내

2면 교계 봉축법어 3면 연등회 6면 밀행사 탐방 9면 통신원소식



불교총지종

## 진호국가불공, 하반기 49일 불공

불교의 생활화, 생활의 불교화

하반기 49일, 진호국가불공의 공덕으로  
국태민안과 남북평화통일을 이루고,  
교도가정에 일체재난 소멸과  
조상영식, 선망부모의 추선공덕을 서원합니다.

일시: 총기 47년 5월 28일 ~ 7월 15일 매일 오전 10시

장소: 불교총지종 전국 사원 서원당

서울시 강남구 도곡로 25길 35 Tel. 02. 552. 1080~3 www.chongji.or.kr





## 서울 연등회 (동국대학교)

불기 2562년  
부처님 오신날 연등회  
2018년 5월 12일



## 부산 연등축제 (부산 시민공원)

지혜와 자비로  
세상을 아름답게

사진제공= 김경인, 한미옥

