



불교총지중

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

총지신문

총기 49년
2020년 5월 1일
월간 발행

제보 news@chongji.or.kr

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

www.chongji.or.kr

구독문의 02-552-1080

불기 2564년 제 246 호

사회적 거리 유지 ‘마스크’ 자성일 첫법회

전국 서원당 4월 26일부터 개방



지난 4월 26일 자성일 법회를 맞아 총지사서에서 안전 예방 조치와 함께 법회를 봉행했다.

코로나19 여파로 두 달 여간 중단됐던 종교계 집회가 재개되고 있는 가운데, 불교총지중 전국 사원이 조심스럽게 문을 열고 지난 4월 26일 일제히 자성일 법회를 열었다.

본산 총지사를 비롯한 전국 사원은 정부가 발표한 완화된 사회적 거리두

니 ‘코로나19 감염방지 정책에 대한 종교집회 완화 안내’ 공문을 통해 4월 26일(자성일)부터 사원을 개방하고, 정상적으로 법회를 봉행하기를 주문했다. 아울러 8대 감염병 예방 수칙을 전달하고, 안전한 사원 운영에 최선을 다해줄 것을 당부했다.

종단, 8대 감염예방 수칙 공문 전달 총지사·정각사 등 안전 법회 재개

기 지침에 따라 일일법회를 재개했다. 각 사원은 이날 사회적 거리두기 지침에 따라 법회 참석 교도들에 대해 일제히 체온을 재고, 발열·기침 증상 등의 유무를 했다. 또 법회 참석자 명단을 작성하고, 마스크를 착용 후 1미터 거리두기 등의 안전 조치와 함께 법회를 봉행했다.

이에 앞서 총지중(총리원장: 인선 정사)은 정부가 5월 5일까지 완화된 ‘사회적 거리 두기’에 들어가면서 지난 4월 23일 자로 전국 사원에 일제히 보

종단이 전국사원에 보낸 감염병 예방수칙은 다음과 같다.

△출입구에서 발열체크, 호흡기 증상 여부확인 및 최근 2주 내 해외 경력이 있는 사람, 발열 또는 고위험군 출입금지(대장 작성) △법회 시 1m 거리 유지 △마스크 착용(미착용자 출입금지) △법회 시 간식 및 식사 미제공 △유증상 종사자 즉시 퇴근 조치 △출입구 및 각 처 소독제 비치 △법회 참석자 명단 작성

부처님오신날, 국난극복 ‘희망의 등’ 밝히다

4월 30일, 광화문
황룡사 9층 목탑
폭 11m, 높이 18m
전통등으로 재현

불기 2564년 부처님오신날을 맞아 4월 30일 오후 7시 서울 광화문 광장에 봉축 장엄등 ‘황룡사 9층 목탑’이 서울 도심에 환하게 밝혔다. ‘사회적 거리두기’로 통리원장 인선 정사를 비롯 한국불교종단협의회 임원, 소속 원장단과 박원순 서울시장 등이 외빈으로 참석한 가운데 작은 점등식으로 봉행했다.〈관련기사 7면〉

취재=박재원, 사진=전서호 기자



원정기념관 재정비, 세계재가불자대회 연기

제 151회 정기총의회, 4월 21일 수인사 개최

제 151회 정기총의회가 코로나19로 인해 순연되어 온 가운데 지난 4월 21일 오후 2시 중앙총의회 의장 우인 정사를 비롯해 16명의 종의원 중 13명이 참석, 포항 수인사에서 열렸다.

이날 총회의에서는 창종 50주년과 종조멸도 40주기 맞이하여 ‘종조원정기념관’을 재정비 하고, 원정대성사의 진영(조상화)을 새롭게 모시기로 결정했다. 또 올 가을에 개최 예정이었던 제 10회 세계재가불자대회를 코로나 감염 예방 차원에서 내년으로 연기했다.

이밖에도 총기 48년도 결산안을 심의하여 원안대로 통과시켰으며, 승직법 일부를 개정하고, 기로원법을 폐지하는 대신 기로스승법을 제



제 151회 정기총의회가 지난 4월 21일 오후 2시 포항 수인사에서 개최되었다.

정하기로 했다.

아울러 오는 8월 말 임기가 만료되는 유지재단이사 정인화 전수를

연임키로 하였으며, 교도 수계법회

를 오는 10월 말에서 11월 사이 봉행하기로 했다. 이밖에도 총기 49년도

정기사무감사에 대한 결과 보고가 이루어졌다.

〈관련기사 2면〉

중/조/법/어

생활이 곧 불법이요, 불법이 곧 생활이라.
뉘아가며 활동하고, 활동하며 뉘아가자.

지 면 안내

4면 법선정사 심뽀이자기
7면 봉축 점등식 화보

6면 심념처는 어떻게 수행해야 하는가?
10면 붓다와 문학

부처님오신날 봉축행사 일정 안내

부처님오신날 봉축 법요식

5월 30일(토요일) 오전 10시 총지중 전국 사원

서울 연등회

5월 23일(토요일) 동국대학교

부산 연등문화제

4월 30일~5월 28일 송상현광장 일대



불교총지중



세계재가불자대회 내년 10월로 연기

‘포스트 코로나19’ 대비와 지혜 필요

올 하반기 총지종 주관으로 한국에서 개최하기로 예정되었던 제10회 세계재가불자대회가 내년인 총기 50년 10월로 전격 연기되었다. 지난 4월 21일 열린 제 151회 정기총회에 참석한 종의원들은 코로나19 장기화라 불가피한 상황을 공유하고 개최 연기를 의결했다.

아울러 대회의 마중물로서 국내 재가단체와 재가불자의 참여를 독려하기 위해 올해 처음 계획된 제1회 유마포럼(Yuma Forum)도 당초 상반기 개최

에서 상황과 여건에 따라 올 하반기로 유보시켰다.

세계재가불자대회는 총지종이 지난 2007년도 ‘불교의 생활화, 생활의 불교화’란 취지로 재가 불교 발전을 위해 시작하였으며, 1회부터 5회째까지는 한국에서, 그 이후는 스페인, 인도네시아, 태국, 일본 등을 거쳐, 제 10회를 기념하여 한국에서 열기로 했었다.

법장원 김재동 연구원은 “2차 세계대전 이후 최대의 위기로 불릴 만큼 코로나19의 발발로 인해, 인류의 삶은 이

전으로 돌이킬 수 없을 만큼 큰 변화를 겪고 있다.”며 “그 어느 때보다도 국제협력력을 통한 포스트 코로나19의 대비와 지혜가 절실한 상황”이라며 현 시기를 평가했다.

한편 세계재가불자대회와 유마포럼은 재가불자들의 소통과 연대 그리고 실천영역의 확대라는 측면에서 포스트 코로나19 시대에 맞는 새로운 패러다임에 대한 재가불자들의 의지와 실천을 다 같이 모색하는 자리가 될 전망이다.

종조원정기념관 개관 16년 만에 새단장

종단 역사박물관으로서 미래 가치 기대



본산 총지사에 위치한 종조원정기념관(이하 기념관)이 개관 16년 만에 새 면모를 갖췄다.

창종 50년과 종조 멸도 40주기를 맞아 제 151회 중앙총의회에서는 기념관을 재정비 하고, 원정대성사의 진영(조상화)을 새롭게 모시기로 결정했다.

현재 기념관은 본관에 영정을 모신 제단이 마련되어 있고, 제단 뒷공간에는 종조님의 유품과 창종 당시의 각종

자료사진, 종조님의 유고, 참고문헌, 전시장 중앙에는 창종 초창기 형태의 본존과 불단 그대로 보존되어 있다.

이번 공사는 유품과 자료가 보존된 공간을 위주로 방풍과 방습에 역점을 두어 종단 사료의 유실과 손실을 사전에 차단하여, 종단의 역사박물관으로서의 역할에 손색이 없도록 관리 감독하겠다는 의지다. 또 부산 정각사 득락전 조성을 맡았던 연리지 공예 이남형

대표가 제단을 제작해 회사하기로 했다. 이대표는 장한 한국인 기술인에 선정되는 등 옛 장인들의 뛰어난 예술적 감각과 혼을 불교공예에 도입하고자 노력해온 예술가다.

이와 함께 국내 내로라하는 굴지의 작가를 발굴하여 종조 원정대성사의 영정을 새롭게 모시기로 했다. 대성사의 단아하고 고귀한 품성과 뛰어난 기지와 고매한 인격을 내포하여 한 시대를 치열히 살아간 밀교수행자이자 시대의 모순과 아픔을 종교적으로 구제하려한 선각자의 참모습을 형상화하는데 전력할 계획이다.

지난 4월 27일부터 공사에 들어간 기념관은 총지종 창종주인 원정대성사의 유품과 서적, 불경 등을 전시하여 총지종의 종풍을 진작 시키고, 교상과 사상을 확립하는 계기를 마련하자는 취지로 총기 33년(2004년) 12월 2일 개관불사를 봉행했다.

학교법인 관음학사 제191차 이사회 실시

2019년도 법인, 학교회계 결산 원안 통과



학교법인 관음학사 제 191차 이사회가 이사장 인선 정사를 비롯해 이사 5명, 감사 3명이 참석한 가운데 지난

4월 20일 오후 1시 동해중학교 법인실에서 개최되었다.

동해중학교 행정실장 법선 정사의

사회로 진행된 이사회에서는 이날 오전에 실시된 2019학년도 법인회계와 학교회계 결산 감사를 심의하여 원안대로 통과시켰다. 또 2020학년도 학교회계 1차 추경안을 승인했다.

한편 이사회에 앞서 동해중학교 송인근 교장은 코로나19 사태에 따른 학사일정과 학교운영에 관한 보고를 하였으며, 2020년도 새로 임용된 김미림(수학), 김정수(국어), 이지현(생물) 교사들과 이사회 간의 상견례가 진행되었다.

‘일상의 순간마다 마음의 실상을 만납니다’

종단사 50년의 기록 동반자 ‘코스토리랩’ 선정

종단이 50년을 맞이하는 다양한 기념사업을 준비하는 가운데 불교총지종 창종 50년의 기록을 함께 편찬할 대행사가 전문적인 사사편집 업체 코스토리랩으로 결정되었다.

지난 4월 28일 통리원 반야실에서 통리원장 인선 정사를 비롯한 집행부와 50년사 관련 종무원이 참석한 가운데 실시된 대행사 선정 프리젠테이션에서 “창종 50년, 일상의 순간마다 마음의 실상을 만납니다.”라는 주제로 편찬을 제안한 코스토리랩이 경쟁사를 제치고 선정되었다.

코스토리랩은 제안서 첫 장에서 ‘반세기 전 그날, 새로운 출발에 대해 먼저 생각해봅니다.’고 전제하며, 종단의 50년을 시간적으로는 ‘불교의 생활화, 생활의 불교화를 추구한 반세기’, 공간적으로는 ‘중생 가까이, 더 가까이’, 불



지난 4월 28일 통리원에서 실시된 50년사 대행사 선정 프리젠테이션이 진행중이다.

교적 의미로 ‘즉신성불, 불심병진, 대승밀교’의 키워드로 요약했다.

또 제작 방향을 △‘박제된 역사’가 아닌 살아있는 이야기 △지나간 역사가 아니라 ‘사건의 이유와 목적’에 주목 △ 스승님들의 이야기로 미래를 기억, 세 가지를 들었다. 아울러 제작 후 사료를 DB와 하여 제공할 것을 제안했

으며, 홈페이지나 온라인을 통해 공유하여 총지종을 홍보하는데 일조하도록 e-book을 함께 제작하겠다고 밝혔다.

추진중인 종단 50년사는 업체와 계약이 진행되는 대로 기획과 집필, 디자인 등의 제작 과정을 거쳐 내년 12월 4일 50년 창교절을 앞두고 발간될 예정이다.

“아미타불 극락세계에 왕생성불 하옵소서”

일신행 대전수 49재, 4월 14일 단음사에서 봉행

수행과 전법을 위해 한평생 정진해 오다 지난 2월 27일 열반에 든 일신행 대전수(세수 81세, 법납 36년)의 49재가 4월 14일 영천 단음사에서 주교 남해정사의 집공으로 코로나 여파로 가족과 일부 스승들만 참석한 가운데 봉행되었다.

참석자들은 단음사 전신인 인덕서원당 주교를 처음 맡아 단음사로 이어져 기까지 중생제도와 교화를 마치고, 단



음사에서 49재를 맞게 된 일신행 대전수의 업적을 기리며, 아미타불 극락세

계에서 왕생성불 하실 것을 다 같이 서원했다.

인생의 가치를 자각하고 수행에 힘을 주는 불교총지종 「불교총전」

「불교총전」은 총지종 종조 원정대성사께서 현교(顯敎)와 밀교(密敎), 대승(大乘)과 소승(小乘)의 모든 경전 가운데서 그내용을 광범위하게 뽑아 불교전체를 올바르게 이해시키기 위하여 통불교적(通佛敎)인 입장에서 편찬하였습니다.

일반인들에게는 다양하면서도 체계 있는 불교교과서이고, 불자들에게는 수행의 지표가 되는 부처님 말씀입니다.

문의 불교총지종 통리원 및 전국 사원 | 전화문의 02)552-1080



종단협, 중국불교협회 기증품 서울시에 전달

4월 22일 의료용 마스크, 체온계 공공의료진 앞으로



왼쪽부터 한국불교종단협의회 사무처장 진경스님, 사무총장 지민스님, 한일불교문화교류협회의 사무총장 향운 스님이 참석해 가운데 이루어졌다.

한국불교종단협의회(회장: 원행 스님)가 중 했다. 코로나19 방역물품 기증을 위한 상차식은 국 불교계가 기증한 방역물품을 서울시에 전달 지난 4월 22일 서울 조계사 교육관 앞에서 종단

협 사무총장 지민 스님, 사무처장 진경 스님, 한 일불교문화교류협회의 사무총장 향운 스님이 참석한 가운데 이루어졌다.

중국불교협회와 중국불교협회 부회장 명생 스님(광둥성 광효사 방장)이 기증한 방역물품은 의 룡용 마스크 총 4만 7천 장과 체온계 100개로 서 울시를 통해 공공 의료진에게 나눠질 예정이다.

사무총장 지민 스님은 “지난 1월 코로나가 발 병했을 때 우리 불교계가 중국 국민을 위해 구 호 물품을 보냈으며 그 답례로 중국불교협회에 서 방역 물품을 보내왔다”고 밝히며 중국 불교 계에 감사를 표했다. 또한 “코로나19 종식을 위 해 헌신 중인 대한민국 의료진에게 도움이 되길 바란다”고 격려를 전했다.

한편 불교총지종 통리원장 인선 정사가 부회 장직을 맡고 있는 한국불교종단협의회는 지난 4월 13일 재난구호 모금전문기관인 희망브릿지 재해구호협회를 통해 ‘코로나19 대응 기금’ 1억 원을 기부했다.

전서호 기자

제40차 한일불교문화교류 금산사대회 연기

한일불교 신임 이사장에 진각종 회성 정사

(사)한일불교문화교류협의회(회장:원행 스님)가 신임 이사장에 대한불교진각종 통리원장 회성정사를 선출했다.

또한 부이사장에 대한불교보문종 총무원장 인구 스님과 사무총장에 (재)대한불교원효종 총무원장 향운 스님을 각각 선임했다.

한일불교문화교류협의회는 “2020년 3월

25일 개최 예정이었던 제40차 정기총회가 코 로나19의 확산으로 인하여 서면 대체기로 하 여, 전체 상임이사 및 이사에게 지난 2019년 12월 제3차 상임이사회에서 결의된 추천안을 서면을 통해 공지하여 처리 되었다.”고 지난 4 월 23일 밝혔다.

한편 한일불교문화교류협의회는 오는 6월

8일 개최 예정이었던 제40차 한일불교문화 교류대회 금산사대회를 지난 3월 10일 일본 측인 일한불교교류협의 회와의 논의 끝에 코로나19로 인한 연대 개최 가 어려울 것으로 판단하고, 내년 6월로 연기 하기로 합의했다.



진각종 회성정사

건화사 법상 정사 편

마음과 행위 따라 화복이 달라진다

마음이 씨앗이요, 행위가 연이 되어 모든 과가 일어난다.
같은 땅에 종자 따라 결실이 다르듯이
같은 세상에 마음과 행위 따라 화복이 달라진다.

<종조법설집 제 4장 잠언(箴言)편, 240p>

'내 마음의 등불'은 스승님들이 평소 마음에 새기고 계신 지혜와 말씀을 릴레이식으로 소개합니다. 건화사 법상 정사님은 시법사 서강 정사님을 지목하셨습니다.

불교를 알아야하는 이유

지혜의 눈

오리엔탈리즘, 식민 지배 정당화를 위해 작용
서로 다름을 알아야 전 지구적인 연대가 가능

오리엔탈리즘은 ‘해가 뜨는 곳’을 뜻하는 라틴어의 오리엔스(Oriens)에서 기원하는 데, 처음에는 지중해의 동쪽인 그리스 지방 을 가리켰다고 합니다. 이것이 근대이후 유 럽인들의 팽창에 따른 지리적 지식의 확장 으로 오늘날 중국 일본까지를 포함하는 의 미로 변화하였습니다. 오리엔트와 달리 아 시아(asia)란 이름은 그리스 문명에서 사용 하던 것으로 그리스의 동쪽에 있는 나라들 을 가리킬 때 사용한 ‘아수(asu:동쪽)’에서 비롯하였다고 합니다. 따라서 지금의 터키 인 소아시아 지방을 포함한 메소포타미아 지역을 가리켰다가 오늘날에는 더 동쪽인 일본까지 포함하는 지역을 의미하게 되었 습니다.

그러면 오리엔트의 번역어인 동양이란 용 어는 언제부터 사용하였을까요?

동양과 서양의 구별은 송나라 말에서 원 나라 초(13세기)에 생겨난 것이라고 합니 다. 지리적으로는 광저우와 수마트라 동부 를 연결하는 선의 동쪽 바다를 동남해라 했 다가, 원나라 때 동양이라고 불렀다고 되어 있습니다. 바다를 경계로 양(洋)의 동서로 구분한 것이죠. 이것이 명나라 때 중국에 건 너온 유럽 선교사들이 세계지도를 만들면 서 세분화되었는데 태평양의 북부를 나눠 바다의 서쪽을 대동양, 동쪽을 소동양이라 고 하고, 인도양을 나눠 서쪽을 소서양이라 하고, 그보다 더 서쪽의 바다를 대서양이라 고 명명하였다고 합니다.

오리엔탈리즘은 에드워드 사이드의 1978 년 간행된 책의 이름입니다. 그는 이 책에서 오리엔탈리즘을 서양인들에 의해 규정된 동양에 대한 정의를 가리키는 말로 사용하 였습니다. 서양이 동양을 식민화하는 과정 에서 형성된 인식틀인 오리엔탈리즘은 그 식민 지배를 정당화하는 배경으로 작용하 였는데, 동양은 비합리적이고 열등하며 도 덕적으로 타락되었고 이상하고, 서양은 합 리적이고 도덕적이며 성숙하고 정상이라는 식의 틀을 세워 개화의 명분으로 동양의 침 략을 미화하였습니다. 여기에 동양인 사신 들에 의해 재생산되어 자신들을 비하하고

식민 지배를 정당화하는 내적 논리로 작동 하게 됩니다. 우리나라에서 여전히 논쟁중 인 식민사관 같은 것들이 대표적인 것이라 고 하겠습니다.

그러한 인식틀이 그동안 끊임없는 노력으 로 극복되어 왔지만 동양이 서양을 뛰어넘 는다는 생각은 하지 못했습니다. 코로나 19 에 대한 대처에서 한국과 소위 선진국이라 불렀던 일본을 포함한 나라들의 대처와 비 교하면서 한국인들도 놀랐던 것이죠. 한국 은 자신들의 역량이 이정도로 성숙했음을 모르고 있었다가 이번 사태를 통해 확인하 면서도 스스로도 잘 믿지 못하고 있습니다. 어떻게 이런 상황이 나타나게 되었는지는 이제 많은 학자들의 연구를 통해 하나 둘씩 설명될 것입니다.

사실 위에서 언급한 오리엔트나 아시아라 는 명칭은 너무 넓고 이질적인 지역을 하나 로 묶어놓았습니다. 중동 지방의 아랍인이 나 이란인들은 동아시아의 우리와 가까운 것이 아니라 유럽인과 같은 코카서스 인종 에 속합니다. 유럽과 북아프리카와 서아시 아 지방은 그리스와 로마시대에 하나의 문 명권으로 묶여 있다가 서양의 중세가 시작 되면서 기독교권과 이슬람교권으로 나뉘게 되었습니다.

우리는 이러한 지리적이고 역사적인 이해 가 있어야 지금 벌어지고 있는 세계사적 사 건의 내용과 앞으로의 전개를 보다 충실히 이해할 수 있습니다. 동아시아 문명권은 중 국, 한국, 일본, 베트남을 포함합니다. 지금 까지 우리는 유럽과 미국의 서양 문명과 비 서양 문명으로 구분하였지만 이제는 동아 시아 문명권과 인도를 중심으로하는 남아 시아 문명권과 이슬람교를 중심으로 하는 서아시아, 그리고 이들을 연결해주던 중앙 아시아로 구분해서 접근해야 합니다. 서로 의 다름을 알아야 이해가 가능하고 전 지구 적인 연대가 가능합니다. 그 대전제가 우리 의 정체성을 파악하는 것입니다. 동아시아 문명권의 중심에 유교와 도교와 불교가 놓 여있습니다. 우리가 불교를 알아야하는 이 유가 여기에 있습니다. 칼럼리스트 김태원

불교총지종 불교용품



가정본존다라니(금색)
13.5x17x3cm

₩ 50,000



가정본존다라니(엔틱)
13.5x17x3cm

₩ 40,000



가정본존다라니(액자)
14x19x1.5cm

₩ 10,000



호신다라니(지갑형)
4.2x5.8cm

₩ 3,000



보리수 108염주

₩ 40,000



편백염주 108염주

₩ 10,000



핀보리수 108염주

₩ 40,000





연명의료 24

‘걸음걸이만 바뀌도 치매 없이 30년 젊게 산다’

법상 정사

산업과 의학기술의 발전은 안락함을 선사했지만 수명 연장과 함께 여러 가지 질병도 생겨났다. 더 큰 문제는 혈압, 당뇨, 비만 등 잘못된 생활습관으로 발생한 병에 신경 쓰느라 정작 중요한 뇌를 등한시했다는 점이다. 문명의 발달로 몸의 수명은 늘어난 데 비해 뇌의 건강은 그 속도를 미처 따라가지 못하면서 뇌와 관련한 질병이 크게 늘고 있다. 특히 치매가 대표적이다.

렵기 때문이다.

치매는 10~15년의 잠복기를 갖는데, 이 기간에는 의학적 진단이 쉽지 않다. 기억과 학습에 관여하는 신경세포의 경우, 60~70%가 죽어서 없어지거나 제 기능을 다하지 못할 때까지 인지기능은 큰 문제없이 작동된다. 특히 예비치매라 불리는 치매 초기의 3~5년간은 증상이 전혀 없다. 그러므로 현재의 의학 기술로는 무증상 기간 동안 치매를 예측할 수 있는 방법이 없기 때문에, 안타

치매, 발병 후 치료보다 사전 예방 중요 하루 30분, 주 5회, 한주에 150분 걷기

치매환자가 왜 점점 늘어날까

왜 이토록 치매환자가 폭발적으로 늘어나는 걸까? 오래 살기 때문이다. 수명이 길지 않았던 시절에는 치매에 걸리기 전에 거의 사망했다. 우리나라의 경우 인구 고령화와 치매 인구의 폭발적 증가로 인해 2016년 말 기준으로 치매 환자는 70만 명에 달했다. 보건복지부가 2012년 치매 발병률을 조사한 결과, 2030년에는 약 127만 명까지 증가할 것으로 보인다.

치매 환자로 인한 사회적 비용도 2050년이 되면 106조 5천억 원에 이를 것이라고 한다. 계산해 보면 1인당 약 4천만 원의 의료비가 든다는 결론이 나온다. 가족 중 치매 환자가 있다고 생각해보자. 혹은 머지않아 내가 치매에 걸린다면? 도저히 감당하기 어려운 비용이다. 치매를 해결할 수 없다면 늘어난 수명이 결코 축복이기만은 하지 않을 것이다.

치매는 발병 후 치료보다는 사전에 예측하고 예방하는 것이 중요하다. 우리나라 최초 걷기운동 전문가가 성기훈 박사는 “치매 예측과 예방에 있어 걸음걸이가 중요한 척도가 되며, 건강하고 행복한 인생 후반전을 위해 걷기운동이 필요하다.”라고 말한다.

걸음걸이로 치매 예측 가능

그렇다면 걸음걸이로 치매를 예측하는 것이 왜 중요할까? 의학적 진단만으로는 치매 예측이 어

렵게도 병을 키운 후에야 발견하게 되는 것이다.

만약 65세에 치매가 발병했다면, 실제로 치매는 이미 50세부터 시작됐다는 말이다. 그러나 만일 50세 무렵에 치매를 미리 예측할 수 있다면, 15년을 앞당겨서 치료할 수 있다는 뜻이기도 하다. 걷기 운동이 중요한 이유가 바로 여기에 있다. 무증상 기간에 나타나는 가장 큰 변화가 바로 걸음걸이, 특히 걸음 속도이기 때문이다. 노화가 오고 근력이 감소하면 걸음 속도가 완만하게 떨어지는 반면, 경도인지장애나 치매에 의한 걸음 속도는 급격하게 떨어진다. 그뿐 아니라 걸음걸이 모양과 방향, 보폭, 균형감 등에서 변화가 온다.

걸음의 보폭 10cm만 늘리자

다만 본인이 스스로 걸음걸이의 변화를 인지하기가 어렵다는 문제가 있다. 그러나 ‘걷기운동’을 통해 주변 사람이 걸음걸이를 보고 인지기능이 떨어지는 것을 미리 발견하면 치매 진행 단계를 예측할 수 있으므로 매우 간단하고 획기적이라고 할 수 있다.

걸음의 보폭을 10cm만 넓혀도 우리 신체와 뇌에는 놀라운 변화가 생긴다. 하루 30분, 주 5회, 1주에 최소 150분 걷기운동을 실천하는 것만으로도 우리의 건강을 향상될 수 있다. 제대로 걷기만 해도 뇌가 젊어지고 인생이 달라진다. 매일 실천하면서 몸의 건강을 지키고, 행복한 삶으로 나아가자.



심보이야기 7

법상 정사

1·2·3 능변식(能變識) 8식·7식·6식 훑어보기

재미있는 질문을 해보자. 왜 전5식은 안식부터 시작할까? 왜 6식의 순서가 안식에서 시작하고 안식을 맨 선두에 둔 까닭은 무엇인가?

이 질문에 옛 논자들은 두 가지 입장으로 설명을 한다. 신체적 특징을 기준으로 한 것으로 얼굴에서 눈이 가장 높은 곳에 있고, 그 다음으로 귀, 코, 혀 등의 순서이고 몸은 전체이고 의식은 전5식을 모두 포함하여 살핀다고 설명하고, 다른 하나는 대상의 멀고 가까움을 기준으로 하였다. 눈에 보이는 색깔과 형태는 저 멀리 있어 보인다. 그다음으로 인식할 수 있는 거리의 한계 순서로 소리, 향기, 맛 등의 순서이다.

접촉은 몸 안팎으로 전체에 해당되고 의식의 대상인 법경(法境)은 모든 법을 포함한다. 안식(眼識)이 다른 것 보다 더 빠르고 즉각적이기 때문이다. 보통 인간이 외물을 지각할 때 소리보다는 색, 형에 더 의지한다. 이는 ‘눈’을 통한 지각기능이 다른 기능주체보다 상당히 빠른 지각 속도를 가지고 있고, 외물의 상(象)을 구상화하여 인식주체에 전해주는데 능하기 때문이다.

이하의 이·비·설·신·의는 다음의 순서로 정도가 조금 더디고, 구상력과 감각이 덜 나타난다고 설명한다. 이렇듯 전5식은 주로 감각적인 인식을 하고, 종합적인 인식이나 추상적인 생각을 하는 데는 부족함이 있으며, 선과 악을 분별하는 작용 또한 부족하다는 점에서 제6식이 이러한 전5식을 보완한다.

능변식(能變識)은 대상인식 능력

제1·제2·제3으로 불리는 숫자는 심식이 발생하는 순서에 따라서 붙여진 이름이다. 그러므로 제1능변식은 제8식을 말하며, 가장 근원적이고 근본적인 심식이 되고, 제2능변식은 두 번째의 심식인 제7식이며, 제3능변식은 전5식과 제6식을 함께 말하는 것이다.

제1·제2·제3능변식에서 능변식은 능히 대상을 인식할 수 있는 능력을 지닌다는 의미

로 능변식(能變識)이라 한다. 이것은 8식실과는 달리 심식의 구조를 크게 세 가지로 보는 경우이다. 능변(能變)이라는 말을 유식에서 심식을 말할 때에 주로 사용한다.

능변의 대상은 소변(所變)이며 능(能)과 소(所)는 상대적인 개념이고, 능(能)은 주체

능히 대상을 인식할 수 있는 능력을 지닌다는 의미로 능변식(能變識)이라 한다.

가장 근원이 되고 발생순서가 앞서는 제8식이 초능변식, 또는 제1능변식이 되고, 제7식이 제2능변식이 되며, 전5식과 제6식이 합하여 제3능변식이라 불린다.

능(能)은 인식 주관, 소(所)는 인식 대상을 설명 말나식은 제6식보다 한 단계 깊은 마음의 세계

가 된다는 의미이며, 소(所)는 그 대상이 된다는 의미이다. 보통 능(能)이라고 하는 것은 인식주관을 설명할 때 쓰는 용어이며, 소(所)라고 하는 것은 인식대상을 말할 때 쓰는 용어이다.

따라서 능(能)이 붙는 용어는 인식주관 즉 심식을 말하고, 소(所)가 붙는 용어는 인식대상에 대한 것이라고 할 수 있다. 그러므로 여기에서 능변식이라는 용어를 쓰는 경우는 대상에 의해서 인식이 결정되는 것이 아니고, 인식주관에 의해서 대상이 결정되기 때문에 심식이 보다 능동적인 역할을 하고, 대상은 수동적인 역할을 한다는 점에서 심식의 이름을 능변식이라고 사용하고 있다.

또한 능변과 소변에 붙여진 변(變)에는 또 다른 의미가 포함되어 있다. 변(變)이라고 하는 것은 ‘변화·움직임·달라짐’ 등의 의미로 해석될 수 있는 것이기 때문에 인식주관과 인식대상의 상호관계에 따라서 변화될 수 있다는 여러 가지의 가능성을 열어둔 용어이다.

제3능변식 중에 전5식은 안식·이식·비식·설식·신식을 말하며, 제6식인 의식과 구분해서 앞에 있는 다섯 가지 식이란 점에서 전5식(前五識)이란 이름이 붙었으며, 의식은 전5식 다음의 제 여섯 번째 식이라는 의미에서 제6식이라고 한다. 정리하면 심식은

유식학에서는 제6식을 표층의식이라 한다. 본심이 아니다. 그리고 제6식의 뿌리가 되는 것이 자아의식(自我意識)에 해당하는 제7식인 말나식(末那識)을 새로이 설정한 것이다. 소승불교에서는 6식까지만 있는 것을 봤으며, 의식의 근거가 앞생각이라 했다. 즉, 소승불교에서는 앞생각이 뒷생각의 뿌리가 된다고 봤으나 유식학에서는 말나식을 상정한 것이다.

그리고 이 말나식은 제6식보다 한 단계 깊은 마음의 세계로서, 나의 실체인 영혼을 일컫는다. 그리고 숨어있는 잠재의식이 제8식인 아뢰야식(阿賴耶識)이다. 이처럼 유식학에서는 8식으로 세분화한 것이다.

식(識)을 마음이라 하지만, 그것은 가벼운 마음을 일컫는 것이고, 보통 마음이라 하면 전5식을 포함한 제6 의식을 일컫는다. 그러나 좀 더 포괄적인 마음 혹은 생각이란 제1식부터 제8식까지를 통틀어 일컫는다. 그리고 제7식부터는 표층심리를 벗어나 심층심리로 들어간다. 따라서 제7식, 제8식은 심층의식이라 한다.



실지사 교도 광고

L E V A I N N A T U R E L

주방세제!!

아직도 액체 만을 고집하시나요?

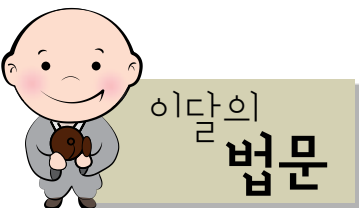
르뱅나투르세제는

천연원료 기반,

어른에게도 아이에게도,

피부에 좋은 제품

대표 천민수 | 구매처 010 5248 0322 | 개당가격 5,000원



세 가지 교훈

자석사 지현 전수

옛날 장사꾼 남자가 더 큰 돈을 벌기 위해 자신의 재산 모두를 정리하고 아내는 남겨둔 채 고향을 떠났습니다. 남자는 이 곳 저 곳을 떠돌아다니며 애를 썼지만 얼마 되지 않아 행상도 못할 지경이 될 정도로 형편이 어렵게 되었습니다. 이러지도 저러지도 못한 남자는 옆 상인의 권유로 이웃 스님을 뵈고 여쭙보기로 하였습니다.

스님께서는 남자에게 세 가지 말씀을 해 주셨습니다.

첫째, 남들은 질러가도 당신은 돌아가라
둘째, 남들은 욕을 해도 당신은 칭찬해라
셋째, 예쁜 여자를 보거든 기어 들어가라

거지상태가 되어 집으로 돌아갈 수도 없이 지내던 어느 날, 장터를 떠돌다 몇 번 만난 적 있는 장사꾼들을 만났습니다. 그들은 그 밤에 출발해서 산을 질러가면 다음날 일찍 도착하게 되어 목 좋은 장터를 구할 수 있다며 남자에게도 함께 가자고 말했습니다. 남자는 잠시 그럴까도 싶었지만 스님의 첫 번째 말이 떠올라 자기는 내일 날이 밝는 대로 천천히 가겠다고 하며 거절하였습니다. 그런데 다음날 아침 난리가 났습니다. 전날 밤에 떠났던 상인들이 산적을 만나 돈을 빼앗기거나 목숨을 잃어버렸다는 것입니다.

남자는 “휴~, 좀 빨리 갈라다가 완전히 죽을 뻔 했군” 하며 놀란 가슴을 쓸어내리며 모든 걸 단념하고 어쩔 수 없이 집으로 돌아가기로 작정하였습니다.

몇 십 리 넘는 길을 힘없이 걷다 보니 바다가 나왔습니다. 그런데 바다 한 가운데 언뜻 보기에도 추한 물골을 한, 짐승인지 사람인지 모를 물체가 바위에 걸터 앉아 눈물을 흘리고 있었습니다. 그 모습이 너무 흉측해 지나가는 사람마다 재수 없다고 돌을 던지고 욕을 해댔습니다. 남자는 자신도 모르게 욕이 나오려고 했지만 순간 스님의 두 번째 말씀이 기억나 억지로라도 위로의 말을 했습니다.

“얼굴이 비록 추하지만 울고 있는 모습이 참 안됐구려. 사람들이 욕까지 해대니 딱하기도 하고.”

그런데 그 말이 마치는 순간 놀랍게도 괴물의 허물이 벗어지더니 참으로 반듯한 사람이 남자에게 인사를 하며 너무도 감사해하는 것이었습니다.

“저는 저 바다 속 용왕의 아들인데 평소 큰 잘못을 저질러 화가 난 용왕님이 평생 이런 물골로 사람들마다 흉보고 욕하는 과보를 받고 살라는 벌을 받았습니다. 하지만 단 한 사람이라도 측은해거나 좋은 말을 해주면 그 허물을 벗겨준다는 것이었는데 그동안 누구에게도 듣지 못한 말을 오늘 당신이 해주신 덕분에 본래의 얼굴을 찾게 되어 너무 기쁩니다. 감사의 마음으로 이 보물들을 드리겠습니다.”

말 한마디에 갑자기 큰 부자가 된 남자는 너무도 행복하고 기쁜 마음으로 당당히 집으로 가게 되었습니다. 집에 도착한 남자는 잠긴 대

둘째, 남들이 다 욕을 해도 칭찬하라는 것은 말의 중요성을 가르치고 있겠지요. ‘칭찬은 고래도 춤추게 한다.’라는 말이 있듯이 누구나 칭찬의 말을 듣기는 좋아 하지만 상대에 대한 칭찬에는 인색한 것이 우리들 중생입니다. 예사로 한 말이 상대에게는 치명적인 상처가 되고 자신은 좋지 않은 구역을 짓게 되는 경우가 허다하지요. 평소 상대를 칭찬하고 인정해주는 말 습관을 잘 들인다면 예상치 않은 복도 저절로 오게 된다는 것을 꼭 명심하기를 바랍니다.

셋째, 기어 들어가라는 말은 겸손과 하심(下心)을 하라는 뜻이 아닐까요.

조급한 마음 버리고 평상심 유지해야 힘든 이웃 위해 따뜻한 말 한마디 위로 겸손한 마음으로 자리이타 실천이 필요

문 앞에서 큰 소리로 아내를 불렀습니다. 아내는 깜박 잠이 들었다면서 늦게 문을 열어주었습니다. 오랜만에 아내를 봐서인지 아내의 얼굴이 너무 예쁘게 보였습니다.

그때 스님의 마지막 말씀이 퍼뜩 떠올라 방안까지 기어들어 갔는데 방 앞에 도착하니 눈앞에 깜짝 놀랄 일이 있었습니다. 낯선 남자가 뒷마루 밑에 숨어 자신을 노려보고 있었습니다. 알고 보니 남편 없는 사이 아내에게 다른 남자가 생겼는데, 갑작스레 남편이 돌아오는 바람에 뒷마루 밑에 숨어 있다 발각되었던 것입니다.

이 이야기를 그저 재미있는 동화 한 편 정도로 생각해도 되겠습니다만, 수행과 연관해서 말씀드리고자 합니다.

첫째, 질러가지 말고 돌아가라는 말은 일의 성사가 빠르다고 무조건 좋은 것이 아니라 때에 따라서는 늦을수록 더 좋다는 교훈을 줍니다. 우리는 매사 빨리 성취하고자 하는 욕심에 이끌려 다닙니다. 누구보다 먼저, 무엇보다 빨리 이루고자 하는 마음에 탐욕심이 생기고 그 결과로 악업을 더 짓게 되는 것입니다. 어떤 일을 성취하고자 하는 마음이 간절할수록 성급한 마음을 버리고 올바르게 실천할 때 성취가 가까이 있다는 것을 명심하면 좋겠습니다.

만약 남편이 부자가 되었다고 의기양양하게 고개를 뻗뻗이 하고 들어갔다면 아내의 나쁜 짓을 모르고 속았을 뿐만 아니라 자신도 위험해질 수 있었겠지요. 하지만 자신을 낮추고 기어들어 가다보니 모든 걸 바로 알게 되었습니다. 즉 자신을 낮출수록 바로 볼 수 있는 안목을 갖추게 되는 것입니다. 또한 위치가 높고 형편이 좋음에도 자신을 더 낮추는 사람을 보면 우리는 저절로 존경심이 우러난다는 것을 알고 있습니다.

2020년의 봄은 여태껏 단 한 번도 경험해보지 못한 잔인한 계절입니다. 눈에 보이지도 않는 바이러스에 아름다운 봄은 속절없이 외면당했습니다. 지금은 다행히 다소 주춤해지고 있으나 완전히 끝나는지는 않았고, 언제 또 기승을 부릴지 모르는 두려운 상태가 전 세계적으로 이어지고 있습니다.

어려운 현실에 있을수록 각자의 수행은 더 나아가야 합니다. ‘나 한사람쯤이야’하는 마음이 세상을 혼란스럽게 할 수 있습니다. 조급한 마음을 버리고 평상심을 유지하며, 힘든 이웃을 위해 따뜻한 위로의 말 한마디 건네는, 겸손한 마음으로 자리이타의 실천이 꼭 필요할 때라고 여깁니다. 그 어느 때보다, ‘나’보다는 ‘우리’를 먼저 생각하고 배려하는 마음이 커진다면 어느 순간 바이러스에 빼앗긴 우리의 소중한 일상이 다시 곁에 돌아오리라 확신합니다.

하현주 박사의 마음 밭 가꾸는 이야기 자비정원(慈悲正願)①

바이러스만이 아니라 정서도 전염된다? 정서전염과 ‘자비 방역’

코로나19 바이러스로 전 세계가 큰 혼란 가운데 있다. ‘전염’이라는 말이 참으로 지긋지긋한 말이 되어버린 이 시국에, 전염이라는 불편한 단어를 또다시 마주해야 하는 이유는 바이러스로부터 우리 몸을 보호하기 위해 총력을 기울이는 것처럼 마음을 보호하기 위한 방역에도 주의를 쏟는 것이 마땅하기 때문이다. 이 모든 방역의 노력들이 자타를 함께 보호하기 위한 것인 것처럼, 마음의 방역에서도 자타의 마음을 함께 돌보는 노력이 필요하다. 자칫하면 타인을 오염원 취급하기 쉬운 이 시국에 자비의 마음은 더 절실히 요구된다고 하겠다.

전염되는 것이 바이러스만이 아니라면, 우리의 감정도, 행복도 고통도 전염될 수 있다면 우리가 세상을 바라보는 방식은 어떻게 변할까? 정서전염이라는 현상은 찰스 다윈, 칼 융과 같은 대가들에 의해서도 일찍이 주목된 바 있으며 최근 신경과학과 다양한 실험 방법을 통해 활발히 입증되기 시작했다. 공감 및 정서전염에 관한 신경학적 연구들은 개인의 감정이 한 개인에게만 속해있다는 개체주의적 세계관에 반기를 들기 시작했다.

신경학적 연구 결과들을 간단히 요약해보면, 개인이 경험하는 정서가 미처 알아차리지 못할 만큼 아주 짧은 자극에 의해서도 자동적으로 타인에게 전달될 수 있으며, 타인의 표정 뿐 아니라 몸짓과 심지어 인간의 형태를 한 기호들의 움직임조차도 개인의 정서를 촉발할 수 있다고 밝혀져 있다. 즉, 잠깐 본 듯 만 듯 스치고 지나가는 타인의 표정으로도, 기운 없이 걸어가는 뒷모습만으로도 우리는 상대방의 감정을 공유하게 된다는 것이다.

마치 확진자와 같은 공간 속에 있었던 것만으로도 우리가 감염될 위험이 있다고 우려하는 것처럼 정서적 고통도 바이러스처럼 전염될 수 있다면 우리는 타인의 감정을 어떻게 대하게 될까? 고통스러운 사람을 마치 확진자를 대하듯 격리시키고 피해야만 할까? 내가 우울하다면 자가 격리하며 사람들을 만나지 말아야 하는 것인가?

우울은 전염성이 강한 감정으로 알려져 있다. 인간의 정서는 인류 공동의 번영을 위해 진화해온 것이기 때문에, 인간은 우울할 때 집에만 있으려고 하는 경향이 있다. 어쩌면 자신의 우울감을 퍼뜨리지 않게 하기 위해 집 안에 머물게 하는 기능을 갖기도 하는 것 같다. 그러나 또 한편

우울할 때 인간의 자기반성은 극에 달해서 자신의 내면을 관조하고 살아온 삶을 돌이켜 반성하게 하고 새로운 방향으로 나아가게 하는 순기능을 갖기도 한다. 코로나 사태로 인해 집에 머무는 시간이 불가피하게 늘어버렸다. 누군가는 그렇게도 바라던 휴식을 눈치 보지 않고 할 수 있다며 좋아하기도 하고, 또 누군가는 수입이 줄어들어 고통을 호소한다. 불가피한 집거라면 우울하게 보내기보다는 자기성찰의 소중한 시간으로 귀하게 보내는 편이 낫지 않을까.

그러나 육아대란으로 고통을 겪는 부모들이며, 사람들의 소비 감소로 인해 큰 타격을 입고 있는 자영업자 뿐 아니라 코로나19로 고통 받는 모든 사람들은 자기성찰의 사치를 부릴 여유가 없다. 나보다 더 고통 받는 이들을 위해 그들 모두가 건강하고 평화롭게 우리 모두가 한 마음으로 바라는 마음의 방역과 자비의 서원이 절실히 시점이다. 자비심을 갖는 것은 면역기능 향상에도 실제로 효과가 있다고 하니 자리이타가 진정 돌이 아닌 셈이다. 지금 이 순간 실천할 수 있는 ‘자비 방역’은 아주 쉽고 간단하다.

‘내 몸과 마음이 건강하고 평안하길 바라듯이 지금 마주친 저 사람의 몸과 마음도 평화롭게! 고통 받는 모든 생명들의 몸과 마음이 평화롭게!’ 하고 진정으로 기원하는 마음이면 충분하다. 그리고 지금 당장 구할 수 있는 ‘자비 마스크’도 있다. 마스크 쓴 얼굴 위로 평화롭게 미소 짓는 눈빛을 전달하는 것. ‘성냄 없는 얼굴이 참다운 공양구(面上無瞋供養具)’라는 문수보살의 계승은 우리 자신의 평화로운 얼굴이 상대방에게도 좋은 영향을 줄 수 있다는 정서전염의 현상을 한 마디로 드러내준다. 나의 미소가 상대방에게 최상의 공양구가 될 수만 있다면, 우리 각자는 이 비상시국에도 자신의 마음을 잘 관리하고 타인에게도 평화를 전달할 수 있는 ‘마음관리본부’로서의 역할을 해낼 수 있을 것이다.

바른 서원(正願)을 세우고, 자비로운 마음 밭을 가꾸기 위한 이야기 하현주 박사의 ‘자비정원(慈悲庭園)’을 새롭게 연재한다. 하현주 박사는 동국대에서 선학을 전공하고, 서울대 심리학과 임상 및 상담심리학 전공으로 박사학위를 취득하였다. 정서전염과 자비에 대한 주제로 박사 논문을 썼으며, 한국상담심리학회 공인 상담심리사1급 및 주 슈퍼바이저로 활동하고 있다.

나를 돌아보는 수행인의 길잡이!
불교수행의 길에 처음으로 들어선 불자들의 필독서

초발심자경문

· 계초심학인문(誡初心學人文) · 발심수행장(發心修行章) · 자경문(自警文)

“《초발심자경문》은 불교수행의 길에 들어선 초심자뿐만 아니라 입문한 지 오래된 전문수행자도 자신을 살피기 위하여 반드시 읽어야 할 책이다.”

-머릿말 중에서-



✓쉬운 번역!
✓간결한 표현!
✓읽기 쉬운 원문!

하명 번역 / 불교출자중 법장원 발행
정가12,000원 / 169쪽

법보시 받습니다. 법보시가 (7,000원 / 10권 이상)
문의전화 02-508-8933

도경스님의

심념처는 어떻게 수행해야 하는가?<1>

현재는 수행의 시대라고 한다. 이는 대중들이 복을 비는 것으로는 해결되지 않는 번민과 고뇌의 고통으로부터 평안을 얻고자 하는 욕구가 반영된 것이라 볼 수 있으며, 한국불교도 이에 부응해 많은 노력을 하고 있는 것이 사실이다. 종조께서도 단순했던 과거와 복잡한 현대의 ‘재생의세’ 하는 법이 다르다고 설교하셨다. 과거 우리사회가 물질적 빈곤의 시대였을 때에는 ‘살아서 복을 구하고 죽어서 극락왕생’을 바라는 기복 불교 성격이 강했다면 지금의 시대는 애초 부처님께서 법의 수레바퀴를 굴리셨던 목적에 부합하는 수행을 통한 해탈 즉 수행을 통한 마음의 평안, 번뇌와 번민으로부터 해탈의 불교가 요구되는 시대라 볼 수 있다. 지금 한국의 불교도 수행의 시대에 발맞춰 세계의 다양한 수행방편이 소개되고 많은 수행자들이 국내외에서 활동하고 있다. 종단도 이런 시대적 흐름에 대비하자는 의미에서 다양한 선지식들의 수행법문을 소개하고자 기획했다. 이를 통해 우리 수행법을 보완하고 발전해 나아가기를 기대해 본다.<편집자 주>

나는 여러 해 동안 남방에서 수행했습니다. 이런 저런 수행들을 전전하면서 언제나 무엇이 바른 수행인가를 고민했습니다. 이렇게 찾고 고민한 끝에 내가 마침내 진심으로 귀의한 수행법은 미얀마 쉼우민 수행센터의 수행법입니다. 흔히 심념처라고 부르는 수행방법입니다. 쉼우민에서 수행지도를 하시는 우 때자니아 사야도께서는 제자들에게 자세하게 가르치시는 스타일이 아니십니다. 수행의 기본을 가르쳐주시고는 제자들로 하여금 스스로 길을 찾아가도록 하십니다. 이런 지도방법이 더 깊은 이해를 가져오는 한 측면이 있는 반면 어떤 이들은 오랫동안 길을 찾지 못하는 문제도 있음을 보아왔습니다. 그래서 전체적인 수행방법을 정리해야 할 필요성이 있다고 생각되어 이 글을 쓰게 되었습니다.

왜 수행을 하는가?
우리는 우리의 삶의 문제를 해결하기 위해서 다양한 시도를 합니다. 수행도 우리의 삶의 문제를 해결하기 위해서 하는 활동입니다. 보통의 우리는 우리의 삶을 우리가 가지고 있는 외적 조건을 바꾸는 것으로 향상시키려 합니다. 수행은 우리의 삶을 우리의 내적 조건, 즉 마음을 바꿈으로써 향상시키려 합니다.

어느 비구가 붓다에게 물었습니다. ‘붓다는 무엇을 가르치십니까?’ 붓다는 이렇게 대답하셨습니다. ‘나는 고통과 고통의 해방을 가르친다.’ 붓다는 삶의 모든 문제를 고통이라고 정의하셨습니다. 붓다께서 말씀하시는 고통은 우리가 흔히 알고 있는 느낌으로써의 고통과는 다릅니다. 삶의 모든 불완전, 불만족을 고통이라고 말씀하시고 있습니다. 궁극적으로는 존재의 고통을 이야기 하고 계십니다. 우리는 이런 고통의 문제를 해결하기 위해서 수행하는 것입니다. 붓다께서는 이렇게 하면 삶의 고통을 해결할 수 있다고 하시며 그 방법을 가르쳐 주신 것입니다.

고통은 어디에서 오는 것인가?
고통은 우리의 삶에서 옵니다. 우리는 살고 있습니다. 우리가 살고 있는 시간은 현재이고 우리가 살고 있는 장소는 여기입니다. 우리는 오직 여기 이 순간에 존재합니다. 이 순간 우리에게 일어나는 것은 여섯 가지

감각기관의 작용들입니다. 우리는 보고 듣고 느끼고 생각하며 이 순간을 살고 있습니다. 그래서 붓다께서 세상을 안이비설신의, 색성향미촉법으로 설명하고 계십니다. 붓다는 세상의 모든 진리를 말씀하시고자 하신 분이 아닙니다. 붓다는 삶의 문제를 좀 더 쉽게 이해할 수 있는 방식으로 세상을 설명하시고 그 문제를 어떻게 해결할 수 있는지에 대한 방법을 제시하고자 하신 분입니다. 눈, 귀, 코, 입, 몸, 마음에서 고통의 문제가 생기고 또한 거기에 그 문제의 해결의 가능성이 있기 때문에 붓다는 세상을 6감각기관과 그 작용으로 설명하신 것입니다. 우리는 눈을 뜨고 세상을 봅니다. 우리는 내 밖에 있는 세상을 본다 라고 믿으며 세상을 살아갑니다. 그런데 그렇지 않습니다. 우리는 자신의 세상을 만들어가며 세상을 살아갑니다. 조금만 생각해 보면 우리가 우리 밖에 있는 것을 직접적으로 보는 것이 아니다 라는 것을 쉽게 알 수 있습니다. 우리가 무엇을 볼 때 우리 눈에서 무엇이 나가서 그것을 보는 것이 아닙니다. 밖에서 무엇이 눈에 올 때 그 온 것을 해석해서 그것이 무엇이다 라고 압니다. 우리는 이런 우리의 해석과 밖에 있는 그것 자체가 같다고 믿으면서 살고 있습니다. 과연 그럴까요? 우리가 아는 것과 실재의 그것이 같을까요? 같지 않습니다. 우리가 우리의 감각기관을 통해 들어온 정보를 해석해서 그것이 무엇이다 라고 아는 것은 그것에 대한 정보를 우리가 이미 가지고 있기 때문입니다. 이런 정보는 삶의 경험으로부터 옵니다. 그런데 각자 개인이 가지고 있는 삶의 경험은 다릅니다. 이렇게 정보가 다르게 되면 이 해석도 달라집니다. 닭소리를 생각해 봅시다. 우리는 수탉이 울면 그 소리를 ‘꼬끼오’라고 듣습니다. 한국 사람들은 다 비슷하게 듣습니다. 이렇게 비슷하게 들으면서 우리는 똑같이 듣는다 라고 믿고 있습니다. 그런데 우리가 이렇게 비슷하게 듣는 것은 각자가 가지고 있는 정보가 비슷하기 때문입니다. 우리는 동일한 문화권에 살고 있고 같은 말을 쓰고 비슷한 교육을 받았습니 다. 그래서 우리 각자가 가지고 있는 수탉소리에 대한 정보가 비슷하고 이 정보에 따라서 비슷하게 듣는 것입니다. 그렇다면 우리와 다른 정보를 가진 사람들은 어떻게 들을까요? 미

국사람들은 수탉소리를 ‘컹컹두들두(cock-a-doodle-doo)’라고 듣습니다. 미국사람들은 수탉소리에 대해서 그런 정보를 가지고 있기 때문에 그렇게 듣는 것입니다. ‘꼬끼오’와 ‘컹컹두들두’는 다릅니다. 그러나 이런 다름을 가져온 소리는 한 소리였습니다. 하나의 동일한 소리를 듣고 한국인은 ‘꼬끼오’라고 알고 미국인 기 때문입니다. 그런데 쉽게 화가 약해졌습니 다. ‘개들을 어떻게 하겠어’ 라는 생각이 들었던 것입니다. 그렇게 다시 마음이 평화롭고 활기차게 되면서 수행을 잘 할 수 있었습니다. 시간이 좀 지나서 수행을 뒤쪽에서 수행자 두 사람이 소곤소곤 이야기를 합니다. 그 소리가 아주 작아서 무슨 이야기를 하는지 알아들을 수 도 없습니다. 그렇지만 수행자는 화가 머리끝까지 납니다. 일어나서 그 사람들에게 가서 따져야 했습니다. 그는 소리가 수행에 방해되었기 때문에 화가 났습니 다. 상식적으로 생각해 보면 큰 소리가 수행에 더 많이 방해되고 작은 소리가 수행에 적게 방해되는 것 같습니다. 그런데 실제로는 아주 큰 소리가 수행에 적게 방해되었고 아주 작은 소리가 수행에 더 크게 방해되었습니다. 그는 큰 소리에 작은 화를 내었고 작은 소리에 큰 화를 내었습니다. 그는 왜 화를 내었습니까? 그는 소리 때문에 화를 내었습니까? 그는 소리 때문에 화를 낸 것이 아닙니다. 그는 소리에 대해서 갖고 있던 가치, 견해 때문에 화를 낸 것입니다. 개소리에 대해서는 그럴 수 있다 란 견해를 가지고 있고 수행홀에서 떠드는 것에 대해서는 그럴 수 없다 라는 견해를 가지고 있었습니다. 그가 가지고 있는 견

해에 따라서 마음이 반응했던 것입니다. 우리의 삶의 모든 문제도 마찬가지로 입니다. 문제는 삶 자체에 있는 것이 아닙니다. 문제는 삶에 대해 가지고 있는 견해 때문에 생기는 것입니다. 그럼 이런 견해는 고정적인 것일까요? 견해는 전혀 고정적인 것이 아닙니다. 하나의 대상에 대해서 가지고 있는 견해가 나와 남이 다르

도 나 개인에 있어서도 오늘과 내일이 다릅니다. 이렇게 견해는 가변적입니다. 견해가 가변적이란 것이 아주 중요합니다. 삶의 문제, 고통의 문제는 견해에서 생깁니다. 그런데 이 견해는 가변적입니다. 이런 가변적인 견해를 삶의 문제를 해결할 수 있는 방향으로 바꾸어갈 수 있습니다. 고통의 문제를 해결할 수 있는 가능성을 여기에서 발견할 수 있는 것입니다. 붓다께서 발견하신 것도 바로 이것입니다. 견해를 바르게 함으로써 삶의 문제를 해결할 수 있다는 것을 발견하신 것입니다. 이렇게 견해를 바르게 바꾸어가고자 하는 활동을 우리는 수행이라고 부릅니다.

도경스님 소개 조계종 출가, 미얀마 파옥센터, 쉼우민센터에서 수행, 현재 밀양 ‘담마 숲’에서 수행지도 중



불교총지종 그때 그 시절 I

룩정 대중사 열반

총기32년(2003년) 5월 4일

새벽 5시경 성남 기로원에서 열반
룩정 대중사 고결식 봉행
총기32년(2003년) 5월 13일
오전 10시
전국 스승과 교도 외 300여명 동참
법체 다비식 성남 화장장

『불교총전』 개정판 보급

총기33년(2004년) 5월 17일

글자 크기 확대
가로 쓰기로 개편
동국대 역경원 감수

부처님오신날 연등축제

총기33년(2004년) 5월 23일

1) 서울 동대문 야구장
승직자 및 교도 130명, 연희단 33명
장구팀 40명
중대팔업원등으로 개인등
부문 장려상 수상
준제결인 장엄등 제작
2) 부산역 광장
부산지역 승직자 및 교도, 300여명

총지요가센터 개원

총기34년(2005년) 5월 2일

- 장 소 : 총지사 2층 원정기념관
- 인 원 : 30여명
- 강 사 : 이한상

방방골골마다 자비의 빛으로 아픔 없는 건강한 세상을...

서울 광화문광장



장엄등은 한국전통등연구회 백창호 대표 작품으로 한국전통문화학교 김동현 교수의 복원도를 기초했다.



통리원장 인선정사를 비롯 점등식에 참석자들은 마스크를 착용하고 1미터씩 떨어져 탑돌이를 하고 있다.

불기 2564년 부처님오신날인 4월 30일 오후 서울 광화문광장에서 '국난 극복을 위한 희망의 등 점등식'이 봉행되었다. 이날 점등된 장엄등은 황룡사 9층 목탑을 형상화하여 폭 11m, 높이 18m로 제작되었다. 코로나19 극복을 위한 밝고 행복한 세상을 기원하는 희망의 의미가 담겨있다.

광화문 점등식은 해마다 사부대중이 모여 부처님오신날을 축하하였으나, 올해는 코로나19로 인해 행사를 최소화하여, 한국불교종단협의회 회장단 등 교계 관계자 50여 명만 참석해 점등과 탑돌이를 진행했다. 한편 광화문 봉축 점등식과 함께 서울 종로와 청계천 등 서울시 전역 약 5만여 개의 가로연등도 불을 밝혔다.

아울러 봉축 법요식 등 주요 행사가 한 달 뒤로 미뤄지면서 이를 대신해 이날 한국불교종단협의회 소속 전국 1만 5,000여 사원에서는 오전 10시 '부처님오신날 봉축 및 코로나19 극복과 치유'를 위한 기도 입재식이 일제히 봉행되었다. 이날 입재식을 시작으로 코로나 극복 기도는 다음달 30일 마뤄진 부처님오신날까지 한달 동안 진행 된다.

부산불교연합회 주최로 4월 30일 송상현 광장에서는 부처님오신날을 맞아 5월 27일까지 열리는 부산연등문화제 점등식이 열렸다. 참여 사부대중은 국운융창 영산재와 관불의식, 약사여래불 정근을 통해 부산 시민의 안녕과 코로나19 극복을 발원했다.

아울러 4월 28일부터 5월 27일까지 30일 간 봉행되는 릴레이 기도는 입재를 시작으로 부산종교인평화회의의 코로나19 희생자를 위한 합동위령제, 불교총지종(5월 5일), 진각종, 삼광사, 범어사 등 부산지역 종단, 사찰, 단체별로 매일 오후 6시 송상현 광장에서 봉행한다.

부산 송상현광장



오는 5월 27일까지 열리는 부산연등문화제 점등식이 송상현광장에서 4월 30일 열렸다.



코로나19 여파로 부산불교연합회는 봉축연합대회와 연등행렬을 취소, 연등문화제도 대폭 축소했다.

대구 국채보상기념공원



조계종 총무원장 원행스님은 점등식에서 자발적인 소욕지족(小欲知足)적 삶으로 생활방식을 바꾸자고 법어를 내렸다.



대구 국채보상기념공원에서 대구불교총연합회 주최로 봉축탑 점등식 법회를 봉행하였다.



불교총지종 그때 그 시절 II

총지불교대학 개원 법회

총기34년(2005년) 5월 19일

- 목 적 : 스승자질 향상과 교양교육
- 장 소 : 정각사 서원당
- 참석자 : 부산경남교구, 대구경북교구 승직자
- 강의시간 : 매주 목요일 오후 3과목, 3개월, 6학기
- 강의내용 : 근본불교, 비교종교학, 한문

법황사, 흥국사 헌공불사

총기34년(2005년) 5월 26일

- 장 소 : 법황사, 흥국사
- 참석자 : 승직 및 교도 720여명

종단발전을 위한 특별기획단 설립

총기35년(2006년) 5월 25일

- 종단발전을 위한 특별기획단 설립 및 운영에 관한 규정

제31차 한일불교 문화교류대회 참석

총기39년(2010년)
5월 25일 - 29일(4박 5일)

- 장 소 : 일본 교토 히에이잔(比叡山) 천태종 본산 연력사(延曆寺)
- 주 제 : 양국의 불교를 배우다
- 참석자 : 지성, 인선, 시정, 지공, 지광, 화령, 법경 정사, 권혁준, 이수협 교무

밀교연재

밀교문화와 생활(40)

중생의 마음과 밀교수행 ⑮

법경 정사
(정각사 주교/ 철학박사/ 동국대 강사)



중생의 마음을 집에 비유하거나 동굴, 바람 등에 비유하기도 한다. 이 마음이 실택심(室宅心), 굴심(窟心), 풍심(風心)이다.

여기서 집이나 동굴, 바람 등은 좋은 의미로 쓰였다. 그래서 실택심(室宅心), 굴심(窟心), 풍심(風心)은 좋은 마음이다. 그러나 이것이 넘치거나 잘못 쓰이게 되면 아니 갖는 것만 못하다고 경전에서는 강조한다.

실택심(室宅心)

실택은 집을 의미한다. 집은 무엇인가? 외부로부터 자신을 보호하는 곳이다. 말하자면 안전하고 편안한 곳이다. 그래서 실택심은 편안한 마음, 즉 선정심(禪定心)을 가리킨다. 수행하는 마음의 또 다른 이름이라고 말할 수 있다. 『대일경소』에서 실택심을 이렇게 설하고 있다.

‘무엇을 집의 마음[실택심]이라고 하는가? 스스로 몸을 보호하는 법을 닦는 것을 말한다. 사람이 집을 만들어서 그 몸을 덮어 지키고, 추위와 더위와 바람과 비, 도적과 악충(惡蟲) 등의 온갖 요약하지 못한 일을 피할 수 있게 하는 것과 같이 이 마음도 역시 그러하다.’

즉 번뇌 망상과 일체 고통과 괴로움을 여의는 마음이다. 이는 수행을 통해서 얻어진다. 어떤 수행인가? 그 수행의 요체는 바로 지계(持戒)이다. 계를 지키는 것이다.

『대일경소』에서 이렇게 설하고 있다. ‘내가 계를 지니고 선(禪)을 닦아서 스스로 방호(防

護)함으로써 금세와 후세에 악도(惡道)의 온갖 고통을 멀리 여의겠다고 하는 것이 실택심이다.’ 이러한 수행자의 마음을 집에 비유하여 실택심이라 하고 있다. 그러나 실택심이라고 하더라도 이것이 자기 자신만을 위한 수행이라면 아무런 소용이 없다. 마치 소승(小乘)과도 같은 것이다.

『대일경소』에서 이렇게 말하고 있다. ‘금세와 후세에 악도(惡道)의 온갖 고통을 멀리 여의겠다는 이와 같은 생각을 품는 것은 대부분 성문(聲聞)의 습(習)이다.’

이는 상구보리(上求菩提)만 있는 수행이다. 오로지 자기 깨달음만을 구하고자 수행하는 것이다. 그래서 자기만을 위한 수행을 하지 말라고 가르친다. 『대일경소』의 내용이다.

‘모든 중생들을 구호하여 홀로 한 몸만이 아니라고 생각해야 한다.’ 즉 상구보리에 그치는 것이 아니라 하화중생(下化衆生)이 되어야 한다는 것이다.

사람들 가운데는 불교공부나 수행을 조금 했다고, 마치 한 소식 깨달은 듯이 행동하는 사람이 있다. 대망어(大妄語)를 저지른 사람이다.

공부와 수행은 자랑거리가 아니다. 진정한 공부와 수행은 잘 난채 하지 않는 것이다. 아상과 아만은 수행이 아니다. 지향점이 자신이 아니라 타인을 위한 것이어야 한다. 또한 다른 이를 배려해야 한다. 실택심은 수행자의 좋은 마음이다. 그러므로 누구를 위한 수행, 마음인가가 중요하다. 자신에게만 갇혀서는 안 된다.

굴심(窟心)

굴(窟)은 좋은 것을 지닌 있는 곳으로 묘사된다. 그래서 굴심은 좋은 마음으로 표현된다. 어떤 마음을 말하는가. 『대일경소』에서 이와 같이 말하고 있다.

‘무엇을 굴의 마음[굴심]이라 하는가? 굴에 들어가 법을 닦는 것을 말한다.’ 그렇다면 굴은 어떤 의미로 쓰였는가. 『대일경소』에서 다시 이렇게 설명하고 있다.

‘굴 속에는 이른바 모든 용과 아수라 등의 궁전이 있고, 이 굴은 모두 지하 혹은 바다 밑의 깊은 곳에 있다.’ 그러므로 이와 같은 곳에는 신비함이 있다는 뜻이다.

그래서 ‘굴 속에 대부분 신선(神仙)의 온갖 약이 있어서 장수하고 자재하며, 수행자는 그 가운데 단정하여 천신과 같으므로, 굴의 마음[굴심]은 일찍 죽을 근심이 없고, 오욕락에서 자유자재하며, 겁의 수명을 얻어 미래의 모든 부처님을 뵈어야 하겠다는 마음이다.’

참으로 굴의 마음[굴심]은 가진 것도 많고 자유자재한 마음이다. 좋은 마음이다. 그러나 아무리 좋은 마음도 잘 써야 한다. 용심(用心)이 중요하다. 마음을 잘 써야 한다. 그래서 『대일경소』에서 ‘법답게 수행해야 한다’고 말한다.

무엇이 법답게 수행하는 것인가? 그것은 사성제 진리에 따른 팔정도, 십선의 수행이다. 불교의 실천수행의 바탕이다. 이를 『대일경소』에서 다음과 같이 설하고 있다.

‘법답게 수행하여 이 생애 동안에 범명도(法明道)를 보고, 나아가서는 반드시 성불하겠

는 생각을 가져야 한다’고 역설하고 있다. 범명도(法明道)는 일체 진리를 깨다는 것이다.

덧붙여서 ‘삿된 길에 머물러서 세간 선인의 법을 생각해서는 안된다’고 지적한다. 삿된 길은 무명으로 인한 12연기의 모습이고, 반대로 참다운 길은 여덟 가지의 바른길, 즉 팔정도(八正道) 수행이다.

풍심(風心)

바람은 무엇을 의미하는가. 머물지 않는 것을 의미한다. 머물지 않는다 함은 모든 곳에 두루하다는 것을 뜻한다. 그렇다면 바람의 마음[풍심]은 어떤 마음인가?

『대일경소』에서 풍심(風心)을 이렇게 설하고 있다.

‘무엇을 바람의 마음[풍심]이라 하는가? 모든 곳에 널리 두루하여 생기는 성품을 말한다. 바람의 성질은 산란하여서 한 장소에 머물지 않는데, 사람의 마음도 역시 그러하여서 온갖 장소에 두루 선근(善根)을 심는 것이다. 말하자면 세간 외도의 갖가지 천존(天尊) 및 삼승(三乘)의 온갖 수행을 모두 행하는 것이다. 그래서 많은 종자를 가지고 온갖 장소에 널리 두루하여지게 하면, 이로써 얻는 것이 많은 것이라고 여기는 마음이 바람의 마음이다.’

마치 씨앗이 바람에 날려 온천지에 싹을 틔우고 꽃과 열매를 맺는 것과 같이 갖가지 수행을 통해서 공덕을 얻는 것을 말한다. 여기서 바람은 갈대숲의 바람처럼 이리 왔다 저리 갔다 하는 하찮은 바람이 아니라 온갖 성취를 일으

키게 하는 좋은 의미의 바람이다.

그러나 바람이 없다면 자연은 유지 존속될 수 없다. 바람이야말로 자연 생태계에서 빼놓을 수 없는 중요한 구성요소이다. 일체존재의 근본이라 할 수 있다. 즉 지수화풍(地水火風)의 사대(四大)가 없다면 세상은 존재할 수 없다.

그래서 바람을 천존(天尊) 및 삼승(三乘)의 수행에 비유하고 있다. 즉 바람은 결실(結實)의 인(因)이요, 천존과 삼승의 수행은 성도(成道)의 인(因)인 것이다. 천존(天尊)은 힌두교의 천신과 밀교의 수많은 불보살과 명왕, 천왕 등의 제존(諸尊)을 가리키고, 삼승(三乘)은 성문, 연각, 보살승을 가리킨다. 그러므로 여기서 바람은 불교의 모든 존상(尊像)과 가르침, 갖가지 수행법을 내포하고 있다.

따라서 바람이 있어야 좋은 선근(善根)을 심을 수 있고 성취를 얻을 수 있다. 바람이 없다면 선근(善根)마저도 무의미하다. 그러나 애석하게도 우리에게도 바람[風]도 없고 선근(善根)마저도 척박한 불모지에만 떨어지고 있다. 공염불을 하고 있는 셈이다. 그러므로 제대로 공부하고, 실천해야 한다. 이를 『대일경소』에서 이렇게 설하고 있다. ‘(선근을 심은 갖가지 장소는) 자갈밭, 불모지여서 허무하게 종자를 낭비하고 있다고 생각해야 한다. 좋고 아름다운 복전(福田)과 기름진 장소에 오롯한 뜻으로 경작하면, 수확하는 바가 많은 것이다.’

좋은 마음으로 잘 닦아야 한다. 좋은 방편과 가르침, 깊은 신심(信心)이 큰 바람[風]이고, 선근(善根)의 종자이다.

정성준 교수의
밀교 인물史

붓다구히야

<대일경>의 주석으로 잘 알려진 붓다구히야(8세기, sangs rgyas gsang ba)는 <금강정경>에 대해서도 주석을 남겼고 그가 활동한 시대는 <금강정경>과 문수계 유가판뜨라의 극성기에 해당한다. 시대적 중요성에도 불구하고 붓다구히야의 실질적 기록은 알려진 바 없지만, 기록에 남게 된 것은 티벳 문헌을 중심으로 13세기 쯔뎅릭빠월디, 부뎅, 파라난타의 역사기술, 그리고 닝마빠의 문헌에 나타나고 있다.

붓다구히야의 출생지는 인도서부,

또는 바라나시 주변의 중인도 등 조금씩 다르지만 이름을 전하지 않는 왕가의 왕자로 태어났다. 붓다구히야가 수행의 발전이 있자 문수보살상이 그에게 미소를 짓고, 꽃이 새로 피고, 우유가 넘치는 등 상서를 보게 되었는데, 붓다구히야가 머뭇거리고 공부에 대해 확신을 갖지 못하자 갑자기 검은 새가 그를 덮쳐 기절했다 깨어나 보니 문수보살상은 검게 변하고, 꽃은 시들었으며, 우유는 거의 다 말라가고 있었다.

붓다구히야는 정신을 차리고 남은 우

유를 마셨는데 이를 계기로 붓다구히야는 공부의 진보가 있었다.

붓다구히야는 부왕의 허락을 받고 본격적으로 스승을 찾아나서 500의 학장으로 부터 배웠고, 나란다대학에 입학했다는 일설도 있다. 일부는 <비밀집회판뜨라>로 유명한 가나빠다를 만난 것으로 되어 있지만 <대일경>과 <금강정경>의 주석에는 아직 후기밀교의 흔적은 미미하다. 닝마빠의 전승에는 붓다구히야는 인도 북서부의 우디아나를 방문하여 릴라와즈라로부터

유가판뜨라와 환화망판뜨라를 배우고, 게넨렉빠로부터 <일체여래밀의집경>을 전해 받았다고 하는데, 이것은 유가판뜨라의 본계에 해당하는 것들로 시대적 정확과 일치한다.

붓다구히야는 승원대학의 학장과 왕사를 지냈으며 제자로 위말라미뜨라와 수리싱하 같은 이들의 이름도 전하지만 파라난타의 불교사는 수행의 겨를이 없는 바쁜 일과에 회의를 느끼고 붓다산파와 함께 관세음보살이 머무는 남인도 뽀딸라산을 찾아 나섰다고 전한다. 전설에는 산의 저변에 따라보살이 용들에게 설법 하였지만 근기가 되지 않아 일행에게 노인이 양을 모는 것만 보였고, 산중턱에는 비구지보살이 신인들에게 설법하였지만 일행에게는 소녀가 양과 염소를 모는 것만 보였다. 일행이 산 정상에 올랐을 땐 관세음보살 석상만을 보고 크게 실망했는데 동

반했던 붓다산파는 모든 것이 자신의 미망이 만들어낸 환영임을 깨달았지만 붓다구히야는 알아차리지 못하고, 대신 발이 땅을 닿지 않은 채 걸을 수 있는 신통을 얻었다고 한다. 하산을 마쳤을 때 다라보살은 노부인으로 변하여 일행에게 카일라쉬로 여행하여 수행할 것을 권하였는데 붓다구히야는 수행을 포기하고 와라나시에서 강사직을 수행하였다.

몇 해가 지나자 문수보살이 나타나 붓다구히야에게 카일라쉬산으로 가서 수행할 것을 재차 권하여 결국 히말라야를 넘어 카일라쉬산 근처 ‘까마귀 머리’라는 곳에서 수행하여 문수보살과 자유로이 대화할 수 있는 능력을 얻었다. 이때 티벳은 티데축첸(704-754), 티송데첸(742-796) 치세 시에 있었는데 왕이 사절을 보내어 붓다구히야를 초청하였지만 문수보살과의 약속 때문

에 사절들에게 금강계만다라와 환화망판뜨라 관정을 수여하고, 근처 호수 마나사로와라에 금강계만다라가 출현하는 기적을 일으킨 것으로 답했다. 일설에 따르면 붓다구히야가 티벳에 갈 수 없었던 이유는 문수보살로부터 티벳에 가면 목숨을 잃게 될 것이라는 예언 때문이었다고 전한다.

붓다구히야의 말년 행적은 확실한 것이 없으며 인도로 돌아와서 가르침을 계속 폈다는 것과 붓다굽다로 알려진 인물의 저서에 대해 그가 붓다구히야와 동일인물 여부에 대한 혼란이 있는 정도다. 티벳불교의 역사서는 티벳인의 신앙관이 반영되어 카일라쉬산으로의 여행과 티벳 통치자들의 관계는 확정할 수 없다. 그러나 인도와 티벳의 위정자들의 후원에 힘입어 <대일경>의 주석을 비롯해 주로 유가부 밀교의 주석들을 남긴 것은 확실해 보인다.

수계사 교도

S-OIL 현곡주유소



착한가격!
좋은품질!
정품정량!

대표 최병철

주소 경북 경주시 현곡면 하구리 1242-58

전화 054-745-5804 / 054-745-3083

핸드폰 010-2877-6137

종합 동해중 소식

동해중학교 2020년 새 학기 맞이 준비 완료

학습, 안전, 복지 등 안성맞춤 학습 환경 개선



코로나19 감염 확산 예방으로 2020년도 새 학기가 온라인 수업으로 시작하고, 신입생 입학식과 학생들의 등교가 이루어지지 않는 가운데 동해중학교(교장: 송인근)는 학습, 안전, 복지 등 학생들을 위한 학습 환경 개선을 마무리 했다.

학생들의 교실 외에도 다양한 수업이 진행되는 과목 교실의 책상과 의자를 전면 교체하고, 물상실에는 싱크대를 설치하고 전기선로 개선 작업을 완료했다. 또 음악실의 방음을 보강하고, 인테리어 리모델링을 마쳤다. 미술실도 책상을 교체하고, 학생들의 질 높은

수업과 효과적인 수업 운영을 위한 인프라를 개선했다. 아울러 각 교실 및 영어, 수학, 기술, 모둠실의 미세먼지 청소를 실시하고, 일부 노후 된 공기청정기 교체설치를 통해 철저한 위생관리에 만전을 가했다.

또 학생들의 안전을 위한 여러 가지 장치를 마련했다. 운동장 축구 골대 뒤편에 안전망을 설치하고, 담장을 보강, 운동장 수돗가 보수작업 및 바닥, 전장 개수공사는 등을 통해 마음 놓고 운동장에서 체력을 기르고 안전하게 위생 관리가 되도록 시설을 구축했다.

환경 개선을 위한 작업도 이루어졌다. 본관 3층 화장실 문 교체, 본관3층 및 별관 2,3,4층 전등 LED교체 공사와 별관 출입구 주변에 어닝을 설치했다. 또 화단을 메우고 화단의 노후철망 철거작업으로 외관을 깨끗이 정리했다.

이밖에도 강당 옥상 누수구역 방수공사, 가정실 앞 복도 파손부위 보수공사, 침하부분 보수공사, 정문 자바라 바퀴교체 공사 등 새 단장을 마쳤다.

송인근 교장은 “방학 기간에도 코로나 속에서 교직원들은 경계를 놓치지 않고 학생들을 위한 학습 환경 개선에 최선을 다해왔다.”며, “중단과 재단의 관심과 지원으로 준비된 모든 공사를 여범하게 끝내고 학생들의 안전한 등교를 기대하고 있다.”고 밝혔다.

화상회의 시스템과 ‘e학습터’ 동시 운영

동해중학교, 등교 후 공백기 없는 수업에 최선

동해중학교(교장: 송인근)은 코로나19 감염 사태로 인한 온라인 개학 이후 쌍방향 실시간 수업방식인 줌(ZOOM) 화상회의 시스템과 ‘e학습터’를 동시 채택하여 수업을 운영 중에 있다. 특히 지난해부터 교직원들 사이에서 학교 전산시스템에 대한 이해도를 높이고, 학교 내 전산화 작업이 준비되어 온 가운데, 온라인 수업 조건에 맞는 인프라를 갖춘 상태라 학생들의 수업 만족도가 높다.

줌(ZOOM) 화상회의 수업은 교사들이 교실에서 줌(ZOOM) 화상회의 시스템에서 회의실을 개설하고 학생들은 컴퓨터나 태블릿, 또는 핸드폰으로 접속한다. 학생들이 온라인 화상 회의실로 다 모이면 선생님은 준비된 학습 자료를 활용하여 평상시처럼 수업을 진행하며 영상과 음성, 채팅창 등을 활용해 질문과 답변을 주고받으면서 피드백도 실시하고 있다. 칠판에 판서하는 대신에 태블릿 펜으로 보드위에 글씨를 쓰면 학생들의 모니터에 그대로 전송 및 공유된다. 수업결손을 최소화하고 원활한 수업 진행을 위해 평상시 수업처럼 즉각적인 피드백이 이루어질 수 있

도록 줌(ZOOM) 화상회의 시스템을 활용하여 실시간 쌍방향 수업을 추진했다.

‘e학습터’는 17개 시도교육청과 교육부가 통합운영하고 한국교육학술정보원이 지원하는 교수학습지원 서비스로 현재 온라인 개학에 안정적으로 대응하고, 정상적인 학사운영 지원을 위해 e학습터 서비스 인프라 확대 작업을 완료한 상태이다. 동해중학교는 1, 3, 5, 7 교시 수업은 줌으로, 2, 4, 6 교시 수업은 ‘e학습터’를 통해 수업 시간표 일정 그대로 교과 담당 교사들의 지도에 따라 수업이 진행 중이다. 아직 입학식을 하지 못하고 수업에 바로 들어간 174명의 새내기 학생들도 이를 통해 교사들과 소통하고 수업에 열중하고 있다.

교무부장 오영주 교사는 “학생 중심의 온라인 수업을 하기 위해 교직원들이 많은 고민과 노력을 하고 있다.”며 “학생들이 학교에 돌아와 수업을 받을 때 공백기 없는 수업과 학사 일정을 위해 최선을 다하고 있다.”고 설명했다.



윤중석 교사가 줌(ZOOM) 화상회의 시스템을 통해 교실에서 온라인으로 학생들에게 역사 수업을 하고 있다.



아주 잠깐, 나비

세 번째 시집을 내고 선생님을 뵈러 춘천에 갔다. 시국이 시국인지라 주말임에도 춘천행 열차는 텅 비어 있었지만, 열차 안에서도 마스크를 벗을 수 없었다. 도착한 역에선 열화상 카메라로 발열 체크를 하고 있었다. 택시를 타고 약속장소에 도착하자 춘천에 사는 시인이 마중을 나왔다. 식당에 들어서자 선생님이 반갑게 맞아주셨다.

저녁 식사가 끝나갈 즈음 선생님이 아침뭇에 가지 하셨다. 춘천에 자주 왔다 갔지만 아침뭇은 처음 들어봤다. 아침뭇 부근에 사는 시인이 저녁노을이 질 무렵 풍경이 근사하다고 맞장구를 쳤다.

늦은 벚꽃 길을 달려 도착한 아침뭇은 차가운 산빛을 담은 채 고요했다. 높은 산과 낮은 들을 막아 물을 안은 아침뭇은 그저 흔히 볼 수 있는 저수지였다. 조금은 실망한 난 일행보다 앞서 곧게 뻗은 독길을 걸어가었다. 전방 산기슭으로 길게 철책이 드리워져 있었다. 아침뭇 둘레길인 줄 알았는데, 뒤따라온 시인이 군부대라 했다. 못 건너편에 커다란 비닐하우스가 보였다. 물지도 않았는데 시인이 말했다.

“저기 보이는 게 과수원인데, 여기서 보면 길이 없지만, 오른쪽으로 길이나 있어요. 저 집을 사려 알아봤는데, 집 근처에 물이 흘러 주거로는 적당하지 않더라고요.”

잔잔한 물속에 산과 나무와 하늘의 구름이 거꾸로 박혀 허우적거렸다. 잔물결이 일 때마다 사라졌다 나타나곤 했다. 길은 철책으로 막혀 더 이상 갈 수가 없었다. 철책 뒤에는 군 초소가 솟대처럼 서 있었다. 산빛 그늘진 곳에서 청둥오리가 날아올랐다. 산과 나무가 출렁거렸다. 활강을 마친 청둥오리가 다시 못 위로 미끄러졌다. 어디서 날아왔는지 나비 한 마리가 내 바로 앞 풀꽃에 날아와 앉았다.

나비를 보자 문득 3년 전 여름, 베트남 여행이 떠올랐다. 하노이 부근 나룻배 체험 코스였는데, 무척 습하고 무더운 날씨였다. 아내와 둘이 삼판이라는 나룻배를 탔다. 부채를 부쳐도 땀이 줄

줄 흘렀다. 뱃사공이 모자 대용으로 쓰라며 연잎을 타서 내밀었다. 연잎이 지니 좀 나왔다. 갇지 않은 수로에 물풀 사이를 유영하는 물고기가 꽤 많이 보였다.

드디어 반환점, 배가 동굴로 들어갔다. 그늘에 드니 그나마 좀 시원했다. 그때 내 눈에 수물 위 나비 떼가 들어왔다. 난 신기한 풍경에 순식간에 빨려 들어갔다. 가장 먼저 든 생각은 ‘저 곳에 무엇이 있길래’였다. 아마도 먹을 것이나, 아니면 알을 낳기 위한일 것 같았다. 강렬한 햇빛에 팔랑거리는 날갯짓, 눈이 부셨다. 날씨가 더운 탓도 있었지만, 마치 내가 나비들과 수물 위에서 팔랑거리고 있는 듯한 느낌이 들었다. 아니 어느새 그곳에서 나비가 되어 날개를 파닥거렸다. 날개 사이를 비집고 들어가 호기심을 펼쳤다. 그것이 무언지 확인하려는 순간 누군가 어깨를 툭 쳤다. “뭘 그리 뚫어지게 봐?” 아내였다. 미몽에서 깨어나듯 주위를 바라보았다. 아내가 근심 어린 눈으로 바라보고 있었다. “응. 저 나비 떼.” 현실로 돌아오긴 했지만 멎었다. 꿈을 꾸듯했다. 정신을 차리고 보니 앞서 나룻배들이 떠나고 있었다. 아주 잠깐 내가 나비인지, 나비가 나인지 모를 장주의 호점몽(胡蝶夢) 같은 경험을 했다.

여행 내내 그 장면이 뇌리에서 떠나지 않았다. 난 휴대전화 카톡에 메모했다. “나비 떼가 커커이 날고 있다/ 팔랑거리리는 수면을/ 숨죽여 바라보는 것만으로도 일생이 간다” 여행이 끝난지 3년이 가까워지지만 난 아직도 이 시를 완성하지 못했다.

어느새 해가 기울었다. 아침뭇 위에 붉은 기운이 감돌았다. 붉은 해를 배경으로 독에 서 있는 일행의 그림자가 길게 드리웠다. 산속에 숨어있던 안개가 못 위로 스며들기 시작해 나오기, 건너편 과수원의 불빛이 잔물결로 파닥인다면 참 멋있겠다는 생각이 들었다. 어디로 갔는지 나비는 보이지 않고, 풍경은 시간의 흐름에 따라 다른 모습을 보여 주었다.

시인 김정수



불교총지중사회복지재단

후원에
감사합니다

3월 21일 ~ 4월 20일까지

불교총지중 사회복지재단 후원회는
부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃과 함께
나누고자 하는 분들의 모입니다.
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 소속사명을, 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

기로스승	지회심	4/17	500,000
	상지화	4/20	10,000
	수증원	4/20	10,000
	밀공정	4/20	10,000
	총지화	4/20	10,000
	법수원	4/20	10,000
	선도원	4/20	10,000
	법지원	4/20	10,000
	일성혜	4/20	10,000
	사홍화	4/20	10,000
	안주화	4/20	10,000
	진일심	4/20	10,000
	시각화	4/20	10,000
건화사	최상관	4/20	10,000
	법상	4/20	20,000
관성사	김사룡	3/25	20,000
	황성녀	3/26	10,000
	인선	4/20	20,000
관음사	김정희	3/30	10,000
단음사	신말심	4/6	20,000
단향사	지홍	4/16	10,000
동해사	김진화	4/8	10,000
	송인근	4/20	10,000
	법선	4/20	10,000
밀인사	무명씨	3/27	10,000
	록경	3/30	10,000
	법수연	3/30	10,000
	정정희	3/31	5,000

법천사	반야심	3/31	10,000
법황사	유승태	4/4	10,000
벽룡사	승원	4/20	10,000
	묘원화	4/20	10,000
성화사	무명씨	4/16	220,000
수인사	정순득	3/26	10,000
	연화법	3/31	10,000
	정혜정	3/31	10,000
실지사	덕광	4/20	10,000
	보현	4/20	10,000
운천사	무명씨	4/18	30,000
자석사	도우	4/12	10,000
	지현	4/12	10,000
정각사	변순개	4/8	10,000
	안한수	4/12	10,000
지인사	송호제	4/17	10,000
	손경옥	4/16	10,000
	최영아	4/16	10,000
총지사	원당	4/17	10,000
	묘심해	4/17	10,000
	박정희	4/17	10,000
	신용도	4/17	10,000
	이수경	4/17	20,000
화음사	무명씨	4/1	10,000
	강점미	4/8	10,000
	최영미	4/10	50,000
	강승민	4/10	5,000

화음사	무명씨	4/16	10,000
	우인	4/17	10,000
홍곡사	보명심	4/17	10,000
	지정	4/17	20,000
벚고을 어린이집	이민선	4/2	50,000
아동회관 어린이집	진금선	3/26	50,000
일원어린이집	하재희	3/25	50,000
	구미자	3/31	10,000
	최자영	4/7	10,000
	이현직	4/10	10,000
자원햇살 어린이집	김선희	4/10	50,000
초록어린이집	강혜란	3/25	10,000
	이지희	3/25	50,000
	이미자	4/20	10,000
포레스타7 어린이집	최유정	3/30	50,000
힐스어린이집	곽방은	4/10	50,000
총지중보	박재원	3/25	30,000
	나석원	3/27	20,000
	남영애	4/1	30,000
	이진승	4/3	10,000
	이진승	4/14	10,000
	박필남	4/14	10,000
사원명무기명	김갑선	4/20	10,000



사찰경영, 부처님 법대로 하면 잘된다



재화·인사·포교·스님·사찰·종단 여섯 분야
율장의 적용보다 공동체 화합에 주력

조기룡 저
양장본 / 260쪽
발간일 2020년 2월 24일
정가 20,000원
출판사 올리브그린

사찰경영의 현장인 종단과 사찰에서 스님과 신도들이 직접 활용할 수 있도록 현실적이고 구체적인 방안을 제시한 책 『사찰경영, 부처님 법대로 하면 잘된다』가 출간되었다. 이 책은 이윤 창출에만 몰두하지 않고 불법(佛法) 실현의 관점에서 사찰경영을 고심하고 있다. 사찰경영의 분야를 재화, 인사, 포교, 스님, 사찰, 종단 등의 여섯 가지로 구성하고 있으며, 부처님 법에 어긋남이 없

으면서도 현실에 적용할 수 있는 사찰경영 방안을 강구하고 있다. 저자는 사찰의 재화를 정재로 인식하고 삼보를 위하여 사용해야 하며, 사찰경영을 위한 전문 인력 양성이 필요하고, 포교는 중생교의 해소가 그 목적이 되어야 한다고 설명하고 있다. 또 스님의 본분은 수의 창출이 아닌 수행 정진이며, 사찰의 성장은 양적 성장과 질적 성숙이 조화를 이뤄야 하며, 종단 내부적으로 승

가 화합공동체를, 외부적으로 사회와 공동체를 이뤄야 한다고 강조하고 있다. 저자인 조기룡은 동국대학교 인도철학과와 동(同)대학원 행정학과 석사와 박사를 졸업하였다. 현재 동국대 불교학술원 교수로 재직하면서 ‘사찰경영과 중무행정’을 전공하고 있다. 근래에는 이를 심화하여 ‘불교 리더십’과 ‘전법교화론’ 등을 연구하고 있다.



홀연, 선잠
절망 안에서 희망을 발견
삶의 비애 속에서 삶의 환희를 드러내

김정수 저
B6(신사륙판) / 132쪽 / 시작시인선(세트 0326)
발간일 2020년 4월 17일
정가 10,000원
출판사 (주)천년의 시작

현재 총지신문 역삼한담을 기고 중인 김정수 시인이 시집 『홀연, 선잠』을 출간했다. 『홀연, 선잠』은 시인의 세 번째 시집으로, 등단 30주년을 맞는 한 중견 시인의 실존적 고백록이자, 우리가 살아가는 세상에 대한 정서적 조감도이다. 이번 시집에서 주목할 점은 구체적 경험을 바탕으로 지나온

시간을 회상하는 시인의 태도이다. 시인은 과거를 통해 삶의 상처와 함께 쓸쓸한 희망을 엿보고 있는데, 가령 자연에 대한 인간의 폭력성을 반성하는 동시에 자연과 인간의 공존 가능성을 모색하고 있다. 시인의 시선이 자연 사물을 거쳐 자신으로 귀환하는 과정은 궁극적으로 자기 긍정을 향한 타자 이해의 도정이라 할

수 있으며, 이는 우리로 하여금 생명 현상에 대한 사유의 지평을 확장해 나갈 수 있게 한다. 저자는 경기 안성 출생으로 1990년 『현대시학』으로 등단하며 작품 활동을 시작하였다. 시집으로 『서랍 속의 사막』 『하늘로 가는 혀』가 있으며 문단으로부터 문학적 성취를 인정받아 제28회 경희문학상을 수상하였다.



전운호 시인의
붓다와 문학

수마노탑의 국보 승격



정암사

전운호

사랑을 잃은 사람들이 모여
제 가슴 한 조각씩 잃은
탑이 있는 곳
당신은 모르네 그 절은
아무나 갈 수 없지
검은 물이 가로막는 저승을 지나
가슴 저미는 안개를 넘어야 하는 곳
행여 운이 좋아 그 앞에 들어선들
목숨마저 던지는 슬픔을 모른다면
눈물로 세운 산골을 찾지 못하니
영똥한 계곡에서 멀리 보이는
폐광의 건물처럼
그저 인연이 없었다 생각하고
열목어처럼 올라 가시길



정암사는 강원도 정선군에서도 외진 산골인 함백에 있습니다. 천오백미터가 넘는 함백산 기슭에 자리 잡았는데, 바로 앞개를 건너가 커다란 광산입니다. 규모도 커서 최근까지도 채탄 작업이 이루어졌지요. 전국에서 일자를 찾아 수많은 사람들이 모여 들었습니다. 남편이 위험한 땅속으로 작업에 들어가면 아내들은 정암사에 모여 안전을 기원했을 것입니다. 절에서 조금 더 올라가는 수마노탑은 절하는 사람들이 끊이지 않았습

니다. 이번에 국보로 지정되지 않았더라도 수마노탑은 이미 국보였습니다. 그 많은 염원들이 뭉쳐있는 탑이 보물이 아니면 세상 어느 것이 보물이겠습니까. 더군다나 절을 흐르는 물이 차가워 천연기념물인 열목어의

서식지도 있고 부처님 진신 사리를 모신 적멸보궁도 있습니다. 저는 개인적으로 이곳에 가면 먼저 산길을 거슬러 고갯길을 올라갑니다. 차로 오를 수 있는 가장 높은 고개인 만항재는 해발 천 미터가 넘는데 이곳에서는 정선, 태백, 영월로 갈 수 있는 길이 이어집니다. 그리고 산자락을 따라 더 들어가면 국가대표 운동선수들을 위한 고산지대 훈련원이 있고 좀 더 외줄기 길을 따라 오르면 정상까지도 차가 갈 수도 있습니다. 갈 수도 있다고 하는 건 평소에는 허가되지 않은 차량의 통행을 막기 때문입니다. 그런데 그곳에는 정상에 레이더 기지가 있습니다. 그러니 차량 통행을 다 막을 수도 없어 운이 좋으면 끝까지 차로 올라갈 기회도 있는 거지요.

함백산 정상에서 세상을 내려다보면 지나온 삶들이 참 부질없게 느껴 집니다. 그도 그럴 것이 주변에는 나라에서 보호하는 주목군락이 있는데 이 주목이 보기에는 초라해보여도 살아서 천 년, 죽어서 천 년 간다는 나무입니다. 까마득한 인간의 마음과 세월을 이겨내는 나무들을 보면 세상의 무상함이 바로 두 눈에 들어오지요. 정암사를 지나 동강으로 흘러가는 작은 강은 지장천이라 부릅니다. 예전엔 광산촌이었고 지금은 카지노로 유명한 마을을 지장보살은 또 무슨 염원으로 수행하고 있을까요? 때로는 절집이 사바세계와도 같아 실망을 주기도 하지만 그래도 인간의 고통이 고스란히 드러나는 한 때 막장이라 불리던 곳에 수마노탑이 서 있음도 부처님의 뜻일 것입니다.

벽룡사 교도

노루페인트 대리점 삼화페인트 전문취급

대신상사 (도장공사 단종면허 업체)

취급 품목

- ▶방수공사전문업체
- ▶각종페인트 도·소매
- ▶인테리어 집칠
- ▶기와칠 벽돌방수
- ▶공사청부



삼화페인트

NOROO

총지 50년 기획
참교도 찾기 ①

벽룡사 양재범 각자

지난해 창교절을 맞아 사원마다 모범 교도에 대한 표창이 있었다. 삼밀수행과 육행실천으로 타인의 교감이 되고, 교도 화합과 교화발전에 기여한 총지교도에 대한 감사의 마음을 담은 종단의 작은 성의표시



매일 아침 불공으로 하루 시작 30년

사원 내 굿은 일 도맡아 봉사에 ‘솔선수범’

었다. 벽룡사(주교: 승원 정사)에서는 신정회 회장인 양재범 각자(69세)가 수상했다. 모처럼 열린 서원당에서 자성일을 맞아 불공 중인 각자를 만날 수 있었다. 어떤 분일까 궁금했다. 어떤 신행을 하던 자랑스러운 ‘모범 교도’가 될 수 있을까.

“저는 뭐 특별한 게 없는데...” 말끝을 흐리시는 각자님의 미소 위에 수줍음이 가득했다.

“벽룡사를 원찰로 나오게 된 지는 거의 30년이 되어 가지요. 어려서 부모님을 따라 절에 다닌 인연이 있고, 형수님의 교화로 아내와 함께 처음 다니게 되었습니다.”

각자님이 30년 간 벽룡사를 다니면서 주교로 모신 스승님만도 대여섯 분이 넘는다. 그 과정에서 각자님은 한 발짝도 움직이지 않고, 벽룡사의 대소사와 교화 발전에 한변 빠짐없이 참여하고, 묵묵히 자리를 지켜왔다.

“아내가 암으로 세상을 뜬지 10년이 되었어요. 7년 간 병상에 있으면서 세 번 정도의 고비가 있었는데 그때마다 오로지 불공을 하며, 부처님께 의지했지요. 아내는 그 때마다 어렵게 잘 견뎌 주었어요. 총지종에 입교해서 그때 가피를 받았다고나 할까요.”

그 후로 각자님은 매일 아침 불공을 한 시간씩 하고, 가능한 서원당에 나와 여법하게 정진하며, 신심을 키워왔다.

“모범 교도로 상을 받은 게 참 부끄럽지요. 제가 할 수 있는 일이라고는 자성일 법회 끝나고 한 두어 시



간 서원당과 공양실을 청소하는 것 정도 밖에 없어서...”

‘침묵의 성자’로 알려진 인도의 영적 스승 바바하리다스가 말을 하는 대신 작은 칠판에 글을 써서 전한 감동적인 이야기 ‘성자가 된 청소부’가 문득 생각이 났다.

‘인도에서는 청소부를 ‘마하타르’라고 부른다. 산스크리트어로 마하타르(mahatar)는 위대한 사람을 가리키는 마하트(mahat)의 최고 높임말이다. 실제로 이들은 매우 위대한 존재이다. 이들의 도움이 없다면 도시든 마을이든 전부가 지옥으로 변했을 것이다.’ (성자가 된 청소부 중에서)

양재범 각자님 같은 한 사람 한 사람의 작은 실천이 모여, 종단의 미래를 밝히는 희망과 감동의 물결이 되기를 기대해 본다.

박재원 기자



소통하는 통신원, 작은 소리에도 귀 기울이는 통신원

〈만보사〉 법회 참가자 열체크

만보사(주교: 안성 정사)에서 코로나 감염예방 지침에 따라 4월 26일 자성일 법회에 앞서 참여 교도에 대해 유가해 전수가 직접 열 체크를 하고 있다.

교도들을 위해 마스크와 손 소독제를 서원당 내에 구비하는 등 오랜만에 보는 교도들을 반갑게 맞이했다. 또 만보사는 부처님오신날을 맞아 4월 17일 연등 달기를 마쳤다.

만보사=정덕순 통신원



〈화음사〉 거리두기 준수 법회

진주 화음사(주교: 우인 정사)에서 부처님 오신날을 맞아 연등달기가 한 참인 가운데 4월 26일 자성일 법회를 봉행했다.

아직 코로나가 종식되지 않은 상황에서 참여 교도들은 모두 마스크를 쓰고 안전수칙을 지키며 법회에 참여했다.

화음사=강점이 통신원

코로나19 속 활짝 핀 할머니들 ‘웃음꽃’

흥국사 만다라 요양원, 평상심 유지에 최선



코로나19 감염이 주로 면역력이 취약하고 기저질환 환자에게 상대적 위험성이 높은 것으로 알려지고 있는 가운데 총지종 사회복지재단 산하 만다라 요양원은 평소와 같은 운영으로 어르신들의 쉼터로



서 제몫을 다하고 있다.

흥국사(주교: 지정 정사)가 운영 중인 만다라 요양원에서 생활하는 어르신들의 얼굴엔 여전히 웃음꽃이 활짝 피어있다.

감염 확산 예방을 위한 사회적 거리두기로 가족들의 면회를 포함한 외부인 출입이 불가능한 상황에서 오로지 직원들의 애정과 보호 없이는 감내하기 힘든 상황임에도 현재 어르신들은 모두 평상시와 다름없는 생활을 하고 있다.

요양원 직원들은 출퇴근 외에 야외활동을 자제하며 혹시 모를 감염 확산을 스스로 방지하며, 성심성의껏 어르신들을 돌보고 있다.

직원들은 오전·오후 시간을 나눠 다양한 요양 프로그램을 구성하고 어르신들이 답답하지 않도록 즐겁고 자유로운 활동에 만전을 기하고 있다.

또한 정부 지침에 따라 매일 직원과 요양원 어르신들의 체온을 체크하고, 요양원 실내의 소독으로 철저한 방역 관리를 하고 있으며, 공양 시간에 사용하는 모든 식기는 매끼니 마다 열탕 소독을 하고 있다.

흥국사 주교 지정 정사는 “어르신들의 안전과 건강은 편안하고 즐거운 분위기 속에서 유지 중”이며 “그분들이 평소와 같은 생활을 하며 평상심을 유지할 수 있도록 최선을 다하고 있다”고 전했다.

전서호 기자(사진 제공=만다라 요양원)

어울림소식

축하드립니다.
[말인사] 박현숙 교도 손녀
2월 29일 김려원 아기 탄생

총지스케치

부처님 오신 날

불교총지종 법회 안내 및 사원 일람

불교총지종 연중 불공	
새해불공	한 해 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 서원하는 불공
상반기, 하반기 진호국가불공	불교총지종은 창종 이래 진호국가 호국안민의 정신으로 항상 나라와 국민을 위한 진호국가불공을 올리고 있다. 연중 불공에 부국강병·국태민안 조국평화통일을 기원. 특히 매년 2월 19일부터 49일간 5월 28일부터 49일간을 상·하반기로 하여 '진호국가불공기간'으로 정하고 「수호국계주경」에 의한 진인 '옴출야호사'로써 국태민안을 기원하는 불공.
월초불공	매월 첫째 주 7일 동안 나라의 안녕과 일체중생의 행복을 서원 드리는 불공.
자성일 불공	매주 일요일에 자신의 본성을 찾고, 일체중생의 재난소멸과 행복을 기원 드리는 불공.

불교총지종 사원 일람			
사원명	우편번호	주 소	전화번호
통리원	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080-3
수련원	28065	충북 괴산군 청천면 이평리 359-11	(043)833-8133
동해중학교	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2
사회복지재단	06227	서울특별시 강남구 역삼2동 776-2	(02)3452-7485
서울,경기교구			
관성사	03041	서울특별시 종로구 송월길 110 관성빌딩	(02)736-0950
밀인사	03112	서울특별시 종로구 종로63길 22 (송인동)	(02)762-1412
법천사	13389	경기도 성남시 중원구 시민로11번길15 (하대원동)	(031)751-8685
벽룡사	08702	서울특별시 관악구 신사로 136 (신림동)	(02)889-0211
시법사	21358	인천광역시 부평구 주부도로75번길 6 (부평동)	(032)522-7684
실지사	01162	서울특별시 강북구 도봉로30길 51	(02)983-1492
정심사	02137	서울특별시 중랑구 면목로 95길 26	(02)491-6888
지인사	21436	인천광역시 부평구 동암산로 3 (십정동)	(032)528-2742
총지사	06227	서울특별시 강남구 도곡로25길 35(역삼동)	(02)552-1080
충청,전라교구			
만보사	35045	대전광역시 중구 보문산공원로530번길30 (대사동)	(042)255-7919
백월사	35335	대전광역시 서구 계백로 1409-1 (도마동)	(042)552-5470
법화사	61636	광주광역시 남구 중앙로 121-1 (구동)	(062)676-0744
법정사	28485	충청북도 청주시 상당구 향군로131번길5 (내덕동)	(043)256-3813
흥국사	55049	전라북도 전주시 완산구 따박골5길 12 (호사동1가)	(063)224-4358
종원사	28065	충청북도 괴산군 청천면 이평4길 266-78	(043)833-0399
대구,경북교구			
개천사	41958	대구광역시 중구 명륜로23길 38-10 (봉산동)	(053)425-7910
건화사	38009	경상북도 경주시 안강읍 양월교동길 6-4	(054)761-2466
국광사	38145	경상북도 경주시 중앙로 77 (동부동)	(054)772-8776
단음사	38843	경상북도 영천시 서문길 33 (삼내동)	(054)333-0526
선림사	37541	경상북도 포항시 북구 흥해읍 한동로 79-8	(054)261-0310
수계사	38048	경상북도 경주시 현곡면 하구3리 다경길36-19	(054)745-5207
수인사	37705	경상북도 포항시 북구 서동로 67 (덕산동)	(054)247-7613
승천사	38129	경상북도 경주시 구정3길 20-1 (구정동)	(054)746-7434
제석사	41237	대구광역시 동구 효목로7길 16 (효목동)	(053)743-9812
부산,경남교구			
관음사	47262	부산광역시 부산진구 신천대로197번길 35(당감동)	(051)896-1578
단향사	53075	경상남도 통영시 데매4길 15	(055)644-5375
덕화사	46547	부산광역시 북구 금곡대로 32-8 (덕천동)	(051)332-8903
밀행사	50427	경상남도 밀양시 노상하4길 6 (내이동)	(055)354-3387
법심사	48817	부산광역시 동래구 초량중로 59-1 (초량동)	(051)468-7164
삼밀사	49060	부산광역시 영도구 한사랑길 109 (영선동1가)	(051)416-9835
성화사	48959	부산광역시 중구 흑교로78번길 17 (보수동1가)	(051)254-5134
실보사	44452	울산광역시 중구 화진길 14 (태화동)	(052)244-7760
운천사	51257	경상남도 창원시 마산합포구 원월동17길12(자산동)	(055)223-2021
일상사	50409	경상남도 밀양시 상동면 금산5길 4	(055)352-8132
자석사	48245	부산광역시 수영구 광서로54번길 47 (광안동)	(051)752-1892
정각사	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-9 (명륜동)	(051)552-7901
화음사	52707	경상남도 진주시 강남로301번길 8 (망경동)	(055)755-4697
동해사	47756	부산광역시 동래구 시일로 19-39 (명륜동)	(051)556-0281~2

자비로운 마음이 꽃피는 세상

불자님의 가정에 부처님의 자비광명이 충만하시기를 서원합니다.

불교의 생활화, 생활의 불교화를 실천하는 불교 총지종
원정대성사의 가르침을 이어받아 실천밀교를 홍포하고 있습니다.

• 불기 2564년 봉축 법요식 •

일 시 | 총기 49년 5월 30일 오전 10시
장 소 | 불교총지종 전국 사원

