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

총지종보

총기 46년
2017년 11월 1일
음 9월 13일
월 간 발 행
www.chongji.or.kr

창간년도 총기24(1995)년 10월 16일 등록번호 마 2360호 발행인 : 인선(강재훈) The chongji news 구독문의 02-552-1080 불기 2561년 제216호

제6회 통일음악예술제 종령법어

오늘, 총지종 스승님들과 교도분들의 평화통일에 대한 염원과 서원으로 제6회 통일음악예술제를 봉행하게 됨은 매우 기쁜 일이며 뜻깊은 일이라 하겠습니다. 먼저 이 법회에 동참해주신 내외귀빈, 그리고 승단의 스승님과 전국사원의 보살님들께 마음을 다하여 깊은 감사의 말씀을 올립니다.

지금 한국뿐 아니라 온세계가 북한 핵문제로 인해 전쟁의 위협속에 있습니다. 이 세계는 중중제망의 연기의 세계이기 때문에 우리의 마음가짐 하나하나가 세계에 끼치는 영향은 결코 적은 것이 아닙니다.

제6회 통일음악예술제에 참석하신 모든 분들의 서원과 염원이 평화통일의 씨앗이 되어 북한 핵문제가 지혜롭게 해결되고 더 나아가 남북이 화합하여 평화통일을 이룩할 수 있기를 비로자나 부처님께 지심으로 서원합니다.

오늘 이 자리에서 울려 펼쳐지는 훌륭한 불교합창단의 아름다운 화음은 대립을 떠난 화합 그리고 이기심을 떠난 부처님의 가르침입니다.

불교합창단의 찬불가 합창을 통하여 통일음악예술제가 우리 사회의 소통과 화합을 이루고 세대, 계층, 지역간의 통일 뿐만 아니라 남북의 통일, 더 나아가 세계 평화 통일을 이루는 법향과 법음이 되기를 서원합니다.

제6회 통일음악예술제에 참석한 모든 분들에게 비로자나부처님의 자비광명으로 평안과 행복이 가득하길 기원하며 평창 동계올림픽의 성공개최를 기원합니다. 오늘 법회에 참석하신 모든 불자님들의 뜻하는 소원들이 실현되기를 지심으로 비로자나부처님께 서원합니다.

성도합시다. 옴마니반메훔.

총기 46년 10월 24일
불교총지종 종령 효 강 합장

총지종 서울 사대문 안 유일한 법계궁 관성사

신축 헌공 및 득락전 봉안 가지 불사 봉행

▲ 관성사 헌공불사

불교총지종 서울 중심의 도심사찰 관성사가 신축 서원당 헌공 및 득락전 봉안 가지 불사를 봉행했다.

10월 17일 불교총지종은 효강 종령 예하를 모시고, 전국의 스승과 교도들이 동참한 가운데 관성사(주교 인선 정사)는 신축 서원당 헌공 및 득락전 봉안 가지 불사를 재무부장 원당 정사의 사회와 총무부장 우인 정사의 집공으로 봉행됐다.

본존제막으로 시작된 법회는 육법공양과 대비로자나불 호념 등 정통 밀교 의궤로 진행됐다.

득락전 봉안 비밀의궤는 통리원장 인선 정사의 집공으로 봉행되어 관세음보살을 봉안했다. 서원당 내 관세음보살 봉안은 총지종에서 최초이다.

효강 종령 예하는 법문을 통해 "관성사는 옛날 서울의 4대문 안에 있는 유일한 총지종 사찰입니다. 오늘 새로운 신축 헌공불사를 통해 이제 우리는 앞으로 용맹정진하여 많은 중생을 교화하고, 이곳 관성사가 일체 중생들이 즉신성불을 이룰 수 있는 진언 수행 도량으로써 비로자나부처님의 자비 광명이 함께하기를 서원합니다."며 관성사의 발전과 수행 정진을 당부했다.

통리원장이자 관성사 주교인 인선 정사는 인사말에서 "신심 깊고 역사 깊은 관성사가 법신비로자나부처님과 관세음보살의 도량으로 다시 태어나게 되니 더욱 감개가 무량합니다"며 "지금 우리 종단은 변화와 발전의 물결 속에 뛰어들어 제2의 중흥기를 향해 치닫고 있습니다. 여기 모이신 스승님과 교도들은 이 변화의 물결에 동참하여 원정 종조님께서 세우신 대비의 대원을 함께 합시다"며 관성사를 중심으로 서울 도심교화의 새로운 전기로 삼자고 했다.

관성사 신정회 홍순화 회장은 "오늘 관성사 서원당 헌공과 득락전 관세음보살 봉안으로 불보살님들의 가지공덕으로 교도 여러분들의 가정에 평안과 소원성취를 이루기를 간절히 바라옵니다,"며 불사에 동참한 사부 대중들의 안녕을 서원했다.

서울 사대문 문화도량 관성사는 서울시 종로구 송월길 110번지에 지상 5층 지하 1층으로 신축한 건물로 1년 여 간의 공사를 거쳐 완공됐다.

제6회 불교총지종 통일음악예술제 봉행

평창 동계올림픽 성공기원 "노래로 이루는 화합과 통일"

제6회 불교총지종 통일 음악 예술제가 10월 24일 부산 금정문화회관 대공연장에서 봉행 됐다.

2018년 평창 동계올림픽 성공개최를 기원하고 "노래로 이루는 화합, 그리고 통일"을 슬로건으로 열린 이번 예술제는 아직도 이어지는 민족의 분단과 그로 인한 남과 북의 첨예한 대립을 완화하고 모두가 하나 되어 부처님의 법음으로 대한민국의 국운융창을 서원하는 예술제이다. 이번 예술제는 부산 지역 불교합창단 4개팀이 출전 기량을 선보이는 무대와 총지종 부산 만다라합창단, 마산 운천사 부림합창단, 서울 마니합창단이 출연하여 부처님의 진리를 찬탄하고 비로자나부처님의 가지력이 온 우주에 전해지도록 대서원의 축하무대를 공연했다.

불교방송 이명학 아나운서의 사회로 진행된 개회식에서 효강 종령 예하는 영상법어를 통해 "불교합창단의 찬불가 합창을 통하여 통일음악예술제가 우리 사회의 소통과 화합을 이루고 세대, 계층, 지역간의 통일뿐만 아니라 남북의 통일, 더 나아가 세계평화 통일을 이루는 법향과 법음이 되기를 서원합니다"며 찬불가가 우리사회의 소통과 화합의 밑거름이 되기를 서원했다.

통리원장 인선 정사는 인사말에서 "올해는 국가적으로 큰 선거를 치르고 북한의 핵문제로 전 세계인의 걱정을 더한 해입니다, 지금의 우리나라 상황에 차가운 기운이 감돌수록 몸과 마음은 움추러 들지만 대자대비하신 부처님의 자비광명이 있어 힘들고 어려운 이 사바세계에 삶과 희망, 여유가 자비로 충만하게 됩니다"며 이번 행사의 의의를 설명했다. 이번 행사를 주관한 불교방송 선상진 사장은 축사에서 "수행과 선행은 모두가 하나로 회통합니다. 통일음악예술제에 참여하신 모든 분들이 이것을 실천할 수 있는 좋은 자리가 되었으면 좋겠습니다."며 축하의 인사를 전했다. 이어 불교종단협 회장 자승 스님, 부산불교연합회 회장 경선 스님, 부산광역시시장 서병수 등 영상으로 축하 메시지를 전했다. 부산 정각사=김초랑 기자

새로운 종풍운동

첫째, 뼈를 깎는 듯한 철두철미한 수행으로 용맹정진하며 전신적(全身的)인 삼밀 관행을 실천해 나갑시다.

둘째, 정재(淨財)는 부처님 재산입니다. 소중하게 생각하며 관리를 철저히 합시다.

셋째, 즐거운 마음으로 수순 (隨順)합시다.

넷째, 생활불교를 실천하고 널리 홍포 (弘布)합시다.

다섯째, 중생제도에 열과 성을 다하며 신명(身命)을 바치도록 합시다.

총지종 밀교관법 수련회

◐ 5차 2017년 11월 28일 - 12월 1일
◐ 6차 2017년 12월 12 일 - 12월15일

주관 | 불교총지종 중앙교육원
장소 | 충북 괴산 중원사 서원당

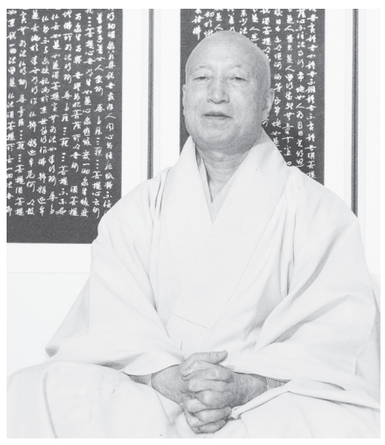
총지종보
교도 기자단을 모집합니다

종보 교도기자단 기자모집
■ 기사 취재 부분
■ 사진 또는 동영상 촬영 부문

문의 및 기사제보 | 통리원 종보실 이선희 실장
010 - 3112 - 7776
sunmac72@naver.com

조계종 제35대 총무원장 설정스님 당선

선거인단 319명 중 234명 지지



▲ 설정스님

대한불교조계종 제35대 총무원장에 기호 1번 수덕사 방장 설정스님이 당선됐다. 제35대 조계종 총무원장 선거는 10월 12일 오후 1시부터 3시까지 한국불교역사문화기념관 지하공연장에서 실시됐다. 설정스님의 임기는 10월 31일부터 4년 간이다.

중앙종회의원 81명과 각 교구 선거인단 238명을 합쳐 319명의 선거인단이 참여한 가운데 설정스님은 234표를 얻어 총무원장에 선출됐다. 설정스님은 오후 3시 중앙선거관리위원회로부터 총무원장 당선증을 교부받고 조계사 대웅전을 찾아 부처님전에 헌화하며 당선 고불식을 했다. 이어 기념관 1층 로비에서 당선인 기자회견이 열렸다.

설정스님은 당선 소감문을 통해 "총무원장의 막중한 소임을 맡겨 주신 종도 여러분들께 감사하다"며 "종단 운영에 있어 한 치 어긋남 없이 공심으로 일로매진할 것"을 약속했다. 또한 "계율을 같이 지니고, 소견을 나누며, 항상 서로 자비롭게 말하고, 언제나 남의 뜻을 존중하고 화합하라는 부처님의 가르침에 따라 우리 모두 원융무애의 화합으로 새로운 한국불교를 열어 나가기를 발원한다"고 말했다.

기자회견에서 설정스님은 은처자 의혹 등과 관련 "제 의혹에 대해서는 어떤 방법을 통해서라도 깔끔하게 소명하겠다"면서 "그것이 소명되지 않고는 종단의 일을 할 수 없다"고 밝혔다. 스님은 이어 "스님이 스님다운 정화정신을 되살린다면 사부대중이 신뢰하고 따르게 될 것"이라고 덧붙였다.

설정스님은 기자회견 직후 한국불교역사문화기념관 접견실로 이동해 자승스님을 만나 축하를 나눴다. 자리에는 자승스님을 비롯 중앙종회의장 원행스님과 교육원장 현응스님, 포교원장 지홍스님, 전국비구니회 회장 육문스님, 생명나눔실천본부 이사장 일면스님 등이 동석했다.

설정스님은 원담스님을 은사로 출가해 1955년 수덕사에서 혜원스님을 계사로 사미계를, 1961년 범어사에서 동산스님을 계사로 구족계를 수지했다. 이후 제방선원에서 수선 안거하고 수덕사 주지와 중앙종회의원 등을 거쳐 2017년 9월까지 덕숭총림 방장으로 주석해 왔다.

해인사 '제1회 승가대학 토론대회 '개최

승가내에 토론문화를 정착시키는 기회

▲ 해인사 승가대학토론대회

해인총림 해인사(주지 향적 스님)는 지난 10월 11일 경내 관음전 특설무대에서 해인사 승가대학 학인 스님들을 대상으로 제1회 토론대회를 가졌다.

'팔만대장경 지킴이'로 지난 2010년 입적한 팔만대장경 보존국장 성안 스님을 기리기 위한 이번 토론대회는 해인사 승가대학 학인 스님 16개 팀이 참가해 지난 10일 치열한 예선을 치른 후 11일 결승전을 가졌다.

'현대사회에서 적합한 불교의 수행, 포교방법은 정토수행이 아니라 선수행이다' '최근의 불교 인구수 격감의 주된 원인은 승단 외부적 이유라기보다는 승단 내부의 문제점 때문이다'의 주제로 찬반 토론을 거쳐 결승전에 오른 '가야산 호랑팀'이 우승해 '가전련상'과 함께 200만원의 상금을 수상했다.

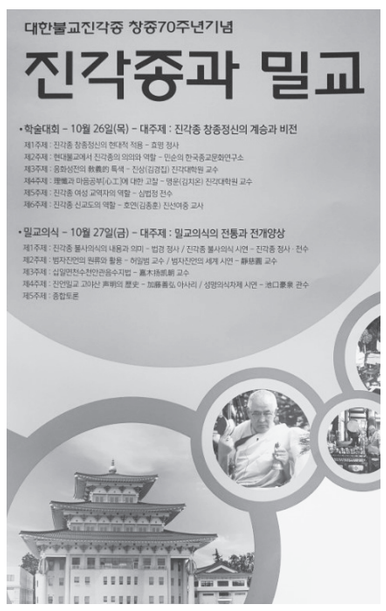
열띤 토론을 거쳐 제1회 해인사 성안 스님배 토론대회 대상은 강원 3학년 종암 스님과 1학년 성일 스님이 수상의 영예를 안았습니다. "진짜 기분은 좋습니다. 무엇보다 끝났다는 해방감이 가장 크긴 한데 저희가 노력한 만큼의 결과를 얻어서 좋은 것 같고 그리고 무엇보다도 상보다 더 내면적으로 한층 성숙했다는 걸 저희가 느낄 수 있어서 더욱더 보람 있었던 시간이었던 것 같습니다."라며 수상 소감을 밝혔다.

해인사 주지 향적 스님은 격려사를 통해 "학인스님들의 토론문화가 신선하게 다가온다"며 "현재의 토론이 조금은 서툴더라도 더욱 탁마하고 수행하는 과정을 통해 미래 불교를 이끌어 가길 바란다"고 참가 학인들을 격려했다.

지난해 조계종 교육원이 주최하며 큰 관심을 모았던 전국 학인 토론대회가 해인사 차원에서 열렸습니다. 해인사 승가대학 학인 스님들이 한국불교의 문제점을 진단하고 대안을 찾는 열띤 설전을 벌였다.

진각종, 창종 70주년 학술대회·밀교의식 시연

10월 26일~27일, 서울 통리원 진각문화전승원



진각종(통리원장 회성 정사)이 창종 70주년을 맞아 '진각종의 창종정신'을 논하고, 한국과 중국, 일본의 밀교의식을 선보이는 자리를 마련했다.

진각종은 10월 26일, 27일 양일간 서울 총인원내 진각문화전승원 대강당에서 '창종 70주년기념 학술대회 및 밀교의식 시연회'를 가졌다.

먼저 26일 오전 10시에 열린 학술대회는 회당학회의 주관으로 '진각종 창종정신의 계승과 비전'을 주제로 개최되었다. 이날 학술대회는 △진각종 창종정신의 현대적 적용(명륜심인당 주교 효명 정사)를 시작으로 △현대불교에서 진각종의 의의와 역할(민순의 한국종교문화연구소 연구원) △융화성전의 교의적 특색(진각대학원 김경집 교수) △이참(理懺)과 마음공부에 대한 고찰(진각대학원 김치온 교수) △진각종 여성 교역자의 역할(유가심인당 심법정 전수) △진각종 신교도의 역할(김종훈 진선여중 교사) 등의 논문이 발표되었다. 이와 함께 김방룡 충남대 교수, 시경심인당 주교 보성 정사, 교육원 교법연구실장 법경 정사, 교법연구국장 혜담 정사, 서울불교대학원대학 조승미 교수, 위덕대 장익 교수가 각각 논평자로 참석했다.

한국밀교문화총람사업단 주관으로 열리는 밀교의식 시연회는 10월 27일 오전 10시부터 '밀교의식의 전통과 전개양상'이라는 대주제로 열렸다. 밀교의식에 대한 설명과 시연으로 진행된 시연회는 법경 정사의 '진각종 불사의식의 내용과 의미' 발제와 진각종 시연팀의 불사의식으로 문을 열었다. 이어 진각대학원 허범일 교수의 '범자진언의 원류와 활용' 주제발표와 시즈카 고엔 일본 고야산대학 명예교수의 '범자진언의 세계' 시연이 펼쳐졌다.

잠양 카이쵸 중국사회과학원 세계종교연구소 교수는 '십일면천수천안관음수지법'을, 가토 요시히로 고야산 금강봉사 법회과장이 '진언밀교 고야산 성명(声明)의 역사'에 관해 이야기했다. 이어 아케구치 일본 최복사 관수 등의 '성명의식차제의 세계' 시연과 종합토론으로 마무리 되었다.

카이스트에 국내 첫 명상과학연구소 설립

하트스마일 창시 미산 스님 참여

카이스트(KAIST)가 명상을 과학적으로 접근해 4차 산업혁명 시대를 이끌 연구를 수행하는 '명상과학연구소'를 설립한다.

카이스트는 명상의 과학화를 위한 심화 및 융합연구를 위해 명상과학연구소 설립을 추진 중이며 내년 6월부터 본격적인 운영에 들어간다고 밝혔다. 이를 위해 재단법인 플라톤 아카데미 측과 '명상과학연구소 설립 및 운영'에 관한 양해각서(MOU)를 체결했다.

최근 첨단 뇌 영상을 통한 연구결과에 따르면 명상을 하면 대뇌 피질이 두꺼워지고 집중력과 공감관련 뇌 부위가 활성화되는 것으로 나타났다.

카이스트에 설립될 명상과학연구소는 앞으로 뇌과학, 의과학 등은 물론 전기 및 전자공학부와 전산학부·인문사회과학부 등과의 융합연구를 통해 명상의 효과와 심리학과의 관계, 명상수행에 의한 뇌 연구 등 명상 과학화를 위한 심층적인 연구를 진행할 계획이다.

카이스트는 이와 함께 내년 가을학기부터 학업과 연구로 스트레스가 많은 학생과 교수에게 명상관련 프로그램을 보급함으로써 창의력 향상은 물론 긴장감 완화 등 스트레스 해소에도 많은 도움을 줄 것으로 기대하고 있다.

또 연구 성과를 바탕으로 명상교과서를 개발해 일반 대중 및 각 급 학교를 대상으로 다양한 명상 교육 프로그램도 보급한다.

명상과학연구소에는 현대인을 위한 명상 프로그램인 '하트스마일 명상 프로그램'을 개발하고 하버드대 세계종교연구소 선임연구원을 지낸 미산스님이 연구소장으로 참여한다. 옥스포드대 철학박사 출신인 그는 종교를 뛰어넘어 과학과 융합연구를 통한 명상의 과학적 효과를 입증하는 연구도 함께 수행할 계획이다.

미산스님은 과학을 이용해 명상을 연구 중인 국내 최초의 명상 연구자로서, 하버드 의과대학 명상연구소에서 '하트스마일 명상 프로그램'의 효과에 대한 과학적 연구를 이끌고 있다.

명상과학연구소 설립을 준비 중인 미산스님은 "4차 산업혁명 시대에 필요한 공감형 창의적 인재를 양성하는데 명상이 매우 중요한 역할을 하게 될 것"이라면서 "구글·인텔 등 실리콘밸리 기업에서는 오래전부터 명상을 도입해 직원들의 스트레스 완화와 함께 업무능력을 증진시키는 효과를 보고 있다"고 강조했다.

부처님 자비광명, 어려운 이웃과 나눠요

9월 21일 ~ 10월 20일까지

불교총지종 사회복지재단 후원회는 부처님의 참사랑을 주위의 어려운 이웃과 함께 나누고자 하는 분들의 모임입니다. 여러분의 정성은 재단복지사업에 소중히 쓰여집니다

개천사	전세형	10/10	30,000
	이복남	10/11	10,000
관성사	인 선	9/25	20,000
	인 선	10/20	20,000
기로스승	반야회	9/22	100,000
	상지화	9/25	10,000
	수증원	9/25	10,000
	밀공정	9/25	10,000
	총지화	9/25	10,000
	법수원	9/25	10,000
	선도원	9/25	10,000
	법지원	9/25	10,000
	일성혜	9/25	10,000
	불멸심	9/25	10,000
	사홍화	9/25	10,000
	안주화	9/25	10,000
	해 정	9/28	10,000
	자비회	10/18	100,000
	상지화	10/20	10,000
	수증원	10/20	10,000
	밀공정	10/20	10,000
	총지화	10/20	10,000
	법수원	10/20	10,000
	선도원	10/20	10,000
	법지원	10/20	10,000
	일성혜	10/20	10,000
	불멸심	10/20	10,000
	사홍화	10/20	10,000
	안주화	10/20	10,000
밀인사	정정희	9/29	5,000
백월사	진 평	9/25	5,000
법천사	김정숙	10/12	10,000
법황사	박미경	10/18	10,000
수인사	정순득	10/16	10,000
실보사	이순옥	9/28	10,000
	이순옥	10/12	10,000
실지사	황성녀	9/27	10,000
	조성우	10/12	10,000
	박병성	10/12	20,000
	정경자	10/16	10,000
운천사	무명씨	10/13	20,000
일원어린이집			
	김용미	9/25	10,000
	하재희	9/25	50,000
	구미자	10/10	10,000
정각사	안한수	10/2	10,000
초록어린이집			
	황화성	9/25	30,000
	박정희	10/13	10,000
총지사	신용도	10/13	10,000
	손경옥	10/16	10,000
	무명씨	9/21	10,000
혜정사	지성인	9/21	20,000
	최영례	10/20	10,000
화음사	강승훈	10/10	5,000
	강승민	10/10	5,000
	무명씨	10/10	10,000
사원명무기명			
	최영미	10/10	50,000
	박필남	10/13	10,000
	김갑선	10/19	10,000

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 : 불교총지종 사회복지재단

불교총지종 사회복지 재단
전화 02)552–1083, 02)3452–7485

불교총지종 제12회 경로법회

경주 대명콘도에서 전국교도 약 1,000여명 동참

▲ 제12회 경로법회

불교총지종 사회복지재단은 경로 효친 사상의 실현과 교도 평생 복지의 구현을 위한 제12회 경로법회가 10월 24일 경주 대명콘도에서 봉행됐다.

전국의 65세 이상 총지종 교도 1,000여 명이 동참한 이번 어르신 큰잔치는 개회법회를 시작으로 사상의학 체질 건강 강연, 각설이 품바 공연의 순으로 진행됐다.

개회법회에서 인선 통리원장이 대독한 효강 종령 예하의 법어는 "사람으로 태어나기 어렵고, 불법 만나기는 더욱 어렵나니, 금생에 도를 닦지 않고 헛되이 죽어버리면 만겁을 지나도 다시 만나기 어려우니라, 모름지기 부처님의 정법에 의지하여 날마다 새롭고 부지런히 닦아 물러나지 말고, 속히 정각을 이루어 모든 중생을 제도하라는 뜻입니다."며 불퇴전의 수행 정진을 통한 즉신 성불 이루기를 서원했다.

통리원장 인선 정사는 인사말에서 "오늘 법회는 보살님과 각자님들께서 '한마음 경로잔치'라는 주제처럼 법회기간 동안 함께 웃고, 부처의 마음처럼 넉넉하고 자비로운 평안한 시간을 보내시어 행사가 끝나고 가정으로 돌아가실 때에는 행복과 자비의 웃음보따리를 가득안고 가시기 바랍니다. 우리 총지종이 한국불교 종단협의회의 부회장 종단으로 자리매김 할 수 있었던 것은 여기에 계신 보살님과 각자님들의 지극정성 발원이 있었기에 가능하였다고 생각합니다."며 종단의 발전과 고락을 같이한 교도들을 위로했다. 경주=김종열 기자

제90회 추계강공회 및 제138회 승단총회

화합으로 종조님의 입교개종의 정신을 이어가자

일선교화에 매진하는 스승들에게 총지종의 소의 경전과 수행 전통을 다시 점검하는 자리인 제90회 추계강공회가 10월 18일 부터 19일까지 총지종 총본산 총지사에서 열렸다.

총지종 기로 및 현직 스승 전원이 참석한 이번 강공은 개강법회에 이어 효강 종령 예하 정신교육, 부산 정각사 법상인 전수 교화 경험담, 밀교연구소장 법경 정사와 중앙교육원장 화령정사의 교학 강의, 종조 원정 대성사를 비롯한 33위의 열반 스승 추선불사, 승단총회, 종강불사의 순으로 진행됐다.

효강 종령 예하는 법어와 정신교육에서 "전국의 사원에서 교화에 매진하시는 스승님들의 노고에 감사드립니다. 원정 대성사의 입교개종의 정신을 이어가는 것은 우리 스승의 본분입니다. 올해는 국가적으로 큰 선거를 치루었고, 북한의 핵위협으로 나라의 혼란이 더한 시기입니다. 국가의 안위를 위한 불공도 함께 병진하시기를 바랍니다. 강공회에 앞서 서울 사대문 안의 총지종 밀교 도량인 관성사 헌공 및 득락전 봉안 가지 불사를 어제 봉행했습니다. 득락전에 관세음보살을 봉안한 것은 우리 종단 최초입니다. 이로서 교화의 다양한 방편을 시대에 맞게 수용 변화하는 종단의 위상을 재정립했습니다.

불자들이 편안하게 다가와 교도가 될 수 있는 다양한 교화 방편을 여러분들의 지혜를 모아 함께 만들어 갑시다"며 "종조 원정 대성사께서는 법신비로자나 부처님을 교주로 하고 육자대명을 본존으로 하여 대승장엄보왕경과 대승이취육바라밀다경을 소의 경전으로 하고 태금양계의 모든 경궤를 보조 경전으로 하여, 삼밀과 육행을 수행의 덕목으로 하고 '당상즉도','색심불이'의 원리에 입각하여 복지쌍수로 사리를 구현함으로서 현세정화와 즉신성불의 윤원대도를 얻게 하고 단순했던 과거와 복잡한 현대에 제생 의세하는 법이 다름으로 특히 이원진리를 밝혀서 물심병진법을 가르치는 한편 시시불공, 처처불공법으로 생활시불법 불법시생활의 진리를 체득케 하는 동시에 활동하며 닦고, 닦으면서 활동하는 것을 실천하게 하는 방편을 세움으로서 교상을 확립하고 입교교의를 이에 두었다."고 교시 하셨다며 총지종의 다가오는 50주년, 100주년을 준비하는 스승과 교도들의 기본 마음을 종조님의 정신을 올곧게 계승하는 것이라 강조했다. 또한 시대에 맞춰 교도들을 대하는 사고도 달라져야 하므로 새로운 교화 방편을 강조했다.

10월 18일 오후에 개최된 제138회 승단총회에서는 통리원장 인선 정사가 법성사 신축의 건, 통일음악제, 경로법회 관련, 수계법회 관련, 나를 찾는 여행 현황, 신규가정 본존 제작 및 시제품 공개, 총지종보 제호 변경의 건, 총지종보 기자단 모집 등 종단의 주요 현황을 보고하고 토론을 가졌다.

총지사= 김종열 기자

법음을 전한 통일음악예술제

금상 홍법사 불광합창단 수상

▲ 통일음악제 금상수상 문수사 마야합창단

제6회 통일음악예술제는 부산지역 불교합창단 4개팀이 경연에 출전하여 기량을 선보였다.

홍법사 불광합창단, 한마음선원 선법합창단, 삼광사 합창단, 문수사 마야 합창단들이 참여하여 잔잔한 감동을 객석에 전했다. 경연에 이어 총지종 부산 만다라합창단, 마산 운천사 부림합창단, 서울 마니합창단이 출연하여 축하무대를 공연했다. 초대 가수로는 주병선씨가 와서 흥을 더했고, 관객들도 어깨를 들썩이며 호응했다.

합창 경연시상식에서 홍법사 불광합창단이 금상을 수상해 통리원장 인선 정사로부터 트로피와 상금 삼백만원을 받았다. 은상은 문수사 마야 합창단, 동상은 한마음선원 선법합창단, 장려상은 삼광사 화엄합창단에게 돌아갔다.

▲ 제137회 중앙종의회

제137회 중앙종의회 개최

총기 47년 예산안 심의 및 주요사항 의결

불교총지종 총기 46년 제137회 중앙종의회가 10월 16일 오후 통리원 반야실에서 개최됐다.

중앙종의회 의장 수현 정사는 개회법회에 이어 개회사에서 "중앙종의회는 총지종의 한해 살림이 잘 꾸려지고 있는지, 다음해 예산은 적절히 편성됐는지를 가리는 중요한 의사결정 기구입니다. 위원 여러분의 꼼꼼한 심사를 거쳐 안건들이 결정 될 수 있도록 부처님 전 서원합니다."며 종의회 위원들의 공정한 심의가 이루어지기를 당부했다.

통리원 총무부장 우인 정사를 비롯한 각 부서 부장과 담당자들이 출석한 가운데 개회한 회의는 총기 46년 추경예산안과 총기 47년 예산안 심의, 촉탁 및 연장근무자 심의 의결, 흥국사 인근 토지 매입의 건, 만보사 리모델링 건, 법성사 신축, 정각사 득락전 봉안 및 동해중학교 감사 위촉 등을 심의 의결했다. 통리원= 김종열 기자

지홍(智弘)전수, 신임 스승 임용

임용 및 단향사 주교 사령장 수여

▲ 신임 스승 임용식

불교총지종 통리원은 효강 종령 예하를 모신 가운데 총기 46년 10월 16일 오후 통리원 부장실에서 신임 스승 임용식과 주교 사령장 수여식을 거행했다.

새로 임용된 스승은 지홍 전수(속명 김경남)는 종령 예하로부터 '지송급 인사' 수계증과 금가사를 수여 받고, 통리원장 인선 정사로부터 단향사 주교 사령장을 수여 받았다.

효강 종령 예하는 신임 지홍 전수에게 "수행을 하다보면, 그동안 쌓아온 마장들이 들어나는 순간이 옵니다. 심지어는 승직을 계속하지 못하겠다는 마음도 듭니다. 그 순간 염송 정진을 통해 참회하고, 불퇴전의 각오로 중생제도의 대업을 생각하고 잘 이겨내시기를 서원합니다."며 새로 임용된 지홍 전수에게 당부했다.

신임 지홍 전수는 가족이 모두 입교되어 총지종의 교도로 1992년부터 통영 단향사에서 신행을 이어왔다.

동해중학교 개교 50주년을 축하합니다

◆일시 : 2017년 11월 27일 월요일 오전 11시 ◆장소 : 동해중학교 해오름관

◆참석 대상 : 동해중학교 교육가족 누구나

◆개교 50주년 행사

가. 개교 50년사 출판기념회 나. 개교 50주년 기념식

다. 동해교육가족 화합과 나눔의 한마당 행사 라. 50주년 기념 만찬

동해교육가족 여러분 안녕하십니까?

황금 들판의 풍요로움이 가득한 결실의 계절인 가을과 하얀 설원을 동경하는 계절인 겨울의 분기점에 우리 동해중학교가 태동하였습니다.

동해중학교는 1967년 11월 27일에 개교하여 현재까지 18,000여명의 훌륭한 지도자를 배출한 역사와 전통을 자랑하는 학교입니다.

우리 동해중학교는 지금까지 낙후된 교육환경을 꾸준히 개선하여 왔으며 학생들의 학력향상을 위한 노력을 경주하여 왔습니다.

뿐만 아니라 인성과 예절교육 내실화로 앞날의 지도자 양성을 위한 지·덕·체를 겸비한 앞날의 지도자 상을 길러왔습니다.

또한 기초 및 기본교육의 충실로 과거의 명성을 되찾는데 최선의 노력을 경주하여 온 결과 학생들의 요구와 교육수요자의 요구에 부응하는 맞춤식 진로교육으로 부산 최고의 명문학교 진학률도 이루게 되었습니다.

따라서 금번 개교 50주년을 맞이하여 동해중학교 모든 교육가족들이 하나 되는 소통과 나눔의 장을 마련하여 초대하고자 합니다.

학교법인 관음학사 이사장 인 선 동해중학교 운영위원장 이 지 영

동해중학교 학교장 탁 상 달 동해중학교 총동문회장 김 진 도

지상 설법

정진(精進)

정진은 먼저 탁하고 뒤에 맑아지는 법이라

혜정사 진일심 전수

> “
> 칠일불공에는 사일 고개 있고, 삼칠불공에는 열하루 고개가 있고
> 칠칠불공에는 이십오일 고개가 있고, 백일불공에는 육순 고개가 있고
> 평생수행에는 사년 고개가 있느니라
> ”

교도여러분! 일주일간의 월초불공에 용맹정진 하느라 수고하셨습니다.

원정 대성사님의 말씀을 담은 종조법설집에는 우리가 어떻게 정진을 이어 나갈지를 상세한 법문으로 수록 되어 있습니다. 종조법설집 115페이지 「정진」 편에는 “① 소원있어 정진할 때 제일시간 빼지말고 용맹으로 성공하면 성취됨을 알지니라, 만일시간 늦었거든 곧이어서 시간일찍 나오기로 다시정진 할지니라, 새로정진 못할때는 하루정진 더할지라. ② 정진중에 지복하여 분외탐심 내지말며, 정진중에 안인하여 진애심을 내지말며, 정진중에 인과믿고 우치사견 내지말며, 정진중에 십선행해 십선악을 짓지말라”라고 게송으로 일러 주셨습니다.

정진은 먼저 마음가짐을 중요시 합니다. 서원을 세우고 정진을 시작하면 정한 시간을 꼭 지키고, 마음의 고요함을 유지하시기를 바랍니다. 혹이라도 정진 중에 나쁜 생각 일어나지 않도록 청정한 마음을 유지하시기 바랍니다. 우리 보살님들 오래 수행하시다 보면 내가 무엇을 서원하고 정진을 끌어 나가는지 잘 모를 때가 있습니다. 그럴 때는 확실하고 분명한 서원을 다시 세우시기를 바랍니다. 그래야 정진의 결과 공덕을 제대로 받으실 수 있습니다.

종조님께서는 칠일 정진 중에 일어나는 장애에 관해 “정진 중에 특히 지족하는 마음을 내게 하는 것은 무슨 뜻인가. 칠일 정진은 먼저 탁하고 뒤에 맑아지는 법이라 반드시 탐심에 대한 시련이 먼저 들어옴으로 지족으로서 이 시련에 속지 말고 극복하여야 칠일 후에 공덕이 이루게 되는 까닭입니다”며 정진 중 일어난 장애는 나를 시험하는 마장이므로 바른 마음으로 속지 말아야 한다고 했습니다. 마장은 다양한 모습으로 우리에게 나타납니다. 몸이 아프기도 하고, 집안에 일이 생기도 하는 등 어떤 모습으로 우리에게 올지 모릅니다. 한번 정한 불공은 끝내겠다는 각오를 다지시고 불공에 매진하십시오.

정진 중에 신구의 삼업을 닦는 이유를 종조님은 “정진 중에 몸으로 악한 행동과 입으로 악한 말과 뜻으로 악한마음을 없애기로 힘쓰는 것은 무슨 뜻인가? 칠일정진은 특히 신구의 삼업을 끊어 없애고 인격을 완성하는 주간 공부가 되는 까닭임”이라고 총지종의 근본 수행법을 강조하셨습니다. 신구의 삼업을 깨끗이 소멸하는 자리가 바로 즉신성불의 대도로 바로 가는 길입니다.

종조법설집 〈수행편〉
칠일불공에는 사일 고개 있고
삼칠불공에는 열하루 고개가 있고
칠칠불공에는 이십오일 고개가 있고
백일불공에는 육순 고개가 있고
평생수행에는 사년 고개가 있느니라
이것을 알아서 속지말고 용맹으로써 고개를 깨달이 넘어가는데 평탄한 길을 얻어서 행복한데 이르게 되느니라.

종조님은 우리가 일상으로 해나가는 불공 정진의 장애가 발생하는 시기를 우리에게 일러 주셨습니다. “칠일불공에는 4일 고개가 있고, 백일불공에는 육순고개가 있고, 평생수행에는 육순고개가 있고, 삼칠불공에는 열하루 고개가 있고, 평생수행에는 사년고개가 있느니라”며 불공의 마장이 나타나는 시기를 상세히 일러 주셔서 수행의 지표로 삼으라 하셨습니다.

이렇듯 정진은 결코 쉬운 것은 아닙니다. 전생에 쌓은 수많은 악업들을 단번에 끊어내지는 못하는 것입니다. 한 순간도 진언을 놓지 말아야 합니다. 육자대명왕 진언이야 말로 우리를 성불로 이루는 단 하나의 길이기 때문입니다.

원정 대성사님께서 저에게도 무슨 일을 하기에 앞서 항상 불공을 하고 정진의 결과를 보라 말씀하셨습니다. 스승이 되기 전 교도 시절에도 저는 항상 불공을 통해 결과를 봤습니다. 모든 일이 순조로이 이루어졌습니다.

결혼을 하기 전부터 복지화 스승님이 정진을 하고 결과를 보라하셔서 불공후에 지금의 각자님을 만나고, 순조로이 결혼 생활을 했고, 19살 때 미운 사람들이 있어 원정 대성사님께 어찌하면 좋은지 여쭤 봤습니다.

원정님 말씀은 “하늘보고 침 뱉으면 어찌 되는가?”하고 말씀하셨습니다. 남을 미워하지 말고 싫은 사람에게 더 잘해주라는 말씀으로 듣고, 하심 하는 마음으로 살았습니다. 스승님들의 가르침은 하나도 틀린 게 없었습니다. 노력하는 만큼 이루고, 베푼 만큼 돌아온다는 부처님의 가르침대로 살라는 것입니다.

보살님들도 무슨 일에 앞서서는 꼭 정진을 통해 결과를 보시기 바랍니다. 모든 것은 인연으로 다가 옵니다. 잘못된 인연으로 다가오는 것은 반드시 불공을 통해 미리 막아야 합니다. 작은 일도 항상 정진을 통해 결과를 보시면 결코 후회 없는 인연으로 다가 올 것입니다. 또한 이루지 못한 인연은 미련을 두지 마십시오. 미련을 두면 마음에 진심이 생기고 어리석은 결과를 불러옵니다. 부처님의 가지력은 삼계에 두루 미치는지 않는 곳이 없습니다. 보살 모두가 진언 염송을 통해 이루고자 하는 모든 서원 이루시고 즉신성불의 대도를 이루시기를 서원합니다.

칼럼 지혜의 눈

님비와 핌피, 그리고 공동체 운명

“님비와 핌피는 집단 이기심의 발로”
“운명공동체 위한 집단지성 발휘해야”

21세기 문명의 전환기는 인류에게 새로운 사고를 요구하고 있지만 우리는 여전히 산업화 시대의 산물인 자유주의와 사회주의라는 양대 사고의 틀을 탈피하지 못하고 있다.

사회주의 종주국을 자처하던 옛 소련의 해체와 중국의 개혁개방 등으로 사회주의가 몰락하고 자본주의 내지 시장주의가 전 세계를 장악하다시피 했다지만 개인과 공동체라는 갈등의 기본 성격에는 변함이 없다.

얼마 전 서울시 강서구의 특수학교 유치를 둘러싼 갈등을 돌아보자. 장애인 교육시설인 특수학교의 필요성을 부정할 사람은 별로 없다. 하지만 이런 시설이 자기가 사는 동네에 들어서는 데는 반대하는 ‘님비’ 현상을 보여준다. 공동체의 이익보다 집값 하락 등 개인들이 겪어야 할 피해가 우선적인 고려 대상이다.

또 님비의 이면에는 산업단지나 위락시설 등 이익이 되는 시설이라면 서로 유치하려는 ‘핌피’ 현상이 있다.

님비와 핌피에는 남보다는 나를, 공동체 보다는 개인을, 그리고 다른 집단보다 자기집단을 우선시하는 이기심이 작동하고 있다. 인간의 본성과도 같은 이기심 앞에 개인이냐 공동체냐 하는 이분법적 갈등의 틀을 벗어날 제3의 길은 잘 보이지 않는다.

문제 해결이 지지부진한 만큼 개인들의 고통은 끊이지 않는다. 장애인 자녀를 둔 어느 부모는 맞벌이를 해야 하는 상황임에도 자녀를 돌보기 위해 생업을 포기해야 한다.

자녀 본인도 일반 학생과 함께 어울리는 것이 좋겠지만 왕따 우려 등 부담 때문에 특수학교를 선호하는데, 마땅한 특수학교에 들어가기가 하늘의 별따기라 아예 학업을 포기하기도 한다.

문제 해결의 단초는 인식 개선에 있다. 장애인 시설의 경우 누구나 후천적인 사고로 장애자가 될 수 있다는 사실을 자각할 때 타협의 가능성이 열린다. 유럽이나 일본에는 납골시설이 마을 한 가운데 위치하는 경우가 많은 것도 시사하는 바가 많다. 별도의 혜택을 주는 방안도 효과가 있다. 핵 폐기장을 수용하면 적극 지원하겠다는 정부 정책에 경주시가 적극 찬성하고 나선 예도 있지 않은가.

얼마 전 미국의 한 임상심리학자가 방한하여 초청 강연을 가졌을 때, 명상 프로그램이 사회문제 해결에 얼마나 효과가 있을지를 물어보았다. 그는 북한 김정은 위원장과 미국 트럼프 대통령, 이 두 사람을 수행프로그램에 적극 초청하고 싶다고 말했다. 누구나 수행에 참여하기만 하면 효과가 있을 것이라는 자신감과 더불어 현실적인 어려움도 토로한 것으로 들렸다.

문명사회의 변화는 보다 근본적인 발상의 전환을 요구한다. 온난화로 인한 기후변화와 그로인한 피해는 대표적인 인류공동의 위협이다. 작은 이익을 놓고도 아웅다웅하는 현실에서 어떻게 그렇게 거대한 담론을 놓고 씨름하고 또 성공할 수 있겠는가 지레 겁먹는 이들도 있을 수 있다.

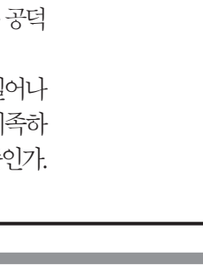
많은 전문가들은 우리 인류에게 남겨진 시간이 별로 없다고 입을 모은다. 우리 모두가 공동운명체라는 인식이 자리잡을 수 있도록 집단지성을 발휘하여 사회경제 시스템을 개선해 나가야 할텐데 준비가 미흡하다는 진단이다.

하지만 지금 포기하면 미래는 없다. 자리이타의 상호의존을 일깨우는 불교의 연기(緣起)와 중도(中道)의 가르침이 지구운명공동체를 잘 가꿔나가는데 일조하길 바란다.

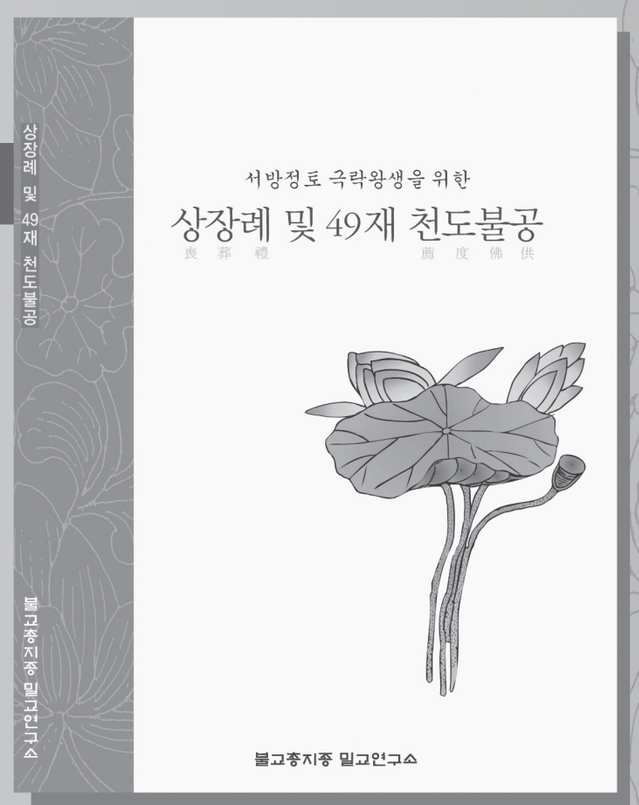
왜 천도불공을 올려야 하는지를 자세히 설명하고 상장례와 49재의 절차와 방법을 제시하고 있다.

서방정토 극락왕생을 위한 천도불공 안내서!

서방정토 극락왕생을 위한
상장례 및 49재 천도불공



* 임종 시에 불공을 해드려야 하는 이유
* 재(齋)란 무엇인가?
* 49재의 의미, 유래와 근거
* 49재를 행하는 이유
* 49재는 어떻게 행하는가? (절차와 방법)



법공 종사 · 법경 대정사 共著
불교총지종 밀교연구소 발행/ 비매품/ 59쪽
구입문의 : (02) 552-1080~3

원당정사
밀교경전 읽기 8

대승장엄보왕경

『관음신앙의 밀교적 배경 2』

삼밀수행을 구체적으로 설명하면 첫째로, 신밀은 몸으로 부처의 세계와 계합하는 것을 나타내는 인계(印契)를 맺는 것이다. 인계란 산스크리트어로 무드라(Mudrā)라고 하며 결계(結契) 또는 수인(手印)이라고도 하고 간략하게 인(印)이라고도 한다.

무드라는 반지모양의 도장이나 흔적을 뜻하는 말로 표장(標章)의 뜻이다. 부처님이 깨달으신 진리를 삼법인이라 하듯이 인장과 같이 진실한 것이요, 허망하지 않다는 뜻으로 쓰이고 있다.

단순히 손이나 손가락을 사용하여 인을 맺는 것을 수인 혹은 결인이라 하며, 연꽃이나 칼 또는 염주 등의 지물을 사용하여 인을 맺는 것을 계인(契印) 혹은 상인(相印)이라고 한다. 일반적으로 인계라고 하면 수인을 가리키지만 결과적으로 수인과 계인을 모두 가리켜서 인계라고 부른다.

부처님이나 보살은 인계를 통해서 깨달음의 내용을 상징적으로 나타내고 있다. 신밀에서 이와 같은 인계를 맺는 이유는 인계를 통해서 행자가 부처가 되는 것이다. 그리고 이러한 인계를 통일해서 본존관이 성립하게 된다.

두 번째로, 구밀은 만트라, 다라니, 명주등의 용어로 설명하며 입으로 진언다라니를 외는 것으로 입을 통해서 행하는 수행이다. 진언다라니는 '옴마니반메훔'이나 '옴람' 또는 '신묘장구대다라니'와 같은 말로 깨달음의 세계를 언어나 문자로 표현하기위하여 그것을 상징적으로 표현하는 함축적 언어이다.

진언다라니의 내용은 부처님이 깨달으신 진리를 상징적으로 표현한 것이므로 진언행자가 이 진언다라니를 외울 때 참된 부처님의 말씀이 행자의 입을 통해서 나오게 되어 삼마지를 얻게 되어 지혜가 열리는 것이다. 이렇게 진언다라니를 지송하여 지혜를 얻게 되면 일상생활 속에서의 언어활동이 그대로 부처의 구밀이 되는 것이다.

세 번째는, 정신을 집중하여 본존을 관상하는 의밀이다. 행자가 마음을 한 곳에 모아 본존을 관상할 때 삼마지(三摩地)를 성취하고 행자의 마음이 그대로 본존이 되는 것이다. 즉 자신이 곧 부처임을 자각하는 것이다.

삼마지는 산스크리트어 (Samāhi)의 음사로 삼매라고 번역하고 있다. 삼밀중에 의밀은 삼밀관행에서 중요하게 여기는 부분으로 『대일경』『금강정경』등 중기 밀교 이후에 삼마지와 삼밀의 융합으로 밀교의 관법이 이루어 졌다.

밀교의 관법으로는 월륜(月輪)을 청정한 것, 청량한 것, 광명이라 상징하고 그 월륜을 자신의 청정자성심으로 보는 관법인 월륜관이나, 아자(阿字)를 우주의 본체로 삼아 아자를 관하는 아자관 또는 모든 존재의 구성요소인 地·水·火·風·空 오대의 다섯가지 종자 아바라하카(a·va·ra·ha·kha)를 자신의 신체에 포치하고 대일여래를 관상하여 자신과 대일여래가 근본적으로 동일하다는 것을 체득하는 오자엄신관과, 보리심을 관념의 대상으로 오상 즉 통달보리심, 수보리심, 성금강심, 증금강신, 불신원만의 다섯 단계를 차례로 관상하는 오상성신관 등 밀교 특유의 삼마지 수행법이 있다.

이상의 신밀·구밀·의밀 중 한가지만을 따로 수행하기도 하지만 삼밀을 동시에 수행하는 것을 삼밀수행이라고 한다.

그리고 손으로 결인을 맺고, 입으로 진언다라니를 외우고, 마음으로 본존을 관상하여 삼마지에 머물게 하는 신체적 형태로서의 부처의 삼밀과 같이하여 동시에 수행하는 것을 유상삼밀행이라고 한다.

나아가 일상생활 속에서 일거수일투족이 모두 무드라(Mudrā)로 신밀이 되고, 입을 열어 소리를 내면 진언다라니로 구밀이 되며, 마음을 내어 한 생각 일어나면 그것이 삼마지(Samahi)로 의밀이 되어 이것을 무상삼밀행이라고 한다.

이와 같은 삼밀수행을 통하여 부처의 가지력이 행자에게 미치어 행자의 삼업

이 부처의 삼밀과 합일시켜 부처가 나에게 들어오고 내가 부처에게로 들어가는 입아아입(入我我入)의 경지를 삼밀가지라고 하며, 삼밀상응 또는 삼밀유가라고 한다.

삼밀가지는 삼밀수행에 의해 우리의 신, 구, 의 삼업이 본래 부처의 삼밀과 평등하여 차별이 없음을 자각하는 것이다.

이것은 중생의 삼업생활을 정화하여 그대로 부처의 삼밀생활이 되게 하는 것이다. 이것은 우리의 몸과 입과 마음가짐을 부처님처럼 행동하고 부처님처럼 말하고 부처님처럼 생각하자는 의미로 해석할 수가 있는 것이다.

밀교의 수행
삼밀관행법(三密觀行法)

밀교에서는 법신설법을 알아듣는 것을 '증득(證得)한다'고 한다. 그 방법을 실수법(實修法)이라 하는데, 밀교의 사상법(事相法)이다. 밀교의 사상(事相)은 참으로 엄격하고 복잡하지만 가장 기본적인 것이 '삼밀관행법(三密觀行法)'이다.

삼밀관행법은 사람이 살아가는 기본활동인 몸(身)·말(口)·정신(意)의 활동을 자기 창조를 위한 긍정적인 입장으로 보아 삼밀(三密)로 규정하고 이를 통해 인간이 가진 무한한 능력과 생명의 심비(深秘)를 실현할 수 있다고 보아 사람마다 가지고 있는 삼밀활동을 비로자나부처님의 삼밀 활동과 일치되게 하는 것이다.

사람이 몸과 입과 뜻으로 하는 세 가지의 활동을 전인적으로 유지해 부처님 닮아가는 연습을 통해 결국에는 스스로 부처님의 세계를 체험함으로써 생활 그대로 부처님의 활동이 되도록 하는 것이다.

즉 내가 부처님 속으로 들어가고 부처님을 내 삼마지(三摩地) 속에 모셔 들이는 것이다. 이리하여 불(佛)과 내가 유가(瑜伽-일체가 되는 것)를 이룬다.

불의 삼밀과 나의 삼밀을 일치시키는 것이다. 이때 완전히 유가가 되었을 때의 내 몸은 곧 대일여래인 것이다. 따라서 그 때의 내가 느끼고 생각하는 모든 것은 대일여래의 그것과 일치하는 것이다.

밀교에서는 여러 가지 방법으로 대일여래의 설법을 듣고 깨달음을 얻는다.

이것이 바로 밀교의 진언문(眞言門)이다. 그 실수법을 비밀(秘密) 및 유가행(瑜伽行)이라 한다. 이 유가행에는 여러 가지가 있지만, 본종에서는 삼밀관행의 진언법을 쓴다.

진언은 옴마니반메훔을 비롯한 관세음보살진언(觀世音菩薩眞言)과 준제진언을 주로 쓴다.

이 밖에도 수행이 진전되면 아자관(阿字觀)이라고 하여 대일여래의 깨달음의 세계와 곧바로 합일하는 차원 높은 관법도 병행한다.

삼밀유가관법

삼밀유가관법(삼밀관행, 삼밀수행)을 통한 수행자의 종교적 체험이며 직관으로 파악되는 경지인 자내증(自內證)을 체득하게 된다.

인간의 마음은 본질적으로 청정하여 공(空)이고 그대로 깨달음이다. 이 본래의 청정심을 금강정경에서는 월륜(月輪)으로 상징하고, 삼밀관행은 중생이 본래의 모습인 부처로 돌아갈 수 있는 밀교의 수행법이다.

밀교 관법

밀교의 관법이란 자기 주인공을 찾아가는 수행법으로, 본불생이며 연꽃처럼 청정하고 월륜처럼 밝고 빛나는 원만한 자심(自心)인 주인공을 찾는 수법이다. 관법은 삼밀수행법 중 '의밀'에 해당하며 의밀은 '요가 삼마지(yogā samadhi)'라 하고 삼마지의 관법을 행하는 것이다.

즉 '삼밀유가관행법'이 밀교 수행법으로 밀교 수행체계의 골격을 이루며, 이를 밀교삼밀관법수행(밀교삼밀관행)이라 한다.

삼밀문으로 삼업을 정화하고 삼밀가지를 이루게 되며 비밀의 세계를 경험(증득의 면)하게 된다. 비밀이란 바로 '여심지자심'의 경계를 의미하며 반복적인 삼밀수행으로 삼밀상응, 삼밀유가, 삼밀가지를 이룬다.

삼밀수행은 바로 인계(신밀), 진언(구밀), 삼마지(의밀)인 삼밀로 구성되어 있으며, 진언염송으로써 부처의 삼밀과 중생의 삼밀을 하나로 일체시키는 수행작업을 말한다.

도현정사
중국불교엿보기 ⑥

동아시아의 불경 역경가들

최초로 중국에 아비다르마 불교를 전한 안세고(安世高)

안세고는 최초로 중국에 경전을 번역하여 전한 역경가로 후한서에 기록된 승려로서 본명은 안청(安淸), 세고는 그의 자이다. 안식국(安息國)(오늘날의 이란의 북부지방 페르시아(parthia))의 태자로 태어났지만 왕위를 숙부에게 넘기고 불교에 뜻을 두어 여러 나라를 다니며 불교를 공부하다가 후한 환제(148년 경)때 낙양으로 왔다.

그 후 20여 년간 중국에 머물면서 30여부의 경전을 번역하였다. 설일체유부(說一切有部)의 소승불교가 왕성했던 안식국 출신인 안세고는 선관(禪觀)과 아함(阿含) 그리고 아비담학(阿毗曇學)에 능통하였다.

특히 그가 번역한 안반수의경(安般守意經)은 직접적인 부처님의 말씀이 아니라 빨리 경전에 근거한 주석서(註釋書)로써 불교의 대표적인 수행법인 호흡법을 설명한 경전이다. 안반(安般)은 들숨(a-na 安)과 날숨(apa-na 般)의 합성어 아나빠나(anapana)에 대한 음역이며 수의(守意)는 사띠(sati)의 의역으로 안반수의라고 하며 들숨과 날숨으로 생각을 고요히 하는 수행을 말하다. 이것은 바로 위빠사나(Vipassana)의 핵심 명상법인 수식관법을 설명한 것이다. 또한 인본욕생경(人本欲生經), 팔정도경(八正道經)등 여러 소승경전도 번역하였으며 아비담학에 관한 경전도 다수 번역 하였다. 후세 양나라의 승우(僧祐)는 안세고의 교학을 "널리 경장을 섭렵하고 아비담학에 매우 정통하여 선경(禪經)을 더듬어 그 묘(妙)를 터득하였다" 고 그가 찬술한 출삼장기집(出三藏記集)에 기록하고 있다.

범어(梵語)와 중국어 두 언어에 능통했기 때문에 역문(譯文)의 정확도, 역어(譯語) 선택의 신중성 등 역문의 신뢰성은 후대에 높이 평가받고 있다. 최초의 역경작업인데도 후세의 현장삼장에 비해서 거의 음역을 쓰지 않는 등 번역의 기본원칙을 충실히 지켰음도 매우 높이 평가받고 있다.

또한 현상에 대한 분석적 고찰이 뛰어난 아비다르마 불교를 처음으로 중국에 전하고 안반수의경을 통해 중국에 불교의 선법을 전했다는 점에서 안세고는 동아시아 불교사에서 불교적 사상과 수행의 큰 획이 되는 역할을 한 역경가로 기억된다.

그는 오랜 시간 낙양에 머물면서 오직 경전 번역에만 몰두했다. 그 후 후한 말의 혼란을 피해 남쪽으로 내려가 회계(會稽: 절강성 소흥현)에서 입적하였다고 전해지는데 만약 이것이 사실이라면 중국 남쪽지역에서 불교 전래의 시초라고 할 수 있으나 이는 역사적 사실로 받아들이기에는 여러 가지 의문점들이 있다.

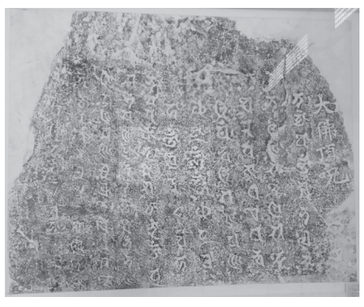
안세고가 활약했던 시기에도 후한의 황제 환제는 궁정에 노자와 부처를 함께 모시기도 하고 황로부도(黃老浮屠)라고 하여 노자와 부처의 가르침을 같이 설명하기도 하던 시대였다. 또한 노자가 인도로 가서 부처가 되었다는 「노자와호설」이 주창되었던 시기였다.

그래서 수식관에 관한 경전을 번역하기도 하고 그 실천자이기도 하였던 안세고는 중국인들에게 도교의 불로장생술이나 태식법(胎息法)의 수행자처럼 보였던 것 같다. 불교에 대한 지식들이 아직 일반화 되지 못했던 시대였기 때문 일 것이다.

유물로보는 밀교

제천 송계리 대불정주범자비
[堤川松界里大佛頂呪梵字碑]

충청북도 제천시 한수면 송계리 산1
시 대 : 고려 후기
유 형 : 유적/비



▲제천 송계리 대불정주범자비 탁본

제천 송계리 대불정주범자비는 고려 후기에 성행되었던 『수능엄경(首楞嚴經)』에 있는 대불정주를 새겨 넣은 것이며, 이 경전은 불성(佛性)이라 이르는 수능엄삼매(首楞嚴三昧)를 얻을 수 있는 길을 깨우쳐 주는 책이다.

비석은 화강암의 자연석으로 모서리가 둥글게 돌아간 위는 좁고 아래는 넓은 사다리꼴 모양이다. 화강암의 앞면만 다듬어 글자를 새긴 비석이다. 비문은 전체 11행으로 모두 105자가 범자(梵字)로 기록되어 있다. 첫 줄에는 '대불정주(大佛頂呪)'라는 한자로 음각된 글씨가 있는데, 자경은 11㎝이나 '주(呪)'자는 자경이 14.5㎝로 차이가 난다. 범자(梵字)로 비문을 기록하였는데, 각 행의 자수(字數)는 1~4행까지는 8자, 5~6행은 7자, 7행은 11자, 8~11행은 12자로 일정하지 않다.

관세음보살 42수(手) 진언

41. 감로수(甘露手) 진언

옴 소로소로 바라소로 바라소로 소로소로야 사바하

일체의 목마른 중생들과 모든 악귀가 청량함을
얻기를 원하면 이 진언을 외우라

그때 그시절

총기 원년 (1972) 11月11日
본존 및 불사의식결정

(1) 본존(本尊)은 육자대명(六字大明)을 봉안(奉安)하고 준제관음상은 봉안하지 않는다.
(2) 공양물 : 불전(佛前) 공양물은 헌화(獻花)와 소향(燒香)에 한하고 정수(淨水)와 촛불은 쓰지 않기로 결정한다.
(3) 법의(法衣) : 의제(衣制)는 신라시대(新羅時代)의 상의양식(上衣樣式)과 같이 깃을 밑에까지 내려서 만들고 소매는 작은 홍탁소매로 하며 색조는 백 · 황 · 홍 · 청(白黃紅靑)의 4色으로 사종수법(四種修法)에 맞추었다.
(4) 금가사(襟袈裟) : 흑자색지(黑紫色地)에 육합상을 세 곳에 백색(白色)으로 자수(刺繡)한 것인데 목에 걸면 뒤 항부(項部)에 육합상이 보이고 전면은 양흉부(兩胸部)에 육합상이 보이며 규격에 있어서 폭은 두겹으로 만들어서 반을 접는 것이 6Cm5푼, 길이가 140Cm 되도록 하는 것이다. 금가사와 법의에는 전면에 한 개씩의 4지결(智結)의 흑색노끈으로 단추를 달아서 사용한다.

정사 김기자의 사/원/탐/방

관세음보살법계궁

옴마니반메훔의 진언소리로 가득찬 서원당

▲ 불교총지종 혜정사 약도

세계최초의 금속활자 직지심경의 고장

청주는 고대 삼한시대 마한의 땅이었다. 백제 시대에 이르러 상당현(낭비성 또는 낭자곡)이라 불렸다. 군사적 요충지여서 삼국을 통일한 신라는 5소경 중의 하나인 서원경으로 승격시켜 지방행정의 중심지가 된다.

청주라는 이름을 갖게 된 것은 고려 태조 23년(940년)때다. 고려 우왕 3년(1377년) 청주 흥덕사에서 세계 최고(最古) 금속활자본인 '백운화상초록불조직지심체요절(白雲和尙抄錄佛祖直指心體要節)'를 간행했다. 줄여서 직지심체요절이라 부른다.

직지심체요절은 고려시대 큰스님인 백운화상이 부처님과 선대 고승들의 말씀이나 편지 등에서 뽑은 내용을 수록해 놓은 책이다. 책은 본래 상하두권으로 구성되었으나, 하권만 프랑스국립도서관에 남아있다.

직지심체는 "직지인심 견성성불(直指人心 見性成佛)"에서 나온 말로 '수행을 통하여 사람의 마음을 바르게 보면 마음의 본성이 곧 부처님의 마음임을 깨닫게 된다'라는 뜻이다.

청주의 자랑인 '직지심체요절'은 간행 연대가 1377년(고려 우왕 3년)으로 지금껏 세계 최초로 알려져 있던 독일 구텐베르크의 42행 성서보다 78년이나 앞선 것이다. 직지가 금속활자인쇄본으로 공인됨으로써 청주는 세계인쇄문화의 요람으로 떠올랐다. 직지는 상하권 중 하권만이 전해져 지금은 프랑스국립도서관에 소장돼 있다. 2011년 유네스코 세계기록유산에 등재되었고, 유네스코 직지상이 제정됐다.

직지의 탄생지인 청주 흥덕사 터에는 청주 고인쇄박물관이 1992년 개관했다. 직지, 흥덕사지 출토유물, 고서, 인쇄기구 등이 전시돼 있어 동서양의 인쇄발달사를 한 눈에 볼 수 있다. 사적 제315호인 흥덕사지는 금속활자 직지를 비롯해 <자비도량참법집해> 등을 간행해 낸 곳이다.

교육의 도시 한복판에 세워진 진언밀교 도량 혜정사

청주는 1905년 경부선 철도가 인근 조치원을 통과 하면서 새로운 발전의 전기를 맞는다. 1920년에는 충북선이 완공되면서 충청북도의 중심지로 부상한다. 일제강점기를 거치면서 지역의 인재들을 양성하는 교육기관들이 모여 교육의 도시로 성장한다.

혜정사가 자리한 내덕동 일대는 청주 교육의 중심지이다. 인근에 내덕초등학교, 대성초등학교, 대성고등학교, 청주농업고등학교, 청주대학교예술대학, 청주대학교(북부캠퍼스)등이 있어 인재 충북 각 지역의 학생들이 모여있다.

또한 상당경찰서, 청주시문화산업진흥재단, 청주 첨단문화산업단지, 담배인삼공사 청주제조창, 근로복지공단 청주지사, 상당구 선거관리위원회, 충청북도 의사회, 정부양곡도정 북부공장, 북부배수지, 새적굴공원 등 주요기관과 유적지들이 있는 지역이다.

내덕동이라는 동네 이름은 덧벌 안쪽이 되므로 안덧벌, 안터벌, 안덕벌또는 내덕평이라고 불린 데에서 시초한다.

혜정사는 원정 대성사가 입교 개종을 선포한 1972년 12월 29일 청주시 북분로에 주택을 임차하여 청주 선교부를 개설하고 설단불사를 봉행했다. 초대 주교로는 대자행 전수가 취임했다.

총기 4년 10월 29일 해탈서원당으로 개칭하였고, 총기 5년에는 청주시 북문로 79-1번지 건물 1층 전층을 임차하여 불단이설 불사를 봉행했다. 들불이 번지듯 일어나는 총지종의 교세는 청주도 예외는 아니었다. 늘어나는 교도에게 수행 공간마련을 위해 종단은 청주시 수동 117-1 번지의 대지와 건물을 매입하고 종교시설로 수리하여 이설불사를 봉행하고 사원명을 혜정사로 개칭했다. 지금의 혜정사는 청주시 내덕동 651-1번지 대지 190평을 매입하고 연건평 147.6평으로 지하 1층 지상 2층의 사원을 완공하고 총기 16년 10월 20일 헌공불사를 봉행했다. 이로서 충북 지역 중신 도량으로 우뚝섰다.

불교총지종 충북 교화의 중심 '혜정사'

주교: 진일심 전수

전화 : 043-256-3813
주소 : 충청북도 청주시 청원구
향군로 131번길 5
(내덕1동 651-1)

유서깊은 불심의 고장에 울려퍼지는 육자대명왕진언

혜정사는 밤낮으로 진언염송이 끊이지 않는다. 교도들은 삼십년을 넘게 동고동락을 같이한 가족이자 도반이다. 혜정사 주교 진일심 전수는 "우리 사원은 너와 내가 따로 없고 모두가 하나입니다. 어느 교도가 서원 불공을 하던지 모두가 동참해서 이루어지기를 진심으로 서원하고 있습니다. 바로 가족이지요"라며 끈끈한 불심으로 이어진 혜정사 교도들의 모습을 전했다. 혜정사는 종단의 모든 행사와 불사에 가장 먼저 동참하는 충청교구의 모범 사원이다.

혜정사는 청주의 상징인 무심천을 끼고 우암산을 바라보고 있다. 무심천은 청주를 동(상당구)과 서(흥덕구)로 나누며 남에서 북으로 흐르고 있다. 우암산은 청주의 모든 학교 교가에 들어가 있는 청주의 상징물이다.

무심천은 선사시대로 부터 삶의 터전이자 문화를 꽃피워 온 청주 역사문화의 뿌리이다. 물줄기를 따라 양옆으로 남석교를 비롯해 용화사 석불군, 정북토성 등 중요 유적들이 있으며 흥덕사에서 찍어낸 금속활자본 '직지'와도 깊은 연관이 있다.

청주 시가지 동쪽 편에 위치한 우암산은 소가 누운 모습과 비슷하다 하여 와우산(瓦牛山)이라 불리는 청주의 진산(鎭山)이다. 해발 353.2m정상에 오르면 청주시가지가 한 눈에 들어온다. 계곡마다 사찰을 품고 있어 경주 남산처럼 불교유적의 보고(寶庫)로 불리기도 한다. 산자락에 청주향교, 국립청주박물관이 있고, 지금은 8차선 국도로 정비되었지만 보은으로 넘어가는 우암산의 아리랑고개는 한 때 유명했다.

이번 가을 청주 혜정사 참배를 나서 보는 건 어떨까? 따뜻한 교도들의 분위기와 청주의 불교 유적과 속리산의 가을 단풍도 멋질 거라 생각된다.

청주 혜정사= 김종열 기자

혜정사, 박영숙 보살님의 이야기

가족같은 신도들과 함께 공덕을 쌓고 따뜻한 마음을 배웁니다

새벽이면 시어머니가 염주를 쥐고 염송하는 소리로 하루를 시작했다. 시어머니는 큰 소리로 가족들의 이름을 외며 불공을 하셨다. 그때는 어려서 그것이 뭔지도 잘 몰랐는데, 첫 아이를 낳고 관심을 갖기 시작했다. "어머님, 저도 절에 나가보고 싶어요" 하고 말씀을 드리니 아주 좋아하셨던 표정이 아직 눈에 선하다.

사실 시집오기 전엔 교회를 다녔었다. 절은 관광지 같은 느낌으로 몇 군데 가보기만 했는데, 이상하게도 절에 들어서면 마음이 편해지는 것을 은연중에 느꼈다.

아무튼 절에 막 다니기 시작했을 땐 여러 가지로 엉망이었다. 불교에 대해 아는 것도 없었고, 그저 전수님의 설법을 재밌는 이야기 정도로 생각하며 설렁설렁 다녔다. 자성일에만 출석하는 정도였고 염주는 형식적으로 손에서만 빙빙 돌아갔다. 하지만 행동이란 것이 참 신기했다.

몸이 먼저 따라가니 자연스레 마음도 동하였다. 형식적으로 손에 쥐어지기만 했던 염주는 어느새 마음이 불편할 때 가장 먼저 찾는 것으로 변해있었다.

그러던 어느 날, 저에게 절의 간부를 한번 해보라는 제의가 들어왔다. 아무것도 모르는 상태인데 어떻게 직급을 가지겠냐며 사양을 했지만, 차츰 절에 나가는 일수가 쌓이면서 말로는 형용하기 힘든 어떠한 깨우침 비슷한 느낌을 받았다. 그리하여 한동안 총무라는 직을 하게 되었다. 그만둔 이유는, 남편의 사업이 실패를 하게 되고 아이들을 건사하는 힘도 부쳤기 때문이다.

불공에 대한 시어머니의 열정은 여전히 뜨거웠지만 저는 절에 가는 빈도도 많이 줄어들었다. 삶이 힘겨운 고비는 여러 차례 있었지만 다행히 아예 주저앉는 정도까지는 가지 않았다.

그러던 중 큰아들의 대입시험을 앞두고, 절에 다시 열심히 다녀보고 싶은 마음이 생겨났다. 제 이야기를 들은 전수님 역시 한번 작정하고 제대로 불공을 해보지 않겠냐고 연락을 해왔다.

그렇게 마음을 잡고 자식을 위해 정진에 매진했다. 생계에 치여 절에 갈 수 없는 날도 있었지만, 무슨 일을 하든, 어디에 있든 늘 '옴마니반메훔'이라는 진언을 입에 달고 지냈다. 그러자 놀라운 결과가 나타났다.

아들과 성적이 비슷한 아들 친구 여럿이 같은 학교의 전공에 지원을 했는데 모두가 떨어지고 저의 아들만 합격 통보를 받은 것이다. 그것도 무려 장학생이었다. 합격 소식을 듣는데 어찌나 신기하고 감사했는지 모른다.

이게 다 어머님의 불공 덕이라는 생각도 들고 진언의 힘이라는 것도 느껴져서 새벽까지 심장이 두근거려 뒤척였던 기억이 난다.

현재 저희 아이들, 삼남매는 대학도 잘 가고 자리도 잘 잡아서 제 밥그릇은 챙기면서 살고 있다. 특히 첫째 아들은 대학원까지 진학하여 그 안에서 배필을 만나 두 내외가 연구원에서 일을 하고 있는 중이다. 손주들 역시 공부도 곧잘 하고 심성이 착하다.

제가 혜정사를 좋아하는 이유 중 하나는 바로 우리 신도들 때문이다. 자신의 가족들과 주변사람들을 위해 몸과 마음을 사리지 않고 희생하는 것을 지척에서 보고 있노라면, 저의 삶에도 좋은 자극이 된다.

저에게 미흡한 점이 많지만 그래도 여기 혜정사 안에서는 그들처럼 공덕을 쌓을 수 있겠다는 자신감도 가질 수 있다. 무엇보다 마음이 따뜻해진다. 나 역시도 다른 사람에게 그러한 역할을 할 수 있게끔 성실히 정진하겠다.

혜정사, 박승삼 보살님의 이야기

인생의 고난에서 부처님의 자비를 만나 살아갑니다

50년이 지난 이야기입니다. 큰 아들이 고등학생 때, 성실하지 못해 걱정이 많았다.

그땐 전화가 없던 시절이라 편지로 아이에 대한 내용을 전달 받았고, 아이의 출석률이 형편없단 사실을 알게 되었다. 아이를 말로 타이르는 건 크게 효과가 없어 절에 나갔다.

태어나 처음 부처님을 보았습니다. 100일 기도를 시작했다. 덕에 아이는 별 탈 없이 학교를 졸업했다.

아들이 제대 후 장사를 해보고 싶다고 하면서 집을 담보로 잡을 수 없냐기에 저는 한사코 거절을 하고 리어커 장사부터 시작해라 타일렀다.

하지만 아들은 저 몰래 할아버님의 집을 담보 잡아 기어코 화장품 장사를 시작하였고, 동업을 하던 친구는 사기를 쳐 달아났다. 뒤늦게 사실을 안 저는 눈앞이 캄캄했다. 집을 팔아도 도저히 감당할 수 없는, 천문학적인 금액이었다.

저는 다시 절을 찾았다. 그때 찾은 절이 혜정사였다. 처음엔 불상도 없는 절이 이상하게 느껴졌지만, 이내 마음을 잡고 불공을 드렸다.

절을 찾은 처음 주머니에 있던 돈을 모두 털어 오천 원을 희사하고, 잘못했습니다, 용서해주세요. 이 일만 잘 풀리게 해주시면 평생 모시겠습니다. 이 말만 반복했습니다. 다행스럽게 이후 재판에서 일이 좋게 풀려 잘 무마되었습니다.

이후 다시 먹고 사는 것을 핑계로 혜정사에 나가는 것을 소홀히 했습니다. 저는 정년퇴직을 하였고, 아이들도 모두 독립을 시킨 후였습니다.

막내가 직장을 구하지 못해 전전긍긍하다, 어떻게 연이 잘 닿아 제 남편이 나온 자리에 막내가 입사를 하였습니다.

1년이 조금 지난 어느 날 막내가 별다른 이유 없이 다니던 회사를 그만 두었습니다. 다시 돌아가라고 설득해볼까 했지만, 제가 말하는 것은 큰 효과가 없을 거 같아 다시 혜정사를 찾았습니다.

울면서 일곱 시간을 넘게 불공을 하고, 길을 걸으면서도 진언을 외어 간절히 바랬습니다. 꼬박 일주일을 절에 나갔고, 막내는 다시 출근을 하기로 했습니다.

인생에서 큰 고난이 왔을 때, 그 고난을 극복하게 해준 건 모두 다 부처님 덕이었습니다. 지금도 늘 부처님의 자비에 감사함을 느끼며 살아갑니다.

혜정사, 변기숙 보살님의 이야기

탐심을 버리고, 저에게 맞는 소원을 빌고 있습니다

친정 식구들 모두가 절에 다녔지만 사실은 모두가 제각각이었습니다. 언니는 총지종에 다녔고 저는 조계종에 다녔습니다.

언니는 저와 터울도 있고 몸도 좋지 않아 먼저 세상을 떴습니다. 죽기 전 노란색 희사 주머니에 염주를 넣어주면서 "기숙아, 여기 한번 다녀봐라." 하며 스치듯 말을 했습니다.

당시에는 귀담아 듣지 않았지만 해가 지날수록 언니가 그리워지기도 해서 '그래, 언니가 다녀보라는데 한번 다녀보지 뭐.' 하는 마음으로 총지종에 나가기 시작했습니다.

원래 저의 천성은 한번 마음을 먹게 되면, 묵묵하게 하는 것이었기에 그저 열심히 총지종에 다녔습니다.

그러다 문득 제 마음이 전과 달리 무척이나 평안하고 순해졌음을 발견했습니다.

삼형제 중 첫째 녀석이 사업으로 곤란에 처했을 때에는 어미로서 괴롭기도 하고 걱정도 많이 되었지만 막상 아들과 마주하게 되면 싫은 소리가 나오지 않았습니다.

아들에 대한 신뢰와 애정이 늙은이의 노파심을 이겨버렸기 때문입니다.

어떤 생각으로 하루하루를 채워야 하는지, 어떤 마음가짐으로 상대를 대해야 하는지에 대해 현명한 눈(目)을 가지게 된 것입니다. 이러한 변화는 단언컨대 매일매일 행했던 불공에서 온 것입니다.

현재 저희 아이들이 어마어마한 돈을 벌어들이는 것은 아니지만, 그럭저럭 제 밥은 먹으면서 살고 있습니다.

그리고 저의 소망은 우리 식구들이 무탈하고 건강하게 지내는 것, 이 하나뿐입니다.

세상에 있지도 않은 것을 소망하는 것은 탐심(貪心)입니다.

저는 집을 달라거나 돈을 달라는 서원은 일체하지 않습니다. 제게 맞는 것만 바랄뿐입니다.

무엇이 가장 중요한지 알고 있기 때문입니다. 가끔 불공을 하다보면, 어떠한 일을 해야 할 때와 하지 않아야 할 때에 대해서 법문이 올 때가 있습니다.

가만히 그 법문을 따르다보면 세상의 이치가 어쩌면 이토록 잘 맞아떨어지는지 놀라울 따름입니다.

언니가 제게 소중한 총지종의 존재를 알려주었듯이 지금 제가 하는 말로 인해 누군가가 총지종에 대해 관심을 가지게 된다면 참 좋을 것 같습니다.

혜정사 역대주교

- 총기1년 대자행 전수
- 총기3년 도자 정사
- 총기6년 길선혜 전수
- 총기9년 청암 정사
- 총기13년 법정 정사
- 총기14년 수증원 전수
- 총기34년 혜원정 전수
- 총기35년 서령 정사
- 총기41년 진일심 전수

혜정사 법회 안내

- 자성불공
  매주 일요일 오전 10시
- 11월 월초불공
  10월 30일 ~ 11월 5일 오전 10시
- 49일 불공 참회불공
  11월 6일 ~ 12월 24일
- 수능시험 불공
  11월 16일

옴마니반메훔 진언으로 위기를 극복하다

개천사, 장경순 보살님의 이야기

살다보면 아슬아슬한 순간을 만날 때가 많습니다. 혹자는 위기에 걸려 넘어지기도 하고 혹자는 위기를 피해 가슴을 쓸어내리기도 하지요. 저는 유독 후자인 경우가 많았습니다. 그리고 돌이켜보면 항상 옴마니반메훔이라는 진언과 함께였습니다. 그 이야기를 들려드리겠습니다.

큰아들은 상위권의 성적을 유지하는 모범생이었습니다. 하지만 대입시험 당일에 컨디션이 안 좋아서 시험을 망치고 말았습니다. 예상보다 너무 떨어진 점수에, 본인은 물론 학교 선생님도 허탈해했습니다. 안타까운 마음에 재수를 하기로 결심했습니다. 꼭두새벽부터 오밤중까지 열심히 공부하였습니다. 애들 아빠가 출퇴근을 하며 아이의 재수학원 등원을 함께 해주는 등 집에서도 나름 할 수 있는 지원을 아끼지 않았습니다. 그렇게 두번째 시험을 치른 아이는 집에 오자마자 아무래도 마지막에 고친 문제의 답이 잘못된 것 같다며 괴로워했습니다. 저는 아이의 노력과 실력에 맞는 점수가 나와 주기를 열심히 불공으로 서원했습니다. 하루는 염주를 돌리다 깜빡 잠이 들었는데 하얀 옷을 입은 누군가가 제게 절을 하고 있었습니다.

꿈에서 깨어난 후도 어리둥절하기만 했습니다. 절을 하는 이유는 모르겠지만 일단 절을 받으니 좋은 일이 생길 것만 같다는 예감이 들었습니다. 그 날, 아들이 원하는 대학에 합격했다는 연락을 받았습니다. 저는 연신 옴마니반메훔을 외며 부처님께 감사를 드렸습니다. 그렇게 대학을 졸업하자 IMF가 터져서 일자리를 구하는 게 여간 어려운 일이 아니었습니다. 원래 공부에 뜻과 소질이 있기도 했기 때문에 대학원에 진학을 해보기로 했습니다. 그렇게 석사 학위를 받고 삼성전자에 입사하여 지금까지 세계를 누비며 전자공학 연구를 하고 있습니다.

1995년 대구 상인동에서는 가스폭발사고가 발생하였습니다. 저희 각자님은 그 폭발 5분 전에 그 일대를 지나가고 있었습니다. 왜 하필 그 때 그곳을 지나갔냐고 하니, 막내를 학교에 태워다주고, 또 옆집 이웃의 차가 고장이 났다 하여 그 이웃과 함께 회사에 가려다 보니 그렇게 되었다고 했습니다. 저는 여느 날과 마찬가지로 불공을 하던 중에 폭발 굉음을 들었고 무시무시한 가스 사고가 발생했다는 걸 뉴스를 통해 알게 되었습니다. 각자님과 막내에게 연락을 해보았지만 잘 되지 않았고 초조함과 불안감이 극에 달하여 기절을 할 것만 같았습니다. 그러다가 막내로부터 전화가 왔습니다. 학교 대문에 들어서자마자 폭발소리가 나더니 온 교실의 창문들이 다 깨졌다고 했습니다. 자신은 공터와 같은 운동장 초입에 있었기 때문에 하나도 다치지 않았다는 말도 했습니다. 각자님 역시 연락이 와서는 평상시와 같았다면 해를 입었을 지도 모를 텐데, 막내와 이웃의 기사노릇까지 하다 보니 화를 면한 것 같다고 하였습니다. 그제야 저는 들고 있던 염주를 놓을 수 있었습니다. 어찌나 식은땀을 흘렸던지 염주는 축축이 젖어있었습니다.

이야기를 하나 더 하자면, 시아버지가 교통사고를 당하여 병원에 입원하는 일이 생겼습니다. 막상 검사를 마치고보니 교통사고 상해보다 더 심각한 소식이 있었습니다. 암에 걸렸다는 것입니다. 시어머니는 일찍이 돌아가셨기 때문에 병간호를 할 수 있는 이는 저뿐이었습니다. 연세가 많고 아픈 노인의 수발을 들려니 무척 힘들었습니다.

결국에는 과로로 인해 쓰러지고 말았습니다. 병원에서 해야한다는 온갖 치료와 검사를 다 하고나자 오히려 기운이 더 없어지는 듯 했습니다. 혈전이라는 것을 완화하기 위해 수술을 받고 나자 목이 이상했습니다. 얼마 안 있어 목소리가 나오지 않는 증상까지 겪게 되었습니다. 병원에서는 다시 치료와 검사가 필요하다 했고, 저는 도무지 그 복잡하고 고단한 검사와 치료를 받을 기운이 나질 않았습니다. 일주일만 더 있어 보자고 사정을 한 다음 오직 부처님에게만 매달렸습니다. 거짓말처럼 이레날 부터 목소리가 서서히 나오기 시작했습니다. 병원 측에서도 의아해하며 집에서 안정을 취하는 쪽으로 처방을 내려주었습니다.

저를 위기에서 이렇게나 여러 번 구해 준 총지종을 생각하면 그저 고마울 따름입니다. 며칠 전에는 아침 불공을 마치고 옥상에 올라가보니 텃밭 한쪽에 토란꽃이 예쁘게 피어있었습니다. 토란꽃은 피기도 힘든 꽃이라던데, 얼마나 귀한 행운을 가져다주려고 이렇게 예쁘게 찾아왔나 싶었습니다.

그리고 저녁나절, 며늘아기와 아들의 승진 소식을 나란히 들었습니다. 개천사와 총지종이 아니었다면 저는 어떤 모습으로 살고 있었을까요? 지금처럼 다섯의 손주들과 다복하게 지낼 수 있긴 했을까요? 모든 순간이 평탄할 수만은 없겠지만, 우리 모두 옴마니반메훔의 힘으로 위기를 잘 헤쳐 나가도록 합시다.

제90회 추계강공회 강의 중앙교육원장/철학박사 화 령

법신불 사상의 전개와 밀교의 불신관(佛身觀)

석존 중심의 색신과 법신

불타, 불신이 무엇인가를 밝히는 것은 불교의 가장 중요한 중심과제이다. 불교라는 것은 불타가 무엇인가를 밝히며 불타, 즉 부처가 되고자 하는 방법론이 전부라고 하여도 과언이 아니다. 근본불교, 부파불교, 대승불교를 거치면서 여러 가지 불타관이 등장했지만 그 근저에는 불타 숭배의 사상이 자리하고 있다. 석존 재세시에는 불타라고 하면 석존 이외에는 생각할 수 없었다.

그러나 초기의 경전에는 석존 자신이 불타나 여래를 언급하고 있는 부분이 더러 보인다. 이 경우에는 석존 자신을 지칭하는 경우와 자신이 아닌 여래를 지칭하는 경우로 나누어 볼 수 있다. 즉 석존이 말하는 불타여래는 석존 자신과 인간으로서의 석존을 초월한 보편적인 면을 보이고 있는데 이러한 면은 뒷날 법신불 사상을 낳게 하는 단서로도 볼 수 있다. 석존 재세시에는 석존과 법 그 자체를 동일시했던 것이다.

불제자와 신자들의 절대적인 존경을 받고 귀의처가 되었던 석존이 입멸하자 불신의 영원성을 믿었던 이들에게 이것은 매우 큰 충격이었다. 석존의 입멸을 계기로 불타의 영원성을 추구하게 되고 이것은 두 가지 방향으로 나타났다. 하나는 석존에 대신할 불타를 찾는 것이었고 또 하나는 불신(佛身)의 영원성을 추구하는 가운데에서 석존의 위치를 자리매김하는 것이었다. 즉 석존을 통하여 불신의 영원한 본질을 추구하는 두 개의 흐름 속에서 법신과 색신의 개념이 세워지고 이러한 과정에서 보신(報身)이라는 새로운 개념도 나타나게 되었다.

법신, 보신, 응신의 삼신설 밀교에서는 본지신과 가지신으로

유가행 유식파에서는 자성신, 수용신, 변화신의 삼신설을 확립했는데 이것은 법신·보신·화신의 삼신설을 더욱 구체적으로 확립한 것이었다. 특히 수용신의 개념으로서 자리와 이타, 향상과 향하의 양면을 겸비한 불신을 설정하므로서 삼신설이 확립되고 이것은 밀교의 대일여래에 대한 해석에서 실상지신(實相智身)과 변화법신(變化法身)의 개념을 전개하는 바탕이 된다.

밀교는 대승의 모든 교학을 집대성한 것처럼 법신에 대해서도 근본불교 이래 다양하게 전개되어온 여러 이론을 집대성하여 마무리 지었다. 밀교와 현교의 구분이 설법의 교주로서의 석존과 비로자나불의 구분에 있는 것처럼 밀교에서는 비로자나불을 중심으로 법신관을 전개했다. 더구나 밀교에서는 그전까지의 법신불의 개념을 한층 발전시켜 단순한 철학상의 원리나 이상에만 그치는 것이 아니라 제법의 근본이며 모든 생명의 근원으로서 우리가 다가갈 수 있는 구체적인 모습으로 법신을 설명했다. 즉, 진여, 법계, 법성 등 무수한 수식어로 표현되는 깨달음의 세계, 일상의 경험을 초월한 절대의 세계를 통일하는 원리의 인격화로 대일여래를 내세웠으며 그것을 만다라로 구상화했다. 다시 말하면 밀교의 비로자나불은 화엄의 보신불적인 비로자나불과는 달리 시공을 초월한 본불생(本不生)의 우주이며 진리 그 자체인 마하비로자나, 즉 대일여래로서 마무리되었던 것이다.

자성법신인 대일여래의 가지로 실상지신이

자성법신이며 무상법신인 대일여래는 그 자재신력으로서 무수한 실상지신의 모습을 드러낸다. 그것은 결국 대일여래의 가지(加持)로서 그 모습을 우리에게 나타내 보이기 위한 것이다. 대일여래는 이처럼 보지 못하고 듣지 못하며 헤아리지 못하는 이른바 불가득의 법신세계를 우리에게 나타내 보여주기 위하여 실상지신으로서 우리의 다양한 근기를 따라 나타난다고 보았다. 그러나 우리가 법신 비로자나의 신밀·어밀·의밀을 보고 듣고 깨닫기 위해서는 여래의 가지가 필요하다. 대일여래의 가지에 의하여 나타난 것이 실상지신이며 본지법신에 다가가기 위한 매개체로서 우리의 근기에 따라 변화된 모습으로 나타나는 것이 곧 실상지신이다.

이처럼 밀교에서 법신을 본지법신인 무상법신과 가지변화법신인 실상지신으로 나누었던 것은 – 물론 이 둘은 무이무별(無二無別)이지만– 대일여래의 무한한 세계와 우리가 거기에 다가갈 수 있는 방편의 설명을 용이하게 하기 위하여 시도한 것으로 보인다. 이것은 다른 의미로는 법신을 이(理)와 지(智)의 두 방면에서 파악한 것으로도 볼 수 있다. 대일여래의 자비가 내증의 덕으로 수렴되면 그것이 곧 무상법신의 이불(理佛)의 세계이며 지혜로서 밖으로 드러나면 곧 실상지신의 지(智)의 세계라 할 수 있다. 이러한 불신의 상징화가 곧 태장계만다라와 금강계 만다라로 구상화된 것이다.

이처럼 밀교에서는 마하비로자나불, 곧 대일여래라는 법신을 중심으로 모든 불신을 통일하고 그에 따른 수행의 원리까지도 밝힘으로서 밀교가 명실상부한 대승불교의 정화(精華)라고 자부할 수 있는 근거를 마련했던 것이다.

제90회 추계강공회 강의 밀교연구소장 법 경

생전예수재(生前豫修齋)

살아 생전에 공덕을 미리 닦아 극락왕생하기를 발원하는 불공

현대 한국불교에 밀교를 중흥시킨 원정 대성사는 관세음보살 본심미묘 육자진언을 본존으로 모시고 준제관음법을 교화방편과 삼밀유가수행의 수행법으로 삼고 1972년 12월24일 총지종을 창종하셨다. 창종하신 배경에는 오로지 중생을 위한 이타행의 대비원(大悲願)이 밑바탕이 되었으며 가장 큰 원력이었다. 중생의 고난과 고통을 묵도하시고 오직 진언의 비법과 구고구난(救苦救難)의 대보살이신 관세음보살의 육자진언과 준제관음보살의 진언만이 중생을 구제할 수 있다고 확신하셨다.

창종 후 중생들의 삶을 해탈의 세계로 이끄시고자 무진 애를 쓰셨던 원정 대성사께서는 방편 가운데 사후의 선도중생(善導衆生)을 위한 법을 지중하게 여기시고 다양한 방편을 펼치셨으니 그것이 바로 교도가정의 상장례에 관한 법이었다.

총기 원년, 교도 가정의 제례(祭禮)에 사용할 왕생막(往生幕)과 조등(弔燈)을 고안하시고, 교도 별세 시에 사용할 왕생다라니를 직접 제작하셨다. 왕생다라니는 붉은 비단에 종단의 상징인 육합상(六合相)과 육자진언을 금색(金色)으로 새겨 넣은 것으로, 입관 시에 시신 위에 올리거나 하관 시 관(棺) 위에 올려 놓고 극락왕생의 천도를 발원하셨다.

총기 4년에 이르러 망자에 대한 천도관정법을 제정하여 공포하였다. 『불공견삭비로자나불대관정진언』이라는 밀교의 궤서에 근거하여 광명진언(光明眞言)과 오색광인(五色光印)의 관정의궤법을 제정하시고 망자의 멸죄왕생(滅罪往生)을 발원하셨다. 이때부터 종단은 영식천도불공을 본격적으로 시행하게 되었다. 영식(靈識)이란 영가(靈駕)를 말하는 것으로, 영식천도를 위한 서원은 준제진언에 근거한 식재법으로서 '옴 자례주례 준제 ○○생 ○○○ 영식 왕생성불 사바하' '옴 자례주례 준제 ○○생 ○○○ 유연 영식 왕생성불 사바하'를 발원한다.

이 영식천도법은 현재까지 종단의 주요 상장제례(喪葬祭禮)의 불사의궤로 봉행되고 있다. 이 불사의궤의 핵심은 무상계·천수경·신묘장구대다라니·정법계진언·호신진언·육자진언·준제진언·서원진언·추복법문·반야심경이다.

생전예수재의 참뜻은 자기 참회와 함께 여생 동안 복덕을 쌓는 데에 있다. 진정한 참회가 핵심이다.

40여 년이 지난 작금에 와서 새로운 영식천도법이 요구되고 있다. 시대에 따른 변화다. 그것은 바로 '생전예수재(生前豫修齋)'이다. 생전예수재란 살아 있는 동안에 공덕을 미리 닦아 극락왕생하고자 하는 신앙에서 비롯된 것이다. 죽은 사람의 명복을 빌고 그 영혼의 극락왕생을 빌어주는 49재나 수륙재(水陸齋)와는 다르다.

생전예수재는 중국의 도교의 시왕신앙(十王信仰)에서 비롯된 것으로, 우리나라에서는 고려시대부터 성행한 것으로 보고 있다. 『불설예수시왕생칠경(佛說豫修十王生七經)』에서 생전에 매달 두 번 삼보를 공경하고 나서 시왕(十王)을 모신 뒤 이름패에 자신의 이름을 써 넣고 『불설예수시왕생칠경』을 지심으로 독송하며 부처와 지장보살, 시왕을 염(念)함으로써 건강·장수하고 죽어서는 정토(淨土)에 태어난다고 하였다. 여기서 사람이 사후를 대비해 죽기 전에 거꾸로[逆] 현생에서 닦는다[修]고 하여 예수(豫修) 또는 역수(逆修)라 한 것이다.

예수재의 공덕은 『관정수원왕생시방정토경(灌頂隨願往生十方淨土經)』에서 '죽은 사람에게 미치는 공덕은 1/7이고, 명복을 빌어주는 사람에게 6/7이 간다'고 하였으니 불공을 올리는 사람에게 공덕이 더 많이 간다고 한다. 공덕을 열 가지로 설명하는데, ①마음이 항상 즐거우며, ②전생과 내세의 죄업이 소멸하고, ③심신이 경쾌해지며, ④가정이 평안해진다. ⑤무병장수를 누리고, ⑥심덕(心德)이 깨끗해지며, ⑦원하는 바 소망이 이루어지고, ⑧공덕이 많이 쌓이며, ⑨깨달음을 얻고, ⑩극락세계에 태어난다는 것이다.

그러나 교계 일각에서 생전예수재에 대해 부정적인 시각과 함께 상업성이라는 비판의 여론도 있다. 만법은 양면성이 있기 마련이다. 그러나 어떤 종교든 상업성에 의존한 강요는 바람직하지 않다. 바른 종교라 할 수 없다. 믿음, 기도, 불공 또한 마찬가지다. 스스로 자발적으로 행해야만 한다. 『대일경』에 삼자귀(三自歸)라는 말이 있다. 삼보에 대해 스스로 귀의한다는 뜻이다. 타의에 의한 것이 아니라 자기 스스로 삼보를 공경하고 자발적으로 귀명하는 것이다. 생전예수재도 마찬가지다. 강요가 아닌 자청에 의해서만 행해져야 한다. 이런 경우는 상업성이라고 매도할 수 없다.

아무리 좋은 것도 과하면 모자란 것만 못하다. 따라서 재(齋)의 본질과 순기능에 초점을 맞추고 또한 이를 헤아려야 할 것이다. 생전예수재의 참뜻은 자기 참회와 함께 여생 동안 복덕을 쌓는 데에 있다. 사후의 극락왕생은 그다음의 몫이다. 생전예수재의 핵심은 참회이며, 죄업소멸과 복덕증장, 극락왕생의 지름길이다. 사후의 49재 영식천도불공 보다 깊고 높은 뜻을 지니고 있다. 자신을 위해서 자기 스스로 올리는 불공이다.

르노삼성 SM6

자동차 전문기자가 뽑은 '2017 올해의 차' 수상

SM6, '올해의 안전한 차' 최고점 획득

지금 시승 신청하세요

SM3 SM5 SM6 SM7 QM3 QM6

김지미 팀장(실보사 교도) 010-4812-1258 경북 포항시 복구 새천년대로 494 TEL. 054-283-8888

동해중 소식

동해중학교 교직원 체육대회 실시

▲ 동해중 교직원 체육대회

동해중학교(교장 탁상달)는 매년 한 학기에 한 번씩 육체가 건강해야 정신도 건강하다는 슬로건 아래 모든 동해중학교 교직원이 참여하는 동해 교직원 체육대회를 실시하고 있다. 청팀과 백팀으로 나누어서 실시되며 청팀은 교장이 감독이 되고 백팀은 교감이 감독이 되어 실시하였다.

이번 체육대회가 7번째로 실시되었으며 본 교직원 체육대회를 통하여 교직원간 화합은 물론 소통과 나눔의 장이자 정보 교류의 장으로도 적극 활용되고 있다.

올해는 10월 19일에 개최되었다. 교직원 체육대회는 이제 정착 단계가 되고 있어 앞으로는 분기에 한 번씩 행사를 확대하여 실시할 예정으로 있어 모든 교직원이 기대와 관심을 가지고 있다.

본 행사 운영은 교직원간 매월 정기적으로 내는 친목회비를 효율적이고 내실있게 계획을 세워 집행하여 운영되고 있다. 체육교과에서 교직원 체육대회 행사 준비를 기획하여 실시하기도 하며, 또 교직원 중에서 특별히 축하나 찬조할 일이 생겼을 때 십시일반 찬조를 통하여 다과나 음식을 준비하여 운영을 하기도 한다.

행사 종목은 배드민턴, 탁구, 풋살, 족구 등을 경기종목으로 채택하여 실시하고 있으며 때론 산행이나 온천장천 걷기 행사를 통하여 체력을 증진하는 시간도 갖고 있다.

앞으로 학교장은 이 행사를 좀 더 확대하고 내실화 할 뿐 아니라 타 학교와 교류도 활성화 하여 타 학교 교사들과 정보교류의 장으로도 확대하여 교사들의 연찬 기회로 삼을 계획을 갖고 있다.

푸짐한 선물도 마련하여 함께 격려하고 성원하는 즐거운 학교문화 만들기에도 일조하는 멋진 행사가 되었다.

동해중학교 교장 탁상달

역삼한담

이 가을, 묵은 껍질 벗고 새롭게 태어나자

자신을 변화시키기 위해서는 전통이나 인습을 타파하고 새 것을 추구할 깨어 있는 정신이 필요하며, 그동안 몸과 마음으로 익혀온 그릇된 습관을 버려야 한다

가을은 정말 독서의 계절일까? 하지만 나는 이 말에 이의를 제기하고 싶다. 아침에 일어나 창문을 열면 부서져 들어오는 햇빛과 높고 청명한 하늘을 마주하면 어디론지 훌훌 떠나고 싶어진다. 역마의 본능이 가장 자극되는 계절이다. 그래서 나에게 있어서 가을은 여행하기 좋은 계절이라 명명하고 싶다. 그렇다면 어디를 가는 어떤 여행이냐는 선택의 문제가 남아 있다. 최근에 읽은 정휴스님의 〈백담사 무문관 수행일기〉 는 그 여정과 목적을 뚜렷이 알려주었다. 무미건조한 일상서 탈출해 새로운 변화를 위해선 선적(禪的) 가치가 필요하며, 사람을 변화시키는 힘은 자기안에 존재하기 때문에 자기 자신의 진면목과 만나 내면 통로를 여는 무문관 여행이다.

저자 정휴스님은 "누구나 세간을 살면서 목표를 갖고 오르기 위한 지혜는 있으면서 정작 필요할 때 내려오는 법을 배우지 못한다면 한 번쯤은 스스로를 내려놓으라. 일상을 살면서 어려운 상황에 부딪혀 좌절하고 고통에 직면할 때 단 3일이라도 좋으니 무문관에 가서 가부좌를 틀고 앉아 있어보라"고 권한다. 무문관은 선방 수좌들만 들어가는 일반인 출입금지 지역인데 어떻게 무문관 여행을 떠날 수 있냐고 생각할 수 있다. 장소가 어디든 홀로 앉아 잠깐 핸드폰 등 세상과 단절하고 내 자신과 마주대하면 심심산골의 선방과 무문관이 아니어도 좋다고 저자는 말한다. 정 시간이 없다면 이 책을 읽으며 무문관 간접 체험여행을 해도 좋을 것 같다. 그런 의미에서 잠깐 책 소개를 해볼까 한다.

2010년 11월 19일, 조계종 7선 종회의원을 지낸 불교계 대표적 문장가인 정휴스님(고성 화암사 회주)은 모든 소임을 내려놓고 홀연히 백담사 무문관 동안거 결제에 들어간다. 과거 스님의 화려한 조계종단의 정치적 이력 때문에 당시 주변에서는 의아해 했다. 기득권층에 주로 안주했던 스님의 신상에 어떤 변화가 일어난 것일까 간혹 물어보는 이들도 있었다. 하지만 그의 독한(?) 결심은 바로 편안하고 반복된 일상서 벗어나 새롭게 태어나기 위해서 였다. 묵은 껍질을 벗고 새롭게 태어나는 진통을 치루면서, 그동안 몸에 밴 낡은 인습의 틀을 털어내고자 했다.

오랜 개인적 인연 덕분에 3개월간의 무문관 정진 직후 백담사서 만난 정휴스님은 당시에 심경을 이렇게 고백했다. "자신을 변화시키기 위해서는 전통이나 인습을 타파하고 새 것을 추구할 깨어 있는 정신이 필요하며, 그동안 몸과 마음으로 익혀온 그릇된 습관을 버려야 한다. 우리의 정신은 새 것을 추구할 때 삶은 향상되고 심화됐다. 솔직히 말해 나는 반복된 일상 속에 갇혀 있었고 몸에 익힌 그릇된 습관과 인습으로 인해 정체돼 있었다. 새로운 변화가 필요했다. 나를 정신적으로 뜯어 고치지 않고는 끝없는 나락으로 침몰될 것 같았다. 사람을 변화시키는 힘은 자기 안에 있다. 자기를 새롭게 일으켜 세우는 것도 마음이고 자기 자신이다. 자신을 변화시키는 선적(禪的) 가치가 필요했고, 그것을 이루기 위해서는 선방(禪房)으로 들어가지 않을 수 없었다."라고

즉 내적 성찰과 자기를 탐구하는 화두를 들고 비본질적인 것을 털어내지 않으면 새롭게 태어날 수 없음을 저자는 깨달은 것이었다. 그가 바로 추운 겨울 영하 30도를 오르내리는 백담의 산속으로 들어간 연유다. 창문 한쪽에 뚫어놓은 구멍으로 오전 11시에 들어오는 한끼의 공양만 먹고 버틴 석달동안 저자는 어떤 깨달음에 천착했을까? 그 솔직한 심경도 책 속 말미에 피력했다. "차 한잔을 놓고 3개월간 참구한 것들을 점검했다. 사유는 깊어졌지만 밑바닥에는 미치지 못했다. 그리고 새로운 의심이 화두가 되어 머릿속에 자리잡고 있었다. 그것은 인간이 지닌 정신이 완성될 수 있을까 하는 의문이었다. 물건이라면 노력과 수련, 그리고 연마를 통해 만들고 싶은 완제품을 만들지만 정신이란 눈에 보이고 손에 잡히는 제품과 달리 완성될 수 없다. 정신 세계의 완성이란 우리가 두고두고 추구할 이상이지 현실은 아니다. 거듭거듭 새롭게 형성되고 태어나야 한다"고 결론짓는다.

오색물감을 풀어놓은 단풍이 뚝뚝 떨어지는 이 가을, 저자의 바람대로 장소가 어디든 단 3일만이라도 무문관 여행을 훌쩍 떠나보는 것이 어떨까? 낡은 구습의 틀을 벗고 새롭게 태어나기 위해서….

김주일 현대불교신문사 편집국장

8. 9 건강보험 보장성 강화 대책

'병원비 걱정 없는 든든한 나라' 위한 정책 발표 (8.9)
의료비 부담을 낮추고, 고액의료비로 인한 가계파탄 방지위한 정책
비용·효과성 부족한 비급여는 본인부담 차등 적용하는 '예비급여'로 관리
저소득층 본인부담 상한액 인하, '재난적 의료비 지원 사업' 제도화
비급여 부담 64% 감소, 저소득층 고액 의료비 부담 환자 95% 감소

우리나라는 건강보험이 적용되지 않는 비급여의 비중이 높아, 국민들이 직접 부담하는 의료비가 선진국에 비해 매우 높다. 이는 결국 중증질환으로 인한 고액 의료비 발생 위험에 대비하는 책임이 많은 부분 개인에게 맡겨져 있다는 것을 의미한다.

특히, 저소득층은 재난적 의료비 발생 등 위험에 더욱 크게 노출되어 있으나, 소득 대비 건강보험 의료비 상한금액 비율은 고소득층 보다 더 높아 이들에 대한 보호 장치 마련이 시급한 상황이다. 따라서 '병원비 걱정 없는 든든한 나라'를 만들기 위한 보장성 강화대책을 수립하여 30.6조원을 투입하고, 의료비 부담에 대한 국가책임을 획기적으로 강화할 계획을 수립했다.

1. 이번 대책은 '비급여의 점진적 축소'가 아니라 '의학적으로 필요한 비급여를 완전히 해소'하는 획기적인 전환을 추진한다.

1) 미용, 성형 등 일부를 제외하고 모든 의학적 비급여는 신속히 급여화 하되, 다소 비용·효과성이 떨어지는 경우는 본인부담을 차등 적용하는 '예비급여'로 건강보험에 편입·관리할 예정이다.

2. 고액 의료비로 인한 가계 파탄이 발생하지 않도록 저소득층을 중심으로 2중, 3중의 보호 장치를 마련하여, 건강보험의 사회 안전망으로서의 역할을 더욱 충실히 할 예정이다.

1) 건강보험이 적용되는 의료비 중 개인이 부담하는 상한액을 가구 소득 수준을 고려하여 부담이 가능한 정도로 낮추고, 그 이상의 금액은 건강보험이 책임지도록 한다.

2) 그럼에도 아직 남아 있는 비급여 의료비 등으로 인해 고액 의료비가 발생하는 경우는 '재난적 의료비 지원사업'을 제도화하고 지원 대상자를 대폭 확대하여, 비급여와 예비급여 의료비까지 모두 포함하여 지원하도록 할 예정이다.

건강보험 보장성 강화 대책

세부 추진 방안

1. 비급여 해소 및 발생 차단

1)의학적 필요성 있는 모든 비급여는 건강보험으로 편입(미용,성형 등 제외)

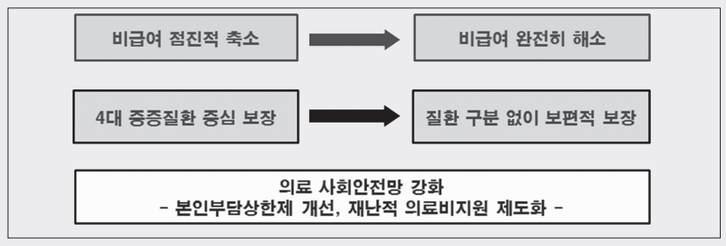
■ MRI, 초음파 등 치료에 필수적 비급여는 모두 급여 또는 예비급여를 통해 급여화('17~'22)하고 미용·성형 등 치료와 무관한 경우에만 비급여로 남는다.

■ 효과는 있으나 가격이 높아 비용효과성이 떨어지는 비급여는 본인부담률을 30~90%까지 차등해 우선 예비급여로 적용하고 3~5년 후 평가하여 급여, 예비급여, 비급여 여부를 결정하게 된다. 신의료기술평가를 의료기술평가로 개편(의료법 개정, 한국보건의료연구원)하여 신규 비급여 외에 이미 진입한 급여의 사후관리도 강화할 예정이다.

■ 우선 기준 비급여의 횟수·개수 제한은 '18년까지, MRI·초음파는 별도 로드맵을 수립하여' 20년까지 해소하기로 하고, 남용되지 않도록 심사체계 개편방안을 마련한다.

■ 국민적 요구가 높은 생애주기별 한방의료 서비스도 예비급여 등을 통해 건강보험 적용이 확대될 예정이다.

〈건강보험 보장 패러다임 전환〉



'2018학년도 학교법인 관음학사 중등학교 교사'
임용후보자선정경쟁시험 시행계획 공고

1 선발예정과목 및 선발예정인원

학 교 명	선발예정과목	선발예정인원
동해중학교	영 어	1
	역 사	1

원서접수 기간 : 10월 23일 - 10월 27일

1 원서는 부산광역시교육청 중등교원 온라인 채용 인터넷 접수 사이트(http://edurecruit.pen.go.kr) 이용하여 접수하며, 타 학교법인 및 2018학년도 공립중등학교 교사 임용후보자 선정경쟁시험에 중복지원 불가함 [단, 관음학사는 『공·사립 동시지원』을 시행하니 공고내용을 참고하시기 바람]

2 관음학사는 제1차시험 및 제2차시험 중 「실기평가, 교수·학습지도안 작성, 수업실연」은 부산광역시교육청에 위탁하여 「2018학년도 공립중등교사 임용후보자 선정경쟁시험」으로 시행하고, 「교직적성 심층면접」은 우리 학교법인에서 자체시험으로 진행함

2 응시자격

가. 선발분야별 응시자격

선발분야 : 중등학교교사

응시자격 : 선발예정 표시과목의 중등학교 준교사 이상 교원자격증 소지자 및 부전공 표시과목 교원자격증 소지자【2018년 2월 해당과목 교원자격증 취득예정자 포함】

나. 변경되거나 통합된 표시과목

선발예정과목 : 영 어 / 응시가능 과목 : 영어, 외국어(영어)

선발예정과목 : 역 사 / 응시가능 과목 : 역사, 사회 (역사)

※「교원자격검정령 시행규칙」부칙 제3조(개정 1994. 9.26. 교육부령 제655호) 및「교원자격검정령 시행규칙」부칙 제3조 및 제4조(개정 2000.1.28. 교육부령 제761호)」에 의거 명칭이 변경되거나 통합된 표시과목은 종전 표시과목 자격증 소지자도 응시 가능함

다. 응시연령 : 제한 없음【단, 교육공무원법 제47조(정년)에 해당되지 않는 자】

라. 응시자격 제한 : 다음 각 호의 어느 하나에 해당하는 자는 응시할 수 없음.

1) 「교육공무원법」 제10조의3(채용의 제한) 제1항에 해당하는 자
2) 「교육공무원법」제10조의4(결격사유) 각 호의 어느 하나에 해당하는 자
3) 「교육공무원 임용령」제11조의4(부정행위자에 대한 조치) 제1항 및 제2항 해당자
4) 「아동·청소년의 성보호에 관한 법률」제56조 (아동·청소년 관련기관 등에의 취업제한 등) 제1항에 해당하는 자
5) 「아동복지법」제29조의 3(아동 관련기관의 취업제한 등) 제1항에 해당하는 자
6) 「부패방지 및 국민권익위원회의 설치와 운영에 관한 법률」제82조(비위면직자 등의 취업제한) 제1항에 해당하는 자
7) 그 밖에 관계법령에 의하여 임용결격사유가 있는 자

마. 결격사유 판단 기준일 : 최종시험 시행일

3 시험일정 및 합격자 발표

응시자 예비소집은 별도로 없으니 반드시 응시자 유의사항 및 공고 내용을 숙지하고 개인별로 사전에 시험장소를 확인해서 시험에 차질이 없도록 하시기 바랍니다

가. 시험일정 및 시험장소 〈1차 + 2차 일부 위탁〉

- 제1차 시험 | 대상: 제1차시험 응시자 전원 / 시험일: 2017.11.25 (토)
  시험과목: 교육학 09:00~10:00 (60분) / 전공 A 10:40~12:10 (90분) / 전공 B 12:50~14:20 (90분)
  시험장소공고 : 2017.11.17 (금) 10:00 예정 / 부산광역시교육청 홈페이지 공고 (행정마당→고시/공고)
- 제2차 시험 | 대상: 제1차 시험 합격자 전원
  시험과목: 실기평가 (음악, 체육, 기계·금속, 전기·전자·통신) / 시험일: 2018.1.10 (수) 09:00~
  교수학습 지도안 작성 / 시험일: 2017.1.16 (화) 09:00~10:00 (60분)
  수업실연 / 시험일: 2017.1.16 (화) 12:00~【1인 평가시간:20분】
  교직적성 심층면접 / ※ 법인 자체 계획에 의거 시행(법인 공고문 참고)
  시험장소공고 : 2017.12.29 (금) 10:00 예정 / 부산광역시교육청 홈페이지 공고 (행정마당→고시/공고)

※ 상기 시험일정(날짜, 장소, 시간 등) 및 기타 시험 관련 사항은 「2018학년도 부산광역시 공립 중등교사 임용후보자 선정경쟁시험」 공고(2017.10.13.,금)에 따라 재공지 될 수 있으므로 「2018학년도 부산광역시 공·사립 중등학교 교사 임용후보자 선정경쟁시험 시행계획 공고」를 반드시 확인하여야 하며, 공고된 내용의 미숙지로 인한 불이익은 응시자의 귀책사유임

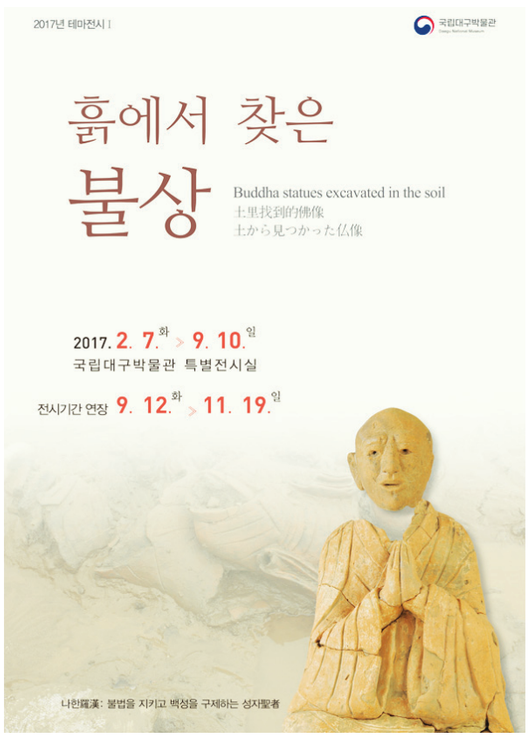
나. 합격자 발표일자 및 장소 ※ 단계별 합격자 발표는 학교법인의 사정 등에 의해 조정될 수 있음

제1차 시험 합격자 : 2017.12.29.(금), 10:00 예정 / 장소 : 동해중학교 홈페이지

최종 합격자 : 일자 법인결정 / 장소 : 동해중학교 홈페이지

대구박물관, 흙에서 찾은 불상展

관람객 호응 높아 11월 19일까지 연장 운영



국립대구박물관은 가을을 맞이하여 전시를 찾는 관람객 수가 증가하고 호응도가 높아 전시 기간을 당초 예정된 9월 10일에서 11월 19일까지 연장 운영한다고 밝혔다.

이번 전시품은 출토지가 명확한 불교 문화재로써 우리나라의 고대불상을 이해하고 제작기법을 살펴보는 좋은 기회가 될 것이다.

테마전에서는 소조불상(塑造佛像) 4점과 동제불상(銅製佛像) 2점을 소개한다.

소조불상은 경북 예천군 남본리 유적의 발굴조사에서 출토 되었다. 이 유적은 개심사지(開心寺址) 오층석탑(보물 제53호)에서 남서쪽으로 150m 정도 떨어진 곳이며, 과거 개심사 내에 속했던 것으로 추정된다.

동제불상은 경북 영양군 산해리 하천변에서 발견되었다. 소형불상은 중·대형 불상에 비해 이동이 쉽고 복제품을 만들기 쉽다. 따라서 정확한 출토지와 제작지를 확인하고 불상의 진위(眞僞)를 파악해야하는 문제가 있다.

이번 전시품들은 모두 출토지가 분명하다.

전시에서는 소조불상과 동제불상이 어떻게 발굴 · 발견되었고, 만들어졌는지를 살펴볼 수 있다. 엑스레이(X-ray) 등을 활용한 과학적인 조사결과도 밝힌다.

소조불상은 점토로 만든 불상이어서 남아있는 자료가 많지 않다. 동제불상은 고도의 전문기술이 필요해 만들기가 어렵다. 이번 전시품은 출토지가 명확한 불교 문화재이다. 우리나라의 고대불상을 이해하고 제작기법을 살펴보는 좋은 기회가 될 것이다.

불/교/설/화

인간의 수명은 오직 그들의 마음씨에 있다

설화 : 조귀자
삽화 : 김홍균

인간의 수명은 인간이 스스로 지어 늘이고 줄인다. 옛날 견고(堅固)왕이 세상에 계실 때는, 정의로써 나라를 다스리고 정법을 바탕으로 옳은 정치를 하고 여러 가지 선업을 쌓아 금륜(金輪), 백상(白象), 감마(紺馬), 신주(神珠), 옥녀 (玉女), 거사(居士), 주마(主馬)의 7보를 갖춘 전륜성왕으로 인간의 수명은 한없이 많았다. 그런데 그 견고왕의 7대손이 왕위에 오르면서부터 정법으로 나라를 다스리지 못하여 정치는 공정하지 못하고 백성들의 원성이 드높았다.

"대왕님, 나라 안에 불평의 소리가 가득하고 국토도 백성도 이전의 모습을 찾아보기 힘듭니다." "그럼 어찌하면 좋겠는가?" "다행히 지혜가 높은 사람들이 아직 나라에 많이 남아 있으니 그들을 불러 의논 하시면 좋겠습니다."

이렇게 해서 전국 각처에 사람을 보내 어전회의를 열었다. 그러나 이미 때는 늦어 고아와 늙은이 빈민의 구호에는 제대로 손이 미치지 못했다. 그래서 굶어죽는 사람이생기고 도둑이 생겨났다. 관리가 도둑을 잡아오면 임금님이 문초했다.

"네가 정말 도둑질을 했느냐?" "예, 배가 고파 어쩔 수 없이 했습니다." "그럼 이 자를 데리고 보물창고에 가서 쓸 만큼 가져가도록 해라."

그러나 이렇게 도둑을 후대한다는 소문이 퍼지자 너도 나도 있는 이나 없는 이나 모두 나서 도둑질을 하게 되었다.

왕은 관원들을 부르고 "일벌백계로 이런 도둑을 처리하지 아니하면 안 되겠다. 그러니 이제부터는 도둑을 잡으면 꽁꽁 묶어 주리를 돌리고 사형장으로 데리고 가서 죽여 없애라." 하였다. 신세가 이렇게 되자 도둑은 다소 적어졌으나 도둑들의 심보는 아주 나빠졌다. 이왕에 죽을 것 한번 제대로 하고나 죽자 하고, 활과 창 칼 같은 것을 가지고 다니면서 선한 사람들을 위협하고 마구 약탈하여 갔다. 가난이 있으므로 도둑이 생기고 도둑이 있으므로 무기가 생기고 무기가 생기므로 살상이 생겼다. 사람들의 얼굴빛은 좋지 않고 더 오래 살기도 좋아하지 않아 목숨은 저절로 짧아지기 시작하였다. 무한에서 유명(有命)으로 유명에서 8만 4천세로 다시 7만, 6만, 4만, 2만세로 자꾸만 줄어져갔다. 각기 자기의 소망을 따라 장수의 장단이 생기고 또 업력에 따라 가감이 생기기도 하였다. 이렇게 세상이 험악해지니 이젠 사람들은 윤리적 관념도 적어지고 의로운 생활도 즐겨하지 않았다.

따라서 음란, 폐독, 탐욕의 마음이 생겨 강간, 간통, 강도가 늘어나 인명은 겨우 1만세에 불과하였다. 이젠 관원이 도둑을 잡아 대령하면 왕이 물어도 제대로 대답하지 않았다. "너도 도둑이냐?" "아닙니다. 나는, 나쁜 짓을 한 일이 없습니다." 사람들은 사람들 앞에서 태연히 거짓말을 하고 그의 권속들은 또 그의 거짓말을 방조하는 양설(兩舌), 기어(綺語)를 서슴없이 했으며, 만일 벌을 받는 이는 악한 말 나쁜 말로 막 사람들을 욕했다. 세상에는 진실이란 말도 없게 되었다. 이렇게 되자, 사람들은 스스로 괴로움을 이기지 못하여 명이 짧아져 갔다.

1만세에서 1천세로 또 진실한 말이 없어지면서 1천세에서 5백세로 내려가더니 마침내 비법(非法) 사견(邪見), 비법탐(非法貪)이 성행하면서도 3백, 2백, 백년으로 줄어들어 마침내 10세로 까지 내려가 사람들은 다섯살이 되면 시집 장가를 가고 자식들은 넝쿨에 호박처럼 주렁주렁 했다. 세상에는 가시덤풀이 우거지고 모기, 파리, 벼룩, 뱀, 벌 구더기, 독충들이 성행하여 인간의 나이30세가 되면 그만 죽게 되었다. 이렇게 해서 사람들의 목숨이 줄고 또 자살하는 사람이 많아 세상에는 사람의 종자가 점점 줄어들어 10리에 하나 백리에 하나쯤 되었다.

인간의 수명은 오직 그들이 쓰는 마음씨 여하에 달려 있는 것이니 하루라도 더 편안히 살고 싶은 사람들은 좋은 스승을 만나 바른 이치를 배우고 마음을 편안히 하며 10악을 없애고 10선을 행하여야 국토도 인간도 다 편안해질 수 있다.

출처:문화콘텐츠닷컴

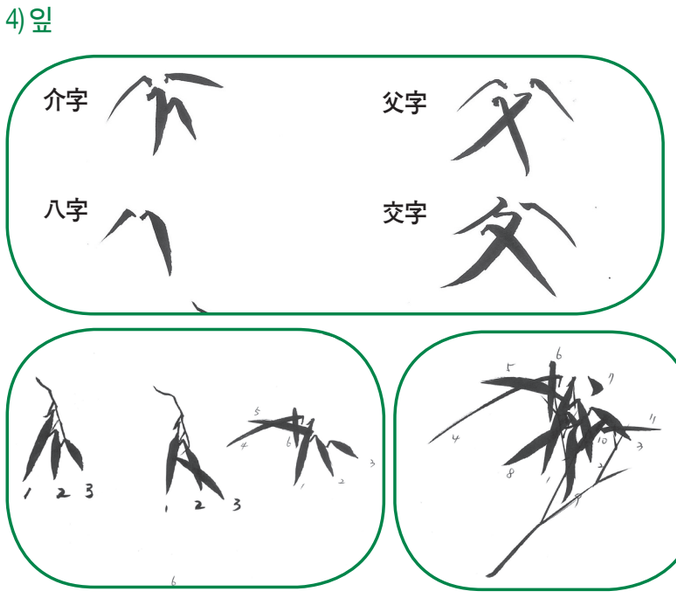
덕광정사와 함께 四君子 배우기⑧

梅蘭菊竹

대나무(竹) 그리기

묵죽(墨竹)을 그리는데 먼저 전체적인 구도를 잡는 것이 중요하고, 줄기, 마디, 가지, 잎 순으로 그린다.

4) 잎



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

時空間
(주) 종합건축사사무소 시공간
21세기 미래 지향적 건축공간 창조
첨단기술의 적극수용 및 환경친화적 건축설계
계획(Planning)
건축설계&인테리어(Design&Interior)
건축감리(Surveillance Plan)
서울시 서초구 동광로12길 48. 2F | TEL) 02-596-7627 | 대표 서정환 010-5207-0659

음력 9월 9일, 중양절(重陽節)

밀행사 주교 도현

신라불교 부흥을 위해 황룡사의 종을 주조하고 굴불사, 영흥사, 원연사, 불국사 등 많은 절을 세우고 석굴암을 축조 하는 등 신라 불교의 절정기를 이끈 신라 35대 경덕왕은 어느 날 귀정문 누상에 나아가 좌우의 신하들에게 큰 법력과 위의를 갖춘 스님을 이리로 데려 오라고 명한다. 그 때 마침 위엄 있고 깨끗하게 차려 입은 고승이 있어 신하들이 데리고 와서 왕을 뵙게 하지만 왕은 말한다.

"내가 찾고자 하는 스님이 아니다"

이렇게 말하고 물러나게 하였다. 그때 어떤 스님 한분이 장삼을 입고 삼태기를 등에 지고 남쪽으로부터 오고 있어 왕은 그 스님을 보고 기뻐하며 누대위로 올라오게 하였다 그리고 등에 지고 있는 삼태기 속을 들여다보니 차를 달이는 다기들로 가득하여 이를 보고 왕이 물었다

"그대는 누구인가?"

"소승은 충담(忠談)이라 하옵니다."

"어디서부터 오는 길인가?"

"소승은 매년 3월 3일과 9월 9일에는 남산 삼화령에 모셔진 미륵세존께 차를 공양하옵니다. 그래서 오늘도 이렇게 미륵부처님께 차를 올리고 돌아오는 길입니다."

화랑인 기파랑을 찬양한 신라 향가 찬기파랑가(讚耆婆郎歌), 그리고 백성의 편안을 위해 노래한 향가 안민가(安民歌)의 저자(著者)충담사(忠談師)와 경덕왕의 첫 만남을 묘사한 삼국유사의 기록이다.

이는 신라시대부터 이미 9월 9일 중양절을 맞이하여 불보살님께 차례(茶禮)를 올리는 풍습이 불가(佛家)에는 있었음을 알 수 있는 기록이다. 이러한 전통은 오늘날에도 이어져 불사리를 모신 적멸보궁이나 마애불을 모신 절에서는 중양절이 되면 차례를 지내는 곳이 있다. 이외도 불가에서는 자손 없이 죽어간 영가들을 위한 천도재를 중양절에 올린다.

일반 민가에서는 중양절이 되면 국화꽃잎을 따서 찹쌀가루와 반죽해서 둥근 모양의 찹쌀떡을 만드는데 이를 국화전(菊花煎)이라 하여 국화로 빚은 국화주와 같이 먹었다. 조선 세종 때 문신 정이오가 지은 남산팔영(南山八詠)에 구일등고(九日登高)라 하여 중양절이면 붉은 주머니에 수유(茱萸)나무 열매를 담아서 팔뚝에 걸고 높은 산에 올라가 국화주를 마셔 나쁜 기운을 물리치는 풍속이 있었다고 기록하고 있다.

또한 추석 무렵 햇곡식이 나지 않아 차례를 지내지 못한 집에서는 이날에 차례를 지내는데 이는 처음으로 생산된 햇곡식을 조상에게 비치고자 하는 후손들의 정성이 담긴 풍습이다.

지방에 따라 중양절 차례에는 기일(忌日)을 모르는 조상의 제사나 혹은 연고자 없이 떠돌다 죽었거나 전염병 등으로 제사를 지내줄 자손도 없이 죽은 사람의 제사를 지내기도 했다.

일 년 중 하늘이 가장 높고 푸르며 국화향기 짙어지는 음력 9월 9일 중양절. 신라, 고려, 조선 때까지 추석, 백중, 대보름 같은 큰 명절처럼 지냈다. 이웃나라인 중국에서는 요즘도 중양절을 큰 명절로 여기지만 이제 우리나라에서는 중양절을 명절로 기념하지는 않는다. 옛 전통을 많이 간직하고 있다는 불교에서도 차례(茶禮), 천도재, 방생, 점찰법회(占察法會) 같은 중양절에 행해졌던 예전 전통을 유지하는 사찰을 이제는 보기 힘들다.

국립중앙박물관,

고3 수험생 대상 '문화와 함께 쉼, 휴(休)'운영

감사와 격려의 편지, 손으로 쓰고 인장을 찍다

- 일 시 : 2017년 11월 27일(월)~12월 23(금) 10:00~12:00 (10회)
- 장 소 : 국립중앙박물관 상설전시관, 교육관 실기실
- 대 상 : 고3 수험생 학급 단체

국립중앙박물관(관장 배기동)은 2017년 수학능력시험을 마친 고등학교 3학년 학생들을 대상으로 문화와 함께 휴식의 시간을 가질 수 있도록 "고3 수험생 문화와 함께 쉼, 휴(休)"를 운영한다.

이 프로그램은 대입 시험 준비로 마음의 여유가 없었을 수험생들이 박물관 프로그램 참여를 통해 지난 1년간의 긴장을 내려놓고 휴식과 즐거움을 느낄 수 있게 하고자 마련했다.

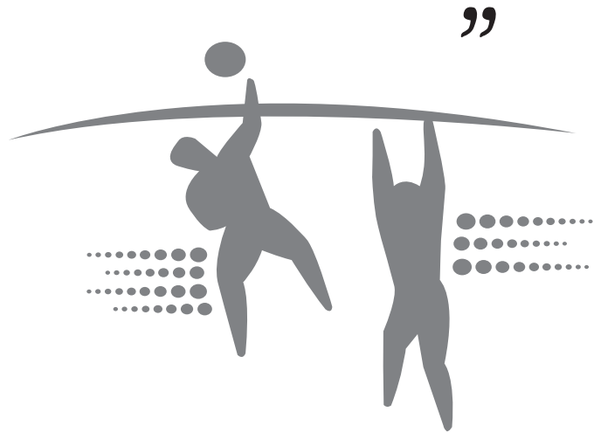
"고3 수험생, 문화와 함께 쉼, 휴(休)"는 국립중앙박물관에 전시되어 있는 인장을 감상하고 직접 만들어 보는 체험으로 구성된다. 학생들은 자신만의 이름, 문양 등을 새겨 인장을 만들고, 고마웠던 분들에게 감사의 글을 쓰거나 스스로에게 격려의 글, 미래의 자신에게 보내는 글 등을 엽서에 손 글씨로 쓰고 나만의 인장을 찍어보는 시간을 가진다.

국립중앙박물관의 고3 수험생 프로그램은 오는 11월 27일(월)~12월 22일(금)까지 매주 월~금요일 10:00~12:00에 진행한다.

스포츠가 우리에게 가르쳐 주는 것들

동의대학교 체육학과 신정택 교수
체육학 박사(연세대학교 Ph. D, 스포츠심리학 전공)

"나의 농구 생활을 통틀어 나는 9,000개 이상의 슛을 실패했고,
거의 300 게임에서 패배를 기록했다. 그 중 26번은 다 이긴 게임에서 마지막 슛의 실패로 졌다.
나는 살아가면서 수많은 실패를 거듭했다. 바로 그것이 내가 성공할 수 있었던 이유이다
– 마이클 조던"



심리의 중요성을 강조한 유명한 선수들의 말을 인용하지 않더라도 올림픽이나 아시안 게임에서 우승한 선수 및 지도자는 물론 프로선수 및 지도자들도 좋은 성적의 원인으로 선수의 심리(정신력)를 언급하는 것을 보면 심리가 얼마나 중요한지 알 수 있다. 즉, 운동기술 및 체력이 일정수준에 도달한 선수들이 시합에서 최고의 성적(peak performance)을 달성하기 위해서는 적정 수준의 심리기술 능력이 있어야 한다. 스포츠심리학에서 심리기술은 "심리적 기술(정신적 강인함)은 경쟁적인 주변여건과는 상관없이 자신의 능력과 기술을 충분히 발휘할 수 있는 능력"으로 정의된다. 여기서 선수들의 최고수행을 방해하는 경쟁적 주변여건으로는 징크스, 이전 플레이, 미래에 대한 기대, 부상, 상대선수의 플레이, 체력, 관중, 부정적 생각, 기후, 심판 등이 있다.

언제나 최고의 수행을 발휘하는 선수들은 통제력을 상실하게 하는 요인들에 상관없이 자신의 경기력을 발휘한다. 이러한 우수선수의 심리기술 능력은 선천적인 것과 후천적인 노력의 상호작용 결과이다. 메달을 획득한 선수나 우수한 프로선수들이 꾸준히 심리기술훈련을 실시하고 있다는 필자의 경험에 비추어 보면 심리기술훈련이 선수들의 최고수행에 큰 도움을 준다는 것을 경험적으로 확인할 수 있다. 그럼 여기서 심리기술훈련은 어떻게, 언제, 무엇을 하는 것인가? 라는 물음이 제기될 수 있다. 그 모범답안으로는 생활과 연습 때부터 운동기술을 연습하는 것과 동일하게 실시하면 된다. 심리기술훈련 프로그램 내용은 매우 다양하나 많이 적용되는 프로그램으로는 이완훈련, 목표설정훈련, 자화훈련, 집중력훈련, 자신감훈련, 심상훈련, 인지재구성, 루틴훈련, 명상훈련 등 수많은 프로그램이 개발, 적용되고 있다.

재미있는 것은 심리기술훈련의 성공여부는 프로그램의 내용에 있기보다는 선수들의 실천에 있다는 것이 현장에서 필자가 느낀 경험이다. 심리기술훈련에 참여하는 대부분의 선수들은 3-4주간까지는 열심히 심리기술훈련에 참가하고 그 효과도 경험한다. 하지만 4주 이상이 되면 자신이 혼자 훈련할 수 있다고 생각한다. 그 결과 더 이상 심리기술훈련에 참여하지 않게 되고 원래 상태로 되돌아가게 된다. 이러한 점에서 심리기술훈련은 지도자와 협력하여 운동기술 연습과 연계하여 실시하는 것이 효과적이다.

'습관을 버려라'의 저자 피트코헨은 4가지 완벽한 진실을 이야기 하였다. 나는 이 네 가지 진실을 선수와의 첫 대면 때 항상 이야기 해주고 선수들이 매일 한번 이상 생각하도록 한다. 선수뿐만 아니라 일반인에게도 큰 도움이 되는 문구라고 생각된다. 네 가지 진실을 소개하면 첫 번째 진실은 모든 인간은 절대적인 가치를 지닌다. 두 번째 진실은 나의 말이나 행동에 대한 다른 사람들의 반응은 그저 다른 사람의 반응일 뿐이다. 세 번째 진실은 어떤 결정을 내릴 때는 그 시점에서 할 수 있는 최선의 결정을 내려야 한다. 네 번째 진실은 모든 사람은 스스로를 자신이 원하는 모습으로 바꾸는 데 필요한 모든 힘과 능력을 내면에 가지고 있다.

'모든 것은 마음먹기에 달려있다'라는 옛 어른들의 문구를 떠올리지 않더라도 날마다 마음가짐이 일의 결과나 행복감에 얼마나 큰 영향을 미치는지 우리는 경험하고 있다. 스트레스 사회라고 불리는 현대사회에 즐겁고 행복하게 살아가기 위해서는 일반인들도 긍정적인 심리가 필요충분조건일 것이다.

140Km를 넘지 않는 구속으로 평가절하 당했던 톰 글래빈이 스피드를 올리는 대신 자신의 장점이 제구력을 믿음으로써 메이저리그 300승을 달성하였다는 사실은 자신이 가진 것보다 가지지 못한 것에 집착함으로써 불행을 느끼는 현대인에게 많은 것을 시사해 준다. 진정한 부자는 '많이 가진 사람이 아니라, 더 가질 것이 없다고 생각하는 사람이다'라는 말이 새삼 톰 글래빈이 남긴 '내 열정은 스피드 건에 찍히지 않는다'는 말과 같이 뇌리에 오버랩 되어 맴돈다. 생각대로 살지 않으며, 사는 대로 생각하게 되는 것이 현실이다. 오늘부터 긍정적인 마음과 감사의 마음을 가짐으로서 자신이 얼마나 행복한 사람인 가를 지금 그대가 서 있는 자리에서 느껴보라.

부처님의 가피공덕으로 자비를 실천하고 있습니다.
자비로써 중생을 살피시는 부처님의 가르침 그대로
나눔의 향기로 물들이는 불교총지종 사회복지재단입니다.

불교총지종 사회복지재단

바라밀지역아동센터 만다라요양원 잠원햇살어린이집
포레스타7단지어린이집 초록어린이집 일원어린이집

통일음악예술제

경로법회