“몸과 마음이 하나일 때 고통스럽지 않다”

활인선원 단기수련을 가다


안성 활인선원은 9월 19~23일 단기수행자 10여 명, 30 · 100일 단기출가자가 참석한 가운데 단기출가수련회를 진행했다.

“넌 브레이크가 없는 것 같아~!”

한 선배의 농담 섞인 말이었다. 그냥 열심히 산다는 말인가 보다 하고 흘려듣고 말았었다. 그러던 어느 날 어딘가에 ‘꽝~’ 하고 부딪혔다. 삶에 무감각해진 나는 꾸역꾸역 계속 달렸다. 문득 눈을 떠보니 낭떠러지에 매달려 있었다.

불규칙하고 무절제한 생활로 불어난 몸은 삶을 더 힘들게 했다. 아침마다 지하철 출구를 올라가는 계단에서 모든 사람들에게 추월당했다. 두 다리는 철근콘크리트 같았다. 이러다 죽겠구나 싶었다.

9월 달력을 붉게 물들인 긴 추석 그동안 미뤄놓은 일들이 쌓여 있었지만 뭔가를 하기 보다는 내 생활에 브레이크를 걸어야 했다. 안성 활인선원을 찾았다. 활인선원은 간화선 · 단식체험 수련회로 잘 알려진 곳인데 다이어트를 위해 찾는 이들이 많다. 나도 그중 하나였다. 브레이크도 브레이크지만 세속적 바디라인을 원하기도 했다. 선원은 9월 19~23일 추석연휴 단기수련을 특별히 마련했다. 단기출가 기간 동안 외부와의 접촉은 완벽하게 차단됐다. 휴대전화, 지갑, 열쇠 모든 것을 맡겨야하고, 묵언을 깨서는 안 된다.

익숙하지 않은 것에서 몰려오는 귀찮음 알 수 없는 피곤함과 졸음은 성질을 돋웠다.

입재식에서 선원장 대효 스님은 “몸과 마음이 하나일 때 고통스럽지 않다. 몸은 여기 있는데 추석빔을 생각하면 되겠냐”고 했다. 마음을 들켜버린 듯했다. 법문은 다양한 비유와 예시가 있어 쉬웠다. 스님은 “자려면 잠이 안 오고, 일어나려면 잠이 오는 것처럼 하려고 하면 안 되고, 안 해야 할 것은 하면서 힘들게 사는 사람들이 많다”며 삼매는 도약이고, 지혜라고 했다. 공감은 갔지만 물음표만 찍혔다. 스님의 법문은 고정된 틀이 없었다. 스님은 “단식은 몸에 낀 독소를 빼는 것이고 몸이 바라는 일이다. 몸과 마음의 조화를 위해 뭐처럼 휴가를 얻은 것이니 완전히 버리고 떠나보면 그 참맛을 알 것”이라고 위로(?)했다.

이튿날, 새벽 3시 30분 기상했다. 도량석, 아침예불, 반야심경과 선원에서 한글로 만든 의식집 <드높은 게송>을 모든 수행자가 함께 목탁을 치면서 1시간 여를 독송한다. 잡생각이 들 때면 게송마저 좇아가지도 못하고 말 때가 있었다. 낯선 새벽 기상에 늘어질 새라 요가, 운력, 보행, 청소, 산행 등이 반복적으로 이어진다. 몸에서 땀이 마를 틈이 없었다.

하루에 스님의 라이브 법문이 2차례 이어지고, 녹화된 법문을 1차례 듣는다. 구수한 전라도 사투리로 펼쳐지는 법문은 유쾌한 공감 토크 같다.

“우주를 담을 수 있는 것이 마음인데, 한 번도 못 쓰고 재미없게 산다. 사람들은 자신이 잘하고 있는지, 못하는지도 모르고 되는데로 살려고 한다. 부지런하다고 해서 잘 사는 것도 잘 되는 것도 아니다. 제자리로 돌아가는 것이 참선이다. 깨달음은 사실, 진실, 진리다.”

변화된 일상 속에서 나는 벅차기만 했던 일상과 찌들고 매몰된 삶을 돌이켜보게 됐다. 잘 해보려고 해도 쉽게 무너지고 말아 이제는 그조차도 안하고 살아온 삶 속에는 내가 없었다. 내 몸과 마음을 얼마나 가혹하고 괴팍했던가? 활인선원에서는 매 법문이 끝나고 나면 바로 법문의 요지와 느낀 점, 의문점을 써내게 하는데 이것이 이곳 점검법이었다. 스님은 써 낸 점검설문지를 통해 수련회를 체계적으로 꾸려나갔다.

죽염과 하루 두 번 받는 설탕 2스푼으로 생활한지 3일째. 이게 웬일인가? 체중이 줄기는커녕 늘었다. 좌절과 절망이 몰려왔다. 때마침 스님이 따로 불러내어 “이런 저런 생각할 필요 없으니까 그냥 (법문을) 들어라”고 지적했다. 뜨끔했다. 세속적 바디라인에 끌려 다닌 것에 대한 경책이었다.

무언가 해야한다는 강박관념과 나를 가두는 틀 속에서 쉽게 벗어나지 못했다. 스님은 생활 속에서 ‘알 수 없음’ 에 대한 궁금증, ‘무엇인가?’라는 화두 참구 등을 지도했다.

살을 빼야 한다는 생각도 버렸다. 스님은 “야구 선수가 홈런을 쳐야겠다는 마음이 없을 때 홈런을 치고, 큰 일을 해야한다는 마음이 없을 때 큰 일을 할 수 있다”고 강조했다.

마지막 날 다리에 날개다 달린 듯했다. 몸이 가벼웠고 마음도 가벼웠다.

“참선은 아주 쉬운 것이여~. 이건 누가하고 누가 못하는 것이 아니야. 동쪽하늘 보다가 서쪽하늘 보는 것 같은 것인데 그걸 몰라? 모르면 어린애한테 가서 물어봐.”

깨달음은 크고 대단한 것이 아니라고 했다. 끊임없이 몰아쳤던 생각의 끈이 잠시 놓아질 때가 있었다. 집에 돌아와 생각을 가다듬고 체중계에 올랐다. 놀라웠다.

이상언 기자

대원불교조계종 불광사 수륙재



양산 불광사는 9월 28일 창원 진해루에서 국제 수륙대제를 봉행했다.

경남 양산시 (사)대원불교조계종 총본산 불광사(주지 청봉)는 9월 28일 경남 창원시 진해구 진해루에서 참회업장 국제 수륙대재를 봉행했다. 행사에는 대각교단 총재 가산 스님 등 원로고승 스님, 세계불교승가회 비서장 혜웅 스님, 유네스코 문화담당관 담마라 타나테로, 박찬수 창원시장, 각 종단 종정예하및총무원장 스님 등 2500여 사부대중이 참석했다. 참석 대중들은 세계인류평화와 국운용창, 잊혀져가는 천안함 참사 46위 용사님들을 중심으로 천도 받지 못하고 육지와 물속에서 떠도는 외로운 넋들과 아귀 등 혼령들을 위로했다.

불광사 주지 청봉 스님은 고불문에서 “2500만 모든 불자들의 가슴 가슴마다 환희의 보리심이 솟아나 청정한 불국정토 이루어 이땅에 부처님 나라 성취하는 참다운 불자가 되게 하여 주시길 바라는 마음”이라고 말했다.

불광사 노세주 신도회장은 “우리가 되고 우리가 하나돼 대한민국의 한 민족임을 깨닫고 소속관념과 사명감으로 국민 모두가 애국 애족하는 정신으로 정진하자”고 말했다.

한편, 대원불교조계종은 ‘직지인심 견성성불’을 체득하고 대승사상 지장보살행을 용으로 하며, 상구보리 하화중생을 종지로 삼는 종단이다.

청운 경남남부지사장

광진경찰서 법당개원


이문국 서장은 “서울지방경찰청 산하 31개 경찰서중 마지막으로 개원하는 법당인 만큼 불심 가득한 법당으로 운영하겠다”고 말했다.

서울 광진경찰서(서장 이문국)는 9월 16일 법당과 경승실을 개원했다. 광진경찰서 법당이 들어서면서 서울시내 경찰서 전부에 법당이 갖춰지게 됐다. 서울 영화사의 후원으로 개원한 법당과 경승실실장에는 심곡사 주지 화평 스님(광진노인복지관 관장)임명됐다.

이상언 기자

대구불교총연합회 창립 발기인대회

대구지역 불교계가 역량 강화를 위해 종단과 승속을 초월한 대규모 연합체 결성에 나섰다.

대구 동화사는 9월 29일 오후 대구 수성구 문화웨딩에서 사단법인 대구불교총연합회 창립 발기인대회를 봉행했다.

이 자리에는 조계종, 태고종, 천태종, 진각종, 법화종, 관음종, 총지종, 일붕선교종. 원효종, 일승종 등 대구 지역 각 종단의 대표자와 신행단체 임원 등 120여 명이 참석해 대구불교 총연합회 결성에 뜻을 함께했다.

손법천 대구지사장

인류는 각기 다른 법복 입은 삶의 수행자

도법스님, 4대강 생명평화 대화마당

달라이라마 법문 ‘티베트 불교 첫 걸음’

헝가리 부다페스트에서 티베트의 정신적인 지도자 14대 달라이라마(텐진캬쵸)의 법회가 열렸다. 9월 18~19일 양일간 팝라즐로스타디움에서 진행된 이번 법회에는 2만 4000여 청중이 관심을 보였다.

달라이라마는 티베트 불교의 사상적 기반과 대승불교의 정신을 알리는 것 외에도 이 시대에 바른 인류애의 길은 무엇인지 조망하는 시간을 가졌다. 달라이라마의 헝가리 방문은 이번이 일곱 번째다.


이날 법회에는 2만 4000여 명의 청중이 참여했다.

유럽인들이 달라이라마에 열광하는 이유는 무엇일까. 타락한 유럽 가톨릭에 대한 역작용일까. 헝가리의 불자가 10퍼센트 남짓함에도 불구하고 해답은 쉽게 찾을 수 있었다. ‘마헴사’. 인도어로 ‘무폭력’을 의미하는 마헴사는 달라이라마 삶의 또 다른 이름이다. 달라이라마는 21세기 마하트마 간디에 견주어지는 시대의 성인으로 비춰지고 있었다. 종교가 성인을 만든 것이 아니었다. 달라이라마라고 하는 한 인간의 행적이 비추는 청정한 진실의 목소리가 종교를 초월한 존경심으로 인류의 마음을 다독였다.

가연숙 객원기자



“우리 사회의 가장 큰 문제는 타락한 언어입니다. 한국불교의 생명의 강을 만들기 위해서는 살아있는 말로 감동을 전해야 합니다. 지금의 위기를 기회삼아서 바로 잡기 위해 불교시민사회의 역할이 중요합니다. 불교와 사회의 병리현상에 대한 실천적 해결책은 원효의 화쟁사상에 있습니다”

4대강 생명살림불교환경연대는 9월 29일 조계사 극락전에서 도법스님(사진)을 초청해 4대강 생명평화 대화마당을 열었다. 도법 스님은 대화마당에서 언어의 문제와 한국불교의 불교관과 수행관의 문제를 지적하고 이러한 문제에 대한 해답을 찾는 것은 불교 시민사회의 몫이라고 말했다.

도법 스님은 “죽은 말들은 상대에게 감동을 전해주지 못할 뿐 아니라 내 삶의 변화시키지 못 한다”며 “말은 자비라고 말하면서 속은 작심하고 죽이려고 한다. 말을 믿을 수 없으면 사람을 믿을 수 없고 사람을 믿을 수 없으면 못 쓰는 사회”라고 지적했다. 이어 스님은 “언어를 어떻게 정화, 치유, 살려낼 것인가가 우리의 문제를 풀어가는 핵심화두가 될 것”이라고 주장했다.

이상언 기자

교직자 양성 전문교육

제76기 佛教儀式 (범음·범패) 學人 모집

본 대학 불교의식 교육원에서는 학인을 모집합니다.

◆ 과정 (야간 및 통신생)

기본과정 (3개월)	사물(목탁, 요령, 태징, 법고) 다루는법, 도량석, 쇳송, 상단예불, 각단예불, 천수경, 행선축원, 불공시식 등
중급과정 (3개월)	상주권공, 대령관욕, 신중작법, 지장청, 관음시식, 다비식 등
작법반 (1년)	요잡바라, 천수바라, 도량게, 다게작법 (나비춤) 등
신행과정 (1년)	기본 · 중급 수료자에 한 함
특수작법 (1년)	기본 · 중급 수료자에 한 함

◆ 모집인원 : 30명 (선착순) ◆ 원서접수 : 2010년 11월 10일까지

◆ 개강일시 : 2010년 11월 11일 매주 (금) 오후 5시

◆ 제출서류 : 입학원서 1통, 주민등록등본 1통, 반명함판 사진 3매

※ 본원은 초종파 교육도량으로서 수료증을 수여하며, 승려 후보생의 수계득도, 포교원(사찰)창건의 지도와 편의를 제공합니다.
※ 초심자라도 여법하게 불교의 전통의식을 봉행할 수 있도록 지도합니다.
※ 전화 · 서신 문의하시면 안내서를 보내드립니다.

海東佛教儀式教育院
海東佛教梵音大學
서울 종로구 낙원동 243-3 탑골공원 뒷편 ☎ 02)741-0495, 0496

성훈따주기 강좌

1 1박 2일 강좌(숙식제공)
● 일정 및 수강료
① 일 정 : 2010. 10. 23(토) 오후 1시부터 ~ 10. 24(일) 오후 6시까지
② 수강료 : 10만원 (교재, 침 별도)
● 모집인원 : 25명 (선착순)
● 장 소 : 대한불교조계종 백천사 (강의실)
● 준비물 : 편안 복장 및 개인 세면도구
● 접수 및 문의처 : ☎ 02)313-5047 H·P 010-2301-1233

2 매주 화요일 강좌(10회 과정)
● 시 간 : 매주 화요일 오후 2시
● 수강료 : 10만원
● 장 소 : 수효사 효림원 8층 (법당)
● 접수 및 문의처 : ☎ 02) 313-3060

※ 따주기 치료를 받을 수 있습니다. (무료)

※ 교재 : 6,000원 / 침 : 10,000원

한국전통따주기공덕회

‘수효 불교대학’
기초교리반 개강 안내문

결실의 계절을 맞이하여 수효사에서는 「수효 불교대학」을 개설하며 아래와 같이 ‘기초교리반’ 단기 교육을 실시하는 바, 많은 동참을 바랍니다.

교육과정은 초심자들과 불자님들의 신앙생활을 이끌어 줄 수 있도록 〈불공 올리는 법〉 · 〈사찰예절〉 · 〈수행방법〉 · 〈경전 공부〉 · 〈잘못 알고 있는 불교상식〉 등에 걸쳐 다양하게 진행할 예정입니다. 또 금번 기초교리반의 성과를 바탕으로 차후 ‘중급 과정’과 ‘고급 과정’을 개설할 예정입니다.

❊ 개강일시
•2010년 10월 9일(토요일) 오후 2시
❊ 장 소 : 대한불교조계종 수효사 (8층 법당)
❊ 기 간
•16주 (4개월) / 상반기, 하반기 연 2회 실시
❊ 수 강 료 : 50,000원 (교재비 9,000원 별도)
❊ 계좌번호 (예금주 - 수효사)
•신한은행 110-161-492759
❊ 문의전화 : ☎ 02)313-3060 H·P 010-2301-1233

대한불교 조계종
수 효 사