서울 강남 한복판서 펼쳐진 '선명상 진수'

봉은사, 11월 3일 '선명상의 밤'
진우 스님 법주로 선명상 실참
"평안 상태 이어지면 정토세계"
500여 불자 '우선멈춤' 고요 만끽

임은호 기자 imeunho@hyunbul.com


선명상의 밤에는 500여 불자들이 동참, 다양한 선명상을 실참했다.

일상생활 속에서 선명상을 직접 체험하는 법석이 서울 도심 속 천년고찰 봉은사에서 펼쳐졌다.

서울 봉은사(주지 원명 스님)는 11월 3일 경내 미륵광장에서 '봉은사 선명상의 밤'을 거행했다. 조계종 총무원장 진우 스님이 지도법사로 나선 이날, 500여 불자들은 5분 선명상을 비롯해 다양한 선명상을 실참하며 가을 밤을 만끽했다.

명상에 들기 전, 봉은사 명상연구소장 일감 스님은 간단한 선명상 방법을 안내하고 몸과 마음을 고요히 할 것을 당부했다. 5분 선명상을 시작으로 차 명상과 싱잉볼 명상, 소리 명상, 춤 명상, 바느질 명상 등이 이어졌다.

법주 진우 스님은 법문을 통해 선명상의 의미와 활용법 등을 전했다. 진우 스님은 선명상을 '우선멈춤'이라고 설명했다. 스님은 "우선 멈춘 5초에서 하루 5분, 10분, 20분씩 시간을 늘려 가다보면 한 시간이 되고, 두 시간이 되면서 24시간 명상이 계속되고 그야말로 '몽중일여'가 된다"면서 "꿈을 꾸면서도 선명상이 이어지면 악몽 없이 24시간이 평안한 상태가 되고 사바세계가 정토세계로 바뀔 것"이라고 설명했다. 이어 일상생활에서 선명상을 적용할 것을 강조한 스님은 "개개인이 선명상을 하며 가족에게도 전하길 바란다"고 당부했다.


진우 스님은 '우선 멈춤'을 강조했다.

이날 진우 스님은 Q&A 시간을 통해 대중들의 궁금증에 대한 해법을 제시해 대중들에 한발 더 다가가기도 했다.

직장생활 중 잡념으로 선명상에 집중할 수 없다는 고민에 대해 진우 스님은 "잡념을 없애려 연연하지 말 것"을 당부했다. 스님은 "선명상 중 이런저런 생각을 이어가다보면 어느 순간 잡념이 잡념이 아닌 순간들이 올 것"이라면서 "처음부터 욕심내지 말고 꾸준히 5분, 10분씩 시간을 늘려 볼 것"이라고 조언했다.

절에 함께 오지 않는 자녀를 어떻게 해야할 지에 대한 고민에 대해서는 "자식을 설득할 힘이 부족한 것"이라고 일침하며 "부처님 법을 정확히 알고 신심이 깊어진다면, 그 모습을 보고 자식도 함께할 것이니 더 공부하고 신심을 내라"고 말했다.

이날 선명상의 밤에 참여한 이홍신 불자(송암)는 "하루 5분 선명상에 대해 관심이 많아 시도하고 있지만 어려움이 많았는데, 원장스님의 명쾌한 가르침으로 계속할 원력을 얻었다"면서 "앞으로 꾸준히 시간 내서 명상 시간이 5분이 10분, 20분으로 이어질 수 있도록 노력할 것"이라고 말했다.

강준희 불자(길상화)도 "500명이 모여서 명상이 될까 생각했는데 굉장히 고요한 시간들이 이어져 마음이 속 시끄러움이 가라 앉았고, 다같이 함께 해서 힘을 더 얻을 수 있는 시간이었다"면서 "특히 일상생활 속 실참을 통해 선명상이 굉장히 가깝게 느껴지면서 계속 이어나갈 수 있겠다는 생각도 들었다"고 만족감을 표했다.

"팔정도 부처님 봉안 60년, 건학이념 되새기자"

동국대, 팔정도 광장서 기념법회
'청동석가여래입상' 제작, 봉안해
광장 중앙 '팔정도 동판' 설치 계획


동국대가 11월 5일 팔정도 부처님 봉불 60주년 기념법회를 봉행하고 건학이념을 되새겼다.

"동국대 팔정도 광장에 청동 부처님을 봉안한 지 60주년이 됐습니다. 불교 정신을 바탕으로 하는 건학이념을 되새기는 자리가 되길 바랍니다."

동국대(총장 윤재웅)가 11월 5일 교내 팔정도 광장 성상 앞에서 '팔정도 부처님 봉불 60주년 기념법회'를 봉행했다. 기념법회는 '청동석가여래입상'의 봉불 60주년을 기념하고 불교 정신을 토대로 한 동국대 건학이념을 되새기는 자리로 마련됐다.

1964년 11월 5일 봉안된 '청동석가여래입상'은 당시 동국대 총동창회가 건립을 추진했다. 7척5촌(225cm)에 달하는 불상은 한국미술협회 이사장을 역임한 김영중 선생이 맡아 제작했다. 청동석가여래입상 경과보고를 맡은 교법사 현담 스님은 "교내 중앙에 세워진 성상(聖像)은 동국대의 영원한 지표다. 앞으로도 부처님의 자비를 이 배움터에 어리게 할 것"이라고 설명했다.

동국대 이사장 돈관 스님 법어에서 "동국대 팔정도 광장에 청동 부처님을 봉안한 지 60주년을 맞아 불교 정신을 바탕으로 하는 동국대의 건학이념 정체성을 되새기는 계기가 되길 바란다"고 당부했다. 이어 "부처님은 중생의 모든 두려움을 없애주는 시무외인(施無畏印)과 모든 중생의 소원을 들어주는 여원인(與願印)의 수인을 하고 있다"며 "여러분의 두려움은 소멸하고 소원은 모두 성취되길 바란다"고 말했다.

윤재웅 총장은 축사에서 "청동석가여래입상은 불교종립대학인 동국대의 대표적인 아이콘"이라며 "팔정도 동판을 새로 제작해 광장 중앙에 설치할 계획이다. 이를 통해 학생들이 부처님의 가르침인 팔정도를 몸으로 체험토록 하겠다"고 밝혔다.

성상 주변을 돌며 석가모니 부처님의 명호를 외는 '탑돌이 정근'으로 법회는 마무리됐다. 법회에 동참한 덕경스님(동국대, 불교학부 1학년)은 "늘 동국대 가람에서 묵묵히 대중들을 보호하시고 소원을 들어주시는 팔정도 부처님의 60주년을 기념하는 법회라 뜻깊었다"며 "앞으로 팔정도 동판을 새로 설치한다고 하니 학생들이 자연스럽게 부처님 가르침을 새길 수 있을 것"이라고 소감을 밝혔다. 김민재 기자

봉은사, 경주 열암곡 마애불 친견 법회

11월 5일, 마애불 성지순례서
"천년을세우다 불사 성취 기원"



봉은사 사부대중이 1300여 년 전 넘어진 경주 열암곡 마애불을 바로 세우는 불사의 원만 성취를 기원하는 법회를 봉행했다.

서울 봉은사(주지 원명 스님)는 11월 5일, 경북 경주 열암곡 마애불을 친견하고 '열암곡 마애부처님 바로모시기 다라니기도'를 올렸다.〈사진〉 조계종 핵심 종책사업인 '천년을 세우다'의 원만 성취를 위해 봉은사 사부대중이 발심한 것. 봉은사 주지 원명 스님, 열암곡 기도법사단장 환풍 스님을 비롯한 봉은사 소임자 스님과 신도진 등 사부대중 250여 명이 참석했다.

다라니기도로 시작된 법회는 봉은사 주지 원명 스님의 법문으로 이어졌다. 원명 스님은 "사부대중의 원력으로 열암곡 부처님을 바로 세우는 것은 불법을 바로 세우는 일"이라며 "불법을 바로 세우는 것이야말로 전법도생, 불교중흥의 시작점"이라고 강조했다. 이어 스님은 "이에 동참한 사부대중의 염원이 열암곡 부처님이 바로 일어나실 계기가 되길 바란다"고 전했다.

이날 법회에서 열암곡 기도법사단장 환풍 스님은 "봉은사 대중이 먼 경주까지 와서 열암곡 마애부처님을 친견하는 것은 불자의 사찰 순례와 같은 의미"라며 "전국의 수많은 사부대중의 염원으로 부처님을 바로 세우는 불사의 원만 성취를 기원한다"고 발원했다.

한편, 경주 열암곡 마애불은 2007년 5월 22일 경주 열암곡 절터 조사 중 국립경주문화재연구소 연구원들에 의해 발견됐다. 불상이 새겨진 바위는 폭 4m, 높이 6.8m, 두께 2.9m에 무게 약 80t에 이르는 거대한 규모다. 불상은 4등신의 입상 형태로 편단우견(偏袒右肩) 등 통일신라시대 불상 특징을 갖고 있다. 조계종은 2023년 4월 19일 '천년을 세우다 추진위원회'를 출범하고 열암곡 마애불 바로 세우기를 종단 핵심사업으로 이끌고 있다. 김가령 기자

"인도 여성의 건강한 내일 지켜주세요"

전국비구니회, 11월 22~28일
분황사 의료센터에서 의료캠프
여성질환 의료 지원 후원 모금

조계종 전국비구니회가 의료 환경이 열악해 간단한 치료조차 받지 못하는 인도 여성들의 건강과 미래를 지켜주기 위해 의료 지원에 나선다.

전국비구니회(회장 광용 스님)는 11월 22~28일 인도 부다가야 분황사 의료센터를 방문해 의료캠프를 진행한다. 의료캠프에서는 여성질환 사각지대에 놓인 현지 여성을 대상으로 기초적인 의료 상담과 교육을 제공해 올바른 치료 방법을 안내하고, 필요한 의약품을 전달한다. 전문적인 상담과 진료는 여성질환 전문의 여련화 불자가 맡는다.

일정에는 전국비구니회장 광용 스님과 운영위원장 진명 스님, 수석부회장 수경 스님, 기획실장 금해 스님, 복지부장 보은 스님, 국제부장 정호 스님, 국제국장 자운 스님 등이 동참한다.

의료 지원을 토대로 분황사 의료센터 운영 상황과 차후 운영 방안을 모색하는 시간도 갖는다.

비구니회는 "여성질환 사각지대의 현지 여성들에게 의료 지원과 의약품을 제공해 부처님 자비를 실천하고자 의료캠프를 준비했다"며 "십시일반 마음을 모아주면 의료캠프 행사를 진행하는 데 큰 도움이 된다. 작은 도움이라도 크게 받겠다"고 적극적인 관심과 동참을 당부했다.

한편 분황사 의료센터는 전국비구니회와 백천문화재단의 원력으로 2023년 2월 27일 개원했다. 현지 운영은 전국비구니회가 맡고 있다. 의료센터는 514m²(약 155평)에 2층 규모로 1층에는 진료실과 치료실이 조성돼 있다.

후원 모금 : 국민은행 208601-04-082605 전국비구니회 국제부

김내영 기자

