

현대불교 30

창간 30주년
1994~2024

구독 · 후원 상담
02-2004-8212
ARS후원 060-700-1080

1994년 10월 15일 창간 주1회 발행 제1490호 hyunbulnews.com (불기 2568년 음력 5월 28일) 2024년 7월 3일 수요일



6월 25일 시작된 조계종 총무원장 진우 스님의 선명상아카데미 첫 강의에 앞서 진우 스님을 비롯한 사부대중이 기념촬영을 하고 있다. 사진=김가령 수습기자

진우 스님 선명상 직강, 사회 리더도 반했다

김내영 기자, 김가령 · 김민재 수습기자

사회 리더들에게 선명상의 진면목을 일러주기 위한 조계종 총무원장 진우 스님의 '선명상 아카데미' 첫 강의가 6월 25일 서울 한국불교문화역사기념관 전통예술공연장에서 시작됐다. 사회 각층 리더들은 진우 스님의 강의에 연신 고개를 끄덕이고 내용을 메모하며 이 시대 선명상의 필요성에 깊이 공감했다.

'두려움 없애는 힘을 가진다'를 주제로 한 이날 강의에는 조계종 중앙종회의원 스님들과 총무원 부실장 스님, 국회 정각회장을 지낸 주호영 국민의힘 의원, 이기흥 대한체육회장, 정원주 대우건설 회장, 손복조 대우증권 대표, 이효구 서강대 명예교수, 정몽훈 성우전자 회장, 최현국 전 합동참모본부 차장(예비역 중장) 등 350여 명이 참석해 '선명상'에 대한 관심을 드러냈다.

본격적인 강의에서 진우 스님은 직접 선명상 강사로 나서게 된 배경을 소개했다. 진우 스님은 "20여 년 전부터 젊은 불자들이 점차 줄어가는 상황을 마주하면서 불교 침체의 심각성을 느껴왔다. 그래서 늘 어떤 방법으로 돌파구를 마련해야 할지 고민했다"며 "불교 고유의 선은 오랫동안 많은 이들을 괴로움을 벗어나게 하고, 평안을 줬다. 이번에도 생소한 불교용어를 쓰지 않고 대중이 쉽게 공감할 수 있는 선명상 강의로 모두에게 '스스로 마음을 편안케 하는 힘'을 만들어주고 싶다"고 강조했다.

진우 스님은 선명상의 핵심이 결국 '고통을 없애는 것'이라고 역설했다. 스님은 "선명상을 알면 고통에서 쉽게 벗어나고 부처가 될 수 있지만, 선명상을 모르고 살아가면 이미 가지고 있는 고정관념과 고집스러운 나만의 생각과 패턴, 즉 업장이 굳어져 삶이 허무해질 뿐"이라고 지적했다.

스님에 따르면 세상에 공짜는 없다. 즐거움에는 괴로움이라는 대가가, 행복에는 불행이라는 대가가 뒤따른다. 부처님께서 말씀하신 '이것이 생기면 반드시 저것이 생긴다'는 말처럼 모든 감정은 윤회 반복한다. 때문에 스스로 '고락'의 감정 문제를 해결하지 않으면 괴로움에서 벗어날 수 없고, 그 감정을 조절하는 건 오로지 '나'의 몫이라는 게 스님의 설명이다.



총무원장 진우 스님이 선명상에 대해 강의하고 있다.

'선명상 아카데미' 첫 강의 성료
6월 25일, 사회 각계 350명 동참
선명상 핵심, '고통 벗어나는 것'
"5초 동안 우선 멈춤하라" 조언
"쉽고 실생활에도 도움돼" 호평

스스로의 감정을 살필 수 있는 가장 탁월한 방법. 진우 스님은 그것을 '선명상'으로 꼽았다. 진우 스님은 "선명상을 하지 않으면 끊임없는 분별에 휘둘릴 수밖에 없다"며 "늘 감정을 살필 수 있을 때 걱정 근심이 사라진다. 능수능란하게 집착을 내려놓는 그 지점이 선명상"이라고 말했다.

진우 스님은 선명상의 첫 번째 실천 방법으로 '5초 우선 멈춤'을 안내했다. 5초간 멈춤의 시간을 통해 감정에 대한 반응을 조절하는 명상이다. 스님은 "심리적으로 사람이 화를 내는 데 0.2초가 걸린다고 한다. 0.2초 안에 감정이 요동친다는 의미다. 그 감정이 행동으로 옮겨지는 데는 5~6초가 걸린다"며 "화가 났을 때 5초 동안 우선 멈춤을 하면 화의 강도가 줄어 2차 3차로 스스로를 괴롭히지 않게 된다"고 밝혔다.

진우 스님은 끝으로 "고락이라는 두 감정을 완전히 없애고 중도 무아의 경지에 도달하기 위해 끊임없이 수행해 부처님 가르침에 다가가길 바란다"고 당부했다.

'선명상'의 의미와 효과, 방법에 관련된 질의응답도 진행됐다. "화가 난 순간 5초 우선 멈춤 방법을 잊어버리면 어떻게 해야 하는지"에 대한 질문에 진우 스님은 "화두라는 것이 분별을 사라지게 하는 것이다. 0.2초 만에 분별이 생기면 5초 안에 사라지게 하는 것을 화두로 삼고, 방하착(放下着, 놓아 버리다)하기 위한 훈련을 지속해야 한다. 어렵겠지만, 계속 연습하면 습관이 돼 깨우칠 수 있다"고 격려했다.

1시간 30분 동안 이어진 진우 스님의 열띤 강의에 참석대중의 호평이 쏟아졌다. 전국비구니회장 광용 스님은 "진우 스님이 선명상을 쉽고 생활에 접목 가능하게끔 해설해주셨다"며 "선명상은 불자를 행복으로, 나아가 국민을 평화로 이끄는 공익적인 실천 방안"이라고 소감을 전했다.

주호영 국회의원은 "많은 사람이 선명상과 가까워질 수 있던 시간이었다. 마음을 다스릴 수 있는 선명상을 국민에게 보급하는 좋은 계기가 됐다"고 밝혔으며, 이상훈 교수불자연합회장은 "화를 적절히 관리할 수 있는 '우선 멈춤' 등 생활에 도움 되는 수행법을 배울 수 있는 유익한 강의였다"고 말했다.

강의를 토대로 포교현장에서 선명상을 활용하겠다는 이들도 있었다. 봉은사에서 어린이 법회를 담당하는 법진 스님은 "선명상 중 첫 단계인 '5초 우선 멈춤' 명상은 감정 조절이 힘든 어린이들에게 큰 도움이 될 것"이라며 "특히 자세나 호흡 등 형식적인 부분이 필요 없어, 어린이들에게 장점으로 다가갈 것으로 보인다"고 밝혔다.

지관 대종사 문자 사리 '가산불교대사림' 완간

가산불교硏 17~20권 간행
40여 년 만에 대사림 완간
표제어 11만 9478항 '大作'

현대 한국불교 최고 학승(學僧)으로 평가받는 가산당 지관 대종사의 문자 사리 〈가산불교대사림〉이 40여 년만에 완간됐다.

가산불교문화연구원(이하 연구원)은 "〈가산불교대사림〉 제17~20권을 최근 출간해 발간 작업을 완료했다"고 6월 25일 밝혔다.

불교대백과사전인 〈가산불교대사림〉은 지관 대종사가 원장으로 주석하던 연구원이 1982년부터 진행해 오던 대작불사다. 표제어 발굴 및 15만 표제어 카드 작업에만 9년의 시간이 소요됐으며 1999년 1, 2권 출간을 시작으로 1~2년에 한 권꼴로 〈가산불교대사림〉이 출간됐다.

총 20권으로 완간된 〈가산불교대사림〉에 수록된 표제어는 11만 9487항이며, 도판은 6197개체, 200자 원고지로는 34만 286매에 달한다. 당장 일본에서 간행된 〈망월불교대사전〉이 7136항, 대만의 〈불광대사전〉은 2만여 항임을 감안하면 지관 대종사의 〈가산불교대사림〉의 규모를 알 수 있다. 연구인력은 원내 25인, 원외 20인이 참여했으며, 40년간 연인원을 환산하면 65만 7000명이 불사에 동참했다. 총 사업비는 385억 원이 소요됐다.

〈가산불교대사림〉은 불교사상 및 문화 일반에 대한 종합적 이해를 도모하기 위해 불교사전의 범주를 근본불교술어는 물론, 범불교권 국가에서 특수하게 변형·토착화되거나 새로이 창출된 각종 술어도 포함했다. 표제어의 한글 순은 물론, 내용 기술에 있어 실질적인 한글화를 도모해 누구나 쉽게 활용가능한 대중적 사전이 될 수 있도록 했다.

또한 합송(合誦)·역경장(譯經場)·논강(論講) 등 다자결집(多者結集)을 토대로 근대연구성과를 비평적으로 수용해 한국불교학과 인문학 연구의 새로운 지평을 열었다는 평가를 받고 있다.

한편, 연구원은 〈가산불교대사림〉을 주요 불교기관과 국회도서관, 국공립도서관 등에 배포해왔으며, 올해 출간한 제17~20권도 순차적으로 배포할 계획이다. 신중일 기자

진각종 제14대 총인에 덕일 정사 추대

총인추대위원회서 만장일치로
8월 1일부터 임기 5년 시작



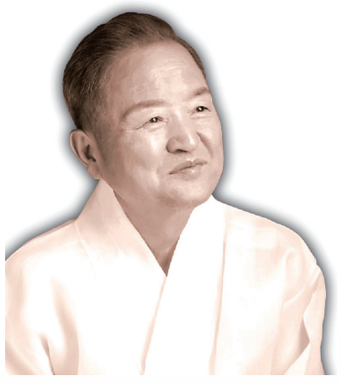
진각종 제14대 총인에 덕일(德一) 정사〈사진〉가 추대됐다.

진각종 총인추대위원회는 6월 24일 오후 2시 서울 총인원에서 제14대 총인추대회의를 열고 만장일치로 덕일 정사를 총인으로 추대했다.

추대위원회에는 경정 총인예하 등 인의회 의원들을 비롯해 통리원장 도진 정사, 종의회의장 증혜 정사, 현정원장 능원 정사, 교육원장 효명 정사 등이 참석했다.

진각종 제14대 총인으로 추대된 덕일 정사는 1970년 종비장학생으로 종단에 입문해 진기 1986년 최정심인당 주교를 시작으로 상석·원선·대원·보원심인당 주교와 홍교부 문화국장, 심인고등학교 정교, 교육원 교법국장, 유지재단 이사, 제9, 13, 14, 15대 종의회 의원, 제14대 종의회 의장, 위덕대 불교대학원장, 위덕대 정교실장, 진선여자중학교 교장, 학교법인 회당학원 이사 등을 역임했다. 2019년 4월 종사에 품수됐으며, 현재 서울 무애심인당 주교와 인의회 부의장을 맡고 있다.

한편, 제14대 총인 덕일 정사의 임기는 오는 8월 1일부터 5년이며, 법통승수식을 거행한 후 직무에 임하게 된다. 신중일 기자



선지식 김원수 법사

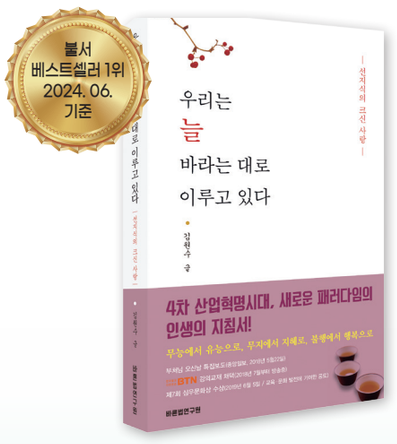
"금강경 해설의 대가"
(BBS NEWS 2023. 04. 03)
"우리 시대의 도인"
(주간조선 2013. 04. 01)
"이 시대의 참스승"
(EBS 2010. 11. 16)
"2024 붉서 베스트셀러 1위 저자"
(우리는 늘 바라는 대로 이루고 있다)



성자와 범부가 함께 읽는
금강경

금생에 즉시 운명을 바꾸는 유일한 가르침
무소유의 불자에서 큰 부자 불자로
재앙을 즉시 축복으로 바꾸는 불자로
을이 아닌 갑으로 사는 불자가 되어
부처님의 무량대복을 누리시기를 기원합니다.
우리는 꼭 그렇게 될 수 있습니다.

NAVER YouTube 백성욱 박사 교육문화재단



우리는
늘
바라는 대로
이루고 있다
(영문판 The CREATORS)

같은 물을 먹어도 소가 먹으면 우유가 되고,
뱀이 먹으면 독이 됩니다
우리는 시시각각으로 소원을 성취하는
위대한 존재입니다.
불자들 뿐만 아니라, 타종교인,
모든 연령대의 사람들이 좋아하는 자기 계발서
모든 고난에서 벗어나 행복한 삶을 살기를 기원하는
전 세계의 모든 사람들에게 이 책을 바칩니다.

도서출판 바른법연구원 031) 963-2871~2