새로운 전법 위한 대중공사 열린다

포교원 전법단 22일 회의
9월 개최 · 매월 모임 결의

경찰, 장애인 등 다양한 분야에서 전법 포교에 앞장서고 있는 조계종 전법단이 새롭게 변화하는 포교지형에 맞는 포교방안을 모색하기 위한 대중공사를 연다.

조계종 포교원(원장 지홍)은 3월 22일 한국불교역사문화기념관 2층 회의실에서 조계종 전법단(단장 가섭, 포교원 포교부장) 대표자 회의를 열고 9월 전법단 대중공사를 개최하기로 결의했다.

이번 전법단 회의에는 체육인 전법단, 경찰 전법단, 장애인 전법단, 병원 전법단, 청년대학생 전법단, 국제 전법단, 교정교화 전법단, 신도시 전법단, 어린이청소년 전법단, 어르신 전법단, 군 전법단 대표자와 실무자 25명이 동참했다.

전밥단 대중공사는 불교가 어떻게 사회적 역할을 강화할 수 있는지 다양한 방안을 고민하고, 내적인 역량을 높일 수 있는 방법들을 모색하기 위해 진행된다. 대중공사에서는 신행혁신 '붓다로 살자'의 실천 방안, 전법단의 포교 활성화, 지역 사찰과 네트워크 구성 등 다양한 논의가 이뤄질 계획이다.

대중공사에는 해당 전법 분야 관계자 100여명이 참여할 예정으로 이를 위해 매월 셋째주 목요일에 정기적으로 준비모임을 진행해 나갈 방침이다.

포교원 측은 "전법 포교를 위한 준비를 치밀하게 해나가겠다"고 밝혔다.

노덕현 기자

이젠 SNS로 대학생 캠퍼스 포교를

한국대학생불교연합회
페이스북 · 웹자보 활용 전법 눈길

불교상식 정보소개 '불나방'
카드뉴스 형식 이색 콘텐츠

노덕현 기자 noduc@hyunbul.com



충주 석종사에서 진행된 2018 대불련 템플스테이에서 활기찬 모습을 보이는 대불련 회원들.



불나방 알쓸불상 '천왕문' 편.

'불교를 쉽게 접할 수 있는 곳이 많지 않은데 이렇게 좋은 페이지를 열어주셔서 정말 감사합니다' - 이수정 씨

'청년불자들의 흥미를 끌 수 있도록 만들어졌네요. 활발한 활동 기대합니다' - 법상 스님

3월 입학 시즌에 맞춰 대학 새내기 전법 포교에 SNS를 활용한 새로운 바람이 불고 있다.

한국대학생불교연합회(회장 양희동, 이하 대불련)는 최근 페이스북 페이지 '불나방'을 개설했다. '불교를 잘 모르는 나 같은 사람들을 위한 방'의 약칭인 '불나방'은 동아리 소개와 함께 대학생들이 쉽고 친근하게 불교를 이해할 수 있도록 하는 내용을 담고 있다.

대표적인 코너는 '알쓸불상'(알면 쓸데 있는 불교 상식)으로 예능프로그램 '알쓸신잡'을 본떠 불교교리부터 불자청년들이 알아두면 좋은 불교계 정보 등을 카드뉴스 형식으로 담았다.

일주문과 사천왕상 등 사찰문화에 대한 소개, 불교의 업과 윤회 등 불교 사상을 이해하기 쉽게 설명했다.

이밖에 '오늘 하루 불교 갬성'이란 코너를 통해 실생활에서 활용되고 있는 불교 사자성어를 재치있게 풀어냈다.

이윤섭 불나방 기획팀장(대불련 부회장)은 "대불련 중앙회와 각 지회에서 공식 페이스북 계정을 통해 공지사항을 전하고는 있지만 청년불자를 위한 콘텐츠를 담기에는 부족함이 있어 새로운 페이스북을 운영하게 됐다"고 소개했다.

고서연 불나방 디자인 팀장은 "청년들에게 불교는 일종의 진입장벽이 높다. 부처님 가르침이 좋다고 홍보를 해도 직관적으로 어떤 점에서 좋은지를 알리기가 쉽지 않다"며 "특히 불교동아리 홍보의 경우 입학 초기 캠퍼스에서 짧은 시간동안 진행하기에 재미와 관심을 유발해야 한다"고 설명했다.

이와 함께 올해부터는 웹자보를 활용한 온라인 캠퍼스 포교도 적극적으로 진행하고 있다. 대불련 공식 페이스북과 카카오톡 단톡방을 통해 '대불련 연희단', '다온 봉사단' 등에 대한 홍보를 펼치고 있다.

지회에서도 동아리 현장 홍보와 함께 웹자보를 통한 홍보를 병행해 동국대 경주캠퍼스의 경우 이미 90명 가량이 가입한 상황이다. 대불련 중앙회 측은 홍보 진작을 위해 포교프로젝트팀을 구성해 운영 중이다.

양희동 대불련 회장은 "대학생들의 문화에 맞는 다양한 포교방안을 모색하고 있다"며 "동아리 홍보 현장에서도 팝콘 등 대학생들이 좋아하는 다양한 물품을 제작해 홍보활동을 전개하고 있다. 이와 함께 청년기자단, 봉사단 등 대학생 요구에 맞는 다양한 활동을 통해 청년포교에 기여하겠다"고 말했다.

한편, 대불련은 23일 전법회관 선운당에서 대불련 소모임 공동 창단식을 개최했다. 이번에 개설된 소모임은 '다온 봉사단' '봉축연희단' '기자단'으로 '다온'은 "다온다"는 순 우리말의 줄임으로 대학에 재학 중인 청년불자들이 학업과 함께 봉사활동을 통해 사회에 기여하자는 취지에서 만들어졌다.

[광고]

正統 養生學 古典

《삼원연수서》三元延壽書 강의 한의사 김재두

본 서의 원제(原題)는《삼원연수참찬서(三元延壽參贊書)》이니, "천원(天元), 지원(地元), 인원(人元)을 참찬(參贊)하여 장수하는 내용의 책"이라고 해제(解題)할 수 있다. 본 서의 대강(大綱)은 다음과 같다. 하늘이 준 수명 60세, 땅이 준 수명 60세, 노력해서 되는 수명 60세, 총 180세가 인간의 본 수명인데 사람들은 하늘이 준 수명은 정기(精氣)를 모손(耗損)하여 삭감시키고 땅이 준 수명은 기거(起居)가 절도 없어 삭감시키며 노력해서 되는 수명은 음식을 절제하지 않아 삭감시킨다. 만약 모손하지 않고 절제하면 능히 180세의 천수(天壽)를 누릴 수 있으며 복이(服餌)하고 음덕(蔭德)을 쌓으면 그 이상도 장수할 수 있다. 그리하여 많은 양생법(養生法)을 열거하였고 거병강장(祛病剛壯)하여 장생구시(長生久視)할 수 있는 보약처방도 등재하였다. 본 서의 저자는 원대(元代)의 지주(池州, 지금의 貴州市) 사람으로 A.D1291에 본 서를 저술하였다. 도가(道家) 30대 명저에 꼽히면서 양생서(養生書)중에서도 중국도교학회(中國道教學會)와 중의학계(中醫學界)에서 수위(首位)라고 인정받고 있다. 본 지(紙)에서는《삼원연수서 · 김재두 역주(한국학술정보)》의《卷之二. 14 거주함起居》에서부터 매주 전재(轉載)할 예정이다. 김재두는 기타《양성연명록(養性延命錄 · 학고방),《몽점일지(夢占逸旨) · 은행나무),《한산자 시집(寒山子 詩集) · 경서원》등의 역서가 있다. 김재두는 20여년간 수원시 한의사회관, 상지대, 세명대에서 기공(氣功)과 양생학(養生學)을 강의하였고 현재는 경기도 양평의 김재두한의원에서 연구와 진료를 하고 있다.

14 거주함. 起居。

○廣成子曰, 無勞爾形, 無搖爾精, 乃可以畏生。所謂無勞者, 非若飽食坐臥, 無然不動, 使經絡不通, 血氣凝滯。但不必提重執輕, 兀兀終日, 無致精力疲極, 則妙矣。

광성자(廣成子)⑨가 말하기를, "너의 몸을 피로하게 말고 너의 정(精)을 흔들지 말라. 그것이 양생(養生)하는 것이다."

피로하지 말라는 말은, 배불리 먹고 편히 앉거나 누워 마냥 움직이지 않는다는 뜻은 아니다. 그렇게 하면 경락(經絡)이 불통하여 기혈(氣血)이 응체된다. 단지 꼭 하루 종일 움직이지 않고 있을 필요는 없이 가볍게 움직이라는 뜻이다. 그러면 힘과 정(精)이 원활히 소모되어 극히 피로해지지 않아 묘(妙)함이 있다.

○莊周曰, 人有畏影惡迹而走, 擧足愈數而迹愈多, 走愈疾而影不離身。自以爲尙遲, 疾走不休, 絶力而死不知處。蔭以休影處, 靜以息迹, 愚亦甚矣。

장주(莊周)가 말하기를, "어떤 자는 자신의 그림자와 발자국을 남기는 것을 꺼려하여 살금살금 여러 걸음을 걸으니 발자국은 도리어 많게 된다. 혹은 빨리 달리기도 하나 그래도 그림자는 몸에서 떠나지 않는다. 그러니 자연스럽게 천천히 걸어야 함에도 불구하고 급히 달리기를 그치지 않으면 힘이 소모되어 어느 곳에서 죽을지 알 수 없다. 또한 그림자를 생기지 않게 하기 위하여 그늘진 곳에서 조용히 휴식만 하며 지내는 것도 역시 어리석음이 지나치다.⑩

○書云, 勇於敢則殺, 勇於不敢則活。蓋敢於有爲卽殺身, 不敢有爲則活其身也。

용감하여 남을 견강(堅强)하게 대하면 그는 죽임을 당하고 용감한데도 남에게 견강하게 대하지 않으면 그는 살게 된다. 대개 인위(人爲)적으로 견강하게 남을 대하는 자는 곧 죽임을 당하고 인위(人爲)적이라도 견강하지 않게 남을 대하는 자는 그 몸이 살게 된다.

○書云, 起居不節, 用力過度, 則絡脈傷。傷陽則卻, 傷陰則下。

기거(起居)에 절도가 없고, 지나치게 힘을 쓰면 맥락(脈絡)을 상한다. 그리하여 몸의 양(陽)을 상하면 코피가 나고 음(陰)을 상하면 하혈(下血)을 한다.

○書云, 起居不時, 食慾不節者, 陰受之而入五臟, 塡滿拍塞爲飧泄, 爲腸癖, 賊風虛邪者, 陽受之而入六腑, 身熱不得臥, 上爲喘呼。

기거(起居)에 절도가 없고 음식을 무절제하게 먹으면 병사(病邪)가 몸의 음분(陰分)으로 들어가서 5장(五臟)에 침입하여 가득 차서 막히게 되면 손설(飧泄)⑪, 장벽(腸癖)⑫이 된다. 적풍(賊風)⑬과 허사(虛邪)⑭는 몸의 양분(陽分)으로 들어가서 6부(六腑)에 침입한다. 그리되면 몸에 열이 생겨서 잠을 못 이루고 상초부(上焦部)는 숨이 가쁘게 된다.

○書云, 精者神之本, 氣者神之主, 形者氣之宅。神太用則歇, 精太用竭, 氣太勞則絶。

정(精)은 신(神)의 근본이고 기(氣)는 신(神)의 주인이며 몸은 기(氣)의 집이다. 신(神)을 지나치게 쓰면 흩어져버리고 정(精)을 지나치게 쓰면 고갈되며 지나치게 노역(勞役)하면 기(氣)가 다해 끊어진다.

○書云, 甚勞則喘息汗出, 損血耗氣。

심하게 노역하면 숨이 가쁘고 땀이 나며 혈(血)이 손해나고 기(氣)가 소모된다.

註解

⑨ 광성자(廣成子): 上古時代의 仙人. 崆峒山(河南省 臨汝縣)의 동굴에 살았는데 黃帝가 찾아와 至道의 要諦를 물었다. 광성자의 道說은《莊子 · 在宥篇》에 전한다.

⑩ 어떤 자는 ~ 자신의 어리석음이 지나치다. : 그림자 · 초상화 · 사진 · 이름에는 그 사람의 魂靈이 배여 있다. 초상화 · 사진 · 이름을 앞에 놓고 기도나 저주를 하면 반드시 당사자에게 감응하는 이유는 그것을 안테나로 하여 그 사람에게 通信되기 때문이다. 그러나 남이 자신의 그림자를 밟지 못하게 하기 위해 달리거나 그늘에만 있는 것은 생활에 불편이 지나치니 운명이라고 체념하여 허용하는 것이 지혜이다.
그렇다 해도 시체, 오물 위에 자신의 그림자가 비치지 않게 해야 하며 본인의 초상화나 사진이 찢겨지거나 길에서 뒹구는 일이 없게 해야 神魂이 불안정하지 않게 된다.

⑪ 손설(飧泄) : 大腸이 寒冷하여 腸鳴하여 설사하는 증상.

⑫ 장벽(腸癖) : 痢疾의 異名이며 俗稱 腸病이다. 소량의 묽거나 진한 膿便을 자주 보는 경우이다.《素問 · 通便虛實論》에 이르기를, 腸澼하여 便血하는데 身熱이 있으면 죽고 寒하면 산다.

※ 내용에 대해 궁금하신 분은 언제든 연락 부탁드립니다. 031)771-2260

조계종 신도지도자 교육과정 개설

조계종 디지털대학 4월 28일부터 3개월간 강의 진행

조계종 포교원이 신도 지도자 양성을 위한 신도지도자교육과정을 개설한다.

조계종 디지털대학에서 진행되는 이번 교육과정은 4월 28일부터 7월 28일까지 3개월간 진행된다.

교육과정은 불교교리 및 소양, 포교실천 역량, 신행 · 교육 역량, 신행혁신과 불자상, 조직실천지도 역량 등 5가지 영역으로 총 27강으로 구성됐다.

온라인 강의 외 입재식과 회향연수가 열리며 교육 이수 후 '선혜' 품계가 품서된다. 선혜 품계는 종단 신도품계제도의 가장 높은 단계다.

교육대상은 전문포교사 자격을 취득하고 3년이 경과해 포교사단 추천을 받거나, 일반포교사 자격을 취득하고 10년 이상 활동한 포교사들이 대상이다.

또 부동품계 품수자 중 신행활동경력이 20년 이상이거나, '발심' 품계를 수지하고 신행활동경력 30년 이상으로 중앙종무기관장, 본사 주지 스님, 중앙신도회장, 포교사단장 추천을 받은 신도, 재교육을 희망하는 '선혜' 품계 품수자도 신청할 수 있다.

교육신청은 4월 13일까지로 이메일(kjs@buddhism.or.kr)이나 조계종 홈페이지(www.buddhism.or.kr) 내 종무행정 포교 자료실에서 관련 서류를 내려받아 포교원 등에 접수하면 된다.

노덕현 기자

티벳불교에서 배우는 '웰다잉'

세첸코리아 티벳 고승 켄뽀 졸덴 스님 초청 법회

세첸코리아는 4월 18~19일 서울 홍은동에 위치한 세첸명상센터에서 '켄뽀 졸덴' 스님을 초청해 만다라 수행 전수를, 4월 21~22일 서울 목동 국제선센터에서 죽음명상 주제 법회를 진행한다. 또 4월 26~229일 인제 백담사에서 자비명상 로종 집중수행을 개최한다.

한편, '켄뽀'는 선지식을 의미하는 말로 켄뽀 졸덴 스님은 티벳 전통 교육을 마치고 하버드대학교에서 박사학위를 받았다. 현재 네팔 사캬파 국제불교학술원 (IBA)에서 원장으로 있으며 불교철학을 가르치고 있다.

박진형 기자

명상리더십센터 '인문학으로 읽는 선불교' 강좌

불교여성개발원 명상리더십센터(센터장 정진희)는 4월 4일~6월 20일 매주 수요일 오후 1시 서울 종로 불교여성개발원 교육관에서 '인문학으로 읽는 선불교' 강좌를 진행한다.

김흥근 동국대 대학원 불교학과 겸임교수가 강사로 나서는 이번 강좌는 총 10회에 걸쳐 진행된다. 교재는 에크하르트 톨레의 '삶으로 다시 떠오르기'다.

김흥근 교수는 "선불교 깨달음의 내용을 인문학적 언로로 해석하는 시간이 될 것"이라며 "강좌에서 무명을 밝히는 자세한 방법을 익힌다면 실생활에서도 내면의 실질적인 변화를 끌어낼 수 있을 것"이라고 말했다. 02)722-2101

윤호섭 기자 sonic027@hyunbul.com

"남성어르신 요리로 인생 가꿔요"

영주시노인복지관 3월 22일 대일 요리학원과 MOU

천태종복지재단 영주시노인복지관(관장 이경희)은 3월 22일 대일요리학원과 협약식을 진행했다. 이번 협약식은 영주시노인복지관에서 진행하는 '집밥의 대가' 요리교실 프로그램을 지원하기 위한 것이다. '집밥의 대가' 요리 교실 프로그램은 4월부터 매주 월요일 오전 10시, 혼자 거주하거나 은퇴 직후의 남성 회원을 대상으로 진행되는 요리교실이다.

장소는 대일 요리학원으로, 마지막 회기에는 배운 요리들을 토대로 요리 경연 대회도 실시될 예정이다. (054)632-9100

박진형 기자 realjeanp@hyunbul.com