

독자 여러분의 글·사진·만화를 기다립니다. 채택된 원고에 대해서는 소정의 기쁨을 우송해 드립니다. 보내실 때는 거주지 주소, 전화번호를 적어 주십시오. 또 현대불교에 대한 의견·지적사항·제안 제보도 받습니다.

독자마당

보낼 곳: 우(110-170) 서울시 중로구 건지동 110-33 현대불교신문사
 편집국: (02)722-4162 FAX: (02)737-0698
 천리안: AEUIM 하이텔: HBS3470

저녁예불 들으며 퇴근 교통체증 짜증 사라져

달리는 버스를 이용하다 보면 대부분의 운전사들이 교통방송을 틀어놓는다.

이제라도 불교방송을 듣는 운전기사사를 만나는 일은 그리 흔한 일이 아니다. 그것도 교통체증이 시작되는 퇴근시간 저녁예불을 틀고 있는 운전기사를 만나는 일은 더더욱 귀한 인연일 것이다.

얼마전 일이었다. 겨울로 가는 길목에 있는 계절맞이 금세 여독 해져가는 거리에서 시내 불안을 가치고 집으로 가기위해 버스를 탔다.

"지식위명례 삼계도시 사생자부 시아본사 석가모니불..." 스피커의 힘찬 예불소리가 라디오를 통해 온 버스안으로 울려 퍼지고 있었다.

나도 모르게 합장을 한 나는 마음속으로 예불을 따라했다. 그러다 문득 행를 붙잡고 열심히 운전을 하고 있는 운전기사의 뒷모습에 눈길이 머물렀다.

다른 운전기사처럼 종일 운전으로 짜증도 나고 피곤도 할텐데, 그 운전기사는 행를 잡은 채 작은 음조림이었지만 분명히 예불문을 따라 외우고 있었다.

불안하고 자처하고 다니는 나도 잠안일 하고, 아이들 뛰쳐다거리 하다보면 피곤하고 바쁘다는 핑계로 하루 한번 반야심경 외기도 쉽지 않은데, 그 운전기사는 달리는 차 안에서 여유자적하게 불교방송의 라디오예불을 따라 행하고 있었던 것이다.

그에게 있어 버스는 법당이자, 일터이며, 수행도량이었다. 집앞 어느덧 저녁예불이 끝나고, 집앞

정류장에 내릴때까지 나는 내내 묘한 감동으로 그 운전사의 뒷모습만 바라보았다.

그리고 생활속에서 불법을 실천하는 길이 그리 멀지 않다는 것을 이들도 모르는 그 버스 운전사로 부터 새삼 배웠다.

자기의 생활속에서 최선의 방법을 찾아 불법수행을 하는 것. 그것이 바로 가장 참다운 불자의 삶이라는 것을...

손미숙 <서울 금천구 시흥동>

불우이웃에 김장봉사 온정나누기 피부체험

연말을 맞아 사회 곳곳에서 불우이웃을 돕기 위한 각종행사가 이어지고 있다.

우리주위에는 가족이 없는 무의탁노인과 소년소녀가장, 그리고 장애인들과 같은 도와야 할 이웃이 많다.

그래서 그들을 도우려는 마음만 먹으면 얼마든지 도울 수 있다고 본다.

얼마전에 나는 우리집 근처의 복지관에서 사흘간 김장을 도왔다.

노인과 소년소녀가장 등 우리 이웃의 겨울나기를 돕는다는 복지관의 안내문을 보고 나를 포함해 20대에서 60대까지 수십명의 자원봉사자들이 두 팔 걷어부치고 김장을 했다.

김장하는 내내 그렇게 기쁘고 보람되지 않을 수가 없었다. 내가 버지 무리 김치로 찌게도 끓여먹고, 부침개도 해 먹을 거라는 생각도 들었다.

모두 천연 포기의 김장김치를 마련했다. 후원금을 통한 몇천원, 몇만원의 보수도 물론 소중한 것이지만 없었다.

그렇지만 김장봉사나 반찬봉사와 같은 우리의 이웃을 직접 만나며 따뜻한 인간애를 서로 느낄 수 있는 일들을 해보라고 권유하고 싶다. 나처럼 큰 감동을 체험할 수 있으리라고 믿기 때문이다.

이명숙 <서울 성북구 길음 1동>

부처님법 전하는 신문 사찰매매 광고는 자제

현대불교신문이 연중 캠페인으로 실시한 신행캠페인은 지난 1년간 실생활에 적용시킬 수 있는 유익한 코너이다. 이러한 코너를 내년에도 계속 현대불교신문을 통해 만날 수 있었으면 한다.

나는 현대불교신문 외에도 몇몇 교계 주간지를 구독하고 있다. 그 신문들과 비교해 볼 때 현대불교신문이 타 교계신문보다 두각을 나타낸 점의 하나로 참신한 광고를 꼽을 수 있겠다. 일반기업광고를 비롯해 신행생활에 도움이 되는 기획캠페인 광고 등과 참신한 디자인은 불교계 신문 광고의 질적, 양적인 발전을 위해 노력하고 기여하는 바가 크다고 생각한다.

그러나 요즘들어 전에는 찾아볼 수 없었던 사찰매매광고가 현대불교신문 광고란에 실리고 있어 독자 한 사람으로서 안타까움을 느낀다.

열악한 교계의 현실에서 광고를 수수하는 일이 그리 쉽지 않고, 회사 운영하는데 필요할 수도 있을 것이다. 그러나 사찰은 부처님이 계시는 성전이고, 우리가 수행해 가는 도량이다. 따라서 부처님의 법을 전하는 불교계신문에서 그러한 사찰매매광고를 실어서는 안될 것으로 생각한다.

김준구 <서울 송파구 잠실동>

두 전직대통령의 탐진치 업보

우리사회는 지금 전직 대통령 2명이 구속되며 혼란과 충격에 싸여 있다. 가족이나 살살해지는 겨울날씨에 더욱 움츠러 드는 마음속에 문득 한 이야기가 생각난다.

백만장자 한사람이 사람들에게 '이른 새벽부터 내가 가지고 있는 땅의 끝에서 제일먼저 달려오는 사람에게 달려온 만큼의 땅을 전부 주겠다'고 했다. 수많은 사람에게 제일먼저 달려오는 사람이 있었는데 그는 백만장자 앞까지 오자 그만 지쳐 쓰러져 죽고 말았고 백만장자는 죽은 자리에 비석을 세워 주었다. 그리고 나서 '죽고나면 땅 한평방에 차지하지 못할 것을 무엇보다도 많은 땅을 차지하려고 지나친 욕심을 내었는가' 라고 했다.

우리는 성인의 가르침이 아니더라도 빈손으로 왔다가 빈손으로 갈 수 밖에 없다. 그렇게 긴 삶도 아닌데 무엇을 그렇게 혼자만 잘 살려고 재물을 모으고 소중한 이웃까지 망치게 하면서 몸부림치는지... 그것은 모두가 탐진치의 업보일 뿐이다.

두 전직 대통령의 구속이라는 차욕이 우리 국민의 진정된 희망이 되기 위해서는 이번 사건에 대한 철저한 수사야말로 단죄, 그리고 씩은 제도의 개혁부에는 선택의 여지가 없다. 만일 이 사건들이 법적 정상으로 위장된 또 하나의 정치적 청산으로 끝난다면 우리에게 희망은 없다.

또한 누구로부터 한푼의 돈도 받지 않았고 앞으로도 받지 않겠다는 김대통령은 자신의 말에 대한 책임과 도덕성을 위해서도 상당 합당과 대선자금의 내역을 국민앞에 떼뻗히 밝혀야 한다. 더 이상의 불행한 역사가 되풀이 되지 않고 단절되도록 제도적으로 뒷받침해야 할 것이다.

그래야 다가올 총선과 광주시민의 명예회복을 위한 특별법 제정이 정략적인 조치가 아닌 구국의 결단이라고 국민들은 믿을 것이다. 그것이 전직 대통령들에 대한 단죄를 마감하며 새 역사를 여는 길이 될 것이다.

성 법 <서울·조계종 원로회의의 사무처장>

법구경



스트레스란 말은 이제 의학적인 용어만은 아니다. 많은 사람들의 입에 오르내리는 일 반응어로 자리잡은지 오래다. 그러나 스트레스란 단어위에

이근후 건강칼럼

<44> 스트레스 적응법

항상 따라다니는 그림자는 '해물'이다. 스트레스가 정신적인 영향을 주고 그 결과 우리 신체의 균형을 잃게 만드는 주범이란 것을 모르는 사람이 없게 되었

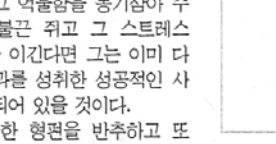
다. 그러나 스트레스는 해로운 것으로 우리 머릿속에 각인되어 있다. 그러나 정작 스트레스란 것이 없다고 생각해보자. 사람들은 하루 이틀은 참 행복하다고 느낄지 모르지만 급방 권태로워져 사는 맛을 잃게 될 것이다.

스트레스는 우리의 몸과 정신을 조이는 주범이긴 하지만

몸과 마음에 이익되게 활용해야... '의지'가 관건

만 그 주범을 우리 몸과 정신에 이익이 되도록 활용하는 방법을 우리 나름대로 터득하고 있어야 한다. 이런 스트레스의 활용법을 많이 갖고 있는 사람이 현실적응능력이 많아지는 것이다. 현실적응능력이 높다는 것은 그

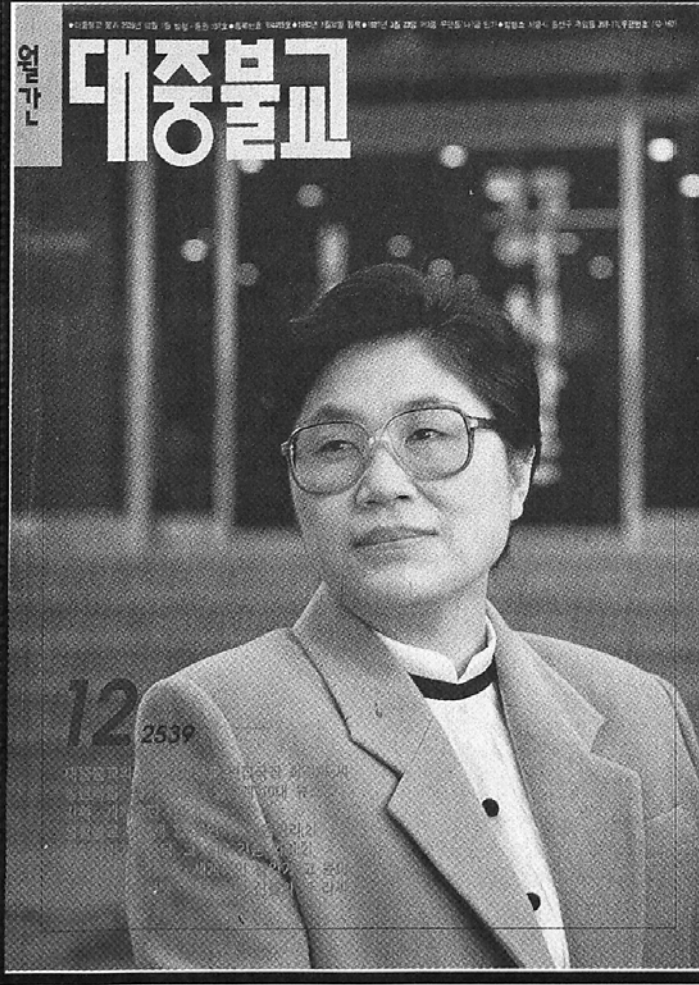
만큼 정신건강의 정도가 높다는 말로도 이해된다. '억울하면 출세를 하라'는 말이 있다. 억울한 일을 당하면 그 자제가 스트레스이긴 하지만 그 억울함을 동기삼아 주먹을 불끈 쥐고 그 스트레스 상황을 이긴다면 그는 이미 다른 결과를 성취한 성공적인 사람이 되어 있을 것이다. 억울한 현령을 반추하고 또



우리의 자유이다. 이런 선택과 자유는 실현하는 방법이 제각각 다를 수는 있겠지만 스트레스를 이기고자 하는 동기화에 스트레스가 기여하고 있는 점은 확실하다.

스트레스를 피하려고만 하지 말고 적극적으로 활용하는 방법을 익혀보자. 스트레스의 활용은 본래의 내 힘을 두배로 배가시켜 주는 마력도 갖고 있다.

스트레스는 양날을 가진 칼에 비유되어질 것이다. 문제는 그런 스트레스 상황을 나에게 유리하도록 어떻게 활용할 것인가 하는 자신들의 의지에 달려 있다. 의지는 자신들의 선택이다. 어떤 칼날을 선택할 것인가 하는 것 또한



대중 불교

12월호

- 부처님 말씀·우리 진정 행복하게 살아가자·5
- 대중불교의 빛을 찾아서·현대불교 편집국장 최정희 씨 / 김희균·14
- 쇠북소리·다통령과 무소유 / 김중철·10
- 귀담아 듣고 새겨볼이야기·전재성 교수의 제안에 대하여 / 이평래·12
- 젊은 불자 발원대·불기 2600년 사업 구상하자 / 이병두·70
- 함께 이루는 청정국토·비자금 뒤에 올 환경피해 / 성낙진·73
- 송년특집
 - 불기 2539년 불교계 10대 뉴스 / 편집부·37
 - 방송·국회·복지·불사·교육·단체·운동·문화·사건·출판
- 기획 / 개혁종단 1년
 - 여전히 나무끼는 개혁의 깃발 / 유지호·62
 - 개혁종단 현안에 대한 인식조사 / 유승우·65
- 불교교리산책·선업과 불선업 / 정승석·19
- 생활불교, 어떻게 할 것인가·마음관리 / 용타·22

- 수행으로 가는 길·윤희희의 바른 이해 / 이재철·26
- 신행상담·반드시 계를 받아야 할까 / 상덕·61
- 선화일편·내 딸이 아주 재빠르구나 / 실산·30
- 법당 이야기·법당, 그 속에 깃든 의미 / 김현준·74
- 에세이 보살불교·아픈이들의 법약, 약왕보살 / 이지·32
- 칼라화보
 - 일과 문화 / 김효형·김성철·53
 - 양양 진전사터의 선림원터 / 김희균·김성철·54
- 포교의 현장·참 좋은 인연입니다 / 이춘희·80
- 수행길의 이런 도반·허공을 담은 허공 스님 / 효림·88
- 포교당 일기·무녀가 된 '귀여운 여인' / 원옥·91
- 한국 밖의 한국불교
 - 세계적인 음악가 고 윤이상 씨 / 장용철·48
 - 만나고 싶었습니다·화엄 40년 회고전 연 김보현 화백 / 이윤수·84
 - 봉주르, 김상입니다·현관문 자물쇠 보수기 / 지

- 목·94
- 환생의 나라, 티벳·피에 젖는 신들의 땅 라싸 / 김선정·96
- 일본을 개척한 위대한 한국인·한국불교 재건에 나선 '소이미자' / 홍윤기·100
- 말씀과 함께·무상은 기쁨과 희망 / 홍미경·104
- 독자기고·참선수행과 호흡수련에 관하여 / 김대진·106
- 패시지를 찾아서·원주 흥법사터 / 김상영·최태선·110
- 불교와 민속·판소리 '심청가'에 나타난 윤회사상 / 김종대·116
- 건강·중년 남성과 심근경색 / 해월·118
- 한조각 깨달음이 있는 수필·안희경 / 이숙자·119
- 만화·불가일화·이적의 사리의 건초사 / 윤승운·122
- 불교의 이해와 실천 1
 - 이중표 교수의 '불교방송 교리강좌' 단행본으로 출간
 - 발행처 도서출판 대원정사
 - 전화번호 (02) 752-7047, 754-1614