

# 가정법회 생활불교 이끈다

사찰이나 포교당이 아닌 가정에서 이웃 친지끼리, 지역 사찰의 법우들끼리 모여서 법회도 열고, 자원봉사도 실천하는 가정법회 모임이 수차례 지속되고 있는 곳들이 있다. 무루회, 여여회 등은 가정주부들이 모여 신행 도반으로써의 활을 쌓아가고 있는 대표적인 가정법회 모임.

## 무루회·여여회 등 새 신행형태 '뿌리' 이웃 친지 사찰법우 모여 신행활동 애경사 돕고 경전공부·봉사활동도

인 배덕연보살과 7명의 회원들이 모인 것이 올해로 10년째. 현재 법회 참석인원만 1백여명에 달한다. "회원 각자가 강서 양천지역의 사찰에 다니면서 신행생활을 하는 한편 혼자서는 하기 어려운 일을 여럿이 함께 하면서 부처님의 가르침을 실천하는 삶을 살기 위해 모였다"고 회장 배덕연보살은 설명한다. 법회뿐만 아니라 매년 11월 둘째 주 목요일에는 어려운 이웃을 돕는데 힘을 모아 소액새마을, 강화도 군법당, 연꽃마을 등 교계 복지시설을 두루 찾아다니며 자원봉사 활동도 해 왔다. 또 도반들의 가정

경전도 읽으면서 기쁘고 슬픔을 함께 나누기도 한다. 서울 송파구 잠실에서 매월 둘째 목요일 오전 11시 모임을 갖는 '여여회(如如會)'(회장 이란)도 5년째 한 번도 빠짐없이 법회를 꾸려왔다. 보살행을 하면서 함께 사는 세상을 만드는 데 동참하는 것이 이 모임의 목적이다. 주부들부터 구성된 30여명의 회원들이 <부처님 일대기>에서부터 <묘법연화경> 등 경전공부를 비롯, 자원봉사 활동도 꾸준히 하고 있다. 현재는 해인사 용인장 종진스님의 지도아래 <육아경> <육방예경> 등을 공부 중이다. 아직 모임 명칭은 정하지 않았지만



만 8개월 전부터 강남구 우면동에 사는 일법승보살의 집에서 불자 5~6명이 매일 <법화경> 공부와 참선 정진 등을 해오고 있다. 매주 1회 정도는 인근 지역 사찰의 스님 구호를 하고 있다. 현재는 해인사 용인장 종진스님의 지도아래 <육아경> <육방예경> 등을 공부 중이다. 각 지역에서 사찰의 주도가 아닌 불자들의 자발적인 모임으로 운영

되고 있는 이들 가정법회는 사찰에서만 이뤄지는 신행생활을 바로 자신들의 생활터전 가정으로 이끌어 내 불심증진은 물론이요, 불자들의 건전한 친목봉사모임으로써도 큰 역할을 하고 있는 등 새로운 신행 형태로서 정착되고 있다.

이은자 기자

## 건강 365일 <16> 황백(黃栢)



동의보감에 보면 황백이 구창(口瘡, 입안이 허는 것), 골종열, 피부병, 방광염을 다스리고 여자의 지궁출혈을 멎게 하고 악성대하증을 치료한다고 나온다.

우리가 살고 있는 지구상에 춘하추동이란 사계절이 있다. 마찬가지로 우리 인체에도 춘하추동처럼 변화하는 기류현상이 있다. 이 춘하추동이란 변화가 우리 몸을 유지시켜 주고 있는 것이다. 이 변화하는 생리현상의 균형이 깨졌을 때 병이 생긴다. 봄은 따뜻해야 싹을 틔우고, 여름은 더워야 꽃을 피우고, 가을은 서늘해야 열매를 맺고, 겨울은 추워야 열매를

지 않으면 방광염이 생기고 디스크, 좌골신경통, 전립선비대증 등도 발병한다. 폐에서 기류의 변화가 이루어지지 않으면 폐결핵이 된다. 혈액 속에서 기의 교류가 이루어지지 않으면 피가 얼을 받아 터지게 된다. 특히 여자들은 지궁출혈이나 악성대하증으로 발

## 더운 기운 서늘하게 바꾸는 약제 구창·지궁출혈·악성대하증 치료

저장할 수 있다. 이처럼 우리 몸도 기류(氣流)의 변화현상이 일어나야 건강이 유지된다. 찬 기운이 올라가면 더운 기운이 다시 내려오는 기류현상이 이루어져야 하는 것이다. 이를 한방에서는 수송화강(水昇火降)이라 한다. 입안이 자주 허는 것은 폐장에서 찬 기운이 올라오지 못하고 더운 기운만 입안에 있어 나타나는 열증이다. 폐속에서도 더운 기운만 있고 찬 기운과 교류가 안되면 골다공증, 백혈병 등이 생긴다. 또 방광에서 찬 기운과 더운 기운의 교류현상이 이루어지

전한다. 가을엔 서늘해야 맛있는 열매가 열리듯 우리 몸도 서늘할 때가 있어야 피라는 열매를 얻는다. 더운 기운만 있으면 피가 마르며 위에서 언급한 난치병들이 생긴다. 더운 기운은 맑고 찬 기운이 모자라는 체질을 소양인 체질이라 한다. 더운 기운을 서늘한 기운으로 전환시켜서 기류현상을 정상화시키는데 소용되는 약이 바로 황백이다. 복용법 1회 4g을 달여 하루에 두 번 복용한다. 사물탕과 같이 복용하면 금상첨화다.



## "정서불안에 참선이 특효" 동대부중 특별명상반 운영

"기분이 이상해요. 다리고 어깨도 아프고요. 하지만 참선을 계속해서 수업시간에 떠드는 것도 없어지고 집중력이 길러졌으면 좋겠어요." 처음 참선실수를 경험한 동대부중 김수민(2학년5반)군은 특별명상반 활동을 계속할 것을 다짐하며 참선의 느낌을 이렇게 말한다. 동대부중(교장 우하수)은 18일부터 서울시 교육청이 추진하는 중학교교육 새물결운동의 일환으로 특별명상반을 개설했다. 특별명상반은 정서가 불안하고 충동성이 높은 이른바 정서지진 교정을 위해 새롭게 도입한 프로그램이다. 2학년 학생 전원을 대상으로 기초심리검사를 해서 충동성과 불안감이 높은 학생 130명을 우선 추려냈다. 이후 개개인 면담을 거쳐 본인과 학부모의 동의를 얻은 후 60명을 선정, 30명은 참선반활동을 하고 나머지 30명은 대가자로 분류했다. 고우익교사는 "1기생 30명과 대가자 30명을 두달 간의 참선이 끝난 후에 다시 심리검사를 해 비교 분석할 계획"이라며 "학생들을 대상으로 참선의 효능을 과학적으로 입증할 통계자료가 될 것"이라 밝혔다. 참선지도는 황선정상담연구원(자비의 전화)과 고우익 우인보교법사가 맡고 있다.

## "복지관에 공부하러 오세요"

### 신학기 청소년프로그램 다양

신학기를 맞아 교계 복지관들이 아동·청소년 대상 프로그램을 일제히 개설 운영한다. 이들 프로그램들은 저렴한 가격으로 교과과정 지도 외에도 예체능 계열의 취미생활도 즐길 수 있다. 구로종합사회복지관(관장 도후스님, 02-852-0525)은 어린이 대상의 영어교실, 무료호신술교실, 전과목을 지도하는 공부방, 글쓰기교실 등을 마련했다. 청소년 기능교실의 생활영어, 컴퓨터 등은 교재비만으로 들을 수 있는 강좌들이다. 중리종합사회복지관(관장 하성자, 0551-31-8017)은 초등학교를 위해 꾸러기 스포츠 활동, 학습지도, 컴퓨터교육을 받는 오픈나래교실, 아동예절습득당, 너른별 공부방 등을 개설했다. 또 글쓰기교실, 느티나무공부방, 어린이영어, 아동무용, 중

이집기교실, 중학영어, 중학수학 등도 마련했다. 명동종합사회복지관(관장 현각스님, 0371-762-8131)은 일반·장애아동을 대상으로 애프터 스톱을 운영한다. 7월29일부

### 영수 컴퓨터 글짓기 예체능 지도 대안학교·유적탐방 등 눈길 비용싸고 취미생활에도 제격

터 31일까지는 야외집단활동을 통해 협동심과 자립심을 키워줄 대안학교도 개설한다. 일반·장애아동이 함께 긍정적인 생활태도를 기를 푸름이놀이교실, 청소년 독서실, 상단실 등도 상설하고 있다. 중1년 생들에게 국어·영어·수학을 지도하는

김지연 기자

## 단신

### 명성여중 진로지도교 선정

명성여중(교장 안은자)은 서울시 교육위원회로부터 진로지도 선도학교로 선정돼 3천6백만원의 사업비를 지원받는다. 중학교교육 새물결운동의 일환으로 서울시 11개 구정별로 인성교육·학습지도·학습평가·진로지도·의식교육 등 5개 분야에 총 55개 학교가 선도학교로 선정됐다. 명성여중의 진로지도는 대부분 체험지도를 통해 이뤄질 방

참인데 방과후의 산악, 노동부등 직업 관련기관, 전문대학, 직업학교 방문으로 주로 진행될 계획이다.

### '어린이 법회를...' 출간

사단법인 불국토 어린이 불교교육연구소(소장 혜총스님)는 <어린이 법회를 위한 설법과 교리>를 출간했다. 어린이불교교육연구소의 두 번째 연구총서인 <어린이 법회를 위한 설법과 교리>는 9월부터 2월까지 매주 열리는 법회를 위한 설법과 교리교육을 쉽게 설명하고 있을 뿐만 아니라 어린이 불자들의 실천방법도 제시해 주고 있다.

월간 '연꽃' 3월호 나와 어린이 포교 교양지 월간 <연꽃> 3월호가 나왔다. 3월호에는 문화유산을 찾아 떠나는 타임머신 '나라를 구한 팔만대장경', 사찰속 환경이야기 '생태보존', 만화 '문수가 죽어 펼쳐보는 백유경' 창작동

화 '칠보바를 뿌리는 여의주' 등이 실려 있다. 심리테스트 '내가 가는 길'을 따라 자신의 가치관을 탐험해 보는 것도 재미있을 듯.

중리복지관 여성교실 열어 중리종합사회복지관은 제8기 여성문화교실을 개강한다. 4월 1일부터 모집하는 이번 여성문화교실의 교육은 6월8일부터 8월31일까지.

## "불교학생회 다니면 비행 줄어" 패싸움등 일반학생보다 10~20% 감소

유승무교수 분석 불교학생회에 가입한 중학생은 일반 중학생에 비해 비행 경향이 10~20% 정도 적은 것으로 나타났다. 중앙승가대 유승무교수(사회복지학)가 <불교와 사회복지> 제2호에 발표한 '불교 청소년 복지의 방향 모색'이란 논문은 설문조사(담배, 음란 비디오, 패싸움, 본드, 가솔, 성관계 등의 호기심이나 유혹

경험과 관련한 질의, 모집단 표본 267부) 결과 불교학생회 집단이 일반학생 집단에 비해 비행과 관련한 직접적인 경험이 적을 뿐만 아니라, 비행행위의 가능성 또한 낮은 것으로 드러났다. 유교수는 논문에서 종교적 요인이 청소년비행을 이해하는데 중요한 요인임을 밝혔으며 불교적 자원을 활용, 청소년복지를 향상시킬 수 있다고 주장했다.

김지연 기자

2천만의 깨달음을  
참수행으로 이끄는 신행의 길잡이.

현 대 불 교

부산지사 051-634-5114  
광주지사 062-375-9986  
대구지사 053-768-8008  
목포지국 0631-281-2534  
속초지사 0392-636-3923  
북인천지국 032-541-8770  
청주지사 0415-63-3873  
강릉지사 0391-43-5599  
인천지사 032-461-3461  
춘천지사 0361-241-0633  
대전지사 042-625-1080  
안산지사 0345-411-4580  
진주지사 0591-747-0106  
마산·창원지사 0551-84-0735  
공주지국 0416-55-0020  
고성지국 0556-72-0078  
예산지국 0458-33-5097  
포항지국 0562-252-7749  
고양지국 0344-912-2323  
영주지국 0572-34-3429

부처님조심·석탑·석등·석비·부도·불사건축·제작시공

## 효성석재공예사

귀의 상모히움고  
석물상 조각을 비롯하여 석탑 석등 등 사찰 경내의 모든 설치물과 조각품 뿐 아니라 어려운 현장 작업도 가능하오니 언제든지 불러주시기 바랍니다  
김인호 합장

◆ 주요불사실적 ◆

- 남한산성 석불사 - 아미타석불 석탑 석등 공덕비 제작설치
- 안양 삼성사 - 석가탑 석등 사자상 제작설치
- 인천 송도선원 - 원형천지탑 및 십이지신상 조성
- 경기연천 육군5사단 205부대(옛 심원사) - 아미타불 조성설치
- 日本京都 영산법화사 - 석물제작 수출 (그외 다수)

주소: 경기도 포천군 소흘읍 송우리 227번지  
전화: 전시장 (0357) 542-1527 야간 (0351) 874-4685  
공장 (0357) 542-1528

봉축위원회 공식지정 봉축현수막

2542 Buddha's Birthday

## 부처님오신날

대한불교조계종 봉은사

귀의상모히움고,  
불자는 물론 전국민의 시야가 집중된 이번 봉축행사에 각 사암에서는 봉축위원회 지정 현수막을 사용하여서 불교계의 일치단결된 모습을 보여야 할 때라고 생각합니다. 부처님오신날 봉축위원회 공식 지정업체로 선정된 감로기획에서는 국민적 축제인 불기2542년 부처님오신날 봉축 현수막을 질기고 품질이 우수한 최고급 현수막으로 제작하여 보급하고 있습니다. 전국의 대덕 큰스님의 지도편달을 부탁드립니다.

◆ 가격표 ◆

품명	규격	가격
현수막	90cm×6m	40,000원
	90cm×8m	50,000원
	90cm×10m	60,000원
불자의집교배	200개이상 주문시 사찰명	1,000원
차량용스티카		300원
어깨띠	100개이상 주문시 사찰명	2,500원
	일반	220원
리본	500개이상 주문시 사찰명	330원
	귀빈용	1,000원

감로기획 서울시 종로구 수송동 13번지(조계사 옆)  
☎(02)723-4306·7 FAX (02)738-8682