

3월 2일 수행일기 <下>

생로병사의 무상한 도리를 말하지 않더라도, 세월이 흐르면 늙고 병드는 것은 너무나 사람이거나 다름이 없다.

교회를 다니며 불교를 비방하고 고생스럽게 살던 옛 추억을 되새기며 부산 금강공원의 오솔길을 걷다보면, 할 일 없는 노인들이 조라한 모습으로 벤치에 앉아 점심시간도 잊은 채 허공만 쳐다보고 탄식하고 있다. 요즘 젊은이들이 늙은 부모들의 짐을 짊어주는 사람이 몇이나 있겠는가. 이곳 저곳 자리를 바퀴가며 시간을 보내는 사람이 한 두 분이 아니다. 어떤 노인들은 가족끼리 소풍과 서 음식 먹는 것을 보고 주위를 기웃거리기도 한다.

“배고파 보지 않은 사람은 배고픈 심정을 모른다”는 생각에 나는 1999년 11월 4일부터 금강공원에서 매주 수요일 무료급식을 시작했다. 3년이 지난 지금은



박주현

(주)삼현 회장

부산불교교육대학 부학장

운데 초지(初地)로서, 깨달음을 향한 10가지 큰 서원을 세우는 단계를 상징하기 때문이다. 이는 환희심으로 깨달음과 나눔을 실천하는 보살행자인 부산불교교육대학 가족 전체의 이상이기도 하다.

현재 인류의 평균 수명이 80세 정도인데, 10년이 지나면 100세까지 살 수 있다고 한다.

복지원 설립위해 100원 모금운동 펴 노인 전문교육프로그램 개발 원력

양정재가복지원에서 부산불교교육대학 재학생들이 매주 수요일, 졸업한 동문들이 금요일마다 자원봉사를 하고 있다.

나의 월급은 세금을 공제하고 270만원인데, 이 돈은 우리 가정을 위해 사용하지 않는다. 다만 길상사 부의금, 단체가입 월회비, 기부금, 기타 품위유지와 무료급식비로 사용한다. 담배 역시 피우지 않는다. 20세에서 70세까지 하루에 1,800원짜리 담배 1갑을 피울 때 드는 돈이 총 1억원이 넘는다고 한다. 여기에 착안해서 ‘적은 보시와 정성으로 큰 공덕을 이루소서’란 제목으로 하루에 100원씩 저축해 부산불교교육대학 부설 환희복지원 사업기금으로 모금한 결과, 지난 한 해 동안 1천12만원을 모았다. 앞으로 1억원이 될 때까지 계속할 생각이다.

필자가 복지원 이름을 ‘환희지(歡喜地)’로 짓게 된 것은 ‘환희지’가 보살십지(菩薩十地)가

그렇게 되면 정년 후 35~40년의 긴 공백기간이 생긴다. 경제적으로도 문제가 많겠지만, 정신적인 문제가 심각할 것이다. 그러한 문제에 대해 우리 종교인들이 누구보다도 먼저 고민하고 대책을 강구해야 될 것이다. 특히 노스님과 노인들의 복지에 아직 무관심한 불교계는 황혼을 아름답게 회향할 수 있도록 돕고 새 및 재가 노인복지에 심혈을 쏟아야 하리라고 본다.

오늘날 물질사회는 날이 발전하고 있으나, 정신세계는 퇴폐하여 도덕관념, 더불어 사는 협동정신은 날로 메말라 가고 있다. 하루 빨리 환희복지원을 설립, 노인들의 자원을 유익하게 활용하여 노인이 노인을 위한 자원봉사와 취미생활을 위한 전문교육프로그램을 개발하는 것이 나의 소원이다.

*다음 호 필자인 주영배 보안기획사장은 바쁜 회사 업무 틈틈이 불교 공부와 수행으로 ‘깨달음의 사회화’를 추구하고 있는 불자다.

“부처님 그리면 부처 됩니다”

주제가 있는 수행현장 사불수행연구원 ‘사불’

“참선과 부처님 그리기가 하나된 사불(寫佛)은 단순히 불상을 그리는 형상에 머물지 않고 참선을 통하여 ‘내안의 부처(佛性)’를 확인하고 그 자성불(自性佛)을 밖으로 그려내서 자신의 눈으로 보며 부처와 하나되는 수행법입니다.”

1월 29일 오후 2시 서울 동산불교회관 법당. 보광선원 원장 법인 스님이 10여명의 사불수행 강좌 수강생들을 대상으로 두 번째 강의를 시작하며 사불수행의 의미를 거듭 확인시키고 있다.

법인 스님은 3~4개월 정도 사불수행을 해보면 사경(寫經)과 염불, 절 수행을 합한 장점을 깨닫고 더욱 신심을 느낄 것이라며 사불수행의 준비단계인 관상법(觀想法)을 지도하기 시작한다.

“좌선하는 자세에서 단전으로 숨을 들이 쉴 때 불·보살님이 함께 들어오는 기분으로 정신을 집중하세요. 단전에서 거머 숨을 멈춘 후 다시 가늘게 숨을 내쉬세요. 내릴 때는 8만4천 송구멍으로 공기가 나가는 것처럼 관(觀)하세요.”

15분 정도의 호흡법을 통해 수강생들의 마음이 안정되자, 법인 스님은 단전에서 호흡을 멈춘 순간 한 획씩 선을 세로로 그려나가도록 지시한다. 하지만 아직 숙달되지 않은 불자들은 선이 흐트러지기 일쑤다. 법인 스님이 일일이 시범을 해가며 자상하게 지도한다.

가로, 세로 선 그리기가 숙달되면 입정(入定) 상태에서 관한 마음 그대로 손이 움직이며 부처님의 형체가 나투도록 한다. 각 형상에 맞는 호흡으로 완원을 조절하며 홀 흐르듯 유려하지만 과감하고 정확하게 표현토록 한다. 물론 한 호흡에 긴 선을 그리기 위해서는 몇 달간의 수행이 필요하다고 한다.

사불이 끝나면 3배 또는 그 이상을 행한 후 복상으로 발원을 염하고 가볍게 합장하여 사불수행을 마친다. 3배가 끝나고 천수경이나, 금강경 등을 독송하거나 참선을 해도 좋다. 사불로 모여

진 불·보살님들은 사불탑을 세워 봉안하거나 불상의 복장물로 모셔져, 각자의 기원과 부처님의 원력이 하나되어 회향하게 된다.

사불수행연구회 박정자(62·중요무형문화재 제48호 단청장 후보) 회장은 “내가 아미타불, 관음보살, 지장보살이 될 수 있는 관상법은 참선을 통해 내가 그리고자 하는 대상을 관하여 그 대상과 하나가 되는 관법”이라고 설명했다. 참선과 호흡을 최대한 깨지 않으며 ‘내 안의 부처(自性佛)’를 밖으로 끌어 내는 수행법이다.

동산불교대학의 사불수행 강좌를 듣기 위해 속초에서 매일 두 번씩 상경하는 법인 스님은 “이렇듯 한 번 한 번을 그려 모시다보면 내안의 불성을 보게 되며 그 힘은 모든 업장을 녹이는 힘이 된다. 그래서 사불수행은 내 안의 부처를 친견하는 수행법”이라며 체험담을 밝혔다.

사불수행연구회는 아직 회원이 60여명에 불과하지만 지난해 10월 세종문화회관에서 조계사 신도회, 봉은사 신도회, 길상사 청년회 등이 사불수행을 시연하는 등 대중화가 시작되고 있다. 불화가 박정자 회장을 비롯, 사불수행 전문 도량을 2005년 개원할 예정인 법인 스님과 3개의 사불탑을 세운 도립 스님 등을 중심으로 본격적인 홍보도 시작했다.

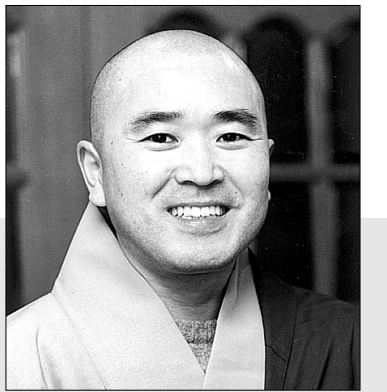
박정자 회장은 지난 해 다섯 권의 <사불 교본>(도서출판 석란)을 출간했으며, 도립 스님은 전국에 사불탑을 세우겠다는 발원을 세웠다. 법인 스님은 서울 동산불교대학(월·넷째 수요일 오후 2시)과 만해불교대학(매달 셋째 수요일 오후 7시), 창원 금강불교대학(매달 셋째 수요일 오후 7시)에서 사경수행 강좌를 개설하는 등 본격적인 포교에 나서고 있다. (011)744-8061

김재경 기자 jgkim@buddhapia.com



◇사불수행은 단순한 형상을 그리는 일이 아닌, 자성불을 친견하는 수행법이다.

사진=박재완 기자



‘사불’ 지도하는 법인 스님

경전 다루듯 마음자세 중요

“사불수행은 단순히 형상을 그리는 것이 아니라 마음에 살아있는 부처를 확인하는 수행법입니다. 관상법(觀想法)과 정확한 호흡법으로 무아(無我)의 상태에서 오직 부처님의 모습만을 각인하는 것입니다.”

서울 보광선장 법인 스님(사불수행연구회 부회장)은 사불은 이미 고려시대에 사경(寫經)과 함께 매우 발달한 수행의 한 방법이라며, ‘자신의 불성(自性佛)’과 만날 수 있는 길의 하나가 입정 속에서 부처를 그리며 하나가 되는 사불수행이라고 말한다.

따라서 사불을 하거나 다룰 때는 항상 법신 부처님과 경전을 다루듯이 마음자세를 갖추어야 한다. 사불을 처음 시작할 때에는 새벽이나 저녁의 조용한 시간을 택해 안정된 마음과 자세로 한다. 가정에 불단이 있는 불자들은 불단 앞에서 하고, 그렇지 못할 때는 깨끗한 상을 놓고 정갈한 곳에서 하면 된다. 개인불단이 있을 경우 천천히 3배 또는 그 이상을 행하고 상황에 따라 석가모니 정근이나 관음 정근, 지장 정근 등을 할 수 있다.

법인 스님은 “누구나 쉽게 할 수 있는 사불수행을 통해 모든 불자들이 환희심을 갖고 자성불을 만나게 되길 기원한다”고 당부했다.

수행 캘린더

■정신세계 마음여행=정신세계원은 2~3월 명상과 심신수련, 치유, 그리고 자기개발을 위해 내안으로, 세상 속으로 떠나는 ‘마인드 투어’를 갖는다. △2월 8~9일 명물 체험 캠프(이치온) △2월 21~23일 깨달음의 마음여행(김병채) △3월 7~9일 마음다기 남도여행(무산본과) △3월 15~16일 산사

수행체험 및 티베트 문화여행(김규현) △3월 29~30일 남해 금산 약초여행(최진규) (02)747-7033

■선어록 입문 및 불교 중국어 강좌=서울 선어록연구소는 3~4월 두 달간 송인성 전 영남대 교수의 강의로 선어록 입문 및 불교 중국어 강좌를 개설한다. 선어록 입문 강좌는 매주 토요일 오전 10~12시에 선종 어록 소개 및 원문 선독으로 진행하며, 불교 중국어는 매주 화/목 오전 10~12시 중국어 발음 및

기초 회화로 진행한다. (02)597-0787

■보리수선원 2월 집중수행=서울 보리수선원은 2월 16~22일 (1주일), 2월 9~22일(보름) 집중수련회를 연다. (02)517-2841

■구도 철야정진=서울 불광사는 매월 셋째 주 토요일 오후 9시부터 ‘구도 철야정진’을 갖는다. (02)413-6060

■주말 선수련회=서울 길상사는 2월 22~23일 주말 선수련회를 연다. 선착순 40명. (02)3672-5945

■법통사 ‘마음 비우기’=경기 시흥 법통사는 ‘마음 비우기’를 주제로 매주 일요일 오전 10시 정기 법회를 연다. 매달 1, 3, 5주 일요일은 장년층 위주의 진각회 법회이며, 2, 4주 일요일은 청년회 법회다. (031)317-1155

■해인사 주말수련=합천 해인사(www.haein-sa.org)는 매월 넷째 주 토요일 주말수련회를 연다. (055)932-7430

■위빠사나 집중수련=홍원사는 2월 16~22일(6박 7일) 천안 호두마을에서 집중수련회를 연다. 반야로가 성오 스님의 지도로 40명이 수행하게 된다. (051)632-8488

■천수경강의 및 참선=서울 정혜사는 주지 남전 스님의 지도로 매주 수요일 천수경 강의 및 참선정진 법회를 연다. 천수경 강좌는 매주 수요일 오전 11시 및 오후 7시, 참선정진은 오후 2시에 각각 열린다. (02)903-8019

[출강·통신] 2003학년도 제 12기 법사 양성을 위한

한국불교법사대학 신입생모집

법사학인으로 입학하여 불교 사회적 책무성을 갖는 직분의 법사가 되도록 지도 교수합니다.

12년의 역사와 함께 불교지도자로서 자격을 갖추고 법사활동을 지망하시는 분을 대상으로 2003학년도 제 12기 법사학인 신입생을 모집합니다.

구 특 전

- 한국불교법사총연합회에서 법사법위품수와 법사증을 수여함
- 사찰·포교원 개원 및 등록시 적극 지원함
- 종단에 출가 득도시 수행이력을 인정받을 수 있음
- 법사불교신문 상임법사위원으로 위촉 및 추대함
- 한국불교법사총연합회 상임법사로 활동할 수 있음
- 사찰법회 및 불교행사에 초청법사로 추천함
- 교도소,군법당 등에 포교활동을 적극 추천함

- 1.모집과정: 법사과정·대법사과정
 - 2.모집학반: ① 출강반 ② 통신반
 - 3.입학자격:
 - 불심이 돈독한 분
 - 불교를 체계적으로 배우고자 하는 분
 - 교육수료후 법사활동을 희망하는 분
 - 포교원 및 사찰을 개원하려는 분
 - 불교지도자로서 사회에 봉사하려는 분
 - 4.제출서류:
 - 입학원서(본 대학 소정양식) 1부
 - 사진 3매 • 주민등록등본 1부
 - 5.교육기간: 법사과정=1년(교과목 및 불교의식) 대법사과정=2년(교과목 및 불교의식)
 - 6.교육장소: ① 서울 본 대학 ② 부산 학습도량
 - 7.원서교부 및 접수: 2003년 2월 25일까지(현재 접수중)
 - 8.원서 교부 및 접수처: 본 대학 교부처(우편팩스접수가능)
- * 전화 문의하시면 모집요강과 원서를 보내드립니다.

한국불교법사총연합회 부설

한국불교법사대학

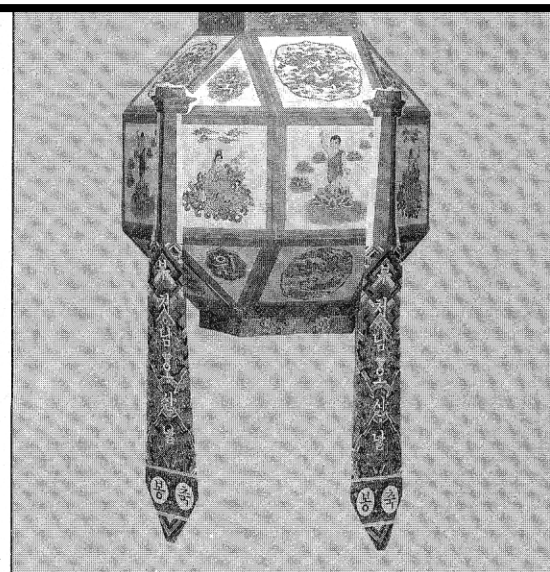
1110-1770

서울특별시 종로구 경지동 110-1 (건지빌딩 3층)

☎ (02)720-1836 · 733-1959

Fax. (02)737-5305

인터넷 http://pubsa.buddhism.org



이제 연등에 번잡한 풀칠이 필요없습니다!!

우리불교 전래의 조립식 팔각등

가격 동결 단행!!

어려운 사찰의 경제에 도움을 드리고 국산품을 애용하시는 운동에 동참하기 위해 가격을 동결 하였습니다.

★ 제작이 간편한 등

종래의 철골 구조에 날장으로 풀칠이 하던 등제작이 「한번의 공정으로 아름답고 멋스러운 등」이 3분내에 완성.

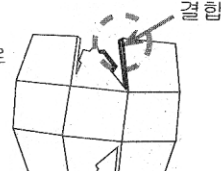
★ 야외장엄용

「특수 이중 합지방식에 코팅 처리」를 하여 이슬에 젖지 않음은 물론 견고성을 지니고 있어 「행사 수일 전부터 사찰의 축제분위기 장엄」에 활용

★ 운반 및 보관 용이

「운반 및 보관이 편리」하도록 고안.

□ 단 한번의 공정으로 3분내 완성



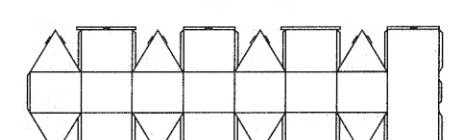
★ 형형색색의 문양과 미감

고려시대 연등회, 팔관회의 고증을 토대로 「형형색색의 단정 문양과 현대적 감각의 색상을 조화」하여 불초의 의미와 중생의 불심이 더욱 고취될 수 있도록 디자인.

★ 경제적인 가격

종래의 복잡 다원화된 유통 구조로 인한 높은 가격을 배격된 「사찰을 위한 경제적 가격」

□ 펼친 상태 (골조 및 인쇄결지 합지 방식)



연우기획

전화: (02)467-1513 핸드폰: (016)552-9360