



# 불교가 살아야 세계도 국가도 개인도 산다

## 참회로 닦는 참불자의 길

세계는 지금 어디로 가고 있는가. 민족과 종교간의 분쟁은 단 한번의 반성과 화해 없이 되풀이되고 있다. 자본주의의 타락으로 인한 환경산업과 범죄의 만연, 이 속에 노출된 사회와 개인 역시 자기성찰 없이

허망한 업 놀음에 허우적 되고 있다. 그렇다면 세상을 바로 세울 방법은 없는가. 불교는 '마음이 맑아야 국토가 청정해진다'고 강조한다. 개인의 참회로부터 사회와 국가, 인류의 평화가 기약되는 것이다.

**참회의 자세**  
호국참회기도도량 도선사를 원찰로 신행하고 있는 유인숙(36) 보살은 날마다 새로워진 자신을 만나다. 지난 3월 3일부터 시작한 '자비도량 참법 100일 기도'에 매일 참석하면서 그동안 외면하고 싶었던 자신의 허물을 부처님전에 고하고 있기 때문이다. 집에서 틈틈이 <금강경>을 한자 한자 사경하며 자신의 잘못을 반성하고 절에서는 백팔참회를 통해 다시는 잘못을 저지르지 않겠다는 다짐을 하고 있다. 참회기도를 하다보니 하심공부와 함께 업장소멸이 저절로 됨을 느끼고 생활에 자신감이 생겼다.

세상을 살면서 사람이 죄를 짓지 않기는 어렵다. 문제는 잘못을 범하는데 있는 것이 아니라 그 잘못을 반성하지 않고 도리어 합리화 하려는데 있다. 청정한 계행도 중요하지만, 파계를 했더라도 곧바로 그 원인을 반성하고 다시 계를 지키겠다는 자세가 필요한 것이다. <전수경>은 진실한 참회를 이렇게 설명한다. "죄악은 본래없어 마음따라 일어나니, 마음을 비울 때 죄악 또한 사라지네. 죄악도 마음도 모두 사라지면 이것을 진실한 참회라 이름하네."

**기도 방법**  
가장 보편적인 참회법은 절 하기가다. 108배, 1080배, 3천배, 1만배 등과 <예불 대참회문(108참회문)>을 외우면서 절을 하는 경우도 있고 염불하면서 절을 하는 불자들도 있다. 이와같은 방법은 대중이 함께 범죄나 기도할 때 또는 혼자서 할 때 마음속으로 참회하는 경우에 해당한다. 공동체 내의 공개 참회법으로는 대중 앞에서 자신의 허물을 드러내고 참회하는 법과, 다른 사람이 잘못을 지적해 주면 따라서 참회하는 방법이 있는데 이것이 포살과 자자이다.

매주 금요일 <자비도량참법> 특송 및 절하기로 철야정진법회를 여는 서울 향천선원 해립 원장은 "참회기도는 형식보다는 그동안 정직하지 못했던 자신

### 틈틈이 금강경 사경하며 반성 참회문·염불하며 108배 정진 일정한 날 정해 자기 언행 살피

을 불성이라는 거울에 반추해 보고 참자기로 돌아가려는 마음가지이 더 중요하다고 말했다.

**포살과 자자**  
대표적인 참회의식에는 포살과 자자(自)가 있다. 포살(布薩)은 보름과 그믐에 대중이 한곳에 모여 계경(戒經)조목을 들어가면서 '잘 지켰는지 못지켰는지' 대중 앞에서 고백하는 의식이다. 불자들이 하루밤, 하루 낮동안 지켜야 할 계율을 잘 지켰는지 육재일(8, 14, 15, 23, 29, 30)에 계를 잘 지켰는지를 스스로 반성하고 악업을 짓지 않도록 하는 것도 포살이라 할 수 있다. 자자(自)는 선원에서 안건을 끝내는 마지막 함께 공부하던 스님들이 모여 서로 보고, 듣고, 생각하는 동안에 지은 자신의 죄를 고백하고 참회하여 꾸중 듣기를 청하는 것을 말한다. 사회가 빠르게 변화하고 갈등과 불화가 많은 현대인들에게 자자와 포살은 더없이 필요한, 자기를 점검하는 수행법이 아닐 수 없다.

조계사 상임지도법사 연담 스님은 "일정한 날을 정해 가족 구성원간에 자신의 잘못을 반성하고 허물없이 대화할 수 있는 시간을 마련한다면 신심고취는 물론 가정 화목에도 큰 도움을 주는, 일석이조의 효과를 얻을 수 있을 것"이라고 포살 법회를 적극 권했다.

포살법회 여는 사찰	
조계사	매월 음력 15일 오전 10시 (02)732-2183
도선사	매월 첫째 주일(철야) 그믐 (02)993-3161
봉암사	매월 첫째 일요일 오전 10시 (02)413-6090
봉은사	매월 음력 15일 오전 10시30분 (02)511-6070
법주사	매월 음력 30일 오전 10시 (04)3543-3615
법안정사	매월 음력 15일 오전 10시 (02)653-4888
해원정사	매월 음력 15일 오전 10시 (05)866-7771
보광사	매주 토요일 10시-일 오전 4시 (02)790-3325
불회사	매월 음력 초하루-초삼일 (06)337-3440

김재경 기자 jgkim@buddhapia.com

# 성찰 없는 삶, 허망한 업 놀음일 뿐!



7번째 매달 3천배 참회정진 법회를 열고 있는 화계사대적광전에서 '절 심매'에 빠진 불자들.

## 화계사 철야 3천배 연장

4월 26일 밤 11시 외국인 스님들의 근본도량인 서울 화계사(주지 성광) 일주문 안으로 한 발짝 들어서자 서늘한 산사의 공기를 뚫고 간절한 정진 소리가 들려온다.

3층 대적광전으로 올라가 법당 안을 들여다 보니 후끈거리는 공기가 느껴진다. 철야 3천배 정진에 나선 불자들의 몸에서 발산된 열기가 법당 안을 이렇게 데운 것이다. "관세음보살, 관세음보살, 관세음보살~"

100여 불자들은 관세음보살을 염하며 절 삼매에 빠져 있었다. 죽비 소리에 맞춰 끊임없이 허리를 굽히고 머리를 조아린다. 불자들의 법복은 이미 흥건하게 젖어 있었다. 2시간이 넘는 정진으로 땀이 뻘뻘 흐른다. 일어서려다 비틀거리려는 불자들도 간혹 눈에 들어온다. 그럴 때마다 대중들의 관세음보살 정진소리가 커진다. 자기도 모르게 힘들어하는 도반을 도우려는 것인지는 모른다. 자세를 바로 잡은 불자가 곧바로 절을 다시 시작하면서 정진의 열기는 식을 줄 모른다.

철야정진에 동참한 100여 불자들은 다음날 새벽 3시까지 3천배를 하며 알게 모르게 지은 죄업을 참회하고 나를

낮추는 하심을 배운다. 특히 이날 5명의 외국인 스님들도 참석해 한국 스님들 못지 않은 원력을 보여주었다. 화계사 조실 송산 스님의 외국인 제자인 현각 스님도 3천배에 동참했다. 모두들 열성적으로 관음정진에 맞춰 절을 하다보니 7시간의 정진이 너무 짧을 것처럼 느껴질 뿐이다.

화계사 3천배 정진법회 지도법사인 연태 스님은 "3천배 정진은 진정한 참회를 통해 나약한 자기 자신을 이기고 용맹정진하는 발심의 계기가 된다"며 이를 통해 "탐진저 삼독심을 끊고 계정에 삼학을 닦는 기반이 다져진다"고 말했다.

2000년부터 매달 3천배 참회정진을 해온 강문주(38·대원행) 보살은 "3천배 정진을 하다보면 참회를 통해 몸과 마음이 건강해지고 업장이 소멸되는 것 같다"며 "3천배 정진은 장애를 극복하는 용기를 생애에 해 일상생활을 하는데도 큰 도움이 된다"고 밝혔다.

화계사의 3천배 철야정진은 7년 전부터 매월 넷째 주 토요일 저녁 9시에 열리며 50분 절 수행, 10분 휴식으로 진행된다. 밤 12시에는 30분 휴식과 함께 깨죽 등을 먹으며 기운을 북돋우고, 지도법사 스님을 통해 절 수행의 기본적인 방법도 배울 수 있다. (02)902-2663

강유신 기자 shanmok@buddhapia.com

## 100여 불자들 "참된 나 찾자" 법당내 열기

### "몸·마음 건강해지고 업장소멸 큰 도움"

## "자기반성 통해 새 삶을"

### 관음대참회수련회 여는 정연 스님



"참회 없는 수행이나 참된 삶을 있을 수 없습니다."

91년 관음대참회수련회를 개원한 불회사 주지 정연 스님(사진)은 "자기 성찰을 통해 새로운 삶을 살거나 발심수행할 수 있는 기회를 주기 위해 참회수련회를 열었다"면서 "수행은 참회로부터 시작된다"고 강조했다.

"참회를 통해 근본 무명 즉 업식이 녹아만 깨달음의 길로 나아갈 수 있으며, 업식의 정화 없이는 어떤 수행도 효과가 없습니다."

정연 스님이 참회수련의 중요성을 알게 된 것은 94년부터 3년간 해외 불교를 접하면서부터였다. 인도와 동남아 불교국가의 수행법을 체험하면서 참회를 강조하는 우리 불교가 그 어느 나라의 불교보다 좋은 이념체계와 수행환경 속에 놓여있다는 것을 알 수 있었다는 것. 97년부터 다시 수련회를 연 정연 스님은 '성찰, 그리고 지혜로운 삶'을

## '지혜 밝힘' 등 세가지 법회 상설

일구는 법회'란 기조아래 세 가지 법회를 상설화 했다.

매월 음력 초하루부터 초삼일까지 참회기도하는 '참회발원 법회', 매월 음력 15일 경전과 교리를 배우는 '지혜밝힘 법회', 매월 음력 24일(관음재일) 어려운 이웃에게 보시행하는 '자비실천 법회' 등이다. 특히 관음재일에 나주 영산포에 있는 중증장애자 시설인 계산원에 가서 아이들을 목욕시키고 간식을 함께 나누는 자비실천 법회는 참회발원의 사회적 화합의 모델이 될만하다.

정연 스님은 "머뭇간의 참회수련회나 정기 법회를 통해 신(信) 해(解) 행(行) 증(證)을 체험한 불자들이 새로운 삶을 살아가는 모습을 보면 참회발원의 중요성을 알 수 있다"며 일상속의 참회를 권유했다.

김재경 기자

2547 BUDDHA'S BIRTHDAY

## 金剛신심! 金剛진각!

한국불교의 밝은 내일을 열겠습니다

總 印 **慧 一**

統理院長 **孝 惠 鎮 休**

教育院長 **庵 淨 山 明**

宗議會長 **孝 惠 鎮 休**

查監院長 **庵 淨 山 明**

대한불교 진각종  
http://www.jingak.or.kr

136-865 서울특별시 성북구 하월곡2동 22번지  
대표전화 : (한국) 1588-5525 전화 : (02)913-0751-4 팩스 : (02)913-0755

## 大韓佛教天台宗

### 宗正 金道勇 大宗師

宗正司書室長 南宮道載

### 總務院

總務院長	田雲德	教育部長	金勇岩
總務部長	朴德水	社會部長	金務元
教務部長	邊春光	糾正部長	趙珍德
財務部長	李門德		

### 宗議會

宗會議長	尹德山	副議長	朴魯昇
副議長	張道正		

### 監查院

監查院長	朱正山	監查委員	金景遷
------	-----	------	-----

中央信徒會長	金裕赫	金剛佛敎大學學長	李載昌
金剛大學校總長	朴奉植	宗典研究院長	金煥泰

忠北 丹陽郡 永春面 栢子里 132-1

☎ 043) 423-7100~8 / FAX : 043) 420-7399