

바라밀현장

‘맑고 향기롭게’

시립요양원 음악치료 봉사



서울시립요양원 어르신들이 음악치료 프로그램에서 소고를 걸들인 돌림노래 합창에 열중하고 있다. 사진 왼쪽은 음악치료 전문강사이순화(54세).

“아-리랑아~ 아리랑아~ 고-추먹고 매패 맬~!”

김성화 할머니 아리랑 장단이 커져자 이에 뒤질새라 고영환 할아버지의 매패 가락이 힘차게 따라붙는다. 자기도 모르게 매패 가락을 좇고 있던 김정은 할머니, 옆에 앉은 김정자(57) 교사의 눈길에 정신이 벱쳐들어 아리랑 멜로디로 돌아온다.

9월 4일 서울시립요양원 음악치료 현장. 20여명의 어르신들이 돌림노래 삼매에 빠졌다. 어르신들은 행어나 상대편 가락을 따르게 될까 싶어 지도 교사를 뚫어지게 바라보며 멜로디에 집중한다. 그들 사이사이에 끼어 앉은 교사들 역시 어르신들과 눈을 맞추며 노래부르기에 열심이다. 어르신과 마주잡은 손에 땀이 흘려 배어도, 몸살 기운 때문에 목에 힘이 없어도 늘 맑고 밝은 모습의 교사들. 바로 ‘맑고 향기롭게(회주 법정스님)’의 음악치료 봉사 도우미들이다.

이들이 시립요양원에서 음악치료 도우미를 시작한 것은 지난해 4월. 요양원 음악치료 프로그램을 함께한 것이 계기가 돼, 매주 목요일마다 이곳을 찾고 있다. 음악을 통해 어

노래삼매 폭 빠지면 몸과 마음 ‘거뜰’

매주 전문강사 도우미 자청

가슴으로 이해하려 노력

어르신들 밝아진 모습에 보람

어르신들의 재활과 치유를 이끄는 ‘음악치료’를 전문적으로 공부하지는 않았지만, 음악치료 전문강사와 함께 수업을 진행하면서 머리보다는 가슴으로 치료의 목적과 의미를 이해하려고 하는 그들. 그래서 봉사시간(간사 연회)은 ‘노래하는 약사보살’로 통한다.

“처음만 해도 입 한번 떼지 않는 어르신들이 많아 마음이 무거웠는데, 요즘에는 저희들 노랫소리가 들리지 않을 정도입니다.” 방명록(48) 씨의 말대로 음악치료 프로그램

에 꾸준히 참여한 어르신들은 예전과 확실히 달라졌다고 한다. 의지할 곳 없는 사람들의 닫힌 마음을 증명해 보이듯 낮가림에 적대적인 모습까지 드러내던 어르신들. 봉사팀은 그들에게 팔처럼 다가와 일상을 묻고 얘기를 나누며 벅을 허물어 갔다. 그래서인지 이제 몇몇 분들은 화장까지 곱게 하고 음악치료 시간을 기다리기도 하고, 헤어질 시간이면 꼭 잡은 손에 따뜻한 정을 오롯이 실어보내기도 할 정도다.

“할아버지, 목소리가 지난주보다 더 커졌네요.” “나? 커지긴 뭘... 도라지 한번 불러볼까?” 경계의 눈초리로 봉사팀의 마음을 아프게 했던 고영환 할아버지는 이제 시키지 않아도 도라지 타령으로 한 목소리 멋드러지게 뽑아낸다. 70대에 질 수 없다고 일어서 80대 대표

이인남 할머니는 ‘산 너머에 두동실 흘러가는 저 구름’을 노래한다. 오랜만에 들어보는 트로트 가락에 20여명 어르신들 손에 쥐어 있던 소고들이 신나게 춤을 추고 봉사 선생님을 어깨도 어느덧 들쭉이기 시작한다.

“볼과 1주일 전에 손잡고 함께 일을 맞추던 어르신이 일주일 만에 세상을 떠신 경우가 있었어요. 마지막 인사도 제대로 못 드렸는데... 제발은 프로그램도 아직 끝나지 않았는데...”

말끝에 눈시울이 붉어지는 오은주(43)씨. 죽음의 문턱에 이르러서도 즐겁게 노래하시던 그 어르신의 모습이 얼마나 멋지고 아름다웠나. 도반들의 말을 위로 삼는다. 그리고 다짐한다. 매순간 그 같은 절실함으로 어르신들을 대하기를. (02)939-6176

강신재 기자 thaiswhy@buddhapia.com

세계 불교 여성지도자들

칸드로 린포체 (L)

마음과 대상의 불가분성 강조

“행복과 사랑을 위한 우리의 모든 노력이 동체대비심 그리고 지혜, 관용의 정도를 창조하기를... 우리의 수행이 어떤 편견도 없는 올바른 실천적 동기와 결핍되기를 발원합니다.”

인도 삼텐체(Samten Tse)수행센터 원장인 칸드로 린포체(Khandro Rinpoche)는 티베트 불교 닝마(Ningma) 파의 수장인 민드롤링 티첸(Mindrolling Tichen) 스님의 딸로서, 1967년 인도 칼림퐁(Kalimpong)에서 태어났다. 두 살 때, 그는 제 16대 카르마파(Karmapa)에 의해 유명한 비구니로 린포체는 티베트 불교의 카규(Kagy)파와 닝마파로부터 모두 인정받는 스승의 지위를 갖게 되었다.

이에 따라 칸드로 린포체는 티베트 불교의 카규(Kagy)파와 닝마파로부터 모두 인정받는 스승의 지위를 갖게 되었다. 영어, 티베트어, 힌두어에 능통한 그는 인도의 ‘성요셉 수도원’과 ‘성 매리 수도원’ 등에서 현대 교육을 받았다.

칸드로 린포체는 1987년부터 유

지 않는다. “최상의 명상은 대체 명상이란 것이 무엇인지 인식하는 겁니다. 사람은 무엇보다도 먼저 인간으로서 태어난 책임을 지게 됩니다. 인간으로 태어났으므로 우리는 어느 정도의 감각과 지혜를 지니게 됩니다. 그것을 가지고 우리 자신의 문제에 대한 해답을 찾고 그해답이 바른 것인지 여부를 인식하고 자각합니다. 이것이 명상입니다.”(1995년 ‘카규 라이프 인터내셔널’ 중에서)

이처럼 그는 ‘영적인 명상’이란 단히 말해서 ‘자신의 삶에 책임을 지는 것’이라고 말한다. 그리하여 지나친 ‘깨달음 지상주의’도 또다른 욕망임을 경계한다. ‘깨달음을 향한 엄청난 경주’ 때문에 오늘 우리가 하고 있는 것들에 집중하지 못한다는 것이다. 그래서 ‘영적인 것’이 진정한 의미인지, 명상이란 것이 실제로 어떤 것을 뜻하는지 생각해 보지도 않고 깨달음에만 매달려 인간으로서의 바른 삶을 소홀하게 된다”고 우려



칸드로 린포체.

16대 카르마파 고승의 환생으로 공인

실천없는 깨달음에만 매달리는 삶 우려

럽과 미국, 남아시아의 카규 및 닝마파 사원에서 활발하게 출·재가 수행자들을 지도하고 있다. 그가 설립한 삼텐체수행센터에서는 사미니와 서구 여성 수행자들을 대상으로 명상을 가르치고 있다. 이 곳에서 그는 교학과 수행에 대한 비전과 이상을 쏟아부으며, 출가 및 재가 수행자들이 함께 생활하는 공동체 설립을 위해 노력하고 있다. 이런 젊고 개방된 생각 때문인지, 칸드로 린포체의 수행 지도는 쉽고도 유머있는 법문으로 현대인들의 가려운 부분을 긁어주는 장점이 있다. 이를 테면 칸드로 린포체는 ‘명상’을 전혀 신비한 것으로 설명하

한다. 때문에 그는 마음과 대상의 불가분성을 이해해야 한다고 강조한다.

“불교의 가르침에 있어서 명상의 참된 의미는 진리, 모든 것의 실상을 찾는 것입니다. 그래서 금강승(Vajrasana)의 가르침에서 아시는 바와 같이 일체는 그 사람의 마음에서 투사된 것이라고 하는 것입니다. 우리가 보는 대상, 느끼는 대상, 생각하는 대상은 이 마음이 그것을 투사하고 느끼고 이해하는 한 그 곳에 있는 것입니다. 마음의 자연스런 전개는 현재의 나, 내가 투사한 것과 분리될 수 없으며, 이들의 불가분성은 우리가 항상 보아야 할 필요가 있는 것입니다.”(계속) 김재경 기자

“민속촌, 짱이예요”



상락원 장애인들과 불교자원봉사연합회 봉사자들이 민속촌에서 즐거운 시간을 보내고 있다.

“아이들이 이렇게 좋아할 줄 알았으면 진작에 데려오는 건데...”

9월 8일 상락원 장애 아동 20명과 한국민속촌 나들이에 나선 20여명의 불교자원봉사 연합회 회원들. 그들은 “상락원의 아이들을 3년 넘게 봐왔지만 오늘처럼 좋아하는 모습은 처음 본다”며 “명절의 흥이 한껏 살아난

불교자원봉사연합회

상락원 장애인 20명과 나들이

민속촌의 볼거리가 아이들에게 깨나 인상적이었던 것 같다”고 말했다.

이날은 비도 그치고 선선한 가을바람까지 불어 나들이 식구들에게는 안성맞춤. 일행은 정자에 앉아 도시락을 함께 나누기도 하고,

차 속에서 신나는 게임을 즐기기도 했다. 민속촌에 도착해서는 세계 민속관과 한국 민속관을 꼼꼼히 훑어보면서 세계 곳곳의 생활상에 대한 얘기를 나눴다.

아이들은 텔레비전에서만 보던 생활상이 눈앞에 재현된 것을 신기해하며 사중일환 흥미로워하는 분위기였다. 풍물패 공연을 보면서는 명실상부 춤을 추며 신명나는 흥을 돋우기도 했다. 봉사자들은 늘 그랬듯이 자기가 맡게 된 아이의 손을 꼭 잡고 아이들과 함께 어우러졌다. 3년 넘게 상락원을 찾아 갔은 봉사들을 도맡아왔기에 눈빛만 봐도 아이들의 마음을 알 것 같다는 봉사자들이다.

40여 장애우와 봉사자들을 이끈 김옥자(53)씨는 “아이들에게 좋은 구경을 많이 시켜주며 밝고 맑은 마음을 키울 수 있도록 도와주고 싶다”고 말했다. 상락원=(02)921-6410 강신재 기자

현정 스님의 우리말 염불참선

그리움의 노래

그리움의 노래 3,692글자 + 선근인연가 824글자 + 부모은중가 996글자 + 불전참회가 623글자 + 회향산회가 752글자를 모두 합해 6,887글자로 한권의 책을 만들었습니다. 그리고 1분당 125글자를 염불했습니다. 55분 동안 장엄하고 아름다운 염불의 세계가 펼쳐지면서 한권의 책 6,887글자는 모두 염불테이프에 녹음되었습니다. 그리움의 노래는 이렇게 만들어졌습니다. 이와 같이 좋은 법문! 이와 같이 신명나는 염불 또 만날 수 있을까요!!

자식은 부모에게, 부모는 자식에게, 이 법을 전하세요!

테이프에 녹음된 내용

- 앞면 : 그리움의 노래 - 번뇌망상에 시달리고 있는 우리들에게 부처의 세계가 어떤곳인가를 알게하고 염불참선의 진미를 들려줍니다.
- 뒷면 : (1)선근인연가 - 민족과 국가의 인연에서부터 고향, 이웃 가족의 인연이 맺어지기까지 인연의 고리를 밝혀주는 노래입니다.
- (2)부모은중가 - 부모! 오늘의 우리들은 그 존재를 어떻게 보고 있습니까. 자식이면 눈물없는 들을 수 없는 절절한 은혜의 노래
- (3)불전참회가 - 참회! 그것이 왜 우리에게 필요한지를 노래합니다.
- (4)회향산회가 - 참아라! 참아라! 그리고 또 참아라! 부처님은 왜 우리에게 그토록 인욕을 당부하셨을까요? 들어보면 알게됩니다.

● 책+테이프 = 5천원 / 입금은행인 : 우체국 501023-01-000379(금산정사)

※ 단체주문환영. 법보시 하실 분은 주소 알려주시면 직접 우송
신청전화 (061)843-8822 금산정사

불교의식(범음범패) 수련생 모집

본 원에서는 실제로 상용화되고 있는 불교의식(범음 범패)을 여법히 집전할 수 있도록 3개월 속성으로 집중 지도합니다.

- 수련과정 : 특별속성반 3개월 과정 (제15기)
- 지도방법 : ① 출강 ... 매주 수요일·금요일 오후 6시~8시(2시간) ② 통신 ... 교재 및 테이프, 학습요점정리 교육자료 우송
- 학습내용

- ① 송주편(도량석·조석종성 등)
- ② 예경편(상단예불·조석예불·각단예불·향수해례·사성례·신중단 등)
- ③ 현공편(삼보동정·중단퇴공·불공시식·관용·지장·신중정 등)
- ④ 재의식편(천도제·49제·사다림·기계사·명절제사·방생의식 등)
- ⑤ 시식편(관음시식·화엄시식·구병시식 등)

- 접수방법 : 전화 접수 후 서류 제출 (현재 접수중)
- 제출서류 : 수강신청서 1부, 사진 3매, 주민등록등본 1통
- 개강일시 : 10월 8일 (수) 오후 6시, 본 대학 강의실(목탁, 필기구 지참)
- ※ 자세한 사항은 전화로 문의하시기 바랍니다.

본원의 특징

- 사찰 및 포교원 개원시 지도와 편의 제공
- 실제로 법회에서 상용화되고 있는 의식방법을 집중적으로 지도함
- 초심자라도 의식 집전을 쉽게 이해할 수 있도록 상세히 지도함

☞ 위치 : 서울 조계사 근처

한국불교법사대학 부설 불교의식연구원

서울 종로구 전자동 110-1 (경지빌딩 3층)
☎ (02) 720-1836 · 733-1959
Fax. (02) 737-5305

http://pubsa.buddhism.org

바라작법반 모집

49재 천도재 등 법회시 필요한 바라작법 및 북·태징·사물 다루는 법을 자세하게 지도함.

- 수련기간 : 6개월과정(제6기)
- 교육시간 : 매주 월요일 5시~7시(2시간) 화요일 3시~5시(2시간)

● 개강일시 : 10월 6일 (월) 오후 5시 본 대학 강의실

● 학습내용 : 상주권공, 대령관공, 신중작법, 지장청, 관음시식, 점안의식 등 (법주·바라지 교육전문)

작법 : 요점바라, 천수바라, 도량계, 북청계, 다계작법 (나비춤) 등

사물 : 북, 태징 등 사물 교육

※ 접수방법 : 불교의식반과 동일