

어린이 법회 준비하며 온 가족이 '한마음'



우리 가족 이렇게 신행해요 <1>

한순옥 포교사 가족

어린이 법회의 모범으로 손꼽히는 서울 사당동 관음사. 그 중심에는 1999년부터 5년째 어린이 법회를 진행해 오고 있는 조계종 포교사단 소속 한순옥 보살(47·문수행)이 있다. 한 보살이 어린이 법회를 시작한 뒤 평균 60~70명의 어린이들이 매주 빠짐없이 법회에 참여한다. 국악, 찬불가 수업 등 어린이 불자들이 몸소 체험할 수 있도록 차별된 프로그램으로 운영해 인기가 높다.

한 보살이 이렇게 성공적인 어린이 법회를 진행할 수 있었던 것은 가족의 힘이 컸다. 남편인 강희준 거사(50·석암)는 다양한 프로그램의 법회가 가능하도록 전문가 섭외부터 악보 등 준비물 챙기기에 힘써주었다.

5년째 법회 진행
매주 60~70여명 참가

국악·찬불가 수업 등 체험 프로그램 '인기'

까지 크고 작은 뒷바라지를 마다하지 않는다. 한마디로 어린이 법회의 매니저인 셈이다. 아이들 지도에 온 신경을 집중해야 하는 아내를 위해 보이지 않는 곳에서 헌신한다. 첫 회부터 함께 참여해 온 아들 강종규(16) 군도 오늘의 어린이 법회가 가능하게 해준 숨은 공로자다.

"처음에 어린이 법회를 열려고 했을 무렵 사찰에 오는 아이들은 한명도 없었어요. 우리 가족이라도 먼저 솔선수범하자고 발원했죠. 이런 서원 때문인지 첫 법회 참가자는 우리 아들 뿐일 줄 알았는데 20명이나 왔더라고요."(한 보살)

올해로 중3이 되는 한 보살의 아들 강군은 초등학교 4학년 때 어린이법회에서 지금의 중·고등부 법회까지 빠짐없이

참가한 모범 청소년 불자다. 한창 사춘기인 요즘에도 매주 일요일 아침, 늦잠 투정 한번 않고 지도법사인 엄마를 따라 관음사에 간다. 이런 강 군의 꾸준한 참여가 있었기에 지금의 법회가 가능했고, 강 군은 이제 청소년법회의 마땅한 격이 됐다.

이렇게 온 가족이 신행의 모범을 보이고 있지만 15년 전만해도 한 보살과 강 거사는 개신교 신자였다. 당시에도 한 보살은 성경공부와 각종 철학서를 뒤지는 '공부하는 신앙인'이었다. 그러나 한 보살의 종교적 갈구는 채워지지 못했다. 그러한 중 인연이 닿아 만난 한 노 보살이 추천해 준 불교사적을 통해 발심하게 됐



다. 뒤늦게 눈을 불법에 대한 환희심으로 기도정진하며 불교대학을 다녔고, 지난 1998년 포교사 자격증까지 얻었다. 남편과는 종교를 이유로 단 한번의 갈등도 없었고, 옆에서 지켜보며 항상 묵묵히 부인의 결정을 따라준 것이다.



함께 신행하며 행복을 만들어가는 한순옥 보살 가족(위). 한 보살 가족은 관음사 어린이법회(왼쪽)의 주역들이다.

할 것도 없이 자연스럽게 따르게 돼 있습니다. 게다가 아내의 선행하는 마음으로 바른 결정을 우선하기 때문에 언제나 믿고 함께하게 되죠."

한 보살의 가족은 정기법회에 함께 참석할 뿐 아니라 고아원 등 복지시설에서 봉사도 함께한다. 다른 불자가족들과 연계해 선재봉사원에 정기적으로 방문, 아이들 내복이며 간식거리 등을 후원한다. 또 10년 전부터 매달 빠짐없이 자비정사를 후원해 오고 있다. 이밖에도 조계종

사회복지재단, 유니세프 등 5~6곳을 꾸준히 후원해 오고 있지만 강 거사는 "매끼니를 먹는 것처럼 일상이 된 일인데 애기할 거리가 되느냐, 부끄럽다"며 허사코 밝히기를 사양한다.

"신행, 신심 속에서 행복을 얻는다"는 한 보살 가족. 이들은 새해를 맞아 가족 전체의 화두이자 가훈을 정했다. "무엇을 바라지 말라".

"가족 간에 서로 바라는 마음 보다는 상대를 위해 먼저 배울 줄 알아야지요. 가정에서 마땅히 되어 타인에게도 먼저 보이기 바라며 간식거리 등을 후원한다. 또 10년 전부터 매달 빠짐없이 자비정사를 후원해 오고 있다. 이밖에도 조계종

한상희 기자 hansang@buddhapia.com

새해 자원봉사로 시작하세요

분야별 다채로운 자원봉사 프로그램

궁궐 지킴이·가정 상담·호스피스 등 다양 기본 교육 이수하고 6개월 이상 활동해야



급식봉사를 위한 반찬을 준비하고 있는 자원봉사자들.

월 마지막 주 수요일에 열리는 4시간의 기초교육을 이수하면 봉사가 가능하다. 자원봉사자는 조리물 제외한 배식, 설거지, 테이블 정리, 잔반처리 등 식사제공 전반의 일을 맡게 된다. (02)739-9501 www.swcs.or.kr

▶ 전문영양-호스피스, 발마사지 등
환자의 안정을 위해 신체적, 정신적으로 돌봐주는 호스피스는 불교 등 종교계의 관심이 높다. 호스피스 자원봉사 모집 및 교

다. 정토마을 (043)298-2258 www.jungtoh.com

발맞사지(발맞사요법) 자원봉사로 있다. 조계종자원봉사센터에서 제공하는 매주 2차례 총 6주 동안의 교육을 이수하면 관련 시설에서 자원봉사가 가능하다. 오는 2월 까지 지원 가능하며 3월부터 교육이 시작된다. (02)723-5101 www.mahayana.or.kr

▶ 자원봉사를 위한 마음가짐

자원봉사는 말 그대로 대가나 보수를 바라지 않고 이뤄지는 일. 그렇다고 해서 전문적인 의식과 거리가 먼 것은 아니다. 단순 노동봉사와 전문분야 봉사 모두 전문가 못지않은 프로정신이 요구된다. 까다로운 교육과정을 의무적으로 이수해야만 자원봉사자로써의 자격을 갖추 수 있기 때문이다. 또 일부 전문 교육을 이수해야 하는 자원봉사의 경우에는 일정 비용까지 감수해야 한다. 교육 후에는 6개월 이상 지속적으로 활동해야 한다.

이같은 의식이 부족해 실제로 자원봉사자를 지원했다 포기하는 경우가 종종 있다. 능인종합사회복지관의 김기연 사회복지사는 "좋은 뜻으로 시작했지만 자원봉사에 대한 인식이 부족해 중도 탈락하는 경우가 100명 중 30명 꼴"이라며 "그렇기에 반드시 교육과정을 이수해 활동에 필요한 자격을 갖추어야 한다"고 말했다.

한상희 기자

새해맞이 계획 세우기에 분주할 요즘, '올해는 뭔가 특별한 일이 없을까' 고민하게 된다. 또 불자로서 의미 있는 일을 하고 싶기도 하다. 이 때 머리 속에 스치는 생각, '자원봉사는 어떨까?'

좋은 일을 해보겠다는 의지로 봉사를 시작하고 싶지만 막무가내로 덤벼들 수는 없는 일. 먼저 어디서 무엇을 어떻게 해야 하는지 차근차근 정보를 수집해야 한다. 문화, 상담, 급식 등의 자원봉사에 서부터 호스피스 등의 전문 영역까지 생각보다 다양한 분야에서 봉사할 수 있다. 이런 자원봉사 활동은 꾸준한 교육을 통해 이뤄지기 때문에 궁극적으로 자기 개발도 가능하다. 내게 맞는 자원봉사, 무엇이 있을까?

▶ 문화

경복궁이나 창덕궁을 찾으면 입구에서부터 궁궐을 소개해 주는 사람들을 한번 쯤 만나 볼 적이 있을 것이다. 이들의 정체는 '우리 궁궐 지킴이'. 서울의 주요 궁궐을 찾은 내·외국인들을 대상으로 궁궐을 안내할 뿐 아니라 궁 곳곳에 숨어있는 역사를 들려주는 활동을 한다. '우리 궁궐 지킴이'가 되려면 수시모집에 지원, 2달에 걸쳐 총 60시간의 이론교육과 현장교육을 마쳐야 한다. 이같은 기본교육 후에는 모든 궁궐을 자유롭게 출입할 수 있는 신분증(ID카드)을

발급 받고 6개월에 걸친 수습활동을 통과해야 궁궐지킴이로서 수료증을 받을 수 있다. 한국의 재발견(www.palace.or.kr)이나 한국청년연합회 서울지부(www.kyc.or.kr)에서 궁궐지킴이 선발, 교육과정을 담당한다.

여성의 시각으로 새롭게 해석된 역사를 배울 수 있는 기회도 있다. (재)서울여성이 주최하는 '여성 문화 해설사 양성교육'에서는 고대부터 근현대사까지 역사를 배우고 유적지들을 현장 답사한다. 교육 후에는 서울시, 여성부의 요청에 따라 여성문화해설사로서 자원봉사 활동이 가능하다. (02)810-5042 www.seoulwomen.or.kr

▶ 가정·상담
능인종합사회복지관에서는 가정봉사원

도 모집한다. 각 관련기관과 연계해 실시하는 8시간의 교육과 12시간의 자원봉사를 끝마치면 보건복지부 수료증을 수여한다. 매달 20명까지 수시로 모집한다. (02)571-2988

대구 자비의 전화에서는 매년 가정상담 및 청소년 상담요원을 선발한다. 모집을 통해 한달 동안 매주 4시간의 교육을 수료한 봉사자에게만 상담자격을 부여한다. 오는 4월 교육예정. (053)654-9705 www.jabi.org

▶ 무료급식
서울노인복지센터에서는 노인을 대상으로 무료급식을 제공하는 자원봉사자를 모집한다. 하루 300여명의 급식을 위해 40명에서 50명 정도의 봉사자가 필요하기 때문에 10명 이상의 그룹 봉사자를 선호한다. 매

목초 함초

화제의 발바닥 건강법 : 발바닥에 붙여 노폐물을 배출시켜주는 - 목초수액시트 고객사은행사중입니다. 손발이 차거나 저리거나 시린분, 팔, 다리가 찌시는분, 많은 분들이 애용하는



구인 찬스
고객사은행사
30+30대
45,000원

손발이 차거나 시린분
아름에 시달리는분 등

몸속 해독 - 함초

바닷가 갯벌에서 자라는 신비의 식물! 함초는 순수한 염(해조류): 미역, 다시마보다 많이 함유할뿐만 아니라 각종 미네랄을 함유한 함초! 꾸준히 사용시 숙변, 노폐물 배출에 도움을 주며, 현대인들에게 부족하기 쉬운 각종 미네랄 섭취에 도움을 주는 함초는 자연이 준 귀중한 선물입니다. (자연, 냉동, 방동동결건조제품입니다.)

함초 생산품

함초 분말(자연건조) 200g 50,000원
함초환(자연건조) 200g 56,000원
함초 캡슐(생동건조) 150g 66,000원
함초다이어트 150g 80,000원
기타: 함초액즙(일반, 다이어트), 함초 9곡물 맥, 함초 김, 함초 소금 등

판매처: **가자라이프 02)5454-010**

농협: 063-02-124288 이수일 즉시 배달

명리학 사상 가장 확실한 교과서인 "최신팔자명리학비결서" 소개

사주학 사상 그 누구도 사주학의 요체가 되는 <음신을 확실하게 취할 수 있는 방법>을 제시해 놓지 못했던것을 본서에서는 수년간 연구 검증된 계산법으로 그 방법을 제시해 놓았기 때문에 누구나 쉽게 사주학의 전문가가 될 수 있는 길을 열어 놓았습니다. 따라서, 본서의 이론을 습득하면 어떠한 사주이든 자신있게 상담에 임할수가 있습니다. 또한, 본서는 사주학을 운명론학에서 심리학으로까지 발전시켜놓은 이론이기도 합니다.

◆ 본서의 주요내용 소개 ◆

- 복잡하고 애매한 명리이론들을 논리적이고 체계적으로 확립시켜 놓았다는 점.
- 검증된 간단한 계산법으로 어떠한 사주이든 쉽게 <음신>을 찾을 수 있는 비결 공개(연부, 음양, 구조음신).
- 심리구조분석 및 8개궁위분석 비결 / 일간진입원리 응용비결 공개.
- 각종인연 분석에 관한 확실한 분석비결 공개(육친, 재물, 지위, 결혼인연 등).
- 사주원리에 대. 세운을 대입 해석 하는 비결 공개.

1 저 자: 오산 정대균
2 책규격: A-4형정지 620쪽
3 가격: 220,000원
4 본서는 본 연구소에서만 판매하며 입금 후 전화주시면 택배로 발송함
5 하나: 751-810033-42207
6 국민: 765202-04-019996
7 농협: 170202-56-037616
8 예금주: 정대균

www.sazoopalza.com
오산 팔자 심리학 연구소
☎ 02)831-0055(대표)
FAX 02)831-0058 / H · P 011-208-0051

이강욱 교수의 체질개선 ☆해독다이어트☆ "당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다. 95%의 다이어트가 실패로 끝나는 현실에서 수십년간 몸안에 쌓인 온갖 노폐물이 빠져나와 체중감량이 된다는 이강욱 교수의 20여년 임상경험은 비만인들에게는 귀가 번쩍 뜨이는 희소식이다.

“여자가 살빼기 더 힘든 이유”

여자가 살빼기가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사가능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암 발생 등 고위험을 수반하게 된다.

해내 노폐물이 빠져나, 건강체질로 바꾸는 발효원액 절식법

똥똥하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 수분이 쌓이고 관절 사이 사이에 박히고 간에는 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 물단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄어도 노폐물을 제거하고 줄어야한다. 그렇지 않으면 살이 더러고 숨이 답답해 지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 된다.

당신도 날씬해질 수 있다

발효원액은 우리몸에서 자란 50여종의 야채, 과일, 해조류 등을 3~5년간 장기간 자연발효 숙성시킨 것으로 그 속에는 천연비타민과 미네랄, 수액의 효소들이 살아 숨쉬고 있다. 이것을 인체에 공급하면 모든 인체의 장기들이 휴식을 취하면서 효소는 인체 곳곳에 마치 스프레이처럼 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고, 과잉으로 축적 되어있는 지방을 분해하는 내과 대수술을 일상 생활 중에 소리없이 진행한다.

02)523-0708 초록원 (팔보효소)

山蔘으로 효력을 못보셨다고요? 蔓蔘(만삼)을 권합니다.

저는 강원도 정선 불암사 신도로서 주지님의 권유로 삼신산골의 山蔘을 마련하여 만삼제에 성공했습니다. 옛부터 전해내려오는 이야기인 여자들에게 삼삼보다 효능이 좋다하여 명문대가 부인들만이 해산 후 몸조리에 사용할 정도로 귀한약재로 전해지고 있습니다. 만삼은 독성이 전혀없고 성질이 평하여 체질과 관계없이 男女老少 누구나 먹을 수 있으며, 어떠한 식품과도 궁합이 잘 맞는 좋은 건강식품이라 합니다. 많은 분들이 만삼을 복용 후에 자랑을 하십니다. 이와 아울러, 중국문헌에는 고려인삼보다 蔓蔘가 좋다고 실려져 있습니다. 장뇌산삼(長腦山蔘)을 복용하고도 별효험을 못보신 남자. 여자분들이 만삼(蔓蔘)을 드시고 탁월한 효험을 체험하신 분들이 많이 주문이 쇄도하고 있습니다.

약효를 보신 분들의 이야기

- ◆ 기력이 좋아졌다.
- ◆ 사지무력증이 나았다.
- ◆ 아프던 무릎이 안 아프다.
- ◆ 손발 저린 것이 없어졌다.
- ◆ 인파선이 나았다.
- ◆ 번민이 나았다.
- ◆ 기력이 좋아졌다.
- ◆ 만성위염이 나았다.
- ◆ 만성피로가 없어졌다.
- ◆ 전신이 떨어졌다.
- ◆ 몸이 부기가 빠졌다.
- ◆ 자궁 물속이 없어졌다.
- ◆ 혈색이 좋아졌다.

※ 스님께서는 시주불사하는 마음으로 영가에 드리고자 합니다. (생물: 시중가 10kg당 40만원, 20만원에 드려졌으며, 단, 10kg 단위 이상만 택배가 가능합니다.)

만삼달인물(만삼생지10kg, 왕기, 잔대, 삼기구름소, 영공, 대수, 겸소)

■ 1 Box × 60포 : 20만원 ■ 2 Box × 120포 : 35만원

- 주 소 : 강원도 정선군 동면 호촌리 323번지
- 연락처 : (033) 563 -8292, 562-2165
- 성 명 : 심정택 H·P 011-9242-8292
- 농협계좌번호 : 315024-52-012392 (예금주: 심정택)