

제9회 현대불교 신행수기공모

특별상 (총화중 총무원장상)

김갑숙 (서울 용산구 한강로 3가)

오늘도 부처님께 다가가고서 마음의 무명을 밝히기 위한 촛불을 켜고 향을 사른다. 천수경 독경과 108배, 관음정근을 하루도 거르지 않는 아침. 나는 부처님과 함께 한다는 자부심으로 생활해 왔으며 항상 마음의 평안을 느낄 수 있었다.

그런데 어느 날 청천벽력 같은 일이 생겼다. 주인공으로부터 우리 가족의 생계가 달려있는 가게를 비워달라는 말을 듣게된 것이다. 12년 동안 아무 불편없이, 1년 365일 하루도 쉬는 날 없이 우리 부부는 개미처럼 열심히 뛰었다.

그런데 계약만기를 한달 반 남겨 놓고 이렇다 저렇다 이유도 없이 비워달라고 했다. 그 말을 들은 날은 너무나 뜻밖이어서 그냥 무덤덤하기만 했다. 부처님께서 도와 주시지 않을까, 하늘이 무너져도 솟아날 구멍이 있디 않든가. 남편과 나는 막연히 어떻게 될 것이라는 생각만으로 서로를 위로하며 하루를 보냈다.

그런데 그 이튿날 아침에 일어나니 마음이 괜히 불안했다. 불안함 더욱더 증폭됐다. 아무 일도 할 수가 없었다. 하지만 어느 때와 다름없이 기도를 올렸다. 머리 속엔 어떻게 해야 하나라는 생각만으로 가득 차서 기도에 집중이 되지 않았다. 그래서 머리 속에 가게 생각을 가득 채운 채 기도를 드렸다.

두 눈을 감고 부처님께 '부처님 도와주세요. 제가 믿을 분은 부처님밖에 없습니니다. 저희들이 가게를 하루빨리 얻을 수 있도록 도와주세요'라고 간절히 기도드렸다. 두 눈을 감고 있는데 생각이 쪽 한 곱묵에서부터 넘어가다가 현재 우리가 임대하고 있는 가게에 가서 멈추었다.

점포를 비워놓은 지도 몰랐는데 왜 생각이 그곳에 가서 멈추게 된 것일까? 지푸라기라도 잡는 심정으로, 살고 있는 주인에게 물어봤다. 혹시 가게 내어놓았느냐고... 그는 그렇다며 어떻게 알았느냐고 했다. 어제 북덕방에 내 놓아서 아무도 모르고 있는데 어떻게 알았느냐고 물었다. 순간



그림 · 김흥인

갑작스런 '가게 비워라' 통보... "부처님 도와주세요"

한회로유인지 이제 살았다는 안도감인지 모를 감정에 휩싸여 가슴이 뛰었다.

알 수 없는 일이지만 우리는 어쨌든 우리가 그 가게를 얻겠노라고 했다. 두말도 하지 않고 그러라고 했다. 우리 구두로 계약을 했다. 이렇게 쉽게 가게를 얻게 될 줄은 그 누구도 몰랐었다. 남편도 몰랐다. 남편한테 계약서를 쓰고 오라고 하니 내어 놓은지도 모르는 가게를 어떻게 얻게 됐으며 의아해 했다. 그러면서 얼마나 걱정을 했는지 부리나케 계약서를 쓰고 와서는,

내 두손을 꼭 잡으며 '당신 때문에 산다'며 고마워했다. 그런 남편의 모습을 보니 비록 하루였지만 그의 걱정이 얼마나 깊었는지 짐작할 수가 있었다.

모든 것이 부처님의 가피라 생각한다. 내가 불자가 아니었다면 그 순간을 어떻게 이겨낼 수 있었을까. 그런 생각을 하니 더욱더 열심히 기도정진하며 신실하게 생활해야겠다는 마음이 생겼다. 주위 모든 이들에게서 우리가 가게를 이사하던 날 진심으로 축하해 주셨다. 열심히 살고 약하게 살지 않으니 이렇게 가게를 쉽게 얻을 수 있었고, 일 또한 어렵지 않게 풀리다며 진정으로 축하해 주셨다. 너무나 잘 되었다고...

우리 부부도 고마운 분들께 조금이나마 보답하기 위해 더욱더 열심히 생활하자며 다짐하고 약속했다. 그리고 불자로서 조금도 부끄럽지 않은 삶을 살겠다고 가슴 속 깊이 맹세했다. 그 동안 '나'만 알고 육신으로 가득찼던 내 마음이 변화가 온 것인지, 나는 비로소 주위를 돌아보게 됐다. 그래서 가장 먼저 가까이 사시는 동네 노인정에 조금이나마 성의를 보이려고 조심스

럽게 남편에게 얘기했다. 그랬더니 남편 역시 그런 생각을 했다며 어떻게 둘이 같은 생각을 하게 되었느냐며 좋아했다.

우리 부부는 마음을 내어 노인정에 계시는 노인들께 대접을 해 드렸다. 노인들이 그렇게 좋아할 수가 없었다.

조그마한 마음으로 낸 행복이 이렇게 크게 다가올 줄 몰랐다. 이제 나만 정고고 생활하기보다 주위를 돌아볼 줄 아는 마음을 갖자고 다짐했다. 그런 마음으로 생활하니 몇 푼 돈이 아깝기는커녕 깊은 뿌듯함으로 마음이 충만해졌다.

전에는 나뉘줄 줄도 모르고 꼭꼭 채우려고만 했었다. 그런데 스님들께서는 항상 비우라 하신다. 법문을 듣거나 책을 읽으면 항상 비우라, 비워야 채울 수 있다고 말씀하셨다. 채워진 그릇은 채울 수 없고 채우려 하다보면 넘치게 되지만, 비우면 다시 깨끗한 새것으로 채울 수 있다며 항상 비울 수 있도록 노력하라고 강조하셨다. 그래서 비우려 노력하다 보니 주위를 돌아보게 됐고 작은 실천으로 가슴뿌듯한 행복을 얻게 됐다. (예측)

킬레이수행일기 <하>



김철규 드림위즈 솔루션개발팀장

이제 커피를 마시고 싶다는 느낌은 사라졌다. 그대신 한가지 의문이 남았다. 이 글을 쓰는 동안 커피를 마시는 느낌을 온갖 상카라(Sankhara: 맹목적인 반응)가 대신했다는 것. 커피를 마시고 싶다는 느낌이 어느 정도 희석되어 가면서, 글쓰는 동안 머리 속의 생각들을 옮겨 적고 있었던 것이다.

나는 프로그래머이지만 말을 많이 하는 개발자이다. 그래서 늘 회의가 많다. 그 회의 중에서도 중역회의는 나를 가장 힘들게 한다. 회의 중에 나를 마음챙김 한다는 것은 상상할 수도 없다. 미안마의 우즈피까 스님의 글 중 '말을 할 때 가장 마음을 챙기기 힘들지만 그때 마음챙김 해야 한다. 사띠(sati: 마음챙김)를 챙기기 어려울 때가 가장 사띠하기 좋은 순간이다.'라는 말을 좋아한다. 그래서인지 요즘은 회의가 그렇게 고통스럽지 않다. 처방을 하나 받은 것이 있는데, 그것은 '내 말김방학'이었다.

지난해 7월 휴가 때의 일이다.

도 아닌 그것을 쳐다본다는 것. 매순간 사띠하고 있으면서 또 알아차림을 확인할 수 있어야 하고 눈을 뜨고 걷더라도 삼라만상의 변화를 모두 볼 수 있어야 현존하는 것이다.

아침에 눈을 떠서 특별히 시간을 내어 수행하는 동안 눈을 감고 있지 않는 동안, 잠을 자지 않는 동안은 대부분 수행이 아무리 깊어도 점점 녹아져

지치고 혼란스러울 때마다 '마음챙김' 위빠사나 명상은 자기 성찰의 기회

아놀라 스님을 만나기 전에 법문을 담은 책들에 이끌려 여러 책을 찾고 있을 때, 우연히 휴가지에서 발견한 책이 있다. <지금 이 순간을 살리라 (Power Of Now)>, 이 책은 휴가동안 머리 속의 많은 개념들을 흔들여 놓았다. 저자가 말한 '지금'에 눈물나도록 집중해 보기도 했다. 이 책에서 말하는 '현존(Being)'과 '에너지장' 그리고 '내말김'은 핵심 키워드이다.

조그마한 마음으로 낸 행복이 이렇게 크게 다가올 줄 몰랐다. 이제 나만 정고고 생활하기보다 주위를 돌아볼 줄 아는 마음을 갖자고 다짐했다. 그런 마음으로 생활하니 몇 푼 돈이 아깝기는커녕 깊은 뿌듯함으로 마음이 충만해졌다. 전에는 나뉘줄 줄도 모르고 꼭꼭 채우려고만 했었다. 그런데 스님들께서는 항상 비우라 하신다. 법문을 듣거나 책을 읽으면 항상 비우라, 비워야 채울 수 있다고 말씀하셨다. 채워진 그릇은 채울 수 없고 채우려 하다보면 넘치게 되지만, 비우면 다시 깨끗한 새것으로 채울 수 있다며 항상 비울 수 있도록 노력하라고 강조하셨다. 그래서 비우려 노력하다 보니 주위를 돌아보게 됐고 작은 실천으로 가슴뿌듯한 행복을 얻게 됐다. (예측)

수행 과정에 쌓였던 믿음은 없어져 버리고 그 느낌만이 남는다. 그래서 더욱더 갈증을 느낀다.

바로 그 순간이다. 가장 마음챙김하기 어려운 순간이 그 순간이다. 무명의 시간은 곧 알아차림으로 나아간다. 지친 정신은 쉬기를 원하기 때문이다. 혼란이 밀려오고 갈증이 어찌할 바 모르는 그때, 바로 그 순간에 바로 갈 수 있는 길이 열린다. 그때는 혼란과 갈증이 상쾌한 에너지로 바뀐다. 그런 혼란도 개념일 뿐이내 내 몸과 마음만 그렇게 느끼고 있을 뿐이다. 루시와 시인이 말한 것처럼, 한 문장을 열었을 때 명상해야 책을 제대로 읽었다고 말할 수 있을 것이다. 마음에 와닿지 않는다면 도저히 그렇게 열을 식 명상 전에 숙독하기는 어려웠을 것이다.

나에게 항상 따라다니는 내가 찾는 그 무엇이란 사띠를 통한 알아차림의 느낌이다. 깨어 있는 동안은 사띠를 통해서 더욱 더 명료하게 깨어 날 수 있는 길을 알았고, 조용히 명상하는 동안은 일어남과 사라짐을 더 명료하게 보고, 집중해야할 대상이 그 무엇

신행수기 일년내내 받습니다

삶을 살아가면서 가슴속에만 폭풍이 일어났던 감동깊은 신행체험들을 진솔하게 적어 보내주시시오. 연중 접수한 신행수기 가운데 우수작은 신문에 연재하며, 연말에 최종 심사를 거쳐 시상합니다.

- 주제: 신행 및 수행 체험, 불심으로 고난을 이겨낸 이야기
● 분량: 200자 원고지 30매 안팎(A4용지 4장)
● 접수처: (110-170) 서울시 종로구 견지동 110-33 현대불교신문사 편집국 신행수기 담당자
● 문의 전화: (02)722-4162
● 인터넷 접수: thisiswhy@buddhapia.com

제19회 자원봉사 시민대학 무료수강생 모집

Table with 3 columns: 강좌명, 과정, 강의일시. Rows include subjects like '수지침', '원왕생', '불교호스피스', '환경', '합창'.

▶ 교육일시: 2004년 3월 27일 ~ 6월 19일(주1회, 3개월간)

- ▶ 교육비 무료 ▶ 수료생 상담을 통해 희망 봉사지역 배치
▶ 봉사활동 인증제(보건복지부)실시로 각종 혜택부여
▶ 봉사 횟수 · 시간에 따라 상해보험가입

▶ 교부 및 접수기간: 2004년 3월 1일 ~ 3월 31일
▶ 접수방법: 방문접수

■ 접수처: 분회중앙사무국 ☎ 02-723-6258-9 / FAX 723-6257
■ E-Mail: buvolcen@chol.com

불교자원봉사연합회

Buddhist Volunteer Association 서울시 중구 충정로 1가 58-1 청양빌딩(시사저널) 9층 ☎ 02)723-6258-9

제6회 진각논문대상 공모 6th Academic Award of Jingak Order

대한불교진각종은 불교 및 밀교연구를 촉진시키고, 진각종 교화를 확립하기 위해 '진각논문대상'을 실시하고 있으나 관심있는 분들의 많은 응모바랍니다.

- ▶ 주제: 불교일반 (불교관련 응용분야 포함)
밀교일반 (밀교관련 응용분야 포함)
진각종 교역 (진각종학과 회당사상 관련)
▶ 응모자격: 제한 없음

▶ 전형방법: 인격사항 1부 및 논문계획서 1부 (소정양식: 진각종 홈페이지에서 다운로드)

▶ 전형일정: 접수마감 - 2004년 4월 22일(목)
당선작 발표 - 5월 21일 발표 예정
당선논문발표회 - 11월 23일 예정

▶ 당선작 및 상금: 불교분야 3편 · 밀교분야 3편, 진각종 교역 2편, 각 200만원

진각논문대상과 아울러 불교 및 밀교 관련 대학원생(석·박사과정)의 연구활동을 지원하기 위해 연구소모임을 모집하고자 하오니 많은 참여 바랍니다.

- ▶ 모집 소모임: 종단 내부 2팀(월 30만원), 종단 내부 2팀(월 20만원) 1년근 지원 예정
▶ 지원자격: 대학원생 5 ~ 6명 이상
▶ 전형방법: 연구소모임 지원 신청서 1부 (소정양식:진각종 홈페이지에서 다운로드)
▶ 전형일정: 접수마감 - 4월 22일, 발표 5월 21일
▶ 접수처: 우 136-865 서울시 성북구 아월동 2동 22
대한불교진각종 교육원 중학연구실
인터넷 홈페이지 - www.jingak.or.kr
e-mail : kimchion@hanmail.net
전화 (02) 913-0133, 0134 / 팩스 (02) 913-0135

* 본 논문대상 당선작에 한해 다른 논문 응모에 당선되었거나 기타 연구 지원을 받은 논문은 경우 당선을 취소할 수 있습니다.

■ 주최: 대한불교진각종 교육원

불교의식(범음범패)수련생 모집

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

- 교육기간: 속성 3개월 교육 (제17기)
• 교육방법: ① 출강 ... 매주 화요일 · 목요일 오후 6시~8시(2시간)
② 통신 ... 교재 및 테이프, 학습요점정리 교육자료 우수

- ① 송주편(도량서 · 조석종성 등)
② 예경편(상단예불 · 조석예불 · 각단예불 · 향수해례 · 사성례 · 신중단 등)
③ 헌공편(삼보통칭 · 중단퇴공 · 불공시식 · 관음 · 지장 · 신중청 등)
④ 재의식편(천도재 · 49재 · 시달림 · 기제사 · 명절제사 · 방생의식 등)
⑤ 시식편(관음시식 · 화엄시식 · 구병시식 등)

- 제출서류: 수강신청서 1부, 반명함판 사진 3매, 주민등록등본 1통
• 개강일시: 4월 1일(목) 오후 6시 (목탁, 필기구 지참)

• 바라작법반 6개월 특별과정으로 49재 · 천도제 등 범회시 필요한 사물과 바라 작법시식을 지도합니다.

• 교육내용: 요점바라 · 천수바라 · 도량계 · 복청계 · 다계작법(나비춤) 등 사물: 북, 태징 등 사물 교육

• 개강일시: 4월 6일(화) 오후 3시.

문의 전화 02)720-1836 733-1959

한국불교범사대학 부설 불교의식연구원 서울특별시 종로구 견지동 110-1번지 (견지빌딩 3층)

☞ 위치: 서울 조계사 근처