

살까 말까 망설이지 말고

# 값싸게 빌려 쓰자!

## 알뜰살림의 지혜 '렌탈 서비스'

서울 마포에 사는 주부 윤원실(33) 씨는 얼마 전 둘째 딸의 돌잔치를 위해 한복, 드레스, 카메라 등을 전문대여업체에서 빌렸다. 대여에 든 비용은 모두 10만원 정도. 만약 직접 구입했다면 100만원 이상을 지출했어야 한다.

이처럼 필요하지만 높은 가격 때문에 구입이 망설여지는 물건들을 빌려 쓰는 렌탈 문화가 최근 들어 확산되고 있다. 구매비용 뿐 아니라 관리비도 절약할 수 있는 합리적인 소비형태로 자리잡고 있다.

다 한번씩 정기점검과 필터교체는 무료. 최소 사용기간은 1년 단위로 5년 간 렌탈비를 내고 사용하면 정수기 소유권이 소비자에게로 넘어간다.

욕실에서 쓰이는 비데, 연수기도 매달 1만 8천~2만8천원씩 렌탈비를 내고 사용할 수 있다. 정기점검은 물론이고 연수기는 4개월에 한번씩 필터를 교환해주는 가격도 포함해서다. 이밖에도 공기청정기, 각종 헬스기구를 빌려쓸 수도 있다. 특히 건강과 운동에 관심 있는 사람이 늘

면서 런닝머신의 대여율이 눈에 띄게 증가했다. 운동기구는 보통 월 4만~8만원이면 빌려 쓸 수 있다.

### 생활 가전용품

'렌탈'의 개념이 본격적으로 도입된 곳은 정수기, 비데, 연수기(세정수 정수기) 등 생활 가전용품 시장. 갖춰놓으면 생활이 편리하지만 1백만원대 가격 출격 넘는 가격 때문에 선택 구매가 어렵다. 하지만 인터넷 렌탈전문사이트, 각 브랜드 렌탈사업본부 등을 통해 대여하면 매달 1~5만원 정도만 내고 관리까지 받을 수 있다.

일반 정수기는 1백만원, 냉·온수 기능이 있는 제품은 1백 50만원 선에 구입할 수 있다. 렌탈을 할 경우 기능에 따라 월 1만 9천원~5만 2천원의 사용료만 내면 된다. 회원가입을 하고 등록비를 미리 내면 월 사용료가 더 저렴해진다. 2개월마

### 1백만원대 정수기

월 사용료 2만~5만원

### 가전용품·의복 등

다양한 물품 대여

### 특별한 날

생일이나 결혼식 등 특별한 날에는 이것저것 필요한 것이 많다. 특히 한복, 드레스 등은 일년에 며칠 안되는 기념일에 반드시 필요한 의상. 기성한복은 20~30만원대이고 맞춤형은 더욱 비싸다. 아이들은 비싸게 한복을 사 입혀봤자 얼마 지나지 않아 사이즈가 맞지 않게 된다. 이때 한복대여를 이용하면 성인은 5만~10만원, 아동용은 2만원이면 때마다 분위기에 맞는 한복을 입을 수 있다. 신발, 노리개 등도 마찬가지. 한복 입을 모습을 2만~2만5천원을 내고 일일 대여한 캠퍼스에 담아보자.



고가의 정수기를 렌탈해서 사용하면 정기 점검과 필터 교환 서비스를 받을 수 있다.

### 아이들 장난감 및 아동도서

아이들은 대개 갖고 싶어하는 장난감이라도 몇 번 가지고 놀면 금세 싫증을 낸다. 이런 아이들을 위해 곳곳에서 장난감 전문 대리점이 문을 열었다. 대표적인 곳은 서울 을지로 녹색장난감도서관(02-753-0222-3). 서울시 보육정보센터가 영유아용 장난감 3천여점을 구비해 놓은 이 장난감도서관은 2천원의 회원가입비 내면 한달에 2개씩 10일 동안 무료로 장난감을 빌려준다. 정회원인 되면 1회 3개씩 14일 동안 빌릴 수도 있다. 이밖에도 인터넷 장난감·유아용품 대

여업체 등에서는 가입비 1만원, 월 3만원의 이용료만 내면 아이들이 맘에 들어하는 장난감을 언제든지 빌려준다. 이들 업체의 장점은 직접 집까지 장난감을 가져와 아이들에게 고르게 한 뒤 싫증난 장난감을 수거해 간다는데 있다.

아동도서 방문대여도 이와 유사하다. 동화책, 교육용 교재들을 월 1만원에 매주 4권씩, 한달 16권의 책을 직접 배달해 빌려준다. 1년에 200여권의 책을 12만원에 보는 셈이다. 아이북랜드, 아이놀이북, 장난감도서관 등 인터넷을 통해 15개 안팎의 업체가 서비스 중이다.

한상희 기자 hansang@buddhapia.com

# “우린 대불련 선후배입니다”



우리 가족 이렇게 신행해요 <7>

## 손규만 씨 가족



쌍둥이 아들과 함께 온 가족이 대불련 동문인 손규만(오른쪽) 씨 부부.

대불련 법우로 만나 부부지연을 맺고 이제 아들까지 대불련 법우로 키워낸 대불련 가족이 있다. 71학년 손규만(54·법명 도광), 72학년 송태래(52·법명 우담화) 씨 부부는 96학번인 아들 재운(28·성균관대 약학대학원 석사과정) 씨가 대불련 활동을 하는데 결정적인 영향을 준 선배였다. 대구 영남대학교 지회장을 지낸 아버지와 서울에서 대불련 활동을 했던 어머니가 생활 속에서 불법을 실천하는 가족으로 한길을 걷는 모습을 늘 보고 배우며 자랐기 때문이다.

재운 씨는 초등학교 때 아버지의 목탁에 맞춰 온 가족이 예불을 드렸고, 고등

학 아버지는 이제 아들이 오히려 불교 공부를 이끌어주는 스승이 되었다고 스스로 겸손히 말할 정도다.

이들 가족을 더욱 든든한 동반자로 뭉치게 하는 사건이 일어났다. 재운 씨가 대학교에 입학하던 해 아버지의 공장에 큰 불이 나 모든 것을 한꺼번에 잃었고, 99년에는 어머니가 대형 교통사고를 당해 6개월간 병실 생활을 해야 했다. 예견하지 못했던 어려움 앞에서 가족의 신행 생활은 큰 변화를 겪었다.

“이 때까지 이론으로 알고 있던 모든 것들을 더욱 더 내면화하는 계기가 되었습니다. 재운이와 더욱 더 정진했고 부

## 모여 앉으면 불교얘기...참선·예불 함께 해

## 차집 겸한 쉼터 만들어 신행공간 제공할 터

학교 1학년부터는 재운, 재용 쌍둥이 형제를 위해 지극정성으로 돌리는 어머니의 천일기도 소리를 들으며 사춘기를 보냈다. 부처님 같은 부모의 길을 따라 걷다 보니 어느새 대불련 동문이 되어 있었다. 재운 씨는 아버지의 뒤를 이어 학부 시절 경북대 지회장, 대경지부 지부장 등 대불련의 리더로 활동해 왔다.

“모여 앉으면 불교 얘기를 했고, 함께 참선하고 함께 예불 드리며 자랐으니 자연스럽게 대불련 후배가 되더군요.”

손 씨 부부는 동반이 된 아들이 대견스럽기만 하다. 아내와 재운, 재용 형제에게 돌도 없는 공부의 길잡이가 되어왔

모와 자식 이전에 끈끈한 동반자로 연결되는 값진 경험을 했죠.” 송 씨는 6개월간의 병원생활을 ‘무문관’이라고 표현할 만큼 무탈 지고, 재활치료를 받으면서도 관세여보살 정근과 화두를 놓치지 않았다. 그런 아내를 지켜보며 손 씨는 재발심의 고배를 당할 수 있었다.

서로를 이끌어주고 보듬어주며 한 가족은 이제 진리의 한길을 걷고 있다. 이 둘 부부는 회합을 위해 차집을 겸한 쉼터를 만들 궁리 중이다. 한 잔의 차를 우려 마시며 ‘오로지 불법 공부밖에 없다’는 말을 누구에게나 자신 있게 해주고 싶어 때문이다. 부산=천희미 기자

## 불교 환경교육원, 주부 생태학교 개최

생태학교 스케줄	
4월 18일 (일)	[생태기행] 풀잎으로 만들어보는 곤충, 반딧불이자연학교 정병준(분당환경시민의모임 대표)
4월 19일 (월)	펠링시대, 밥상머리에서 하는 마음공부 김수현(바른식생활실천연대 대표)
4월 26일 (월)	잔소리, 삶을 명치기도 하고 세상을 바꾸기도 한다. 오용선(바람 물 연구소 상임 연구위원)
5월 3일 (월)	물은 물이 아니고, 산은 산이 아니로다 이상훈(수원대학교 환경공학과 교수, '물전쟁' 번역)
5월 9일 (일)	[생태기행] 살아 숨쉬는 마을공동체, 문당리 사람들 주형로(농부)
5월 10일 (월)	햇빛과 바람속에서 커가는 아이들, 새로운 에너지를 찾아서 이필렬(방송통신대학 교수)
5월 17일 (월)	몸, 마음, 자연과의 새로운 만남 박석동(한국불교환경교육원 사무국장)

한국불교환경교육원(원장 유수)은 5월 17일까지 서울 정도회관 강당 3층에서 주부를 대상으로 '지구를 위한 몸·마음·자연 이야기' 생태학교를 연다.

지난 4월 12일 이창우 박사의 '몸, 마음, 자연을 위한 다양한 상상력'으로 시작한 이 생태학교는 바른식생활실천연대 김수현 대표, 수원대 환경공학과 이상훈 교수 등의 진행으로 총 6회의 강의를 마친다.

이밖에도 분당환경시민의모임 정병준 씨와 반딧불이자연학교를, 농부 주형로 씨와 생태공동체 문당리를 둘러보는 2차례의 생태기행도 실시된다. 강의는 매주 월요일 11시부터 12시 30분까지, 생태기행은 4월 18일과 5월 9일에 각각 진행된다. (02) 587-8997

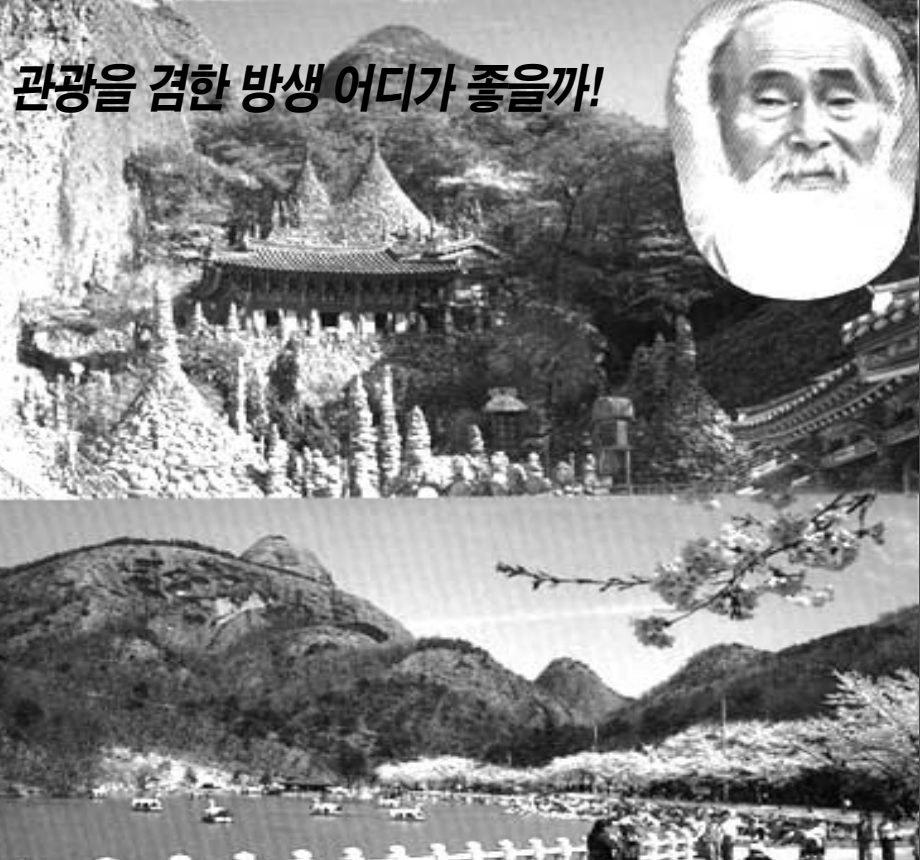
## 양성평등 온라인 교육

한국양성평등교육진흥원은 양성평등을 쉽고 자연스럽게 익힐 수 있도록 플래시 애니메이션으로 구성된 양성평등 온라인 교육과정을 실시한다. 양성평등의 개념, 관점, 가족성, 법과 정책 등 총 11개 강의가 진행된다. (02)3156-6151, www.kigepe.or.kr

## 자녀지도 부모 성교육

강남청소년수련관 청소년상담실은 4월 14일부터 23일까지 자녀지도를 위한 부모 성교육을 실시한다. 아하 성문화센터 운영체 책임상담원이 자녀의 성발달과 심리, 자녀 성교육방향성 찾기 등을 강의한다. 교육비 1만원. (02)545-2719.

# 신비의 마이산 탐사

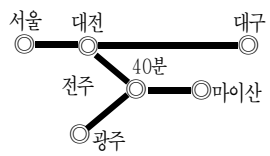


관광을 겸한 방생 어디가 좋을까!

▶ 마이산 탐사와 탐영제

관광과 방생을 한국에서!

기묘한 산이 있어 좋고, 불가사의한 탐이 있어 신비스러운 곳, 이태조가 백일기도를 드린 영험있는 기도도량. 섬진강 맑은 물의 탐영제 방생기도



**진인 마이산 탐사**  
063) 433-2900, 0303  
432-0652, 0072

# 졸락동시

(참연·부처님 오심법, 자동단전오심법, 차크라 여는법)

◆ 쪼구리고 앉아 배꼽아래 명치를 손으로 쥐어보면 불행과 병고 액난의 화병 덩어리가 잡히는데, 중단전 차크라가 막힌 것으로 이런 사람은 호흡수련이나, 염불, 독경, 주력, 위빠사나, 참선을 하면 할수록 가슴이 더 답답해지고 배꼽 주변에 딱딱한 덩어리가 생기고 배에 가스가 차고 허리가 손가락 마디가 까맣게 되며, 얼굴이 붉어지고 상기병이 되므로 수행의 제일 우선 과정은 중단전 차크라를 여는 것입니다.

◆ 중단전 차크라 지옥 덩어리를 간단한 수행의 비법으로 찰라에 뚫리게 하여 순간 수습화강이 되어져 머리에선 서늘한 바람이 나오고 손, 발, 배는 따뜻해지며 최상의 권도선상을 유지하게 된다.

◆ 위빠사나, 참선 단전호흡 수행시 고개를 숙이고 어깨가 처지고 허리를 약간이라도 구부리고 또한 너무 반듯한 자세로 경직되면 교감신경의 작용으로 100% 상기병 걸리니 자세법, 이완법, 집중법을 철저히 배우고 수행해야 한다.

◆ 염불, 독경, 주력 수행의 들숨시에 배가 들어가고 어깨, 가슴이 들먹거리리는 역호흡으로 숨을 들어마시게 되면 불행의 늪인 병고 액난을 자초하는 것이니 자동단전호흡법을 배우시게 되면 몸과 마음과 호흡이 참으로 건강해 수행자가 되어집니다.

△ 자동단전 호흡법의 기초에서부터 참선 수행을 잘 할 수 있는 테크닉과 심신건강의 비법을 배우게 됩니다.

☞ 수련일시: 매주 목요일 낮 1시~오후 1시, 저녁: 오후 8시

☞ 수련비: 입회비(만원), 수련비(월: 3만원)

☞ 오시는 길: 지하철 5, 7호선 군자전철역 4번 출구에서 천호방향으로 100M 이망스 가구 4층

## 법왕정사 서울 군자법당

☎ 전화: 02)456-4994, http://cafe.daum.net/sorisan

“숨을 규칙적으로 잘 쉬는법” 책 5월 출간 예정

# 3천배 철야정진 차량운행 안내

◆ 일시: 매월 마지막주 토요일 저녁 7시~일요일 아침 7시

◆ 호수에 맞춰 절하는법 교육 (저녁 7시 ~ 9시) 숨차지 않고 험덕거리지 않으며 맥박이 빨라지지 않고 몸살나고 힘들고 졸리고 다리, 무릎, 허리가 아프지 않게 하려면 절하는 동작에 호흡호흡법을 대입하는 교육을 2시간 받으시면 누구나 완벽하게 절할 수 있습니다.

◆ 3천배정진: 500만배 성만한 스님과 함께 처음부터 끝까지 죽비소리에 맞춰 300배씩 10회로 매 시간 시작전에 마음 다스리는 소참 법문을 듣고 끝나며 부처님전 감사 수행으로 마음 밝히고 축원 기도를 올리며 간절한 큰 마음으로 소원을 성취 하며 인생에 걸림돌이 되는 큰 업장이 녹아 내림을 체험한다.

◆ 차량운행: 2004년 4월 24일 토요일 군자전철역 4번출구 → 법왕정사 건너편 5번출구 능동주유소 앞 4시 30분 출발

◆ 차량 예약문의: 양 현숙 011)222-3329

## 백만불자 108배 만일결사 법왕정사 수행 중심 도량

경기도 양평군 단원면 석선리 소리산 참선캠프 전화 031)771-7745 · 7038 · 6736 (Fax 겸용)

○ 오시는길: 양평 → 용문터널 → 단원 → 대령비탈리파크 스키장 입구 청평방향 7Km

○ 버스 (서울 상봉터미널) → 모곡역 → 모곡중점이자 전와 요양