

# ‘공무원의 자세’ 다시 새겨집니다

## 과천청사공무원봉사 여름수련회 현장

갖가지 현안으로 세상이 시끄러울 때면 골치를 앓는 사람들이 있다. 바로 과천정부종합청사 공무원들이다. 법무부, 복지부, 건교부, 환경부 등 정부부처가 몰려 있는 과천정부종합청사는 늘 긴장감이 흐른다. 자연히 이곳 공무원들 역시 긴장의 끈을 풀 수가 없다. 게다가 시도 때도 없는 야근에 집안 대소사까지 챙기느라 ‘제 정신’이 아닐 때가 많다. 이럴 때면 휴식도 휴식이지만 진실된 ‘나’를 느끼고 싶다는 생각이 저절로 든다. ‘도대체 지금 나는 어디에 있는 걸까’

7월 15일 경북 영천 은해사와 부귀사. 과천정부종합청사 공무원봉사 20여 명이 15일부터 16일까지 1박2일간 이곳에서 여름수련회를 가졌다. 버리고 버려오던 ‘나를 찾는 여행’을 떠난 것이다. 그래서 이번 여름수련회 타이틀도 ‘나를 찾아, 나를 보는 시간 만들기’로 정했다.

“공무원생활과 신생활을 조화롭게 이어나가는 것이 쉽지 않습니다. 어떻게 하면 좋겠습니까?”

15일 밤 10시, 부귀사 주지 청암 스님과 공무원 봉사자들 간의 차담시간. 건교부 봉사회 부회장 이영 과장이 차담 중간에 이렇게 질문했다. 개인신상과 이런저런 궁금한 것에 대해 질문을 하던 일부 공무원 봉사들도 질문방향을 신행으로 돌렸다.

또 수행방법, 경전에 대한 궁금증, 또 무너진 불자님 자신의 내태함 등에 대한 질문도 이어졌다.

### 자정 넘도록 주지스님과 차담



조용히 경청하고 있던 청암 스님은 공무원 봉사자들의 자세와 책임을 강조하며, 한 치 흐트러짐없이 직무에 충실하는 것이 바로 최고의 신행이라는 요지의 답변을 했다. “공무원은 국민에게 믿음을 주고 그 믿음을 지킬 수 있도록 책임감 있게 일해야 합니다. 그러기 위해서는 무엇보다도 자기 자신을 낮추고 국민을 위해 봉사한다는 마음가짐을 가져야 합니다. 부처님 가르침이 바로 자기 자신을 낮추고 자비행을 베푸는 것이니까. 책상에 앉을 때마다 자신에게 가장 필요한 부처님 말씀을 한 마디씩을 외며 일을 시작해 보십시오.”

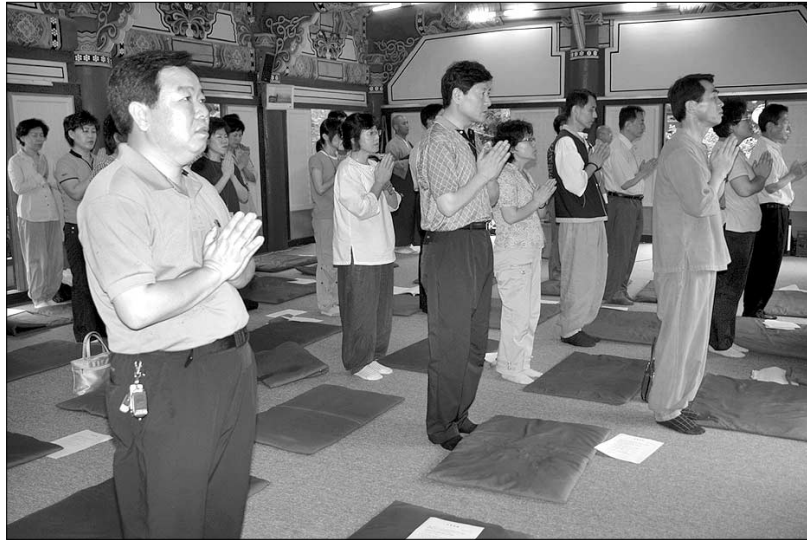
차담은 밤 12시 넘어서까지 이어졌다. 언제 이렇게 스님과 진지하게 대화를 나눠

본 적이 있었는가.

보건복지부 홍성진 사무관은 “생활속에서 보는 나와 자연은 산사에서 보는 것과 무척 다르다는 느낌이 든다. 생각하는 것도 달라지는 것 같다. 많은 것을 느낄 수 있고 활력도 얻게 돼 여러가지로 산사에서 하룻밤은 의미가 크다”며 웃는다.

이날 정오 무렵 부귀사에 도착해 집합을 끝낸 과천정부종합청사 봉사자들은 거조암, 백운암을 거쳐 은해사에서 공양을 하고 다시 부귀사로 돌아왔다.

그리고 저녁예불을 모신 뒤 부귀사 극락전 해체복원불사기도에 동참한 후 108배 정진과 참선시간을 가졌다.



과천정부종합청사 봉사자들이 은해사 보화루에서 예불을 올리고 있다.

공무원봉사자들의 애뜻한 마음과 그 노고를 알기 때문이다.

은해사 주지 법타 스님도 지도자가 가져야 할 마음가짐과 품성에 대해 예화를 들어가며 친근감있게 법문을 했다.

장맛비가 오락가락 하는 늦은 날씨가지만 공무원 봉사자들은 저녁예불시간을 앞두고 30분가량 주어진 짧은 자유시간에도 <급강경>을 독송할 정도로 시간을 아꼈다.

사실 이번 수련회는 자신을 찾는 시간이라는 점 외에도 한 가지 특별한 의미가 있다. 1997년 건교부 봉사회 창립을 시작

부 강인준 사무관(보건복지부복지회 전 총무)이 중심이 돼 3개월 전부터 사전담사를 거쳐 수련회가 준비됐다.

하지만 수련회는 출발부터 쉽지 않았다. 출발 당일인 15일 오전, 태풍 예우니아에 이은 장맛비가 강원 경기 서울 등에 내리기 시작했고, 결국 농림부 등 관원부처 공무원들은 발길을 돌려야 했다. 당초 30~40명이 참석할 계획이었지만 20여명으로 인원이 줄었다.

공무원들이 지방에서 1박을 하며 수련회를 갖는다는 것은 사실 쉽지 않다. 이런저런 일로 늘 비상대기를 해야 하는 때가 많기 때문이다. 그럼에도 불구하고 수련회를 열게 된 것은 결국 공무원 봉사자들의 열의가 그만큼 높았기 때문이다.

“산사에서 사무실 직원들을 만나면 마음도 편하고 더 가까워지는 것 같아 좋는데, 많은 회원들이 불참해서 안타깝더라고요. 하지만 비록 모두가 함께 하지는 못했지만 봉사회에 대한 관심을 확인한 것만으로도 큰 소득이라고 생각합니다.”

### “일제감 확인한 것만으로 기뻐요”

건설교통부 기획홍보팀 김순호 팀장은 서로가 일제감을 확인하게 된 것이 자랑스럽다고 했다.

“공무원으로서 지녀야 할 자세에 대해 많은 얘기를 들을 수 있어 좋았다. 공무원으로서의 자부심도 느꼈고 봉사로서의 자부심도 느꼈다. 여전히 우리는 무엇이든 할 수 있는 힘이 있다는 것도 알았다.”

수련회 실무를 담당했던 보건복지부 복지회 총무 김미숙씨의 말에 곁에 있던 다른 공무원봉사자들도 고개를 끄덕였다.

글·사진=배지선 기자 jusun@buddhapia.com

## 자기 낮추고 봉사하는 마음으로 재발심

## 흐트러짐없이 직무에 충실하면 최고 신행

### 자유시간 아껴가며 금강경 독송

원래 안거기간에는 산문을 열지 않지만 이날 공무원 봉사자들이 왔다는 소식을 듣고 특별히 산문을 개방한 백운암에서는 회주 육문 스님으로부터 귀한 법문도 들었다.

“부처님은 마음 하나 깨치려고 이런 말씀 저런 말씀 하셨습니까. 마음 하나 잘 깨치면 부처요, 마음하나 잘 못 쓰면 도둑이 됩니다. 여러분들은 국가의 근간입니다. 그렇기 때문에 여러분들이 마음을 어떻게 쓰는가에 따라 나라가 달라지겠지요.”

5분 정도의 짧은 인사말로 법문을 대신하려 했던 육문 스님의 법문이 깊어졌다.

으로 공무원봉사자연합회 창립까지 이끌어온 과천청사 봉사회지만 1, 2기 임원진들이 물러나고 3기 임원진이 들어서는 시점이라서 조지력이 느껴져 있는 상태였다.

### “산사에서 보는 ‘나’ 달라요”

각 부처 봉사회 임원진들은 “이대로 가다가는 봉사회가 유명무실해질지도 모른다”며 우려하기 시작했고, 결국 각 부처별 봉사회 임원진만이라도 모임을 갖고 활성화 방안을 마련해 보자고 뜻을 모았다.

그러자 일반회원들이 너도나도 참가하겠다는 나섰고, 결국 일반 봉사자들과 가족까지 참석자 폭이 확대됐다. 그리고 보건복지

## 일터가 도량입니다

## “기관사 자리는 부처님 자리”

### 한국철도공사 구로승무사업소 정영을 법무회장

7월 18일 오전 7시 42분 한국철도공사 구로승무사업소로 출근한 정영을(48) 기관사는 수도권 전동열차 1호선 풍인천역에서 구로역까지, 인천역에서 구로역까지 두 차례 운행하고 난 뒤 잠시 쉬었다가 병점에서 구로역까지 또다시 전동열차를 운행했다. 운행할 마친 시간은 저녁 7시 30분쯤. 점심시간과 휴식시간을 빼면 꼬박 10시간을 운행한 셈이다.

하루 10시간 근무는 웬만한 직장인이라면 누구나 하는 정도. 하지만 기

이고, 이 책무를 수행하기 위해서는 부처님 자비와 같은 희생정신이 있어야 한다고 정 기관사는 믿고 있다.

“이런저런 이유로 전동차 운행이 지연될 때 승객들이 기관실문을 두드리며 항의하는 일이 있습니다. 처음에는 화도 내고 했지만 도리가 아니라 하는 것을 깨달았죠. 승객들에게 화를 내는 것은 나 자신에게 화를 내는 것이나 다름없는 일이니 제가 흥분해서 사교라도 나면 어떻게 하겠습니까.”

정 기관사가 구로승무사업소 불교



정영을 기관사는 운행을 나가면서 반드시 옷 매무새를 만진다. 단정한 복장도 서비스의 일환이라고 믿기 때문이다.

관사의 피로도도 일반 직장인의 몇 배다. 기관사의 사소한 부주의는 커다란 사고로 이어지면서 인명피해까지도 날 수 있기 때문에 신경이 곤두설 수밖에 없다.

더욱이 이날처럼 비가 오고 승객이 많이 몰리는 날이면 피로는 더욱 가중된다. 전동열차도 미끄럽고, 승차차하는 속도 미끄러워 사고가능성이 보통 때보다 높기 때문이다. 경력 27년의 베테랑이지만 긴장하기는 초보 기관사와 다를 바 없다.

“자신과의 싸움이지, 열차를 운행한다는 것이. 그래서 힘들기도 하지만 보람도 크죠.”

정영을 기관사는 열차를 운행하면서 늘 혼자서 하는 다짐이 있다. ‘기관사 자리는 부처님 자리다. 내가 부처님이고 내가 승객들의 안전을 책임진다’라고, 승객에게 최상의 안전과 서비스를 제공하는 것이 기관사의 책무

법무회 회장을 맡은 것은 올해 초. 2000년 철도공사 불교단체협의회 창립당시 재무부장을 맡은 이후 총무부장과 기획부장을 연이어 맡으면서 동분서주했던 정 기관사는 회장을 맡으면서 고인이 더 늘었다. 회원들 간의 이해관계를 조절하는 일이 쉽지 않기 때문이다. 그럴 때마다 정 기관사는 “우리 모두가 부처님입니다”라고 외치며 대화를 이끈다.

교회 집사에서 신심깊은 불자가 된 정 기관사는 자신의 인생에서 가장 잘한 것을 두 가지 꼽는다. 하나는 부처님을 만난 것이고, 하나는 기관사가 된 것이다.

“매일 전동열차를 운행하며 많은 사람들에게 도움을 주고 있으니 얼마나 귀한 자리에 있지 않을까. 열차는 항상 움직입니다. 저도 승객들을 위해 항상 움직이는 게 행복합니다.”

글·사진=현영우 기자

**절 수행 삼매 채경 건장비법 노하우 완공공개**

## 절을 기쁘게 잘하는 법

## 호흡에 맞춰 절하는 법

절할 때 호흡호흡법은 저절로 자연스럽게 되어지는 가장 완벽한 비법으로 절하고 일어설 때 마다 가슴차크라기 열리고 단전이 풀리면서 가슴 막혔던 지독한 압박덩어리의 필자가 고쳐지고, 병고액난의 병 덩어리가 녹아내리는 기적 같은 신비로운 일들을 수시로 체험하게 됩니다.

- 머리, 무릎, 발목, 발바닥에서 땀이 나며, 냄새 지독한 노폐물의 병독이 엄청나게 빠져나가며 두한죽열이 되어지는 진짜 건강법의 절로, 머리는 얼음처럼 시원하고 몸은 100% 따뜻해짐
- 팔다리 가슴에 땀이 많거나, 손가락 발가락이 마르거나, 목이 가늘거나, 등허리 피부가 검고 지지부진한 반점에서 병고액난의 많은 노폐물과 나쁜 기운이 빠져나가며 맑고 깨끗한 몸이 됩니다.
- 붉은 얼굴, 여드름, 아토피, 대머리, 백발, 고혈압, 당뇨, 심장병, 화병, 상기병, 만성피로, 혼침, 졸음, 골치 아픔, 가슴 답답함을 일으켰던 성냄의 화독이 인과 코와 온몸에서 빠져나가며 얼굴은 환하게 밝아지고, 몸은 새털처럼 가벼워지고, 마음은 언제 환희심 심대를 체험합니다.

**▶ 수련일시**  
서울 군자법당 : 매주 수요일 오전 10:30, 오후 7:30  
부산 금정법당 : 매주 화요일 오전 10:30, 오후 2시  
준비물 : 기도포, 수건, 두꺼운 면양말, 법복바지  
불교신행단체에서 수행비용 일체를 후원해줍니다.

※ 절 하는 법 교육받을 시간이 없으신 분은 특별수련시간을 조율 받으십시오.  
※ 절을 잘하시는 분의 99.999%는 호흡호흡법의 비법테크닉을 배우고 전수받은 수행자입니다.

**백민불자 108배 만일결사 수행 중심 교육도량 법왕정사**

정견스님 011-9088-9449  
서울군자법당 02)456-0035 / 부산금정법당 051)583-7886  
http://cafe.daum.net/sorisan(절하는 법 동영상 참고)

## 61회 3000배 용맹정진

500만 배 성대한 정견스님과 함께 처음부터 끝까지 죽비소리에 맞춰 일사분란하게 절을 하며 공경심으로 부처님을 찬탄하며, ‘부처님 크신 은혜 고맙습니다’ 일 만 번 염송으로 자신의 마음 속에 잠자고 있던 감사함의 행복과 건강을 일깨우고, 자신의 인생에 가장 큰 걸림돌인 큰 업장 3가지는 물론 녹아내리고, 3가지 큰 소원을 즉시 이뤄냅니다. 21세기 인류 최고의 수행법이며 심신건강법이고, 가장 확실한 예방의학이며, 가장 완벽한 요가입니다.

※ 신규 동참자 특별 선물※  
정견스님께서 밝은 기운으로 한 호흡에 握筆로 쓰신 “佛”자 붓글씨, 부처님 크신 은혜 고맙습니다 감사염송 TAPE

◆날 짜 : 2006년 7월 29일 (토요일) 저녁 9시~2006년 7월 30일 오전 7시 (절하는 법 교육 : 저녁 7시~9시, 3000배 시작하기 전)

◆준비물 : 동참비 2만원  
기도포(큰수건), 수건 2개(땀 땀 용도), 두꺼운 면양말 2켢레, 면티 2매, 물병, 수련복(하의)2매, 간단한 간식  
※ 당일 저녁 공양을 준비 하지 못합니다.

**장소 : 하산마음선원**

☞ 전철 : 분당선 이매역 1번 출구 앞, SK주유소 옆 도로로 5분거리 (분당선: 2호선 선릉역, 3호선 도곡역, 8호선 북정역 이용)

**백민불자 108배 만일결사 수행 중심 교육도량 법왕정사**

정견스님 011-9088-9449

- 서울 군자법당 (02)456-0035
- 지하철 7호선 어린이대공원역 1번 출구 군자역방향 100M GS광진주유소 2층 지하철 5호선 군자역 6번 출구 어린이대공원정문방향 200M GS광진주유소 2층
- 부산 금정법당 (051)583-7886
- 지하철 1호선 두산전철역 7번 출구 남산정비 차회전 50M 경유빌딩 4층

※부사는 노포동 터미널에서 분당행 버스를 이용하시면 편리합니다.  
http://cafe.daum.net/sorisan, www.dkt.or.kr

## 경포 인월사 담마선원 여름 위빠사나 집중수행 안내

지혜와 자비를 개발하는 불교명상법인 위빠사나 집중수행에 여러분을 초대합니다. 사부대중 불자뿐 아니라 종교에 상관없이 누구나 참여할 수 있습니다.

**“푸른 숲술 향기와 목조 황토방 선원에서 깨달음의 휴식을 가져 보십시오”**

일 정	지 도	
2006년 8월 12 - 18일(6박 7일)	우 소대나 사야도	
통 역	정 원	대 상
수 마 테	20명(선착순)	일 반 인

- 수행장소 : 강릉시 경포 저동 6-2번지 인월사 담마선원 (황토방에 옥실과 화장실 완비)
- 수행내용 : 좌선, 행선, 일상생활수행, 매일 수행 점검을 위한 사야도(크스님)의 법문과 면담이 있음
- 입제 및 회향 : 8월 12일 오후 5시, 8월 18일 오전 12시
- 참 가 비 : 15만원 (우체국 201780-01-001463 예금주: 담마선원)
- 준 비 물 : 수행에 편한 복장, 세면도구, 필기도구
- 문의 및 접수 : 담마선원 033)644-1786 email : dhamma53@hanmail.net

## 베개속에 넣고 평생 사용 늘~건강하고 편안한 잠자리

## 상쾌한속면 신비의은행석

### 건강한하루

베개속에 은행석을 넣고 주무시면 평생 뇌졸중, 중풍, 치매, 고혈압, 전신쇠약이 저우됩니다. 그리고 기억력이 살아나고 혈압이 떨어지며 기기가 좋고 하얀 얼굴로 미백효과도 뛰어나요. 하루에 5시간만 주무셔도 8시간 잔것과 같은 효과가 있어 머리가 맑고 상쾌하며 아침에 가볍게 일어납니다.

“부모님께 최고의 효도선물”

죽어가는 것도 살리는 은행석	생명의 빛/생명의 기!
북한에서는 은행석은 죽어가는 것도 살린다는 별명이 붙어 있습니다. 예를 들어 대야에다 수돗물을 받아 불어넣으면 불어는 배를 뒤집고 혈액이 죽어갑니다. 이때 은행석을 넣으면 불어는 씩씩하게 살아납니다. 고압전, 분체 등 죽어가는 것도 살릴 수 있어요.	북한 일부 고위관급 사용하며 저를 믿고 주무시며 건강하게 장수하지만 일부 사람들은 의심이 많아요. 심하게 코를 골거나 기침을 하시는 분에게 적극 권장합니다. 손발이 자주 붓거나 저린 분은 은행석 목걸이, 팔찌와 같이 사용하시면 더욱 효과적입니다.

※음이온을 첨가하여 어깨 통증완화 및 각세포의 기능 향상

건강도 지켜주고 젊음을 유지하는 **은행석 안심목걸이, 팔찌**

◆목걸이,팔찌 : 머리를 맑게 함, 손발저림, 어깨결림해소, 혈압조절, 혈당상승억제, 전신에 힘을 고루 전달 기력회복, 심장박동이 원활하여 마음을 안정 시킴, 신진대사촉진, 피가 맑게 하며, 다이어트에도 효과

은행석 108염주, 손목합장주도 제조 판매합니다

금강닥터 문의전화 (02)723-9184 www.dk21.net  
◆입금계좌번호 1143-12-049474 송명화 ◆일요일 공휴일도 상담 합니다.