"불자들 눈·귀 되세요"

신행 수행 정보 많고 여성위한 배려 최고

현대불교신문이 창간 15주년을 맞았다. '불교의 생활화 현대화 세계화'를 사시로 1994년 10월 15일 창간한 현대불교는 언론을 통한 정법(正法)의 선양과 포교에 매진하며 2000만 불자의 긍지를 대변해 왔다.

현대불교의 오늘은 바로 이 땅에 불국토를 이루려는 원력과 신심이 애독자들의 관심과 지원으로 이어졌기에 가능한 일이다. 본지는 현대불교를 구독해온 독자분들의 성원에 보답하고자 더 나은 신문을 만들기 위해 꾸준히 현대불교를 열독해온 애독자를 선별해 전화인터뷰를 했다.

13년 동안 현대불교를 구독해온 이란(58 · 서울 광진구)씨는 봉은사를 다니고 있는 신도다. 독실한 불자라 자연스레 본지를 구독하게 됐다는 그는 본지에서 진행했던 '현대불교 신행수기 공모' 제2회 대상 당선자이기도 하다. 이씨는 "현대불교를 빠짐없이 보는데 특히 '선지식을 찾아서'라는 코너를 좋아한다. 직접 찾아뵐 수 없는 선지식들을 지면으로 만날 수 있어서 좋다"며 "신문에 게재된 법문 모두가 좋았지만 그중에서도 해인총림 율주 종진 스님의 가르침이 삶에 많은 영향을 줬다"며 흐뭇해했다.

서울 조계사 인근에서 현대불교를 읽고 있는 독자.

재소자 상담과 대학 강의를 병행중인 황수경(45 · 서울 서대문구)씨는 "재소자들에게 신문을 보시해 왔는데 반응이 좋다. 10년 이상의 형을 살고 있는 장기수들에게 현대불교는 자신들의 삶을 돌아보는 계기가 됐다"며 "특히 대행 스님의 '길을 묻는 이에게' '함께가요 설법전' 등의 반응이 좋다"고 말했다. 황씨는 "개인적으로는 현대불교 사설, '죽비와 목탁' 등 기자들의 의견이 반영된 글들이 진보적이고 신선하다는 느낌을 받았다"며 "21세기는 소통과 나눔이 키워드인데 '사부대중 칼럼'이 이에 부합하는 코너 같다. 다양한 분야의 사람과 불자들의 목소리를 들을 수 있어 좋다"고 덧붙였다.

장기 구독자 중에는 이웃종교인들도 있어 눈길을 끌었다. 특히 가톨릭 신부님으로부터 추천을 받고 현대불교를 구독한 독자도 있었다. 가톨릭 집안에서 나고 자란 마리아(가명 · 경기도 가평)씨는 한 신부님이 현대불교를 구독하는 것을 보고 매주 신문을 챙겨보기 시작했다고 한다. 마리아씨는 "처음에는 성철 스님과 같은 큰스님들에 대해 알고 불교의 전반적인 내용을 공부하고 싶어 읽기 시작했는데 이제는 불교소식과 동향, '길을 묻는 이에게' 같은 코너는 빼놓지 않고 보고 있다"며 "광고란에서도 유용한 정보를 얻어 필요한 신행용품도 구매할 수 있고 출판면을 통해서 불교서적들을 접할 수 있어 현대불교는 나에게 여러모로 유용한 신문"이라며 고마움을 표시했다.

이밖에 많은 독자들이 현대불교에 대한 의견을 들려줬는데 그들이 현대불교를 고집하는 이유는 다양했다. 독자들은 △타 불교계 신문에 비해 신행, 수행에 관련한 정보를 많이 게재한다 △여성불자들의 자긍심을 높여주는 코너가 많다 △색깔이 없는 듯한 논조이면서도 기자들의 신선한 시각을 볼 수 있다 등 여러 가지 이유로 현대불교를 애독하고 있었다. 하지만 독자들은 현대불교의 발전을 위해 쓴소리도 아끼지 않았다.

익명을 요구한 김모씨(38 · 서울 영등포)는 "질병을 치료하는 약, 사주관상 등 부적절한 광고가 나오는데 이런 광고들을 걸러냈으면 좋겠다. 불교와 관계가 없는 이런 광고는 내보내지 않는 것이 좋지 않냐"고 지적했다.

현대불교의 논조가 한 곳으로 치우치지 않아 좋다고 하는 독자가 있는 반면 아쉬워하는 독자도 있었다. 한모씨(42 · 서울 종로)는 "현대불교는 색깔이 없어 보인다. 깊이 있게 대안을 제시하고 변화를 유지할 수 있게 강한 의견을 부각시키는 것이 바람직해 보인다"고 조언했다. 또 한 스님은 "비판논조가 부족하다. 현대불교의 색깔을 형성하면 독자층을 개발하고 확보할 수 있는데 그런 면에서 많이 아쉽다. 또 현대불교는 지면에서만 다룰 수 있는 부분, 예를 들면 경전내용을 현대에 맞게 풀어내는 코너도 있으면 좋을 것 같다"고 의견을 냈다.

애독자들은 오랫동안 열독해온 만큼 현대불교의 한 단계 도약을 위한 다양한 아이디어도 제시했다.

이란씨는 "불교계에서 <승만경>을 재조명하면서 여성불자들의 불교사상 실천을 독려하는 행사가 이어지고 있는데 현대불교에서 캠페인으로 선정해 신행활동에 모범이 되는 여성재가불자에게 상을 주고 독려하는 제도가 있으면 좋을 것 같다"고 말했다.

교육자 정모씨(46 · 대전 서구)는 "아이들 교육에 있어 무엇보다 중요한 것은 '인성교육'인데 인성교육과 상담코너를 활발히 진행해 불자교육자들이 잘 활용하게 해달라"고 당부했다.

애독자들은 현대불교가 '재가불자의 수행을 담당하는 견인차'라는데 의견을 함께 했다.

현대불교는 불자들의 눈과 귀가 돼 기대에 부합하는 더 좋은 신문으로 매주 찾아뵐 것을 약속드린다.

이나은 기자

편집국의 뒷얘기들

세계를 하나로 묶는 아름다운 '글의 힘'

1994년 10월 15일 현대불교가 창간될 당시 불교계에서는 새로운 매체를 기다리는 목소리도 있었지만 "또 신문이 나온다고?"하는 반응도 있었다. 인터넷이 상용화되기 전 아니 인터넷이라는 개념 자체도 없던 시절 불교계에 새로운 신문의 창간은 비상한 관심이 아닐 수 없었다. 그런 분위기 속에서 현대불교는 '하나 더 있어 좋은 신문'을 만들자는 원력으로 창간했고 지난 15년간 독자들에게 많은 사랑과 격려 그리고 질타를 받았다.

현대불교는 독자들에게 새로운 소식을 전하고 법문을 들려주고 수행의 길을 안내하는 안내자이자 도반이었다. 그런 만큼, 편집국에서 지난 15년간을 회상하는 일은 참으로 많은 사연과 희비가 교차하는 일이기도 하다. 편집국 기자들이 독자들에게 기억의 주머니속에 숨겨 두었던 뒷얘기를 들려준다.

○…가정불화 딛고 새 삶 찾아

편집국으로 찾아 온 A씨는 얼굴에 어떤 비장함이 서려 있었다.

"제가 말이죠. 아내를 죽이려고 했습니다. 그것도 세 번이나 시도를 했다니까요. 그런데 그게 안 되더라고요."

그는 가정불화를 견디다 못해 아내에게 극한적인 생각을 했다. 그러나 그는 극단적인 행동만은 하지 못했다. 낮은 소리로 그 이유를 들려 주었다.

"제가 현대불교 10년 독자거든요. 가게를 하면서 늘 현대불교를 읽었어요. 거의 모든 기사를 다 읽었는데 그 가운데서도 큰스님들의 법문과 대행스님의 '길을 묻는 이에게'를 가장 열심히 읽었습니다. 막상 화가 치밀어 사고를 치려고 하는 순간마다 큰스님들의 가르침이 떠올라 마음을 돌려먹곤 했던 겁니다. 그런 일이 세 번 있었는데, 옛 말 가운데 참을 인(忍)자 세 개면 살인도 면한다 했는데 저야말로 세 번을 참았으니 이제 마음에서 그런 독한 감정은 사라졌습니다."

그는 참으로 끔찍하고 참으로 감동적인 이야기를 하고 있었다.

"그래서 현대불교에 늘 감사한 마음을 갖고 있습니다. 신문을 꾸준히 읽지 않았으면 아마 저는 살인자가 됐을 겁니다."

그는 가정불화를 원만히 해결하고 수행을 하며 여생을 보내기로 했다. 신문사에 대한 감사한 마음을 어떻게 표현해야할지 모르겠다면서 오래 준비한 듯 한 말을 꺼내 놓았다.

"형편이 되면 기금을 마련해 보겠습니다. 제가 기부하는 액수가 많지는 않더라도 거기에 맞추어 큰스님들의 법어를 책으로 묶어 여러 군데 법공양 해주시기 바랍니다."

○…도천 스님 기사 보고 달려가 시주

일산에 사는 80대의 노 보살님은 현대불교의 인기 코너인 '선지식을 찾아서'를 보고 큰 감명을 받았다. 소나무를 키워서 파는 농원을 운영하는 이 보살님은 자식들을 다 키우고 전국의 선지식을 찾아 친견하며 불교공부를 해오던중, 대둔산 태고사의 조실 도천 큰스님 기사를 보고 큰 환희심을 냈다. 글을 쓴 기자에게 가는 길을 물은 후 일산에서 택시를 타고 대둔산까지 한 걸음에 달려가 큰스님을 친견하고 법문을 듣고 감격해 종각 불사에 수 천만원을 보시했다.

미국 시카고에서 제천의 문수회 노보살님들을 후원하며 '도반의 인연'을 맺은 김경자 독자가(가운데 한복차림) 7월 19일 6년 만에 처음으로 부산에서 문수회 회원들을 만나 인사를 나누며 환하게 웃고 있다.

○…교도소에서 구독하고 "나는 깨달았도다"

현대불교에는 열혈독자들이 많지만, 가장 신문을 열독하는 독자들은 불자 재소자들일 것이다. 이들은 좁은 공간에서 무료한 시간에 신문을 샅샅이 읽고 편지를 통해 독후감을 보내오곤 한다. 대부분은 현대불교가 신행의 안내자인 동시에 소중한 법문을 전하는 포교사로서 마음의 안정과 수행에 큰 도움이 된다는 이야기를 담고 있다. K 재소자의 경우, '현대불교를 통해 불법을 공부하던 중 깨달음을 얻어 마음의 자유를 얻고 진리를 알게 됐다'며 장문의 편지글을 보내오기도 했다.

○…미국과 제천을 이어준 기사 한 건

이웃을 위해 봉사하는 노보살님들의 모임 제천 문수회 얘기가 미국에 사는 한 불자에게 전달 됐다. 미국 시카고에 사는 김경자 보살은 문수회 기사를 읽고 다음 달부터 매월 100달러씩 후원금을 보냈다. 이를 계기로 문수회 노보살님들과 언니 동생 하는 사이가 됐으며 후원금과 농산물 등이 오고가며 도반의 정을 키웠다. 그렇게 인연을 맺어온 김경자 보살님과 문수회 회원들이 처음 만난 것은 7월 19일. 부산에서 김경자 보살님의 아들이 결혼을 하는 자리에 제천 노보살님들이 달려간 것이다. 단 한 건의 기사를 인연으로 의기투합했고, 원거리에서 6년 동안 전화로만 안부를 물으며 살아온 그들의 첫 만남은 그야말로 감격의 도가니였다.

○…소설 '수미산' 읽고 출가한 주부독자

창간 초기 고은 선생의 대하소설 '수미산'을 탐독했던 한 주부가 소설 속 주인공의 삶에 매료돼 기도를 시작했다. 다양한 인연들을 한 섬의 수행 공동체로 묶어 진정한 구도의 길이 무엇인가를 보여줬던 소설의 진지한 흐름에 스스로 빠져든 것. 그 주부 독자는 3년 넘게 상당히 열심히 기도했다. 그리고 꿈을 이뤘다. 남편이 "수행을 원한다면 수행의 길을 가야지"하며 이혼을 해주고 집안 인연들을 정리해 준 것이다.

"기자님, 저는 출가합니다. 당분간은 신문을 못 보겠네요. 나중에 다시 구독할게요."

어느 도량에선가 열심히 정진하고 있을 그 옛 독자(아니, 지금은 스님)에게 인사를 전한다.

"성불하세요."

○…보던 신문을 법공양으로 전환

점심시간, 당직을 서고 있는데 한 독자가 전화를 했다. 신문 구독을 중지하겠다는 것이었다.

"아니 왜요? 신문이 맘에 안 드시나요?" 의외의 답이 돌아왔다.

"아뇨. 제가 이번에 아기를 낳아서 부모님 댁으로 들어가서 살게 됐는데 부모님께서 구독하고 계시거든요."

어쩔 수 없었다. 아쉽지만 구독중지 할 수밖에. 그런데 갑자기 묘수가 떠올랐다.

"그러시면 아기 출생을 기념하는 뜻에서 보시던 신문은 법공양으로 전환하시죠? 법공양의 공덕을 쌓으시면…."

속으로 '내게 이런 상술이?'하며 놀라기도 했지만 결과는 좋았다.

"네, 그런 방법이 있군요. 그렇게 해 주세요."

"승가건강비법 신비의 나무" [마·가·목]

강원도에는 옛부터 전해오는 속설에 노인이 마가목 지팡이를 짚으면 굽은 허리가 펴지고 아이를 못낳는 여인네가 방안에 마가목 가지를 두기만 해도 수태를 한다는 신령한 나무로써 지금도 승가의 선원에서 참선수도하는 스님들은 기력을 돋우기 위해 마가목 차를 드시고 있으며 산승이 비법을 전수받아 진귀한 열매와 약수로 맑고 향기롭게 정성껏 달여서 (1달분 60봉 두재 분량) 보시해 드릴 수 있습니다.

■ 1988년 11월 6일 오전 6시 40분 - KBS-2 TV "건강하게 삽시다" (강원도 오대산 승가비법 약초기행 마가목을 찾아서)방영
■ 2000년 10월 25일 수요일 - KBS-1 TV 아침방송 "무엇이든 물어보세요" (나무차 소개)방영

본초강목, 동의보감 기록

첫째, 그 성질은 따뜻하여 몸이 쇠약하고 풍습비 해수 등을 다스리고
둘째, 흰머리를 검게 하며 두뇌세포를 촉진 통풍, 신경통, 관절염, 기관지염, 방광염, 위염, 폐결핵, 팔다리가 저리거나 허리가 아프고 몸이 차고 냉한 사람
셋째, 중풍, 동맥경화, 고혈압, 풍 예방 및 기력을 돋우어 주어 신장(콩팥)을 튼튼하게 하고 피로를 제거하며 간장을 보호하고 보혈, 신기허약, 조갈증, 당뇨와 고지혈증
넷째, 불안, 우울, 불면증을 해소하여 골병이 든 어혈도 풀어주며 비만 체질(지방을 분해하여 살이 빠지며)과 성인병 예방
다섯째, 심장을 안정시키며 마음을 편안하게 하고 양기를 돋우며 숙취를 해소

※계절이 바뀌면서 체질변화로 인해 항상 피로하고 노곤하며 기운이 없는 사람에게 활력이 생깁니다.

⊙ 약품은 아니며 체질개선에 도움이 됩니다 ⊙

"실험사례" 폐 식용유에 마가목 액을 섞었더니 맑게 정제가 됩니다. 즉, 만병의 근원인 혈액속의 콜레스테롤을 제거하여 피를 맑게 합니다.

상담문의 충북 청원군 북일면 초정약수 토굴암
전화번호 : 043)214-1280 대진 스님

감 사 말 씀

서울 남부교구 종무원장
법 진

한국불교태고종
서울남부교구 법진 큰스님
종무원장 추대식에
공사다망하신데도
불구하고 참석하셔서
자리를 빛내주셔서
감사하오며 우선 지면을
빌어 인사 올립니다.

서울 관악구 신림7동 685-113
보운사 02)868-6142, 855-4792
서울 남부교구종무원장 법진 016)256-6142

봉행위원장 교구 종회의장 재홍 합장

매일경제신문 인체경영학 연재
이강옥 교수의 체질개선 해독다이어트

"당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다.

95%의 다이어트가 실패로 끝나는 현실에서 살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들은 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중감량이 된다는 20년간의 임상 경험!

여성이 살빼기가 더 힘든 이유

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

체내 노폐물이 빠지며, 건강체질로 바꾸는 발효원액 절식법

뚱뚱하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 숙변이 쌓이고 관절 사이사이에 박히고 간에는 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 물단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답해지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원 02)523-0708
www.chorokwon.com