

“서로의 마음공부법 들으니 도움돼요”

한마음선원 전국 청년 연합 수련회 4백여명 참석

전국 한마음선원 청년 법우들이 모여 서로 돌 아닌 도리를 알고 마음공부를 나누는 자리를 가졌다.

안양 본원을 비롯해 부산, 울산, 진주, 광주, 청주, 공주, 광명선원, 대구, 강릉, 포항, 문경, 목포, 중부경남, 제주, 통영 등 16개 지원 20~30대 청년법우 400여 명이 1월 25~27일 부산지원(지원장 해도)에서 ‘만가지 꽃이 피고 만가지 열매 익어’를 주제로 전국 청년연합 수련회를 열었다.

그동안 매년 각 지원별로 하계·동계 수련회를 진행해오다 1999년 이후 처음으로 전국 청년법우들이 한자리에 모인 것이라 더욱 뜻 깊다.

행사는 해은·해영·해란·해전·정룡·정일 스님 등 정년회 담판 법사 스님들의 지도로 다양한 프로그램이 마련됐다.

이번 수련회는 단기출가 형식으로 진행됐다. 각 지원 법사 스님들은 형식에 걸맞게 입승(立繩), 찰중(察衆), 도감(都監), 다각(茶角), 호법(護法) 등 소임을 맡아 행사를 이끌었다.

첫날 각지원에서 모인 청년법우들은 입재식후 대행 스님의 비디오 법문을 들었다. 대행 스님은 법문에서 “마음이라는 것은 빛보다 더 빠르며, 빛과는 비교할 수 없이 마음이란 그렇게 광대한 것입니다. 마음이라는 게 죽고 살리는 것을 담당하고 있는 것입니다. 그리고 잘하느냐 못하느냐도 담당하고 있고요. 내세에 앞으로 다시 뒤바뀌어서 모습을 가지고 나오는 것도 담당하고 있습니다. 이 모두가 그렇게 광대하고 무변하고 묘법인 것을 우리는 몰라서는 안됩니다”고 강조했다.

대행 스님 법문에 앞서 입재식에서 부산지원장 해도 스님은 “내 자성지리에서 나를 살게 하는 것이니 일체 경계를 내면의 근본자리에 돌려놓으면서 행하면 일체가 밝고 지혜로운 삶으로 나투게 될 것이니 알차게 정진



안양 본원을 비롯해 부산, 울산, 청주 등 16개 지원 20~30대 청년 법우 400여 명이 부산지원에 모였다. 청년들은 마음공부를 주제로 조별로 머리를 맞대 진지한 대화를 나누고 발표를 하며 공감했다.

14년만에 전국지원 청년 참가 2박3일 단기출가 형식으로 진행 16개 지원 청년 모여 신심 키워

하는 시간 되길 바란다” 말했다.

둘째 날에는 예불, 발우공양, 조별토론 및 발표, 금강경 독송과 사경, 좌선 수행, 특별강연과 촛불제가 진행됐다. 토론주제는 △마음공부를 하면서 힘들었던 점 △주변인연의 포교방법 △꿈을 이루기 위해 마음공부를 어떻게 활용하고 있는가 △삼포시대의 고민에 대해 어떻게 생각하며 나는 어떻게 해 갈 것인가 △정년회 활성화 방안 등이 주어졌고, 청년들은 조별로 머리를 맞대고 진지한 대화를 나눴다.

어릴 때부터 부모님을 따라서 범회에 나온 법우부터, 친구 따라 불교와 인연을 맺어 20대에 선원을 찾은 초심자까지 청년법우들의 고민거리가 쏟아졌다.

“사회활동을 하다 보면 선원활동에 소홀해진다. 양쪽 모두 놓치지 않고 균형 있게 활동하고 싶은데 그러기 쉽지 않아 고민했다. 하지만 이렇게 고민하는 것 자체가 마음이 작용하는 것이라 생각해 감사하게 느꼈

다.(○○○씨·부산지원) ”

조별 발표자들은 마음공부를 어떻게 해야 하는지 도표를 그려 프로젝터를 이용해 체계적으로 설명하는가 하면 재미 있는 입담으로 수련장을 웃음바다로 만들었다.

대체 마음공부가 무엇일까. 주인공한테 무엇을 관한다든 것일까. 처음 마음공부를 할 때 모든 것이 생소했겠지만, 법우들은 토론과 발표를 통해 그런 고충들을 공유함으로써 더욱 더 자신의 근본을 알아가고 체득해가는 시간을 보낼 수 있었다.

이후 청년 법우들은 금강경 독송, 좌선, 사경 등의 프로그램을 마친 후 황수경 동국대 명상상담학과 겸임교수의 특강을 경청했다.

“돌이 아닌 도리의 실천”을 주제로 강의한 황 교수는 “요즘 같은 경쟁사대에 마음공부가 과연 필요하냐 라는 의문을 갖는 사람들이 있지만 현대는 마음공부가 반드시 필요하다”고 설명했다. 이어 황 교수는 <의식혁명>의 저자 데이비드 호킨스 박사의 ‘의식지도’를 언급했다. 의식지도란 인간의식 수준을 수치화해 마음치유에 이르는 길을 단계별로 제시한 이론이다. 각 수위에 면밀한 분석과 그 수준의 치유와 극복을 통해 깨달음에 이르는 실용적 지침을 정리한 것이다.

황 교수는 “의식수준이 600(평화, 축복)점

정도인 사람은 하나가 됨을 느낀다. 기업에서도 기업영성자본이라고 해서 이러한 의식수준을 끌어올리려는 노력을 하고 있다. 현재 인류는 200점 정도(용기, 긍정)의 수준에 있다”며 “마음공부를 하는 청년 도반들은 얼마든지 영성지수를 높일 수 있다”고 격려했다. 이어서 참가자들은 촛불제를 통해 자신의 근본 마음을 밝히기 위해 다짐하며 하루를 다짐했다.

마지막 날 청년법우들은 태종대를 둘러보고 선법가, 댄스 등 장기자랑을 선보인 뒤 전체일정을 마무리했다.

윤상현(20·분원) 씨는 “각 지원에서 모인 법우들의 다양한 마음공부이야기를 들으니 좋았다. 배울 점도 많고 유익한 시간이었다”고 말했다.

안세용(25·진주지원) 씨는 “학교를 졸업하고 취업을 준비해야 할 중요한 시기에 비슷한 또래의 청년들과 모여 어울리니 위로도 되고 뜻깊은 자리였다”고 말했다.

본원 청년회 지도법사 해은 스님은 “각 지원들과 함께 열어보자는 법사 스님들의 마음을 모아 준비하게 됐다”며 “청년 법우들이 수련회를 통해 각자의 마음자리를 찾았으면 한다”고 전했다.

부산=이은 기자 oasis1983@hyunbul.com

한국인들이여 자부심을 느끼자

금강경독송회, 미대사관 가족 초청 한국문화 알리기 나서

“Korean is diligent. Through this spirit Korea have achieved 20 centuries remarkable economic growth.” (한국인들은 근면합니다. (한국인들은 근면합니다. 이 정신으로 한국은 20세기 기적이 라고 까지 불리는 경제성장을 이루 었습니다.)

국립중앙박물관 교육관에서 상영되는 영상물을 보는 외국인들의 모습이 사뭇 진지했다. 이들은 고조선 시대 청동거울과 팔만대장경 등 한국문화와 현대 한국 조선헌교와 반도체 산업 등 한국의 현대화를 보며 연신 탄성을 내뿜었다.

금강경독송회(지도법사 김재용) 산하 단체인 ‘한국의 정신과 문화 알리기회’가 미국 대사관 가족들

이날 행사에서 대사관 가족들은 한복을 입고 아이들과 한식을 즐기며 즐거운 한때를 보냈다.

행사 이후 공보관 도나 머피 씨는 팔만대장경을 만든 한국인들의 정신이 놀랍다고 말했다. 머피 씨는 “전란 중 한마음으로 나라를 지키며 훌륭한 문화재를 남긴 데에는 불교를 비롯한 한국만의 고유한 정신문화가 바탕에 있었다”며 놀라움을 표했다.

공보참사관 보좌관 키톤 창 씨는 “금속활자 등을 보면 한국인에게는 정교한 과학적 기질이 있다. 조선시대와 반도체 등 현재 세계를 선도하는 기술력이 여기에서 나오는 것 같다”고 말했다.



금강경독송회 산하 단체인 ‘한국의 정신과 문화 알리기회’ 미국 대사관 가족들을 대상으로 개최한 한국문화 체험 행사를 하고 있다.

을 대상으로 개최한 한국문화 체험 행사의 모습이다.

1월 26일 국립중앙박물관 제2교육관에서 진행된 이날 행사에는 미국 대사관 가족 53명이 참여해 한국 전통문화를 체험하고 영상을 통해 한국의 역사를 배웠다.

송해경 상임이사의 안내 하에 행사는 고조선의 청동거울, 고려 금속활자, 팔만대장경의 영상물 상영과 한복 체험 및 세배, 떡국 및 구절판 시식, 한국의 발전상 영상물 관람 등으로 진행됐다.

“한국에는 어른을 공경하는 문화가 강합니다. 미국에는 이런 부분이 많이 사라졌는데 부모님을 생각하며 뜻 깊게 보았습니다. 아이들도 여절이나 이런 부분을 많이 배웠으면 합니다.”

이등서기관 총무과장 알렉산더 피 고글스키 씨와 부인 스테파니 고글스키는 설날 세배 예절 체험 후 한국전통예절이 인상 깊었다고 말했다.

송해경 상임이사는 “금강경독송회를 만든 김재용 법사님이 미국 법회 때마다 재미교포들이 인종 차별과 폭력에 주눅 들어서 사는 것을 보고 난 후부터 한국문화를 알리고 한민족의 자부심을 높이는 행사를 열고 있다”며 “한국의 경제성장고 뛰어난 문화를 알리기 위해 2005년부터 현재까지 한국 역사와 문화를 소개하는 8종의 책자 70만 권을 인쇄해 배포하기도 했다”고 소개했다.

한편, 금강경독송회는 1973년 설립됐으며 국내외에 15개 지부를 두고 있다. 본부는 포항 금강정사(총해유)다. 독송회는 매주·뉘장·참기름을 생산하고 농사는 물론, 옷가게 운영 등을 통해 모든 것을 자급자족한다. 이들은 직약을 생활화해 매년 1000만 원 이상을 불우이웃 돕기 성금으로 15년째 기부하고 있으며 미국 각 지부는 김치와 만두를 만들어 판 수익금을 행사비용에 보태고 있다.

노덕현 기자

힐링, 받지만 말고 힐링 해주자

지혜경영연구소, 명상지도자 과정 개설

한국의 전통 명상기법과 서구 명상의 장점을 접목해 지도자를 양성하는 프로그램이 개설됐다. 지혜경영연구소(대표 손기원)는 3월 9일부터 매주 토요일 ‘지혜인 명상 지도사(1·2급)’ 양성 과정을 열고, 명상 지도자로서의 잠재적 소양이 있는 지원자를 모집한다.

지혜경영연구소는 ‘지혜인 명상’ 프로그램을 토대로 초중고 집중력 캠프, 경영인·교사·공무원·일반인 등까지 남녀노소 모

두를 대상으로 인성·리더십·학습·경영·교육 등 다양한 분야에 프로그램을 제공하고 있다. 특히 스트레스에 시달리는 기업체 간부들에게 효과적이다. 지혜경영연구소는 삼성전자, 신한은행, 중소기업연수원 등에서 마음관리와 소통, 성공적인 삶의 비전 정립 등을 주 내용으로 제공하고 있다. 또한 학교폭력과 과중한 업무, 교권침해로 상처받은 교사를 대상으로 힐링캠프, 치유성장 프로그램을

등을 제공한다. 학습 경쟁과 휴대폰 중독 등으로 고충을 겪는 초중고학생들에게는 집중력 향상과 힐링에 도움을 준다.

손기원 대표는 “21세기에 한국인이 한류(韓流)의 주역으로 세계를 누비고 있다. 양궁, 골프, 사격 등 집중력 종목과 B-Boy, K-POP 등 신명 나는 분야를 비롯해 휴대폰, 조선, 디자인 등 창조적인 분야까지 명성을 날리고 있다”며 “이러한 이유는 한국인의 명상과 진리학습 전통이라는 깊은 뿌리가 있다. 21세기의 개인과 사회의 병폐를 치유하고 새로운 희망을 찾는 일도 한국인의 오랜 전통에 해당이 들어있다”고 설명했다.

‘지혜인 명상 지도사’ 양성 과정은 1·2급 훈련과정으로 진행된다. 교육시간은 140시

간, 커리큘럼은 △한국인의 5천년 명상 전통 △한국·동양사상의 진리와 명상 등으로 구성됐다. 교육기간 동안 해발 800m 산속 청정 지역에서 명상과 힐링, 사찰 자연음식을 체험하는 워크숍도 마련된다.

교육수료로는 <지금 행복해야 할만한 거야>(공자처럼 학습하라)의 저자인 손기원 대표를 비롯해 박의중 경기도평화교육연구소 원장, 이철길 달문명상기수련원장, 이명순 지혜경영연구소 이사 등이 참여한다.

수료자에게는 수료증과 지혜인 명상 지도사 자격증을 수여하며, 지혜인 명상지도자로서 소양에 따라 교육 진행에 참여할 기회도 부여된다. (02)766-9455

이은 기자



생활속의 불법수행 ④

생활속의 불법수행은 현대불교신문 광고지면을 통해 부처님 법을 널리 홍보하는 지면입니다. 불자개인, 단체, 사찰 누구라도 소정의 정성금으로 부처님의 법을 나눌 수 있습니다. 불교의 생활화·현대화·세계화를 위해 더욱 정진하겠습니다. 현대불교신문 광고부 0212004-8213.4

무지개는 본래 일곱 색깔이 아니다



빨·주·노·초·파·남·보 무지개는 일곱 가지 색깔을 띤다. 햇빛이 공기 중의 물방울을 통과하면서 일곱 가지 색깔로 나뉘어져 하늘에 수를 놓은 것이 무지개이다. 빛이 프리즘과 같은 분광(分光) 장치를 통과하면 똑같이 선명한 일곱색으로 나뉘어진다. 그래서 우리는 빛의 색을 일곱 가지로 받아 들인다. 그러나 빛은 일곱 색이 아니다. 다만 사람의 눈에 일곱 색으로 보일 뿐이다.

사람의 눈은 적외선, 자외선을 볼 수 없다. 또 너무 가까운 것, 너무 먼 것도 볼 수 없다. 귀 또한 마찬가지이다. 일정한 영역에 속하는 소리만 들을 수 있다. 소리의 파장이 아주 길거나 짧을 경우 사람들은 소리를 느끼지 못한다. 그러나 코끼리는 자기들끼리만 알아 듣는 저음을 낼 줄 알고 박쥐는 또 기계장치로나 포착 가능한 극초단파로 통신 한다.

따지고 보면 사람이 오관을 통해 감지하는 바깥 세상의 모습은 그 전부가 아니라 한 귀퉁이에 불과하다. 빛의 극히 일부분만을 볼 수 있고 소리의 일부분만을 들을 수 있다. 냄새·맛·감촉도 마찬가지이다. 따라서 우리가 두 눈 똑바로 뜨고 보았다고 하는 것, 내 두 귀로 분명히 들었노라 하는 것이 실은 참이 아니다. 그러니 오관을 통해 주위 모든 정보를 바탕으로 한 의식의 작용이라는 것도 따져 보면 왜곡된 것이 대부분일 수밖에 없다.

우리가 평생을 두고 받게 되는 교육이라는 것도 그렇다. 독립된 한 인간으로서 세상을 살아가려면 많은 양의 교육을 받아야만 한다. 그러나 그 내용을 엄밀히 따져보면 진리, 또는 그에 가까운 것보다는 왜곡된 것이 대부분

이다. 좀 과장되게 말하면 교육이란 이 세상의 실체를 배우는 과정이 아니라 ‘나’를 지키기 위한 ‘나로서’ 살아가기 위한 생존의 방법·투쟁의 방법을 배우는 것에 불과하다. 그렇기 때문에 문명의 눈부신 발달에도 불구하고 갈등·분쟁·폭력·범죄·전쟁 따위가 갈수록 기승을 부리게 되는 것이다.

진리라는 측면, 궁극적인 실체의 입장에 서면 인간은 ‘가짜’라는 이름의 신을 믿고 ‘가짜’라는 이름의 종교에 빠져 사는 셈이다. 귀머거리, 장님이나 다름 없고 고작해야 우물안에 갇힌 개구리와 다를 바 없는 것이다. 그래서 불법은 진정한 한몸, 귀 열림을 그토록 강조하지 않을 수 없게 된다. 깨달음의 자리에서 인간을 바라보면 누구나 통 속에 갇혀 살고 은산철벽에 둘러싸인 풀이니 어찌 애용해하지 않겠는가.

‘나’를 앞세우는 한은 보고 듣는 것이 모두 가짜요, 배우는 것도 모두 가짜이다. 사랑한다는 것도 가짜 사랑이요, 베풀고 나눈다는 것도 가짜 베풀이다. 그러기에 불법에서는 눈 없는 눈으로 보고 귀 없는 귀로 들어야 한다고 가르친다. 무주상의 삶이어야 비로소 진리에 가까이 다가갈 수 있다고 말한다. ‘나’가 빠져야 바로 볼 수 있고 바로 들을 수 있으며 바른 배움이 될 수 있다고 강조한다. ‘진리를 알고자 하는 한, 깨달음에 이르러자 하는 한, 나를 죽이는 일’- 아상·아만·자존자대·자기 사랑을 멈추는 일만이 진정으로 배우고 노력해야 할 우리의 목표인 것이다. 무지개는 본래 일곱 색이 아니다.

협찬 현대불교 031)792-6288, 794-4055