

“소외이웃과 함께 하는 제 진정한 방생”

아직도 물고기 방생하세요? 새로운 방생 합시다

전국 사찰들은 동안거 해제일이자 정월 대보름을 전후로 방생법회를 갖는다. 또 다가오는 봄을 앞두고 방생기도회를 준비하고 있다.

생명 존중의 적극적 발현인 '방생'은 불교의 자비 정신을 상징하는 대표적 의례다. 하지만 죽음에 직면한 살아있는 생명을 놓아주는 본래 의미와는 달리 생태계를 교란하는 외래어종을 무분별하게 놓아준다는 지적이 제기되면서 한동안 '천덕꾸러기' 취급을 받았다. 또 방생철만 되면 각 언론과 환경단체들은 방생을 자제해 줄 것을 요청하는 웃지 못할 일도 벌어졌다.

서울시는 2월 23~24일 방생행동이 많은 정월대보름을 맞아 한강 일대에서 시민과 합동으로 생태계 교란 어종과 한강 서식 부적합 어종을 방생하는 행위를 지도·단속하기도 했다.

그러나 최근 몇 년 전부터 방생법회의 트렌드가 바뀌고 있다. 조계사, 통도사, 마곡사 등 주요사찰들이 지자체의 해양수산과로부터 자문을 구하고 토종 붕어 및 치어 등을 방생하는가 하면 문경 운암사는 2010년부터 정월대보름에 방생 대신 야생동물들에게 먹이를 주는 행사를 펼치고 있는 것. 운암사는 2011년 100여 명의 신도



몇 년 전부터 방생법회의 트렌드가 바뀌고 있다. 야생동물들에게 먹이를 주는가 하면, 자원봉사를 통한 '인간방생'이 그것이다. 사진은 조계사에서 2006년 실시한 야생동물 방생법회

포교원, 지구촌 빈둥아동돕기

원오사, 군법당서 방생법회

자원봉사활동, 장학금 지급도 방생

와 함께 감사 두 가마나, 사료 500kg 등을 문경 제약산 등지에 흩어놓았다.

이 같은 추세는 1995년 조계종 총무원이 '올바른 방생법회를 위한 제안'이라는 공문을 전국 사찰에 발송하거나 방생지침서를 발간해 배포하면서부터 변화된 것으로

풀이된다.

뿐만 아니라 방생의 의미도 확장돼 산짐승을 놓아주는 것 뿐 아니라 장학금을 지원하고 사회복지시설에서 자원봉사활동을 하며, 일상적인 부분에서 방생을 실천하는 사찰이 늘고 있다.

서울 국제선센터(주지 탄웅)는 2012년 장애인생활시설인 '이천 승가원자비복지타운'을 찾아 자원봉사를 하는 '자비실천 방생대법회'를 봉행하며 방생법회의 참의미를 되새겼다. 또한 한국불교대학 대관사를 발간해 배포하면서부터 변화된 것으로

함께 노인요양병원을 방문해 봉사활동을 펼치는 등 '인간방생'을 실시했다.

이런 가운데 조계사(주지 도문)는 3월 3일 진행되는 정월 생명살림 기도에서 어류를 방생하는 행사대신 속리산 법주사에서 진행되는 미륵대불을 위한 개금불사에 동참한다. 산짐승이나 어류를 방생하는 데에는 인원 제한이 따르기 때문이다.

조계종 포교원(원장 지원)은 한반도 평화와 세계평화를 위한 방생법회를 오는 9월 부산에서 개최한다. 2013년 한국전쟁 정전협정 60돌을 맞아 생명 살리기의 일환으로 지구촌 빈곤아동을 돕기 위함이다.

포교원은 "죽을 위기에 처해 있는 목숨을 구해 주어진 본래의 생명을 살리는 아름다운 자비의 실천인 지구촌 빈곤아동을 돕기를 실천해 이 땅에 진정한 평화를 구현했으면 한다"며 "소아마비, 기상이변, 가난, 영양실조 등으로 신음하고 있는 지구촌의 어린 생명들을 위한 불자들의 소중한 보시는 생명을 살리는 아름다운 생명방생 불사"라고 참여를 당부했다.

부산 원오사(주지 정란)는 지난 24일 부산 용호동 해군작전사령부 군법당을 방문해 군장병을 위문하는 방생법회를 봉행했다. 정란 스님은 "방생의 의미는 죽을 목숨을 살려주는데 있지만 함등고 소외된 이웃과 더불어 살아가고자 하는 공동체적 마음을 내고 실천하는 것"이라고 설명했다.

이나는 기자 oasis1983@hyunbul.com

“수행하고 지혜답으면 몸 건강해”

고미숙 고전평론가, '정기신 조화' 강조

조선시대와 비교하면 현대의 의술은 많이 발전했다. 그러나 현대의학은 병의 근본을 통찰해 치료하기 보다는 증상을 억제하거나 병을 쫓아내는데 집중한다. 동의보감(東醫寶鑑)에서 일컫는 몸의 생명을 키워내는 양생(養生)과는 다르다.

《동의보감, 몸과 우주 그리고 삶의 비전을 찾아서》의 저자인 고전평론가 고미숙 씨는 "몸과 마음, 몸과 몸, 몸과 사회가 소통하면 절대 아프지 않다. 의학과 삶이 어떻게 연결되는지를 알아야 진정한 건강이 무엇인지 탐구할 수 있다"고 강조한다.

대한불교진흥원(이사장 김규철)은 2월 19일 서울 다보빌딩 3층 다보원에서 개최한 '우리 몸이 지닌 치유본능을 찾아-몸과 삶과 생각이 하나 되는 의학과 인문학의 만남'에서 고미숙 씨를 초청해 강연을 진행했다.

강연에서 고미숙 씨는 건강을 위해 몸을 함부로 다루고 있는 현대인들을 지적하면서 동아시아 의학사의 최고 지식들을 총망라한 《동의보감》을 통해 지혜를 얻을 수 있다고 말했다.

精氣神 집중돼야 올바른 삶 살아가

몸 아플때 음식 살피고 운동해야

고씨는 "허준은 방대한 지식을 자신만의 독특한 방법으로 분류·배열해냈다. 양생과 의술을 새로운 차원에서 통합해 병과 처방이 아니라 몸과 생명을 전면에 내세운 것이 특징"이라고 설명했다. 그에 따르면 허준은 내경(몸 안의 세계)-외경(몸 밖의 세계)-잡병(병의 세계)-탕액(약물의 세계)-침구(침구의 세계) 순서로 분류해 《동의보감》을 저술했다.

'내경편'에서 허준은 우주가 창조되는 순간부터 이야기 한다. 몸과 생명이 우주의 탄생과 분리될 수 없음을 전제하는 것이다. 하늘과 땅의 정기가 생명의 시원(始原)이 되고, 그것을 바탕으로 정기신(精氣神)이 만들어진다는 것이다.

고 씨는 "정(精)은 생명의 기초를 이루는 기본 물질을 말한다. 기(氣)는 정(精)을 움직이는 에너지이고, 신(神)은 정기의 흐름에 벡터를 부여하는 컨트롤러 역할을 한다. 이 세 가지가 맞물려 돌아가면서 생명을 유지한다"고 설명했다.

그가 말하는 '정'은 우리의 몸을 구성하는 물질적인 것, 몸의 근본 뿌리인 신장에 의지한다. 신장의 물이 척추를 타고 올라 뇌에 닿는 과정이 원활해야 상상력과 창조력이 생긴다. 그러나 신장에 '정'이 충분하지 않으면 추론·기억력이 저하된다. 신장은 또한 우리 몸에서 '귀'와 연결돼 있다. 고 씨는 "스마트폰을 들여다보고 이어폰을 귀에 꽂아 시끄러운 음악을 듣는 요즘 아이들이 창의력을 키울 수 있겠



고미숙 고전평론가는 19일 서울 다보빌딩 3층 다보원에서 개최한 '우리 몸이 지닌 치유본능을 찾아'에 초청돼 강연을 펼쳤다.

나"고 지적했다.

"기"는 물질을 움직이는 에너지로 폐에서 작용한다. 때문에 올바른 호흡법을 통해 폐를 평화롭게 다스리는 것이 장수의 비결이라는 것이다. '신'은 '정'과 '기'의 흐름을 컨트롤하는 무형의 존재로 심장에 해당된다. 고씨는 "신이 없고 정기만 있다면 기계일 뿐이고 신은 있지만 정기가 없다면 유령"이라며 "결국 정기신이 잘 집중돼 있어야 행복하게 살 수 있다. 정기신이 조화로운 사람은 절대 남을 속이지 않는다"고 강조했다.

이 같이 몸 안의 세계를 알게 됐다면 이제 어떻게 살아가야 할지 살펴야 한다. 고 씨는 수련을 하고 지혜를 닦음으로써 건강할 수 있다고 말한다.

"양생은 자기 배려와 수련, 소통과 지혜를 닦는 삶의 기술입니다. 식탐을 줄이고, 숙면을 취하는 것부터 시작해야 합니다. 그리고 통하여 아프지 않습니다. '통즉불통(通則不痛)'을 기억해야 합니다. 몸과 마음, 몸과 몸, 몸과 사회가 소통하면 절대 아프지 않다고 허준은 말씀했습니다."

현대인에게 양생의 기술이 절실하게 필요하다고 말하는 고씨는 "자본주의 시대에는 물질의 태과(太過)와 정신의 불급(不及)으로 인해 기(氣)가 소통할 수 없다. 태과 불급이 낳는 질병이 암과 우울증"이라고 덧붙였다.

또한 고씨는 아프면 무조건 의사에게 의존하지 않는 행태도 지적했다. 요즘 많이 먹는 음식과 술, 패스트푸드는 허열(虛熱)을 발생시키고, 음기 대신 양기를 강하게 해 우리 몸을 불편하게 한다는 것. 그래서 몸이 아플 때는 음식을 먼저 살피고 운동을 먼저 해야 한다고 강조했다.

또한 고 씨는 몸과 마음을 명민히 관찰해야 진정한 치유가 이뤄진다고 말했다. "의학은 사람들에게 치유 본능을 깨워줘야 합니다. 우리는 기술과 제도에 의존하지 않고 스스로 몸과 삶을 공부하고, 나아가서 사회와 우주를 헤아릴 역량을 키워 '삶의 주체'가 되어야 합니다"

이나는 기자

한국서 아잔브람의 힐링명상법 배운다

각산 스님, 동국대서 3월 18일부터 강의

아잔브람 한국명상센터 참불선원(선원장 각산·사진) 각산 스님은 동국대 정각원에서 3월 18일부터 5월 27일까지 매주 월요일 저녁 7시부터 아잔 브람 명상강의를 개설한다.



아와 그 극복-도가 높아진 만큼 장애도 나타난다. △수행을 성취하는 다섯 가지 힘-인생성공, 도업성취 △수행 실천-참선 90분, 즉문즉설 30분 △호흡명상의 실제와 이론 2-삼매로 가는 길 △선방순례 명상탐방(신청자에 한함) 등으로 구성된다.

아잔브람의 명상법은 위빠사나와는 다른 호흡명상(안반선)을 복원한 명상법이다. 각산 스님이 지도하는 이번 강의는 총 36강좌 중 1차 12강좌로서 부처님 당시의 수행법인 '붓다의 호흡명상'에 중점을 둔다. 2차 12강좌는 '초기불교 수행과 간화선 통합수행의 이론과 실제'이며, 3차 12강좌는 '붓다의 명상과 간화선 실천'으로 구성된다.

이번 1차 강의는 △명상이란 무엇인가? -명상은 마음의 평안과 삶의 대자유 △위빠사나와 호흡명상의 실제와 이론 1-마음관찰, 현재집중, 호흡관찰법 △통증극복과 좌선법 - 어깨·다리·허리통증, 좌선자세법 △행 실천- 참선 90분, 즉문즉설 30분 △생활 속의 명상- 걷기명상, 생활 속의 알아차림 △수행의 다섯 가지 장

한편, 각산 스님은 해인사 보광 스님을 은사로 출가해 해인사 승가대학을 졸업하고, 송광사 범어사 통도사 선원과 태극 미안마 스리랑카 호주 중국 등에서 10여 년 수행을 탐방하며 미얀마 고승 파옥 선사와 명상 스승 아잔 브람에게 가르침을 받았다. (010)3149-7111 정혜숙 기자

국제포교사 자격고시, 3월 17일 실시

국제포교사 자격고시가 3월 17일 실시된다.

국제포교사사회는 3월 17일 3월 17일 오전 9시 30분 한국불교역사문화기념관 2층 국제회의장에서 국제포교사 자격고시를 실시한다.

자격고시는 조계종 소속 스님과 신도들을 대상으로 열리며, 영어와 제2외국어권

부문으로 나눠 서류전형과 필기전형, 면접전형으로 진행된다.

응시를 원하는 스님과 불자들은 3월 8일까지 울산 중로구 건지동 13번지 전법회관 3층 국제포교사회로 우편 및 방문접수로 서류를 접수하면 된다. 합격자는 소정의 예비교육을 이수한 뒤 국제포교사 자격이 풀수된다. (02)722-2206 노덕현 기자

제8기 평화리더십아카데미 모집

35세 이상 전문직종인 대상...3월 21일 개강

한국사회 미래에 대한 소명의식을 가지고 각 분야에서 활동하는 전문직종인을 대상으로 한 강좌가 열린다. 평화재단(이사장 법륜)은 3월 21일~6월 13일 매주 목요일 오후 7시 서울 서초구 평화재단 강당에서 평화리더십아카데미를 개최한다.

강좌가 열리는 첫째 날에는 입학식과 함께 조민 평화교육원 부원장이 '역사와 정치의 대화-다시 대한민국을 묻는다'를,

법륜 스님이 '진정한 성공이란 무엇인가'를 주제로 강연을 펼친다. 이외에도 △송민준 전외교통상부 장관의 '격랑 속의 동아시아, 한반도는 어디로?' △김진현 전과 학기출처 장관의 '대한민국이 걸어온길, 가야할 길' △윤여준 평화교육원 원장의 '국정운영의 스테이트트래젝트' 등의 강좌가 열린다. 정원은 60명이며 접수마감은 3월 16일까지다. (02)6925-0522

교직자 양성 전문교육

제83기 佛敎儀式(범음·범패) 學人모집

본 대학 불교의식 교육원에서는 학인을 모집합니다.

◆과정(야간 및 통선생)

기본과정(3개월)	사물(목탁, 요령, 태징, 법고) 다루는법, 도량서, 첫송, 상단예불, 각단예불, 천수경, 행선축원, 불공시식 등
중급과정(3개월)	상주권공, 대령관욕, 신중작법, 지장청, 관음시식, 다비식 등
작법반(1년)	요잡바라, 천수바라, 도량계, 다계작법(나비춤) 등
신행과정(1년)	기본·중급 수료자에 한 함
특수작법(1년)	기본·중급 수료자에 한 함

- ◆모집인원 : 30명 (선착순) ◆원서접수 : 2013년 3월 4일까지
- ◆개강일시 : 2012년 3월 5일 (화요일) 개강. 매주 (화, 금) 오후 5시 ~ 6시 30분 (1시간 30분)
- ◆제출서류 : 입학원서 1통, 주민등록등본 1통, 반명함판 사진 3매
- ※ 본원은 초종파 교육도량으로서 수료증을 수여하며, 승려 후보생의 수계특도, 포교원(사찰)창건의 지도와 편의를 제공합니다.
- ※ 초심자라도 여법하게 불교의 전통의식을 봉행할 수 있도록 지도합니다.
- ※ 전화·서신 문의하시면 안내서를 보내드립니다.

海東佛敎儀式教育院
海東佛敎梵音大學

서울 종로구 낙원동 243-3 탑골공원 뒷편 ☎ 02)741-0495, 0496

경 대한민국 중요 무형문화재 50호 축

“태고종 영산재”

유네스코 세계 문화유산등재

전통 범음범패(바라작법) 과정 학인모집

■ 교육 과정

- (1) 초·중급과정
 - ◆조석예불 ◆사시불공, 각단불공, 시달림
 - ◆바라춤 : 요잡(막바라), 관음바라, 천수바라
 - ◆나비춤 : 사방요신, 도량계
 - ◆49재, 천도의식
- (2) 상급과정 - 초·중급 이수자에 한함
 - ◆사다리나바라, 화의재바라,
 - ◆신중작법(104위, 39위), 육건이
 - ◆다계나비춤작법, 운심계작법
 - ◆가지계

■ 강주스님 : 교무국장 성우

- ◆ 교육시간 : 초·중급 - 목요일 오전 10시 ~ 1시
상 급 - 목요일 오후 2시 ~ 6시
- ◆ 개강일시 : 2013년 3월 7일(목) (수시모집가능)
- ◆ 수 강 료 : 입학금 10만원 (교재비 포함), 3개월 30만원
- ◆ 제출서류 : 수강신청서 1부 (본 교육원에서 교부), 반명함판 사진 1매
- ◆ 접수기간 : 상시모집
- ◆ 연 락 처 : 054)975-4339

□ 접수처 및 강의장소

한국불교태고종 경북교구종무원 (전화접수 가능)
경북 칠곡군 왜관읍 왜관리 1123-1번지 HD빌딩 2층

한국불교태고종 경북교구종무원

