

# 부처님 출가·열반 새기며 수행정진 하세요

3월 19~26일

전국서 출가·열반 정진 실천

음력 2월 8일과 15일은 불자들에게 뜻 깊은 날이다. 8일은 부처님이 왕좌를 버리고 출가(出家)의 원력을 실천으로 옮긴 출가제일이며 15일은 중생구제에 원력을 다한 부처님이 사바세계와 인연을 놓은 열반제일이다.

불자들은 이 8일 동안 큰 정진로 기리면서 출가열반 특별정진을 한다.

올해의 출가·열반절은 3월 19일부터 26일까지다. 이 기간 전국 주요사찰들이 참회 정진에 들어간다.

**조계종 포교원(원장 지원)**은 출가·열반절을 맞아 '참회 발원 정진 및 범종도 승보공양 실천운동'을 선포한다. 신도들이 올바른 수행생활을 할 수 있도록 참회하고 발원·정진하도록 참여를 독려하고 재가자가 스님들의 출가에서 열반까지 책임지는 21세기 승보공양운동을 전개해 나갈 방침이다.

포교원은 우선 3월 19일 조계사 대웅전에서 포교원장 지원 스님을 법사로 '출가·열반절 입재 및 선포법회'를 봉행한다. 이후 8일 동안 총무원, 포교원, 중앙신도회, 승려복지회 등 중앙종무기관 및 교구본사와 개별사찰들을 중심으로 108배 참회 발원 정진 법회를 통해 출가자들은 물론 불자들도 스스로 '수행'의 주체가 될 수 있다는 사실을 널리 알릴 계획이다.

출가·열반절동안 불자들은 매일아침 경전 독송, 입정(자비관), 서원문 작성, 공양계송 등을 실천한 뒤 출가·열반절 수행일지를 작성하게 된다.



출가·열반절을 맞아 수행정진을 하고 있는 불자들. (현대불교 자료사진)

**포교원, 승보공양·수행정진 독려**

**봉은사, 부처님 생애 독송 수행**

**성주사, 법사 스님 8명 초청법문**

**홍법사, 합동수계의식 봉행**

또한 승보공양운동의 일환으로 매일 약간의 보시금을 적립해 열반절(회향법회)에 해당 사찰 주지 스님에 전달하게 된다. 승보공양금은 ARS(060-700-1077)와 CMS(신청서 작성)를 통해서도 신청할 수 있다.

포교원은 "재가자가 승단을 외호하고 스님들에게 공양을 올리는 것은 불가의 오랜 전통이며 스님들은 재가자들의 보시물을 통해 공동체를 유지 운영하며 수행정진과 전법교화에 전념해왔다"며 "부처님이 이 땅에 오신 큰 뜻을 되새기며 올바른 수행

문화와 참되고 진실한 참회를 통한 일상적인 신앙실천에 대한 결의를 다질 수 있는 계기를 마련하고자 한다"고 설명했다.

출가·열반절 정진을 실천하고 싶어도 집에서 혼자 하기 망설여진다면 주변의 사찰을 찾아보는 것도 좋다.

**서울 봉은사(주지 진화, 02-511-6070)**은 팔상도(八相圖) 내용에 맞춰 부처님의 생애를 독송하기 쉽게 책자로 만들어 배포하고 매일 독송 수행을 진행한다.

**서울 불광사(회주 지홍, 02-413-6060)**는 정진기간동안 <금강경>(천수경) 독송 등 개인정진 등을 실천하며 19일 입재일과 26일 회향일에는 지홍 스님이 기념법문을 펼친다.

**부산 홍법사(051-508-0345)**는 '우리도 부처님같이 출가에서 열반까지'를 주제로 예참기도를 진행한다. 자비도량참법 독송과 함께 3월 23일에는 주지 심산 스님을

계사로 모시고 합동수계의식도 준비하고 있다.

**창원 성주사(주지 원일, 055-262-0108)**는 해마다 출가·열반절을 맞아 불교계 최고 법사스님들을 모시고 대중들의 삶을 정화시키는 '니르바나정진대법회'를 이어오고 있다.

올해는 108 참회기도로 시작으로 19일 흥교 스님(범어사 금강계단 전계사)의 입재법문과 함께 흥선 스님(전 중앙승가대 대학원장), 선해 스님(해인사 주지), 무상 스님(공광사 주지), 원일 스님(성주사 주지), 진우 스님(백양사 주지), 하운 스님(파계사 주지)이 8일간 감로법문을 펼친다.

**양산 통도사(주지 원산, 055-382-7182)**는 3월 19~26일 '우리도 부처님 같이'를 주제로 석가모니불 정근, 108배, 금강경독송, 예불 정진을 진행한다. 매일 오전 11시 통도사 설법전에서 △원산 스님이 '출가의 의미-출가'를 △도암 스님(공광사 강주)이 부처님의 계율 '오계'를 △영운 스님(통도사 교수)이 '십선업'을 △연각 스님(통도사 교수)이 '사성제'를 △우진 스님(서촉암 감원)이 '팔정도'를 △도일 스님(공광사 율원장)이 '십이인연'을 △지안 스님(조계종 고시위원장)이 '사무량심'을 △해남 스님(통도사 전계사)이 '열반'을 주제로 법문을 강한다.

또한 구룡사와 여래사, 불지사를 비롯한 통도사 포교당에서는 '출가에서 열반까지 정진주간'으로 정하고 신도들과 함께 정진기도를 봉행한다. 이 기간동안 신도들은 자신이 다니는 사찰 일정에 따라 <금강경> 독송 및 사경기도에 동참하는 등 수행정진을 한다.

이은 기자 oasis1983@hyunbul.com

## 만해백일장 올해도 성황

제34회 전국만해백일장 개최, 대상 강예송 군



글짓기를 하고 있는 만해백일장 참가학생들(좌). 만해백일장 대상인 대동령상을 수상한 강예송(신도립고 3)군(우).

올해로 제34회째를 맞은 '전국만해백일장'이 전국의 청소년·일반인 등 1758명이 참여한 가운데 성황리에 개최됐다.

대한불교정년회(회장 정준호) 주최로 3월 1일 동국대에서 열린 만해백일장의 시제는 '틈새' '허둥지둥' '문' '명절'이다.

만해백일장은 오전 10시부터 동국대를 찾아온 학생들이 강당을 가득 메운 가운데 3·1 민족자주독립선언 94주년 기념식을 시작으로 진행됐다.

대불청 전준호 회장은 기념사에서 "우리 사회는 따뜻한 문화보다는 현란하고 자극적인 문화가 주를 이루고 있다"며 "만해 백일장의 글쓰기를 통해 자신의 내면을 돌아보고 마음을 차분히 가라앉힘으로써 우리 사회에 밝고 긍정적인 바람을 불어넣을 수 있을 것"이라고 말했다.

조계종 포교원장 지원 스님은 "대불청에서 주최하는 전국만해백일장은 청소년

들에게 만해 스님의 드높은 기개와 민족혼, 그리고 조국을 사랑하는 마음을 심어주는 좋은 계기가 될 것"이라고 말했다.

이번 만해백일장은 시·시조, 산문분야로 나누어 전국의 초·중·고등부 및 대학·일반부 약 1758명이 참가했다.

만해백일장 대상인 대동령상은 '틈새'를 제목으로 산문분야에 출품한 서울 신도립고 3학년 강예송군이 영예를 차지했다. 산문 고등부 장원은 박서영(문화체육부장관상), 강신영(교육과학기술부장관상)양이 차지했다. 이날 120여명의 참가자가 수상자로 선정됐다.

정희성 심사위원장은 심사평에서 "정형화된 글들이 많이 눈에 띄었지만, 자기만의 개성을 가지고 시제를 잘 표현한 작품들이 많았다"며 "글쓰기를 수상에만 목적을 두지 말고 꾸준히 글쓰기에 더욱 힘써 주기를 부탁한다"고 격려했다. 이은 기자



용주사 스카우트 청소년 단원들이 발대·선서식을 하고 있다.

## “효(孝)와 이웃에 대한 사랑 배우길”

수원 용주사, 불교스카우트 창단

수원 용주사(주지 정호)가 불교스카우트를 창단하고 경기 남부지역 포교활성화에 박차를 가한다.

용주사는 3월 2일 용주사 관음전에서 한국스카우트 불교연맹 제4884대 용주사 스카우트 창단 발대·선서식을 가졌다.

용주사 스카우트에는 주지 정호 스님이 육성단체 대표를, 용주사 포교국장 중원 스님이 단대장을 맡았다. 이날 행사에는 75명이 스카우트 선서를 하고 많은 활동

을 통해 효(孝)를 배우고 이웃에 대한 사랑과 배려, 자연에 대한 감사 등을 배우게 된다.

행사에는 조계종 포교부장 송목 스님, 함종환 한국스카우트 총재, 진정순 불교스카우트 부연맹장, 오경종 경기남부연맹 사무처장 등 사부대중이 참석했다.

정호 스님은 "스카우트 정신을 잘 살려 부처님과 국가·타인에 대한 의무를 다하라"면서 "대자연속에서 단체활동을 통해 심신을 단련하고 활기차게 생활하라"고 말했다. 이은 기자

## 기증품 경매로 소외이웃 도와

반갑다연우야, 재능나눔봉사단 '사랑재' 출범

스마트폰 앱인 '카카오스토리'를 통해 나눔 봉사를 하는 단체가 결성됐다.

사단법인 날마다좋은날 반갑다연우야 봉사단은 2월 22일 중앙신도회관에서 재능나눔 봉사단인 '사랑재' 출범식을 가졌다.

반갑다연우야는 "‘사랑재(단장 백동열)'는 올해 초 카카오스토리를 통해 맺은 인연을 시작으로 소중한 분들의 마음을 모아 재능을 기부하는 취지에서 결성됐다"며 "기증품 경매를 통해 낙찰된 금액을 전액 기부하는 나눔봉사를 기본으로 하고 있다"고 설명했다.

사랑재에 참여하는 방법은 두 가지다. 나

눔을 원하는 사람이 만든 작품을 봉사단에 기증하거나 가지고 있는 소장품을 기증하는 것이다. 소장품은 조각, 그림, 글, 옷, 도예 등 모두 가능하다. 이렇게 모여진 기증품들은 '사랑재' 카카오스토리(아이디 sarangjae)내에서 경매에 올려 지게 되고 기부를 원하는 사람은 카카오스토리에 올라온 기증품을 보고 원하는 물건을 경매날짜에 맞추어 실시간 댓글로 입찰하면 된다. 낙찰금액은 전액 나눔 봉사에 사용된다. 현재 카카오톡에는 만년필, 수저세트, 와인 등 다양한 물품들이 경매로 올라와 진행되고 있으며 2~3월 한 달 동안 26건의 나눔 경매가 진행됐고 390여 만 원이 모금



카카오스토리로 물품을 기증하고 경매 입찰해 모금하는 사랑재가 출범했다.

됐다. 이와 함께 사랑재는 안환자를 위한 가발 정기기증행사도 펼치고 있다. 암투병 환자의 사연을 이메일 (sarangjae@naver.com) 또는 카카오톡으로 접수 받아 매일 2명씩 가발 수혜자를 선정하는 방식이다.

반갑다연우야는 "재능나눔 봉사단 '사

랑재'를 봉사 네트워크로 등록해 새롭게 출범하면서 그동안 주요 봉사활동으로 진행했던 무료이동진료, 소외계층 도시락 봉사 등에서 보다 다양한 영역으로 확장해 봉사의 새로운 모습을 만들어가고자 한다"고 설명했다.

이은 기자

# 내가 직접 만드는 나만의 108염주

나를 위해 만든 108염주의 공덕도 크지만 남을 위해 만든 공덕은 무량합니다. 시방법계에 부처님 법을 전하고 회향하는 큰 실천이 시작됩니다.

**본 수행은 다음과 같은 좋은 인연이 만들어 지게 됩니다.**

- ☞ 일심으로 참회의 절을 부처님께 올리며 그 정성이 담긴 한알 한알의 염주를 한번 절할 때마다 한 알씩 깨어 자신의 마음을 밝히는 '108염주만들기' 수행은 몸과 마음을 바르게 하고 망상과 괴로움에서 벗어나고자 내딛었던 길, 불자들이 중생을 모두 해탈의 길로 인도하겠다는 큰 서원은 아닐지

라도 정성스레 마음의 향을 사르며 그 동안 알게 모르게 지은 죄업을 참회하며 청정심 내어 달라고 부처님께 발원합니다.

- ☞ 그동안 자신의 안위만을 생각하며 살아왔던 삶을 '108염주만들기' 수행을 계기로 타인에게 피해를 주지 않는 삶을 살겠다고 마음먹기 시작하고 108염주가 만들어지면 내가 아닌 다른 이의 목에 걸어 주겠다는 마음가짐을 다짐합니다.

- ☞ 이 인연을 통하여 시방법계에 회향하며 마지막 인내의 힘을 다해 절을 올리고 염주를 꿸 때 되면 염주는 멀고 공덕이 높아 든 세상에 하나밖에 없는 108염주가 되는 것입니다.
- ☞ 본인 스스로 만든 염주를 부처님 앞에 일주일 또는 보름간 모신 후 가져가시면 더욱 불심이 돈독하게 됩니다.

### 108염주 만들기 순서

- 1 염주세트키트: 108염주 (10mm) 마감용 염주 12개(10mm) 모주 1개(12mm), 출삼색, 코핀1개, 펜던트, 이부사계
- 2 염주 하나하나를 줄에 끼웁니다. 가끔 구멍이 막힌 염주는 준비물 중 이부사계로 해결합니다
- 3 108개의 염주가 다 끼워졌으면 모주구멍이 3개 양쪽으로 줄을 교차시켜 모아 줍니다.
- 4 수직으로 나열있는 모주의 구멍에 코핀을 이용하여 두개의 줄을 빼냅니다.
- 5 끝부분까지 빼냈으면 3회 정도 헛끗 매듭을 합니다. 매듭부분이 모주구멍으로 들어가게 합니다.
- 6 모주로부터 나온 두 줄을 마감용 염주로 통과시킵니다.
- 7 마감용 염주를 통과시킨 두 줄에 펜던트를 끼워서 다시 마감용 염주로 통과시키면 됩니다.
- 8 이때 펜던트와 마감용 염주 사이에 3mm정도 남겨두고 모주와 마감용 염주 사이는 5mm정도 남겨둡니다.
- 9 두 줄로 2회 뒤로 가법계 매듭을 만듭니다.
- 10 다시 매듭을 3번 헛끗 조이면 됩니다.
- 11 가위로 2mm정도 남겨두고 자른 후 리미터로 살짝 지지서 손으로 가볍게 늘려줍니다.
- 12 108염주 완성  
심원스님특허출원  
20-2011-0003692  
20-2011-0004171  
20-2011-0005666

**108염주만들기 수행 프로그램**

\*렘플스테이, 사찰법회, 각종기도 수행, 어린이 법회 프로그램에 적합합니다. 「염주세트키트」는 108염주만들기 운동본부로 문의하시면 자체하게 상담해 드립니다.  
또한 발생하는 수익금 일부는 본사에서 진행중인 미안마듬기캠페인 등 각종 공익사업에 후원 됩니다.

**108염주 만들기 운동본부**

서울 종로구 수송동 46-21 수송빌딩 2층    문의: 02)2004-8214 (농협 053-01-269062 주식회사 현대불교신문사)

현대불교신문 108염주만들기 운동본부