



정토회 길벗은 11월 4일 여의도 사학연금회관에서 법륜스님 초청 법회를 가졌다. 법회를 마치고 봉사자와 스님의 기념촬영 장면. 이날 법회에는 50여명의 봉사자들이 참여, 기획·홍보·진행 등을 맡아 행사를 진행했다.



지난 2003년 길벗은 7명의 수행 모임으로 시작해 현재까지 100명의 회원이 활동하고 있다. 창립 멤버인 길벗 대표 노희경 작가.



길벗 창립멤버인 배종옥 씨의 JTS 거리 모금 캠페인 장면



길벗은 매년 2회 법륜 스님 초청 법회를 연다. 지난 11월 4일 법회에는 500여 대중이 참석했다.



길벗은 매년 5월과 12월 명동에서 국제구호 단체 JTS와 제 3세계 어린이 돕기 거리모금 캠페인을 펼친다. 배우 한지민 씨는 매회 캠페인에 참여 홍보대사로 꾸준한 봉사를 펼치고 있다.

도반과 함께 10년 “행복의 길 찾았어요”

창립 10주년 맞은 방송·문화·예술인 모임 '정토회 길벗'

11월 4일 오후 6시 여의도 사학연금회관 2층은 정토회 길벗(대표 노희경)이 주최하는 법륜 스님 초청법회 준비로 분주했다. 여의도역에서 강연장까지 안내를 맡은 실외팀부터 손님들을 접수하는 접수팀, 그리고 차담팀, 실내안내팀, 영상팀, 물품팀 등으로 나뉘어진 50여 명의 봉사자들은 각자의 자리에서 임무를 다하며 환한 미소를 띠고 있었다.

오후 6시 30분이 되자 손님들이 하나둘씩 로비로 모이기 시작하더니 급기야는 물밀듯이 밀려들었다. 하지만 길벗 봉사자들은 당황하지 않았다. 익숙한듯 차분한 마음으로 접수를 받고 환한 웃음으로 차를 대접하며 강연장 안으로 손님들을 안내했다.

방송·문화·예술인으로 구성된 정토회 길벗이 창립 10주년을 맞았다. 지난 2003년 11월 1일 소모임으로 시작한 길벗, 마음공부를 하던 7명의 수행자가 법을 전하는 전법자로, 제 3세계 국가 어린이들의 어려움을 세상에 알리는 봉사자로 거듭나며 10년만에 100여명의 회원이 활동하고 있는 직능단체로 거듭났다.

길벗 지도법사 보수 법사는 길벗의 시작에 대해 이렇게 설명한다. “정토수련원의 깨달음의 장을 다녀온 드라마 작가 이극림 노희경 씨, 배우 배종옥 씨 등 7명의 회원이 모임을 갖다가 수행모임으로 발전을 한 것이 길벗입니다. 처음부터 무리를 하지는 않

았어요. 매일 21배로 가법계 기도를 시켰는데 다들 반응이 좋았죠. 이후 108배로 절 배수를 늘리면서 모두들 수행에 재미를 붙였어요.”

이렇게 4년을 이어오던 길벗은 좀더 많은 사람들에게 법을 전하고자 정식 법회를 갖기 시작했다. 2007년 10월 15일 정토회 서초법당에서 공식적인 길벗 법회를 처음 열고 이후 매달 방송·문화·예술인들을 위한 마음공부의 장을 마련해왔다. 특히 이 중에서도 길벗은 한 해에 두 번은 여의도 사학연금회관을 빌려 법륜 스님 초청 법회를 연다.

법당이 아닌 여의도에서 법회를 여는 것은 종교를 초월해 방송·문화·예술인들이 좀더 쉽게 법문을 접할 있는 기회를 주기 위한 배려다. 법회 기획부터 홍보 그리고 당일 행사진행 모두가 봉사자들의 노고로 이루어지며 행사비용까지도 회원들의 회비로 충당하는 것이 길벗의 여의도 초청 법회다.

길벗 총무 전해진 씨는 여의도 초청 법회는 회원들 모두의 힘으로 만들어낸 법회라고 강조한다. “법륜 스님 초청법회는 2008년 11월 3일부터 시작해 이번이 13번째예요. 올해도 500여 분이 오셔서 강연을 들었어요. 초청 법회 한 달 전부터 회원들이 짐을 내 여의도는 물론 흥대 대학로 등 방송 문화 예술인들이 밀집해 있는 곳을 찾아가

포스터를 붙이고 시민들에게 초대장을 나눠주기 등의 홍보를 하죠. 이후 행사장 대여, 물품준비 등을 거쳐 당일날 법회까지 봉사자들은 맑은 바 최선을 다합니다.”

이렇게 자신들의 맘으로 일군 법회다 보니 길벗 법회는 회원 모두가 주인이다. 2007년도부터 길벗에서 영상과 공연을 담당하고 있는 강두석 거서(KBS 영상미디어팀 부장)는 아내 송명심 씨와 함께 봉사와 수행을 이어오고 있다. “불교를 접하면서 수행과 삶이 어떻게 연결될 수 있을까에 대해

노희경 작가 등 7명 수행도입서 100명 회원의 정기법회로 정착 매년 법륜스님 초청 대규모 법회 제 3세계 어린이 돕기 캠페인도

해서 많은 고민을 했어요. 법륜 스님을 통해 수행과 삶이 다르지 않다는 것을 깨닫게 되었고 이것이 사회봉사로 연결 될 수 있다는 것에 큰 감명을 받았습니다. 이후 영상으로 봉사하며 보람을 얻고 직장가 가정 모두에서 행복을 찾을 수 있었습니다.”

초청법회와 더불어 길벗의 또다른 큰 행사가 5월과 12월 명동에서 펼쳐는 국제구호단체 JTS와 함께하는 ‘제 3세계 어린이 돕기 캠페인’이다. 천원이면 아이들이 일주일 먹을 수 있고 5천이면 한 달을 살 수

있다는 구호를 외치며 회원들이 모금통을 들고 거리를 나선 것이 벌써 7년째다. 방송인 김병조, 배우 배종옥, 한지민, 박진희, 임세미, 표민수 PD, 한지승 감독, 노희경 작가 등을 비롯한 회원 130여명은 이번 5월 캠페인에 참여해 7,823,450원의 모금을 했고 이는 필리핀의 아폴란 마을 초등학교 건립에 사용되었다.

거리모금의 진행을 맡은 방송인 김병조 씨는 “재능을 가지고 쓰일 수 있다는 것이 더없이 큰 공덕이라고 생각을 한다. 이타자라는 말이 있는데 남을 위하는 것이 곧 자기를 위하는 것이라는 뜻이다. 모금활동을 통해 행복한 시간을 가졌다”며 소감을 전한다.

배우 임세미 씨는 “길벗을 만난 이후로 세상에 쓰이는 일이 행복하다는 것을 알았다. 봉사활동하면 내 삶이 행복해지고 더불어 산다는 것이 행복임을 알았다. 단돈 천원 한 장으로도 행복할 수 있음을 배웠다”며 봉사의 기쁨을 이야기 한다.

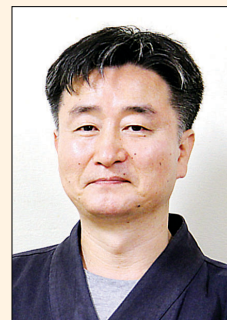
길벗은 이렇게 10년 동안 수행을 통해 자신의 재능을 나누고 법을 전하는 일을 하며 개인도 행복해지고 세상도 밝히는 일을 이어왔다.

길벗 노희경 대표는 “길벗은 같은 길을 가는 사람이라는 뜻이다. 10년 동안이나 같이 길을 가는 사람이 있어 행복하다”며 길벗활동을 하는 소감을 전했다. 길벗은 오는 12월 21일에도 명동에서 거리모금 캠페인을 펼친다.

정혜숙 기자 bwjhs@hyunbul.com

“수행하고 나누면 일이 더 소중해져요”

정토회길벗 지도법사 보수 법사



“삶에 최선을 다하지만 행복하지 못한 경우가 많습니다. 남에게 보여주는 것이 삶의 척도가 될 때 우리의 삶은 외롭고 힘들어지고 내면을 돌아볼 시간조차 없죠. 그럴 때 수행을 통해 자신을 돌아보고 봉사를 통해 이웃과 나누다 보면 괴로움에서 벗어날 수 있습니다.”

작은 수행모임으로 시작해 월 정기법회를 열고 제 3세계 어린이 돕기 캠페인까지, 수행 보시 봉사를 기준으로 살아가는 길벗 회원이 있기까지는 정토회 보수 법사(사진)의 지도가 큰 힘이 되었다. “처음에는 회원들이 108배도 하기 힘들어 21배로 기도를 시작을 했어요. 이후 108배 기도가 정착이 되면서 10년째 수행하는 회원들이 생겨났으니 큰 발전을 했죠. 현재는 봉사들을 중심으로 1년에 두 번씩 집중정진을 통해 수행

을 점검하고 있습니다.”

보수 법사는 같은 일을 하는 사람들과 모여 수행을 하고 고민을 나누고 봉사를 하다보면 개인이 행복해지는 것은 물론 나누는 일에도 적극적으로 될 수 있다고 강조한다.

“길벗 활동을 하면서 회원들 스스로가 좋아졌어요. 특히 길벗에는 방송 쪽 회원들이 많은데 이 분야가 인기, 돈 등의 문제에 치우쳐 괴로울 가능성이 많잖아요. 회원들은 길벗을 통해 자기 삶의 중심을 잡고 더불어 사는 삶을 실천할 수 있게 됩니다. 앞으로 길벗이 직장 직능 분야의 좋은 모범이 되었으면 합니다.”

정혜숙 기자



거리모금에 참여한 길벗 봉사자들. 길벗은 오는 12월 21일에도 명동에서 거리모금 캠페인을 연다.

시련이야말로 명상이 진정 필요한 때이다

특히 삶의 고통 때문에 마음이 어두워지고 자신이 쓸모없는 존재로 느껴질 때 두드러질 수 있는 문이다.

- 존 카밧친, 추천사 중에서

마음을 깨우는 단순하고 직설적인 가르침은 모든 위대한 스승의 특징이다. 책 콘필드는 내적 평화와 치유를 위한 부드럽지만 매우 강력한 명상법을 제시하고 있다. 가슴 뭉클하며 매우 체계적이고 빈틈없이 완벽한 이 책에 나는 깊은 감명을 받았다.

- 릭 헨슨, 『붓다 브레인』의 저자

이 작고 아름다운 책은 보석이다.

이 책은 당신이 어려움의 한가운데 처했을 때 당신의 본질인 영혼과 사랑, 지혜를 다시 일깨우도록 도와준다.

- 타라 브렉, 『반아들임』의 저자

사랑하는 사람과 이별했을 때, 일자리를 잃었을 때
다툼이 생겨 괴로울 때, 질병으로 고통 받을 때
슬픔과 불안, 두려움, 분노로 마음이 괴로울 때
피할 수 없는 삶의 고통을 어떻게 이겨낼 수 있을까?
어떻게 해야 자존감을 잃지 않고 삶을 살아갈 수 있을까?



미국불교 5대 지도자 중 한 명인 책 콘필드 박사의 8가지 명상

- 대지는 나의 목격자
- 연민 나누기
- 시련 속의 붓다
- 용서의 실천
- 치유의 사원
- 아픈 마음의 선(禪)
- 평온과 평화
- 최선의 의지

책 콘필드 지음 | 정준영 옮김 | 192쪽 | 13,000원

누구나 쉽게 따라하는 15분 명상

처음 만나는 명상 레슨



명상!
하고 싶지만
왜지 어려운가요?

책 콘필드 지음
추천의 옮김 | 156쪽
12,000원

초보자를 위한 본격 명상 입문서

스티브 잡스의 통찰력과 창의력
마이클 조던의 흔들리지 않는 집중력
기획력과 업무력 향상
평온한 마음과 면역력 증강