

# “부처님 말씀 담긴 찬불가 부르기는 ‘생활 수행’입니다”

## 찬불가 동아리 활동으로 신심 키우는 불자들

찬불가는 부처님의 가르침을 음률로 다듬어 음성으로 공부하는 수행이라 할 수 있다. 부처님 진리를 가사로 담아 호흡으로 몸을 조절해 음률로 메시지를 전하고 부르면, 노래를 부르는 사람이나 듣는 상대 모두 진리를 가슴에 새길 수 있는 좋은 수행 방법이다.

이런 찬불가를 통해 신심을 키우고 친목도 다지는 모임이 있다. 바로 찬불가 동아리. 동아리 회원들은 지루한 법문 대신 노래를 통해 부처님 말씀을 배워 더없이 좋고 입을 모은다.

불교여성개발원(원장 정경연)은 2013년 4월부터 ‘불교여성개발원 합창동아리’를 운영하고 있다. 매일 2·4째 주 화요일 불교여성개발원 회원 30여명이 교육관에 모여 ‘임의 소식’ ‘날마다 좋은 날’ 등 다양한 찬불가를 연습하고 있다. 회원들은 연습에 그치지 않고 불교여성개발원에서 주최한 행사에서 공연을 가지는가 하면 오는 3월 중순 사찰에서 열리는 산사음악회에 참가해 그동안 연습한 노래실력을 뽐낼 계획이다.

문명하 심곡사합창단 지휘자는 “회원들은 정기적으로 모여 노래 연습도 하고 친목도 다지면서 신심을 키우고 있다. 찬불가만큼 불교를 쉽고 빠르게 접할 수 있는 것이 없다”고 말했다.

노숙영 씨는 “청소·빨래 등 집안일 하면

서 찬불가를 부른다. 진실한 마음으로 노래를 부르다 보면 나도 모르게 눈물이 난다. 이렇게 생활 속에서 실천하는 수행이라 생각한다”고 말했다.

조계종사회복지재단 직할 자원봉사단 찬불가 동아리 ‘울림’을 운영하고 있다. ‘울림’은 2012년 하반기에 창단된 동아리로, 평균연령 50~70대 40여 명의 단원들이 매주 금요일 2시부터 4시까지 서울 견지동 전법회관 6층에 모여 도영 스님(중앙승가대 불교상담교육원 교육국장)의 지도아래 찬불가 연습을 하고 있다. 단원들은 찬불가 뿐 아니라 명상과 함께 마음나누기 등 마음치유 활동도 함께 한다.

유인섭 ‘울림’ 회장은 “법회시간에 법문만 들으면 가끔 지루하고 엄숙한 분위기가 만들어질 수 있는데, 도반들과 모여 찬불가 연습을 하면 활력이 되고 신심이 난다. 또 찬불가 가사 중에 심오하고 불교적으로 좋은 내용들이 많아서 가사만 들어도 법문 듣는 것 같다”고 설명했다.

전북불교회관에서는 65세 이상의 여성 불자 16명으로 구성된 **심벌여성공양단**(단장 윤정숙)이 있다. 4년 전 전북불교회관 무료경로식당과 법당 봉사활동을 하면서 서로 친분이 있던 불자들이 모여 찬불가를 배우기 시작한 것이 계기가 됐다. 직접 오카리나도 배워 오카리나를 연주하



조계종사회복지재단 직할 자원봉사단 찬불가 동아리 ‘울림’ 단원들이 찬불가를 연습하고 있다(사진 왼쪽). 불교여성개발원 합창동아리 회원들이 산사음악회 공연을 앞두고 한창 연습 중에 있다(사진 오른쪽).



### 40~70대 여성 불자들 활동 군법당 등 불교행사서 음성공양 LMB싱어즈·정각원·울림 등 찬불가 주제 음악법회 큰 호응

면서 찬불가를 연습한 단원들은 매달 관음재일 금산사 법회에 동참해 ‘관세음의 노래’를 불러 불자들에게 음성공양을 하고 있다. 뿐만 아니라 군법당 법회나 전북대학교병원불자들의 법회에서도 찬불가를 불러주고 있다. 매주 목요일과 일요일 법회 후 2시간 정도 연습을 하는 단원들은 오히려 시간이 부족해 아쉽다고 한다.

찬불가를 배우는 재미도 있지만 가사에 녹아있는 부처님 가르침을 새기며 노래하다보면 오히려 신심을 다지는 계기가 된다는 것.

임옥남 씨는 “찬불가를 좋아하는 분들만 모여 신심이 흔들릴 겨를이 없다”며 “단원들간의 유대감도 좋고 찬불가를 부르다 보면 나이를 잊어버리고 자신감이 생긴다”고 말했다.

서울시 지하철 1~4호선에 근무하는 불자들의 모임인 **서울메트로법우회**(회장 이종성)는 매월 둘째 주 화요일에 모여 법회를 보고 찬불가 연습을 한다. 찬불가를 비롯해 다양한 음악을 연습한 회원들은 지난해 10월 서울메트로교육문화센터에서 지하철을

이용하는 시민과 고객들을 위한 ‘제1회 행복바라미 음악회’를 개최했다.

이종성 서울메트로법우회장은 “우리 단체는 매월 봉사활동 등 다양한 활동을 통해 회원간 친목을 다진다. 그 가운데 찬불가 연습은 가사를 통해 법문을 새길 수 있어 가장 좋은 법회활동”이라고 말했다.

찬불가를 주제로 법회를 보는 곳도 있다. 전문 성악인과 피아니스트로 구성된 혼성 4부 중창단 LMB싱어즈는 매월 둘째 주 화요일 서울 관악구 인현동에 위치한 연습실에서 음악법회를 열고 있다. 찬불가 위주의 의식곡으로 법회가 진행되는 것은 물론 간단한 공연이 곁들여지며 지도법사인 자우 스님(비로자나국제선원 주지)의 법문까지

더해져 음악법회의 꽃을 피운다. 이밖에 정각원은 최근 매월 첫째 일요일마다 불자를 비롯한 일반인을 대상으로 찬불가 법회를 진행하고 있다. 동국대 정각원 음악 지도법사 스님인 정행 스님(소프라노)이 불교와 마음을 주제로 한 찬불가를 들려주고 가사 한 소절 한 소절에 담긴 뜻을 풀어주는 법문을 진행하고 있다.

온라인을 통해 찬불가를 배우고 공유하는 모임도 있다. 바로 ‘찬불가를 사랑하는 모임(찬사모, cafe.daum.net/ sindo108)’이다. 2003년 12월에 개설된 카페 회원 수는 1600여 명으로 ‘진흙 속에 핀 연꽃’, ‘꽃을 바치나이다’, ‘오늘은 좋은 날’, ‘오! 부처님’ 등 수백개의 찬불가가 등록돼 몰랐던 노래가사를 보며 따라 부르고, 산사 음악회, 불교합창제 등 각종 공연 소식을 공유한다.

이러한 찬불가는 신행활동에 어떤 효과를 주는 것일까. 조계종사회복지재단 자원봉사자 합창단 ‘울림’ 지도법사인 도영 스님(중앙승가대 불교상담교육원 교육국장)은 “찬불가는 부처님 법문에 음률을 넣은 것이기 때문에 염불과도 같다. 불자들은 가사를 통해 마음을 정화시키고 지혜를 얻을 수 있어 좋은 수행방법이 될 수 있다. 전문 합창단도 좋지만 일반 불자들이 부담 없이 참여할 수 있는 찬불가 동아리를 만들어 배울 수 있다면, 단순히 불자 개인이 노래만 부르는 것이 아니라 포교에도 큰 도움이 될 수 있다”고 설명했다.

이나는 기자 oasis1983@hyunbul.com

## 불레협, 제26회 전국 어·청 연꽃노래잔치

4월 12일 한국불교역사문화기념관 공연장서... 3월 21일까지 접수

불교레크리에이션협회(회장 해만)는 4월 12일 오후 1시 한국불교역사문화기념관 공연장에서 ‘제26회 전국 어린이·청소년 연꽃노래잔치’를 개최한다.

경연대회는 유치부, 초등부, 청소년(중1~고1)을 대상으로 독창·중창·합창으로 나누어 진행된다.

예선은 3월 29일 독창 부문 참가자에 한해서 진행된다.

독창은 기존 찬불가 중 자유 선택하거나 창작 찬불가 1곡을 선정해 예선에서는 1절, 본선에서는 2절까지 심사한다. 중창은 15명 이내로 기존 찬불가나 창작찬불가 중 1곡을 선정해 참가하면 된다.

합창은 15~20명 이내로 최소 2성부인 찬불가로 지정곡 ‘너는 보았나’ ‘보시’ ‘들부처’ 가운데 1곡과 자유곡 1곡을 선정해 참가하면 된다. 지방 및 도서벽지 참가자들을 위한 동영상도 접수한다.

독창 참가자 가운데 지방 및 도서벽지 참가자들은 wmv, avi, mp4 등 동영상



제24회 전국 어·청 연꽃노래잔치 경연 모습. (출처=불교레크리에이션협회)

파일을 3월 21일까지 이메일(burec@hanmail.net)로 제출하면 된다.

중창·합창 참가자는 4월 5일 까지 접수 받는다. 참가자는 신청서와 참가비, 자유곡 및 창작 찬불가 악보를 함께 제출하면 된다. 참가비는 독창 1만원, 중·합창은 10명 이상일 경우 10만원이다. (02)738-7860

이나는 기자

## 열린선원, 명상문화아카데미 개설

3월 12일~6월 18일, 법현 스님 직접 강의

서울 열린선원(원장 법현)이 3월 12일부터 6월 18일까지 4개월 과정의 명상문화아카데미를 개설한다.

명상문화아카데미는 열린선원이 2005년 개원 이래 지속 운영하고 있는 예비불자교육과정으로, 매주 수요일 오후 6~8시 법현 스님이 △애 불교인가? △부처님의 생애 △부처님과 보살님 △3보, 3법인 △사상제(8정도) △명상수행법 △숫자로 배우는 불교 △불교문화 △10대제자 △템플스테이를 주제로 강의를 한다. 또한 강의 후 40분 정도의 명상 시간과 함께 초기불교의 수행법인 5정심판과 사마타, 위빠사나, 대승 선불교의 수행법인인 관화선 참구를 실행하는 시간으로 진행된다. 4개월 과정을 수료한 자에게는 3귀 5계를 수계하며 법명을 지어 준다. (02)386-4755 이나는 기자

## 연등회 행사 진행할 ‘20·30’ 모여라!

연등위·대불청, 연등회 서포터즈 사업 진행

중요무형문화재 122호 연등회에 자원봉사자로 활동할 외국인인을 모집한다.

연등회보존위원회와 대한불교청년회 참교육문화사업단(단장 하영태)은 “오는 4월 26일 2014 연등회 기간 동안 외국인 안내와 통역지원, 연등행렬, 행사진행 보조 등에 참여할 내·외국인 서포터즈 80여 명을 모집한다”고 밝혔다.

2014 연등회 외국인 서포터즈는 외국어로 소통 가능한 2~30대 한국 청년들과 국내 체류 중인 외국인 청년들로 국제 관계 없이 80명으로 자원봉사단 단원으로 구성된다.

서류심사와 면접과정을 통해 선발된 서포터즈들은 1박 2일 템플스테이 체험을 시작으로 한국의 전통 문화의 특징과 이해 무형문화재 연등회 유래, 자원봉사자의 역할 등의 교육 프로그램을 이수한다.

1박 2일간의 템플스테이 일정에서는 명

상, 연등회 문화체험, 발우공양 등 한국불교의 면면도 더불어 직접 체험한다. 연등 축제 기간 동안 외국인, 국내 청년 서포터즈들은 연등 만들기 체험, 연등행렬, 화향식무대에 참여해 다른 참가자들의 행사 참여 도움, 거리질서 유지, 행사진행 보조, 외국인 안내를 돕고 참가한 시민, 외국인 대상으로 모니터링하는 역할을 수행하게 된다.

또한 서포터즈 프로그램은 지난해 보다 더욱 다양한 활동으로 구성됐다. 2014 연등회 ‘나누면 행복 합니다’의 실천 방안으로 서울노인복지센터 3천명 어르신을 위한 배식 봉사활동을 비롯해 광화문 점등식에서는 외국인 플래시 몹 활동을 펼칠 예정이다.

대불청 참교육문화사업단은 “청년들이 축제 자원봉사의 주축이 됨으로써 ‘전통문화축제’의 젊고 새로운 이미지 개선을 도모하며, 한국 전통문화와 연등회의 국제

화에 기여한다. 행사 이후에는 참가자들과의 연계, 교육 및 관리 시스템을 구축해 앞으로 효율적이고 체계적으로 자원봉사 인력을 확보하고 운영할 수 있는 네트워크를 형성하고자 한다”고 말했다.

글로벌 서포터즈는 한국에 체류 중인 영어나 소통 가능한 2~30대 국내외 청소년들이면 누구나 지원이 가능하며, 참여를 원하는 지원자는 웹사이트(www.cham.me)에서 지원서를 다운받아 작성 후 3월 10일까지 이메일(educham9618@gmail.com)로 제출하면 된다.

신청자는 개별 서류심사와 면접을 거쳐 3월 18일 오리엔테이션을 시작으로 본격적인 활동에 들어간다.

봉사에 참여하는 대학생, 청년들에게는 전통문화 재현과 보존 활동으로 1356(40시간 인증)을 받으며, 유니폼(전통생활한복)지급과 교육비는 전액 무료로 혜택이 주어지게 된다. (02)738-1920

이나는 기자

## 종원승가대학 입학생 모집

본 종원승가대학에서는 미래불교와 생활불교를 선도할 신입생을 다음과 같이 모집합니다.

- 자 격 : 학력 제한 없음
- 모 집 : 행자 교육생 : 00명  
사미승 : 00명  
재가불자 : 00명
- 제출서류 : 입학원서 (본 대학 소정양식)  
주민등록등본 2통  
증명사진 5장  
건강진단서 1통 (승가반만 해당)
- 준 비 물 : 행자교육생, 재가불자 : 필기 도구  
사미승 : 의제 착용
- 모집기간 : 2014년 3월 10일 ~ 3월 31일 까지
- 위 치 : 충북 충주시 엄정면 함림길 314

문의전화 (02)2203-4114 (재)생활불교 총무원장

## Hwalbup Posture Correct Master

# 활법 자세 교정사

인체가 바로서야 건강이 바로 선다.

활법자세교정사란?  
잘못된 생활 습관으로 근육과 뼈의 균형이 무너져 신체적 고통을 겪는 사람에게 과학적, 체계적인 방법으로 건강한 사회생활을 할 수 있도록 돕는 전문가로서 **바른자세원을 개원**할 수 있음.

보건복지부공인법인 대한보건의료진흥회 (자격검정)	
교육 과정	교육 기간
<ul style="list-style-type: none"> <li>● 체형교정 / 골반 / 선추(조정요법)</li> <li>● 전신조정술 / 두개골 / 후두골 / 골반(조정요법)</li> <li>● 경락 / 경혈학 / 임독맥소통(청혈요법)</li> <li>● 자율신경 척추교정운동요법(맞춤운동)</li> <li>※ 특강 : 기공, 양자파동 분석 보건식품효소 발효액</li> </ul>	<p>8주 과정 토요일반</p>

▶ 특별강사 : 병·의원 진흥회 회장 / KBS / MBC출연, 활법창시자 직강  
▶ 대 상 : 종교지도자 / 인체 교정 및 건강분야 관계자  
평생건강에 관심 있으신 분, 질환으로 고생하시는 분  
▶ 순환기성 질환 임상 교육시간 : 5~10회 환형

접수처 : 서울시 서대문구 충정로2가 130-1 신한은행빌딩 5층  
문의 : 02)393-5111 / 010-3685-1730

교육부허가공인법인/한국평생교육기구  
**한국보건교육원**  
KOREA EDUCATION CENTER FOR HEALTH