

매일 도반과 3천배 정진한 지 10년

아비라 카페 창립 10주년... 9월 20~21일 백련암서 정진

성철 스님의 가르침을 받들어 매일 3천배 정진을 해온 '아비라' 카페가 창립 10주년을 맞았다.

서울·경기·부산·대구·광주·제주 등 전국에서 모인 400여 아비라 카페 회원들은 9월 20~21일 해인사 백련암에서 3천배 정진을 회향했다.

20일 토요일 전국에서 온 회원들은 한 달 만에 만나는 도반들과 인사를 나누는 뒤 자리를 맡고 좌복을 배치했다. 저녁공양을 한 뒤 예불을 올리고 고승원 2층 법당, 1층 장경각, 적광전, 관음전 등으로 흩어져 정진을 시작했다.

"지심귀명례~ 보광불~ 지심귀명례~ 보명불~ 지심귀명례~ 보정불~..."

날이 어둑해진 저녁 7시, 해인사 백련암 경내에 예불대참회문을 독송하는 목소리가 울려 퍼졌다. 백련암 법당 곳곳에 사람들이 뺨뺨하게 들어앉아 지심귀명례에 이어 한 분의 불보살을 부르며 절 1배를 했다. 그렇게 2시간 동안 예불대참회문을 10번 독송하며 천 배를 마쳤다. 30분간의 휴식을 갖고 4회에 걸쳐 500배를 이어갔다. 회원들은 땀에 범벅이 흠뻑 젖을 정도로 정성스럽게 절을 올렸다. 저녁에 시작된 3천배 정진은 다음날 새벽 4시까지 계속됐다. 3천배를 마친 사람들은 다음 달을 기약하며 집으로 돌아가기 위해 다시 산을 내려갔다.

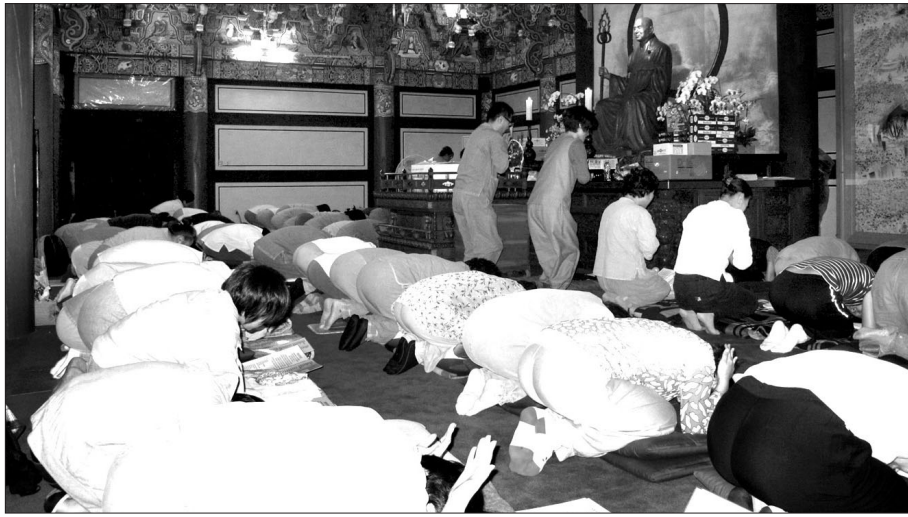
이번 참여가 9번째라는 김수연(34·수원) 씨는 "처음에는 내가 3천배를 마칠 수 있을까 걱정이 앞섰다. 하지만 3천배를 하고 나서 마음의 잡념과 불안이 사라지고 온전한 '나'를 만날 수 있게 됨을 느꼈다. 앞으로도 꾸준히 참여할 계획"이라고 말했다.

3천배 정진에 8번째 참여한다는 현상훈(21·남) 씨를 따라 온 친구도 있었다. 전병준(21·남) 씨는 "상훈이가 정진에 참여하면서 긍정적이고 활발한 모습으로 변해가는 것을 보고 일본으로 유학가는 상훈이와 좋은 추억을 남기기 위해 참여하게 됐다"고 말했다.

아비라 카페의 '3천배 정진' 특징은 가족단위로 참여한다는 것이다. 초등학교 저학년부터 고등학교까지 부모님을 따라 온 가족 단위가 100여 명이 넘었다.

경북 경산에서 온 정동승(47·남)·김희숙(47·여) 부부는 예린(8)·용담(6)이와 함께 3천배 정진에 참여했다. 정 씨는 "가족들과 영남불교대학에서 저녁 7시 마다 300~400배 정진을 하고 있다. 아이들도 곧잘 따라한다. 절 수행은 가족을 화목하게 한다"고 말했다.

이날 아비라 카페 회원들은 3천배 정진에 앞서 카페 창립 10년을 축하하는 계기를 손수 만들어 법상에 올리고 백련문화재단 이사장 율택 스님의 격려법문을 들었다.



서울·경기·부산·대구·광주·제주 등 전국에서 모인 400여 아비라 카페 회원들은 9월 20~21일 해인사 백련암에서 3천배 정진을 회향했다.

2004년 9월 다음·네이버 개설 카페 회원수 1만여 명 돌파 매일 셋째 주말 백련암서 성철 스님 가르침 새기며 3천배

율택 스님은 "10년의 세월동안 절 수행을 열심히 하는 회원들이 많이 늘었다. 항상 고맙고 감사하다"며 "1천배, 3천배 하는 것은 업장을 소멸시키고 화두참선을 할 수 있는 몸과 상태를 만들어 준다. 매일 백련암에서 정진하는 것을 '또 가야하나'라고

말고 '벌써가야 하는구나'라고 생각하며 정진하길 바란다"고 말했다.

아비라 카페 회원들이 10년간 오직 수행에만 전념할 수 있었던 것은 덕도 거사(최정태 씨·51)의 헌신적인 뒷바라지가 있었기 때문이다.

덕도 거사는 율택 스님의 <성철 스님 시봉 이야기>를 읽고 능엄주와 아비라기도에 대해 알게 되면서 매일 능엄주 21독과 절 500배를 하기 시작했다. 수행을 하면 할수록 모한 매력에 빠지기 시작한 덕도 거사는 수행을 혼자만 할 것이 아니라 다른 사람들과도 나눌 수 있는 방법을 찾았다. 그 결과 생긴 것이 '아비라(다음 : cafe.daum,

net/abira, 네이버: cafe.naver.com/abira)' 카페다. 2004년 9월 인터넷 카페를 만들어 능엄주와 3천배, 아비라기도를 적극 홍보하고 좋은 글들을 퍼 날랐다. 2004년 11월 부터는 오프라인 3천배를 시작했고, 이후부터 꾸준히 월례 행사로 자리 잡았다.

덕도 거사는 3천배 정진에 대해 "절을 하면 하심(下心)이 된다. 둘째는 절을 하면 할수록 참회가 된다. 전생부터 수많은 죄를 지어왔기에 참회를 하지 않고는 율회를 끊을 수 없다. 셋째로는 탐진치 삼독을 제거할 수 있다"며 "대중과 함께 하는 것이 절을 하기가 쉽다. 혼자 하면 3천배가 결코 쉽지 않다. 또 매달 도반들을 통해 자신의 수행을 점검해 볼 수 있다. 공부를 하다 보면 의문점이 생길 때가 있는데 도반들에게 도움을 받을 수도 있다"고 설명했다.

이어 덕도 거사는 "온라인 카페가 운영이 잘 안될 때는 오프라인 3천배 정진에 3명만 나온 적도 있다. 힘들 때도 많았지만 의리 있는 도반들이 저를 지켜 주었고, 불보살님들께서도 알게 모르게 도와주셔서 지금까지 온 것 같다"며 "아비라카페의 전국적인 지역 틀이 갖추어지고 안정되면, 각 지역에서도 성철 스님 법을 실천하는 가행 정진선행단체가 됐으면 한다. 그렇게 해서 성철 스님의 중도 가르침을 천하며, '화두 일심법'과 '절능엄아비라방편법'을 지속 정진 해나가고자 한다"고 말했다.

합천 백련암=이나은 기자 oasis1983@hyunul.com

아비라 카페는...

아비라 카페는 2004년 9월 덕도 거사(최정태, 닉네임 '어질이')가 만들었다. 카페는 성철 스님 법문을 비롯하여 회원들의 수행일기, 선림고경총서 등 다양한 정보들을 제공하고 있다. 9월 26일 현재 다음 8,351명, 네이버 3102명의 회원이 활동 중이다. 카카오톡 단체 특방·네이버 밴드 등에서도 1200여 명이 활동하고 있다.

덕도 거사는 "2만 여개가 넘는 인터넷 불교 카페 가운데 사찰 주도가 아닌 재가자 중심의 모임으로는 최대 규모"라며 "10년의 역사 속에 20여 명에 이르는 출가자를 배출한 것도 카페의 큰 자부심"이라고 말했다.



9월 20일 아비라 카페 회원들이 율택 스님과 기념촬영을 하고 있다.

불교여성연구, 글로벌 인재양성과정 개설

'제4차 글로벌 임파워먼트 프로젝트' ...10월 11일부터

불교여성개발원(원장 정경연) 산하 불교여성연구소(소장 조은수)는 불교계 차세대 여성인재를 양성하는 글로벌 임파워먼트 프로젝트(GEP) 과정을 운영한다.

사카디타 코리아와 공동으로 진행하는 GEP(Global Empowerment Project)은 20~30대 차세대 불자를 대상으로 불교영어 통번역 능력을 길러서 한국과 세계를 연결하는 교량역할을 해낼 젊은 인재를 양성하기 위해 기획한 교육과정이다.

프로그램은 10월 11일 토요일 오전 9시 30분에 개강하며 격주로 5개월간 진행된다. Buddhism(불교)·Women(여성)·Global(글로벌)·Leadership(리더십) 등 네 가지 핵심 키워드를 주제로 강의를 진행한다.

조은수 교수(서울대 철학교과)가 '불교 영어 개념어 총정리'를, 조성자 교수(강원대 법학전문대학원 교수)가 '불교 명문 예세

이 강독'을, 박선미 전문번역가는 '번역의 경험과 좋은 글쓰기', 홍연주 국제동시통역전문가는 '동시통역의 이론과 실제', 수잔 크라우더 한(미국 교환학생CIEE 재단 디렉터)이 '외국인이 본 한국의 젊은이'를, 이해수 객원교수(금강대 응용불교학과)가 '젊은 그대에게 불교란 무엇인가'를, 인수민 과장(페덱스코리아 교육담당)이 '여성 프로페셔널'을, 크리스틴 브링스(독일연방고지협회 코치)·남혜경 한국고지협회 홍보국장의 '내가 설계하는 인생' 코칭을 강의할 계획이다. 이와 함께 1박 2일 템플스테이 체험도 진행할 예정이다.

이번 과정은 (재)대한불교진흥원, 불교여성연구소(불교여성개발원 산하 사업센터)와 사카디타 코리아의 후원 및 소정의 참가비로 이루어진다.

교육 수요자에게는 2015년 6월 23~30일 인도네시아 요기야카르타(Yogyakarta)에서 열리는 제14회 사카디타 세계불교여



불교여성연구소는 10월 11일부터 5개월간 불교계 차세대 여성인재를 양성하는 글로벌 임파워먼트 프로젝트(GEP) 과정을 운영한다.

성대회에 참가해 발표문 통번역 봉사 기회가 제공된다.

불교여성연구소는 "한국불교의 미래는 차세대 젊은이들에게 달려있다. 그들의 잠재력을 키워 세계무대에서 실험하고 발휘할 수 있는 기회를 제공할 것"이라며 "불교에 대한 이해와 국제적 소양을 키우고자 하는 20~30대 여성의 많은 참여를 기다린다"고 말했다. (02)722-2101

이나은 기자

3박 4일간 금강경 독송으로 자유찾자

바른법연구원 10월 9~12일 용평리조트서 금강경 수련회

3박 4일 동안 매일 <금강경>을 독송하고 토론하는 수련회가 열린다.

<금강경> 연구 및 수행모임인 사회복지법인 바른법연구원(이사장 김원수)은 10월 9~12일 용평리조트 그린피아 콘도에서 '제3회 금강경 연수원 수련회'를 개최한다.

이번 수련회는 매일 <금강경>을 7독하고 조별 연구 및 분임토의를 통해 <금강경>의 사회적 실현 방안을 모색하는 공부모임으로 마련됐다.

참가자들은 수련회 기간 동안 매일 오전 3시 금강경 3~4독을 시작으로 조별로 금강경 독송정진과 토의를 통해 금강경의 뜻을 새기게 된다. 또한 8개 조별로 4차례에 걸친 분임토의를 진행하고 대중과 공유하는 시간을 갖는다.

각 조는 '금강경 공부의 필요성과 당위성' '현대 인문학의 위기와 금강경' '금강



제3회 금강경 수련회는 매일 <금강경>을 7독하고 조별 연구 및 분임토의를 통해 <금강경>의 사회적 실현 방안을 모색하는 공부모임으로 마련됐다.

경 사구계를 통한 삶의 전환' '위대한 인생을 실현하는 새로운 패러다임의 자기경영 실천법' '금강경식 리더십과 성공의 노하우' '현행 교육에서 바라본 금강경' '글로벌 리더 인재 양성을 위한 금강경 연수원 커리큘럼' '아인슈타인이 반할 금강경식 공부법' 등을 주제로 발표하게 된다. 수련회 기간동안 1일 2식을 실천해야 하며 10월 3일까지 50명을 선착순 모집한다.

바른법연구원은 "금강경을 공부하게 되면 안식처라고 생각한 현실은 부처님 말씀처럼 모두 불타고 있는 불안한 곳을 깨닫게 되며 비로소 각종 장애에서 벗어나게 되고 자유롭고 청량한 본가(本家)를 발견하게 된다"며 "단 3박 4일만이라도 금강경을 7독해 업보에 끌려다니는 바쁜 마음을 바꾸는 금강경 연수에 참여하길 바란다"고 말했다. (031)963-2872

이나은 기자



禪農教團
宗務法人

우리불교 曹溪宗 종도모집

입 종 안 내

1) 입종 구비서류

- ◇ 사찰 및 승려 등록 신청서 1통
- ◇ 주민등록증 앞·뒤 사본 1통
- ◇ 반명함판 사진 3매
- ◇ 법당사진 안 밖 각 1매(사찰등록 하실분에 한함)
- ◇ 승려증 발급 하실 분은 필히 타종단 수계접 및 승려증 사본 첨부
- ◇ 도첩은 본 종단에서 수계를 받을 분에 한하여 발급합니다.

2) 입종 후 발급증명서

- ◇ 승려증 (법사증·포교사)
- ◇ 사찰 등록증
- ◇ 주지 임명장
- ◇ 추대장 및 위촉장 (간부스님에 한함)

○ 총본산 : 충남 천안시 서북구 입장면 신덕리 209-8번지 광덕사

○ 총무원 : 전화 041)584-4153 / Mobile 010)6478-1569

세계불교종단연합회(WBOA)

작금 세계불교문화가 수직적 종신제(교황적 이념)에 집착되어 불교문화의 수평적(평등이념) 지위를 잃어 가는 말세적 불교 문화의 분열상을 보면서 불교 국가간 종단간 소통과 교류 및 연대만이 더 큰 불교세계를 이루고 소멸되어가는 불교 문화의 재 창달의 길이라 여겨 세계불교 연합체를 만들고자 합니다.
(군소 종단의 적극 동참을 희망 합니다)

문의 041)584-4153
H·P 010-6478-1569

응화제촌 3천 4십 1번 을 10월 1일

WBOA 총재 영공 조성 (부산 태종사 조실)
회장 흥산 현불 (우리불교조계종 종정)

(宗)선농교단 우리불교 조계종에서는 도제양성과 포교에 함께 할 사찰 및 종도님을 모십니다.