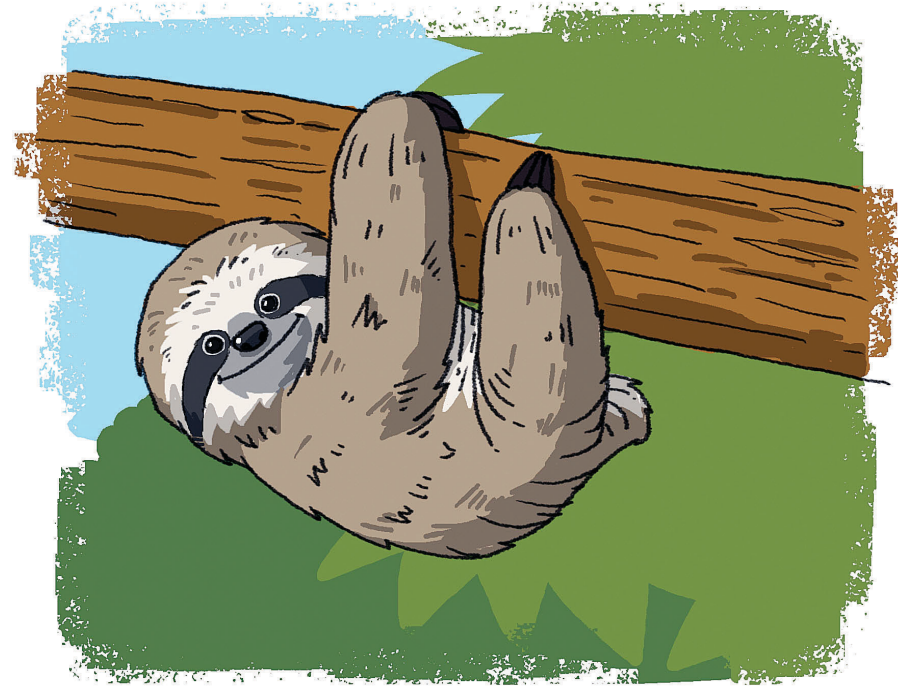


“난 안돼”... 한숨은 짧게 끝내요



남들보다 못하는 일이 있어도 한심하게 여기지 않겠어요

I won't beat myself up when I am not as good as others at something.

동화의 아버지라 불리는 안데르센(Hans Christian Andersen, 1805~1875년)은 덴마크의 가난한 집안에서 태어났습니다.

아버지는 구두를 만드는 사람이었는데 일찍 세상을 떠났고, 어머니는 거리를 떠돌다가 정신병원에서 생을 마감했습니다. 안데르센의 삶은 평생에 걸쳐 불행했습니다.

청소년기에는 목소리가 좋아서 가수가 되려 했지만 변성기 때문에 포기했습니다. 팔라빠진 몸과 허름한 옷차림 때문에 남에게 눈총을 받기 일쑤였습니다. 얼굴은 못생겨서 짝사랑하던 여자들에게 번번이 퇴짜를 맞았습니다. 안데르센은 자기 자신이 못났다는 생각에 평생에 괴로웠습니다.

그러나 안데르센에게는 천재적인 상상력이 있었습니다. 민간에 떠다니는 전설

에 자기만의 독특한 상상력을 더해 전 세계적으로 사랑받는 동화를 썼습니다. 안데르센은 못생긴 자기를 작품 속에 반영하기도 했습니다.

특히「미운 오리 새끼」는 자기 자신을 빗대 만든 동화로, 만약 얼굴이 잘생겼다면 절대로 쓰지 못했을 거라고 말했습니다.

안데르센처럼 내가 못났다는 생각 때문에 괴로워하는 것을 열등감이라고 합니다. 안데르센뿐만 아니라 사람이라면 거의 모두가 이런 감정에 시달립니다. 그러나 한숨 쉬는 시간이 길어서는 안 됩니다. 만약 안데르센이 계속 열등감에 빠져서 “나는 왜 이렇게 못났을까?” 하며 한탄만 했다면 우리는 「엄지 공주», 「백조 왕자», 「눈의 여왕», 「인어공주」와 같은 훌륭한 작품들을 만나지 못했을 것입니다.

나만의 특기를 찾아서 가꾸겠어요

I will find what I am good at and try my best.

고대 그리스의 정치가인 데모스테네스(Demosthenes, 기원전 384~기원전 322년)는 플라톤, 아리스토텔레스와 같은 시대를 살았던 사람으로, 뛰어난 연설가였습니다.

데모스테네스는 부유한 대장장이의 아들로 태어났습니다. 7살 때 아버지를 여의고 많은 유산을 물려받아 부자가 되었습니다. 그러나 데모스테네스의 법적 보호자가 유산을 탐내서 모두 가로채 버렸습니다. 데모스테네스는 청년이 되어서 법적 보호자를 고발하기로 마음먹었습니다.

당시 그리스는 누군가를 고발하려면 직접 대중 앞에 나가서 고발할 사람의 죄를 낱알이 밝혀야 했습니다.

데모스테네스에게는 커다란 약점이 있었습니다. 말을 심하게 더듬거리는 것이었습니다. 남 앞에서 연설을 했다가는 손가락질을 받을 처지였습니다. 그러나 데모스테네스에게는 남이 갖지 못한 커다란 장점이 하나 있었습니다. 바로 끈기였습니다. 데모스테네스는 곧바로 법

률 공부와 말 잘하기 훈련을 시작했습니다. 더듬는 단점을 극복하기 위해 자갈을 물고 연습을 했습니다. 마구 달리다가 숨이 가쁠 때 시를 읊어보기도 했습니다. 얼굴 표정과 손짓도 연습했습니다.

오랜 연습 끝에 대중들 앞에 섰지만 첫 번째 연설은 엉망이었습니다. 얼굴이 빨개졌고 아무 성과도 없이 돌아와야 했지만 데모스테네스는 포기하지 않고 또 다시 맹훈련에 돌입했습니다. 마침내 데모스테네스는 법적 보호자의 죄를 밝혀냈습니다. 비록 법적 보호자가 돈을 모두 써 버려 재산을 되찾지는 못했지만 데모스테네스는 그리스의 내로라하는 연설가가 되었습니다.

우리는 외모나 신체가 남보다 조금 못하다는 이유로 쉽게 자신감을 잃어버립니다. 그러나 그것은 자기 힘으로는 어쩔 수가 없는 것입니다. 그것 때문에 “난 안 돼”, “자신 없어” 하고 주저하지 말고 남보다 잘할 수 있는 특기를 찾아보기 바랍니다.

- * 데모스테네스가 명연설가로 성공한 이유는 무엇일까요?
- * 여러분은 남보다 잘할 수 있는 특기가 있나요? 있다면 어떤 것이요?
- * 여러분이 갖고 있는 특기를 이용해 어떤 일을 하면 좋을까요?



- * 안데르센의 동화 가운데 감동적으로 읽은 작품은 무엇인가요?
- * 어린이들은 어떤 열등감을 갖고 있나요?
- * 열등감 때문에 괴로웠던 적은 언제인가요? (어떻게 극복해 냈나요?)



내가 남들보다 조금 잘하는 것이 있다고 우쭐대지 않겠어요

I will not be arrogant when I am better at something than others.

이솝우화 가운데 거북이와 달리기 경주를 한 토끼가 자기 재주만 믿고 우쭐대다가 패배했다는 이야기가 있습니다. 역사 속에도 우쭐대다가 망한 사람의 이야기는 아주 많습니다. 기원전 5세기에 살았던 리디아 왕국의 크로이소스(Croesus, ?~기원전 546년경) 왕도 그 가운데 하나입니다.

리디아 왕국은 현재의 터키 서쪽지방에 있던 큰 나라였습니다. 상업으로 일어난 강대국이었고 금과 은으로 동전 만들기를 발명했습니다.

어느 날, 왕국에 그리스의 현자로 알려진 솔론(Solon, 기원전 640~기원전 560년경)이 찾아왔습니다. 크로이소스 왕은 현자라고 칭찬받는 솔론을 우습게 보고 부와 권력을 자랑하며 우쭐했습니다.

“현명하다는 말을 듣고 싶지만 지금은 내가 차려주는 밥과 내가 준 침대를 쓰게 생겼군. 현명하다고 해 봐야 부와 권력만 하겠나? 나는 보물창고가 수십 개나 있어. 게다가 권력도 대단하지.”

솔론은 점잖게 충고했습니다. “큰 행운만 믿고 교만하면 언젠가는 망합니다. 왕께서는 이제껏 부와 권력을 누리며 복을 받으셨으니 언젠가는 불행한 일이 닥칠 수 있습니다. 그러니 지금부터라도 겸손하십시오.”

크로이소스 왕은 얼굴을 붉히며 화를 냈습니다. 그런데 얼마 뒤, 왕에게 뜻하지 않은 일이 벌어졌습니다. 아끼던 아들이 사냥터에서 경호원의 창을 맞고 죽은 것입니다. 불행은 그것으로 끝이 아니었습니다. 왕은 동쪽에서 페르시아와 전쟁을 벌였다가 크게 지고 나라를 잃었습니다.

재주가 많고 가진 것이 많다는 것은 복된 일입니다. 그러나 그것만 믿고 우쭐하며 남을 업신여기면 복은 사라지고 진실한 친구는 모두 떠날 것입니다. 나보다 나은 사람을 만나거나 내가 가진 것을 잃었을 때는 실망도 클 것입니다. 우쭐거리라는 것보다 허리를 굽혀 겸손한 게 더 지혜롭다는 말을 되새겨 보았으면 합니다.

- * 여러분은 우쭐대 본 적이 있나요? 왜 그랬나요?
- * 반대로, 우쭐대는 사람을 보면 어떤 기분이 드나요?
- * 우쭐대는 사람에게 해 주고 싶은 말은 무엇인가요?

자연산 구지뽕

묘목 분양 (3년, 5년생)

무노동으로 (2,000평) 연봉 1억이상 가능!!

- 구지뽕 나무는 잎파리, 가지, 열매, 뿌리 등 전체를 건강식품, 약재로 쓰고 있습니다.(고혈압, 당뇨, 근골강화, 면역력 증진에 특효)
- 최고 소득 작물로써 자연산은 한번 심어 놓으면 300년이상 사찰자리에 꼭 필요한 나무입니다. (500년 이상도 가능)
- 무농약, 무비료, 무퇴비로 키워야 더 좋으므로 **사찰자립, 귀농귀촌**, 은퇴 후 생활에 최적의 고소득 호도나무입니다.

▶3년생 7,000주 ▶5년생 5,000주 보유중

개복숭아 묘목분양 (1년생)



- 강원도 350고지 이상의 토종 자연산 씨앗으로만 발아
- 무농약, 무비료 노동력 無
- 열매숙기, 발매기가 전혀 필요 無
- 꽃이 황홀해서 관상수로도 최고!
- 한번 심어 놓으면 150년이상 수확 (300년 가능)
- ※ 전국 최대 묘목 보유! (50주이상 주문 부탁)

구입문의 010-9608-2356(충주농원)

입금계좌 : 농협 123-02-311652 (이상주)

제9기 영남전통범음·범패 교육과정 수강생

영남전통 범음·범패 교육원에서 2015년도 초급·중급·고급 과정생을 모집합니다. 영남불교의 전통의식 범음범패, 작법(바라춤, 나비춤) 등에 관심있는 스님 및 불자들의 많은 동참 바랍니다.

1. 교육기간 및 과정

- 가. 초급과정(2개월)
 - 송주 : 도량석, 종송
 - 예경 : 칠정례, 오분향례, 각단 예불
 - 권공 : 삼보통칭, 상단 중단 권공, 각단불공, 요령, 묵탁
- 나. 중급과정(4개월)
 - 시련, 삼신이온(매불이온), 대령, 관음, 응호계(신중작법 39위, 104위), 당일천도, 49재, 지장청, 시왕도청, 전사식, 관음의식, 상용영반, 화엄사식, 구병사식, 봉송편
- 다. 고급과정(6개월)
 - 바 라 춤 : 천수바라, 사다라니바라, 화의제바라
 - 나 비 춤 : 오공양, 유원송, 요점작법
 - 사 물 : 태징, 북, 광쇠, 호적(태평소), 전통의식타법, 특 강 : 종사이온, 종사영반, 점안의식, 시다림(다비), 예수재의식 등

2. 개 강

- 매주 목요일 (수시모집)
- 수업시간 : 초 급 과 정 : 매주 목요일 오전 11시~오후 1시
중급 : 고급과정 : 매주 목요일 오후 1시~오후 5시

3. 입학자격

- 중·단과 승·속 관계없이 누구나 가능
- 4. 수 강 료 : 교육비 10만원 (교재비별도)
- 5. 제출서류 : 입학원서 1부(본 충무원에서 교부)
- 6. 강의장소 및 접수처 : 경북 칠곡군 약목면 북성9길 28(북성리 1095) 대한불교영광공조계종 총본산 충무원 동명사 영남전통 범음·범패 교육원
- 7. 접수기간 : 상시모집
- 8. 문 의 처 : 010-3544-2605
TEL 054) 974-2605
FAX 054) 974-2705



영남전통 범음·범패 교육원

희담석 건강용품 - 염주세트

방사능력이 탁월한 희담석의 생명에너지로 건강과 활력을 찾으세요



45,000원 (희담석 합장주, 염주)

⇒ 35,000원

· 크기 : 직경 12mm

* 희담석 100% 활용 방법 -

희담석(염주, 합장주 등)을 하루에 한두 번 정도 몸에서 잠시(약 1분정도) 내려놓으세요. 몸에서 분리된 희담석은 그때까지 희담석이 머금고 있던 몸의 나쁜 기운을 내뿜은 후 원래의 희담석 상태로 되돌아옵니다.

능인로즈마리·능인라벤더

능인향당의 향은 불자의 불심으로 제조된 순수 원향입니다



능인로즈마리는 항균, 살균작용이 뛰어나고 향기가 풍부해서 살충제를 겸한 방향제로 널리 사용되고 있는 꽃입니다. 특히 목욕할 때나 거실에서 로즈마리 향을 사용하면 신경을 이완시켜 편안한 기분을 느끼게 해줍니다. 능인향당의 순수 원향 기술을 바탕으로 로즈마리의 특징을 살린 천연향으로, 로마 요법과 방향성의 기능을 지닌 향으로 만들어졌습니다.

능인라벤더는 정신안정과 피부 개선에 효과가 있고, 그 향기가 좋아 유럽의 로마 시대부터 향수와 향료의 원료로 사용되던 꽃입니다. 라벤더의 향기에는 긴장을 완화시키고 숙면을 유도하는 효과가 있습니다. 능인향당의 순수 원향을 바탕으로 천연 라벤더 꽃에서 추출한 최고급 에센스를 첨가하여 그 향기가 은은하고 자연스러운 것이 특징입니다.

· 각 15,000원

· 규격 : 약 14cm (연소시간 약 35분)

· 용량 : 약 170개

■ 주문 : 현대불교 현불삼 02)2004-8216

[농협] 053-01-269062 (주식회사) 현대불교신문사