

2019 AUTUMN

# Vol.41

특집. 북인도 라다크 의료봉사

# 정토마을



수행과 돌봄이 하나된  
정토마을 행복공동체

# CONTENTS

- 03 AFFILIATED | COOPERATION
- 04 여는 글
- 06 기획특집 라다크 의료봉사 준비에서 회향까지 | 김현아
- 10 인도 라다크 의료봉사 활동을 마치고 | 김경일
- 12 내가 아닌 우리로 돌아가야 하는 길 | 호연
- 14 의료봉사의 꽃을 피워볼까 합니다 | 이진희
- 16 스님들의 채공이야기 정토마을 원주를 살면서 | 태감
- 18 의학상식 폐렴알균 예방접종 | 강중득
- 20 영적돌봄연구실 서로 놓아주기 | 능인
- 21 요양병동 이야기 알츠하이머 엄마 곁에서 | 김은구
- 22 호스피스병동 이야기 아름다운 내님 | 故김수향
- 24 천천히 읽는 명상 내 중심의 삶이 고통의 근원이다 | 김경일
- 26 마하보디명상심리대학원 불교와 명상심리 공부가 나에게 미친 영향 관찰 | 최성혜
- 28 마하보디교육원 불교논리학 기초반 수업에 참여하면서 | 황효순
- 30 법화경 강설 제9. 수학무학인기품 | 서봉반산스님
- 34 나도 정토마을 민들레 우리는 법등회



## 정토마을 통권 41호

**발행인** 능행  
**편집위원** 장광대 김현아  
**편집디자인** 김유현  
**발행일** 2019년 9월 1일  
**등록** 울주,라00007(2008.04.11)  
**주소** 정토마을\_울산 (052-255-8588)  
 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39  
 정토마을\_청주 (043-298-2258)  
 충청북도 청주시 상당구 미원면 초정로 856-19  
**제작** (재)정토사관자재회 | 비매품  
[www.jungtoh.org](http://www.jungtoh.org)

인류와 일체의 평화적 공존에 나는 기여한다.

-정토마을 공동체 선언



정 토 마 을 자 재 요 양 병 원 | 완화의료 전문 병동, 중증환자 재활 병동, 승가요양 병동  
마 하 보 디 교 육 원 | 다양한 인성개발 프로그램 교육을 통한 인력양성의 장  
마 하 보 디 명 상 심 리 대 학 원 | 자신과 타인의 심리적 고통을 효과적으로 치유하는 심리치유의 장  
C.P.E(Clinical Pastoral Education) | 자각과 성장을 통한 마음돌봄 임상수행의 장

## COOPERATION

(사)한국불교호스피스협회

NGO생명교육네트워크 공존

한국CPE협회

울산불교환경연대

## 구월, 어느 좋은 날에 드리는 편지

능행 | 정토마을 자재요양병원 이사장



뜰에 앉은 나뭇잎 하나가 일깨워준다.

여름은 지난밤 꿈처럼 흘러 버리고

가을이 또 이렇게 지나가고 있음을...

정토마을 후원 가족님들께 안부 전합니다.  
안녕하십니까?

아침이슬에 익어가는 정토마을 뒷산 숲을 걸어봅니다. 지난여름에 만나 함께 울고 웃으며 5박 6일을 보낸 생사의장 학생들과 올가을엔 숲에서 도토리를 줍기로 했습니다. 어느 떡갈나무의 도토리인지, 산 주인이 누구인지도 따져 묻지 않고, 무심히 도토리를 주워 보기로 했지요. 자연이 무심히 자신의 것을 우리에게 내어주듯 우리도 우리들의 삶에서 거두어지는 소소한 의미와 가치들을 세상에 그렇게 내어주는 연습을 해보기로 했지요.

삶은 매 순간으로 이어져 흐르고, 우리의 목숨도 그 매 순간 사이로 흐르고 있기에 언제든지 어디서든지 어떤 상황이든지 간에 가을 낙엽처럼 그렇게 이 세상에서의 모든 것들을 남겨두고, 지금의 내 모습은 그림자조차 남기지 않은 채 영원히 사라질 것입니다.

그래서 도토리를 줍듯이 삶을 밀밀하게 살아내면서 떡갈나무가 도토리를 내어주듯 우리도 자연과 더불어 이웃의 생명을 소중히 여기고 지켜주고 돌보아주는 가슴에 가을의 단풍처럼 붉은 열정이 담기기를 소망해 보는 것이지요.

7월 초에는 인도 라다크 3,500고지 고산지역에 정토마을 국경없는민들레가 약 40여 명의 후원자들과 함께 의료봉사를 다녀왔습니다.

2017년부터 정토마을은 후원자님들께 국경없는민들레라는 이름을 붙여 드렸습니다. 그것은 정토마을이 자재요양병원을 건립한 이후 후원자님들과 함께 이제는 조금 더 힘을 내서 국내외 교육환경과 현대의학이 미처 가 닿지 못하는 곳에 민들레 홀씨 하나라도 더 떨구어 보겠다는 마음이었습니다.

후원의 힘은 정토마을재단 운영 및 (교육,의료)구호활동사업에 동력이 되어주고 있습니다. 정토마을과 호흡하는 모든 분들에게 감사의 마음을 전합니다.

올해 11월 11일부터는 또다시 스리랑카 자연재해 지역에 의료봉사를 떠납니다.

우리나라 1950년대 모습과 닮은 그곳에서 한창 자라나는 아이들과 청소년들의 영양지원과 위생교육 그리고 자연재해로 질병에 노출된 사람들을 대상으로 민들레 홀씨가 되어보려고 합니다.

이번 스리랑카 의료봉사에는 약 60명 정도의 민들레 대원을 초대하고 있습니다. 의료봉사와 함께 스리랑카 성지순례도 겸하여 다녀오려고 합니다.

의사 및 간호사분들의 손길이 절실히 필요합니다. 지원해 주시면 참으로 많은 분께 도움이 될 것 같습니다. 부탁드립니다.

민들레 한 송이가 피어나면 많은 홀씨들은 한계 없이 차별 없이 어디든지 날아가서 아무리 척박한 땅이라 하여도 꽃을 피워내지요. 정토마을과 함께 하는 사람들도 자신의 삶에서 소박하고 강인한 민들레가 되어 자신의 생명의 힘을 건강하게 길러 가면 참 좋겠습니다. 한 개인의 건강한 삶이 곧 이 사회를 건강하게 만들어가기 때문입니다.

가을이 깊어질수록 우리도 물들어 가겠지요.

아프지 않게 살 수 있도록 몸을 잘 보살펴주시고, 틈틈이 이 세상 살다가 마지막 소풍도 아름답고 멋질 수 있도록 준비해가시면서 지금의 삶을 살아 내시면 더욱더 좋겠습니다. 🍂

정토마을 자재요양병원

자재요양병원  
자재요양병원

모집

봉사장소

정토마을자재요양병원 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39

활동문의

김은구 사회복지사 052.255.8408



## 라다크 의료봉사, 준비에서 회향까지

김현아 | 법인사무국 자원개발부 팀장

“제가 어떤 일을 할 수 있을까요?”  
 “어떤 자격을 갖추어야 하지요?”  
 “해 본 경험이 없는데도 참여 할 수 있나요?”

나의 답변은 대략 이렇습니다.

“보살님 건강하신가요?”  
 “나눠주는 일은 잘하실 수 있으시죠?”

그러하시다면 당연히 함께하셔야지요. 건강한 육체엔 건강한 정신이 깃들어있고, 빵도 나누고 사탕도 나누고 선물도 나누고 사랑도 나누고 희망도 나누고 웃음도 나누고 그렇게 나눌 수 있다면 만사 오케이지요.

그리고 나는 한 가지를 더 여쭙어봅니다.

“제일 잘하는 건 무엇인가요?”  
 “보살님 나는 잘하는 게 웃는 거예요. 이런 사람도 쓸데가 있나요?”  
 “그럼요! 가장 필요한 분이시네요. 당첨입니다.”

힘든 여건 속에서도 미소를 잃지 않고 늘 웃을 수 있는 분, 우리 봉사 팀 안에서는 그런 에너지가 꼭 필요합니다. 그렇게 다양한 사연을 가진 39명의 의료봉사단이 꾸려졌습니다.

7월 1일, 의료봉사에 쓰일 의약품과 열악한 조건에 사시는 현지인들에게 선물로 전해질 겨울용품을 포장하는 날이다. 50여 명의 봉사자들의 손놀림은 분주하기만 하다.

대법당에서는 스님들과 봉사자들이 약 포장을, 야외천막에서는 산더미처럼 쌓인 겨울옷, 장갑, 넥워머 등이 진공 포장되어 몸무게 줄이기에 여념이 없었다. 그렇게 39명의 가방에 넣어갈 15kg의 약과 선물들이 개별 포장되었다.



7월 8일, 아침 11시 인천 제1 터미널 K 카운터 앞에 정토마을 의료봉사단이 집합하였다.

들고 온 개인 가방을 펼쳐놓고 준비된 약과 선물을 채워 총 23kg를 맞추는 과정은 진풍경이 아닐 수 없었다. 개인 짐을 최소화하고 불편함을 무릅쓰고라도 약을 더 가지고 가려는 마음은 타인을 배려하는 대자비심이 없다면 불가능한 일이었을 것이다. 우리 일행은 세상에서 가장 오지라고 해도 과언이 아닌 히말라야 3,500고지로 10시간을 날아가 민들레를 꽃 피우게 될 것이다.

2시 50분, 인천공항을 출발한 비행기가 10시간을 날아가 델리 국제공항에 도착했다. 도착 비자 수속을 밟고 수화물을 찾아 세관을 무사히 통과 하고 나니 그때서야 조마조마한 마음이 가라앉는다. 내심 이 많은약이 세관을 무사히 통과 할 수 있을까 걱정하고 있었기 때문이었다.

델리에서 출발한 비행기가 1시간 20분을 날아가 레(라다크) 공항에 도착했다. 우리의 캠프가 될 심장재단을 운영하시는 초겔스님께서 마중을 나와 일일이 목에 까닥을 걸어주시며 환영을 해주셨다.

심장재단으로 이동하여 가져온 약과 선물을 한곳에 모아 분류작업에 들어갔다.

고산병 증세가 순간순간 엄습해 왔고, 그저 누울 자리만 보이는 지경이었다.

그런 와중에 황당한 일이 생겼다.

한방진료를 위해 한의사님을 모시고 온다고 말씀을 드렸는데 한방치료를 받아본 경험이 없는 라다크에서는 1층에 산부인과, 내과, 내과(내시경), 심장외과, 소아과의 병실만 준비해놓으신 것이다.

한의학박사님은 5개의 침대를 마련해서 작은 타월, 큰 타월, 다리 고임 베개, 낮은 목베개, 각티슈, 물티슈 5개씩을 준비해달라고 부탁하신다.

어쩔 수 없이 숙소로 배정되었던 1층의 방사를 낮에는 진료실, 밤에는 숙소로 쓰기로 하였다.

이번 의료봉사에서 한방 팀의 활약은 정말 대단했다. 난생처음 받아보는 침 치료에 환자들이 두 손을 잡고 고마움의 눈물을 보이시던 모습이 지금, 이 순간에도 생생하다.

## 기획 특집

라다크 심장재단의 초겔스님께서는 우리들과 함께 한결같은 표정으로 일어나는 모든 일을 처리하시며 많은 환자를 대면하시었다.

소통이 원활하지 않아 다소 일이 매끄럽지 못한 일도 있었지만, 우리 의료봉사단이 머물 수 있도록 숙소를 제공해주시고 낯선 이곳에 우리가 의료봉사에 매진할 수 있도록 배려를 아끼지 않으셨다. 그에 힘입어 무사히 의료봉사를 회향할 수 있었다.

아침에 눈을 떠 창밖을 보면 벌써 문밖에 줄을 서 기다리는 사람들이 있었다. 2~3일씩 걸어서 치료를 받으러 온 사람들도 있다 하니 한 분, 한 분들이 소중하기만 하다.

진료 과정은 이러했다.

가장 먼저는 순서대로 문진표를 작성하고 체온, 혈압, 혈당을 체크하는 검사팀을 대면해야 한다. 그렇게 검사를 받고 나면 해당 치료를 받을 과 앞에서 기다리게 된다. 진료를 받은 후 처방전을 들고 약국에 가서 약을 받게 되면 돌아오는 길에 간식과 선물이 기다리고 있다.

매일 350개의 간식 봉투를 만들어 일일이 나눠 주었고, 후원에서는 식사와 간식을 준비했다.

매끼, 현지인을 포함해 약 50인분의 식사를 담당한다는 것은 보통 일이 아니다.

고산증에 좋다는 마늘을 볶아 반찬으로 내려고 후원에서 장을 봐왔는데 정말 갑갑했다. 한국에서는 6쪽 마늘도 까기가 싫어서 깠 마늘을 사다 먹는 실정인데 6쪽이기는커녕 60쪽은 되는 것 같아 보였다. 어쩔 도리가 없었다. 후원에서 가지고 나와 펼쳐놓고 하나, 둘 까다 보니 사람들이 모여들어 그 잔잔한 마늘들을 다 갈 수 있었다.

봉사 마지막 날에는 김경일 단장님으로부터 국제 의료 봉사증서를 전달받고 3일 동안 진행되었던 의료봉사를 마무리하였다.



39명의 정토마을 국경없는 민들레들과 함께했던 9박 10일의 여정을 곰곰이 떠올려 봅니다. 몸은 고산병으로 지치고 힘들었지만, 누군가에게 도움이 되는 일에 함께한다는 것을 기쁘게 생각한다든 일행들을 보며 참 많은 공부가 되었습니다.

그저 감사하고 감사할 뿐입니다. 한 생을 살면서 큰 추억이 될 여정이었습니다.

국경없는 민들레, 꼭 한 번은 가봐야 할 일입니다. 정말 어느 수행보다도 큰 수행이고 많은 공부 거리가 있는 공덕이 무량한 여정입니다.

우리들의 사치스러운 환경에 미안함을 느끼게 되었고 또 복된 삶을 감사하게 여기게도 되었습니다. 늘 어려운 이들에게 도움이 되는 삶이길 발원하며 고산병을 감당할 정도의 건강을 지켜주신 부처님께 감사드리고 우리들의 원만 회향을 위해 출발부터 기도해주신 어른 스님들의 기도의 힘에 감사드립니다.

끝으로 동행은 하지 못했지만, 물심양면으로 동참해주시고 후원해주신 분들의 덕분임을 지면을 빌어 감사함을 전합니다. 🙏



## 인도 라다크 의료봉사 활동을 마치고

김경일 | 인솔단장, 마하보디명상심리대학원 교학처장



인도 북부, 히말라야산맥 속의 마을, 라다크.

1980년대 들어서야 비로소 세상 사람들에게 알려진 곳이다. 그것도 ‘오래된 미래’라는 책을 통해서 세상에 모습을 드러내게 된다. 그 이전에는 그들만의 아름답고 풍요로운 삶을 이어 왔다. 티벳불교가 그들의 정신적 기둥이 되고, 강력한 공동체 정신이 그들의 삶을 이끌어 왔다. 어디를 가나 마니차가 설치되어 있고 사람들은 수시로 마니차를 돌리면서 모든 생명체가 행복하고 평화롭기를 기원하는 불보살의 땅이다. 일 년 중, 4개월 정도만 농사가 가능하고 나머지 8개월은 영하 이삼십 도의 추위가 이어지고 강우량도 거의 없는 척박한 땅이다. 열악한 환경이지만 서로 협동하며 검소하게 살아온 사람들이다. 지금은 산업화의 물결이 거세게 밀려오고 있지만, 아직도 그들의 표정은 밝고 맑고 아름다웠으며 항상 웃으면서 살아가고 있었다.

능행스님의 원력으로 보살도를 실천하는 정토마을 공동체에서는 지난 7월 8일, 10일간 일정으로 불보살의 땅, 라다크로 의료봉사 활동을 떠났다. 전국에서 자원해서 모인 39명의 봉사단원은 각자의 소임에 따라 철저한 준비와 각오를 다졌다. 의료진은 인도 의사들과 한국 의사로 구성되었고 간호사들도 분야별로 배치를 하였다. 의약품은 법규 내에서 영양제, 구충제, 칼슘제, 오메가, 비타민, 파스, 한방소화제, 마스크 등 최대한 많이 한국의 의약품을 준비하였고 환자들에게 나누어 줄 다양한 생필품도 마련하였다. 그곳은 햇볕이 워낙 강한 곳이어서 선글라스를 500여 개나 준비하였다. 분야별로 관련자들이 모여서 여러 차례 사전점검도 모두 마치고, 엄청난 화물들은 각자 15kg에서 25kg까지를 나누어 담았다. 따라서 개인 소지품은 최소화했다. 라다크 사정이 열악한 곳임을 고려하여 각자 침낭과 물을 끓이는 포트까지도 준비했다. 7월 8일 인천공항에서 마주한 얼굴들은 모두가 환하고 밝았다. 자비행은 마음가짐이 중요하다. 우쭐대거나 교만해서는 자비행이 될 수가 없다. 한없이 자신을 내려놓고 텅텅 비울 때 비로소 무량심이 일어나고 자비행이 꽃을 피우게 되는 것이다.

델리 공항에서 라다크행 국내선으로 갈아탄 비행기는 무려 4시간이나 늦게 출발하였지만, 인도인의 문화는 그리 대수로운 것은 아니었다. 세상의 흐름에 따라가는 오랜 그들의 삶의 태도는 무엇이나 수용하는 자세였다. 비행기는 단숨에 히말라야산맥을 넘는다. 창밖으로 보이는 풍경은 온통 돌산이거나 설산이었다. 계곡 깊은 아래로 실오라기처럼 이어지는 푸른빛의 수목들은 만년설이 녹아 흐르는 물길을 따라 이어진다. 산맥을 넘는 비행기는 급격한 경사를 피해 오른쪽으로 멀리 우회해서 활주로로 접근한다. 해발 3,500m, 사람이 사는 곳으로는 대단히 높은 고도이다. 산소량은 평지보다 40% 정도가 부족한 곳이니 조금만 급히 움직여도 산소가 부족하여 맥박은 분당 100회 정도로 오르내린다. 눈길을 걷듯이 모두 서두르지 않고 조심조심 움직인다. 5분 정도 차를 타고 드디어 우리의 목적 라다크 심장재단에 도착하였다. 고산 적응을 위해 그다음 날도 휴식을 취하며 만반의 준비를 했다.

7월 11일 드디어 우리의 목적인 의료봉사활동이 시작되었다. 수백 명의 사람이 8시 이전에 이미 병원 문 앞에서 기다리고 있다. 대중교통이 없는 곳이 많아서 진료를 받기 위해 2박 3일 동안 달려온 분들도 있었고 100km 거리를 새벽에 출발해서 도착한 사람들도 있었다. 진료는 질서 있게 잘 이루어졌다. 의료진 5명은 많은 환자를 진료하느라 잠시 쉴 틈도 없었고, 약제팀, 안내팀을 비롯한 6개로 구성된 팀원들도 모두가 바쁘게 움직이며 진료 활동을 도왔다. 라다크 사람들은 만트라 수행이 생활의 기본이다. 오랜 수행 탓인지 모두가 환한 얼굴이었다. 선물도 욕심내지 않고 한 가족이 한 개만 받아 갔다. 진료를 마친 사람들은 병원 마당에서 소풍 온 아이들처럼 가지고 온 음식들을 나누어 먹는다. 봉사자가 다가가면 자리도 권하고 보리빵도 권하며 친절하게 맞아준다. 그들의 천성처럼 보였다.

아무 탈 없이 모든 진료 일정을 모두 종료하였다. 1200여 명의 환자를 진료하고 필요한 의약품들을 처방하였다. 산부인과 진료에서는 124명이 자궁암 환자로 의심된다는 진료 결과가 나왔다. 그들에게는 인도병원에서 정밀검진을 받고 치료받도록 안내하였다. 암 환자는 조기 발견과 치료가 매우 중요하다. 가족들과 함께 건강하게 살아가길 기원하였다. 특히 이종진 원장(한의사)이 진료를 맡은 한방과는 환자가 가장 많아서 보람도 있었지만, 수고도 많았다.

범망경(梵網經)에는 다음과 같은 가르침이 있다. “만약에 불자가 일체의 앓는 사람을 볼 때에는 언제나 정성껏 공양할(보살필) 것이며 부처님을 대하듯 해야 한다. 여덟 가지 복전(福田) 중에 환자를 보살피는 복전이 제1의 복전이다. 사찰이나 성읍, 광야, 산속, 도로 등에서 병자를 보고 구제하지 않으면 경구죄를 짓는 것이다.”라고 하였다. 아픈 사람들을 보살피는 것만큼 소중한 가치 있는 일은 없을 것이다. 정토마을의 의료봉사활동은 앞으로도 계속될 것이다.

라다크는 지금은 해발 3,500m가 넘는 히말라야 산속에 위치하지만 오랜 옛날에는 바다 밑이었다고 한다. 지각판의 이동으로 인해 융기해서 만들어진 땅이다. 몇 군데 사원을 참배하면서 지금은 세계에서 최고 높은 산맥이지만 과거에는 바닷속이었다는 사실을 눈으로 생생하게 확인할 수 있었다. 동글동글한 주먹 돌과 모래들이 쌓여서 산을 이루고 있다.

삼법인은 불교의 근본진리이다. 첫 번째가 제행무상의 진리인데 이번 봉사활동에서는 바다가 산으로 변한 것을 보면서 그 진리를 생생하게 눈으로 확인하고 가슴으로 느낄 수가 있었다. 봉사활동과 더불어 소중한 공부였다. ☸

내가 아닌 우리로

돌아가야 하는 길

호연 | 정토마을 승가공동체 스님

북인도 라닥의 도시 레에 위치한 심장재단으로 향하는 길, 도움이 필요한 이들에게로 향하는 마음을 가득 싣고 히말라야산맥이 병풍처럼 휘감은 고산지대이며 동시에 인접국가의 국경지대인 레로 떠난다.

델리 국제공항에서 레로 향하는 비행기가 연착되었다. 두어 시간을 더 기다린 후에야 작은 비행기에 탑승하여 레로 향한다. 창밖의 푸른 하늘을 무심히 보고 있는데 맑고 시린 히말라야산봉우리들이 하얀 구름과 눈을 이고 모습을 나타냈다. 너무 깨끗한 시야에 너도, 나도 수미산 봉우리를 눈과 가슴에 담고 레 공항에 도착했다. 도착해보니 공항 너머로는 모래 언덕과 모래 산들이 즐비했다.

간밤의 폭우로 인해 모든 비행기가 연착되었다고 한다. 모래흙 덕분인지 간밤의 폭우의 흔적은 찾을 수 없고 맑게 갠 하늘만 나투시어 좀 더 깨끗한 히말라야산맥을 마음에 담을 수 있게 해주셨으니 감사한 마음이 들었다.

심장재단으로 이동해 의약품 등의 짐을 정리한 후, 이틀가량의 공식적인 고산 적응 기간을 가졌다. 적응 기간 동안 안내, 접수, 한, 양방 의약품분배 등 다양하게 팀을 나누고 팀별 소임 내용을 숙지한 뒤 의료봉사가 시작되었다. 막상 의료봉사가 시작되니 고산 적응이 덜 되었거나 몸이 힘든 봉사자들이 이따금 발생했지만, 유기적으로 봉사팀을 이동해가며 빈자리에서 발생하는 공백을 서로 나누고 보태며 서로의 배려 속에 하루하루 일정을 소화해 나갔다.

멀리 창밖으로 그림 같은 히말라야산맥 봉우리들을 풍경 삼아 먹는 녹두죽은 어찌나 맛이 있었는지 모른다.

별처럼 반짝이는 아이들의 눈망울들에서는 시꺼먼 내 속이 들여다보이듯 했다. 해맑고 즐거운 아이들은 진료를 받기 위해 줄을 맞추어 병원 복도에 앉아 있다가도 금세 본연의 아이로 돌아가 까르르 거리며 장난을 친다.

전통복장을 하고 하얗게 센 머리를 길게 땀아 내리고 목에 손에 염주를 건 노 보살님은 두꺼운 여러 겹의 옷을 하나하나 벗어 내리고 진료를 받기 위해 침대에 누웠다. 아침은 먹었는지, 심장병, 고혈압, 당뇨가 있는지 약은 먹는지 묻진하고 어디가 제일 많이 불편하고 아픈지 물어본다. 고산지대인 데다 영양 섭취가 고르지 않아 심장이 안 좋거나 호흡이 곤란한 이가 많다. 노화로 인한 무릎, 발목 관절이 아픈 이도 많다.

물길 따라 이동하는 유목민들이 몇 시간을 걷고 느린 버스를 타고 만나질 혹은 하루 혹은 이틀거리에서 찾아왔다고 한다. 파스 하나라도 더 챙겨주고 싶은 마음이 왜 아니 들까.

한방 선생님께서 침을 놓으시고 관절 크립이며 파스며 처방을 하시고 통역을 맡으신 티벳 스님들께서는 열심히 환자분들에게 설명해주신다.

그렇게 의료봉사 기간 동안 내가 있었던 한방 진료실에는 같은 그림이 지나갔다. 누구 혼자 도드라져 끌고 나가는 것이 아닌 각자의 자리에서 하나씩 작은 태엽이 되어 하나하나 맞물려 큰 복전의 시계의 초침이, 분침이, 시침이 움직였다.

무한한 인드라마 속 작은 구슬이 반짝하고 흔들리면 같이 연결되어 있는 구슬들이 서로 다른 반짝임으로 춤을 춘다. 나만을 위함이 아닌 당신을 위한, 이 공간을 위한, 이 세계를 위한 내 행동 하나가 무한한 긍정의 파장으로 작게는 내가 속한 세상과 크게는 온 법계에 유익한 출렁거림을 전하게 될 것이다. 의료봉사는 그렇게 유익한 우리를 위한 긍정의 한 걸음이며 또한 미처 단지 않는 곳에 전해야 할 에너지이다. 이런 기회가 주어지고 참여할 수 있었음에 매우 감사하고 내가 아니라 우리로 돌아가야 하는 길임을 다시 한번 깨닫게 하는 소중한 경험이었다. 🙏

# 의료봉사의 꽃을 피워볼까 합니다

이진희 | 정토마을 국경없는 민들레 라다크 의료봉사 단원

라다크를 간다고 하니 지인들은 말합니다. 고산지역이고 건강을 생각할 나이에 어렵지 않겠냐고요. 저는 자신한다고, 마라톤 뛰는 사람은 고산을 덜 느낀다고 마음을 다잡고 가벼운 마음으로 자원봉사 길에 올랐습니다.

긴 시간 비행을 하고 라다크에 내리니 가슴이 흥분되기 시작했습니다. 멀리 보이는 설산과 시골에서 볼 수 있는 미루나무 그늘과 소박한 집들의 풍경은 새로운 감동으로 가슴에 와 닿았습니다.

심장재단 이동 후 고산 적응도 안된 상태에서 모두가 의약품 정리에 분주한 움직임을 보며 우리 식당팀도 움직여 봅니다.

이번엔 밥솥과 냄비도 준비해주시고 찹쌀, 무청 시래기, 김치, 된장, 고추장, 기본양념 등등 보기만 해도 배부른 든든함에 우리도 분주히 움직여 봅니다. 주방장 형수님, 고산 적응 실패로 괴로워하시지만, 의지의 엄마 포스를 보이시며 준비를 시작합니다.

도착 후 첫 진료 시작부터 어디서 본 듯한 이웃사촌 같은 주민들의 친근감에 모두가 환희심을 느끼며 의료봉사 기간 내내 웃음과 사랑으로 열심히 하시는 아름다운 모습을 가슴에 담았습니다.

심성 착한 라다크 주민들을 보며 60여 명의 식사 준비와 정리를 하면서 종교적인 신앙심까지 생기며 느낀 바가 많았습니다. 라다크 심장재단병원 초겔스님의 진정함과 장엄한 자연과 멀리 보이는 설산을 보며 라다크인의 감정을 이해하려 노력하고 감히 봉사자들의 심성에 대해 생각하는 봉사 기간이었습니다.

“대봉에서 능행스님과 약속했던 삼세번의 의료봉사, 앞으로 열번의 의료봉사로 함께 하겠습니다.”

-2019년 8월 동암 이진희의 약속 🍵



이진희 님은 2017년 정토마을 국경없는 민들레의 첫 해외 의료봉사 인도보드가야 의료봉사를 시작으로, 남인도 대봉로셀사원의 봉사와 이번 인도 라다크 의료봉사 단원으로서, 식사준비팀에서 자원봉사를 이어가고 계십니다.



# 정토마을국경없는민들레

# 스리랑카

# 의료봉사

# 함께해요

의료봉사현장  
Deniyaya  
데니야야

마르코 폴리가 세상에서 가장 아름다운  
섬이라한 인도양의 눈물  
스리랑카

2003년, 2017년 쓰나미로  
산사태가 일어나 많은 사람들이 목숨을 잃고  
수많은 이재민이 발생한 스리랑카의 마타라 데니야야.

함께해요.

많은 분들의 동참은 어려운 그들에게  
희망이 되어줄 수 있습니다.

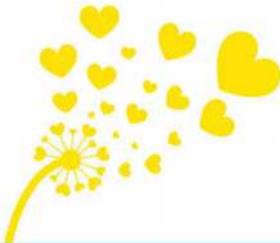
[스리랑카에서 만날 소중한 인연들에게 드리고 싶은 선물]

어린이 및 청소년 종합영양제, 산모를 위한 종합영양제, 칼슘제, 영양제, 파스,  
구충제, 질병 치료를 위한 약품들

개별기부 : 보청기 50개 (1인 20만원)

※전문약품은 의약품모금에서 정토마을이 직접 구입합니다.

**의약품 지원 계좌** 농협 355-0057-1787-53 (재)정토사관자재회



일정 | 2019.11. 11(월) ~ 11.20(수) 9박10일

경비 | 200만원 (의료봉사 3일, 성지순례 4일)

스리랑카 의료봉사에 함께 할 민들레 60명을 모집합니다.(선착순 마감)



의료봉사 및 성지순례 신청 | 정토마을 사무국 052)255-8588, 010-2926-8500



## 정토마을 원주를 살면서

태감 | 정토마을 원주

강원을 졸업하기도 전부터 원주소임을 살아야 한다는 이야기를 듣고 고민과 갈등으로 지내던 어느 날,

사리암과 북대암 그리고 내원암, 청신암을 종횡무진하면서 바람결에 고민과 갈등을 날려 보내고 운문사 대웅전 앞에 서서 부처님과의 독대는 말로 표현할 수 없을 만큼 깨끗하고 홀가분했다. 그렇게 웃음과 함께 찾아든 따뜻함은 정토마을의 원주소임에 희망을 안겨 주었다.

이렇게 시작한 원주소임이 벌써 7개월을 달리고 있다. 어디에서부터 출발해야 할지 의문이었지만 지금은 시속 80km로 안정적인 속도로 달리고 있는 소임과 공양간이다.

처음에는 저운 창고에 있는 식자재를 보면서 식단을 짜기 시작했다. 무엇이 저운 창고에서 숨 쉬고 있는지를 파악해야 했고 재고 조사를 하면서 우리 식구들이 어떤 먹거리를 잘 먹는지를 파악해야 했기에 늘 저운 창고와 함께였다.

안정을 찾은 지금은 일주일 식단을 미리 정하여 놓고 보살님들이 다음 끼니에 무엇을 준비해야 하는지를 알고 재료의 전처리를 할 수 있는 시간이 확보되면서 여유와 평온이 함께하는 공양간으로 재탄생하였다.

그와 더불어 정토마을 공양간에 바뀐 것이 있다면 매주 별좌가 탄생한다는 것이다. 보살님 세분이 돌아가면서 한 파트씩 별좌로서 음식을 만들고 다른 두 분은 전처리하면서 별좌를 도와주는 시스템이다. 처음에는 조금 힘들었지만, 지금은 알아서 별좌 놀이를 즐기고 있다. 우리 공양간에 이 방법을 선택한 이유는 각자의 개성이 있고 손맛이 서로 다르기 때문에 각자의 맛과 조금 더 나은 맛의 조화와 화합을 위해서였다. 그리고 이번 주 별좌보살님이 다양한 재료로 맛을 내고자 한다면 얼마든지 지원과 보시를 받아서 요리를 할 수 있도록 하며, 생일 공양이나 감사의 공양, 기타 다양한 공양이 들어오면 그 공양에 맞는 요리들이 사시 때 대중들을 기다린다.

정토마을의 공양간은 스님들만의 공간이 아니므로 직원, 문병 오신 가족이나 친인척들도 공양 시간이 되면 누구나 오셔서 공양을 드실 수 있다.

오신채를 거의 사용하지 않는 우리 공양간의 음식은 밖에서 먹는 음식과는 차이가 크게 있다. 그리고 요즘 채소는 대부분 정토마을 밭일을 도맡아 하시는 도감스님이 애지중지하며 키우는 상추, 썩갓, 고추, 오이, 가지, 깻잎들을 무치고, 볶고, 찌고, 생으로 내는 등 다양한 요리로 대중들에게 찾아간다.

또한 일주일에 1번씩 잔치국수, 짜장, 카레, 떡볶이 등 별식으로 우리 대중이 즐겁게 함께 공양을 할 수 있도록 계절 먹거리로 입맛을 달랜다.

입맛 없는 무더위 속에서 보양식으로 삼계탕을 먹으며 더위를 식혀야 하는 여름이 지나고 나면 살랑살랑 바람 불어오는 가을이 찾아온다. 이렇게 찾아오는 가을은 수확의 계절이라 불리는 만큼 과일, 곡식, 채소들이 너나 할 것 없이 앞 다투어 뽑내고자 공양간으로 줄지어 찾아온다. 이렇게 찾아들어 오는 우리의 먹거리들은 계절에 맞게 변신을 하며 오늘도 변함없이 정토마을 대중들을 기다린다. 🍂



## 양송이 간장지

재료 : 양송이버섯, 조림간장, 채수, 편생강, 말린 홍고추

- ① 양송이버섯은 단단한 것으로 흐르는 물에 씻는다.
- ② 채수에 조림간장, 편생강, 말린 홍고추를 넣어 양념장을 만든다.
- ③ 씻어둔 양송이에 양념장을 부은 후 줄이듯이 끓인다.
- ④ 양송이에서 수분이 빠져나와 줄아 들면 불을 끈다.
- ⑤ 병에 담아두고 냉장보관하여 먹을 만큼씩 덜어내어 먹는다.

## 폐렴알균 예방접종



강종득 | 자재요양병원 내과부장

폐렴은 흔히 들을 수 있는 병명입니다. 통계청에서 발행한 2017년 사망원인통계를 보면 폐렴은 암, 심장질환, 뇌혈관질환에 이어 한국인의 사망원인 중 4위를 차지하고 있습니다. 폐렴의 중증도는 다양하지만, 노약자의 경우 매우 위험할 수 있습니다. 그래서 정부는 2013년부터 65세 이상의 노인에게 무료로 폐렴알균(폐렴구균) 예방접종을 실시하고 있습니다. 오늘은 이것에 대해 알아보려고 합니다.

먼저 이름부터 정확히 알아보겠습니다. 흔히 '폐렴 예방접종'이라고 하는 경우가 있는데 정확하게는 '폐렴알균 예방접종'입니다. 그거나 저거나 같은 거 아니냐고 말씀하시는 분도 있겠습니다. '폐렴알균'은 폐렴을 일으키는 세균 중의 한 종류입니다. 예전에는 '폐렴구균'이라고 불렀습니다. '구'는 공을 의미하는 것이고 '알'이란 말과 같은 의미로 쓰였습니다. 그러므로 '폐렴알균'은 폐렴을 곧잘 일으키는 것으로 염색해서 현미경으로 보면 공처럼 생긴 세균이라는 말입니다.

폐렴을 일으키는 원인에는 폐렴알균만 있는 것이 아닙니다. 폐렴알균 외 여러 종류의 세균이 있고 바이러스도 있으며 곰팡이(진균)와 기생충도 폐렴을 일으킬 수 있습니다. 폐렴알균은 폐렴을 일으키는 병원체의 일부분으로 전체 원인균 중 25~40%를 차지합니다. 그러니까 폐렴알균 예방접종을 한다고 해도 폐렴알균 외의 다른 병원체에 의한 감염에는 도움이 되지 않는 것입니다.

또 하나 생각해야 할 것이 있습니다. 폐렴알균이 폐렴만 일으키는 것이 아니라 가운데귀염(중이염), 코결막염(부비동염), 수막염, 패혈증 등도 일으킵니다. 이들 중 수막염과 패혈증을 침습성 폐렴알균 감염증으로 하고 나머지는 비침습성 폐렴알균 감염증이라고 부릅니다. '침습성'이란 표현은 위험성이 좀 더 크다는 의미로 보면 되겠는데 폐렴은 침습성 폐렴알균 감염증에 속하지 않습니다. 폐렴도 물론 위험하지만, 평균적으로 폐렴알균으로 인한 수막염과 패혈증은 그보다 더 위험하기 때문입니다. 폐렴알균 예방접종을 하면 폐렴 외 침습성 폐렴알균감염증도 예방할 수 있습니다.

보건소에서 무료로 접종받을 수 있는 백신은 23가 다당류백신입니다. 폐렴알균의 혈청형에는 90여 가지가 있습니다. 개에도 푸들, 치와와, 말티즈 등이 있는 것처럼 폐렴알균도 품종이 있다고 이해하면 되겠습니다. '23가'라고 하는 것은 90여 가지 종류의 폐렴알균 중 병을 일으키는 빈도가 높은 23가지에 대한 예방효과를 갖는 것이라는 뜻입니다. '다당류'는 폐렴구균의 껍질에 있는 성분인 다당류를 이용하여 우리 몸의 항체 생산을 유도한다는 의미입니다.

이 23가 다당류백신은 T세포의 도움을 받지 못하고 B세포가 항체를 만들게 하는데(T세포와 B세포는 림프구의 일종인데 자세히 들어가면 복잡하므로 이 정도만 설명합니다) 충분한 양의 항체를 만들게 하지 못하고 항체가 유지되는 기간도 짧습니다. 또한 이것은 침습성 폐렴알균 감염은 50~80%를 예방해 주지만 많은 분이 관심을 가지는 폐렴에 대해서는 의외로 예방효과가 별로 없습니다. 폐렴 예방효과가 별로 없다는 말에 실망하실 수 있겠으나 더 사망률이 높은 침습성 폐렴알균 감염을 예방할 수 있다는 사실이 중요합니다.

그럼 다른 백신은 없느냐고 생각하시겠죠? 13가 단백결합백신이 있습니다. 이것은 13가니까 23가보다 대항할 수 있는 혈청형의 종류는 적은 데 다당류를 단백질반체에 결합해 T세

포의 도움을 받아 B세포에서 분화된 형질세포가 항체를 생산하기 때문에 (이 부분 역시 자세한 설명은 생략합니다) 항체를 더 많이 생산하고 효과가 더 오래 유지됩니다. 폐렴알균 폐렴의 45%, 침습성 폐렴알균 감염의 75%를 예방할 수 있습니다. 13가 단백결합백신은 23가 다당류백신보다 비싸며 접종을 원하면 비용을 자신이 부담해야 합니다.

이제는 접종 방법을 알아보겠습니다. 건강한 65세 이상의 고령자는 23가 다당류백신이나 13가 단백결합백신 중 하나를 접종받으면 됩니다. 한 번으로 접종이 완료되며 추가 접종을 권하지 않습니다. 둘 중 하나를 선택한다면 13가 단백결합백신이 더 좋겠으나 비용이 든다는 문제가 있습니다.

심혈관계질환, 허파질환(폐질환), 당뇨병, 알코올중독, 간 질환과 같은 65세 이상 만성질환자의 경우에는 13가 단백결합백신을 먼저 접종한 후 6~12개월 후(최소 8주 이상) 23가 다당류백신을 접종하기를 권합니다. 건강한 고령자의 경우에도 이 두 가지를 다 접종하면 좋지 않겠냐고 물으실 수 있겠습니다. 아직 우리나라에서는 근거 부족으로 권고하고 있지는 않지만, 현재 미국에서는 이렇게 하고 있고 향후 우리나라에서도 이렇게 될 가능성이 있습니다.

그런데 만약 순서를 바꿔서 23가 다당류백신을 먼저 접종하면 어떨까요? 23가 다당류백신을 먼저 접종하면 면역 저하 현상으로 13가 단백결합백신을 접종했을 때의 효과가 떨어집니다. 그래서 이런 순서의 접종을 권하지는 않지만 23가 다당류백신을 먼저 접종하였을 경우에는 1년 이상의 간격을 두고 13가 단백결합백신을 접종하기를 권하고 있습니다.

하나 더 알아두시면 좋을 것은 독감(인플루엔자)에 걸렸을 경우 합병증으로 폐렴이 발생할 수 있으므로 고령자의 경우 매년 독감 예방접종을 받으시는 것이 좋습니다. 독감 예방접종은 폐렴알균예방접종과 동시에 받으실 수 있습니다. 폐렴알균 예방접종에 대해 잘 알고 접종 받으셔서 건강하게 지내시기 바랍니다. 



## 서로 놓아주기

능 인 | 자재요양병원 영적돌봄 연구실장

호스피스 환자를 위한 영상을 찾다가 우연히 "먹고 기도하고 사랑하라."를 발견하게 되었다. 영화를 통으로 보지는 못했지만 작은 한 가지를 보게 되었다. 영화 속 주인공이 인도를 여행했을 때 어떤 구도자가 한 말이다.

"우리의 자아는 우리가 늘 소외감과 이중성을 느끼게 하고 완전한 인간이 아니라 어딘가 결함이 있는 불량품이라는 확신을 심어줘. 자아가 하는 일은 계속 권력을 유지하는 거야. 그러나 명상을 유지해 나간다면 자아는 그 권력을 잃고 결국 우리의 가슴이 모든 걸 다 결정하겠지. 이런 자아를 어떻게 컨트롤해야 하는지."

정토마을 자재요양병원 호스피스완화의료병동에서 소임을 산 지도 벌써 5년이 다 되어간다.

지난 시간을 둘러보니 참 많은 일이 있었다. 그 중에도 가장 기억에 남는 것은 나와 인생 수업을 함께 느끼면서 삶과 죽음 사이를 오고 갔던 많은 호스피스 환자분들이다. 어쩌면 나도 때가 되면 이곳에 같은 입장으로 누워 있을지도 모를 일이다.

이곳에 오시는 환자분들은 이런 질문을 종종 한다.

‘호스피스 병동’은 죽으러 가는 곳 아닌가?  
어떻게 내가 벌써 죽는다고 생각하지?  
아직도 멀었는데, 왜 나한테 이런 일이 생겼지?

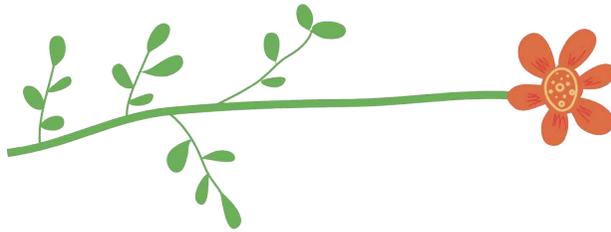
이런 질문들이 나를 병어리로 만들어 버린다. 말이 그렇지 공감과 경청은 참으로 나를 한 없이 나약하게 만든다.

환자분들과 나 사이에는 늘 소외감과 대면해야 한다. 나는 그분들에게 소외감을 느끼지 않으려 하고 그분들도 나에게 소외감을 느끼지 않으려 하는 마음이 같다. 결국 하나 된 소외감인데 너다 나다 분리하면서 서로를 컨트롤하기에 바쁘다.

이제는 서로를 놓아주면서 있는 그대로 이야기를 할 때임을 느낀다.  
오늘 하루 나는 무엇을 배움으로 가져왔는가? ☺

## 알츠하이머 엄마 곁에서

김은구 | 자재요양병원 사회복지사



부유한 집 외동딸로 자라난 우리 엄마,  
9남에 맏며느리로 시집오면서 그런 엄마의 인생은 가난과 어려움에 연속이었다. 시집살이와 5남  
매 키우시며 힘든 가운데에서도 엄마라는 자리에서 삶을 열심히 살아오셨다는 걸 안다.

그런 엄마는 어느 순간부터 조금씩 많은 것들을 잊어버리고 있었다. 그렇게 엄마는 부산 원자력  
병원에서 알츠하이머 진단을 받았고, 짧은 시간 집에 머물다 지금 여기 정토마을 자재요양병원에  
입원하게 되었다.

입원하시고 1년 동안은 왜 창살 없는 감옥에 가뒀 당신을 힘들게 하느냐며 집에 가자고 애원하시  
던 시간이 어느덧 5년이란 세월이 지나갔다.

그 사이 엄마는 가족에 대한 하염없던 사랑과 애착, 집착을 조금씩 잊으면서, 자재요양병원을 당  
신 집이라며 만족해하신다. 그런 엄마의 모습을 보면서 나는 많은 미안함과, 두 손 모아 감사함을  
느낀다.

엄마는 2층 병동 소파에 앉아 보호자, 방문객들이 오시면 활짝 웃는 얼굴로 "놀러 왔니, 여기가  
우리 집이여."

밥도 간식도 잘 챙겨주는 이곳이 너무 좋다고, 우리 딸도 여기에서 일한다고, 감추지 않고 자랑하  
기 바쁘시다. 그런 모습을 볼 때마다 다시금 바른 삶을 살도록 엄마가 가르침을 주고 계심을 느끼  
게 된다.

천사 같은 모습으로 조금씩 변해가는 엄마를 보면서,  
나는 오늘도 이곳의 사회복지사로서, 또 엄마의 보호자로서, 정토마을에 방문하시는 한 분 한 분  
모든 분의 아픔을 함께 나누고, 반갑게 만남을 가져갈 수 있음에 감사드린다. 🍵

## 아름다운 내님

故김수향 | 정토마을자재요양병원 호스피스병동 환자

참 달고 맛있어라~ 아름다운 내님!  
봄에는 봄꽃으로 아름다운 내님 여름에는 보슬보슬 보슬비로  
아름다운 내님 가을에 상큼한 사과 향, 음~ 아름다운 내님  
겨울엔 티 없이 깨끗한 눈... 아마도 당신이 내게 뿌려준 하얀  
눈은 내게 촉촉한 감로다일겁니다.  
내님이여 감로다를 따르시오. 차는 반만 따르고 나머지 잔은  
당신의 달콤한 정을 마시리오. 오오. 내님이여 우리 이별하는  
것이 아니고 영원히 함께하는 거라오. 분명 영원불멸이라오.  
당신의 사랑의 감로수로 나의 목마름을 채우렵니다. 당신의  
감로다는 영원히 목마르지 않을 테니까~♡♡♡

여보, 장장 12시간에 걸친 정진 끝에서야 당신의 그 깊고 깊은 정을 찾게 되어 눈물이 앞을 가려 뺏속으로부터 터져왔습니다. 절었던 풋내기 두 사람이 쌓은 정이 이렇게도 컸었나요, 여보 당신과 내가 그래도 10년 세월 거룩한 부처님 법을 만나 제일 먼저 끊을 수 있었다고 고마워했습니다. 이것이 내 혼자만의 착각이었음을 12시간의 정진 끝에 그나마 알아차려 당신에게 참회할 수 있게 되어 감사합니다. 고맙습니다. 사랑했습니다.

이 아름답고 고귀한 사랑을 하면서도 내 안에 또 다른 아집에 표현할 줄 모르고 산 세월 미안하고 죄송했습니다. 6년 동안 나의 병고를 한결같은 사랑으로 보살펴주신 그 사랑을 글로도 못 남기고 가려 할 뻔했으니 얼마나 무심하고 섭섭했겠습니까.

여보, 거룩한 부처님 마음으로 이십전십이면 다 통한다고 생각한 것이 마지막 이별 앞에선 아니었군요. 우리 두 사람, 유달리 남다른 사랑 나누고 살아왔으니 그 또한 가슴 뿌듯하고 우리 자녀들에게 본보기가 되었잖습니까. 당신과 나의 아름다운 사랑을 주변 모든 지인이 부러워했었고 하늘 아래 땅 아래 저런 부부는 없다는 말이 이제야 뺏속 깊이 사무침을 알

아차리다니 정말 남의 눈에 티는 보여도 내 눈에 보배를 못 보고 산다는 말 딱 맞는 말이었습니다.

죄송합니다. 여보! 당신의 사랑 무한리필로 받기만 해서요. 우리 다음 생에서는 동진 출가자로 도반 되어 만나서 거룩한 불법 공부 제대로 해서 불국정도 이루는 데 한마음 한뜻으로 삼시다. 꼭꼭 약속하면서...

여보 난 정말 당신을 만나 행복했었소. 날마다 내가 좋아했던 꽃 가꾸며 날마다 행복한 미소를 머금고 호미를 손에 들고 행복했고 나무가위가 손에 있어 행복했습니다. 여보, 당신이 좋아하는 과일나무보단 꽃을... 그리고 보니 또 당신께 미안하고 죄송해지네요.

당신이 깎아주신 사과가 제일 맛있었고 당신이 찌서 껍질 벗겨준 감자가 제일 맛있었어요. 출근길에 바쁘실까봐 내가 해서 먹겠다고 한 말을 금방 후회하고 제가 해서 먹는 맛은 영~ 아니었지요.

당신이 떠다 주신 물맛은 유난히도 꿀맛이요~ 어느 꿀맛이 그리 달까요. 당신의 마음을 마시니 감로다지요.

당신의 감로다로 별컹별컹 내 목을 축이고 싶소. 

김수향님은 정토마을자재요양병원 호스피스병동에 머무르셨던 환자분이십니다. 수향님의 든든한 버팀목인 남편분은 수향님이 이곳에서 생애 마무리를 하실 때까지 함께 머무르며 환자의 몸과 마음을 돌보았습니다. 이 글은 수향님이 이곳에 머무르시던 어느 날에 남편에게 감사한 마음을 담아 쓴 편지입니다. 배우자와의 이별을 준비하며 그간의 감사함과 사랑하는 마음을 표현한 환자분의 마음에 함께 공감하고 머물러 보는 시간이 되기를 바랍니다.

## 내 중심의 삶이 고통의 근원이다

김경일 | 마하보디명상심리대학원 주임교수

‘아시 탄다. 아우 탄다. 아수 탄다.’는 말이 있다. 맏이 아이가 태어나고 연이어 둘째 아이가 태어나면 어머니는 부득이 어린 동생을 더 보살피게 된다. 그러면 형은 지금까지 어머니로부터 받아오던 사랑을 동생에게 빼긴 것으로 생각하여 동생을 미워하게 되고 어머니도 싫어하면서 몸이 점점 여위어가는 것을 옛사람들은 그렇게 말했다. 정확한 관찰이고 좋은 표현이다.

여러 명의 아이를 키워본 사람이면 누구나 경험하는 일이고 그 정도가 얼마나 심각한지도 알 것이다. 만약에 부인이 있는 데도 아무런 동의도 없이 둘째 부인을 집으로 데리고 들어왔을 때 첫째 부인이 받는 충격은 엄청날 것이지만, 아우 타는 경우의 충격은 그보다 훨씬 더 강할지도 모른다.

맏이에게 어머니는 자기만의 것이다. 그것이 세상의 전부이다. 그런데 난데없이 한 아이가 어머니 품에 안겨있는 모습을 보았을 때 맏이가 받는 충격은 상상할 수가 없다. 어머니가 아무리 달래고 설득을 해도 아이 수준에서는 그것이 통할 리가 없다. “동생도 너와 똑같은 자식이다. 어머니는 차별하지 않고 둘을 보살필 것이니 걱정하지 마라.” 이렇게 설득하고 타이른다고 될 일이 아니란 것은 자식을 키워본 사

람이면 안다. 이 시기의 어머니의 역할은 정말로 중요한 것이다. 잘못하면 형제간에 큰 상처를 남기게 되고 그 상처가 평생의 삶에 부정적인 영향을 미칠 수 있기 때문이다.

자기중심의 삶이 겪게 되는 최초의 충격이고 고통이 바로 아우 탄다는 것이다. 만약에 형이 어머니에게는 형제가 모두 소중하다는 것을 납득하고 받아들일 수 있으면 자기중심의 삶은 어느 정도 극복될 수도 있다. 그러나 그것은 불가능한 일이다. 원초적으로 인간은 자기중심의 삶을 살게 되어 있다. 그것은 생명을 지닌 인간의 운명이며 또한 고통의 근원이다. 삶의 고통이 얼마나 크면 그것을 고헤(苦海)라고 했을까? 자기중심의 삶을 극복하게 되면 고통은 줄어든다. 마치 맏이가 동생의 존재를 받아들이고 어머니의 입장을 이해하면 고통이 줄어드는 것과 같은 이치이다. 대승불교의 핵심사상을 담고 있는 유식학은 자기중심의 삶을 말라식으로 설명한다. 말라식은 마음의 중심을 이루는 것으로 사랑분별(思量分別) 하는 것이 근본 속성이다. 어떤 자극이나 상황이 나타나면 그것을 살피고 계산하고 나에게 이득인지 손해인지를 따져보는 기능을 담당한다. 항상 나를 중심으로 작용하는 마음이다. 머리가 좋다는 말속에는 말라식의 작용이 빠르다는 것을 일컫는

경우도 있다. 즉 계산이 빠르다는 뜻이다. 그것이 고통의 근원이라는 것을 알지 못하면서 사람들은 그렇게 살아가고 있다.

말라식은 자기를 중심으로 사랑분별하기 때문에 항상 이익과 손해를 따지고, 잘나고 못남을 따지고, 옳고 그름을 따지고, 아름답고 추함을 따지지만, 그것은 객관적인 근거에 의한 것이 아니라 항상 자신의 기준을 근거로 삼는 한계를 지닌다. 달리 표현하면 항상 자신의 입장에서 판단하기 때문에 그것을 착각이라고 한다. 여기에서 차별성이 생기고 분별심이 일어나고 시시비비의 다툼이 발생한다. 당파싸움이니 계파 간의 갈등이니 하는 것도 모두가 이렇게 해서 발생하는 것이다. 사람들의 심리적 불편이나 장애 역시 자기중심의 삶을 극복하지 못해서 일어나는 것이 대부분이다. 불교의 궁극적 목표를 분별심이나 차별성을 극복하는 것으로 설명하기도 한다. 그것이 극복된 경지를 평등성지(平等聖智)라고 한다. 분별과 차별이 극복된 경지이니 당연히 평등하고 성스러운 지혜를 얻게 되는 것이다.

자기중심의 삶은 어떻게 극복할 수가 있을까? 얼른 생각하면 역지사지(易地思之) 즉 타인의 입장을 고려하면 해결할 수 있는 문제라고 볼 수도 있지만, 근본적인 해결책은 되지 못한다. 타인의 입장이란 것도 아직은 자타를 구분하는 차별성을 극복하지 못한 상태이기 때문이다. 다만 그런 삶의 태도는 대인관계의 갈등을 현

저히 줄일 수 있고 생활 속에서 약간의 여유를 가질 수는 있다.

자기중심의 삶을 극복하는 궁극적인 길은 무아(無我)를 증득하는 것이다. 무아란 무엇이며 그것의 증득은 무엇을 의미하는가? 자기중심의 삶을 유아론적 삶이라고 하면 자기중심을 극복한 삶은 무아론적 삶이 된다. 이론적으로 설명하는 것은 어렵지 않으나 그것을 증득하여 자신의 삶 속에서 구현하는 것은 매우 어렵고 힘든 일이다. 타인을 보기는 쉬워도 자기를 보기는 어렵기 때문이다. 기독교전에도 “남의 눈의 티끌은 보면서 제 눈의 들보는 보지 못하다.”라는 구절이 있다. 자기중심의 삶은 남의 허물은 잘 보지만 자신의 허물은 잘 보이지 않는다. 설혹 타인이 그것을 보고 자신에게 알려주어도 고맙다고 여기기는커녕 관계가 나빠지기 십상이다. 무아론적 삶의 길은 닦을 수가 없는 것인가? 그렇지 않다. 우선 자신의 견해나 주장을 고집하는 삶의 태도를 바꾸어야 한다. 자신의 주장이 타인에게 받아들여지지 않고 무시당하더라도 화내지 말고 그럴 수도 있겠다는 생각을 가져야 한다. 자신의 견해만을 고집하는 것이 바로 집착이다. 그것을 조금씩 줄여나가면 무아론적 삶에 점점 더 다가서게 되고 삶의 고통도 동시에 점점 줄어들게 될 것이다. 한꺼번에 무아에 이르는 것이 아니라 점진적으로 다가서는 길 밖에는 없다. 卍

## INFO



### 마하보디명상심리대학원 신입생 정기모집

- 모집과정 | 석사과정(명상심리학 전공, 5학기)  
                  생명교육전문가과정(4학기)
- 모집기간 | 매년 전기(3월 개강), 후기(9월 개강)
- 모집공고 | 홈페이지 [www.mahaedu.org](http://www.mahaedu.org)
- 입학문의 | T. 052.255.8521, 8523  
                  M. 010.4656.0180

## 불교와 명상심리 공부가 나에게 미친 영향 관찰

최성혜 | 마하보디명상심리대학원 석사과정



올해 원을 넘긴 나는 대학원에 입학하면서 “선까지 주어진 상황에 따라 살았으니 남은 원은 주인으로 살아보겠다”는 나름의 목표를 세웠다.

이 보고서는 한 학기를 보내는 동안 당초 목표에 대한 내 생각이 아직 무사한지, 혹 무사하지 않다면 어떤 흔들림이 있었는지 살펴보고 정리한 것으로, 작성하면서 그것이 그저 말로 아는 것인지 내 안에서 납득된 것인지 살피고자 했다.

### 인식의 한계: 나는 나를 알까?

입학 당시의 나에게 이 목표는 앞으로의 삶에 관여할 未來時制文이자, 좀 더 나은 삶을 살고자 하는 긍정문이었다. 그런데 보고서를 정리하면서, 나는 이 문장에서 ‘내가 과거의 삶에 대해 어느 정도 억울해하거나 화가 나 있었구나’라는 느낌을 새로 읽었다. 목표를 정할 당시에 전혀 의도하거나 인식하지 않았던 (그러나 나의 내면에 누적되어 있었을) 그 감정이 내가 쓴 문장 속에 스멀 스멀 살아 있는 걸 그제야 문득 보게 된 것이다.

‘내가 하는 말이나 행동에 내가 모르는 것들이 내포될 수 있다’는 명정한 경험은 내가 해석해 받아들인 상대방의 말이나 행동도 실제와 무관할 수 있다는 것으로 확장되었다. ‘개체 간 소통’이라는 것이 이렇게 가변적인 상황에서 느슨하게 이루어지는 것이라면, 상대방의 말이나, 눈짓, 몸짓에 상처받고, 나를 몰라주는 타인에게 섭섭해하고 성내는 일은 그저 소통수단(話者의 언어, 몸짓, 눈짓, 聽者의 감각기능)의 성능에 대한 기대치가 실제보다 높은 데서 비롯된 해프닝은 아니었을까? 더 나아가, 그 시점에서의 인식은 시간과 더불어 계속 재구성되면서 가공된 것일 뿐, 애당초 실제라고 할 것도 없는 것은 아니었을까?

끊임없는 생각이 이어지며 오히려 생각은 그 찰나의 나에게 닿은 것일 뿐, 그것들의 무게가 그다지 무거운 것이 아니라는 생각이 들어 오히려 마음이 가볍다.

## 탐·진·치: 내 삶은 억울했을까?

확실히 나는 내 삶이 무엇인가 불공정하고, 내 선의와 노력이 제값을 받지 못한다는 생각이 있었다. 그것은 자신의 경험 분석과 몇몇 타인의 공감에 기반해 나에게서는 명확한 사실이었지만, 사람의 인지가 지극히 제한적임을 납득하고, 막연히 알던 인과법칙을 꼼꼼히 배우면서 (마음이 동의하지는 않지만) 인과율(因果律)에 벗어나 나에게만 예외적으로 내 몫이 아닌 억울함이 왔으리라는 생각을 유지하는 것이 불가능해졌다.

그럼 오랫동안 내게 머무는 억울함은 어디에서 왔을까? 살면서 그저 내게 왔으니 내 것이라고 여겼던 행운이나, 나에게서는 후하고 남에게는 박하게 적용한 기준들이 적지 않았다. 행운은 잇고 억울함은 오래오래 들고 있었으니 어리석었고, 덜 주고 더 받으려 했으니 욕심이었다. 그러면서 억울하고 부당하다고 화를 내었으니 모두 도리에 맞지 않는다. 탐진치였다.

불법은 탐·진·치가 개인의 부족함이나 악의가 아니라 감각을 가진 인간이 구조적으로 가진 사안이라고 분석해주니 살짝 안도감이 든다. 삶은 외부와의 투쟁도, 가까스로 견디어내는 것도 아닌 그저 겸허히 받아들일 무언가로 여겨지며, 순간 마음이 겸손해진다. 남은 과제는 탐진치를 벗어나지 못할 굴레로 지고 갈 것인지, 무모하다 하더라도 벗어나고자 시도할 것인지 정할 일이다.

## 알아차림/받아들임: 주인으로 산다는 것은?

입학 당시 나에게 '주인으로서의 삶'은 대략 '주체적으로 삶의 방향을 정하고, 그것을 실현하기 위해 스스로 길을 찾거나 만들어 가는 것' 정도의 개념이었다. 하지만, 이제 주인으로 살

기 위해서는 온갖 괴로움을 지어내는 탐·진·치를 벗어나기 위한 무모한 도전이 불가피하다는 것을 알게 되었고, 한 학기의 수업은 도전의 방법으로 수행을 제시했다. 주인으로는 자유롭게 살고는 싶고, 도전할 용기는 없다.

타협. 과도처럼 일렁이는 흐름 속에서 가급적 마음을 가라앉히고 나의 안팎에서 일어나는 현상들을 알아차리되, 알아차리지 못하는 사이 이미 생긴 일들은 그저 받아들이려는 시도는 해볼 수 있지 않을까? 그래서 알아차림을 넓혀가고, 나를 옥죄는 프레임들을 거둬가다 보면 조금은 더 자유롭고 유연한 삶을 살 수 있지는 않을까?

그러다가 불쑥 불편한 감정을 만나면, 무턱대고 화내거나 답답해하기보다 좋은 스승인 양, 친구인 양 살피주겠다 마음을 내면, 설령 알아내지 못해도 시도로서 재미있고, 알면 알게 되어서 좋은 삶이 되지 않을까? 비록 그 삶이 항상적이고 불변하는 삶이 아니더라도.

입학 때 가졌던 하나의 문장은 이제 무수한 질문으로 바뀌었다. 하지만 하나의 명료한 문장보다 배우고 부딪히면서 생긴 질문이 오히려 삶을 더 명료하게 드러내는 것처럼 느껴진다면 과장일까? 공부는 나의 삶에 슬그머니 변화의 씨앗을 심었으나, "막무가내의 게으름"을 넘어서 지속해서 배움을 삶과 접목하는 데 필요한 성실과 끈기는 어떻게 불러내어야 할까? 

이 글은 최성혜님이 마하보디명상심리대학원 2019학년도 1학기 기말세미나에서 발표한 내용입니다.

본인의 동의를 받고 발표자료의 일부를 발췌하여 게재하였습니다.

## 불교논리학 기초반 수업에 참여하면서

황효순 | 불교 논리학 기초반 교육생

\*마하보디교육원의 <불교 논리학 기초반>은 2019년부터 8개월간 티벳 최고의 학승이신 게시(박사 학위) 스님들께서 직접 불교논리학을 지도하시는 공부 자리입니다. 게시 나왕 온텐스님, 게시 예시 발텐 스님, 게시 소남 초펠스님, 게시 덴진 상보스님께서 티벳어로 강의하시고 지덕스님께서 통역을 해주십니다. 다음 글은 강의 첫날 게시 나왕 온텐스님께서 해주신 말씀입니다.

부처님께서 말씀하셨습니다. “내가 말한 것을 무조건 믿지 말고 믿기 전에 내 말이 실제 만법 이치에 맞는지, 본 모습과 합당한지를 살펴봐야 한다”.

(중략) 우리 모두에겐 의식이 있습니다. 지혜가 있다는 것입니다. 우리에게 어떤 지혜가 있는지 잘 알고 그에 대한 논리를, 진리에 대한 바른 인식을 해 나가야 합니다. 관찰하고 살펴볼 때 그 주제나 대상이 진리라면 살펴볼수록 선명하고 분명해집니다. 그러나 그것이 진리가 아니라면 살펴볼수록 허상이 드러나고 사라지게 됩니다. 결국 이러한 인식, 바른 인식에 의하여 모든 일체법을 관찰하다 보면 옳은 것과 옳지 않은 것이 선명하게 드러납니다. 그러므로 우리가 논리학, 인명학을 공부해야 합니다.

(중략) 부처님께서서는 모든 번뇌와 허물을 없애셨습니다. 그래서 붓다<sup>2</sup>라고 합니다. 부처님께서 어떻게 모든 지혜를 갖추셨는지, 어떻게 그렇게 되셨고 그 방식은 어떠한 것이었느냐를 논리학을 통해서 얻어가게 됩니다. 바른 사유를 통해 알아가게 됩니다. 그러면서 깨닫는 것입니다. 인과 연이 원만구족<sup>3</sup> 하여 붓다가 되는 것입니다.

※ 불교논리학 모든 강의는 유튜브에서 다시보기가 가능합니다. (www.youtube.com 에서 "마하보디교육원"을 검색하세요.)

- 1 인명학(因明學, Hetu-vidya) : 고대 인도에서 비롯된 불교 인식논리학으로 불교 교학의 근간이라 일컬어진다. 원인(因,인)을 밝히는(明,명) 학문이라는 뜻이며 삼지비량(三支比量, 삼단논법), 오지작법(五支作法, 5단논법) 등의 논법이 있다.
- 2 붓다(Buddha) : 산스크리트어로 "깨달은 자", "눈을 뜬 자"라는 뜻.
- 3 원만구족(圓滿具足) : 충분히 가득 차고 다 갖추어 만족한다는 뜻.



혈~ 어안이 병병해지며, 뒤통수를 한 방 맞은 듯 떠오른 나의 미래다.

명(이름), 색(모양, 형체)을 실체와 실존이라고 단정 짓고 있는지도 모르면서 뿌리 깊은 습관으로 만 살아왔던 현재 시각(視角)이, 3월부터 매달 3일간 이어진 티벳 스님들의 열정 충만한 딱셀<sup>4</sup>(논리학) 수업 덕분에 12연기<sup>5</sup>와 인과법<sup>6</sup>이 이론에서 인지로 변경되었고, 인지가 생기니 자연스럽게 인식이 서서히 바뀌며 시야가 넓어지고 깊어지게 되었다.

투째체<sup>7</sup>!(감사합니다~~)

이것이 있으면 저것이 있고, 이것이 없으면 저것도 없다.  
그러하니 아기가 없으면 엄마도 없고, 엄마가 없으면 아기도 없다.

'너무도 당연하지'라고 생각했던, 좋은 글귀로만 알던 내용이었는데 부모님이 계셔서 딸로 살아왔으니, 원인이 사라지면 딸도 사라지게 되는 건 당연한 결과인 것을……. 하지만 그 사실이 머리로 떠올랐을 땐 멘붕이 왔었다.

'이때까지 무슨 생각으로 살아왔지?'

습관화된 좁은 인지와 인식이 괴로움을 만들었을 텐데, 위 인연법을 많이 듣고 말했었는데도 이 삶에 미세하게만 적용되고 있었나 보다. 약봉지를 손에 들고 약을 먹지 않으면서 아프다고, 괴롭다고 "약주세요~ 약주세요~" 한 꼴인 듯하다. 날짜가 바뀌면 과거도 미래도 없는 것이고, 장소를 이동했으면 그 당시 감정도 없는 것이고, 만나는 사람이 바뀌니 안이비설신<sup>8</sup>의 는 새로운 작용을 하고 있는데도 머릿속은 과거와 미래에 머물러서 각종 시나리오를 쓰고 있었다.

이젠 삼구, 사구<sup>9</sup>를 통해 단어의 정확한 뜻을 아는 것이 얼마나 중요한지 알게 되었고, 더불어서 명(名), 색(色)의 의미를 실제 삶 속에 적용하고 보니 부모님께서 건강히 생활하고 계시는 게 아주 감사하며 부모와 자식 관계의 깊이도 다르게 느껴진다. 어미의 피와 살이 찢어지는 고통을 인(因)으로 이 세상에 육신이 나와서 딸이라는 이름을 얻었고, 수많은 분의 노동과 시간 투자를 인(因)으로 이 논리학 수업이 생겨서 학생이라는 시간이 있었고, 이 수업 덕분에 딸인 나는 무지(無知)에 햇살이 비치는 과(果)를 얻었으니, 감사함 가득한 이 열매를 어느 곳엔가 뿌려 다른 누군가도 안락열매, 행복열매를 맛보는 과가 생기도록 인을 심는다.

광명열매를 따주시는 티벳 계시 큰스님들께, 찬탄의 마음 담아 삼배를 올립니다. \_()\_ 오아훤!<sup>10</sup> 🙏

4 딱셀 : 티벳 승가에서 이루어지는 전통적 논리 공부 토론법. 초라(cho ra, 법의 율타리라는 뜻)라는 넓은 광장에 수많은 승려들이 모여 토론자 두 명이 질문과 답변을 주고 받으며 대론(對論)을 한다. 질문자는 오른손을 머리 위로 올려 왼손 바닥을 내리치면서 왼발을 구르면, 답변자가 손뼉 소리에 정신을 차리고 답변하는 방식으로 진행된다.

5 12연기 : 노사(老死)-생(生)-유(有)-취(取)-애(愛)-수(受)-촉(觸)-육입(六入, 六處)-명색(名色)-식(識)-행(行)-무명(無明)을 가리킨다. 여기서 연기(緣起)란 원시불교 경전에 쓰여진 빨리어로 "파티차 사무파드"라 하며 "~로 말미암아 생겨난다"는 뜻이 있다.

6 인과법(因果法) : 원인이 있으면 결과가 있다는 법칙으로서 인과율이라고도 한다. 불교에서는 시간적 선후의 관점에서 원인과 결과, 상호의존하는 인연 관계에서의 동시적 관점으로 원인과 결과를 살펴보기도 한다.

7 투째체 : 티벳어로 Thuk-je-che "땡큐"를 뜻한다.

8 안이비설신의 : 불교에서 말하는 여섯 가지 지각기관인 안(眼.눈), 이(耳.귀), 비(鼻.코), 설(舌.혀), 신(身.몸), 의(意.뜻).

9 3구(三句), 4구(四句 catuskoti) : 불교 논리학에서 2개의 사상(思想)이 있을 때 진릿값을 3구는 3가지(하나가 전체의 부분, 둘 다 참, 둘 다 거짓), 4구는 4가지(참, 거짓, 참이며 거짓, 참도 거짓도 아님)로 분별 해석하는 것. 3구분별, 4구분별이라고도 한다.

10 오아훤(om āh hūm) : 몸과 말과 마음을 정화하는 만트라(진언). 옴은 형상의 정수, 아는 소리의 정수, 훤은 마음의 정수를 뜻한다. 총지금강승(總持金剛誦)이라고도 한다.

# 묘법연화경

## 제1권

### 第九. 수학무학 인기품

서봉반산(瑞峰盤山) 스님

## 제 9. 수학무학인기품

첫째 주제 : 2천 아라한에게 수기하시다

### 1) 석가족 왕자출신에 대한 수기

앞에서 1천 2백 아라한에게 수기를 주시고 5백 아라한의 신앙고백을 하는 즈음에 부처님의 인척이라 할 안나다와 라후라가 생각하는 장면이 보입니다. 경문을 보겠습니다.

9-1

"「우리들도 만일 이런 수기를 얻게 되면 또한 기쁘지 않겠는가」고. 그리고는 곧 자리에서 일어나 부처님 앞으로 나가 머리 숙여 예배하고 부처님께 여쭙었다. 『세존이시여, 저희들도 또한 마땅한 분수가 있사오니 오직 여래께 귀의하며, 또한 저희들을 일체 세간의 하늘과 인간과 아수라들이 보고 아나이다. 아난은 항상 시자가 되어 범장을 받들어 가지고 있으며, 라후라는 부처님의 아들이니 만일 부처님께서 아نوات라삼약삼보디의 수기를 주신다면, 저희의 소원이 성취되며 대중들의 소망도 또한 만족하오리다."

이렇게 자자들이 수기 받기를 간절히 원하는 장면은 저 앞에서도 본 적이 있습니다. 그 때 세존의 수기가 바로 내려집니다. 아난존자는 '산해혜자재통왕여래 山海慧自在通王如來'이시고 라후라는 '도칠보화여래 蹈七寶華如來'라고 이름합니다. 이 시점에 '불법을 수호하고 지켜갈 사명' 곧 호지법장[護持法藏]의 일을 담당하며 20여 년간 한결같이 시자를 담당했던 아난존자가 계승으로 심경을 토로합니다.

9-2

거룩하고 높은 세존 희유하시도다!	世尊甚希有하사
지나간 과거의 여러 부처님	令我念過去
그 법을 이제와 생각해보니	無量諸佛法호대
오늘날 듣는 바와 똑같아서	如今日所聞하야

품었던 의심이 다시는 없어	我今無復疑라
불도에 편안히 머무르건만	安住於佛道언만은
방편으로 부처님의 시자 되어	方便爲侍者하야
여러 부처님 법 가졌나이다.	護持諸佛法이니라

마지막 계송은 「나는 진작에 성불했지만 방편으로 시자가 되어 불법을 호지하고 법장을 유통시키기 위해 현세에 출현하였다.」라는 뜻입니다. 그러므로 법화경에 등장하는 성문제자들은 모두 내비의현內秘外現이요 방편시현方便示現인 것입니다.

## 2) 다문제일多聞第一 아난존자

아난존자는 부처님의 사촌동생으로 경전결집에 주도적인 역할을 담당하였고, 모든 경전의 첫 구절인 '여시아문如是我聞'의 주인공입니다. 아난은 부처님 성도하는 날 태어났으므로 정반왕이 아난다(Ananda; 기쁨, 환희)로 이름을 지어 주었어요. 또 그는 싯다르타가 깨달음을 이룬 후 붓다가 되어 고향방문을 했을 때 출가합니다. 당시 그의 나이 겨우 8세였지만 석가족의 자연스러운 출가 분위기에 따라 사촌들과 더불어 교단에 발을 디디게 된 그는, 출중한 생김새로 인해 많은 여인들로부터 주목을 받습니다. 그래서 《능엄경》에서는 위험한 지경에까지 처하기도 합니다. 이러한 아난존자는 불교사적으로 중요한 몇 가지 일이 벌어집니다. 첫째, 부처님의 시자로서 그 인류의 스승이 열반에 드실 때까지 보필한 일. 둘째, 경전결집에 중요한 역할을 하여 오늘에까지 부처님 말씀을 전하게 한 일. 셋째, 여성의 출가를 부처님께 적극적으로 간청하여 이루어 낸 일 등입니다.

그중에서도 특기할 일은 먼저 세존이 55세 때부터 25년간 시봉을 다하며, 구시나가르의 사라나무 아래에 세존께 마지막 자리를 깔아드린 일, 말리족에게 처음으로 열반을 알렸던 일도 아난존자의 역할이었지요. 다음으로 어느날 부처님의 이모 마하파사파제가 부처님을 찾아와 여성도 출가하게 해달라고 간청하지만 세존은 단호하게 거절합니다. 그래도 포기하지 않고 야소다라 등 석가족 여인들은 출가사문처럼 머리를 깎고 낡은 옷을 입은 채 맨발로 500리 길을 걸어 부처님을 찾아 갑니다. 그래도 세존은 단호하게 거절을 하십니다. 이 때 아난존자가 세존께 여쭙니다.

"세존이시여, 여성도 수행을 잘하면 해탈할 수 있습니까?" "여성도 해탈할 수 있다."

"그렇다면 왜 여성의 출가를 허락하지 않습니까? 부처님의 가르침을 펴는 것은 중생들로 하여금 해탈의 삶을 살도록, 깨달음의 길을 가도록 하기 위해서 가르침을 펴는데 왜 여성에게는 그 기회를 주지 않습니까. 이것은 옳지도 않고 공평하지도 않습니다."

아난존자의 적극적이고 간곡한 청으로 마침내 부처님이 조건부로 여성의 출가를 허락하십니다. 또 《수행본기경》에 아주 재미있는 사연이 있습니다. 연등 부처님께서 오신다는 소식에 석가모니 부처님의 전생 모습인 선혜라는 젊은 수행자가 연꽃을 공양 올리면서 머리를 풀어 길을 만들었습니다. 이때 연등부처님께서 선혜동자를 향해 이런 수기를 주시면서 찬탄하셨습니다.

"장하도다, 선혜동자여! 이 같은 공덕으로 그대는 백 겁 후에 부처님이 되리니 명호는 석가모니요, 아버지 이름은 정반왕이며 어머니의 이름은 마야이니라. 아들의 이름은 라후라며, 시자의 이름은 아난이요....."

이미 아난존자는 억겁 전생부터 부처님의 시봉을 들도록 정해져 있었던 것 같습니다.

### 3) 밀행제일密行第一 라후라존자羅睺羅尊者

#### 9-4

지난 옛날 내가 태자로 있을 때  
나후라는 항상 큰 장자 되었더니  
오늘날 내가 부처님 도 이루니  
그 법을 받아 지너 법자 되어서

我爲太子時에  
羅睺爲長子러니  
我今成佛道에  
受法爲法子라

#### 9-5

앞으로 오는 세상 한량이 없는  
억만의 여러 부처 친견하옵고  
그 모든 부처님의 장자가 되어  
한결 같은 마음으로 부처님 도 구하리

未來世中에  
見無量億佛하고  
皆篤其長子하야  
一心求佛道하리니

위의 계송처럼 라후라羅睺羅존자가 수기를 받습니다. 부처님의 출가하기 일주일 전에 태어난 부처님의 유일한 아들입니다. 세존이 카필라로 돌아왔을 때 야소다라는 라후라를 보내어, "저에게 물려줄 재산을 주십시오."하고 말합니다.

"아들은 내게 재산을 요구한다. 그것은 괴로움을 초래하는 원인이리라. 차라리 법의 재산을 전해 주리라."고 생각하신 부처님은 열두 살 먹은 라후라를 출가시켰어요. 사리불을 스승으로 모시고 최초의 사미승이 된 라후라는, 어느 날 사리불을 따라 탁발하러 나갔지요. 걸어가는 길목에 있던 한 악한이 모래를 쥐어 사리불의 발우에 넣고, 뒤따라가는 라후라의 머리를 쳤다. 사리불은 얼굴에 흐르는 피를 닦으며 분노와 고통을 참는 라후라에게,

"네가 진정 부처님의 아들이라면 어떠한 일이 있어도 분노를 참아야 한다. 세상에서 참는 것보다 더 강한 것은 없다고 세존께서 가르치지 않았느냐?" 라고 달래었어요.

열일곱 살쯤 된 라후라는 착한 성품을 가졌으나 장난기가 심해서 때때로 부처님 계시는 곳을 엉뚱하게 알려주는 등 사람들을 속이고 기뻐했다. 이런 사실을 전해 들으신 세존께서 라후라를 불러 부처님의 발을 씻게 한 다음 말씀하셨지요.

"너는 이 물을 마실 수 있겠느냐."

"마실 수 없습니다."

"왜 마실 수 없느냐."

"발을 씻어 더러워졌기 때문입니다."

"그래 너도 이 물과 같다. 수도修道에는 힘쓰지 않고 마음을 진실하게 갖지 않으니, 마치 발 씻은 물처럼 더럽혀져 있다."

그 뒤 부처님은 라후라를 가리켜, 「참는 수행의 1인자이며, 부처님 가르침을 은밀하게 실천하는 것은 라후라가 제일이다.」고 하셨지요.

## 둘째 주제 : 2천 아라한은 모두 보상寶相여래가 되리라

그 때 대중 속에서 새로 발심한 8천 보살들이 의심을 하는 장면이 보입니다.

### 9-6

"우리들은 아직 큰 보살들도 수기 받았다는 말을 듣지 못하였는데, 무슨 인연으로 여러 성문들이 이런 결정을 얻는 것인가하고 다 같이 생각하였다."

그러니까 세존께서 「아난과 나는 과거 공왕불空王佛 계신 데서 함께 발심하였고, 아난은 내 법장을 받들어 가지며 장래 여러 부처님의 법장도 받들어 보살들을 교화하여 성취할 것이므로 이런 수기를 주느니라.」 하고 과거인연을 말씀하는 장면이 있었지요. 이렇게 석가족 왕자출신 비구들에게 수기를 마친 세존은 이윽고 2천 아라한들에게 수기를 내립니다.

### 9-7

"「너는 이 배우는 이와 다 배운 이 2천 인을 보느냐.」 「예, 그들을 제가 보았나이다.」 「아난아, 이 많은 사람들은 반드시 50세계의 가는 티끌 같은 수의 여러 부처님 여래를 고양하고 공경 존경하고 법장을 받들어 가지며, 나중에는 동시에 시방 국토에서 각각 성불하리라. 그때 이름은 다 한 가지로 보상寶相 여래·응공·정변지·명행족·선서·세간해·무상사·조어장부·천인사 불세존이 나라. 그 부처님의 수명은 1겁이며, 국토의 장엄과 성문과 보살과 그리고 정법과 상법이 세상에 머무는 수명이 모두 똑 같으리라.」"

이렇게 범화경의 수기는 모든 중생이 성불한다는 가르침을 실천하는 선교방편이 되어 누구에게나 주어지고 있습니다.

### 9-8

그들의 이름 또한 한 가지로 보상이며  
장엄스런 국토나 많은 그 제자들  
세상에 머무를 정법과 상법  
모두 다 하나같이 다를 없으리.

皆名爲寶相이며  
國土及弟子와  
正法與像法은  
悉等無有異라

### 9-9

지혜의 밝은 등불 거룩하신 세존께서  
우리에게 주시는 수기의 음성 듣고  
마음 크게 환희함이 온 몸에 가득하니  
감로의 단비를 퍼부은 것 같나이다.

世尊慧燈明하시니  
我聞援記音하옵고  
心歡喜充滿호대  
如甘露見灌이니다

이렇게 모든 제자들에게 보편적인 수기를 마치셨는데, 아직 남은 부류는 익찬티카와 여성출가자 뿐입니다. 卍

## 우리는 법등회



참 오랜 인연입니다. 정토마을의 행사나 법회가 있을 때, 큰일이 있을 때, 도움이 필요할 때면 어디에선가 달려와 손을 보태고 마음을 보태어 주시던 정토마을의 든든한 후원회가 있습니다. 법의 등불이 꺼지지 않도록 지키고 밝히려는 굳은 약속으로 긴 세월을 함께한 사람들, 법등회를 만났습니다.

### Q. 먼저 법등회 모임을 소개해 주시겠어요?

정토마을과 인연이 되기 전에 다른 사찰에서 함께 수행 활동을 하는 모임이었어요. 대개 사람들은 몇 개씩 모임이 있잖아요. 노는 모임, 먹는 모임, 자식을 위한 모임, 상조회 등등... 법등회는 법에 등불이 꺼지지 않게 하자는 취지에서 시작되었고요, 정한 시간에 만나 수다 떨다 밥 먹고 헤어지는 모임이 과연 무슨 의미가 있을까 이런 생각이 들었죠. 너무 시간 낭비인 거예요.

우리 모임은 만나서 잡담보다는 자기가 수행하는 것들에 대한 법담을 나누고 도움이 필요한 곳에 도움을 줄 수 있는 모임이었으면 하는 뜻에 멤버 모두가 함께 의견을 모아 법등회가 출범한 것입니다. 이곳저곳 돈을 다 쓴 뒤에 저축할 수 없듯이, 나중으로 미루다 보면 공덕을 짓는 일은 항상 뒷전으로 밀리고 말기에, 돌봐야 할 인연이 나타나면 모든 것 다 떠나서 우선 순위로 실천합니다.

### Q. 법등회와 정토마을과의 인연은 어떻게 시작되신 건가요?

- 평등각 : 저와 능행스님과 인연이 그 시작이었어요. 어느 날 우연히 TV를 보는데 다큐에 능행스님이 나오는 거예요, ‘비구니스님이 저런 뜻깊은 일을 하고 계시는구나. 저곳에 한번 가봐야겠구나.’ 그 생각을 시작으로 장대비가 억수로 내리는 어느 날 밤에 남편과 함께 정토마을(청주)을 찾아가게 되었죠. 그때 스님은 계시지 않아 뵙지 못했지만, 정토마을에 김희자 부장님을 통해서 조만간 울산 쪽으로 내려오시게 될 거라는 이야기를 들었어요. 그날을 시작으로 정토마을(청주)에 봉사도 다니고 하면서 인연이 이어졌죠.

그러던 어느 날 스님께 연락이 왔어요. 울산에 터를 마련했으니 한번 와보라는 전화였고, 와서 보니 허름한 공장건물 하나 있고 정말 아무것도 없는 터에 스님이 계시더라고요.

그때 그 공장 건물에서 23기 호스피스교육이 진행되었고, 저는 그 교육을 받으며 인연의 깊이를 더해 갔어요.

법등회는 그렇게 온전히 누군가에게 도움을 주는 모임이 되자는 마음들이 모여있던 만큼, 부처님의 가르침이 실천으로 행해지는 정토마을과의 인연을 맺었으면 좋겠다는 평등각 회장님의 권유에 2008년부터 흔쾌히 정토마을의 든든한 후원자가 되었다.

**Q.** 그렇게 누군가를 돕겠다는 마음, 후원해야겠다는 마음을 갖게 된 특별한 계기가 있으신가요?

- 평등각 : 울산 신도회 일을 할 때 IMF가 왔어요. 그때 울산에서 실업극복센터를 운영하게 되었어요. 직장을 잃고 고뇌에 차 있는 사람들에게 옷, 담배, 식사 등을 제공하는 일을 하게 되었던 거죠. 그때 가슴 깊은 곳에서 울컥했던 일이 있었어요.

어떤 사람이 옷가지를 가지런히 개어 보내주셨는데, 그 안에는 담배 2갑과 편지 한 장이 들어있었어요. 그 편지 내용은 이랬어요. 자신의 남편도 실업극복을 해야 하는 상황이고, 한 회사의 사장이었던 남편 친구는 직원을 내보내는 과정에서 신경을 너무 써서 술과 담배로 맘에 걸려 죽었다는 이야기와 가장으로서의 실업자들의 아픔에 공감한다는 절절한 내용이 그 편지에 들어있었어요. 그 편지를 읽으며 엄청 나게 울었어요. 내가 생각할 때 그 편지는 상대방 입장 그대로를 생각하는 자비심이 아니면 쓸 수 없는 편지였어요. 사람을 생각한다는 것이 내 자량이 아닌, 진정 그 사람의 입장을 생각하지 않으면 안 되겠다는 생각을 그때 하게 되었어요. 그 편지가 삶에서 어려움에 부딪친 사람을 돕는 일에 우선순위를 둘 수 있는 힘이 되어 주었죠. 누구를 돕는다는 거 신중하고 조심스러워요. 진정 그 사람 입장에 서서 생각하지 않으면 잘한다고 하는 일이 상대에게 큰 누를 끼칠 수 있거든요. 그래서 드러나는 봉사, 후원은 많이 자제하는 편입니다.

평등각 회장님은 덧붙여 말씀하셨다. 주는 사람의 마음은 사실 겨자씨만큼 조그맣다고, 하지만 그것을 받는 사람에게 그 겨자씨는 아주 커다란 가치로 돌아간다고, 그러하기에, 작은 나눔들이 모여 밝힐 수 있는 등불은 밝혀야 하기에, 이 좋은 일에 주변 사람들이 함께 할 수 있기를, 그렇게 주는 이도 받는 이도 행복한 일을 만들어 갈 수 있는 현재에 감사하다고... 그렇게 법등회 도반들에게 정토마을과의 인연의 다리를 놓아주었고, 법등회 회원들 모두는 정토마을의 지지자가 되어주었다.

- 묘금강 : 회장님의 권유로 자재요양병원개원에 도움이 되고자 108명상 후원을 시작한 것이 계기가 되었어요.
- 자심경 : 어머니께서 오랫동안 병원에 누워계셨어요. 그러다보니 자연스레 불교병원이 지어진다는 사실에 관심을 가지게 되었지요.
- 보적심 : 호스피스병원건립에 대한 말씀을 들었을 때 막연히 보탬이 되어야겠다는 생각이 들었어요. 그래서 우리 아이들과 함께 병상을 기부하게 되었네요.
- 보리수 : 후원이란 단어, 봉사라는 단어가 어색하고 나 살기에도 급급해서 살아가고 있을 때 평등각 회장님으로부터 능행스님께서 어려움 속에 호스피스병원을 건립하고 계신다는 말씀을 듣고 작지만, 함께 할 수 있다는 것을 알게 되었고, 그렇게 후원을 시작하게 되었어요.
- 반야심 : 언제나 바쁘게 살아오면서 후원을 어떻게 하는지도 몰랐을 때 평등각 회장님으로부터 정토마을 능행스님을 소개받고 그러면서 스님의 큰 원력에 작은 보탬이 되는 인연이 되었어요.

**Q.** 지금까지 길다면 긴 인연을 이어오고 계시는데요, 꾸준히 후원하는 마음을 낸다는 게 쉬운 일은 아니셨을 것 같아요. 후원을 이어가는 힘은 어디에서 나오는 걸까요?

- 보리수 : 작지만 시작이 정말 중요한 것 같아요. 살아가면서 문득문득 내가 누군가에게 도움이 되는 사람이라고 생각하면 내 안에 커다란 힘이 생겨나거든요.
- 반야심 : 기쁜 일이나 슬픈 일이나 함께 동행 할 수 있는 법등회 회원들이 있기에 가능한 것 같아요.
- 보적심 : 내 작은 마음이 모여 큰 것이 될 수 있다는 믿음이 있기에 힘닿는 만큼 이어갈 수 있는 것 같아요. 감사한 마음으로요.
- 자심경 : 미약하지만, 불법을 실천하는 것이고, 이 모든 것은 도반의 힘이죠.
- 묘금강 : 작은 마음을 실천하면 그 마음이 커다란 행으로 이루어지는 것들을 보며 제 마음도 자꾸 커지네요.

**Q.** 긴 세월 정토마을과 함께해 오시면서 서운함이나 아쉬움은 없으셨는지요?

- 평등각 : 좋은 인연들을 만날 수 있어서 그저 감사하는 마음이 크죠. 아쉬움이라면 오늘날 정토마을을 있게 한 후원자들에게 감사함을 많이 표현하고 있지 못하다는 것이에요. 후원자, 봉사자분들에게 말로 다 할 수 없는 감사함을 어떻게 표현할 수 있을까. 늘 그게 고민이지요.
- 반야심 : 서운함요, 그런 거 없어요. 그저 감사하고 든든하죠. 항상 오래오래 함께 갈 수 있기를 바라고 늘 응원하고 있어요. 정토마을 파이팅해요~
- 보리수 : 더 후원하지 못하고 봉사를 많이 못 하는 저 자신에 대한 아쉬움이죠. 서운함은 무슨, 당치도 않아요. 더 많이 능행스님의 원력에 도움이 되기를 늘 기도해요.
- 보적심 : 항상 감사해요. 늘 그곳에 계셔서서서.
- 자심경 : 저에겐 큰 힘이 되어주는 곳이에요. 정토마을은 저에게 마음 깊은 곳에 영원한 안식처입니다.
- 묘금강 : 10년이 넘는 세월 동안 병상 기부, 범화산림 천일기도, 가족원불, 지금은 해외 의료 봉사 의료비 지원, 저에게 많은 공덕을 짓도록 이끌어주는 곳이 이 정토마을, 능행스님이세요. 그저 고맙고 감사해요.

**Q.** 후원하시면서 보람되고 행복을 느꼈던 특별한 순간이 있으신가요?

- 평등각 : 보람요? 십 년이 넘도록 많은 불사가 있었어요. 그럴 때마다 법등회 도반님들한테서 단 한 번도 못한다는 말을 들어보지 못했어요. 늘 정토마을 가는 길에 따라주고 지지해주었죠. 그런 우리 법등회 도반들이 있어서 늘 보람되고 행복했어요.
- 반야심 : 인도 보드가야 의료봉사에 참여했을 때가 특별한 경험으로 남아요. 평생 잊지 못할 것 같아요. 지금도 생각하면 가슴이 짠하고... 돕지 않으면 안 되는 이유가 되어버렸어요.
- 보리수 : 작은 나의 물방울을 큰 바다로 키워주는 정토마을의 사업들을 보면 저는 늘 보람되고 감사드려요.
- 보적심 : 내 작은 후원이 꼭 필요한 곳에 쓰인다는 것을 알기에 그저 행복해요.

**Q.** 법동회 회원분들께서는 어떤 꿈, 희망을 품고 계신가요?

- 평등각 : 희망, 부처님과 약속한 게 있어요. 정토마을의 모든 불사가 어떤 장애도 없이 원만히 회향되어 많은 사람들에게 의지처가 되게 하는 것이죠. 그 불사가 제 희망이 되었어요.
- 묘금강 : 혼자서 지구촌 오지를 찾아가 의료봉사를 한다는 것은 불가능한 일이지요. 하지만 정토마을에서는 1년에 두 번씩 의료봉사가 이루어지잖아요. 그때가 되면 법동회에서는 모아놓은 회비로 약을 사서 전해주는 일을 하죠. 그러한 것들이 큰 희망을 주는 일이라고 생각해요. 좀 더 많은 이들에게 도움을 주는 일, 그것이 저의 희망입니다.
- 자심경 : 나의 희망은 정토마을의 무한한 발전입니다. (웃음)
- 보적심 : 아들과 딸, 가족들이 함께 항상 감사한 마음으로 시간이 허락하는 한 봉사하고 절약하며 살아가는 것, 그리하여 질병으로 고통받는 오지의 사람들까지도 보듬어 더불어 사는 것이 제 희망이에요.
- 보리수 : 정토마을 해외 의료봉사에 꼭 참여하고 싶어요. 그게 저의 희망입니다.
- 반야심 : 정토마을에서 펼치는 모든 불사가 어려움 없으시길 희망합니다. 🙏

우리는 법동회를 이렇게 표현해요.



어디라도 날아가 꽃을 피울  
민들레 홀씨들  
-평등각-



세상과 함께 즐거움을  
나누는 사람들  
-묘금강-



사랑과 희망의 시작이고  
자기사랑의 시작점  
-반야심-



희망과 꿈을 심어주는  
일에 앞장서는  
사람들의 모임  
-보리수-



가장 아름답고 따뜻한  
사람들이 모여 있는 곳  
-자심경-



법의 등불이  
꺼지지 않도록  
지키는 모임  
-보적심-

INFO



## 50th 생사의 장 불교호스피스교육



생사의 장은 현대를 살아가는 우리의 생사를 인생이라는 한 선에 놓고 나는 무엇을 바라보며 어떻게 살아야 하는가? 자신을 깊이 성찰하고 그 속에서 삶의 새로운 에너지를 발견하게 되는 영성프로그램입니다.

- 교육기간 | 2020년 2월 15일(토) ~ 2월 20일(목)
- 대 상 | 사부대중 (선착순 40명)
- 교육비 | 80만원 (학인스님 20% 감면)
- 접수방법 | 우편, 전화, 홈페이지, 방문, 이메일

## 불교 임상기도, 임종의식 집중수련



환자를 위한 기도훈련과 임종의식을 집중수련 하여 영적돌봄의 활용능력을 높입니다.

- 수련기간 | 2019년 9월 24일(화) ~ 9월 28일(토)
- 대 상 | 사부대중 (선착순 40명)
- 교육비 | 58만원
- 접수방법 | 우편, 전화, 홈페이지, 방문, 이메일

교육문의 052.255.8522, 8524 / 010.8848.8522

### 무료특강 : 불교 논리학 기초반 개강

지난 3월 18일에는, 2019년부터 새롭게 시작하는 '불교 논리학 기초반'이 개강하였습니다. 앞으로 10월까지 이어지는 이번 강의는 티벳불교 계시 하람빠 학위를 받으신 네 분의 스님께서 지도하여 주시며(계시 나왕 은덴스님, 계시 예시 발덴스님, 계시 소남 초펠스님, 계시 덴젠 상보스님), 통역은 지덕스님께서 함께 하여 주십니다. 불교 공부에 논리를 어떻게 사용하는지를 이해해 볼 수 있는 시간으로 구성되며, 유튜브를 통해 다시보기도 가능합니다. 불교 논리학 기초반은 2020년 3월 부터 다시 개강되도록 준비중입니다. 많은 관심 바랍니다.



### 2기 승려연수교육 실시

지난 3월 26일, 마하보디교육원은 2박 3일 일정으로 2기 승려연수교육(불교호스피스 영적돌봄)을 실시하였습니다. 교육에 참여하신 16인의 스님들께서는 현장에서 활동하고 계시는 영적돌봄가 스님들과 함께 임상에서의 다양한 사례와 향후 영적돌봄가로서의 활동의 필요성에 대해 나누었습니다. 더불어 정토마을을 자재요양병원에서 환자분들을 만나 식사수발을 하며, 대화하는 따뜻한 시간도 가졌습니다.



## 정토마을 마하보디교육원 소식

### 4th 솔마더Soul mother 개강

지난 4월 6일, 4기 솔마더Soul mother 수업이 개강하였습니다. 24명의 솔마더Soul mother들은 매달 첫째 주 토요일에 지도법사이신 능행스님과 함께 자신의 내적인 힘을 기르고, 타인을 고통에서 벗어날 수 있도록 돕는 다양한 방법들을 수련하게 됩니다.



### 49기 생사의 장 교육 38명수로

지난 8월 17일, 마하보디교육원에서는 49기 생사의 장 불교호스피스교육을 실시하였습니다. 생사의 장은 생사를 인생이라는 한 선에 놓고 현대인들은 무엇을 바라보며 어떻게 살아가야 하는가에 대한 새로운 삶의 에너지를 발견하게 하는 프로그램으로서 스님과 재가자 38명이 5박 6일의 모든 여정을 마치고 8월 22일, 수료하였습니다.



### 불교집단상담 이론과 실제

<불교집단상담 이론과 실제> 특강이 4월 27, 28일, 5월 18, 19일 총 2회에 걸쳐 1박 2일로 진행되었습니다. 불교상담을 활성화하고 현장에서 활용 가능한 프로그램으로 구조화한 이번 특강은 밝은사람들연구소장 박찬욱 교수가 진행하였습니다. 수강생 중에는 상담 현장에서 전문가로 활동 중이신 분들도 계셨으며 그 밖에도 다양한 분야에 몸담고 계신 분들이 참여하였습니다. 마하보디명상심리대학원은 연 1회 이상 외부청강이 가능한 특강을 진행하고 있습니다.



### 2019학년도 어린이명상수업

2019년 3월 29일, 어린이명상수업이 개강하였습니다. 올해도 지도법사 도우스님께서 명상수업을 진행하고 계십니다. 대상은 파랑지역아동센터 아이들인데, 고학년과 저학년 반으로 나누어 수업을 받고 있습니다.

5월 28일에는 특별한 숲 명상이 진행되었습니다. 아동들은 아름답고 고즈넉한 정토마을 숲길에서, 그리고 우리 마을을 지켜준다는 250년 된 소나무 그늘 밑에서 함께 명상하고 나눔의 시간을 가졌습니다.



### 마하보디명상심리대학원 소식

#### 무료시민특강 : 치유와 성장의 힐링극장

5월과 6월, 2회에 걸쳐 무료 시민특강이 열렸습니다. 강의는 매체심리상담연구소장으로 계신 장인규 교수님의 강의로 진행되었습니다.

1강 주제는 "소통-다름을 인정하고 공감하기"  
2강 주제는 "상실-가장 아름다운 이별"이었으며 매회 주제별로 영화를 감상한 뒤 등글게 모여 앉아 집단상담이 진행되었습니다. 참석자들은 편안한 분위기에서 진솔하고 진지한 이야기를 나누고 공감하는 시간을 가졌습니다. 올가을, 10월 11일과 11월 14일에도 무료시민특강이 열립니다.



#### 2019학년도 1학기 기말세미나

6월 29일, 2019학년도 1학기 기말세미나가 열렸습니다. 석사 및 생명교육전문가 과정의 학생들이 수업 관련 주제를 발표하고, 김경일 교학처장님 및 김영덕 위덕대학교 대학원장님께서 피드백을 해주셨습니다. 수준 높은 발표가 나올 때마다 박수갈채가 쏟아졌고, 교수님들께서도 큰 기쁨으로 감동을 표현하셨습니다. 이날은 졸업하신 선배님들도 오셔서 자리를 빛내주시고 꽃꽂이와 간식 후원도 해주셨습니다. 세미나를 마친 후 학생들은 1박 2일의 MT를 떠났습니다.



### 정토마을 호스피스병동 사별가족 모임 '별아람' 개최



지난 3월과 6월, 호스피스병동 사별가족모임 '별아람'을 개최하였습니다. 사별가족모임 '별아람'은 연 4회, 계절이 바뀔 때마다 개최하며 만남을 통해 떠나보낸 가족에 대한 애도의 마음을 함께 공감하고 마음을 다독이며 건강하게 사별의 아픔을 치유하고 희망적인 삶을 살아갈 수 있도록 서로를 지지하는 모임입니다. 다음 사별가족 모임은 9월에 진행됩니다.

### 정토마을 자재요양병원 소식

#### 울산과학대학교 간호학과 봉사단 연계 통증캠페인 실시



울산과학대학교 간호학과 봉사단과 함께 4월 태화강 연등축제 내 정토마을자재요양병원 부스를 마련하여 통증캠페인을 진행하였습니다. 호스피스완화의료에 대한 인식을 조사하고 통증에 대한 잘못된 인식을 개선하기 위해 실시된 통증캠페인에 약 300여 명의 일반 시민이 참여하였습니다.



# 자원봉사자 소식



## 브레인시니어 탁유진 회장

매월 정기적으로 환우 생신 잔치에 참여하여 환우분들과 생일 축하 레크리에이션을 하면서 함께 나눔을 가져가고 계십니다.



## 현대자동차 불자회

매월 정기적으로 병원 주변 환경정비, 텃밭 가꾸기, 미세먼지 청소 등 봉사 참여를 해주고 계시며, 매월 후원품도 전달해 주고 계십니다.



## 정년회

매월 정기적으로 병원 주변 환경정비, 텃밭 가꾸기, 식자재 다듬기, 미세먼지 청소 등 봉사 참여를 해주고 계십니다.

- 보건복지부 인증의료기관 (보건복지부)
- 호스피스완화의료 시범사업 최우수기관 (국민건강보험공단)
- 요양병원 적정성평가 1등급 (건강보험 심사평가원)



# 정토마을 자재요양병원



**Healing is loving**

사랑이 곧 치유입니다.  
정토마을자재요양병원 방문을 환영합니다.

[www.jajae-hospital.com](http://www.jajae-hospital.com)

**입원문의 052)255-8400**

## 입원절차



## 유의사항

입원신청시 건강보험증과 현재 치료받고 있거나 기존에 치료 받았던 병원의 진료소견서 및 진단서, CT 및 MRI등 의무기록사본, CD사본을 챙겨오셔야 합니다.

## 입원 시 준비 서류 및 물품

### 의사소견서

의료보호 1,2종은 의료급여 의뢰서(회송서)지참  
(급여환자의 경우 반드시 필요)

### 처방전

복용하시던 약

**X-RAY, CT, MRI 사본 또는 결과지**

**병실생활에 필요한 물품**

(세면도구, 양치대야, 각티슈, 물티슈, 수건, 로션, 실내화 등)

## 전문의료 서비스

내과, 가정의학과, 한방과  
양·한방 협진진료  
호스피스 완화의료 서비스

## 병동안내

- 1F** 호스피스완화의료병동, 집중치료실
- 2F** 요양병동, 마하치유방송실, 영적돌봄연구실
- 3F** 요양병동, 승가병실, 물리치료실, 영양실
- B1F** 영상검사실, 한방치료실, 약제실, 바이룸, 자원봉사자실

# 호스피스 완화의료병동

## ●완화의료대상자

- 기대여명이 6개월 전후로 예견된 말기암 환자
- 의학적으로 치료효과를 기대하기 어려운 환자
- 암성통증 및 증상완화를 목적으로 하는 의사소통이 가능한 환자
- 주치의로부터 호스피스완화의료 돌봄을 추천 받은 환자

## ● 호스피스 완화의료란?

완치가 어려운 말기환자와 그 가족을 사랑으로 돌보는 행위입니다. 남은 여생동안 인간으로서의 존엄성과 높은 삶의 질을 유지할 수 있도록 신체, 정서, 사회, 영적인 돌봄을 통하여 삶의 마지막 순간을 평안하게 맞이할 수 있도록 돕습니다.  
사별 후 가족이 갖는 고통과 슬픔을 잘 극복할 수 있도록 돕는 총체적인 돌봄(holistic care) 입니다.

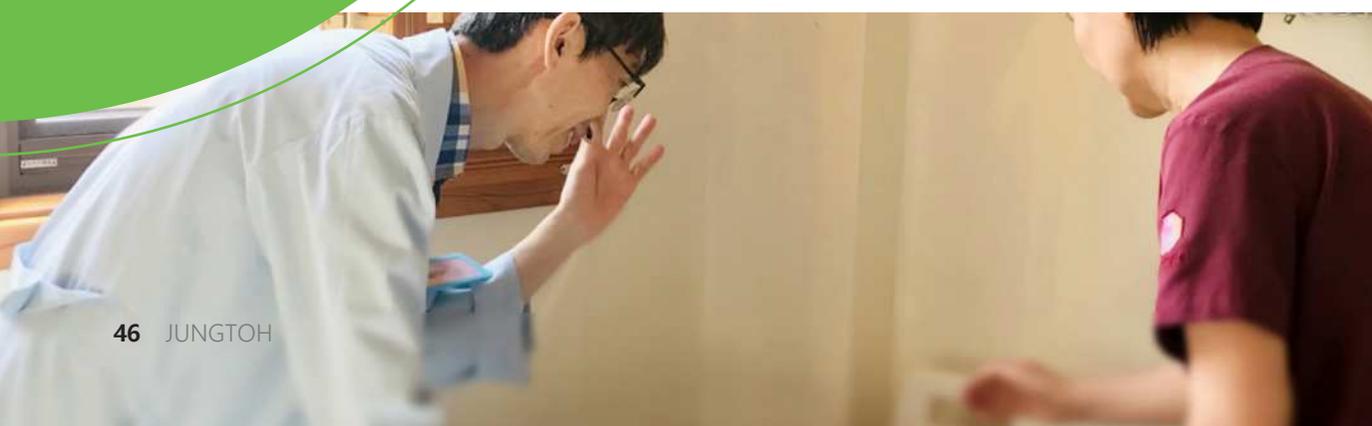
## ●입원절차



※문의사항에 대해 24시간 안내드립니다.  
☎052)255-8457

## ●완화의료 서비스

- 호스피스전문 자원봉사자를 포함한 다학제적 완화의료 팀의 전인적인 돌봄 서비스
- 통증완화 및 증상조절
- 다양한 예술통합 요법치료(미술/원예/마사지/다도요법 등)
- 전문적인 영적 돌봄 및 상담, 임종을 위한 불교전문 의식
- 이벤트 및 사별가족 돌봄 서비스 제공
- 퇴원시 타 기관 안내 및 보건소 연결, 재가 암환자 서비스 안내



# 정토마을과 동행의 길

## 정토마을은

벗다의 가르침을 토대로 공존을 통해, 함께하는 공생의 삶에  
 질적 향상을 꿈꾸며 좀 더 아름다운 생과 사를 위해 힘쓰고 있습니다.  
 이 모연을 통하여 더욱더 따뜻한 사람으로 성장하기 위해 동참하겠습니다.

■ 정토마을의 동참하신 불사와 후원금은 연말 기부금영수증 발행이 가능합니다.

<b>01</b> 불사후원  	<b>구분</b> 진신사리 보궁 및 삼천불전 건립 불사	<b>후원(동참)금</b> 10만원 이상	<b>계좌안내</b>  농협 351-0487-2570-73 (예금주:정토마을)  국민 701401-01-202462 (예금주:정토사관자재회)
	<b>삼천불 조성 불사</b>	주불(개인) 5백만원 이상 삼존불(가족) 2천만원 원불(개인) 108만원	
	<b>땅 1평 공양 불사</b>	30만원	
<b>02</b> 간원보궁 천일기도	<b>매월 5만원 (촛불동참 별도)</b>		농협 351-1069-8274-83 (예금주:정토마을)
<b>03</b> 국경없는 민들레  	<b>구분</b> 의료봉사 의약품후원	<b>후원(동참)금</b> 자유롭게	<b>계좌안내</b>  농협 355-0057-1787-53 (예금주:(재)정토사관자재회)  농협 401131-51-080245 (예금주:(재)정토사관자재회)
	<b>민들레 후원</b>	월 1만원 이상	
<b>04</b> 108병상 후원	<b>108만원(36회/20회/20회 분납가능)</b>		농협 815039-55-003185 (예금주:(재)정토사관자재회)

정토마을 법인사무국 자원개발실  
 052)255.8588 / 010.2926.8500



## 공덕의 향

나의 헌신과 사랑이 다양한 사람들의 삶 위에  
희망과 기쁨이 되게 하소서.

고통받는 사람들이 존재하는 한  
저 또한 그때까지 고해의 바다에 머물러  
그들이 괴로움에서 벗어나도록  
도울 수 있게 하소서.

못 사람들의 선한 마음과 이익을 위하여  
보리심을 일으키고  
육바라밀을 통하여  
보리행을 실천하게 하소서.

-능행스님의 글 중에서

박정국 님 / 심대식 님 / 원용스님 / 이숙자 님  
일성스님 / 임남환 님  
정정화 님 / 조권일 님 / 조규일 님  
조형희 님 / 최혜선 님 / 혜원스님

그리고 많은 분들께서 귀한 마음 내어 주셨습니다.  
가을 날, 빛깔 고운 단풍잎보다 고운 자비심 고맙습니다.  
(2019. 3월 ~ 7월까지)

# 후원에 동참해 주신 분들

2019. 3월 ~ 7월 신규 동참자 목록입니다.(가나다순)

## 국경없는 민들레

### 2019년 3월

강은선	김지선	민경자	신정숙	전환스님
구옥희	김지은	박재법	안명희	최설화
김민식	김창현	박정애	이경옥	최성희
김수민	김형식	박진경	이미연	한미진
김영선	다래스님	박태호	이성옥	혜능스님
김중필	류유자	송미정	이초희	홍삼식

### 2019년 4월

김순애	노준형	박현수	이미숙	정재완
김순자	도법스님	서필교	이선미	조한행
김영애	문태주	송금자	이숙이	최갑락
김태은	박두연	와치사라스님	이애경	최민정
김해자	박영민	왕영옥	이연옥	한수연
남을레	박영주	원미자	이용주	형빈
남현영	박영희	유점옥	장희철	형태이
노기동	박재범	윤주연	전지은	황금주
노주연	박종석	이경희	정봉주	

### 2019년 5월

갈용란	김영준	박나리	신상준	이진화
김규정	김영희	박상현	신옥정	전임준
김기건	김정희	박헌동	원명스님	정민선
김도현	김효준	박형동	윤효숙	주중순
김동균	박경숙	송금순	이경희	진강언
김사량				

### 2019년 6월

강인식	김영민	서윤수	안정배	이금남
김미소	김홍원	성향중	유서향	이회순
김민경	문준호	손혜경	윤은경	조명희

### 2019년 7월

김경순	김은자	김정희	유승녀	한석순
김동완	김재문	박무진	이지혜	홍재현
김미영	김정록	신영일	재연스님	황순자

## 108병상

### 2019년 3월

정길모	권순진	이문자
-----	-----	-----

### 2019년 4월

강미경	박주홍
-----	-----

### 2019년 5월

김말옥	문명애	이명열(영)	이승준	황미용
김중옥				

### 2019년 6월

유정아	윤상란
-----	-----

### 2019년 7월

황시원
-----

## 병원 건립

### 2019년 3월

송림사신도회
--------

### 2019년 4월

원용스님(영)
---------

### 2019년 5월

노성옥
-----

## 일시 후원

### 2019년 3월

김미정	박휘수	우대석	혜인스님	황인수
무착스님	법정스님	이정숙		

### 2019년 4월

김경우	신만순(영)	전선숙	황경태	황유준
손영윤	이주현	홍란기		

### 2019년 5월

부산관음회	유승희	임순애	학림사보살	홍현스님
여운포	일성스님(영)	정진숙		

### 2019년 6월

노영숙	상우스님	이종은	익명	황경태
대전관음회	양영자	이종철	정호성	황민석
박노미	이명자			

### 2019년 7월

김명화	김승훈	박노미	장영민	정지영
김성자	박귀선	이주현		

## 의약품

### 2019년 3월

곽노상	김숙희	법민스님	웰니스병원	주지영
구분웅	김용애	수환스님	전영미	홍명덕
구영미	노영숙	안미옥	정기호	황경태
김병석	박노미	오지수	정우진	
김보령	박유희			

### 2019년 4월

강정수	김양희	석상원	윤국자	최양례
김규연	영가	김희연	이소령	툼텐우듭스님
김동수	박현정	송화숙	임남환	헌순녀
김동환	박화자	신달순	정재완	홍명덕
김선희	방세도	원검스님	(주인디)에스	

### 2019년 5월

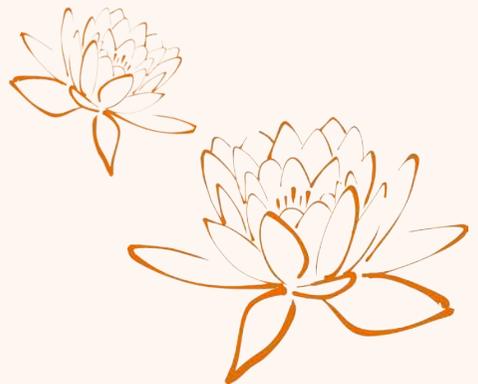
강영선	노승석	우룡스님	이의열	최완식
강유권	박순아	윤정범	자인스님	최종섭
김가순(영)	송금자	이상백	정춘순	혜안스님
김양금	송기옥	이선옥	조갑님	혜원스님
김희선				

2019년 6월

강민정	김정환	신상철	이은연	최동환	최지혜	허동혁	혜운스님
강선미	김정효	신인숙	이은영	최문련	최진미	허미성	혜인스님
강연숙	김정희	신주원	이을주	최민정	최태순	허순영	홍경자
강은정	김준현	신춘강	이의권	최백규	티한	허우성	홍재형
강인성	김지원	안상현	이재미	최선영	표성수	허준열	홍희경
고명복	김치덕	안서영	이종철	최성혜	하남식	혜광스님	환희불교대학39
고미선	김채윤	안숙이	이준성	최숙경	한만정	혜승스님	황미용
고필선	김태각	안윤수	이지영	최인정	한환희	혜연스님	
고혜경	김태현(성남)	안정임	이태인				
곽미경	김태현(울산)	안태화	이하림				
곽윤선	김현경	양명숙	이향림				
곽순희	김형산	양정숙	이혜경				
권성록	김형준	양태림	임미정				
권순선	김혜숙	양호성	임순자				
권영현	김훈	염승근	임광대				
권영주	김희년	염재현	장대엽				
권정현	나덕형	오근석	장정숙				
권현서	나민순	오상문	장정함				
김경옥	나혜선	용옥	장제섭				
김경우	노성옥	우인조	장환숙				
김근아	대구한마음선원	우진스님	정귀옥				
김나윤	류춘자	울산불심회	정기수				
김동호	문길자	원복수	정남희				
김두희	문영대	유미라	정명웅				
김명심	민영희	유현웅	정미성				
김문희	민영기	윤도영	정민옥				
김미정	박광연	윤미자	정성연				
김미주	박민희	윤상란	정연수				
김미현	박봉수	윤연숙	정용진				
김민우	박상현	윤한해	정은희				
김병우	박상현	윤현지	정인실				
김복남	박세정	이갑인	정재익				
김복래	박수현	이경화	정준수				
김상원	박시년	이계신	정찬수				
김서영	박양숙	이나윤	정찬중				
김선주	박연옥	이남분	정태숙				
김선희	박연주	이말덕	정하운				
김성숙	박윤경	이명숙	정호성				
김순애	박인숙	이미숙	제일플라스틱				
김영두	박준우	이미연	조귀일				
김영숙	배상철	이미혜	조대현				
김영순	법정스님	이미순	조민경				
김영주	법등회	이복숙	조민동				
김예진	법성화	이분택	조민석				
김옥기	부산정수암	이상원	조순환				
김옥량	서미경	이상필	조원준				
김옥희	서옥란	이석민	조재룡				
김우섭	서인선	이수일	조혜정				
김우현	손명자	이숙자	종성스님				
김월남	손선희	이애리	종인스님				
김은희	송갑순	이영숙	주선화				
김은희	송경자	이영실	중현스님				
김장경(영)	송기동	이영희	지훈스님				
김점옥	송기준	이영희	차상민				
김정남	송외순	이외경	차상우				
김정숙	수마제명상센터	이우련	차예남				
김정옥	신동현	이윤숙					

의약품

강원모	박희순
권해옥	법왕사신도회
김건형	사복석(청신한약방)
김동렬(경주꽃마을한방병원)	안창기
김세현	안해성
김정옥	양귀자
김창용(베스트팜)	영운스님
김태은	윤정숙
김태은	이명기
류동연	이의열
류학길(영가)	이진숙
박시년	정순옥
박혜경(미소약국)	



# 법당건립불사에 동참해 주신 분들

2019. 3월 ~ 7월 신규 동참자 목록입니다.(가나다순)

## 땅 1평

### 2019년 3월

박봉진 윤석규 이문자 정신호

### 2019년 4월

강영자 김기정

### 2019년 5월

박순아 이나리 이지혁 임외남

### 2019년 7월

김정기 이수연 이신철 정백자

## 법당 불사

### 2019년 3월

김시옥 문상민 신경환 임수조 조재익  
김영호 문상호 신나영 정일 최태현  
김정현 박무익 이동수 조귀일 황삼주  
김춘자 박진현 이지연

### 2019년 4월

강동협 도활스님 신성훈(영) 양영환(영) 조권일(영)  
곽영옥 배재숙 양경수(영) 윤창빈 조형희(영)  
김응기 송영아(영) 양성교(영) 장옥순 홍완기

### 2019년 5월

김가순(영) 문소윤 성세환 이형호 차묘정  
김향자 문종욱 신정숙 조민경 황보범창  
도해스님 문종원 영조스님

### 2019년 6월

김동현

### 2019년 7월

박준우 유옥석 이숙자 허미성 허우성  
김희춘

# 물품을 후원해 주신 분들

2019. 3월 ~ 7월 신규 동참자 목록입니다.(가나다순)

### 2019년 3월

강점자 김재손 백정근 원겸스님 전명숙  
고심정사 김태련 송림사 유진원 정은희  
고윤옥 김향자 여지모 이명자 정일스님  
김순식 노중수 여지모 이윤숙 현불회  
김영임 만옥스님 영화사 익명 흥애순  
김인곤 박무익 울산선우회 임재범

### 2019년 4월

김가현 김찬임 문쌍부 서필교 원용스님  
김명선 남궁은숙 박비송 신원스님 이분의  
김민수 노기동 박인자 신원스님 이주현  
김순자 도활스님 백분흙 운문사 지허스님  
김인곤 명철스님 상호스님 울산선우회 혜덕스님  
김정순

### 2019년 5월

강상호 노기동 송금자 원겸스님 익명  
강금옥 도연스님 수환스님 원중스님 장명자  
김도현 도활스님 신복출 이혁호 전환스님  
김재손 드림오피스 신원스님 이현숙 진말숙  
김정옥 랑천스님 염명선 이현숙 최도현  
김화옥 범석스님 원겸스님 이희덕 한효동  
남정애

### 2019년 6월

강은정 대각스님 선길모 원중스님 전환스님  
권현숙 도원스님 송성례 유서향 정경인  
김명선 동심스님 송우스님 유안스님 정창화  
김선희 르까프 신관숙 윤정균 진거사  
김순애 문정빈 신근우 윤지연 청주정토마을  
김정순 미륵암 신원스님 윤태영 한환희주  
김정옥 박비송 양태림 이금순 향수해  
김태형 범석스님 오완홍 이명채 혜경스님  
김희정 법왕사신도 오지연 이영애 흥경자  
남정숙 부산보현회 운문사 이영희 황룡사신도회  
노기동 상법스님 울산선우회 재연스님

### 2019년 7월

김제준 운문사 전명숙  
남정애 울산선우회 정비호  
도운스님 유교연 청주정토마을  
백인우 유천걸 최임득  
부산보현회 윤덕스님 최현숙  
북대암 이보미 한경숙  
성관사 이진희 황선희  
신원스님

# 기도에 동참해 주신 분들

2018. 12월 ~ 2019. 7월 신규 동참자 목록입니다.(가나다순)

## 호마 기도

### 2018년 12월

강상준 경덕스님 고윤옥 곽미경 곽민서 권민지 권병성 권태영 권태우 권희연 김건형 김경남 김광휘 김나은 김다운 김도균 김명숙 김미정 김민수 김민욱 김영빈 김예진	김옥랑 김용수 김용주 김유순 김정옥 김종진 김종택 김준자 김화옥 노금자 능인스님 류순득 류순옥 류혜숙 민대식 박계선 박근태 박영교 박옥돌 박외숙 박울건 박주현 박지민 박진열	박태연 박혜인 백경태 상호스님 석혜원 손기진 신명준 신수향 신옥선 신청자 안배근 안인욱 안재범 안정순 안종철 양명숙 여지모 염재관 염재현 영진스님 오시환 오흥만	원검스님 원도희 유주희 유동정 유윤지 이경완 이남이 이노갑 이동린 이상용 이소령 이수홍 이수임 이아름 이정운 이정희 이중철 이중현 이행자 이효선 장윤석 장정희 전환스님	정경식 정미선 정성영 정오삼 정원선 정원규 정태숙 정현진 제금안 조영은 지순혜 진경혜 차문환 최민서 최윤연 해경스님 해광스님 홍경자 황효순
---	---	--	---	---

### 특별기도 : 튼튼우뚝스님의 전생죄업소멸

### 2019년 4월

경덕스님 권순철 권윤지 김경애 김귀순 김남영 김덕광 김명선 김명심 김명화 김영심 김옥수 김의섭 김정희 김주현 김진욱 김찬임	김현아 남궁은숙 대각스님 문채경 박경아 박기완 박기운 박기주 박비송 박서현 박윤경 박종덕 박종범 박지연 서진인 선길모	손삼경 손혜경 송민정 신동희 안금실 안금주 안의천 안인욱 안정순 안혜경 여나겸 여지모 여평선 영운스님 오근석 오상근	우영숙 원도희 유기석 유지현 윤경연 이경완 이영실 이은숙 이인학 이재현 이주현 장광대 정명식 정명화 정오삼 정재규	정종인 정현정 정혜인 주민경 주민정 주우석 지안스님 최성혜 최임득 하남숙 하수연 하태양 한희경 한희자 황효순
--	--	---	--	--

## 간월보공 천일기도

### 2019년 3월 ~ 7월

김경옥 김명경 김성일 김송애 김우준 김정옥	김지원 김진희 남궁은숙 능행스님 박비송 박진현	오보리성 오상문 우경숙 유주희 육연수 이세름	이소령 이수영 정복희 정복희 정은희	최차옥 하정미 한화인 황금순 황효순
--	--	---	---------------------------------	---------------------------------

## 튼튼우뚝스님 화공법회

### 2019년 4월

경덕스님 권성훈 김건형 김덕광 김명선 김명심 김부자 김영희 김정희	김진길 김현아 나덕형 남궁은숙 노인자 대각스님 도우스님 다운스님 박비송	박세정 박영애 박윤경 박은숙 박인자 박현정 배건혜 손삼경 안금실	안혜경 유지현 윤정범 이남이 이은이 임영희 장광대 장호수	정명화 정진혜 최미실 최임득 최한희 최희주 최희선
--	---	---	--	---

## 백중(우란분절) 기도

### 2019년 6월 30일 ~ 8월 15일

강민정 강석수 강석진 강은정 강정열 고병탁 고애준 고윤옥 고정석 곽미경 권갑순 권차남 김규정 김기백 김나운 김명경 김명선 김미옥 김상순 김선희 김성례 김성진 김연숙 김영구 김영숙 김영정 김옥랑 김월남 김윤주 김인곤 김재손 김정복 김정옥 김종규	김진웅 김춘미 김한옥 김해자 김현아 김혜진 김효석 김희운 김희정 남궁은숙 노민식 노성욱 노승숙 노인자 노태관 노태복 문쌍부 박경숙 박근철 박대련 박도명 박무진 박민재 박비송 박상현 박세정 박수훈 박영교 박옥돌 박윤경 박은숙 박은실 박은영 박재국 박정학 박주락	박진경 박철준 박현정 백승순 백정희 사복석 상호스님 서상환 서윤수 석영태 선길모 성향중 손도익 손명자 송상훈 송영선 신복출 신수량 신원스님 신찬호 안선기 안영선 안영자 여덕자 연임덕 오근석 오근이 우명선 유승희 윤정길 이경화 이금순 이기홍	이동식 이명자 이문자 이미숙 이미화 이민주 이보화 이소령 이수영 이순옥 이순임 이승구 이영경 이윤숙 이은연 이일섭 이정훈 이진복 이진수 이진종 이진화 이채구 이춘애 이현경 이혜경 이혜숙 이혜숙 이희덕 임미정 임영일 임영희 장광대 장세종 장재성 전경희 전영태	정명화 정석완 정세나 정순옥 정원선 정장화 정정화 정춘순 조귀일 조민동 조유경 조한행 진말숙 차은지 최보경 최봉준 최양순 최우곤 최원옥 최윤지 최윤희 최임득 최재훈 최현숙 최화선 태감스님 한화인 한환희 현지은 홍등행 황범주 황선희 황의선
--	---	---	--	--



정토마을이 질병의 고통으로  
힘든 사람들에게 힘이 되어줄 수 있도록  
함께 해주시는  
정토마을 후원 가족들에게 드리는  
감사의 마음

가을바람에 고마움을 담아 전합니다.

가난한 사람들이 질병으로 고통받을 때 그 고통으로부터 조금이라도 힘이 되고자 노력하는 선하고 맑은 정토마을 후원자님들께 진정으로 마음을 다하여 수희 찬탄 드립니다.

다양한 측면에서 최선을 다 할 수 있도록 지지하고 격려하며 함께 호흡해 주시는 정토가족들이 있어 질병으로 신음하는 사람들에게 작은 힘이라도 나눌 수 있는 행보를 멈추지 않을 수 있습니다. 더욱 고맙고 감사합니다.

죽음을 돌보는 일, 고단하고 힘겨운 길이기도 하지만 함께 이 길을 걸어주시며 손잡아 주시는 그대가 계시기에 무소의 빨처럼 나아가도 괜찮겠죠.

한 방울의 물이 모여 호수를 만들고 바다에 이르게 되는 것처럼 우리들의 작은 보리심과 보살행이 호수가 되어 선업의 공적 바다에 이를 수 있기를 기원합니다.

우리들이 나아가는 자선의 걸음걸음들이 당신과 잘 공유되도록 마음을 기울여 보겠습니다. 그리고 어느 좋은 날 당신과 함께 약을 들고 나서는 여정도 꿈꾸어 보겠습니다. 참 많이 고맙고 너무나 감사합니다.

깊어가는 가을날 가장 빛나는 추억 만들어 가시는 삶이시기를...

스리랑카 의료봉사를 준비하면서 능행 합장

# 청주 염불禪 수행



아미타 부처님 : 무량수(無量壽) 무량광(無量光) 아미타불 또는 무량수불

아미타불은 깨달음을 얻어  
중생을 제도하겠다는  
원을 세우고  
오랫동안 수행한 결과  
그 원을 성취하여  
10겁 전에 부처님이 되어  
현재 극락세계에 머물고  
계십니다.

## 우리가 다음에 갈 여행지... 극락세계!

무량한 복덕이 아니고서는 부처님을 만날 수 없듯이 그곳에 확실한 인과  
연을 만들어 극락왕생하기 위해서는 현재의 삶 안에서 기쁨과 만족스러운  
삶을 살아낼 힘을 기르는 나무아미타불 염불수행으로 이 몸을 벗어나는  
그때에 자연스러운 벗어남을 통해 극락세계에 왕생하여 위 없는 깨달음과  
수행의 성취를 이룰 수 있는 아미타불 염불선 수행에 당신을 초대합니다.  
나무아미타불(00)

### 수행일정 및 장소

**일 시** : 매월 셋째주(금) 오후 7시 부터 - (일)오후 1시까지 (2박3일)

**동참금** : 50,000원

**동참계좌** : 농협 351-0352-4390-73 정토마을

**동참문의** : (043)298-2258, 010-7305-4935(무량지)

**장 소** : 청주 정토마을\_충북 청원군 미원면 미원초정로 856-19  
전날 입소 가능하며 숙식 하실 수 있도록 준비되어있습니다.  
(방사배정으로 인하여 미리 접수 부탁드립니다.)



# 정토마을 국경없는민들레

Jungtoh Village Borderless Dandelion

질병의 고통에서 희망을 주는 일, 우리가 합니다.

## 나는 어디로 날아가 꽃을 피울 흙씨일까요?

**영성** | 민들레 꽃말 : 행복

**대상** | 지구가족(동남아시아중) 자연재해, 오지마을, 망명구역, 질병재해, 소외계층

**역할** | 민들레꽃을피우고 흙씨가 되어주는 사람

- 사업** | 1. 정토마을 민들레 진료소 지어주기  
 2. 연 1회 이상 해외의료봉사실천  
 3. 오지마을 어린이 부모형제 만들어주기  
 4. 정토마을 민들레 진료소 운영지원  
 5. 보건위생교육  
 6. 질병예방교육

**비전** | 오지마을 진료환경구축, 질병예방, 질병치료

### 정토마을 국경없는 민들레 사명

정토마을 국경없는 민들레는 질병으로 고통받는 지구가족들에게 희망의 웃음이다. 정토마을 국경없는 민들레는 많이 피면 필수룩 어둠에 밝은 빛이다.

정토마을 국경없는 민들레 흙씨는 차별과 분별 그리고 이기심을 떠난 걸림없는 자애와 연민을 키워낸다. 정토마을 국경없는 민들레가 되어 일체생명들과 함께 공존과 균형을 이루어가며 깨어있는 삶을 만들어간다.

### 정토마을 국경없는 민들레는

수많은 민들레 흙씨들을 만들어 차별 없는 평등심으로 현대문명의 불모지이며 현대의학이 가닿을 수 없는 해외 산간오지의 지역주민들을 위해 진료소 건립, 의료봉사 및 질병 예방교육 등의 현대의학의 혜택을 받을 수 있도록 돕는 구제의료봉사입니다.

### 정토마을 국경없는 민들레는

국제의료봉사를 통하여 불교의 자비가 생명으로 피어나기를 발원하며 질병으로 고통 받는 환자들의 삶의 질을 향상하기 위한 모금사업입니다. 현대의학의 부재로 인간의 생명이 질병에서 방치되지 않도록 살피는 일을 정토마을 국경없는 민들레가 하겠습니다.

### 나눔동참

**농 협** 401131-51-080245 (재)정토사관자재회  
**국민은행** 713701-01-001909 (재)정토사관자재회  
**해외송금계좌**  
 Kookmin bank seoul korea  
 713701-01-001909(jungtosagwan-jajaehoe)

### 접수방법

**전화** 052)255-8588, 010-2926-8500  
**팩 스** 052)254-2347  
**홈페이지** www.jungtoh.org  
**방문접수** 울산광역시 울주군 상북면 소야정길  
 216-39 정토마을 국경없는 민들레



# #능행스님 능행스님과 SNS친구해요!



## 카카오톡 플러스친구

'정토마을 능행스님' 검색  
플러스친구추가를 통해  
능행스님의 좋은 글귀를  
카카오톡으로 받아보세요.



## 페이스북

'능행스님' 검색,  
팔로우 신청을 통해  
스님의 일상과  
만나보세요.



## 네이버 밴드

'능행스님' 검색  
능행스님의 소품에  
초대합니다.



## 다음 카페

'정토마을' 검색  
정토마을의 지난 소식부터  
최근 소식까지  
모두 만나보세요.

# 50th

## 생사의장

since 1993

## 불교호스피스교육



생사의 장은 현대를 살아가는  
우리의 생사를 인생이라는  
한 선에 놓고  
나는 무엇을 바라보며  
어떻게  
살아가야 하는가?

자신을 깊이 성찰하고 그 속에서 삶의 새로운 에너지를 발견하게 되는 영성프로그램입니다.

교육기간 : 2020년 2월 15일(토) ~ 2월 20일(목) 5박 6일

교육대상 : 사부대중

교육정원 : 40명(선착순)

교육비 : 80만원(학인스님 20%감면)

농협 351-0587-2656-13 마하보디교육원

제출서류 : 교육지원서, 사진(3x4) 1매

접수방법 : 우편, 전화, 홈페이지, 방문, 이메일, 온라인접수

접수문의 : T 052)255-8522, 8524 M 010-8848-8522

E-mail [mahabodhi@daum.net](mailto:mahabodhi@daum.net) [www.mahaedu.org](http://www.mahaedu.org) 카카오톡 마하보디교육원  
44908 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39 마하보디교육원

주관·주최 :  마하보디교육원  
Mahabodhi Meditation Training Institute

주최 :  사단법인  
한국불교호스피스협회  
Korea Buddhist Hospice Association



# 창립 10주년 기념식 및 2019 호스피스 세미나

## '삶, 사람'

### INVITATION

-초대-

(사)한국불교호스피스협회가 창립 10주년을 맞이하였습니다.  
10월의 멋진 가을날, 창립 10주년 기념식에서  
그 동안 호스피스 환자와 그 가족의 곁을 지키며 한결 같은 마음으로  
불교호스피스의 길을 나아가는 호스피스봉사자와 영적돌봄 스님들의 노고를  
치하하고 격려하는 시간을 가지려합니다.

더불어 매년 다양한 형식으로 개최하고 있는 호스피스 세미나는  
'삶, 사람'이라는 주제로 무대 공연을 선보입니다.

오늘이 있기까지 아낌없이 저희의 활동을 지지하고 격려해주신 여러분들께  
진심으로 감사드리며,  
뜻 깊은 자리에 귀하를 정중히 초대하오니,  
참석하시어 자리를 빛내주시기 바랍니다.

(사)한국불교호스피스협회장 능행 합장

일 시 : 2019년 10월 25일(금) 14:00~17:00

장 소 : 한국불교역사문화기념관 지하 전통문화예술 공연장  
서울특별시 종로구 우정국로 55 (1호선 종각역 2번 출구, 3호선 안국역 6번출구에서 조계사 방면)

문 의 : 052)255-8530

주 최 : 사)한국불교호스피스협회

주 관 : 사)한국불교호스피스협회, 사)한국불교호스피스협회서울경기지부

후 원 :  보건복지부  대한불교조계종 포교원