

2016 여름호
www.jungtoh.org

정토마을

Healing is Loving
사랑이 곧 치유입니다



수행과 돌봄이 하나된
정토마을 행복공동체



정토마을공동체

6~9월 행사일정

정토마을법인사무국

- 부처님 진신사리 친견법회 및 부처님진신사리 봉안백일기도 입재 : 6/26 일 (회향 10/2)
- 법화산림 고승초청 천일기도 : 매월 넷째주 일 - 6/26, 7/24, 8/28, 9/25
- 언양 염불선수행 : 언양 정토마을대강당 매월 첫째주 월
- 서울 염불선수행 : 서울 한국불교연구원 매월 첫째주 목

마하보디명상심리대학원

- 불교상담 프로그램 강사2급 : 6/11~12, 6/18~19
- 제1회 교사 소진예방 연수교육 : 7/26 ~ 27
- 명상심리대학원 파랑지역아동센터 명상수업 : 7/21, 7/28, 8/18, 8/25, 9/22, 9/29
- 석사과정 가을학기 개강 : 9/2
- 임상상담전문가과정, 인턴과정 가을학기 개강 : 9/3

마하보디교육원

- Soul Mother 프로그램 : 7/3, 8/7, 9/4
- 43기 생사의 장 불교호스피스교육 : 7/31 ~ 8/6
- 대한불교조계종 승려연수교육 : 8/29 ~ 31
- 하반기 실무자 워크샵 : 9/6 ~ 7
- 재단직원교육 '인권교육' : 9/22

정토마을자재요양병원

- 환우생신잔치 및 축하공연 : 매월 1회 진행
- 추석맞이 놀이한마당 : 9/15

차례



- | | |
|--|--|
| <p>04 여는 글 장미꽃 피어 향기 나누는 유월에...</p> <p>07 명상카툰 꽃향기</p> <p>08 의학상식 미병未病과 예방치료</p> <p>12 우리자재요양병원 물리치료실</p> <p>14 힐링푸드레시피 검은콩곤약국수</p> <p>16 꽃보다10대 울산 팝·댄스 콘테스트에 참가하며...</p> <p>18 Soul Mother 어머니께서 내시는 마음</p> <p>20 여름호 특집 석가여래 진신사리와 정토마을의 인연</p> | <p>21 여름호 특집1 - 성지를 순례하는... 여름호 특집2 - 스리랑카 순례를 마치고... 여름호 특집3 - 석가세존의 발 아래 여름호 특집4 - 거룩하신 부처님께... 여름호 특집5 - 징검다리</p> <p>32 청원이야기 정토마을에 발을 담그고</p> <p>34 후원감사글 이곳은 당신의 향기로운...</p> <p>35 후원자소식 Who? One!</p> <p>38 자원봉사봉사자 소식 및 모집</p> <p>40 정토마을 소식</p> <p>43 광고</p> |
|--|--|

정토마을
여름호 통권 109호

발행처 (재)정토사관자재회 발행일 2016년 6월 23일 발행·편집의 능력 등록 울산바01004 (2008. 4. 11)
 편집위원 민대식 임주은 사진 편집부 정토마을 울산 울주군 상북면 소야정길 216-39 (052-255-8588)
 정토마을(청원) 충북 청원군 미원면 대신리 산17-1 (043-298-2258)
 마하보디교육원 울산시 울주군 상북면 소야정길 216-39 (052-255-8520)
 디자인 편집 맑은소리 맑은나라 (051-255-0263) 제작 (재)정토사관자재회 | 비매품

여는 글 _ 능행(정토마을자재요양병원 이사장)



당신께 안부전합니다

재능기부 유태열_사진작가



장미꽃 피어 향기 나누는 유월애 :

푸른 숲에서 파랑바람이 오색연등과 함께 그네를 타는 정토마을 자재병원에서 당신께 안부전합니다.

부처님오신 날 맞이하여 정토마을 도랑에 연등 밝혀주신 은혜로움에 감사의 마음을 담아 전하면서 부처님의 가피가 당신의 삶의 중심에 항상 충만하시기를 빕니다. 참 고맙습니다.

정토마을과 함께 수행과 돌봄으로 더 이상 치유될 수 없는 질병으로 위기에 놓인 이웃들을 위하여 무엇이든 최선을 다해 함께 해 주시는 당신에게 안녕과 풍요가 충만한 福田이 선물로 주어지기를 맑은 땅, 정토마을 자재보궁에서 석가여래 진신 사리를 모시고 기원합니다.

많은 분들의 삶의 마지막을 동행 하면서 배우게 되는 것이 있습니다. '자신이 뿌린 대로 거두고 나눔만큼 받는 것이 因果의 법칙' 이란 진실을 깨닫는 것 입니다.

인생이란 길 위에서 하루하루를 살아내기란 그리 쉽지가 않지요. 그래도 힘내서 열심히 이웃도 돌보고 선하고 착하게 살아야 하는 이유는 나와 나의 몸과 마음이 건강하기 때문입니다.

내가 짓고 내가 받는 인과응보의 법칙 안에서 착하고 선한 복이 모이면 우리들의 삶의 뜨락은 만 가지 꽃이 피고 열매가 익어가게 될 것입니다.

내가 가장 힘들고 어렵고 고통스러우며 ‘나만큼 운이 없는 사람이 또 있을까?’ 하는 생각을 가끔 할 수 있지만, 이 세상에는 내가 아직 경험해보지 못한 고통과 괴로움도 다양한 모습으로 많다는 사실을 안다면 우리들의 가슴에서는 감사함이 피어나기 시작합니다.

아직 몸과 마음이 건강하시다면 그것은 최고의 행운입니다.
그 행운이 나에게 있다면 더욱 힘을 내고, 없는 희망도 만들고, 없는 사랑도 만들어서 나누며 사는 것이 멋진 삶이 아닐까 생각해 봅니다.

다가오는 7월 31일 일요일부터 6박 7일간 현대를 살아가는 우리들의 생사를 인생이란 한 선에 놓고 무엇을 바라보며 어떻게 살아가야 하는가에 대한 자기성찰과 새로운 삶의 에너지를 발견하는 ‘생사의 장’이 펼쳐집니다. 이 곳에서 당신의 심신이 치유되고 앞으로 나아갈 희망찬 삶의 토양을 다지길 바랍니다.

정토마을은 석가여래 진신 사리를 모실 법당 불사를 꿈꾸며, 부족한 병실 확보를 위하여 이런 저런 궁리 중에 있습니다. 당신에게 좋은 생각이 있을 때, 서로에게 힘이 되어 줄 수 있는 마음이 만들어 질 때 나는 당신을 만날 수 있으면 참 좋겠습니다.

병원 뒤뜰에 핀 장미들은 자신의 향기를 병실에 나누어 주고, 잔디 꽃도 평화로운 이 곳에서 스님은 끝도 없이 이어지는 작별과 새로운 인연들 앞에 분주합니다. 후원자인 당신을 정토마을에 자원봉사자로 초대하고 싶습니다. 가끔 봉사자의 모습으로 당신을 만날 수는 없을까요? 부탁드립니다.

오늘도 아침 7시부터 업무를 시작하여 5시간 동안 정말 다양한 일들이 일어났습니다. 다양한 업무의 숲을 헤치며, 임종환자 돌봄과 죽음 앞에서 불안과 공포심으로 초조해하는 환자를 돌보고 부족한 일손에 몸살 난 병원 식당에서 환자들의 음식준비를 돕다보니 하루 한 시간이 너무나 빠르게 지나가고 있습니다.

그럼에도 불구하고 날씨는 점점 무더워지고 있지요.
건강에 주의를 기울이면서 여름날 내내 여유롭고 즐거운 시간들이 있으면 참 좋겠습니다. 항상 붓다의 가피가 항상 하시며 하시는 착한일마다 모두 빠르게 성취되어지기를 기원 합니다.

정토마을 자재병원 트랙에서 능행 합장 卍

꽃 향 기

자신의 가치를
끊임없이 성장시키려고
노력하는 당신에게선
꽃향기가 납니다.



심연 용정운 | 불교일러스트레이터, 카툰니스트

2012년 불교연문문화상특별상 수상, 일상에서의 작은 깨달음으로 2011년 올해의 불서 우수상 수상.
회향 : www.zentoon.com / 이미지보리 : www.imagebori.com 운영

미병^{未病}과 예방치료





몸 이곳저곳이 불편하여 병원에 갔는데 검사 상 특별한 이상이 없다는 진단을 받는 경우가 있습니다. 의학적 검사로는 특별한 이상을 발견할 수 없지만 다양한 형태의 자각증상을 갖고 있는 경우, 완전한 건강 상태는 아니지만 그렇다고 해서 질병 상태도 아닌, '제3의 상태' 또는 '반(半) 건강상태' 동양의학에선 이를 두고 미병(未病)이라 부릅니다. 동양의학의 핵심적 저작인 내경(內經)에서는 '좋은 의사는 이미 질병에 걸린 사람(已病)을 치료하기보다 미병(未病) 상태를 치료한다[上工 治已病 治未病]' 라는 문장을 통해 미병을 기록하고 있습니다. 서양의학에서도 미병과 유사한 '불건강' 이라는 개념이 있는데 이를 MUS(Medically Unexplained Symptoms)라 칭합니다. 최근 우리나라에서는 미병 상태를 호소하는 사람들이 증가하고 있습니다. 2013년 한국갤럽과 한국한의학연구원 조사에 의하면, 우리나라 성인 약 47%가 병은 아니지만 피로, 통증, 수면이상, 소화이상 등의 불편 증상을 호소하는 것으로 나타났습니다.

그렇다면, 미병의 원인은 무엇일까요?

원인은 매우 다양하겠지만, 일상의 제 영역에서 외부적으로 주어지는 유인(誘因)적 병인의 관점에서 살펴본다면, 삶의 과정에서 우리의 몸과 마음에 주어지는 모든 부정적 환경이 모두 이병(已病 이미 병 됨)의 원인 일 것입니다.

자신이 살고 있는 지역의 기후의 급변, 편향된 기후 풍토, 환경오염, 조급한 일상생활양태 등의 시대적 환경, 우리사회의 긴 노동 짧은 휴식, 양극화에 의한 사회적 소외 등에 의한 심리적 불안정성 등 사회의 공동체적 문화양상, 노화, 개인적으로 구분되는 불균형한 식습관, 부적절한 심리 등 많은 원인이 있을 것입니다.

크게 세 가지로 나누어보면, 외부로부터 주어지는 자연환경과 나와 관계되는 다양한 사회로부터 주어지는 사회환경, 일상 생활습관과 태도 등의 개인환경으로 나눌 수 있으며, 그 개인환경을 다시 삼분하면, 음식과 관련된 요인, 마음과 관련된 요인, 노동과 관련된 요인이 있을 것입니다.



어떻게 치료해야 할 것 인가?

미병은 질병 상태를 의미하는 것이 아니기 때문에 치료라는 표현보다는 관리가 더 적합한 표현일 것입니다. 미병의 관리는 병의 가장 근원적인 원인됨을 없애는 일에서 시작될 것 입니다. 2013년 한국한의학연구원이 전국 한의사를 대상으로 조사한 결과에서도, 질병 치료관으로 가장 중요시 해야 할 것은, 약이나 침 같은 전문적 처방보다 생활습관의 관리 교정 등의 예방적 처방인 것으로 나타났습니다. 음식이나 마음이나 노동의 균형을 더 중요시하고 앞세우는 것입니다. 동양의학에서는 이 치미병治未病의 개념을 양생養生이라는 개념으로 포괄적으로 아우릅니다. 삶 속에서, 삶의 주요영역에서, 올바른 생활의 태도와 습관을 취하는 것, 이것이 바로 양생인 것입니다.

마음양생은 생각이나 감정을 어떻게 하는 것이 건강에 이로운가를 찾는 것이며, 음식양생은 무엇을 어떻게 먹고 마시는 것이 건강에 이로울 수 있는지를 아는 것이며, 노동양생은 생계를 위해서 노동해야 하지만 그 적절한 수준을 헤아려 건강을 헤치지 않는 정도를 헤아리는 것입니다. 특히 노동양생에 있어, 몸이 상할 정도로 무리해서 병이나 노동 능력을 상실하여 생계를 위한 노동을 아예 못하게 되거나, 치료를 위해서 드는 비용이 버는 비용보다 많아지거나 하는 우를 범해서는 안 되는 것입니다.

이러한 마음양생, 음식양생, 노동양생을 통틀어 생활양생이 바로 미래를 위한 현재의 적극적 능동적 치료인 것입니다.

미병 관리야말로 건강생활의 핵심 키워드입니다

일단 병에 걸리면, 진단과 동시에 치료나 완화를 위해 평생 약을 복용해야 한다거나, 평생 먹을 것을 가려 먹어야 하거나, 일상적인 동작이 불가능해지거나, 사랑하는 사람들과 정상적인 마음의 교류를 잃어버리게 됩니다. 그러나 미병 상태에서 장차 생길 위험이 높은 병을 미리 예측하여, 병이 싹 틔우기 전에 막을 수 있다면 그럴 일은 없겠지요.

생활상에서의 미병 관리는 크게 비용이 들거나 행하기 어려운 일이 아닙니다. 먹어야 할 시간에 제대로 된 것을 먹고, 욕망과 소비의 관점을

올바르게 정립하여 몸을 손상시킬 정도의 지나친 경제 활동적 과로는 조절, 자제하고, 타인과 타자의 관계 속에서 걱정적 감정과 정서를 되도록 삼가고, 자야 할 시간에 잠들고 일어나야 할 시간에 일어나는, 그러한 하루하루를 가능한 한 성의껏 잘 일구어 나가야 합니다. 바로 그것이, 그렇게 하지 못함에 의해 필연적으로 초래될 미래의 가혹한 질병과 투병의 상황에서 벗어나게 되는 일임을, 이 참혹한 의료의 현장에서 매일 매일 절감합니다.

아프지 말아야 합니다, 어떤 면에서 인생의 핵심적인 관건은 ‘아프지 않음’이라고 여겨집니다. 아름답고 충만한 행복했던 지난 모든 시간이 한꺼번에 새까맣게 덮이고 사라지는 시간이, 길든 짧은 이 질병의 아픔의 시간인 것입니다. 아파 본 사람은 알고 지켜본 사람은 아는 것이지요. 의학의 시대적 테마도, 미병 상태에서 문제점을 찾고 개선함으로써 우리 몸의 기능이 계속 정상적으로 유지될 수 있도록 돕는 쪽으로 흐르고 있습니다.

전문 의약에 의존하지 않고도 자신의 힘으로 건강을 회복하게 됨을 강조하는 것이 모든 의료인들이 의료현장에서 수행해야 할 가장 중요한 핵심적인 치료행위이자 임무가 되어가고 있습니다.

환자가 의사에게 전면적으로 의지하기보다는 ‘병 됨의 원인이 내 삶의 일상 속에서 배태되어 출발하고 진행되고 심화된다는 사실을 항상 마음에 간직하는 것’ 그리하여 ‘일상에서 올바른 양생의 태도를 늘 간직하는 것’ 그것이 바로, 세상에서 가장 저비용 고효율의 효과적인 진정한 치료법이라 확신합니다.

부디 건강하시기를... 卍

Healing is Loving

우리자재요양병원 물리치료실

① 사지마비환자들의 관절운동범위를 유지시켜 강직의 진행을 막고, 환자와의 스킨십으로 환자는 정서적 안정감을 얻는다고 해요.

② 경피신경자극치료기(TENS)이며 통증완화에 도움을 줍니다.

③ shoulder wheel : 환자 스스로 어깨관절범위운동과 근력강화를 할 수 있으며 이는 환자의 자신감향상에도 도움을 줍니다.





④ 하지근력운동으로 다리의 힘도 길러요.

⑤ parallel bar(평행봉연습기) : 스스로 보행이 불가능하셨던 환자분께서 서기와 보행운동을 반복하면서 현재는 치료사의 도움을 최소한으로 받으며 걷는 모습입니다.

⑥ 공기압 순환장치 : 부종의 완화 및 사지순환을 도와요.

! 블랙푸드의 대표주자, 검은콩 !

더워지는 날씨에 기운을 불어넣어주는 검은콩곤약국수

점점 더워지는 날씨로 식욕이 저하되고 힘이 없어보였던 환우 분들을 위해 어떤 메뉴가 좋을까 고민하던 중 검은콩을 이용한 레시피 하나를 알게 되었습니다. 불린 검정콩을 삶아서 믹서기에 넣고 휘리릭 갈아서 부어주기만 하면 간단하게 먹을 수 있는 저칼로리 한 끼 '검은콩 레시피'를 소개합니다.

콩은 발에서 나는 쇠고기라고 불릴 정도로 영양가가 뛰어난 식품이라서 정토마을에서 자주 쓰고 있는 식재료입니다. 밥에도 넣어 먹고 반찬으로 조림해서 찌서도, 또 이렇게 시원한 국수로도 섭취할 수 있는 검은콩은 일반 콩에 비해 노화방지성분이 4배나 많고 단백질이 풍부해 근육량 유지에 도움이 되며 식물성지방이기 때문에 다이어트에도 좋습니다.

검은콩에 들어있는 사포닌이 체내지방의 흡수, 억제, 분해를 촉진하는 작용을 하며 사포닌은 콜레스테롤의 흡수도 억제해주므로 비만 해소에 도움이 되며 혈액순환을 원활히 해주는 효과도 있습니다.

또한 단백질은 물론 철분까지 풍부해 비만과 함께 빈혈까지 예방할 수 있습니다.

일반 콩에 비해 항암 물질과 노화억제 물질이 풍부해서 피부에 탄력을 주고 체내 독소와 노폐물을 빼내는 해독작용이 뛰어난 식품입니다.

또 검은콩은 혈액을 정화하고 혈관을 튼튼하게 해주는 역할을 해서 고혈압과 동맥경화를 개선하는데 도움을 줍니다. 이 밖에도 검은콩은 식이섬유가 풍부해 배변활동을 원활히 해주고 갱년기증상개선과 골다공증예방에도 좋습니다. ㄸ





정토마을표 검은콩곤약국수 만드는 법

재료 : 실곤약 혹은 곤약, 검은콩, 땅콩 혹은 땅콩가루, 흑임자,
콩 삶은 물, 오이, 방울토마토, 소금, 얼음

MAKE

- ① 검은콩은 하룻밤 물에 푹 불려줍니다
- ② 볶은 땅콩도 겉껍질을 벗겨서 준비합니다. 흑임자는 그냥 쓰시면 됩니다.
- ③ 불린 검은콩은 물을 붓고 푹 삶습니다. 너무 오래 삶으면 콩 냄새가 나니까 딱 알맞게 삶아주세요.
- ④ 삶은 콩과 흑임자, 땅콩을 믹서기에 넣고 콩 삶은 물을 버리지 않고 식혀서 그대로 사용합니다.
- ⑤ 콩 삶은 콩물도 함께 붓고 곱게 갈아서 소금 간하고 콩 국물을 만듭니다.
- ⑥ 실곤약은 팔팔 끓는 물에 살짝 데쳐주세요.
- ⑦ 데친 곤약을 접시에 담고 콩 국물을 붓고 고명으로 오이채와 방울토마토를 예쁘게 올리면 완성됩니다.



제2회 꽃보다 10대, 청소년 울산 팝·댄스 콘테스트에 참가하며

울산여자상업고등학교 댄스동아리 M.Y.B 현재 18기까지 이어지고 있는 우리 동아리를 나는 전통을 자랑하는 여상의 자랑거리이자 보물이라고 생각한다. 작년 신입생 오리엔테이션 때 동아리 홍보를 위해 무대 위로 올라온 언니들을 보고 '우와 멋있다!' 는 생각을 멈출 수가 없었다. 다른 여자 댄스동아리 팀과 다르게 힘이 넘치고 파워가 있고 절제된 춤사위가 새롭고 신선한 충격이었다.

시간이 흘러 3학년 언니들은 졸업을 준비하고, 친구 수빈이와 나는 앞으로 새로 들어 올 1학년을 가르치기 위한 안무를 연습했다. 겨울 방학이 지나 한 학년 올라간 우리는 직접 신입생 오리엔테이션에서 선보일 춤을 연습하고 또 연습했다.

열심히 연습한 덕분일까. 당일 생각보다 신입생들의 반응이 좋았다. 동아리에 들어오기 위한 오디션 신청 종이만 40여장이 나갔다. 오디션을 보는 신입생들 모두 실력이 좋았다. 그렇게 오디션의 결과가 발표되고, 1년 전에 내가 바라보던 그 자리에서 나와 수빈이는 신입생들과 이야기를 나눴다.

그리고 몇 달 전부터 1학년들에게 춤을 가르치기 시작했다. 서로를 지지하며 열심히 연습하여 체육대회 때 춤을 선보였고, 그때 찻던 춤으로 마하보디명상심리대학원에서 개최하는 “제2회 꽃보다 10대, 청소년 울산 팝 댄스 콘테스트”에 참가하게 되었다.

사실 주최하는 ‘마하보디명상심리대학원’이 생소하고, 상복면까지는 거리가 너무 멀어 고민되었다. 하지만 1시간여 리무진버스를 타고 kt역에 도착했을 때 역까지 배웅하러 나오신 분들을 접하고는 참 친절하시다는 느낌을 받았고, 그 느낌은 대회장에 도착해서도 마찬가지였다.

부처님오신날을 맞이하여 다양한 행사를 진행 중이었던 터라 많은 사람들을 만날 수 있었다. 스님들을 비롯하여 스리랑카분들, 그리고 진행자분들 모두 한결 같은 밝은 표정에 친절함과 자상함이 몸에 베어 있는 것을 보며 ‘아, 대회에 참가하길 잘 했구나’ 하는 생각이 들었다. 우리 팀 순서를 기다리는 내내 간식도 챙겨주시고 문제를 해결해주시려는 모습에 너무 감사했다.

콘테스트 예선을 통과한 10팀의 본선진출자들이긴 했지만, 워낙 많은 대회에서 입상한 우리팀 인지라 당연하게 상위권 입상을 예상하고 다른 팀의 실력을 과

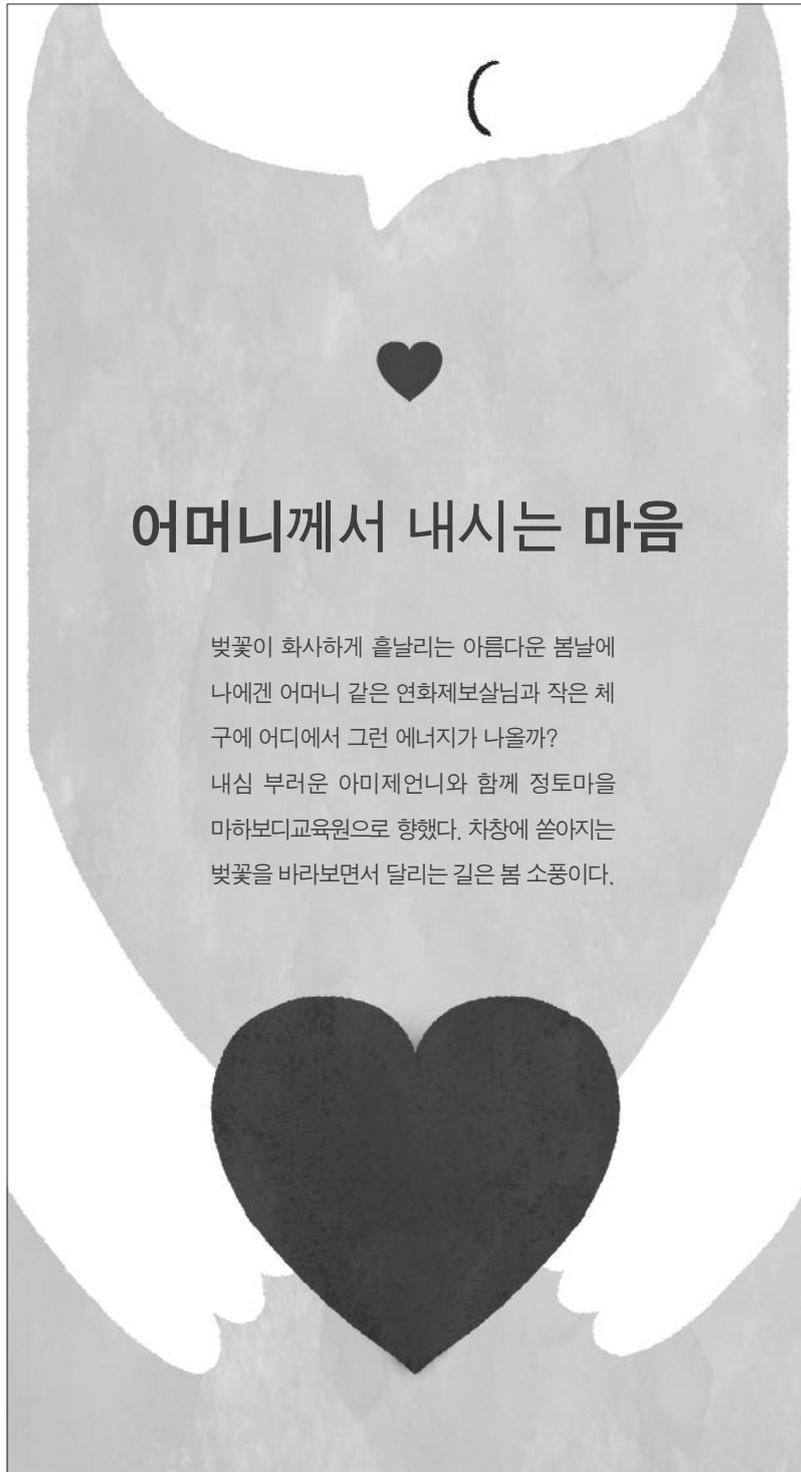
소평가하고 있었던 건 사실이다. 하지만 한 팀 한 팀 경연이 진행될 때마다 정말 입이 떡 벌어질 정도로 모든 팀의 실력이 뛰어났고, 경연을 마칠 즈음 우승을 당연시 여겼던 자신감은 점점 위축되고 우리 팀의 사기는 바닥을 헤매고 있었다.

그러나 부처님 오신 날 이렇게 즐겁고 신나는 잔치 마당에 초대된 것만으로도 행복한 추억이 될 수 있다면서 우리팀은 서로를 위로하고 스스로를 격려하며 콘테스트의 마지막 순서인 ‘카이크루’의 축하 공연을 신나게 즐겼다.

팀 순위를 발표하는 시간, 비전상의 명단이 호명될 때마다 힘차게 박수를 치며 한 편으론 마음을 졸였다. 수상자가 속속히 나오고 최종 3위권 내에 들었다는 확신에 들 무렵 우리는 그 사실만으로도 너무 기뻐서 열광했다. 그리고 가장 빛나는 최우수상이 발표되었다. 교육감께서 직접 시상해주셔서 더욱 의미가 있었던 최우수상에 우리팀의 이름이 호명되는 순간 1학년은 1학년대로, 2~3학년은 2~3학년대로 그동안의 어려움과 고생들, 온갖 생각들이 밀려와 우리 부동켜안고 엉엉 울었다.

우리 동아리 지도교사이신 박기숙 선생님도 눈물을 참지 못하셨다. 대회 다음날이 스승의 날이었는데 선생님께 좋은 선물을 해 드린 것 같아 뿌듯하고 기뻐다. 마지막 대회 장소를 떠날 때까지 간식을 챙겨주시고, 축하의 말씀을 건네주신 마하보디명상심리대학원 선생님들께 너무 감사드린다.

이번 대회를 발판으로 더욱 열심히 연습해서 울산 최고, 아니 더 나아가 전국 최고의 여고 댄스동아리가 되기 위해 최선을 다할 것이라 다짐하며 글을 마친다. ㅍ



어머니께서 내시는 마음

벚꽃이 화사하게 흩날리는 아름다운 봄날에
나에겐 어머니 같은 연화제보살님과 작은 체
구에 어디에서 그런 에너지가 나올까?
내심 부러운 아미제언니와 함께 정토마을
마하보디교육원으로 향했다. 차창에 쏟아지는
벚꽃을 바라보면서 달리는 길은 봄 소풍이다.

“Soul Mother 프로그램” 이름 그리고 일정 말고는 별로 아는 게 없다.

하지만 오랜만에 도반들을 만나 수련복으로 갈아입고, 명찰과 교육파일을 들고 있는 것만으로도 행복이 가득하다.

Soul Mother란, 어머니께서 내시는 마음, 관세음보살님의 영성처럼 무엇을 괴로워하는지, 무엇을 원하는지, 세상의 소리를 마음으로 알아듣고 초월적인 사랑을 지닌 기도의 영성을 일깨우는 것이고, 그 마음을 지니기 위해 위뭇따 찌타 아디묵타를 연습한다.

참으로 단어조차 생소하다. 위뭇따 찌타 아디묵타란, 어떤 대상과 하나 됨이라고도 한다. 너와 내가 다름이 아닌 불이^{不二}를 말하는 것 같다.

한 달에 한 번 받는 수업이다보니 평소에 늘 달달한 마음이 깨어나도록 마음연습을 하루에 세 시간 이상하라고 원장스님께서 숙제를 내주신다. 달달한 솜사탕 같이 부드러운 마음을 전해주고 마음을 바라보는 연습을 수업시간에 잠깐 말고는 한 적이 없어서 참 낯설고 어색하면서 표정까지 굳어진다. 그래도 한 걸음씩 하다 보니 신기하고 환희롭다. 나를 챙겨 볼 수 있고 상대방에게 보낸 부드럽고 달달함이 다시 되돌아 와서 어느새 나를 가득 채우고 있다. 상대방에게 가는 것이 곧 나를 생기고 있는 행복함으로 이끌고 있음을 알아차리게 된다. 가슴이 깨어나도록 하는 연습, 아니 이견 수행이다. 또한 내 생각이 먼저 나가기를 멈추고 상대방의 마음을 보니 분별이 잦아들고 자연히 마음이 넓어진다. 있는 그대로 바라보기가 쉬워진다.

무한한 긍정이 늘어 가면서 사람들과의 관계가 편안해 질뿐만 아니라 나아가 모든 존재들이 나의 가슴에 예쁜 빛들로 여울지고 있다.

SNS 밴드를 통한 원장스님의 밤낮 없는 숙제 검사와 챙김, 어디서 저런 단어가 왔을까 싶은 달달한 언어로 이끌어 주시고 울컥하게 함이 많이 감사하고 한편으로 기대에 다가서지 못 함이 미안하기도 하다. 지금도 밴드에 원장스님께서 숙제하라고 글을 올리신다. 이 Soul Mother 프로그램이 얼마나 멋진 수행인가. 이렇게 멋지고 훌륭한 보배를 만나게 해주셔서 그저 감사드린다.

어머니가 하나뿐인 아들을
목숨 바쳐 구하듯
모든 님들을 위하여 자애로운
한량없는 마음을 닦게 하여지이다.

- 슷따니빠따 - 卍



만대륜왕 삼계주 萬代輪王 三界主
만대에 진륜성왕 삼계의 주인이시여
쌍림시멸 기천추 雙林示滅 幾千秋
쌍림에서 입멸하신후 수천년 가을이 오고갔어도
진신사리 금유재 眞身舍利 今猶在
진신사리가 지금 여기 모여 있으니
보사군생 예불휴 普使群生 禮不休
널리 중생으로 하여금 예배가 쉬지아니하네

| 자장율사의 불탑게 |

여름호
특집

석가여래 진신사리와 정토마을의 인연

진신사리가 정토마을로 오기까지

기원전 3세기 인도 아쇼카 대왕의 아들 마힌다 스님이 불교전파를 위해 스리랑카에 오면서 부처님 진신사리의 일부를 스리랑카 세루빌라사에 봉안

1923년 힌두교의 난입으로 폐허가 되어있던 세루빌라사 복원 시 부처님진신사리를 발굴하였고 스리랑카 고고학자의 검증을 받아 콜롬보 다투말루寺로 이운

2015년 10월 불교병원 건립 원력으로 다투말루寺에서 석가여래 치아사리를 정토마을에 기증하기로 결정

2016년 3월 스리랑카 대통령궁 및 다투말루寺에서 치아사리 이운의식 봉행하고 3월 21일 정토마을에 석가여래 치아사리를 봉안함

“부처님의 고귀한 인연법에 합장여밉니다”

성지를 순례하는 걸음걸음마다

3월 16일 인천공항에서 스님 10분과 재가자 55명 총 65명이 출발하여 스리랑카 최대의 도시 콜롬보에 새벽 4시10분 도착하였다. 탐진치로 물든 가슴들이 평화로운 불국토 붓다의 나라로 날아온 것이다. 한국에선 깊은 잠에 빠져있을 새벽시간에 꽃목걸이를 목에 걸고 성대한 환영을 받게 되니 감사하면서도 송구스런 마음이 었다. 이날, 아누라다푸라의 스리마하보리수가 있는 '이수루무니 아사원' 에서부터 순례가 시작되었다.

이수루무니아사원

아쇼카왕의 딸 상가밋따가 인도에서 가져와 심었고 2300년이 넘는 보리수는 순례자들의 기도를 온전히 받아들일 것만 같은 강력한 에너지가 느껴졌다.

간달라마 호텔과 담불라 황금 동굴사원

간달라마 호텔은 자연 그대로의 밀림 속에 지은 5성급 호텔로 긴 여정의 피로를 풀기에 탁월했고 유네스코에서 세계문화유산으로 지정된 담불라 황금 동굴사원에는 수많은 불상과 벽화들은 중요한 인류문화유산으로 잘 보존되어 있었다.

캔디, 스리랑카 중부의 도시

영국 식민지 시대 마지막 싱할라왕조의 역사가 남아있는 이 도시의 신성한 기운과 캔디 사람들의 보존 노력 덕분에 도시 전체가 유네스코 세계문화유산으로 지정되었다고 한다.

불치사

불치사는 종교적 의미가 강한 사원이지만 건축디자인 또한 수려했다. 싱할라 전통 건축양식의 진수를 체험할 수 있는 스리랑카의 소중한 문화유산인 듯하다.

불치사의 내부에는 좌우로 그림과 함께 부처님 진신사리를 이운해 온 설명이 상세하게 적혀있어 불치사의 역사를 쉽게 이해할 수 있었다.



스리랑카 사람들은 이 곳이 불거리가 아닌 삶 그 자체였다.
 여행 이튿날, 불치사 정문 바로 앞에 위치한 퀸스호텔에서 묵기로 하였다.
 고단한 여정으로 깊은 잠에 빠져 있는데 창 밖에서 웅성거리는 소리가 귓가에 점점 선명
 해졌다. 시계를 보니 새벽 4시 15분 전. 커튼을 걷고 밖을 내다보니 흰옷을 입은 사람들
 이 줄을 지어 불치사 문이 열리기를 기다리고 있었다. 궁금한 마음에 그 행렬 속으로 발
 길을 서둘렀다. 남녀노소 불문한 흰 옷의 물결, 옆 골목에는 꽃을 피는 꽃마차행렬이 장
 관이고 누구든지 꽃을 사서 받쳐 들고는 환희에 찬 얼굴 표정이다.
 부처님 사리를 친견하고 공양을 올린 뒤에 하루를 시작하는 것이다.
 스리랑카 불자들의 불법승 섬김이 어떠한지를 알 수 있었다.

경황없이 일행 속에 합류한 나는 아무런 공양을 준비하지 못했다.
 빈 두 손을 받쳐 들고 부처님 진신사리 앞에 귀의하였다.
 ‘이 허공같은 빈 마음 뿐입니다. 부처님께 온전히 공양 올립니다. 부처님 물러나지 않는
 불퇴전의 참 불자가 되겠습니다.’
 간절히 기도하는 내 손에 연꽃이 올려졌다.
 눈을 뜨고 바라보니 옆에 있던 불자가 빙긋 웃어 보인다.
 공양물을 미처 준비하지 못한 나에게 공양물을 건네준 것이다.
 새벽녘, 불치사 경내에서의 일들은 나에게 환희로움 그 자체였다.

시기리아

거대한 바위 위에 건설된 궁전, 시기리아는 세계문화유산이자 세계8대 불가사의로 선정
 된 관광명소로 부왕을 죽이고 왕위에 오른 카사파1세가 그 복수를 하려는 형제를 경계하
 여 바위 위에 궁전을 지은 후 그 안에서 자살한 이야기가 전해진다.

페라데니아 국립식물원

캔디의 관광에서 빼놓을 수 없는 곳, 약 18만명으로 1821년 식물원으로 문을 열었으며
 그때까지는 14세기의 왕 파라쿠라마 바후3세가 왕비를 위해 만든 정원으로 유명하다. 이
 곳의 다양한 수목과 꽃, 호수가 순례단의 피로를 풀어주었다.

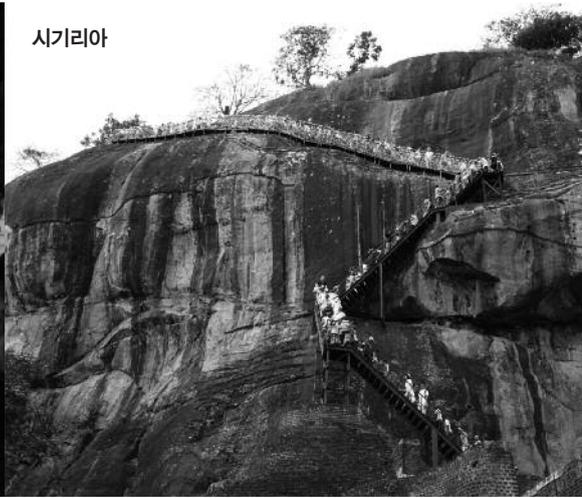
스리랑카 대부분 국민들은 불교를 생활의 일부로 온전히 받아들이고 있었다. 흰 옷을 곱
 게 차려입고 부처님께 바칠 꽃을 사서 그 더위 속에 줄을 지어 서있는 모습에서 설렘으로
 가득 차있는 이유가 도대체 무엇일까. 스리랑카 왕조의 정통성이 담겨있는 부처님의 치
 아사리가 모셔져있기 때문인 것 같다.



켄디, 불처사



시기리아



페라데니아
국립식물원



스리랑카
불교병원 기공식





왕권을 가지고 싶은 자는 치아사리를 갖고 있어야 한다고 한다. 그래서 수도를 옮길 때마다 늘 함께 옮겼다. 스리랑카 사리절 주지 소닛따라 스님께서는 모시고 예경하던 사리를 우리에게 전하며 능행스님께서 기도를 열심히 하여 많은 분들을 이롭게 해달라는 부탁에 말씀을 해주셨고 마하트리 빌라 쓰리세는 스리랑카 대통령과 불교장관 사리띠두스만따께서도 세계평화와 한국에서 전쟁이 일어나지 않기를, 그리고 스리랑카와 한국의 우호관계가 돈독하도록 기도해달라는 말씀을 하시면서 부처님 진신사리를 한국에서 모신 인연으로 두 나라가 더욱 친분이 두터워졌다고 기뻐하였다.

“지갑 좀 열어보소.”

성지순례의 마지막 날, 마지막 일정.

부처님 진신사리 이운식과 스리랑카 불교병원 기공식을 마치고 돌아오는 길에 원장스님께서 봉지를 들고 앞차, 뒤차를 다니시며 쓰고 남은 돈 다 여기에 넣어 달라신다. 원장스님의 마음을 왜 이해하지 못하랴. 병원건립에 조금이나마 도움을 드리하고자 하는 스님의 마음이 우리 순례단에게 보살행을 실천할 수 있는 가르침이 되어왔다. 서슴지 않고 내어모인 보시금을 보니 가슴이 뜨거워졌다.

부처님, 부처님, 부처님

부처님 치아사리를 이운해 친견하는 일에 함께함은 다겁생래 쌓이고 쌓여 석화가 된 업장이 녹아지고 무명이 타파된다고 하셨지요. 이번 진신사리 이운식에 동참하신 이차인연 공덕으로 모든 분들이 나 하나의 행복보다는 더 많은 이들에게 안락을 줄 수 있는 큰 희망으로 남게 하소서. 그리고 모든 업장이 소멸되고 지혜는 증장되어 구경에 꼭 해탈로 이어지는 원인이 되게 하소서.

이번 순례와 부처님 진신사리 이운식을 여법하게 마칠 수 있도록 모든 진행을 맡아 애써 주신 스리랑카 정부와 통역과 안내를 맡아 도와주신 완사스님과 여러분의 스님들께 감사합니다. 정말 한 생을 살며 받아보기 힘든 최고의 예우를 받았으나 지면을 빌어 인사 올리는 무례함을 용서하소서. 살면서 평생 잊지 않고 갚겠습니다.

끝으로 여법한 회향까지 대중을 외호해주시며 수고해주신 정토마을 회주이신 수환큰스님, 자재요양병원 원장 능행스님께 진심을 다해 감사드리며 그 외 도감스님을 비롯하여 함께 애쓰신 대중스님들과 법인가족들 너무나 고맙습니다.

감사드려야 할 분들이 너무 많은데 지면이 적어 안타까운 마음입니다.

이 거룩하고 환희로운 불사에 동참자가 되어주신 님들 이시어.

부처님의 고귀한 인연법에 합장여밉니다. 卍

스리랑카 순례를 마치고...



지도로만 보고, 말로만 들던 스리랑카 여행길.

설레는 마음으로 스리랑카에 도착했다. 첫 인상은 파란 하늘과 울창한 나무들, 맑은 공기, 무엇보다 하나같이 환한 미소로 인사해주는 선한 눈을 가진 사람들.

아! 이곳 사람들은 부처님을 닮은 사람들인가 보다는 생각이 언뜻 들었다. 나도 모르게 내 입가에도 자연스럽게 미소가 지어지며 마음이 편안해짐을 느꼈다.

큰 기대 없이 ‘스리랑카란 어떤 나라일까?’ 하는 궁금증을 가지고 온 스리랑카 여행. 그런데 뜻밖에도 훌륭한 수행스님과 여러 스님들, 또 많은 불자님들을 만나게 되었다. 나도 자칭 불자라 하면서 절에도 다니고, 불경도 곁눈으로 보고 했지만, 훌륭한 스님들과 불자님들을 직접 뵈니, 나 자신이 너무도 작고 얇은 존재로 느껴졌다. 특히나 불교의 나라 스리랑카의 국민들은 불심이 깊어 보였다. 아니 생활 자체가 불교와 함께 하는 것 같았다. 그래서 그런 미소가 지어 지나보다.

항상 흰 옷을 입고 맨발로 사원에 들어와 생화를 바치며 부처님을 경배하는 모습은 참으로 아름다워 보였다.

부처님 말씀 따라 생활하고 실천하는 사람들...

나는 이번 여행을 통해서 나도 좀 더 진실한 불자가 되어야겠다고 다짐해 본다. 卍

I 석가세존의 발 아래 I

20년 동안 호스피스 교육과 실천을 꾸준히 해온 정토마을자재요양병원에서 스리랑카 성지순례 및 부처님 치아사리 이운식이 있다하여 함께 동참하게 되었다.

불교국가인 스리랑카는 한 번도 가본 적이 없었다. 누군가 이야기하였다. 여행은 다리 떨릴 때 가는 것이 아니라 가슴 떨릴 때 가는 것이라고... 이 거룩하고 장엄한 행사에 마음의 준비라도 하기 위해서 금강경을 하루 3독씩 독송하고 출발할 때는 행사 끝날 때까지 금강경 21독을 하였다. 부처님 사리를 친견하기 위해 비행기 안에서, 관광버스 안에서, 호텔에서, 잠자기 전 계속 금강경을 독송하면서 '부처님 치아사리가 곧 부처님 법신이라.' 정토마을자재병원에 잘 모셔와 이 공덕으로 인연 있는 불자들이 환희심을 내고 자재병원 모든 불사에도 원만 성취되길 간절히 발원하였다.

스리랑카 불교문화는 환희심과 기쁨, 신심이 짝 차 있었다. 어린아이들부터 학생, 온 국민이 부처님을 믿고 존경하고 신행생활이 정말 기쁘고 평화롭고 행복한 얼굴이었다. 모두 해맑은 미소로 우리들을 맞아 주었다.

특히 법당 공양물은 갖가지 꽃으로 올리는데 더욱 눈에 띄는 것은 진흙 속에서도 물들지 않는 연꽃이었다. 법당을 참배하는 모든 국민들이 손에 꽃을 정성스럽게 들고 올리는 모습들이 참으로 아름답고 감동이었다. 꽃이 피고 저야 열매를 맺듯, 꽃은 곧 보리심을 깨닫겠다는 서원이 함께 들어있다.

언제나 꽃향기처럼 향기 나는 불자가 되도록 노력해야 되겠다. 줄기 끝에 활짝 핀 꽃이 아니라도 내면에서 피어나는 밝은 웃음꽃으로 주위 도반님들께 늘 꽃 공양을 올려야겠다는 서원을 이번 성지순례 스리랑카를 다녀오면서 가슴 깊이 다짐하며 발원을 해본다. 부처님진신사리 이운식 당일 스리랑카 대통령궁에서 부처님 치아사리 이운식을 간단하게 하고 사리사로 이동하여 현지문화에 따른 의식행사에 이어 육법공양을 정성스럽게 올렸다. 여법하고 성스러웠던 의식행사에 이어서 정토마을 후원자들이 준비한 학용품과 도시락을 어린이들에게 나누어주었는데 아이들이 기뻐하고 즐거워하는 모습에 마음이 뿌듯해졌다. 세계는 하나라는 것을 한 번 더 피부로 느꼈다.

이번 스리랑카 부처님 사리 이운식에 동참하면서 너무나 많은 곳을 보고 감동도 많이 받았다. 부처님 출가 재일 날 출발해서 열반재일까지 일주일동안 참으로 귀하고 소중한 인연이었고 일주일 동안 내내 환희심에 가득 차 있어서 너무 행복했다.

내가 살아오면서 선택을 잘하고 나 자신에게 칭찬해주고 싶은 것이 있다면 불교를 선택해서 부처님 품안에서 늘 행복하고 즐거운 인생을 살아가고 있다는 것이다.

참으로 훌륭한 선택이었다. 卍

거룩하신 부처님께 원하오니, 불심의 꽃 피워 불사 이루게 하소서



재능기부 유태열_사진작가

온갖 초목들이 새로운 성장을 시작하는 3월은 봄의 생명과 아름다움을 대표한다. 내 생애 가장 설레고 아름다운 만남도 3월, 정토마을에서 시작되었다. 정토마을에 진신사리로 현현하신 부처님을 만난 일은 내 생애 가장 아름답고 고귀한 만남이리라. 진신사리 이운법회가 이루어지고 이를 뒤 부처님 진신사리 봉안 백일기도 입재가 있었다. 나도 백일기도에 동참하여 부처님과의 만남을 찬탄하고 부처님께서 나투신 이유인 법당불사와 호스피스 전문병동건립이 원만히 이루어지기 위함에 온 마음 내기로 다짐했다. 신묘장구대다라니를 하루 백독씩 독송하면서 백일기도에 동참하는 개개인의 마음이 하나의 발원문으로 모인다. 모두가 한맘이 되어 다라니 독송에 전념하는 그 찰나 찰나에 가슴이 뭉클해진다.

과거 현재 미래세의 스승이시고 법의 왕이신 석가모니부처님을 친견합니다.
 정토마을 자재요양병원의 청정한 수월도량에서 금일 법화보궁 다라니 정진행자
 000는 현존하신 부처님께 지극한 마음으로 염불정진 하였습니다.
 이 염불, 찬탄, 예배공덕을 온 누리 법계에 회향하오니 석가모니부처님은 법신과
 보살의 화현으로 나투시어 저희에게 지혜와 복덕과 자비가 충만케 하소서.
 스스로 충만하신 부처님처럼 부처님을 따르는 저희도 그러하오니, 각처의 불자
 님들의 원력과 고통에서 벗어날 수 있도록 도움을 주고자하는 이들의 따뜻하고
 정성된 마음을 모아 '호스피스완화의료전문병동' 건립과
 '극락보전 및 법화 보궁' 불사가 원만하게 이루어지도록 염원합니다.
 또한 저희 가정에도 늘 평화가 깃들고... (개개인 발원)
 나무 석가모니불 나무 석가모니불 나무 시아본사 석가모니불

- 정토마을 진신사리 봉안기도처 발원문 내용

기도 중 석가모니 부처님 따스한 온기도 느끼며 가슴
 뜨거운 눈물을 하염없이 흘리기도 하였고, 간절한 발
 원을 담아 일 배에 일독을 올려보기도 하였다.

부처님 진신사리 봉안 백일기도는 6월 26일 일요일
 회향하며 2차 백일기도 입재가 함께 이루어진다고 한
 다. 그렇게 백일 씩 꼬박 천일을 채우면 그땀 고통 받
 는 환우의 심신을 달래줄 따스한 법당이 지어져있으
 리라.

기름진 토양에 싹을 틔워 힘차게 성장하던 온갖 초목
 들이 본연의 색깔로 더욱 선명해져 정토마을 마당을
 더욱 푸르게 물들이고 별에 데워져 따뜻해진 바람이
 여름의 길목으로 접어들었다 한다.

만물의 푸르름이 선명해진 만큼 백일기도에 동참하는
 나날도 선명해졌다. 부처님께서 진신사리로 현현하시

어 오늘도 나와 함께함에 꽃들만큼 예쁜 미소가 절로
 핀다.

그렇게 오늘도 정토마을 가족들과 신나게 다라니 독
 송을 한다. 이 다라니 한 독 한 독에 모두의 정성이 스
 며들어 병원건립 불사가 원만히 이루어지기를...
 불자나 불자가 아니거나 여기서 부처님 만나는 좋은
 터전이 되어 부처님 만나기를...

앞으로 이어지는 진신사리 봉안 백일기도에 많은 이
 들이 동참토록 하소서.

부처님. 부처님. 부처님.

부처님께 지극한 마음으로 감사 올립니다. 卍

징검다리



영롱하고 포도알처럼 까만 눈동자로 나를 바라보던 아이

마치 인형 같은 이 아기와 나의 인연은 스리랑카에서 모셔온 부처님 진신사리에서 시작되었다. 정토마을가족들이 스리랑카에서 진신사리이운식을 하는 장면이 그 곳 언론매체를 통해 대대적으로 방영되었다고 한다. 한국에 거주하는 스리랑카 출신 외국인들도 고향에서 전해져오는 소식을 통해 정토마을 알게 되었고 부처님 오신 날, 고향 땅을 대신하여 정토마을을 찾아왔다. 상경하신 부모님을 마중 나온 듯 반가우면서도 가슴 한 곳이 뭉글해지는 그런 기분이지 않았을까. 그들의 마음을 조심스레 그려본다.

100여명의 스리링카 신도들과 비야냥따스님이 정토마을을 들러 특별한 기도를 올리고 나는 젊은 부부의 아이, 아름이를 그들이 기도하는 동안 불편하지 않게 돌봐주게 되었다.

아름이는 낯을 가리지 않고 호기심이 많은 아이였다. 동그란 눈으로 나를 물끄러미 바라보다 고사리 같은 손으로 내 얼굴을 만지작거리며 맑게 웃어 보인다. 오전 관불의식 때 아기부처님이 생각났다. 내 품에 안겨 정토마을 이곳 저 곳을 누비다 이내 새근새근 잠이 들었다.

부처님오신날 만나게 된 이 아기부처에게 작은 선물을 하고 싶었다. 그러던 중 기도를 마치고 돌아온 아름 엄마와의 대화에서 아름이에게 사주고 싶은 책이 있는데 못 구하고 있다는 말을 듣고 며칠 뒤 서점 이곳 저 곳 수소문하여 구한 책 여섯 권을 사리각 상단에 올리며 일심합장하였다.

부처님 수희찬탄하옵니다. 부처님의 인연으로 아름이란 아이를 만나게 되었습니다. 부디 이 아이가 성장하며 부처님처럼 살게 하시고 건강하고 지혜로운 아이로 자라게 해주시길 발원합니다.

나무석가모니불 나무석가모니불 나무 시아본사 석가모니불.



아름이에게 책을 보낸 지 얼마 지나지 않아 젊은 부부에게 감사의 문자 한 통을 받았다.

문자에서 그들의 목소리가 들려왔다.

“책을 잘 받았어요. 노무노무 감사합니다. 주은하루 대세요.”

서투른 한글에서 전해지는 따스한 온기가 내 마음을 포근히 적신다.

부처님이 이곳에 현현히 나투실 때 정토마을에는 또 하나의 ‘인연의 다리’가 생겼다. 그리고 또 하나의 역할이 생겼다. 그들에게 이곳 정토마을이 머나먼 고향땅을 대신할 수 있는 푸근한 고향 같았으면 좋겠다. 그리고 이 무량한 불법인연이 부처님의 보살핌 아래 오래오래 이어지기를 발심한다.

오늘도 아름이의 맑고 투명한 눈을 떠올리며 나의 지친 심신을 치유하고 맑고 청정한 마음으로 수행 정진합니다. 이 인연, 수행의 본보기로 삼겠습니다. 귀한 인연의 시작에 계신 불보살님과 능행스님께 감사드립니다. 卍

정토마을에 발을 담그고...

“오늘 하루도 즐거움을 주신 모든 분들께
감사함을 전한다.”



벚꽃망울이 수줍은 듯 살포시 고개를 드는 어느 봄날 정토마을에서 누구의 작은 손길이 필요하다는 말에 함께할 동료들과 정토마을을 찾았다. 가끔 찾아가는 곳이지만 정겹고 포근한 느낌은 나를 설레게 한다. 차에서 내리자 저 멀리서 무량지보살님이 반갑게 인사를 건넨다. 늘 얼굴에 환한 미소를 머금고 대해주시는 분이다.

오늘도 정성스레 점심공양을 준비하시고 계시는구나, 참 고마운 일이다.

밭에는 거사님께서 혼자 비닐을 벗기고 계신다. 작년에 콩을 심은 밭이 올해도 새 옷으로 갈아 입혀 주길 바라는 마음을 농부는 알아차리고 새 비닐을 준비하고 현 비닐을 벗겨내는 작업을 하고 계시는 것이다.

혼자서 하시는 일을 넷이서 하니 얼마 지나지 않아 비닐 걷는 작업이 끝나고, 이어 영양 많은 퇴비를 밭 중간 중간에 옮기는 작업이다. 농촌에서만 느낄 수 있는 농촌의 향기가 코 끝을 간지럽힌다.

밭두렁에는 봄내음 가득한 냉이가 미소를 머금고 자기를 데려가 달라고 하기에 한줌을 캐서 공양간에 갖다 주니 별것 아닌데도 고맙다고 하신다.

새로 만든 장독대에 올해 담은 간장, 된장이 무거워서 아직 자리를 잡지 못하고 있는 것을 여럿이 힘을 모아 가지런히 정돈하니 보기가 참 좋다. 올 한해도 따사로운 햇빛 아래 장이 맛있게 익길 바란다. 이윽고 점심공양시간, 언제나처럼 깔끔하고 맛깔스런 점심공양은 준비한 사람의 수고를 맛으로 느낄 수 있어 행복하다.

정토마을은 말기암 환자들이 머무는 호스피스 병동을 리모델링하여 힐링캠프로 4월부터 문을 연다고 한다. 일상생활에서 누군가에게 끊임없이 봉사하는 분들이 있어 아직도 우리 사회는 정감 있고 따뜻한 기운이 있는 것 같아 마음이 흐뭇하다.

이제 떠나야 할 시간 4월 5일 정토밭에 고사리를 심으신다고 한다. 그때 다시 올 것을 기약하고 가벼운 발걸음을 옮기며, 오늘 하루도 즐거움을 주신 모든 분들께 감사함을 전한다. ㄸ

이 곳은 당신의 향기로운 삶을 꼭 닮았습니다



따스한 봄별이 정토마을 트랙을 비출 즈음에 부처님 진신사리가 정토마을에 나투시고 오색연등과 향기로운 풀꽃이 만연했던 초파일이 많은 불자님들과 후원자님들의 축하와 지지 속에 지나갔습니다. 그렇게 벌써 달력의 반에 접어들었습니다. 그 사이 정토마을 트랙에는 조그마한 컨테이너 두 채가 생겼습니다.

한 곳은 법당이 마련되지 않은 지금에 부처님 진신사리를 모시기 위한 임시 봉안처로 마련되었고, 다른 한 곳은 '카페 밀'이라는 수익금을 전액 장학기금으로 사용하는 분위기 좋은 카페입니다. 바쁘게 흐르는 시간 속에 정토마을도 이렇게 생동하고 있습니다. 비록 가건물이지만 당신께서 정토마을을 들리실 때 달달한 커피 한 잔 나누며 그대의 사는 이야기를 들을 수 있고, 거룩한 부처님의 현신이 나투신 이 지붕아래 당신의 고된 여정을 달랠 수 있는 자리가 마련되어 기쁘고 감사한 마음입니다. 후원자님, 당신은 정토마을의 심장이고 존재의 이유입니다. 그런 당신을 위해 마련한 이 자리에서 오늘도 당신을 기다립니다.

Who One | 누구나 하나 되는 방법

‘Who?’ 몸과 마음이 지치고 병든 이들에게.

‘One!’ 누구나 하나 됨을 실천으로 가르쳐주신 후원자님께
감사드립니다.



후원자님 귀한 사랑 참 고맙습니다.

정토마을로 전달되는 마음, 마음이 겹겹이 쌓여 긴 불사의 여정 앞에 두려운 마음을 거뒀습니다. 정토마을과 한 마음이 되어주신 (주)리홀딩스, 정기수님, 이명자님, 심대식님, 정정화님, 김영숙님을 비롯하여 모든 후원자들께 두 손 모읍니다.

정토마을의 작은 꽃 한 송이도 모두 후원자님께서 일구신 것입니다.

삶의 마지막 여정을 아름다운 정원으로 꾸미고 향기로운 순간들로 장식해주신 후원자님.

당신의 마음 안에 온 순간 행복함이 깃들기를...

이번 호는 2016년 3월부터 5월까지 작성한 신규 후원자 명단입니다. 기재할 내용이 많은 경우 명단이 생략될 수 있습니다. 후원자 한 분 한 분의 성함을 다 실어드리지 못하는 점 양해 부탁드립니다. 후원자 전체 명단은 정토마을 카페(<http://cafe.daum.net/BHU>)에서 확인하실 수 있습니다. 오타나 누락 등 기타문의사항 및 후원문의는 정토마을법인사무국 052-255-8588로 연락바랍니다.

소중한 나눔 실천에 감사합니다

후원에 동참 해주신 분들

3월

108병상 | 하희수
의료기자재 | 법인사무국
일시후원 | 염옥순 정관스님 최선희 박윤경 이진섭 김민호
정토가족 | 김성자 여옥스님 이효숙 기업은행 조규웅 정기수 맹해자 황효임
이순분 김경자 유계영 안정선 손지숙 김기중 김건우 김정화 방세도 이정수
김연숙 이진섭 윤석순 미래불공덕회 이해진 김형집

4월

의료기자재 | 이은숙 윤정미 양재호 유양순
일시후원 | 한민자 김금양 김영찬 문경숙 홍영한 밀양포교사단 신영자
정토가족 | 홍순영 김숙이 본연스님 도성스님 이광옥 성태순 김명옥 김명화
임기란 최종렬 김지영 조부임 박석화 홍혜경 김말선 손영 박정민 정은숙
박용호 박정현 김성숙 김양옥 강영화 이해진

5월

108병상 | 이상봉 유재근 이현지 박중순 이말순 이동현 정복희 권민지 장
병화 손유미 박계향 김남섭 김이영 손정숙 김인례 김은자 여둘금 김성례
임선주 강승민 정명순 최창우 노종수 황유석 류명옥 최봉희
의료기자재 | 진희상
일시후원 | 연옥스님 우관음성 서재숙 여운포 김도현 대구지장사 신정기
안재범 안성범 권정수
정토가족 | 이창대 이상재 방영근 박숙이 최한영 김미옥 손하영 소성일
이미진 소보윤 소보현 유귀자 한송이 신혜숙 김금늘 이재훈 이현숙 정연희
진영옥 노용선 노경림 최복달 최재선 김민경 류상규 박인희 유경애 김정희
김은희 최금자 김중현 고희자 백명화 덕진스님 이문선 도은희 최영숙

불사에 동참 해주신 분들

3월

땅1평 | 이용선 김영순 송재혁 송지윤 염옥순 민법화 박금량 정길모 김이현
김순옥 이갑인 이상백 정쌍점 윤미자 강희진 박정순 조일곤
시멘트 | 강대홍 권영옥 권지향
법당불사 | 정기수 대림스님 김은자
병원건립불사 | 배득연

4월

땅1평 | 민법화 차옥선 황송조 손영 차기숙 35기연지회 덕성스님
시멘트 | 서용스님 하명애 안국향
법당불사 | 진영삼 진재석 이재운 이도윤 김재성 김지원 인도윤 인여진
이순재 고윤옥 차묘정 강인성 신남학 김진미 이은숙 이정순 홍두표 김지영
옥숙자

5월

땅1평 | 서미자 박연주 민법화 김시에 정정숙 박태엽 손정숙 이순임 이종길
이형주 강상욱 신한운 이화목 이해일 황유석 이정희 이대섭 허영숙 도은희
권혜수 정명자 권소연
시멘트 | 황유석 최선희
법당불사 | 방영근 변선자 손정숙 김정숙 이현아 이현실 이현정 이진섭
이경국 김계숙 김병구 김옥량 김선아 나남례 김영숙 홍정옥

물품후원자님, 감사합니다

| 건어물 |

성불암
김태진

| 곡물공양 |

대자사
김병소
김봉삼
진말숙
대구지장사
울산초심회
정관스님
백정근
이경숙

| 과일공양 |

노태식
김오
김균철

삼남장애인근로사업장

대명암
주향미
이은연
민귀순
행훈

| 기념일후원 |

백승순
강문자

| 기름류 |

황금자
대구지장사
대원성
황다원

| 기타 |

김봉삼
김병갑
최경희
대구지장사
최경희
선래스님
36기연지회
현불희
하균호

| 대중공양 |

김은구
이명자
손영
이종남
이명자
본연스님

| 떡공양 |

문경미
청제스님
새마을떡방앗간
부산자비공덕회
박신숙
이재원
김제준
김진길
이명자

| 물품후원 |

곽미경
신성우
김정옥
김병소
이지서
서길자

박영교

이남이
박현
성기숙
유양순
최용선
오광민
이영숙
권영의
이진숙
손윤선
이주비
이말순
김정옥
강옥희
신인경
김현아
임선주
김성례
황금란
황금자
김종선
우명선
서임석

| 복돼지 |
지공스님
이은연
김인
손영

| 생선류및 어패류 |

도현스님
주효리

| 생수 및 음료 |

대구지장사

| 야채 |

도안스님
권순선
김민정
남궁은숙
정토원
혜륜스님
이말순
진영청과
혜인스님
우담스님
김순식

| 유제품 |

이지서
공양금
김금수

| 행사공양금 |

이명자
김정옥
강길부
남종옥
주향미
김덕임
하철규
박세린
조명희
이재화
이은연
조갑임
김상남

정토마을자재요양병원 자원봉사자 소식



| 옥저나눔회 |

매월 1회 정기적 미세먼지청소, 말벗, 식사보조, 주변환경정비를 도와주셔서 공동체에서 함께 생활하시는 환우 분들에게 즐거움을 드리고 있어요.



| 초심회 |

매월 1회 정기적 미용봉사, 미세먼지청소, 말벗, 식사보조 등 위생적이고 청결한 주변 정리 봉사를 해주신답니다.



| 상복농협주부대학 |

매월 1회 정기적 미세먼지청소, 말벗, 식사보조 봉사활동으로 지역주민들과 화합과 만남의 장소를 연결하는 징검다리 역할을 하고 있습니다.

정토마을자재요양병원 자원봉사자 모집

“서로의 생명을 돌보고 사랑하는 마음과 행동이 있을 때 우리는 비로소 행복할 수 있습니다.”

정토마을은 후원과 자원봉사활동으로 이끌어집니다. 환우들은 자원봉사자의 미소에 기운을 내고 정토마을의 구석구석은 당신의 동참으로 밝혀집니다. 우리는 타인을 위한 자원봉사를 통해 삶의 질을 더욱 향상시킬 수 있습니다.

시간단위 자원봉사

09:00~14:00, 13:00~17:00, 17:00~21:00

일일 자원봉사

10:00~17:00(주간), 20:00~익일 05:00(야간)

주간 자원봉사 주 1회 | 장기자원봉사

도움분야 비품관리, 병원 실내외 청소, 환우목욕, 방문객안내 병원 안내, 도서 나눔봉사, 환우 수발라운딩, 환우들과 함께 산책, 치유방송 지원 봉사, 행정지원 봉사, 화훼(정원수 관리),

재능기부 임상기도, 임종 돌봄(교육 이수자 가능), 집단·개인 공연(음악 악기 춤 등), 아로마 치료, 이·미용, 물리치료분야(카이로프랙틱, 온열 치료, 갈바릭 치료), 의사선생님주말 자원봉사(양·한방, 치과, 이비인후과)



정토마을자재요양병원 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39
전화 ☎ 052)255-8408 담당자 김은구 사회복지사



법화산림 천일기도 고승초청법회

매월 넷째 주 일요일에 봉행하는 법화산림 천일기도 법석에 대구 관오사 회주 자광스님, 정토마을 승가공동체 도감 도운스님, 청도 운문사 학장 일진스님을 모시고 명쾌한 법화경 강설을 들었습니다. 법화산림 천일기도 고승초청법회는 오전 10시부터 12시까지 법화경 설법을 듣고 점심식사 후인 낮 1시부터 4시 반까지 법화경을 독송하는 시간을 갖습니다.

법회일정- 매월 넷째주 (일) 오전 10시



스리랑카 성지순례 및 진신사리이운법회 봉행

정토마을은 지난 3월 16일~3월 21일(4박 6일)간 스리랑카로 특별한 여행을 다녀왔습니다. 이번 여행의 주된 목적은 부처님의 진신사리를 모시는데 있었습니다. 스리랑카 대통령으로부터 직접 전달받은 진신사리를 모시고 3월 21일 언양의 정토마을로 들어서며 진신사리이운법회를 봉행하였습니다. 현재 부처님진신사리는 정토마을마하보디센터 우측 임시건물에 모셔져 있습니다.



진신사리 봉안 백일기도 입재

3월 23일 수요일, 진신사리를 모셔온 이튿날부터 진신사리 봉안 백일기도를 입재하였습니다. 진신사리 봉안 백일기도는 백일씩 나누어 입재와 회향이 이루어지고 천일로 채워지는 대장정의 기도입니다. 6월 26일 1차 기도회향과 함께 2차 백일기도 입재가 들어갑니다. 천수다라니를 100일 동안 꾸준히 독송하며 개개인의 서원과 더불어 정토마을의 호스피스완화의료전문병동 건립불사가 완만히 이루어지길 발원하는 진신사리 봉안 백일기도에 많은 동참바랍니다.



불기 2560년 부처님오신날 진신사리 친견법회 봉행

부처님오신날을 맞이하여 지난 5월 14일 오전 10시 법요식을 시작으로 부처님진신사리 친견법회가 봉행하였습니다. 정토마을 후원자, 자원봉사자, 환우가족 뿐만 아니라 스리랑카 출신의 불자님들, 양등마을과 인근에 거주하시는 어르신들까지 많은 분들이 함께한 초파일 행사장에는 불교문화체험의 장, 축하공연 등 다양한 볼거리와 즐거움이 가득했습니다. 단체방문객의 경우 사전접수를 통해 진신사리친견이 가능하오니 정토마을 법인사무국으로 문의바랍니다.



**어버이날 행사 후 잔치 및 5월 재원환자 祝生日 잔치
김혜향울산국악원**

2016년 어버이날을 맞이하여 아버지의 은혜에 감사하고, 어른과 노인을 공경하는 경로효친의 전통적 미덕을 기리기 위해 어버이날 행사 ‘孝’ 잔치를 개최한다. 더불어 5월 재원환자대상으로 생일잔치를 해드리므로 잃어버린 삶에 되한 애착과 존재감을 독려하며, 가족들과 만남의 장소를 제공하면서 함께 할 수 있는 화합의 장을 만들어 부모님의 소중함과 감사하는 마음을 표현하고 나누는 시간을 갖는다.



**놀이마당 개구리에술단
2016. 5. 12 목요일**

연령층이 높은 입원환우가 함께 따라 부를 수 있는 흘러간 옛 노래로 흥을 돋게 한다. 입원환우의 노래 부르기 참여로 재능나눔봉사자와 환우가 함께하는 어울림의 장이 만들어 진다.



**놀이마당 서부노인복지회관 시니어예술봉사단
2016. 5. 12 목요일**

환우들을 모시고 즐겨 부르시던 노래를 함께 부르며 즐거웠던 추억을 떠올리며 나누며 한바탕 웃는다. 프로그램 간간이 웃음치료와 레크레이션 활동으로 함께 지내는 환우간의 사회성을 북돋운다.



**춤동작표현예술치료 서혜인 춤동작치료사
2016. 5. 25 수요일**

안전한 환경에서 다양한 교구를 통해 동작들을 표현함으로써 부정적 감정을 해소하고, 안내자와 주위 함께하는 이들의 지지와 위로의 경험이 자기 존중감 향상에 도움이 된다.



제2회 꽃보다 10대, 청소년 울산 팝·댄스 콘테스트

2016년 5월 14일 마하보디명상심리대학원은 제2회 꽃보다 10대, 청소년 울산 팝·댄스 콘테스트 본선무대를 가졌다. 치열한 예선을 통과해 본선무대에 오른 10개팀은 그동안 갈고 닦은 기량을 마음껏 뽐냈다. 최우수상은 울산여자상업고등학교 M.Y.B, 우수상에는 무거중학교 RG, 장려상은 약사고등학교 Liberty가 수상의 영예를 안았고, 현대청운고등학교 등 7팀은 비전상을 수상, 최우수상을 수상한 울산여자상업고등학교에는 교육감 지도교사상이 함께 수여되었다.



파랑지역아동센터 명상수업

마하보디명상심리대학원은 작년 시범운영으로 시작한 파랑지역아동센터 명상수업을 3월부터 정식운영하고 있다.

이 명상수업은 파랑지역아동센터 학생들에게 명상프로그램을 지속적으로 제공하여 자아 존중감을 높일 수 있도록 사회공헌 사업으로 월 2회 실시되며, 저학년과 고학년으로 나누어 진행된다.



Soul Mother 프로그램

2016년 4월 3일, 마하보디교육원은 1기 Soul Mother 프로그램 수련을 시작하였다.

Soul Mother는 2016년 4월부터 2017년 1월까지 월 1회, 총 10회에 걸쳐 나다움을 일깨우기 위한 집중수련을 한다.



제14기 요양보호사 교육 실시

2016년 5월 23일부터 6월 20일까지 마하보디요양보호사교육원에서 요양보호사 자격증 취득을 위한 교육을 실시했다. 이번 교육은 신규 자격소지자 합반으로 운영되었으며, 교육생들은 교육이수와, 실습을 마친 후 7월 9일 자격시험을 본다.

함께하고 싶어요

붉은 장미꽃잎에 떨어지는 빗방울소리
증환자실에 입원하고 계신 할아버지환자에게로 다가간다.
“할아버지 밖에 비가 와요”
“응 그래 눈에 물을 잡아야지”
“눈에 물을 잡아서 무엇을 해야 하나요?”
“눈에 모를 심어야지. 모.
애들 학비랑 식구들이 밥을 먹고 살려면 눈에 나가봐야 돼”
“이렇게 아파서 누워계시잖아요”
“아이구 그러네. 비 오는 날 눈에 물 잡아야 하는데..”
치매와 증풍을 함께 앓고 계신 할아버지 표정이 금세 우울해진다.
“아파서 눈에 물도 잡으려 못 가시는데 제가 오늘 점심밥 맛있게 해드릴게요.
얼굴에 다시 미소를 짓는 할아버지.
“그려 국 좀 끓여봐 아욱에 수제비 넣고”
“밥 은예?”
“응~ 밥은 쌀이 귀하니 보리쌀 마이 넣고 해도 맛있다.”

우리 할아버지께서는 오래된 미래에 과거의 기억 속에 살고 계신다.
그래도 밥 이야기를 하면서 할아버지 얼굴에는 즐거움이 번지고 있다.
한평생 부처님을 의지하시다 늙음과 질병으로 타인의 도움 없이는 생존할 수
없는 나의 어버이들을 위하여 아욱에다가 수제비를 넣고 국을 끓여 줄 조리사
자격증을 가지신 보살님을 모십니다. 기숙사도 드리고, 급여는 많지는 않지만
그래도 아름다운 마음 내어 주시는 만큼 드릴게요.

정토마을 자재병원 식당에서

능행스님드림

| 여기에서 당신의 연락을 기다립니다 |
052-255-8400

법화산림 고승초청 천일기도 대법회

| | |
|------|--|
| 일시 | 매월 넷째주 일요일 |
| 일정 | 오전 9시 : 불공 오전 10시 : 법문 오후1시~5시 : 법화경 독송 및 축원 |
| 초대법사 | 매월 교계 어른스님을 초대합니다. |
| 장소 | 정토마을 대법당 |
| 동참금 | 천일기도 동참금 108만원(매월 3만원 분납 가능) |
| 계좌번호 | 농협 401131-51-081662(재)정토사관자재회 |
| 문의 | 정토마을 법인사무국 052)255-8588 |

서울수행(한국불교연구원)
매월 첫째 주 목요일 오후 2시 ~ 밤 9시
서울 종로구 돈화문로11가길 59 현대뜨레비앙아파트 148호

언양수행(정토마을 마하보디교육원)
매월 첫째 주 월요일 저녁 6시 ~ 밤 10시
- 주무실 방 제공가능하오니 사전에 꼭 연락바랍니다.

장소 : 울산 울주군 상북면 소야정길 216-39 정토마을 대강당(법당)
접수처 : 정토마을 법인사무국 052-255-8588

정토마을
염불禪 수행에

당신을 초대합니다.

1차 한 잔의 아름다운 기부 | 카페밀이 당신을 초대합니다

caffe밀의 쓰임

카페의 수익금은 교육복지사업의 중요역할을
담당할 '장학금' 과 '승가복지기금' 으로 쓰입니다.

커피 한 잔의 여유와 기부를 함께하는
당신의 '깨어있는 삶' 을 응원합니다.

정토마을 자재요양병원 법당불사 모연문 '삼천불'

아미타불을 본존불로 모시고 석가모니불, 아미타불, 약사여래불 삼존불과 삼천불(관세음보살, 약사여래불, 지장보살)을 조성하여 불자님 한분 한분의 뜻 깊은 서원을 모시고자 합니다. 뜻있는 불자님들의 수희동참으로 무류의 복전을 일구시고 이차인연 공덕으로 부처님의 지혜와 자비로 가득한 삶을 살아가며 모든 생에 불국토에서 태어나기를 발원합니다.

본존불 조성불사 아미타불 · 동참 500만원 이상
삼천불 조성불사 약사여래불, 지장보살, 관세음보살 · 각 108만원
(일반 동참 10만원 이상)

입금계좌 농협 351-0487-2570-73 정토마을
전화 052) 255-8588 **팩스** 052) 254-2347 (화주: 평등각)



자재병원에 법당이 없어요 땅 한 평 공양불사

후원자들의 따뜻한 가슴이 모여 오늘의 정토마을 자재요양병원이 있습니다. 이제 환우와 보호자들이 부처님께 기대 아프고 지친 몸과 마음을 위로받을 수 있는 법당건립을 위해 땅 1평 공양불사를 발원합니다.

일시불 입금계좌 농협 351-0487-2570-73 정토마을
3회 분납 입금계좌 국민은행 701401-01-202462 (재)정토사관자재회
전화 052)255-8588 **팩스** 052)254-2347 (화주: 평등각)

* 정토마을의 후원과 불사에 동참하시면 연말 기부금영수증 발급 가능합니다.
* 땅 1평 공양금은 1인 30만원이며, 일시불 또는 3회 분납으로도 공양 올리실 수 있습니다.



완화의료중심 정토마을 자재요양병원

Healing is loving.
사랑이 곧 치유입니다.

3F 승가병동

한방요법실, 물리치료실, 사회복지실, 영양실,
힐링푸드식당, 차담실, 공용 목욕실

2F 재활·요양병동

마하치유방송실, 휴게실, 탕비실, 영적돌봄연
구실, 공용 목욕실

1F 완화의료(호스피스)병동

양·한방 진료실, 집중관리실, F·G실, 입원
상담실, 원무과, 공용 목욕실

B1F

임상병리실, 약국, 바이룸, 봉사자실, 직원휴
게실, 교육장, 한방 약제실, 탕전실

· 전문의료 서비스

내과, 가정의학과, 한방과 ▶ 양·한방 협진진료

- 양방특수요법 : 항암면역증강요법, 미술토주사, 메가비타요법, 마이애스 카테일 주사 등
- 한방요법 : 한방 침 뜸 부항요법, 전침, 탕약치료, 약재요법 등

· 특화치유 서비스

- 예술융합치유 : 음악, 미술, 요가, 춤 등 다양한 예술활동을 통해 심신 치유와 자기 성장을 만들어 가는 자기융합의 행복한 과정 경험
- 임상전문 상담치유 : 가족관계 회복을 위한 중재 조절과 적극적인 영적 돌봄을 통한 치유. 임종기도와 의식을 통한 편안한 여정으로의 동행

· 진료안내

외래진료 : 09:00-18:00 입원상담 : 052)255-8400
(월-금요일, 주말 공휴일 휴무)

· 입원 대상자

완화의료(호스피스)대상자. 암환자(초기, 진행, 말기)
중풍노인치매 만성질 수술 후 회복기관에 있는 환자





진신사리봉안 백일기도(2차)봉행

석가여래 진신사리를 정토마을에 모시고 백일기도를 봉행합니다.
부처님의 화현으로 중생의 고통과 업장을 소멸하고 선근공덕을 증장시키는
관세음보살님의 자비와 위신력을 청하는 천수다라니 500독 기도정진에 초대하오니
수희동참하시어 매 순간, 나날이 축복 속에 살아가시길 기원합니다.

“눈에 보이는 중생 모두를 위해 다라니를 독송하라.
중생들에게 귀로 듣게 해 깨달음의 인연을 지어주면
그 공덕은 헤아릴 수 없이 크다.
입으로 빠르게 다라니를 외게 하되
소리소리마다 끊이지 않게 하면 금생에 성불할 수 있다.”

입재 6.26 (일) (음력-불기 2560년 5월 22일) 오전 10시
회향 10.2 (일) (음력-불기 2560년 9월 2일) 오전 10시

10월 2일 백일기도 회향 일에 맞추어 진신사리 친견법회와 함께
화공법회를 봉행합니다.

장소 정토마을 진신사리봉안처
동참금 30만원(분납 가능)
계좌번호 농협 351-0487-2583-23 정토마을
문의 정토마을 법인사무국 052)255-8588

자재요양병원 한방약제실 직접제조

신뢰할 수 있는 한약재료를 사용하여 정성을 다해 제조합니다



공진단

각종이서에서 그 효력을 인정한 명약으로, 동의보감에서는 몸의 진기를 든든히 하여 신수와 심화가 잘 오르내리게 하고 오장을 보강하며 노화를 방지하고 원기를 회복시키는 최고의 보약으로 공진단을 선택하게 하고 있습니다.

정토마을 자재요양병원 내에 한방탕전실 시설을 갖추고 면역력 강화, 항암치료에 효과를 높여주는 한약과 자재공진단, 경옥고를 식약청 인증과 제약회사 자체 검사를 거친 신뢰할 수 있는 한약재료를 사용하여 정성을 다해 제조합니다.

자재공진단

최고급 등급의 사향이 일반 공진단의 2배로 들어가서 공진단의 해울, 행기의 효능, 보기혈 효능이 극대화되며, 면역력과 기억력을 좋게 하고 머리를 맑게 하는 효능을 가진 원지, 석창포 등의 약재를 추가하여 집중력 강화, 뇌기능 활성화 등의 효능으로 치매예방에 탁월한 효과가 있습니다.

자재요양병원 한방약첩 세트

생맥산

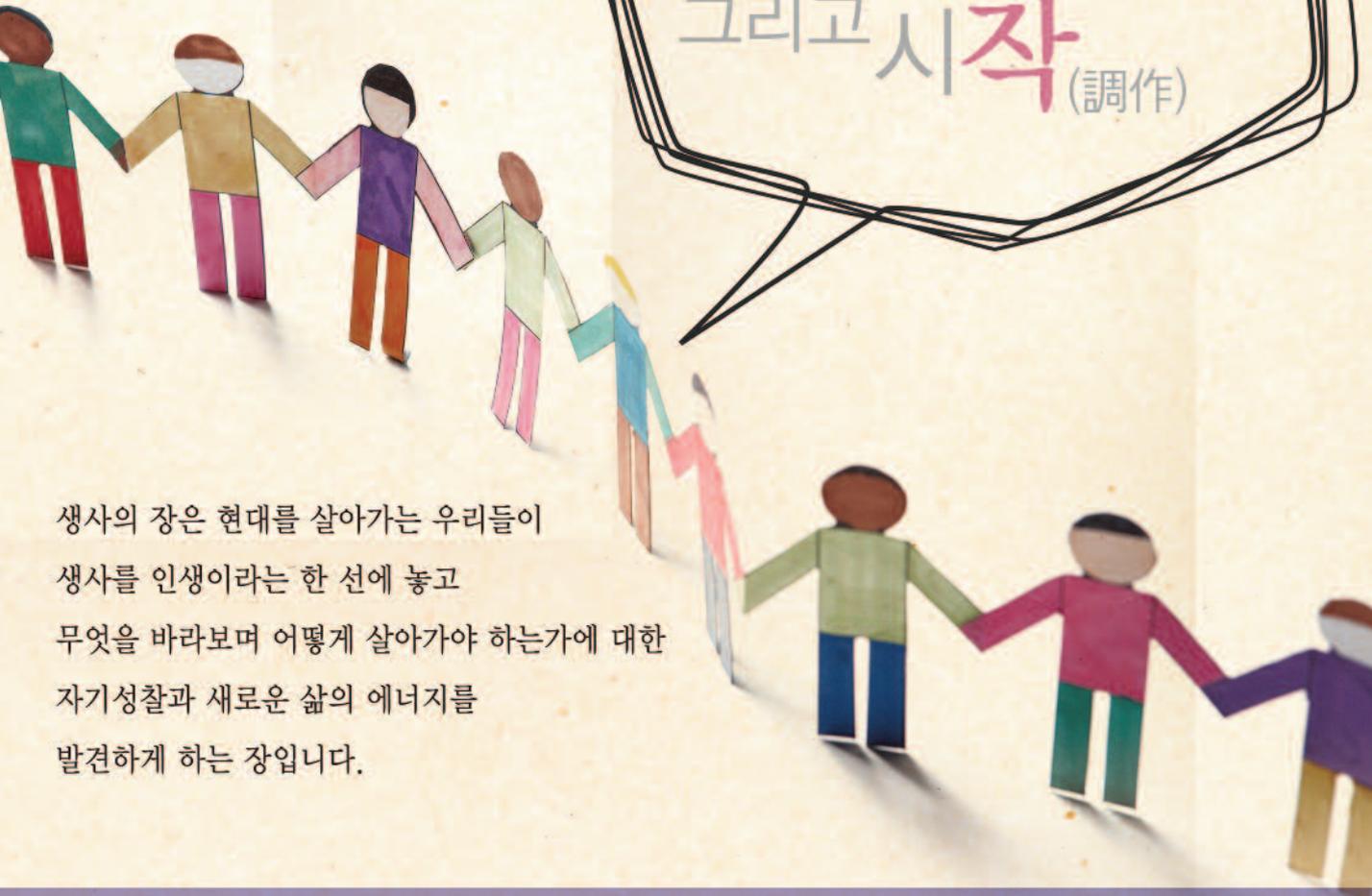
우리 몸의 심장은, 비유하면 '불의 장기'입니다. 잠시도 쉬 없는 움직임 속에 항상 가열상태라 할 수 있는 바, 여름철이 되면 바깥의 기온도 가열상태로서 안팎이 가열상태에 있게 됩니다. 일반적으로 열은 수분과 진액을 말립니다. 따라서 여름철, 안팎의 열에 의해 심장과 삼장을 둘러싸고 있는 폐의 음액이 말라 소진되면서, 심폐가 건조 상태에 빠지게 되고, 그에 의해 가슴 답답함, 심장 두근거림, 숨참, 마른기침, 전신피로 등의 여름철에 소위 여름 타는 제 증상이 나타나게 되는 것 입니다. 생맥산은 이러한 제 증상을 해소하는 동양의학의 가장 기본적인 뛰어난 처방이라 할 수 있겠습니다.

어혈방

우리 몸의 어느 부분을 빠게 되거나 타박상을 입게 되면, 손상 부위의 얇고 깊은 부위에 혈관이 터져 출혈이 생기게 됩니다. 얇은 부위(피하 출혈)라면 멍이 눈에 보일 것이고, 깊은 부위(심부 출혈)라면 겉으로는 멍을 볼 수 없을 것 입니다. 어쨌든 이 멍을 동양의학에서는 어혈이라 합니다. 서양의학적 표현으로는 일종의 혈전이라 할 수 있겠지요. 일반적으로 이 어혈이 손상부위의 치료 회복을 장애케 하는 주요 원인이 되므로, 이 어혈을 소산시키는 것이 매우 중요한 치료의 선결 과제입니다. 본 어혈방은 이러한 어혈을 용해 해소하는 동양의학의 처방 중 특히 얇은 부위의 어혈을 전문적으로 해소하는 기본 처방입니다. 뼈거나 타박상을 입었는데, 이른 시일 내에 회복이 잘 안 되는 경우에 한의사들이 대부분 어혈방을 기본 처방으로 사용합니다.



조화로운 삶, 그리고 시작 (調作)



생사의 장은 현대를 살아가는 우리들이
생사를 인생이라는 한 선에 놓고
무엇을 바라보며 어떻게 살아가야 하는가에 대한
자기성찰과 새로운 삶의 에너지를
발견하게 하는 장입니다.

43th 생사의 장 불교호스피스교육

교육기간 : 2016년 7월 31일(일) ~ 8월 6일(토) 6박 7일

교육대상 : 승려, 재가자

교육정원 : 45명 (선착순)

교육비 : 80만원 (학인스님 20% 할인)
농협 351-0587-2656-13 마하보디교육원

접수마감 : 2016년 7월 4일(월) 도착

제출서류 : 교육지원서, 사진(3x4) 1매

접수방법 : 우편, 전화, 홈페이지, 방문, 이메일

접수문의 : TEL 052)255-8521~8522 FAX 052)264-0209

E-mail mahabodhi@daum.net www.mahaedu.org 통합검색 마하보디교육원

44908 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39 마하보디교육원

제1회 교원 소진예방 힐링 프로그램 안내

(교원연수명 - 자기개발과 정신건강을 위한 자각명상)

대상 : 교원

교육기간 : 2016. 7. 26(화) ~ 2016. 7. 27(수) (2일, 총 15시간)

접수기간 : 2016. 7. 15(금) 17:00 까지

▶ PROGRAM 2016. 7. 26(화) 13:00~21:50

| | | |
|---------------|----------|-----------------------|
| 13:00 ~ 15:50 | 정신건강과 명상 | 김경일(마하보디명상심리대학원 주임교수) |
| 16:00 ~ 17:50 | 명상실습 | 김경일(마하보디명상심리대학원 주임교수) |
| 19:00 ~ 21:50 | 리듬명상 | 박선영(한국춤동작심리상담협회장) |

▶ PROGRAM 2016. 7. 27(수) 10:00~17:50

| | | |
|---------------|--------------|----------------|
| 10:00 ~ 11:50 | 교실 요가 지도 | 이지혜(춤동작치료사) |
| 13:00 ~ 15:50 | 사이코 테라피, 신문고 | 능행스님(마하보디교육원장) |
| 16:00 ~ 17:50 | 명상 및 나누기 | 김경일, 능행스님 |

교학처행정실 T. 052-255-8521~3, M. 010-4656-0180 F. 052-264-0209
E. mahabodhi@daum.net H. www.mahaedu.org

* 본 연수교육은 울산광역시교육청과 본대학원 협약에 따라 진행되는 교육기부 프로그램이며, 울산광역시교육청 특수분야 교육 직무연수 인증교육입니다.
* 연수점수 1점, 통학이 어려우신분은 교육기간 숙식 제공됩니다.



마하보디명상심리대학원 2016년도 후기 신입생 모집

석사과정 / 임상상담전문가과정

특전 : 졸업 시 취득가능 자격 | 명상치유전문가, 임상미술심리상담사 2급, 사별가족상담사, 호스피스
영적돌봄가, 불교집단상담 프로그램 지도자 2급

연계 병원 임상상담 활동가능 / 심리상담연구소 인턴 활동가능 / 숙식 및 차량픽업 가능

원서접수 : 2016년 5월 16일(월) ~ 6월 30일(목) 17:00까지

문의 : 교학처행정실 T. 052-255-8521~3, M. 010-4656-0180 F. 052-264-0209
E. mahabodhi@daum.net H. www.mahaedu.org
44908 울산광역시 울주군 상북면 소야정길 216-39

협력기관 | 위덕대학교 불교대학원 / **연계기관 |** 정토마을자재요양병원 마하보디 심리상담연구소

108병상 기부 동참하기

석가여래 진신사리의 가피가 현현하는 정토마을 도량에서 법화경 독송 공덕으로 당신의 건강한 삶을 기원하며 병상기부에 당신을 초대합니다. 병상을 기부한 공덕으로 이 삶이 다하도록 세상에서 가장 비싼 병상을 놓지 않게 하소서.

108병상 기부금은

2016년 1월 8일 호스피스완화의료법이 국회를 통과하면서 호스피스환우들과 그 가족들에게 적합한 병동을 설립할 수 있게 되어 정토마을은 20년간 실천해온 호스피스완화의료를 보다 더 체계적으로 실현하고자 합니다. 108병상 기부금은 치매전문병동, 외상병동, 중환자병동, 호스피스 완화의료병동등으로 전문화하고 개별화된 시스템으로 환자의 삶의 질을 높이기 위해서 병상모연에 당신을 초대하게 되었습니다.

동참계좌 : 농협 815039-55-003185 (재)정토사관자재회

접수방법 : 전화, 방문, 홈페이지 접수

전화 : 052-255-8588 **팩스 :** 052-254-2347

방문 : 울산광역시 상북면 소야정길 216-39 정토마을법인사무국

홈페이지 : www.jungtoh.org



정토마을 자재요양병원 후원자 함께 가꾸기

1인 1만원 삼만 정기후원자 운동

선한 일을 함께 만들어가는 릴레이에 함께해요.

한 사람의 후원은 한 환자와 고통을 함께 나누는 것입니다.

기부금, 이렇게 쓰입니다

치유될 수 없는 질병으로 고통 받는 환자와 그 가족들에게 희망기금으로 사용되며
불치병 환자를 비롯한 암환자들의 재활과 삶의 질 향상을 위한 기금으로 사용되며
건강한 사회를 만들기 위한 공익사업 기금으로 쓰입니다.

니눔동참

국민은행 713701-01-001909 / 농협 401131-51-080245

예금주 (재)정토사관자재회

해외송금 kookmin bank seoul korea

계좌 713701-01-001909 (JUNGTOHOMAEUL)

접수방법

전화 052-255-8588 팩스 052-254-2347

방문 울산광역시 상북면 소야정길 216-39 (재)정토사관자재회

홈페이지 www.jungtoh.org

상세한 기부금 내역은 홈페이지를 통해 언제든지 확인할 수 있습니다.
문의 정토마을 법인사무국 052)255-8588