



조계종, 강원도 화천서 세계평화합동위령제 봉행

“존귀한 생명 등한시하는 참사
다시는 벌어지지 않기를...”

한국전쟁 정전 60주년을 맞아 6·25전쟁 당시 가장 치열한 격전지였던 화천 백암산과 파로호 일대에서 숨진 젊은 넋을 위로하는 세계평화 합동 위령제가 봉행됐다.

조계종과 강원도, 화천군은 7월 13일 화천 평화의 댐에서 파로호 전투 당시 숨진 28개국 10만여 명의 극락왕생을 기원하는 합동 위령제를 열었다. 특히 이번 위령제는 아군과 적군 구분 없이 전장에서 사망한 모든 젊은이의 넋을 기리는 행사라는 점에서 이례적이다.

조계종 총무원장 자승스님은 추도사를 통해 전몰자들의 아픔을 보듬고 다시는 생명을 등한시하는 참사가 벌어지지 않도록 마음을 모으자고 강조했다. 또 이 땅에 묻힌 젊음과 고귀한 생명이 영원한 평화가 되어 이 산하로 돌아오기를 정성으로 발원했다. 총무원장 스님은 “우리의 수많은 아버지와 어머니, 할아버지와 할머니, 그리고 우리의 형제자매가 스러지고 원하지 않는 이별을 해야 했다. 미국, 영국 등 UN연합군 그리고 중국을 비롯한 수많은 참전국의 생명이 자신의 나라로 돌아가지 못하는 깊은 상처를 가져야 했다”며 “우리 민족은 이념의 칼에 피아가 갈렸고, 반대편에 서 있다는 이유로 같은 민족인데도 총부리를 겨눠야 했다”고 말했다. 이어 “이 땅에 산화한 한 생명 한 생명을 살피면 소중하지 않은 이가 없고, 고귀하지 않은 이가 없다”며 “부처님께서 생명을 가진 미물 하나라도 그 목숨을 구하기 위해 온몸을 희생한 것처럼 한국전쟁의 참화가 아로새겨진 이 땅을 평화의 상징으로 거듭날 수 있도록 진력을 다 하자”고 역설했다.

이날 행사는 조계종 어산어장 동주스님의 천도 영산대재로 막을 올렸다. 고인의 극락왕생과 국가의 안녕을 기원하는 의식으로, 자신이 쌓은 업력의 힘에 이끌려 새



로운 생을 받아 윤회할 수 있다는 것을 알려주는 것이다. 약 두 시간의 의식이 진행되는 동안, 전투에서 목숨을 잃은 영령들이 눈물을 쏟아내는 것처럼 장대비가 퍼부었다. 이어 평화의 북소리가 울려 퍼지는 가운데, 부처님의 탄생지인 네팔 룸비니에서 재화한 3000년간 꺼지지 않은 ‘평화의 불’ 점화식이 거행됐다. 서울 도선사 주지 선묵스님은 네팔에서 한국으로 이운해 온 평화의 불을 총무원장 자승스님과 최문순 강원도지사, 한기호 국회의원, 김정숙 한국여성단체협의회장, 마린코비치 주한 외교사절 방문단장 등에게 전달했고, 평화의 불꽃이 힘차게 타오른 순간 커다란 박수소리가 터져 나왔다.

세계 참전국 대사를 대표해 슬로보단 마린코비치 세르비아 대사는 “이 행사는 한국전쟁에서 피아를 초월한 모든 참전국의 넋을 위로하고 우리 후손뿐 아니라 모든 생명체에게 우리가 현재 무엇을 해야 할 것인지 다시 한 번 생각하는 자리다.”라며 “과거를 알고 존중해야 현재의 어려움을 헤쳐나갈 수 있다”고 강조했다. 특히 불교의 영산대재에 큰 감동을 하였다고 밝혔다. 슬로보단 마린코비치 대사는 “영산대재는 고인의 평화로운 안식을 기원하는 것뿐 아니라 부처님의 세계로 안전하게 인도하고, 살아있는 사람 모두를 진리의 세계로 이끄는 의식”이라며 “참여자로서 하여금 정신적 깨달음을 주는 이 특별한 의식에 함께할 수 있어 큰 영광이었다”고 말했다.

제3교구본사 신홍사 주지 우송스님 등 주요 내빈의 헌다, 이연숙 전 정무장관의 정전 60주년 평화선언, 위령탑 건립 선포식과 세계평화의 종 타종 등이 이어졌다. 행사는 전 세계 평화가 울려 퍼지기를 염원하는 평화콘서트로 막을 내렸다.

행사에는 재무부장 원범스님, 문화부장 진명스님, 사회부장 법광스님, 호법부장 정안스님, 포교부장 송묵스님, 사회국장 성원스님 등 중앙종무기관 교역직 스님들을 비롯해 제4교구본사 월정사 주지 정념스님, 서울 봉은사 주지 진화스님, 부산 흥법사 주지 심산스님, 이계영 동국대 경주캠퍼스 총장, 사회각계 주요인사, 참전용사 등 5000여 명이 참석했다.

글_ 불교신문 홍다영기자



① 평화의 종을 타종하고 있는 총무원장 자승스님과 최문순 강원도지사 ② 총무원장자승님을 비롯한 내·외빈

아름다운동행

대한불교조계종

아프리카 학교건립 불사

공익기부재단 아름다운동행에서 탄자니아 다르에스살람(경제수도)에 농업학교 건립을 시작합니다. 탄자니아에 부처님의 자비가 전해질 수 있도록 힘을 모아주세요! 지금 당신의 작은 시작이 커다란 변화를 만듭니다.

학교 건립 동참 방법						
백을 한 장	책상·의자	방 한방	식수대	컴퓨터	교실 한 통	법당(10명)
10,000원	50,000원	100,000원	300,000원	1,000,000원	10,000,000원	50,000,000원

후원 문의 T. 02-737-9595 / F. 02-737-9195 / thenanum@hanmail.net / www.thenanum.org
 후원 계좌 농업 301-0112-9859-51 (예금주: 아름다운동행)
 후원처 불교신문 BBS 불교방송 불교TV 법보신문 현대불교

대한불교조계종 홈페이지 www.buddhism.or.kr (한글) www.koreanbuddhism.net (영문)

한국불교세계화를 위한 국제불교 소식지는 상호교류를 목적으로 하고 있습니다. 국제불교에 관련된 글이나 사진을 보내주시면 성심성의껏 담겠습니다. (※ 지면에 소개되는 기사에는 불교신문의 기사를 편집한 내용도 포함되어 있습니다.)

주소 서울시 종로구 건지동 13번지 전법회관 3층 B동 한국불교국제네트워크(담당: 선정화 간사)

전화 070-7769-8985 전승 02-733-8985 이메일 kbin8985@naver.com 홈페이지 www.dourim.net/kbin 페이스북 한국불교국제네트워크

불교여성개발원, 세계 여성 불자들의 모임 ‘한국사카디타’ 창립

김애주, 조은수, 조성자, 박선미, 오지연 등 한국사카디타(Sakyadhita Korea) 발기인들은 7월 17일 불교여성개발원 교육관에서 2004년 제8차 서울대회 개최 후 10년 만에 한국사카디타를 창립했다.

사카디타 인터내셔널(Sakyadhita International Association of Buddhist Women)은 1987년 인도 보드가야에서 창설된 여성 불자 국제연합이다. 45개국 2,000여 회원이 활동 중인 사카디타는 2년마다 대회를 열어 정보를 교류하고 있다. 2013년 1월에는 최초의 여성 수계가 있었던 인도 바이살리에서 제13회 대회가 열리기도 했다.

한국은 제8차 대회를 서울에서 성공적으로 개최하였고, 대회의 주요 참가국임에도 불구하고 지부가 결성돼 있지 않았다. 이에 지난해 6월 사카디타 前 회장 록세 쏘모스님과 現 회장 크리스티 장 박사가 한국을 방문했을 때 5명의 발기인이 결성됐다. 이후 이들은 지부 발족을 위한 서류를 본부에 제출했고, ‘한국사카디타(Sakyadhita Korea)’라는 공식기구를 승인한다는 서신을 10월 23일 받아 올해 창립하게 된 것이다.

한국사카디타는 앞으로 국내외 비구니 스님들과 여성 불자들의 교류 증진을 통해

국제 불교 네트워크를 구축하고, 여성 불자들을 대상으로 한 교육으로 불교의 평등, 평화, 나눔의 정신을 배울 것이며, 그로써 평등하고 평화로운 세계 구현을 위한 사회 활동에 중점을 둘 예정이다. 끝으로 사회 각계각층을 대표하는 여성 불자들의 적극적인 동참과 관심을 바란다며 구체적인 계획을 밝혔다.

◇한국사카디타의 준비위원회에서 조직 및 임원단 구성에 대한 구체적인 논의를 통해 임원 선임 등을 마무리할 것이다.

◇8월 22일 ~ 24일까지 대만 사카디타에서 주최하는 Dharma translation workshop에 참가하여 한국의 불교문화를 소개하고, 통번역 자원봉사 양성 과정에 참여할 예정이다.

◇향후 한국의 비구니 스님들과 해외 비구니 스님들 간의 방문과 교류에 필요한 국제 업무를 지원하고, 여성 불자들의 국제적 활동이 활발해지도록 지원을 아끼지 않는다.

◇2015년 인도네시아에서 개최될 예정인 14차 사카디타 대회에 한국에서 많이 참가할 수 있도록 한다.

글_ 한국사카디타 김한울



속리산 법주사, 충북교육청 원어민 교사들 한국 문화와 불교 체험

법주사(주지 현조스님) 연수국에서는 ‘나를 위한 행복한 여행’이란 주제로 7월 5일부터 6일까지 1박 2일 동안 충북도 교육청 소속 원어민 교사 80여 명을 위한 템플스테이를 개최했다.

원어민 교사들은 천 년 고찰 속리산 법주사에서 새벽예불, 108배, 숲 속 마음 챙김(명상)과 걷기 명상, 전통 차 명상, 종이 연꽃등 만들기 등을 통해 한국 불교문화와 사찰체험을 했다. 전체 프로그램은 영어로 진행했고, 스님과 대화를 통한 질의응답에는 그동안 궁금했던 것들에 대해 물었고, ‘함께’와 ‘비움’을 테마로 제공되는 사찰음식은 한국의 불교문화를 이해하는 정수였다.

작년 10월 법주사 템플스테이에 참가한 아넷(Annette/미국인) 씨는 “한국의 아름다운 자연과 유서 깊은 사찰문화를 한꺼번에 만난 좋은 기회였다”면서 “템플스테이는 외국인 영어 교사로서 한국인의 정서와 문화를 이해하는 가장 좋은 콘텐츠이기에 올해도 참가할 예정”이라고 밝혔다.

법주사 주지 현조스님은 이번 원어민 교사들을 위한 템플스테이는 “법주사는 1500년 역사를 간직한 한국 불교와 문화

가 살아 숨 쉬는 공간이다. 특히 깊은 산 속에 자리하고 있어 천혜의 자연환경을 통해 외국인들이 한국의 지리학적 아름다움을 볼 수 있다”며 “아울러 외국인들이 한국 생활의 어려움과 도시의 일상생활 속에 지친 마음을 치유하고, 자연 속에서 자기의 참가치도 찾을 수 있도록 마련된 프로그램”이라고 소개했다.

현재 충북 지역에는 약 350여 명의 미국, 캐나다, 호주 등 7개국의 영어 원어민 교사들이 활동하고 있다. 도교육청 관계자는 “원어민 교사에게 한국의 역사, 문화를 바르게 이해시키기 위해 템플스테이를 마련했다”고 말했다.

자세한 문의는 법주사 템플스테이 사무국 043-544-5656 또는 이메일 beopjusa@gmail.com 으로 하면 된다.

글_ 법주사 연수국장 보관스님



동국대 경주캠퍼스 ‘동국참사람봉사단’, 필리핀 해외봉사활동 펼쳐

동국대 경주캠퍼스는 6월 28일 필리핀 해외봉사단 발대식을 하고 6월 29일부터 7월 6일까지 필리핀 알바이(Albay)주 리가오(Ligao)시에서 봉사활동을 펼쳤다.

동국대 경주캠퍼스 동국참사람봉사단(단장 이태경) 필리핀 해외봉사활동은 재학생들의 국제 경쟁력과 자아개발, 봉사정신 및 능력을 향상하고 글로벌 마인드와 인성을 증진하고자 매년 여름방학을 이용해 실시하는 것으로, 올해 7년째이다.

이번 해외봉사활동은 35명의 자원봉사 학생들이 필리핀 리가오시에서 사랑의 집 짓기, 학교 담장 페인트칠하기, 마을 환경정화 등의 봉사활동을 펼쳤으며, 한국 음식

나누기, 문화공연 등 한국의 문화와 전통을 알리는 문화교류활동 등도 함께 진행했다.

필리핀 리가오 지역은 동국대 경주캠퍼스가 2007년부터 봉사활동을 해 온 곳이며, 리가오시에서 동국대의 봉사활동에 대한 감사 표시로 2008년 ‘동국대학교 거리’를 조성해 준 바 있다.

한편, 동국대 경주캠퍼스는 필리핀 리가오시(시장 페트리시아 곤잘레스)로부터 봉사활동에 대한 감사장을 전달받았으며, 이번 봉사활동에 참가한 35명의 학생은 UN 인간거주정착센터에서 발급하는 봉사활동 인증서를 받았다.

글_ 동국대 경주캠퍼스 전략홍보팀 이기범



위드아시아, 캄보디아 'Dream나래' 센터, 아이들의 꿈에 날개 달다

국제개발협력단체인 위드아시아에서는 안전행정부의 비영리민간단체 공익활동 지원 사업에 선정되어 캄보디아 뿌레이끄랑 마을에 'Dream나래' 센터를 건립하고 있다. 4월 초부터 센터 건립 공사를 시작하여 7월 말 완공을 앞두고 있다.

'Dream나래' 센터는 위드아시아와 MOU 체결을 맺고 함께 활동 중인 캄보디아 싸하콤 안드레찌아 NGO 활동가인 뽀사멧이 위드아시아에 기부한 부지에 짓고 있다. 센터가 지어지는 과정이 궁금한 이웃 마을의 이장님들과 마을 아이들이 공사현장을 방문하기도 했다.

'Dream나래' 센터의 아이들을 위해 꼭 필요했던 화장실과 식수 공급용 우물은 각각 가수 정준영 팬카페 '작은가슴'과 가수 B.A.P의 팬클럽인 B.A.P닷컴의 후원으로 건립되어 그 특별함을 더했다.

센터가 완공된 후에는 뿌레이끄랑 마을의 6세~14세 아이들을 위해 공부방, 도서관, 양호실 등의 기초 교육과 기존 공부방에서 진행하지 못했던 예체능교육 및 위생 교육을 진행할 예정이다.

또한, 'Dream나래' 센터에서는 부실한 공교육으로 인해 다양한 분야의 교육을 받지 못하고 기회를 박탈당한 아이들에게 문화적 성장을 위한 책과 영화 상영, 예체능, 과학 수업 등을 바탕으로 한 복합적 교육 기회를 제공하여, 아이들의 학습에 대한 흥미를 이끌어 낼 수 있도록 할 예정이다. 또한, 단순히 교육시설뿐만 아니라 의약품 지

원을 진행하고, 저녁에는 마을의 사랑방 역할을 하게 될 예정이다.

'Dream나래' 센터에서 다양한 분야의 교육과 문화적 경험을 통해 아이들의 꿈에 날개를 달수 있기를 기대해본다.

후원문의_ 법안사무국 051-322-7902

서울사무국 02-3444-8007



파우치 만들기 캠페인

- ① 더프라미스 파우치 키트
- ② 파우치 샘플(신라호텔, 더프라미스)
- ③ 파우치 작업 (우리은행)

더프라미스, 파우치 만들기 캠페인 키트 출시

더프라미스는 여름 한정 '파우치 만들기' 캠페인을 시작한다. 파우치 만들기는 기초적인 바느질만 가능하다면 남녀노소 누구든 참여할 수 있는 캠페인으로 일러스트나 장식, 메시지, 이니셜 등을 자유롭게 더하여 세상에 단 하나뿐인 파우치로 제작할 수 있다. 이번 키트는 더프라미스가 동티모르와 미얀마에서 진행하고 있는 사업과 관련하여 여학생과 여성들을 위한 위생 교육을 강조함과 동시에, 한국의 후원자와 현지 여성을 1:1로 연결하게 할 수 있는 선물이 된다. 한국에서는 쉽게 볼 수 있는 파우치이지만 현지 여성들에게는 위생과 청결을 위한 소중한 필수품이 될 예정이다.

더프라미스의 파우치 키트 제작에 참여하는 방식은 간단하다. 파우치 키트 상품 구매(2만원)는 곧 후원으로 즉시 연결되는 기부 시스템으로, 배송된 파우치는 설명서에 따라 만들면 된다. 지난 6월에는 파우치 출시와 동시에 우리은행 종로지점(이재일 본부장)에서 300만 원의 후원과 23명의 임

직원이 본 캠페인에 동참하여 첫 시작을 순조롭게 해 주었다. 현재 호텔 신라(351개 키트)에서도 본 캠페인에 참여 중이다.

이번 키트의 수익금은 미얀마와 동티모르 사업에 후원 될 뿐만 아니라 완성된 파우치는 현지 여학생과 여성에게 선물로 전달되기 때문에 두 번의 기부가 이루어진다. 또한, 파우치를 만들기 위해 본 캠페인에 참여하면 봉사 프로그램으로 간주하여 3시간의 봉사시간이 부여된다. 자세한 내용은 더프라미스 홈페이지에서 볼 수 있으며, 전화 신청을 받는다.

참여 문의_ 070-7596-9988~9



조계종 국제전법단, 미동부 청소년 한국문화체험연수단과 교류 행사 진행

미동부 청소년 한국문화체험연수단 30여 명이 뉴욕불교신도회(회장 고창래) 주최로 7월 4일부터 11일까지 한국을 방문했다. 재미교포 2,3세 청소년들이 방학을 맞아 한국의 전통사찰에서 우리 문화와 불교의 우수성을 배우는 프로그램이다. 한국 방문 일정에 맞춰 대한



불교조계종 국제전법단(단장 수암스님)은 7월 5일 서울 국제선센터에서 한국 청소년과 만남의 장을 마련했다. 이 행사는 한미 청소년의 교류를 통해 불교 인재 양성 및 인적 네트워크를 통한 인생의 길라잡이가 될 수 있기를 바라는 마음에서 진행되었다.

이날 국제전법단장 수암스님은 법문을 통해 "첫째는 관심을 가지고 남의 말을 들어 줄 수 있는 사람이 되길 바란다. 내 생각은 잠시 접어두고 관심을 기울이면 많은 것들을 보고 느낄 수 있다. 두 번째는 있는 그대로 다르다는 것을 인정하고 존중해 주자. 세상 살아가는 이치는 상대방에게 관심을 가지고 인정을 해주면 다른 사람이 나를 인정해준다."며 "짧은 기간이지만 돌아갈 때는 많은 것을 보고 배울 뿐만 아니라 모든 사람을 존중하는 멋진 학생이 되어 스스로 아름다운 존재가 되었으면 좋겠다. 귀한 시간 내서 찾아줘서 고맙고 반갑다."고 말했다.

이에 고병희 연수단장은 "한국 청소년과 시간이 맞지 않아 짧게 만났지만, 환영해줘서 감사하며, 친구들끼리 잘 사귀었으면 좋겠다. 미국 청소년들은 부모님을 통해 듣기

만 했기 때문에 주체성이나 자긍심이 부족하여 가치관이 많이 흔들린다. 하지만 이 프로그램을 진행하고 미국에 돌아가면 아이들이 거짓말처럼 자긍심이 생긴다. 이 아이들이 다른 사람들에게 불교문화를 알려 주고, 많은 사람에게 좋은 영향을 준다. 공부 가르치는 것보다 직접 스님의 말을 듣고, 산사에서 체험을 통해 얻은 경험은 소중한 추억으로 인생을 풍부하게 만들 것이다."라며 감사 인사말을 전했다.

한국의 청소년들도 교포 학생들의 방문을 열렬히 환영했다. 그리고 국제전법단 소속 스님인 한국불교국제네트워크 대표 정범스님, 신사종합복지관장 보련스님, 국제불교학교 교학처장 지정스님, 서울 비로자나국제선원 주지 자우스님 등도 참여해 학생들을 반갑게 맞았다. 이날 참가자들은 자기소개, 선물 전달식, 레크리에이션 등을 하며 우의를 다졌다. 올 겨울에도 한국 청소년들이 미동부로 연수를 갈 예정이어서 다시 만날 것을 기약하며 아쉬운 작별을 고했다.

이번 행사는 미동부 해외특별교구와 대한불교조계종 불교문화사업단, 국제불교학교 주관으로 진행되었다. 글_ 편집부

한글불교문화사업단, 뉴욕 일원의 종교 힐링센터 견학기

한글불교문화사업단은 2002년부터 시작된 템플스테이 10년의 경험을 바탕으로 새로운 도약을 다지고자 지난 5월 28일부터 6월 4일까지 뉴욕 일원의 종교 휴양시설을 견학할 기회를 얻게 되었다. 이번 견학에는 템플스테이 운영사찰 지도법사 스님 3분과 실무자 7명 그리고 불교문화사업단 사무국장 등목스님과 나를 포함한 직원 3명이 함께하게 되었다.

이번 여행에서는 미주 지역에서 힘차게 활동하고 있는 이종권 국제포교사와 홍민재 거사님이 함께하여 견학 길에 큰 힘이 될 수 있었다. 대다수 실무자에게 이번 미국행이 처음이었기에 이번 견학 길이 원만히 이뤄질 수 있을지 걱정도 되었지만, 역시 다년간의 현장 경험과 눈썰미들이 기본 장착된 신 분들이었기에 큰 사고 없이 완벽하게 행사를 치를 수 있었다. 참가 대중 여러분께 지면을 빌어 다시 한 번 감사드린다.

미국은 세계 제일의 부국이자 자본주의의 첨병이기도 하다. 우리 역시 우리가 원하든 원치 않든 앞으로 미국사회처럼 변해갈 것이니 자명하다면 그들을 대상으로 하는 종교 휴양소나 민간 힐링센터들은 우리에게 시사하는 바가 클 것이라는 점에서 이번 방미 견학에 거는 기대는 클 수밖에 없었다.

처음 방문한 펜들힐은 기독교의 개방적인 종파 중 하나인 퀘이커교에서 운영하는 휴양소이다. 지금도 기억나는 몇 장면은 언제든 발길을 이끄는 숲 속의 아름다운 산책길(아침에는 토끼와 다람쥐가...)과 호수, 곳곳의 벤치와 미로 형태의 사색 공간 등이다. 24시간 개방되어있는 도서관과 미술공작실도 인상적이었다. 침실은 우리 사찰처럼 검소하고 화장실과 욕실은 공용이다. 처음 오는 사람들을 위한 종합 안내문건에는 센터 소개, 전체 약도, 다양한 프로그램과 운영시간, 청구와 유의사항, 긴급 시 대처사항 등 머무르는 동안 필요한 모든 정보가 적혀있어 따로 이런저런 설명이 필요 없을 정도였다. 그리고 다양한 프로그램별 책자가 갖춰져 있어 누구든 가볍게 뽑아볼 수 있는 특징이 있었다. 이는 다른 센터에서도 찾아볼 수 있는 공통적인 장점이기도 하다. 이곳은 펜들힐 자체 프로그램에 참여하는 것은 물론이고 외부 단체가 와서 자체 워크숍을 하는 것도 가능하다. 물론 인터넷을 통해 사전 예약하는 것은 기본이다. 무엇보다 중요한 식사시간, 종이 울리고 공양간에 슬금슬금 찾아가면 제일 먼저 오늘의 공양 주자원봉사자일 수도 있고 일반 직원일 수도 있다. 순환제 근무가 메뉴를 설명한다. 그리고



몇 초간의 기도 후에 식사가 시작된다. 신선한 야채와 빵, 우유, 커피, 과일 등 단출하지만 한 끼 식사로 맛있게 먹을 수 있었다. 그곳에 거주하시는 분 중에 한국분이 있어서 특별히 반대편을 맞볼 수 있었다. 펜들힐에는 한국 사람이 3~4명 머무르면서 자신의 영성을 키우고 새로운 미래를 꿈꾸고 있었다.

이곳의 종교의식 참가는 선택사항이지만 주로 아침예배에는 대중 전체가 참석하는 편이다. 의식을 주도하는 목사 등은 없지만, 직원 중에 한 명이 성경 한 구절을 읽고 전체가 묵언에 들어갔다. 30여 분 묵언을 하다가 누가 영적인 느낌을 받으면 스스로 일어나서 본인의 느낌, 삶에 대한 생각, 최근에 있었던 일들을 이야기한다. 그리고 또 묵언. 이렇게 한 시간 정도가 이어진다. 의식이 주로 묵언으로 진행하니 종교가 다르다고 참여 못 할 이유도 전혀 없다. 참선이나 이곳의 묵언이나 여기서는 그대로 한 몸처럼 느껴졌다.

다음에 들른 원달마센터는 한국의 원불교가 미국에 세운 포교 전진기지이다. 삼성회장 부인이 쾌척한 100억 원의 보시금도 이곳 건립에 사용되었다고 한다. 건물은 미국의 유명 건축가가 지었는데, 어찌 보면 우리의 한글불교전통문화원과는 느낌이 흡사했다. 주로 참선, 요가, 태극권, 한글교실, 아침저녁 예배 등의 프로그램 진행과 건물 관리 일체를 9명의 교무님이 담당하고 있었으며 모든 프로그램과 교재들은 외국인이 쉽게 참여할 수 있도록 설계되었다. 예를 들어 반야심경의 경우도 영어로 완전히 뜻풀이한 상태에서 목탁에 맞게 띄어서 읽을 수 있도록 영어 예불문을 만들어놓았다. 교무님은 우리 대표단에게 현재의 템플스테이가 좀 더 대중들과 깊숙이 호흡하려면 지금의 다양한 문화체험 이외에도 '명상'에 중점을 두고 그것에서 힐링 체험이 가능하도록 해야 향후 재참가율이나 지속적인 생명력을 담보할 수 있을 것이라는 애

정 어린 조언도 아끼지 않았다. 속 쓰린 이야기지만 미국에서는 원불교가 우리보다 두세 발자국은 앞서 나가 있는 것이 사실이었다. 아무튼, 그곳에서 오랜만에 정성 어린 한국 음식으로 기력을 되찾은 우리는 오메가 센터라는 미국의 대표적인 힐링캠프를 방문하게 되었다. 이곳은 광대한 지역에 숙박, 강연, 명상, 스포츠, 산책, 유기농 식당, 서점, 찻집 등이 갖춰진 커다란 힐링 마을이었다. 500여 명의 강사진으로 구성된 다양한 강사들이 비싼 강사료에도 불구하고 많은 미국인을 끌어들이고 있었다. 프로그램 중에는 참전병사 외상 후 스트레스장애 극복, 요가, 사춘기 딸과 엄마, 부부 역할극, 가정 농업, 열광의 열불, 사랑의 아카데미, 호흡과 명상, 건강한 식단, 무속적 체험, 음악 치유, 해독 등 삶의 가치를 높이는 325개가 넘는 다양한 워크숍과 강사들이 8개월 동안 진행된다. 그리고 겨울철 4개월 동안에는 일 년 치 강좌를 기획하고 준비하는 시간을 가진다.(이건 아무래도 당분간 한국에선 어려울 듯...)

이 밖에도 우리는 영화 위트니스에서도 소개된 바 있는 아미쉬 공동체를 찾아서 현대 문명을 거부하고 전기나 전화도 거부한 채 정해진 옷만 입으며 마차를 타고 농사를 짓고 사는 사람들과 만나 종교적 순수성에 대해 다시 한 번 생각할 기회도 있었고, 뉴욕 불광선원과 백림사, 조계사를 찾아 외국이라는 어려운 여건 아래서 한국불교의 맥을 이어가고 있는 신심 깊은 불자들도 만나 볼 수 있었다. 한편으로는 김대중 전 대통령의 망명 시절 머물렀던 스톤리 포인터 센터에서도 하룻밤 묵으며 자구적인 경영 정상화에 박차를 가하고 있는 운영진의 목소리도 들을 수 있었다.

물론 이번 견학 길 한번으로 템플스테이 실무자들이 얼마나 큰 문화적 충격을 받았을지는 각자의 입장에 따라 다르겠지만 적어도 우리 사찰이 가진 자연환경과 전통문화를 바탕으로 보다 품질 높은 프로그램과 해당 사찰만의 차별성을 구현해 나간다면 템플스테이 10년을 넘어서 새로운 10년을 바라볼 수 있다는 희망 한 조각씩은 들고 왔을 것으로 생각한다.

쉽지 않았던 여정에도 싫은 표정 한 번 없이 즐겁게 동참해주신 스님들과 도반 실무자 여러분께 다시 한 번 감사드리며, 이번에 답아온 세상 이야기를 주변에도 많이 알려주고 해당 사찰의 프로그램에도 좋은 변화가 이뤄지길 바란다.

그리고 올여름에도 '나를 위한 행복여행, 템플스테이'에 참가한 많은 분이 행복해하시길 기원한다.

글_ 한국불교문화사업단 팀장 홍민석

LA 고려사, 서래사 신도 방문하여 공승법회 봉행

미국에서 제일 큰 규모로 알려진 대만계 사찰인 LA 서래사 불광회 소속 불자들은 7월 9일 LA 고려사를 방문하여 공승법회를 개최하였다.

공승법회란 서래사 소속 불자들이 LA 인근의 각국 사찰을 방문하여 해당 사찰 스님들에게 사시공양을 올리는 행사이다. 올해로써 12년째 서래사에서 이 행사를 이어오고 있으며, 한국 사찰로는 LA 고려사에서 10년째 이 행사를 봉행하고 있다. 공승의 날 외국사찰 9곳을 순방하며 스님들께 공양물을 올리는데 올해 공승법회 역시 고려사 방문을 필두로 행사가 진행되었다. LA에는 23개 사찰이 있는데 모두 다 찾아갈 수가 없어, 각국의 사찰 중 한 곳을 찾아가서 스님들께 공양을 올리고 덕담을 듣는다고 한다. 한국의 수덕사에서 공승법회의 좋은 취지를 이어받아 1년에 한 번 스님들께 공양 올리는 날을 정하기도 했다. 자국의 스님들 뿐만 아니라 다른 나라의 스님들께 공양을 올리는 행사가 참 기특하고 좋은 인연으로 이어졌다.

이날 공승법회는 서래사 신도 7명이



주관하였고, 대표자의 신호에 따라 스님들에게 삼배의 예를 올리고 공양을 올리는 것으로 의식이 시작되었다. 고려사 회주 현호스님은 이들을 맞이하여 덕담과 함께 보조국사 정혜결사 영문서적과 염주 그리고 호신불을 선물하였다. 이날 공승법회에는 오렌지카운티 법왕사 주지 현일스님, 반야사 주지 현철스님 그리고 북가주 죽림정사 회주 법일스님과 신도들이 자리를 함께했다.

고려사 주지 묘경스님은 "모든 불자가 불법승 삼보를 공경할 때 승보인 청정 승가가 이룩될 것"이라며 매년 찾아주는 서래사 불자들에게 감사를 표시하고 "이 인연 공덕으로 성불을 이루자"고 발원했다.

글_ 고려사 주지 묘경스님





여름 방학을 맞이하여 어린이·청소년을 위한 프로그램이 세계 곳곳에서 열리고 있다. 한국에서도 캄보디아나 중국 등으로 국제 구호 활동 및 또래와의 교류를 목적으로 해외로 나가고 있다. 반면, 미국 등에서 교포 2.3세 청소년이 한국을 방문하여 한국 및 불교문화를 체험하고 돌아가기도 한다. 이번 호에서는 국외 한국 사찰에서 불교의 미래 새싹인 어린이·청소년을 위한 다양한 수련회가 열리고 있어 소개했다. 여기 소개된 수련회 이외에 카멜 삼보사(주지 대만스님)가 7~20세 대상 야외캠프를, 오렌지카운티에 위치한 정혜사(주지 석타스님)가 여름방학을 맞은 자녀들을 위해 사찰에서 하룻밤을 보내는 ‘템플스테이’(templestay) 행사를 개최했다.

뉴욕 불광선원, ‘나를 사랑하고 세상을 사랑하기!’ 불광 여름불교 어린이 수련회 성료

6월 21일부터 뉴욕 태판의 불광선원에서 “2013년 여름 불교 어린이 수련회”가 2박 3일간 열렸다. 이번 수련회에는 20여 명의 어린이와 자원봉사자가 ‘나를 사랑하고, 세상을 사랑하기’라는 주제로 매일 예불과 108배, 참선 수행을 했다.

우리 2세 어린이들이 한국문화를 체험하고 자비로운 마음으로 더 큰 세상에서 더불어 행복하기를 바라는 부모들과 스님들의 후원으로 ‘평화의 깃발 만들기’, ‘알록달록 단주 만들기’, ‘탐진치 마음을 닦는 수행’,

‘Piriha로 하나 되기’, ‘동물 요가’, ‘찬불동요 배우기’ 등의 프로그램을 진행했다.

이번 수련회를 통해 아이들은 좀 더 친해졌고, 단체생활에서 왜 서로 배려해야 하는가에 대한 이유를 연기법을 통해 배우는 기회를 가졌다.

불광선원 어린이부는 일진 법사스님을 모시고 3명의 지도 선생님과 자원봉사자들이 매주 일요일 어린이 법회를 갖고 있다.

뉴욕 불광선원 +1-845-359-5151

www.bulgwangzen.org



조지아 전등사, 미 동부지역 청소년 여름 캠프 개최

조지아 전등사(주지 마야스님)에서 미 동부지역 청소년 여름 캠프를 6월 26일부터 29일까지 3박 4일 동안 개최했다.

첫날에는 6시 조금 넘은 시간에 청소년 불자들이 캠프 장소인 전등사에 모두 모여 입재식을 갖고, 전등사 주지스님의 환영 인사말과 함께 전등사 어린이 난타팀의 환영 공연을 관람했다.

6월 27일에는 새벽 예불을 시작으로 사경, 참선, 명상, 성불도 게임, 야외에서의 보물찾기, 물놀이 그리고 잠깐이지만 장애인들의 어려움을 느껴보는 시간으로, 눈을 가리고 직접 체험하는 시간도 가졌다. 이를 통해 나 아닌 다른 사람에게 도움을 줄 수 있는 마음을 갖도록 했다. 이후, 세계에서

제일 크다는 조지아 아쿠아리움 견학, Buford Dam에서의 물놀이와 BBQ 파티를 하고 전등사로 돌아왔다. 저녁에는 팀별로 장기자랑과 함께 캠프파이어를 끝으로 일과를 마무리했다. 어두운 밤하늘 아래 빛나는 모닥불을 보면서 추억 하나 가슴에 간직하기도 했다.

마지막 날 전등사 어머니회에서 아침 공양으로 한 상 거하게 차려 주었다. 헤어짐을 달래주려는 세심한 배려였다.

이번 캠프를 진행하면서 어린 불자들이 아주 열심히 하는 모습을 보니 가슴이 벅차오름을 느꼈다. 매일매일 매 순간 행복했다.

글 전등사 거사회 안철희

조지아 전등사 +1-770-923-5375

북가주 청년 불자 모임, 여름 캠프 법회 개최

지난 7월 12일부터 14일까지 북가주 젊은 불자들의 모임 TARA(이하 TARA)가 Bodega Bay Dunes Camping Ground에서 Summer Camp를 열었다.

이번 행사에는 총 18명의 북가주 젊은 불자들이 모여 함께 시간을 보냈다. 이번 Camp의 목적은 자연을 벗 삼아 불교라는 종교에 대한 교류와 더불어 함께하는 시간을 만드는 데 있다. TARA 회장을 맡는 안정열 군은 “뜻깊은 시간이었으며 더욱 많은 공감대가 만들어지는 시간이어서 뿌듯했다”고 전했다.

TARA의 주 구성원은 이민 1.5세, 2세, 그리고 유학생 등 다양한 환경을 갖고 있어 서로 이해하고 알아가기가 어려운 상황이

기에 더 많은 공감대 형성에 초점을 맞춰 활동을 하고 있다. 아마도 이런 점에서 성공적인 Summer Camp가 아니었나 하는 것이 TARA의 생각이다. 이들은 둘째 날 바닷가에서 레크리에이션을 비롯하여 음식도 만들어보고, 저녁엔 바비큐와 캠프파이어를 함께하며 즐겁게 지냈다.

타라는 매달 첫 번째 주 토요일 오후 3시에 정규 법회를 보고 있다. 문의는 회장 안정열(510-393-3395) 군에게 하면 된다. 사고 없이 성공적으로 행사를 끝낸 이들은 8월 17일(토)에 Wine Party(2542 Rovello Way Dublin CA 94568)를 개최할 예정이며, 많은 친구를 초대한다.

글 산호세 정원사 총무 형전스님



남가주사원연합회, 위안부 할머니 방미

가주한미포럼(대표 윤석원)이 2007년 연방 의회에서 만장일치로 통과된 ‘위안부 결의안’(HR121) 6주년을 기념하여 이옥선 할머니를 초청, 19일부터 22일까지 LA 지역에서 홍보 활동을 했다. 20일에는 승보종찰 송광사 LA 분원 고려사에서 스님들과 불자를 만나 위안부 문제에 관해 이야기하고, 글렌데일 중앙도서관(222 E. Howard St. Glendale) 앞에서 30일에 열리는 위안부를 기리는 ‘평화의 소녀상’ 등에 대해 설명하는 자리를 가졌는데, 이를 위해 이옥선 할머니와 한국 나눔의 집 직원이 방문했다.

이 자리에는 오렌지카운티 법왕사 현일 주지스님, 한국 광주 원각사 현고 회주스님, 고려사 현호 회주스님, 고려사 묘경(남가주 사원연합회 회장) 주지스님, 황경관(사원연합회 사무국장), 문월봉(사원연합회 총무) 씨가 참석하였고, 고려사 신도와 육바라밀 자원봉사자도 참석하여 자리를 빛내주었다. 홍보를 마친 다음에는 정성껏 마련한 점심 공양을 함께하고, 그리피스 천문대와 할리



우드 거리를 구경했다. 더 많은 시간을 함께 보내고 싶었지만, 87세 할머니의 건강을 생각하여 다른 일정은 다음으로 미루었다.

7월 22일 한국으로 떠나는 할머니가 건강하게 오래오래 사시고, 살아 계실 때 일본으로부터 사죄와 보상을 받을 수 있도록 기원 드린다. 우리도 많은 관심을 가져 할머니에게 좋은 결과가 있기를 기대해본다.

글 묘경스님

세계 1위 테니스 선수 조코비치, 사찰 찾아 내적 평화 유지

런던, 영국 - 영국 윈블던 올잉글랜드클럽(All England Club)에서 진행되는 '2013 윈블던 테니스 남자 개인전' 대회를 앞두고 현재 남자 세계 1위 테니스 선수 노박 조코비치(Novak Djokovic)는 격양된 마음을 가라앉히고 마음의 안정을 찾고자 윈블던 근처의 불교 사원을 방문했다. 조코비치는 세계적 수준의 경쟁자들이 초반 경기에서 탈락하는 동안에도 내적 평정함을 유지하고 있다. 로저 페더러, 라파엘 나달과 조 위프드리 송가는 모두 초반 경기에서 탈락하였으나,

조코비치는 오프닝 두 경기에서 모두 성공적인 경기를 펼쳤다. 대회 기간 자신의 가족과 코칭 스태프 등이 함께 머물 숙소를 사찰 근처에 임대하여 사용하고 있다.

"아름다운 공원과 자연이 어우러진 윈블던은 아름다운 곳이다. 그러나 장기간 대회에 집중해야 하는 선수는 내면의 안정을 찾고 심신의 스트레스를 해소하는 것이 가장 중요하다, 사찰은 내가 찾고자 하는 고요함이 있고, 그것은 매 경기 최고의 집중력을 발휘하게 하는 힘이 되고 있다"고 조코비

치는 말했다.

조코비치는 앤디 머레이(영국)와의 결승전 맞대결을 남겨 놓고 있다. 7월 2일 영국 윈블던 올잉글랜드클럽 테니스에서 열린 8강전에서 토마시 베르디흐(체코)를 3:0으로 이겼다. 이번 대회 1회전부터 한 세트도 내주지 않고 있는 조코비치는 2010년 윈블던부터 13회 연속 메이저대회 4강에 올랐다.

The Bangkok Post [2013. 6. 28]



위스콘신주 육군 방위군, 첫 불교 군승 임명

포트 맥코이, 미국 - 위스콘신주 육군 방위군은 최초의 불교 군승 환영식과 임명식을 위스콘신주 포트 맥코이에서 7월 10일 거행했다.

미 육군의 유일한 불교 군승인 크리스토퍼 모어(Christopher Mohr) 중위는 포트 맥코이 32보병 여단의 심볼인 붉은 화살 깃발 앞에서 미국 군단 종교 법사로서 서약 맹세를 했다. 모어 중위는 32보병 연대 대원들에게 개별 상담 및 대대장으로서 정신적, 윤리적, 도덕적 상담 지원을 할 것이다.

모어 중위는 대원들에게 부처님의 가르침인 '마음 챙김', '평정심'을 설명하고, 가르침이 개인 생활과 다른 사람들과의 상호 작용에도 큰 영향을 준다고 설명하며 "이러한 수행이 나에게 큰 도움이 되었다. 다른 이들에게도 큰 도움이 될 것이다. 최선을 다하여 그들을 돕고 싶다"고 말했다. 이를 위해 주 1회 저녁에 명상 지도를 할 예정이다.

위스콘신주 군목사 더글러스 플레쉬퍼(Douglas Fleischer)는 "우리는 다양성을 존중하고 다양한 영적 관점을 가져야 한다고 생각한다."며 위스콘신주 방위군에 새로운 종교 군승 임명을 환영한다고 말했다.



군 종교법사는 그들의 종교와 관계없이 정신적, 윤리적, 도덕적 지침을 제공한다. "지침을 제공하는 것이 군승의 중요한 임무라고 생각한다. 그들은 병사들의 정신적 건강을 책임지고 있고, 대원들이 원만히 부상을 극복하게 한다."고 32여단 존 레이더 소령은 말했다.

모어 중위는 캘리포니아 종교대학에서 종교학으로 석사 학위와 수계를 받고 군승이 되었다. 대대 군승으로 모어 중위는 불교 예불 진행과 타 종교의 의식 집전을 지원하고 있다.

30여 명의 대원들이 불교에 귀의하였고, 나머지 대원들도 관심을 표명하고 있다고 프레쉬퍼 대령은 전하였다.

Staff Sgt. Megan Burnham,

112th Mobile Public Affairs Detachment,

DVIDShub.net [2013. 7. 11]

인도, 보드가야 폭탄 테러 이후 불교사원 보호 약속

뉴델리, 인도 - 인도는 미얀마와 여러 불교 국가에게 지난해 보드가야(Bodhgaya)에서 발생한 폭탄 테러와 관련하여 재발 방지를 약속했다.

미얀마는 보드가야 공격이 라킨주 로힝가(Rohingya)에서 일어났던 급진 불교 단체의 모슬렘교도 무력 폭력에 대한 이슬람 과격단체의 보복 소행으로 믿고 있다. 작년 6월 로힝가에서 미얀마 급진 불교도의 공격으로 78명이 사망한 이후 미얀마와 방글라데시에서 두 종교 간의 긴장감이 인도 동부에서 최고조에 달했다. 미얀마 로힝가 저항 운동가들이 말한 바에 따르면 약 8만 명이 자신의 마을에서 쫓겨났으며 사망 650명과 1천2백 명이 실종되었다.

지난해부터 인도 북동부 지역으로 번져나간 폭력사태는 방갈로르와 뭄바이에서 일하고 있는 수십만 명의 아삼인(Assamese)



이주 노동자들을 자극했고, 이들은 모슬렘의 보복 공격을 두려워하고 있다.

지난 7월에 발발한 보드가야 폭탄 테러를 주도한 테러리스트 단체가 밝혀지지 않은 상황에서 경찰은 테러에 대해 무척 당혹해하고 있다. 보드가야는 보리수 아래서 부처님이 깨달음을 얻으신 곳으로, 불교의 성지이다. 폭탄은 순례객이 비교적 적은 일요일 이른 아침에 폭발하여 피해가 작았다.

조사로는 인도 정부에 대한 경고로 미얀마 정부에 압력을 행사하여 로힝가 지역 안전을 보장받기 위한 무력 경고 또는 총공격을 위한 사전 공격으로도 생각하고 있다. "미얀마에서 발발한 테러 보복 소행과 유사점이 있다"고 인도정부 고위관료가 말했다. 미얀마의 보안 당국은 이슬람 무장단체 공격을 경고하고 있으나 국외 지역에 대한 공격은 예상하지 못하고 있다.

지난주 "불교계의 빈 라덴"이라 불리는 미얀마 승려 위라투(Wirathu)는 폭탄 테러 소행으로 이슬람 과격단체를 지목하며 비난했다. "그들이 폭탄 테러를 했다고 확신한다. 그들은 남부 태국에서 자행했던 것과 같이 무력으로 미얀마를 위협하고 있다. 미얀마의 불안 정국은 어느 정도 지나갔다. 그러나 극단주의자들은 다른 곳에서 폭력을 정당화하며 미얀마에서 분쟁을 조장하고 있다."고 인도 잡지 'Outlook'에 말했다.

테러 공격은 인도 외무부 장관 란잔 마타이(Ranjan Mathai)가 경제, 정치 및 군사 교류 강화를 위하여 두 나라가 만난 직후 발발했다. 인도 조사국에서 현지 조사가 완료되면 미얀마 정부와 정보를 교환할 것이라고 당국자는 말했다.

"많은 순례객이 보드가야를 방문하고, 인도의 여러 곳을 방문한다. 우리는 그들의 안전을 보장할 것이다."라고 고위 당국자는 말했다. 따라서 인도 전역에 걸쳐 불교 사찰, 불교 성지 및 유적지에 보안이 강화되었다.

인도 내 불교 신자는 상대적으로 적은 숫자이지만 종교적인 면에서 역사의 큰 부분을 차지하고 있다. 인도의 대표적인 인물들은 불교 신자이며, 대표적 불교 신자였던 아소카 황제를 기념하고 있다. 그리고 이들은 동부 국경을 넘어 주요 불교 국가들과 관계를 증진하고 국력을 발전시켜왔다.

Dean Nelson, The Telegraph [2013. 7. 13]

천문대가 있는 과학 괴짜들의 불교 사원

도쿄, 일본 - 천체 투영관, 거대한 우주 비행선 또는 공룡이 있는 불교 사원은 어디에서 볼 수 있는 것은 아니다. 이곳은 우리가 알고 있는 불교 사원과는 무척 다르다. 일본에서의 불교 사찰은 일반적으로 의식과 장례식을 거행한다. 항상 그렇지는 않지만, 일반적으로 엄숙한 장소이다.

동경에 있는 4백 년 역사의 쇼간지(正眼寺) 사찰은 세계 유일의 천체 투영관이 있는 사찰이다. 최근 일본의 IT 미디어가 사찰을 방문하기도 했다.

1989년에 천문대가 사찰에 세워졌고, 곧이어 1996년 '진가자(Gingaza)'라고 불리는 '우주 천체 투영관 갤럭시 극장'이 단독 건물로 건설되었다. 22개의 좌석을 갖춘 극장은 격달로 일반인에게 개방되고, 일본 천문관 협회의 회원이다.

천체 투영관 설립은 료 카사가(Ryo Kasuga) 주지스님이 주도했다. 스님은 오래전부터 천문학에 관심이 있어 천체 투영관을 직접 운영하고 있다. 평범치 않은 독특한 이력을 가지고 있는 스님은 유럽에서 성악을 전공했고, 훌륭한 마술사이기도 하다. 우주를 설명하면서 농담도 잘하여 방문자들은 스님의 유머러스한 진행으로 흥미를 더 느낀다.

천체 투영관은 부처님의 가르침을 설명하고자 사찰 본당 옆에 건축하게 되었으며, 이상하게 생각하는 사람들도 있지만, 이 사찰 시설들은 불교의 우주관을 설명하고 있다.

여기 우주 천체 투영관 갤럭시 극장은 펜탁스(Pentax) 회사로부터 보시를 받아 유일하게 Cosmostar NO.0을 광학 시스템



로 이용하고 있다. 만약 우주 천문관 방문이 불가능하다면 수려한 불교 사찰과 우주 왕복선, 다이너소스 공룡 관람을 추천한다.

Brian Ashcraft, Kotaku.com [2013. 7. 19]

예방의학으로 활용된 ‘명상’

ABC 뉴스, 미국 - 오래전 네팔의 왕자는 보리수나무 아래에서 깨달음을 얻기 전까지 일어나지 않기로 맹세한다. 깊은 명상 속에서 밤을 보낸 후 싹달타 고타마로 알려진 부처님은 새벽 별을 보고 자기를 깨달음으로서 고통을 극복할 수 있다고 선언했다. 2,500년이 지난 오늘날 수많은 미국의 의사와 의료 종사자들은 환자들에게 부처님의 깨달음을 가르치고 있다.

병원, 기업, 지역 공동체 센터 등 전국에서 명상을 가르치고 있다. 명상은 스트레스를 감소시키고, 환자의 육체적 고통과 심장 질환 및 HIV(에이즈 바이러스) 감염 같은 정신적 압박이 심한 질병들을 잘 대처하게 한다. 최근의 연구에서 ‘명상’이 동맥벽과 두뇌 진정 효과가 있다고 보고하고 있다. 요즘은 의료 과정을 벗어난 ‘명상’과 ‘예방의학’ 양쪽 분야에 많은 사람이 모이고 있다.

“명상은 내면에 일어나는 생각의 흐름을 식별하지 않고, 고요함과 치유에 집중하는 것”이라고 로버트 서먼(Robert Thuman) 박사는 설명했다. 서먼 박사는 뉴욕 컬럼비아 대학의 인도-티베트 불교학 교수이며, 미국인 최초의 티베트 불교 승려였다. 의사들은 명상으로 환자들이 고통과 불안에서 벗어나 몸과 연결된 마음을 잘 관찰 하도록 도와주고 있다고 박사는 설명했다.

많은 명상의 종류 중에서 ‘호흡’에 집중하는 ‘마음 챙김(Mindfulness)’이 병원 등에서 넓게 활용되고 있다. 여러 방법에서 가장 기본적인 것은 편안히 앉아 눈을 감고 허리를 곧게 펴고 호흡에 집중하는 것이다. 참여자는 집착 없이 생각과 감각을 알아차리고 고요히 유지해야 한다. 전문가들은 ‘마음 챙김’ 명상으로 참가자들이 바로 현재에 집중하게 하고, 마음을 순화시켜 평정과 지혜를 증진 시킨다고 말한다.

‘마음 챙김’의 작은 기적

통합 의학 듀크 센터의 마음 챙김을 통한 스트레스 감소 프로그램(MBSR_the Mindfulness-based Stress Reduction)의 책임자 제프 브렌틀리(Jeff Brantley) 박사는 환자의 실제 경험을 얘기했다. “40세의 전이성 유방암 여자 환자가 8주간의 MBSR 프로그램 참여 후 인터뷰에서 프로그램 참여 전에는 병세와 가족 걱정으로 집중하는 시간이 5분을 넘기지 못했다고 한다. 그러나 수업 이후 기존의 걱정에서 벗어나 여러 시간 내지 심지어 하루 동안 다른 것들에 집중할 수 있었다고 한다. 이 결과를 브렌틀리 박사는 “작은 기적”이라 부른다. 마음-몸에 기반을 둔 듀크 프로그램의 모델은 1979년 존 카바트-진(Jon Kabat-Zinn)박사에 의해 창건된 매사추세츠 의과대학의 스트레스 감소 클리닉에서 시작됐다.

전국 병원에서 주로 지도하는 ‘마음 챙김’ 수업은 일반적으로 8주간 진행되는 외래 환자 프로그램이다. 이 ‘스트레스 감소를 위한 마음 챙김’ 프로그램의 목적은 환자들이 자신을 잘 돌보면서, 매일 부드럽고 엄격한 명상 훈련 수행을 하고 적정한 휴식



을 취하기 위함이라고 한다.

의사들은 마음 챙김 프로그램을 심장병, 불안 공포증, 직장 가족에서 받는 스트레스, 만성 통증, 암, 에이즈 바이러스 감염자, 에이즈 환자, 두통, 수면장애, 고혈압, 만성 피로, 피부병 같은 여러 질병과 장애에 추천하고 있다.

예방의학에 대한 관심이 점점 높아지며 블루 크로스(Blue Cross) 같은 몇몇 보험사들은 이러한 프로그램의 전부 또는 일부를 보험 처리해주고 있다.

범위에 대한 연구

반면 국립 보건 연구소(NIH_the National Institutes of Health)의 예방 및 대체 의학부서의 아니타 그린(Anita Greene) 대변인은 명상의 효과에 대한 결론이 너무 빠르다고 지적했다. “명상은 좀 더 과학적인 조사와 제출된 건강 정보의 상세한 데이터가 필요하다”고 말했다. 이에 1999년 NIH는 마하리시 대학에 5년 동안 ‘명상이 아프리카-아메리칸 심장혈관 질병 환자에 미치는 영향 연구’에 8백만 달러를 투자했다.

마하리시 대학의 연구진은 미국 심장협회의 뇌졸중 저널 3월호 발표를 통해 명상이 스트레스를 줄이고 동맥 막힘, 심장 마비, 뇌졸중 등을 경감시킬 수 있다고 발표했다.

최근 선행 연구 조사에서 매사추세츠 종합병원 하버드 심리학 연구원 사라 라자르(Sara Lazar) 박사는 뉴로리포트(Neuro Report) 5월호에서 명상이 심장과 호흡의 속도를 관장하는 두뇌의 특정 부분을 활성화시킨다고 발표했다. fMRI기기를 활용하여 명상 참여자의 혈액 흐름의 변화를 확인했다고 한다. “우리는 현저한 변화를 보았다. 확인한 혈액의 감소 흐름과 두뇌의 특정 부분이 활성화되는 것을 보았다”고 베이스라엘 병원의 마이드-바디 의학 연구소 허버드 벤슨(Herbert Benson) 대표는 말했다.

보통의 스트레스 반응으로 아드레날린이 분비되고 이는 신체에 스트레스를 가중시킨다. 그러나 명상 중인 두뇌는 호흡에 집중하거나 단어를 반복함으로 몸을 이완시키고 평안하게 하여 스트레스의 위험 요소를 줄여준다고 벤슨 박사는 설명한다. 또한, 박사는 미래 의료는 세 발 달린 의자와 같이 제약과 수술, 절차, 그리고 명상, 섭생, 운동과 건강관리를 포함하는 자기관리

영화, 명상 등이 있는 불교축제 ‘BuddhaFest’

로스린, 미국 - ‘BuddhaFest’는 장편영화 상영, 종교적 토론, 명상 및 라이브 음악 등이 있는 미국 내 유일한 불교 축제다. 6월 20일~23일에 걸쳐 버지니아주 로슬린시 아티스필 센터(Artisphere Center)에서 거행되었다. ‘BuddhaFest’는 독특한 여러 가지 전통적 가치의 지혜를 소개하고, 건강한 삶을 위한 수행 방법과 복잡해지고 있는 세상에서 의미 있는 삶을 위한 방안을 제공한다.

4회째를 맞고 있는 이번 행사는 불교의 가르침인 마음 챙김, 명상, 자비를 축하하고, 불교를 넘어서 톨텍인(Toltec-10세기경 멕시코에서 번영했던 인디언)의 오랜 지혜를 알렸고, 멀리 인도의 카리스마 넘치는 젊은 요가 전문가와 은퇴한 만인구원론회(Unitarian Universalist) 목사가 특별 참여했다.

이러한 새롭고 다양한 시도는 정신적 가르침과 함께 저명한 로버트 서먼(Robert Thuman)과 샤론 샬즈버그(Sharon Salzberg) 같이 큰 호응을 얻을 것이다.

서먼 박사는 불교, 티베트, 예술, 문화, 정치와 관련하여 많은 책을 썼다. 뉴욕 타임즈는 그를 ‘미국을 대표하는 티베트 불교 전문가’로 칭했고, 그는 영화배우 우마서먼(Uma Thurman)의 아버지이다. 타임지는 25인의 가장 영향력 있는 미국인에 불교학자 로버트 서먼을 선정했다. 또한, 뉴욕 타임즈의 베스트셀러 작가 샤론 샬즈버그는 6월 22일 기조 강연에서 “불교는 친절과 지혜의 행복한 과학”이라고

표현하기도 했다.

올해는 ‘티베트 축제’로 선정하고, 6월 22일 가족 친화적인 이벤트로 티베트의 대표적 음식, 춤, 음악, 티베트의 정신 등을 소개했고, 티베트 불교문화와 국제적인 주목을 받고 있는 티베트 내 생존 문제를 조명하는 행사를 했다. 어린이들은 무료 입장하고 아이들은 달라이 라마에게 보내는 생일 카드 만들기 이벤트도 참여했다. 이번 행사는 국제 티베트 지지자 모임과 지역 티베트 협회가 함께 참여했다. 올해 ‘BuddhaFest’의 대표 연설자는 대중들을 높은 정신적 수준으로 이끌었고 마음 챙김과 자비의 원칙을 전달했다.

‘톨텍, 변화의 길’의 작가 헤더아쉬 아마라(HeatherAsh Amara)는 그녀의 스승 ‘네 가지 협정’의 작가 돈 미구엘 루이즈(don Miguel Ruiz)로부터 배운 지혜를 공유했고, 인도 리쉬케쉬에서 사타바(Sattva)요가를 운영하는 아난다 메로트라(Anand Mehrotra)는 그의 제자들과 함께 히말라야 산악 고지대를 오토바이로 일주하면서 겪은 깊은 공포와 용기를 표현한 영화 ‘최고를 넘어서(THE HIGHEST PASS)’를 상영했다. 전 만인구원론회의 목사 마릴린 서웰(Marilyn Sewell)은 그녀와 타인을 향한 배려의 진솔한 삶을 담은 다큐멘터리 영화 ‘살아있는 믿음(Raw Faith)’을 6월 23일 상영하여 많은 대중으로부터 호응을 얻었다.

Rosslyn, VA, Examiner Janet Fitzgerald
[2013. 6. 20]

네팔 당국, 룸비니와 인근 불교 사원 보안 강화

카트만두, 네팔 - 네팔 당국은 룸비니의 보안 경계를 한 단계 강화했다. 인도 마하 보디 사원 폭탄 테러 이후 부처님의 탄생지 룸비니에서는 사찰에 입장하는 모든 순례객과 관광객의 검문을 강화하고 있다. 룸비니 발전 협의회는 긴급회의를 열고, UNESCO 세계 문화유산에 등재된 룸비니에 대해 장기적인 안전 경계 강화 계획을 신속하게 발표했다.

소수 경찰관만이 배치됐던 룸비니에 추가로 30명의 경찰이 상주하며 보호하고 있고, 무장 경찰들이 사찰 내 순찰을 강화하여 기습적인 사고에 대비하고 있다고 경찰 관계자는 전했다. 또한, 특별 안전 관리팀이 인근 국경과 관심 집중구역에 사복 경찰을 배치하고 순례객의 안전을 도모하고 있다.

룸비니를 비롯하여 카필라바스투, 람그람 및 불교 관련 유적지들에 대해서도 강도 높은 경계 태세를 갖추고 있다고 룸



비니 발전 협의회와 행정을 담당하고 있는 노달 기구(The Nodal Organisation)는 전했다.

“모든 순례객과 관광객은 사찰에 입장 시 매번 검문 확인 후 입장이 가능하며, 사원 주변의 경계도 강화되었다. 특히 룸비니의 마야 데비 사원(Maya Devi Temple)의 보안을 집중적으로 강화했다. 이는 일요일 비하르의 보드가야에서 10여 발의 폭탄 테러로 두 명의 승려가 부상을 당한 이후 후속 조치로 이루어졌다.”고 경찰 당국은 말했다.

PTI [2013. 7. 13]

가 될 것이라고 예견했다.

변화를 위한 도구

서먼 박사는 명상은 건강의 회복과 더불어 내부 변화를 위한 도구라고 설명한다. “우리는 개신교도부터 무신론자까지 모두 받아들인다. 우리는 참여자를 특별한 사람

으로 만들지 않는다. 단지 환자들은 종교에 상관없이 깨어있으며 그들은 삶에 감사한다.”고 듀크대학의 브렌틀리는 설명한다.

ABC News Ephrat Livni [2013. 7. 27]

▶ 6~7면 번역은 현재 국제포교사회에서 활동하고 있는 조수현님이 맡아주었습니다.

외국인 근로자 쉼터 마련

‘아름다운 꽃이어라’ 음악회 성황리 개최



광주외국인복지센터(센터장 이주성)는 지난 7월 10일 광주문화예술회관 대극장에서 광주 외국인 쉼터 기금 마련을 위한 음악회 ‘아름다운 꽃이어라’를 개최했다. 이날 음악회에는 스님과 불자들 2,500여 명이 1,800석 규모의 대극장을 가득 메우고 도모자 통로까지 꽉 채우는 등 대단한 호응 속에 진행되었다.

행사는 미황사 주지 금강스님의 진행으로 광주외국인복지센터를 알리는 영상으로 시작되었다. 이어 이 행사를 같이 기획하고 준비하다 최근 입적하신故 범능스님의 마지막 유작 앨범인 ‘나 없애라’의 음악이 스님의 생전 영상과 함께 펼쳐지면서 장 내에는 스님을 추모하는 많은 이들이 안타까움을 자아냈다.

행사장은 가수 안치환 씨가 노래를 부르면서 활기를 띄웠다. 안치환 씨는 이날 자신의 히트곡인 ‘내가 만일’, ‘인생은 술 한잔 사주지 않았다’, ‘사람이 꽃보다 아름다워’ 등 다양한 노래와 범능스님의 유작노래를 불러 관중들의 환호에 화답했다.

음악회는 불교 힐링의 대가 정목스님의 ‘특 하나’가 대미를 장식했다. 정목스님은 이날 강연에서 “나와 주변의 고통의 원인은 바로 나 자신이다.”라고 강조하고, “자신

을 늘 점검하며, 돌아보기를 바란다”고 강조했다. 이날 정목스님의 힐링 토크에는 정겨울 피아니스트의 ‘당신은 소중한 사람’, ‘넬라판타지아’ 등의 연주가 함께했다.

이주성 센터장은 인사말에서 “우리 사회가 풍족함과 편리함을 추구하면서, 어렵고 힘든 일은 이주노동자들이 대신하고 있다. 최근 이들은 한국생활에 대한 어려움을 호소하는 경우가 많다”며, “이번 음악회는 외국인 근로자들에게 우리 문화와 소통할 수 있는 공간과 한국생활에서 힘든 점을 다 같이 공유할 수 있는 작은 지대방을 만들고자 하는 마음으로 마련했다.”며 개최 의미를 설명했다.

이번 음악회 수익금은 쉼터 마련에 쓰일 예정이다. 쉼터는 대부분 불교국가에서 한국으로 일하러 온 외국인 근로자에 휴식처이자, 한국에서 생활하면서 일자리를 잃은 외국인 근로자들에게 한시적인 주거 공간으로 활용될 계획이다.

이주노동자들이 와서 마음 편하게 쉬고, 각 나라의 전통문화 활동을 하면서 고국의 친구들과 친밀한 관계를 나눌 수 있는 편안한 공간이 만들어질 날을 기대해 본다.

광주외국인복지센터 062-962-3395

불교계 최초 “위탁형 다문화 대안학교” 지정

7월 10일, 행복한이주민센터(상임대표 대각사 주지 정호스님)가 지원하고 있는 사단법인 나눔과비움(이사장 신복사 주지 세영스님)이 불교계 최초로 위탁형 다문화 대안학교를 경기도교육청으로부터 지정받아 2013년 2학기부터 공식 운영한다.

사단법인 나눔과비움은 법무부 사회통합프로그램 일반운영기관이며, 행복한이

주민센터와 함께 매주 토요일 다문화 가정 자녀들을 위한 주말 학교를 운영할 예정이며, 국어, 영어, 수학, 피아노, 오르간 등 다양한 프로그램을 통해 사교육비 절감과 학습능력을 높이는 데 일조한다.

다문화 대안학교의 성공적 개학을 기대해 본다.

오산 행복한이주민센터 031-374-5554

백중물품 후원을 기다립니다!

우란분절은 부처님과 스님들께 지극한 마음으로 공양을 올려 고통받는 조상들의 왕생극락(往生極樂)하게 하는 효도의 날이요, 조상의 영혼을 제 갈 길로 인도하는 천도의 날입니다.

보시 물품은 다문화가정이나 이주노동자들의 후원품으로 소중한 사용될 것입니다.

▶ 후원물품_ 영가천도재용 속옷, 양말, 비누, 쌀 등

▶ 후원문의_ 마하이주민지원단체협의회 02-720-7095

서울시 종로구 견지동 13번지 전법회관 3층

꿈을이루는사람들, 이주노동자 문화체험행사

꿈을이루는사람들(대표 진오스님)은 6월 30일(월) 김천 직지사 일대에서 이주노동자와 함께하는 김천 직지사 문화체험행사를 실시했다.

이번 행사는 평소 한국문화를 접할 기회가 적은 이주노동자들을 대상으로 한국의 문화를 소개하고 체험하자는 취지로 개최되었다. 베트남, 캄보디아, 중국, 스리랑가, 인도네시아, 네팔 등 6개국 이주노동자 135명이 참여한 가운데 김천 직지사 일대에서 김천 농특산물 수확체험, 꼬마 연등 만들기 및 탑돌이, 김천도자기 빚기 체험, 직지사 이야기 여행 등 다채로운 체험을 통해 즐거운 시간을 보냈다.

특히 이번 문화체험은 이전과는 달리 이주노동자들이 직접 참여할 수 있는 프로그램으로 진행되었다는 점에서 차별화를 두었으며, 단순히 눈으로 보는 것이

아닌 손으로 만져보고, 귀로 들으면서 오감을 이용한 현장에서의 생생한 체험이라는 점이 특징이다. 농특산물 수확체험과 같이 평소에는 접하기 힘든 체험을 통하여 한국에 있는 농특산물이 어떤 과정을 거쳐 소비자에게 공급되는지 알 수 있어 더욱 유익한 시간을 보낼 수 있었다. 또한, 문화관광해설사의 직지사 스토리텔링을 들으면서 이주노동자들이 한국 문화에 좀 더 쉽게 접근하고, 한발 더 다가갈 수 있는 계기가 되었다는 점에서 큰 성과를 거두었다.

캄보디아 이주노동자인 행행 씨는 “비록 날씨는 더웠지만 내가 직접 과일도 따고, 도자기도 만들어서 즐거웠다.”고 전했다. 이번 행사를 계기로 이주노동자들이 한국사회에 정착하고, 문화를 이해하는데 많은 도움이 될 것으로 기대된다.

꿈을이루는사람들 054-443-0755



제2회 몽골 나담축제 대구에서 개최

(사)함께하는 세상(이사장 지성스님)과 대구마하이주민센터는 14일 대구 달성군 다사읍 환경자원사업소 잔디광장에서 제2회 대구 몽골 나담축제를 열었다. 300여 명의 몽골 이주민들의 참여로 몽골씨름과 팔씨름, 줄다리기, 달리기 등이 펼쳐졌고 몽골 춤과 음악 공연도 마련돼

몽골 이주민들이 즐거운 한때를 보냈다.

이 자리에 대구 마하이주민센터 지도법사 덕현스님은 인사말을 통해 “몽골 이주민들이 오늘 하루를 즐겁게 보내면서 고국에 대한 그리움을 달래고 힘든 타국 생활을 잘해나갔으면 좋겠다”고 말했다.

몽골 나담은 매년 7월 11일부터 13일까지 몽골 전역에서 국가적으로 치러지는 전통 축제로 몽골씨름인 ‘부흐’를 비롯한 다양한 경기가 열린다.

내년에도 3회 나담축제를 기대하며 대구지역의 지역 축제로 자리매김해 나가길 바란다.

대구마하이주민센터 053-592-1260



나마스페 네팔 & 코리아 2013 네팔 봉사단 모집

■ 활동일시 : 10월 3일 ~ 12일 (8박 10일)

■ 활동장소 : 네팔 카트만두, 동북부 무대지역

■ 활동내용 : 의료진료 도우미, 시설보수, 문화체험

■ 참가비 : 150만원

■ 모집인원 : 15명

■ 신청접수 : 8월 16일까지(선착순 마감)

■ 문의 : 02-720-7095 / bdmigrant@gmail.com

주최 마하이주민지원단체협의회 | 협력 한국YBA, 동국대학교 경주병원 | 후원 안전행정부