

“종교 가지면 행복” 71%

우리나라 청소년들은 대체로 종교의 필요성을 인정하고 있으며, 종교가 개인의 행복에 영향을 준다는데 상당수 인정하고 있는 것으로 나타났다. 또 이런 경향은 여자 청소년들에게 강하게 드러났으며, 학업 성적이 우수하고 종교를 갖고 있는 청소년일수록 높게 나타났다.

청소년 1643명 '종교의식' 조사

문화체육부 산하 청소년 전문상담기관인 청소년대화광장(이사장 이영덕)이 최근 전국 1천6백43명을 대상으로 실시한 '청소년의 영혼·종교의식에 관한 의식조사'에 의해 밝혀졌다.

설문결과에 따르면 응답자의 71.7%가 종교를 가지고 있으며, 청소년들은 종교의 필요성(79.6%)과 개인행복에 대한 종교의 기여 여부(70.5%), 인류에 관한 종교의 공헌(62.5%)에 대해 대체적으로 긍정적인 반응을 보였다. 이러한 경향은 요즘의 종교단체들이 사회정의나 공동체 참여에 노력하는 분위기가 청소년들에게 반영된 결

과로 분석된다. 그러나 개인의 성공(53.3%)이나 국가발전(55.5%)에는 별로 도움이 되지 않는다고 응답했다.

개신교(56.9%) 불교(21.7%) 천주교(18.3%) 천도교(1.9%) 순으로 종교를 갖고 있다고 응답한 청소년들은 종교의 가르침을 얼마나 실천하고 있는가라는 물음에 대해 '대체로 실천하는 편이다'(48.6%) '거의 실천하지 않는다'(42.7%)고 응답했다. 대체로 실천하는 경향은 여자 청소년에게서 학업성적이 좋을수록 높게 나타났다. 또 응답자의 절반이상은 '종교가 인간적 성숙에 도움이 된다'

(63.7%)고 응답했으며 이런 종교적 성숙이나 발달을 이룩하는데에는 '기도나 참선'(27.1%) '묵상, 명상 또는 정신수련'(19%)이 도움이 된다고 꼽았다. 종교의 역할에 대해서는 '개인의 안정과 바른 삶에 도움을 주는 것'(46.6%) '사회가 올바르게 정의롭게 되는데 기여해야 한다'(25.3%)고 응답했다. 우리나라 종교가 발전하기 위해서는 '종교 자체의 본분을 회복해야 한다'(27.9%) '타종교에 대해 기



◇여자 청소년에게서 학업성적이 우수하고 종교를 갖고 있을수록 종교의 필요성과 인류에의 기여도에 대해 긍정적인 반응을 보이고 있는 것으로 나타났다.

“종교가르침 실천 따라야” 49%

“개인적 삶에 영향 크다” 46%

방적이야 한다'(27.7%)고 지적했다. 이는 종교인들의 상호개방 정도가 낮은 현실이 종교가 없는 청소년들에게 종교에 대한 부정적 인상을 갖게 하고 있으며, 청소년들이 건전한 종교관을 함양하기 위해 열

린 대화와 교육적 지도가 필요하다는 것을 시사하고 있다. 한편, 종교를 갖고 있지 않다고 응답한 청소년 6백2명에게 장래의 종교계획을 물어 본 결과 '앞으로 계속 종교를 갖지 않겠다'(39.0%)

라는 응답은 남자 청소년의 경우 높았고, '특정종교는 아니더라도 좀더 생각해서 신앙을 가지려고 한다'(35.5%)는 의견은 여자 청소년의 경우 높은 반응을 보였다. 따라서 신앙과 마찬가지로 여자 청소년이 남자 청소년보다 종교생활에 더 관심을 갖고 있으며, 종교를 통해 자신의 생활과 인생에 의미를 두고 있는 것으로 드러났다.

도필선 기자

건강 365일 <5> 약속

본초강령에서는 “속은 속을 담게하여 냉을 쫓으며 숨을 넣어준다”고 기술하고 있다. 또 동의보감에서는 “속은 독이 없고 모든 만성병을 다스린다. 특히 자궁출혈을 멎게 하며 임신 중 태를 편안하게 해 주는 등 부인병에 좋다. 또한 복통과 이질을 다스리고, 자궁의 충을 없앤다”라며 속에 대한 우수성을 설명하고 있다.



<영재한의원 원장>

현대 약리학에서도 속은 비타민 A가 풍부해 균이 침입했을 때 저항력을 키워주고, 진통 해독작용 소염작용을 하는 것으로 인정하고 있다. 속으로 뜸을 뜨면 백혈구가 2배이 상 늘어난다는 분석도 있다.

본다. 따라서 자궁병을 위장병으로 여긴다. 자궁병이 있는 사람은 위장병이 있기 마련이다. 또 위장병을 고치면 자궁병은 저절로 낫는다. 위장이 냉하면 만성 소화불량, 위염이 생긴다. 습기도 초래한다. 습기가 있는 곳엔 곰팡이가 생기기 마련인데 이

비타민A 풍부·해독작용 여성 냉·대하증에 효과

일침 이구 삼약이란 말도 있듯이 우리 조상들도 속의 효능을 알고 개떡, 개피리떡의 발미를 이용해 속을 많이 먹었다.

자궁냉증이나 대하증은 왜 생길까? 또 치료는 왜 잘 안 되는 것일까?

자궁냉증이나 대하증을 자궁병으로 보는데서 문제가 생긴다. 자궁병의 원인은 위장에 있다. 위장을 다스리지 않고는 근본치료를 할 수 없다. 위장은 음식물을 소화시켜 피를 만들고 자궁은 아이라는 새 생명을 만든다. 생산을 한다는 의미에서 같은 장기로

품창이균을 냉이니, 대하증이니 하는 것이다.

이럴 때 몸이 냉한 소음인 체질은 익모초나 심초뿌리(창출)와 함께 다려 먹으면 탁효를 볼 수 있다. 또 위장에 열이 많은 사람은 소양인 체질로 자궁염증이 오기 쉬우며, 인동꽃 약명으로는 금은화를 먹으면 좋다.

특히 집에서 쉽게 할 수 있는 방법으로 속을 끓인 온수고는 근본치료를 할 수 없다. 위장은 음식물을 소화시켜 피를 만들고 자궁은 아이라는 새 생명을 만든다. 생산을 한다는 의미에서 같은 장기로

19일 수능시험...이것만은 알아두자

19일은 대학입학 수능능력시험일이다. 수험생은 물론 가족까지 속이 타는 때가 이즈음.

전문가들은 수험생에게 가장 중요한 것은 적절한 긴장상태를 유지하는 것이라고 지적한다. 흥분한 수면과 적당한 운동이 좋다는 것. 특히 쉬 괴로움을 느끼는 눈의 경우는 5~10가량 눈을 감고 휴식을 취하는 것이 효과적이다.

도시락은 수험생 자녀를 둔 주부들의 몫. 요리 연구가 정정원씨는 아침 식사는 기억력 증진에 좋은 레시틴

이 많이 함유된 요리와 짧은 시간안에 소화되는 음식을 권한다. 레시틴이 많은 음식으로는 된장국 두부전

명상으로 긴장 풀도록 인스턴트 식품 삼가라

시금치 김 김치 등이 있다. 소화가 잘 되고 영양이 높은 것으로는 감자 당근 양배추 등을 이용해 만든 야채 스프를 꼽는다. 집중력을 떨어뜨리는 인스턴트 식품이나 청량음료는

금물.

점심도시락은 뇌를 활성화시키고 긴장을 풀어주는 강남콩밥, 참치야채전, 말치볶음, 우영조림, 닭고기조림 감자샐러드 등을 권한다. 도시락에 초콜릿이나 사탕을 끼우는 것도 수험생에게 도움이 된다. 당분은 피로회복효과가 있기 때문이다.

공부는 마음이 편안하고 주위에 신경쓰이는 일이 없을 때 가장 효과적이다. 전문가들은 수험생은 물론 부모 모두 기도 또는 명상, 참선으로 자기 자신의 마음을 정화시키고 여유를 찾는 것이 무엇보다 중요하다고 강조한다.

'사랑의 일기' 입선작

인간성회복운동추진협의회(회장 김부성)는 12일 세종문화회관에서 '사랑의 일기' 후원의 밤 및 시상식을 개최했다. 다음은 입선작으로 발표된 구선희(전북 장계남초등학교·6년)양의 일기다.

부처님오신날

오늘은 부처님오신날이다. 할머니가 집에 가서야 하는데 촛에서 개잡는걸 보셔서 내가 연등을 달게 되었다. 점심때쯤에 가서 할머니 심부름을 했다. 다른 사람들도 내가 써서 연등에 달아 주었다. 밤 7시 정각 연등에 촛불을 켜기 시작했다. 나는 우리 식구 것 먼저 붙이고 그 다음 작은아빠 것 붙였다. 나는 촛불을 켜며 우리가족 화목하고 잘살게 해달라고 빌었다.

만화 반쪽의 떡

옛날 어떤 사람이 고된 배를 채우려고 일곱 개의 떡을 먹으려 하였다

그는 한 개, 두개, 세개

네개, 다섯, 여섯개를 먹고나서

마지막 일곱 개째를 집어 들었는데

반쪽을 먹고나자 배가 무척 불렀다

가만!

마지막 반쪽을 먹었을 때 배가 불었어. 그렇다 면!

아이고 그걸 왜 이제 알았어 이 바보야

이런걸 알았으면 그 반쪽부터 먼저 먹는건데

여섯 개는 공연히 버린 거잖아

아이고 아까워라

세상 사람들은 어리석어 오직 부귀로만 즐거움을 삼지만

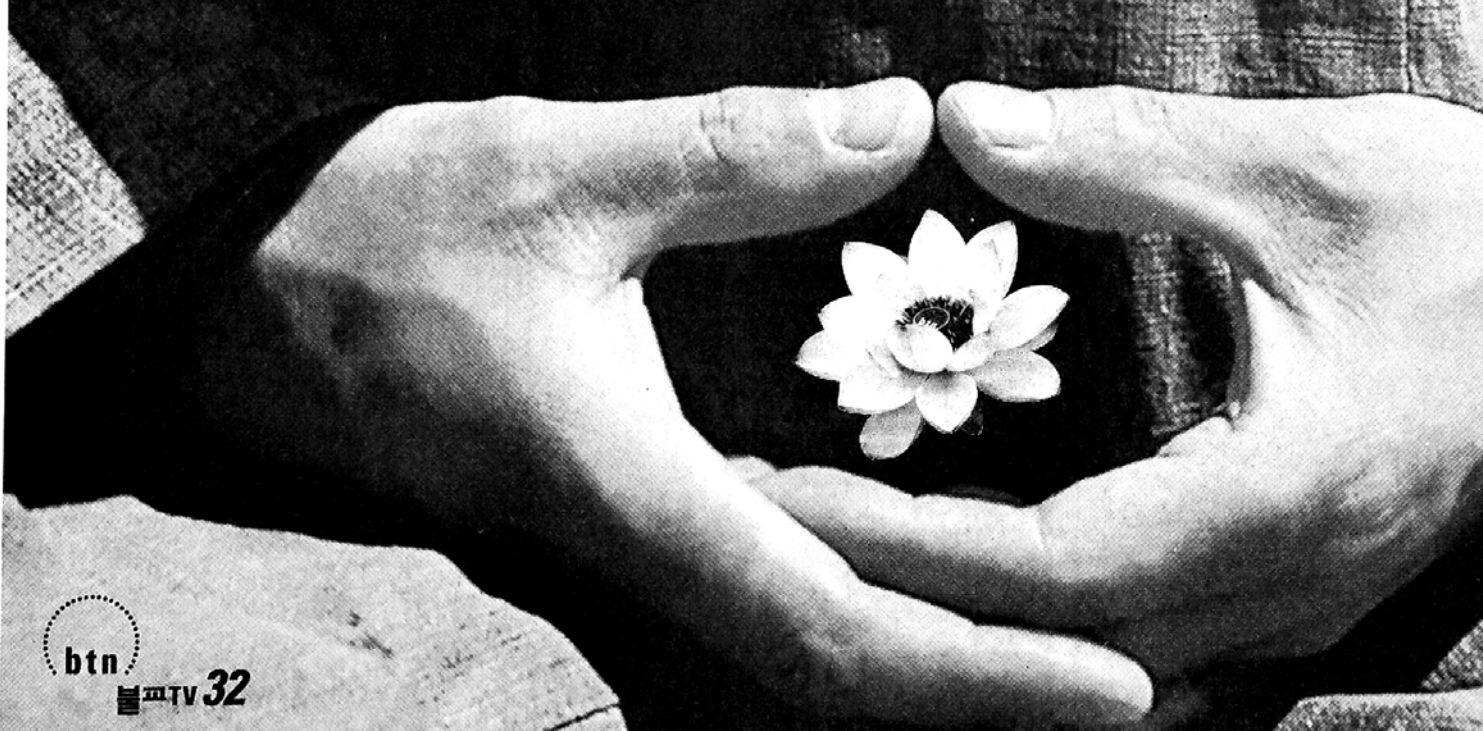
부귀란 구할 때 괴롭고

얻은 뒤 지키기는 더 괴롭고

그것을 잃은 뒤에는 더욱 괴롭다

모든 부처님께서 말씀 하시기를 "이세상에 안락은 없고 모두가 괴로움 뿐인데 사람들이 미혹하여 뒤바뀐 생각으로 제멋대로 즐겁다" 한다

불교 미래를 여는 가장 확실한 투자



불교TV방송주식공모

거룩한 부처님 전에 귀의 하옵고, 불교텔레비전의 가족 모두는 불교의 미래를 위한 서원을 세웠습니다. 불교텔레비전은 지구촌 불자가 하나된 세상을 만들어 나가기 위해 지혜와 자비를 전하는 맑고 건강한 방송이고자 합니다. 더불어 경영의 합리화로 흑자경영의 이익을 불자들에게 돌려드리고자 하는 서원을 앞당기기 위한 밑거름으로 불자주식공모를 실시합니다. 불교텔레비전이 건설해 나갈 큰 불사에 불자들의 많은 동참을 부탁드립니다.

- 공모기간** 1997년(불기 2541년) 10월1일~12월15일
 - 공모방법** 사찰 및 불교단체에 비치된 지로봉지 또는 전국은행과 농·수·축협 및 우체국에서 지로번호 7614677번으로 입금 하시면 됩니다.
 - 제약사항** 20주 이상 (10만원)
* 불교텔레비전 후원회원 모집은 계속되고 있습니다.
- 문의전화 : (02) 3270-3300, 3347