"불교중흥 유아교육에 달려"

"절에 갈땐 아이들 꼭 데리고 가도록"

김종서박사 '21세기 불교교육' 특강

김종서박사(서울대 명예교수)는 6월30일 길상사에서 '21세기에 대응하는 불교교육'을 주제로 강연회를 가졌다. 〈부처님 말씀대로 가르치세요〉(여시아문 刊) 출판 기념으로 열린 강연회에는 교육원장 암도스님, 본사 김광삼사장 등 5백여명이 참석 김박사의 열강에 박수를 보냈다. 강연요지는 다음과 같다.

오늘날 교육에는 문제가 많은데 부처님께서는 3천년 전에 해법을 제시하셨다. 교육은 종교백년지대계이다. 그렇기에 불교는 산중에서 시중으로, 기도에서 생활로, 어려운 불교에서 알기쉬운 불교로 옮겨져야 한다.

유아 및 청소년에게 불교교육이 왜 중요한가.

첫째, 인간의 가소성과 유아교육의 중요성이다. 인간의 선천적인 경향은 후천적인 영향을 받아서 크게 달라질 수 있다는 것이 가소성이다. 이를 알아 어린이들이 6살 이전에 불교적인 경험을 쌓을 수 있게 하는 것이 불교 중흥의 핵심이다. 절에 갈 때는 아이들을 꼭 데리고 가야 한다. 그래야 커서 불교적인 분위기를 갖게 된다.

둘째, 교육자로서의 부모에 대해서 말해보자. 어린이들을 변화시키는 가장 강력한 요인은 부모이다. 따라서 부모들은 모두 위대한 교육자인 것이다. 교육자로서의 부모라는 생각을 가질 때 비로소 그 어린이는 불교에 대해 보다 깊은 신심을 가지게 될 것이다.

부모들은 모두 위대한 교육자
사찰도 평생교육 개념 도입을

셋째, 가정 및 학교의 문화풍토와 풍습에 대해 말하겠다. 나라에는 문화풍토가 있어 국민성이 형성되고, 학교에는 학풍이, 가정에는 가풍이, 사찰에는 사찰만의 문화 풍토가 있다. 이러한 풍토 속에 젖는 것을 불교에서는 훈습이라 한다. 가정에 들어가면 불자의 집이라는 풍토가 배어야 어린이들도 불교에 훈습이 되는 것이다. 불교교육의 중흥은 유아교육에 달려 있다.

넷째, 청소년관의 재정립이다. 청소년을 사회 구성원이나 사회 후보자로 보는 관점이 있다. 후보자로 보는 것은 청소년들은 장차 이 나라를 짊어질 기둥이기에 올바른 행동을 해야 한다는 것이다. 구성원으로서의 청소년은 청소년 나름의 독자적인 문화영역이 있다는 것을 이해하고 존중해야 한다.

청소년 문제를 해결할 실마리는 계(戒) 정(定) 혜(慧) 삼학이고, 청소년을 치유할 방법은 참선이다. 계는 도덕적 위기 극복법이며 정은 마음다스리는 법, 혜는 진리를 찾는 방법을 말하고 있다. 참선은 바로 마음의 항복을 받는 것이기에 EQ 향상방안 가운데 가장 좋은 것이다.

현대는 지식정보화 · 고도산업화 · 다양화 · 세계화 사회인만큼 불교교육도 변화해야 한다. 모교회의 경우 영아부에서부터 새가정부 · 새가족부 등으로 세분화 되어 계층에 맞는 전도를 하고 있다. 사찰에서도 평생교육의 개념을 도입해야 한다.

"참선후 충동성 · 불안 줄었다"

동대부중 '명상효과' 과학적 실험결과

동대부중 2학년에 재학중인 이지운군. 시험을 앞두고 자투리 시간을 활용해 참선을 한다. 6주 동안 특별명상반에서 배운 호흡에 집중하여 마음을 안정시키는 수식관에 자기도 모르게 빠져든 것. 참선을 하기 전에 시달리던 원인모를 불안감도 수식관으로 마음을 다스리며 많이 없어졌다. 지운이는 수식관에 들면 불안한 마음이 싹 가시며 편안해지는 것이 신기하기만 하다. 학교에서의 참선교육은 끝났지만 아침 저녁으로 시간이 날 때마다 참선에 몰두한다.

◇특별명상반의 참선 모습.

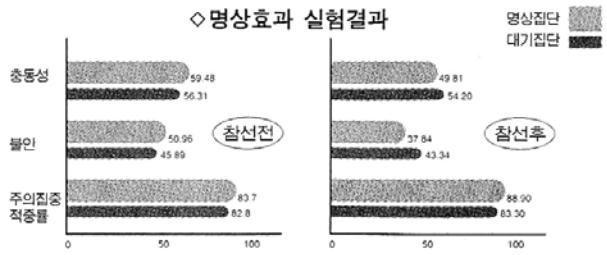
6주동안 수식관등 수련 마음 안정 · 침착성 생겨 독립심 함양 효과도

동대부중(교장 우하수)이 심리적 부적응학생 30명을 대상으로 6주간 참선반을 운영한 결과 명상집단의 충동성이 큰 폭으로 낮아지고 시간이 지나도 유지된다는 분석이 나왔다. 참선의 효능을 실험을 통해 과학적으로 입증하는 통계자료가 나온 것은 이번이 처음이다.

명상교육이 끝난 4월23일에 1차 사후검사 및 설문조사를, 5월4일에 2차 사후검사를 실시했다. 검사는 충동검사(BIS-Ⅱ), 불안검사(STAI), 주의집중검사(CPT)로 명상수련 전의 기초심리검사와 동일하게 실시했다. 설문조사는 명상욕구와 명상소감 등으로 나눠서 조사했다.

심리검사 결과를 토대로 명상을 했던 명상집단과 명상을 하지 않았던 대기집단을 비교해보니 명상집단의 경우 충동성과 불안감이 현저히 줄어든 것에 비해 대기집단은 변화가 없거나 오히려 늘어난 것으로 나타났다. 주의집중은 두 집단이 별 차이가 없었는데 적중률은 대기집단에 비해 많이 높아진 것으로 드러났다.

◇명상효과 실험결과



설문조사에서는 명상수련에 대해 도움이 된다, 마음이 안정되고 침착해진다, 정신이 맑아진다 등으로 참가학생 대다수가 긍정적인 반응을 보였다. 꾸준히 명상에 참가한 이유로는 나자신의 변화가 좋아서, 나 자신과의 약속이기 때문이 가장 많아 학생들의 자율성과 독립성 형성에도 좋은 결과를 보였다.

기초심리검사를 통해 충동성과 불안감이 높은 학생 30명을 대상으로 운영에 들어갔던 명상반은 25명이 명상교육을 이수해 4월24일 수료증을 받았다. 명상수련은 4단계로 이루어졌는데 도입단계에서는 명상에 관한 강의와 기초 수식관 교육, 전개단계에서는 수식관에 익숙해지기, 심화단계에서는 수식관 명상법 숙지, 종결단계에서는 일상생활에서 연습할 수 있도록 하루 5번 명상하기를 수행토록 했다.

고우익교법사는 "청소년들의 정서나 인격에 약간의 충격만 주어도 쉽게 생활패턴을 바꿀 수 있기 때문에 6주 정도의 명상교육 기간이 바람직하다"며 "그 이상 교육기간이 길어지면 매너리즘에 빠지기 쉬워 2학기에 개설될 명상반 역시 교육기간은 6주로 잡고 있다"고 말했다.

강지연 기자
〈jygang@buddhapia.com〉

건강 365일 〈26〉 띠뿌리

이 만 성
〈영재한의원 원장〉

관절 마디마디가 쑤시고 아픈 산후풍에는 민간요법으로 띠뿌리가 널리 쓰이고 있다. 그러나 띠뿌리는 산후풍에 쓰이는 약이 아니고 관절 마디마디가 쑤시는 류마티스 관절염에 널리 쓰이는 약이다.

류마티스 관절염은 왜 생기나? 사람이 살아가노라면 속을 끓이는 일이 생기게 마련이다. 속을 끓이지 않는다면 달인이나 성인이나 탐진치 삼독을 벗어난 사람일 것이다. 착에서 벗어나지 못하는 중생으로서는 다람쥐 쳇바퀴 돌듯 그 틀에서 돌고 도는 것이 인생이 아니겠는가. 그렇다고 보면 병이라는 것도 따지고 보면 착에서 오는 업이라고 봐야되지 않을까?

류마티스 관절염에 널리 쓰여 속끓여 생기는 견비통등 효과

어쨌든 사람이 속을 끓이면 열을 받는다. 그 열을 십이지장, 소장이 받으면 염증이 생긴다.

소장에 염증이 생기면 헛배가 부르고 가스가 찬다. 공복시에 허기가 지면서 속이 쓰리고 배꼽주위에 복통이 생긴다. 오래되면 허리, 엉치가 아프며 변비가 오거나 소변이 시원치 않으며 방광염, 오줌소태 등이 나타나고, 소변 볼 때 찌릿찌릿 아프다. 또 소변색이 쌀뜬물 같이 뿌옇게 되는데, 병원에 가면 단백뇨라고 한다. 부부관계를 하면 자궁이 아프고 입안이 자주 헌다. 얼굴에 열이 오르고 턱에 종기 부스럼이 생긴다. 심장이 빠근하고 답답해지기 일쑤다. 또 두근두근하고 놀라기를 잘한다.

소장과 심장이 마치 부부와 같아서 소장의 병이 심장으로 옮겨가기 때문이다. 이상과 같은 증상은 십이지장, 소장에 염증이 있을 때 나타나는 증상들이다. 50살 전후해서 오는 견비통은 어깨가 빠지는 것 같고 팔이 꺾어지는 것 같은 증상으로 온다. 소장염으로 해서 오는 통증인 것이다. 소장신경이 어깨로 올라오기 때문이다. 소장에 염증이 생기면 여자들은 월경불순이 오며 갱년기 현상이 일찍 찾아 온다. 몸 안에 피가 마르기 때문이다. 피부가 거칠어지고, 면역성이 떨어져 감기가 자주 걸리게 되며 그 후유증으로 신경통 증상이 나타난다.

복용법 띠뿌리 20g과 목통(木通) 10g을 달여 하루에 2번 복용한다.

"새싹포교 이젠 자신있어요"

최신댄스 · 레크체조등 다양한 놀이 익혀
레크리에이션포교회 지도자 강습회

온갖 비명과 풍선 터지는 소리가 난무하는 가운데 풍선으로 강아지 만들기가 한창 진행되는 현장은 열의로 가득하다. 신나는 음악과 춤으로 어린이 · 청소년 포교의 미래는 우리가 책임진다는 생각으로 여름불교학교 지도자 강습회에 참여한 법회 지도자들은 더위도 잊은채 풍선꼬기에 여념이 없다.

'즐겁고 재미있는 우리 절!'을 주제로 한 레크리에이션포교회(회장 법현스님)의 제21회 여름불교학교 지도자 강습회가 3백여명의 어린이 · 청소년법회 지도자가 참석한 가운데 6월27~28일 양일간 구룡사에서 열렸다.

이날 강습회는 민속춤, 레크댄스, 매직풍선, 재활용 만들기, 레크체조, 여름불교학교 준비 등의 프로그램으로 진행됐다. 여름불교학교 준비는 기획에서부터 운영방침, 대상선정, 실시방법, 예산, 홍보, 프로그램 작성, 교사선정, 프로그램 진행방법, 평가, 교육내용, 참고문헌, 세부일정 및 프로그램 안내, 유의사항 등으로 상세하게 진행됐다. 마지막 날 오전에 실시된 최신댄스강의는 시간의 부족함을 아쉬워하는 지도자들의 요구로 공양시간도 뒤로 미룬채 연장 진행되기도 하는 등 참가자들의 열의가 대단했다.

단 신

선덕사 어린이 수행학교

선덕사(주지 행법스님)는 '크게 보자, 달리자, 탁 트인 세계로!'란 주제로 20일~22일까지 제6차 어린이 수행학교를 연다.

맑은 품성을 가꾸기 위한 어린이 수행법에는 불성개발 프로그램, 명상 · 참선수행, 발우공양 등이 포함되어 있다. 체험마당에는 감수성체험과 집단체험, 배움마당에는 재활용품으로 꾸미는 부처님 세상 만들기, 탈춤배우기 등의 코너가 마련된다. 이밖에 화엄사, 천은사 등을 둘러볼 문화유적답사, 야간탐험 등의 프로그램이 어린이법우들을 기다린다.

단양서 청소년국악교실

국악동호인모임 풍류회는 제10회 청소년 국악교실을 충북 단양의 단양팔경수련원에서 갖는다.

8월12일부터 16일까지 4박5일간 열리는 국악교실은 단소, 대금, 소금, 가야금, 해금, 풍물, 소리반 중 선택한 한가지를 집중교육받을 수 있다.

띠별로 듣는 금주의 부처님 말씀
인터넷 부다피아 http://www.buddhapia.com

btn국토사랑 캠페인
"btn 불교텔레비전은 이 땅을 사랑합니다"

"btn 불교텔레비전은
공원형 납골당
회원모집을 시작했습니다"

시한부 매장제도
· 시한부 매장제도는 일정기간 동안 매장한 후 다시 화장하여 납골당에 안치토록 하는 법률화된 제도입니다.
■ 처음부터 깨끗하게 화장하여 공원형 납골당에 정성들여 안치하는 것이 고인과 가족들 모두에게 바람직합니다.

철저한 영구적관리
영각사 극락 영묘전에서는 임종 발생 후 곧바로 화장 그리고 납골당 안치라는 토탈서비스를 추구합니다. 안치 후에도 기제사는 물론 정기적으로 법회를 봉행하며, 연중 하루도 빠짐없이 영가님들의 극락왕생을 발원하는 기도를 조석으로 봉행합니다.

총공사비 265억원
극락영묘전 내부는 현존하는 최고의 보존 시스템으로 현대과학이 응집돼 있고, 외부는 가족공원으로 언제든지 편안한 휴식과 조상님들과의 정다운 만남이 있습니다.
(세계최고의 시설을 자랑합니다)

극락왕생의 문은 오래 열려있지 않습니다. 지금 btn 문화사업단으로 연락주십시오.

구 분	총 액	계약금	중도금	잔 금
납부일		19 . . .	19 . . .	1998. 10. 30
개인단	2,000,000	1,000,000	500,000	500,000

※완공예정일 (1998. 10. 30) VAT 별도

btn 가까이 있는 진리
불교텔레비전 32 btn 문화사업단
우 121-734, 서울 마포구 마포동 418
전화:(02)3270-3366 팩스:(02)3270-3498

極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願 極樂往生發願