

# 참나 찾는 흥미로운 '산사체험'

여름 방학이 한달 앞으로 성큼 다가왔다.

전국 사찰과 어린이·청소년 단체들도 다채로운 여름방학 수련 프로그램을 마련하며 이들을 맞이할 준비를 하고 있다. (표 참조)

사찰 수련회에 참가하면 아침 예불에서부터 108배, 참선, 불교예절, 불교미술, 태극명상수련 등 일상 생활에서 쉽게 접할 수 있었던 프로그램들을 마음껏 즐기면서 부처님게로 좀더 가까이 다가가는 일석이조의 효과를 얻을 수 있다.

이중 가장 눈에 띄는 것은 '산재마을'의 '들꽃기행' 여름수련캠프. 대전 광수사에서 7월27일부터 29일까지 열리는 이번 행사에서는 광수사의 사찰체험을 비롯해, 계룡산 일대의 들꽃 관찰학습이 펼쳐진다. 또 캠프한 밤에는 사찰마당에 누워 눈에 보이는 별자리들의 전설을 알아보는 흥미있는 시간도 마련된다.

8월2일부터 4일까지는 공주 마

## 사찰·단체 여름방학 수련회

### 108배·참선·들꽃기행 등 프로 다채 부다피아·선재마을 캠프 '눈길'

곡사에서 '선재 어린이 여름 절사 이' 캠프도 열린다.

지난해에 이어 현대불교신문사도 '제3회 부다피아 캠프'를 7월20일~22일까지 용인 에버랜드에서 연다. 에버랜드 통나무 집에서 생활하며 108배 정진은 물론 재미있는 불교예절·불교미술을 배울 수 있으며, 캐리비안베이 놀이기구에서도 29일까지 열리는 이번 행사에서는 6만 원이며, 선착순으로 250명만 접수 받는다.

진주불교회관도 7월28일~30일까지 지리산 대원사 근처 폐교에서, 파라미타 충북·대전지회가 청소년 불교캠프를 7월24일~27일까지 속리산 법주사에서, 무진법장사

는 7월20일~23일 어린이 여름 불교학교를 마련한다. 또 우리는선우도 7월28일부터 31일까지 모악 유스호스텔에서 '자연, 생명, 문화'를 주제로 여름캠프를 개최한다.

이외에도 대문사, 봉도사, 쌍계사, 신흥사, 화암사 등 전국주요 사찰에서 어린이와 청소년을 위한 여름 수련회를 잇따라 연다.

하지만 매년 반복되는 단조로운 일정에서 벗어나 불교의 신형 교육 외에 서바이벌 게임, 네이처 게임 등 어린이·청소년들이 선호하는 다양한 프로그램의 개발이 필요하다.

김주일 기자 (jikim@buddhania.com)

## ○사찰·단체 여름방학 수련회

사찰	일정	대상	전화번호
대문사	7월25일~8월4일	초중고생	(0634)534-5502
백련암	7월27일~8월3일	초중생	(051)253-0277
법주사	7월21일~7월27일	초중고생	(0433)543-3615
까치마을	7월20일~8월6일	초중고생	(02)885-1558
쌍계사	8월 2일~8월3일	초중고생	(0595)883-1901
봉도사	8월 2일~8월8일	초중고생	(0523)384-8380
파계사	8월 5일~8월6일	중학생	(053)984-4550
해인사	7월22일~7월29일	초중고생	(0559)931-1003
신흥사	7월23일~7월30일	초중고	(0339)357-2695
화암사	7월24일~7월31일	초중고생	(0664)782-7600
천진암	7월28일~7월30일	초중고생	(0685)392-0533
무진법장사	7월20일~7월23일	초중고생	(02)971-0303
청소년단체			
부다피아캠프	7월20일~7월22일	초등학생	(080)717-0114
진주불교회관	7월28일~7월30일	초중생	(051)747-0108
신라문화원	7월2일	초등학생	(051)774-1950
선재마을	7월20일~8월4일	초중고생	(02)433-1507
후리는선우	7월28일~7월31일	중고생	(02)2278-8672
목동청소년회관	7월20일~7월22일	중고생	(02)2646-0181
암고향기롭게 광주모임	7월28일~7월29일	초중고생	(062)267-0048
청교원 인천지부	8월 5일~8월13일	중고생	(032)577-0266
파라미타			
부산지부	7월24일~7월27일	중고생	(051)853-2445
대구지부	7월22일~7월23일	중고생	(053)783-4478
충북·대전지회	7월24일~7월27일	중고생	(042)672-2461
진주·마산지회	8월 2일~8월4일	중고생	(0591)747-1288
전북지부	7월25일~7월27일	중고생	(0652)251-4942

## 사찰 편역을 찾아서

### ⑨ 성당의 청암사·파계사 편역



성당 김돈희(檀堂 金敦熙/1871~1937)는 법부 주사와 검사를 거쳐 중추원 속서의 벼슬을 지낸 근대 서예가이다. 성당은 1919년 서화협회 창립 때 13인의 발기인으로 참여했으며, 뒤에 제4대 서화협회 회장과 조선미술전람회 서부(書部) 심사위원을 지내기도 했다. 그는 1910년 '한일 병탄조약문'을 썼으며, 일제에 의해 작위를 받기도 했지만 서법 연구기관인 상서회(尙書會)를 만들어 후진을 양성하는 등 근대 한국 서단에 지대한 영향을 미쳤다.

### 불영산 청암사 아름다운 돋보인 1912년 작품 팔공산 파계사 근엄한 장소에 흘러쓴 과격미

다. 또 근대 직업 서예가의 길을 연 장본이기도 하다. 성당은 어려서 안진경(顔眞卿)의 해서와 황정경(黃庭堅)의 행서를 배워 각체의 글씨에 두루 능했는데 그 중에서도 특히 신선한 미감의 팔분체(八分隸)를 잘 썼다. 그가 사찰에 남긴 편역으로는 양양 낙산사(의상대), 해남 대둔사(용화당), 순천 선암사(강선루), 구례 천은사(방장선원), 곡성 태안사(동리산태안사), 김제 금산사(용화지회), 밀양 표충사(대관정), (약산초제), 상주 남장사(불이문), 김천 청암사(불영산청암사), (대웅전), 안병인(대한불교진흥원)

## 건강백과

### 치아관리

건강한 치아는 튼튼할 때 잘 지켜야 한다. 일단 충치가 생기면 치료 후에도 계속 손상될 가능성이 크므로 평상시 올바른 치아관리를 통해서만 충치를 예방할 수 있다. 특히 더운 여름철에는 청담음료, 빙과류 등 당분 함유량이 높은 것을 많이 먹기 때문에 충치 예방에 더욱 신경써야 한다.

◇단 음식은 공복보다는 식사 후에=음식을 섭취한 후 우리 몸의 혈액은 알칼리화 된다. 즉 충치발생의 원인이 되는 산성도가 낮아지게 된다는 의미이다. 따라서 초콜릿 등 단 음식은 되도록이면 공복보다는 식사 후에 먹는 것이 치아건강에는 유리하다.

◇식후 3분내 칫솔질=음식을 먹은 뒤 3분이 지나면 치아 표면에 충치발생의 주범이 되는 플라그막이 형성된다. 이는 시간이 흐를수록 딱딱한 치석으로 변하므로 되도록 빨리 제거해 주는 것이 좋다. 이때 치약은 불소를 함유한 제품이 좋으며, 칫솔은 솔이 뾰족한 것이 좋다. 솔이 부드러운 당장 느낌을 풍기는 치아 사이의 음식을 찌꺼기를 제대로 제거할 수 없다.

◇올바른 칫솔질=칫솔질은 치아 표면을 좌우로 세게 문지르기보다 아래·위 방향으로 잇몸 사이를 후벼 음식 찌꺼기를 파내는 방식으로 해야 한다. 칫솔머리가 닿는 부위당 20회 정도가 적당하며 3분가량은 칫솔질을 해야 플라그를 효과적으로 제거할 수 있다.

◇식후 칫솔질이 어려우면 물로라도 충분히 입을 헹구어=음식이 담으로 분해되면 충치발생을 촉진하는 산성을 띠게 된다. 따라서 음식을 섭취후 칫솔질을 할 형편이 못되면 물을 이용해 충분히 입을 헹구어주는 것이 좋다.

◇스케일링은 6개월~1년에 한번은 하는 것이 좋다=스케일링을 자주 하면 치아표면이 얇아지고 치아 사이가 벌어진다고 여기는 경우가 있지만 이는 잘못된 상식이다. 또 스케일링을 할때 아프고 시려 꺼려하는 경우가 있는데 이는 그만큼 제거할 치석이 많기 때문이므로 정기적으로 할 경우 고통도 적다.

## 청소년 관련 정부조직 기구 단일화를 요구하는 성명서 발표회



전국 중고 교육 시민단체연대는 7일 세종문화회관 회의실에서 청소년 관련 정부조직 기구 단일화를 요구하는 성명서를 발표했다.

### "정부 독립청소년기구 신설 필요"

청교련등 17개단체 촉구... 대한불교청소년연합회(이하 청교련)를 비롯 흥사단, 전국교직원노동조합 등 17개 청소년 유관단체를 촉구하고 나섰다.

### 불교 청소년문학상 공모

한국불교 청소년 문학진흥회는 10월20일까지 '제5회 불교청소년문학상'을 현상 공모한다. 공모부문은 시와 시조를 비롯해 단편소설, 희곡, 시나리오 등이며, 주제는 '자비실천'과 '건전한 청소년 문화육성'이다. 또 자매단체인 한국불교 아동문화회도 '제19회 전국 불교어린이 글짓기' 작품을 함께 공모한다. 운문과 산문으로 나눠 10월10일에 심사할 계획이다. (02)425-3002

### 청소년 단신

29회 소년체육대회에 참가해 동메달을 차지했다. 대한체육회 주최로 5월27일부터 3일간 인천 문일여고 체육관에서 개최된 이번 대회에서 심안중학교 최원석, 김경민군은 준결승에서 만난 충남팀에 아깝게 패해 동메달 획득에 그쳤다. 심안중학교 탁구부는 지난 4월7일 개최된 '제16회 대통령기 전국 시도대학 대회'에서도 3위로 입상했다.

### 디지털 상담실 사이트개설

디지털 상담실은 최근 홈페이지를 열었다. 청소년들의 컴퓨터

역할을 현실공간에서 사이버 공간으로 영역을 확대하고자 마련된 이번 홈페이지(http://help1318.gazo.com)에는 상담실소개방을 비롯해 행사 활동 사진 모음방, 신형상담실, 유희캠프 등이 개설돼 있다.

### 천진불 무용단 정기공연

천진불어린이무용단은 5월28일 제주 관공민속관 공연장에서 '제7회 정기공연'을 가졌다. 이날 공연에는 수암 제주불교 흥연합회장 성님을 비롯해 천진불 어린이 무용단 총재 지문스님 등이 참석해 불국토를 기원하는 새싹불자들의 흡사위가 끝날때마다 박수 갈채를 보냈다.

# 氣 발생의 신비 전자파 차단 행운의 달마도 순금카드!

정통 달마조사도의 대가(大家)이신 오인(悟印)법사님의 달마도 원본 작품



앞면: 오인법사달마도



뒷면: ①반아심경



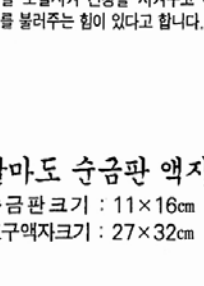
뒷면: ②사업번창부



행운과 氣를 선물하세요



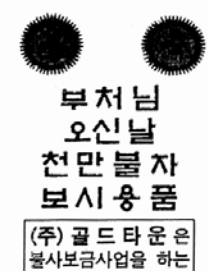
달마도 상반신



달마도 전신상



달마도 순금판 액자  
순금판크기: 11×16cm  
표구액자크기: 27×32cm



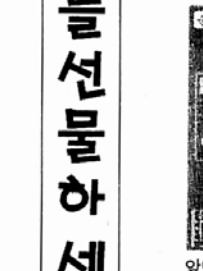
부처님 오신날 천만불자보시용품



뒷면: ③차량안전부



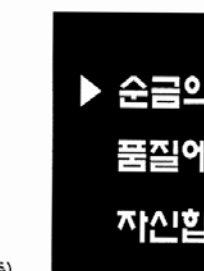
뒷면: ④시험합격대길부



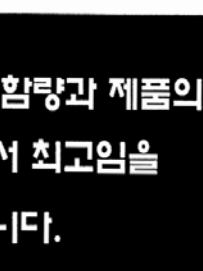
앞면: 달마도 뒷면: 반아심경(외 3종) (순금판 액자)



앞면: 달마도 뒷면: 반아심경(외 3종) (순금판 액자)



앞면: 달마도 뒷면: 반아심경(외 3종) (순금판 액자)



앞면: 달마도 뒷면: 반아심경(외 3종) (순금판 액자)

## 달마도 신비의 기(氣)

달마도는 TV영역에서 증명된 바와 같이 신비스런 기를 발산하여 수맥을 차단하고 나쁜 파장과 병마를 소멸시켜 건강을 지켜주고 부와 명예를 불러주는 힘이 있다고 합니다.

달마도 순금판 액자  
국내 최초 순금판 최대크기로 오인법사의 진신 또는 상반신 달마도를 고급 표구액자로 제작하였습니다. 표구액자(27×32cm), 달마도 순금판 크기(11×16cm) 일반판액자 150,000원. 한정판액

달마도 순금판 액자  
달마도 순금판(3×4cm)를 아크릴판 열쇠고리에 삽입하여 제작 하였으며 1개 10,000원, 3개세트 25,000원

구입문의상담  
주문방법은 전화접수 후 전국내 빠른 등기우편으로 발송해 드립니다. 사찰 및 불자회 보시용품 각 영일회사 판촉사은품으로 최 적상품이며 다량구매시 가격할인 및 원하는 그림,사진,글씨,로고 도 주문제작 가능합니다. 세트 및 액자구매시 사은품증정!

제조판매: (주)골드타운  
10만 불자들의 성원에 힘입어 한국순금카드사(주)골드타운으로 법인화 하였습니다.

☎ 02)926-7377/7315  
(24시간 공휴일 접수함) http://www.goldsale.co.kr