

봉사의 땀속에 영그는 '포교'

대한불교청년회(이하 대불청), 파라미터 청소년협회(이하 파라미터) 등 교계의 7개 청소년 및 청년 단체가 서울시 시정참여사업자로 선정돼 8월부터 일반인들을 위한 봉사활동에 나선다. 이러한 봉사활동은 일반인들에게 불교를 자연스럽게 알릴 수 있는 좋은 기회가 될 것으로 보인다.

서울시는 6월26일 서소문별관 4층 강당에서 열린 '2000년 민간단체 시정참여사업' 선정결과 발표회에서 대불청 등 11개 단체의 117개 사업을 확정 발표했다.

이번에 선정된 결과를 살펴보면 개신교나 천주교 등이 3~4곳인데 비해, 불교계에서는 7곳이나 선정돼 타종교에 비해 사업 내용이 좋았다는 평가를 받고 있다. 특히 대불청과 자선봉사연합회는 장모문화, 의료봉사, 환경사업 등 각각 2개씩의 사업이 선정돼 주목을 받고 있다.

이중 가장 눈길을 끄는 것은 파라미터의 '서울의 문화재 우리가 지키다' 프로그램이다. 15일부터

교계 7개 청소년단체 서울시 사업 참여 문화재 애호·노인결연·무료진료 활동

11월 31일까지 시행될 이 프로그램은 서울 시내를 1백개 권역으로 나눠 각 지역당 1개씩 봉사활동 대상 문화재를 선정해 뒤, 중고생 4명을 1개조로 한 1백개조를 편성해 문화재 지킴이의 역할을 청소년들에게 부여하도록 계획돼 있다. 이를 위해 우선 파라미터는 청소년들에게 봉사활동 프로그램과 문화재 개관 강좌 등을 수시로 마련한다. 또 문화재 지킴이 활동 중 문제가 발생하면 컴퓨터 통신을 이용해 전문 지도교사와 문화재 지킴이들이 수시로 상담할 수 있다.

청소년 교회연합회(이하 청교연)도 8월~11월까지 '청소년 자원봉사 한마당'을 벌인다. 8월에는 서울 시내 수영장에서 장애인 70명을 초청해 도우미로 선정된 청소년 자원봉사자 140명이 '장애인 물놀이 체험'을 실시한다. 또 10월에는

해명양로원에서 '할아버지, 할머니와 함께하는 효 실천의 날'이란 주제로 목욕과 머리손질 해드리기, 안마하며 말동무 해드리기, 사물놀이 공연 등 다채로운 봉사활동을 펼친다. 이외에도 시각장애자들을 위한 책임기 봉사도 한다.

대불청은 전국조직 16개 지구 300여개 지회를 활용해 장기 기증 및 화장 유언에 동참하는 서명 운동을 전개한다. 또 서울불교청년회는 탐골공원에서 노숙자와 실직자를 위한 무료 법률 및 무료 진료 사업을 실시한다.



◇교계의 청소년 및 청년단체 7곳이 '서울시 민간 시정 참여사업'으로 선정돼 8월부터 활동을 한다. 사진은 청교연 소속 청소년들이 수해복구 자원봉사 활동을 벌이고 있는 모습.

단체	사업내용	전화번호
불교자선봉사연합회	나무심기 등 환경사업	(02)723-6258
파라미터 청소년협회	문화재 지킴이 활동	(02)723-6185
청소년교회연합회	장애인 및 노인 자원봉사	(02)720-9139
대한불교청년회	장모 문화 개선사업	(02)738-3385
서울불교청년회	무료진료 및 의료사업	(02)730-9108
조계사청년회	독거노인 자매결연 맺기	(02)735-3724
한국제이티에스	부작용 청소년 심성수련	(02)587-8995



◇대한불교 소년소녀 합창·무용단은 북한어린이가 돌기 자선 공연 '전국순회 연주회'를 펼친다.

"북한 어린이들에 의약품 보내자"

대한불교 소년합창단 전국순회 자선공연

보현사 공동법회도 추진
 연구원 황학현 원장은 "김대중 대통령의 방북으로 인해 남북이 서로 화합하는 분위기가 조성되고 있다"며 "이번 공연의 수익금으로 북한 어린이를 돕는 것은 물론 모향산 보현사에서 남북교과 공동법회도 추진할 계획"이라고 밝혔다.
 한편 이번 공연은 △2일 저녁 7시30분 제주 문예회관 대극장 △7일 저녁 7시30분 광주 남도예술회관 △9일 저녁 7시30분 대구 대덕문화회관 △11일 저녁 7시30분 부산 금정구청 문화회관 △12일 저녁 6시 이천 시민회관 △15일 오전 10시 임진각, 오후 5시30분 서울 리틀엔젤스회관 등의 일정으로 진행된다.
 이번 공연을 기획한 불교교육 김주일 기자

"청소년, 그대는 항상 깨어 있는가"

선재연구모임 봉인사 지도자 연수
 선무도·심성개발 등 프로 다채

선재연구모임은 1·2일 양일간 남양주 봉인사 한길정진원에서 '그대는 항상 깨어 있는가'라는 주제로 '제4차 선재 청소년 지도자 연수회'를 열었다. 1백여명이 참석한 이날 연수회에서는 불교승의, 전래놀이, 자연놀이, 심성개발, 과학교과, 레크리에이션 등 청소년 지도자들이 습득해야 할 기본 교육 과정이 7개 분과별로 나눠 진행됐다. 이어 열린 전체 강의 시간에는 최봉수 교수(인터넷 불교대학)의 '근본불교로 본 붓다'를 주제로 한 강의를 시작으로, 미얀마 등 남방에서 10여년간 이어졌다. 위빠사나를 수행해 온 거해 스님의 '위빠사나' 강의와 중앙승가대 강원스님의 '선무도 지도' 특히 선무도는 실습까지 겸해 참석자들의 호응을 얻었다. 이외에도 이종만 실장(좋은 벗 공경소리)의 '친불가 지도'와 대웅놀이 등 전통전래 놀이도 펼쳐졌다.
 선재연구모임이 주최한 '청소년 지도자 연수회'에서 참석자들이 불교의식을 배우고 있다.

10대·부모 아우성 캠프 청소년 단신

인천 대한불교 청소년 교회연합회는 27일부터 2박3일간 가평 약속의 섬에서 '10대 자녀와 부모님 속의 섬에서' 10대 자녀와 부모님을 위한 아우성 캠프'를 연다. 한 가족 당 2인 이상이 참석할 수 있는 이번 행사에서는 △부모 자녀 역할체험 △모의 육아교실 △10대의 성(性) 이해하기 △트램펄린 △청소년 난상 토론 등이 펼쳐진다. (032)577-0266
 동대부고 금석배 우승
 종립 동대부속 고등학교(교장 우하수)가 제9회 금석배 전국중고축구대회에서 첫 우승을 차지했다. 동대부고는 6월 30일 전주 종합운동장에서 열린 결승전에서 경희고를 맞아 1백분의 접전끝에 승부차기(4:1)로 승리를 거뒀다.
 사나사 여름불교학교
 양평 사나사는 21일부터 23일까지 '제1회 유아·초·중·고 여름 불교학교'를 실시한다. 이번 수련회에서는 아침예불 및 참선 프로그램을 비롯해 전래놀이, 산행 등이 펼쳐진다. 또 불교레크리에이션과 친불가 배우기도 마련된다. 참가비는 2만 5천원. (031)772-5132
 제주 불청 축구단 창단
 제주불교청년회는 2일 스포츠포교를 위해 '제주불청 축구단'을 창단했다. 이번에 만들어진 축구단은 '사찰 순회 법회'와 '어린이 축구교실' 등을 통해 청년 포교에 힘을 계획이다. 또 제주불교의 발전을 위해 개신교·천주교 등 타종교의 청년회와 정기적인 교류를 갖기로 했다.

사찰 편역을 찾아서

⑫ 우남의 문수사·해인사 편역

우남 이승만(雲南 李承晩/ 1875~1965)은 배재학당을 나와 조지 워싱턴대학교, 하버드대학을 거쳐 프린스턴대학에서 철학박사 학위를 받았다. 미국으로 가기 전에 그는 '매일신문' 주필 등을 지내면서 만민공동회를 개최하는 등 개화, 독립 운동을 전개하기도 했다. 우남은 1919년 상하이 대한민국임시정부가 수립되는 초대 국무총리로 추대됐다. 그는 1948년 초대 국회의장과 대통령에 당선됐으며, 1960년 대통령에 4선되었

사. 합천 해인사(해인대도량), 영주 부석사(부석사) 편역 등이 대표작이다.
 서울 문수사 요사에 걸려 있는 <문수사> 편역은 도서나 관지는 없으나 1960년경 우남이 쓴 글이다. 생전에 이 절을 다녔던 인연으로 모신 부모의 신위를 참배하기 위해 그가 신갈을 걸어 올라가 그 기념으로 쓴 글씨라고 짐작된다. 우남의 글씨는 필획이 원운(圓潤)하고 운필이 유려(流麗)한 것이 많은데 이 편역은 우

寺殊文

佛道大印

문수사 요사 편역
 해인사 해탈문 편역

문수사 신도이던 부모위해 쓴 명작
 해인대도량 대통령시절 쓴 유려한 필체

우나 4·19로 하야해 하와이로 망명. 그곳에서 생을 마쳤다.
 우남은 본래 어려서부터 한학을 배웠으나, 미국 유학 등을 통한 신문물을 접하면서 기독교에 가까워졌다. 전하는 말에 의하면 그의 어머니는 서울 문수사를 다녔는데 그곳에서 지성을 드러 우남을 낳았다고 한다. 어쩌면 1954년 불교정화위원회를 통해 비구승의 입장을 수용했던 것은 그 나름대로 불교를 아끼려는 마음이 아니었나 싶다. 우남은 대통령 재임시 여러 사찰에 글씨를 남겼는데 서울 경국사(경국사), <삼보전>, 서울 문수사 <문수

경한 필치로 쓴 글씨다.
 합천 해인사 해탈문 뒤쪽에 걸려 있는 <해인대도량> 편역은 세로 10개의 쪽판을 이어 붙여 글씨를 새기고 뒷부분의 변죽에 풍황문으로 단청을 했는데 아마도 현직 대통령의 글씨였기 때문일 것이다. 편역의 액판 좌측에 '계사국추 우남(癸巳菊秋 雲南)'이라는 관지와 음, 양각의 도서 2과가 있어 1953년 우남이 이 직책을 방문했을 때 절에 들러 쓴 글씨임을 알 수 있다. 편역의 글씨는 운필이 유려(流麗)하고 후운(厚潤)한 행서이다.
 안병인(대한불교진흥원)

2000 수덕사 선 실천 수련회

새로운 변화와 개혁이 요구되는 21세기입니다. 지난 세기는 과학문명의 급속한 발전으로 인하여 물질의 풍요 속에서 살아 왔지만 정신적인 빈곤은 날이 갈수록 더욱 심하여 이제 새로운 사상이 절실히 필요한 실정입니다. 이에 대한 대안은 바로 '선'입니다. 선은 인류평화와 행복의 지름길로 향도하는 이치입니다. 한국 근대불교의 선종을 진작시킨 덕수총림 수덕사에서 <<2000 수덕사 선 실천 수련회>>를 통하여 여러분을 안정과 평화, 행복의 길로 초대합니다.

일시 · 1차 수련회 - 7월 22일 ~ 7월 25일(토~화, 음 6월 21일 ~ 6월 24일)
 · 2차 수련회 - 7월 27일 ~ 7월 30일(목~일, 음 6월 26일 ~ 6월 29일)

장소 수덕사 황하정루

◆참가자격: 선에 관심있는 일반인
 ◆개인준비물: 필기구, 간편한 복장, 운동화, 세면도구, 침구
 ◆수련회비: 50,000원
 ◆접수방법: 신학선 100명정도 - 방문, 전화, FAX, 우편접수
 ◆문의처: 수덕사 중무소 전화 041)337-6565, FAX 041)337-0072

대한불교조계종 덕수총림 수덕사 주지 김법장

최고의 전문가만이 그 진가를 아는 "메가플러스 명상기"

- 단 20분간 명상으로 3시간 업무를 한시간에 끝낸다! -

“도심 속 포교장에서 체험을 위주로 하는 명상을 지도한지 벌써 2년을 훌쩍 뛰어넘었다. 그 동안 기대 이상의 성과를 거두었고, 주변에서 이야기하고 또 스스로 그렇게 믿고있지만 나름대로 미흡한 점이 한두 가지가 아니었다. 그래서 어떻게 하면 보다 더 체계 있고 효율적인 방법이 없을까 하고 구상하던 중 평소 애용하고 있던 본의 맥을 방문하게 되었는데 이번은 상당히 오랫동안 불명증에 시달리던 메가플러스를 구입하여 늘 사용하던 결과, 지금은 불명증은 사라진 지 오래고, 리듬 있고 자유로운 분위기 가운데 명상생활과 함께 다이어트까지 되었다고 한다. 그리고 스님께서 명상을 지도하시는 만큼 명상기로서도 또 시스템의 한 방법으로써 사용해보는 것이 어떻겠냐고 적극 권유하는 것이었다. 그러나 별로 관심이 없어서 한 달쯤 그냥 놔뒀는데 우연히 모 윌간지를 보고서 메가플러스가 어떤 명상시스템인지 알게되어 구입하게 되었다. 매일 거르지 않고 하루 한두 시간씩 수행하면 결과 지금은 5분이내에 깊은 릴렉세이션과 명상상태에 도달하며 렉스들이 주로 한다는 9번에서는 뚜렷하게 집중력이 향상됨을 느꼈다. 내친김에 오라진동쿠션과 백색광안경을 추가로 구입하여 사용해보니 결과(11번 지구에너지 명상, 17번 내적 즐거움, 19번 에너지) 역동적인 진동의 느낌과 함께 원리까지 하면서 환상적인 빛과 소리의 연속된 리듬은 빠른 시간 내에 사념을 통제하고 빛과 소리에 쉽게 집중시킴으로써 깊은 릴렉세이션과 명상상태를 유도하며 쌓였던 피로감마저 맘껏 씻어 주었다. 소수의 견지에서 볼 때 비만과 다이어트에도 메가플러스의 긍정적인 면이 있다고 본다. 어떤 심리학자는 비만이 되는 이유 중 가장 비중이 큰 것이 스트레스라고 한다. 또한 자신을 사랑하지 않는 사람은 스트레스 해소방법을 찾는 데서 찾았다고 하는데 자신의 외부로부터 오는 반응에는 민감한 반면 자신의 내적(심리적) 공백상태를 어떻게 대처할지 모르기 때문에 무조건 습관적인 방어, 거부 등을 함으로써 스트레스를 이중, 삼중으로 받게 되고, 더불어 먹는 분위기에 휩싸여 방법조차 더욱 어려워진다고 한다. 자, 이제부터는 새로운 경험을 창조하자. 급변하는 21세기에 명상은 누구에게나 필요로 하는 수행이면서 당연한 것이다. 인쇄책자는 메가플러스로 명상하는 방법이 상세히 설명되어 있어 처음 명상하는 일반 직장인, 주부, 학생 등도 손쉽게 사용할 수 있으리라 본다. 메가플러스 명상기는 현대사회의 공동되는 스트레스로부터 해방되고 빠른 시간 내에 릴렉세이션과 명상을 경험할 수 있는 기쁘신이라고 믿고 싶다.”

메가플러스
 메가플러스는 릴렉세이션, 학습, 수련, 그리고 지구 에너지 명상, 차크라, 유체이탈, 창의력과 시각화 등 20개 프로그램을 내장, 다양한 명상체형 가능.
 <미국 마이크로프로세서 제품>

오라진동쿠션
 오라쿠션은 메가플러스와 함께 작동되어 이를 세균진동으로 변형시켜, 특히 육체수준의 명상, 기공과 차크라, 쿨다운, 유체이탈, 무시간 상태경험을 보다 강력하게 증강시킴.
 <미국 오라시스템사 제품>

메가플러스 색채 광안경
 기본사양: 녹색 광안경(재충전과 힐링)
 옵션: 청색 광안경(릴렉세이션과 명상), 청색과 빨간색 혼합 광안경(기공과 차크라), 순백색 광안경(최고의 명상경험과 시각화)
 ※ 전화주시면 자세한 자료를 우송해드립니다

마인드테크 / 상담 (02)888-2142

<은당명상체형교실 중의 합장 > (031)742-9669