

테마박물관 볼게 많네요

불교, 교육, 김치, 철도 등 특정 주제의 전시물만을 다루는 전문 테마 박물관에 가족 단위의 관람객들이 늘고 있다. 이런 박물관들은 한 가지 주제를 두고 그 역사와 변천과정 등을 체계적으로 정리해 놓아 전문 분야의 정보는 물론 현장 학습을 할 수 있게 꾸며져 있어 교육효과가 큰 것으로 평가받고 있다. 또 각 박물관에서는 원할 경우 전문 가이드와 학예 연구자들이 안내도 직접 해줘 학교 수업과 인터넷에서 얻을 수 없는 풍부한 지식과 정보를 얻을 수 있다.

◇어린이들이 가볼만한 테마 박물관

박물관	전시물	전화
목야박물관	불교공예품	(031)885-9953
불교미술박물관	불교미술품(12월 개원 예정)	(02)766-5000
직지사 성보박물관	불상 및 석조 불교 유물	(054)436-6009
승광사 성보박물관	불화 및 불교의식구	(061)755-0407
홍도사 성보박물관	불화 전문	(055)382-1001
월정사 성보박물관	불교문화재	(033)334-1817
국립민속박물관	민속 풍습과 생활	(02)734-1347
국립중앙박물관	국내문화재	(02)398-5000
삼성어린이박물관	과학기재·미술품	(02)2203-1871
삼성출판박물관	책 전시류	(02)679-4597
공정출판박물관	조선왕조의 유물	(02)771-9951
해강출판박물관	도자기류	(031)632-7030
김치박물관	김치·음식류	(02)419-9087
농업박물관	농기구	(02)397-5673
철도박물관	철도역사·기차	(031)461-3610
신발박물관	국내 신발	(031)531-3894
호텔박물관	트기류	(02)858-2500
교육박물관	교육 관련 물품	(031)989-8580

우선 불교에 관심이 많은 어린이라면 불교 목조각이 전시돼 있는 여주 목야박물관을 찾아가보자. 실내와 야외의 어디를 가나 다양한 표정을 지고 있는 목불상을 만날 수 있다. 또 목불상의 탄생 과정을 영상 강의를 통해 배울 수 있어 새싹들이 불상을 이해하는데 도움이 될 듯하다. 나들이를 겸한 박물관 답사를 원하면 김천 직지사와 순천 송광



◇목야박물관을 찾은 초등학생이 목조여래좌상 앞에서 설명을 수습에 적은 뒤 합장하고 있다.

성보박물관 동종·석불·탱화 관람객 반겨

교육박물관 구한말 이후 교재 1만점 전시

사, 광장 월정사 등에 있는 성보 박물관도 좋다. 이곳들은 자연 풍경이 수려한 사찰 옆에 위치해 있어 가족 단위의 사찰 답사 때도 가볍게 들를 수 있다는 장점이 있다. 특히 김천 직지사 성보 박물관에는 회귀관 도지사 금동육각 사리함(국보 208호)과 김용

수첩을 꼭 메울 것으로 보인다. 경기 김포 덕포진에 생긴 교육 박물관에 들어서면 마치 타임머신을 타고 60~70년대 시절 초등 학교로 되돌아 온 듯한 착각이 들게 한다. 96년 초등학교 교사 부부였던 김동선·이인숙씨가 30여년 간의 준비 끝에 개관한 이곳에는 구한말부터 지금까지의

교육관련 물품 1만 여점이 전시돼 있다.

17일 이 박물관에서 만난 삼성초등학교 3학년 김인혁군은 난생 처음보는 뱃줄을 신기한 듯 두드리고 단기로 표기된 통지표와 세울꺼리 주관 등을 만지작거리며 즐거워했다.

이외에도 도자기의 제작 과정을 한눈으로 보며 실습할 수 있는 해강정자박물관, 우리나라 철도 역사를 체계적으로 정리해 놓은 철도박물관 등이 있다.

김주일 기자
(jjkim@buddhania.com)

사찰 편액을 찾아서

㉑ 영조의 청룡사·흥국사 편액



◇청룡사 비각 편액



◇흥국사 약사전 편액

영조(英祖/ 1694~1776)는 조선 제21대 왕으로 속종의 넷째 아들이며 자는 광숙(光叔), 호는 양성헌(養性軒), 이름은 금(昚)이다. 영조는 1721년 왕세자에 책봉돼 1724년에 즉위했는데, 50여 년의 긴 재위 기간 동안 탕평책(蕩平策)을 통해 당쟁 방지에 힘썼다. 또 신문고 제도를 부활시켰으며, 균역법 실시와 '속대'를 편찬하는 등 조선 후기 정치, 경제, 문화 각 방면에 걸쳐 부흥의 기틀을 마련한 임금이었다.

기원했고, 그런 지극한 마음을 담아 불보살을 모신 전각에 제액(題額)했던 것이다. 서울 송인동 청룡사 정영원(正英院)의 비각에 걸린 <전봉후암어천만년> 편액은 조선 단종의 비정순왕후(定順王后)가 영월로 유배가던 중에 이곳에서 작별하고 정영원으로 출가해 허경(虛鏡)이라는 비구니로 살았던 까닭에, 영조가 1771년 이를 기려 비를 세우고, 비가 오래 전할길 바라는 마음으로 썼다. 이 편액의 글씨는

전봉후암... 단종의 비 추모심경 괴력 약사 전 나라발전 염원 담긴 글씨

다. 사찰에 전하는 편액 중에는 영조의 고상 흥국사 <약사전>, 서울 청룡사 <전봉후암어천만년> 편액 외에도 아들이 적지 않은데, 고려의 것으로는 공민왕의 부석사 <무량수각>가 유일하다. 또 조선의 것으로는 세조의 공주마곡사 <영산전>, 정조의 해남대둔사 <표창사>, 숙종의 법주사 <대웅보전>, 순조의 순천 선암사 <대북전>, 현종의 합천 해인사 <사방무일사>, 고종의 예산 보덕사 <소석시경> 등이 있다. 불교를 멀리했던 조선의 통치 이념과는 달리 역대 왕들은 불교를 신봉하면서 국가와 왕실의 번영을

촉살체(松雪體) 풍의 가느다란 행서로, 역관 좌측에 두 줄로 '신묘구월유일 음체서(辛卯九月六日 飲沸書)'라는 서자의 실경을, 짐 편액 외에도 아들이 적지 않은데, 고려의 것으로는 공민왕의 부석사 <무량수각>가 유일하다. 또 조선의 것으로는 세조의 공주마곡사 <영산전>, 정조의 해남대둔사 <표창사>, 숙종의 법주사 <대웅보전>, 순조의 순천 선암사 <대북전>, 현종의 합천 해인사 <사방무일사>, 고종의 예산 보덕사 <소석시경> 등이 있다. 불교를 멀리했던 조선의 통치 이념과는 달리 역대 왕들은 불교를 신봉하면서 국가와 왕실의 번영을

안병민(대한불교진흥원)

건강백과

다이어트

비만은 온갖 성인병의 주범이다. 하지만 살을 빼기란 쉽지가 않다. 세계적으로 2,800여종의 다이어트 방법이 존재한다는 사실 자체가, 효과적인 살빼기가 얼마나 어려운가를 역설적으로 보여준다. 비만 클리닉을 운영하는 신경정신과 전문의 백명기박사는 최근 발간된 그의 저서 <다이어트 2025>(푸른솔)에서 누구나 무리하지 않고 쉽게 따라할 수 있는 다이어트법을 소개하고 있다.

1)3R다이어트

올바르게 먹고(Eat Right), 지방이 빠지도록 올바르게 운동하고(Exercise Right), 생각을 올바르게 바꾸는(Think Right) 것이다. △우선 식이요법으로 지방섭취를 줄이고 콩과 같은 식물성 단백질을 자주 섭취한다. 또 음식은 천천히 먹고 가급적 패스트 푸드나 외식을 줄이며, 식사 1시간 전에는 물을 충분히 마셔 체내 지방분해를 원활하게 하는 것이 좋다. △운동은 덤벨 운동과 수영 같은 유산소 운동을 웨이트 트레이닝과 병행하는 것이 좋다.

패스트푸드 줄이고 물 충분히

△고지방관념을 바꾸는 것도 중요하다. 굵은 쌀을 빼면 지방은 줄지 않고 근육과 수분만 빠진다. 굵어서 빼기보다는 먹고 운동해서 빼는 것이 바람직하다. 1주일에 0.5kg 정도가 적당하다.

2)작심삼일 다이어트

인간이 배고픔을 가장 절실히 느낄 때는 단식이나 절식을 시작 한지 72시간 전후 즉 3일이다. 그러면 1주일에 3일씩만 다이어트를 하면 어떨까. 월~목요일은 학교나 직장에서 평소대로 먹고, 금~일요일 3일간 양을 줄이는 것이다. 다만 평소대로 먹을 때는 다음 원칙을 지켜야 한다. △첫째, 규칙적인 생활을 한다. 특히 식사시간을 잘 지키는 것. 둘째, 할 일을 빨리 끝내고 잠깐이라도 시간을 내어 칼로리를 소비하는 운동이나 활동을 한다. △셋째, 체중계를 겁내지 말고 체중을 자주 잴다.



◇청담정보통신고 네트워크 디자인과 학생들이 웹디자인 개론에 대해 강의 받은 뒤 컴퓨터로 실습하고 있다.

중립학교인 청담정보통신고가 내년 학기부터 특화된 전자 상거래과를 신설하는 등 정보화 사회의 중심에 서기 위한 준비 작업에 박차를 가하고 있다.

지난해 정보통신부로부터 특성화고교에 선정된 청담정보통신고는 기존 정보처리과와 경영 정보과 외에 웹, 처음 네트워크 디자인과를 신설해 웹CF, 전자출판, 웹마케팅을 전문적으로 가르치고 있어 정보통신

내년 전자상거래과 생긴다

청담정보통신고...기숙사 제공

분야에 관심 많은 청소년들에게 호응을 얻고 있다. 또 사물놀이와 국악기로 구성된 취타대와 불교동아리 등 정규 수업 외의 특별활동도 활성화돼 있다. 특히 취타대는 국악대학 교수와 인간문화재 등 전문 강사를 초빙해 지도받는 꾸준한 노력 덕분에 실력을 인정받아 2002년 월드컵 개막 행사에서 공연기로 댄 있다.

이외에도 청담정보통신고는 정보통신 분야의 인재를 모으기 위해 학생선발 지역을 전국으로 확대, 타 지역 학생들이 입학할 경우 기숙사를 무료로 제공하며 전교생들이 24시간 컴퓨터를 이용할 수 있게 1인 1컴퓨터 체제를 구축해 놨다.

이근우교장은 "우수한 불자 청소년들이 지원할 경우 장학금 지급 및 기숙사 제공 등 각종 혜택을 부여할 방침"이라며 "실용적이고 경쟁력 있는 교과 과정을 통해 학생의 창의력을 키워주는데 주력하고 있다"고 밝혔다. (031)691-8095 김주일 기자

탐골공원 환경봉사

대한불교청년회연합회(이하 청교연)는 24일 종로 탐골공원 일대에서 2000년 청소년 자원봉사 한마당 '가족과 함께 우리 문화 보존하기'를 열었다.

2백여명의 청소년과 그 가족들이 참석한 이번 행사에서는 공인내 동상 및 벽화 불장소를 비롯해 공중 화장실 청소, 수목 거름 주기, 화초 물주기 등의 자원봉사 활동을 펼쳤다.

초등생 자기표현 훈련

독특청년수련관은 25일부터

청소년 단신

11월 25일까지 2개월 동안 초등학교 5~6학년 학생을 대상으로 '자기 표현 훈련' 교육을 실시한다.

주1회 1시간씩 총 8회에 걸쳐 실시하는 이번 교육은 스피치 훈련을 비롯해, 공격적인 표현을 온화하게 바꾸는 감정조화 훈련 등의 프로그램이 진행된다. (02)2646-8341

청소년 영화 무료상영

인천시 청소년회관은 10월 한달 동안 매주 일요일 오후 2시부터

청소년 건전영화로 무료 상영한다. 상영일정은 △1일 '인사이드' △8일 '롤로보스' △15일 '컵' △22일 '데스티네이션' △29일 '책상 서랍속의 동화' 등이다. (032)884-2002

청소년 컴퓨터 협의회 발대

한국 청소년 컴퓨터 협의회는 22일 국회현경기념관에서 '청소년 컴퓨터 협의회' 발대식을 봉행했다. 전국 30여개의 컴퓨터 관계자 2백여 명이 동참한 이번 행사에서는 '청소년 컴퓨터의 올바른 운영 방법과 역할'을 주제로 한 토론 형식의 심포지움도 열렸다.

바로보인 환단고기



시공이 나뉘기 이전인 태초의 모습과 우주 탄생의 비밀을 최초로 밝혀다!
『환단고기』는 세계를 다스린 웅장한 고대사의 주인공이었던 우리의 고대 역사가 담겨 있는 역사책이다. 또한 역사책이라고는 하나 태초로부터 역사를 다루고 있는 세계에서도 유일무이한 책이다. 이를 통하여 잃어버린 우리의 광활한 민족사를 찾고 황폐해진 인류정신을 다시 꽃피우고자 하는 것이 『환단고기』를 오늘에 맞게끔 되살려 '바로보인 환단고기'로 펴내는 뜻이다.

『바로보인 환단고기』 전 4권 중 1권은 민족정신의 정수이자 우주의 영원한 역사인 『환단고기』의 삼신일체사상을 총정리하여 출간하였다. 이어서 2, 3권에 환국에서 단군조선에 이르는 고대 역사와 북부여, 고구려, 발해, 고려의 역사를 한눈에 들어올 수 있도록 시대순으로 정리하여 출간할 예정이다. 4권에서는 왜곡된 우리 역사를 바로잡는 글을 실어 출간할 예정이다. 특히 2, 3권에서는 중국과 일본의 여러 역사 문헌을 근거하여 『환단고기』의 기록을 부인할 수 없게끔 최선을 다하였다.

『환단고기』가 전하는 선조의 지혜에 가만히 귀기울여 보라. 정신과 몸집이 나뉘기 전 우주의 모습과 인류 정신의 시조였던 조상의 진면목에서 태초로부터 고대가 오늘에 살아 숨쉬는 당신의 실존을 확인할 것이다.

바로보인의 책들
바로보인 전통복 권5권 바로보인 금강경
바로보인 무문관 바로보인 신심명
바로보인 벽암록 영원한 현실
바로보인 천부경 세월을 복제로 세상을 복성사

○ http://www.zenparadise.com ☎ 597-2460

지장보살님을 모십니다



◆ 지장보살님을 조상하는 이유
불사하시면서 어려운 스님을 위해서 지장보살님을 조성해 드립니다. 불사를 하고 싶어도 여력이 모자라 어려움을 겪고 있는 스님들을 위해서 불상을 조성하게 되었습니다. 불사에 맞추어 조성해드리며 뜻이 있으신 스님 및 재가불자들의 연락 바랍니다.

◆ 금주산 약수물로 만든 약수 탄장

병원에서 시한부 삶의 선고 받은 한 보살이 금공사에 기도를 드리러 왔다. 기도드리는 중에 부처님께서 소금 10가마니, 매주 10가마니, 큰동 10개를 주시면서 만민들에게 먹이도록 말씀하시면서 가셨다. 그후 병은 모두 다 낫았고 이것이 인연이 되어 탄장을 만들어 보람하게 되었다. (택배 가능)

금 용 시
경기도 포천군 영종면 금주리 산25-8
TEL: (031) 533-4405 FAX: (031) 532-3444

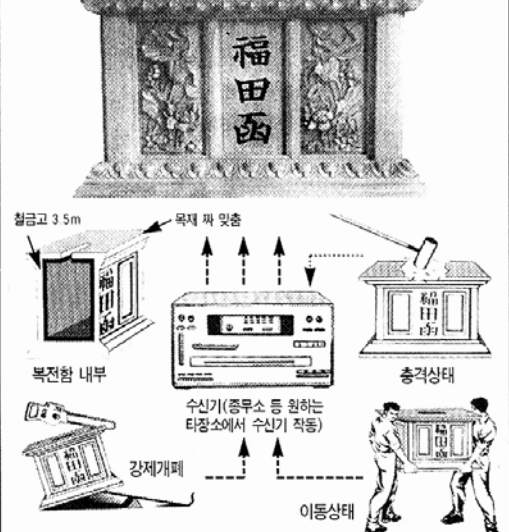
등안거선방 안내

보덕선원에서는 다음과 같이 등안거선방 안내를 드리오니 뜻이 있으신 비구 스님들께서는 연락 부탁드립니다. 정진 하신데 모든 정성을 다해드리겠습니다.

주 소 : 서울 성북구 정릉 4동 824-1
문의처 : (02) 914 - 4235
보덕선원장 오본 합장

불전함

도난방지 장 치 ◆특허 2000-0011559◆



- ◆점검장치와 출구는 외부에서 식별할 수 없음
- ◆특수 전자시스템이 금고 내부에 설치되어, 지정된 원격적동 S/W전파와 개폐가 절대 불가함.
- ◆외위용과 현지 사정에 따라 모델, 크기, 소재, 색상 등 주문생산이 가능함.
- ◆문의, 충격, 이동, 강제 개폐시 무선 전파로 자체 경보는 물론 경비실 및 관하는 타 장소에 침입신고를 알려 줌.
- ◆본 원의 전원플러그를 빼거나 절단하면 경보는 계속되고 개폐기능은 마비됨.

본 System에 대해 사이렌을 연결 중요시 설비에 방법으로도 가능함.
* 가격은 70만원부터 있습니다.

서원기전 ■ 문의: 043-647-2378, 011-467-1472