

### 불교 이래서 좋다

홍현정 비로자나 청소년협회 문화사업부

## “어려움 극복하는 힘 키워줘”

나는 비로자나 청소년협회에 들어오기 전까지는 TV 드라마나 역사극을 통해 간접 체험을 하는 것 말고 불교를 접해본 적이 없다.



이기 때문에 미래에 대한 불안감, 부모님과의 의견차이, 또래관계의 마찰이 생겼을 경우에 자신의 힘으로 극복하는데 많은 어려움을 겪고 유혹에 빠지기 쉽다. 음주, 마약, 인터넷 중독, 흡연 등이 대표적인 예이고 여러 가지 청소년 일탈현상이 일어나고 있는 것도 이러한 이유라고 생각한다.

비로자나 청소년협회에서 청소년들을 위한 여러 가지 행사를 개최한다. 자연체험활동, 문화활동 등을 통해서 청소년들과 관계를 맺고 싶은 접촉을 가진다. 청소년들은 성장기이고 미래를 준비하는 꿈을 꾸는 세대이기 때문에 새로운 경험을 접했을 때 자신이 좋아하는 일을 발견하고 이를 행동으로 옮기는 능동적인 세대이다. 반면에 청소년기는 자아정체감이 확립되어 가는 시기

독, 흡연 등이 대표적인 예이고 여러 가지 청소년 일탈현상이 일어나고 있는 것도 이러한 이유라고 생각한다.

그러나 어려움이 닦혔을 때 불교를 믿는 청소년들은 어딘가 다르다. 불교라는 종교사상에 뿌리를 두고 자기수양을 통하여 힘든 시기를 극복해나가는 불자 청소년들의 모습을 볼 때 불교의 힘이 느껴진다. 불교는 한국인의 역사와 문화를 담아내는 대표적인 정서이기 때문에 답이기에 따라서 현대의 청소년들과 만났을 때 좋은 인연을 맺을 수 있다고 생각한다. 아울러 나는 불교 청소년단체의 일원으로서 청소년과 불교를 이어주는 좋은 중매자가 되어야겠다는 사명감을 가져본다.

## “압” 당찬 기합소리 법당 가득

어린이들 개운사서 ‘금강선무도’ 배우기 한창



“매들어! 선무도 하고 놀자” 어린이들의 몸짓이 제법 진지하다.

### 양익 스님 창안, 관법 이용한 불교무술

## “포교에 활용... 대중·생활화에 노력”

“압!” 기합소리가 법당에 울려 퍼진다. 도복 허리춤에 묶여진 제각기 다른 색의 띠들, 절도 있는 동작들이 눈길을 끈다. 3월 31일 서울 개운사 금강선무도 법당. 30여 명이 채 되지 않는 이곳에서 아이들이 금강선무도를 배우는데 한창이다. 금강선무도를 8개월째 배웠다는 승미(유현초2), 갖 들어온 용원(상도중2), 연강(계남초3) 남매가 어설픈 동작으로 따라하자 기다렸다는 듯 핀잔을 준다. 잠시 후 관장 광원 스님의 불호령이 떨어진다. 광원 스님이 어린이 선무도 법당을 연 것은 지난해 11월, 어린이들을 위한 포교방법을 고민하던 끝에, 광원 스님은 10년 넘게 수련한 선무도를 어린이법회에 활용하겠다는 원력을 세웠다.

“처음에는 아이들이 선무도가 뭐지 몰라 태권도가 아니냐고 묻더군요. 선무도는 불교전통무술이라고 말해주었지요”라고 말하는 광원 스님은 “앞으로 금강선무도를 대중화, 생활화시키기 위해 노력하겠다”고 강조했다. ‘금강선무도’는 밀교의 관법을 응용한 전통불교무술법이다. 1970년대 부산 범어사 양의 스님이 창안한 것으로 호흡법을 통한 선체조, 선기공, 선요가 등 다양한 수행법을 포함하고 있다. 금강선무도는 아이들의 생활태도를 눈에 띄게 바꿔 놓았다. 달랜다는 지적을 받았던 승규(중앙초4, 어느 정도 선무도 동작이 몸에 배면서 무척이나 차분해졌다고 광원 스님이 귀뜸을 한다. (02)926-3181

청소년 담당= 김철우 기자 in-gan@buddhapa.com

불교학생회의 침체를 걱정하는 목소리가 높아지고 있는 가운데 ‘불교스카우트’ 지역단이 창단돼 청소년 포교 활성화를 위한 기폭제가 될 것으로 기대된다. 6일 동명불원에서 모험과 봉사 스키아웃 정신과 훈련법이 불교와 만나 창단된 제2546대 대불지역단 발대식이 열렸다. 이날 발대식에서는 유아대인 비버스카우트, 초등학교 유년대 컵스카우트, 중학교 소년대 스카우트, 고등학교 청년

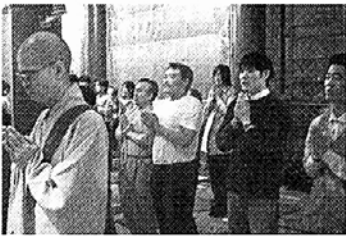
대불지역단 창단을 계기로 주목 받고 있는 불교스카우트의 활성화를 위해 가장 시급한 것은 지도자 양성과 지역대 활성화. 이를 위해 대불지역단을 중심으로 부산에서 활동하는 5~60명의 불교스카우트 지도자들과 연계, 신도들을 대상으로 연수회를 개최할 예정이다. 또한 현재 활동하는 통도사부사포교원 선재지역단을 비롯 범어사, 관음사 등에 새로운 지역단을 만들어 전국적 조직망을 구축하

## ‘불교스카우트’ 지역단 창단

부산 동명불원서 6일 발대식

대 벤처스카우트, 18~25세 청년을 위한 로버스카우트에 이르기까지 5개 단위대 60여명의 지역단이 꾸러졌다. 대자연속의 단체활동이 이루어지는 스카우트 활동이 불교의 심성개발과 접목되어 청소년 포교의 새로운 장을 열게 된 것이다. 앞으로 대불지역단은 5월 동명불원에서 아영 체험과 선서식을 갖고 7월에는 제주도에서 열리는 페스티벌 캠프에 참석, 불교 의식 집전을 통해 외국인들에게 불교를 알리는 기회를 갖게 된다.

2003년에는 불교스카우트 연맹 창립을 목표로 하고 있다. 청소년 포교의 새로운 영역으로 기대를 모으고 있는 불교 스카우트의 만남은 동명불원 주지 장산스님과 김종원 스카우트 부산연맹 훈육위원장의 철저한 준비로 성사됐다. 김종원 대불지역단 위원장은 “대불지역단 발대식을 계기로 스카우트 활동을 통해 청소년들이 불교를 새롭게 만날 수 있게 할 것”이라고 말했다. 부산= 천미희 기자



## 월드컵 성공기원 3천배 정진법회

월드컵의 성공적 개최를 기원하는 3천배 응명정진 법회가 3월 31일 오후 8시부터 다음날

오전 4시까지 서울 조계사 대웅전에서 열렸다(사진). 종단협의회와 조계사가 공동 주최하고 조계사 청년회, 대학생회가 주관한 이날 법회에는 불자 가수 김홍국 씨 등 200여 명이 동참했다. 이날 조계사 주지 지홍 스님은 “늘 노력하고 정진해야 하는 불교수행과 스포츠 정신은 서로 직결되어 있다”며 “불자들이 앞장서 국가적 큰 행사인 월드컵이 성공적으로 이뤄질 수 있도록 힘을 모으자”고 말했다. 이어 가수 김홍국 씨는 “월드컵 유치 기원 2002배 정진했었을 때가 새롭게 느껴진다”며 “불자 모두가 흥분대사라고 생각하고 적극 나서자”고 당부했다. 1부 일제식을 마친 청년 200여 명이 이어 3천배 정진에 들어가 원만히 회향했다.

### 담배를 끊으십시오

### 금단현상 극복법

①금연 후 개가거나 많이 나오는데? 따뜻한 차(녹차), 물을 마시면 개가 잘 배웁니다. 참기 힘들면 각담 배출 보조제를 사용하는 것도 괜찮습니다. ②입안 허벅지하고 몸살이 난 것 같 다. 이것도 금단증상인가? 금단증상은 일단 니코틴에 익숙해진 신경계가 금연으로 인해 니코틴 공급이 중단된 상황에서 반응하면서 나타납니다. 따라서 금단증상은 일종의 신경계의 증상이 국한되어 사용되는 용어입니다. ③불면증이 너무 심한데. 불면증은 금단 증상의 한 가지이며 초기에 생기는 데 2~3주 이내에 좋은

아진다. 낮잠은 가능한 피하도록 하고, 가벼운 운동을 하는 것이 좋다. 저녁 시간에는 커피를 피하고, 따뜻한 물에 목욕을 하는 것도 숙면을 취하는데 도움이 된다. ④금연 후 배가 나온다. 왜 그럴까? 일반적인 경우 3~5kg 정도의 체중 증가가 올 수 있다. 물론 이것은 니코틴 금단 증상과는 무관하지만, 금연 후에 몸의 대사활동의 변화로 인해 생기는 현상이다. ⑤금연 직후 짜증이 온다. 담배에는 어느 정도의 각성효과를 내는 물질이 있다. 금연을 하게 되면 이에 동반해서 짜증이 오는 경우가 있다.

몸의 대사변화로 체중 3~5kg 증가

## 네티즌 불교 동아리 순례

### 천불동

## 국내 최초 온라인 신행단체 10년 이상 축적 불교자료 제공

‘우리나라 최초의 온라인 신행단체’, ‘불교자료의 보고’ 이는 천불동에 따라다니는 애청들이다. 천불동은 마치 인터넷 그물과도 같은 인터넷에서 많고 많은 부처님(千佛)이 함께 어울리는 곳, 관세음보살의 천손천수(千手千眼)의 들음과 사랑이 세상에 두루 전하길 염원하는 네티즌 신행모임. 1991년 9월 데이콤 천리안의 전신인 ‘PC-Serv’의 불자 동호회를 시작으로 본격적인 활동에 나선 천불동은 이후 ‘천리안 불교

동호회’라는 이름으로 신행활동을 해왔었다. 그러나 최근 인터넷 보급이 확산되면서 디지털 시대에 걸맞은 신행공동체를 만들기 위해 ‘천불동’으로 개명해 홈페이지(www.buddhasite.net)를 개설하고 부처님의 가르침에 의지해 ‘정정한 생활, 나누는 기쁨, 참다운 세상 구현’을 모토로 여법한 신행공동체를 향한 제2 도약을 나섰다. 천불동이 피시통신을 벗어난 인터넷에 기반을 둔 신행단체로 변모한데는 그만한 이유가 있다. 피시통신은 가입을 해야 하는 폐쇄적 공간이라 10년 이상 축적된 불교자료를 일반 네티즌들이 볼 수 없었다. 그래서 천불동은 이같은 방대한 불교자료들을 전체 네티즌들과 공유하고 아울러 회원배우운동을 알리기 위해 과감한 변신을 시도했다.



◇ ‘천불동’ 홈페이지 초기 화면.

천불동 홈페이지는 성경각, 너른법판, 공부도량, 묻고답하기, 방송곡, 오순도순, 영산회상 등 다양한 코너로 구성되어 있고, 특별한 가입 절차 없이 불교자료를 검색할 수 있어 비불자 네티즌들에게도 불처님의 가르침을 접할 기회를 제공하고 있다. 특히 지난해 12월부터 홈페이지에서 지구촌 난민돕기 운동을 펼치고 있어 화제를 모으고 있다. 세계적인 기부사이트인 핑거사이트와 연계해 실시하고 있는 이 운동은 불자 네티즌들이 천불동 홈페이지를 방문해 ‘돈 안들이고 좋은 일 하기’ 배너를 클릭하면 기업의 구매광고를 보게 되고, 이때 광고료 명목으로 ‘쌀 한 톨’을 지원받아 가아 난민에게 기부된다. 김두식 기자 doobi@buddhapa.com

## 당뇨·고혈압

### 당뇨병 혈당강하 조절제

# 국내약초 100% 생인정

▶혈액이 개선되며, 신체의 이상이 정상이 되어, 비만도 해소됩니다.  
▶100% 우리나라에서 재배되는 약초이며, 90%는 약초로 사용되었습니다.  
▶생인정은 일부는 덩이뿌리 일부는 뿌리에서 배합하여 생산하였으며 일체의 첨가물은 사용하지 않습니다.  
▶생인정은 식품으로 먹는 약제임을 사용함으로써 부작용이 없습니다.

**특용성 나타나는 현상**

- 소변량이 증가하고 소변횟수가 줄어듭니다.
- 신경기능 약화에 의한 불면증이 해소됩니다.
- 불면증이 없어집니다.
- 관절의 통증과 불편이 없어집니다.
- 일한적 무기력감과 피로가 없어지고 원기 회복이 됩니다.
- 거친피부가 고와집니다.
- 고혈압 증상이 개선되고, 어지러움과 부종이 없어집니다.
- 때때로 황금색으로 변하고 대소변을 보고난 후에 시원한 느낌이 나타나고 방귀냄새가 없어지고 속이 편안해집니다.
- 복용초기에 눈물이 나오는 느낌이 오거나, 위장이 나쁜 사람은 속이 더부룩한 느낌이 나타나지만 점차 없어집니다.
- 간혹 체질에 따라 아픈 곳에 통증이 더욱 심해지거나 경과 없어집니다.
- 위의 설명은 체질이 개선되는 현상임으로 안심하고 꾸준히 복용하시면 경과와 활력이 솟아납니다.
- 신약을 복용중인 사람은 생인정을 함께 복용하면서 점차 신약을 줄여 15일 정도 경과후 신약을 완전히 중단합니다.
- 생인정 복용시 대부분 2주 이내에 개선현상이 나타나고, 간혹 체질에 따라 3개월 나타나는 수도 있습니다.
- 복용중 개선현상이 의심되면 구입일로부터 30일 이내에 환불받을 수 있습니다.

(단, 복용분과 약소량비 5원권을 공제하고 즉시 환불 드립니다)

1일 3회, 1회 3-4정씩 섭취(나이와 소화능력에 따라 조절)

**생인정**

주문 및 상담 (054)281-0544

## 레이키(Reiki 靈氣)가 왜 화제인가!

모든 대제요법이 갖춰야 할 기본 능력이기 때문입니다. 3일만 배우면 되기 때문입니다.

뭔가 워니 해도 레이키가 바로 가장 확실하고 가장 빠른 우주생명 에너지 요법(氣功요법)이 될 수 있는 길입니다. 레이키에는 어떤든 2라는 비법이 있어서 여려해브 기공수련을 해야 하는 기공과는 달리 즉각 누구나 우주 생명에너지 요법으로 만들어 주는 것입니다.

이미 세계 인류의 가장 과학적 높은 유효한 체계로 자리잡혀 있는 레이키는 모든 대제요법(침술, 전자기, 지압사, 맛사지사, 피부관리사, 아로마 요법가, 합성사, 골격조절가, 발신사 요법가, 단식원 운영자, 기공 치료, 생식 요법가, 심령 상담가, 최면요법가 등)가 갖춰야 할 기본 능력으로 되어 가고 있습니다. 여러 분야의 대제요법가가 기본적으로 함께 쓸 수 있는 생명에너지 바로 레이키입니다. 레이키는 일본의 우스이 미카오(1865-1926)씨가 발견하고 체계화된 방법이며, 일본 등의 레이키 관계자들에게 의해 발전된 기의 과학입니다.

레이키는 건강진체를 개선하는 효과적인 생명에너지입니다.

1. 우스이 레이키(교육기간 3일, 교육비 70만원)
2. 카루나 레이키(교육기간 2일, 교육비 50만원)

카루나 레이키는 우스이 레이키를 배운 분이 다음 단계로서 배우는 새로운 레이키입니다.

3. 저(백의)은 이런 사람입니다.

지난 20년간 건강분야, 정신세계 분야의 번역가·저술가로 활동해 오다가 1996년부터 일본등에서 레이키를 만나 여러 길래의 레이키를 폭넓게 배워 우스이 레이키 마스터(신성)와 카루나 레이키 마스터가 되었고 1997년부터 ‘현대 생활 레이키 연구회’를 개입해 현재에 이르렀습니다. 한국정신과학회 이사.

## 현대 생활 레이키 연구회 대표 박희준

인터넷 홈페이지 http://www.Reiki.co.kr

- ◇ 주소 : 서울시 종로구 신문로 2가 89-2 피어선빌딩 809호실
- ◇ 전화 : 021720-5682, 720-5719, 팩스 : 021720-5720
- ◇ 핸드폰 : 019-392-2557, 018-850-1680

유체가탈, 쿨달리니 각성을 위한

## “무시간” 상태경험

세계 최초 빛과 소리 에너지 전수법 - 듀얼바이올비트 시스템

**메가플러스 기본사항**      **강력한 효과를 위한 옵션**

지구에너지 명상, 차크라, 유체이탈, 쿨달리니, 미간과 뇌의 차크라명상, 에너지지, 기타 학습과 창의력, 수련용 21개 프로그램 내장 (기본사항 : 본체, 녹색광안경, 헤드폰, 사용설명서/미국 마이크로칩사)

· 오라활동수련 (미국 오라시스템사/중국OEM)  
· 광안경 (빨간색, 청색, 보라색, 순백색/미국 마이크로칩사)  
· 다메리얼 고급 헤드폰 (미국 마이크로칩사)

**세계 유일한 듀얼 바이올비트 시스템**

- 메가플러스 명상기는 6개의 상체주파수를 동시에 전달시켜 주는 듀얼바이올비트 시스템을 도입하여 완벽한 이완과 무시간 상태를 가능케 하는 가장 진보된 빛과 소리 기기입니다.
- 듀얼바이올비트는 6개 상체주파수의 배열과 배치에 따라서 그 에너지 수준이 바뀌어, 빛과 소리 프로그래머의 체험을 말이나 문자가 아닌 에너지체로 전수시키는 방식입니다.
- 메가플러스의 빛과 소리 그리고 오라수련의 진동을 수동적으로 느끼고 즐기기에 한된 되어, 동시에 사고, 감정, 육체적 반응을 컨트롤 할 수 있어 빠른 시간 내에 무시간 상태에 들어갈 수 있습니다.
- 기타 15~120분까지 시간조절가능, 57개톤 변형(45개 프로그램 가능), 학습 및 창의력, 피로회복과 재충전, 불면증 용도로도 가능합니다.

· 전화주시면 (비편연구와 깨달음) 소책자와 카드로를 유상드립니다.

**마인드테크 : (02) 888-2142**

## 전강 학인 모집공고

圓照 覺性 대강백계에서는 해인사, 통도사, 범어사, 백양사, 은해사, 금산사에서 20여년간 강주를 역임하시고, 서울 부산에서 제가불자에게 불교, 유교, 도교 경전을 강의하셨으며, 동국역경원 번역위원과 종교위원을 역임하시고 현재 통화총서13집(대도지적, 천부경,중용적지, 유식론, 대승기신론,능엄경정맥소현시,화엄경론회석등)을 발간하셨다. 큰스님께서 말년의 회향으로 역경, 포교, 도계양성 3대 불사들 목표로 하여 전강 발을 학인을 아래와 같이 모집합니다.

- 모집 인원 : 30명
- 수업 연 한 : 2~4년
- 수업 과 목 : 동양고전과 불교학전반 및 강원 이력 과목에서 선정함
- 지원 자 격 : 강원, 중앙승가대, 동국대 불교학부, 원광대불교학부를 이수한 자 및 유교 사서를 수학하여 한문에 능통한 자이면 중단과비구,비구니를 불문하고 지원 가능함
- 제출 서류 : 성적사본, 교육기관 졸업증명서, 수행이력서
- 원 서 접 수 : 불기 2546(2002)년 4월 29일 ~ 5월 4일까지
- 전 형 명 법 : 서류심사, 면접시험
- 면 접 일 시 : 불기 2546(2002)년 5월 8일 오후 1시 부산 화엄사
- 합격자 발표 : 불기 2546(2002)년 5월 10일(개별통보)
- 대 우 : 속석만 제공함
- 문의 및 접수처 : 부산광역시 사상구 영곡동 138 전화 (051)324-0590

화엄학연구원 통화불교전문연구원