

“눈감고 ‘아빠다리’ 하면서 앉아서 집중하는 거 아니에요?”
 “불상 모양으로 앉아서 집중하는 거 아니에요?”
 명상과 수행의 시대라는 말이 ‘지금-여기’를 수놓고 있지만, 학생들은 정작 명상이 뭔지 모른다. 종교기관을 통해 참선이나 묵상 등을 경험한 아이들은 그나마 흉내라도 낼 줄 알지만, 그렇지 못한 대상에게 명상은 ‘침묵 속에서 견뎌내야 하는 행위’의 의미를 넘어서지 못하고 있다.
 이 같은 현실에서 명상을 교육에 적극 도입, 명상으로 인성교육을 실천하는 교사가 있다. 서울 봉천동 구암중학교의 김남선(54) 교사가 바로 그 주인공. 그는 명상 아카데미에서 수련과정을 이수한 후 학생들에게 벌써 6년째 명상을 지도하고 있다. 아이들의 마음상태를 읽어내고 그 마음에 행복과 평안을 심어줄 수 있는 방법 가운데 명상만큼 좋은 방법이 없다는 생각에서다.



서울 구암중학교 학생들이 수업시작 전 5분 명상에 집중하고 있다.

교육현장에 '명상' 도입 김남선 교사



김남선교사는 매 수업시작 전 5분을 명상에 할애한다. 수업이 시작되면 아이들은 조용히 눈을 감고 앉아 선생님이 읽어주는 이야기에 귀를 기울인다. 사회이슈, 날짜나 친구 이야기 등 명상의 주제는 다양하지만 그를 통해 김교사가 이끌어내려고 하는 내용은 언제나 같다. 바로 '성찰'이다. 나와 타인, 그리고 공동체가 살아가는 방식을 낯설게 바라보면서 마음가짐의 변화를 유도하는 것이다.

김남선 교사

이런 그가 '통일명상반'이라는 특별반 수업을 통해 강조하는 내용이기도 하다. 김 교사는 "나를 지켜보는 내가 대상인 나와 진정한 친구가 되고 있는지 '친구를 욕하는 나는 친구의 마음을 자기중심적으로 바라보지 않았는지' 등을 살펴피도록 지도한다. '내 속에 너무 많은 나'를 찬찬히 관찰할 줄 알고 관계에서 타인을 있는 그대로 받아들일 수 있을 때 건강한 심성을 키울 수 있기 때문이다.
 그러나 천방지축 아이들에게 이 같은 관찰과 수용이 쉬운 리 없다. 몇몇 아이들은 5분 명상 시간에 잠시 '뭉뚱'에 찌어들기도 하고, 한달에 한 번 맞는 특별반 수업 역시 건강성으로 대하기도 한다. 학생들로부터 이 같은 따분함을 털어내기 위해 그는 동작명상을 고안했다. 명상음악에 몸을

인성교육 따로 있나요? 나를 돌아보면 확실하죠

을 맡기고 몸짓을 자유롭게 이끌어내는 것이 바로 그것. 김교사는 "참나를 활짝 드러낼 수 있도록 열린 마음으로 자기를 표현하라"고 이야기할 뿐이지만 무의식적으로 표출되는 동작은 아이들의 마음을 그대로 담고 있다. 이를 통해 김교사는 아이들의 욕구와 심리상태를 읽고 그에 관한 처방을

간강하지 못한 교사들은 아이들을 제대로 인도할 자격이 없다"는 생각 하에 명상을 돕는 글귀, 명상교육의 이론 등 다양한 자료들을 제공하고 있다. '에니어그램(성격유형의 분석을 통한 심리상담법)' 과정 지도교사 경력, 92년부터 운영한 참교육상담소의 상담 경험 등을 살펴 약 2000여명의 회원

수업시작 전 5분동안
사회이슈·친구관계 등
다양한 주제로 명상체험

학생·교사들을 위한
인터넷 명상카페 개설
2000여 회원 가입 이끌어

준비한다.
김 교사의 인성지도는 여기서 그치지 않는다. 그는 마음자람(cafe.daum.net/jarammeca)이라는 명상상담 카페를 개설해 교사와 학생 모두를 아우르는 사이버 명상 공간을 꾸렸다. "사회에 나를 성공적으로 회화하겠다"는 그의 발원을 녹인 공간이다. 그는 "소경이 소경을 인도하지 못하듯 마음이

가입을 이끌어낸 것 또한 그의 활약이다.
명상교육 이외의 시간에도 진언명상과 호흡명상 등의 생활명상을 놓지 않는다는 김 교사는 "교사와 학생 모두 부처님 마음을 닦아가는 명상을 지속한다면 불국토가 멀지 않을 것"이라며 인성을 다스리는 명상교육의 의미를 다시 한번 강조했다.

한국요가지도자연합 하계 수련회

한국요가지도자연합회(회장 정장주)는 7월 17일 오후 1시~ 18일 오후 3시 조지원 흥덕대 국제연수원에서 하계 수련회를 연다.
 요가지도자들을 대상으로 진행되는 이번 수련회에서는 요가 테라피와 아우르베다(유대태), 자기 정화를 위한

요가의 율리와 게을(이형목), 바가바드기타와 요가(임승택), 서양의 대체의학과 우리의 과제(최우영) 등을 주제로 하는 강의와 함께 만트라 쉐딩(chanting) 요가교실(이인승), 차크라를 통한 요가 니드라(곽미자), 가이공 명상(윤정선) 등의 심습도 병행된다.
 200명 선착순 마감, 정회원 7만원·비회원 8만원.
 (02)3676-7071, yogyakya.com
 강신재 기자

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가? 나는 어디로 가고 있는가?
 그에 대한 답이 여기 있습니다.

밝은길 아바타 센터 전화주선은 본게는 언제나 무료로 제공됩니다.

경전의 이 말씀은, 당신께서 투자하는 단, 9일간의 내면 여행으로 터득하실 수 있습니다. 당신의 소원을 이루십시오.

서울 중로구 명동동 45번지 ☎ 02) 396-2736 · HP 016) 228-2358
 http://www.avatarcntr.co.kr E-mail: bokbat@kornet.net

세계 불교 여성지도자들 <결산>

지구촌의 여성 수행자들은 대부분 남성 수행자들의 통솔 또는 보호 아래 생활하고 있다. 그럼에도 서구에 불교가 전래되고, 지식인층을 중심으로 불교가 각광을 받게 되면서부터 불교 여성운동이 새로운 국면을 맞이하고 있다. 불교계 내·외적으로 남성과 동등한 권리를 요구하며 수행에 매진하는 한편 포교, 인권, 환경, 여성운동, 사회복지, 교육 분야 등에 매진하고 있다.
 여성 수행자들은 선종, 남방불교, 티베트 밀교 등 각 전통별로 수행한 후 비구니계 등을 받고 수행센터나 불교단체를 설립해 전방에 나서고 있다.
 북방불교의 선종에 속하는 여성 수행자들은 화계사 조실 송산 스님의 제자인 성향(바바라 로드) 스님, 낸시 브라운 헤지페스, 제인 맥라인 도비즈와 송광사 구산 스님(일직)의 제자인 성일(마르타네 베첼러) 스님을 비롯 서구형 선불교인 불교명상종을 설립한 지유 케넷 스님, 바하의 음악을 화두로 주는 모린 묘은 슈튜어트 법사 등이 대표적이다.
 며 자신이 처한 사회환경을 개선하기 위한 다양한 활동을 펼치고 있다.
 인권분야에서는 노벨평화상 수상자로서 필리핀 민주화의 상징인 아웅산 수지 여사, 사회비평가로서 인종과 여성문제에 왕성한 활동을 보이고 있는 영국의 벨 후스, 참여불교 및 인권운동을 펼치는 미국의 레슬리 윌리엄스 등이 대표적이다. 환경분야에서는 탁발한 스님의 제자이며 불교환경운동을 주도하고 있는 미국의 조앤 헬리팩스를 비롯해 생태학자인 조앤나 매이시, '라다크 프로젝트'의 설립자인 헬렌 노르버그 호지 등이 돋보인다.
 여성운동분야에는 87년 세계비구니대회를 열고 사키야다타를 결성해 당시까지 가장 장수적이었던 각국의 승단을 놀라게 한 아야 케마 스님이 대표적이다. 서양 여성으로는 최초로 티베트 스님의 환생으로 인가받아 톨루가 된 미국의 노르부 라모, 스리랑카의 여성불자위원회 회장 찬드라 여사, 사키야다타 현 회장인 헤공(렉서모) 스님, 20년 동안 폭력에 노출된 여성

포교·인권·환경·복지·교육 등
다채로운 여성운동 선봉지켜

티베트 불교전통에서는 영국 출신의 티베트 비구니인 텐진 팔모 스님과 미국 법무재단의 상임법사인 튜텐 최원 스님, <만달라(Mandala)>의 편집장인 '자유 감옥 프로젝트'의 책임자인 로비나 쿠퍼틴 스님이 대표적이다. 심리학자이자 심리치료사로 활동 중인 르네 핸드버그 박사, 미국 튜텐 사드립의 상임 지도법사를 맡고 있는 텐진 가초 스님도 주목받는 티베트 수행자들이다.
 이밖에 서구의 여성 수행자들은 종파나 수행법을 특별히 가리지 않는 무종파주의를 지향하는 경향이 많다. 이들 가운데 두드러진 활약을 보이는 이들이 영국에서 태어나 한국에서 비구니계를 받은 묘법(헬렌 잔다미) 스님, 통찰명상회(Insight Meditation Society)의 지도법사인 안나 더글라스, 티베트 밀교(가유파, 남파파)를 수행한 클라라 루즈, 미국 카르마 카규 센터 초대 지도법사인 세실라 콰이트 등이다. 상대적으로 여성 수행자의 활약이 미약한 남방불교권에서는 사키야다타 창립자인 아야 케마 스님과 미얀마의 우바킨(U Ba Khin) 법사의 제자인 루스 데니슨이 유명하다.
 한편 여성 불자들은 수행을 병행하

과 어린이들을 위해 컴퓨터를 제공해온 쿤닝 카니서(여성지위향상연합의 공동 창립자), 가정중심의 불교여성 네트워크를 추진하고 있는 다이안 페리 리스 스님 등도 주목받고 있다.
 사회복지 및 의료분야에서는 대만 의 중염 스님이 가장 유명하며 임종간호(호스피스) 활동에 매진하고 있는 조안 지코 헬리팩스, 태국의 사회사업자인 켈스 스님, '불교 AIDS 네트워크'를 조직한 엔코 팻 오후라 등이 눈에 띈다. 이밖에 불교교육 분야에 앞장선 대만 화법(華梵)대학 설립자 호은 스님, 청소년 교화에 앞장서온 카이 트리아나 리드, 평화운동에 매진해온 산드라 지수, 다양한 사회문제에 대해 불교적 해법을 제시해 온 고타미 스님 등이 선구자로 꼽힌다.
 이처럼 다채로운 '불교 여성운동'이 가능해진 것은 근현대 이후 여성 수행자들이 수행, 포교, 복지 등에서 비구 승단에 뒤지지 않는 위상을 보이며 나름의 영역을 구축해 왔기 때문이다. 앞으로도 여성 불자들의 국제적인 연대 강화와 정보교류를 통한 수행, 포교, 교육, 복지 불사는 더욱 탄력을 받을 전망이다.

직장인을 위한 불교강좌 (2년과정)

2004년도 동산불교대학 신입생 모집

불교의 대중화와 대승불교 사상을 널리 알릴 사명감 있는 포교사를 양성하기 위해, 교계대덕스님 및 교수를 초청하여 불교의 분야별 전문교육을 통하여 직장인을 위한 2년과정의 동산불교대학 제25기생을 모집함

1년 교과목	· 근본불교· 대승불교· 비교종교론 · 불교상담론· 인도불교사· 중국불교사 · 한국불교사· 유식사상· 정토사상	· 무진장스님(본대학학장)· 최봉수(동국대학교수)· 주병철(동국대학교수) · 최종석(금강대학교수)· 박 중(동산불교대학교수)· 정병조(동국대학교수) · 김상현(동국대학교수)· 김상영(승가대학교수)· 묘주스님(동국대학교수)· 최차석(동국대학교수)
2년 교과목	· 법화사상· 반야사상· 화엄사상 · 불교사회복지론· 불교학개론· 선사상 · 불교미술· 밀교사상· 포교방법론	· 압도스님(전포교원장)· 권기중(동국대학교수)· 정현스님(승가대학교수)· 보각스님(승가대학교수) · 김호귀(동국대학교수)· 윤영수(문화재단문위원장)· 박 중(동산불교대학교수) · 종석스님(승가대학교수)· 활안스님(금강선원총재)· 혁일법(진각대학교수)

모집인원	지원자격	제출서류	원서교부·접수	전형방법	강의일시 및 장소	비고
· 불교학과(200명) (정규반·주야반·통선반) (100명·50명·50명) · 다도학과(50명) · 불교미술학과(30명) · 불교한문학과(50명) · 불교경제학과(50명)	불교를 전공 신학대학자 하는 자	· 입학원서 1통 · 주민등록등본 1통 · 반명함판사진 3매	【불교학과】 2004년 6월 20일~ 2004년 7월 31일 입학금 200,000원	서류전형 (합격자 개별통보)	· 매주 토요일 오후 6시(정규반) · 매주 목요일 오후 2시(주간반) · 매주 화요일 오후 2시(다도반) · 매주 수요일 오후 2시(미술반) · 매주 목요일 오후 7시(한문반) · 매주 화요일 오후 7시(불교경제반)	통선반은 지방거주자나 출석수강이 어려운 자

4. 입학일시 불교학과 : 2004년 8월 7일 (토) 오후 5시 (동산불교대학)
 불교한문학과·다도학과·불교미술학과·불교경제학과 : 2004년 9월 7, 8, 9일 개강

5. 원서교부처
 본대학 사무국 Tel. (02) 732-1206~8 Fax. 732-1207 (우) 110-140 서울 중로구 수송동 46-20 http://www.dongsanbud.net
 · 서울 : 보련과 (조계사앞) 02) 733-0333 · 부산 : 부대기아사점 051) 865-4383 · 대구 : 상영불교서점 053) 425-4097
 · 대전 : 보문서점 042) 257-0161 · 광주 : 불일서점 062) 232-7542 · 제주 : 예전 수보리 점 064) 743-4184
 * 특전사항 : 동국대 불교대학원 입학 추천 · 상기 과정을 졸업한 자는 한국불교교육단체연합회 포교사 고시를 거쳐 연합회 포교사 자격을 취득함. (불교학과, 한문학과)

동산불교대학

불교성지순례 (주)실크로드여행사
 17년간 불자님들과 함께합니다 서울시 중로구 견지동 68-5 서흥빌딩 9층 조계사앞 (02)720-9600

부처님의 숨결을 느낄수 있는 성지순례!!
성지순례는 전통있는 실크로드와 함께 최고의 순례를 경험하시기 바랍니다.

특선1 중국 실크로드 14일 ▶출발일: 7월 2일 177만원
 서안-중남산-천수(백제산석굴)-난주(명령사석굴)-돈황(막고굴,유림석굴)-투루판-우루무치로 이어지는 실크로드상의 중요한 석굴을 답사하는 최고의 일정

특선2 인도세미 배낭여행 14일 ▶출발일: 7월 20일 159만원
 ● 인도 7대불교성지순례: 델리-기원정사-카필라성-룸비니-쿠시나가르-바이샬리-파트나-라즈기르-보드가야-바라나시-아그라-델리 * 호텔,차량,식사,입장료,보험,안내자등 포함 / 인도비자대 불포함

특선3 파키스탄, 카라코람, 실크로드 13일 ▶출발일: 7월 20일, 8월 10일 293만원
 ● 일정: 라호르-탈리카-페샤워르-스와트-칠라스-길기트-훈자마울-카슈카르-쿠차(천불동)-우루무치

중국불교 4대 명산 순례 *10명이상 출발 가능
 ▶ 지장보살의 성지 구화산 5일 (남경-구화산 지장성지-천하제일 황산-황주-영은사서호-상해) 85만원
 ▶ 관음보살의 성지 보타산 5일 (상해-황주-영파-보타산-관음현신처 조음동보제사,낙간산 등-상해) 79만원
 ▶ 보현보살의 성지 아미산 5일 (성도-낙산대불-아미산-아미산 정상의 금정,만년사 등-성도) 85만원
 ▶ 문수보살의 성지 오대산 6일 (조주선사의 백림선사 임제선사의 임제사, 오대산, 은강석굴 등) 95만원

티벳, 네팔 순례 12일 ▶출발일: 7월 20일 259만원
 티벳의 라사에서 히말라야를 넘어 카트만두까지 일주하는 신비로운 티벳의 불교성지를 찾아서
 ▶ 일정 : 라사-포탈라궁-장체-시게체-라체-시가(에베레스트 등) 히말라야 조망) -정무-카투만두

수미산 순례 25일 ▶출발일: 7월 6일 405만원