

# 북녘의 우리 절·사지 65곳을 한눈에

## 조계종 민족공동체추진본부, 국내 최초 자료 포함한 '북한의 전통사찰' 발간



북한의 전통사찰 | 조계종 민족공동체추진본부 | 양사재 펴냄 | 전 10권 150만원



자강도 범방대 다층탑



평안남도 평성 안국사 구층석탑



평남 평원 법흥사 금동여래좌상



평안북도 박천 심원사 보광사

남북 분단 이후 갈 수 없고 볼 수 없었던 북한의 전통사찰이 모여져 도록으로 발간됐다.

조계종 민족공동체추진본부(이사장 자승)는 6월 13일 "북한 조선문화보존사에 의뢰해 촬영한 북한 내 사찰과 불교문화재 사진을 도록 10권으로 정리해 발간했다"고 밝혔다.

책에는 북한지역 전통사찰 59곳과 사지(寺址) 6곳 등 65곳에 있는 전각 불상 불화 단청 석탑 비석 등 문화재 사진 3500여 컷과 해설이 타블로이드(가로 25cm, 세로 35cm) 크기 2800여 페이지에 담겼다.

책은 민주본이 봉은사 문화사업단의 후원을 받아 2009년부터 추진해온 북한 전통사찰 조사사업의 결과물이다. 수록된 사진은 북한 문화재 관리기관인 조선문화보존사와 조선불교도연맹의 협조로 2009-2010년 촬영됐다. 자료의 학술적 가치를 높이기 위해 문화재 사진 촬영에는 남측 전문가의 촬영 매뉴얼이 전달·반영됐다. 이로 인해 도록에는 사찰 전경부터 전각 석탑 법당의 내부 모습, 불상, 탱화까지 전체·세부도가 모두 수록됐다. 특히 장안사터 화장사터 마하연터 학림사터 현화사터 신평사터 등은 이번엔 처음 공개되는 자료이다.

지금까지의 북한 사찰 자료로는 일본강점기 조선총독부가 발간한 자료와 북한에서 출간한 <조선의 유적유물도감>(2001년 판), <조선의 절 안내>(2003년 판) 등이 전부로 사진의 화질이 좋지 않을 뿐만 아니라 사진 자료가 건축물에 치우친 한계가 있었다.

이사장 자승 스님은 "책은 북한 전통사찰에 대한 '최초의 종합보고서'라며 "북한 전통사찰의 현황을 정확히 파악하고 남북 불교 교류의 방향을 모색하는데 중요한 자료가 될 것"이라고 말했다.



자강도 만수암 대웅전 전경

### 효소로 건강지키자!

#### 전문희 "현대인에게 효소는 필수"



지리산에서 보낸 산야초 효소 이야기 전문희 저음 | 김선규 사진 | 이른아침 펴냄 | 1만5000원

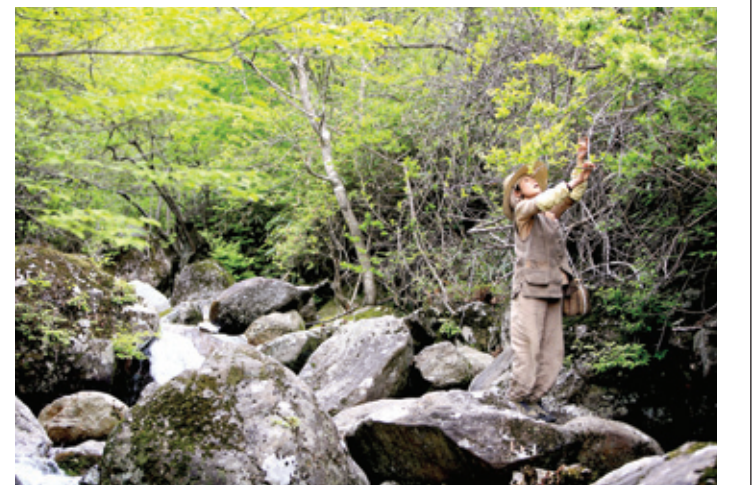
암환자, 성인병환자가 급증하고 있다. 우리나라 암환자 수는 이미 70만 명을 넘어선 상태다. 암 외에도 세계 곳곳에는 병명이 밝혀지지 않은 질환들이 늘어나고 있다.

현대에는 먹고 사는 것이 큰 문제가 되지 않는 시대다. 오히려 잘 먹고 잘 사는 것이 독이 돼버렸다. 많은 음식을 섭취하다 보니, 당연히 영양은 과잉섭취가 되고 그대로 지방으로 쌓이기 때문이다. 암이 발생하는 이유 역시, 식이섬유와 효소가 부족해 독소가 배출되지 않기 때문이다.

'건강을 위한 산야초 연구회'를 이끌며, 산야초 차와 효소를

작 건강을 지킬 효소는 부족하게 된다. 지리산을 16년째 살아가는 저자는 생야채, 생과일, 발효식품을 매일 먹어 효소를 보충해 줘야 한다고 주장하고 있다.

저자는 사시사철 산과 들에 나는 초목들의 뿌리, 잎, 껍질, 열매, 꽃 등을 채취해 발효·숙성시킨 산야초 효소에 대해 집중적으로 소개하고 있다. 온 산의 기운을 받고 자란 산야초로 만든 효소는 영양분과 산소 흡수, 소화 및 신진대사를 촉진해 비만과 노화를 예방한다. 또 독소를 배출시켜 혈액을 맑게 해주는 해독 정화작용과 수면 증진에



만들어 우리 차 마시기 운동을 전개하고 있는 전문희씨는 <지리산에서 보낸 산야초 효소 이야기>를 통해 효소가 현대인의 건강을 지키는 해결책임을 제시한다.

저자는 현대인들이 식이섬유와 효소가 풍부한 식생활을 하는 것이 가장 시급하다고 강조한다. 식이섬유는 분해된 노폐물을 변으로 배출되도록 돕고, 효소는 유해물질이 배설되기 쉬운 형태로 잘게 쪼개주는 역할을 한다.

각종 화학첨가물이 든 가공식품과 고칼로리식품, 술과 담배, 과로와 스트레스, 운동 부족 등으로 체내 효소는 고갈되고 정

세포를 건강한 세포로 교체해 준다.

책에는 식물의 잎과 꽃, 뿌리, 전초를 이용해 어떻게 효소를 만들고 마시는지, 만들어낸 효소가 각각 어떤 약효가 있는지를 계절별로 설명하고 있다. 저자는 여러 약초를 몸소 경험해 낸 지식들을 책을 통해 가득 풀어놓았다.

저자는 "우리나라는 조금만 노력하면 장수할 수 있는 좋은 조건을 갖추고 있다. 육식 위주의 서양식이나 인스턴트 식으로 바뀐 식습관만 바로잡는다면 얼마든지 건강하게 살 수 있다"고 말한다.

이은정 기자

## 여름방학 가족과 떠나는 성지 순례

■ 7월 27일 양곤 | 바간 | 만달레이 | 헤호 6일 1,990,000원 → 1,790,000원

■ 8월 24일 양곤 | 바간 | 만달레이 | 헤호 7일 2,040,000원 → 1,840,000원

\* 모든 경비 포함된 상품입니다.

■ 지장도량 구화산 | 황산 5일 1,140,000원

■ 마음은 다시 티벳으로 티벳 8일 문의

- 티벳과 보현도량 아미산 낙산 9일
- 지장도량 구화산 | 황산 5일
- 문수도량 오대산 석가장 조주 관음원 복경 6일
- 대만 정통 불교성지순례 4일 (불광사 | 중대선사 | 자항사 | 아류)
- 방콕 | 파타야 5일, 장사 | 장가계 5일, 백두산 5일

\* 전화 주시면 요금 및 일정에 대해 상세히 안내하여 드리겠습니다.



미얀마 종교성 관련 전문여행사 불교성지 전문여행사 마하연투어  
☎ 02)365-7747 [ 미얀마, 중국, 스리랑카, 인도, 티벳 ]

## 탱화 청동불상 전문

1,000불  
3,000불  
10,000불



### 四代傳統

계룡산파 계보도

금호당 약호 → 보응당 문성 →  
회응당 상균 → 원만당 석운

해동불교미술원  
010-3219-7180 / 010-3743-5167

거제도 총명사 아미타후불탱화