

“지친 몸과 마음에 춤으로 말 걸어봐요”

명상 기반한 춤 치유 프로그램 ‘확산’

춤이란 흥에 겨워 몸을 움직여 뛰노는 동작을 일컫는다. 그래서 춤을 춘다는 것은 억눌린 감정을 발산하고 내 안에 잠재된 자유능력을 일깨운다는 말이다. 흔히 춤을 춘다고 하면 술과 함께하는 축제나 클럽 공간 혹은 무대의 화려한 공연을 연상하기 마련이다. 하지만 힐링에 대세인 요즘 춤은 세상에 상처받은 영혼들을 위한 치유의 동작이자 위로의 몸짓이 되고 있다.

‘대추씨’의 명상춤을 활용한 힐링운동회, 성균소극장의 힐링댄스 스테디, 관무용단의 춤 테라피 등 춤을 통해 현대인들의 상처받은 내면을 치유하는 프로그램이 눈길을 끈다.

춤명상을 통해 대중과 함께하는 예비사회적기업 ‘대추씨’는 소통과 돌봄이 필요한 곳을 찾아가는 호모루넨스(유죄적 인간) 그룹을 표방한다. 춤명상-그림 치유-글쓰기 등을 통해 내면 치유를 바탕으로 하는 공동체 치유프로그램으로 학교 기업 각종단체 등을 방문하는 서비스를 지원하고 있다. 이 프로그램이 더욱 의미가 있는 것은 대표 권민희 씨가 지난 10여년간 꾸준히 수행해온 108배, 위빠사나 명상에 에너지그림 등 심리적 프로그램 등이 결합됐다는 사실이다.

권 대표는 “명상은 가만히 앉아 있는 것만 뜻하지 않는다. 몸의 움직임을 통해 자신을 관찰할 수 있는 계기를 마련하고 이를 통해 내면에 억눌렸던 감정과 상처 등을 털어낼 수 있는 기회가 될 수 있다”며 취지를 전한다.

특히 ‘대추씨’ 프로그램은 지난 5월 사회적기업진흥원의 청년봉사직기업가 육

성사업으로 선정되면서 프로그램의 진가를 인정받는 전기를 마련했다. 권 씨는 “많은 참가자들이 춤명상을 통해 자신의 몸을 관찰하고 내면의 상처를 치유 받고 있다. 학교 회사 등에서 벗어나 지친 몸과 마음을 돌보는 시간이 되고있다”고 전했다.

또한 ‘대추씨’는 수익금을 새터민 등 소외이웃을 위한 프로그램으로 환원해 나눔을 실천하는 사회적기업의 역할도 톡톡히 해내고 있다. (010)5391-1447

명상춤·힐링댄스·춤테라피 등 현대인 내면 치유 효과 탁월

지난 6월 12일 오픈한 대학로 성균소극장 무용치료프로그램 ‘힐링댄스스테디, 당신의 몸이 하고픈 말에 귀 기울여주세요!’도 주목할 만하다. 한국문화예술위원회 후원으로 진행되는 이 강의는 일반인들을 위한 극장 치유프로그램이다.

성균소극장은 “극장 무대로 직접 관객들을 끌어들이는 무용치료 프로그램으로 무대를 치유의 장으로 탈바꿈하는 첫 시도다. 대중들이 춤을 더 친숙하게 접할 수 있도록 하는 관객과의 새로운 소통법이 될 것”이라고 설명한다. 프로그램은 >움직임 기초 교육>움직임에서 춤으로 연구하기 > ‘스스로 추는 춤’ 무대 올리기 등으로 구성됐다.

프로그램을 진행하는 안재은 무용치료사는 “춤을 통해 창의적인 몸과 순수함을 담은 진정한 자신을 만나보는 시간이 될 것이다. 각자 잠재된 창조성을 찾아가는



춤을 통해 몸을 관찰하고 자신의 내면을 정화하는 프로그램이 주목받고 있다. 사진은 예비사회적기업 ‘대추씨’의 힐링운동회 명상춤 장면.



성균소극장의 힐링댄스 스테디 장면.

프로그램”이라며 취지를 밝혔다. 힐링댄스 스테디는 7월 31일까지 매주 화요일 총 8회 진행된다. (02)747-5035

불교 ‘관무용단’이 7월부터 예정인 힐링 캠프 역시 춤테라피를 기반으로 연구 미술 음악 등 다원 예술을 결합한 심신정화 프로그램이다. 관무용단 이영민 단장은 “거울댄스-오감표현하기-숨쉬기-침개구리 게임 등을 통해 공동체 의식을 심어주고 몸의 중요성을 일깨워 주는 프로그램이다. 평소 우리 단원들이 탄력을 위해 수행해오

던 프로그램에 불교사상을 녹여 새롭게 구성했다. 기업이나 학교 강의를 통해 대중들의 마음을 어루만지고 불교를 포교할 수 있는 계기가 될 것”이라고 설명했다. (010)8897-2466

이제 일상속으로 스며든 춤은 현대인들의 잠재된 내면을 일깨우는 새로운 활력소로 부각되고 있다. 그래서 춤은 몸의 움직임을 통해 내 몸 구석구석을 살피고 내면의 나를 돌볼 수 있는 새로운 경험이 된다.

이철진 한국춤예술센터 이사장은 “커뮤니티 아트가 강조되는 요즘, 일반인들이 직접 참가하는 춤 치유 프로그램은 공동체 의식을 심어준다. 또한 스트레스가 많은 현대인들의 심리 치료에 큰 효과를 발휘하고 있다. 춤 치유는 놀이를 통해 그동안 움직이지 않던 내 몸의 부분을 움직여줌으로써 생명에 대한 소중함을 일깨우는 프로그램이 되고 있다”며 춤 치료 효과에 대해 전했다.

정혜숙 기자 bwjns@hyunbul.com

문화 소식

중국 고대 불교 미술을 엿보다

갤러리메 기획전 7월 15일까지

갤러리메에서 동아시아 불교자료 80점을 선보인다. ‘흙 그리고 불심천년의 아름다움...장신구 히말라야 수호신’이라는 주제로 열리는 이번 기획전은 7월 15일까지 갤러리메에서 열린다.

이번 전시에서는 남북조 시대, 당·송에 이르기까지 비천상, 불상문, 사리함, 나한상 등 80여 점의 작품이 선보인다.

갤러리메 김요철 관장은 “신강위구르, 투르판지역과 몽고, 서안, 낙양, 지역 등에서 출토된 작품들을 만나볼 수 있다. 15여 년에 걸쳐 모아온 동아시아 불교자료를 한 자리에 모으게 됐다”며 취지를 전한다. 김 관장은 “‘신강출토’는 실�크로드에서 출토된 작품이며 불상문 전물은 간다라 미술이 중국으로 유입되면서 영향을 받은 작품이다. 실�크로드에서 출토된 목제 사리함도 주목할 만하다. 목제 유물이 1200년이 지난 오늘날까지 남아 있다는 것에 큰 의미를 둘 수 있을 것”이라고 말했다.

또한 이번 전시에서는 금비녀, 목걸이 귀걸이 등 300여 점의 고대 장신구도 만날 수 있다. (02)733-2190



중국 북위시대의 ‘불상문 전물’

했다. 갤러리 메는 “중국인들은 인도와 중앙아시아에서 슬러들이 가지고 온 작은 불상을 통해 불교미술을 접하게 된다. 이후 당나라에 이르러 중국만의 독자적 세계를 창출하게 된다. 이번 전시는 중국 불교문화의 역사를 접할 수 있는 좋은 계기가 될 것”이라고 강조했다.

또한 이번 전시에서는 금비녀, 목걸이 귀걸이 등 300여 점의 고대 장신구도 만날 수 있다. (02)733-2190

청오스님, ‘업장소멸 법륜대’ 전시

6월 21~27일까지 백악미술관에서

청오 스님의 업장소멸 법륜대 전시가 6월 21일부터 27일까지 서울 백악미술관에서 열린다.

이번 전시에는 경전이 봉안된 18점의 상감청자 법륜대가 전시된다.

오랜 시간 불상을 제작해 오던 청오 스님은 <전생록>에 착안해 법륜대를 조성했다. 스님은 “법륜대를 만들기 위해 노력한 끝에 상감기법에 착안하게 됐다. 업장 소멸의 의미를 가지고 있는 법륜대를 통해



청다향 법륜대.

많은 분들이 위로를 받았으면 한다”며 감회를 전했다.

한편, 청오 스님은 범어사 금동천수천안 및 금동선종량해, 청도 보현사 금동 약사여래대불, 해운대 해운정사 금동천수천안, 마라도 해수관음상 등의 불상을 제작해 왔다.

정혜숙 기자

아름다운 서체로 전하는 부처님 말씀

허유지 작가 ‘사경(寫經)전’ 19일부터 작품판매 수익금 전액 도서기금 기부

취원 허유지(許洵誥) 작가의 사경전이 6월 19일~7월 5일까지 동국대 중앙도서관 2층 전시실에서 열린다.

이번 전시회에는 >감지금지 마하반야바라밀다심경 >백지독서 금강반야바라밀경 >홍지은니 관세음보살상 >이산혜연선사 발원문 등 부처님과 선사들의 말씀을 다양한 불보살상과 문양들로 펼친 30여점의 사경작품이 전시된다.

특히 이번 전시회 작품 판매 수익금은 전액이 동국대 중앙도서관 발전을 위한 도서기금으로 기부돼 더욱 의미가 있다.

동국대측은 “불심이 매우 깊은 허유지 선생이 작품 판매수익금 전액을 동국대 중앙도서관 도서기금으로 희사해주신 것에 깊은 감사를 드린다”며 “이는 대학도서관 전시회 개최와 같은 프로그램을 통해 도서기금을 모금하는 최초의 시도다. 도서관 환경 개선과 학생들의 학업분위기 조성 등에 큰 도움이 될 것으로 기대된다”고 전했다.

20여년 동안 서예 활동을 펴온 허유지

작가는 그동안 대한민국 미술대전, 경인미술대전 특선, KBS 전국취미대회 특선, 한국미술대전 전통문화 산체상 등을 수상했다. 특히 허 작가는 7년 전부터 대한민국 전통사경 기능전승자 김경호 작가에게 사경을 지도받은 이후 하루 13시간씩 사경수행에 매진 제5회 서예문화대전 사경부문 대상의 영광을 안은 바 있다.

서예문화대전 초대작가, 경기미술대전 초대작가, 신사임당 예술대회 초대작가, 남경서법가 한·중 교류전, 중국 명주 한국사경연구회초대전, 서예문화대전 대상작가, 초대전 한글서예대축제 초대전, 한국사

경연구회 회원전, 예술의 전당 서예박물관 개인전 등을 열었으며 뉴욕 플러싱타운홀 갤러리 초대전을 앞두고 있다. 현재 허 작가는 한국사경연구회 홍보이사로 활동하고 있다.

정혜숙 기자



취원 허유지 작가의 사경전이 6월 19일부터 동국대 중앙도서관 2층 전시실에서 열린다. 작품은 허 작가의 감지금지 마하반야바라밀다심경

원진 스님 국제 아트페스티벌 참가

‘법정스님’ 등 작품 출품

원진 스님이 ‘2012 MIAF 국제구상아트페스티벌’에 참가한다. 목우회가 주관하는 이 행사는 6월 16~22일까지 서초동 예술의 전당 한가람미술관 2층에서 열린다.

이번 페스티벌에서 원진 스님은 스님들의 일상을 인물화 중심으로 그린 ‘법정스님1’ ‘법정스님2’ ‘무념’ ‘환생의 빛’ ‘마애불’ 등 다섯 작품을 선보인다.

그림을 통해서 꾸준히 자아발견의 길을 걷고 있는 원진스님은 동국대에서 서양화



원진스님의 작품 ‘법정스님’

를 전공하였으며 프랑스 파리에 ‘아카데미 드 라 그랑드 쇼미에르’에서 미술을 공부했다. 1991년 불교미술대전 특선, 2011년 대한민국미술대전 입선, 신라미술대전 특별상 등을 수상했다. 현재 원진스님은 소성회 회원, 정도미협 회원으로 작품활동 중이며 정도보감사 주지를 맡고 있다.

정혜숙 기자

주요 목차

상
1. 사찰의 구조
절은 왜 신에 많았나요?
입주문은 기둥이 하나라는 의미인가요?
사찰은 각각 어떻게 구별하고 그 역할은 어떻게 다른가요?
왜 어떤 사찰은 탑이 하나고 어떤 사찰은 탑이 두 개인가요?
최초의 불교 사원은 어떤 모습이었나요?

2. 사찰의 건물과 불화
절이라는 명칭의 유래는 무엇이고 절 속의 주요 전각은 어떤 것이 있나요?
미륵보살은 왜 항상 서 있는 모습으로 모셔지나요?
왜 어떤 탑의 사면에는 불상을 새겨놓았나요?
유린본질에는 왜 조상 천도재를 지내나요?

3. 사찰의 상징
연꽃은 어떻게 불교를 대표하는 꽃이 되었나요?
불교에서 사자의 크기라는 무엇을 상징하나요?
불교 의식용구 중에는 왜 물고기 형상이 많은가요?
적멸보궁에는 정말 부처님의 사리가 모셔져 있는 건가요?
탑의 층수는 어떻게 헤아리며, 층수가 의미하는 바가 따로 있나요?

하
4. 사찰의 축과
석굴암 불상은 왜 가슴을 드러내고 있나요?
불상의 수염은 왜 파란색인가요?
모든 사찰의 기상 시간은 새벽 3시인가요?
(달마도)에서 달마의 모습은 왜 그렇게 무리무리하나요?
사찰에서는 왜 산신을 모시나요?

5. 불교의례
왜 법당의 중간 문로는 출입을 못하게 하나요?
불상은 왜 금빛으로 되어 있나요?
스님들은 왜 색법을 하나요?
제사와 절에서 하는 제는 뭐가 다른가요?
법종을 치는 이유는 무엇이고 몇 번을 치어 하나요?

100개의 문답으로 풀어낸

사찰의 상징세계

100개의 문답으로 풀어낸

사찰의 상징세계

100개의 문답으로 풀어낸

사찰의 상징세계

때론 오해가 빚어낸 역사가,
때론 가슴 절절한 신앙이
오롯이 담겨진
‘사찰’에 대한 종합 안내서

사찰을 이해하기 위해 사머니즘, 인도, 중국의 문화를 한 줄로 불교, 유교, 이슬람, 기독교의 문화까지 또 한 줄로 대입해 가며 300여 장의 사진과 함께 풀어낸 크로스오버 문화서

글: 원진 스님

상하 각 320쪽, 312쪽
가격 각 22,000원