

“자전거 타면서 빨래도 해결하자”

순과에너지, '자전거세탁기' 전시

에너지 절약이 인류사회의 과제가 된 가운데 사찰에서 재생에너지 실천을 위한 자리가 마련됐다.

시민모임 순과에너지는 '에너지의 날'을 맞아 8월 22일 조계사 일주문 앞에서 재활용품으로 버려진 세탁기, 중고 헬스기를 사용해 전기 없이 사람의 힘으로 움직이는 '자전거세탁기' 3종류를 제작하고, 체험과 전시 행사를 진행했다. 자전거세탁기는 자전거와 중고 운동 헬스기에 통틀어 탈수기 및 드럼세탁기를 연결해 페달을 돌리면 세탁기가 돌아가는 방식이다. 세탁물을 약간의 진한 경계제로 불린 후 약 20여 분간 사람의 힘으로 움직이면 세탁이 가능하다.

이 같은 실험은 미국 매사추세츠공과대학(MIT) 학생들이 지난 2005년 전기가 없는 아프리카 지역 등에 자전거의 힘만으로 세탁기를 쓸 수 있도록 고안된 아이디어 상품이다.

손상순 순과에너지 기획국장은 “에너지의 날”을 맞아 사찰을 오가는 신도들과 방문객들에게 에너지의 소중함과 절약정신을 확산하고자 이 같은 행사를 마련했다”고 밝혔다. 이은경 기자



순과에너지는 8월 22일 조계사 일주문 앞에서 '자전거세탁기' 3종류를 전시하고 직접 체험해 볼 수 있는 행사를 마련했다.

“사찰음식, 영양학적으로 완벽”

문화사업단, 21일 '사찰음식 우수성' 연구 발표회



8월 21일 열린 '사찰음식 우수성 연구 발표회'에서 시연된 사찰음식. 사찰음식은 영양학적으로도 완벽하다는 연구 결과가 나왔다.

사찰음식이 왜 건강을 가져다 줄 수 있는지를 영양학적으로 분석한 연구 결과가 발표됐다.

한국불교문화사업단(단장, 이하 문화사업단)은 8월 21일 '사찰음식 우수성 연구 발표회'를 열고 사찰음식이 영양학적으로 어떤 장점을 갖고 있는지를 소개했다.

12종 사찰음식 성분 의의

주요 영양소 골고루 분포

항산화·면역 증강에 효과

심혈관 위험인자도 낮춰

이번 연구를 위해 문화사업단은 한국전통사찰음식문화연구소장 적문 스님이 만든 연인밥, 산채모듬밥, 아욱국, 사찰김치, 취나물 들깨무침, 우영잡채, 무약저지, 방아잎장떡, 송차 등 12개 음식을 한국식품연구원에 성분 분석을 의뢰했다. 분석 결과, 사찰음식은 주요 영양소와 일일 영양 권장량에 부합하는 완벽한 음식인 것으로 나타났다. 특히, 비만을 촉발하는 트랜스지방, 콜레스테롤 등이 전무했으며, 현대인의 부족 영양소인 칼슘과 철분이 풍부했다. 산채모듬밥, 사찰김치, 아욱국, 우영잡

채, 송차로 구성된 사찰음식을 한끼 식사로 먹었을 경우, 열량은 705kcal였으며, 탄수화물, 단백질, 지방, 식이섬유가 1일 권장량의 30~45% 가량을 섭취할 수 있는 것으로 나타났다.

이날 '사찰음식의 영양분석결과'를 발표한 정경완 한국외식산업연구소 연구원은 “사찰음식은 한국인의 영양 권장량에 맞춘 고른 섭취가 가능하다”며 “특히 충분한 식이섬유는 식물성 식품 섭취가 감소하는 한국인의 식습관 개선에 도움을 줄 수 있다”고 밝혔다.

이런 분석 결과는 사찰음식의 우수성을 그대로 보여준다는 주장도 제기됐다. 김경임 혜전대 교수는 사찰음식의 특징으로 채식과 △약용식품 섭취 △천연 조미료 △저장음식 발달 △제철 식재료 사용 등으로 인해 영양학적으로 우수할 수밖에 없다고 역설했다.

이에 대해 김 교수는 “사찰음식의 장류, 김치에는 발효 유익균, 식이섬유 등이 풍부해 장운동을 도와준다”며 또한 “항산화와 면역 증강 효과가 있다”고 강조했다.

또한 “포화지방산, 콜레스테롤과 동물성 단백질 섭취가 낮고, 식이섬유, 무기질 섭취량이 많아 심혈관 질환 위험도를 저하시킬 수 있다”고 덧붙였다. 신종일 기자 molp79@hyunbul.com

“차기 대통령, 양극화 문제 해결해야”

법륜 스님, 민주당 국회의원 모임서 강연

법륜 스님이 8월22일 국회도서관 대강당에서 '시대정신통합과 대통령 선거'를 주제로 강연했다. '내일을 생각하는 국회의원 모임(대표 김한길)'이 주최한 강연에서 스님은 통일 문제와 양극화 문제를 해결하고 국민대통합을 이뤄낼 수 있는 대통령이 탄생해야 한다고 강조했다.

강연회에는 민주당 박지원 원내대표와 박영선 의원, 통합진보당 강동원, 김제남 의원, 선진통일당 성원중 의원 등 국회의원과 시민 200여명이 참석했다.

스님은 “선거로 대통령을 뽑기 때문에 대통령이 될 수 있는 사람이 있고, 대통령이 되면 국가를 잘 운영할 사람이 있다. 두 사람이 일치하면 굉장히 좋는데 대부분 일치하지 않는다. 그래서 대통령이 되는 것에만 초점을 맞춰, 실력 없는 대통령이 뽑혀 국정을 잘못 운영하면 다 죽는다. 실력이 부족하면 안되는 게 낫다”고 주장했다.

법륜스님은 안철수 현상에 대한 기존 정치권의 반성을 강조하기도 했다. “정치인들이 국민을 보고 정치를 했으면 좋겠다. 국민이 뭘 하는지 뭘 바라는데에 대해서 너무 소홀하다. 오죽하면 정치를 10, 20년 전문으로 한 정치인은 외면당하고, 정치를 전혀 모르는 사람에 대해 기대가 커지겠냐? 정치권은 반성해야 한다”고 지적했다.

또한 스님은 독도 방문으로 독도 분쟁 지역화 발미를 내주고 남북관계를 후퇴시킨 이명박 대통령을 비판했다. “독도가 한



안철수 부상 현 정치 무능 보여줘 MB 정부 통일 정책 비판 받을 것

국 영토인 것이 역사적으로 명백한데 우리 땅이라고 확인하는 게 필요한가? 실효적으로 지배하지 못하고 있는 북한과 잘 협력하고 포용해서 더 넓은 땅(북한)을 갖게 해주는 게 낫다. 통일한국은 독도 문제를 훨씬 쉽게 해결할 수 있다”고 설명했다.

이어 스님은 통일에 적극적으로 나서야 한다고 말했다. “통일한국은 동아시아공동체를 견인해내고 세계 문명의 중심으로 우뚝 설 수 있다. 이명박 정부가 5년의 기회를 놓친 것은 아쉬운 일”이라고 지적했다. 정혜숙 기자 bwjns@hyunbul.com

“건강한 사찰음식 먹고 힘내세요”

런던장애인올림픽 선수단 오찬

런던 장애인올림픽에 참가하는 선수단의 선전을 사찰음식 공양으로 기원하는 행사가 열렸다.

한국불교문화사업단(단장 법진)은 8월 20일 경기도 이천 장애인체육종합훈련원에서 '2012 런던장애인올림픽 국가대표 초청 사찰음식 오찬 행사'를 개최했다.

이 자리에는 장준배 장애인올림픽 선수단장, 조향현 훈련원 원장, 체육인불자연합회 이경훈 회장 등 출전 선수 및 관계자 등 250여 명이 참석해 선전을 다짐했다. 또한 런던올림픽 양궁 남자 개인전 금메달 리스트인 오진혁 선수와 양궁 대표팀 장영술 총감독이 특별 방문하기도 했다. 신종일 기자

“죽음 행렬 막기 위해 100일 행동 나설 것”

도법 스님 등 종교대표 21일 국회 환노위 방문

쌍용차 사태로 인해 이어지고 있는 죽음의 행렬을 막기 위해 불교, 천주교, 개신교, 원불교, 천도교 등 5대 종교인들이 국민행동을 전개한다.

5대 종교는 9월 15일부터 12월 25일까지 100일간 '죽음의 행렬을 막기 위한 100일 국민공동행동'을 펴며 등 사회각층 현장에서 진행할 예정이다.

조계종 화쟁위원회의 위원장 도법 스님을 비롯한 천주교, 기독교, 원불교, 천도교 등 5대 종단대표단은 8월 21일 국회 환노동위원회를 찾아 쌍용차 문제해결을 촉구했다.

도법 스님은 이날 신계문 환경노동위원회(환노위) 위원장, 한명숙·윤수미 민주당 통합당 환노위 위원, 심상정 통합진보당 등 환노위 위원 등이 참석한 자리에서 “오늘 국민적 분열과 갈등, 대립을 풀기 위해 제도권과 종교계가 나서보자는 마음에 국



5대 종교인들이 8월 21일 국회 환노동위원회를 방문해 쌍용차 사태 해결을 촉구했다. 도법 스님은 이 자리에서 “5대 종교가 죽음의 행렬을 막기 위한 100일 공동행동을 전개할 계획”이라고 밝혔다.

회를 방론했다”며 “쌍용차 노동자들의 죽음의 행렬을 멈춰야 한다”고 강조했다.

“죽음의 행렬을 막기 위한 100일 국민행동”은 불교, 천주교, 개신교, 원불교, 천도교 등 5대 종교 주관으로 9월 15일부터 12월 25일까지 총 100일간 진행된다.

이해록 목사는 “쌍용차 문제는 우리 모두의 책임이자 신자유주의의 거대한 태풍을 막지 못한 우리 국가의 슬픈 운명”이라며 “지속적으로 죽어왔고 죽을 수밖에 없

는 이 거미줄 같은 분위기와 체제 속에 노동자들이 억압받아 온 이 상황을 풀어야 한다”고 말했다.

신계문 위원장은 “환노위 안에 쌍용차 정리하고 문제해결을 위해 소위를 설치하려 했으나 새누리당이 특정 사업장을 명기해 소위를 만들면 수십 수 백개의 소위가 만들어진다는 것을 이유로 소위 구성에 반대하고 있다”고 말했다.

노덕현 기자 noduc@hyunbul.com

외국인들 “연등회서 진짜 한국불교 체험”

봉축위, '외국인 모니터링 조사 연구서' 발간

외국인들에게 보여진 연등회는 한국불교의 진면목을 체험할 수 있는 축제였다.

부처님오신날 봉축위원회(위원장 자승)는 최근 '연등회 외국인 모니터링 조사연구 보고서'를 발간했다. 보고서에 따르면 외국인 모니터링단은 이번 연등회에서 “진짜 한국과 불교를 경험할 수 있는 기회”라고 손꼽았다.

특히 연등행렬이 토요일 저녁으로 옮겨지면서, 스님과 보다 가까워서 만나 소통할 수 있다는 점도 높게 평가했다. 스님이 일요일 낮 시간에 진행되는 전통문화마당에서 많은 역할을 수행하면서, 상당수 외국인들이 스님과 직접 마주할 수 있었다는 설명이다. 또 축제를 위해 별도로 만들어진 공간이 아닌 실제 사찰 조계사를 방문한 점은 외국인들이 ‘진짜’를 경험한다고 느끼게 된 계기였다.

이어 모니터링단은 “다양함의 가치”를 축제의 가장 큰 장점이라는 데 동의했다. 가장 인상 깊었던 체험을 묻는 질문에 다양한 문화, 다양한 불교, 다양한 체험, 다



양한 사람 등을 언급했다. 축제 홍보시 다양성을 잘 드러낼 필요가 있음을 공감하기도 했다. 하지만 외국인보다 한국인이 연등회를 종교 축제로 인식하고 있는 경향과 다양한 문화적 가치와 콘텐츠를 효율적으로 홍보하는 방안이 미흡함을 지적 사항으로 꼽았다.

또 외국인 모니터링단은 방문객 관심사에 맞게 프로그램을 선택할 수 있도록 유형을 세분화하는 수요자 맞춤형 안내를 요구했다. 자신이 원하는 프로그램을 보다 빨리 찾을 수 있도록 통역을 통한 정보나 실시간 안내 부족을 언급했다.

이번 모니터링단은 말레이시아 3명, 필리핀 2명, 이스라엘 2명, 브라질, 모로코, 남아메리카공화국, 스위스, 미국, 파키스탄, 인도네시아, 러시아 각 1명으로 구성됐다. 신종일 기자

붓다북

불교전문서점 쇼핑몰

www.buddhabook.co.kr

불교공부서적

붓다북

불교서적

발행이 두려워 못지 않다

불교용품

21개의 붓다의 메시지

명상음반

108 Prostrations of Great Repentance

Click!! 인터넷 검색창에 **붓다북!**

붓다북

불교전문서점 쇼핑몰

붓다북 오프라인 매장: 서울시 성북구 동소문동 5가 120 동일하이빌 B1

☎ 02-953-7181