

美 종파 초월한 불교명상 공동체 조직

미국 메인(Maine) 주에서 종파를 초월한 불교명상 공동체가 조직될 전망이다.

켄네벡 저널(Kennebec Journal) 지는 "메인 주에서 활동하고 있는 테라와다·티베트·일본불교계가 지난 17일 '서쪽에서 온 메인불교(Western Maine Buddhism)'를 주제로 메인대학교(University of Maine)에서 첫 세미나를 개최했다"고 보도하고, "이번 세미나를 기점으로 세 개의 불교계를 아우르는 불교명상 공동체가 조직될 전망"이라고 덧붙였다.

보도에 따르면, 메인 주에서 기반을 닦아오던 라임상가(Rime Sangha), 풀문상가(Full Moon Sangha), 건강네트워크(Health Network) 등 3개의 불교명상 그룹의 지도자들이 회원뿐만 아니라 명상에 관심 있는 지역 주민까지 아우르는 상가(sangha)를 조직하자는 의견을 모아서 이번 세미나를 마련했다.

메인대학 연구관에서 마련된 이번 세미나는 각각의 전통에 따른 명상을 시현하고, 이어 30여 명의 세미나 동참자들이 스스로 준비한 매트나 담요를 연수관 강당에 펴고 그 위에 앉은 채, 지그시 눈을 감고 집단 명상을 하는 것으로 시작했다. 이어 각 불교명상 그룹의 지도자들의 발표와 토론으로 진행했다.

"우리는 지금 진정한 의미의 불교명상 공동체를 보고 있는 것"이라는 라임상가의 켈 에녹(Jeb Enoch·티베트불교) 법사는 "이번 세미나는 각각의 불교전통에 따라 최소 수년 동안 명상을 해온 불자 30명이 적극 참여해 진행될 수 있었다"며 "이 자리는 서로 다른 불교전통을 이해하고, 메인 주의 불교발전에 토대를 함께 다지는 계기가 될 것"이라고 말했다.



3월 17일 미국 메인주 파밍턴(Farmington) 메인대학(University of Maine)에서 메인주 불교계 사상 처음으로 티베트·일본·테라와다 불교그룹 연합 세미나가 개최됐다. 사진은 참여자들의 명상 실습으로 시작된 세미나의 모습. 연합 세미나 공동주최자인 조 랜킨(Joe Rankin, 사진 오른쪽)과 팀 데이비스(Tim Davis)가 참석자들과 대화를 나누고 있다.

라임상가 등 3개 불교명상그룹, 사상 첫 연합 세미나 개최 '서쪽에서 온 메인불교' 주제... 17일 파밍턴 메인대학에서

"명상은 자신을 성찰하는 최고의 방법이며, 그 과정에서 스트레스는 자연스럽게 감소하는 것"이라고 말한 풀문상가의 조 랜킨(Joe Rankin·일본불교) 법사는 "명상을 하는 사람도, 그 사람 곁에 있는 타인도 편안함을 주는 게 명상"이라며 "우리가 명상을 최고의 힐링 방법으로 삼는 게 바로 이런 까닭"이라고 말했다.

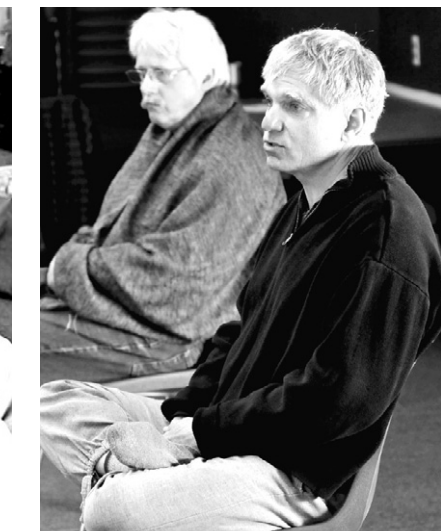
"명상은 뇌 구조도 바꾼다는 게 지금까지 관련 의학계의 연구 결과"라고 강조한 건강네트워크의 팀 데이비스(Tim Davis·테라와다불교) 법사는 "명상 중에 전두엽이 활성화되는데, 이곳은 사고 기능과 집중력, 감정 조절 등을 담당하는 부위"라며

"전두엽이 발달하면 집중력과 기억력, 사고력이 높아진다"고 설명했다.

이번 세미나에 참석한 메저 콜미(Marjor Cormie·43) 씨는 "3년째 명상을 하면서 묻고 싶었던 문제가 점점 늘어났는데, 이번 세미나는 그거 문제에 일정부분 답을 찾을 수 있었던 유익한 자리였다"고 말했다.

그는 미국 메인주 프랭클린카운티(Franklin County)에 있는 체스터빌(Chesterville)에 거주하며, 테라와다불교전통의 '건강네트워크' 회원으로 활동하고 있다.

켄네벡 저널은 공동주최자인 조 랜킨 법



사의 말을 인용, "자신의 신심과 수행을 돌아보게 하는 자리"였으며 이번 세미나를 평가하고, "세미나 동참자 마다 불교전통은 달라도 '자선'을 최고의 불교 가치로 생각하는 것은 똑같았다"며 "이 세 그룹의 지도자와 회원들이 앉아서 메인주를 대표하는 '불교명상 공동체' 구성에 공감대를 형성하고 있어, 지역 발전에서 이들의 역할을 기대하게 한다"고 평가했다.

한편 이번 세미나를 주최한 켈 에녹·팀 데이비스·조 랜킨 법사는 "문화, 인종 등이 다른 다민족 사회에서 불교는 어떻게 평화와 조화를 보여줄 것인지 깊이 고민해야 한다"며 "메인주에서 활동하는 명상그룹과의 논의를 통해, 누구나 거부감 없이 받아들일 수 있는 명상 공동체를 결성해, 메인주에서 명상이 더욱 보편화될 수 있도록 노력한다"는 데 의견을 모았다.

오종욱 편집위원

타클라마칸서 불교유적 발견

중국 고고학팀 "타클라마칸에서 가장 큰 사원"

중앙아시아에 있는 세계 최대 사막 중 하나인 타클라마칸 사막에서 1500년 전 지어진 불교사원 유적이 발견됐다.

미국 불교 계간지 <삼발라선> 인터넷판 뉴스는 2월 28일(미 현지시간) "중국 신장 위구르 자치구에 있는 타클라마칸 사막에서 유물 3000여 점이 발견됐다"고 보도했다.

이번 발굴은 중국사회과학원 고고학연구소 신장(新疆) 고고학팀이 진행했으며 2012년 6월 완료했다.

고고학팀은 불교사원이 1500년 전 남북조시대에 세워진 것으로 추정하고 있으며 발견된 유적 및 유물 가운데 벽화에 주목했다.

이들은 "벽화는 기원전 2세에서부터 400년대 고대 인도 북서부 간다라 지방(現 파키스탄 페샤와르)에서 발달한 그리스·로마 풍의 불교 미술양식인 '간다라 양식'"이라고 설명했다.

고고학연구소 신장 고고학팀을 이끈 우신화 팀장은 "정말 훌륭하다. 이제껏 타클라마칸 지역에서 이런 벽화를 본적은 없다. 유적을 통해 고대 중국의 불교보급과 함께 동·서양 문화의 융합을 볼 수 있다"고 설명했다.

우 박사는 "이번에 발견된 유적지는 20세기 초부터 타클라마칸 사막을 조사해온 이래 최대 규모"라며 "사원의 구조는 매우 독특하며 사원 안에 있는 두 개 불상의 높이는 6m에 달한다. 이는 중국에서 가장 오래된 불교사원이라고 생각한다"고 말했다.

한편 중국사회과학원(CASS)과 신장위구르자치구 고고학자들은 2005년 타클라마칸 사막 남쪽 모래 속에서 길이 2.25m, 폭 2m, 4면의 담 높이 1.3m의 세계에서 가장 작은 불교 사찰을 발굴해 눈길을 끌었다. 고고학팀은 사찰 주변 반지름 100m 사막 모래 지역 일대를 대대적으로 발굴해 4백여 점의 정교하고 뛰어난 대승불교 경전들을 그린 프레스코 벽화들과 불상들을 모신 이 사찰을 발굴했다.

투오폴루커둔이라는 이름의 이 1500여년 전 사찰 중앙에는 높이 약 65cm의 불

상이 한구, 북쪽 중간 지점에는 넓은 어깨에 가는 허리대를 가진 여러 불상들이 모여져 있었다.

우신화 팀장은 나무와 진흙을 이겨 만든 '투오폴루커둔 사찰은 세계에서 지금까지 발견된 가장 작은 사찰'이라며 "이 사찰은 또 타클라마칸 사막에서 프레스코 벽화들과 불상들이 가장 잘 보존되고 원형이 비교적 잘 간직된 유일한 고대 사찰"이라고 밝혔다.

우 팀장은 이 사찰의 구조와 형태와 문물들의 발굴은 불교 연구와 중국 서북 지역과 내륙으로의 불교 전파, 불교가 번성했던 고대 위톈(玉田)왕국의 프레스코 벽화 및 일반인들 사이의 불교 신앙 연구에 있어서 귀중한 가치가 있다고 밝혔다.

3000여 유물 및 벽화 발견

벽화는 간다라 양식

1500년전 남북조시대 유적 추정

2005년에는 가장 작은 사원 발견

타클라마칸 사막 남쪽 위톈 왕국은 약 3천년 전 설립돼 독립한 불교 신자들이던 '위치' 집안이 약 2천년 전부터 통치하기 시작한 후 많은 사찰과 탑들이 세워져 불교의 성지로 알려져 있고 대승불교 경전도 이곳을 통해 중국 내륙으로 전파됐다.

위톈 왕국은 서기 8세기 중엽, 타클라마칸 사막 서쪽에 있던 이슬람 국가인 칼라한왕국이 개시한 종교 전쟁으로 멸망해 수많은 사찰과 탑들이 파괴되었으며, 투오폴루커둔 사찰은 다행히 파괴를 면하고 1500여 년간 모래속에 묻혀 있다가 한 목동에 의해 최근 우연하게 발견돼 발굴이 시작됐다.

이로써 타클라마칸 유적지는 인도불교의 중국 전파와 중국의 사회·경제적상황을 연구하는 학자들에게 주요 연구대상이 될 것으로 전망된다.

이나는 기자 oasis1983@hyunbul.com



중국 고고학자들이 발견한 1500년전에 지어진 불교사원의 유적(좌)과 간다라 양식의 벽화(우).

부에노스아이레스 도시민 사로잡은 명상센터

소토선불교협회, 에코요가공원 등 '아르헨티나 독립' 지 5곳 선정

남미의 정열이 가득한 아르헨티나의 수도 부에노스아이레스(Buenos Aires)에서도 명상은 도시민의 발길을 잡고 있다. 아르헨티나 독립(Argentina Independent)지가 20일 부에노스아이레스의 시민들이 즐겨 찾는 상위 명상센터를 선정·보도해 주목된다.

선정된 명상센터는 소토선불교협회(The Association of Buddhism Soto Zen), 에코요가공원(Eco Yoga Park), 도시로터스(Urban Lotus), BA생활센터(BA Life Centre), 사자요가(Sahaja Yoga), 에코요가공원(Eco Yoga Park) 등 5곳.

부에노스아이레스의 일본 문화원(Japanese Cultural Centre) 내에 자리한

소토선불교협회는 현재 불교철학 강좌를 개설, '선실수'를 실시하고 있는데, 일본불교의 전통수행을 체험할 수 있다는 데 관심이 쏠리고 있다. 매주 수요일과 토요일 저녁 7시에 시작되는 이 수업은 20분간의 참선을 세 차례 하는 것으로 진행된다. 수업 말미에 <금강경>을 봉독한다.

부에노스아이레스 근교인 푸엔테 카사칼레스(Puente Cascallares)에 위치한 에코요가공원은 부에노스아이레스에서 '요가 캠프장'으로 통한다. 유기농 아침 식사를 시작으로 시작되는 이곳의 수업은 티베트 불교의 벨 명상(Tibetan Bell Meditation)과 동서양의 고전음악을 들으며 진행하는 만트라 치유(Mantra



부에노스아이레스의 일본문화원 내에 있는 소토선불교협회는 현재 불교철학 강좌를 개설, '선실수'를 실시하고 있다(좌). 푸엔테 카사칼레스(Puente Cascallares)에 위치한 에코요가공원에서 수업을 하고 있는 수련생들(우).

Therapy) 등으로 구성되며, 뒷발을 가꾸는 율령도 함께 진행된다.

도시로터스는 평화롭고 따뜻한 조명의 명상실을 운영하고 있다. 이곳에서의 명상 수업은 앉기 보다는 누운 자세로 자신의 내면을 바라보는 팔레르모(Palermo) 과정으로 진행되는데, 명상 속에서 휴식을 찾고



자 하는 도시민의 마음을 사로잡고 있다.

BA생활센터와 사자요가는 요가에 중점은 명상 과정을 무료로 운영하고 있다. BA생활센터의 경우 힘과 균형에 집중하는 요가를 가르치는 반면, 사자요가는 힘과 정신에 집중하는 요가를 가르치는 게 다르다.

오종욱 편집위원

현대불교신문·미안마문화원 공동캠페인

자비의 미안마 돕기

행복한 나라, 미안마에서 부처님의 가르침을 실천합시다

안녕하세요!

미안마 친선대사라는 중책을 맡아 열심히 봉사 활동을 하고 있는 김용림, 김혜옥 불자입니다.



'자비의 미안마 돕기' 캠페인의 놀라운 성과에 불자로서 큰 자부심을 갖습니다. 그러나 아직도 미안마의 어려운 환경은 저희의 마음을 아프게 합니다. 저희 불자들의 작은 관심이 미안마 국민들에게는 더 없는 큰힘이 되고 있습니다. 불자들의 작은 보시가 그들에게는 생명의 물이 되고, 미래를 위한 교육이 되며, 부처님을 받드는 신심이 됩니다.

미안마 극빈층 어린이의 맑은 미소를 잊을 수가 없습니다. 부처님을 향한 그들의 진실한 믿음을 잊을 수가 없습니다.

지속적인 보시와, 봉사활동, 자매결연 등 많은 방법이 있습니다. 불자님에 맞는 방법으로 동참하실 수 있습니다. 감사합니다. 성불하십시오.

미안마연방정부 추대 미안마친선대사 김용림·김혜옥

부처님 당시의 수행법을 지켜오며 어려운 환경 속에서도 밝은 미소로 성실한 삶을 살아가고 있는 초기불교의 원류 미안마... 현대불교신문과 미안마문화원은 '자비의 미안마 돕기' 캠페인을 통해 불교전통의 아름다운 나눔의 향기를 전하고자 합니다.



- **극빈마을 공동우물 파주기 지원**
식수 부족으로 어려움을 겪고 있는 극빈 마을에 불자님의 이름으로 공동우물을 지원합니다. 개인 또는 단체로 우물건설 봉사자 지원 가능합니다.
- **신원 출가의식 지원**
신원은 미안마인이 10세 전후로 해야 하는 출가체행 행사이며 미안마인의 가장 큰 기쁨의 행사. 비용이 없어 신원 의식을 행하지 못하는 빈곤 가정에 비용을 지원합니다.
- **코리아 종합 기술대학교 건립비용 지원**
나인따야에 건설중인 코리아기술대학은 미안마 현지인을 대상으로 외국어, 컴퓨터, 자동차, 등 실용기술을 무상교육하여 빈곤 청소년들이 자립할 수 있도록 지원합니다. 2010년 12월 12일 신축공사가 시작되어 진행되고 있습니다.
- **어린이 교육지원**
교육혜택을 받지 못하는 고아원, 초등학교 설립 및 운영을 하고 있습니다. 학용품 및 교육자료 지원에 불자들의 후원이 필요합니다.
- **후원물품 지원**
후원금 외에 생활에 필요하고 전달 가능한 것이라면 어떠한 물품도 접수받고 있습니다. 먼저 담당자와 통화 하신 후 보내주시면 봉사단 방문 시 현지에서 직접 전달 합니다.
- **봉사단 참여**
미안마 문화원을 통해 미안마 현지에 대한 봉사단으로 활동하실 수 있습니다.

문의 : 미안마문화원 상영민 국장 02)733-5670 현대불교신문 이동경 부장 02)2004-8214
후원금 입금계좌 : 농협 301-0016-0537-91 국제불교지도자협회 * 후원물품은 현대불교신문사 담당자 통화 후 보내주시면 됩니다.

* 후원내역과 전달내용은 현대불교신문 지면을 통해 정기적으로 공지합니다.

현대불교 · 미안마문화원