

영 조지 오스본 재무장관, 명상에 빠져들다

온·오프라인

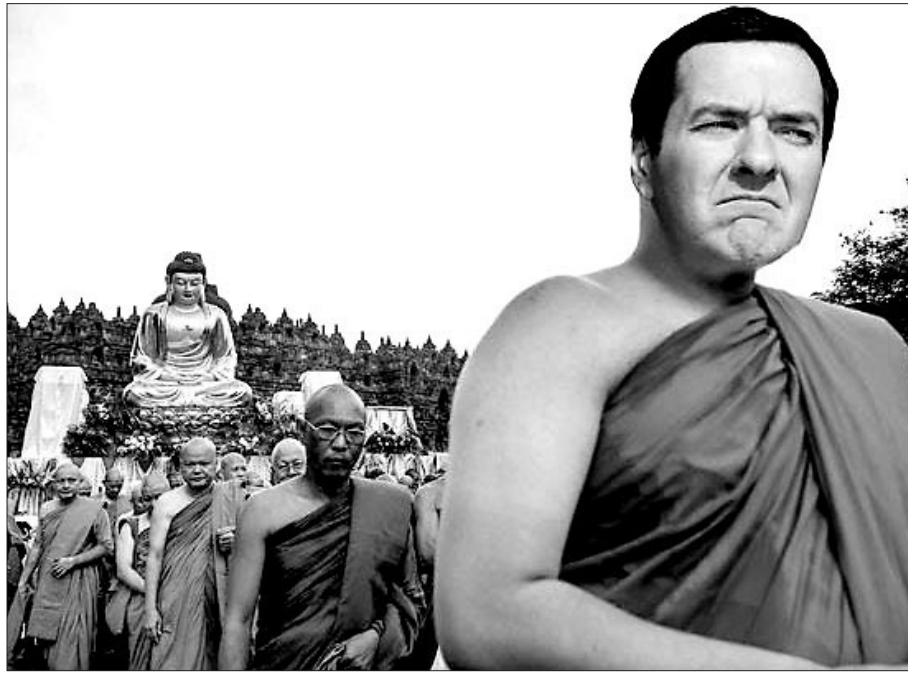
‘헤드스페이스’ 명상에 심취

〈Sunday People〉지는 “조지 오스본(George Osborne) 영국 재무장관이 브리튼 앤디 퍼디컴(Briton Andy Puddicombe)과의 만남을 계기로 ‘드디어 명상을 시작했다’며 ‘명상의 혜택이라고 할 수 있는 ‘조화’와 ‘깨달음’이 과연 조지 오스본 장관에게 어떤 영향을 끼치고, 또 영국 경제를 되살리는 데 일조할 수 있을 지에 대중들의 관심이 쏠리고 있다”고 보도했다.

〈Sunday People〉지에 따르면 조지 오스본 장관은 현재 영국에서 최초로 공인받은 명상 컨설턴트인 헤드스페이스(Headspace)사의 브리튼 앤디 퍼디컴 대표의 지도를 받는 한편 헤드스페이스사에서 개발한 명상 모바일 앱(APP) ‘헤드스페이스’를 이용해 일상에서도 명상을 하고 있다는 것이다.

조지 오스본 장관이 실참하고 있는 명상법인 ‘헤드스페이스’는 ‘하루 10분만 생각을 멈추면 인생이 가벼워진다’는 모토로 브리튼 앤디 퍼디컴 대표가 직접 개발한 것으로, ‘명상에 접근하기’ → ‘명상 수행하기’ → ‘명상을 삶과 통합하기’를 순차적으로 진행하는 자기계발 명상이다.

브리튼 앤디 퍼디컴 대표는 4명의 죽마고우의 죽음을 지켜보면서 가치관의 혼란을 겪었는데, 이때 출가를 결심했다. 당시 그는 히말라야에 있는 티베트 사원을 방문, 수계를 받은 후 스님으로서 18년 간 세계 곳곳에서 진언 염승과 명상 수행을 했다. 그리고 2004년 영국으로 돌아와 일반인들에게 명상을 이해하기 쉽게 소개하기 위해 지금의 헤드스페이스(Headspace) 사를



설립했다. 헤드스페이스 사는 오프라인 명상뿐만 아니라 자사의 이름 딴 ‘헤드스페이스’라는 명상 모바일 앱을 온라인에 선보였는데, 현재 이 앱은 150개국에서 100백만여 명이 사용하고 있으며, 가치를 확산하자면 3천5백만 파운드(약 600억 원)에 이르는 것으로 평가된다. 이는 헤드스페이스가 영국 내 온·오프라인에서 최고 최대의 명상법이라고 말하기에 충분하다.

〈Sunday People〉지에 따르면 조지 오스본 장관은 지난해 총리 관저가 있는 다운닝가 10번지에서 열리는 소위 ‘다운닝가 파티(Downing Street party)’에서 브리튼 앤디 퍼디컴 대표를 처음 만났다.

영국의 미디어 재벌 아리아나 허프턴(Arianna Huffington)도 함께 한 자리에서 조지 오스본 장관은 브리튼 앤디 퍼디컴 대표에게서 ‘스트레스를 이기고 숙면을

취하고 더 기분 좋아지는 방법’인 ‘헤드스페이스’ 명상에 대한 소상한 설명을 들 수 있었다.

〈Sunday People〉지는 당시 파티 참석자의 말을 인용, “요란한 마음을 고요하게 잠재우는 효과적 방법이라는 데 조지 오스본 장관이 깊은 관심을 보였다.”며 “특히 조지 오스본 장관은 모바일 앱인 ‘헤드스페이스’를 이용할 경우, 시간과 장소에 구애받지 않고 명상을 할 수 있다는 점에도 주목했다”고 전했다.

또한 〈Sunday People〉지는 브리튼 앤디 퍼디컴 대표의 말을 인용, “헤드스페이스 명상은 기쁨이나 환희에 휩싸일 때는 물론, 슬픔이나 분노가 솟구칠 때도 ‘고요하고 텅 빈 마음(헤드스페이스의 뜻)’을 아주 확실하게 경험할 수 있다”며 “그래서 ‘고요하고 텅 빈 마음’은 당신이 어떤 생각을 하고 있든지, 어떤 감정을 느끼든지 그 모



영국 재무장관 조지 오스본(사진 오른쪽)을 승려에 합성한 사진. 오스본은 영국서 최초로 공인받은 명상 컨설턴트인 헤드스페이스 사(社)의 브리튼 앤디 퍼디컴 대표의 지도를 받고 있다. 사진 오른쪽은 헤드스페이스 사에서 개발한 명상 모바일 앱(APP) 이미지.

든 생각과 감정을 ‘있는 그대로 받아들이는’ 것을 특히 강조한다”고 설명했다.

‘헤드스페이스’ 즉, ‘고요하고 텅 빈 마음’은 이 순간에 어떤 감정을 느끼고 있는지 그것에 흔들리지 않는 확고한 만족감 또는 충족감, 즉 그 표면적인 감정의 밑에 존재하는 평화로움을 표현하는 말이다. 이는 결코 표면적인 감정에 따라 변하지 않는 마음 상태이다.

모바일 앱으로 개발된 ‘헤드스페이스’의 나레이션은 할리우드 스타 기네스 팰트로(Gwyneth Paltrow)와 엠마 왓슨(Emma Watson)이 맡아, 영국 내에서 ‘명상 주목도’를 높이고 있다는 평가를 받으며, 브리튼 앤디 퍼디컴 대표에 따르면 올림픽 선수, 프리미어 리그 스타와 글로벌 기업의 임원들 모두 이 앱에 지대한 관심을 보이고 있다.

오종욱 편집위원

美 베리언카운티서 종교지도자 시위

단 슈드(Dan Scheid) 스님이 주도...미시간 주요 도시 순회

미국 미시간 주의 베리언카운티(Berrien County) 종교 지도자를 ‘무장 드론(무인 항공기)’ 사용에 항의하는 시위를 벌였다고 〈Herald Palladium〉지가 지난 1일 보도했다.

이번 항의 시위를 진행한 단 슈드(Dan Scheid) 스님은 “무장 드론은 전쟁에서 ‘인간적인 판단’까지도 유보시키는 ‘살상 무기’이며, 이에 베리언카운티의 종교계는 무장 드론을 종교유리에 위배되는 무기로 규정한다”고 말했다.

〈Herald Palladium〉지에 따르면 이번 항의시위에 참여한 베리언카운티의 종교지도자들은 뉴 버팔로(New Buffalo), 벤턴하버(Benton Harbor), 하트포드(Hartford)를 방문해 항의 시위를 진행하

고, 미시간 주와 아이오와 주의 접경에 있는 밴뷰런카운티(Van Buren County)를 끝으로 항의시위를 계획하고 있다.

“미국의 테러와의 전쟁” 감시하고 있는 NGO ‘라우너(Rauner)’에 따르면, 지금까지 미국은 최소 4개 국가에서 1,600여대의 무장 드론을 사용했고, 이로 인해 미국 시민을 포함해 4,700여 명이 사망했다.

“라우너 통계에서 사망자 가운데 여성과 아동의 비율은 2%에 이른다”고 전제한 단 슈드(Dan Scheid) 스님은 “이는 종교지도자들이 살상에 앞서 ‘인간적인 판단’에 주목한 이유”라고 강조하고 “무장 드론을 금지하면, 전쟁터에서 극단적인 살상만큼은 막을 수 있을 것”이라고 강조했다. 오종욱 편집위원

캐나다 카와사 호수지역, 불교사원 건립

‘불교성지’ VS ‘수력발전 개발’ 갈등...해소

북미 지역 최대 규모... 지역 경제·문화 발전에 기여

캐나다 온타리오 지방의 카와사(Kawartha) 호수 인접 지역에 북미 지역에서 가장 큰 규모가 될 중국계 불교사원이 들어설 전망이다.

〈News Barrie〉지는 “카와사 호수 인접 지역에서 ‘불교성지 개발’이나 ‘친환경 수력발전 개발’ 이나를 놓고 지금까지 각을 세웠던 지역 불교계와 주민들이 ‘불교사원 건축’으로 가닥을 잡아가고 있다”며 “이로써 카와사 호수 인접 지역에 북미 지역에서 가장 큰 규모의 불교사원이 들어설 수 있게 됐다”고 전했다.

“캐나다에서 중국계 불교사원을 찾기가 쉽지 않다”고 전제한 다이엔 첸(Diane Chen) 법사는 “중국 불교계의 성지인 참산(Cham Shan) 사원을 그대로 옮겨놓을 이번 불교사원은 종교불교에 대한 캐나다 불자들의 공감을 충족시키기에 충분할 것”이라며 “보다 많은 불자들이 이곳을 방문해 기도하고 부처님 가피를 입기를 바란다”고 말했다.

지난 2010년부터 카와사 호수 불교사원 개발 프로젝트를 진행해 온 다이엔 첸 법사는 또한 “1,700 에이커에 달하는 이번 개발 프로젝트는 향후 카와사 호수 지역에 매년 4천5백여 명의 불자들이 방문하는 계기가 될 것이며, 이로 인해 이 지역 경제에 3백50만 달러의 경제적 효과도 가져올 것”이라고 덧붙였다.

“피터버러카운티(Peterborough County) 의회가 최근 ‘불교사원 건축’과 관련한 조사 용역을 의뢰한 결과, ‘지역 경제 발전에 긍정적’이라는 보고서를 발간했다”고 전한 〈News Barrie〉지는 “이를 통해 지역 불교계와 주민들 간의 갈등을 해소하는 계기를 마련할 수 있었다”며 “특히 피터버러카운티의 관광업계는 ‘중국불교’라는 새로운 관광분야를 반기기도 있으며, 문화·예술계 역시 지역 문화 발전에 공헌할 것으로 기대를 보이고 있다”고 전했다.

오종욱 편집위원



캐나다 온타리오에 북미지역서 가장 큰 규모의 중국계 불교사원이 드러서게 된다. 사진은 호수 주변에 있는 불상.

달라이 라마, 중국에 민주주의 수용 촉구

달라이라마가 중국이 민주주의를 수용할 것을 촉구하고 텐안먼 사태 희생자들을 위해 기도한다고 말했다.

달라이 라마는 ‘중도 노선’ 캠페인의 공식 재개를 하루 앞두고 6월 5일 웹사이트를 통해 성명을 발표했다.

성명에서 중국이 본격적인 민주주의를 수용해야 한다면서 이는 “중국이 외부 세계의 신뢰와 존경을 받는 데 도움이 될 것”이라고 말했다.

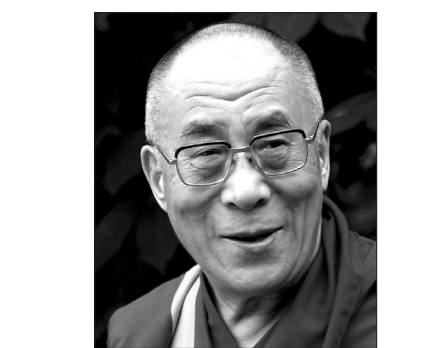
특히, 25주년을 맞은 텐안먼 사태를 언급하며 “자유와 민주주의, 인권을 위해 목숨을 잃은 사람들을 위해 기도를 바친다”고 말하고 “이들 가치는 자유롭고 역동적

인 사회의 기초”라고 말했다.

일각에서는 달라이 라마의 이런 발언은 그를 위협한 분리주의자로 간주하고 텐안먼 사태에 대한 일체의 언급에 예민한 반응을 보여왔던 중국 정부를 자극할 것으로 보고 있다.

중국 외교부의 홍레이 대변인은 정례 브리핑에서 “중국은 이들이 티베트를 중국으로부터 분리하려는 시도를 포기할 것을 권고한다”면서 달라이 라마의 발언에는 숨겨진 동기가 있다고 공격했다.

한편 달라이 라마는 티베트의 분리 독립을 포기하는 대신 고도의 자치를 요구하는 이른바 ‘중도노선’을 표방하고 중국과 대



달라이라마

화에 나섰지만 아무런 성과를 거두지 못한 자 지난 2011년 정치 지도자로서의 직무에서 공식적으로 은퇴했다.

달라이 라마와 정치 지도자 역할을 승계한 티베트 망명정부의 총리 롱상 상하이 등은 2010년 중국과의 대화가 결렬된 이후 4년만에 ‘중도 노선’에 새로운 동력을 불어넣기 위한 캠페인을 공식 시작했다.

이는 최근 티베트인들의 절망감에서 비롯된 티베트 승려들의 분신 사건이 잇따르고 있는 가운데 나온 것이다.

티베트 지도자들은 완전한 분리 독립 추진을 주장하면서 중국이 자치에 관한 어떠한 양보에도 동의하지 않을 것이라고 보는 내부의 강경파들을 달래지 못하고 있는 상태다.

이나는 기자 oasis1963@hyunbul.com

사찰화재보험

전문가와 상담하세요!!

악의적인 파괴행위 담보 가능함

❖ 가입시 필요자료

- 사찰등록증
- 각 전각의 건축(중, 개축)년도 면적
- 보험사 현장 실시후 보험가입 함

사찰화재보험

서일석(圓明) 합장

010-7344-1881

서울 중구 초동 21-9
동부화재빌딩 1704

*보험가액 평가료와 소정의 출장료가 있습니다.

3차 신묘장구다라니 천일기도

축령산 보현사에서는 ‘제 3차 신묘장구다라니 천일기도’를 아래와 같이 봉행합니다. 선공공덕의 인연으로 무무 동참하여 축령산 천하명당터의 기운을 받아가시기 바랍니다.

아 래

일시 : 불기 2558(2014)년 6월 25일 ~ 2017년 3월 22일까지

장소 : 축령산 보현사

문의 : ☎ 031)591-9023 (기도동참자 1인당 1년 10만원)

천일기도도량 축령산 보현사

보현선원 진명 합장

경기도 남양주시 수동면 남가로 1723-34

웰빙 힐링 빌리빙

깨달은 염불禪 깨달은 호흡법

부처님 크신 은혜 고맙습니다
나는 본래 부처인 나다

- 절, 염불, 독경, 다라니, 명상, 수행시 가슴, 어깨로 들숨하면 100% 상기병, 환병, 냉병 걸린다. 조심하라!
- 행복 호르몬이 쏟아져 나와야 삼매 이룬다.
- 허가 입천장을 탁탁 쳐야 생명뇌 일깨우는 진짜 건강법이다.
- 단전복식호흡이 저절로 되어져야 우주 태양, 지구 땅의 기운 모이고 돌려져 수승화강 된다.
- 신명나고 신바람 나는 기본 운틀로 심신이완 되어야 번뇌가 푹 떨어진다
- 수행, 운동, 등산, 공부, 일, 사우나 피곤하고 즐리면 호흡불량 100%

※ 건강법

귀에 소리내고 · 안구건조비염입안혈고 · 머리 뜨겁고 · 얼굴 붉고 검고 · 손발 배 차갑고 저리고 · 가슴 답답 · 머리 무릎 손마디 검고 · 혈압 높고 · 터질 것 같고 · 불면증 우울 공황장애 과호흡증 즉석에서 100% 효과

www.법왕정사.net
상담 ☎ 010.3487.0035

수행도우미

미국 FDA 등록인증 3009241067

	발로해(두안족염양말) 노폐물 독소 쏙 빠지며 발 보들보들 발냉병 즉시 해소 법당에서 절할때 꼭 필요해요
	자나깨나 중단전 차크라 열리고 목, 뒷골, 어깨 확 풀림 스트레스 제로 온 몸에서 엄청난 기운 체험
	氣사라따 누구나 누워서 저절로 자동단전호흡 100% 피로회복, 氣모음 확실 환자에게 최고의 선물
	호락호락 팬티 배, 엉덩이, 골반, 허리 차가움 냉병 즉시 해소 노폐물, 독소 배출 왕~
	보디스킨 발목,장단지,허벅지,엉덩이,등허리 목, 뒷골은 3분만 밀어도 氣통하며 정신이 맑아지고 출름, 나른, 피로회복 즉시 해소

세계최고! 다보명차, 슈퍼유산균 효소, 호두기름

www.법왕정사.net
010.3487.0035