

어린이 마음거울

윤지원 역음 (조계종 포교원장)

자기 삶의 주인은 바로 자신이다. 아이들 또한 마찬가지다. 새해를 맞아 자라나는 어린이들을 위해, 스스로가 얼마나 귀중한 사람인지 알게 해주고 자존감을 지니도록 돕기 위한 지면을 마련했다. '우리 아이 마음이 커지는 108가지 이야기'에서 발췌한 내용을 중심으로 아이들이 앞으로 지혜로운 어른으로 성장할 수 있도록 '어린이 마음거울'을 격주로 연재한다. 본 텍스트는 어린이 뿐 아니라 가정이나 학교, 어린이 단체나 종교 단체 등에서도 토론 소재로 활용될 수 있을 것이다. <편집자주>



나는 이 세상에 하나밖에 없는 소중한 사람이에요

I am precious and unique in the world.

2012년 봄, 중국에서 인쇄가 잘못된 100위안(원화로 약 1만7천원)짜리 지폐가 발견되었습니다. 지폐의 인물은 중국의 정치가인 마오쩌둥(1893~1976년)으로 턱 밑에 점이 하나 있습니다. 그런데 인쇄가 잘못된 지폐에는 왼쪽 눈 밑에도 점이 있었습니다. 인쇄하는 과정에서 실수로 찍힌 점이었습니다. 이런 사실이 알려지자 잘못 인쇄된 지폐를 사겠다는 사람들이 나타났고 지폐의 값어치는 자꾸만 올라갔습니다. 비록 인쇄는 잘못되었지만 세상에 하나밖에 없는 지폐였기 때문입니다. 이처럼 세상에 하나밖에 없는 물건은 매우 귀한 대접을 받습니다.

사람의 경우는 어떤가요? 세상에는 아주 많은 사람이 있습니다. 2012년을 기준으로 세계 인구는 70억 명을 넘었다고 합니다. 이렇게 많은 사람 가운데 우리와 똑같은 사람은 하나도 없습니다. 우리는 모두 세상에 딱 하나뿐인 사람입니다. 형제나 자매도 생김은 닮았지만 똑같은 것은 아닙니다. 그만큼 소중하고 특별한 존재이므로 자랑스럽게 여겨야 합니다.

생각해보아요

- * 여러분은 형제나 자매, 혹은 부모님과 어떤 점이 같고 어떤 점이 다른가요?
- * 여러분 스스로가 소중하다고 느낄 때는 언제인가요?

나는 소중한 사람이에요

I am a precious being.



'자아존중감' 키우기

자아존중감이란 자기 자신을 아끼고 존중하는 마음입니다. 줄여서 '자존감'이라고도 합니다. 사람은 누구나 남에게 존중받고 싶어 하는 마음이 있지만 자기를 존중하는 데에는 서투릅니다.

자기를 존중하는 사람은 스스로를 사랑스럽고 가치 있는 사람으로 생각합니다. 자기를 믿고 아끼기 때문에 어려운 일이 닥쳐도 쉽게 포기하거나 좌절하지 않습니다. 그래서 자존감은 인생을 자신 있게 살아가는데 매우 중요합니다.

자존감은 잘난체하거나 우쭐대는 자만심과는 다릅니다. 자존감이 높은 사람은 남도 나와 똑같은 소중한 사람이라고 생각하기 때문입니다.

이 글은 '우리 아이 마음이 커지는 108가지 이야기(너울북)'에서 발췌한 내용입니다.

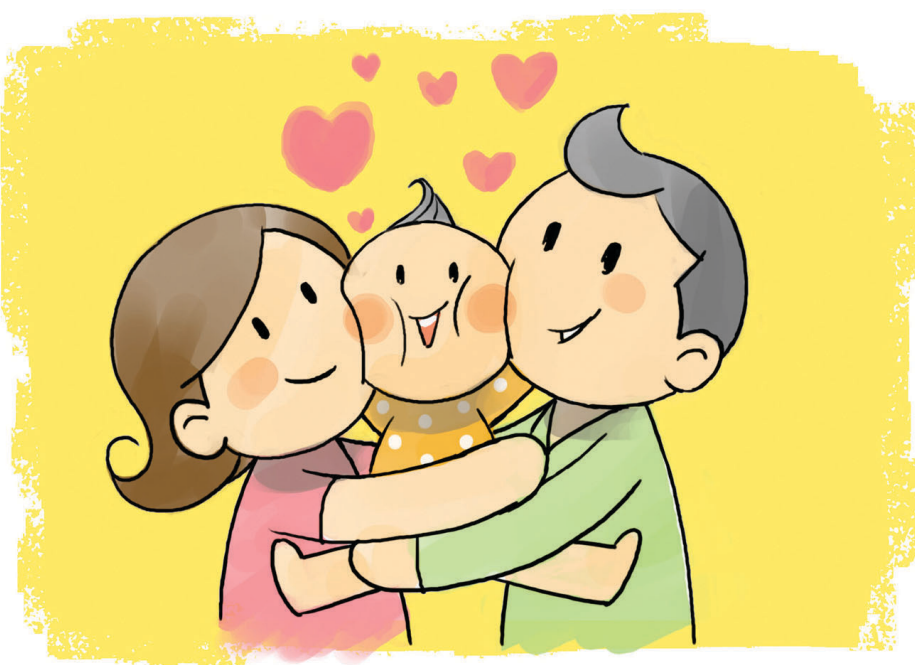
기획 원일훈(홍익대 교수), 정광권(철학박사), 김송목(철학박사)
글 신연호(어린이책 작가), 김규년(공학박사), 박선아(전 울산타임즈 기자)
그림 원일훈, 김선용, 최진만
영문 Brian Zingmark

나는 사랑을 받으며 자라고 있어요

I am growing up surrounded by love.

고려시대의 이규보(1168~1241년)는 정치가이자 매우 뛰어난 문학가였습니다. 이규보가 남긴 많은 문학작품 가운데 '두 아이를 생각하다'는 시가 있습니다.

나에게 어린 딸 하나 있는데
별써 아버지 어머니 부를 줄 아내
내 무릎에서 옷을 끌며 애교부리고
거울을 대하면 화장을 흥내 내네
.....
내게 사랑하는 아들 하나 있으니
이름은 삼백이고
장차 이씨 가문을 일으킬 것이네
태어나던 저녁엔 강을 놀라게 했고



태어나자마자 골격과 이마가 기이했고
눈이 번쩍번쩍 빛나고 얼굴도 희었는지
.....

한 아이가 태어나 건강하게 자라는 것은 집안 전체의 기쁨이었습니다. 그것은 예나 지금이나 다르지 않습니다. 많은 부모가 아이와 처음 만났을 때의 기쁨을 이렇게 표현합니다.

"세상을 다 가진 느낌이었어요."
"큰 책임감을 느꼈어요. 부끄럽지 않게 살아야겠다는 생각을 했습니다."
"비로소 어른이 된 걸 같아요."
어린이는 이렇듯 부모님의 울타리 안에서 보호받고 있습니다. 눈에 보이지는 않지만 커다랗고 강력한 힘을 가진 '사랑'이라는 이름의 울타리입니다.

- * 이규보의 시를 읽은 느낌이 어떤가요?
- * 여러분은 언제 부모님의 사랑을 느낄 수 있나요?

많은 사람이 내 몸과 마음이 건강하게 자라도록 지켜주는 것을 알아요

I know that many people are protecting me so that

I can have a healthy mind and body.

미국 대통령 부인이었던 힐러리 클린턴(Hillary Clinton, 1947~)은 백악관을 나온 후 미국 의회의 상원 의원으로, 국무장관으로 활발히 활동했습니다.

힐러리는 정치인이나 대통령 부인이 되기 전에 변호사 일을 했는데, 특히 어린이 보호 운동을 활발히 펼쳤습니다. 법대를 졸업한 뒤에 어린이와 법에 관한 연구를 시작했고 어린이 보호재단을 만들었습니다.

1996년에는 『마을이 필요하다(It Takes a Village)』는 책을 썼는데, 이 제목은 아프리카의 속담인 '아이를 키우는 데 온 마을이 필요하다'에서 따왔습니다. 어린이를 제대로 보살피고 키워내기 위해서는 가정뿐 아니라

사회 전체가 책임을 져야 한다는 뜻이었습니다. 이 말은 우리나라에도 큰 가르침을 주었습니다. 어른들은 어린이 인권이나 교육 환경에 관심을 가졌고 나쁜 점을 개선하려고 노력하고 있습니다.

어린이를 사회가 보살피고 책임져야 한다는 생각은 아프리카든 미국이든 한국이든 모든 어른들의 공통된 마음입니다.

- * 여러분이 집에서 학교에 올 때까지 누구의 도움을 받고 있는지 말해 볼까요?
- * 주변에 어린이를 위한 시설은 어떤 것이 있나요?



www.hyunbulshop.com

孝 불경 라디오 成佛

불경과 라디오를 하나로!!!

언제 어디서나 불자의 기도, 각종 염불, 찬불가를 간단한 조작으로 들으실 수 있습니다. 등산, 산책, 모임, 법회 언제 어디서나 간편하게...

※ 일반 가요 듣기도 가능합니다. (USB 포트에 가요데이터 삽입)

사용설명
원하는 번호를 누르면 해당 불경이 바로 나오고, 불경 SD카드를 빼시면 라디오로 전환됩니다. (자세한 설명은 사용설명서를 참조하시면 됩니다)

제품구성
가로 13cm × 세로 6cm × 두께 2cm + 4GB 불경SD카드 + 이어폰 + 1200AM 배터리 + USB 충전케이블 + 충전아답터 + 불경목록 + 사용설명서

● 가격 : 6만원 (배송비 포함) / 청색, 홍색 2컬러

* 스님들께서 불자들에게 드리는 선물로도 더욱 좋습니다. (100개이상 구입 시 사찰명 별도 표기해 드립니다.)

구입처 : 현대불교현불샵 (02)2004-8214
입금계좌 : 농협 053-01-269062 (주식회사)현대불교신문사

■ 불경목록 (음원 저작권 협의)
□ 정현의 삶을 위한 기도
1. 불자의 기도
2. 아침의 기도
3. 가네 평안을 위한 기도
4. 밤이 평안을 위한 기도
5. 명상음악
6. 행복할 기쁨을 위한 기도
7. 자녀를 위한 부모의 기도
8. 생명의 기도
9. 잠의 염불
10. 자네의 기도
11. 마음이 머무는 곳에
12. 빈손으로 왔다
13. 사랑을 쏟는다
14. 여름 별레는 겨울이 있음을
15. 가난은 죄가 아니다
16. 마음이 머무는 곳에
17. 시간이란 누구에게나
18. 향수를 버린다
19. 나의 과실을 버리는 마음으로
20. 일시에 분을 참으면
□ 향공스님의 염불시리즈
21. 광명진언 1
22. 광명진언 2
23. 개경계
24. 지경공덕문
25. 예불문
26. 아산 해원선사 발원문
27. 천수경
28. 반야심경
29. 화엄경 약찬계
30. 법성계
31. 참선곡
32. 우리들 반야심경
33. 관음경
□ 찬불가
34. 삼귀의
35. 찬양합니다
36. 예불가
37. 찬불가
38. 불교의 노래
39. 새 발은 황금가
40. 부처님께 기원합니다
41. 부처님께 바칩니다
42. 사찰서원
43. 산회가
44. 관세음의 노래
45. 보현행원
46. 김로법을 전하자
47. 초파일의 노래
48. 미하반야의 노래
49. 성도제의 노래
50. 우리도 부처님 같이
51. 홀로 피는 연꽃
52. 관세음보살 1약장
53. 관세음보살 2약장
54. 개경계
55. 이상정법문

편백나무 원목 경상(經床)

법회나, 경전강의, 개인기도 등 법당 및 가정에서 불자님들의 수행과 함께 합니다.

경상(經床)
불교경전을 얹어놓고 읽는데 사용하는 책상. 법당과 가정에서 기도와 공부하는데 꼭 필요한 책상으로 부처님의 가르침을 배우고 익혀 자신은 물론 가족 모두가 불자가 되는 처음 시작하는 책상.

● 재질 : 편백나무
● 크기 : W 60cm × D 40cm × H 28cm
● 특징 : 고급 접이식 경첩을 고정하여 사용이 편리합니다.
● 가격 : 개당 6만원

● 주문 : 현대불교 현불샵 02)2004-8214
● 입금계좌 : 농협 053-01-269062 (주)현대불교신문사