

# 美 기업들, 명상·웰빙 프로그램 도입 '인기'

미국의 광고·미디어·서비스 관련 기업들이 사내에 명상·웰빙 프로그램을 도입하는 데 투자를 아끼지 않고 있다.

'ADWEEK' 지는 6월 21일 "기업들이 이제는 수의 증대에 앞서 사회적 역할을 고민하고 있다"며 "이들 기업들이 명상·웰빙 문화를 선도하는 단초가 되고 있다"고 보도했다.

이에 따르면 이들 기업의 태도는 AMC의 인기드라마 '매드 맨(Mad Man)'에서도 그대로 찾아 볼 수 있다.

'ADWEEK' 지는 "드라마 비평가들이 사회의 단상을 잘 옮겨놓았다"고 평가하고 있는 '매드 맨'에서 광고계에서 종사하고 있는 주인공 '돈 드레이퍼(Don Draper)'는 극중에서 자주 '옴'을 길게 통성하며 명상하면서 스트레스를 풀고, 새로운 아이디어를 발견한다"며 "이는 드라마 뿐만 아니라 미국 내 기업에서도 쉽게 찾을 수 있는 모습"이라고 설명했다.

또한 "이들 기업 내에서 명상의 위상을 단적으로 보여주는 것"이라고 주목한 'ADWEEK' 지는 "실제로 사내 프로그램으로 명상·웰빙 프로그램을 상시 운영하고, 직원들의 호응을 얻고 있다"며 "휴가를 신청하고 특정한 명상 캠프를 찾지 않아도, 사내에서 명상·웰빙의 혜택을 충분히 누릴 수 있는 분위기가 조성된 것"이라고 덧붙였다.

명상·웰빙 전문 사이트의 '힐닷컴'의 조 버튼(Joe Burton) 대표는 "미국 내 기업에서 명상·웰빙 관련 프로그램은 이제 표준화 단계에 접어들었다고 해도 과언이 아니다"며 "특히 실리콘 벨리의 신생 기업은 우수한 인재 영입의 방편으로까지 인식하고 있다"고 말했다.



미국의 광고·미디어·서비스 관련 기업들이 사내에 명상·웰빙 프로그램을 도입하고 있다.

## 광고·미디어 관련 기업서 관심

### "사내 프로그램 표준화 단계"

이에 대해 'ADWEEK' 지는 "비단 실리콘 벨리뿐만 아니다. 명상·웰빙에 대한 관심은 글로벌 보험회사 에트나(Aetna)에서부터 엔지엠 그랜드(MGM Grand)까지 미국 기업 사이에 폭넓게 퍼져있다"고 주목했다.

'ADWEEK' 지에 따르면 광고계 선두주자인 트렌데라(Trendera)사 역시 사내 명상·웰빙 프로그램을 적극 운영하고 있다.

제인 버킹엄(Jane Buckingham) CEO는 "직원들의 정신적 육체적 건강에 대한 투자는 회사의 수익으로 그대로 반영된다"며 "이는 최소 비용으로 최대 효과를 낳는

가장 긍정적인 패러다임"이라고 강조했다.

또한 "명상·웰빙은 '사내 예방 의학'으로도 접근할 수 있다"고 전제한 버킹엄 CEO는 "폐쇄된 공간에서 종분을 다루어 진행해야 하는 광고업의 특성상 관련 종사자들의 피로감이란 말로 표현할 수 없다. 이들의 건강을 챙기는 것은 기업의 수익성을 생각하기에 앞서 함께 상생하자는 새로운 기업 문화와도 일맥상통한다"고 덧붙였다.

'ADWEEK' 지에 따르면 트렌데라사는 알렉스 보거스키(Alex Bogusky) 스님이 개발한 명상 프로그램을 운영하고 있는데 이 프로그램은 트렌데라사 외에도 6개 광고·미디어 기업이 사용하고 있다.

보거스키 스님은 "미국의 CEO들이 직원의 잠재력을 일깨우고 긍정적인 사내 풍토를 만들길 희망하는 듯하다"고 주목하고, "기업에는 소외되고 갈등하는 직원들

이 있기 마련인데 CEO들의 바람이 실현되기 위해서는 이들을 소통의 장소로 안내하고 마음을 어루만져주는 사내 프로그램이 전제 조건이다"고 강조했다.

호라이즌 미디어(Horizon Media)와 존 맥널 스튜디오(John McNeil Studio) 역시 직원들의 정신적 육체적 건강에 관심이 많다. 명상·웰빙 프로그램 개발자 조 버튼(Joe Burton)의 힐닷컴 사와 제휴해 사내 명상·웰빙 프로그램을 운영하고 있다.

"우리는 건강한 직장을 중요한 모토로 삼고 있다"는 호라이즌 미디어 리치 어벤드(Rich Abend) 상무는 "기업은 이제 '명상·웰빙 문화'에 적극적인 자세를 보여야 한다. 다른 기업과 비교해 명상·웰빙 문화를 다지는 데 뒤늦은 투자를 하고 있지만, 관련 전문가를 상주시키고 마음 챙김, 수면 치료 등을 상시 운영하는 등의 비용을 아끼지 않고 있고 직원들의 반응도 좋다"고 말했다.

'ADWEEK' 지에 따르면 힐닷컴은 명상·웰빙 프로그램을 인터넷 상에서 상용 서비스를 제공하고 있다. 여기에는 마음 챙김, 요가, 건강한 먹거리 관련 프로그램이 제공되는데 현재 호라이즌 미디어, 존 맥널 스튜디오 등 50여개 기업이 상용하고 있다.

조 버튼은 "행복하고 건강한 삶이 이제 모든 기업의 모토가 되고 있다"며 "현재 기업이 주요 소비자이지만 공립학교의 문의가 계속되고 있어 향후 교육계에서도 이 프로그램을 상용할 수도 있을 것"이라고 말했다.

이에 대해 'ADWEEK' 지는 "기업 나아가 사회는 구성원이 은둔자로서 명상 캠프를 찾는 게 아닌 바로 그 자리에서 치유할 길 바란다"고 전했다. 오종욱 편집위원

# 학내 여학생 히잡·차도르 착용 금지하라

## 버마 급진주의 불교그룹 6월 21일, 버마 정부에 요청

버마 북부 카친 주의 한 불교그룹이 무슬림 여학생들이 히잡 차도르 등을 착용하는 것을 금지할 것을 제안해 이를 반대하는 여론과 대립각을 세우고 있다.

'가디언' 지는 인종·종교 보존기구(Organisation for the Protection of Race and Religion)을 인용, "버마 카친 주의 마바타(Ma Ba Tha) 불교그룹이 최근 열린 불교회에서 히잡이나 차도르를 착용한 무슬림 여학생의 등교를 막는 게 타당하다고 주장했다"고 보도했다. 버마 각 지역의 1,300여 명의 스님이 참여한 가운데 6월 21일 열린 불교회의는 대선을 앞둔 버마 정부가 보다 강력한 민족주의 노선을 채택할 수 있는 방안을 논의하기 위해 마련됐다.

마바타 불교그룹은 불교회에서 "태인

세인 대통령은 무슬림에 대한 관리·감독을 더욱 엄격하게 해야 한다"며 "우선 학교 내에서 여학생의 히잡이나 차도르 착용을 금지시킬 것을 요구한다"고 말했다.

이에 대해 "반세기 만에 처음으로 '민주적 선거로 집권한' 태인 세인 대통령이 국민 통합을 최우선 순위로 내세우고 있지만 버마에서는 민주화와 함께 민족·종교 갈등이 터져 나오고 있다"고 주목한 '가디언' 지는 "기독교 성경을 금서로 만들고, 무슬림 마을에 불교의 파고다(탑)를 지으며 '버마화'를 여전히 강요하고 있다. 오는 11월 선거 결과 아웅산의 딸인 아웅산 수지 여사가 집권하더라도 버마족 정권의 연장이 될 것이기 때문에 이런 갈등을 일거에 잠재우기는 힘들 것으로 전망된다"고 덧붙였다. 오종욱 편집위원



버마 카친주의 마바타(Ma Ba Tha) 불교그룹은 6월 21일 열린 불교회에서 히잡이나 차도르를 착용한 무슬림 여학생의 등교를 막는 게 타당하다고 주장했다.

# 미국서 살인미수로 스님 체포돼

## 흥기로 수차례 공격... 혐의 인정 후 구속

미국 캘리포니아주 서부에 위치한 도시 오글랜드서 스님이 살인 미수 혐의로 기소된 사건이 발생했다.

샌프란시스코 지역 언론 'KRON4'는 6월 24일 "펜 속파나(Phen Sokphanna, 30) 스님이 살인 미수 혐의로 카스트로벨리에 위치한 자신의 집에서 23일 체포됐다"고 보도했다. 현지 경찰에 따르면 펜 속파나 스님은 오글랜드 사원서 동료 승려를 흥기로 수차례 찌른 혐의로 수사 중이다.

펜 속파나 스님은 칼 2자루를 소지한 채 마하모니라스 핀(Mahamonirath Pinn, 66) 스님의 머리와 얼굴을 여러 차례 공격했다. 마하모니라스 핀 스님은 즉시 병원에 응급처치 후 회복 중이다.

'KRON4'는 "경찰이 사건 발생 후 현장에 도착했을 당시 펜 속파나 스님은 도주한 상태였으며, 마하모니라스 핀 스님은 피투성이인 채로 쓰러져 발견됐다"고 전했다. 또 현지 경찰은 "더글라스 애비뉴에 위치한 크메르불교승려국제거위원회



미국 캘리포니아주 서부에 위치한 오글랜드 사원(사진)서 한 스님이 동료 스님을 살인 미수한 혐의로 체포됐다. 사진출처=KRON4

센터(the Branch of International Community of Khmer Buddhist Monks Center)서 한 남자가 지난 주 펜 속파나 스님과 마하모니라스 핀 스님이 함께 있는 것을 목격했다"며 "다른 목격자 증언에 따라 펜 속파나 스님을 용의자로 지목했다. 의식을 회복한 마하모니라스 핀 스님 역시 펜 속파나 스님을 범인으로 지목했다"고 밝혔다.

경찰에 의해 체포된 펜 속파나 스님은 혐의를 인정했다. 보도에 따르면 그는 가중처벌로 산타타라 교도소에 수감될 예정이다. 박익률 기자

# "아베 정부 신보안법 반대"

## 日 불교계 '반전과 평화' 상징 세토우치 스님

### 휠체어 앉아 '신보안법' 반대 시위 독려

아베 정부의 새로운 안보법을 저지하기 위해 마지막 시위까지 참여했던 93세의 비구니 스님이 화제다.

아사히신문은 "소설가로도 잘 알려진 카쿠초 세토우치(Jakucho Setouchi) 스님이 휠체어를 탄 채 지난 16일 국회의사당 앞에서 아베 정부의 안보법 철폐를 요구하는 시위대를 이끌었다"고 보도했다.

이날 시위 참가자 대상으로 진행된 5분 연설에서 "우리는 평화헌법을 꼭 지켜져야 한다"고 강조한 세토우치 스님은 "일본이 군국주의 길을 가는 과정에서 광대한 일본인이 기만당했고 최후에는 전쟁의 희생자, 피해자가 됐다. 우리는 국가가 잘못된 전철

을 밟지 않기를 원하고 있고 평화헌법을 수호하기를 희망하고 있다"고 말했다.

또한 스님은 "1922년에 태어난 나는 전쟁의 참혹함을 너무도 잘 알고 있다"며 "이 세상에는 결코 좋은 전쟁, 옳은 폭력이란 있을 수 없다는 게 신념"이라며 "연인과 자비라는 부처님의 가르침이야말로 이 시대를 살아가는 국가를 운영하는 바른 길"이라고 덧붙였다.

아사히신문은 "세토우치 스님의 말이 시위대의 공감을 얻었다"고 평가하고 켄 카미(Kan Kamei·32) 씨의 말을 인용, "전쟁 경험이 없는 우리에게 전쟁 경험과 자비와 연민에 대한 가르침은 호소력이 매우 컸



카쿠초 세토우치(Jakucho Setouchi) 스님은 휠체어를 탄 채 지난 16일 국회의사당 앞에서 아베 정부의 안보법 철폐를 요구하는 시위대를 이끌었다.

다"고 전했다.

아사히신문에 따르면 지난 1991년 걸프전을 반대하며 단식투쟁을 전개해 세간의 이목을 잡았던 세토우치 스님은 "반전 평화"를 상징하는 비구니 스님으로 일본 내

에서 잘 알려져 있다. 스님은 지난해 9월 척추 골절로 수술을 받았는데, 그때 단식암이 발견되어 최근 중앙 제거 수술을 받아 이번 시위에서 '휠체어 투혼'을 발휘했다.

오종욱 편집위원

# 묘법연화경 妙法蓮華經

## 한글 독경CD

위없는 법열(法悅)

환희심 가득 찬 향기로운 연꽃으로 거듭 피어나길

맑은 향 사르오며 두 손 모읍니다.

詩人 김하리 합장

가격 10만원 ⇨ 90,000원

입금계좌 : 동흥 053-01-269062 (주)현대불교신문사

www.hyunbulshop.com



## '묘법연화경 妙法蓮華經' 한글 독경 CD

- |                      |                        |                        |                        |
|----------------------|------------------------|------------------------|------------------------|
| CD01-제1, 서문(39:25)   | 제8, 오색제자수기(21:11)      | 제15, 종지용출품(21:13)      | 제22, 속루품(04:36)        |
| CD02-제2, 방편품(46:51)  | CD06-제9, 수학우학인기(11:22) | 제16, 여래수상품(21:15)      | 제23, 약왕보살본사품(23:10)    |
| CD03-제3, 비유품(54:28)  | 제10, 법사품(18:39)        | 제17, 분별공덕품(23:31)      | CD10-제24, 보살보살품(16:12) |
| CD04-제4, 신생품(30:24)  | 제11, 건보달품(22:19)       | 제18, 수화공덕품(13:23)      | 제25, 관세음보살보살품(19:26)   |
| 제5, 약초유품(16:08)      | 제12, 재바달품(15:54)       | CD09-제19, 법사공덕품(24:17) | 제26, 다라니품(10:07)       |
| 제6, 수기품(17:13)       | CD07-제13, 권지품(10:07)   | 제20, 상불경보살품(13:15)     | 제27, 묘장엄왕본사품(14:46)    |
| CD05-제7, 화성유품(51:41) | 제14, 안력행품(27:27)       | 제21, 여래신력품(08:59)      | 제28, 보현보살권발품(14:07)    |

구입문의 02)2004-8216 현대불교 인쇄실