

지역 단신

마곡사, 사천왕재 및 정초기도



공주 마곡사(주지 원경)는 2월 10일 사천왕재에서 사부대중이 참석한 가운데 병신년 새해 사천왕재를 봉행하고, 이어 대광보전에서 정초기도를 임재했다. 임재식에서 주지 원경 스님은 "정초기도는 1년 동안 기쁘고 행복하게 살아가려는 마음이다. 확고한 신념과 믿음으로 부처님 같은 마음을 위해 끊임없이 기도하자"며 "이를 통해 얻은 기쁨과 행복을 이웃에게 나누는 불자가 돼 달라"고 당부했다. 윤호섭 기자

법주사, 입춘기도 회향



보은 법주사(주지 현조)는 2월 4일 입춘을 맞아 대웅보전에서 7일간 봉행한 입춘기도를 회향했다. 이날 재무국장 정덕 스님은 "입춘의 의미와 입춘을 맞이하는 자세"를 주제로 법문했다. 회향법회에 참석한 사부대중은 이후 삼재불공 회향을 위해 소지장으로 이동, 삼재지 소지를 하며 가정의 평안을 위한 기도를 올렸다. 윤호섭 기자

고창노인福, 경로당활성화 사업



고창군노인복지관(관장 대원)은 최근 고창군 지역 경로당을 대상으로 2016년 노인연계프로그램 경로당 활성화 사업을 시행하고 있다. 오는 11월까지 이어지는 경로당활성화 사업 주요 프로그램은 건강증진을 위한 태극기공, 건강제조, 레크리에이션 프로그램과 여가지원을 위한 노래교실, 음악치료프로그램, 치매 예방프로그램 등이다. 관장 대원 스님은 "취약 경로당을 중심으로 지원해 안전하고 건강한 노년생활을 영위할 수 있도록 노력하겠다"고 밝혔다. 조동제 전북지사장

“할매 밥집서 노년의 행복 찾았어요”

부산금정시니어클럽 ‘착한 할매 밥집’

노인을 위한 일자리 창출은 결코 쉬운 일이 아니다. 특히 평생 가정을 지켜왔던 주부들의 일자리는 전무한 상황. 이런 이들을 위해 지난해 4월 사회복지법인 범어 부산금정시니어클럽(관장 정순화)이 문을 연 ‘착한 할매 밥집’이 일자리 창출 모범사례로 화제되고 있다.

부산 금정구 청룡동에 위치한 ‘착한 할매 밥집’은 약 20평가량의 공간에 4인 테이블 10여개가 소담하게 자리 잡고 있다. 비록 장소는 아담하지만 한 달 동안 이곳에서 일하고 있는 어르신은 총 16명. 작지만 많은 어르신들에게 일자리를 제공하는 셈이다. 특히 노인 일자리를 창출을 위해 수익금 전액을 근무자들과 나누고 있다.

또한 착한 할매 밥집은 일자리를 공평하게 나누기 위해 신청 대상에 특별한 제한을 두지 않았다. 만 60세 이상 신체 건강한 어르신이라면 누구나 일자리를 신청할 수 있다. 아울러 근무시간도 하루 5시간, 월 평균 7번 출근으로 맞춰 어르신들이 일하기에 큰 부담이 없도록 배려했다.

이곳에서 일하고 있는 주정규(70) 어르신은 “나이가 들어도 일을 할 수 있어 행복하고 즐겁다. 정결을 중요하게 여기면서 열심히 일하고 있다”며 “동료와 함께 일을 하면서 서로 배려하고, 가게가 놀이터처럼 편한 마음으로 일할 수 있는 분위기라 매우 좋다”고 소감을 밝혔다.

관화(73) 어르신은 “집에 있으면 시간도 안 가고 무료한데 이곳에서 여러 손님을 만나고 많은 대화를 나누다보니 삶의 활력소가 되고 있다”며 “보람된 일을 할 수 있게 해주셔서 감사하다”고 말했다.

60세 이상 누구나 일자리 참여 수익금 전액 어르신들과 나누고 신선한 식재료로 지역 호응 높여 노인 일자리 창출 모범사례 화자

이성호 부산시니어클럽 팀장은 “고령화 시대에 많은 일자리가 필요한 상황이어서 여러 기관에서 노력을 기울이고 있지만 노보살님들의 경우에는 일자리 구하기가 쉽지 않다”며 “이곳은 특히 여성분들을 위한 공간으로 음식을 통해 접근성을 높여 모두가 일할 수 있도록 배려했다”고 설명했다.

착한 할매 밥집은 음식 구성에서도 가게 이름만큼이나 착하다. 모든 채소류는



착한 할매 밥집에서 일하고 있는 어르신들이 음식을 준비하며 활짝 웃고 있다.

범어사가 운영하는 농장과 부산 월평에서 공수한다. 대부분 부산금정시니어클럽에서 일자리를 제공받은 이들이 직접 재배한 것이다. 가게와 위치가 가까워 재료의 신선도가 높을 뿐 아니라 적정한 값으로 식자재를 제공하면서 지역경제도 살리는 일석이조의 효과를 내고 있다. 특히 밥집에서 가장 인기 있는 메뉴는 두부요리인데 주재료인 콩을 직접 공수해 두부제작 전문가가 직접 만들어 고객들의 입소문이 자자하다.

이성호 팀장은 “모든 재료가 국산이다. 또한 두부 제조 과정에서 불순물을 전혀 첨가하지 않고 간수된 소금과 국산

공판 이용한다”며 “모든 재료가 먹는 사람들의 건강을 위한 것들이어서 여러 의미로 착한 밥집이다”고 강조했다.

앞으로 착한 할매 밥집은 어르신들을 위한 일자리 창출에 더욱 앞장서며 사회 환원사업에도 매진할 계획이다.

이 팀장은 “가게 문을 연지 아직 1년이 채 되지 않았다. 어르신들의 일자리 창출이 더욱 안정화되면 사회 환원 활동을 위해 직접 제작한 두부를 소외 이웃에 나누고, 독거어르신들을 위한 무료 급식 활동도 전개해 나갈 것이다”고 전했다.

하성미 기자

부산 시선원, K-MBSR 기초교육생 모집

명상치유전문가 직접 지도

부산 해운대 명상교육전문 시선원(선원장 우현)이 K-MBSR 프로그램 제10기 교육생을 모집한다. 강의 일정은 3월 13일~4월 24일 격주 일요일이며 오전, 오후로 나뉘어 총 6시간 동안 실참 및 수업을 진행한다.

(사)한국명상학회 후원으로 명상치유 전문가가 지도하는 이번 프로그램은 △K-MBSR 명상의 이해 △심신의학기분 원리 △스트레스와 심신의학 △스트레스 관리와 대처법 △명상치유의 과학적 원리 △지금 이 순간과 함께하기 △명상 실습과 심신이완법 △바디스캔(기본·고급) △호흡명상(기본·고급) △자애 명상(기본·고급) △마음챙김 명상이(기본·고급) 등 다양한 이론 수업과 실참으로 진행된다. 수업은 공식명상(바디스캔, 호흡명상, 정좌명상, 하타요가)과 비공식명상(역기명상, 권기명상, 자



부산 해운대 시선원에서 진행되는 MBSR 명상 진행 모습.

애명상, 용서명상) 및 수련 후 질의응답 순으로 이어진다.

강사로는 장현갑 서울대 교수(K-MBSR 개발자), 조원경 원장(한국명상학회 이사), 윤병수 대구 카톨릭대 교수가 나선다.

시선원 우현 법사는 “K-MBSR은 사념처(신수심법) 명상의 핵심을 현대인

의 삶에 쉽게 적용할 수 있도록 다양한 임상과 연구를 통해 설계된 체계적으로 공인된 명상치유 프로그램이다”며 “현대인들에게 맞는 체계적인 마음챙김명상 훈련으로 삶의 질을 향상하고 행복과 건강을 되찾길 바란다”고 강조했다.

(051)746-7611

하성미 기자

동명대 선수행학교 5기 수강생 모집



동명대 세계선센터 ‘선수행 학교’.

부산 동명대 세계선센터(선원장 수진)는 일반인을 위한 ‘선수행 학교’를 개강한다.

개강일은 3월 9일이며 총 4개월 동안 진행된다. 매주 수요일 오후 2-4시 열리는 선수행 학교는 동명대학교 세계선센터 동명관 4층에서 열린다. 수업료는 10만원.

선원장 수진 스님은 “선을 통해 우리의 심신을 회복하고 무너진 균형을 다시 회복하는 시간이 될 것이다. 5기를 맞아 더 많은 이들이 참여할 수 있도록 도와 선수행 문화가 정착되도록 노력하고 있다”고 말했다. (051)629-3582~4 하성미 기자

연등속지 백색 1묶음
 판매가 6cm 3,500원
 판매가 8cm 5,000원
 판매가 10.5cm 6,000원
 판매가 12cm 8,000원

한지 칼라등지
 판매가 8cm 27,000원
 판매가 10.5cm 38,000원

PVC등표(100매)
 내지 12,000원
 집계부착 20,000원
 *크기: 8.5cm×21cm

봉축연꽃리본(100개)
 일반 18,000원
 고급 27,000원

일반연일 6,000 **바림연일 7,000** **한지바림연일 8,000** **국산 LED전구(50개) 90,000원**

방수연등전선 최저가 생산 판매

- 22cm (50구) @ 65,000
- 23cm (50구) @ 65,000
- 25cm (50구) @ 65,000
- 30cm (50구) @ 65,000
- 35cm (50구) @ 70,000
- 40cm (50구) @ 73,000
- 50cm (50구) @ 75,000
- 1 m (50구) @ 90,000
- 2 m (25구) @ 80,000

믿음과 정직의 산실!
 그곳은 동진기획 · 붓다쇼핑

연등 할인가

- 바림·공단등(6cm) @ 2,500원 (60개이상)
- 바림·공단등(8cm) @ 3,000원 (30개이상)
- 바림·공단등(10.5cm) @ 6,000원 (16개이상)
- 바림·공단등(13cm) @ 13,000원 (6개이상)
- 바림·공단등(20cm) @ 35,000원 (2개이상)
- 바림·공단등(30cm) @ 90,000원 (1개이상)
- 황금등(6cm) @ 2,700원 (60개이상)
- 황금등(8cm) @ 3,300원 (30개이상)
- 황금등(10.5cm) @ 6,500원 (16개이상)
- 황금등(13cm) @ 15,000원 (6개이상)
- 청도비닐만월등(100개) 160,000원
- 국산비닐만월등(100개) 170,000원
- 청도연화만월등(100개) 220,000원
- 국산장만월등(100개) 220,000원
- 팔각만월등(100개) 180,000원
- 비닐오색청사초롱(100개) 240,000원
- 비단접등(10.5cm)(100개) 350,000원

금띠지 등표
 판매가 800원 할인가 600원 (200개)
 *종류: 만사대길, 소원성취, 학업성취, 사업성취, 삼재소멸 선선택.
 *하단부분은 생·이름을 적을 수 있습니다. (3.5cm×70cm)