Interview

2025국제선명상대회가 10월 29일 국제컨퍼런스를 끝으로 올해 일정을 마무리한다. 조계종 선명상 자문위원으로서 선명상 체계화와 대중화에 앞장서고 있는 주경 스님(조계종 중앙종회의장)을 만나 선명상 대중화의 의미와 과제에 대해 들었다. 〈편집자 주〉

‘선명상’ 불교·사회 잇는 다리, 전담조직·플랫폼화 과제



주경 스님은…설정 스님을 은사로 1986년 사미계를 수지했다. 조계종 포교원 포교국장, 한국불교문화사업단 사무국장, 총무원 기획실장, 불교신문 사장, 동국대 감사, 조계종 의례의원 등 역임했다. 5선 중앙종회의원으로 현재 제18대 중앙종회의장을 맡고 있다. 동국대 전자불전콘텐츠연구소장, 선명상위원회 자문위원으로도 활동하고 있다.

선명상 자문위원 주경 스님(조계종 중앙종회의장)

명상 대중화는 시대 요청
공교육 접합해 사회 공헌
제2의 템플스테이로 추진
다양한 명상 ‘연대’ 필요
사찰 법당 활용 플랫폼화
선명상위원회 중심 조직화

Q. 불교 명상이 마음챙김이나 MBSR 등 서구식 명상으로 역수입되어 확산되고 있습니다. 불교적 관점에서 어떻게 접근해야 할까요?

A. 명상은 본래 자기 마음을 바로 보는 수행입니다. 서구식 명상이 치유·힐링 중심으로 발전했지만, 그것도 불교 수행의 한 도구가 될 수 있습니다. 한국 불교는 기도 외에 대중이 접근할 만한 수행체계가 부족했기 때문에 서구의 방식을 차용한 측면이 있습니다.

이제는 간화선·위빠사나 등 전통 수행을 현대적으로 재구성해 ‘선명상’ 이름으로 체계화해야 합니다. 불교적 수행이면서도 현대인이 쉽게 실천할 수 있는 길을 만들어야 합니다.

Q. 현대인들이 명상을 치유와 힐링의 기능으로만 이해하는 경향이 있습니다. 스님께서 보시는 근본적인 명상의 의미는 무엇입니까?

A. 명상은 ‘나를 아는 일’입니다. 현대 사회는 풍요롭지만 삶의 의미를 잃고 있습니다. 일부 사람들은 책임감이나 역사 인식이 약하고, 자기 존재의 가치를 외면한 채 ‘잘 먹고 사는 것’에만 몰두합니다. 명상은 이런 ‘자기 존재에 대한 성찰’을 가능하게 하는 기초 과정입니다. 자기를 바로 알면 타인을 이해하고, 사회적 책임도 회복됩니다. 명상은 단순한 치유가 아니라 인간의 근본적 회복을 위한 길입니다.

Q. 그런 의미에서 명상의 공교육화가 추진 중이고 그 일환으로 10월 29일 국제컨퍼런스가 열립니다. 교육 현장에서는 어떻게 접근해야 할까요?

A. 명상은 사회의 ‘새는 구멍’을 막는 역할을 합니다. 교사·학부모·학생 모두 책임과 공동체 의식을 잃은 시대에, 명상은 내면의 균형을 회복하게 합니다.

불교 색채를 강조하기보다, 건강한 시민을 길러내는 교육적 도구로 활용해야 합니다. 곧 전도선언에서 밝힌 ‘중생의 이익(利益)·안락(安樂)·행복(幸福)’입니다. 명상은 그 세 가지를 실현하는 가장 현실적인 방법입니다.

Q. 조계종 차원에서 ‘선명상’을 통해 명상 대중화에 나선 것은 큰 의미가 있습니다. 하지만 일각에서는 종단 주도 대중화 사업이 자칫 기존 명상 수행법을 획일화하는 것 아니냐는 우려도 있습니다.



명상 대중화를 강조하는 주경 스님.

A. ‘선명상’은 대중화를 위한 거대한 담론입니다. 오히려 각 전통과 현대 명상을 연결하고 체계화하는 통합 플랫폼이 필요한 실정입니다.

간화선·위빠사나·MBSR 등 다양한 수행 전통이 공존해야 하며, 종단은 이들을 묶어 연구·정리해야 합니다. 하나로 묶는 단계가 서로의 장점을 살리는 ‘연대화’로 이어져야 합니다. 선명상이 명상이라는 시대 흐름을 반영하는 대표 플랫폼이 되지 않으면 하나의 이벤트나 행사로 전락해 사라질 것입니다.

Q. 어떻게 보면 명상 대중화를 위한 절호의 기회라고도 보이는데요. 선명상 대중화를 위해서는 각 종단과 기관의 협력이 더욱 필요해 보입니다. 어떤 역할이 요구될까요?

A. 조계종이 중심이 되어 선명상위원회를 통해 하나의 에너지 축을 만들어야 합니다. 학교·교도소·군 등에서 명상이 필요할 때, 그 수준에 맞게 불교적 자원을 연결하면 됩니다. 중요한 건 각 기관의 역할보다 명상이 우리 사회 고통을 치유하는 길이라는 공감대 형성입니다. 공감이 있어야 역할이 만들어 집니다.

Q. 스님께서는 한국불교문화사업단 초대 사무국장으로 템플스테이가 정착하는 데 크게 기여하셨습니다. 템플스테이처럼 선명상도 제도적 기반이 필요하다는 지적이 있습니다.

A. 맞습니다. 템플스테이는 처음 35개 사찰에서 시작했습니다. 선명상도 마찬가지로 공간과 사람을 확보하는 일이 우선입니다.

각 사찰의 법당과 강당 등 기존 공간을 활용해 주말 명상 프로그램을 운영하고, 지도자들에게 자격증을 부여해 전문성을 갖추게 해야 합니다.

저는 교구본사를 포함해 40개 사찰을 중심으로 시범운영을 제안했고, 4~5억 원이면 충분하다고 봅니다. ‘선명상 체험관·수행원’을 세우고, 다양한 명상 지도자들을 연계하는 플랫폼으로 발전시켜야 합니다.

Q. 선명상을 종단 차원에서 주도하려면 전담 조직이 필요하지 않을까요?

A. 반드시 필요합니다. ‘선명상사업단’과 같은 전담 조직을 만들어야 합니다. 지도사 자격을 갖춘 스님과 재가자들이 학교·공항·교도소 등 공공기관에서 활동하도록 해야 합니다. 명상을 통해 사회적 이익과 치유를 이루는 것이 목적이지, 전도가 아닙니다.

현재는 속도가 더디지만, 중앙조직이 인력과 공간을 확보하고 지속적으로 지원해야 합니다. 명상 지도자의 안정적 활동 보장이 대중화의 핵심입니다. 실무자 이직이 잦으면 지속될 수 없습니다. 명상 생태계를 하나의 ‘선명상 네트워크’로 묶고, 종단이 보호·육성해야 합니다.

Q. 앞으로 선명상이 한국불교와 사회에 어떤 의미로 자리하길 바라십니까?

A. 선명상은 단순한 수행법이 아니라, 불교와 사회를 잇는 다리입니다. 명상을 통해 국민이 행복을 찾고, 불교가 사회적 책임을 실천한다면 그것이 곧 부처님 가르침의 완성입니다. 선명상이 그런 길을 여는 첫걸음이 되길 바랍니다.

노덕현 기자 noduc@hyunbul.com

‘교육+명상’ 미래 모색 ‘2025 국제컨퍼런스’ 개최

10월 29일, 국회의원회관 대회의실서
진우 스님, 공교육 명상 도입 필요성 연설
라이클 · 혜주 스님 등 석학 4인 발제

선명상 대중화로 현대인의 정신 건강과 마음의 평온을 기원하는 조계종의 ‘2025 국제선명상대회’ 대미는 국내외 석학이 한자리에 모여 교육과 명상의 미래를 모색하는 ‘국제컨퍼런스’가 장식한다.

조계종은 10월 29일 서울 국회의원회관 대회의실에서 ‘2025 국제선명상대회 국제컨퍼런스(Seon Meditation Summit 2025 International Conference)’를 개최된다. 주제는 ‘깨어나는 교육, 연결되는 우리-전인적 발달을 위한 교육 전환의 제안’이다.

이번 국제컨퍼런스는 주호영(국회 부의장), 김영호, 조정훈, 고민정, 문정복, 김대식, 김준혁, 정을호, 김용태(국회 교육위원회), 이헌승, 추미애, 김영배, 김형동, 이수진, 염태영, 김동아, 문진석, 박희승, 이만희, 임호선(정각회), 조승래(마음챙김포럼 대표의원), 한지아(국회 보건복지위원회) 의원 등 국회의원 22명이 공동주최해 의미를 더했다.

개회식에 이은 기조연설은 조계종 총무원장 진우 스님이 직접 맡는다. ‘한국 전통 명상과 공교육의 미래’를 주제로 조계종이 제시하는 명상 교육의 비전과 공교육 속 명상 도입의 필요성을 밝힌다. 특히 진우 스님은 한국 불교 명상이 지닌 전통적 가치와 현대 교육의 만남을 통해 교육의 새로운 길을 제시할 예정이다. 오전과 오후 세션에서는 국내외 석학 4인의 발제가 진행된다.

발제 이후에는 미산 스님(KAIST 명상과학연구소장)의 사회로 종합 토론과 질의응답이 진행된다. 조계종은 이번 ‘2025 국제컨퍼런스’를 통해 교육과 명상을 잇는 실질적 협력 모델을 제시하고, 앞으로 교육 현장에서의 적용과 확산을 모색해 나갈 계획이다. 조계종 미래본부 사무총장 일감 스님은 “명상은 단순한 수행을 넘어 전인적 교육의 열쇠”라며 “이번 컨퍼런스가 한국 공교육 속 전인적 발달을 실현하는 초석이 되길 기대한다”고 전했다.

김내영 기자

2025
국제선명상대회
국제컨퍼런스 & 폐막식

깨어나는 교육, 연결되는 우리
‘전인적 발달을 위한 교육 전환의 제안’

2025.10.29.(수) 10:00~17:00
대한민국 국회 국회의원회관 대회의실

기조연설 진우스님 Ven. Jinwoo 대한불교조계종 총무원장
발제1 킴벌리 A. 쇼너트 라이클 Kimberly A. Schonert-Reichl 일리노이대학교 심리학과 교수
발제2 로버트 로저 Robert Roeser 에모리대학교 명상과학과 자비 기반 윤리 연구센터 연구책임자
발제3 김누리 Kim Nury 중앙대학교 유럽문화학부 독일어문학 교수
발제4 혜주스님 Ven. Hyeju 동국대학교 아동청소년교육학과 교수

오프라인 사전 신청 (선착순 200명)
온라인 사전 신청

공동주최 | 국회의원 주호영, 김영호, 조정훈, 고민정, 문정복, 김대식, 김준혁, 정을호, 김용태, 이헌승, 추미애, 김영배, 김형동, 이수진, 염태영, 김동아, 문진석, 박희승, 이만희, 임호선, 조승래, 한지아, 대한불교조계종 Jogye Order of Korean Buddhism
주관방송 | BBS 불교방송
후원 | 문화체육관광부 Ministry of Culture, Sports and Tourism