세계 명상 석학, 9월 동국대로 모인다

동국대 종학연구소 주최
제6회 서울국제명상엑스포

9월 25~26일 본관 남산홀서
'명상 국제 컨퍼런스' 개최
헤롤드 로스 등 석학들 참여
명상과 정신건강 · 가치 논해
개막식서 진우 스님 기조연설

문화 · 체험 프로그램 등 '다채'
9월 20~21일 '선지식과 만남'
선명상콘서트, 문화 · 명상 접목
11월 22~23일 명상부스 운영

신중일 기자 motp79@hyunbul.com

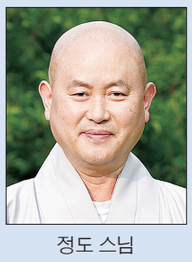


9월 25~26일 서울국제명상엑스포의 하이라이트 행사인 '명상 국제 컨퍼런스'가 열리는 동국대 전경.

명상 컨퍼런스 참석 석학

1일차 (9월 25일)


릭 핸슨


정도 스님


권준수


에릭 룩스

2일차 (9월 26일)


데이비드 바고


에밀리아나


전미선


진 크리스텔라


해롤드 로스

명상의 현재와 미래를 살펴볼 수 있는 국제 행사가 9월 동국대학교에서 열린다.

동국대 불교학술원 종학연구소(소장 정도 스님)는 9월 9일 교내 혜화관 고순청 세미나실에서 기자간담회를 열고 제6회 서울국제명상엑스포 주요 일정을 소개했다.

'명상, 하나 되는 길'을 주제로 열리는 서울국제명상엑스포는 지난 4월 'K-청소년 명상법' 배포를 시작으로 △학술 △문화 △체험 △교육 4개 영역에서 다채로운 명상 프로그램이 이어지고 있다. 특히 9월부터는 학술 영역을 중심으로 국제 행사들이 잇달아 개최된다.

세계 명상 석학들 대거 방한

서울국제명상엑스포의 하이라이트 행사인 '명상 국제 컨퍼런스'는 9월 25~26일 동국대 본관 남산홀 일원에서 개최된다. 컨퍼런스에서는 세계적인 명상 전문가와 해외 석학 6명·국내 석학 3명이 참석해 최신 명상 연구들을 공유하고 대중에게 소개할 예정이다.

국내외 석학들의 면면도 주목할 만하다. 1일차(9월 25일) 세션 '명상과 정신건강'에서는 저서 〈붓다 브레인〉, 〈뉴로다르마〉로 한국에 잘 알려진 릭 핸슨 UC버클리대 그레이터 굿 사이언스 센터(Greater Good Science Center) 수석 연구원이 '평온과 행복·사랑의 마음을 개발하는 마음챙김 수행'을 주제로 붓다와 위대한 스승들이 전한 가르침을 바탕으로 우리 내면의 지혜와 노력을 어떻게 실천으로 이어질 수 있을지를 모색한다.

'마음챙김 수행을 통한 대학생활 프로그램'을 개발한 에릭 룩스 브라운대학 마음챙김센터 소장은 '과학과 성찰의 만남: 고등교육 명상의 현재와 미래'에서 브라운대학이 고등교육·전문직 훈련 등에 마음챙김을 통합하려는 시도를 소개한다.

동국대 종학연구소장 정도 스님은 '선, 하나 되는 길: 동국대 명상 교육과 비전'을 통해 현대사회에서 선 수행의 필요성과 동국대에서 이뤄지는 명상교육들의 면면을 세계에 알린다. 권준수 한양대 석좌교수는 '명상(템플스테이)의 뇌과학'에서 템플스테이의 정신건강 및 뇌기능의 긍정적 변화 결과를 대중에게 공유할 예정이다.

2일차(9월 26일) '명상의 사회적 가치' 세션에는 데이비드 바고 국제명상연구학회장이 '명상을 통한 자기변화'에서 명상 훈련을 통한 자아의 발달적 변화를 탐구하며, 에밀리아나 사이먼-토마스 UC버클리대 그레이터 굿 사이언스 센터 과학 책임자가 '친철챙김을 찾아서: 친사회적 실천이 어떻게 건강과 웰빙을 증진하는가'를 주제로 강연을 진행한다.

진 크리스텔라 인디애나주립대 심리학과 명예교수는 '마음챙김 식사 알아차림(MB-EAT)'을 통한 현명하고 건강한 자기조절 방법을 강연한다. 강연 중에는 'MB-EAT'를 직접 체험할 수 있는 시간도 마련될 예정이다.

북미대학 최초로 '명상학(Contemplative Studies)' 학위를 신설한 해롤드 로스 브라운대 종교학과 교수는 '북미 대학의 명상(성찰)학에서 명상의 의미'를 통해 자신의 학교에서 이뤄지고 있는 명상학 프로그램을 소개한다.

전미선 아주대병원 방사선종양학과 명예교수는 명상, 이완요법, 침술 등을 포함한 통합의학프로그램의 효과와 의료현장에서 명상 활용 가능성을 '암 생존자에서 심신요법(명상)의 적용' 강연을 통해 모색한다.

서울국제명상엑스포 운영위원회 관계자는 "컨퍼런스의 시작과 끝을 책임지는 릭 핸슨 수석연구원과 해롤드 로스 교수는 미국 명상학계에서 일가를 이룬 원로학자이고, 다른 4명의 해외 학자들은 세대를 이어가는 중진학자들"이라며 "명상 교육, 식이조절 등 다양한 해외 연구 사례들을 실제적으로 만날 수 있을 것"이라고 설명했다.

명상 주제 연계 프로그램 '다채'

문화와 함께하는 명상프로그램도 진행된다. 9월 25일 오전 10시 서울국제명상엑스포 개막식에서는 조계종 총무원장 진우 스님의 기조연설과 뮤지컬 싯다르타 축하공연이 진행된다. 9월 26일 오후 7시 열리는 선명상 콘서트에서는 명상을 주제로 한국음악, 클래식, 무용, 합창 등 다양한 무대가 펼쳐진다.

체험 프로그램 역시 풍성하다. 9월 20~21일과 27~28일 혜화관 고순청세미나실에서는 '선지식·지성인과의 만남'이 진행된다. 스님과 오피니언 리더들의 법문과 강연이 선보이는 '선지식·지성인과의 만남'에는 △돈관 스님(학교법인 동국대 이사장) △용타 스님(행복마을 회주) △성행 스님(청계사 주지) △심산 스님(홍법사 주지) △성진 스님(성관사 주지) △광용 스님(조계종 전국비구니회장) △정목 스님(정각사 주지) △윤재웅(동국대 총장) △전현수(정신건강의) △김열권(위빠사나 붓다선원장)이 강연자로 참여한다.

이와 함께 동국대는 10월부터 중앙도서관 4층에 선명상홀을 개관하고 '도서관 선명상 체험'을 상시 운영할 예정이다. 또 10월 18~19일 통도사, 11월 1일 서울 남산 둘레길에서 걷기 순례 명상이 이뤄진다.

오는 11월 22~23일 학여울역 세텍(SETEC) 제2전시실에서는 국내외 다양한 명상법을 만날 수 있는 '명상 체험부스'가 마련돼 대중과 소통할 예정이다.

종학연구소장 정도 스님(서울국제명상엑스포 운영위원장)은 "올해 서울국제명상엑스포 주제가 '명상, 하나 되는 길'이다. 이번 행사로 많은 사람들이 명상과 자신이 하나되는 기회를 만나길 바란다"며 "나아가 동국대가 명상 세계화의 플랫폼으로 도약할 수 있도록 최선을 다할 것"이라고 말했다.

2025년 임진왜란 의승·의병 합동추모재

『충절의 고장, 영천 – 국난극복의 정신을 다시 새기다』
'경북의 숨겨진 보물' 영천시는 동방성리학의 종조 포은 선생의 학풍과 전국 최고 수준의 강학소들이 산재한, 정신문화의 원형을 간직한 도시입니다. 역사적으로도 영천은 국난 극복의 중심에 있었습니다.
1592년 임진왜란 당시, 경북 10개 지역 의병이 연합해 영천성 수복전투에서 육지 최초 대규모 승리를 이루었고, 은해사 승려 200명도 참여해 공동체의 책임을 다했습니다.
이 전투는 이순신의 명량대첩에 비견되는 역사적 전환점으로, 〈백사별집〉에도 기록되어 있습니다.
이후 구한말 산남의진, 6.25 전쟁의 영천대첩까지, 영천은 두 차례 '대첩'을 이룬 국난극복의 상징 도시입니다.
이번 '의승 및 의병 합동추모제'는 영천이 지닌 충절과 화합의 정신을 재조명하고,
대한민국의 정신문화적 가치를 되새기는 뜻깊은 자리가 될 것입니다.



일시 2025년 9월 27일(토) 12:30 ~ 15:40
장소 대한불교조계종 은해사 문의 054)355-3318 (종무소)

주최 : 조계종 10교구 은해사 주관 : BTN불교TV 후원 : 경상북도, 영천시

대한불교조계종 제10교구 본사 은해사