세계명상의날 한국위 출범 "마음 평안 기여"

12월 21일 서울 봉은사서 출범
UN세계 명상의 날 1주년 기념
진우 스님 "명상으로 마음 치유"
어린이 · 청소년 '미래세대 제안'
'세계 명상 흐름과 과제' 컨퍼런스

여수령 기자 spero0821@hyunbul.com



12월 21일 서울 봉은사에서 열린 UN세계명상의날 한국위원회 출범식에서 진우 스님을 비롯한 7명의 공동위원장이 '마음 평안 명상'을 낭독하며 명상 실참을 이끌고 있다.

유엔(UN)이 제정한 '세계 명상의 날(12월 21일)' 1주년을 맞아 불교계를 비롯한 종교계와 명상단체, 학계가 참여하는 'UN세계명상의날 한국위원회'가 공식 출범했다.

UN세계명상의날 한국위원회(상임위원장 진우 스님, 조계종 총무원장)는 12월 21일 서울 봉은사 봉은문화회관에서 기념 행사와 한국위원회 출범식을 개최했다. 한국위원회는 이날 규약 제정과 임원 선출을 만장일치 가결하고 위원회 구성을 확정했다.

공동위원장으로는 진우 스님(조계종 총무원장)을 상임위원장으로 이경열 원불교 교무, 윤종모 대한성공회 주교, 법륜 스님(정토회 지도법사), 조승래 국회의원(국회마음챙김포럼 대표), 이강욱 대한명상의학회장, 육영숙 한국명상학회장이 선출됐다.

상임위원장 진우 스님은 'UN 세계명상의날 한국위원회'의 공식 출범을 선언하고 "유엔이 세계 명상의 날을 제정한 것은 인류의 정신적 평화를 위한 분명한 선언"이라며 "한국위원회는 다양한 명상의 지혜를 현대 사회의 언어로 풀어내 국민 누구나 일상에서 마음을 돌보고 치유할 수 있는 길을 넓히고자 한다"고 밝혔다. 또 "위원회는 국내외에서 실천과 연대를 이끌어 대한민국이 정신문화 선진국으로 국제 사회의 평화와 공존에 기여하겠다"며 "우리가 함께 밝힌 이 마음의 등불이 대한민국을 넘어 전 세계로 퍼져 나가기를 간절히 발원한다"고 말했다.

이헌승 국회 정각회장과 김영수 문화체육관광부 차관은 축사에서 한국위원회 출범을 축하하고 국회와 정부 차원에서 국민 정신건강 정책 수립과 추진을 약속했다. 세계적 명상 지도자인 존 카밧진 박사와 차드 멍 탄, 로시 조안 할리팩스도 영상 메시지로 한국위원회 출범을 축하하고 앞으로의 역할에 기대를 표했다.

어린이와 청소년들은 '마음 평안을 위한 미래세대 제안'을 발표했다. 은석초와 동대부중, 광동고 등 불교 종립학교 학생 6명은 "우리 모두의 마음이 먼저 편안해지면 더 행복하고 평화로운 세상이 시작될 것이란 생각에 '명상'을 선택했다"며 가정과 사회에 △학교에서 명상을 더 쉽게 할 수 있는 명상 공간 마련 △마음과 관계를 배우는 수업 신설 △가족 명상 시간 마련을 요청했다.

참석자들은 진우 스님을 비롯한 7명의 공동위원장들이 낭독한 '마음 평안 명상' 안내 문구에 따라 조용히 눈을 감고 마음을 관찰하는 것으로 행사를 마무리했다.

2부 컨퍼런스는 '세계 명상의 흐름과 한국 명상의 과제'를 주제로 진행됐다. 박희승 한국명상지도자협회 사무총장의 사회로 이강욱 대한명상의학회장이 '명상의 과학적 연구 성과와 전망', 혜주 스님(동국대 아동청소년교육과 교수)이 '세계 명상 교육의 흐름과 한국의 과제', 성해영 서울대 종교학과 교수가 '세계 명상의 흐름과 한국 명상의 과제'를 각각 발표했다.

한편, 세계 명상의 날을 기념하는 다양한 행사로 열렸다. 조계종 미래본부 사무총장 일감 스님(봉은사 선명상연구소장)은 12월 20일 봉은사 대웅전에서 2025 문화 선명상 프로그램 '겨울에 – 이 뭣고'를 개최했다. 정토회는 12월 21일 서울 정토사회문화회관에서 명상 법회를 열고, 지도법사 법륜 스님의 지도로 전 세계인이 동시에 참여하는 '15분 명상'을 진행했다.

로터스월드, 캄보디아-태국 난민 구호

1월 31일까지 2차 캠페인 진행
해피빈 모금함 · 계좌이체 가능


캄보디아 · 태국 국경 분쟁으로 시엠립 지역 쁘라삿 꼭쩍 사찰에 머무르고 있는 피난민의 모습.

로터스월드(이사장 성관 스님)가 최근 재격화된 국경 분쟁으로 대규모 난민이 발생함에 따라, 캄보디아 시엠립 지역에 유입된 피난민들을 지원하기 위해 2026년 1월 31일까지 후원금 모금 중심의 긴급구호 캠페인 '생필품 하나가 절실한 전쟁 속 피난민들'을 진행한다. 후원금으로 쌀과 생수, 라면 등 기본 식료품과 세면도구·수건 등 생필품을 마련해 난민들에게 전달할 계획이다.

캄보디아 – 태국 국경 분쟁은 지난 7월 24일 양국 군대가 국경 지역에서 군사 충돌을 일으키며 시작됐다. 이로인해 오다르메안체이주와 프레아비헤아르주 등 국경 인접 지역 주민들이 대거 피난길에 올랐다. 이들 가운데 상당수가 로터스월드 지부가 위치한 시엠립 지역으로 이동했다.

갑작스러운 난민 증가로 사찰들은 심각한 생필품 부족을 겪고 있다. 시엠립 지역 쁘라삿 꼭쩍 사찰에는 현재 211가구 670여 명의 피난민이 머물고 있다. 사찰 관계자는 "마땅한 대피시설이 없는 캄보디아에서 피난민들이 갈 수 있는 곳은 결국 사찰뿐"이라며 "하루 평균 400kg 이상의 쌀이 사용될 정도로 식량과 식수, 의복, 위생용품 등 모든 것이 턱없이 부족한 상황"이라고 전했다.

보삐담 사찰에도 252가구 약 810여 명의 난민이 생활 중이다. 이곳 관계자는 "최소한의 생존은 가능하지만 식량과 생필품 부족은 더욱 심각해지고 있다"며 "부처님의 사찰은 누구에게나 열려 있어야 하지만 한계에 다다른 상황"이라고 호소했다.

이번 캠페인은 네이버 해피빈 모금함 '생필품 하나가 절실한 전쟁 속 피난민들'을 통해 참여할 수 있다. 계좌(기업은행 024-071023-01-031, 예금주: 로터스월드) 직접 후원도 가능하다. 02-725-4277 임은호 기자

27년 5개월 "나무아미타불" 염불…원만성취로 회향

동산반야회 · 불교대학, 12월 21일
1만일 회향법회…300 행자 자축


12월 21일 서울 동국대 남산홀에서 열린 '제6차 전국염불만일회 10000일 정진 회향법회'에서 법주 법산 스님이 행자들에게 '나무아미타불 낙자'를 수여하며 오랜 정진을 격려하고 있다.

27년 5개월 15일, 1만일 동안 하루도 빠짐없이 이어온 염불수행의 만일 원만회향을 축하하는 법석이 마련됐다.

동사반야회·동산불교대학(이사장 정은용)은 12월 21일 서울 동국대 남산홀에서 '제6차 전국염불만일회 10000일 정진 회향법회'를 봉행했다. 회향법회에는 27년 5개월 전 만일 수행 첫발을 함께 내디뎠던 300여 염불행자들과 동산반야회 회원들이 모여 긴 세월의 염불수행이 맺은 결실을 축하하고 그 공덕을 함께 나누며 자축했다.

전국염불만일회는 '힘차게, 신나게, 멋있게'를 구호로 1998년 8월 5일 금강산 건봉사에서 만일염불 기도정진을 입재했다. 염불행자들은 매일 1만송 이상 '나무아미타불'을 염송하고 매년 여름 전국 고찰에서 공동 정진을 이어왔다.

안동일 전국염불만일회장은 인사말에서 "염불 만일 회향은 기적"이라고 감격을 전하며 "염불정신 공덕은 자신에게 미침과 동시에 뭇 중생에게 회향하는 것"이라고 강조했다. 그러면서 "만일 동안 염불정진을 회향했다고 염불정진이 끝나는 것이 아니"라면서 "만일 염불은 평생 염불이며 극락에 가서도 염불은 계속되는 것"이라고 강조했다.

이날 전국염불만일회 법주 법산 스님은 '여불정진의 공덕'을 주제로 회향법문하고 정진을 이뤄낸 염불행자들을 치하했다.

법산 스님과 보광 스님, 안동일 회장은 염불행자 한 명 한명에게 '나무아미타불 낙자'를 수여하며 오랜 정진을 격려했다.

이날 법회에서는 전국염불만일회 입재에서 회향까지 육바라밀을 실천해 불자로서 염불정토를 이루기 위해 법회를 장엄한 이들에 대한 표창도 있었다.

염불행자들은 회향 발원문에서 "염불정진 공덕으로 이번 생을 마치는 임종 시 아미타 부처님과 관음, 세지 양대 보살과 극락세계 성중들의 마중받고 삼계윤회 벗어나 시방정토 극락세계에 왕생해지도록 굽어살펴 달라"고 발원했다. 임은호 기자

삼학설행사 '날란다 코스' 학년말 시험

4년제 수행자 양성 과정
70명 응시…보살계 수계식



서울 티베트불교 사찰인 '삼학설행사(랍숨섀둡링)'(주지 텐진남카 스님)에서 진행하는 4년제 불교 수행자 양성 과정인 '날란다 코스'의 학년말 시험 및 보살계 수계식이 서울 동국대 미래융합세미나실에서 진행됐다.〈사진〉 12월 20일 진행된 시험에는 불교철학과 〈보리도차제〉를 공부한 사부대중 70명이 응시했다.

날란다 코스는 총 4년에 걸쳐 체계적으로 교학과 수행에 대해 학습하는 과정이다. 주지 텐진남카 스님은 이 과정의 목표에 대해 "불자로서 법이 무엇인지 알고, 그 법을 혼자서도 바르게 정진할 수 있는 수행자를 양성하는 것"이라고 설명했다.

국내의 여러 사찰에서 불교대학 등을 운영하고 있지만, 날란다 코스는 모든 수업을 온라인 영상과 실시간 화상 프로그램 등을 사용해 공간과 시간의 제약 없이 수업에 참가할 수 있게 한다. 학년말 시험과 출석률에 따라 진급이 결정된다는 특징이 있다. 공간적 제약이 없는 덕에 전국 각지의 불자들이 코스에 등록했으며 해외거주 불자가 참여하기도 한다.

시험 후 봉행된 보살계 수계식에서 불자들을 격려하기 위해 방문한 조계종 교육아사리회 회장 금강 스님은 "시험은 맞고 틀리고를 떠나 한 해 동안 공부한 것에서 이것만큼은 가져가야 한다고 일러주는 것"이라고 격려했다.

박영빈 객원기자

2026 병오년
뜨거운 열정! 꺾이지 않는 도전! 쉼없는 전진!
대한불교조계종 제3교구본사
설악산 新興寺
사부대중 일동
강원도 속초시 설악산로 1137(설악동 170)
전화 033)636–7044, 7393 팩스 033)636–7556 www.sinheungsa.kr

※광고 홈페이지 QR. 수익 일부는 AI전법에 활용됩니다.