코로나 극복 위한 명상 강연 눈길

한국명상총협회 11월 14일 벡스코서 개최

각산 스님 · 이시형 박사 강연
명상의 면역강화 등 효과설명
해운대 구청 국민숲체험 개설
부산의 명상터전 발돋움 기대

하성미 부산주재기자 jayanti@hyunbul.com

현대인의 몸과 마음을 지키는 면역력은 어떻게 생성될까? 또 명상은 우리의 몸과 마음에 어떤 영향을 미치는가? 명상의 유익을 알아보고 앞으로 이 시대 정신문화를 이끌 대안으로 명상을 제시하는 법석이 열렸다.

사단법인 한국명상총협회(협회장 각산)는 11월 14일 부산 벡스코 컨벤션홀에서 코로나 바이러스 극복을 위한 '명상 강연' 을 개최했다.

'명상 강연' 은 코로나19로 지친 부산시민에게 바른 건강관리와 마음의 안정을 통한 치유를 안겨주기 위해 개최됐다. 부산 해운대구청의 후원으로 마련된 이번 강연은 현대인을 위한 치유의 장으로 진행돼 큰 호응을 얻었다.

강연은 각산 스님(한국명상총협회장)과 이시형 박사(세로토닌 문화원장), 베르나르 신부(도전돌밭공동체 이사장)가 담당했다.

각산 스님은 호흡명상을 실참하며 대중을 위한 명상자리를 펼쳤다. 이어 강연을 통해 사라지지 않는 고통을 받아들이기 위해서는 고통을 받아들이는 관념을 바꿔야 한다고 했다.



사단법인 한국명상총협회는 11월 14일 부산 벡스코 컨벤션홀에서 코로나 바이러스 극복을 위한 '명상 강연' 을 개최했다.

각산 스님은 "고통은 사라지지 않는다. 지혜로 통찰하고 받아들이며 인과의 법칙을 통해 참된 진리를 알아야 한다"며 "명상을 통한 지혜로 관념을 바꾸고 고통을 받아들이는 자세가 필요한 시기"라고 강조했다.

이시형 박사는 명상이 면역력강화와 뇌에 끼치는 긍정적인 영향을 구체적으로 설명했다.

이시형 박사는 "뇌가 피로하면 감정조절이 안 되고 절제가 어렵지만 호흡을 잘하면 마음이 편안해진다"며 "명상은 자율신경을 조절하는 유일한 방법이다"고 안내했다. 이어 "명상을 하면 후대상피질에서 나오는 도파민을 조절한다. 명상은 동양의 신비가 아니라 과학이다"고 말했다.

베르나르 신부는 명상으로 죽음을 직면하고 지혜를 얻어야 한다고 강조했다.

베르나르 신부는 프랑스 보르도 의대에서 6년 간 의학을 전공했고 350구가 넘는 시신을 해부하다 죽음에 대한 의문을 갖게 됐다. 사람의 생로병사에 대한 의문이 풀리지 않아 가톨릭 사제가 됐으며 석 · 박사 논문은 성철 스님에 관한 주제였다. 서강대 종교학과 교수를 역임하고 17년 동안 간화선 수행도 하고 있다.

베르나르 신부는 "죽음의 순간에는 호흡마저도 내려놓아야 한다. 붙잡을 수 없다"며 "죽음을 직시하는 것이 삶의 본질을 바로 보는 것이다"고 말했다.

한편, 이날 개회식에서 홍순헌 해운대구청장은 몸과 마음이 부자인 행복한 도시를 위한 방법으로 명상 보급을 꼽았다.

홍순헌 해운대 구청장은 "해운대는 2000만 명의 유동인구가 있는 지역이다. 무엇이 가장 필요할까 고민했고 부족한 것이 무엇일까를 생각하며 돌아보았다"며 "외적인 부자는 있지만 마음의 부자는 없다고 진단했고 국립숲체험 공간을 준비를 위해 노력하고 있다"고 말했다.

이어 홍 구청장은 "2년 후 숲체험 공간은 구민에게 돌아갈 것이며 그 준비의 일환으로 오늘 이렇게 명상의 대가 세 분을 모셔 강연을 마련했다"고 덧붙였다.

세계일화 위한 한국불교문화협회 문 열다

11월 13일 불전연구소 개원법회

호법 스님 "상좌부불교 가교역할"

세계일화(世界日華)를 위한 거점, 사단법인 한국불교문화협회가 문을 열었다. 미얀마, 태국 등 상좌부 불교와 소통하고 한국불교의 우수성을 알리며 화합을 도모하기 위해서다.

사단법인 한국불교문화협회(이사장 호법)가 11월 13일 불전영어연구소 법당에서 개원법회를 개최했다.

사단법인 한국불교문화협회는 한국불교의 우수성을 알리고 세계 불교 간 오랜 편견을 해소하기 위해 출범했다. 미얀마와 태국 등 상좌부 불교는 자신만의 수행을 위해 대중을 외면한다는 오해를 받고 있어 한국에서는 '소승 불교' 라 불렸다.

또 한국 불교는 중국에서 불교가 유래돼 그 과정에서 전통이 왜곡됐다는 평가를 받고 남방 불교에서 외면당했다. 이러한 편견을 해소하고 서로의 우수성을 인정하며 불교가 하나가 되는 '구심점' 역할을 하겠다는 원력이다.



사단법인 한국불교문화협회가 개원법회를 11월 13일 불전영어연구소 법당에서 개최했다.

개원식은 개식선언에 이어 삼귀의와 반야심경, 발원문 낭독으로 진행됐고 경과보고로 그간 활동 준비를 알렸다. 내빈들의 인사말 및 축사, 격려사, 법문 후 법어사 전 주지 정여 스님은 직접 적은 휘호를 호법 스님에게 전달하며 한국불교문화협회의 발전을 기원했다.

이날 행사에는 조계종 법계위원 정여 스님, 미륭사 회주 정각 스님, 이사장 호법 스님, 기장불교연합회장 정오 스님, 미타선원 주지 하림 스님, 청량사 주지 보혜 스님, 로이알록꾸마르 전 국제교류재단 사무총장, 김철훈 영도구 구청장, 심기삼 구의회 의장, 황보승희 국회의원 등 사부대중 100여 명이 동참했다.

정여 스님은 법문을 통해 "일심이 청정하면 세상이 청정하다. 전 세계 불교의 화합과 발전을 위해 문을 연 한국불교문화협회가 우리 불교를 맑히고 그 시작을 알리는 출발점이 될 것이다"며 "이 일을 위해 함께 노력하고 준비하신 모든 분들에게 감사하다"고 말했다.

이사장 호법 스님은 인사말을 통해 "상좌부불교와 한국불교의 가교 역할을 담당하고자 문을 열었다"며 "코로나19로 인해 막힌 국제 교류와 소통을 위해 돌파구를 찾고 화합을 위한 기구로 최선을 다하겠다"고 말했다.

사단법인 한국불교문화협회는 오랜 학술 연구와 준비가 뒷받침 됐다. 호법 스님은 스리랑카 팔리불교대학에서 연구했으며 태국 마하출라롱콘대 학사, 부산대 석사, 태국 마하출라롱콘대 박사 학위를 취득했다. 스님은 스리랑카 켈라니아 대학 방문교수로 활동했다. 부산 영도 발원사 주지로 포교활동을 이어가며 2016년 10월 불전영어연구소를 발원사 부설로 개원했다.

사단법인 한국불교문화연구소는 2020년 7월 발기인들과 준비를 시작해 9월 10일 창립총회를 열었고 부산시에서 9월 28일 법인설립을 허가 받았다.

하성미 부산주재기자

미소원 개원 9주년 "미소 가득한 세상을"

11월 13일 기념법회… 난치병 환우 돕기 기금도

사단법인 미소원(이사장 장유정)이 개원 9주년을 맞아 11월 13일 기념법회를 미소원 법당에서 봉행했다.〈사진〉

기념법회는 개회사와 삼귀의, 반야심경, 발원문, 경과보고 순으로 이어졌다.

이어 박미주 前 청년회 회장의 공로를 치하하는 공로패를 수여하고 새로운 임원진에게 임명장을 수여했다. 기금전달식이 진행돼 의미를 더했다. 미소원은 이날 생명나눔실천 부산지역본부에 난치병환우돕기 성금 858만4940원을 전달했다. 미소원의 원력에 동참하며 부산평화시장불자회가 이웃자비나눔성금을 후원했다.



장유정 이사장은 "미소원의 활동은 어려울 때 더욱 빛이 났다"며 "앞으로도 모두가 함께 웃는 세상을 위해 노력할 것이다"고 말했다.

하성미 부산주재기자

美談으로 행복한 국민 꿈꾼다

국민행복실천운동본부, 미토리 덕담 캠페인 전개

국민행복실천운동본부(이사장 정각)는 11월 18일 KNN 2층 회의실에서 '미토리 캠페인 업무 협약식 및 1호 감사사연 발표' 를 진행했다.〈사진〉

'미토리' 는 아름다울 미(美)와 사연(story)을 합친 단어로 아름다운 사연을 소개하는 캠페인이다. 인생에서 감사했던 사연과 인연을 소셜 네트워크에 소개하고 따뜻한 덕담을 나눠 메마른 현대인에게 따뜻한 정서를 선물하고자 마련됐다.

이번 캠페인 동참자에게는 '미토리 플라워' 가 제공된다. '미토리플라워' 는 덕담을 소개하는 일반인의 참여를 이끌고 미혼모 가정의 경제 후원을 위해 기획됐다.



정각 스님은 "어려웠던 시민들을 함께 돌아보던 그 따뜻한 마음을 잊지 못한다. 진심으로 감사하다"고 말했다.

하성미 부산주재기자

행복나눔 자비의 김장담그기

천태종 대구 대성사(주지 영제)는 11월 17일 지역 소외계층, 독거노인, 모자원을 돕기 위해 '행복나눔 자비의 김장담그기' 를 경내 향림당에서 개최했다.

이날 대성사 주지 영제 스님과 이태훈 대구 달성구청장 조현대 대성사 신도회장, 김헌동 성당동장 대성사 봉사단원 등이 참석해, 구인사에서 직접 재배한 배추 약 1500포기를 김장으로 담가 달서구와 성당동 등에 전달했다.〈사진〉



손문철 대구지사장

태고종 전북종무원, 베트남 어린이에 자전거 전달

외무부 통해 비대면으로 75대 전달

태고종 전북종무원(원장 진성, 마이산 탑사 주지)이 베트남 초등학생들의 등교 편의를 위해 자전거 50대를 전달했다. 기부된 자전거는 11월 11일과 12일 외무부를 통해 베트남 닥락성 Krong Bong 현과 Krong Buk 현의 학생들에게 각각 25대씩 전달됐다. 태고종 전북종무원은 지난 5월 6일에도 자전거 25대를 전달한 바 있다.

태고종 전북종무원은 매년 베트남 닥락성의 초등학교에 정수시설과 정수기 설치를 지원해왔으나 올해는 코로나 사태로 인해 양국 간 문화, 나눔의 교류가 중단되자 외무부를 통해 자전거를 전달하게 됐다.


태고종 전북종무원이 베트남 초등학생들의 등교 편의를 위해 자전거 50대를 전달했다.

진성 스님은 자전거와 함께 전달된 친필 서신을 통해 "코로나 사태로 인해 양국이 모두 힘든 시간을 보내고 있다"며 '달리면서 아름다운 세상보기' 라는 주제로 전달된 자전거를 통해 전북과 닥락성의 교류가 이어지고 코로나 사태 종료 후 아름다운 만남이 성사되기를 기대한다"고 말했다.

한편, 태고종 전북종무원장 진성 스님은 (사)JIVEC 전북베트남교류증진협의회(이사장 회일, 참좋은우리절 주지)를 통해 전북과 베트남 닥락성간 우호를 활발히 하고 있으며 코로나로 어려운 현실 속에서도 지속적으로 한글 학당을 꾸준히 운영하고 있다, 또한 문화, 경제, 농업, 기술, 노동자 등 활발한 교류를 진행하고 있다.

조동제 전북지사장

구례 사성암 나한53불 점안법회

11월 15일 나한전서 개최

한 가지 소원을 이뤄준다는 사성암이 나한성지로 거듭나고 있다. 구례 사성암(주지 대진)은 지난 11월 15일 나한전에 모셔진 53 나한상에 대한 복장 및 점안식을 갖고 완성된 나한성지로 거듭나기를 서원했다. 이날 모셔진 53나한은 원래 조선 초기에 석조로 조성된 33상이 모셔져 있었으나, 이날 20상을 추가로 조성, 53상을 완성해 복장과 점안 행사를 가진 것이다.

주지 대진 스님은 "〈관약왕약상이보살경(觀藥王藥上二菩薩經)〉에 의하면 53불에 마음을 다해 예배하면 사중오역(四重五逆) 등의 죄가 모두 청정해진다고 한다"며 "여법하게 경전에 의거해 완성된 나한전을 통해 사성암이 약사여래불 기도도량으로 거듭나게 됐다"고 행사 취지를 밝혔다.


구례 사성암은 지난 11월 15일 나한전에 모셔진 53분 나한상에 대한 복장과 점안식을 갖고 완성된 나한성지로 거듭나기를 서원했다.

점안식은 화엄사 주지 덕문 스님을 증명법사로, 국가무형문화재 139호로 지정된 불복장 보유자인 도성 스님의 집전으로 진행됐다.

사성암은 백제 성왕 22년 연기조사가 건립하여 원래 오산암으로 불리다가 이곳에서 4명의 고승인 의상, 원효, 도선, 진각 국사가 수도하여 사성암이라 전해지고 있다. 근래에는 깎아지른 절벽 위에 조성된 사찰의 뛰어난 경관과 함께 한 가지 소원은 꼭 이루어진다는 기도도량으로 널리 알려져 있다.

양행선 광주전남지사장

본원종 종정 범해당 대화 스님 원적

11월 11일 법랍 68세 · 세납 82세로

본원종 종정 범해당 대화 스님〈사진〉이 11월 11일 법랍 68세, 세납 82세 일기로 원적에 들었다. 본원종은 11월 13일 동국대 일산병원 영안식에서 종단장으로 영결식을 개최했다. 대화 스님은 충남 금산서 태어나 14세에 마곡사로 출가, 개운사서 수계득도했다. 1967년 개운사 주지를 시작으로 수행에 매진했다. 1979년 영화사서 석천 스님을 법사로 입실건당했으며, 1984년 서울 평창동에 연화정사를 창건했다. 본원종 중앙종회 부의장, 제3~5대 총무원장을 역임했으며 2009년 9월 본원종 5세 종정으로 추대됐다. 2013년 6세 종정, 2019년 7세 종정으로 재추대 된 바 있다.



노덕현 기자