‘선명상 지역축제’ 경주서 첫걸음

5월 27~29일 동국대 WISE캠
6월 부산 · 인천 이어 10월까지
‘선명상 마음챙김’ 전국 확산 기대

경주=하성미 부산주재기자

‘2025 국제 선명상 대회’의 지역 확산을 위한 ‘국제 선명상 지역축제’가 5월 27~29일 동국대학교 WISE캠퍼스에서 첫걸음을 내디뎠다. 이번 행사는 선명상 지역축제의 전국 순회 첫 번째 순서로, 명상의 생활화와 지역 명상 문화 활성화를 본격적으로 알리는 출발점이라는 점에서 특별한 의미가 있다.

동국대 임석대동제와 연계해 캠퍼스 전역에서 ‘명상의 일상화’를 주제로 실용적인 프로그램들이 펼쳐졌다. 녹야원 특설무대, 용맹로, 선센터 대선방 등에서는 △심주 목걸이 체험 △촛불명상 △몸해력 키우기 △스머지 스틱 만들기 △핸드팬 사운드 명상 등 총 8개 강연과 체험 프로그램이 진행됐다.

특히 ‘심주 목걸이(마음의 구슬)’ 체험은 참가자들의 큰 호응을 얻었다. 참여자들은 무작위로 뽑은 화두 문구를 받아 읽고, 그 의미를 되새기며 자신만의 목걸이를 만들었다. 이어 각자 자신의 서원을 종이에 적고 친구들과 나누며, 명상이 단지 앉아 있는 수련이 아니라 일상 속에서 실천되는 마음공부임을 몸소 체험하는 시간이 됐다.



‘2025 국제 선명상 대회’의 지역 확산을 위한 ‘국제 선명상 지역축제’가 5월 27~29일 동국대학교 WISE캠퍼스를 시작으로 대장정을 본격적으로 시작했다.

한 참가자는 ‘개에게도 불성이 있는가’라는 화두를 받았고, 다른 학생은 “학생들이 학교에서 사랑받고 행복할 수 있기를 바라는 마음으로 매일 〈반야심경〉을 독송하겠다는 서원을 적었다”고 밝혔다. 또 다른 학생은 “‘부모로부터 태어나기 이전의 본래 면목은 무엇인가’라는 화두를 받고 멍해졌지만, 그 뜻을 곱씹다 보니 마음이 묘하게 차분해졌다”고 말했다.

심주 목걸이 체험을 안내한 하림 스님(부산 미타선원장)은 “심주는 ‘마음의 주인은 누구인가’를 되묻는 수행의 시작이고, 화두는 혼란과 번뇌 속에서 다시 지금 이 자리로 돌아오게 하는 끈”이라고 설명했다. 이어 화두 수행을 시연하며 “이 손가락을 움직이는 것이 무엇인가”라고 묻고 “해결하거나 통제하려 하지 말고, 그저 의심만 하라. 그 순간에 우리는 생생한 지금 여기에 있다”고 강조했다.

함께 프로그램을 안내한 혜주 스님(동국대 WISE캠퍼스 아동청소년교육학과장)은 “화두는 깨어 있도록 하는 삶의 질문이고, 서원은 자신과 타인을 위한 따뜻한 다짐”이라며 “이처럼 정성껏 적은 화두와 서원은 앞으로의 삶을 명상으로 정립하는 방향이 된다”고 덧붙였다.

이어 효신 스님(불국사 문화국장)의 ‘촛불명상’, 금후 스님(동화사 승가대학감)의 ‘내려놓고선’, 최규리 앰버서더의 ‘몸해력 키우기’가 진행돼 참가자들을 선명상으로 이끌었다. 29일에는 자묵 스님의 ‘그림책과 떠나는 마음여행’과 핸드팬 명상 퍼포먼스로 축제의 대미를 장식했다.

국제 선명상 지역축제는 경주를 시작으로 6월 부산 송정해수욕장과 인천 송도에서 ‘글로벌 명상축제’로, 7월 세종 광제사, 8월 천진암, 9일 서고사, 10월 봉선사 등에서는 지역 맞춤형 프로그램으로 이어질 예정이다.

조계종 미래본부 사무총장 성원 스님은 “선명상은 문화이자 철학이며 치유의 방법”이라며 “지역과 계층을 넘어 모두가 마음의 주인으로 평안을 얻고 행복한 삶을 영위하는 데 보탬이 되도록 노력하겠다”고 말했다.

봉녕사, 첫 팔관재계 수행법회…“바른 삶 살길”

5월 24~25일, 음욕 · 식욕 끊어
참가자 “스스로 돌아보는 시간”

하루낮 하루밤 동안 8가지 계를 지키는 출가수행으로 해탈의 씨앗을 심는 팔관재계 수행법회가 수원 봉녕사에서 처음 열렸다.

계율근본도량 봉녕사(주지 진상 스님)는 5월 24~25일 양일간 ‘제1회 팔관재계 수행법회’를 봉행하고, 불자 수행의 새로운 장을 마련했다. 법회에는 오계를 수지한 불자 총 44명(우바새 6명·우바이 38명)이 동참했다.

팔관재계는 사찰에서 하루 동안 출가계를 지키며 해탈 열반의 인연을 심는 수행법이다. 일체 음행을 금하고 오후불식으로 음욕과 식욕을 끊는다는 점이 큰 특징이다.

이날 참가자들은 휴대전화를 반납하고 팔관재계 수계식, 조석예불, 〈우바새계경 독송〉, 선명상, 108배, 공덕행 등을 통해 오롯이 자신에게 집중하는 시간을 가졌다. 법회는 스님들의 법문과 수행담 나눔으로 마무리됐다.



봉녕사가 처음으로 마련한 ‘팔관재계 수행법회’에는 총 44명의 불자가 동참했다.

봉녕사 주지 진상 스님은 “씨앗을 뿌리고 가꿀 수 있는 밭을 드릴 수 있지만, 마음 밭에 인을 심어서 싹을 틔우고 생사해탈의 과를 이룰 때까지 끊임없이 수행하는 것은 각자의 몫”이라며 “수없이 많은 정보와 물질 속에서 자기도 모르는 사이 노예가 되는 삶을 멈추고, 팔관재계 수행을 통해 올바른 삶을 살아가길 바란다”고 말했다.

봉녕사 승가대학 석좌교수 도혜 스님은 “팔관재계 수행 기간은 자기 마음을 청소하는 시간이다. 마음을 청소하면서 생기는 기쁨과 행복함이 쌓여서 성품이 바뀌고 향상될 것이며 삶의 질이 업그레이드 될 것”이라고 강조했다.

율주 적연 스님은 “새벽기도 후 공덕행으로 풀 뽑기를 했는데, 뽑아도 계속 나는 풀이지만 계속 뽑고 또 뽑으면 아름답고 청정한 도량이 되는 것처럼 번뇌도 계속 제하고 제해가면서 내 마음의 수행을 계속 이어나가 자신도 기쁘고 남에게도 즐거움을 줄 수 있는 불자가 되길 기대한다”고 당부했다.

봉녕사는 앞으로 팔관재계 수행법회를 정기적으로 봉행해 불자 수행의 한 축으로 자리잡게 할 계획이다. 제2회 팔관재계 수행법회는 오늘 8월 16일에 진행되며, 접수는 8월 10일까지다. 모집 인원은 우바새(남) 20명, 우바새(여) 50명으로 선착순 마감한다. 자세한 내용은 봉녕사 종무소로 문의하면 된다. 031)242-5412 김내영 기자

민중불교운동 40주년 기념식 열린다

6월 6일 서울 조계사 극락전
민주화 역사 기록 · 희생자 추모

1980년대 군부독재에 맞서 민중불교운동을 이끌었던 민중불교운동연합(이하 민불련)의 창립 40주년을 기념하는 행사가 6월 6일 서울 조계사에서 열린다.

민불련은 5월 29일 기자간담회를 열고 “40주년 기념식을 통해 새로운 대한민국을 맞이하는 우리 사회의 민주주의 완성을 위한 구심점을 마련하고자 한다”고 밝혔다. 최근 결성된 40주년 기념추진위원회는 인묵 스님(조계종 어산어장)과 공화춘 여사(여익구 1기 의장 부인), 서동석 3기 의장이 위원장을 맡았다.

인묵 스님은 간담회에서 “격동하는 시대에 민주화를 위해 나선 스님과 재가자가 힘을 합쳐 민불련을 발족한 지 올해로 40년을 맞았다”며 “역사적 의미를 되새겨보자는 뜻에서 조촐한 자리를 마련하게 됐다”고 취지를 설명했다.

서동석 3기 의장은 “민불련의 실제 활동 기간은 6년 남짓이지만, 우리나라 민주화와 불교의 민주적 개혁에 큰 역할을 했다”며 “이번 기념식이 역사를 기록하고 희생자들을 추모하는 자리가 되도록 준비하겠다”고 말했다.

민불련은 1985년 5월 4일 ‘민중의 고통 해방과 자주·민주적 불교 건설’을 서원한 사부대중의 연합조직으로 출범했다. ‘불교재산관리법’ 폐지와 10.27법난 공론화, 94년 종단 개혁 등 불교계 안팎의 민주화 운동을 이끌었다.

6월 6일 오전 10시 조계사 극락전 1층에서 열리는 기념식에는 조계종 총무원 사회부장 진경 스님을 비롯해 민불련 회원과 사부대중 150여 명이 참석할 예정이다. 여수령 기자

한국 사찰음식, 파리에 울림 전하다

문화사업단, 5월 23~24일
‘르 꼬르동’ 파리서 특강



한국 사찰음식이 프랑스 파리에 깊은 울림을 전했다.

한국불교문화사업단(단장 만당 스님, 이하 문화사업단)은 프랑스 파리에 위치한 ‘르 꼬르동 블루(Le Cordon Bleu)’ 본교에서 5월 23~24일 양일간 사찰음식 특강을 개최했다.〈사진〉

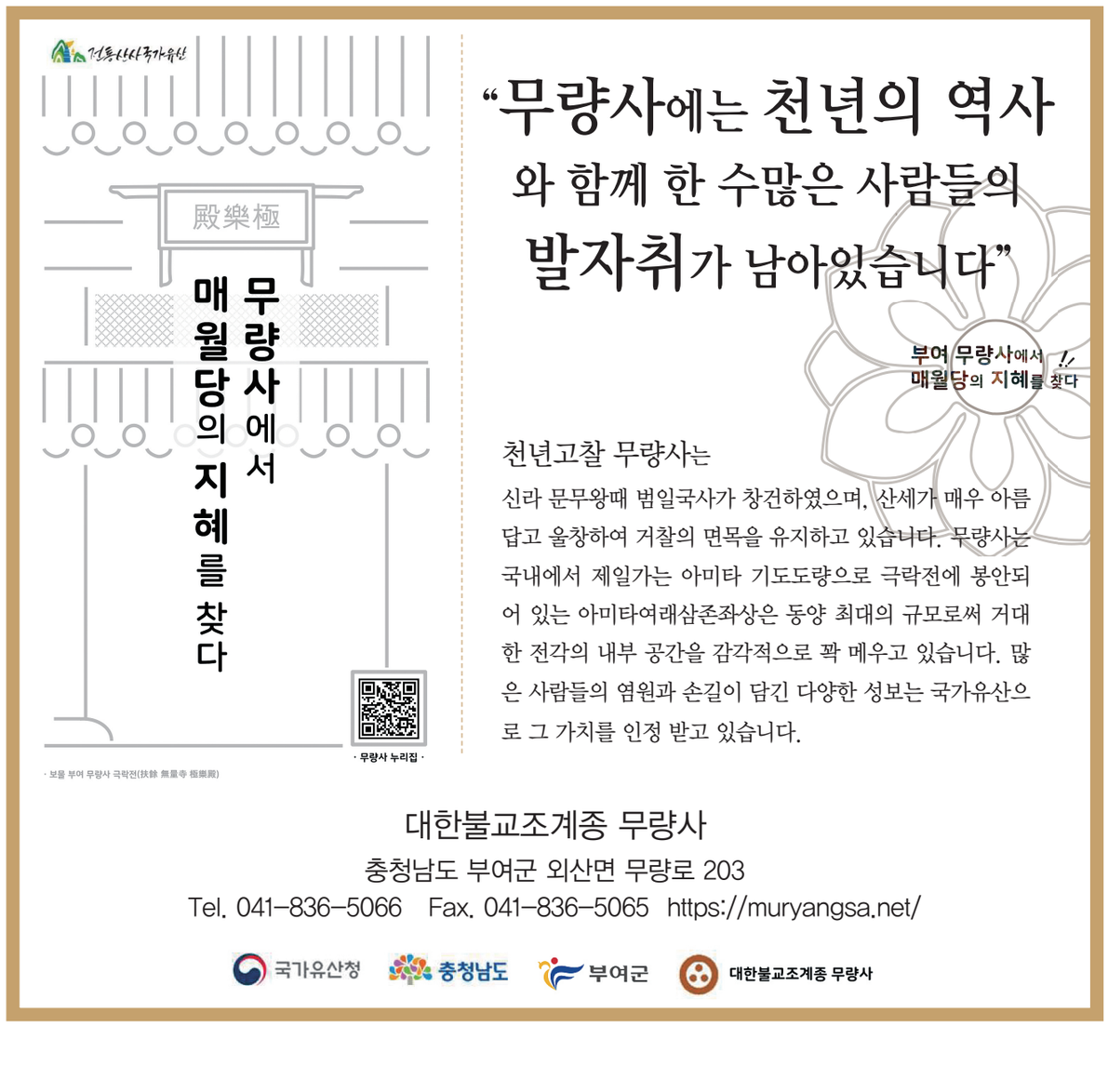
5월 20~21일 르 꼬르동 블루 런던 캠퍼스에서 진행된 강의에 이은 이번 특강은 사찰음식 세계화를 위한 문화사업단의 해외 협력 사업 일환이다.

특강은 조계종 사찰음식 장인 1급인 여거 스님(용인 극락사 주지)이 맡아 현지 참가자들과 한국 사찰음식의 철학과 전통을 나누는 시간을 가졌다.

23일에는 르 꼬르동 블루 본교 재학생 60여 명을 대상으로 △오이만두 △가지오이냉국 △방울토마토가지볶음 등 여름 제철 식재료를 활용한 메뉴가 소개됐다. 24일에는 일반인 50여 명이 참석한 가운데 △대추들깨주먹밥 △모듬버섯장떡 △오이깍두기김치로 구성된 ‘봄나들이 도시락’을 시연했다. 특히 특강에서는 사찰음식에 담긴 불교 철학과 수행적 실전의 가치, 전통 장류의 발효 과정과 특징 등 깊이 있는 설명이 함께 이뤄졌다.

참가자들은 여거 스님이 직접 담근 전통 간장과 된장을 시식하며 한국 장 문화에 높은 관심을 나타냈다. 한 참가자는 “재료 본연의 맛을 살리는 조리법과 그 안에 담긴 철학적 가치에 깊은 감명을 받았다”고 말했고, 또 다른 참가자는 “음식 관련 시험을 준비 중인데 스님의 강의에서 깊은 영감을 받았다”고 밝혔다.

문화사업단은 “이번 특강은 한국 사찰음식이 지닌 철학과 지속 가능성의 가치를 공유하는 소중한 계기였다”며 “앞으로도 르 꼬르동 블루를 비롯한 다양한 해외 문화 기관과의 협력을 통해 사찰음식의 세계화를 적극적으로 추진할 계획”이라고 전했다. 김내영 기자



· 보물 부여 무량사 극락전(扶餘 無量寺 極樂殿)

“무량사에는 천년의 역사
와 함께 한 수많은 사람들의
발자취가 남아있습니다”

부여 무량사에서 매월당의 지혜를 찾다

천년고찰 무량사는
신라 문무왕때 범일국사가 창건하였으며, 산세가 매우 아름답고 울창하여 거찰의 면목을 유지하고 있습니다. 무량사는 국내에서 제일가는 아미타 기도도량으로 극락전에 봉안되어 있는 아미타여래삼존좌상은 동양 최대의 규모로써 거대한 전각의 내부 공간을 감각적으로 꽉 메우고 있습니다. 많은 사람들의 염원과 손길이 담긴 다양한 성보는 국가유산으로 그 가치를 인정 받고 있습니다.

대한불교조계종 무량사
충청남도 부여군 외산면 무량로 203
Tel. 041-836-5066 Fax. 041-836-5065 https://muryangsa.net/

국가유산청 충청남도 부여군 대한불교조계종 무량사

공동모연 캠페인

생명나눔! 불자님의 자비 손길이
캄보디아 아이들의 희망이 됩니다



낡은 나무 책상위, 고사리 손에 쥐어진 몽당연필!
뭉그러진 연필과 공책을 걱정하지 않고
자유롭게 공부하고 싶은 아이들의 작은 소원!
지금 우리가 내미는 작은 손길이 아이들에게 큰 희망이 됩니다.
자비로운 마음으로 아이들에게 배움의 길을 함께 열어주십시오.

지원 물품 학용품(가방, 노트, 연필, 연필깎이…), 신발, 의약품 등
후원 계좌 농협 053-01-269062 (현대불교신문)
※물품으로 지원 가능합니다.
후원 문의 02)2004-8214 (홍승도)
캄보디아 현지 방문 1차 : 6월 9일~14일 2차 : 모연중

현대불교신문사 사단법인 생명나눔실천본부