

# “스트레스 풀고 재충전”... 도심 사찰 ‘명상 열풍’

총장로 관음사 등 명상회 마련 직장인들 ‘마음 챙김’ 큰 관심 “지난 삶 돌아보고 여유 생겨” 증심사 등 ‘템플스테이’도 인기

최근 현대인들의 스트레스 해소와 힐링에 대한 관심이 높은 가운데 광주 도심 사찰에서 마음 치유를 돕는 ‘명상’ 바람이 불고 있어 관심을 모은다.

지난 15일 오후 7시 동구 총장로에 있는 관음사에서 수요 명상이 진행됐다. 이날 일과를 마친 10여명의 시민은 스님의 지도로 90분 동안 명상에 집중했다. 이들은 심호흡, 법당을 울리는 종소리에 맞춰 명상, 온몸의 기혈에 집중하는 바디스캔 등을 통해 부처의 지혜를 체득했다.

지난해 10월 광주에서 ‘마인드풀 명상회’를 만든 지도 법사 만민스님은 장

성 백양사를 출가, 동국대학교에서 불교학을 전공하고 미얀마에서 수련을 거친 명상 전문가다. 원래 대구에서 오랫동안 마인드풀 명상회를 이끌었는데, 최근 백양사의 말사 중 하나인 동구 동명동의 작은 사찰 정혜사를 맡게 되면서 광주에서도 명상 모임을 만들었다.

광주에서 진행되는 명상 모임은 두 가지다. 저녁 명상은 관음사에서 일주일에 한 번 매주 수요일마다 오후 7시에 시작, 90분 동안 진행된다. 새벽 명상은 정혜사에서 매일 오전 6시에 시작, 60분 동안 진행된다.

만민스님은 “명상은 단순히 ‘멍 때리는 것’이 아니라 번뇌를 멈추고 나의 본질을 실제로 마주하는 과정이다. 명상 끝에는 참여자끼리 서로 일상의 진리를 나누는 ‘담마토크’를 통해 삶의 방향을 찾는다”며 “광주에서 시작한 지 얼마 안 됐지만, 문의 전화가 많다. 정신적 스트레스를 풀고 재충전의 시간을 갖는다는 점에서 현대인들에게 만족이 큰 것 같다”고 말했다.

이날 처음 명상 모임을 찾은 한 참가자는 “업무 스트레스가 심해 마음의 여유를 찾고자 명상에 관심을 두게 됐다”며 “반복되는 일상에 일도 점점 기계적으로 하게 됐다. 명상을 통해 나부터 초



지난 15일 광주 동구 총장로에 있는 도심 속 사찰 관음사에서 마인드풀 명상회의 수요 명상이 진행되고 있다.

심을 다잡고 업무 관계자들에게 도움을 주고 싶다”고 말했다.

명상 모임에 참여한 지 2개월째인 권봉현(51)씨는 “행동, 말투 하나하나 다 듣고 싶다는 막연한 생각이 항상 있었는데, 광주에서 명상 모임이 생겼다고 해 참여하게 됐다”며 “감정적으로 육하는

것들이 많이 나아졌다”고 말했다.

사찰 체험 프로그램인 ‘템플스테이’도 꾸준히 인기가.

광주에서는 서구 무각사와 동구 증심사에서 시민 대상의 템플스테이를 운영하고 있다. 증심사는 △요가가 있는 템플스테이 △대학생을 위한 템플스테이

△증심사 절로 템플스테이를 운영하고 있다. 무각사는 △휴식형 △체험형을 진행하고 있다. 1박2일 이상의 템플스테이를 통해 다도, 108배 염주 꿇기, 연꽃 만들기, 예불, 공양, 스님과 차담 등을 체험할 수 있다.

글·사진=도선인 기자 sunin.do@jnilbo.com

## 광주 광산구, 소촌아트팩토리 직원 비위 적발

센터장, 행사감독으로 지인 선임 학력·경력 허위 유포한 직원도 구 감사관실 “징계 요구할 것”

광주 광산구가 소촌아트팩토리 직원들을 대상으로 감사를 벌여 비위 사실을 적발했다.

광산구 감사관은 19일 소촌아트팩토리 센터장 A씨가 전시행사 진행 과정에서 자신의 지인을 예술감독으로 선임하고, 직원 B씨가 허위로 학력을 사칭한 의혹에 대한 감사 결과를 발표했다.

센터장 A씨는 감사 결과 2021~2022년

소촌아트팩토리 산단비엔날레와 관련, 지인을 임의로 예술감독에 선임했다. 선임 과정에서 ‘광산구 각종 위원회 구성 및 운영 조례’를 준수하지 않고 자문위원회도 임의로 구성하는 등 비위 행위가 있었던 것으로 조사됐다. 또 수백만원의 사례비도 기준 단가를 적용하지 않고 지급했다.

또다른 직원 B씨에 대해서는 학력과 경력 등을 허위로 유포했다고 결론 내렸다. 이외에도 감사관은 A씨와 관련해 기간제 노동자 채용 청탁, 업무태만 행위 등을 추가로 적발했다.

광산구 감사관은 비위행위가 확인된 A씨와 B씨에 대해 징계를 요구할 계획이

다.

또 재발 방지를 위해 해당 부서에 소촌아트팩토리와 관련한 운영규정 정비, 직원 교육 강화, 업무분장과 정기적 순환배치 등 대책 마련을 요구했다.

이와 함께 또 다른 비위나 부적절한 문제가 없는지 3월 중 광산구가 운영하는 각종 공공시설 및 기관을 대상으로 업무 전반에 대한 지도·점검도 추진할 계획이다.

광산구 측은 “강력한 재발방지를 통해 다시는 광산구에 불법·부정행위가 설 자리가 없도록 원천 차단하겠다”고 말했다.

도선인 기자

## 광주시 무형문화재에게 배우는 전통문화예술

광주문화재단, 28일까지 모집 13개 강좌... 각 선착순 12명

광주문화재단 전통문화관은 2023 상반기 전통문화예술강좌 프로그램 수강생을 모집한다고 19일 밝혔다.

이번 전통문화예술강좌는 광주시 지정 무형문화재기·예능보유자에게 직접 기예를 전수 받을 수 있는 프로그램으로, 광주 시민 누구나 참여할 수 있다.

강좌 과목은 수강생들의 수련도에 따른 초급반과 중급반, 그리고 기량과 기호에 따른 판소리반과 민요반 등으로 구성됐다.

모집 부문은 △판소리 4강좌(심청가, 춘향가, 흥보가, 수궁가) △판소리교법 △가야금병창(판소리, 민요) △전통음식 2강좌(조림의 진미(구이·조림), 매일 먹는 국물요리(국·탕·찌개)) △탱화 △미니



지난해 광주문화재단 전통문화예술강좌 프로그램 활동 모습. 광주문화재단 제공

장구만들기 △민화 △청소년 가야금병창 2강좌 등 총 13개 강좌이며, 각 강좌마다 15회 운영한다.

강사진은 △판소리 중급반의 방성춘(광주시 지정 무형문화재 판소리 춘향가 보유자), 이순자(“ 남도판소리 춘향가 보유자), 김선이(“ 남도판소리 흥보가 보유자) △판소리 초급반의 박미정(“ 판소리춘향가 전승교육사) △판소리교법 양신승(“ 판소리교법 전승교육사) △청

소년 가야금병창 문명자(“ 가야금병창 보유자), 이영애(“ 가야금병창 보유자) △성인반 황승옥(“ 가야금병창 보유자) △전통음식 최영자(“ 남도의례음식장 보유자), 이애섭(“ 남도의례음식장 보유자) △탱화 송광무(“ 탱화장 보유자) △장구만들기 이복수(“ 악기장 보유자) △민화 이상임(대한민국 미술대전 초대 작가)으로 구성됐다.

수강 신청은 오는 28일까지며 강좌당 선착순 12명 모집한다. 접수는 전통문화관 홈페이지와 전화를 통해 가능하다. 수강료는 10만원, 재료비는 별도다.

상반기 강좌는 3월7일부터 6월17일까지 매주 1회씩 총 15주에 걸쳐 진행되며 자세한 사항은 전통문화관 홈페이지(www.gtcc.or.kr)에서 확인할 수 있다. 문의는 광주문화재단 전통문화팀(062-670-8506).

도선인 기자

## 광주비엔날레 개막 온라인 이벤트 진행

내달 7일까지... 호텔 숙박권 등

(재)광주비엔날레가 제14회 광주비엔날레 개막을 기념해 온라인 이벤트를 진행한다.

광주비엔날레는 오는 3월7일까지 개막 D-50 기념이벤트 ‘입장권 살 결심’을 연다고 19일 밝혔다.

이번 이벤트는 인스타그램 사용자라면 누구나 참여할 수 있다. 스마틱스에서 제14회 광주비엔날레 입장권을 구매한 뒤 이벤트 게시글에 댓글로 예매번호를 인증하면, 추후 추첨을 통해 다양한 선물을 증

정한다.

경품으로는 △광주시 홀리데이인 호텔 이그제큐티브 숙박권 (2인 조식 뷔페 및 사우나 포함) 2명 △홀리데이인 호텔 레스토랑 석식 뷔페 2인 식사권 1명 △홀리데이인 호텔 레스토랑 중식 뷔페 2인 식사권 1명 △KTX내일로티켓 10명 △음료 쿠폰 30명이 주어질 예정이다.

당첨자 발표는 3월14일 인스타그램 공지와 개별연락으로 진행된다. 자세한 내용은 광주비엔날레 인스타그램 계정을 통해 확인할 수 있다.

도선인 기자

## 2024년 안데르센상 한국 후보에 이금이·권윤덕 작가

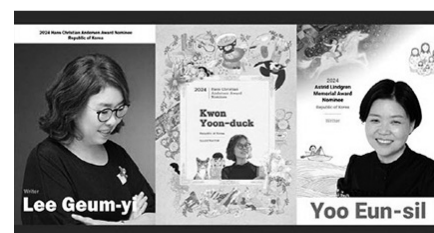
린드그렌 추모상 후보엔 유은실

세계적인 아동문학상인 한스 크리스티안 안데르센상(HCAA) 한국 후보에 이금이 작가와 권윤덕 작가가 올랐다. 아스트리드 린드그렌 추모상(ALMA) 후보엔 유은실 작가가 이름을 올렸다.

국제아동청소년도서협의회 한국지부(KBBY)는 지난 18일 수원컨벤션센터에서 정기총회를 열고 2024년 안데르센상과 린드그렌상의 한국 후보를 발표했다.

안데르센상은 지난해 그림작가 부문에서 이수지 작가가 수상했고 린드그렌상은 지난해 2020년 백희나 작가가 한국 작가 최초로 수상해 화제가 된 바 있다.

안데르센상은 덴마크 동화작가 한스 크리스티안 안데르센을 기리고자 1956년 제정된 아동문학상이다. 2년마다 아동문학 발전에 공헌한 글·그림작가를 한 명씩



왼쪽부터 이금이, 권윤덕, 유은실 작가 국제아동청소년도서협의회 한국지부 제공

선정해 시상한다. 각국 안데르센 위원회가 자국 대표 작가를 추천해 국제 심사위원들이 작가의 업적을 평가해 최종 수상자를 가린다.

린드그렌상은 ‘내 이름은 삐삐 롱스타킹’의 작가로 알려진 아스트리드 린드그렌이 세상을 떠난 해인 2002년 스웨덴 정부에서 제정한 상이다. 매년 각국 대표 단체로부터 글작가, 일러스트레이터, 스토리텔러 등을 추천받아 최종 수상자를 선정한다.

뉴시스