선수행 삼매로 추위 잊는다



조계사 선림원에서 재가자 안거에 들어간 불자들의 모습. 숙식 외에도 현대인들에게 맞는 야간 정진, 주말 정진 등이 눈길을 끈다.

[동안거 결재] 재가자 수행처 어디에?

3000여 재가자 30여 곳서 정진
주말 · 야간 등 형태 다양해
선어록 강좌 비롯 공부도 인기

노덕현 기자 noduc@hyunbul.com

찬 바람이 불기 시작하면 불자들은 안거철이 왔음을 직감한다. 새롭게 선풍이 불고 있는 시점에서 누구나 실참할 수 있는 새로운 수행현장이 열린다.

한국불교계는 선풍진작이란 화두를 안고 있다. 그 화두를 타파하기 위해 올해도 선 관련 법석이 마련되고 있다. 특히 조계종은 간화선 수행의 초심자들도 쉽게 이해할 수 있도록 '신도 참선입문 프로그램' 개발에 나선 상태다. 재가자들의 간화선 수행을 구체적으로 돕기 위한 교재까지 준비되고 있다.

이런 가운데 재가자들의 수행에 대한 의욕도 나날이 커가고 있다. 특히 동안거에는 3000여 재가자들이 전국 30여 시민선원에서 수행을 하고, 직장인, 주부 등 재가선객들도 시민선방을 찾고 있다.

■재가자 참선 붐 시작

매년 여름과 겨울, 3000여 스님이 안거수행에 들어가는 결제를 본받아 재가자들의 참선 수행열기도 고조된다. 안거 때면 3000여 재가자들이 일제히 선방에 방부를 들인다. 매주 또는 매달 정기 철야참선을 하는 재가불자들도 늘어나 스님 못지않은 용맹정진이 일상화되고 있는 추세다.

전국의 시민선원은 재가자 안거수행을 하고 있는 30여 곳을 포함한 50여 곳. 매달 또는 매주 정기적으로 수행하는 불자들은 1000여 명이 넘을 것으로 추산된다. 최근에는 사찰을 비롯해 재가자 수행모임도 생겨나고 있다. 이제 참선은 대중들의 수행 방편으로 깊이 들어가고 있다.

특히 조계종부산연합회는 11월 24일 재가 동안거 입재식을 대대적으로 열고 일괄 안거에 들어간다. 홍법사를 비롯해 다양한 사찰들이 재가자 안거를 지원한다.

■선어록 · 수행모임도 증가

선어록은 선사들의 수행과정과 깨달음의 경지를 간접적으로 체험할 수 있는 수단이다. 선수행에 앞서 선어록을 공부하는 것 또한 수행에 크게 도움이 되기에 이를 공부하는 모임도 늘고 있다.

선어록을 강의하는 선원이나 수행단체는 안국선원, 금강선원, 공생선원 등이다. 불교인재원, 금강선원 등에서는 교학적인 차원에서 강의가 진행중이다.

남양주 봉선사의 경우에는 선우회 등에서 산철에는 매주 수요일 선어록 강좌 등으로 공부를, 결재기간에는 스님들처럼 안거 정진에 들어간다.

서울 조계사의 경우 참선입문과정을 동안거에 앞둔 20일 개강한다. 선림원장 남전 스님이 지도해 선어록을 비롯해 다양한 강의와 문답, 주말 철야 수련회도 함께 진행되는 것이 특징이다. 깨닫는 일이야 대중들이 주체적으로 해야 하지만, 그것을 유발하는 계기가 있어야 한다는 점에서 선어록 공부는 이제 참선 수행자들의 인기 있는 공부 방편으로 떠오르고 있다.

■직장인 주말 참선자리도

이와 함께 최근에는 직장인들을 위한 수행처가 인기다. 주중에는 생업 현장에서 일하다, 퇴근 후 혹은 주말에 수행에 참여할 수 있는 곳이 많다. 바쁜 일과 속에 마음챙김을 하지 못하다가도, 잠시나마 마음을 놓을 수 있어 인기다.

철야 참선 등을 통해 1주일간 못한 선정 삼매에 빠지면 다시 다가오는 한주가 가뿐해진다. 서울 화계사, 보림선원, 수선회를 비롯해 대구 동화사 시민선원, 부산 해운정사, 대전 학림사 오등선원 등이 대표적이다.

이와 함께 동화사 선우회와 같이 직장인들이 매주 일요일 108배를 기반으로 참선 정진을 함께 하는 모임도 활성화 되고 있다.

올 겨울, 춥다고 방구석에만 있지말고, 가까운 선원, 혹은 다른 수행자들과 참선삼매에 빠져보는 건 어떨까?

■재가자 안거 시행하는 곳

서울	조계사 선림원	(02)768-8600	전주	전북불교회관	(063)277-3497
	봉은사 시민선원	(02)3218-4800	대구	동화사 시민선방	(053)980-7900
	국제선센터 금차선원	(02)2650-2200		한국불교대관음사	(053)474-8228
	참불선원	(02)1577-3696	부산	홍법사	(051)508-0345
	안국선원	(02)732-0772		혜원정사	(051)866-7771
	공생선원	(02)900-2448		안국선원	(051)583-0993
	수선회	(02)732-5960		영주암	(051)754-2210
	천태종 관문사	(02)3460-5300		해광사	(051)721-3167
남양주	봉선사 선우회	(031)529-1950		미타선원	(051)253-8687
인천	용화사 용화선원	(032)872-6061		원오사	(051)542-7949
공주	학림사 오등선원	(042)825-0515		대연정사	(051)625-3886
충주	석종사 석종선원	(043)854-4505		관음사	(051)294-9300
단양	천태종 구인사	(043)423-7100		동명대 세계선센터	(051)629-3582
장성	백양사 시민선원	(061)392-7502	제주	남국선원	(064)773-2278
곡성	성륜사 금강선원	(061)363-7001		원명선원	(064)775-3322

■직장인 주말 참선 할 수 있는 곳

서울	길상사 길상선원	둘째주 토	(02)3672-5945
	법련사 불일선원	넷째주 토	(02)733-5322
	화계사 시민선원	매주 토	(02)902-2663
대구	동화사 시민선원	매주 토	(053)982-0223
산청	보림사 보림선원	매주 토	(055)914-6187
부산	범어사 시민선원	매주 토	(051)508-3122
	해운정사	매주 토	(051)746-4812

■선어록 강좌 열리는 곳

서울	불교인재원(조사어록)	매주 월	(02)735-2428
	공생선원(성철 스님 100일법문)	매주 화,목	(02)900-2448
부산	천태종 광명사(오도기략)	매주 토	(051)581-1331

九龍 의 소원...

❑ 사찰의 모든 장소 장식 가능, 분수 가능
❑ 소원당(소원지, 소원패등) 주작품
❑ 작품 소장사찰 : 여수 향일암, 강화보문사 등
❑ 크기 : 4,200(가로)×1,000(세로)×1,300(높이)mm
❑ 가격 : 상담 후 결정

기획불사상담문의
승원아트조형 010-9195-1044
네이버 : 승원아트조형



우주의 신비가 호흡에 있다 - 호흡의 비밀을 풀다
만트라 염불禪치료 명상 센타
기에너지 음악치료 명상
무료공개 강좌 : 매월 셋째주 일요일 낮 12시 30분

미래의 대체의학인 기공 (밀교의 의성신 · 금강신)을 배우고 익혀서 몸과 마음을 닦아 위로는 깨달음을 구하고 아래로는 중생을 이롭게 하고 제도하는데 원력을 세워서 수행 정진 하실 분

■ 입 문 : 초보 입문자의 기맥을 직접 열어주고 발공능력까지 갖추는데 3 ~ 6개월 (주1회 특별수련)
■ 고 급 : 개인의 기공능력을 아무 부작용 없이 (주화 입마, 상기병 등등) 키워나가면서 단기간에 최고의 경지에 이르고자 하는 분 (비법 전수)
■ 특 징 : 제 6차크라 (제 3의 눈 · 뇌의핵심 <송과체> · 인당) 가 단기간에 몸이 바뀌면서 온 몸에 신경세포가 전부 살아 움직이고 (피부호흡) 머리에서 부터 발끝까지 온 몸에 24시간 강력한 전류가 흐르며 (기에너지체) 고요하고 편안한, 몸이 완전히 이완된 상태에서 부작용 없이 자연스럽게 뚫리고 열려 나감

■ 개인지도 (면접 상담 후 결정) ■ 등록번호 : 138-50-00260
■ 문 의 : ☎ 02-393-8027 (기공치료 예약 접수)

제 6 차크라 열리기 전·후 비교사진

기공치료 명상가 처명(선광) 스님
• 동국대학교 일반대학원 선학과 응용선학 박사과정
• 동국대학교 불교대학원 명상심리상담학과 석사 졸업
• 중앙승가대학교 불교학과 졸업
• 동방대, 옥천범음대 졸업, 중앙승가강원 대교과 수료
• (사)한국산업카운슬러협회 1급 지도자 (심리상담)
• 서울 남부 구치소 교정위원, 前서대문경찰서 경찰발전위원회 위원
• 유네스코 세계무형문화유산 국가무형문화재 제50호 영산재 이수자


2015년 8월 4일


2017년 1월 9일

※ 페이스북에서 'Sung Ho Park' (처명선광) 검색

※ 후원계좌 : 국민은행 (611225-92-121426 박성호)

만트라 염불禪치료 명상과학연구소 (소장 : 처명)