〈승만경〉 받아 지니는 법



지안 스님의 승만경 강화

㊲ 승만 부인의 사자후

〈원문〉

부처님께서 또 말씀하셨다.

"이 경은 여래의 진실한 가장 으뜸가는 공덕(功德)을 찬탄한 것이니 그렇게 알고 받아 지녀야 한다. 불가사의한 큰 공덕을 받는 것이니 그렇게 생각하고 받아 지녀야 하며, 일체 소원을 거두어들인 대원(大願)이라 하나니 그렇게 받아 지녀야 하며, 불가사의한 바른 법을 거두어들이는 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 일승(一乘)에 들어가는 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 끝없는 성제(聖諦)이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 여래장이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 법신(法身)이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 공한 뜻이 진실한 이치를 밝힌 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 한 가지 진실한 법이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 항상 머물고 편안한 한 가지 의지할 데라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 뒤바뀐 법과 진실한 법을 설한 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 제 성품이 깨끗한 마음이 가려진 것을 설한 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 여래의 진실한 제자에 대해 설한 것이라 하니 그렇게 받아 지녀야 하며, 승만 부인의 사자후라 하니, 그렇게 받아 지녀야 하느니라."

〈강설〉

〈승만경〉의 마지막 부분에서 부처님은 다른 경전들과 달리 제석천인 교시가에게 특별 부촉을 한다. 제석은 불법 수호에 앞장서는 천왕이다. 석가모니가 성불한 이후 제석천은 그의 수호신이 되었으며, 석가모니가 도리천에 올라가 어머니 마야 부인에게 설법할 때 보개(寶蓋)를 손수 들고 옆에서 시중을 들었다고 한다. 그 모습은 보통 천인(天人)의 모습을 하고 있으며, 하얀 코끼리를 타고 오른손에는 삼고저(三鈷杵)를 들고 있으며, 왼손은 허벅다리 위에 올려놓고 있다. 우리나라에서는 〈단군신화〉에도 석제환인(釋提桓因)이라 하여 제석의 이야기가 나온다. 뿐만 아니라 고려시대 태조 왕건은 제석원을 설치, 제석도량을 개설하여 재를 베풀었다는 기록이 고려불교사에 나온다. 제석이 천신을 대표하는 신으로 받들어져 민간신앙에서도 제석을 숭배하는 사례가 있었다. 〈대품반야경〉 '천제품(天帝品)' 에는 수보리와 교시가가 문답을 주고받는 내용이 있다. 거기에도 제석천을 교시가라 부르고 있다. 그런데 〈대품반야경〉을 해석한 용수의 지도론에는 일찍이 마가다국에 바라문이 있었는데 성은 교시가(憍尸迦)이고 이름은 마가(摩伽)였다고 한다. 그가 인간 세상에서 복덕을 많이 닦아 목숨을 마친 다음 도리천에 태어나 천주가 되었다고 설명하고 있다. 그러니까 현재 천상에 있는 천왕들이 과거생에 인간 세상에서 사람으로 있으면서 복을 많이 지은 이들이라는 것이다. 그래서 인간 세상에 있을 때의 이름을 썼다고 했다. 비록 중생의 세계를 여섯 갈래(六道)로 나누기도 하고 삼계(三界) 이십오유(二十五有)로 구분하기도 하지만 그 중심 세계는 인간 세계이다. 인간 세상에서 지은 업이 나머지 세계에 태어나는 것을 결정하게 된다는 것이다. 수많은 나라가 있는 지구를 지구촌이라 부르는 말처럼 여러 갈래의 세계를 모두 중생 세계라고 하는 것이다. 다만 윤회를 거듭하는 중생이지만 그 중심이 인간이라는 것이다. 따라서 윤회는 인간에서 비롯되고 인간에서 끝난다는 것이다. 윤회가 끝나면 해탈의 세계요 부처의 세계다. 불교를 인본주의 종교라 하는 이유가 여기에 있다.

부처님이 〈승만경〉을 받아 지녀야 하는 이유를 밝히면서 〈승만경〉의 수승함을 15가지로 말씀하셨다. 공덕으로부터 대원(大願), 일승(一乘), 성제(聖諦), 정법, 여래장, 법신, 공의 참뜻, 진법(眞法), 의지처, 여래의 참된 제자 등이라 하다가 끝에 가서 승만 부인이 사자후한 경이라고 하였다. 이는 모두 〈승만경〉의 중요한 핵심이 되는 뜻을 나타낸 말들이다.

〈반야불교연구원장〉

생멸 않는 부동심으로 생사윤회 벗어



대풍 스님의 진심법문

㊿ 중생심 바로 알고 자성불 깨닫자

3. 중생의 마음은 이중성을 갖고 있다.

중생들의 마음은 분별하는 마음인 생멸심(生滅心)과 생멸하지 않는 무분별심(無分別心)을 함께 갖춘 이중성의 마음을 가지고 있다. 그러므로 중생들은 이 분별하는 생멸심으로 인해 다차원의 마음을 만들며 일체의 생각 · 감정 · 분별을 일삼으며 살아가는 존재이다.

중생은 삶을 살아가기 위해서 육근(六根)과 육경(六境)이 접촉을 할 때마다 견문각지(見聞覺知)하는 촉경(觸境)의 인식내용을 취사(取捨) 선택하며 애착과 집착을 일으킨다. 그리고 악한 업을 지으며 그에 따른 과보로 괴로움을 받고 살아간다. 만약 육근이 육경을 접촉할 때 촉경의 내용을 취사선택하지 않고 집착과 분별을 일으키지 않는다면 악한 업을 짓지 않을 수 있다. 그렇게 되면 과보를 받지 않기 때문에 괴로움을 벗어날 수 있다.

〈금강경〉 '제10 장엄정토분' 에서 보살의 위없는 삶을 사는 방법에 대해 다음과 같이 설명한다. "응당 색에 머물러서 마음을 내지 말며, 응당 성 · 향 · 미 · 촉 · 법에 머물러서 마음을 내지 말라. 응당 머문 바 없이 그 마음을 낼지니라."라고 한 것처럼 보살의 위없는 삶은 바깥 경계에 마음이 머물지 않고 살아가는 것이다.

△우리 본성은 진여의 참모습

우리 중생들의 마음 본성은 진여(眞如) 그대로이다. 진여란 우주 만유의 실체로서 진리 · 실상 그 모습 그대로라는 뜻이다. 진여인 본성은 항상 상주불변(常住不變)하며 그 모습 그대로 오고 감이 없이, 생멸변화를 일으키지 않는 부동(不動)이다.

바람이 불면 파도가 일어나듯이, 부동(不動)한 진여본성이지만 한 생각 일으키면 인연을 따라서 마음이 일파만파(一波萬波)가 되어 갖가지 분별심을 만들어 낸다. 바람이 불면 바닷물에 파랑이 일어나듯이 중생의 마음에는 무명의 바람으로 인해 업식이 일어난다. 중생의 무명(無明)은 마음이 진여본성과 상응(相應)하지 못하게 만들며 마음을 불각(不覺)의 상태로 만들어 버린다. 그래서 생멸하는 마음이 되어 분별심을 일으키며 집착과 갈애(渴愛)를 낳게 한다.

만약 육근이 육경을 접촉할 때 견문각지(見聞覺知)하여 인식되는 정보들을 마음이 분별하지 않고 움직이지 않는다면 마음은 그대로가 진여본성인 것이다. 그러나 육근이 육경을 접촉할 때마다 생멸하는 마음으로 촉경(觸境)을 취사(取捨) 선택하며 집착과 분별을 일으킨다면 업을 지어 그 과보를 피할 수가 없는 중생이 되는 것이다.

△여래와 같은 성품 갖추고 있어

우리들의 마음에는 여래(如來)와 똑같은 불성(佛性)이 있다. 중생들의 마음에 여래와 똑같은 불성이 함께 숨겨져 있기 때문에 〈여래장경〉에서 중생의 마음을 '여래장(如來藏)' 이라 표현하는 것이다. 〈열반경〉에서는 이 여래장을 불성(佛性)이라고 표현하고 있다.

여래장은 '본래부터 중생의 마음속에 간직되어 있는 청정한 여래의 성품' 을 의미한다. 따라서 우리 중생들은 여래장을 갖추고 있기 때문에 이미 부처인 것이다.

무시이래의 태초부터 갖추고 있는 여래의 성품은 찾을 필요가 없다. 그냥 그대로 진여본성과 항상 상응(相應)하기만 하면 된다. 그러나 중생은 무명 때문에 마음이 진여본성과 상응하지 못하고 불각(不覺)의 상태가 되어서 업식이 일어나 생멸심으로 변해버린다. 그래서 움직이는 마음이 되어 집착과 분별 망상을 일으키며 습기를 쌓아 중생심만 더 키워가는 것이다.

따라서 괴로움을 벗어나려면 육근이 육경을 접촉할 때마다 촉경에 마음이 머물지 않도록 잘 지키고 챙겨서 무분별심으로 부동의 마음을 지켜야 한다. 만약 그렇지 못하면 생멸하는 분별심으로 인해 계속 집착과 갈애를 일으키며 악한 업만 쌓아가기 때문에 윤회의 고통에서 벗어나지 못하게 되는 것이다.

〈밀양 사천왕사 주지〉



지흐스님의 禪으로 읽는 '맛지마니까야'

㊲ 라훌라를 가르친 큰 경 3

'나'〈無〉가 '나'〈我〉란 착각서 벗어나야

"라훌라여, 이렇게 호흡새김을 닦고 이렇게 반복하면 커다란 과보와 커다란 공덕이 있다. 라훌라여, 이렇게 호흡새김을 닦고 이렇게 반복하면, 심지어 마지막 들숨과 날숨이 사라질 때에도 알아차려지는 것이고 모른 채 사라지는 것이 아니다."

물질은 버려지는 것에 두려움을 가지고 있다. 그것은 물질이 느끼는 과대망상이다. 물질은 버려지는 것이 없다. 물질은 덩어리가 아니다. 물질을 덩어리라 착각하고 있는 한 두려움은 사라질 수가 없다. 물질이 덩어리로 보이는 것은 그림자에 대한 나[我]라는 생각의 집착 때문이다. 그 집착이 강해지면 나의 것이라는 집착을 낳고, 나의 존재성에 대한 강한 의지를 가진다. 그러한 집착은 물질로 이루어진 덩어리를 계속하여 요구하는 자발적 순환을 가지게 한다. 그것이 무엇으로 나오든 덩어리를 나[我]라고 알아버린다. 이 함정에 한 번 빠지고 나면, 딛고 일어나 벗어나려고 해도, 디디고 일어설 땅을 찾기가 쉽지 않다. 무엇을 디디고 일어나야 하는지를 모르기 때문이다. 늪에 빠져 땅을 디디고 싶지만 디디면 디딜수록 물렁거려 더 빠져들기만 하지, 나올 방도가 보이지 않는 것과 같다. 빠진 것을 알았다면 무엇을 디디고 나올지를 바르게 듣는 것이 지혜이다.

아난은 오랜 세월 부처님 곁에서 부처님 가르침을 들었지만, 정작 들어야 할 것을 듣지 못하고는 부처님께서 열반에 드시자, 가섭 존자에게 "세존께서 금란가사를 전해주신 이외에 무슨 법을 전해주셨습니까?"라고 물었다. 가섭 존자는 아난을 불렀다. 이에 아난이 대답하자, "문밖에 서 있는 *찰간(刹竿)을 뽑아 던져 버려라"라고 말하였다. 아주 직설적이지만 핵심을 포착하기는 어렵다.

틈 없이 붙어있는 그 틈을 알면, 그 틈은 하늘과 땅 만큼이나 넓다. 하나는 물질이고 하나는 물질이 아니니, 서로 옆에 있는 듯 하나 옆에 있다고 할 수 없다. 그러나 그 옆을 떠나 알아내는 것도 아니다. 나[我]를 가지고 '나[我]아님' 을 아는 것이다. '나[無]' 를 알았다 하여 무엇을 알아낸 것도 없다. 그러니 뽑아 던져버리라고 말씀하신 것이다. 이 말씀을 듣고 아난은 일주일 동안 참구하고 나서야, 그동안 자신이 들은 것이 없음을 알고, 들은 자를 던져버린다. 듣는 것이 분별에서 나왔다면, 듣는다는 것에 문제가 생긴 것을 알아야 한다. 듣는 것은 양변의 상황일 뿐이다. 어느 쪽으로 치우쳐서 듣는 들음은 상황에 따른 기울임이므로 바르게 들은 것이 못 된다. 상황은 누구에게 이롭거나 이롭지 않거나 하는 것이 없다. 좁은 의미에서는 그렇게 보일 수 있지만, 전체의 조망에서는 그런 의미가 없다. 세상에 들은 것과 본 것이라는 것은 사실 존재하지 않는다. 잠시 머무는 것인데 그 잠시라는 것은 시간을 말하나 시간은 존재하지 않기 때문이다. 시간은 대상과 대상 사이에서만 존재하고, 대상은 머무른 적이 없으므로 시간도 존재하는 것이 아니다.

아난은 자신이 어디에 머물러 누구에게 들었다는 망념을 가지고 있었던 것이다. 그래서 가섭 존자는 아난에게 "문밖에서 분별하는 자를 던져버려라"고 한 것이다. 문 밖이 오온이다. 지금까지 '나[無]' 를 옭아매었던 것은 '나[我]' 라는 생각의 그림자이지 실재하는 어떤 것이 아님을 알게 된다. '나[我]는 듣는다, 나[我]는 본다, 나[我]는 말한다, 나[我]는 느낀다, 나[我]는 의식한다.' 라는 그 '나[我]' 는 실존하는 '나[無]' 가 아닌, 근심과 두려움에서 나온 업의 산물인 '나[我]' 이다. 근심과 두려움이 사라지면 그것으로 만들어진 '나[我]' 는 저절로 사라지는 것이다. 그러면 자연스럽게 실존하는 '나[無]' 가 드러난다. 실존이 드러나게 되면 '본다, 듣는다, 말한다, 느낀다, 의식한다' 라는 제한적인 모든 감각 기능들은 쇠퇴하여 필요 없어지고 둔화되어 버린다. 실존하는 '나[無]' 와 실존하는 것처럼 보이는 '나[我]' 의 관계는, 오답은 선명하고 정답은 없는 것과 같다. 오답을 오답으로 분명하게 알고, 오답에 시비분별하지 않는 그를 '나[無]' 로 알면 '나[無]' 를 '나[我]' 로 아는 착각은 사라진다.

〈(사)여시아문 선원장〉

나는 이렇게 붓다가 되었다
– 깨달음의 경 –

『붓다자나 아카데미』는 붓다를 완성한
"깨달음의 경" 전법으로
아라한을 성취케 하는 수행 불사입니다.
정법을 선양하고 붓다의 혜명을 이어가고자 하는
청정 수행자의 지원을 환영합니다.

수강과목	붓다자나(깨달음의 경) 수행체계 (141아디까싸라 : 118싸띠, 21보디, 2쌈보디)
수강인원	16 아라한(선착순 마감)
수강대상	만 50세 미만, 비구 · 비구니 (종단 구별 없이 신청 가능)
수강기간	1년(매주 목요일 오후 2시–5시)
수 강 료	월 10만원 (농협 843173–51–026991. 예금주: 길상암) ※입금시 "보궁 00(법명)"로 하시고 문자 바람.
전법교수	보궁선원장 수완나
수강문의	010–9176–7000
개 강 일	2022년 10월 20일(목) 오후 2시
수료혜택	붓다자나 전법인증서 수여
수강장소	해인사 길상암 선인당 ※경남 합천군 가야면 가야산로 1645–8(치인리)

대한불교조계종 해인사 길상암 감원 광해

승가전통 건강활력
마가목(원탱)



허산 대진스님
(용문산 참나선원)

강원도에는 옛부터 전해오는 속설에 노인이 마가목 지팡이를 짚으면 굽은 허리가 펴지고 산삼 캐는 심마니가 산에 갈 때는 꼭 마가목 지팡이를 짚고 가야 기운이 난다는 신령한 나무로서 지금도 승가의 선원에서 참선수도하는 스님들은 기력을 돋우기 위해 마가목 차를 드시고 있으며 산승이 비법을 전수받아 진귀한 마가목과 약초로 맑고 향기롭게 정성껏 달여서 (2개월분 60봉, 두 재 분량, 한박스) 요청에 의해 보내드립니다.

■ 2019년10월31일(목요일) KBS1 저녁7시40분 한국인의 밥상 설악산「마가목」 방영
■ 2022년2월16일(수요일) KBS1 저녁6시 내고향 지리산 함양 해발1000m 자생「마가목」 방영

건강하고 활기찬 생활을 위하여
마 가 목(원탱)

※ 계절이 바뀌면서 체질변화로 인해 항상 피로하고 노곤하며 기운이 없는 사람에게 활력이 생깁니다.
※ 시주하시는 불자님의 요청에만 보시합니다.

문의 010-9049-2848 (공휴일·야간전화 금지)
• 농협 : 227027-51-090791 (예금주 : 남궁성균)

"당신도 날씬해질 수 있다"

KBS 과학카페



이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

박현숙 원장 출연(2010.2.6)



여자가 살빼기 더 힘든 이유

여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사기능 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고 위험을 수반하게 된다.

일상생활하며,
공복감없이
2주에 5-8kg 감량

체내 노폐물이 빠지며
건강체질로 바뀌는 효소 절식법

뚱뚱하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 숙변으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

초록원웰빙 02)523-0708 김영숙 010-7384-1708
인터넷 검색창에서 초록원웰빙 을 치세요.