능히 안심입명"



서 도로를 지나던 사람들이, 우연히 스님을 발견했다. 사람들은 풍모가 범상치 않은 이 수행자에게 법을 청하며 절복(折服)하기 시작했다. 숲에 은거하던 수행자는 제자들의 입과 귀를 통해 그 명성이 날이 갈수록 높아졌다. 이것이 유각 스님이 세상으로 나온 인연이다.

대만 중대선사 방장)

인 국가·사회엔 안정·질서"

과 할(喝, 소리지르기)을 하거나 말 거동으로써, 또는 묵언과 말막음)으로써 고든 학인들의 공부가 나날 진보됐다. 선칠 기간중에 노화상은 식관(數息觀), 화두 참구, 중도실상 (中道實相觀)의 3가지 법문으로 학 들의 참선을 지도해 각자의 심성에 할하도록 했다.

그동안 노화상이 친히 선칠을 주관한 이 약 100회에 이르고 직접 가르침을 받은 학인들이 수십만명이나 된다.

영천사 도량의 시설이 수용한계를 넘어서자, 유각 스님은 3년전 남투현(南投縣) 중대산에 세계 최대규모의 중대선사를 건립해, 이 도량에서 더욱 많은 학인들과 불자들을 지도하게 됐다.

노화상은 두타행을 마치고 중생 교화에 나선이후, 승속을 막론하고 '선칠'을 통해 선종의 정수를 익히도록



관 화두참선 중도실상관

아니기어 단지 우리의 제 8식에 저 식 종자에 불과하다. 우리의 제8식 식 종자가 하나도 남김없이 털어놓 패를 기다려야만, 비로소 자기의 진 한 본래면목(本來面目)이 드러난다. 는 참구는 식을 지혜로 바꾸는 것이 자기의 마음을 비추어 보고, 자기의 생 내지는 무량겁 동안 저장해 온 윤 식 종자를 이끌어냄으로써 즉신성취 身成就) 하도록 한다.

■ 중도실상관

실상(實相)은 마음 밖에 있는 것이 아 다. 실상은 우리 마음이 도달하는 무 無念)과 무주(無住), 무위(無爲)의 경 를 가리킨다. 중도(中道)란 양 변에 착하지 않고, 가운데를 취하는 것이 실상이란 실재로 존재하는 모양을 한다. 중생들은 모두 양 변에 집착하고 마음은 모두 망상 가운데 들어있다. 이 것은 허망한 모습이며, 실상이 아니다. 만약 허망한 상(相)을 떠날 수만 있다면, 이것이 바로 실상이다. 선념과 악념은 실상의 경계에서 볼 때 모두 한바탕의 꿈이나 다름없는 것이다. 따라서 두 가지 방법으로 수행한다. 하나는 악몽을 꾸지 않는 것이다. 먼저 좋은 꿈을 꾼후 악몽을 꾸지 않도록 해 완전히 좋은 마음만 갖도록 한다. 그러나 이런 좋은 꿈에도 집착하지 말고 최후에는 꿈이 없는(無夢, 즉 無念)의 단계로 들어가니 이것이 바로 실상이다.

경에서 설한 바와 같이 "선으로써 악을 버리고, 다시 버림으로써 선을 버린다." 실상은 밖에 있는 것이 아니라, 우리 마음이 도달하는 무념, 무주, 무위의 경계를 가리킨다.

<선칠(禪七) 유형>

7일간 좌선…아집 소멸·識이 지혜로
청정불심 닦아 지혜얻는 수행방법

선칠이란, 7일간의 참선 공부를 통해 스스로의 마음을 관찰, 아집을 제거하고 식(識)을 지혜로 변환시킴으로써, 사람마다 가진 청정한 불심을 현전(現前)하게 하는 것이다.

교육 선칠:마음 집중(定心), 마음 맑히기(淨心), 마음 밝히기(明心)의 수행으로, 심성의 변화를 통한 교육이념을 관철토록 한다.

기업(企業) 선칠:마음 밖의 빛나는 구슬(明珠)은 잃어버릴 수 있지만, 내 마음에 간직한 보배 구슬(寶珠)은 영원히 사라지지 않는다. 이러한 마음을 일단 한번 얻는다면, 비로소 진정한 부귀를 얻는 것이다.

사법(司法) 선칠:선과 악을 짓는 것은 마음의 작용이며, 시비를 밝게 판단하는 것도 마음의 작용이다. 선과 악을 생각하지 않는 것이 이 마음의 본체이며 자신의 본래면목이다.

건축 선칠:마음 밖의 건물은 더 높이 더 많이 지을 수 있지만, 모두 무너질 것을 전제로 한다. 본심을 얻는다면, 비로소 자신의 영원불변한 보옥(寶屋)을 지을 수 있다.

의료 선칠:타인의 인생에서 만난 생로병사를 통해 자기 마음속에 떠오른 생주이멸(生住異滅)을 관찰한다.

복전(福田) 선칠: '평일에 부지런히 복덕을 쌓고, 금일에 선정과 지혜를 닦아 진정한 열매를 맺으리라'는 3위일체의 수행이념이다.

하는데 심혈을 기울이고 있다. 스님은 "능히 선의 도리를 깨달아 정확한 인생관을 정립, 매일 5분, 10분, 20분 혹은 1시간만이라도 정좌해 자신을 돌아보고 관찰한다면, 고요하고 편안한 마음을 얻어 항상 지족(知足)하고 즐거울 것"이라며 남녀노소 누구에게나 참선을 권한다.

"참선을 하면 사람들 사이에 원한과 투쟁이 없어져 가정과 국가사회의 안정과 평화, 질서를 얻게 됩니다. 여기서 더 나아가 선칠을 집중적으로 닦아 일체를 내려놓아(放下) 망념을 그치고, 생명의 근원을 쫓아 자신의 안심입명(安心立命)의 소재를 찾는다면, 심중에 한 광명이 나타날 것입니다."

소위 '불법(佛法)이 세간법(世間法)과 따로 있지 않다'는 말처럼, 유각 스님은 그동안 사회 각계층의 직업에 맞게 서로 다른 성격의 선칠을 분리해서 실시해 왔다. 이는 참선을 닦은 참석자들이 장차 불법의 지혜를 삶의 현장에서 운영해 세간의 사업을 원만히 하는 동시에, 사회 풍기에도 보이지 않는 교화의 영향을 미치도록 함에 목적이 있었다. 그래서 스님은 매회 분야별 선칠에는 저마다 적합한 뜻을 갖도록 교화하고 있다.

김재경 기자 jgkim@buddhapia.com

유각스님은

중국 사천성(四川省) 영산현(營山縣)에서 출생한 유각 스님은 소년시절에 유가교육을 받아 4서5경, 제자백가를 읽어 학문적인 소양이 풍부했다. 불교경전을 열독하더니, 어느 날 의연히 출가의 뜻을 품었다. 스님은 1963년, 30세 되던 해 대만 기룡 시방대각선사(十方大覺禪寺)에서 당

'禪·淨土수행' 요달…TV방송사 갖춘 선종도량 건립

시 중국의 최고 고승인 허운(虛雲) 대사의 법맥을 이은, 영원(靈源) 노화상을 은사로 출가해 법명 지안(知安), 자호 유각(惟覺)을 받았다. 이어 64년 시방대각선사에서 구족계(具足戒)를 받았다.

철저한 정진으로 수년만에 염불법의 최고 경계인 실상염불(實相念佛)에 계합하고 '삼천대천 세계가 내 한 마음을 떠나지 않는다'는 유심정토(唯心淨土)를 체증(體證)했다. 선정일여(禪淨一如)의 도리를 요달한 후 70년대 중반부터 80년대 중반까지 숲속의 초가집에서 폐관(閉關) 정진, 화두와 중도실상관을 타파하고 중생교화에 나섰다.

1987년 영천사 창건당시, 출가제자 4인과 재가제자 300인이 오늘날 출가제자 1천여명과 재가 제자 수십만명으로 늘어났다. 스님은 외로운 초가집 한 채에서 대만내 말사 62곳, 미국내 말사 3곳, 불교 케이블TV 등을 거느린 세계 최대의 선종 도량을 건립, 사회의 풍기를 변화시키며 인심을 정화하는 기능을 발휘하고 있다.

김재경 기자



정운스님의 스님이야기

현우스님

"리비아→이집트→요르단을 거쳐, 현재 이스라엘 예루살렘에 있습니다. 어제, 타려던 버스를 간발의 차이로 놓치고 돌아서는데 그 버스가 폭발하여 한 순간에 재가 된 모습을 보았소이다. 눈이 번쩍 뜨이더군요. '생사의 갈림길이 이런 것이구나' … 빨리 이곳을 벗어나 터키로 떠날 예정입니다. 처음 계획대로 아프리카를 육로로 횡단하면서(7개월) 얼마나 고생했는지 모릅니다. 때론 몸이 아파 트럭에 실려 병원에 가기도 하고 생명의 위협도 몇 번 넘겼소이다. 소원대로 고생하고 나니 세상이 달리 보이더군요. 어쩌면 너무나 아름다운 사막의 별빔 때문인지, 아니면 편한 삶이 내 몫이 아니었는지… 좀 더 여행할 생각입니다. 무식한 배짱과 간덩이 부은 덕분에 씩씩하게 다니고 있습니다. – 예루살렘에서 현우 합장"

도반 현우스님이 지난해 아프리카와 중동 지역을 여행하면서 내게 보낸 편지 가운데 일부다. 스님은 몇 년 전에도 인도 스리랑카 네팔 및 동



남아시아를 1년동안 배낭여행했다. 앞으로는 남미를 여행할 계획이란다. 경제력 넉넉한 여행이 아니다. 스님은 최소한의 경비로 최대의 효과를 누리며 여행을 한다. 여행 내내 염불하고 화두참구하면서 다닌다. 수행의 힘으로 여행이라기 보다는 고행(苦行)을 하는 것이다.

이번 여행을 다녀와서 먼저 이 말부터 내놓았다. "철저히 자신을 되돌아 볼 수 있는 기회였어요. 많은 이들에게 베푸는 방법을 익혔고, 수행자가 너무 안주해서는 안되며, 수행의 과실이 열리기 위해서는 아상(我相)부터 꺾어야 하고, 어떤 거센 바람에도 흔들리지 않는 꼿꼿한 원력을 세워 정진하겠다고 새삼 발심했지요." 스님은 새로운 이정표를 세웠다고 한다.

현우스님은 강원 도반이지만 서로 바쁘게 살다 보니 만남이 잦지는 못하다. 그러나 잊지 않고 챙겨주는 절친한 벗이다. 학인시절, 우리는 방학을 이용해 전국으로 만행을 다녔다. 15년이 흘렀지만 시간의 강 너머에 당시 '젊은 풋중'들의 충천했던 객기가 아련한 추억으로 남아 있다.

'물속에 살면서도 물고기가 목말라 한다'는 인도의 시인 카비르 말처럼 사바세계 인간은 삶의 여정에서 안주하지 못하고 끊임없이 유토피아를 꿈꾸는 영원한 방랑자인지도 모른다. 스님들은 진리를 찾아 속세를 벗어나 불계(佛界)로 나온 여행자다. 그런데 그 불문(佛門)의 여행지에서 또 3차원의 세계(진리)를 찾아 떠나니 화엄경 입법계품에서 53선지식을 찾아 떠나는 선재동자의 설정이 있는 것이 아닌가 싶다.

수행자가 한 곳에 머물지 않고 거친 풀을 헤치며 불법의 진리를 깨치고자 여러 선지식을 찾아다니는 것을 '발초참현(撥草參玄), 즉 만행·행각이라 한다. 〈사십이장경〉에서 부처님께서는 '사문은 나무 밑에서 한 밤을 묵되, 절대 이틀을 머물지 말라'고 하셨다. 애착과 탐욕이 생길 것을 염려하여 하신 말씀이다. 애착에 대한 경계이든, 선지식을 찾아 떠나는 만행이든 간에 그 근본에는 마음의 심인(心印)을 궁구하는데 있다.

젊은 스님들이 만행을 하는 것에 대해 일부 어른 스님들께서는 걱정하신다. 하지만 나는 어떠한 식이든 만행은 필요하다고 생각한다. 부처님 당시에는 수행자들이 선각자였다. 그러나 요즘 시대에는 스님들이 시대에 좀 뒤떨어지는 모습을 보여야 '중 다운 중'으로 여기는 것 같다. 그러나 스님들도 여행(만행)을 통해 자신의 안목을 넓히고 수행의 발판을 다지며 중생제도에 대한

세계로 만행 다니며 재발심
안주 거부 끊임없는 고행

기반을 마련해야 한다고 생각한다. 스님네에게 있어서 여행, 곧 만행은 수행의 연장선상이다.

'하루종일 봄을 찾아 짚신이 다 닳도록 다녔으나 찾지 못하고 집에 돌아와 보니 뒷뜰에 매화꽃이 피어 있더라' 게송은 어느 비구니스님의 오도송이다. '외부가 아닌 자신에게 내재된 불성을 자각하라'는 것이지만, 끊임없이 외부에서 찾았던 고행이 수반되었기 때문에 자신의 매화를 발견할 수 있었던 것이 아닐까. 우리는 끊임없이 무엇인가를 추구하며 시행착오라는 통과의례를 거침으로써 성숙한 수행자로 거듭날 수 있을 것이다.

일반인들의 직업이 다양하듯 스님들의 수행방법도 다양하다. 강원을 졸업한 이래 근 10년이 넘도록 나는 학업의 길에 서있고 현우스님은 여행기간을 제외하고 줄곧 선방에서 정진해 왔다. 스님은 선방 장판때가 묻을 만큼 묻었으니 눈감고 모르는척 해도 될 일을 기꺼이 나서서 한다. 노스님 시봉에, 한철 공양주에, 남들이 꺼려하는 소임까지 도맡아 했다. 어느 결제철에는 묵언을 하기도 하고, 또 언젠가는 허리가 아파 뒷방 신세를 지면서도 육신의 고(苦)를 이겨낸다고 하루 천배씩 절(拜)도 했다. 나는 스님에게 '수행이 아니라 고행을 한다'고 핀잔을 주었지만 가슴 한 언저리에는 도반에 대한 대견함과 스님과 함께 하는 우리 승가(僧家)에 대한 환희심이 벅차오른다.

서울 니련선하원 한주

3천배 철야정진 차량운행 안내

◆ 일 시 : 매월 마지막주 토요일 저녁7시~일요일 아침7시
◆ 호흡에 맞춰 절하는법 교육 (저녁7시~9시)
숨차지 않고 헐덕거리지 않으며 맥박이 빨라지지 않고 몸살나고 힘들고 졸립고 다리,무릎,허리가 아프지 않게 하려면 절하는 동작에 흡흡호 호흡법을 대입하는 교육을 2시간 받으시면 누구나 완벽하게 절할 수 있습니다.
◆ 3천배정진 : 500만배 성만한 스님과 함께 처음부터 끝까지 죽비소리에 맞춰 300배씩 10회로 매 시간 시작전에 마음다스리는 소참 법문을 듣고 끝내며 부처님전 감사 수행으로 마음 밝히고 축원 기도를 올리며 간절한 큰 마음으로 소원을 성취 하며 인생에 걸림돌이 되는 큰 업장이 녹아 내림을 체험한다.
◆ 차량운행 : 매월 마지막주 토요일 오후 4시
조계사앞 출발 → 지하철 2호선 삼성역 7번출구 한국전력 앞(5시) 경유하여 법왕정사 도착
◆ 차량 예약 문의 : 양 현 숙 011)222-3329

백만불자 108배 만일결사 금강지혜보궁불사도량 법왕정사
경기도 양평군 단월면 석산리 소리산 참선캠프
전화 031)771-7745 · 7038 · 6736 (Fax 겸용)
오시는길 : 양평 → 용문터널 → 단월 → 대명비발리파크 스키장 입구 청평방향 7Km
버스 (서울 상봉터미널) → 모곡행 → 모곡종점하차 전화 요

부처님 호흡법 특별수련

◆ 절할 때 흡흡호 호흡법 ◆ 염불, 독경 호흡법
◆ 참선 호흡법 ◆ 와선 호흡법
◆ 행선 호흡법 ◆ 자동 단전 호흡법
◆ 선제조 도인 호흡법

들숨 시 어깨나 가슴이 들먹 거리며 올라가고, 배가 들어 가는 호흡은 슬퍼 울 때나, 놀랐을 때 하는 비정상적인 호흡으로 재앙을 부르는 호흡입니다. 특히, 염불이나 동경 시 주의해야 합니다.
명치 끝 배꼽 주변, 중단전, 단전부분이 딱딱하고 뻣뻣하고 누르면 아픈 통증이 있을 때 호흡 수련을 하면 심신에 이상이 오니 절대 주의 하시고 특별 지도를 받으시면 짧은 시일 내에 극복 됩니다.
머리로만 수행하면 가슴이 막혀 상기병이 되니 몸이 망가지고, 몸으로만 수행하면 머리가 뻣뻣해져 마음 다스림이 잘 되지 않으니 심신을 조화롭게 다스리는 수행을 해야 합니다.
호흡에 맞춰 절 하는 법, 염불, 독경처럼 날숨을 길게 하는 것이 알파파 상태에서 엔돌핀, 토파민, 생장 호르몬과 인체에 필요한 에너지가 방출되는 심신 건강에 가장 확실한 수행입니다.
자동 단전 호흡법을 체득하시면 氣의 막이 생겨 눈꺼풀, 속눈섭, 눈동자가 절대 움직이지 않고, 앞이 보이지 않으며, 소리가 들리지 않게 되고, 머리는 맑고, 눈은 시원하며, 몸은 따뜻해지는 수승화강을 20분 이내에 체득하게 되는 중요한 수행입니다.

■ 일 시 : 언제나 수시로(8월 한달간 : 3일전 예약)
■ 준비물 : 세면도구, 편안한 복장

백만불자 108배 만일결사 금강지혜보궁불사도량 법왕정사
경기도 양평군 단월면 석산리 소리산 참선캠프
전화 031)771-7745 · 7038 · 6736 (Fax 겸용)
http://cafe.daum.net/sorisan/

순수한 경면주사로 쓴
운장(스님) 법사의 생필(眞本)
'五色광채'의 氣를 발하는 신비의 기적 '용린佛字체'
반야심경 8폭 병풍 후면 달마그림 특별 할인 보급



100% 경면주사로 쓴 반야심경 / 달마도
2000년 대통령상 수상하신 운장법사의 진품명품 TV에서 방영된 달마대사(불자 용자)
송곳 소장하여 할 가장 고귀한 진품 영품
신기·영기 발하는 佛자 달마(달마대사)그림, 龍자그림 (수맥파 차단) 특별보시!
사업실패, 가정불화, 자녀문제,부부갈등 등 답답하고 고민 하시는 분 서슴없이 전화하세요!
한국 수맥파 방지 총연합회인증 100% 효과
복사품 및 유사품에 주의하시기 바랍니다.
■ 생명의 전화 : (033) 766-0057 FAX (033)766-0058
www.korea-art-gallery.org E-mail unjang21@kornet21.net
※오방의 기가 강하게 흐르는 덕희산 운장사 원만성취 영험기도도량
● 주문 신청방법 우체국 201509-01-002545 운장사
※ 전화로 주문하시면 곧 보내 드립니다
영험기도도량 雲藏寺 운장선원
韓國佛教藝術文化院

목초수액시트 가격인하
잠자는 동안 발바닥에 붙어 온몸을 상쾌하게!!
발바닥에 붙여 몸속 노폐물을 빼내는 화재의 상품 목초 수액시트!!!
요도선물 용최적 골드 150매 판매중



발은 제2의 심장 전신의 급소가 집중되어 있습니다.

44,000원 → 30,000원 / 30매(은행): 일반 85,000원 → 60,000원 / 60매
50,000원 → 40,000원 / 30매(골드) 160,000원 / 150매
50,000원 → 45,000원 / 30매(일본산) 99,000원 → 85,000원 / 60매

※ 이런 분께 권해드리고 싶습니다.
• 온몸이 차거나 저리거나 팔 다리가 쑤시는 불편하신 부모님
• 스트레스에 시달리는 수험생, 과중한 업무에 시달리는 직장인
• 산후조리 및 자고나면 손발이 붓는 분
• 수술 및 장기간 약을 복용하는 분
• 사고 후유증으로 고생하는 분
• 이유 없이 항상 피곤하신 분

자매품 : 일반목초액 500cc 20,000원,식용 목초액 900cc 120,000원
목초비누 3개 30,000원

www.GAJA.TV 송금후 1~3일 택배로 배달
판매원 : 가자라이프 상담(02) 5454-010
농협: 063-02-124288
국민: 010-01-0617-701
예금주 : 이수일