## 다시 푸는 경서

### 虛雲和尙의 참선요지 ⑩

老參上座 知道了這箇困難
노참상좌 지도료저개곤란
立卽提起 本參話頭
입즉제기 본참화두
抖擻精神于百尺竿頭 再行邁進
두수정신 우백척간두 재행매진
直到高高峯頂立 深深海底行 撒手縱橫去
직도고고봉정립 심심해저행 살수종횡거
與佛祖覿體相見 困難安在 不亦易乎
여불조적체상견 곤란안재 불역이호
話頭卽是一心 爾我此一念心
화두즉시일심 이아차일념심
不在中間內外 亦在中間內外
부재중간내외 역재중간내외

노참의 상좌가 길을 알아서 그같은 곤란을 해결하면
드는 즉시 본참 화두를 일으켜
정신을 가다듬고 저 백천간두에서 다시 앞으로 뛰쳐 나아가매
곧바로 높디 높은 봉우리에 다다르고 깊디 깊은 바다 밑을 가되 손을 놓고 종횡으로 다닌다.(참선의 온일무잡한 걸림 없는 경지에 들어감)
부처 조사를 더불어 친견하매 곤란함이 어찌 있으랴. 이 또한 쉽지 않겠는가.
화두란 곧 한마음이다. 그대와 내가 이 한생각 마음의 나툼이다.
한마음은 중간에도 안팎에도 없고 또 중간에도 안팎에도 있으니

부집착타 불수축타 야불요배견타
只不相續 則忘想自離
지불상속 칙망상자리
成謂 妄起卽覺 覺妄卽離
성위 망기즉각 각망즉리

내가 여러분께 고하노니 망상을 두려워하지도 말고 또한 쫓으려고 힘을 허비하지도 말라 망상을 항복키 위해 다만 망상을 망상인줄 인식하고 망상에 집착하지도 쫓아 버리려고도 배척하려고도 하지말라.
다만 망상이 꼬리를 잇지 않게, 즉 절로 떨어지게 할 뿐이다.
이른바 망상이 일어나면 망상인줄 깨닫고 망상인 줄 깨달으면 곧 망상은 사라진다.

若能利用妄想做功夫
약능이용망상주공부
看此妄想從何處起
간차망상종하처기
妄想無性 當體立空卽
망상무성 당체입공즉
復我本無的心性 自性淸淨法身佛 卽此
부아본무적심성 자성청정법신불 즉차
現前
현전
究實言之 眞妄一體 生佛不二
구실언지 진망일체 생불불이

## "망상을 두려워하거나 쫓으려말고 어떤 자리에서 일어났는가 보아라"

如虛空的不動而偏一切處
여허공적부동이편일체처
所以話頭不要向上提 也不要向下壓
소이화두불요향상제 야불요향하염
提上則引起掉擧 壓下則 落于昏沈
제상칙 인기도거 염하칙 락우혼침
違本心性 皆非中道
위본심성 개비중도
大家怕妄想 以降伏忘想爲極難
대가파망상 이항복망상위극락

마치 허공이 움직이지 않으면서도 일체처에 두루함과 같다.
그러기에 화두를 위로 끌어 올리려 할 필요도 없고(애써 화두를 든다는 생각을 지으려 말고) 화두를 억누르려 할 필요도 없다.
끌어 올리려 한즉 어수선해지고 억누르려 한즉 혼침에 떨어지니
본래의 심성을 어기는 것이라 다 중도가 아니다.
여러사람이 망상을 두려워해 망상을 항복케함을 가장 큰 어려움으로 여긴다.

我告訴諸位 不要怕妄想 亦不要費力去
아고소제위 불요파망상 역불요비력거
降伏他爾 只要認得妄想
항복타이 지요인득망상
不執著他 不隨逐他 也不要排遣他

(이렇게) 만약 능히 망상을 이용하여 공부를 지어가되
이 망상이 어떤 자리에서 일어 났는가를 보라.
(그러면) 망상은 자성이 없어 당체가 공하였으며 또한 나의 심성이라는 것도 공하였으니
자성의 청청 법신불이 바로 눈앞에 나타나리라.
실답게 말한다면 진여와 망상은 둘이 아니며 중생과 부처도 둘이 아니다.

生死涅槃 菩提煩惱 都是本心本性
생사열반 보리번뇌 도시본심본성
不必分別 不必欣厭 不必取捨
불필분별 불필흔염 불필취사
此心淸淨 本來是佛 不需一法
차심청정 본래시불 불수일법
那裏有許多羅索 參
나리유허다라색 참

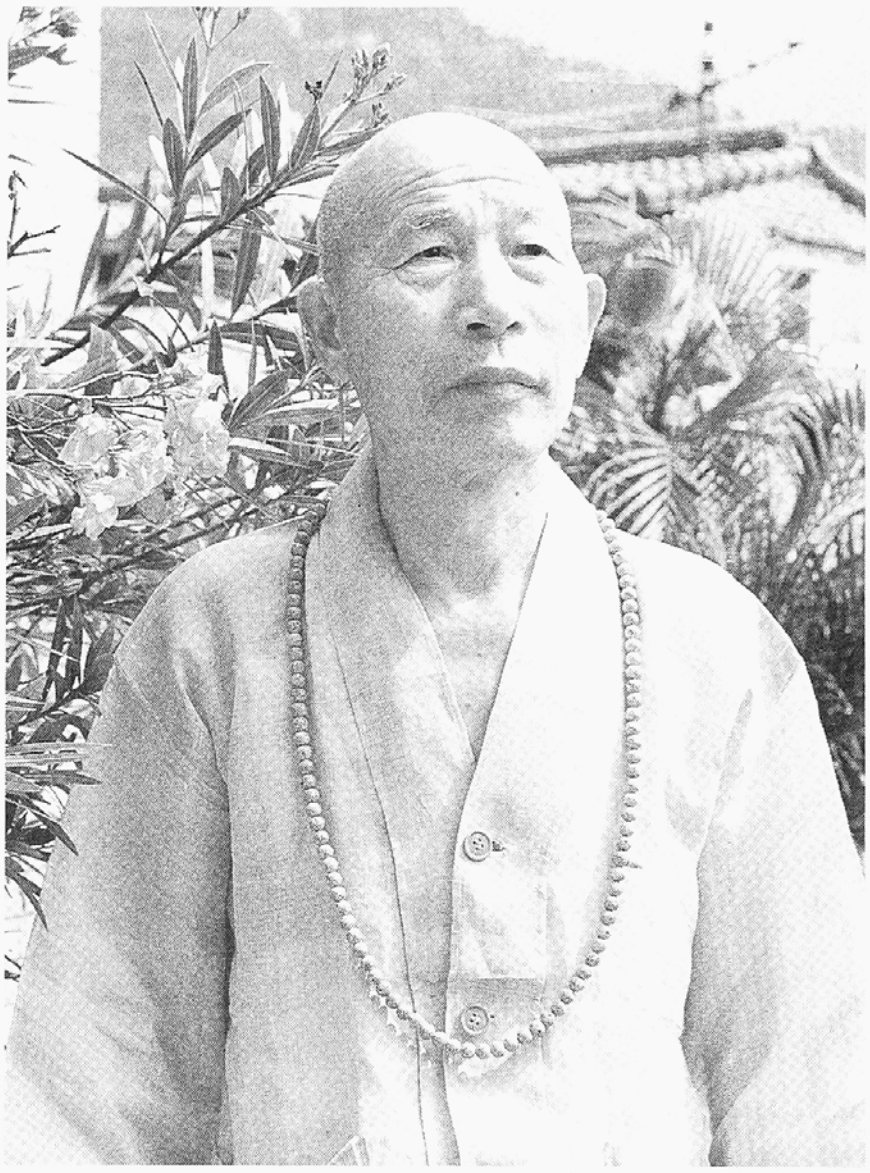
생사와 열반, 보리와 번뇌가 모두 본래의 마음이요 본래의 성품이다.
분별이 필요치 않고 좋고 싫음, 취하고 버림도 부질없는 일이다.
이 한마음은 청정하여 본래 부처이니 한 법도 필요치 않다.
이 속에 무엇이 있을 수 있겠는가. 참!

龍眼

우란분절 특집 지상법석

# 이웃을 내몸처럼 아끼면

## 운문스님 〈운문사 주지〉



**약력**
- 1928년 전남 장성 生
- 인곡스님 은사로 도봉산 망월사에서 득도
- 고암스님 계사로 비구계수지
- 조계종 총무원 재무부장등 역임
- 찬불가 3백여곡 작사
- 〈불교성가집〉 〈불교동요집〉등 찬불가집 다수 출간

莫言地藏閑跡遊 (막언지장득한유)
地獄門前淚不收 (지옥문전루불수)
造惡人多修善少 (조악인다수선소)
南方敎化幾時休 (남방교화기시휴)

지장보살님이 한가히 논다고 말하지 말라
지옥문 앞에서 눈물을 거두지 않으신다
악을 짓는 사람 많고 선을 닦는 사람 적으니
사바세계 교화는 언제쯤 끝이 나려나

오늘 7월 초하루를 맞아 보름간의 지장기도를 입제하는 법회라서 지장보살을 찬탄하는 게송을 먼저 소개했습니다. 다른 절에서는 4월 보름날 지장보살기도 입제를 해서 7월 보름까지 하는 경우가 많은 줄로 알고 있습니다. 기도란 온전히 마음을 모으는데서 시작되는 것이지 며칠기도이고 무슨기도라는 제목을 정하는데서 시작되는 것은 아니거든요. 그리고 기도의 끝도 나의 염원을 나의 삶으로 현전시키는 힘을 얻는데 있는 것이지 거창한 회향식을 준비하는데 의의를 두어서는 안되는 것입니다. 오직 마음에서 시작하여 마음에서 마치는 기도가 부처님 법을 그르치지 않는 기도라 할

**"중생고와 죄업 끊임없이 계속되는 사바세계 구제는 '나부터 선업쌓자' 서원가질때 가능"**

수 있는 것입니다.
법(法)이라는 것 있잖아요. 그 글자를 풀어보면 물(水)이 가는(去)것입니다. 물이 흘러가는 것이지요. 물이 흘러가는 것은 정해져 있지 않아요. 웅덩이가 있으면 채우고 구부러진데가 있으면 굽어가는 것이 법인 것입니다. 그리고 물은 거꾸로 흐르지도 않고 그 가는 곳의 좋고 나쁨을 가리지 않습니다. 그저 흘러가는 침묵 그 침묵 속의 장구한 흐름이야말로 우리 부처님께서 밝혀 보이신 이 우주의 진리 그 자체가 아니겠습니까. 옛말에 류수부쟁선(流水不爭先)이란 말도 있는데 이는 흐르는 물은 앞을 다투지 않는다는 뜻입니다. 서로 자기것을 더 많이 채우려하고 먼저 가려고만 하는 오늘날의 사람들에게는 흐르는 물도 이렇게 많은 가르침을 전해주고 있는 것입니다. 아무튼 기도는 우리의 삶에 새로운 힘이 될 수 있어야 하는 것임을 명심 하시기 바랍니다.
지장도살님은 지옥중생들, 일체중생들을 다 제도하고 나서 성불하겠다는 원(願)을 세운신 분이라 대원본존 지장보살이라 불리고 있습니다. 지옥 중생을 다 제도하고 나서 부처가 되겠다는 원력은 성불하지 않겠다는 말과 똑 같은데도 그런 큰 원을 세우고 계신분이예요. 아무나 그런 원을 세울 수 있는 것은 아니겠지요. 왜냐하면 나는 성불 안하겠다는 말과 똑 같은 말이니까요. 지금 한창 재판중인 노태우 전대통령이 범죄와의 전쟁을 선포하여 범법자를 마구 잡아들였고, 지금 문민정부가 들어서서 개혁을 잘한다 해도 여전히 상상도 못할 범죄들이 일어나고 수해(水害)로 인한 피해자가 생기고 그러니 언제 이 사바세계의 중생고와 죄업이 없어지겠습니까. 그러니 고통과 괴로움으로 얽혀 있는 사바의 모든 중생을 성불시키고 자신이 성불하겠다는 것은 나는 성불하지 않겠다는 말과 마찬가지예요. 그러나 그러한 원을 세웠다는 것 자체가 바로 성불입니다. 성불이 멀리 있는 것이 아니고 그런 원을 세운 것은 바로 부처님의 마음인 것입니다.
우리도 지장보살님께 기도하면서 '나 좀 건져 주시오'라고만 하지말고 '나도 지장보살님처럼 돼야 되겠다'고 대원을 세우고 보살행을 열심히 하면 그 길이 바로 지장보살이 되는 길이지요. 부처가 내 속에 살아 있는데 지장보살인들 내 몸 밖에 있을 까닭이 있겠습니까.
꼭 절에 와서 지장기도를 하지는 못하더라도 집에서라도 항상 조상님을 위해서나 나를 위해서 지장보살님의 원을 마음으로 새기면서 기도하는 마음가짐이 가장 중요한 것입니다. 지장보살님의 교화가 언제쯤 끊나겠는가하는 안타까운 한탄을 조금이나 도 덜어주기 위해 악을 멀리 하고 선을 닦는 것으로 노력하는 것이 바로 지장보살님의 원을 닮아 가는 것이고 바로 부처되는 길인 것입니다. 부처를 멀리서 구하지 말고 바로 이러한 마음가짐으로 수행해 나가는 것이 바로 부처와 하나되는 것임을 명심하고 생활해야 합니다.
백중을 앞두고 시작한 지장기도를 통해 여러분은 모두 지장보살님의 큰 원을 실천하는 현세의 지장보살이 되시길 바랍니다. 지장보살의 길과 성불의 길이 다르지 않으니 이 혼탁한 세상에 촛불같은 서원 하나 밝혀들고 지옥문전에서 눈물 거둘 날이 없으신 지장보살님을 생각하며 정진하자는

"여성들의 건강을 위하여 황토로 만든"
가정용 전통 쑥 좌욕기 "탄 생"

**전통 쑥 좌욕기란?**
하복장기의 질환인 자궁병, 냉·대하, 치질, 변비, 방광염, 전립선염등을 치유시키는데 그어떤 방법보다도 탁월한 치료효과를 나타내었던 옛선조들의 지혜와 슬기를 담은 전통적인 세가지 재래식 치료요법을 그대로 살려, 이 세가지 요법이 한곳에서 동시에 발휘되도록 집약시켜 이를 특정부위에 집중적으로 찌므로서 질환의 치료 예방 효과가 크고 빠르게 개발된 가정용 좌욕 찜질 요법기 입니다.

**당신의 건강진단서, 이상 없습니까?**
냉이 심하다. 가끔 하혈을 한다. 월경불순과 월경통이 빈번하다. 오랫동안 변비로 고생하고 있다. 치질때문에 고통스럽다. 자궁에 가끔씩 기분 나쁜 증상이 일어난다. 혹시 자궁암에 걸린것은 아닐까? 이런 근심, 걱정, 전통 쑥 좌욕기를 만나는 즉시 말끔히 해소됩니다. 하루 30분씩 전통 쑥 좌욕기에 앉아만 있어도 하복 장기질환이나 모든 자궁병 질환은 저절로 치유되고 예방되기 때문입니다.

**"전통 쑥 좌욕기의 요법으로 치유되는 질병 사례들"**
(전통 쑥 좌욕은 이런 병들을 치유시키는데 탁월한 효능을 발휘합니다.)
여성 부인병, 냉·대하, 변비, 치질, 월경불순, 월경통, 질염, 요도염, 방광염, 자궁근종, 자궁암, 불임증, 산후통, 산후조리, 질수축작용, 염증 및 혈액순환촉진, 배가 냉한 사람, 설사가 심한사람, 노폐물제거, 기미·여드름 방지, 전신피로, 배·가슴 근살제거, 갱년기장애 등
남성 치질, 전립선염, 비대증, 전립선암, 조루증, 정력감퇴, 발기부진, 빈뇨, 잔뇨, 소변곤란, 배뇨통 등
◎이상의 열거한 질병이 있는 분은 일단은 무조건 전통쑥좌욕기를 10~15일만 사용해 보십시요 그리고 그 진가를 말씀해 주십시요 어느분이고 이 좌욕기로 내병을 고칠 수 있겠구나 하는 확신과 함께 그 효능을 확실하게 느끼실 것이며 설령 좌욕기 가격이 몇 백만원이라고 해도 아마 조금도 아깝다는 생각이 안드실 것입니다 그리고 예방차원에서도 일주일에 2~3번씩 가끔 사용하시면 또한 큰 효과를 보실 수 있습니다 특히 월요 시집보낼때 혼수감 속에 좌욕기는 빼놓을 수 없는 필수품으로 꼭 넣어주십시요 자궁을 냉한 것으로 부터 항상 따뜻하게 보호해주면서 청결하게 소독해주고 살균시켜주어 자궁을 튼튼하게 해주기 때문에 임신했을때 유산되는 일이 드물며, 집에서 산모 스스로 산후조리하기에는 이보다 더 좋은 선물은 없기 때문입니다

**특징**
1. 좌대:열을 받으면 황토기운을 받을 수 있는 황토 분청자기로 만들었습니다.
2. 내열탕기 원적외선이 다량 방출되는 바이오 세라믹 도질로 만들었습니다
3. 강화약쑥 티백100봉지(100일분)와 100% 순정품 황토가루 100일분이 포함되었습니다.
4. 시간, 장소에 구애받지않고 누구나 손쉽게 30분~1시간 이상 좌욕할 수 있어 편리하며, 좌욕기 한대로 남녀노소 전가족이 공동으로 사용가능 합니다.
5. 오래 앉아있어도 불편하지 않고 질병치유 효과가 크도록 구조 및 규격이 설계되었습니다.
6. 보급가격이 효능 및 효율성, 품질의 우수성에 비해 상대적으로 매우 저렴합니다.
◎전통쑥좌욕기는 "움직이는 황토방"이며 "이동식쑥찜질방"입니다.

**치료원리**
• 1시간이상 계속적으로 올라오는 뜨거운 수증기안에 약쑥의 탁월한 효능과 황토의 신비한 약성과 기적의 치유력을 나타내는 원적외선의 심달력이 삼위일체로 합쳐져, 인체조직 파괴의 위험없이 신체심부까지 골고루 깊숙이 스며들어서 피부모공과 내분비선공을 열어 피부호흡 및 호르몬분비를 촉진함으로서 대사기능 증진과 혈액순환을 좋게하고 독소와 노폐물을 제거하고 병원균을 살균시켜 질병을 치유시킵니다.

◎가능한 가까운 지회를 통해서 구입해 주시기 바라며 단, 미개설 지역의 경우 지회가 개설될 때까지 본회에서 구입신청을 받습니다.

"뜨겁지 않고 흉터가 생기지 않는"
**신비의 바라밀 쑥뜸기**
"암, 중풍, 성인병, 부인병, 신경통, 관절염, 당뇨병, 고혈압, 심장병등 온갖 질병에 대해 기적적인 치료효과를 나타내는 불교전통 쑥뜸비방"
◦현재 가족중에서 병으로 고통받는 분이 계십니까?
◦원인을 알수없는 만성질환으로 고통받고 계시지는 않습니까?
◦주위에 오랜기간 병을 낫고자 별방법을 다써도 치유되지 않아 오랜기간 고통스러워하시는 분은 안계십니까?
◦그동안 갖가지 질병으로부터 고통받은 많은 사람들이 바라밀쑥뜸요법으로 완치되었고, 현대의학도 포기한 수백명의 환자들이 바라밀쑥뜸으로 다시 살아난 실증예가 많기 때문이다.

바라밀 쑥뜸 건강요법 치료의 사례들
(바라밀 쑥뜸은 이런 병들을 고칩니다)
중풍, 히리디스크, 요통, 좌골신경통, 관절염, 안면마비, 만성두통, 빈혈, 수족냉증, 만성위장병, 위염, 궤양, 위암, 대장염, 간염, 간암, 간경화, 황달, 당뇨병, 비만증, 심장, 제 고혈압, 폐렴, 기관지염, 폐결핵, 기관지 천식, 편도선염, 후두염, 축농증, 정신피로, 갱년기장애, 기미, 주근깨, 여드름, 배꼽살, 피부미용, 시력증진, 알레르기성체질, 술·담배 많이 드시는 분, 정력감퇴, 각종 성인병예방 등

전국지회모집 전국 시·군·구지회 미개설지역·방문 및 전화상담
제조원 : 바라밀 건강연구회
• 본회 : (지회상담문의) 경기도 용인시 모현면 능원리 30-1
전화 (0335)34-9490, 39-1906/아간(0342)706-3060
서울사무소 : (02)508-3284/5
• 본원 : 부산광역시 연제구 거제3동 581번지(한신신가 536동)
대한불교조계종 보문포교원(원장 각광스님) 부설 불교바라밀건강연구원
전화 : (051)864-3740

서울(02) 서초:508-3284~5 강남:553-0261~2 송파:417-8922 성북:942-6430 은평:305-2910 도봉:942-6430 종로:747-7033 노원:942-6430 마포:715-2062 강북:994-3108 반포:597-7581 부산(051)연제:864-3740 부산진:803-0108 경남 마산:(0551)23-9016 창원:(0551)62-0076 진주:(0596):73-0039 울산:(0522)74-7536 경북 경주:(0561)772-3255 구미·군위:(0578)83-5308 포항:(0562)82-3155/6 경기 의정부:(0351)873-0532, 44-3114 수원:(0331)291-8549 분당:(0347)66-0049 광주:(0347)65-1047 광주(062) 동구:228-8544 대전(042) 중구:222-4936 서구:534-4211 대구(053) 북구·칠곡:323-2598 남구:474-2828 충북 제천·단양(0443)46-3023 강원 강릉(0391)645-2117 전북 전주:(0652)75-6733 제주 (064)22-3324