

# 다시 푸는 경서

## 虛雲和尚의 참선요지 ②

有等胡亂亂想 東尋西找 叫做散亂  
유등호사란상 동심서과 규주의정  
那知愈想愈多  
나지유상망상유다  
等於放升反降 不可不知  
등어육승반후 불가부지  
初心人所發的戒念 忽斷忽續  
초심인소발적의념한조 출단출속  
忽熟忽生 算不得幾時 何可叫做想  
홀숙홀생 산부득의정 근가규주상

약초실각조 변함인경혼상태  
그럭저럭 망상을 타파한다 할때에 앞서 말한 때에 이르러 참다운 의정이 드러나면 비로소 진정한 공부의 시기가 할 것이다. 이 때에 하나의 커다란 관문이 있으니 흔히 기로에서 머무러 버리기 쉽다. 첫째, 이때는 심신이 아주 청정하고 가쁜 듯 하여 만약 조금이라도 밝게 비취보기를 놓친다면 바로 가벼운 혼침 상태에 빠져들게 된다.

若有閒明眼人在旁 一眼便會看出他  
약유개명안인재방 일안변회간찰타  
正在這境界 一番板打下  
정재재개경계 일장판타하  
馬上滿天雲霧散  
마상만천운무산  
很多會因此悟道的  
很多會因此悟道的  
한다회인차오도적  
②這時清淨爭空 空海洞  
这时청정정공공공통  
若無記 坐枯木岩  
약의정불유료 변시무기 좌고목암

어떤 이는 또 어지러운 망상으로써 등에서 찾고 서에서 뒤지는 것을 의정이라 부른다. 그러나 생각이 많을 수록 망상이 더욱 더 많아진다는 것을 여찌 알라.

이는 위로 올라가려 하면서 오히려 아래로 떨어지는 것과 같으니 바로 알지 않으면 안된다.

초심자가 일으키는 의념은 흔히들 거칠어서 문득 끊어지 듯했다가 문득 이어지고 문득 익은 듯했다가 문득 설고 하니 의정이라고 할 만하게 못된다. 겨우 생각이라고 부를 수 있을 것이다.

### “날뛰던 마음 조롱에 갇힌듯 하면 참선 공부 폭 익으면 의심 안해도 의념생겨”

漸漸狂心收斂了 念頭也有點把捉住了  
점점광심수통로 념두아유점과득주요  
才叫做參 漸漸功夫起時 不疑而自疑  
재규주참 재점점공부순속 불의의지의  
也不覺得坐在甚麼處所 也不知道有身  
아불각득좌재심마처소 아부지도유신  
心世界  
심세계  
單單念念面前 不覺不斷 這叫做散亂  
단단의념현전 불간부단 재재규주의정  
實說說起來 何時那算得用力  
실제실제라 초시나산득공공

만약에 명안중사가 곁에 있다면 한눈에 바로 알아 빠져 나오게 할 수 있다. 그런 경계를 바로 한방 내려치자마자 온 하늘의 구름과 안개가 걷힌다고 한다. 흔히들 이때문에 오도한 줄 알게 된다. 둘째, 이 때는 아주 청정하고 심신이 텅비어 특 트인듯하니 만약 의정이 사라지고 없다면 이는 곧 무기라서 고목이나 바위가 앉아 있는 것과 같다.

或叫冷水泡石頭  
혹규냉수포석두  
到這地步 提即提  
도저시취요제 제즉각조  
提即不迷 即是慧 照即不散 即是定  
각즉불미 즉시해 조즉불란 즉시정  
單單的的這一念 湛然寂照  
단단적적저일념 잠연적조  
如如不動 靈靈不昧 了了常知  
여여부동 령령불매 료료상지  
如舍火抽烟 一線綿延不斷  
여녕화추연 일선면연부단

혹자는 이를 천문이 돌머리에 부딪혀 거품이 이는 격이라 한다.

이럴때에 이르러 다시 화두를 들어야 하는데 든다는 것은 각조하는 것이다. (각은 곧 미혹하지 않음이니 해이고 조는 어지럽지 않음이니 곧 정이다.) (이렇게 해서) 오로지 한 생각 또렷하여 흔들림없이 조용히 비추면 여여 부동하며 신명하여 어둠이 없고 또렷조이 지각하며 마치 약한 불의 연기가 한줄기로 피어올라 끊어지지 않는 것 같이 된다. 龍眼

점차로 날뛰던 마음이 수습되어 조롱에 갇힌듯 하면서 열두에 무언가 잡히는 게 있으면 비로소 참선이라 부를 수 있다.

다시 절정 공부라 부를 오로지 의심치 않아도 절로 의념이 일어난다.

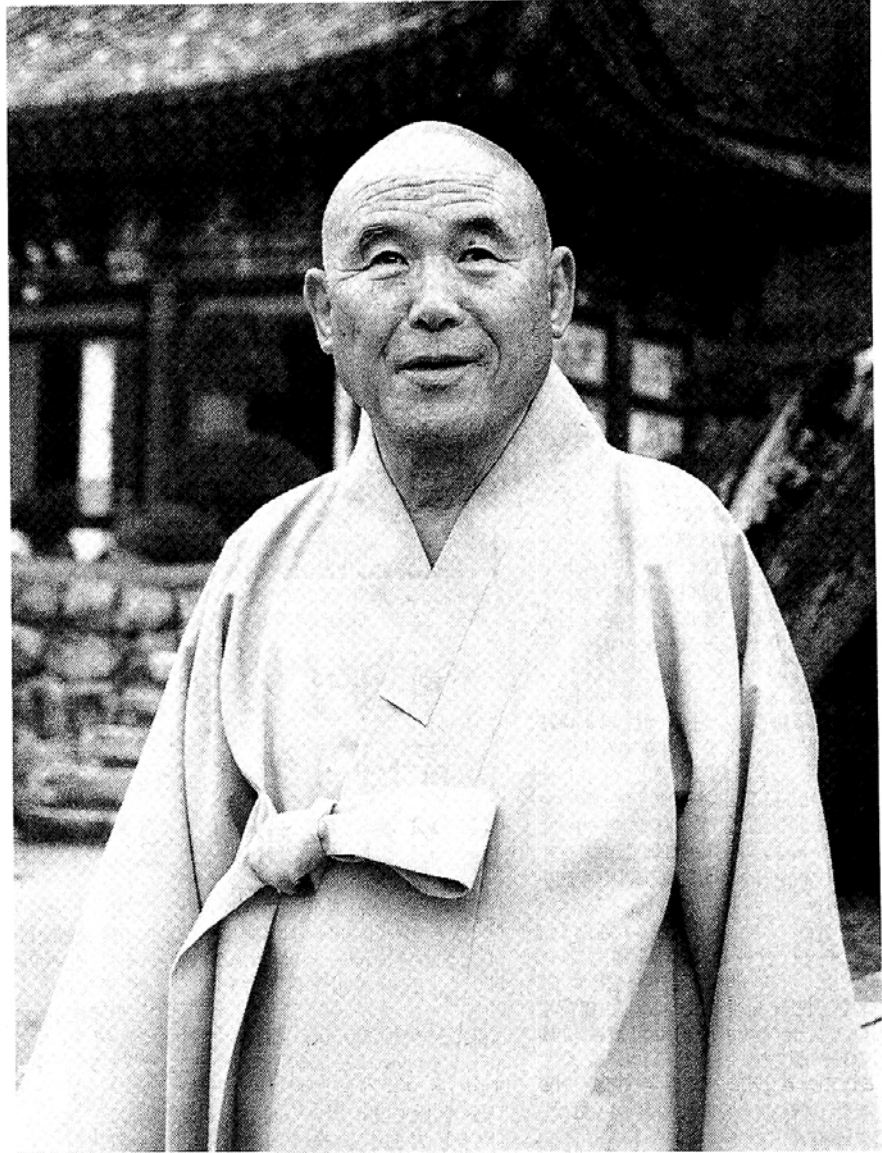
그래서 자신이 어디에 앉아 있는지도 깨닫지 못하게 되고 몸도 마음도 있는 줄을 알지 못하게 되면 오로지 의념만이 드러나 끊어지지 않게 되는데 그래야 비로소 의정이라 부를 수 있게 된다.

실제로 설명을 한다면 처음에는 여찌 공부를 한다고 쳐 주겠는가.

僅僅是打妄想 到這時真疑現前  
근근시타망상 도저시진의현전  
才是真正用功的時候  
재시진정공공작시후  
這時候是一箇大關頭 很容易跑入歧路  
저시후시일개대관에 한용이포입기  
①這時候清淨爭空 無礙無安  
저시후청정정무한경안  
若稍失覺照 便入人輕昏狀態

# “마음 맑은 사람은

## 탄성스님 공림사주진



### 약력

- 1928년 충남 신도안 생
- 50년 갑사서 금오스님 은사로 득도
- 금오스님 모시고 전국선원 다니며 수행
- 법주사 주지 및 조계종 총회위원 (72년) 조계종 수습대학위원장 (80년) 조계종 개혁회의 총무원장 (94년) 역임

삼일수심(三日修心)은 천재보(千載寶)요 백년탐물(百年食物)은 일조진(一朝塵)이다.

삼일 동안 마음을 닦으면 천년을 두고 보배가 되지만 일백년을 탐낸 물건은 하루 아침의 티끌에 지나지 않는다는 말입니다. 누구나 출가하면 행자시절에 배우는 <초발심자경문>에 나오는 말입니다. 참 의미 깊은 가르침인데 그 뜻을 삶에 녹이고 사는 사람이 얼마나 되는지 모르겠습니다. 부처님 제자된 사람은 이 가르침을 명심해야 합니다.

나에게 이 글귀는 매우 특별한 의미가 있어 소개했습니다. 신도안에 살던 어린 시절에 어머니를 따라 어느 절에 가게 되었는데 거기서 어떤 처사님이 얘기하는 걸 옆에서 듣게 되었습니다. 그들의 대화는 이런 것이었어요.

“신원사에 갔더니 젊은 스님이 ‘삼일수심은 천재보요 백년탐물은 일조진이다’ 라는 말을 해 주더군요. 그 절에서 이런 글을 공부한다는 것이야.”

“그래? 그런데 그 의미는 뭐라던가?”  
“사흘 닦은 마음은 천년 두고 보배고 백년 물건 탐내는 건 하루 아침 티끌이라고

“사흘 닦은 마음은 천년 두고 보배고 백년 탐낸 물건은 하루아침 티끌이라”

풀이해 주더군요.  
“스님들이라 참 좋은 공부를 하시구만...”

나는 그 사람들의 말을 마음에 새겨 두었습니다. 왠지 좋아서 말입니다. 그리고 집에 와서도 골똘히 생각했지요. 그 말이 참 좋아 오래 가슴에 새겨져 있었고 그 말을 생각하다가 '나도 절에 가서 글공부를 많이 하고 싶다'는 생각도 하게 되었습니다. 그러나 아버님이 타계해서 어머니와 형님을 모시고 사는 내가 출가를 한다는 말을 할 수는 없었습니다. 그렇게 몇해가 가고 스물한살이던 해 가을에 순천 선암사에 계시는 스님 한분께서(우리 집과 내왕이 있던 분) 갑사에 와 계시니 소식을 듣고 갑사로 놀러 가는 걸 허락 받으셨습니다. 갑사를 다녀와서 더욱 출가를 하고 싶어 어머니께 “갑사 스님들이 사자암에 와서 울 삼동(三冬)을 나면서 얼마나 배우랍니다”라고 말씀 드리고 사자암으로 가게 되었는데 그 길이 출가의 길이였고 올력 10월 8일의 일이었습니다. 사자암으로 가며 마음 속으로 “삼일수심...”을 거듭거듭 되뇌었습니다.

그렇게 해서 동안거에 행자 노릇을 하고 새 봄에 수좌님들이 ‘호랑이 스님’이라고

무서워 했던 금오스님을 은사로 머리를 깎았습니다. 참 이상한 인연이지 뭐니까. 그 글귀가 나를 출가승으로까지 만들었으니 그것도 지중한 인연이 아닐 수 없습니다. 여러분의 생활 가까운 곳에 여러분이 모르는 사이에 얼마나 많은 인연이 생겼는지 생각해 보십시오. 마음이 맑은 사람은 그러한 귀한 인연을 귀하게 가꾸며 살고 마음이 산란하여 탐욕선인 사람은 아무리 좋은 인연이 다가와도 의면해 버리는 것입니다. 그러나 단 사흘이라도 수행을 하면 천년의 보배가 된다는 가르침의 의미를 소홀히 해서는 안되는 것입니다.

나는 <초발심자경문>의 한 글귀를 마음에 새기고 글공부나 할 수 있길 바라며 출가

했는데 그 글공부하는 인연도 출가하는 인연과는 다른 것인줄은 나중에 알았습니다. 나의 은사이신 금오스님께서 경전공부는 고사하고 ‘초발심’도 글로 공부하지 말라고 하셨습니다. “중이 글공부하면 신세 망치는 줄 알아라”라고까지 하셨습니다. 스님께서는 하나도 참선 불도 참선 섯도 참선만 하라 하셨습니다. “참선하여 마음깨쳐야 생사해탈을 한다”는 말씀을 평생 두고 한결같이 하신 어른을 모시고 살았으니 무슨 글공부의 인연을 만났겠습니까. 지나면서 생각해 보면 금오스님의 말씀이 “經을 경으로 안 보고 경을 글로 보면 안된다”는 의미였던 것 같습니다. 경은 부처님의 마음을 문자로 전한 것일뿐 거기에 얽매어서는

안됩니다. 경을 글로 보면 알음알이를 토대로 언어를 희롱하고 마음을 가식하여 진리를 흐리게 하는 것입니다. 그런 속된 습성은 경의 가르침을 총체와 명예의 도구로 전락시킬 위험으로 연결되는 것이니 경계하지 않을 수 없는 것입니다. 배를 타고 강을 건너면 배는 버리는 것과 같은 이치입니다. 금오스님께서 경전을 공부하여 그 문자풀이에나 얽매이고 그 뜻을 풀이 이상만 찾는 것은 수행에 아무런 도움이 안된다는 것에 문자를 가까이 못하게 하였던 것이지요. 실제로 스님께서 무겁게 정진하셨는데 며칠씩 잠을 털어내며 용맹정진하시는 것을 자주 보았습니다. 스님께서 “수마(睡魔)를 이기는 것만도 큰 공부다”



**“여성들의 건강을 위하여 황토로 만든”**

## 전통 쑥좌욕기

기정용

‘옷을 벗고 앉아서 약욕, 황토, 원적외선의 신비한 약성을 허벅지에 집중적으로 쬐어 질병을 치료하는 방식입니다’

• 심용신안등록원: 제96-23062  
• 의장등록출원: 제96-16268

### “뜨겁지 않고 흥터가 생기지 않는” 신비의 바라밀 쑥뜸기

“양, 중풍, 성인병, 부인병, 신경통, 관절염, 당뇨병, 고혈압, 심장병, 온갖 질병에 대해 가작적인 치료효과를 나타내는 불교전통 쑥뜸방”

○ 현재 가족중에서 병으로 고통받는 분이 계십니까?  
○ 원인을 알 수 없는 만성질환으로 고통받고 계시지 않습니까?  
○ 주위에 오랜기간 병을 낫고자 별 방법을 다해도 치유되지 않아 오면기간 고통스러워하시는 분은 안계십니까?  
○ 그동안 갖가지 질병으로부터 고통받은 많은 사람들이 바라밀쑥뜸요법으로 완치되었고 현대의학도 포기한 수백명의 환자분이 바라밀 쑥뜸으로 다시 살아나실증에 많이 목격됩니다.

바라밀 쑥뜸 건강요법 - 치료의 사례들 (바라밀 쑥뜸은 이런 병들을 고칩니다)

중풍, 허리디스크, 요통, 좌골신경통, 관절염, 인연디스크, 만성두통, 빈혈, 수족냉증, 만성위장병, 위염, 게양, 위암, 대장염, 간염, 간암, 간경화, 황달, 당뇨병, 비만증, 심장, 자·고혈압, 폐렴, 기관지염, 폐결핵, 기관지 천식, 편도선염, 후두염, 축농증, 전신마로, 경년기 장애, 기미, 주근개, 여드름, 배근살, 피부마로, 시력장애, 알러지성 재질, 술·담배 많이 드시는 분, 정맥류, 각종 성인병 예방 등

주위사람 도움없이 편리한 시간에 혼자서 30분씩 할수있을 때에 몰수 있는 점이 큰 특징. 50대 이후에 생기는 모든 병의 치료의 근간이 되는 배부, 단전, 중완 3군데 할차례에한 집중적으로 쬐는 고통이나 흥터가죽없이 혼자서 안전하게 효과있게 곱뜸을 뜬 수 있도록 고안된 바라밀 쑥뜸 건강요법

**전통 쑥좌욕기의 3대 기능과 효능**

(1)좌욕효능(1일 30분~40분): 다음과 같은 질병치료 및 예방에 큰 도움을 드릴 수 있습니다.

- ▶ 여성: 부인병, 냉·대하, 변비, 치질, 월경불순, 월경통, 질염, 요도염, 방광염, 자궁근종(물혹), 자궁암, 불임증, 산후통, 산후조리, 질수축작용, 염증 및 혈액순환촉진, 배근살제거, 갱년기장애 등
- ▶ 남성: 치질, 변비, 전립선염, 비대증, 전립선암, 조루증, 정력감퇴, 발기부전, 빈뇨, 잔뇨, 소변곤란, 배뇨통 등

※편리하도록 좌대속에 전기가열기(히터)를 설치하여 끓이는 방식은 장시간 사용시 전기과정을 받아 자궁속에 나쁜 영향을 끼칠 수 있으므로 재래식만큼 좋은 방법은 없습니다.

(2)얼굴 피부질환 미용효능

- ①얼굴피부 노화방지, 피부탄력유지 및 회복(주름살이 현저히 줄어듦), 피부윤곽(턱) 등의 사용법편이)
- ②비염, 축농증, 코감기, 기관지염, 편도선, 천식, 폐질환 등
- ③눈피로회복, 시력회복, 안과질환 등에도 큰 효능

(1일 20분정도 사용으로 상기 3가지 효능을 동시에 얻을 수 있으며 일주일 정도 사용해보시면 본인이 직접 느끼실수 있습니다.)

(전통 쑥좌욕기의 구성 요인)

(3)허리요통, 팔·다리 신경통, 관절염, 마비증상, 수족냉증, 복부냉증, 피부질환등이 있는 분은 좌욕기위에 아픈 부위를 대고 쬐질하면 큰 효험을 보실 수 있습니다. (1일 30분이상)

• 강화약속과 황토가루 100입분이 포함되어 있습니다.  
• 보존장치가 장되어 있어 1시간이상 뜨거운 수증기가 계속적으로 올라옵니다.

**전통 쑥좌욕기 사용방법**











서울(02) 강남: 553-0261 ~ 2 송파: 417-8922  
성북: 942-6430 종로: 747-7033  
노원: 942-6430 마포: 715-2062 강북: 994-3108  
반포: 597-7581 영등포: 782-6080 도봉: 942-6430

경기지역: 의정부: (0361)873-0532, 44-3114  
수원: (0331)291-8549 분당: (0347)66-0049  
용인: (0335)35-4293 광주: (0347)65-1047  
과천: (02)508-9552 부평: (032)516-9845

부산(051) 부산진구: 803-0108 연제구: 864-3740  
해운대구: 746-2621  
대구(053) 달서구: 635-9734  
대천(042) 중구: 222-4936 서구: 534-4211 동구: 253-6446

경남지역: 마산: (0551)23-9016  
창원: (0551)62-0076  
울산: (0522)74-7536  
진주: (0591)43-4655

인천: 0596673-0039

경북지역: 경주: (0561)772-3255  
구미: 군위: (0578)83-5308  
포항: (0562)82-3155~6

제주도(064) 제주시: 22-3324  
충북지역: 제천: 단양: (0443)46-3023  
강원도지역: 강릉: (0991)645-2117