

리케이의 수행일기 <上>

필자는 군대를 제대한 후 부산 서면로터리에서 꽃집을 경영하다 5·16혁명 후 5급 공무원 시험에 합격, 동부경찰서와 경찰국원재 경찰청에 근무하였다. 그러던 중 1976년 10월 12일 어머니(당시 67세)께서 갑자기 돌아가셨다.

한평생 자식들을 위해 당신을 희생하신 어머니께 너무나 불효한 것 같아 신정 휴가때 어머니가 다니시던 경주 단석산 백석암을 찾아가 노스님을 친견하였다. 그때 노스님은 “자네도 불교와 인연이 있네. 그러니 관음전에 이름을 올려놓고 가게”라고 하시면서 <불자 독송집>(예불탄)을 주셨다. 당시 교회에 다니던 필자는 아내와 같이 법당에 들어가 난생 처음으로 부처님께 절을 올렸다. 어머니께서 자식을 잘 되라고 이 부처님께 얼마나 많이 빌고 절을 하였을까 생각하니 눈



박주천
(주)삼현 회장

교 교법사를 지낸 제6대 이하우 학장을 모시면서부터 자리를 잡기 시작했다. 조계종 포교사 양성교육기관으로 지정돼 부산불교교육대학이라 명칭을 바꾸고 전문 교육자가 불교대학을 운영하자, 전국에서 포교사 고시에 가장 많이 합격하는 명문 불교대학으로 발전하게 되었다.

이하우 학장님이 부인한 이

참회후 봉사하는 사람 되겠다 다짐

100만배 원 세워 16년째 수행

물이 앞을 가렸다. 그 옛날, 부처님은 거짓말쟁이, 우리 형님을 군에서 전사하게 했다고 부처님을 원망하고 미워한 것을 참회하면서 부처님을 쳐다보았다. 부처님께서 나의 마음을 다 아시는 것처럼 빙그레 웃으시며 내려다보고 계셨다. 나를 다시 부처님께 돌아오게 하신 어머니의 은혜에 보답하기 위해 불교를 열심히 배우고 닦아 봉사하는 사람이 되겠다고 맹세했다.

그러나 집에 돌아와서 <불자 독송집>을 읽어보았으나 무슨 내용인지 알 수가 없었다. 아내와 같이 부산불교교양대학에 입학, 불교를 배우기 시작한 것도 이때부터였다.

불교대학에서 경험도 없으면서 총무 소임을 맡아 고려예식장과 부산불교신도회, 불교연합회 강담을 전전하면서 매주 수요일 법회를 열었다. 당시에는 법사 모시기가 여간 힘든게 아니었는데, 91년 3월 해동중학

후 필자는 부학장이란 직분으로 학장을 보좌하며 내 사업에 전념할 수 있었다. 평소 ‘하면 된다’는 일체유심조의 신념으로 노력한 결과, 처음 유조선 한 척으로 시작한 사업이 5척으로 늘어나 증권 해운회사로 자리잡게 되었다.

필자는 평소 불교는 학문이나 지식을 배우는 것이 아니라 행(行, 실천)을 닦는 것이라고 믿고 있다. 86년부터 아침마다 예불과 절정례, 관음정근, 108배를 하며 100만배의 원을 세우고 16년째 계속하고 있는 것도 이런 연유에서다.

불교 교양대학을 다니던 1984년부터 1991년까지 매월 성지순례와 윤력 그림날 철야기도를 한번도 건너편 적이 없다. 93년부터 지난 2000년까지 8년 동안은 회사에서도 반야심경과 신묘장구대다라니를 매일 사경하며 초발심을 다지곤 했다.(계속)

주제가 있는 수행현장

화계사 선우회 ‘이 밧고’

1월 25일 깊어가는 주말 밤 서울 화계사주지 성광 국제선원.

노 보살님, 노 거사님, 청신님, 청신녀 등 30여 화계사 선우회 회원들이 벽을 보고 돌아앉아 화두일념에 들었다. 배꼽 세 치 아래 단전(丹田)에 마음을 모은 채 수식관을 곁들여 ‘이 밧고’ 화두를 챙긴다.

코로 숨을 들이쉬는 하나 둘 셋 넷 다섯 동안 ‘이 밧고’, 숨을 멈춘 하나 둘 셋 동안 ‘이 밧고’, 숨을 내쉬는 ‘하나 둘-여섯 입끝’에 ‘이 밧

포행이 시작된다.

포행은 다리가 지리고 졸음이 와서 좌선을 할 수 없을 때 조용히 가볍게 걷는 행선(行禪). 호흡에 맞추어 천천히 조율하고 위엄 있게 걸어가면서 선정을 닦는 것이다. 시선은 앞으로 가볍게 떨어진 채, 한번의 호흡에 서너 발자국씩 걸으며 보폭도 평소의 반쯤 짧게 천천히 10분 동안 걷는다.

포행을 마치는 죽비가 울리자 보통 걸음으로 자기 자리로 돌아와 다시 합장하고 좌선방석을 정돈한다.

좌선시 호흡조절 통한 화두들어가

매주말 철야정진으로 본래면목 찾아

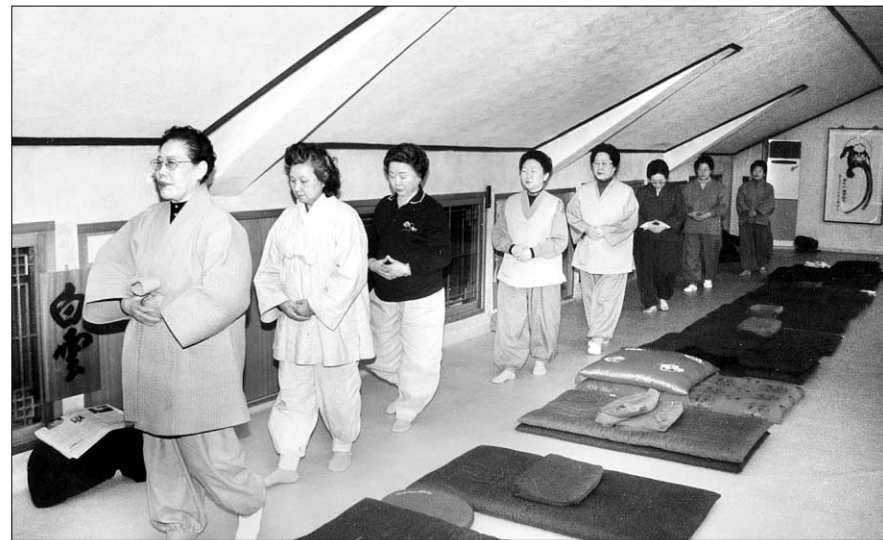
고’.

저녁 9시, 회원들은 예불을 모시고 외국인 스님들이 정진하는 국제선원 선방의 4번 벽을 향해 좌복 위에 앉는다. 입속 소임을 보는 권유리심(75) 회장이 죽비 소리로 입정을 알리자 갑자기 시간과 공간은 정적으로 밧고, 오직 벽시계의 초침 소리만이 남는다. 목으로 넘어가는 침소리조차 너무나 크게 들리는 50분이 지나가면 10분의 방선 시간. 두 손을 앞으로 모으고 시선을 한곳에 고정하여 선방의 가장자리로 따라 도는

그후 두 번의 50분 잠선 후 11시 50분에 죽비소리에 맞춰 108배를 한다. 108배후 12시부터 새벽 1시까지 죽을 먹으며 회원들끼리 법담을 나눈 뒤 새벽 3시까지 정진을 계속한다. 휴식시간에 한 청년이 처음 선방에 왔으며, 화두드는 법을 회장인 권유리심 보살에게 묻는다.

“좌선할 때의 숨은 모두 코로 들이 마시고 내쉬도록 하세요. 의식을 배꼽아래 단전에 집중한 채 깊은 숨을 천천히 가늘고 길게 들이 마시고 내쉬세요. 호흡의 길이는 들이실 때

번뇌·집착 여의고 마음 밝혀



◇1월25일 저녁 9시 화계사 국제선원에서 선우회 회원들이 방선시간에 포행하고 있다.

다섯을 세고, 멈출 때는 셋, 내 실패는 일곱을 세면서 ‘이 밧고’를 드세요. 허파로 호흡한다고 생각하지 말고 단전으로 한다고 생각하세요.”

이 청년은 그동안 내쉬고(呼) 들어마시는 숨(吸), 즉 호흡법을 잘 모른 채 화두들 들어왔으며 권 회장에게 거듭 감사의 합장을 한다. <좌선의(坐禪儀)>에서는 좌선시 호흡을 조절하는 것을 ‘조식(調息)’이라고 하는데, 이 청년처럼 단전호흡법을 모른 채 화두만 들도록 가르치는 잘못된 간화선 교육의 병폐가 여기저기서

지적되어 온 터였다. 호흡을 조절하며 화두를 드는 것은 번뇌나 망상, 주위의 경계나 사물에 집착하지 않도록 마음을 조절(調心)해 자신의 본래면목(이 역시 고정된 실체가 아닌)을 되찾는 데 큰 도움이 된다.

선우회가 이처럼 수식관을 곁들인 화두드는 법을 잘 이어온 것은 화계사(www.hwagyesa.org) 조실 송산 스님의 자상한 지도 덕분이었다. 26년 전 권유리심 보살과 조카인 강보덕공(68) 보살을 중심으로 송산 스님을 모시고 화계사 대중방에서 정진

하던 당시에는 매일 생업을 마치고 오후에는 대중방에 모여 참선을 했다. 송산 스님은 1주일에 한번씩 모든 회원들에게 직접 공간 점검을 해주며 공부를 독려해 왔다.

10년전부터 주말 철야정진을 해온 이보리심(75) 보살은 “행주좌와 어묵동정에 ‘이 밧고’를 들면 망상을 조복받고 마음자리가 밝아져 어떤 일도 어렵게 느껴지지 않고 근심도 없어진다”면서 젊은이들의 동참을 간곡히 당부했다. (02)902-2663 김재경 기자



선우회 회장 권유리심 보살

“오직 행할뿐”으로 정진해요

“걸거나 서 있을 때, 앉거나 누워 있을 때, 얘기하거나 움직일 때, 침묵할 때 등 어느 때 어느 장소에서나 끊임 없는(無間斷) ‘이것은 무엇인가’

를 탐구하는 게 참선이에요.”

26년간 한번도 쉬없이 주말 철야정진을 이끌어 온 선우회 회장 권유리심(75) 보살은 “한 순간이 무량겁(一念即是無量劫)이라는 생각으로 호흡 시간에 ‘이 밧고’를 드는 것이 간화선”이라며 좌선만을 참선으로 생각해서는 안된다고 말했다.

“송산 큰스님께서는 생사 해탈하려는 목표가 분명하면 생활이 밝아진다고 하셨습니다. 참나 참

나 ‘오직 행할 뿐인 한마음으로 날마다 정진해서 365 공안을 성취하고 크게 깨달아, 고통받는 중생을 구하는 것이 우리 수행의 목표입니다.”

권 회장은 우리가 모든 것을 놓아 버릴 때 자신을 온전히 믿을 수 있으며, 마음이 하늘처럼 깨끗해서 거울처럼 맑게 된다며, 깨달은 모든 것을 온전히 실천하면 우리의 평상심(平常心)은 올바른 삶이 된다고 강조했다.

수행 캘린더

1주일 수련회=영평사 행복수련원

(www.youngpyungsa.org)은 2월 8일부터 매주 7일간, 법문과 좌선, 포행을 병행하는 수련회를 연다. 수련원장 광원 스님과 지도부사 현관, 연관 스님이 일대일로 직접 지도한다. 직장인들은 매주 토요일부터 월요일 새벽까지 주말수련에 참석할 수 있다. (04)1858-

2231

대전구도회 2월 법회=대전 구도회는 2월 4일 성담 스님(호심사)의 금강경 강의, 18일 정병조 한국 불교연구원장의 승만경 강의, 25일 이평태 충남대 철학과 교수의 ‘신묘장구대다라니와 관음사상’ 강연을 연다. (042) 527-0559

■3333매 철야정진=양평 범왕정사 소리산참선캠프(http://cafe.daum.net/sorisan)는 2월 22일 3333매 철야정진을 갖는다. 법왕장사는

매주 토요일 8시부터 일요일 오전 10시까지 금강경 봉독, 염불, 도인체조, 108배, 축원기도, 절 하기 교육 등을 실시한다. (03) 771-7745

■능엄경, 범화경 강의=대한불교보림회는 서울 종로구 견지동 신안빌딩 3층 강의실에서 회장인 성상현 법사의 강의로 능엄경 및 범화경 강좌를 연다. 능엄경은 매주 수요일 오후 1시 45분부터 1시간 30분, 범화경은 매주 금요일 오후 2시부터 1시간 30분씩 강의한다.

서울 연신내 금강법회에서는 매주 월요일 오후 2시에 능엄경을 강의한다. (011)305-0294

■아나파나사티 수행=연방죽선원(cafedaum.net/lotuspond)은 매주 월-토요일 오후 7시부터 10시까지 아나파나사티(출입식념) 수행을 한다. 매주 토요일 오후 5시 불교와 수행에 대한 법문, 매주 일요일 오후 2시부터 10시까지 자율정진도 한다. 매주 토요일 오후 3시부터는 초보사 상담시간. (02)334-1763

■일승보살의 길=서울 현정선원(fuoyee.or.kr)은 매주 일요일 오후 2시, 월·넷째 토요일 오후 4시, 매주 수요일 오후 7시30분 서울 서초구 방배2동 선원에서 일승보살(一乘菩薩)의 길에 대해 설명한다. 법사는 선원장 대우 거사. (02)582-9371

■토요 참선법회=범어사 토요참선회는 매주 토요일 오후 7-10시 범어사 살법전에서 참선법회를 연다. (051)508-3636

밝은미소 건강한 마음 보람찬 인생

편안한 노후생활, 자연과 함께 여유로운 삶을 보낼수있는곳

성라 실버타운

▶경기도 가평소재 (유료양로원)

▶시설안내 ◀

- 숙실 수: 96실(2인 기준) •동층수: A동, B동 - 지하2층, 지상4층
- 숙실평형: 9.5평
- 부대시설: 행사시설, 의료시설, 생활시설, 운동시설, 온천탕(시공중) 등.

평생입주 및 휴양입주	구분	입주보증금	월생활유지비	비고
평생입주	1실 1인	50,000,000	500,000	
	1실 2인	50,000,000	900,000	1인 25,000,000
휴양입주	1실 1인	50,000,000	46,000,000	96,000,000
	1실 2인	50,000,000	70,000,000	120,000,000
입주금 현납입주	구분	입주보증금	월생활유지비	비고
	1실 1인	70,000,000	없음	
1실 2인	100,000,000	없음		

[입주상담 및 문의] 강선구 총무이사 011-9971-3743

"노후생활을 보람있게 보내실 수 있도록 최선의 노력을 다하겠습니다."

사회복지법인 성라원·성라실버타운 가평사무소: 경기도 가평군 상면 본부사무소: 서울시 성북구 성북2동 285번지 본수리 49-4번지 ☎(02)743-0294 / 743-4026 ☎(031)585-3323-5

남골추모함 안내

남골추모함의 종류 (특별 사이즈 및 문양 주문가능)

연꽃문양 남골추모함 (금색)

연꽃문양 남골추모함 (동색)

연꽃문양 남골추모함 (실버)

내호함 (도자기)

연꽃문양 기념사이즈

고인의 유골을 담은 내호함을 연꽃문양 남골추모함에 봉안하여 보관

영혼은 평안하게! 참배는 쾌적하게!

남골추모함은 가신이의 영혼을 평안하고 안전하게 모시는 것은 물론 참배까지 쾌적하게 해주는 현재와 미래의 장례문화로 자리하고 있습니다.

고인께 유골을 봉안할 때, 유골을 화장하여 남골함이나 남골탑에 안치할 경우 안전하고 청결한 상태로 봉안하고 싶은 것은 누구의 바램입니다.

새로운 남골추모함이 이러한 바램을 실현하기 위해서 오랜 연구 끝에 제작 출시 되었습니다.

자신있게 권합니다!
안전성과 청결성을 갖춘 남골추모함으로 가신이의 영혼을 평안히 모실 수 있게 되길 기원합니다.

남골추모함은 남골당과 남골탑이 붕괴되더라도 유골이 소실되지 않습니다.

이 화사 ☎ 02)2263-0551 서울시 중구 쌍림동 146-2 국제빌딩 3F

불교인들의 만남, 불법 속의 생활 그리고 사랑을 추구하는 결혼연구원

안녕하세요

날마다 좋은 날이 되소서

새래 복 많이 받으시기를 바랍니다.

깨미년에는 더욱 건강하시고 행복한 발걸음 되셔서 부처님의 가피로 이루어지지 못한 일들과 자녀의 행복한 사랑의 결실이 보람찬 한해로 이루어 지시길 바랍니다,

▷ 위치 안내 ◁
1호선 부천역 마차 북부역 광장 우측 서울 방향 첫번째 골목으로 150m정도 직진 익원오피스텔 202호

■ 대우 초·재혼 신원 확실히하고 직업 확실한 미혼남녀 환영

■ 지방에 계신 분께서는 서신과 전화로 연락 바랍니다.

※ 방문전 전화 약속

현대 결혼연구원

원장 이영숙 (법명: 無生子)

사무실: 032)654-5411
휴대폰: 011)288-2944