

리얼리티 수행일기 <上>



나승렬

농림부 부처회장

작년말부터 유난히 바쁜 부서로 이동하여 매일 밤늦게 귀가하고 주말에도 거의 하루도 빠짐없이 직장에 나가야 하는 생활을 하고 있다. 전에는 주말마다 안양 한마음선원에 가서 예배에 참석했는데 직장일로 몸이 잡히다보니 사정이 여의치 않게 되었다.

너지를 느낀다. 내 몸을 움직이면서 내 안의 부처(自性佛)의 움직임을 감지하고 모든 생명체에서 부처를 느끼며 모든 생명체가 하나로 연결된 한마음임을 확신하며... 경계를 접할 때마다 마음과 호흡을 가다듬어 이런 식으로 마음공부를 해 본다.

나는 빠듯한 일상 가운데서도 잠시라도 틈을 내, 잠배하는 일은 놓치지 않는다. 안양의 선원까지 갈 시간이 없으면 출근 길에 과천 직장 부근 집에 들러 참배를 한다. 중생이 청정도향에 가서 깊고 간절한 마음으로 삼배를 올리는 일은 중요하다고 생각한다. 절 1배마다 성심껏 원을 담고 삼목(삼목, 성념, 어리석음을 벗기며) 한없이 낮아지는 연습을 한다.

마음공부의 재료는 곳곳에 널려있지만 매일 이를 찾아 열심히 노력하지 않는다면 순간

"내가 있는 자리에 부처있다" 화두로 공부

1배1배 절하며 한없이 낮아지는 연습

를 공부의 재료로 삼아 공부했다. 1월의 법이 '놓고 놓고 내가 놓아야 상대를 놓을 수 있다'를 화두로 삼아 집중적으로 공부했다. 어느 날 문득 내게 다가오는 각종 경계를 떨칠 수 있는 힘이 커졌구나 하는 생각이 들었다.

순간 올라오는 중생심에 지배되는 경우가 많다. 경전, 큰스님들의 법이, 영혼을 일깨우는 좋은 글귀들, 풍경소리, 스님들의 구수한 특경소리, 선법가, 한없이 용서하는 넉넉한 마음 시원한 솔바람, 맑은 시냇물, 심지어는 나에 대해 좋지 않게 말하는 사람(역행보살) 등 무수한 인상을 만난다.

얼마 전 부처지연의 업무상 잘못을 지적할 때가 있었는데, 가끔 배당되어 오는 직장불자들을 위한 소식지인 <직장불교>에 실린 경전의 가르침이 도움이 되었다. 여기서 부처님께 서는 사리불에게 다른 사람의 잘못을 지적할 때 다음과 같이 하라고 하였다. "첫째 들추려는 잘못이 사실이어야 하고, 둘째 때에 맞아야 하며, 셋째 이치로써 요약하여야 하고, 넷째 부드럽고 연하여 추하거나 까다롭지 않아야 하며, 다섯째 자비로운 마음이어야 성내지 않아야 한다." (계속)

한마음 '주인공' 공부는 분주한 일상 생활 속에서도 마음공부를 놓치지 않을 수 있는 좋은 공부방법이다. '잡나'인 주인공에게 간절한 마음으로 매사를 맡기는 관법을 실천하면서 정진하는 체험을 한다. 어떠한 생각날 때마다 주인공에게 돌려 지혜를 구하고 내면의 소리가 참나의 것인지를 잘 판별하면서 나아가니, 항상 부처님의 가피속에서 사는 느낌이다.

최근에는 달력에 적힌 6월의 법이 '내가 있는 자리에 부처가 있다'를 화두로 삼아 공부하고 있다. 이 법어를 실천하려고 노력하면 할수록 엄청난 에

긴급점검 수행법 난립시대... 조사선의 나아갈 길

불교계는 지금 한국 선불교의 전통 수행법인 간화선의 정체성 확립이라는 과제에 직면해 있다. 10여년전부터 남방불교의 수행법인 위빠사나가 확산되고 있는 가운데 아반타, 마음수련, 초월명상, 동사섭 등 불교유사 수행법도 급속하게 퍼지고 있다. '간화선 위기론'까지 대두되고 있는 시점에서 불교내외의 다양한 수행방면에 대해 알아보고, 간화선과 위빠사나의 비교 분석을 통해 전통 조사선이 나아갈 방향을 모색해 본다.(편집자 주)

글 쓰는 순서

1. 수행법 백가쟁명 시대
2. 간화선 Vs. 위빠사나
3. 되살아나는 조사선

△수행법 일상탈출선법, 수련원으로 발길 미국의 데이비드 브룩스는 '영적인 삶'을 추구하는 현대의 흐름을 1850년대 금맥을 찾아 캘리포니아로 몰려가던 골드러시에 비유해 '소울러시'(soul rush)로 명명했다. 21세기 한국 땅에서도 '소울러시'가 나타나고 있다. 바쁜 도시민들이 깊은 산속의 수련원이나 도심의 선방으로 몰려들고 있다. 그곳에 끊임없이 벌어지고 그만큼 소비해야만 하는 현대 사회의 집착과 번뇌를 녹여버릴 해독제가 있다고 믿기 때문이다.

국내 최대 수련단체로 알려진 단학선원의 경우만 해도 전국적으로 보유하고 있는 수련장만 300군데다. 그 밖에 직장 및 시, 군, 구민회관 등 300여곳에서 수련이 이루어지고 있다. 정식 회원은 10만명이지만 단학을 거쳐간 사람은 100만명에 이른다. 단기 체험자를 포함해 국내 수련 인구는 이미 수백만명에 육박할 정도로 폭발적인 증가세를 보이고 있다.

아반타 1987년 해리 팔머라는 미국인에 의해 창안된 아반타는 1990년 초반 한국에 들어온 이후 일부 불자와 스님들을 중심으로 급속도로 번지고 있다. 아반타 코스는 1부 다시 떠오르기(2일), 2부 현실을 지배하는 원리 연습(4~5일), 3부 원하는 현실의 창조 연습(2~4일) 등으로 구성돼 하루 12시간씩 9일동안 진행된다. 이중 유일하게 공개과정으로 진행되는 1부 코스는 부정적 관념을 고백하는 연습 등 30가지 단계로 구성돼 있다. 5단계의 학습코스를 마치는 데 드는 비용은 약 200만원이고, 기간은 7일에서 9일이다.

마음수련원 마음수련회는 1996년 국내에서 생겨났다. 아바

"영적인 삶 찾는다" 소울 러시 (soul rush)

△개달음도 상품화된 시대 국내 심신수련 문화의 특징은 극적 불문에 다 종교적 배경도 개의치 않는다는 점이다. 불교의 참선이나 위빠사나, 도교의 선도(仙道) 수련 등 전통적 방식을 중심으로 이를 변

체가 활동중이다. 대부분 인도의 힌두식 수련법이 미국과 유럽으로 건너가 체계적인 프로그램으로 완성돼 한국으로 수입되는 과정을 거치지만, 파문공처럼 기공의 원조를 내세우는 중국의 수련법이 직수입된 경우도 있다. 그러나 이와 같은 수련문화의 폭발적인 확

집착을 떨치기 위해 시작한 심신수련이 어떤 경지에 오르겠다는 또 다른 욕망을 낳을 우려 때문이다.

△유사수행법 어떻게 볼 것인가? 아반타나 마음수련, 마음나누기, 초월명상, 단전호흡, 파문공 등 소위 '제3수행법'은 대체로 △선승의 불확실성 △수행법의 단순성 △목표(개달음 혹은 자기 완성)의 빠른 성취 강조 △비공개성 △세속적 이익을 추구 △개달음의 상품화 △불교 범하 등의 특징을 갖는다. 불교계에서는 이들 수련법들이 불교 수행법과 유사성을 갖고 있긴 하지만 근본사상은 불교가 아니라는 견해가 지배적이다.

위빠사나 지도자인 김열린 법사는 '사상제, 십이연기 등 근본교리에 어긋나는 수행법을 가려낼 안목이 필요하다'고 밝혔다.

△수행법 난립 원인과 대책 수행자들은 한국 불교의 중심 수행법인 간화선의 선지식 부재와 이로인한 지도점검 문화의 쇠퇴, 잘못 이해한 사교입선(捨教入禪) 전통으로 인한 체계적 교육의 부재, 재가 수행자 양성 소홀 등 간화선의 대중화 실패를 수행법 난립의 요인으로 분석하고 있다. 이밖에도 사찰 재정 확보를 위한 기복불교의 방지, 유사 수행법에 대한 안전한 대응도 수행법 난립에 일조한 것으로 본다.

이에 따라 조계종도 문제의 심각성을 인식하고 1일부터 본격적인 현황조사에 착수한 상태다. 조계종 포교원과 교육원 불학연구소가 공동으로 추진하는 '재가불자 수행프로그램 현황 조사'는 참선, 염불, 간경, 기도, 주력 등 전통적인 수행법과 위빠사나, 동사섭, 선무도, 아반타, 요가, 명상 등 현대의 다양한 수행 프로그램의 운영 실태에 대한 전반적인 조사를 진행된다.

김재경 기자 gjkim@buddhapia.com

최근10년 수련장·'인구' 폭발적 증가 참선·위빠사나의 최면교실·심령정화 방법난립 간화선 대중화 실패 탓...뒤늦게 대책부심



△대표적인 불교유사수행프로그램인 '아반타'의 수련정면.

행한 각종 수련법이 경쟁하고 있지만, 수련계 산 뒤에는 문파의 난맥상, 신비주의, 상업주의, 종교화, 우상화라는 위험성이 있다. 이제 '개달음'도 상품이 된 시대다. 이런 때일수록 우리는 왜 수행을 하는가라는 근본적인 질문으로 돌아갈 필요가 있다. 번뇌를 지우고

수행자들은 한국 불교의 중심 수행법인 간화선의 선지식 부재와 이로인한 지도점검 문화의 쇠퇴, 잘못 이해한 사교입선(捨教入禪) 전통으로 인한 체계적 교육의 부재, 재가 수행자 양성 소홀 등 간화선의 대중화 실패를 수행법 난립의 요인으로 분석하고 있다. 이밖에도 사찰 재정 확보를 위한 기복불교의 방지, 유사 수행법에 대한 안전한 대응도 수행법 난립에 일조한 것으로 본다.

대표적 유사수행법들

타 센터와 달리 마음수련회는 사단법인으로 등록돼 있으며 가야산에 본원을 두고 전국에 20여개의 지역수련원을 두고 있다. 마음수련회에서는 사람 마음의 본성을 아는 과정(知性人 과정), 본성에 드는 과정(入性人 과정), 본성에 일치하는 과정(全人 과정) 등으로 나뉘는 단계적인 훈련을 받는 게 특징이다. 코스는 4개로 구분되어 있고, 한 코스 당 1~2개월의 시간이 걸린다. 코스에 드는 비용은 한달 25만원이다.

TM(초월명상) TM은 'Transcendental Meditation'의 약자이다. 창시자는 마하리시 마헤

시 요기로서 그는 1957년 이 명상을 창시하고 창조지성학회를 설립했다. TM의 단계는 7개이며, 이 단계를 거치면, TM-시디 프로그램이라는 것을 한다. 그러면 요가를 하는 중 몸이 하늘에 뜰 수도 있고, 마음 속에서는 벅찬 기쁨을 느끼며 이는 세계평화에도 도움을 준다고 한다. 코스를 마치는 데는 5일이 걸리고 비용은 50여 만원에 개인지도료를 받는다.

동사섭(同事攝) 동사섭(同事攝)은 사섭법(四攝法)의 하나로 상대편의 근기에 맞는 행동과 배려로 마음을 열게 하는 것으로, 80년대 유행 스님에 의해 시작됐다. 17년 동안 4000여명이 수행한

동사섭은 흔히 '마음나누기'라고 하는데 정확히 말하면 마음을 알고, 다루고, 나누는 것이라고 할 수 있다. 오랜 세월을 거치며 열고, 다루고, 나누기 위한 효과적인 프로그램이 마련돼 있어 불자들에게 많은 호응을 얻고 있다.

파문공(法輪功) 파문공(法輪功) 또는 법륜대법(法輪大法)은 1992년 5월 13일 중국의 리홍표(李洪志)가 개발한 불교식 기공의 한 종류. 수행방법은 간단하지만 심신건강에 뛰어난 효과가 있으며 수련자들로 하여금 도덕심을 갖게 한다. 수련자는 일상생활에 있어서 진(眞) 선(善) 인(仁)을 지도원칙으로 삼으며 자신의 심성을 닦는다. 60여 개국에 약 1억명의 수련자들이 있으며, 최근 국내 수련자가 늘고 있다.

"1가정 1컴퓨터 시대" "전 국민 네티즌 시대"

귀사의 홈페이지로 승부를 걸어 보세요

잘 꾸며진 홈페이지하나 있으면 모든 일이 순조롭게 발전합니다. 지금껏 홈페이지제작을 망설여 오셨다면... (주)아이코스솔루션과 상담하십시오.

- 컴퓨터가 없어도 상관이 없습니다. ■ 컴퓨터를 몰라도 상관이 없습니다.
- 별도의 인건비를 걱정할 필요도 없습니다. ■ 적은 투자로 엄청난 홍보가 시작됩니다.

고 품질의 홈페이지를 가장 저렴한 가격에!

저희 제작진은 최저 60만원 부터 500만원까지 다양한 형태의 홈페이지를 귀사의 기획의도에 가장 알맞은 맞춤형 제작을 위해 항상 대기하고 있습니다.

최상의 서버 대여를 가장 저렴한 가격에!

저희 아이코스솔루션은 서버 임대사와 제휴를 통해 웹 호스팅 기초비용을 월 5,500원(리눅스) 월 11,000원(NT)부터 제공해 드리며 할인제도를 채택하고 있습니다.

최고의 홍보 기획을 가장 저렴한 가격에!

사업홍보를 기획은 전문가에게 맡겨 제대로 기획하는 것이 중요합니다. 아이코스솔루션은 최상의 기획전문가를 통해 페이지당 기본 50,000원 부터 제공해 드리고 있습니다.

네티즌의 마음을 여는 홈페이지 기획, 제작 전문업체

㈜아이코스솔루션 http://www.eyecos.com

☎ 031)836-0992 FAX : 031)836-0993 E-Mail : eyecos@eyecos.com

제 18회 참나찾기 팔관재 한 가족 큰모임

선 심리치료상담과 무아선무명상 수련대회

1. 행사목적 팔관계율을 지킴으로서 순결의 고귀함과 효정신 함양 등 단계출가의 효과와 전통사찰문화를 체험하며, 선 심리치료상담을 실시하여 청소년들의 정서순화를 돕고, 대자연의 소중함을 일깨워 주고자 한다.
2. 주요행사 내용
 - 팔관재계 (순결 지키기, 호사상 함양)
 - 선 심리치료 상담
 - 참나찾기 수행과 무아선무명상 호흡법 지도
 - 다도 익히기
 - 바닷가 걷기 명상
3. 일 시 : 2003년 7월 30일 ~ 8월 1일 (2박 3일)
4. 장 소 : 원주 송정사 청소년 수련장 외 2곳, - 동해안 (집합장소 및 일시 : 7월30일 오전 10시, 6호선 광충정전철역 2번출구, 노인복지회관 앞)
5. 참가자격 : 초·중·고등 청소년 및 가족 (선착순)
6. 참 가 비 : 삼만원 (₩ 30,000 2박 6식) ● 국민은행 : 054-25-0013-400 ● 예금주 : 사) 참나찾기
7. 참가안내 : http://www.maumtel.com (참나 선심리 명상 참조)
8. 문의전화 : 02-738-1275

사단법인 참나찾기지도사회 / 마음의 전화