## 릴레이 수행일기 〈下〉

이미자

서울 하계중 교사

2001년, 그 때만 해도 우리나라는 위빠사나를 할 수 있는 수행처가 참 드물었다. 남편은 인터넷을 뒤져서 서울 보리수선원의 전화번호와 약도를 건네주었다. 나와 보리수선원과의 만남은 아픔 뒤에 나에게 안겨준 남편의 선물이었다. 선원으로 달려가 수행 신청을 하니 내 앞의 순서가 길게 있었다. 그러나 더 기다릴 여력이 없었다. 토요법회부터 참석하여 수행하기 시작했다.

### 보리수 선원 다니며 수행에 매진

### 내가 누리는 자유 모두 맛보길 희망

선원장 붓다락키타 스님의 군더더기 없는 명쾌한 법문은 내 고통의 타래를 서서히 풀어주었고, 기존 수행자들의 대열에 끼어서 나는 밥먹듯 수행을 했고, 일하듯 수행을 했다, 아니 수행하듯 밥먹고, 수행하듯 일하였다. 베품과 지계를 통해서 구분하는 마음을 알았으며, 5계를 철저히 지켜 떳떳함을 유지했다. 그리고 무엇보다도 사띠(sati, 알아차림) 하면서 일상생활도 선정상태를 유지하려고 애를 썼다.

사실 그렇게 되기 위한 나의 노력은 절실하다못해 처절하기까지 했을 것이나, 그래도 학교에서는 유지하기가 어려웠다. 또 유지하고 있는 내 모습이 동료 교사들에게는 기이하게 보일 수도 있었을 것이다. 퇴근해서 집에 돌아오면 무조건 좌선에 들어 헝클어진 마음을 부드럽게 가다듬어 나갔다.

흔히 요즈음 아이들은 옛날같지 않다고 한다. 그만큼 가르치기가 어렵다는 뜻이리라. 수행을 하고 있다는 나와, 학교생활을 성냄 없이 유연하게 잘 꾸려나가는 나를 번갈아 보면서 수행에 관심을 갖고 조언을 구하러 오는 동료들도 있다.

나는 지금 중학교에서 2학년 학생들의 학급담임과 수학교과를 가르치면서 클럽활동으로 명상반을 2년째 이끌어오고 있다. 명상에 관심을 갖고 하고자 하는 것만으로도 기특한 일인데 그 중에는 명상을 잘하는 몇몇 학생들이 있어서 나를 가끔씩 놀라게 한다.

나는 안다. 내 문제가 해결되면서 내 주위의 문제들도 하나씩 해결되고 있음을. 나는 희망한다. 내가 누리는 이 자유의 참맛을 모두 함께 맛볼 수 있게 되기를. 각자의 문제를 해결하고, 가까운 곳에서 먼 곳의 어려운 문제가 해결되어지며 다함께 행복해질 수 있을 것임을.

그리고 또 한가지, 선한 마음을 유지하기 위해서 자애경을 늘 수지독송했다.

그렇게 위빠사나를 시작한 지 얼마 되지 않아서 부처님께서 말씀하신 수행에서의 좋은 결실들이 나에게도 찾아왔다. 나는 고통으로부터 자유로울 수가 있게 되었고, 진정한 자유가 무엇인지, 진정한 사랑이 무엇인지 알고 실천할 수 있게 되었다. 예전처럼 여전히 육근을 통하여 아침이면 눈을 뜨고 음악을 듣고 향기로운 냄새를 맡으며 맛있는 음식을 먹고 아이들을 껴안고 아름다운 생각을 한다. 하지만, 이러한 것들이 고통과 맞서 있는 굳건한 사띠가 있으므로 더 이상 나를 고통 속에 머물게 하지는 못한다. 아울러 불완전한 그것은 나로 하여금 약간의 집착심을 갖게 하여 학생들을 지도하고 가정을 지키게 하는 원동력이 되어준다.

# "화두선·관법 수행 체계화 시급"

### 연악산 토굴에서 만난 김열권 법사

### 국내 위빠사나 보급 일등공신

### 원효스님 대승관법 체계화중

### "한국 근본불교 확산 가능성 높아"

여름 휴가가 절정으로 향하던 지난 8월3일, 경북 상주 연악산 갑장사 인근의 한 토굴. 농부 차림의 한 수행자가 좌선 삼매에 들어있었다. 이 수행자는 〈위빠사나 1. 2〉(불광) 〈보면 사라진다〉(정신세계사) 〈깨달음으로 가는 오직 한길〉(선재) 등 6권의 저술로 국내 위빠사나(觀法) 보급의 일등공신으로 평가되는 김열권 법사. 간화선 10년, 위빠사나 수행 15년의 수행이력을 지닌 그는 4념처관에 용수보살의 중도관(中道觀), 원효스님의 자성(自性) 진여관, 천태지자 대사의 지관(止觀), 세친스님의 유식관(唯識觀) 등 대승 관법을 가미해 수행자를 지도해 왔다. 지난해까지만 해도 요가연수원, 정신세계원 등에서 활발하게 관법을 지도하던 그가 토굴 수행에 들어간 까닭이 궁금했다. 그런데 대답은 간단했다. "이제는 위빠사나를 지도하는 분들이 많아졌잖아요. 저도 제 수행을 갈무리하고 싶고요."

국내 관법 수행자 가운데 손꼽을 정도로 깊은 경지를 체험한 그가 수행에만 매진하는 것이 특별한 일은 아니었다. 하지만 그에게는 커다란 숙제가 하나 있었다. 바로 원효(元曉, 617~686) 스님의 대승관법 복원이다. 토굴에서 참외를 나눠 먹으며, 대승관법의 정립 필요성에 대해 들어보았다.

**▲원효 스님을 한국 관법의 시조로 보는 이유는 무엇인지요.**

"원효 스님은 7세기에 이미 한, 중, 일 대승불교권에서 가장 완벽하게 위빠사나를 정립한 분입니다. 원효 스님은 당대에 이미 <금강삼매경론>의 무상관(無常觀, 12연기관)과 무생관(無生觀, 오온유식관)으로 12연기와 5온 관찰법을 전승했습니다. 원효 스님은 용수와 천태지자 스님의 삼관(三觀 : 假觀, 空觀, 中觀) 수행도 포함하면서 무상관, 무생관의 자기 관찰에서 더 나아가 올바른 사유 분별, 깊은 본성에 대한 직관, 외적 세계에 대한 전체적인 관, 객관적인 사물을 찾는 관을 내세웠습니다."

**▲원효 스님의 대승관법이 갖는 특징이 있다면?**

"<기신론해동소> 등에 나타나는 원효 스님의 대승관법은 중생과 부처, 중생과 내가 둘이 아닌 관점을 제시합니다. 원효 스님은 무상관과 무생관을 닦아서 일미관행(一味觀行)에 들게 했습니다. 그의 일미는 모든 법은 일심이요, 일체 중생은 본각이므로 현실과 열반이 하나이고, 나와 중생이 하나이며, 지(止, samatha)와 관(觀, vipassana), 자비가 하나라는 것입니다. 이 경지에 도달하면 자비관이 저절로 우러나오고, 일념으로 항상 육바라밀을 실천하게 됩니다."

**▲한국에서 대승관법을 정립해야 하는 이유는 뭘까요?**

"화두로 깨쳤다면 그때는 자동적으로 반야관이 완성됩니다. 아라한이나 붓다는 깨달은 뒤에도 한결같이 자비와 반야관을 실천했습니다. 그것을 금강경에서는 '응무소주 이생기심(應無所住 而生基)'이라 했고, 상응부 경전에서는 보는 것, 듣는 것, 어떠한 생각에서 느낌(受), 인식(想), 생각(思)의 시작과 중간, 끝을 알아야 한다고 되어 있습니다. 결국 불교의 모든 수행은 정(止, 사마타)과 혜(觀, 위빠사나)를 닦아 자비를 실천하는 작업이므로 경전에 근거해 대승관법을 새로 조명할 필요가 있습니다. 이것은 간화선 이론을 더욱 풍부히 하고 되살리는 길이기도 합니다."

**▲그렇다면 관법을 육조스님 이전의 여래선으로 보면 됩니까?**

"예, 그렇습니다. 여래선이란 말은 <능가경>에 있는 말로 규봉종밀 선사가 선을 외도선, 범부선, 소승선, 대승선, 최상승선으로 나눈 후에 최상승선을 여래선(如來淸淨禪)이라 했는데, 이는 달마대사가 전한 선의 정통선을 주장하기 위한 말이었습니다. 붓다가 발견한 위빠사나 수행법이 대승불교에서 발전하여 달마를 통해 중국에 전해진 것입니다."

**▲선 수행풍토가 위기라는 말이 들리는데요. 대안은 없을까요?**

"한국에서는 공도리(空道理) 정도 알고는 깨쳤다고 오도송을 읊고 법거량을 하는데, 더 세밀한 관(觀)과 더불어 진여자성을 운용하는 힘이 필요합니다. 참선을 많이 하고도 인격적 변화가 없는 것은 반성 부족과 수행 체계상의 문제입니다. 위빠사나 수행을 통해 생각, 말, 행동 이전의 의도를 알아차릴 수 있으므로 언행이 일치되어 인격적 변화가 오게 됩니다. 지도해 줄 선지식이 많지 않고 견성이후 보임법(保任法)을 제시하지 못하는 것도 문제입니다. 부처님께서는 정각을 이룬 이후에도 위빠사나를 하셨습니다. 영명연수 선사는 <종경록>에서 깨치고 나서도 마음의 생주이멸을 알아야 한다고 했습니다. 관법을 무시하면 간화선이 설 자리가 없습니다. <아함경>의 10가지 결박, <능엄경>의 50가지 번뇌 등을 근거로 한 점검법도 정립해야 합니다."

**▲앞으로 간화선과 관법의 병립이 어떤식으로 가능할까요?**

"한국은 어느나라 보다 부처님의 근본 가르침을 잘 이어받을 가능성이 높은 나라입니다. 원효 스님이 천태지자 대사의 5시교판을 비판하며 아함경 등의 소승경전을 외면하지 않았듯이 통불교의 전통이 강한 우리나라에서는 간화선과 관법이 조화롭게 발전하리라고 봅니다. 특히 원효 스님의 자비관과 6바라밀 수행은 깨달음만 강조하는 한국 선수행의 보완점이라 생각합니다. 앞으로 기법 보다는 대승경전에 입각한 수행법이 체계화 되길 기대합니다." 상주=김재경 기자 jgkim@buddhapia.com

# '부처님 최초의 말씀' 듣는다

### 다보선원 본원스님 초전법륜경 특강

◇본원스님의 초전법륜경 강의 모습.

### 근본불교학교, 10년간 3천명 배출

"초전법륜경은 깨달음의 내용과 행복으로 가는 길 등 불교와 관련된 모든 개념이나 교리체계를 망라하고 있어 수행의 열쇠가 될 것입니다."

부처님께서 깨달음을 얻은 이후 초기 6개월 동안의 설법을 담고 있는 '초전법륜경' 특강이 8월 11일, 12일 다보선원에서 열려 화제를 모았다. 특히, 이번 특강은 빨리어로 된 원전 초전법륜경을 우리말로 옮긴 <부처님 최초의 말씀>을 펴낸 본원 스님이 인도의 문화, 역사적인 배경과 함께 부처님의 생생한 목소리를 살려내며 초기 경전의 매력을 선사했다.

빨리어 원전을 직접 풀어낸 12연기, 4성제, 팔정도에 대한 본원스님의 법문이 전달되자 참석자들은 "부처님의 생생한 음성이 느껴지는 듯하다. 부처님 가르침대로 수행하고 싶은 마음이 저절로 든다"고 입을 모았다.

본원스님은 수행공동체를 이루고 있는 법우들의 모임인 '아름다운세상' 과 함께 빨리어 대장경을 우리말로 옮기는 작업을 발원하고 30년 불사 계획을 세우고 있다. 내년 이맘때쯤이면 부처님께서 열반 직전까지 설했던 '부처님 최후의 말씀'을 번역, 출판할 예정이다.

다보선원은 개방적인 수행공동체로 널리 알려져 있다. 현재에도 20여명이 상주하며 수행하고 있는 다보선원은 1993년 시작된 영축불교교육원을 모태로 수행공동체인 '근본불교상가(BuddhaDhamma San gha)'를 만들어 수행하며 불교의 사회화 운동을 실천하고 있다. 또한 수행 지도를 위해 근본불교학교를 열어 10년 동안 3천3백 명에 달하는 졸업생을 배출했다. 8월 31일부터 12월 7일까지 진행되는 제15기 근본불교학교는 부산 다보선원, 서울 지혜선원, 대구 지혜선원에서 동시 개강하며 인터넷 과정도 최초로 개설했다. (055)331-6118. 김해=천미희 기자


명가의 명향 - 석씨향방

2003년 3월 5월 'MBC 6mm 세상' 방영

울향, 침향, 단향, 유향, 감송향, 사향, 육계, 안식향, 용뇌, 목향, 뢰향 외 기타 등등의 최고급 순수 향약재만을 사용합니다.

석씨향방은 최고의 제품만을 만듭니다.

부처님께 올리는 최고의 공양인 오분향과 어떠한 장소와 행사에도 쓰이며, 특히 건강을 지켜주는 생기향을 만들었습니다.

五分香 (오분향 - 각종 기도와 제사용)

生氣香 (생기향 - 건강용)

추석맞이 최고의 선물!! 무명장수 베게

박하, 곽향, 강활, 방풍, 당귀, 천궁, 석창포, 오수유, 만형자 외 기타 등등의 순수 한약재로 만들었습니다.

※ 당뇨 · 중풍 · 폐 · 간 · 심장을 다스리는 대표적인 한약재를 첨가하여 더욱 향의 질을 높였으며, 화공약품은 0.1%도 안넣은 천연재료로만 만들었습니다.

● 석씨향방의 캠페인 - 건강을 위해 천연향을 애용합시다.

대리점모집중

☎ 02) 538-7161 / 3210-0880

강남대리점 02)511-4240 독립문 대리점 02)733-4440



제 5 기 선 심리상담 · 명상지도자 양성 및 특수과정 모집

◑ 선 심리상담명상지도자란?

현대물질 정보문화의 발달로 생활은 편리하지만 참 나를 잊고 혼돈 속에서 당황하고 있다. 그리고 도덕 불감증과 각종 공해로 인한 스트레스(번뇌)와 불안심리 등을 해결하고 삶의 질을 높일 수 있는 자연대체의학으로 정신심리요법이 필요하게 되었다.

'한국선심리상담연구원'에서는 참선수행과 명상호흡, 불교적 소양, 정신분석, 심리학, 대체의학 등을 연구하여 인간 심층심리에 잔류하고 있는 불안한 음성적인 에너지를 없애는 방법을 개발하였다.

한편 이 심리치유법으로 마음을 안정시키고, 스스로 참나를 찾는데 도움을 줄 체계적인 전문가 양성과 프로그램연구를 겸한 최상의 정신심리치유의 장을 열려는 불교적 노력을 '선 심리상담명상교육' 이라 하고, 이 전문가를 '선 심리상담명상지도자' 라고 정의할 수 있다.

◑ 주요 교과

▶ 불교학 개론
▶ 선 심리치료학 개론
▶ 무아선무명상호흡법
▶ 참나 찾기 특수프로그램
▶ 금강경 능엄경의 선 심리
▶ 선불교와 요가심리
▶ 동양적 통찰심리치료법
▶ 청소년 임상심리
▶ 유식과 심리치료
▶ 사이크 심리치료

◑ 교과 일정 (일반과정)

| 과 정 | 요 일 | 시 간 | 기 간 |
|---|---|---|---|
| 양 성 | 목요일 | 11:00~12:30 | 9월4일~12월18일(4개월) |
| 특 수 | 수시모집(15명 이하, 3박 4일, 수련원) | | |

◑ 주요 강사진

▶ 이법산큰스님 : 동국대 정각원장, 한국선학회 회장
▶ 백상창 박사 : 백상창 신경정신과 원장, 통찰심리치료 전문의
▶ 김철회 박사 : 한국인성개발원 회장, 참나지도자회 고문
▶ 이명우 교수 : 한국청소년상담원 책임연구원
▶ 고강호 교수 : 한국사이코드라마 소시오드라마 학회 교육이사
▶ 주명철 교수 : 동국대학교 교수/ 마음의 전화 전문의원
▶ 김도각 스님 : 한국선심리상담연구원/ 마음의 전화 원장

◑ 입학자격 - 제한없음

◑ 특전

❶ 한국선심리상담연구원 가입 자격
❷ 선 심리치료상담 전화인 '마음의 전화' 개설시 자격증 및 자료 제공
❸ 참나 찾기 팔관재 큰 모임 (선 심리명상수련회) 참가 자격 (문화관광부 후원 선 심리상담명상수련 프로그램 18회 개최)

◑ 수강신청

2003년 8월 11일 ~ 9월 4일(통신교육도 가능함) (단 특수과정은 개별방문상담 요망)

◑ 문의 및 수강신청

마음의 전화 / 한국선심리상담연구원 / 무아선무명상호흡연구원

TEL : 02)738-1275(심리치료), 02)326-0248 / 9(F)

H.P : 016-301-4080

사단법인 참나찾기지도자회 부설

한국선심리치료연구원 / 마음의 전화



당신도 깨달을 수 있습니다

유체이탈과 영통을 이룰 수 있습니다 (사람에 따라 다를수 있음)

◆ 조상신과 중음신을 제도할 수 있습니다.
◆ 조상의 무덤속까지 볼 수 있게 합니다. (예 : 물 또는 나무뿌리가 침범했는지 여부 등)
◆ 영가의 작용에 의해 일어나는 모든 현상을 바로 잡을 수 있습니다.
◆ 영가와 대화할 수 있게 합니다.
◆ 5년후 10년후의 미래를 볼 수 있게 합니다. 전생을 볼 수 있게 합니다.
◆ 천도시 영가가 세수하고 새옷을 갈아 입는 모습을 볼 수 있게 하고 노잣돈을 챙기는 모습을 볼 수 있게 하고 부처님의 말씀에 영가가 참회하는 모습을 볼 수 있게 합니다.
◆ 대상 : 스님, 법사

좋은소식(영험도량)

지상의 그 어떤 악한 중음신도 단방에 보내는 도량입니다

◆ 영가의 작용에 의해서 생기는 모든 현상을 확실하게 잡아줍니다. (모든 빙의령)
◆ 무병, 신병으로 고생하는 분, 마귀에 눌리고 환청으로 잠못 이루는 분
◆ 밤마다 가위눌리고 악몽에 시달리는 분, 각종 정신장애로 고통받는 분
◆ 주위에서 볼때 도저히 정상적인 행동이라고 보기힘든 행동을 한다든지, 방안에서 혼자 중얼거린다든지 등등... 조상의 음덕으로 사업성공을 발원하는 분, 하는일마다 무엇이 가로막고 있다는 느낌이 드는 분

자비정사 영험도량

02)3453-3421