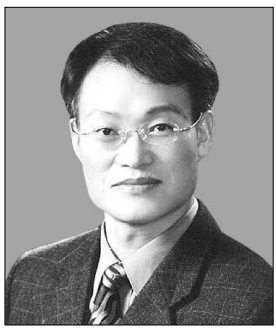


킹레이 3 수행일기 <F>



김광봉

국립공원관리공단
자연생태연구원

부처님의 마음인 무심(無心)은 구불(口佛)이나 문자로서가 아니라 쓰고 거두는데 그림자가 없고 어디에도 통하는 필필 살아있는 힘이라는 사실을 체현하고 확연히 믿게 된 것이 내게는 더 없는 희망이 되었다. 우리 불자들이 석가모니 부처님의 가르침을 바로 알고 실천한다면 그것이 바로 지혜의 문

쁜 일상속에서도 점차 마음이 가볍고 즐거워졌다. 부처님의 무심지혜가 바로 이런 것이구나 싶어 언제 어디서나 감사한 마음으로 살게 되었다.

나의 참선 도량인 우곡선원의 독특한 수행풍토는 모든 것이 불분율이지만, 누구나 잘 지키고 실천한다는 것이다. 나 역시 우곡선원에서 참선공부를 시작하면서 20년 동안 지속했던 습관을 끊고 금연을 하였지만 전혀 마음의 갈등이 일어나지 않았다. 그리고 중생농음인 바둑, 장기, 당구 등 잡기에 몰두하지 않을 수록 초조와 불안보다는 오히려 편안할 수 있어 그 자체만으로도 더할 나위 없는 기쁨이었다.

나 뿐만이 아니라 우곡선원 도반들이 갑작스러운 만큼 빨리 몸과 마음의 장애를 극복하고 활기차고 쾌활한 사회 생활을 하는 것을 지켜보면서 참선

참선하면 대상 관(觀)할수 있고 심신 고요

인과에 대한 믿음 생기니 모든일에 신중

이다. 이러한 믿음이 일념(一念)이 된다면 중생이라는 장애를 걷어치우고 효율적인 인생을 설계할 수 있을 것으로 확신하고 있다.

참선 수행을 하면 흔히 많은 변화들이 나타날 수 있다고 이야기한다. 나 역시 여러가지 변화가 있었으며, 그 체험의 정도는 날이 갈수록 깊어지고 분명해져 갔다. 가장 중요한 변화는 단편적으로 경험했던 마음의 고요가 차츰 이어지게 되었다는 것이다. 이와 동시에 사교의 폭이 넓어지고 더 깊어져 대상을 분명히 관(觀)할 수 있어 행동이 훨씬 용이해진 점을 들 수 있다.

우리가 늘 마주하게 되는 일상이 객관적으로 수용된다는 것은 선택이 아니라 이유 없는, 총만된 즐거움이였다. 생각의 편차가 좁혀져 갈등이 줄어들고 집중력이 높아져 직장 업무에도 큰 도움이 되고 있다. 수행과 생활이 둘이 아니라는 사실을 인식하게 되면서부터 바

수행의 효과와 귀중함이 새벽이슬처럼 피부에 와닿는다.

‘일상(日常)이 곧 선(禪)’이라는 말씀처럼 참선공부를 하면 할 수록 세상살이는 매우 정교하게 합리적으로 엮여져 있다는 자긍심이 세순처럼 새록새록 돌아온다. 인과(因果)가 분명한 것을 확실히 알고 믿게 되면서 나의 일거수 일투족에 더욱 신중해 졌다.

때를 묻지 않으려는 마음 그 자체가 지고한 수행이고, 지혜이며, 더욱 순수해지는 길이라고 생각한다. 순수는 이 세상 무엇과도 상통할 수 있는 최상의 가치이고, 본래의 마음이며 지혜의 땅이라고 생각하기 때때로 신중해 졌다.

때로는 나의 정진이 미약할 때 언뜻 절대고독의 묘(妙)를 떠올리며 경계를 극복하고 새롭게 마음을 가다듬을 수 있도록 이끌어 주신 모든 인연들께 이 자리를 빌어 한없는 감사를 드리고 싶다.

이제는 명상, 수행의 시대입니다



송순현 원장

서을 종로구 원서동의 한 빌딩에 자리잡은 정신세계사(www.mindvision.org). 명상 및 뉴에이지 분야 전문 출판사인 정신세계사와 명상 전문잡지 격월간 <정신세계>, 종합 심신수련 및 교육센터인 '정신세계원', 그리고 명상 전문서점인 '책방 정신세계'라는 네 개의 사업체가 모여있는 이곳은 우리나라 명상 문화의 요람이라 해도 과언이 아니다.

'지치고 황폐한 영혼을 달래는 명상도서 출판의 대표주자'라는 세간의 평가처럼, 책방 정신세계에는 20여년간 만들어 낸 3백여권의 명상도서들이 가득하다. 책방 한편에는 '겨레를 밝히는 책들'이라고 씌어진 것발 아래 100만부 판매로 우리 정신문화의 소중함을 일깨운 <단(丹)>을 비롯한 이 분야의 책 수십여권이 놓여 있고, 다른 쪽에는 '영혼의 스승들', '수행의 시대', '새로운 세계의 열림', '정신과학총서', '믿는다는 것' 등 '서'라고 씌어진 것발 다섯 개가 저마다 십수 권씩의 책을 거느리고 가지런히 진열되어 있다.

정신세계사의 책들은 이처럼, 존재론적인 질문에 초점이 맞춰져 있다. '나는 누구이며, 어디서 와서 어디로 가는가.' 숨가쁘게 앞으로 달려가는 현대문명 속에서 잠시 자신을 돌아보라며 사람들에게 '느리게 사는 법'을 제시한다. 특정한 종교를 표방하지도 않으면서 삶과 죽음, 전생과 윤회, 깨달음과 구원이라는 형이상학적인 주제들을 편협하지 않게 다루고 있는 정신세계사는 사실 어느 단체보다도 종교적, 아니 불교적이다.

지난 10월 22~31일 창립 20돌 기념행사를 연 정신세계사의 모토는 '맑은 정신, 밝은 세계'. 송순현(53) 정신세계사 대표는 입적한 태고종 자비정사 주지 무릉스님의 사이다. 송 원장은 1992년 미국 심리마인드컨트롤 국제본부에서 전문강사 과정을 이수하고, 틈틈이 생활명상에 대해 강의하고 있는 명상 전문가이지만 최근에는 수구사에서 매일 좌선할 정도로 불교공부에 흠뻑 빠져 있다.

"명상의 목적은 심신의 건강과 안정으로부터 깨달음을 지향합니다. 명상 입문자들이 공부를 하다보면 자연스럽게 불교를 알게 되고 궁극적인 깨달음을 얻기 위해서 부처님의 가르침이



정신세계원의 선무(禪舞) 강의 장면.

창립 20돌 맞은 정신세계사

청소년 심신수련법 개발에 몰두

한국 명상문화 요람 자리매김

자신을 돌아보는 존재론에 초점

다양한 불서퍼내 포교에도 앞장

필수요소를 알게 됩니다."

80만부를 판매한 <성자가 된 청소년>을 비롯한 오소 라즈니쉬 등의 명상서로부터 <티베트 사자의 서> <달라이 라마 자서전> 등 많은 불서를 펴내면서, 남모르게 불법(佛法)을 전한 것도 이런 종교관에서 기인한다.

특히 송 원장이 직접 운영하는 정신세계원은 국내의 대표적인 종합 심신수련 및 교육센터로 손꼽힌다. 1993년 개원한 정신세계원은 인간 정신의 잠재능력을 개발하고, 심신의 조화를 꾀하는 여러 수련 방법들을 교육, 수련, 연구하는 장을 열어놓고 있다. 프로그램은 본인의 강의장과 웃는돌 명상센터, 기타

제휴단체의 수련장에서 전문가 양성반, 상설수련반, 특별기획 프로그램, 주말 특강, 워크숍, 1일 특강, 단기강습회, 명상여행, 야외수련캠프 등의 형식으로 이루어진다.

10년동안 매달 30여 과목에 350여명의 전문 강사들이 진행한 이 프로그램 가운데, 현재 진행중인 불교관련 프로그램으로는 이제열 법사의 '살아있는 금강경 강독반(매주 목 오후 7~10시)', 길연 선생의 '티베탄 필싱 요가(매주 월 오후 7~10시)', 박태이 명상무용가의 '춤 명상(매주 일 오전 10~12시30분)' 등이 있다.

"10년전에 비해 심신수련계가 많이 발전했습니다. 명상 인구가 수백만에 달하고 많은 전문가들이 옌다투어 심신건강, 깨달음, 행복의 안내자로 나서고 있습니다. 명상과 수행의 시대가 활짝 열린 거죠."

송 원장은 명상과 수행을 통해 마음의 평화, 심신의 건강과 치유, 영적 각성, 학습과 일의 효율성 증대, 잠재능력의 개발, 인간과 세계에 대한 새로운 이해, 행복감 증대를 이루어가는 사람들이 늘어나면서 우리 사회도 맑고 밝은 기운이 넘치게 될 것이라고 전망한다.

"이제 고대의 지혜가 부활하여 현대과학에게 손짓하며 지성과 직관이 하나 되고, 명상과 수행이 대중화, 생활화되는 새로운 차원의 정신문명이 전개되고 있습니다. 인간과 우주와 생명의 신비에 대한 새로운 깨달음의 눈이 열리고 진, 선, 미의 세계를 진실로 희구하는 순결한 마음의 문이 열리고 있습니다. 자신의 탐진치와 세상의 오염에 의해 병든 인간의 몸과 마음과 영혼이 대자연의 도(道)와 기(氣)의 세계로 활짝 문을 열 것입니다."

송 원장은 무엇보다 청소년 대상의 심신수련법 개발에 몰두하고 있다. 내년에 소액주주 위주로 참여형 주식회사를 설립하고 서울 인근에 종합명상센터를 설립해 명상대학 운영, 인터넷을 통한 수행법의 보급 등 건전한 명상문화의 보급을 위해 매진하고 있다. 송 원장은 "이제 한국의 명상 및 수행 문화도 시행착오가 많았던 유년기를 거쳐 보다 성숙한 시대로 나아가야 한다"며 "불교계의 수행법 정립과 대중적인 포교 프로그램 마련이 시급하다"고 조언한다. (02)747-7033

김재경 기자 jkjm@buddhapia.com

“禪은 살아있는 종교며 진리”



오소요 라즈니쉬 이수람에서 수행중인 프라폴라.

오소의 저서 <명상의 길> 번역한

명상이 마디안 프라폴라

"나는 선(禪)을 유일하게 살아있는 종교라 부른다. 왜냐하면 그것은 종교가 아니라 다만 종교성이기 때문이다."

스스로 진리를 체험하고 현대인의 영혼에 진실로 필요한 것이 무엇인가를 설파한 인도의 스승 오소 라즈니쉬(1931~1990)의 말이다. 최근 오소의 저서 <명상의 길>(지혜의나무)을 번역한 명상이 마디안 프라폴라(34, 한국명 박지훈)씨는 오소는 언제나 '선(禪)은 죽었다. 오늘날 선(禪)은 유일하게 살아있는 진리'라고 역설했다고 말했다.

95년부터 인도의 오소 이수람에서 통역 봉사하며 명상해 온 프라폴라 씨는 "오소는 어떤 종교보다도 선을 사랑한 것 같다. 약 30년에 걸친 가르침 가운데 후반기 강의의 대부분이 선사들의 어록인 점도 이

를 뒷받침한다"고 풀이했다.

그러나 오소는 자신이 직접적으로 어떤 조사나 선사로부터 선을 전해받지 않았다고 말했다. 따라서 오소는 자신이 담마를 말하지만, 담마의 공(空)이 아닌 바로 자신을 말하고 있다고 한다. 선이란 어떤 교리도, 창시자에게도 의존하지 않으며, 아무것도 가르칠 것이 없기 때문이란 것이다.

"<백암록> 강의에서 오소는 이렇게 말한 적이 있습니다. '선은 비어 있음(空)을 즐기고, 없음(無)으로 쫓는다. 그것은 순수로, 얕이 아님으로 충만해 있다. 그것은 세속과 신성을 분별하지 않는다. 그러므로 존재하는 모든 것은 신성하다'."

프라폴라 씨는 "오소가 말하는 선은 명상의 정수와 달아있다"면서, "그러나 외국에서는 한국 선이 거의 알려지지 않아 안타깝다"고 말했다. 그녀는 전세계에서 거의 유일하게 선의 전통을 갖고 있는 한국 선종을 알리기 위해서는 고승 법어집의 영문번역이 가장 시급한 과제라고 덧붙였다.

"오소의 삶은 일체의 헤아림이나 분별을 뛰어넘어 자기의 본래면목을 단박에 깨치고자 하는 선사들의 삶과 닮았습니다. 깨달음의 본질을 쉽고 간명하게 전하는 오소의 가르침과 그 전달방법은 한국의 선 수행자들이 꼭 참고했으면 합니다."

김재경 기자

2004학년도 위덕대학교 대학원 신입생 모집

디지털시대의 자신감, 나를 깨우는 젊음의 소리!
여기에 시대를 앞서가는 사람들의 열정이 있습니다.
이제 당신을 위한 또 하나의 성장 프로젝트를 준비하십시오

www.uiduk.ac.kr

1. 모집학과 및 모집인원

대학원명	모집학과	개설 전공	모집인원
일반대학원	불교학과	불교학, 밀교학, 응용불교학	23명
	영어영문학과	영어학, 영문학	
	법학과	공법, 사법	
	외교통상학과	정치학, 경제학	
	정보전자공학과	전자공학, 컴퓨터응용공학, 반도체공학, 정보통신공학, 컴퓨터공학, 전기공학, 멀티미디어공학	
불교대학원	불교학과	불교학, 불교문화학	15명
	종학과	진각종학, 밀교학	
사회복지행정대학원	사회복지학과	사회복지사실천, 정신보건복지, 지역사회복지, 사회복지정책	30명
경영대학원	복지행정학과	사회복지행정, 노인(케어)복지	25명
	경영학과	인사조직, 생산관리, 재무관리, 마케팅, 회계학, 국제경영	
교육대학원	교육학과	교육행정, 국어교육, 영어교육, 컴퓨터교육, 체육교육, 미술교육	50명

2. 지원자격

- 국내·외 대학에서 학사학위를 취득한 자 또는 2004년 2월 학사학위 취득예정자 및 법령에 의하여 이와 동등하거나 그 이상의 학력이 있다고 인정된 자
- * 단 교육대학원은 가. 현직 교사로 재직중인 자는 대학의 출신학과와 관계없이 지원 가능(교육행정전공은 교직원도 가능함.) 나. 현직 교사가 아닌 교원자격증소지자는 자격증 표시과목에 해당하는 전공에만 지원 가능

3. 전형일정

가. 원서교부 및 접수 : 2003년 11월 12일(수) ~ 11월 28일(금) 17:00

구분	교부 방법	접수	비고
직접교부	본 대학 정문 경비실 및 대학원교학팀 (인문사회과학관 319호)에서 직접 교부	대학원교학팀	원서교부 시 평일 17:00이후, 토요일 및 휴무일은 정문 경비실 교부
인터넷교부	본 대학원 홈페이지에서 다운로드		http://grad.uiduk.ac.kr

* 우편접수 마감 : 2003년 11월 28일(금)까지 접수지 도착분에 한함.
나. 전형 : 2003년 12월 6일(토), 14:00
다. 합격자 발표 : 2003년 12월 12일(금) 개별통지
라. 등록기간 : 2003년 12월 24일(수) ~ 12월 30일(화)

4. 기타

입학에 관한 상세한 사항은 본대학원 홈페이지를 참고하시거나 대학원교학팀(☎054-760-1081~3)으로 문의 바랍니다.

경영대학원 최고경영자과정, 불교대학원 불교지도자과정 모집 중