

참선은 아무나 하나

禪

참선 교육

시간복, 건강복, 재복 등 세가지를 갖춘 후에 대신심, 대본심, 대의정이 받쳐주어야 화두일념으로 화월대오 할 수 있는 것입니다. 「참선교육」 책은 재미있으며 깊이가 있고 바른 신심을 일으켜 바른 발심 바른 참선을 하는데 길잡이가 될 것입니다.

1권 참선의 목적, 종류, 자세는 물론 수행자가 택해야 할 음식이나 장소에 대해서도 자세히 설명, 자세함이 지나쳐 세심할 정도인데, 참선을 할 때, 양말을 신을 것인가 말 것인가에 대해서까지 언급할 정도로 실제적인 내용. (420쪽)

[참선의 목적(참선의 정의, 참선의 역사, 참선의 목적), 참선의 종류(법부선- 참선과 인과 법, 의도선, 소승선, 대승선, 최상승선), 참선의 자세(자세의 종류, 참선 전후의 운동, 호흡하는 법, 참선시 세부적인 요령), 참선과 음식(참선과 채식, 육식-참선의 죄!, 선인채 상식), 참선할때 마음가짐, 참선전에 해야 할 일, 참선할때 방귀를 참으면 어떻게 되나오, 왜 환절 90일 정진인가? 참선하면 얼굴이 바뀌는 이유? 인체 세포가 바뀌는 기간, 참선의 장소(도굴장소는 어디가 좋은가?, 도굴생활 하는 법) 선사와의 백문백답(진제선사와 백문백답)]

2권 화두에 대한 정의와 접근법, 선사법문, 조사경책 등을 실었고, 수행에서 흔히 겪게 되는 장애에 대한 해법을 소개. (432쪽)

[화두의 정의, 화두 참구법, 화두의 수련과 화두, 화두, 생각, 망상, 선어록(禪語錄), 禪법문 의식, 법기량 법도, 사빈주, 동념즉과, 정념즉과, 임제의 법, 선문답의 공방, 禪師 禪師, 근일 禪師, 선지식을 찾아라, 승당에 내리개 걸기, 일개워 주는 법, 실제 단련법을 제시함, 교묘하게 전환하라, 관문을 부시고 눈을 열어주어야 한다, 도 답는 것과 외부의 조건은 어떤 관계인가?, 근기란 무엇인가?, 도에 접근이 어려운 이유는?, 도는 어디서 찾을 수 있는가?, 지난날의 업을 어떻게 관찰해야 하는가?, 참선은 아무나 하나, 평계없는 무덤은 없다, 조사어록에 나오는 복, 참선은 불교도 초월하는 것이다, 참선과 주파수, 기분 주파수, 편안하게 해주는 주파수, 수련과 주파수, 참선의 다섯가지 믿음, 화두참선과 열불수행, 왜 정진력을 길러야 하는가, 이집 대 3년 정진을 삼십 대 10년과 안바란다, 발심 수좌의 분류, 魔의 원인, 잘못 알고있는 魔, 재미있게 설명한 魔, 원담선사와 백문백답, 정일 선사와 백문백답, 지리산영명선사와의 백문백답]

3권 선종 발달사, 부처님 부터 현대까지 전법 받은 스님 일대기 (415쪽)

3권 교정증 공 발간 예정 (인도사 1조~28조, 중국사 28조~56조, 한국사 57조 태고보우 - 경허, 만공, 전강, 송담선사까지)

기존에 나와 있는 禪 서적과 완전히 다른 체계로 선종 참선교육 교재 ①, ②권이 출판되었습니다. 사찰내 불교성지나 영종, 교보문고 등 대형서점 불교코너에서 구입하실 수 있습니다. 지방에 계시는 분은 본회로 연락 주시면 지기속달로 구입이 가능합니다.

● 가격 라면 1만5천원(국민은행 023-01-0565-179) 도서출판(禪) ● 서울시 중로구 수송동 46-19 전화 732-5960

대한불교조계종 修禪會



국내최대 오가피 재배자 성 광 수

점점 추워지는 겨울!

챙기셨습니까?

나를 위해, 가족을 위해
월드컵국가대표선수들이 먹은
수신토종오가피를 챙겨주세요.

햇오가피를 수확하는 시기가 왔습니다.

올겨울 수확하는 햇오가피로 만들어 더욱 새로워진 수신토종오가피!

5대신문 히트상품선정으로 그 품질을 인정받은 수신토종오가피!

아직도 안 챙기셨어요? 지금 바로 전화주세요.

상담과 동시에 오가피에 대한 자세한 자료를 무료로 보내드립니다.

우리 아이들을 위한 수신토종오가피
오가피와 여러 씨앗으로 만든 성광수 생씨앗배개

02)447-5300

불교성지순례

15년간 불자님들과 함께합니다

(주)실크로드여행사

서울시 중로구 견지동 68-5 서울빌딩 9층 조계사앞 (02)720-9600

부처님의 숨결을 느낄수 있는 곳!! 인도

실크로드와 함께 부처님의 발자취를 따라서...

인도성지순례 10일(불교8대성지) 1,890,000원

▶일 정: 델리-기원정사(금강경설법지)-카필라성(부처님 고향)-룸비니(탄생지)-쿠시나गर(열반지)-바이살리(유마경설법지)-나란다대학-라즈기르(법화경설법지 영축산, 죽림정사)-보드가야(성도지)-바라나시(갠지스강, 초전법륜지 녹야원)-상카시아(도리천에서 하강하신곳)-아그라(타지마할, 아그라성)-델리

▶출발일: 2월 10일

인도, 네팔성지순례 15일(불교8대성지와 아잔타석굴) 2,570,000원

▶일 정: 콜바이-엘로라석굴-아잔타석굴(세계불교미술의 보고)-산치대탑(아쇼카대왕의 걸작)-아그라(타지마할, 아그라성)-상카시아(도리천에서 하강하신곳)-바라나시(갠지스강, 초전법륜지 녹야원)-보드가야(성도지)-라즈기르(법화경설법지 영축산, 죽림정사)-나란다대학-바이살리(유마경설법지)-쿠시나गर(열반지)-기원정사(금강경설법지)-카필라성(부처님 고향)-네팔국경 통과-룸비니(탄생지)-피카리(인나푸르나 등 히말라야산)-카투만두

▶출발일: 2월 7일

인도문화탐방 10일(인도의 문화유적을 찾아서) 1,990,000원

▶일 정: 델리-자이푸르(라자스탄사막지방 핑크빛 고도)-아그라(타지마할, 아그라성)-키쥬라호(힌두조각 예술의 극치)-알라하바드-바라나시(갠지스강, 녹야원)-델리(국립박물관)

▶출발일: 2월 12일

미얀마 성지순례 6일

1,590,000원

▶양곤 - 바간 - 만달레이 - 양곤 * 2월 10일 출발

중국불교 4대 명산

▶지장도량 구화산, 황산, 향주 5일 850,000원 ▶관음도량 보타산, 향주, 상해 5일 790,000원
▶구화산, 보타산, 황산, 영파, 상해 8일 1,150,000원 ▶보현도량 아미산, 낙산, 성도 5일 850,000원

* 10명이상 매일 출발 가능

한가지 소원을 꼭 이루는

삼사순례 및 방생도량

귀의 삼보하옵고, 해수관음도량인 해동용궁사는 앞은 푸른 바다요, 뒤는 산으로 삼사순례나 방생법회 하는데 가장 좋은 곳으로 유명합니다. 전국의 佛子님께서는 甲申년 새해를 맞이하여 해동용궁사에 오셔서 많은 공덕을 성취 하시기 바랍니다.



- ◀ 대형 주차장 완비
- ◀ 입장료 무료
- ◀ 점심공양 가능
- ◀ 방생을 배달해 드림



한가지 소원을 꼭 이루는
해 동 용 궁 사
전화: 051) 722-7744, 7755

간(肝)의 지방간

건강해야 장수할 수 있습니다.

지방간 예방을 위한 참다슬기 농축액

토종 울갑과 비길만한 자연산 참다슬기로 삶의 활력을 찾으세요. 지리산 지역 청정 지역에서 사육하는 자연산 참다슬기만 가지고 전통재래식(가마솥) 방법으로 달인 참다슬기 농축액은 상쾌한 하루를 열어줍니다.



참다슬기 농축액: 지리산 지역 깨끗한 물에서 재워낸 참다슬기와 구슬알 다슬기를 죽은 것과 빈 껍데기를 골라 내어 깨끗이 씻고 채근 시킨다. 다음 다슬기 10kg을 분쇄하여 가마솥에 넣고 전통방법으로 다슬기 속살이 녹을때까지 48시간을 다룬다. 여기 마늘, 생강, 대추를 넣고 24시간을 더 달인다. 농축액은 60도 단위로 표정한다.
참다슬기 기름: 다슬기 15kg을 물이리미에 넣고 90도나를 달은 뒤 원저에 불을 붙여 그 열로 다슬기가 땅속에 묻어둔 흰 황아미에 녹아 흘러내리게 한다. 다슬기 기름을 만드는데 원저가 다 타들어 가지기까지 꼬박 8-9일 걸린다. 한달 분은 1.8리터이다.

농축액을 개발하여 KBS TV "6시 내고향"에 방영된 이래로 "생방송 좋은아침" MBC TV "고향은 지금" 조선일보, 중앙일보에 소개 됨

자료신청:(055) 963-9583, 상담문의:(055) 355-5626
산마을 토종 (민속농원)

- 매일경제신문 인제 경영학 연재 -

이강욱 교수의 체질개선 ☆ 해독다이어트 ☆

"당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다.

95%의 다이어트가 실패로 끝나는 현실에서 수십년간 몸안에 쌓인 온갖 노폐물이 빠져나와 체중감량이 된다는 이강욱 교수의 20여년 임상경험은 비만인들에게는 귀기 반짝 뜨이는 희소식이이다.

"여자가 살빼기 더 힘든 이유"

여자가 살빼기가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사기능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암 발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠져, 건강체질로 바꾸는 발효원액 딸씨법

똥통하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 속변이 쌓이고 관련 사 이 사이에 박히고 간에는 지방이 엉기고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 몰단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄어야한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답해 지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

당신도 날씬해질 수 있다

발효원액은 우리몸에서 빠져 50여종의 아제, 과일, 해조류 등을 3~5년간 장기간 자연발효 숙성시킨 것으로 그 속에는 천연비타민과 미네랄, 수액의 효소들이 살아 숨쉬고 있다. 이것을 인체에 공급하면 모든 인체의 장기들이 휴식을 취하면서 효소는 인체 곳곳에 마치 스프레이처럼 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고, 과잉으로 축적되어있는 지방을 분해하는 내과 대수술을 일상 생활 중에 소리없이 진행한다.

02)523-0708 초록원 (팔보효소)

호사육임도서안내

- 육임재정비법 수정보완본 (전 12권, 부록,환용법 설명비디오 포함) 2,500,000
- 육임재정비법 350,000
- 육임재정비법 휴대용 310,000
- 각일각시운명예언비법(태아·길일·길시 전정법) 74,000
- 육임신수비결(생명비디오 포함) 300,000
- 육임재정비법 10,000
- 길흉상림지침록 20,000
- 육임재정비법 수정보완본 日語版 (전 12권, 부록,환용법 설명비디오 포함) ¥272,000
- 학승서
- 호사 육임강의록 上(학승용)·下(활용서)권 410,000
- 육임강의 비디오·CD 900,000
- 육임형이상법 150,000
- 육임운명판단법 130,000

호사 전국육임 直講 안내

- 서울 매주 금요일 [호사숙, 02-993-8680]
- 서울 강남 매주 토요일 [강남숙, 02-525-3039 (비구니스님 전문학당 청룡사)]
- 전주 매주 일요일 [전주숙, 063-284-7714]
- 광주 매주 월요일 [광주숙, 062-224-8680]
- 진주 매주 화요일 [진주숙, 055-755-1644]
- 부산 매주 수요일 [부산숙, 051-756-0141]
- 대구 매주 목요일 [대구숙, 053-624-8680]
- 오행기초·기분은 모르는분들은위각본강의 2시간 전에 나오셔서 사전 교습을 받게 됩니다.
- * 수강료는 일백오십만원이고 교재 호사육임강의록 上·下권을 드립니다.
- * 매주 금요일 오후 1시에는 육임학당[호사숙]에서 '본회회원실가지도 강의'와 육임서 설명회가 본 강의전에 있습니다.

www.taotemple.net

문의 02-993-8680 / 02-998-8683
도서주문: 우리 813-041583-13-101 김영란 도서출판 북문
강의신청: 우리 813-102730-01-001 한국육임학회

봉인사 1월 수련안내

1. 자비수관(慈悲手觀) 수련
 - ◆ 지, 수, 화, 중, 공의 오대 관법을 통한 위빠사나와 티벳 밀교계통의 자비관법수행
 - ◆ 안 내: 지운스님(전 송광사 강주)
 - ◆ 일 시: 1월 10일(토) 오후 3시부터 16일(금)까지 (6박 7일)
 - ◆ 준 비 물: 간편복장, 필기도구, 세면도구
 - ◆ 수련비용: 20만원(교재비 포함) (중·고생도 참여할 수 있습니다.)
2. 다도(茶道)수련안내
 - ◆ 삶의 질을 높일 수 있는 쉬운 다도를 일주일간 매일 한시간 반 동안 공부합니다
 - ◆ 전 불교 TV에서 강의하셨던 내용을 수행법에 맞춰서 합니다
 - ◆ 안 내: 지운스님(전 송광사 강주)
 - ◆ 일 시: 1월 11일(일) 오후 1시 반부터 16일까지 매일 출퇴근 가능
 - ◆ 동참금: 5만원 [교재비 별도 / 교재는 "찾잔속에 달이 뜨네" -봉인사에 비취되어있음]
 - * 문 의: (031) 574-5585

WWW.bonginsa.net / bonginsa@bonginsa.net
봉인사 한길정진원