

# 인터넷 명상과 만났다

### 탐/방 명사가 유종욱이 운영하는 '타오스페이스'

인터넷이 제 2의 생활공간이 된 지는 이미 오래. 실제공간과 가상공간의 경계가 무의미해지고 각 공간의 문화가 서로의 영역을 자유롭게 넘나들고 있다. 이런 가운데 현실세계의 명상열풍이 온라인으로 이어지고 있어 화제다. 이 같은 '인터넷 명상'은 오프라인 명상을 돕는다는 방편적인 의미를 넘어서서, 온라인 특유의 이점을 살린 명상 체험의 장을 제공하고 있어 특별히 주목된다. 명사가 '현지문(본명 유종욱)'이 운영하는 '타오스페이스(www.taospace.net)'를 탐방하며 색다른 명상에 눈을 떠보자.

## 대화방서 매일 1시간씩 호흡·쿤달리니 명상 초보자 이해돕기 위해 관법 플래시로 만들어

◇원리와 방법=명상으로 들어가는 방편의 문은 여러 가지가 있다. 시각, 청각, 후각, 미각, 촉각 등 모든 것이 문이 될 수 있지만, 이 모든 문을 동시에 들어 가야 하는 것은 아니다. 유종욱 씨는 "하나의 문이 결국에는 모든 문과 통하므로 하나의 문으로 들어가면 된다"고 말한다. 인터넷 명상은 이 가운데 시각과 청각, 그리고 이해를 통해 접근하는 것이다. 그러나 입문과정에는 나름대로 규칙이 있다. 그저 보기 좋고 듣기 편한 사진 및 사운드 파일 등이 늘어져 있겠거니 생각하기 쉽지만, 타오스페이스가 제공하는 인터넷 명상 과정(IMC=internet meditation course)은 명상안내자의 체계적인 지도와 점검이 전



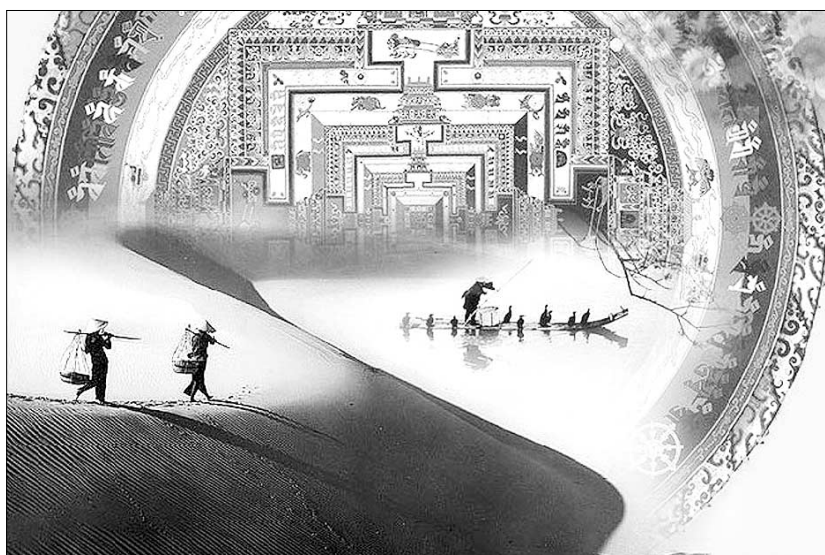
명사가 유종욱씨.

제된다. 명상 안내를 맡은 유 씨는 대화방과 게시판에 통해 직접적으로 명상법을 지도하는 물론, 개개인의 수행상황을 별도로 지켜보며 각자의 근기에 맞는 명상코스를 제시해 준다.

◇명상 체험하기=인터넷 명상과정은 명상 초보자에게도 무리 없이 열려있다. 오히려 "특정 명상을 체험했던 사람이라면 이전의 모든 것을 내려놓고 새로이 시작할 것"을 권한다. 이 같은 사고의 전환을 위해 사이트는 '장자 재밌게 읽기', '감동 영화산책' 등의 여러 코너를 마련하고 있다. 유 씨는 "예술작품을 감상하는데 있어 전통성에 기반 평가보다는 지금의 재해석을 통해 그 안에 숨은 마음자리 근본을 찾아내려고 한다"며 코너 운영 취지를 밝혔다. 또한 입문자들이 명상을 체험하면서 겪게 되는 심상상의 변화를 기록한 '천일야화'라는 게시판을 마련, 명상의 진행을 돕고 있다.

### 게시판 통해 지도·점검

본격적인 인터넷 명상은 매일 밤 10시에 열리는 대화방에서 시작된다. 대화방에서는 매일 1시간씩 호흡법 수련과 쿤달리니 명상 시간을 갖는다. 유 씨는 인터넷 방송을 통해 명상법을 자세히 알려주고 명상이 시작되면 명상음악을 틀어주며 이들과 함께한다. 그러나 여기까지는 정화단계에 불과하다. 쿤달리니 명상은 몸에서 진동을 일으켜서 막혔던 기의 통로를 뚫고 명상을 위한 심신의



"시끄러운 시장에서 조용한 망치를 두드린다." 인터넷 명상 화면.



매일밤 열리는 명상대화방.

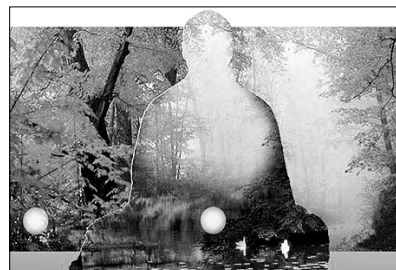
기분을 마련한다. 그 후에는 명상의 기본이라 할 수 있는 '이완과 주시'를 통해 관법을 체험하는 단계에 들어간다. 이를 위해 유 씨는 "관법을 플래시 영상으로 시각화시켜서 초보자들도 쉽게 이해할 수 있는 프로그램"을 만들었다"고 말했다. 이를 통해 수련자들의 관(觀)이 저절로 이루어지게 되면 실제적인 선(禪)에 접근할 수 있는 명상법을 수련한다. 선을 이해하고 그 가르침을 일상생활에서 풀어내는 것이 인터넷 명상의 종착점이기 때문이다.

### 근기에 맞게 코스 제시

◇현실과 가상사이="과정을 제대로 밟아 간다면 명상센터에서의 깊은 수련 못지않은 효과를 기대할 수 있습니다." 유 씨는 인터넷 명상의 한계를 지적하는 목소리를 단칼에 자른다. 그리고 고수를 만나면 기초를 가지고도 깊은 체험을 할 수 있다고 덧붙혔다. 중요한 것은 제대로 된 지도자와 올바른 명상법일 뿐이라는 얘기. 실제로 유 씨는 해인사로 출가해 구도자의 길을 걷다 토굴에

### 모바일 업계도 명상 서비스

모바일 업계에도 명상 바람이 불고있다. 최근 명상 효과와 유사한 심리안정을 목표로 하는 휴대전화 서비스가 속속 등장해 눈길을 끈다. LG텔레콤은 지난 12월부터 아이터플러스와 제휴해 모바일 스케어 서비스를 시작했다. 모바일스케어는 명상 시 증가하는 뇌파일파파, 세타파 등을 응용해 정신집중 및 심리안정을 돕는 서비스를 제공. 휴대전화 사용자의 긍정적인 반응을 얻고



이완과 주시로 관법을 체험한다. '인터넷 명상' 화면.

서 적지 않은 세월을 수행으로 보냈다. 또한 인도로 건너가 영혼의 스승들을 여러 차례 만나는 가운데 나름의 가르침도 얻었다고 한다. 그 같은 체험에서 얻은 진리를 '지금-여기'에서 제대로 구현키 위해 인터넷을 방편으로 삼았다. 그런 까닭에 타오스페이스는 4-5년 전 개설된 이래 많은 명상가들의 주목을 받아왔다. 회원에 따라 "선어록이 한 눈에 들어올 만큼 깊은 삼매의 체험"을 한 이들이도 적지 않다고 한다.

"수년 동안 인터넷 명상에 매진해 왔지만, 아직도 부족한 점이 많습니다. 기계화되기 쉬운 프로그램에 폭넓은 길을 열어주고 체험 이후를 의미있게 이어갈 수 있는 과정도 마련해야 합니다. 이 같은 요구가 객관화된 형태를 기대하려면 1년 정도의 준비기간이 추가적으로 필요할 겁니다."

유 씨의 원력은 끝이 없다. 국내에서 아직은 전무하다시피한 인터넷 명상이 새로운 명상 코드로 떠오르는 것은 시간문제일 듯하다.

강신재 기자 thatswhy@buddhapia.com

## 세계 불교 여성지도자들

### 의공 스님 (F)

## 동경대 나온 불광산 비구니 1호

1976년 의공(依空) 스님은 여름에 누에가 허물을 벗듯 삭발하고 정식으로 성운 대사의 제자가 되었다. 검게 빛나던 머리카락이 소리 없이 땅에 떨어지던 순간을 스님은 이렇게 회상한다.

"사실 출가는 진정한 나를 찾는 것이며 하나의 해탈이었다. 승복으로 갈아입었을 때의 그 가쁜한 느낌은 내가 몇 생을 추구해 오던 것이었으며, 나는 원래 불문에 들어올 사람인 것으로 느껴졌다. 마치 오랫동안 새장에 갇혀 있다가 자연으로 되돌아간 느낌이였다."

의공 스님은 스스로 불광산의 스님들 중에는 행운이라고 생각했다. 다른 스님들이 불광산 초창기의 그 어려웠던 시절을 다 보내고 이제 새로운 도약을 할 생기 왕성한 시절에 스님이 입산했기 때문이다. 더구나 성운 대사를 비롯한 선배 스님들이 아직 밖으로 포교에 나서지 않고 불광산을 가꾸던 시기였기 때문에 많은 가르침도 받을 수 있었다. 의공 스님은 마치 솜이 물을 빨아들이듯 성운 대사와 사형들에게서 진히 교육을 받았기 때 공을 전수받는 느낌이었다고 한다.



잡지 발간·대학 강의 등 문화·교육 사업에 힘써

이 때 불교가 점차 다원화되고 교육 수준도 더욱 향상될 것에 대비해 우수한 인재의 양성이 필요하다고 보고 성운 대사가 첫 번째로 선택한 인물이 의공 스님이였다. 성운 대사는 의공 스님을 일본 동경대에 유학시키기로 하고 일어 능숙한 자장 스님을 불러 보냈는데, 이로써 의공 스님은 불광산에서 일본 국립대에 유학한 최초의 비구니 스님이 되었다.

당시 의공 스님은 일본어도 몰랐는데 겨우 일주일 동안 일본어 기초를 한번 훑어보고는 혼자서 사전을 찾아 가면서 일어를 공부했다. 누군가 일어를 공부하는 데는 만화나 신문, 잡지를 보는 것이 좋다는 말을 듣고는 지하철이나 쓰레기통에서 이런 것들을

만 아니라 문화대학, 성공대학, 동해대학, 까오송사범대학 등에 출강하여 인생철학과 화엄철학 등을 강의했다. 그러나 의공 스님은 50을 넘긴 나이에 까오송사범대학대학원 중문과에서 박사학위를 취득했지만 없어서 책만 읽는 서생은 아니었다. '사람이 도를 넓히는 것이 도가 사람을 넓히는 것이 아니다(人能弘道, 非道弘人)' 면서 절에서 필요로 하던 어떠한 입문든지 훌륭하게 수행했다.

쌍림사(雙林寺) 주지, 타이퐁 동해도량 주지, 미국 서려사 주지, 정동회 회장 등을 역임했고 현재는 불광산문화원 원장 소임을 맡고 있는 것만 봐도 이를 알 수 있다. 20년 동안 의공 스님은 문화, 교육, 사회운동, 행정, 인사, 국제관계 등 모든 업무를 막힘없이 수행해 왔던 것이다.

의공 스님의 남은 발원은 스승인 성운 대사의 사상과 저자, 설법 등을 정리하고 다듬어 '인간불교(人間佛敎)'의 종풍을 시방삼세에 드리우는 것이다.

김재경 기자

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가?  
나는 어디로 가고 있는가?  
그에 대한 답이 여기 있습니다.

**밤은길 아바타 센터**  
전화주시는 분께는 안내 자료를 보내드립니다.

경전의 이 말씀을, 당신께서 투자하는 단, 9일간의 내면 여행으로 터득하실 수 있습니다. 당신의 소원을 이루십시오.

서울 중로구 명창동 110-4 101호  
☎ 02) 396-2736 · HP 010) 6230-2113  
http://www.avatarcenter.co.kr  
E-mail: heegyulwiz@hanmail.net

기도 영험도량에 범비가 오는

# 동해사 삼사순례

◎ 동해사 낙산사 10분 소요  
유유암 15분 소요

◎ 대영주사당 완비  
◎ 바닷가 8분 소요

매년 10월 12일 ~ 11월 20일까지 밤, 낮 없이 범비가 내리고 92년 10월 29일 찬란한 무지개 발현. 11월 8일 오색불꽃이 발현. 새벽기도중인 신도들을 감탄케하여 부처님의 자비광명이 충만해있는 동해사!  
법비와 광명으로 화신하여 중생들의 어리석음을 깨우쳐주시고 계신곳 동해사에 오셔서 삼사순례도 하시고 소원이 이루어 보세요.

강원도 양양군 손양면 학포리 156번지 033-672-2900  
**동해사 주지 혜명 합장**  
집전스님이 필요한 불교단체는 주지스님 직접 가능함.

이제 연등에 번잡한 풀잎이 필요없습니다!!

## 우리 불교 전래의 조립식 팔각등

**가격 동결 단행!!**

어려운 사찰의 경제에 도움을 드리고 국산품을 애용하자는 운동에 동참하기 위해 가격을 동결 하였습니다.

- ★ 제작이 간편한 등: 종래의 철골 구조에 날장으로 풀잎이 하던 등제작이 '한번의 공정으로 아물담고 몇 스러온 등, 이 3분내에 완성.
- ★ 야외장엄용: 「특수 이중 합지방식에 코팅 처리」를 하여 이슬에 젖지 않음은 물론 견고성을 지니고 있어 「행사 수일 전부터 사찰의 축제분위기 장엄」에 활용
- ★ 운반 및 보관 용이: 「운반 및 보관이 편리」하도록 고안.
- ★ 형형색색의 문양과 미감: 고려시대 연등회, 팔관회의 고증을 토대로 「형형색색의 단청 문양과 현대적 감각의 색상을 조화」하여 불족의 의미와 중생의 불심이 더욱 고취될 수 있도록 디자인.
- ★ 경제적인 가격: 종래의 복잡한 다원화된 유통 구조로 인한 높은 가격을 배격하여 「사찰을 위한 경제적 가격」.

■ 풀잎 상태 (풀조 및 인쇄없이 합지 방식)

결합

■ 단 한번의 공정으로 3분내 완성

**현우기획**  
전화: (043) 877-6464 팩스: (043) 877-8239 핸드폰: 016-552-9360  
■ 우체국 013706-01-003311 (예금주: (주) 국민피엔텍)  
■ 농협 415051-51-000057 (예금주: (주) 국민피엔텍)