

휴가 알차게 보내기

# 명상이 딱이네

휴가철이 성큼 다가왔다. 방학·휴가철을 맞아 명상프로그램과 다양한 테마를 결합시킨 수련회가 쏟아지고 있다. 오래간만에 맞은 여가시간을 명상수련 프로그램과 함께 하는 것은 어떨까? 7~8월 명상수련 일정을 소개한다.



회두삼매에 빠진 수련생들.



7~8월 열리는 명상 프로그램

충북 보은군 산따와남 요가수련원의 '2003 명상캠프'에서 황토염색 프로그램에 참여한 아이들.

사진제공=산따와남 요가수련원

### 찾고 따고 록음악에 취해봐

**늘이명상** 도리산 육지정사(031-871-0101)는 7월 31일(토) 오후 2시~8월 1일(일) 밤 10시 '명상과 함께 하는 록 뮤직 페스티벌'을 연다. 참선과 밀교관법, 생활명상 이론·실습 등의 명상프로그램과 함께 록 뮤지션들이 대거 참여하는 록 축제마당을 선보인다. 국악과 양악을 넘나드는 퓨전그룹 가이아, 국내 헤비메탈의 선두그룹 블랙홀을 비롯, 베베·브리즈·투·블랙인드루 등 공연을 이끌 예정이다. 수련비 3만원, 숙박수련생 선착순 150명 마감.

**녹색대학교** (055-964-0986)는 7월 29(목)~8월 1일(일) 명상캠프를 연다. 녹색의 삶과 교육에 관심있는 사람들을 대상으로 진행되는 이번 캠프에서는 명상요가(양희연·잠선요가 지도자)를 비롯해 찾일따기·뉘기(주주미·도예전문가), 버 알기와 피 뿅기(이재연·농부), 허추 알기(이정훈·인산의학 연구가) 등의 프로그램이 진행된다.

### 요가삼매로 더위도 잊고

**요가명상** 대한요가협회(02-3444-6618)는 7월 24일(토) 오후 2시~25일 오후 2시까지 경기도 양평 리조트 호텔에서 하계 요가 축제를 연다. 요가 세미나와 요가포즈 경연대회, 요가운동처방 토론 및 교육 등의 프로그램이 준비돼 있다.



기구를 이용한 요가야사나.

다. 참가비 5만원.

**홍익요가연구원** (02-333-2350)은 충주연수원에서 7월 23(금)~25일(일), 7월 30(금)~8월 1일(일), 8월 6(금)~8일(일) 3회에 걸쳐 '2004 요가 할러데이'를 연다. '집중력'과 '건강'을 화두로 진행되는 이번 수련회에서는 집중력 개발 요가·호흡과 명상 프로그램이 마련된다.

**산따와남요가수련원** (043-544-4406)도 7월 29(목)~ 31일(토), 8월 5~7일(토) '2004 산따와남 여름 요가 캠프'를 연다. 참가비 8만원.

### 크스님 곁에서 집중수행

**집중명상** 위빠사나 선원 호두마을 (041-567-2841)은 7월 23(금)~ 8월 1일(일) 미안마 우 예인다가 스님 초청 집중수행을 실시한다. 미안마의 따따마라디에 주석하고 있는 우 예인다가 스님은 마하시 스님 직제자인 우 룬다라 비람

사따따마라디 선원장) 스님의 심대제자 가운데 한 명이다. 참가인원 40명, 참가비 20만원.

**보리수 선원** (02-517-2841) 역시 7월 17(토)~8월 7일(토) 안성 황룡사에서 스리랑카 구나라타나 크스님 초청 특별 집중수행을 연다. 구나라타나 스님은 경학과 수행 지도자로 전세계에 널리 알려져 있다.

**명상의 집 샷상** (031-768-7180)은 8월 14(토)~18일(수) '어린이와 엄마가 함께하는 수련'을 마련한다. 대상은 초등학교 3학년~6학년 자녀와 어머니로 한정되고 선착순 7쌍 마감이다.

### 공부하며 마음도 닦아요

**학습 명상** BNB능률학습아카데미 (033-747-7941)는 7월 30(금)~8월 2일(월), 8월 4(수)~10일(토) 2차에 걸쳐 한국노총중앙교육원에서 '과외출출 BNB 2004 집중력 자신감 캠프'를 연다. 6명의 명상수련 지도자들과 함께 하는 이번 캠프에서는 마인드컨트롤, 명상기공 등을 응용한 학습능력 증진 프로그램이 마련된다. 참가비 27만원(1차), 52만원(2차), 접수마감은 7월 22일까지.

**동서심리상담연구소** (02-564-3231)는 7월 31(토)~8월 4일(수) 오목원 수련원에서 '마인드 학습클리닉 여름캠프'를 연다. 심리검사, 주의집중 프로그램 등을 통해 다양한 학습명상법을 제공하며 7월 31일에는 부모교육도 예정돼 있다. 참가비 80만원.

강신재 기자



선의 세계 49

### 교외별전(敎外別傳)-11

우리가 일상대화에서 방편이라 하면 어떤 일을 성사시키기 위한 수단을 말한다. 특히, 그 목적을 성취하기 위한 정식의 수단이 아니라 그때그때 형편에 따라 손쉽게, 또는 임시로, 또는 할 수 없이 취하는 수단을 뜻한다. 그래서 많은 경우에 좀 부정적인 의미를 깔고 있기도 하다. 예를 들어 '결혼을 출세의 방편으로 삼는다'거나, '그 사람은 워낙 시인인데, 생계의 방편으로 출판사에 다니고 있을 뿐이다'라는 식으로 말한다. 아예 임시방편이라는 말도 있다. 어떤 사태에 대응하기 위해서 정식으로 취할 방도는 따로 있지만 그때의 특별한 사정 때문에 일시적으로, 또는 자선책으로 취하는 수단이라는 뜻이겠다.

불교에서 방편의 대표적인 예로 흔히 언급되는 것은 불타는 집에서 아이들을 구해내는 방법이다. <묘

이가 말을 해준다면 대개 두 가지 반응이 나올 터이다. 깜짝 놀라고 겁에 질려서 우왕좌왕하는 이들도 있겠다. 하지만 대다수의 증생은 자기들의 집이 불타고 있다는 말을 전혀 믿지 않으려고 할 것이다. 어리석음을 어리석음인 줄 모르고 똑똑한 것으로 착각하며, 괴로움을 괴로운 줄 모르고 즐거움으로 착각하고 있기 때문이다. 아무튼, 두 가지 반응 모두 그들을 불타는 집에서 나오게 하는 데에는 도움이 되지 않는다. 불이 났다는 말을 믿고 놀라는 것이 아예 안 믿는 것보다는 좀 낫겠지만, 어쩔 줄 모르고 우왕좌왕하기만 해서는 아무 소용없다. 화재에 대한 처신방법을 가르칠 때 침착하다는 얘기를 늘 첫째로 하는 것도 그런 이유에서이다. 그래서 부처님과 보살들은 숨치 않게 방편을 쓴다. 예를 들자면 저 밖에 재미있는

### 중생 인도하기 위한 교화법이 방편

### 방편을 진실로 착각하는 폐해 질타

법연화경(妙法蓮華經) > 비유품(譬喻品)에 보면 삼계화택(三界火宅)이라는 말이 나온다. 삼계란 세 가지 세계라는 말이고, 이것은 중생이 살아가는 세 가지 종류의 세계를 가리킨다. 욕망에 매어서 사는 욕계(欲界), 욕망은 넘어서지만 물질적인 조건에 매어 있는 색계(色界), 그리고 욕망과 물질적 조건은 넘어섰지만 정신적인 조건에 매어 있는 무색계(無色界)가 그것이다. 그러니까 해탈하려면 탐욕을 떨쳐버리는 것은 기본이요, 개체로서의 몸을 가지고 있음으로써 안게 되는 물질적인 조건도 초탈해야 하고 나아가 개체로서의 의식까지도 넘어야 한다.

아무튼, 삼계화택이라 하면 중생의 세계가 온통 불타는 집이라는 얘기가겠다. 어리석음, 번뇌, 괴로움으로 불타는 집이다. 그런데도 중생이라는 어린이들이는 자기가 사는 그 집이 불타고 있는 줄 모르고 그 안에서 놀고 있다. 시급히 빠져나와야 할 텐데도, 사는 게 워낙 그렇거니 하며 유유자적하다. 진상을 아는

구경거리가 있다고 아이들을 꼬드겨서 데리고 나온다.

그러니까 불교에서 방편이라는 말은 중생을 인도하기 위해 고안된 숨겨진 교화의 방법을 뜻한다. 그리고 거기에는 방편이 진실 그 자체는 아니라는 의미가 함축되어 있다. 앞에서도 누차 설명했듯이, 불교의 궁극적인 진실은 결코 언어 문자로 담아낼 수 없음을 극단적으로 강조하는 것이 선종의 입장이다. 언어문자뿐만 아니라 중생의 의식으로 고안해내는 그 어떤 매개체로서도 표현하고 전달할 수 없다고 본다. 중생의 의식은 늘 분별의 틀 속에서 작동하는데, 불교에서 말하는 진실은 분별을 떨쳐야 비로소 깨달을 수 있는 불이법(不二法)이기 때문이다. 그러한 선종의 입장에서 보자면 언어문자를 사용한 가르침은 모두 방편설이다. 달리 말하자면, 진실 그 자체가 아니다. 교외별전이라는 선종의 중흥의 방편을 진실 그 자체로 착각하는 폐해를 질타한다.

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

**Avatar 밤은길 아바타 센터**  
전화주선 본사는 언제나 자료를 보내드립니다.

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

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

## 사주학 특강반 모집

매주 수요일 - 금요일  
(오전 10시 ~ 12시, 오후 4시 ~ 6시)  
▶ 신기문 선생과 송강선생 직강 ◀  
(현재 방송국에서 강의 중. i-TV. SBS 출연함)

### 평생 직업! 특강반에서는 직접 영입할 수 있게 속성강의

오행의 기초부터 완벽한 이론 및 실제 감정 완전 정복 (자격증, 취업보장) "ARS 대동정보통신에서 후원"  
**사단법인 한국기문미래 연구학회**

전철 5호선과 7호선 환승역 군자 3번 출구 조흥은행 옆  
미달 접수 5명 제한. 접수 연락처 02)454-3369  
지선법사의 운명 특별상담 접수부

## 자광원

행복하고 편안한 노후를 위한 최고의 선택입니다.

**위치 및 시설개요**

- ◆ 소재지: 경기도 성남시 수정구 북정동 116
- ◆ 대상: 만 65세 이상, 노환스님 또는 부부, 개인 등 거주하고자 하는 모든 분
- ◆ 정원: 24명~30명 내외
- ◆ 시설개요: 본 건 물 → 방규모(약 7평) 24실(각실 인터넷 설치) 법당, 팔각정자 부대시설 → 제2 물리치료실, 목욕탕, 이·미용실, 식당, 오락실
- ◆ 입방비부담: 평생회원과 일반회원으로 구분 자비부담
- ◆ 연락처: 전화 031)759-5320 팩스 031)759-4209

**보살 염불원의 특징**

- > 남한산성 자락에 위치하여 쾌적한 환경 속에 날마다 부처님을 모시고 영불과 기도정진으로 마음을 닦으며 남은 여생을 편안하게 즐기며 보내시도록 새로운 기도처를 마련하였습니다.
- > 20년간의 무료 노인요양원인 사회복지법인 부처님 마을 자광원에서 경험한 통하여 얻어진 전문지식에 의하여 설계된 노인을 위한 기도처입니다.
- > 외롭고 우울하게 혼자사는 노인 또는 부부노인중 한분의 거동불편으로 의·식·주 해결에 고민하시는 어르신들을 위한 낙원입니다
- > 자신들에게는 호도의 기회를 노인들에게는 인력한 여생을 제공하며 임종 시까지 정성껏 모셔드리겠습니다.
- > 교부간의 갈등으로 고민하시는 분
- > 홀로계신 시아버님, 오시기가 어려우신 분 자광원에서 해결하여 드립니다.

2002년 5월 15일 개원 대한불교 조계종 자광원

## 명당을 만들어 주면 돈이 바뀐다 명당 육박방

본인 가정집, 점포, 사무실 처방을 해보십시오. **불가 바뀌면 좋은 운으로 바뀐다.** **계수없는 일들과 불화와 액운이 사라지고 새로운 앞길이 열리며 새로운 운이 있게 되고 새로운 관운, 명예, 재물이 옵니다.**

이것이 첫방이다 **명당육박방 051)865-9933**

전도제 49재와 결연의 처방법 전회주신만 안내 책자를 보내드립니다.

처방전용 명당육박방은 각 사찰, 암자, 철학관에만 있습니다.

불당어리 명당어리 함금어리 육기막인 불이틀어와 함금으로 변합니다.