

이제 열 법사의 경전속의 수행법 <16>

삼매업는 사마타 수행법

사마타를 수행할 때 필수적으로 수행되는 것은 삼매업입니다. 삼매는 정(定) 또는 정수(正受)의 뜻을 지니고 있는데, 마음이 한 군데로 집중되어 흐름이 멈추어진 상태를 가리킵니다. 대승경전에서는 삼매를 부처님이 깨달아 누리는 완전한 경지로 설명하려는 경향이 짙은 반면, 초기경전에서는 깨달음을 얻기 위한 수단과 과정으로 설명하려는 경향이 짙습니다. 또 삼매의 종류에 있어서도 대승경전에서는 백천삼매라 하여 해인삼매, 무량외처삼매, 금강삼매, 여환삼매

수법, 4 가지 거룩한 마음, 4 가지 무색의 경지, 음식을 관찰함, 4대 원소의 특성을 관찰함을 말합니다. 수행자는 이 가운데 자신의 기질에 맞는 주제 한 가지를 택해 집중적으로 수행하도록 되어 있습니다.

본래 까시나란 '주변에 가득하다'는 의미를 지닌 용어로 마음을 집중하기 위해 얻는 일종의 도구나 대상을 지칭하는 말입니다. 여기서 열 가지 까시나는 땅, 물, 불, 바람, 푸른색, 노란색, 붉은색, 흰색, 광명, 한정된 허공을 가리키며 수행자는 이들 가운데 하나의 까시나를 구하여 삼매를 얻습니다.

다음 10 가지 부정관은 시체가 변해가는 과정 가운데 10 가지

까시나·부정관·수념 등 다양각색 방법 제시

지 더러움을 집중적으로 들여다 보고 삼매를 키위 삼매를 얻는 방법이며 10 가지 수념은 불, 법, 승, 계, 보시, 열반, 천상, 32부정관, 수식관을 계속해서 떠올리고 집중하여 삼매를 얻는 방법입니다.

4 가지 거룩한 마음은 기쁨으로 사랑하는 마음을 일으킴, 불쌍하고 가엾게 여기는 마음을 일으킴, 더불어 기뻐하는 마음을 일으킴, 평등한 마음을 일으킴으로써 삼매를 얻는 방법입니다.

4 가지 무색의 경지는 앞의 까시나 등의 수행에 의해서 얻어진 공무변처, 식무변처, 무소유처, 비상비비상처의 경지를 삼매로 삼는 방법입니다. 논서에는 사마타를 닦는 법으로 이와 같은 40 가지 주제만을 말하고 있지만 부처님이 설하신 경전을 볼 것 같으면 아주 다양한 방법으로 사마타를 닦았다는 것을 알 수 있습니다. 그런데 중요한 것은 이와 같은 사마타 수행은 반드시 더 높은 차원으로 향하는 위빠싸나 수행으로 전환돼야 한다는데 그 아쉬움이 있습니다.

<유마선원장>



등 무수한 삼매를 말하는가 하면 초기경전에서는 단계적 측면에서 근접삼매, 본삼매 등 몇 가지의 삼매만 말하고 있습니다.

특이한 사실은 대승경전에서는 사마타를 닦아 삼매를 얻는 방법에 대해서는 자세히 언급되어 있지 않고 초기경전에서 주로 그에 대한 방법을 제시하고 있다는 점입니다.

초기경전에 있어 삼매는 그 차원에 따라 초선정에서 8선정까지 여덟 단계가 있는데 단계가 깊어질수록 마음속에 존재하는 오계(五蓋) 즉, 감각적 욕망, 분노, 들뜸, 혼침, 나약함 다섯 가지 정애를 비롯한 갖가지 번뇌들이 정화되어 나중에는 완전한 깨달음과 흡사할 만큼의 결과를 가져오게 합니다.

초기불교의 대표적 논서라 할 수 있는 <정등보론>에 의하면 40 가지 주제를 가지고 사마타를 닦게 하고 있는 것을 볼 수 있습니다. 40 가지 주제란 10 가지 까시나, 10 가지 부정관, 10 가지

둘 아닌 도리알면 새 인생 열린다

생활선 보급하는 공생선원

"석달 간 떨어져 있어도 마음은 늘 함께 했습니다. 그동안 여러분이 성품자리에 의지해 살아오셨다면 천리 밖이라도 항상 같은 자리에 있었던 것입니다."

9월 7일, 서울 쌍문동의 한 상가 7층에 자리 잡은 공생선원(주지 무각, 앞이 탁 트인 통유리를 통해 오른쪽으로는 수락산이, 정면으로는 도봉산의 만장봉이 펼쳐진 108평의 선원에서 30분 간의 좌선 시간이 끝난 뒤 곧바로 무각 스님의 법문이 시작됐다.

이 날은 무각 스님이 선원 운영을 신도화에 맡긴 채 백양사에서 석달 간의 하안거를 마치고 돌아온 날인데다, 새로이 '선으로 쓴 <금강경> 강좌'를 시작한 날이라 평일인데도 60여 신도가 자리를 함께 했다.

무각 스님은 백양사에서의 공부담을 예로 들며 불이법문(不二法門)에 대해 주로 설명했다.

"백양사에서 한 사미승이 목이 쉬고 살이 빠질 정도로 염불하는 모습에 신심이 난 내 모습이 결국 그와 둘이 아니었습니다. 거울에 비친 자신의 모습이죠. 마찬가지로 여러분이 가정에서 인상을 찡그리면 온 집안에 찬 바람이 돌고, 웃으면 화기가 가득한 것이 둘 아닌 도리입니다. 이것이 최상승 불이법문의 요체입니다."

무각 스님은 절에 가면 일주문-천왕문-불이문을 지나야만 법당의 부처님을 뵈듯이, 불이법문을 알아 살아있는 부처를 친견할 수 있다고 강조했다. 불이문을 통과하지 못하면 법당 문턱이 높도록 날아들어 잠 부처를 볼 수 없지만, 둘 아닌 도리를 알게 되면 잠사람으로 새 인생을 살게 된다는 가르침이다.

"매순간 잘나잘나 정성스럽게 쓰는 그 마음이 부처입니다. 이미 다 가지고 있는 작용 속에서 불성이 드러납니다. 여러분 자신이 부처임을 믿어야 합니다. 늘 성품자리에 머물고, 둘 아닌 가운데 본법을 향복받아야 합니다."



7일 공생선원에서 좌선 중인 불자들을 지도하는 무각 스님.

"마음공부가 생활을 떠나 따로 있다고 한다면 이는 착각'이라고 강조한 무각 스님은 불이법문을 알면 자기 마음이 관세음보살과 지장보살의 나눔임을 알게 된다고 말했다.

이어진 스님의 <금강경> 강좌에서도 불이법문의 요지는 벗어나지 않았다.

"<금강경>을 보되 보는 자와 <금강경>, 보는 작용이 따로 있다면 제대로 보지 못한 겁니다. 세존과 수보리, 선남자, 선여인이 따로 있다고 본다면 이 역시 둘 아닌 문에 들지 못한 것입니다."

무각 스님은 <금강경>의 핵심을 '응당 어떻게 머무는가(應云何住)', '어떻게 그 마음을 향복받으리까(云何降伏其心)'라는 이 두 구절에 있다고 말했다. 그렇다면 그 답은 무엇일까.

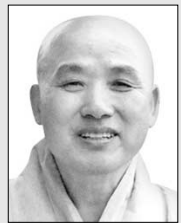
"우리는 늘 본래자리에 머물러야 합니다. 그리고 본래 자리, 성품 자리, 주인관 자리에 돌아가기 위해서는 항상 둘 아니게 놓고 가야 본래심과 망상을 향복받을 수 있습니다. 선악과 남녀, 율고 그들 등 모든 것이 다 한 곳에서 나왔기 때문에 다시 그 밝음으로 돌아가야 해요." 이러한 무각 스님의 평소 설명은 신도들의

일상생활에 큰 변화를 불러왔다고 한다. 2002년 9월 8일 개인했을 때는 50여명에 불과했던 신도가 지금은 500여명으로 늘어났으며, 이 가운데 참선을 통해 불지병이나 심적 고통을 극복한 사례가 적지 않다. 특히 대부분의 신도들이 자기 위주의 삶에서 타인과 둘 아닌 공생(共生)의 삶을 살게 된 것이 가장 눈에 띄는 변화다. 신도회 총무 소임을 맡고 있는 최국원(53·자영일) 거사는 "2년 동안 선원에서 공부하면서 화 잘 내고 급한 성격이 너그러워지고 차분해져 주변인들이 놀란다"며 "늘 어떤 경계에 부딪힐 때마다 자성 자리를 믿고 거기에 모든 것을 맡기다 보니 극락이 바로 여기에 있음을 실감한다"고 말했다.

공생선원은 매주 화요일(오전 10시30분, 오후 7시30분) 금강경 강의 외에도 가족참선법회(매주 일 오전 10시30분), 청년법회(매월 첫·셋째 토요일 4시), 참선인문반(매주 수 오전 10시39분, 오후 7시30분), 참선반(매주 금 오전 10시30분, 오후 7시30분) 등을 운영하고 있다. (02)900-2448

김재경 기자

영흥 스님, 두번째 선어록 '해탈' 펴내



"다함께 홀로 서로 통해 온 법계를 이루고 동서남북에 해외 달을 향으로 피우며, 낮에는 꽃을 심고 꽃을 가리키고 밤에는 마니주 뿌리고 마니주 굴리구나. 하!"

충북 진접 불교(佛禪)에 주석하는 영흥 스님이 <남승가-누더기 중의 노래>(하늘북)에 이어 두번째 선어록 <해탈>(하늘북)을 펴냈다.

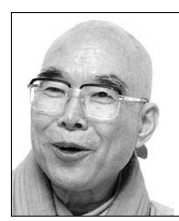
이 책에서 영흥 스님은 "다름나게 스스로 온 법계를 이루고 지금 이대로 여여한 세상 열고서 서로 통해 무한한 낙 누리니, 보배 중의 보배인 삼보님께 지심귀멸해하며 이 책 한권 올립니다"라고 밝히고 있다.

'오로지 그대 자신이 부처이기에 지금 이대도가 무한한 자유'임을 설파하는 영흥 스님은 "봄에는 봄을 펼쳐 만백성이 즐기고 가을에는 가을을 거둬 그대가 누리구나"라고 노래한다. 스님은 체형에서 나온 내면의 목소리로 '논 썰필 끝의 법왕궁이요 배꼽 속의 눈 천 내운궁'의 소리를 전하고 있다.

20대 초반, 망월사에서 우연히 친견한 총서 스님의 벽력같은 고함소리(가! 가!)에 자성(自性)을 깨닫게 되었다는 영흥 스님은 1974년 백양사에서 서옹 스님을 은사로 수계도학한 뒤 청담, 벽초, 회암, 전강, 경봉, 향곡, 서옹, 월산, 구산, 고암, 서암, 성수 스님 등 당대의 선지식들을 참문해 거광했다. 현재 인연있는 참선 수행자들을 지도하고 있다.

김재경 기자

고우 스님 초청 '선요' 특강



불교TV 대구지사 선불교대학 무상사는 9월 14일부터 12월 21일까지 14주간 매주 화요일 오후 7시 '고우스님(사진) 초청 <선요> 특강법회'를 마련했다. <선요>

는 선가에 내려오는 선에 대한 지침서로 제자들에게 강의하는 일은 드문 일이다. 각화사 고우스님은 1968년부터 69년까지 문경 불암사 선원을 재건해 종립특별선원의 기틀을 다지고 촉석사, 김용사, 용주사, 각화사 등 제방 선원에서 정진한 이시대 대표적인

선원장 스님이다. 14주간 '내가 부처'라는 화두를 풀어나가게 될 법회가 제자들에게 올바른 선수행과 삶의 바른길을 제시할 것으로 기대된다. (053)754-6633

'수사모' 방장친견 및 좌선

'수덕사를 사랑하는 사람들의 모임(cafe.daum.net/snimyd)'은 9월 18일 오후 5시~19일 오전 11시 수덕사에서 정기수련회를 갖는다. 이번 모임에서는 덕총총림 수덕사 방장 원담 스님 친견, 교리공부(부처님 생애), 좌선 및 문덕 등으로 진행된다. '수사모'는 인터넷 다음 카페(daum cafe)의 '우리는 스님을 만나요'에서 만난 회원들과 수덕사 여름 선실선수련회 동문 등으로 구성된 단체다. 문의 sunnamja70@hanmail.net

sunnamja70@hanmail.net

명상상담원 집단상담

명상상담연구원(원장 인경)은 9월 17일부터 19일까지 2박 3일간 서울 목우선원 명상상담원원에서 제27차 '고집멸도 집단상담'을 실시한다. 등록금은 15만원. (02)2236-5306

대구 보현사 사경반 개설

대구 보현사(주지 원일)는 9월 8일부터 사경반을 개설 운영한다. 매주 수요일 오전 10시 30분부터 12시까지 진행되는 사경반은 한국 사경연구회 김경호 회장의 지도로 진행된다. 이번 사경반은 철저히 전통적인 방식으로 진행된다. (053)431-5400

'4박5일 기공 지도사반 강좌'

불가에서 비밀리에 전해져온 신비의 기치료법 전수! 전신보통 호흡법으로 사기, 병기를 배출하여 육체를 정화하는 비법!

天一氣功

www.chgg.co.kr
통중치료법의 전수를 받는다!
소추속성법, 상기병을 치료하는 호흡법
*영가친도 많이 하셔서 몸이 탁해 지신 스님들 탁한 기운 스스로 정화하는 비공개
천일기공연구회 소백산수련원
Tel. (054)638-2224

최면 영치유 특별 개인지도 전생 치유·빙의령 대화 천도법

철저한 개인지도만이 기존의 영적경험과 연결하여 즉시 활용할 수 있습니다. **임상 핵심노하우를 중심으로 실기훈련을 통해 100% 완성도를 목표로 확실하게 전수되었을 때 졸업합니다.** 철저한 개인지도 후 기도외 천도제, 구병식식 전, 후에 꼭 필요한 "빙의 영가 대화법과 영치유과정"을 통해 영의영가, 빙의환자 그리고 가족의 모든 원을 풀고 명확하게 치유하여 자기광명을 베푸실 수 있게 됩니다.

● 영가 대화가 필요한 대상

빙의환자, 사고사, 병사, 돌연사, 낙태자, 천도제 후에 빙의중세 제발, 천도제 중에 몸부림과 반항, 기도 중에 이상행동, 원인불명의 질병과 제발, 죽은 사람의 생전 병을 앓는 경우, 죽은 사람 꿈 반복, 가정과환과 가족환자, 환청, 환각, 급, 만성병 등은 반드시 빙의영가 확인 요망

● 교육내용

1. 최면이론과 실기: 최면원리, 최면명상유도법, 깊은 최면유도법, 자기최면, 타인최면, 자율훈련(AT), 깊은 잠선유도법, 4단계 문답 이상과괴법, 특수기공치유암시법
2. 영치유 대화천도법: 빙의 확인법, 영가대화 실기, 빙의영가, 환자 영치유법, 해원, 업장소멸법, 반향영가제압법, 가족해원법, 최면제령천도법, 천도확인법, 재점진, 빙의방비법, 심신관리법
3. 전생퇴행 영치유법: 업장소멸, 인과응보의 악순환의 고리단절, 전생혼적으로 인한 심신질환 치유
4. 연령퇴행, 미래진행: 현생의 심리적 충격과 상처, 문제해결심정치유, 자신감 강화와 미래비전형성
5. 원격, 초혼 영치유 천도: 중환자, 의사소통불능자, 사고사, 병사, 돌연사, 자살한 영가를 조혼하고 영치유과정을 거쳐 천도함.

교육시간: 총 30시간(총 6일 각 5시간 실기집중) 개인지도 후 즉시 활용, 책임지도
교 육 비: 200만원(기본교재, 핵심자료 제공) 지속적 사례연구와 빙의상담 자문
개강일시: 2004. 9. 17(금) 오후 1:00~6:00

한국최면심리연구원/ 부설 빙의 영치유 연구회
문의전화: 042-603-7080, 603-7887, 016-406-3639
위 치: 대전 서구 둔산동 법원, 검찰청 후문 앞 아너스빌 1226호
홈페이지: www. TryuCan.com

수련자 모집

골절 탈구, 염좌, 척추, 관절에 대한 응급처치 실기, 실습, 개인지도, 희망자 약간명 모집

전수한 접골기술을 40년간 접골원 임상 경험 연구한 특수비법 무통수술법 맛사지, 지압, 교정, 운동법, 고정법 도수정복

● 문의전화 : (02)476-4761
050-21-757575

● 오시는길 : 서울 강동구 천호동 신4거리 현대백화점 건너편 민병철 어학원 건물 건강제약국건물 406호 (지하철 5, 8호선 천호역 하차 2번 출구 앞)

원장 접골사 유도 7단 元源福

불기 2549년을 맞이하여 원일카렌다에서는 참선한 기력과 디자인으로 2005년 카렌다를 불자님께 널리 보급하고자 제작 하였습니다.

카렌다

2005년 불교카렌다 출시

15년 전통 최고의시설 최상의제품
후회없는 선택! 원일카렌다!

- * 1,000부이상 주문시 표지그림으로 귀 사찰을 넣어서 인쇄를 원하시면, 무료로 해드립니다. (사진 또는 필름사용 가능)
- * 각 사찰카렌다 독판을 저렴하게 제작하여 드립니다.
- * 문의사항 전화주시면 카다록을 보내드립니다.

원일문화사
서울시 중구 인현동 1가 38-8
TEL: (02)2277-0304
FAX: (02)2268-6732
Homepage: www.wonil-c.co.kr