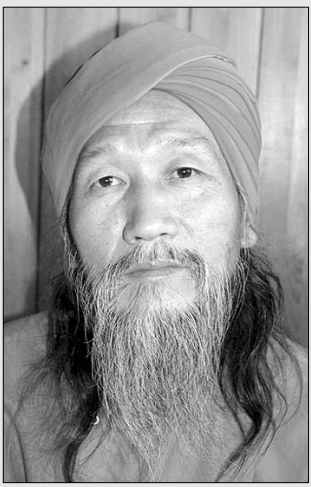


心-身-순수의식 조율 대우주와 합일

한국인 최초 출가자가 말하는 아난다 마르가 명상회 '수행법과 공동체 생활'



다다 차이트만(한국명 고철기)

서강대 경제학과를 졸업하고 미국 워싱턴 주립대와 매릴랜드대에서 경제학 석·박사 학위를 받았다. <자본주의의 종말>, <공동체 경제를 위하여> 등의 저서를 내기도 한 그는 성공회대·한서대강사를 역임했으며, 녹색대학 명상 프로그램 등 여러 명상 프로그램 지도에도 폭넓게 참여해 왔다. 1991년 출가한 이래 현재 인도에서 아예 명상센터를 열어 현지인들을 상대로 아난다 마르가 명상을 지도하고 있다.

오랜지색 터번과 의상으로 온 몸을 청정 같은 수행자들을 본 적이 있는가. 전 세계 170여 개국의 명상센터에서 수행에 전념하는 것은 물론, 전 세계 구호활동 현장에서 이타행을 펼치며 수행과 봉사자들이 아난(不二)을 강조한 그를 바로 아난다 마르가(Ananda Marga: 행복에 이르는 길) 명상회 수행자들이다. 깨달음의 실현·사회봉사를 목표로 1955년 인도의 아난다 무르티에 의해 창시된 이들 단체는 내년 창립 50주년을 앞두고 움직임이 분주해지고 있다. 국내에서도 최근 전주, 부산, 서산에 이어 서울에 센터를 새롭게 마련하고 한국 내 지부 활성화에 뜻을 닦았다. 10월 18일 구국을 찾은 한국인 최초 출가수행자 '다다 차이트만(한국명 고철기)'을 만나 아난다 마르가 명상회의 수행법과 공동체 생활 등에 대해 들어봤다.

▲아난다 마르가가 국내에는 생소한데, -전 세계적으로 300만 명 이상의 회원, 1500명 정도의 출가수행자가 활동하고 있지만 한국인 회원은 50여명에 불과하고 한국인 출가수행자 역시 다섯명 뿐이다. 70년대 중반 이탈리아 수행자가 아난다 마르가 명상을 보급한 이래 전주 센터와 서울대 요가회 등을 중심으로 확산되긴 했지만, 대중적인 기반은 취약한 편이다. 출가수행자의 경우 출가 이후에 연고없는 나라에서 수행한다는 원칙이 있어, 현재 국내에는 세 명의 외국인 출가수행자가 한국에 머무르며 수행법을 전수하고 있다.

▲'탄트라 요가'를 전한다고 들었다. -탄트라는 인간 속에 내재하고 있는 우주적인 생명력을 회복하는 방법이다. 아난다 마르가 명상회에서는 인간을 육체, 마음, 순수의식(진어) 등 세 가지 측면으로 바라보고, 이 같은 세 가지 부분의 조율을 통해 대우주에 합일하며 지복(至福)에 이르는 방법을 제시하고 있다. 37가지 각기 성격이 다르기 때문에, 그를 다스릴 수 있는 방법 또한 차별을 두는 것이 특징이다.



인도에서 구호활동을 펴고 있는 아난다마르가 수행자들. 사진제공=아난다마르가 명상회

육체적 에너지를 정신적 에너지로, 정신적 에너지를 순수의식으로 모으다보면 몸속에서 잠자고 있는 신성이 궁극의 실체와 하나됨을 경험할 수 있다. 그 자리는 고통이나 기쁨 등의 모든 감정을 초월한 자리이며, 가장 높은 삼매의 경지다.

판단 하에 영성에 기반을 둔 삶의 틀을 마련하고자 노력하기도 한다. 아난다 마르가 명상회의 디디(여자 수행자)는 어린이 집이나 유치원, 고아원 놀이방 등을 설립하는 것을 목적으로 하고 있으며, 다다남자 수행자의 경우 환경문제와 식량

출가후 무연고 국가서 수행원칙 | 전세계 1800여개 기관 통해
오신채 뺀 채식·단식·요가·호흡 생활화 | 교육 보급·환경 수호·구호 활동

▲육체와 마음을 조율하는 방법에 대해서 구체적으로 얘기해 달라.

-먼저 육체를 조화롭게 가꾸기 위해 이들은 오신채까지 걸이낸 채식식단을 지키고 한 달에 두번씩 단식을 강행한다. 또한 호르몬 분비 등 내분비의 균형을 바로잡기 위해 요가 아사나(동작) 수련을 생활화하고, 개인 특성에 맞는 호흡법(쁘라나야마)도 지도 받는다. 이를 통해 몸속 에너지가 이동하는 통로(수습나)와 에너지 센터(차크라)를 정화할 수 있다.

마음을 제어하기 위한 엄격한 도덕률도 요구된다. 개인과 사회의 관계에 필요한 계율인 자마(5가지), 개인 내면의 계율인 니야마(5가지) 등 다양한 계율의 준칙을 기본으로 하고 있다. 도덕적인 기초 없이는 수행의 진일보 역시 불가능하다는 판단에서다. 이와 함께 욕망이나 감정 및 외적 대상에 의한 지배로부터의 해방과 자율훈련(쁘라타라하), 집중을 통한 명상(다라나) 등의 구체적인 방법도 제시하고 있다.

▲마음을 초월하는 자리인 '순수의식'은 다루기가 쉽지 않을텐데. -진어, 불성으로 표현되는 순수의식에 모든 에너지를 집중하는 과정을 지도한다.

▲개념에 치우친 듯하다. 그 같은 명상법을 일반 대중들이 쉽게 이해하고 받아들일 수 있을까?

-기본적인 명상법은 누구나 무료로 배울 수 있지만 궁극의 깨달음에 이르는 방법은 아무에게나 전수하지 않는다. 성불하겠다는 의지는 물론이고 존재에 대한 무한한 사랑 등이 일정 수준에 이른 이들에게만 지도 받을 자격이 있다. 키르탄(영적인 노래와 춤)을 통한 내면의 정화, 기본적인 만트라 명상 이후에 이어지는 깊은 단계의 명상법은 비밀스럽게 전수되는 것이다.

가르침의 방식도 일정하지 않다. 수행의 원을 세운 사람의 상태를 총체적으로 살핀 후에 근기에 맞는 방법을 개별적으로 지도해준다. 호르몬의 균형, 호흡 방식, 삼스카라(업) 등을 두루 고려해 최적의 명상법을 제시하는 것이 구루(스승)의 역할이다.

▲수행과 별도로 대사회적인 봉사에도 적극 나서시는 것으로 알려졌는데. -터번과 의복의 오렌지색은 '헌신'을 의미한다. 우리는 '깨달음의 실현' 만큼이나 '대사회적 봉사'를 주목한다. 인간 사회의 진정한 복지를 위해서는 물질적인 차원에서 사회보장만으로 충분하지 못하다는

문제 등의 사회 사안에 적극적으로 참여하는 것을 원칙으로 한다. 유엔의 NGO로 등록된 우리 단체는 전 세계 1800여 개 기관을 통한 교육보급을 비롯해 각종 구호활동과 환경 수호에 일익을 담당하고 있다. (031)348-1998

강신재 기자 thatiswhy@buddhapia.com

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

AVATAR **밝은길 사파타 센터**

전화주사는 본래는 안내 자료를 보드립니다.

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

서울 종로구 평창동 110-4 101호
☎ 02)396-2736 · HP 010)6230-2113
http://www.avatarcntr.com
E-mail: heegyunwiz@hanmail.net



선의 세계 63

돈오(頓悟)-6

어떤 스님과 돈오에 대하여 이야기 나누는 중에, 그 스님이 이렇게 말하였다. "내 생각에, 돈오라는 건 간단하게 말하자면 모든 중생을 부처님으로 섬긴다는 뜻이다." 참 좋은 표현이라고 생각되었다. 선종에서 말하는 돈오가 본각사상을 바탕으로 성립한다는 설명은 앞에서 누누이 하였다. 본각이란 모든 중생이 이미 깨쳐있다는 뜻이다. 달리 말하자면 모든 중생이 본래 부처라는 얘기이다. 그걸 아느냐 모르느냐, 그걸 알고 살아가느냐 모르고 살아가느냐 하는 것이 문제이다. 그걸 안다면 모든 중생을 부처님으로 섬기며 살게 마련이다. 이와 관련하여 널리 알려진 얘기로는 조선조를 세운 태조 이성계와 무학 대사가 나누었다는 대화가 있다. 이성계가 무학 대사에 "나는 스님이 돼지로 보입니다." 라고 했

그러나 선(禪)의 입장에서는 그것이 말로 할 수 있는 최선의 답변이다. 본각 사상에 충실하자면 '부처님이 되면 부처님으로 살 수 있다'고 해도 틀린다. 부처는 되고 말고 하는 게 아니기 때문이다. 전에도 언급한 적이 있는데, 경전에 보면 해탈, 열반은 불가득(不可得), 즉 얻을 수 없다고 하는 대목이 흔히 나온다. 불가능하다는 뜻이 아니다. 얻고 말고 하는 문제가 아니라는 뜻이다. 왜냐? 본각 사상에 입각해서 말하자면 해탈, 열반, 성불은 이미 이루어져 있는 것이기 때문이다. 그렇기 때문에 여기고 내가 이렇게 또는 저렇게 수행하면 부처가 되겠거니 하고 기대하는 것은 해탈, 열반, 부처라는 상(相)에 사로잡혀서 일하는 망상이다. 그런데도 우리는 함정하고 절하며 "성불합시다"라는 인사를 나누

돈오, 모든 중생을 부처로 섬긴다는 뜻 본각사상 "이미 해탈은 이뤄져 있다"

더니 무학 대사는 '내게는 당신이 부처님으로 보입니다.'라고 대답했다는 얘기가 말이다.

꽤 눈에는 돼지만 보이지만 부처님 눈에는 모든 것이 부처이다. 모든 중생이 이미 부처임을 아는 이에게는 모두가 부처일 뿐이다. 하지만 그걸 모르면 중생과 부처가 구별되고, 부처란 뭔가 색다르고 별나고 멀리 있는 존재라고도 생각된다. 그래서 가까이 눈에 보이는 것은 모두 중생으로만 보인다.

그런데, 여기에 논리적으로 문제가 있다고 느낄 수 있다. 모든 중생이 이미 부처임을 줄 아는 이에게는 모두가 부처로 보인다. 말은 '본각'의 이치를 깨달은 이는 본각의 이치로써 모든 것을 본다'는 것이나 마찬가지로 들어반복이다.

달리 말하자면 '부처님이니까 부처님으로 산다'는 식이다. 부처님으로 살려면 어떻게 해야 하는냐는 물음에 대해 '부처님이라 부처님으로 살 수 있다'고 답변한다면 실제로는 아무런 답변이 안 된 셈이다.

다. 우리 모두가 이미 성불하여 있다고 하는 본각 사상을 배웠으면서도, 우리가 바로 지금 여기에서 부처님으로서 살지 못하고 있음을 자인하기 때문이다. 그것은 본각의 이치에 입각해서 보자면 망상일 뿐이지만, 또 한편으로 현실에 입각해서 보자면 정작합이다. 이는 단순하게 논리만 보자면 분명히 모순이지만, 불교신행의 역동성이 우러나오는 가장 깊은 샘이 바로 거기에 있다. 불교신행의 목표는 간단하게 말해서 부처님으로서 사는 데 있다. 그런데 선사들은 우리 모두 이미 부처님이라고 가르친다.

그 가르침을 철저히 믿으면서 또한 나는 지금 부처님으로 살고 있지 못함을 정직하게 자인한다면, 내 삶의 모든 순간이 모순으로 타락은 다. 사람은 모순을 모순인 채로 내 버려두고는 살지 못한다. 어떻게 해서든 믿음과 현실 사이의 괴리를 없애려는 치열한 노력의 원동력이 거기에서 나오는 것이다.

■윤원철(서울대 종교학과 교수)

제3회 초종파

구족계 · 득도계 · 보살승계 · 보살계 수계 안내

敎는 부처님 말씀이고 禪은 부처님의 마음이며 戒는 부처님의 행(行)입니다. 옛부터 우리 나라에서는 언설(言說)로만 믿는 불교를 몸소 실천하기 위하여 금강계단을 설치하고 매년 수계대법회를 봉행해 왔습니다. 대한불교 원효종 총본산 금수사에서서는 종파를 초월하여 제3회 수계대법회를 봉행하오니 수계인연(宿世因緣)과 선근(善根)이 깊은 불제자들은 무무 동참하시어 불연(佛緣)을 맺으시고 출가의 소원을 모두 이루시기 바라나이다.

■수계산림: 불기 2548(서기2004)년 11월 25일 ~ 28일 (음 10월 14일~17일)

- 행 자 교 육 입 재 : 11월 25일 오전 10시
- 사미사미니 수계식 회향 : 11월 27일 오전 8시
- 구족계 수계자 교육입재 : 11월 27일 오전 10시
- 구족계 수계자 교육회향 : 11월 28일 오전 7시
- 보 살 계 수 계 식 : 11월 28일 오전 10시 ~ 오후 5시

■수계내용: 비구(니)계, 사미(니)계, 보살승계, 보살계

■수계신청서류(수계비)

- 1)비구(니)계: 수계신청서, 도첩 및 승적사본, 추천서, 이력서, 주민등록등본 각 1통, 증명사진 3매(수계비 300,000원)
- 2)사미(니)계: 수계신청서, 행자등록증사본, 추천서, 이력서, 주민등록등본 각 1통, 증명사진 3매(수계비 200,000원)
- 3)보살승계: 수계신청서, 사원등록증 및 임명장 사본(법사자격증 사본), 추천서, 이력서, 주민등록등본, 증명사진 3매(수계비 250,000원)

4)보살계: 수계신청서(수계비 30,000원)

■중계아사리 석주 율사(조계종 철보사 조실) 중계아사리 보성 율사(조계종 송광사 방장) 전계아사리 수진 율사(태고종 용화사 주지) 갈마아사리 덕산 대화상(원효종 종정) 교수아사리 고산 대화상(원효종 총무원장) 존중아사리 구산 대화상(금수사 주지), 도전 대화상(성주암 주지) 유 나 청일(사무종장)

☞ 수계 신청자는 2004년 11월 20일까지 금수사에 도착하여야 합니다.

☞ 원효종 총무원 (051)466-0977 (각교구 중무원 총무원장)

☞ 원효종 종도는 종단 지정 색상(황색) 가사, 장삼 및 발우를 지참하셔야 합니다.

☞ 가사 및 장삼 문의: (051)466-0977

불기 2548(서기 2004)년 10월 일

대한불교 원효종 총무원장 김 고 산

이토픽·비염·천식

무료 특별강좌

유아의 경우 안면과 팔 다리의 바깥쪽에 습진을 보이며, 성인의 경우 팔다리가 접하는 부위에 피부가 거칠어지는 태선화된 습진을 보입니다. 가려움증을 쉽게 느끼며, 사소한 자극에도 민감해지고, 땀 흡수나 통풍이 잘되지 않는 모직, 합성섬유, 실크 등의 직물은 환자에게 가려움증을 유발시키고, 털로 만든 인형이나 털 목도리 등도 쉽게 자극을 줄 수 있습니다. 온도변화가 가려움증을 유발시킬 수 있는데, 갑자기 더운 방에 들어가거나, 목욕을 하게 되면 가려움증이 심해지는 경우가 많습니다.

국민건강진단 운동본부 | 마교한의원

강 사

- UP대학교 의과대학 해부학 교수 동의학 박사 박성범
- 한의사 홍성민 원장님
- 한의사 오달석 원장님

일 시

- 2004년 11월 30일 오후 2시

장 소

- 서울시 서초구 방배동 980-29 선불교 대법당

문 의 02)587-0001

※ 참석하실 분은 전화로 접수하여 주시기 바랍니다.