

나의 수행법

김종근 (상)

동사습 수행법을 제외한 나는 정말로 복 받은 사람이다. 동사습을 만난 계기는 상담공부를 하면서다. 그러던 중, 지난 93년 여름 동사습 법회 참석은 내게 신선 그 자체였다.



확 트이고 시원했다. 나는 이런 가치관을 동사습 수행에서 강조하는 삶의 5대 원

첫 보물, 선명해진 '삶의 목적'
법회 첫날 첫 시간, 동사습 지도법사 용타 스님에게 "여러분은 무엇을 위해 열심히 달려왔습니까?" 그리고 어디로 가려고 합니까? 여러분의 삶의 목적이 무엇입니까?"라는 질문을 받았다. 평소 자주 접하는 질문이지만 구체적인 목적과 방향 없이 살아온 내 자신이 뒤돌아 보아면서 가슴이 답답하고 말문이 꼭 막혔다. 그러자 스님은 '행복'이라고 말했다. '아하! 그대 사람들은 모두 행복하기 위해 살지, 그렇지.'

리에서 얻었다. 정체(正體), 대원(大願), 수심(修心), 화합(和合), 작선(作善) 등을 가만히 음미하며 깨닫게 됐다. 우선, 동사습 수행의 5대 원리는 내 삶의 변화를 이렇게 이끌었다. "우주의 중심인 소중한 나는 우리 모두의 행복을 위하여, 먼저 내 마음을 잘 다스리고, 주변 사람들과 더불어 잘 화합하며 선을 지으며 산다"고. 5대원리를 가만히 명상하고 있으면 내가 꼭 그런 인격을 가진 사람처럼 느껴지고, 또 그런

막연했던 삶의 목적과 방향 선명해져 내 기도로 상대가 행복해진다고 상상

그리고 스님은 두 번째 질문을 내게 던졌다. "그러면 행복이란 무엇입니까? 무엇이 행복입니까?" 난 곰곰이 그것이 무엇인지 곰곰이 손꼽아봤다. 건강, 돈, 명예, 사랑... 여러 가지 답을 적어 보기는 했지만 답답하기는 마찬 가지였다.

인격을 가지겠다는 고양지기가 생겼다. 그리고 난 삶의 궁극적인 목적에 대한 원대한 소망을 가지기 위해 대원관(大願觀) 큰 원력을 세워 모든 사물을 바라보는 동사습 수행법을 했다. 내게서 사랑(자비)의 기운이 일어나 기도의 대상에게 전달되고 그 기운으로 인해 상대가 행복해 진다고 상상을 했다.

잠시 후 스님은 이런 말을 했다. "행복이란 좋은 느낌 상태입니다. 이 세상 모든 일들이 결국은 느낌이 좋아지고 하는 것입니다. 행복과 행복의 조건을 혼동하지 않고 사는 것이 중대한 깨달음의 하나입니다. 우리들의 삶의 목적은 행복입니다. 행복은 좋은 느낌 상태이며, 인류의 모든 문화 문명은 우리 모두의 행복을 지향해 가는 방편입니다."

그러면서 "건강하시고, 행복하시고 맑고 밝은 기운이 넘치소서!"라고 기원했다. 기원의 법위를 나로부터 가족 친지들, 소속 공동체 사람들, 우리나라 국민들, 유정 무정의 일체 존재들, 온 우주로 확장했다. 대원관을 하고 있으면 온 몸의 세포가 살아나는 것 같이 개운했다. 상대를 위한 행복지는 대원관이 정말 좋았다. 그리고 삶에 대한 목적의식이 뚜렷하니 방향되지 않고, 그런 인격이 되려고 노력하는 만큼 내 마음 통이 넓어지고 성숙해 가는 것이 너무도 뿌듯했다. (계속)

■ 사천고 교사

'염불하는 이 놈이 무엇인가(念佛者是誰)?'

염불선(念佛禪)의 화두다. '아미타불'을 일념으로 외면, 무념의 경지에서 '내가 부처(自性彌陀) 입을 알게 하는 염불선의 공간이다. 또 그 마음자리가 곧 정도(淨土)임을 가능케 하는 '방향타'다. 때문에 염불선은 간절히 아미타불을 관하는 측면에서 염불을, 본래성불을 화두로 확인하는 측면에서 화두선 원리를 담았다. 화두선과 염불이 지력과 타력, 수행난이도 등 그 행법의 성격과 방법은 다르지만, 염불선 수행 흐름에서는 둘이 아니라는 의미다.

염불선 수행의 핵심 내용·효과

이 같은 염불선 수행원리는 곡성 성룡사 조실이었던 청화 스님(1923~2003)의 수행관에서도 확인된다. 스님은 법어집에서 '염불에 화두를 붙여 염불하는 자가 누구인가'를 탐구하는 방법과 본래의 자성이 부처란 확신을 갖고 법신을 관하는 염불은 화두선과 다름이 없다'고 강조했다.

그럼 염불선 수행법의 요체는 무엇인가? 한국불교계에 염불선을 본격적으로 주창했던 청화 스님과 차세대 염불선을 이끌고 있는 정묵 스님(양산정도원장), 덕산 스님(청원 혜은사주지) 등의 염불선 수행법을 통해 그 핵심내용을 소개한다.

'염불하는 이 놈이 무엇인가' 화두 참구

염불선을 선택하는 이유

'간화선(화두선)은 어렵고, 염불은 쉽다. 그래서 염불선을 선택한다?' 화두 중심의 간화선 수행전통에서 염불선 수행을 하고 있는 불자들이라면, 일반적으로 동의하는 말이다.

20년간 염불선을 해온 오장범 조계종 포교사(68)는 "간화선은 힘듭니다. 염불은 너무 편이하다"는 시각으로 염불선을 선택하는 불자들이 많다"며 "이런 현상은 '간화선은 수승한 수행법이고, 염불은 차원이 낮은 수행법'이라는 등 수행법의 우위를 따지려는 생각에서 비롯된다"고 말한다.

과연 간화선과 염불, 염불선 등은 수행법상 우열과 차이가 있는 것인가? 청화 스님은 "아니다"라고 말했다. 스님은 심지어 공안선, 묵조선, 염불선 등 수행법의 옳고 그르다 하는 것은 부질없는 일이라고 역설했다. 아예 간화선은 상근기, 염불은 하근기 중생이 하는 것이라는 인식을 경계하라고 주문했다.

염불선 수행법의 흐름

염불선 수행법의 흐름은 "선은 자기 마음이 바로 부처요, 만법이 본래 부처일 때가 바로 선의 경지가 드러난다"는 청화 스님의 선에 대한 정의에서 찾을 수 있다. 모든 화두가 일체 유무제(有漏의)인 상대 유위법을 떠나서 오직 불심만 잡으라는 것처럼, 공안이나 염불이나 모두 다 같다는 것이다. 스님은 공안도 한

물건 자리를 참구하는 것이냐가 같은 것이고, 염불도 부처가 안에 있다고 생각하기에 같다는 설명이다. 때문에 화두든 염불이든 본래부처가 부처를 생각하기에 다르지 않고, 염불선도 간화선과 둘이 아니라고 말했다.

덕산 스님(청원 혜은사 주지)도 염불선은 생각이전의 자리를 관하며 아미타불이나 관세음·지장보살과 여타 불·보살의 명호를 염하는 수행법이라고 설명했다. 본래 '생각이전의 자리'가 부처 자리이기 때문에 그 본래자리가 우

어떤 변화를 일으키나

염불선 수행이 일으키는 변화는 자기 참회의 과정을 단계별로 직접 살필 수 있게 한다는 점이다. 스스로 자기 업장이 녹아가는 모습을 확인하면서 실질적인 자기변화를 이끌어낸다는 것이다.

또 염불선이 갖는 수행법 성격도 한 요인이자, 타력이 아닌 자력수행인 염불선은 수행체 험자의 자발성을 유도해내는 장점으로 작용한다. 즉 기복 등의 소극적인 수행에서 벗어나

를 들기 때문에 일상생활을 하는 재가불자들에게 적당한 수행법'이라고 말했다.

덕산 스님은 염불선 수행을 통해 근본 진여당체에서 나오는 에너지인 '맑은 파장'이 현대인들에게 신선한 경험이 될 수 있다고 강조했다. 특히 염불삼매경지에서 나오는 에너지는 무거운 업도 맑힐 수 있는 좋은 파장이기에, 재가자들이 가정에서 염불선을 바르게 꾸준히 한다면 스스로의 업을 녹이고, 우주와 하나가 되는 길을 보게 된다고 스님은 설명했다.

정묵 스님(양산 정도원장)은 염불선이 안심과 희망을 준다고 강조했다. 자신이 무량한 자비광명 안에 존재하고 있음을 진실로 믿게 해 운회로부터의 해탈을 확신케 하고 안심을 얻게 한다는 것이다. 또 '지금 이 자리, 내 마음에서' 극락정토라는 희망을 심어준다고 설명했다.

무엇보다도 정묵 스님은 염불선 수행이 바른 일상을 사는 현대인들에게 현실적인 깨달음을 제공한다고 밝혔다. 진실한 마음으로 아미타불을 염하면, 눈감은 내면에 부처의 자비광명이 자신을 비추고 있음을 느낄 수 있고, 그 순간 아미타불과 하나가 됨을 체험하게 된다는 것이다. 그러면서 다감성의 모든 죄업이 소멸되는 직관적 깨달음을 얻기도 한다고 말했다.

김철우 기자 in-gan@buddhapia.com

'아미타불' 일념으로 외우며 '내가 부처' 확인 염불로 순간순간 망상 거둬내 화두 잘 들려

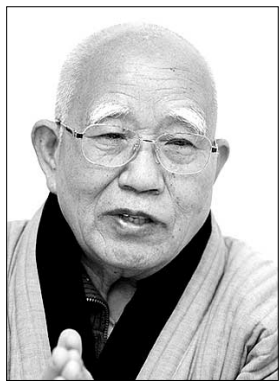
주의 진여당체라는 것이다. 염불선의 수행 원리가 바로 여기에 있다. 가령 간화선의 '이렇고' 화두를 들 때는 그냥 '이렇고' 하는 것이 아니라 '이렇고' 하는 그 당체를 여의지 않게 활구(活句)로 하는 것처럼, 염불선도 염불하는 그 당체를 여의지 않는다는 점이 같다.

덕산 스님은 "염불선은 유무를 떠나 자리, 즉 '마음이 부처'라는 자신의 자리에서 염불삼매를 하는 수행법'이라며 "문자와 언어, 시간과 공간 등을 초월한 진여당체를 확인하는 수행의 흐름을 갖고 있다"고 말했다.

지금한 염불을 통해 순간순간의 망상을 거둬내는 적극적인 수행으로 전환시킨다는 점이다. 뿐만 아니라 그 연장선상에서 이뤄진 무심·무념에서 '염불하는 이 놈이 무엇인가'란 염불화두를 통해 자연스럽게 '자성미타'를 밝힌다는 점도 염불선 수행법이 갖는 강력한 자기변화 추동력이다.

지음 스님(철불사 운산선원장)은 이와 관련, "염불선은 수행자 자신이 아미타불을 염불화두로 삼아 자기변화를 순차적으로 점검할 수 있다"며 "염불을 통해 망상을 없앤 다음 화두

지음 스님이 말하는 염불선 수행 4단계



높은 톤으로 시작...마지막엔 부르지 않아도 아미타불 충만

그러면 염불선은 어떻게 되는가. 60년 넘게 선방 수좌로 간화선 수행을 해온 하동 철불사 운산선원장 지음 스님(사진)은 처음부터 화두로 직접 들어가서 어려운 현대인들에게는 염불선 수행법도 방법이 된다고 권했다. 염불선을 하루 한번 15~20분 정도, 아미타불을 간절히 부르면서 '염불하는 이 놈이 무엇인가'를 참구하라고 말했다.

스님은 염불선 수행 과정을 네 단계로 설명했다. 첫 번째는 고성지(高聲持). 자신이 하고 있는 불·보살의 명호를 아주 높은 톤의 음으로 염불한다. 이렇게 고성으로 염불을 하면, 열 가지의 자기변화를 경험하게 된다. △잡이 없어지고(能辨睡眠) △온갖 장애가 사라지며(天魔驚怖) △일상사가 염불소리

로 가득 차고(聲滿十方) △일상사의 고통이 쉬게 되며(三途息苦) △잡다한 외부 소리에 흔들리지 않고(外聲不入) △염불하는 마음이 흠어지지 않으며(念心不散) △용맹스러운 정진심이 나고(勇猛精進) △모든 부처님을 보게 돼 환희심이 생기며(諸佛歡喜) △삼매력이 깊어지고(三昧現前) △바로 여기가 정토임을 알게 하는(往生淨土) 등의 효과를 본다. 그렇게 익혀서 힘을 얻게 되면, 옆에 있는 사람들이 들을까 말까 하는 미성지(微聲持)로 염불을 하면 된다. 그러다보면, 헛바닥을 놀리지 않아도 되는 비동설지(非動舌持) 단계로 염불선의 경지에 다다른다. 이후 꾸준히 이렇게 염불을 외면, 염불할 것도 없고 선정할 것도 없이 저절로 염불하는 경지인 금강지

(金剛持)에 이르게 된다. 스님은 이 같은 단계를 밟고 염불선을 하면, 간화선에서 화두타파로 생명을 잃고 견성하는 것처럼, 마지막 단계인 금강지에서 아미타불을 부르지 않아도 저절로 아미타불이 충만하게 된다고 말했다. 바로 그 순간, 염불하는 자신이 일념·무념의 경지에서 '염불하는 이 놈이 무엇인가(念佛者是誰)'라는 염불화두가 저절로 생기게 된다. 스님은 이러한 염불선 수행이 처음부터 자신의 업을 살살 녹여 금강지로 들어가 선의 이치를 알게 하기에 특히 현대인들에게 적합한 수행법이라고 한다.

김철우 기자

개 천 지 조 화 벽

• 예언에 의한 국내최초 새시대 새미륵시대 여의주시대를 펼치는 천기도량 완성

- 원호대사님의 미륵상부경에 의하면 석가모니 부처님께서 도솔천에서 미륵보살님이 미륵시대를 펼쳐 중생을 구제하신다고 예언
- 미륵보살님은 누구이며 과연 어떻게 미륵시대를 펼친것인가?

• 미륵보살님께서 천상계에서 강림하시어 이제 중생구제하기 시작하셨습니다.

• 중앙박물관에서 전시한 (2004년 7월 20일 ~ 10월 17일) 미륵보살님인 금동 반가사유상 (국보 78호, 83호)은 미륵시대를 예고한 것입니다.

• 미륵보살 반가사유상 중앙미륵님께서 천지조화의 기운을 내리시는 다섯분의 대성존님과 천지조화의 수기를 받으시고 강림하신 일곱분의 연화미륵님과, 삼십삼천, 서른세분의 천왕님과 미륵시대를 펼치오니 천견하시어 소원성취하십시오.

특이 도인, 스님, 보살님, 철학인, 종교인, 기공인 또한 일반인에게 공개하시니 친견, 소원성취하십시오

"미륵시대를 전파하라는 천명을 받은 미륵도인, 성산성지에서 오랜 수도를 통하여 천문, 지리학, 천지인 학문과 천지신명의 영통학문에 의한 진리연구로 佛知行 한 미륵선관대도인(天皇道師)이 직접 상담

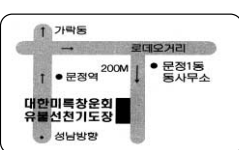
조상천도 업장소멸 인생문제를 천기도법으로...

"천기도법"(天氣道法)

- 천기도법에 관심이 있거나 공부하시려 하시는 분
- 사업을 계획하시거나 절망되는 분
- 질병으로 고통 받는 분
- 집안이 잘 안돌리는 분
- 천기를 받아 건강하고자 하는 분

예약 및 문의: 02)403-5272

大韓彌勒創運會 儒佛仙天氣道場



"개천구지(開天救地)... 벽도구인(闕道救人)"

환기 9202년 개천 5903년 단기 4338년 불기 2549년 서기 2005년 을유년 새해를 맞이 하여 새시대 새미륵시대 여의주 시대를 펼칩니다.

을유년 새해에는 시공초월하여 미륵인(彌勒人)이 되어 자신을 업그레이드 시키자!

미륵인이란? 과거의 전생업장(육신, 정신업장)을 소멸하고 새롭게 태어나므로 정신과 육신이 하나가 되고 또한 도를 수행(佛知, 行)함으로써 혁명적인(미륵님의 원력)을 갖고 자기에 맞는 大業과 天業을 대성공하고 나가서는 역사적 사명을 갖고 새시대(미륵시대)를 살아가는 사람을 말합니다. 누구든지 미륵인이 될 수 있습니다.

천기도법(天氣道法)으로 道門을 활짝 열어드립니다!

- 미륵인이 되면 미륵님의 원력(天氣)과 조상님의 공덕을 받으므로서 어려운 일이 풀리고, 자기분야에서 대성공 할 수 있습니다.
- 道門을 열어 천지조화의 기운(초광력에너지, 생명에너지)을 받으므로서 건강하게 됩니다.(난치병 치유)
- 자기 스스로 치료함과 동시에 제형의 교정도 자동으로 하게 됩니다.
- 초능력과 약사력이 생기므로 누구든지 치료 할 수 있는 능력을 갖게됩니다.
- 시공초월 함으로서 명산대천을 찾아 헤메이지 않고 천지조화의 기운을 받는다.
- 도술도법(원기력, 수인력, 대외력, 약사력, 관음력, 천도력, 용맹력, 지예력, 보살력, 여래력, 성인력)과 육신통(천안통, 천이통, 속명통, 타심통, 누진통, 신족통)이 열리게 되므로 성불할 수 있습니다.

유불선 天氣道場

시공초월하여 道門을 열수있도록 많은 연구와 노력끝에 이치에 맞게, 또 미륵시대를 맞이하고자 유불선을 통하여 완성된 道場으로 초과학적인 인간구제 발전소입니다. 3시간 만에 누구든지 미륵인이 될 수 있도록 도문을 열어드립니다. (百聞不如一見, 百見不如一行)

最上情報心身復生

至寶文化彌勒弘益

21세기 최상의 정보는 내마음과 몸을 다시살려 장생의 신선세계에 동참함으로 지극히 보배스러운 문화는 미륵시대에 부합된 흥익인간 이념을 구현함입니다!