

나에게 아비라 기도는 (하)

김두만 (부산광역시 북구 금곡동)

삼천배에서 시작된 나의 불교인연은 아비라 기도를 만나게 해 주었고, 지금까지도 일년에 네 번 아비라 기도를 하고 매달 삼천배 기도를 할 수 있게 해주었다.

그러나 이렇게 불교에 좀 더 다가가고 보니, 지금 내 자신의 수행생활이 미흡하다고 생각돼 항상 성철 스님께 송구하고 죄송한 마음이 들었다. 더불어 나 혼자만이 아니라 이 세상 많은 사람들에게도 불교를 만나게 해 줄 수는 없을까도 고민하게 됐다. 그래서 선택한 것이 바로 인터넷이었다.

전 세계를 이어주는 인터넷이라는 공간을 이용하면 정말 좋은 인연들을 만날 수 있겠다는 생각이 들었고, 성철 스님께서 우리에게 가르쳐 주신 이 좋은 기도법을 팔리 많은 법우들에게 전할 수 있을 것이라 생각이 들었다.

그래서 만든 것이 '불면석(cafe.daum.net/bmsuk)' 카페다. 2005년 4월 13일에 출발한 불면석은 5개월 만에 회원이 270여명을 넘어섰고, 매달 둘째 주 토요일마다 해인사 백련암에 모여 철야 삼천배 기도를 한다. 그리고 매달 넷째 주에는 마곡사에서 능엄주 수속 철야기도 일정에 함께 진행하고 있다.

그러나 내가 더 비중을 두고 중요하게 생각하고 있는 것은 한달에 두 번씩 모이는 법회가 아니라, 인터넷이라는 매체를 통해 남녀노소를 불문하고 맺어지는 불연(佛緣)이다. 회원들이 카페에 올리는 살아있는 글은 초심자들이 삼천배와 아비라 기도 그리고 일과기도 등의 수행을 할 수 있는 발심을 할 수 있도록 해주는 것이다.

말로만 들던 삼천배가 두려워서 감히도 전해 보지도 못하던 사람들이 불면석 카페에서 다른 이들이 삼천배 원만회향한 후 올린 후기를 보고 발심을 하게 되는 경우도 많다. 그리고 그분들이 또 다른 초심자들

불교의 세계로 이끄는 것이야말로 정말이지 커다란 의미가 있다고 생각한다. 이것이 바로 부처님 기도가피가 아니고 무엇일까? 내가 직접 경험해 보지 않은 것은 설득력이 없다. 힘든 삼천배와 아비라 기도를 직접 해보고 나서 확신에 찬 언어로 주위 법우들을 설득해 해인사 백련암에 데리고 오는 후배도반들을 보는 내 마음은 정말 뿌듯하기만 하다.

성철 스님께서 항상 말씀하신 '남을 위해 기도하라'는 말은 많은 의미를 가지

또한 가지 기도법이 있다. 그것은 생활기도법으로, 역시 성철 큰스님께서 가르쳐 주신 것이다. 우리가 매일 절에 가지 않으면서도 부처님을 하루도 놓지 않고, 내 자신을 굳건하게 만들면서 근기를 만들어 가는 기도법으로, 매일 하는 일과기도가 그것이다.

예전 백련암에서 삼천배 기도를 하면 성철 스님으로부터 받는 선물이 몇 가지 있는데 그중 첫 번째가 불명(佛名)이고, 두 번째는 일원상(一圓相)이고, 세 번째가 '삼(參)서근'의 화두이며, 네 번째가 '불기자심(不

성철 스님 가르침 알리기 위해 카페 개설 집에서 할 수 있는 생활기도법 적극 홍보 '심원'이란 불명 부끄럽지 않게 정진 전념

고 있다. 성철 스님의 가르침을 받들어 불면석에서는 내 안의 불성을 찾고, 업장소멸의 기회를 만들고자 힘든 결심을 하고 해인사 백련암에 참석할 초심자들을 위한 기도를 하고 있다.

전체 대중이 아무리 많아도 초심자가 한 사람이라도 있다면 회원들 모두는 그 한 사람의 삼천배 원만회향을 위해 기다려주고 참아주면서 천천히 호흡을 맞추어 주는 기도를 하고 있는 것이다. 그래서 많은 후배들이 선배들의 관심과 배려 속에서 불심을 키우고 다져나가기를 바란다. 또한 이것이 불면석의 특색인 전통으로 이어져나가고 있다고 한다.

불면석 카페를 통해서 이루어지고 있는

欺自心'의 수행심이다. 그 중 일원상은 액자로 만들어서 집에 걸어놓고, 매일 그 앞에서 참회기도를 한다. 예를 들면 기도를 좀 오래하신 분이냐, 특별하게 스님으로부터 속제를 받게 되면 집에서 절을 하게 되는데, 우리 모두는 일원상 앞에서 기도를 한다.

성철 스님께서 말씀하시길 '절에 가서 기도를 하는 것이 매일 연결되지 않으면 나태해지고 기복적인 부분이 생길 때만 찾아가게 되는데, 부처님은 그렇게 필요 할 때만 찾는 것이 아니라, 일상생활에서 꾸준한 예불과 참회를 해야 하는 대상이다. 그것이 수행정진이다. 그러나 집에다 일원상을 내 마음의 부처로 걸어놓고 집에서 매일 기도

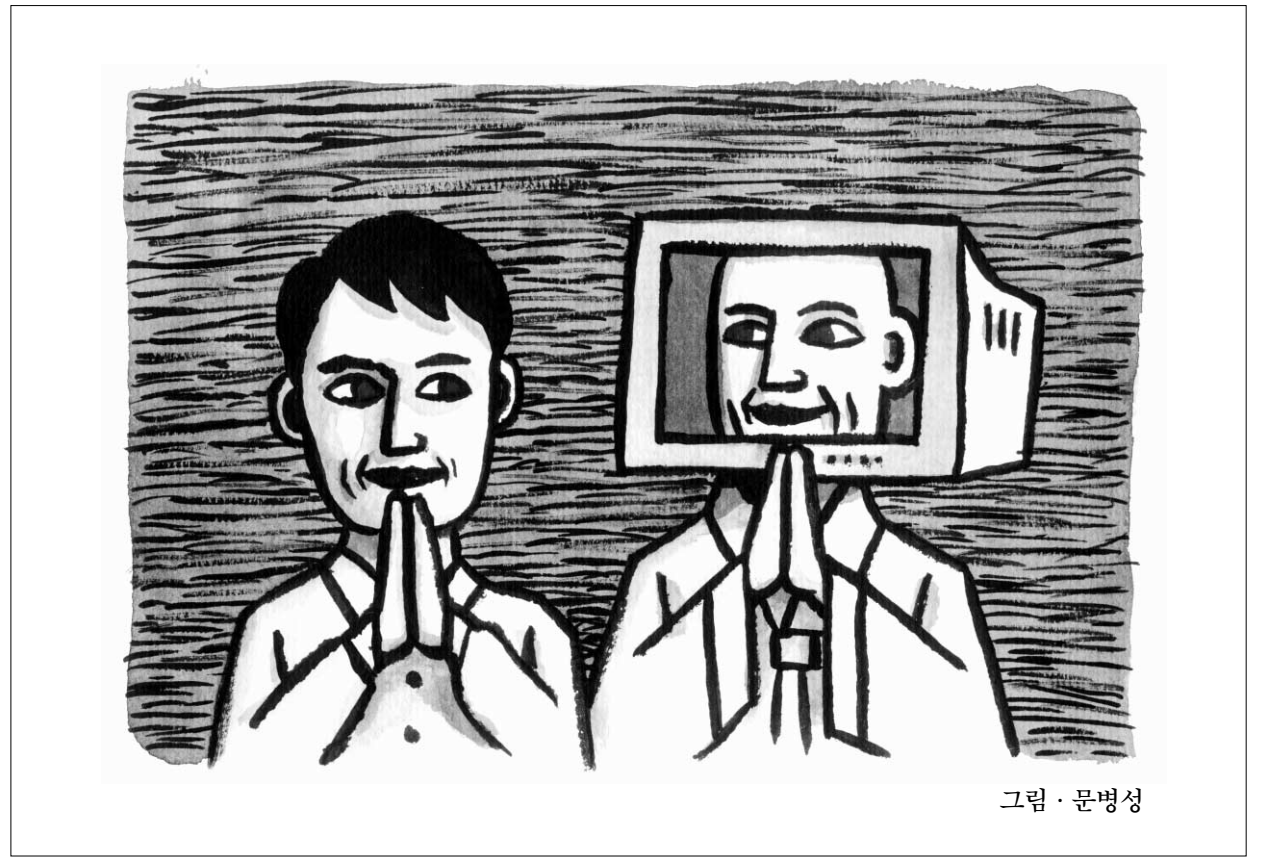


그림 · 문병성

하라'고 하셨다.

나는 이 부분을 가장 중요하게 받아 들였고, 또 지금까지 행해왔으며 또 이 부분을 카페를 통해서, 삼천배를 통해서, 법우들에게 수행의 지침서로 전해 주고 있다. 죽을 때까지 예불대참회문을 보면서, 매일 세계 밥 먹는 것과 똑같이 빠짐없이 108배 참회기도를 하고 능엄주를 하는 것이 백련암으로 삼천배를 다니는 우리들 수행의 기본이다.

그렇게 정진력이 힘이 불되면 108배의 숫자를 늘려 300배를 하기도 하고 500배를 하기도 하고 1000배를 하기도 한다. 마찬가지로 능엄주 수속도 하루 1독에서 3독, 7독, 14독으로 늘려나가기도 한다.

부모에게 받은 육신의 몸으로 도를 이루기 위한 좋은 인연을 만났으니, 우리들이 사랑하고 존경하는 성철 큰스님의 가르침으로 업장소멸과 참 '나'를 찾아가는 정진력을 목적으로 행할 따름이다.

스님께 받았던 불명도 수행의 큰 지침이 된다. 불명을 받은 지 십수 년이 지난 지금도 '심원(心源)이라는 불명 값도 못하지 말

고, 기도 열심히 해라' 하고 말씀하셨던 성철 큰 스님의 음성이 귀에 쟁쟁하다. 16년 기도 다닌 세월을 내세울 만한 하나 제대로 없었던, 늘 스님이 주신 '삼(參)서근'의 화두를 들고 자신 자신을 속이지 않는 수행심으로 정진해 나갈 따름이다.

이렇게 수행수기를 쓴다는 사실이 오히려 부끄럽고 커다란 짐이 되고 있는 것을 느끼면서, 새삼스럽게 나의 계엄을 닦하는 책적이 되고 있다. 하지만 성철 큰스님을 만났던 인연으로 지금 수행수기를 쓰고

있고, 이 글을 통해서 다시 한번 성철 큰스님의 위대한 사상과 생활기도법이 많은 법우들에게 공감하고 실천 할 수 있는 기회가 되기를 바란다.

그리고 큰스님께 받은 심원이라는 불명이 부끄럽지 않도록 해야 한다는 마음에, 불면석이라는 카페를 통해서 내 생각이 아닌 성철 스님의 말씀과 사상을 올바르게 전하고자 전념하고 노력할 따름이다. 인연 있는 도반들이 한 번이라도 만나신다면 그분을 위한 삼천배를 하고자 할 뿐이다.(끝)

신행수기 일년내내 받습니다

삶을 살아가면서 가슴속에만 폭풍 담겨있던 감동깊은 신행체험들을 진솔하게 적어 보내주십시오. 연중 접수한 신행수기 가운데 우수작은 소정의 고료를 드리고 신문에 연재하며, 연말에 최종 심사를 거쳐 시상합니다.

- 주제: 신행 및 수행 체험, 불심으로 고난을 이겨낸 이야기
- 분량: 200자 원고지 30매 안팎(4용지 4장)
- 접수처: (110-030) 서울시 중구로 청운동 54번지 현대불교신문사 편집국 신행수기 담당자
- 문의 전화: 02)2004-8241
- 인터넷 접수: bypark@buddhapia.com

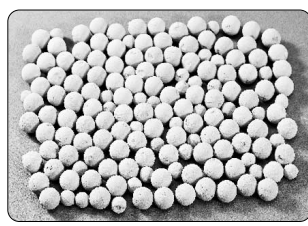
상쾌한속면 건강한하루

신비의은행석

베개속에 넣고 평생 사용 늘~건강하고 편안한 잠자리

*음이온을 첨가하여 어깨 통증완화 및 각세포의 기능 향상

건강도 지켜주고 젊음을 유지하는 은행석 안심목걸이, 팔찌

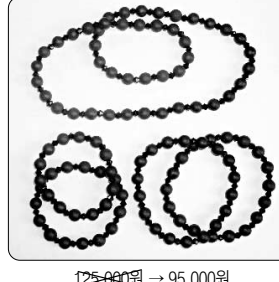


베개볼 1인용 55,000원 → 45,000원 "부모님께 최고의 효도선물"

베개속에 은행석을 넣고 주무시면 평생 뇌졸중, 중풍, 치매, 고혈압 전신등이 치유됩니다. 그리고 기억력이 살아나고 혈압이 떨어지며 기미가 줄고 하얀 얼굴로 마백효과도 뛰어나요. 하루에 5시간만 주무셔도 8시간 잔것과 같은 효과가 있어 머리가 맑고 상쾌하며 아침에 가볍게 일어납니다.

죽어가는 것도 살리는 은행석 북한에서는 은행석을 죽어가는 것도 살린다는 별명이 붙어 있습니다. 예를 들어 대야에다 수돗물을 받아 붓어를 넣으면 붓어는 배를 뒤집고 헐떡이며 죽어갑니다. 이때 은행석을 넣으면 붓어는 씩씩하게 살아납니다. 고급난, 분재 등 죽어가는 것도 살릴 수 있어요.

생명의 빛/생명의 기! 북한 일부 고위층만 사용하며 저를 믿고 주무시면 건강하게 장수하지만 일부 사람들은 의심이 많아요. 받아 붓어를 넣으면 붓어는 배를 분에게 적극 권장합니다. 손발이 자주 붓거나 저린 분은 은행석 목걸이, 팔찌와 같이 사용하시면 더욱 효과적입니다.



125,000원 → 95,000원

- ◆ 목걸이, 팔찌: 머리를 맑게 함, 손발저림, 어깨결림해소, 혈압조절, 혈당상승억제, 전신에 氣를 고루 전달, 기억회복, 심장박동이 원활하여 마음을 안정 시킴, 신진대사촉진, 피가 맑게 하며, 다이어트에도 효과
- ◆ 은행석 108염주, 손목장판주도 제조 판매입니다
- ◇ 현재 많은 손님, 불자들의 사용 후 기적같은 사례들이 많이 일어나고 있습니다 ◇
- ◆강닥터 문의전화 (02)723-9184 www.dk21.net
- ◆입금계좌:농협 1143-12-049474 송명화 ◆ 일요일 공휴일도 상담 합니다.

2005년 화제신간

일곱 번째 완전자

우리 곁에 오신 **미륵**

신국판 / 396쪽
해조음 / 값 9,500원

서자특별공개강좌

주요내용

- 석가모니 부처님은 미륵불 출세시 인간 수명이 팔만사천세가 된다고 하셨는데 그 진위와 이루는 방법은 무엇인가??
- 중생의 상상을 초월하는 여래출현의 비밀은 무엇인가??

● 서울: 매주 수요일 (오후 2시~3시)
● 부산: 매주 목요일 (오후 2시~3시)
● 대구: 매주 금요일 (오후 2시~3시)

강좌 문의
053)653-9124

전국유명 서점에서 구입할 수 있습니다

과일의 왕 두리안

스님들과 불자들의 성원에 힘입어 금번 두리안을 대량 수입이게돼 무안한 감사를 드립니다. 감사의 뜻으로 두리안 가격을 인하여게 되었습니다.

● 두개 6.5KG이상 **55,000** 원
한박스 13KG이상 **100,000** 원

Sale!

후식으로 보이산차, 장미차, 국화차 중 하나를 보내드립니다.

주문하시면 즉시 택배로 배송되며 받아보실 때는 영하 40도로 급냉해 보관된 두리안이 딱이 좋은 상태로 해동이 되어 있습니다 인터넷에서 주문하셔도 됩니다. 한글로 두리안상 www.durianshop.com

후레쉬 망고가 입고되었습니다.

판매 및 문의
불자가 운영합니다
대표전화 ☎ 031-882-1357/031-797-1357
Fax 031-881-1350 긴급전화: 011-474-1345
입금규좌: 농협 100023-56-156761(조명숙)

웰빙시대 우리집 건강지킴이 신비의 항토침대·항토손·항토불판

항토는 오랜 세월동안 태양에너지를 흡수하고 있는 규소성 광물로서 흔히 '태양에너지 저장고'라고 불립니다. 표면이 넓은 벌집구조로 수많은 공진이 복굴절효과를 이루고 있으며, 구멍안에는 원핵의선이 다량 흡수, 저장되어 있어 열을 받으면 발생하여 다른 물체의 분자활동을 자극하는 기능을 갖고 있습니다.

항토손·항토불판은 살아있는 생명체라 하여 엄청난 약성을 가진 무병장수의 흙으로 사용되어온 항토의 정점을 고스란히 담은 우리집 건강 지킴이입니다.

항토손의 특별한 효능

1. 정화작용 및 해독제 역할
2. 인체의 순환작용
3. 통증의 완화작용
4. 신진대사 촉진

항토침대에서 동명술 취하면 항토불판에서 악몽 요리의 기운이 되살아나 건강을 지키는데 탁월한 효능이 있습니다.

● 제품 가격: ● 항토 침대 (1인용): 1,500,000원 ● 항토손 + 항토수건: 20,000원
● 항토불판 + 항토시판: 25,000원 ● 항토손 + 항토불판 세트: 45,000원

● 입금 계좌번호: ● 농 협: 178990-56-003521 (이점숙)
● 대구은행: 023-07-473126-001 (이점숙)

● 구입 문의
대구광역시 달성군 다사읍 서재리 543-1 중앙시장 108호 대구·경북지사 011-817-9364 · 017-804-0215 · 053-585-9364 이노사나 합창

제52회 3000배 용맹정진

50만 배 성장한 청건스님과 함께 처음부터 끝까지 죽미소리에 맞춰 일사분란하게 철을 하며 공경심으로 부처님을 찬탄하며, '부처님 크신 은혜 고맙습니다' 일 만 번 염송으로 자신의 마음속에 잠자고 있던 감사함의 행복과 건강을 일깨우고, 자신의 인생에 가장 큰 걸림돌인 큰 업장 3가지는 물론 녹여내려고, 3가지 큰 소원은 즉시 이뤄집니다.

21세기 인류 최고의 수행법이며 심신건강법이고, 가장 확실한 예방의학이며, 가장 완벽한 요기입니다.

● 날 짜: 10월 29일(토) 저녁 9시 ~ 일요일 오전 7시 (절하는 법 교육: 저녁 7시~9시, 3000배 시작하기전)

● 준비물: 동참비 2만원
기도포(큰수건), 수건 2개(담 땀을 용도), 두꺼운 면양말 2켤레, 면티 2매, 수련복(하의) 2매, 간단한 간식, 물병
▶ 당일 저녁 공양을 준비 하지 않습니다.

● 장소: 분당 이매역 하안마을선원 대법당

● 찾아오시는 길
● 전철: 분당선 이매역 1번 출구 앞, SK주유소 옆 도로로 5분거리 (분당선: 2호선 선릉역, 3호선 도곡역, 8호선 북정역 이용)

백만불자 108배 만일결사 **법왕정사 서울 군자법당**
수행중심교육도량

☞ 오시는 길: 5,7호선 군자전철역 4번 출구, 백악관방향으로 100M 이매스 가우 4층

☎ 문의전화: 02)456-4994, 0035(팩스경음), <http://cafe.daum.net/sorisan>