



할로 죽이고 방으로 살리고

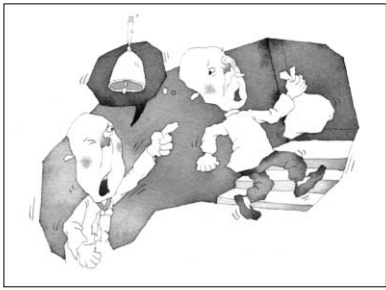
〈77〉 무진거사 장상영 드디어 깨치다

간화선의 교과서라고 불리는 대혜종교(大慧宗杲:1089-1163) 선사의 <서장>은 62편의 편지글로 되어있다. 그런데 그 편지의 주인공은 승려 2인(성전 각 화상, 고산 채 장로)과 여성 1인(진국태부인)을 제외하곤 모두가 재가거사를 대상으로 한다. 따라서 간화선은 승수에 별로 차별을 두지 않는 수행법이기도 하다. 간화선의 저변화, 대중화의 근거가 바로 여기에 있다.

무진(無盡)거사 장상영(張商英 1043-1121)의 깨침의 기원은 비교적 기록이 충실하다. 특히 선가에서 가장 어렵다는 공안으로 알려진 '덕산탁발(德山托鉢)'을 통해 인가를 받고 정법안장을 갖추게 된다.

'덕산탁발'에 대하여 잠깐 사족을 붙인다면 그 전말은 이러하다.

덕산선감(782-865) 선사가 어느 날 발을 들으니 손수 발우를 들고서 큰방으로 올라갔는데, 이를 보고



만나 큰 승곳으로 끌려줄 것이다. 그가 만약 수공하여 고개를 끄덕인다면 우리 불문에 많은 도움이 될 것이다."

무진거사와 도술종업 선사가 반듯하게 자리를 마주앉았다.

"조운사를 동림선사께서 인가하셨는데 무엇이 그리 의심나는 곳입니까?"

"에! 천찰백 공안 중에 오직 '덕산탁발' 화두에만 의심이 갑니다."

"그렇다면 그 나머지도 알음알이로 따지고 해석한 것입니까. 그렇게 해야 어찌 진정한 깨달음에 이르겠습니까?"

분한 마음에 잠을 이루지 못하고 계속 자리에서 일어났다 앉았다를 반복하였다. 새벽녘에 자기도 모르게 요강을 건어차 앞

어버렸는데 그 순간 크게 느낀 바 있었다. 몹시 기뻐서 바로 종업선사 방장실 문을 두드리며 말했다.

"도적을 잡았습니다." "그렇다면 그 장

도술 선사와의 선문답서 무참히 깨치고 잠 못이루다 요강 잊어버리고 크게 깨쳐

서 설봉의종이 말하기를 "저 노장이 종도치지 않았고 복도 울리지 않았는데 발우를 들고 어디로 가는가?" 하니, 덕산이 그 말을 듣고는 "그날 되돌아갔다"는 것에서 연유한다. 무진거사의 화두공부는 후일 강서의 조운사(漕運使)가 되어서도 시간이 나는 대로 인근의 법석을 두루 참방하는 계기가 되었다.

조운사란 국가에 세금으로 납부되는 공물들을 실어 나르는 일을 맡은 책임자를 말한다. 동림상종 선사에게 법을 받은 이후에도 그의 행각은 끝이 없었다.

도술종업(1044-1091) 선사와의 인연도 재미있다. 무진거사가 오기 전에 종업선사의 꿈에 하늘로 솟아오르는 해를 움켜잡는 꿈을 꾸었는데 이 이야기를 수좌에게 했다.

"태양이란 움직이며 돈다는 것이다. 무진거사 소임이 조운사이니 이 역시 움직이며 돌아다녀야 하는 일이다. 그가 머지않아 이곳을 지나간다고 하니 내가 그를

묻은 어디에 있느냐?" 무진이 어물어물하며 말을 못하자 선사가 말했다.

"돌아가시오. 해 뜨거든 아침에 다시 봅시다." 그리하여 그는 계승을 지었다.

복도 종도치지 않았는데 발우를 들고 오니(嚴寂鐘沈托鉢回)

암두의 한마디 꾸중은 벽력과 같네(巖頭一語語如雷)

과연 삼년 밖에 못살았으니(果然只得三年活)

이는 그에게서 수기 받은 것 아니겠는가(莫是遭他受記來)

이튿날 아침 무진거사가 가지고 온 이 계승을 보고 선사는 그리 탐탁지 않게 여겼다. 그러나 뒷날 도술종업 선사는 그의 깨침을 인가하였다.

■ 원철 스님(조계종 포교원 신도국장)

불교관 확립 안 되면 육체운동 불과

조계종 최초 '절 수행 입문' 출간... 바르게 절하기는?



“요즘 승속(僧俗)들이 부처님의 명호를 부르는 것을 들어 보면 비록 몸으로는 따라 예배하나 마음은 바깥 경계를 쫓아 헤맨다. …(중략)… 또 어떤 승속은 예배할 때 몸은 절을 따라 하지 않고 마음은 공경스러움을 생각하지 않는다. 마치 방아 오르내리는 것 같아 한갓 수고로움만 더할 뿐 아무런 이익이 없다.”

절 수행에 대해 자세히 언급하고 있는 중국 당대의 불서 <법원주람>은 당시 불자들의 절 수행 문제점을 이렇게 지적하고 있다. 요즘도 절하는 방법에 대해 논란이 많다. 어떤 마음가짐으로, 어떤 행법에 의해 절해야 제대로 하는 걸까.

조계종이 8월 28일 내놓은 <절 수행 입문>은 절 수행의 바른 지침을 조계종 차원에서 제시한 책으로, 이 지침은 현재 조계종 승가교육에서 정식으로 채택하고 있는 절 수행법을 기준으로 한 것이다. <간화선 입문>에 이은 조계종의 '불교수행입문' 시리즈 두 번째, <절 수행 입문>의 핵심 내용을 정리한다.

횃수에 집착 말고 방법~목적 지도 받아야 참회·염불·화두 참구 병행하면 효과 높아 호흡 불규칙하면 피로하고 관절에 무리

▶ 절 수행의 필수요건

절이 바른 불교 수행법으로 자리 잡기 위해서는 불교의 중도연기적 세계관과 가치관이 전제되어야 한다. 부처님의 가르침에 대한 바른 이해 없이 절만 강조하게 되면 자칫 육체적인 운동으로 전락될 수 있다.

모든 수행에는 의식과 절차가 있다. 하지만 절 수행 의식과 절차에 대한 원칙은 따로 정해져 있지 않다. 그러다보니 절을 한 횃수를 절 수행의 척도로 여긴다. 그러나 그저 절만 많이 한다고 해서 수행이 되는 것이 아니다.

2005년에 조계종 교육원이 발간한 <수행법 연구>에서 절과 관련한 내용을 집필했던 심준보 법사(백화도량)는 "절 수행의 대표적인 사람 10여 곳을 조사해 본 결과 절 수행에 대한 사전지식을 습득하고 의식에 맞춰 하는 경우는 거의 없었다"며 "딱연히 절만 하면서 절한 횃수만 따지고, 그것을 절 수행이라고 생각하는 풍토는 바로잡아야 한다"고 말했다.

또 하나, 절 수행 역시 간화선이나 다른 수행과 마찬가지로 지도를 받아야 하는데, 대부분의 불자들은 지도를 받지 않는 상태에서 그저 절만 많이 하면 된다고 생각한다. 절이 수행이 되기 위해서는 절하는 방법부터 목적까지 명확하게 지도를 받고 행해야 한다.

▶ 간화선 수행과의 관계

간화선 수행과 절 수행에 대해서는 두 가지 견해가 있다. 하나는 절 수행 자체를 독립된 수행법으로 보는 입장이며, 다른 하나는 절을 간화선 수행의 보조방법으로 보는 입장이다.

간화선 보조방법으로 보는 입장에서 도 절 수행은 대중들이 쉽게 접근할 수 있으며, 참회를 통해 입장을 소멸하고 인욕력과 삼매력을 강화할 수 있다고 여긴다. 그러나 절 수행 자체만으로는 불성을 깨닫고 번아의 지혜를 온전히 드러내기는 쉽지 않다고 생각한다.

따라서 처음에는 절 수행을 하되, 어느 정도 절 수행이 익어지면 간화선과 병행해 화두를 참구하는 것이 바람직하다고 보여진다.

▶ 절 수행 절차

절 수행도 다른 수행과 마찬가지로 의식과 절차를 마련해 진행하는 것이 바람직하다. 또한 절을 한 후에 15분 이상 좌선에 들어 호흡을 가라앉히고 자신의 마음을 관조하는 것이 꼭 필요하다.

법당에서 대중들과 함께 할 때는 삼귀의례→경전봉독→참회발원→절 수행→좌선→회향 발원→사홍서원 순서로, 집에서 절하는 경우는 주년 정돈→환 피우고 마음 다지기→삼귀의례→참회 발원→절 수행→좌선→회향 발원→사홍서원



접족례(接足禮) 순서. 접족례는 엄두 부처님의 발을 두 손으로 받드는 예로, 몸과 마음을 다해 부처님께 존경을 표하는 행위다.

순으로 하는 것이 좋다.

절 수행 절차에서 좌선이 포함된 것은 절 수행 시 좌선을 병행하는 것이 효과적이라는 종단의 판단에 의한 것이다.

▶ 절하는 법

가장 일반적으로 행해지는 접족례의 경우 두 팔의 팔꿈치를 양 무릎 앞쪽에 놓고 두 손바닥을 동시에 바닥에 대며 이마가 바닥에 닿도록 엎드린다. 이 때 동시에 왼발 엄지발가락을 오른발 엄지발가락 위에 얹는다.

손과 손 사이는 머리가 들어갈 정도의 간격으로 손끝을 약간 모아 쥐고 이 때 손가락은 벌리지 않도록 한다.

호흡도 중요하며, 호흡이 규칙적이지 않으면 피로가 오고 관절에 무리가 올 수 있다. 절을 할 때 숫자와 시간에 얽매어 험뻑거리며 하기보다는 자신의 몸 상태를 관찰하면서 천천히 호흡을 조절하며 하는 것이 바람직하다.

▶ 여러 가지 절 수행법

절 수행은 화두를 참구하면서도 할 수 있으며, 염불 주력 사경 위빠사나 등과 병행할 수 있다는 데 그 특색이 있다. 절 수행의 단조로움을 해소하기 위해 이들 수행법과 병행하면 훨씬 효과가 높다.

대표적인 방법은 △절을 하면서 마음으로 좌입을 참회하거나 △절을 하면서 불보살의 명호를 부르며 염불을 하거나 △절을 하면서 사경을 하거나 △108배

나 300배 1080배나 3000배 등의 절을 하면서 수를 헤아리는 방법 △절을 하면서 화두를 참구하거나 △절을 하면서 심신을 관하는 법 등이 있다.

이 가운데서 절을 하면서 화두를 참구하는 수행의 경우는 반드시 선지식에 게 화두 간택을 받아야 하며, 정기적으로 지도와 점검을 받아야 한다. 초심자에게는 쉽지 않은 수행법이다.

절하면서 심신을 관하는 법은 합장하면서 '합장' '합장' 하며 합장하고 있는 자신의 모습을 관하고, 풀어앉으면서 '앉는다' '앉는다' 하면서 그 모습을 관하는 방식으로, 절하면서 몸의 움직임을 지속적으로 관해 나간다.

한명우 기자 nmhnan@buddhapia.com

아바타 코스
나를 찾아 떠나는 9일간의 내면여행!
나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가?

밤은길 아바타 센터
아바타 마스터 김희교
전화수는 본래는 연애 자료를 보냅니다.

지금이야말로 당신이 큰 변화를 가져오기 위해 일생동안 기다려왔던 바로 그 시간입니다
당신의 소원을 이루십시오

▶ **전화문의 상담 환영**
서울시 종로구 평창동 154-1
전화 010-6230-2113 · 팩 021396-2736
http://www.avatarcenter.co.kr
E-mail: heegyun@avatar21.com

"승가건강비법 신비의 나무" [마·가·목]

강원도에는 옛부터 전해오는 속설에 노인이 마가목 지팡이를 짚으면 굵은 허리가 펴지고 아이를 못낳는 여인네가 방안에 마가목 가지로 두기만 해도 수태를 한다는 신령한 나무로써 지금도 승가의 선원에서 참선수도하는 스님들은 기력을 돋우기 위해 마가목 차를 드시고 있으며 산승이 비법을 전수 받아 갖가지 진귀한 열매와 약수로 맑고 향기롭게 정성껏 달여서 (1달분 60봉 두께 분량) 보시해 드릴 수 있습니다.

■ 1988년 11월 6일 오전 6시 40분 - KBS-2 TV "건강하게 삼시다" (강원도 오대산 승가비법 약초기행 마가목을 찾아서)방영
■ 2000년 10월 25일 수요일 - KBS-1 TV 아침방송 "무엇이든 물어보세요" (나무차 소개)방영

본초강목, 동의보감 기록

첫째, 그 성질은 따뜻하여 몸이 쇠약하고 풍습해 해수 등을 다스리고 둘째, 흰머리를 검게 하며 두뇌세포를 촉진 통풍, 신경통, 관절염, 기관지염, 방광염, 위염, 폐결핵, 팔다리가 저리거나 허리가 아프고 몸이 차고 냉한 사람 셋째, 중풍, 동맥경화, 고혈압, 풍 예방 및 기력을 돋우어 주어 신장(공팔)을 튼튼하게 하고 피로를 제거하며 간장을 보호하고 보혈, 신기허약, 조갈증, 당뇨와 고지혈증에 특효 넷째, 불안, 우울, 불면증을 해소하여 골병이 든 어혈도 풀어주며 비만 체질(지방을 분해하여 살이 빠지며)과 성인병 예방 다섯째, 심장을 안정시키며 마음을 편안하게 하고 양기를 돋우며 숙취를 해소

* 계절이 바뀌면서 체질변화로 인해 항상 피로하고 노곤하며 기운이 없는 사람에게 활력이 생깁니다.
◎ 약품은 아니며 체질개선에 도움이 됩니다 ◎

"실험 사례" 폐 식용유에 마가목액을 섞었다니 맑게 정제가 됩니다. 즉, 만병의 근원인 혈액속의 콜레스테롤을 제거하여 피를 맑게 합니다.

경기도 양평군 용문산 도솔암
전화번호 : (031)775-1285 지수 대진 입장

"이름 대사전"
아직도 이름을 짓고 계십니까?

작명을 하는 데는 우선,
• 수리가 좋은 획수로 구성되어야 하고,
• 상생의 원리를 따르고,
• 수리구성에 의한 수리오행과 삼원오행 및 원(元), 형(亨), 이(利), 정(貞)이 조화를 이루어야 하며,
• 작명에 쓰지 않는 글자들은 사용하지 않아야 하고,
• 한 글자가 두가지 음으로 소리나는 글자는 쓰지 않고,
• 장남과 차남을 구분해야 하며,
• 오행이 균형을 잡아야 합니다.

상기와 같은 기본을 완벽하게 적용하여 우리나라 약 320여개의 성씨 별로 약 2000여개의 최고의 이름들을 선택해서 이름 풀이까지 완벽하게 갖추고 있으며, 언제 어디서나 **사람이름, 법명, 상호, 기타** 이름이 필요한 모든 분야에서 완벽하게 활용할 수 있으니, 작명에 대하여 전혀 모르는 사람이라도 이 책만 있으면 최고의 작명가가 될 수 있습니다.

호타암 주지 원공 합장
부산 금정구 금사동 34-4 호타암 전화 051)524-9406
• 정가 : 50,000원 • 농협 121076-56-092613 (예금주:손선미)
* 지금 주문하시면 5일후에 도착합니다

사암침술과 맥을 알면 불치병은 없다

국내 어느곳에서도 배우수 없는 내용과 비법을 3개월만 배우면 초보자도 달인이 될 수 있습니다. 힘들고 어려울때 미래를 준비하십시오!

속성비결!! 책임지도!!

사암침술 강좌
▶ 과정 : ● 기초과정
● 전문가과정 ① 맥진법 ② 사암침술법 ③ 즉효요법반
▶ 내용 : 12경락과 경근, 사암도인침술법, 장부의 허실증 판단, 황체내경맥진법, 맥조절법, 오행처방법, 침술즉효요법(一鍼法), 비교정법, 실습위주 강좌
▶ 개강 : 2006. 9. 6 (수 · 목요일 주간반)
※ 일요일 : 사암도인 맥진법 강좌 (1개월 완성)
* 침술사 자격증을 교부합니다.

매화역수 강좌
간단한 수리학(1~9)만으로 운명을 판단하는 비법을 공개합니다. 쉽고 간단하고 재미있으며, 명리수준을 최고위 과정까지 높여 드리는 국내 유일의 강좌로 년운과 월운은 물론 일운까지 정확하게 측정시키는 최고의 학문입니다.
▶ 개강 : 매주 수시접수

명리전문가과정 맥진전문가과정

사 암 침 술 학 회
• 서 울 : 종로 3가 국민은행 4층(지하철 1호선 1번 출구)
문의 : (02)747-9136. 011-307-2975