

잃어버린 나를 찾아 벼랑끝까지 가리라



마곡사 시민선방에 방부를 들인 10여 명이 불자들이 심검당에서 수행정진하고 있다.



잠깐 줄음에 빠진 재가 수행자를 경계하는 모습.



오후 수행을 마친 수행자들이 입승스님과 함께 포행에 나섰다.



재가 수행자들은 차담시간을 통해 입승스님에게 자신의 수행을 점검 받는다.

마곡사 시민선방 문열던 날

병술년 동안거 결제일인 12월 5일(음력 10월 15일) 오전 10시 마곡사 대웅전. 결제에 들어가기 위해 모인 30여 스님들과 함께 법복 입은 10여 불자들이 가지런히 앉아 있다. 이들은 마곡사가 재가 불자들의 수행을 돕기 위해 개원한 시민선방에 방부를 들인 수행자들. 짧게는 하루에서 길게는 3개월 동안거 기간 내내 스님들과 똑같은 수행을 하기 위해 전국에서 모였다. 프리랜서, 자영업자, 회사원 등 저마다 사회에서 하는 일은 다르지만 결제기간 동안만은 나 자신을 찾고자하는 공통의 마음으로 용맹정진을 서원했다. 항상 몸이 지니고 있던 휴대폰도 자진 반납했고 외부와 일체 연락도 할 수 없지만 재가 불자들의 얼굴에는 웃음이 가득했다.

마곡사 선원장 정찬 스님은 “중생들은 소를 타고 있으면서도 소를 찾아 헤맨다”며 “우리가 모두 불성을 갖고 있으나 불성을 항상 밖에서 찾으려고 하기에 괴로움이 생긴다”는 법어를 통해 내면의 불성을 찾는 데 전력해 달라고 당부했다.

결제법어가 끝나는 순간부터 수행자들의 표정은 사뭇 진지해졌다. 깨달음을 얻는 것이 목적이 아닐지라도 매 순간 깨어있는 자신을 만나고 싶은 열망 때문일 것이다. 올해 처음으로 개원한 마곡사 시민선방도 스님들의 안거와 동일하게 수행정진을 하게 된다.

#휴대폰 자진 반납...용맹정진 서원

점심 공양 후 재가 불자들은 심검당에 모였다. 3개월 동안 수행정진하기 위한 일종의 오리엔테이션을 받기 위해서다.

“참선은 견성성불의 지름길로, 불자라면 누구나 해야 하는 수행법입니다. 참선을 할 때는 허리를 펴고 마음을 정갈하게 가져야 합니다.”

30년간 전국 제방 선방에서 수행한 성천 스님이 입승 소임을 맡아 재가 불자들을 위해 참선의 자세와 선방 생활에 대한 정규를 설명하자 불자들의 눈빛이 강렬해 졌다. 시민선방에 방부 들일 때 마음먹었던 저마다의 각오를 다지며 차분히 마음의 준비를 하는 듯 했다.

마곡사에서 포교 업무와 템플스테이를 담당하고 있는 맥산 스님도 시민선방 서기를 맡으며 3개월간의 정진에 동참했다. 결제 전날 3개월간의 용맹정진을 서원한 수행자들 중심으로 시민선방 운영을 위해 용상방을 짠 맥산 스님은 결제에 들어가기 전 대중들에게 소임을 자세하게 설명했다.

“선관 거사님은 지전을 맡았습시다. 지전은 선방의 잡다한 일을 모두 도맡아 처리하는 소임입니다. 소연 보살님은 정통 소임으로 세전실과 화장실 등의 청소를 담당하시고, 양영필씨는 지객으로 선방을 찾는 스님이나 수행자들을 안내하는 역할을 하시며 됩니다.”

소임을 맡은 수행자들은 합장 반배를 통해 소임을 열심히 수행하겠다는 뜻을 전했다. 입승스님과 서기스님의 이야기를 끝으로 10여 수행자들은 용맹정진을 시작했다. 시민선방이지만 이들의 일과는 스님들의 안거와 다를 바 없다. 새벽 3시에서 5시까지 예불과 입선을 시작으로 오전 8시에서 10시, 오후 2시부터 4시, 저녁 7시부터 9시까지 하루 8시간의 용맹정진을 한다.

또한 송담 스님과 전강 스님 등 한국의 대표적인 선승들의 법문을 오디오 테이프를 통해 듣고 입승스님과 수행 문답을 하는 시간도 갖는다.



올해 처음 문을 연 마곡사 시민선방이 병술년 동안거를 결제했다. '참 나'를 찾고자 재가 수행자들의 수행열기가 뜨겁다.

공양시간을 제외하고 나머지 여유시간 동안은 방선, 차담, 포행 등으로 자유롭게 정진할 수 있다. 삭발과 목욕은 조हार과 보름 전날에만 할 수 있고 차담 시간을 활용해 입승스님에게 자신의 수행 과정을 점검받게 된다.

#전강·송담 스님 법문 테이프 듣고 입승스님과 문답도

이번 동안거를 위해 다녔던 회사마저 그만두고 방부를 들인 소연 보살은 “사회생활을 하면서 나 자신을 돌아볼 수 있는 기회가 없어 시민선원에 동참하게 됐다”며 “내가 누구이며 나는 지금 무엇에 갇혀져 살고 있는지 그 해답을 찾기 위해 열심히 정진하겠

다”고 각오를 피력했다.

프리랜서 시카디자이너인 선관 거사도 “끊임없이 일어나는 번뇌와 집착을 놓으려 왔다”며 “나 자신의 진정한 의미를 찾는 소중한 시간이 되었으면 좋겠다”고 밝혔다.

입승 성천 스님은 “안거 기간동안 정진을 오래하는 것도 중요하지만 너무 정진에만 몰두하면 성성한 선기를 유지하기보다는 잡념이나 잠에 빠지기 쉽다”며 “재가자들의 안거수행이니만큼 하루 8시간의 가행정진동안만이라도 맑은 정신으로 집중한다면 참나를 찾는 데 도움이 될 것”이라고 조언했다.

공주/글=김두식 기자·사진=고영배 기자

금강약돌 온일복대

열침의 효능 - Health Belt

★식약청 의료기기 05-0626호 인증★

건강에도 최고!
선물로도 최고!

▶ 식약청 의료용구 개인용 인증번호: A830602
▶ 식약청 의료용 전자제품 인증번호: A830602
▶ 전기용품 안전 인증 번호: 0723-5024호
▶ 전자파차폐인증번호 전자파차폐인증
▶ 선진화기 대상보급사업 특허장 선진화기인증

배와 허리에 차기만 해도
오장육부를 건강하고 편안하게!

“암은 열에 약하며 배를 차게 하면 질병의 원인이 됩니다.”

강력한 원적외선 「열침」의 효과

▶ 열침을 착용하세요. 건강자극이 금강타사입니다. 다년간 건강제품에 열정을 바쳐온 본사에서는 북한에서 소량만이 생산되는 북한 3대 특산물인 금강약돌을 주성분으로 한 기능성 건강치료기 온일복대를 개발하였습니다. 본 제품은 34개의 금강약돌 불이 70-80℃이상의 고열을 발산시켜 착용시 복부(오장육부) 깊숙히 강력한 복사에너지와 원적외선을 전달하여 등과 같은 열침을 갖는 효과가 있으며, 체내의 노폐물 배출과 체지방 분해에도 도움을 주어 만성위염, 소화불량, 생리통, 변비 등에 탁월한 효과가 있습니다. 또한 혈액순환을 좋게하여 질병을 예방하고 면역력을 증강시킵니다. 오늘날 각종 질병치료에 온일요법을 사용하고 있으며, 선진국에서는 암 등의 치료에도 온일요법으로 치료하고 있습니다. 본 제품은 이에 상응되는 의료가 할 수 있습니다.

금강약돌 온일복대의 효능

생리통, 복통, 오통, 냉통, 변비, 소화불량, 관절염, 전립선, 피부병, 복부지방 분해, 혈압조절, 피로회복, 세균 및 바이러스생성, 신우조리, 스트레스성 증상, 숙취 등에 효과적이며, 특히 혈액과 전이세포에 효과를 볼 수 있습니다.

●●● 건강은 건강할 때 지킵시다! ●●●

오늘날 환경오염으로 인하여 현대의학으로는 치유할 수 없는 여러 가지 질병이 발생하고 있습니다. 현재 스님 불자들을 위해서 온일복대 체험 후 많은 차유 효과를 보고 있습니다.

●●● 온일복대와 유사제품과의 비교 ●●●

비교내용	금강약돌 온일복대	유사품(세라믹, 맥반석 등)
전기열선온도	95-100℃	70℃ 미만
접촉면온도	1시간이내 70-80℃, 1시간후 80℃ 유지	50℃ 미만
원적외선	열침이 40cm에서 99%, 90cm에서 99%가 방사된다. 인체에 유익한 미세파 원적외선(600nm) 포함되어 있다.	열침이 40cm에서 방사율이 90% 미만이며, 90cm에서 방사율은 인체의 표층만 도달하여 효과가 없다.
물리온	노출 100-1500회의 음이온이 나온다.	열침 노출 1000회의 음이온을 낸다.

금강덕터 (02)723-0099 ※2006년 12월 7일 부터 - 12월 10일까지 코엑스 인도양홀에서 모든 제품을 체험하세요!