

# 한비아씨 꼭 한번 뵙고 싶었습니다

그건 당신이 세계 어디든 48시간 이내에 달려가는 긴급구호팀장이기 때문에, 청소년들의 필독서가 될 만큼 유명한 테스트셀러 작가이기 때문도 아닙니다.

당신이 글과 말과 행동으로 보여준 나눔에 대한 생각이 우리가 생각하는 나눔과 사뭇 다르지 않기 때문입니다.

안타깝게도 어떤 사람들은 아직도 나눔은

뭔가 특별한 재주가 있거나, 혹은 삶의 여유가 있는

사람들의 몫이라고 생각하기도 합니다.

하지만 한비아라는 사람이 평범한 누군가의 딸이고

언니이고 친구이듯, 나눔도 평범한 우리들 모두가

할 수 있고 누릴 수 있는 행복입니다.

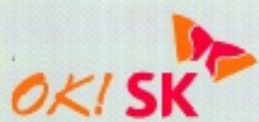
우리는 당신을 통해 더 많은 사람들이

우리의 생각과 함께하길 바랍니다.

더 많이 들려주시지 않으시겠습니까?

당신의 행복한 나눔 이야기를...

## 행복은 쉽다!



# 고즈넉한 암자에 '수행 향기' 가득

## 영천 서운암 시민선방 참여 불자들, 경행·좌선 등 여래선 수행 삼매경

부처님오신날 며칠 뒤인 5월 26일, 팔공산 은해사 경내는 시원한 계곡물을 따라 고즈넉한 산사의 분위기를 연출하고 있었다. 은해사를 거쳐 목적지인 서운암 가는 길은 맑은 계곡과 숲이 우거져 심호흡과 산림욕(山林浴) 하기에 더없이 좋은 길이다.

특히 암자 주변의 대나무 숲은 그지없이 청량해 세속의 찌든 때를 쓸어내는 것만 같다. '상서로운 구름'이란 뜻의 서운암(瑞雲庵)에 도착하니 아담한 법당과 요사채, 산신각, 꽃과 대나무, 작은 탑이 어우러진 절 마당이 여래정정선(如來淸淨禪)의 기풍을 말없이 보여주고 있었다.

저녁 공양을 마친 뒤 서운암에는 인근의 영천을 비롯해 김천, 구미, 포항, 대구 등 각지에서 올라온 수행자들이 조용히 웃을 같이 입고 절 마당에 있는 두 탑을 중심으로 돌면서 경행(經行)을 시작한다.

수행자들은 왼발을 천천히 옮겨 놓으며 '왼발, 앞으로, 내려놓음'이라고 염송하고, 또 오른발을 천천히 옮겨 놓을 때 '오른발, 앞으로, 내려놓음'이라 염송하며 매 순간마다 일어나고 사라지는 그 변화의 점진적 현상을 알아차리며 천천히 걷는다.

이날 처음 서운암 시민선방에 입방한 불자들에게는 서운암 암주이자 대구 여래선원장인 법산 스님이 직접 동작 하나 하나를 시범 보여 주면서 경행시의 주의사항을 일러준다.

"첫째 평상시의 걸음걸이대로 걸어야 하고, 둘째 가장 먼저 바닥과 닿는 발바닥(보통 발뒤꿈치) 부분의 느낌에 마음을 모아 알아차려야 하고, 셋째 바닥에 닿는 부분을 가능한대로 포커스를 작게 해서 미세한 느낌까지 놓치지 않고 알아차리는 세 가지 요건을 갖춰야 합니다."

이렇게 밧발에 발의 움직임에 관찰하면 몸에서 일어나고 사라지는 현상을 정확하게 보고 이해할 수 있다. 이 수행이 익숙해지면 수행자는 몸의 움직임이나 생각이 고요하게 되고 정숙해지며, 중생심도 점차 정화된다. 경행은 마치 자동차가



서운암에서 좌선에 몰두하고 있는 불자들. 법문과 점검으로 불자들을 지도하는 법산 스님(위).

운행되면서 다음에 사용할 기동력을 충전 하듯이 행주좌와 어묵동정에서 멈춰 있는 수행을 하기 위해 필수적인 기초 수행법이라 한다.

저녁 7시부터 시작된 경행은 저녁 8시부터 2시간의 좌선으로 이어진다. 경행이 발의 움직임에 마음을 집중해서 바르게 알아차리는 수행이라면, 좌선은 자연스런 호흡에 따라 배의 일어나고 사라짐에 주의할 기를 주어 주는 수행이다.

좌선시에 호흡을 관찰하는 것은 나를 형성하고 있는 지수화풍(地水火風)의 4대 요소와 무상(無常), 고(苦), 무아(無我) 등의 보편적인 특성을 관찰하기 위한 것이다. 즉 배의 팽창과 수축의 운동성은 바람의 요소, 배의 유흐성은 물의 요소, 배의 딱딱함이나 부드러움은 흙의 요소, 배의 뜨겁고 차가움은 불의 요소, 배가 일어나고 사라짐을 반복하는 것은 무아의 특성, 호흡에 따르는 불만족은 고의 특성, 호흡의 실체가 없음을 무아의 특성에 해당된다.

이러한 '사랑하거나 미워하는' 사랑·분별심이 약화되면 필수속 욕망의 사슬도 느슨해지고 행동반경도 그만큼 자유스러워져, 탐진치(貪瞋癡) 삼독(三毒)에서 벗어나 무한한 자유와 행복을 누리는 열반을 증득할 수 있다는 것이다.

법문이 끝나자 대중은 자리를 옮겨 지대방에서 11시부터 1시간 동안 차를 마시

"사람은 의도적으로 행동한 업의 주인이고 상속자이며, 업은 그가 태어날 모태이자 친구이며 피난처이기도 합니다. 따라서 업이 사람을 높거나 낮게, 그리고 거룩하거나 천박하게도 합니다. 궁극적으로 자아란 실재하지 않지만 물질과 비물질의 지속적으로 일어나고 사라지는 운동의 저변에 잠재된 업력의 흐름 때문에 생사윤회는 끊이지 않습니다."

법산 스님은 '고통이나 그 조건(업)에서 완전히 벗어나는' 해탈을 이루기 위해, 스스로의 노력과 체험을 통해 '있는 그대로' 자신을 바르게 이해하려는 작업인 수행을 지속해야 한다고 당부했다.

스님은 특히 행주좌와 어묵동정에서 바른 노력, 마음 집중, 마음 챙김으로 모든 현상을 있는 그대로 알아차리되, '싫다, 좋다' 하는 분별의식을 가져서는 절대 안 된다고 강조했다.

이러한 '사랑하거나 미워하는' 사랑·분별심이 약화되면 필수속 욕망의 사슬도 느슨해지고 행동반경도 그만큼 자유스러워져, 탐진치(貪瞋癡) 삼독(三毒)에서 벗어나 무한한 자유와 행복을 누리는 열반을 증득할 수 있다는 것이다.

법문이 끝나자 대중은 자리를 옮겨 지대방에서 11시부터 1시간 동안 차를 마시

며 법산 스님과 자유로운 수행 문단을 통해 점검을 받는다. 물론 수행자들은 수시로 얼굴을 마주하거나 전화, 메일 등을 통해서도 스님과 1대 1 지도점검을 받고 있다.

팔순이 가까운 법암(79·경북 영천) 거사로부터 20대의 학생에 이르기까지 다양한 연령층이 스님의 편안하면서도 세심한 지도아래 여래선(如來禪)을 수행하고 있는 것이다. 여래선이란 간화선과 조사선이 성립되기 이전, 달마 대사로부터 5조 홍인 대사까지 전해진 '능가경' 위주의 달마선(達摩禪)과 같다.

즉 달마어록에 "마음을 보는 한가지로 모든 행동을 다스린다"는 '관심법(觀心法)'이란 구절의 관심법(觀心法)이라 할 수 있다. 간화(看話)나 묵주(默誦)나 지관(止觀)이니 하며 구분하지만, 어떤 수행법이란 관법(觀法)은 기본적으로 포함되어야 하는 부처님 수행법이기 때문이다.

법산 스님의 여래선이 전혀 이국적이지만은 정통 선의 향훈을 발산하고 있는 것은 일타 스님을 은사로 출가해 제망 선원과 인도, 스리랑카, 미얀마 등지에서 운문으로 체득한 경력이 햇속 깊이 녹아있기 때문이다.

거해 스님과 함께 1세대 여래선 수행자인 스님은 최근 <위빠사나 수행법 33일>을 펴낸 것을 비롯해 <빈손도 내려놔라> <중도선> <그대들다 나처럼 이 길로 오라> 등의 저서를 펴내 여래선의 대중화를 발원하고 있다.

대구 도심에서 여래선원을 오랫동안 운영해 오다 지난 3월 1일 서운암에 시민선방을 개설한 것은 산사에서 맑은 공기를 마시면서 하는 정진의 효과와 고요한 수행 분위기를 조성하기 위한 것이었다.

선방을 개설한 지 석 달 만에 차분하면서도 진지한 수행 불이 일어나고 있는 서운암의 모습을 볼 때, 수행위주의 사찰이 나아가야 할 바람직한 방향과 가능성을 엿볼 수 있어서 행복했다. (054)335-7926

김성우 객원기자 buddhapi5@hanmail.net

### 한국근현대 고승들의 신문답

용성 스님(3)

고암 스님, 스님의 가풍은 무엇입니까?

용성 선사, 탁,탁,탁! (주장자를 내리치며) 너의 가풍은 무엇이냐?

고암 스님, 탁,탁,탁! (주장자를 내리치다)

용성(龍城, 1864~1940) 선사가 제자인 고암(古庵, 1899~1988) 스님에게 물었다.

"조주 무자(無字)의 10종병(十種病)에 걸리지 않으려면 어떻게 해야 하는가?"

"다만 깔받 위의 길을 갈 뿐입니다." "세존이 영산회상에서 연꽃을 들어 보인 뜻은 무엇인가?"

"사자굴 속에 다른 짐승이 있을 수 없습니다." "육조 스님이 '바람이 움직이는 것도, 깃발이 움직이는 것도 아니고 마음이 움직이는 것'이라 하였는데, 그 뜻은 무엇인가?"

"하늘은 높고 땅은 두렵습니다." 그리고는 고암 스님이 여쭙었다. "스님의 가풍은 무엇입니까?"

용성 선사는 주장자를 세 번 내리치며 반문하였다.

"너의 가풍은 무엇이냐?" 고암 스님도 주장자를 세 번 내리쳤다.

무자 심종병이란 '조주 무자' 화두를 참구함에 있어서 가장 주의하여야 할 병통 열 가지를 말한다. 이는 조주 무자 화두가 모든 화두의 대표격이므로, 결국 이것은 화두 참구에 있어서의 열 가지 병통을 말한 것이라 해도 무리

가 없다. 그 내용은 전적(典籍)에 따라 약간의 차이가 있지만 다음과 같이 요약할 수 있다.

①유(有)와 무(無)의 알음알이를 짓지 말라. ②'없다'고 말한다고 해서 '참'으로 없다'고 생각하지 말라. ③도리(道理)로써 이해하려고 하지 말라. ④의식(意識)으로 생각하거나 비교·분석하지도 말

라. ⑤눈썹을 치켜올리고 눈을 깜박이는 데서(불법의 지혜작용에서) 깨내려고 하지도 말라. ⑥문자나 말에서 살아갈 방법을 찾지도 말라. ⑦마음이 편안하다고 일없는 경지에만 안주하는 무사선(無事禪)에 빠져도 안 된다. ⑧화두를 들어 일으킨 곳을 향하여 알려 하지 말라. ⑨문자로서 이끌어 증명하지 말라. ⑩어리석음을 가져다 깨닫기를 기다리지 말라 등이 그것이다.

고암 스님은 이러한 무자 10종병에 걸리지 않기 위해 화두 일념 속에서 잠시도 방심하지 않고 늘 '또렷또렷하고 고요고요하게(惺惺寂寂)' 깨어있다고

답한다. 세존의 '염화미소(拈華微笑)' 공안에 대해서는 영산회상에는 법왕(法王)인 사자의 혈족들만 살고 있어서, 세존이 꽃을 드는 순간 곧바로 가슴이 이심전심으로 알아차린 것이라고 대답한다. 또 육조 스님의 '비풍비번(非風非幡)' 공안에 대해서는 '하늘은 높고 땅은 두렵다'는 말과 같이 '눈앞에 보

이는 그대로가 마음(目擊當前 觸目菩提)임을 밝히고 있다. 이어 용성 스님과 고암 스님은 사자의 후손답게 똑같이 주장자를 세 번 내리치는 지혜 작용을 통해 가풍(家風)을 전한 바 없이 전하고 있다.

용성 스님의 질문에 한 치의 어긋남이 없이 또박또박 말대답하고 있는 고암 스님은, 그 스승의 그 제자답게 마침내 대선지식이 된다.

스님은 해월, 만공, 용성, 한암 스님 등 대선사의 회상에서 25 하얀거울 성만한 후 1938년 용성 스님으로부터 전법계를 받았다.

그 후 1967년 조계종 3대 종정에 추대됐으며 1970년 해인총림 2대 방장, 72년 4대 종정, 78년 6대 종정, 80년 용성문장에 취임하여 불조(佛祖)와 스승의 은혜를 갚았다.

김성우 객원기자

### 수행개시판

●**봉은선원 입방자 모집**=서울 강남 봉은사 봉은선원은 매달 선방 입방자를 모집한다. 선원 개방시간은 오전 4시부터 오후 10시까지이며, 신규 신청자는 선감 스님의 면담 후 입방여부가 결정된다. (02)3218-4827

●**영화미소 선수련회**=경화 연동국제선원은 6월 29일~7월 20일 '영화미소 선 수련회'를 연다. 영국인 출신 선생 스님이 입승 스님으로 참여하며 하루 10시간 동안 좌선, 경행하는 정진 프로그램이다. (032)837-7033

●**위빠사나 기초과정**=한국위빠사나선원은 6월 11일~9월 19일 매주 월·수요일 오후 2시~5시 30분 위빠사나 기초과정을 개강한다. 이종숙 강사의 지도로 수행이론 50분, 경행 30분, 좌선60분, 면담 60분의 순서로 진행된다. (02)512-5258

●**고연가 위빠사나 10일 코스**=한국위빠사나운영위원회(Dharmakorea)는 충북 괴산군 청천면 상림리 다보수련원에서 고연가 위빠사나 명상 19차 코스(6월 10~21일, 20차 코스(6월 24일~7월 5일)를 진행한다. (018)335-9882

### 아바타 코스

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

▶ **밝은길 아바타 센터**

아바타 마스터 김희균  
전환주는 본래는 영내 지위를 보내드립니디.  
지금이야 말로 당신이 큰 변화를 가져오기 위해  
일생동안 기다려왔던 바로 그 시간입니다  
당신의 소원을 이루십시오

●**전환문의 상담 환영**  
서울시 중로구 평창동 154-1  
전화 010-6230-2113 ● 02)396-2736  
http://www.avatarcenter.co.kr  
E-mail: heegyun@avatar21.com