

제1장 구연(具緣)

# 죄업의 본성이 본래없는 이치를 안다면 이것이 바로 진정한 참회

若人犯重禁已 恐障禪定 雖不依諸經修諸行法 但生重懺悔 於三寶前 發露先罪 斷相續心 端身常坐 觀罪性空 念十方佛

여기에서는 대승이참의 이치를 밝히고 있다. 지금까지는 대승사참법의 편에서 이참까지 갖추고 있었는데 가령 열 번째 참회법에서 죄의 성품이 본래 일어남이 없다는 점을 밝힌 것이 여기에 해당된다. 그러나 여기에서는 대승무상이참법의 편에서 역시 사참법까지도 갖추고 있다.

하나의 예를 든다면 선정삼매에서 나왔을 때 부처님께 향을 사르고 예배하고 계율과 경전 등을 독송하는 것이 사참에 해당된다. 가령 사중금계를 받고 나서 선정에 장애가 될까 염려하고 계율을 청정하지 못하여 삼매가 현전하지 않는다고 분명히 알았다고 하자. 그럴 경우 모든 경전에 의지해서 참회법을 닦지 말고 단지 무겁게 참회하고 부끄러워하는 마음을 내어 불법승 삼보전에 자기가 지은 죄를 모두 드러내어 전에 지었던 무거운 죄업을 지극정성으로 참회하고, 아울러 죄업이 상속하는 마음까지 단절된 뒤에 몸과 마음을 거두어 단정한 몸으로 고요히 앉아서 죄의 성품을 은밀하게 관찰해야 한다.

그렇게 한다면 죄업은 본성이 없어 그 자체가 근본적으로 공이라는 것을 알게 된다. 여기에서 다시 사방세계 모든 부처님을 염불하여 죄업을 참회하면서 그 생각이 항상 일정한 곳에 머물러야 하는데, 모든 부처님의 큰 공덕을 염불하기도 하고 혹은 홀로 아미타불 성호만을 염불만 하여도 된다.

若出禪時 即須至心燒香禮佛 懺悔誦經 及誦大乘經典 障道重罪 自當漸漸消滅 因此尸羅清淨 禪定開發

가령 고요한 선정에서 나왔을 때 즉시 지극한 마음으로 향을 사르고 예배하고 참회해야만 하는데 <범망경>이나 보살계를 독송하기도 하고 <법화경><능엄경> 등 일체 대승경전을 독송하면서 도를 장애하는 지중환 죄업

의 참 뜻을 인식하고 참회를 구해야 한다. 이와 같이 참회한다면 죄업이 잠정적으로 소멸하고 악업까지 단절하여 계율이 다시 이를 따라서 청정해지면 여기에 이르러서 선정과 지혜가 다시 계발된다. 이것도 죄업을 참회로 소멸하는 하나의 간단한 방법이다.

故妙勝定經云 若人犯重罪已 心生怖畏 欲求滅除 若除禪定 餘無能滅 是人應當在空閑處 攝心常坐 及誦大乘經 一切重罪悉皆消滅 諸障三昧自然現前

여기에서는 경전에서 인용하고 증명하였다. <묘승정경(妙勝定經)>은 오로지 선정의 이치만을 설명하고 있다. '묘승'이라는 것은 선정이 가장 뛰어나고 미묘하다는 의미이다. 때문에 오묘하고 뛰어난 선정삼매라는 의미에서 '묘승정'이라고 말한다.

이 경전에서는 다음과 같이 이야기하고 있다. "가령 어떤 사람이 무거운 죄업을 범하고 나서 마음속으로 두려움과 공포심을 내어 그 죄업을 소멸하고 싶어 할 경우 선정을 제외하면 그 죄업을 소멸할 다른 방도가 없다. 이 사 람은 반드시 고요하고 한가한 처소에서 마음을 거두어 항상 단정히 앉아 좌선을 하거나 대승방등경전(大乘方等經典)을 수지 독송해야만 일체 무거운 죄업이 모두 소멸하고 모든 선정삼매가 자연스럽게 나타난다."

범어로 '삼매(三昧)'는 정정(正定) 또는 정수(正受) 또는 조직정(調直定)이라고 번역한다. 왜냐하면 모든 중생들이 종일토록 어지러운 망상으로 육신계계를 반연하는 것은 내 마음이 조화롭고 끈기 못하기 때문인데, 가령 선정을 수행한다면 마음이 자연스럽게 정도로 귀결하여 조화롭고 끈은 상태로 되기 때문이다. 이를 비유하면 뱀이 가는 길이 구불구불하다가도 끈은 대나무 통으로 들어가면 반듯하기를 구하지 않아도 스스로 반듯해지는 이치와도 같다.

경전을 듣거나 외우거나 염불을 하면서 지관을 수행하는데 있어서 그 어떤 경우를 막론하고 그 모든 수행은 계율을 청정하게 지니는

일이 제일 첫 번째 기본이 된다는 점을 알아야만 한다.

계율을 지니는 문제는 천태종에서 수행하는 스물다섯가지 방편 가운데 제일 첫 번째 과목에 해당된다. 이로써 알 수 있는 것은 계율을 청정하게 지니는 것만이 지관을 수행할 수 있는 가장 요긴한 방편이라는 점이다.

第二衣食具足者 衣法有三種 一者如雪山大士 隨得一衣蔽形即足 以不遊人間 堪忍力成故 위에서는 지계의 방편문제를 총론적으로 이야기했다. 지계의 문제가 끝나면 다시 의식의 문제를 살펴봐야 한다.

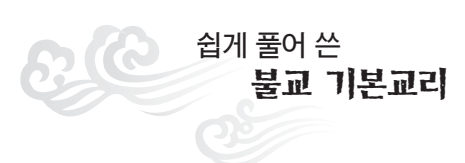
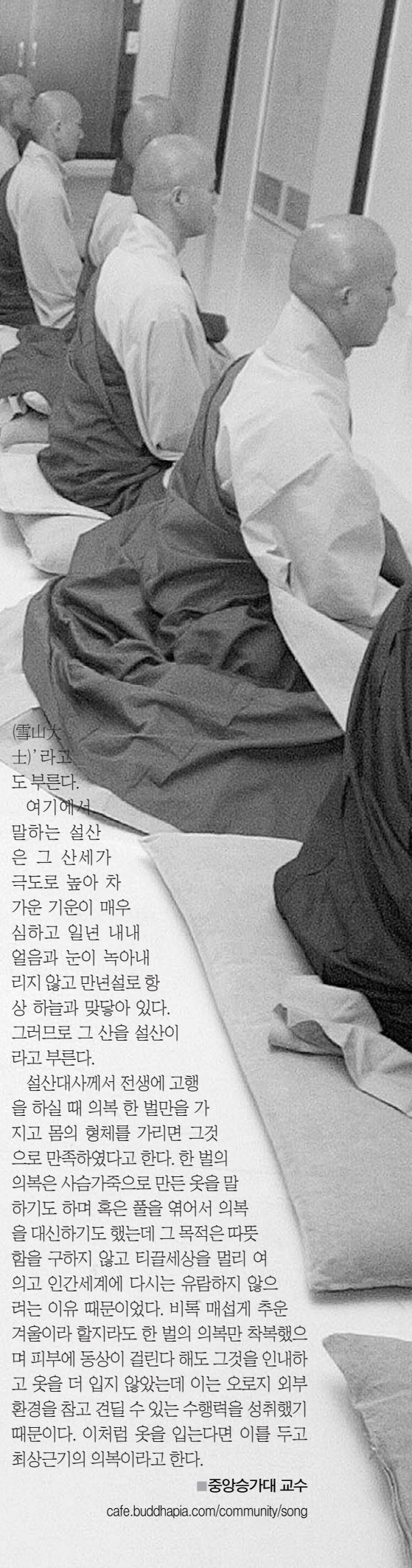
지관을 수행하려는 자라면 첫째 계율을 청정하게 지니야 하고 두 번째로는 의식이 만족스러워야 한다. 의복과 음식은 도를 수행하는데 있어서 보조적인 양식이다. 가령 의식이 부족하다면 몸이 매마르고 불안정한데 어떻게 수행을 하여 도를 이룰 수 있겠는가. 그 때문에 옛사람이 말하기를 "몸이 안정되어만 도가 높아진다"고 하였고 또 "설법을 하기 이전에 음식이 우선이다"라고도 하였다.

따라서 지관수행을 하는데 있어서 음식과 의복이 보조적인 방편이라는 점을 알아야만 한다. 그러나 의식은 지나치게 사치스럽거나 화려한 것을 구해서는 안된다. 왜냐하면 음식과 의복이 지나치게 화려하고 사치스러우면 탐욕만 증가하여 그것이 반대로 도를 막는 장애요인이 되기 때문이다.

의복과 음식 이 두 가지 법을 수용하는 문제도 각자 상·중·하 삼품의 종류로 나뉜다. 왜냐하면 수행하는 사람의 근기가 삼품으로 분류되기 때문이다.

우선 이 두 가지 문제 가운데서 의복부터 삼품으로 분류해서 설명해보기로 한다.

첫째 석가모니부처님께서 설산에서 수행할 때 중생을 제도하려는 목적 때문에 육년간을 고행했으며 또 과거 전생에 보살도를 실천할 때 일찍이 보살의 신분으로 설산에서 거처하셨다. 때문에 석가모니부처님을 '설산대사



## 번뇌의 종류-만심②

3) 과만(過慢)  
재능과 지혜가 자신과 동등한 상대방에 있어서는 자신이 상대방을 능가한다고 생각하는 경우, 실제보다 한 계단 허망하게 승진해 올라간 교만심을 '지나친 아만'이라고 합니다.

4) 만과만(慢過慢)  
상대방이 나를 능가하는데도 반대로 자신이 상대방을 능가한다고 생각해 '과만'보다 더욱 뽐내는 것을 '과만'에서 더욱 아만을 부린다고 해서 '만과만'이라고 합니다.

5) 증상만(增上慢)  
'증상만'은 아직 수행의 깨달음을 얻지 못했는데도 이미 깨달았다고 생각하는, 즉 약간의 분야만을 알았을 경우에도 매우 많이 아는 것처럼 뽐내는 마음의 상태를 말합니다.

6) 비만(倣慢)  
상대방이 많은 분야에서 나를 능가하는데도 자신이 그보다 약간 부족하다 하여 상대방의 수준을 자신에게 맞추어 격하시킨다거나, 상대방보다 자신이 전혀 부족함이 없는데도 자신이 그보다 극도로 부족하다고 하는 경우, 이 두 가지 경우를 모두 자신을 낮추는 듯하나 실제로는 마음 속 깊숙이 아만을 부리는 '비만'이라고 합니다.

7) 사만(嗚慢)  
자신이 상대방에게 그 어떠한 은혜로운 덕도 베풀지 않았으면서 자신이 그에게 커다란 덕을 베풀었다고 말하면서 그러한 악업의 행위를 실제인 양 믿고 뽐내는 마음을 '삿된 아만'이라고 합니다.

결론적으로 말한다면 아만심이 많은 사람들은 덕이 드높은 훌륭한 사람을 공경하지 않고, 그의 올바른 가르침을 수용하지 않기 때문에 이로 인해 모든 선근종자(善根種子)가 끊겨 그 어떤 악행도 거리가 없이 저지르게 됩니다. 때문에 처음엔 거만한 마음에서 시작하여 나중에는 반성이나 부끄러워하는 마음이 없이 행해져 끝내는 다른 사람들의 원성을 사게 됩니다.

그러므로 공부하는 사람이라면 우선적으로 겸손한 마음가짐으로 거만한 마음을 조복 받아야만 내일이 진보할 수 있을 것입니다. ■정려=張如舟

■중앙승가대 교수  
cafe.buddhapia.com/community/song

### '영어로 배우는 선무도 화랑사관학교' 禪 무드라 명상 테라피 심성 정화교육

# 선무도 청소년 화랑수련회

신라 화랑들의 수련장이며 조선시대 승병들의 동맹인 본부였던 함월산의 전통사찰 골굴사에서 청소년들의 인성교육과 심신단련을 위해 제 32회 겨울 수련회를 개최 합니다.  
컴퓨터 게임이나 과중한 학습으로 신체가 허약하고 정서가 불안한 청소년들에게 『禪 무드라 명상 테라피』를 통한 심성 정화 교육 프로그램을 중심으로 외국인 사범과 원어민 영어 강사가 함께 지도하는 『영어로 배우는 선무도 캠프』로서 주지스님이 직접 불교 강의와 인성 교육을 지도합니다.

- \* 연 제 : 2007년 12월~2008년 2월
- \* 모집인원 : 수시모집(1주, 2주, 3주, 한달 이상) 매주 일요일 입소  
교육효과를 높이기 위해 1주간 참가인원을 200명 이내로 제한합니다. (1개월씩 4회 이상 수련 시 단 순단 심사 자격 부여)
- \* 대 상 : 초등, 중등 학생 (고교생은 일반인 템플스테이)
- \* 수련회비 : 1일 3만원 · 1주일 21만원 · 1한달 70만원  
(교재비 포함)이며 수련비를 입금하여야 예약이 확정됩니다.  
☎ 농협 721107-52-037300 (예금주: 설기준 골굴사)
- \* 접수 및 문의: Tel (054) 745-0246, 744-1689  
Fax (054) 746-0172, 홈페이지: www.sunmudo.com

- \* 수련내용:
  1. 불교의 아나파나사티 명상·선요가·선기공·선무술·불교한문·전통문화(만소리, 승마, 다도, 전통춤)
  2. 禪 무드라 명상 테라피 수련으로 몸과 마음을 정화 (이명미 교수님, 무용학)
  3. 주지스님의 초발심자경문과 부모문중경 강의를 통해 인성교육 및 한문공부
  4. 매일 영어회화를 원어민이 지도합니다.
  5. 화랑의 기상과 호연지기를 느끼는 승마체험.
- \* 준비물 : 세면도구 · 필기도구 · 운동복 · 운동화 · 개인 컵  
장갑 · 모자 등 (현금, 휴대폰, MP3 휴대 금지)

▶ 일 과 표	시간	내 용	시간	내 용	시간	내 용	
5시	기상	10시	오전 선무도 수련	13시	독서와 사색	18시	저녁 공양
5:30	새벽 예불·좌선 및 행선	11시	108배 참회기도	14시	전통문화 강습(만소리, 다도, 승마 등)	19시	저녁 예불
7시	아침 공양(주 1회 발우공양)	12시	·자아를 향한 사색	15시	오후 선무도 수련·등산	19:30	지율학습 및 철학록 쓰기
8:30	불교 강의·영어회화	12시	점심 공양	16:30	월력(도량) 청소년 및 정려	21시	정화 및 취침

◆매주 1회 성지순례 : 장항사지 · 감은사지 · 문무대왕릉 등

1500년 전통사찰 · 연인원 2만명 이상이 참여하는 템플스테이 도량!!

**대한불교 조계종 11교구 골굴사**  
**선무도 대금강문·선무도 대학**

# 입종 및 행사모집

한국근본불교 조계종에서 승가의 꿈을 키우고 떨칠 분을 모집합니다.

## ○ 입종안내 구비서류

- ▶ 본종 입종신청서(사진3매)
- ▶ 주민등록증 등본 1통
- ▶ 사찰 전경

## ○ 행사(예비승) 모집

- ▶ 자격 : 신체 건강하고 법적 결격 사유가 없으며, 연령 50세 미만, 학력 고졸이상,
- ▶ 특전 : 행사 이수 후 승려교육 수행과 견해서 말사에 수행 할 수 있음.

총무원 : 경기도 수원시 팔달구 인계동 944-7  
전 화 : (031)217-2170, 2633 / 017-871-8647(기획실장)  
홈페이지 www.keunbon.org

이런 의의

## 공 고

제 07-01호

2007. 11. 30

제목 : 직인 및 계인 변경 공고

아래와 같이 직인 및 계인 변경 공고합니다.

현 사용직인은 2007년 11월30일자로 사용정지 합니다. 이후 사용할 경우 민,형사상의 책임을 엄중히 물을 것 임

한국근본불교 조계종 총무원장

