



불서읽기 캠페인

열반에 이르는 빠른 길이 보이십니까?

구름을 헤치고 나온 달처럼

정명 스님 지음 | 불교정신문화원 펴냄 | 1만2000원

#일어나라 잠을 깨라(4월 9일 맑음)

어제 야간 명상은 약 1시간 30분 정도 자리에 앉아 망상만 피우다가 잠이 들었다. 오늘은 새벽 3시 30분에 일어나 목욕까지 하고 자리에 앉았으나 혼침에 빠졌다. 5시 경에는 피곤을 이기지 못하고 잠이 들었다가 아침 공양을 알리는 목탁소리에 깬다. 부끄러운 마음과 죄의식이 함께 밀려온다.



위해 찾은 길이였다.

상좌부 불교 전통을 가장 잘 알고 있으며 계율을 엄격히 지키는 파아옥 명상센터. 명상 홀 뒤편에 실제 해골을 내놓은 곳으로도 이름이 나오는 파아옥 명상센터에서의 '마음 알아차리기' '마음 챙기기' 수행일기는 단순한 일기에 머물지 않는다. 스님의 수행체험 고백에 미안마의 수행 환경, 남방불교의 이념과

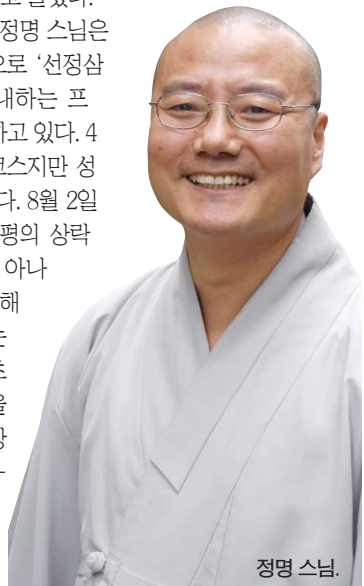
들숨과 날숨에 마음을 챙기는 명상법, 즉 아나파나 사띠의 공덕도 열반이다. 번뇌로부터의 벗어남이라는 목적은 그냥 이뤄지지 않는다. 정명 스님은 "도덕적인 삶, 계율에 충실한 삶이 우선"이라고 말한다. 도덕적인 삶은 즐거운 마음을 가능하게 해 주고 즐겁고 기쁜 마음은 마음을 쉬게 해주며 마음이 쉬면 행복감이 충만해진다. 충만한 행복감이 선정의 힘이 된다. 스님은 "선정을 얻을 수 있다면 마음의 집중력이 커져서 몸과 마음의 실체를 있는 그대로 볼 수 있는 힘이 생기고 이로 인한 불합리한 지혜를 얻어서 참다운 행복에 도달할 수 있는 것"이라고 요약한다.

어려선 조사선 간화선으로 전해져 온 북방불교에서의 수행 전통과 남방불교의 수행법에 대한 오해 내지는 편견이 존재하는 것이 현실이다. 열반의 증득이라는 공덕은 같지만 오랜 시간 굳어져 온 수행방법의 이질감은 크다. 한국불교에서는 간화선 수행자들이 위빠사나 수행에 대해 '낮은 단계의 수행'이라고 단언하는 경우까지 있는 상황이다.

정명 스님은 "남방불교와 북방불교라는 구별이 있다고 해서 부처님의 가르침에 남과 북이 있는 것은 아니지 않느냐"며 "수행의 공덕을 바로 알면 방법의 차이는 문제될 것이 없다"고 말했다.

책을 낸 이후 정명 스님은 불자들을 대상으로 '선정삼매 여행'을 안내하는 프로그램을 진행하고 있다. 4박5일의 단기 코스지만 성취도는 매우 높다. 8월 2일부터 경기도 가평의 상락향 수도원에서 아나파나 사띠를 통해 색계선정에 드는 수행을 하고 초기불교 가르침을 강의한다. 금강선원 (02)969-4981

임연태 기자
mian1@hanmail.net



정명 스님.

파아옥 명상센터 13개월의 수행일기 수행관련 용어와 정보 해설 따로 정리

#개미(4월 30일 오전 7시 10분 27도)

오늘 아침 꾸미에서 공양을 하던 중에 개미가 먹이를 입에 물고 냄비 위의 모서리를 다라 끝없이 돌고 있는 모습을 보았다. 수저를 놓고 가만히 바라보니 때로는 오른쪽으로 때로는 반대쪽으로 왔던 길을 계속해서 돌고 돈다. 이것이 윤회구나.(중략) 손만 놓으면 땅이고 먹이만 놓으면 길인데 오래나리기를 반복하는 것이 우리네 인생과 같다. 움켜쥔 손을 놓아라. 주먹을 펴라. 파아옥 명상센터가 내게 주는 마지막 선물이며 메시지지 싶다. 사투! 사투! 사투!

대학에서 산업공학을 전공하고 다시 경영학에 관심을 두고 인사조직을 전공해 박사학위를 받은 젊은 엘리트. 대기업에서 인사팀장과 연수팀장으로 '사회학'을 먹던 그가 돌연 출가를 했다. 그리고 미안마의 파아옥 명상센터로 들어갔다. 출가 후 '정명 스님'으로 살면서 나태해지는 마음에 겹쳐지는 불안감과 초조함을 떨쳐 버리기

수행전통에 대한 상세한 설명이 일목요연하게 정리되어 있기 때문이다.

몸의 궁극적 실재인 루빠(色 물질)와 마음의 궁극적 실재인 나마(정신, 마음)와 마음부수를 알아가는 과정은 순탄치 않다. 그러나 정명 스님은 서둘지 않고 욕심 부리지 않는 가운데 한 단계 한 단계씩 앞으로 나아갔다. 대중들과 함께 포살을 하고 스승에게 점심을 받고 혼자 꾸미(개인 수행 오두막)에서 정진하는 동안의 기록은 위빠사나 수행에 대한 새로운 인식을 제공하기도 한다.

국내에 명상과 위빠사나 수행 관련 책이 소개되기 시작한 역사는 10년을 넘지 않는다. 그 가운데 <정정도론>을 기조로 하는 수행 매뉴얼은 그다지 소개되지 않았다. 정명 스님이 수행한 파아옥 명상센터는 모든 수행의 근거를 아비담마(논증)와 팔리어 경전에 두고 있다. 따라서 정명 스님의 수행체험은 남방불교 수행의 핵심에 닿아 있고 그만큼 체험의 기록은 생생하다.



파아옥 명상센터 수행자들의 명상 모습



월운 스님에게 듣는 경전이야기 <2>

다생의 업장 소멸시키는 공덕 찾자

경(經)이란, 범어(梵語)로는 수다라(修多羅=Sutra)나, 번역(翻譯)하면 경(經), 선(線), 용천(湧泉) 등이 된다. 그 중에서 경이란 앞에서 말한 바와 같이 천(綱)의 씨줄, 또는 초목, 혈관, 사물의 줄기 등의 의미를 가지고 있는데, 부처님의 경전(經典)이 그와 같이 요긴하시다는 것이다.

그토록 깊고도 묘(妙)한 진리(眞理)의 말씀이 어느 한 시기(時期)나 지역(地域)이나 계층(階層)에만 맞는 것이 아니라, 누구에게나 언제나 어디서나 인연 있는 중생들의 근기(根機)에 꼭 맞는 특성이 있다는 것이다. 그러므로 꼭 맞는

하라' 등의 명령을 간직(貫穿)하고 있으면서, 소화중생(所化衆生)인 행인(行人)들로 하여금 자기의 명령을 잘 지키면 불명 이익이 된다는 사실을 주의(攝持)시키고 있다는 것이다.

이런 맥락에서 본다면 경의 기능을 관천(貫穿)과 섭지(攝持), 두 측면으로 나누어 구체적으로 설명하고, 동시에 극명하게 표현하기로는 경보다는 선이 더 우월한 것 같으나 불교수입이 전부터 중국에서 성현들의 말씀을 경이라 했던 인습(因習)에 따라 경이라 했다.

다음, 용천(湧泉)이란, 글자 그대로 솟

시절과 인연 맞춰 쓰임새 발휘하는 실과 끈에 비유 용천, 사막에서 솟구치는 샘물과 같이 귀하게 표현

다는 뜻의 계(契)를 추가(追加)하여 계경(契經)이라고도 한다.

다음 선(線)이란, 실(絲) 또는 끈을 말하는데 끈이란 주로 어떤 물건을 흐트러지지 않게 묶어두었다가 필요할 때에 손실(損失) 없이 뽑아 쓰게 하는 기능을 가지고 있다. 다시 말해 일정(一定)한 기능을 간직하고 있다가 시절(時節)과 인연(因緣)이 맞으면, 꼭 떨어지게 그 역할을 해 낸다는 것이다.

그러므로 고인(古人)들은 이러한 법칙(法則)을 설명할 때에, 관천소음설의(貫穿所應說義)라 했으니, 일정량(一定量)의 진리를 흠어지지 않게 잘 꿰어서 간직했다는 뜻이요, 섭지소화중생(攝持所化衆生)이라 하였으니, 그 진리에 알맞는 중생이 흠어지지 않고 찾아오기를 기다리는 것이라 하였다.

비근한 예로, 거리의 신호등을 들어 설명한다면 역시 일정량의 소음설의(所應說義)인 '멈추라' '진행하라' '회전

구치는 샘물인데 날씨가 덥고 물이 귀한 남방에서, 물 그것도 끝없는 사막길에서 오아시스를 만났다면 그 기쁨이 어땠겠는가. 더구나 퍼내도 또 퍼내도 마르지 않는 용천이라면 얼마나 반갑겠는가.

경전이 그와 같이 소중하고 고맙다는 이야기이어서 나도 어렵잖이 가끔 소중하다는 생각이 났지만, 꼭 떨어지게 그 역할을 하도록 생각해 본 기억은 80평생 한 번도 없었으니 부끄러운 일이다.

경전이 우리에게 고맙다는 이유는 우리의 다생(多生)업장(業障)을 단박에 소멸(消滅)시켜 주시기 때문인데, 경전의 공덕이 우리에게서 힘을 발휘하려면 우리가 경전의 말씀대로 따라져 주어야 하는데 거기가 찾지 않고 딴 데서 찾으려니, 기다리조진미소(幾多歸鳥盡迷巢), 즉 제 집을 못 찾는 나그네 얼마이던가.

부선사 조실, 동국역경원장

생명 에너지를
건강히 지키면
약이 입에 이르기 전에
병이 낫는다
원인동 요가미술

민속죽염 20년 전통
뜨겁고 달콤한
우리 민족의 대표죽염

인체건강의 4대 요소는
"맑은 물, 맑은 공기, 맑은 음식, 질 좋은 소금"인데 이 중 "질 좋은 소금" **자색죽염**은 총 아홉 번의 가열 과정을 거쳐 독성의 완전 제거와 약성의 완전 합성이 이루어지며 마지막 아홉 번째는 극강한 열에 의한 용융과정을 거쳐 탄생된 품질이 가장 우수한 죽염입니다. 이 죽염은 다음과 같은 기능이 있기에 일반인 및 환자들에게 꾸준한 섭취를 권장 할 수 있는 좋은 식품이라 할 수 있습니다.

1. 강한 해독작용을 하며 간 기능을 좋게 한다.
2. 소염작용을 하며 잇몸과 치아를 튼튼하게 해 준다.
3. 위장을 튼튼히 하며 식욕을 촉진시킨다.
4. 정혈작용등 체질개선에 도움을 준다.

* 죽염을 꾸준히 섭취하시면 인체의 자가 면역력이 높아져 감기 등 기타 질병 예방에 크게 도움이 됩니다.

9번 구분
가 루 자죽염 125g 27,500원
가 루 자죽염 230g 50,000원
알갱이 자죽염 125g 27,500원
알갱이 자죽염 230g 50,000원

2번 구분
보급형 민속죽염 500g 10,000원
(음식조리용 · 양치용 · 피부미용)
기본 배움비 2500원 (5인원이상 구매시 무료배송)

주문전화 : 0531985-1135 / 0541733-0979
전국 각 지역별 판매처 모집중! 016-823-0483
경북 영덕군 지품동 속곡동 54번지 www.msjy.co.kr

四代傳統
계룡산파 계보도
금호당 약효 → 보응당 문성 → 회응당 상근 → 원만당 석운

해동불교미술원
016-219-7180 / 011-743-5167

미국 현지영어연수안내

미국 현지에서 영어연수를 희망하시는 불제자에게서는 미국 전문 영어연수 학원인 "Spider smart" (미국전역 9개학원개설)의 Sugar Land, Texas 소재 "Learning Center" 학원장으로 있는 불자 김영주(미국 MIT, MBA석사)에게 아래 연락처로 문의 하시면 현지 영어연수에 유익한 많은 도움을 받을 수 있습니다.

연락처
TEL : 1-281-491-8896, 1-281-253-2798
H.P : 1-832-264-1045
E-mail : Spidersmartyk@yahoo.com

참고사항
위 학원에서 배포한 Teaching Success Cat, Spidersmart year round program, How to teach at Spidersmart, 등 자료를 원하시는분들은 아래 연락처로 전화주시면 보내드리겠습니다.
◆ 연락처 : 019-367-4307, 019-322-4308

관세음보살 순금(22K) 목걸이 메달

대자대비의 발원으로 만들었습니다 (의장등록 출원 중)

자비구세 정신의 핵심으로, 천 가지 지혜 눈으로 중생계를 살피고 천 가지 구원의 손길을 펴서 고탈에서 허덕이는 중생을 구하시려는 넓고 깊은 원력을 지니신 대자대비의 유일한 진신 관세음보살님... 그 위신력과 가호를 항상 간직하시길 기원합니다.

사업성취, 산수대길, 재수대통, 복덕구축, 만사형통, 승진, 합격, 안전, 성취발원, 삼재발산, 관재구설, 병고역난, 일시소멸

확대[앞] 확대[뒤]

* 메달만 구입하실 수 있습니다.
· 재질 : 순금 22K, 케이스 : 케노(항공기 유리소재) / 크기 : 가로 2cm X 세로 3cm
· 메달을 구입하시는 모든 불자들에게 '순금재수부력' 을 드립니다.

사찰 불사용으로 매우 좋습니다.
스님들께서 문의 주시면 성심껏 안내하여 드립니다.

■ 구입문의 : 010-7208-3777, 010-2869-5777
경기도 양평군 단월면 불상리 산100번지 각원사 해일 합창
농협 231080-52-220201 이규상

거제도 총명사 이미지부불탱화

거제도 총명사 신중탱화

거제도 총명사 칠성탱화