



송진우 교수의 수습지관좌선법요 <67> (修習止觀坐禪法要)

제9장 치병(治病) ①

자리이타 성취하려면 병의 근원 알아야

行者安心修道 或四大有病 因今觀心息 鼓擊發動本病 或時不能善調適身心息三事 內外有所違犯 故有病患 夫坐禪之法 若能用心者 則四百病自然除差 若用心失所 則四百病因之發生 是故若自行化他 應當善識病源 善知坐中內心治病方法 一旦動病 非惟行道有障 則大命慮失

지관법문 총 열 장중에서 아홉 번째로 병을 다스리는 것에 대해 밝히기로 한다. 중생들의 오온 가운데 색신은 지수화풍 사대로 이루어졌다. 몸이 있으면 병이 있기 마련인데, 그것은 마치 네 마리의 뱀이 성질이 서로 다르고 물과 불이 서로가 상극하는 것과 같다. 하지만 방편으로 보여주는 병과 실제로 생긴 병은 다르다.

실제로 일어나는 병은 수행과정에서 생긴 병이고, 방편으로 나타내는 병은 깨달은 뒤에 중생교화를 위해 보여주는 병이다.

방편으로 나타내는 병은 유마거사가 병을 핑계 삼아 비하르에 누워있으면서 몸의 병으로서 범부들을 훈계하고 소승을 물리치고 대승을 꾸짖었던 일이 여기에 해당된다. 또 부처님이 열반에 드시면서 상주하는 법신의 이치를 열반경에서 설한 것도 병을 의지해 설한 경우이다. 이 모두는 방편으로 시현한 병 가운데서 행한 법문이다.

이와 같은 방편의 병은 지금 다스릴 바가 아니고 현재 다스려야 할 병은 과거 업의 과보로 태어난 몸의 병이다.

업으로 받은 몸의 병은 지수화풍 사대가 마치 네 마리의 뱀이 움직이듯 서로가 침해하는 데서 일어난 것이다. 수행인이 오랫동안 병을 앓게 되면 선정을 뒀는데 커다란 장애가 된다. 장기간 몸에서 병이 떨어지지 않으면 닦아야 할 복을 잃고 가이없는 죄를 일으키게 된다. 그러므로 경전에서는 “강을 건너는 도구를 깨뜨리고 교량마저 철거한다면 정념을 잃는다” 라고 하였는데 바로 이 의미에 해당된다.

대체로 병이 생기면 계율이 무너지는데 이는 강을 건너는 도구를 파괴하는 것과 같고, 또 선정마저도 파괴되는데 이는 강을 건너는 교량을 철거해버리는 것과 같다.

따라서 사건으로 전도된 마음을 일으켜 괴롭고 악취가 나는 몸을 집착하고 아끼면서 청정한 법신을 파괴하므로 정념을 잃게 된다고 하였다.

이러한 인연 때문에 반드시 병마를 대치해야만 한다. 알아야만 할 것은 법은 홀로 일어나는 것이 아니라 상대적인 조건을 의지해야만 일어난다는 점이다.

병마는 아무런 인연 없이 일어나는 것이 아니다. 수행자가 편안한 마음으로 수도를 하다가 지수화풍 사대가 조화되지 못해서 병이 생기기도 하고, 음식을 조절하지 못했기 때문에 병이 생기기도 하고, 선정가운데서 몸과 마음과 호흡 등 세 가지를 알맞게 조절하지 못해

다. 그러므로 우리가 자리이타의 덕과 상구보리 하의중생의 공덕을 성취하려 한다면 반드시 병의 근원을 잘 알아야만 한다.

또 모름지기 좌선하는 가운데 마음으로 병을 다스리는 방법을 알아야만 한다. 병을 알고 그 병에 알맞은 약을 처방해야만이 병에 따라서 약을 투여할 수 있다. 그렇지 않고 홀로 심산유곡 암자에 거처하면서 도를 닦다가 하루아침에 병이 일어났는데도 병을 다스릴 방법이 없다면 도업을 이루는데 장애가 될 뿐만 아니라 생명까지도 위태로워 끝내는 사망에 이르는 경우도 있다.

그렇지만 사소한 병이 있을 때는 꼭 약을 먹어야 할 필요는 없다. 왜냐하면 우리의 몸

첫 번째 지수화풍 사대가 어느 한 쪽으로 증가하거나 또는 감소하는 것으로 인해서 생기는 병의 모습을 밝혀보기로 한다.

우리의 육신은 지수화풍 사대로 조성되어 있다. 그 가운데 일대만이라도 그 세력이 지나치게 증가하거나 또는 지나치게 감소한다면 바로 질병이 생기게 된다. 그러므로 사대가 평등하게 조화를 이루지 않으면 안 된다.

사대 가운데서 지대의 세력이 나머지 삼대의 세력보다 증가하면 신체가 괴롭고 무거우며 종기가 생기기도 하고 통증이 일어나기도 하고 수척하게 말라 축 늘어지기도 한다. 이러한 것 등의 백 한 가지 병이 일어나는데 이것이 지대에서 일어난 병의 모습이다.

또 수대가 나머지 삼대보다 지나치게 증가하면 습담이 가득 차 음식이 소화되지 않고 복통을 일으키거나 설사를 하는 등 백 한 가지 병이 생기며, 화대의 세력이 증가하면 뜨거운 열 기운이 크게 뻗혀 사지마디마디가 아프고 통증이 일어나고 입맛을 잃거나 대소변이 소통이 안 되는 등의 백 한 가지 병이 생기고, 풍대의 세력이 증가할 경우는 몸이 허공에 떠다니 듯 떨리고 흔들리면서 통증을 일으키거나 폐가 답답하고 기운이 팽창하여 구역질이 나거나 기운이 급하게 되는데 이러한 것 등의 백 한 가지 병이 일어난다.

그러므로 경전에서는 이 문제를 두고 말하기를 “사대 가운데 일대만 조화를 이루지 못해도 백 한 가지 병이 일어나고 사대가 전부 조화를 이루지 못하면 사백 네 가지 병이 일시에 일어난다”라고 하였다.

사대에서 일어난 병은 각각의 특징적인 모습이 있으므로 마땅히 좌선할 때에나 꿈을 꿀 때에 그것을 잘 관찰해야만 한다.

중앙승가대 교수 cafe.buddhania.com/community/song

수습지관좌선법요 · 신유식문테이프 제작 보급

동행학원 지상강의에 연계중인 <수습지관좌선법요(한테스지관)와 호법유사의 비파서사> 새로운 유식학의 집권자인 유식학의 신유식문 테이프를 제작 보급합니다. 관심 있는 분들은 전화나 메일로 신청해주시기 바랍니다. 010-9141-5482 soos32@hanmail.net

병환은 홀로 일어나지 않고 인연 따라서 일어나 지수화풍중 일대만 조화못해도 백한가지 병생겨

서 병이 생기기도 하고, 마음을 조심스럽게 간직하지 못하여 귀신이 그 틈을 엿보아서 병이 생기기도 하고, 마군의 장난으로 병이 생기기도 하고, 전생 업보로 갖가지 병환이 일어나기도 한다.

모든 병환은 마음을 따라서 일어난다. 그렇다면 마음을 잘 쓰느냐 잘못 쓰느냐에 따라서 병이 있고 없는 것이 구별된다.

좌선수행을 할 때 그 요점은 마음 씀씀이에 있다. 마음을 잘 사용하면 한량없는 이익을 얻고, 반대로 마음을 잘못 사용하면 허다한 허물을 저지르게 마련이다.

육신은 지수화풍 사대로 이루어져 있으므로 그 가운데 일대만 조화를 이루지 못해도 백 한 가지 병이 생긴다. 따라서 지수화풍 사대가 모두 조화를 이루지 못한다면 사백 네 가지 병이 일어나게 된다.

마음 씀씀이를 조심한다면 모든 병이 자연스럽게 소멸되겠지만 만일 마음 씀씀이가 옳지 못하면 일체 병환이 이로 인해서 발생한다.

에는 면역력이 있기 때문이다. 예를 들면 재선이 많은 사람이 병이 많은 이유는 약을 많이 먹기 때문이지만 공작한 사람이 병이 적은 이유는 약을 복용하지 않아도 자기 몸속에 병에 항거할 면역력이 있는 것과도 같은 이치이다.

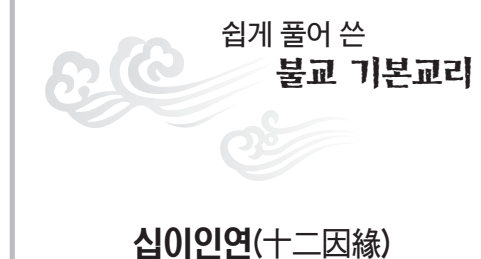
今明治病法中有二意 一明病發相 二明治病方法 一明病發相者 病發雖復多途 略出不過二種 一者四大增損病相 若地大增者 則腫結沈重 身體枯癯 如是等百一患生 若水大增者 則痰腫脹滿 食飲不消 腹部下痢等百一患生 若火大增者 即煎寒壯熱 支節皆痛 口氣大小 便閉不通等百一患生 若風大增者 則身體虛懸 戰掉痺痛 肺悶脹氣 嘔逆氣急 如是等百一患生 故經云 一大不調 百一病起 四大不調 四百四病一時俱動 四大病發 各有相貌 當於坐時及夢中察之 여기서부터는 병을 다스리는 방법을 문단으로 나누어서 해석하기로 한다.

전통범음범패(바라, 나비작법)과정 수강생모집
경북교구 중무원 범음, 범패 교육원에서 2009년도 신입생을 모집합니다. 한국불교의 전통의식 범음, 범패, 작법(바라춤, 나비춤)등에 관심있는 스님 및 불자들의 많은 동참 바랍니다.
1. 교육기간 및 과정(1년)
가. 기초과정(2개월)
◆송주: 도량선, 종송 등
◆예경: 향수해례, 시성례, 칠정례, 오분향례, 각단예불
◆관공: 삼보통정, 삼단, 중단관공, 각단불공, 요령, 묵탁
나. 전문과정(4개월)
◆시연, 대령, 관공, 응호계(신중작법104위), 지장정, 시왕도청 전시식, 관음의식, 상용영반, 화염의식, 구명시식, 봉송편
다. 고급과정(6개월)
◆바라춤: 천수바라, 사다리나바라, 화의제바라
◆나비춤: 오공양, 유원송, 오잠작법
◆사 율: 태정, 북, 광쇠, 호적(태평소), 전통의식작법
◆특 강: 깨달이온종사이온종사영반, 정암의식, 시달림(대비), 예수재의식 등
라. 강주: 김범운스님, 이현진스님
2. 입학식 및 개강일시
◆입 학 식: 2009년 3월 5일 오전 11시
◆개 강: 2009년 3월 5일 오후 1시
◆수업시간: 매주 목요일 오후 1시 ~ 5시
3. 입학자격: 종단과 승·속 관계없이 누구나 가능
4. 수 강 료: 교육비 10만원(교재비 별도)
5. 강의장소: 경북교구 중무원 설법전
6. 제출서류: 입학원서 1부(본중무원에서 교부)
7. 접 수 처: 한국불교 태고종 경북교구 중무원 (경북 경산시 외촌면 동강 2리 265)
8. 접수기간: 상시모집
9. 문 의 처: 053)857-4339, 팩스 053)857-0206
한국불교 태고종 경북교구 중무원 범음범패 교육원

2009년의 신수 비결이 출간 되었습니다.
“호타비결 = 신수비결”
• 2009년 개인의 사주를 감정하여
• 직업, 재물, 사업, 이성 운과 인연
• 성적 및 진학 운, 일진 및 외출하는 날
• 생년월일만 알면 누구나 운세를 바로 볼 수 있고
• 정확하여 적용 율이 높습니다.
정가 25,000원.
“이름 대사전”
• 대법원 선정 한자만 사용하여 이름 풀이까지 되어 있고,
• 320여개의 성씨별로 삼원, 수리, 음령 오행운 맞추고,
• 성씨별로 2000-3000여개의 이름들로 구성
• 개명, 작명, 범명, 상호, 등에 바로 사용할 수 있음.
정가: 50,000원
“호타 비결전서(상·하)”
• 일년이면 최고의 프로그가 될 수 있는 비서,
• 한글 전용으로 누구나 쉽게 독학 할 수 있음.
• 책에 대한 질문은 전화 주시면 상담해 드립니다.
정가: 각 권 50,000원
호타암 주지 원공 합장
◆농협 121076-56-092613(순선미)
부산 금정구 금사동 34-4 문의: 051)524-9406

삶에 기적은 지금 여기에 있습니다.
미음과 운명을 바 꾸 주는 “기도의 비밀”
한 번의 인연으로 미래가 보입니다
꼭 이루고자 하는 소망을 위하여 어떤 기도로 어떻게 성취 하는가?
대충해도 되는 사람이 있고 해도 해도 안 되는 사람이 있다! “기도의 비밀”은 불행함에서 벗어나 행복으로 가는 길, 삶의 절망에서 밑바닥 까지 내려갔던 사람을 성공으로 끌어 올릴 수 있고, 질병으로 고통 받는 것을 내쫓고 막대한 부를 쌓고 장애물을 극복하고 불가능을 가능하게 하며, 세상살이 장벽에 부딪혀 오갈 때 없는 자신을 스스로 보듬어 마음의 상처를 치료하여, 절망의 사람은 더 절망되는 길 안 되는 사람은 되는 길로 현재와 미래의 운명을 바꾸는 마음과학이며, 당신이 원하는 삶을 살 수 있는 소원성취 기도 법이다.
전국 유명 서점에 있습니다.
정당 지출 신국판 | 292쪽 | 15,000원
“기도의 비밀”?
국민은행 562101-01-033348 | 관음정사 02-943-8573
*찾아오시는길: 4호선 김포역 3번출구 - 경동 철수장가는 버스 - 웰리리더 3거리 - 중앙하이츠아파트 - 관음정사
기도의 비밀이 자신의 인생과 가족평생의 길잡이로써 좌우합니다. 관음정사에 오시면 한번의 인연으로 미래가 보입니다.

‘대출’이 필요하십니까?
불교 관련 전문 대출 기관
전통사찰 불사 대출 (기채승인부)
사찰 매매 잔금 대출
기타 대출
재무부인가 제 9-205호
☐ 문의전화 : 053)428-1133
☐ 전문상담 : 徐一永 전무 C.P 011-527-1037
「대구」
보현사신용협동조합
대구시 중구 남산동 665번지 삼정그린코아상가 1층 101호



쉽게 풀어 쓴 불교 기본교리
십이인연(十二因緣)
(6)세계와 인생은 유심연기(唯心緣起)
행위로 조작하는 세력은 그 근원이 미혹의 무명을 의지해서 일어났기 때문에 무명으로 인하여 사물에 대해 명확한 이해가 되지 않으므로 몹시 불안한 상태가 유지됩니다. 따라서 대상사물에 대해서는 반드시 갖가지 허망한 분별을 일으키게 됩니다. 이 분별이 바로 ‘식’입니다.
‘행’의 조작을 의지해서 일어난 ‘식’은 허망한 분별작용을 일으켰기 때문에 자기의 본래 완전한 생명체, 즉 일심진여의 한 덩어리에서 그것을 주관과 객관으로 이분화 시킵니다. 다시 말해 안으로는 자아라는 신심(身心)과 밖으로는 세계를 서로 다른 따로의 모습으로 분별하게 됩니다. 때문에 이러한 분별(識)을 의지해서 자아의 심신과 세계[名色]가 일어나게 됩니다.
‘명색’은 근신과 세계를 말합니다. 분별식이 의지처가 되어 명색이 일어나면 안으로는 자기의 심신과 밖으로는 자신 이외의 세계우주를 상대적인 관점에서 따로 보게 됩니다. 그러므로 다시 명색이 의지처가 되어 육입이 일어나게 되는데, 육입은 육근 또는 육처입니다.
이는 분별된 외부세계로 인식주관이 추구하면서 그 대상을 집착으로 취하는 내적인 여섯 종류의 도구인 셈입니다. 안으로 심신과 밖으로 우주를 따로의 모습으로 분별했다면 외부를 추구하면서 그것을 나의 것으로 취하려는 수단으로서의 도구는 자연스럽게 일어나기 마련입니다.
집착에 의지해서 ‘유’가 있다고 하는 것은 앞에서 ‘행’으로부터 ‘수’에 이르기까지 이를 현재와는 육망[愛]과 집착적인 추구[取]에 의해서 그 세력이 더욱 증가하기 때문입니다. 이처럼 증가한 세력을 종합해서 ‘유’라고 하였습니 다.
‘행’으로부터 ‘수’까지는 각자 특징이 다르게 작용하는 세력들이었지만 여기에서 말하는 세계와 개체적 물리존재[有]는 앞서의 현재오과의 활동을 더욱 증가시키는 측면에서만 말하였습니 다. 마지막으로 ‘유’를 의지해서 ‘생’이 있고 ‘노사’가 있다는 것은 거듭 재탄하지 않더라도 스스로 체득하면 알 수 있을 것입니다.
이상에서 십이인연의 역관, 즉 소급관찰에서 ‘무명’으로부터 ‘생’이 소멸하기 때문에 그 결과인 ‘노사(우비고뇌)’가 소멸한다 하여 생멸유전문과 진여환멸문 가운데서 환멸의 인연은 분명히 나타났습니 다.
하지만 어떻게 어떤 수행 방편을 시설해야만 무명 등의 생멸인연이 소멸하는가에 대해서는 아직 분명하게 드러내놓고 말하지 않았습니 다. 이를 밝히려던 세간과 출세간의 인과논리가 분명해져야만 합니다. 이에 대한 해답을 제시하기 위해 다음으로 사제법문에 대해 서술하겠습니다.
정리=張如舟