



운창화의 선원총림을 가다

1000년 전 그곳과 오늘 ㉔

공양 · 발우공양

오늘날 우리나라 선원은 물론이지만, 중국·일본 선원도 공양은 하루 세 번이다. 그러나 천 년 전 당송시대에는 아침과 점심으로 하루 두 번만 공양했다. 오후부터 다음날 아침까지는 일체 먹지 않았다. 이것은 부처님 당시의 규범인 오후불식(午後不食)의 법도를 따른 것이다. 수행승에게 있어서 공양은 생명을 유지시켜서 깨달음을 성취하기 위한 것일 뿐(但療形枯, 爲成道業), 식도락이 아니기 때문이었다.

선원총림의 창설자 백장회해(720-814)는 공양을 '재죽이시(齋粥二時, 하루 두 차례)'로 한정했다. 그 사실을 송초(宋初)의 한림학사 양여(楊億)는 <선문규식(古清規序)>에서 다음과 같이 기록하고 있다.

"밥(齋)과 죽(粥)으로 마땅히 두 때에 고루 미치도록 한 것은 절약과 검소에 힘쓰고 법(法, 율장)과 먹는 것이 일치해야함을 표명한 것이다.[齋粥隨宜, 二時均遍者, 務于節儉, 表法食雙運也]"

선원에서 아침 공양은 '조죽(朝粥, 아침엔 죽)'이라고 하고, 점심 공양은 '오제(午齋, 점심엔 밥)', 저녁 공양은 '약석(藥石)'이라고 한다. 아침은 6시, 점심은 11시, 저녁 공양은 여름엔 5시, 겨울엔 4시 30분이다. 저녁 공양을 '약석(藥石)'이라고 한 것은 기갈(飢渴)과 허기를 치료하기 위해서라는 뜻이다. 또 저녁엔 죽을 먹었기 때문 '만죽(晩粥)'이라고도 한다.

선원에서 저녁공양을 하게 된 것은 1100년대 무렵이다. 현존하는 가장 오래된 청규로서 장로 종색 선사가 편찬(1103년)한 <선원청규> '호계(護戒)' 장에는, 계를 받은 사람이 지켜야할 사항을 열거하고 있는데, 거기엔 다음과 같은 구절이 있다.

"다만 부처님 말씀(金口)만 의지할지언정 함부로 용렬한 무리들의 말을 따르지 말지어다. 먹어서는 안 될 음식(不應食: 마늘, 고기, 파, 우유, 돼지 기름 등)과 공양할 때가 아닌 때[非時]에는 먹[食]는 것을 엄금한다[但依金口聖言, 莫擅隨于庸輩, 如不應食, 非時食, 並宜嚴察]."

'비시식(非時食)'이란 '먹을 때[時]가 아닌데 [非] 먹는 것[食]'을 가리킨다. 정오(正午)부터 다음 날 아침까지가 비시(非時, 먹을 때가 아님)로서, 이는 곧 오후부터 다음 날 아침까지는 일체 공양할 수 없다는 말이다. 1103년까지는 규칙에 의거해 저녁 공양을 하지 않았다.

그런데 이로부터 100년 후인 1209년 즉 송대 중후기(북송 말) 무량종수(無量宗壽) 선사가 편찬한 <입종일용청규(入衆日用清規)>에는 저녁에 공양했음을 암시하는 문구가 나온다. 그것이 '약석(藥石)'이다.

"중로(衆寮, 대중방)로 돌아가 약석(藥石)한다. 각각 자리로 가서 앉되 먼저 일어나서 음식을 발우에 담지 말라. 소리 높여 죽만(粥飯)과 찌다 시다(齋醮)를 찾지 말라. 공양이 끝나면 중로에서 나간다[歸寮藥石, 各就寮位, 不得先起盛食, 不得高聲呼索粥飯, 齋醮之類, 食罷出寮]."

또 1264년에 편찬된 <입종수지(入衆須知)>에도 '약석'이라는 말이 나온다. 이로 보아 총림에서 저

녁공양을 하기 시작한 것은 1100년대 중반(1103-1209년 사이)으로 송 중기이고 북송 후기이다. <칙수백장청규(1338) '대중장'에는 저녁 공양을 '만죽(晩粥, 저녁 공양은 죽)'이라고 쓰고 있다.

공양을 다른 말로는 '행익(行益)'이라고 한다. 그리고 '공양할 때'를 '행익차(行益次)'라고 하는데, 보조국사(1150-1201)가 지은 <계조심학인문(계조심학인문)>에도 나온다. 공양할 때는 4합(合) 또는 5합으로 된 발우를 사용한다. 한 가지 의의한 것은 우리나라와 일본은 여전히 발우공양을 하고 있는 반면, 중국은 발우공양을 하지 않는다는 것이다. 중국에서는 교회 내부처럼 긴 책상과 긴 의자가 설치되어 있는 재당(齋堂, 식당)에서 사발(沙鉢)이나 그릇 두 개를 가지고 공양한다. 중국 불교에서 언제 어느 때 발우공양이 사라지고 이상한 사발 두 개로 공양하게 되었는지 잘 알 수는 없지만, 막연히 근대 이후가 아닐까 생각한다. 특히 신해혁명(1911년) 이후 부르조아적 색채가 짙지 않게 말살되면서, 유교를 비롯한 불교 문화도 많은 피해를 보았다. 이 때 정말의 고승인 허운 화상이나 내과 선사도 수차례 군중 앞에 끌려 나와 수모를 당했고, 오래된 보이처나 전통 보이처창도 모두 파괴됐다.

대만 역시 발우공양을 하지 않고 사발 두 개로 공양한다. 그래서 근래 중국 사찰을 답사한 분들은 한결같이 "발우공양은 우리나라에만 있고 원래 중국에서는 발우공양을 하지 않았다"고 말하는데, 오늘날의 현상일 뿐 본래는 발우공양을 했다.

종색 선사가 편찬(1103)한 <선원청규> 1권에는, 공양할 때의 법도와 주의사항, 그리고 발우를 펴고 거두는 예법에 대하여 서술한 '부죽반(赴粥飯, 공양에 임하여)' 장(章)이 있다. 거기에는 "발우를 펴 때 [展鉢]는 먼저 합장하라. 다음에는 파복(帕復,鉢袋, 발우를 쓴 자루)을 풀고, 발식(鉢拭,鉢巾, 수건)을 꺼내서 작게 접는다. 시저대(匙袋, 수저, 젓가락 주머니)는 몸 가까이 마주보이는 곳에 가로로 놓는다. 그런 다음에는 정건(淨巾)을 펴서 무릎 위를 덮는다.(...) 발단(鉢單, 장려상 앞부분)에 발우를 놓고 두 엄지손가락으로 작은 발우(鑊子)부터 꺼내어

공양은 생명유지 수단일 뿐

당·송 시대까지는 조식 공양만

차례로 놓는다.(...) 소리가 나면 안 된다. 자리가 비좁으면 3개(三鉢)만 펴도 된다. 어서 발우(鉢鉢)는 뒷 쪽(무릎 쪽)에 놓는다"라고 기록하고 있다. 또 공양 후 발우를 거둘 때에는 "두발(頭鉢, 어서 발우)에 물을 받아서 차례로 씻되, 두발 속에다가 작은 발우를 씻어서는 안 된다"고 주의를 주고 있다. 앞의 내용을 본다면 분명 발우 4개를 사용했음을 확인할 수 있다.

발우공양을 시작할 때 처음 받는 물은 '정수(淨水)'라고 한다. 그리고 발우 씻은 물, 즉 세발(洗鉢)한 물은 '절수(折水)'라고 하고, 받는 물통을 '절수

스님, 발우 씻은 물도 시주물입니다



해인사 템플스테이 참가자들이 발우공양을 하고 있다.

통(折水桶)'이라고 한다. '절수'라고 하는 까닭은 발우를 씻은 다음 반절(半折)은 버리지만, 밑에 반절(半折)은 밥 티나 고춧가루 티 등이 있으므로, 그것을 마시기 때문이다.

우리나라에서는 처음 받는 물과 세발한 물 모두 '전수물'이라고 하고, 세발한 물을 받아서 버리는 통을 '전수통'이라고 하는데, <선원청규>와 <칙수백장청규> 그리고 <선림상기전> 등 선문헌 그 어디에도 그런 말은 없다. 또 '퇴수물(退水-)'이라는 말을 사용하기도 하는데, 이 역시 없는 말이다. 전수물, 전수통은 절수(折水)와 절수통(折水桶)의 와전이나 변형 우리말에서 생긴 말일 것이다. 발우의 비속어가 '바리때' '바루때'인데도 아어(雅語)처럼 사용되고 있는 점을 미루어 본다면, 이 역시 그 하나가 아닐까 생각된다.

'절수'를 '전수물'이라고 한 곳은 1961년에 간행된 운허 스님 편 <불교사전>이다. 844쪽 전수수(千手水) 항목에는 "스님들이 공양할 때에 먼저 받아 놓은 맑은 물. 이 물로 발우와 수저를 씻은 뒤 한곳에 모아서 아귀(餓鬼)들에게 주어 먹게 함. 이 물을 전수물이라고 하는 것은, 절에서 큰 방 천정에 전수주(千手呪)를 써 붙여서, 그 물이 받아 놓은 물에 비치게 하고, 이 비치는 전수주의 신력으로 물이 갈로 수도와 같이 되어 아귀에게 주어서 그들이 받아 마셔도, 그것이 불로 변하여 고통을 받는 일이 없이 능히 배고프고 목마름을 면하게 할 수 있으므로 전수물

이라 한다 함"라고 하여 세발수를 전수물이라고 설명하고 있다.

그러나 앞에서 설명했지만, <선학사전> <칙수백장청규> 등 선문헌 그 어디에도 세발한 물을 '전수물'이라고 하고, 그 물통을 '전수통'이라고 한다는 말은 일단 반박도 찾아볼 수 없다.

다음은 고승이다. <칙수백장청규> '주지장'에는 세발수를 '절수(折水)'라고 표기하고 있다. 또 1대중장2에는 '절발수(折鉢水)'라고 표기하고 있

발우공양은 한국·일본서만

중국은 사발 그대로 공양

다. 그리고 1대중장2 세발법(洗鉢法)에는 "발우를 씻을 때에는 먼저 두발(頭鉢, 어서 발우)에 물을 붓는다. 그리고 작은 발우부터 차례대로 씻되, 두발 안에서 수저와 작은 발우를 씻지 말라. (...) 더운 물로 발우를 씻지 말라(나중에 아귀에게 주므로). 절수(折水)하기 전에 개슬건(蓋膝巾, 무릎 덮은 수건, 淨巾)을 거두지 말라. (...) 절수(折水)를 할 때는 마음 속으로 계송을 외우며, '나의 이 세발수는 하늘의 감로수와 같다. 아귀에게 주노니 모두 다 포만(飽滿)함을 얻을 지어다. 음 마유라세 사바하'"

세발수를 '절수'라고 한데는 고사가 하나 있다. 중국 오대산 화엄도량에 지봉(志峰) 선사라는 고승이 있었다. 어느 날 선사가 보현전(普賢殿)에서 좌선을 하고 있는데, 어떤 신(神)이 무릎 꿇고 스님 앞에 나타났기에 지봉 선사가 물었다. "그대는 누구요." "저는 호계신(護戒神)입니다." "그렇소. 나에게 오랜 허물이 하나 있는데 아직까지 고치지 못했소. 그대는 그것을 알고 있소." 호계신이 말했다. "스님께 무슨 허물이 있겠사옵니까? 다만 작은 허물이 하나 있을 뿐입니다." "무엇이요." "스님, 발우를 씻은 물(折鉢水)도 시주물(施主物)입니다. 스님께서 매번 다 쏟아 버리는데, 옳은 법이 아닙니다"라고 말을 마치고는 홀연히 사라졌다. 그후 지봉 선사는 세발수를 버리지 않고 모두 다 마셨는데, 위장병이 생겼으나 10년 만에 저절로 완쾌됐다."(<선림상기전> 20권 절수통(折水桶))

이후 세발한 물에도 시주물의 일부가 들어가 있으므로 반절(半折) 상층 부분은 절수통에 쏟았지만, 하층 부분의 반절은 마시게 되었는데(이것은 우리나라에서도 같음), 그 이후 세발한 물을 '절수(折水)'라고 하고, 그 물을 받아 담은 통을 '전수통'이라고 하게 되었다.



운창화 도서출판 민족사 대표 hanghwa9@hotmail.net

물 없이도 할 수 있는 휘나햇 온열요법

무릎찜질, 허리찜질, 족욕, 좌욕, 반신욕, 사우나, 한번에...OK!

목욕탕 문화가 바뀌었다
물 없이도 할 수 있는 반신욕법



반신욕을 하면 하체의 따뜻한 혈액과 상체의 차가운 혈액 사이에 대류현상이 일어나 잘순환 된다. 한의학에서 보면 두한족열의 원리로 목욕 노폐물이 땀과 함께 배출되기 때문에 신체의 상태가 좋아진다. 휘나햇반신욕기는 3~4년전부터 하루 200~250명씩 무료체험을 하였으며 지금은 유료화에도 불구하고 체험방을 이용하는 체험자가 꾸준히 늘고 있다. 이런 장점 때문에 휘나햇 반신욕기는 웃을 입은채 무릎찜질, 허리찜질, 족욕, 좌욕, 반신욕, 사우나를 동시에 즐길 수 있고 편하잖아서 책이나 신문 TV등을 볼수도 있어 획기적인 반신욕기로 각광을 받고 있다.

방법)을 혼합하여 특수제작한 슈퍼블랙디스크를 개발하는데 성공했으며, 이를 자사의 브랜드인 휘나햇 반신욕기에 내장하여 보건진료소, 노인정, 경로당, 한의원, 산후조리원, 복지원, 등에 납품 하고 있고, 2011년에는 가정용을 개발하여 "특별할 인된 가격으로 한가정에 반드시 한 대씩 보급 될것이다"며 자신감을 드러냈다.

가능성 반신욕기 어디까지 개발했나
기술의 진보가 건강혁명을 일으켰다

휘나햇 반신욕기는 한마디로 기술의 진보가 이룩한 건강혁명이다.

휘나햇 슈퍼블랙디스크 반신욕기는 일반제품과, 제조방식이 전혀 다르며 30여종의 광물질에서 방사되는 B.C.P 슈퍼블랙디스크는 설씨450도로 가열할 때 발생하는 특별한 온열이다. 여기서 나오는 원적외선, 음이온, 온열로 반신욕을 즐기는 것이기 때문에 일반반신욕제 반신욕조와는 비교가 안되는 획기적이 가능성을 갖는다. 휘나햇 반신욕기는 기능성 외에도 친환경을 고려했다. 이종이 편리하고 공간을 많이 차지하지 않도록 설계했으며 가구개념을 도입하여 고풍스런 분위기를 위하여 원목(적삼목)으로 제작했다. 휘나햇B.C.P 반신욕기는 신개념의 발명품이랄 수 있다.

문의: 02-875-0600
www.hkshop.co.kr

제작번호: 국민 404601-01-046107
예금주: (주)휘나햇건강
판매원, 제조원: (주)휘나햇건강
* 대리점, 취급점, 영업사원모집

암과 현대병을 쉽게 다스리는 방법

황토 삼백초 효소 발효건강법

별종 위기 식물 177호
변비 생리통 특효

"세포의 생성을 촉진하고 혈액을 깨끗하게 하는 삼백초 효소 발효액은 심각한 환경오염에 노출된 인체에 건강을 되찾아주는 최고의 처방이다"



황토 삼백초 효소 발효관리법
부림출판사 | 김상복 저음 | 값 5,000원

노화와 난치병을 이기는 삼백초의 놀라운 효능!
변비, 숙변, 생리통을 없애는 날마다 기분 좋은 건강 비결!
간질환, 당뇨, 신장질환, 동맥경화, 고혈압, 심장병, 부인병, 비만치료!

희귀미네랄의 보고 삼백초

희귀미네랄의 보고 삼백초. 삼백초에는 활성산소를 없애주는 게르마늄과 남성 성기 등에 중대한 작용을 하는 아연, 기운을 북돋는 유기붕소가 들어있다. 삼백초를 꾸준히 섭취하면 만성피로가 사라질 뿐 아니라 남자의 스테미너가 넘치고 기운이 솟는다!

문의: 070-7804-5358

계좌: 농협 351-0260-3196-83 예금주: 부림출판사

모리다 요시오 박사와 의사 이토 오사무의 치료 사례- 25,000명을 임상실험한 결과 밝혀진 효소의 놀라운 효과
반건강 상태는 1개월만에 완치, /정력이 되살아 난다 / 불임이 치유된다 / 기미가 사라진다 / 숙취가 없어진다
위궤양이 치료된다 / 무릎이 없어진다 / 치질이 치료된다 / 탈모가 치료된다 / 류머티즘 관절염이 치료된다...