



석우 스님의
조주록 선해

비로자나불의 스승은?

학승이 물었다.
“도에 이르는 것은 어렵지 않다. 오직 간택을 꺼릴 뿐이다” 라고 했는데 무엇이 간택하지 않는 것입니까?
조주 스님이 말했다.
“천상천하 유아독존”
학승이 말했다.
“그것은 간택입니다.”
조주 스님이 말했다.
“이 발일이나 하는 촌놈아, 무엇이 간택이란 말입니까?”

問 至道無難唯嫌揀擇 如何得不揀擇 師云 天上天下唯我獨尊 云此猶是揀擇 師云 田廩奴 什麼處是揀擇

조사들의 공격은 날카롭다. “무엇이 간택이란 말인가?”하고 반문했을 때 노승이 창을 들고 찌르는 것이다. 이때 학승은 한 손으로는 방패로 막고 한 손으로는 창을 들고 찌러야 한다. 어떻게 하는 것이 방패와 창을 동시에 쓰는 것인가? “견공은 던지는 흉덩이를 쫓아가지만 사자는 던지는 자의 눈빛을 쬐려본다.”

학승이 물었다.
“삼계 밖의 사람은 어떻습니까?”
조주 스님이 말했다.
“어찌나 노승은 3계 안에 있는 걸.”

問 如何是三界外人 師云 爭奈老僧在三界內

삼계를 벗어난 초인은 불생불멸, 불구부정, 부증불감

을 증득한 사람이다. 삼계를 벗어난 초인은 아무도 그물이 세상에 끌어내릴 수 없다. 그는 이미 전혀 다른 세계에서 살고 있기 때문이다. 그렇다면 그는 어디에 있는가? 삼계 안에 있다. 명안자(明眼者)는 삼계가 곧 출삼계이다.

학승이 물었다.
“있음과 있지 않음을 아는 사람이란 어떤 사람입니까?”
조주 스님이 말했다.
“자네가 만약 다시 묻는다면 그것은 바로 노승을 묻는 것이야.”

問 知有不有底人如何 師云 你若更問 即却問老僧

첫 번째 질문은 다른 사람에게 양보하지만 만약 한 번 더 질문한다면 그 사람은 바로 그대 앞에 있는 사람이라네. 겸손한 조주 스님.
조주 스님이 묻하 대중들에게 가르쳐 이야기했다.
“남쪽을 향해 종림(叢林)으로 달려가거라. 여기에 있지 말고.”
어떤 학승이 물었다.
“화상께서 계시는 곳은 어떤 곳입니까?”
조주 스님이 말했다.
“나의 이곳은 시림(柴林)이야.”

師示衆云 向南方趨叢林去 莫在者裡 僧便問 和尚者裡是甚處 師云 我者裡是柴林

종림(叢林)은 나무가 뿔뿔이 나있는 곳이다. 그 곳에서는 나무가 옆으로 자랄 수가 없다. 시림은 풀과 잡나무가 엉켜서 있는 곳이다. 그런 곳에는 나무가 똑바로 자랄 수 없다. 나이 들어 고목나무와 같은 조주 선사는 자연스러운 것을 좋아하고 형식을 싫어했다. 높고 싶으면 높고 가고 싶으면 가는 곳에서 살았다. 누가 선사라는 호칭을 불러주는 것도 좋아하지 않은 채 그저 한 사람의 노인으로 살았다. 그곳이 조주 선사가 사는 곳이다. 초심자들은 그런 조주 선사를 보고 실망할지도 모른다. 도에 들어가기 전에 나태하고 방만한 것을 먼저 배울지도 모른다. 그러나 조주 선사의 뜻은 명확하다. 남자들에게 ‘가려거든 남쪽으로 가라’고 했다. 남쪽은 육조 혜능 선사의 뜻이 있는 곳이다. 선불교가 융성한 곳이다.

학승이 물었다.
“무엇이 비로자나불의 스승입니까?”
조주 스님이 말했다.
“본성이 제자이다.”

問 如何是毗盧師 師云 性是弟子

그분은 본성을 제자로 삼는다. 만약 누가 비로자나불의 스승을 알려면 본성[心性]을 잘 관찰하면 된다. 본성은 그분의 제자이기 때문이다. 본성이 하는 것은 그분이 하라는 것을 하는 것이고, 본성이 가는 길은 그분이 가라해서 가는 것이다. 그러므로 본성을 알면 그분을 안다. 어떻게 본성을 알 것인가? 마음을 촌보(寸步)도 움직이지 말고 잠시 기다리라.

무불선원 선원장

김호성 교수의
에세이 경구 ㉞



그대들이 모였을 때 해야 할 일은 법에 대한 대화가 아니면 가치있는 침묵 뿐이다

바야흐로 정치의 계절이다. 여당과 야당의 대선후보가 결정됐고, 오늘(9월 19일) 드디어 무소속으로 또 한 후보가 출사표를 던졌다.
후보들이나 그 선거운동 진영에서는 앞다투어 조계사를 찾아올 것이다. 이미 다녀간 분도 계신 것으로 알고 있다. 조계사 뿐이겠는가. 유력 종단이나 조계종 안의 본사들에도 많은 정치인들이 드나들 것이다.
현정부 들어와서, 우리 불교계는 많은 상처를 입었다. 역대 어느 정권보다도 ‘종교편향’에 대한 이야기를 많이 하게 됐고, 듣게 되었다.
참으로 불행한 일이었다. 그러면서 정부와 대립각도 많이 세웠던 것이 사실이다.

가장 기억에 남는 사건은 2008년 여름의 범불교대회이다. 나는 그때 인도의 남부 방갈로르에 머물고 있었다. 시청 앞에 모인 수많은 스님들 모습, 방갈로르에서 나오는 지역 신문의 ‘해외토픽’란에 실렸다. 그 모습을 보면서 많은 생각을 했다.
‘자성과 쇄신의 결사’에서도 많은 이야기가 나오지만, 많은 식자들은 불교와 정치의 관계에 대하여 성찰해야 한다고 말한다. 정치, 라는 것이 정말로 무시하거나 무관심하거나 외면할 수는 없을 것이다.
그러기에는 우리 삶이나 우리의 신앙, 또 우리의 불교 역시 너무나 많은 영향을 정치로부터 받는다. 그런 점을 인정하지만, 나는 아무리 생각해 봐도, “선거중립”은 지켜야 한다고 본다. 선거중립을 지키지 못하면 못할수록, 불교는 전제적으로 정치에 의해서, 정권에 의해서 흔들리게 되지 않을까 싶다.
그렇게 흔들리니까 선거중립을 지켜야 한다. 이렇게 말하는 것은 현실론이다. 보다 원리적으로 말하면, 그것이 부처님의 가르침에 맞기 때문이다. 오늘날, 제자들이 질문하지 않았음에도 스스로 주신 말씀의 모음집인 <우대나(自說經)>에서 그러한 부처님 말씀을 만나게 되었다.
그때도 그랬다. 출가자도 사람이니까, 뉴스를 듣고 사는 사람들이니까, 당연히 정치적 관심이 없을 수 없었던 것이다. 선거권을 없었지만... 그대들이 모여서 대화를 나누고 있었다. 당시 인도에서 가장 강력한 대국이었던 마가다(수도:

왕사성)와 코살라(수도: 사위성) 중 어느 나라가 더 힘이 세졌는가 하는 점이다.
경전에서는 이러한 비구들의 대화를 한마디로 ‘잡담’이라 폄하했다.

이런 잡담에 열을 올리고 있는 비구들 앞에 부처님께서 나타나셨다. “비구들이여! 지금 무슨 이야기가 있어 모여 앉았는가? 그리고 어떤 이야기를 하고 있었는가?” 비구들이 이실직고를 했을 것임은 짐작할 수 있다.

그때만 해도, 규범 자체가 정립되어 있지 않았던 때문일까. 비구들은 그다지 큰 문제가 아니라는 듯, 부끄럽잖이 말씀드리고 있다.
비구들의 이야기를 다 들으시고 난 부처님께서, 이제 새로운 규범을 하나 정



그림 · 박구원

해 주신다 : “비구들이여! 믿음으로써 집을 버리고 출가인이 된 선남자인 그대들로서 그것은 참으로 범법지 않은 잡담이다.

비구들이여! 그대들이 모였을 때 해야 할 일은 법에 대한 대화가 아니면, 가치있는 침묵, 이 두가지 뿐이다.”(이미명 옮김, 『기림의 언어, 진리의 언어』, 민족사, 35쪽)

무슨 논리로 대선에 관한 이야기가 ‘법에 대한 대화’라 할 것인가? 그렇지 않다. 그것은 출가인이 나누어야 할 법에 대한 대화가 아니다. 선거가 있을 때면, 간절히 바라는 ‘나의 소원’이 하나 있다. TV로 생중계되는 각 정당의 선거상황실에 임석(臨席)하고 있는 스님이 안 계시잖... 간절히 기도한다. 제발 이번에는...

동국대 불교학부 교수



주성원의
기초 교리 <32>

십이연기설-⑩십이지(十二支)의 해석

인간의 괴로움이 일어나는 원리를 원론적인 관점에서 설명한 것이 연기설이라면, 십이연기설(十二緣起說)은 이 연기설에 기초하여 모든 현상의 인과법칙을 열두 가지로 나누어 설명한 것이다. 이는 초기불교에서 아비달마의 교학중심 불교로 역사의 흐름이 진행되는 과정 속에서 부처님이 설한 인과의 가르침을 보다 체계적이고 분석적으로 해석하려는 불교 논자들의 노력에 의한 결과이다.

먼저 초기불교의 경전에서 연기설은 대략 세 종류의 유형으로 설명된다. 첫째는 십이지분(十二支分) 혹은 그 이하의 지분으로 설명된 일반적 유형의 연기설이다. 두 번째는 감관(根), 감관기관의 대상(境), 그 대상을 식별하는 마음 작용(識)과 이 셋의 화합에 의한 인식(觸), 그리고 그 인식에 의한 느낌(受)으로 연속하는 인식관계에 기반을 둔 연기설이다. 세 번째는 위 두 유형의 범주에 속하지 않는 잡다한 연기설이다. 어떤 종류의 연기설이든 무명을 제거해 괴로움을 없애는 것이 목적이었다는 점에서 동일했지만 그중에서 가장 대표적 연기설로 자리 잡은 것이 십이연기설이다.

십이연기설을 이해하기 위해서는 먼저 십이지에 대해 명확히 알아둘 필요가 있다. ① ‘무명(無明)’은 사성제나 연기

괴로움이 일어나는 열두 가지 인과관계

의 이치를 알지 못하는 것이다. 이러한 무명이 없는 것, 즉 사성제나 연기의 이치를 아는 것이 팔정도의 정경이다. ② 무명을 연해서 일어나는 것이 신체와 생각과 말의 잘못된 행위[身行·意行·語行]이다. 행위에 의해 잠재적으로 축적되는 여분의 힘도 포함된다. ③ ‘식(識)’은 안식(眼識)·이식(耳識)·비식(鼻識)·설식(舌識)·신식(身識)의 5식과 의식(意識)을 말하는데 특히 인식주체로서의 육식을 가리킨다. ④ ‘명색(名色)’은 식의 대상인 색(色)·성(聲)·향(香)·미(味)·촉(觸)·법(法)의 6경(六境)을 말한다. ⑤ ‘육처(六處)’는 감각을 느끼고 지각하는 능력을 말한다. 즉 시각·청각·후각·미각·촉각·사유능력이 그것이다. ⑥ ‘촉(觸)’은 6근(根)과 6경(境)과 6식(識)이 화합하는 것이다. 즉 감각이나 지각에 의해 인식조건이 성립하는 것을 의미한다. ⑦ ‘수(受)’는 괴로움이나 즐거움 등을 느끼는 감수작용(感受作用)이다. 이것은 인식(觸)한 뒤에 일어나는 느낌으로, 동일한 물건을 보고도 과거의 무명이나 행에 의해 탐욕스러운 사람은 즐겁게, 화난 사람은 괴롭게 느낄 수 있다. ⑧ ‘애(愛)’는 무명인가에 대한 강렬한 욕구이다. 목마른 자가 물을 갈구[渴愛]하는 것과 같다. 예컨대 괴로움을 느끼는 것에 대해서는 피하고 싶은 욕구 등이다. 고타에 대

한 애증이 모두 애(愛)이다. ⑨ ‘취(取)’는 갈에 뒤에 일어나는 취사, 즉 싫어하는 것을 버리고 좋아하는 것을 취하는 실제행동을 말한다. 예컨대 살생 도둑질 간음 험담 꾀변 이간질 등의 몸과 말로 짓는 모든 행위가 여기에 해당된다. ⑩ ‘유(有)’는 현상적인 것을 포함하는 모든 존재를 말한다. 이 유에는 업의 존재인 업유(業有)와 업의 과보인 보유(報有)가 있으며 다음의 업을 발생시키는 잠재적인 힘으로서의 업유도 포함된다. ⑪ ‘생(生)’은 생명을 가진 존재로 태어나는 것을 뜻하기도 하고 일상생활에서 어떤 경험이 일어나는 것을 말하기도 한다. 전자의 경우에는 태어나기 전의 모든 경험에서 비롯된 잠재력을 갖고 태어나게 되고 후자의 경우에는 그 개인의 소질, 즉 유(有)에 기반을 두어 새로운 경험이 일어나게 된다. ⑫ ‘노사(老死)’란 태어난 뒤에는 반드시 늙고 병들어 죽게 되는 고통을 말한다. 이러한 노사는 자연적인 사실인 동시에 모든 괴로움을 상징하기도 한다.

이와 같이 십이연기는 각각의 지분이 인과관계로 연결되어 있다. 이 십이 지분을 순서대로 파악하여 연기의 원리를 자각하고, 역으로 제거해 감으로써 괴로움으로부터 벗어나고자 한 것이 십이연기설의 취지이다.

日 용곡대 불교학사 · 前 本지기사

2012년 2학기 **치유요가테라피 강사과정**
2012년 9월 8일(토) 오후 2시 개강!!!

1. 교육목적
건강과 테라피(Therapy)에 관한 관심이 높아지기 시작하며 요가에 대한 관심도와 수련자들의 체계적인 학습의 욕구에 부응하여 질병과 스트레스를 치유 YOGA와 명상(Meditation)을 통해 心身의 안정과 면역력을 강화하고 치유로서의 Yoga를 학문적으로 이해하여 안전하고 체계적인 요가지도자를 양성함을 목표로 한다.

2. 교육과정
• 요가테라피 1 - 생활통증별 원인과 예방행법
• 요가테라피 2 - 도구를 이용한 치유요가테라피
• 요가테라피 3 - 대상별 원인에 따른 치유요가 테라피 (임산부, 실버 요가 등)
• 요가테라피 4 - 개인 맞춤 운동습관 프로그램하기
• 요가테라피 5 - 비만관리와 요가테라피
• 그 외 요가의 정의, 아사나 기본 행법, 요가호흡법, 기초 요가생리학, 요가해부학, 대상별 심리에 따른 교수법 활용

3. 교육기간 및 수업료
1) 이수기간 : 16주 (총 64시간)
2) 수업시간 : 10월 13일 토요일 오후 2시 ~ 6시까지
3) 수업료 : 80만원 (교재 및 자재비용 별도)

4. 입학대상 및 정원 (20명) - 19세이상 남녀 누구나

5. 전형방법 및 접수기간
1) 전형방법: 지원서 1부 (본교양식)

6. 자격취득 및 자격증 발급
1) 수료 후 동방대학원대학교 총장 명의 수료증 수여
2) 수료 후 일정 자격검증 시험을 거쳐 치유요가테라피 강사 자격증 발급 (대학원 신학협약 요가교육전문협회)
3) 교육기관 및 기타기관에 강사추천
- 초·중·고등학교 특기적성, 사회단체 및 문화센터, 시 체육관, 복지관 등 요가 강사 취업
- 기업체 연수교육, 대학 시간강사, 기업요가 특강 등 요가 강사 추천

6. 책임교수
임동호 (동방대학원 대학교 자연치료학과 전임교수, 요가전공, 철학박사) 외 지도교수 2명

6. 문의 02)3668-9890 (동방대학원 대학교 문화교육원)

KBS 과학카페 박현숙 원장 출연 (2010. 2. 6)

이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

“당신도 날씬해질 수 있다”

일상생활하며, 공복감없이 2주에 5-8kg 감량
살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

여자가 살빼기 더 힘든 이유
여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할과 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사는 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠지며 건강체질로 바뀌는 **효소 절실법**
동통하는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 속편으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단식을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원웰빙 02)523-0708 박현숙 원장
인터넷 검색창에서 「초록원웰빙」을 치세요.

전자식 2중문 3중경보 **특히 불 전 함**

원목 법탁 움직이거나 덮문만 열어도 경내 전지역 정보상태

◆ 돌발적인 경보로 침입자, 100% 도주
◆ 도난의 염려가 없는 사고 미연방지100%

원목 법상

Naver 무인경보불전함
서원불교 북 043-647-2378, 011-467-1472

과일의 왕 **두리안**

제일 맛이 좋은 시기에 수확하여 들어왔습니다.

두개 6.5KG 이상 **55,000** 원
한박스 14KG 이상 **100,000** 원

Sale!

주문하시면 즉시 택배로 배송되며 받아보실 때는 영하 40도로 급냉해 보관된 두리안이 딱기 좋은 상태로 해동이 되어 있습니다 > 망고, 체리, 아보카도 수입과일 일체 판매합니다 <

인터넷에서 주문하셔도 됩니다. 한글로 두리안샵 **www.durianshop.com**

판매및 문의
블자가 운영합니다
대표전화 ☎ 031-882-1357
Fax 031-881-1350 전화 010-5474-1345
입금구좌 : 농협 100023-56-156761 (조명숙)