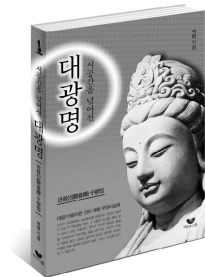


# “일체 만물이 자성인 관음의 현신이다”

## 대광명

석암 스님 지음 | 비움과 소통 펴냄 | 1만 2800원

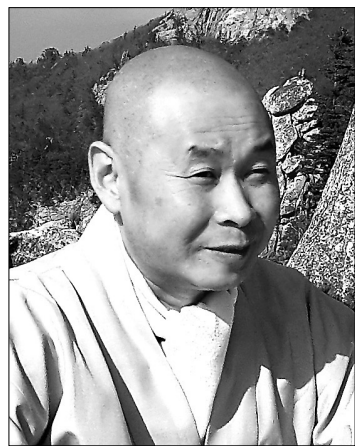


한국불교에서 가장 보편적인 수행법은 아마도 염불이며, 그 가운데서 ‘관세음보살’ 칭명염불이 가장 널리 행해지는 수행법이다. 특히 천태종에서는 전 종도가 일상생활 속에서나 주말 철야정진 또는 집중수행을 통해 관음정근을 닦고 있을 정도다.

불법의 많은 수행방법 중에서 일심칭명(一心稱名)의 관음선(觀音禪) 수행법은 만수행을 모아 회통시키고 안전하면서 쉽고 간편하면서도 효과적인 공부법이다. 관음선은 관음염불 일심칭명으로 자신의 소리를 듣고 자성관음을 바로 보는 최상승선이며, 내생의 정토왕생이나 소원성취의 기복적 기도정진을 아우르면서 금세 깨달음을 얻는 오랜 전통을 이어가는 핵심 마음수행방법이다.

이 책 《시공간을 넘어선 대광명》은 양구 관음선원장 석암 스님(사진)의 염불선 구도기인 동시에, 자성관음을 발현하는 구체적인 방법과 수행체계를 안내하는 관음선 수행법 지침서이다. 저자는 방법론적으로 ‘관세음보살’ 일심칭명이야말로 가장 우수하고 독보적인 불법수행을 차지한다고 생각했다. 모든 참선법을 아우르면서 염불하는 자신의 힘과 관세음보살의 힘을 부여받아 만 사람이 닦으면 모두 깨달음과 가피가 충만한 ‘관음선’이야말로 지금 물질만능으로 흐르는 정신이 낙약한 시대에 알맞은 수행으로 적합하다는 소신으로 실천하고 체험하며 펼쳐왔다.

저자는 염불이든 화두를 들든 목조를 하든지 스스로를 다시 되돌려 볼 줄 알아야 이것이 진짜 선(禪)이라고 말한다. 불성을 바라보는 가장 기초적 수행단계이다. 선을 통해 깨달음을 얻고자 하는 수행자라면 자신의 생각과 마음을 돌이켜 볼 줄 알아야 한다는 설명이다. 책에 따르면, 관음염불을 하는 자는 바로 ‘나(참나)’이다. 내 안의 ‘자성관음(自性觀音)’이다. 염불하는 마음을 돌이켜 놓으니 번뇌망상은 사라지고 ‘나’는 비로소 대광명의 관세음보살이 되는 것이다. 즉, 관세음보살 일심칭명을 하면 나는 관세음보살이 되어 내 자신이 염불하는 그 소리의 자성을 바로 관(觀)하고, 그 자리에서 번뇌의 속박에서 벗어나 안락한 마음의 해탈(解脫)을 얻으며 관세음보살이 된다는 것이다. 내가 나의 염불소리를 듣고 마음을 보아 자성관음을 깨닫는다는 말이기도 하다.



사진은 저자인 석암 스님

### 관음선, 간편하고 효과적인 수행법 불성 바라보는 기초적 수행 단계 관음선 프로그램도 부록으로 수록

이것은 자력수행이며 간절하고 힘차니 자성의 발현과 관세음보살의 가피가 저절로 따르는 양가득성(兩家得成)의 진실한 법문이 되는 셈이다.

내가 관세음보살이 되는 관세음보살 칭명염불이 염불선이며, 끊임없이 칭명함이 애절하고 정성마저 깃드니 하나의 살아있는 화두가 되어 의정심과 더불어 들어오니 간화선인 것이고, 염불하는 이를 들어

회광반조하니 목조선이 되는, 그야말로 올바른 정법수행에 수많은 대들보를 얻으니 천군만마가 따라온다는 주장이다.

“일체 모든 만물이 관음(빛과 소리)의 현신이며, 모든 붓다의 화신인 관음이고, 관음진신은 당신들의 자성인 것입니다. 관세음은 수 대겁(大劫) 전에도 있었고 미래에도 다하여 없어지지 않는 자성과 우주의 근본인 것입니다.”

저자는 이러한 구도 체험을 바탕으로 직간접적인 풍부한 예화와 더불어 알기 쉽게 관음선 수행법을 소개하면서, 부록으로 ‘관음선 프로그램’을 수록해 생활 속의 마음공부를 권하고 있다.

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

#### 저자 석암 스님은?

대구 팔공산 은해사로 출가를 했다. 남해 보리암을 시작으로 전국을 돌며 선원, 기도처, 선공 등에서 보살행을 실천하며 수행 정진했다. 교회의 원력을 세우 강연에 양구에 관음선원을 창건한다. 저서로는 《꽃 피니 열매 맺네》(독송용 관음경) (그대가 보살입니다) 《빛과 소리》(선아심경의 진실) (소설 군야) 등 구도예시의 소설 그리고 경전해설서 등이 있다. 저자는 자성관음을 발현하는 관음선(觀音禪)을 제창하며 총성교화, 인재양성, 성불초종의 원력으로 현재도 꾸준히 수행정진에 매진하고 있다. 특히 매일 둘째 주 일요일에는 관음프로그램을 지도한다.

## 여행작가들이 풀어낸 템플스테이

### 아·생·여·당

한국불교문화사업단 기획 | 조계종출판사 펴냄



템플스테이는 한국을 대표하는 전통 문화콘텐츠가 됐다. 전국 100여 곳에 이르는 템플스테이 사찰 중 13곳은 ‘아아(我我)’ ‘생생(生生)’ ‘여여(如如)’

“춥불 아래 마음 내려놓기” 명상을 마친 일행 중에는 얼굴이 빨갛게 달아오른 이도 있고, 눈가가 축축하게 젖은 이도 있다. 스스로 묻고 답하는 사연은 모두 다를 것이다. 하지만 마음을 내려 놓는 일은 가장 값진 경험이었을 것이다. 하심(下心), 즉 마음을 내려놓는 일이 얼마나 소중한 일인지 새삼 느끼게 된다. 침침산중 적막이 흐르는 산사의 작은 촛불처럼 이제야 내가 조금씩 보이기 시작한다.” (아아 템플스테이 법자사 중)

여행 작가 4인의 그려낸 템플스테이 힐링 에세이집은 아생여당 사찰 13곳과 서울 종로구 템플스테이통합정보센터 1층 홍보관에서 열람 가능하다.

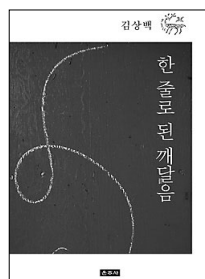
또한 오는 8월부터 템플스테이 공식 홈페이지(www.templestay.com)와 앱매거진 시비스앱 탭진(Tapzin), 그리고 온라인 서점(만디앤루니스, 예스24, 알라딘)에서 e-book 형태로 무료 다운로드 받을 수 있다.

한편 사업단은 이번 에세이집 발간을 기념하는 특별한 이벤트를 연다. 온라인에서 ‘아름답고 생동감 있는 여행을 당신과 함께 떠나요!’ e-book을 다운로드한 후 인증사진과 함께 간단한 정보(이름, 연락처, 주소)를 기재해 pr@templestay.com로 보내면 된다. 당첨자 3명에게 템플스테이 에세이집, 템플스테이 체험권을 비롯해 불교문화상품 전문브랜드 본디나(VONDINA)의 다양한 상품들로 구성된 20만원 상당의 럭키박스를 증정한다. 이벤트 기간은 8월 1일부터 8월 7일까지다. 신성민 기자 motp79@hyunbul.com

## 짧은 운문속에 녹아있는 불교적 키워드

### 한줄로 된 깨달음

김상백 지음 | 운주사 펴냄 | 1만 원



이미 몇 권의 저서를 통해 불교적 수행과 사유의 경계를 세상에 선보이는 저자가 이번에는 시를 통해 독자와의 소통을 시도한다. 특히 1부로 여인 독특하고 새로운 형식의 시들은, 시인 듯 화두인 듯, 독자들을 깊은 사유의 세계, 아니 사고(思考)와 의식 너머의 세계로 이끌어간다. 그리고 그 속에서 알 듯 모를 듯한 기분좋은 여운이나 혹은 무릎을 탁 치는 경쾌한 공명의 기쁨을 맛볼 수 있을 것이다.

형식이다. 단 두 행, 압축과 은유라는 코드가 시(詩)가 보여주는 모습 중의 하나임을 감안해도 그렇다.

이처럼 김상백 시인의 이번 시집은 지금까지 볼 수 없었던 새로운 형식의 불교시들을 모았다. 길고 난해한 현대시들이 주류를 이루는 요즘 시단에서, 짧고 간결하게 한 줄로 된 시적 깨달음을 전하는 선시풍의 이런 시집은 매우 이례적이라고 하겠다. 짧고 간결한 시의 문장은 적기수사로서 마치 화두나 공안과 같이 ‘무슨 소리지, 어떤 의미일까’ 하는 의구심을 한 편의 그림처럼 펼쳐낸다.

가령 〈세월〉이란 제목의 시는 “가지도 않고 오지도 않는다”라고 뜬금없이 운을 댄 뒤, 한참 뒤에 시의 맨 끝에서 “내가 없으면”이라고 한 줄을 덧붙이는 식이다. 또 〈꽃〉은 “너에게로 갈 수 없다”며 한 마디로 잘라 말한 뒤, “꽃은 꽃을 알 수 없기에”라고 톡 던진다. 이름을 불러주어야 비로소 의미가 될 수 있다는 김춘수의 〈꽃〉을 완전히 뒤집고 있는 셈이다. 이렇듯이, 시집의 내용은 “나는 무엇인가?” 하는 근원적 물음에 대한 회광반조의 노래도 있으며, 한편으로 ‘무아’를 깨달을 수 있게 던지는 시적 적기수사(賊機修辭), 즉 시의 문장이 이미 지나 의미로 쉽게 연결되지 않는 충격적 내용으로 인해 독자들의 궁금증을 증폭시키고, 나아가 의문에 사로잡히게 함으로써 작자의 시적 의도에 몰입도를 높이는 기법을 사용하기도 한다.

대개의 선시가 그렇듯이 은유로 점철된 여저 있는 시들, 즉 톡 던지는 한마디와 그에 대한 응변은 마치 선사들이 공안을 주고 받거나 법가량을 나누는 장면을 연상시킨다. 물론 시인의 모든 시들이 그렇듯 선적 코드만 이루어져 있는 것은 아니다. 때로는 자신의 〈살림살이〉를 풀어 놓기도 하고, 몇 년 전 일찍한 스승 봉천선사의 〈다비〉를 통해 제자들 각자가 스승의 사리임을 증명하라는 단호한 결의를 보인다.

한편, 시인의 시들은 화두참구, 참선, 명상 등 불교적 코드가 주류를 이루면서도 곳곳서 만나는 소소한 모습 등이 담겨 있는데, 이는 시인의 시선이 종교적 스펙트럼에만 머무르고 있지 않음을 말해준다.

### 짧고 간결한 불교시들 모아 묶어 은유로 점철된 시어 공간 연상 시인의 시선, 종교 스펙트럼 초월

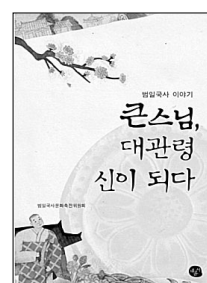
시들은 선문답의 화두나 공안과 같다. 물론 일반의 현대시도 은유를 통한 이미지로 드러내면 독자는 숨겨진 뜻을 찾아가는 시적 독해 능력을 동원해야 하며, 나아가 작자의 의도와 맞아떨어질 때 그 시적 감상이 더욱 증폭되고 동일한 깨달음의 회연에 휩싸인다. 그리고 김상백 시인의 두 행으로 이루어

저자 김상백은 1961년 서울서 태어났다. 중앙대학교를 졸업했다. 대학교 1학년 때 경북 풍기읍에 있는 성철사의 봉철 스님과 인연을 맺고 시정(詩情)이라는 불명을 받았다. 2011년 스님이 입적하실 때까지 가르침을 받았다. 2014년 계간 〈문예비디〉 신인상을 수상해 시인으로 등단했고, 저서로는 〈행복을 좇아가지 마라〉(극락도 불태워 버려라) 〈법성경 강해〉(은그릇에 흰 눈올 담다) 등이 있다.

## 강원 영동의 수호신 범일국사 이야기

### 큰 스님 대관령 신이되다

범일국사문화추진위원회 | 채문서 펴냄 | 1만 5천 원



〈큰스님, 대관령 신이 되다〉는 대관령국사성황이 된 스님, 범일국사 이야기를 다루고 있다. 범일국사는 신라 말의 선승으로 구산선문의 하나인 사굴산문을 개창하고 평생을 불법에 정진했으며, 현재는 강릉단오제의 주신인 대관령국사성황으로 추앙받고 있다. 덕망 높은 큰스님이 ‘신’이 되었다는 이런 독특한 배경에 호기심이 있다.

존재할 수 있었는지 궁금해진다. 이 책은 이런 궁금증을 풀어보자는 의도에서 출발해, 여러 분야의 전문가들이 각 분야의 시선으로 접근하여 총 열 가지의 이야기로 엮어 내었다. 관련 사진을 풍성하게 넣어 시각적인 만족도를 더했으며 사진만으로는 설명이 부족한 부분들도 상상력을 더한 삽화를 통해 표현해 넘어서서 이해를 돕고 있다.

살아서는 한국 불교의 큰 스승으로, 입적 후에는 강원 영동 지역의 수호신으로 오늘날까지 존재하는 범일국사. 어떻게 한 인물이 이토록 오래 우리 삶 가까이

범일국사는 신라 말의 선승으로 지금의 강릉시 구정면 학산리에서 태어난 신라 구산선문의 하나인 사굴산문을 개창한 분이다. 더불어 수차례에 걸친 ‘국사’의 칭을 거절하고 평생 굴산사를 지키며 선종 확산에 크게 기여해 조계종 성립의 밑거름을 일군 큰스님이었으며 입적 후에는 역사의 흐름 속에서 강원 영동 지역을 수호하는 대관령국사성황신으로 추앙받고 있다. 이 책을 통해 범일국사에 대한 이해와 문화의 흐름을 이해하는 기회가 되기를 기대한다. 김주일 기자

## 대한민국 새로운 장래문화 분재공원

**특허권취득! 화분장묘**  
사찰 더 이상의 불사금 조성은 없다. 이젠 불자를 위하여 주고받으시다.

**화분장이란?**  
연꽃좌대화분에 주목나무를 심고 나무아래 유골을 안치하여 분재공원을 조성하는 신 장묘법.

**장점**

- ◆ 이장, 개장의 법적 번거로움이 없다.
- ◆ 1기의 화분장은 가족모두 신도화
- ◆ 사찰분재공원 조성은 신도 활성화
- ◆ 상호회사, 지역장례식당, 신도가족의 영업방안.

◆ **사찰부지 300평기준 : 200기 이상화분장묘 설치, 약 10억원 불사조성**

- ◆ 현 수목장비용 300 ~ 500만원
- ◆ 17화분장묘 안치시, 유가족 전체 개인등.영가등.천도제.기타

화분장묘 특허권자: 김성만 / 특허번호: 제 10-1467668  
상담전화: 054)331-9303.010-8458-3310  
www.화분장.kr

## 명리학 화상강의

사상 처음으로... 명리학 화상강의 수강생을 모집합니다.

명리학에 관심은 많지만 거리가 멀어서, 시간이 없어서 공부하지 못하는 분들께 희소식입니다. 이제 강의실과 똑 같은 분위기로 실시간으로 명리학을 공부하실 수 있습니다.

100세 시대에 제2의 인생을 시작하십시오. 명리학은 인생을 살아가는데 반드시 필요한 지혜이므로 다양한 직업에 활용할 수 있습니다.

▶ 적용할 수 있는 직업: 부동산이나 보험 등 각종 영업, 진로적성 컨설팅, 심리상담사, 철학원, 직업컨설팅, 결혼상담사 등 다양한 분야로 활용할 수 있습니다. (도경선생님의 강의는 유튜브에서 '도경명리'를 치시면 보실 수 있습니다.)

**■ 강의과목**

- 명 리 학 : 초급과정, 중급과정, 고급과정
- 개강일자: 중급반, 고급반 2015년 8월 5일 수요일
- ◆ 중급반 오후 14:00~17:00 (3시간) 수강료 15만원 - 고급반 오전 10:00~13:00 (3시간) 수강료 15만원
- ◆ 입문반, 초급반 2015년 8월 6일 목요일
- ◆ 입문반 오후 14:00~17:00 (3시간) 수강료 15만원
- ◆ 초급반 오전 10:00~13:00 (3시간) 수강료 15만원
- ※ 수강료 선납 시: 6개월 수강료 75만원, 12개월 수강료 150만원

도경명리학당으로 전화를 주시면 자세한 안내를 해드립니다.  
010-8844-4654 / 010-9664-8959  
**도 경 명 리 학 당**  
국민은행 585001-04-119718 예금주: 김연주

## 관음수련법

1 관음법은 기원하고 천도하기 위하여 만들어진 진리가 아닙니다. 부처님께서 누구든지 수련하고 정진하면 인간의 몸 통로가 열려 성불할 수 있도록 만들어 놓은 초첨단 음파공학 진리이며, 현대의학으로도 할 수 없는 초첨단 의학적 진리입니다.

2 관음수련으로 치유될 수 있는 병  
중풍, 류마티스, 관절염, 허리통증, 신병, 변비, 소화불량, 빈혈 및 다이어트, 20대 몸매, 피부미용효과, 목소리 교정 및 트림 등등

3 관음수련의 종교적 성취  
(1) 좌측(뇌) 통로가 열리면 - 지혜의 문이 열려 (문수보살)  
(2) 우측(뇌) 통로가 열리면 - 보리심이 일어나 (관세음보살)  
(3) 중앙(뇌) 통로가 열리면 - 행동하는 힘이 생겨 (보현보살)  
(4) 사지 통로가 열리면 - 치료할 수 있는 능력이 생겨 (약사여래)  
(5) 오관이 모두 열리면 육신통을 성취하며 이마에 제3의 눈이 열립니다.

4 관음수련의 일반적 성취  
(1) 초인적인 운동선수, 골프 등등  
(2) 시인 및 학문적 재능  
(3) 가수 및 예술적 재능  
(4) 팔정도외 사고와 의식이 저절로 생겨나 올바르게 바른 인격수행  
(5) 뇌졸중, 뇌출혈, 뇌경색 등을 예방하며 건강에 100가지 이로움이 있음.

5 관음수련은 불자가 되기 위한 수련이 아니라 관세를 보살 - 부처님 같은 사람이 되기 위한 수련입니다. 불법의 위대함을 직접 느껴보세요.

경기도 남양주시 진접읍 내곡리 303-9번지  
전화 031)572-6118 제석천 만덕사 관음 협창

## KBS 과학파제 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 역할로 남성 보다 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 압박성 등 고위험을 수반하게 된다.

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

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