

그냥 있음 _ 니르바나

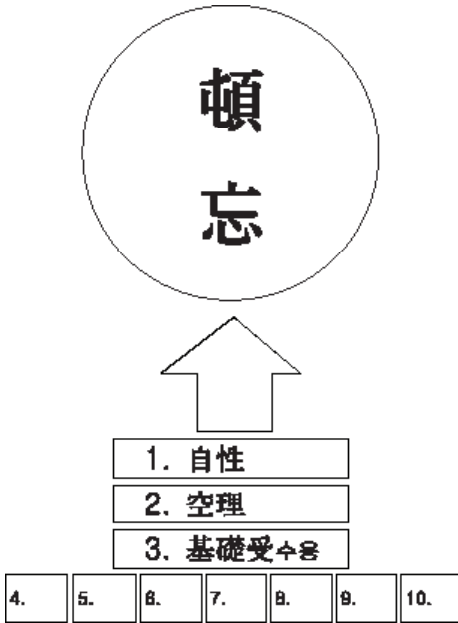
| 용타스님 |

아我和 현상계의 법법이 모두 실체라는 의식에서 멀어지고 느슨해져, 점차 밖으로 치달리던 에너지가 고요해지면 본래마음인 <그냥 있음>이 드러남을 말합니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서 9부)

048. 무한 임재^{臨在}와 장애 요인



무한 임재 확인

자, 어떠한가? 이 자리 이 순간이 무한하게 평안하신가? 아니면 자신 있게 그렇다고 대답하기가 어려운가? 그렇다고 대답하기 어렵다면 아주 좋은 기회이다. 자신 있게 그렇다고 답할 수 없는 이유를 찾아보는 것이다. 한두 개, 혹은 서너 개의 이유가 찾아질 것이다. 찾아진다면 그 이유만 제거해버리면 된다. 그 이유를 찾고 제거하는 것 자체가 또한 깨달음들이다. 이 깨달음들을 논의해 왔지만 또 잊었을 수 있다.

복잡한 일이 아니다. 스스로 그 이유를 찾아보고 찾아진 이유들을 제거할 수 있다면 참으로 대단한 일을 한 셈이다. 바로 그런 것이 팔정도(八正道)의 정사유(正思惟)이다. 스스로 해결을 못한다 해도 마스터의 가르침을 받으면서 잘 따라가 보는 것도 좋은 길이다. 그냥 있음이 니르바나가 되지 못하는 원인을 찾자면 이것저것 제법 여러 가지 있겠지만 결론적으로 이것이 전부라고 할 만한 것 세 가지를 들면 되지 않을까 한다. 그것은 정체성(正體性) 문제, 실제사고(實體思考) 문제 그리고 기초수(基礎受) 문제이다. 이것들은 이미 이전 단상(斷想)에서 다루었지만 표현을 다소 달리 하면서 다시 복습할 필요가 있겠다. (복습이라는 말이 나왔으니 언급하는 바이지만 반복이 천재를 만든다는 말이 있듯이 역사적으로 마음공부의 한결 같은 원리는 반복관행(反復觀行)이다. 반복관행은 마음공부만이 아니고 모든 문화문명의 원리이다.)

정체성(正體性)

<그냥 있음>이 니르바나가 되지 못하는 이유 세 가지 중 하나가 정체성의 문제라고 했다. 그냥 있는 이 자리 이 순간이 온전한 평안으로 있어지지 못하는 이유들이 이것저것 많겠지만 자기 정체성의 힘이 약한 것이 무엇보다 중요한 이유가 될 것이다. 심리학적으로 말한다면 자기 긍정감이 약하다는 것이다. 열등감이 많다는 것이요, 자기 비하(卑下)감 내지 상대적인 빈곤감이 많다는 것 등이다. 이러한 점에 관련하여 경전적인 가르침을 끌어온다면 누구나 불성(佛性)이 있다는 것(준동함령개유불성(蠢動含靈皆有佛性)), 이 마음이 이대로 부처라는 것(즉심즉불(卽心卽佛)), 바로 이 존재가 그대로 부처라는 것(여즉시불(汝卽是佛)) 등은 정체성(正體性)을 높게 끌어올려서 불요한 불안으로부터 벗어나게 하는 좋은 방편이다. 그러나 이 마음이 부처라는 식의 이야기는 어찌

면 불교인들에게 신선한 충격이 아닌 어떤 매 리즘에 찌든 진부한 소리로 되어 있는 것 같기도 하다. 필자는 즉심즉불(卽心卽佛)이 불교인에게 정문일침(頂門一鍼)의 촌철로 느껴지게 하는 일을 중대한 운동 목표로 삼아야 한다고 외치고 있는 사람이다.

빅뱅 이래 최고로 신비한 것을 하나만 들라 하면 무엇일까 수없이 물어온 나는 단연 사람의 의식(意識(마음))이라고 답하기를 주저하지 않는다. 가만히 생각해 보라. 빅뱅 이래의 역사 137억년 중에 지구의 역사 46억년, 인간의 진화역사 300만년이다. 이 와중에 사람의 의식(意識)이 어떤 인연(因緣)의 틈바구니를 타고 어떻게 빠져서 나왔을까 상상으로 음미해 보라. 그 신비(神祕)함에 전율(戰慄)적인 경이감(驚異感)이 들지 않는가? 나는 의식을 떠올릴 때마다 수없이 “모재(妙哉!)”를 연발해 왔다. 물론 존재 일반이 신비 아닌 것이 없고, 모든 존재가 다 동가(同)의 신비라는 것을 잘 안다. 그러나 굳이 신비 중 신비를 한 가지만 들춘다면 진화의 최첨단에 있는 사람의 의식(意識)을 추천함에 망설여지지 않는다는 말이다. 나아가 그 신비에 이름을 달아야 한다면 무엇이 좋을까 생각해 본다. 인류 역사상 지존(至尊)자리에 있는 이의 이름이 신(神) 혹은 부처(佛)라 할 때, 그 신비를 ‘불성(佛性)’이라, ‘불(佛)’이라 이룬다면 그나마 적절하다 할 것이다. 그래서 불교는 천하에 부처 아님이 없다(無非佛)고 하는 바이며, 부처 아님 없는 자리에 굳이 더 우선적으로 부처를 찾는다면 사람부처부터 찾는 것이 바람직할 터, 곧 즉심즉불(卽心卽佛)이요, 여즉시불(汝卽是佛)이요 인불(人佛)이요 활불(活佛)이라 하는 것이다. 아무튼 사람의 행불행을 결정함에 있어서 정체성 여하가 얼마나 중요한가를 인식한다는 것은 중대한 깨달음이다.

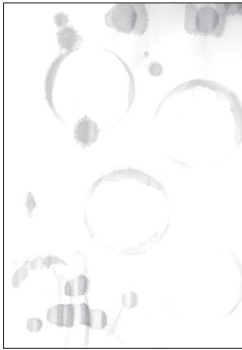
자! 어떠한가? 지금 이 자리에 이렇게 깨어 있는 이 의식(意識), 이 마음, 보고 듣고 말하고 행동하는 이 주인공이 바로 불성(佛性)이요, 자

성自性이요, 부처라 함에 주저되는가? 혹여 하루에도 몇 번이고 욕심과 분노가 일어나는데 어찌 부처를 사칭詐稱할 수 있겠냐고 발뺠을 하시는가? 그렇다면, “이 일물一物¹⁾은 하루에도 몇 번이고 욕심과 분노가 일어나는 부처다!!!!!!”라고 선언하라. 녹슨 쇠몽둥이는 녹인가 쇠인가? 녹은 차차 씻어내더라도 일단 쇠를 선언하는 것이다. 번뇌는 차차 정화하더라도 일단 부처를 선언하는 것이다. 6금이 부족하다고 ‘18금은 금이 아니다!’를 고집하는 어리석음을 어찌하면 좋겠는가?

다시 보조普照스님의 수심결修心訣 가르침을 끌어와 보자. (슬프다! 요즘 사람들은 어리석어서 자기 마음이 참 부처인 줄 알지 못하고 자기 성품이 참 법인 줄 모르고 있다. 법을 멀리 성인들에서만 구하려 하고, 부처를 찾고자 하면서도 자기 마음을 살피지 않는다. 만약 ‘마음 밖에 부처가 있고, 성품 밖에 법이 있다.’고 굳게 고집하여 불도를 구한다면, 이와 같은 사람은 비록 티끌처럼 많은 세월이 지나도록 몸을 태우고 뼈를 두드려 골수를 내며, 피를 뽑아 경전을 쓰고 밤낮으로 눕지 않으며, 하루 한 끼만 먹고 팔만대장경을 줄줄 외며 온갖 고행을 닦는다 할지라도, 미래로 밥을 짓는 것과 같아서 보람도 없이 수고롭기만 할 것이다.)

자, 어떠한가? 녹슨 쇠를 쇠라 할 수 있겠는가? 18금을 금이라 할 수 있겠는가? 욕심이 일어나는 이 마음을 부처라 할 수 있겠는가? 번뇌즉보리煩惱卽菩提까지는 아직 나아가지 않아도 된다. 번뇌는 번뇌라

1) 일물一物이란 ‘나’를 의미한다. 왜 ‘나’라 하지 않고 ‘일물’이라 할까? ‘나’란 다분히 탐진치 삼독의 에고(ego) 개념이다. 심리학적으로 볼 때 ‘나’라는 어휘를 씀에 따라 미성숙한 이상我相(ego) 에너지가 강화되리라는 것은 당연하다. 그래서 일상생활 속에서는 편의상 ‘나’라는 말을 쓸 수밖에 없겠지만 공부층에서는 가능한 한 에고 강화 개념이 될 수 있는 ‘나’라는 어휘를 피할 필요가 있다고 본다. 우리 동사 섭 공부층에서는 ‘나’ 대신 ‘일물一物’이라 쓰기를 권장한다.



하더라도 변뇌 없는 순간의 마음이 훨씬 많은 것을 알아야 하며, 변뇌에 휘둘리고 있는 순간이라 해도 잘 보면 마음과 변뇌는 화합물 化合物적인 관계가 아니고 혼합물 混合物적 관계여서, 흰 천에 때가 묻어 있을 경우에 천과 때가 구별되듯이 마음 자체와 변뇌가 구별을 알 수 있다. 이때 변뇌에 집중하려고 하는 에너지의 방향을 바꾸어 마음 자체에 집중해보면 변뇌와는 상관없는 마음 자체가 의식됨을 알 수 있다. 그 마음은 부처의 마음과 다름이 없다. 그러하니 변뇌를 자기 정체성으로 하겠는가 아니면 부처의 마음인 본래의 마음을 자기 정체성으로 하겠는가. 우리는 정체성을 바로 하기만 해도 무한 돈망을 획득할 수 있다. 이 맥락에서 1987년은 나에게 기념비적인 해였다. 그 해 여름, 곡성 태안사에서 은사스님이신 청화 淸華 대선사님을 모시고 3년 결사를 할 때, 깨어있음만으로 깨달음임을 자가自家 수궁하게 되었다. '깨달음이라는 이름으로 더 나아갈 곳이 없다'고 수궁한 다음 이 의식 체험을 각성점두 覺性點頭라 이르다가 훗날 <옴>이라 개칭하였다. 이때부터 <옴>을 주주 주제 主題로 삼고 동사섭 수련의 고급과정을 운영하였다. 세월이 좀 지난 어느 날 스승님께 나의 심경을 말씀 올렸다. 당시까지 스승을 24년간 모셨는데, 세상 사람으로 평생 받은 모든 칭찬을 다 모아도 미치지 못할 만한 찬사를 스승으로부터 받았다. 그 찬사는 내 인생에서 잊을 수 없는 선물이었다. 스승님의 그 찬사가 있던 무렵은 동사섭 프로그램 운영에 대해 스승님께서 심히 걱정을 하신 나머지 “용타는 스승에게 불효요 불충이다. 동사섭 프로그램 운영을 계속 하려면 스승을 떠나야 한다.”라고 많은 문중 문도들이 질타하던 시절이었기에 더 의미 있는 선물이었

다.

그런데 위와 같이 정체성이 논의될 때 지극히 중요한 유념점이 있다. 그것은 자성自性, 혹은 불佛이라고 수공하고 선언할 때 자성이나 부처를 실체시하는 심리에 떨어져서는 안 된다는 점이다. 이 심리가 일어난다면 어김없는 지옥행이다. 편의便宜 차원에서 ‘컵’이라 이르되 컵의 연기성緣起性에 깨어 있어서 컵을 실체시 하지 않음으로써 우리의 의식에 컵이라는 흔적을 남기지 않는다는 것이 우리 인생에서 얼마나 중요한 것인가를 아는가? 금강경의 〈컵卽非컵是名컵〉²⁾의 가르침에 유념하면 된다.

아공법공我空法空

〈그냥 있음〉이 니르바나가 되지 못하는 또 하나의 이유가 실체성의 문제이다. 이 순간, 무한하게 평안할 수 있어야 하는데 이를 장애하는 요인들 중에 그 첫 번째가 정체성의 취약성이라고 했다. 즉 여기 이렇게 존재하는 깨어있는 의식이 바로 불성이요, 자성이요 무한이요 부처라는 것을 조금만 깊게 사유해보면 이 자리 이 순간의 무한 평안을 확보할 수 있다는 것이 경험적으로 수공될 것이다. 그런데 〈그냥 있음〉만으로는 만족하지 못하고 어딘가를 향하여 나아가 무언가를 섭취하지 않으면 직성이 풀리지 않는 습관성(업장) 때문에 이대로 그냥 있음이 평안의 자리가 못되는 예를 사람이면 누구나 알 것이다. 즉 마음이 〈어딘가를 향해 나아가고 싶음〉이 〈그냥 있음〉의 평안에 장애 요인이 되는 것이다. 습관적으로 끌려가는 〈어딘가〉란 바로 중독물이

2) 금강경의 중대 가르침 하나이다. 일체의 실제적 개념에 즉비卽非를 붙임으로써 실체를 부정하고 다시 그 편의성을 위해 시명是名으로 그 묘유妙有성을 살려내는 논법이다.



다. 그 <어딘가>란 무수하겠지만 이
 분법二分法으로 정리하면 주수와 객촉
 이다. 곧 아我和 법法³⁾이다. 일렸듯
 이 아我が 중독中毒물이요, 법法의 모
 든 것이 중독물이다. 안으로나 밖으

로나 중독물이 많은 정도에 비 해서 <그냥 있음>의 평안도平安度는 떨어질 것임은 당연하다. 이 순간 이 자리의 깨어있음이 확연하여 제법 ‘이대로 OK!’를 수궁하고 즐긴다 해도 의식 공간에 있는 중독물들의 치열도에 상응해서 그 질가質價가 떨어지는 것이 부정할 수 없는 현실 일 터, 어떤 대응책이 나와야 할 것이다.

그 대응책이 공관空觀(아我和 법法이 공소함을 깨닫고 아我和 법法의 공소함을 관조觀照함)이다. <깨어 있음>이 그대로 불성이요, 자성이요, 부처라고 하는 것이 수궁되는 것만으로도 열린 무한을 살 수 있는 법인데, 아我和 법法이, 곧 우주의 모든 것이 다 공소하다는 것이 수궁되는 심리가 보태어진다면 금상첨화錦上添花라, 열린 무한이 더 열려 버릴 것이니 일체의 걸림 없는 의식을 경험할 수밖에 없을 것이다. 동사섭수련회 고급과정에서는 필자가 정리해 놓은 27가지 공리空理에 대한 명상을 통해서 아공법공我空法空의 이치를 이해하고 그 이해에 따르는 의식의 해탈감解脫感을 느끼게 한다. 예를 들면 연기고공緣起故空이라는 공리空理를 통해서 이 우주에 존재하는 모든 것들은 인연에 의해 존재하므로 실체라 할 수 없음을 이해하고 명상하며, 무상고공無常故

3) 불교에서 법法은 여러 측면으로 쓰이는 개념이지만 일단 존재하는 유형무형의 모든 것이 법法이요, 좁은 뜻으로는 존재계를 주체인 자아自我와 대상인 객체로 나눌 때, 자아의 대상이 되는 모든 객체를 법法이라 한다. 아공법공我空法空이라 할 때의 법은 좁은 뜻의 개념이다.

쏘이라는 공리를 통해서 모든 존재가 쏘 없이 변해가므로 실체가 아님을 이해하고 명상하게 한다. 이렇게 공리空理를 반복 명상하면 아我和 법法에 대한 실체實體 의식이 느슨해지고 명상 정도에 따라 밖으로만 치달리던 에너지가 점차 조용히 쉬어지면서 본래 마음인 <그냥 있음>으로 다가가게 된다. 언급한 27가지 공관空觀 법은 불원간에 소책자로 출판될 것이다. 그 제목만을 소개한다면 연기고공緣起故空, 방하고공放下故空, 무한고공無限故空, 무상고공無常故空, 성주괴공成住壞空, 생멸고공生滅故空, 불가득공不可得空, 잔상고공殘像故空, 가합고공假合故空, 분석고공分析故空, 억분일공億分一空, 입자고공粒子故空, 파동고공波動故空, 몽환고공夢幻故空, 중중연공重重緣空, 성기고공性起故空, 자체고공自體故空, 자연고공自然故空, 자성고공自性故空, 의근고공依根故空, 심조고공心造故空, 염체고공念體故空, 파근현공破根顯空, 파운현공破雲顯空, 미시고공微視故空, 원시고공遠視故空, 영시고공永時故空 등이다.

수련장에서는 이상에서 말한 두 장애 요인을 극복함으로써 높은 수준의 의식 체험을 하고, 가치관 차원에서 <절대 좋음>을 논지로서 선언했을 때 돈망파지자頓忘把持者로 구두口頭 인정한다. 이어서 상당 기간 수습수행修習修行의 과정을 거친 다음 몇 가지 점검을 마치고 <돈망파지인증위원회頓忘把持認證委員會>에서 돈망파지인증서 頓忘把持認證書を 발행한다.

기초수基礎受와 돈망

자, 어떠한가? 의식 자체가 그토록 신비하니 이 의식에 부처라는 이름을 붙여주어도 좋겠는가? 그냥 이렇게 깨어 있는 것만으로도 부처의 임재臨在로 여겨지는가? 그런데다가 아공법공我空法空인지라 안팎으로 탕탕 비어서 분별시비집착分別是非執着할 것이 없으니 천하에


걸릴 것이 없어 그저 자유롭기만 한 타-기 트인 자유감이 더해질 터, 어떠한가? 그러해지는가? 그러해진다면 돈망의 문턱에 들어선 것이다. 이제 절대 좋으나에 예스만 하면 거의 된 셈이다. 여기까지는 돈망 파지에 기초수(基礎受)를 고려(考慮)하지 않는 단계에서의 이야기이지만 근자에는 돈망 파지에 기초수(基礎受) 여하까지를 고려함으로써 돈망의 완벽성은 한 수 더 높아지게 되었다. (기초수(基礎受)는 <038. 기초수(基礎受)>에서 다룬 개념이니 참고하는 것이 좋겠다.) 사실, 그냥 있음만으로 온전한 평화로움일 수 없는 이유로 <안 좋은 기초수>만한 것이 없을 것이다. 자성(自性)의 이치를 깨달아 도(道)라도 통한 듯 좋고, 아공법(空我空法)을 깨달아 걸릴 것 없이 좋은 듯해도 안 좋은 기초수에 걸려 들면 곤혹스러울 수밖에 없는 것이 중생의 현실이다. 따라서 이 기초수를 어떻게 다룰 것인가 하는 문제는 필수적이다.

수년 전 미국에 갔을 때의 일이다. 신도님 집에 묵으면서 며칠을 지낼 때 심한 기침 감기를 앓았다. 사람이 기침으로도 얼마든지 죽을 수 있겠구나 할 만큼 거의 밤을 새면서 기침을 했다. 기침으로 심한 고통을 느끼면서 중대한 자각 하나가 있었다. 신체적인 심한 고통을 겪고 있을 때 돈망이라는 해탈의식은 어떠한가 하는 문제이다. 나 같은 사람은 그나마 고통에 대해서 여러 측면으로 사유를 해왔고 고통과 연관된 관행들을 해왔음에도 불구하고 고통이 있는 순간 돈망이라는 기동이 흔들리는 것을 보면서 마음공부 초심자들은 어떠한가 하는 데에 마음이 미쳤다. ‘그렇다! 자성(自性)으로 깨어 있고 아공법(空我空法)을 깨어서 안팎으로 다소 걸림이 없이 임재(臨在)한다고 해도 기초수(基礎受)에 대한 단속을 단단히 하지 않으면 돈망이라는 섬세한 의식이 굳건하게 서있기가 쉽지 않겠다.’는 자각이 선명해졌다. 그리고 보니 나 자신도 기초수에 은근히 영향을 받아 왔음을 부정할 수 없겠다는 생

각까지 보태지면서 돈망頓忘이라는 학습 내용에 기초수 문제를 끌어들이기에 이른 것이다. 다시 말하면 기초수가 별문제 되지 않는 상태에서는 깨어있으면서 안팎으로 다 놓아버리면 돈망 완료가 될 것이지만 심신의 컨디션이 왜조가 아닐 때라면 ‘쌍, 심신의 상태가 어서 좋아졌으면 좋겠어...’ 하고 저항하는 심리가 대체로 일어날 것이다. 이에 기초수基礎受 단속을 어떻게 할 것이냐가 중대 문제로 제기된다.

결론부터 말하자면 그 답은 기초수基礎受를 저항하지 않고 그대로 수용하는 것이다. 기초수 수용의 제1단계는 수관受觀이다. 현재 자신의 느낌 상태를 그대로 수용하는 것, 즉 마음과 몸에 느껴지는 것들을 그냥 그대로 느끼는 것이다. 그대로 의식한다 해도 된다. 느껴지는 이 상태가 아무리 좋더라도, 혹은 아무리 안 좋더라도 그것을 기뻐하거나 혹은 싫어하는 마음을 내지 않고, 그냥 그대로 느낀다. 이것이 수관受觀이다. 다음은 제2단계, 인과관因果觀이다. ‘현재 느껴지는 이 상태, 이 현실은 자신의 과거, 전생, 전전생까지의 모든 과거를 원인으로 해서 나타나는 필연적인 결과요, 필연적인 인과이다.’ 하고 사유하는 것이다. 즉 현재의 이 현실 이 상태는, 이 순간까지 내가 지은 바, 성숙 혹은 미성숙한 행위의 결과인 것이니 좋은 상태이든 안 좋은 상태이든 달게 받는 것이다. 현재가 안 좋다고 저항한다면 이치에 맞지 않다. 감심인수甘心忍受라는 말씀이 있듯이, 나의 인과因果를 달게 수용하여 받는 것이다. 그 인因에 그 과果가 따르는 것뿐이니 당연한 순리 아닌가? 이 이치는 심신의 느낌만이 아니라 인생의 모든 현실에 적용하는 것이 좋다. 사업이 흥할 때는 흥할 만한 무언가를 과거에 내가 했고, 망할 때는 망할 만한 짓을 과거에 내가 한 것이다. ‘인생사 거창한 일로부터 이 순간 이 느낌까지 다 과거에 내가 지은 바의 결과이다.’라고 생각하는 것이다. 이것이 인과관因果觀이다. 현실이 고수품

受 일 때는 충분한 참회를 하는 것도 좋다. 참회懺悔란 과거의 잘못을 시인하고 미래에 잘 하겠다고 결심하는 것이다. 이어서 제3단계, 지족관知足觀이다. ‘현재 느껴지는 이 느낌, 이 상태, 이 현실은 얼마든지 이보다 못할 수 있는데 그런 상황에 비하면 다행한 것이야.’ 하고 생각하는 것이다. 그만하니 감사한 것이다. 범사에 감사한다는 것이 이것이요, 지족知足이 이것이다. 현재 몸의 어느 부위가 심각하게 아픈 상태일 수도 있고, 형사적인 잘못을 범하여 수배대상으로 쫓기는 신세일 수도 있다. 그런데 그러하지 않음은 진정 다행한 일이요, 감사한 것이다. 나의 인과인 이 현재, 그러한 행운인 이 현재를 그대로 느끼고, 수용하고, 누리고, 즐기는 것, 이것이 인과관因果觀과 지족관知足觀을 바탕으로 한 수관受觀이다. 수관受觀에 있어서 인과관因果觀과 지족관知足觀을 바탕으로 삼는 것이 참으로 중요함을 명상생활을 해 온 사람이라면 누구나 수긍할 것이다.

도표에서 말하듯 돈망이라는 니르바나를 이끌어내기 위해서 요청되는 것으로 자성自性, 공리空理, 기초수基礎受 수용 정도면 거의 충분하리라 보지만 보다 섬세한 법리 심화를 위해서는 적정 정도의 인문학도 필요할 것이다. 다음 호에 이어질 돈망의 기초철학이 상당한 도움이 되리라 본다.(다음 호에 계속) 

• 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **웅타 스님** | 1964년 청화스님을 은사로 출가. 1966년부터 1974년까지 고등학교 독일어교사로 교단에 섰으며, 1974년부터 1983년까지 20안거를 성만했다. 미국 삼보사 주지, 성륜문화재단 이사, 재단법인 행복마을 이사장으로 1980년도부터 세상 사람들의 행복과 해탈을 위하여 [동사섭]이라는 마음공부 프로그램으로 32년 동안 수련회를 개최해왔다. 저서로는 『마음 알기·다루기·나누기』 『10분 해탈』이 있다.

(재) 행복 마을



마음 알기 다루기 나누기

저자 용타 | 출판사 대원사 | 정가 12000원

용타 스님의 『마음 알기·다루기·나누기』. 마음 닦는 일에 대한 불교 관점의 입문서이자 지침서다. 불교월간지 「대중불교」 등에 실어온 내용을 정리한 것이다. 행복과 행복의 조건, 생활 불교 어떻게 할 것인가, 안의로의 산책, 명상 잡기에 대한 내용이 담겨 있다.



10분 해탈 - 용타 스님의 생활 수행 이야기

저자 용타 | 출판사 불광 | 정가 12000원

생활도 수행이다! 용타 스님의 생활 수행 이야기, 『10분 해탈』. 불교의 근본적 가르침뿐 아니라, 선불교를 바탕으로 현대 심리학과 상담학을 끌어들이어 '동사섭(同事攝)'이라는 집단수행프로그램을 만든 저자의, 『마음 알기·다루기·나누기』(대원사, 1997년)에 이은 두 번째 수행 지침서다.

이 책은 불교 월간지 「불광」에 3년간 연재해온 <생활 수행 이야기>를 엮은 것이다. 매일 1편씩 10분간 읽으면서 해탈을 이루어 궁극의 행복으로 나아갈 수 있도록 이끌고 있다.

동사섭 수련프로그램 안내

동사섭(同事攝)이란, 불교의 사섭법(四攝法 : 布施攝·愛語攝·利行攝·同事攝) 중의 한 개념이다. 사섭법이란 보살이 중생을 향하여 경우에 따라서는 베풀고(보시섭), 경우에 따라서는 자애어린 말로 더불고(애어섭), 또는 이로운 일로 도와주고(이행섭), 나아가 그들과 희로애락을 함께하는(동사섭) 삶의 태도를 말한다. 본 동사섭수련회에서는, 동사섭의 개념을 사섭법 중의 동사섭의 의미를 기본으로 하되 보시, 애어, 이행을 다 아우르며, 세상에 존재하는 유정 무정의 개개가 낱알이 우주의 주인공이 되 낱알이 서로 평등하게 어우러져 서로 영향을 주고받을 때만 존립할 수 있으니 우주 전체가 한 생명체일 수밖에 없다는 일체(一體) 사상을 뜻매김하여 쓰고 있다.

동사섭 수련프로그램은 용타스님이 개발한 마음수련 프로그램이다. 칼 로저스의 엔카운터를 씨앗으로 하여 1980년부터 수련하여 왔다. 현재는 <삶의 5대 원리-정체(正體)·대원(大願)·수심(修心)·화합(和合)·작선(作善)의 원리>를 학습 주제로 하여, 의식의 전개 과정을 일상의 삶 속에서 지인(至人)의 수준으로 나아가도록 이론과 실습의 체계로 수련을 진행하고 있다.

일반과정(5박6일), **중급과정**(3박4일), **고급과정**(3박4일)으로 나누어 진행하고 있으며, 여름방학과 겨울방학에 중점적으로 진행한다. 평소에는 홀수 달, 셋째 주 월요일에 개설되어 있다.

홈페이지 : <http://www.dongsasub.org>

연락처 055-962-1070 / 이메일 office@dongsasub.org