

하와이 별원 쇼보지 (別院正法寺)



남아메리카 별원 북신지 (別院佛心寺)

조동종은 해외 포교의 거점으로 미국에 조동종 국제센터를 설치해 있습니다. 또한 하와이, 북아메리카, 남아메리카 및 유럽 각 지역에 국제포교본부가 있어, 조동종의 포교 사업에 힘쓰고 있습니다. 각처의 연락처는 뒷면을 참조하십시오. 부담 없이 편하게 연락, 혹은 들려주시기 바랍니다.

## ■ 양대본산(兩大本山)

### 대본산 에이헤이지(大本山永平寺)

후쿠이현 에이헤이지쵸우

대본산 에이헤이지는 1244년, 도우겐 선사께서 개산하셨습니다. 당시 이 지역의 영주였던 하타노 요시시게 (波多野義重)의 청으로 건립돼, 처음에는 산쇼우보우 (傘松峰) 다이부즈지(大佛寺)라고 불렀습니다만, 도우겐선사께서는 나중에 깃쇼우잔(吉祥山) 에이헤이지로 개명하셨습니다. 에이헤이지의 수행은 770년 이상의 전통이 있습니다. 오늘날도 200명 이상의 수행승들이 밤낮으로 선 수행을 열심히 하고 있습니다.



### 대본산 소우지지(大本山總持寺)

가나가와현 요코하마시

대본산 소우지지는 1321년, 이시카와현(石川縣)에 이미 있었던 쇼가쿠지(諸嶽寺)를, 게이잔선사께서 쇼가쿠산(諸嶽山) 소우지지로 새로 명명하신 것이 시작입니다. 19세기 말, 메이지(明治)시대 때 이시카와현의 가람(伽藍)이 화재로 소실되어, 소우지지는 현재지 요코하마시(横浜市)로 옮겨졌습니다. 화재 대책을 숙려해서 정비된 경내는 광대하고, 커다란 사찰 건물들이 매우 인상적입니다.



## CONTACT INFORMATION

### ■ Regional Offices /지사

#### International Center

1691 Laguna Street, San Francisco CA 94115 U.S.A.  
TEL: (1)-415-567-7686 / FAX: (1)-415-567-0200 / info@sotozen.com

#### Hawaii

1708 Nuuanu Avenue, Honolulu, HI 96817 U.S.A.  
TEL and FAX: (1)-808-538-6429 / info@sotozenhi.org

#### North America

123 South Hewitt Street, Los Angeles, CA 90012 U.S.A.  
TEL: (1)-213-617-0100 / FAX: (1)-213-617-0200 / info@sotozen.us

#### South America

Rua São Joaquim, 285, Bairro da Liberdade, São Paulo-SP, CEP 01508-001 Brasil  
TEL: (55)-11-3399-3966 / FAX: (55)-11-3208-0418 / sotozen@uol.com.br

#### Europe

277 Rue du Faubourg Saint Antoine, 75011, Paris, France  
TEL: (33)-1-4633-7738 / FAX: (33)-1-4633-6004 / info@sotozen.eu

### Administrative Headquarters of Soto Zen Buddhism /조동종 행정 본부(曹洞宗宗務庁)

2-5-2 Shiba, Minato-ku, Tokyo 105-8544 Japan  
TEL: (81)-3-3454-5493 / FAX: (81)-3-3454-5449 / kokusaika@sotozen.jp

<https://global.sotozen-net.or.jp>

© 2018 by SOTOSHU SHUMUCHO. All rights reserved.

Korean  
한국어

ZEN

福



조동선(曹洞禪)

## 세계의 조동선(曹洞禪)

조동종(曹洞宗)의 가르침은 세계각지에 널리 퍼져있습니다.

1903년 하와이와 남아메리카의 일본인 이민자들을 대상으로 시작된 조동종의 해외 포교는, 그 후 북아메리카와 유럽에도 퍼졌습니다. 그 긴 세월을 걸친 포교에 의해서 지금은 약 800명 이상의 다양한 국적 승려들이 세계각지에서 활동을 계속하고 있으며, 많은 사찰과 선 센터(Zen Center)가 건립되어 수많은 신도들이 모여 있습니다.

각 사찰과 선 센터에서는 좌선회(坐禪會)를 비롯해 일본 문화와 관련한 여러 행사가 정기적으로 열리고 있습니다. 일불양조(一佛兩祖)의 가르침을 실제로 접하면서, 인종이나 문화의 장벽을 넘어 많은 분들이 교류하는 장소가 되어 있습니다.



첸도엔 (禪道尼苑)



북아메리카 별원 쥬슈지 (別院禪宗寺)

유럽

북아메리카



종지(宗旨)

조동종은 부처님으로부터 역대의 조사님들로 이어져 온 '정전(正傳)의 불법'을 근본으로 삼고 있습니다.

그것은 즉 지관타좌(只管打坐, 오로지 좌선에 정진함)·즉심시불(卽心是佛, 마음이 부처님임)을 실천하는 좌선(坐禪, 오로지 앉는 참선)입니다. 좌선이 조동종의 수행이며, 좌선을 통해 몸과 마음의 편안함을 얻을 것만이 아니라, 좌선 자체가 그대로 불심이며 부처이다는 것을 자각합니다.

우리들 일상 생활의 모두인 행주좌와(行住坐臥, 걷고 있음, 서 있음, 앉아 있음, 누워 있음)에서 좌선의 정신을 실천함으로써, 우리들 생명의 소중함을 깨닫고, 서로가 편안하고 평온한 나날을 보냅니다.

가르침

이 세상에 태어난 우리들은 모두가 부처님과 같은 마음 '불심' 을 가지고 있습니다. 그러나 우리들은 그 사실을 모르고 그 마음을 잊어버린 채 제멋대로 생활을 하면서 자기 자신이나 다른 사람을 괴롭게 하고 있습니다.

불심은, 자신의 생명을 소중하게 여길 뿐 아니라, 다른 사람들 생명이나 물건까지도 자신과 하나의 생명으로서 아낀다는, 타자(他者)에 대한 배려입니다. 이러한 부처님과 도우겐(道元) 선사 그리고 게이잔(蓋山) 선사의 가르침을 믿는 것으로, 우리들의 마음은 욕심이나 집착을 벗어나 편히 설 수 있습니다. 자신의 생활에 조화가 오며, 그러므로 사회에 봉사하는 것에도 기쁨을 느낄 수 있게 되고, 어떤 어려움에도 지지 않은 깊은 신념을 얻을 수 있습니다. 나날 생활 속 보통 일들을 다시 돌아봐서, 그 속에 행복과 삶의 가치를 찾아 나가는 것, 그것이 조동종의 가르침입니다.

일불양조 (一佛兩祖)

석가모니부처님(釋迦牟尼佛)

지금부터 약 2500년전, 네팔 룸비니에 석가족의 왕자로 태어났습니다. 왕자로서 풍족한 생활을 보내셨으나, 인생의 문체에 깊이 고뇌하시고, 29세 때 출가하셨습니다. 6년에 걸친 엄격한 수행을 하신 후, 부다가야에서 35세 때 불도(佛道)를 깨달은 각자(覺者, 불타)가 되셨습니다. 그 후 쿠시나카르에서 입멸(入滅)하실 때까지, 제자 육성과 불법 전도를 위해서 행각을 계속하셨습니다.

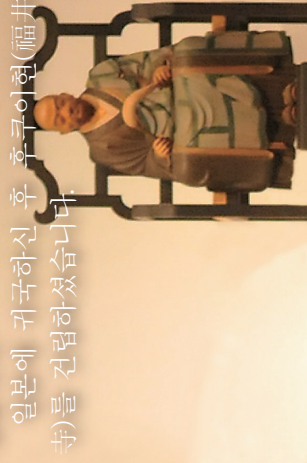
태조 게이잔(太祖蓋山)선사

도우겐선사가 열반 드신 후 조동종 발전에 초석을 쌓아 올리신 분이 게이잔선사이십니다. 게이잔선사는 8세에 에이헤이지에 들어가시고, 19세 때 일본 각지를 행각하셨습니다. 그 후 이시카와현(石川縣)에 소우지지(蘇守地地)를 창건하시고 많은 제자의 육성에 노력하셨습니다.



고조 도우겐(高祖道元)선사

도우겐선사는 일본 가마쿠라(鎌倉)시대 (1200년대)에, 불교를 배우러 송나라로 24세 때 건너가셨습니다. 엄격한 수행 끝에, 부처님 이래 역대 조사님들에게서 면면이 전달되어 온 '장진의 불법'을 천동여정(天童如淨)선사로부터 상속받으셨습니다. 일본에 귀국하신 후 후쿠이현(福井縣)에 에이헤이지(永平寺)를 건립하셨습니다.



좌선 (坐禪)

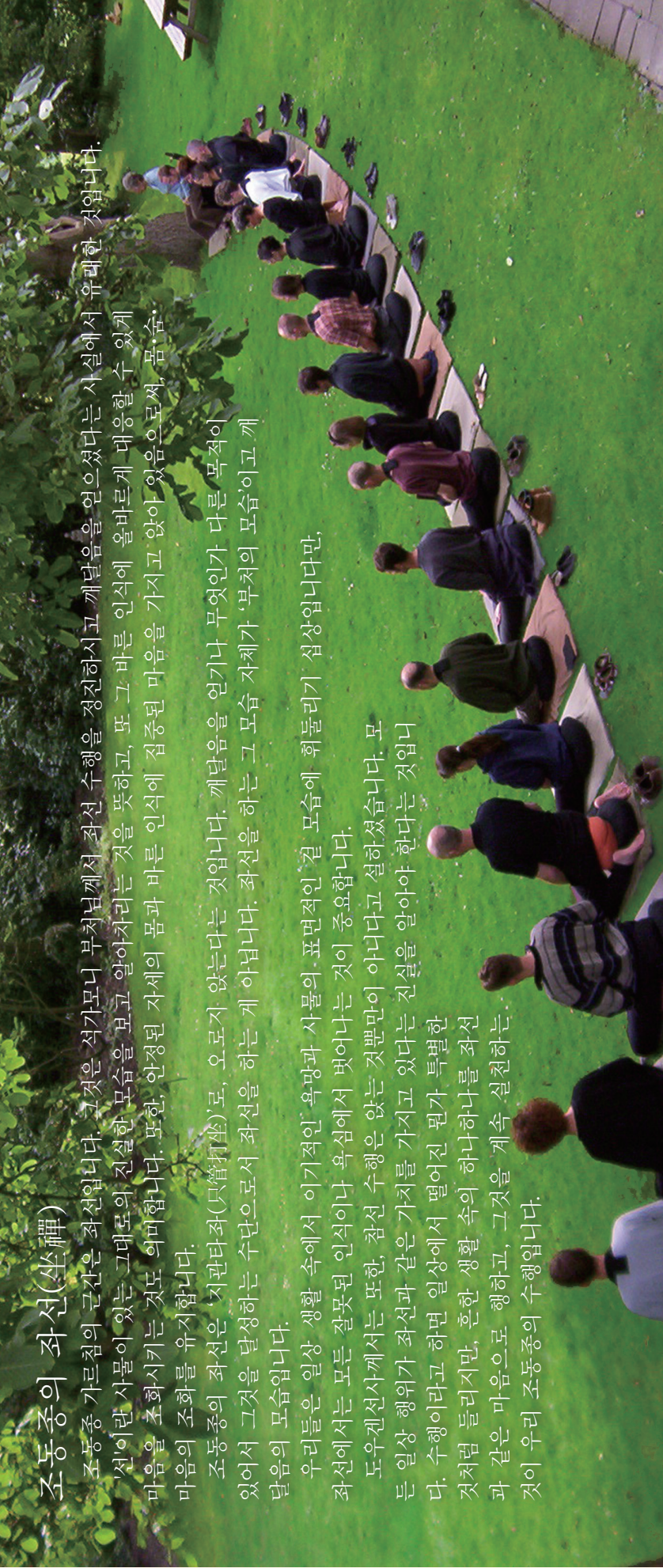
조동종의 좌선(坐禪)

조동종 가르침의 근간은 좌선입니다. 그것은 석가모니 부처님께서 좌선 수행을 정진하시고 깨달음을 얻으셨다는 사실에서 유래한 것입니다. '선이란 사물이 있는 그대로의 진실한 모습을 보고 알아차리는 것을 뜻하고, 또 그 바른 인식에 올바르게 대응할 수 있게 마음을 초화시키는 것도 의미합니다. 또한, 안정된 자제의 몸과 바른 인식에 집중된 마음을 가지고 앉아 있음으로써, 몸, 숨, 마음의 조화를 유지합니다.

조동종의 좌선은 '지관타좌(只管打坐)'로, 오로지 앉는 것입니다. 깨달음을 얻기나 무엇인가 다른 목적이 있어서 그것을 달성하는 수단으로서 좌선을 하는 게 아닙니다. 좌선을 하는 그 모습 자체가 '부처의 모습'이고 깨달음의 모습입니다.

우리들은 일상 생활 속에서 이기적인 욕망과 사물의 표면적인 겉 모습에 휘둘리기 십상입니다만, 좌선에서는 모든 잘못된 인식이나 욕심에서 벗어나는 것이 중요합니다.

도우겐선사께서는 또한, 참선 수행은 앉는 것뿐만이 아니라고 설하셨습니다. 모든 일상 행위까지도 좌선과 같은 가치를 가지고 있다는 진실을 알아야 한다는 것입니다. 수행이라고 하면 일상에서 떨어진 뭔가 특별한 것처럼 들리지만, 흔한 생활 속의 하나하나를 좌선과 같은 마음으로 행하고, 그것을 계속 실천하는 것이 우리 조동종의 수행입니다.



식사의 수행

식사의 가르침

경전에는 "우리는 모두 먹는 것으로 생명을 보존한다. 먹지 않으면 생명을 잃어버린다", "먹는 것으로 수명을 유지하고, 힘을 얻으며, 용모를 살리고, 병을 가라앉히고, 굶주림과 쇠약을 없앤다" 등, 식사에 관한 부처님의 말씀들이 많이 나옵니다. 우리들이 살아가는 데 있어서 식사는 기본적인 일입니다. 그래서 부처님께서서는 무엇을 먹고, 언제 어느 때, 그리고 가장 중요한 것은 그것을 어떻게 먹는지를 가르치셨습니다.

부처님께서 설하신 식사의 가르침을 더 발전시키신 분이 도우겐선사이십니다. 도우겐선사는 저각에서, 음식을 조리하는 직무인 진좌(進解)의 마음이 집니다. 우리가 식사를 할 때의 유의점을 구체적으로 상세하게 가르치셨습니다. 도우겐선사는 음식에 관한 모든 면에 대해서 세심한 배려를 하라고 설하셨습니다. 어떤 식재라도 동등한 감사의 마음을 가지고 받고 조리 해야 한다는 것, 그리고 조리구의 취급방법과 그릇을 다루는 사람들의 마음가짐을 가르치셨습니다.

식사는 제후할 때도 먹을 때도 감사의 마음을 갖고, 몸과 마음을 돌보고, 식사를 주는 사람과 받는 사람 및 식사 자체가 일체이다는 사실을 존중합니다. 조동종 수행에서는 식사와 수행이 하나라는 것을 재확인하기 위해서 '오관 계(五觀偈)'를 식전에 읽니다. 첫째는, 이 음식은 어떤 생명이 어떤 사람과 손을 거쳐서 여기까지 와 있는지를 생각한다.(語功多少 品從來處) 둘째는, 자신의 행위를 반성해 식사를 받을 수 있는 자격이 있는지를 생각한다.(付己德行 全缺應供) 셋째는, 탐내는 마음이나 좋고 나쁨 등 마음 삼독(三毒)을 벗어나고 좋은 마음을 지켜야 한다고 생각한다.(防心離過 貪等爲宗) 넷째는, 음식은 기갈을 막고 병을 다스리는 좋은 약이라는 뜻을 생각한다.(正事良藥 爲療形枯) 다섯째는, 음식을 먹는 것은 부처님께서 걸어신 도(道)를 성취하고 실천하기 위함을 생각한다.(爲成道故 享受此食)



먹는다는 것은 단순해 행복을 채우기 위해서 만이 아니라, 매우 대하고 있는 자신과의 생명을 알 수 있는 중요한 순간입니다.