

큰스님 수행한담

얼마나 아름답겠습니까”



1962년 법암사에서 법회를 마치고 탄허스님(앞줄 오른쪽 두번째)과 함께한 도원스님(뒷줄 왼쪽서 네번째).

“각 방편들은 서로 대립되는 것이 아니라 보완적이나 다양한 방편을 익히라”고 권유하셨습니다.

선방수좌들중에 불명하는 자들도 없지 않았지만 “선과 교가 틀어 아니다”며 타이트했습니다. 아침공양과 차공양이 끝나면 경전강의가 이어졌는데 <금강경> <육도단경> <화엄경> 조사어록 등을 한두시간 가르치셨습니다.

강의는 주로 탄허스님이 맡아 하였고 특별히 큰스님께서 주석을 달아 주시거나 질문에 해답을 주셨습니다. 한국불교는 시종의 해택없는 어려우므로 시종

정혜쌍수(定慧雙修), 선교겸수(禪教兼修)라 해서 경전에 대한 적절한 공부는 선장을 닦는데도 도움을 줍니다. 반대로 선장을 닦으면 해가 밝아집니다. 계정혜삼학은 결국 통니바퀴처럼 맞물려 하나로 돌아옵니다. 어쨌든 부처님 가르침인 교리를 모른다면 어찌 스님이라 하겠습니까?

이렇게 배움은 깊어갔으나 질 살릴살이는 말이나니었습니다. 양식이 부족해 배부르게 먹은 것은 없고 반찬이래야 김치와 된장국이 전부였고 두부는 한철에 두 번밖에 나오지 않았으며 떡은

지계는 부처님 가르침대로의 행
나와 부처가 하나임을 아는 길
그 길엔 승속·노소·남녀 따로 없어요

국민 곁에서 식사를 했습니다.

백련암에 잠시 머물다 고향 도림사를 거쳐 흥국사로 갔습니다. 그때 서울일원이 합락되어 북한군에 의해 매일 회의가 학습이다 해서 불려 다녔지요. 후일 파계사로 돌아와 주지소임만 23년만 같았습니다.

불교는 깨달음의 종교입니다. 깨달음을 즉, 각(覺)이란 바로 안다는 의미인데 우선 나를 바로 알아야합니다. 사대(四大)로 된 몸뚱이와 생사분별심을 나라고 잘못 알고 있는데 그게 나라면 구대여 공부할 필요가 없지요. 진아(眞我)를 바로 아는것이 깨달음이며 나를 바로 안다는 것은 만법의 실상을 알아야 합니다.

금광석을 캐내 불순물을 제거하면 금만 남게 되는데 이 금은 본래 금이지 다른 것이 변해서 된게 아닙니다. 마찬가지로 중생도 본래 부처이나 불순물에 섞여서 본래의 자성이 가려져있을 뿐입니다. 중생을 떠나 따로 부처가 있는게 아니라 중생 그대로 부처인것입니다.

금광석에서 불순물을 제거하는 작업이 바로 수행이며 계정혜 삼학이 그 도구입니다.

10여명만 남아 한차원 높은 정진에 임하게 됩니다. 스님은 근기가 낮은 자들을 속아내기 위해 방편을 사용한것이요.

계를 지키는것은 부처님의 가르침을 행하는 것입니다. 참선은 부처님의 경계에 도달하지는 것이고 부처님의 마음에 합해지는것에 다름 아닙니다. 나와 부처가 본래 틀어 아님을 알자는 것이니 출가참선과 속가참선이 따로 있을수 없지요. 참선에는 승속 노소 귀천 남녀가 따로 없는 것입니다.

이 세상에 움직이지 않고 막히는 법은 없습니다. 또 사는 것 자체가 고통스럽다고 생각하는 사람이 많습니다. 그러나 참선하면 그렇게 다 사라집니다. 그렇게 된다는 것을 믿으면 번은 시작한 셈입니다. 화두일념으로 마음을 비워나가니 그리될 수 밖에 없지요. 화두일념이 지속된다면 계정혜 삼학이 한꺼번에 이뤄집니다.

속가에서도 반드시 참선을 해야 정경과 바른 지혜가 생겨납니다. 종교에 구애 없이 국민 모두가 참선하면 얼마나 아름답겠습니까? 불법의 이치는 간단합니다. 부처님의 45년 법문은 ‘하지마라’의 금계와 ‘하라’의 관계 그리고 진리에 대한 가르침등 크게 3가지로 나눌수 있습니다. 이러한 법문에 승속이 따로 있을수 없습니다. 그러므로 재가지도 반드시 계행은 지켜야합니다.

거울은 늘 텅비어 있으면서 뭐든지 있는 그대로 비춰줍니다. 대상이 물러가면 텅비어 있으며 자기주장이나 흔적이 없습니다. 오욕락도 열반락도 추구하지 않는 그런 거울같은 마음으로 상응(相應)한다면 머무르는 바 없이 그마음을 내는 것이 되겠지요.

학교법인 동국학원 이사가 되고보니 불교대학의 여건이 열악함을 알게 되었습니다. 명색이 종합학교의 불교대학이니 만큼 건학이념을 계승하는 일을 늦추거나 게을리해서는 안됩니다. 뿐만 아니라 한국불교가 세계속에서 살아남으려면 사회의 변화추세에 부응해야합니다. 근본은 변치 않으면서 하루가 다르게 변모하는 사회와 호흡을 맞추어야 합니다. 사회에 기여할수 없는 종교는 도태될 수밖에 없습니다. 불교는 ‘발는 불교’에서 ‘배우는 불교’로 체질을 바꾸어 나가야 합니다.

정리=이윤호 기자

나와 경전



안반수의경



고준환
경기도 교수·법학과

지금으로부터 36년전, 서울 법대 1학년 재학시절 부처님오신날을 맞아 법률회가 초청한 청담 큰스님의 법문을 접했던 것이 사바세계에서의 나의 첫 불연(佛緣)이었다. 이후 부처님의 가르침에 관심을 가졌지만 게으르고 모자란 탓으로 큰 깨달음도 얻지 못하고 많은 방황을 하였다.

도(道)를 이루기 위해 선선도 초월명상, 아바타 코스 등의 수련과정도 거쳤다. 그래서 얻은 결론은 마음이 기본이지만 현실생활에서의 원만한 수련은 마음공부(禪心), 호흡공부(調息), 몸공부(調身)의 삼기신 삼공(三功)을 닦아야 한다는 것이었다.

이런 생각을 바탕으로 나는 최근에 해탈의 길을 밝히는 <굴뚝의 꿈, 매미의 노래>라는 책을 내고 거기에 반야심경과 함께 단전호흡법과 수식선방법을 대표적인 수련법으로 실었다. 또한 심기신 세가지 공부를 원하는 사람

있게 된다. 부처님은 안반법을 90일동안 행하시어 생로병사를 뛰어넘는 자재력을 얻으셨고, 지비심이 발현되어 일체중생을 건질수 있는 능력을 얻으셨다.

6단계를 차례로 살펴보면 수식은 의식을 단전에 두고 호흡을 세는 것이며, 삼수는 마음과 호흡이 서로 무의식적으로 따르게 하는 것이요, 지는 마음과 호흡이 하나가 되어 한곳에 머물러 있는 것이요, 관은 마음이 호흡과 일치되면서 자재롭게 관조하는 것이며, 환은 마음이 본래의 상태로 되돌아와서 밖으로 달려나가거나 흩어지는 일이 없이 그대로 있는 것이다. 정은 어디에도 걸리지 않는 청정본성이요, 순수의식이다. 이 청정본성은 육체에 갖는 마음

인 육단심(肉단心)과 업력에 따라 쌓인 적취심이 아닌 진실심이라 하였다. 취하고 버림에 자재하고, 욕망이 자재하고, 환희가 자재하면, 그 마음이

숨쉬므로 ‘空’ 깨닫게하는 가르침
“취하고 버림과 욕망과 환희 자재”

들을 위하여 종로구 낙원동에 선선도 삼공선원을 열어 종합적인 수련도장도 열고 있다. 이런 여러 가지 이유로 요즈음 특별히 <안반수의경>에 관심이 크다.

숨쉬며 통하여 공(空)을 깨닫게 하는 경전이 바로 <불설대안반수의경(佛說大安般守意經)>이다.

<안반수의경>은 산스크리트어인 아나파나사티(anapanasati)를 안반수의(安般守意)로 한역한 것인데 아나(ana)는 들숨(入息)이고, 아파나(apana)는 날숨(出息)이며 사티(sati)는 의식집중 즉 마음의 집중이다. <안반수의경>은 부처님이 이 경을 설하시게 된 인연, 방법과 공덕을 자세히 설하고 있다.

흔히 수식법으로 알려진 안반수의법은 과학적인 6단계로 되어있다. 그것은 수식(數息), 상수(相隨), 지(止), 관(觀), 환(還), 정(淨)이다. 여기에 고위법도의 4계를 넣어 10단계로 보기도 한다.

붓다가 창안한 이 호흡법은 자연스러우면서도 정신이 집중된 호흡으로 이 호흡법이 몸에 익으면 무의식적으로 자연스럽게 호흡이 길고 깊게 이루어지고, 고요한 정(定=三昧)에 들어 모

숨어지지 않는다. 이렇게 되면 번뇌장(煩惱障)이 없어져서 적정의 사선정(四禪定)을 얻는다. 그리하여 드디어 어디에도 머물지 않고 자재로 깨달음속에서 자비의 빛을 발하게 되는 것이다.

<안반수의경>에서는 ‘안(安)은 도(道)를 한결같이 생각하게 하는 것이고, 반은 땀한 것을 푸는 것이고, 수의(守意)는 죄에 떨어지지 않게 하는 것이다. 안은 죄를 피하게 하는 것이고 반은 죄에 들어가지 않게 하는 것이고, 수의는 도를 이루는 것이’라고 설하고 있다. 우리 모두가 부처가 되는 수행법을 이 경은 가르쳐 주고 있는 것이다.

부처님이 깨달으신 진리는 인연과보의 원리인 바 들숨은 받는 인연이요, 날숨은 가는 인연이며, 수의는 인연을 떠나지 않음이니, 호흡이나 기로 얻어지는 기쁨을 맛보면서 그것에 탐착하지 않고, 머물지도 않는 경지가 고위열반이자 여기에 자유자재인의 본래면목이 있을 것이다.

따라서 우리 불자들이 이 경의 가르침을 바탕으로 매일 심기신을 수련을 통해 나날이 기쁜날이 되고, 또한 깨달음의 자리에 좀더 가까이 다가갈수 있을 것이다.

“금광석의 불순물 제거하면 금만 남듯
중생도 계·정·혜 닦으면 자성 드러나요”

을 위해 천도익생 예비도 익힐수 있도록 했어요.

다치 지금의 총림처럼 종합적으로 가르치다보니 상원사에서 두서너칠났다하면 불교의식에 대해서는 어디가도 빠지지 않게 됐지요. 한암스님은 승려는 모름지기 참선이나 명불, 경학이나 대중봉사 혹은 포교등 5가지에 늘 참여하고 있어야 한다고 강조하셨습니다.

그때 배운 여러 경전중에서 <원각경>과 <능엄경>을 가장 좋아하는 편입니다. <원각경>은 직설적이어서 좋고 <능엄경>은 논리적이고 철학적이어서 좋아합니다. 그래서 찾아오는 사람들에게도 권하고 있지요. 팔만대장경의 서문이라 해도 과언이 아닌 <대승기신론>도 가끔 읽는편입니다.

결과와 해제철에 주는데 손바닥만했습니다.

음력3월27일이 한암스님 생신인데 신도들이 약방이다 찰떡이다해서 만들어오니 그때가 연중 최고로 잘먹을 수 있는 날이었습니다. 그대신 일은 엄청나게 많았습니다. 돌아서면 일이고 또 돌아서면 일이어서 행자야인 행자노릇을 특별히 했지요. 그러저러 상원사에서 7년을 보냈습니다. 그때가 가장 실담게 공부했던 시절이었습니다. 그러다 6.25가 발발하기 1년여전에 탄허스님과 보경스님을 모시고 통도사 백련암으로 갔는데 거기서는 밥을 한꺼번에 하루분량을 다 해놓고 나누어 먹었습니다. 공양짓는데 들어가는 시간과 에너지를 절약하자는 생각이었지요. 밥을 지어서 아랫목에 놓아놓고는 된장

니다. 삼학은 3발 달린 송과 같아서 어느 하나만 모자라도 제대로 서질 못하는 송과 같이 되지요. 삼학을 따로 분리해서 생각하면 어느 하나도 제대로 되지 않습니다. 그중에서 가장 기본이 되는 것은 계(戒)입니다. 계로 인해 선정이 생기고 선정으로 말미암아 지혜가 발현합니다.

그만큼 지계가 중요합니다. 깨달고 나면 청정보리심의 발현으로 계가 저절로 지켜지므로 따로 지계여부가 문제되지 않으나 가끔 방편으로 혹은 보림하는 과정에서 막연막시는 경우가있으나 한때 거치는 과정으로 봐야합니다.

중국의 한 조사스님이 마을에 내려가 삶은 개고기를 가져와서는 대중들에게 한사발씩 돌렸습니다. 스님의 뜻을 이해 못했던 대부분의 눈자들이 절을 떠나고

수행자를 위한 여시아문의 책

여시아문은 '들은 바 한 치의 어긋남도 없이 전하였다는 정신으로 시대의 빛이 될 책들을 만들었습니다.'

주소 : 서울시 중로구 경지동 110-33
전화 : (02)737-0695, 팩스 : (02)737-0696

마음 밝히는 책들 ①



중생이라는 이름의 부처에게

조계종 총정원하 스님을 비롯한 33분 / 큰스님 / 법어 / 모음

오리 수행만을 '일 없음의 일'로 삼는 우리들의 큰스님. 그런 스승들이 계시기에 아직 우리 사회는 빛을 잃지 않고 있다. 석가모니 부처님이 45년 간 설하시고도 '나는 한 마디도 하지 않았다'고 하신 그 정신을 잃지 않고는 큰스님들의 '말'에 다가갈 수 없다. '말 없음의 말'인 까닭이다.

현대불교신문 엮음
신국판 342쪽 / 값 7,000원

마음 밝히는 책들 ②



삶은 썩가 아니다

대행 / 스님 / 법어집

대행 스님의 끝없는 구도 열정 그리고 ...

중생 사람이 빛어낸 깨달음의 노래

해원 엮음
신국판 288쪽 / 값 6,000원

고(苦)에서 벗어나는 길이 여기 있습니다. 창조적인 삶. 부처님 뜻 가운데서의 편안한 삶. 대자유인의 길. 여기에 있습니다.

수행자를 위한 경전 공부 ①



금강경 대강좌

적연 이재열 법사가 풀이한 금강경 대강좌

선(禪)적인 해석이나 뜻풀이에 그쳐 모든 불자들이 온전히 계정으로 만들지 못했던 금강경. 그 금강경이 이제 아주 친숙한 모습으로 금강 반야의 세계로 이끄는 길잡이가 되어 우리 앞에 다가선다.

이재열 지음
신국판 360쪽 / 값 8,000원

한국 불교 선지식
33인의 육성 법어집

삶의 혁명적 전환이
필요한 이들을 위한 책

독특한 해석으로
명쾌한 수행방법론을 제시!