

# “부처님 일생은 선정의 삶”

## 중·장아함경 <상>

내 나이 스물 아홉 집을 나와 선정(禪定)의 길을 걸었다. 그 끝에 이른 지금 어언 현 해가 지났다. 삼매(三昧)의 행동을 갖추고 언제나 법과 양심에 따랐다. 조금이라도 그 길을 벗어났다면 오늘의 나는 없었을 것이다. (잡아함경 제 979경)



돈연 (두터초암)

이겨내고, 다시 그 힘으로 이웃의 고통을 함께 이겨내는 사회공동체는 불교가 희망하는 이상의 세계다. 부처님은 왜 선정을 죽는 날까지 버리지 않으셨을까. 선정은 부처님에게 무엇이었으며, 어떤 것이었을까.



## 호흡·자세등 육체적 훈련 도입 본래모습 확인...고통치유 가르쳐

길에서 태어나 길에서 살고 다시 길로 돌아간 성자 부처님께도 육신의 죽음이 있었다. 석양의 장엄한 낙조처럼 성스러운 삶을, 부처님은 고향 가는 길, 쿠시나카라의 사라쌍수 아래에서 마치고였다. 고요한 선정을 통해 늘 삼매의 행동을 갖춘 부처님은, 넘어진 사람을 일으켜 세우듯, 어두운 사람에게 등불을 비춰주듯, 온화한 음성과 저비 가득한 연인으로 삶의 고통과 질곡에서 벗어날 수 있도록 친절하게 법을 가르치셨다. 부처님의 정신은 처음부터 끝까지 일관되게 '고통으로부터의 해방'이다. 이 가르침은 철두철미 모든 경전의 공명된 뜻이다. 자기 자신의 수행인 선정을 통해 고통을

아함부의 여러 말씀들은, 부처님은 매일 같이 선정에 드셨고 선정을 말씀했으며 돌아가시는 마지막 해의 안거에도 변함없이 선정의 수행을 늦추지 않으셨다 라고 전하고 있다. 이로 미루어보면 부처님의 일생 가운데서 선정은 시작이요, 과정이요, 결과다. 실제 대승과 소승, 또는 남방불교와 북방불교의 모든 경전이 다 한결같이 선정에서 시작되고 선정에서 끝난다. 부처님이 스물 아홉에 집을 나와 출가의

길을 걸어 깨달음을 얻은 행위 자체가 선정의 의문에서 시작되고 선정의 용기에서 나아가고 선정의 깨달음으로 완성되는 것이다. 이렇듯 부처의 길은 선정과 떠나서 말해질 수 없다. 앞에서 말한 잡아함 979경의 소박한 시는 부처의 삶이 선정의 삶이었음을 간단하게 드러내고 있다. 달리 말하면, 부처의 업적은 선정을 통해 이루어진 것이다. 삶의 내용은 선정이었고, 선정으로 인해 모든 고통은 잠재워졌던 것이다.

## 과학산책

### 우주는 왜 무에서 탄생했나 ③

에서 이루어진 최대 발견이라고 하면 우주 배경 복사의 요동(fluctuation)일 것이다. 빅뱅시대에는 우주의 여기저기서 가스가 응축하고 은하가 형성된다. 따라서

형 관측기(광학 망원경, 전파 망원경, 중력파 검출기, 뉴트리노 검출기 등)에 의하여 연구가 급속하게 진행될 것으로 기대되고 있다. 은하가 멀어지는 속도는 빛의 파장으로 계산할 수 있다. 그렇게 얻은 우주의 나이는 약 120억년이다. 우주는 그 안의 물질 그리고 우주 공간 자체도 포함하여 진화해 왔다는 것을 알게 되었다. 새로운 우주론의 출발점이 된 것은 일반 상대성 이론에서 유도된 팽창 우주론(프리드만, 허블)이었다. 그리고 양자론을 사용함으로써 공간의 팽창에 따라 그 안의 물질 변화에 대한 연구가 진전되고, 빅뱅 이론(가모프)이 등장하였다.



◇허블 ◇가모프 ◇호킹

## 우주 인플레이션 거쳐 다양한 우주로 변화 호킹 '허수 시간설' 無에서 우주탄생 이론화

우리는 어떤 일에는 반드시 그 원인이 있다는 것을 알고 있다. 우주 발생의 경우, 발생의 순간이 모든 것의 시작이므로 그보다 과거의 일은 있을 수 없다. 결국 우주의 시작 방식을 결정하는 '원인'이 존재하지 않는 것이다. 각 시각의 우주 공간을 1차원의 고리로 생각해보자. 그 고리를 시간의 순서로 쌓아간다. 우주는 팽창하고 있으므로 고리는 퍼져 나간다. 반대로 과거로 거슬러 올라가면 고리는 작아지고 결국에 가서는 짜부라져 우주 발생의 시점에 이르게 된다. 따라서 아래 플이 보폭처럼 원뿔이 생기게 된다. 원뿔의 가장 아래쪽 뾰족한 끝에서는 우주의 역사가 끊어지고 있다. 이 끝 문제를 과학에 의하여 해결할 수는 없는 것일까? 1983년, 호킹과 하틀은 우주의 발생과 끝의 문제에 새로운 제안을 하였다. 우주의 시작 시간이 보통의 수, 즉 실수가 아닌 '허수(虛數)'인 허수 우주의 시작이 끝(특이점)에서가 아닐 수 있다는 것이다. 예를 들어 설명하면 지금까지 보왔던 플이 사발처럼 둥글게 되어 플이 끊어지지 않을 수 있게 된다는 것이다. 우주의 역사가 여기서

제한한 요점이다. 호킹 등이 제시한 모델에서는 산 반대쪽에 오른 쪽 아래로 급한 비탈길(고개)이 있다. 이 급한 비탈길을 구르는 것처럼 우주는 급팽창을 한다. 이 급한 비탈길은 우주 공간에 내재하는 에너지 효과를 나타내고 있다. 내재하는 에너지는 우주 공간을 급격히 팽창시키는 힘이 된다. 이 에너지는 '진공의 에너지(우주항 또는 우주 상수)'라고도 불리고 있다. 우주가 갓 태어났을 무렵, 그리고 아직 초고온·초고밀도의 빅뱅 시대가 되기 이전에 아주 짧은 이러한 급격한 팽창 시대가 있었다는 설을 '인플레이션 우주론'이라 부른다.

우주가 인플레이션을 일으키면 같은 밀도의 스프레드라고 해도 약간의 요동이 있었고, 그것이 그 후 은하 탄생을 위한 응축의 씨가 되었을 것이다. 이 미세한 요동이 1992년 'COBE(우주 배경 복사 탐사기)'라는 인공 위성에 탑재된 관측 기기에 의하여 검출되었다. 빅뱅 시대 이후의 은하 형성에 대해서도 아직 수수께끼가 많이 남아 있다. COBE가 발견한 우주 배경 복사의 요동을 통해서도 은하가 어떻게 형성되었는가에 대해서는 아직 잘 모르고 있다. 뉴트리노(neutrino) 또는 미지의 입자가 큰 역할을 했을 가능성이 논의되고 있다. 이 문제에 21세기 초에 차례로 가동하기 시작할 몇몇 대

## 에드워드 콘즈의 지혜의 길

3

②

감정적으로 믿음은 평화스럽고 평정한 태도이다. 이것과 반대되는 것은 근심 혹은 많은 일로 인해 고통받는 상태이다. 믿음을 가진 사람은 다섯 가지 두려움이 없다고 한다. 그 두려움은 생활의 궁핍, 명성을 잃음, 죽음, 불행한 운회, 남에게 기칠 영향 등에 대해서 걱정하지 않는 것 등이다. 이 두려움이 왜 생기는지 알고 나면 삶의 부담을 어느 정도 경감시킬 수 있게 된다. 이것이 업을 분명히 믿고 안다는 것의 이점이다. 불행한 운명일지라도 그것을 정의로 운 분배라고 생각하고 괴로움은 불가피한 인과응보라고 설명하고 맹목적인 운연이 아니라 법칙에 의해서 지배되는 것으로 생각하고 명백하게 손실로 보더라도 시간이 지나 진실한 소득으로 바뀔 수 있다고 생각할 때 삶은 더욱 쉽게 받아들여질 수 있다는 것이다. 더 나아가 자아(自我)가 없다는 것을 확실한다면 우리는 무엇을 근심하고 누구를 걱정할 것인가? 또는 우리가 만일 하나의 거대한 공(空)만이 있다고 믿는다면 우리를 어지럽힐 것이 무엇이겠는가? 사회적으로 믿음은 부처님과 승가에 대한 확신이다. 이것과 반대되는 것은 사회적 압력이나 고립으로 인해서 사회적 환경에 대한 걱정에 빠지는 상태이다. 물론 사회환경, 즉 세속과의 단절은 믿음을 위해서 가장까지 버리는 스님의 경우에만 완전히 벗어날 수 있다. 재가불자는 실제적으로는 못한다지만 정신적으로는 사회환경으로부터 가능한 '떨어져 살아야 한다.' 부처님과 승가에 귀의하려고 애쓰는 것은 눈으로 확인

## “보이지 않는 세계 믿으면 다섯가지 두려움 극복”

할 수 있고, 피부로 느낄 수 있는 세계를 떠나서 볼 수 없고 파악할 수 없는 곳을 향해 나아가는 것이다. 정신적인 힘에 의존하면 공공의 견해와 사회적인 실망에 초연할 수 있는 힘을 얻는다. 세계를 바르게 보는 방법은 정신적 삶과 분리되지 않는다. 정신적인 사람은 눈에 보이는 환경에 속하지 않는다. 왜냐하면 그는 그 속에서 자신이 이방인임을 느끼고 알기 때문이다. 정신적인 것은 자연환경을 대신해서 부처님을 아버지라, 반야바라밀다(Prajnaparamita)를 어머니라, 동료 구도자를 형제자매, 친척, 친구로 삼는다. 많은 것을 포기할 능력이 없는 믿음은 이러한 과제를 완수하기 어렵다. 그런데 믿음에는 다소 역설적인 속성이 있다. 그것은 단지 노력만으로는 얻어질 수 없는 선물이기도 있고, 수양할 수 있는 미덕이기도 하기 때문이다. 붓다교는 "불전전한 수준에서는 탐욕이 불쾌하게 느껴지지 않는 것과 마찬가지로 건전한 상태에서는 믿음이 불쾌하게 느껴지지 않는다. 탐욕이 감각적 욕망의 대상을 찾는 것처럼 믿음은 도덕의 미덕을 찾는다. 탐욕이 해로운 것을 놓치지 않는 것처럼 믿음은 이로운 것을 놓치지 않는다"고 말했다. 믿음에 대한 수용력은 우리의 성향과 사회적 환경에 의해서 변화된다. 우리의 사회는 전통에 대한 불신을 조장하는 경향이 있다. 현대사회는 지성적인 영리함을 장려할 뿐 믿음은 지성과 대립된 무운한 머리에서 시작되는 것으로 가르치는 것처럼 보인다. 눈으로 볼 수 없는 세계의 고요함에 도달하기가 극히 어려운 믿음의 세계는 감각적 세계관으로 혼란이 증대되고 있는 현대사회로 부터 외면당하고 있다는 것이다. 오늘을 살아가는 우리들이 수많은 모순을 담고 있는 과학에만 특권을 부여할 뿐 직관력을 불신하기 때문에 믿음의 덕들이 힘을 발휘하지 못하는 것이다. 번역=오종욱 기자(gobaou@buddhapia.com)

## 건강식품 '불로화정' 특허



시연스님이 특허자(검은깨)와 감식초 등 10여종의 첨가물을 7년간 발효시킨 건강식품 '불로화정'을 상품화하면서 특허를 출원해 관심을 모으고 있다. 스님은 이미 10년전에 은사스님으로부터 전수 받아 개발한 불로화정을 그동안 비매품으로 사용해 오다 최근 상품화를 위해 특허를 출원하고 시장확보에 나섰다.

현대인에게 활력과 윤기를 주는 영양물질의 보고, 불로화정(不老化精)은 영험함은 직접 몸속으로 느껴보십시오. 생명의 근원, 간이 튼튼해야 신체가 건강합니다. 인체의 뿌리, 위가 튼튼해야 몸이 좋아집니다.

본사 생산제품  
출신식(2개월 50만원), 송효소정액(2개월 50만원)  
익수영진고(2개월 70만원), 치신왕기환(3개월 50만원)

## 불로화정(不老化精)

(건강보조식품허가)

오랜세월동안 비전된 방법으로 만든 「不老化精」은 원래 산중 사찰의 스님들을 위하여 염역자(검은깨)와 감식초외에 10여종의 첨가물을 7년간 발효시킨 강장 건강식품으로 40여년전 시연스님의 은사 큰스님으로부터 전수받은 것입니다. 「不老化精」은 신진대사를 원활하게 함으로써 모든 질병의 치료와 예방이 가능하고 암을 억제시키며 특히 노인은 발에 땀이 날 정도로 건강이 호전되고 노화도 지연되며 2개월만 복용하면 다이어트를 안하고 마음껏 먹어도 비만이 안되며, 위염, 소화불량, 설사 등 모든 위장질환이 치료되고 복부에 주름살이 퍼지며 음주를 많이 해도 취하지 않고 눈이 밝아지며 피로를 모르는 건강한 몸을 만들어 줍니다

가 격: 정가 칠십만원(7년간 발효식품, 2개월분)을 마지막분 선착순 2,000명에게 오십만원에 할 인하여 드립니다  
입금구좌: 대구은행 033-07-172508(대구여래한방)

저는 20여년의 수도생활을 하고 있는 52세의 비구니로서 중북 제천시 청해사 주지로 있습니다. 저는 신장병, 골다공증, 위장질환, 호르몬관 등의 만성질환을 앓는 병주머니의 몸이었으나 우리 농산물로 만든 경육고(경육고) 같이 생긴 「익수영진고(익수영진고)」를 복용하고 건강을 회복하였으며 몇 가지 병으로 고생하던 모친과 여동생도 같이 복용한 후 건강한 몸을 되찾게 되어 그 말할 수 없는 감사의 마음을 짧은 글로 드리게 됨을 영광으로 여깁니다.  
총북 제천시 청해사(전화 0443-646-7371) 주지 박 법륜 합장

## 참가서 노화억제·암예방 성분 대량추출

농진청 세계 최초로 참가서 노화억제 및 암예방효과가 입증된 「세시미유」 성분을 대량추출한 새로운 기능성을 탐험로 지금가



(TV에서 성인병, 난치병 특효 설명)  
※식초 환종류 연구로 노벨의학상 3회수상한 사실이 있음.

如來治身自然食品會社  
문의전화: (053) 655-2227  
(011) 808-8880

자연건강식품을 먹고 난치병을 고치게 되어 드리는 감사의 말씀  
산승(山僧)은 비구니로 60여년 수도생활을 하고 있는 여단의 늙은이로 현재 대구 반야사 주지로서 어린 장애자를 양육, 보호하는 일을 하고 있습니다. 나는 20여년간 신경통, 고혈압, 위장질환, 몸이 붓는 증세(浮腫)로 고통을 받던 중, 친일지장기도가 끝나는 날 꿈속에서 비은 스님의 얼굴과 똑같은 시연스님을 만나게 되어 한번만 침을 맞은 후 자연건강식품 「불로화정(不老化精)」을 복용하고 모든 난치병이 완쾌되었으므로 그 너무나 큰 고마움의 말씀을 글로써 드리게 된 것을 기쁘게 생각합니다. 대구시 반야사 (전화 053-614-7935) 주지 김 혜명 합장

저는 64세의 나이 많은 여성으로 여러 가지 난치병 때문에 병약하여 많은 고생을 하였으나 「不老化精」, 「출신식(松仙食)」, 「송효소정액(松靜素精液)」, 「익수영진고」, 「치신왕기환(治身旺氣丸)」 등 자연건강식품을 복용한 후 병을 고치고 생기 넘치는 몸으로 생활하게 되어 그 감사한 말씀을 전해 드리게 된 것을 큰 자람이라고 믿는 바입니다.  
대구 거주(전화 011-545-5550) 최 청정심 올림