

생활선 가르친 '교리의 경전'

중·장아함경 (하)

글쓴이



돈연
(두타초암)

회들을 원뿔이라도 너희들은 분노에 맺힌 마음을 내어 상대방을 해치지 말라. 무슨 까닭인가. 만일 나와 법과 너희들을 비방한다고 해서 너희들이 분노에 맺힌 마음을 내어 해칠 뜻을 일으킨다면 너희들은 스스로의 함정에 빠지게 된다.



6

비방이나 칭찬에 들뜨지 말라 상상의 세계도 설해 수행도와

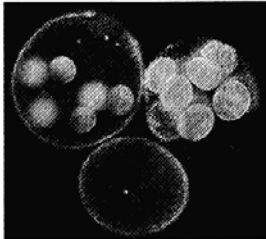
(범동경)

선정은 천박하지 않는 삶을 창조하려는 것이다. 비방이나 업신여김에 대해 은근한 침묵으로 대하는 것은 선 수행자가 지녀야 할 중요한 덕목이다. 그러므로 이러한 신중함 태도를 숭타니 파타에서는 '그물에 걸리지 않는 바람처럼 또는 놀라지 않는 사자처럼'이라고 해서 인생의 신중하고 과묵함에 대한 태도로 비유했다. 장아함은 선을 수행하는 사람의 인생태도를 구체적으로 말하고 있다. "나와 법과 너희들을 칭찬한다고 해서 너희들은 기뻐하며 우물거리지 말라. 무슨 까닭인가. 만일 그대들이 너무 기쁨에 들

뜨다면 곧 스스로 함정에 빠지게 된다. 왜냐하면 그러한 칭찬들은 잘못 듣거나 깊이 생각하지 않은 것일 수도 있기 때문이다." 탈속과 세속은 결묘양에 있지는 않다. 휴탈물에서 연꽃이 피는 것처럼, 일상적인 삶의 현장 그 속에도 무수한 탈속적인 것과 세속적인 것은 존재되어 있다. 세속과 탈속은 형태로 구분할 수는 없다. 인생의 향기는 칭찬에 우물거리지 않는 과묵함에 상당한 분량이 있다. 선정의 수행은 반드시 인생의 태도에서 그 힘이 발휘되는 것이다. 우물거리지 않는 과묵한 태도는 다른 어떤 종교에서도 가능하다. 비단 선수행에서 독특하게 얻어지는 것은 아니다. 선수

과학산책

생명탄생의 시나리오 ②



◆ 녹조류인 볼록스. 다수의 단세포가 군체를 이루고 있다.

세포의 발달

세포막이 어떻게 생겼는가 하는 것은 중요한 물음인데, 이것은 아직도 잘 알지 못한다. 그러나 오직 하나 말할 수 있는 것은 최초의 세포막은 극히 단순한 것이었고, 그것이 각종 성분이 부가되어 현재의 세포막이 되었다는 것이다. 30수억년 전이 되자 DNA를 세포막으로 둘러싼 현재의 세균에 가까운 원핵 세포의 조상이 나타났다. 현재에도 원핵 세포의 구조는 간단하고, 세포내에는 DNA가 존재하는 장소를 칸막이하는 막(핵막)은 존재하지 않는다. 원핵 세포에서 진핵 세포로의 진화를 생각할 때, 어떻게 하여 핵막이 생겼는가 하는 것과 동시에 세포소기관인 미토콘드리아의 기원도 중요하다. 미토콘드리아의 기원은 산소 호흡을 하는 어떤 종의 원핵 세포로, 산소를 사용하여 효율적으로 에너지를 생산할 수 있었다. 그것이 다른 유형의 원핵 세포 속으로 들어가 공생한 결과 미토콘드리아가 되었다는 것은 거

의 틀림없다. 한편 그것을 받아들인 쪽의 원핵세포 즉 진핵세포의 원형이 된 것은, 현재의 고세균에 가까운 혐기성 세포였다고 여겨진다. 혐기성 세포에 있어서 산소는 독이다. 이 삶이 옳다면 혐기성 세포와 호기성 세포가 공존해야만 하고, 그래서 세포 내에 칸막이가 필요하게 되었으며, 그 이유로 핵막이 생긴 것이 아닌가 생각된다. 이렇게 하여 생긴 원시 진핵 세포에, 다시 약간 뒤에 다른 원핵 세

동물에게서 얻은 것이기 때문이다. 소재를 제공하는 생물 없이 실험실에서 난세포와 핵이 새로 만들어진 것은 아니다. 원래 살아 있는 생물 없이는 물론 기술을 추진할 수 없다. 현대의 생물학에서 '생물의 합성'이라고 할 때는 생물에 유래하지 않고 산 세포를 손에 넣을 가능성을 가리키고 있다. 초기의 생명진화에서는 'RNA 월드'가 우선 성립하고, 그리고 나서 뒤에 그 기능중의 촉매 활성(대사)과 정보 전달(유전)의 면을 단백질과 DNA가 각각 이어받은 것으로 생각되고 있다. 그렇다고 해도 우선 단백질과 DNA에서 출발하는 것도 관계는 없다. 아마노산을 연결하는 단백질 합성 장치라든가 뉴클레오타이드를 연결하는 DNA 합성 장치에 의하여 상당히 긴 연결을 가진 단백질이나 DNA 분자도 지금은 합성할 수 있다. 이것에 입각하여 단순한 대사와 유전을 하는 시스템을 조립할 수 있다면 그것은 역시 훌륭한 생명 합성의 제1보라고 할 수 있다.

원핵세포→진핵세포→다세포로 진화

최근 복제양등 생명합성 연구 활발

포인 어떤 종의 남조류가 세포 내에 공생하여 이것이 엽록체(색소체)의 조상이 되었다. 여기서 왜 원핵 세포와 진핵 세포의 중간 단계 생물을 볼 수 없느냐 하는 의문이 생긴다. 그 답은 간단하다. 미토콘드리아나 엽록체의 공생은 한 번뿐이었기 때문이다. 산소가 매우 적은 환경에 사는

체가 어느 정도의 유기적 연관을 가지면서 모이는 군체라고 하는 것의 존재가 그 힌트가 될지도 모른다. 모여서 생활하는 세포끼리 서로 다른 역할을 분담하고, 각 세포의 유기적 연계가 긴밀해짐으로써 다세포 생물이 생겼다는 설이 유력하다. **클론(복제) 양·돌리가 1996년 7**

월 태생하고, 그 후 소와 생쥐의 클론 만들기도 성공하였다. 생물의 종에 따라 난이도의 차이는 있겠지만 모든 생물로부터 클론 만들기는 가능할 것이다. 클론 기술은 어떤 의미에서 생명의 합성이라고 할 수 있다. 이 기술에서는 핵을 제거한 난세포에 밖에서 핵을 집어 넣어 개체 발생의 경과를 재발촉시키기 때문이다. 핵을 제거한 난세포는 그대로 방치하면 얼마 안 있어 죽어 버리기 때문에 진실로 살아 있다고 할 수 없다. 거기에 밖으로부터 세포핵을 집어넣음으로써 개체 발생을 계속할 수 있는 '산' 존재가 다시 합성되는 것이다. 또 다른 의미에서 클론 만들기는 생명의 합성이라고까지 말할 수 없다. 소 재가 된 난세포와 핵은 살아 있는

동물에게서 얻은 것이기 때문이다. 소재를 제공하는 생물 없이 실험실에서 난세포와 핵이 새로 만들어진 것은 아니다. 원래 살아 있는 생물 없이는 물론 기술을 추진할 수 없다. 현대의 생물학에서 '생물의 합성'이라고 할 때는 생물에 유래하지 않고 산 세포를 손에 넣을 가능성을 가리키고 있다. 초기의 생명진화에서는 'RNA 월드'가 우선 성립하고, 그리고 나서 뒤에 그 기능중의 촉매 활성(대사)과 정보 전달(유전)의 면을 단백질과 DNA가 각각 이어받은 것으로 생각되고 있다. 그렇다고 해도 우선 단백질과 DNA에서 출발하는 것도 관계는 없다. 아마노산을 연결하는 단백질 합성 장치라든가 뉴클레오타이드를 연결하는 DNA 합성 장치에 의하여 상당히 긴 연결을 가진 단백질이나 DNA 분자도 지금은 합성할 수 있다. 이것에 입각하여 단순한 대사와 유전을 하는 시스템을 조립할 수 있다면 그것은 역시 훌륭한 생명 합성의 제1보라고 할 수 있다.

물질로부터 조립하는 방향과 세포를 해체하고 이를 재구성하는 방법, 이 양쪽으로부터의 연구가 연결될 때 과학은 생명 합성에 성공했다고 할 수 있을 것이다. (끝) **원간 (과학 Newton)서 발췌**

에드워드 콘즈의 지혜의 길

5

마음챙김 ①

《Satipatthanasutta(정념발취론)》의 서두에서 다음과 같은 글을 볼 수 있다. "마음챙김(正念)은 모든 존재를 순수로 이끌며 슬픔과 고통을 초월하게 하고, 고통과 슬픔을 진정 시키며 바른 방법으로 이끌고 열반의 깨달음으로 이끄는 유일한 방법이다."

마음챙김은 팔리어로 'sati', 산스크리트어로 'smriti'로 사용되지만, 하나같이 '기억하다'라는 어원에서 파생된 말이다. 기억이 '홀려 버리는 것'을 방지하고 건망증과 부주의함과 혼란에 대항하는 기억의 행위라고 정의될 수 있을 것이다.

마음챙김에 대한 다양한 서술은 경전 도처에서 발견된다. 우리가 여기에서 주목해야 할 것은 '덕'으로서 마음챙김의 역할이다.

요거적인 전통에서는 마음은 불가분(不可分)의 두 부분으로 이루어졌다고 가정한다. 고요한 심층과 혼란스러운 표층. 표층은 끊임없는 동요와 혼란 속에 있다. 현대심리학에서 이해하고 있는 것처럼 의식과 무의식을 넘어서 마음의 밑바닥에는 매우 고요한 중심이 있다. 그러나 이 깊은 고요는 지나친 소란으로 항상 뒤덮여 있기 때문에 가슴 깊은 곳에 이러한 고요한 부분이 있다는 말을 들으면 대부분의 사람들은 그 말을 의심한다.

마음챙김은 내적인 고요를 발전시키거나 회복시키는 덕이다. '정념'이라는 것은 우리 마음 속에 점차 증가되는 내적인 고요함을 보존하는 방법이다. 말하자면 이 고요한 영역을 둘러싸는 경계선이 그려지는 데 그 경계선은 정신적인 고요함을 해치는 근본적인 적 즉 에고(Ego)와 결합된

내적 고요 회복하는 德

감각과 열정·산만한 생각 벗어나면

다르마 실제모습 꿰뚫어 볼 수 있어

감각과 열정, 산만한 생각들이 침해하지 못하도록 감시된다. '마음챙김'과 관련된 수행법 중에서 '감각의 억제'가 철저적인 관심을 가장 많이 기울고 있는데 우리는 그것을 조금 더 뒤에 다룰 것이다.

마음챙김은 본질적으로 그것들은 외적인 자극들의 영향을 점진적으로 받지 않을 때 얻는 내적 통찰을 증가시키는 훈련이다. 감각들에게서 우리의 관심을 철수시키고, 그들 안에 있는 모든 관심을 버림으로써 마음챙김을 하는 사람들은 그들의 가슴 속에 항상 남아있는 내적인 고요를 회복한다. 마음챙김의 특징은 주관적으로 온화하고 고요하며 진정된 수동성이다. 객관적으로는 우리를 이 세계로부터 들어올려서 감각적인 경험보다 훨씬 명확한 출세간적인 경험의 세계로 몰두시키는 것이다. 부처님도 "마음챙김을 하는 사람은 실제의 모습을 알고 본다"라고 말했다. 마음챙김이 선정과 지혜의 필수적인 조건이라는 것이다.

현대의 보통사람들에게는 마음챙김이라는 말은 현명함, 신중함, 세련된 가치감각, 침착함과 세계의 작용형태를 이해함으로써 얻는 세계의 지배권 등으로 이루어진 복합물을 뜻하는 듯이 보인다. 부처님의 마음챙김의 개념도 이와 다르지 않지만 더욱 정밀하다. 그것은 처음에는 암시를 주고 다음에는 현실적인 정의를 제시함으로써 명백해진다. 마음챙김은 다르마(dharma)들의 실제 모습대로 다르마들을 꿰뚫어 볼 수 있게 한다는 것이다. 다르마들을 감추고 있는 미혹의 어둠을 사라지게 하는 '마음챙김'은 모든 사물 속에서 분별되어 있는 표층과 심층이라는 이원적 대상들 자체만 머물지 않는다. 다르마로서의 그들의 진실한 실재는 상식적인 그들의 외관에 의해서 감춰진다.

따라서 마음챙김은 본질적으로 우리에게 이러한 기만적인 외관을 버리게 하고 다르마들의 실제 모습대로의 진실한 실재를 꿰뚫어볼 수 있게 하는 정신의 힘이다.

번역=오종욱 기자(gobaou@buddhapia.com)

혼돈의 시대, 김윤보 큰스님이 던지는 연꽃 에세이

시련의 바로 위가 극락이라네

인생은 희망이 있다. 희망이 있는 가운데 살아가는 것이 인생이다. 오늘 내가 괴로움과 시련으로 희망을 버린다면 사람이기를 저버리는 것이다. 태어났기 때문에 죽는 것이고, 만났기 때문에 헤어지듯 이 세상에 태어났기 때문에 시련과 고통이 있는 것이다. 괴로운 사람들과! 시련의 바로 위가 극락임을 명심하자. '아늑다라 삼막 삼보리'

"스님, 어떻게 하면 그 빛을 빨리 얻을 수 있을까요?"
"이렇게 한번 해보시지요. 오늘부터 당신이 아들이 되고 아들을 부모라고 생각하고 효도를 한 번 해보면 인생에 당신이 아들에게 진 빚을 갚을지 알겠어요?"
"예, 스님 저 아이만 좋아한다면 무슨 것이라도 다 하겠습니다."
정말 얼마나 자식으로 인해 한이 맺혔으면 자식에게 자식 노릇을 하면서 효도까지 하겠다고 할까? 짐 생각할수록 기가 막힐 노릇이 아닐 수 없었다. 그러나 기왕에 말이 나왔으니 방법을 말했다.

- 자식에게 효도하는 부모가 편하다 중에서

김윤보 (자유산 대홍사 조식·염불종 종정)/신국판 336쪽/값 8,000원

연속 중판 돌임



경주시 민강을 자욱산에 있는 염불종 종정인 대홍사(大興寺)