

4禪통해 윤회 벗어나라

증일아함경<상>

글쓴이



김형준
(동국대 강사)

언급하는 경설들은 대부분 사선을 가리키고 있다. 원시불교에 있어서 사선은 대체로 정형화를 보이고 있는데, 이해를 돕기 위해 그 내용을 약설해 보면 다음과 같다.

초선(初禪): 탐욕과 착하지 못한 법에서 떠나 아직은 거친



禪은 계의 완성도 재는 척도 안반념·사념처 수습법 설명

생각(尋)과 미세한 생각(伺)이 있으나, (다섯장애를)여유에 의해 생하는 기쁨과 즐거움이 있는 상태.

제2선: 거친 생각·미세한 생각이 가라앉아 내면은 적정해지고 마음은 집중되어 삼매에서 생하는 기쁨과 즐거움이 있는 상태.

제3선: 기쁨마저 여의고 마음은 무관심해져(捨), 올바른 열(舍)과 지(捨)로써 온 몸으로 즐거움을 감수하는 상태.

제4선: 즐거움과 괴로움마저 여의고 열(舍)이 극도로 맑아진 상태.

이 사선에 대해 <증일아함경>에서는, '처음은 괴로움이나 나중은 즐거운 법 가운데 하나' (제20권 성문품), '신과 용, 귀신들을 압도하는 불제자 신력의 상징' (제22권 수타품), '생사의 바다를 건너 열반에 이르게

하는 여래의 연못' (제23권 증상품) 등으로 그 수습법을 설하고 있다. 또한 증상품(제23권)에서는 '정정한 몸·입·뜻·명(命)을 갖춘 자는 인간계에 나고, 오염된 몸·입·뜻·명을 갖춘 자는 지옥에 나며, 보시·사랑·남의 이익·고된 이익을 행하는 자는 천상에 나며, 그리고 사선을 얻은 자는 후생을 받지 않는다'고 설한다. 곧, 오직 사선을 통해서만 이 윤회계를 벗어날 수 있다는 것이다.

선이 고타마 붓다의 깨달음과 직접적으로 관련되고 있음을 증상품(제23권)에서도 볼 수 있다. 본경에서는 세존께서 6년간의 고행행정을 통해 그것이 해탈의 길이 아님을 알고는 출가전 경험했던 사선을 다음과 같이 회상하고 있다.

"나는 기억한다. 옛날 나는 부왕의 나무

에드워드 콘즈의 지혜의 길

6

마아행경 ②

스리 오로빈도(Sri Aurobindo)의 <요가의 기초(Base of Yoga)>에는 '마음챙김'을 잘 설명해 놓은 문구가 있다. "마음이 가라앉으면 정신의 바탕은 고요해진다. 아무것도 그것을 혼란시키지 못한다. 사유나 행동이 일어나더라도 그것은 마음에서 일어난 것이 아니라 밖에서 생긴 것일 따름이다. 수많은 망상이 일어났다 스러지고 격렬한 사건들이 마음을 스쳐 지나간다 해도, 마음은 영영토록 불멸로 고요히 정지되어 남아 있다. 아무 것도 더 보태지지 않은 채."

지금까지 우리 주변의 모든 대상은 이러저러한 것으로서 '인식되었음', 어떤 일반적인 용어들이 그것에 적용되었음, 이제 그것들은 우리와 관련된 어떤 것, 즉 삼관 있고 흥미 있는 것으로서 정의된다. 우리는 감각적인 탐심을 충족시켜주는 그것들에게 정신을 점차 빼앗긴다. 이 상태를 '감각의 우세'라고 말한다. 그것은 본질적으로 마음의 본래 상태인 내적 고요를 혼란시킨다. 감각과 연결된 대상들 위에 마음이 머무는 것을 매우 당연한 일로 생각하는 사람들은 '감각의 우세'를 제어한다는 의미를 쉽게 이해할 수 없다.

사실상 그보다 더 본래적인 것은 없다. 본래의 순수 속에서는 마음은 고요히 공(空)을 명상하고 있는 데 그것은 방심하지 않고 있는 상태의 쉼이다. 잠에 빠져 들어갈 듯한 '공'은 아니다. 보고 듣는 마음은 분열되고 잘못 기능하고 있는 마음이다. 감각의 우세는 본래의 순수한 상태의 마음이 향하고 있는 공으로부터 벗어나게 하며, 지혜의 고요한 흐름을 혼란시키는 미혹적이고 그릇된 외관으로 그것을 덧칠한다.

감각이 우세한 활동들은 본능적인 충동들의 발산을 조장하고, 그것들을 구성하는 중심점을 마련해 줌으로써 그것들

'감각의 우세' 내적이고요 방해 삼독심으로 사물 대하지 말라

의 동요하게 하고, 본질적으로 불건전한 충동들을 매우 강화시킨다. 이 중심점이 제거되면 그 충동들은 사라진다. 그러므로 '수행자가 눈, 귀 등의 문을 열린 채로 내버려두면, 모든 종류의 불건전한 상태들이 수행자를 가득 채운다. 즉 뒤쫓아 와서 침몰시킨다.

마음을 바르게 다스리지 못할 때 감각적인 자극들이 드세어지고, 감각의 마음은 계속 그것들을 따라가게 된다. 그러나 감각적 자극들은 본래 흘러가는 대로 그냥 내버려두어도, 마음속으로 들어갈 수도 없고 피부 깊숙이 스며들 수도 없다. 그것들은 일정시간이 지나면 우리가 열망하는 구체나 열반에 아무런 영향을 미치지 않는 것으로 평가절하된다.

즉, 어떤 현상이 일어나더라도 곧이곧대로 대하지 않아야 한다. 그 역시 오로지 무상한 것일 뿐이므로 고동스러운 것이고 실체가 없다. 위대한 명상가들이 '어떤 현상이 일어나든지 계속해 정신집중을 하라는 것'도 이 때문이다. 이 과정에서 마음챙김은 우리에게 '사물의 참주인'이라는 본래의 자리를 찾아준다.

불교의 수행은 많은 부분 본능의 희생을 요구한다. 마음챙김을 비롯해 다섯 가지 덕목들이 어느 정도 우리의 인격을 혁신시키지 못하는 한, 우리는 일상적인 견해로부터 영원히 물러날 수 있는 강인함을 갖지 못한다. 사물들이 우리의 관심을 끄는 것은 그것들이 우리에게 개인적으로 의미가 있기 때문이다. 이 단계에서 우리는 사물들 자체에게 주의를 기울여야 한다. 그리고 우리는 점차 삼독심을 품고 사물을 대하는 습관으로부터 조금씩 물러서야 한다.

이렇게 하면 우리는 마음챙김의 덕에서 극단적인 치우침에서 벗어나 맑고 집착 없는 광상심의 상태를 배울 수 있게 될 것이다. 우리에게 어느 한 부분이 또 다른 어느 것보다 더 중요한 수는 없다.

번역=오종욱 기자(gobacou@buddhapia.com)

과학산책

머피의 법칙

우리는 어떤 일이 우리의 즉각적인 판단과는 달리 나쁜 방향으로 일어나면 머피의 법칙이라는 단어를 떠올린다. 실제로 악마 같은 존재가 있어, 우리가 곤경에 빠지도록 조작하고 있는 것일까? 아니면, 원래 그런 식으로 일어나는 사건들을 나쁜 방향으로 일어난다고 생각하는 우리의 즉각적인 판단이 잘 못된 것일까? 가정생활 속에 나타나는 머피의 법칙과 통계의 이야기를 해보자.

존 알렌 파울로스가 쓴 '숫자라는 것은(Once Upon a Number)'에서 하나의 예를 발견할 수 있다. 여러분은 20장의 (10쌍) 양말을 가지고 있었다. 각 쌍은 모두 모양이 달라 다른 쌍과는 섞일 수 없다. 그런데 그중 6쌍을 잃어버려 모두 14쌍이 남게 되었다. 남아있는 양말들 중에서 가장 많은 양말 쌍을 이루는 확률과 가장 적은 쌍을 이루는 확률 중 어느 것이 높을까? 다시 말해, 가장 바람직한 경

우리는 잃어버린 6쌍의 양말이 모두 쌍을 이루어 남아 있는 14쌍의 양말도 모두 쌍을 이루는 경우다. 즉, 온전한 7쌍의 양말을 얻는 경우이다. 이와는 반대로, 가장 나쁜 경우는 잃어버린 6쌍의 양말이 한 쌍도 이루지 못하는 경우다. 짝 잃은 한 쌍의 양말은 쌍을 이룰 수 없으므로 이 경우 원래 가지고 있던 20쌍의 양말 중 12쌍이 짝을 잃는다. 겨우 4쌍만의 온전한 양말을 얻게 된다. 일어날 확률이 높은 쪽은 어느 쪽인가?

시뮬레이션이나 수학적 조합을 해보면 온전한 7쌍에 대한 확률은 0.003, 6쌍에 대한 확률은 0.130, 5쌍에 대한 확률은 0.520, 4쌍에 대한 확률은 0.347임을 알 수 있다. 즉, 가장 바람직한 경우(짝 잃은 양말이 전혀 없어 7쌍의 양말을 얻는다) 보다 가장 나쁜 경우(단지 4쌍의 온전한 양말과 6개의 짝 잃은 양말)가 일어날 확률이 무려 100배나 높다. 그러므로 적어도 위

최악상황 일어날 확률 최선보다 100배나 높아

머피 환상은 아상에서 방심금을 늘 겸손해야

와 같은 양말의 경우, 우리가 맞게 되는 나쁜 상황이란 것은 일어날 확률이 높은 사건이 일어나는 자연연적인 것이다. 불행이나 사악한 존재에 의해 일어나는 것이 결코 아니다. 이 경우의 머피의 법칙은 단지 일어날 확률이 높은 사건을 반영한 것에 불과하다. 반자는 이 책에서 자신의 아상을 강화하는 경향이 머피의 환상을 낳게 한다고 주장한다. 즉, 만일 세상이 나에게 피해를 줄려고 한다면 나는 상당히 중요한 인물일 것이다 라는 잠재의식적인 추



측의 결과일 수 있다는 것이다. 이 수학적 분석에서 우리는 다음을 배우게 된다. 복잡성이 증가하는 상호 연결된 세계에서 한 시스템을 파괴시키는 것은 상대적으로 적은 노력으로도 가능하다는 것이다.

위의 경우 단지 6쌍의 양말을 파괴하니, 나머지 14쌍의 양말이 쌍을 이루는 확률이 쌍을 이루지 못한 확률보다 매우 작다는 것을 보았다.

우리의 수행과정도 이와 같지 않을까? 수행을 하는 과정은 먼도 날 위를 걷는 것과 같다고 하였다.

자칫 잘못하면 수천 길의 낭떠러지로 떨어지고 만다. 그런데 이 길은 수행을 하면 할수록 더욱 길의 폭이 좁아져 한순간 방심한다거나 하면 떨어지고 만다. 시스템이 복잡해지면 해결 수월적은 노력으로도 시스템이 붕괴될 수 있듯이 수행자들의 수행이 깊어지면 깊어질수록 작은 방심이 수행 전체를 망가뜨릴 수 있는 것이다. 특히 작은 아상도 그러하다. 그래서 항상 초발심으로 돌아가는 겸손하게 자신을 바라보고 선사들이 말씀하셨나 보다. 조원희(현대불교 전략정보실장)

불자기업에서 제작되는
봉축연등, 사찰·법당기도용 T형 플러그식 안전 배선
(봉축연등·사찰·포교원 법당 기도등, 각종 연등전선 제조·납품)

규격

- 등간격 : 30cm, 50cm
1M, 2M, 3M, 5M 기타 주문제작
- 모 델 : DW-101(2mm) DW-202(2mm) DW-305(3.5mm)

특징 및 효과

- 소켓이 분리되기 때문에 설치, 수거, 보관이 매우 편리합니다.
- 조명이 필요없을 때만 켜 줄 수 있어 효율적입니다.
- 소켓이 파손되어도 교체 가능해 반영구적입니다.
- 일반 전구소켓은 물론 소형 고수소켓도 생산하므로 병행하여 사용할 수 있습니다.

대원기업 代表 吳大權(光明) 合掌

본사영업부 : 인천광역시 동구 송림동 296번지
TEL : (032)582-6235-6 FAX : (032)571-9470
A/S : (032)583-4023

서울영업소 : 서울시 중구 수표동 56-6 (대한국공빌딩 222호)
TEL : (02)2276-0235
H.P : 019-262-9830 · 017-259-4471

부산·김해대리점
경남 김해시 구산동 302-7
TEL : (0525)322-3929 · 휴대폰 : 011-833-8018

영·호남지사
경남 진주시 칠암동 496-5(조일B/D 3층)
TEL : (0591)757-6411, 757-3331
FAX : (0591)757-3626 · 휴대폰 : 011-869-4854

우리불교 전래의 조립식 팔각등
가격을 동결 하였습니다

이제 연등에 번잡한 풀칠이 필요없습니다!!
조립식 팔각등

- ★ **제작이 간편한 등**
종래의 철골 구조에 납작으로 풀칠이 하던 등 제작이 '한번의 공정으로 아름답고 멋스러운 등'이 3분내에 완성.
- ★ **형형색색의 문양과 미감**
고려시대 연등회, 관공회의 고증을 토대로 「형형색색의 단청 문양과 현대적 감각의 색상을 조화하여 봉축의 의미와 중생의 불심이 더욱 고취될 수 있도록 디자인.
- ★ **아외장염등**
「특수 이중 합지방식에 코팅 처리」를 하여 이슬에 젖지 않음은 물론 견고성을 지니고 있어 「행사 수일 전부터 사찰의 축제분위기 장엄」에 활용.
- ★ **운반 및 보관 용이**
「운반 및 보관이 편리」하도록 고안.
- ★ **경제적인 가격**
종래의 복잡 다면화된 유등 구조적 가격을 배격한 「사찰을 위한 경제적 가격」
- ❖ 펼친 상태(골조 및 인쇄결지 합치 방식)

조립용 비디오 테이프를 드립니다.

- 처음 사용하는 사찰을 위해 조립과정이 녹화되어 있는 15분용 비디오 테이프를 드립니다. — 불교 TV 제작 —

문의 하실 곳 : (02)2277-1548 H:(016)552-9360

❖ 단 한 번의 공정으로 3분내 완성
현우기획