

“중생마음을 부처님 마음으로”

해심밀경 상

〈해심밀경(解深密經)〉은 유식학의 근본 경전이다. 유식학은 요가 수행자가 지관(止觀)을 수행하는 과정에서 자각한 유식(唯識)의 이치, 즉 '외부세계는 마음을 떠나 존재하지 않으며 오직 표상식(表象識)으로 존재한다'는 체함을 바탕으로 이론화되었으며, 유식경론에는 지관의 수행법에 대해 자세하게 설명한다. 유식학의 근본취지는 중생의 마음에서 붓다의 마음으로의 전환, 즉 중생의 무명업식(無明業識)을 붓다의 반야(般若) 분별지혜로 전환시키는데 있다.

〈해심밀경〉은 8품의 내용이 이론문·실천문·중과의 논리연환 체계로 구성되어 있는데, 이 경전의 선사상은 제6 분별유가품에서 지관 수행법으로 상세하게 설명된다. 분별유가란 지혜로서 요가 수행, 즉 지관 수행법을 관별 해설한다는 뜻이다. 불교에서 요가는 모든 교리·수행·중과에 상응해서 어긋남이 없는 실천행을 말한다. 감각기관을 제어하고 정신통일의 상태에서 정견(正見)을 통한 해탈을 얻고자 한다. 지(止)·관(觀)은 삼학(三學)중의 정(定)·혜(慧)에 해당되는 용어이다.

이 품에서 석존은 “다투고 떠도는 여러 회론의 집착을/마땅히 버리고 높은 정진을 일으키라/모든 하늘과 세간을 제도하기 위해서/이 요가 수행을 그대들은 마땅히 배우라”고 말씀한다. 원만 청정하고 숭묘한

글쓴이



묘 주
(동국대, 강사)

지관 수행에 관하여 18가지 부문에 걸쳐서 관찰대상(境)·수행(行)·중과(果)의 체계로 설명했다. 이것을 지관수행의 전제조건, 지(止)와 관(觀)을 함께 닦아야 함, 관조의 대상인 영상의 문제, 지관수행의 장애와 극복하는 방법, 지관 수

경전 속의 禪 사상

20

유식학 근본경전...지관 수행법 제시 發 보리심후 부처님 교설에 의지해야

행의 광대한 위력으로 나누어 살펴보자.

▲지관 수행의 전제조건
지관을 수행하려는 이에게 우선 전제되어야 할 것은, 수행과정에서 내내 무엇에 의지하고 무엇에 안주해야 하는가이다. 이것은 중요한 문제이다. 대승불교에서 지관을 수행하는 목적은 의도들의 5가지 신통 경계나 성문·연각이 구하는 아라한·벽지불의 경계가 아니기 때문이다. 지관을 수행함에 있어서 의지처와 머물곳으로써 2가지를 명시한다. 첫째는 연기·무아·중도의 근본명제 위에 시설된 세존의 교설이다. 교설을 이 경전에서는 법을 가정적으

로 안립한 것(法假安立)이라고 부른다. 그 진여의 경지는 말로 온전히 표현할 수 없지만(言語道斷), 중생교화를 위해서 방편상 가정적으로 교설을 안립하므로 그렇게 부른다.

둘째는 아득다라삼막삼보리, 즉 최상의 비로와 평등하며 보편적인 깨달음을 얻고자 최상의 깨달음을 얻으려는 대장부의 마음을 일으켜야 한다. 그대야만 붓다의 큰 지혜와 대열반의 경지를 얻어서 궁극적으로 열반에 안주하지 않고 생사의 세계를 저버리지 않고 화신으로 나누어 중생 교화를 할 수 있기 때문이다.

태극 내나삼관노 스님이 쓰는

중생이 우주라지만

무지에서 공까지 ㉔

불

교에서는 '공(空)'이나 '무아(無我)'니 하는 말들을 쓰고 있다. 부처님 가르침이 고스란히 담겨있는 이 말은 사실 우리에게 꼭 생소하게 들리는 말이다. 정말 부처님이 그렇게 강조하셨기 때문인지 그렇지 않았던 누가 그 문제를 입에 올려 불 업두라도 낼 수 있었겠는가?

처음엔 관념적 이해에 그칠 수밖에 없었고, 또 제 생각대로 노력해 보지 않을 수 없는 노릇이다. 하지만 '공'과 '무아'를 체득하려면 먼저 자아부터 총실히 알지 않으면 안될 것이다. 만일 이 자아가 무엇인지, 즉 '나'라고 불리는 이 자아가 도대체 무엇을 말하고 있는지 모르고선 "자아가 존재하지 않는다"고 하는 말이 무슨 뜻인지 알 도리가 없기 때문이다. 무엇을 내던지려면 먼저 그것을 손으로 단단히 붙잡아야 되지 않겠는가.

우리는 늘 자아를 재확인하고자 애쓰고 있다. 이것만 봐도 이 자아란 것이 근거 박약해서 쉽게 무너질 수 있는 그런 것이거나 아니면 오히려 실재하는 존재하지 않는데 풍성한 무성한 그런 종류의 것이라는 것을 짐작할 수 있다. 그렇지 않으면 아무런 필요없이 그것을 재확인하고 있어야 할 필요가 있었는가. 정말이지 왜 우리는 항상 그 '자아'가 위협받을까 봐, 위태로워질까 봐, 존립의 근거가 무너질까 봐 그처럼 전전긍긍하고 있어야 하는 것일까?

보통 우리는 자신을 그 무엇과 동일시하는 방식으로 '자아'를 확인하려 든다. 우선 이름, 나이, 성별, 기능, 직업 따위 신원을 자아

'나' 집착이 곱의 근원

명성·직업등 자아와 동일시 곱들 많이 놓을수록 진리 보기 쉬워져

와 동일시한다. 명예와 불명예 역시 마찬가지다. 득과 실도 그렇다. 무엇이든 손에 들어오는 것이 늘어나면 자아의식도 그 만큼 커지는 것처럼 보인다. 잃으면 그만큼 줄어든다. 그래서 우리는 늘 쫓기는 신세를 면치 못한 채 만성적인 '집착'에서 시달리게 된다.

무엇이든 자기 하고 있는 일이나 또는 자기가 가지고 있는 것을 자기 자신과 동일시하는 것이야말로 바로 존립의 문제로서 필요 불가결하다고 우리는 믿고 있는 것이다. 그래서 '자아'가 살아 남을 수 있다고, 이런 저런 것을 가지고 끊임없이 자기 일체감을 느끼지 못하면 곧 미래에 빠져 자신을 잃어버리고 말 것 같은 기분을 떨치지 못하는 것이다.

집착, 즉 매입은 고(苦)를 일으키는 장본이다. 만약 우리가 진정으로 고통에서 철저히 완전히 벗어나고자 원한다면 무엇보다도 집착을 놓아버려야 한다. 정신수행의 도정은 무엇을 성취하여 손에 넣는 과정이 아니다. 그것은 언제나 놓아주는 과정이다. 많이 놓아줄수록 많이 비우게 되고 그래서 진실을 볼 수 있는 여지도 많아지는 것이다.

놓아주면 풀려나 그것은 바로 사라져버린다. 따라서 놓아주면서 행위 할 때 우리는 결과에 집착하지 않고 행위만을 할 수 있게 된다. 우리가 자신이 하는 행위의 결과에 집착하고 있는 한, 우리는 포위 당한 처지이며 묶여 있는 신세, 바로 고(苦) 자체일 것이다.

(번역=오종욱 기자)

마하부와 나나삼관노 스님

마하 부와 나나삼관노(Maha Boowa Nanassampanno) 스님은 태국북부 우도돈(Udon) 지방의 파 반 타드(War P Baan Taad) 사원의 원장이다. 명상 수행을 시작하기 전에 여러 해 동안 아진 등으로부터 불교 교리를 공부하고 불교경전의 원어인 팔리어를 공부했다.

마하 부와 나나삼관노스님은 지혜 수행의 전 주자로서 권고하고 지속적인 선정 개발을 강조해 왔다. 스님의 가르침을 기록한 〈중생이 우주라지만(Things as They are)〉에서는 가슴(heart)이라는 말이 자주 나온다. 여기에서 '가슴'이란 특정한 감정적 성질을 의미하지 않는다. 마음(mind) 그 자체를 뜻한다. 가슴을 마음이라는 것으로 간주하는 것은 불교의 전통이기 때문이다. 이 책은 스님의 제자이며 남방불교학의 석학 사나사르(Thanassaro) 스님이 1988년 태국에서 첫 영역·출간한 이래 94년과 96년 각각 재출간했다.

과학산책

마음과 질병

우리들은 일상적인 삶이 너무나 평범하고 단순하다는 이유로 주의 깊게 보려하지 않고 무언가 신기한 것을 좇는 경향이 있다. 그러나 평범하고 일상적인 경험이 우리를 형성하고 있는 것이다.

대체의학 특히 आयुर्वेद(AyurVeda, 인도 전통 의학)을 현대적인 용어로 설명하고 있는 디팍 초프라(Deepak Chopra)는 1939년 발간된 양자치료(Quantum Healing)에서 전통적인 서양의학도 일상적 경험이 질병 발생의 복잡한 역할을 할 수 있다는 것을 이미 인식하기 시작했다고 쓰고 있다. 그는 이 책에서 다양한 사례와 과학적 지식을 이용하여 우리들의 몸과 질병에 대해 전통적인 동양의학의 관점으로 설명하고 있다.

예를 들면, 독신자와 혼자 사는 과부들이 결혼한 사람보다 압에 걸리기가 쉽다는 것이 통계적으로 밝혀졌다. 정도의 차이는 있으나 누구나 느끼는 외로움이

암 발생 위험요소인 것이다. 외로움을 '발암물질'이라고 부를 수도 있을 것이다. 그런데 외로움을 치료하는 것이 암을 치료하는 것이라고는 생각하지 않는다. 왜 아닌가?

코넬 대학의 생체학 교수인 에릭 카셀(Eric Cassell)은 일반적으로 서양 의사들은 환자를 진단할 때 환자가 말하는 증상이 어떤 알려진 질병에 해당하는가를 발견하려 한다고 증언했다. 이와는 달리, 전통적인 동양의학에서는 환자의 질병 보다는 환자 자체에 관심을 더 가진다. 즉, 인간을 구성하고 있는 것은 물리적 요소보다는 각자의 경험이라고 믿는다는 것이다. 물론 여러분은 사람의 몸은 분자로 이루어졌다고 말할 것이다. 그 말도 맞지만 양의 경우에서처럼

분자 만으로는 설명이 안되는 것이 많다.

동양의학에 의하면 보이지 않는 내면에 순간 순간의 경험이 쌓이고 이것이 자라 표면 위로 드러난 것이 병이라는 것이다. 결국 동양의학의 관점에서 보면

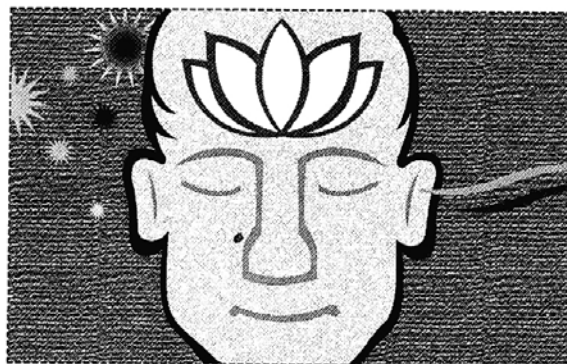
독신자 발암률을 높여

외로움등 내적경험 발병원인

마음 잘 다스리면 건강 유지

일상 생활을 잘하는 것, 특히 마음을 잘 다스리는 것이 건강을 유지 혹은 향상시키는 최상의 방법인 것이다. 다른 것들은 보조적인 성격을 띤 방편인 것이다. 모든 병은 마음으로부터 온다는 말이 있지 않겠는가?

그러면 불쾌하거나 마음에 들지 않는 것들을 전혀 보지 않으면 되지 않을까? 불행히도, 경험



이 얼마나 쌓였는가를 보거나 쌓이는 것을 막는다는 것은 불가능하다. 꼭 막힌 도로에서 자동차에 앉아 "나에게는 아무것도 일어나지 않는다"라고 생각할 수는 있다. 그러나 실제로는 내 주변의 세계를 의식하지 못한 채 흡수하고 있는 것이다. 내 몸은 내가 보고 듣고 냄새 맡고 만지는 모든 것을 소화하여 나에게 보낸다.

우리가 산에 묻혀 산다고 해도 외부로부터 끊임없는 입력이 들어온다. 이 입력은 일정하다. 그러나 최종적으로 이 입력이 어떤 모습을 띠 것인가는 내가 이 입력에 어떻게 관여하는가에 의해

결정된다. 과학은 이 과정을 측정할 수 없다. 왜냐하면 감각이 나 감정을 눈금으로 표시할 수 없기 때문이다.

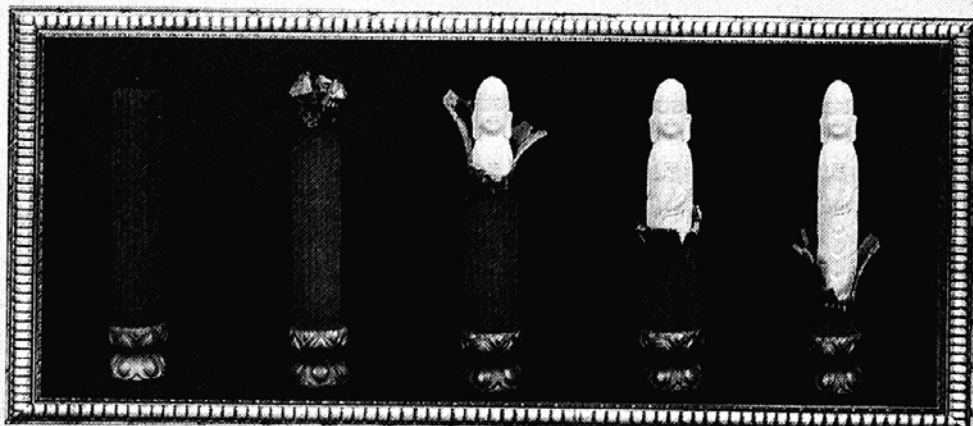
살아가는 동안은 나를 나로 만드는 사건들을 피할 수 없다. 그러나 외부로부터 계속 들어오는 입력의 궁극적인 효과를 결정하는 것은 다행히도 나와 떨어질 수 없는 나의 본성인 것이다. 내 본성은 내가 보고 듣는 것보다 더 깊은 곳에 있으면서 나를 형성하는 근본이다. 이 근본 자리로 드러고 하는 것이 바로 불교의 수행이 아니겠는가?

조원희(본사 전략정보실장)

佛紀 2543年(己卯年) 부처님 오신날

국내최초로 개발한 “현상공덕향”

기도와 함께 피워 올린 향에서 부처님이 나투십니다.



나무석가모니불 나무석가모니불 나무시아본사석가모니불

현상공덕향은 외형이 원추형으로 금색의 연꽃문양 최대를 가지고 있으며, 향이 연소되는 시간은 약 1시간 30분 정도이고, 정화 후 약 20여분이 지나면 외형상으로 나무색 향이 연꽃형상처럼 벌어지며, 향이 타는 중에 법상이 서서히 나타납니다.

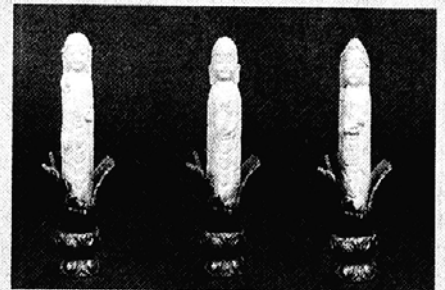
타고난 다음에 향 연기는 소멸되고 법상은 깨끗한 재가 되어 향로 속으로 들어 갑니다.

현상공덕향은 외형과 겉모습을 중시하지 않고 소신공양의 대원을 이루어 부처님의 진리를 알도록 하기 위해서 만들어진 향입니다.

현상공덕향은 초하루, 보름, 재일 및 법회와 방생기도에 사용되는 고급 향입니다.

• 향은 천연향 제조업체인 취운향당의 천연향재로 제조된 고급향을 사용하였습니다.

“간절한 기도와 함께 소원성취 하십시오”



지장보살 석가모니불 관세음보살

제조원: 金城通商

Tel: (051) 324-3731 Fax: (051) 324-3733

권 수익금 일부는 불교 발전기금으로 기탁됩니다. 권

발명특허출원: 48510
의장등록출원: 19350
상표등록출원: 28434