

오온에 '나'가 없음을 관하라

수행도지경

〈수행도지경〉은 불멸후 700년경 카니쉬 카왕 시대에 승가나찰(僧伽羅刹) 곧 종호(宗護)라는 논사가 편찬한 경이다. 8세기 말에 인도출신의 학승 축보화가 한역했는데 7권 30품으로 구성되어 있으며 수많은 경전에서 수행의 방법과 과정에 대해서 언급하는 내용을 일목요연하게 모아서 정리하고 있다. 오온무아설을 중심으로 불교의 교리와 법상의 이해를 위한 다양한 관법을 제시하고 있으며 보살의 행법에 대해서도 자세하게 서술함으로써 대승적 관점으로 통합하고 있다. 그래서 이 경은 대승불교 수행의 기본 지침으로서 가장 널리 알려져 있다. 그러나 구체적인 행법은 아함경에 나타나는 부처님의 가르침을 그대로 취하고 있어서 흥미롭다.

이 경은 이름이 나타내듯이 불교 수행의 나아갈 길과 단계를 밝히고 있다. 수행하는 이가 일체의 번뇌를 버릴려고 할진대 마땅히 정진에 오로지 하여 다른 행을 일으키지 말며 교법과 계율을 헐지 않아서 적당한 관법을 세워야 한다고 가르치고 있다. 그리고 수행하는 이는 마땅히 오온의 근본과 상과 성패 등을 알아야 한다고 설하고 있다. 오온을 여실히 분별하여 그것에 나가 없음을 관하도록 가르치고 있다. 그리고 도달하는 사람은 자비심을 체득할 뿐만 아니라 실제로 구현하는 것이 중요하



안승준
(동국대 강사)

다고 가르친다. 자비심을 가지고 그것을 실지로 배울면 그 누구에게서도 참해를 받지 않으며 심지어 원수까지도 속여든다는 것이다. 자비심은 불로도 태우지 못하고 칼로도 해치지 못하며 악마의 힘으로도 꺾지 못하는 마음의 위력인 것이며 수

경전 속의 禪 사상

26

무아·공사상 토대로 선수행 가르쳐 여러 경전 수행방법 일목요연 정리

행자의 필수적인 덕성이라고 가르치고 있다.

도달하는 자가 지니는 믿음과 정진과 지혜의 내용에 대해서도 가르치고 있다. 믿음이란 모든 것이 덧없다는 것과 받은 몸이 다 고통덩어리라는 것과 온갖세계가 모두 공이라는 것과 모든 것이 나가 아남을 아는 것이다. 이와같이 세상을 보고 믿을 때 전도된 생각을 벗어나서 불도를 얻을 수 있다고 하였다. 정진이란 언제나 모든 것이 공이라는 마음을 떠나지 않는 것이다.

다시 말하여 불이 나의 머리를 태우고 뼈와 살을 태워서 내 몸이 죽게 될지라도 끝내 닦는 도를 버리지 않겠다는 굳은 마음을 말하는 것이다. 지혜란 명상에 들때를 알고 관찰할 때를 알고 살필 때를 알고 마음을 정할 때를 알고 선악을 분별할 줄 알고 마음을 조절할 줄 아는 등 모든 것을 다 아는 것이다. 그러나 도달하는 자가 도의 갈래를 모르고 마음에 두려움이 서리고 옳고 그른 것을 분간하지 못하면 지혜를 이룩하지 못한다고 가르친다.

태국 내니삼판노 스님이 쓰는

중생이 우주라지만

의지의 길 ②

때

순간 마음을 보고 깨달음을 얻기 원하는 어떤 사람이 있었다. 그는 태국을 방문해 마하 부아 스님의 명상법회에 참여하게 되었다. 그는 이미 '불교'에 심취해 있었고, 마하 부아도 잘 알고 있었다.

명상법회에서 분명한 길을 볼 수 있을 것이라고 확신했던 그는 "모든 것이 변하고, 고통스럽고, 자아가 없는 것이라면 존재의 의미는 무엇입니까?"라고 스님에게 물었다. 스님은 한바탕 웃고 자유에 대해 그에게 물으며 "혹시 그대의 자유란 오로지 생각의 실현이 아닌가요? 그대가 찾아야 할 것은 모든 환경과 시간대를 넘어서 자유(解放), 바로 그것이다"라고 말했다.

그리고 마하 부아 스님은 경경을 해 보라고 권하며 "그대가 앉거나 걸을 때, 항상 생각하고 행하는 것에 집중하면, 당신이 어디에 서 있는지 알게 되고, 그 사유는 부처님이 가르친 깨달음의 초입이 될 것"이라고 말했다.

마음을 현재 순간에 두는 것은 마음에 무엇이 일어나는지 오직 알아차리기만 하고 그대로 두라는 것이다. 장애물을 마음에서 없애려 하는 것은 더더욱 안된다. 좋거나, 나쁘거나, 차갑거나, 따뜻거나, 느리거나 간에 차별심을 두지 말아야 한다. 나도 없고, 자아라는 것도 없고, 모두가 있는 그대로일 뿐이기 때문이다.

만약 우리가 걸어가고 있다면 특별히 다른 무엇을 할 필요도

마음을 현재순간에 두라

오직 관찰만 하고 끄달리지 말아야

없다. 오로지 걸기만 하면 된다. 그리고 눈앞에 있는 것을 주시해야 한다. 홀로 있거나 문뜩에 집착할 필요도 없다. 어디에 처해 있든지 평상심 상태에서 관찰함으로써 자신을 알도록 해야 한다. 의혹이 일어나면 일어나고 사라지는 것을 관찰하면 된다. 이것은 매우 간단하다. 단지 무엇에도 끄달리지 않아야 한다는 것이다.

수행은 마치 길을 따라 걷는 것과 비슷하다. 우리는 장애물과 자주 마주칠 것이다. 번뇌를 만나면 오직 알아차리기만 하면 된다. 그리고 그냥 보내버림으로써 극복해야 한다. 이미 지나쳐온 장애는 생각하지 말아야 한다. 아직 오지 않은 것들에 대해서도 걱정하지 않아도 된다. 현재에만 머물러야 한다. 갈 길이 얼마나 먼지, 목적지가 어디인지도 신경쓰지 말라. 이것이 계속되면 마음은 자연스러운 균형을 이루면서 수행이 저절로 되어질 것이다. 모든 것은 저절로 사라지기 때문이다.

갖 출가한 미국스님들 가운데는 그들이 받게 된 가사나 발우, 바람 등에 집착심을 내는 이들이 많이 있다. 그들은 몸에 걸치는 가사를 좋아하는 색깔로 정성껏 물들이고, 발우도 새로 나온 가벼운 소재를 손에 넣으려고 무진 애를 쓴다.

수행하는 것 외에 할 일이라곤 없는 생활 속에서 두 세 가지 소유물에 대해 신경을 써서 행하고 집착심까지 일으키면서 그것들에 시간을 꽤나 쏟고 있는 것이다. 그 출가승들은 바로 수행의 첫 장애와 맞닥처 된 것이다. 모든 장애물의 뿌리는 우리의 마음에 있다고 마하 부아 스님은 일러 주셨다.

"우리는 실제로 무엇이 일어나고 있는지를 확인해야 합니다. 사물을 관찰하면 모든게 무상(無常)하고 비어(空)있음을 깨닫게 됩니다. 이것을 알게되면, 약간의 지혜가 싹트기 시작합니다. 그러나 진리에 대한 의심과 권태로움이 다시 찾아오게 마련입니다. 왜냐하면 우리는 아직 진정한 실재(實在)를 모르고 명확하게 보지 못했기 때문입니다. 이것은 부정적인 징후가 아닙니다. 그것은 모두 우리가 겪어야 할 과정의 일 부분이며 우리 자신의 정신상태, 우리의 가슴이고 마음인 것입니다."

번역=오종욱 기자(gobaou@buddhapia.com)

과학산책

화학물과 관계

우리는 지난 호에서 동식물에 유전적 변형을 가함으로써 발생하게 되는 문제를 자연과 인간의 '관계'라는 관점에서 다루었으며 모든 것은 독립된 실체가 없고 다만 관계 속에서만 존재한다는 불교의 가르침과의 일치성을 살펴보았다. 이 관계라는 것은 우리가 우리 자신을 인식하는 데에도 작용한다.

결론적으로 우리가 우리라고 인식하는 모습은 관계를 떠나서는 존재하지 않는다. 어느 때의 '나'를 '나'라고 할 수 있는가? 아버지로서의 나가 나인가? 남편으로서의 나가 나인가? 아들로써의 나가 나인가? 아니면 회사 직원으로서의 나가 나인가? 본래의 우리 모습에 대해서는 분명하게 말할 수 없다고 하더라도 많은 경우 우리의 모습은 관계를 떠나서는 발견되지 않는다는 것만은 확실하다.

문헌에 기록된 말씀을 이해하는 데에도 관계는 중요하다. 예를 들자면, "이 세상은 모두 환상이다"라는 말을 들여보았을 것

이다. 그런데 이 말을 제대로 이해하기 위해서는 관계를 파악해야 한다. 시간과의 관계를 말이다. 지금 여러분 앞에 놓여 있는 책상이 환상이라고 여겨지면 손으로 한번 힘껏 내리쳐 보라. 아마도 깨달음의 경지에 있지 않으면 몹시 아플 것이다. 이 말의 본 뜻은 영겁의 시간이라는 관점

모든 현상 실체없고 '관계'만 존재

대기중 오존 유해한 자외선 흡수

대기의 오존 대기오염현상 일으켜

에서 보면 모든 것은 결국 흥망성쇠를 거치게 되므로, 지금 당장은 눈앞에 있는 것으로 보이지만 하지만 영원한 시간이라는 관점에서 보면 존재하지 않는 환상이라는 것이다. 영겁의 시간에 살지 않고서는 환상이 아닌 것이다. 시간과의 관계를 고려하지 않고서는 본래의 말씀을 이해할 수 없는 것이다.

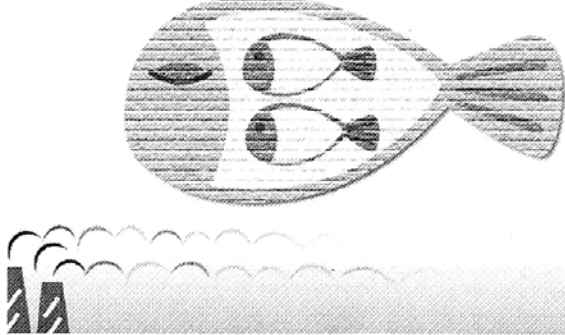
이러한 관계의 중요성은 화학에서도 존재한다. 노벨 화학상 수상자인 로알드 호프만(Roald Hoffmann) 박사는 그의 저서(갈기도 하고 아니 갈기도 하고)(까치 출판)에서 관계라는 말은 직접 언급하지는 않았지만 개념상으로는 동일한 말을 하고 있다. 그에 따르면, 악인은 없고 다만

모든 현상 실체없고 '관계'만 존재

대기중 오존 유해한 자외선 흡수

대기의 오존 대기오염현상 일으켜

인간만이 있는 것처럼 나쁜 분자라는 것은 존재하지 않는다. 탈리도마이드는 임신 초기에 유해한 것처럼 보이지만 이 탈리도마이드가 나병과 관련된 염증을 치료하는 데에 유용할 것이라는 가능성이 계속 보고되고 있다고 한다. 또한 에이즈를 일으키는 바이러스 중의 하나로 알려진 HIV의 증식을 억제할 수 있다는



주장이 제기되고 있다고 한다. 일산화질소는 연탄가스 중독을 일으키는 물질로서 생명을 앗아갈 수 있는 위험한 물질이며 또한 대기오염을 일으키는 물질이지만 자연적인 신경전달 물질이기도 하다. 즉 이 물질이 없으면 신경전달에 문제가 일어날 수도 있다. 살균제로 많이 쓰이는 오

이 오존이 성층권에서는 얇은 층을 이루면서 태양으로부터 도 달하는 유해한 자외선을 흡수하는 중요한 역할을 한다. 그러나 똑같은 오존이라도 지표면 가까이에서는 주로 자동차 배기가스에 의한 대기오염 현상인 광화학 스모그를 일으키는 악역을 한다. 그에 의하면 오존은 자동

차 타이어를 못 쓰게 만들어서 오염물질을 만든 자동차에게 조금은 복수를 하지만, 식물의 생명을 단축하고 우리 피부를 망가뜨리는 일도 한다.

호프만 박사는 분자는 분자일 뿐인데 화학자들과 공학자들은 분자를 변환시켜 새로운 분자를 만들고 장사하는 사람들은 이것을 팔고 사람들은 그런 분자를 사용하기를 바라기 때문에 우리 각자가 화학물질의 이용과 오염에 책임이 있다고 주장한다. 바로 이런 점에 사회에 대한 과학자로서의 책임이 있고 과학자들은 자신들의 창조물이 어떻게 이용되고 오용되는가에 대해서도 절대적인 책임을 져야 한다는 것이다. 조희회(본사 전략정보실장)

●1998년 한 해 동안 가장 많이 팔린 책 (교보문고 집계 종합 1위)

맑고 향기로운 법보시

산에는 꽃이 피네

법정 스님 · 류시화 엮음

강원도 산골, 화전민 오두막에서 홀로 생활하는 법정 스님의 삶의 풍경과 지혜의 말씀 그 목소리와 함께 전해지는 감동의 메시지

오디오 북

법정 스님이 직접 읽은 〈산에는 꽃이 피네〉 카세트 테이프

이 책은 〈산에는 꽃이 피네〉의 내용을 법정 스님이 직접 읽어 녹음한 카세트 테이프로 만든 오디오 북입니다. 출퇴근 길 차 안에서, 또는 조용한 거실에서 스님의 숭결과 영혼이 담긴 목소리로 직접 듣는 메시지는 책에서와는 또다른 감동을 줄 것입니다. 또한 시각장애인이나 어른들에게도 뜻깊은 마음의 선물일 것입니다.

* 70분 테이프 2개/값 8,000원/서점에서 구입할 수 있습니다.

작은 책

주머니 속의 향기, 〈산에는 꽃이 피네〉 작은 책

언제 어디서나 손쉽게 읽을 수 있도록 〈산에는 꽃이 피네〉를 아주 작은 크기로 만들었습니다. 손 안에 쏙 들어가는 작은 크기지만 큰 책의 내용과 감동은 하나도 빠짐없이 그대로 담았습니다. 또한 저렴한 가격으로 누구나 부담없이 읽을 수 있도록 하였습니다. 여러분의 자녀와 이웃에게 선물한다면 진정한 마음의 선물일 것입니다.

* 손 안에 쏙 들어가는 작은 크기/248쪽/값 3,000원

● 다량으로 구입하시면 할인 혜택을 드립니다.(다량 주문은 출판사에서 직접 받습니다.)



아름답고 달콤한 글을 쓸 수 있는 사람은 많다. 그러나 실행이 따르지 않는 그런 글에 독자는 실망과 공허함을 느낀다. 언행이 일치하는 스님의 음성을 대하면 나는 갈증나는 산행길에서 샘물을 만났을 때와 같은 기쁨이 솟아오른다.

-이계진(방송인)



서울특별시 중구 목동동 18-9 배영빌딩 401호 전화 2263-1941/팩스 2263-1946 동쪽나라