

### 3월 2주 수행일기 <F>



나승렬  
농림부 불자회장

필자는 부처님 가르침에 관한 책을 옆에 두고 가끔 몇 구절씩 읽어본다. 부처님의 말씀 한구절 한 구절을 영혼의 눈으로 읽고 가슴깊이 저장하며, 무의식으로 체화하여 자연스럽게 실천하고자 노력하는 것도 내 수행 방법중의 하나다. 몇 달전부터 보건복지부의 불자회 총무가 이메일을 통해 중앙부처 공무원 불자들에게 가끔

날까. '내가 좋은 일을 한다'는 생각을 완전히 비우지 않는 한 불만없이 남을 돕는다는 것은 힘이 든다. 여력이 없는 상황에서 도움 요청이 풀려올 때가 있다. 그 때 한 인도인이 말했다는 다음의 만트라를 떠올린다. '누가 나에게 도움을 청하여 오거든 신이 나서서 도와 줄 것이라고 말하지 마라. 마치 신이 존재하지 않는 것처럼 네가 나서서 도와라.'

마음공부하며 산다고 해서 반드시 좋은 일만 오라고 기대할 수 없다. 세상의 일은 인연법칙에 의해 일어나니 어느 때의 인연으로 오는 것인지 알 수 없고, 나쁜 것처럼 보이는 게 진짜 나쁜 게 아니고 새옹지마인지도 알 수 없다. 전생의 내가 한 일을 모르고 미래생이 어떻게 될 지 모르는데 현생의 현상만 가지고 안달할 이유가 없다. 열마다 억울하다고 느낀 일

### 승진 탈락후 인연설 되새기며 평온찾아 어리석은 행동들 마음 비우기 연습과정

보내주는 '부처님과 역대 선지식의 말씀'도 직장에서 마음공부와 수행을 병행하는데 큰 도움이 되고 있다. 공무원불자회는 2월부터 회원들에게 마음공부에 관한 글을 보내고 있는데, 그 내용을 읽는 것만으로도 마음공부에 도움이 되는 것이 많다. 흔히 인간관계에서 좋은 일보다는 나쁜 일이 더 오래 기억되고 섭섭함을 느끼곤 한다. 그럴 때마다 나는 다음의 구절을 기억한다. "누군가가 우리를 괴롭혔을 때 우리는 모래에 그 사실을 기록해야 한다. 용서의 바람이 불어와 그것을 지워 버릴 수 있도록. 그러나, 누군가가 우리에게 좋은 일을 했을 때 우리는 그 사실을 돌에 기록해야 한다. 그 때 바람이 불어와도 영원히 지워지지 않을 테니까."

이 있었다. 나름대로 최선을 다해 직장생활을 했는데 승진에서 밀려났다. 직장상사에 대해 일시적으로 원망하는 마음이 들었다. 그 때 나는 "더 좋아해 주지 않음을 노여워하지 말고, 이만큼 좋아해 주는 것에 만족하라."는 만트라를 기억하며 평온을 찾았다. 최근에는 계약을 잘못해 손해를 입은 상황에 처해 있다. 마음공부 한다면 한심스럽기도 하고 번민이 일어났다. 그러나 실수는 뭔가 교훈이 들어있을 것이라고 굳게 믿는다. 내 어리석음을 털어내기 위해 그런 과정을 거쳐야 하는지도... 아니면 내 마음을 비우는 연습을 하기 위해 이런 과정을 꼭 거쳐야 하는지 모른다.

이 세상에 태어나 불법을 만난 인연. 참 스승이신 대행스님 만난 인연. 최고의 가르침인 '참나'를 찾는 공부를 만난 인연에 감사한다.

이 세상에서 새로운 사람이 되려는 마음을 청하는 사람이 풀리는 것 같다. 보살행이 그만큼 어려운 것을 보여주는 것이 아

### 긴급점검

### 수행법 난립시대 조사선의 나아갈 길

#### 글 쓰는 순서

1. 수행법 백가쟁명 시대
2. 간화선 Vs. 위빠사나
3. 되살아나는 조사선

한국의 간화선도 이제 이 시대와 지구촌에 걸 맞는 수행체계로 거듭나야 한다는 목소리가 높다. 중국에서 송대에 이르러 대혜종고 선사에 의해 조사선이 간화선으로 본격적인 재검토를 했듯이 지금의 정신문화의 수준을 반영해 한국의 선수행 기풍도 새롭게 탈바꿈해야 한다는 지적이다. 특히 위빠사나를 중심으로 한 초기불교의 수행법을 다시 생각해 보고 현재의 제반 수행법과의 공통점과 차이점을 비교하는 일은 소홀히 할 수 없는 과제다. 초기불교 수행법은 후기에 발달된 모든 불교 수행법의 이론적 근거와 실제적 토대를 이루고 있기 때문이다. (면접자 주)

#### ■ 위빠사나의 확산과 간화선의 대응

1987 거해스님에 의해 도입된 위빠사나는 아직 보급 단계에 머무르고 있으나 미얀마 등 동남아시아에서 비구계를 받거나 수행법을 익히고 돌아온 스님과 불자들이 지난 3~4년 사이에 선원이나 명상센터를 잇달아 개설, 현재 수행기관만 20여 곳에 이른다. 최근 보리수선원, 연방죽선원, 천안 후두마을, 김해 다보선원 등에서 위빠사나 수행법으로 정진한 불자는 2만여 명, 매주 한 차례 이상 정기법회에 참석하는 수행자만도 5천여명에 이른다.

중국 선종의 전통을 이어온 국내 불교계는 위빠사나의 확산에 대해 엇갈린 시각을 보이고 있다. 일부에서는 간화선 수행풍토에 위기의식을 느끼는 동시에 소승불교로 폄하하는가 하면, 간화선과 위빠사나가 공존하면서 상좌 불교가 새로운 종단으로 성립해도 좋다는 견해도 내놓고 있다. 조계종에서는 매 안거마다 90여 개 선원에서 2000여 명의 수좌가 안거에 들어 간화선 수행에 들어가고 있기는 하지만, 기초 수행 및 지도점검 체계와 선지식 부재의 실정에 놓여 있다는 지적도 받고 있다. 불교 수행 전반에 관한 다각적인 연구와 실천체계의 점검이 필요하다는 목소리가 높다.

#### ■ 간화선-위빠사나의 공통점

남방 및 북방의 여러 가지 수행법들의 언어 표현과 구체적인 행법들이 시대와 지역에 따라 각기 다르게 성장했다 할지라도, 이들 수행법 속에서 일관성 있는 이론적 토대를 찾아 볼 수 있다. 미산스님(조계종 사회부장)은 "불교의 공통

## 위빠사나 확산...간화선 변화 절실



◇간화선과 위빠사나는 돈오(頓悟)와 점수(漸修)라는 수행법상의 차이점에도 불구하고 부처님의 근본 가르침을 바탕으로 한다는 점에서는 일치한다. 지난해 7월 대만에서 열린 제7차 시카리아타 대회에서 남-북방 여성 수행자들이 좌선에 이어 포행을 체험하는 모습.

### 위빠사나 수행처 늘어 정진 불자만 2만여명 수행법·궁극목적 분명한 차이 잘 알아야 간화선 실천체계 점검, 현대화 목소리 높아

적인 수행 원리들의 특징은 행복으로 가는 길을 방해하는 요소를 제거해 행복한 삶을 누리도록 하는 것"이라며 다섯 가지 원리를 제안한다. 수행의 제1원리는 항상 마음의 빛을 '밖에서 안으로' 돌이켜(廻光反照) 이 물질현상의 행방을 면밀히 살피는 것이다. 둘째는 마음이 다른 곳으로 달아나지 않도록 "지금 여기에" 집중한다는 점이다. 셋째 원리는 마음챙김(세띠)과 알아차림이다. 간화선에서 대의심이란 늘 화두와 함께 하는 것. 즉 화두챙김이 있으므로 가능하며 이것이 "마음챙김"이다. 넷째는 분별심을 떠나 있는 그대로 보기도, 분별심을 벗어나 평정심을 회복하면 현상을 전체적으로 파악하여 있는 그대로의 참모습을 직관적으로 통찰할 수 있다. 다섯째 원리는 중도의 입장을 견지하며 거문고 줄을 조율하듯, 쉬지 않고 꾸준한 곳에 매진하는 것이다.

각각스님(조계불전연구원)은 간화선과 위빠사나는 견성과 해탈로 승화되어 귀결되는 점에서 일치한다고 말한다. 또 간화선과 위빠사나는 모두 선종보다 지혜를 중시한다고 주장한다.

#### ■ 두 수행법의 차이점

북-남방 수행법을 대표하는 간화선과 위빠

사나는 이러한 공통점에도 불구하고 적지 않은 차이점을 갖고 있다.

인경스님(선상담연구원 기획실장)은 위빠사나가 대상을 인정하고 그것과 하나됨을 추구함으로써 번뇌를 극복하려는 입장에 있다면 간화선은 대상관계를 배제하고 견성을 강조한 점, 번뇌 자체를 부정할 점에서 차이가 있다고 분석한다. 종호스님(동국대 선학과 교수)은 위빠사나의 수행법은 처음 지계를 통한 예비단계를 거쳐 호흡 등 육신의 동요에 대해 살피고 이후 선공이나 생각 등 정신적 움직임을 살펴가도록 하는 등 매우 세부적이면서 직접 겪게 되는 문제점들의 해결에 초점이 맞추어져 있는 반면, 간화선은 보다 본질적인 문제를 선 수행의 핵심으로 삼는 특색이 있다고 설명한다.

현웅스님(미국 버클리 육조사 주지)은 "위빠사나 명상법이 팔, 다리 등 감각과 느낌을 통해 점진적으로 들어가 깨달음을 완성하는 것이라면 간화선은 그런 무상한 것들을 놔두고 '처음부터 아무것도 없다(성)'는 관점으로부터 들어가 깨달음을 얻는 수행법"이라고 말한다.

#### ■ 각 수행법의 장단점

위빠사나는 좌선(坐禪)뿐 아니라 행선(行禪),

호흡관 등을 적절히 배합해서 지무함을 덜어 주기 때문에 초심자도 접근하기 쉬워 인기를 얻고 있다. 그러나 이 쉽다는 것이 오히려 함정일 수 있다는 비판적인 의견도 적지 않다.

현웅스님은 "서양인들이나 동양인들 모두 감각을 통해서 들어가는 방법을 쉽다고 느껴서, 요즘 위빠사나가 대중들로부터 인기를 얻고 있지만, 이것은 그야말로 일시적인 평온에 불과하며 현실에 부딪하면 금방 무너져 버리는 함정이 있다"고 지적한다.

간화선 역시 장점과 단점을 모두 갖고 있다. 일반적인 상식과는 달리 간화선의 장점은 생활 속에서도 수행할 수 있다는 점이다. 월호스님(국사암)은 "간화선은 본래 생활선(生活禪)으로서 주창된 것이지, 상공기의 소수 수행 전문가들을 위한 수행법이 아니다"고 주장한다. 대혜(大慧)선사의 <서장(書狀)> 가운데 62편의 편지글 중 60편의 글이 재가불자를 상대로 일상생활을 해나가는 가운데 꾸준히 화두를 참구해 나갈 것을 권장하고 있는 것이다.

그러나 간화선의 단점도 있다. 성본스님(동국대 선학과 교수)은 "불립문자(不立文字), 교외별전(敎外別傳)의 의미를 잘못 이해한 일부 안목 없는 선사들이 경전이나 어록, 공안집을 제대로 후회들에게 가르치지 못하고, 학인들이 경전이나 어록 등을 읽고 보는 것조차도 못하게 하여 불법의 본질과 정신을 모르는 수행자를 만들고 있다"고 우려한다.

이러한 장단점에도 불구하고 간화선 위주의 한국불교는 수행문화의 다양성과 창조적인 긴장을 위해서라도 초기불교의 수행이론을 수용할 필요가 있다는 주장이 적지 않다.

김재경 기자 jgkim@buddhapia.com

# 납골추모함 안내

납골추모함의 종류 (특별 사이즈 및 문양 주문가능)



고인의 유골을 담은 내호함을 연꽃문양 납골추모함에 봉안하여 보관

### 영혼은 평안하게! 참배는 쾌적하게! .....

납골추모함은 가신이의 영혼을 평안하고 안전하게 모시는 것은 물론 참배까지 쾌적하게 해주는 현재와 미래의 정례문화로 자리하고 있습니다.

그러나 납골함을 같은 장소에 많이 모셨을 경우 납골함 자체의 엄청난 무게 때문에 붕괴의 우려가 있으며, 오래된 유골에서는 강한 악취가 생기는 문제점들이 있었습니다.

이회사에서 새로 개발된 신소재 납골추모함은 가볍고 튼튼한 금속으로 제작 되었으며 도자기에 비해 월등히 가볍고 외형 또한 아름답습니다.

납골추모함은 납골당과 납골탑이 붕괴되더라도 유골이 소실되지 않

고 안전하게 유지될 수 있습니다. 위의 여러 문제점들을 납골추모함이 해결함으로써 쾌적하고 편안한 참배를 할 수 있게 되었습니다.

고인의 유골을 화장하여 납골당이나 납골탑에 안치할 경우 안전하고 청결한 상태로 봉안하고 싶은 것은 누구나의 바람입니다.

새로운 납골추모함이 이러한 바람을 실현하기 위해서 오랜 연구 끝에 제작 출시 되었습니다.

자신있게 견합니다! 안전성과 청결성을 갖춘 납골추모함으로 가신이의 영혼을 평안히 모실 수 있게 되길 기원합니다.

이 회사 ☎ 02)392-0925 서울시 중구 중림동 155-2 GS빌딩

### "1가정 1컴퓨터 시대" "전 국민 네티즌 시대"

## 귀사의 홈페이지로 승부를 걸어 보세요

잘 꾸며진 홈페이지 하나만 있으면 모든 일이 순조롭게 발전합니다. 지금껏 홈페이지제작을 망설여 오셨다면...

(주)아이코스솔루션과 상담하십시오.

- 컴퓨터가 없어도 상관이 없습니다.
- 컴퓨터를 몰라도 상관이 없습니다.
- 별도의 인건비를 걱정할 필요도 없습니다.
- 적은 투자로 엄청난 홍보가 시작됩니다.

#### 고 품질의 홈페이지를 가장 저렴한 가격에!

저희 제작진은 최저 60만원 부터 500만원까지 다양한 형태의 홈페이지를 귀사의 기획의도에 가장 알맞은 맞춤형 제작을 위해 항상 대기하고 있습니다.

#### 최상의 서버 대역을 가장 저렴한 가격에!

저희 아이코스솔루션은 서버 임대사와 제휴를 통해 웹 호스팅 기초비용을 월 5,500원(리눅스) 월 11,000원(NT)부터 제공해 드리며 할인제도를 채택하고 있습니다.

#### 최고의 홍보 기획을 가장 저렴한 가격에!

사업홍보를 기획은 전문가에게 맡겨 제대로 기획하는 것이 중요합니다. 아이코스솔루션은 최상의 기획전문가를 통해 페이지당 기본 50,000원 부터 제공해 드리고 있습니다.

네티즌의 마음을 여는 홈페이지 기획, 제작 전문업체

(주)아이코스솔루션 http://www.eyecos.com

☎ 031)836-0992 FAX : 031)836-0993 E-Mail : eyecos@eyecos.com

