



자재만현 스님의
염불선 이야기 <3>



아라한 · 보살의 경지

대승 불교에서는 성자의 위계를 아라한-보살-불로 보십니다. 인간은 사생결단의 발심으로 정진해 가면 해탈의 자리인 아라한까지 이를 수 있습니다. 이것이 자력 수행의 한계입니다.

아라한도를 깨친 아라한 칠후 같이 까맣힌 얼굴에서 햇빛의 굴뚝 세상으로 갑자기 벗어났을 때의 경지, 천지가 뒤집혀진, 언설 가지고 어찌 표현할 수 없는, 생각 따위가 미처 들어갈 여지가 없는, 공(空)한 경계를 맛보았을 겁니다.

소위 강하게 자성(自性)이 드러난 경계인 경지의 경지입니다. 남-북방의 여러 수행법으로 일체가 공(空)이요 무아(無我)임을 확실히 깨친 수행인이 더욱 보

다. 이 보살과를 이루려면 <화엄경>의 10주, 10행, 10회향의 보살행을 닦아가면서 다음 경계에 이르러야 합니다.

첫째 시방세계 일체가 선명히 드러나는 해인삼매에 들 수 있어야 합니다. 금강석 같이 일체를 여린 마음은 정정해서 한 티끌 한 생각이 녹아져 햇빛처럼 밝습니다. 둘째, 부처님을 친견하고 부처님의 방광을 온 몸으로 받아들이는 공부 경계가 있어야 합니다. 셋째 보살의 영체는 요즘 절기로 봐서 아침 8시경 태양의 빛깔입니다. 넷째, 마음은 삼독의 번뇌를 벗어나 중생에게 기쁘게 회향할 줄 아는 이타행 보살심이 투철합니다. 가령, 나는 살아 남아서 눈 먼 부모

인간이 자력으로 해탈한 자리
보임 잘하면 생사 윤회 벗어나

임공부를 잘 해가면, 아라한의 깊은 선정에 들 수 있습니다. 아라한과를 이룬 성자의 오라(aura), 영체의 빛은 보물탑 속 밝은 부분의 색(白색)과 비슷합니다. 이것이 좌탈입망이 가능한 아라한 성자의 경지입니다.

그러나 아라한 성자라 해도 견성한 후에 청정제율, 특히 사음계를 파하면 절대 안됩니다. 부처님과 법을 능멸하는 큰 구덩이 역시 범해서 안됩니다. 대신 보임을 잘 해나가면 생사의 윤회를 벗어나는 공(空)이요 무아(無我)임을 깨칠 수 있습니다.

그 성중 하늘을 지나면 도솔천 내원궁, 곧 미륵불이 교주인 도솔정도가 있습니다. 불과(佛果)를 이룬 대상자의 부모님들이 주로 태어납니다. 다시 그 위가 아미타불의 정도 극락세계입니다. <아미타경>에서 1일에서 7일 동안 일심불란으로 정명염불할 수 있어야 왕생한다는 극락입니다. 팔지(八地) 이상의 보살과를 증해야 갈 수 있는 곳입니다.

님을 봉양해야 한다며 처형장으로 끌려가는 사형수의 처절한 절규를 들었다면, 자기가 대신 처형받을 것을 자원할 정도가 되어 있어야 합니다. 다섯째, <화엄경> 10지품 말씀처럼 2영의 금강역사(金剛)가 호신하게 됩니다.

극락에 왕성한 이는 불퇴전의 경지입니다. 성불을 보장받는 위(位)입니다. 이곳에 왕생할 정도로 청정하고 수행이 깊은 이는 남자로 바뀌어 태어납니다. 그리고 보살과를 이루는 데는 부처님의 타력이 필수적인 요소가 됩니다. 염불이 보살과를 증할 수 있는 소중한 수행법인 이유입니다.

미타 삼부경 등에서 볼 수 있듯, 염불선은 경전상의 근거가 분명하고 3천년 간 검증받은 최고의 수행법임을 다시 강조합니다. 염불선에도 선지식의 지도가 필요합니다. 이 남성부주는 외도의 그들이 거미줄처럼 쳐져 있는 위험한 높이기 때문입니다.

느낌 · 관념 · 행동으로 마음 알기

묘원법사의 심념처 수행현장

번뇌, 없애야 할 대상 아닌 알아차릴 대상 집착은 무상-괴로움-무아 봐야 사라져



국내 위빠사나 1세대 수행자인 묘원 법사.

중에는 '대상을 보는 마음을 알아차리는' 심념처에 대한 설명과 실증이 있었다.

1988년 국내에 위빠사나를 처음 소개한 거 해 스님으로부터 근본불교를 접한 1세대 남방선(禪) 수행자인 묘원 법사. 96년부터 미안마마하시 센터와 웨우민 센터에서 7년여간 집중적인 수행을 통해 '마음 보는 법'을 알게 됐다. 그는 서울 강남매주 목 오후 2시 및 강북(매주 화 7시30분) 여성인력개발센터와 동산불교대학(매주 목 오후 7시30분, 011-9708-3531) 등에서 국내에서는 아직 생소한 심념처관을 지도하고 있다. 마음 관찰을 강조하는 선과 심념처의 유사성에 주목하며 수행법에 대해 알아보았다.

“번뇌가 많은 현대인들이 마음을 보기 위해서는 어떻게 시작해야 할까요.”

“위빠사나에서는 어떤 번뇌이거나, 그것들은 없애야 할 대상이 아니고 알아차릴 대상일 뿐입니다. 생각들은 잠재된 나의 고정관념이고 그것이 나타났다는 것은 오히려 기회입니다. 망상은 알아차릴 '대상'이므로 바로 법(法)인 것이죠. 먼저 호흡과 느낌을 충분히 알아차릴 수 있게 된 뒤에 마음을 알아차리는 수행을 하시면 수월하게 될 것입니다. 그냥 마음을 알아차리려고 하면 그 순간의 마음을 이미 안 것입니다. 이 때의 마음이 특별한 것이 아니고 그 순간을 지켜보고 있는 것이 마음입니다. 마음을 알아차리는 것은 마음을 알아차리려고 마음을 새로 내야 합니다.”

“비물질인 마음을 알아차리는 것이 뜬 구름 잡는 일로 비칠 수도 있는데요.”

“마음을 비물질이라서 분명하게 감지되지 않기 때문에 수(受), 느(觸), 상(想), 행(行), 행동을 통해서 알 수 있습니다. 마음이 수, 상, 행을 일으켰기 때문에 그것을 일으킨 마음을 안다는 것은 뿌리를 알아차릴 수 있는 기회로서 수행자에게는 소중한 방법입니다.”

“마음의 어떤 특성이 깨달음을 가능하게 하는가요.”

“마음은 순간적으로 일어났다가 순간적으로 사라지는 특성이 있습니다. 어떤 하나의 마음이 길게 지속되는 것이 아니고 순간 순간 서로 다른 마음이 계속해서 일어났다가 사라지는데 항상 뒤에 일어난 마음은 새로 일어난 마음입니다. 순간 순간의 마음이 사라지고 그것을 일어나게 하는 마음은 조건이지 나라고 하



매주 목요일 저녁 묘원법사의 지도로 심념처를 수행하는 동산불교청년회 회원들.

는 어떤 의식이 그것을 주도하고 있지 않습니다. 이것이 무아(無我)를 말하는 것입니다. 집착은 무상과 괴로움과 무아를 보아야 사라지며 그중에서도 무아를 보면 더 확실하게 집착이 풀어지고 더 높은 의식수준을 얻게 됩니다.”

“몸과 마음에 대한 '통찰'이 지혜의 증득으로 이어지는 이유는 무엇입니까.”

“수행은 궁극적으로 지혜를 얻어야 하는데, 지혜를 얻기 위해서 대상의 모양을 보지 않고 빠라마타(Paramatha, 실제, 성품을 알아차리는 것이 관건이기 때문에 통찰하지 않으면 안 됩니다. 통찰해야 지혜가 생기고 지혜가 생겨야 사물의 본성을 바로 알아 집착을 끊게 되고, 궁극의 열반에 이르기 때문입니다.”

“마음을 보는 수행은 보려고 애를 수록 세로 망상을 짓는 악순환이 일어나지 않을까요.”

“그래서 수행할 때는 그냥 있는 그대로 보아야 합니다. 바라는 것이 없이, 없애려고 하

지 않고, 분석하려고 하지 않고, 내가 본다는 생각 없이, 작용하지 않고 비 작용으로 알아차려야 합니다. 목표는 있으되 바라는 것이 없이 한다는 말의 의미가 바로 이것이지요. 그냥 알아차릴 대상이 있어서 조건 없이 알아차려야만 비로소 통찰이 됩니다. 이것이 바로 사파라라고 하는 알아차림(Sati)의 특성입니다.”

“마음을 알아차리는 게 속달되면 일상에서도 평상심을 유지할 수 있을 것 같은데요.”

“바르게 수행하면 직장생활을 더욱 열심히 하게 됩니다. 진실해지기 때문에 무슨 일이나 어려워하지 않고 남보다 더 열심히 일하게 됩니다. 직장생활이 바로 일상의 알아차림입니다. 수행 따로 일 따로 있는 것이 아닙니다. 무슨 어려운 일이 있어도 알아차릴 대상으로 보면 간단해 집니다. 그리고 항상 무엇을 해야 할지 알게 됩니다.”

김재경 기자 gjkim@buddhapia.com

봉은사, 선 수행의 고전 '육조단경' 논강

21일부터 매주 토요일 8차례

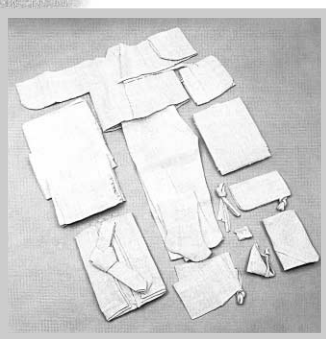
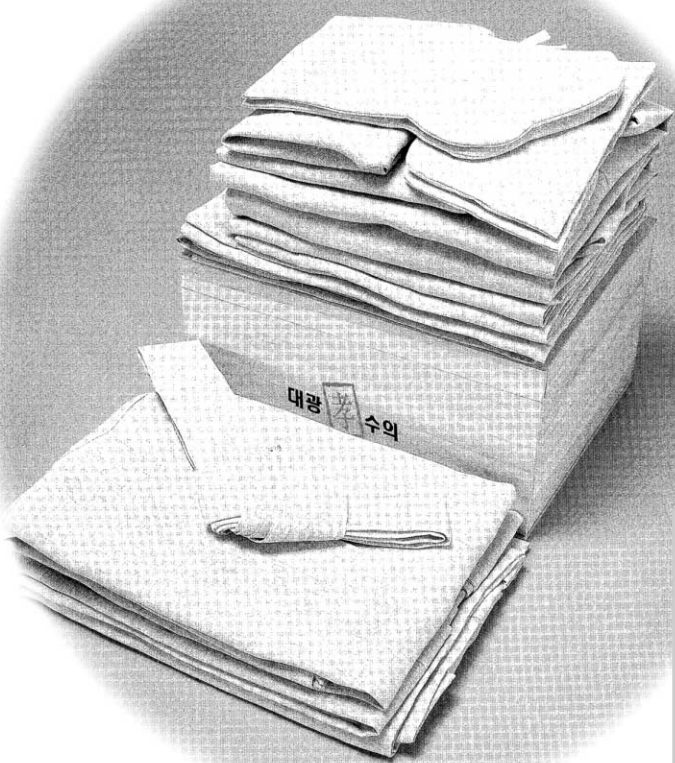
선사와 강백이 펼치는 <육조단경> 논강이 서울 봉은사 봉은학림에 개설된다.

봉은사는 2월 21일부터 4월 10일까지 매주 토요일 오후 2시 <육조단경> 논강을 연다. 8차례에 걸쳐 열리는 이번 논강은 선의 생활화와 바른 이해를 돕기 위해 마련된 특별법석.

선학과 교수가 4강을 이어 받아 '육조단경에서의 대승불교 수용'에 대해 강연한다. 5-7강은 육조단경의 세분화된 내용을 중심으로 논주와 논사, 대중이 함께 논강 형식으로 진행된다. 지안 스님(승가대학원 원장), 이종표 교수(전남대), 김진태 박사(각각 논주와 논사 담당), 마지막 8강에서는 고우 스님(간화사 태백선원장)이 선 수행법을 들려준다. 이번 논강의 논사로는 정각 스님(동국대 불교대학원 교수), 각목 스님(실상사), 세동 스님, 이덕진 교수(창원대) 등이 나서 논주와 토론을 벌인다. (02)516-5652 박병영 기자

윤년 윤달의 효도 선물 대광[孝]수의로 하세요

갑신년 윤달 수의 특별가로 불자님들을 모십니다



세시풍속 <歲時風俗>

윤달(潤月)은 재액없이 무난하게 여기고 모든일을 거리낌없이 하는 풍속이 내려오고 있다. 특히 일년중에 한달이 더 있는 윤달에는 손재 등이 없는 기간으로 모든일에 부정을 타거나 액이 끼이지 않는 달로 인식되어 왔고, 그래서 평소에 꺼려하던 이장(조상의 묘를 옮기는 일), 집을 헐고 새로 짓는 일 등을 윤달에 하는 것이 지금까지 내려오고 있는 예이다.

그래서 이 기간에는 집안어른의 수의를 마련해두면 집안어른이 무병장수하고 자손도 번창한다는 세시풍속이 있다.

그 뜻을 미루어 짐작컨대, 수의를 마련함으로 자손들은 여성이 얼마남지 않은 집안어른을 더욱 공경하고 효심으로 만드는 마음가짐을 가질 수 있지 않았겠는가 생각되며 집안어른은 죽음을 다스리고 대비하면서 여성에 대한 진한 삶을 살고자 했던 조상들의 지혜라 여겨집니다.

대광[孝]윤년수의를 미리 마련해 놓으시면...

- (1) 믿을 수 있는 좋은 품질의 제품을 여유있게 구입하실 수 있습니다. 시중에는 혼합된 원단으로 만들어진 제품들이 고가품으로 둔갑하여 유통되고 있으나 금년 윤달에 "대광"에서는 고품질의 제품을 저렴한 가격으로 소개하고자 합니다. 막상 큰일을 당하여 급한 나머지 아무 수의나 임해드린 후 후두고 후회하는 일을 겪지 않으셔도 됩니다.
- (2) 고품질의 수의를 저렴한 가격으로 구입하실 수 있습니다. 큰일을 당하여 경황없는 중에 저가품의 수의를 비싼 가격에 구입하시는 일이 비일비재한 것은 현재 유통의 문제점입니다. 좋은 품질의 수의를 저렴한 시기 윤달에 구입하시는 것은 이리점들을 고려해 볼때 좋은 기회라 생각됩니다.
- (3) 금년 윤년 "대광상사"에서는 좋은 삼베만을 골라 한올한올 공경과 정성의 마음을 담아 맞춤 비스질한 제품을 그 동안 대광 삼베를 성원해 주신 보답으로 불자님 여러분들에게 저렴한 가격으로 공급해 드리겠습니다.
- (4) 수의의 옷감은 자연섬유로만 사용하여야 매장으로 가능한 것입니다. 수년만에 윤달이 가장 좋은 해라고 하는 설이 있습니다. 길년에 효도하시고 고품질에 수의도 저렴한 가격으로 구매하시어 두가지의 행운을 함께 하십시오.

● 윤년에 수의를 준비하시는 불자님에게는 오동나무 상자를 무료로 공급해 드립니다.



서울시 종로구 예지동 296-19 광정시장(1층)
TEL. 02)2275-8075, 2279-7450 FAX. 02)2272-6715