

# “분별떠나 있는 그대로 바라보라”



정목 스님이 말하는  
**‘원효의 염불선’** <8>



## 부처님의 지혜

수행의 길에서 진실한 믿음을 일으켜 순일하게 정진하지 못하고 중도에 단념하거나 이곳 저곳의 수행법에 기웃거리며 헛되어 세월만 보내는 것은 스스로 믿고 성취해야 할 부처님의 지혜가 무엇인지 알지 못하기 때문입니다. 그런데 깨달음 이전에 부처님의 지혜가 무엇인지 명확하게 아는 것도 결코 쉬운 일은 아닙니다. 수행문마다 다르게 말하고, 다시 수행의 단계를 오를 때마다 차원 높은 이해가 요구되기 때문입니다. 원효도 이러한 문제에 대해 고뇌하다가 팔만사천 법문으로 퍼 보이신 부처님의 지혜를 간단하고 알기 쉽게 요약하는 작업이 필요함을 느꼈을 것입니다.

원효는 자신의 이론에 반론이 있음에도 불구하고 부처님의 지

의거해 부처님의 지혜와 정토의 경계를 해설하기 때문에 서방정토와 유심정토를 포용하여 다 함께 일심의 바다로 항할 수 있도록 회통하는 일이 가능한 것입니다. 서방정토는 범부의 분별하는 마음, 물든 의식 밖에 있는 깨달음의 세계입니다. 유심정토는 분별하는 마음을 지혜로 전환하여 여의는 세계입니다. 서방정토가 존재한다고 말하는 것은 깨달음의 세계가 실재함을 밝히는 것이며, 유심정토를 말하는 것은 세계가 다르므로 그에 따라 구별하여 소상히 밝히고 믿음을 일으키도록 권합니다. 그 가운데 ‘민

## 근기와 업력에 따라 의혹하는 경계 달라 각각의 모습 구별해 청명·관상염불 권해

해는 성소작지(成所作智), 묘관찰지(妙觀察智), 평등성지(平等性智), 대원경지(大圓鏡智)이며, 이 네 가지 지혜의 궁극은 ‘일체 경계는 일심인 지혜’를 증득하는 것이라 하였습니다. 부처님의 네 가지 지혜는 일심의 바다에서 솟아나는 불가사의한 작용입니다. 그러므로 전체를 불지(佛智)라고 해서 지혜를 구별하여 이해하기 쉽도록 보여준 것입니다.

원효는 유식(唯識)학파에서 세운 전식득지(轉識得智)설을 수용하여 네 가지 지혜를 해설합니다. 유식에서 말하는 식(識)이란 진망(眞妄)이 화합되어 청정하지 않은 분별심입니다. 8식 가운데 제5아뢰야식을 근본식이라 하며 나머지 7식은 이 근본식을 원인으로 해서 나타납니다. 분별하는 마음들로부터 무분별지로 전환하여 지혜를 얻는 것을 전식득지(轉識得智)라 합니다. 또, 전의(轉依)라고 하는데 생사의 범으로부터 열반으로 전환하여 진여(眞如)에 의지한다는 뜻입니다.

원효는 유식설, 즉 마음 밖에

음을 성취하여 발심했는가?’라는 물음을 핵심으로 청명염불과 관상염불을 권합니다.

민약 정토의 존재를 믿되 연기의 도리를 깊이 이해하지 못하는 자는 성소작지를 진실로 믿고 청명염불을 행하면 정토에 왕생하여 윤회를 벗어납니다. 근기가 예리한 자는 묘관찰지를 믿고 관상염불을 행하면 이 땅에서 정토의 경계를 감득합니다. 이것이 원효가 역설하는 염불수행법이며, 중국이나 일본의 정토가들과 다른 독자적인 정토사상입니다.

여기서 말하는 성소작지는 믿음만 일으키면 남녀노소, 유식과 무식을 불문하고 모두가 알 수 있는 지혜입니다. 그런데 청명염불 하는 사람이 성소작지에 대한 믿음은 일으키지 않고 ‘왜 유심정토를 말하여 서방정토를 부정하는 식으로 말하는가?’라는 질문을 받으면 난감할 따름입니다. 부처님이 말씀하신 서방정토를 부정하는 사람은 아무도 없으니 안심하고 염불하시기 바랍니다.

■ 양산 정토원 원장

“세상살이의 즐거움을 왜 누리서는 안 되는가요?”

“부처님은 세상의 즐거움을 외면하라는 것이 아니라 그 즐거움의 순간을 한껏 즐기되 그것이 일시적인 것임을 알고 거기에 집착하지 말 것을 가르쳐주셨습니다.”

8월 1일 일성 황통사(주지 응선) 대웅전. 40여 수행자들이 진지하게 해네플라 구나라타나 스님(Henepola Gunaratana·美 바와나 숲속집중수행처 원장)과 문답을 주고 받고 있다. 20대부터 60대까지, 불자는 물론 전주교, 개신교인까지 포함된 다양한 수행자들이 저마다 집중수행(7월 31일-8월 7일) 과정에서 느낀 궁금증들을 쏟아낸다. 스님 옆에 앉은 최숙희 뉴욕 로터스달마스쿨 법사는 질문과 답변을 순서대로 정성스럽게, 때로는 보충설명을 하며 통역해 나간다. 수행자들의 질문은 답변하기 곤혹스런 문제도 적지 않다.

## ‘나’ 라는 아상 때문에 업 생겨

“잘 잘 때는 무엇을 관찰해야 하나요?”

“깊이 잠든 상태는 우리 의식세계의 밑바닥에 존재하는 무의식이 작동합니다. 아비담마에서는 감각기관과 대상이 만나 순간적으로 인식이 이뤄지는 의식에 대해서만 문제 삼습니다. 따라서 잘 속에서는 마음챙김할 필요가 없습니다. 깨어있는 마음과 분명한 얽은 졸린 때나 숙면시에 공존할 수 없기 때문입니다.”

구나라타나 스님은 하루 전 일제식 법문에서는 <대념처경>의 오온(The five Aggregates Clinging)에 대해 집중적으로 설명했다. 오온에 대해 명확히 알고 이를 잘 주시하면 사성제, 팔정도, 12연기법이 저절로 이해된다는 것이다. 스님은 모든 언어, 이론, 가르침 등이 오온의 작용을 통해 이뤄진다고 설명했다.

“세상 모든 물체는 형태와 이름을 갖습니다. 사람들은 인지작용을 통해 관념속의 이름을 만들어 냅니다. 그래서 온갖 물질의 모양과 느낌, 지각, 의식작용 등은 모두 물거품 같고 허

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가?  
나는 어디로 가고 있는가?  
그에 대한 답이 여기 있습니다.

**밤은길 사바타 센터**

전통주사는 본래는 인내 자료를 보내드립니다.

경전의 이 말씀을, 당신께서 투자하는 단, 9월달의 내면 여행으로 터득하실 수 있습니다. 당신의 소원을 이루십시오.

서울 종로구 평창동 110-4 101호  
☎ 02) 396-2736 / HP 010) 8230-2113  
http://www.avatarcenter.co.kr  
E-mail: heegyunwiz@hanmail.net

## 구나라타나 스님의 통찰명상 집중수행 현장



구나라타나 스님과 문답하는 수행자들. 집중수행기간에는 묵언해야 하지만 문답시간에는 말해도 된다.

깨비 같은 것입니다. 어떠한 인식작용도 신기무와 같은 것이기에 우리를 속여 어실지경(如實知見) 즉, 있는 그대로 보지 못하게 합니다. 사실 우리는 사물의 실상(實相)을 보지 못하고 오온을 통한 정보의 조합으로 신기투를 보는 셈입니다. 인식은 속임수로 나타나지만 ‘지금 이 순간’ 나타났다가 사라지는 현상을 주시한다면 무상한 현상을 통찰할 수 있습니다.”

## 관념없는 상태에서 마음챙김을

구나라타나 스님은 이어 영어의 양파라는 단어 ‘onion’을 예로 들며 오온을 설명했다. “onion’은 ‘on’과 ‘i’, ‘on’의 합성어입니다. 마치 가운데 ‘나’라는 것이 끊어지면 되는 형상이고, 과거와 미래에 걸쳐 윤회하는 것은 가운데 ‘I’가 있기 때문에 가능한 것입니다. ‘나’라는 아상(我相)이 있기 때문에 업이 생겨고 모양과 표상이 나타나는 것입니다. 그러나 ‘나’는 양파를 계속 까나가다 보면 아무것도 존재하지 않는 무아(無我)임을 알게 됩니다. 나라는 것이 아무 것도 없는데 양파의 껍질처럼 커다란 관념을 만들어 내는 것입니다.”

스님은 양파의 두 부분(onion) 즉 탐심과 치심, 어머니와 아버지가 나이를 창조했다고 비유했다. 우리가 양파의 껍질을 벗겨내는 것이 바로 수행을 통해 무거운 짐을 내려놓고 고해(苦海)에서 벗어나는 길이란 설명이다. 스님은 이 짐을 내려놓을 때를 ‘깨달음’이라고 말했다. 영어로 깨달음을 의미하는 ‘Enlightenment’에는 ‘집이 가벼워졌다’, ‘마음이 환하다’는 두가지 의미가 있었다.

구나라타나 스님에 따르면 우리의 의식은 마술에 비유된다. 철저한 통찰명상(Insight Meditation)을 통해 관념적, 환상적인 나의 실체를 깨닫는 것이 수행이다. 스님의 유행사나 수행법이 미안마의 마하시 유행사나와 크게 다른 점은 마음챙김(sati)할 때 ‘명칭’을 붙이지 못하게 하는 점. 환상에 일어나는 의식 현상을

알아차리기 위해서는 명칭을 붙일 시간이 없고, 명칭을 붙이면 또 하나의 관념을 만들어 완전한 집착을 방해하기 때문이다. 특히 스님이 말하는 마음챙김은 사물에 대한 일체의 시비 분별이 일어나기 전, 있는 그대로 바로 직관하는 방법을 강조한다. 즉 마음챙김은 ‘인식 이전의 마음’, 어떠한 관념도 없는 상태에서 이뤄져야 한다는 것이다. 이는 조사선에서 ‘선도 악도 생각하기 전(不思善 不思惡)’ 분별심이 일어나기 전의 마음과 같다. 한 생각 일어나기 전, 일념불생(一念不生)의 무심에서 제법을 관찰해야 한다는 선의 원리와 다를 바 없다.

경전을 충분히 이해한 뒤, 호흡과 밀착시켜 경행하고 실생활 속에서 직관(Insight)으로 마음챙김할 것을 당부하는 스님은 집중수행 기간에 <대념처경>을 수행과 일치시켜 강의하고 있었다. 강의와 좌선, 경행, 공개 문답, 개인 인터뷰 등으로 수행일정이 짜여있었다.

## 경전 이해한 뒤 호흡 함께 해야

불타오르는 듯한 눈동자, 얇은 미소, 검은 피부가 마치 달과 대사를 연상시키는 구나라타나 스님. 스님은 평소 ‘통찰명상으로 지속적인 각성 상태를 유지해 모든 사물을 꿰뚫어 보아 한다’고 가르친다. ‘지금 여기에’에 최대한 집중해 모든 것이 끊임없이 변화하며, 모든 괴로움이 집착과 욕망에서 기인한다는 것을 자각하라는 것. 만물의 무상함을 깨닫고, 자아란 없으며, 모두가 흘러가는 과정에 불과할 뿐임을 알아야 한다는 것이다.

스님은 “이런 체험 이후에는 완전한 의식의 전환이 이루어져 일체의 번뇌도 욕망도 없는 영원한 자유와 평화에 도달한다”고 설명한다. 특히 ‘나’라고 착각하는 현재 여기에서 일어나고 사라지는 감정과 생각을 있는 그대로 꿰뚫어보는 통찰이 자리 잡을 때 육심과 집착이 사라지고 ‘참 나’를 발견하게 될 것임을 확신하고 있었다.

양성=김재경 기자

## 美서 1968년부터 불교와 수행 지도

### ■ 구나라타나 스님은



78세의 노구에도 주름살 하나 없는 얼굴에 활활 타오르는 검은 눈과 남반구에서 가장 높은 산을 오를 수 있는 체력을 가진 구나라타나 스님(사진).

7월 초 보리수선원 초청으로 방한한 스님은 1968년, 스리랑카 출신 상좌부(Theravada) 스님으로서 처음으로 미국에서 불교와 수행을 가르쳤다. 그 후 미국 워싱턴 D.C 불교 위하라 협회의 총재를 역임했으며, 아메리카 대학에서 철학박사학위를 받았다.

수행과 불교의 가르침을 실천적으로 집약시켜 수행을 지도하는 스님은 아메리카대, 조지타운대, 메릴랜드대에서 불교를 가르쳤다. 현재 웨스트버지니아 워싱턴아일랜드에 있는 바와나 숲속 집중수행처(www.bhavanasociety.org)의 원장을 맡고 있는 스님은 캐나다, 호주, 유럽, 오스트레일리아, 뉴질랜드 등 세계 각지에서 제자들을 지도하고 있다. 국내에서 번역된 <가장 순수한 깨달음의 길, 유행사나 명상(Mindfulness In Plain English)>을 비롯 다수의 저서가 있다.

67년 처음 방한했을 때 어느 해인사 스님의 후원으로 한국 불교의 성지를 참배했다는 스님은 한국불자들의 이번 만남을 무척 기뻐했다.

## 체험보다 더 확실한 것은 없다

5일간의 체험

깨달음에는 정해진 시간이 없습니다. 부처님 당시 마하가섭은 8월 지혜의 눈이 열려 아라한위의 경지에 도달하였고, 오늘날 중국 백암사와 보통사에서 열리는 3일간의 충격적 수행법이 있습니다. 깨달음에 대한 열의와 소망만 있으면 누구나 성취할 수 있는 시대에 살고 있습니다. 수년 동안 수행해도 얻지 못한 무심과 깨침을 5일간의 체험해 보십시오. 그 성취와 결과는 매우 명확합니다. 이론없는 수행은 위험, 수련없는 이론은 공허

**빈마음수련원 (구, 대광사)**  
문의: 033-435-8166 / master@binmaum.org  
www.binmaum.org / 한글인터넷주소: 빈마음

**향**  
(천연아로마향)

자연의 향기가 새로운 세계로 안내하며 풍요로운 생활을 열어 드립니다.

■ 뉴모닝스타 : 9,000원(개당)  
길이: 15.5cm  
40개입  
연소시간: 25분

1910년 처음 발매되어 시대를 걸쳐 개발에 개발을 거듭, 지금의 MORNING STAR(新 毎日香)으로 태어났습니다.

Sandalwood(백단) / Pine(참솔) / Musk(사향)  
Patchouli(파출리-인도산박하) / Jasmine(재스민)  
Rose(장미) / Cedarwood(삼나무) / Aleswood(청향)  
Amber(호박(琥珀)) / Vanilla(바닐라) / Green tea(녹차)

■ 모닝스타 : 6,500원(개당)  
길이: 13cm  
50개입  
연소시간: 25분

**참숯무연 아로마향**

· 재질: 천연 참숯, 라벤더 등  
· 길이: 13.5cm  
· 중량: 100g

■ 견성향(지판단) : 15,000

**차**

유기농 개배안 통보사 연향차 연잎 100%, 40g

■ 연향차 : 38,000원 → 30,000원

지리산 전통 수제녹차

■ 불성차(100g)  
중작: 35,000원 → 30,000  
세작: 50,000원 → 40,000  
우전: 100,000원 → 90,000

연꽃의 꽃과 뿌리로 만든

■ 백련정차  
50g: 18,000원  
100g: 35,000원

**생활용품**

고급식물성 오일과 연꽃주수 천연계료를 첨가한100% 천연비누

■ 천연연꽃비누  
개당 : 18,500원 → 15,000원  
세트 : 222,000원 → 150,000원

전기없이 따뜻한 느낌을 주는 매트

■ 솜매트(1인용)  
150,000원

대나무 수액시트  
100매 : 90,000원 → 70,000원  
50매 : 50,000원 → 38,000원

**추천상품**

■ 관음도록자 : 35,000원  
크기: 42×90cm  
작가: 조중일

■ 청자칠보투각향로  
39,000원 → 39,800원  
· 국보재현품  
· 높이15.3·대지름11.2cm

■ 반야바라밀다심경판 : 88,000원  
· 크기: 770×230×25  
· 재질: 누송

**기능성음반**

**생활기능성음반 특별 이벤트**

이벤트 하나, 생활기능성음반 구매고객에게  
“지리산시리즈 - 목욕마인CD1매, 중정 - 선착순

이벤트 둘, 생활기능성음반 2장이상 구매고객에게 “이론마 모기향초” 증정

■ 고요한산사에서 명상CD 15,000원  
■ 호(공)-소리따라나 그곳, 산사 15,000원

생활기능성음반 시리즈

숲(forest) 집중명상  
수면(睡眠)  
물(water)

자연을 소리에는 교유의 리듬이 있으며, 사람의 신체 역시 자연의 리듬을 지니고 있습니다. 생활 기능성음반 시리즈는 여러분을 자연 그대로의 상태로 되돌림으로써 트러블 생애리듬을 바로잡아 건강과 생활의 활력을 얻게 드립니다.

■ 15,000원 → 13,500원

· 지리산시리즈 - 피부미인 목욕마인 건강미인 Make up time(메이크업) 아름다운 다이어트  
· 지리산시리즈 - 숙면(睡眠) 번비(번비)알꿈계 금연 어깨결림알꿈계 고혈압  
· 활력시리즈 - 집중명상 파워업(Power up) 실력발휘 풀러시리즈 상업선생물 전문가

**Mahamall.co.kr 02-732-1520**

인터넷 마하몰(www.mahamall.co.kr)에 오시면 3,000여종의 불교문화상품을 만나실 수 있습니다. 국민은행 006-01-0785-361 / 우체국 010041-01-012219 현대불교신문사 / 농협 053-12-113210 하동규

웰빙상품 지상기획전