

‘이 무엇인가?’ 화두 놓치지 마세요

하와이 무량사-현대불교 공동 주최

선원장 초청 간화선법회 (1)

주제:간화선의 이해-본래성불
법주:진허 스님 (前 동화사 금당선원장)

인생문제 해결의 유일한 길

“간화선은 ‘본래 부처로 이루어진 나를 깨닫는 참선법’입니다. 이 참선법이야말로 나고 죽는 것과 행복 불행 등 자신의 인생문제를 한꺼번에 해결할 수 있는 유일한 길입니다.”

9월 25일 하와이 무량사 설법전. 스님 30여명과 간화선에 관심 있는 참가자 100여명은 좌정한 채 하와이 무량사(주지 도현과 현대불교신문사(사장 김광성) 공동주최로 해외에서 처음으로 열리는 선원장 초청 간화선 법회가 열리기를 기다린다.

잠시 후 간단한 입제식에 이어 하와이 간화선법회에 첫 번째 법주로 초청된 진허 스님(前 동화사 금당선원장)이 무량사 주지 도현 스님의 안내를 받으며 법석에 올랐다.

스님은 주장자를 들고 선구를 읊은 후 입정에 들어갔다. 순간 숨소리까지 멎을 만큼 정적이 스쳐가자 진허 스님의 나직한 목소리가 법당에 울려 퍼진다.

“부처님은 생명이 태어나서 늙고 병들어 죽는 것을 보고 ‘이놈이 무엇인가’를 육년 동안 참구하였습니다. 참구하여 깨달은 결과 ‘이놈’은 뒤아서 이루는 놈이 아님을 분명히 아셨습니다. 본래 부처로 이루어진 나를 깨닫는 간화선 참선법을 굳게 믿어야 진실한 마음이 있고, 화두를 참구함에 의심이 일어나 비로소 나를 깨달을 수 있습니다.”

멍청이가 되어야 ‘산 참선’

이날 법회에 참가한 대중 대부분이 간화선을 처음으로 접하는 만큼 스님은 아주 쉽게 설명도 곁들였다. 산(山) 참선과 죽은(死) 참선에 대해...

“죽은 참선은 ‘이놈이 무엇인가’를 의심하되 생각으로 찾는 것을 말합니다. 그러다보니 참선만 들면 ‘생각 일어나기 전 한 생각도 없는 놈일까’ ‘보고 듣고 알고 인식하는 놈일까’ ‘하루에도 수천 수만 번씩 일어나는 이 마음일까’ ‘무슨 논리적이지 않을까’ 등의 생각이 끊이질 않지요.”

그렇다면 과연 산 참선을 하면 어떻게 될까. 스님은 참선을 하자마자 ‘이놈이 무엇일까’ 하



진허 스님은 1968년 일현 스님을 은사로 공주 마곡사에서 출가했다. 69년 월하 스님을 계사로 양산 통도사에서 구족계를 수지한 이후 순천 송광사를 시작으로 30여간지를 성만했다. 89년 천안 광덕사 선원장 소임을 시작으로 96년에는 동화사 금당선원장, 초대 조계종 기초선원장을 역임했다. 이어 출가사찰인 마곡사에서 주지를 한 만기 지낸 후 현재는 백담사 선원등지에서 참선정진에만 몰두하고 있다.

는 의심으로 꼭 막혀버려야 한다고 말했다. ‘이놈이 무엇일까’라는 의심 말고는 다른 어떤 생각도 나지 않아 멍청이가 된다는 것. 이것저것 따지는 생각이 일어나지 않아야 한다는 것이다.

경계 닦칠때 의심 더욱 간절히

스님은 참가 대중들에게 금은보화와 영원한 대자유와 행복을 가져다 줄 부적을 선사했다. 아무리 써도 영원히 사라지지 않는 그 부적은 바로 ‘이 무엇인가?’였다. 스님은 아무리 궁리하여도 알 수가 없으니 ‘나라고 하는 놈

이 무엇인가?’를 아주 강하게 마음에 새기고 강조했다. 참선을 할 때에도 이런 저런 생각으로 찾기도 하는 오직 한 생각으로 ‘이놈이 무엇일까’만 참구하라고 힘주어 말했다.

스님은 “내가 무엇인가’하고 의심을 짓되 매일 아침 눈을 뜨면 자리에서 일어나기 전에 이놈부터 찾아보라’고 주문했다. ‘이 무엇인가’하되 알 수 없는 의심을 놓치지 않고 일어나야 한다고. 즉 화장실 번거로워 앉아서도, 세수 물로 얼굴을 문지르면서도, 칫솔로 양치하면서, 수건으로 물기를 닦으면서도, 식탁에

“참선법 굳게 믿고 절실한 마음 일어나 참나 깨달아”

‘화두’ 자유·행복 주는 부적, 한 생각으로 참구하라

앉아 밥을 먹고 출근 준비를 하면서, 근무지가 갈 때, 퇴근해서 집에 올 때까지 ‘이 무엇인가’라는 의심을 놓치지 말아야 한다는 것.

스님은 “이 과정에서 꿈을 공부와 연관지어 생각하거나 몸 또는 생각으로 느껴지는 어떤 인식이나 신비한 경계로 보이는 환상경계나 논리나 비논리로 이해되어지는 알들이 가장 결정적 장애가 된다”고 주의를 줬다.

스님은 이런 경계가 닦릴 때 오히려 알 수 없는 의심을 더욱 간절히 하고, 크게 할 때만 이 깨달음이 커질 수 있다고 말했다.

“스승의 지도 점점 꼭 받으세요”

스님은 간화선공부를 할 때 가장 큰 병이 화두에 의심 없는 것이라고 지적했다. 크게 의심해야 큰 깨달음이 있기 때문이라고.

스님은 “그렇다고 일상에서 벌어지는 모든 것까지 의심할 것이 아니라 반드시 스승에게 결탁 받은 공안을 가지고 있어야 한다”고 말했다. 또 “오래했다” “처음 시작했다” 하는 것에 구애받지 말고 지금 당장부터 화두를 참구하되 알 수 없는 의심을 간절히 지어가면 된다고 거듭 강조했다. “깨달은 후 반드시 스승을 찾아 올바른 깨달음인지 확인을 받고 그 이후에야 남에게 물을 일이 없어질 것”이라는 대목에서 참가자들은 고개를 끄덕였다.

하와이 무량사-김원우 기자 wkim@buddhapia.com

즉문즉답

△간화선의역사는?

“간화선법은 중국의 육조 혜능 스님 때부터 점차 구체적으로 발전하여 경산 대혜 스님을 거쳐 한국의 고려 말 보조 스님에 이르러서는 혼자서도 능히 깨달을 수 있는 수행법으로 자리 잡게 되었습니다.”

△간화선과다른수행법의차이점은?

“신체를 이용하여 수행하거나 관념을 이용하여 수행하는 기타 수행법은 오래전부터 있어 왔습니다. 간화선과 달리 다른 수행법은 뒤아서 어느 정도 이롭기 있더라도 나비처럼 날아오르려면 반드시 번데기를 벗어야 하는 속제를 안고 있다 할 것입니다.”

△선수행자들에게 당부 말씀.

“바퀴 깎는 ‘운 편’은 농부가 물어도 바퀴 이야기요. 또한 대 학자나 어린이가 물어도 바퀴 이야기입니다. 그러나 ‘운 편’이 스스로 터득한 삼십년 또는 왕명으로 취하려 해도 방법 밖에는 들을 수가 없습니다. 그러나 간화선 수행은 여러분 스스로 직접 해야 그 맛을 압니다.”

“바른자세 정신 맑게 해”



하와이 무량사 간화선법회 참가자들의 간화선 수행체험 장면.

진허 스님의 간화선 참선법

진허 스님은 법문이 끝난후 30분 동안 간화선 수행을 직접 지도했다. 스님은 “간화선에서 앉는 자세를 바르게 하는 것은 척추의 틀어짐을 방지하고 정신을 또렷하게 하며, 단호 호흡도 열기와 피가 머리로 올라가는 것을 방지하는데 목적이 있다”고 말했다.

“여러분은 지금부터 반가부좌의 길상좌인 왼 발꿈치를 오른쪽 허벅지 아래 깊숙이 당겨놓고 오른발 뒤꿈치가 위에 오도록 올려놓으십시오. 그리고 반대로 왼발 뒤꿈치가 위에 오도록 올려놓는 항마좌를 해 보십시오.”

진허 스님의 말에 하와이 간화선 법회 참가자들은 오른발 왼발을 바꿔가며 진지하게 따라한다. 잠시 후 스님이 어느 쪽이 불편한지 편한지를 각자 체크하게 한다.

“항마좌나 길상좌 둘 중에 불편한 쪽이 있을 것입니다. 그것은 지금까지 척추가 바르지 않은 자세로 오래도록 생활해온 산물입니다. 잘못된 자세를 교정하는 차원에서라도 불편한 쪽의 자세를 선택하세요. 좌선을 1시간 이상 할 때에는 길상좌 또는 항마좌중 불편한 쪽을 7대 3으로 많이 사용하십시오.”

항마·길상좌 중 불편한 쪽 선택 들숨 날숨 반복하며 의심 일으켜

스님은 앉은 그대로 이마가 땅에 닿도록 앞으로 숙여 엉덩이를 뒤쪽으로 쭉 내밀고 상체를 일으키라고 주문했다. 상체를 머리 가슴 배 허리 손으로 일으키되 배꼽아래 손가락 세 마디쯤 되는 단전을 마주한 뒤쪽허리가 배 쪽으로 약간 휜 기본이 들도록 세우라.

참가자들은 스님의 지도에 따라 몸을 좌우로 두어 번 흔든 후 상체를 세우고, 머리는 두 귀가 양 어깨와 수직이 되도록 했다. 그리고 턱을 약간 당긴 다음 눈을 평상으로 뜨며, 이는 가볍게 물고, 혀는 입천장에 가볍게 붙이고, 입술은 입술끼리 살짝 붙인다. 그런 다음 손은 무릎위에 올려진 발목의 손의 바닥이 위로 향하도록 놓고 그 위에 반대쪽 손을 위로 향하도록 포개놓았다.

앉은 자세가 만들어지자 스님은 숨을 코로 양껏 길게 들어 마셨다가 입으로 남김없이 뱉어내는 준비호흡을 시켰다.

“자, 이제는 코로 자연스레 조용히 들어 마십니다. 들어 마시는 숨의 양이 100이라면 8쯤 마시고 약 1-2초 자연스레 정지하였다 조용히 그리고 천천히 코로 내십니다. 이러한 요령으로 본 호흡을 앉은 자세 내내 합니다.”

참가자들이 본 호흡을 하자 스님은 나직한 목소리로 “자, 이제는 ‘나라고 하는 이놈이 무엇인가?’하고 의심을 일으킵니다. 의심은 알지 못할 때문에 일어나고 알 수 없으니 다시 의심이 꼬리를 물게 됩니다.”

설명이 끝나자 조용한 법당에 죽비소리가 울려 퍼진다. ‘딱’ ‘딱’ ‘따-악’ 김원우 기자

불기 2549(2005)년 근본불교수행도량

홍원사 낙성법회, 제2회 국제학술대회, 집중수련회 안내

근본불교수행도량 홍원사는 강서구 가양동 범당 낙성법회와 제 2회 근본불교 국제학술대회 및 집중수련회를 아래와 같이 개최합니다. 낙성법회와 함께 진행되는 국제학술대회와 집중수련회는 학문적인 연구와 실제적인 수행을 함께 마련하여, 부처님께서 가르쳐주신 호흡관 수행의 이론과 실천을 함께 체험할 수 있는 귀중한 기회가 될 것입니다.

- 아 래 -

1. 근본불교 수행도량 홍원사 가양동 범당 낙성법회

■ 1부 낙성법회

2005년 10월 28일(금) 오전 10시~12시

■ 2부 경로잔치 및 축하공연

오후 1시 30분 ~ 3시 30분 (스님들로 구성된 악단)

■ 3부 영산재

오후 4시 30분 ~ 8시 30분

주지 등주스님 무형문화재 제 50호 영산재 전수교육조교 지정 기념 법회

* 금번 홍원사 모든 행사에는 객 스님의 예비 보시가 지급 되지 않습니다.



2. 제2회 근본불교 수행도량 국제학술대회

- 1) 학술대회 주제: 「입출식념경」의 수행이론과 실제
- 2) 개최 일시: 2005. 10. 30 (일) 오전 10시 - 오후 6시 30분
- 3) 개최 장소: 근본불교수행도량 홍원사 (가양동)
- 4) 학술대회 일정
 - 오전(10시 - 12시) 기조법문: 반테 구나라타나 스님(스리랑카) 특별 수행법문: 파욱 사야도(미얀마) - 호흡관 수행법 오후(1시 - 6시 30분)

◇ 발표자: 3명 발표 1:김재성(서울불교대학원대학교 교수) : 「입출식념경」에 나타난 수행법 발표 2:미산스님(중앙승가대학교 교수) : 「입출식념경」 주석서에 대한 이해 발표 3:산티카로법사(Liberation Park 지도법사, 시카고) : 연기법에 비추어본 입출식념 수행법

◇ 논평자: 3명 재연스님(실상사 화엄학림 학과) 입중스님(엘리대학박사과정) 입승택(경북대 교수)

◇ 종합토론 회향식 인사발 학술대회 운영위원장 (성오스님)

장 소: 서울시 강서구 가양1동 226 근본불교수행도량 홍원사

전 화: 02-2658-3100 전 송: 02-2063-3344

홈페이지: www.santisukha.org 한글도메인: 근본불교 홍원사

3. 입출식념(호흡관)을 중심으로 한 집중수련회 일정

- * 1차 스리랑카 반테 구나라타나 스님 지도(성오스님 수행진행) 2005년 10월 20일(목) - 26일(수) (6박 7일)
- * 2차 미얀마 파욱 사야도 (지산스님 수행지도) 2005년 10월 30일(일) - 11월 3일(목) (4박 5일)
- * 3차 미국 산티카로 법사 (태국 붓다다사 스님의 제자) 2005년 11월 4일(금) - 11월 7일(월) (3박 4일)

◇ 참가인원 및 수련회비 1차-총 100명 (숙식 남녀 각 20명씩 포함) 출퇴근 10만원 (숙식자 20만원) 2차-총 100명 (숙식 남녀 각 20명씩 포함) 출퇴근 8만원 (숙식자 12만원) 3차-총 100명 (숙식 남녀 각 20명씩 포함) 출퇴근 6만원 (숙식자 10만원)

◇ 집중수련회 접수안내

■ 접수기간: 2005년 9월 20일 - 10월 15일

■ 수련회 접수: (우)157-801 서울시 강서구 가양1동 226

근본불교수행도량 홍원사

■ 전화: 02-2658-3100 전 송: 02-2063-3344

참가회비 입금 계좌 제일은행 352-20-338066 예금주: 이 조원

*수련회는 수련회비 입금 순으로 선착순 마감합니다. 전화나 우편으로 참석 가능 여부를 문의하신 후, 직접 혹은 온라인으로 수련회비를 송금하셔야 최종 접수됩니다. 온라인 송금하신 분들은 반드시 전화로 확인해 주시기 바랍니다. 수련회 신청 후 취소할 경우, 10월 15일까지 취소한 분에게는 전액 환불해 드립니다. 하지만 10월 16일부터는 수련회비가 환불되지 않으니 유념하시기 바랍니다.