



송진우 교수의
수습지관좌선법요 <42>
(修習止觀坐禪法要)

제6장 정수행(正修行) ⑥

일체제법은 자기 마음이 생멸하는 모습

如經偈中說

諸法不牢固 常在於念中 已解見空者 一切無想念

경전 계승에서는 “제법은 견고하지 않고 항상 마음속에 있다”라고 하였다. 제법이 인연을 따라서 일어났다면 다시 인연의 소멸을 따라서 없어진다. 따라서 “제법은 견고하지 않다”라고 말하였던 것이다.

생멸하는 인연은 그 자체가 본래 공이어서 항상 나의 마음 가운데 환하게 나타나 있다. 가령 마음이 없다면 상대적인 경계도 따라서 없어진다. 왜냐하면 마음이 일어나면 제법도 일어나고, 마음이 소멸하면 제법도 소멸하여 일체 모든 법은 자기의 마음을 떠나지 않았기 때문이다.

능엄경에서도 “제법이 일어난 것은 내 마음 분별의 모습이 나타난 것이며 일체 인과와 세계 미진까지도 자기 마음을 자체로 해서 이뤄진다”라고 하였다. 이로써 알 수 있는 것은 마음은 만법의 근본이라는 점이다.

또 “이미 공의 이치를 이해하고 깨달은 사람은 일체의 망상관념이 없다”라고 하였는데, 이 두 구절의 문장의미는 매우 심오하기만 하다.

이미 이해했다는 것은 일체 만법이 공으로서 무소유라는 점을 명료하게 깨달았다는 뜻인데, 수행이 이 경지에 이르면 일체 망상 잡념이 없어지며 망상 잡념이 없어지면 그 마음 자체는 자연스럽게 청정해진다.

“공의 이치를 본다고 하는 것은 단지 제법이 공하다는 쪽만 보는 것이 아니고 마하반야는 필경 공의 이치라는 것을 통달한 것이며, 망상의 관념이 없다고 하는 것은 망상의 관념이 없는 정도일 뿐만 아니라 있어도 실재하지 않고 있어도 정발로 없지 않다(非有非無)는 관념까지도 없다”는 것을 의미한다. 따라서 “일체 망상의 관념이 없다”라고 하였다.

또 “제법은 견고함이 없이 항상 망념 가운데 있다”라고 하였는데, 이는 지 수행으로는 체진지에 해당되고 관 수행으로는 공관에 해당되며, 이미 공의 이치를 이해하고 본 사람이

은 지 수행으로는 방편수언이며 관 수행으로는 가관에 해당된다. “일체 망상의 관념이 없다”라고 하는 것은 지 수행으로는 식이변분별지에 해당되고 관 수행으로는 중도관에 해당된다.

만일 이상에서 열거한 삼지삼관의 이치를 심오하게 참구한다면 다음에 나오는 문장의 내용을 이미 절반 이해했다고 해도 과언이 아니다.

二對治心沈淨病修止觀行者於坐禪時 其心闇塞無記昏瞶 或時多睡 兩時應當修觀照了 若於坐中 其心浮動輕躁不安 兩時應當修止之 是則略說對治心沈淨病止觀相 但須善識藥病相對用之 —— 不得於對治有乖僻之失 두 번째로 마음이 혼침하고 들뜬 병통을 대치하는 지관수행에 대해 밝히고 있다. 수

제법이 공의 이치임을 깨달으면 망상도 단절 편의 따라 지를 관으로, 관을 지로 대치해야

행자가 고요히 앉아 참선을 할 때 마음이 혼침으로 껌껌해지거나 또는 들뜨고 요동치거나 또는 무기로 멍한 상태가 되는 등 갖가지 병통이 일어나게 된다.

무기(無記)란 뚜렷하게 기억하여 구별하지 못한다는 의미이다. 무기에는 개부무기(蓋復無記)와 명료무기(明了無記) 등 두 종류가 있는데, 제팔식은 명료무기이기도 하고 개부무기이기도 하다.

처음 발심한 사람은 수행할 때 마음이 산란하게 되는 경우가 많기 때문에 무기의 마음이 있다는 것을 보지 못한다. 그러나 오랫동안 도에 마음을 두고 노련하게 수련한 사람은 수행할 때마다 밝은 마음을 덮어버린다는 개부무기가 있기 마련이다.

거친 번뇌인 혼란한 망상은 잠시 잠복된 상태로 있으나 그 가운데서 일종 뚜렷하게 기억

하고 구별하는 마음이 없이 애매모호하게 일어나는 경우가 있다. 이런 마음의 상태를 밝아도 밝지 않고, 어두우면서도 어둡지 않은 마음에서 자기도 모르는 사이에 망념이 일어난다는 것도 역시 지나치게 어둡지도 않은 상태에서 그 기억이 분명하지 못한 것이다.

수행인은 이러한 마음의 상태를 명료하게 모르고 그것을 도인줄 집착심을 일으키게 된다. 이 때문에 세월이 애매모호한 상태로 흘러가면서 그동안 쌓아왔던 공부를 잃게 되는데, 이는 진실로 애석한 일이다.

무기의 해로움은 혼침과 산란의 병통을 능가한다. 수행자는 고요히 좌선하는 가운데 이 같은 개부무기가 발생할 때는 반드시 관조의 수행을 하면서 그 마음이 항상 여기에 머물러야 한다.

혼침에 빠지지 않았다면 수행경계가 분명

하지 못한, 껌껌하게 덮어버리는 무기가 나타나지 않게 해야 한다.

좌선 중에 이상에서 설명했던 무기와 혼침의 병통이 없어졌다 해도 마음이 들뜨고 불안한 것도 역시 좋은 일이 아니다. 마음이 들뜨고 요동치는 것은 마음이 산란한 것이고, 경솔하게 들뜨고 불안한 상태는 몸이 산란한 경우이다. 이와 같이 몸과 마음이 산란하고 안과 밖이 불안하여 마음이 들뜨면 법신에 손해를 끼치고 공덕을 잃게 된다.

수행 중에 들뜬 병이 발동할 때는 반드시 급하게 버리고 지 수행을 통해서 그 마음을 그치게 하여 들뜨고 요동치지 않게 해야만 한다. 이는 지관수행으로 들뜨고 혼침한 병통을 대치하는 모습을 간략하게 말한 것이다.

그러나 반드시 약과 병이 서로 걸맞게 대처할 줄 알아야만 하는데, 그것을 말해본다

면 지 수행으로서 산란을 대치하고 관 수행으로서 혼침을 대치하는 것이다. 이것은 이른바 지 수행을 해야 할 경우는 지를 두고, 관 수행이 마땅하다면 관을 두는 경우이다.

요컨대 병과 약을 알아서 병에 따라서 약을 투여해야만 하며, 혼란하게 약을 투여해서 반대로 병환을 증가시켜서는 절대로 안 된다. 그러므로 “혼란하고 치우치게 수행하는 잘못이 있어서는 안 된다”라고 하였다.

三隨便宜修止觀 行者於坐禪時 雖爲對治心沈 故修於觀照 而心不明淨 亦無法利 兩時當試修止之 若於止時 即覺身心安靜 當知止 即應用止安心

세 번째로 편의를 따라서 지관을 두는 문제를 밝히기로 한다.

편의를 따른다는 것은 자기의 편의를 따라서 지 수행을 하는데도 구애받지 않고 관 수행을 하는데도 국한하지 않고 자기의 뜻을 따라서 수행하면서 오직 수행의 적당함을 추구하여 이익을 얻는 것으로서 요점을 삼는다.

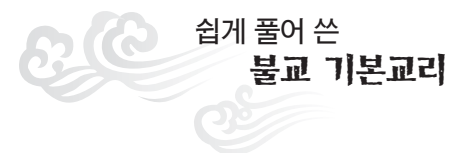
비록 마음의 들뜬 병통을 대치하기 위해 지 수행을 하여 대치하였어도 마음이 그대로 밝고 청정하지 못하면 역시 불법의 이익을 얻지 못한다.

이러한 때는 시험삼아 관 수행을 통해서 망상을 그쳐야 한다. 시험을 해본 뒤에 그 상황이 자기 마음의 편의와 서로 호응하면 그 편의를 의지해서 수행하는 것도 괜찮다.

좌선을 할 때 잠이 오는 마구기가 많다. 이는 본래 관 수행을 통해서 대치해야만 하지만 단지 관 수행을 오랫동안 해도 이익을 얻지 못하면 다시 지 수행을 의지해서 수마를 조복 받는 것도 무방하다.

이렇게 하기를 오랫동안 하다보면 수마의 병통이 자연스럽게 소멸하게 된다. 이를 두고 독으로서 독을 공격하는 것이라고 말하는데, 몸과 마음이 청정해지면 이는 지 수행으로서 마음을 안정시키는 공부가 된다.

■중앙승가대 교수
cafe.buddhapia.com/community/song



심왕(心王)과 심소(心所)

유식학 등 불교에서 두루 쓰이는 ‘심왕’과 ‘심소’는 과연 어떤 의미를 지니고 있는지에 대해 구체적으로 살펴보겠습니다.

일반적으로 모든 유정들은 구체적인 사물이 은연중에 있는 듯이 여기는데, 이것을 ‘마음’이라고 부릅니다. 그러나 불교에선 이러한 관념을 대치하려는 측면에서, 또는 ‘심’에 대한 집착을 풀어주리기 위한 방편으로 ‘식’을 분석하여 여섯 가지로 분류하였습니다. 이는 소승의 견해입니다.

이를 다시 분석하여 여덟 개의 ‘식’으로 나누었는데, 즉 앞의 여섯 가지 식에 제칠식과 제팔식을 더한 것입니다. 이는 대승에서 수립한 학설입니다.

그러나 이 정도로는 부족하다고 생각하여 다시 낱날의 여덟 개 식마다 심왕과 심소로 분석하였습니다. 가령 안식은 팔식 가운데 따로 독립된 자체가 아니라, 하나의 안식심왕과 그에 상응해서 작용하는 허다한 심소가 무더기를 이루고 성립되었다고 할 수 있습니다.

이와 같다면 안식은 안식이라는 하나의 무더기, 즉 ‘안식취(眼識聚)’라고 해야만 하며, 그 때

총상 인식 선천적 본심인 심왕은 그에 상응하는 모든 심소 거느려

문예 안식은 독립된 하나의 자체로 성립할 수가 없습니다.

이를 통해서 알 수 있는 것은 안식심왕과 허다한 심소의 무더기를 동일적인 특성상 하나의 안식이라고 이름을 붙였다는 것입니다.

심왕은 하나이지만 그에 상응하는 심소는 많으며, 심소가 많다 해도 이 모두는 하나의 심왕을 의지해서 인식대상경에 있어서 동시적으로 그 활동이 일어납니다. 심왕은 하나이기 때문에 그에 상응하는 모든 심소를 주재할 수 있습니다.

가령 허다한 심소에 주재자가 없다면 심소는 허다하게 많은 숫자가 있기 때문에 우리의 인식체계에 일대 혼란을 야기할 것입니다. 때문에 많은 심소의 주인이라는 의미에서 심왕이라고 합니다. 따라서 하나의 안식은 하나의 심왕과 많은 심소가 일시적인 화합의 무더기를 이루고 있는 것입니다.

요컨대 심왕은 목전에 나타난 대상경계를 분별없이 그 자체대로 인식하는 작용이며, 심소는 심왕의 총체적 인식과 동시에 후천적인 습기를 바탕으로 해서 심왕과 동시적으로 일어나는 인식활동입니다. 이 두 가지 작용이 합해서 하나의 인식체계를 이룬 것입니다. ■정리=張如舟

출가의 꿈을 체험해 볼 수 있는
한국불교대학 대관음사

제4기 단기출가학교 모집

- 대상 : 대학생 및 일반인, 48세 미만, 미혼인 남자
- 일시 : 7월 7일(월) ~ 7월 16일(수) 10일간
- 대구큰절, 감포선방 동시교육
- 참선, 기도, 교리 습의 - 수행자의 모든 것
- 齋主 우학스님 법문있음
- 교육비 전액무료, 선착순
- 문의 : 053-474-8228
010-2488-8228
010-7190-4454

대한불교 조계종 한국불교대학 대관음사

본가사 일두스님의 수맥파 상담

"지금 당신에 침실은 안전합니까?"
수맥파를 알면 가정이 편안 합니다.

만병의 원인 수맥파

법당에 들어서면 무서운 오색한기분 냉기가 돌고 신도가 줄어들고 의욕이 떨어지고 머리가 아프고 신경질적이고 매사 되는일이 없고 다들아생기고 학생은 성적 떨어지고 짜증만내고 남편은 귀가 늦고 부부싸움이 잦고 법당,사업장,주택 사무실,기타영업장에도 사업이 부진하고 원인모르게 건강이 악화되고 병에 시달리고 악몽,가위눌림 깊은잠 못자고 생체리듬파괴 각종 암,중풍,관절염,심장질환,학습장애,면역력이 떨어져 생기는 모든 건강문제! 식욕부진,만성 소화불량, 신경통, 고혈압, 뚜렷한 병명없이 원인모를 병에 시달리는 분.

만약 수맥파 위에서 잠을 자거나 근무한다면 당신은 이미 병들었거나 병들 위험이 매우 큼니다. 수맥파사 1급 자격증 소지한 일두스님이 탐사를 도와 드리고 수맥을 중화 시키거나 차단하고 미세한 수맥은 자라이동을 시켜서 수맥파에서 해방되도록 도와 드립니다. 귀 사찰이나 단체에서 원하시면 생활수맥 강의를 경기도 서울지역은 출장 강의를 해 드립니다.

2-3시간 교육으로 수맥을 찾아낼 수 있도록 기본 교육을 시켜드리고 잠자리 이동을 가능하게 교육시켜 드립니다. 수맥을 중화 차단하고 난 후 약 5-7일간 경험해보신 후에 입금하시면 됩니다. 확실하게 건강을 찾을 수 있는 해법이 있습니다. 궁금하신점 문의하여주시요. 사찰의 주지스님 및 단체 개인분들께서 연락 주시면 성심 성의로 수맥 다우징(탐사)을 해 드립니다.

02)391-8540 / 010-6395-1644
한국 생활불교 조계종(사단법인) 수맥협회 자문위원
본각사 일두 합장

(株)天星建設

석 · 납골당 전문

석 · 납골당 조성공사
석 · 굴법당 조성공사 전문
석 · 축대 및 보수공사
석 · 저장실, 보관실(과일)
석 · 까다로운 석 · 길공사
석 파는 공사 전문 업체

충남 예산군 예산읍 산성1구 260-1
전 화 041)331-6863~5
팩 스 041)331-6862
핸드폰 010-4035-3354

25평 잘지은 법당을 보고싶습니다

법당

정사각형 25평 법당, 닷집, 지붕 등 아름답게 지어진 사찰을 찾습니다. 소재지를 알려주시면 참배하고 싶습니다.

▶팩스로 소재지 넣어 주십시오
FAX : 051 418 0104