

집착·선입견 두지 말아라



31 방하착

'방하(放下)'는 '내려놓다' 또는 '놓아 버리다'는 뜻이고, '착(着)'은 명령형인 '방하'를 강조하기 위한 어조사입니다. '방하착(放下着)'은 '집착하지 말라' 또는 '집착하는 마음을 놓아 버리라'는 뜻으로 일반적인 선언인 동시에 화두입니다.

착하는 마음을 갖고 있었던 것입니다. 그것은 다름 아닌 '한 물건도 가지고 온 것이 없다'고 하는 그 생각(관념)이었습니다. 그 생각은 여전히 놓아 버리지 못하고 있던 것입니다.

조주 화상이 그를 향하여 '방하착(放下着)하라'고 한 것은 바로 한 물건도 가지고 오지 않았다는 그 의식마저 놓아 버려야 한다는 것입니다. 그런 의식까지 버린 상태가 되어야 비로소 무집착이고 무념 무일물의 상태라는 것입니다. 나는 아무 것도 가지고 있지 않다는 생각이 남아 있는 한 그는 아직 깨닫지 못한 것이기 때문입니다.

예컨대 만일 어떤 훌륭한 사람이 스스로 자기 자신을 훌륭한 인물이라고 생각한다면 그는 아직 훌륭한 사람이 아닙니다. 정말로 훌륭한 사람은 자신이 훌륭하다는 것을 모릅니다. 항상 부족하다고 생각합니다. 그래서 훌륭한 것입니다.

“한 물건도 가지고 오지 않았을 때는 어떻습니까?”
“본래무일물이라는 그 생각마저 버려라”

9세기경 중국에 엄양(嚴陽) 스님이라는 분이 있었습니다. 인품이 매우 훌륭해서 '엄양 존자'라고 불렸습니다. 엄양 존자가 어느 날 선승 조주 선사(778-897)를 찾아가서 물었습니다.

“선사, 한 물건도 가지고 오지 않았을 때는 어떻습니까(一物不將來時 如何)?”

당시 선원에서는 '집착을 버리라'는 법문이 유행한 듯합니다. 집착을 버려야 부처가 된다고. 그의 질문에 조주 화상은 다음과 같이 대답했습니다. “놓아 버려라(放下着).”

애당초 한 물건도 가지고 온 것이 없는데 무엇을 놓아 버리라고 하는 것인지, 이치에 맞지 않는다고 생각한 엄양 존자는 다시 질문했습니다.

“이미 한 물건도 가지고 오지 않았는데 무엇을 내려놓으라는 것입니까?”

“그렇다면 다시 짚어지고 가져라(擔取去).”

조주 화상은 그를 완전히 코너로 몰아 붙였습니다. 엄양 존자의 질문과 조주 선사의 대답을 보면 두 스님 사이의 선문답은 거의 막다른 골목까지 와 있는 느낌입니다. 내려놓을 것이 없는데 도로 짚어지고 가라고 했으니, 엄양 존자는 진퇴양란에 빠진 것입니다. 이후 어떻게 되었는지는 자세히 알 수 없지만 아마 그는 큰 절을 하고 나왔을 것입니다.

이 선문답에서 핵심은 '방하착'이지만, 흥미진진한 대목은 “이미 한 물건도 가지고 오지 않았는데 무엇을 또 내려놓으라는 것이냐?”는 엄양 존자의 신경질적인 반문이고, 다음은 “그렇다면 다시 짚어지고 가라”는 조주의 악담 같은 답어입니다.

한번 조금조금 풀어 봅시다. 내려놓을 것이 없는데 조주 선사는 무엇을 다시 짚어지고 가라고 한 것일까? 엄양 존자는 모두 방하착했다고 생각했지만 백전노장인 조주 선사가 보기엔 여전히 집

이 선문답을 자세히 들여다본다면 또 다른 이면을 엿볼 수 있습니다. 사실 엄양 존자가 조주 화상을 찾아가서 물을 때에는 이미 자기 자신은 모든 집착으로부터 벗어났으므로 이 정도면 수행이 상당히 된 것이 아니냐는 생각을 가지고 물은 것입니다. 그래서 다짜고짜로 “한 물건도 가지고 오지 않았을 때에는 어떻습니까(一物不將來時 如何)?”하고 물은 것입니다. 여기서 '어하(如何)'는 수행의 정도에 대하여 평해 달라는 뜻입니다. '이만하면 된 것이 아니냐'는 것이지요. 그러나 조주 선사가 보기에는 여전히 무일물의 관념에 사로잡혀 있는 것입니다. 조실은 이런 안목이 있어야 합니다.

“한 물건도 가지고 오지 않았을 때에는 어떻습니까(一物不將來時 如何)”의 원형은 '본래무일물(本來無一物, 본래 한 물건도 없다)'입니다. 여기서 말하는 '한 물건(一物)'이란 번뇌 망상을 가리킵니다. 번뇌 망상 속에는 집착심·근심·걱정·불안 등 모든 증생적인 생각이 다 포함되어 있습니다.

앞에서 보았듯이 선승들의 선문답(법기량)은 아주 박진감이 넘쳐흐릅니다. 순간순간이 일격의 순간입니다. 조금이라도 한눈을 팔다가는 언제 손살 같은 언어의 주먹이 날아올지 모릅니다. 그야말로 사건 25시입니다.

방하착은 무소유를 상징합니다. 물질적인 것은 물론이고 어떤 고정관념이나 집착·선입견도 두지 말라는 것입니다. 또 물질을 소유하는 것은 여유가 있어 좋기는 하지만 상실에 대한 불안감은 마음의 평온을 해칩니다. 내려놓지 못하는 것은 계속 무거운 짐을 짊어지고 서있는 상태입니다.

행복한 수행자가 되고자 한다면 무소유가 되어야 합니다. 혹 사랑하는 사람만은 남겨 두어야 할까? ■ 윤창화 민족사 대표

깨달음은 여인들의 수행법

“7각지, 8정도 탐·진·치 파괴 위한 것”

● 위자야 장로니

위자야(vijaya) 장로니는 이전의 부처님들 아래서 공덕을 지었다. 그리고 해탈을 위한 토대로 이런 저런 존재에 공덕을 쌓으면서 차례대로 선근(善根)을 증장했다. 그리하여 천신과 인간들 중에 윤회하면서, 석가모니 부처님 탄생시에는 라자가하(王舍城)의 한 좋은 가정에 태어나 성장하여 결혼적령기에 이르렀다. 그때 그녀는 왕비 출신인 케마 장로니의 재가 시절 친구였는데, 그녀가 출가한 소식을 듣고 자기도 출가하고자 하여 케마 장로니에게 다가갔다.

케마 장로니는 그녀의 소원을 들어주고자 법을 가르쳤다. 위자야는 “마음으로 윤회를 혐오하고 가르침에 대해 확신할 것이다”라고 생각하고, 그 법을 듣고 진리에 대한 믿음을 얻었고, 드디어 출가를 요청했다.

케마 장로니는 그녀를 출가시켰고, 그녀는 출가하여 승려로서의 의무를 다했다. 위자야는 위빠사나를 확립하여 수행의 필요조건을 갖추었기에, 머지 않아 분석적인 통찰과 더불어 아라한과를 성취했다. 다음은 그의 깨침의 노래이다.

“네 번, 다섯 번 정사에서 나는 나왔다. 마음의 평안을 얻지 못하고 마음의 자재를 얻지 못하여. 나는 (케마) 비구니에게 다가가 존경하며 물었다. 그녀는 내게 법, 오소와 영역을 가르쳤다. 네 가지 성스러운 진리, 다섯 가지 감각능력(根)들, 다섯 가지 힘(力)들, 일곱 가지 깨달음의 부분(七覺支), 여

덟 가지 도(八正道), 최상의 목적(열반의 증득)을 성취하기 위해서 가르쳤다. 나는 그녀의 말을 듣고 가르침을 실천했으며, 밤 가운데 초야(初夜)에 전생을 기억했다. 밤 가운데 중야(中夜)에 천안(天眼)을 청정히 했고, 밤 가운데, 말야(末夜)에 어둠덩이(無明)를 부수었다. 그때 나는 몸이 환희와 행복이 가득했으며, 칠일째 어둠덩이를 부수었기 때문에 다리를 폈다.”

칠일째 다리를 폈다는 것은 위빠사나를 시작한 날로부터 칠일 째에 결가부좌를 풀고 다리를 폈다는 뜻이다. 이전에 부수지 못한 무명을 제일의 도

는 것을 버리고 수행의 바른 길을 따라 일심으로 정진하는 것을 말한다. 희각지(喜覺支)는 일심으로 끊임없이 정진한 결과 참된 도의 기쁨을 얻는 것을 말한다. 재각지(除覺支)는 참된 도의 기쁨을 얻는데 그치지 않고 모든 그릇된 소견이나 번뇌를 끊어 버리고 바른 선법을 계속 길러 나가는 것을 말한다. 사각지(捨覺支)는 마음이 모든 경계에 평등하여 즐겁고 기쁜 모든 감수(感受) 작용이 없고 지내는 일을 추억하는 일이 없는 것을 말한다. 정각지(定覺支)는 고요히 정(定)에 들어 있어서 번뇌방상을 일으키지 않는 것을 말한다. 념각지(念覺支)는

정과 혜(慧)가 평등하여 일심이 늘 명료한 경지를 말한다. 이상의 것 중에서 만일 마음이 혼침하면 태법·정진·희각지로서 마음을 일깨우고, 만일 마음이 들뜨면 제·사·정각지

케마 장로니 법문 듣고 수상해 7일만에 아라한 돼 칠각지는 사념처에서 시작해 깨달음에 이르는 수행법

로 그 들뜬 마음을 가라앉힌다. 그러나 이러한 7각지, 8정도 등 모든 가르침과 수행법은 탐·진·치의 불을 끄고 그로부터 자유를 획득하는 데 있음을 깊이 명상해야 한다. 부처님은 “수행자들이 선정을 하는 것은 보다 높고 상쾌한 일들, 말하자면 탐·진·치의 파괴를 위한 것이다”고 밝히고 있다.

칠각지(七覺支)는 사념처(四念處)에서 수행을 시작하여 멸진정(滅盡定)에 이르는 과정에서 깨달음에 도움이 되는 수행방법이다. 먼저 태법각지(禪法覺支)는 지혜의 힘으로 모든 법의 선악(善惡) 정사(正邪)를 잘 가려내어 선과 정은 취하고 악과 사는 버리는 것을 말한다. 정진각지(精進覺支)는 쓸데없

게 그 들뜬 마음을 가라앉힌다. 그러나 이러한 7각지, 8정도 등 모든 가르침과 수행법은 탐·진·치의 불을 끄고 그로부터 자유를 획득하는 데 있음을 깊이 명상해야 한다. 부처님은 “수행자들이 선정을 하는 것은 보다 높고 상쾌한 일들, 말하자면 탐·진·치의 파괴를 위한 것이다”고 밝히고 있다.

결과 수행의 목적은 탐욕과 성냄과 어리석음의 소멸을 통해 그로부터 해탈하는 것이며, 선정은 해탈을 위한 하나의 수단에 불과함을 알 수 있다. 깨달은 사람은 탐·진·치에 물들지 않아서 그로부터 자유로운 사람을 말한다.

김성우 기자

신행게시판

● **정토불교대학 신입생 모집**-정토불교대학이 불교 복자 평화 환경운동과 관련한 종합적이고 체계적인 교육프로그램을 담은 2008 가을학기 신입생을 모집한다. 8월 26일 개강하는 서울(02-537-8993)은 매주 화요일 오후 2시, 25일 개강하는 대전(042-253-8993)과 대구(053-753-8993)는 매주 월요일 오전 11시, 27일 개강하는 해운대(051-747-9997)는 매주 수요일 오전 11시 강의를 진행한다. 근원불교, 불교의 변천사 등 정규수업과 함께 환경 복지 통일특강, 사찰순례, 초심자 입문 교육, 기도정진 및 나누기 등의 특별 프로그램도 마련된다.

● **애니로 다시 보는 부산이야기**-양정청소년수련관은 '애니로 다시 보는 부산이야기-우리의 꿈은-' 프로그램을 8월 19~22일 진행한다. 20~22일 오후 2시 애니메이션작업 및

시사회가 열린다. 이 프로그램은 부산의 역사유적지 견학을 통해 청소년들이 부산의 역사를 바로 알고 모듬활동을 통해 애니메이션을 직접 제작하는 형식으로 진행된다. 참가대상은 부산지역 10~15세 청소년. 민화관련 전문지도자와 청소년지도사, 전문상담가가 강사진으로 포진돼 있어 다양한 정보를 얻을 수 있을 전망이다. (051)868-0750

● **농인선원 임시체험 수련**-서울 농인선원이 8월 23일 오후 3시 30분부터 24일 새벽 3시까지 임시체험 수련을 개최한다. 원장 지광 스님 법문, 화상명상, 죽음명상, 유서 쓰고 읽기, 입관체험, 바르도 명상, 회향 및 서원 등의 일정으로 진행된다. 임시체험 수련은 매일 첫째, 셋째 토요일에 열린다. 수련등록금은 3만원 (019)387-5060

아바타 코스

나를 찾아 떠나는 9일간의 내면여행!

나는 누구인가? 나는 왜 여기 있는가?

밤은길 아바타 센터

전환주제는 본래는 안내 자료를 보내드립니다.

지금이야말로 당신이 큰 변화를 가져오기 위해 일생동안 기다려왔던 바로 그 시간입니다. 당신의 소원을 이루십시오.

-아바타 마스터 김희균

●전화문의 상담 현황

서울시 강남구 선릉동 545-3
전화 010-6230-2113 • 02)512-2736
http://www.avatarcntr.co.kr
E-mail: heegyun@avatar21.com

2008년 대불련 전국 총동문대회

한국 지식인 불자들의 산실인 한국대학생불교연합회 전국 총동문대회를 대구 팔공산 동화사에서 개최합니다. 보살의 원력과 수행을 통해 함께하는 자비세상을 열어가고자 하는 뜻 깊은 행사로 마련했습니다. 한국 불교의 현재와 미래를 고민하며 개인의 수행을 점검하는 자리가 될 2008 대불련 전국 총동문대회에 많은 참여를 부탁드립니다.

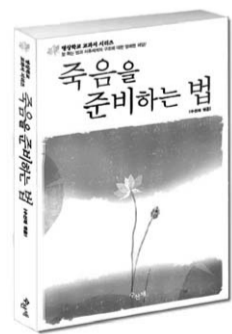
- 1. 일 시 : 불기2552(2008)년 8월23일(토) ~ 24일(일)
- 2. 장 소 : 대구 팔공산 동화사
- 3. 주요일정

- 8월 23일 • 13:30 ~ 14:30 : 접수 • 14:30~17:30 : 것바위 순례 • 19:00 ~ 20:00 : 입재식(법문·동화사 주지 허운스님) • 20:30 ~ 22:30 : 축제한마당(야외공연장)
- 8월 24일 • 07:00 ~ 08:00 : 특강 1(동화사 승가대학장 지운스님) • 08:30 ~ 09:30 : 특강 2-불교적 심리치료 (장현갑 서울 불교대학원대학교 석좌교수) • 11:00 ~ 12:00 : 회향식 및 결의문 채택

대 불 련 총 동 문 회

행사문의 : 011-503-2060 (은정권 사무국장)

법수신재



수신재 역음 / 문화영 문지 / 336쪽 / 값 12,000원

잘 죽는 법과 사후세계의 구조에 대한 명쾌한 해답을 주는 책

【 죽음을 준비하는 법 】

“이 세상에서 가장 놀라운 일은 모든 인간이 하나도 예외 없이 언젠가는 죽을 것인데도, 자기가 죽으리라는 걸 알고 산다는 것입니다.”

죽음을 준비하는 방법에 대한 명쾌한 해답을 찾을 수 있습니다.

【 그의 명상학교 교과서 시리즈 】 건강하게 사는 법 • 사랑의 상처를 달래는 법 • 행복하게 일하는 법(근간)

인간의 존재 이유와 삶의 목적에 대한 명쾌한 해답!

【 목적있게 사는 법 】

인간은 어떤 존재이며, 무엇을 위해 살아가야 하는가? 어떻게 태어났으며, 왜 생로병사를 겪을까? 이러한 의문은 살아있는 동안 누구나 풀어야 할 숙제이다.

그 해답은 명상수행에서 찾을 수 있다. 명상수행을 통해 '진리를 보는 눈'이 열려 참된 본성과 하나가 되면, 누구나 직관적으로 인생의 목적을 깨달을 수 있다.



수신재 역음 / 356쪽 / 값 12,000원