



송진우 교수의  
수습지관좌선법요 <50>  
(修習止觀坐禪法要)

제6장 정수행(正修行) ⑭

# 보고 듣는 마음과 삼계는 허깨비

次生意識 即能分別種種諸色 因此則有一切煩惱善惡等法 即當反觀念色之心 不見相貌 當知見者 及一切法畢竟空寂 是名修觀

이와 같다면 청 황 적 백과 순종하는 경계, 위배하는 경계, 순종하지도 위배하지도 않는 것까지 모든 색은 제육의식이 분별한다. 이로 인해 일체 번뇌와 선악 등의 색법이 있게 된다. 이 때 즉시 색을 생각하는 마음을 돌이켜 관찰하면 사물을 보는 것은 눈이 보는 것이 아니라 마음이 보는 것이며, 보는 마음을 돌이켜 관찰하면 마음의 모습마저도 보이지 않는다.

여러분이 알아야 할 것은 모든 보이는 선악 색법은 필경 공적하다는 점이다. 이를 두고 "보고 듣는 것은 허깨비와 같고, 삼계는 헛꽃과 같으며, 듣는 소리를 되돌리면 이근의 가리움이 제거되고, 육진이 소멸하면 깨달음이 원만하고 청정하다"라고 하였던 것이다. 이것이 눈으로 볼 때에 닦는 지관인 것이다.

아나올타 존자는 잠을 자다 부처님께 꾸지람을 듣고 나서 그 뒤로는 잠을 자지 않고 열심히 수행정진 하다가 끝내 실명을 하였다. 세존께서는 그를 연민히 여기시고 "낙견조명 금강삼매(樂見照明 金剛三昧)를 닦으라"고 명하여 마침내 그는 천안을 얻어 육안을 의지하지 않은 채 삼천대천세계를 손바닥에 있는 과일 을 보듯 하였다고 했다. 이것은 눈으로 색을 보며 지관을 닦아 이익을 얻은 하나의 예이다.

우리가 여기서 볼 수 있는 것은 일체처에서 지관을 수행할 수 있다는 점이다. 이를 두고 "근근진진 모두가 진실한 원동경계이며 두두 물물이 보리의 도"라고 말한다.

二耳聞聲時止者 隨所聞聲 即知聲如響相 若聞順情之聲 不起愛心 違情之聲 不起瞋心 非違非順之聲 不起分別心 是名修止 云何聞聲中修觀 應作是念 隨所聞聲 空無所有 但從根塵和合 生於耳識 次意識生 強起分別 因此即有一切煩惱善惡等法 故名聞聲 反觀聞聲之心 不見相貌 當知聞者 及一切法 畢竟空寂 是名爲觀

두 번째로 이근이 성진을 마추하였을 때 닦는 지관법문에 대해 밝히고 있다.

알아야 할 것은 모든 소리는 산골짜기에서 되돌아오는 메아리처럼 진실한 모습이 아니라서 그것은 허깨비 망상으로써 소리의 모습 이라고 호칭하는데 불과할 뿐이라는 점이다.

내 감정에 순종하는 좋은 소리란 예를 들면 세간의 아름다운 악기소리와 노래하고 찬탄하는 소리 등을 말한다. 반면에 험뜯고 훼방하고 비통한 마음으로 저주하는 소리 등은 모두가 내 감정을 위배하는 소리이다.

내 감정을 위배하거나 순종하는 소리에 대해 논할 것 없이 모든 소리는 골짜기에서 일어나는 메아리처럼 홀연히 일어났다 바로 사라진다는 점을 분명히 알아야만 한다. 그 때문에 소리를 따라서 탐애하는 마음도 성내는 마음도 일어나지 않게 되는 것이다.

만일 감정을 위배하지도 않고 순종하지도 않는 담박한 소리를 듣는다 할지라도 이 역시

이식은 단지 소리를 들을 수 있을 뿐 그 소리가 좋은 소리인지 나쁜 소리인지 분별까지는 하지 못한다. 따라서 반드시 제육의식이 이식과 동시에 일어나야만 그 소리의 좋고 나쁨을 분별 할 수 있는 것이다. 이 분별심 때문에 일체 선악 등의 법이 따라서 일어나게 된다.

안식은 아홉 가지 조건을 갖추어야 일어나지만 이식은 여덟 가지 조건만 갖추어도 일어난다. 안식은 광명의 인연이 없으면 볼 수 없지만 이식은 광명의 인연이 없어도 들을 수 있기 때문에 이식이 일어나는 조건에는 아홉 가지 조건 가운데서 광명의 인연을 제외하고 여덟 가지 인연만 갖추면 일어날 수 있는 것이다.

일체 증상은 번뇌의 지배를 받으며 종일도록 그 소리의 좋고 나쁜 감정을 따라서 생멸로 유전하기 때문에 소리를 들을 때에 내 자성으

로 돌이켜 들지 못한다는 것을 알아야만 한다. 만일 듣는 마음을 내 자성으로 돌이켜 들을 수 있다면 소리의 모습이 보이지 않게 되어 들는 사람과 들리는 일체 모든 소리가 끝내 공적하다. 이를 두고 "소리를 자성으로 돌이켜 듣는다면 내 자성에서 위없는 도를 성취한다"라고 말했다.

능엄경 이근원통장에서는 "최초로 발심하여 소리를 들을 때 소리를 따르지 않고 내 자성으로 돌이켜 들어가면 대상의 소리도 동시에 없어진다. 소리와 내 자성으로 돌이켰다는 마음이 이미 고요하다면 소리의 진동과 그 소리가 사라지면서 고요한 두 가지 모습에 대해 분별심이 끝내 일어나지 않는다. 이와 같이 점진적으로 수행이 증가하면 듣는 마음과 들리는 소리가 끝까지 다했다는 마음에도 머물지 않게 된다. 듣는 마음과 들리는 소리가 공하여

그것이 공하였다는 깨달음이 극도로 원만하게 되면 공이라고 깨닫는 마음과 들리는 소리마저 공이라는 것까지도 소멸된다. 소리를 따라서 마음이 생멸하는 것이 소멸되면 적멸한 경지가 목전에 나타나게 되는데, 이때에 세간 출세간을 홀연히 초월하여 시방세계가 원만하게 밝아진다"라고 하였다. 이는 여기에서 이야기하는 관 수행에서 듣는 마음과 들리는 소리가 끝내 공적하다고 한 이치와 서로 부합한다.

이것을 이근을 통해서 관 수행을 하는 것이라고 말한다.

三鼻臭香時止者 隨所聞香 即知如焰不實 若聞順情之香 不起著心 違情之臭 不起瞋心 非違非順之香 不生亂念 是名修止

세 번째로는 코로 냄새를 맡을 때 수행하는 지관에 대해 밝히고 있다.

수행자가 전단향과 침수향 또는 인위적으로 조성한 향 등 이 모든 것을 따라서 냄새를 맡게 되는데, 이를 두고 향진이라고 말한다.

그러나 이 향진은 인연을 따르는 능력이 있어서 그것을 훌륭하게 사용하면 좋은 쪽으로 운용이 되고 약한 쪽으로 사용하면 악이 된다. 이를 통해 알 수 있는 것은 이 향기는 실로 선으로 오를 수도 있고 악으로 빠져들 수 있는 인연이어서 선과 악의 근원이 된다는 점이다.

세간의 일체 모든 향기가 실재하지 않는다는 것을 명료하게 알았다면 내 마음에 적합하고 내 의식을 기쁘게 하는 것까지 탐애스러운 향기를 맡는다 할지라도 한 생각도 탐욕으로 집착하는 마음을 일으키지 않게 된다. 반대로 갖가지 염증이 나는 더러운 냄새를 맡는다 할지라도 한 생각도 성내는 마음마저도 일어나지 않게 된다.

또 내 감정을 위배하지도 않고 순종하지도 않는 냄새를 맡는다 할지라도 여러색은 마음으로 어지러운 망상을 일으키지 않게 된다.

이와 같이 수행하는 사람은 비근으로 향진의 냄새를 맡으면서 지를 수행하는 것이라고 한다.

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

## 소리를 자성으로 돌이켜 들을수 있어야 소리를 따라 일어나는 생멸이 소멸돼

분별을 일으키지 않고 들어도 듣지 않는 것과 동일하다면 이를 지수행이라고 한다.

귀로 소리를 듣는다는 것은 이근만 들을 수 있을 뿐 아니라 반드시 이식도 동시에 일어나는 것이다. 그러나 이식은 분별하는 마음이 없기 때문에 그 소리를 단지 있는 그대로 들을 수만 있을 뿐이다. 이를 두고 분별하는 마음이 있지 않으면 대상을 보아도 보이지 않고 소리를 들어도 들리지 않고 음식을 먹어도 맛을 모르는 경우와 같다고 한다.

따라서 내적으로 이근이 있고 밖으로는 성진이 있고 그 중간에는 명료하게 식별하는 마음이 있는 것을 이식이라고 말한다. 이것은 이근과 성진이 인연이 되어 그 중간에서 이식이 일어나는 경우이다. 이식은 이근을 의지해서 일어나고 이근은 이식으로 인해서 들을 수 있다.

## 쉽게 풀어 쓴 불교 기본교리

### 십이처(十二處)의 성립

오온을 수립하고 나서 다시 십이처를 건립한 이유는 무엇 때문일까요. 우선 처(處)의 의미에 대해 정리해 보기로 하겠습니다.

‘광론(廣論)’에서 ‘처’는 우리의 모든 주관적인 인식활동, 즉 식(識)이 일어나고 자라난다는 의미이다’라고 정의하고 있습니다.

이를 다시 부연해서 설명해 보면 우리의 인식 주관은 인식활동을 일으킬 수 있는 자체 세력으로서의 성질이 있다 하더라도 독자적으로 일어나지 못하고 반드시 안으로는 육근(六根)을 의지하고, 밖으로는 육경(六境)을 의지해야만 일어날 수 있습니다. 이 가운데 어느 한쪽 부분이라도 결손이 생기면 우리의 인식활동은 성립 근거를 잃어버리게 됩니다. 때문에 육근과 육경이 합해서 모든 인식활동을 일으키는 생장문(生長門)이라는 의미에서 ‘처’라는 이름이 붙게 된 것입니다.

앞에서 이미 오온은 여러 가지 요소가 한 덩어리로 취합하였기 때문에 그 어떤 실체적 존재의 성립도 불가능하다는 것을 밝혔습니다. 즉 오온은 개공(五蘊皆空인) 것입니다.

비록 외적인 자연현상계로서의 색법이나 내적인 우리의 육신은 실재하지 않는데도 어떤 유정은 그것을 인식하고 있는 우리의 심식활동만은 실재하고 있다고 집착하는 경우가 있습니다.

따라서 세간의 유정들은 오온 가운데서 식은 만든 색은과는 달리 실재하는 주재자가 있다고 집착하기 때문에 나머지 색은 수는 상은 행은 만든 당연히 그 주재자인 식은(識)의 소유라는 집착도 동시에 일으키고 있습니다. 이 때문에 아집과 아소집이 상대적으로 일시에 일어난다는 것입니다. 왜냐하면 바늘 가는데 실 가듯 아집이 있는 곳엔 아소집도 동시에 일어나기 때문입니다.

이러한 잘못된 헤아림과 그에 따른 집착을 타파하기 위해서 십이처를 다시 오온밖에 따로 건립하게 된 것입니다. 이것이 바로 십이처를 건립한 근거이자 이유인 것입니다.

십이처의 건립을 통해서 오온 가운데 식은은 독자적인 실재의 존재로서 활동하는 것이 아니라 반드시 안으로 육근과 밖으로 육경을 의지해야만 생장(生長)하기 때문에 식은도 역시 나머지 사온(四蘊)처럼 주체가 없는 무아의 이치임이 명명백백하게 드러난 것입니다.

이처럼 식은에 대한 아집이 타파됨으로써 다시 그에 따른 수온 상은 행은에 대한 아소집도 역시 타파되었습니다. 결론적으로 말하면 아집을 거둬 타파하기 위해서 십이처 법문을 설하게 된 것입니다.

■정리=張如舟

### 명소 - 명산 - 명지

## 사찰 밭 텀플수련 연수원용도 부지매각

- 위치 : 강원도 홍천군 서면 팔봉산 후면
- 면적 : 66,116㎡ (20,000평)
- 매가 : 실 수요자와 직접상담요망(협의)
- 참고 : 2009년 - 유동인구 - 약 3백만명 추정 주변동선에 유명사찰 없음
- 위치·입지 : 100대명산 팔봉산후면 접합동-남향 홍천강인접-홍천대명콘도 5분거리 동서고속도로-남춘천 IC-7분거리

▼ 전경 및 이미지 조망도

대표전화 033)435-8060 / 011-377-3410  
주인직접 - 중개업소사절

매일경제신문 인체경영학 연재

이강욱 교수의 체질개선 해독다이어트

## "당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다.

95%의 다이어트가 실패로 끝나는 현실에서 살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면서 모든 장기들은 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중감량이 된다는 20년간의 임상 경험!

### "여성이 살뺀다가 더 힘든 이유"

여성이 살뺀다가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사기능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고위험을 수반하게 된다.

### 체내 노폐물이 빠져, 건강체질로 바꾸는 발효원액 절식법

풍풍하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 숙변이 쌓이고 관절 사이사이에 박히고 간에는 지방이 엉기고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 몰단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄어도 노폐물을 제거하고 줄어야한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답해지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원 02)523-0708  
www.chorokwon.com

## 청동불상 조성전문

청동불상·천불·삼천불·만불·개금·탱화·금공·범종



지장 보살님



석가모니 부처님



관음 보살님

장안정신에 입각해 혼을 불어넣은 조성, 대덕스님들의 의견을 충분히 반영할 수 있는 조성, 40여분의 개금불사 전사로 스님들의 폭넓은 선택기회 마련, 탁월한 재질, 섬세함, 깨끗한 개금처리의 우수성, 대덕스님들의 많은 성원과 조언 바랍니다.

대표 이상식 합장

- 성화불교전시관 : 02)2209-0080
  - 성화불교미술원 : 031)591-1022
  - 휴대폰 : 011-302-1022 주·야 상담 합니다
- 서울시 중랑구 망우1동 133-33 대창빌딩 1층

### 청동불 40여분 전시 중

인터넷으로도 성화불교전시관의 작품을 확인할 수 있습니다.

◇ 성화불교전시관 부처님 상חו를 보시는 방법  
인터넷에서 검색창에서 [14서비스] 검색 - 114서비스 홈페이지에서 [성화불교전시관] 검색 - 사전접 클릭

