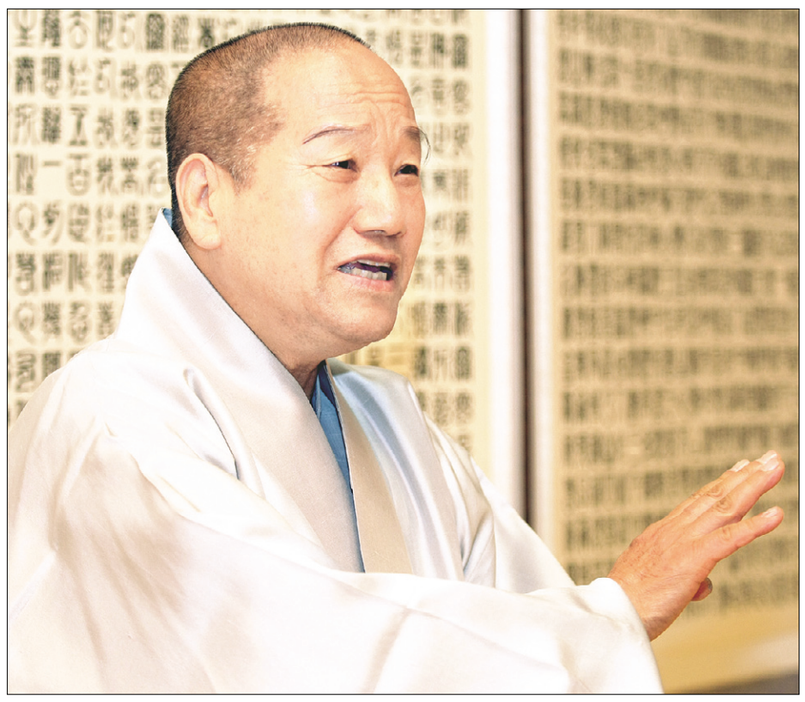
화두로 '참의심' 시동 거세요

다. 진리의 눈이 열려야 부처님의 '살림살이'를 알 수 있습니다.

참선하는 방법을 일러주십시오.

–'참 나'를 찾겠다, 마음의 고향으로 돌아가겠다고 발심했으면 앉아서 익혀야지요. 이것이 좌선입니다. 좌선할 때는 바른 자세가 정립돼야 몸뚱이에 끄달리지 않고 화두 드는 데만 집중할 수 있습니다. 자세가 잘못되면 상기(上氣) 돼 참선을



할 수 없습니다.

반가부좌라도 바로 앉아서 양손을 포개 아랫배에 붙이고 가슴과 어깨를 펴고 허리를 곧게 하고 앉아야 합니다. 화두는 시선과 함께 2m 앞에 두세요. 눈은 편안하게 뜨면 됩니다. 화두를 들다 혼침과 망상이 침범하면 다시 또렷하게 화두를 챙기세요. 옛날 시골 방앗간 방아기계를 보면 시동 걸기가 참 어려웠습니다. 숱하게 화두를 챙겨 '참의심'의 시동을 걸어야 합니다. 그렇게 반복하다 보면 한번 화두 챙긴 것이 한 시간이 흐르다 차츰 몇 시간씩 흐르게 됩니다. 목숨을 다해서라도 깨달음을 얻겠다고 발심하고 용단을 내린 이라면 3~10년이면 해결됩니다.

선지식을 찾아보기 힘들다고 합니다.

–발심한 이도 적고 안목을 갖춰 지도하는 이도 드물기 때문입니다. 뚜렷한 안목이 생겼다면 선사의 인증을 받아야 합니다. 부처님도 '광대무변한 진리의 세계를 혼자 가면 안된다'고 하셨습니다. 피나는 정진 끝에 일가견을 이뤄야 하는데 작금의 수행 풍토는 그렇지 못한 것 같아 안타깝습니다. 법거량이 드문 것도 마찬가지입니다. 자기 눈이 깜깜한데 누구를 보겠습니까? 동서남북 전체를 다 봐야 부처님 살림살이를 알 수 있습니다.

깨닫고 나면 무엇이 다릅니까?

–'나'라는 집착[我相]이 없어지고 바른 진리의 눈을 갖췄으니 세상일에 집착이 끊어져 항상 마음이 평온합니다. 중생의 습기(習氣)가 봄바람에 눈녹듯이 사라져 버리면서 만가지 법이 가득한 보배의 창고에서 편안히 머물게 되기 때문입니다. 항시 밝은 진리의 즐거움이 지속되니 먹고 자는 모든 일상이 그대로 평상심(平常心)인 것이지요.

연꽃은 진흙 속에서 피지만 흙을 묻히지 않는 것처럼 일체중생과 한 몸이 돼 지극한 평안과 복락을 누리게 됩니다.

스님은 어떻게 공부하셨습니까?

–은사이신 석우 스님은 해인사 조실과 조계종 초대 종정을 지낸 분입니다. '절집 정승은 석우 선사'라고 할 만큼 지혜와 인덕이 훌륭하신 분이었습니다. 고향 남해에서 오촌 당숙을 따라 해관암을 찾았을 때 은사스님을 처음 뵈었습니다.

스님은 제게 "이 세상에 사는 것도 좋지만 금생에 사바세계에 안 나온 것으로 하고 중놀이를 해보지 않겠는가?" 하시더군요.

어린 마음에 "중놀이를 하면 어떤 장점이 있습니까?"하고 여쭸습니다.

은사스님은 "범부가 위대한 부처되는 법이 있네"라고 답하셨습니다.

스님의 그 말씀이 가슴에 새겨져 1951년 출가했습니다. 20세에 출가해 한 소식을 하기까지 13년이 흘렀어요. 33세에 오도송을 읊고 향곡 스님에게 깨달음을 인가 받았습니다. 석우 스님을 만나 발심 출가할 수 있었고, 남방 제일 선지식 향곡 스님 법의 방망이 덕에 화두와 씨름 끝에 오늘날의 '진제'가 있을 수 있었습니다.

출가 후 4년간 석우 스님 밑에서 정진했던 진제 스님은 스스로 깨달았다는 착각에 월내 묘관음사 향곡 스님을 찾아가 법을 물었다. 법을 묻는 진제 스님에게 향곡 스님은 모두 아니라고 답했다. 다시 오대산 상원사로 들어가 공부하던 진제 스님은 어느날 문득 "다시 시작해야겠다"고 발심했다.

스님은 다시 향곡 스님을 찾아 "화두를 내려주시면 깨칠 때까지 결망을 지지 않겠다"고 말했다. 향곡 스님은 진제 스님에게 '향엄상수화(香嚴上樹話)' 화두를 내렸다. '향엄상수화'는 한 사나이가 높은 나무에 올라가 입으로 가지를 문채 매달려 있는데 지나가던 사람이 달마대사가 중국에 온 뜻을 물으니, 대답을 하면 떨어져 죽을 것이고 대답을 안하면 모르는 것이 되니 어찌해야 하는가라는 내용의 화두이다.

스님은 이 화두를 2년간 참구해 해결했다. 그런데 '일면불 월면불(日面佛 月面佛)' 화두에서 막혀 버렸다. 이 화두는 마조 스님에게 원주스님이 "밤새 존후(尊候)가 어떠하셨습니까?"하고 물으니 마조 스님이 "일면불 월면불(日面佛 月面佛)"이라 답한 내용이다. 진제 스님은 다시 5년을 화두를 붙들고 정진했다.

1967년 하안거 해제 법회 때 진제 스님은 묘관음사 법당에서 향곡 스님과 법거량을 했다. 다음날 진제 스님은 향곡 스님에게 다시 물었다.

"불안(佛眼)과 혜안(慧眼)은 여쭙지 아니하거니와, 어떤 것이 납승(衲僧)의 안목입니까?"

향곡 스님은 답했다. "비구니 노릇은 원래 여자가 하는 것이니라(師姑元來女人做)."

마하가섭과 제28조 보리달마 제38조 임제의현을 거쳐 태고보우로 이어진 정법안장(正法眼藏)은 향곡 스님에게서 제79조 진제 스님에게로 이어지는 순간이었다.

진제 스님의 생사를 건 치열함이 담긴 수행담은 한 편의 영화와도 같았다. 깨달은 이의 말 한마디 한마디는 나그네의 의심을 송곳처럼 파고 들어와 후볐다. 부처님 법에 목말랐던 나그네에게 스님의 법문은 한여름 소나기와도 같았다.

가야할 '때'에 자리를 일어서는 나그네에게 진제 스님이 "서울 가거든 모두에게 전하라"며 말을 건넸다.

"모든 국민들이 나고 날 적마다 출세와 복락을 누리고자 할진데, 만인에 앞서는 밝은 지혜를 계발해 억만년이 다하도록 진리의 낙을 누리소서."

글=조동섭 기자 · 사진=박재완 기자

활안 스님의 내가 만난 선지식 禪

93. 위빠사나 대가 마하시 스님

미얀마 불교의 특징은 사리탑 신앙과 탁발승들의 경전 암송 그리고 위빠사나 수행이라고 할 수 있다.

부처님 당시 불교수행은 37조도법에서 나타나 듯 다양한 방법이 있었다. 미얀마에서는 특히 호흡(들숨과 날숨)을 중심으로 한 위빠사나 수행법이 발달했다. 이 수행법은 86가지나 돼 상당한 수준의 수행자도 혼돈에 빠지는 경우가 많았다. 마하시 스님은 이러한 수행법을 체계적으로 정리해 전 세계에 보급한 선지식이다.

1904년 7월 29일 태어난 마하시 스님은 12세에 출가해 '빛나는', '아름다운'이라는 의미의 소바나(Sobhana)란 법명을 얻었다. 사미 시절부터 빨리 삼장 등을 두루 공부했던 스님은 20세에 비구계 수지 후 교학에 더욱 몰두하기 시작했다. 1941년 법사시험을 통과한 스님은 처음 위빠사나를 가르쳤던 세이쿤에서 본격적인 수행지도에 나섰다.

이후 미얀마 수도인 양곤에 명상센터가 개설되며 미얀마불교

위빠사나 수행법 정리해 보급… "수행의 기본은 교리"

도 두했다. 스님은 빨리 교학시험 최고 단계를 통과한 후, 24세에 교학의 중심지인 만달레이로 가서 빨리 삼장과 주석문헌에 대한 공부를 했다. 만달레이에서 다수의 스님에게서 교학을 배운 1년 후, 마하시 스님은 몰민(Moulmein)에서 후학들에게 교학을 지도했다.

수행에 대한 관심도 높았던 마하시 스님은 명쾌하고도 단순한 수행법을 찾기 위해 1931년 저명한 명상 스승인 밍군 제따반(Mingun Jetawun) 스님의 제자가 됐다. 마하시 스님은 타똔(Thaton)에서 밍군 스님 지도 하에 4개월 동안 한 잠도 자지 않고 수행에 몰두했다.

1938년 마하시 스님은 고향인 세익쿤(Seikkhun)으로 오게 됐고 50명의 수행자에게 7개월 간 위빠사나를 가르쳤다. 교학 지도를 위해 몰민으로 돌아간 마하시 스님은 교학뿐만 아니라 수행도 지

협회는 마하시 스님에게 명상 수행 지도를 부탁했다. 스님은 1949년 12월 4일부터 양곤의 선원에서 수행을 지도했다. 이때부터 양곤 명상센터는 마하시 선원으로 알려지기 시작했다.

마하시 스님은 항상 수행의 기본적인 초석은 교리에 있음을 강조했다. 스님은 "자신을 위한 수행이라면 교학에 대한 지식 없이 수행해도 되지만, 다른 사람을 가르치려는 사람은 교학에 대한 충분한 지식이 절대적으로 필요하다"고 강조했다. 마하시 스님은 "교학에 정통한 사람만이 부처님 가르침의 가치를 전할 수 있으며 이론적 지식을 수행에 적용시켜 다른 사람과 나눌 수 있다"고 말했다.

스님은 이러한 교학적 내용을 기반으로 위빠사나 수행법을 초심자도 쉽게 접근 할 수 있게 정리했다. 마하시 스님은 "요가식으로 초심자는 하던 일을 정지하고 속으로 '자기가 숨을 쉬고 있는 가' 혹은 '쉬지 않고 있는 가'를 점검하라"고 말했다. 왜냐하면 모든 사람들의 생명은 숨 하나에 달려 있기 때문이다. 나온 숨이 못 들어가고, 들어간 숨이 나오지 못하면 끝나게 되어 있는 것이 인연인데, 그 호흡지간에 온갖 분별 · 시비가 일기 때문이다.

간단한 위빠사나 수행법, 일명 마하시 수행법이 개발되자 세계 각국에서 한 때 대도시 인구에 준하는 수십만의 수행자들이 모여들었다. 마하시 센터 설립 23주년이 되던 1973년, 랑군의 센터에서 수행한 수행자는 60만명에 달한다. 태국에서, 스리랑카, 캄보디아, 인도 등지에서 수행한 수행자의 수를 모두 합하면, 70만명에 이르렀다. 이후, 마하시 사야도는 태국, 스리랑카, 캄보디아, 일본, 인도, 인도네시아, 유럽, 미국 등지에 위파사나를 전하였으며, 1938년에 처음 위파사나를 지도한 이래 1982년 8월 14일, 78세를 일기로 입적하실 때까지, 44년간 위파사나 지도는 물론 저술과 법문을 통해 많은 가르침을 남기신 위파사나 수행의 대선지식이다. 마하시 사야도 생존시부터 많은 제자들이 마하시 센터와 분원에서 수행자들을 지도해 왔으다. 현재 우리에게 잘 알려져 있는 우 빤디따 스님, 우 실라난다 스님, 우 자나카 스님, 우 쿤달라 스님, 우 자띨라 스님과 같은 마하시 사야도의 직제자들에 의해 수행 지도가 활발하게 이루어지고 있다. 마하시 스님은 위빠사나 수행법을 보급함으로서 자신과 불교, 더 나아가 미얀마라는 나라의 이름까지 세계에 널리 알렸다. 부처님께서는 "한사람의 깨달은 성자가 나오면 그 땅이 황금 땅으로 변한다"고 하셨다. 바로 마하시 스님의 업적을 두고 한 말이 아닌가.

능인향당 www.nihwa. com
순수원향을 지향하는 고품격 향의 명가

항상 열려있습니다.

그동안 능인향당의 침향제품에 대하여 많은 관심을 보여주셔서 감사합니다.
능인향당의 문은 항상 열려있습니다.

언제든지 오셔서 침향 전반에 관한 문의를 해주십시오.
늘 그렇듯 성심성의껏 답변해 드리겠습니다.
또한 그동안 준비한 침향에 대한 것을 침향전시관을 통해서 보여드리겠습니다.

견지동 조계사 맞은편 능인향당 침향전시관

沈香

프리미엄 침향 제품군

능인침향 수
150,000
80,000
50,000

프리미엄 침향에 인도 마이소르산 최상급 백단을 더하여 향의 품격을 한껏 올린 새로운 향

침향적정
300,000
150,000
80,000

프리미엄 침향에 불가의 오단향인 진자단향을 더한 명상과 기도용 향의 수작

침향
600,000
300,000
150,000
80,000

능인향당 향 법제기술의 총아, 프리미엄 자연산 순수 침향100%로 만든 침향제품의 명작

능인향당에서 준비한 최고의 공양물

침향 108주

침향 합장주

침향왕단주

침향 1000주

서울 강서구 가양동 1496번지 (02)3663-6777 직영매장 : 02)730-6888(조계사맞은편), 인사점(통인가게입구)

爐香觀空法圖 -金弘道