붓다의 물리학
들어가기

자아·마음·몸 … 계속 변화함을 알아야

정신현상과 물질현상

우리는 보고, 듣고, 냄새 맡고, 오감과 마음을 통해 경험한 것에 빠진다. 하지만 우리가 경험하는 다양한 것들 모두는 조금도 지속되지 않는다. 우리는 사랑하는 사람과 결국 이별해야 하고 재산도 가지고 떠나지는 못한다. 집착이 슬픔을 낳는다는 것을 알고 있다하더라도, 집착하는 그 순간에는 만물이 영원하지 않다는 진리를 우리는 받아들이려 하지 않는다. 우리는 즐거운 대상들을 원하며 '자아'를 세상에서 가장 소중한 것으로 생각한다.

붓다의 가르침을 통해서 '자아'나 '우리 마음'과 '우리 몸'으로 생각하고 있는 것이 계속 변화하고 있는 현상들이라는 것을 알게 된다.

붓다의 가르침인 '아비담마'에서는 삶의 모든 현상을 정신적인 현상(나마)과 물질적인 현상(루빠)으로 나누어서 열거하고 분류하고 있다. '봄[眼識]'은 정신현상(나마)이며, 눈의 문을 통해 색깔을 지각한다. 보이는 대상인 색깔[色]은 물질현상(루빠)이며, 이는 어떤 것도 인식할 수 없으며 인식의 대상이 된다. 색깔이 감지되어지는 눈의 문으로 기능하는 눈의 감성 역시 물질이다. 색, 소리, 냄새, 맛, 접촉대상이런 감각대상인 물질들과 눈, 귀, 코, 혀, 몸이라는 감성기관들도 물질들로서 대상을 인식하는 정신현상의 조건이 된다. 정신현상과 물질현상은 서로 밀접하게 관계되어 있다.

마음과 물질은 궁극적인 실재다. 우리는 궁극적 진리(실재)와 관습적인 진리(실재)의 차이점을 알아야 한다. 관습적인 진리란 사람, 나무 또는 동물과 같은 개념들의 세계다. 불교에 대해 배우기 이전에는 관습적인 진리, 즉 개념의 세계만이 우리가 아는 유일한 진리였다. 빨리어로 '빤냐띠'라는 개념의 의미를 자세히 알아보는 것이 유용하다. 이 단어는 어떤 생각을 전달하기 위한 명칭이나 용어를 나타낸다.

또한 단어에 의해서 전달되는 생각 그 자체를 의미하기도 한다. 그러므로 '나무'라는 이름은 개념이며 또 '나무'라는 말에 대해서 형성된 생각도 개념이다. 소위 말하는, 나무를 만지면 '물질의 성질'(이하 물성으로 줄임) 중 하나인 '단단함'을 경험할 수 있다. 눈을 통해서는 단지 색깔이라는 물성만 인지하게 된다. 색과 단단함은 궁극적인 실재이며 각각 그들 자신의 고유한 특성들을 가지고 있다. 이러한 특성들은 변하지 않으며, 이름 붙이지 않아도 지각될 수 있다. 우리가 다른 이름을 붙인다 해도, 색깔은 항상 색깔이며 단단함은 항상 단단할 뿐이다.

온종일 우리는 수저나 접시 또는 의자와 같은 사물을 만진다. 우리는 다양한 사물들이 무엇인지를 즉각적으로 안다고 믿는다. 그러나 '봄(안식)'이나 '몸의 감성을 통해 감촉대상을 경험함[身識]'과 같은 감각인지를 한 후에 이전의 경험을 기억하고 분류하는 복잡한 과정이 있으며, 이러한 순간들은 매우 빠르게 차례대로 연이어서 일어난다. 개념은 생각을 통해서 떠오른다.

우리는 사물의 형태와 모양을 기억해 어떻게 다른지, 무엇에 사용해야 하는지를 안다. 관습적 실재 없이는 일상생활을 영위할 수가 없어 관습적 진리의 세계를 피할 필요가 없다. 그러나 개념적으로 사고하는 순간들 사이에도 궁극적인 실재인 마음과 물질에 대한 깨달음을 계발시킬 수 있다. 이러한 깨달음을 계발시킨다 해서 우리가 다른 이들과의 대화를 한다든가 남을 돕거나 타인들에게 관용을 베푼다든지 하는 일상적인 일들을 못하게 되는 것은 아니다. 만약 보시하는 물건이나 보시받는 사람과 같은 관습적 실재를 생각할 수 없다면 관용의 행위는 행해질 수가 없다. 그러나 마음과 물질에 대한 깨달음을 계발하면 절대적 진리와 관습적 진리를 구별할 수가 있다.

후대 인도에서 저술된 아비담마 개요인 〈아비담마 타상가하〉에서는 '개념이란 실재의 그림자일 뿐'이라고 서술하고 있다. 텔레비전을 볼 때, 우리는 사람들의 투영된 이미지를 보는데 눈의 감성을 통해서 색상이 보일 뿐, 사람이 없다는 것을 안다. 마찬가지로 우리가 만난 사람을 볼 때 눈의 감성을 통해서 색깔만이 경험될 뿐이다. 궁극적 관점에서 사람은 없다. 비록 그것들이 정말 진짜같이 보일지라도 실재의 그림자에 지나지 않다.

진리는 항상 그러리라고 생각하는 것과는 다르다. 사람이란 실재들의 일시적인 결합이다. 우리가 사람이라고 여기는 것도 사실은 일어나고 사라지는 마음과 물질일 뿐이다. 우리가 서로 다른 대상들의 집합체에 집착하는 한, 이것들을 견고한 '전체'로 여긴다. 마음과 물질의 생기고 사라짐을 깨닫지 못하는 한, 우리는 영원한 자아의 존재가 있다고 계속 믿게 된다.

붓다의 가르침은 '번뇌의 뿌리뽑음'이 목적

궁극적인 실재는 무상해 매우 빠르고 쉽게 생겼다 사라진다. 그러나 사람과 사물이라는 개념은 생기고 사라지지 않는다. 그것들은 궁극적 관점에서 실재하는 것이 아니고 생각의 대상들이기 때문이다. 정신적 현상과 물질적 현상은 개념이 아니라 통찰지혜의 대상들이다.

팔정도를 계발하는 목적은 무상(매우 빠르고 쉽게 변함), 고(불만족), 무아(고정불변 실체가 없음)라는 특성을 가진 궁극적인 실재를 알기 위한 것이다. 개념과 궁극적 실재의 차이를 알지 못하면 팔정도는 계발되지 않는다. 팔정도의 첫 번째인 바른 이해[正見], 즉 '마음과 물질에 대한 바른 지혜'는 그것들에 대한 '바로 있는 그대로의 알아차림'에 의해서 계발된다. 그러나 이는 어려워서 매우 점진적으로 체득되게 된다. 다섯 감성의 문이나 마음의 문 중 어느 하나의 문을 통해 어떤 대상이 나타날 때, 나타남과 동시에 바로 알아차리면 그 순간에 '전체'라는 개념을 생각하지 않게 된다.

물질에 대해서 공부하면, 이러한 대상들이 경험되는 다섯 감성의 문이나 대상에 대해 더 많은 이해를 할 수가 있다. 대상과 문에 대한 기초 지식이 없으면, 대상이 나타나는 그 순간에 그 실재를 어떻게 알아차려야 하는지 알 수가 없게 된다. 마음과 물질에 대한 공부는 나중에 바로 알아차림이 일어나게 할 수 있는 조건이 된다.

물질에 대한 공부는 물리학이나 의학에 대한 공부가 아니다. 마음과 물질에 대해 이해하고자 하는 목적은 '자아'라는 잘못된 견해를 뿌리 뽑고 번뇌에 얽매이지 않기 위한 것이다. 우리가 사물들을 소유한 '자아'라는 생각에 집착하게 되면, 그러한 생각은 탐욕과 질투를 야기시켜 심지어는 도둑질이나 살생과 같은 악행까지도 하게 한다. 번뇌를 한 순간에 뿌리 뽑힐 수는 없다. 하지만 우리의 삶이 육문 중의 하나를 통해 한 순간에 오직 하나의 대상을 인식할 수 있을 뿐이라는 것을 이해하면, 불변하는 자아나 어떤 사람 또는 실체라는 견해에 덜 집착하게 될 것이다.

붓다가 남기신 가르침은 크게 세 가지다. 율장(위나야), 경장(숫딴따), 논장(아비담마)다. 이 셋은 '번뇌를 뿌리뽑음'이라는 같은 목적이 있다. 인용한 경전들 속에 아비담마도 또한 있다. 이와 같이 붓다의 가르침은 하나다.

논장은 궁극적 의미에서 삶이란 적당한 조건에 의해 일어나고 또 사라지는, 정신적 현상과 물질적 현상이라고 가르친다. 우리가 사람이나 자아로 알고 있는 것은 마음(-빠), 마음과 같이 일어나는 정신적 요소인 마음부수(쩨따시까) 그리고 물질적인 현상인 루빠일 뿐이다.

마음과 마음부수는 정신현상이며 그것은 대상을

> 마음과 물질이 생기고 사라짐 깨닫지 못하면
> 영원한 자아의 존재 있다고 믿게 돼
>
> 마음과 물질에 대해 이해하면
> '자아'라는 잘못된 견해 뿌리 뽑을 수 있어
>
> 붓다의 가르침 '아비담마' 공부 목적은
> 번뇌 뿌리째 뽑고 지혜 계발하는 것

인식한다. 반면, 물질현상은 아무것도 알지를 못한다. 마음은 오감을 통해 물질인 대상을 경험한다. 대상 뿐만 아니라 오감 또한 물질이다. 마음이 대상을 경험하는 도구인 오감을 문이라고 부른다. 우리가 보거나 들은 것을 생각할 때 마음은 감각의 문을 통해 대상을 인식하는 것이 아니라 마음의 문이라는 또 다른 문을 통해서 대상을 경험한다. 그러므로 여섯 개의 문이 있다. 우리는 마음의 문을 통해서 개념뿐만 아니라 정신현상과 물질현상이라는 궁극적인 실재를 경험할 수 있다.

마음은 오직 하나의 대상을 경험하고 사라지며 다음 마음에 의해서 연속된다. 우리는 보고 들을 수 있는 하나의 마음이 영속한다고 생각할 수 있지만 사실은 그렇지 않다. 한 순간에 오직 하나의 마음만 있다. 어떤 한 순간에 보는 마음이 있고 다른 순간에 듣는 마음이 있으며 또 다른 순간에 생각하는 마음이 있다. 우리의 삶은 연이어 일어나는 끊어지지 않는 마음의 연속이다.

마음은 유익한 마음(꾸살라-빠)이거나, 해로운 마음(아꾸살라-빠)이거나, 또는 유익한 마음도 해로운 마음도 아닌 마음일 수도 있다. 예를 들어 보는 마음은 유익한 마음도 해로운 마음도 아닌 오직 눈의 문을 통해서 보이는 대상을 경험하는 작용만 한다. 보는 마음이 사라진 후 색은 유익한 마음이나 해로운 마음에 의해 경험되게 된다. 그러므로 어떤 대상이 여섯 문 중의 하나에 부딪치면 여러 가지 유형의 마음들이 연이어서 일어나며 이것들 모두가 그 대상을 경험하게 된다. 그것들은 그 과정에서 특정한 순서로 일어나며 그것들을 일어나지 못하게 막을 자아는 없다. 일련의 과정으로 일어나는 마음들은 오감의 문과 마음의 문 중 하나를 통해 대상을 경험한다.

한 순간에 하나의 마음만이 일어나지만, 각각의 마음은 그와 대상을 공유하지만 고유한 기능을 하는 여러 가지 정신적 성질들인 마음부수들을 동반한다. 느낌이나 인식과 같은 어떤 마음부수들은 모든 마음에 동반되나 다른 것들은 그렇지 않다. 해로운 마음부수는 해로운 마음에만 동반된다. 반면 아름다운 정신적 성질들인 아름다운 마음부수들은 유익한 마음들에 동반된다.

물질과 물성

물질적 현상, 즉 물성은 모두 28가지가 있다. 물질은 단지 교재에 사용되는 개념용어일 뿐만이 아니라 직접 경험할 수 있는 실재다. 물질은 어떤 것을 알거나 경험하지는 못하며 마음에 의해서 알 수 있을 뿐이다. 물질은 일어났다가 사라지지만 마음만큼 빠르게 사라지지는 않는다. 단단함과 같은 물질의 특성은 몸의 감각에 부딪칠 때, 그것은 어떤 과정에서 연이어 일어나는 여러 개의 마음에 의해서 몸의 감각을 통해 인식된다. 만약 비록 물질이 마음보다 더 오래 지속된다 하더라도 다시 사라져 무상한 것이다.

물성은 단독으로 일어나지 못하고 무리지어 일어난다. 우리가 몸이라고 알고 있는 것은 물성의 여러 무리나 단위들로 이루어져 있으며 서로 다른 여러 물질무리로 구성되어 있다. 그리고 그것들은 함께 일어나서 함께 사라진다. 여러분은 몸의 물질을 만드는 네 가지 원인들이 업, 마음, 온도, 음식이라는 것을 알게 될 것이다. 뒤에 있는 세 가지 요소는 이해하기 쉽다. 그러나 맨 앞에 있는 '업'은 과거의 요소이기 때문에 이해하기 더 어렵다.

우리는 몸과 말과 마음으로 선행이나 악행을 할 수 있는데, 이것들은 나중에 적절한 과보를 낳는다. 그러한 행위를 업이라고 하는데 정확히는 그 행위의 동기가 되는 의지 또는 의도(쩨따나)라고 하는 마음부수이다. 업은 정신적 활동인데 그 힘은 축적된다. 마음은 끊임없이 일어났다가 사라지기 때문에 업의 힘은 하나의 마음순간에서 다음 마음순간으로 전달되며 한 생에서 다음 생으로 전달된다. 이런 식으로 업은 나중에 과보를 만들어 낼 수 있다. 선업은 즐거운 과보를, 악업은 괴로운 과보를 만들어 낸다. 업은 생의 첫 순간에 과보를 만들어, 인간계나 천상계와 같은 선처의 존재세계나 지옥이나 축생 같은 악처의 존재세계에 태어나게 하는 재생연결의식을 낳는다. 전생애를 통해 업은 과보마음(위빠까-빠)인 봄, 들음, 그리고 그 외 나머지 오식을 낳는다. 과보마음은 유익한 마음이거나, 해로운 마음도 아니다. 즐거운 대상을 보는 것은 선업의 과보이며 괴로운 대상을 보는 것은 불선업의 과보이다. 업 때문에 인생에서 이득과 손실, 칭찬과 비난이 번갈아 찾아온다.

재생연결의식은 업의 정신적인 결과이지만 그 순간에도 업은 물질들을 만들며 일생에 걸쳐서 계속해서 물질들을 만들어내고, 그것이 물질을 만드는 것을 멈출 때 우리의 수명은 끝나게 된다. 업은 우리가 볼 수 있게 하는 그런 감성들과 같은 특별한 종류의 물질을 만들어 낸다.

마음도 물질을 만든다. 여러 가지 기분이 얼굴표정에서 나타나는 것으로 마음이 물질을 만들어 낸다는 것을 분명하게 알 수 있다. 온도도 물질을 만들어 낸다. 예를 들면 자궁에 있는 아직 태어나지 않은 존재는 자라기 위해서 알맞은 온도가 필요하다. 일생 동안 온도는 물질들을 생산한다. 영양분도 물질들을 만드는 또 다른 요소다. 살아있는 존재가 음식물을 섭취하면 그것은 몸에 소화 흡수되고 영양분은 물질들을 만든다. 우리 몸에 있는 물질들의 일부는 업에 의해, 일부는 마음에 의해, 일부는 온도에 의해, 일부는 영양분에 의해서 만들어 진다. 우리 몸의 물질을 만드는 네 가지 요소는 서로 지탱하고 강화하며 이 짧은 수명의 몸을 잘 돌아가도록 한다. 만일 우리가 각기 다른 요인들의 조건으로 우리 몸의 물질들이 만들어지는 복잡한 과정을 알게 된다면 몸이 내 것이라는 생각에 좀 덜 매달리게 될 것이다.

몸을 이루는 물질뿐만 아니라 몸 바깥의 현상인 물질도 있다. 바위, 나무, 집들도 물질이며 이들도 온도에서 생긴다. 온도 이외에 토양, 빛, 습도와 같은 식물의 성장에 필요한 다른 요소들이 왜 없느냐고 의아할 것이다. 이러한 요소들은 식물이 성장하기 위해 꼭 있어야 할 조건임은 틀림없다. 그러나 더 정밀히 분석하자면, 소위 토양, 빛, 그리고 습도 등은 물질들의 다양한 구성체들이며 그것이 생기고 유지하게 하는 온도 없이는 일어나지 않는다. 몸 바깥에 있는 물질들은 업, 마음, 영양분들에 의해서가 아닌, 오직 온도에 의해서만 생긴다.

입고 먹고 소화시키고 움직이고 다른 사람과 대화하는 등 어떤 행동을 하든지 간에 물질은 그 기능을 수행 한다. 만일 우리가 물질에 대해서 공부하지 않으면 일상생활에서 늘 나타나는 물질의 특성을 알아차리지 못하게 된다. 우리는 사물의 있는 그대로의 실재를 알기보다는 밖으로 드러난 겉모습에 현혹되는 경향이 있다. '땅 성품[地大]'은 물질의 단단함이나 부드러움으로 나타난다. 우리가 무얼 하든지 간에 단단함은 수시로 몸에 부딪쳐 온다. 몸의 단단함이나 바깥대상의 단단함이거나 간에 일어날 때 우리는 단지 물질의 성질로 알아야 한다. 실재로는 물질의 성품의 일종인 물성뿐이다. 마음과 물질을 자세하게 공부하면 '나' 즉 '자아'라는 것이 없다는 것을 알게 된다. 아비담마를 공부하는 목적은 번뇌를 뿌리째 뽑는 지혜를 계발하는 것이다.

위오기(공주대 경영학과 교수)

新 영성 향상법
제 2기 수련회원 모집 (스님, 재가자 환영)

- 회원대상 영성의 수준을 높여 生死一如의 경지에 살면서 더욱 높은 과학적 포교에 힘쓰려는 분. 특히 재발 방지를 원하는 암 환자.
- 수련기간 2014년 2월 5일 (수요일)부터 매주 수요일 하루 2시간씩(18~20시) 3개월간, 선착순 10명, 수련비 30만원(10만원*3개월)
- 수련내용 브라이언 박사의 스트레스 힐링(듣기명상) 실습. 영성의 중심기둥 세우기 실습 등.
- 학습내용 프랭크 킨슬러 박사의 순수자각과 유필링론 캔 윌버의 영성과 초월적 성장론 윤회 전생과 카르마의 법칙. 우주 생명관 영적 존재 화이트 이글과 실버버치의 영적 가르침 운명을 개척하는 유전자 활성화법 뇌에서 스트레스를 지우는 종합기법 아리타 히데호 교수의 세로토닌 신경 활성화법 감동뇌, 공감뇌를 활성화하는 매일매일의 생활법

「레이키」를 제대로 배울 수 있는 우리나라 최초의 레이키교육단체
현대생활레이키연구회
010-8392-2557
www.reiki.co.kr / e-mail : reiki@reiki.co.kr

사찰화재보험
전문가와 상담하세요
악의적인 파괴행위 담보 가능함
❖ 가입시 필요자료
· 각 전각의 건축(증, 개축)년도 면적
보험사 현장 실사후 보험가입 함
사 찰 화 재 보 험
서일석(圓明) 합장
010-7344-1881
서울 중구 초동 21-9
동부화재빌딩 1704
※보험가액 평가료와 소정의 출장료가 있습니다.

스님 신발 및 불자용 신발
스님, 불자여러분 신발 고르기 힘드셨죠?
스님들에게 보시하는 마음으로 좋은 품질과 편안한 가격으로 공급합니다.
시중의 거품은 빼고, 우수한 품질로 직접 생산해서 판매합니다.
제품을 직접 생산하는 공장이라 믿을 수 있습니다
15년 신발 산업의 노하우와 경험으로 발이 편안합니다.
법복과 더욱 어울려 품격 있는 아름다움을 연출 할 것입니다.
※ 제품의 사이즈 교환, A/S까지 가능합니다.

<여명>

<자비>

<온누리>
판매가격 : ₩35,000원
(※5만원이상 주문시 택배비 무료)
♣ 입금계좌 : 부산은행 061-01-040795-8 (예금주 : 박선영)
♣ 판매문의 : 경도상사 051) 338-5408 / 018-556-8911

2014년도 실전 사주 명리학 무료강의 제6기 수강생 모집 안내문
그동안 제1기에서 제5기까지 전국에서 700여분의 스님이 수료하셨습니다.
대상
1 현재 사찰을 운영하고 계시는 스님
2 사찰에서 스님을 도와 신도 관리를 하는 종무보살
◆ 교육기간 : 2014년 3월 초부터 6개월간
◆ 수 강 료 : 6개월 교육 전기간 무료
◆ 개강일자 : 2014년 3월 4일(화요일) 오후 1시
◆ 교육시간 : 매주 화요일 오후 1시 ~ 오후 4시
◆ 수강신청방법 : 전화로 신청하시면 됩니다. (추후로 자세한 안내문 보내드립니다)
◆ 책 자 : 책자는 초급에서 고급비법까지 총 8권이며, 책자대금은 별도입니다. 본회의 사주명리학 강의는 초보자라도 6개월간 교육을 마치면 누구나 적중률에서 일인자가 될 수 있는 특별한 비법의 교육프로그램입니다. 배우시고 나면 큰 보람을 느끼십니다.
성 지 관 음 회
주소 : 경기도 광주시 오포읍 문형 3리 704-1
전화 : 031)768-8414~6 팩스 : 031)768-8413