설사 닦아 얻어도 모두 생사의 業



지안 스님의 임제록 강설

㉝ 본래의 道

"여러분들이 제방에서 도를 말하면서 '닦을 것이 있고, 깨달을 것이 있다' 고 하지만 착각하지 말아야 한다. 설사 닦아 얻는 것이 있다 하더라도 모두가 생사의 업일 뿐이니라. 여러분들이 육도만행(六度萬行)을 빠뜨리지 않고 닦는다 해도 나는 모두 업을 지을 뿐이라고 보느니라. 부처를 찾고 법을 찾는 것도 지옥의 업을 짓는 것이니라. 보살을 구하는 것도 또한 업을 짓는 일이며, 경전을 읽는 것도 업을 짓는 일이니라.

부처와 조사는 할 일이 없는 사람이니라. 그렇기 때문에 번뇌가 있고 하려는 것이 있거나(有漏有爲) 번뇌가 없고 하려는 것이 없는 것(無漏無爲)이 모두 청정한 업이 되는 것이니라.

어떤 눈먼 무리들은 밥 먹고 나면 바로 좌선하고 관행(觀行)을 하며, 망념의 번뇌를 꽉 붙잡아 일어나지 못하게 하며 시끄러운 곳을 싫어하고 조용한 곳을 찾으나 이것은 모두 외도의 수법이니라.

조사가 말했다. '그대가 만약 마음을 머물게 해 고요함을 살피고 마음을 일으켜 밖으로 비추고 마음을 거두어 안으로 맑게 하며 마음을 한곳에 집중하여 선정에 들려 한다면 이와 같은 것들은 모두 조작하는 것' 이라 했느니라.

여러분이 지금 이와 같은 법을 듣고 있는 그 사람을 어떻게 닦으며, 어떻게 깨닫게 하며, 어떻게 장엄할 수 있겠는가? 그 사람은 닦을 수 있는 물건이 아니며, 장엄할 수 있는 물건이 아니니라. 만약 장엄할 수 있다 한다면 일체의 모든 물건도 모두 장엄할 수 있어야 하지 않겠는가. 착각하지 말아야 하느니라."

〈임제록〉에서 말하는 임제의 법문은 매우 파격적이다. 어떤 면에서는 불교의 수행에 관한 상식마저 엎어버린다. 이 장에 와서 하는 말도 상식을 뛰어넘는 이야기다. '도는 닦을 것도 없고, 깨달을 것도 없다.' 왜 이렇게 말하는가? 도(道) 자체에서 보면 닦을 것이 없다. 깨달음도 깨달을 것이 없다. 마치 눈이 눈을 보지 못하는 것처럼 도에 들어가 버리면 도가 안 보이는 것이다. 도가 도를 닦는다 할 것이 없다. 깨달음도 마찬가지다. '부처를 부처다 하면 부처가 아니다' 는 말은 자주 써온 말이다. '선(禪)을 선(禪)이라 하면 선이 아니라는 말도 해 왔다. 노자의 〈도덕경〉에도 '도를 도라 하면 본래의 도(常道)가 아니다' 했다. 이러한 말들은 도에 계합(契合)된 경지에서 하는 말이다.

〈원각경〉에는 "일체중생이 모두 원각(圓覺)을 증득했다(一切衆生 皆證圓覺)"는 구절이 있다. 원각을 증득했다는 말은 이미 깨달아 있다는 말이다. 규봉 종밀(圭峰 宗密)이 원각경 소(疏)를 지으면서 이 구절의 증(證)자를 갖출 구(具)자의 잘못이 아닌가 의심된다는 사견(私見)을 내어 소에 적었다가 나중에 임제종 황룡파의 진정 극문(眞淨 克文)으로부터 '깨진 범부의 누린내 나는 놈' (破凡夫 腥臊漢)이라는 혹독한 비난을 받았다는 일화가 있다.

상식적인 지견(知見)으로 깨달음에 계합(契合)되기는 불가능하다고 보는 것이 선(禪)의 입장이다. 그렇기 때문에 마음을 일으키고 생각을 움직여서(起心動念) 고의적으로 무엇을 하겠다는 것을 임제는 철저히 부정해 버린다. 모두가 업을 짓는 일일 뿐이라고 말한다. 임제는 육도만행을 해서 부처가 되고자 하는 것은 죽은 송장을 타고 바다를 건너려고 하는 것과 같다는 비유를 들어 본분공부(本分工夫)의 극칙(極則)을 드러내는 말도 하였다.

깨달음의 순간을 '앞생각 뒷생각' 이 끊어지는 것이라고 표현해 놓은 말도 있다. 일종의 돈오(頓悟)의 경지를 설파해 놓은 말이라고 볼 수 있는 이 말은 잠을 자던 사람이 잠을 깰 때 순간적으로 깨는 것이지 깨기 전에 미리 잠을 깨어야겠다고 생각하고 깨는 것이 아니란 말이다.

중생이 수행을 완성해서 부처가 된다는 지극히 상식적인 말을 고차원적으로 비약시켜 이미 부처다 더 이상 부처 되려고 할 것이 없다는 식으로 말하는 여기에 공부의 핵심 묘미가 있다고 한다.

조사의 말을 소개하는 조사는 하택신회(荷澤 神會)다. 신수(神秀)의 점수를 비판하면서 한 말로 알려져 있다.

〈조계종 고시위원장〉

모든 사물이 '空'임 알아야…



세상 속 경전읽기

㉝ 석공관(析空觀)

마음의 병은 내가 아닌 것을 나와 동일시하는 습관에서 기인한다. 우리의 개아는 우리가 보고 접촉할 수 있는 사물들, 곧 우주의 모든 조각들을 자기의 것처럼 여기려고 한다. 이렇게 사물을 소유함으로써 우리의 참 자아는 점점 자신으로부터 소외된다. 그리고 소유물(이라 여겨지는 것)에 집착하는 동안 그에 상응하는 두려움이라는 벌칙을 받게 된다.

붓다는 이러한 집적현상[集積現象 · 사물들에 집착하여 내 소유물이라고 쌓아가는 현상]을 제거함으로써만 생사윤회의 굴레에서 빠져나올 수 있으며 건강을 회복할 수 있다고 가르쳤다.

건전한 계율을 실천하면 소유물이 우리에게 지운 짐의 무게가 어느 정도는 경감된다. 불교에서는 '부유' 보다는 '청빈' 을 소중히 하며, 받기보다는 주기[보시 · 布施]를 좋아하는 등, 가능한 한 소유를 줄이도록 가르침을 받는다. 게다가 선정[定]의 수행도 그런 방향으로 행해져, 상식적이고 감각적인 세계의 제법(諸法)이 망상이고, 거짓이고, 꿈같이 여겨지므로 이들이 궁극적으로 실재한다는 믿음을 털어버리고, 나와 동일시하지 않고 '있는 그대로' 볼 수 있는 지혜[慧]가 계발된다. 이러한 지혜만이 오래된 습관으로 굳어진 우리 생각으로부터 개아가 있다는 망상을 몰아내고 (인연생멸을 떠난) 무위(無爲)의 세계로 이끌 수 있다.

무위의 세계는 (인연생멸하는) 유위(有爲)의 세계와 구분된다. 우리가 고통을 겪는 것은 유위(인연생멸의 조건이 지어진 것)의 사물들을 우리와 동일시하기 때문이며, 그 사물들에 일어난 일을 우리에게 일어난 일처럼 행동하기 때문이다. 지속적인 수행으로 우리는 유일하게 지고의 가치를 지닌 무위(조건지어지지 않은 것)를 제외한 모든 유위의 사물들을 거부하고 버려야 한다. 다시 말하면, 모든 유위를 나와 동일시하지 말자는 것이다.

사물을 나와 동일시하기 위한 전제는 사물이 실재한다는 믿음이다. 사물이 실재하지 않는다는 확신이 있으면 나와 동일시하지 않기가 훨씬 수월해진다. 사물 자체가 공(空)하다는 당체즉공(當體卽空)을 깨닫기 전에, 사물을 분석해서 사물이 실재하지 않는 공(空)임을 이해하는 방법이 석공관(析空觀)이다. 금타 화상이 짓고 청화 스님이 엮은 〈금강심론(金剛心論)〉의 '석공관' 은 다음과 같이 시작된다.

"수행자는 먼저 해와 달과 별들[日月星宿] 및 산과 내와 대지[山河大地] 등 삼라만상(森羅萬象)과 사람과 짐승 내지 꿈틀거리는 일체중생(一切衆生)을 남김없이 파괴하여 '문틈의 햇살에 비치는 티끌[日光塵]' 화(化)하고 점차 나아가서 묘유의 극치인 인허(隣虛)의 백길이나 되는 장대 위[百尺竿頭]에서도 오히려 한걸음 더 전진하여 진공(眞空)의 경계에 도달할지니…"

〈金剛心論 第1編 第2章 菩提方便門 第6節 析空觀 중에서〉

우주 만물 곧 무생물[無生物 · 무정중생(無情衆生)]과 생물[生物 · 유정중생(有情衆生)]을 부수어 가루를 만들되, 문틈에 햇살이 비칠 때 부유물로 보이는 정도의 가루[日光塵, 隙遊塵]로 만들고, 더 부수어 우모진[牛毛塵 · 분자], 양모진[羊毛塵 · 원자], 토모진[兎毛塵 · 전자각(電子殼)], 수진[水塵 · 원자핵], 금진[金塵 · 원자핵의 본질], 미[微 · 식립(識粒, 식의 알갱이), 천안(天眼)으로만 보임], 극미[極微 · 색구경(色究竟, 물질의 끝), 법안(法眼)으로만 보임]로 쪼개고, 묘유의 극치인 인허[鄰虛 · 물질과 비물질의 경계, 염심근(染心根, 오염된 마음의 뿌리), 혜안(慧眼)으로만 보임]의 백척간두에서도 진일보하여 진공원명[眞空圓明 · 진공의 온전한 빛, 불안(佛眼)으로만 보임]의 경계에 도달하는 것이 석공관이다.

〈배광식 서울대 치의대학원 명예교수〉



신해행증으로 본 백문백답

㊾ 닦음의 길 19

염불, 현재의 마음이 부처

〈念佛〉

법회의식 가운데 정근(精勤)이라는 순서가 있다. 이는 쉬거나 게으름을 피우지 않고 열심히 노력한다는 뜻인데, 대개 법문이 끝난 후반부에 진행되는 의식이다. 이때가 되면 의식을 집전하는 사람이 염불(念佛)을 시작하며, 법회에 참가한 불자들은 염불을 따라하면서 절을 하거나 불전함으로 나아가 각자 준비한 보시금을 내고 자기 자리로 돌아온다. 정근은 법회가 열리는 법당의 주불(主佛)에 따라 그 대상과 내용이 달라진다. 만약 대웅전에서 법회가 열리면 '삼계의 도사이자 사생의 자애로운 어버이며 우리들의 스승이신 석가모니 부처님께 귀의합니다(南無三界導師 四生慈父 是我本師 釋迦牟尼佛).' 로 시작하는 석가모니불 정근을 한다. 법당이 무량수전이라면 아미타불 정근을, 관음전에서는 관세음보살 정근을, 지장전이면 지장보살 정근을 한다.

염불은 가장 대중적인 수행이라 할 만큼 불자들 사이에서 널리 실천되고 있다. 평소에도 손으로 염주를 굴리면서 '나무아미타불' 을 염하는 이들을 심심찮게 볼 수 있다. 그렇다면 염불을 하는 목적은 무엇이며, 불교적으로 어떤 의미를 지니는 것일까? 염불의 목적은 아미타불이나 관세음보살의 본원력(本願力)에 의지해서 서방정토(西方淨土)에 태어나는 것이다. 그렇기 때문에 염불하는 대상이 석가모니불보다는 아미타불이나 관세음보살인 경우가 많다. 일반인들에게도 널리 알려진 '나무아미타불 관세음보살' 에는 아미타불과 관세음보살에게 귀의함으로써 종교적 목적을 이루고자 하는 바람이 담겨있다.

염불은 내용에 따라 몇 가지로 구분할 수 있다. 첫째는 가장 일반적으로 행해지는 칭명염불(稱名念佛)이다. 글자 그대로 아미타불이나 관세음보살 등의 명호를 입으로 소리 내어 부르는 것이다. 이때 북이나 징, 목탁을 치면서 큰 소리로 염불하기도 하는데, 이를 고성염불(高聲念佛)이라 부른다. 둘째로 관상염불(觀想念佛)은 입으로 소리를 내는 것이 아니라 마음으로 아미타불을 간절히 생각하면서 행하는 수행이다. 그리고 실상염불(實相念佛)이라고 해서 모든 생명의 참 모습(實相)을 관하는 염불도 있다. 아미타불은 공간적으로 한량없는 빛(無量光)이며 시간적으로 영원한 생명(無量壽)을 의미한다. 실상의 차원에서 본다면, 염불은 우리들 생명의 근원인 영원한 빛과 생명 자리에 돌아간다는 자기 고백이라고 할 수 있다.

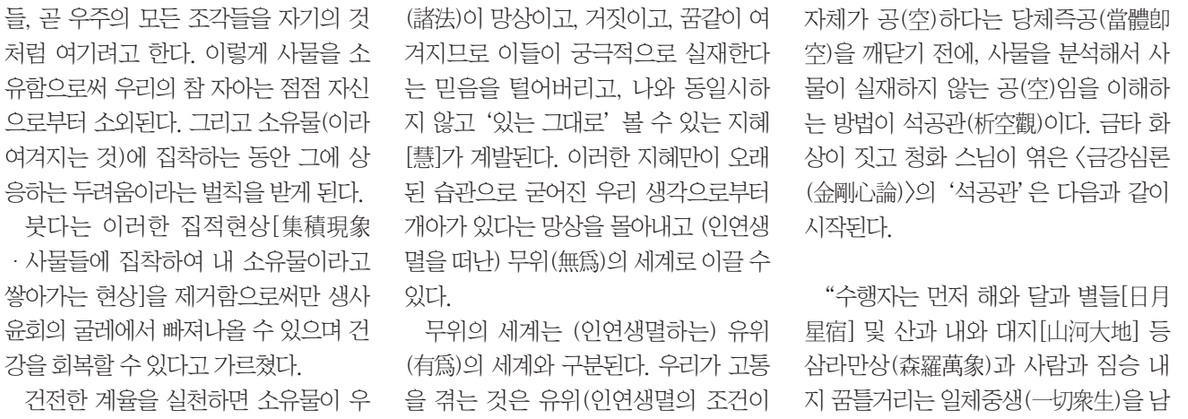
염불의 목적이 서방정토에 태어나는 것이라는 측면에서 보면, 자력적(自力的) 근본불교와는 이질적인 모습을 하고 있다. 스스로 수행해서 깨침에 이르는 붓다의 근본 가르침과 달리 염불은 절대 타자, 즉 아미타불의 힘에 의존한 타력적(他力的) 신앙이라는 뜻이다. 흔히 정토신앙에서는 깨침에 이르는 방법으로 난행도(難行道)와 이행도(易行道) 두 길이 있다고 말한다. 자기 수행을 통해 깨침에 이르는 것이 어려운 길이라면, 염불은 쉽고도 빠르게 도달할 수 있는 길이라는 것이다. 오직 간절한 마음으로 아미타불에게 귀의하기만 하면 극락왕생이 보장되기 때문이다. 아미타불의 48대 서원에서도 "어떠한 중생이라도 지극한 신심과 환희심을 내어 열 번만 나의 이름을 부르는 이가 있다면 반드시 왕생하게 될 것"이라고 강조하였다.

이러한 타력적인 측면 때문에 염불을 가볍게 보는 시선도 없지 않지만 이는 큰 오해다. 염불의 대상이 석가모니불이든 아미타불이든 관계없이 그분들의 명호를 오직 일념으로 부르다 보면 어느새 모든 번뇌, 망상이 사라지고 마음이 청정해진다. 그렇게 탐진치(貪瞋癡) 삼독(三毒)이 모두 사라지면 맑고 고요한 마음으로 세계를 바라볼 수 있다. 수행을 통해 깨침에 이른 여러 선사들이 염불을 중시하는 이유도 여기에 있다.

염(念)이라는 한자를 풀어보면 현재(今)의 마음(心)이라는 의미가 담겨 있다. 그러니까 염불은 과거나 미래가 아닌 '현재의 마음이 곧 부처' 라는 뜻이 된다. 염불을 통해 지나간 과거에 대한 집착과 오지 않은 미래에 대한 불안을 떨쳐버린다면, 우리는 바로 지금을 있는 그대로 살 수 있는 것이다. 현재의 나를 구속하는 번뇌, 망상이 사라졌으니 말이다. 염불의 불교적 의미도 바로 여기에 있다.

〈이일야 전북불교대학 학장〉

"새는지붕"
때문에 고민하십니까?



최신한옥기와강판, 일반기와강판, 스레트형강판, 슬라브, 창고, 사찰(대웅전, 요사채, 산신각, 전문시공), 공장, 일반가정집

A 지붕개량을 해야하는데 돈이 걱정되십니까?
Q 가장 싸게 시공해 드립니다 자! 이제 칼라강판으로 해결하세요!!

· 서울·경기 02-456-8831 · 충 청 도 010-6545-3350 · 전 라 도 011-248-6298
· 강 원 도 019-396-1110 · 경 상 도 010-4187-0062

가장 저렴한 가격에 제일 튼튼하고 예쁘게 단 하루만에 공사완료!
(전국 어디서나 출장시공해 드립니다)

현대칼라산업지붕공사

"당신도 날씬해질 수 있다"

KBS 과학카페



이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

박현숙 원장 출연(2010.2.6)



여자가 살빼기 더 힘든 이유

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

일상생활하며,
공복감없이
2주에 5-8kg 감량

체내 노폐물이 빠지며
건강체질로 바뀌는 효소 절식법

뚱뚱하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 숙변으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

초록원웰빙 02)523-0708 박현숙원장 010-7384-1708
인터넷 검색창에서 초록원웰빙 을 치세요.