박희승의
현대인을 위한 禪의 지혜 14 간화선에서 화두의 유래와 효능



▶한줄 요약
스트레스와 초조 불안한 마음은 '나'라고 할 것이 본래 없는데 '내가 있다'는 착각과 분별심에서 일어난다. 내가 '있다-없다'하는 분별심을 비우고 그 자리에 화두를 챙기면 마음이 바로 본래 자리로 돌아가서 편안해지고 밝아진다.

화두참선, 생사 해탈 가는 지름길

교황의 화두?

2014년 프란치스코 교황이 한국을 방문하였다. 그때 언론방송은 그 소식을 연일 크게 보도하였다. 한 뉴스의 제목이 재미있었다. '교황의 화두, 약자 먼저' 였다.

화두라는 말은 불교 선종에서 나왔다. 화두(話頭)란 '말 머리' 또는 '말' 이란 뜻이다. 말은 말인데 '말 길과 생각의 길이 끊어진 말' 이다. '뜰 앞에 잣나무' , '이 몸덩이 끌고 다니는 이것이 무엇인가?' 하는 등의 화두는 선사들이 쓰는 말로 번뇌에 휩싸인 중생이 망상을 멈추고 자기를 바로 보라고 하는 말이다. 선문에는 1700가지 화두가 규칙으로 정해져 있다.

이런 선문(禪門)의 화두를 교황이 말했을 리는 없다. 교황이 워낙 약자를 배려하는 모습을 보고 언론사에서 그런 기사 제목을 붙였을 뿐이다.

이와 같이 우리는 흔히 정치인들이나 신문 방송 또는 일상적인 대화에서도 화두라는 말을 자주 접한다. 그러나, 범부들이 일상에서 쓰는 화두라는 말은 화두의 본래 뜻을 모르고 쓰는 것이다. 그냥 화제, 이슈, 주목할 과제 등의 뜻으로 화두라는 말을 쓰지만, 화두의 본래 뜻은 그런 것이 전혀 아니다.

서양의 이분법과 중도 불이의 가치

화두란 참선 수행자가 일체 번뇌망상을 비워서 마음을 깨치게 하는 말이다. 우리 인류는 말과 문자를 통해서 타인과 소통하며 사유 분별로 지식과 학문을 발전시켜왔다. 인간은 말과 글자를 통하여 자기 생각을 정리하고 과학 기술 지식을 축적하여 인류 문명을 창조하여 지금에 이르렀다.

하지만, 인간이 발전시켜 온 언어 문자와 사유 분별 그리고 과학 기술과 지식 학문은 모두 나와 너, 주관과 객관, 옳고 그름, 있음과 없음, 선과 악 등 이분법의 논리를 벗어나지 못한다. 이것을 철학적으로 이원론(二元論) 또는 이분법(二分法)이라 한다.

예수교(기독교)가 대표적인 이원론의 종교이다. 절대자인 신이 인간과 자연을 창조했다고 하니 창조주인 신과 피조물인 인간은 하나가 될 수 없다. 신과 인간은 영원히 분리되어 있는 존재이다. 예수교의 세계관은 근본적으로 이원론이기 때문에 선과 악, 신과 사탄, 부자와 가난한 자 등등으로 세상을 둘로 본다. 이와 같은 이분법의 세계관과 가치관에서는 선과 악은 영원히 화합할 수 없고 악은 제거해야 할 사탄일 뿐이다. 까닭에 서양 기독교 문명에서는 갈등과 전쟁이 끝날 날이 없는 것이다.

또한 인류가 언어 문자로 발전시켜 온 지식과 과학 기술도 이분법의 세계관의 산물이다. 소크라테스로 시작된 철학과 과학 기술 또한 옳고 그름, 주관과 객관 등 세상 만물을 나누어 보는 사유와 논리를 바탕으로 지식을 축적해온 산물이다.

그러나, 부처님은 이러한 말과 문자를 기반으로 하는 사유 분별의 이분법으로는 생사(生死) 문제를 해결할 수 없고 일체의 이분법을 떠나야 중도(中道)를 깨칠 수 있다고 한다. 부처님은 〈초전법륜경〉에서 당신이 괴로움과 즐거움의 양극단을 떠나 중도를 깨쳤노라고 중도대선언(中道大宣言)을 하였다. 부처님은 인류의 가장 근본 문제인 생사의 괴로움을 해결하는 길로 중도를 제시한 것이다. 부처님의 중도 불이(不二)의 세계관, 가치관은 나와 너, 선과 악, 주관과 객관이 서로 다르지 않고 본래 하나라는 지혜를 깨우쳐 준다.

부처님이 열반에 든 지 1700년이 지난 12세기에 동아시아 중국에서 탄생한 화두 참선법인 간화선은 바로 부처님이 깨달은 중도를 바로 화두로 체험하고 깨달아 실천하는 수행법이다. 우리가 나와 너, 선과 악, 옳고 그름의 양변에 집착하 사유분별하는 마음을 화두로 바로 끊어 중도 불이를 깨치게 하는 탁월한 명상법이 바로 간화선이다.

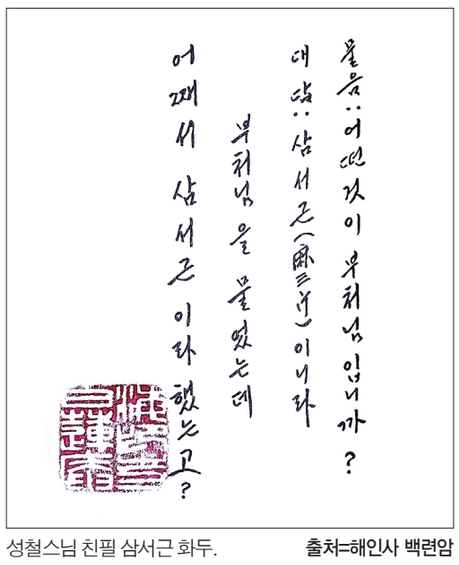


성철 스님께서 주석한 해인사 백련암 좌선실에서 화두 참선하는 재가불자들.

일체의 분별 망상 차단하여
본래 마음 체험케 하는 화두
걱정꺼리 마음 새겨두기보단
중도 정견 세우고 공부해야

화두의 유래

2005년 조계종 교육원과 전국선원수좌회가 공동 편찬한 〈간화선〉(조계종출판사)에는 화두가 육조 혜능대사의 법문에서 유래한다고 소개한다. 덕이본 〈육조단경〉에 혜능대사가 마음을 깨치고 오조에게 인가받아 남쪽으로 내려오다가 쫓아온 혜명스님을 만나 이렇게 첫 설법을 한다.



성철스님 친필 삼서근 화두. 출처=해인사 백련암

"선(禪)도 생각하지 말고 악(惡)도 생각하지 말아라. 그럴 때 너의 본래면목(本來面目)이 무엇인가?"

이 설법을 듣고 혜명은 마음을 바로 깨친다. 이와 같이 화두는 선과 악이라는 이분법의 분별 사유를 멈추고 중도를 바로 깨치게 하는 말이다.

선종의 3조 승찬대사도 〈신심명(信心銘)〉 첫 구절에는 이렇게 중도를 설한다.

"지극한 도는 어렵지 않으니 단지 미움과 사랑만 버리면 통연히 명백하리라."

미움과 사랑이라는 분별심을 비우면 중도가 바로 명백하다고 설법한다. 선과 악, 사랑과 미움, 나와 너, 옳고 그름 등등의 양극단에 집착하는 분별망상을 버리면 바로 중도인 것이다.

그런데, 범부 중생은 나와 너, 사랑과 미움, 옳고 그름, 선과 악 등 양변에 집착하여 마음이 머물고 사량 분별하며 살아간다. 그러니 생사의 괴로움을 받아 온갖 악업을 지어 생사 윤회에서 해탈할 수가 없는 것이다.

12세기 중국에서 화두 참선을 창안한 대혜(1089~1163) 스님은 〈서장(書狀)〉(〈부추밀 계신에게 답함〉 1)에서 화두에 대하여 이렇게 말한다.

"만약 바로 알고자 한다면, 모름지기 이 한 생각을 홀연히 단번에 타파해야 바야흐로 생사를 통달할 수 있을 것입니다.…

어떤 스님이 조주에게 묻기를 '개도 불성이 있습니까?' 하니, 조주가 대답하기를 '없다' 고 했습니다. 이 한 글자는 허다한 나쁜 지식과 생각을 꺾는 무기입니다. '있다 없다' 는 분별을 하지 말며, 도리에 대한 분별을 하지 말며, 의식을 향하여 분별하지 말며, 말길을 따라 살 계획을 짓지 말며, 화두 드는 곳을 향하여 깨달으려 하지 말며, 문자 속을 인용하여 증명하려고 하지 마십시오. 다만 하루 생활 속에서 항상 참구해 가기를, '개도 불성이 있습니까? 없다' 고 한 것을 일용에서 여의지 않고 공부해 나가면 언젠가는 문득 스스로 보게 될 것입니다. 그러면 한 군내 천리의 일이 모두 서로 방해가 되지 않을 것입니다."

대혜스님은 조주스님이 수행자와 묻고 답한 말을 화두로 삼아 공부하는 참선법을 제시한다. 대혜스님은 시국 사건에 연루되어 15년 동안 귀양살이를 하였고, 당시에는 교통이 불편하여 편지로 소통하는 경우가 많았는데, 스님은 주로 재가 생활 수행자들에게 불법에 정견을 세우고 화두 공부하여 마음을 깨치는 법을 편지로 제시하였던 것이다.

화두의 효능

현대인은 복잡하고 다양한 지식 정보와 인간관계에서 만연한 스트레스와 짜증, 화, 우울 등 괴로움이 일어난다. 자본주의 시장 경제 질서는 경쟁 본위로 약육강식의 치열한 적자생존의 사회이다. 경쟁에서 밀려나면 살아남기 어려운 세상이니 인간은 태어나서 학교 생활에서부터 치열하게 경쟁해야 한다. 학업을 마치고 사회 생활을 할 때에도 경쟁해야 하고 결혼도 그렇고 삶 자체가 경쟁을 본위로 하는 괴로움의 바다이다.

현대인들은 삶 자체가 나와 남을 나누어 치열하게 경쟁하는 세상에서 살고 있으니 일상 생활에서 괴로움을 느낄 수 밖에 없다. 부처님이 '삶은 고해(苦海)' 라는 말씀이 참으로 실감나는 시대이다.

이렇게 괴로움을 느낄 때, 스트레스와 짜증 화가 날 때, 막막하고 어둡고 우울을 느낄 때 화두를 하는 것이 좋다. 화두는 일체의 분별 망상을 차단하여 바로 본래 마음을 체험케 한다. 스트레스와 초조 불안한 마음은 '나' 라고 할 것이 본래 없는데 '내가 있다' 는 착각과 분별심에서 일어난다. 내가 '있다-없다' 하는 분별심을 비우고 그 자리에 화두를 챙기면 마음이 바로 본래 자리로 돌아가서 편안해지고 밝아진다. 이것이 화두 공부하는 법이다.

화두는 일상 생활에서 언제 어디서나 할 수 있다. 출퇴근할 때, 걸어갈 때, 버스나 지하철에서도 화장실에서도 걷거나 운동할 때에도 화두를 챙길 수가 있다. 반드시 좌선할 때만 화두 참선할 수 있는 것이 아니다. 현대인은 움직임이 많기 때문에 오히려 움직일 때 화두 공부하는 동중(動中) 공부가 더 유용하다.

앉아 있을 때나 움직일 때나 갈 때나 올 때나 잠잘 때나 잠에서 깨어날 때에도 걱정꺼리에 마음을 두기 보다는 화두를 챙기는 습관을 들이면 좋다. 특히 현대인들은 근심 걱정 때문에 초조 불안에서 살고 있다. 근심 걱정을 내려놓고 그 자리에 화두를 챙기면 금새 마음이 편안하고 밝아진다.

또한 현대인에게 만연한 불면증에도 화두가 좋다. 흔히 스트레스와 근심 걱정이 많을 때 잠이 잘 오지 않고 자더라도 깊은 잠을 자기 어렵다. 이럴 때 화두를 배워서 근심 걱정을 내려놓고 화두를 자꾸자꾸 챙기면 잠자기가 좋고, 또 깊은 잠을 잘 수가 있다. 그러면 면역력이 좋아져 감기나 웬만한 질병을 예방하는 것이다.

화두 참선은 반드시 정견을 세워야

흔히 불자들이 화두 참선이 좋다는 말을 듣고 책이나 유튜브를 보고 화두 참선을 시작하는 경우가 많다. 그렇게 해서는 화두 공부가 잘 되기 어렵다.

성철스님은 '화두 참선하려면 사상 정립을 하고 해야 한다' 하셨고, 고우스님은 '중도 정견을 세우고 화두 참선해야 한다' 고 늘 강조하셨다. 화두 참선은 생사 해탈로 가는 가장 지름길이니 반드시 중도 정견을 세우고 화두 참선하는 법을 바르게 알고 공부해야 한다. 화두 참선을 하고 싶은 분은 반드시 바른 선지식을 만나 부처님이 깨친 중도에 정견을 세우고 화두 공부를 해야 한다.

〈불교인재원 생활참선 지도교수 / (사)한국명상지도자협회 사무총장〉

일일시호일

한쪽다리 겨우 살렸지만
재활까진 막막

시댁 괴롭힘 벗어나 홀로 생계 이어가던 파르바티씨
끊어진 힘줄 스님 · 도반 덕에 수술…빚 1000만원 남아



농협 301-0189-0356-51 국민 023537-04-004063 예금주:일일시호일
후원신청전화 ♥정기 후원 한 달에 만원 070.4707.1080
이주노동자 지원 사업 국내 취약 계층 지원 사업
다문화가정 지원 사업 해외 지원 사업