여래 자리 돌아가면 시방세계 없어진다



지안 스님의 〈능엄경〉 강해

㊷ 치애와 허공

〈원문〉 부처님이 아난과 여러 대중에게 고하셨다. "너희들은 마땅히 알아야 한다. 유루세계의 12류 중생의 본각묘명(本覺妙明)과 각원심체(覺圓心體)는 시방 부처님으로 더불어 둘도 없고 다름도 없건만 너희들 망상으로 진리에 미혹한 것이 허물이 되었기 때문에 어리석은 애욕(痴愛)이 발생하고 그리고는 두루 미혹해졌기 때문에 허공이 생겼으며, 변화되면서 미혹이 쉬지 아니하여 세계가 생겨남이 있게 되었으니 이 시방의 미진국토는 무루(無漏)가 아니라, 모두 미혹과 완고한 망상으로 안립된 것이니라. 마땅히 알라. 허공이 너의 마음 안에서 생긴 것이 마치 구름 한 조각이 맑은 하늘에서 생긴 것과 같으니 하물며 허공에 있는 모든 세계야 더 말할 게 있겠느냐? 너희들 한 사람이 진(眞)을 발하여 근원(根元)에 돌아가면 이 시방의 허공이 다 모두 소멸해 없어질 것이니 어떻게 허공 가운데 있는 국토가 남아 있겠느냐?"

〈강해〉 이 장(章)에서 부처님 하신 말씀은 파격적으로 특별하다. 먼저 유루세계의 12류 중생의 각원심체(覺圓心體)가 부처님과 똑같다 하였다. 유루세계(有漏世界)란 번뇌가 있는 세계라는 말이지만 동시에 생사가 있고 생멸이 있는 세계라는 말이다. 각원심체란 깨달음의 결핍이 없는 마음 그 자체를 말한다. 12류 중생이 똑같다는 것은 〈열반경〉에 설한 "일체중생이 모두 불성(佛性)이 있다"는 말과 같은 뜻이다. 모든 존재의 근원이 본질적으로 보면 각(覺)이란 말이다.

그런데 중생은 이 각에 미혹하여 치애(痴愛)가 발생했다는 것이다. 치애란 망상을 말미암아 진리를 미혹한 허물을 일컫는 말인데 구상차제(九相次第)에서 업상(業相), 전상(轉相)이 나오는 단계다. 각(覺)을 가지고 있으면서도 각을 모르는 것도 미혹으로 인한 치애 탓이다. 이 치애(痴愛)의 발생으로 허공이 생기게 되었다는 매우 비약적인 설명이 덧붙여진다. 이는 회매위공(晦昧爲空)이라는 말과 같은 뜻으로 미혹이 꽉 찬 공간적 상황을 나타내는 말이다. 쉬지 않고 미혹(迷惑)이 확대되어 생긴 허공에 세계가 있게 되었다고 이어 말하고 있다. 결국 허공을 의지하여 생긴 세계가 미진수 국토로 확장되어 번뇌로 꽉 차게 되었다는 것이다. 달리 말하면 예토(穢土)가 되었다는 것이다. 극락세계와 같은 정토는 유루세계(有漏世界)가 아닌 무루세계(無漏世界)다. 유루세계는 완고한 망상으로 안립된 세계인데 망상은 유정세계이고 완고함은 무정세계이다, 곧 정보(正報)와 의보(依報)를 합하여 한 말이다.

부처님은 다시 아난에게 허공이 너의 마음 안에서 생긴 것이 조각구름이 맑은 하늘에서 생긴 것과 같다고 일러준다. 이 역시 일체유심조(一切唯心造)의 도리에 해당되는 말이다. 〈화엄경〉의 대의와 〈능엄경〉의 대의가 같다. 그래서 〈능엄경〉을 소화엄(小華嚴)이라 불렀다. 허공을 의지해 세계가 생겼으나 허공 자체가 조각구름과 같은 것이므로 보잘것없는 것이니 허공 안에서 생긴 미진국토야 더 말할 게 있느냐고 하였다. "한 사람이 진(眞)을 발해 근원(根元)에 돌아가면 이 시방의 허공이 다 없어진다(一人發眞歸元 此十方空皆悉銷殞)"는 이 말씀이 엄청난 말씀이다. 진여의 성을 발해서 본래의 여래장묘진여성 자리로 돌아가면 시방세계가 없어진다는 말이다. 이는 미혹이 없어지면 이 세상에 아무것도 남지 않는다는 말이다. 중생의 쪽에서 볼 때 모든 존재의 차별상이 나타나 보이는 것은 미혹 때문이라는 것이다. 중생이 성불하면 부처의 세계가 되고 그 부처의 세계에서는 일체의 차별 경계가 송두리째 없어진다는 말이다. 본래무일물(本來無一物)의 경지가 현현(顯現)하여 모든 세계를 벗어난다는 말이다. 허공 가운데 있던 모든 세계가 무너져버린다는 이 말은 중생은 상상도 할 수 없지만 부처의 경지에서는 그렇다는 것이다.

불교를 복귀사상(復歸思想)을 가지고 있는 종교라고 말하는 경우도 있다. 깨달음을 이루면 본래로 돌아간다는 말이다. 본래로 돌아간다는 것은 각(覺), 곧 깨달음의 자리로 돌아간다는 것이다. 그래서 선수행에서는 깨달은 이들을 본래 고향으로 돌아왔다는 표현을 쓰기도 하였다. 한 번 본래 마음 등져버리고(一從違背本心王) 몇 번이나 삼악도 들어가고 태(胎), 난(卵), 습(濕), 화(化) 사생을 겪었던가?(幾入三途歷四生), 오늘 번뇌의 때 깨끗이 씻어내고(今日滌除煩惱染), 인연 따라 옛 그대로 제 고향에 돌아가누나(隨緣依舊自還鄕). 〈반야불교연구원장〉

다겁생 지식들 활용하려면…



구선 스님의 〈묘법연화경〉 강의

㊷ 12개의 기점

여덟 번째로 세워지는 단(壇)이 명문 기점이다. 요추 2번과 3번 사이에서 세워지는 기점이다. 쿤달리니 에너지가 내장된 자리이다. 오장과는 충맥을 통해 연결되어 있고 머리와는 독맥을 통해 연결되어 있다. 쿤달리니 에너지는 본성에서 생성되는 밝은성품과 선천혼이 생성해내는 선천기, 육체의 자율신경이 생성해 내는 에너지가 하나로 합쳐진 것이다.

세포의 텔로미어를 충전시켜주고 오장의 진기를 보강해 주는 기능을 한다. 쿤달리니가 소진되면 육체 생명의 수명이 다하게 된다. 미심 단과 옥침 단을 세웠던 호흡법과 발성법을 활용해서 명문 기점을 자극해 준다.

코숨 호흡으로 미심, 중황, 옥침을 거쳐 척추를 타고 요추 2번 끝까지 내려온다. 그런 다음 혀끝으로 입천장을 자극해서 미심을 울려준다. 미심이 진동하면 그 진동을 꼬리뼈에서 느껴본다. 꼬리뼈가 진동하면 그 진동을 명문에서 느껴본다. 명문에서 후끈한 열기가 느껴지면 단(壇)이 세워진 것이다. 중심 기점과 연결해서 후천기를 받아들이게 되면 쿤달리니에너지가 활성화된다. 중심과 연결할 때는 옴자 발성법이 활용된다.

아홉 번째로 세워지는 단(壇)이 하단전 기점이다. 배꼽 아래 세치 지점(약 5cm)이다. 연수에서 시작된 미주신경이 종지하는 자리이고 천골에서 시작된 부교감신경이 종지하는 자리이다. 하단전 기점이 세워지면 머리 쪽과 천골 쪽으로 분리되어있던 부교감신경이 하나로 통합된다. 그러면서 임독양맥이 소통되고 앞기둥과 뒤기둥이 서로 연결된다.

검지손가락 끝을 손바닥에 닿도록 한 상태에서 나선 호흡으로 백회에서 중황까지 들이쉰다. 그런 다음 혀끝을 아래 이빨 뒤쪽에 살짝 대고 기~~~!하고 길게 발성한다. 턱 떨림이 턱관절을 울리도록 하고 턱관절의 떨림으로 뒤통수를 울려준다. 뒤통수의 떨림을 시상 3뇌실로 끌고 와서 3뇌실과 대뇌변연계를 함께 울려준다.

의식이 몽롱해지면 발성의 진동을 중뇌, 교뇌, 연수로 내린다. 연수에서 미주신경을 타고 목 옆선, 쇄골, 식도를 거쳐서 중심을 울려준 다음 하단전까지 끌고 내려간다. 하단전에서 후끈한 열기가 생겨나고 그 열기가 명문과 이어지면 단(壇)이 세워진 것이다. 4선정에서 한물건이 형성되는 자리이고 육부 순화의 중추점이다.

열 번째로 세워지는 단(壇)이 황정 기점이다. 요수 2번과 3번 사이에 세워지는 기점이다. 중추신경이 최초로 형성된 자리이고 최초의 식업이 내장된 자리이다. 천골신경과 다리신경이 시작되고 명문과 연계되어서 선천원기를 내장하고 있다.

꼬리뼈 순화와 채약이 이루어지는 자리이고 5선정이 행해지는 중추점이다. 엄지손가락으로 3지, 4지를 강하게 눌러준다. 나선 호흡으로 백회에서 황정까지 길게 들이쉰다. 혀 중간부위로 입천장을 자극하면서 이~~~!하고 길게 발성한다. 중황을 울려주고 그 울림으로 중간 기둥 전체를 자극해 준다.

뇌줄기를 거쳐서 중극을 울려주고 황정까지 내려온다. 후끈한 열감이 느껴지면 단(壇)이 세워진 것이다. 중황, 중극, 황정이 하나로 연결되면 선천영과 유전영, 습득영의 정보가 하나로 통합된다. 그렇게 되면 수많은 생을 통해 체득한 지식들을 활용할 수 있게 된다. 세 기점의 단(壇)이 활성화되면 중추신경 전체에 세포재생이 비약적으로 증가하고 면역력도 극대화된다.

〈영양 연화사 주지〉



지흐 스님의 〈능가경〉 강설

㊷ 닦는다는 것은 무엇인가

찾는 마음, 어리석음으로 생긴 것

"그대는 앉아서 무엇을 하려고 하는가?", "부처가 되려고 합니다."

이 말을 듣고 남악 회양 선사가 기왓장을 들고 와서는 좌선하고 있는 마조 스님 앞에서 기왓장을 갈고 있었다.

우리는 무엇을 참구하려고 할 때, 그 알려는 마음으로 인해 자신이 무엇을 놓치고 있는지 돌이켜 보지 않고, 자신이 부처가 되려고 하는 욕망 때문에 자신이 놓은 덫에 걸려들고 만다. 아마도 대부분은 무엇이 덫인 줄조차 이해하지 못하고 걸려든다. 그리고 또 어떤 대상을 찾는다고 말하지만 정작 그 대상이 무엇인지 이해할 틈도 없이 출발부터 하기도 한다. 수행에서 대부분 우리가 겪고 있는 어려움인데, 이 어려움은 수행하면서 생겨나는 어려움이 아니라 수행이 무엇인지를 몰라 일으키는 사소한 실수들이다. 우리는 아주 가까이에서 이런 경험을 하고 있다. 특히 남자가 특별한 요리를 한다고 할 때 많이 나타나는 현상들이다. 요리를 잘하지 못하면서 꺼내 놓는 것은 엄청 많다. 요리 하나를 하고 나면 온갖 그릇들이 밖으로 나오고 양념들도 나오고 부엌 전체가 아주 많이 어수선해진다. 그에 비해 요리된 음식은 몇 가지가 되지 않는데 설거지할 그릇은 산더미처럼 쌓이게 된다. 시간도 아주 많이 허비한다. 요리하는 일도 힘들었지만 어지러운 그릇을 정리하는 시간도 힘들다.

삶이나 수행에서 겪는 능숙하지 못한 일들은 나쁜 일도 아니고 좋은 일도 아니다. 모른다는 것도 나쁜 일도 아니고 좋은 일도 아니다. 그런 일을 접하는 지혜가 중요하다. 지혜는 순수함이다. 어떤 상태를 어디에도 전가하지 않아야 한다. 지혜는 그때의 인연의 들음에서 현재의 인연을 배우는 것이다. 옳고 그름을 배우는 것이 아니다. 자신에게 주어진 인연을 있는 그대로 알 수 있는 상태이다. 인연은 누구에게도 백퍼센트 만족할 수가 없다. 그래서 어렵다. 조금만 불만족스러워도 마음이 움직여버린다. 마음이 움직이고 나면 수행을 하는 마음이나 인생의 진로를 변경하는 일이 생겨나는 것이다. 그때의 수행은 수행이 아니라 마음의 위안을 받으려는 행위일 뿐이다. 태어남은 개체의 태어남이 아니라 인연의 태어남이다. 그러니 실체가 없다. 지금 있는 그대로의 인연에 간택이 없다면, 그는 따로 부처가 될 필요가 없는 것이다.

"그런데 기왓장을 갈아서 어떻게 거울이 되겠습니까?" "그렇다면, 그대가 좌선을 한다고 어찌 부처가 되겠는가?" "좌선을 하여 부처가 되지 않는다면 어찌해야 합니까?" "소가 수레를 끄는데 만약 수레가 가지 않으면 수레를 때리는 것이 옳은가? 소를 때리는 것이 옳은가?"

찾는 마음은 어리석음으로 생긴 행위이다. 그 행위는 어리석음에서 나왔기 때문에 바른길을 갈 수가 없다. 사대오온은 아무것도 알지 못한다. 그저 마음으로 인해 움직이고 있는 것뿐이다. 수레가 어디를 가는 줄 알겠는가. 그저 이쪽으로 저쪽으로 가자고 하니 가는 수밖에 없다. 어디가 종착점인지를 모른다. 그것은 마음도 마찬가지다. 마음도 무엇을 해야 할지를 모른다. 그러면서 부처가 되려고 하니 어찌 부처가 되겠는가. 우리가 할 수 있는 일은 아주 간단하다. 몸과 마음이 무엇인지 이해하는 일이다. 이해하기 위해서는 몸과 마음에 대해 자세하게 관찰하는 일이다. 누구나 관찰을 해보면, 몸과 마음은 최종적으로 우주에 대해 아는 것이 아무것도 없다. 우리가 배우는 목적도 똑같다. 알지 못하기 때문에 배우고 있는 것이다. 만약 알지 못하기 때문에 배우고 있다는 말의 뜻을 알아 버리면, 그는 더 이상 아무것도 배울 필요가 없어진다. 그런데 이 말을 완전하고 깊이 있게 알지 못해 계속 참구하게 되는 것이다.

스스로가 된다는 것은 우주에 일어나는 일에 아무것도 배울 것이 없다는 것이다. 그는 언제나 알고 있다. 일어날 때 일어남을 알고 있고, 사라질 때 사라짐을 알고 있다. 미리 알려고 허둥대지 않고, 지나간 일에 되새김하여 붙들리지도 않는다. 오직 지금 그대로의 일어남을 알고 보고 있을 뿐, 그것을 실체라고도 허상이라고도 하지 않는다.

〈(사)여시아문 선원장〉

