보는 성품은 미묘하고 밝다



지안 스님의 〈능엄경〉 강해

⑪ 견(見)

〈원문〉 "아난아, 가까이 있고 멀리 있는 모든 물체들이 비록 차별되나 다 같이 너의 청정한 견정(見精)으로 보는 것이니 물체의 종류는 차별이 있지만 보는 성품은 다르지 아니하니라. 이 견정(見精)의 미묘하고 밝은 것이 진실로 너의 보는 성품이니라. 만약에 보는 것이 물체라 한다면 곧 네가 나의 '보는 것'(見)을 보아야 하리라. 만약 너와 내가 함께 같은 것을 보는 것으로 나의 견을 본다고 한다면 내가 보지 않을 때에는 어찌하여 나의 보지 못하는 곳을 보지 못하는가? 만약 보지 못하는 것을 본다면 자연히 보지 못하는 모습이 아니리라. 만약 나의 보지 못하는 것을 보지 못한다면 자연히 물체가 아니거늘 어찌 네가 아니리요?"

〈강해〉 〈능엄경〉 2권에서는 마음의 참 성품을 견(見)으로 밝히고 있다. 보는 성품이나 듣는 성품이 똑같은 것이지만 '팔환변경(八還辯見)'을 주된 내용으로 하는 대의에 따라 눈이 보는 성품(見性)을 가지고 부처님 아난에게 말씀을 하신다. 눈이 보는 사물은 그 종류가 다양하다. 모양이 다르고 색깔이 다르다. 그러나 눈이 보는 것은 다르다고 할 수 없다. 이 '보는 것'을 견정(見精)이라고 하고 달리 견성(見性)이라 하였다. 보는 알맹이, 보는 성품이라는 말이다.

네 가지로 가정을 하여 견(見)을 설명한다. 이 대목을 사약장(四若章)이라 말해 오기도 했다. 만약 약(若)이 네 번 이어져 나오기 때문이다. 이 대목을 부연설명하자면 사람의 눈이 물체를 볼 때 볼 수 있는 조건이 있다. 우선 밝아야 볼 수 있고 어두우면 보지 못한다. 또 트여야 볼 수 있고 막히면 보지 못한다. 밝은 것은 해 때문이며 어두운 것은 해가 없는 캄캄한 밤이기 때문이다. 밝은 것은 해로 돌아가고 어두운 것은 그믐밤으로 돌아간다. 그러나 어두워 물체를 보지 못한다고 해서 견(見)이 없어지는 것은 아니다. 견 자체는 조건의 지배를 받지 않는다. 그래서 견은 밝음이나 어둠처럼 돌아갈 데가 없다 하였다. 돌려보낼 수 없는 견(見)이 아난의 참된 마음, 곧 진성(眞性)이라는 것이다. 이는 아난이 "견(見)이 어찌하여 내 진성인 줄 알겠습니까"하고 의심하고 있는 아난의 속뜻을 아시고 하는 말씀이다. 이 진성을 나중에는 여래장묘진여성이라 한다. 이 말이 〈능엄경〉의 핵심을 나타내는 말이다. 〈능엄경〉의 대의를 '기탁염 발묘명'이라고 말해 왔다. 탁한 번뇌의 오염인 식심분별을 버리고 여래장묘진여성의 묘명(妙明)을 계발한다는 뜻이다. 〈능엄경〉은 능엄신주(楞嚴神呪)가 설해져 있어 밀교적 요소를 담고 있는 경으로 여기기도 하고 동시에 여래장 사상이 설해져 있는 경전으로도 간주된다. 말하자면 여래장 사상이 밀교화 되어있는 경이 〈능엄경〉이라는 말이다. 중생의 몸에 불성이 내재되어 있음을 깨닫게 하는 것이 능엄법문의 요지이다.

사약장(四若章)의 처음 말인 '견이 물체라면'에서 아난이나 부처님의 견이 물체라면 아난이 부처님의 견을 볼 수 있어야 되지 않느냐는 말이고, 다음 '만약 함께 같이 보는 것을 나의 견을 보는 것이라 한다면'은 아난과 부처님이 똑같은 물체를 볼 때 부처님이 보시는 것을 아난이 보면 그것이 부처님의 견을 보는 것이냐는 말이다. 다음 세 번째 '만약 보지 않는 곳을 본다면'은 부처님이 보지 않는 곳을 아난이 본다면은 뜻이고, 네 번째 '만약 나의 보지 못하는 곳을 보지 못한다면'은 부처님이 보지 않는 데를 아난이 못 본다는 뜻이다. 이어 부처님이 하신 말씀은 부처님이 보지 못하는 데를 아난이 보지 못 한다면 부처님이나 아난의 견이 물체가 아니라는 말이다. 그래서 물체가 아니라면 견이 바로 아난이라는 말이다. 결론적으로 말하면 아난의 견이 아난이라는 말이다. 바꾸어 말하면 사람이 누구나 눈으로 물체를 볼 때 명암 통색 등의 조건에 의해 보지만 보는 주인공인 견(見)은 조건과 관계없이 그대로 있는 것인데 이것이 바로 '이 뭣고'를 찾을 때의 자기 정체 곧 아이덴티티(identity)라는 말이다. 눈먼 장님에게도 견은 있고, 죽은 사람에게도 견의 성품은 있어 그것이 불생불멸하는 진여의 성품이라는 것이다. 이 성품이 시방법계에 변재(遍在)해 있다는 것이다.

〈반야불교연구원장〉

"옴~" 파장, 음기 제거 · 수련공간도 정화



구선스님의 〈묘법연화경〉 강의

⑪ 옴 수련

'옴' 수련을 하게 되면 발성의 파동을 통해 몸 안에 누적된 음기를 밖으로 배출시킨다. 옴 소리의 파장은 몸 안의 음기를 제거하면서 수련공간까지 정화한다. 자세를 바로잡고 앉는다. 가부좌나 반가부좌도 좋고 반듯한 의자에 허리를 세우고 앉아도 좋다. 숨을 내쉬면서 "옴~~~" 하고 소리를 낸다. 혀는 입안의 가운데에 위치한다. 중심에서 '옴' 소리가 시작되어서 둥근 구의 형태로 울려 퍼지도록 한다. 풍선이 점점 부풀어나듯이 가슴에서 몸 전체로 옴 소리가 울려 퍼지도록 한다. 이 과정을 반복해서 연습한다.

"옴"하고 소리가 둥글게 울려 퍼질 때, 몸에서 일어나는 진동을 좀 더 섬세하게 느껴본다. 가슴 중심에서 시작해서 폐부, 그리고 장부와 머리, 팔다리, 온몸 전체가 진동하는 것을 느껴본다. 옴 소리의 진동을 상상하지 말고 직접 느껴야 한다. 체득(體得)될 때까지 계속한다. 이렇게 하다 보면 장부에 쌓여있던 탁기가 몸 밖으로 빠져나온다. 그때 몸에서 여러 가지 현상들이 나타난다. 목 부분에 마비가 올 수도 있고 폐와 심장 부위 또는 전신에서 통증이 느껴질 수도 있다. 일종의 명현 반응이다. 그런 증상은 대개 금방 사라진다. 옴 발성을 몇 차례 해보면 자신의 몸 상태에 맞게 소리의 높이가 정해진다. 너무 작게 소리 내지 않도록 한다. 매일 시간을 정해 놓고 규칙적으로 수련하는 것이 좋다. 수련 시간은 1시간 이상해야 한다. 수련이 깊어질수록 같은 시간으로 더 큰 효과를 낼 수 있다. 자세를 취한 다음 중심에 의지를 두고 아랫배 깊숙이 숨을 들이쉰다. "옴~~~"하고 발성을 하면서 소리의 진동이 온몸으로 퍼져나가는 것을 느낀다. 진동을 보다 선명하게 느낄 수 있을 때까지 반복한다.

진동이 일어나서 퍼져나갔다가 다시 멈추었을 때 그 바탕에 자리한 '고요함'을 인식한다. "옴~~~"하고 발성을 하면서도 진동이 퍼져나가는 이면을 주시한다. 아무렇지 않은 자리, 아무것도 일어나지 않는 가슴 바탕을 느껴본다. 처음에는 진동만 느껴지지만 나중에는 진동과 고요함을 동시에 느낄 수 있다. 그렇게 되면 중심이 돈독하게 세워진 것이다. 이때부터는 일상 속의 모든 현상을 가슴으로 비춰 본다. 그러다 보면 고요함이 벽과 같이 튼튼해진다. 숨을 깊이 들이쉬었다가 "옴~~~"하고 내쉰다. '옴' 소리가 둥글게 퍼져 나가도록 하면서 가슴 바탕의 고요함을 함께 주시한다. 몸 전체의 피부 감각을 활용해서 중심으로 기운을 끌어들인다. '옴' 소리가 구의 형태로 울려 퍼지면 들숨을 따라 구의 중심으로 다시 기운이 집약된다. '옴' 소리가 둥글게 멀리 울려 퍼질수록 끌어들이는 기운의 양이 많아진다. 기감(氣感)이 깨어나 있으면 몸 전체로 기운을 느낄 수가 있다. 피부와 몸 전체에 조여드는 듯한 느낌이 생기고 저르르한 기감이 형성된다. 가슴이 부풀어서 빵빵해진다. 때로는 가슴이 밝은 빛으로 환해지는 것을 보기도 한다. 열이 발생해서 몸이 후끈거리기도 하는데 숙달이 되면 기운이 안으로 갈무리되면서 평안해진다. 그 상태에서 장부 순화는 더욱더 심화된다. 가슴 바탕에 고요함도 더욱더 튼튼하게 자리 잡는다. 중심의 편안함이 깊어지면 중심과 육장을 하나씩 연결한다.

먼저 심장을 연결한다. 편안함을 바탕으로 삼고 심장에 대한 그리움을 일으킨다. 마음이 조급해서도 안 되고 선입관이 있어도 안 된다. 그리움이 지나쳐서 편안함이 흐트러져도 안 된다. 중심과 심장을 연결해 놓고 지극하게 기다린다. 어미 닭이 알을 품는 심정으로 사랑하는 사람을 그리워하는 심정으로 심장을 느껴본다.

〈영양 연화사 주지〉



지흐스님의 〈능가경〉 강설

⑪ 연(緣)과 인(因)의 원인

생기는 것도 사라지는 것도 없어

공존하는 물질과 물질, 물질과 비물질, 비물질과 비물질의 상호작용은 끊임없는 에너지의 발산으로 묶여있다. 그러나 에너지의 연결성이 어디에서 시작하여 어떻게 지속해서 표출되는지는 누구도 그 근거를 제시할 수 없다. 다만 우리가 알 수 있는 것은 지금 일어나는 현상에서 서로가 힘의 균형을 유지하려고 한다는 것이다. 이러한 서로의 관계는 외적인 큰 틀에서 보면 어떤 고정된 일정한 규칙이 있는 것 같지만, 내적인 미세함에 들어가면 일정한 방향성을 가지고 있는 것은 없다. 규칙과 비규칙의 혼합에서 나타나는 현상은 그 정의를 내린다는 것은 어쩌면 토끼뿔처럼 실제와는 관계없는 추상적인 사물이나 개념을 사실화하여 나타내고자 하는 마음의 일이지, 그것이 실제로 존재하는 것은 아니다. 따라서 사물은 "실제로 보인다"고 하는 형태를 가질 수 없고, 만에 하나 있다고 하더라도 시간과 위치를 정할 수 있는 곳이 없다. 여기에 이의를 제기하지 않는다면 우리는 서로 다른 대화가 필요 없겠지만, 만약 이의를 제기한다면 사물의 실재에 대한 논의는 접어 두고, 먼저 시공간에 대한 정의와 시작점을 정해야만 한다. 그런데 시공간의 정의와 시작점을 시공간에 있는 사물이 어떻게 정의를 내리고 무엇을 정했다고 할 수 있겠는가. 실험과 상상은 가설일 때는 사물에 대한 규칙의 표본이 찾아지겠지만, 사실과 연결 지을 때는 그 표본이 사실이라고 말할 수 있는 근거가 없다. 왜냐하면 우리는 실제를 모르기 때문에 실험과 상상을 하였던 것이지, 사물이 가지고 있는 본질을 알았다면 마음에 비친 사물에 대해 진위 여부를 가리지 않을 것이기 때문이다. 그러므로 우리는 마음에 비친 허상의 진위 여부를 밝히는 것이 불필요함을 명확하게 인식하고, 진위 여부를 일으키려고 하는 그 순간의 마음을 깨뜨리는 데 온 힘을 기울여야 한다. 만약 지금 일어난 일이 사실적인 부분이 없다면 그것과 연관된다고 생각하는 다른 대상도 사실을 바탕으로 나타난 것이 아닐 것이다.

"유무의 연기법은 생겨남이 있는 것이 아니라, 습기의 유전에 미혹된 것으로, 이로부터 삼유가 드러나도다. 진실로 생기는 것도 없고 사라지는 것도 없으니, 일체의 유희는 허공의 공화와 같도다."

그럼 일상에서 일어나는 모든 현상이 서로 연결고리가 있을 것이라고 생각하는 원인은 무엇 때문인가? 우리의 의식은 수많은 삶을 살아온 셀(cell)을 가지고 있다. 그 기억장치는 아주 얇은 유리막으로 겹겹이 중첩되어 있어 사물이 나타나면 중첩된 의식의 눈으로 사물에 대한 판단을 하게 된다. 이때마다 저장되어있는 각각의 정보는 개체들이 살아가는 사실적인 표본이 된다. 물론 개체의 기억이 보편적인 실제는 아니지만, 그 개체의 정보에서는 사실이라고 보아야 한다. 그 정보가 사실이 아니라면 개체의 기억장치에 저장될 수는 없다. 왜냐하면 사실이 아닌 것은 정보의 가치가 없기 때문이다. 따라서 개체의 중첩된 정보는 서로가 연관성을 가지고 연결되어 있다고 생각하게 만들고 순조롭게 진행되기를 바라게 된다. 하지만 우리가 살아가는 일상은 부딪치지 않는 일이 거의 없다. 언제나 이것과 저것의 선택으로 부딪치고 갈등하게 된다. 혼자 살 때나 여럿이 살 때나 마찬가지다. 계속해서 고민하고 풀어보려고 노력하지만, 항상 제자리에 있다.

그 이유는 아주 간단하다. 우리는 '나'라는 하나의 삶을 산다고 여기지만 '나'라는 하나의 삶을 살아갈 수가 없다. 우리는 태어날 때마다 '나'라는 기억장치를 가지고 살아왔다. 그러니 우리의 기억은 다중기억장치이다. 앞을 기억하는 개체와 뒤를 기억하는 개체가 완전히 다르다. 그러니 지금 내가 '나'라고 하는 기억장치를 움직이면 과거의 '나'라고 하는 기억장치가 가만히 있을 리 없다. 그것도 같이 움직이게 된다. 그러니 지금의 생각이 지금의 생각이 아닌 복합적인 생각이 되고 만다. 이것을 부처님은 습기의 유전이라고 말씀하신 것이다. 습기의 유전이 생기면 삼유가 자연히 생기고, 그것으로 인해 갈등은 증폭되어 혼란은 가중되는 것이다. 따라서 지금 보이는 사물은 실제인 것이 없으니, 너무 지나치게 옳고 그름으로 구분하여 자신을 괴롭히지 않는 것이 지혜로운 일이다.

〈(사)여시아문 선원장〉



