박희승의
현대인을 위한 禪의 지혜 ⑥ 세계적인 명상 붐과 한국불교의 과제 4



▶한줄요약
불교의 깨달음 명상을 바르게 해서 생사 윤회의 괴로움을 해탈하여 영원한 대자유로 가려면, 먼저 어리석음을 버리고 정견(正見)을 세워야 한다.

"영원한 대자유 위해선 정견 세워야"

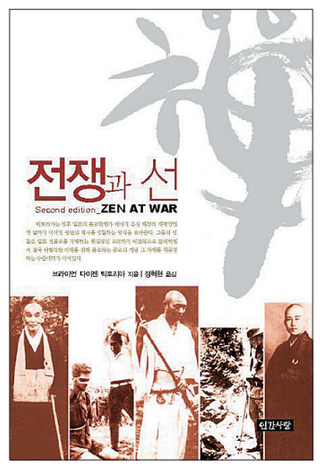
〈正見〉

서구의 치유 명상은 불교 명상에서 배워가서 현대인을 위해 과학으로 연결하고 프로그램화하여 눈부신 성장과 발전을 하였다. 이제 명상은 대세가 되었다.

그러나 빛이 있으면 그늘이 있듯이 치유 명상은 긍정적인 면과 동시에 부정적인 문제도 나타났다. 서구의 치유 명상가들은 불교의 깨달음 명상의 기본인 지계(持戒)와 팔정도의 정견, 삼매 중에서 삼매와 알아차림(마음챙김, 마인드풀니스)만을 가져다 프로그램화, 상품화하였다. 불교 명상에서 지계와 정견, 깨달음이 빠진 명상 테크닉만으로도 현대인들에게 만연한 스트레스와 초조 불안한 심리를 치유하는데 도움을 주고 있지만, 이러한 치유 명상은 근본적으로 한계가 있는 것이다.



아베(가운데)의 좌선



'전쟁과 선' 책 표지

소엔(釋宗演, 1858~1919)에게 연대하자는 편지를 보냈다. 그러나 소엔은 이렇게 냉소적으로 거절하였다.

"비록 부처는 생명을 취하는 것을 금하였으나, 그는 또한 모든 중생들이 무한한 자비의 수행을 통해 함께 연합할 때까지, 평화는 결코 존재하지 않을 것이라고 가르쳤소이다. 따라서 양립할 수 없는 것들 사이에 조화를 일으키는 수단으로서, 살생과 전쟁은 필요한 것이오." (브라이언 다이젠 빅토리아, 〈전쟁과 선〉, 인간사랑)

부처님이 깨달음의 길에서 기본으로 가르친 오계(五戒) 가운데 가장 먼저 나오는 것이 "불살생(不殺生), 생명을 죽이지 말라"이다. 불교하면 가장 떠오르는 가르침이 자비, 불살생이라 할 수 있는데, 당시 일본의 유명한 참선 지도자 소엔은 살생과 전쟁을 옹호하면서 뜻 깊은 톨스토이의 전쟁 반대 평화연대를 거부한 것이다.

치유 명상은 일시적인 행복

치유 명상은 생사윤회의 괴로움을 해탈하는 깨달음을 말하지 않는다. 깨달음 없는 명상은 현대인들에게 일시적인 심신 치유에는 도움이 되겠지만, 스트레스와 괴로움을 근본적으로 해결할 수는 없다.

왜 그런가? 불교의 깨달음 명상은 인간이라면 누구나 피할 수 없는 생로병사의 괴로움을 완전히 해탈하는 길로 안내하지만, 치유 명상은 생로병사 문제는 그대로 두고 스트레스 감소와 마음의 평안만을 안내하기 때문에 효능이 제한적이다.

불교의 깨달음 명상은 현대인이 일상에서 느끼고 체험하는 스트레스와 초조 불안한 마음의 근원인 '나'가 본래 있는 것도 아니고 없는 것도 아닌 중도(中道), '나'라고 할 실체가 없는 '무아(無我)'임을 바로 보라 한다. 그리고 그 중도, 무아를 명상을 통해서 체험하여 영원한 행복의 길로 안내한다.

반면에 치유 명상은 스트레스 받는 '나'가 있다는 유아(有我)의 입장에서 명상을 한다. 내가 있다고 보니 스트레스도 있고, 화도 있고, 괴로움도 있다는 전제에서 치유 명상을 통해서 스트레스와 화, 망상을 내려놓으라 한다.

이렇게 '내가 있다'는 유아의 입장은 스트레스 받는 내가 있다고 보니 하루에도 수많은 경계를 만나고 그때마다 좋고 나쁜 분별과 스트레스, 일어나는 감정을 다스리기가 쉽지 않다. 물론 그렇기 때문에 명상을 지속적으로 해야 한다고 치유 명상가들은 안내한다.

불교 명상은 영원한 행복의 길

반면에 불교의 깨달음 명상에서는 스트레스를 유발하는 수많은 경계를 없애는 것이 아니라 나와 경계가 둘이 아니라는 정견을 세우라 한다. 즉, '나'라는 존재가 자연의 산물인 산소와 물과 음식 등에 의지하여 존재하니 나와 자연, 그리고 세상은 분리할 수 없는 하나다. 이것을 불이중도(不二中道)라 한다. 나와 우주 만물이 서로 의지해 인연으로 존재할 뿐 독립된 실체가 없는 무아(無我)다. 이 중도 무아에 대하여 바르게 공부하여 정견을 세우고 살아가면 어떠한 좋고 나쁜 경계를 만나더라도 정견을 세우면 스트레스와 화뿐만 아니라 생사의 괴로움을 완전히 해탈할 수가 있다.

하지만, 이러한 중도 정견은 깨어있을 때는 되지만, 바쁜 일상생활에서는 잊고 상대 분별에 빠져 좋고 나쁜 양변에 집착하여 살아가기가 쉽다. 상대를 좋고 나쁜 양변으로 보게 되면 좋은 것은 가지고 싶고 나쁜 것은 멀리하고 싶은 분별심이 일어난다.

무명 있는 한 명상 해도 나아지기 어렵다

나와 우주 만물이 본래 중도 무아인데 그것을 잊고 '내가 있다'는 착각을 일으켜 좋고 나쁜 양변에 분별심을 내면 내 뜻대로 되는 세상이 아니니 스트레스와 짜증, 화가 일어나게 된다. 이것이 생사 윤회하는 마음이다. 이것을 불교에서는 어리석음, 무명(無明)이라 한다. 즉, 나라고 할 것이 본래 없는데 '내가 있다'는 분별망상을 일으켜 어리석음 속에 살아가니 생로병사의 괴로움을 영원히 벗어날 수가 없는 것이다.

그래서 이 어리석음 무명이 있는 한 바른 명상을 하기가 어렵다. 설사 명상을 하더라도 일시적인 효능만을 누릴 뿐 괴로움의 근본을 해결할 수는 없는 것이다. 스트레스 받는, 고통 받는 내가 있다고 보기 때문이다. '나'가 있는 한 생로병사의 괴로움, 생사 윤회 괴로움에서 영원히 벗어날 수가 없다.

스트레스와 괴로움을 완전히, 영원히 없애려면 내가 무아, 중도라는 것을 깨달아야 한다. 그래서 중도, 무아에 정견을 세우고 명상을 통해서 중도를 마음으로 체험하고 생활에서 실천해 나가야 한다. 나와 우주 만물의 존재원리인 중도를 이해해서 정견을 세우면서 명상을 할 때 바른 효능이 나고 스트레스는 물론 괴로움의 근본 문제를 해결하여 영원한 행복으로 갈 수가 있는 것이다.

> 정견은 바른 세계관과 가치관
> 나와 자연 서로 의지하는 존재
>
> 내존재가 중도 무아임을 알고
> 명상하면 영원한 행복이 가능

그러므로 불교의 깨달음 명상을 바르게 해서 생사 윤회의 괴로움을 해탈하여 영원한 대자유로 가려면, 먼저 어리석음을 버리고 정견(正見)을 세워야 한다.

정견이란 무엇인가? 정견은 바른 견해다. 바른 견해 정견의 반대말이 어리석음, 편견, 삿된 견해로 한문으로는 무명(無明)이다. 무명은 밝음이 없다, 어둡다는 말이다. 우리가 세상을 볼 때 치우치거나 잘못 보면 크고 작은 어려움에 빠진다. 가령 길을 가다가 앞에 물웅덩이를 바로 보지 못하면 물에 빠지게 된다. 바로 보지 못하면 괴로움에 빠진다. 그러니 항시 정견을 밝혀야 한다. 이 정견은 명상뿐만 아니라 모든 일, 모든 문제, 모든 관계에 가장 중요하다.

정견 없는 참선 수행의 잘못된 사례들

정견 없는 불교 명상 참선의 사례도 살펴보자. 몇 년 전에 일간 신문에 일본 아베 전 총리가 좌선하는 사진이 공개되었다. 기사에 따르면 아베는 첫 총리시절 위장병을 앓고 있었는데, 총리직에서 사임한 뒤 지인의 권유로 참선을 해서 병에서 회복하였다고 한다. 건강을 회복한 아베는 다시 총리직에 도전하여 선출되었는데, 당시 아베에게 참선은 큰 도움이 되었다고 한다.

그러나, 아베는 총리 재임시절에 제2차 세계대전을 일으킨 일본 전범들이 묻힌 신사를 참배하고 전쟁 당시 한국인 종군 위안부와 전범 기업들의 강제징용사건에 대하여 사실을 부인하며 사과도 하지 않았고, 한국에 엉뚱한 경제제재를 가하기도 하는 등 일본이 과거 제국주의로 퇴보하려는 언행을 보여 주변 국가들의 우려를 낳았다. 아베는 참선으로 자기 마음의 평화와 건강을 회복했지만, 한국 등 과거 일본제국주의 식민지 침탈을 당한 주변 국가 국민들에게는 지탄받는 행동을 했다. 결국, 아베의 말로는 우리가 다 아는 바처럼 비극적이었다. 이것이 정견 없는 어리석은 참선 명상의 과보(果報)다.

일본은 이처럼 정견 없는 잘못된 참선 명상의 전통이 상당히 뿌리 깊은 것 같다. 1904~5년 러일전쟁 당시에 러시아의 대문호 톨스토이가 전쟁을 반대하고 평화를 애호하는 러시아와 일본 국민들의 연대로 평화운동을 위해 일본 선종 승려 샤쿠

침략 전쟁과 살상 옹호한 일본 참선지도자들

살생과 침략 전쟁을 옹호한 일본 참선지도자들은 샤쿠 소엔뿐만 아니라 당시 상당수 일본 선승들이 일본제국주의 전쟁을 옹호하며 참가하였다.

불살생을 계율로 하는 불교의 참선 수행자가 자비 정신을 버리고 살상과 전쟁을 옹호한다는 것은 바로 부처님의 가르침 팔정도의 정견을 세우지 못한 증거이다. 적지 않은 일본 참선 지도자들은 20세기 일본제국주의시대에 침략 전쟁을 옹호하고 전쟁 중 죽음의 공포에 괴로워하는 일본 군인들의 정신적인 무장에 참선을 이용하였다. 불교 승려의 신분으로 부처님의 가르침을 등지고 살상과 전쟁을 옹호한 참선 지도자들은 자신들의 행동이 불교 정신이라 착각을 하고 있었다. 이들은 자신의 말과 행동이 얼마나 어리석고 무지한 행동인지 알지 못했다. 일본 제국주의자들은 결국 2차 세계대전에서 수많은 일본 청년들을 침략 전쟁의 총알받이로 내몰아 비참한 죽음에 이르게 했다.

그 결과 인류 역사상 처음으로 일본 땅에는 원자폭탄이 두 차례나 투하되어 죄 없는 수많은 일본인이 전대미문의 참화를 당하게 되었다. 이러한 일본의 침략 전쟁과 폭망에는 정견 없는 일본 참선 지도자들의 책임도 적지 않았다. 정견 없는 명상도 한계가 있지만, 정견 없는 참선도 잘못된 것이다.

그러므로 우리가 스트레스와 불안한 마음을 다스리고 바른 명상을 하려면 정견을 세워야 한다. 정견은 바른 세계관과 가치관이다. 우리가 이 우주 공간에서 행복하게 살아가려면 세상에 대한 바른 안목을 갖춰야 한다. 나와 자연과 세상은 서로서로 의지하여 존재하며, 나라고 할 독립된 실체는 없다. 나라고 하는 존재가 중도 무아라는 것을 알고 명상을 하면 부처님처럼 지금 여기에서 영원한 행복을 누릴 수가 있다.

〈불교인재원 생활참선 지도교수 / (사)한국명상지도자협회 사무총장〉

사찰 연등 및 전선 법당용, 외곽용

생산에서 시공까지 책임지겠습니다



설치가 편리한 고리형 후크



법당 전선시공 전문
승하강 장치시공(신형)

공단연등(고리용)



노랑(오렌지) 진분홍 백색 연분홍 금색

전선간격
22cm, 25cm, 28cm, 30cm, 40cm, 50cm, 1m, 2m, 3m, 5m, 8m, 10m, 기타주문



LED태양광 솔라
(국산정품)



LED전구 국산인증
(서울반도체 정품)



고추구 12E 인지구 26E

도량(만월등)조립식 프레임(간편한 설치 및 높낮이 조절)





안전인증 ISO 9001 인증기업 ISO9001 ISO1400 특허청

정직과 신뢰의 불자기업
불제 대원안전산업
BULJE DAEWON CO.LTD

구입문의 031)986-0277~8, 02)2266-2634
032)582-6235~6, 02)2263-2638
문의핸드폰 010-3630-7092
본사·공장 경기도 김포시 양촌읍 모산로 17-1