어리석음 녹여 홀로 빛나는 '一心'



원욱 스님의 경전산책

㊳ 〈원각경(圓覺經)〉 1

가을이다. 나는 지난여름 엄청난 폭염에 시달린 탓인지 가을이 와도 심드렁하여 아름다운 산과 고요한 바다도 그립지 않았다. 그러다 눈앞에 펼쳐진 자연의 가르침에 깜짝 놀랐다. 동학사 화엄승가대학원에 강의를 위해 머물고 있는 계룡산 계곡과 문필봉에 푸른 잎이 사라지고 우아한 노란 빛으로 기가 막히게 물들어 가는 것이 보였다. 아, 산도 정진하는구나 생각하니 난생처음 산이 멋져 보였다.

저 산이 날마다 자라고 물들어 가는 일에 일념을 다하는 것처럼 사람도 그렇게 더위나 추위에도 흔들리지 않으며 말과 뜻과 같이 정진하면 수행의 힘이 그를 얼마나 격조 있는 인물로 만들어 줄까 하는 생각이 든다.

세월이 바람처럼 흘러 남은 시간이 얼마 없으니 얼른 공부 길을 일러달라던 보살님처럼 금생에 인간의 몸 받아 깊은 인연으로 부처님을 만나 그 분처럼 살고 싶다고 생각하는 것이 참으로 고결하다. 그 고결한 생각하는 이들에게 나는 〈원각경〉을 드리고 싶다.

〈원각경〉의 본래 이름은 〈대방광원각수다라요의경(大方廣圓覺修多羅了義經)〉으로 한글대장경 163책 〈십지경〉 p.562에 수록돼있다.

제목의 의미는 '크고 방정하고 광대한 내용을 가진 원각을 설명함이 모든 수다라 가운데서 가장 으뜸이 된다' 다. 원각(圓覺)은 바로 깨달음의 완성이다.

힘들게 살아가는 중생을 행복한 세계로 초대하려는 우리 부처님의 따뜻한 마음이다. 부처님처럼 살기를 원하는 이라면 반드시 읽어야 할 필독서가 바로 이 경이다.

고려 때 지눌 선사가 이 경에 반하여 〈요의경(了義經)〉이란 명칭으로 베스트셀러를 만들었으며, 조선 세종 때 훈민정음이 탄생한 후 간경도감에서 언해본으로 발간되었다. 당시 위대한 선승이었던 함허 득통선사께서는 〈원각경〉을 〈화엄경〉의 축소판이니 공부인은 누구나 읽고 수행하라고 불교전문강원 교재로 채택하게 되어 지금도 승가대학의 3학년 교재로 초심수행자들에게 탁월한 깨침의 안내서 역할을 하고 있다. 부처님과 12명의 제자들이 모여 수행의 모든 과정에 대한 세미나를 열어 주제를 발표하고 질의응답하고 논의한 내용이다. 누구나 깨달음에 관한 수행계획서를 세울 수 있는 안목을 지닐 수 있도록 결론을 도출해 놓은 책이다. 〈원각경(圓覺經)〉은 〈유마경(維摩經)〉, 〈능엄경(楞嚴經)〉과 더불어 선(禪)수행의 3대 경전으로 한국불교의 선가(禪家) 전통을 이어가고 있다.

이 경전을 읽고 배우는 데 길을 확실하게 열어 준 중국의 규봉 종밀(圭峰宗密, 780-841)과 조선의 함허 득통(涵虛得通, 1376-1433)은 그 시대 최고의 지성인이었다. 그들이 바라본 부처님의 세계는 위대하고 찬란했고 그 길을 찾아가려는 이들에게 알려줄 깨침의 세계에 관한 방법도 명료하게 드러나고 있음을 알았다. 규봉과 종밀은 〈원각경〉을 통해서 당시 민중들이 당면한 '앎에 대한 인지작용(因地法行)' 에 관한 철학적이고 인문학적인 문제들과 부딪치며 그 해답을 찾아 소와 초를 저술했다. 재가자인 배휴(裵休, 791-864)는 종밀의 〈대방광원각경소〉의 서문을 썼는데 경을 읽기 전에 보면 정진하고 싶은 힘이 마구 솟아나는 웅변 같은 명문장이다.

"대저 혈기 있는 이들은 반드시 알려고 하는 인지작용(知)이 있다. 무릇 인지작용이 있는 자는 반드시 바탕이 있으니 참되고 깨끗하고 신령하며 묘하고, 텅 비었으면서도 신령하고, 우뚝하여 홀로 존재한다. 이것은 중생의 본래 근원이므로 '마음의 땅(心地)' 이라고 하고, 이것은 여러 부처님께서 깨달아 얻은 바이므로 '보리(菩提)' 라고 하며, 서로 용납하면서도 한데 어우러져 있으므로 '법계(法界)' 라고도 하고, 적정상락이라 '열반' 이라 부른다. 더럽지도 않으니 '청정' 하다고 하고, 허망하지도 않고 변하지도 않으니 '진여' 라고도 하며, 허물과 잘못이 없기 때문에 '불성' 이라고도 하고 선을 하도록 부추겨주고 악을 막기 때문에 '총지(總持)' 라고도 하고, 가려서 덮어주고 품고 있어서 '여래장' 이라고도 하고, 만덕을 하나로 하여 완전히 갖추고 모든 어리석음을 녹여 없애 홀로 비추므로 원각이라 말하지만 실은 그 모두가 '일심(一心)' 이다. 일심을 등지면 범부요. 일심을 따르면 성인이다. (중략) 온종일 원각을 구하건만 원각을 전혀 모르는 자는 범부요, 원각을 깨치려 하나 원각을 완전하게는 깨치지 못한 자는 보살이며. 원각을 온전하게 갖추어 원각의 상태에 머물러 있는 자가 여래다." 〈계속〉

〈서울 반야사 주지〉

꿈을 통해서 지혜로워지다



김원수의 〈금강경〉 강의

㊲ 심외무법의 경지

과연 꿈이란 무엇인가요? 안식(眼識), 이식(耳識), 비식(鼻識), 설식(舌識), 신식(身識), 의식(意識) 등은 현재의식이 만들어낸 세계라 한다면, 꿈은 현재의식이 만든 분별심이 사라지고 잠재의식이 만든 세계라 하겠습니다.

심외무법(心外無法)의 말씀처럼 현재의식이 만든 현실세계는 모두 자신의 마음이 만든 세계요, 따라서 이 전개된 삼라만상이란 모두 자신의 마음의 표현이며 자신의 분신이라 할 수 있습니다. 꿈속의 모든 현상은 모두 자신의 잠재의식의 표현이며 자신의 분신인 것입니다. 꿈속에서 개를 보았다면 이것은 무엇을 뜻할까요? 자신의 진심(嗔心)을 본 것이요, 꿈속에서 돼지를 보았다면 자신의 탐심을 본 것이라고 할 수 있습니다. 돼지꿈이 길몽이라는 것은 무슨 뜻일까요? 돼지꿈을 꾸고 거액의 복권에 당첨된다는 것은 무엇을 말하는 걸까요? 돼지를 꿈에 본 것은 자신의 탐심을 발견하고 해탈한 것으로, 그 결과 거액의 복권을 타서 횡재한다는 길몽이 되는 것입니다.

꿈속은 현재의식이 쉬는 상태입니다. 현재의식이 일으키는 각종 분별심이 사라지고 잠재의식이 드러난다는 것은 곧 자신의 속마음을 본다는 뜻입니다. 겉마음을 보는 지혜가 얄팍한 지혜라면, 속마음까지 보는 지혜는 깊은 지혜일 것입니다. 속마음(제 7식)을 볼 수 있는 지혜란 무엇일까요? 지금 현재의식의 뿌리인 전생을 보는 것입니다. 꿈에 분별심이 쉬면서 전생의 모습을 본다는 것을 의미합니다. 전생의 모습을 보는 지혜는 자신의 미래를 보는 지혜와 동일합니다. 그러나 〈금강경〉 공부를 잘하는 사람은 자신의 분별심을 부처님께 바쳐 소멸하게 되므로, 꿈을 통하지 않고도 자신의 속마음을 보며, 경우에 따라 속마음의 뿌리, 즉 전생의 모습까지도 볼 수 있고 미래의 운명까지 예측할 수 있게 됩니다.

영국의 영웅 넬슨 제독보다 조선의 이순신 장군을 훨씬 더 존경했다는 일본의 도고헤이하지로 제독은 일본 초등학생들이 가장 존경하는 인물이라고 합니다. 그는 러일전쟁(1903~1905)때 러시아 발틱함대를 완전히 전멸시킨 일본의 10대 명장 중 하나입니다.

일본 해군은 러시아의 발틱함대를 격파하게 하는 방법을 깊이 연구하였습니다. 그러던 중 당시 해군 제독이었던 도고 장군이 점심을 먹고 잠깐 졸았는데, 비몽사몽간에 항로를 전혀 알 수 없었던 러시아의 발틱함대가 대한해협 쪽으로 지나가는 게 보여서 '아, 조금 있으면 러시아 배가 이 해협 쪽으로 오겠구나. 이곳은 물살이 센데 매복을 하고 있다가 급습하면 러시아 함대를 전멸시킬 수 있을 것이다.' 라는 아이디어가 떠오른 것이었습니다. 도고 제독은 꿈에서 얻은 힌트대로 물살이 센 곳에 군사를 매복하였다가 잘못 진입한 러시아 함대를 전멸시키며 드디어 전투에서 승리하였습니다.

이 전생은 도고 제독이 비몽사몽 조는 순간, 분별심이 사라진 그 순간에 얻어진 지혜로 승리한 것이라 하겠습니다. 이것을 다른 표현으로 말하면 러시아와 전쟁에서 "승산이 없다."라는 부정적 생각을 끝까지 따라가지 않았고, 결과적으로 승산이 없다는 분별심이 사라지며 나타난 지혜광명이 승전보를 가져온 것이라고 말할 수도 있겠습니다. 또 "모르겠다." 생각이 착각인 줄 알고 부처님께 바친 결과라고 말해도 좋을 것입니다.

〈사회복지법인 바른법연구원 이사장〉



청운 스님의 생활속 '이뭣고' 수행

보리자성(菩提自性) '이 뭣고'

시공(時空)을 벗어난 시심마(是甚麽) 시(是) 자리는 면남간북두(面南看北斗)라, 동서남북이 탁 트인 십방(十方)이 공(空)인 시무애(時无涯)자리이며, 개화천지미분전(開花天地未分前) 화중생연(火中生蓮)이라, 우주가 벌어지기 전에 이미 불 속에서 연꽃이 피어난 처무애(處无涯)인 원각(圓覺)의 자리이다.

보리자성(菩提自性)인 시는 그대로 부처의 마음이고 참 생명이며, 항상 지혜광명(智慧光明)이 밝게 비추고 있으며, 자타의 간격이 없는 시공(時空)을 초월한 무처무시(無處無時)한 절대(絶對)의 자리이다. 깨달으면 본래부터 갖춰진 그 자리와 하나가 되는 것이다.

범우불료자성(凡愚不了自性) 불식신중정토(不植身中淨土) 원동원서(願東願西) 오인재처일반(悟人在處一般) 소이불언(所以佛言) 수소주처(隨所住處) 항안락(恒安樂)이라는 말이 있다. 이 말은 "범부는 무식해서 자기 성품을 모르기 때문에 자기의 몸속에 있는 정토를 모르고 동서로 해매고 다니며 찾고 있지만, 깨달은 사람은 어디에 있으나 그곳이 정토(淨土)라, 부처님께서 말씀하시길 머무는 곳을 따라 항상 안락하다"라는 말이다. 또한 생처방교숙(生處放敎熟) 숙처방교생(熟處放敎生)이라고 했다. "익은 것은 설게 하고 설은 것은 익게 하라"라는 의미이다. 세세생생 익혀서 숙달된 습관(탐진치)은 설게 하고, 반야지혜를 생활 속에서 살려 쓰는 '이 뭣고?' 수행을 익게 하라는 말이다.

중생들은 마음의 때를 씻어 자성청정한 본래자리를 밝혀 쓰려 하지 않고 겉 때를 벗기는데 하루하루를 헛되게 낭비 하고 있다는 것이다.

우리가 일상 속에서 분노 화 의심 신경질 후회 등 부정적 감정이 일어날 때마다 그 생각에 집착해 따라가지 말고 즉각 이 화(禍)가 과연 어디서 왔는고? 하며 알아차리고 '이 뭣고' 를 관하면 그 즉시 '이 뭣고' 가 자기 용광로 속에 넣고 바로 녹여 주게 되어 있다. 다생겁래로 아뢰야식(장식)에 저장해 놓은 업식(業識)을 그대로 다시 재생해 표출되는 감정을 억제시키며 한 박자 쉬게 되어 점차적으로 위기의 상황서 벗어나게 되며 쫓기지 않고 자동적으로 인욕바라밀(忍辱波羅密)이 되어 평온을 유지 하게 된다. '이(是)' 는 언전대기(言前大機)인 반야지혜로써 일체만법을 들이고 내는 당처이며, 일체 제불(諸佛)의 불모(佛母)로서, '이 뭣고' 는 반야지혜를 살려 쓰는 대활구(大活口)인 것이다.

우리가 생활 속에서 '이 뭣고' 하면 캄캄한 어둠을 뚫고 내면의 대광명(大光明)인 반야지혜에 바로 연결 시켜주는 긍정(肯定)과 확신(確信)의 코드(cord) 역할을 하기 때문에, 언제나 '이 뭣고' 코드만 꽂으면 여의보주(如意寶珠)를 굴려 쓰게 되는 것이다. 지혜를 굴려야 반야이고 공덕이 따라야 바라밀이며, 절대궁극의 그 자리는 오직 모르고 또 모를 뿐이다. 그래서 '이 뭣고' 인 것이며, 생활 속에서 '이 뭣고' 를 승속(僧俗)을 막론하고 누구나 굴려 써야 생사고해를 벗어날 수 있는 성불(成佛)을 이룰 수 있다. '이 뭣고' 가 익숙해지면 모든 번뇌가 사라지면서 본래의 고요한 성품인 자신의 본바탕(本地)에서 온갖 지혜의 작용이 저절로 흘러넘치게 되는 것이다.

무진성해가 한 맛이니 완전히 통해버린 무애법계이지만, 그 한 맛이라는 화엄(華嚴), 법화(法華), 일승(一乘)에서도 벗어나야 중도(中道)인 선(禪)이며, '이뭣고' 인 것이며, 폭포수서 떨어지는 물길을 따라 생사고해의 바다로 떠내려가면서 하는 기도(祈禱)는 삼아승지겁을 지나 깨달을 수 있는 생사법(生死法)이지만, 간화선 '이 뭣고' 는 폭포수가 떨어지는 근원을 향해 역류하여 정점(頂点)으로 거슬러 올라가 생사 없는 원각(圓覺)인 내 고향에 도달해 성불을 이루게 하는 불가사의(不可思議)한 부처님의 위신력인 것이다. 그래서 중생들은 실체가 없는 그림자와 소리의 메아리에 집착하고, 평생을 흙덩이를 진주(珍珠)로 착각(錯覺)하고 살기 때문에, 속된 인연서 벗어나기 위해 '이 뭣고?' 로 회광반조 하라는 것이며, 온갖 망상을 쫓아 경계에 집착 말고, 생각의 뿌리인 마음을 '이 뭣고' 로 관(觀)하라는 말이다.

〈남양주 선재사 주지〉

피부 · 치아 건강제

불 보살님의 기도, 가피, 지혜 원력으로 건강하시기를 기원하며,
회향공덕하는 마음으로 불자여러분들에게 도움이 되도록
국내산 자연식용재로 준비하였습니다.

스님, 불자님, 충치, 풍치, 시린이, 치주염, 치석, 잇몸출혈, 흔들리는 이, 입냄새, 담배냄새, 혀백태, 입안 건조, 임플란트 또는 틀니 하시고 윗몸 아프신 분, 탈모, 비듬, 소화불량, 스트레스(화병), 가슴통증, 수행시상기증, 얼굴모낭충, 얼굴 기미, 손발톱 무좀, 각질, 습진, 전신 잡티, 낭습진, 피부아토피, 알레르기, 벌레, 풀독, 모기 물리고 머리염색 후 가려움증, 상처, 비염, 화상 (즉시 여러번 사용 물집안생김), 백반증, 노화성 피부건조, 역류성 식도염, 위염, 대장염 등 피부 치아가 건강치 못한 분들 연락주시면 3개월 사용분을 보시합니다.

문의 및 보시처

안산 법흥사 개운 합장

010-6332-6070

"당신도 날씬해질 수 있다"



KBS 과학카페
박현숙 원장 출연
(2010. 2. 6)
이강옥 교수의 체질개선 해독 다이어트

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 고위험을 수반하게 된다.

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 단식을 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.

일상생활하며,
공복감없이
2주에 5-8kg 감량

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

초록원웰빙 02)523-0708 박현숙 원장

인터넷 검색창에서 「초록원웰빙」을 치세요.