세상 모든 것을 진여로 보라

〈眞如〉



지안 스님의 〈능엄경〉 강해

⑭ 진여

〈원문〉 "또 아난아, 어찌하여 12처가 본래 여래장인 미묘한 진여의 성인가 하면 아난아, 네가 기타림에 있는 샘과 못을 보나니 어떻게 생각하느냐? 이것들이 색이 눈의 견을 내는가, 눈이 색상을 내는가? 아난아 만약 눈이 색상을 낸다면 허공을 볼 적에는 색상이 아니니, 색의 성이 소멸할 것이요, 소멸하였으면 아무것도 드러나는 게 없으리니, 색상이 없으면 어떻게 공(空)의 본질을 밝히겠느냐? 공도 또한 그러하니라. 만약 색진(色塵)이 눈의 보는 것(見)을 생기게 한다면 공(空)을 볼 적에는 색이 아니니 견은 곧 소멸해 없어질 것이요, 소멸해 없어지면 곧 아무것도 없으리니 무엇이 공과 색을 밝히겠는가? 이렇기 때문에 마땅히 알아라. 보는 것과 색과 공이 모두 처소가 없어서, 색과 보는 것 두 곳이 허망하여 본래 인연도 아니요, 자연도 아닌 성이니라."

〈강설〉 12처는 육근과 육진을 합하여 말하는 것이다. 육근(六根)과 육진(六塵)이 각각 자기 영역을 가지고 있는 것을 처소(處所)라고 하여 합하여 12처(處)라 한다. 눈에 보이는 색(色)은 진(塵)이고, 보는 눈은 근(根)이다. 그런데 진(塵)인 색(色)에서 눈(眼)의 보는 작용이 나오는 것인지, 아니면 눈에서 색의 모양을 내는 것인지 부처님이 아난에게 물었다. 만약 눈이 색의 모양을 낸다면 허공을 볼 적에는 색이 아니니 그땐 눈이 색을 보는 성질이 없어지는 것이냐고 물은 것이다. 이렇게 물은 것은 눈이 물체(色)를 볼 적에 보는 견(見)이 색에서 나오는 것이 아니고 그렇다고 눈(根)에서 나오는 것도 아니라는 것을 말하기 위해서다. 그렇기 때문에 색(色)과 견(見)이 다 허망하여 인연도 아니고 자연도 아닌 성(性)이라 하였다. 그것이 여래장묘진여성(如來藏妙眞如性)이다. 불교의 수행에서 상(相)에 집착하지 말고 성(性)을 보라고 한다. 상(相)과 성(性)은 서로 상대적인 말이다. 상(相)은 차별이나 성(性)은 차별을 떠난다. 이 세상을 성으로 볼 때는 평등해진다. 거기서 얻는 것이 부처님의 평등지견(平等知見)이다. 이 세상은 깨닫고 보면 진여의 세계이고 중생도 깨닫고 보면 모두 부처라는 것이다. 성(性)은 현상의 배후이므로 본체계를 일컫는 말이기도 하다. 그리고 성은 상을 떠났기 때문에 공한 것이고, 또한 불생불멸 하는 것이다.

〈화엄경〉에 나오는 4구송(四句頌)에 "모든 존재에는 자성이 없다. 이렇게 존재의 성을 알면 곧 노사나 부처를 보게 된다.(了知一切法 自性無所有 如是解法性 卽見盧舍那)"라고 하였다. 〈능엄경〉의 인연도 아니고 자연도 아닌 성이 자성이 없는 법성 그 자체다. 〈수미정상게찬품〉에 설해져 있는 이 송구는 7세기 중엽 중국 오대산에 들어가 있던 신라의 자장율사가 문수보살을 친견하여 직접 전해 받은 게송이라는 전설도 있다. 〈삼국유사〉에 나오는 이야기이다.

성(性)을 관(觀)하기를 주장하는 법문을 성종(性宗) 법문이라 한다. 〈능엄경〉의 여래장 법문이 성종 법문이다. 이 법문은 주로 비유비무(非有非無)를 설한다. 유와 무를 동시에 부정해 놓고 성을 드러내는 법문이다. 반면에 유(有)를 설하는 법문을 상종(相宗) 법문이라 한다. 중생을 이해시켜 교화하기 위한 방편으로 '있다(有)' 고 설한다. 또 반대로 '없다(無)' 고 설하는 경우도 있다. 유(有)를 부정하여 무(無), 곧 공(空)을 설한다. 그래서 공종(空宗) 법문이라 한다.

부처님의 일대시교(一代時教) 가운데 초기에는 유(有)를 설하고 중기에는 공(空)을 설하고 후기에는 성(性)을 설했다고 말하기도 한다. 물론 이는 교상판석(教相判釋)을 하면서 해 온 말로, 일대시교의 전체적 흐름을 가지고 해온 말이다.

제 일과(一科) 오음에서 제 2과 육입, 그리고 제 삼과(三科) 12처를 통하여 여래장묘진여성을 밝히고 이어 십팔계(十八界)와 칠대(七大)에 이르기까지 모든 것이 진여성임을 밝히는 내용이 2권 말에서 3권 전체에 설해져 있다. 〈능엄십의(楞嚴十義)〉 중 3권의 내용을 요약하여 '부석제상(剖析諸相)' 이라 하여 모든 현상을 해부해 분석한 것이라 말해 왔다. 사과(四科), 칠대(七大)를 분석하여 여래장인 미묘한 진여의 성품을 밝혔다는 말이다. 이 세상 모든 것을 진여로 볼 수 있는 안목을 기르라는 메시지를 던져주는 내용들이다.

〈반야불교연구원장〉

중심법 · 뇌척수로운동법…'장부순화' 빨라져



구선스님의 〈묘법연화경〉 강의

⑭ 순화

중심과 손가락 하나만으로도 언제든지 내 속으로 들어가서 제도해야 할 대상을 만날 수 있다.

중심법과 뇌척수로운동법이 함께 쓰이면 훨씬 더 빨리 장부 순화가 이루어진다. 중심의 이면이 갖고 있는 두 가지 관점이 있다. 하나는 공간적 관점이다. 또 하나는 상태적 관점이다. 중심의 이면은 텅 비어있다. 이것이 이면이 가진 공간적 관점이다. 중심의 이면은 '아무렇지 않은 상태' 이다. 이것이 이면이 가진 상태적 관점이다. '아무렇지 않다' 는 것은 각성으로 주시되는 대상의 상태이다. 현상을 대하는 의식이 아무렇지 않을 때 그 상태를 각성이 주시한다. 각성이 없으면 아무렇지 않은 것이 어떤 상태인지 구분하지 못한다. 가끔 아무렇지 않은 상태가 어떤 상태냐고 묻는 사람이 있다. 그러면 손가락을 들어 보이면서 어떠냐고 되묻는다. 선지가 있으면 알아듣지만 그렇지 않으면 어리둥절해한다. 의식이 쓰일 때 관여되지 않고 아무렇지 않은 자리를 주시의 대상으로 삼으면 그 자리가 이면이다. 공간적 관점에서 이면이 세워지는 자리는 명치 위 1㎝, 속으로 10㎝ 들어간 자리이다. 중심에서 등 쪽으로 5㎝ 더 들어간 자리에 이면이 세워진다.

이면에서는 어떤 일치도 일어나지 않는다. 관여되지 않고 아무렇지 않은 상태, 그런 상태가 명치 위 1cm, 속으로 10cm 들어간 자리에서 세워진다. 척추뼈 순화수행이 깊어지려면 먼저 호흡이 안정되어야 한다. 호흡은 일정 속도(均)로 조용(靜)하고 미세(細)하며 길게(長) 이루어져야 한다. 바르게 앉아서 아랫배까지 숨을 들이쉰다. 억지로 아랫배까지 숨을 밀어 넣는 것이 아니다. 단전에 의식을 두고 아랫배가 숨을 빨아들이도록 해야 한다. 아랫배를 천천히 내밀면서 그 속도에 맞추어서 코로 숨이 빨려 들어오는 것을 지켜본다. 날숨에는 고요하고 미세하게 천천히 토해준다. 처음에는 이렇게 숨 쉬는 것이 대단히 불편하다.

반복해서 연습해 주면 불편한 것이 해소된다. 척추뼈 순화의 시작은 양쪽 손바닥의 중심을 여는 것이다. 손바닥의 중심이 '노궁혈' 이다. 장심을 열기 위해 진동관법이 쓰인다. 진동관이란 심장의 박동을 활용해서 몸의 감각을 일깨우는 수행법이다. 사념처관법 중 신념처관의 기법이다. 목과 어깨를 자연스럽게 풀어준 다음 척추를 바르게 세우고 앉는다. 엄지 끝과 검지 끝을 서로 맞닿게 하고 양손을 무릎 위에 올려놓는다. 이때 손바닥이 하늘로 향하도록 하고 손가락을 너무 세게 쥐지 않도록 한다. 맞닿은 손끝에서 일어나는 맥박의 진동을 느낀다. 생각이 일어나면 그것을 따라가지 말고, 다시 손끝으로 의식을 돌린다. 폐, 대장, 삼초(三焦), 심포(心包), 심장 부위의 냉기나 병증이 다스려지면서 그런 증상이 생긴다. 계속하면 사라진다. 손끝의 진동이 순일(純一)하게 느껴지면, 손바닥 전체로 확대시킨다. 손바닥 전체에서 진동이 느껴지면, 손바닥 위로 기운이 모이기 시작한다. 상황에 따라 찌릿찌릿하는 느낌이 올 수도 있고 손바닥 위에 빽빽한 공이 얹힌 느낌이 들 수도 있다. 때로는 후끈한 열기가 느껴지기도 한다.

이 과정을 충분하게 반복해서 연습한다. 그런 다음 손바닥 중심에 구멍을 뚫는다. 손바닥의 중심을 '노궁' 이라 한다. 노궁에 구멍이 뻥 뚫렸다고 상상한다. 그 구멍이 팔목뼈를 타고 어깨를 거쳐서 척추뼈까지 이어져 있다고 상상한다. 손바닥 위에 얹힌 기운으로 탁구공을 만든다. 기운이 탁구공처럼 둥글게 뭉친다고 상상하면 실제로 그렇게 된다. 진짜 탁구공처럼 선명하게 뭉쳐지지 않아도 괜찮다. 기운이 둥글게 얹힌 정도의 느낌만 있어도 된다.

〈영양 연화사 주지〉



지흐스님의 〈능가경〉 강설

⑭ 환상(幻像)

선택하려는 마음 진실하게 버려야

태어나서 성장할 때까지 많은 것을 접하고 살아가지만, '실재' 를 접하면서 살아가는 것은 아니다. 물론 이런 인식조차 일어날 수 없지만 말이다. 그럼 '나' 는 무엇을 접하고 살아가는지를 물을 수 있다. 여기서부터 관점의 차이가 나타난다. 대부분은 질문의 관점을 '나' 에 두지 않고 '무엇' 이라는 대상에 치우쳐 무게중심을 두고 있다. 그리고 '실재' 를 접하지 않는다면 내가 접하는 것은 무엇인가? 라고 답을 요구하게 된다. 사실 이 질문에 대한 답을 할 수 있는 것은 아니다. 말할 수 없는 것이 그 해답이다. 왜냐하면 우리가 접한다는 것은 아무것도 없기 때문이다. 물론 여기에서 다른 의견이 생길 것이다. 아마 다른 의견을 가진 이는 세상을 실유(實有)로 생각할 것이고, 그 자신은 분명히 실재를 보고 접한다고 분명하게 말할 것이다. 그러나 우리는 사물을 볼 때, 사실의 관점에서 보고 접하는 것이 아니다. 자신이 기억하는 관념으로 보는 세상을 실재로 알고 있을 뿐이다. 그렇지만 사실 그가 보는 세상은 실재가 아니라 환상(幻像)이다. 따라서 실재와 환상은 우리의 관념과는 완전히 다른 구조로 되어 있다.

실재는 보이지 않고, 환상은 보인다. 실재는 누구도 보지 못했지만, 환상은 누구나 보고 있다. 실재는 시공간에 나타날 수 없지만, 환상은 시공간에 항상 나타난다. 그리고 특이한 점은 실재와 환상은 다른 물건에서 나타나는 것이 아니라 한 물건에서 나타난다는 것이다. 그러므로 자신의 눈으로 사물을 보았다고 한다면, 그 보았다는 관념 자체가 환상의 산물이고 생각(이미지)인 것이다. 그래서 그 관념을 환상이라고 말하는 것이다. 따라서 실재는 우리에게 나타난 적이 없다. 다시 말하면 우리는 고정되어있는 어떤 실재를 본 적이 없는 것이다. 그러므로 우리는 실재를 알기 전에 '나' 라는 생명체가 무엇인지를 먼저 알아야 하는 것이다. '나' 에 대한 바른 정의 없이 밖의 사물에 대한 정의는 무의미하다. 행여나 밖의 사물에 대해서 이치적으로 알더라도 나에 대한 바른 앎이 없다면 무용지물이 되어버린다.

"일체법은 인연에 의해 생겨나며 인연을 떠나서는 근본적으로 생겨남이 없네. 그것을 주재할 어떤 조물주의 존재도 없기 때문에 형이상의 본체인 자성을 말해 일체법이 본래 스스로 생겨나지 않는다."

앞에서 언급했듯이 우리는 실재를 볼 수 없다고 하였다. 이 말속에 있는 진실이 무엇인지를 발견하는 것이 중요하다. 만약 여기에서 진짜 '나' 를 발견하지 못하게 되면 계속하여 무엇을 찾는 이가 된다. 그렇다고 무엇을 찾게 되는 것은 아니다. 그런데 우리는 찾는 마음이 왜 계속 생기는 것일까? 이때 찾는 마음이 허상인 줄 모르기 때문이다. 허상의 마음은 선택하여 옳음을 증명하려고 하지만, 그 선택한다는 마음이 옳은 마음이 아님이 뼛속까지 깊숙이 들어와야 한다. 세상에는 선택이라는 것은 없다. 우리의 탐진치가 선택이 있는 것처럼 조작된 마음을 일으키는 것이다. 탐진치는 허상을 바르게 보여주는 것이 아니라 실재가 무엇인지를 계속 가려버린다. 그렇다고 탐진치를 버리려는 마음을 내라는 것은 절대로 아니다. 선택하는 그 마음이 무엇인지를 놓치지 말아야 한다. 그러면 실재와 아주 가깝게 있는 것이다. 실재는 도망가는 것이 아니다. 언제나 똑같은 자리에 그대로 변함없이 있다. 그러니 쫓아가서 획득하는 것이 아니다. 쫓는 그 마음을 버리고 본질에 대한 마음의 문을 활짝 여는 일이다. 그러면 저절로 본래의 마음이 드러나 밝음이 나타난다. 육조 혜능선사를 뒤쫓던 혜명 스님도 육조스님이 무엇을 얻었는지가 궁금하여 그를 쫓아갔었다. 그러나 육조스님의 질문 하나에 그 자신의 어리석음을 발견하게 되면서 눈이 밝아진 것이다. 육조스님의 질문이 난해한 것이었는가 하면 결코 그렇지 않다. 초등학생 정도면 누구나 알아들을 수 있는 물음이다. 그러나 그 질문의 요의를 밝히는 것은 나이가 많다고 되는 것도 아니고, 나이가 적다고 안 되는 것도 아니다. 변하는 마음으로 어떤 것을 선택하고자 하는 마음이 진실하게 버려져야 하는 것이다.

육조스님이 혜명 스님에게 물었다. "선도 생각하지 말고 악도 생각하지 마시오. 바로 이러한 때에 어느 것이 명상좌의 본래면목입니까?"

〈(사)여시아문 선원장〉

민속죽염 30년 전통
조상의얼과혼이담긴 우리민족의대표죽염

인체건강의 4대 요소는 "맑은 물, 맑은 공기, 맑은 음식, 질좋은 소금" 인데 이 중 "질 좋은 소금" 자색죽염은 총 아홉 번의 가열 과정을 거쳐 독성의 완전 제거와 약성의 완전 합성이 이루어지며 마지막 아홉 번째는 극강한 열에 의한 용융과정을 거쳐 탄생된 품질이 가장 우수한 죽염입니다. 이 죽염은 다음과 같은 기능이 있기에 일반인 및 환자들에게 꾸준한 섭취를 권장 할 수 있는 좋은 식품이라 할 수 있습니다.



생명 에너지를 굳건히 지키면 약이 입에 이르기 전에 병이 낫는다.
환인동 요가마을

① 강한 해독작용을 하며 간 기능을 좋게 한다.
② 소염작용을 하며 잇몸과 치아를 튼튼하게 해 준다.
③ 위장을 튼튼히 하며 식욕을 촉진시킨다.
④ 정혈작용 등 체질개선에 도움을 준다.

"죽염을 꾸준히 섭취하시면 인체의 자가 면역력이 높아져 감기 등 기타 질병 예방에 크게 도움이 됩니다"



◈ 9번 구운 민속죽염 ◈

가루자죽염	125g	45,000원
가루자죽염	230g	82,000원
알갱이자죽염	125g	50,000원
알갱이자죽염	230g	90,000원
휴대용 알갱이자죽염	20g	9,000원

◈ 2번 구운 민속죽염 ◈

◆ 음식조리용 · 양치용 · 피부미용

보급형 민속죽염	500g	20,000원
	250g	10,000원

※ 단체 선물용으로 적합합니다. ※ 구입가 5만원 미만은 배송비 3천원 적용됩니다.

주문 및 상담 010-2823-0483
입금 : 농 협 150012-56-086122 예금주 : 김용희(민속죽염)
경북 영덕군 지품면 속곡길381-4 www.msjy.co.kr

법당서 누구 망신?

마이크와 2m 멀리서 작은 소리에도 장엄하고 신명 넘치는 염불소리로 바꾸어 드리는 최신 디지털 마이크 소개 : 법당서 스님 마이크와 본사 마이크와 스님 자신이 양손에 염불을 해 볼시 추호라도 광고 내용과 다르면 법당서 누구 망신?....비교시 장난감 성능 차이를 확인

오직! 마이크만 바꿔도 수 천번의 염불이 내 귀에 신명으로 힐링되니 보물이 따로 없다.

전국을 다니며 시설함으로 귀 사찰을 부근을 지날때 견본으로 일단 소리만 비교
소리비교비용은 커피 한잔!

▣ USB겸용 앰프1, 스피커 4개, 헤드셋 핀 핸드무선마이크, 무선마이크 종류별 4개, 유선마이크 1개 (스탠드 포함) 시설가격 190~수 천만원까지 (설악 신흥사 설법전 1400만원 시설 확인해 보세요)

▣ 주소 : 경남 김해시 진례면 진례로 백팔 NK사운드 대표 박 공 희 ☎ 055-343-1191, 010-9471-2026

충전식 / 출력 300kw / 헤드셋 무선 2개
유선 2개 마이크 4개 동시사용, USB 동시녹음
실내 100평 가능 / 야외사용 겸용 (스탠드 포함)



가격 ₩ 79만원

넥타이핀마이크 2개, 헤드셋마이크 2개, 마이크 숫자 4개
▣ 한국사찰 각종 재 필수품 주문 방문설치, 사용설명

시중에 없음



현장 방문 시설가격
₩ 78만원

시중에 없음



특징 : 마이크와 2m거리에서도 성우 음성으로 화답!
현장 방문 시설가격
₩ 80만원