길을 묻는 이에게

대행스님

독자님들의 질문을 받습니다. 불법을 수행하시는 중에 의문이 생기거나 궁금한 점이 있으시면 서신이나 팩스 또는 PC통신으로 보내 주십시오. 조계종 한마음선원의 대행스님께 여쭈어 응답해 드립니다.

삶의 고뇌에 대해서도 상담해 드립니다. 〈글책임: 편집자〉

● 보낼곳: 우 110-170
서울시 종로구 견지동 110-33
현대불교신문사
'길을 묻는 이에게' 담당자 앞
● FAX: (02)737-0697/8
● PC통신: 인터넷부다피아
http://www.buddhapia.com/mem/hanmaum

자기 끌고 다니는 참자기 알아야

☞ 15면에서 계속

말이 필요하겠습니까?

병원서 준약 먹어도 되나요

문 질문드리고 싶은 것은 제가 그간 정신병원에 20여일 입원을 했는데 거기서 주는 약을 먹어야 할 지입니다. 지금은 통원치료 중입니다. 먹는 것이 어떻겠습니까?

더행스님께서 정신과 약을 별로 좋지 않게 말하는 것 같아서요.

답 나는 병원에 가지말라 가라 하지도 않고 의사가 준 약을 먹어라 먹지말라 하지도 않습니다. 또 동으로 가야 옳다 서쪽으로 가야 옳다고 하지도 않습니다. 무슨 오해가 있으신 모양인데 항상 말씀드리는 것은 마음도리를 바르게 터득해서 생활 속에 그대로 실천하는 길을 일러드리는 것입니다. 여러번 답을 해드렸으니 문자로 헤아리지 마시고 뜻을 아셔야 합니다. 놓고 관하는 법을 배우도록 하세요.

주인공 세워 놓고 거기에 놓고 가면 나란 생각 사라져 삶이 자연스럽고 내가 죽어 참성품을 보게 됩니다

원치 않는 생각 떠올라 고통

문 제가 여쭤보고 싶은 것은 스님께서는 일어나는 모든 경계를 주인공에 놓으라고 하셨는데 그러면 그때 놓는 주체인 '나'는 누구이며 '주인공'은 또 누구입니까? 그리고 큰스님 저는 끊임없이 제 마음 속에서 제가 원치 않는 생각들이 떠오릅니다. 그래서 무척 힘이 듭니다. 큰스님께서 이미 제 마음을 다 아시기에 이렇게 스님의 가르침을 청합니다. 큰스님께서는 항상 자비로 가르침을 주시지만 제 마음이 아직 미혹해 그 뜻을 제대로 알지 못하고 이렇게 다시 한번 스님께 여쭙니다.

답 놓는 나와 주인공은 둘이 아닙니다. '나'라고 생각하는 그것 또한 주인공에 포함됩니다. 그래서 '주인공!' 할 때면 우주 삼천대천세계를 다 싸잡아서 '주인공!'하는 것이기에 한마음주인공이라고 해도 됩니다. '나'와 주인공이 별개의 주체라는 생각은 우리가 개별적인 '나'가 있다는 고정관념에 묶여서 매사를 둘로 보는 습에 젖어 있기 때문입니다. 바로 이것, 둘로 보는 관념의 벽을 넘어서야 진정으로 내가 누구인지를 알게 됩니다.

그러니까 '주인공' 세워 놓고 거기에 닥치는 대로 놓고 가면 첫째로 '나'라는 생각이 발 붙일 곳을 잃어 놓는 삶이 자연스러워지고 그러다 보면 내가 죽어 참성품을 보는 도리가 드러나게 됩니다.

좋다 싫다, 원한다 원하지 않는다는 그것까지도 닥치는 대로 놓고 이 몸은 시자로서 열심히 뛰기만 하면 됩니다.

본래 부처인데 괴로움 생긴 까닭

문 저는 중학교 1학년입니다.

자성본래불! 일체는 본래 부처라고 하는데 그 맨처음의 부처의 상태로 있었으면 좋았을 것을 왜 벌레나 인간이나 천신 등으로 화하여서 괴로운 일도 생기고 기쁜 일도 생기는 것일까요? 부처인 그대로 있었으면 말 그대로 극락이 아닙니까? 부처는 모든 번뇌와 업을 녹일 수 있고 녹였을 것이라고 생각합니다. 그래서 부처이하로 나투지 않을 수 있을 것이라고 생각합니다. 이러한 의문이 한 달 전부터 생겼는데 명확한 답을 얻지 못해서 이렇게 큰스님께 여쭙니다. 가르쳐 주시면 감사하겠습니다.

답 어느 새 그런 의문을 갖게 되었다니 참으로 장하네요.

본래 부처라고 하는 것은 부처였다가 중생이 되었다는 얘기가 아니라 일체중생은 다 스스로 부처될 성품을 지녔기에 근본에 있어서는 부처와 다를 게 없다는 뜻입니다. 그러니까 누구라도 깨우치면 그대로 부처인데 네 부처, 내 부처하고 따지는 게 아니라 만명이 깨우쳐도 그 부처는 한 부처인 것이지요. 그런데 누구나 다 부처될 성품을 지녔으면서도 왜 부처로 살지 못하느냐 하면 그게 바로 무명때문이지요. 그러면 뭘 무명이라 하느냐? 본래는 너, 나가 없고 근본 성품에서 둘이 아닌데 그걸 모르고 너니 나니 하고 가르는 게 무명이고, 또 이 세상 만물은 다 인연도리에 따라 생겼다가 사라졌다가 하는 것 뿐인데 그걸 모르고 '나'나 '너'가 고정되고 개별적이라고 믿는 게 무명입니다.

저 물도 그냥 물이지만 얼게 되면 얼음이라고 하지요. 얼음이 녹으면 그냥 물이구요. 부처 중생의 차이란 그렇습니다.

어머니와 갈등 잦아 불편

문 큰스님, 저는 아주 오래 전부터 어머니로 인해 반복되어 올라오는 마음의 경계가 있습니다.

주로 성격차와 가치관 차이인데, 저는 어머니의 말씀이 때때로 매우 못마땅하고 그럴 때마다 마음이 많이 언짢습니다. 그렇다고 이미 솟은 감정을 차분하게 가라앉혀 조리있게 얘기하는데 익숙치 않은 저는, 조용한 성격을 편리한 도구로 삼아, 또 안으로 굴리고 녹이라는 가르침을 핑계 삼아 어머니와 겉으로 부딪치는 것을 피해왔습니다. 사실 속으로는 연방 끓어오르고 어머니와 막 싸우고 해도 막상 밖으로는 표를 잘 내지 않았는데, 요즘 몇 번 소리도 내고 감정적으로 불편해보니 역시 이해에서 더 멀어지는 것 같습니다. 제가 속에 있는 말을 한다면 어머니와 저 사이에 오히려 벽이 생겨 저 혼자 갖고 있는 것만도 못할 것입니다.

저는 외할머니와 어머니, 그리고 어머니와 저의 인연이 참 알고 싶은 때도 있습니다만 우선 관계에서 일어나는 갈등이 다 각자 자기에게 집중하지 못하는 데서 일어나지 않나 싶습니다.

스님, 어머니는 늘 외할머니에 대한 불만으로 가득하신 데, 특히나 할머니가 당신 잠깐 마음 편하신 것만 알지 무책임한 사람이라며 때로는 우리 앞에서도 할머니께 심할 때가 있습니다. 어쨌든 저도 똑같이 어머니에 대한 불만이 있는 사람으로서(정도는 다를지언정) 그런 모습을 볼 때 정말 언짢습니다. 저희 3대가 다 이 공부를 오래 하고 있는데 이 갈등은 참 어려운 것 같습니다. 그래서 의문인데, 닥친 경계에 소리없이 순간을 넘기더라도 제대로 가는 사람과 무책임한 사람의 차이가 내적으로는 물론 외적으로도 어떻게 다른지요? 저의 경우, 어머니를 통해 오는 경계에 어떻게 현명하게 대처하면서 나가야 옳은지 말씀 부탁드립니다.

답 싸전엘 가보면 쌀은 쌀끼리 콩은 콩끼리 모아 놓았지요. 서로의 인연따라 그렇게 모여 사는 것인데 첫째로 누굴 탓하겠습니까? 탓이 있다면 내가 있음으로써 그런 일도 생기는 것이니 내 탓으로 돌려야 하겠지요. 둘째로 말씀이 매우 못마땅하다 하는데 그러기도 하겠지만 일일이 옳으니 그르니 한다고 달라지긴 어렵지요. 그래서 안으로 굴려서 나온 그 자리에 되놓으라는 것인데 보아하니 놓는 게 아니라 참고 있군요. 때로는 말로 행동으로 하기보다 그렇게라도 하는 게 낫겠지만 놓고 가라는 것의 참뜻은 참으라는 게 아니라 녹이라는 겁니다. 이 말을 잘 알아 들으셔야 합니다. 놓고 놓아서 먼저 내가 녹아야 마음으로 상대를 녹일 수 있지 나는 녹지 않고 그대로인 채로 놓았으니까 상대가 녹겠지 한다든가 '주인공 너 만이 할 수 있어'하고 말로만 그렇게 한다면 그건 맷돌의 심봉이 딱 맞지 않은 것처럼 헛돌게 되고 공덕도 없게 됩니다.

그림 · 최주현

이 도리는 여러 말 필요없이 내가 죽는 공부입니다. 먼저 내 마음에서 상이 죽어야 진정으로 놓아지고 마음으로 툥신이 되는 것입니다.

더구나 피한다고 될 일이 아니지요. 저 공테이프 얘기를 아시는지요. 놓는 것은 내 속에 입력된 것들을, 그러니까 질문하신 분의 경우 못마땅하다, 싫다, 피하고 싶다, 무책임한 사람들이나 하는 것들을 진다는 그런 것 없이 보는 순간에 한마음이 된다면 그대로 건져지는 도리가 있지요. 여러분이 길을 가다가 그냥 마구잡이로 도살장에 끌려가는 소를 보고 한생각 일으켰다면 마음으로 그 소를 건진 셈이 되니 육으로 건져야만 건지는 것은 아니라는 말입니다. 물론 보시 중에 재물보시가 없는 건 아닙니다. 당장 밥을 굶게 된 사람에게 허기를 면케 해주는 일을 어찌 가상히 않다 하겠습니까? 살아가는데는 그런 보시도 필요하고 마음보시도 필요한데 다만 무주상의 마음보시는 방편보시에 비해 근본을 건지는 것이니 보시는 보시대로 하되 무주상으로 하라는 것입니다.

수억겁 거쳐 오면서 전자에 입력된게 풀려나오는 것이니 그것 탓하지 말고 나오는 족족 놓는 연습을 하세요

대로 하는 그런 물질로 바꾸어 주어야만 한다고들 합니다. 새로운 에너지를 찾으려고 하는 노력은 최근 들어 조금씩 되고 있어서 계속 찾다보면 좋은 결과가 있을 것으로 기대됩니다만, 플라스틱과 같은 물질을 쉽게 공으로 돌아가도록 하는 방법은 아직까지도 제대로 찾지 못해서 그냥 태우거나 땅에 몰래 묻어버리거나 하고 있습니다.

생각해보면 플라스틱도 어차피 지수화풍으로부터 만들어졌으니 왔던 곳으로 돌아갈 터인데 다만 돌아가기까지 너무 오랜 시간을 필요로 하는 것이 문제점이므로 이 시간을 단축시키는 도리를 찾을 수 있다면 이 문제도 쉽게 해결될 것으로 생각됩니다. 따라서 어차피 생활 자체이고 과학인 불교적 관점에서, 이 문제를 해결할 수 있는 물질 차원에서의 인연공법의 원리에 대해서 큰스님의 가르침을 받고 싶습니다.

답 마음으로 먼저 설계를 했으니 그 설계에 따라 현실로 나오게 되어 있습니다. 그게 창조요 진화입니다. 인연공법이기도 하고 말입니다.

그러니까 오래도록 썩지 않는 물건을 만들어야 겠다고 설계를 하고 연구에 연구를 거듭해서 플라스틱같은 물건이 나오게 되지 않았습니까?

이제와서는 반대로 공해때문에 골치가 아프니까 같은 물질이라도 쓰고 버리면 잘 썩는 물질로 그 성질을 바꾸고 싶다는 생각을 하게 되었으니 또 연구를 해서 지수화풍으로 쉽게 되돌릴 방법을 찾게 되겠지요. 인연공법으로 말입니다.

날 보고 그 방법이 뭐냐고 물으시기 전에 이왕 마음을 내셨으니 한번 연구해 보세요. 안되라는 법 있습니까?

마음 모나지 않게 둥글고 인의롭게 쓰도록 놓고 놓아 내가 녹아야 상대 녹일 수 있어

플라스틱 쉽게 썩히는 방법

문 저는 점차 심각해지고 있는 지구의 환경 문제와 관련하여 몇 가지 여쭙고자 합니다.

다가오는 21세기는 환경 문제가 모든 것을 지배하는 시대가 될 것이라고들 예견하고 있습니다. 사실 최근 들어 선진국들이 그린라운드다 이산화탄소 규제협약이다 해서 환경 관련 규제를 더욱 강화하는 것은 물론 국제 무역 통상의 기준을 환경과 관련 지을으로써 물건 하나를 사고 팔아도 환경 친화적인 것이 아니면 거래 자체가 불가능할 정도의 강력한 규제를 가할 움직임을 보이고 있습니다.

이러한 움직임은 지구도 살리고 그 위에서 살고 있는 모든 생명체들도 살린다는 관점에서 보면 당연히 따라 주어야만 할 그런 것입니다만, 우리 나라와 같이 선진국의 문턱에도 가보지 못한 나라들은 당장 생산과 소비를 포함한 모든 경제 활동에 크나큰 제약을 받을 수밖에 없고 그렇게 되면 한 나라의 생존이 문제가 되는 경우도 생길 수 있다고 봅니다.

따라서 이런 곤경을 벗어나기 위해서는 우리가 사용하는 에너지를 지금까지와는 다른 것으로 대체해야 하고, 썩지 않아서 땅을 오염시키는 주범으로 지목받고 있는 플라스틱과 같은 물질은 쉽게 지수화풍으로 돌아가면서도 우리가 사용하는 기간 동안에는 제가 할 역할을 제대로 하는 그런 물질로 바꾸어 주어야만 한다고들 합니다. 새로운 에너지를 찾으려고 하는 노력은 최근 들어 조금씩 되고 있어서 계속 찾다보면 좋은 결과가 있을 것으로 기대됩니다만, 플라스틱과 같은 물질을 쉽게 공으로 돌아가도록 하는 방법은 아직까지도 제대로 찾지 못해서 그냥 태우거나 땅에 몰래 묻어버리거나 하고 있습니다.

생각해보면 플라스틱도 어차피 지수화풍으로부터 만들어졌으니 왔던 곳으로 돌아갈 터인데 다만 돌아가기까지 너무 오랜 시간을 필요로 하는 것이 문제점이므로 이 시간을 단축시키는 도리를 찾을 수 있다면 이 문제도 쉽게 해결될 것으로 생각됩니다. 따라서 어차피 생활 자체이고 과학인 불교적 관점에서, 이 문제를 해결할 수 있는 물질 차원에서의 인연공법의 원리에 대해서 큰스님의 가르침을 받고 싶습니다.

답 마음으로 먼저 설계를 했으니 그 설계에 따라 현실로 나오게 되어 있습니다. 그게 창조요 진화입니다. 인연공법이기도 하고 말입니다.

그러니까 오래도록 썩지 않는 물건을 만들어야 겠다고 설계를 하고 연구에 연구를 거듭해서 플라스틱같은 물건이 나오게 되지 않았습니까?

이제와서는 반대로 공해때문에 골치가 아프니까 같은 물질이라도 쓰고 버리면 잘 썩는 물질로 그 성질을 바꾸고 싶다는 생각을 하게 되었으니 또 연구를 해서 지수화풍으로 쉽게 되돌릴 방법을 찾게 되겠지요. 인연공법으로 말입니다.

날 보고 그 방법이 뭐냐고 물으시기 전에 이왕 마음을 내셨으니 한번 연구해 보세요. 안되라는 법 있습니까?

부정적 마음 버리면 참나 보는지

문 대행스님을 인터넷으로 친견할 수 있어서 정말 기쁩니다.

진리의 길을 항상 생각하고 있는 사람으로써 큰스님께서 말씀하시고 항상 강조하시는 주인공 자리에 모든 것을 놓아라는 말씀의 의미를, 저는 사람의 마음에는 교만한 부정적 마음 상태와 겸손한 긍정적 마음 상태가 있는 데 교만한 마음을 가지지 말고 겸손한 마음을 가지라는 것으로 해석이 됩니다.

겸손하다는 것은 나를 낮추고 나를 내세울 때 내세우면서 나를 내세우지 않는 그런 마음 상태가 됨을 의미하는 것이 아닌지요? 그러다 보면 자연히 내 마음은 고요한 상태가 되고 마음이 고요한 상태가 되면 주인공 자리와 통한다는 의미로 파악이 됩니다. 즉, 부정적 마음 상태(교만, 자만, 증오, 거부, 미움, 지나친 자존심, 질투, 지나친 비굴, 열등감)를 사람이 가지고 있으면 마음이 고요하지가 않고 마음 편안하지도 않으며 심리적으로 괴로움을 느낍니다. 따라서 내 자신이 그러한 부정적 마음가짐을 가짐으로 인하여 괴로움을 당할 때는 주인공 즉 우주의 근본 자리와는 만나질 수 없는 상태가 되고 긍정적 마음 상태(반성, 겸손, 사랑 등)를 가지면 내 마음이 편안해지면서 마음 상태도 고요해집니다.

우리의 마음은 바닷물과 같아서 세상일에 이리저리 끄달리는 마음(즉 부정적 마음가짐)을 가짐으로 인하여 고요하지 않은 마음 상태가 되고 마음이 고요하지 않고 항상 어떤 욕망이나 아집, 오만, 자존심 등의 부정적 마음가짐으로 인하여 바닷물의 파도가 일듯이 마음이 항상 요동을 치는 상태가 되기 때문에 주인공을 만날 수 없는 상태가 되지 않나 짐작을 합니다.

그 파도(부정적 마음가짐)를 가라앉히기 위해서는(물론 가라앉힌다고 하는 것도 집착이 될 수 있겠지만 굳이 말로 표현을 하자면) 앞에서 말씀드린 긍정적 마음가짐을 가지면 파도가 잠잠해지고 보이지 않던 밑바닥 즉 주인공이 드러나는 것이라고 해석을 하고 있습니다. 그게 곧 나를 버리고 내가 죽어야 참나를 볼 것이라는 의미로 해석이 됩니다. 저의 해석이 옳은 방향으로 가는지 큰스님의 고견을 듣고 싶습니다.

답 파도가 가라앉아야 밑바닥이 드러나 보인다는 말씀도 마음공부의 한 방편은 되겠지요.

나도 항상 이 공부하겠다는 사람들에게 마음을 모나지 않게 둥글고 인의롭게 써라, 하심하라는 말을 자주 합니다. 무엇보다도 나를 앞세우고 남을 무시하고 걸핏하면 옳으니 그르니 시비를 하는 마음이라면 이 공부하기가 쉽지 않기 때문입니다.

그러나 그게 전부는 아니지요. 믿고 놓고 관하는 공부는 선한 것 악한 것, 되는 것 안되는 것을 몽땅 놓는 공부입니다. 그러니까 잘 되는 것은 그것대로 감사하며 놓고 안 되는 것은 또 그것대로 한생각 돌려 '주인공 너만이 할 수 있잖아' 하며 놓고 가는 것이지요.

몰록 놓는데 옳으니 그르니의 분별이 따로 붙겠습니까?

그러니까 부정적이다 긍정적이다 하기 전에 잘된 것은 '응, 그랬어!'하고 놓고 안된 것은 '주인공, 너 알아서 해!'하고 놓으세요. 말하자면 '나'가 빠져 내가 죽는 공부입니다, 이 공부는.

장래문제 불투명해 낙담

문 저의 앞길에 대한 생각이 불길처럼 일어나 초조한 생각에 스님께 여쭈어 보려고 합니다.

지금 하고 있는 토목기사 공부가 잘 되지 않고 책이 눈에 들어오지 않고 '낙방이다'라는 생각이 올라오고 졸업 문제와 귀향 후 어떻게 이 기사공부를 해야 할 것인지 그리고 이제 30살이라는 허탈감과 살아갈 나날에 대한 답답한 생각이 튀어나옵니다. 놓아버리고 관하려 무지 애를 써도 이 생각들이 저를….

어떻게 하면 이 생각과 앞으로 주인공 공부를 잘 해나가겠는지요. 답답한 마음 금할 길 없고, 또 다시 부적, 운명에라도 의지할까라는 모든 생각도 고개를 들고 있습니다. 어떻게 하면 이런 일어남에서 벗어나 자유자재할 수 있나요.

답 놓는 것과 잊어버리는 것은 아주 다릅니다. 자신의 장래문제에 대해 이런 저런 생각이 떠오르는 것은 당연하지요. 그런 생각조차 안 한다면 목석이지 사람이겠습니까?

놓으란다고 그냥 다 잊고 바보처럼 살라는 것도 아니고 생각 그 자체를 부정하는 것도 아닙니다.

놓으라는 것은 '나다' '내 것이다'하는, 말하자면 아상을 놓으라는 것이지 '될대로 되라'는 식으로 하라는 것은 아닙니다. 이 말을 잘 알아들으셔야 합니다.

그러기에 '내가 한다'가 아니라 '주인공! 너만이 할 수 있어'하고 놓고 관하라는 겁니다. '관'이 빠져서도 안되지요. 놓고 관하려 해도 자꾸 딴 생각이 튀어나온다고 하는데 수억겁을 거쳐오면서 전자에 입력된 게 그렇게 풀려 나오는 것이니 그것을 탓하지 마시고 나오는 족족 놓는 연습을 하세요.

또 장래에 대해 생각하지 말라는 것도 아니고 그게 생각 안하겠다 해서 정말로 생각이 안나겠습니까? 내가 그 생각에 얽매여 이리 뒤척이고 저리 뒤척이고 하지 말고 주인공에 몽땅 일임하라 이겁니다.

질문하신 분은 그런 생각에서 벗어나 어떻게 하면 자유 자재 할 수 있을까 하시는데 벗어난다 못 벗어난다의 문제가 아니라 놓아서 착이 떨어지면 그래도 여여한 것이니 벗어난다 못벗어난다도 없지요.

협찬 한마음