



독자들의 질문을 받습니다. 질문을 수행하시는 중에 의문이 생기거나 궁금한 점이 있으시면 서신이나 팩스 또는 PC통신으로 보내 주십시오. 조계종 한미교신회의 대행스님에게 여쭙어 응답해 드립니다. 심의 고변에 대해서도 상담해 드립니다. <글책임: 편집자> ● 본필: 우 110-170 서울시 중로구 견지동 110-33 현대불교신문사 '길을 묻는 이에게' 담당자 앞 ● 인터넷: www.hanmaum.org ● FAX: (031)470-3116

길을 묻는 이에게



현대불교 제 302호
서기 2001년 1월 10일 수요일 19

법공양 페이지

근본에 맡기고 사는 게 벗어 나는 길

육도윤회 벗어 나려면 ...

문 불교에서 육도란 천(天), 인간(人間), 아수라(阿修羅), 지옥(地獄), 아귀(餓鬼), 축생(畜生)의 여섯 세계를 지칭하는 용어로 알고 있습니다. 그렇다면 육도를 사는 중생들은 윤회를 벗어나지 못하기에 전부 제도되어야 할 불쌍한 중생들이며 미물에 불과합니까? 불교에서는 육도를 벗어나 해탈을 이루고 열반에 들어 성불하는 것을 영원한 행복이라고 하는데, 해탈을 하려면 어떻게 해야 되는지요?

답 마음도리를 공부하지 않는다면 순간순간 내 앞에 닥쳐오는 해어릴 수 없는 문제들을 어떻게 하나하나 해결해 나갈 수 있겠습니까? 과거로부터 지어 놓은 대로 모두 인연이 되어서 현실에 일어나고 있는데, 보이지 않는 곳에서 일어나는 일들을 사랑이나 지식, 또는 물질로는 해결할 수 없지 않습니까? 다만 진실로 믿고 나오는 곳에 되돌려 맡겨 놓을 때 비로소 하나하나 녹아 내리는 것입니다.

천상인간도 윤회하므로 벗어나려고 했거늘, 잘잘못을 가리고 분별심을 내어서 보이는 것만 논한다면 내면의 깊은 뜻은 헤아리지 못하게 되고 고통만 따를 뿐입니다. 순간순간 일어나는 마음을 잘 관찰하고 다스려서 시시비비를 가리지 말고 모든 것은 내 탓으로 돌리며 주인공에 맡겨 놓아야 자유권을 얻을 수 있는 것입니다. 그릇된 것으로 끝이 나는 게 아니고 또 잘된 것으로 끝이 나는 게 아니며, 잘 되는 것을 취하다 보면 잘못 되는 것이 따르게 마련이니 양면을 다 봐야만 참나를 발견할 수 있는 것입니다.

지금 내가 강조해서 말하는 것은, 업식으로 뭉쳐진 인연들이 눈에 보이지는 않지만 의식으로 돌아다니다가, 새 동우리로 들어 가기도 하고, 개구리 속으로 들어가기도 하고, 뱀 속으로 들어가기도 합니다. 왜냐하면 의식의 차원이 밝지를 못하니 분간을 못하기 때문에 아무 곳으로나 들어가는 겁니다. 그러나 모르고 들어갔을지라도 할 한 없이 살면 슬피 익어져서 벗어나지 못하는 겁니다. 또 대다수가 물질로 사는 법만 배웠기 때문에 그 모습에서 세세상 벗어 나지 못하는 것입니다. 그러나 새끼로 태어나서 어미가 되고, 어미가 죽어서 다시 새끼가 되는 윤회의 굴레에서 벗어날 수가 없어서 사람 몸으로 태어나기가 어렵다는 겁니다. 우리가 살아서 이 도리를 모르면 죽어서도 모릅니다. 그리고 육도의 윤회를 벗어나서 자유인이 되는 길을 물어보셨는데, 어떻게 인간으로 왔으며 어디서 왔는지, 또 앞으로 어디로 갈 것인지를 모르지 않습니까. 그러나 깨닫는다 못 깨닫는다를 떠나서, 내 안에서 들고나는 모든 것을 근본에 맡기고 살아가는 그 지리가 해탈의 길이자 열반의 길이라는 것을 아시고, 나고 드는 모든 것을 근본에 맡겨놓고 바로 지금 여기에서 자유롭게 사십시오.

올바른 수행방법 아닌 것 같아

문 불교수행 법 중의 하나에 대해 여쭙겠습니다. 신(身), 구(口), 의(意) 삼업을 청정히 닦아나가는 수행은, 몸은 무드라(진실한 모습)를 만들고 입으로는 진언(진실한 말을) 위우고 뜻으로는 진실한 상념을 짓는 수행이라고 합니다. 저도 조금 수행해

보니 몸과 마음에 어느 정도 힘이 생기고 잡념이 없어지기도 했습니다. 지금 제기가 수행 방식이 좋다는 생각, 또는 지금까지 어느 정도 잡념이 없어지는 체험을 했으니 올바른 수행이 아닌가 하는 생각이 들지만 또한 저 자신이 이 수행방식에 묶여 부자유스러워지는 것은 아닌가 하는 생각도 듭니다. 이 수행법에 대한 스님의 생각은 어떠하시며, 이것은 어떤 것인지 여쭙고 싶습니다.

답 제가 항상 말씀드리는 거지만, 잘 다들어진 말이나 이론이 아니라 평범하면서도 진실된 비유로 표현을 하겠습니다. 비유하여 여러분이 수박이라고 합시다. 여러분이 다 수박이라면 작년의 씨로 인해 수박이 된 것입니다. 작년의 씨가 아니라면 어떻게 올해의 수박이 생겼겠습니까. 그 수박은 놔두고 작년 씨를 바깥에서 찾는다던 아무리 애쓴들 찾을 수 있겠습니까?

올해의 수박에 씨와 열매가 한데 합쳐져 있습니다. 그러나 바로 그 안에 자기 씨가 있는 겁니다. 인간이나 다른 모든 생물은 흙, 바람, 불, 공기의 생명들도 모두 이 씨로 인해서 존재하는 거예요. 모든 것 속에 있는 근본 원소가 들어 있다는 말입니다.

그런데 몸만 다스리다 보면 잘못되는 일이 아주 많습니다. 몸뚱이 떨어지면 그건 아무 것도 아닙니다. 몸 떨어지고, 말 떨어지고, 행 떨어지면 아무 것도 없는 겁니다. 그러나 이 마음이라는 건 영원한 겁니다. 마음과 마음이 전달이 돼서 무정물, 과일, 나무들도 서로 마음과 마음이 전달이 돼 가지고 사랑하고 서로 도와가면서 작용을 해서 사랑하고 서로 도와가면서 작용을 하는 거니까 그게 중용이죠. 몸도 자재로 이용할 수가 있다 이 소립니다. 모두 잠재의식의 관습에 의해서 그것을 못 믿기 때문에 못하는 거지, 진짜로 믿는다면 죽고 사는 것도 다 그냥 맡길 수가 있습니다.

동생이 심한 발작 일으켜...

문 스승님이 계셔서 그대로 부처나 마 이만큼 마음 편하게 살고 있습니다. 그러나 아직 풀지 못하는 큰 문제가 있습니다. 동생이 어려서부터 심한 발작으로 고생하고 있습니다. 그것을 지켜보는 가족들 모두 점점 마음이 병들어 가는 것 같아 안타깝습니다. 어서 빨리 해결하고 싶습니다. 주위에서는 업식이 두터워서 그렇다고

넘어졌으면 일어날 능력도 내게 있어

나오는 곳에 되돌려 놓을 때 업식 녹아

자기 안에 있는 씨로 인해서 수박이 생겨나고, 그 수박으로 일체 중생을 다 먹고도 되 남는다는 겁니다. 그러나 심어서 먹고, 또 심어서 먹고 해도 줄지도 않고 늘지도 않는다. 사람이 생겨난 만큼 먹고 살 수 있다. 적으면 적은 대로 먹고살고, 많으면 많은 대로 먹고 살 수 있다. 그래서 본지복은 자기가 가지고 나온다는 말이 있어요. 그래서 마음으로 들어가지 않고 그냥 입으로만 하게는 몸으로만 하는 것은 직코스로 들어가는 방법이 아니라고 합니다. 그렇기 때문에 몸에 들어 있는 의식들, 생명들이 그걸 아랑곳하지 않습니다. 같이 동일하게 작용을 해주지 않습니다. 부자유스럽게 다스리는 내가 있고, 다스림을 받는 상대가 있으면 둘로 되기 때문에 되지 않습니다. 그래서 일체를 들고나가는 장본인이 좋게 하기 위해서, 내 마음의 근본이 분명히 있다는 것을 믿고 그 지리에 맡기라고 그렇게 말을 해 오고 있는 것입니다.

그렇기 때문에 마음으로서 아, 녀도 나도 없구나! 모두 나로구나! 할 때에 내 몸 안의 의식들이 전부 작용을 하게 돼 있습니다. 그러나 마음에서 나오면, 두뇌로 통신이 돼서 하달이 돼 가지고 사대로 통신이 됩니다. 그렇게 되면 자동적으로 육신이 작용을 합니다. 그것은 주인공 자체가, 어디가 잘못됐는지를 잘 알기 때문에 작용을 해주는 거죠. 여기서 모자라면 저기서 보태고, 저기서 모자라면 여기서 보태고 해서 작용을 해주는 거죠. 그러니까 몸을 건강하게 다룰 수가 있고, 예를 들어서 살을 뺄 수도 있고, 살을 찌게 할 수도 있고 그건 자기 마음대로입니다.

어려운 문제라서 해결하기 어려울까라고 수군거립니다. 스님! 마음은 체가 없다고 하지 않으셨는지요. 뛰어넘고 싶습니다. 열심히 정진하겠습니다. 나아가 길을 인도해 주십시오. 간절한 마음으로 가르침 청하옵니다.

답 일체 모든 것, 즉 우주 천지가 나 같은 근본이 바로 모든 사람의 마음에 직결되어 있음을 알고, 그 직결되어 있는 마음의 주인공을 믿고 거기에서 모든 것을 되맡겨 놓아야 합니다. 진실히 맡겨 놓을 때, 즉 병도 거기에서 인과응보로 나온 것이 아니라 내 데다가 다시 믿고 맡겨 놓는다면 거기에서 해결하는 것입니다. 그리고 주인공, 당산만이 고칠 수 있다. 주인공에서 나온 것이니까 주인공이 고쳐야지! 하고 진정으로 믿어야 합니다.

자기가 땅에 넘어졌으면 일어날 능력도 자기에게 있는 것입니다. 자기가 지어 놓은 거니까 자기가 풀어야 하고 또 풀 수가 있는 것입니다. 그래서 나온 것 거기에다 되 놓아라 하고 가르쳐드리는 겁니다. 그렇게 되면 바로 화하게 되어 있습니다. 몸도 가스토 될 수 있듯이 그렇게 화해버릴 수 있습니다. 그러면 마음의 인과응보를 찢던 업이 그냥 송두리째 무너져 녹아 내리게 되어 있습니다. 그렇게 되면 다시 보살로서 재생이 되므로, 그때에 비로소 억울하고 누명했던 업이 많은 인과응보, 모든 것이 다 거기에서 스러지게 됩니다. 그리고 이 몸속에 있는 모든 세포 생명들도 이 때가 되어 활개를 펴고 왔다 갔다 하면서 필요한 모든 것을 잘 공급해 주게 되므로, 회전이 잘 되기 때문에 비로소 병 증세가 낫게 되는 것

입니다. 이것은 이론이 아닙니다. 실천입니다. 실천해서 우리가 체험을 하고, 체험 속에서 우리는 믿게 되고 진실하게 되고 아! 이런 것이로구나! 일체만법이 작으나 크나 다 여기에서 나오는 것이로구나. 라고 알게 됩니다. 내가 있기 때문에 바로 태초요, 내가 나왔기 때문에 또한 태초입니다. 그래서 내가 있는 것이 바로 화두인 것입니다. 여러분이 있다면 화두에 화두이지 만약 여러분이 없다면 아무것도 없는 것입니다. 그러므로 좀더 우리가 이런 공부를 하는 데 있어서

만, 우리가 공부를 놓치는 게 아닙니다. 공부를 놓치고 안 놓치고 간에 중요한 것은 진실하게, 자기의 원소를 진실하게 믿어야 된다는 것입니다. 누구나 다 생명력을 가지고 있는데, 그 생명력을 이음을 붙이려면 예나지도 되고 불성도 되죠. 또 자불(自佛)이라고도 합니다. 하여튼, 이 마음공부라는 건 즉각적으로 들어가는 길이기 때문에 진짜로 믿어야 된다는 얘기입니다. 그게 바로 자기예요, 자기 원소예요. 애당초부터, 생명체가 생길 때부터 생긴 거니까

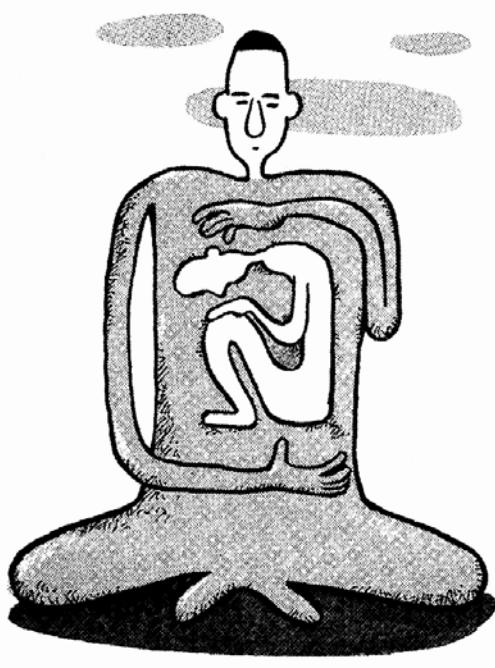


그림 · 최주현

어떤 아쉬움이 있고 어떤 못한 사람이 있다 하더라도 내가 못났을 때, 내가 못 배웠을 때, 내가 가난했을 때, 내가 미생물이었을 때의 바로 나의 모습으로 보라 이겁니다. 그렇다면 그 병 증세가 다 없어지게 되는 것입니다. 그래서 주인공만이 모든 것을, 내 동생을 고칠 수 있다고 굳게 믿고, 되고 안 되고를 그냥 놓고 진실되게 관상하기 바랍니다.

공부 놓치고 가는 것 아닌지

문 청년 때부터 공부를 해오다 결혼을 하여 집에서 살림을 돌보면서, 이제는 아기가 생기고 생활이 편해지니 자주 공부를 놓치고 가는 것 같아 혼자 뒤떨어지는 듯한 마음이 생깁니다. 괜한 걱정이라는 생각이 들면서도, 살아가면서 더욱 좋아지는 마음을 대할 때마다 역사나 생활이 나를 점점 더 못한 사람으로 만들어 간다는 생각이 앞서게 됩니다. 도움 말씀을 구합니다.

답 본인의 생각에는 상황이 달라져서 혼자 뒤떨어지는 것 같다고 생각하지

말입니다. 늘 말씀드리지만 사람은 누구나 태어날 때 다 정자 난자가 한데 합쳐져서 모습은 형성되지만 태어날 얘기가 생명력을 가지고 나온다고 했습니다. 그래서 지금 모습을 가지고 있는 사람들은 다 자기, 보이지 않는 자기를 믿고 찾아야 한다고 했습니다. 그 주인공이 바로 불성(佛性)자 자부처(自佛)요. 이렇게 움직여가게 하는 것도 바로 자기 생명력이 자기를 움직여가게 하는 겁니다. 그러나 마음은 수없이 깨내 써도 줄지 않는 거죠. 그러니까 진짜로 믿고 모든 걸 다 거기다 맡기세요. 생활이 도라고 했습니다. 그러니까 닥쳐오는 생활 속에서 열심히 관하고, 팔되면 감사하게 놓고 그렇게만 하면 됩니다.

우리 두뇌에 자동적인 컴퓨터가 있다고 항상 말씀드렸죠? 거기에 모두 과거에서부터 해온 대로 입력이 돼 있어서, 입력된 대로 살기 때문에 고달프기도 하고 지체롭게 행하기도 하고 하는 거예요. 그러니까 입력된 대로 나오는 거, 좋은 것이 나오면 주인

공감사해 하고 놓고, 또 그걸 다시 바꾸려면 바꾸고, 그렇게 편하게 하시면 됩니다.

입력이 돼 있는 데다가 입력을 다시 넣으면 앞서 입력이 없어지죠? 그것만 알면 됩니다. 과거가 없기에 잘못 했던 나도 없고, 어찌될까 두려운 미래도 없어요. 현재도 공해서 참나 참나 고정됨이 없이 돌아갈 뿐인 걸요. 그러니 지금 말한 이 말의 뜻을 잘 새기어 본다면 한층 깊은 눈으로 나를 살펴봐 며 진실되게 한 걸음 한 걸음 나아갈 수 있을 것입니다.

명상중에 두려움 생겨요

문 어떻게 말을 꺼내야 될지 모르겠습니다. 비겁하고 멍청하게 20년을 살아오다가 최근에 부처님에 대한 책을 접하며 그 것에 대한 지식만 쌓아오기를 몇 년째 계속해 오고 있는 23살 된 청년입니다. 두 정에 찻잔을 올리고 명상을 할 때면 몸에 열이 나고 이마엔 식은 땀이 나면서 두려움과 불쾌감이 강해집니다. 사고가 줄어들거나 편안함은 어디에도 없습니다. 이것은 무엇 때문인지 알고 싶습니다. 아직 육체 차원에서 해소되지 못한 것이 있기 때문입니까? 그리고 저는 제게 있는 공격성이라든가 하는 감정을 늘 감추며 살아왔는데 이것을 어떻게 해소해야 합니까? 아니, 해소하는 게 바람직합니까? 부끄럽습니다. 제가 죽을 수 있는 상태라면 꼭 한번 죽어보겠습니다.

답 육신은 마음에 따라 다니는 것이랄 수 있고, 물론 그렇다고 해서 육신을 어떻게든 두어도 좋다는 것은 아닙니다. 어떤 수행자들은 마음이 주인이라니까, 또 거기에 집착해서 몸이 하는 행동은 아무렇게 해도 상관없다고 생각하기도 합니다. 그러나 마음이 바르면 몸도 바르게 힘을 얻게 되는 것이니, 서로 공생(共生), 공용(供用)하는 관계라 하겠습니까. 그렇더라도 역시 주인은 마음인 것만은 분명한 일입니다. 마음이 근본입니다. 마음이 뿌리입니다. 그 근본 뿌리가 제대로 서지 않고서 가지나 잎을 아무리 정돈해 보아도 효과는 없습니다. 그러므로 좌선을 해도 마음이 주요, 생활 속에서 어떤 것을 하더라도 마음이 주가 되지 않으면 안 되는 것입니다.

육신이 떨어지면 말도 떨어지고 행도 떨어집니다. 그러니 오직 자기 마음의 근본을 믿고 들어가야 됩니다. 오직 나의 근본 주체를 쥐고 물러서지 말고 한번 들어가 보십시오. 그렇게 진실히 해 나간다면 거짓의 내가 죽어서 영원한 참나를 상봉하게 될 것입니다. 그렇게 되었을 때의 희열, 그 감사함을 느껴 보시기 바랍니다. 자신의 참주인을 만나서 이렇게 힘들고 어려운 세상을 묵묵히 걸어가는 한 하나도 깜짝인하고 지극히 웃으면서 넘어갈 수 있는 사람은 한 주먹을 펴면 깊은 데로 들어가고, 아주 얇은 물에도 다닐 수 있는 그 자유자재권을 가지게 될 것입니다. 그러니 꼭 그렇게 해 나가기를 바랍니다.

다한증 때문에 생활 불편

문 저는 손발에 땀이 많이 나는 다한증 때문에 일상생활을 하는 데 많은 고통을 받고 있습니다. 주인공에 놓아 나가는 수행을 통하여 증상이 조금은 완화되었다는 것을 느끼지만 과연 이를 완치할 수 있을지 의구심이 듭니다. 스님, 앞으로 어떠한 방법으로 수행해 나가야 하는지를 알고 싶습니다. 그리고 이러한 증상이 생기는 것은 과거생으로부터 긴장하는 습에 의한 것 같다는 생각이 드는데, 과연 어떠한 업식에 의한 것인지도 참으로 궁금합니다.

그리고 또 한가지 질문은, 운명에 관한

20면으로 계속

가짜로 인위를 배우고 싶은 현실에 힘겨워하는 사람들도 순간순간이 고통으로 느껴지는 현대인들에게 대행 스님이 띄우는 희망의 메시지 **삶은 고(苦)가 아니다**

대행 스님과 수행 상담을 원하시는 분은 현대불교신문 '길을 묻는 이에게' 담당자(팩스:031-470-3116)앞이나 인터넷 부디피아(http://www.hanmaum.org)로 연락 바랍니다.

A5신 288쪽
값 6,000원
이시구