

# 부처와 중생이 둘이 아니라 깨달으면 부처!

29면에서 계속

하니 걸망을 지고 털털털럭 가면서 "인연 있으면 오다음에 어린에 낳거든 또 만나자." 그랬다는 거죠. 낳아서 업고 와서 보니까 그 스님이 또 와 있더라는 겁니다.

그러니까 부처와 중생이 따로 있는 게 아니라 깨달으면 부처다 이겁니다. 그러니까 자기 몸이나 그 몸이나 둘이 아닌데 그 사람이 모르고 스님들이 모르니까 방편으로 "야, 너 부처지?" "예." 자기가 대답해요. 또, "너 부처지?" 그러니까 "예." "부처결랑 그림 이거 먹고 해 줘." 그리고선 그냥 탁 입에다가 붙여 놓고는 가는 거죠. 그게 얼마나 멋있습니까. 참, 그 멋있죠. 사탕 쓰고 주장자 하나 들고 평발로서 바리때 하나 들고 똑마르면 물마시고 배고프면 먹고 졸리면 아무 데고 그저 내 각 장 장판인 줄 알고 턱 드러누워서 편안하게 자고 먹고는 소화시키니, 폼파려우면 폼 누고 오줌 마려우면 오줌 누고 맘대로 그렇게 할 수 있는 사람이 되기 위해서 우리는 이런 공부를 하는 겁니다.

여러분, 먹고 폼 누고 이러는 게 무엇인지 아십니까? 우리가 밥 먹고 배설하는 그거를 한번 생각해 보세요. '이 세상 일체 생활을 하면서 생각 한번 잘하고 소화를 잘 시킨다면' 이런 소리와 똑같은 얘깁니다. 생각 한번 잘하면 먹는 것이고 먹으면 소화는 저절로 되는 겁니다. 만약에 먹고 소화 못 시키면 체합니다. 그러니까 구멍이에 빠지죠.

여러분이 불교를 잘 생각해서... 여러분이 있기 때문에 불교가 있는 거지 여러분 빼놓고 불교가 어딴 겁니까? 여러분 빼놓고 부처 보셨습니까? 여러분이 이 세상에 나오지 않았다면 부처가 어딴지 보셨습니까? 여러분이 이 세상에 나왔기 때문에 바로 부처를 보고 믿게 되고 듣고 보고 이렇게 행하게 되는 겁니다.

여러분, 질문할 것 없어요? 하지 않아도 좋아요. 팔오로 매주를 쓴대도 나는 믿으니깐 얘기하세요. 여러분이 팔오로 매주를 쓴다 해도 나는 믿어요. 머리가 발이라고 해도 믿고요, 발이 머리라고 해도 믿어요. 왜 그런 줄 아세요? 이 몸은 물질이고 물질 아닌 마음은 실체가 없기 때문에, 이 몸이 실체가 아니라 마음은 실체가 없기 때문입니다. 그렇기 때문에 공이라고 한들 어떻게 팔이라고 한들 어떻게 됩니까? 공이라고 생각한다면 공인 것이고 팔이라고 생각한다면 팔인 것입니다. 그래서 한 생각에 뛰어넘을 수가 있다는 겁니다. 이거 한마디만 하고 끝내겠습니다.

여러분이 물질세계에서 그렇게 관습에 젖어서 기복에 젖어서 산다면 오다음에 몸뚱이 속에 인과응보로 등재된 것이 수없이 늘어나 가지런, 화해 가지런 내가 죽은 뒤에 딱하니 나와서 눈앞에 벌어집니다. 살아 있을 때도 수없이 자주 파위를 일으키고 자주 입력했다가 용도에 따라서 나오는

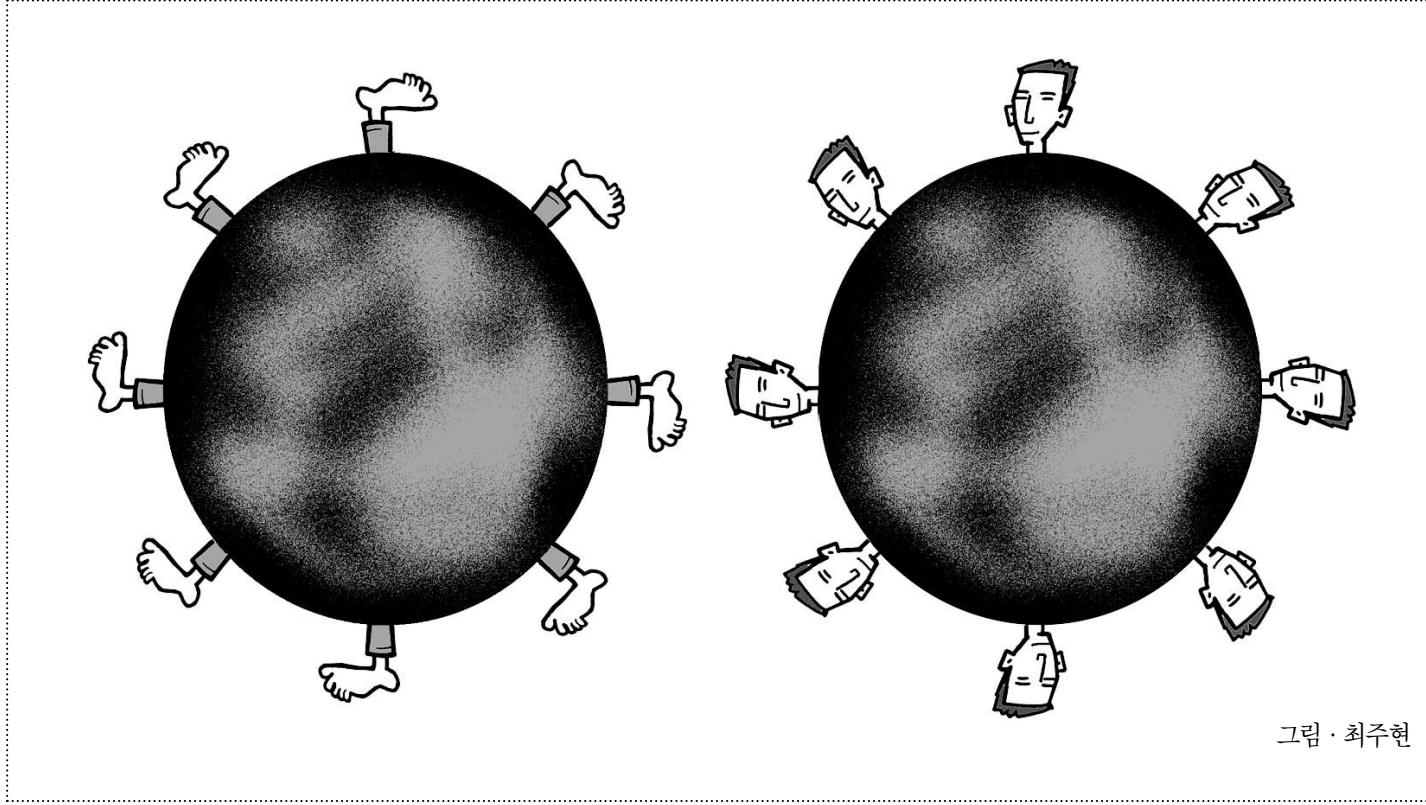


그림 · 최주현

## 여러분의 마음 뒷면에 영원한 밝음이 있다는 사실을 알아야

데, 죽어서도 고개 그림자처럼 따라다니면서 그냥 크게, 요만한 별레도 크게 돼 가지곤 눈에 다 보이나니 한 발짝도 못 들어서요. 자기가 인연 지은 대로 나오는 거니까요. 머털 풀어 산발할 한 사람으로 나오죠, 발레로 나오죠, 짐승으로 나오죠, 독사로 나오죠. 모두 그렇게 나와서 늘비하게 널려 있으니 그 길밖에 없는데 한 발짝이나 떼어 놓을 수 있겠어요? 그거 이해가 안 가시죠? 그게 일 단계예요.

이 단계는 뭐냐? 여러분이 '아제아제 바라아제 바라승아제' 하죠. 일 단계에도 뛰어넘는 거지만 그것도 마음으로 뛰어넘으면 될 것을 내가 항상 의식으로 물질로다가 아주 관습이 됐기 때문에 찢었어요. 그래서 '여기에 배가 와야 건너가지 내가 그냥 어떻게 건너갈 수 있나? 빠져 죽지.' 이런 생각으로 영혼들이 그냥 주욱 기다리고 있는 거죠. 어때요? 거짓말 같아요? 정말이예요. 그래서

기독교나 가톨릭교는 '요단강 건너가 만나리' 하고 여기선 '아제아제 바라아제 바라승아제, 저 강을 건너가서 우리 같이 만나자, 같이 건너가자.' 하는 거죠. 그러니 죽어서도 고된 마음들을 가지고, 내 모습이 그대로 있는 줄 알고 글썽, 배가 올 때를 기다리니 오백 생을 기다리려나? 그러니 천도가 생긴 겁니다. 여러분은 요새 그러한 도리를 배우니까 좀 아시겠지만 옛날에 돌아가신 분들은 그런 걸 몰라서 그저 요런 거 하나 조련 거 하나 일일이 따지고 탐비고 그냥 먹으려고 하고 그랬죠.

또 그뿐입니까. 우리가 아가 불바래라고 얘기했죠. 통로인 거기를 마저 뛰어넘어야만 우리가 이틀 해서 성불이라고 하고 또 자유인이 될 수 있고 영원히 끝난 데 없이 밝음을 얻으리라 한 것입니다. 그런데 타 죽을까 봐 거기 못 들어가거든요. 타 죽을 몸이 있나요? 그런데도 불구하고 자기가

있다는 거죠. 의식이 그렇게 하고 살았으니까요. 그래서 부처님께서 "공했으니 나라 나라! 쉬어라! 나라!" 그냥 수없이 그러셨죠. 여러분, 안 그렇습니까?

그냥 어린애도 돌보지 않고 남편도 돌보지 않고, 또 남편은 부인을 돌보지 않고 만날 백팔 배나 하고 염불이나 하고 경이나 외우고 구석방에 들어 가서 염하기나 하고 이래야만 불교 공부를 아주 잘한다고 생각하는 여러식음을 인제는 좀 놓으십시오. 하지 말라는 게 아니라 살림을 요렇게 만들어 놓고 아니, 지금 애들이 학교에 나가고 남편도 나가고 그러는데, 그냥 먹거나 말거나 '애들아, 여기 처러왔으니 먹어라.' 그러곤 그냥 뭘 나가야겠습니까? 환해요, 아주! (대중 웃음) 그거 오순도순 밥 먹고 오순도순 얘기하고 오순도순 친절하게 참, 말을 해서 내보내면 그날 일도 잘돼요. 그런데 자기 일 보느라고 그렇게 하다 보면 그

게 쌓이고 쌓입니다. 그게 바로 애정에 굶주린다는 거죠. 그래서 잘못 나가죠. 중학생쯤 되거나 고등학생쯤 되면 잠잠한 것이 바락바락 일어나죠. 그렇게 해 가지고 잘못되는 거를 누구한테도 항거를 합니까? 하다못해 시장을 가더라도 참, 애들이 들어오거나 남편이 들어오려면 "내가 지금 당신 좋아하는 거 사러 시장에 가요." 한단든가, 애들한테도 "나 이렇게 갔다 올 테니 너희들 냉장고에서 요런 거 꺼내 먹고 있어. 기다려, 참 사랑해." 하고 요렇게 써서 냉장고 문이나 열어 놓고 뽀뽀한 번 해 놓고 가면 이따말래야 이따말 수가 없지요. 그건 떠돌아도 안되죠. 아주 접촉제로 붙어 있듯이 그렇게 붙어 있는데도. 그런데 어디로 이따이 됩니까?

그러니까 모든 책임은 서로에게 있으니 누구에게 탓을 할 게 하나도 없어요. 남편도 자식들한테나 아내한테나 아무리 바깥에서 피곤하고 그렇더라도, 남자는 가슴이 넓지 않습니까? 넓어서 넓은 게 아니라 남지니까요. 못났든 할났든 내 아내 내 자식이기 때문에, 나를 생각해주는 그 마음이 고마워서라도 그저 아내가 늦게 들어오거나 이러더라도 이해해 주고 "여보, 밥이나 먹고 다녀? 배고프지 않아? 내가 꺼내 줄까?" 하는 그 말 한마디에 고만 그 하루 동안 고통받았던 게 짝 씻어지죠. 말 한마디에 구멍이에서 빠지느냐 구멍이에 들어 가느냐입니다. 여러 가지죠. 내가 지금 여러분한테 말하는 것을 '저 스님이 불교는 말 안 하고 별 말을 다 하네.' 이렇게 생각하지 마세요. 그냥 사는 게 불교니까요. 돌 하나도 불교 아닌 게 없어요.

여러분은 전부 부처가 돼서 질문이 하나도 없군요. (대중 웃음) 한 시간이 넘었는데요. 하여튼 우리가 인연이 돼서 여기에 지원을 내게 된 것을 감사히 생각합니다. 무엇보다도 중요한 것은 여러분과 더불어 같이 한마음으로 내 몸뚱이 속에 있는 중생들을 다 천백억화신으로서 보살로 만드는 작업을 해야 한다는 겁니다. 그 작업을 그렇게 해야만 여러분 건강도 되겠는 수 있으며 또 가난도 소멸시킬 수 있으며 또는 기환, 우환, 필듯하면서 안되는 그런 모든 가환도 다 무너뜨릴 수가 있습니다. 그리고 그림자처럼 쫓아다니는, 그 모든 것이 일찍이 도정에서 벗어나서 우리는 자유인이 되어야 합니다. 아시겠습니까?

▲대중: 예.  
▲크신님: 우리 이 자리에서 서로 한마음으로 감사하게 생각하면서 이만... (대중 박수)

\* 위 법문은 1991년 8월 11일 국내지원법회에서 설법한 내용을 정리한 것입니다. 한마음선원 홈페이지(www.hanmaum.org)나 한마음선원에서도 같은 내용을 보실 수 있습니다.

**梵魚寺** 간화선 대중화를 위한 10대 선사 초청

**범어사 설선대법회 법문세트**  
문없는 문을 열다

한국불교를 대표하는 10대 선사의 간화선 수행에 대한 상세한 법문을 만나보세요.

세계적인 불교공부를 원하는 분들에게 최고의 법보시 (도반선물로 최상의 선택)

**빛고을 불교아카데미**  
부처님 10대 제자와 행복한 삶에 대한 이야기

광주 동구불교협의회와 현대불교신문사가 공동주최한 '빛고을 불교아카데미' - '부처님 10대 제자와 행복한 삶에 대한 이야기'의 열분의 법주 (미산 정무 현봉 혜거 자광 지운 재연 호진 도법 철우) 스님들이 2005년 10월 5일부터 12월 7일까지 광주광역시동구KT정보센터대강당에서 설법한 것입니다.

■ 카세트테이프 10개 1세트 30,000원(무료배송) 날개 3천원

■ 판매처 : 여시아문 www.yosiamun.com 02)737-0695, 02)2004-8219 [ 입금계좌 : 국민은행 023-25-0007-617 / 농협 053-01-265785 (예금주:현대불교신문사) ]

**부처님 호흡법**  
참선기초 기본수련

"자동 단전 복식 호흡법"의 비밀이란?

▶자세법: 기부좌, 반기부좌, 평좌, 무릎 꿇기, 고두려 변형자세 뜨고리고 앉은 자세, 장계자세, 일어선 자세, 행선, 외선

▶호흡법  
들숨: 배꼽 아래 3치 단전이 아닌 치골부분으로 쫓고 간명하게 숨이 저절로 내려가며, 가슴 차크리와 단전혈이 열려서 부처님과 인연된 가장 밝은 기운이 오이며, 간정통제 초르로인 세로트인이 끊어지고 나와 마음이 저절로 조율되어 일체의 근심걱정, 성병, 스트레스가 사라진다.  
날숨: 가슴과 일고 부드럽고 고요하게 자랄로 쉬어지며 멘들만, 다이아몬드, 도파민 등의 쾌적, 쾌락 호르몬이 나와 에너지로 전환될 때 뇌피에서 피로 파장이 나오며 수행 상태를 제정하게 된다.

『숨을 뿔자게 잘 쉬는 법 - 절을 뿔자게 잘 하는 법 참고바람 (청견스님 지음)』

◎몸과 숨의 감각이 순식간에 사라지고 마음을 보는 알아차림의 도명한 경지를 초보자로 쉽게 경험하게 되는 가장 쉽고 효과적이며 빠른 수행법으로 고요하며 맑고 밝은 지혜를 체득한다.

◎참선, 위빠사나, 절, 염불, 독경, 요가 (염부생·수형생) 수행 후, 가슴이 답답하고 머리가 뜨겁고 하품이 나오면 호흡수행을 잠깐만 것으로 수행을 중단해야 한다.

◎로코며 입 벌리고 잠잘 때 가슴이 막히고 몸이 차가워지며 단전복식호흡이 되지 않아 뇌의 산소부족으로 인체가 피곤하고 정신이 맑지 않아 수행의 가장 큰 적이 되며, 만병의 근본원인이 되고 불행의 길이다.

◎가장 완벽한 예방의학이며 치유가 확실한 대체의학으로 『생기명, 횡행, 당뇨, 고혈압, 소화불량 (복부비만), 손·발·배·허리 냉증, 무릎병, 디스크, 안구 건조, 피부거칠기, 아토피, 천식, 비염, 불면증, 우울증, 등을 수행을 통해 극복할 수 많은 체험 사례들이 있습니다. (법왕정사 홈페이지와 다음카페 참고바람)』

▶수련일시  
서울 군자법당: 매주 목요일 오후 2시~4시, 저녁 7시 30분~9시 30분  
부산 금정법당: 매주 수요일 오후 2시~4시, 저녁 7시 30분~9시 30분  
\*신규 수강생은 청강수강 후 등록하실 수 있습니다.

**법왕정사** 서울군자법당: 02) 456-0035  
부산금정법당: 051) 583-7886  
청견스님: 011) 9088-9449  
http://cafe.daum.net/sorisan, www.dkt.or.kr