

공한 데서 나오는 것 공한 데 다 봐야! 이것이 화두!

21면에서 계속

청정한 세계를 보았는데...

문 저는 시민 선방을 다니면서 10년 가까이 수행해 오고 있습니다. 그러던 어느 날 목욕을 하는데, 물을 퍼서 이쪽으로 끼얹고 한 번 더 이렇게 끼얹으려고 하는데 어디서 천둥벼락 치는 소리가 나는 듯하면서, 그냥 눈이 번쩍하면서 아주 청정한 세계를 보았습니다. 그래서 '아, 이것이 정말 그런가? 이게 뭐가 아닌가?' 하는데 그때 저는 거기서 저러는 형태를 보았습니다. 큰 맑은 물에 사공이 배를 짓는 그런 형태를 보면서 '그것이 나로구나.' 할 때 달과 빛이 한눈에 불이 번쩍하는 것을 보고 '아! 이것이 그때 나로구나.' 이렇게 생각하고, 부처라는 뜻이 청정한 그 마음자기가 아닌가 하고 살고 있는데 그것이 옳은 건지 그런 건지 말씀해 주시기를 바랍니다.

답 '그것이 나로구나.' 하는 것도 내세를 깨었다고 하지 않았습니까? 일심도 만심이요, 만심이 일심이니 일심도 내세를 깨었다고 하지 않았습니까? 바깥으로 내가 어떠한 청정한 세계가 보인다 할지라도 본 바가 없고 들었다 할지라도 들은 바가 없어요. 또 나라고 한다, 내가 그렇게 했다 하는 것은 육안으로, 즉 말하자면 오관을 통해서 본 것이지, 진짜 누진에 의해서 청안이, 진짜 온 누리를 다 볼 수 있는 그러한 천안통이 있다 할지라도 도가 아니라고 했습니다.

마음 그 자체가 내세를 깨었다고 항상 말씀드리죠? 오신통을 내가 부릴 줄 알아야지, 오신통에 내가 맡긴다면 안 되니까 철저하게 그걸 막았죠. 보는 것 가지고, 듣는 것 가지고, 헤아리고 냄새 맡고 이러한 거 가지고, 타심통이니 또는 속명통이니 천안통이니 천이통이니 신족통이니 하는 것을 가지고 '내가 도를 통했다' 한다든가 '내가 나를 봤다' 한다든가 그러면 그것은 아주 선종들에게 누를 끼치는 일입니다.

그것은 자기가 밥을 먹어야 자기 배가 부른 줄 알기 때문입니다. 자기 오신통에 의해서 지금 여여하게 들어가는 이 자체가 오신통이라는 이름 자체도 없이 지금 그렇게 하고 있는 것입니다! 오신통을 하고 있는 바로 그 자체 속에 그 눈을 보십시오. 그러면 그 맛이 거기서 스스로 나올 것입니다.

그래서 어떻게 들리고 보이고 한다 할지라도 감사하게 거기다 놓으십시오. 우리가 있기 때문에 부처를 이룰 수 있는 것입니다. 그러니 망상을 끊어버린다는 게 이래서는 아니 됩니다. 모든 것은 한마음 한 그릇, 빈 그릇에 모든 것을 담아도 담음이 없이 모든 것을 한데 응합해서 감사하게 놓으십시오. 그럼으로써 아마 시련동하게 익어 들어간다 할지라도 제 나무에서 무르익을 것입니다. 만약에 시련동하게 열린 것을 열렸다고 이것이 익었다는 것보다 하고 모두 온통 아담들을 한다면 그것이 그냥 떨어지게 되는 이치도 있습니다.

미해집니다. 그러나 여러분이 나온 게 화두예요! 색이 자 즉 공이고 공이 자 즉 색이니 어찌 이게 공한 것이 아니겠느냐 이겁니다. 이게 공했다는 거는, 텅 비었다는 거는, 없다는 거는 없어서 없다는 게 아니예요. 너무 이것이 잘나찰나 화해 가면서 돌아가니까 공했다는 거죠. 그러니 공한 데서 나오는 거 공한 데 다 봐야죠. 이것이 화두예요. 내가 이 세상에 난 것이 태초요, 내가 이 세상에 난 것이 바로 화두라, 이 몸뚱이가! 이 몸뚱이가 화두거든 화두에 다가, 공한 데다가 또 공한 놈의 화두를 또 잡아?

예전에 석존 시대에는 화두를 따로 주지 않았다는 얘깁니다. 그리고 부처님을 따로 모셔 놓지도 않았고요. 선방을 따로 해 놓고 따로 그렇게 앉아 있는 시간을 정해 놓지도 않았습디다. 우리가 앉고 싶으면 앉고 서고 싶으면 서는 거죠. 숨 들이쉬고 내쉬고 하는 것이 그냥 잠선이거늘 어찌, 앉

내 마음의 안테나를 세워놔야 일체제불의 마음이 내 마음을 통해서 불이 들어올 수가 있어요!

왔다가 일어나면 다 했다고 할 것이고, 앉았으면 참선한다고 할 것이고, 선방에 가서 하면 선방에 왔으니까 나는 지금 참선을 한다고 생각을 할 것이고 집에 오면 '난 집에 왔다고, 선방에서 지금 집에 왔어, 방금.' 이럴 것이고. 그러면 선은 항상 조금 갔다 조금 그만두고, 조금 갔다 도로 오고, 조금 갔다 도로 오고, 이런 형국입니다. 그렇기 때문에 선은 끊어져요. 그러니 항상 선이 돼야 한다는 사실을 진실로 아시기 바랍니다.

집착에서 벗어나지 못하고 있어요

문 선원에 다닌 지는 한 일 년 정도 되는데 '나'라는 집착에서 벗어나지 못하고 오랫동안 축적되어 온 습기가 계속 나옵니다. 그래서 주인공 공부하고 있는 지 어떤지를 잘 알 수가 없을 때가 많고, '나'라는 집착에 빠져서 거기서 자꾸 이렇게 헤맬니다. 앞으로 제가 계속 열심히 공부하고 좋은 길로 갈 수 있도록 가르쳐 주십시오.

답 어떠한 생각이 들든지, 안에서 일어나든지 바깥에서 딱쳐오든지 간에, 자기가 '좀 봐야지, 왜 놓칠 못하고 있을까.' 이렇게 생각할

때, 그때 호흡을 치세요. '오놈아, 그래도 너라고 자꾸 그래? 놓지 못하고!' 하고 자문자답하라고요. 이것이 바로 주인공이 됐다 바로 자기가 중생이 됐다가, 돌 아니게 항상 같이 하는 거죠.

답답하게 나오는 것도 거기서 나오는 거지 편 데서는 안 나와요. 편 데서 주고 뱉어가는 것도 없어요. 그러니까 어떠한 문제가 나오더라도 '허허, 참, 너 감사하게 하는구나.' 이라고 말이에요. 참 그걸 재밌잖아요? 또 어떤 때는 '야, 그것 좀 보라.' 이러기도 하고 '너 참 슬기롭게 잘해 나가는구나.' 하고 자기 손을 들어서 자기 공동일 쳐 줘요. '야, 너 슬기롭게 참 잘하는구나.' 그리고,

그리고 때에 따라서는 색경을 한번 보면서 색경에 내비친 그 임에다가 인도 맞춰 주고, 또 때에 따라서는 '참, 네 진짜로 진실한 그 마음이 어떠한 무서운 것도 타개해 나가니 참 감사하구나! 빈 손 감사해.' 하고 뽀뽀도 해 주고... 전체가 자기한테서 나오는 거니까 한 술의 죽밥이예요. 즉 한 술에 죽 끓는 거와 같습니다. 그러니까 고가 편 데서 와서 불는 게 아니라 나한테서 일어나는 거니까 그냥 나한테 주적으로 쳐 넣으면 되요. 아주 그렇게, 자꾸자꾸 그렇게 해 보세요. 그러면 거기서 물리가 터집니다. 섣숯, 꼭 그럴 거예요.

하여튼 여러분에게 내가 감사한 것은요, 여러분이 가난함도 무릅쓰고 한 톨이 되든 두 톨이 되든 심중 깊이 생각하고 해 주시는 것을, 여러분과 더불어 이 공부를 배우게 하기 위해서 이렇게 쓰고 그러면서 '참, 여러분이 본래부터 부처님으로 이 세상에 태어났구나. 그런데 사는 데 옆에서 컴컴해졌을 뿐이지, 허, 먼지가 끼어서 그럴 뿐이지 본래 부처님이시로구나. 그러나 이렇게 한 톨이라도 새 돈으로 팔아서 그렇게 하는 게 자기 부처님한테 자기가 그렇게 성실하게 산다고 표시하는 것이구나.' 하고 생각합니다.

그런데 만약에 스님들이 잘못 마음을 먹고 이걸 거저 생기는 돈이라고 생각을 한다면... '얼른 쉽게 말해서 그것이 바로 쓰레기처에 쓰레기를 갖다 주는 건데요. 그런데 그거를 금으로 잘못 알고 잘못 쓰게 된다면 모두 컴컴하게 한세상을 또 살게 이 세상에 또 나올 테니 참, 그것도 잘 생각할 점이로구나 하는 생각이 듭니다. 그러나 이 뜻을 다 헤아린 사람들은 그렇게 잘못 쓰라고 고사를 드려도 그렇게 잘못 쓰질 않아요. 벌써 그렇게 돼 있어요.

그렇기 때문에 여러분과 더불어 같이 요다음 생애, 아니 요다음 생애 아니라, 내일도 요다음 생애니까요. 한번 만나 보시면 내 이 심정을 잘 아실 거예요. 우리 이 옷을 벗고 요다음에 다시 만난다 하더라도 꼭 한 번은 거칠 거예요. 같이 만나 볼 거예요. 아마, 여러분이 다 부처니까.

귀신에 씌지 않으려면...

문 요즘 들어서 귀신의 존재나 영혼에 대한 내용을 T.V에서 자주 보게 됩니다. 처음에

는 귀신의 존재를 믿지는 않았지만 자주 보다 보니 나한테도 그런 일이 생기면 어떻게 해야 하나 하는 두려움이 생겼습니다. 귀신에 씌지 않으려면 어떻게 해야 하나요?

답 사람이 귀신 짓을 하기 때문에 귀신이 있는 거지 귀신 짓을 안 한다면 귀신이 없는 것입니다. 여러분이 공부하는 과정에도 여러 가지가 있습니다마는 그거 한 가지는 꼭 짓고 넘어 가야죠. 여러분이 바깥에서 산 기도를 간다, 또는 법당에서 부처님을 찾는다, 또는 무엇을 바깥에서 찾는다고 할 때, 관세음보살이든지 뭐든지, 이름은 상관 없습니다. 바깥에서 찾지만 하면 잘못되는 수가 많습디다.

정신질환이 생기는 원인이 어디에서 나오는 줄 아십니까? 세 가지 여건이 있죠. 바깥에서 찾는 데서 오는 게 있고, 유전성으로 오는 게 있고, 내 마음속에서 어떠한 쇼크를 받아서 오는 게 있고

딱따구리가 덮어놓고 쪼아서 나무가 뚫어지듯이 여러분도 덮어놓고 무조건 내 큰나무에 그렇게 자문자답하면서 생활해 나가야 합니다!

니다. 이것을 어떻게 다 처리를 하시렵니까. 바깥에서 찾는 것은 그렇게 타의에서 와 가지고 '애, 난 아무게다.' '난 아무게야.' '난 네 할아버진데.' '난 네 아버지야.' '나는 아무 때 죽은 누구다.' 이라고 달랠 겁니다. 그러면 그게 다 나 하면 그게 아니거든요. 이런 미쳐 죽을, 환장해 죽을 노릇이죠. 내가 여러분을 접해 가면서 수없이 겪어 왔던 일입니다.

너무 지겨워서 뭐라고 했느냐 하면, 그것을 딱 뒤집어서 말합니다. "이건 바로 너니까, 너한테다 너가 장난을 하는 거니까, 이걸 장난하는 그 이름 들이 너를 떠보기 위해서 이름을 이거다 저거다 들고 나오는 거다. 바로 그것이 타의에서 그렇게 나오는 게 아니고 조상도 아니고 아무것도 아니다. 너다, 바로." 이렇게 얘길 하죠.

다행히 그걸 들으면 즉시 낫고 그걸 안 듣고 고집을 부리면 낫지도 않죠. 타의에서 온 거는 참 뼈득뼈득하니 이런 말을 해 줘도 듣지도 않아요. 그런 사람들은 사실은 더똥습니다. 그 사람이 그러든지 말든지 무조건 심부름을 해 줘야 하는 입장이기 때문에, 무거운 것도 같이 들면 쉬울 것을,

들지 않을 때는 같이 들지 못해서 쉽지가 않더라는 얘깁니다. 그래서 우리가 공부하는 데에 그런 걸 조심해야 한다는 문제입니다.

그리고 우리 이 몸 안에서 어떤 병이 났든지 가난하든지 일이 안되든지 그 모든 일체를 막론하고 내가 한생각으로 주인공을 잡았을 때, 깨달았든지 못 깨달았든지 우선적으로 자기 참주인공을 들고 나갈 때에, 거기가 모든 거를 맡겨 놓고 나갈 때에, 가정의 문제부터 시작해서 잘 이끌어나갈 때 이 몸뚱이에 어떠한 병이 있어도 두렵지 않습니다. 왜냐하면 그 병이라는 놈도 바로 '나'이기 때문입니다. 자기가 자기 죽이는 법은 없거든요.

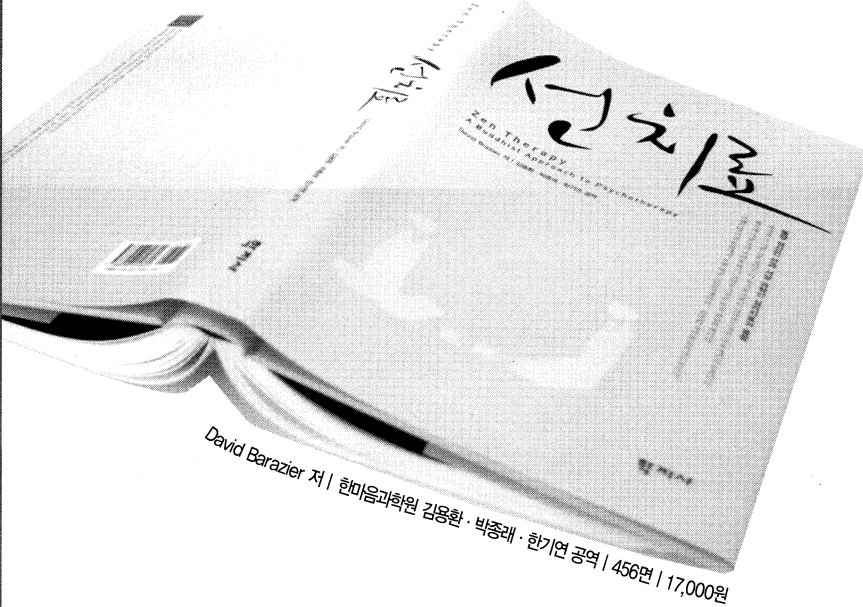
그렇기 때문에 병도 잘 생각하니까 자기가 죽겠거든, 전자에 돌로 볼 때는 '내가 너를 이렇게 하면 파위를 일으키지.' 하는데, 하나로 볼 때는 '아하! 이게 파위를 일으키면 내 가정이 다 없어지니까, 이게 안 되겠구나.' 하고선 파위를 일으키지 않습니다. 그러나 그걸 전제하고 믿기 때문에 격정이 하나도 없죠. 어디, 옆구리가 추서? '어허, 신호! 왔구나. 내가 끌고 다니는 네 시자를 네가 고쳐! 고쳐 가지고 끌고 다녀! 나는 알 바 없다. 너 알아서 해라!' 이러거든. 자기가 형상시킨 것 자기가 끌고 다녀야지 누가 끌고 다니느냐 이겁니다.

수억억 광년을 거쳐 오면서 미생물에서부터 지구화풍으로 뭉쳐서 이날까지 끌고 여기까지 왔는데, 그 주인이 바로 누구인 것입니까? 참자기인 것입니까. 수없는 곁을 거쳐 오면서, 모습을 바꿔가면서 진화해 가면서 나온 그 역사를 볼 때에는 정말이지 보배입니다. 실력을 통해서, 너무 아프고 좋고 즐겁고 이런 것을 수차에 걸쳐서 경험을 했기 때문에 그 뜻이란 말로 형용할 수도 없고 이 세상을 다 준대도 바꿀 수 없는 그러한 보배인 것입니다.

그 보배가 그렇게 능동력 있게 생동력 있게 과학적으로, 지금 내가 생각하면 바깥으로 반드시 나오게 돼 있는데도 불구하고 인정을 안 합니다. 왜 인정을 안 합니까?

여러분이 배고프다 하는 생각을 했다면 바로 밥을 먹으면서도 그것이 과학이 아니라고요? 인정이 안 된다고요? 풍이 마려우면 얼른 가서 풍을 누면서도 인정을 안 하는 겁니다. 왜? 왜 인정을 안 합니까?

부처님이 가르쳐 주신 뜻이, 팔만사천 법문이다. 이것은 과학이보다 진리이지만 이름을 그렇게 지어 놓았기 때문에 지금 과학이라고 부르는 겁니다. 그러면 그 말씀을 벌써 삼천 년 전에 해 놨지 않습니까? 이것이 이렇게 좋은 법이니 너희는 너희 자신을 알라. 자신을 알지 못한다면 남을 알지 못하느니라. 병 자체만 아니라, 병으로 꼬여서 비유를 들어 말했지만 일체 만법이 다 거기에서 나고 든다는 것을 여러분은 아셔야 됩니다.



David Brazier 저 | 한이음과현 김용환·박종래·한기연 공역 | 456면 | 17,000원


심치로

동양 정신인 선과 서양 과학인 심리치료의 융합

심리치료는 하나의 의식이다. 의식은 신성한 행위다. 현대생활은 그러한 신성함을 파괴하는 경향이 있다. 하지만 선은 그것을 향상시킨다. 선은 우리의 마음을 넓히는 수행이며, 자아실현을 넘어서 있다. 매일매일의 선수행은 몸과 말과 마음의 모든 습관을 변화시킴으로써 우리가 일상생활에서 하는 모든 행동을 변화시킬 수 있다.

불교와 심리학의 만남

Z · E · N · T · H · E · R · A · P · Y



David Brazier

오랫동안 불교의 가르침을 심리치료에 접목하는 방법론을 연구해 온 심리치료사로 유럽, 아프리카, 남아시아를 중심으로 새로운 실천 불교 운동을 전개하고 있는 선 수행자다. 아마타 트러스트(Amita Trust)라는 수행 단체 (<http://www.amitatrust.com>)를 조직하여 불교 심리치료의 교육, 참여 불교 프로젝트의 추진, 현대적인 수행 공동체의 개발 등 불교의 현대화를 위하여 노력하고 있으며, 현재 이 단체의 정신적 지도자로 활동하고 있다.

마음챙김명상 수련 시 제기되는 몸움과 담

마음챙김명상 108가지 물음

정현갑 외 공저 | 248면 | 12,000 원

내면에서 빛나야 할 직관을 찾아 떠나는 여행

명상심리치료입문

매튜 플릭스타인 저 | 고희일 외 공역 | 224면 | 13,000 원

붓다의 심리학

붓다의 가르침과 서양 심리학의 통찰의 조화로운 만남

붓다의 심리학

Mark Epstein M.D 저 | 전현수 외 공역 | 300면 | 15,000원

완전한 자기 구원을 위한 마음챙김 명상법

마음챙김 명상과 자기치유

존 카밧진 저 | 정현갑 외 공역 | 384/352면 | 10,000원

국내 최초의 동양상담학 개론서

동양상담학 시리즈 1

박성희 저 | 120면 100원 | 세트 63,000 원

- 마음과 상담
- 불교와 상담
- 선문답과 상담
- 논리와 상담
- 퇴계유학파와 상담
- 도덕학과 상담
- 도리타 상담
- 내이론 상담
- 동사상 상담

"학지사"는 깨끗한 마음을 드립니다.

학지사 Tel 02-326-1500 Fax 02-324-2345 <http://www.hakjisa.co.kr>