

독자들의 질문을 받습니다. 불법을 수행하시는 중에 의문이 생기거나 궁금한 점이 있으시면 서신이나 팩스 또는 인터넷으로 보내 주십시오. 조계종 한마음선원의 대행스님께 여쭙어 응답해 드립니다. 삶의 고뇌에 대해서도 상담해 드립니다. <글책임: 편집자> ●보낼곳: 우 110-734 서울시 중로구 안국동 175-87 안국빌딩 6층 현대불교신문사 '길을 묻는 이에게' 담당자 앞 ●인터넷: www.hanmaum.org 또는 한마음선원 ●FAX: (031)470-3116



대행스님

## 길을 묻는 이에게

제674호 현대불교  
2008년 4월 9일(음력 3월 4일) 수요일 / 불기 2552년  
법공양 페이지

25

# 오직 자기 중심, 심봉처에 의지하고 돌아가라!

### 근심과 고통을 어떻게 극복해야 하나

**문** 스님, 저는 지난 제 삶의 기억 때문에 무척이나 괴롭습니다. 지난 기억만 떠올리면 마음이 아파 눈물이 푹푹 떨어집니다. 너무나도 잘못 살아온 것 같기만 합니다. 항상 인간관계나 여러 가지 것들 때문에 괴로움이 잘 날아 없습니까. 이러한 여러 가지 근심 고통을 만날 때는 어떻게 극복해야 하나요? 그리고 이 세상에 무엇을 의지하고 무슨 마음으로 살아야 하는 것이지요?

**답** 밸런트가 영화를 하다가 영화가 막이 내리면 그뿐이듯이 인생도 그러합니다. 그러니까 다만 오직 자기 중심, 심봉처를 의지하라, 의지하고 돌아가라 합니다. 바람에 프로펠러가 돌아가듯 인생살이가 돌아가니까 가운데 중심, 그걸 쥐고선 바퀴가 돌아가듯이 심봉을 쥐고서, 심봉은 끄떡도 안 하고 힘을 배출하기 때문에 그 힘을 바로 잡고서 인생이 돌아가는 거죠.

그런데 거기에서 이유가 붙지 않습니다. 잘하고 못하고, 못하고 잘하고, 여자고 남자고, 낮고 높고, 잘살고 못살고 이걸 떠나서, 오직 내 심봉을 딱 쥐고서 그대로 흘러가듯이 돌아가입니다. 이 심봉을 의지한다면 바퀴가 이탈되지 않으니까요.

그런데 거기에서부터 그렇게, 심봉을 굳히고 의지할 수 있는 데는 여기밖에 없단다 하고 의지해야 할 텐데도 불구하고, 의지하는 마음보다도 욕심 찬 마음, 탐심, 치심이 더 성하니 될 법이나 합니까, 또 바깥으로 간섭하는 것은 뭐 이루 말할 수도 없죠. 저기 푹 굴러가는 거를 봐도 저 푹이 어디로 굴러가느냐고 또 야단이에요. 허허 참 내! 아이, 어디로 굴러가든지 무슨 상관이에요? 아, 새들도 뭐 먹을 거를 뿌려 주면요, 사람이 안 다니는 데부터 먹어요. 그리고 사람이 다니는 데는 좀 주춤하고 둘러서 있다가 사람이 안으로 들어오면 와서 다 먹어요. 그렇게 영묘한데 어떻게 사람이 그렇게 할 수가 있습니까?

아리송하시죠? 이렇게 말씀을 해 드려도 아리송하시죠? 한 가질 보면 열 가질 안다고, 우리가 현재의 살림살이를 그렇게 하고 사시면서 왜 아리송한가요? 고공엔 게 하나도 없이 그냥 화해서 찰나찰나 화해서 돌아가는 거를 느끼고 알고 하면서 왜 그게 아리송하냐 이겁니다. 그 생각 하나만 '아, 이렇게구나! 이러니까 인생은 이렇게 살아야겠구나!' 하고 딱 놓는다면 그냥 그냥 그대로입니다. 찰나입니다. 그냥!

부처님이 나를 깨치게 해서 올려 주는 것도 아닙니다. 부처님이 여러분한테 행복을 갖다 주는 것도 아닙니다. 그리고 빼앗아 가는 것도 없습니다. 내가



그림 · 최주현

없어놓는 거 빼앗아 가는 것도 없습니다. 빼앗아 갈 사이가 있어야죠. 그리고 갖다 줄 사이도 없단 말입니다. 자기가 그대로 그냥 그냥 하는 대로 날아가기 때문입니다. 보는 대로 날아가고, 하는 대로 날아가고, 듣는 대로 날아가고 도무지 내가 했다 내가 안 했다 할 수가 없게 되는 겁니다.

그러니 여러분께서 어려움이 크게 나한테 벌어졌다, 병고야 생겼다, 뭐 어두움이 다가왔다 하는 것은 단 하나입니다. 여러분의 마음이 살아오던 관습과 집착과 욕심에 의해서 착을 두기 때문입니다. 그래서 '과거는 묻지 마라. 미래도 생각지 마라. 오늘도 공했다. 공했으니까 찰나찰나 가 버리는 것에 착을 두지 마라!' 그랬는데 그것에 착을 가지고선 온통 작년에는 어땠는지 올해는 어땠는지 하고 말합니다. 물론 얘기가 하시겠지만 함이 없이 얘기하고, 속에다가 착을 두고 욕심 두고 그러하지 말고, 그대로 평범하게 '아, 작년에는 이렇게 이렇게 했으니까, 올해는 이렇게 이렇게 해 나가는 거 아니었어?' 하고 말을 여여하게 그대로 해라 이겁니다. 꼭 하나 문제가 되는 게 그 생각입니다. 업도 불을 자리가 없고 고도 불을 자리가 없고, 병도 불을 자리가 없고 아무것도 불을 자리가 없는데 말입니다.

그냥 이 심봉을 붙들고 의지하라고 그랬더니 그 생각으로 붙잡고선, 심봉은 주인공이라는 이름만 부르고 정자 붙드는 거는 그 고를 붙드는 거예요. '심봉을 의지하고선 바퀴는 돌아가라. 여여하게 돌아가라.' 그랬더니 심봉은 이름만 부르고, 고를 붙들고 그 주인공의 이름을 부르는 거예요. 그걸 놓고 불러야 되는데 말입니다. 그러니까 의지하고 부르는 것에도 말일 뿐이죠. 생각으로 믿

고 의지하는 마음이 지극하면, 일거수일투족 거기가 의지하는 마음이 지극하면 감사함도 거기 있고 즐거움도 거기 있고, 같이 붙들고 울 수도 있고, 뭐 매사 거를 다 할 수 있는 것이 그 보배입니다. 보배!

그러니 이 심봉을 받아들이라고도 할 수 있고 자기 주처라고도 할 수 있고, 자아라고도 할 수 있고 불성이라고도 할 수 있고, 자부처라고도 할 수 있고 여러 가지로 이름이 다양합니다. 다만 그 의지하면 의지하면서 오직 내가 함이 없이 하면서 돌아가간다면 여러분이 한 찰나에 그냥 그대로로 자연스럽게 여여하게 사는 겁니다. 여여한 삶의 보람을 갖는 겁니다.

### 놓는 것과 포기하는 것!

**문** 스님의 자비 가득하신 행보에 항상 감사드립니다. 어떤 사람들은 다 해 보지도 못했으면서 해 보지 못했기 때문에 포기하듯이 놓는 것 아니냐고 말씀을 합니다. 스님, 놓아 버리는 것(방화)과 포기하는 것은 어떻게 다른가요?

**답** 여기 내 몸속에 천차만별로 모습을 해 가 지고 내 식구들이 있는데 왜 한마음이라고 그러는 줄 아십니까? 내 식구들이 지금 몸에 오십억 마리가 들어 있습니다. 그 수십억 마리가 모습은 각 각각각이 생명은 같고, 내 마음 가는 대로 몸에 들어 있는 생명체들이 다 따라 옵니다. 그 묘한 법을 여러분은 아마 모르실 겁니다. 여왕벌 하나가 움직이면 벌들이 그냥 다 따라가듯 하고, 국방부장관이 명령하듯 합니다. 국방부장관의 명령이 한번 떨어졌다 하면 뭐, 그건 일사천리니까요. 조금만 늦게 들 어와도 문지기가 지지고 있으면서 탁탁 치는 겁니

다. 그럼 법에 의해서 못 들어가는 거죠.

그렇듯이 이 몸뚱이의 모든 생명들은 내 한 생각을 어떻게 쓰느냐에 달려 있는 겁니다. 그래서 사업을 하거나 장사를 하다가 망하면 여러분은 '아이고, 이제는 죽었구나! 이제는 죽었구나!' 하고는 신경을 쓰고 속이 상해서 술을 마시고 이러니까 속에 있는 생명체들도 다 타락을 하는 겁니다. 타락을 했으니 몸에 병이 안 날 수가 있나요? 병 나서 고통스럽고 식구들도 다 고통스럽게 만들고, 마음이 괴로우니 화합하지 못하고 단란하지 못하고, 그렇게 되지 않겠습니까. 아니 글썽, 하늘이 무너져서 금방 굶어 죽게 된다 하더라도 왜 타락을 합니까? 그것도 주인공이 한 건데, 자기가 한 건데 말입니다. 자기가 안되게도 했지만 안되게 했으면 잘되게도 할 수 있는 거 아닙니까? 하늘이 무너져도 솟아날 구멍이 있고 먹을 게 아무것도 없어도 산 입에 거미줄 치지 않는다는 얘기가 있습니다. 그럴 능력이 없으니까 겁을 내는 겁니다. 돈은 있다가도 없고 없다가도 있는 것입니다.

인간으로서 삶의 보람을 느끼려면 그런 거에 얽매이지 마세요. 주인공이 모든 것을 들이고 내는 것이니까요. 가난함도 가난치 않음도, 어떠한 일이 생기든 그게 안 생기는 것도, 아픈 것도 안 아픈 것도 모든 일체를 거기서 하는 거니까 네놈이 알아서 하라 하고 놓으세요. 이열치열이 있죠. 왜? '네놈이 이 세상에 네 몸을 내놓고 이렇게 돌아가게 만들었으니 네놈이 해라.' 이거예요. '네놈이 이 몸뚱이도 만들어 놔서 네놈이 알아서 해!' 이렇게 그냥 놔 버려요. 모든 걸 그렇게 믿고 놔 버리세요. 포기하는 놔 버림이 아니라 믿고 놔 버리세요. 잘하고 못하고 죽고 사는 건 너한테

달렸으니 네가 해라 이거예요. '난, 몸뚱이는 너 하는 대로 따라갈 뿐이야.' 하고요. 그리고 내가 오관을 통해서 바깥의 좋고 그른 거를 다 들어 주는 한다. 그렇지 않아요? 여러분은 문간의 문지기가 한 가지예요. 보고 듣고 들어 주는 거요. 마음 속에, 문지기가 들어 주면 또 안에서 문지기를 통해서 내주죠. 그러니 모두가 들어 아니예요.

내 한생각에 오장이 꼬여서 틀어진 것도 풀 수 있고, 오장을 꼬이게 해서 피도 통하지 않게끔 만들어 놓을 수도 있어요. 왜 여러분이 그렇게 해 놓고 그냥 병원에 가고, 또 댕가 가서 갖은 약을 다 써서 오히려 부작용이 나게 해 가지고 이 몸뚱이를, 집을 못 쓰게 만들어 놔요? 진짜 목수한테 맡기지 않고 가(假) 목수한테 맡겨 놓으니까 저희들 좋은 대로 만들어 놓은 거죠. 그런데 내가 살아가는데 나에게 좋아야지 딴 사람에게 좋아서 되겠습니까? 그렇듯이 여러분은 자기 집을 자기가 지키고 스스로 움직이게 해서 모든 집에서 빛나게 살 수 있도록 하십시오. 그래야 삶의 보람을 느낄 수 있죠. 이것은 거짓말이 아닙니다.

### 좌선시에 졸음이 오는데!

**문** 얼마 전에 스님의 가르침을 책을 통해 알게 되고 혼자서 그 가르침에 따르면 노력하고 있는 사람입니다. 집에서 혼자 좌선을 하고 있으면 이런저런 느낌들도 나오고 그럴 때마다 속으로 한마음을 찾고 말리고 말리고 그러고 있습니다. 그런데 다름이 아니라 혼자 그렇게 앉아 있다 보면 종국에는 졸음이 옵니다. 그러면 전 대체로 그냥 자버립니다. 그럴 때 그 졸음을 관하면서 이겨내야 하는지 궁금합니다.

**답** 옛날에 선지식들께서 망상과 졸음, 그 두 가지를 상당히 많이 말씀하셨습니다. 사람이 관(觀)할 때는 반드시 졸음을 말아야 하고 망상을 하지 말아야 한다는 얘기도, 그런데 망상과 졸음을 얘기한다면, 그 졸리고 망상이 난다는 걸림에 걸려서 한 발짝도 떼어 놓을 수 없을 것입니다. 그건 왜냐하면 '잔다 깬다, 잔다 자지 않는다'가 붙어서는 선(禪)에 즉시 들어갈 수가 없기 때문입니다. '망상이다, 망상이 아니다'라는 게 붙으면 거기 직결되지 못합니다.

물론 초발심(初發心) 때는 자경문(自警文)도 읽고, 제율도 엄하게 지켜야 하고 또 망상도 물리치고 졸음도 물리쳐야 되겠죠. 하지만 처음부터 우리가 살아나가는 관습에 의해서 시간과 공간을

26면으로 계속

부처님의 말씀을.. 스님의 법문을..  
황홀한 아름다운 풍경을 가슴에 담고  
추억의 마음에 남기면서  
잊지 못할 환순간 환순간을  
작은 공간에 가득히 담아 소중한 담아  
영원히 남기세요  
풍경 영상과 함께..... 풍경 영상 기획 사업부

사찰홍보, 사찰행사, 자서전(다큐멘터리)  
단체 사찰성지순례, 스님 강의, 법문

- 역력: - 한국비디오 작가 연합회 정회원
- 한국디지털비디오 영상 편집실 실장
- 방송 아카데미
- VJ특공대
- KDV 경남본부장



풍경영상기획 055)755-2695, 746-2778  
※ 신문구독 신청받습니다.  
현대불교신문사 경남남부지사 055)867-0776

## 과일의 왕 두리안

제일 맛이 좋은 시기에  
수확하여 들여왔습니다.

두개 6.5KG 이상 55,000 원  
한박스 14KG 이상 100,000 원



주문하시면 즉시 택배로 배송되며  
받아보실 때는 영하 40도도 급냉해 보관된  
두리안이 딱기 좋은 상태로 해동이 되어 있습니다

인터넷에서 주문하셔도 됩니다. 한글로 두리안샵  
www.durianshop.com

판매 및 문의  
불자가 운영합니다  
대표전화 ☎ 031-882-1357/031-797-1357  
Fax 031-881-1350 긴급전화: 011-474-1345  
입금구좌: 농협 100023-56-156761(조명숙)

## 풍기 정품 홍삼 액기스 판매



100ml×60포 (한달분)  
20여종 제품 판매

● 판매처 054)634-3429  
● 휴대폰 011-9373-3778  
E-Mail: pay3579@hanmail.net  
입금계좌: 우체국 703884-02-048103 (예금주: 박영애)

여름철 풍기 인견옷, 인견이불, 몸매, 난방 판매

대리점 운영하실 분  
(물품대 백만원으로 생활고 보정)  
양심을 속이지 않고  
만든 제품  
스님, 불자들에게는  
특혜드립니다

## 발로 해

(특수기능성 두한족열 양말)



발로해가 오리지널 기능성!  
유사품이 가격은 비싸고 품질은 떨어집니다

- 절수형 최고의 수행도우미! (법당에서, 참선, 명상, 성지순례, 등산, 운전, 고시수험생)
- 양말 내부의 금강저문양과 도드에서 노페를, 독소, 나쁜기운 빼는 특급비밀!
- 신는 순간 발이 따뜻해지며 매끈매끈, 보들보들, 보송보송 100%보장!

주문처: 서울법당 (02)-456-0035  
부산법당 (051)-583-7886  
대구법당 (053)-743-0063  
Ω: 4438연초 인터넷한글도메인: www.법왕정사.kr