

신문철요 달마대사 혈맥론 대법회

지유 스님 (부산 범어사 조실)

마음 그림자 지우면 그것이 곧 '禪'

선이란 무엇일까? 선이란 고행을 통해 어려운 깨달음으로 향하는 구도의 과정이지만 한 것일까? 범어사 조실 지유 스님은 선이란 자신의 본래 모습을 찾는 것이라고 말한다. 그래서 현재의 성나는 일도 슬픈 일도 기쁜 일도 마음의 그림자를 두지 않고 마음의 찌꺼기를 남기지 않아 있는 그대로 보는 것이라 전한다. 범어사가 개산 1334주년을 기념해 10월 19-25일까지 7일 동안 경내 보제루에서 '신문철요 달마대사 혈맥론 대법회'를 마련했다. 법회의 법사로 나선 지유 스님의 7번째 강의를 담아본다.

정리=정혜숙 기자 bwjhs@hyunbul.com

선이 뭐니까? 이렇게 물어보면 무엇이 선이라고 말할 겁니까? 아무리 절에 다니고 수행해도 이렇게 물어보면 간단하게 답하기가 쉽지 않지요. 하지만 일단 말로 설명을 해봅시다. 누가 선을 합니까? 불교에서 깨달았다고 하는 것은 자기 본래의 모습입니다. 괴로워하는 것도 아픈 것도 기분이 좋아도 화가나도 이것은 내가 한 것이지 남이 한 것이 아닙니다. 전체가 자기 모습입니다. 모든 감정에 시달리고 스트레스 받고 고통 받는 게 자기입니다.

그러면 진정한 자기라고 하는 것은 무엇입니까? 울고 화내고 웃고 이런 것은 잠시 동안의 모습입니다. 이것은 영원한 모습이 아니죠. 참 모습이 아닙니다. 그러면 화 낼 때 웃을 때 웃고 화나게 해준 놈이 있을 거 아닙니까? 무엇이 들어와서 나를 웃게도 하고 화나게도 한 겁니다. 사람마다 다르지만 그렇게 부리고 있는 놈이 있을 것입니다. 그것만큼은 부처님이나 일체중생이나 똑같습니다. 누가 낫다 못하다 하는 것이 없죠. 생각이 사로잡혀 있는 모습이 다를 뿐입니다. 자기 본래 모습이 아닌 겁니다. 화내고 있는 것은 본래 모습이 아닙니다. 다른 감정이 일어나는 것도 본래 모습이 아니죠. 충격 받고 사라지니 어떤 것도 없습니다. 아프다고 했던 것도 성이 났던 것도 생각이 사라져 버립니다. 그 자리로 돌아가는 겁니다.

이것을 파도에 비유해볼까요? 이미 일어난 파도가 어디에서 일어났나 보면 결국 파도는 평탄한 물로 돌아갑니다. 어떤 미동도 없고 한 물결도 없는 상태로 돌아가는 거죠. 그런데 온갖 파도가 치고 바람이 불기 시작하면 숫자를 셀 수 없습니다. 숫자가 많

다고 해서 물이 많아진 것이겠습니까? 또 그 파도가 다 사라져 버리면 물이 줄어지고 작아진 것이겠어요? 물 자체는 줄어든 것도 없고 늘어난 것도 없어요. 우리의 마음속에서도 8만 4천 가지의 번뇌가 있는데 번뇌 망상이 많다고 해서 마음의 양이 많고 또 몇 가지 망상이 없다고 해서 마음의 양이 작아진 것이냐고 하면 그건 아무 관련성이 없어요. 일정한 양의 물을 쪼개면 두 쪽이고 또 이를 가르면 네 쪽이고 또 다시 가르면 8쪽 이렇게 늘어나죠. 하지만 그렇다고 해서 그 양이 많아진 겁니까? 이런 숫자에 불과해요. 물의 양에는 변화가 없어요.

이 모두는 한 마음속에 일어나는 번뇌 망상입니다. 지혜가 부족하면 고통이 생긴다고 하지요? 지혜가 있는 사람은 고통이 없습니다. 지혜가 없으면 자기 혼자 괴로워하고 있을 뿐이죠.

고통이라고 하는 것은 뭐니까? 우리가 억울하고 불안하고 울화통이 터진다는 것이 괴롭다는 것입니까. 그런 것이 없다면 괴롭지 않습니다. 누가 비난을 해도 아무렇지 않아요. 결국 감정이 일어나서 괴롭다는 거죠. 이놈의 감정은 결국 자기 마음에서 나는 것이냐 하더라도 땅에서도 나온 게 아닙니다. 결국 자기 속에서 일어난 감정이 생각입니다. 이것이 자기를 괴롭히고 있습니다. 우리는 자기도 모르게 자기 생각에 사로잡혀 있습니다. 그런데 그 생각이라는 것은 실제 있는 것입니까? 그저 우리가 막연히 생각, 생각 하는데 그 생각이 있다면 잡아서 그릇에 담아 뚜껑을 닫아놓고 선물로 줄 수 있습니까?

생각은 잡을 수가 없습니다. 실체가 없어요. 그림자와 같은 것이 생각이죠. 물에 비친 달의 예를 들어



지유 스님은 ... 1949년 범어사 동산 스님을 은사로 출가해 1950년 해인사에서 상월 스님을 계사로 구족계를 수지했다. 이후 전국의 선원 등에서 수행진전하며 운수납자의 삶을 살아왔다. 현재 범어사 조실을 역임하고 있다.

중생 고통 분노 불안 짜증은

모두 생각이 만들어낸 환상

선이란 순간 알아차림 통해서

본마음을 찾아가는 과정

볼까요? 원숭이들이 낮에는 신나게 놀다가 밤이 되면 두렵기만 합니다. 맹수들에게 잡아 먹힐까봐 말이지요. 그런데 보름달이 밝으니까 춤도 추고 노래도 하다가 보니 달 그림자가 연못에 비치고 있는 거 아닙니까? 그러니 이렇게 생각을 하죠. '하늘의 달은 못 가져오지만 연못에 있는 달은 가져올 수 있을 것이다. 가져가서 나뭇가지에 매달아 놓자' 하지만 아무리 달을 가져가려고 해도 잡히지가 않죠. 결국 달을 건지려고 하다가 물에 풍덩 빠져 버리고 말죠. 이것은 실체가 없기 때문입니다.

괴로움의 생각도 이와 같은 것입니다. 연못에 비친 달과 같이 잠깐 비치고 있는 그림자일 뿐입니다. 그림자 같은 존재이지 실제 존재하는 것이 아님을 알면 됩니다. 내가 마음속에 어떤 생각을 하느냐에 따라 얼굴이 달라지고 어떤 생각을 하느냐에 따라 몸이 좋아지기도 하고 나빠지기도 하죠. 결국 그 그림자가 나를 괴롭히고 있다는 것을 알아야 합니다. 그 그림자를 누가 만드니까? 내가 만들죠. 한 생각

일어나면 그것이 그림자가 됩니다. 그러니 그림자라고 하는 것은 환상입니다.

우리가 들었다 보았다 거기에 사로잡혀 본 고통으로 들어가지 못하고 있는 겁니다. 그래서 선이라고 하는 것은 모든 생각에 사로잡혀 있던 것을 생각이 일어난 본자리로 되돌리는 것입니다. 소리가 나면 소리인 줄 알고 냄새가 나면 냄새인 줄 알고 모든 물체는 불체인 줄 알아야 합니다. 또 그것이 자기 마음인 줄 알아야 합니다.

선이요 불심이라고 하는 것은 모든 생각이 일어나기 전 본래의 모습입니다. 그런데 우리는 선이라는 환상 부처라는 환상 진리라고 하는 환상 도라는 환상에 사로잡혀 있어요. 환상이 부처가 될 수 있습니까? 내 마음속에 일체 가린 것이 없고 환상에 사로잡히지 않으면 곧 나와 하나가 됩니다.

이렇게 되면 아무리 웃어도 또 화내도 그 흔적이 없어지는 겁니다. 그래서 이 자리의 나를 깨달았다고 하는 겁니다. 결국 어제의 일을 내일의 불안을 구질구질하게 안고 있을 필요가 없어요. 자기의 마음을 가리고 있는 것을 털어내야 합니다. 그렇게 마음속에 가리는 것이 없으니 힘이 솟아나고 얼굴도 맑아져요. 어떤 생각이나 주위 환경에 사로잡히지 않고 주변을 대하십시오. 그것이 바로 선인 것입니다.

그럼 수시로 일어나는 감정은 어떻게 처리해야 되나 이렇게 물을 수 있어요. 관세음보살을 불려야 하나 진언을 불려야 하나 이렇게 말이죠. 하지만 눈을 뜨지 않고는 이런 것들을 아무리 불려도 소용이 없

어요. 정신을 차리십시오. 눈을 떠버리면 일순간 모든 것이 사라져 버립니다.

그럼 생각 안하고 어찌 사나 이렇게 질문하겠죠? 화가 생각 안 하면 그림 못 그리는 거 아니냐 이렇게 생각할 수도 있죠. 그런데 그건 또 다른 겁니다. 그림을 그리고 있는 자체만큼은 잊어버리지 않으면 돼요. 생각이 일어나면 일어난 줄 알고 알아차리면 돼요. 마음 속에 어떤 것도 가리지 않는 것 그것이 본심이고 본성입니다.

요즘 끔찍한 일 많이 일어나요? 화가 나서 사람 죽여놓고 그대서야 알아차리면 아무 소용이 없어요. 화난 마음이 일어나자마자 알아차려야 돼요. 남이 칭찬하면 좋고 욕하면 기분나쁘다고 하지만 그건 실제적으로 아무것도 아닌 거예요. 바람이 부드럽고 거칠고의 차이 다 지나가면 다 똑같은 바람인 거죠.

불이 확 불었다가 그 불이 꺼진 것을 니르바나라고 합니다. 그것이 열반을 성취한 것이죠. 열반은 먼 데 있는 것이 아닙니다. 불 꺼지면 열반인 거죠. 마음을 알지 못하고 독경하고 염불하는 것은 아무 소용이 없습니다. 근본을 보지 못하면 지나간 과거의 모습이 도사리고 있는 거죠. 지나 간 것은 마음속에 담아 놓지 말고 털어 버리면 그만입니다. 무거운 짐을 들고 가는 것이 힘들지 그것을 놓고 가면 가볍게 좋잖아요. 이렇게 놓고 가는 것이 선입니다. 성 내도 성 내 흔적이 없고 웃어도 웃은 흔적 없이 그렇게 자유로워지세요.



범어사는 10월 19-25일까지 경내 보제루에서 조실 지유 스님의 혈맥론 법회를 병행했다. 이 자리에는 대중 1천여 명이 참여해 스님의 법문을 경청했다.

내가 직접 만드는 나만의 108염주

나를 위해 만든 108염주의 공덕도 크지만 남을 위해 만든 공덕은 무량합니다. 시방법계에 부처님 법을 전하고 회향하는 큰 실천이 시작됩니다.

본 수행은 다음과 같은 좋은 인연이 만들어 지게 됩니다.

- ☞ 일심으로 참회의 절을 부처님께 올리며 그 정성이 담긴 한알 한알의 염주를 한번 질할 때마다 한 알씩 켜어 자신의 마음을 밝히는 '108염주만들기' 수행은 몸과 마음을 바르게 하고 망상과 괴로움에서 벗어나고자 내뱉었던 길, 불자들이 중생을 모두 해탈의 길로 인도하겠다는 큰 서원은 아닐지

라도 정성스레 마음의 향을 사르며 그 동안 알게 모르게 지은 죄업을 참회하며 청정심 내어 달라고 부처님께 발원합니다.

- ☞ 그동안 자신의 안위만을 생각하며 살아왔던 삶을 '108염주만들기' 수행을 계기로 타인에게 피해를 주지 않는 삶을 살겠다고 마음먹기 시작하고 108염주가 만들어지면 내가 아닌 다른 이의 목에 걸어 주겠다는 마음가짐을 다짐합니다.

- ☞ 이 인연을 통하여 시방법계에 회향하며 마지막 인내의 힘을 다해 절을 올리고 염주를 꿸 때 되면 염장은 멀하고 공덕이 녹아 든 세상에 하나밖에 없는 108염주가 되는 것입니다.
- ☞ 본인 스스로 만든 염주를 부처님 앞에 일주일 또는 보름간 모신 후 가져가시면 더욱 불심이 돈독하게 됩니다.

108염주 만들기 순서

<p>1 염주세트키트: 108염주 (10mm) 마강염주 1개(10mm) 모주 1개(12mm) 줄삼색, 코핀1개, 펜던트, 이부사계</p>	<p>2 염주 하나하나를 줄에 끼웁니다. 가끔 구멍이 막혀있는 염주는 준비물 중 이부사계로 해결합니다</p>	<p>3 108개의 염주가 다 끼워졌으면 모주구멍이(3개) 양쪽으로 줄을 교차시켜 모아 줍니다.</p>	<p>4 수직으로 나와있는 모주의 구멍에 코핀을 이용하여 두개의 줄을 빼냅니다.</p>
<p>5 끝부분까지 빼냈으면 3회 정도 한껏 매듭을 합니다. 매듭부분이 모주구멍으로 들어가게 합니다.</p>	<p>6 모주로부터 나온 두 줄을 마강염주 주로 통과시킵니다.</p>	<p>7 마강염주 염주를 통과 시킨 두 줄에 펜던트를 끼워서 다시 마강염주 주로 통과시키면 됩니다.</p>	<p>8 이때 펜던트와 마강염주 염주 사이에 3mm정도 남겨두고 모주의 마강염주 사이는 5mm정도 남겨둡니다.</p>
<p>9 두 줄로 2회 앞뒤로 가볍게 매듭을 만듭니다.</p>	<p>10 다시 매듭을 3번 한껏 조이면 됩니다.</p>	<p>11 가위로 2mm정도 남겨두고, 자른 후 라이더로 살짝 지지서 손으로 가볍게 늘려줍니다.</p>	<p>12 108염주 완성 심원스님특허출원 20-2011-0003692 20-2011-0004171 20-2011-0005656</p>

108염주만들기 수행 프로그램

* 랩플레이, 사찰법회, 각종기도 수행, 어린이 법회 프로그램에 적합합니다. 「염주세트키트」는 108염주만들기 운동본부로 문의하시면 자세한 상담해 드립니다. 또한 발생하는 수익금 일부는 본사에서 진행중인 미안바둑기캠페인 등 각종 공익사업에 후원 됩니다.

다담 카페 108염주만들기운동본부

현대불교신문 108염주만들기 운동본부 서울 종로구 수송동 46-21 수송빌딩 2층 문의: 02)2004-8214 (농협 053-01-269062 주식회사 현대불교신문사)