

마음·생각은 모두 그대의 견해일 뿐

왜 어려한가? 그대가 마음을 일으켜 부처라는 견해를 짓기에 문득 이룩만한 부처가 있다고 여기며, 중생이라는 견해를 짓기에 곧 제도할 중생이 있다고 여기는 것이다. 마음을 일으켜 생각을 움직이는 것은 모두 그대의 견해일 뿐이다.

불교에 처음 입문하여 아직 공부가 익지 않은 사람에게는 방편으로 부처님께서 모든 중생을 제도하신다고 말해준다. 그런 초보적인 믿음을 통하여 깊이 들어가면, 비로소 불법에 대한 바른 안목을 열 수 있게 되는 것이다. 따라서 이제 공부가 익어 말귀를 알아먹는 사람에게는, 지금 황벽스님이 배후에게 일러주는 것처럼 실상을 바로 지적해준다. 본래 마음중에는 중생과 부처라는 상대적인 관념은 아예 붙지 못하는 것이다. 눈앞에 분명한 이 자리에는 부처도 세울 수 없고, 제도할 중생도 없다. 중생이니 부처니 분별하는 것은 모두 그 말을 하는 사람이 견해를 일으킨 것일 뿐이다.

만약 일체의 견해가 없다면, 부처는 어느 곳에 있었는가?

한 생각 일으키는 그 자리가 바로 불성이 있는 자리다. 불성이 없으면 한 생각도 일으킬 수 없다. 그렇지만 불성으로 인연되어 일어난 생각은 다 허망한 그림자다. 허망한 그림자에 쫓아가지만 않는다면, 발 딛는 곳마다 부처 없는 곳이 없다. 부처라는 견해마저 없는 곳에, 발 딛는 곳마다 연꽃이 피어난다.

마치 문수가 부처라는 견해를 일으키자마자 바로 두 철위산으로 떨어진 것과 같다.”

쓸데없이 견해를 지으면, 문수가 할지라도 지옥에 떨어진다. 알고 쓰면 방편이지만, 모르고 쓰면 허망한 것이다. 하루 종일 말하더라도, 한 마디도 말한 바가 없는 줄 알고 하는 것이다.

“지금 바로 깨달았을 때, 부처는 어느 곳에 있었습니까?”

이럴 때는 상대가 아무리 높은 재상이라도 한 대 때려주는 게 좋을 것이다. 배후로서는 가장 궁극한 대목을 물은 것일지라도, 바로 앞에서 입 열면 즉시 그러친다고 그렇게도 일러줬건만, 아직도 알고 싶은 정식이 험뎠기니까 이렇게 또 물어오는 것이다.

“물음은 어디에서 나오는가? 깨달음은 어디에서 일어나는가? 일상의 어묵동정 간에 모든 소리와 빛깔이 모두 부처의 일(佛事) 아님이 없거늘, 어느 곳에서 부처를 찾아가는가? 머리 위에 머리를 얹지 말며, 입 위에 입을 더하지 말라.

일거수 일투족, 모든 물음, 모든 생각, 모든 소리와 빛깔이 단지 그 자리에서 일어날 뿐

수불 스님의
완릉록 선해 (14)



범어사 주지

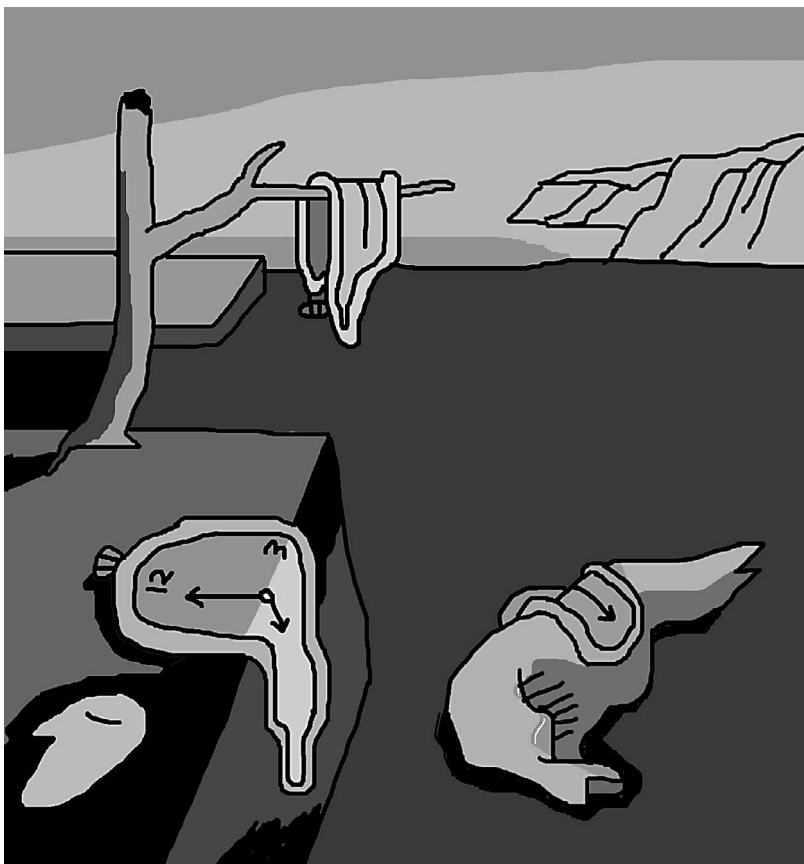


그림 · 박구원

모든 생각과 소리, 빛깔이 그 자리에서 일어날 뿐이다.

깨닫지 못하면 업의 굴레를 벗어나지 못하고 수고롭게 끌려 다니다

한 생을 다하게 된다.

법 밖에 마음 없고, 마음 밖에 법이 없다.

누르면 누렁고, 푸르면 푸르다

무심히 고개 들어 앞을 보니 눈 가득히 푸른 산이다

산은 높고, 물은 흐른다

법은 홀로 일어나지 않고

경계에 의지해 생기니

경우 때문에 그 많은

지혜가 있는 것이다.

다. 행주와 어묵동정 간에 불사 아닌 일이 없다. 여기에 계합되지 못하면, 허물 없이 밖으로 찾아나서 천지를 떠돌게 된다. 찾은 것이 부처인데, 이걸 모르니 공연히 사방으로 부처 머리에 통칠을 하고 다닌다. 연야달다가 자기 머리를 찾아다니는 꼴이 꼭 머리가 머리 찾는 것과 같다.

그저 다른 견해만 내지 않으면 산은 산, 물은 물이요, 승(僧)은 승, 속(俗)은 속일 뿐이다. 산하대지와 일월성신이 모두 그대의 마음에서 벗어나지 않으며, 삼천대천 세계가 모두 그대의 본래면목이다. 그러니 허다한 일들이 어디 다른 데 있었는가?

다른 견해만 내지 않으면 있는 그대로, 펼쳐진 모습 그대로 안팎이 여여부동하다. 다 한마음의 조작이며, 처음부터 끝까지 이 자리를 벗어난 것은 하나도 없다. 과거에서부터 미래까지 다하도록 영원히 이것뿐이지만, 깨닫지 못하면 업의 굴레를 벗어나지 못하고 수고롭게 끌려 다니다 한 생을 다하게 된다. 만법귀일이며 허다한 일들이 다만이 일뿐인데도, 여기에 어두우니 경계의 노예가 되어 바람에 흔들리는 억세처럼 허망한 일생을 보내게 된다.

마음 밖에 법이 없으니 눈 가득히 푸른 산이다.

법 밖에 마음 없고, 마음 밖에 법이 없다. 누르면 누렁고, 푸르면 푸르다. 무심히 고개 들어 앞을 보니, 눈 가득히 푸른 산이다. 산은 높고, 물은 흐른다.

허공 세계가 밝고 깨끗하여, 한 터럭만큼도 그대에게 견해를 짓게 하지 않는다.

청산이나 허공은 우리에게 한 견해도 짓지 않게 하는데, 스스로 그림자를 만들어 씩씩하며 울고 웃고 땀을 흘린다. 한바탕 일장춘몽에서 깨어나 허허 웃는 사람이 아름답다.

그러므로 모든 소리와 빛깔들이 그대로 부처의 지혜로운 눈이다.

비록 모든 소리와 빛깔이 부처의 눈이지만, 무명에 가리운 사람은 이런 말을 소화할 수가 없다. 그런 사람은 대개 이런 말을 배워서 알아알이로 간직하고 또 그대로 실천하려고 노력해보지만, 어느새 여기에 집착하여 융통성 없이 자기 세계에 갇힌 완고한 사람이 되기 쉽다. 언제나 부처되려고 하면 사람이 마구니가 되는 것이다. 항상 하심하고, 우직하게 초심을 잘 간직해나가는 것이 마음공부에서 중요한 이유가 여기에 있다. 언제나 무소득이어야 바른 길이다.

법은 홀로 일어나지 않고 경계에 의지하여 생기니, 경우 때문에 그 많은 지혜가 있는 것이다.

법은 경계를 대하면 천차만별로 벌어지기에, 수많은 경우에 대처할 수 있는 지혜가 생겨나는 것이다. 응병투약으로, 병이 많으면 약도 많을 수밖에 없다. 그렇지만 아무리 다양한 모습으로 벌어질지라도, 근본을 알게 되면 다만 하나의 일로 돌아오게 된다.

김호성 교수의
에세이 경구 ㉔



이 몸은 무상하여 순간순간 변해간다

〈열반경〉

몸을 느끼는가?

나는 그분을 좀 늦게 만났다. 그 대학의 석사과정 학생들의 논문 중간발표회에서였다. 키가 늘씬하고, 날렵한 모습이다. 머리는 짧게 깎았다. 학부장인지, 그 발표회에 사회를 보고 있었다.

중간발표회를 마치고, 회식 자리에서였다. 내 있는 자리로 와서는 말을 걸기 시작하였다. 사실 그날 나는 그 학부의 교수들에게 공식적으로 인사를 하였다. 그는 말하기를, 그와 내가 '비슷하다'는 것이다.

내가 인도철학의 입장에서 불교를 바라보는 것과 그가 서양철학의 입장에서 불교를 바라보는 것이 비슷하다는 것이다. 원래 헤겔을 했다고 하는데, 근래에는 서양철학에서 불교를 어떻게 볼 수 있는가, 서양철학의 입장에서 좌선을 어떻게 볼 수 있는가에 관심이 있다는 것이다.

서양철학과 불교, 서양철학과 선을 생각하면 떠오르는 것이 교토학파가 아닌가. 그런 이야기에, 그는 이의를 제기한다. "교토학파 사람들은 좌선을 하지 않는다"라는 것이, 그 이유이다.

그러면서 자기 수업시간에는 학생들에게 좌선을 시킨다는 것이다. 마침 우리 동네에 임제종 절도 조동종 절도 없어서 아쉬워하던 차가 아닌가. 수업에 참가하기로 했다. 그렇게 해서 가보니, 그 메시지는 간단하였다.

"몸을 느끼는 것, 그것이 릴랙스(Relaxation, 긴장이완)이다." 그렇기 않은가? 그렇다. 우리의 의식이 몸을 느끼지 못할 때, 우리는 이미 무엇인가를 향해서 달려가고 있는 것이다.

무상을 느끼는가?

몸을 느끼는 것은 무상(無常)을 느끼는 것이다. 〈열반경〉에서 말씀하는 것처럼, 사실상 순간순간(念念) 변하는 것이지만... 그렇지만 그렇게 느끼지 못한다. 해마다 해마다 우리 몸이 다르다고 느끼는 것보다는 무상을 덜 느끼는 것이다.

우리가 몸을 관찰하지 않아서이다. 우리의 의식은 이 몸 말고, 다른 데를 향해서 달려가버리기 때문이다. 명예, 돈, 권력, 사랑, 업적...등등으로 달려간다. 그런 대상 역시 무상하기는 마찬가지다. 대표적으로, 선거에 나서는 정치인들은 때면 이길 수는 없고 한번은 질 때가 있는 것이 아닌가.

그럼에도 불구하고, 세상 사람들은 무상한 것을 무상한 것으로 받아들이지 못한

다. 무상한 것을 영원한 것으로 만들기 위해서 무한히 노력한다. 그것이 집착임에도 말이다. 이러한 어리석음을 깨우치기 위한 노력이 부처님의 포교이고, 전도였다.

나는 그렇게 생각한다. 불교는 사람들에게 무상을 알려주기 위해서 존재하는 것이라고 말이다. 무상은 불교의 알파요, 오메가다. 그런데, 우리 주변에서는 이 무상을 노래하는 목소리를 들어보기가 쉽지 않다. '무상'이라는 제목이 들어간 책이 얼마나 되는가? 무상이라는 노래말이 들어간 노래가 얼마나 되는가? 무상을 주제로 한 고전작품이 얼마나 되는가? 생각보다 '적당'은 사실이야말로, 그만큼 무상을 느끼는 일의 어려움을 상기시켜 주는 것 같다.

과연 어떻게 해야 무상을 느낄 수 있을까? 제일 좋은 일은 '죽음'의 체험이다.

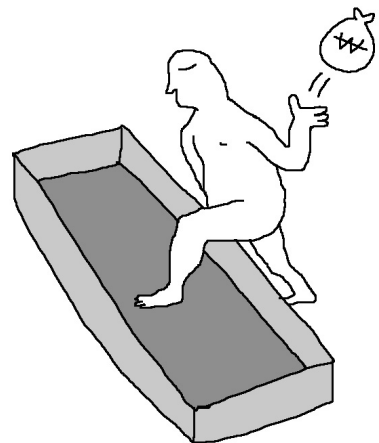


그림 · 박구원

가장 가까운 분의 죽음을 경험하는 것, 그것도 어린 나이였을 때 경험하는 것이 가장 좋은 공부다. 우리 부처님은 어머니 얼굴을 기억하지 못하신다. 중국의 태허(太虛)스님도 어머니 얼굴을 기억하지 못한다. 다 어머니의 생명과 바꾸어서 냈기 때문이다.

그 다음으로는 '병'이다. 우리가 아플 때, 우리는 욕망을 내려놓게 된다. 그 욕망들이 무상하다는 것을, 몸은 질병에 걸림으로써 가르쳐 준다.

지진이나 불과 같은 재해도 무상을 절감하기에는 좋은 계기가 된다. 있던 것이 순식간에 사라지는 것, 그것이 바로 무상의 소식이기 때문이다. 작년 여름에 참배한 절이 급근 여름에 불이 나 사라졌다. 내가 제일 좋아하는 스님의 입상(立像)도 사라져버렸다. 망연(茫然)하게, 빈 터만 바라보다가 울 수밖에 없었다.

동국대 불교학부 교수

유네스코 세계무형문화유산 영산재의 범패소리 명상 힐링치유

< 수강생 모집 >

- 범패는 천년을 이어온 영혼의 소리로 우리나라 삼대 성악곡(판소리, 가곡, 범패)의 하나임.
- 범패를 활용한 소리명상 힐링 치유는 인간의 감정과 내면의 세계를 다스리는 이 시대의 정신적 안식처로서의 가장 수승한 수행임.
- 장 소 : 신촌 봉원사 경내
- 일 시 : 매주 금요일 저녁 7:30~9:00
- 수강자격 : 범패소리 명상을 수행하고자 하는 모든 분, 만병의 근원인 각종 스트레스에 시달리는 분.
- 문 의 : ☎ 02)393-8027

지도 : 봉원사 법화정토외 처명(선광)스님

- 동국대학교 불교대학원 명상심리상담학과 석사과정
- 중앙승가대 불교학과 졸업
- 동방대, 육천범음대 졸업, 중앙승가대강원 대교과 수료
- (사)한국산악악우슬러협회 1급 지도자(심리상담)
- 서울남부구치소 교정위원
- 유네스코 세계무형문화유산 중요무형문화재 제 50호 영산재 이수자

범패소리명상힐링연구소(소장: 처명)

■ 범패소리명상힐링연구소에서는 심리상담 및 다양한 활동을 할 예정입니다. 연구소에 도움을 주실 분의 후원을 기다립니다.

KBS 과학카페



박현숙 원장 출연 (2010. 2. 6)

이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

“당신도 날씬해질 수 있다”

일상생활하며, 공복감없이 2주에 5-8kg 감량

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

여자가 살빼기 더 힘든 이유

여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사가능 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠지며 건강체질로 바뀌는 효소 질식법

동동하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 속편으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단식을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원월빙 02)523-0708 박현숙 원장

인터넷 검색창에서 「초록원월빙」을 치세요.

新製品

〈본 광고문안은 모아 두십시오〉

제품 안내서 무료발송

「Stuart YD-675 마이크」 단 한 개만 사용해도 범당의 소리가 완전히 바뀝니다!!

「YD-675 高音質 다이내믹 마이크」의 답백하고, 맑고, 힘찬 소리는 스님의 품위를 한층 높여 드릴 것입니다.



• 고품질 YD-675 가격 : 115,000원

이런 스님께 구입을 권합니다...

- ① 범당 마이크 사용에 너무 힘이 드시는 스님
- ② 스피커의 소리가 안 좋은 범당
- ③ 오래된 앰프와 스피커를 사용하시는 스님
- ④ 목소리에 힘이 없으신 비구니스님
- ⑤ 여러 마이크로 바뀌봐도 효과를 못 보신 스님

범당, 앰프, 스피커 설치, 보완전문 !!

- 주문방법 : 은행 계좌로 입금후 주소를 Fax나 전화 문자로 보내주세요.
- 입금확인 순서에 의해 3일 이내에 발송해 드립니다.
- 송금계좌 : 우리은행 1002-610-963886 예금주 : 김문화

유코음향연구소 소장 김문화 : 010-5335-2695

서울 양천구 신월 3동 48-9 중경빌딩 300호 전화 (02)2697-9976 / 팩스 (02)2601-8284 홈페이지 www.yukosound.com