독자들의 질문을 받습니다. 불법을 수행하시는 중에 의문이 생기거나 궁금한 점이 있으시면 서신이나 팩스 또는 인터넷으로 보내 주십시오. 조계종 한마음선원 대행 스님의 법문 중에서 발췌하여 답변드립니다. 삶의 고뇌에 대해서도 상담해 드립니다. 〈글책임 편집자〉 ●보낼곳 우 03131 서울시 종로구 율곡로 6길 36, 월드오피스텔 606호 현대불교신문사 '길을 묻는 이에게' 담당자 앞 ●인터넷:www.hanmaum.org 또는 한마음선원 ●FAX (031)470-3116



대행 스님

제 1548 호 현대불교
2025년 9월 24일(음 8월 3일) 수요일 / 불기 2569년

이판사판 놓는 마음이라야지 사랑으로 놓아서는 안 됩니다

일상생활이 그대로 수행이 되려면

질문 스님께서는 생활 참선을 말씀하시는데 저는 아직까지 생활 따로 수행 따로인 공부를 하고 있었던 것 같습니다. 나의 일거수일투족이 그대로 수행이 되는 참 불자가 되고 싶은데 마음만 앞서는 것 같습니다. 그렇다면 이렇게 일상생활이 그대로 수행이 되려면 어떻게 해야 하는지요.

답변 우리가 먹으면 배설하고 먹으면 배설하고 그러죠? 그리고 땅을 걸어가다가 엎드러지면 땅을 짚고 일어나죠? 그러니까 여러분이 이 세상에 태어났으니까 이 세상이 있는 거지 여러분이 세상에 태어나지 않았더라면 여러분은 무효예요. 그러니까 어느 누구든지 대신 죽어 주는 사람도 없을 거고, 자 주는 사람도 없고 먹어 주는 사람도 없고, 아파 주는 사람도 없고 똥 눠 주는 사람도 없어요.

그러니까 여러분의 이 몸뚱이 자체를 끌고 다니는 마음의 주인, 그 주인의 핵심을 꼭 믿고 '오로지 거기서만이 나를 이끌어 줄 수 있다.'라는 믿음을 진실하게 가져야 돼요. 그렇게 진실되게 이끌어 준다는 거를 믿고 하는데, 때에 따라서는 병도 날 수가 있고 때에 따라서는 애고도 생길 때가 오고, 어떤 때는 장사도 안될 때가 오고 어떤 땐 몸도 찌뿌드드하게끔 될 때도 있고, 가정이 의합하지 않을 때도 있고 별문제가 다 생기는 거를 그저 오는 대로, 생기는 대로 거기다가 맡겨 놓고 '하이고! 이 마음의 주인공, 당신밖에 없어. 이 영원한 친구야! 당신만이 나를 이끌어 주고 이 병고나 애고를 없애 줄 수 있어!' 하고 거기 놔라 이겁니다.

그러니까 이 주인공에 모든 것을 놓고, 그 놓고 나서 돌아가는 것을 지켜보고 관찰하고 이러는 게 참선이에요, 그렇게 놓고 관찰하고 지켜보는 게. 그것이 어떻게 지속되느냐. 이렇게 좌선을 하고 앉아 있는 것만이 참선이 아니에요. 그건 좌선이지. 그러니까 모든 게, 와선이나 입선, 눕는 거나 앉는 거나 서는 거나 일하는 거나 모든 게 한데 합쳐지는 것이, 어떠한 형태로서 어떻게 작용을 할 때나 내가 마음을 그렇게 가질 수 있고 여여하게 할 수 있다는 것이 그게 참선이에요.

그럭하다 보면 내 마음 자체가 자꾸 실험이 되면서 체험이 되는 거예요. 하나하나 자꾸 체험이 되고 그렇게 체험을 함으로써 바로 진짜로 믿게 되죠, 그때는. 그럼으로써 자기 참자기를 발견하게 되는 겁니다.

지혜로운 마음 되고 싶어요

질문 스님 법문에 "지혜 있는 데 마음이 있고 마음 있는 데 지혜가 있다."라는 말씀이 있습니다. 그런데 저는 마음공부를 하지만 참 지혜롭지 못한 것 같습니다. 지혜로운 도반들을 보면 참 부럽기도 하고 저도 지혜로운 마음으로 살고 싶은데, 한 말씀 부탁드립니다.

답변 지금 젊은 분들도 그렇거니와 애들서부터 어른까지 다 알아야 할 인생관, 인생이 어떻게 해서 자기한테 주어졌고 어떻게 조화가 돼서 돌아가는지 그것을 한 번 생각해 보시기 바랍니다. 저 화원의 꽃이 저렇게 한데 합쳐져서 조화가 이루어지듯이, 또는 산의 고목이나 벌레 먹은 나무들, 짧고 긴 나무들, 풀 등도 각기 모습이 다 다른 것들이 같이 모여 있기에 조화를 이룬다는 것, 산골마다 물도 좋고 돌도 있고, 그 여러 모습들이 조화된 아름다움으로 우리들 눈에 비춰진다는 것을 한번 생각해 보셨으면 합니다. 우리들의 삶에 대한 것도 역시 그와 같다는 것을 알게 될 것입니다.

우리가 모둠이로 생각해서 물 위에 산이 가고, 산 위에 물이 간다고 했습니다. 그것은 무슨 뜻이냐. 지혜 있는 데 마음이 있고 마음 있는 데 지혜가 있지 않겠습니까? 이것이 곧바로 자기한테 있다는 얘깁니다. 지혜 따로 있고 마음 따로 있는 것이 아닙니다. 그랬을 때 지혜는 물로 비유했고 마음 내는 이 자체는 법으로 생각하기 때문에 모습 모습이 다른 여러 종류들이 성황을 이루고 있는 산에 비유를 했습니다. 그것은 우리 살아나가는 모습들이 다르고 이름들이 다르고 또는 병든 사람 건강한 사람, 잘난 사람 못난 사람, 키가 작은 사람 큰 사람, 모두 다 같이 사는 것처럼 산에도 그렇게 조화를 이루고 있다는 얘깁니다.

그와 같이 들이나 산이나 물이 함께 조화를 이루어서 돌아간다는 것을 알고 우리 한번 그것을 생각해 봅시다. 물이라는 것은 지혜로 비유하니 우리가 시각적으로나 촉각적으로나 또는 감각적으로나 청각적으로나 온갖 지각이 한데 합쳐진 것을 물이라고 한다면, 우리는 귀로 듣는 것을 받아들이고, 또는 눈으로 보는 것을 받아들이고, 또 코로 냄새 맡는 것을 받아들이고, 혀로 맛을 아는 것을 받아들이고, 또는 부닥치는 것을 받아들여서 그 모두를 지혜롭게 돌린다 하는 것입니다.

우리가 귀로 들어서 화가 불끈 나는 것도 있지만 아주 감미롭고 친근하고, 어떤 땐 웃음이 날 소리도 들을 수 있고, 어떤 때는 상을 찌푸리는 소리도 들을 수 있고 이랬을 때에 그 듣는 순간에 마음이 달라진다는 얘깁니다. 그래서 지혜는 물로 비유한 것입니다. 그리고 듣는 것은 여러 가지로 듣기 때문에 산으로도 비유한 겁니다.

듣는 것만 듣는 것이 아니라 보는 것도 역시 아름답게 생각이 들 때가 있고, 아주 속상할 때가 있고, 여러 가지 가지 아니겠습니까? 냄새를 맡아서 구린내가 나는 것도 있고 향기로운 냄새도 있는 것입니다. 또 맛을 봐서 아주 맛이 없는 것을 느끼고 맛이 있는 것을 느낍니다. 또는 우리가 손으로 쥐어서 촉감이 좋은 것이 있고 아주 거친 게 있습니다. 그런 걸 알게 하는 그 자기의 모든, 한데 합쳐진 지혜라고 할까요? 달라지는 이 마음 자체가 지혜가 있기 때문에 그렇게 돌아간다는 것입니다. 그러니 지혜 있는 데 마음이 있다고 하는 거죠.

그러니까 청각이 뚜렷하고 시각적으로나 감각적으로나 모든 게 융합돼서 돌아가는 것을 발현하고 서로 상응하게 하는 그 자체의 지혜가 넓어야 된다는 얘기죠. 바다와 같아야 된다, 좁아서는 허공에 바늘구멍도 안 들어간다는 얘기죠. 그러니

☞ 20면으로 계속

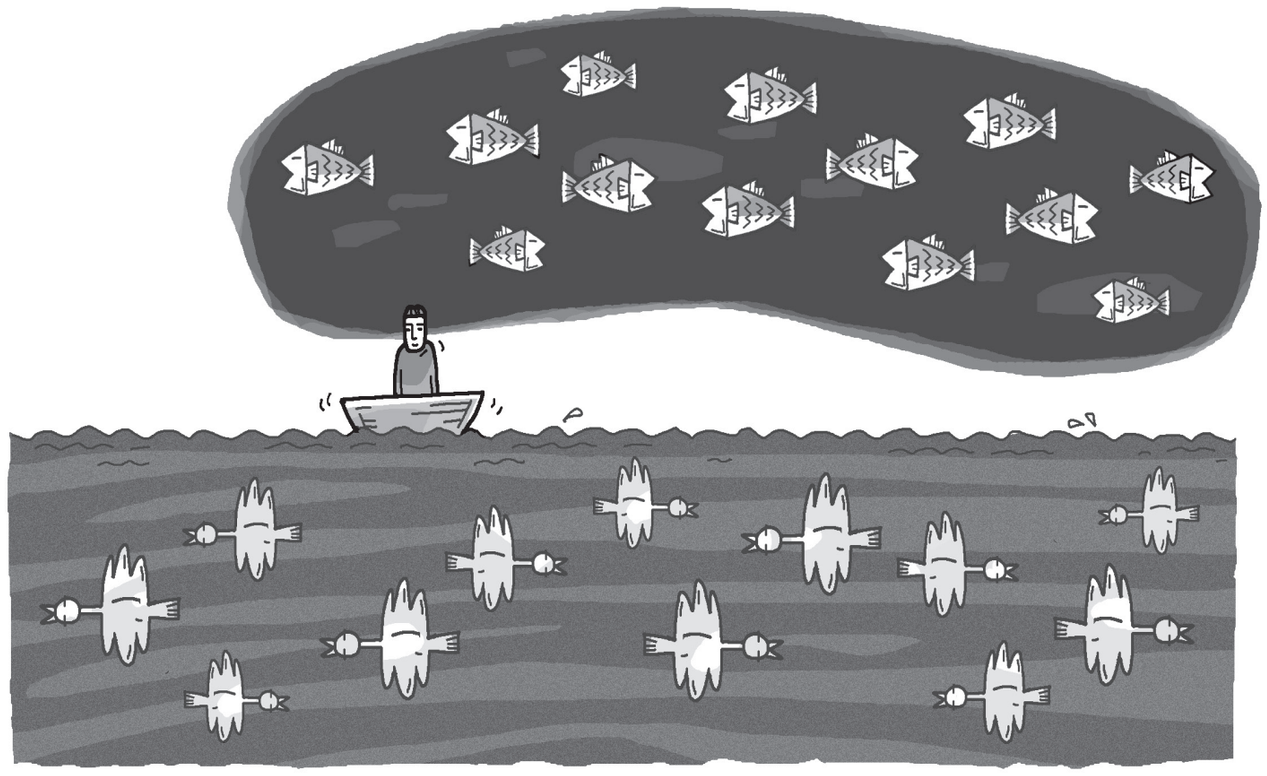


그림 · 최주현



삶의 고해(苦海)를 건너가는 지혜의 가르침

세상 모든 생명들에게 바치는 대행스님의 생활속 불법이야기

삶은 苦고가 아니다(개정판)

"살아있는 탑에는
개개인의 살림살이와
보이지 않는 곳의 마음이
같이 돌아가고 있습니다.
탑은, 거꾸로 세워놓아도 바로 세워놓아도
모로 세워놓아도 뒤집어서 세워놓아도
세상을 모두 하나로 돌아가게 하는 것입니다."

2009년 4월 9일, 책 표지에 탑을 형상화하여 넣으라시며
탑의 의미에 대하여 말씀하신 대행 스님의 법문입니다.

대행스님 법어집 '삶은 苦가 아니다' 오디오북 출시

대행스님의 법어집인 '삶은 고가 아니다'를 오디오북으로 제작하였습니다.
전문 성우의 목소리가 아니라 대행스님의 가르침을 따라 마음공부 하는
이들이 수개월간의 정성과 노력을 담아 완성한 이 오디오북을 통해
불교를 더욱 편안한 마음으로 접하실 수 있기를 바랍니다.

| 오디오북 소개 |

제1장 나는 어디서 와서 어디로 가고 있는가
• 내가 누구인지 모른대서야 00:03:13
• 누구나 부처 될 자격이 있으니 00:33:47
• 통하는 길은 오직 마음뿐 00:51:17
• 마음의 안테나를 세워라 1:26:20

제2장 누구에게나 똑같이 부여된 능력
• 생명의 에너지와 주인공 01:37:30
• 자신의 뿌리를 굳게 믿고 01:54:07

제3장 다 놓고 얻는 도리
• 놓고 가는 생활선 02:11:58
• 고정관념부터 깨라 03:03:44
• 삶은 고가 아니다 03:36:59

제4장 서로 돕고 사는 세계
• 공생 공용의 이치 04:23:15
• 생활 속의 마음 도리 05:00:41

제5장 가르침의 바른 이해
• 마음 밖에는 부처가 없다 05:43:54
• 불법의 바른 이해 06:05:10
• 실참 수행 06:49:56

제6장 고에서 벗어나는 길이 있으니
• 고에서 벗어나는 길이 있으니 07:23:00

정가 ~~14,000~~원 → 특판가 12,600원 / 신국판 / 314쪽 (배송비 별도)

『삶은 고苦가 아니다』는 1996년 9월에 처음 발행되어 초판 22쇄라는 기록을 남기고 스테디셀러로 자리매김한 대행스님 법어집 입니다.
2015년의 3판 개정판에 이어 2022년 4월에 개정 제4판을 내놓으며 읽기에 좀 더 편하도록 글자 크기를 키우고 잘못된 부분들을 수정하여 페이지 수를 추가하였습니다.

주문은 마하몰! 02)732-1520 인터넷 주문 : www.mahamall.co.kr 신한은행 100-036-429749 (예금주 : 현대불교신문사) ※ 전국 대형서점 및 인터넷 서점에서 구입하실 수 있습니다