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

살아생전에 여러분의 영원한 근본을 발견해야 합니다

일상생활하면서 참선은 어떻게

질문 요즘은 생활 속에서의 마음공부에 대한 법문을 유튜브를 통해 자주 들을 수 있는 것 같습니다. 저는 마음이 복잡할 때 가까운 사찰에 가서 좌선을 하면서 마음을 정리하는 것이 좋습니다. 그런데 일상생활하면서 참선을 어떻게 해야 하는지요.

답변 여러분이 이 세상에 나왔다면 물질계의 50%만 가지고는 도저히 자유스럽게 살 수가 없습니다. 그렇기 때문에 정신계 50%와 같이 작용을 해야만이 인간이 자유스럽다고 볼 수 있겠습니다. 성불이다 부처다 이러기 이전에 말입니다. 전자와 전자가 같이 작용을 해야만이 불이 들어오죠? 에너지가 나온다는 얘깁니다. 만약에 이 전자와 전자가 갖다 대는 게 부(父)라면, 불이 들어오는 건 바로 여러분의 불성을 말합니다.

여러분의 몸 안에는 지금 수십억 개의 그 의식과 모습, 생명들이 들어 있습니다. 그렇게 들어 있는데 그 하나하나가 여러분이 아니겠습니까? 위 공장 하나만 하더라도 여러분의 공장이 아닐까요? 여러분의 직원이라고 해도 될 수 있지만 여러분의 한마음입니다. 위 공장이니 장 공장이니 소장 공장, 대장 공장, 방광 공장, 이 공장이 하도 많아서 외울 수도 없습니다. 이 공장에서 직원으로 일하는 사람이나 직원을 부리는 나나 어떻게 둘이겠습니까? 생각해 보십시오. 직원이 없으면 무효입니다. 사장이 없어도 무효입니다. 그러니까 이 집은 결국은 그 나의, 내가 일하는 나 자체의 집일 수도 있고, 절에서는 시자라고 합니다마는 종이라고 할 수도 있습니다. 그리고 우리가 주인이 사는 데 관리인이라고도 할 수 있습니다.

나는 운전수가 차를 끌고 다니는 건 봤지만 차가 운전수 끌고 다니는 건 못 봤습니다. 여러분도 마음이 이래라 하면 이러고 저래라 하면 저러지 몸이 이래라 저래라 합니까? 이 마음이라는 것이 크나큰 우주를, 잡을 수도 없고 볼 수도 없고 빛깔도 없지만 고 아무것도 없는 그릇 없는 그릇에 이 우주 삼천대천세계를 담을 수도 있지만, 하나도 몰라서 그대로 '내가 걸었지. 내가 하지. 내가, 내가, 내가, 내가, 내가…' 하다가 몸 떨어지면 아무것도 없는 것입니다. 그러니까 살아생전에 여러분의 영원한 근본을 발견해야 한다는 것입니다.

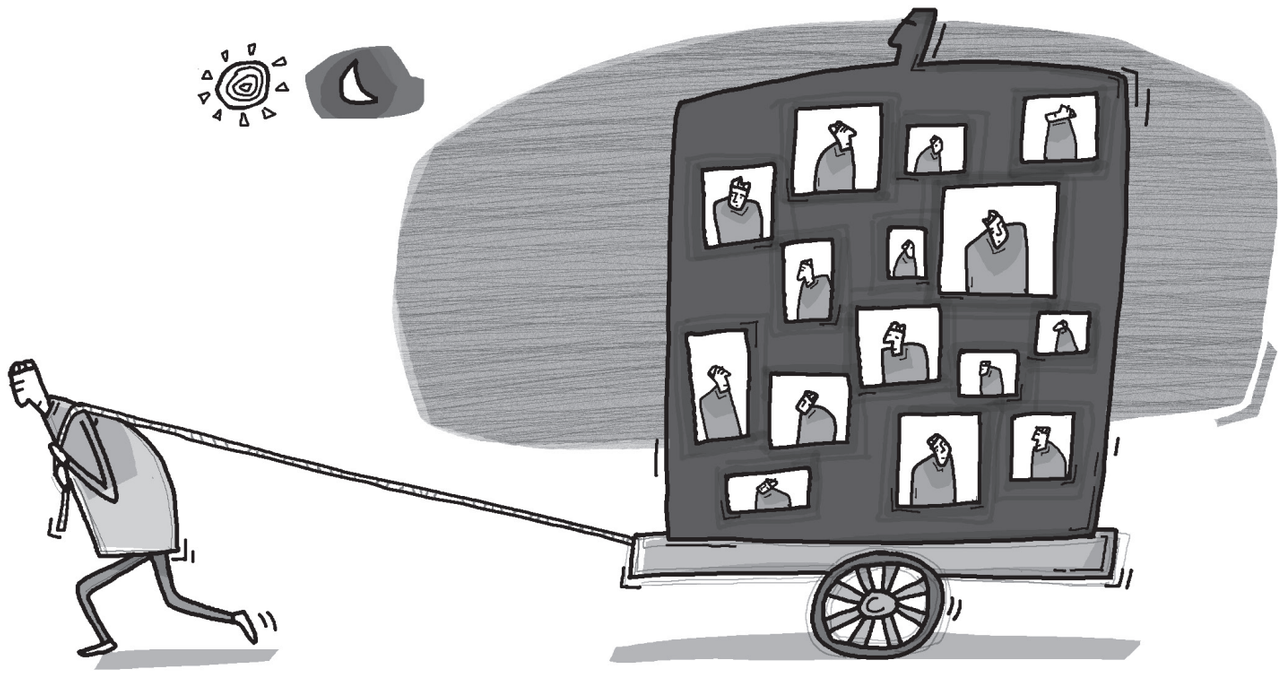


그림 · 최주현

바로 과거에 내가 어떻게 살았느냐에 따라서 악업 선업이 바로 이 몸속에 수십억 마리가 있습니다. 의식이 말입니다. 그 의식이 많은 대로 여러분은 망상이 나온다 그러죠? 그러나 과거는 지나갔으니까 없고 미래는 오지 않았으니까 없고 현재는 공했으니까 없다고 했습니다. 왜냐? 하나도, 고정된 게 하나도 없습니다. 보는 거나 듣는 거나, 나오는 거나 가고 오는 거나, 만남이나 먹는 거나, 고정된 게 있습디까? 있습니까, 없습니까? 그냥 여러분이 한 걸음 한 걸음 걸어가면서 발자취 남기지 않듯이 그렇게 돌아가고 있습니다.

그런데도 여러분은 발자취를 붙들고 늘어집니다. '어저께 이럭하고 했는데 아, 고놈이 고럴 수 있어?' 하고, 뒷발자취를 그냥 붙들고 늘어집니다. 또 '그것이 어저께 잘됐는데, 그놈의 거.' 하고, '아이구, 그놈의 게 다 없어졌어!' 그러고선 그냥 또 붙들고 늘어집니다. 시간과 공간을 초월해서 이 불바퀴는 돌아가고 있습니다, 지금. 하나도 그냥 있는 게 없습니다. 우린 지금 아무것도 모르는 버스 안에서 버스가 어딘가로 돌아가도 이 지금 여러분은 버스 안에서 내다보지도 못하고 어디로 돌아가는지도 아예 모르고 있습니다.

그런데 몸속에 들어 있는 수십억 마리의 의식들이 여러분이 어떻게 살았느냐에 따라서 바로 자동적으로 입력이 되는 것입니다. 숙명통, 그것은 비유하건대 컴퓨터라고 해도 과언이 아닙니다. 그 컴퓨터에 입력이 돼서 자동적으로 이 악업 선업은 내 몸뚱이 속에서 그 의식들에 의해서 그냥 나옵니다. 자기가 나올 때 아주 소임을 맡아 가지고 나오듯이, 영화배우들처럼. 그래서 내가 지금 일러 드리고 싶은 것은 끊임없이 나오는 것을, 입력이 돼서 나오는 것을 입력을 되해라 이겁니다.

이열치열이라는 말이 있죠? 땅 위에서 가다 엎드러지면 땅을 짚고 일어나지 딴데 짚고 일어나지 않죠? 그 자리에서 나오는 건 그 자리에다 맡겨 놔야 앞서 입력된 게 무너지죠. 연방 넣으면 넣는 대로 앞서 넣은 게 무너지고 또 들어가고 하면서 항상 그릇은 비어 있는 거라 이 소립니다. 여러분이 과거에 지은 것이 현실에 나오는 거니까, 모든 유전성이나 영계성이나 세균성이나 업보성, 인과성 이 모두를, 애고성이나 오간지옥성, 이런 것들이 모두 무너져야 새 맛을 볼 수 있을 텐데 무너지질 않고 그냥 그저 묵은 데서 나오듯 연방 나오니 여러분은 그걸 마음대로 하실 수 있겠습니까? 마음대로 못 합니다. 그러니까 앞서의 모든 것을 녹여야 된다 하는 것입니다.

그래서 자기 주인공에서 나오는 거는 자기 주인공에다가 놓고 돌아가야 된다. 안 되는 것은 '거기서 안 되는 것도 나오는 거니까 되는 것도 거기서 나오지. 거기서밖엔 할 수 없어.' 하고 놓는 거지 '해 주시오.'가 아닙니다. 기도가 아닙니다. 그게 관법입니다. 즉 말하자면 거기다 맡겨 놓고 관찰하고 지켜보고 체험하는 것이 즉 참선입니다. 앉아서 좌선이다 입선이다 또는 와선이다 행선이다, 이런 것들을 다 통틀어 합해서 생활 자체가 참선입니다. 여러분, 참선 아닌 게 하나라도 있습니까? 천칠백 공안 아닌 게 하나라도 있습니까? 이 세상만사가 다 하나도, 참선 아닌 게 하나도 없습니다. 그리마가 발이 많은데 "저거 발이 많아도 하나도 안 걸려?" 하면 그리마가 가다가 우뚝 서고 걸리듯이, 그냥 걸리지 않고 항상 하다가도 그저 누가 말만 하면 걸려요. 이 참선이라는 이 자체가 아주 묘한 것입니다.

그래서 여러분이 수박이라면 작년 씨를 올봄에 심었단 말입니다. 심어서 싹이 나서 수박이 열렸어요. 그랬는데 참선인가 뭐, 좌선인가 한다고, 또는 화두를 받았다고, 이거는 과거의 내 씨를 찾고 있단 말입니다. 예를 들어서 벌써 그 씨는 화해서 싹이 돼서 수박이 열려서 수박이 익어 가지고 있는데도 불구하고 자기 안에 수박씨가 있는 줄 모르고 자기 바깥에 자기 나기 이전에 가서 찾으려고 앨 쓴다 이 소립니다. 그래도 되는 겁니까?

지금 얼마나 이 시대가 발달이 되고 그랬는데 그것을 못 벗어난대서야 되겠습니까. 이 모두가, 산(生) 사람 개개인이 다 주어져 있는 그 재료만 가지고 여여하게 살 수만 있다면 무엇이 걱정이겠습니까. 인간이란 99%를 바로 여여하게 살 수 있는 재료를 가지고 있다 합니다. 그런데 한 장의

☞ 20면으로 계속



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

세상 모든 생명들에게
바치는 대행스님의
생활속 불법이야기

삶의 고해(苦海)를 건너가는 지혜의 가르침

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

『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