

대행 스님

하나하나 자기한테 오는 문제를 실험해 보라

공부 체험을 하고 싶어요

질문 저는 요즘 유튜브 법문을 통하여 마음공부를 하고 있는데요, 머리로는 이해가 될 것 같은데 아직 초보자라 좀 그렇습니다. 그렇지만 저도 마음공부 체험을 하고 싶은데 너무 욕심부리는 걸까요?

답변 우리 이 부처님이 가르쳐 주신 대정법은 뭐냐 하면 실행입니다. 실천과 실행! 모두 실험을 해 보세요. 내 가정에 어떠한 거, 내 자식을 위한다든가 내 부모를 위한다든가 내 몸을 생각한다든가 뭐, 어디가 아프다든가 일이 안된다든가 무슨 재판이 걸렸다든가, 어떠한 문제가 내 앞에 언제 어느 때 닥칠지 모르거든요.

그러니까 모든 거는 거기에 맡겨 놓고 한번 실험을 해 보고 실천을 해 보는 데에 아주 목적이 큰 것이 있습니다. 실천 없이는 그것을 어떻게 자기가 체험을 하겠습니까?

그러니까 하나하나 자기한테 오는 문제를 실험해 보시라 이겁니다. 가게를 크게 하는 어떤 거사님이 있는데 딴 사람들은 일요일 날 가게를 봐야 하니까 일요일 날도 못 나온다고 하거든요. 그런데 그 사람이 법회 있을 때 한두 번 이 절에 왔다 가더니 자기 부인한테 "여보게! 그 한두 시간 문 닫았다고 해서 우리가 하늘로 올라가는 게 아니지 않나? 우리 둘이 문 닫아 놓고 가세." 그래서 어느 날부터 인제 빠지지 않고 법회 날에 온 겁니다. 그렇게 문 닫고 설법 듣고 가는 날은 문 닫지 않았을 때 보다 곱을 더 판다 이겁니다. 두 시간 비웠던 것보다 곱을 더 판다 이겁니다. 이렇게 실천과 실행을 하고 체험을 하고 돌아가는 데는 그냥 뭐, 감탄할 만하죠.

법당에 와서만이 아니라 변소간에 앉아서라도, 또는 집의 안방에서라도, 일을 하면서라도, 나가서 작업을 하면서라도 '아하! 지금 내 영원한 이 한마음의 주인공이 아니었더라면' 즉 말하자면 이 속의 생명들이 아니면 내가 지금 이 껍데기가 어떻게 돌아다닙니까? 그러니 한마음의 주인공 그 자체, 그게 한마음의 일심이거든요. 그게 전체가 말입니다. 그러니까 '그 한마음의 일심이 아니었더라면 내가 지금 어떻게 이렇게 작업을 하고 일을 하고 다니겠나. 감사하구나. 오늘도 우리 식구 이끌어 주고 이러는 거는 한마음의 주인공밖에 없구나.' 이렇게 믿고 다니시라 이겁니다.

그건 왜냐하면 나를 믿으라는 게 아니지 않습니까? 이름을 믿으랍니까, 허공을 믿으랍니까, 형상을 믿으랍니까, 고깃덩어리를 믿으랍니까? 자기 전생의 그 영원한 자기의 근본 주인공을 믿으라는 겁니다. 지금도 자기를 끌고 다니는.

그러니까 모든 이 생활에서 지금 돌아가는 현상만 보고 끄달리지 마시고 내 마음속에서 내가 하고 싶은 대로 한번 해 보시면서 나간다면 그대로 될 겁니다. '이건 뭐, 내가 아무리 생각해도 이건 안 돼.' 안 되긴 뭘 안 됩니까? 아니, 자기가 사량으로 안 된다는 건 말이 안 됩니다. '허허, 이건 모든 게 전생에 바로 내가 살던 내 영혼의 근본이 그 한마음이 돼서 전부 나가니까 이거는 그렇게 해야겠다.' 하고 무찌르고 나가는 겁니다.

마음이라는 게 뭐, 그거야 주먹 불끈 쥐고 한번 칼을 뺐으면 드는 거지, 무슨 뭐가 어떠니, 뭐가 어때서 안 되느니 이러고 야단입니까? 그러니 주인공 자리를 확실히 믿고 놓는 데에 실천부터 먼저 해 보십시오. 그러다 보면 체험도 하게 되는 것이니까요.

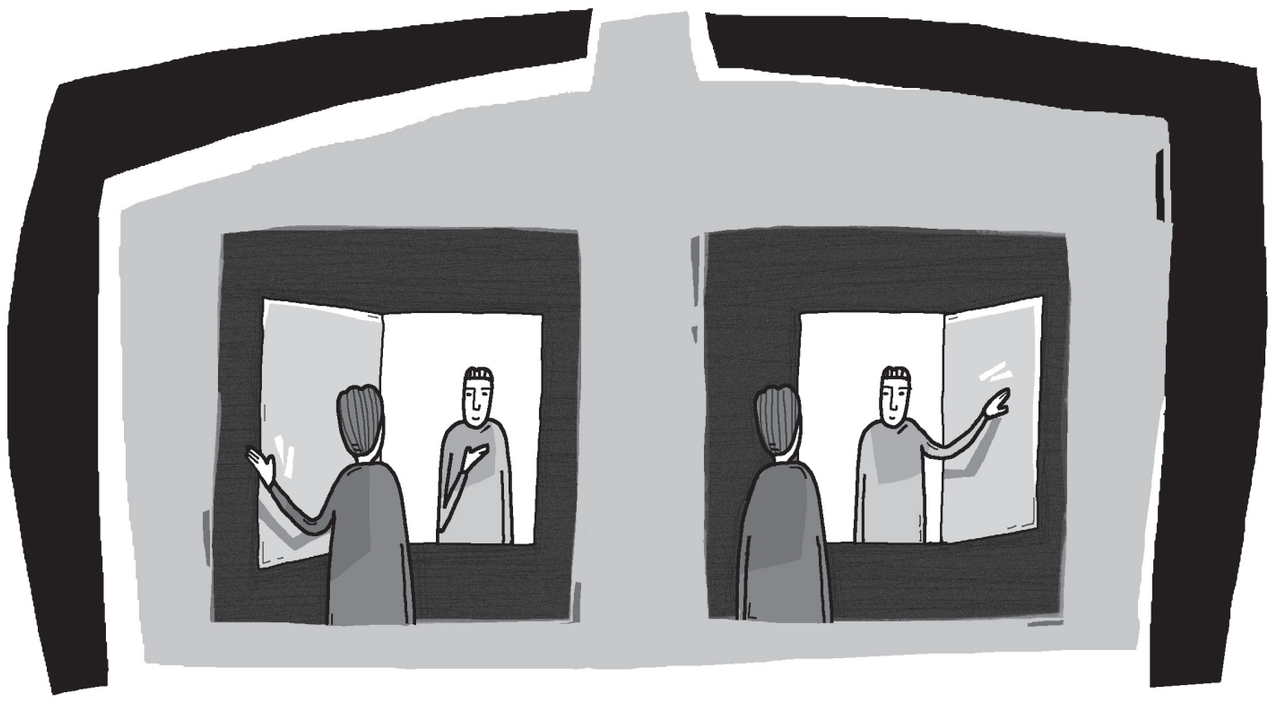


그림 · 최주현

끊어 버리면 부처를 어떻게 이루겠습니까? 끊어 버리는 게 아닙니다. 예를 들어 무쇠가 많은데 말입니다, 못 쓰는 무쇠를 용광로에다가 넣어야 그게 한데 어우러져 녹아서 다시 생산이 되어 나오지, 그거를 못 쓴다고 다 버리나요? 버리는 거 봤어요? 또 금이라 할지라도, 하다가 잘못되고 끊어지고 그랬다고 버리는 거 봤어요? 금방에 가서 다시 생산하지. 그러니까 당신한테서 벌어진 건 당신이 해결을 해야 되는 법입니다.

그러니까 지금부터 그 모든 걸 끊으려고 하지 말고, 모든 것을 바로 하나로만 생각하지, 둘로도 생각하지 마세요. 자기 내공이라고 생각하십시오, 주인공이라고. 주인공은 이름이지마는 지팡이와 같다고 할 수 있죠. 다리가 아픈 사람은 지팡이를 짚어야죠? 나으면 지팡이는 저절로 놔지지 않습니까. 그와 마찬가지로 모든 거를 내공에다가 믿고 다 놔 버리세요. 다 놔 버릴 때 하나로 돌아가게 돼 있습니다. 들이고 내고 들이고 내고 하는 것이 바로 내가 작용을 하는 거지 누가 작용을 하는 게 아닙니다.

이 우주 전체를 갖다가 한 생각에 들 수도 있는가 하면 한 생각에 다 무너뜨릴 수도 있고, 한 생각에 업을 산더미 같이 지을 수도 있고 한 생각에 산더미 같은 걸 없앨 수도 있는 겁니다. 모든 게 한 생각에 달린 건데 왜 그렇게 어렵게 사십니까?

마음이 쉬어지지 않아요

질문 번뇌를 끊고 오로지 내 마음자리에 몰입하고 싶은데 들끓는 이 마음이 쉬어지지가 않습니다. 특히 요즘은 사회 분위기도 한몫하고 있고요. 어리석은 저를 위해 한마디 일러 주시면 감사하겠습니다.

답변 처음에는 모든 문제를 전부 하나로 몰아야 합니다. 하나로 놔 버려야 한단 말입니다. 내공에다가 그냥 놔 버리세요, 내공에다가. 놨을 때 하나로 되는 겁니다. 내공이란 이름 없는 내공! 이름 없는 게 공 아닙니까? 공에다 다 놔 버렸을 때에 그 공마저도 없더라는 것이 나올 때까지 다 놔 버려라 이겁니다. 그것은 끊는 게 아니라 돌리는 겁니다.

건강 때문에 마음이 불안합니다

질문 나이가 들어가기도 하지만 몸이 많이 안 좋아져서 불안한 마음이 올라옵니다. 병원 가기도 걱정이 되고 그래서 선뜻 나서기도 두렵고요. 마음공부를 한다면서도 이런 마음이 들어 부끄럽지만 용기를 낼 수 있게 한 말씀 부탁드립니다.

답변 우리 몸속에 얼마나 많은 의식이 있습니까? 병이 나도 바로 '아, 이 병도 한 마음 속에서 나온 거니깐 한마음 속에서 낫게 할 수밖에 없지.' 할 때에 비로소 그 병은 나을 수가 있는 겁니다. 그래 병이 나으면 뭐가 되느냐. 자기가 약사가 된 겁니

☞ 20면으로 계속



삶의 고해(苦海)를 건너가는 지혜의 가르침

삶은 苦고가 아니다(개정판)

세상 모든 생명들에게
바치는 대행스님의
생활속 불법이야기

"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