거짓 나 붙들고 늘어지니 번뇌 생겨

바르게 관하는 법

문 저는 지금부터 약 10년 전 우연히 스님께서 법문하신 내용의 책을 읽고 찾아가 뵌 적이 있습니다. 스님의 법어록인 '한마음 요전' 을 읽어보면 관법 부분에서 '지켜보라' 는 말씀이 있습니다. 저의 경우에는 일상 생활 속에서는 행하는 동작 하나하나를 지켜보려고 노력합니다. 그런데 자기 전 홀로 조용히 시간을 내어 수행할 경우에 염불하듯이, 주인공! 주인공! 하면서 주인공에 마음을 집중하는 것이 제대로 수행하는 것인지, 아니면 관찰자 입장에서 떠오르는 마음을 무심히 관찰하는 것이 올바른 방편인지 여쭙고 싶습니다

답 우리가 공부하고 가는데 얼마나 지혜로워야 되는가를 가르쳐주기 위해서 예전에 선지식들께서 이렇게 말씀들을 하셨습니다. 푸를 땐 어떻게 다스리며, 붉을 땐 어떻게 다스리며, 붉지도 푸르지도 않은, 들 아닐 땐 어떻게 다스리느냐고 하셨는데, 지혜롭게 살아가는 도리를 일깨워주기 위한 자비로운 방편의 말씀입니다.

그거를 바깥에서 알 양으로 하지말고, 안으로 지극하게 알려고 한다면 자연히 밝아지게 됩니다. 문은 자꾸 두드려야 열리죠? 두드리지 않는데 문이 어떻게 열리겠습니까? 가만히 놔두는데 어떻게 열리느냐는 거죠. 일하면서도 한번 꽝 치고 또 일하고, 어떻게 어떻게 가다 한번 꽝 치고 일을 하고 이래야 나중에는 부서지든지 그냥 열리든지 하지 않겠어요? 그냥은 하나도 열리지 않습니다. 그래서 보이는 문은 열기 쉬워도 문 없는 문은 열기 어렵다고 하는 거죠.

저녁에 조용하게, 삼십 분 동안이라도, 단 이십 분 동안이라도 간절하게 하는 것이, 억지로 하려고 몸부림을 치는 것이 아니고 입으로 주인공을 부르는 것은 더욱 아니고 모든 것을 한데 모아서 주인공에 놓는다면 다 그 속에 들어가는 거죠. 그렇게 한번 둥굴러 보세요. 지난번에도 얘기했지만, 한번 둥굴려서 내면에 놓으면, 잡념이고 뭐고 다 없어요. 자식이고, 조상이고, 부처고, 중생이고, 벌레고, 지수화풍이고 뭐고 다 몰락 들어가는 자리죠.

그렇게 무겁고 간절하게, '수없이 진화돼서 온 과정을 당신밖에 모르는데, 앞으로 갈 길도 당신만이 알기 때문에 내가 당신을 알아야 하지 않겠는가.' 하고선 그냥 몸부림치듯이 관해 보시라는 겁니다. 그런 몸부림 없이 어떻게 백지장 하나를 넘어서겠습니까? 여러분은 백지장을 우습게 생각하지만 그 백지장 넘기가 얼마나 어려운지 모릅니다. 그러니 내면으로 그렇게 다지면서 믿음을 가지면은 길을 가면서 발을 떼어 놔도 항상 묵직하게 떼어집니다. 말을 해도 묵직하게 하게 되고 말입니다.

여러분이 이 세상에 나왔으면 한발한발 죽어 가는 건데, 좀 먼저 죽고 좀 나중에 죽고 그것밖에 더 있겠습니까? 그렇다면 지금은 생사가 둘이 아닌 걸 알기 때문에, 본래 살지 않기 때문에 죽는 것도 없다는 사실을 여러분은 깨우칠 겁니다. 그러니 아침에 생각했는데 저녁에 생각하니까 잊어버리고 있었다는 생각은 아예 놓으세요. 그때 생각했으면 그때 생각한 대로, 생각을 못했으면 못한 대로 생각이 끊어진 것이 아닙니다. 자고 싶으면 자는 것도 참선이기 때문입니다. 생각으로 걸리지 마세요. 어떠한 것이 오더라도 그 놈이 하는 거지 딴 것이 있어서 그러는 것이 아니니까요. 일을 하는 것도 그놈이 하는 거고, 서는 것도 그놈이 하는 거고, 앉는 것도 그놈이 하는 거고, 만나는 것도 그놈이 하는 겁니다. 그러니 일체 어떤 것에도 걸리지 말고 오직 진실하게만 믿고 들어가기 바랍니다.

집착과 간절함의 차이

문 번뇌와 집착이 없는 마음의 상태는 어떠한 것인지 궁금합니다. 경험해 보지 못한 세계라서 느끼기가 힘이 듭니다. 그리고 집착과 간절함의 차이도 어떠한 것인지 궁금합니다.

답 버선목처럼 뒤집어 보여줄 수도 없으니 어떻게 말을 해야할까요? 그것을 말을 해서 알아들을 수가 있다면 나도 편하고 좋겠는데 말입니다. 마음공부는 지식이나 이론으로 아는 것이 아니라 내가 직접 체험해보고 그 맛을 보아야만 하기 때문에 모든 것을 근본에 믿고 맡겨서 직접 하나하나 실천하라고 하는 겁니다.

사실 알고 본다면 그렇게 어려운 것도 아닙니다. 육신이 나라고 생각하기 때문에 모든 고가 생기는 것이지, 나의 근본에서만이 나를 이끌어 간다고 진실하게 믿고 살아간다면 어떠한 번뇌와 집착이 일어난다 하더라도 두렵지 않고 겁낼 것도 없이 모든 것이 공부의 재료임을 스스로 알게 되어 도리어 감사해 할겁니다.

그래서 번뇌도 집착도 고정되게 있는 것이 아니라고 하는 겁니다. 비행기 프로펠러가 쉴 사이 없이 돌아가듯이 나의 근본과 한 찰나도 떨어짐이 없이 항상 함께 하고 있는데, 그것을 인정하려고 하지 않고 거짓 나를 사사건건이 붙들고 늘어지기 때문에 번뇌가 되고 집착을 하는 겁니다.

그리고 집착과 간절함에 대해서 물어봤는데, 집착은 거짓 나가 모든 것을 한다고 붙들고 있으니까 집착이 되는 것이고, 근본에서만이 해결할 수 있다고 진실하게 믿고 일임해서 벗어난다면 그것이 바로 집착에서 벗어나는 것입니다. 그러니 모든 것을 다 놓아 푹 쉬고, 어린 아이들이 오로지 엄마만을 의지하고 살아가듯이 그렇게 간절한 마음으로 에너지 주장자를 쥐고 편하게 살아가기를 바래요.

즐겁다가도 우울해져 답답

문 모순되지만, 제가 제 마음을 모르겠습니다. 어떨 땐 아무 이유없이 마음이 즐겁고, 또 어떨 땐 아무 이유없이 그냥 기분이 우울하고 가라앉습니다. 하루 하루의 마음상태가 틀려서 답답하기도 합니다. 언뜻 보기에 불교에서는 평상심을 지키라고 하던데, 기뻐도 기뻐하지 말고, 슬퍼도 슬퍼하지 말라고 하는이유가 무엇인지요. 어리석은 놈이라 잘 되지가 않습니다.

답 우리가 살아나가는 것을 한 번 자세히 지켜본다면 찰나생활을 하고 있다는 것을 잘 알게 될 겁니다. 어머니가 '아무개야' 하고 부르면 자동적으로 말도 마음도 행동도 아들이 되고, 동생이 와서 '형' 하고 부르면 자동적으로 형의 마음과 행동으로 자연스럽게 바뀌어서 돌아갑니다.

그렇듯이 모든 게 찰나생활을 하는 거예요. 순간 순간만 바뀌어서 돌아가는 것이 아니라, 이 생에 남자의 모습으로 태어났다면 남자의 말과 행동과 마음으로 돌아가다가, 어느 한 순간 이 몸을 벗고 다시 여자로 태어난다면 자동으로 여자의 말과 행동과 마음으로 바뀌어서 돌아가기 때문에 순간순간 화(化)해서 사는 것이 바로 시공을 초월하서 살아가는 우리들의 모습입니다. 찰나찰나 바뀌어 돌아가는 그 모든 것이 내가 이렇게 해야겠다고 하고 저렇게 해야되겠다고 해서 되는 것이 아니라, 자동적으로 그렇게 돌아가게 하는 그 자리가 있기 때문에 모든 것을 해나게 하는 그 장본인을 발견하리는 것입니다. 그래야 팔자운명에서 벗어나 자유인이 될 테니까요.

그래서 헤아릴 수 없는 무수한 생을 거쳐오면서 미생물에서부터 오늘에 이르기까지 이 모습, 저 모습으로 살면서 익혀온 모든 습을 녹이는 방법은, 바로 일체를 나온 그 자리에 되놓아야 앞서의 입력된 것이 지워진다고 누누이 얘기하는 것입니다. 현재 자기가 몰라서 그렇지 무슨 생각은 안 들겠습니까? 별의별 마음이 다 일어날 겁니다.

그러나 그 어떤 현상에도 끄달리지 말고 그 모든 것이 나를 발전시키는 공부의 재료라고 생각한다면 오히려 고마운 마음에 눈물이 흘러내릴 겁니다. 답답한 마음이 일어나든 우울한 마음이 일어나든 모두 그 자리에 믿고 맡겨야 자유인의 길로 나아갈 수 있다는 것을 명심하고 한 발 한 발 걸어 나가기 바랍니다.

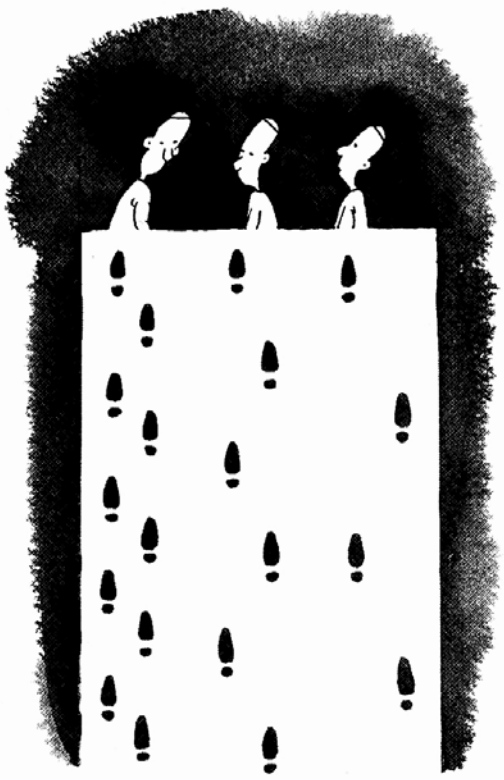


그림 · 최주현

마음공부는 지식 · 이론이 아니라 스스로 맛을 봐야 하는 것이므로 근본에 믿고 맡겨 실천해야 돼요

불 보살 모습 어떤 것인지요

문 우매한 질문 같습니다만 불법을 공부하는 재가불자로서 궁금한 점을 여쭙겠습니다. 불보살님의 존재모습은 어떤 것 인지요. 우리와 함께 늘 같이 있으시면서 살펴주시고 소원을 들어주시는 등 가피를 주신다는데 그 불보살님의 존재 모습이 궁금합니다. 우리 육신의 눈으로는 볼 수 없는 어떤 형태로 계신지, 또, 많은 중생들의 부름에는 어떻게 응신하게 되는지요? 아니면 그 가피란 것이 주인공인 우리 마음의 작용에 불과한 것 인지요. 그렇다면 가피는 어떤 원리로 우리 중생들에게 작용하게 되는지요?

답 한가지 예를 들자면, 관세음이란 말은 지금 말하고 보고 듣고 관하면서 살고 있는 것 자체라고 할 수 있습니다. 관세음은 이 세상의 이름이라고도 할 수 있죠. 이와 같은 도리를 안다면 그대로 이름없는 관세음보살이 될 것입니다. 만물의 영장이라고 하는 인간도 인간 되기가 어려워 수 십억 년을 거쳐 모습을 바꿔가면서 어렵게 진화하여 인간까지 왔는데 그냥 갈 수 없지 않습니까? 어찌 그냥 갈 수 있겠습니까? 더욱이 만나기 어렵다는 불법을 만나서 마음 도리를 알고서야 어찌 그냥 갈 수 있겠습니까? 어렵게 불법을 만났는데도 올바른 수행을 하지 않고 기복으로만 빌고 바깥으로만 찾아서야 부처님의 참뜻을 어찌 간파하며 어떻게 부처님과 둘이 아닌 도리를 깨달을 수 있겠습니까?

내 집에 강도가 들어왔다 할지라도 그렇고 도둑이 들어왔다 하더라도 마음공부를 하지 않는 사람은 도둑이 들었다고 강도가 들었다고 온통 야단을 칠 것입니다. 그러나 자기 마음을 닦는 사람들은 침착하게 맡겨 놓고 흔들림 없이 지켜보면 스스로 모든 게 보살로 화해서 오고 감이 없이 그쪽에 가서 작용을 하게되니, 도둑이 자기도 모르게 마음이 변해서 도둑질을 못한다는 얘기가 있습니다. 그러니 한 순간, 한 찰나에 마음에 봄이 오게 할 수 있는, 이름하여 보살의 능력을 여러분이 가지고 있다는 겁니다.

이렇게 한마디로 표현하지만 그거 한 가지뿐만이 아닙니다. 사람이라면 모두 오신통을 본래 갖추어 가지고 있으면서도 나는 아무것도 모르는 중생이라고 생각으로 묶어놓고 부처님은 높은 데 계시니 "부처님, 나를 살려 주세요. 우리 아들을 잘 되게 해 주세요. 병을 낫게 해 주세요." 하면서 조금만 언짢은 일이 생겨도 관세음보살, 지장보살하고 입으로만 부르고 있다면, 현대를 사는 불자답게 기복에서 벗어나서 수행을 한다는 것은 천리만리 먼일일 것입니다.

아무리 부처님과 보살님의 명호가 많다 해도 그것은 방편임을 알아야 합니다. 천백억화신으로 나투시면서, 이런 모습의 보살을 원하면 이런 모습으로 나투시고 저런 모습의 보살을 원하면 또 그대로 나투시는 것이지, 관세음보살이 따로 있고 지장보살이 따로 있고, 용왕, 산신, 조왕, 신장이 따로따로 있는 게 아닙니다. 내 안의 근본과 직결된 한마음에서 일체가 화해서 들고나는 것임을 알고, 오직 내면으로 진실하게 들어갈 수 있는 수행을 생활 속에서 항상 해 나가시기를 당부합니다.

진실해지고 깨어나고 싶어요

문 지난번 저의 질문에 답해 주신 이후 혼자서 열심히 그 길을 가고 있는 수행자입니다. 때로는 사물들이 저에게 '이건 진실이 아니야' 하고 말해줘서 너무 감사해서 울고, 사람들이 아둥바둥 사는 걸 보고 있으면 또 눈물이 나서 울고, 이것은 진실이 아닐 텐데, 하고 혼자 생각에도 잠겨보면서 진실이란 무엇인지 너무 알고 싶어, 혼자서 끙끙앓기도 합니다. 요즘은 제 주변에 너무 많은 변화가 일어나고 있어요. 스님, 저 깨어나고 싶어요. 변하지 않는 것을 깨닫고 싶어요. 간절하게 가르침 원합니다.

답 우리가 본래 놓고 돌아가는 것이고, 나를 세울 게 없으면서도 아주 엽렵하게, 아들 노릇하고 남편 노릇하고 아버지 노릇하면서 자동적으로 찰나생활을 여여하게 행하고 있으니 본래 오신통을 실천하고 있다는 것입니다.

아무리 보이지 않는 데를 본다 하더라도 그건 도가 아니니 일심으로 돌려놓아라. 들리지 않는 소리를 듣는다 하더라도 그건 도가 아니니 일심으로 돌려놓아라, 동시에 구르는 것이다. 또 남의 속을 아는 것, 즉 말하자면 남의 속을 다 안다고 하더라도 도가 아니니 또 놓아라, 일심으로 돌려놓아라. 지나온 걸 알고 앞으로 다가올 걸 안다 하더라도 그것도 일심으로 돌려놓아라. 남의 속을 빤히 아는 그 다섯 가지의 문제를 일심으로 돌리면 바로 그게 '원통의 무심' 이 된다고 했습니다. 그것이 바로 '원통을 벗어나는 무심의 도리' 라고 합니다.

그러니 우리가 깨닫고 못 깨닫고 간에 모든 걸 일심으로 놓고 들어가야 합니다. 빨리 하겠다, 느리다, 조금 되더니 아주 캄캄해졌다는 생각이 들어도 그 캄캄한 것마저 놓으세요. 왜? 캄캄하고 밝은 것, 꺼지고 켜지는 양면을 다 사용하지 않는다면 우리가 어떻게 살림해 나갈 수 있겠습니까?

밤에 방에 들어가면서 불을 켜죠? 그리고 그 방을 쓰지 않을 때는 불을 다 끄고 나옵니다. 이런 작용이 없다면 우리가 어떻게 살겠습니까? 그렇듯 자유스럽게 우리는 그대로 여여하게 살고 있는 것입니다. 그렇게 끄고 켜고, 환하고 어둡고 하는 양면을 모두 다 놓고 용도대로 행하는 작용이, 한 군데서 나오는 것을 그 한 군데로 다 들게 하는 작용입니다. 한 군데로 들어서 만 가지가 발산이 되고, 만 가지가 또 한 군데로 들고, 또 만 가지가 씀씀이로 돌아가는 묘용이 바로 마음의 법이면서 생활의 법이니, 따로 찾을 것도 없이 내 진실한 한마음에 모든 것이 펼쳐진다는 사실을 아시고, 오직 근본을 쥐고 놓치지 않아야 합니다. 그러니 오직 진실하게 '주인공, 당신만이 당신이 분명히 있다는 것을 증명할 수 있다.' 고 생활 속에서 항상 일념으로 밀고 들어가시기 바랍니다.

환희심 며칠 안가 사라져

문 스님 법문을 들을 때면 환희심이 넘치고 그 충만함을 이루 말할 수 없는데 며칠이 지나면 아무 것도 잡히지 않고, 다시 망상에 빠져 어찌할 바를 모르는 현상이 계속 반복되고 있습니다. 첫째 주 법회 때 법문을 들었을 때도 다른 불자님들의 질문이 모두 저의 질문인 것처럼 절실하게 느껴졌지만, 해답을 알고

☞ 20면으로 계속

가려운 언덕을 넘듯 고달픈 현실에 힘겨워하는 사람들

순간순간이 고통으로 느껴지는 현대인들에게 대행 스님이 띄우는 희망의 메시지

삶은 고(苦)가 아니다



A5신 288쪽
값 6,000원
여시아문

대행 스님과 신행 상담을 원하시는 분은 현대불교신문 '길을 묻는 이에게' 담당자(팩스:031-470-3116)앞이나 인터넷 부다피아(http://www.hanmaum.org)로 연락 바랍니다.