"내탓으로 돌리면 원망과 증오 없어"

☞ 19면에서 계속

명상 · 요가 · 참선의 차이는

문 불교와 인연을 맺은 지가 꽤나 오래 되었지만 책을 접할 때마다 의문사항이 많아도 물어 볼 만한 곳이 없었는데, 이번 기회에 몇 가지 여쭤 보려고 글을 올립니다. 다름이 아니오라 명상과 참선에 대해서 여쭤보려 합니다. 티베트의 명상과 인도 힌두교의 명상과 요가, 또 우리 불교의 화두를 들고 하는 참선과의 차이점을 알려 주셨으면 합니다. 위 세 나라 수행 방법의 차이점과 구하는 바가 모두 같은 것인가 하는 의문이 생깁니다. 우리네 참선도 스님들마다 방법이 조금씩 다르게 말씀하시는데 정확한 참선법은 무엇입니까? 티베트 불교에서는 명상을 통해서만이 참된 본성을 발견한다고 하는데 다른 방법은 없는 것 인지요? 체계적인 지식이 없어서 두서 없이 적었습니다. 이해해 주시기 바랍니다.

답 어떤 사람이 이렇게 물었답니다. "명상도 하고 참선도 하는데, 참선이 옳습니까? 명상이 옳습니까?" 그러고 물었대요. 그러니까 어떤 사람은 "참선도 옳고 명상도 옳습니다." 이렇게 대답한 사람이 있는가 하면 어떤 사람은 "참선도 없고 명상도 없습니다." 그렇게 대답을 했거든요. "참선도 없고 명상도 없다면 무엇이 있는 거냐?" 하니까 그냥 아무 소리 없이 따귀를 한 대 치더랍니다.

그랬다는 얘기가 있듯이, 사람이 살면서 사물을 쳐다보는 것도, 어느 나무가 흔들리는 걸 쳐다보고 있어도 그것은 명상이고요. 또 앉고 싶으면 그냥 앉아서 생각을 해도 그거는 참선이다 이거예요. 근데 명상도 참선도 그저 두루 오면 오는 대로, 내 용도에 따라서 오는 대로 하는 건데 어떻게 그게 옳다 이게 옳다 하겠습니까? 그러니 그것도 없고 그것도 없는 겁니다. 여러분 마음대로 하십시오. 그게 바로 참선이니까요.

나쁜 건 놓는데 좋은 건 끄달려

문 저는 스님을 뵌 적은 없습니다마는 책을 통해서 친견을 했습니다. '모든 것을 주인공한테 놓아라' 고 강조를 하시는데, 저 같은 경우는 나쁜 것은 놓으려고 노력을 하는데 좋은 것은 자꾸 거기 끄달리는 그런 경향이 있습니다. 그걸 어떻게 하면 좋겠습니까?

답 예전에 어느 선지식께서 말입니다. "좋은 것도 부처님 법이 아니요. 또, 언짢은 것도 부처님 법이 아니니라."

그래서 "그럼 뭐가 부처님 법입니까?" 하니까 "이리 오너라! 내가 가르쳐 줄 테니." 그러구선 오니까 아, 거기 주장자로 그냥 골통을 치더랍니다. 그래서 "아이구! 아이구!" 하니까, "이놈아, 아이구 하는 그놈이 누구냐!" 그러시더랍니다.

지금 말씀하신 분이 그 생각을 잘하신다면 바로 그것이 법이며 그것이 바로 실천입니다. 우리가 움죽거리는 것이 행 아닙니까? 그러니 그것을 어렵게 생각하시지 말고 잘되는 거는 감사하게 생각하는 것이 이게 놓는 겁니다. 또 안되는 거는 "아! 거기서 나온 거니깐 거기서 해결하겠지, 거기서밖엔 해결 못해." 하는 마음을 가졌을 때 그거 또한 놓는 겁니다. 놓는 게 따로 있는 게 아니에요. 거기서 나오는 거니까 거기다 놔야지 어떻게 합니까.

이 세상은 나로 인해서 세상이 벌어졌고, 나로 인해서 고가 벌어지고, 나로 인해서 부처님이 있는 줄도 알고, 우주 천하가 있는 줄도 아는 겁니다. 그러니까 오늘서부터 잘된 거든 잘못된 거든 내 탓으로만 돌린다면 원망할 게 없고 증오할 게 없고 밉게 보는 게 없고 더욱 이쁘게 볼 것도 없는 그런 마음을 가지게 될 것이고, 그런다면 오늘서부터 편안하실 겁니다. 돈을 벌어야 하는 사람에게는 오히려 돈도 더 편안하게 연방 들어오게 될 거고 말입니다.

불행감에 만행 떠나고 싶어

문 저는 나름대로 무척 열심히 공부해 오고 있습니다만, 전자의 업식이 두터워서 그런지 별다른 근거도 없이 몹시 불행한 마음에 사로잡히곤 합니다. 나를 억압하는 모든 상황에 대해 용납이 되지 않는 그런 마음이 생기면 이 모든 것을 다 팽개치고 만행을 떠나야 만이 마음을 해결할 수 있을 것 같다는 생각이 듭니다. 그러나 현실은 그렇게 간단치 않으니 더 극심한 불행감에 숨이 막힙니다. 파도와 같이 밀려오는 이 마음을 맞닥뜨리면 아무 일도 할 수가 없고 나중에는 신경성 위장장애등을 동반하게 되며 정상적인 생활을 영위할 수가 없을 정도입니다. 처처에 법당 아님이 없고 도량 아님이 없는 줄을 알지만 이 괴로운 마음을 해결하기 위해 정말 모든 것을 거두고 남들이 뭐라 하든 제가 하고싶은 대로 한번 살아보고자 하는 것이 제 근본자리에서 나온 결론입니다. 가르침을 간절히 바라옵니다.

답 예전에 내가 산으로 다니던 때 이야기를 해볼까요? 나는 못 먹고 못 입고, 사람이라고 할 수도 없는 형색으로 다녔어도 한 번도 내가 먹으려고 애를 써 본 예가 없고, 입지 못해서 애를 써 본 예도 없고, 또 그것을 원한 바도 없고, 더 살아보겠다고 원한 바도 없었습니다.

그렇지만 나는 유유한 겁니다. 그런데도 내게 먹을 건 그대로 있었어요, 내가 있기 때문에. 내가 일하게 된 것은 내가 있기 때문에 일하게 되는 거고, 내가 있기 때문에 먹는 거고, 모든 것이 내가 있기 때문입니다. 그러니 누구한테 고맙다고 할 것도 없고 그것을 얻지 못해 애를 쓸 것도 없겠죠. 다만 나를 끌고 다니는 나한테 고마울 뿐입니다.

누가 음식을 준다 해도 내 것도 아니고 상대방 것도 아니니 참 감사하게, 준 사람과 나와 둘이 아니란 얘깁니다. 그렇기 때문에 그대로 네 것도 내 것도 아니게 그 음식이 맛있는 거죠. "스님! 이 음식 맛이 참 좋습니다."하면 "맛이 좋던가?" 그러고선 그냥 껄껄 웃고, 그 얼마나 좋았겠어요? 무슨 맛이 나던가? 그러면, 예전에는 실과가 겨울에 많지 않으니 이른 때에 토마토라든가 이런 걸 하나 먹게 되면 "아이구, 이거 무슨 맛이 납니까?" 또는 "무슨 맛이 나던가?"이런다면 "토마토 맛이지 무슨 맛입니까?"이러죠. 그러면 "거기서 무슨 맛이 나던가?"또 그러죠. 그러면 "여기서 스님 맛이 나는데요."그러면 "또 거기서 무슨 맛이 나던가?" "물맛인데요."

> 안팎으로 맹종말고
> 모든 이치를 눈으로
> 보고듣고 총괄해
> 결정할때 법이 되고
> 자기 주장자 세워져

이렇게 서로가 웃는 그 뜻이, 스님네들끼리 이 세상 돌아가는 비유를 한 거지, 토마토를 가지고 야단을 한 건 아니지요. 우리가 지금 사는 데에서도 마찬가지입니다. 그 한 맛만 나던가요? 24시간 사는 것도 한 맛만 나는 게 아닙니다. 한 가지 일만 하는 것도 아니고, 말도 한 가지 말만 하는 것도 아니고, 생각도 한 가지 생각만 하는 게 아니거든요. 그러니까 토마토도 아니고 담은 그릇도 아니고 묻는 말도 아닙니다.

그래서 그렇게 말한다면 불(佛)도 아니요, 역시 마음도 아니라, 천지미분 전 만백화라고나 할까요? 그 향기가 얼마나 좋겠소?

세상살이가 다 그러한 거죠. 그래서 돌고 도는 물일뿐입니다. 지금 나를 괴롭히는 무엇이 있다는 것도 알고 보면 그대로 그것이 나를 발전시키는 요인이라는 것을 알게되면 오히려 감사하게 생각될 것입니다.

견성한 후도 경계에 걸리나요

문 늘 함께 계심에 감사 드립니다. 견성을 한 후에도 경계가 닥치면 마음이 일어나는지요. 예를 들어 경계에 닥쳐서 때때로 화가 나고 놀라고 걱정하고 이러한 것을 다시 놓아가야 하는 것 인지요. 그래서 경계에 여여해지는 것이 성불인지요. 말하고 보고 생각하고 하는 이것이 근본임을 느꼈습니다. 모든 생각이 근본에서 나온 것임을 느꼈습니다. 그 생각에 집착하여 근본을 놓쳐왔음을 느꼈습니다. 근본은 청정하지도 탁하지도 않음을 느꼈습니다. 깨달았다는 생각마저 놓고 있습니다. 가르침 바랍니다.



그림 · 최주현

답 습을 떼지 못한다면 깨우쳤다 하더라도 다시 미(迷)해지는 그러한 연결이 지어지는 것입니다. 그래서 깨우치기는 쉬워도 성불하기 어렵고, 성불하기는 쉬워도 열반하기는 쉽지 않다고 했습니다. 이 세 단계 없는 세 단계를 꾸준히 나갈 수 있다면 생과 사가 그대로 열반과 둘이 아니다 이 소립니다.

항상 여러분한테 얘기하듯이, 내가 태어났기 때문에 상대가 있고, 또 상대가 있기 때문에 나로 인해서 일체 만법이 돌아간다고 했습니다. 즉, 모든 작업이 나로 인해서 벌어진 거니까 나를 다스리면서, 처음에는 무조건 용광로에다 헌 쇠 넣듯 모든 것은 거기서 이끌고 가고 일체 만법은 거기서 들고나는 거니까 거기서 하게끔 놔라 하는 것을 말했습니다. 그리고 나를 발견했어도 수억 겁을 거쳐 나오면서 악업 선업에, 즉 말하자면 성냄과 착과 욕심이 그냥 남아 있다는 겁니다.

그래서 둘이 아닌 거를 확실히 알려고 생각한다면, 우리가 생활하며 배우면서 지혜롭게 둘이 아님을 알아야 영계성이나 유전성 같은 것이 내 앞에 닥친다 해도 대치해 나갈 수 있는 겁니다. 그래서 둘이 아닌 도리를 알기 위해서 바로 거기에 놓고 가되, 안에서 어떠한 것이 나오더라도 거기에서 나오는 대로 맹종하지 말고, 예를 들어서 나를 발견해서 볼 때에 나를 넓혀서 생사윤회에 끄달리지 않게 하기 위해서, 즉 말하자면 이것도 시키고 저것도 시키고, 이것이 옳다 저것이 옳다 하고 주장하는 그런 안의 경계가 있습니다. 그러나 안의 경계에 맹종하지 말고 누가 되지 않는 일은 듣고 누가 되는 일은 듣지 말고 버리라는 게 아니라 하여튼 나를 테스트해 보려고 그러는 거니까 감사하게 생각하고 거기 또 놔라 이겁니다.

그러니까 경계에 맹종하고 또 거기서 시키는 대로 한다면 안으로 기울어지고, 밖에서 끄달리고, 밖으로 떨어진다면 밖의 경계에 또 끄달리고 기울어지고, 그러니까 안이나 밖이나 맹종하지 말고 모든 이치를 눈으로 보고 듣고 모든 것을 내가 주장해서 결정짓는 데에 양면이 다 총괄이 돼서 그대로 법이 된다는 얘깁니다. 그래야 만이 모든 경계나 망상 같은 것에 끄달리지 않고, 그대로 생각하면서도 걸림 없이 자기가 주장자를 올바로 세우고 이끌어 나가는 공부라고 할 수 있습니다.

그렇게 둘 아닌 도리를 체득해서, 만약에 구렁이가 "나를 구원해 주시요." 한다면 부처님의 마음은 구렁이 속으로 들어가서, 말하자면 모든 문을 활짝 여시고선 그거를 안아들인다면 두드러지지도 않으면서 자기 모습이 바로 그 모습으로 된다는 말입니다. 구렁이가 돼 버리죠. 지난번에도 얘기했지만 이 사람이 건져달라고 할 땐 이 사람 속으로 들어가고, 저 사람이 건져달라고 할 땐 저 사람 속으로 들어가고, 또 돼지가 살려달라고 할 땐 돼지 속으로 들어갔다가, 소가 살려달라고 하면 소에 속으로 들어갔다, 말의 속으로 들어갔다 또 하다 못해 풀 속으로도 들어갔다, 나무 속으로도 들어갔다, 목신도 되고, 구더기 속으로도 들어가서 구더기도 되니 어떤 거 될 때에 나라고 할 수 없는 것이 부처다 이겁니다. 그게 바로 구경각지(究竟覺地)라고 할 수 있겠죠. 그것도 이름해서 말입니다.

그래서 불이법(不二法)은 "이게 옳습니까, 저게 옳습니까?" 할 때에 말로 해서 되는 게 아니기 때문에 말이 없는 것입니다. 아무 소리 없이 여러분이 가정에서 불을 밝히려고 스위치를 누를 때에 불을 켜야 옳겠습니까? 안 켜야 옳겠습니까? 그러고 불을 켭니까? 아니시죠? 전력이 있다는 것을 알고 벌써 가설이 됐다는 걸 알기 때문에 그대로 불만 켤 뿐입니다. 그리고 방바닥에 물이 떨어졌으면 그대로 아무 소리 없이 걸레 갖다가 훔치는 것뿐입니다. 배가 고파도, 목이 말라도 아무 소리 없이 그저 냉장고 문 열고 먹거나 물을 마실 뿐이지 거기 무슨 이유가 붙습니까? 목이 말라서 물 달라는데 이유가 뭐가 붙느냐 이겁니다. '내가 먹어야 옳으냐, 안 먹어야 옳으냐.' 그러고 누구더러 물어보고 먹습니까? 그리고 또 물더러 물어봅니까? 내가 너를 마셔야 하느냐, 마시지 말아야 하느냐, 이러고 물어보고 먹습니까? 목마르면 그냥 마시는 것입니다. 이유가 붙지 않습니다. 그게 바로 불법입니다. 그렇기 때문에 이유가 붙지 않는 데서, 나라는 걸 세우지 않는 데서, 바로 구경경지를 이루어서 자유인이 되는 것입니다.

그러니 이 삼 단계의 문제, 바로 삼 단계 아닌 삼 단계의 도리로, 삼 단계도 없고 일 단계도 없다는 그 사실을 그대로, 여러분이 자기 탄생을 한다면 모두 삼계를 통달하게 될 수 있으며 바로 통달했다는 이름도 없는 그런 통달이 온다면 아뇩다라삼먁삼보리의 구경경지를 이룰 수 있을 것입니다. 생각으로 머무르지 말고 더 열심히 정진하시기 바랍니다.

법공양페이지는 동참을 원하는 종단 · 사찰 스스로 제작의 주체가 되어 각기 재량하에 소재를 선택하고 본 편집진과 함께 지면의 틀을 짜는 방식으로 제작됩니다.
법공양페이지는 약간의 실비부담만으로 종단 또는 전국 어느 사찰이라도 이용 가능하며 개인 불자의 경우는 특정 종단 또는 사찰을 지정하여 제작을 의뢰할 수 있습니다.

21C 복지법인경영총람은
누구나 쉽게 이해할 수 있도록
예시한 도서입니다.

법인 · 시설 · 단체 실무행정

21C 복지법인경영총람

법인의 분류

사회복지법인의 행정
1. 사회복지법인과 관련법규
2. 사회복지법인이 수행할 수 있는 사업과 내용
3. 법인의 설립허가 신청

사회복지법인 설립허가 후 업무
1. 허가 후 주요업무
 1) 설립등기 사항보고
 2) 재산 이전 보고

시설운영에 관한 사례
1. 회계처리사항
2. 법인 · 시설운영에 관한 세입 · 세출 예산 및 사업계획과 결산
3. 과목별 예산 부족시 일시 차입
4. 기부금 관리
5. 공사, 물품구입에 따른 계약사항
6. 물품관리
7. 기본재산처분
8. 법인의 수익사업에 따른 수익금 관리
9. 직업보도사업에 따른 수익금 관리
10. 법인 · 시설에 비치하여야 할 서류 및 장부
11. 사회복지시설 운영상 소홀히 하기 쉬운 사항
12. 법인의 각종 사례
 1) 법인 설립허가 사례 4종류
 2) 임원 취임변경 사례 4종류
 3) 재산 처분(농지)사례 2종류
 4) 채무로 인한 기본재산 가압류 사례 2종류



정가 : ₩28,000 (5×7배판 495page)

■ 사단법인 설립허가신청
■ 사단법인 정관준칙

사회복지법인 설립허가신청

사회복지시설 설치운영신고

사회복지법인 정관변경인가신청

법인의 기본재산 처분허가 신청

사회복지법인의 분리
1. 기본재산 처분(증여) 허가
2. 분리로 인한 설립허가신청

장기차입 허가신청

사회복지법인 정관예시

사회복지관련 법률 · 시행령 · 규칙
1. 사회복지사업법
2. 노인복지법
3. 아동복지법
4. 장애인복지법
5. 영유아보육법
6. 국민기초생활보장법

발행처 복지연합신문사
서울 영등포구 대림3동 689
TEL. (02) 831-6459

구입문의 : 02-831-6459

■ 입금계좌 : 국민은행 765-21-0191-359 (예금주 - 김종래)
■ 구입방법 : 송금후 080-003-0888로 연락주시면 등기우편으로 발송해 드립니다.