잘하든 못하든 자기가 하는 거지 누가 하는 겁니까!

지난 호에 이어서

또 내가 여기에서 가르치는 거는, 안 되고 되는 것을 어떻게 놓느냐 하는 겁니다. 자기 카세트에서 나오는 거 자기 카세트에다 되놔라. 안 되는 거는 '아, 나를 성숙시키기 위한 과정이다. 나를 다지기 위한 과정이다. 이건 고가 아니다. 나한테 부딪쳐 오는 이것이 나를 성숙하게 하고 물리를 터지게 해서 지혜를 얻게 해 주는 과정이다.' 하는 마음을 갖는다면 감사할 거고, 또 '거기서 일체 만법을 다 해 나가니 감사하고, 또 잘됐으니 감사하고 이러니까 모든 게 다 감사해.' 그렇게 그 감사함을 알고 가는 겁니다.

또 그렇게 감사하더라도 이 내 마음 깊은 속에 감사함을 놓고, 바로 맡겨 놓고 사신다면 나가서 일을 해도 편안하고 또 집에 들어와도 편안하고 따뜻하고 또 화목하고 조화를 이루게 되니까 뭐든지 좋죠. 몸 건강하니 좋고 내 마음 편안하니 남도 편안하게 해 줄 수 있고, 내 마음이 편안하니까 말도 편안하게 나오고 또 말이 편안하게 나가니까 화목을 도모하고, 이러니 모두에게 좋은 일입니다.

이 절간 살림이나 바깥의 살림이나 살림이 뭐 다른 게 있겠습니까마는 우리 스님네들은 결코 절을 운영하고 살림하는 데에 목적을 두고 들어온 게 아닙니다. 검지도 않고 희지도 않은 바로 원심력을 얻어서 그 원의 항아리를 굴리고, 여러분의 살림살이와 자기 살림살이가 둘이 아니게끔 보고, 둘이 아니게 나투고, 둘이 아니게 나투는 까닭에 둘이 아니게 모든 일을 해 나가고, 죽은 세상 산 세상을 같이 껴잡고 나갈 수 있는 여건을 가지면서 여러분도 이렇게 이끌어 갈 수 있는 길잡이가 되려는 것입니다.

여러분한테 한 가지 묻겠습니다. 관세음보살의 손은 이 '공' 안에 꽉 찼다고 했는데 어떤 것이 관세음보살의 진짜 손입니까? 또 여기 눈들이 참 많습니다, 눈! 여기 여러분의 눈만 있는 게 아니에요. 여러분이 백 명이 있다면 백 명의 눈이 또 있는데 그 백 명의 눈이 수천수만 가지의 눈으로 되어 있으니 눈이 그렇게 많다면 어떤 것이 진짜 눈일까요?

또 다른 걸 얘기해 볼까요? 지금 저, (화분을 가리키시며) 이파리가 많습니다. 이게 소나무 이파리라면 어떤 것이 진짜 이파리겠습니까? 내가 여직껏 말씀드린 거를 잘 생각해 보시면 여기에도 그 의미가 나옵니다. 바로 우리는 뿌리와 이파리와 가지를 다 보고 있습니다. 근데 이 이파리들은 말입니다, 자기 뿌리를 못 보거든요, 흙에 가려서. 인간이 무명에 가려서 자기의 참자기를, 자기 뿌리를 못 보듯이 말입니다. 그러니까 잘 음미해서 생각해 보시기 바랍니다.

공동묘지에 가 보십시오. 남녀노소를 막론해 놓고 모든 물질은 없어져 버렸죠. 사대(四大)로 태어났다가 사대로 흩어지고 말아 버렸습니다. 그리고 무엇이 남았을까요? 보니까 전부 늙어 버리고 말았습니다, 애나 어른이나. 애가 죽었으니까 천도를 안 해도 된다고 그러는데…, 천도를 하라고 이런 얘기를 하는 게 아닙니다. 천도라는 거는 내 밥 먹을 때도 천도가 되니까요. 이 도리를 알면 뭐 떠놓고 할 것도 없어요, 사실은. 그런데 모두 모르니까 그래요. 그래서 애가 죽었거나 한다면 애라고 업신여기죠. 그런데 그 애는 먼저 늙었기 때문에 애가 됐다는 걸 아셔야죠.

그래서 우리가 대의적으로 본다면 남녀노소를 막론하고 여자가 남자로 될 수도 있고 남자가 여자로 될 수도 있고 짐승이 사람으로 될 수도 있고 사람이 짐승으로 될 수도 있으니, 또 어른이 애가 되고 애가 어른이 될 수 있으니 어떤 거를 세워서 어른이라고 하며 어떤 거를 세워서 애라고 할 수 있으랴 이런 겁니다. 그러니까 만약에 이 몸이라는 집이, 물질이 다 없어졌다면 그대로 물이자 흙이고 흙이자 바람이고 바람이자 바로 불입니다. 그렇다면 다 늙었죠. 백(白)이에요. 흙이에요. 그냥 흙에서 와서 흙으로 갔을 뿐이에요. 그런데 뭐가 남았느냐구요? 우리 지금 마음을 내놓으시라면 내놓으실 수 없겠죠? 그 내놓을 수 없는 바로 그것이 뿌리죠. 우리 마음! 내놓을 수 없는 거, 볼 수 없는 거….

그런데 여러분은 꿈에, 꿈이자 생시고 생시이자 꿈인데, 자기 몸을 뉘어 놓고 나가서 온통 다니다가 오거든요. 지금도 여기 앉으셔서 그렇게 하는 분들이 계실 거예요. 집에 지금 뭐를 내려놓지 않고 왔거나 올려놓지 않고 왔거나 세워 놓지 않고 왔거나 하여튼 뭐, 급한 일을 안 해 놓고 왔다면 집 생각을 하실 겁니다. 그러면 그 마음이 벌써 집에 가고 있는 겁니다. 가고 오고 온통 야단난 거죠, 마음이 말입니다. 체가 없으니까 마음만 갔다가 왔다가 그러다가 보니까 체 있는 놈을 붙들어다가 그거를 치우게 하거든요. 내가 걱정을 하면 자연적으로 벌써 딴 식구가 와서 그걸 해 놔요.

그러니 그 몸이 내 몸이고 내 마음이 그 마음이고 그 마음이 내 마음이에요. 이렇게 에너지가 그냥 자가발전소에서 가설이 된 데로 전력이 다 나가서, 여러분이 가정마다 회사마다 모두가 용도대로 다 쓰는 그 전력과 같다 이거예요, 우리 마음이. 그렇게 광대무변한 겁니다. 여러분도 광력이나 전력이나 자력을 충만하게 다 가지고 계십니다.

그러니 이 도리를 배우셔서 가정에 이익 되고 공덕이 되고 복덕이 되고, 여러분의 우환과 가환을 다 자기 스스로 없애고 화목을 도모하면서 정답게 삶의 보람을 느낄 수 있게 하십시오. 죽 한 그릇을 놓고 숟가락을 셋이든 넷이든 같이 꽂아 놓고 먹어도 그렇게 즐겁고 좋을 수가 없는 그러한 넓은 마음으로, 이 손을 쫙 벌리면 우주가 다 담겨 올 수 있는 그런 심력(心力)을 가지고 보람 있게 살 수 있었으면 합니다. (중략)

언젠가 한번 이런 예가 있었습니다. 어떤 사람이 "스님, 제가 꼭 개를 잡아서 약으로 써야 될 텐데 어떻게 하면 좋겠습니까?" 했습니다. 딴 약은 먹기 싫고 개를 폭 삶아서 먹으면 자기 병이 낫겠다는 겁니다. 그런데 스님으로서 어떻게 대답을 해야 옳을까요? 어떻게 말을 했겠습니까? 잡아먹지 못하게 했을까요, 잡아먹게 했을까요?

대중 가운데서 잡아먹게 했을 겁니다.

큰스님 잡아먹게 하긴요. 허허허…. 난 잡아먹게 하지는 않습니다. 또 못 잡아먹게도 안 합니다. 단 이런 게 있습니다. 만약에 소의 그 모습이, 그 살이, 그 고기가 내 고기고 그 마음이 내 마음이고 그 생명이 내 생명이라면, 그거는 먹은 것도 없고 안 먹은 것도 없습니다. 그러면서도 역력하게 먹어서 그건 약이 된 것입니다. 이해가 안 가시겠죠? 만약에 고기 한 점을 놓고 말입니다, 고기 한 점을 놓고 이게 소 한 마리라고 그런다면 누가 곧이듣겠습니까?

그런데 이 몸뚱이가 큰데…, 마음이라는 걸 어떻게 생각하십니까? 이 지구가 몸뚱이라면 마음이, 그 지구도 탁 내놓고 지구 바깥으로 나가니까 말입니다, 지구가 콩 알갱이만도 못하게 보이는 거죠. 그런데 그 고기 한 점이 어째서 소 한 마리가 아니 된다는 얘깁니까? 마음은 체가 없다고 그랬죠? 그 마음 하나가 수십 마리의 마음이 될 수 있다고 그랬죠? 수십 마리를 낳을 수도 있어요. 쓰레기통에 따뜻한 기가 도니까 생명들이 우루루 쏟아져 나오는 걸 보시죠?

이해가 안 가시는 모양 같은데 나 말할 기운이 없어졌습니다. 하하하. 소 한 마리가 한 점도 될 수 있고 한 점이 소 한 마리가 될 수도 있어요. 이 도리를 아셔야 됩니다. 그래야만이 내가 정말 인간으로서 큰소리하고 다닐 수 있는데, 또 큰소리를 해서 큰소리라고 하는

☞ 18면으로 계속



그림 · 최주현

"당신도 날씬해질 수 있다"

KBS 과학카페



이강욱 교수의 체질개선 해독 다이어트

박현숙 원장 출연(2010.2.6)

여자가 살빼기 더 힘든 이유

여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사기능 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고 위험을 수반하게 된다.

일상생활하며,
공복감없이
2주에 5-8kg 감량

체내 노폐물이 빠지며 건강체질로 바뀌는 효소 절식법

뚱뚱하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 숙변으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

초록원웰빙 02)523-0708 박현숙원장 010-7384-1708

인터넷 검색창에서 초록원웰빙 을 치세요.

