총무원장 진우 스님의 **Weekly 선명상** 48 깨달음은 언제 나에게 올까



▶한줄 요약
매일 시간을 정해놓고 〈반야심경〉을 한 편이라도 염송하거나 또, 정기적으로 참회의 절을 하는 방법도 좋습니다. 참선으로 몸과 마음의 업을 모두 다스릴 수만 있다면 더할 나위 없습니다.

수행으로 업식을 다스려라

> 불교의 깨달음, '苦'를 여읜 상태 의미
> 고통은 잘못된 생각과 마음에서 비롯돼
> 의심 말고 감정 비우고 수행 정진하면
> 두터운 업식을 녹여 마음 평화 이룰 것



해당 삽화는 진우 스님의 한글 게송을 생성형 AI에 입력해 제작했습니다.

[오늘의 명상]
달빛 은은히 숲 그림자 어른거리고
샘물 소리 졸졸졸 솔바람에 묻히었네.
산중에 사는 이가 무얼 그리 바라겠나?
무심히 살다 보면 깨달음도 들르겠지.

불교에서 말하는 깨달음이란 근심과 걱정, 괴로움과 고통을 완전히 여읜 상태를 의미합니다. 108가지의 근본 번뇌가 한 가지라도 남아 있지 않는다는 말입니다. 고(苦, 괴로움)는 어디에서 오는가? 물론 잘못된 생각과 마음에서 옵니다.

무엇이 잘못되었을까? 낮과 밤, 여름과 겨울, 해와 달, 하늘과 땅, 두 가지 상반된 것 중에 어느 하나만을 선택하려 하는 데에서 문제가 발생합니다. 하나를 선택하면 나머지 다른 하나가 동시에 생기는데도 불구하고, 굳이 한 가지만을 선택하려고 하는 분별(分別)하는 버릇이 '고'를 부릅니다.

좋은 것을 생각하면 나쁜 것이 생기고, 큰 것을 생각하면 작은 것이 생기며, 극락을 생각하면 지옥이 생기는 것은 너무도 당연한 것인데도 이 둘의 분별된 생각 때문에 '고'를 면할 수가 없습니다. 더욱 심각한 것은 이 같은 인과(因果)의 진리를 여실히 잘 안다 하더라도 이를 단번에 고치지 못하는 숙명과도 같은 업식(業識)이 자신을 지배하고 있다는 겁니다.

욕심을 부리지 않아야 된다는 것은 삼척동자라도 잘 알고는 있으나 이를 실천하기란 정말 어렵고 힘듭니다. 수억겁(億劫)의 전생을 거치며 쌓아 온 업식을 하루아침에 없애려 한다는 것은 무모한 일일지도 모릅니다.

그럼에도 불구하고 이같이 잘못된 업식을 고치고 깨치지 않으면 고의 윤회(輪廻)를 면할 수가 없으니, 한시라도 빨리 '고'를 여읠 수 있는 방법을 찾아서 최선을 다해 '고'를 멸해야 합니다.

첫째, 어떠한 일이 닥치더라도 의심하거나 불만을 가져서는 안 됩니다. 왜냐하면 세상 모든 것은 원인에 의한 결과가 서로 주고받는 자업자득(自業自得), 인과(因果), 인연의 결과이기 때문에 절대 더하거나 뺄 것이 없습니다.

둘째, 감정을 비우도록 노력해야 합니다. 이 또한 인과의 모습에서 자유로울 수 없으니, 두 가지 감정 중에 좋은 감정을 찾으면 찾을수록 나쁜 감정이 생기기 때문에 이 둘의 감정을 떠나서 중도(中道)의 마음을 갖도록 노력해야 합니다.

셋째, 마음을 비워 평안의 업을 얻기 위해서는 내 것이라고 하는 마음의 병을 비워 내야 합니다. 그러기 위해서는 억지로라도 보시(布施, 베품)하는 습을 길러야 하는데, 계획을 잘 세워서 정기적으로 내어 놓는 습관을 길러야 합니다.

넷째, 물리적인 습을 통한 업(業)을 조금씩이라도 고쳐나가야 합니다. 매일 시간을 정해 놓고 〈반야심경〉을 한 편이라도 염송하거나 또, 정기적으로 참회의 절을 하는 방법도 좋습니다. 참선으로 몸과 마음의 업을 모두 다스릴 수만 있다면 더할 나위 없습니다.

꾸준히 정진하고 정진하다 보면 언젠가는 깨달음의 시간 즉, 괴로움의 윤회에서 벗어날 날이 있을 것입니다.

[오늘의 명상]
조금 놓으면 작은 평화가 오고
크게 놓으면 큰 평화가 오며
다 놓으면 완전한 평화가 온다.
그리하여 나와 업(業)의 싸움은 끝을 맺을 것이다.

사람이 사는 목적은 괴로움을 떨치고 즐겁고 행복하기 위함입니다. 그러나 동서고금(東西古今)을 거쳐 수천 년 동안 무수한 사람이 살고 갔지만 완전한 행복을 찾은 이는 부처님과 조사(祖師)님들뿐입니다.

완벽하게 행복을 이루신 부처님과 조사님들의 가르침에 의하면 괴로움을 완전히 여의기 위하여는 성불(成佛)을 해야 합니다. 성불이란 부처가 되는 것인데, 부처가 되려면 업(業)을 완전히 멸하여 해탈(解脫) 열반(涅槃)의 경지에 들어가야 합니다. 그렇다면 업이란 무엇인가? 마음을 업이라고 합니다. 업은 두 종류의 마음을 뜻합니다. 이 마음과 그 반대의 마음입니다. 이 마음이란 좋고 즐겁고 기쁘고 행복하고 편안한 마음을 말하고 그 반대의 마음이란 싫고 나쁘고 괴롭고 슬프고 불행하고 불편한 마음을 의미합니다.

이 마음과 저 마음, 즉 서로 반대되는 두 마음은 서로에 의해 생겨나는 것이므로 늘 자가발전하면서 교차하여 나타납니다. 따라서 이 마음이 생기면 그 반대의 마음인 저 마음이 자동으로 생기고, 이 마음이 크게 생기면 저 마음 역시 크게 생깁니다. 반대로 이 마음이 없으면 저 마음도 사라집니다.

큰 희망과 바람은 큰 실망과 좌절을 부르고, 큰 행복은 큰 불행을, 큰 즐거움은 큰 괴로움을 받는 것이 만고불변(萬古不變)한 인과(因果)의 법칙이기 때문에 지금까지 수천 년이 지나도록 인간이 불행하고 인류가 바람 잘 날이 없는 것은 욕심에 의해 즐겁고 기쁘고 행복하고 편안한 것을 억지로 만들려 하는 데 그 원인이 있습니다.

사람들은 대부분 괴로움과 고통을 즐거움과 쾌락으로 대체하려 합니다. 그러나 이 둘은 앞과 뒤, 위와 아래의 관계처럼 한 몸이기 때문에 어느 하나만을 선택할 수가 없습니다.

입산(入山) 수행(修行)을 하는 스님들은 모두를 버립니다. 무소유(無所有)하기 위해서입니다. 내 것이라는 마음이 있는 순간 잃어버리고 사라지는 괴로움의 과보(果報)를 받게 되며, 좋은 것이라고 하는 분별심을 갖는 순간 이미 좋지 않은 것이 분별되어 나타나기 때문입니다. 두 마음을 모두 버리는 것을 무소유라 하고, 무소유해야 업이 완전히 사라져서 괴로움과 고통을 느끼지 않게 됩니다.

불교의 최고 덕목은 참선(參禪)입니다. 참선은 때와 장소에 구분 없이 두 마음이 없는 무소유한, 그래서 걱정 근심 번뇌가 완전히 사라진 상태의 적멸(寂滅)한 마음을 의미합니다. 내·외부의 어떠한 영향도 전혀 받지 않는 마음의 상태를 가리켜 참선의 마음, '선심(禪心)'이라고 합니다.

좋은 생각이든 좋지 않은 생각이든 한 생각이 두 마음을 동시에 만들기 때문에 생사(生死)가 생기고 생멸(生滅)이 생기며, 고락(苦樂)이 생기고 갖은 시시비비(是是非非)가 생깁니다. 참선은 한 생각마저 일어나지 않도록 하는 것을 목적으로 합니다. 무념무상(無念無想), 무심(無心)을 말합니다.

아무 생각이 없다면, 어떻게 살아갈 수 있느냐고 묻는다면 답은 하나입니다. '그 생각마저 놓으라.'

가능할까요? 부처님이 말씀하셨고 역대 조사와 아라한께서 여실히 증명했습니다. 업이 두터워 당장은 어려울 수는 있겠으나, 욕심을 조금씩 내려놓고 마음을 비우도록 노력하며, 소욕지족(少慾知足)하면서 점진적으로 비워 나간다면 철갑 같은 업이라 하더라도 조금씩 녹아 없어질 것입니다. 〈끝〉

〈조계종 총무원장〉

지장보살 영옥함



지장보살 좌대에 영옥으로 봉안

사찰 납골의 혁신

• 유골이 보석화 되어 깨끗하고 변질이 없습니다.
• 납골의 곰팡이, 변질, 벌레 발생 근본적 해결함.
• 친숙한 사리 형상으로 거부감이 없습니다.
• 모시는 환경과 장소에 구속 받지 않고 경제적
• 관리가 어려워진 산소 정리 후 개장 유골도 가능
• 변질되어 악취 발생 및 물이 찬 유골도 가능함
• 고인별로 영옥의 색상이 다르게 발현됨
• 22년간 기술을 발전시켜 고인 고유의 아름다운
• 색상을 발현시키는 기술이 검증된 원조 회사
• 생성 소요 시간 60분 소요
• 납골을 모셔오고 생성 후 모셔 드리는 서비스 있음
• 영옥의 색상과 량은 고인 별로 다르게 발현됩니다.

깨끗한 오리지널 유골보석

직통상담 010-5235-2677
홈페이지 www.holytec.com

깨끗한 오리지널 유골보석
영옥(靈玉) 사리

SINCE 2002
오리지널 유골보석 전문업체
주식회사 본 향

NAVER 영옥사리 검색