총무원장 진우 스님의 Weekly 선명상 47 괴로움은 분별에서



▶한줄 요약
세상 모든 것은 각자의 업(業)에 의해 스스로 모양을 만들고 스스로 자기 모습을 하고 있으며, 그 업의 모습은 항상 변하고 사라지고 다시 또 생기는 것이니, 단순하게 비교할 수도 없고 비교해서도 안 됩니다.

기쁨도 괴로움도 자기 마음서 나온다



해당 삽화는 진우 스님의 한글 게송을 생성형 AI에 입력해 제작했습니다.

[오늘의 명상]
푸르고 고요한 텅 빈 허공에
밝고 맑은 영롱한 빛 눈이 부신데
그림자는 떨어져 깊은 그늘 드리우고
영롱한 빛은 흩어져 출렁이는 물결에 갈라진다.

깊으면 푸르러지고 고요한 것은 텅 비어 있는 것과 같습니다. 밝은 것은 어둠을, 맑은 것은 탁함을 만들고 빛이 영롱할수록 탁한 그림자와 흐린 그늘이 생기는 것은 사바의 모습이고 인과(因果)의 원리입니다. 이 모습들이 갈등(葛藤)과 같이 얽히고설켜 출렁이는 물결과 같은 우리네 삶을 비유한 시송(詩頌)입니다.

오늘 어떤 부부가 절에 참배를 와서 스님께 상담할 일이 있다고 하여 차담(茶談)을 하게 됐습니다. 만나 보니 남편은 양팔이 없었습니다. 부인은 물어보기도 전에 사연을 말하기 시작했습니다. 처사님의 나이는 50대 중반으로 보였는데 약 7년 전에 작업 중 감전이 되는 사고를 입었습니다. 이로 인하여 처사님은 결국 양팔을 완전히 잘라 낼 수밖에 없었다고 합니다.

차를 따라 주니 옆에 보살님이 먹여 줬습니다. "보조 팔을 쓰면 안 되느냐"고 물었더니 워낙 상처가 깊어서 어깨에 걸 수 있는 뼈가 없어서 못 한다고 했습니다. 남편 목에 걸었던 손수건을 풀어서 자신의 얼굴을 닦는 모습을 보고 '남편을 무척 사랑하는구나'라고 생각했습니다.

처사님에게 "아직도 통증이 있느냐"고 물었습니다. 이에 처사님은 "통증은 없으나 7년이 지난 지금도 팔과 손의 감각이 남아 있어서 지금도 마치 움직이는 것 같다"고 합니다. 팔과 손의 감각은 있으나, 움직이지 않는 것에 더욱 고통을 느낀다고 했습니다.

"살아가는 데 얼마나 불편하냐"고 물으니 "이제는 면역이 되어서 그렇게 불편은 못 느낀다"는 답이 돌아왔습니다. 보살님이 남편을 보고 "마음이 무척 너그럽고 온순하다"고 거들었습니다. "화가 나지 않느냐"고 물었더니 "전혀 그렇지 않다"고 합니다.

그래도 뭔가 용기를 주는 말을 해 줘야겠다는 생각에서 "사지가 멀쩡하고 여러 가지 좋은 조건에 있는 사람도 본인의 마음 감정을 주체하지 못하고 매사에 불만을 가지는 경우가 많고, 하물며 어떤 이는 스스로 목숨을 끊는 이도 많다"고 했더니 처사님은 "백번 공감한다. 저는 살아가는데 크게 불만을 갖지 않는다"고 담담하게 말했습니다. 이에 이야기를 이어 갔습니다.

"세상 모든 것은 각자의 업(業)에 의해 스스로 모양을 만들고 스스로 자기 모습을 하고 있으며, 그 업의 모습은 항상 변하고 사라지고 다시 또 생기는 것이니, 단순하게 비교할 수도 없고 비교해서도 안 됩니다.

그리고 나보다 더 잘나고 잘사는 사람은 좋은 업의 시간이 되었기 때문에 그런 것이고, 더 못나고 더 못사는 사람 역시 업의 시간 즉, 시절 인연이 되었기 때문에 그런 것이니 부러워할 것도 없거니와 업신여길 것은 더더욱 없습니다. 그저 각자의 업에 의한 프로그램대로 살아가는

> **자신의 지금 상황은 業이 만든 산물**
> **일희일비보다 인과·연기를 마주 보길**
> **그리하면 마음 흔들임 줄고 편안해져**

것입니다.

지금 현재 일어나는 일에 일희일비(一喜一悲)할 것이 아니라, 매 순간 인과와 인연, 연기(緣起)와 공(空)한 모습을 잊지 말고 깨어 있는 마음으로 그 모습을 지켜보십시오. 그러면 마음의 흔들림이 줄어들어 스스로 편안함을 이어 갈 것입니다."

이렇게 말해 주니 "너무나 좋은 말씀"이라며 부부는 활짝 웃어 보였습니다. 이 모습이 너무도 아름다웠습니다. 충격적인 불행을 맞아서도 낙심하지 않고 편안히 살아가는 이 부부의 앞날에 부처님의 가피가 늘 함께 하길 축원드립니다.

[오늘의 명상]
마음이 불행한 이는
억만금을 주어도 나머지 만금을 얻지 못함에 한탄하고
마음이 평화로운 이는
억만금을 잃어도 나머지 열 냥이 남아 있음에 기뻐한다.

눈으로 보고 귀로 듣고 코로 냄새 맡고 혀로 맛보고 몸으로 느끼고 머리로 생각하고…. 이와 같이 나와 대상을 만나는 것을 인연이라 합니다. 부모가 되고 부부가 되고 자식이 되고 친구가 되고 지인이 되고 이웃이 되고…. 이 모든 것들이 인연의 소치입니다. 봄·여름·가을·겨울의 계절을 만나고 하늘·땅·강산·바다 등의 자연을 만나는 것 또한 인연입니다. 소위 나의 육근(六根-눈·귀·코·혀·몸·생각)으로 육경(六境-보이는 것·소리·냄새·맛·느낌·기억)의 대상을 만나는 것 모두 인연의 과정입니다.

우리가 만나는 인연은 좋은 인연과 나쁜 인연으로 나눠집니다. 좋은 부모와 좋은 연인, 좋은 자식 좋은 친구가 되기도 하지만 그 반대의 경우도 똑같이 나타납니다. 계절 또한 좋은 계절이 있는가 하면, 태풍이나 해일, 산사태, 폭설, 흉년 등의 힘겨운 자연 현상도 인연의 한 부분입니다.

사람들은 이 같은 인연 현상에 의해 즐거움과 괴로움, 기쁨과 슬픔, 행복과 불행을 느끼며 살아갑니다. 하지만 좋은 것과 나쁜 것, 즐거움과 괴로움, 기쁨과 슬픔, 행복과 불행은 한 치 오차 없이 똑같은 질량(質量)을 가지고 있습니다. 좋은 마음이 들 때가 있으면 반드시 나쁜 마음이 들 때가 있는데, 이는 때를 달리하여 번갈아 일어납니다. 좋은 마음이 들 때는 좋은 현상이 실제로 일어나고, 나쁜 마음이 들 때면 나쁜 현상이 실제로 일어나게 됩니다.

사람들은 마음에 들지 않는 잘못된 인연 현상에 대해 그 원인을 상대에게서 찾는 경우가 대부분입니다. 자연 현상을 탓하거나 자식 탓, 남편과 아내 탓, 친구 탓, 사회 탓, 나라 탓 등등…. 그러나 자연이나 동물, 모든 사람은 인과에 의한 인연으로 그저 연기하며 생로병사(生老病死), 성주괴공(成住壞空)으로 움직일 뿐입니다. 거기에 무슨 시시비비가 있겠습니까. 두 가지 모습을 하고 있는 내 마음의 업이 작용하는 희로애락(喜怒哀樂)이라는 감정이 자식으로, 부부로, 이웃과 사회, 국가와 세계, 모든 자연현상에 얽혀질 뿐이니 모든 원인은 내 마음에 있다는 것을 깊이 자각하여 잘못된 착각에 의해 스스로를 괴롭히지 말아야 합니다.

해결 방법은 간단합니다. 모든 것은 두 가지의 내 마음에서 비롯된다는 것을 우선 깊이 깨달아야 합니다. 다음은 무엇을 하더라도 무심한 가운데 감정을 함부로 드러내지 말고 주어진 일에 최선을 다한다면 보이고 들리는 모든 것이 마음에 걸림이 없어집니다. 그리하면 스스로를 평화롭게 만들 것입니다.

물론 쉽지는 않습니다. 그러니 우선 기도와 참선, 보시와 정진을 통해 마음을 잘 다스리도록 하십시오.

〈조계종 총무원장〉

2026년 동호불교 500평매장 모든 물건 준비되었습니다

불화 탱화 화실 운영 합니다

물품 소진시 마감 됩니다 ※ 택배비도 포함된 가격이며 부가세는 별도 입니다

조상옷
쟈가드 100벌 이상 270,000원
천연펄프 100벌 이상 260,000원
추가옵션 (100개이상)
버선 300원
양말 350원
세면도구 100개 이상 150,000원
속옷 세트 100개 이상 130,000원
베네저고리 100개 이상 120,000원
종이짚신 150개 1BOX 195,000원
종이신발 50족 1BOX 60,000원

종이지옷(봉투)
지옷 100개 700원 1BOX 70,000원
200개 650원 1BOX 130,000원
수자 200개 1BOX 130,000원
동자선녀 200개 1BOX 150,000원

수입양초
밀대 50개 60,000원
원백 20개 70,000원
돈타래 40개 70,000원

수입홀초
원백 20개 75,000원

식물성 양초 -수입
7일초 20개 55,000원
5일초 24개 55,000원
3일초 40개 55,000원
1일초 100개 95,000원
15일초 12개 90,000원
30일초 4개 130,000원

국산초
밀대 50개 60,000원
원백 20개 70,000원
돈타래 40개 70,000원

국산홀초
원백 20개 75,000원
등신불 25개 75,000원

식물성 양초 최상급 -국산(흰색)
7일초 20개 90,000원
5일초 24개 95,000원
3일초 40개 95,000원

파라핀 1BOX(1.8L/12개) 65,000원

'매장 방문시 추가 할인 혜택 받아가세요'
오색종이 400개 140,000원
삼베 50개 95,000원
삼베옷 (모자포함) 20개 100,000원
군웅 50개 95,000원
소창 50개 95,000원
길배-대 10개 150,000원
영가만원등 100개 200,000원
오색길배 (천왕길배) 30개 135,000원
비석위패 (향나무) 100개 270,000원
예수재 50개 80,000원
금은전 쌍 80,000원
위패 수정 가인 해줍니다. 10개 이상 할인 됩니다.

수제 부적 50장 15,000원
삼베삼제풀이 한박스 400개 240,000원
만월등 청도 100개 오색박스 200,000원
태양전구 할인 100개 150만원
엘지드 전구 국산 100개 140,000원
결명 인쇄 부적 100장 6,000원
한지삼제풀이 한박스 400개 240,000원
반야용선 대10개 180,000원
반야용선 소10개 160,000원
보시용품 대량 준비되있음

관용대 탄생불 등불도 준비되어 있습니다
대량 구매 시 협상 가격 할인!!
※칠보 개금 할인해 드립니다.(기존 불상 가능)※
※불상 조각 조성합니다. (7치소불 500불이상 한불당 12000원)※
4월초파일 착한가격(미리준비하세요)

대표번호 054-762-8200 / 문의전화 010-9748-3366 ■ 계좌번호 : 농협 010-2082-2100-89 (예금주 : 임건순)
■ 오시는 길 : 경주시 강동면 공정길 55-36
구) 경주시 강동면 유금리 401-1