독자들의 질문을 받습니다. 불법을 수행하시는 중에 의문이 생기거나 궁금한 점이 있으시면 서신이나 팩스 또는 인터넷으로 보내 주십시오. 조계종 한마음선원 대행 스님의 법문 중에서 발췌하여 답변드립니다. 삶의 고뇌에 대해서도 상담해 드립니다. 〈글책임 : 편집자〉 ●보낼곳 : 우 03131 서울시 종로구 율곡로 6길 36, 월드오피스텔 606호 현대불교신문사 '길을 묻는 이에게' 담당자 앞 ●인터넷:www.hanmaum.org 또는 한마음 선원 ●FAX : (031)470-3116



대행 스님

제 1432 호 현대불교
2023년 4월 19일(음 윤2월 29일) 수요일 / 불기 2567년

우리가 살아나가는 데 오늘로, 하루살이로만 살아 보세요

생활 속에서 인간이 살아나가는 데에 가장 중요한 문제는 우리 몸입니다. 우리 몸이 쇠약해지고 병이 들고 또는 어느 한편 짝이 기울어진다면 살맛이 안 나고 덧정이 없어지고 모든 것을 포기하게 되고, 그 마음이 여러분도 잘 아시는 바와 마찬가지로 의욕이 생기지 않습니다. 그건 왜 그럴까요?

그런데 나는 그전에 이런 것을 느꼈습니다. 어느 집을 정해 놓지 않고 떠돌아 다니다 보니까 먹는 것도 어디서 어느 시간에, 저녁이다 점심이다 아침이다 그런 거 먹는다는 생각조차, 어느 시간을 두지 못했습니다. 닥치면 닥치는 대로 물도 마셔야 하고 그래서 그것이 고정되지가 않고 '네가 있다면 먹게 될 것이고 네가 없다면 못 먹게 될 것이지.' 하고 생각을 했던 거죠.

근데 거기에서 이런 걸 느꼈습니다. 모든 것은, 이 오장육부 내의 나쁜 가스라든가 나쁜 것은 다 이 안에서 조절을 해서 내보내고 또 온도와 공기를, 안에서 모든 것을 좌우해서 이 원조가 튼튼하다면 모든 것을, 바깥의 자원을 끌어들인다고 생각을 했습니다.

그건 왜냐하면 사람이 풀뿌리나 또는 어떠한 문제를 가지고 물을 마시고 이럭하고는 생명을 길게 지속할 수가 없는 겁니다. 그런데 길게 지속이 되더라는 얘깁니다. 그것을 어디에서 또 한번 힌트를 얻었느냐 하면 내가 공부를 했다면 나의 길잡이가 반드시 있어야만 된다는 점입니다. 나의 길잡이가 없다면 한 치도 떠날 수가 없는 겁니다. 자리를 옮길 수가 없어. 저 하늘을 지붕 삼을 수도 없을 뿐만 아니라 저녁이다 아침이다 하는 그런 문제에 자기가 착을 두지 않고 살 수는 없는 겁니다. 그런데 자기가 자기를 리드할 수 있는 스승이 스스로 지혜로이 생기면서 그 지혜가 무기가 되고 양식이 됐을 때 비로소 그것을 좌우하리라고 믿습니다.

요즘도 이렇게 살면서 이런 걸 또 한번 느낍니다. 어떤 땐 어느 분이 이것도 드셔 보시라고 그러고 가져오곤 합니다. 거기에서 만약에 한 공기를 가지고 하루를 지내야 할 것을 좀 더 먹었다 이렇게 하면 반드시 정신이 흐려지고, 또 정신이 흐려진다는 건 둘째쳐 놓고 거기서 내 육체를, 덜 먹은 거보다, 알맞게 먹은 거보다 오히려 이끌어 나갈 수가 없이 돼 버리는 것을 느꼈습니다. 그 이끌어 가는 내 주인공이, 참나가 있기 때문에 안에서 모든 부분을, 소임을 맡아 가지고 해나가는 데에 정상적으로 해 나가면서 먹는 것도 여기에서 정상적으로 줘야 된다는 얘깁니다.



그림 · 최주현

그러면 "인간으로서의 이 중도를 지켜라" 하는 것은, 그리고 분수를 지켜라, 환경에 따르라, 질서에 따르라…, 질서를 문란하지 않게 하는 도리는 바깥세상에도 있지만 안에도 질서를 문란하게 해서는 안 된다는 얘깁니다. 더 먹는 것도 질서가 문란해질 수 있는 겁니다. 더 갖는 것도 질서가 문란해질 수 있고요. 내 거라고 고집을 하는 것도 질서가 문란해질 수 있는 겁니다. 내 거라고 생각한다면 신경을 더 써야 하고요.

모든 것이 이 신경 쓰는 데에 사람의 몸은 망가질 수밖엔 없는 겁니다. 신경을 쓰지 않게끔 하면서 공부를 하게 하기 위해서 모든 역대의 그 습들을 떼어 버려라. 그 습을 떼면 모든 과거의 업보, 유전이 다 떨어진다는 얘기죠. 그럼으로써 알맞은, 내 참나로서의 지혜로운 그 평등의 활용이 그대로 내부 외부를 평등하게 쥐고 균등을 잡아서 나간다는 얘깁니다.

그런데 접때 이런 일이 있었습니다. 누가 맛있는 거를 가져왔습니다. 그래서 "스님이 이렇게 애를 쓰시고 또 말을 많이 하시니까 맛있는 거를 더 잡수셔야 합니다." 하고 주기에 그냥 아무 생각 없이 먹었습니다. 그런데 맛있는 걸 먹었으면 기운이 더 나야 할 텐데 말입니다, 아니, 반칙을 한 겁니다. 허허허, 이 공장에 위반을 한 겁니다. 법도의 위반을 한 겁니다. 자루가 이렇게 요만큼만 돼야 될 텐데 자루 위로 아주 멜 수가 없이 돼 버렸단 말입니다.

나는 그렇게 먹지는 않습니다마는, 나한테는 그렇죠. 왜? 나는 가만히 앉아 있는 사람이고 여러분은 뛰는 사람이야. 그럼 뛰는 사람은 곱을 먹어야 하고 앉아 있는 사람은 반밖에 먹을 수가 없는 겁니다. 상식적으로 생각해도 그거는 아마 아시리라고 믿습니다. 그래서 언제나 때에 따라서, 환경에 따라서 조절을 해야 된다 이겁니다.

그래 가지고 말입니다, 어떠한 단서가 나왔느냐 하면 야, 그냥 쪼끔 저거 하니까 목이 칼칼하고 아, 기침이 나오고 골이 띵하고 그렇단 말입니다. 그래서 내가 속으로 그랬죠. '너 맛있는 걸 더 줬는데 왜 그러냐?' 이랬더니 말입니다, 걔 하는 소리가 또 우습죠. 아니, 그게 요 한 그릇이 들어가야 될 일인데 만약에 두 그릇이 들어간다면 이것이 그냥 막 돌아간단 말입니다. 짤깍짤깍 돌아갈 게 막 돌아간단 말입니다. 그러니 이게 반칙이다 이겁니다. 그래서 그것을, '그러면 내가 더 먹은 것을 평상시에 먹는 데서 뺄 것이다, 그럼.' 허허허. 이거 재밌는 얘기도 됩니다마는 이걸 잘 들으십시오. 여러분 생활에 그것이 아주 좋은 결과가 될지도 모릅니다.

평소의 한 공기를 가지고 반씩 나누어서 아침 저녁을 먹었거든요. 그랬는데 그날서부터, 그걸 또 반에서 반을 줄였습니다. 왜 줄였느냐? '너 반칙했다. 그러니 반칙한 거 빼겠다.' 이겁니다. 그러면 그것이 지금 이 내 상황 속에서 맞느냐 하면 맞지 않는 얘기죠. 그러나 그것을 반씩 줄이니까 그것이 도로 없어지더라는 얘깁니다.

그래서 배고프면 먹고 배부르면 그만두고, 잠자고 싶으면 자고 자기 싫으면 밤을 새우더라도 나 자기 싫은데 어떡하냐. 그것을 잠이 안 온다고 안달복달할 필요가 없어요. 잠이 안 오면 안 오는 대로 그냥 즐겨. 그런데 잠이 안 온다고 막 신경을 쓰고 이러니까 오히려 사람이 망가지고 못쓰게 되죠.

그런데 밤에 잠이 안 오는 거를, 안 오는 것도 '네가 자기 싫으니까 그런가 보다.' 하고서 밤에 참, 조용한데 즐기거든요. 즐기니까 그 이튿날 피곤한 것도 없다는 얘깁니다.

그러면 하나서부터 열까지 어떻게 해야 우리 몸을 조절해 나가면서 참답게, 괴롭지 않게 살 수 있느냐는 얘깁니다. 그리고 포기 상태로 들어가고 허망하다 그러고 또는 아프면 의욕이 안 생기고 이러는 이유가 어디에 있는가. 그건 우리 자신이 조절해야 된다는 얘깁니다.

그런데 더군다나 늙으면 이젠 허망하고 다됐다 이러지만, 늙으면 늙는 대로 바로 나는 젊어진다는 걸 아셔야 됩니다. 모습을 바꿔서 우리가 어린애로 탄생을 한다면 벌써 우리는 삶에 의해서 기초를 닦는 과정을 지금 하고 있다. 또 늙어 간다 그럴 땐 우리가 젊어질 것을 준비하는 겁니다. 그러니까 하나도 고가 없어요. 모든 게 준비 과정이에요. 그러니 요기서 요기 옮겨 놓고 요기서 요기 옮겨 놓고 이럴 뿐이지, 모습을 바꿔서 옮겨 놓을 뿐이지, 아무 죽는 것도 없고 죽을 것도 없고 새삼스럽게 나온 것도 없고 그렇습니다.

그저께도 얘기했지만 굼벵이도 애당초에 굼벵이로만 나오지 않았기 때문에 죽을 게 없어서 죽지 않았단 말입니다. 굼벵이라는 몸만 갈아 가지고 매미로 옮겼을 뿐이지 그것은 죽은 게 아니란 말입니다. 모습만, 옷만 벗고서 딴 옷을 입었을 뿐입니다. 그런데 우리가 딴 옷을 입을 때까지 어떻게 의욕이 없어지지 않고 삶의 보람을 느끼고 즐겁게 살 수 있겠느냐는 문제입니다. 우리는 허망하다고 그러는데, 난 허망할 것도 거기 붙을 게 없다고 봅니다.

그러면 여러분이 병이 나는 원인이 신경을 너무 쓰고 일일이 간섭하고 일일이 자기거, 증오 이런 걸로 인해서 신경을 많이 쓰거나 또는 음식으로써 생기는 병이 아마 삼분지 이는 될 거라고 봅니다. 이것은 어떠한 비결이 따로 있는 게 아니라 여러분의 조절에 달렸다 이겁니다.그러면 우리 몸을 지탱하고 나가는 것도 조절에 달려 있고 지금 내 배 속에 든 생명들을 이끌어 나가는 것도 역시 조절에 달렸다고 보고 또는 바깥에서 살아나가는 생활도 조절하기에 달려 있어요.

☞ 22면으로 계속

