

절대무, 절대 쉬움

| 용타스님 |

아공법공의 돈망은 그냥 그대로 있으면 되는 것임을 역설합니다.
여기에 모든 행복의 근원이 있음을...(편집자 주).



082. 기초신념基礎信念

돈망頓忘이란 지금 여기 자유함이요, 지금 바로 부처함이다. 지금, 여기, 자유하고자 할 때, 지금 바로 부처로 임재臨在하고자 할 때, 이 일을 돕는 것들도 있을 것ियो, 이 일을 장애하는 것들도 있을 것이다. 돕는 것이든 장애하는 것이든 참으로 다양한 것들이 있겠지만 기초신념基礎信念이야말로 가장 결정적인 것이다. 나아가 행복이니 불행이니 하는 것들도 모두 기초신념에 의해 좌우된다. 기초신념은 건물로 말하면 주춧돌과 같다. 주춧돌이 튼실하지 않다면 그 위에 세우는 건물은 높을수록 위험해진다. 그와 같이 기초신념이 바람직하지 않다면 그 위에 놓이게 되는 다양한 신념들도 바람직하기 어렵고, 더군다나 돈망이라는 궁극의 가치는 기대하기 어렵다. 결국 기초신념의 바람직성 여하는 우리의 삶에서 돈망과 행복을 결정적으로 좌우한다는 말이다. 조금이라도 수준 있는 의식을 지닌 사람이라면 누구나 당연하게 이 말을 수긍하리라 본다.

* 잘못된 기초신념 하나,

아유법유我有法有(내가 존재하고 세상이 존재한다)

사람의 기초신념 중에서도 가장 기초가 되는 신념은 일단 아我和 법法에 대한 존재론적 신념이라고 보면 된다. 사람은 누구나 대체로 ‘나는 존재한다[我有].’ 혹은 ‘세상에 산하대지가 존재한다[法有].’라는 기초신념을 기본으로 가지고 산다. 이 신념은 누구나 너무도 당연하게 가지고 사는 것이 우리의 현실이다. 그래서 온 문화 문명이 그 바탕 위에 세워져 왔고 미래에도 별 반성 없이, 위태롭기 그지없는 그 바탕 위

에 문화 문명의 탑塔은 고층화高層化를 거듭할 것이다.

이런 기초신념을 전제하고 살고 있는 채로 돈망과 같은 무한 자유를 가슴에 안는 일은 일단 불가능하다. 불교식으로 정리한다면 ‘나는 존재한다’라고 할 때의 ‘나’는 ‘아我’라 하고 산하대지를 위시한 대상이 되는 모든 것은 ‘법法’이라 한다. 그래서 ‘아법我法’이라 하면 바로 우주를 깡그리 아우르는 개념이다. 나아가 ‘아공법공我空法空’이라 하면 우주가 다 공空하여 천하 어디에도 집착할 것이 없다는 것을 의미한다. 아공법공我空法空이 확실하게 수긍首肯된다면 어떠하겠는가? 안팎으로 걸릴 것이 없어서 우주적으로 무애無碍(걸림없음)한 자유감을 누릴 것 같지 않은가?

불교문화에는 도통道通이라는 말이 있다. 바로 아공법공我空法空이 확연하게 수궁되어 마음에 아무런 걸림이 없이 자유로운 의식 상태가 되는 것을 도통이라 한다. 물론 도통이란 다양하게 논의될 수 있겠지만 ‘아공법공을 수궁하는 의식상태’는 도통 중에서도 가장 핵심되는 도통이라 할 것이다. 필자는 이 도통을 기대하면서 격월간지 〈지금여기〉에 이 용타단상龍陀斷想을 쓰고 있고, 얼마 전에는 공쏘을 깨닫는 27가지의 길을 《空 - 공을 깨닫는 27가지 길》이라는 소책자로 발간했다.

이야기가 이쯤 되면 많은 사람들이 “아니, 어찌 이렇게 확실하게 있는 이 ‘나’를 ‘없다’ 혹은 ‘공空’하다 할 수 있단 말이나?” 하고 힐문詰問에 가까운 의문을 가질 수도 있을 것이다. 이것은 선택의 문제이다. 나다, 너다 하는 인생이 끝내 살아봄직한 인생이라고 생각한다면 그런 삶을 선택하여 아웅다웅 살 것이요, 그러한 인생이 결국은 고통과 싸움을 빚어내니, 어떤 돌파구를 찾아서 고통과 싸움을 벗어나 한 수 다른 차원의 삶을 살아야겠다는 자각이 있는 자는 기존 삶의 패턴으로부터 방향전환을 모색할 것이다. 돈망頓忘과 같은 의식을 경험하고자, 한

안팎으로 존재하는 모든 것들의 공성空性을 수궁하면서
천하를 관조해보면 어느 것 하나 붙들 것이 없으니
그냥 깨어 있는 것이 존재의 전부요, 의미의 전부이다

마음 일으키고 있는 사람은 방향전환을 위한 모색에 들어설 것이다.
결론적으로 말하건대, 자아自我 의식에 사로잡혀 있는 한, 무한無限에
로의 문門은 열 수 없다.

한마디 더 붙이자면, 필자는 인품을 논할 때 적용되는 여러가지 척
도 중에서도 ‘자아로부터 자유로워진 정도’를 1번 기준으로 삼는다. 물
론 내 자신의 인간됨을 살필 때에도 나다, 나다 하는 자아自我 의식이
얼마나 사라진 상태로 살고 있는가를 수없이 돌아보고 있다.

그러면 [아공법공我空法空]이라는 기초신념을 어떻게 장착裝着할까?
오수悟修(깨닫고 닦음)가 답이다. 어떻게 깨달을 것이며, 어떻게 닦을 것
인가? 줄져 《공空》이라는 소책자가 결정적인 도움이 될 것이다. 《공空》
과 같은 참고 책자를 읽는다거나 공리空理를 확실하게 뚫은 분들의 강
의를 듣는다거나 하면서 사유思惟해 들어간다면 ‘아하! 없구나, 공하구
나!’하면서 이해理解(깨달음)에 이를 것이다. 그렇게 이해에 이르렀다면
그 다음엔 어떻게 닦을 것인가? 그 이해를 심화시키기 위해 거듭 거듭
사유하는 시간을 가지면 된다.

명상冥想(지관止觀, 정혜定慧, 고요함 속에서 생각함)이 깊어지면서
스스로 알게 된다. “아하! 진정 ‘나’라고 할 만한 것, ‘세상’이라 할 만
한 것이 없구나!” 하고 깨달음에 이르게 될 것이다. 있다고 전제해놓고 쓸
고 닦고 하는 것과 없음을 수궁하는 것 사이에 어떤 차이가 있을까? 천
지현격의 차이가 인식되는가? 그래서 ‘깨달음 없는 닦음은 모래로 밥
을 지으려 하는 것과 같다.’고 성현들은 입을 모으는 것이다.

* 잘못된 기초신념 또 하나,
'우리는 인간人間이다.'라는 정체성正體性

아마 사람들은 대체로 '나는 사람이다.'라는 정체성을 기초신념基礎信念으로 지니고 사는 것을 그냥 당연하게 여길 것이다. '나'라는 정체성은 참으로 다양한 정체성들을 끌어 모으면서 무장武裝한다. 그 하나가 '나는 사람이다.'라는 정체성이다. 사람 정체성은 사람을 중시하고, 사람을 우선優先적으로 여기면서 인본주의人本主義를 만들어낸다. 그리고 그 문화 문명의 축적물인 인류역사를 끙끙거리면서 끌고 가는 노고를 불철주야 치르고 있다.

생각해보면 천하天下(우주)는 하나의 대자연大自然이요, 사람은 그것의 만분의 일도 안 되는 부분집합部分集合에 불과하다. 사람을 '사람'이라 힘주어 생각해야 하겠는가, 아니면 사람을 그냥 '자연'이라 해야 하겠는가? 이 대목에 대한 고려가 취약하여 지구 위의 인간들은 인간과 자연을 이원화시키고 나아가 인간을 자연에 우선했던 존재로 인식하면서 자연을 외면한 문화 문명을 꾸려가고 있다. 물론 극소수의 깨어있는 분들에 의해서 자연에 대한 인식을 바로 해야 한다는 자각自覺의 소리가 있어오기는 했을 것이다. 요즈음에는 '친환경'이니 '생태주의'니 하면서 하나의 운동으로 목소리를 높여주고 있는 분들이 있어준다는 것은 그나마 다행한 일이다. 친환경 운동이나 생태주의 운동을 하자고 깃발을 세우는 것은 아니다. 사람의 마음이 인간 중심적인 의식에서 범 자연, 범 우주적인 의식으로 확대되기를 기대해봄이요, 이러함으로써 우리의 의식을, 좁은 것에 집중하는 데에서 오는 응색함으로부터 보다 넓고 보다 자유로운 경지로 열어가자는 것이다.

어떻게 생각하는가? 죽기 전에 인간이라는 실뱀 탈을 벗을 수 있겠

는가? 파거불행(破車不行)이요 노인불수(老人不修)라 했다. 고장 난 수레는 달릴 수 없고, 늙은 몸뚱이로는 닦을 수 없다는 것이다. 마음공부라는 것, 한 살이라도 더 젊었을 때 해들어가야 한다. 골백만 번을 ‘사람!’, ‘사람!’, ‘나’, ‘나’하고 살면서 ‘나노라!’, ‘사람이노라!’ 하는 염체(念體)가 골수에까지 침투해 있는데 적당하게 이빨 쏘시면서 한가한 공부놀음으로 무엇을 기대할 수 있겠는가?

우리의 의식공간을 바둑판처럼 강력하게 장악하고 있는 것은 신념(가치관, 사고방식, Frame)이요, 이 신념대로 느끼고, 생각하고, 말하고, 행동하면서 사는 것이 인생이라면, 잘못된 신념들을 바로 잡기 할 일, 바람직한 신념들로 장엄(莊嚴)할 일은 당연히 요청되는 것이다. 하물며 기초신념에 있어서랴!

* 십대기초신념+大基礎信念

무수한 정견(正見)(가치관, 신념체계, Frame)들이 있겠지만, 기초신념에 해당될 만한 중대 신념들은 아예 7개나 10개 정도로 묶어둘 필요가 있다. 말하자면 삼강오륜식의 기초 삶의 기준표를 정해두는 것이다. 이는 사람마다 자기 취향에 따라 정해지겠지만 주변 도반들과 상호 교류하면서 정해도 좋을 것이다. 나의 경우는 내일쯤 또 어떻게 변할지는 몰라도 지금은 다음과 같은 언저리에서 열 개 정도를 정리하면 좋을 것이다.

01. 지금 바로 부처한다.
02. 그냥 있다.
03. 기초수를 수용한다.
04. 오직 무유정법(無有定法)일 뿐.

05. 범사凡事에 지족감사知足感謝한다.
06. 번뇌즉보리煩惱卽菩提.
07. 무심궁행(응무소주이생기심)한다.
08. 정견正見(바른가치관)을 최우선시한다.
09. 천하는 연기적 동체이다.
10. 구류중생을 다 제도하리라.
11. 걸리면 바로 벗어난다.
12. 감정 있을 때 행동하지 않는다.
13. 목숨 걸고 받아준다.
14. 한다하면 한다.
15. 미쳐야 미친다.
16. 온 존재의 이고득락離苦得樂을 위하여.
17. 유위有爲와 무위無爲는 서로 인인이 되고 과과가 된다.
18. 결국은 아이덴티티의 문제이다.
19. 상황은 하나인데 관점은 만萬이다.
20. [있다-좋다-싫다-쌍]의 지양이 영성의 길이다.
21. 개념이전概念以前이 궁극窮極이요 구원救援이다.
22. 단적인 소승小乘도, 단적인 대승大乘도 없다.
23. 긴장緊張과 이완弛緩의 조화調和

이상과 같이 용타는 108개 정도의 신념으로 삶을 엮어간다. 독자들도 스스로의 기초신념들을 필히 정리해보았으면 한다. 인생과 역사가 결국은 마음의 투영投映이라는 것을 받아들인다면, 가치관 정립의 중요성은 당연하다. 인생을 한 수준 높게 살고자 한다면 스스로 지녀야 할 신념체계(가치관)에 깨어있어야 한다는 것, 거듭거듭 신선하게 고려해야 한다.

083. 동기(動機, Motive, 어떤 행위를 일으키는 원인)

늘 이야기하는 바이지만, 하는 일이 무엇이든 그 일을 효율적으로 잘 해낼 수 있는 비결 1번은 강력한 동기(動機)가 바탕에 있는 것이다. 바람직한 기초신념을 정리하고 정립할 일이든, 이 글의 핵심 주제인 돈망(頓忘)을 뚫을 일이든, 이 일들을 하지 않으면 안 된다는 필연성(必然性)을 안으로 깊게 느끼고 있어야 한다. 이 필연성을 느끼는 심리과정이 바로 강력한 동기, 열정적인 동기라고 하는 것이다.

돈망(頓忘)이란 [지금 여기 완벽한 자유함]이다. 4~5년간 용타단상(龍陀斷想)이라는 이름으로 쓰고 있는 이 글의 목적은 바로 [지금 여기 완벽한 자유함]이다. 이 격월간지의 독자들 중에 간절한 마음으로 [지금 여기 자유함]을 깊은 마음 속에서 열정적인 동기로 지니고 있는 사람이 있다면 그런 사람에게 이 용타단상은 가히 주옥과 같은 글이 될 것이다. 그러나 ‘무슨 말을 썼는가 한 번 읽어보자’ 식의 마음으로는 도무지 이해할 수 없는 글이 되고 말 것이다.

그것을 하려면 그것을 진정으로 원해야 하는 법이다. 행복 수위가 더 높아질 수 있는 상황인데 ‘이 정도 행복이면 돼’와 같은 느슨한 마음가짐이라면 그것은 행복병(幸福病)이요, 스스로의 생명에 대한 책임유기(責任遺棄)인 것이다. 심한 긴장(緊張)도 악덕(惡德)이지만 심한 이완(弛緩)도 악덕이다. [긴장과 이완의 조화]가 중도이다. 바로 이 자리가 아무것에도 걸리지 않는 자유함이 된다는 것은 누구나 원하는 바요, 나아가 사람의 궁극적인 소망일 수 있는 법, 튼실한 동기가 기초되어 두루 이루어지기를 바랄 뿐이다.

084. 돈망頓忘이란 극히 당연한 것

글을 쓰면서 ‘돈망이란 실은 너무 자연스럽고 당연한 것인데 말이야...’ 하는 생각이 문득 떠오른다. 고급과정 수련장에서까지 이해할 수 없는 정도의 것은 정말 아니지 않겠는가! 몇 번이고 이야기 해왔듯이 돈망을 경험하기 위해서는 돈망삼관頓忘三觀이라는 방편을 그대로 밟아가기만 하면 된다.

돈망삼관은 불교 교리의 이곳저곳에서 너무 쉽게 발견될 수 있는 법리이다.

그 중 제3관인 공리空理는 대학 2학년 때 해결했던 것이고, 제1관인 식리識理(식識의 이치)는 태안사에서 3년 결사 시절, 47세 되던 해에 해결했던 것이다.

내 스스로 황무지에서 해결하려 했을 때는 어떤 힌트도 전혀 없는 상황이었기에 어려웠다. 그러나 이미 알아버린 상황에서 생각해 보니, 이해한 자가 힌트를 주면서 안내를 해준다면 앉은 자리에서 그냥 ‘예!, 예!’하면서 곧장 이해될 수밖에 없을 것 같다.

석가모니의 경우도 스스로가 모르던 상황에서는 6년간을 헤맸지만, 이해한 석가모니의 도움을 받은 녹야원의 60명 제자들은 3개월 정도의 시간에 석가모니와 동등同等 레벨인 아라한이 된 것과 같다.

수차례 이미 일렀듯이 제1관은 [그냥 있다...] 했으니 그냥 있으면 되고, 그냥 있을 때의 느낌을 느껴보면 될 뿐이다. 무엇이 어려운가?

나아가 [기초수를 그대로 수용한다...] 했으니 심신에 흐르고 있는 느낌(기초수)을 저항하지 않고 그냥 그대로 느끼기만 하면 되는 것이다.

앞에 놓인 어떤 사물을 그냥 바라보기만 하듯, 느낌을 그냥 무심히 바라보고만 있으면 되는 것이다. 경우에 따라서는 ‘현재 내게 흐르

고 있는 이 기초수基礎受(현재 자신의 심신에 흐르고 있는 느낌)는 과거에 내가 지은 무언가의 행위에 따르는 결과이니 달게 받는 거야...' 하는 마음으로 그냥 수용하면 되고, 또 경우에 따라서는 '지금 내 존재의 모든 것, 내게 일어나고 있는 모든 것은 나 또는 나의 어떤 것이 아니라 도도하게 존재하는 우주 자체의 한 몸짓의 파문에 불과한 것이니 나의 책임 운운할 것은 전혀 아니지...' 하는 마음을 가지면서 그냥 느껴주면 되고, 수용해주면 되는 것. 무엇이 어려운가?

그리고 [아공법공이니 걸림 없이 그냥 깨어있는 것이 할 일 전부이다...] 했으니, 안팎으로 존재하는 모든 것들의 공성空性を 수궁하면서 천하를 관조해보면 어느 것 하나 붙들 것이 없으니 그냥 깨어 있는 것이 존재의 전부요, 의미의 전부라는 것. 이때 안팎으로 아무런 걸림 것이 없으니 깨어 있는 이 의식이 무한으로 열려 있는 감을 느끼는 것은 진정 순리일 것 아닌가!

이런 수궁과 체험은 수련장에서는 다소 더 쉬울 수 있겠지만, 잘 안 내되고 있는 글을 또박또박 따라가기만 하면 또한 그대로 수궁되고(깨달아지고) 체험되리라(느껴지리라) 여겨지지 않는가!

고급과정 안내의 역사만 해도 사 반세기는 된 것 같다. 이 단순한 것을 왜들 그렇게 뚫지 못할까 원인을 추적해보았는데, 몇 가지 이유가 정리된다.

- 깨달음은 이렇게 평이한 것이 아닌 어떤 다른 대단한 것일지 몰라 하는 마음 때문에...
- 깨달음에 주목하기보다는 체험에 주목하는 심리 때문에...
- 동기動機 취약으로 깨달음에 대한 간절한 열망이 없기 때문에...
- 마스터의 브랜드 가치가 낮아서, 마스터의 가르침에 대해서 그리

귀히 여기는 마음이 없기 때문에...

- 깨달음의 내용에 대한 인식의 상이相異성 때문에...

등등의 이유로 되고 안 되고 하는 것은 결국 다 인연 아니겠는가! 왁
자지껄 기쁠 일도 아니요, 실심하여 서글퍼 할 일도 아니다. 오직 뚜벅
뚜벅 사과나무 한 그루 심는 마음으로 해 갈 뿐이다. 진인사대천명盡人
事待天命이라 했고, 응무소주이생기심應無所住而生其心이라 했지 않는가!
(다음 호에 계속) 

- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **용타 스님** | 1964년 청화스님을 은사로 출가, 1966년부터 1974년까지 고등학교 독일어교
사로 교단에 섰으며, 1974년부터 1983년까지 20안거를 성만했다. 미국 삼보사 회주, 성륜불교문
화재단 이사장, 재단법인 행복마을 이사장으로 1980년도부터 세상 사람들의 행복과 해탈을 위
하여 '동사섭'이라는 마음공부 프로그램으로 32년 동안 수련회를 개최해왔다. 저서로는 《空, 공
을 깨닫는 27가지 길》, 《마음 알기 · 다루기 · 나누기》, 《10분 해탈》 등이 있다.

(재) 행복 마을



마음 알기 다루기 나누기

저자 용타 | 출판사 대원사 | 정가 12000원

용타 스님의 『마음 알기·다루기·나누기』. 마음 닦는 일에 대한 불교 관점의 입문서이자 지침서다. 불교월간지 「대중불교」 등에 실어온 내용을 정리한 것이다. 행복과 행복의 조건, 생활 불교 어떻게 할 것인가, 안의로의 산책, 명상 잡기에 대한 내용이 담겨 있다.



10분 해탈 - 용타 스님의 생활 수행 이야기

저자 용타 | 출판사 불광 | 정가 12000원

생활도 수행이다!

용타 스님의 생활 수행 이야기, 『10분 해탈』. 불교의 근본적 가르침뿐 아니라, 선불교를 바탕으로 현대 심리학과 상담학을 끌어들이며 '동사섭(同事攝)'이라는 집단수행프로그램을 만든 저자의, 『마음 알기·다루기·나누기』(대원사, 1997년)에 이은 두 번째 수행 지침서다.

이 책은 불교 월간지 「불광」에 3년간 연재해온 〈생활 수행 이야기〉를 엮은 것이다. 매일 1편씩 10분간 읽으면서 해탈을 이루어 궁극의 행복으로 나아갈 수 있도록 이끌고 있다.

동사섭 수련프로그램 안내

동사섭(同事攝)이란, 불교의 사섭법(四攝法 : 布施攝 · 愛語攝 · 利行攝 · 同事攝) 중의 한 개념이다. 사섭법이란 보살이 중생을 향하여 경우에 따라서는 베풀고(보시섭), 경우에 따라서는 자애어린 말로 더불고(애어섭), 또는 이로운 일로 도와주고(이행섭), 나아가 그들과 희로애락을 함께하는(동사섭) 삶의 태도를 말한다. 본 동사섭수련회에서는, 동사섭의 개념을 사섭법 중의 동사섭의 의미를 기본으로 하되 보시, 애어, 이행을 다 아우르며, 세상에 존재하는 유정 무정의 개개가 낱알이 우주의 주인공이되 낱알이 서로 평등하게 어우러져 서로 영향을 주고받을 때만 존립할 수 있으니 우주 전체가 한 생명체일 수밖에 없다는 일체(一體) 사상을 뜻매김하여 쓰고 있다.

동사섭 수련프로그램은 용타스님이 개발한 마음수련 프로그램이다. 칼 로저스의 엔카운터를 씨앗으로 하여 1980년부터 수련하여 왔다. 현재는 〈삶의 5대 원리-정체(正體) · 대원(大願) · 수심(修心) · 화합(和合) · 작선(作善)의 원리〉를 학습 주제로 하여, 의식의 전개 과정을 일상의 삶 속에서 지인(至人)의 수준으로 나아가도록 이론과 실습의 체계로 수련을 진행하고 있다.

일반과정(5박6일), **중급과정**(3박4일), **고급과정**(3박4일)으로 나누어 진행하고 있으며, 여름방학과 겨울방학에 중점적으로 진행한다. 평소에는 홀수 달, 셋째 주 월요일에 개설되어 있다.

홈페이지 : <http://www.dongsasub.org>

연락처 055-962-1070 / 이메일 office@dongsasub.org