

직매 훈족 린포체  
진심 어린 조언과  
수행의 핵심 비결

འཇམ་མགས་ལྔ་པ་འཇམ་མགས་ལྔ་པ་འཇམ་མགས་ལྔ་པ་འཇམ་མགས་ལྔ་པ་འཇམ་མགས་ལྔ་པ་

HIS HOLINESS  
JIGME PHUNSTOK RINPOCHE

*My Heart Advice & Secret Pith Instruction*





འཇམ་དཔལ་ལྷན་པ་



Handwritten signature in black ink, likely in a South Asian script, possibly Telugu or Kannada. The signature is stylized and cursive, written on a plain white background.

직메 펀촉 린포체의  
진심 어린 조언과 수행의 핵심 비결

1993 년 캐나다 노바스코샤주에서의 법문

사회자	01
직에 푼족 린포체	
기도문 영송	03
가르침	06
순조로운 인연들을 모두 가지다	07
남섬부주에 태어났다	08
보물과 같이 소중한 사람의 몸을 얻다	08
부처님이 세상에 나타나셨다	09
부처님이 설법하셨고 불법이 아직도 세상에 있다	10
선지식이 우리를 제자로 받아들였다	11
세 가지 믿음	12
불보에 의지하여 생기는 청정한 믿음	13
법보에 의지하여 생기는 욕락 믿음	23
승보에 의지하여 생기는 승해 믿음	29
삼보에 귀의하기	31

## 사회자 :

오늘 직매 훈족 린포체님의 공개 연설에 오신 것을 환영합니다. 린포체님은 1933년에 티베트 동북부에서 태어나셨습니다. 약 10년 전에 린포체님은 티베트 지역에서 적극적으로 홍법하기 시작했으며, 그 시기에는 티베트 지역에서 불교와 수행이 수십 년 동안 계속 쇠퇴하고 있었습니다. 린포체님은 중국에서 광범위하게 불법을 전파했으며 수만 명의 티베트인과 한족들을 불교의 가르침으로 인도하셨습니다.

그의 도착은 논리상 거의 일어날 수 없는 일련의 기적이기 때문에 오늘 오후, 우리가 린포체님과 함께하게 된 것은 아주 큰 행운이라고 생각합니다. 마지막 순간임에도 불구하고, 여기 노바스코 샬주에서 우리와 함께하도록 초대할 수 있는 기회를 갖게 되어 너무 고맙게 생각합니다. 린포체님이 우리의 초대를 받아주시고 훌륭한 가르침을 나누기 위해 여기에 자리해 주셔서 매우 기쁘고 영광입니다. 오늘 이곳에 모인 모든 분들을 대신하여, 우리는 린포체님을 가장 따뜻하게 환영합니다.

## 직 메 폰 축 린 포 체 의 기도 문 염 송 :

과거, 현재, 미래 모든 부처님들의 본체, 바다처럼  
가득 찬 만다라의 본존, 무상한 은덕을 가진 제일 고  
귀하고 소중한 구루 린포체님의 흠없는 발에 머리를  
조아리어 공경히 정례드리고 귀의합니다. 가피를 내  
려주시기 바랍니다.

부처님의 아름답고 빛이 나며 미소를 머금은 얼굴을  
바라보는 것에 싫증을 느끼지 않고  
빛나는 꽃밥 같은 부처님의 상호는 모든 중생에게  
감로가 되며



대비심의 꽃잎은 길어서 삼중 세간을 둘러 싸고  
부처님의 하얀 연꽃 같은 발은 제 마음속 연꽃 바다  
에 놓아주시기 바랍니다.

오갠 지역의 한 호수에 있는 연꽃 속에서  
부처님의 화신으로 자연스럽게 태어났으며  
상호와 원만한 공덕을 가진  
파다마삼바바님께 간청해 제 마음 속 연꽃 바다를  
지켜주시기 바랍니다.

모든 유위법들이 없는 청정한 법계에서 법신의 궁극  
적인 뜻을 깨달았으며  
자신의 광명한 경지에서 보신의 찰토를 보았고  
중생들을 이롭게 하도록 화신으로 나타나며  
변지<sup>遍知</sup>하시느 법왕 롱첸파 존자님께 공경히 간청  
합니다.

문수보살의 사자 같은 용맹한 지혜가 마음속에 나타  
나고  
보현보살의 큰 소원을 수행하며  
불보살의 사업을 행하는  
스승인 미팜 린포체님께 정례합니다.

완벽한 모습의 젊음을 가지고 있으며  
지혜의 빛으로 장식되어 있고  
전 세계 도처에 있는 무지의 어둠을 쫓아냈던  
스승인 문수보살님께 정례합니다.

이제 이타심으로

제 마음속에 있는 연꽃에서 문수보살님을 그려 보아  
설법을 설하는 감로 같은 소리를 내시는  
문수보살님께, 제 마음에 길상을 내려주시기를  
바랍니다.

## 직매 폰촉 린포체의 가르침 :

수승한 본존께 공경하게 정례하고 찬탄드립니다.

오늘 불교와 관련한 주제로 간단하게 말씀드리겠습니다.

# I

순조로운 인연들을  
모두 가지다

우리는 지금 아주 좋은 근기와 인연을 가지고 있다는 것을 아셔야 합니다. 어떻게 좋을까요?

## 남섬부주에 태어났다

첫째, 우리는 남섬부주에 태어났습니다.

남섬부주에 태어났다는 것은 큰 행운이고 극히 어려운 일입니다.

남섬부주에는 수행의 조건이 원만히 갖추어져 있습니다.

동승신주, 서우화주, 북구로주 등 다른 찰토에도 향유함이 수승하고 원만하며 생활도 즐겁지만, 정법을 따라 수행하는 인연이 없습니다. 그래서 남섬부주가 다른 주보다 더 수승하다는 것을 아셔야 합니다.

## 보물과 같이 소중한 사람의 몸을 얻다

둘째, 보물과 같이 소중한 사람의 몸을 얻었습니다.

남섬부주에서 보물과 같이 소중한 사람의 몸을



얻은 것도 극히 어려운 일입니다. 지옥, 아귀, 축생과 아수라의 세계에 태어나면 견디기 어려운 고통을 받을 뿐만 아니라 불법을 따라 수행할 근기와 인연도 없어 아주 불쌍합니다.

천상계에 태어나면 아주 희유하고 묘한 즐거움을 누릴 수 있지만, 마음이 항상 산란하고 방만한 상태에 있기 때문에 정법을 따라 수행하는 인연이 없습니다. 그뿐만 아니라 부처님이 설법하신 성문승, 보살승과 밀승 등의 수행은 모두 사람의 몸을 의지해야만 성취를 이룰 수 있습니다. 천인 등 다른 중생들은 수행할 근기와 인연이 없고 수행을 원만하게 할 수도 없습니다. 그러니 사람의 몸이 천인의 몸보다 더 수승합니다. 부처님도 이 보물과 같이 소중한 사람의 몸을 특히 찬탄했습니다.

부처님을 따르는 제자로서, 우리는 이미 사람의 몸을 얻었기에 큰 환희심을 가져야 합니다.

## 부처님이 세상에 나타나셨다

셋째, 부처님이 세상에 나타나셨습니다.

부처님이 이 세상에 나타나신 것도 극히 어려운 일입니다. 왜 그럴까요? 부처님이 세상에 나

타나신 겹劫은 밝은 겹이라 하고, 세상에 나타나  
시지 않은 겹은 어두운 겹이라고 합니다. 그중에  
어두운 겹은 반복적으로 자주 나타나고 밝은 겹  
은 드물게 나타나므로 만나기가 극히 어렵습니  
다. 석가모니 부처님이 세상에 나타나신 이 현  
겹이라는 겹은 바로 밝은 겹입니다. 이때의 중생  
은 불법을 수행하는 인연을 가졌으며 이는 얻기  
어려운 기회입니다.

## 부처님이 설법하셨고 불법이 아직도 세상에 있다

넷째, 부처님이 설법하셨고 불법이 아직도 세상  
에 있습니다.

부처님이 이 세상에 나타나신 다음 중생을 위  
해 설법하셨고 또한 부처님의 가르침이 사라지  
지 않고 아직도 세상에 있다는 것은 아주 어려  
운 일입니다.

생각해 보십시오. 부처님이 세상에 오신 후 순차  
적으로 법륜을 세 번 돌리셨으며 이 가르침이 지  
금까지도 세상에 있다는 것은 아주 큰 환희심을  
가질 만한 일입니다.

## 선지식이 우리를 제자로 받아들였다

다섯째, 선지식이 우리를 제자로 받아들였습니다.

부처님이 설법을 하셨고 불법이 아직도 세상에 있더라도 불법의 깊은 뜻을 진정으로 이해하려면 선지식을 따라야 합니다. 그렇지 않고, 본인의 힘으로만 모든 불법을 배우고 수행하려는 것은 불가능합니다. 선지식이 우리를 제자로 받아들여야 우리는 부처님이 가르치신 길을 따라 정법을 수행할 수 있습니다. 그러니 선지식을 따르는 것은 더욱더 어렵습니다.

지금 우리는 이 모든 순조로운 연이 갖춰져 있습니다. 즉 남섬부주에 태어났고, 부처님이 세상에 오셨으며, 수승하고 만나기 어려운 불법을 설하셨으며, 불법이 아직 사라지지 않고 세상에 있으며, 게다가 정법을 가르칠 수 있는 선지식을 만났으며, 선지식도 설법을 하고 계십니다. 이렇게 좋은 근기와 인연은 우담화처럼 잠깐 나타났다가 바로 사라져 버리는 것과 같습니다. 이것은 밝은 겁 중의 밝은 겁이니 환희심을 가져야 합니다.

## II

# 세 가지 믿음

이렇게 좋은 근기와 인연을 가진 후에 해탈을 얻을려면 우선 원만한 믿음이 필요합니다.

믿음은 무엇일까요? 청정한 믿음, 욕락 믿음과 승해 믿음 세 가지로 나뉩니다. 그중에 불보佛寶에 의지하여 생기는 믿음은 청정한 믿음이고, 법보法寶에 의지하여 생기는 믿음은 욕락 믿음이며, 승보僧寶에 의지하여 생기는 믿음은 승해 믿음입니다. 이 세 가지 믿음이 반드시 있어야 합니다.

## 불보에 의지하여 생기는 청정한 믿음

첫째, 불보에 의지하여 생기는 청정한 믿음

부처님에 대해 특별한 환희심을 가지는 것을 청정한 믿음이라고 합니다.

부처님에 대해 환희심을 가져야 하는 이유는 부처님은 대자재천, 제석천, 범천 등과는 비교할 수 없이 뛰어난 공덕을 가졌기 때문입니다. 부처님은 그들보다 어떤 뛰어난 공덕이 있을까요? 지혜만 봐도 부처님의 공덕은 누구도 따라가지 못합니다. 대보살이 백천만년이 걸려도 이 지혜의



공덕을 전부 다 설명할 수 없습니다.

부처님의 공덕은 무량무변하여 완전히 알지 못하더라도 우리에게 제일 중요하고 도움이 되는 공덕을 알 필요가 있습니다. 그것은 무엇일까요? 일시적으로는 사람이나 천인(天人)의 안락을 얻고, 궁극적으로는 불과를 얻는 방법을 설하신 것이 부처님의 가장 수승한 공덕입니다. 이러한 공덕에 대해 우리가 잘 알아야 합니다. 부처님이 아무리 많은 공덕을 가졌더라도 만약 이 공덕이 우리에게 이익이 되지 않는다면 부처님께 믿음이 생길 이유가 없겠죠? 마치 어떤 국왕이 권세가 있지만, 백성이 국왕으로부터 이익을 얻지 못하면 이 왕을 좋아하지 않겠죠? 어떤 왕이든 안락을 줘야 백성이 기쁠 것입니다. 마찬가지로 부처님의 공덕이 우리에게 이익을 가져다줘야 우리가 부처님께 환희심이 생길 것입니다. 이러한 공덕에 대해 우리는 잘 알아야 합니다.

그럼 부처님이 우리를 이롭게 하는 공덕은 무엇일까요? 바로 지혜, 대비심, 힘이 세 가지 공덕입니다.

## 1. 지혜

무량중생에게 안락을 얻게 하고 고통에서 벗어나게 하는 방법을 부처님이 잘 모른다면 중생을 진정으로 이롭게 할 수 없습니다. 하지만, 부처님은 일체만법을 두루 아십니다. 이것이 바로 '지혜'의 공덕입니다.

## 2. 대비심

부처님이 무궁무진한 지혜가 있지만 대비심이 없다면 중생을 이롭게 하려 하지 않을 것입니다. 예를 들어, 지혜가 월등하지만 악한 생각을 마음에 품고 포악하게 행동하는 사람은 그 지혜로 남을 돕지 않을 것입니다. 그러므로 충분히 갖춘 토대 위에서 대비심의 공덕도 필요합니다.

부처님은 어떤 대비심을 가지셨을까요? 예를 들어, 아이가 한 명밖에 없는 어머니는 아이를 말로 표현할 수 없이 사랑합니다. 하지만 부처님의 중생에 대한 대비심은 이보다 천배 만배 큼니다. 어떤 근거가 있나요? 부처님은 성불하기 전에는, 성불한 후에는 중생을 이롭게 하기 위해 자신의 몸과 생명을 한 번도 아끼지 않았습니다.

부처님은 성불하기 전에 어떻게 하셨을까요? 바라나시카시의 녹야원, 즉 초전법륜의 장소에서

부처님은 중생에게 이익과 즐거움을 주기 위해 여러 생에 걸쳐 자신의 머리를 보시하셨습니다. 이는 부처님이 성도하실 때 친히 말씀하신 내용입니다. 그럼 바라나시에서만 이렇게 하셨을까요? 아닙니다. 온 세상 심지어 외딴 곳에서까지 중생을 이롭게 하기 위해 부처님은 자신의 피와 살을 헤아릴 수 없이 많이 보시하셨습니다.

만약 부처님이 자신과 제일 친하고 사이가 제일 좋고 제일 소중히 여기는 사람들만 보우하고, 혹은 자신에게 환희심과 공경심을 가진 사람만 돕고 다른 사람들에게는 다 무관심하다면 이런 대비심은 불평등합니다.

하지만 부처님의 대비심은 이렇지 않습니다. 그럼 부처님의 대비심은 어떨까요? 만약 오른쪽에서 제석천이 공경한 마음으로 백단향로의 비를 내리고, 왼쪽에서 마왕파순이 악한 마음으로 무기(武器)의 비를 내린다면 이 둘에 대한 부처님의 자비심은 차이가 없습니다. 마지막에는 무상의 안락을 받게 할 것입니다.

만약 부처님이 지위가 높거나 재산이 많은 중생에게만 사랑을 베풀시고, 힘없고 불쌍한 중생에게는 사랑을 주지 않으신다면, 이런 사랑은 편

협한 사랑입니다. 하지만 사실은 그렇지 않습니다. 부처님은 후자에 대한 자비와 연민이 전자보다 더 많을 것입니다. 일부 집권자는 자신 편의 몇백몇천 명 사람만 이롭게 하고 다른 편에는 한 두 사람에게도 관심을 주지 않습니다. 그런데 부처님은 단지 한 명의 불쌍한 중생을 위해서라도 자신의 피와 살을 수없이 보시하셨고 이에 대해 아무런 원망과 후회가 없었습니다. 무시이래, 한 명의 중생을 위해서도 이렇게까지 보시를 하시는데 무수한 겁에서도 지치는 마음이 없으셨습니다. 이런 사랑야말로 최고의 사랑입니다.

예를 들어, 옛날에 부처님이 '가바슈다'라는 지옥 중생으로 태어났을 때 그곳에는 가마러바라는 친구가 이미 고통을 받고 있었습니다. 옥졸들은 그들에게 마차를 끌게 했고 무기로 사정없이 때렸습니다. 가바슈다는 '두 사람이 다 고통을 받는 것보다 나 혼자만 고통을 받는 것이 낫겠다'라고 생각했습니다. 그래서 옥졸에게 "저 혼자 끌테니, 가마러바에 묶인 끈을 저의 몸에 묶고 제 친구는 편안하게 해주세요."라고 말했습니다. 옥졸이 이 말을 듣고서는 크게 화를 내며 "지옥 중생은 자업자득인데 누가 대신 할 수 있겠느냐?"라고 말했습니다. 그리고는 쇠망치

로 가바슈다의 머리를 세계 쳤습니다. 가바슈다는 그 자리에서 맞아 죽고 삼십삼천에 태어났습니다. 이 내용은 부처님의 전기에 기록되어 있습니다.

그뿐만 아니라 데바닷타는 평생 부처님과 경쟁했고 이번 생만 아니라 많은 생에 걸쳐 온갖 방법을 다해 부처님을 해치려고 했습니다. 부처님은 이러한 사람에게도 목숨을 아끼지 않고 그를 이롭게 했습니다. 그러니 부처님의 위대한 자비심은 말로 표현할 수 없습니다.

### 3. 힘

부처님이 이런 지혜와 대비심의 공덕을 갖추었지만 힘의 공덕이 없으면 안 됩니다. 양팔이 없는 어머니가 아이가 강물에 떠내려가는 것을 뵈보고도 구할 수 없는 것과 같습니다. 그러니 대비심만으로는 중생을 이롭게 할 수 없습니다.

그럼 부처님은 어떤 능력을 가지셨을까요? 부처님은 신구의身口意 세 가지 공덕의 힘을 갖추셨습니다.



## 1) 신

부처님의 몸은 어떤 능력을 가지셨을까요? 중생이 부처님을 한 번만 보아도 삼계에 윤회하는 고통에서 벗어나 궁극의 안락을 얻어 해탈의 길에 들어가게 됩니다.

부처님을 친히 보기만 해도 이런 큰 공덕을 갖게 됩니다. 그럼 지금 이미 열반에 드셨는데 부처님은 여전히 중생이 이런 큰 이익을 얻게 해 줄 수 있을까요?

물론이죠. 부처님은 여러 모습으로 나타나 중생이 선을 행하도록 한다고 말씀했습니다. 즉 부처님은 수많은 모습으로 중생을 이롭게 합니다. 예를 들어 소상塑像과 화상畫像이 있습니다. 소상에 대해 말하자면 사리탑이나 황금, 또는 흙, 나무, 돌로 만든 부처님상에 정례와 공양을 드리고 원을 세우면 실제 부처님께 하는 것과 똑같습니다. 이와 관련된 내용은 불경에 기록되어 있습니다. 화상에 대해 말하자면, 장엄하게 그렸든 장엄하지 않든 부처님의 모습을 그리거나 그 그림을 보기만 해도 불가사의한 이익을 얻을 수 있습니다. 부처님 모습 앞에서 믿음과 공경심으로 참배하면 공덕이 있다는 것은 의심의 여지가 없습니다.

성내는 마음으로 보아도 이 인연으로 멀지 않은 미래에 부처가 될 수 있습니다. 이와 관련한 내용은 불경에서 자세히 설명하고 있습니다.

## 2) 구

부처님의 말의 공덕은 이렇습니다. 부처님이 살아 계실 때 친히 부처님의 가르침을 듣거나, 지금 전심전력으로 부처님께 기도하면서 선정禪에서 혹은 꿈에서 친히 부처님의 보습을 보고 설법을 들으면 빠르게 수승한 공덕을 얻게 되어 마지막에 부처님의 성취를 이룹니다.

(린포체님이 웃으면서 "마이크를 준비하지 않은 줄 알았는데 서랍에 있는 것을 이제 알았네요. 누가 서랍을 닫았을까요? 당신 둘이, 아니면 제가? 저인가요? 서랍에 마이크가 있다는 것을 모르고 계속 큰 소리로 말했는데. '웅웅웅' 소리가 나서 마이크가 바로 옆에 있다는 것을 알게 됐네요."라고 말씀하니 다들 크게 웃었습니다.)

부처님이 직접 설법하신 것뿐만 아니라 지금 글자로 기록된 불법도 친히 들으면 불가사의한 공덕이 쌓입니다. 이 공덕을 통해 악도에 떨어지지 않고 무병장수하며 향유함이 충분할 것입니다.

설령 날짐승과 길짐승처럼 불법을 친히 듣는 인연이 없더라도 설법을 알리는 북소리나 법라의 소리를 들어도 멀지 않은 미래에 윤회의 고통에서 벗어나 해탈을 얻을 수 있습니다.

### 3) 의

부처님은 마음 관련 공덕은 어떨까요? 부처님은 모든 중생을 대자비심으로 대하십니다. 중생을 이롭게 하는 사업을 영원히 중단하지 않으십니다. 마치 바다와 파도가 영원히 같이 있는 것처럼 부처님은 결코 중생을 포기하지 않으십니다.

부처님의 화신이 그 어떤 찰토에 나타날 때, 부처님의 모습으로 제도할 수 있는 중생에게는 부처의 모습으로 제도하시고, 보살의 모습으로 제도할 수 있는 중생에게는 보살의 모습으로 제도하시고, 성문연각의 모습으로 제도할 수 있는 중생에게는 성문연각의 모습으로 제도하시고, 사람의 모습으로 제도할 수 있는 중생에게는 사람의 모습으로 제도하시며, 날짐승 길짐승 혹은 물고기 등에게는 그와 같은 동물의 모습으로 제도하십니다. 결론적으로 말하자면, 부처님은 수많은 모습으로 중생을 제도하십니다.

이뿐만 아니라 부처님은 산, 나무, 삼림의 모습으로 불법을 설하시며 중생에게 한량없이 많은 이익을 주십니다. 부처님은 밤낮으로 항상 여러 방편으로 모든 중생을 이롭게 하시며 중생을 이롭게 하지 않을 때가 없습니다. 그러니 부처님께 환희심과 공경심으로 대해야 합니다.

앞의 내용을 다시 말씀드리자면 중생을 이롭게 하는 방법을 모르면 사람들이 부처님을 좋아하지 않을 것입니다. 하지만 부처님은 일체만법을 두루 아는 지혜를 갖추셨습니다. 일체만법을 두루 알지만 대비심이 없으면 중생을 인도할 수 없습니다. 하지만 부처님은 무량한 대비심을 갖추셨습니다. 지혜와 대비심이 있지만 중생을 제도하는 능력이 없으면 중생을 이롭게 할 수 없을 것입니다. 하지만 부처님은 장애가 없는 힘이 있습니다. 이렇게 뛰어난 지혜, 대비심과 힘의 공덕은 부처님만 있습니다. 이에 대해 자세히 살펴본 후에는 모든 사람이 부처님께 신심이 생길 수 밖에 없습니다. 물론 마음이 없거나 머리가 없는 사람은 제외하고요.

## 법보에 의지하여 생기는 욕락 믿음

둘째, 법보에 의지하여 생기는 욕락 믿음

욕락 믿음은 부처님이 설하신 법에 따라 수행하려는 마음입니다.

수행을 어떻게 해야 할까요? 선법을 행하고 선하지 않은 법을 없애는 것입니다.

선법은 무엇일까요? 간략하게 말하자면 중생을 해하려는 마음을 없애고 자비심을 수행하는 것입니다. 반대로 상중하 위치에 있는 모든 중생에게 악한 마음을 가지고 행동이 몹시 거칠면 선하지 않은 법이라고 합니다.

중생을 해하지 않는 내용에 대해 부처님은 네 가지 내용을 말씀하셨습니다. 또한 '사문沙門'에게 하는 네 가지 가르침'이라고 합니다. 사문은 부처님의 모든 제자를 말합니다. 그러니 우리도 이 내용을 따라 행해야 합니다. 구체적으로 어떤 것일까요? 첫째, 상대방이 우리에게 화를 내도 우리는 그에게 화를 내지 않는 것입니다. 둘째, 상대방이 우리에게 욕해도 우리는 그에게 욕하지 않는 것입니다. 셋째, 타인이 우리에게 돌, 몽둥



이나 무기로 때리더라도 부처님의 진정한 제자라면 반격하지 않는 것입니다. 넷째, 타인이 자신의 부모님을 악담하거나 자신이 못생겼다고 하거나 자신이 돈이 없다고 비웃거나 혹은 자신이 도둑놈이다 사기꾼이다 등 여러 과실을 까발려도 상대방을 비난하거나 그의 과실을 까발리지 않는 것입니다.

불법에는 '좋은 일과 승리는 다른 사람에게 주고 손해를 보는 것과 실패는 자신이 받는다'는 가르침이 있습니다. 위 네 가지 가르침을 따라 행하면 부처님의 좋은 제자가 됩니다. 반대로, 말로만 부처님의 제자며 실제로는 마음속에 이 네 가지 가르침이 하나도 없으면 이름만 제자이지 진정한 제자가 아닙니다.

이 네 가지 가르침을 행하려고 하면 어떻게 수행해야 할까요? 예를 들면 어떤 사람이 우리에게 해를 입혔다만 그에게 성내면 안 됩니다. 설령 자식처럼 여겼던 사람에게서 이유 없이 해를 당하더라도 성내면 안 됩니다. 아이가 미쳐서 어머니를 아무리 해하더라도 어머니는 아이에게 화를 내지 않고, 단지 아이의 병이 언제 회복할 지만 생각하는 것과 같습니다. 마찬가지로

전에 도왔던 사람이 지금 오히려 우리를 해한다면 우리는 그가 언제 번뇌에서 벗어나 해탈을 얻을 수 있을지를 생각합니다. 이렇게 자비심을 수행합니다.

전에 남을 해한 적이 있다면 그가 다시 보복하는 것은 정상적인 일이고 성낼 일이 아닙니다. 만약 우리가 바늘 끝과 같이 작은 과실도 없지만 남이 우리에게 거대한 상처를 주고 심지어 목을 자르더라도 우리는 화내면 안 됩니다. 반대로 그가 짓는 죄의 과보와 그의 모든 고통을 우리가 대신 받겠다고 생각합니다. 이런 착한 마음이 필요합니다.

남이 우리의 과실을 들추어내도 성내면 안 됩니다. 그로 인해 악명이 많은 나라에 퍼지고 수많은 사람이 욕하거나 공격하더라도 우리는 환희심으로 그의 공덕을 칭찬해야 합니다.

위치가 같은 사람 혹은 우리보다 더 높은 위치에 있는 사람이 우리를 무시하는 것은 정상입니다. 설령 낮은 위치에 있는 사람이 우리를 모욕할 때 공경하게 편안히 받아들여야 합니다. 화내면 안 됩니다.

이것이 바로 부처님의 전통적인 가르침입니다. 부처님이 설하신 법은 남을 해하지 않고 최선을 다해 남을 이롭게 하는 것입니다. 그러니 이것이 유일하게 해롭지 않은 평화의 길입니다.

아마 일부 사람들은 이렇게 생각할 것입니다. ‘부처님의 가르침은 확실히 좋지만 진정으로 행할 수 있는 사람은 거의 없으니 수행하기가 아주 어려울 것이다.’

사실 그렇지 않습니다. 물론 처음부터 모든 요구에 따라 행하려면 저와 같은 티베트 스님이나 선지식도 모두 다 하지 못합니다. 초보자에게는 더 안 되겠죠. 하지만 불법을 순차적으로 배우고 자신의 습관을 천천히 바꾸면서 차츰차츰 수행하면 그렇게 어려운 일이 아닙니다. 티베트 지역에 덕망이 높은 선지식들은 자신의 목숨을 잃더라도 남을 해치거나 도둑질을 하지 않습니다.

우리도 지금부터 최대한 중생을 해하지 않고 남의 재물을 훔치지 않아야 합니다. 중생을 조금도 해하지 않는 것이 어렵겠죠? 하지만 서서히 훈련하면 할 수 있습니다. 부처님도 “다른 중생을 해하면 사문이 아니다”라고 말씀하셨습니다. 남을 해하거나 행동이 거칠면 부처님의 제자가

아닙니다. 부처님은 또한 “자신의 마음을 다스리고 다른 이의 마음을 방해하지 않는 것이 불교이다.”라고 말씀하셨습니다. 그러니, 우리도 자신의 마음을 잘 지키고 남의 마음을 방해하지 않도록 최선을 다해 노력합시다.

그럼 자신의 마음을 어떻게 지킬까요? 심한 성냄이나 큰 탐욕이나 질투나 내가 최고다는 오만 등 불법에 어긋나는 생각이 생길 때, 바로 그 생각을 알아차리고 그다음에 이 선하지 않은 생각을 빨리 없애고 정지(正知)와 정념(正念)으로 자신의 마음을 잘 지킵니다. 또한 나중에 비슷한 악한 분별심이 일어나지 않도록 선지식과 삼보께 최대한 기도해야 합니다.

남의 마음을 어떻게 지킬까요? 몸으로 남에게 좋지 않은 일을 하거나 악한 말을 하거나 악한 분별심이 생기거나 모두 남의 마음을 방해하는 것입니다. 이때는 뿌리까지 없애는 것이 제일 좋습니다. 그렇게 할 수 없으면 후회하는 마음으로 “아, 부처님의 제자로서 아직도 남을 방해하는 행동을 하고 있구나. 다시는 이렇게 하지 않겠다”라고 반성하고 맹세해야 합니다. 물론 이렇게 행하려면 선지식과 삼보께 기도하는 것이 필요합니다.

이렇게 자신의 마음을 잘 지키고 남의 마음을 방해하지 않는 것은 무슨 필요가 있을까요? 이번 생에 무병장수하고 향유함이 증가하고 용모가 장엄하고 항상 공경을 받는 결과를 얻을 것입니다. 다음 생에 극락세계 등 청정한 불국토에 태어나고 최종적으로는 모든 고통에서 벗어나 원만한 안락을 얻고 성불할 것입니다.

한 사람이 이러한 불법을 행한다면 그가 안락을 얻고 고통에서 벗어 날 것입니다. 온 가족이 행한다면 온 가족이 안락을 얻을 것입니다. 한 도시에 있는 사람들이 모두 행한다면 온 도시가 일시적인 안락과 궁극적인 안락을 얻을 것입니다. 한 나라의 사람이 다 이렇게 행한다면 전국이 원만한 안락을 가질 것입니다. 만약 전 세계가 다 이렇게 행한다면 온 세상이 행복, 즐거움, 평화와 번영을 누릴 것이고 고통이 더 이상 없을 것입니다.

사실 어떤 중생이든 다 안락을 얻으려 하고 고통에서 벗어나고 싶습니다. 누구도 안락을 잃고 고통 당하는 것을 원하지 않습니다. 모든 중생을 고통에서 벗어나고 안락을 얻게 하는 방법은 불법밖에 없습니다. 앞에서 말한 것처럼 자세히 사유하고 살펴보면 누구든 부처님이 설하신

법을 공경하고 믿을 것입니다. 티베트 전통에 따르면 이렇게 하지 않은 사람은 '마음이 없고 머리도 없는 사람'이라고 부릅니다. 불교의 입장에서 보면, 소위 마음은 몸 속에 있는 심장이 아닙니다. 소위 머리로 요구르트와 같은 뇌장이 아닙니다. 올바른 견해를 가진 사람을 '마음이 있고 머리가 있는 사람'이라고 합니다. 여러분 '마음이 있고 머리가 있는 사람'이 되려고 하면 불법을 올바르게 이해하고 따라서 수행해야 합니다. 그냥 밥 잘 먹고 잘 걸어가고 옷을 잘 입기만 하면 '마음이 있고 머리가 있는 사람'이라고 할 수 없습니다.

그러니 불법에 의지하여 생기는 믿음을 욱락 믿음이라고 합니다.

## 승보에 의지하여 생기는 승해 믿음

셋째, 승보에 의지하여 생기는 승해 믿음

승보는 부처님의 제자입니다. 그들의 가장 중요하고 유일한 목적은 자신과 타인을 이롭게 하기 위해 정진하고 노력하는 것입니다.

부처님의 제자는 세 가지로 나뉩니다. 남섬부주에 대해 말하자면 소승은 중생을 해하지 않고, 대승은 중생을 해하지 않을 뿐만 아니라 중생을 이롭게 합니다. 중생을 이롭게 하고 아무 집착도 없으며 빠른 시간에 성취하는 길은 금강승입니다.

(영어 통역한 후에 린포체님께서 “제가 무엇을 말했죠? 깜빡했네요...아, 승가에 대해 말했군요. 제가 방금 무슨 내용에 대해 말했죠?...아, 불제자는 세 가지 있다는 말씀을 드렸군요.”)

이 세 가지 불제자는 다 믿음직합니다. 마치 중생을 이롭게 하는 사람은 누구든 그를 믿는 것과 같습니다. 예를 들면, 한 친구가 있는데 그는 당신 앞에서도 항상 당신을 좋아하고 공경하며 뒤에서도 칭찬하고 도와주면 이 친구는 당연히 믿음직합니다. 하지만 앞에서 칭찬하고 뒤에서는 험담하고 상처를 주는 친구는 신뢰하지 못할 것입니다. 마찬가지로 승보께 믿음을 가져야 합니다.

이상은 삼보의 공덕에 대해 간단히 소개해 드립니다.

# III

## 삼보에 귀의하기



여러분 삼보를 좋아하십니까? 좋아하시는 분 손  
들어 보십시오. 얼마나 좋아하는지를 볼게요.  
(사람들이 모두 손을 들었습니다).....삼보를 좋  
아하지 않는 분도 손 들어 보세요.(한 명도 없습  
니다).....아주 좋습니다. 다들 삼보를 좋아하군  
요.(모두 웃습니다.)

여러분 지금부터 생생세세에 공덕이 원만한 부  
처님께 기도하고 중생을 해하지 않는 정법을 따  
라 행하며, 정법을 행하는 승가와 함께 하겠다  
는 것을 맹세하시기 바랍니다. 이렇게 맹세한 후  
에, 가슴 앞에서 합장하며 저를 따라 아래 내용  
을 세 번 말씀하십시오.

선지식께 귀의합니다.  
부처님께 귀의합니다.  
불법에 귀의합니다.  
승가에 귀의합니다.

지금 여러분 모두 귀의계의 계체를 받았습니다.  
오늘부터 여러분은 법상을 갖춘 불교도가 되었  
습니다. 지금부터 세속의 일을 하거나 출세간의  
일을 하거나 순조롭지 않은 연이 없어지고 소원  
이 이루어질 것입니다. 사람이나 귀신이 만든 여  
러 순조롭지 않은 연을 당할 때도 삼보의 가피

와 보호를 받을 것입니다. 평소에 삼보를 포기하지 않으면 이번 생에 안락할 뿐만 아니라 다음 생에도 지옥, 아귀와 축생도에 떨어지지 않을 것입니다. 여러분 방금 하신 맹세와 신심을 잃지 않으면 사람의 몸을 얻은 것이 의미있는 일이 됩니다.

여기 계신 분은 대부분 캐나다 사람이고 일부는 미국 사람입니다. 여러분 인생에 오늘처럼 의미 있고 큰 이익을 얻는 순간이 없을 것입니다. 왜 그럴까요? 여러분 살면서 토요일과 일요일은 쉬지만 평소에는 명예나 돈 때문에 아주 바쁠 것입니다. 계속 이렇게 노력하면 데이비드 록펠러와 같은 부자가 되는 것도 어렵지 않겠지요. 그러나 사실 재산과 명예 등을 얻었더라도 그저 그렇습니다. 그럼 평생 노력하는 의미가 무엇일까요? 평생 노력해서 얻는 성과보다 오늘 얻은 것이 훨씬 월등합니다.

여러분 대다수는 이미 이전에 삼보에 귀의했습니다. 오늘 처음 귀의한 분도 있겠지요. 어떤 상황 일지라도 불법을 잃지 않는 신심이 필요합니다. 그렇다면 제가 여기까지 온 보람이 있습니다.

여러분이 이 법회에 참석한 것은 아주 좋은 인

연입니다. 부처님께 귀의한 후에는 부처님께 항상 기도하는 것을 잊지 마십시오. 불법에 귀의한 후에는 더 이상 중생을 해치지 않도록 노력하세요. 승가에 귀의한 후에는 모든 부처님 제자에게 공경하고 믿으십시오. 이렇게 할 수 있으면 소원이 잘 이루어질 것입니다.

주최 측에서 오늘 강연주제로 자비와 지혜 관련 내용을 요청했습니다. 초청장에는 이렇게 적혀 있습니다. 하지만 저는 통상적인 자비와 지혜 관련 내용을 말하지 않고 부처님의 자비와 지혜를 말씀드렸습니다. 여러분 오늘의 내용을 통해 광대한 이익을 얻기 바랍니다. 저는 말씀씨가 좋지 않고 목소리도 듣기에 좋지 않습니다. 여러분이 좋아하는 스타일이 아닐 수 있습니다. 하지만 제가 말씀드린 내용은 이번 생과 다음 생에 모두 도움이 되는 내용이니 꼭 명심하시기 바랍니다.

오늘 수업은 여기에서 마치겠습니다. 내일과 모레도 수업이 있으니 여러분 계속 참석해주시기 바랍니다.



[www.khenposodargye.org](http://www.khenposodargye.org)