

한문 원본

계초심학인문(戒初心學人文)\*\*

牧牛子 普照  
知訥(지눌) 禪師

## 제 1 과

---

夫初心之人	(부초심지인)
須遠離惡友	(수원리악우)
親近賢善	(친근현선)
受五戒十戒等	(수오계십계등)
善知持犯開遮	(선지지법개차)
但依金口聖言	(단의금구성언)
莫順庸流妄說	(막순용류망설)

처음 발심한 사람은

반드시 나쁜 벗을 멀리하고 어질고 착한 사람을 친근히 하며

5계 10계 등 계를 받아 계를 지키고 어기고 열고 닫을(持戒. 犯戒. 開戒. 遮戒)줄 잘 알아야 한다.

오직 부처님의 성스러운 말씀에 의지하고 용렬한 무리의 허망한 말을 따르지 마라.\*\*

## 제 2 과

---

既已出家	(기이 출가)
參陪淸衆	(참배 청중)
常念柔和善順	(상념유화선순)
不得我慢貢高	(부득아만공고)
大者爲兄	(대자위행)
小子爲弟	(소자위제)
儻有諍者	(당유쟁자)
兩說和合	(양설화합)
但以慈心相向	(단이자심상향)
不得惡語傷人	(부득악어상인)

출가하여(발심하여) 청정한 대중에 동참하였으며  
항상 부드럽고 화목하며 착하고 순종함을 생각하고  
아만으로 제 잘난 체하지 마라.

큰이는 형이 되고 작은이는 아우가 될 것이고  
다툼은 이가 있거든 양쪽의 주장을 화합시키고  
다만 자비스런 마음으로 서로 대하고  
나쁜 말로 남을 (마음)상하게 하지마라.\*\*

## 제 3 과

---

若也欺凌同伴	(약야기능동반)
論說是非	(논설시비)
如此出家	(여차출가)
全無利益	(전 무이익)
財色之禍	(재색지화)
甚於毒蛇	(심어독사)
省己知非	(성기지비)
常須遠離	(상수원리)

만일 도반을 업신여겨서 시비로 따진다면

이런 출가는 전혀 이익이 없느니라.

재물과 여색의 화는 독사보다 심하니

자기를 살펴서 그릇된 점을 알아내어 반드시 언제나 멀리 하도록 하여라.\*\*

## 제 4 과

---

無緣事則不得入他房院	(무연사즉부득입타방원)
當屏處	(당병처)
不得强知他事	(부득강지타사)
非六日	(비육일)
不得洗浣內衣	(부득세완내의)
臨盥漱	(임관수)
不得高聲涕唾	(부득고성체타)
行益次	(행익차)
不得撞扃突越序	(부득당돌월서)**

해야 할 일 없으면 다른 사람 방이나 요사채에 들어가지 말며  
남이 가려둔 곳에 대해 구태여 알려고 애쓰지 말며  
지정된 날이 아니면 속옷을 세탁하지마라.  
세수하고 양치질을 할 때에도 큰소리로 코풀거나 침 뱉지 말며  
대중공양을 받을 때에는 당돌하게 차례를 어기지마라.\*\*

## 제 5 과

---

經行次	(경행차)	不得開襟掉臂	(부득개금도비)
言談次	(언담차)	不得高聲戲笑	(부득고성희소)
非要事	(비요사)	不得出於門外	(부득출어문외)
有病人	(유병인)	須慈心守護	(수자심수호)
見賓客	(견빈객)	須欣然迎接	(수흔연영접)
逢尊長	(봉존장)	須肅恭回避	(수속공회피)

걸을 때에는 옷깃을 벌리고 팔을 흔들지 말고  
말을 할 때에는 큰소리로 떠들거나 희롱하며 웃지 마라.  
긴요한 일이 아니면 산문밖에 나가지 말며  
환자가 있으면 자비스런 마음으로 보살피라.  
객을 대하게 되면 반드시 흔연히 맞아들이고  
어른을 만나면 공손하게 길을 내어주어야 하느니라.\*\*

## 제 6 과

---

辦道具	(판도구)
須儉約知足	(수검약지족)
齊食時	(제식시)
飲綴	(음철)
不得作聲	(부득작성)
執放要須安詳	(집방요수안상)
不得舉顏顧視	(부득거안고시)
不得欣厭精麤	(부득흔염정추)
須墨無言說	(수묵무언설)
須防護雜念	(수방호잡념)

(수행생활에 필요한) 물건을 마련하되 반드시 검약하고 만족할 줄 알며  
공양을 할 때 마시거나 씹는 소리 내지마라.

(발우나 숟가락 젓가락을) 집고 놓을 적에  
반드시 조심하여 얼굴을 들고 (딴 곳을) 돌아보지 마라.  
맛있고 없는 음식을 (가려서) 좋아하거나 싫어하지 말며  
모름지기 묵묵히 말하지 않고  
잡념이 일어나지 않도록 반드시 막아라.

## 제 7 과

---

須知受食	(수지 수식)
但療形枯	(단료형고)
爲成道業	(위성도업)
須念般若心經	(수념반야심경)
觀三輪清淨	(관삼륜청정)
不違道用	(불위도용)

밥을 먹는 것은

단지 몸이 마르지 않도록 섭생하여 도업을 이루기 위함인 줄을 알아야 하며

반야심경을 염하되 반드시

삼륜(주는 이와 받는 이와 주고받는 물건)이 청정함을 관하여

도를 이루기 위해 사용하지 다른 용도로 쓰지 마라.



## 제 8 과

---

赴焚修	(부분수)
須朝暮勤行	(수조모근행)
自責懈怠	(자책해태)
知衆行次	(지증행차)
不得雜亂	(부득잡란)
讚唄祝願	(찬패축원)
須誦文觀義	(수송문관의)
不得但隨音聲	(부득단수음성)
不得韻曲不調	(부득운곡부조)
瞻敬尊顏	(침경존안)
不得攀緣異境	(부득반연이경)

향 사르고 예불에 나아가되 반드시 조석으로 근행하여  
스스로 게으름을 꾸짖어라.

대중이 행하는 차례를 알아서 어지럽게 하지 말며  
범패하고 축원할 때에는 반드시 글을 외우면서 뜻을 관하고  
단지 음성만 따르거나 곡조와 조화를 깨뜨리지 마라.

성현(불보살님)을 공경하여 우러러 뵈되 얽히고설킨 생각을 일으켜 망상을 짓지 마라.

## 제 9 과

---

須知自身罪障	(수지 자신 죄장)
猶如山海	(증여 산해)
受知理識事懺	(수지이 참사참)
可以消除	(가이 소제)
深觀能禮所醴	(심 관능례 소례)
皆從眞性緣起	(개 종진 성연기)
深信感應不虛	(심신 감응불허)
影響相從	(영향상종)

\*\*반드시 자신의 나쁜 업장이 산과 바다 보다 더 많은 줄 알고  
(죄가 실체가 없음을 깨쳐) 마음으로 뉘우치고(理懺) 몸으로 참회(事懺)하여야  
소멸시킬 수 있음을 알아라.  
절을 올리는 이(能禮:나)와 절을 받는 이(所禮:불보살)가 모두 참된 성품으로  
인연 따라 일어난 것임을 관하여  
감응(불심이 중생 마음 가운데 들어있고 중생이 이를 느낌)함이 헛되지 않아  
그림자와 메아리(가 본 물건과 소리를 따르는 것)같이 서로 따르는 걸 깊이 믿  
으라.\*\*

## 제 10과

---

居衆寮	(거중료)
須相讓不爭	(수상호부쟁)
須互相扶護	(수호상부호)
慎諍論勝負	(신쟁론승부)
慎聚頭閒話	(신취두한화)
慎誤着他鞋	(신오착타혜)
慎坐臥越次	(신좌와월차)
對客言談	(대객언담)
不得揚於家醜	(부득양어가추)
但讚院門佛事	(단찬원문불사)
不得詣庫房	(부득예고방)
見聞雜事	(견문잡사)
自生疑惑	(자생의혹)

대중방(衆寮)에 머물 때에는  
반드시 서로 양보하여 다투지 말고 서로 도와주며  
승부를 다투어 논란함을 삼가고  
머리를 맞대고 앉아서 잡담함을 삼가며  
남의 신을 잘못신지 않도록 조심하며  
앉고 눕는 차례 어기는 것을 삼가라.  
객을 만나 이야기 할 때는 절 집안의 추함을 드러내지 말고  
다만 절 집안의 불사를 찬탄하며  
고방에 나아가서 잡된 일을 보고 듣고서 스스로 의혹을 일으키지 마라.

## 제 11 과

---

非要事	(비요사)
不得遊州獵縣	(부득유주엽현)
與俗交通	(여속교통)
令他憎嫉	(영타증질)
失自道情	(실자도정)
儻有要事出行	(당유요사출행)
告住持人	(고주지인)
及管衆者	(급관증자)
令知去處	(영지거처)

꼭 필요한 일이 아니면 이 마을 저 마을 다니지 마라.

속인들과 더불어 교제하면 다른 사람의 미움이나 질투를 일으키고  
자기 도 닦을 생각은 잃어버린다.

혹시 꼭 필요한 일이 있어 (절 밖에)나가게 되면

주지 스님과 대중 소임자에게 가는 곳을 알려 드려라.\*\*

## 제 12 과

---

若入俗家	(약입 속가)
切須堅持正念	(절수견지정념)
慎勿見色聞聲	(신물견색문성)
遊蕩邪心	(유탕사심)
又況披襟戲笑	(우황피금희소)
亂說雜事	(란설잡사)
非時酒食	(비시주식)
妄作無碍之行	(망작무애지행)
深乖佛戒	(심괴불계)
又處賢善人	(우처현선인)
嫌疑之聞	(혐의지문)
豈爲有智慧人也	(기위유지혜인야)

만일 속가에 갈 때에는 반드시 정념을 굳게 지녀서  
재색을 보거나 즐거운 소리를 듣고  
삿된 마음이 일지 않도록 조심해야 하거늘  
하물며 옷깃을 잡고 희롱하며 웃고  
잡된 일을 어지러이 이야기해서야 되겠는가.  
때도 아닌데 음식과 술로 망녕되이 절제 없는 행동을 저질러  
부처님 계를 크게 어기고  
더구나 어질고 착한 사람으로부터 의심하는 소리를 들을 만한 곳에 있었다면  
어찌 지혜 있는 사람이라 하리요.\*\*

## 제 13 과

---

住社堂	(주사당)
愼沙彌同行	(신사미동행)
愼人事往還	(신인사왕환)
愼見他好惡	(신견타호악)
愼貪求文字	(신탐구문자)
愼睡眠過度	(신수면과도)
愼散亂攀緣	(신산란반연)

\*\*사당(공부 하는 장소)에 머물 때에는 사미와 동행하여 시봉 받음을 삼가라.  
인사로 오고 감을 삼가하고 남의 좋고 나쁜 점 들여다보기를 삼가라.  
(뜻을 새기지 않고) 문자나 탐구함을 삼가하며  
오래 자는 것을 삼가며 산란하고 얽히고설킨 생각을 삼가 하라.\*\*

## 제 14 과

---

若遇宗師	(약우종사)
陞座說法	(승좌설법)
切不得於法	(절부득어법)
作懸崖想	(작현애상)
生退屈心	(생퇴굴심)
或作慣聞想	(혹작관문상)
生容易心	(생용이심)
當須虛懷聞之	(당수허회문지)
必有機發之時	(필유기발지시)
不得隨學語者	(부득수학어자)
但取口辯	(단취구변)

\*\*만약에 종사가 법좌에 올라 설법하시거든

법을 들을 때 반드시 낭떠러지에 매달린 것 같은 간절한 생각으로  
물러나는 마음을 내거나 혹은 늘 듣는 것이란 생각으로  
쉽게 여기는 마음을 내지 마라.

당연히 그렇게 해야 하는 허심탄회한 마음으로 듣다 보면

반드시 기가 발할(깨달을)때가 있으리니

말이나 배우는 이를 따라서 단지 입으로만 지껄이지 마라.\*\*

## 제 15 과

---

所謂	(소위)
蛇飲水成毒	(소위사음수)
牛飲水成乳	(우음수성유)
智學成菩提	(지학성보리)
愚學成生死	(우학성생사)
是也	(시야)
又不得於主法人	(우부득어주법인)
生輕薄想	(생경박생)
因之於道	(인지어도)
有障	(유장)
不能進修	(불능진수)
切須愼之	(절수신지)

뱀이 물을 마시면 독이 되고 소가 물을 마시면 우유가 되듯이  
지혜로운 이가 배우면 도를 이루고  
어리석은 이가 배우면 생사(업)를 이룬다 함이 이런 것이니라.  
그리고 법을 설하는 사람을 업신여기는 생각을 내지마라.  
그로 말미암아 도를 닦는데 장애가 생기고  
수행이 진전되지 못하리니 반드시 삼가해야한다.\*\*



## 제 16 과

---

論	(론)
云	(운)
如人夜行	(여인야행)
罪人執炬當路	(죄인집거당로)
若以人惡故	(약이인악고)
不受光明	(불수광명)
墮坑落塹去矣	(타갱락참거의)

\*\*논에 이르기를 사람이 밤길을 갈 때  
죄 있는 사람이 횃불을 잡고 길을 인도하는데  
횃불 든 사람이 나쁜 사람이라 하여 그 불빛까지 받지 않는다면  
구덩이에 빠지고 참호에 떨어지게 된다 하였느니라.\*\*

## 제 17 과

---

聞法之次	(문법지차)
如履薄氷	(여리박빙)
必須側耳目而聽玄音	(필수즉이목이청현음)
肅情塵而賞幽致	(숙정진이상유치)
下堂後	(하당후)
默坐觀之	(묵좌관지)
如有所疑	(여유소의)
博聞先覺	(박문선각)
夕惕朝詢	(석척조순)
不濫絲髮	(불람사발)**

\*\*법문을 들을 때에는 얇은 얼음을 밟듯이  
반드시 눈과 귀를 기울여 현묘한 말씀을 듣고  
조용하고 티없는 맑은 정신으로 깊은 이치를 느끼다가  
법당에서 내려온 뒤에는 묵묵히 앉아 관하되  
만일 의심스러운 바가 있으면 먼저 깨우친 이에게 널리 물어서 듣고  
저녁에 조심스럽게 생각해보고 아침에 물어서  
실오라기 털끝만큼도 잘못 이해하지 않도록 하라.\*\*

## 제 18 과

---

如是	(여시)
及可能生正信	(급가능생정신)
以道爲懷者歟	(이도위회자여)
無始習熟	(무시습숙)
愛欲恚癡	(애욕에치)
纏綿意地	(전금의지)
暫伏還起	(잠복환기)
如隔日瘡	(여격일학)**

\*\*이와 같이 올바른 신심이 일어나면  
도를 가슴에 품는 사람이라 할 수 있느니라.  
비릇함이 없는 옛적부터 습성으로 익힌  
애욕과 성냄과 어리석음이 마음을 얹매고 감싸고 있어  
잠깐 조복되었다가 (애욕과 성냄과 어리석음이)다시 일어나기를  
마치 하루걸러 오한과 열이 나는 학질병과 같으니라.\*\*

## 제 19 과

---

一切時中	(일체시중)
直須用加行方便智慧之力	(직수용가행방편지혜지력)
痛自遮護	(통자차호)
豈可閑謾	(기가한만)
遊談無根	(유담무근)
虛喪天日	(허상천일)
欲冀心宗 而求出路哉	(욕기심종 이구출로재)
但堅志節	(단견지절)
責躬匪懈	(책궁비해)
知非遷善	(지비천선)
改悔調柔	(개회조유)**

\*\*어느 때에나 반드시

가행 방편인 지혜의 힘을 이용하여

잘못을 범하지 않도록 스스로 애써 조심하고 지켜야지

어찌 부질없이 한가롭게 근거 없는 것을 이리저리 이야기하면서

헛되이 세월을 보내리요.

마음 깨닫기를 바라고 (생사) 벗어나는 길을 구하거든

뜻과 기개를 굳건히 하고 비적 같은 나태함을 스스로 질책하며

잘못을 알아서 바르게 고치고 회개하여 마음이 온유하도록 다스려야 한다.\*\*

## 제 20 과

---

勤修而觀力轉深	(근수이관력전심)
鍊磨而行門益淨	(연마이행문익정)
長起難遭之想	(장기난조지상)
道業恒新	(도업항신)
常懷慶幸之心	(상회경행지심)
終不退轉	(종불퇴전)
如是久久	(여시구구)
自然定慧圓明	(자연정혜원명)
見自心性	(견자심성)
用如幻悲智	(용여환비지)
還度衆生	(환도중생)
作人天大福田	(작인천대복전)
切須勉之	(절수면지)
終.	

\*\*부지런히 수행하여 관조하는 힘이 점점 깊어지고  
단련하고 다듬어 가면 행동거지가 더욱 더 맑아진다.  
오랜 세월 도 만나기 어렵다는 생각을 일으키면 도 닦는 일이 늘 새롭고  
항상 다행스럽다는 마음을 가지면 (도 닦는 데서) 끝내 물러나지 않는다.  
이렇게 하기를 오래하면 자연히 선정과 지혜가 원만히 밝아져서  
자기의 성품을 보며(깨달으며) 자비와 지혜를 환술과 같이 써서  
돌이켜 중생을 제도하여 인간과 천상의 큰 복 받을 지으리니  
모름지기 열심히 힘쓸지니라.

끝.\*\*