



◇ "나는 어디에 있는가" 자신의 존재에 대한 질문은 새로운 삶의 원동력을 길러준다. 'MF시대'라는 상황에 그늘져버린 사회의 고통을 벗어나 자신을 들여다 보는 수련생들의 모습이 진지하기만 하다.



◇ 자신의 삶을 돌아켜 첩회하며 지금까지보다는 더 나은 삶의 자세를 다짐한다.



◇ 한 톨의 밥씨개기도 버리지 않는 청정 식사와서 겸손한 삶이 강조되는 요즘 '발우공양' 정신이 사회전체에 확산되어야 할 것이다.

## “구원은 오직 내 마음 속에만...”

14일 서울 성북동 길상사 설법전. 60명의 수련생들이 삶에 지친 마음의 때를 씻고 있다.

우리 삶은 어떤 것인가. 누구나 열심히 살려 하지만 그것이 얼마나 이루어졌는가. 그래서 깨달음에 대한 동경이 일고 산사에 대한 그리움이 그만큼 커졌을 것이다.

김홍근씨(성천문화재단 연구실장)는 아직까지 불교를 책으로만 접한 초심자. 바쁜 생활중에서도 참선과 명상을 '휴대' 내면서 언젠가 산사의 수련대회에 참가해 보겠다는 생각속에 사찰인연이 닿기만 기다려왔다. 더구나 IMF시대를 맞아 얼어붙은 사회분위기에 주눅든 마음을 녹이고 싶었다. 그래서 이번 제1회 길상사 직장인 선수련회에 참가했다.

길상사 일주문에 들어서자 편안하고 아늑한 분위기가 감돌았다. 수행에 흥취 갖듯 들것만 같았다. 경상복을 벗고 회색 수련복으로 갈아입으니 세상고민에서 벗어날 것같은 기대감이 가슴을 설레게 한다.

오후 3시 입재식. "원하옵나니 수련회 동창자들은 삶의 의미를 새롭게 다지고 가슴마다 보리의 씨앗을 심어 성불의 열매를 맺도록 하옵소서..." 수련생 발원문이 낭독되면서 아침 3시 기상, 아침·저녁예불과 108배, 율령 및 발우공양, 이어지는 8~9시간의 좌선, 10시 취침. 초심자들에게만 만만찮은 역경인 2박3일의 직장인을 위한 선(禪)수련회가 한치도 빈틈없이 짜여진 일과표에 따라 시작됐다.

산사에 들어오면 처음 배우는 것이 발우공양. 음식물을 남기지 않으면서 설거지물만 청수까지도 깨끗하게 그지않다는 공양법은 불교의 깊은 사상이 함축돼 있다. 그만큼 수련생들의 감동도 크다. 사회에선 얼마나 남비하고 무절제했던가.

오후 6시, 세상이 점차 어둠에 물리며 무거운 밤공중 소리가 하늘을 가른다. 저녁예불시간. 오세무지를 하고 불경을 봉독한다. 모두 서있는 입장을 내세우지 않고 더불어 조화를 이루는 시간이다. 예불에 이어 설법전에 서 108배 참회정전에 들어갔다. 수없는 업드림이 이어지지만 이는 내마음의 주인공을 존경하는 표현이다. 한 번이라도 뼈먹을 수는 없다. 인생이 그렇듯이.

잠깐의 휴식은 새로운 시작에의 동경. 좌선시간이 이어진다. 입승을 맡은 덕조스님은 좌선에 앞서 "마음속이라는 보석과 같은데 망상 번뇌라는 도둑이 노리고 있어 한눈팔면 훔쳐가니 잘 단속하십시오. 좌선에서 시선은 내면을 응시해야 합니다"라고 말한다.

### 길상사 직장인 禪수련회

길상사 설법전에 모인 60명의 수련생들 마음의 때를 씻고 있다

남비·무절제했던 생활 발우공양 통해 반성하고, 주인공 찾는 108참회 하루 8시간의 좌선 환희심이 밀려온다

“원하옵나니 가슴마다 보리 씨앗을...”

‘딱 딱 딱’ 선방엔 죽비소리가 정적을 깨고 지도법사 덕문스님도 조용히 낮은 목소리로 입을 연다. “일생 일대사를 여기서 아예 끝내십시오.” 김씨는 눈물이 나올 정도로 가슴에 외딴는 말이라고 생각했다. 스님의 절실한 마음이 비수처럼 가슴을 찌르는 듯하다.

비장한 얼굴로 좌선에 들어갔지만 대부분의 수련생들은 초심자답게 엉덩이를 움직이고 눈꺼풀은 천근 만근이 되어 풀음과도 사투한다. 재를 가누기도 어려운 것이다. 방선시간에도 저런 다리를 끌고가는 사람들이 상당수다. 대일이 흐트러지고 덕조스님의 재가 뒤따른다. “방선도 좌선의 연장입니다. 흐트러지게 해서 안되요. 생사를 거세요.” 다시 정좌한다. 김씨는 입승을 깨물었다.

새벽 3시 기상. 평소보다 일찍 일어나 아침예불을 모신다. 다시 108배로 이어지고 스님은 “무엇을 해달라”가 아니라 내가 먼저 “무엇을 하겠다”는 적극적인 발원을 하라고 임주어 권한다.

“하루 일하지 않으면 하루 먹지 않는다 (日不作 日不食)”는 백장천규 정신에 따라 모든 수련생들이 율령을 한다. 김씨는 일주문 앞에서 수북히 쌓인 목재 옮기는 일을 했다. 협력의 힘은 큰 것. 율령은 화합의 힘을 주고 대중을 서서히 하나로 만들어 주었다.

오전 9시. 류시화시인의 음악 명상시간. 류시인은 요간난다가 작곡한 명상음악 (Divine Gypsy, 신을 향한 여행)을 소개. 류시인은 명상이란 “작은자아를 버리고 보다 큰 자아와 합일하는 것”이라고 설명한다. 인도 등 전 세계를 돌아다니며 음악에 따라 흔들리는 마음을 발견한다. 움직이지 않는 마음을 가져야 하는데 입지가 없다. 몸을 버리고 정신을 내다머야 하는데.

몇시간의 좌선시간을 보냈다. 마지막 좌선시간이 되니 이윽고 안온하고 청정한 공기가 수련방을 감미롭게 감싼다. 초발심사 변경각이라 했건가. 책으로만 공부해 온 김씨는 불교란 삶이지 지식은 아님을 절실히 깨달았다. 그래서 문제를 푸는게 아니라 부딪치는 것이라는 것도 알았다.

월요일 새벽. 2박3일을 마무리하는 회향식이 시작된다. 주지 청파스님은 법어를 통해 “참선은 정신집중이며 인식까지도 통제하는 것이지요. ‘현재 내가 밟고 있는지 계속 지켜보는 훈련’을 하십시오. 자기자신을 주시하고 순간순간 깨어있도록 노력하십시오”라며 타성에 젖어 분별심을 일으키며 사는 삶의 덧없음을 일깨워준다.

수련회가 끝났다. 다시 경상복으로 갈아입으니 마음이 쉽게 동하지 않는다. 어떤 사람들은 다음주에 와서 청소라도 하겠다. 일주문을 나와 하산하면서 김씨는 서둘러 집에 전화했다. 아! 모든 것이 잘 해결돼 있었다. ‘어디에도 구원은 없다’ 단지 있다면 오직 내 마음속에만 존재한다. 부처님도 열반시에 아무런 가르침이 없다고 하지 않았던가. 내가 서있는 이자리를 굳건히 지켜야 한다. 그래야 나와 세계가 하나되고 우리가 되어 더불어 살아가는 세상을 만들 수 있는 것이다. 직장으로 향하는 김씨에게 셋발처럼 맑은 정신이 서서히 감싸주고 있었다.

글=김원우 사진=고영배 기자



직장인에게 들려주는 법정스님 법문

부처님의 전생이야기를 보면 ‘보시’ ‘인욕’ 크게 두가지 이지요. 모든것을 아낌없이 버리고 하는 것이지요. 그동안 어떻게 부처님 말씀을 들었던 간에 우리는 그 공훈대로 살고 있는가를 스스로 물어야 합니다. 그래야 성장이 있어요.

어려운 때일수록 세상을 낙천적으로 살아야 합니다. 그동안 고도성장의 그늘 아래서 중요한 것을 소홀히 하면서 합부로 지내다 보니 민중의 에너지가 고갈된 것이지요. 그래서 IMF 시대를 맞게 된 것입니다. 이제부터는 그동안 에너지를 재충전 시키는 기회로 삼아야 해요. 선방에 가면 “조고각하”라는 말이 있지요. ‘자기가 서 있는 자리를 항상 살펴라’는 뜻입니다. 어디서든 보고 듣고 배운 것이 많은데 지금까지 배운 이론 가지고도 부처가 되고도 남습니다. ‘반다’ ‘배운다’ ‘익힌다’ 이런 것이 종교적으로 실천된다면 불교가 아니지요.

### “작은 것에 행복 숨어있어요 IMF 시대를 재충전 기회로”

덜지 않으면 지구 넘어져요. 우리치지를 고마워하면서 살아야 합니다. 어려운 때일수록 더 어려운 일을 해야돼요. 우리가 ‘잘살았네’ ‘못살았네’ 하는 것은 하루 하루 삶에 따라서 그 가치가 결정되는 것입니다.

살기 어렵지 않은 사람이 어디 있습니까? 삶은 거기에 묘미가 있어요. 인류사를 볼때 수평적인 것만 있는 것이 아닙니다. 우리 생애에서 볼때 넘어야 할 산이라고 보면 돼요. 살다보면 고비가 있게 마련이지요. 전생애의 과정을 차분하게 객관적으로 살펴볼 줄 알아야 합니다.

고뇌에서 벗어나려면 작은 것에 만족할 줄 알아야해요. 지극히 작고 일상적인데 큰 행복이 숨어있게 마련이지요. 분수에 지나지 욕망과 탐욕을 버려야 합니다. 그래서 넉넉한 마음이 필요하합니다. 시적이 있으면 반드시 글이 있지요. 이세상 모든 것은 영원한 것이 없어요. 오르막이 있으면 반드시 내리막이 있는 것이 우주의 진리이지요. 우리가 깨어날때는 한물건도 가져오지 않았 습니다. 그래서 가난함을 무슨 손에가 있으며 죽을때 못 가지고 가니 부유함을 무슨의미가 있는가? 좋다. 이런 세상도 살아보죠. 이런 저력과 에너지를 가져야합니다. 저마다 자기그릇을 가지고 왔는데 이런데 일수록 그릇을 키우려는 노력이 필요하합니다.

우리는 이제 소유지향적인 삶에서 존재지향적인 삶으로 방식을 바꿔야 할때가 왔습니다. 내가 누구인가를 스스로 묻고 어떤일을 하면서 만족을 얻느냐에 따라서 삶의 가치가 달라지는 것입니다. 우리가 사는 이세상과 조화를 이루지 못하기에 힘든 것입니다. 세상이란 우리가 더불어 살아가는 세계입니다. 한마음이 청정하면 온법계가 청정해집니다.



◇ 길을 쓰는 것이 아니라 마음의 먼지를 쓸어내는 것이다. 수련생들은 도량형 소 율령을 통해 고뇌에 찬 마음을 맑히고 협동의 미덕을 새삼 깨달았다.

### 취재수첩 무교·타종교인 10여명 동참 “만족해요”

일급요정에서 사할로 변신 세간의 화제를 모았던 길상사가 마련한 직장인을 위한 선수련회는 일상에 지친 도시인의 마음을 정화하여 새 활력을 줄 프로그램으로 많은 기대를 모았었다. IMF시대의 우울한 사회상. 그 그늘에서 괴로에 지친 직장인들에게 길상사의 선수련회는 더없이 반가운 자리였다. 그런만큼 참가 신청자는 무려 1백74명이나 됐다. 그 중에서 직장인 70명을 서류심사를 거쳐 엄선해 통보했고 60명이 참가했다. 초심자를 위주로 해서인지 대부분

이 무종교인이었으며 타종교인도 10여명이나 참석했다.

나이가 지긋한 한 사람은 “예말이 4명이나 되는데 경제가 어려워 먹고살기 힘들다”며 “마음고생이 많아 참가했으나 이제는 무언가 용기가 생겼다”고 말했다.

기독교인 K씨는 “참선책을 읽어보고 참가하게 됐다”며 그는 “기독교 일부에서는 배타적이기도 하지만 나처럼 ‘선불교’와 ‘그리스도교’ 같은 책을 읽고 공감하는 사람도 많다”고 말했다. 또 한 가톨릭신자는

“호기심에서 동참했다. 절하고 좌선하는 것이 힘들었지만 지금은 나 자신에게 만족스러워 참가하길 잘했다는 생각이 든다”고 말했다.

프로그램은 대체로 무난하고 쉽게 진행됐다는 평이다. 특이한 점은 이번 수련회에 회비가 정해지지 않은 것이다. 스스로 얻은 ‘마음의 충만’에 따라서 수련회 끝나고 나 갈때 대웅전 불전함에 넣고 나가기도 했다. 우리나라에서는 익숙하지 않지만 이 역시 사회의 믿음과 신용을 얻게 해 준 교훈이었다.

길상사 선수련회는 다음달 21일과 28일에 다시 문을 연다.