

### 나의 수행법

김익식 (下)



1년을 그렇게 화두를 들었다. 그러다 간화선에 대한 확신이 생겼다. 먼저 간화선을 잘 하려면, 화두를 잘 기억하는 것이 첫째라는 것을 깨달았다. 잠잘 때에도 화두가 기억나야 하고, 죽을 때에도 화두가 기억되어야 한다는 것이었다. 이 기억이란 것은 눈앞에 마음속에 현수막처럼 항상 보여져야 한다는 깨달음이었다.

참선수행으로 간화선에 확신을 얻게 된 나는 '수식관'으로 집중법을 숙달 시켰다. 그리고 다음에는 이 화두를 투철하게 바라보고 만지고 문쳐서, 나와 세상이 모두 이 화두 속으로 녹아 들어가게 했다.

그러면서 난 이런 수행을 생활화로 연결했다. '처처선시선(處處禪時禪)'의 일상화였다. 또 수행을 통한 마음공부의 작업

한다. '참선은 스님이나 하시는 거지' '시간이 있어야 하지, 내 코가 석자인데 참선에 신경 쓸 수 있나' '내 일도 못하면서 시간 있어도 주제넘게 할 수 있나' 등 참으로 변명과 구실을 붙이면서 참선을 피한다.

그러면서도 편안과 건강과 지혜는 독립하려 하니 참으로 도리에 맞지 않는 바람들이었다. 이런 마음을 버리는 사람이 참수행자의 자질이 있는 사람이라 생각된다. 어떤 일이건 99%의 마음성취가 우선 돼야 한다고 본다. 다만 1%의 마음공부 성취를 위해 우리는 심혈을 기울이는 삶이 돼야 한다고 믿는다.

### 수식관으로 집중법 숙달시켜 장소 따지지 않고 틈만 나면 참선

이었다.

예를 들면, 나는 내 승용차는 '젠카' (zen car)로 부른다. 아무 곳이나 주차해 놓고 뒷자리로 가서 가부좌를 틀고 뒷 차창을 향해 선정에 들기 때문이다. 또 사무실 의자에서도 영명이란 받침줄 수 있다면, 결과부좌로 선정에 든다. 만약 아침에 못하면 점심에, 점심에 못하면 저녁에, 저녁에 못하면 밤중에, 밤중에 못하면 새벽에, 새벽에 못하면 잠속에서 참선을 했다. 참선할 시간은 시시때때로 무궁무진하기 때문이다. 또 참선할 장소도 곳곳마다 가득하다. 그러므로 마음에 '참선'이란 글자가 또는 '화두'라는 의단이 참으면, 아니 할 수 없는 것이 참선이다.

그래서 난 이런 마음가짐을 갖기 위해 선지식과 꾸준한 만남을 가졌다. 특히 나에게서 공덕 스님, 서용 스님, 청화 스님이 선지식이셨다.

항간의 재가불자들은 참선에 관하여 그 난해함과 시간이 없다는 이유로 그 인연 맺기를 기피

끝으로 나의 수행체결담을 짚어볼 때, 수행에는 선지식을 꼭 모시어야 한다는 생각이다. 선지식은 공부의 방향과 방법을 점검해 주기 때문이다. 만약 선지식이 없다면, 바른 도반이라도 있어야 한다. 법우들이 모여서 이벤트나 하고 서로 정보나 교환하는 도반이 아니라, 진정 마음을 닦아가는 법우를 말한다.

도반은 불교 수행을 잘 할 수 있게 해주는 '버팀목'이다. 서로 격려하고 서로 비추어 주며 함께 인공정진을 가능케 한다. 나의 진정한 도반은 임성수 한국수출입은행 부산지점장이다. 임 거사는 한국대학생불교연합회 출신으로, 생활 속에 불교를 실천하는 진정한 불자이다. 하루 수행하지 않으면 하루 일을 하지 않는, 현대판 백장청규에 버금가는 재가 거사이다. 수행이 있음으로 곧 일에 가치가 부여된다는 신조를 지닌 불자이다. 우리 재가불자들은 이런 도반들과 인연을 많이 맺어야 한다. (끝)

■ 국토연구원 책임연구원

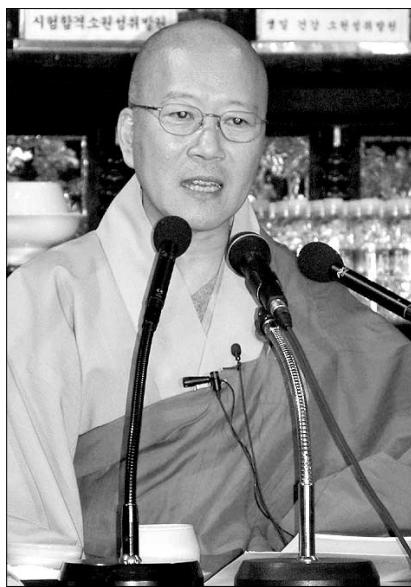
# 깨달음 위한 '뜻 풀기' '공유' 필요

"화두의 침뿔을 알아야 한다. 그리고 온 몸으로 체득되는 깨달음에 눈을 떠야 한다." 인국선원장 수불 스님은 3월 20일 서울 조계사(주지 원담)와 불교신문사(사장 향적)가 공동 주최한 '한국불교 미래를 듣는다' 기획법회에서 상대방의 근기와 상황 등 필요에 따라 화두의 숨은 뜻을 암시해줄 수 있다고 밝혔다.

스님은 이날 "간화선에서는 현실 속에서 공부할 수 있는 인연법을 말하고 있는데, 그것을 신비화해 깨달은 사람만이 알 수 있는 것처럼 만들었다. 심지어 화두의 뜻을 푸는데 입을 다

물게 했고 말을 못하게 했다"며 "깨달은 사람이 그때그때 방법을 열어 부처님 같은 법을 쓰든지 해서 깨달음의 세계를 알려줘야 한다"고 했다.

스님은 특히 한국선의 앞날을 위해 화두를 현실적으로 이해해야 한다고 주문했다. 화두를 풀든 말든 하나만 풀면 다 풀리기에 비밀로 할 필요가 없다는 것이다. 때문에 화두는 어느 누구의 전유물이 아니므로 일체 모든 사람이 공유해야 한다고 스님은 지적했다. "법으로든 몸동으로 맞아서든 깨달음의 방법을 열어보아야 한다"는 수불 스님. 스님의 법문을 요약했다.



인국선원장 수불 스님이 3월 20일 서울 조계사 대웅전에서 열린 법회에서 '불교의 깨달음'을 주제로 법문하고 있다.

### 수불스님이 말하는 '화두풀이'의 참뜻 '한국불교 미래를 듣는다' 조계사 기획법회(3월20일)서 법문

가자들에게 깨달음의 기회를 제한했다.

그런데 간화선 시대가 열리면서 승승을 막론하고 깨달을 수 있게 됐다. 간화선은 하나의 입장을 집중적으로 파고들게 한 선수행법이다. 반면 조사선은 근원적인 의식에 대한 공부를 강조한다.

목조선 수행법은 조용한 환경에서 가능하다. 그러나 다변화되는 현실 속에서 목조선 수행은 쉽지 않다. 오히려 일과 수행을 함께 할 수 있는 수행법이 필요하다. 의식을 하되 의식을 한번에 잡을 수 있는 그런 의식을 해야 한다. 이런 점이 간화선 수행법의 장점이다.

른 사람도 깨닫게 하겠다는 법이다. 실천을 통해 문자로서 현실적으로 증명돼지는 깨달음을 온몸으로 체득하는 눈을 뜨게 하는 것이다.

**화두, 모든 사람이 함께 알아야**

깨달음의 방법은 모든 중생에게 공개되어야 한다. 여기서는 비밀이 있어서는 안 된다. 모든 사람들이 깨달을 수 있게 해야 한다. 법으로든 몸동으로 맞아서든 비판도 받고, 칭찬도 들으면서 열어 보여야 한다. 그래서 간화선은 현실 속에서 공부할 수 있는 인연법을 말하고 있다.

지고 잘나 사람이나 못나 사람이나 깨달은 사람이나 못 깨달은 사람이나 깨달을 수 있도록 길을 열어줘야 한다. 몇몇을 위한 잔치하는 그런 모습이 있어서는 안 된다. 전체가 다 알아야 한다.

**의심 바짝 들어야 화두수행**

제대로 의식이 되면, 목을 꼭 조는 것을 경험해 죽을 지경까지 된다. 또 감각에 갇힌 것처럼 사방에 쪼여 온다. 깊은 안 보이고, 앉지도 서지도, 가도 오도 못하게 된다. 그야말로 의식이 바짝 든 상태다. 그때 비로소 화두수행을 할 수 있게 된다.

그럼 의심을 어떻게 일으켜야 하는가. 온몸을 화두의심을 지어야 한다. 하나의 화두도 끝까지 밀고 붙여야 한다. 의심을 한 번 잠깐하고 또 의심함이 없으면 의심의심을 받거나 아니나. 만든 것에 속은 것이다. 반드시 화두에 의



1천여 사부대중들이 조계사 대웅전을 비롯해 경내에서 수불 스님의 법문을 듣고 있다. 사진=김철우 기자

**지나친 지적 호기심이 선병(禪病) 일으켜**

'정말로 공부 잘 하고 싶은데, 어떻게 해야 불교를 제대로 알고 눈을 뜰 수 있을까?' 수행자라면 가질 수 있는 물음이다. 그런데 이런 의문들이 오늘날 지적 호기심을 자극하는 것들이 됐다. '누가 나를 끌고 다니는가'라고 물었을 때, 본인이나 본인에게 묻게 됐다. 이런 공부법은 곤란하다. '이 승장을 끌고 다니는 놈이 뭐고' 하는 공부는 이미 죽은 공부다. 하도 사탕 달라고 조르니까 '이거 물고 있어라'는 차원에서 이런 의심을 일으키는 것이다. 그러나 이런 공부법 때문에 현실적으로 병폐가 생긴다. 공부를 더 힘차게 하지 못하게 만든다. 지나친 지적 호기심이 화두공부를 죽이는 셈이다.

심이 끊이지 않고 참의심을 일으키면, '이렇고' 하는 순간에 화두를 꼭 잡게 된다. 다시 빠져나갈 수 없는 외통수에 걸려든 것처럼 말이다. 그때는 밝은 선지식이 체득을 들고 조지게 된다. '이 참 공부할 놈이구나' '공부할 있는 인연에 걸려들었구나' 하면서 말이다.

**선은 현실적이다**

선(禪)은 신비주의가 아니다. 지극히 현실적이다. 아니 분명한 것이다. 진리가 다른 곳에 있다고 생각하는 것은 어리석다. 현실 속에서 선을 잘 알지 못하고 있을 뿐이다. 그럼 어떻게 알 수 있는 것인가.

육조 스님은 <단경>에서 법문을 듣는 모든 사람이 선지식이라 했다. 우리는 대선지식을 만날 눈을 떠야 한다. 그래서 견성법, 마하반야 바라밀법이 설했다. 마하반야 바라밀법은 견성하고 난 뒤, 견성을 잘 할 수 있게 하는 힘이 다. 혼자만 깨달았다고 그치는 것이 아니라

그런데 그것을 자칫 잘못하면, 간화선을 신비화해 깨달은 사람만이 알 수 있다고 하는 일이 많았다. 또 입을 다물고 말을 못하게 했다. 화두를 풀어서는 안 된다고 말했다. 한국선의 앞날을 위해 화두를 현실적으로 이해해야 한다. 화두의 내용을 말하면, 일반적으로 '화두를 풀었다'고 말한다. 이렇게 화두를 풀면 잘못했다고 두들겨 맞게 된다. '지금까지 이렇게 내려왔는데 네 멋대로 화두를 풀면 어떻게 하느냐'라고 비판을 받는다. 화두를 풀든 말든 하나 풀면 다 풀린다고 했는데 말이다.

화두는 어느 누구의 전유물이 아니다. 일체 모든 사람이 공유해야 것이다. 공통분모를 가

**활구참구의 핵심은 신심**

깊은 우물에 떨어진 사람이 그것을 빠져나오는 길은 따로 없다. 빠진 그 길로 올라가야 한다. 끌기 온 몸으로 올라가려는 신심이 꼭 있을 때 가능하다. 신심은 자기에게 주어진 활구화두를 믿어야 한다.

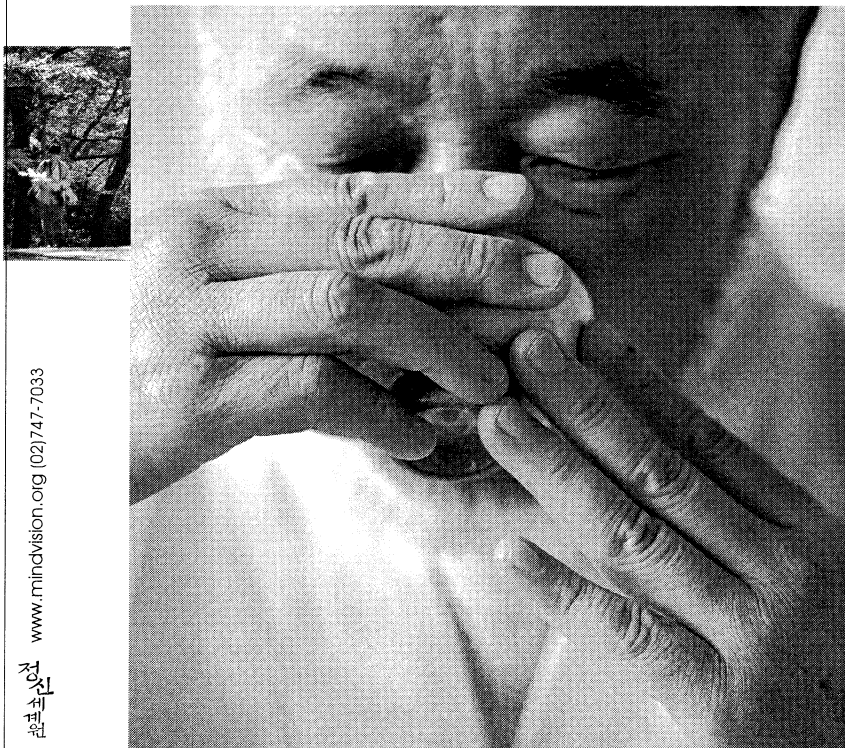
그 때는 부처님의 조사의 누구의 말도 믿지도 듣지도 말고 화두 하나만의 믿어야 한다. 그 믿음을 참 믿음이라고 한다. 대신심은 이렇게 불러일으켜야 한다. 이런 믿음이 근원적인 믿음이다. 눈앞에 당면한 그 문제를 믿어야 한다.

정리=김철우 기자 in-gan@buddhapia.com

# 方外之士! 살고 싶은 대로 한번 살아보자!

## 인생에 정답은 없다, 나만의 길이 있을 뿐 ...

직장에 얽매어 먹고 사는 문제로 걱정만 하다가 한 세상 끝나는 것인가? 갑갑한 삶의 틀에서 빠져나와 마음 가는 대로 사는 것은 과연 실현 불가능한 일일까? 백수의 제왕에서 무림고수까지 고정관념과 경계선 너머의 인생을 사는 13인 방외지사들에게서 진짜 잘 사는 법을 찾는다.



- 방외로 뛰쳐나가 행복을 찾은 우리 시대 삶의 고수 13인 이야기**
- 20년 공무원 생활을 그만두고 교향집을 수목원으로 일구는 시원 박태후의 귀거래사
  - 땀과 타고 서해 바다를 탐험하는 정보고의 후배 윤명철 교수의 대담무쌍한 도전 정신
  - 백수의 제왕 김기우의 "누 먼 새도 날아다니면 먹을 것이 입에 들어온다"는 백수 철학
  - 교사 출신으로 중국 제 1의 도교 문파인 화산파 23대 정문인이 된 광종인의 여자 신선의 길
  - 할리 데이비슨 타고 팔도를 돌아다니는 전직 기자 출신 시인 이현규의 지리산 생존법
  - 역술계의 이종격투기장인 부산에서 임신양명학 박정희의 진기한 역술 공부 이야기
  - 서울 이태원에서 계룡산으로 삶의 무대를 옮긴 산중무에 기원문 문주 박사규의 인생 역정
  - 50년 세월 동안 한라산에서 화두를 잡고 초철의 삶을 사는 바구니 대각심 이야기
  - 전국의 강을 두 발로 걸었던 신정일의 '걷다보면 길이 보인다'는 투박이 인생
  - 의사는 부업, 주업은 도화으로 평생 소스를 찾아다니던 내과 의사 이동호의 구도 역정기
  - 차 일 넘새만 말아도 원산지를 맞추는 품명가 손성규가 들려주는 인생 최고의 맛
  - 실상사 앞에서 70 평생 발우를 만들어 살아온 지리산 터줏대감 김용생의 자연주의 인생론
  - 늙어갈수록 아름답다는 나무의 철학을 깨쳐며 전통의 혼맥을 이어가는 소담장 이정근의 삶

"인생에 정답은 없다, 나만의 길이 있을 뿐..." 오늘날의 한국 땅에서는 행복한 아웃사이더들의 인생행로를 저자의 구수한 입담으로 풀어낸 책. 『조선일보』 박해원 기자

MBC 뉴스에 방영된 화제의 책  
출간 즉시 교보, 예스24, 알라딘 베스트셀러 진입

**방외지사 1·2**

조용현 지음 (강호농양학자, 원광대학교초빙교수, 『백년 내력의 명분기 이야기』 (조용현의 사주명리학 이야기) 저자, 현재 조선일보에 '조용현 살롱' 연재 중)  
김종희 사진 / 각 권 9,000원