

“공동체 수행하니 심신 건강”

10년째 원당암서 안거수행 일송·대인행 부부



함께 수행에 매진하고 있는 일송거사(왼쪽)와 박대인행 보살 부부. 이들에게 사찰은 삶을 마무리 짓는 회향처이자 정신적 귀의처다.

“청산림(靑山林) 깊은 골에 일간토굴(一間土窟) 지어 놓고/ 송문(松門)을 반개(半開)하고 석경(石徑)에 배회(徘徊)하니/ 녹양춘삼월하(綠楊春三月下)에 춘풍이 건듯 불어/ 정전(庭前)에 백종화(百種花)는 처처에 피었는데/ 풍경(風景)도 좋거니와 물색(物色)이 더욱 좋다.”

“가끔 나용 선사(李龍)의 ‘도굴가’를 생각하며 행복에 잠깁니다. 꼭 지금의 내 생활이 이와 같지 않나 하는 생각에서죠. 허허허.”

합천 해인사 원당암(甘井 院)의 재가선방 달마선원에서 동안계 곁제에 들어간 노부부의 말이 예사롭지 않다. 70년 세월을 말해주는 백발과 주름은 여느 노인(老人)과 다를 바 없지만 밝은 웃음과 환한 얼굴빛은 가야산 골짜기 겨울바람을 만난 듯 서늘하고 싱그럽다.

12월 17일, 회색 법복을 정갈하게 차려 입고 겨울 가야산 설경 속에 모습을 드러낸 주인공은 일송 거사(73)와 박대인행(70)보살이다. 분명 밝히기를 한사코 거절하는 노부부는 10년 전부터 원당암 달마선원에서 하안거·동안거를 지내며 노후를 보내고 있다. 대구에 있는 집에는 안거 사이사이 방학처럼 잠시 다녀올 뿐, 그들에게는 원당암이 집이다.

“20여년 넘게 저희 부부에게 가르침을 주셨던 해암 스님께서는 생전에 늘 ‘이 세상에서 할 일은 마음공부밖에 없다’고 강조하셨지요. 그래서 언젠가는 마음공부에만 매진하고 싶다는 마음을 품었지요. 나이가 들어서라도 그 꿈을 이루게 됐으니 정말 나위 없이 기

새벽 3시 기상 하루 8시간 참선

석달 1인당 50만원이면 충분

도반들과 서로 돕고 격려 ‘큰 힘’

화두 놓치지 않고 가릴 바람뿐

쁩니다.”

자녀 3남매가 모두 장성해 행복한 가정을 꾸리는 모습을 본 후 노부부는 마지막 여생을 수행으로 회향하기 위해 달마선원을 찾았다. 하지만 산골짜기 수행도량에서의 생활이 노부부에게 힘겨워지는 않을까?

“너무 좋습니다. 방 따뜻하고 공양 정갈하고... 무엇보다 게을러지고 무료해 질 수 있는 생활이 공동체 수행으로 질서가 잡히니 정신이 맑아집니다. 건강에 좋은 것은 물론이구요.”

마음의 고향에 안착한 노부부의 생활은 새벽 3시에 시작된다. 저녁 9시 취침에 들기 전까지 노부부는 하루 4번 2시간씩, 8시간의 참선 정진시간을 갖는다. 쉬는 시간에는 산책도 하고, 개인 할래도 하는 등 자유롭게 보낸다. 누구의 간섭도 받지 않고 자율적으로 이어지는 생활이 그들에게 더 할 수 없는 행복이다.

게다가 생활비 부담도 적다. 물론 원당암에서 수행자를 위해 배려를 해주기 때문이지만, 3개월 있는동

수행으로 삶 회향

2003년 현재 한국인의 평균수명은 남자 73.9세, 여자 80.8세라는 통계청 자료가 발표됐다. 10년 전인 1993년과 비교하면 남자는 5.11년, 여자는 4.02년씩 평균수명이 증가했다.

그렇다면 이 늘어난 ‘수치’는 무엇을 의미할까? 단순한 ‘수명연장’이라는 의미 외에도 늘어난 노후기간 동안 ‘무엇을 해야 하는가’라는 고민도 함께 깊어짐을 알 수 있다.

여기, ‘불교’를 통해 노후를 풍요롭게 만드는 사람들이 있다. 전국의 재가선원에서 안거에 들어 참선에 매진하거나, 뜻 맞는 사람들과 모여 공부모임을 꾸리고 함께 부처님 가르침을 배워나가는 불자들이 바로 그들이다.

젊어서는 경제적·시간적 이유로 선택할 수 없었던 깨달음을 찾아다니는 ‘어정’에 오른 이들을 만나본다.

안 1인당 50만원만 안거비로 내면 된다.

특히 수행공동체에서의 생활은 24시간 부처님의 가르침을 생각하고 행하는 것으로 일관되기에 복잡하게 살아왔던 그동안의 삶과는 너무나 다르다. 그러기에 노부부는 더 이상 시끄러운 도심 생활에 미련이 없다. 만약 집에서 노후를 보냈다면 무료함을 달래기 위해 TV를 보거나 이웃들과 모여 앉아 남의 험담을 예사로 하며 지내게 됐을 것이기 때문이다.

자녀를 역시 수행으로 삶을 마무리하겠다는 부모 생각에 적극 찬성했다. 일송 거사는 “공이 좋고 물 맑은 산사에서 마음 편히 수행하며 지내니 자식은 부모 걱정 없고, 부모는 자식 걱정 없어 자리아티(自利利他)”라고 설명했다.

탐진지(貪嗔癡)를 버우는 수행도량이다 보니 나이에 상관없이 모든 불자가 도반이 되어 서로 격려하고 돕고 지낸다는 점도 일반 노인시설과 다른 큰 차이점이다. 언젠가 노인전문요양소에서 거동조차 불편한 노인끼리 다루는 모습을 목격했던 대인행 보살은 수행도량에서 노후를 보내며 남을 배려하게 된 것이 더 없이 감사하다.

대인행 보살은 노년기에 접어들어 다른 친구들에게도 이런 수행생활을 권하고 싶어한다. 그러나 수행 경험 없는 초보 불자들은 참선 정진을 어렵게 생각하기 때문에 쉽게 받아들이지 못한다. 따라서 대인행 보살은 젊은 시절 부처님 가르침을 배우고 수행의 습(習)을 익혀놓을 것을 권한다. 일송 거사 역시 “젊을 때 생업이 아무리 바쁘더라도 마음의 기둥이 되는 것은 마음공부밖에 없다는 점을 명심해야 한다”고 조언한다.

합천 해인사/글·사진=배지선 기자

“노년기 四苦 참선으로 해결”

불교공부모임 이끄는 김종서 박사

서울 김상사 김상선원에서 불교공부모임을 이끌며 노후를 보내고 있는 전 대통령 교육개혁위원회 자문위원 김종서(82) 박사. 그는 8년째 매일 참선과 다도 그리고 경전을 공부하며 ‘불교식 노후’를 즐기고 있다. 고위 관료와 교수 등 사회 주요 요직을 거친 후 경제적 여유를 갖추고 있는 그가 이렇게 젊어서 노후를 보내며 ‘행복하다’고 말하는 이유는 무엇일까.

김 박사는 “불교공부모임이 노년기에 겪는 네 가지 어려움 즉 ‘병고’ ‘생활고’ ‘역할상실고’ ‘고독고’를 근본적으로 치유해 줄 수 있기 때문’이라고 자신 있게 말한다. 노인이 되면 근육과 장기가 쇠해져 몸이 자주 아프고 거동이 불편해지는 것은 당연지사. 하지만 시간 날 때 마다 젊에 나와 108배와 참선, 염불 등에 몰입하다 보면 신체건강에 큰 도움이 된다고 김 박사는 권한다.

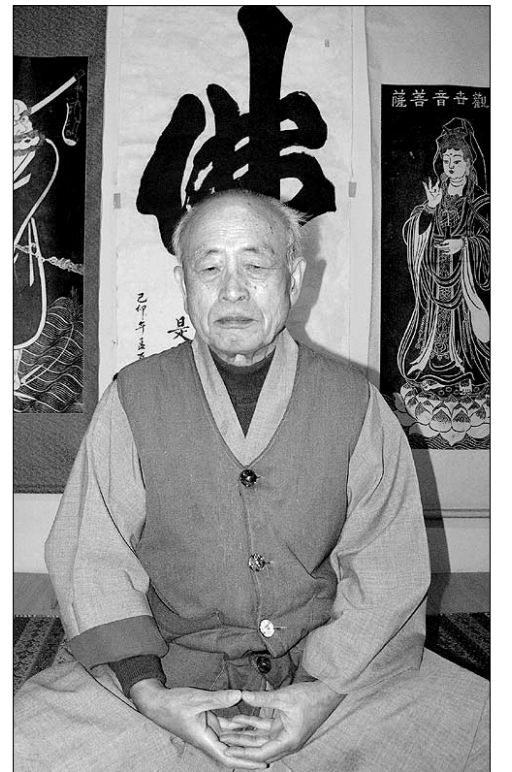
또 노인정에서 무료하게 시간을 보내거나 지하철을 타고 하루 종일 방황하는 노인들에게 이 같은 공부 모임은 정신건강을 행하는 데도 안성맞춤이다. 도반들과 함께 공부모임을 가짐으로서 소속감과 자신감을 키우는 것은 물론 서로 공부를 점검하며 한 차원 높은 정신적 성숙을 이룰 수 있기 때문이다.

특히 평생을 함께 살아 온 부부의 경우 배우자 한 쪽이 먼저 죽게 되면 이로 인한 고독감과 상실감은 이루 말할 수 없이 크다. 하지만 도반들과 함께 불교를 공부하며 마음을 추스르다보면 안정을 찾게 되고 서로가 서로의 효자손이 돼 가려운 등을 긁어주는 따뜻한 인간미도 느낄 수 있다.

김 박사는 “인간의 삶은 앞으로의 설계를 그리는 청소년기와 직업을 가지고 경제력을 축적하는 활동기 그리고 삶에 대한 반성과 죽음에 대한 준비를 하는 노년기로 나눌 수 있다”며 “특히 노년기에 종교를 가지고 생을 정리하는 시간을 가지는 것이 무엇보다 중요하다”고 피력한다.

다시 말해 이 모임을 화두인 ‘이 빛고’를 ‘나는 누구인가’라는 자기 성찰과 ‘죽음이란 무엇인가’에 대한 끊임없는 탐구로 바꿔 생각하며 삶을 정리하는 시기로 보는 것이다.

덧붙여 김 박사는 “젊어서 노후를 대비하기 위해 저축·보험·연금 등을 들듯 사회적·심리적·정신적 만족을 누릴 수 있는 ‘불교식 노후’를 준비하려면 지금부터 꾸준히 젊에 다니며 기본적인 불교적 소양을 익히고 꾸준히 불심(佛心)을 축적해야 한다”고 조언한다.



‘수행이 가장 좋은 노후대비’라고 말하는 김종서 박사의 참선수행 모습.

8년째 매일 참선·다도·경전공부

병목 역할상실 등 저절로 없어져

“불교식 노후” 준비하려면

젊어서부터 젊 다니며 불심 쌓아야

글·사진=노병철 기자

전국 재가선원·시민선방

노년을 수행으로 마무리하고 싶은 불자들이라면 재가자를 위한 시민선방을 찾아보라. 수행법과 깨우침의 길을 일러주는 선지식과 도반이 있는 곳이라면 정법(正法)을 찾는 길이 훨씬 수월할 것이다. 전국 50여 재가선원과 시민선

방을 소개한다. 서울 공생선원 (02)900-2448 / 금강선원 445-8484 / 길상사 시민선방 3672-5945 / 도선사 983-3161 / 묘심선원 523-8005 / 미타사 2262-4736 / 법연사 733-5322 / 법왕정사 456-0035 / 보리수선원 517-2841 / 봉은사 시민선원 511-6070 / 불광사 불광선원 413-6060 / 선학원 732-

3327 / 안국선원 732-0772 / 임제선원 888-6397 / 전등사 전등선림 762-0643 / 조계사 732-2183 / 화계사 시민선방 902-2663 부산 고심정사 (051)464-0068 / 법왕정사 583-7886 / 안국선원 583-0993 / 우곡선원 740-6288 / 정오사 469-5597 / 통도사 부산교포원 시민선방 816-2241 / 해원정사 원도선원 866-7771

대구 보현사 보현선원 (053)431-5400 / 염불선원 782-0120 / 영남 불교대학 관음사 474-8228 대전 무상사 (042)841-6084 / 학림사 오동시민선원 825-0515 / 무상사 841-6084 경기 남양주 봉선사 (031)527-5974 / 수원 공조사 시민선방 246-1001 / 안성 도피안사 676-8700 / 양평 법일정사 771-7745 / 일산 무상선원

903-9628 / 용화사 보살선원 (032)872-6061 충청 김사 선방 (041)857-8881 / 대자암 857-5800 / 용화사 557-2129 전라 광주 자비선학회 (062)231-2733 / 석탄사 (063)538-1288 / 전남 보광사 381-4242 / 전북불교대학 226-7878 / 홍련암 263-6072 경상 울산 학생선원 (052)271-5362 / 영남 불교

대학 관음사 감도도량 (054)771-8350 / 영주 부석사 633-3464 / 밀양 표창사 대흥선원 (055)352-1150 / 양산 통도사 취운선원 383-6479 / 창원 안국선원 231-0772 / 합천 해인사 원당암 달마선원 963-9551 / 합천 해인사 백련암 932-7300 / 홍제사 황령선원 963-9551 제주 남국선원 (064)733-2278

謹賀新年 佛紀 2550年

丙戌年 새해 새날 자비광명 온누리

대한불교조계종 제 9교구 본사

동화사

조실 진제 법원 주지 일응 지성

부주지 수성 금당선원
총무기획 상원 선원장 정봉지환
교무사무 삼현 승가대학
사회대법 경법 강주원허지운
포교대법 일진 사부대중일동
호법법혜

대구광역시 동구 도학동 35번지 TEL 053)982-0101~2 / FAX 053)985-4405

홈페이지 www.donghwasanet

대한불교조계종 제10교구 본사

銀海寺

주지 중화 법타 부주지 선광

총무국장 하종 기획국장 보명
교무국장 본명 재무국장 연암
사회국장 적연 포교국장 범광
호법국장 선조
승가대학원장 지안
연수원장 혜해

경북 영천시 청통면 치일리 497 15 TEL 054)335-3318 ~ 9 / FAX 054)335-0293

홈페이지 www.eunhae-sa.org