

# 팔정도 실천이 수행의 모든 것

흔들림이 없었다.

구도자들은 남이 가지 않은 길을 맨 처음 걸어갈 때는 길을 잃거나 뜻하지 않은 난관에 부딪힐 경우가 태반이다. 당시로서는 온갖 어려움이 예상되는 위빠사나 수행의 구도역정(求道歷程)은 어떠했을까. 스님의 대답은 의외로 간단했다.

“뒤돌아보면 좋은 조건에서 참수월하게, 즐겁게 수행했구나 하는 생각이 들어요. 마음에 번뇌가 없고 몸이 아프지 않아서 건강하게 수행할 수 있었지요. 물질적으로도 늘 작은 것에 만족하며 살다보니 아쉬운 게 없었고, 원수 진 사람도 아닌 인간관계로 인한 괴로움이 없지요.”

항상 안분지족(安分知足) 하며 살아온 구도자의 삶은 그야말로 ‘평상심(平常心)이 도(道)’인 생활이다. 그 무엇도 바라거나 집착하는 마음이 없으니 지금 있는 그대로 행복한 삶이라는 법문이 생생한 경험담을 통해 느껴진다. 스님은 “부처님이 설한 도(道) 가운데 팔정도(八正道)가 제일이다”며, 늘상 새롭고 묘한 것을 밖으로 찾아 헤매는 수행자들을 경책한다.

“고통을 다스리는 법, 고통을 멸하는 사성제가 거기 있으니, 팔정도를 실천하는 것이 수행의 처음과 끝입니다. 수행할 때 괴로움을 없애지 못하면 정진을 잘 할 수 없고, 좋은 길을 모르고 지나갈 수 있습니다. ‘제 마음 찾으니 해놓고 딴 짓을 왜 하니? 제 고통을 왜 애지 않고 가지고 있습니까? 스스로 괴로움을 가지고 있으면서 도리(道理)는 알아서 뭘 합니까. 자기 고통도 해결하지 못하면서 남의 도리를 알아서 어디에 쓰겠습니까. ‘오욕락을 헌신적 처럼 버리라’고 말하면서 절과 중부들을 얻기 위해 다툰다니 험말입니까?”

사성제 가운데 도성제(道聖諦)인 팔정도의 길을 따라 걷는다면 누구든 ‘고통의 소멸’인 열반에 이를 수 있다는 것이 부처님 가르침이다. 하지만, 오늘날 수행자들은 이론과 실천, 깨달음과 삶이 유리된 반쪽짜리 수행을 하고 있다는 게 도성 스님의 진단이다.

그렇다면 수행과 삶, 깨달음과 보살행이 틀어지지 않는, 언제 어디서나 실천할 수 있는 참된 수행법은 무엇인가?

이 질문에 대해 스님은 “언제 어디서나 ‘알아차림’이 있는 정진은 지금 여기서 현증(顯證)되는 수행법”이라고 힘주어 말한다.

“자 한 잔 마시는 일도 내 마음과 몸에 대한 알아차림이 있어서 가능한 것이지, 정진이 빠져서 되는 게 아니죠. 항상 알아차림이 있다는 것은 늘 일념으로 정진하고 있다는 말과 같습니



다. 항상 마음이 주인공이 되어 자신의 일거수 일투족을 관찰하면서 살아가는 게 수행입니다.”

도성 스님은 일할 때나, 정진할 때나, 쉬거나, 언제 어디서나 편안한 마음관찰이 필요하다고 말한다. 사념처관(四念處觀), 즉 위빠사나 선은 행주좌와 어묵동정에 깨어있는 수행이다. 몸(身), 느낌(受), 마음(心), 법(法) 등 관찰대상에 대한 마음집중 혹은 알아차림(念)이 확고하고 면밀하게 정립하는 것을 말한다. 어떤 대상을 볼 때 보고 있는 그 주체에 마음을 집중하고 분명히 자각하는 것이다. 어떤 소리를 들을 때도, 어떤 냄새를 맡을 때도, 어떤 음식을 맛볼 때도, 무엇을 만질 때도, 어떤 것을 생각할 때도 항상 그 대상에 마음을 집중하고 분명히 알아차리는 수행법이다.

도성 스님은 이러한 알아차림 수행의 7가지 요체에 대한 설명을 이어갔다.

“먼저 몸과 마음에 대한 알아차림이 있어야 하고, 법(法)을 살펴야 합니다. 그리고 꾸준히 노력해야 하며, 이를 통해 환희심을 느낄 수 있어야 합니다. 이렇게 고요하게 지속해 나간다면 삼매와 평등심이 자연히 따라나올 것입니다.”

물론, 스님은 ‘삼매’나 ‘평등심’이니 하는 것도 모두 이름과 개념일 뿐, 이를 실제 체험하는 것이 핵심이라고 말한다. 수행을 통해 탐심과 성냄, 어리석음을 제거해 가면 제정해(戒定慧)가 저절로 성취된다. 꾸준한 알아차림 수행으로

지혜가 저절로 나오는 것이기에 따로 구할 것이 없다는 것.

이론적인 것보다 실제적인 노력과 체험을 강조하는 도성 스님은 탐진치를 어떻게 조복(調伏)시켰을까.

“탐진치를 일부러 억제한다기 보다는 탐진치가 필요 없음을 느끼게 되니까 저절로 줄어들겠지요. 예를 들어, 탐욕을 줄이기 위해서는 식사 조절이 참 중요해요. 식탐이 가장 근원적인 탐욕이기에, 무조건 소식하기 보단 어느 정도 먹어야 내 몸에 맞는지 알고 조절하는 노력이 필요하겠지요. 동물들은 자기 몸에 딱 맞게 식사를 해서 위장약을 먹을 필요가 없는데 사람이 동물 보다 못한가 보죠.”

스님은 평생 오후불식을 하면서 수시로 일을 하기 때문에 따로 포행(산책)을 할 필요가 없을 정도다. 새벽 2시에 일어나 3시 30분에 예불을 올린 후, 좌선을 하고 화원의 보은을 위해 연탄을 가는 등 도량 곳곳에서 사소한 일들을 직접 챙긴다. 신도들이 찾아오거나 초청을 하면 법문을 해주고 수행도 지도하려 다니지만 몸이 피로한 연세에 장거리 항공여행을 하고도

피곤한 기색 없이 거동하는 모습에 동행하는 사람들이 깜짝 놀랄 정도다.

“공부는 억지로 하는 게 아닙니다. 자기도 모르게 열심히 할 맛이 날 정도로 재미가 있고 수월해야 해요.”

도성 스님의 법문은 생활속에서 경험적으로 우러난 것이기에 어렵지 않고 오히려 생생하게 다가온다. 화려한 미사여구로 수식된 개념의 언어가 중생의 삶속에 실현되지 못하는 요즘, 언행이 일치하지 않은 문자선(文字禪), 구두선(口頭禪)이 유행하는 오늘날, 한 평생 부처님 법대로 한결같이 소박하게 수행해 온 스님의 삶은 그대로가 법문이다.

지구 반대편 아이티에 일어난 대재앙에 대해 우리의 공업(共業)임을 알고 참회의 삶을 살아야 한다는 도성 스님. 성주과공(成住壞空) 하고 생주이멸(生住異滅) 만물이 생기고, 머물고, 변화하고, 소멸하는 현상이 변화하는 자연과 고통 받는 사람들의 생로병사를 보며 우주는 영원한 것 없는 제행무상의 세계임을 깨달아야 한다고 강조하는 스님.

도성 스님은 스님과 불자들을 위해 마지막으로 간곡한 당부의 말을 잊지 않았다.

“1시간이라도 더 늦기 전에 빨리 정진하세요. 병 들고 힘 없으면 공부하기 힘듭니다. 언제 어디서나 가장 좋은 부처님 법문 그대로 수행하시기 바랍니다.”

김성우 기자



## 활안 스님의 내가 만난 선지식 禪

### 79. 석남사 인홍 선사

석남사 인홍(1908~1997) 스님은 한국 비구니 총재를 지내신 분이다. 인상이 남달라 여자이면 서도 남자같은 기질을 가지고 태어나 일찍부터 여장부로 알려졌다. 경북 영일에서 출생해 어머니 진양 하씨가 백마를 탄 장군을 보고 낳았는데, 어려서도 여자 아이들과 놀지 않고 남자들과 잘 어울렸다고 한다.

1941년 33세의 나이로 세상의 무상(無常)을 깨닫고 월정사 지장암에 들어가 해 상원사에서 3안거를 마치고 금강산 신계사 법기암에 들어가 영가 천도법을 전수받고 그곳에서 잠선정진하였다.

45년 서울 안국동에서 동산 율사에게 비구니계를 받고 수덕사 만공 스님

석남사 주지를 맡으며 쇠락한 도량을 일으키기 위해 ‘일하지 않으면 먹지 말라(一日不作一日不食)’는 백장 선사의 청규를 그대로 실천한 스님은 69년 60이



일엽편주(一葉片舟) 두동실 떠가는 곳이어  
공중에 둥근 달은 밝은 빛뿐이네.”

필자와는 스님의 상좌 한 분이 통신대학에 입학해 공부를 잘 했으므로, 그 인연으로 부산

동래에서 한 여름 동안 수련을 마치고 석남사에 찾아가니 그 위용이 대단했다. 신라 혁거왕 16년(824), 도의 국사가 장경한 이 절은 한국 9산선문(九山禪門)의 하나로서 남정네도 살기 어려운 곳인데, 이렇게 험한 골짜기를 어떻게 개간해 중창불사를 이뤘는지 알 수 없다.

그때만 해도 나이 80이 다 되어 거동이 불편하면서도 대원사 선방에 있다가 해제한 후 오셨다고 하였다.

### 한국불교 사부대중의 기린아... “도인도 배워야 포교해”

저소를 거쳐 다시 오대산 한암 스님께 찾아갔다. 그러다 6.25한 국전쟁을 만나 월내 묘관음사로와 정진하다가 그곳에서 한 소식을 얻었다.

“해동에 천고(千古) 밝은 달은 강남만리 천(川)을 비추고 있네  
저 맑은 달빛은 본래 피차(彼此)가 없거니  
참선자는 분별·망상 떠나야 하리.”

이로부터 청풍(淸風) 남자가 구름처럼 물리자 태백산 홍제사로 갔다가 대구 동화사에 전국 비구니총법을 계획했다가 파정했다. 1957년부터 20년간 언양 석남사에 머물면서 대웅전, 극락전, 정수선원, 심검당, 건원동을 보수하고 3층 대탑을 보수해 부처님 진신사리를 모셨다.

님은 연세로 석남사 심검당 3년 결사를 시작했다. 마지막 100일은 아예 잠을 자지 않으며 용맹정진한다. 처절한 수행이었다.

이렇게 77년까지 중창불사를 마치고는 다시 본분 회상으로 돌아가 쌍계사 칠불암, 유가사 도성암, 지리산 상무주암, 덕산 대원사 등 제방선원에서 수행을 계속한다.

그후 석남사 별당에서 주석하던 스님은 80이 넘는 나이에도 서릿발같은 엄격함으로 후학을 지도하며 용맹정진을 할 때마다 장군죽비를 내리쳤다. 마지막에는 80 고령으로 3년 결사에 들어가 97년 4월 14일, 세수 90으로 열반에 드시니, 한국불교 4부대중의 기린아였다.

“3세 불조 가던 길을 나도가야지  
우민생애 사바의 길 끝길만 갈네

“우리 불교는 너무 무식해 큰 일이며, 직지인심 경성성불로도 만 깨달으면 다 될 것 같은데, 부처님이 나오시더라도 운전을 배우지 아니하면 차를 몰 수 없지 않겠나. 학벌도 없는 가운데서 일반 배우다 보니 또 고집까지 불통(不通)이거면, 젊은 사람이 통신교육을 한다 해서 내 애들 보고 공부하라고 하였으니 잘 가르쳐 주시길 바랍니다.”

하고 까듯이 격려해 주었다. 스님의 주장은 도인도 배워야 한다는 것이었다. 요즘을 말로 하면 리모콘을 쏠 줄 알아야 TV도 보고 비디오를 틀듯이 비행기, 기선, 기차를 타지 않고 어찌 먼 길을 가며, 길가에서 만난 사람 제도하러면 무식해서는 안된다는 것이었다. 일본 사람을 제도하러면 일본 말을 잘 해야 하고, 미국 사람을 제도하러면 미국 말을 잘 해야 하기 때문이다.

**불교방송**  
**경남중계소 개국**  
**FM 89.5 MHz**

**개국법회 안내**

귀의삼보 하옵고, 부처님께서는 2,600년 전 초전법륜을 통해 우리에게 깨달음과 행복의 지혜를 처음으로 전해 주셨습니다. 2,600년이 지난 오늘 부처님의 가피와 불교방송의 치열한 헌력으로 경남지역에도 부처님의 법음을 전하는 경남중계소를 개국하게 되었습니다. 경인년 새해, ‘불교방송 경남중계소 개국 및 부산불교방송 개국 15주년 기념 법회’를 마련 하오니 부디 참석하시어 법석을 빛내 주시기 바랍니다.

불기 2554년 좋은 날

● 일시: 2010년 2월 1일 오후 6시  
● 장소: 경남 창원시 대원동 문민호텔 대원회장  
● 법회 문의: Tel. 051)797-5114

(재)불교방송 이사장 영 담  
부산불교방송 사 장 박순곤

**BBS 불교방송**

◆ IP-TV QOOH TV (ch.550) broad&tv (ch.521) myLG tv (ch.108) ◆ RADIO 부산 89.9MHz ◆ 시사주간지 판판뉴스

**사찰 연등 및 전선 (범당용)**  
초심의 자세로 최선의 노력을 다하는 불자 기업입니다.

특정 가법고 설치가능  
동간격·규격상조  
원터치 연등 회전걸이

SMD LED전구(국산정품)  
고구구 128 인자구 268

**불제대원기업**

구입문의 (031) 986-0277~8 (02)2266-2634, 2263-2638  
구입문의 (032) 582-6235~6 구입문의 H-P 011-630-7092  
http://www.bulje.co.kr 공장: 경기도 김포시 양촌면 석모리 287-2

**전선간격**  
22cm, 25cm, 28cm, 30cm, 40cm, 50cm, 1M, 2M, 3M, 5M, 8M, 10M 기타주문

**생산에서 시공까지 책임지겠습니다.**

**사찰 LED전구 (정품)**

- ▶ 고추전구, 인지전구 (정품)
- ▶ 범당용, 외곽용
- ▶ 필라멘트가 아닌 반도체로 되어 반영구적이다.
- ▶ 반도체로 되어 화재와 전기소모가 거의없다.
- ▶ 소켓 AC220V용으로 다양도로 사용

**사찰 램프전구 (정품)**

- ▶ 고추전구, 인지전구 (정품)
- ▶ 종류: 3W, 5W, 10W
- ▶ 특 필라멘트로 빛이 율동해 밝고 절전효과가 있다.

**건전지용초, 방생, 탐들이 행사용**  
**청사초롱 및 초롱 걸이대**

**연등 (정품)**  
범당등(공단등), 영가등, 오석등, 황금등, 주름등, 특수등

**권사찰, 법당, 외곽, 연등용 전선 시공**