

‘이~’ 하는 그 놈 찾아 떠난 7일 간의 마음여행



용맹정진 동참자들. 선원장 도원 스님이 7일 간의 수행을 이끌었다.

한때는 주말마다 철야정진을 하고 밤을 새워 경전과 선어록을 공부하며, 출퇴근 시간마다 선사들의 법문과 경전을 테이프를 들어가며 환희심에 젖어 산 적이 있다. 7년 전 조계사에서 모 선사의 법문을 듣고 마음이 밝아지는 체험을 한 이후, 경전과 선어록을 보는 안목이 완전히 달라지고 비로소 무엇을 찾고 구하는 갈망이 현저하게 줄어들어 시절이 있었다. 그 이후 좌선 또는 간경, 행선 과정에서 다양한 경험을 하며 더욱 더 불법(佛法)에 대한 확신을 갖게 되었고, 이만하면 그 무엇에도 의지하거나 흔들리지 않고 정진하며 살 수 있다는 자신감도 갖게 되었다.

하지만, 수행을 통해 얻어진 힘을 삶의 현장 속에 적용하는 일은 여전히 만만치 않았다. 사회생활 속에서 나타나는 무수한 경계들, 복잡한 인간관계 속에서 부딪치는 오해와 갈등 등은 그야말로 ‘좌선은 연습이요 생활이 실천이다’라고 한 말을 상기시켜주었다. 되돌아보면 그 많은 시행착오와 경계들이 내가 나에게 던지는 화두이자 공부거리였던 것 같다. 스스로 짓고 스스로 받는 자작자수(自作自受)의 구도 여정에서 내가 경험하는 모든 것이 마음에서 드러난 것[自心所現]임을 더욱 뼈저리게 느끼게 된다. 끝없이 초월하는 향상일로(向上一路)의 여정에서 매

사에 정성스럽게 진실 자체가 되어 살아야겠다는 다짐이 자연스럽게 일어났다. 사람에게는 누구나 본래부터의 천진한 맑고 양심이 있으니, 양지양능(良知良能)의 본래심은 스스로를 너무나 잘 알고 있기 때문이다.

3월 21~25일, 대전 묘실상선원(선원장 도원)에서 ‘선칠(禪七: 7일간의 집중 참선수행) 용맹정진’에 동참기로 한 것은 새로운 삶을 기약하는 나만의 정신 자세를 다잡기 위해서였다.

21일, 대전시 동구 중동 47-18 중동타워 9~10층에 자리한 묘실상선원 입구에 들어서니, 선밭장 앞 바다에 이런 글귀가 눈에 들어온다.

“신발과 알음알이를 놓아버리고 처음처럼...”

그야말로 내게 던지는 의미심장한 한 마디다. ‘그래, 처음처럼 초발심으로 다시 시작하는 거다.’

선원장실에 들어서니, 도원 스님과 조금 전에 도착한 선칠 용맹정진 동참자들이 차담을 나누고 있었다. 그런데 하나 같이 회색 법복에 삭발한 모습이다. 범상치 않은 외모와 차분하고 부드러운 말투에서 수행의 향기가 묻어나온다. 아무래도 제대로 걸린 것 같다(는 당혹감이 엄습한다. 아나나 다를까 이들은 20~30년간 좌선에 몰두해온 재가수행자들이었다.

앉는다. 모처럼의 철야정진이라 할 수 없는 긴장감이 밀려온다. 며칠 전부터 시작된 기침감기도 마음에 걸린다. 이를 전부터 기침을 삭이기 위해 생강차를 끓여 마셔두었지 다행히 기침은 나지 않는다.

감기기운도 그러려니와 몸이 7일간의 철야정진을 감당할 수 있을지도 은근히 겁이 난다. 지난해 말, 휴가기간을 이용해 서울 보림선원의 7일 철야정진을 마친 적은 있지만, 그때도 무릎을 비롯한 다리의 고통은 이만저만한 것이 아니었다. 게다가 이번 선칠 정진은 사실상 8일간의 일정으로 하루 18시간 30분씩 정진해야 하는 벽찬 일정에서 순간적으로 ‘중도에 탈락하면 망신인데...’ 하는 걱정도 든다. 몸과 마음을 구성하는 오온(五蘊)은 공하며, 본래의 자성은 몸과 마음으로부터 벗어나 있음을 확인하면서도 말이다. 도원 선사의 ‘몸과 마음이 내 것이라는 생각에서 벗어나고’ 하는 ‘신심탈락(身心脫落)’의 경지를 추구하지만, 막상 고통이 엄습하면 그러한 알음알이는 제대로 힘 한번 못 쓰고 무너지기 일쑤다.

몸에서 일어나는 아픔과 정신적인 고통이 모두 내 것이 아니라, ‘내가 있다’는 에고(ego)의식이 윤회의 근원임을 알기에 다시 한번 강렬하게 화두를 든다. ‘부도로부터 태어나기 이전 본래면목은 무엇인가?’ 하는 ‘이렇고?’를 쟁긴다. 온갖 잡다한 망상과 괴로움, 뼈를 에이는 고통도 ‘이렇고?’ 화두를 쟁기는 순간은 흔적도 없다. 하지만, 화두는 순일하게 이어지기 힘들다. 순간순간 고통과 절망감, 안도감, 자신감 등이 끊임없이 교차하며 흐른다. 이러한 생각의 흐름 역시 공(空)함을 알기에, 화두가 잘 안 들린다는 생각도 놓고 다시 화두를 쟁긴다.

통이 큰 만큼 마음은 그 보살수단으로 달콤한 환상을 선사한다. 좌선하면서 베드신을 떠올리거나 확철대오해서 만인의 찬탄을 받고 명예를 얻는 상상까지 일어난다.

망상이 꼬리에 꼬리를 물면 그간 살아온 인생을 순식간에 돌아보기도 하고, 미래를 예견하는 듯한 망상을 피우기까지 한다. 좌복 위에 앉아 과거와 미래를 오가며, 서울과 대전, 미국과 우주를 오가니 참으로 번뇌·망상의 신통력이 대단하다. 오랜만의 철야정진에서 아직도 육신을 조복(調伏)하지 못하고, 망상에 끌려다니는 모습을 여실히 확인하게 된다. 역시 이번 용맹정진에 동참한 것은 백번 잘한 일인 것 같다.

#23일: ‘이~’ 하는 바로 그놈이다

하루 이상의 수행일정이 경과하니 어느 정도 몸과 마음이 용맹정진에 적응하는 느낌이다. 그토록 엄습하던 무릎 부위의 고통도 사그라졌다. 사람의 몸은 어떤 상황에서도 적응하기 마련인가 보다. 화두가 한결같이 들리는 시간이 길어지니 육신의 피로함과 번뇌망상도 멈추고 환희심이 일어난다. ‘그래 바로 이거야’, 용맹정진에 동참한 보람을 비로소 실감한다.

23일 12시, 오재(점심공양)를 마치고 휴식을 취하던 중 핸드폰의 메일을 열어보니, 오래 전부터 염불선을 두던 도반으로부터 연락이 와 있다. 그는 문자를 통해 ‘이렇고?’ 화두를 들 때 ‘이~’ 하는 그놈이 바로 그것(自性)이다’며 ‘화두가 한결같이 들린다’고 안부를 전했다. 내가 대전에 와서 정진하는 줄 모르는 상황에서 몇 년만에 ‘이렇고?’ 화두 소식을 전해오는 것이 신기하기만 하다.

‘이~’ 하는 그 놈은 시간과 공간과 초월해 있으면서 시공을 창조하는 동시에, 보고 듣고 감각하고 아는 작용을 통해 드러나는 불성, 바로 그것이다. 부처님께서 새벽 별을 보는 순간 깨달은 것이요, 영운 선사가 복사꽃을 보는 순간 확인한 것이요, 향일 선사

살면서 겪은 시행착오 · 경계가 화두이자 공부거리

본래자리는 분별심 조작심을 타파해야 보여

공주에서 온 일정 이연대(57) 거사와 멀리 울산에서 올라 온 불과 안정민(53) 거사, 대전 유성구에 사는 보안 서민수(50) 거사·자인성 김수왕 보살 부부와 도원 스님, 그리고 필자를 포함한 여섯 명이 1주일 철야정진에 입재한 것이다. 다음은 7일간의 마음 여행을 마친 후, 당시를 회상하며 쓴 용맹정진 동참기이다.

#3월 21일: 몸이 있기에 두려움이 있다

3월 21일 저녁 6시, 공양을 마치고 도원 스님으로부터 ‘선칠 용맹정진’ 기간에 유의해야 할 점에 대해 들은 후 7시 30분부터 곧바로 정진에 돌입했다. 선밭에서 준비를 세 번 치는 것으로 저녁 예불을 대신 한 후, 몸을 앞뒤 전후로 움직인 후 반부좌로

#22일: 좌복 위에 펼쳐진 세상

22일 0시에 차와 간식을 먹으며 30분간 휴식을 취한 후, 다시 1시간 30분간의 좌선이 진행된다. 전날, 장시간의 운전 탓인지 피로함이 몰려온다. 평소 50분 단위로 철야정진을 해온 터라 1시간 30분 단위의 좌선은 고관절과 무릎 관절에 부담을 주기 시작했다. 겉으로 평온한 선방의 모습이지만, 수행자들의 머리 속에는 고통과 절망, 환희심, 자신감 등의 온갖 만감이 교차할 것이다.

하반신의 고통을 잊기 위해 화두삼매에 들어보지만, 화두가 일어난 상태가 오래 가지 못한다. 이윽고 피로한 몸은 삼매가 아닌 혼침이나 망상을 불러온다. 좌선 중의 망상은 평소에는 잘 드러나지 않던 뿌리 깊은 욕망이 분출되는 경우가 많다. 육체적인 고





불탑의 나라, 황금의 땅 미얀마

미얀마 성지순례

출발일 : 5월 24일, 28일 (2회) / 6월 4일, 15일 (2회)

· 양곤 / 바간 / 만달레이 / 양곤 - 6일 - 135만원 · 양곤 / 바간 / 만달레이 / 헤호 - 6일 - 140만원
· 양곤 / 바간 / 만달레이 / 몽유와 / 헤호 - 7일 - 145만원

특 전

1. 국제선 및 국내선 왕복항공료 포함.
2. 전일정 특급호텔 및 식사포함.
3. 1억원 여행자 보험 포함
4. 각종 항공세 포함 (국제선 및 현지항공세 \$10, 관광진흥개발기금, 인천공항세, 유료할증료)
5. 일정표상에 명시된 파고다 입장료 포함.
6. 미얀마 비자비용 (25,000원)
7. 불포함 외에는 추가비용 없습니다. (불포함 : 개인적인 제반사항 및 생수비용, 가이드+기사팀)

- 구화산 / 상해 / 보타산 6일 5/23일, 6/6일 - 북경 / 백두산 6일 - 베트남 하롱베이 / 캄보디아 씨엠립 6일 - 캄보디아 씨엠립 5일 - 방콕 / 파타야 5일 - 대만 4일

20년 한결같은 마음으로 여러분을 최고로 모십니다. 불교성지전문 마하연투어 대표전화 ☎ 02)365-7747

초특가!! 단 4회

신청마감

4월 23일

