

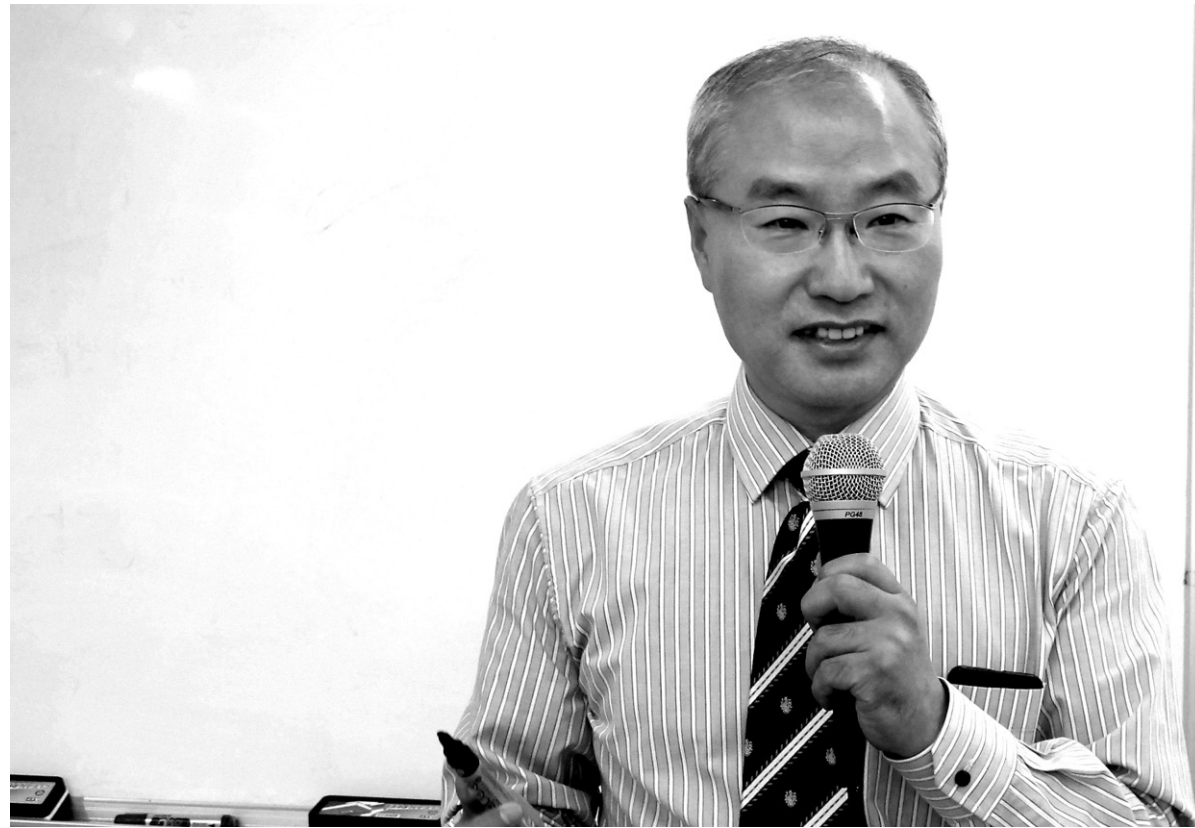
불교여성개발원 웰다잉 교육

한국간화선연구소 책임연구원 김홍근 박사

生과 死 없는 ‘그 자리’로 돌아가야

사람은 누구나 죽는다. 생과 死는 하나라고 말하지만 우리 인간에게 죽음은 여전히 두려운 대상인 지 모른다. 그래서 어떻게 죽느냐는 어떻게 사느냐 만큼 중요한 것이다. 결국 죽음은 삶의 종착역이 아니라 삶의 일부와 연결되는 중요한 의식이다. 지금 우리에게 필요한 것은 웰다잉이다. 지난 9월 19일 불교여성개발원에서 주최하는 웰다잉 심화과정 첫 강의 ‘아름다운 마침표, 그 아름다운 성장과 하나됨’이 템플스테이종합정보센터 보현실에서 열렸다. 이 자리에서 김홍근 박사(한국간화선연구소 책임연구원)는 ‘살과 죽음, 둘 아닌 도리’를 일깨워주었다.

정리=정혜숙 기자



불교여성개발원에서 주최하는 웰다잉 심화과정 첫 강의 ‘아름다운 마침표, 그 아름다운 성장과 하나됨’이 9월 19일 템플스테이종합정보센터 보현실에서 열렸다. 이 자리에서 김홍근 박사(한국간화선연구소 책임연구원)는 ‘살과 죽음, 둘 아닌 도리’를 일깨워주었다.

선(禪)은 삶과 죽음이 없는 ‘그 자리(落處/當處)’를 단도직입으로 직지(直指)합니다. 삶과 죽음이 원래 실재하지 않습니다. 하지만 대부분의 사람들은 삶과 죽음이 실재한다고 생각을 하죠. 오늘 삶과 죽음이 없는 그 자리에 대해 알아봅시다.

(방거사 어록)에 이 ‘낙처’에 대한 이야기가 나옵니다. 만년의 방 거사가 약산유엄 곁을 떠날 때, 약산이 열 명의 제자들로 하여금 산문 앞까지 전송하게 하였습니다. 그때 마침 눈이 내리자 거사가 말했습니다. “타스러운 눈이 펴펴, 다른 곳에 떨어지지 않는구나.(好雪片片 不落別處)” 그때 전(全)수좌가 “어디에 떨어질지나?” 하고 묻자, 거사는 손바닥으로 때리며 “그대는 남들이 선객이라 하겠지만, 염라대왕이 가만히 놔두지 않을 것이다. 눈이 있어도 장님과 같고, 입이 있어도 벵어리구나!”라고 하였습니다.

방 거사가 말하는 ‘그 자리’는 어디를 가리키는 것일까요? 삶과 죽음이 없는 그 자리는 어디일까요? 자 그럼 ‘그 자리’를 먼저 불교의 핵심인 ‘연기(緣起)와 성기(性起)’를 통해 알아봅시다. 지금 여러분이 강의를 듣고 있는 보현실 법당은 무엇으로 이루어져 있습니까?

연기법을 그려 봅시다. 이 보현실은 천장 벽 기둥 바닥 전등 좌복 사람 등으로 이루어져 있고, 이것들은 또 땅 공기 햇빛 ... 결국 우주로 연결되었죠. 보현실은 보현실이지만, 보현실은 보현실이 아닌 것으로 이루어져 있습니다(假合, 一中多). 변하지 않는 실체로서의 보현실은 없습니다(諸法無我). 보현실은 보현실이 아니고, 그 이름이 보현실일 뿐입니다(금강경). 그리고 보현실을 구성하는 것들이 끊임없이 변하고 있으므로, 보현실도 더불어 변하고 있습니다(諸行無常). 또한 보현실은 동시에 주위에 영향을 주고 변화시키기도 합니다(多中一). 만물은 서로 맞물려 변화 중에 있는 것입니다. 이것이 연기법입니다.

그러면 ‘불법’이라고 할 때의 법(法, Dharma)을 오늘은 이렇게 한 번 풀어봅시다. ‘법’이란 말은 ‘진리’를 의미하면서 동시에 제 ‘법’ 무아의 경우처럼 ‘만물’을 가리키기도 합니다. ‘만물은 그대로 진리’라는 말인데, 마치 법(法)이 물 수(水)자와 같 거(去)자가 합친 것처럼, 만물의 실상은 끊임없는 ‘흐름(法)’으로서, 연기실상(緣起實相)이 바로 진리라는 말입니다. (금강경)에 ‘법은 정해져 있지 않다(無有定法)’고 했는데, 이렇게 만물의 연기실상을 바로 보는 것이 ‘법을 보는 눈(法眼)’입니다. 연기법은 서구에서 말하는 ‘존재’라는 개념과는 근본적으로 다릅니다. 변하지 않는 실체로서의 ‘존재’는 환영(幻影)에 불과합니다.

또한 연기법은 인과동시(因果同時)를 드러냅니다. 제가 지금 마시는 물은 어느 샘에서 왔었죠. 이 물

자체는 샘에 있을 때나, 조금 전 컵에 담겨있을 때나, 이제 마셔서 제 몸의 일부가 된 지금이나, 그 자체는 조금도 달라지지 않습니다. 즉 물은 태어났다 죽은 것이 아니고, 그 위치가 변화되어 온 것뿐입니다. 인연(원인과 조건)따라 제 피가 되었다가, 인연이 다하면 또 다른 것으로 변하겠지요. 연기법에 의하면, 만물도 이 물과 같습니다. 만물은 태어났다 죽는 것이 아니라, 그저 인연 따라 옮겨갈 뿐입니다. 이 ‘태어나지 않는 진리’를, 부처님은 법의 도장을 찍어서 ‘무생법인(無生法忍, 忍=印)’이라 하셨습니다. 따라서 ‘법으로 이루어진 세계의 실상(法界實相)’은 불생불멸(不生不滅)이며 부증불감(不增不減)입니다.

이 법칙에 인간도 예외가 아닙니다. 사실상 ‘죽음 나’는 없습니다. 이 우주 어디에도 없다가 새로 생겨나는 것은 없습니다. 생겨나지 않으니, 죽을 것도 없

는 것이입니다. 그러면 온통 일진법계가 드러납니다. 사실 연기에서 성기로 한 차원 올라가는 데에는, 정신의 벽이 가로막고 있습니다. 연기된 만물은 보이지만, 한 차원 높은 그 바탕은 심안이 열려야만 볼 수 있습니다. 그 정신의 벽을 뚫고 마음의 눈을 뜨는 것이 참선법입니다. 방 거사가 말하는 ‘그 자리’를 당신은 보십니까? 바로 눈앞이 온통 그것입니다. 하지만 눈이 있어도 보지 못하는 장님 같다면, 자비로운 방 거사의 한 방을 맞아야 합니다.

눈이 땅에 떨어지는 모습에서 이 바탕 자리를 보았던 것입니다. 그 바탕은 텅 빈 것 같지만, 실은 신령스런 앞으로 가득 차 있습니다(空寂靈知). 진공인 듯 하지만, 생명이 가득합니다(真空妙有). 온 법계가 오직 본래 청정한 그것뿐입니다. 마라나 존자는 ‘마음이 만 가지 경계 따라 나뉘다(心隨萬境轉)’고 하였습니다. 이 마음이 진공묘유의 공(空)이자 바탕(性品)입니다. 그 바탕은 인연 따라 일어납니다(性起). 공즉시색(空即是色)입니다. 그리고 인연이 다하면 돌아갑니다(色即是空). 연기가 성기로 전환되면서, 바탕이 확연히 드러납니다. 그리고 색과 공이 불이(不二)인 일심법계로 회통됩니다. 알고 보면 일체가 아미타불의 나뉘입니다.

불교에서는 사물 자체를 실체로 안보고 주변과 관계 속에서 끊임없이 변하는 상황(法)으로 봅니다. 인간도 하나의 실체가 아니라 상황일 뿐입니다. 결국 웰다잉이라는 것은 죽을 ‘나’가 없다는 사실을 자각하는 것으로 깊어집니다. 나는 ‘불이(不二)의 색과 공’으로 이루어져 있는데, 색은 처음부터 변해가는 환영일 뿐이며, 결국 나의 성품인 바탕은 생명으로 가득 차 있으니, 알고 보면 참나는 죽을래야 죽을 수가 없는 것입니다. 태어난 적도 없는 내가 어떻게 죽을 수가 있겠습니까? 진정한 웰다잉은 죽을 ‘나’가 없다는 사실을 깨닫는 것입니다.

우리가 보통 죽는다고 말하는 것은, 나라고 잘못 알고 있던 환영이 죽음을 맞이하는 것이라고 볼 수 있습니다. 우리는 사람 몸 받고 그 명(命)이 다하기 전에, 아상(개념으로서의 나)이 먼저 한 번 크게 죽어야 합니다(大死一番). 하지만 ‘아상’이라는 환영이 거짓으로 드러나더라도, 실제 나는 팔필 살아있습니다(絕後蘇生). 그것은 상락아정(常樂我淨)으로서의 참나입니다. 웰다잉은 이렇게 한 번 당겨 죽어보는 것입니다. 생사일대사의 해결은 자아(아상)가 당겨

죽는 것입니다. 그러면 온통 일진법계가 드러납니다. 사실 연기에서 성기로 한 차원 올라가는 데에는, 정신의 벽이 가로막고 있습니다. 연기된 만물은 보이지만, 한 차원 높은 그 바탕은 심안이 열려야만 볼 수 있습니다. 그 정신의 벽을 뚫고 마음의 눈을 뜨는 것이 참선법입니다. 방 거사가 말하는 ‘그 자리’를 당신은 보십니까? 바로 눈앞이 온통 그것입니다. 하지만 눈이 있어도 보지 못하는 장님 같다면, 자비로운 방 거사의 한 방을 맞아야 합니다.

웰다잉은 결국 생사일대사의 해결입니다. 그 지름길은 나를 쳐출 선지식을 만나는 것입니다. 정신의 벽을 뚫는 길은 선지식을 찾는 데 있습니다. 웰다잉은 미리 죽는 것이고, 당겨 죽으려면 선지식의 자비로운 한 방을 맞고 심연으로 떨어져 그 바닥을 쳐봐야 합니다. 지옥 밑이 꺼지면, 그곳이 극락입니다. 발밑이 무너지는 그 기막힌 맛을 한 번 보십시오. 사람이 길입니다. 지금 즉시 목숨 걸고 스승을 찾으십시오.

“소통으로 마음의 온도 유지하자”

황수경 박사의 ‘소통과 나눔 강의’



“얼마전 한 직장에서 일하던 젊은 청년 한 명이 자살을 했습니다. 이른 나이에 그런 선택을 한 청년이 너무 안됐고 불쌍했습니다. 죽음이라는 것이 무엇인지 알고 싶습니다”

황 박사는 “우리 사회가 경제적으로 잘 살게 됐지만 예전보다 더 불행해지는 이유는 뭘까요? 저는 대화의 단절에서 그 원인을 찾고 있습니다. 우리가 이 교육을 통해 소통을 배우고 진정한 삶의 의미를 안다면 주변 사람을 살릴 수 있는 힘이 생길 것입니다”

“88세 중증 치매 노모를 모시고 있습니다. 어머니를 아름답게 잘 보내드리고 싶은 마음에 언니와 함께 수업을 신청하게 됐습니다” 웰다잉심화과정 첫째날 강의 후반기는 황수경 교수 (사진·동국대학교 명상상담학과)의 ‘소통과 나눔’ 강의로 진행됐다. 회원들은 자신들이 왜 이 수업에 참여하게 됐는지를 말하며 마음을 나누는 시간을 가졌다.

황 박사는 마음의 온도를 정상적으로 되돌려 놓는 것이 중요하다고 강조한다. “저는 교도소에 상담을 많이 나갑니다. 그곳 재소자들 대부분은 어렸을 때부터 대화의 단절로 남의 말을 공감할 수 없고 느낄 수도 없습니다. 이것이 곧 사회와의 단절로 이어지는 거죠. 대화를 통해 서로의 마음을 나누며 마음의 온도를 유지하는 것은 정말 중요한 일입니다. 이렇게 소중한 인연으로 이어진 오늘의 만남을 통해 주변 사람들에게 행복을 나눠 줄 수 있는 사람으로 거듭납시다”

Advertisement for 'On-Heat' (온열복대) health product. It features a large image of the product, a list of benefits for back and neck pain, and contact information for the manufacturer. The text includes: '건강백세 아직도 차고 시린 배를 참고 계십니까?', '“아름 열에 약하고” 배를 차게하면 질병의 원인이 됩니다.', '열침의효능 헬스벨트 금강약돌 온열복대', '원적외선 “열침”의 효능 신비로운 금강약돌 온열복대', '속품의 불편함을 해소 가격은 최저 기능은 최고', '복한에서 소량만 생산되는 북한3대 특산품인 금강약돌을 주성분으로 만든 기능성 건강치료기 금강약돌 온열복대입니다.', '오장육부를 치유함에 있어 속품을 권장하지만 많은 시간이 소요되며 흉터 및 뜨거움을 이겨내야 하는 고통과 냄새가 강하기 때문에 가족 및 주위 분들에게 피해를 줄 수 있다.', '아랫배가 냉하거나 손,발이차신분 *오심건, 고관절, 당뇨, 전립선 *생리통, 변비, 냉증, 산후조리 (특히 여성에게 필수적입니다) *하복부 지방분해 효과로 다이어트에 최고이며 다음과 같이 건강이 약하신분께서는 3~4일 먼저 선체험 후 구매여부를 결정하세요. 많은 스님, 불자님들께서 체험 후 좋은 치유 효과를 보고 있습니다.', '◆문의전화 : 금강의료기 (02)723-0099 *입금계좌 : 농협 053-12-125418 강환영 *일요일 공휴일도 상담합니다. *대리점 및 딜러모집 (조합자극건강매트, 오심건조기, 요추베개등 자매품다양)'