

"명상은 실참"이라고 말하는 이용태 한국명상총협회 경영위원장이 명상하는 모습.



이 위원장은 미얀마 정부 법률고문역으로 1년간 근무하며 명상을 체계화 했다. 사진은 미얀마 근무시절 모습.

한국 명상 세계화 원력… "원류는 2600년 전 부처님"

'이용태 경영위원장' B1면에서 계속

이 위원장은 그 시간에 본격적으로 '명상'을 자신의 주제로 받아들이고 자기화하는 시간을 갖는다. 그럴 수 있었던 데에는 홀로 있는 시간이 많다는 것과 함께 명상을 시작할 수 있는 중요한 씨앗을 가져왔기 때문에 가능했다. 목화씨와 같았던 그 씨앗은 이 위원장이 부인을 통해 알게 된 참불선원의 각산 스님으로부터 받은 것이다. 이 위원장은 가끔씩 참불선원 법회에 참석해 각산 스님의 '명상'을 접한 바 있다. 참불선원의 법회는 대부분 참선법회로 진행되는데 가끔이었지만 법회에 참석해 명상의 시간을 가질 때마다 얻은 것이 많았다. 새로운 길을 찾아야 했던 이 위원장에게 각산 스님은 '법화삼매참법기도'를 권했고, '명상'을 시작할 수 있는 길도 조금씩 열어주고 있었다. 아쉬운 것은 그 지도를 이어가지 못하고 이 위원장이 미얀마로 떠나게 된 것이다. 하지만 그 아쉬움이 더 큰 결실을 가져왔는지도 모르겠다.

"미얀마에서는 혼자 있는 시간이 많았어요. 자기 전에 각산 스님이 일러주신 대로 명상의 시간을 가졌어요. 물론 법화삼매참법기도도 매일 했지요."

108배와는 또 다른 시작과 과정이었다. 108배를 통해 경험했던 시간은 '절(拜)'이라는 움직임 속에서 고요함을 찾았다면 미얀마에서의 시작은 '앉는다'는 생각에서 시작하는 고요였다. '앉는다'는 생각은 각산 스님의 조언이었다. 고요와 만나는 것을 명상이라고 했을 때, '앉는다'는 시작은 이 위원장에게 새로운, 본격적인 명상을 시작할 수 있게 한 중요한 생각이었다.

"만약 예전의 108배가 없었다면 각산 스님의 지도나 미얀마에서의 새로운 시작이 있을 수 없었을 것이라고 생각합니다. 있었더라도 결과가 많이 달랐을 것이라고 생각합니다."

이 위원장은 예전에 108배를 시작했을 때처럼 또 다른 모색을 시작했다. 이 위원장이 아쉬웠던 것은 각산 스님의 지도를 통해 명상에 제대로 입문을 하고 싶었지만 그러지 못한 것이다. 이 위원장은 각산 스님의 말씀대로 앉았다. '앉는다'는 것은 예전에 108배를 하는 것과 마찬가지였다. 108배가 움직임 속에 '나'를 두는 것이었다면 앉는다는 것은 정지한 움직임 속에 '나'를 두는 것이었다.

그때처럼 처음엔 '앉는 것'이 전부였다. 더 이상이 없었다. 108배를 시작했을 때에도 그랬다. 무언가를 해결하기 위해 절을 했었다. 절을 하면 무언가 보이겠지. 무언가 보이기 시작하면 해결되는 게 있겠지. 하지만 그런 생각이 크면 클수록 '나'는 보이지 않았다. 앉는 것도 마찬가지였다. 앉으면 금방 고요해질 줄 알았다. 고요해지면 그 때처럼 무언가와 만날 수 있을 줄 알았다.

"108배를 할 때, 어느 날부턴가 절하고 있는 '나'를 잊었고, 그때부터 편안한 마음에 들 수 있었던 것처럼 앉아 있는 시간이 조금씩 늘어가면서 어느 날부턴가 앉는다는 생각에서 멀어지기 시작했어요. 처음엔 '앉았다'는 것으로 새로운 무언가를 얻을 수 있어야 한다고 생각했어요. 그러면 그럴수록 앉아있는 것이 그저 앉아있는 것일 뿐이었어요. 절을 처음 시작했을 때와 같은 맥락이죠."

그때부터였다. 이 위원장은 이용태만의 명상을 시작한다. 스승의 지도도 점검도 받지 못했지만 그때부터 이 위원장의 고요한 시간은 고요하게 흘러가기 시작했다.

미얀마 법률고문하며 명상 체계화
매일 '법화삼매참법기도' 1독 명상
한국명상총협회 경영위원장 맡아
한국명상의 대중화 · 세계화 포부
"한국명상을 한류 문화 중심에…"



참불선원에서 명상 강의하는 이용태 경영위원장.

한국명상의 대중화 세계화

"한국 대중문화가 세계적인 한류라는 문화현상을 만들어낸 것처럼 참선과 국내외 수행법을 아우르는 통섭명상을 통해 새로운 한류문화를 만들어내는 데 앞장서겠습니다. 그리고 시대가 요구하는 명상의 실천체계를 확립하고, 지도자 양성 및 관련 단체 간 네트워크를 구축하겠습니다."

지난해 7월 한국명상총협회가 창립됐다. 각산 스님을 초대 회장으로 선임한 협회는 창립총회에서 한국 전통 참선수행법에 기반을 둔 통섭명상을 바탕으로 명상의 대중화와 세계화를 도모했다. 명상의 대중화와 세계화를 위해 맨 앞줄에 이 위원장이 섰다. 미얀마에서 돌아온 이 위원장에게 각산 스님은 '경영위원장'이라는 소임을 부탁했다. 이 역시 의미 있는 인과였다. 만나야 할 사람과 만나야 하는 일이었다. 이 위원장은 명상 분야와 관련 있는 각계각층의 인사들이 한국명상총협회와 함께할 수 있는 디딤돌 역할을 하고 있다. 그리고 각산 스님이 그동안 연구해온 명상교육 자료들을 중심으로 한 콘텐츠와 관련된 플랫폼을 만들고 있다. 그리고 한국 명상의 대중화와 세계화가 그의 가장 큰 계획이다. K-POP, 봉준호의 영화 '기생충'처럼 한국 명상을 한류문화의 중심에 놓는 것이다. 우리 전통 문화 속에 면면히 이어져 온 참선수행법과 국내외의 수행법을 아우르는 통섭명상을 세계화하는 것이다.

코로나 치료제 백신, 명상

"애플의 스티브 잡스, 마이크로소프트의 빌 게이츠 등 세계적인 인사들을 통해서도 보았듯이 명상이라는 것에 대해 우리는 지금 많은 생각을 해야 한다고 생각합니다. 특히 코로나 사태로 인해 명상의 중요성은 그 어느 때보다 크다고 할 수 있습니다. 인류는 코로나로 인해 육체적 시련은 물론, 전에 없던 정신적 시련을 겪고 있습니다. WHO(세계보건기구)가 예측한 자료는 2023년에 이르면 정신질환이 가장 무서운 질병이 될 것이라고 합니다. 코로나로 인한 인류의 우울은 지금까지의 우울과 완전히 다른 시련입니다. 기존의 우울이 고연령층이나 특정 계층에서 겪어야 하는 정신적 어려움이었다면, '코로나 블루'로 불리는 오늘의 어려움은 젊은 세대에서 더 두드러지고 있습니다. 사회적으로 한창 역동적인 삶을 살아야하는 젊은 세대들에게 인간을 고립시키는 코로나는 그야말로 힘겨운 고통이기 때문입니다. 그 고통의 가장 중요한 치료제와 백신은 명상이라고 생각합니다."

이 위원장은 세계 각국에서 저변을 넓혀가고 있는 '명상'의 원류는 결국 '부처님'이라고 이야기한다. 이미 그때 모든 게 다 이야기됐다는 것이다. 여러 가지 이름으로 전개되고 있지만 결국 부처님 시절에 정리된 이야기라는 것을 많은 사람들이 알아가고 있는 것도 사실이다. 불교명상과 전혀 상관없이 명상을 시작한 사람들의 입에서 결국 '위빠사나'라는 말이 나오고 있기 때문이다. 이 위원장은 코로나 사태로 하 수상한 이 시절에서 우리가 지금까지 지켜온 것들이 가장 필요한 것이 되었다고 말한다. 지금이야말로 우리의 것이 세계적인 것임을 이야기해야 한다는 것이다.

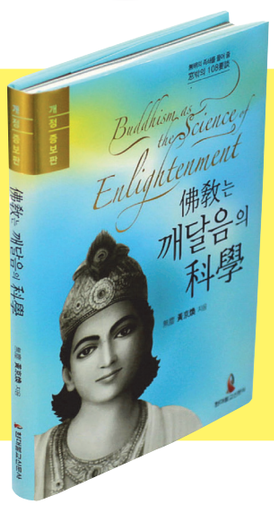
그는 오늘도 고요한 시간 위에 앉는다. 그에게 고요한 시간이란 무엇을 위한 시간일까. 이용태의 명상은 무엇일까. 그는 "명상은 실참"이라고 말했다. "명상이란 무엇인가?"라는 질문에 대한 답은 실참을 거친, 각자의 몫이라고 말했다. 오늘도 각지에서 많은 숫자들이 코로나에 쓰이고 있다. 오늘, 우리, 마음을 어디에 둘 것인가. 2600년 전의 뜻깊은 사건을 다시 떠올려본다.

"깨달음의 여정에서 건져올린 108가지 보석 같은 이야기"

개정증보판과 영문판 동시 간행

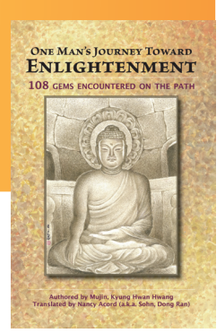
어리석은 사람은 오늘의 삶을 팔아 내일의 죽음을 사고,
잘 배운 지혜로운 제자는 오늘의 삶을 불태워 내일의
죽음을 불태워 버린다. (본문 중에서)





불교는 깨달음의 과학

무명의 족쇄를 풀어줄 창밖의 108요담



무진 황경환 지음 | 신국판 | 304쪽 | 값 15,000원

저자 황경환이 한 생애를 투자하여 빚어낸 '108개의 그물코'. 깨달음의 여정에서 그가 건져올린 108가지 이야기로 이루어진 이 책은, 허깨비 장난 같은 헛된 인생에서 벗어나기를 갈망하는 구도자가 '법의 그물'에 걸려들기를 기다리는 어부 황경환의 평생에 걸친 노작이다. "깨달음의 여정에서 주워 올린 108개의 보석들"(One Man's Journey Toward Enlightenment: 108 Gems Encountered on the Path)이라는 영문판 제목에서 알 수 있듯이, 이 책은 불교의 핵심 대의는 물론이고 불교의 역사에서부터 현대물리학과 불교의 만남에 이르기까지, 불교가 가리켜 보이는 진리의 스펙트럼을 다 포함하고 있으면서도 저자 자신의 체험이 녹아들어 있는 "이야기의 보석들"이다.

아홉 살 때, 선박업을 하시던 부친은 인생의 큰 위기를 경험하신 이후 이런 말씀을 하신다. "환아, 너에게도 언젠가는 죽는 날이 오게 된다는 사실을 잊지 말아라." 어린 나이에 처음으로 만난 '죽음'이라는 화두는, 그의 인생 여정과 더불어 확대증폭을 거듭한다. "나는 누구인가?" "나는 어디에서 와서 어디로 가는가?"…. 20대 후반에 해상유류판매사업을 하던 그는 바다에 나갔다가 돌풍을 만나 배가 전복되기 일보 직전에 위기를 모면, 밤새도록 성난 파도와 싸우느라 생사를 넘나들다 겨우 살아남게 된다. 재산이라고는 숟가락 몽둥이 하나 남아 있지 않을 정도로 거지 신세가 되기도 했고, IMF 당시에는 갑작스러운 환율 인상으로 부채가 두 배로 늘게 되어 파산의 위기에 몰리기도 한다. 갑상선암이라는 병마와도 싸워야 했다.

시련을 통과하면서 그는 이 모든 둑카((苦)가 진리의 세계로 나아가게 하는 촉매라는 사실을 점점 더 실감하면서, 인연법에 따라 불교와 조우하게 된다.

오감과 오감이 주는 쾌감을 주인으로 삼으면서 '나'는 종 노릇하는 처지에서 벗어나 자유롭고 행복한 삶을 구가하기 위해서는, 무엇보다도 태어난 존재의 실존적 사실을 그대로 받아들이고 통찰해야 한다. 고타마 붓다가 45년간 인류에게 전해 주고자 했던 메시지의 핵심은 사성제(四聖諦)와 팔정도(八正道)이며, 이것이야말로 인간 삶의 고통을 해결하는 불교의 핵심 공식이다. 이 책은, 불교의 이 핵심 공식이 어떤 내용이고 어떻게 실천해야 하는 것인지, 그 해설이고 예화이고 예증이라고 할 수 있을 것이다.

현대불교신문사
서울 종로구 율곡로6길 36 월드오피스텔 606호

주 문
현대불교신문사 마하몰 02)2004-8253
총판 운주사 02)3692-7186
비움과 소통 031)945-8739

※전국 대형서점 및 인터넷 서점에서 구매하실 수 있습니다.

홈페이지 | 회두피안 NEWS http://www.hdpannews.com