지상백고좌

금정총림 방장 여산 정여 대종사

“하루 20분 명상하세요… 인생이 달라집니다”

12면에 이어

세수 70에 봉암사 등서 수행 정진
“장국죽비 맞았지만, 신심이 났다”
“그대여, 삶의 변화 이끌고 싶은가 그렇다면 경전 독송 · 명상을 하라”



‘세상을 향기롭게’가 2019년 진행한 몽골 사회복지시설 지원사업에서 몽골 어린이들과 함께하고 있는 정여 스님.



지난해 11월 열린 보현장학회 장학금 수여식에서 정여 스님이 학생들에게 장학증서를 수여하고 있다.

대중에게 부처님 가르침을 전하며 20여 년 포교의 길을 걸었던 스님은 다시 수행의 길을 시작한다. 다시 상구보리. 세수 70세. 스님은 다시 선방을 찾았다. 스님은 문경 봉암사 태고선원에 방부를 들였다. 20여 년 만이었다.

“쌍계사 금당선원에서 3년 결사를 하고 시중에 나와서 20년을 포교하고, 나이 일흔에 다시 선방 좌복에 앉을 생각을 한 것도 참 다행한 일이고 행복한 일이라고 생각했습니다.”

봉암사 태고선원 서당은 나이도 젊고 힘이 있는 사람들이 주로 정진을 하는 곳이었다. 스님은 왠지 그런 봉암사에서 다시 시작하고 싶었다고 한다.

“그곳에서 꼭 하고 싶었어요. 봉암사 선원은 하루 10시간씩 정진을 하는데, 졸다가 경책하는 스님으로부터 가차 없이 장군죽비를 맞기도 했어요. 10시에 방선 죽비를 치면 좌복 위에 그대로 누워서 자는데, 밤 열두 시에 눈을 떠보면 다른 스님들이 정진하고 있어 덩달아 신심 나게 수행을 할 수 있었습니다.”

스님은 그 후 해남 대흥사, 보경사, 오대산 상왕사에서 2년, 북대에서 1년 반, 통도사 서운암에서 1년 반, 다시 범어사에서 정진했다. 이렇게 제방 선원에서 수행했지만, 수행의 갈증은 사라지지 않았다.

스님은 수행 중의 수행이라고 할 수 있는 백담사 무문관을 찾았다. 그 이름만으로도 마음이 서늘해지고 무거워지는, 무문관. 한 번 문이 닫히면 해제 때까지 나올 수 없고, 한 번 문 밖을 나오면 다시 돌아갈 수 없다. 최소한의 공간, 하루 한 끼, 그리고 묵언.

“자신을 돌아보는 공부가 되었고, 이것이 바로 자신의 인생길을 가는 정도(正道)라고 깨달았어요. 우리 모두는 자기 길을 홀로 가는 것입니다. 그래서 홀로 가는 길이 더욱 밝아지고 또렷해지지 않았나 생각합니다. 출가수행을 하면 처음에는 뭔가 깨달음도 얻고, 얻을 것이 있다고 생각하고 수행을 시작하지만, 점차 수행의 시간이 쌓이면 얻을 것이 없음을 알아가게 됩니다. 그것이 수행임을 깨닫게 됩니다.”

대종사의 법

“〈금강경〉은 진리의 실상을 모르고 힘들게 인생을 살아가는 모든 중생에게 지혜를 일깨워 참다운 자신의 실상을 깨닫게 해주는 경전입니다. 또 〈금강경〉은 밝고 투명한 길을 제시해 줍니다. 또 아픔과 괴로움이 일어나는 원인을 밝혀내고, 고통에서 벗어날 수 있는 지혜를 제시해 주는 경전입니다. 부지런히 독송하고 공부해야 합니다.”

정여 스님 수행의 한 축은 〈금강경〉이다. 〈금강경〉 공부를 통해 불자들이 행복해지기를 바라는 스님은 일상에서 사구게(四句偈)만이라도 독송하고 외우기를 권했다.

범소유상(凡所有相) 개시허망(皆是虛妄)
약견제상(若見諸相) 비상(非相) 즉견여래(卽見如來)

“첫 번째 게송인데, 이 한 게송의 의미를 진실로 깨닫는다면 삶이 가벼워질 겁니다. ‘무릇 형상이 있는 것은 모두가 다 허망하다. 만약 모든 형상을 형상이 아닌 것으로 보면 곧 여래를 보리라’는 의미입니다. 존재하는 모든 것은 정신적이나 물질적이나 다 허망한 것이고 실체가 없습니다. 상(相)을 초월한 자리에서 곧 여래를 만날 수 있다는 가르침입니다.”

이어 스님은 부처님의 제자인 박칼리나 이야기를 들려주었다.

“박칼리나가 아픈 몸으로 부처님께 예배한 뒤 죽어도 여한이 없다고 말했어요. 그때 부처님께서 ‘나를 보려거든 육신인 나를 보지 말고 진리를 보라’고 말씀하셨습니다. 이 일화를 통해 ‘법을 보는 자가 곧 여래를 보리라’는 가르침을 이해할 수 있을 겁니다.”

제10 장엄정토분(莊嚴淨土分)에 나오는 제2 게송 중 ‘응무소주 이생기심(應無所住 而生其心, 집착하는 바 없이 그 마음을 내어야 한다)’이라는 구절의 깊은 뜻이 궁금하여 여쭈었다.

“부처님께서는 ‘청정한 마음을 내되, 형상에 머물러 마음을 내지 말아야 한다. 색성향미촉법(色聲香味觸法)에 머물러 마음을 내지 말아야 한다. 응당 집착하는 바 없이 마음을 내어야 한다’라고 말씀하셨습니다. 집착처럼 무서운 병이 없습니다. 물질, 욕망, 명예에 마음이 머물면 그것으로 인해 괴로움이 일어납니다. 우리는 오랫동안 형상에 마음이 머물고 마음을 빼앗기며 살았기 때문에 형상에 집착하지 않는다는 것은 참으로 어렵습니다. 부처님께서는 형상과 물질은 다 그림자이고 허무한 것임을 일러주셨습니다. 집착하는 마음을 벗어버리고 여여(如如)한 마음에 머물러야 한다는 뜻입니다.”

〈금강경〉에 대해 조금의 의심이 없고 믿는 마음이 청정하다면 그 자리가 곧 부처님 마음이며, 이런 마음엔 앉고, 서고, 가고, 옴이 여여해서 걸림이 없다는 것이다. 또 깨달음이란 곧 부처님의 마음을 뜻하며, 집착과 소유욕이 없어 맑고 청정하며 걸림이 없는 진여의 마음이기에 자신을 떠나서 찾을 필요가 없다는 것이다. 스님은 〈금강경〉 공부와 함께 꾸준히 명상을 하면 인상이 바뀌고 삶에 변화를 가져온다고도 했다.

“아무리 바빠도 하루에 20분 정도는 시간을 내서 명상을 해야 발전이 있어요. 명상하는 도중에 잡념이 일어난다고 포기할 것이 아니라 명상이 일어나는 대로 가만히 내버려 두고, 오직 호흡과 일념이 되도록 노력해야 합니다. 그렇게 호흡에 몰두하다 보면 자연히 잡념은 사라지고 마음은 점점 고요하게 되어요. 마음이 맑아지면 심기가 평안해지며, 그동안 바깥세계로 치달리던 잡다한 생각들이 쉬면서 마음이 고요해집니다. 호흡과 생각이 안정되고 느낌이 편안해지면 고통과 괴로움은 사라져요. 그러면 표정이 바뀌고, 인상이 달라지고 인생도 달라집니다.”

4차 혁명시대, 밝은 부분도 있지만 어두운 부분도 많은 이 시대. 어떻게 살아야 할까. 이 시대에 ‘불교’는 어떤 의미를 가질 수 있을까. 의미가 있다면 불교는 어떤 역할을 할 수 있을까.

“AI에게 밀려나서 사람이 할 일이 줄어들고 있습니다. 우리가 사는 시대가 바로 그런 시대입니다. 물질을 앞세워 살다보니 인간성이 상실되는 삭막한 세상입니다. 본래 마음은 깨끗하고 맑고 시비도 없고 분별도 없는데 이런 마음을 잃어버리고 있습니다. 욕망과 욕심은 불안의 원인이 되고, 괴로움의 원인이 됩니다. 괴로움의 원인은 어리석은 마음 바탕 위에서 일어난 생각의 그림자에 있습니다. 괴로움을 일으키지 않으려면 물질, 명예, 욕망은 진실로 있는 것이 아니라 마음 바탕 위에 그려진 생각의 그림자임을 깨달아야 합니다.”

상구보리 하화중생, 글로 적고 입으로 내기는 쉬운 법이지만 이루기는 쉽지 않은 법이다. 출세간과 세간을 경계 없이 오가며 부처님 제자로 살아온 스님의 법향은 감출 수 없는 꽃향기처럼 대중 속에 흐르고 있다. 한파주의보로 소란스러웠던 하루. 산중은 선지식의 법향으로 여여, 또 여여했다.

문윤정 / 작가

오직! 마이크소리 구경조건

만으로 전화를 주시면 광고주는 전화 신청들을 모아서 반드시 귀 사찰의

부근을 지날때에만 잠깐 들름니다. 이때! 스님 자신이 기존 법당마이크와 광고마이크를 양손에 쥐고 성능 테스트시 귀 법당 마이크가 장난감 수준정도의 성능 밖에 안되는 것을 100% 실감하신 후 이제는 사찰의 수백만원의 염불시설 투자없이 마이크 하나만 바꿈에도 사찰의 소리가 크게 업그레이드됨의 확신이 올때 광고주와 상담하세요.

주의 : 광고주는 마이크 테스트가 끝나면 신속히 사라집니다.

본품은 주문 및 방문판매만 함으로 시중에 없고 있을시는 일천만원 포상! (지금 이글은 법적증서)

본사는 20여 년간 설악 신흥사와 남해의 토굴까지 2천여 사찰을 시설한 베테랑업체!

▣ USB겸용 앰프1, 스피커 4개, 헤드셋 핀 핸드무선마이크, 무선마이크 종류별 4개, 유선마이크 1개
(스탠드 포함) 시설가격 : 귀 법당 기존 시설비의 1/2 (설악 신흥사 설법전 1400만원 시설 확인해 보세요)

▣ 주소 : 경남 김해시 진례면 진례로 **백팔** 명품Sound 명품사운드 대표 박 공 희 ☎ 055—343—1191, 010—9471—2026



