지관쌍수로 발현하는 '자비' 수행처



자비경선은 행복이다 스님을 따라 자비경선을 하는 수행자들의 모습. 보리를 구하는 수행자들에겐 산문이 따로 없다. 보리선문을 끼고 스님 뒤로 걷는 수행자들의 모습이 행복해 보인다. 단촐한 단청 등 조경이 수행자들에게 맞게 구성되어 있다.

'마음쉼터를 가다'

① 성주 보리마을 자비선명상원



눈덮인 자비선명상원 전경. 성주 백화산 자락의 조용한 곳에 위치해 있다.

성주=노덕현 기자 noduc@hyunbul.com

바야흐로 명상의 시대다. 과거 묵언수행, 벽면수행 등의 형태로 알려지기도 한 명상은 그동안 기행으로 여겨졌다. 하지만 이제는 상황이 완전히 달라졌다. 현대인들의 관심은 마음수행, 즉 명상에 쏠리고 있다. 명상은 단순히 '힐링'을 넘어 '자기 성찰을 통한 자아실현의 극대화'의 수단으로까지 받아들여지고 있다.

많은 이들이 인적도 드문 깊은 산 속도 마다하지 않고 명상수행처를 찾아가서 정진한다. 적막하기만 한 곳에서 이들이 구하는 것은 무엇일까? 그리고 그들에게 불교는 어떤 답을 줄 수 있을까?

세속에서 다양한 수행처가 생겨나는 지금, 불교 내에도 현대화된 명상수행처가 생겨나고 있다. 전통적인 사찰의 면모에서 벗어난 명상센터와 명상마을이 그 것이다.

이 연재는 불교가 마음수행의 본고장으로 현대화, 체계화되고 있는 곳을 찾아 우리의 눈과 귀를 맑혀보자는 데 취지가 있다. 현대인들이 마음 편히 찾아 쉴 수 있는 불교만의 마음쉼터를 소개하고자 한다.

기자 신분으로 허락된 시간은 짧을 수 밖에 없었다. 하지만 이런 탐방 자체가 행복이었다. 새벽에 첫 차를 타고 서울의 남부터미널을 출발해 첫 명상수행처인 성주 보리마을 자비선명상원으로 가는 버스 안에서는 많은 생각이 들었다. 그 중 하나는 이 취재 기간이 인생에서 가장 행복한 시간일 것이란 점이었다.

백화산 정기 흐르는 '자비선명상원'

첫 탐방처인 성주 보리마을 자비선명상원을 방문한 1월 중순은 추위가 한풀 꺾인 시점이었다. 취재길도 겨울날씨 답지 않게 포근했다. 고령시외버스터미널에서 하차하여 30분 남짓 가야산 줄기의 백화산 기슭에서 작은 솟을대문 형식의 일주문 앞에서 지운 스님이 기자를 반겼다.

지운 스님은 동화사 승가대학 학장을 내려놓고 '자비선명상'이란 수행법을 대중에게 전하고 있다.

'정신적인 괴로움에 몸은 무겁고, 곧 죽을 것 같은 두려움에 강사 소임을 내려놓고 수행을 하게 됐다. 망가진 몸과 마음을 치유하고 보리심을 일으키는 자비선을 창안해 누구나 수행할 수 있도록 하고자 한다.'

자비선명상원 초입에 세워진 개산기에는 스님의 고뇌가 비쳐졌다. 스님은 동화사 승가대학 강주 소임을 회향한 뒤 두문불출했다. 교계에서는 어디에 주석한다는 이야기도 들리지 않았다.

"건강이 좋지 않아 미얀마에 가 초기불교 수행을 했습니다. 귀국 후에 한국불교 대표 수행인 간화선과 회통해 일반 대중도 쉽게 수행할 수 있도록 수행법을 정리했습니다. 그 것이 '자비선(慈悲禪)'입니다. 이후 이 수행법을 전하는 곳을 고민했는데 시절인연이 닿아 2006년 이 곳에서 자비선사, 자비선명상원을 열게 됐습니다."

자비선명상원은 나지막한 백화산 중턱의 3000평 가량의 부지에 자리하고 있었다. 좌우에 산자락이 펼쳐지는 아늑한 곳에 명상센터 뒤편에는 전통사찰 양식의 대웅전과 전각이, 우측에는 걷기명상을 위한 포행길 등이 마련돼 있다.

특히 전통양식과 현대화된 건물의 조화가 눈길을 끌었다. 단청을 최소화한 단촐한 양식에 오밀조밀한 조경까지 수행하는 이들을 위한 스님의 배려가 돋보였다.

지관 쌍수의 '자비선명상'

이 자비선명상원에서 전해지는 '자비선명상'은 무엇일까. 불교의 '자비'와 '선', 그리고 '명상'이 하나로 모인 이유가 있었다. 스님은 "보리심을 일으키고 깨달음으로 나아가는 수행이란 차원에서 자비를 바탕으로 하며, 간화선과의 회통한다는 의미에서 자비선이다. 자비선은 사마타와 위빠사나라는 두 가지 수행법에 기반한다"고 설명했다.

집중 · 통찰로 지혜 증득
자비수관 · 다선 · 경선
세가지 현대화 수행법 개발
2006년 명상원 세워 보급

불교전통 · 현대 어우러져
수행시설 '호선당' 등 눈길
걷기명상길 백화산에 조성
전통사찰과 명상시설 조화

스님은 '자비선은 결국 사마타와 위빠사나를 아우르는 지관쌍수(止觀雙修)의 수행법'이라고 강조했다.

"불교 수행법은 사마타와 위빠사나 두 가지로 설명가능합니다. 자비선은 이 두 가지를 기반하여 체계를 갖추고 있어요. 다만 외형을 현대화된 자비선명상으로 한 것입니다."

사마타는 집중하여 선정에 드는 과정이고, 위빠사나는 이를 통찰하여 지혜를 얻는 과정이다. 두 수행마다 수행자의 근기에 따라 선호도나 편차가 있다. 스님은 그 근기에 맞게 접근하고 있는 듯했다.

스님의 설명을 듣고 나니 한층 더 자비선명상법이 궁금해졌다. 스님은 "자비선명상법에는 자비수관(慈悲手觀), 자비다선(慈悲茶禪), 자비경선(慈悲鏡禪)이 있다"고 말했다.

여기서 자비수관은 자기 자신을 대상으로 자비심을 일으키는 수행으로 손을 집중의 방편으로 하고 있다. 조용한 장소에서 집중력을 요하는 다른 수행법과 달리 손을 통해 언제 어디서나 할 수 있는 자비수관은 비교적 쉬우면서 단기간에 몸과 마음의 변화를 체험할 수 있는 수행법이었다.

B2면에 계속

INSIDE

B3 박지산의 정진의 길, 시코쿠를 걷다
토치현 순례길 걸으며

B5 문화
현담 허락 법화경 금니사경 초대전

B6 학술
초기불교의학 연구 논문 2편 '눈길'