지상백고좌

동사섭 행복마을 회주 용타 스님

“행복 주체는 ‘우리’…더불어 함께 행복해야”

12면에 이어

모든 것에 감사하면 지족 가능
“우리는 감사 속에 살고 있다”
구족함을 아는 게 ‘행복해탈법’



행복마을 회주 용타 스님이 ‘지족구현’ 글귀에 대해 설명하고 있다.

두 번째는 대원인데 큰 소망, 큰 꿈을 뜻한다. 스님이 바라는 대원이란 ‘우리 모두의 행복’이란다. 사무치는 마음으로 모든 존재의 행복을 한 번, 두 번, 세 번 빌다보면 처음엔 머리로 신념으로 출발했지만 나중에는 정서적으로 진정으로 빌게 된단다.

세 번째는 마음을 닦고 관리한다는 ‘수심’이다. 우리에게는 행복에 도움이 되는 마음도 있고, 행복에 방해가 되는 마음이 있는데, 행복에 도움이 되는 마음은 내 의식 공간에, 내 마음의 공간에 설치하는 것이 중요하다.

“원하는 현실이 있다면 먼저 내 마음 속에 그 현실의 영상이 들어 있어야 합니다. 행복에 도움이 되는 마음은 장착하고, 행복에 장애되는 마음은 지우고 정화한다는 것이 바로 수심이지요. 마음 관리를 잘 해서 진정으로 찬란한 인생을 살겠다는 마음을 갖는 겁니다. 현실은 항상 내 마음의 투영임을 기억하세요.”

네 번째는 ‘화합’이다. 수심을 잘해서 마음을 평온케 하고, 다음엔 주변 사람들과 화합을 잘해서 관계를 평온케 만드는 것이다. 다섯 번째는 ‘작선’인데 바람직한 행동을 하는 것이다. 부모는 부모 노릇 잘하고, 아들은 아들 역할 잘하고, 선생은 선생 역할 잘하는 것이 중요하단다. 용타 스님은 “삶의 5대 원리를 실천해 진정으로 찬란한 인생을 살겠다는 마음 갖기를 바란다”고 당부했다.

삶의 5대 원리 가치관을 바탕으로 한 것이 동사섭 교육 프로그램이다. 2013년에 처음으로 조계종 교육원의 승려연수교육 프로그램에 채택됐다. 그후 만족도가 높아 스님들을 위한 지도자과정이 만들어지게 되었다.

불교에서는 팔정도를 수행의 근본으로 삼고 있다. 팔정도에서 가장 중요하게 여기는 것이 무엇인지가 궁금했다. 이에 용타 스님은 ‘정사유’를 첫 번째로 꼽았다. “팔정도는 다 중요하지만, 그중에서 중요한 것을 꼽으라고 한다면 ‘정사유(正思惟)’를 1번으로 꼽습니다. 부처님께서는 사유를 하시어서 연기법의 이치를 찾아냈습니다. 사유를 통해 존재하는 것이 홀로 존재하지 않는다는 것, 중중첩첩 억만 가지가 동시에 어우러지면서 이 모양도 여기에 존재한다는 것을 발견하셨어요. 이것이 ‘연기법’입니다. 사유를 수준 낮게 하면 불행해지는 길이고, 수준을 높게 해버리면 행복해집니다. 더 높게 해버리면 해탈하는 거예요. 사유의 아들이 정견(正見)이어요. 저는 바른 생각에서 정견이 나온다고 생각합니다. 연기의 이치를 발견했으니 얼마나 수준 높은 사유일까요. 연기법의 이치를 깨닫은 결과 해탈이 되고, 대자대비가 되어버렸어요. 모든 것이 너와 내가 따로 떨어진 게 아니고 모든 것이 연결되어 있기 때문에 한몸인 것이지요. 바로 전체가 어우러진 한몸이니 사랑이 나올 수밖에 없어요. 그래서 연기를 바로 보게 되면 해탈이 경험되고 또 바로 보면 자비가 자연스럽게 흘러나오는 것이 연기 개념입니다.”

스님은 팔정도에 대해 부연 설명을 이어갔다. 명상(冥想)에서 ‘명(冥)’은 팔정도에서 마음을 고요히 하는 정정(正定)이고, 상(想)은 생각 즉 사유이다. 스님이 생각하는 명상이란 ‘고요한 마음으로 사유를 잘 하는 것’이란다.

용타 스님께서는 ‘10분 명상 10분 해탈’이라는 공식을 내세웠다. ‘한 세월 수행을 한 다음에 어느 순간 문득 해탈이 이루어지는 것이 아니라, 수행을 하는 만큼 해탈이 성취된다’는 것이 스님의 주장이다.

“저는 순간순간의 해탈, 하루하루의 해탈을 귀하게 여겨요. 순간의 해탈이란 문득문득 탐욕이나 분노가 일어나 마음의 청정을 헤치고 있을 때 한 생각 돌려 탐욕과 분노를 정화해가는 것이지요. 하루의 해탈이란 하루의 어느 시간에 별시선(別時禪)으로 10분도 좋고, 30분이나 60분 이상의 시간을 내어 명상을 하면 자아가 사라져버려요. 자아가 사라질 때가 1차적인 해탈일 것입니다.”

‘10분 명상법 중 무아관은 모를 때는 은산철벽과 같이 느껴지겠지만, 알고 보면 대단히 상식적’이라는 말씀에 그 이유를 물었다.

“나를 지수화풍, 수상행식 이렇게 여덟 조각으로 분해해서 관하다 보면 이 몸과 마음의 가합체인 존재가 자아로 느껴지지 않고 점점 무아로, 실체 없음으로 느껴지게 됩니다. ‘나’를 실체로 느끼던 자아는 사라지고 해탈감을 느끼게 되지요. 이것이 비아(非我)명상법입니다.”

무아의 이론적인 이해는 간단하지만 반복해서 실천 수행해야 한다는 것이 중요하다. 반복이 천재를 만든다는 것이 스님의 평소 지론이다.

용타 스님은 행복 전도사이자, 행복 전문가이다. 이날 인터뷰에서 스님은 △구현행복론 △지족행복론 △초월행복론 등 세 가지 행복론을 제시했다. 앞으로 노력해 소유할 미래형 소유가 있는데, 미래형 소유에 집중하면 ‘구현행복론’이 만들어진다. 자신이 원하는 바가 이루어졌다면 기뻐하고 감사해야 하며, 그 다음은 베풀어야 한다. 이미 갖추어져 있는 소유 즉 완료형 소유에 집중하게 되면 ‘지족행복론’이 만들어진다. ‘초월행복론’은 ‘없음 행복론’이라고 해도 된다. 천하를 있음이라고 여기는 한 완전한 자유는 없는데, 없음의 철학, 공(空) 철학을 받아들이면 완전한 자유를 누리게 된단다. 스님은 “불교의 공철학은 부처님이 전 인류에게 던진 최고로 귀한 선물”이라며 활짝 웃었다.

“우리는 이미 넘치는 행복 속에 있음이 확실해요. 불행하다고 느끼는 것은 행복 속에 있다는 그 사실을 외면해버리기 때문입니다. 이미 행복 속에 있음을 인식한다면 넘치는 행복과 해탈 속에 있는데, 인식의 부재로 스스로 불행한 골을 파고 있어요. 아직 시력도 좋고, 후각도 문제 없고, 이빨도 튼튼하고, 밥도 잘 먹고, 오른팔 왼팔 멀쩡하고 내가 이미 행복 속에 있구나 하고 인식만 해버리면 되거든요. 그런데 인식 코드를 그쪽으로 안 돌리고 무엇을 가져야 한다는 코드 쪽으로만 돌리고 있어요. 코드 하나를 어느 쪽으로 돌리느냐가 행복과 불행을 좌우해요. 코드를 돌리게 하는 운동이 수행입니다. 동사섭은 그 사람을 변화시키지 않고 코드만 바꿔주는 것입니다. 변화가 있다면 코드를 행복, 해탈 쪽으로 돌리는 것입니다. 행불행 이 문제는 너무 간단합니다. 이것이 〈금강경〉의 ‘응무소주 이생기심(應無所住而生其心)’과 통하는 것입니다.”

말을 마친 용타 스님이 갑자기 “행복이란 무엇인가요”하고 질문을 던졌다. “집이 있고, 몸 건강하고, 하고 싶은 일하면서 사는 것”이라고 답하자, 스님은 “그것은 행복의 조건”이라고 했다.

“인생의 목적은 행복입니다. 행복이란 무엇일까? 오랜 세월 생각했는데 행복은 지극히 평이한 개념으로 ‘느낌’입니다. 이 느낌이 좋지 않을 때는 불행하다고 하고, 이 느낌이 좋을 때는 행복하다고 합니다. 그래서 행복이란 ‘굿 필링(good feeling)’이라고 하지요. 행복은 좋은 느낌, 좋은 기분, 좋은 감정인데 느낌이라는 말이 더 포괄적이라 생각합니다. 행복의 주체는 대부분 ‘나’라고 답하지만, ‘우리’입니다. 나 혼자서만 행복할 수는 없어요. 더불어서 함께 행복해야 합니다.”

행복은 좋은 느낌이다. 좋은 느낌을 유지하려면 생활에서 지족명상을 실천하라는 게 용타 스님의 제언이다.

“지족의 핵심은 감사입니다. 감사할 것이 지천으로 있음을 깨닫고 감사하고 지족하는 것이 지족명상입니다. 물, 햇빛, 공기, 나무 등 모든 사물에게 감사해보세요. 내 몸부터 시작하여 남편, 아내, 자식 등 주변 사람들에게 감사해보세요.”

하루에 100번의 감사로도 부족할 정도로 우리는 감사 속에서 살고 있음을 강조한다. 이미 구족되어 있음을 깨우쳐 주는 것이 용타 스님의 수행법이요, 행복 해탈법이다.

행복마을을 내려오면서 스님의 가르침에 밑줄을 긋는다. 돌아보니 꽃향기에도, 스치는 바람 소리에도 행복이 담겼다.

문윤정 / 작가

