

# 근본경험

‘깨어있기’와 오인회悟因會(깨어있기 참가자들의 후속 모임. 다양한 연습과 대화들이 이어진다) 공부를 통해 개념과 경험의 세계로부터 자유로워지고 있는 이들을 인터뷰했습니다.



# ‘깨어있기’가 깨어있게 한다(4부)

| 무연 | 오인회 편집부 인터뷰 |

2013~2014년에 걸쳐 오인회에 참여하였던 무연 님과의 대담을 위주로 오인회에서 진행되는 작업을 소개합니다. 감지에서 감각, ‘나’라는 느낌에까지 이르러 점차 마음에서 일어나는 모든 것들을 하나의 ‘마음속 현상’으로 보는 과정을 세세히 담았습니다. 관심있게 봐주세요. 이 글을 정리해준 영채 님에게 감사드립니다.

무연 님은 ‘마음이란 무엇인가’를 탐구하면서, 생각이 어떤 과정으로 일어나는지 궁금했습니다. 우연히 《깨어있기》 책을 만나게 되었고, 책 속의 “우리가 보고 있는 것은 내 마음의 상”이라는 문구가 가슴에 와 닿았다 합니다. 그후 깨어있기 프로그램과 오인회 모임에 참가하면서, 내 마음의 상이 내면에서 언어로 나타난 것이 생각이고, 외부의 움직임으로 표출된 것이 행동이라는 것을 알게 되었습니다. 그리고 이것을 자각하는 것도 자신을 자유롭게 할 수 있는 길 중에 하나라는 것을 알게 되었습니다. 지금은 ‘깨어있기’란 단어가 사람을 깨어있게 만드는 힘이 있다는 것을 느끼면서 지내고 있습니다(편집자주).

(지난 호에 이어서)

월인 요즘은 어떻게 지내세요? 거의 사무실에 계시면 감정적으로 올라올 일이 별로 없겠네요.

무연 네. 누가 일을 시키거나 뭐라고 하면 그때는 한 번씩 올라오려 하는데 그렇지 않으면 감정적으로 크게 흔들리는 것은 없어요.

월인 요즘 마음은 무엇이 주로 차지하고 있습니까?

무연 그냥 평범한 생활을 하는 것 같은데요.

월인 좋네요. 그것은 마음의 여유가 있다는 소리니까. 공부하기 좋은 상황 아닙니까? 남는 시간에 틈틈이 철저하게 이것을 살펴볼 좋은 기회네요.

무연 네. 살펴는 보고 있습니다.

월인 이번 주 연습은 주로 감지에 초점을 맞췄다는 건가요? 시각적인 것이 아직 느낌으로 다가오지 않는다 하셨나요?

무연 그렇습니다. 촉감으로 뭔가 만지면 내 안에서 느껴지는 것이 있는데 그런 느낌과 비교하면 시각은 잘 모르겠거든요.

월인 ‘시각적으로 그것이 촉감과 같은 느낌으로 다가와야 된다’는 생각을 가지고 있는 거네요. 그런 식의 느낌을 자꾸 찾으니까 그런 거예요. 시각적인 느낌은 그런 촉감식의 느낌이 아닙니다. 촉각의 느낌만을 주로 느낌으로 생각하시는데, 그럼 후각은 어때요? 냄새도 느낌이라고 여겨집니까?

무연 네. 그러니까 시각을 빼놓고는 청각도 생각해보면 센서 반응이 일어나야 느낌이 생기지 라고 생각이 되는데 시각은 워낙 보자마자 빠르게 들어와 버리니까요.

월인 제가 동영상을 보내드릴 테니까 그것을 가지고 해보자구요. 보냈습니다 들어갔는지 확인해보세요.

무연 네. 왔습니다.

월인 그것을 한번 열어보세요. 곤포(눈에 벗짚을 비닐로 감아 놓은 것)를 멀리서 찍은 영상이 나오면 멈춰보세요. 마시멜로 같이 생긴 것이 멀리서 보이죠? 조그맣게. 이렇게 멀리서 볼 때는 각설탕 같기도 하지요. 그런 느낌 있습니까? 이제 하나 더 보내드릴게요. 이번에는 곤포를 가까이에서 찍은 사진을 보내드렸어요. 봤습니까?



무연 네.

월인 사진 온 것 열어보시면 되게 크죠? 사람 키보다 커요. 멀리서 보면 성냥갑 같기도 하고 조그만 각설탕 같은데 가까이서 보면 사실



이렇게 큰 것이거든요. 그러면 다시 첫 장면을 한번 보자고요. 저 멀리 눈에 있는 곤포를 보면 작은 느낌이 있습니까, 아니면 ‘저건 멀리 있어서 작아 보이는 거지 실제 그런 건 아니야.’라는 생각으로 크게 보나요?

무연 멀리 있어서 작게 보인다는 느낌입니다.

월인 작긴 작지만 마음속에서는 ‘크다’가 있는 겁니까?

무연 네.

월인 그러면 그 느낌으로 볼 때와 이것을 실제로 작다고 생각하고 보세요. 그렇게도 볼 수 있나요? 각설탕이나 마시멜로처럼요.

무연 작게는 잘 안 보입니다.

월인 이제는 작게 안보여요? 그럼 마음속에 크다는 것이 꼭 잡혀있는 거예요. 크다고 느낀 그 이미지에 주의 제로 하고 ‘작다’로 한번 보세요.

무연 네. 작습니다.

월인 그럼 다시 ‘크다’로 보세요. 같은 장면을 큰 느낌으로 보고 작은 느낌으로 보고 번갈아 보세요. 어떻습니까?

무연 배경에 주의를 덜 주면 작게 보이고 배경에 주의를 같이 주면서 보면 크게 보입니다.

월인 그러니까 중요한 것은 작게 볼 수도 있고 크게 볼 수도 있다는 것입니다. 자, 그러면 작다고 여기고 볼 때와 크다고 여기고 볼 때는 그 ‘느낌이 내적으로 어떻게 바뀌는지’ 보세요. 똑같은 장면에 대해서 ‘어떤 차이’가 느껴집니까?

무연 네. 느껴집니다.

월인 ‘마음의 느낌’이 달라지는 게 느껴져요? 똑같은 하얀 덩어리인데 어떻게 보면 크게 보이고 어떻게 보면 작게 보이고, 차이가 느껴지

나요?

무연 네.

월인 그렇다면 그 사진을 내 마음의 상상으로 보고 있다는 것을 아시겠어요? 똑같은 장면을 작다고 느끼고 볼 수도 있고, 그러다 다시 크다고 여기고 보면 그 느낌이 확 크게 느껴지죠. 느낌이 달라졌잖아요? 그것이 마음속 느낌이라는 거예요. 그것이 감지입니다. 시각적 감지죠. 시각과 함께 붙어있는 느낌이라는 것이예요. 이해되세요?

무연 네. 집중해서 보면 ‘이것이 느낌이구나.’ 느껴지거든요. 그런데 또 그냥 지나가버리고 집중이 길게 잘 안 됩니다.

월인 지금은 잘 안되죠. 왜냐하면 너무도 오랜 시간 ‘저것이 사실’이라고 믿어왔기 때문에 주의가 ‘저기’로 가서는 지금 여기 내 마음에서 느껴지는 그것에는 주의가 가지 않는 것입니다. 그것이 쉽게 바뀌지 않습니다. 그러나 의식적으로 돌이켜보면 느낌이라는 것이 와 닿잖아요. 일상적인 사물도 그렇게 보려고 해봐야 합니다. 자꾸 해보면 ‘저것은 사실이야.’ 하는 마음이 깨지면서 실제의 느낌으로 볼 수 있게 됩니다.

무연 집중해서 하면 되는데 살다가 보면 느낌인지 또 의심이 됩니다.

월인 그것이 관성의 힘이에요.

칼라 여기서 실제의 느낌은 뭘니까?

월인 실제든 아니든 ‘우리가 받아들이는 것’은 ‘느낌’이라는 것입니다. 그러니까 이 장면을 보면 여기 나타나는 이 하얀 덩어리가 내 마음의 상입니다. ‘이것은 큰 덩어리야.’ 하고 바라보면 크게 느껴지고, ‘그냥 성냥갑 같은 느낌이야.’라고 보면 또 작게 느껴지죠. 마음속에서 느낌이 달라지잖아요. 달라진다는 그 점을 보라는 것입니다. 그래서 크든 작든 그것은 내 마음 속에서 일어나는 느낌이라는 것입니다. 그런 ‘



느낌'을 보고 있다는 것입니다.

그래서 '저것은 큰거야.'라고 생각이 고정화되면 작게 보여도 큰 느낌으로 느껴지죠. 사실 크니까 크게 느껴졌다기보다는 큰 느낌으로 인정해서 그 느낌을 받아들였기 때문에 큰 느낌으로 오는 거지, 사실이 기 때문에 그런 느낌으로 온다는 것은 아니라는 말이에요. 우리가 마음속에서 인정해서 그냥 받아들인 거죠.

지금 우리는 '내가 보고 있는 것은 느낌이다.'를 확인하는 작업을 하고 있습니다. 이 사물이 이렇게 있을 때, 이것이 무엇이든 간에, 이것에 대한 나의 시각적인 반응은, 또는 내가 받아들인 것은 나의 느낌이라는 것입니다. 그것이 이것과 비슷할 수도 있고 다를 수도 있고 하는 것은 둘째 치고, 이것이 뭔지는 모르겠지만 일단 내가 보고 있는 것은 '내 시각적인 느낌'이라는 것입니다.

그리고 어떤 대상을 크게도 볼 수 있고 작게도 볼 수 있는 경우, 그런 생각 차이로 인해서 느낌이 달라진다는 것을 알아차리면 '이것이 사실이 아니라 느낌이구나.'라고 볼 수 있다는 겁니다.

칼라 실체가 어떻다는 것은 알 수 없는 거죠?

월인 알 수 없죠. 우리 감각기관에 들어온 모습만 알 수 있지요.

무연 우리가 보고 듣고 접촉하는 것이 오감적 느낌의 세계이지 않습니까? 그 이야기는 보는 것이 내 안의 느낌의 세계라는 건데, 만약 내 감각기관이 둔화된다고 문제가 생겨서 못 느끼는 상태로 태어났다면 이 세계라는 것이 존재하지 않게 되는 것 아닙니까?

월인 그 사람한테는 존재하지 않겠죠. 감각기가 전혀 없다면. 그런데 감각기가 없는 존재가 있겠습니까?

무연 그렇죠.

월인 안이비설신眼耳鼻舌身이 작동하지 않는 상태로 태어났다면 그 사

람은 외부와 접촉할 무언가가 없잖아요. 매개체가 없는 것이죠. 그러면 이렇게 물을 수 있을 거예요. “그럼 그 사람에게는 없지만 세계는 여전히 존재하는 것 아닌가?”

예를 들어, 세상에 딱 두 사람만 존재한다고 해보자고요. 감각기 없이 태어난 사람(A)과 감각기를 가지고 태어난 사람(B)이 있어요. 지구가 있고, 그런데 A에게는 어떤 느낌인지가 전혀 없으니 이 사람한테는 보이는 세계가 없는 거죠. B에게는 세계가 있는데 자기가 보는 세계가 존재하는 것 아니에요? 감각기가 있는 B가 보기에 지구는 감각기가 없는 A한테도 존재하고 자기한테도 존재한다고 생각하겠지요. 그러나 그것 자체가 B가 보는 세계라는 것입니다. B가 경험하는 세계에는 A도 있고 지구도 있어요. 그런데 지구라는 것을 감각할 수 있는 생물체가 전혀 없다면 과연 지구는 존재하느냐는 것입니다. 알 수 없지요? 그러므로 ‘존재라는 것은 관계’라는 말입니다. 서로가 서로에게 관계 맺지 않는다면 서로가 서로에게 존재하지 않는 것이지요. 그냥 지나가는 것입니다. 상대가 그 무엇인지는 모르지만 우리가 그를 받아들이는 것은 우리가 가진 감각의 느낌으로 파악할 수 있는 것뿐이지 그 사물 자체를 알 수는 없다라고 말해야지요. 그것이 칸트Kant가 얘기한 ‘物物 자체를 우리는 건드릴 수 없다.’는 말입니다. 사물과 관계하는 우리 감각기의 반응을 통해서 우리는 물物을 느끼는 것이지 물物 자체가 어떤 모습이고 어떤 상태인지는 알 수 없다는 것입니다. 시각적으로 보여지는 것이 느낌이라는 것을 이해하고, 실직적인 경험과 체험을 통해서 그것이 하나의 느낌이라는 것을 파악하게 됩니다. 그러나 사실은 이미 느낌이 있는 것인데 느낌으로 못 보는 것이예요. 이미 눈에 보이는 것 자체가 느낌이에요. 다만 거기서 이름과 생각만 빼면 느낌만 남는 겁니다. 이름과 생각으로 보면 기능적 부분이 더 부각되어



서 느낌 자체가 희석되는 것이지요. 그것만 짝 빼버리면 마음에서 우리가 보고 있는 것은 시각적인 느낌이라는 겁니다.

무연 아까 칸트가 한 말을 불교식으로 하면 ‘마음밖에 한 물건도 없다.’와 같은 의미인지요?

월인 우리가 보는 모든 ‘느낌’은 마음속에서의 느낌입니다. 그래서 마음속에서 경계 지을 때만 구별이 가능하고, 마음에서 경계 짓지 않으면 밖의 사물을 구별할 수가 없다는 것입니다. 그러니까 물건이라는 것은 구별되고 분별되는 독립적인 개체인데 그런 것이 우주 전체에서는 없다는 겁니다. 다 연결되어서 서로가 서로의 인연 고리로 의지되고 있고 그 중에 하나만 떼도 전체에 어떤 영향을 미칠 수 있다는 것입니다. 하나만 떨어져 나가도 온전하지 않아지는 거예요. 그런데 우리는 그것을 떨어뜨려놓고 따로 존재한다고 여기고 있는데 그것이 바로 마음이 지어놓은 경계라는 것입니다.

간단히 물을 예로 들어본다면 우리는 물 따로, 나무 따로, 사람 따로 이렇게 느끼고 있죠? 그러나 세상에 있는 물을 다 빼버리면 사람이 살 수 없고, 나무도 살 수 없습니다. 사람은 70% 이상이 물이고, 나무도 수액이 많은 부분 차지하는데, 그 액체를 다 빼버리면 존재할 수가 없는 거잖아요. 그런데도 우리는 개별적으로 존재한다고 믿고 있습니다. 또한 동물들이 내뿜는 이산화탄소가 없다면 식물은 광합성을 못 하니 까 나무가 죽죠. 나무가 뿜어내는 산소가 없어도 사람이 숨 쉬는 것에 제한을 받고 힘들어질 것입니다. 그런데 나무와 내가 독립적으로 있다고 생각해서 나무를 다 베어버리는 것 아닙니까? 상관없다고 여기니까요. 그것들 간의 서로 미묘한 조화에 의해서 우리가 같이 관계 맺어서 존재하는 것이지요. 이 관계의 고리를 끊어버리고 홀로 존재할 수 없는데도 우리는 나무를 다 베어버려도 살 수 있는 양 함부로 합니다.

전체적인 인식이 없으니까 그런 행동을 하는 것입니다. 이것이 바로 전체가 둘이 아닌 통째로 연결되어 있다는 말입니다. 즉, 물을 마신다는 것은 내가 목이 말라서 마신다기보다는 우주 전체의 물이 순환하는 과정 일부라는 것입니다. 시계가 초침이 한바퀴 돌아가면 분침이 돌아가잖아요. 그런 것처럼 초침과 분침이 따로 있는 것이 아니라 서로 연결되어 있어요. 것처럼 내가 목마른 느낌 그 자체가 내 개인을 위한 목마름이 아니라 지구 전체의 물이 순환하는 흐름 속의 한 부분이라는 것. 그게 바로 전체가 하나로 연결되어 있다는 겁니다. 그래서 요의尿意를 느끼면 소변으로 나가서 다른 식물들한테 양분이 되고 거기서 또 걸러져서 땅속 지하수로 스며들면 강물이나 바다로 가고 지하수로 퍼서 또 마시고 바다로 내려가면 수증기로 올라가서 공중에 있는 먼지를 잡아서 또 내려오고, 이렇게 지구에서 순환하는 물 전체의 일부를 순환시키는 것이 사람이 목마르다는 현상이라는 것입니다. 전체로서 하나로 연결된 걸 보지 못하니 독립적으로 존재한다고 마음이 분별하는 것입니다. 이렇게 사람, 물, 나무 경계 지어 놓은 것입니다. 경계란 것이 그런 것입니다. 경계 짓지 않으면 둘이 아닌 한 덩어리입니다.

무연 그 이야기는 전체가 하나로서 뭔가 존재한다는 얘기 아닙니까?

월인 ‘존재한다’라는 것은 뭘까요? 그것은 내 마음 속에서의 일입니다. 실제 존재하는지 아닌지 현상 속의 ‘나’는 알 수 없습니다. 이렇게 말하는 것 자체가 개념을 가지고 설명하는 거예요. ‘전체로서 하나의 세계다’라는 것을 설명하기 위해 이런 말을 하는 것일 뿐, 그것이 절대적인 건 아니죠.

무연 네. 알겠습니다.

월인 그럼 다음 주에는 시각적 감지를 좀 더 연습해보세요.



\* \* \*

월인 잠깐 참고로 말씀드리면, 오늘도 회원 한 분이 감지에 대해서 명확하지 않아 연락이 왔습니다. 시각적인 감지가 파악되면 우리가 ‘느낌의 세계 속에서 산다’는 것이 분명하게 되는데, 그것을 파악하기 위해 감지연습을 좀 더 해보지만 애매하다는 거예요.

시각적 감지를 금방 알아챌 수 있는 좋은 시기는 아침에 막 눈 떴을 때입니다. 특히나 전날, 자기가 늘 머리를 두고 자는 방향이 아닌 반대 방향이나 다른 방향으로 누워서 자면, 아침에 일어났을 때 낯선 방향에서 눈을 뜨기 때문에 천정과 벽이 달라 보이고 ‘여기가 어디지?’라는 생각이 들 거예요. 평상시 아침에 눈 떴을 때 보이는 모습이, 현재 눈에 보이는 모습과 어긋나면서, 지금 눈에 보이는 것이 알던 느낌이 아닌 ‘새롭고 신선한’ 느낌으로 다가오게 됩니다. 이는 보통 감각感覺에 가까운 자극刺戟으로 오기가 쉬워요. 그렇게 몇 번 시험해보면, 지금 이렇게 편안하게 ‘아, 그렇구나.’라고 여기고 보는 이 방, ‘여기가 거기야.’라는 그 방의 모습이 하나의 ‘느낌’이라는 것을 아시게 될 거예요.

그런 방법을 사용하면 그 느낌을 알아채기가 쉽게 됩니다. 그런데 그렇게 알아채게 된 것은 아직 느낌으로 와 닿기보다는 ‘아, 내가 보고 있는 것 대부분이 기억 속에서 나와서 보는 거구나. 그냥 알고 있다고 느껴지는 것 여기가 그 방이라고 여겨지는 눈에 보이는 그런 모습들은 항상 방 자체라기보다는 내 마음의 그림이구나.’ 라는 것을 일단 알아채는 것이 될 것입니다. 그런 것을 몇 번 경험하면 눈에 보이는 것들에 대해 무의식에서 의심이 갑니다. 사실이라는 생각에 균열이 생기기 시작하죠. 그렇게 믿음에 균열이 생기기면 ‘느낌’이라는 것이 좀 더 와 닿을 것입니다.

눈은 사물을 향하고 그 포커스도 맞추었지만 주의를 사물에 보내지 않는 주의제로나 전체주의로만 가 있어도, 눈의 초점이 달라진 것도 아닌데 마음으로 ‘흐릿하게 보인다’는 현상이 일어납니다. 물리적 눈의 포커스는 그 사물에 가 있어도 그렇다는 것입니다. 이것은 바로 마음속에 쌓인 경험적 정보information를 외부로 투사하지 않아 흐릿하게 보이는 것입니다. 다르게 말하면 평시에 우리는 그 경험적 정보를 주위에 실어서 외부 사물에 투사해 보고 있다는 의미이기도 합니다. 이런 것을 자꾸 연습해보아야 합니다. 그렇게 되면 이제 눈에 보이는 것, 익숙하게 안다고 여겨지는 것이 하나의 느낌이라는 것이 와 닿게 될 것입니다. 그때 ‘세상은 마야maya다.’라는 말이 와 닿습니다. 환상이라는 말입니다. 왜 마야maya냐 하면, 우리가 보는 것은 우리가 경험할 수 있는 오감의 한계를 가지고 접촉하고 있는 사물이기 때문에 그렇습니다. 눈보다 더 정밀한 감각기관이 우리에게 없기 때문에 눈에 보이는 것이 ‘사실’처럼 보이지만 엄밀하게 말하면 눈에 보이는 ‘느낌’인 것입니다. 왜냐하면 우리 눈에 보이는 매끄러운 유리잔의 표면이 바이러스에게는 구멍 뚫린 계곡처럼 느껴질 것이기 때문입니다.

이렇게 눈에 보이는 것이 느낌이라는 것이 철저하게 와 닿기 시작하면, 내가 경험하는 것이 하나의 환상이라는 것도 와 닿기 시작할 것입니다. 그것이 되면 이 감각적인 느낌들이 내 마음의 느낌이라는 것이 분명해지고 그것을 기반으로 해서 일어나는 수많은 것들 간의 관계, 알력, 부딪히고 주고받는 제2의 느낌들 역시 당연히 마음이 만들어내는 어떤 작용에 의해서 그때그때 임시적으로 나타나는 느낌이라는 것이 분명히 파악되겠죠. 그러한 작업의 기초로서 우리가 감지연습을 하는 것인데 그 중에서도 가장 중요한 것이 시각적 감지입니다. 왜냐하면 시각적인 것은 너무 정밀하여 우리가 그것을 느낌으로 잘 인정할



수 없기 때문입니다. 또한 그것은 마음의 느낌과 그 레벨이 유사하여 시각적 느낌을 느낌으로 볼 수 있게 되면 마음에서 일어나는 것도 하나의 느낌으로 볼 수 있게 될 것이기 때문입니다. 그러므로 시각적 느낌이 인정될 정도로 한번 연습을 해보시면 좋습니다. 무연 님, 해보시니까 어떻습니까?

무연 전보다는 시각(視感)에 대한 개념 자체를 좀 더 명확히 이해하게 되었습니다. 그렇게 해서 살펴보니 보이는 것이 느낌으로서 많이 다가왔습니다. 제가 100% 그렇다고 말할 수는 없지만 보이는 것이 촉감과 같은 어떤 느낌이라는 것의 인지가 그전보다는 많이 와 닿았다고 할까요.

월인 예를 들면 어떻게 와 닿았습니까?

무연 촉감으로 구별되는 것과 같이 시각(視感)이라는 것도 경계 짓고 구별되어서 보이는 것과 같구나, 이것이 느낌이구나, 그러나 촉감과 같지는 않은 시각적인 느낌이 이런 거구나 하는 것을 좀 느꼈습니다.

월인 그렇습니다. 당연히 촉감과 같은 느낌으로 올 수가 없습니다. 촉감의 레벨과 정도가 시각적 느낌과는 완전히 다릅니다. 당연히 청각이나 후각 미각도 마찬가지잖아요? 그럼 청각과 촉감을 한번 비교해보면, 이렇게 만지는 느낌과 소리를 들었을 때의 느낌과는 그 종류가 다르잖아요? 후각도 마찬가지고. 그렇게 종류가 다른 느낌이기 때문에 이 촉각적인 느낌과 비슷하게 시각적인 느낌이 올 거라고 생각해서는 안 됩니다. 일단 눈에 들어오는 것 자체가 이미 느낌이라는 것, 그런데 그것을 정밀하게 느끼기 시작하면 이 사물(핸드폰)을 볼 때와 이 사물(마우스)을 보는 순간 즉각 눈에서 차이가 난다는 것이 느껴져요.

사실 아주 민간해지면 눈이 촉감적인 것과 비슷하게 느껴지기 시작합니다. 예를 들어 색깔이면 더 명확하죠. 이것을(연두색 물통) 보다가

이것을(핑크색 튜브) 보면 확 달라지잖아요. 감지연습 초기에는 시각적인 느낌으로서 미묘하게 다르게 느껴지던 것이 나중에는 눈에 오는 어떤 자극으로서 느껴지게 됩니다. 지금까지 눈에 들어오는 것 자체를 ‘사실’이라고 믿고 살아왔기 때문에 눈에 다가오는 ‘자극’으로 느끼지 못한단 말이에요. 그런데 이러면(연두색 물통을 들었다 내리면서 핑크색 튜브를 보여주며) 이미 자극이 달라진 것이거든요. 벌써 다르죠? 다만 볼 때 사물에다 주의를 쏟지 말고 사물이 내 눈에 주어지는 자극에 주의를 뒤야 해요. 내 눈에서 느껴지는 변화에 초점을 뒤보세요. 그러면 당연히 어떤 차이가 느껴집니다. 눈에서 느껴지는 차이 말입니다. 그런 식으로 느낌에 민감해지면 이것(휴대폰)을 보다가 이것(손)을 보면 눈에서 일어나는 자극에 차이가 있다는 것이 느껴집니다. 또 이미 이것(손)을 보다가 이것(휴대폰)을 보는 순간 뭔가 달라졌기 때문에 ‘달라진다’는 것 자체가 느낌의 차이라는 것입니다. 지금은 그것을 의식적으로만 구별하지만 사실 눈의 감각에 구별이 오기 때문에 의식적으로 분별된다는 것을 알아채야 합니다.

촉각도 마찬가지예요. 이렇게(휴대폰의 넓은 면적방향) 잡다가 이렇게(휴대폰의 좁은 면적방향) 잡으면 느낌이 넓은 데서 좁은 데로 갔기 때문에 느낌이 달라져요. 이것을 ‘아는 것’은 결국 의식적인 구별이죠. 아는 것은 의식적인 식識이에요. 그렇죠? 그런데 감각에 차이가 나니까 그것이 의식적인 식識으로 전환될 수 있는 것입니다.

마찬가지로 시각적으로도 이것(휴대폰)을 보다가 이것(손)을 보는데 구별된다는 것, 그것을 우리는 최종적으로 의식적인 구별로 알고 있지만, 시각적인 감각의 차이가 먼저 있고 나서 그것이 전달되어 의식적인 구별이 있게 된다는 것을 알아야 합니다. 시각적인 감각의 구별이 없다면 또는 이런 촉각적인 차이가 없다면 의식적으로 구별이 안 되듯



이 말입니다. 이렇게(휴대폰 넓은 면적방향을 만지며) 느끼나 이렇게(휴대폰 좁은 면적방향을 만지며) 느끼나 차이를 못 느낀다면 우리가 의식적으로도 차이를 못 느낄 것이에요. 촉감적인 구별이 분명히 먼저 구별이 되어야 해요. 그래야 이것이 전달되어 의식으로 구별할 것 아닙니까?

시각도 우리가 이것(손)과 이것(휴대폰)을 구별해낸다는 것 자체가 시각적인 감각의 차이가 있는 후에 식적으로 구별한다는 것입니다. 그런데 시각적인 느낌은 촉감에 비하면 훨씬 미세한 느낌입니다. 우리가 눈으로 보는 것은 너무나도 익숙하고 아주 미세한 느낌이기 때문에 그것을 구별 못하는데, 점차 보이는 이것이 시각적 감지라는 게 분명해지면 눈으로 보이는 것이 느낌의 차이라는 것, 따라서 눈에 들어오는 자극으로도 느껴질 수 있게 됩니다.

그렇게 되면 눈에 보이는 것이 사물 자체라기보다는 사물과 내 눈의 반응에 의해서 느껴지는, 어떤 관계에서 오는 ‘느낌’이라는 것이 분명해집니다. 그것이 분명해지면 의식에 깊은 영향을 미칩니다. 왜냐하면 나는 ‘사실’이라고 믿고 살아왔는데 그것이 ‘느낌’이라는 것이 분명해지니까요. 그런데 ‘느낌’이라는 것은 뭘니까? 느낌이라는 단어에는 그것이 사실이 아니고 ‘부정확하다’는 의미가 들어있습니다. 오류가 있을 수 있다는 것을 그 단어 속에 포함하고 있어요. 그런데 ‘눈으로 보는 것’을 ‘느낌’이라고 파악하게 되면 이제 그동안 내가 사실이라고 여겨온 것이 일종의 환상인 ‘느낌’이라는 것이 와 닿고 내 눈에 보이는 저 사물이 정말 저 사물 자체는 아니라는 것이 절절히 와 닿게 됩니다. (다음 호에 계속) 

• 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.