



## 오인회 소식

2019년 3월 (제90호)

권두언 (卷頭言)

### 내 삶의 무게는 같다

우리에게 다가오는 각각의 삶의 무게는 늘 다르게 다가온다.  
늘 왔다가 사라지는데 무게가 크게 다를까?  
우리가 있어야할 곳은 생각과 생각사이에 비어 있는 공간이다.  
비어 있는 공간이 넓어지게 되면  
시시각각 다가오는 삶의 무게들은 같아진다.

— 超顯 —



### \* 홀로스 공동체 후원 현황 \*

홀로스 공동체의 다양한 활동들은 여러분의 소중한 후원으로 진행되고 있습니다.  
후원해주신 분들에게 깊은 감사를 드립니다.

● 홀로스 운영 후원 내역

○ 일반후원

2월 27일 장경옥 10만원 / 3월 11일 선호 1만원 / 3월 11일 류창형 3만원 / 3월 20일 여행 1만원 / 3월 28일 장경옥 10만원

● 공동체학교 후원 내역

○ 일반후원 (기보 100만원/ 연주 60만원, 바람 300만원, 지원 100만원, 자명 230만원)

○ 월정기후원 (매월 20만원 2년간/ 별칭 뒤에 숫자는 월 후원 횟수 입니다)

- 일반 (익명A24, 익명B24, 능주24, 슬내음20, 무유22, 고을27, 서원19, 여몽24, 원님27, 기보24, 썬이21, 허유24, 거위24)
- 기타 (가온27, 구당26, 자현24)

<공동체학교 후원계좌> 우리은행 1002-135-404042 이원규 / 문의 : 02-747-2261 (신현이)

● 번뇌즉보리 총서 후원 안내 (대승 上, 中권 출판 완료, 下 출판비 : 450만원)

<번뇌즉보리 총서 후원계좌> 농협 351-0680-1315-13 이원규 / 문의 : 02-747-2261 (신현이)



## 관성을 넘어가다

### 이류 인터뷰 3

이류님은 10대부터 삶과 죽음과 마음의 고통에 대해 힘들어했고 대학에 들어가면서 노장, 불경, 성경 그 외 심리학과 철학, 현대물리학에 관심을 가지고 접하여 왔습니다. 약대에 다니면서 동양철학을 공부하며 태극권을 시작해 국제태극권 권사(국제사범) 자격을 취득하고 여러 의식개발프로그램과 위빠사나, 사마타 등의 수행과 심신 상관의학, 약선, 음식치료, 분자교정의학 등을 공부하며 대체의학 전문 약국을 25년간 운영하였습니다. ‘아토피, 건선, 백반증’에 관한 책을 저술했으며 백반증과 아토피 치유 식품을 개발하였습니다.

한 선원에 10여년간 다니는 중에 본성을 체험했으나 허무감과 무료함의 관성으로 힘든 시간을 보내다 2018년 5월에 약국을 폐업하고 ‘무아’와 ‘이것’이 분명해지고 관성을 해결하고자 백일학교에 들어갔고 깨어있기와 자연에 맡기기, 통찰력 게임, 관성다루기 등을 통하여 이 모든 문제가 해소되었습니다. 현재 깨어있기 마스터 과정을 시작하며 의식과 관성의 문제를 효율적이고 강력하게 다룰 수 있음을 확신하여 새로운 마음으로 공부에 임하고 있습니다.

(지난호에 이어서)

허유 : 깨어있기 과정에서 감지라는 걸 배우셨죠?

이류 : 깨어있기 책을 봤지만 감지라는 것이 확 와 닿은 것은 백일학교에 와서였어요. 처음 백일학교 와서 저녁 먹고 모임 하는 중에 선생님께서 컵을 보여주시면서 이것을 생각과 이름없이 볼 수 있냐고 말씀을 하셨어요, “네, 볼 수 있습니다.”라고 대답했지요. “그러면 저 벽을 바라 벽을 어떻게 느껴지느냐” 해서 “어떻게 느껴집니까” 했더니 직접 가서 만져 보라고 하시더라고요. 그래서 가서 만져 보고 나니 “아까 느꼈을 때랑 내가 만졌을 때랑 느낌이 어따냐” 했을 때 “비슷하지만 다릅니다.”라고 대답했습니다. 이러한 과정을 통해서 감지라는 것을 조금씩 알아가게 되었지요. 생각으로 알고 있던 감지와 체감적인 감지가 이런 것이구나 하고 말이죠. 그런데 이전에는 제가 어느 정도 감지가 됐다고 여겼는데 그것은 죽어있는 감지로써 많이 느꼈던 것 같아요. 여기 와서 살아있는 감지가 체득되면서 많이 달라졌죠. 관성에 대해서도 그렇고 공부에 대해서도 많이

달라지게 된 계기가 됐습니다.

**허 : 이류님이 그동안 불편하게 느꼈던 '나라는 느낌'도 하나의 감지라고 볼 수 있겠네요?**

이 : 그렇죠. 나라는 것도 감지고, 내가 여자다. 남자다 라는 모든 느낌이 감지죠. 감지 아닌 것이 없습니다..

**허 : 기초과정과 심화과정에서 경험한 걸 말씀해 주셨는데 또 생각하시는 체험 같은 것이 있다면 어떤 것이 있나요?**

이 : 아까 말씀드렸듯이 늘 화두처럼 '이 모두가 내 느낌의 세계다'라는 것을 마음에 품고 생활을 했습니다. 그런데 공허하고 외롭고 이런 것이 관성처럼 백일학교 오기 전부터 상당히 진하게 있었거든요. 이것이 참 힘들었어요. 백일학교 와서도 한 동안 그것이 많이 올라왔습니다. 선생님이 감지라는 것에 대해 말씀을 해주시고 '나'라는 것이 '느껴지느냐' 그리고 '이 세계가 내 느낌의 세계'라는 것을 아느냐 라는 것을 지속적으로 질문하고 말씀해주셔서 제가 그것을 화두로 품고 있었는데, 어느 날 고질적인 우울감이 순식간에 사라지는 경험을 하게 되었어요. 피곤하면 저는 습관적으로 우울감이 많이 올라오는데 매우 피곤한 어느 날 역시 전과같이 우울감이 올라오는 것이었습니다. 그런데 그 순간 '이것이 내 느낌의 세계지'라고 하자 그 우울감이 순간적으로 확 없어지는 거예요. 그것이 마치 영화 매트릭스에서 프로그램 속에 들어가 있다가 프로그램 밖으로 확 빠져 나오는 것과 같았어요. 그와같이 우울감에서 순간적으로 확 빠져나오는 경험을 한 것이지요. 또 하루는 백일학교에서 어떤 트러블이 있었고 스트레스 상황을 맞았는데, '나'가 허상이고 느낌인데 '이 화를 내고 짜증내는 이 느낌'은 뭐지 하고 바라보는 순간, 즉각적으로 '이 짜증이 나'라는 생각과 느낌이 확 꺾이면서 순간적으로 사라지더군요. 그러면서 참 신기하다 여겼습니다. 그런 체험들이 여러 번 있었습니다.

**허 : 그 체험이 어떻게 해서 일어난 것일까요?**

이 : 제가 깨어있기 심화 때 '모든 것이 꿈이네요' 라고 했는데 그 전에 '나라는 것도 느낌'이고 '모든 것이 다 느낌의 세계'라는 것을 늘 마음에 품고 있고 감지(感知)로 생활하고 있던 과정에 일어났어요.

**허 : 깨어있기 과정을 통해 감지를 배우고 나서 모든 걸 감지로 보면서 그리 되신 거라는 거죠?**

이 : 예. 늘 감지(感知)로 일상을 살았다고 해야겠죠. 눈 뜨면서 잘 때까지 최대한으로 할 수 있는 한 감지로(생각과 이름이 없이 분별되는 느낌으로만 사는) 생활을 계속하고 내 느낌의 세계라는 것을 마음에 계속 품고 있다가 그것이 무의식에 각인됐다고 할까요, 그런 가운데 그런 상황을 접하니깐 저도 모르게 이것도 내 느낌의 세계지하며 바로 그 세계에서 빠져나오게 된 것 같습니다. 그 고질적인 관성에서 말이죠.

**허 : 한 순간에 우울함에서 빠져 나오셨다 했는데, 우울한 감정에 쏠려있던 주의가 한 순간 바라보는 쪽으로 전환이 되어 그런 현상이 일어난 거네요?**

이 : 그렇죠. 그것을 자각한 거죠.

**허 : 그 자각이 결국 빠져나오는 체험을 하게 해 준거라 할 수 있나요?**

이 : 그렇죠.

**허 : 이류님이 '있음'의 경험을 하셨다고 얘기를 들었는데...**

이 : 그것이 사실 크게 중요한 것은 아니고요. 제일 와 닿은 것은 주의 연습이었어요. 처음 심화, 기초, 심화를 반복하면서 저에게 통찰을 줬던 연습은 모두 주의 연습이었어요.

**허 : 주의 연습 하시면서 '있음'의 경험을 하신 건가요?**

이 : 네. 있음의 경험을 했는데 그것 자체로 큰 통찰을 일으킨 것은 아닌 거 같고요.

**허 : 아까 말씀 하신 것 중에 '나라는 것이 없어도 모든 것들이 일어나고 있었다' 했는데, 그것이 있음의 경험이라고 표현하신 건가요?**

이 : 그럴 수도 있는데, 어쨌든 일어나고 있는데 어떤 주체에게 일어나고 있는 걸까요. 그 처음이 저에게는 굉장히 큰 통찰을 불러 일으켰습니다.

**허 : 어떤 통찰이죠?**

이 : ‘나라고 하는 것이 허상이구나. 나라는 것이 고정된 실체가 아니구나’ 하는 것. 그리고 나라는 것이 있건 없건 상관이 없구나! 라는 것. 그러면서 마지막 심화 때, 세 번째로 깨어있기를 참가하게 된 11월 심화 때 ‘우물이 당나귀를 본다’는 화두가 풀렸거든요.

**허 : 어떻게 풀리신 거죠?**

이 : 이전에는 주체와 객체가 고정되어있다고 여겼어요. 그랬기 때문에 보통 당나귀가 우물을 본다는 성립이 되지만, 우물이 당나귀를 본다는 것은 성립이 안되지요. 마음이 주객을 고정시켜놓았기 때문입니다. 그런데 깨어있기를 하면서 주체와 대상이 동시에 일어나며, 주체 따로 대상 따로 일어나는 것이 아니라는 것을 배우고 체득했어요. 그러면서 당나귀가 우물을 보지만 동시에 우물도 당나귀도 본다가 된 것이지요. 그리고 누가 누구를 보는 것이 무슨 상관인가? 그런 것이 아무 상관이 없게 된 것입니다. 우물이 당나귀고 당나귀가 우물인 것이거든요. 주객은 같이 일어나고 그 둘은 고정되어있지 않기 때문에 그렇습니다. 그것은 11월 심화과정 때 더욱 분명해졌습니다. 동일시연습을 하면서 거울을 보는데 거울속의 내가 거울 밖의 나를 보고 있다고 느껴지면서 밖에 나가 산책을 하는데, 저는 사라지고 거울 속의 나만 있으며 그것이 나를 보고 있는 상태에서 나가니까, 온 존재가 나를 보고 있는 거예요. 나무들이 나를 보고 있고, 하늘이 나를 보고 있고. 그러자 갑자기 우물도 당연히 당나귀를 보네? 이렇게 된 것이죠.

**허 : 그때 화두가 풀리신 거군요.**

이 : 그렇죠. 그 때 선생님께도 그런 말씀을 드렸거든요. 우물이 당나귀를 보는 것도 당연하죠! 라고 말씀드렸던 기억이 납니다.

**허 : 우물이 당나귀를 본다고 생각하시는 건가요?**

이 : 생각이 아니라 실제로 그 느낌을 받았어요. 왜냐면 ‘나라는 것도 있다가 사라지고 내가 주의를 어디에 두느냐에 따라, ‘내가 ‘대상’이 되고 ‘대상’이 ‘내가 되고 하는데, 그것은 생각이 아니라 실제로 그런 것이기 때문이에요.

**허 : 실제로 그런 느낌이 있다가 사라질 수 있다. 들었다가 사라질 수 있는 느낌이다?**

이 : 그렇죠.

**허 : 그것도 우리 마음이 만들어낸 하나의 현상이라고 할 수 있겠네요?**

이 : 그렇죠. 마음은 어떤 것도 만들어내니까요.

**허 : 그렇군요. 그렇다면 본성이란 무엇이며 어떻게 경험될 수 있나요?**

이 : 본성은 본래 지금 우리가 이미 그것이거든요. 따로 있는 것이 아니기 때문이에요. 지금 늘 있는 것이 본성이기 때문에 본성을 따로 찾으려 하면 찾을 수가 없습니다. 이미 그것이기 때문이에요. 그런데 착각을 하는 거죠. 나는 찾지 못했다는 생각, 그 생각이 자꾸 뭔가를 찾게 하지요. 그래서 능엄경에, ‘머리를 두고 머리를 찾고, 물 속 에서 물을 찾는 거와 똑같다’는 표현을 했어요.

**허 : 그것을 어떤 계기로 알아차리신 거죠?**

이 : 저는 20살 때 부터 찾아 헤메었어요. 본성의 체험이 오기 전에는 머리를 들고 머리를 찾는다, 방안에서 방을 찾는다, 이런 얘기가 전혀 당연하지가 않고 그래도 모르겠다었어요. 그런데 막상 본성 체험을 하니깐....

**허 : 본성의 체험이 어떠셨어요?**

이 : 뭘 할 필요가 없는 체험이죠. 왜냐면 이미 본성이기 때문에.

**허 : 이미 본성이라는 것을 어떻게 알게 되신 거죠?**

이 : 그것은 어떤 찾는 생각이 떨어져나가는 것이 체험이라면 체험이겠습니다. 찾는 마음이 떨어져나감에 이미

그것임을 저절로 알게되는 거죠. 따로 어디서 주어지는 것이 아니기 때문이에요.

허 : 찾으려는 생각이 떨어져나갔다.. 떨어져나감으로써 나는 이미 본성이라는 것을 자각 하신거다?

이 : 그렇죠. 그렇게 밖에 얘기할 수 없어요. 그러니까 지금 방 안에 앉아서 방이 어디냐? 하면 자기가 방에 있는 데도 방에 있다고 생각하지 않잖아요.

허유 : 그렇죠. 밖으로 찾아다니니까.

이 : 그러면 ‘내가 이미 방에 있네?’를 알아차리려면? 그것은 찾으려는 마음을 쉬면 이미 방에 있음을 알아차리게 되지요.

허 : 아.. 찾으려는 마음을 쉬게 되니까, 비로소 자기가 이미 방에 있다는 것을 알아채고 자각하게 됐다는 말씀이시군요.

이 : 그렇죠. 비유를 들자면 그런 것과 같다고 볼 수 있습니다.

허 : 찾으려는 생각이나 의도자체가 이미 본성의 표현이구나, 본성이 활동하고 있구나. 이걸 알아채신 것이군요.

이 : 네 맞습니다. (다음호에 계속됩니다)

## 대승기신론(73) - 2013년 9월 3일 강의 월인(越因)

오늘은 용(用)의 종류에 대해 살펴보겠습니다. 문장이 길지만 중요한 내용은 한 가지입니다. 우리가 보고, 인식하고, 감각하는 모든 것은 밖의 사물의 모습에 있는 것이 아니라 마음에 있다는 것입니다.

此用有二種. 云何爲二.

차용유이종. 운하위이.

이 용(用)에는 두 가지가 있으니, 어떤 것이 두 가지인가?

一者依分別事識. 凡夫二乘心所見者, 名爲應身.

일자의분별사식. 범부이승심소견자, 명위응신.

첫째는 분별사식(分別事識)에 의한 것으로 범부(凡夫)와 이승(二乘)의 마음으로 보는 것을 응신(應身)이라 이름 한다.

以不知轉識現故. 見從外來, 取色分齊, 不能盡知故.

이부지전식현고, 견종외래, 취색분제, 불능진지고.

이는 전식(轉識)의 나타냄인 줄 알지 못하기 때문에 밖에서 온 것이라 보고 색(色)의 분제(分際)를 취하여 다 알지 못하기 때문이다.

진여의 용(用) 중의 하나는 분별사식에 의해 작용합니다. 분별은 주로 범부와 이승(二乘)의 마음에서 일어나고, 이들의 마음으로 보는 바가 응신(應身)입니다. 각각의 사건과 상황에 맞춰서 대응해 나가는 그런 몸이라는 것인데, 이 응신(應身)은 다양한 모습을 띠게 됩니다. 다양한 모습을 보이는 이유는, 그 모습이라는 것이 작용하는 것 자체에 있다기보다는 그렇게 분별하는 범부와 이승의 마음에 있기 때문입니다. 범부와 이승의 마음은 본디 부처의 마음과 다를 바 없지만, 그들의 마음에는 전식(轉識)이 일어나서 나와 대상을 분별하는 마음속에 빠지게 됩니다. 전식(轉識)이 일어나면 밖의 사물에 구별이 있다고 여기게 됩니다. 나와 대상으로 분열되지 않으면 눈에 보이는 것이 없고, 촉감으로 느껴지는 것이 없고, 귀에 들리는 것이 없습니다. 소리가

귀로 들어오고, 어떤 자극이 눈을 통과해 가지만 그것이 마음에 남지 않아요. 인식되지 않는다는 말입니다. 내 눈에 '무언가'가 보이려면 그 무언가를 보는 '내'가 있어야 합니다. 따라서 눈에 뭘가가 보인다는 말은, 마음이 한번 움직여서 무언가라는 대상과 무언가를 보는 '내'가 만들어져 있는 상태라고 보시면 됩니다. 그것이 전식(轉識)이죠.

분제(分齊)는 분별을 말합니다. '전식(轉識) 때문에 분별할 수 있다'는 사실을 알지 못하기 때문에 마음에 의해 차이를 보이는 색의 분별을 사실로 취하고, 전반적인 마음의 과정을 다 알지 못합니다. 전식에 의해서 주체와 대상으로 나뉘져 마음에 경계가 생겨 사물이 보이게 되는데, 경계는 세상과 사물에 있는 것이 아니라 내 마음에 있다는 것을 명확히 보지 못한 사람이 범부와 이승(二乘)입니다. 여러분이 밖의 사물을 보면서 내 마음의 느낌이라는 것을 모른다면 범부나 이승(二乘)에 속한 것이고, 그것을 명확하게 알면 이승(二乘)을 넘어 보살로 가고 있는 것입니다.

눈에 보이는 사물들이 느낌일 수밖에 없다고 누누이 얘기했습니다. 손으로 탁자를 만져보면 어떤 촉감이 느껴지죠. 그러나 내가 만지고 있는 것은 탁자라기보다는 탁자의 느낌입니다. 만약에 이런 촉감이 없다면 손에는 탁자가 느껴지지 않고, 내게는 탁자라는 것은 없습니다. 탁자를 만지는 느낌은 어디에 있죠? 내 손에 있습니다. 그 다음 청각에 대해 살펴보죠. 어떤 소리가 1km 밖에 있어 내게 들리지 않는다면 그 소리는 나와 상관없고, 나에게 없는 소리입니다. 또 그 소리가 내 귀 1cm 밖에까지 왔다해도 들리지 않습니다. 그 소리가 내 귀를 통해 들어와 고막을 흔들어야만 비로소 들립니다. 그러므로 그 소리의 느낌도 내 몸 안에 있는 것입니다. 냄새도 분자가 퍼져서 내 코의 점막을 건드려야만 냄새가 납니다. 시각적인 느낌 또한 광자가 사물에 부딪쳐서 그 자극이 눈으로 들어와서 망막을 때릴 때 내 눈에 뭘가가 보입니다. 내가 지금 보고 있는 사물은, 내 안에서 조합된 어떤 느낌이라는 것이지요. 즉 모든 것이 내 몸에 들어올 때만 느껴집니다. 우리가 감각하는 모든 것들은 일단 내 몸 안에 들어왔을 때 느껴지고, 보여지고, 들리기 때문에 사물 자체는 건드릴 수 없다고 말하는 겁니다.

그런 의미에서 모든 것들이 일종의 느낌인데, 그 느낌에는 원래 분별이라는 것이 없습니다. 감각 기능의 차이 때문에 분별될 뿐입니다. 만약 무지개 색깔을 7가지로 세밀하게 보지 못하고 3가지 색깔로만 본다면 흑백으로만 보는 사람이 있다면, 그 사람의 마음에는 단조로운 색의 세계나 흑백의 세계가 펼쳐질 것입니다. 대승기신론 원문에서는 사물을 색(色)이라고 표현했습니다. 그런데 이 색(色)이라는 것이 사물에 있습니까, 아니면 감각기관에 있을까요? 색(色)은 사물과 감각기관 그 어디에 있는 것이 아니라 그 둘 사이의 '관계'입니다. 개는 흑백의 세상을 살아가지만, 우리 눈에는 컬러의 세상이 보입니다. 그렇다면 세상은 흑백인가요, 컬러인가요? 세상은 흑백도 아니고 컬러도 아닙니다.

촉감도 마찬가지입니다. 바이러스가 경험하는 촉감의 세계와 사람이 경험하는 촉감의 세계는 분명하게 다릅니다. 그렇다면 바이러스가 경험하는 세계가 진짜 세계입니까, 아니면 우리가 경험하는 세계가 진짜 세계입니까? 세계는 따로 있는 것이 아니에요. 세계는 그것을 감각하는 감각기관과의 관계일 뿐입니다. "내가 죽는다고 세계가 변하지는 않는다."라고 말하는 사람이 있는데요. 내가 죽으면 세계가 변합니다. 감각기관이 다른 사람한테는 다른 세계가 있는 거예요. 인간이 멸종된다면 인간과는 다른 감각기관을 가진 생물들한테 맞는 세계로 변화되어 있을 것입니다. 엄밀히 말하면 변화되는 것이 아니죠. 사물은 늘 그 자리인데, 아니 사실은 있는 것도 아니고 없는 것도 아닌데, 그것을 잡아내는 감각기관이 어떤 레벨에 있느냐에 따라서 이런 모습, 저런 모습으로 나타나는 것일 뿐입니다. 따라서 세계는 진짜로 있는 것이 아니라 우리의 감각기관과의 관계일 뿐인데, 그것이 바로 색(色)의 세계입니다.

우리가 보는 분별된 세계는 전식(轉識) 때문에 생겨나는데, 이런 분별사식(分別事識) 때문에 응신(應身)이라는 것을 경험하게 됩니다. 즉, 본질이 작용하는 모습을 우리가 볼 수 있다는 것입니다. 응신(應身)은 본질 또는 진리의 몸이 작용하는 모습입니다. 화신(化身)이라고도 합니다.

진리의 몸에는 세 가지가 있는데, 법신(法身), 보신(報身), 화신(化身)이 그것입니다. 법신(法身)은 진리 그 자체를 말합니다. 보신(報身)은 진리를 얻기 위한 수많은 수행의 결과로 인해서 과보로 받은 아름다운 모습입니다. 응신(應身), 또는 화신(化身)은 특정한 시대에 특정한 장소에서 태어나 진리를 구현한 사람의 모습입니다. 예를 들면 2500년 전에 인도의 어느 지역에 한 사람으로 태어난 석가모니는 화신(化身)입니다. 진리 또는 법신(法身)이 특정한 시대와 장소에 중생이 볼 수 있고, 만질 수 있고, 들을 수 있는 모습으로 태어난 것입니다. 그러나 그것은 그렇게 분별해서 보는 사람의 마음 때문에 분별되는 몸이기 때문에, 응신(應身)

자체는 범부나 이승이 보는 '모습'인 것입니다. 특정한 부처가 있다고 여긴다면, 그건 범부나 이승의 분별하는 마음으로 보는 몸이라는 말입니다. 감각의 대상인 색(色)이 전식(轉識)으로 인하여 나타난다는 것을 모른 채 밖에서 온 것이라고 여긴다면 전식의 '나'와 동일시 되어 보기 때문에 그 '나'를 포함하는 마음의 전 과정을 다 보지 못하게 됩니다. 그래서 응신(應身)이 '나타나는데', 그것이 진리가 작용하는 첫 번째 '모습'입니다.

二者依於業識. 謂諸菩薩從初發意乃至菩薩究竟地心所見者, 名爲報身.  
이자의어업식. 위제보살중초발의내지보살구경지심소견자, 명위보신.

둘째는 업식(業識)에 의한 것이니, 이는 모든 보살이 초발의(初發意)로부터 보살구경지(菩薩究竟地)에 이르기까지 마음으로 본 것을 보신(報身)이라고 한다.

초발의(初發意)는 부처를 향해 가겠다고 뜻을 세운 그 최초의 시점을 말합니다. 모든 분별이 밖에 있는 것이 아니라 내 마음에 있다는 것을 본 사람이 초발의보살(初發意菩薩)이고, 업(業)의 미세한 분열로부터도 자유로워진 부처 그 이전까지가 보살구경지(菩薩究竟地)인데, 이들이 마음으로 본 것을 보신(報身)이라고 합니다. 보살까지는 여전히 미묘한 분열이 있는 것이지요. 부처를 향한 길에서 애쓰고 노력한 수행의 결과로 나타난 모습이 보신(報身)입니다.

身有無量色. 色有無量相. 相有無量好. 所住依果亦有無量種種莊嚴. 隨所示現. 則無有邊. 不可窮盡. 離分齊相. 隨其所應. 常能住持. 不毀不失.  
신유무량색, 색유무량상. 상유무량호. 소주의과역유무량종종장엄, 수소시현, 즉무유변, 불가궁진, 이분제상. 수기소응, 상능주지, 불훼부실.

몸에는 무량한 색(色)이 있고, 색(色)에 무량한 상(相)이 있고, 상(相)에 무량한 호(好)가 있으며, 머무는 의과(依果)도 무량한 여러 가지 장엄이 있어서 곳에 따라 나타남이 곧 다함이 없고 궁진할 수 없어 분제상(分齊相)을 여의었지만, 그 응하는 바에 따라 항상 머물러 있어서 훼손되지 않고 잃지도 않는다.

감각기관을 통해 보는 것을 무량한 색(色)이라고 합니다. 색(色)에는 무량한 상(相)이 있다고 했습니다. 60억의 인류가 같은 컵을 볼 때 생겨나는 상(相)은 60억 개입니다. 하나의 색(色)마다 무량한 상(相)이 있는 것입니다. 컵을 보는 감각기관과 그를 통해 들어오는 경험이 사람마다 달라서 그들 마음속의 컵에 대한 상(相)은 모두 미묘하게 다릅니다. 똑같은 수가 없어요. 그래서 색(色)에는 무량한 상(相)이 있다고 했습니다. 그렇게 마음에 남겨진 흔적인 상(相)들은 서로 비교돼서 좋고 나쁨이 생겨나기 때문에 무량한 좋음이 생겨납니다. 이때에 호오(好惡)가 아닌 호(好)만을 말하는 이유는, 보살이 깨침을 향해 수행하는 과정에서 받게 되는 과보이기 때문에 좋은 모습을 얘기하는 것입니다.

부처님에게는 32상(相)과 80종호(種好)가 있다고 합니다. 과거의 수행덕분에 타고난 몸의 좋은 모습입니다. 늘 미소 띤 넉넉한 얼굴로 느껴지고, 마음도 푸근해 보이고, 몸도 늘 여유 있게 느껴지는 이런 좋은 모습들이 수행의 결과라는 말입니다. 그런데 사실은 "수행의 결과로 부처님이 보기 좋은 모습을 띤다."고 말하는 것 역시 분별하는 마음이죠. 보살의 분별하는 마음인 것입니다. 보살에게는 그렇게 보이는 것이지요. 범부의 분별이 모든 것을 하나하나 분별한다면, 보살의 분별은 미세합니다. 분제상(分齊相)은 분별의 상(相)인데, 분제상(分齊相)을 떠났으니 보살의 마음은 분별하는 마음은 떠났지만 여전히 스스로가 있다고 여기는 마음이 남아있습니다. (다음호에 계속됩니다)

如是功德, 皆因諸波羅蜜等無漏行熏, 及不思議熏之所成就, 具足無量樂相, 故說爲報身.  
여시공덕, 개인제바라밀등무루행훈, 급불사의훈지소성취, 구족무량낙상, 고설위보신.

이러한 공덕(功德)은 모두 모든 바라밀(波羅密) 등 무루의 행훈(行熏) 및 불사의훈(不思議熏)에 의해 성취된 것이니, 이런 한량없는 낙상(樂相)을 구족하기에 보신(報身)이라 한다.

진여가 현상에 미치는 영향, 또는 현상이 진여에 미치는 영향을 불사의훈(不思議熏)이라고 했습니다. 절대와

상대는 서로 만날 수 없는데, 절대적 진여가 상대적인 세계의 마음에 영향을 미치니까 불가사의하다고 한 것입니다. 또 절대적 마음이 분명히 있음에도 항상 물들어 있는 것이 불가사의하다는 겁니다. 다시 말해 진여가 상대적인 현상을 물들여서 맑게 하는 것과, 물든 마음이 진여를 물들여서 무명으로 떨어지게 하는 것을 말하는 것입니다. 즐거운 상(相)이란 공덕을 말합니다. 수련을 통해서 마음이 늘 넉넉해 보이고, 평화스럽고, 고요한 좋은 모습을 얻게 되는데, 사실 이런 모습은 고요와 고요하지 않음, 평화와 평화롭지 않음을 나누는 미묘한 분별 속에 있는 것이죠. 그것이 바로 보살의 분별인 것이고, 부처는 그런 분별마저도 없습니다. (다음호에 계속됩니다)

## 홀로스 공동체 소식

### 1. 20차 백일학교를 신청하신 매화님의 신청 동기 이야기

(아래는 20차 백일학교에 신청하신 매화님의 신청하신 동기에 대한 이야기와 자신의 삶을 간단히 보여주고 있습니다.)

안녕하세요?

저는 올해 29살 되는 오영순입니다.

저의 부모님께서서는 시골의 한 교회에서 목회를 하십니다. 저는 어릴 때부터 자연스럽게 교회를 나가게 되었고, 부모님의 일을 도와 사람들을 전도하고 봉사활동을 했습니다. 부모님이 목회자로 살면서 겪었던 어려움과 보람감을 같이 느끼면서 자라게 되었습니다. 하나님을 향한 '믿음' 안에서 부모님의 영혼구원의 사역이 곧 저의 일처럼 여겨졌습니다.

이런 가정환경은 사람들을 향한 연민, 사랑, 용서 등의 가치관을 갖게 했습니다. 비록 잘못된 행동을 했을지라도 그 사람에게도 좋은 모습이 있고, 그럴만한 속사정이 있을 것이라고 좋게 바라보려고 하는 관점이 생겼습니다. 또한 사람들과 모여서 함께하고, 낯선 사람들과 어울리는 상황이 잦아지면서 사람들과 함께하는 것의 즐거움, 처음 보는 사람들과도 쉽게 친해지는 친화력이 등이 생겼습니다.

반면, 부모님과 상당히 밀착적인 관계를 형성하게 되었습니다. 부모님의 일이 곧 나의 일이 되고, 부모님의 아픔이 곧 나의 아픔이 되는 상황이 잦았습니다. 저의 학창시절 기도제목은 '우리 가족의 화목'이었습니다. 부모님께서서는 사역을 하면서 사람들에게 상처를 많이 받았습니다. 그 상처는 집안 불화의 원인이 되었고, 저는 부모님의 사역이 잘되면 화목했지만, 안되면 불행한 상황을 겪어야 했습니다. 저는 집안의 만팔로써 부모님의 일을 동생들보다 더 책임있게 도와야했고, 제가 부모님의 일을 도와야 우리 가족이 행복해지고 화목해진다고 생각했습니다. 하지만, 부모님의 갈등을 보면서 믿음과 행함의 괴리감을 느낄 때, 제가 원치 않을 때에도 교회를 가야할 때, 목회자 가정이기엔 딸인 저도 사람들의 평판을 의식해야 할 때 등이 저에게 답답함으로 다가왔습니다.

저는 이런 가정에서 태어났고, 초·중·고·대학시절까지 부모님과 함께 생활하며 아동에서 나고 자라왔습니다. 대학교 전까지는 부모님과 신앙심이 저에게 가장 큰 화두였습니다. 그러나 '동양철학'을 배우면서 제가 알던 세상의 틀이 조금씩 깨지기 시작하고, 부모님이 원하는 삶에서 제가 원하는 삶이 무엇인지를 스스로에게 조금씩 묻게 되었습니다. 하나님과 성경에 대한 의심이 싹트기 시작했고, 대학교 중반쯤에는 거의 무신론에 가까운 정도로 신앙심이 흔들리게 되었습니다.

저는 동양철학과를 다니면서 학교 공부가 나름대로 재미있었습니다. 여러 학자들의 생각을 배우면서 제 안의 세계가 더 넓어지는 재미가 있었습니다. 비록 지금은 그때 배웠던 것들이 기억은 안 나지만 부모님의 세계에서 조금씩 저의 세계가 만들어지는 출발점이 되었다고 생각합니다.

대학 졸업 후, 직장생활을 하면서 첫 사회생활을 경험하게 되었습니다. 사회초년생이라 제대로 아는 것이 없어서 눈치 없고, 센스 없고, 일도 못한다는 삼중고를 겪으면서 회사와 극단에서 2년 정도의 시간을 보냈습니다. 가뜩이나 잘해야 한다는 생각이 강한 사람이었는데 그 일을 겪으면서 일을 못하는 것에 대한 콤플렉스 같은 것이 생겼고, 잘해야 한다는 긴장감과 언젠가는 잘해서 인정받고 싶다는 마음이 강하게 생겼습니다. 후에 직장을 그만두고 나서는 직장생활을 하면 혼날까봐 두려워만 하는 제가 되어있었습니다.

사실 지금은 아무것도 안 하는 상태로 5개월 정도를 보낸 것 같습니다. 극단생활이나 직장생활은 이전보다는



덜하지만 여전히 알 수 없는 두려움이 남아있고, 무엇보다도 힘든 것은 제 삶의 어떤 선택도 스스로 확신을 갖지 못하고 흔들린다는 점입니다. 하나를 선택하지도 그 길을 나아가지도 못하고 망설이는 현 상황에서 부모님에게서 진정 독립하고, 삶을 스스로 책임지고 살아내는 힘을 기르고 싶습니다.

백일학교를 신청하기 전, 지인을 통해 미내사 관련 프로그램에 참석을 하면서 이곳을 다녀온 사람들을 만나고 그 이야기를 듣게 되었습니다. 다들 하나같이 무조건 가라고 권유하는데 가서 많이 변화했고, 좋았다는 얘기를 많이 들었습니다. 또 깨어있기 책과 월인선생님과 함양에서 긴 시간 얘기 나누면서 개인적으로 많이 느끼고 배웠던 시간이 되었습니다.

제가 괴롭고 부족하다고 여기는 부분에 대해서 얘기하면서 동의하는 부분이 많았습니다. '탄트라' 처럼 뭔가 한 가지를 하더라도 의식적으로 경험하는 수행도 궁금했고, 인생을 너무 쉽고 편하게만 살려고 하는데 힘든 일도 겪어낼 줄 알아야 한다는 점, 생각과 아이디어는 많지만 열매를 맺지 못하고 끝까지 실행해나가지 못하는 점 등 모두 오랜시간 동안 길들여진 저의 관성이라는 것을 다시 한 번 깨달았습니다.

하지만 관성다루기보다 '내가 자유로워지는 것이 아니다. 나로부터 자유로워지는 것이다.' 라는 말을 머리뿐만이 아닌 몸으로 이해하는 것이 먼저인 것 같아서 '이번 100일학교에 제 본질에 대해서만이라도 제대로 탐구한다면 제가 삶을 대하는 자세가 뭔가 달라지지 않을까?' 그런 믿음을 가지고 신청하였습니다.

함양수련원에 잠시 갔을 때, 곳곳에 붙어있는 규칙들과 오디관, 앵두관에 붙어있는 글귀를 읽으면서 1박 2일이었지만 그곳에 있을 때 만큼은 그 규칙들을 조금이라도 실천해보고자 노력했는데 집에 돌아와서도 그곳에서 읽었던 규칙들이 떠오르는 것을 보고, 이것을 100일 동안 한다면 제 안의 좋은 습관들이 많이 자리잡을 거라는 확신이 생겼습니다. 100일이라는 시간이 짧다면 짧고 또 길다면 긴 시간인데 이 시간을 내는 것이 생각보다 힘들지만, 반복되는 제 삶의 패턴을 보면서 더 이상은 이대로 살아서는 안 되겠다는 생각에 지푸라기라도 부여잡는 심정으로 신청하게 되었습니다. 머리로만 아무리 저의 단점을 이해해도 막상 실천하기에는 행동이 어려운 것을 보면서 몸으로 깨달아야겠다는 생각을 했고, 부족하더라도 제가 100일이라는 시간을 마음을 보고 제 자신을 탐구하는 시간으로 쏟고, 결실을 이루어내는 터닝포인트가 되었으면 좋겠습니다.

