



오인회 소식

2017년 10월 (제73호)

권두언 (卷頭言)

손은 손을 얻을 수 없다

손을 떠올려보면 그제서야 손이 느껴지가
시작한다.
그 전에 나는 어떠한가?

나도, 대상도 없는 그저 하나가 있었다.
그것을 얻으려고도, 그것을 피하려고도 하지
않았다.

삶의 두려움 또한
우리가 두려움에 대해서 생각하지 않을 때
비로소 두려움을 완전히 받아 들인다
두려움과 싸우거나 피하려고도 하지 않았다.

눈이 눈을 볼 수 없고,
손이 손을 얻을 수 없는 것처럼,
우리가 깨닫고자 하는 마음 또한
그것에 대한 생각을 떠날 때
우리는 비로소 온전히 깨달음을 받아 들인다.

그것은 성취하는 것이 아니다.
꽃이 아름다움을 성취했다고 하지 않는 것 처럼

- 惺智 -

* 홀로스 공동체 후원 현황 *

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

● 홀로스 운영 후원 내역

○ 일반후원

- 9월 20일 여행 1만원/ 9월 27일 장경옥 10만원/ 10월 10일 류창형 3만원/ 10월 10일 김종주 5만원/ 10월 10일 선호 1만원 / 10월 20일 여행 1만원

● 공동체학교 후원 내역

○ 일반후원 (기보 100만원/ 연주 60만원, 바람 300만원, 지원 100만원, 자명 90만원)

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

- 일반 (익명1/24, 익명2/24, 능주11, 솔내음9, 무유10, 고을10, 서원9, 여몽10, 원님9, 기보9, 썬이9, 허유8, 우심8, 거위8)
- 기타 (가온11, 구당10, 자현9)

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

● 번뇌즉보리 총서 후원 안내

번뇌즉보리 총서 2권이 준비 중입니다. (대승기신론상 출판 완료, 下 출판비 : 450만원/ 현재 후원액 2,669,951원 (上출판 이월금 215,451원, 능주40만원, 우현 254,500원, 기보 100만원, 금산스님 50만원, 나무 30만원)



오인회 인터뷰 - 거위(4)

개별적 자아는 허상이다

거위님은 의사 일을 하며 울산에서 살고 있습니다. 늘 진리란 무엇인가 궁금해 하며 지내오던 중 마하라지의 책을 통해 중대한 변화를 겪었고 연이어 찾아온 월인 선생님의 두 권의 책을 인연으로 두 번의 깨어있기 프로그램을 통해 미내사와 알게 되었습니다. 두 번의 프로그램, 그리고 이어진 월인 선생님의 화상 강의들을 통해 점차로 발생하는 안 밖의 변화를 즐기며 행복하게 살고 있습니다.



(지난호에 이어)

허: 제가 개인적으로 궁금한 것은 실제 암이라고 하는, 물리적으로 관찰이 되는 암 덩어리조차 허구라고 말씀하시는 건 선뜻 이해가 안 가는데 이걸 뭐라고 설명할 수 있을까요?

거: 암이 허구라고 이야기하는 것은 물론 그것이 그 사람의 생명을 위협하거나 삶을 질을 떨어뜨린다는 측면을 부정하는 것은 아닙니다. 다만 그것도 스펙트럼 중의 하나인데 접근할 때 범주화를 시켜버리면 그것을 적으로 삼는다는 거죠. 현대의학이 다 그렇습니다. 특히 내과적이거나 외과적인 경우에는요.

허: 그래서 암이 오진율이 많은 건가요? 잘은 모르지만 암이란 것이 종양 중에서도 악성 종양 있는데 결국엔 수많은 종양 중에 어떤 종류는 암이라고 명칭을 붙인다는 그런 말씀이신지요?

거: 그것도 하나의 기준이죠. 의사들이 가지고 있는 기준이 있어요.

허: 기준을 잘 못 적용하면 오진이 나고요? 암이 오진율이 많은 이유는 그 자체가 하나의 어떤 임의적인 기준에 불과하기 때문에 오진 같은 것들이 많이 일어난다 이렇게 이야기 할 수도 있는 건가요?

거: 오진이 많은 이유는 그런 것 때문이 아니라 실제로 암 덩어리를 찾기가 힘들어요. 의사들이 특히 내과 의사들이 학회에서 매년 싸우는 이유 중 하나가 이런 거예요. 예를 들어 폐암을 찾아내려 한다고 했을 때 지금 환경에선 CT가 제일 좋다고 되어 있거든요. 그럼 CT를 어느 간격으로 찍는 게 효과적이냐 이런 것 가지고 싸운다는 것이지요. 정기검진을 6개월에 한 번 할 것이냐 1년에 한 번 할 것이냐, 이런 것도요. 물론 한 달에 한번 찍으면 한 달 이내에 발견할 거 아니에요. 분명히

빨리 발견은 하겠지만 그것 자체가 방사능을 사용할 뿐더러 굉장히 번거로운 이이잖아요. 어느 것이 제일 효율적이나 이런 것 가지고 싸우는 거예요. 이런 경우 환자가 암 판정을 받으면 억울하겠지만 실제 이런 사례가 굉장히 많거든요. 6개월 전에 검사를 했을 땐 깨끗하다고 나왔는데 6개월 후에 3기, 4기가 나오면 억울한 거죠. 암이 언제 생기는지, 얼마나 빨리 퍼지는지는 천차만별이라 그 사람한테는 2, 3 개월에 한 번 검사하는 것이 맞았던 거죠. 그런데 우리가 틀을 마련할 때 모든 개인의 틀에 맞출 수가 없으니깐 평균적인 수치에 맞춰서 하는 거예요. 그리고 일단 암이 발견이 됐을 때 치료적인 측면에서 접근하는 개념이 개인적으로 맘에 안 들어요. 암을 적이라고 규정짓고 접근을 하거든요. 없애고, 잘라내고, 방사선 치료하고요. 항암제도 하나의 독이거든요. 그런데 암을 없애기 위해 그런 것들을 사용하는 거죠.

허: 그러면 적이 아니라 친구라 생각하고 치료를 해야 하나요?

거: 비유하자면 그렇죠. 저는 치료라는 것은 때는 것보단 달래주는 것이 맞다고 생각해요.

허: 그런 식으로 치료를 해 본적이 있으세요?

거: 그것이 싫어서 그런 과를 선택 안한 거예요. 거기에 들어가면 어쩔 수 없이 해야 하나니까요. 그래서 정형외과를 선택한 거예요. 마음도 편하고요. 제가 뭘 잘라내는 것도 없고요. 다 고쳐주고 다시 만들어 주는 거니까요.

허: 그러면 깨어있기 수업이나 오인회 모임에 참가하신 후에 일상의 삶에서 뭔가 달라진 점이 있으신가요? 있다면 어떤 점이 어떻게 달라졌는지 알려주시겠어요?

거: 실상이 어떤 것이라는 게 좀 더 확연해 지니까, 날이 가면 갈수록 일상에서 휘둘리지 않아요. 그냥 편안해요. 그리고 사실은 제가 뭔가를 한다 라는 그 느낌도 다 허구이기 때문에 그냥 어떤 '함'이 일어난다'고 해야 할까요. 그렇게 표현하는 것이 가장 적당한 것 같아요.

허: 이 공부를 하면서 가족과의 관계는 어떠세요?

거: 사이가 나쁘지는 않아요. 공부를 하는데 있어 가장 많은 도움이 돼요. 가족은 저의 가장 예민한 곳, 나조차도 잘 눈치 채지 못하는 무의식적인 반응들을 비춰주기 때문이에요. 그것 자체가 일종의 센서 역할을 한다고 생각해요.

허: 예를 들어 어떤 경험이 있으세요?

거: 저는 굉장히 순종적인 남편이에요. 그런데 한 가지 떠오르는 게 있다면, 제가 책을 한 권 번역한 적이 있어요. 너무 재밌게 번역하고 있는데 아내가 어떤 부탁을 해왔어요. 약간 기분이 나빠졌죠. 그래도 속으로만 생각하고 '알았어!' 라고 대답을 했어요. 그런데도 아내는 그 말 속에 담겨있는 뉘앙스를 파악해요. 저도 의식적으로 파악하지 못한 부분이었는데 아내를 통해서 의식화가 되니까 옛날에는 상당히 당황스럽고 피곤할 때가 많았었어요. 그런데 이제는 그것이 고마워요. 제가 알아차리지 못했던 부분을 지적을 해주므로써 알아차릴 수 있게 되기 때문이에요.

허: 아내가 지적했을 때, 언짢은 감정이 얼마나 지속되었나요?

거: 요즘은 5초에서 10초 정도 지속돼요.

허: 어떻게 해서 그런 거죠?

거: 표현을 하자면 분무기로 물을 좌악 뿌리는 듯한 느낌이에요. 감정 자체가 좌악 퍼졌다가 좌악 사라져요.

허: 왜 그렇게 되는 거죠?

거: 감정은 에너지적인 흐름이기 때문이에요. 그것을 제가 느끼는 것이기 때문이죠.

허: 에너지적인 흐름이라 해도 오랫동안 머무를 수 있는 것인데 왜 그럴까요?

거: 제가 거기에 동일시를 한다면 강화되죠.

허: 결국 동일시를 하지 않는다는 것은 그 감정이 내 마음에서 일어나는 하나의 분별작용이라는 말씀이신 건가요? 감지가 파악되기 때문에 그렇게 말씀하시는 건가요?

거: 그렇죠.

허: 그러면 거기에 어떤 분별작용이 기초가 되어있나요?

거: 예를 들어 거기에는 항상 판단에 준거하는 틀이 있어야 해요. '나'라는 것을 세워야 하고 상대방을 세워야죠. 그 둘을 서로 떨어뜨려 봐야만 감정이 생겨요. 자동적으로 순식간에 일어나게 되죠. 항상 내 입장을 세우면 감정이 일어나요.

허: 나와 상대방을 세운다고 말씀 하셨지만 사실은 거위님과 아내 분은 오랫동안 함께 살고 계시지 않나요? 그렇다면 상대방이 세워진 것

이 아니고 계속 실재하는 것이 아닌가요?

거: 아니죠. 내가 그것을 세웠기 때문에 생기는 거죠. 아내와 오랜 세월 함께 살았다는 생각이 있을 때만 그렇게 존재하는 거죠.

허: 그렇다면 오랫동안 함께 살았다는 것이 하나의 착각일 수도 있겠네요?

거: 착각이죠. 머릿속에 떠오를 때만 있는 거죠. 관계에 대해서 생각하며 저를 세울 때에만 그것이 그렇게 보이는 것이죠.

허: 그렇게 봤을 때 현재에 자신이 부족하다거나 해결되지 않는 점이 있으신가요?

거: 지금은 마음속에 항상 붙잡혀 있던 의문은 없어요. 왜냐하면 그 의문을 가지고 있는 내가 허상이라는 것을 알았다고 할 수 있어요. 그러나 그렇게 표현하는 것도 웃기죠^^. 왜냐하면 그것을 알 '사람'이 없거든요. 어쨌든 그 얇의 주체는 없는데 그냥 얇이 일어났다고 해야 할까요? 제가 볼 때 월인 선생님과 같이 생활을 하고 배우다보면 분명히 물들게 돼요. 그래서 가급적이면 월인 선생님과 함께 생활을 하면 참 좋을 것 같다는 생각이 들어요. 그래서 선생님께서 강의를 하신다고 하면 끝까지 신청해서 하시는 말씀들을 귀 기울여 들었어요. 멀리서 냄새라도 맡아보려고 애를 썼어요. 아무튼 얇이라는 것은 기준이 없으면 성립될 수 없어요. 예를 들어, 물리학이나 수학 같은 경우는 기준이 굉장히 명확하잖아요. 기준을 명확하게 세울 때에만 얇이라는 것이 존재할 수 있는 거예요. 사실 이 공부를 하는 사람들은 기준을 하나씩 없애는 것을 하고 있기 때문에 가면 갈수록 몰라지는 게 정상이라고 생각해요.

허: 깨어있거나 오인회 모임을 통해서 그동안 체득했던 것들을 조금 더 정교하게 다듬었을 텐데, 앞으로 어떤 삶을 살고 싶으세요?

거: 오히려 계획이 없어졌어요. 예전에는 빛부터 다 갚아야 한다고 생각했죠. 그런데 지금은 계획 또한 믿음이라는 느낌이 들어요. 신념이죠. 그런데 예전에는 그 계획을 세우면 그것을 내가 한다고 생각했어요. 그러면 그 계획이 잘 이루어지지 않으면 어쩌나 하는 걱정도 생기고, 부담감도 있고 여러 가지 부정적인 감정이 일어났어요. 그런데 지금도 그런 생각들이 떠오르긴 해요. '이 빛을 언제 다 갚을 수 있을까?' 하는 생각 처럼요. 그런데 이런 것들이 그저 지금 일어난 하나의 생각이라는 것을 봐요.

허: 이외의 다른 계획은 혹시 없으신가요?

거: 앞으로도 이 공부를 하시는 분들과 교감을 하고 싶어요. 젊은 친구들이 이쪽 공부를 하고 싶다고 했을 때 후원해주고 싶은 마음도 있어요. 사실은 큰 계획들이 없어졌어요.

허: 예전에 갖고 계셨던 큰 계획은 뭐가 있었나요?

거: 몇 백억을 벌고 싶다, 내 병원이 잘 되었으면 좋겠다 등... 많았어요. 그런데 지금은 병원을 성공하고 싶다는 마음을 완전히 포기한 것은 아니지만 그냥 궁금해요. 앞으로 제 앞에 펼쳐질 삶이, 제가 앞으로 경험하게 될 삶들이 궁금해요.

허: 오인회 모임이나 깨어있기에 참석하시는 분들에게 전해주고 싶은, 자신이 공부한 과정 속에서 체득된 노하우가 있다면 나눠주시겠어요?

거: 저는 그런 건 없다고 생각해요. 없어요. 각자 다 달라요. 그리고 자신에게 필요한 것은 끌려오게 되어있는 것 같아요. 딱히 누가 옆에서 뭐라고 하지 않아도요.

허: 그래도 이런 것들을 알게 되기까지 시간이 오래 걸리셨을 텐데 그 과정 속에서 나누고픈 이야기가 있다면요?

거: 30년 정도 걸렸네요. 진지한 마음으로 추구하면 되는 것 같아요. 그러면 자신에게 맞는 방법은 저절로 찾아오는 것 같습니다.

허: 수고하셨습니다.

거: 감사합니다.

대승기신론(56) - 2013년 6월 11일 강의



훈습(熏習)은 물들여짐인데 상태의 변화를 의미합니다. 격랑 속에서 흔들리던 마음이 고요하고 차분해지는 것은 마음의 상태가 바뀌었음을 말합니다. 그러나 본질이란, 그 이름에서도 알 수 있듯이 바뀔 수 있는 게 아닙니다. 뭔가 바뀔 수 있다면 그것은 그림자요, 어떤 상태이지 본질이 아닙니다. 상태는 격랑에서 고요로, 고요에서 격랑으로 바뀔 수 있어요. 그래서 괴롭고 힘든 마음을 평안한 마음으로 바꾸기 위해 명상과 수련을 한다면, 그것은 본질의 추구가 아닌 고요한 마음을 습관화하려는 습기(習氣)를 만드는 작업일 뿐입니다. 우리의 본질은 습기 너머에 있고, 그 어떤 습기에서도 떠나 있다는 점을 발견해야 합니다. 그렇지만 일상에서 괴로운 마음, 불편한 마음, 힘든 마음을 자기라고 여기기 쉽기 때문에 그것을 가라앉히는 작업이 초기에는 어느 정도 필요합니다. 그 후에는 그것이 자기가 아님을 알아채야 합니다.

예를 들어 화나는 감정을 들어 얘기한다면, 보통 사람들은 화에 휩싸여서 그 끓어오르는 화가 자기가 되어 자동적으로 감정을 터뜨립니다. 화에 동일시된 무의식적인 마음의 작용이 일어납니다. 그러나 이 분노의 감정을 살펴보기 시작하면, 분노의 마음과 그것을 바라보는 나로 나누어지고, 자기가 분노의 마음을 바라보게 됩니다. 이렇게 마음의 분열을 알게 되고, 그 분열로부터 떠나게 되는 때가 본질로 향하는 첫걸음입니다. 그래서 공부를 처음 시작할 때는 화가 나면 그 화를 없애 버리려 하지 말고 화를 바라보고 관찰하라고 합니다. 어느 정도 관찰하면 분열된 마음의 관찰자 쪽에 에너지가 더 몰리면서 관찰하고 있는 동안에는 화가 나질 않게 됩니다. 화가 난다해도 그게 보이기 때문에 이전처럼 반응하지는 않죠. 그쯤 되면 수련이 됐다고 생각하기도 합니다. 그런데 그에 익숙해지면 신선함이 사라지고 관찰이 시들해져서 관찰자에 에너지가 많이 모이지 않게 됩니다. 그러다 자기안의 기준들이 부딪쳐서 작동하는 일이 생기면 다시 이전처럼 화가 납니다. “아! 내가 이거 밖에 안 되는구나. 내가 그렇게 공부를 많이 했는데도 아직도 난 멀었네.” 하고 자책하기도 하고, “내가 그러지 말았어야 했는데.”하는 후회가 일기도 하는데, 이것을 2차 화살이라고 합니다. 1차 화살은 화가 난 겁니다. 내 안에 있는 기준이 자동적으로 작동하여 그것에 반하는 외부 사건이나 상황, 다른 사람의 생각과 부딪혀서 폭발하는 분노의 에너지죠. 공부를 한 이후에는 2차

화살을 맞기 시작합니다. “그러지 말았어야 했어.”하고 후회하는 마음은 화를 낸 그것을 자기라고 여기기 때문입니다. 오히려 공부가 더 안 되고 있는 것입니다. 그래서 2차 화살을 안 맞기만 해도 좋은 것입니다. 그것은 내가 아님을 무의식적으로 안다는 의미입니다. 물론 후회하지 않는 다른 경우도 있습니다. 내가 옳다고 철저히 믿기 때문에 화를 낸 건 잘한 일, 필요한 일이라고 합리화를 할 수 있습니다. 그러나 그것은 미숙함일 뿐입니다.

일단 후회 자체는 돌아보고 있다는 뜻이고, 그런 후회를 넘어서서 후회를 안 하게 되어야 합니다. 화를 낸 것이 자기가 아님을 서서히 알기 시작하는 것이 경계 없음으로 가는 겁니다. 나와 대상이 분열되기 이전으로 돌아간다는 의미가 아니라, 나와 대상이 일어난 이후에도 그것이 내가 아님을 아는 것, 즉 나와 대상의 분열을 넘어가는 것입니다. 다시 말해 나와 대상의 분열이 있더라도 그것에 걸리지 않는 것인데, 이게 참 어려운 지점입니다. 나와 대상의 분열 이전으로 가면 마음은 참 편안합니다. 이렇게 파도가 일어나기 이전의 고요로 돌아가거나 고요한 파도가 되려고 하면 편안하지만, 자칫하면 마음이 둔해질 수 있습니다. 그런데 마음의 분열 즉 경계를 넘어간다는 것은, 경계가 있음에도 불구하고 그 경계에 걸리지 않는다는 의미입니다. 누가 걸리지 않죠? 걸리는 이가 따로 없습니다.

경계는 내적으로 쌓인 기질 때문에 생겨나는데, 그 경계로 인해 우리가 모든 세계와 현상을 인식하고 상황을 파악할 수 있게 됩니다. 그래서 경계 없는 마음이란 어떻게 보면 상황 파악을 못하는 어리석은 마음일 수 있습니다. 반면 경계 짓는 마음은 경계에 끌려 다니고 집착하기 쉽습니다. 이 두 가지를 다 넘어 가는 것이 본질을 발견하는 길입니다. 경계란 것은 없다는 것을 아는 거예요. 그런데 자기를 방어하는 방편으로 경계 없음을 사용하는 경우도 있기 때문에 면밀히 검토하고 들여다봐야 합니다. 분명히 자기 안의 기준과 경계에 묶여 화가 나면서도, “화가 나도 상관없다”는 식인 거죠. 공부하기 이전에는 화를 ‘내는’ 것이 아니라 대체로 화가 ‘납니다.’ 아무 이유 없이 화를 내는 사람은 없다고들 말하지만 그건 사실 화가 ‘납’ 겁니다. 어떤 상황과 내 안의 기준이 맞부딪혀서 화가 일어나는 것입니다. 공부하기 이전에도 화를 ‘내는’ 경우가 가끔 있기는 합니다. 어린 아이가 뜨거운 물건을 잡으려고 할 때나 차에 뛰어드는 등의 위험한 상황 속에서는 부모들이 화를 냅니다. 그런 경우에는 어린아이가 행동을 멈추면 부모의 화 역시 즉각 멈춥니다. 왜냐하면 부모는 그 상황이 못마땅해서 화난 것이 아니라, 어린아이를 보호하기 위해 행동을 멈추게 하려고 화를 사용한 것이기 때문에 그렇습니다. 그런데 화에 동일시되어 있으면서도 자신은 화를 사용한다고 말하는 사람이 있습니다. 자신은 정의를 위해서 화를 사용한다고 말하면서 불의한 일에 큰소리를 내는 사람을 잘 들여다보면 “이래야 돼”라는 자기 기준 때문에 그런 경우가 있습니다. 물론 사회에는 질서가 있어야 하고, 공평하고 조화로운 사회를 위해 어떤 일을 할 수도 있지만 그건 나중에 현상계를 다루는 작업입니다. 본질적인 것이 분명히 파악된 다음에 현상계를 다루어야 합니다. 본질을 파악하지 못한 채 어떤 신념에 동일시되어 분노하는 것은 화를 사용하는 것이 아닙니다. 자기 자신을 속이지 말고, 자기 안에서 면밀히 구분해내야 합니다.

내 안의 모든 기준들이 결국은 경향성, 습기, 혼습된 것으로 작용하게 됩니다. 혼습됐다는 것은 일종의 습기가 형성되었다는 말입니다. 어떤 것만 보면 마음에서 뭔가 불쑥 올라온다면 습관성이 된 것이고 패턴이 형성된 것입니다. 그런 패턴이 있어야만 에너지는 움직이게 마련입니다. 동양식으로 말하자면 패턴이 이(理)고 에너지는 기(氣)입니다. 불교식으로 말하면, 이렇게 습기가 형성되고 혼습된 것들이 윤회하는 씨앗이 되어 유전합니다. 고유성을 가진 특정 개인이 윤회한다기보다는 이런 경향성, 특성, 습기가 전달되는 것입니다. 예를 들면 사냥개 출신인 우리집 강아지인 까미는 날아가는 새만 보면 무조건 쫓아가고, 진돗개와 시베리안 허스키 사이에 태어난 태풍이는 새에는 관심이 없고, 땅에서 움직이는 다람쥐나 두더지만 보면 집요하게 쫓아가서 잡습니다. 태어나서 두 달 만에 여기에 온 개들이라 부모로부터 배운 것도 없는데 이런 차이를 보이는 것을 보면 어떤 경향성을 물려받았다는 걸 알 수 있습니다. 태어날 때부터 자동화된 패턴이 장착되어 있는 것입니다. 그런 특성을 만들어 내는 것이 바로 이 혼습입니다. 향기가 나는 곳에 옷을 한참 두면 옷에 향기가 배듯이, 습관적으로 오래 계속하면 어떤 경향성이 생기는 것이 혼습입니다. 지난 시간까지 살펴본 염법熏습(染法熏習)을 크게 보면, 근본에서 현상으로 드러나 끊임없이 유전하는 것, 즉 윤회전생 등을 말하는 겁니다. 물든 마음이 끊임없이 다른 마음을 또 물들이고 오염시켜서 계속해서 다음 세대로 이어가게 하는 것입니다.

근본은 잊어버리고 현상으로 나아가게 하는 것이 염법熏습(染法熏習)입니다. 가장 투명한 현상으로 드러난 진리인 진여법이 무명에 의해 물들어 가는 과정입니다. 근본에서 현상으로 나아가는 과정입니다. 반면에 정법熏습(淨法熏習)은 무명에서 진여로 나아가 열반으로 이어지게 합니다. 원효대사의 기신론 소(疏)에서는 정법熏습을 불사의熏습(不思議熏習)이라고 했습니다. 도저히 생각할 수 없고, 말도 안 된다는 뜻입니다. 어떻게 절대 진리가 무명을 건드려서 맑게 할 수 있느냐는 말입니다. 참으로 기묘하다해서 불사의熏습(不思議熏習)이라고 합니다.

오늘 정법熏습(淨法熏習)에 들어가기 전에 염법熏습(染法熏習)을 요약해보겠습니다. 염법熏습은, 물든 마음이 어떤 경향성이나 패턴, 습관성, 습기 같은 것들을 갖게 되는 과정입니다. 염법熏습은 무명(無明)이 있기 때문에 일어나는데, 무명은 진여법(眞如法) 때문에 생겨납니다. 진리가 있기 때문에 무명이 있다니 참 아이러니 합니다. 진여법에 의해서 무명이 생겨나는 이유는 무엇일까요? 모든 현상계는 짝과 쌍(雙)으로 되어 있습니다. 마치 동전의 양면처럼 모든 현상계는 서로가 서로를 이어주고 있습니다. 그러한 현상계에 진리가 드러난 것이 진여법이므로 당연히 무명과 짝이 될 수밖에 없습니다. 다시 말해 진여법은 무명 아닌 것을 말하는 것입니다. 결국 현상계에 나타난 진리는 반쪽일 수밖에 없습니다. 절대진리는 결코 무명이 건드리거나 닿을 수 없지만, 진여법은 현상계에 드러난 진리이기 때문에 무명에 물들 수 있고, 무명을 물들여서 깨끗하게 할 수도 있습니다. 나누어진 경계로 인해 나타나는 세계는 항상 이렇게 쌍(雙)의 세계, 음양(陰陽)의 세계입니다.

망심(妄心)-망념(妄念)-망경계(妄境界), 육식(六識)으로 말하면 업식(業識)-전식(轉識)-현식(現識)의 순서가 마음이 전개되어 나가는 과정입니다. 뒤이어 지식(智識)-상속식(相續識)-분별사식(分別事識) 또는 집착에 이르는 발전과정은 지금도 매 순간 일어납니다. 그리고 어린아이 때부터 성인이 되기까지 의식이 발전하는 과정도 이 과정을 닮아 있습니다.

무명염법(無明染法)의 인(因)에 의해서 생멸문의 진여를熏습하면 망심(妄心)이 생겨나는데, 그게 바로 나와 대상을 분별하는 최초의 씨앗인 업식(業識)입니다. 망심熏습(妄心熏習)은, 이렇게 생겨난 망심이 도리어 무명을 물들여서 주체와 대상을 나누는 전식(轉識)과 경계를 나누는 현식(現識)이 발생하는 것입니다. 망심은 기본적으로 불각(不覺)입니다. 깨어 있지 못하다는 것은, 경계를 실체라고 여기는 것이죠. 지금 눈앞의 탁자와 의자, 책상들이 구분되는 것은 내 마음의 시뮬레이션일 뿐이라는 것, 실제 세계는 알 수 없다는 것, 경계라는 것은 원래 없다는 것을 지금 이 순간에 명확히 파악하는 것이 각(覺)입니다.

망경계(妄境界)는 육진(六塵)입니다. 안이비설신의(眼耳鼻舌身意)에 의해 색성향미촉법(色聲香味觸法)이라는 6개의 오염물질로 경계가 나뉘지는 것이 바로 망경계입니다. 망경계熏습은 색과 소리, 향, 맛, 감촉, 의식적인 느낌들이 모두 다르다고 여기는 경계를 고정화하는 것입니다. 이런 망경계熏습으로 인해서 망심(妄心/망심, 망념, 망경계를 합한 의미)이熏습되어 호오(好惡)를 일으키는 지식(智識), 고통을 일으키는 상속식(相續識), 집착을 일으키는 분별사식(分別事識)으로 전개되고 고통을 받게 됩니다. 염법에熏습되어 물드는 과정은 이렇습니다.

나) 정법熏습

정법熏습은 진여법(眞如法)이 무명을熏습하는 것입니다. 맑은 특성이 물들을 도리어 물들이는 거죠. 정법熏습(淨法熏習)에도 두 가지가 있습니다. 진여熏습(眞如熏習)과 망심熏습(妄心熏習)이 있어요. 진여熏습은 정법(淨法)을 일으키는 과정으로, 근본을 향해 나아가는 과정을 말합니다. 아까 얘기한 정법熏습의 의미와 같습니다. 그런데 정법熏습 안에 망심(妄心)으로 물들어 가는 망심熏습이라는 것이 또 있습니다. 여기서 말하는 망심熏습은 번뇌와 괴로움, 생사의 고통을 싫어하는 것을 의미합니다. 그래서 열반과 고요, 무극(無極)을 향하게 만드는 것이 망심熏습의 일종이라는 것입니다. 망심熏습이라는 말을 그냥 보면 맑은 마음이 물들어 망심으로 되어가는 과정인 것 같은데, 정법에도 그런 게 있다는 것입니다. 그렇다면 “그건 정법이 아니지 않느냐?” 라고 할 수 있는데, 그 의미를 잘 살펴보면 이렇습니다. 마음공부를 하기 전에는 번뇌가 일어나면 그대로 괴로움

속에서 살아가거나 괴로움을 피하려고 즐겁고 기분 좋은 것을 찾아냅니다. 그러다 마음공부를 시작하면 오히려 번뇌에 더 민감해집니다. 마음이 맑아지면 맑아질수록 번뇌도 더 많아지고 괴로움도 더 많이 느껴지는 것입니다. 왜 그럴까요? 사실 번뇌가 많아진다고보다는 더 섬세하고 민감하게 의식하게 되는 것입니다. 이전에는 화가 나면 남한테 욕하거나 그냥 자기 혼자 삭히고 말았는데, 이제는 남한테 욕하면 자기 마음이 더 아픕니다. “나도 모르게 저 사람을 비난하고 비판하는 마음이 일어났네.”하면서 자기 자신을 아프게 합니다. 자기를 점점 더 민감하게 의식하기 때문에 그렇습니다. 어떻게 보면 마음이 맑아질수록 더 힘들어 지는 것입니다. 그러나 그와 함께 그것이 내가 아님을 아는 명확함도 점차 생기기 때문에 이런 일이 가능할 수 있습니다. 만약에 계속 힘들어지기만 한다면 견디질 못하겠지만, 괴롭고 힘든 한편으로 “이것은 내가 아니다.”라는 인식도 점차 명확해지기 때문에, 즉 동일시에서 벗어나고 있기 때문에 민감해 질 수 있는 것입니다. 기독교에서 “하나님은 내가 견디어 낼 수 있는 시련만 주신다.”고 말하는 것과 비슷합니다. 마음공부를 하면 할수록 2차 화살을 더 많이 쏘게 되어 있습니다. 전에는 남을 욕하고, 자기를 합리화해도 괜찮았습니다. 그런데 이제는 이런 태도가 자기를 유지시키고 존재하게 하려는 자기합리화라는 것을 알기 때문에 “내가 이러면 안 되는데..”하면서 괴롭습니다. 그럼에도 견딜 수 있는 이유는, “이건 내가 아니야.”가 점차 명확해지기 때문입니다. 자기를 더 많이 괴롭히는데도, 괴롭힐 ‘나’가 없다는 점이 분명해지기 때문에 그 괴로움 때문에 쓰러지지 않는 것입니다. 참 아이러니하고 재미 있는 일입니다. 현상계라는 건 참 이상하고 신기하게 돌아갑니다. 진리로 나아가는 패턴을 쌓는 과정인 정법(淨法)에 망심(妄心)이 하나의 구성요소로 포함되어 있습니다. 이 망심의 패턴은 번뇌를 더 많이 일으켜서 그 번뇌를 싫어하여 열반으로 나아가게 하는 힘을 줍니다.

云何熏習起淨法不斷。
운하(雲何)熏습(薰習)기정법(起淨法)부단(不斷).

어떻게 훈습하여 정법(淨法)을 일으켜 단절시키지 않는가?

무명이 어떻게 정법을 훈습받아서 닳아가며 끊이지 않고 정법을 일으킬 수 있는가? 무명이라는 게 어떻게 정법을 닳아간다는 건지 말도 안 된다는 것입니다. 그에 대해서 질문하고 스스로 대답합니다.

所謂以有眞如法故, 能熏習無明. 以熏習因緣力故, 則令妄心厭生死苦, 樂求涅槃.
소위(所謂)이유(以)진여법(眞如法)이 있기 때문이니 이 진여가 무명을 훈습하는 것이며, 훈습하는 인연의 힘에 의하여 곧 망심(妄心)으로 하여금 생사(生死)의 고통을 싫어하고 열반(涅槃)을 구하기 좋아하게 하는 것이다.

소위 진여법(眞如法)이 있기 때문이니 이 진여가 무명을 훈습하는 것이며, 훈습하는 인연의 힘에 의하여 곧 망심(妄心)으로 하여금 생사(生死)의 고통을 싫어하고 열반(涅槃)을 구하기 좋아하게 하는 것이다.

진여훈습은 진여법이 있기 때문이라는 것은, 이 말만 들어서 알 수가 없습니다. 진여법이 어떻게 무명을 훈습할 수 있다는 건지 이해하기 힘듭니다. 진여법도 현상중의 하나이고, 무명도 현상이기 때문에 서로 물들이고 물들임을 받을 수 있는 것입니다. 레벨이 다르면 물들일 수 없습니다.

법(法)은 물 수(水)와 갈 거(去)를 합한 글자입니다. 물이 가는 모습이죠. 현상계에는 물이 흘러가는 모습 같은 법칙, 패턴이 있습니다. 물은 위에서 아래를 향해 흐르고, 장애를 만나면 위로 넘쳐 흐르거나 옆으로 비껴서 돌아가고, 움푹 팬 곳을 만나면 흐를 수 있을 때까지 가득 채우는 그런 패턴이 있습니다. 이런 것처럼 진여가 흘러가는 법칙이 있습니다. 진여가 현상으로 드러날 때의 어떤 모습이 바로 진여법(眞如法)입니다. 진여법이 있기 때문에 무명을 훈습할 수 있습니다. 현상계의 씨앗인 무명을 진여의 법칙이 물들입니다. 어리석은 중생의 마음을 물들여서 맑은 진리로 향하게 합니다. 마음공부를 시작하면 괴로움이 잦아들어 편안해지고, 점차 쓸데없는 것에 묶이지 않고, 집착하지 않게 되고, 결국 그것을 넘어가게 되는 것과 같습니다.

마음의 전개 과정을 거슬러 올라가보겠습니다. 분별사식(分別事識), 즉 철저히 분별해서 집착하

는 마음에서 나아가 고락(苦樂)을 보게 되고, 한 과정 더 올라가서 고락을 생기게 하는 호오(好惡)의 분별을 보게 되고, 그 다음에는 분별을 일으키는 경계를 보는 현식으로 거슬러 올라갑니다. 이렇게 마음의 분열과정을 거슬러 올라가는 것이 바로 무명에서 근본으로 나아가는 과정, 무명이 혼습되어가는 과정입니다. 그러면서 점차 고락(苦樂)에 집착하지 않게 되고, 좋고 나쁨의 분별에 묶이지 않게 되고, 마음이 평안하고 고요해집니다. 그렇게 점차 깊숙이 들어가다 보니 드디어 마음의 분열이 멈추고 통합된 일원적인 마음에 이르러 무심삼매(無心三昧)에 듭니다. 그때 교묘한 마음이 속삭입니다. “나는 드디어 무심삼매(無心三昧)를 터득했어.” 마음이 또다시 분열 속으로 들어가려는 순간입니다. 여기까지 이른 사람이, 무심삼매도 하나의 현상이고 진여도 하나의 현상이라는 얘기를 들어야 하는 사람입니다.

진리를 닦아가는 마음에 있는 인연(因緣)의 힘이 생사(生死)를 싫어하고 열반을 좋아하여 추구하게 만듭니다. 이것도 망념(妄念)이지만 진리와 근본을 향하여 나아가게 하는 망념(妄念)입니다. 일단 무엇을 좋아하고 싫어한다는 것은 경계에 호오(好惡)가 붙었다는 의미이므로 그 자체가 망념이지만, 생사(生死)를 싫어하고 열반을 좋아하는 호오(好惡)가 붙어 진리를 닦아가고자 하는 망념이기에 쓸모 있는 망념입니다. 이것이 정법혼습에 있는 망심혼습입니다.

진리에 물들고, 물든 마음을 떠나는 것도 인연의 힘에 의한 겁니다. 혼습이 일어나는 기본적인 인(因)은 무명입니다. 그래서 무명인(無明因)이라고 합니다. 혼습을 일으키는 외적인 연(緣)은 경계입니다. 그래서 경계연(境界緣)이라고 합니다. 나뉘었기 때문에 무언가가 무언가를 물들일 수 있고, 무언가에 의해서 무언가가 변할 수 있습니다. 그러나 변할 수 있고, 물들거나 물들일 수 있다는 것은 그 자체가 본질은 아니라는 의미입니다. 그래서 망념일 수밖에 없습니다.

以此妄心有厭求因緣故，則熏習眞如，自信己性，知心妄動，無前境界，修遠離法。
이차망심유염구인연고, 즉혼습진여, 자신기성, 지심망동, 무전경계, 수원리법.

이 망심(妄心)에 싫어하고 좋아하는 인연이 있기에 진여를 혼습하여 스스로 자기의 본성을 믿어 마음이 망령되어 움직이는 것일 뿐 앞의 경계가 없음을 알아 멀리 여의는 법을 닦는다.

염구인연(厭求因緣)은 앞에서 말한 생사의 고통을 싫어하고 열반을 추구하는 것(厭生死苦, 樂求涅槃)입니다. 망심(妄心)에 생사의 고통을 싫어하고 열반을 좋아하는 인연이 있기에 진여를 닦아서 진여에 물들어 갑니다. 이 망심혼습이 바로 명상을 하고, 마음공부를 하고, 자기를 다루는 공부의 과정인 것입니다. 그래서 이전에는 괴롭게 여기던 일에 괴로워하지 않게 되고, 더 이상 끌려 다니지 않게 되면서 점차 마음이 맑아집니다. 사실은 전반적인 구조가 파악되어 마음이 동일시되지 않고 집착하지 않아 편해지는 건데, “내가 끌려다니다가 이제 끌려다니지 않게 되었어.”라고 잘못 생각할 수도 있습니다. 나의 본질이 끌려다니다가 그러지 않게 되었다고 여긴다는 것입니다. 하지만 본질은 결코 변하지 않습니다. 괴롭다가 괴롭지 않은 것은 모두 망령된 마음, 즉 상태 변화를 일으킬 수 있는 일시적인 현상이라는 말입니다. 현상적인 마음과 현상적인 나에게만 상태 변화가 일어날 수 있습니다.

후회라는 2차 화살을 일으키는 것은, 그렇게 튀어 나오는 그 현상을 자기라고 여기는 마음입니다. 2차 화살이 줄어들기만 해도 점차 1차 화살도 줄어듭니다. 2차 화살이 줄어든다는 것은, 그런 현상을 ‘나’라고 여기는 마음으로부터 떨어져 나가기 시작한다는 의미입니다. 이런 의미에서 후회하지 않는다는 것은 뻔뻔해지는 게 아닙니다. 남들 보기에는 뻔뻔함일 수도 있지만 자기 내면에서는 명확하게 판단할 수 있습니다. 그래서 자기 자신을 속이지만 앎다면, 자기 안에서 일어나는 일들을 통해서 ‘나’라는 것에 구속 받고 있는지, 아니면 ‘나’라는 동일시로부터 떨어져 나오고 있는지를 명확히 볼 수 있습니다. 2차 화살을 맞지 않는 것이 참 중요합니다. 실수는 일어날 수 있습니다. 현상계는 늘 실수가 일어나고 잘못이 일어날 수밖에 없게끔 되어 있습니다. 점차 섬세해지고 민감해질수록 실수는 줄어들겠지만 그럼에도 불구하고 또 일어날 수도 있습니다. 그럴 때 “아직도 내가 이 모양이야.”라고 한다면, 실수한 것을 자기라고 여기는 마음을 강화시키는 것입니다. 실수가 일어나는 것은 나 때문이 아니라 무명의 인(因)의 작용입니다. (다음호에 계속)

청년 백일학교와 홀로스 공동체 학교

1. 깨어있기 참가자 후기 / 느티, 한생각, 호요님

9월 6일부터 8일까지 2박 3일간 함양연수원에서 깨어있기 심화과정이 진행되었습니다. 깨어있기에 참여하신 느티, 한생각, 호요님의 통찰의 경험을 나눠드립니다.



느티님(회사원)

보는 '나', '나'가 느끼는 대상은 대상 자체일 수 없고 '나'에 의해 감지된 경험일 뿐임을 깊이 느꼈습니다. 감지로 구성된 '나' 안의 세계에는 '나'가 있고 대상이 있고 내가 사랑하는 사람들이 있습니다. 그러나 내가 사랑하는 사람들은 '나'의 경험이며 사랑하는 사람들은 아닙니다. 그들과 하나가 될 순 있어도 그들의 실재를 경험할 수 없다는 사실에 슬픔을 느꼈습니다.

지금까지 '나'는 '나'의 허무성을 인정하면서도 허구이기에 허구 스스로가 스스로를 지울 수 있다고 생각하지 않았습니다. 그러나 허구가 허구라면 지울 수도 있고 생겨날 수도 있기에 새롭고 지혜로운 '나'를 만들어 가기로 하였습니다. 지혜로운 '나'는 본질이 신성한 아름다움을 드러낼 때 좀 더 기쁘게 무릎을 꿇고 사라짐을 받아들일 수 있을 테니까요.

한생각님(중고차판매원)

산책을 하며 전체주의를 해본다. 아무것도 일어나지 않는다. 바람의 느낌은 바람대로, 새소리 물소리는 소리대로 흙냄새, 풀냄새는 냄새대로, 입 안의 느낌, 몸의 느낌은 느낌대로, 생각의 느낌은 느낌대로 그대로 주어진 대로 일어나고 있다. 전체주의 안에 내가 있음에도 전체의식과 교감할 수 없다. 그 어떤 것도 일어나지 않는다. 애를 쓰면 쓸수록 점점 더 희미해져가고, 주의가 한곳에 몰려 동일시될 때는 그마저도 아예 사라져버린다. 강력한 느낌의 나조차도 사로잡힘 앞에서는 따로 이 있지 못하다.

찾으려 하는 것도 잘못된 것일까? 애쓰는 것도 안스럽다. 주의와 밀접한 관계가 있음을 의식하며 열린주의를 유지하기로, 주의가 항상 열려있도록 해본다. 무엇이 와도, 있는 그대로 흘러보내보기로 한다. 일상에서 느낌을 분별하지 않고 붙잡지 않기로 해본다.

호요님(문화재 보수 기술자)

무심히 내가 본다고 느꼈던 모든 것(사물, 생각, 감정)이, 심지어 나라고 여겼던 것까지도 실은 나의 느낌이라는 경험이 놀랍다. 나는 느낌을 살고 있고 그 느낌은 텅 비어 있는 것이라는 자각이 결국 실체라고 여긴 현상의 모든 것들에 대한 인식을 바꾸게 되었다. 또한, 그 느낌들이 드러날 때 나는 나의 주의를 주거나 주지 않음으로써 더 이상 거기에 끌려다니지 않을 수 있고 그 무게감에서 벗어날 수 있다는 사실이 나를 자유롭게 한다.

삶에서 동일시하던 모든 것들이 이제는 객관적 대상으로 감지되고 더 이상 삶 속에서 끌려다니지 않을 수 있다는 믿음이 생겼다. 나의 믿음과 기준도 머무르는 것이 아니고 인연따라 흘러가게 한다면 모든 것이 보다 원활해질 수 있고 다가오는 모든 인연들에 대해서도 그것이 일어난 감정이든 사람이든 ‘예스’ 하고 받아들일 수 있을 것이다. 이제, 매 순간 바탕의 비어있음을 더 깊이 살펴보고, 일어나는 느낌들의 관계를 확인하고 느끼고 끌려가지 않는 것을 실천해보겠다.

2. 홀로스 공동체 일상 이야기 / 2017년 고구마 농사는 풍년이로구나~!



따사로운 햇볕을 받아 황금색 물이 들은 벼가 가득한 9월, 홀로스 공동체 식구들과 고구마를 수확했습니다. 주변에 고구마 농사를 수확하신 어르신들께서 이번년 고구마는 흉작이라며 말씀하셨는데요, 저희들도 큰 기대를 가지지 않으며 고구마밭으로 향했습니다. 검은 비닐 위로 올라와 있는 고구마 줄기들을 모두 뽑기 전에 시험삼아 한 줄기를 뿌리까지 뽑아보았습니다. 그런데 이게 웬일...?

이게 고구마 맞나요? 2017년 고구마 농사는 흉년이라고 어르신들께서 하신 말씀과는 전혀 다른 결과물이 나왔어요. 우연이겠지... 하며 다른 줄기도 뽑았으나 역시 어마어마한 크기의 고구마들이 줄줄이 뽑혀 나왔어요. 놀란 마음, 기쁜 마음, 당황스러운 마음들이 다양하게 올라왔습니다. (ㅎㅎ)

고구마 굵기가 살짝 과장 덧붙여서 정말 허벅지만했습니다. 뽑을 때마다 여기 저기서 나오는 탄성 소리에 기쁜 마음으로 고구마 수확을 완료하였습니다.

지나가시던 어르신께서 저희 고구마 밭 위에 있는 자이언트 고구마를 보시며 경악을 금치 못하셨습니다. 그리고는 부러운 마음도 함께! ㅎㅎ 함양 연수원에 오시는 분들께 자이언트 고구마를 맛 보여드리겠습니다 ^^ (끝)