



오인회 소식

2016년 12월 (제63호)

권두언 (卷頭言)

마음이 내것이라면...

마음이 내것이라면,
 나는 마음의 내용을 결정할 수
 있어야 합니다.
 그래서 1초 뒤에 또는 이 순간 바로
 다음 순간에
 무슨 생각을 할지를 결정하거나 알
 수 있어야 합니다.
 하지만 이는 가능하지 않습니다.

왜냐하면 마음은 내것이 아니라
 알아차려지는 대상이기
 때문입니다.
 눈에 보이지는 않지만
 알아차려진다는 점에서는
 바람과 마음의 속성이 같습니다.
 그래서 마음의 일어남을 바람의

- 宇絢

공동체 학교의 시작과 나아가는 길

‘내가 무언가를 한다’는 것이 과연 있을까요? 보통은 ‘내가 한다’라고 여기지만 실제 일에 몰입되어 있을 때를 보면 결코 ‘내’가 나타나있지 않습니다. 그저 일에 몰두되어 있을 뿐입니다. 즉, 그동안 쌓인 경험과 지식, 노하우가 ‘저절로 쓰여져’ 일이 이루어지는 것이지요. 그렇게 일이 잘 이루어진 후에는, 다시 ‘분별하는 의식’이라는 하나의 현상으로 돌아와 거기에 이름을 붙입니다. 이것은 ‘내가 했어’라고 말이지요. 그런데 여기에서 모든 문제가 발생한다는 것을 우리는 이제 압니다. 그러므로 일상에서 우리가 하려는 것은 ‘함 없이 함’입니다. 그것은, 무언가가 이루어지고 일이 되어 있지만, 그것을 ‘하는 나’라는 것이 ‘없이 한다’는 것입니다. ‘내가 한다’는 생각 없이 하는 것, 그것을 무위(無爲)라 합니다. ‘나’로부터 자유로워진 사람은 그렇게 일을 하고 있으며, 자유를 향해 가는 사람은 그렇게 하려고 하는 것이 ‘수련’이 됩니다.

그렇다면 그렇게 ‘함 없이 할’만한 것 중 최고의 것은 무엇일까요? 그것은 이 일시적인 ‘나’를 포함한, 전체 사회의 조화와 행복이 아닐까요. 우리는 모두 자기만을 위해 살지 않고 무언가 ‘보람’있는 일을 하려 합니다. ‘보람’이란 말은 ‘드러나 보이는 것’이라는 뜻을 가지고 있습니다. 가치있고 의미있어 만족감을 주는 일로 드러난다는 것이지요. 흥미롭게도 인간은, 전체를 위해 일할 때 그것을 스스로 ‘보람있게’ 느끼도록 되어있습니다. 결코 자기만을 위해 사는 것을 크게 보람있게 여기지는 않습니다. 왜그럴까요? 그것은 아마도 무한우주가 그 스스로를 유지하기 위해 전체의 구성원에게 심어준 느낌일 것입니다. 그래야 각 개인을 포함한 전체가 조화롭게 잘 유지될 테니까요. 그것을 불교에서는 법(法)이라 합니다.

그렇게 전체 사회와 구성원의 행복을 위해 힘을 쏟아야할 것 중 가장 근본적인 것은 바로 사람의 변화라고 보여집니다. 왜냐하면 시스템을 아무리 변화시켜도 그것을 운영하는 사람에 의해 왜곡되기 쉽기 때문입니다. 그래서 우리는 사람의 변화, 그것도 근본적인 의식의 변화에 초점을 맞추어왔습니다.

그동안 미래사와 홀로스는 일반 성인과 청년들의 경험 교육에 초점을 맞추어 이러한 의식변화를 위한 과정을 진행해 왔습니다. 이제 거기에 청소년들을 위한 경험교육을 포함하려 합니다. 관계를 힘들어 하거나 기존의 틀에 쉽게 무기력해지고, 또는 아무 문제없지만 무엇을 위해 자신의 넘쳐나는 에너지를 쏟아야할지 모르는 아이들을 위해 캠프를 준비하고 있습니다. 이 아이들의 본성은 우리와 아무런 차이가 없지만, 그 ‘드러나는 모습’을 보면 많은 제약과 한정 속에 속박을 당하고 있는 듯 보입니다. 그 한계를 풀어주고 비상(飛上)할 수 있도록 날개를 달아주는 경험교육....

지금 홀로스 공동체(함양 백일학교 기반)에는 그러한 의식변화의 과정 중에 있는 사람도 있고, 그 과정을 거쳐 변화를 전하는 상태에 있는 사람도 있습니다. 이제 좀더 그 활동의 범위를 넓혀 청소년들에게도 그 변화의 과정을 이끌어 안내해주면, 모두 함께 조화로운 삶으로 가는데 더 많은 가능성의 문을 열 것입니다. 그래서 오인회 여러분과 함께, 지금 그 방향을 향해 문을 열어가는 젊은이들을 돕고자 합니다. 많은 관심과 격려 그리고 지원 부탁드립니다. 이미 공동체 학교에 지원을 하고 있거나 약속하신 분들께는 깊은 감사를 드립니다. 고맙습니다.



후원해주셔서 감사드립니다.

● 홀로스 운영 후원 내역

○ 월정기후원 (11월)

9일 김정길 3만원, 류창형 3만원/ 21일 여행 1만원/ 24일 여해 3만원/ 28일 메타 3만원/ 25일 김서진 5만원

● 공동체학교 후원 내역

○ 일반후원 (11월 28일 고미영 60만원)

○ 월정기후원 (매월 20만원 2년간)

후원자 목표 15인, 현재 4인 (김서진 20만원/ 익명1 20만원/ 익명2 20만원/ 유재원 50만원)

기타 (가온 5만원)

* 15분의 후원이면 매월 기본정비를 충당할 비용이 됩니다.

* 2년간 공동체학교 운영참여 인원의 생활비로 쓰이며, 그리고 2년간의 활동을 통해 자립의 기반을 마련하고자 합니다.

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

● 번뇌즉보리 총서 후원 안내

번뇌즉보리 총서 2권이 준비 중입니다. (대승기신론 상권 출판 완료, 하권 출판비 : 450만원/ 현재 후원액 30만원)



[홀로스 공동체 동정] 새로운 버전의 통찰력 게임 start!

청년 학교이자 & 홀로스 공동체는 백일학교, 깨어있기, 통찰력 게임, 자연에 맡길기와 같은 교육을 통해서 청년들이 다음 시대를 이끌어갈 리더로, 교육자로 성장할 수 있도록 양성하고 있습니다. 오인회 분들의 이유없는 사랑과 지원, 동참이 있었기에 가능한 일이었습니다. 청년들에게 나누어준 에너지가 개별성의 한계를 넘어 아름답게 지혜를 꽃피우는 모습으로 발전했고 다시 그 청년들이 청소년들에게 멘토가 되어서 끌어주는 선순환의 모습으로 드러나고 있습니다. 이렇게 구체화 되어가는 그림들을 오인회원 분들과 함께 나누고자 합니다. 함께 꿈을 꿉주시고 참여해주십시오. 한명 한명의 따뜻한 동참의 손길이 모일 때 우리 모두를 위한 아름다운 공동체가 기대가 아닌 현실로 다가올 것입니다.

그 실행의 하나로 통찰력 게임의 퀵 버전, 미니 통찰력게임을 곧 만나보실 수 있습니다.

새로운 버전의 통찰력 게임이 준비 중입니다. 기존의 통찰력 게임의 핵심이 담겨있지만 활용하는 과정에서 더 쉽게 일상의 주제들과 연결되고 빠른 시간 안에 무의식의 방향을 정리할 수 있습니다. 10월부터 새로운 버전의 통찰력 게임의 시범게임이 진행되었으며 내년 1월부터 기업(직원들과의 화합과 목표 설정), 학교(청소년의 진로와 심리상담), 청년 공동체 등의 단체들과 본격적인 리뷰과정을 가질 계획입니다. 앞으로 청소년과 청년의 진로문제, 삶의 갈등해결, 그리고 개인을 넘어 기업의 의사결정과 구성원 간의 깊은 의사소통을 가능하게 하는 도구로 보다 폭넓은 범위에서 활



자등명(自燈明), 스스로를 믿고 불을 밝히라

자명님은 중학교 사회교사로 5년동안 재직하셨으며 지금은 전북 부안에서 전업주부로 살고 계십니다. 라마나 마하리쉬의 '나는 누구인가'를 보게 되면서 마음의 본질을 파악하는 공부를 본격적으로 해보겠다는 결심을 하게 되었고, 이후 두 군데 선원을 7년 넘게 다니면서 마음의 본질을 파악하는 공부를 꾸준히 해 오셨습니다. 그러다가 미내사클럽 홈페이지에서, 깨어있기를 참가하신 분의 인터뷰 기사를 보면서 그동안 '마음의 구조'를 보지 못하고 내용에만 빠져있었던 것이 아닐까 하는 생각이 들어 마음의 구조를 들여다보고자 깨어있기 과정에 참여하게 되었다고 합니다.

깨어있기를 통해 그동안 추상적으로만 알고 있었던 마음공부의 여러가지 개념들이 바로 '이것'을 말하고 있었구나 라는 통찰이 왔다고 합니다. 그 이후 개념을 파악하는 것을 넘어 실질적인 체험을 더 하고자 오인회 수요모임에 참석하게 되었고 약 1년 9개월 동안의 오인회 모임을 통해 그동안 간과하고 있던 것들을 언뜻 보게 되었다고 합니다. 깨어있기와 오인회를 통한 통찰과 이후 삶의 변화에 대해서 들어보았습니다.

허: 마음 공부하는 다른 분들에게 도움이 되는 말씀 한마디 해 주세요.

자: 이 공부를 하시는 분들이 마음에 대해 '나는 잘 몰라' 라고 뒤로 물러나는 측면이 있을 거예요. 예를 들어, 우리가 감지 연습을 할 때 월인 선생님이 계속 코 너로 돌아가는 것이 있잖아요. "그래서 어떻게 느꼈죠? 무엇을 발견했죠?"라며 막 물아가요. 그러면 저도 하는 경험이지만 머리가 멍 해지면서 아무 생각도 들지 않아요. 그리고는 끝나고 나면 기분이 나빠지죠. 왜냐하면 내가 감지로 인해서 느꼈던 어떤 것에 대해 선생님이 원하는 답을 말했어야 하는데 하지 못했다는 생각 때문이죠. 그러나 그것은 내가 느끼고 경험한 것을 믿지 못하고 의심하며 확신이 없기에, 그 경험을 기반으로 하는 도약이 일어나지 않기 때문이지요.

그러므로 공부하시는 분들에게 "자신을 믿어라"고 얘기를 해주고 싶어요. 사실 지금 이 모든 것이 다 '나'잖아요. 현상적인 모든 것들이 모두 나로 인해서 일어나는 것이니까요. 그래서 우리에게 가장 중요한 것은 '나를 믿는 것' 이라고 생각해요. 이 공부를 하면서 이것이 가장 중요하다고 여겨졌어요.

저는 다른 사람에게 싫은 소리를 잘 못해요. 거절도 잘 못하죠. 그렇게 공공대면서 어떻게 말할지 고민을 해요. 하지만 이제는 내가 싫은 것을 싫다고 딱 말 할 수 있게 되었어요. "나 그것 안 해요. 나 그것 못해요." NO라는 말을 할 수 있게 된 것이죠. 그것은 자기믿음에서 와요. 그렇게 일종의 자기 믿음이 기반이 되어야만 쌓이고 쌓여 앞으로의 공부가 잘 되실 거란 생각이 들어요.

허: 오늘 인터뷰를 한 소감이 어떠신가요?

자: 사실 제가 공부를 하면서 느낌, 감지로 인해서 알아진 체험들이, 이번 질문지를 처음 받았을 때는 답변이 되어 잘 나오지 않았어요. 그런데 인터뷰를 통해, 깨어있기에 참여하며 선생님께 들었던 개념화된 것들이 자기 것이 되었다는 느낌이 드네요. 머리로만 알았던 개념들이 연습을 통해 마음에 느낌으로 와 닿게 되고 그 경험이 내 것이 되었지만, 오늘 인터뷰를 하면서 뭔가 전체적으로 정리가 되는 느낌이에요.

허: 개념으로만 알고 있었던 것이 경험적으로 체험되었다고 하셨는데 구체적으로 어떤 것이 있었나요?

자: 예를 들면 전체주의를 할 때 전체적으로 주의가 나가는데, 그때 나는 없고 빈 공간만 있어요. 그 안에 나무도 있고 새도 있고 다 있지만 말이죠. 그동안 저에게는 공(空)이라는 것 또는 전체라는 것이 단순한 개념에 불과했어요. 그런데 '깨어있기'에 가서 '내가 없다'고 하는 것이 체험되니까 '비어있다는 것이 이것을 말하는 거구나!'하고 깨달았어요. 그때 분명해 졌어요. 제 방 공간에 나를 중심으로 내 눈에 보이는 것뿐만 아니라 보이지 않는 전체적인 공간을 모두 이미지로 그럴 수 있는 것처럼, 의식 공간이 넓어지면서 그 속에 '나'도 하나의 부분으로 있는 것임을 개념이 아니라 체험으로 알게 되었죠. 깨어있기를 통해 감지 연습을 계속 하면서 알게 된 것 같아요.

허: 오늘 인터뷰를 통해 새롭게 정리된 내용도 있으신가요?

자: 그동안 구조라는 것이 명확하지 않았어요. 감각에서 감지, 감지에서 생각으로 생각이 또 깊어져서 감정으로 가는 마음의 구조들. 지금도 확실하게 돼? 라고 물어보면 아직은 확실하게 잘 되는지는 모르겠어요. 하지만 제가 한 발자국 떨어져 바라보면서 경험한 것을 통해 '아 이것이 감지였구나. 생각에 빠져 있었구나' 라는 것들이 구별이 되었어요.

허: 구조라는 것이 무엇을 말하는지 구체적으로 알려주세요.

자: 구조는 감각에서 감지로, 감지에서 생각으로, 생각에서 감정으로 가는 것이예요.

허: 그중 구체적으로 하나만 예를 들어 설명해 주실 수 있으신가요?

자: 아침에 걸을 때 하나라고 느끼는 느낌을 들 수 있어요. 걸어갈 때는 열심히 가는데요. 30분가면 유턴하는 곳이 있어요. 그러면 그때 붉은 해가 산에서 올라와요. 그것을 등지면서 걷고 있는 동안 고요한 이 상태에서 계속 한 덩어리가 되어 걸어요. 유턴하는 곳에서 스트레칭을 하면 그때 감각 상태에서 빠져 나와요.

허: 한 덩어리라고 느끼는 것은 감각상태를 말씀하시는 건가요?

자: 네. 스트레칭이 끝나고 걸어 내려올 때에는 '모내기를 일찍 시작한 사람이 있네!' 라는 생각이 떠오르게 되죠. 그리고 걸음이 조금씩 느려지기 시작하면서 생각으로 가득 차게 되요. '오늘 우리 딸이 서울에 간다고 했는데' 그런 생각도 떠오르죠.

허: 아침 산책하면서 감각부터 생각까지 마음의 구조를 느껴보는 시간을 가지셨군요. 오늘 인터뷰 참여해 주셔서 감사합니다.

자: 네, 감사합니다.

9월 21일 후속 인터뷰

허: 분명한 통찰이 왔다고 하셨는데 그것에 대해 한 말씀해주세요.

자: 인터뷰를 마친 후 올해 6월, 아 바로 이것이었구나. 언제나 알고 있었는데 왜 그것을 지금까지 눈치채지 못했을까? 하는 마음이 들었어요. 내가 그동안 10년 넘게 찾아오던 것에 대해 '지금 있는 바로 그것'임을, '아 내가 그것을 간과하고 있었구나'하는 통찰이 있었어요. 그전에는 이 공부를 해오면서, 사람들이 모두 '이것, 이것'하는데 그것이 도대체 무엇인가? 했었고 답답했어요. 그런데, 6월 어느 순간 확실하게 바로 이것이구나 하는 것이 있었어요.

허: 그 '이것'이구나 할 때 '이것'이란 무엇입니까?

자: 그것은, 진정한 나라는 것이 이 현상적이고 개체적인 나가 아니라, '전체가 바로 나'라는 것이지요. 눈에 보이는 것 전부, 내가 느끼는 것 전부를 포함해서 모두가 하나이며 모두가 나에게서 '일어나는 일'이라고 하는 통찰이 일어난 것입니다.

허: 그런 후에 요즘 달라진 것은 무엇입니까?

자: 요즘에는 이렇게 가만히 있으면 '이 자리에' 확신이 있어요. 마음이 다른 데 가지 않고. 그래서 '아, 이것이 바탕이구나, 더 이상 찾을 것도 얻을 것도 없다'라는 것이 분명해요. 5월 12일 첫 인터뷰 후 6월 경에 이 얇이 온 후, 무언가를 찾고 얻으려 하고 하는 것이 더이상 마음에서 사라졌어요. 아침에 산책을 하면 내가 걷지 않고 다리가 걷고, 눈에 보이고, 귀에 들리고 하면서 산책을 해요. 그러면서 생각으로 쫓아가며 뭘 헤아리거나 하는 것이 없어졌어요. 그 당시 생각은 일어나지만 더 이상 한 생각이 올라오면 그것을 물고 늘어지거나 과거로 돌아가 소재를 찾아내고 끊임없이 재구성 하거나 하는 일이 없어졌던 때였어요. 제가 성격이 강한 편이라서 무시를 당했다거나 하면 다 지나간 일이라도 다시 떠오르고 하여 그것에 매몰되고, 가라앉았다가 또 일어나면 다시 재구성해 불러 일으키곤 했는데, 그것이 없어졌어요. 또 아침에 일어나면 '아, 하루를 또 살아야되나'하는 마음도 없어졌어요. 이미 이 자리가 그것임이 분명해졌기 때문이죠.

허: 그렇군요. 장시간 인터뷰 감사드리며, 건강한 활동속에서 주체와 대상의 관계를 통해 잘 사용하시기 바랍니다.

자: 고맙습니다.

- 끝 -

대승기신론(46) - 2013년 3월 26일 강의



又染心義者, 名爲煩惱障. 能障眞如根本智故. 無名義者, 名爲智障. 能障世間自然業智故. 우염심의자, 명위번뇌애. 능장진여근본지고. 무명의자, 명위지에. 능장세간자연업지고. 또 염심의 의미는 번뇌애라 이름하니 진여의 근본지혜를 막기 때문이다. 무명이란 지혜를 막는 장애라 이름하는데 세간의 자연업에 의한 지혜를 막기 때문이다.

오늘 내용은 염심(染心)과 무명(無明)으로 장애(障礙)를 나누어 설명합니다. 무명(無明)은 근본적인 지혜를 막는 장애를 뜻하는 지애(智障)이며, 염심(染心)은 무명이 현상화했을 때의 장애인 번뇌애(煩惱障)입니다.

여섯 가지 염심(染心) 중에 집상응염(執相應染), 무단상응염(不斷相應染), 분별지상응염(分別智相應染)이 번뇌를 일으키는 마음이라고 했습니다.

네 번째 현색불상응염(現色不相應染)은 현식(現識)과 관련되는 것으로 경계가 나타나는 단계입니다. 즉 우리 마음에 사물과 사물이 구별되기 시작합니다. 그러나 아직 번뇌와는 상응하지 않기에 불상응염이라 하였습니다. 그렇게 구별되기는 하지만 번뇌와 상응하지 않다가 이제 비교에 의해 좋고 나쁨이 생겨서 좋음에 집착하고 나쁨을 멀리하려고 하며 그로부터 고통(苦樂)이 생겨나게 됩니다. 불상응염(不相應染)은 번뇌를 일으키지 않는 물든 마음이라고 했었죠. 그렇지만 분별로 물든 이 불상응염(不相應染)이 없다면 번뇌가 일어나지 않기 때문에 번뇌의 기반이라고 말할 수 있습니다. 다만 번뇌가 당장 현상적으로 드러나지는 않을 뿐입니다. 경계 자체는 구별하는 것일뿐 좋고 나쁨이 드러나지 않지만, 구별되기 시작하면 곧이어 비교가 일어나고 좋고 나쁨이 나타나기 시작합니다. 서양인을 처음 보면 모두 코와 눈이 크고 이 사람과 저 사람이 같게 느껴져서 구별이 잘되지 않습니다. 그러다가 한 달 정도 같이 생활해 보면 구별되기 시작하고, 잘생기거나 예쁘다고 여겨지는 사람을 더 좋아하게 됩니다. 이렇게 호오(好惡)가 생기려면 우선 분별이 되어야 합니다. 이게 바로 현색불상응염(現色不相應染)입니다. 현색(現色)이란 경계가 나타나서 분별되는 것입니다. 먼저 구별되지 않으면 좋고 싫음이 생겨나지 않으니 분별력이 없는 어린아이에게는 좋고 싫음이 없습니다. 그렇다면 좋고 싫음이 고통과 집착을 일으키니까 애초에 좋고 싫음의 기반인 분별을 하지 않아야 할까요? 아닙니다. 오히려 세밀하고 정교하게 구분하도록 하세요. 하지만 그 구분된 것에 묶이지는 마세요. 그래서 어려운 겁니다. 철저히 비교해서 최고의 것을 취하되 그것이 자기 마음의 주인이 되지 않게 하라는 의미입니다.

예를 들어 봅시다. 김밥과 빵이 있고 나는 빵이 더 맛있을 거라고 분별하였는데, 다른 사람들이 빵을 모두 먹어서 내가 먹을 것이라고는 김밥 몇 개만 남은 상황이라면 “빵이 더 맛있는데...”라며 아쉬워하거나 집착하지 말고 지나간 것은 툭 끊어버리고 김밥을 최고의 식사인 것처럼 먹으라는 말이지요. 맛있는 것을 구별은 할 줄 알되 집착하지는 말라는 것입니다. 이미 사라진 것에 집착하는 이유는 그것이 자기 마음의 주인이 되어버렸기 때문입니다.

다섯 번째 능견심불상응염(能見心不相應染)은 마음이 ‘나와 대상’으로 분열되어 드디어 뭔가를 ‘볼 수’ 있게 되는 단계입니다. 마음이 주체와 대상으로 분열되지 않으면 그 무엇도 ‘볼 수’가 없습니다. 그래서 감각상태로 들어가면 주체와 대상이 모두 사라져 아무것도 보지 못하게 되는 것입니다. 감각상태를 경험한 사람은 “보이지만 보지 못한다.”라는 말

의 뜻을 이해합니다. 눈에는 보이지만 그 무엇도 보지 못한다고 말하는 이유는 마음의 상(相)이 깨끗이 지워진 상태이기 때문입니다. 능견상(能見相)이 사라진 것입니다.

여섯 번째는 근본업불상응염(根本業不相應染)입니다. 근본업(根本業)은 완전한 무명불각(無明不覺)으로 애초부터 갖고 태어난 업을 의미합니다. 자라면서 업(業)이 환경과 반응하면서 마음이 분열되고 능견상(能見相)이 생겨납니다. 그 무명업(無明業) 자체가 없다면 능견상이 생겨나지 않습니다. 예를 들면 지렁이에게는 사람이 가진 것과 같은 무명업이 없기 때문에 능견상이 생겨나지 않습니다. 지렁이는 “내가 본다.”는 생각 없이 어떤 조건이나 자극에 반응할 뿐입니다. 지렁이에게 체온보다 더 높은 온도를 가한다면 뜨거움에 반응합니다. 그러나 뜨겁다는 상(相)이 없이 피하려고 할 뿐입니다. 그런 것을 통증(痛)이라고 합니다. 그러나 사람에게는 상(相)이 있으므로 고통을 겪게 됩니다. “뜨거워 미치겠네.”, “뜨거워 죽겠네.”하며 고통(苦)스러워 합니다. 뜨거우면 그냥 도망가거나 피하면 되는데 “이것을 피하는 것은 인간으로서 자존심이 허락하지 않아.”라고 주장한다면 고통을 참으면서 피하지 않을 것입니다. 물론 때론 그것이 필요할 때도 있습니다. 예를 들어 고문을 받으면서도 나라를 위해서 정보를 발설하지 않는 것은 인간이기 때문에 가능합니다. 지렁이는 그런 신념이 없기 때문에 버티지 않습니다.

여섯 가지 염심(染心)이 일으키는 번뇌를 대승기신론 소(疏)에서는 열 가지로 구분했는데 이를 십사번뇌(十使煩惱)라고 합니다. 날카로운 다섯 가지 번뇌인 오리사(五利使)와 다섯 가지의 둔한 번뇌인 오둔사(五鈍使)입니다. 이를 세분해서 알아두면 내가 어떤 번뇌에 빠져 있는지를 알 수 있습니다. 둔한 번뇌란 그냥 멧대로 일어나는 에너지 흐름에 끌려다니는 번뇌를 뜻하며, 날카로운 번뇌란 진리를 추구하는 과정에서 생겨나는 번뇌를 의미합니다. 일반 사람들은 둔한 번뇌에 시달리지만, 진리를 추구하기 시작하면 날카로운 번뇌에 시달리게 됩니다.

먼저 둔한 번뇌를 살펴보겠습니다.

탐욕사(貪欲使), 진에사(瞋怒使), 무명사(無明使), 만사(慢使), 의사(疑使)가 오둔사(五鈍使)에 해당합니다.

‘탐욕’은 갖고 싶고 얻고 싶은 욕망입니다. ‘진에’는 분노를 말하는 것으로 내가 가진 기준 때문에 생겨납니다. 그 기준을 자기라고 믿기 때문입니다. 그 기준을 강렬하게 믿을수록, 주의를 쏟을수록, 그것에 에너지가 많이 머물수록 분노는 커집니다. ‘무명’이란 내가 가진 기준 때문에 탐욕이나 분노가 자라남을 모르는 어리석음이며, ‘오만함’은 자기가 잘났다고 여기는 마음입니다. 자신이 잘났다고 여기는 마음 밑바닥에는 나와 너가 존재하고 그 둘은 서로 다르다는 믿음이 자리하고 있습니다. 그런 허상을 믿는 상태에서 내가 잘났다는 상(相)이 생겨납니다. ‘의심’은 진리로 가는 길을 믿지 못하고, 마음으로부터 벗어나는 길을 말해줘도 “정말 그럴까? 그게 무슨 소용이야?”하는 마음입니다.

날카로운 번뇌는 진리를 추구하는 과정에서 생겨나는 집착인 법집(法執)인데 신견사(身見使), 변견사(邊見使), 사견사(邪見使), 견취사(見取使), 계취사(戒取使)가 이에 해당합니다.

‘신견’(身見)은 나 또는 나의 몸, 나의 것이 존재한다고 여기는 견해이며, ‘변견’(邊見)은 양면, 양극단이 있다고 여기는 견해입니다. 다시 말해 편중된 견해로서 영원한 ‘나’가 존재한다는 견해나, 나도 대상도 그 아무것도 존재하지 않는다는 견해처럼 양극단의 견해를 믿는 것입니다. ‘사견’(邪見)은 삳된 견해입니다. 옛날에 소피스트(Sophist)들이 교묘하게 사람들을 현혹시켰던 것처럼 이해가 깊지 않아 사람들을 현혹시키는 견해입니다. 주로 어떤 경지를 설(說)하는 견해인데, 깨달음에는 순차적인 단계가 있어 그 단계들을 모두 거쳐야만 한다는 것들이죠. 그러나 그러한 경지라는 것은 말로 설명하고 이해를 돕기 위한 하나의 방편일 뿐입니다. 이러 저러한 경지가 있고 그 단계를 거쳐야만 깨달음에 이를 수 있다고 말하는 것이 사견(邪見)의 일종입니다. 아무리 높은 경지일지라도 하나의 현상에 불과함을 잊어서는 안 됩니다. 또, 초능력 등의 이상한 능력을 추구하는 것도 사견(邪見)에 속합니다. 그런 능력들을 얻게 되면 자아(自我)가 더 강화될 뿐이에요. 자기를 벗어나서 자유로워지는 것이 아니라 미묘하게 자기에 묶이게 되며 나와 너를 나누게 됩니다. ‘견취’(見取)는 하나의 견해에 강하게 집착하는 것을 의미합니다. 모든 견해는 보는 각도에 따라 달라질 수 있는 잠시 나타난 임시적인 현상일 뿐, 그 어떤 견해도 진리일 수는 없습니다. 그래서 깨달음마저도 없다고 말하는 것입니다. 깨달음이 있다고 말하는 것도 하나의 견해일 뿐이죠. 그래서 부처님이 수보리에게 “수보리야, 자신이 깨달았다고 여기는 아라한이 있느냐?”하고 물었을 때, 수보리가 “그런 아라한은 없습니다.”라고 대답했습니다. 만약 깨달음이 있다고 여긴다면 그는 무명 속에 빠져있는 것입니다. ‘계취’(戒取)는 계율에 집착하는 마음입니다. 도를 닦고, 수행하는 방법을 믿는 것이죠. 물론 계율이 사람의 게으르고 집착하는 마음을 일깨워서 벗어나게 하는 역할을 하기도 합니다. 그 계율을 자신에게 적용함은 대체로는 괜찮습니다만, 다른 사람에게 “이래야 돼”라고 주장하거나 자기 자신을 너무 괴롭게 해서는 안 됩니다. 그래서 수도를 한다는 것은 기타 줄을 조율하는 것과 같이 하라고 했습니다. 너무 조여서도 안 되고 너무 느슨해도 안 되듯, 계를 지키는 것도 중도와 균형을 이루는 것이 필요한데, 너무 엄격하게 지키려고 하는 것이 바로 계취(戒取)입니다. 이 다섯 가지가 진리를 추구하면서 생겨나는 번뇌인 오리사(五利使)입니다.

이러한 열 가지 번뇌를 일으키는 것이 염심(染心)이죠. 다시 말해 분열된 마음입니다. 나와 대상으로 나누어 놓고 이래라 저래라, 이것이 옳아 저것이 옳아, 경계를 나누고 구분해서 좋은 것에 집착하고 싫은 것에 저항하는 마음입니다.

장애와 연관지어 지혜를 두 가지로 나누어 살펴보겠습니다. 근본의 지혜와 현상의 지혜입니다. 근본을 꿰뚫어 이치를 아는 지혜는 이지(理智)입니다. 다른 하나는 양지(量智)인데 따지고 계획하는 지혜를 말하는 것으로 모든 현상은 서로 의존해 있음을 통찰해내는 지혜입니다. 사랑(思量)을 통해서 생각하고, 구분하고, 분별해서 그 차이를 명확하게 살펴봄으로써 현상을 통찰해낼 수 있는 게 양지(量智)입니다.

현상의 의타성을 파악해내는 양지(量智)를 막는 장애가 염심(染心)이고, 근본지혜인 이지(理智)를 막는 장애가 무명(無明)입니다. 이것이 무명(無明)과 이지(理智), 염심(染心)과 양지(量智)의 관계입니다.

우리식으로 풀어서 설명해 보겠습니다. 모든 마음의 현상은 본질이 아님을 파악하는 지혜가 이지(理智)입니다. 그러나 본질을 파악했다 하더라도 관성에 의해서 마음의 분열이 일어나고, 분별에 의해서 괴로움이 일어나는 현상은 여전히 일어납니다. 이런 현상이 계속 일어나는 의타성을 잘 모르도록 만드는 게 바로 양지(量智)를 막는 염심(染心)입니다. 본질을 알면 깨우쳤다고 하고, 현상을 다룰 줄 알면 관성에서 벗어났다고 말합니다. 크게 뭉뚱그려서 말하면 본질을 알아채는 것과 현상의 허구성과 의타성을 알아채는 것 두 가지가 있습니다. 첫 번째 것은 깨어있기를 통해 알아왔고, 두 번째 것은 관성다루기를 통해 작업해 왔습니다.

불교에서 진제(眞諦)와 속제(俗諦)라는 단어를 많이 사용하는데 제(諦)는 진리를 뜻합니다. 진제(眞諦)는 절대 평등하고 고요하여 변함이 없으며 알려지거나 알 수도 없는 근본을 말하고 속제(俗諦)는 현상을 말합니다. 현상계의 차별상을 명확히 알고 그 차별상이 서로 의존해 있음을 투철하게 통찰해 내는 것이 속제(俗諦)의 지혜입니다. 진제와 속제의 지혜가 같이 가야 합니다. 고요와 평화 속으로만 침잠하려고 하는 것은 진제에만 초점을 맞춘 거예요. 그 사람으로 나오면 다시 휘둘리게 됩니다. 세상에서는 속제의 지혜를 발휘해서 주체와 대상과의 관계를 투철하게 통찰해야 하죠. 진제(眞諦)를 아는 지혜가 이지(理智)이고, 속제(俗諦)를 아는 지혜가 양지(量智)입니다.

다시 원문으로 돌아가 살펴보면 염심(染心)은 번뇌애(煩惱碍)로 진여의 근본지혜를 막는다고 했습니다. 그리고 무명(無明)은 지애(智碍)로 세간의 자연업에 의한 지혜를 막는다고 했어요. 세간의 자연업에 의한 지혜란 세상에 나서 자연적인 업에 의해 얻어지는 지혜를 말하는 것으로 후득지(後得智)라고도 합니다. 살아가는 동안 업(業)이 발현되면서 자연스럽게 나타나고, 환경과 경험에 의해서 생겨나는 지혜를 뜻하죠. 무명(無明)을 끊어내는 진여지혜가 가장 중요하지만, 후득지(後得智)는 관성을 다루는 중요한 지혜로서 의타성법을 통찰해내므로 이 또한 중요합니다. 그런데 원문의 내용이 지금까지의 설명과 좀 다른 것 같죠? 다음 원문에서 설명할 건데 이 내용은 무명으로 인해 불각(不覺)하여 망령되게 법과 어긋나기 때문에 세간의 일체경계에 수순하는 여러 가지 지혜를 얻을 수 없다는 의미입니다. 또 일체의 망념을 일으키고 상(相)에 집착하게 하는 염심(染心)은 본성을 어기는 것이므로 진여의 근본지(根本智)를 막는다고 한 거예요. 그런데 염심(染心)이 진여의 근본지혜를 막지만 그 근본지혜는 무명(無明)에 의해 가려져있기에 무명(無明) 또한 이지(理智)를 막는 겁니다. 무명(無明)과 염심(染心), 근본지혜와 후득지(後得智), 이지(理智)와 양지(量智)를 나누어 설명했지만 이것들은 모두 얽혀서 서로에게 영향을 주고 있습니다. 근본지(根本智)는 원래부터 있는 것으로 근본무명을 다루는 것이고, 후득지(後得智)는 무명 이후에 얻어지는 지혜로 현상을 다루는 지혜입니다. 그런데 무명(無明)이 후득지(後得智)를 막고, 염심(染心)이 근본지(根本智)인 진여의 지혜를 막죠. 우리가 근본과 현상을 말로 나누어봤지만 사실 둘이 아니라는 겁니다. 말이란 게 참 이상합니다. 글을 그어놓으면 다른 것처럼 느껴지죠.

止義云何.

차의운하

以依染心, 能見能現, 妄取境界, 違平等性故.

이의염심 능견능현, 망취경계, 위평등성고.

以一切法常靜, 無有起相, 無明不覺, 妄與法違, 故不能得隨順世間一切境界種種知故.

이일체법상정, 무유기상, 무명불각, 망여법위, 고불능득수순세간일체경계종종지고.

이 뜻은 무엇을 말하는가?

염심(染心)에 의해 볼 수 있고, 나타낼 수 있으며 망령되이 경계에 집착하여 평등성을 어기기 때문이다.

일체법이 항상 고요하여 일어나는 상이 없으나 무명불각이 망령되어 법과 어긋나기 때문에 세간의 일체경계에 따르는 여러 지혜를 얻지 못하게 하기 때문이다.

마음이 나와 대상으로 나뉘지면 볼 수 있게 되고, 볼 수 있게 되면 대상들을 이것과 저것을 구별하게 되고, 이것과 저 것 사이의 비교를 통해 좋고 나쁨이 생겨나고, 좋은 것에 집착하여 고락이 이어집니다. 이 모든 현상의 과정이 마음이 동(動)했기 때문에 생겨나는데 이를 동심(動心)이라고 합니다. 마음이 어떻게 움직이죠? 나 자신에게 주의를 계속 쏟고 살아와서 주의를 항상 자신에게 주로 뭉쳐있습니다. 그런데 주의를 많이 뭉쳐있는 곳에서 적은 쪽으로 흘러가면서 주체와 대상이 생겨납니다. '내'가 '너'를 본다는 현상이 일어나기 시작하는 것은 바로 동심(動心)때문입니다. 동심(動心)에 의해서 주체와 대상이 나뉘고, 보기 시작하고, 구분하고 호오(好惡)가 생기고, 집착과 고락이 생겨납니다. 그래서 마음이 한번 움직이면 우주 삼라만상이 생겨난다고 표현합니다.

아직 분열이 이루어지지 않은 무명(無明)에서 동심(動心)이 일어나 나와 너로 분열되면 뭔가를 볼 수 있는 능견(能見)이 됩니다. 능견(能見, can see)은 마음이 보는 자와 보여지는 대상으로 분열되었다는 것을 의미합니다. 그후에 이제 대상들이 하나하나 구분되는데 대상이 각각 구분되는 것은 능현(能現)입니다. 볼 수 있게 되면 한덩어리였던 대상이 개별적으로 경계지어져 분별할 수 있게 되죠. 그리고 이어서 뭔가를 아는 지식(智識)이 생깁니다.

상(相)과 식(識)의 관계를 정리해보겠습니다.

이전에 불각삼상(不覺三相)을 공부했었죠. 무명업상(無明業相), 능견상(能見相), 경계상(境界相)을 말합니다. 무명업상은 무명업식(無明業識)과 관계가 있고, 능견상은 전식(轉識)-전상(轉相)과 관계가 있으며, 경계상은 현식(現識)-현

상(現相)과 관계가 있습니다.

그런데 능견상(본다는 것)은 따로 있는 것이 아니라 경계상(나누는 것)이 있기 때문에 존재하는 것입니다. 서로가 서로에게 의존하는 상(相)이요, 사실은 그 어느 것도 존재하지 않는데 무명에 의해서 상(相)이 하나 생겨나면 그것에 의존해서 다른 상(相)들이 생겨납니다. 존재하는 것 같아 보이지만 실제로는 뿌리가 없는 허구의 존재죠. 왜냐하면 상(相) 하나를 없애면 그 상(相)에 의존하고 관련되어 있던 상들 또한 하나씩 스러지기 때문입니다.

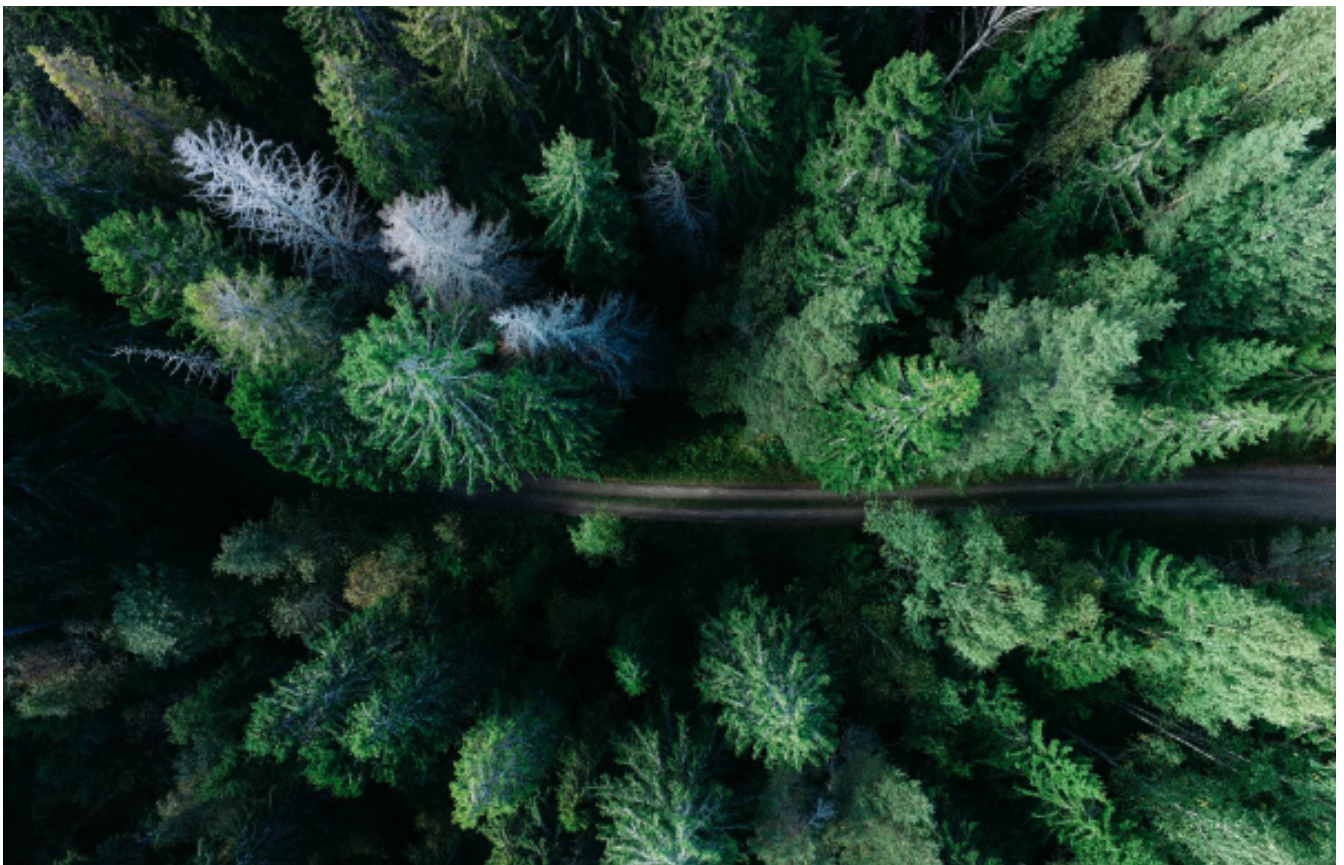
$x+y=z$ 라는 방정식과 같습니다. 모두 미지수예요. $y=z-x$ 이고 $x=z-y$ 인 것처럼 각각의 미지수로 다른 미지수를 정의할 뿐입니다. 우리가 가진 상(相)도 이와 같아서 내 안의 상(相)을 깊숙이 들여다보면 그 상(相)은 모두 사라지게 됩니다. 나라는 것 또한 하나의 상(相)이고 대상에 의존하므로 나라는 것만 따로 보려고 깊숙이 들여다보면 결국 사라지게 됩니다. 이것이 상(相)의 진정한 의미입니다. 그래서 불교에서는 세상은 상(相)이라고 말하죠. 뿌리가 없는 마야, 환상입니다. 모든 것이 연결되어 있기에 하나를 정확하게 이해하면 모든 것을 하나의 실에 꿰듯 이해할 수 있게 됩니다.

망령되어 경계에 집착한다는 의미는 무명에 의한 아무 이유 없는 것을 근거가 있다고 착각하여 집착하기 때문에 망령되었다고 말하는 것입니다. 망령된 경계에 집착하게 되면 높고 낮음, 귀하고 천한 것으로 나누게 되어 분별이전 만물 만사의 평등성을 위반하게 되죠. 원문의 일체법(一切法)은 중의적인 의미로서 현상이기도 하고 진리이기도 합니다.

진리는 항상 고요하여 변함이 없지만 우리는 현상이 있다고 여기죠. 중생이란 단어처럼 중의적인 표현입니다. 중생이란 깨닫지 못한 현상으로서의 존재일 뿐만 아니라 진리를 포함하고 포괄하며 깨달은 사람 자체를 의미하기도 하죠. 이것이 대승과 소승의 차이라고 여러 번 설명했습니다. 대승은 항상 중생을 맨 처음에 내세우는데, 대승에서 말하는 중생은 깨닫지 못한 자이면서 동시에 깨달은 자이기도 합니다. 번뇌즉보리인 것처럼 여기서의 일체법도 현상이면서 동시에 한 치의 움직임도 없는 진리를 의미합니다. 그래서 그 일체법이 항상 고요하여 일어나는 상(相)이 없다고 했습니다.

원래는 일체의 상(相)이 없는데 우리는 고정된 상(相)이 있다고 여깁니다. 그 상(相)은 어디에 있는 것일까요? 우리 마음속에 있을 뿐입니다. 감지를 떠나 감각으로 보면 온 세상이 구별되지 않는 오직 하나입니다. 분별되는 감지들이 사라지고 주체도 사라지죠. 세상은 법(法)인데 그 법(法)은 항상 고요하여 분별되는 상(相)이 없는데 마음이 감지를 일으켜서 상(相)을 만들어냅니다. 제대로 밝게 보지 못하는 마음인 무명불각(無明不覺)이, 항상 고요하여 상(相)이 없는 법에 망령되게 어긋나기 때문에 세간의 일체경계에 따르는 여러 지혜, 즉 후득지(後得智)를 얻지 못하게 됩니다. 이 후득지가 바로 현상의 의타성을 알아챌 수 있는 지혜입니다. 그러니 현상을 통해서 일어나는 지혜를 말합니다.

(다음호에 계속)



청년 백일학교와 홀로스 공동체 학교

공동체 학교 캠프를 시작하려 합니다.

안녕하세요. 청년 백일학교입니다. 어느덧 올해의 마지막과 새로운 내년을 맞이하는 지점에 있습니다. 내년이면 백일 학교가 4계절을 5번 지나 6번째 봄을 맞이합니다. 이번 소식지에는 16년 한해 동안 백일학교 청년 공동체의 활동과 소식을 담아보았습니다. (청년 백일학교/ 영어캠프/ 통찰력게임) 새 해에는 이 활동들을 기반으로 다양하고 유익한 콘텐츠들을 더하여 그동안의 청년 교육과 더불어 새로이 청소년을 위한 교육과 캠프를 시작하려고 합니다. 아래 16년 한해의 마지막을 정리하며, 올해 청년 공동체의 주요한 활동과 앞으로 10대와 청소년들과 함께하기를 기대하는 프로그램을 오인회 분들께 소개드립니다.

2017년 여름, 아이들의 삶과 생활 변화를 위한 캠프를 준비하고 있습니다. 그간 미내사-홀로스 공동체에서 진행하는 의식 탐구 프로그램이 특성상 주로 성인 위주의 청, 장년 층을 대상으로 진행되어왔습니다. 그런데 종종 프로그램을 참여하신 분들 중 자녀들도 함께 참여 할 수 있는 프로그램이 있으면 좋겠다는 의견들이 있었습니다. 그러한 의견들을 충분히 수렴하여 나이와 세대를 넘어 각연령에 맞는 교육과 프로그램을 준비하고 있습니다. 개인을 넘어 가정으로 더 깊게 연결될 수 있는 교육 공동체 새로운 활동의 첫 발걸음에 오인회 분들의 많은 관심과 지원, 의견을 부탁드립니다. 자세한 일정과 내용들은 준비가 되는대로 알려드리겠습니다.

2016년을 돌아보며



1. 청년백일학교 6기 졸업식



청년 백일학교 6기 졸업식이 축하 속에 마무리 되었습니다. 미내사-홀로스에서는 다양한 프로그램을 진행하고 있으며 모두 저마다의 깊이와 가치가 있습니다. 그 중에서도 백일학교는 함께 울고 웃으며 100일간 삶을 통해 진리를 나누고 사랑을 만나는 귀한 시간이자 축제입니다. 지난 5기 백일학교부터 백일학교 학생들을 생활속에서 안내한 도건님의 소감을 전합니다.

졸업발표에서 “제가 이렇게 달라질 줄 몰랐습니다. 삶이 바뀌었어요.” 라고 말하는 무지님의 이야기를 들으며 감동했습니다. 처음 백일 학교에 들어왔을 때 세상 고민과 걱정을 혼자 짊어지고 있는 듯 보였던 친구가 이제 아이처럼 해맑게 웃으며 이러한 말을 하고 있었던 것이죠. 백일 학교 안내자를 하면서 새롭게 느끼게 된 점이 있어요 제가 백일 학교 학생으로서 공부할 때에는 저에게 묶여있던 생각과 감정에서 자유로워지면서 느껴지는 기쁨이 컸어요. 이것만으로도 너무 행복했죠. 그런데 안내를 하면서 함께 자유로워지는 더 큰 행복을 경험하고 있어요. 이렇게 한 사람의 삶을 변화시키고 삶의 관점을 바꿔줄 수 있는 환경 자체가 매우 귀하고 소중한다고 새삼 느낍니다.

- 도건

2. 영어캠프를 통한 청소년들과의 만남

올 8월, 우현님과 백일학교 팀은 레벨프리 영어캠프를 진행하며 무더운 한 여름의 열기도 잊을 정도로 학생들과 유쾌한 시간을 보냈습니다. 3주간의 캠프 기간 동안 학생들에게 스스로 삶을 건강하고 행복하게 만들어 나갈 수 있는 지혜와 힘을 기를 수 있는 방법을 지도했습니다. 각자가 공부하는 과정에서 어려움을 만날 때 그것을 장애와 스트레스로만 인식하는 것이 아니라 스스로를 성장시키는 원동력이 될 수 있다는 것을 발견할 수 있도록 안내했습니다. 아래 함께한 친구들의 후기를 소개합니다. 글을 통해 앞으로 청소년과의 만남이 이뤄낼 가능성을 함께 그려가길 기대합니다.



캠프를 통해 영어에 대한 자신감도 생겼지만 더 큰 성취는 앞으로 제가 마주할 힘든 순간을 극복하는 힘과 방법을 '주의야 주의야', '에너지 벨런스' 등의 캠프 프로그램 통해서 배운거예요. 공부뿐만 아니라 다른 힘든 상황이 와도 그것을 피하지 않고 온전히 느끼고 넘어갈 수 있는 힘이 생긴 것 같아요. 그래서 어떤 문제를 만나도 두렵지 않을 자신감이 생겼어요. 캠프에 참석한 사람들 모두가 목표했던 것 이상을 얻고 가는 것 같아요. 이 캠프를 준비해주신 모든 분들께 진심으로 감사의 마음을 전하고 싶어요. 이런 캠프를 준비 하셨다는 게 너무 감사해요. 저희를 위해 3주라는 시간을 희생해 주신 선생님들께 박수를 드리고 싶습니다. 감사합니다.

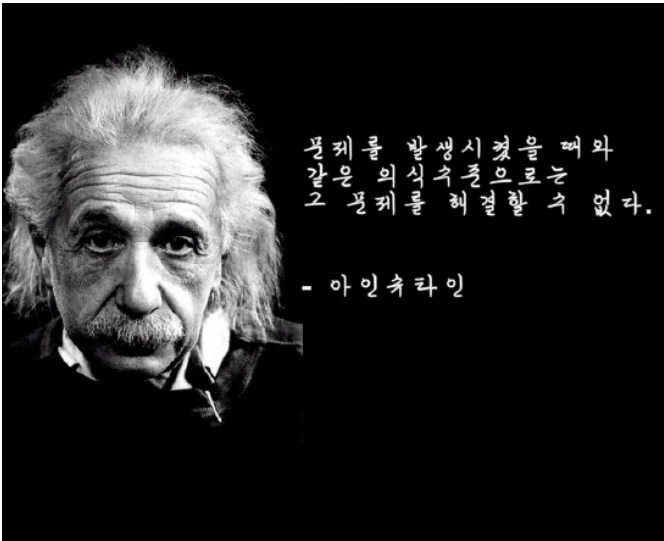
- 장영 (중3)

돈으로 값을 매길 수 없는 귀중한 시간이었어요. 살면서 이렇게 많이 배우고 느끼고 경험한 시간은 이번이 처음인 것 같아요. 전 세계 어디에 가도 배우지 못할 내용을 배운 것 같아서 행운인 것 같습니다. 여기서 배운 것들을 심화시켜서 남들에게도 나누고 싶어요.

- 이수산 (고2)



3. 통찰력게임을 통해 만난 사람들



자기변형 게임을 시작으로 근 10년간 스스로의 내면의 지혜를 발견하여 삶의 문제를 넘어 성장하는 과정을 안내하며 함께 해왔습니다. 2년 전 부터 자체적으로 개발한 통찰력 게임을 통해서 절실한 삶의 주제를 이루고자 하는 분들과 자신의 심층으로 여행을 즐겁게 할 수 있는 시간을 나누고 있습니다.

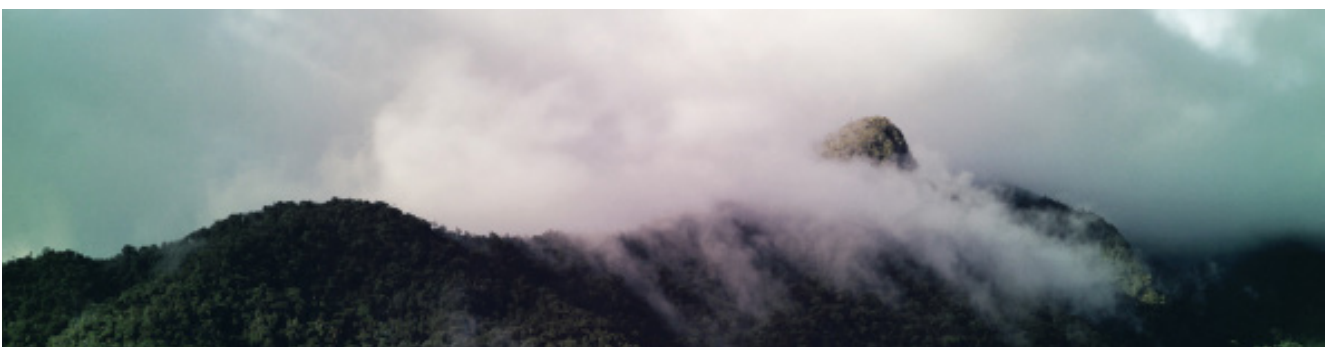
올 해도 많은 분들과 통찰력 게임을 하며 누구에게나 존재하는 스스로 내면의 지혜로 의식적으로는 해결할 수 없었던 마음의 주제들의 본질적 의미를 발견하고 자기를 초월하는 놀라운 순간들을 함께 했습니다. 어느 시절보다 풍요롭지만 어두운 이 때에 개개인의 삶에서 깨어있음이 중요해지고 있습니다. 통찰력 게임이 삶의 지혜를 필요로 하는 더 많은 분들에게 작은 등불이 되기를 희망합니다.

무의식의 지대를 재미있게 탐색하고 마음껏 수영하다가 가게 된 느낌입니다. 가장 감사한 것은 나의 지독한 고립이 표층의식에서는 가장 나를 두렵게 하는 측면이었는데 그 고립이 오직 현존을 위한 나의 길이었고, 나 자신에 대한 탐구심, 호기심 그리고 열정과 사랑이었다는 것이었습니다. 이제는 맹렬히 뜨는 기꺼이 나의 고립을 선택할 것입니다. 감정의 동네에서 일단 이삿짐을 싣는데, 분노만을 쉽게 놓고 올 수 없었습니다. 그동안 나를 여기까지 오게 한 힘과 용기가 되어준 분노에게 고마움과 축복을 한껏 표현하는 시간이었습니다. "고맙다. 나와 함께 해주어서. 미안해. 때때로 미워해서." 이제 어디로 가야할지 막막하지만, 늘 그랬듯이 일단 짐을 싸고, 떠나보려고 합니다. 통찰력 게임은 무엇보다 저 자신의 목소리를 신뢰하게 해주었습니다. 타인의 목소리, 판단, 요동치는 감정들은 이제 배경이 되고 함께 하는 안내자와 무의식의 지혜들이 이미 제 곁에 있습니다. 고립을 통한 열어감으로 거기에 도착할 때 까지 나의 영감을 따라 길을 가야가려 합니다. 지구에서의 처절했던 그동안의 삶이 하루만에 온통 축복과 감사로 변해있습니다. 삶이 선물임을 저는 이미 알고 있다는것을 발견했습니다.

- 선물 님 (학교 교사)

제 주제는 '불안감이 없는 자유로운 삶을 원한다'였어요. 제가 좋아 하는 사람들과 좋아하는 일을 마음껏 하고, 주고 싶은 것을 마음껏 주면서 사는 것이 저한테는 자유예요. 그런데 게임을 하다가 '함정'에 빠지니, 이것이 게임이라는 아주 작은 일임에도 불구하고 불안함을 느꼈고, 그것을 무의식이 보내는 신호로 보니, 제가 정말 작은 감정이라도 그것에 너무 몰입하는 것을 발견할 수 있었어요. 제 안에 있는 것이긴 하지만 제가 알지 못하는 것, 저 깊숙하게 있는 것을 통찰력게임을 통해 쉽게 꺼낼 수 있었던 것 같아요. 그게 행운인 것 같아요. 이 게임을 몰랐으면 저만의 방법으로 굉장히 긴 시간 동안 파헤쳐야 했을 거예요. 저에게 찾아온 이 행운이 그걸 좀 더 빨리 보고 빨리 깨달을 수 있도록 해준 것 같아요. 자유로운 삶을 누리는 길에 힘이 되고 즐겁게 갈 수 있는 방법을 배웠습니다. 그래서 마지막 골드카드에 기록할 하나의 문장을, '느낌의 과대포장을 벗기고, 염려念慮하는 삶으로'라고 정리했어요. 고민이 아니라 염려를 하는 삶으로 라는 뜻에서 일단 본질이 보여지고 하나는 해결한 것 같은 느낌이에요. 이것을 앞으로 100일 동안 간직하면서 생활하겠습니다. 고맙습니다.

- 자유여인 님 (치의생사)



● 5차 청년 백일학교 졸업자 현재님 인터뷰_4



현재님은 올해 06월 27일부터 약 2개월 동안 백일학교 과정을 진행했습니다. 그리고 지난 8월 25일 함양 수련원에서 현재님의 졸업식이 진행되었습니다. 학교 개학으로 인해 100일이라는 시간을 모두 채우지는 못 했지만 그동안 깨어있기와 통찰력게임, 일상의 주제탐구를 통해 내 마음을 살펴보며 깨어있는 삶을 공부했습니다. 현재님과 대화를 통해서 그간의 배움과 과정을 정리하고 일상을 통해서 몸과 마음에 배어가는 본질 탐구의 과정을 나눠 보았습니다. (인터뷰 전문에서 자형님은 자, 현재님은 이하 현으로 줄여서 표기하였습니다.)

자 : 그 말은 언제, 뭘 하면서 듣게 됐나요?

현 : 주역강의 끝나면 참가하신 분들과 선생님과 일주일간 어떻게 지냈는지 그러면서 어떻게 탐구를 했었는지 나누는 시간이 있어요. 그 때 어떤 분이 선생님께 뭘 물어보셨는데 그때 선생님께서 ‘그런 게 중요한 게 아니고 그 느낌을 담고 있는 마음의 그릇을 봐라’ 라고 하셨어요. 사실 그런 얘기는 그 동안 많이 들었거든요. 그런데 갑자기 그제서야 그게 새삼스럽게 와 닿은 거예요. ‘오, 정말 그런 것 같다. 이것 다 느낌 아니냐. 그러면 느낌을 담고 있는 것을 봐야겠다.’ 라는 게 와 닿은 것 같아요. 그래서 이제 모든 느낌을 담고 있는 게 무엇일까 질문 하면서 그것을 진지하게 탐구를 했어요. 그 과정에서 상당한 답답함을 느꼈던 것 같아요. 도저히 알 수가 없었어요. 그 전 탐구 흐름은 좀 빠르게 진행된 느낌이 있었는데 지금까지 너무 빠르게 진행되어서 그런지 빨리 안 되니까 더 미칠 듯한 답답함이 있었던 것 같아요.

그러면서 절실한 마음이 많이 생겼죠. 너무 답답하고 힘들고 괴로우니까. 그렇게 탐구를 계속 했어요. 그렇게 탐구하면서 가장 많이 했던 질문이 ‘지금의 이 느낌이 탐구의 주제와 어떤 연관이 있을까?’였어요. ‘지금의 이 느낌을 느끼는 것도 분명히 탐구의 주제와 관련이 있을 텐데’ 라는 생각을 많이 했죠.

자 : 그게 어쩌면 통찰력게임을 했을 때 방식과 연결이 되어서 도움이 됐던 것 같네요.

현 : 네 맞아요. 모든 느낌들을 무의식적인 포인트로 발견 할 수 있으니까요. 통찰력게임 하면 카드 뽑잖아요. 통찰력게임 하고 나서 든 생각이 통찰력게임 더 이상 안 해도 되겠다 라는 거였어요. 왜냐하면 인생이 통찰력 게임이라는 생각이 들었거든요. 살면서 느껴지는 모든 느낌들이 다 카드 한 장씩이었어요. 이미 카드를 뽑고 있는데 뭘 카드를 또 뽑아 이런 생각이 들었어요. 그래서 그 시기가 카드를 뽑는다는 생각으로 지내던 때였어요. 그 때 어떤 일이 있었냐면 주제 생각을 너무 골몰히 하면서 걷다가 발을 헛디뎠다 발목을 다쳤는데 발목을 다친 것도 카드 한 장으로 여기게 됐어요. 그냥 모든 게 카드가 되어버렸어요. 지금 이 느낌과 이 상황이 내 주제에 어떻게 연결이 되지? 어떤 의미지? 라는 걸로 연결이 된 거예요. 주제가 절실하니까 자연적으로 그렇게 되더라고요.

그렇게 하고 있는데 선생님께서 이런 말씀을 해주셨어요. “너 그렇게 주제 열심히 품는 것은 좋은데 그렇게 해서 너무 에너지를 많이 쓰기 때문에 의식적으로 알아 낼 수 있는 힘이 부족할거다. 에너지를 비축하는 차원에서 잠시 내려놓고 내가 해야 할 일을 해라” 라구요. 저는 당시 졸업 발표 준비 중이어서 발표 ppt를 만들어야 했었어요. 그래서 ppt를 만드는데 참고 하려고 다른 백일학교 졸업하신 분들의 발표영상들을 봤어요. 그 중 영재님이라는 분의 발표영상을 보는데 ppt의 마지막 부분에 ‘모든 현상은 본질의 증거가 된다’ 라는 문구를 써놓으셨더라고요. 그것을 딱 본 순간 ‘어! 이거야, 어 이건데!!’ 하는 느낌이 강하게 왔었어요. (다음호에 계속)