



오인회 소식

2016. 2월(제53호)

권두언 卷頭言

좋은 느낌/생각/감정 기다리기

느낌, 생각, 감정은 일으키는 것이 아니라 저절로 떠올라 알게 되는 것이라고 하면서도
정작 좋은 느낌, 생각, 감정을 쫓게 되는 경향이 생기게 됩니다.

우리는 지금 이 순간 바로 다음 순간에 어떤 느낌/생각/감정이 일어날지를 알 수 없습니다.
지금 이 순간 바로 다음 순간에 일어나는 느낌/생각/감정은 좋을 수도 있고 나쁠 수도 있습니다.

그래서

- 1) 좋은 느낌/생각/감정이 일어나길 바라는 것이 바로 떠올라 알게 된 느낌/생각/감정이고,
- 2) 지금 이 순간의 어떤 느낌/생각/감정도 바로 떠올라 알게 된 느낌/생각/감정이고
- 3) 일어난 느낌/생각/감정에 대하여 좋다, 나쁘다고 분별하는 것 또한,
바로 떠올라 알게 된 느낌/생각/감정임을 알아야 합니다.

이걸 놓치게 되면 다시 좋은 느낌/생각/감정이 일어나길 바라는 상태로 들어가게 되고
인간에게 일어나는 느낌/생각/감정의 85~90%가 부정적이다 보니

좋은 느낌/생각/감정이 일어나길 바라는 우리의 이 바람은 10~15%의 성공률만을 가지게 되어
결국 좋은 느낌/생각/감정이 일어나길 바라는 우리의 바람은 늘 실패할 수밖에 없게 됩니다.

—宇絢—

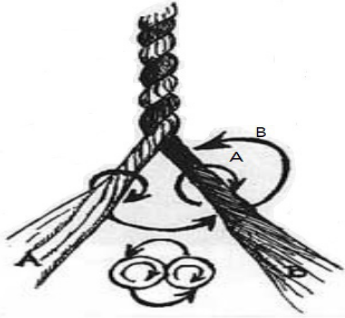


번뇌즉보리 총서 주역周易에 대하여

-越困-

음양이란 무엇일까요? 그것은 끊임없는 움직임 속에 있는 동적 평형(動的平衡)입니다.

이 기본적인 법칙은 온 우주에 널리 실행되고 있습니다. 원자의 운동에서 구름의 움직임, 계절의 변화, 생명체의 단백질과 DNA사슬, 심지어 뱀으로 착각되는 새끼줄에 이르기까지.



간단히 말하자면 새끼줄의 꼬임과 같은 음양의 결합이 온 우주에 가득 차 있다는 것입니다. 새끼줄을 꼬을 때 짚의 두 가닥을 오른 손바닥에 놓고 왼 손바닥을 앞으로 비비면, 얇은 가닥 자체는 A와 같이 우회전하고(그림참조), 가닥과 가닥은 B와 같이 좌회전합니다. 그래서 감아놓은 태엽이 풀리려는 것처럼 상반되는 두 흐름이 생기면 그것들이 서로 갈려 단단히 결합하는 것입니다.

보통의 새끼줄은 평온한 동아줄처럼 움직임 없이 고요하지만, 사실 그 내부에서는 아주 강력한 두 힘이 균형 잡혀, 역동적인 동적 평형을 이루고 있습니다. 그러다가 두 가닥 중 한 가닥의 힘이 약해지거나 틀어지는 불균형이

발생하면 다시 균형잡기 위해 변화가 생기는 것입니다. 새끼줄은 이렇게 상반된 두 힘인, 음양이 작용해 이루어놓은 태극의 평상선(平常線)입니다.

이러한 태극 상태는 물질계의 근본인 원자 세계에서조차 마찬가지입니다. 즉, 기본적으로 모든 원자는 원자핵 속의 양성자(+) 수만큼 전자(-)를 가지고 있습니다. 이렇게 양성과 음성이 균형을 이루고 있기에 원자는 존재할 수 있는 것입니다. 또 음성인 전자들은 자기 궤도 내에서 마저도 쌍을 이루어 극도의 안정(태극상태)을 취하려 하는데, 그것을 위해 각각은 스핀(회전방향)이 다른 전자와 짝을 지어 중용의 온전함을 이루려 합니다. 그것을 궤도 내 전자쌍이라 합니다. 비유하자면 힘은 같지만 우회전과 좌회전의 방향이 다른 두 전자가 하나의 쌍을 이루고 있는 것입니다. 원자핵을 구성하는 양성자와 중성자. 이들을 구성하는 소립자를 다 합해보면 위 쿼크(up)와 아래 쿼크(down)가 같은 수로 평형을 이루고 있습니다. 그런데 전자 없이 양성자만 있어서는 원자가 존재할 수 없듯이, 스핀이 다른 두 전자가 가까이 있지 않으면 전자라는 것 자체가 존재하지 않을 수 있는 것입니다. 스핀이 다르지 않다면 이들은 독립적인 입자로 존재하지 못하고 서로가 섞이어 하나의 파동으로 스러져 버리고 말 것이기 때문입니다. 입자는 파동이기도 하니까요.



또 양성자 내의 소립자들에게서도 방향이 다른 up쿼크와 down쿼크가 평형상태에 있기에 원자핵이 존재하고 있기도 합니다. 그것은 마치, 풀리는 힘의 방향이 다른 새끼줄의 두 가닥이 서로와 함께하지 않으면 엮힐 상대가 없기에 자신도 존재하지 못하는 것과 같습니다. 이는 우리가 의식탐구에서 '나와 대상'이 서로에게 의지하여 동시에 존재한다고 말하는 것과 같습니다.

원자핵을 구성하는 양성자와 중성자. 이들을 구성하는 소립자를 다 합해보면 위 쿼크(up)과 아래 쿼크(down)가 같은 수로 평형을 이루고 있다

이렇게 자연의 음양법칙은 물질의 근본에서 의식현상의 기저에까지 뿌리박고 있습니다. 이 음양의 균형이 존재계를 안정시키고 있지만, 이 안정을 뛰어넘어 더 높은 고차의 안정을 추구하려는 모험이 물질계와 의식세계에서 늘 진행되고 있습니다. 그것은 존재가, '고정된 평균'이

아니라 살아 움직이는 '동적 평형'이기 때문입니다. 우주는 고정과 정체가 없는, 움직이는 현상세계이기 때문이고, 그러한 동적 평형을 통해 다이내믹한 변화가 무한히 이어지는 곳이기 때문입니다.

주역은 바로 이 변화의 원리를 보여줍니다. 모든 변화는 무작위적이지 않습니다. 규칙과 법칙이 있지요. 그리고 가장 중요한 법칙중 하나는 그 규칙과 법칙들도 변화한다는 것입니다. 주역의 놀라운 점은 바로 변화의 법칙인 자신의 변화마저 보여준다는 데 있습니다.

우리는 음양을 하나의 고정된 무엇으로 보기 쉽습니다. 왜냐하면, 그것에 '이름'이 붙어있기 때문입니다. 이름 붙은 모든 것을 우리는 변하지 않는 무엇으로 보게 됩니다. 그래야 그것을 기반으로 '생각'을 해낼 수 있기 때문입니다. 그러므로 '생각'이란 태생부터 왜곡의 소지를 안고 있습니다. 그중 가장 왜곡된 것이 바로 '나'라는 이름입니다.

우리는 주역을 통해 원자와 소립자의 미시세계에서부터 우주와 은하의 거시세계까지, 매화가 피고 호두가 열리는 물질과 생물 세계에서부터 '나와 너'가 살아가는 생생한 생활현장까지 그 영향이 미치지 않는 곳 없는, '변화의 법칙'을 알아보려 합니다. 그때 어느 하나에 머무르지 않고 이 모든 흐름을 타며 필요에 따라 '나'라는 흐름이 쓰이도록 허용할 수 있게 될 것이기 때문입니다.

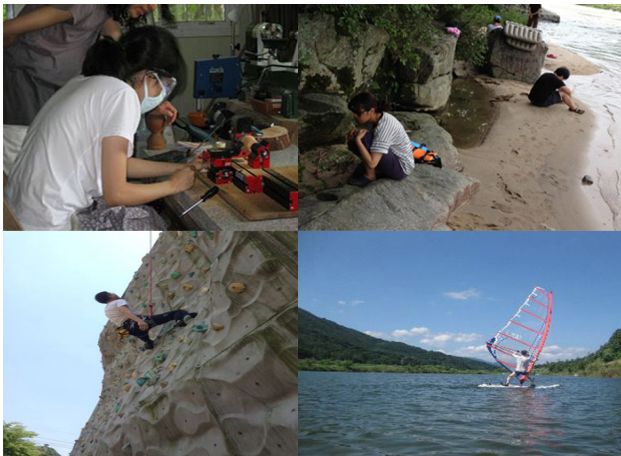
그를 통해 젊은이가 성장을 향하여 나갈수록 물질 에너지는 사용되고 줄어들지만, 정신 에너지는 성숙해가는 중이라는 것, 나이가 든다는 것은 하나의 에너지 패턴이 내리막길을 가지만, 또 다른 에너지 패턴이 상승세를 타고 있는 중이라는 것, 즉 물질적 열정은 줄어들지만 지혜는 성장하고 있다는 것을 새롭게 보게 될 것입니다.

따라서 겨울은 죽음으로 향하는 길이 아닙니다. 도리어 전경은 어둡고 차갑지만, 그 배경에서는 놀라운 생명이 잉태되어 나올, 새로운 에너지가 강력히 응축된 상태인 것입니다. 그것이 지뢰복과 수뢰준괘가 의미하는 바입니다. 모든 탄생은 겨울에 뿌리를 두고 있습니다. 차갑고 어두운 음성(陰性)의 상징인 감괘(☵)

아래 우레와 진동, 움직임 뜻을 하는 진괘(☳)가 있는 수뢰준괘가 새로운 생명을 뜻하는 이유입니다...(3월 말 주역강의에서 계속됩니다).

번뇌즉보리 총서 후원계좌 : 농협 351-0680-1315-13 이원규 / 문의 : 02-747-2261 (현이님)
 번뇌즉보리 총서 후원에 감사드립니다 (1차 출판비용 : 450만원, 후원액 : 390만원)
 우현 10만원(15.11.24) 무연 10만원(15.11.24) 기보 100만원(15.11.25) 광주나무 10만원(15.11.25)
 우현 10만원(15.11.30) 썬이 10만원(15.11.30) 고을 10만원(15.12.2) 목어 10만원(15.12.3)
 화동 10만원 (15.12.3) 허유 100만원 (16.1.12) 고을 90만원 (16.2.3)

3월 9일 4차 청년 백일학교가 시작됩니다

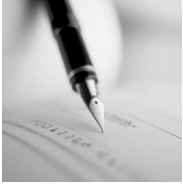


긴 겨울의 침묵을 깨고, 나날이 생기를 찾아가는 태양빛을 따라 움츠렸던 모든 생명이 기지개를 일으키는 계절인 봄이 다가오고 있습니다. 만물이 약동하는 새봄을 맞이하여 미내사의 4차 청년백일학교가 3월 9일부터 100일동안 미내사 함양수련원에서 새롭게 시작됩니다. 4차 청년백일학교에 대한 자세한 내용은 소식지 10쪽에 나와있습니다. 오인회 여러분들의 후원을 통해 시작된 청년 백일학교는 '깨어있기', '통찰력게임', '자연에 맡기기'와 같은 과정을 배우고 일상에서 지속적으로 훈련하여 몸과 마음에 자리 잡도록 함으로써 자동반응하는 '틀지워진 자기'로부터 자유로워질 수 있는 것을 스스로 직접 경험할 수 있는 특별한 학교입니다. 앞으로도 '나'에 대해 근본적인

질문을 품고 진정한 삶의 변화를 꿈꾸는 이 땅의 모든 청년들에게 오인회 여러분들의 아낌없는 격려와 성원 부탁드립니다.

청년 백일학교 후원방식
 2년 운영후원 : 300만원(일시불) 2년 일시후원 : 120만원(일시불) 2년 24회 후원 : 120만원(1달 5만원)
 1년 일시후원 : 60만원(일시불) 1년 12회 후원 : 60만원(1달 5만원)
 후원계좌 : 우리은행 1002-135-404042 이원규 문의 : 02-747-2261 (현이님)

청년백일학교 후원에 감사드립니다 (현재 후원액 5825만원, 사용액 35,000,000원 잔액 23,250,000원)
 초현 1300만원, 천강 1300만원, 구당 1000만원 지원 300만원, 우현 300만원, 고을 300만원, 기보 300만원, 화동 120만원, 허유 120만원, 무연 120만원, 나무 120만원, 바람 120만원 (11.17,12.17,1.16,3.19,4.29,11.30) 문수홍 60만원, 광주나무 60만원, 아름드리 60만원, 토인 60만원, 썬이 60만원 (3.12, 1.30), 디테60만원 (11.20,12.22,1.20,2.23,3.20,4.20,5.20,6.22,7.20,8.20,9.21,10.20,) 솔내음 55만원 (2.25,3.25,4.27,5.26,6.25,7.27,8.25,9.25,11.25,12.27,1.25,) , 도빈 10만원



'안다' 는 그 자체가 역설적으로 본질이 아니라는 증거이다 나무 인터뷰(4)

대학 졸업 후 방송인으로서 사회생활을 했던 나무님은 10여 년 전, 한 명상 프로그램 참여를 계기로 의식 탐구에 대한 관심을 가지게 되었고, 깨어있기 프로그램을 만나며 의식 발생의 전체 과정에 대한 구체적인 이해와 통찰을 경험할 수 있었다고 합니다. 이후, 그러한 경험은 자신의 하루하루에 보다 더 실제적으로 적용되고 있다고 합니다. 깨어있기 과정을 공부하면서 구체적으로 무엇을 경험하고 통찰하였으며, 그 경험과 통찰이 일상생활에서 구체적으로 어떻게 적용되고 있는지 들어보았습니다.

편 : 일상에서 겪는 감정적인 문제는 없나요?

나 : 지금은 딱히 감정적인 문제가 있지 않아요. 그리고 뭔가 있어도 대상화하여 이것을 느낌으로 느끼게 되면, 일단 이것으로부터 떨어져 나오니까, 자연스레 사라지더라고요.

편 : '느낌'으로써 자연스레 사라진다?

나 : 네. 대상으로 느껴지는 순간 이미 그 감정의 강도는 약해지고, 대상으로 느껴짐이 계속 되어 질수록 점점 그 강도는 더 떨어지면서 사라지는 거죠.

편 : 대상으로 느낄 수 있느냐가 핵심이네요? 감정을 하나의 대상으로 느낄 수 있느냐?

나 : 네.

편 : 그런데 감정이라는 것도 우리 삶에서 필요한 측면이 있는 것 아닌가요?

나 : 그렇죠. 그런데 그 감정과 동일시되느냐 안되느냐가 관건인 것 같아요. 동일시 안 된 상태에서 그냥 감정으로 사용될 때는 그것에 빠짐이 없으니까 상대와의 관계에서도 부정적으로 발전되는 움직임이 조기에 차단되는 것 같아요. 그런데 감정이 나라고 동일시되는 순간에 '니 탓 내 탓'이 들어가고 또는 내 탓의 강도를 더 크게 만들면서 강화되는 것 같아요.

편 : 감정이라는 것은 인간관계나 삶에 필요한 것인데, 감정을 대상으로 느낄 수 있느냐 아니면 그것에 빠져 동일시되느냐에 따라, 삶에서 감정의

좋은 부분을 잘 사용할 수 있다는 말씀이네요?

나 : 그렇죠.

편 : 지금 '나무'님은 누구인가요?

나 : '나'라는 것도 하나의 느낌이다 라는 표현 밖에는 못하겠네요. 나는 실재라고 느꼈었는데, 아까 말씀드렸던 것처럼 실재라고 느꼈던 증거가 도리어 '그것은 느낌이고 실재가 아니다'라는 증거임이 분명해지는 것이 동일시에서 벗어나는 과정이 되었어요. 그러다보니 '나'라는 것도 의식이 활동하는 과정에서 나타나는 하나의 '현상'임을 알았어요. 초반에 공부할 때는 주체와 주체감이 헷갈렸었는데, 보이지 않는 이 주체조차도 주체 역할이었던 것이지 진짜 주인은 아닌 거더라고요. 그동안 나라는 걸 실재한다고 믿고 있었고, 나라는 느낌을 그 증거로 삼으면서 그냥 '주인이다'하고 살아왔는데, 주체라 여겨지는 나도 하나의 역할로서 보이지는 않지만 마음의 한 대상이 될 수도 있는 것이고, 실제 삼분열이라든가 주의를 주었다 뺏다하는 것을 해보면서 나라는 것이 대상이 된다는 걸 느낌으로써 확인하게 되었죠. '느껴진다는 것' 자체가 이미 한정돼있다는 것이고, 한정돼 있다는 것은 뭔가가 또 다른 것이 있다는 것임을. 뭔가 있는 그것이 무엇인지는 모르지만...

편 : '무엇인지는 모르겠다'는 그것은 뭔지?

나 : 알 수 있는 부분이 아닌 거죠.

편 : 거기에 대한 궁금증은 없으시나요?

나 : 예. 그냥 '나'라는 것이 느껴지고, 느껴진다는

것이 안다는 거고, 그 자체가 이미 그냥 부분이라는 것으로 연결이 되니까요.

편 : 그것을 말하자면 본질이라든지 근본이라든지 그런 것의 증거가 된다?

나 : 네. 그것이 만약 진짜주인이라면 '나'라는 것은 대상이 될 수밖에 없는 거구나. '나'라는 것이 인식될 때가 있고 인식 안 될 때도 많잖아요. 잠을 잔다거나, 뭔가 일을 하면서도 나라는 것이 늘 인식되는 것은 아니더라고요. 인식되고 있는 줄 알았지만, 뭔가를 다하고, 뭔가가 다 일어나고 난 다음에, 그때서야 그것을 대상으로 삼는 나라는 게 일어나더라고요. 그래서 '내가 이것을 했어' 하는 거였구나 라는 것을 경험하게 되었죠. 그 때문에 근본이라는 배경에 나라는 것은 현상이라는 것이 이렇게 표현될 수밖에 없겠구나. 토를 달 수 없겠더라고요. 예전에는 그래도 뭔가 조금이라도 '안다'는 것으로 토를 달았다면, '안다'는 그 자체가 오히려 역설적으로 '그것'이 아니라는 증거가 되는 거니까, 아 이것은 토 달수도 없고 토 달아지는 자체도 아니구나라는 걸 알게 됐죠.

편 : '나'가 본질이 아닌 증거이면서 또 한편으로 본질의 존재를 의미하는 거다?

나 : 네. 그것으로부터 나온 현상이니까, 이 '나'가 또 그것이 아니라고는 할 수 없는 거죠. 선생님이 늘 말씀하시는 물과 파도의 비유가 아무리 식상하다해도, 물과 파도라는 이 표현만큼 적절한 것이 없다는 게 느껴졌어요. 아무리 거센 물결이나 물방울들이라 해도 나온 곳을 보면 물의 여러 가지의 모습일 뿐이지 결국엔 물밖에 없다는 것. 이것이 차장 밖 강만 봐도, TV 속 바다나 강이나 물의 풍경만 봐도 정말 물밖에 없어요. 그런데 그 물이 작용하는 물방울이라든가 물결이라든가 하는 것은 정말 현란한 모습, 한정지을 수 없는 그 모습들, 그렇지만 또 한정지어져 있는 거죠.

편 : 그 분별의식 때문에 그렇게 보인다는 거죠?

나 : 네. 일단은 모양에 현혹되고 뭔가 다른 모양이 있으면 다른 것이 있는 것처럼.

편 : 나와 대상은 어떤 관계가 있는 건지? 의식작용과 관련해서 말씀해주세요.

나 : '나와 대상'은 뿔려야 뿔 수 없는 관계인 거죠. 무엇이 먼저다 할 수 없고, '나'라는 것이 생겨나면서 대상도 동시에 같이 생겨나니까요. 우리가 감각상태에서 감지상태로 가는 그 과정을 한두 번만 느껴봐도 그 둘이 같이 일어나고 있음을 알 수 있죠. 그러면서 대상으로 느껴질 때 이미 대상에 따라 나라는 것도 그때마다 또 생겨나고...

편 : 결국 대상이 생겨나는 동시에 나도 같이 생겨난다는 거죠?

나 : 네. 나라는 '내용', 대상에 따라 생겨나는 나라는 것은 결국 나의 많은 '내용'이잖아요. 이럴 때 다르고, 저럴 때 다른거죠.

편 : 그러면 내용 없는 '나'와 대상은 없나요?

나 : 내용 없는 나와 대상이라는 그 부분이, 최초분열인 감각상태에서 보면, 내용이 있는 '나와 대상'의 일어남은 없지만, 내용이 전혀 없다고 할 수 없는 점이 있는 것 같아요. 왜냐하면 생각에서 감지, 감각으로 가다 보면 투명함만 남잖아요. 그런데 그 투명함이라는 것이 느껴진다는 것 자체가, 이미 구조적으로 이것을 느끼고 있는 나가 형성되어 있다는 것이죠.

편 : 투명한?

나 : 순수감지상태라고 해야 할까?

편 : 내용이 빠진 순수함?

나 : 네. 색깔이 빠진 그야말로 투명함만 남은? 그릇의 틀만 남은? 그릇이 있으면 그릇에 반찬이 들어갈 수도 있고 여러 가지 다양한 것이 들어갈 수 있지만, 그 그릇이 없으면 뭔가 담을 수가 없잖아요. 그런 것처럼 내용이 없는 나라는 것이 기초 상태로 딱 일어나 있기 때문에, 그 다음으로 내용 있는 나라는 것들이 계속해서 생겨나는구나. 그래서 이 '내용 없는 나'라는 것이 일어나는 최초분열이고 그 때문에 나라는 것이 계속 있는 것 같은 느낌에 빠질 수밖에 없었다는 것입니다. 그런 것이 감각, 감지를 몇 번 하면서 느껴지더라고요.

편 : 내용 없는 나와 대상은 어떻게 해서 생겨나는 걸까요?

나 : 나라는 것은 마음이 일어나는 과정에서 나타나는 현상이잖아요. 그것은 그냥 하나의 마음의 작용? 마음이라는 것이 움직이는 속성이 있더라고요. 마음은 정말 끊임없이 움직이지요.

편 : 그렇죠.

나 : 그러다보니, 마음이 움직여지면서 최초의 분열 현상이 일어나고, 그러면서 대상이란 것이 인식되고, 대상을 통해 나라는 것이 이렇게 파악되어질 수 있구나 하는 거지요.

편 : 백일학교나 깨어있기에 참가한 후 업무적이거나 일상의 삶에서 달라진 점이 있는지요?

나 : ‘나와 대상’이라는 구조가 파악되고, 느껴진다는 것이 무엇인지 알게 됐잖아요? 그러니까 예전에는 마음에서 ‘안다’라는 것이 올라오면, ‘나는 이것이 뭔지 알아’하며 이것을 하나의 재물(財物)이나 지식처럼 소유물로 가지고 있었다면, 지금은 ‘이것이 뭔지 알아. 그렇기 때문에 안다는 이것이 실재가 아니라 증거다’가 되기 때문에, 안다는 것에 집착하지 않을 수 있게 되었어요.

편 : 안다는 통찰이 생긴 건 확실한데, 예전 같았으면 ‘나는 이런 통찰을 했다’고 주장할 수도 있었는데 지금은 그런 통찰로 인해 오히려 그런 주장을 할 수 없는 기반이 된다?

나 : 네. 어떤 체험이 있어도 이것이 어떻게 해서 일어났는지에 대한 구조적인 측면과 전체 의식과정에서 일어나는 것을 모르면, 나라는 것에 대한 명확한 이해가 없어서 스멀스멀 나와의 동일시에 빠지더라고요. 마음의 전반적인 과정이 이해가 되고 와 닿고 체험이 되면, 이것이 이제 하나의 통찰이긴 하지만 동일시가 되지 않으니 주장할 필요가 없는 거죠.

편 : 앞으로 계획이 있으시면 말씀해주세요.

나 : 그동안 굳이 나를 위해 뭔가를 가지려 하지 않아도 된다는 알아차림이 좀 있었기에 그러한 삶이 실행되어지는 부분이 있어왔거든요. 마찬가지로 그렇게 연장되는 것으로 잡고 있어요.

편 : 자연스럽게 자신의 체험을 다른 사람들과 나누고 함께 공부하는 계기를 마련하고 싶은 생각이신지?

나 : 개인적으로 예전에 조금 체험이 있는 후 상담일을 잠깐 했었어요. 뇌파기기를 도구로 한의원과 지적장애친구들 단체에서 임상을 하면서, 상담을 전공한건 아니었지만 내담자와 존재 대 존재 자체로 만나는 접근을 했었거든요. 그런데 그것이 좀 잘 맞았어요. 그래서 그러한 경험을 이어가는 길로 계획은 하고 있어요.

편 : 함께 공부하는 다른 분들에게 도움이 되는 말씀을해주세요.

나 : 감지, 느껴서 안다, 그럼 느낀다는 것은 뭐지? 안다는 것은 뭐지? 이런 식으로 ‘기본적인 질문들’을 곰씹어보면서 품어왔어요. 그 의미도 곰곰이 떠올려보며 마음으로 되뇌어왔던 것 같아요. 그런데 생각으로 질문을 하고 의미를 떠올리다보면 머리에서만 뱅뱅 돌면서 모르겠다든 생각에 빠져버리기 쉽더군요. 그것을 품으면서 그냥 함께 있어 봤다랄까요? 그러다가 사물들을 보기도 하고 만져 보기도하고, 사물들 사이 그 빈 공간 그리고 내 눈앞에 있는 무엇과 나 사이의 이 비어있는 공간자체에도 주의를 두면서 머물러보기도 하고... 이러면 좀 다른 느낌이 들어요. 그러면서 내가 지금 느끼고 있는 것, 내가 지금 안다고 하는 것들과 자꾸 연결을 시켜보며 시간이 지났고, 마음에 잡혀지는 것이 좀 더 확장 됐던 것 같아요. 그러한 질문과 품음이 도움이 되었기에 말씀드리고 싶네요.

편 : 가장 기초적인 연습과 파악을 통해서 공부라 진전 됐다고 할 수 있겠네요?

나 : 네 .

편 : 알겠습니다. 끝으로 인터뷰한 소감을 한 말씀해주세요.

나 : 뭔가 장황했지만, 전체적으로 정리되는 시간이 됐던 것 같네요.

편 : 장시간 인터뷰에 잘 응해주셔서 감사합니다.

나 : 네. 저도 이렇게 같이 해주셔서 감사합니다. (끝)

불각(不覺)의 동상(同相)과 이상(異相)

復次, 覺與不覺有二種相. 云何爲二?

부차, 각여불각유이종상. 운하위이?

一者, 同相, 二者, 異相.

일자, 동상, 이자, 이상.

다시 각과 불각이 두 가지 상이 있으니, 무엇인가?

첫째는 동상(同相)이고, 둘째는 이상(異相)이다.

言同相者, 譬如種種瓦器皆同微塵性相, 如是無漏無明種種業幻皆同眞如性相.

언동상자, 비여종종와기개동미진성상, 여시무루무명종종업환개동진여성상.

동상(同相)이라는 것은 도자기가 모두 진흙으로 만들어진 것처럼 번뇌없음과 무명의 여러 업으로 된 환상도 모두 같은 진여의 성상임을 말합니다.

동상(同相)은 컵이나 접시가 모양은 다르지만 같은 재료인 진흙으로 만들어졌다는 것을 의미합니다. 그런데 재료가 같다고 하면 “재료가 같으니 본질이 같은 거지.”라고 생각하기 쉽지만, 대승기신론에서는 ‘상(相)’을 붙여서 동상(同相)이라고 표현했습니다. 같다는 것도 다르다는 것도 상(相)이라는 것이지요. 여기서 설명되는 모든 것은 ‘상’을 통해 이루어지는 것이니 그것을 항상 잊지 말아야 한다는 것입니다.

동상(同相)의 ‘같다’는 말은 ‘다르다’는 말에 의존합니다. 마찬가지로 ‘다르다’도 ‘같다’라는 말이 있음을 전제로 하기에 ‘이상(異相)’이라고 합니다. 말이라고 하는 것은 이렇게 늘 서로가 서로한테 의존하고 있으므로 앞으로는 그냥 ‘같다, 다르다’라고 여기지 말고, 상(相)이라는 것을 늘 염두에 두고 말해보세요. 즉, ‘같다’라고 말할 때, 이미 여러분 마음의 밑바닥에서는 ‘다른 무엇’을 떠올리고 있다는 것입니다.

상(相)은 서로 그 개념을 의존하고 있다는 의미에서 ‘서로 상(相)’의 한자를 사용한다고 했습니다. 우리가 하는 모든 말은 경험을 개념화시킨 것으로 이루어져 있습니다. 개념화된 말은 결코 그 경험 자체를 설명하지 못합니다. 상(相)이 붙은 이유는 그것을 알고 이 말을 들어야 한다는 의미입니다.

무루(無漏)는 번뇌없음을, 무명(無明)은 어리석음을, 업환(業幻)은 업이 만들어낸 환상을 뜻합니다. 번뇌없음과 어리석음의 여러 업환이 모두 같은 진여의 성상(性相)을 지니고 있다고 했습니다. 말이 이상하죠? 진여(眞如)는 진리이고 본질인데, 어떤 특성의 상을 가지고 있다고 말했어요. 이 ‘상(相)’이라는 말에 관심을 기울이고 보기 바랍니다.

업환(業幻)에 대해 살펴보겠습니다. 업(業)은 감각을 통해서 내 마음 안에 들어와 남은 흔적들을 말하며, 우리가 말하는 감지에 해당합니다. 미묘한 느낌에서부터 거친 느낌, 그 느낌에 붙은 이름, 이름 간의 관계인 생각, 생각이 끼어들어서 만들어 내는 감정 등의 다양한 스펙트럼의 감지가 있고, 이 모든 감지가 업(業)입니다. 그 업의 가장 기본적인 작용은 마음속에 경계를 만들어서 나와 너를 분리하는 것입니다. 지금 자신이 가장 좋아하는 사람을 한사람 떠올려보세요. 그 사람이 떠오르면 다음으로 자동차를 하나 떠올려보세요(두 가지가 떠오르고 느껴지면). 이제 여러분의 마음은 어떤 느낌으로 경계지어진 상태입니다. 사람과 자동차로 나뉜 것입니다. 느낌으로 말입니다. 자, 다시 돌아옵니다. 이제 그 마음의 경계는 사라졌습니다. 이것은 마치 물위를 배가 가로지르며 나아가면 뒤에 물살이 물을 가르는 것과 같습니다. 무언가를 떠올리는 순간 우리 마음은 경계지어지며 나뉩니다. 그것을 마음의 분열이라 합니다. 이렇게 분열된 마음을 갖지 않는 어린아이는 ‘나’와 ‘너’를 모르는데, 마음이 분열되면서부터 ‘나’와 ‘너’를 알고 여러 가지 번뇌가 생겨납니다. 내가 너한테 뭔가를 해 준 것 같고, 네가 나한테서 뭔가를 빼앗은 것 같고, 네가 나에게



은혜를 베푼 것 같고, 내가 너를 위해 열심히 해 주었는데 너는 내게 아무것도 안 해준 것 같고, 이런 모든 괴롭고 슬픈 번뇌가 마음의 기본적인 분열 현상인 '나와 너의 탄생'으로부터 생겨납니다. 그 나와 너의 탄생은 경험의 배가 마음의 물살을 가르며 지나가고 그 흔적이 남아 이후의 경험에 사용되는 것과 같습니다. 그런데 중요한 점은, 마음에 남겨진 물살의 흔적이란 집착하지 않으면 지금 이 순간의 마음에서 곧 사라지고 만다는 것입니다.

어리석음(無明)도 업(業)이 만들어 내는 환상입니다. 불교에서 '무명의 업'이라는 표현을 자주 하는데 어리석음이나 아무런 이유 없이 생겨나는 업을 말합니다. 감각에 부딪혀 생겨나는 경험이 쌓인 것들이 업이지요. 그런데 무명을 어리석음이라 하고 한번 살펴보면, 밝지 못하고 지혜롭지 못한 마음이라는 것은, '지혜로운 마음'과 대비될 때만 가능합니다. 이렇게 지혜로운 마음과 지혜롭지 않은 마음은 모두 마음이 만들어낸 경계 속에서의 일입니다. 마음의 혼란은 '이래야 돼, 이게 옳아, 이게 맞아'가 있기 때문에 생겨납니다. 그 기준이 없다면 어떤 선택을 하더라도 혼란스럽지 않습니다. 어린아이에게는 그런 마음이 없으니 그는 절대 혼란스러워하지 않습니다. 혼란스러움은 마음의 흔적이 주인노릇을 할 때 만들어지는 현상입니다. 마찬가지로 '모른다, 어리석다'는 것도 '이게 맞아'라는 마음의 기준이 형성되어 있을 때 일어납니다. 마음이 경계 속에 빠지지 않으면 어리석음도 지혜로움도 있을 수 없기에 무명(無明)은 마음의 분열에 기반을 두고 일어나는 업환(業幻)입니다.

이처럼 번뇌와 무명은 마음의 근본에서 경계를 지었기 때문에 일어나는 환상일 뿐, 마음 근본 자체의 변화는 전혀 없습니다. 진흙으로 빚어서 컵과 접시가 만들어졌을 뿐이지, 그 진흙 자체는 변함없음과 같습니다. 그런 의미에서 무루와 무명의 업환이 모두 진여(眞如)의 성상(性相)이라는 겁니다. 진여, 본질 그 자체의 특성을 가진 상(相)이라는 것이죠.

是故修多羅中依於此眞如義故，說一切衆生本來常住入於涅槃菩提之法，非可修相，非可作相，畢竟無得。 시고수다라중의어차진여의고, 설일체중생본래상주입어열반보리법, 비가수상, 비가작상, 필경무득.

그래서 경에서 이 진여의 뜻에 의하기에 '일체의 중생은 본래 열반, 보리의 법에 상주하여 들어가 있는 것이니, 이는 닦을 수 있는 상이 아니며, 지을 수 있는 상이 아닌지라 끝내 얻을 수 없는 것이다. 일체의 중생이 본래 열반과 보리의 법에 항상 머물러 있다는 것은, 비유하자면 컵과 접시라는



형상의 근본이 결국 진흙 덩어리라는 뜻입니다. 그런 측면에서 중생의 무루심과 무명심은 보리와 열반을 근본으로 해서 만들어진 것이라고 할 수 있습니다. 우리의 주의가 컵의 형상에 가 있기 때문에 근본이 진흙이라는 것을 모를 뿐, 그렇게 형상에 주의가 가 있다고 해서 그것이 진흙이 아닌 게 아닙니다. 그러니까 주의가 컵에 묶여 있던 그렇지 않든 컵의 근본은 진흙인 것처럼, 중생은 항상 보리와 열반 속에 있는 것이고, 우리는 본질적으로 보리와 열반을 떠날 수 없습니다.

'이미 깨달아 있다'는 말이 바로 이런 의미입니다. 내 관(觀)만 바꾸면 즉각 나는 원래 이 상태로 있었음을 알게 됩니다. 컵에서 진흙으로 옮겨 오기만 하면 끝일 뿐, 따로 닦을 게 없습니다. 컵을 깨뜨려 부수어 가루로 만들어야 하는 것도 아닙니다. 컵은 컵대로 잘 써야지요. 이 말은 '슬픔은 슬픔대로 두고 그와 상관없는 자기를 발견하라.'는 말과 같습니다. 컵 모양은 컵 모양대로 두고, 모양과 상관없는 늘 변함없는 것에 초점을 맞춰보세요. 마음속의 컵이라는 것은 슬픔, 기쁨, 분노처럼 모양이 달라지는 것들을 말합니다. 내 마음속에서 느껴지는 수많은 천변만화하는 형상들과 늘 함께 있는, 그러나 변함없는 그것을 발견하세요. 모든 변하는 것들은 변하지 않는 것을 기반으로 해서 일어나는 것이기 때문에 내 초점만 바꾸면 됩니다. 그래서 닦을 수 있는 상이 아니라고 했습니다(非可修相:여기서도 상이라고 하는 것에 조심하세요. 닦는다, 안닦는다고 상이라는 것입니다).

닦고, 수련하고, 명상해서 될 일이 아니에요. 그냥 알아차리는 겁니다. 깨달음의 의미가 바로 알아챌다는 것입니다. 수련해서 얻어지는 것이라면 '깨달음'이라는 말이 없겠죠. 만약에 닦아서 변하는 것이라면 그것은 본질이 아닙니다. 훈련 전과 훈련 후가 닦아서 달라진다면 그것도 본질이 아닙니다. 닦기 전에도 닦은 후에도 변함없는 것이 바로 본질입니다. 그래서 우리가 '근원'이라 이름 붙인 것은 언제나(태어나기 이전부터 태어난 이후에도, 내가 변하기 이전에도, 변한 이후에도) 건드려지지 않고, 움직이지 않고, 달라지지 않는 것이 본질에 가까운 것입니다. 말로 하자면 이런데, '달라지지 않음'은 곧 '달라짐'을 기준으로 하는 말이고, '변하지 않음'은 '변함'을 기준으로 해서 만들어진 말이므로 결국 이것들도 모두 경계상입니다. 말에 속지 말고 어쨌든 이 말이 의미하는 바를 즉각적으로 느껴 보세요.

열반과 보리, 진리, 근본이라는 것은 닦을 수 있는 상(相)도 아니고, 만들어 낼 수 있는 상도 아닙니다(非可作相). 만들어 낸다는 것은 없던 것을 생겨나게 하는 것인데 없던 것이 생겨난다면 그것이 진리일 수 없지요. 그래서 필경은 얻을 수 있는 게 아니라는 겁니다.(畢竟無得)

중생(衆生)은 모든 생멸(生滅)의 상(相)이 모여서(衆, 무리 중) 생겼기(生, 날 생) 때문에 중생이라고 합니다. 생멸이 없는 곳에 중생은 없습니다. 생멸의 상(相) 속에 빠진 존재가 중생이라는 것이지요. 컵과 접시의 모양은 생겨났다 사라지지만, 그 컵이나 접시가 깨지든 불에 들어가든 다시 진흙 반죽으로 돌아가든 흙 자체는 변함이 없습니다. 실지로는 컵과 접시의 모양도 생겨났다 사라지는 것도 아니죠. 변할 뿐입니다. 특정한 모양은 나타났다가 사라지지만, 진흙은 전혀 사라지지 않습니다. 그래서 사실은 컵이 사라지는 게 아니고 그 모양만 잠깐 사라지는 것뿐입니다.

정리해보면, 컵은 사라지는 것도 아니고 사라지지 않는 것도 아닙니다. 컵은 왜 사라지는 것이 아닙니까? 컵이 깨진다 해도 그 본질이 그대로 남아 있으니 그렇습니다. 컵은 왜 또 사라지지 않는 것이 아닐까요? 어쨌든 우리가 컵이라고 여기는 그 모습은 사라졌으니까요. 그래서 사라지는 것도 아니고 사라지지 않는 것도 아니라고 말하는 것입니다.

亦無色相可見；而有見色相者，唯是隨染業幻所作，非是智色不空之性，以智相無可見。
역무색상가견；이유견색상자，유시수염업환소작，비시지색불공지성，이지상무가견.

또 색상(色相)을 볼만한 것이 없되 색상을 봄이 있는 것은 오직 염법의 업환에 따라 지은 것이지 지색불공(智色不空, 지혜)의 성질은 아니니, 지상(智相)은 볼 만한 것이 없기 때문이다.

색(色)은 공(空)과 대비되는 것으로 뭔가 존재한다고 여기는 것입니다. 반야심경에 ‘색불이공 공불이색 (色不異空空不異色)’이라는 말이 나오죠. 존재하는 것(色)의 세계는 사라지는 것(空)과 다르지 않고, 사라지는 것 또한(空) 또한 존재하는 것(色)과 다르지 않다는 말입니다.

볼만한 색상(色相)이 없다(無色相可見)는 말은 무슨 뜻일까요? 컵을 컵으로 ‘보는’ 때는 나이 들고, 그 이름에 대해 배우고, 생각이 끼어들고, 그 기능을 알 때부터입니다. 그때부터 나에게 컵이 컵으로 존재하는 거예요. 그걸 모르는 아이한테는 컵이라는 것이 존재하지 않아요. 목마를 때 그냥 손이나 다른 오목한 것으로 물을 떠서 먹어요. 그런데 컵이란 걸 알게 되면 물 먹을 때 일단 컵을 찾게 됩니다. 이것이 바로 색(色)의 세계입니다.

‘본다(見)’는 것에 대해 더 근본적으로 살펴보면, ‘본다(見)’는 맨처음 마음이 나와 너로 분열된 이후에 생겨납니다. ‘본다(見)’라는 것이 성립하려면 견(見)의 주체와 견(見)의 대상이 생겨나야합니다. 나와 대상 사이에 일어나는 일이 견(見)이에요. 나와 대상이 없으면 견(見) 또한 없습니다. 이것이 바로 ‘무색상가견(無色相可見)’의 뜻입니다. 無色可見(볼만한 색이 없다)이라고 하지 않고 無色相可見(볼만한 색상이 없다)라고 했습니다.

대승기신론은 철저히 논리적인 표현을 해 놓았습니다. 사실 색(色)이라는 것은 없는 거예요. 색상(色相)만 있는 거죠. 색불이공(色不異空)도 정확한 표현이 아니죠. 색상불이공상 공상불이색상(色相不異空相 空相不異色相)이 정확한 표현이겠죠. 공(空)도 상(相)입니다. 공(空)은 색(色)에 대비된 용어잖아요. 상(相)은 항상 마음에서 일어나기에 마음이 없는 곳에는 아무것도 없습니다. 마음을 떠난 곳에서는 모든 설명이 의미가 없어지죠. 생각의 세계, 분별해 놓은 모든 색(色)의 세계는 결국 마음 안에서의 일입니다.

그런데 볼만한 색상(色相)이 없다면서, 색상을 보는 게 있다고(有見色相者) 했습니다. 이것은 마음의 분열에 물든 업환이 생성시킨 것일 뿐(唯是隨染業幻所作), 지혜의 마음이 아닙니다(非是智色不空之性). 여기서 말하는 지(智)는 본질적인 것을 보는 마음을 말합니다. 어리석음에 대비된 상대적인 지혜가 아닌 절대적인 지혜라고 보면 됩니다. 불공(不空)은 각(覺)의 성질 중의 하나로 이전에 각(覺)의 공성(空性)과 불공성(不空性)에 대해 강의했었죠. 지색불공성(智色不空之性)은 한마디로 말하면 지혜의 마음입니다. 컵이라는 색상(色相)이 있다고 보는 마음은 업(業)이 만들어 낸 환상 때문에 생겨난 것일 뿐, 지혜로운 마음의 성질은 아니라는 내용입니다. 지혜의 마음은 컵이 아닌 진흙 자체를 봅니다. 컵이라는 것은 어떤 기능과 역할을 위해 잠시 변한 모습일 뿐, 진흙 자체가 변한 것은 아닙니다. 지상(智相)으로 보면 볼 만한 것이 없다(以智相無可見故)는 말은 지혜로우면, 거기 컵이라는 건 없다는 뜻입니다. (다음 호에 계속됩니다)

3월 9일 4차 청년 백일학교가 시작됩니다

惺智 성지



본질탐구와 함께 '현상을 다루고 자기한계를 극복하는 지혜와 힘'을 목표로 본질탐구와 현상다루기가 진행됩니다. 현상 다루기는 그동안 서울에서 진행되었던 '너머스쿨'의 과정이 기존의 백일학교와 연결되어 진행됩니다.

깨어있기에서 감지 발견을 통해 마음의 구조를 파악하여 일상에서 관성적으로 묶여있던 느낌과 감정을 벗어나 더 정교한 차원의 질서로 엮어지는 과정으로의 연결과 힘들고 어려운 느낌을 회피하지 않고 그것을 '겪어내어' 두려움 없이 지금 여기의 삶을 더 적극적으로 피워낼 수 있도록 100일 학교에서 끊임없는 일깨움과 힌트를 주는 안내자와의 생활을 통해 스스로 해내기 힘든 깨어있는 삶에 대한 자극을 지속적으로 받게 됩니다. 이를 통해 몸, 마음에 그것이 배어나면 이제 일상에서도 관성에 휘둘리지 않는 힘이 함께하게 됩니다.

백일학교 입학 예정자를 위한 깨어있기 기초과정이 3월 5일부터 진행됩니다. 본격적인 백일학교 과정은 3월 9일부터 100일간 진행되며, 백일과정 이후에는 백일학교 엑스포에서 졸업발표와 그간의 과정을 나누게 됩니다.

백일학교의 지원 대상은 나에 대한 근본적인 질문을 품은 20대, 열정을 갖고 진정한 삶의 변화를 꿈꾸는 20대입니다. 자세한 신청 및 문의는 아래 홈페이지와 사무실을 통해 하실 수 있습니다.

(바로가기: http://www.herenow.co.kr/bbs/zboard.php?id=lecture&page=1&sn1=&divpage=1&sn=off&ss=on&sc=on&sf=off&sub=off&select_arrange=reg_date&desc=desc&no=162)

백일학교 소개 바로가기: <http://beherenow.kr/소개-2>

백일학교 프로그램 바로가기: <http://beherenow.kr/프로그램>

연락처- 미내사 사무실: 02-747-2261~2

백일의 일기 - 시명

백일학교 학생들이 매일의 주제를 통해 살아가며 느끼는 경험과 통찰의 기록을 나눕니다.

(100일학교 주제일기 게시판 : <http://www.herenow.co.kr/bbs/zboard.php?id=100dayschool>)

항상 이유 없는 정성이란 주제를 갖고 하지만 하다 보면 결국에 이유가 들어가게 되는 것 같다. 그렇지만 온 정성을 쏟다 보면 아무 생각과 느낌에 신경 쓰지 않고 그 일에 집중하게 되어서 좋다. 오전에 오디관에서 연못까지 나와 있는 전선을 땅에 묻고 오후엔 장작을 날랐다. 전선을 묻는 동안 어떻게 효율적으로 묻을지 어떻게 해야 잘 묻을 수 있는지만 생각하며 작업을 하였다.



잡생각이 들 때마다 집중과 몰입이란 단어를 마음속으로 외치며 진행하였다. 하나에 온전히 몰두하여 작업하자 재미와 즐거움마저 느껴진다. 점심을 먹고 이번엔 장작을 나르는 작업을 하며 오전과 달리 약간의 지침을 느낀다. 중간중간 쉬며 내 몸을 느껴본다. 내 몸을 느끼는 동안 느낀다는 자체가 에너지가 발산되는 것 같다.

몸이 점차 힘들어지자 잡생각이 많아지고 마음 저편에 짜증이 있는 것이 느껴진다. 그 짜증이 있다는 걸 느끼는 것 자체도 재미가 올라온다. 작업을 마치고 조금 쉬다 1시간 알람을

맞춰놓고 장식용 미니 향아리를 이유 없이 그냥 쳐다본다. 그저 집중해서 쳐다본다. 점점 집중해 생각 없이 이것을 느끼자 뭔가 아까처럼 이것을 느끼기 위해 몸에서 발산되는 에너지가 느껴진다. 처음에는 모양, 생김새, 색깔, 표면의 느낌만 느껴지다, 점차 디테일한 것들이 보인다. 빛살의 파인 깊이, 색깔의 농도 그림의 입체감 등등. 많은 것들이 느껴지고 보여진다. 알람 시간에 쫓기는 내가 보인다. 그 쫓김이 느껴지자 바로 그 동일시에서 벗어나 진다. 손에 쥐고 있던 컵을 내려놓는 것처럼 느낌이 정확히 인식이 되면 컵처럼 내려놓아 진다.

다시 돌을 보며 감지를 연습했다. 돌에 경계를 그리고 집중한다. 생각을 빼고 주의가 오로지 돌에만 가니 돌이 나 같고 내가 돌 같다. 돌밖에 보이지 않는다. 돌을 보는 것이 아니라 나를 보는 것 같다. 나 인 것이 없다. 오후 내 산책을 하며 감지 연습을 했다. 경계가 확실해 졌다. 마치 영화 매트릭스처럼 모든 대상들에 경계가 지어진다. 바람처럼 실체가 없는 것에는 몸에 닿는 느낌으로 경계가 그려진다. 바깥 대상으로 경계 그리기가 확실해지니 내 안의 느낌에 경계를 그리기도 수월해 진다. 결국 바깥을 경계 그린다는 것이 나를 경계 그린다는 것 같다. 내가 아닌 것이 없고 나인 것이 없다. 모든 것은 내가 구분 지어 놓은 것일 뿐. 오히려 경계를 지으면 내 안에선 경계가 없어지고 경계를 짓지 않으면 나와 대상이라는 경계가 생긴다. 어느새 하루가 지나갔다. 많은 것을 한 것 같지만, 전혀 피곤하지가 않다. 이유 없는 정성. 순간순간에 집중해 살았기 때문인 것 같다. 지금 여기, 신기하고 감사하다.

마치며

백일학교와 너머스쿨을 준비하며 어릴 적 씨앗을 처음 땅에 심어 싹이 터 오르기를 기다리는 순간이 문득 떠오릅니다. 어느 순간 어떤 일이 벌어질지 전혀 예측하지 못한 채 당면한 미지에 대한 기대와 설렘처럼. 백일학교라는 땅에 사람마다 다른 마음의 씨앗이 어떤 멋진 형태로 열매 맺을지 즐거운 마음으로 기대하며, 다음 소식으로 그 울림을 전해드리겠습니다. 감사합니다. (다음 호에 계속됩니다)