



홀로스 연구소

의식 확장과 힐링, 그리고 신에너지의 연구 및 발전을 통한 물질과 의식의 통합

발행: 월인 • 편집: 허유, 우현, 쎬이, 선호, 도빈, 연우, 성지

주소: 서울시 관악구 썩고개로68 (청룡동) 해남빌딩 4층

Tel: 02-747-2261 • Fax: 02-747-3642 • E-mail: cpo@herenow.co.kr

오인회 소식

2016. 7월(제58호)



권두언 卷頭言

내가 있다고 느껴지는 것은

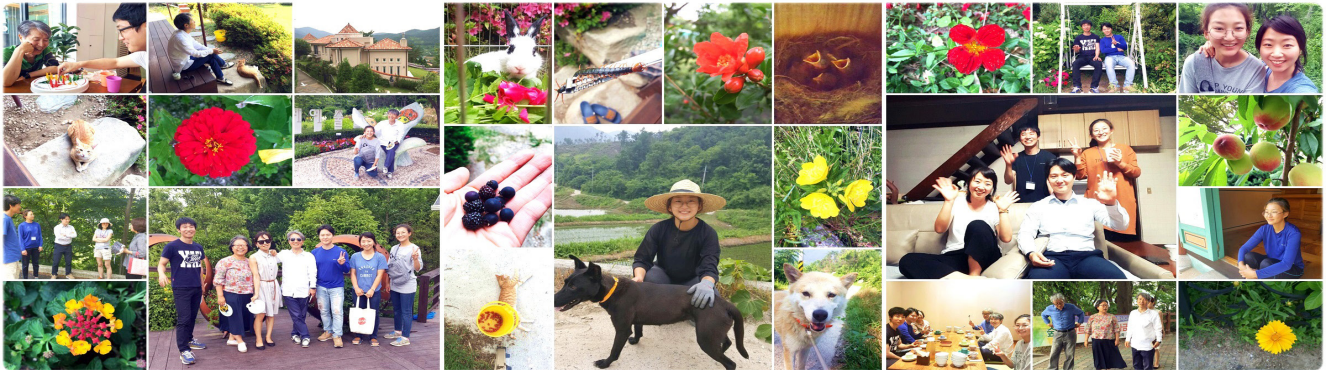
내가 있다고 느껴지는 것은,
실제로 내가 있어서
생각을 일으키고
알아차리는 것이 아니라,

알아차려지는 내용 속에
"내가 있다", "내가 했다"라는 내용이
이미, 늘 포함되어 있기 때문이다.

-宇絢-

8월 1일(월) 제 5차 청년백일학교 가 시작됩니다

사랑의진실백일학교



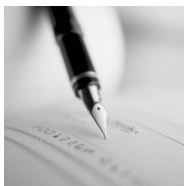
뜻있는 오인회 회원 분들의 후원과 격려로 2014년 11월 처음 시작된 미내사의 청년 백일학교가 어느덧 다섯번째 기수를 맞이하게 되었습니다. 청년백일학교의 취지에 공감해주시고 물심양면으로 격려해주시는 오인회 회원 여러분들에게 늘 감사드리오며, 지금과 변함없는 성원과 관심을 부탁드립니다.

영양학에서는 잘 알려진 사실이 하나 있습니다. 약 100일간 지속된 습관은 이제 몸이 그것을 새로운 기준을 삼게 된다는 것입니다. 예를 들어, 한 끼에 밥을 두 공기 먹던 사람이 한 공기로 줄여 그것을 100일간 계속하게 되면, 처음에는 두 공기를 기준 삼던 몸이 '배고픈' 느낌을 통해 두 공기를 요구하는 '느낌'을 보냅니다. 그래서 우리는 배고프다는 느낌을 강하게 받습니다. 그럼에도 불구하고 계속 한 공기를 먹으며 100일이 지나면 이제 몸은 한 공기를 '자신의 기준'으로 삼아버립니다. 그래서 이후부터는 두 공기를 먹으면 도리어 '배부르다'는 느낌을 만들어냅니다. 왜냐하면 한 끼에 한 공기가 그의 내적인 '기준'이 되었기 때문입니다. 그렇게 몸에 하나의 습관이 자리 잡는데 최소 100일이 걸리는 것입니다. 우리 의식에 적용되는 100일의 질서를 살펴보면 예로부터 내려오는 널리 알려진 질서가 있습니다. 마음을 모아 치성을 드릴 때 바로 '100일 기도'를 정성으로 하는 것입니다. 왜 100일 기도를 드릴까요? 100일간 '마음으로 지극정성'을 드리면 100일이 지난 후 이제 마음속에는 '정성을 드릴 때의 마음자세'가 하나의 관성으로 자리 잡습니다. 그의 마음속에는 모든 일을 할 때 '정성'이라는 준비자세가 자동화 되게 됩니다. 따라서 100일 기도는 그의 의식을 '정성(精誠)'상태로 '변형시키는' 최소의 시간이 되는 것입니다. 그래서 100일 학교에서는 3개월여의 기간 동안 자연에 맡길기를 통해 우리의 생명을 주관하는 뇌간에 접속하게 합니다. 뇌간은 전 생명계와 하나로 어울려 살아가게 하는 우리 내부의 '전체 탐지기'입니다. 그리고 자기변형계임을 통해 몸과 마음에 각인되어 나의 삶을 짓누르거나 장애에 걸려 넘어지게 하는 과거경험의 감정적 흔적들을 직면하고 넘어서게 하며, 동시에 일상에서 심층의 통찰지혜에 접근할 수 있게 합니다. 또한 깨어있기를 통해 의식의 본질에 다가서서 의식적 삶의 핵심에 눈뜨게 될 것입니다. - 청년 백일학교 소개글 중에서

청년백일학교 후원에 감사드립니다 (현재 후원액 5850만원, 사용액 4750만원 잔액 1100만원) 초현 1300만원, 천강 1300만원, 구당 1000만원, 지원 300만원, 우현 300만원, 고을 300만원, 기보 300만원, 화동 120만원, 허유 120만원, 무연 120만원, 나무 120만원, 바람 120만원 솔내음 80만원, 문수홍 60만원, 광주나무 60만원, 아름드리 60만원, 토인 60만원, 썸이 60만원, 디테60만원, 도빈 10만원) 후원문의 02 747 2261

오인회 회원이신 필로 이경희 원장님의 신간 『자기 미움』이 출간되었습니다.

오인회 회원이시며 햇빛섬 상담센터(<http://www.isis.or.kr/>)를 운영하고 계신 필로 이경희 원장님의 신간 『자기 미움』이 출간되었습니다. 필로님의 신간 『자기 미움』은 누구나 가볍게 때로는 무겁게 겪는 자기 미움이라는 심리의 정체와 본질을 파헤치는 책입니다. 심리분석가이자 치유전문가로 오랫동안 활동해오신 필로님이 그동안의 경험을 토대로 자신에 대한 사랑이 어떻게 미움으로 바뀌는지, 그리고 바깥으로 투사되어 세상을 향한 혐오를 낳는지를 담담하고도 단단한 어조로 통찰을 하고 있으며, 그럼으로써 자기 미움의 정체를 선명히 알아채고, 무의미한 미움의 굴레에서 자유로워질 수 있도록 돕고 있습니다. 오인회 회원분들의 많은 관심과 응원 부탁드립니다. 책 구입은 전국의 대형서점과 (교보문고, 반디앤루니스, 영풍문고) 온라인 판매 사이트 (인터파크, 알라딘, 예스24) 등지에서 구입이 가능합니다.



존재로서 이미 충만하다 자형 인터뷰(5)

자형님은 어렸을 때부터 성장에 관심이 많았고 한 번 사는 인생, 다 걸고 해볼만한 최고의 가치는 무엇인가를 질문하다 20대에 들어서부터 본격적으로 마음공부를 시작했습니다. 그렇게 질문하며 찾은 답이었던 영혼의 성장과 완성을 위해 관련 단체에서 7년간 활동하다 작년에 정리하고 나와 새로운 시작을 준비하며 대학원 공부를 하던 중 미내사 뉴스레터에 백일학교 모집글을 보고 백일학교에 입학하게 되었습니다. 현재는 백일학교 졸업 후 미내사 함양수련원에서 관성학교 과정을 보내고 있습니다. 백일학교 생활을 통한 통찰과 이후 삶의 변화에 대해서 들어보았습니다.

(지난호에 이어서)

편 : 가족 이외에 다른 사람하고 이야기 해 본 적 있나요?

자 : 네, 가족이 제일 가까우니까 이야기를 드렸는데요. 다른 사람이라고 한다면 저는 그 전에 공부했던 곳에서 깊게 교류했던 도반들이 있어요. 그 도반들도 오랫동안 마음공부를 한 분들이라 깊이가 있지만 영적 성장이라는 것을 추구한다는 것, 무언인가가 실제 한다고 믿고 있다는 것 자체가 백일학교의 공부와 베이스 자체가 다르다는 느낌을 받았어요. 그래서 느껴졌던 거리감도 있었어요. 그래서 처음에는 그런 부분이 불편하기도 했는데 시간이 좀 지나니 그런 부분도 문제가 되지 않더라고요. 저 사람 입장에서는 그것이 실제하는 것이고 그 공부를 하고 있고, 주어진 상황을 충분히 경험하고 있는 것이라 느껴졌고요. 그냥 어느 순간부터 그것에 대한 판단을 하지 않게 됐어요.

그러면서 변화들은 무엇이냐면, 도반들을 만날 때 어떤 주제에 대해서 미리 생각하거나 걱정하지 않아요. 그냥 만나서 그 순간 그 흐름에 집중해요. 그러다보면 이야기들이 저절로 흘러가기도 하고 소통하는 범위가 넓어졌어요. 어느 때에는 그냥 통한다는 느낌도 받고요.

또 제 자신이나 제가 한 공부에 대해서 이야기 하려고 하지도 않아요. 하지만 상대가 궁금해하면 경계 없이 이야기를 나누고요. 그러니까 대상에 대해 제가 갖고 있었던 기준들이나 분별로부터 자유로워진 게 큰 것 같아요.

편 : 그러면 예전에 같이 공부했던 사람들이 자형님을 보

고 어떻게들 이야기해요?

자 : 사실 제가 별로 이야기하지 않았어요. 제가 공부한 것에 대해서 다 이야기를 한 사람은 한 두 사람 정도. 다른 사람들에게는 새로운 공부를 하고 있다 정도로 이야기했어요. 처음엔 실험 삼아 그래도 좀 교류가 있었던 도반에게 이야기를 해봤는데 자기가 받아들일 수 있는 기준의 범위 안에서만 인식하고 받아들이더라고요. 그것이 느껴지니까 그 다음부터는 설명을 하기보단 상대가 정말 알고 싶어 하고 열려있는 상태일 때 제가 경험한 것들을 나누는 정도로 이야기해요.

또 가벼운 예를 들어 설명을 해주면 관심을 갖고 이해를 하고 알고 싶어하는 분도 있어요. 그런 사람들에게는 조금 더 설명을 해주기도 하고 깨어있기 과정을 안내를 하기도 하고요. 나중에 제가 말로 설명할 수 있는 영역이 넓어지면 그 사람의 상황에 맞게 설명과 안내를 해줄 수도 있겠죠. 지금은 한두 명 정도 깊게 교류를 하고 있고 나눌 수 있는 영역이 점점 더 열리고 있는 것 같아요.

편 : 이 공부에 있어 부족한 점이나 해결되지 않은 문제가 있으신지요?

자 : 백일학교 졸업 이후에도 종종 내가 좀 더 살펴봐야 하는 건 아닌가 하는 생각이 들었던 적도 있어요. 그런데 그런 느낌들도 계속 살펴보니 외부적인 대상들과 만나서 일어나는 반응이더라고요. 그런 것이 분명해지니까 지금은 '어떤 것이 부족해, 뭘가를 더 알아야겠어' 이런 흐름이 있진 않아요.

다만 오늘 허유님과 대화를 하면서 느낀 것은 제 설명이 많이 미흡하다는 것을 느껴요. 질문의 의도는 알겠는데

그것에 맞게 적절한 답이 나가지 못하는 부분들이 느껴지거든요. 앞으로 사람들에게, 가까운 가족이나 지인에게라도, 설명을 하고 안내를 해야 하는 상황이 생길 수도 있을 것 같고, 그런 측면에서 책을 읽고 경험을 통해서 표현이 풍부해져야겠다고 다듬어져야겠다는 생각이 들어요. 그 외에는 현재 삶을 충실하게 살면서 흘러가고 있는 것 같아요.

편 : 그럼 다듬고 섬세하게 하는 어떤 방법이라고 할까, 그런 것들은 어떻게 하고 계신 건가요?

자 : 지금은 딱 정해진 방법이나 그런 건 없는데, 얼마 전 월인 선생님과 통화하면서 이야기 한 내용은, 전달을 위해 다른 타입의 사람들을 위해 책을 읽고 경험을 더 쌓고 그런 부분들이 필요한 것 같아요. 일단 다양한 데이터들이 있어야 하겠더라고요. 그 데이터들 내에서 저의 반응이 일어나니까요. 그래서 데이터를 확장하는 것. 또 그것을 말이나 글로서 정리하는 것. 주변 지인들에게 설명과 안내를 해보는 것. 또 앞으로 기회가 되면 다양한 활동을 통해서 그런 부족한 부분들은 차차 개선이 되지 않을까 생각해요.

편 : 그동안 백일학교, 깨어있기, 오인회 참여를 계기로 자형님의 삶의 변화가 생긴 것으로 보이는데 어떤 변화가 생겼고 앞으로 삶의 변화나 계획을 세운 것이 있다면 말씀해 주세요.

자 : 가장 큰 변화는 뭔가를 찾는 발걸음이 멈췄다는 거예요. 그러니까 작년에 일을 그만둔 이후에 제 내면의 가장 큰 생각의 흐름 중 하나는 ‘그래 뭘 하든지 성장이고 경험인데, 그럼 뭐든지 한번 해보자’ 라는 것이었어요. 그런데 어떤 일을 하든지 영성과 관련한 공부 는 병행해야 한다는 방향성이 있었어요. 그런데 그런 모든 것들이 현상이라는 것을 살펴본 후로는 그런 방향성과 에너지가 사라졌어요.

사라졌지만 현상적이고 관성적인 흐름들은 남아 있는 부분, 살면서 다듬어 나가야 하는 부분이라고 보여지는데. 그런 것들을 다듬고 살펴보고 다른 사람들과 함께 교류하고 나눌 수 있는 그런 삶이 펼쳐지지 않을까, 그런 교류의 장이 열리지 않을까 해요.

그리고 제가 이곳에서 여러 사람의 안내를 받고 또 귀한 시간과 공간을 제공받아서 발견한 부분들이 있기 때문에 제가 할 수 있고 상황이 된다면 그런 교류의 장을 함께 만들어어나가는 것이 제가 할 수 있는 일 중에 하나가 아닐까 생각하고 있습니다.

편 : 그러면 현재 구체적으로 맡은 역할이라고 하는 것은 없으신 건가요?

자 : 네, 뭐 여기서 밥하고 청소하고 빨래하고 있고요. (웃음) 그리고 제가 여기 오기 전에 홍보팀에서 일을 몇 년 했거든요. 그래서 홈페이지 관리도 조금 하고 있고 행사 있을 때 행사 진행하고 (웃음) 그런저런 일들을 하면서 공부하고 지내고 있습니다.

편 : 좋습니다. 그러면 함께 공부하는 다른 분들에게 도움이 될 말씀 좀 해주세요. 어떻게 하면 공부가 잘될 수 있단든지.

자 : 누군가 이런 이야기를 하더라고요. 진리라고 하는 것은 오래 전부터 있었고 그 자체는 예나 지금이나 변함이 없다. 다만 그것을 경험하는 우리들의 상태의 변화가 있을 뿐이다 라고요. 얼마 전에 들은 말인데 참 와 닿았어요. 음, 제가 지금까지 마음 공부하면서 느끼는 것은 진실하고 바른 마음으로 탐구하는 걸음만큼 통찰에 대한 깊이가 깊어진다는 거예요. 진리는 원래 그 자리에 있고 변하지 않지만 그것을 경험하는 ‘나’라는 현상은 계속 변하는 거죠. 탐구가 깊어질수록 그것에 대한 느낌이 깊어짐을 체험하고 있어요. 물론 그 경험이 얼마나 깊고 대단하게 느껴지더라도 그 경험이 진리 자체는 아니에요. 그 그림자일 뿐이죠. 하지만 탐구가 세밀해지고 깊어질수록 그 깊이가 깊어진다는 것. 처음엔 잘 모르겠고 안 되는 것 같겠지만 꾸준히 가다 보면 어느 순간 이것이었구나, 바로 이것을 그런 식으로 설명한 것이었구나. 이런 것들이 조금씩 와 닿으실 거예요. 그러니 처음엔 막막하고 잘 모르겠는 느낌이 들더라도 깨어있기에서 안내하는 연습을 꾸준히 하시는 것이 그 어떤 말보다 도움이 되실 거라 생각합니다.

편 : 끝으로 오늘 하신 인터뷰 소감을 한마디 해주세요. 어떠셨는지

자 : 개인적으로 허유님과 대화를 이렇게 길게 해 본적이 처음이라 어색할 줄 알았는데 그렇지 않네요 (웃음) 인터뷰를 잘 이끌어 주셔서 편안하게 이야기 할 수 있었어요. 오늘 이렇게 이야기를 나누면서 스스로 정리 된 부분들이 있어서 좋았어요. 그리고 다시금 느끼지는 것들이 감사함인 것 같아요. 제가 어떻게 백일학교란 곳을 알게 돼서 이곳에서 정말 열심히 탐구했고 그런 과정 속에서 귀한 인연들을 만났고, 그리고 지금 이런 대화를 할 수 있다는 것 자체가 신기하고 재밌고 놀랍고 감사하죠. 함께 공유하고 나눌 수 있는 공간과 사람들을 만났다는 게 굉장히 감사해요.

갑자기 기억이 나는 게 작년에 일을 그만두고 속으로 하늘한테 이런 이야기를 했어요. 나 이렇게 다 걸고 열심히 공부했는데 이게 다냐. 하늘에서 인재를 이렇게 버려둬도 되는 거냐 하구요 (웃음) 그런데 이곳에서 공부를 하면서 제 삶에 흐름, 인연에 대한 것들을 느낄 수 있었어요. 그래서 참 감사하죠. 월인 선생님, 성지님, 도건님, 시명님 모든 분들에게 감사하다는 말씀을 드리고 싶습니다.

편 : 네, 고맙습니다. 혹시 뭐 빠뜨린 이야기라든지 덧붙이고 싶은 이야기 있으시면 마지막으로 자유롭게 이야기 해주시죠.

자 : 없습니다. (웃음) 오늘 참 많은 대화를 나눈 것 같네요. 이야기를 나눌 수 있게 돼서 감사하고요. 더 덧붙일 말은 없습니다.

편 : 네 시간이 정말 빨리 지나간 것 같은데 어쨌든 오랜 시간 동안 성의 있게 열심히 답변해주신 것 같아서 고맙게 생각하고요. 오늘 수고 많으셨습니다. 오늘 인터뷰는 이것으로 마치죠. 수고하셨습니다. (끝)

대승기신론(41) - 2013년 3월 5일 강의

월인

정리해보겠습니다. 의식이라는 측면의 근경식(根境識)을 의근(意根), 의경(意境), 의식(意識)이라고 하는데, 의근은 그동안 쌓인 것으로 배경과 기준이 되는 것이고 (무명업상), 의경은 의근이 잡아내는 느낌이며 (감지), 의식은 의근과 의경이 접하여서 나타나는 ‘이게 어땠다’는 앎입니다.

여기서 중요한 것은 의(意)라는 것도 하나의 감각기관이라는 것입니다. 느낌을 잡아내기에 감각기관이라고 하는 거예요. 우리는 마음속의 감지를 잡는 연습을 해왔습니다. 마음속에 어떤 느낌이 일어나면 감지가 있다고 말하죠? 형광등을 보면서 이름과 형태를 빼고 남는 어떤 느낌, 그 느낌이 잡혔다고 말합니다. 지금껏 그 느낌을 누가 잡았다고 생각했어요? 마음이 잡았다고 생각했죠. 그런데 잘 보세요. 정말 마음이 잡은 거예요? 그것은 의근이라는 배경에 대비적으로 나타난 현상일 뿐입니다. 만약에 배경이 없다면 그 느낌은 나타나지 않습니다.



파란색 배경에서는 파란색 원이 보이지 않습니다. 흰색 배경에서는 파란색 원이 잘 보이겠죠. 이렇게 뭔가 의식한다는 것은 그것과 구분되는 배경이 있다는 것입니다. 모든 존재하는 것은 상호의존적입니다. 파란색 원이 존재하려면 파란색이 아닌 배경을 전제해야 합니다. 사실, 존재한다는 것은 배경으로부터 분리되었다는 뜻입니다. 이 예에서는 흰 배경이 의근으로 기준이 되고, 파란 원이 의경이고, ‘아! 이게 파란 동그라미야’하는 것이 의식입니다.

통찰과 깨달음은 내 안에 쌓여 배경이 되는 의근(意根)까지도 마음이 알아채는 것입니다. 깨달음은 마음이 무엇을 잡아내어 아는 것과 다른 거예요. ‘안다’는 것은 자기가 배경으로 있으면서 전경을 파악하는 거라면, 알아챈이나 깨달음은 배경으로 있으면서 배경과 전경이 동시에 생겨났다 사라진다는 것을 파악하는 것입니다. 자기가 배경으로 있으면서 그 배경마저도 알아차리는 것이 깨닫는 것이예요. 다시 말해 의근으로 있으면서 의근 자체를 파악하는 거지요. 이것이 ‘나’ 자체가 현상임을 파악하는 것입니다. 지금의 ‘나’라는 느낌 자체가 배경과 전경이 다르므로 생겨난 하나의 느낌임을 파악하면 이 ‘나’를 고집할 수 없습니다. 내가 느껴진다는 것 자체가 만들어진 현상임을 알면 고집할 수 없어요.

이상의 내용을 기반으로 해서 의식에 대해 얘기합니다. 감각기관인 의(意)에 의해서 만들어진 앎이 의식(意識)입니다. 한자에는 이렇게 논리적인 구조가 있고, 철학이 있습니다. 하지만 영어는 이런 게 없어요. Consciousness뿐입니다.

復次, 言意識者, 則此相續識, 依諸凡夫取著轉深, 計我我所, 種種妄執隨事攀緣,
부차, 언의식자, 즉차상속식, 의제범부취저전심, 계아아소, 종종망집수사반연,
分別六塵名爲意識, 亦名分離識.

분별육진명위의식, 역명분리식.

다음, 의식이라고 말한 것은 곧 상속식이 모든 범부의 집착함이 점점 깊어짐에 의하여 아(我)와 아소(我所)를 계탁하여 여러 가지 망집(妄執)으로 일에 따라 반연하여 육진(육경)을 분별하기 때문에 의식이라 하고, 또 분리식이라 한다.

서로가 서로를 끊임없이 연결하는 것이 상속식(相續識)입니다. 불각(不覺)이 일어나 볼 수 있고, 나타나며, 경계를 취하고, 망념을 일으켜 서로 이어지는 것을 의(意)라고 하였고 (不覺而起, 能見, 能現, 能取境界, 起念相續, 故說爲意), 의(意)의 다섯 가지 이름에서 상속식이 나왔죠? 업식(業識), 전식(轉識), 현식(現識), 지식(智識), 상속식(相續識)이 의(意)의 다섯 가지 이름입니다. 이것이 곧 기준이 되는 의근(意根)이라고 할 수 있습니다.

무명(無明)의 힘으로 불각심(不覺心)이 움직이는 것이 업식(業識)입니다. 전식(轉識)은 움직이는 마음(動心)에 의존해서 상(相)을 볼 수 있는 것입니다. 능견상(能見相)이 생긴 것이죠. 동심(動心)이라는 것은 마음이 움직인다는 것인데, 움직이려면 움직일 주체와 움직일 수 있는 공간과 움직여갈 대상이 있어야 합니다. 곧 나와 대상으로 나뉜 마음이라는 뜻입니다. 현식(現識)은 일체의 경계를 나타냄이 마치 맑은 거울이 물체의 형상을 나타내는 것과 같다고 했습니다. 나타난다는 것은 전체로부터 분리됐다는 뜻입니다. 파란 원이 흰색 배경으로부터 분리되듯이 말이죠. 네 번째 지식(智識)은 염법(染法)과 정법(淨法)으로 나누는 것을 말합니다. 옳고 그름, 진리와 진리 아닌 것을 나누기 시작합니다. 지식(智識)은 지혜로운 얹인데, 지혜는 기본적으로 분리를 기반으로 합니다. 지혜 이전에 지혜를 사용해야지, 지혜로 나누는 부분 속에서 지혜를 사용한다는 것은 결국 분리를 조장하는 것입니다. 세상 속에 살면서 염법(染法)과 정법(淨法)을 나누는 것은 중요합니다. 사회에서 옳고 그름을 가리는 것은 중요해요. 그러나 “나는 조화와 질서의 편에서 있어.”라는 것을 절대적으로 믿어버리면 자기는 전체가 아닌 분리된 일부일 뿐입니다. 전체를 보고 염법과 정법을 넘어서서 정법을 사용해야 하는데, 염법과 정법을 나눠놓고 정법에만 속해 있으면 분리된 반쪽으로 존재하는 것입니다. 상식적으로는 염법과 정법을 구별하면 지혜로운 거죠. 깨끗함과 더러움을 구분할 줄 알아야지, 그것을 구별하지 못한다면 바보입니다. 그런데 구분 자체가 지혜로움이고 그 지혜는 나누어진 분리를 기반으로 하기에, 누군가가 ‘나는 깨끗한 사람이야’라고 여긴다면 그 사람은 전체를 보지 못하고 스스로 일부분임을 인정하는 것이나 똑같습니다. 깨끗함은 더러움이 있기 때문에 있습니다. 더러움이 없으면 깨끗함도 없어요. 그 더러움도 자신에 의해서 나온 것이고 그 더러움마저 전체의 한 측면이라는 것을 파악해야 하는데, ‘나는 더러움이 싫어.’하고 있다면 자기는 부분으로 남겠다는 소리입니다. 이렇게 염법과 정법이 분별되면 옳고 그름, 싫고 좋음, 이것과 저것이 생겨나면서 망념이 상응하여 끊이지 않게 되는데 이것을 상속식(相續識)이라고 합니다. 이 다섯 가지는 의(意)의 이름이며, 곧 의근(意根)이 되고, 마지막 상속식이 드디어 의식(意識)으로 이어집니다.

계아아소(計我我所)는 나와 나 아닌 것을 계산하고 헤아려 분별하는 것입니다. 무언가를 ‘나’라고 하면 그 주변에 ‘나 아닌 것’이 생겨나고, ‘나 아닌 것’은 나의 소유가 되므로 아소유(我所有)라고 말하는데 줄여서 아소(我所)라고도 합니다. 이렇게 분별하여 나누면 좋고 싫음이 생겨 집착할 수밖에 없습니다. 계산하고 분별하기 시작하면 그때부터 여러 가지 망령된 집착으로 일에 따라서 반연(攀緣)하여 육진(六塵)을 분별한다고 했습니다. 반연(攀緣)은 의존한다는 뜻입니다. 덩굴이 스스로 위로 올라갈 수 없기에 나무를 타고 올라가듯이 그렇게 의존하는 것이 반연(攀緣)입니다. 일(事)이라는 대상을 기준 삼아서 망집의 덩굴이 올라가는데, 이 일들은 분별 때문에 생기는 것이고, 분별은 기본적으로 쌓여있는 무명업(無明業)에 의한 분열 때문에 생겼습니다. 이렇게 모든 것이 무명업(無明業)으로부터 시작됩니다. 십이연기(十二緣起)가 거기서 시작되는 거죠. 세상 만물의 펼쳐짐은 모두 이것은 저것으로 인해 생기고, 저것은 이것으로 인해 생겨나는데, 추적하고 추적해 들어가면 무명업(無明業)으로 귀착됩니다.

그럼 그렇게 쌓여있는 업(業)은 내가 만들었나요? 아닙니다. 그냥 홀로 오는 것일 뿐, 우리는 아무 잘못이 없습니다. 망령된 어리석은 집착은 좋고 나쁨의 분별 때문에 생겨나고, 분별은 분열로 인해 생겨나고, 그 분열은 쌓여있는 업 때

문인데, 그 업은 왜 생겼는지 모릅니다. 어떤 이유도 없어요. 굳이 이유를 대자면 온 우주가 다 이유가 되지요. 깊이 들어가보면 나무 한그루 자라는데 온 우주가 관여하지 않은 부분이 없어요. 이렇게 전우주가 이유가 되거나 또는 어떤 하나의 이유 없는 바람에 의해서 쌓이기 때문에 무명업(無明業)이라고 합니다. 무명(無明)의 다른 말은 밝지 않음입니다. 어리석음에 의해서, 모름에 의해서, 혹은 아무 이유 없이 우주 삼라만상의 다양한 현상이 생겨났다가 사라집니다.

무명업으로부터 시작된 망집(妄執)은 일에 따라 반연하여 번뇌를 일으킵니다. 육진(六塵)은 육경(六境)입니다. 색성향미촉법(色聲香味觸法)은 여섯 가지의 경계인데, 이것을 다른 말로 육진이라고 합니다. 육진을 분별하기 때문에 의식(意識)이라고 하는데, 이 의식은 안이비설신의(眼耳鼻舌身意)의 식(識)을 분별합니다. 다른 말로는 분리식(分離識), 곧 분리하는 앎입니다. 모든 앎은 분리와 분별에서 일어나는 앎이기에 그렇습니다.

又復說名分別事識，此識依見愛煩惱增長義故。

우부설명분별사식, 차식의견애번뇌증장의고.

다시 분별사식이라 이름하니, 이 식(識)이 견애번뇌의 증장되는 뜻에 의하기 때문이다.

분별사식(分別事識)은 일을 분별하는 앎이라는 말입니다. 견애번뇌(見愛煩惱)는 견혹(見惑)과 사혹(思惑)을 말합니다. 견혹(見惑)은 신견(身見), 변견(邊見), 사견(邪見), 견취견(見取見), 계금취견(戒禁取見), 탐(貪), 진(瞋), 치(痴), 만(慢), 의(疑)의 10종이 있는데, 보는 것(능견상)을 통해서 미혹되어 미로 속에 빠지는 것을 말합니다. 사혹(思惑)은 생각을 통해서 미혹되는 것으로 수혹(修惑)이라고도 합니다. 이는 낱낱의 사물의 진상을 알지 못하므로 일어나는 번뇌를 말하는데 그 중에서도 특히 탐애하는 것을 말합니다. 애착과 같은 것이죠. 이 사혹(思惑)은 정(情)과 의(意)에 관한 것이어서 끊기 쉽지 않습니다. 우리가 “정이 쌓였네.”라고 말하는 그 정(情)이에요. 정(情)이 모든 정서를 일으키고, 그 정서가 증폭되어서 감정을 일으킵니다. 정(情) 자체는 감정하고 떨어져 있어 감정적인 극성이 약한데, 이 쌓인 정(情)이 발현되어 끌리고 밀치는 게 증폭되면 감정으로 발전합니다. 정(情)이라는 말을 쌓여있다는 의미로 불교에서도 쓰고 있습니다. 우리는 ‘정이 쌓였네.’라고 표현하죠. 좋고 싫은 것이 없어도 오래 같이 있으면 정이 쌓입니다. 딱히 좋은 것도 아니었는데 그 사람이 사라지면 허전한 마음이 드는 것은 정 때문입니다. 늘 같이 있으면서 자기도 모르게 공명하고 또는 미묘하게 끌리고 밀치면서 어떤 패턴이 자리 잡게 됩니다. 좋든 싫든 간에 어떤 패턴이 자리 잡았는데 그 사람이 떠나버리면 그 패턴이 재구성되어야 하잖아요. 그러면서 생기는 변화 때문에 허전한 마음이 생겨나게 됩니다. 미운 정, 고운 정이 그런 뜻이죠. 아무리 미운 사람이라도 떠나면 허전한 거예요. 그래서 밍다고 너무 미워하면 안 됩니다.

이런 정과 번뇌들을 끊기란 쉽지 않습니다. 우리는 평소에는 이름과 생각으로 사람을 보기에 고정된 느낌이 듭니다. 그런데 감지가 예민해지면 사람을 볼 때, 어제 본 느낌과 오늘 보는 느낌이 다릅니다. 사람의 느낌이 바뀝니다. 이렇게 느낌으로 보기 시작하면, 정(情)을 끊을 수 있는 토대가 마련됩니다. 그런 느낌은 무의식적인 심층의 자동적인 느낌인데 이것을 느낄 줄 알면 정(情)을 끊기 쉬워요. 그것이 안 되니까 끊기 쉽지 않고, 오랜 시간에 걸쳐서 알고 끊게 되는 거죠. 이제부터 일상에서 감지를 발견하며 사람들을 느낌으로 잘 살펴보세요. “저 사람은 이런 사람이야.”하고 정해놓고 보면 똑같지만, 그것을 빼고 보면 매번 느낌이 달라집니다. 일상을 감지로 살아가면 재미있습니다.

의(意)와 의식(意識)은 생멸문(生滅門)에 속합니다. 생멸문은 마음에 생겨났다가 사라지고, 진여문(眞如門)은 늘 변함 없습니다. 소승은 진여(眞如)를 추구하므로 끊임없이 자기를 탐구하고 깨달음에 온 에너지를 투입하는 반면, 대승은 생멸(生滅)과 진여(眞如)가 다르지 않다고 얘기합니다. 중생과 부처가 다르지 않고, 번뇌와 보리가 다르지 않다고 말하죠. 번뇌를 느끼는 것은 그것이 보리를 기반으로 하므로 느껴집니다. 보리를 높게 여길 필요도 없어요. 번뇌가 있어

야 보리가 있으니까요. 번뇌가 없다면 어디에 무슨 보리가 있겠습니까? 번뇌나 보리가 다 마음의 현상이라는 것이죠.

그렇기 때문에 어렵습니다. 본질과 본질 아닌 것이 정해져 있다면 알아차리는 것이 어렵지 않습니다. 고요한 물이 진리이고 파도치는 격랑이 번뇌라고 구별된다면 쉽습니다. 고요해지려고 애쓰고 노력하면 됩니다. 상(相)은 오염되어 있고 본질은 깨끗하여 이 본질만 파악하면 된다고 정해져 있다면 어렵지 않아요. 하지만 대승은 “본질은 깨끗하기도 하고 오염되어 있기도 하다, 오염되어 있지만 오염되어 있지 않다.” 이런 식으로 분명하게 나누지 않습니다. 그것이 번뇌 즉 보리라는 거죠. 파도 자체가 물이라는 것입니다. 깨달음이라고 이름 붙은 현상의 어려운 점은, 명확하게 분리하고 나눠서 알 수 있는 것이 아니라는 것입니다. 분열 속에는 결코 깨달음이 없습니다. 진아(眞我)와 진아 아닌 것, 깨달음과 깨달음이 아닌 것을 나눴다는 것 자체가 이미 분열 속에 있는 것입니다.

의(意)와 의식(意識)에 대해서 구분하여 설명한 데 이어서 근본적인 식(識)이 어떻게 깨침과 연결되는가에 대한 내용을 살펴보겠습니다.

依無明熏習所起識者. 非凡夫能知. 亦非二乘智慧所覺.

의무명훈습소기식자. 비범부능지. 역비이승지혜소각.

무명의 훈습에 의해 일어난 식(識)이란 범부가 알 수 있는 것이 아니며, 이승(二乘)의 지혜로 깨달을 것도 아니다.

무명(無明)의 훈습에 의해서 일어나는 식(識)이란 근본적인 식(識)을 말하는 것으로 불교에서는 이를 아라야식이라고 합니다. 한자로는 아뢰야식(阿賴耶識)이라고 하고, 산스크리트어 원문은 아라야(Alaya)식입니다. 저장식(貯藏識)이라고도 불리는 이 아라야식은 중요한 의미를 지닙니다.

식(識)을 분류할 때 보통은 8식(識)으로 나눕니다. 안(眼)·이(耳)·비(鼻)·설(舌)·신(身)의 다섯 가지 감각기관이 만들어내는 식(識)이 5식(識)이고, 이 감각기관의 경험에 의해 누적된 내적인 감지를 대상으로 삼아 일어나는 의식(意識)이 6식(識)입니다. 그다음 마나스식(Manas識)이 7식(識)인데, 마나스식은 '나'라는 것의 뿌리가 되며, 끌림과 밀침의 기본적인 씨앗이 됩니다. 의식(意識)인 6식(識)까지는 일어나는 상황에 대한 느낌이나 앎이라면, 이제 마나스식에서는 '나'가 생겨나 좋고 싫은 앎이 시작되며 끌림과 밀침이 일어납니다. 마나스식 이전에 밀침과 끌림 없이 무조건적으로 저장만 하는 아라야식이 8식(識)인데, 이 아라야식은 의식적으로는 잘 감지되지 않습니다. 의식적으로 감지되는 것은 7식(識)까지입니다.

아라야식은 무의식이나 깊은 심층이라고 이해하면 됩니다. 심층의식에는 우리가 의식하지 못하는 많은 것들이 저장되어 있습니다. 이 순간 눈을 통해서 초당 2백만 비트(bit)의 정보들이 들어오고 있는데 그 중에 의식이 처리할 수 있는 것, 다시 말해 7식(識) 이하가 처리할 수 있는 것은 초당 13~20비트(bit) 정도밖에 안 된다고 합니다. 그러면 나머지 1,999,980비트의 정보들은 어디로 가는가? 이렇게 무차별적으로 들어온 정보들이 끌림과 밀침에 상관없이 모두 저장되는 곳이 아라야식입니다. 이 아라야식은 지금 이 순간에 저장되기도 하지만, 조상으로부터 유전적으로 내려 받은 것, 그리고 40억 년의 인류역사가 진행되어 오면서 후손들에게 전달되어 온 모든 것들이 포함되어 있다고 볼 수 있습니다. 그래서 불교에서는 아라야식을 '윤회의 씨앗'이라고 했습니다. 윤회의 진정한 의미는, 개인적인 '나'가 윤회함을 뜻하는 게 아니라 경험의 흔적들이 전달됨을 말하는 것입니다.

아라야식을 여래장(如來藏)이라고도 합니다. 7식인 마나스식까지는 좋고 싫음, 끌림과 밀치는 것, 탐진치(貪瞋癡)가 있습니다. 왜냐하면 중심 역할을 하는 중심축인 '나'가 있기 때문입니다. 이 기준에 부딪히는 소리들이 일어나고 좋고 싫음과 밀침과 끌림이 생겨나는데, 여래장(如來藏)인 아라야식에는 '나'라고 하는 중심축이 없습니다. 많은 경험의 흔적들이 무작위로 저장되어 있지만 탐진치(貪瞋癡)가 생겨나지 않습니다. 왜냐하면 탐진치란주객(主客)이 나뉘어 있을 때 생겨나기 때문에 그렇습니다. '나'와 '대상'이 나뉘었을 때 그 '나'를 중심으로 해서 좋고 싫은 일이 일어나고,

끌리고 밀치는 게 생기고, 무언가를 탐(貪)하고, 분노(瞋)하는 일이 생기고 어리석음(癡)이 생겨납니다. '나'란 경험을 사용하기 위한 일종의 임시적인 중심일 뿐인데, 그것이 실제로 존재하는 고정적인 것이라고 여기는 데서 모든 문제가 시작됩니다. 수많은 경험들을 때(時)에 따라서 잘 사용하면 그만인데, 여기에 착각에 의한 고정적인 중심축이 만들어지면서 그때부터 탐진치(貪瞋癡)와 희로애락(喜怒哀樂)이 생기기 시작합니다.

<관성을 넘어가기™>에서도 말했듯이 모든 감정은 기본적으로 어떤 기준 때문에 생겨납니다. 무아(無我)란 주인삼은 항구불변의 중심축이 없다는 의미이지, 경험을 잘 갈무리해서 사용하도록 하는 텅 빈 중심역할의 그 '나'라는 느낌이 없다는 말은 아닙니다. 그것이 없으면 일상을 살아가는데 완전히 백지와 같을 뿐입니다.



무명의 혼수에 의해서 일어난 아라야식은 의식적이지는 않지만 언뜻 언뜻 느낌으로 오기는 합니다. 통찰력 게임을 할 때, 어떤 질문이 들어오면 순간적으로 아무 이유 없이 떠오르는 느낌이나 생각, 단어, 이미지들에 주의를 기울이라고 합니다. 왜냐하면 그것들은 무의식으로부터 올라오는 신호이기 때문에 그렇습니다. 그것들은 의식적이지 않고, 그것이 떠오른 이유도 모릅니다. 어떤 질문을 듣고 아무 이유도 없이 동해바다가 떠올라요. 왜 동해 바다를 떠올렸는지 물어보면 잘 모릅니다. 의식적이라는 것은 항상 논리적인 줄거리가 있다는 것인데, 심층의 무의식에서 올라오는 단순적인 느낌들에는 어떤 이유나 논리가 없습니다. 그런데 그것을 실마리로 잡고 깊숙이 들어가 보면 그제서야 의식화되기 시작합니다. 우리는 이러한 의식적이지 않은 느낌들로부터 아라야식의 기본을 접해 볼 수 있습니다. 그래서 이 아라야식은 범부가 알 수 있는 것이 아니라고 했습니다.

보통사람들은 생각과 감정 위주로 살아가기 때문에 그 밑바탕에 있는 감지와, 감각으로 내려가기 직전의 미묘한 느낌들을 의식할 수 없습니다. 자신에게 올라오는 순간순간의 느낌들을 면밀하게 잡지 못한다면 이 미묘한 느낌들은 결코 의식적이 되지 못합니다. 그런데 여기서 우리가 살펴볼 점이 있습니다. 의식과 무의식을 나누는 어떤 선(線)이 있다고 하고, 그 선 위는 의식이고 아래는 무의식이라고 합니다. 선 위는 6식(識)까지입니다. 안(眼)·이(耳)·비(鼻)·설(舌)·신(身)·의(意)가 만들어내는 식(識)이죠. 선 바로 밑은 전의식(前意識)인데, 이것은 조금만 신경 쓰면 의식될 수 있는 부분으로 7식인 마나스식이라고 할 수 있습니다. 이 전의식(前意識)이 바로 '나'라는 것을 상정하여 '나'가 있다고 믿게 하고, '나'에 집착하게 만듭니다. 이것은 평상시에는 의식화되지 않는데 동일시 되었기에 그렇습니다. 자기가 동일시되어 있는 부분은 잘 의식되지 않습니다. 이 마나스식보다 더 깊은 층이 8식(識)인 아라야식인데 초당 수백만 비트의 정보들이 무작위로 저장됩니다. 또한 어떤 중심축이 존재하지 않으므로 탐진치(貪瞋癡)에 끌려다니지 않아요. 목표와 주제의식이 분명하면 바로 이 무한한 무의식의 정보들을 사용할 수 있게 됩니다. 강한 주제의식이 심층의 경계를 뚫고 내려갈 수 있도록 해주기 때문입니다. 이렇게 주제와 목적의식, 또는 분명한 의도와 절실함을 가지고 있으면 아라야식의 무한한 정보를 사용할 수 있어요. 그러나 어떤 주제가 없는 사람은 사용할 수 없고, 절실함이 없는 사람은 접근할 수 없습니다.

무명의 혼수에 의한 아라야식은 또한 이승(二乘)의 지혜로 깨달을 수 있는 것도 아니라고 했습니다(亦非二乘智慧所覺). 이승(二乘)의 지혜가 뭘까요? 이승(二乘)은 성문승(聲聞乘)과 연각승(緣覺乘)을 말합니다. 부처님의 말씀을 듣고 깨달음을 향해 가는 수행자를 성문승이라고 하고, 십이연기(十二緣起)에 대한 흐름, 즉 의식과 만상(萬象)의 흐름을 연기의 측면에서 깨달은 사람을 연각승이라고 합니다. 그런데 이 사람은 자기만 깨달고 말아요. 다른 사람에 대한 이타행(利他行)이 없습니다. 어렵고 힘들게 살아오다가 의식의 본질을 파악하고 자유로워졌는데 혼자서 고독을 즐기고 은둔하는 사람이 연각자입니다. 모든 것은 홀로 존재할 수 없으며, 십이연기에 의해 서로에게 기대는 의타성에 기반해서 존재함을 파악하고 깨달았습니다. 자기 자신이라는 존재가 의타적인 현상에 불과함을 파악했는데, 그 깨달음을 다른 사람을 일깨우는 데 쓰지 않는 사람을 연각승이라고 합니다. 대승기신론의 대승(大乘)은 모든 사람을 다 싣고 갈 수 있는 커다란 수레를 뜻한다고 했습니다. 그에 비하면 연각승은 자기만 싣고 가는 수레입니다. 성문승도 마찬가지로 지입니다. 성인의 말씀을 듣고 깨달음을 향해서 가지만 자신의 깨달음을 위해서 가는 사람이죠. 그래서 성문과 연각

은 소승(小乘)이라고 합니다. 그런데 아라야식은 이러한 소승의 지혜로써 알 수 있는 것이 아니라고 했습니다. 왜냐하면 집합 무의식을 의미하는 아라야식에는 개인성이라는 것이 없기에 그렇습니다.

모두가 연결된 하나의 메커니즘으로 우주 전체가 불이(不二)의 세계인데, 어디에 따로 떨어진 개인이 있겠습니까? 아라야식은 불이(不二)의 세상에서 올라온 저장식이므로 개인적인 깨달음을 추구하는 소승 정도의 깨침을 가지고서는 알 수가 없습니다. 깨침이라는 것도 어떤 영역이 있어서 개별체가 있다고 믿고 개별체로서 존재하면 한정된 깨침이 일어납니다. 그런 사람은 전우주가 하나의 흐름으로 돌아가는 불이(不二) 세계의 식(識)에 대해서는 알 수가 없습니다. 그래서 보살행(菩薩行)이 있는 것입니다. 보살의 서원 세 가지 중에 '나는 세상의 모든 중생이 극락의 문에 들어간 이후에 맨 마지막에 들어가겠다.'는 내용이 있습니다. 보살이 홀롭게서 그런 게 아니고 이치를 깨달았기에 그렇게 말할 수밖에 없습니다. 분리된 객체라는 것은 존재할 수 없음을 알기에 중생이 한 사람이라도 남아있다면 그것이 바로 나의 일부이기 때문에 그렇게 말하는 것입니다. 나 혼자 깨닫는다 해서 내 문제가 모두 끝나는 것이 아님을 파악하고 있는 거죠. 내 문제를 해결하고 집으로 돌아갔는데 부모님이 힘들어하고 있으면 무관심하게 그냥 있을 수가 없어요. 주변 사람들이 힘들어하면 결국 자신에게도 그것이 돌아옵니다. 왜냐하면 같은 파도 위에 존재하기에 같이 흔들릴 수밖에 없는 거죠. 물론 그 흔들림이 저들보다 덜하고 내 안에서 소요사태가 일어나지는 않지만, 별도의 안팎이 없고 서로 영향을 주고받는 같은 물이기 때문에 저쪽이 흔들리면 이쪽도 흔들립니다. 깨친 후에 산속으로 들어가서 조용히 혼자 있는 것은 존재하지 않는 것과 마찬가지로요. 그래서 이 무명의 혼수에 의해서 일어난 식이라는 것은 이승(二乘)의 지혜로 깨달을 바가 아니라고 말한 것입니다.

謂依菩薩從初正信發心觀察，若證法身，得少分知，乃至菩薩究竟地，不能盡知，唯佛窮了。
 위의보살종초정신발심관찰. 약증법신, 득소분지. 내지보살구경지, 불능진지. 유불공료.

이는 보살이 처음의 정신에서 발심하고 관찰함으로써 법신(法身)을 증득(證得)하면 조금 알게 되며, 보살구경지에 이르러도 다 알 수 없고 부처만이 궁극적으로 알 수 있다.

마음을 내고 관찰함으로써 법신을 증득(證得)하게 됩니다. 법의 몸은 진리를 뜻합니다. 진리를 알게 되는 것이 아니라 진리를 증득(證得)한다고 표현했습니다. 증거 삼아서 얻는 것일 뿐, 법신을 직접적으로 득(得)하는 게 아닙니다. 직접적으로 얻을 수가 없습니다. 그러려면 얻는 나와 얻어진 대상이 있다는 소리고 이것은 분열을 의미하는데, 분열 속에서 어떻게 진리를 얻을 수 있겠습니까? 그래서 증거 삼아서 얻는 겁니다. 그런데 결국 증거 삼아 얻었다는 것, 그때 무언가를 얻은 나 자체도 하나의 환상일 뿐이죠. 이것이 증득(證得)의 의미입니다. 증득은 기본적으로 분리 속에서 일어나는 일입니다. 분열된 '나'가 자신의 메커니즘을 파악한 것인데 그 메커니즘 속에는 자기 자신도 포함되어 있습니다. 그래서 자기가 파악하는 동시에 그 파악 속에는 자신도 포함되기에 파악되는 자기도 사라져 갑니다. 이렇게 자기가 사라졌는데 깨달은 누가 있을 수 있겠습니까? 깨달은 사람이 있을 수 없죠. 그럼 깨달은 사람이 없는데 깨달음이란 건 있을 수 있나요? 그러니까 여러분들의 마음속에서 '내가 뭔가 이뤘어.', '내가 뭔가 알았어.', '내가 뭔가 느꼈어.'하는 마음이 조금이라도 있다면 아직 상상 속에 있는 것이라고 누차 말하는 것입니다.

법신을 증득해도 조금 아는 것 밖에 안 된다고 했습니다. 법신(法身), 보신(報身), 화신(化身)은 부처님의 세 가지 특징입니다. 법신은 진리의 몸을 말하고, 보신은 그 진리의 몸을 담는 과정의 수많은 과보들을 나중에 사용하는 것을 뜻합니다. 진리 자체는 현상에서는 드러날 수 없으므로 인간의 몸으로 드러나서 보이는데 이것이 화신입니다. 진리 자체인 법신을 증득하면 이제야 조금 알게 된 것이고, 보살의 궁극적인 경지에 이르렀다고 하더라도 다 알 수가 없다고 했습니다. 아라야식은 다 알 수 없을 만큼 거대합니다. 대지가 맑은 물과 더러운 똥과 녹슨 쇠와 식물과 동물을 비롯한 모든 생명을 무차별적으로 받아들여듯 아라야식은 어떤 기준 없이 모든 것을 받아들이는 저장식이며, 여래의 씨앗이 저장된 여래장(如來藏)입니다. 이 8식(識)인 아라야식은 보살구경지(菩薩究竟地)에 이르러서도 알 수 없고 오직 부처만이 궁극적으로 알 수 있습니다. (다음호에 계속됩니다)