

오인회 소식

2016. 1월(제52호)



권두언 卷頭言

아는 사람

아는 사람을 한명씩 한명씩 떠올려 보십시오.
좋아하는 사람도 있고 싫어하는 사람도 있을 것입니다.

그런데 좋아한다 싫어한다는 결정은 누가 내린 것일까요?
내가 내린 결정일까요?
아니면 떠올라 알게 된 결정일까요?

좋아하고 싫어하는 어떤 이유가 있을 것입니다.
좋아하고 싫어하는 이유는
내가 선택한 이유일까요?
아니면 떠올라 알게 된 이유일까요?

그리고 아는 사람들을 떠올리는 순서는 누가 결정한 것일까요?
내가 한 결정일까요?
아니면 떠올라 알게 된 결정일까요? ^^

-宇絢-

3월 말부터 주역강의가 진행될 예정입니다. 주역은 '번뇌즉보리' 총서에 포함될 예정입니다. - 越因

주역을 볼 때 처음엔 괘이름을 보고 다음엔 괘의 상을 보고, 다음에 괘사를 보게 됩니다. 그러나 그 모두를 찬찬히 살펴봐도 그것이 무엇을 의미하는지 도통 알 수 없습니다. 그나마 현대언어에 가장 가까운 괘사(卦辭: 하나의 괘에 붙은 설명글)를 보아도 그 당시에 대한 역사적 상식이 없다면 조금도 와닿지 않을 것입니다. 큰 의미가 없거나, 미신적이거나 말도 안되는 내용이거나, 그나마 비유를 쓰면 조금 이해되는 정도일 뿐입니다. 그러나 우주가 움직이는 기본 메커니즘이 보인다면 이제 괘상을 볼 때 그 흐름이 보이기 시작합니다. 괘사(卦辭)보다는 차라리 괘상(卦象)이 더 잘 보입니다. 거기엔 에너지의 흐름과 그 흐름의 메커니즘이 담겨있기 때문입니다.

주역 괘의 구조와 괘상은 인류의 놀라운 보고입니다. 세월이 아무리 많이 흘러도 사라지지 않을 기록입니다. 왜냐하면, 여기에는, 한 시대나 특정 인물에 대한 것이 아니라 우주적 현상을 분별해내고, 그 분별들 사이의 관계를 '의식'할 수 있는 의식적 존재라면, 누구나 고개를 끄덕일 수 있는 원초적 진리가 담겨있기 때문입니다. 물론 이것은 본질 자체라기보다는 현상계의 질서와 혼돈의 이유, 흘러가는 흐름과 그들 간의 관계 등에 대한 것이긴 하지만 말이지요.

그러므로 인간이 태어나 두 가지 해보고 갈 만한 것이 있다면 그것은 바로 의식의 본질을 탐구하는 것과, 현상계의 질서를 꿰뚫어보고 그것을 사용해 보는 것이라 하겠습니다. 그런데 주역이 보여주는 것이 바로 현상계의 메커니즘입니다. 우주만상을 격물치지(格物致知) 한 후에 그것을 기호로 나타내보라 한다면 바로 주역의 괘상이 될 것입니다. 그리하여 우리는 본질과 현상을 함께 볼 수 있게 되지요.

주역은 이렇게 말합니다. '미래는 예측되는 것이기도 하고 만들어가는 것이기도 하다'라고. 그것은 무슨 의미일까요? 그전에 먼저 주역의 태극과 깊은 관련이 있는 용수의 중관사상에 대해 말해보겠습니다. 공(空)이 왜 중도로 불리는지 설명하며 용수는 이렇게 말합니다.

"각각의 법이 고정된 성품(定性)을 지니고 있다면, 곧 원인과 결과 등의 모든 일이 없어질 것이다. 때문에 나는 다음과 같은 계승으로 설명한다(諸法有定性 則無因果等諸事 如偈說).

여러 인(因)과 연(緣)에 의해 생겨나는 것이 법(法: 존재)이다(衆因緣生法).

나는 이것을 공하다(無)고 말한다(我說則是無).

그리고 또한 가명(假名)이라고도 말하며(亦爲是假名),

중도(中道)의 이치라고도 말한다(亦是中道義).

단 하나의 법도 인과 연을 따라 생겨나지 않은 것이 없다(未曾有一法 不從因緣生).

그러므로 일체의 모든 법이 공하지 않은 것이 없다(是故一切法 無不是空者).

여러 인(因)과 연(緣)에 의해 생겨나는 것인 법(法: 존재)을 공(空)하다고 나는 말한다. 왜 이렇게 말하는가? 여러 인과 연이 다 갖추어져서 화합하면 비로소 사물이 생겨난다. 따라서 사물은 인과 연에 귀속되는 것이므로 사물 자체에는 고정된 성품(自性·자성)이 없기 때문이다. 고정된 성품(自性·자성)이 없으므로 공(空)하다. 그런데 이 공함도 또한 다시 공한데, (이렇게 공함도 다시 공하다고 말할 수 있는 이유는, 사물이 공하다고 말한 것은) 단지 중생을 인도하기 위해서 가명(假名)으로 (공하다고) 말한 것이기 때문이다. (사물이 공하다고 말하는 방편과 공함도 공하다고 말하는 방편에 의해) '있음(有)'과 '없음(無)'의 양 극단(二邊)을 벗어나기에 중도(中道)라 이름한다."

(衆因緣生法。我說則是空。何以故。衆緣具足和合而物生。是物屬衆因緣故無自性。無自性故空。空亦復空。但爲引導衆生故。以假名說。離有無二邊 故名中道)(위키백과-중관과 참조)

자성(自性: 자신의 독립된 본성)이 없기에 공이라 하였습니다. 즉 '의자는 나무로 만들었다'에서 만일 의자가 자성이 있는 것이라면 나무라는 원인이 있어서는 안된다는 말입니다. 그러나 의자가 과연 나무 없이도, 또는 철이나 플라스틱 없이도 존재할 수 있을까요? 즉, 의자는 다른 '무엇'으로 만들어진, 자성없는 존재라는 것입니다. 결코 어떤 것과는 상관없이 스스로 존재할 수 있는 독립된 것이 아닙니다. 이와 똑같이 '존재하는 모든 것'은 자성이 없으므로 공이라고 하는 것입니다. 그런데 공이라고 하면 여러분의 마음에는 또 다시 '공(空)'이라고 하는 어떤 '특성' 즉 텅 빈 무엇과 같은 것이 떠오를 것입니다. 그렇게 마음에 떠오르는 바로 그 '특성'이나 '느낌'이, 공(空)이라는 것을 무언가 독자적으로 '있는 것'으로 여기게 합니다. 그래서 이번에는 다시 '공(空)'을 주장하기 시작하지요. 그것이 마음에 '잡히기 때문에' 주장하는 것입니다. 그런데 용수는 그 마음속의 공(空)이라는 것마저 공(空)하다고 말합니다. 그리고 이 공은 있음과 없음이라는 양극단을 벗어나기에 중도라 한다고 했습니다. 이렇게 중도란 그 어느 한편에도 서지 않는 것입니다.

주역으로 말하자면, 음에도 양에도 서지 않으면 그것은 태극입니다. 세계가 '존재'하는 것은 여러분의 의식이 음과 양 어느 한쪽에 서있기 때문입니다. 중도로 들어가면 현상세계는 사라집니다. 왜냐하면 나와 세계가 불균형 속에 있어 어느 한쪽에서 다른 편으로 '움직임'이 있다가, 균형 속으로 들어가면 움직임이 사라지기 때문입니다. 우리는 그것을 주의중립이나 전체주의를 통해 경험했습니다. 그 자리가 바로 의식현상의 태극입니다. 의식이 그러하듯이, 사물에 있어서도 움직임이 사라지면 존재는 없습니다. 존재란 '살아있음'이며, 살아있음은 불균형에서 균형으로 가기 위한 '움직임'이기 때문입니다. 보이지 않는 원자와 소립자의 차원을 포함해서 말이지요. 그런데 움직임은 나누어진 것들 간의 관계에 의해, 관계는 분별을 통해 생겨납니다. 지금 우리는 두 가지를 말하고 있습니다. 감각적 움직임과 의식적 움직임에 대해 말입니다. 감각(感覺: 깨어있기 용어)적 움직임은 한데 어울려 둘도 아닌 하나의 세계로 얽혀 돌아갑니다. 그 세계는 어떤 얽히 없기에 과거도 미래도 현재도 없습니다. 반면 의식적 움직임은 분별을 통해 의식적 '얽'을 일으킵니다. 즉 '무언가'를 움직임으로 '보는' 자에 의해서만 움직임으로 보이는 것입니다.

그러므로 '보는' 감각기가 개발되고 그것을 분별하면 드디어 보이는 세계가 '나타납니다'. 바로 여기에 미래가 '만들어질' 수 있는 가능성이 있습니다. '세계'란 '보는 자'와의 깊은 관계 속에 있기 때문입니다. 우리는 보는 자를 변화시킬 수 있습니다. 그리고 보는 자가 변화되면 보이는 세계도 변화됩니다.

주역은 바로 이렇게 정해진 '감각적 현상계' 흐름의 미래를 의식적으로 예측하기도 하지만 '보는 자'의 미래가 만들어질 수 있음도 알려줍니다. 즉 기존의 사회 메커니즘을 알면 그 흐름이 흘러가는 방향을 예측할 수 있으며, 동시에 그 흘러가는 방향 대신 더 커다란 세력으로 새로운 흐름을 만들면, 사회는 새 물꼬가 트여진 방향으로 끌려와 흘러갈 수도 있다는 것입니다. 그것은 우리가 음양을 넘어 태극 상태에 있거나 음양의 죽음을 각오할 때 가능하게 됩니다.

그런데 흥미롭게도 음양을 넘어서 있는 태극은 음양에 의해 생겨납니다. 동시에 음과 양도 중도인 태극에 의해 생겨납니다. 여기에 비밀이 있습니다.

음과 양은 고정된 특성이 아닙니다. 서로가 서로를 지탱합니다. 마치 고기압과 저기압처럼 말이지요. 이 대기(大氣)에는 고정된 특정 크기를 가진 고기압도 저기압도 없습니다. 그저 어느 쪽 기압이 주변의 기압보다 높으면 고기압이요, 낮으면 저기압이라 '불리는 것'뿐입니다. 즉 똑같은 1000hPa(헥토파스칼:기압의 단위)이라 하더라도 주변이 900hPa이면 고기압이 되고, 주변이 1024hPa이면 저기압이 되는 것입니다. 주변의 흐름과 관계가 있는 것입니다. 그러므로 흐름간의 변화와 차이가 있어 고기압, 저기압이 있고, 음양이 있습니다. 음은 양 때문에 음이요, 양은 음 때문에 음인 것입니다. 관계입니다. 예를 들어 수뢰둔(水雷屯)괘의 수와 뇌수해(雷水解)괘의 수는 같은 수(水☵)지만 그 위치관계가 달라짐으로 해서 의미도 완전히 달라집니다. 수뢰둔의 수는 막 땅을 뚫고 올라오려는 새싹에게 장애가 되는 '험난함'을 의미하고, 뇌수해의 수는 우레 아래 구름이 시원하게 쏟아내는 단비로서 해갈시키는 수(水)입니다. 또한 그 차이도 늘 변합니다. 그 흐름마저도 '보는 자'에게만 보일 뿐인 흐름입니다. 즉 흐름이라는 것도 '보는 자'와의 '관계 속에서'의 흐름입니다. 그러므로 흐름을 만들어내는 것이 가능할 수 있는 것입니다. 그래서 "미래는 예측되는 것이기도 하고 만들어가는 것이기도 하다."는 것입니다. 이것은 좀 미묘합니다. 그것을 인연으로 말해볼까요?

세상 만물은 인연에 의해 생겨납니다. 그런데 과연 인과 연이란 진정 있는 것일까요? 인과 연이라는 것은 '의식현상'이 이해하도록 잠시 붙여진 가명(假名)일 뿐입니다. 그래서 가명을 떠나는 것, 그것이 중도이며 태극이라고 했습니다. 가명이란 무엇입니까? 임시적인 틀이라는 말입니다. 고기압이라는 것이 고정되어 변함없이 존재하는 것이 아니라 주변에 비해 기압이 높은 것에 임시적으로 붙은 것처럼, 더 나아가 '기압'이라는 것도 어떤 '관계 속에 있는 것'에 임시적으로 붙은 이름이며, 구름도 물도 산도 심지어 소립자도 모두 마찬가지로입니다.

이렇게 임시로 붙인 가명에 의해 존재하게 되는 그 '무엇'이 과연 진정 존재하는 것일까요? 존재라는 것 자체가 이미 이런 '임시적인 현상'인 것입니다. 그리고 그렇게 나타난 모든 모습인 현상은 '관계' 때문에 그런 모습을 띠므로 '현상은 관계'입니다.

만물이 인연의 관계에 의해 임시적으로 존재하는 한편, 심지어 '인'과 '연'이라는 것 자체도 관계에 의해 이름 붙여진 '고기압'이나 '저기압'과 같습니다. 인연이란 말은 자기언급적인 말입니다. 즉, 핸드폰이 여러 가지가 모여 형성된 임시적인 것에 붙여진 가명인 인연인 것처럼, '인연'이라는 이름도 어떤 상황과 관계에 임시적으로 붙여진 '이름'이라는 말입니다. 따라서 '인연'이라는 것조차도 있는 것이 아닙니다. 그러므로 거기 어떤 고정 불변의 '인'도 '연'도 없으므로, 인과 연에 의해 '생겨나는' 것도 변하지 않는 실제적인 것이 아닌 것입니다. 모두가 가명일 뿐입니다. 그것을 가명이라 하는 것은 그 이름에 해당하는 것의 변치 않는 본질이 따로 있지 않고 여러 가지의 임시적인 '관계'에 의해 생겨난 것이기 때문입니다. 따라서 그것들은 모두 '관계'가 없어지면 사라질 임시현상입니다.

그렇게 인연에 의해 '임시로 존재하는 현상'이 있으므로, 그 현상들을 '관계의 입장'에서 살펴본 것이 주역입니다. 즉, 음과 양이 바로 인과 연이며 '관계'라 하겠습니다. 음과 양은 매우 임시적입니다. A라는 사람이 회사에서는 팀의 일원으로서 팀장과 부서장에 대해 '음'입니다. 그러나 똑같은 그 A가 집에 돌아와 가정의 역할을 하게 되면 '양'이 됩니다. 음양이라는 것은 이렇게 관계 속에서 생겨나는 임시적 '이름'입니다. 그리고 그런 인연이 펼쳐내는 세계, 음양이 펼쳐내는 현상계를 우리는 주역의 64괘라는 인연패턴을 통해 살펴볼 것입니다.

불교가 인연의 의식의 측면에서 살펴봤다면 주역은 인연을 만물의 측면에서 살펴본 것이요, 그 변화를 그리스의 헤라클레이토스는 '만물은 흐르고 변한다'라고 하였습니다. 그리고 주역은 그 변화를 보여주는 '변화의 책'인 것입니다.

이러한 음양을, 존재하는 것처럼 '보이게' 하는 것이 바로 중도입니다. 즉 '미묘한 관계'인 것입니다. 중도란 미묘한 관계, 즉 줄타기입니다. 음과 양 사이의 줄타기가 음과 양을 존재하게 하는 것입니다....(3월의 주역 강의에서 계속 됩니다).

- 번뇌즉보리 총서 후원계좌 : 농협 351-0680-1315-13 이원규 / 문의 : 02-747-2261 (현이님)
 번뇌즉보리 총서 후원에 감사드립니다 (출판비용 : 450만원, 후원액 : 300만원)
 우현 10만원(11.24) 무연 10만원(11.24) 기보 100만원(11.25) 광주나무 10만원(11.25)
 우현 10만원(11.30) 씨이 10만원(11.30) 고을 10만원(12.2) 목어 10만원(12.3) 화동 10만원 (12.3)
 아무개 10만원(12.11) 드랜 10만원 (12.16) 허유 100만원(1.12)

"20차 나와의 소통(감정과 나로부터의 자유)"이 함양수련원에서 진행됩니다

지난 3년간 '나와의 소통' 강좌를 진행하면서 가장 크게 느낀점은 우리에게 set-up된 '생각이 일어나는 패턴'을 바꾸기가 참 어렵다는 사실이었습니다. 그래서 강좌에 참석하였을 때는 "아, 변화가 생기겠구나!"라고 느끼지만, 실생활에서는 그 변화가 크지 않았습니다. 그래서 앞으로는 '나와의 소통' 이틀 강좌를 3박4일 강좌로 전환하여 실생활에서 변화가 일어날 수 있는 방향으로 진행해 보고자 합니다. 이에 아래와 같이 20차 나와의 소통(감정과 나로부터의 자유)를 함양 수련원에서 진행하게 되었습니다. 관심 있으신 오인회회원분들의 많은 참석 바랍니다. (문의: 02-747-2261)

강좌명 : "20차 나와의 소통(감정과 나로부터의 자유) (진행 : 우현)", 목표 : '나 없음'을 철저히 파악
 기간 : 2016년 2월 27일(토) 오후 2시~ 3월 1일(화) 오후 3시 (3박 4일), 장소 : 미내사 함양수련원,
 비용 : 40만원 (숙식비 12만원 포함. <지금여기> 정기구독자 1만원 할인, 홀로스평생회원, 재수강자 50% 할인(26만원))

오인회소식지와 대승기신론, 그리고 진심직설 강의를 홀로스 연구소 동영상 홈페이지에 정기적으로 업데이트 되고 있습니다.

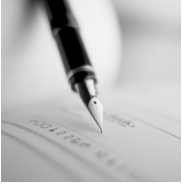
홀로스 연구소 동영상 사이트(<http://beherenow.kr/>)에는 매주 오인회소식지 지난호와 <대승기신론> 강의 PDF자료, 그리고 <진심직설> 동영상 강의를 꾸준히 업데이트 되고 있습니다. 바로가기는 다음줄에 있습니다.
 소식지 : <http://beherenow.kr/board/list/oinnews> 대승기신론 : <http://beherenow.kr/board/list/Faith>
 진심직설 : <http://beherenow.kr/vod/list/13>

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)

청년백일학교 후원에 감사드립니다 (현재 후원액 5795만원, 사용액 28,989,320원 잔액 28,960,680원)

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, 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.) 씨이 30만원, 도빈 10만원



'안다' 는 그 자체가 역설적으로 본질이 아니라는 증거이다 나무 인터뷰(3)

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 : 그 점이 크게 와 닿으신 거네요.

나 : 네.

편 : 그런 통찰이 오게 된 계기는 어떤 구체적인 상황에서였나요?

나 : 선생님께 몇 가지 개인적으로 궁금했던 것을 물어본 적이 있었는데, 그때 '분별되어져 있음'을 제가 믿고 있다는 것이 짝어졌어요. 그러면서 마음에서 일어난 움직임과의 동일시, 선생님이 강조하셨던 '구조'라는 것, 즉 나라는 것과 너라는 것이 주체대상으로 생겨나는 그 구조적인 측면을 말이죠. 결국 마음에서 구조가 형성되지 않으면 어떤 일도 일어나지 않는다는 점이 다시 한 번 환기됐어요. 그리고 집에 왔는데, 뭔가를 보다가 '참, 느낌이라는 건 느끼는 자와 느껴지는 대상이 생겨나야 하는 거잖아. 이 구조가 생겨나고 이 둘이 만났을 때 느낌이라는 게 생겨나는 거고. 그럼 지금 내가 만지는 이 느낌도 구조가 생성되어 있는 거고, 그래서 이렇게 촉각적으로 느껴지는 거고...'. 그럼 눈을 감았다가 떴을 때 보여지는 이 자체가, 구조가 생겨났고 눈에 보이는 시각적인 느낌이 만들어진 거구나.

눈을 감으니 아무것도 없는데, 이렇게 눈을 뜨니까 보여지는 이 자체가... 느낌이네, 시각적 느낌. 그래, 나라는 것이 있고 대상이라는 것이 있어 둘이 만나지면서 동시에 맛봐지고 냄새 맡아지고 생각되어지는 이 '느낌'이라는 것이 발생 되는 거지. 그럼 내가 지금 이걸 본다는 것은, 내 눈앞에 있는 이것이 보이는 '대상'이고, '나'라는 것이 지금 함께 생겨나 있다는 의미이지. 그래 이것이 느낌이잖아....' 그러면서 180도

달라지더라고요. 구조적으로 파악이 되고 연결이 되면서 '아, 보이는 것이, 들리는 것이 다 진짜가 아니네...' 라는 통찰이 왔어요.

편 : 오인회 참석하면서 백일학교 때 경험들의 의미가 다시 한 번 새겨지게 되면서, '그때 이런 체험을 했었는데 그 의미가 이런 것이었구나' 하고 새삼스럽게 확인하는 과정이었고, 그동안 배웠던 것들에 대해 좀 더 깊이 있고 심층적으로 폭도 넓히는 과정이셨네요?

나 : 네. 일주일에 한 번씩 참여했던 진심직설 강의 시간이, 소중한 시간이었더라고요.

편 : 그래서 내가 경험하는 모든 것이 마음의 느낌이라는 것이 확연하게 와 닿으신 거고, 내가 있고 대상이 있고 하는 것이 마음의 분별이라는 게 파악이 되신 건가요?

나 : 네.

편 : 내가 느끼는 공포감이라든지 또는 그런 어떤 감정들도 마음의 분별을 바탕으로 해서 생겨나는 거다?

나 : 네. 분별은 일어날 수밖에 없는 거잖아요. 우리가 의식을 가지고 생활을 하니깐. 그런데 '분별이 일어나 생겨난 그것을 진짜라 믿어왔기 때문에 그렇게 될 수밖에 없었구나.' 분별이 중요한 것이 아니고, 분별되어진 것을 '믿고 있었다'는 점을 알아차리는 것이 참 중요하더라고요.

편 : 그러니까 신념, 어떤 감지나 생각, 느낌에 대한 것도 믿음이 중요한 역할을 하더라는 것이 강하게

마음에 와 닿으신 거네요?

나 : 네. 그동안 알아차려져진 것들이 복합적으로 어우러져서 그런 거 같아요.

편 : 감각과 감지, 생각 이 세 개가 어떤 차이가 있는지 예를 들어 설명을 좀 해주세요.

나 : 일단 분별이란 용어를 사용한다면, 마침 앞에 컵이 하나 있네요. 제가 이것을 생각으로 보면 컵의 모양이 이렇고 안은 비어있고 손잡이가 있고... 등등, 이렇게 생각은 하나하나 다 나눕니다. 그리고 이 나뉜집이 진짜 있는 걸로 믿고요. 그런데 감지라는 느낌의 차원에서는 하나를 전체로 보고 느끼게 된다고 할까요? 그러니까 분별이 하나하나 이렇게 다 나뉘어져 있다기보다는 전체로서의 하나랄까?

편 : 분별의 강도가 좀 약하고 좀 더 통합적이라는 건가요?

나 : 네. 그런데 감각상태가 되면 '이것이 무엇이다'라는 분별 자체가 사라지죠. 나와 대상이라는, 그 '주체와 대상'이라는 그 '구조' 자체가 사라지니까요.

편 : 그러면 생각에서 감지로 또 감지에서 감각상태로 가는 연습은 어떻게 하셨나요?

나 : 연습하기보다 의식적으로 제가 이 모든 것들이 한꺼번에 파악됐던 때가 있어요. 화요모임 끝나고 버스를 탔는데, 늦은 시간이라 버스가 거의 텅 비어있었어요. 전 중간쯤에 앉았고 평소 습관처럼 버스 안 빈 공간에 주의가 가 있었지요. 그때 정류장에서 앞문을 통해 몇몇 사람이 올라왔는데, 올라오고 있다는 느낌이 없는 거예요. 감각 상태였던 거죠. 그러다가 투명함이 인식되고 다시 어느 순간 올라오고 있는 뭔가가 눈에 들어오면서 '나'란 느낌도 동시에 생겨나더라고요.

그 후 그 사람에 대해, 키는 어떻게 얼굴 생김새는 어떻게 옷은 뭘 입었고 이렇게 하나하나 분별이 다 들어갔습니다. 그것이 의식적으로 그 순간 확 알아차려 지면서 '아, 내가 평소에 이렇게 해서 뭔가를 의식하는 것이었구나' 하는 생각이 들었지요. 생각, 감지, 감각상태를 일부러 나누어 보는 연습이, 분별의 정도와 분별없음을 확인해보기 위해, 이름을 붙여보기도 하고 그걸 떼보기도 하는

거였구나 라는 것을 알게되었지요. 이 과정이 의식적으로 파악되고 나니까, 뭔가를 볼 때 경계를 뒤뉘다가 거기서 주의를 빼보고 하면서 그런 것들이 점차 구분되어졌어요. 이런 식으로 연습을 했었던 거 같아요.

편 : 감지단계에서 생각의 층으로 넘어가는 과정을 정확하게 말해본다면?

나 : 점차 그 구분되어지는 것들이 많아졌어요. 의식적으로 전체과정이 파악되자, 전체에서 무언가가 하나의 대상으로 파악될 때 그것을 보는 나도 생겨나는 것이 느껴졌고, 그러면서 전체로 보이던 것이 하나 하나로 점차 구체화되고 나뉘었습니다. 얼굴로, 팔로, 눈으로 그리고 점차 세분화되면서 속눈썹도 보이는 식으로 하나하나 구분지어 지더라고요. 그런 후 이 사람은 '이런 사람이야' 라고 판단하게 됩니다.

편 : 생각이죠?

나 : 네. 그것을 딱 규정을 지어버리는 거예요. 거기에 이 사람은 어떠한 사람이다 하는 것에 주의가 많이 쏠리니까 믿어지게 되고.

편 : 감각에서 감지단계로 생각단계로 이렇게 발전하고 이행해가는 과정에서 우리의 주의도 함께 쓰인다는 것도?

나 : 네. 주의라는 에너지가 쓰이지 않으면 무엇이 무엇이라는 것을 모르잖아요. 그래서 이 주의 에너지는 우리가 일상에서 쓰고 있는 전기 에너지와 같은 역할이구나 하는 것을 알았어요. 불을 켜면 보이는데 불을 끄면 안보이잖아요. 것처럼 대상에 주의가 가지 않으면 뭔가가 있는데도 그것이 있는지를 모르더라고요. 그래서 '안다'는 의식작용에서, 물론 저장된 정보 흔적들이 있어야 알아지는 것이지만, 거기서 주의에너지라고 하는 그 작용이 이루어지지 않으면 '의식한다'는 현상은 발생되지 않는 것이구나 라고 말이죠.

편 : 자신이 가지고 있는 신념이 파악 됐는지요? 그런 신념을 예를 들어 하나만 설명해주세요

나 : 신념이요? 가장 기초적인 것은 '내가 있다'는 거겠죠. '나라는 것이 실제로 존재하고 있다'.

편 : 그것이 왜 신념인가요?

나 : ‘나’라는 것을 찾아보면, ‘나라는 것이 느껴진다’는 자체가 이미 실재가 아니고 느낌이라는 증거더라고요. 그러나 전엔, ‘나라는 것이 느껴진다’는 이 자체가 ‘내가 존재하는 증거다’라고 여기고 있었어요. 이렇게 느껴지는 몸이 있고 나라는 느낌도 있으니까, 이 느낌과 동일시되어 그 느낌을 ‘나’로 알고 있었어요. ‘느껴지기 때문에 이것은 실재하는 나야. 존재 하는 거야’ 이렇게 믿어 왔었던 것입니다. 그런데 이제 ‘느낌’이라는 것이 좀 구별되니까, 예전엔 실재라고 믿었던 그 증거가, 반대로 실재가 아니라는 증거가 되더군요.

편 : 왜 그런 변화가 생겼나요?

나 : 그것은 어떤 과정이라기보다는 느낀다는 것이 뭔지 파악되니까 그렇게 된 것 같아요.

편 : 느낀다는 것이 어떤 의미인지 파악되니까 나라는 것이 뭔지 파악되었다는 것인가요?

나 : 네. 이 몸이 느껴진다는 것은 이미 진정한 내가 아니라는 것이지요. 왜냐하면 몸을 느낀다는 것은 내가 일단 느껴지는 그것과 떨어져 있다는 것이잖아요? 그러면 떨어져 있는 그것을 느끼고 있는 내가 있는 거지요. 그러므로 그것이 진정한 나는 아닌 거죠.

편 : 최소한 느껴지는 것은 ‘나’가 아니라는 것이다?

나 : 네, 그렇죠. 그러다보니 ‘어? 내가 느껴진다는 것은 그것이 느낌이라는 증거인데, 그동안 왜 나라는 느낌을 진짜라고 믿어왔던 거지?’라는 질문이 올라왔어요. 더듬어 살펴보니, 아, 태어나서 뭔가를 배울 때 ‘이것은 무엇이다’라고 우리에게 주입이 되고 그것을 믿게 되는 과정이 있다는 것을 알게되었어요. 결국 살펴보면 느낌이라는 것인데, 단지 이름 속 세상에 있었던 거죠. 그러곤 우리가 그것을 진짜로 계속 믿었고, 믿으면 그것이 실재가 아니라도 실재가 되어 버리잖아요. 그런 식으로 살펴봄이 되어지더라고요. 거슬러 올라가보면 어릴 때로 가는데, 뭔가가 있고 ‘무엇이다’라는 것을 알게 된 것은 태어나 자라는 과정에서 누군가 나에게 알려줬고, 그렇게 알게 된 것을 믿으면서 살아온 것이죠.

편 : 감지라든지 믿음 신념 이런 것들을 파악하는 것이 일상의 삶에서 어떤 의미가 있을까요?

나 : 가장 큰 것은 동일시라는 측면인 것 같아요. 동일시에서 벗어나는 것. 예를 들어 분노나 수치스러움은 그냥 마음에서 일어나는 하나의 ‘대상’인 거죠. 느껴진다는 것은 결국 떨어져 나와 그것이 대상이 되었을 때만 느낄 수가 있는 거니까요. 그것을 파악하지 못할 때는 이 ‘대상’이 ‘나’인양 착각을 해서 동일시되는 것이고, 동일시 났을 때는, 수치스럽거나 화가 날 때 이것을 유발했다고 생각되는 사람이나 상황을 탓한다거나 이런 식으로 가지를 치는데, 동일시로부터 벗어나기 시작하니까, 느껴지는 그 순간 그것을 1차 화살로 끝내버리게 되는, 그래서 뭔가를 탓하거나 나를 탓한다거나 하는 부정적인 것을 만들어내는 행동으로 이어지는 것이 줄어들더라고요. 그러면서 경험되어지는 것들도 달라지고, 행동이 달라져요.

편 : 감정이란 무엇이고 어떻게 생겨나는 건가요?

나 : 순수한 느낌이라는 것은 ‘좋다, 싫다’는 것이 없고, 그런 기준이 없으니까 밀치거나 끌어당기는 내적 움직임 없이 그냥 구별만 되는데, 감정이란 이름 붙은 것이 느껴질 때는, 단순히 구별되어진 그것에, 그동안 쌓인 나의 기준이 많이 개입되어 덧붙여져서, 좋아하는 것, 싫어하는 것에 대한 분별의 믿음이 강하게 느껴질 때 올라와요. 그래서 내가 좋아함 내가 싫어함 처럼, ‘나’적인 부분이 많이 개입됐을 때 감정적으로 느껴지더군요.

편 : 결국, ‘내가 대상을 인식하는 그 구조’와 본질적으로는 차이가 없는데, 다만 거기에 나를 보호한다든지 나를 좀 더 주장하고 싶다는 것이 덧붙여진 건가요?

나 : 네. 나라는 존재 자체를, ‘내가 존재한다’는 이 믿음자체를 사실로 확인하고 싶어하는 거죠.

편 : 그것이 강하면 강할수록 감정도 커진다는 얘기죠? 그런 의미에서는 결국 자기주장이라고도 할 수 있겠네요?

나 : 네. 그렇다고 할 수 있죠. (다음호에 계속됩니다.)

대승기신론(35)- 2013년 1월 22일 강의

二者, 相續相. 依於智故生其苦樂, 覺心起念相應不斷故.
 이자, 상속상. 의어지고생기고락, 각심기념상응부단고.

둘째는 상속상(相續相)이니, 지상(智相)에 의해 그 고락(苦樂)을 내어 각심(覺心)으로 망념을 일으켜 상응하여 끊어지지 않는다.

두 번째 상속상(相續相)은 끊임없이 이어지는 것을 말합니다. 지상(智相)은 경계에 의존하고, 상속상은 지상(智相)에 의존하여 고락(苦樂)이 생겨납니다. 경계 → 앎(智) → 호오(好惡)의 분별 → 고락(苦樂)의 순서이죠. 여기에서 각심(覺心)은 깨달은 마음을 뜻하는 것이 아니고, 각관심(覺觀心)이라고 하는, 파악하는 마음의 각심(覺心)을 말합니다. 각심(覺心)은 추심(醜心), 즉 전체적으로 거칠게 통째로 아는 마음이고, 관심(觀心)은 세심(細心), 즉 세밀하게 분석하는 마음입니다. 뭔가를 알아내는 이 각심(覺心)이 망념을 일으켜 서로 상응함이 끊어지지 않는 것이 상속상입니다. 망념(妄念)은 있지도 않은 것을 있다고 여기는 마음입니다. 경계라는 것이 없는데 있다고 여기죠.

생각은 네트워크여서 계속해서 대상들간에 서로 상응(相應)합니다. 마우스라는 생각이 컴퓨터라는 생각을 불러일으키고, 컴퓨터는 모니터와 키보드를, 모니터는 LED를... 이렇게 끊임없이 불러일으키며 이어집니다. 상응(相應)은 서로가 서로에게 영향을 주고받으며 응하는 것이죠. 일단 생각 속으로 들어가면 끊어지지 않습니다. 서로 연결되어 미지가 미지를 설명하는 것이 생각의 본성이기 때문입니다. 그래서 '생각 느끼기'를 하려면, 생각의 내용 속으로 들어가지 말고 생각이 불러일으키는 물리적인 느낌을 느껴야 합니다. 그 느낌을 바라보면 생각의 흐름이 즉각 끊어집니다. 생각의 물리적인 느낌을 느끼기 시작하면 생각의 내용 속에서 빠져나올 수 있게 됩니다.



어쨌든, 생각은 자상(自相)이 없기 때문에 결코 끊어지지 않습니다. 이것은 저것을, 저것은 이것을 불러일으키며 끊어지지 않는 것이 생각의 세계이고 그래서 네트워크라고 표현하는데, 이것이 상속상입니다. 마치 인터넷의 한 페이지를 펼치면 그곳에는 수많은 링크들이 있는 것과 같습니다. 그 링크들을 따라가다 보면 멈추지 않고 전체 인터넷 망에 빠지고 말지요.

三者, 執取相. 依於相續緣念境界, 住持苦樂, 心起著故.
 삼자, 집취상. 의어상속연념경계, 주지고락, 심기저고.

셋째는 집취상(執取相)이니, 상속에 의해 경계에 의존하여 생각해서 고락에 머물러 마음이 집착을 일으킨다.

세 번째는 집취상(執取相)입니다. 우리는 즐거움(樂)에도 집착을 일으키지만 괴로움(苦)에도 집착을 일으킵니다. 괴로움에 머물고 싶지않으면서 자기도 모르게 괴로움에 집착하여 머물고 있어요. 즐거움(樂)에 머무는 것은 끌려서 머무는 것이니 이해가 되는데, 괴로움에는 왜 머물까요? 싫어하기 때문에 괴로움에 머물게 됩니다. 무언가를 싫어하려면 '그것'을 끊임없이 마음에 붙잡고 있어야 합니다. 거기에 자신도 모르게 마음이 머무는 것입니다. 싫어하지 않으면 괴로움에 머물지 않아요. 겨울에 세수할 때 찬물을 싫어하면, 마음속에서 내가 끊임없이 찬물을 붙잡고 있으므로 괴로움에 머물게 됩니다. 싫어하지 않으면 그냥 잠깐 차가웠다가 사라져요. 좋아하고 싫어하는 마음이 괴로움을 불러일으키고 그 괴로움에 나도 모르게 머물러 있는 것이 주지고락(住持苦樂)입니다.

이상하게도 괴로움과 즐거움은 별 차이가 없습니다. 처음에는 좀 차이가 나죠. 괴로움은 기분 나쁘고, 싫고, 아프고, 고통을 줍니다. 그런데 이렇게 고통을 받다가 그것이 딱 멈추면 기분이 좋습니다. 괴로움이 있다가 사라지면 기분이 상쾌하고 좋아요. 심한 감기 몸살 때 푹 자고 일어나 개운함을 느끼면 '병이 없다는 것이 이렇게 좋구나, 건강한 몸이라는 게 이렇게 좋구나.'하고 기분 좋아지죠. 즉시 즐거움이 됩니다. 평상시에 아무 병이 없을 때는 즐거움을 못 느끼다가, 한 번 심하게 아픈 후에 평상시 몸으로 돌아오면 이 몸이 정말로 고맙고 즐겁게 느껴집니다. 이렇게 고락(苦樂)은 상대적으로 같이 붙어 있습니다. 고통이 곧 즐거움(樂)인 이유죠. 마찬가지로 즐거움(樂)도 곧 고통인 이유는, 아주 기분 좋고 즐거운 일을 하다가 그것을 못하게 되면 기분이 가라앉고 괴롭게

되기 때문입니다. 그래서 모든 중독 현상은 괴로움을 일으키는 즐거움이라고 보면 됩니다. 이렇게 상속상에 의해서 생겨난 고통(苦樂)을 붙잡고 놓지 않고 집착하는 것이 집취상(執取相)입니다.

四者, 計名字相. 依於妄執, 分別假名言相故.

사자, 계명자상. 의어망집, 분별가명언상고.

넷째는 계명자상(計名字相)이니, 잘못된 집착에 의해 거짓된 명칭과 언설상을 분별한다.

네 번째 계명자상(計名字相)은 이름과 글자를 통해서 분별하는 상(相)을 말합니다. 집취상(執取相)까지는 그래도 뭔가 약간의 실체가 있는 경험적인 것을 말하지만, 계명자상(計名字相)부터는 완전히 환상 속으로 들어갑니다. 실질적인 집착은 그래도 상대적으로 괜찮습니다만, 계명자상에 오면 망령된 집착에 의존해서 완전히 생각 속으로 빠집니다. 경험도 아닌 이름에 빠지는 거예요. 집취상(執取相)까지는 어떤 경험에 이름이 붙는 것이라면, 계명자상부터는 이름이 경험을 만들어 냅니다. ‘행복’이라고 생각해보고, ‘행복’을 떠올려 보세요. 내가 행복했던 때가 떠오르고 행복하고 즐거운 마음이 되지요? 이제 ‘고통’이라는 말을 떠올려 내가 살아오면서 가장 고통스러웠던 때를 떠올려 보세요. 그러면 ‘행복’이라는 말이 주었던 느낌이나 이미지와 다르게 괴로움의 느낌이 떠오릅니다. 증오, 무시, 이런 말을 듣기만 해도 느낌이 달라집니다. 그리고 그걸 정말 믿기 시작하면 어떤가요? ‘그는 나를 비난한다.’라는 생각을 믿으면 그 느낌은 더 강해집니다. 내 믿음의 강도만큼이나 느낌이 강해져요. 계명자상(計名字相)의 말과 생각을 믿기 시작하면 이것은 커다란 경험적인 느낌을 일으킵니다. 그것이 바로 망령된 집착에 의존해서 거짓된 명칭과 언설상(言說相)을 분별하여 거기에 빠진다는 뜻입니다. 거짓된 명칭과 언설상이란 예를 들어 이런 겁니다. 이것은 마이클 코헨이라는 자연탐험가가 실내교육과 자연의 경험교육의 차이를 말하며 예로 드는 설명인데요, 수학 시간에 “개의 꼬리가 다리라고 생각해 보자. 그렇다면 개의 다리는 몇 개일까?”라고 물어 아이들이 “5개요.”라고 대답하면 선생님이 아이들에게 상을 줍니다. 상을 받은 아이들은 기분이 좋겠지요? 그런데 개의 다리는 사실 4개잖아요. 거짓된 명칭과 언설상이 어떤 가정 하에 수학적으로는 맞을지 모르나 실제 자연적인 세계와는 맞지 않습니다. 그런데 생각의 세계에서는 누군가 보상을 하고 칭찬을 해 주면 생각만으로도 기분이 좋아져요.



누군가 여러분에게 이 그림을 보여주면서 “검은색이 중요하다.”고 말하면 여러분은 꽃병을 볼 것입니다. “검은색보다 흰색이 더 중요해.”라고 말하면 사람 얼굴이 보입니다. 어떤 말에 의해서 우리가 경험하는 것이 달라집니다. 누구의 말을 듣느냐, 어떤 명자상(名字相)을 갖느냐에 따라서 내 경험이 달라지는 것입니다. 이 그림을 보여주고 검은색 꽃병이 보인다고 말하면 1,000원을 주고, 흰색 얼굴이 보인다고 하면 1,000원을 뺀 실험을 여러 번 반복해서 경험하게 하면 나중에는 사람들이 흰색 얼굴을 잘 못 보고 검은색의 꽃병만 보게 됩니다. 보상을 주는 쪽으로 의식이 묶이는 거죠. 이처럼 현대의 보상 위주의 교육은 우리의 의식을 세뇌하여 다른 경험을 하지 못하게

만듭니다. 어떤 것이 중요하다는 생각과 명칭, 글자에 중요성을 부여하면 다른 것을 경험하지 못하고 특정한 것만 경험하게 하는 왜곡된 현상을 불러일으키고, 이러한 말과 생각이 우리의 경험을 지배하게 되는 상황까지 가게 됩니다. 계명자상은 계산하고 나누어 이름으로 분별함을 말하는 것으로, 잘못된 집착에 의거해서 거짓된 명칭과 언설상(言說相, 말과 언어로 만들어진 상)으로 분별하는 것입니다.

五者, 起業相. 依於名字, 尋名取著, 造種種業故.

오자, 기업상. 의어명자, 심명취저, 조종종업고.

다섯째는 기업상(起業相)이니, 명자에 의해 이름을 따라 집착하여 여러 행동을 일으킨다

다섯 번째는 업을 일으키는 기업상(起業相)입니다. 어떤 이름이나 생각을 따라서 집착이 일어나면 그 집착에 따라 행동함을 말합니다. 우리에게 어떤 생각이 일어나면 항상 행동하게 돼요. 만약 “2015년 12월에 지구가 멸망할 것 같아.”라는 생각에 집착을 일으키면 우르르 몰려가서 라면 사고, 물 사고, 산에 동굴 파는 그런 행동이 일어나겠죠. 이렇게 어떤 생각에 집착함으로써 어떤 행동이 일어나는 것이 바로 기업상(起業相)입니다. 이런 생각은 실제로

있지도 않은 일을 근거도 없이 만들어 낸 것이죠. 예를 들어 지진계, 해일계, 폭풍계를 가지고 측정해서 어떤 변화가 예상된다면 그 말이 그럴듯하게 들리겠지만, 마야 달력으로 예측한 얘기를 듣고 그렇게 행동한다면 그것이 바로 생각에 집착하는 겁니다. 생각에 꼬달리는 사람은 그런 일이 많습니다.

명자상(名字相)은 순전히 생각만 가지고 만들어 낸 상(相)입니다. 생각의 세계를 아주 상세하게 분류해놓은 유식학의 이론처럼 이론만 있고 경험이 없다면 그것이 바로 명자상(名字相)입니다. 생각에 너무 꼬달릴 필요가 없습니다. 공부할 때도 말에 끌려다니지 말고, 항상 자기 자신을 살피서 내면적인 경험에 근거하여 그 말이 맞는지 실험을 해 봐야 합니다. 내가 하는 말도 마찬가지입니다. 내 말은 나에게서 경험적이지만 여러분에게는 아닐 수도 있습니다. 그렇다면 내 말은 여러분에게 명자상(名字相)일 뿐입니다. 그 말이 자기 자신에게 경험되고 실험되어 존재의 경험으로 남고 확인되고 통찰이 일어나야 진짜 의미가 있습니다. 그렇지 않으면 그것은 그냥 명자상일 뿐입니다. 누군가 나를 정말로 믿는 사람이 있어서 자신의 경험도 없이 내 말을 굳게 믿는다고 해봅시다, 이때 누군가 그 말을 틀렸다고 하자 그를 대해 우기면서 싸우려고 한다면, 그것은 생각이 자기에게 업을 일으킨 기업상(起業相)입니다. ‘옳다고 믿는 것’과 진정한 경험이 일어나는 것은 다릅니다. 그런데 기업상(起業相)으로 인해 행동이 일어나면 그것이 또 나에게 업(業)으로 쌓입니다. 생각과 이름에 집착하면 그것이 행동을 일으키고, 그러한 행동들이 또 다양한 업을 만들어 내는 것입니다.

六者, 業繫苦相. 以依業受果不自在.
육자, 업계고상. 이의업수과부자재.

여섯째는 업계고상(業繫苦相)이니, 업에 의해 과보를 받아 자재(自在)하지 못한다.

여섯 번째 업계고상(業繫苦相)은 업이 고통을 묶어놓아 고통이 일상이 되어버린 것인데, 그것은 업에 따라 받는 결과입니다. 즉, 명자상(名字相)에 의해서 집착을 일으켜 행동이 일어나고, 그 행동(業)이 여러 가지 결과를 만들어 내는데, 그 결과에 묶여서 고통이 되는 것입니다. 그것이 바로 업에 의한 결과를 받는 것(依業受果)이고, 그러므로 스스로 마음이 자유롭지 못합니다(不自在).

當知無明能生一切染法, 以一切染法皆是不覺相故.
당지무명능생일체염법, 일체염법개시불각상고.

무명(無明)이 모든 염법을 내고 있음을 마땅히 알아야 하니, 모든 염법은 불각상(不覺相)이기 때문이다.

무명(無明)은 어리석음입니다. 아무 이유 없는 무명의 바람이 감지를 일으키고, 감지가 나와 대상으로 나뉘어 주체가 생겨나고, 그 주체가 대상을 ‘보고’, 대상에 다양한 경계가 생기면서 그 경계가 이름과 행동과 업을 일으켜서 고통에 연결되는 과정이, 모두 무명(無明) 하나가 일으킨 고리들입니다. 이것을 무명이 일체의 염법(染法)을 일으킨다고 표현했습니다. 염법(染法)이란 모든 마음을 말하는 것으로, 나와 대상의 분열과 그 분열을 통해 생겨나는 다양한 상(相)을 믿는 것, 그 ‘믿음의 에너지’가 수많은 행동과 희노애락(喜怒哀樂)을 일으키는 것입니다. 이 모든 염법은 불각(不覺)의 상(相)을 말하며, 깨닫지 못한 마음입니다.

경계육상(境界六相)을 다시 한 번 순서대로 살펴보겠습니다.

첫 번째 지상(智相)은 경계를 통해 이것과 저것을 나눠놓고 호오(好惡)를 분별하여 아는 것입니다.

두 번째 상속상(相續相)은 좋은 것을 끌어당기고 싫은 것은 밀쳐내는 고락(苦樂)이 생겨 끊임없이 망념이 일어나 상응하는 것을 말합니다.

세 번째 집취상(執取相)은 상속에 의한 괴로움과 즐거움에 머물러 집착하는 것입니다.

네 번째 계명자상(計名字相)은, 그렇게 좋고 싫음의 집착이 생겨 그 마음이 수많은 생각을 일으키는 것입니다. 망령된 집착 때문에 ‘거짓된 명칭과 언사’를 ‘분별’하게 되는 것으로, 수많은 좋고 싫음을 느낌이 아닌 ‘말로 분별하기 시작’하는 것입니다.

다섯 번째 기업상(起業相)은 갖가지 ‘분별된 생각에 집착’해서 ‘행동’하여 업을 일으키는 것이고, 이 업이 우리를 괴로움에 묶어두는 것이 여섯 번째 업계고상(業繫苦相)입니다.

이렇게 얹어 괴로움에 연결되는 과정을 여섯 단계로 나누어 설명했습니다. 그 가장 처음은 분별입니다. 분별이 없으면 비교도 없고, 비교로부터 시작되는 모든 괴로움이 없을 것입니다.(다음호에 계속됩니다.)

10월 백일학교 졸업이후 근황과 진행되었던 교육들을 소개합니다



惺智

- 함양 백일학교는 지난 10월 졸업식을 가졌던 2기 청년 백일학교 학생들과 일상을 통한 '관성을 넘어가기' 과정을 진행하고 있습니다.

작년 6월 신록이 무성한 초여름 시작된 2기 청년 백일학교는 어느덧 처마 밑에 고드름이 어는 겨울까지 삶의 관성을 넘어가기 과정으로 이어지고 있습니다. 백일학교의 3개월 과정이 깨어있기와 일상을 통해서 감지를 명확히 파악하고 나와 대상의 관계속에서 일어나는 현상의 구조를 통찰하는 것이었다면, 그것을 확인한 학생들은 이제 일상에서 무언가 향하고 추구하던 마음을 지나 바람 없는 탐구, 구함 없는 탐구를 시작합니다. 기존의 백일학교 과정은 탐구의 포커스가 철저히 원리와 구조를 발견하는 것에 맞춰집니다. 모든 경험을 통해서 밖의 외부 대상에서 발견한 마음의 원리를 내면의 '나'에 적용하여 '나'라는 것이 홀로 존재할 수 없는 의타적인 마음작용의 '현상'임을 발견해 가게 됩니다. 당연하게 보였던 대상에 대한 믿음을 감지로 실험하면서 점차로 대상에 대한 믿음에서 벗어나고, 있는 그대로 바라보기 시작합니다. 우리가 경험하는 세계가 나와 대상의 관계에 의해서 드러난 임시적인 '현상'임을 알아차리게 되면서 '존재'와 '실재'에 대한 깊은 진실을 발견하게 되는 것입니다. 이렇게 내가 경험하는 것들이 마음이 그려낸 그림임을 알게 되면, 이제 '그냥' 살아가기를 연습합니다. 그렇게 살아가는 중에 다시 믿음에 빠져들기도 하고, 교묘한 생각에 동일시가 되기도 합니다. 그래도 그냥 살아갑니다. 어떤 믿음이라도 그 믿음의 구조를 본 사람은 그것이 일어난 현상임을 알기 때문입니다. 그렇게 그냥 살아가는 것, 이유없는 생명력 자체로 백일학교 관성을 넘어가기 과정은 그렇게 진행되고 있습니다.

강은 바다로 가기 위해 노력하지 않는다.

생각과 노력을 멈춰라.

그러면 얻을 것이다.

수행과 생각으로 자신을 혼란스럽게 하지 말라.

수행하지 않으려고 애쓰지도 말라.

단지 고요하라.

- 슈리 폰자 -

- 새해 1월 4일부터 1월 28일까지 4주간 관성 다루기를 하고 있는 백일학교 학생들과 기존의 오인회 회원 분들을 위한 감지교육이 함양에서 진행되고 있습니다. 또 1월 15일부터 17일에는 36번째 깨어있기 심화과정이 진행되었습니다.

이번에 진행된 감지 교육은 깨어있기 교재를 중심으로 각각의 연습과 내용들을 연습하고 연구하며, 4주에 걸쳐 깨어있기 이후 탐구하는 과정에서의 의문점이나 연습에의 어려움, 스스로의 탐구주제를 깊게 살펴보는 시간으로 진행되고 있습니다. 감지교육과정에 함께 한 주예님과 메타님의 후기를 소개합니다.

감지교육 주제일기 - 주예님

교육 후 쉬는 시간에 보았던 감지의 세상은 모든 감각들을 깨우고 지저귀는 새들의 소리의 느낌, 바람이 불어오는 바람의 세기의 느낌, 풍경이 바람에 부딪히는 소리의 느낌, 발자국 소리의 그리고 발바닥의 느낌, 산의 느낌 등 모든 장관들의 느낌들이 느껴지면서 마음에서 평온함과 편안함의 느낌들이 일어났습니다.

감지상태로 들어가 세상을 바라보았을 때의 바위가 주는 느낌, 발자국 소리의 느낌, 연못이나 풍경과 바람들이 주는 냄새와 느낌들이 느껴졌고 주위가 이렇게 아름다웠다는 것이 새롭게 느껴지면서 마음에서 평온함과 행복한 마음들이 잔잔하게 일어났습니다.

이러한 일어나고 사라지는 느낌들을 경험하면서 모든 것들이 불변하며 존재하는 것이 아닌, 일어난‘얇’이며, 느낌으로 일어났다가 사라지고, 에너지가 올라왔다가 사라지는 그런 형상이라는 것들이 체감되었고 그러기에 나라는 것을 주장할 것도 없고 어떠한 사건에 집착하거나 용을 쓰거나 감정을 부릴 것도 없다는 것을 알게 되었던 소중한 시간이었습니다. 이러한 감지상태로 세상을 바라보고 대상을 바라보았을 때 감정의 올라옴이나 힘들었던 것들이 느껴지지 않으면서 지금 여기에 머물고 바라본다는 것이 어떠한 것인지 체험할 수 있었습니다.

(중략)

지금여기의 느낌이 느껴지면서 마음 깊숙한 곳에서 풍요로운 느낌, 충만한 느낌, 나로부터 자유함의 시원하고 상쾌한 느낌들이 느껴지면서 그동안 얼마나 생각과 판단으로 많은 것을 놓치고 살았는지가 세삼 느껴지며 표현할 수 없는 자유 함이 느껴졌습니다. 모든 밖의 현상들이 그러한 대상이 아닌, 내 마음에 일어나고 있는 다양한 현상이라는 것들이 명확해졌고, 나라는 존재도 마치 대상과 같이 일어났다가 사라지는 느낌과 얇의 차원인 현상이라는 것이 보이며 나라고 고집할 것도 보이는 대상과 현상에 집착하거나 원망할 것도 없다는 것을 통찰했습니다.

모든 것은 내 안에서 느껴지는 느낌과 얇이 만들어낸 현상이기에, 원망할 수 있는 미워할 수 있는 그런 대상은 존재하지 않는다는 것을 알게 되었습니다. 감사합니다.

깨어있기 심화를 마치며 - 메타님

늘 고민했었던 부분이 내가 인식하지 못해도 대상이 있는 것이고, 나도 있는 것이 아닌가? 라는 질문을 갖고서, 이론적으로는 (나와 대상이 홀로 존재하는 것이 아닌 관계에 의해서 일어나는 현상이라는 것을)이해를 했었어요. 첫날 스피커를 보면서 스피커의 둥근 느낌이 스피커에게 있는 것이 아니고 내 마음에 있는 것이라는 그 말이 마음에 와 닿았습니다. 그래서 다른 대상들을 보면서도 그 의미를 의식하면서 바라보려고 노력했어요. 그러면서 아 대상에 대한 믿음을 허무는 것을 통해서‘나’도 허물 수 있겠구나... 하는 생각이 들었고 이것이 아주 중요한 지점이라는 것을 깨달았습니다. 돌아가서도 이것을 계속해서 연습을 하려고 합니다.

그리고 이번에 연습하면서 ‘있음’을 연습하고 경험하게 되면서, ‘나와 세계는 분리되어 있지 않고, 하나도 아니고 둘도 아닌 것이다.’라는 말을 많이 이야기 하는데, 그것을 보통은 명상을 통해서 도달하고자 많은 사람들이 노력을 하지만 대부분의 사람들이 안 되고 저도 마찬가지였어요. 그러다 어제 느낌을 통해서 있음 상태로 들어가서 나와 대상이 구별되지 않는 상태로 한참을 머무를 수 있었고, 실제로 느꼈습니다. 그리고 연습을 마무리하는 과정에 다시 대상이 의식되면서 나도 같이 의식되는 것을 발견했습니다. 아주 소중한 경험이었습니다. 그리고 아까 연습을 할 때, ‘있음 말고는 특별히 할 것이 없다’라는 말씀을 하셨는데, 그대로 있는 것이지 특별히 할 게 없는 것이죠. 그러나 우리는 어릴 때서부터 형성되어 온 무언가를 해야 한다는 마음 때문에….

아마 그래서 저도 여기까지 온 것이고, 다른 분들도 그럴 것입니다. 그러나 사실은 있음 그대로… 특별히 할 것이 없는 것인데, 계속 그래왔다는 설명을 들었을 때, 마음이 쩡 했어요. 제가 혼자 있었더라면 크게 울었을 것 같아요. 이번 심화과정이 저로서는 의미가 깊고 지속적으로 이 공부를 해야겠다는 마음이 들고서 갑니다. 그 느낌은 여기 함께 해주신 다섯 분이 제게 선물해 주셨습니다. 감사합니다.



마치며

깨어있기와 감지 교육, 백일학교를 통해서 함께 공부하고 탐구하며 일상의 작은 현상들을 정교하게 살펴보면서 눈이 오고 다시 얼음이 녹아 싹이 트는 사소함 속에 온 우주의 참여가 있음을 점점 깊게 알아갑니다. 이런 탐구의 장 속에서 서로 다른 개별성으로 살아가던 우리들이 들숨과 날숨처럼 긴밀하게 연결되어 공명하는 시간이 반갑고 귀하게 다가옵니다. 이제 3월 다시 청년들을 위한 백일학교가 시작됩니다. 새로운 청년들과의 만남과 열매를 기대하며 준비하고 있는 나날입니다. 언제나 오인회 회원분들의 관심과 응원에 감사드리고 좋은 소식으로 다시 찾아뵙겠습니다. (다음호에 계속됩니다.)