



오인회 소식

2017년 7월 (제70호)

권두언 (卷頭言)

무(無)제

옛날 어떤 스님이 조주(趙州)에게 묻되,
“개가 불성이 있습니까 없습니까?”
조주 스님이 말했다. “무(無)”

수행을 하다가 쉽지 않아 이렇게 묻는다.
제가 지금 하고 있는 수행이 바른 수행인가요?
제대로 하고 있는 건가요?
풍경소리를 듣다가 들려진다. “무(無)”

이렇게 만져지고 보여지고 존재하는데
어떻게 '무아'라 한단 말인가요?
걷다가 문득 알아진다. “무(無)”

어제의 씨앗이 자라나 이렇게 움트는데
어떻게 '무상'이라 한단 말인가요?
꽃봉우리를 보다가 이렇게 보여진다. “무(無)”

아무말 없다가
번득, 알아진다. “무(無)”

- 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

- 6월 20일 여행 1만원/ 6월 27일 장경옥 10만원/ 7월 4일 우현 9만원/ 7월 10일 류창형 3만원
7월 11일 선호 1만원/ 7월 11일 물방울 200만원

● 공동체학교 후원 내역

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

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

- 일반 (익명1/24, 익명2/24, 능주9, 솔내음8, 무유7, 고을7, 서원7, 여몽7, 원님7, 기보7, 씨이6,

허유5, 우심5, 거위5)

- 기타 (가온8, 구당7, 자현7)

<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 1,869,951원 (上출판 이월금 215,451원, 능주40만원, 우현 254,500원, 기보 100만원)

<번뇌즉보리 총서 후원계좌> 농협 351-0680-1315-13 이원규 / 문의 : 02-747-2261 (신현이)



오인회 인터뷰 - 거위(1)

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.



허유(이하 허): 안녕하세요 거위님, 반갑습니다. 인터뷰 시작하겠습니다. 미내사클럽은 어떻게 알게 되셨나요?

거위(이하 거): 이것저것 뒤져보다가 우연하게 월인 선생님 책을 접하게 됐어요. 책을 읽고 월인 선생님을 만나 뵙고 싶은 마음이 들어 인터넷에서 검색하다가 알게 됐습니다.

허: 어떤 책을 보셨나요?

거: ‘관성을 넘어가기’ 책을 봤어요. 월인 선생님 말씀이 책으로 나온 것 중에 2권을 봤어요.

허: 어린 시절은 어떠셨나요?

거: 조용한 성격이었어요. 교리는 잘은 몰랐지만 교회에 가면 느낌이 좋았어요. 저희 집이 굉장히 종교적인 분위기였어요. 아버지께서 불교신자신데 어렸을 땐 천주교 신자셨습

니다.
어릴 적엔 불교와 관련된 문화를 접할 수 없었어요. 그런데 어느 날 절을 지나가다가 탑을 봤어요. 지나가는데 느낌이 묘하더라구요. 그 때 친구랑 밤늦게까지 기도했던 기억이 있어요. 그런 후 저녁 늦게 집에 들어오니 어머니께서 야단을 치셨어요. 그때 종교에 대해서는 전혀 몰랐지만 그냥 그렇게 하고 싶었어요.

허: 그때가 언제였나요?

거: 초등학교 1~2학년 정도였던 것 같아요. 집 주변에 작은 교회가 있었어요. 어느 날 목사님 말씀을 듣는데 반감이 생겼어요. ‘저건 아닌 것 같은데’ 이런 생각이 들었던 것 같아요. 어머니는 천주교 신자셨지만 종교를 강요하거나 그런진 않으셨어요. 돌아보면 제가 반골 기질이 있는 것 같아요. 그래서 이것만이 진리라고 이야기하면 ‘그런 게 어디있냐’고 따지는 스타일인 것 같습니다.

허: 불교 경전이 어렵게 느껴지지는 않으셨나요?

거: 저는 역설적인 말을 좋아해요. 불교 경전은 역설적인 말이 많잖아요. 예를 들면 예불 드릴 때 읽는 반야심경도 역설적이잖아요.

허: 대학교 때는 어떠셨나요?

거: 학과 공부를 거의 안하고 여기저기 찾아다녔어요. 정형외과 전공이었는데, 공부를 열심히 안해서 힘들지는 않았어요. 마음만 괴로웠죠.

허: 왜 마음이 괴로우셨죠?

거: 공부다운 공부는 안하고 커리큘럼을 따라가야 하니까 마음이 힘들었어요. 그리고 의학이라는 것의 근본적인 관점 자체가 굉장히 물질주의적이예요. 현대의학에서는 의식이라는 것도 물질질을 기반으로 형성된 거라고 이야기해요. 유물론에 바탕을 두고 있죠. 그게 정말 싫었어요. 그런 관점 자체가.

허: 의대에서 공부를 하고 인턴, 레지던트 거쳐서 오래 공부하고 개업하는 것일 텐데, 의대 다닐 동안에 이쪽 분야 공부는 어떻게 하셨나요?

거: 학교 공부는 안하고 책을 열심히 읽었어요. 그때 오쇼 라즈니시 책을 처음 봤죠.

허: 혹시 기억에 남는 책이 있으신가요?

거: 오쇼 책 중에 좋은 것이 많았죠. 지금 보면 허술하지만 그 당시에는 오쇼 책이 갈증을 많이 해소시켜줬어요. 제일 좋았던 건 달마 혈맥론이

었고 한글과 한자가 같이 있는 경전, 선종 관련 내용, 어록들 많이 봤어요.

허: 달마 혈맥론이 좋으셨다고 했는데?

거: 굉장히 좋았으면서도 돌아보면 스스로 경쟁심이 많았던 것 같아요. 지금은 그렇지 않은데, 경쟁심이라는 것이 어떤 상황에서 무언가를 접했을 때, 관심은 가는데 잘 모르면, 스스로 충족이 될 수준까지 이해를 하거나 많이 깊어질 때까지 파는 성향이 있어요.

허: 타인과의 경쟁심보다는 스스로의 경쟁심인가요?

거: 타인과의 경쟁심도 있죠. 고등학교 때 들었던 생각인데 공부를 잘 하는 편이었지만, ‘경쟁 상대를 이기려고 공부하는 건 진리를 추구하는 자세가 아니다’ 이런 생각을 했어요. ‘나는 공부 자체가 재밌어서 해야만 한다.’라고 생각했죠. 그래도 다른 친구가 더 잘 하면 마음에서 경쟁심이 일어나잖아요. 그런 생각이 일어나면 스스로 창피했어요.

허: 보통은 남하고 비교해서 ‘지면 안 돼.’ 이런 경쟁심으로 공부를 하는데 다르셨네요.

거: 아마도 그 당시에 분명 남과의 경쟁심도 있었지만 의식적으로 잘못된 생각이라고 느꼈던 것 같아요. 어떤 몸, 성향을 가지고 태어났는지 알려주는 곳이 있어요. 거기에서 이야기하기를 굉장히 강한 경쟁심을 갖고 있고 강력한 에고를 타고났다고 하더라고요. 굉장히 자기중심적이고 이기적이라고 했는데 그 내용에 동의할 수가 없었어요. 살면서 이기적으로 살지 않았거든요. 저는 제가 뭔가를 바라볼 때 어떤 결론을 가지고 그것이 어떤 쓸모가 있지 그런 생각을 해요. 예를 들어 내가 깨달음을 추구한다면 그것이 어떤 쓸모가 있지, 그런 생각을 해요. 그런 경향성을 보여주는 얘기였던 것 같아요. 중, 고등학교 때부터 실용적인 것을 추구했던 것 같아요. ‘그것이 어떤 쓸모가 있지’라고 생각하는 그 자체가 누구의 입장에서 보는 거잖아요. 입장이 없으면 성립이 안 되는 거구요. 이 공부를 하면서 경계가 점점 허물어져가고 그것을 아는 사람의 입장에서 쓸모가 무언지 탐구하게 되는 그런 느낌이 있었어요.

허: 깨어있기 강좌에는 어떻게 참여하게 되셨나요?

거: ‘관성을 넘어가기’ 책을 읽고 월인 선생님을 꼭 읽고 싶었어요. 제가 이 공부를 하면서 선생님이 될 만한 분을 만나본 적이 없어요. 제가 알

고 지내는 스님이 한 분 있으세요. 그 분에게 좋은 스승이 계셨는데 그것이 너무 부러웠어요. 그 스님에게 나도 스승을 갖고 싶다고 했더니 스님이 '네가 준비 되면 만나게 된다.'라고 말씀하시니 실망스러웠어요. 그런데 그때 제 신념중 하나로 '내가 스승을 만나지 못하는 대신 지금 이 시기에 필요한 책은 내 손에 쥐어 진다.' 그런 확신이 있었어요. 그런 우연함, 동시성 경험을 무척 많이 했어요. 머릿속에 의문이 있어서 우연히 서점에서 책을 집었는데 그 책이 그 시기의 의문과 관련된 책이었던 경우가 왕왕 있었거든요. 그러면서 책을 스승으로 삼는다 생각하고 공부를 했었죠. 그러다 월인 선생님 책을 보고 깨어있기 과정을 신청했어요. 그런데 미내사 사무실에서 제가 깨어있기 프로그램을 신청한 시기에 월인 선생님이 함양 수련원에 안 계신다고 하더라고요. 그 시기에 '이분한테 가서 점검을 받는 게 좋겠다.'라는 생각이 있었는데 그 때 뵙지는 못했죠.

허: 책을 스승으로 삼아서 공부 하셨는데 어떤 식으로 하셨나요?

거: 의문이 나면 관련된 책을 다 뒤졌어요. 선종 쪽의 책을 보다가 라즈니시로 넘어갔다가 힌두교 책을 봤다가, 몸으로 하는 걸 해야 할 것 같아서 기공도 배우고 요가도 배웠죠.

허: 어떤 의문을 가지고 계셨나요?

거: 대학교에 들어갔을 때 저는 제가 세상에서 제일 똑똑하다고 생각했어요. 그래서 아무한테도 이야기하지 않았지만, '부처님이 20년 걸려서 깨달았다고 했는데 나는 그것보다 더 빨리 깨달아보겠다.' 라는 생각을 했었어요. 그래서 경전이나 책을 무척 열심히 봤죠. 그때 3~4년을 봤는데 결론은 '나는 깨달을 수 없다' 였어요. 냉철하게 사유해보니까 말을 가지고는 깨달을 수 없다는 게 너무 확연하더라고요. 그래서 라즈니쉬는 책에서 뭐라고 했냐면 '오직 은총으로 밖에 안된다.' 라고 표현을 하더라고요. 지금 생각하면 내가 내 에고를 가지고 깨달을 방법은 없다 라는 거죠. 그래서 그것을 읽고 그 때 강의를 하셨던 스님에게 가져가서 질문을 했어요. '나는 진짜 똑똑한 사람인데, 책을 여러 번 읽고 다 종합해서 결론을 내보니, 이건 불가능한 것 아니냐? 이것은 다 사기 아니냐?' 그랬더니 웃으면서 '그것을 옛날 사람들은 백척간두라고 이야기했다. 할 수 있는 데까지 한번 해봐라' 라고 이야기 하시더라고요. 그때가 30대 초반이었어요. 그

래서 그때부터는 놀았어요. 왜냐하면 '책에서 이야기하는 것들은 무슨 내용인지 다 알겠고, 스님 말하는 내용도 다 뻔한데 어쨌든 불가능한 것을 왜 저렇게 이야기하지?' 라고 생각하면서 귀담아듣지 않았어요. 어쩌다 관련 내용을 듣게 되면 '아~ 그래 저런 내용이지', '다 아는데 어차피 나는 못 깨달아' 라고 생각을 해서 다른 짓을 많이 했어요. 공부를 거의 놓은 거죠. 그런데 40대 들어서 고생도 많이 하고 인생경험을 많이 하다 보니까..

허: 계속 의사생활을 하시지 않았나요?

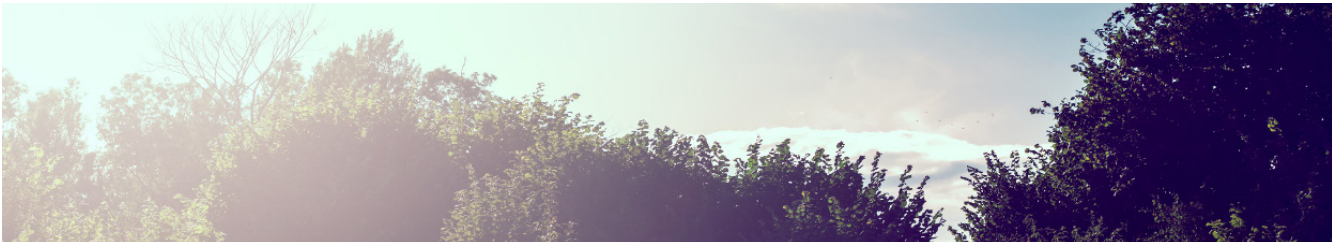
거: 네. 그런데 40대 들어서 제 후배 중 한명이 남쪽에서 병원을 지어서 같이 해보자고 제안을 해왔어요. 거기에 투자했다가 잘 안돼서 재정적으로 심하게 무너졌어요. 그래서 마음 고생도 많이 했죠. 어떻게 보면 그 과정이 다 필요했던 것 같아요. 제가 이론적으로만 공부하다가 실전을 경험한 거죠. 그 시기에 마하리쉬랑 마하라지를 알게 되었어요. 그 분들 책을 읽으면서 많은 것들이 정리가 되었어요. 마하라지의 '담배가게의 성장'라는 책이 있어요. 그 책의 내용 중에 그냥 아무렇지도 않게 '나'라는 게 없다 라고 이야기 하더라고요. 너무나 쉽게요.

허: 그런 이야기는 라즈니쉬나 다른 책들에서도 이야기하지 않았나요?

거: 분명히 했을 텐데, 그때는 마음에 와 닿지 않은 거죠. 그런데 40대 초반에 다양한 경험을 하고 난 뒤에 마하라지의 책을 읽다가 그 말이 제 마음에 꽂힌 거죠. 그래서 한 달간 그냥 그 말을 마음에 품고 있었던 것 같아요. 그러다 어느 순간 그 동안 제가 마음속에 깊게 품어 왔었던 선문답적인 이야기들, 빈 배 이야기라든지 이런 이야기들이 왜 그렇게 이야기했는지 이해가 되더라고요. 밝아지더라고요.

허: 그게 어떤 식으로 밝아졌나요?

거: 저는 그때 이런 표현이 떠올랐어요. '개별적 자아는 존재하지 않는다. 허상이다.' 라고요. 그래서 그것을 제가 막혔던 부분에 대입을 해보니 다 풀리더라고요. '아~ 이거 였구나' 라는 생각이 들었어요. 그러니까 결국은 에고를 가지고는 절대 깨달을 수 없는데, 그 이유가 바로 에고가 없어진 상태를 추구하는 거였으니까 불가능한 거였던 거죠. 그 이후로 한 달 정도 허무감이 강하게 왔어요. 사람이 멍해지더라고요. (다음호에 계속)



무명염법(無明染法)이 진여를 혼습하는 과정을 잠시 짚어보겠습니다. 생멸상을 강의하면서 불각삼상(不覺三相)에 대해 얘기했습니다. 무명업상(無明業相), 능견상(能見相), 경계상(境界相)이죠. 무명업상은 카르마이고, 능견상은 주체와 대상으로 분열되는 것, 경계상은 대상간의 경계가 나타나는 것인데, 이는 아주 논리적이고 과학적인 분류입니다. 동양에서는 이 과정을 무극(無極)에서 태극(太極)으로, 태극(太極)에서 음양(陰陽), 음양에서 만물로 분화한다고 말하죠.

물리적이건 의식적이건 우주는 항상 양극화 되고, 그 양극성이 만물(萬物)이라는 현상을 만들어냅니다. 노자(老子)는 만물 생성과정에 대해 “도(道)는 하나를 낳고, 하나는 둘을 낳고, 둘은 셋을 낳고, 셋은 만물을 낳는다.(道生一, 一生二, 二生三, 三生萬物).”고 했습니다. 여기서 말하는 둘(二)이 양극화된 현상입니다. 전기적인 (+)와 (-), 자기적인 N극과 S극, 물질과 반물질, 양성자와 전자처럼 서로 대비되는 2개가 만물을 생성해냄을 옛날 사람들은 이미 통찰했던 거죠. 분자는 원자로 구성되어 있고, 원자는 기본적으로 양성자, 중성자, 전자로 구성됩니다. 전자수와 양성자 숫자가 다를 뿐 모든 원자들이 양성자와 전자로 구성된다는 점은 같습니다. 최근에 와서는 더 깊숙이 들어가서 에너지 끈과 에너지의 스핀 방향에 대한 얘기를 하죠. 에너지가 도는 방향에 따라 어떤 것은 (+), 어떤 것은 (-)로 나타난다는 거예요. 기존의 지식과는 조금 달라졌지만, 어쨌든 기본적으로 두 개의 극성이 존재한다는 점은 같습니다. 독일의 신과학자인 빅터 샤우버거 (Viktor Schauberger)가 쓴 <살아있는 에너지>이라는 책을 보면 좌선성(左旋性)과 우선성(右旋性)에 대한 얘기가 나옵니다. 물을 관찰해보면 왼쪽으로 도는 물과 오른쪽으로 도는 물이 있다는 것인데, 이와 마찬가지로 왼쪽으로 도는 에너지와 오른쪽으로 도는 에너지가 있습니다. 오른쪽으로 도는 에너지는 폭발성을 가지고, 왼쪽으로 도는 에너지는 응축성을 가집니다. 동양적으로 말하면 양(陽)과 음(陰)이죠. 흐름의 차이는 없고 도는 방향만 차이가 있는데, 이 두 에너지가 만나면 하나가 되지 않고 서로 밀치거나 끌리는 일이 벌어집니다. 음(陰)과 양(陽)은 방향성에 의한 구별일 뿐, 근본베이스는 돌고 있는 에너지 끈이라는 점은 같습니다. 이 둘이 합하여 하나의 존재를 형성하게 됩니다.

우리 마음속의 주체와 대상도 이와 같습니다. 대상과 주체가 완전히 다른 별개의 것이 아니에요. 마음의 장(場) 안에 한 방향으로 도는 대상의 상(相)이 있고, 그와 반대 방향으로 도는 주체의 상(相)이 있다고 이해하시면 됩니다. 이 둘이 합하여 '나'라는 존재를 형성하게 됩니다. 그러므로 '나'라는 것은 늘 대상과 짝이 되어 나타나는 현상이라는 것입니다. 파도가 갈라지듯이 두 개가 나뉘어 있지만, 똑같은 마음의 바다일 뿐입니다. 물의 일부는 오른쪽으로 회전하고, 일부는 왼쪽으로 회전하기 때문에 둘이 나뉘었을 뿐이고, 잠들면 회전력이 줄어들면서 다시 하나가 되어 주체와 대상이 사라집니다. 휴대폰을 보는 순간 마음에 어떤 느낌이 느껴지는 것은, 마음이라는 물이 핸드폰 모습을 띠었기 때문입니다. 그러다 잠시 후에 싹 사라지죠. 어디로 사라졌을까요? 특별한 무엇이 어딘가로 사라지는 건 아닙니다. 그저 모습이 사라졌을 뿐이죠. 물속에 핸드폰 형상의 물이 생겨났다가 다시 모습없는 물로 돌아간 것과 같습니다. 주체와 대상의 느낌도 이와 같아서 한 마음에서 에너지의 흐름이 서로 어긋나거나 갈라져서 잠시 분열된 것뿐입니다. 매 순간마다 마음에는 어떤 모습들이 나타났다가 사라집니다.

주체와 대상의 분열인 능견상(能見相) 이후에 생겨나는 경계상(境界相)은 이 대상과 저 대상이 구별되어 나뉘는 겁니다. 무명업상, 능견상, 경계상은 깨닫지 못한 마음의 세 가지 모습(不覺三相)이고, 깨달음은 이 모든 것들이 상(相)일 뿐임을 알아차리는 것입니다.

불각삼상(不覺三相)은 식(識)으로 따지자면 무명업식(無明業識), 전식(轉識), 현식(現識)에 해당합니다. 이어서 좋고 나쁨을 분별하는 지식(智識)이 일어나고, 고탃(苦樂)이 생겨나며 끊임없이 이어지는 상속식(相續識), 그리고 집착을 일으키는 의식(意識)이 일어납니다. 이처럼 우리의 의식이라는 것은 기본적으로 분별을 통해서 생겨납니다. 분별이 바로 무명염법의 인(因: 내적이고 직접적인 원인)이 되어 물 자체였던 맑은 진여를 물들게 하죠. 그런데, 잘 보십시오. 주체와 대상으로의 분별은, 오른쪽으로 도는 물과 왼쪽으로 도는 물로 잠시 나뉜 것일 뿐입니다. 그렇지만 젖음이라는 속성에 있어서는 전혀 차이가 나질 않아요. 회전하는 방향이 달라서 서로 떨어져 만나지 않지만, 젖는다는 그 본질적인 속성은 그대로입니다. 모습만 나뉘졌을 뿐이에요. 모습이 없는 고요한 물이 모습이 있는 물로 나뉘는 것, 그것이 바로 무명염법이 진여를 물들이는 겁니다. 의식의 측면으로 보자면 무극(無極)은 절대진여, 태극(太極)은 정법(淨法) 또는 진여법(眞如法), 음양(陰陽)은 염법(染法)으로 볼 수 있습니다. 태극은 보이지는 않아도 미묘하게 나뉘져 있습니다. 그래서 언제든지 음양으로 갈라질 수 있죠. 그렇기 때문에 무명염법인 음양이 태극을 물들일 수 있는데 이게 바로 진여를 혼습하는 겁니다. 이렇게 나뉘져 물드는 진여는, 나눌 수 없는 절대진여가 아니라 현상으로서의 진여법일 뿐입니다. 진정한 절대진여는 결코 물들일 수 없고, 닿을 수도 없습니다.

무명염법의 인(因)에 의해 진여를 혼습하면 망심(妄心)이 생겨납니다. 망심(妄心)은 대상을 구별하여 나누어 경계를 일으키는 마음입니다. 내 마음에 기분 좋은 황홀한 느낌이 있고, 기분 나쁜 우울한 느낌이 있으면 이 둘을 구분하는 거죠. 황홀한 느낌을 좋아해서 그것을 추구하는 건 물론 마음입니다. 황홀한 느낌이던 우울하고 저조한 느낌이던 마음속의 현상이라는 측면에서는 똑같은데 우리는 우울을 피하고, 황홀을 쫓습니다.

以有妄心，則熏習無明。不了眞如法故，不覺念起現妄境界。
이유망심, 즉熏습무명. 불료진여법고, 불각념기현망경계.

망심(妄心)이 있어서 무명을 혼습하여 진여법을 통찰하지 못해 불각(不覺)하여 망념(妄念)이 일어나 망경계(妄境界)를 나타낸다.

망심(妄心)은 경계를 그려 나누는 마음이고, 현상(現相)을 일으키는 현식(現識)의 마음입니다. 누군가 여러분에게 “당신을 정말 사랑합니다.”하면서 따뜻한 눈빛을 보인다면 마음은 날아갈 듯 기쁘고 자신이 커지는 느낌이 들 겁니다. 그런 사람이 많을수록 커지는 느낌도 더해지겠죠. 이때의 커지는 느낌은 높이 올라간 파도에 비유할 수 있습니다. 그 느낌을 자기라고 여긴다면 그 사람은, 젖음이라는 물의 본질적인 속성에 있는 것이 아니라 올라간 '파도'라는 모습 속에 있는 겁니다. 반대로 “나는 너를 싫어해.”라는 말을 들으면 기분이 저조해지고, 마음이 가라앉고, 위축되고 작아지는 느낌이 들 거예요. 이때도 그 느낌을 자기라고 여긴다면 그는 모습 속에 있는 겁니다. 진정한 자기는 커지지도 않고 줄어들지도 않습니다. 변함이 없어요. 어떤 때는 내가 커졌다는 느낌이 들고, 어떤 때는 작아졌다는 느낌이 든다면 여러분의 마음은 늘 변하는 모습 속에 있는 겁니다. 그렇다면 이 때 커지고 작아진 것 같은 자신은 누구일까요? 그게 바로 현상으로서의 '나'입니다. 그럼 이렇게 커졌다가 작아졌다하는 자기는 어떻게 생겨날까요? 기본적으로 나와 대상으로 나뉘는 마음 때문에 나타납니다. 마음의 일부분인거죠.

기분 좋을 때나 기분이 가라앉을 때나 변함없는 것을 찾아야 돼요. 그게 진정한 자기입니다. 물론 그렇다고 해서 기분 좋음이거나 기분 나쁨이 없다는 말은 아니에요. 바다가 늘 파도치며 움직이듯이 우리 마음도 그렇습니다. 파도가 없는, 다시 말해 마음의 변화가 없는 사람은 죽은 사람이나 마찬가지입니다. 그 파도치는 마음의 변화가, 아름답고 추한 다채로운 세상을 형성합니다. 그것 없이는 아름다움도, 추함도 경험할 수 없습니다. 마음의 파도를 경험하지 않고, 없애고 가라앉혀서 초연해 진다면 목적과 같은 사람이 될 뿐이죠. 기분 좋음과 나쁨을 느끼되, 그 안에서 늘 변함없는 물과 같은 속성을 발견해보세요. 내가 커진 것 같은 느낌도 내가 작아진 느낌도 느끼되, 그 모든 것이 마음에서 일어나는 파도와 같음을, 마음이 나와 대상으로 나뉘어 부딪혀서 만들어내는 현상임을 알아야 합니다. 나와 대상으로 나뉘어지기 이전의 마음은 무엇일까요? 그것이 바로 선에서 늘 묻는 부모미생전 본래면목입니다. 모든 현상의 뿌리는 바로 마음의 나뉘는데, 그것은 왼쪽으로 도는 물과 오른쪽으로 도는 물의 나뉘임일 뿐이지, 물 자체라는 점에서는 어떤 차이도 없습니다. 이런 분열을 일으

키는 게 바로 무명업식입니다.

깨닫지 못해서 망념(妄念)이 일어나 망경계(妄境界)를 나타낸다고 했습니다. 깨닫지 못한다는 건 모습을 자기라고 여기는 겁니다. 모습은 끊임없이 변하는데, 끊임없이 변하는 게 자기일 수는 없습니다. 무명업식(無明業識), 전식(轉識), 현식(現識)의 불각삼상(不覺三相)의 순서는 태어나서 의식이 발달하여 전개되는 과정과 똑같습니다. 아기가 태어나면 안이비설신(眼耳鼻舌身)을 통해서 경험이 쌓이기 시작합니다. 이 경험들이 부모로부터 받은 내적인 프로그램인 업(業)과 반응하면서 점차 ‘나’와 ‘너’를 구별하기 시작합니다. 그 다음은 ‘너’를 상세하게 구분하는 단계입니다. 이쁜 너, 못난 너, 유용한 물건, 쓸모없는 물건... 이렇게 나누는 거죠. 이게 바로 경계들끼리 구분하는 현상(現相)입니다.

진여법을 통찰하지 못하면 불각심(不覺心)으로 인하여 망념이 일어나 망령된 경계가 나타납니다. 진여법, 즉 진여라는 현상을 통찰했다는 것은 느낌과 생각, 감정으로 덧씌우는 일을 멈췄다는 의미입니다. 우리 마음에는 느낌과 생각, 감정이라는 세 가지 종류의 현상이 나타납니다. 가장 표면에는 감정이 있고, 그 아래층에 생각이 있고, 심층에는 미세한 느낌이 있습니다. 이 세 가지 패턴의 현상들로 내면을 끊임없이 덧씌우면서 우리는 살아가는데, 그 덧씌움을 딱 멈추면 진여법이 드러납니다. 아주 고요한 바다가 드러나죠. 아무것도 없어요. 순수한 의식만 남고, 모든 게 사라진 상태가 옵니다. 그렇지만 그것 역시 하나의 고요해진 모습일 뿐입니다. 그래서 명상을 통해서 고요해지고 평화로워진 마음은, 그냥 평화로운 마음이지 마음 자체가 아니라고 말하는 겁니다. 그리고 그런 평화로운 마음은, 모습이라는 측면에서 시끄럽고 소란스러운 마음과 하등의 차이도 없습니다. 우리가 발견해야 할 것은 마음 자체입니다. 평화스러운 마음은 또다시 깨지기 마련입니다. 그래서 우리는 소란스러움 속에서도 고요한 절대적인 마음을 발견해야 된다는 거죠. 시끄러워도, 기분 나빠도, 슬퍼도, 우울해도 괜찮아요. 황홀해도 괜찮고, 절정에 달한 기쁨 속에 있어도 괜찮아요. 그런 다채로운 느낌들을 모두 맛보고 느끼세요. 그렇지만 그것들은 마음의 모습임을 잊지 마세요. 그 모든 마음의 모습들 안에 있는 변함없는 속성을 발견하는 것이 우리의 지상 과제입니다.

以有妄境界染法緣故，則熏習妄心，令其念著，造種種業，受於一切身心等苦。
이유망경계염법연고, 즉훈습망심, 영기념착, 조종종업, 수어일체신심등고.

망경계(妄境界)의 염법의 연(緣)이 있기에 곧 망심을 훈습하여 그 염착에 의해 많은 업(業)을 지어 일체의 심신(心身)의 고통을 받는다.

경계부터 연(緣), 즉 외적인 원인에 해당됩니다. 경계 이전인 업식이나 전식은 인(因)에 해당해요. 망심(妄心)은 전식이나 현식 같은 분열된 마음이라고 해석하시면 됩니다. 무명업식은 나뉘지지 않은 마음이고, 주체와 대상이 나뉘는 전식과 능전상부터 마음이 분열됩니다. 이어서 대상에 경계가 나타나는 현식까지는 번뇌가 없습니다. ‘이 컵과 저 컵이 다르다’고 구별하는 단계까지는 번뇌가 일어나지 않아요. ‘이 컵보다 저 컵이 더 좋아’부터 번뇌가 생겨나죠. 저것이 더 예쁘고 좋은데 내가 차지하지 못하고, 그보다 못한 것을 갖게 되면 기분 나빠지고 번뇌가 생겨나는 겁니다. 경계까지는 하등의 문제가 안 생겨요. 그래서 분별심을 좋은 방향으로 철저히 이용하되, 분별하는 마음속에 빠지는 말라고 했습니다. 빠진다는 건 좋음 속에 들어가서 못 나오는 겁니다. 좋음과 나쁨을 언제든지 오갈 수 있는 건 빠진 마음이 아니라 구별하는 마음입니다. 백일학교 주제 중에 ‘비교하여 최고의 것을 추구하되, 그 어느 것도 마음의 주인을 삼지 않는다.’가 있습니다. 마음의 주인을 삼는 것은 좋은 것을 붙들고 늘어지는 거예요. 철저히 비교해서 최고의 것을 선택하세요. 그러나 그것을 취할 수 없는 상황이어도 괜찮다고 여기라는 겁니다. 그런 마음이 되려면 비교 속에 빠지지 말아야 해요. 비교는 지혜를 일으킵니다. 모든 지혜는 분열과 비교 속에서 일어나고, 모든 어리석음은 빠짐 속에서 일어납니다. 비교된 대상 중의 하나에 빠져서 헤어 나오지 못하는 게 바로 어리석음입니다.

말은 이렇게 쉬운데, 마음이 자꾸 빠진다면 어떻게 해야 할까요? 비교하되 빠지지 않으려면, 그 비교된 대상들 간의 차이가 본질적인 것이 아님을 발견해야 합니다. 내 마음이 비교할 뿐인 거죠. A는 BMW를 가지고 있고, B는 중고 프라이드를 갖고 있고, C는 낙타 한 마리를 갖고 있어요. 지금 이들이 있는 곳이 독일의 아우토반이라면 거기서는 BMW가 최고겠죠. 비교하여 최고의 것을 추구

하려면 BMW를 가지면 됩니다. 아우토반에서 낙타를 가진 사람은 터벅터벅 힘들게 갑니다. 그런데 갑자기 아우토반이 끝나고 사막이 시작되면 어떨까요? BMW는 사막에서 아무 소용없어요. 할 수만 있다면 바로 낙타와 맞바꿔야죠. 그런데 BMW가 좋다는 고정된 좋음에 빠져있다면, A는 번쩍이는 비싼 BMW와 낙타를 바꾸지 않을 겁니다. 계속해서 BMW를 타고 사막을 지나다 모래 속에 빠져서 죽을 수도 있겠죠. 비교하여 추구할 최고의 것은 조건과 상황마다 수시로 바뀔 수 있어요. 조건과 상황은 바뀌었는데, 내 마음속에 좋은 것으로 심어놓은 그 인상에 묶여있는 것이 바로 ‘빠짐’입니다. 경계는 항상 비교를 일으키는데, 비교는 고정된 것이 아니라 변할 수 있고, 달라질 수 있어야 합니다.

망경계염법(妄境界染法)의 연(緣)이 있기 때문에 망심을 혼습하고, 생각에 집착하게 되고 이런 저런 수많은 업(業)이 만들어집니다. 집착 때문에 업(業)이 만들어져요. BMW에 매달리는 고정된 마음이 쌓이면 그것이 바로 업(業)이 되는 겁니다. 상황과 조건이 달라지면 즉각 변하고 내려놓을 수 있다면 자유로울 텐데, 집착하여 붙들려 있는 마음을 ‘나’라고 여기기 때문에 놓지 않는 겁니다. ‘나’라고 여겨지는 마음은 이렇게 BMW에 고정된 마음과 같은 겁니다. ‘나는 멋진 사람이야’, ‘나는 누구의 엄마야’, ‘나는 변호사야’ 이런 것은 사막에서 BMW를 붙들고 있는 마음과 똑같습니다.

이렇게 많은 업(業)을 짓게 되면 심신(心身)의 고통을 받게 됩니다. 그 집착을 자기라고 여기기 때문이에요. 예를 들면, 어떤 대상만 만나면 두려워서 가슴이 찢그라들고 통증이 느껴집니다. 이런 것은 몸에 기록된 집착이에요. 그걸 자기라고 여기는 거죠. 불쾌하고 고통스러운 느낌이 일어나도 “그냥 하나의 느낌일 뿐이야.”라고 지나갈 수 있다면 점차 그 느낌이 줄어들고 사라집니다. 그런데 이 느낌이 너무 싫어서 그것이 생길 때마다 “또 생겼어?”하면서 짜증내고 신경질을 낸다면 거기에 자꾸 주의가 쏟아지고 에너지가 흘러들어가서 그 느낌이 더 강화되고 몸에 각인됩니다. “그런 느낌이 있어도 괜찮아.”하며 가볍게 여기고 다른 일에 집중한다면, 그 느낌은 점차 자연스럽게 힘을 잃어버립니다. 싫어함 자체가 집착이에요. 그래서 내가 저항하는 것들은 결코 나를 떠나지 않습니다. 내가 너무 싫어하는 것은 결코 나를 떠나지 않아요. 신기하지 않습니까? 내가 죽기보다 더 싫어하면, 그것은 죽을 때까지 절대로 나를 떠나지 않아요. 그러니까, ‘죽기보다 싫은 것’을 만들지 않도록 하세요. 싫으면 그냥 “싫은 느낌이 있네.”하고 지나치세요.

좋은 것을 추구하는 것도, 싫어하는 것을 배척하는 것도 모두 자기를 강화시킵니다. 기분 좋음의 추구는 끌림 속으로 빠져드는 것이고, 기분 나쁨을 멀리하는 것은 밀침 속으로 빠져드는 겁니다. 끌림이나 밀침은 모두 그것을 일으키는 자기라는 현상을 강화시키죠. 그런 집착에 의해 많은 업을 지으면 일체의 심신의 고통을 받게 됩니다. 자신도 모르는 습관, 패턴들이 몸과 마음의 고통을 일으켜요. 그렇지만 이 모든 것이 다 물의 모습일 뿐입니다. 나는 물의 모습이 아니라 물 자체이기 때문에 이런 물의 모습들은 얼마든지 있어도 괜찮습니다. 물의 모습을 싫어하면 싫어할수록 그 모습을 자꾸 더 만들게 됩니다. 또한 물의 모습을 좋아하면 좋아할수록 그 모습을 자꾸 만들어서 집착하게 됩니다. 집착은 중국에는 고통을 일으키죠. 기분 좋은 것에 집착하면 처음에는 좋지만 점차 고통을 느끼게 마련입니다. 왜 그럴까요? 기분 좋음을 느끼다가 평소상태로 내려오면 우울해져요. 기분 좋음을 자꾸 맛보고 싶은데 그렇지 못하면 기분이 나빠지는 거죠. 원래 평상심에서는 기분이 나쁘지 않았는데 이상합니다. 평상심에 동일시되어 있던 마음이었는데, 기준이 달라져서 기분 좋음을 기본상태로 여기게 되었기 때문입니다. 그래서 그 기준보다 낮은 원래의 평상상태는 기분이 나쁘게 여겨지는 겁니다. 한 달에 100만원 벌이로 살던 사람이 갑자기 일이 잘되어 한 달에 1,000만원을 벌게 됐어요. 그럼 소비도 많아지고, 맛있는 것도 많이 먹고, 다양한 것을 할 수 있겠죠. 맨 처음에는 그런 생활이 좋지만, 일정시간 유지되면 그것이 새로운 기준이 되어 더 이상 기분 좋게 여겨지지 않습니다. 그러다 다시 100만원 벌이로 떨어지면 죽을 것 같죠. 옛날엔 그 돈으로도 그러저럭 살았는데 이젠 그 돈으로 어떻게 사나 싶어집니다. 이처럼 내 안의 익숙한 기준에 따라서 좋고 싫음의 느낌이 나타납니다. 그래서 마음이 우울하여 죽고 싶다는 사람들에게, 길을 가다가 걸인이 보이면 돈을 좀 주라고 말합니다. 그럼 힘이 나거든요. 그 사람을 위해서라기보다는 자기를 위해서 주세요. 누군가에게 뭘 주면 ‘내가 누군가를 도울 힘이 있구나’하는 느낌이 무의식적으로 생겨나고 그 느낌이 자기를 일으켜 세웁니다. 우리가 느끼는 모든 느낌들은 항상 기준에 영향을 받아 따라오는 느낌일 뿐이지 결코 절대적인 느낌이 아닙니다. 느낌의 의타성이죠. (다음호에 계속)

청년 백일학교와 홀로스 공동체 학교

1. 청년 백일학교 일상: 6월의 마무리는 햇감자 수확으로!



청년 백일학교의 일상을 나눠드리는 온비입니다 ^^ 7월의 끝자락을 지나고 있는 지금 이 순간 지난 6월 마지막주 아침 일찍 청년 백일학교 그리고 홀로스 공동체 식구들과 함께 감자 수확을 했습니다. 그 순간을 짧게나마 오인회분들에게 나눠드리려고 해요.

하지가 지난 요즘은 아침에도 햇빛이 짹짹하게 비추어요. 그래서 오전 일찍 작업을 시작하지 않으면 쉽게 지치곤 한답니다. 저희도 감자 수확을 하기 위해 아침 일찍이 나와서 준비를 했어요. 우선 감자골 위에 씌워진 검정 비닐을 벗겨 냈어요. 그리고 감자 잎과 줄기 그리고 뿌리를 뽑았어요. 뿌리를 따라 달랑달랑 달려있는 감자와 땅 속에 숨어 있는 감자들을 깨지지 않게 조심스럽게 캐서 크기 별로 분류를 했어요. 1년 전에는 함양수련원 매화나무 그늘 아래에 감자를 심어서 크기가 굉장히 작았었는데 이번년에는 햇빛 짹짹히 비추는 밭에 심어서 알이 굉장히 튼실했어요. 감자 한알이 제 주먹보다 크답니다 ^^ 썩은 감자는 눈에 꼽을 정도니 2017년 청년 백일학교와 홀로스 공동체의 감자 수확은 대성공! 함양수련원에 오시는 분들은 맛있는 햇감자를 맛보실 수 있답니다 ^^ (많이 많이 놀러오세요!)

그렇게 아침 일찍 감자 수확을 성공적으로 마치고 식사 때 감자를 삶아 먹었어요. 햇감자 맛과 풍미가 깊고 좋았어요. 감자 옆에 심은 콩도 풍년이길 바라면서 이상 글을 마치겠습니다. 감사합니다 ^^

* 백일학교가 더 궁금하시다면?

백일학교 블로그 바로가기) <http://blog.naver.com/zkap0311>

인스타그램 바로가기) https://www.instagram.com/100days_school

2. 청년 백일학교 인터뷰: 은빛님의 졸업을 진심으로 축하합니다!

벌써 100일이 되었습니다. 2017년 3월, 감정으로부터 자유롭고 싶다는 주제를 품으며 청년 백일학교에 입학한 은빛님이 벌써 100일의 여정을 마치고 졸업을 했습니다. 졸업하기 일주일 전에 도건님과 함께 한 이야기를 소식지에 담아봅니다. 은빛님이 100일 학교를 통해 무엇을 느끼고 배웠는지 인터뷰를 통해 함께 느껴보시기 바랍니다 ^^ 은빛님의 졸업을 진심으로 축하합니다!



도건(이하 도): 벌써 백일이 되었네요. 그동안 백일학교에서 공부하면서 어떠셨나요?

은빛(이하 은): 짧으면 짧고 길다면 긴 기간이었다고 생각해요. 백일 동안 탐구하면서 저의 내면에 대해서 많이 살펴볼 수 있었던 시간이었어요. 처음에는 제 감정으로부터 자유롭고 싶은 마음에 백일학교 입학에 결정하게 되었어요. 백일학교에서 생활하면서 제 감정을 느끼고 살펴보는 연습을 많이 했어요. 이 부분이 저에겐 가장 인상 깊은 탐구였어요.

도: 그런 연습들이 삶에 어떻게 적용이 되었나요?

은: 예전에는 감정에 동일시되어 있어도 동일시되어 있는지 몰랐어요. 그냥 올라오는 감정들에 휘청거리며 살았어요. 하지만 100일이라는 시간 동안 감정, 생각들을 감지로 경계 그리고 느끼는 연습을 꾸준히 하다 보니 지금은 웬만한 감정은 동일시되지 않고 떨어져서 볼 수 있게 되었어요.

도: 자신이 품은 백일학교 주제들 중에 가장 인상 깊은 주제는 무엇인가요?

은: 주제 중에 가장 기억 남는 것이 있어요. '최선의 것을 추구하되 어느것도 주인되게 하지 않는다' 라는 주제인데요. 이 주제가 저에게 가장 와 닿았던 이유는 생각과 감정을 느낌으로 느끼고 필요할 때에는 사용하고 필요하지 않을 때에는 내려놓는 것처럼 어떤 상황에 있어서 최선의 것을 추구하면서도 그것을 추구하는 마음에 동일시되거나 묶이지 않고 잘 사용하라는 느낌을 경험적으로 느낄 수 있었어요.

도: 백일동안 가치관에 변화가 있었나요?

은: 백일학교에 입학하기 전에 저는 생각을 위주로 선택을 했었어요. 그러나 백일학교 과정을 지나오고 난 후로는 내면의 소리에 더욱 더 귀를 기울이게 되었어요. 저에게는 이게 가장 큰 관점의 변화, 가치관의 변화로 느껴져요.

도: '생각'으로 선택을 한다는 것은 무엇인가요?

은: 예전에는 '이렇게 해야 성공한다!', '남들처럼 ~이런 것들을 해야 된다!' 등 사회에 있는 다양한 기준과 생각들에 동일시가 되어있었어요. 또 이런 생각들이 모두 제 것인 줄 알았어요. 그래서 생각을 따라서 선택을 하기는 했었는데 조화롭지 않았어요. 이게 아닌 것 같은 느낌이랄까요? 그런데 백일학교에서 탐구를 하면서 생각 또한 하나의 느낌이라는 것을 발견하게 되었어요. 그동안은 생각대로 했는데 행복하지 않았어요. 그런데 저의 내면에 귀를 기울이는 연습을 하다 보니 생각이 아닌 느낌이 저에게 필요한 것이라는 것을 알게 되었어요. 그제서야 방법이 보이더라구요. 생각이 답이 아니었어요. 저의 내면에 귀를 기울이는 것이 진정 저를 위한 선택인 것 같아요.

도: 청년 백일학교 입학을 고민하는 사람에게 전하고 싶은 말씀이 있으신가요?

은: 처음에 100일과정이라고 들었을 때는 '왜 이렇게 기간이 길지?'라는 생각을 했었어요. 또 사실 100일이라는 시간을 통으로 뺏다는 것 자체가 학생 같은 경우에는 방학에는 괜찮은데, 직장인은 직장을 그만 두고 와야 되잖아요? 이런 부분이 걸리시는 분들이 많을 것 같아요. 저도 그랬고요. 그런데 그런 분들에게 말씀 드리고 싶은 게 하나 있어요. 지금 겪고 있는 힘든 상황이나 문제들은 자신이 변하지 않으면 해결되지 않는다는 점을 보라는 것이에요. 물론 지금까지 살면서 쌓여온 오랜 습관들 때문에 '나'라는 것이 한 순간에 바뀌지는 않아요. 더욱이 2박 3일 동안 강의를 듣는다고 해도 절대 변하지 않죠. 자신이 변화하려면 최소한 100일이라는 시간이 필요해요. 정말 자신이 변화하고 싶다면 자신에게 시간을 투자해야 한다고 생각해요. 지나보니 100일이라는 시간이 생각보다 그렇게 길지 않더라구요.

예전에 저는 '회사는 최소한 3년은 다녀야만 한다.'라는 기준이 있었어요. 그런데 그것은 정답이 아니잖아요. 그런데 그때는 그런 기준에 묶여 있었기 때문에 그 기간을 다 채우고 퇴직을 했어요. 지금 생각해 보면 그 기준을 꼭 지킬 필요는 없었거든요. 답이 정해져있는게 아닌데 그런것을 정해놓고 추구하는 삶이었던 거예요. 하지만 청년 백일학교에 입학하고 싶으시다면 우선 그런 생각들을 접고 100일이라는 시간을 온전히 자신을 위해 투자할 용기가 필요해요. 그래서 진정으로 변화하고 싶다면 일단 모든 시간을 내어서 자신을 돌아볼 수 있도록 여유 있게 시간을 투자해야 한다고 생각해요. 왜냐하면 제가 직접 경험했기 때문이에요. 자신과 삶을 성찰하는 깊이있는 시간을 갖고 싶긴 한데 회사를 그만두지 못한다면 무언가에 얽매어있다는 거죠. 그 관성을 깨고 용기 있게 백일학교를 선택해야 한다고 생각해요. 그래야 변화할 수 있다고 생각하구요.

도: 변화 한다는 것은 습관을 깨는 것이기도 하죠. 마지막으로 한 말씀 해주시겠어요?

은: 우선 감사드린다는 말씀을 드리고 싶어요. 백일학교를 만나기 전까지 저는 제가 어떤 감정에 동일시되어 있는지도 모르고 살았어요. 그런데 백일학교 생활을 하면서 월인 선생님과 도건님께서 바로 옆에서 안내를 해 주셔서 저도 몰랐던 저의 습관과 관성들을 의식화 할 수 있었어요. 강한 감정이나 강한 습관을 의식화 한다는 것이 너무나 힘든 과정이긴 했지만 그것을 넘어갈 수 있게 도와주셔서 너무나 감사해요. 도움이 많이 되었어요. 그리고 청년 백일학교 오기 전보다 마음은 훨씬 가벼워졌어요. 감정이 올라와도 예전처럼 심하게 그것을 잡고 동일시되지는 않아요. 백일학교에서 탐구한 과정들이 삶을 살아가는 데 큰 도움이 된다는 것을 깊이 느꼈던 100일이었어요. 100일 동안 너무나 감사했습니다.

3. 홀로스 공동체 <후원회 모임>을 나눕니다 ^^



그동안 청년 백일학교와 홀로스 공동체를 뒤에서 묵묵히 후원해 주신 후원회분들과 함께 하는 자리를 가졌습니다. 이 날은 청년 백일학교 7차 통무님의 졸업 발표도 함께 진행되었는데요, 통무님의 100일간의 탐구의 여정과 통찰을 후원회분들에게 나눌 수 있어 기쁘고 감사했습니다.

발표 이후 후원회 분들과 함께 현재 자신의 삶과 후원회에 대한 모든 아이디어를 나누는 시간을 가졌습니다. 다같이 모인 자리는 처음이라 조금은 낯설고 어색했던 분위기가 나눔을 통해 조금씩 열려가는 것을 느낄 수 있었습니다. 천강님, 해연님, 기보님, 광주나무님, 자현님, 솔내음님, 우심님, 구당님, 나무님께서 나눠주신 이야기를 이번 소식지를 통해 여러분들께 나눠드리겠습니다 ^^

초현: 지금 여러분들의 삶과, 아이디어들을 자유롭게 나눠주세요.

천강: 공동체 이야기가 나온것이 15년이 되었습니다. 미내사가 공동체 이야기를 했지만 1세대가 지나가고 나서 공부쪽으로 방향이 갔는데, 지금 다시 공동체라는 이야기가 나왔을 때 관심이 생겼어요. 오늘 '의식엔진과 홀로스 비전' 발표를 듣고, '참 좋은데, 이것을 어떻게 알릴까?' 젊은 사람들이 자리를 잡고 자기들의 삶과 방향성을 이 비전과 같이 갈 수 있었으면 좋겠는데 하구요.

방법이란 특별한 것이 아니라 마음을 내면 되리라 생각합니다. 그 방법으로는 우리 서로 얼굴을 자주 보고 나누는것이 필요하다고 생각해요. 기대를 하고 있는 것은 캠프예요. 성지, 도건, 자형 이런 친구들의 컨텐츠들이 제도권에 들어갈 수 있을것 같아요. 우선 저희가 할 수 있는 방법은 이번 에 진행되는 <행복한 학습캠프>에 사람들을 많이 만들어 주는 것이라고 생각해요. 내가 참여했던 모임들을 보면 처음엔 10명이 안되었는데 이후에 500명이 2만원씩 내는 모임으로 발전했어요. 그게 어려운일이 아니라고 생각해요. 이 후원회 모임이 그런 활동의 시발점이 되리라고 생각해요. 자주 만나서 나누고 공감하는 자리가 되면 좋을 것 같습니다.

해연: 2013년 오인회 모임 나왔고, 이런 모임은 처음입니다. 궁금해서 참석하게 되었습니다. 젊은 분들 발표 들어보니까 힘 닿는대로 도움이 되고 싶다는 생각이 들었습니다.

기보: 요즘에는 공부와 멀어져서 정신없이 살고 있습니다. 저는 다른 분들과 생각은 비슷한데요, 그동안 청년백일학교를 후원하는 입장에서 도움을 드렸습니다. 그렇지만 저는 후원회라든지 조직,

챙기고 이런것을 적극적으로 하는 스타일이 아닙니다. 그래도 안할 이유는 없기 때문에 (웃음) 열심히 해보겠습니다.

광주나무: 저는 생각해보니까 14년도에 가볍게 방학이 끝나가서 경상도로 놀러가볼까해서 접하게 된게 깨어있기입니다. 수요오인회도 하다가 현재는 조론강의만 듣고 있습니다. 젊은분들이 공부하는 모습들을 보면서 신기하기도 하고 뿌듯하기도 합니다.

자현: 제가 후원회 여러분들에게 직접 연락을 하면서 느꼈던 것은, '내가 성지님이나 선생님께서 하시는 말씀, 하시고자 하시는 일을 제대로 전달할 수 있을까?'라는 고민을 많이 했었어요. 어떻게 하면 오시게 할까 고민을 했어요. 그런데 이렇게 많은 분들이 오셔서 직접 얼굴 보니 정말 좋아요. 후원회에 모이는 사람들이 기쁘고 즐겁게 이루어지면 나머지 사람들도 관심을 가질것 같다는 생각이 들어요. 여기 오시는 분들이 모임의 뜻을 전달받고 모인 사람들이 마음을 모아줬으면 좋겠어요. ^^

솔내음: 2009년에 미내사 북카페에서 구당 선생님과 평화로운 밥상 공부를 하는것으로 시작되었어요. 지금은 천연발효재료 공부하며 강사활동을 하고 있고 오인회는 월인 선생님과 약속으로 왔습니다. 후원회 모임에 온 이유는 꿈나무들을 보고 싶어서 왔습니다. 많은 모임들을 정리중인데 새로 시작하는 모임에 오게되니까 참 새롭고 좋습니다. 이 곳에 특별한 의미가 있다고 느껴집니다. 제가 젊은 시절부터 애둘러왔던 길을 돌아 지금 겨우 이만큼 느끼고 있는데, 10대, 20대, 30대 젊은 친구들이 바로 제대로 된 길을 뚫고 갈 수 있는 터가 프로그램이 선배들이 있다는 게 몽클했습니다. 할 수 있으면 제가 지금은 경제적으로 여유있진 않지만, 마음과 물질이든 조정한병이라도 챙겨서 먹이고 함께 가자는 말씀 드리고 싶습니다.

우심: 이 후원회 모임은 우리가 입은 은혜를 갚아 나가는 과정인것 같습니다. 적극나서지는 못하지만 뒤에서 조력하고 내공부를 계속해왔습니다. 지금 하고 있는 공부는 위빠사나를 중심으로 하고 있는데 미내사에서 이런 것들을 새로 추스리고 조직화한다는 것을 보니까 이제 토대가 온 것 같은 생각이 들어 고무가 됩니다. 제가 할 수 있는 역할이 있으면 기꺼이 참여해서 함께 성장해나가고 싶습니다.

구당: '공동체'라는 단어는 오래전부터 기독교에 몸담으면서 들어왔습니다. 그런데 거기에 헌신하면서 올인했다가 이게 아니라는 것을 알고 나오게 되었습니다. 전전공공하면서 많이 탕진을 하다가 미내사까지 오게 되었습니다. 단체가 여러군데가 있지만, 미내사와 같이 구속받지 않고, 부담도 없고, 후원에 대한 감사에 대한 말도 없고(웃음) 자유롭고, 있는듯 하면서 없는 이런 아름다운 공동체가 어디있을까 생각했습니다.

최근에 대표님에게 영성 단체 뿐만 아니라 회사들도 보면 말 없이 20~30년 동안 몸 담고(공동체가 아니라고 할 지 모르지만) 있으면서 하나된 연습을 한 사람들에게겐 뭔가 장인정신 같은 것이 있을 거라는 말씀을 드렸습니다. 이런 미내사에서 장인정신을 가지고 달인이 된 분들을 연구하고 이를 통해 기업사회에서 공동체화하는 프로그램을 만들었으면 하는 바람이 있습니다. 그런 것 중에 하나가 통찰력게임인 것 같습니다. 미내사에서 갖고 있는 홀로스 공동체, 하나되면서도 개별성이 인정되는 이런 아름다운 공동체가 꼭 아름답게 이루어지길 바라는 마음에서 후원회에 참석했습니다. 아낌없이 후원에 동참하겠습니다.

나무: 깨어있기 기초부터 칼님이 1년간 함양에서 공부했던 것처럼, 6월부터는 공부를 다시 하자라고 생각하고 있던터에 자현님께 연락이 와서 후원회 모임에 참여하게 되었습니다. 나라는 것이 쓰여지는 과정이니 준비를 잘해놓으면 잘 쓰일 수 있다고 생각이 들어서 마음을 내게 되었습니다. 여러방면으로 제가 할 수 있는일 있으면 쓰여지겠습니다. (끝)

4. 통찰력게임 워크숍 후기_중국 아동 여성기금 대표 시몬님



지금 나에게 가장 필요한 것은, 나 자신에 대한

통찰력게임 주제는 무엇인가요?

저의 통찰력게임 주제는 '나는 개인을 넘어선 영성과 융화되고 연결되어서 나를 찾는 환자들도 융화될 수 있도록 도와주고 싶다.' 입니다.

통찰력게임을 통해 경험한 것을 나눠주세요.

저의 주제를 이루기 위해 가장 필요했던 것은 게임을 통해 받았던 '신뢰' 카드였습니다. '신뢰' 카드를 받았을 때, 제가 예전에 히말라야에서 여행 하고 수련하던 중에 경험했던 죽음의 위기의 순간이 떠올랐습니다. 그리고 눈물이 났습니다. 결국은 당시에 저 자신에 대한 깊은 신뢰 덕분에 생존할 수 있었고 앞으로 나아갈 수 있었다는 것을 느낄 수 있었습니다. 선생님의 안내에 따라 그때의 신뢰감을 떠올려서 그 느낌을 온몸에 가득 채운 후 주먹을 꽉 쥐었는데 온몸이 따뜻해지며 모든 잠들었던 세포가 깨어나는 느낌이었습니다. 제 주제를 이루는 데 장애가 나타나면 이 신뢰의 에너지를 쓰라고 하신 안내자의 말씀이 가슴 깊이 와 닿았습니다. 또 한 가지는 단어에서 오는 이미지, 언어에서 오는 선입견 때문에 사고가 한정된 틀 속에 있음을 발견했는데, 그러한 것을 해결하기 위해선 카드가 제시해준 대로, 매일 밤 일정하게 하루를 되돌아보는 반성의 시간이 필요하다는 것을 느꼈습니다. 이러한 반성의 시간과 통찰, 관찰을 통해야만 기존의 프레임이 내에서가 아니라 언어와 이미지를 벗어나 더 깊은 차원의 영성으로 여행이 가능할 것 같습니다. 그러기 위한 수행 방편으로 그동안 제가 해오던 호흡 수련과, 들이마실때 상대의 아픔을 함께 흡수하고 내뿜을 때 사랑의 느낌을 내뿜는 통렌(Tong Ren) 명상, 감사일기, 유머와 여유, 신뢰가 주는 파워가 필요함을 느꼈습니다. 그러한 매일의 수행이 나를 더욱 깊은 차원의 영성과 연결시켜 줄 수 있고, 다른 사람들도 도와줄 수 있을 것 같습니다. 1박 2일 동안의 통찰력게임을 안내해 주신 선생님과, 함께 게임을 진행하며 서로의 느낌과 생각을 나눌 수 있었던 선호님, 소연님께도 감사하다는 인사 전하고 싶습니다. 감사합니다.