



# 홀로스 공동체

의식확장과 힐링, 새로운 사회의 연구 및 발전을 통한 물질과 의식의 통합

- 발행 월인 • 편집 허유, 초현, 쎬이, 선호, 연우
- 주소 서울시 관악구 쑥고개로 68 헤남빌딩 4층
- 전화 02-747-2261 • 이메일 cpo@herenow.co.kr

## 오인회 소식

2020년 3월 (제102호)

삶은 삶이다

다가오는 삶이 바뀌는 것은 아니다.

다만,

다르게 바라보는 삶이 있을 뿐이다.

- 超顯 -





### 홀로스 공동체 후원 현황

● 홀로스 운영 후원 내역

○ 일반후원

3월 9일 류창형 1만원 / 3월 9일 서원 100만원 / 3월 10일 선호 1만원 / 3월 11일 권오인 10만원 / 3월 20일 여행 1만원 / 3월 25일 신현현 5만원

● 공동체학교 후원 내역

○ 일반후원 (기보 100만원, 연주 60만원, 바람 300만원, 지원 100만원, 자명 230만원, 노래 100만원)

○ 월정기후원 (매월 20만원 / 별칭 뒤에 숫자는 월 후원 횟수입니다)

• 일반 (익명A24, 익명B24, 능주24, 솔내음21, 무유24, 고을39, 서원24, 여몽32, 원님39, 기보24, 썬이25, 허유24, 거위24)

• 기타 (가온36, 구당38, 자현24)

<공동체학교 후원계좌> 우리은행 1002-135-404042 이원규. 문의 02-747-2261

● 번뇌즉보리 총서 후원 안내

<번뇌즉보리 총서 후원계좌> 농협 351-0680-1315-13 이원규. 문의 02-747-2261



### '깨어있기'가 깨어있게 한다 (6부)

무연 님과의 대담 / 정리 : 영채

2013~2014년에 걸쳐 오인회에 참여하였던 무연 님과의 대담을 위주로 오인회에서 진행되는 작업을 소개합니다. 감지에서 감각, '나'라는 느낌에까지 이르러 점차 마음에서 일어나는 모든 것들을 하나의 '마음속 현상'으로 보는 과정을 세세히 담았습니다.

무연 님은 '마음이란 무엇인가'를 탐구하면서, 생각이 어떤 과정으로 일어나는지 궁금했습니다. 우연히 《깨어있기》 책을 만나게 되었고, 책 속의 "우리가 보고 있는 것은 내 마음의 상"이라는 문구가 가슴에 와 닿았다 합니다. 그후 깨어있기 프로그램과 오인회 모임에 참가하면서, 내 마음의 상이 내면에서 언어로 나타난 것이 생각이고, 외부의 움직임으로 표출된 것이 행동이라는 것을 알게 되었습니다. 그리고 이것을 자각하는 것도 자신을 자유롭게 할 수 있는 길 중에 하나라는 것을 알게 되었습니다. 지금은 '깨어있기'란 단어가 사람을 깨어있게 만드는 힘이 있다는 것을 느끼면서 지내고 있습니다.

월인 : 지금 시각적 감지가 어느 정도로 오고 있습니까?

무연 : 사물을 보고 '저것이 느낌이고 내 안에서 일어나는 거구나.' 라는 식의 인지가 이제 일어납니다.

월인 : 만약 '저것이 내 안에 일어나는 느낌이구나.'라는 것이 일어난다면, 그 느낌이 주의를 조절하면 달라진다는 것도 시험해봤습니까?

무연 : 네. 주의를 그냥 감각 상태로 하면 보이는 그 자체지 그렇게 크게 구별이 안 되었습니다.

월인 : 그때 미미하게 어떤 상이 생기는 것과 감각으로 들어갔을 때 상이 사라지는 것 그것을 한번 내적으로 잘 느끼면서 구별해보세요. 그러면 '아, 이런 것이 시각적 상이구나. 시각적 느낌이구나.' 라는 것이 좀 와 닿을 수 있습니다. 우리가 주의제로 갔다가 주의5로 나왔다가 하는 연습을 하죠? 주의제로하면 눈에 보이지만 '보지 않는'

상태가 됩니다. 그러다가 주의5로 올라오면 분명한 상이 잡혀서 느낌으로 오지요. 이렇게 주의제로와 주의5 사이를 왔다갔다 하는 것만 해봐도 시각적인 상 또는 시각적인 느낌이 생겨났다 사라졌다 하는 것을 확인할 수 있습니다. 그것을 한번 연습해보셔도 됩니다.

무연 : 알겠습니다.

월인 : 시각적 느낌은 미묘해서 촉각적인 느낌과 비교하면 레벨이 낮습니다. 강하지 않기 때문에 그것을 느낌으로 파악하기가 쉽지는 않습니다. 그런데 시각적 감지가 느낌으로만 파악되면 다른 나머지 감각 대상들은 다 감지로서 금방 파악이 됩니다.

무연 : 네, 감지로서 의식을 하지 않으면 그냥 그렇게 보이긴 합니다.

월인 : 그렇습니다. 지금은 애써야죠. 연습을 많이 하면 그냥 바로 느낌으로 다가옵니다. 이제 느낌으로 분명히 오면 굳이 생각으로 볼 필요가 없어요. 왜냐하면 느낌으로 볼 때 더 세밀하고 엄밀하게 구별이 되거든요. 그리고 구별이 되기 때문에 일상을 살아가는데 아무 불편함이 없어요. 생각으로 보면 수많은 생각들의 네트워크가 동시에 흔들려서 복잡한테 감지로 보면 머릿속이 아주 단순해지죠. 감지로 살아가면 단순해지면서도 엄밀하게 구별하기 때문에 좋습니다. 생각은 필요할 때만 가져다 꺼내 쓰면 되지요.

무연 : '생각'에 대해 말씀하시니까 일상 살다보면 생각 같은 게 많이 떠오르거든요.

월인 : 필요도 없는 생각이?

무연 : 네. 그랬을 때 그냥 생각없이 바라본다 이것이 가능한 건지. 그렇게 한번 시도를 해봤거든요. 그런데 잘 안 되더라고요.

월인 : 어떻게 했지요?

무연 : 생각이 떠오를 때 그냥 이름과 생각없이 본다는 마음으로 보려고 하는데 생각이 떠오르고 그냥 진행이 되더라고요.

월인 : 생각을 바라보려면 '느낌 차원'으로 내려가야 됩니다. 생각 차원에서는 생각을 바라볼 수가 없습니다. 왜냐하면 생각에 자꾸 끌려들어가죠. 생각이란 것은 이름들의 네트워크인데 '내가 나'라는 생각 또는 '바라봐야 되겠다. 관찰해야 되겠다.' 라는 생각을 가지고 그 레벨에서 다른 생각들을 바라보면 다른 생각이 흔들릴 때 나 역시 흔들리기 때문에 같이 꼬달리죠. 같이 섞여버립니다. 그런데 내가 느낌 차원으로 내려가 있으면 생각들이 움직일 때 움직임 자체로 느껴지죠. 생각이 내용 속으로 빨려 들어가지 않고 생각을 생각으로 바라보려면 느낌 차원에서 느껴야 되지 생각차원에서는 생각의 내용 속으로 들어가 버리고 맙니다. 생각을 바라본다는 것은 내용 속으로 들어가지 않는다는 뜻이에요. 그런데 생각은 내용 속으로 들어가지 않을 수가 없는 게 다른 모든 것들과 연결되어 있기 때문에 하나가 흔들리면 다른 것도 흔들립니다. 그래서 내가 생각차원에서 바라보면 바라봐지지 않죠. 감지 레벨에서 있어야 됩니다. '감지 레벨에서 있다.'는 말은, 예를 들어서 한 문장의 생각이 있다면 그 생각을 한 덩어리로 느끼는 거예요. 내용 속에 들어가 있지 않고요. '아 오늘은 날씨가 참 좋은데.' 라는 생각이 있다면 '날씨가 참 좋은데.'를 떠올리면 어때요? 날씨가 좋다는 그 내용 속으로 들어가게 되잖아요? 의미가 느껴지죠. 그것은 생각 속에 들어가 있는 거고 즉 그것은 내가 생각 차원에 있다는 뜻이고, '날씨가 참 좋은데'라는 생각을 느끼려면 전체가 한 덩어리로서 어떤 느낌이 있다는 것을 발견해야 해요. 그래서 그걸 위해서 우리가 그 문장을 떠올렸을 때 뇌 속의 물리적인 느낌 느껴보기를 했던 것입니다. 잘 안되면 그것부터 해야 됩니다. 그래서 생각의 내용 속으로 빠지지 않는 연습을 해야 됩니다. 내용 속으로 빠져버리면 그것은 생각을 볼 수 없고 생각과 같은 레벨에 주의가 머물고 있다고 보면 됩니다. 하나의 문장이나 하나의 말을 한 덩어리로 느끼는 겁니다. 느낌이라는 것은 항상 한 덩어리입니다. 생각은 뭐예요? (핸드폰을 내밀며) 껍질, 핸드폰, 화면, 송화기, 수화기 이런 것들이 생각이죠? 느낌은 이것 모두가 한 덩어리가 된 거예요. 내용은 다 하나하나 분별되어서 와 닿는 거라면 느낌은 그냥 한 덩어리로 느껴지는 겁니다. 생각을 느낀다면 생각도 역시 한 덩어리로 느껴져야 되요. 이런 식이죠. '나는 지금 서울에 와서 여기 이렇게 화상 회의를 하고 있다' 라는 생각의 내용은 서울, 화상회의, 하고 있다, 나는 뭐 이런 것들이 다 개별적으로 내용이 와 닿잖아요? 그것은 개별적이기 때문에 생각 속에 들어있는 거예요. 느낀다면 '나는 서울에서 화상회의를 하고 있다' 라는 문장 전체가 한 덩어리로, 그 전체가

가지고 있는 무엇을 느끼는 것입니다. 이런 것이 생각을 ‘느낀다’는 겁니다. 그렇게 되면 그 내용 속으로 빠지지 않게 되지요. 우리의 생각이나 말도 마찬가지로요. 그래서 처음에 내용 속으로 빠지지 않게 하기 위해 생각을 할 때 뇌 속의 물리적인 느낌에 초점을 맞췄던 것입니다. 왜냐하면 모든 생각들은 결국 육체적인 뇌의 신경활동과 연계가 되어있기 때문입니다. 꼭 같다고 할 순 없지만 연계가 되어있기 때문에 내가 감정이 일어나 화가 올라오면 몸에서 열이 반쳐 올라오듯이 말입니다.

물론 꼭 같다고 할 순 없습니다. 같다고 한다는 것은 유물적 사관이죠. 물질과 정신을 나눠놓고 보는 관점에 의해서 그런 말이 나오는 것입니다. 어쨌든 물리적인 느낌에 초점을 맞추면 그것을 한 덩어리로 느낄 수 있거든요. 감정이 올라왔을 때 감정을 한 덩어리로 느낄 수 있는 것처럼, 생각도 주로 뇌에서, 옛날 사람 같으면 배에서 일어난다 말할 수 있겠죠. 지금은 뇌에서 일어난다는 것을 의식하고 있고 느낌도 주로 그쪽에서 느낍니다. 그것을 현대사회가 사고를 많이 사용하는 생활이 되었기 때문입니다. 어쨌든 생각을 할 때 그 생각이 불리일으키는 뇌 속의 물리적인 느낌을 한 덩어리로 잡아서 느끼기 할 수 있습니다. 어떤 생각을 할 때 미미하게 뇌 속의 소엽들, 전두엽, 후두엽 좌측두엽 등 이런 곳에 미미한 물리적인 느낌을 잡아서 경계 짓고 그걸 한 덩어리로 느끼기 연습을 한 이유가 생각의 내용에 빠지지 말라고 그런 것입니다. 그렇게 느끼려면 육체적인 몸에 초점을 맞춰야하기 때문에 당연히 생각의 내용에서 빠져나올 수밖에 없어요. 예를들어 ‘강아지가 잔디밭에서 뛰고 있어’ 그러면 머릿속에 상이 떠오르잖아요? 강아지, 푸른 잔디밭, 뛰놀고 있는 모습 이런 것들이 상으로 잡히는 데 그러면 거기에 또 공이 나오고 내가 알던 잔디밭과 그 옆에 둘러쌓여진 바위들 등등, 자꾸 내용 속으로 빠진단 말이에요. ‘강아지가 잔디밭에서 뛰어놀고 있다’라는 말 자체가 불리일으키는 뇌 속의 물리적인 느낌에 초점을 맞추면 그 내용에 빠져들지 않고 그 말이 불리일으키는 몸의 느낌을 보게 되니까 한 덩어리로 느낄 수가 있게 됩니다. 그런 식으로 처음에는 생각 느끼기를 해보셔도 됩니다. 그런데 나중에는 그렇게 하지 않더라도 말하면서도 자기 생각이 하나의 느낌으로 느껴지죠. 시작은 그렇게 하면 좋습니다.

무연 : 네 알겠습니다.

월인 : 주의제로와 주의5 사이를 왔다갔다하면서 시각적 감지를 발견해보고 생각 느끼기를 해보신 것은 어떻습니까?

무연 : 주의제로와 주의5 왔다갔다하기를 해보니, 시감에 대해서 주의제로하면 사물의 경계가 흐려지면서 특별하게 상이 있다는 느낌이 없어진다고 할까요?

월인 : 주의제로 하면 마음이 비어버린다는 것이 느껴집니까? 시각적인 측면에서.

무연 : 네. 뭐가 잡혀있다는 감은 안 들거든요.

월인 : 주의5로 하면 뭔가 나타나죠.

무연 : 네. 주의5로 하면 신경이 더 써지고 주의가 가면서 사물에 대한 구분이 생깁니다.

월인 : 거기서 생각과 이름은 아직 나타나지 않은 상태죠?

무연 : 네. 생각과 이름은 없지만 그 상에 대한 안다라는 느낌, 내 안의 느낌을 가졌습니다.

월인 : ‘내 안의 느낌이겠구나.’라고 추측이 되고 조금씩 와 닿아도 상관 없고요. 일단은 시각적 감지가 뭔지 ‘아, 이런 느낌으로 나타나는구나.’를 아시겠죠?

무연 : 네. 그건 잡힌 것 같습니다.

월인 : 그럼 주위 방을 둘러볼 때도 바로 그런 느낌으로 바라볼 수 있겠습니까?

무연 : 아직은 느낌이 내 안에서 일어난다는 걸 의도적으로 가지면서 봐야지만 보아지는 것 같습니다.

월인 : 그렇군요. 그런 식의 시각적인 느낌을 자꾸 연습해 보세요.

무연 : 알겠습니다. (다음호에 계속)

## 대승기신론(85) - 2013년 10월 8일 강의 월인(越因)

此謂如來廣大性智究竟之義，非如虛空相故。  
차위여래광대성지구경지의, 비여허공상고.

이것을 일러 여래의 광대한 본성의 지혜인 구경(究竟)의 뜻을 말한 것이고, 허공상과 같은 것은 아닌 것이다.

여래(如來)의 본질은 이런 것이지 허공상(虛空相)과 같은 것이 아닙니다. 공(空)을 더 본질에 가까운 것으로 여기기 쉽지만 본질은 공상(空相)과는 다릅니다. 우리가 심화과정에서 느껴본 ‘슬픔은 슬픔대로 있고 나는 나대로 있다.’는 것 또한 일종의 비유일 뿐인 거예요. 슬픔도 본질의 표현이고, 슬픔과는 별개인 ‘투명한 나’도 본질의 표현입니다. 마음에 잡히는 모든 것이 본질이 나타난 ‘모습’이에요. 대부분 희로애락(喜怒哀樂)이 가득한 삶에 빠져있기 때문에 그 연습이 당시에는 쓸모가 있죠. 그렇지만 희로애락의 상(相)은 본질과 다르지 않은 것입니다. 본질은 움직이지 않은 현상이고, 현상은 움직인 본질이에요. 따라서 본질과 현상은 다르지 않습니다. 이것을 오직 진심(真心)만이 편만하다고 표현했습니다. 번뇌즉보리(煩惱卽菩提)입니다. 사람들은 번뇌를 떠나고 싶어 하지만 번뇌를 떠나면 본질에서도 떠나는 겁니다.

오늘 강의의 가장 핵심적인 내용은 허공상(虛空相), 공상(空相), 텅 빈 마음은 본질에 가까운 것이 아니라 색(色)에 대한 집착을 깨뜨리기 위한 방편으로 사용한 말이라는 것입니다.

대치사집(對治邪執)은 사된 집착을 대치하는 것인데, 잘못된 집착이 생겨나는 두 가지 이유가 인아견(人我見)과 법아견(法我見)이 있기 때문입니다. 여기서 아(我)라는 것은 변함없이 고정된 그 무엇을 말합니다. 변함없는 실체로서의 진리가 존재한다는 견해가 법아견(法我見)이고, 사람한테 ‘나’라는 고정불변의 주체가 존재한다는 것이 인아견(人我見)입니다. 인아견(人我見)은 모든 잘못된 집착의 최전선에 있는 견해입니다.

지난 시간에는 다섯 가지의 인아견(人我見) 중에서 첫 번째에 대해서 강의했습니다. ‘여래법신은 적막하여 허공과 같다.’라는 경전의 말은, 본질을 실체 있는 것으로 여기고 집착하는 것을 깨뜨리기 위한 설명일 뿐이지 본질이 허공과 같다는 의미가 아니라고 했죠. 일체의 색(色)은 본래 마음속의 일이고 마음 밖에서는 특별하게 분별되는 색(色)이 없습니다. 이때 말하는 색(色)은 만물이죠. 불변하는 고유한 색(色)은 없어요. 진리가 공(空)과 같다는 것도 색(色)과 대비되는 측면을 말한 것이지, 진리 자체가 공(空)이라는 상(相)을 지닌 것은 아닙니다. 우리는 ‘마음에 잡히는 모든 것은 현상’이라는 말을 자주 해왔습니다. 이 말을 듣고 ‘마음에 잡히는 모든 것은 현상이니까, 마음에 잡히지 않는 텅 빈 것이 본질이겠구나.’라고 생각한다면 오해라는 거예요. ‘텅 빈 것’은 ‘마음에 잡히는 것’에 대비되는 상(相)이죠. 이 또한 마음이 만들어낸 상(相)입니다. 본질은 잡을 수 없다는 측면에서 현상이 아니라고 말하는 것이지, 잡을 수 없다고 해서 텅 빈 것은 아닙니다. 여러분 마음속의 ‘텅 빈 것’이라는 허공상을 깨뜨리기 위해서 이런 얘기를 하는 겁니다.

오늘은 두 번째 인아견(人我見)부터 강의합니다.

二者間修多羅說，世間諸法畢竟體空，乃至涅槃眞如之法亦畢竟空，從本已來自空，離一切相。以不知爲破著故，則謂眞如涅槃之性唯是其空。

이자문수다라설, 세간제법필경체공, 내지열반진여지법역필경공, 중본이래자공, 리일체상. 이부지위파착고, 즉위진여열반지성유시기공.



두 번째, 경전에서 '세간의 모든 법(法)이 필경에는 체(體)가 공(空)하며, 열반·진여의 법도 필경에는 공(空)한지라 본래부터 스스로 공(空)하여, 일체의 상(相)을 여의었다'고 하는 말을 듣고, 이것이 집착을 깨뜨리기 위한 것인 줄 모르기 때문에 곧 진여·열반의 본성이 오직 공(空)이라 여기는 것이다.

법(法)은 모든 현상, 현상을 관통하는 진리, 진리에 대한 부처님의 설법, 이렇게 세 가지 의미로 쓰입니다. '世間諸法畢竟體空'에서의 법(法)은 모든 현상을 뜻해요. 그렇다면 세상 모든 현상의 본체가 공(空)하다는 것은 무엇을 의미할까요? 바로 인연성(因緣性)과 의타성(依他性)입니다. 모든 현상은 스스로 존재하지 못하고 서로가 서로의 의지처가 되어 의존합니다. 또, 존재하는 모든 것은 내적인 원인과 외적인 원인이 결합하여 잠시 나타난 것이므로 본질적으로 무언가가 존재하는 것도 아닙니다. 그래서 현상이라고 말하는 것이고, 체(體)가 공(空)하다는 것도 이런 의미입니다. 본질적으로 모든 현상에 본체는 없습니다. 비어있다는 거죠.

내 마음의 슬픔이나 기쁨, 두려움은 어떤 조건에 의해 잠시 생겨난 임시적인 모습일 뿐 본질적인 것은 아닙니다. 어제 누군가가 내게 한 말을 듣고 화가 났어요. 어제의 상황을 떠올려보면, 나는 마음의 여유 없이 정신없이 바쁘게 그 사람이 귀찮게 하면서 한마디 해서 화가 올라왔어요. 그 말을 들었기 때문에 화가 났다고 생각하지만, 오늘 마음의 여유가 있을 때 그 말을 들었다면 화나지 않을 수도 있습니다. 조건이 달라졌기 때문이죠. 그런데 우리는 그 말 때문에 화가 났다고 생각하고, 오늘도 역시 같은 말을 들으면 화날 것이라고 생각해요. 그리고 어제의 화난 나와 오늘 화가 난 내가 똑같다고 생각합니다. 그러나 어제의 나와 지금의 나는 다릅니다. 항상 달라지고 있어요. 같은 말을 들어도 어떤 때는 화가 나고 어떤 때는 화가 나지 않습니다. 이름 붙여진 생각의 세계에서는 상황이나 조건이 달라져도 '나'는 항상 똑같다고 여기는데, 이것은 착각입니다. 상황과 조건을 세밀하게 살펴보면 '나'라는 것의 본체도 일시적이고 임시적이고, 공(空)하다는 것을 알 수 있습니다. 모든 현상은 스스로 존재하는 것이 아니고 서로에게 의존한다는 것이 체(體)가 공(空)하다는 말의 의미입니다.

그리고, 세간의 법(法)뿐만 아니라 본질의 법(法)도 결과적으로 공(空)하여 본래부터 자체라고 할 수 있는 것이 없이 공(空)하여 일체의 상(相)을 떠나있다고 했습니다. (涅槃眞如之法亦畢竟空, 從本已來自空, 離一切相.) 이 말은 '본질은 아무런 상(相)이 없어 잡을 수 없다.'와 같은 내용입니다. 경전에 나오는 이런 말을 들으면, 본질에 대해 '실체를 얻을 그 무엇도 없는 것'으로 여기기 쉽지만, 이런 말은 마음에 일어나는 그 어떤 현상에도 집착하지 않게 하기 위한 방편일 뿐입니다. 본질이 정말 아무것도 아닌 것은 아니에요.

본질을 경험했다고 말하고 설법(說法)도 펼치지만 그것 역시 하나의 현상이라고 했습니다. 우리가 경험했다고 말하는 본질이나 알았다고 여기는 체험은 모두 내적인 현상입니다. '그 순간 느껴진 그 무엇'이라는 측면에서 현상이에요. 본질을 발견했다고 여기는 마음, '나는 알았다'거나 '내가 변했다'는 느낌과 체험도 어느 한 조건에서 나타난 느낌과 알아챈입니다. 다른 조건이 되면 힘없이 희석되고 사라지고 말죠. 알았다는 마음 자체도 현상임을 보게 되면 내가 경험하고 알만한 것이 본질적으로 없다는 걸 깨닫습니다. 이것이 바로 본질도 공(空)하다는 말의 의미입니다. '본질적으로 나는 그 무엇도 아니구나.'하는 그 마음속에 '나는 알았어.'가 생겨나면 현상이라는 소리죠. 그렇기에 시간이 지나면 흔들립니다. 이처럼 깨달은 마음도 믿을 만하지 못하고 현상에 불과하기에 공(空)이라는 것입니다. 그런 체험이 자체적으로 존재하는 것이 아니에요. 어떤 상황과 조건에서 잠시 일어나는 강한 체험일 뿐인데, 그 체험을 붙든다면 그것은 현상이고, 따라서 그것도 공(空)하다는 말이에요. 본질마저도 공(空)하기에 그 어떤 상(相)도 있을 수 없습니다.

그런데, '마음에 잡히는 모든 것은 현상이므로 본질이 아니고, 본질은 잡을 수 없다.'는 말은 정말 그렇다는 것이 아니라 집착을 깨뜨리기 위한 방편이라는 거예요. 본질은 텅 비어있는 것이 아니란 말입니다. 본질이 텅 비어있는 것이라고 여기면 허무함에 빠집니다. '본질은 아무것도 아니네.' 이렇게 생각할 수도 있고, 명상을 통해 자기를 없애려 하기도 합니다. 다시 말해 '본질은 텅 빈 마음'이라는 상(相)을 잡기 쉽다는 말입니다. 경전에서 '본질은

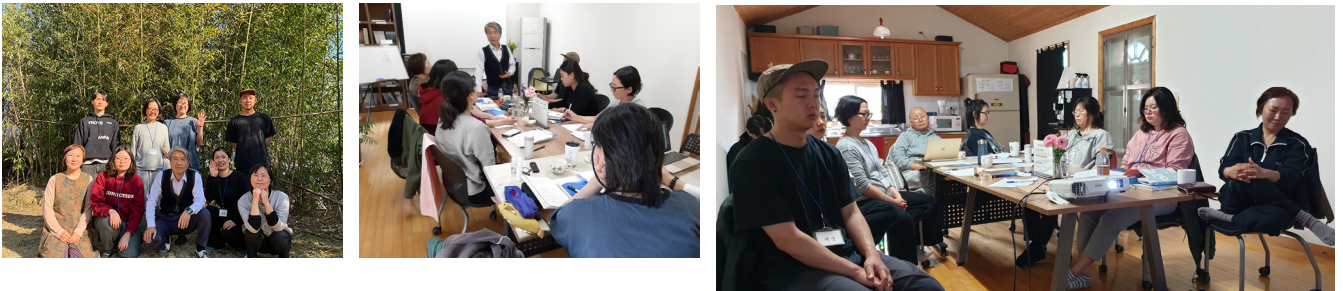
공(空)하고 마음으로 잡을 수 없다.'고 했을 때 마음에 공(空)하다는 상(相)이 생겨서 마음의 모든 작용이나 움직임을 현상으로 치부해버리고, 초연하게 텅 빈 쪽으로만 가려고 합니다. 이것은 왜곡된 마음입니다. 본질은 텅 빈 것도, 텅 비지 않은 것도 아닙니다. 본질은 마음으로 잡을 수 있는 것이 아니에요. '텅 비었다.'는 것 자체도 마음으로 잡아놓은 것입니다.

이처럼 진여, 열반이 공(空)이라는 말에는 참으로 많은 오해가 생길 수 있습니다. 상(相)이 없어서 잡을 수 없다는 의미이지, 삼라만상(森羅萬象)과 모든 마음의 작용이 이 진여를 통해서 일어나기에 결코 공(空)인 것만은 아닙니다. 그러나 그것은 결코 어떤 현상도 아니기에 이해하거나 잡을 수 없다는 것뿐입니다.

삼라만상과 진여의 관계는 마치 대상을 통해 주의를 확인하는 것과 같습니다. 지금 눈앞의 사물을 보면 어떤 상(相)이 있습니다. 그 상(相)은 내 주위가 그 사물로 향하기에 의식되는 것입니다. 즉 의식적으로 '존재'하는 거죠. 그런데 주위제로하거나 감각으로 들어가면 상(相)은 사라집니다. 그렇다면 그 상(相)이 있다는 것은 주위가 거기에 함께 존재한다는 의미이므로, 사물의 상(相)은 주위가 있다는 증거이기도 합니다. 그와 같이 현상이 있다는 것은 본질이 있다는 증거입니다. 그러나 본질은 결코 현상이 존재하는 방식으로 존재하지는 않기 때문에, 현상의 측면에서 공(空)인 것입니다. 그러나 현상, 즉 색(色)도 곧 공(空)입니다. 왜냐하면 공(空)이 색(色)으로 표현되고 있기 때문입니다. (다음 호에 계속)

## 홀로스 공동체 소식

### 1. 깨어있기 심화과정이 진행되었습니다



지난 3월 20일부터 61차 깨어있기 심화과정이 진행되었습니다. 감정과 함께 깨어있기, 생각 느끼기, 동일시 끊기, 있음 연습 등을 위주로 하였으며 심도있는 시간이 되었습니다. 특히 셋별님의 감정에 대한 새로운 인식과 태도, 그와 함께 있을 수 있는 마음을 터득하는 좋은 시간이었습니다. 모두 수고하셨습니다.

### 2. 수국 150그루를 심어보았습니다



지난 3월 19일 초현님과 젊은이 3명이 함께 와서 함양식구들과 청향관 아래 밭에 수국 150그루를 심었습니다. 심은지 4일만에 벌써 새 잎이 나고 튼튼하게 자라고 있습니다. 이제 3년이 지나면 전체 밭이



수국 꽃으로 가득하게 될 것입니다. 그리고 이 받은 젊은이들이 가꾸고 관리하여 백일학교가 유지되는 초석이 될 수 있도록 할 예정입니다. 여러분의 많은 관심 바랍니다.

### 3. 킨츠키 수업을 했습니다



3월 23일부터 함양에 머무르고 있는 아소님이 다기와 도자기 그릇 깨지거나 금간 것을 수리하는 킨츠키 수업을 함양 식구들에게 해주었습니다. 이가 나간 그릇이나 금간 도자기, 또는 깨진 화반 등을 수리하고, 동분, 금분을 발라 멋지게 재탄생 시키는 과정을 전수해주었습니다. 모두들 흥미롭게 배우고 즐겼습니다. 아소님, 감사합니다.

### 4. 연못 바닥을 청소했습니다



탄생시켰네요.

새봄이 와서 연못물 아래 잠겨있는 낙엽들을 건지고 바닥을 청소해주었습니다. 그리고 물을 충분히 새로 넣어주어 금붕어들이 잘 지내도록 해주었습니다. 지난 겨울에 또다시 10마리의 새끼 금붕어들을

### 5. 까미 뒤쪽 밭에 야채를 심었습니다



건강한 밥상에 도움되겠습니다.



까미 뒤쪽에 도라지를 캐고 상추와 속갓, 케일 등을 심었습니다. 초현님이 수국을 가져오면서 함께 데려온 아이들입니다. 잘 길러서 함양 식구들

### 6. 기부와 후원 감사합니다

해인님 딸기와 바나나 감사합니다. 유은정님 우리 강아지들 간식을 보내주셨어요. 고맙습니다. 물방울님 랍스터 왕교자와 꼬지, 만두 등, 이류님 야채와 식재료 감사합니다.



# 강의 · 도서 구입 안내


## 1. 영상강의 데이터 목록

영상강의는 USB 메모리에 넣어 제공되며 1강의당 3,000원입니다. 아래 구분은 편의상 한 것으로, 영상강의 데이터는 원하시는 순서, 시간만큼 요청하시는 대로 구입할 수 있습니다. 이번달에는 다르마, 이류, 아소님이 신청해주셨습니다. 도움 되시기를 바랍니다.

	제목	구분	강의	가격	비고
1	진심직설	전체	총 48강	144,000원	2014.10.28 -2015.6.2
		1강-12강 13강-24강 25강-36강 37강-48강	각 12강	각 36,000원	
2	조론	전체	총 52강	156,000원	2017.4.4 -2018.5.15
		1강-13강 14강-26강 27강-39강 40강-52강	각 13강	각 39,000원	

- ※ 영상강의 원본은 용량이 크기 때문에 사무실에서 직접 담아가시거나, 외장하드를 보내주시면 저장해서 다시 택배로 보내드립니다. (원본과 용량을 줄인 동영상의 가격은 같습니다.)
- ※ 700메가로 줄인 영상강의는 이메일이나 32기가 USB(40시간 정도 수록, 별도 1만원)에 담아서 보내드립니다.

## 2. 도서 안내

구분	제목	가격
필독 도서	깨어있기™ - 의식의 대해부	12,000원
	관성을 넘어가기™ - 감정의 대해부	10,000원
추천도서	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 上권	25,000원
	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 中권	25,000원
	주역, 심층의식으로의 대항해 (만화)	10,000원
	죽음 속에도 봄이 넘쳐나네	8,000원
	<a href="#">푸른 빈 배 (eBook)</a> 	7,000원

### ◆ 구입문의 ◆

- ※ 입금계좌 : 농협 053-12-130081 이원규
- ※ 문의 02-747-2261

- ※ 홈페이지, 문자, 전화, 이메일을 이용해 주문하시면 됩니다.
- ※ 주문하실 때는 주소, 휴대폰 번호, 성함을 알려주십시오.
- ※ 배송료 2,500원(제주도 5,500원)을 합산해 입금해주시시오. (주문금액 10만원 이상은 배송비 무료)