



홀로스 공동체

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

발행 월인 | 편집 허유, 초현, 세이, 연우 | 주소 경남 함양
군 서하면 황산길 53-70 | 전화 02) 747-2261
이메일 cpo@herenow.co.kr  minaisa1996

2022년 3월 (제126호)

오인회 소식

이순간 다가온 것들

내 삶에 다가온 모든 경험들은
회피해야 할 대상이 아니라
다 소중한 가치가 있다

— 초현



‘비개인적 주체’ 발견모임을 시작합니다.

안녕하십니까?

깨어있기가 시작된지 이제 10년을 넘어갑니다. 그동안, 자신의 개인성을 넘어 비개인성을 발견한 사람들이 생겨났고 최근에는 점점 더 늘어나고 있습니다. 그중에는 비개인성을 맞본 사람들이 있고, 또 몇몇 분은 비개인성을 분명하게 보고 거기에 뿌리를 내리려는 사람들도 있습니다. 비개인성의 발견과 거기에 뿌리내린다는 것은, ‘개인적 집착과 저항이 일으키는 고뇌’로부터 자유로워져 삶을 마음껏 살아감을 의미합니다.

물론 비개인성을 발견했다고 즉각 자유로워지는 것은 아닙니다. 그 비개인적 주체 역시 일종의 ‘의식’이기에 자꾸 개인적 의식으로 돌아가려는 관성을 지니고 있기 때문입니다. 그래서 최종적으로는 미지에 뿌리를 내려야겠지요. 그렇더라도 비개인성이 발견되면 이제 그 이후의 과정은 저절로 일어나지게 되므로 크게 문제되지 않습니다.

이 **비개인적 주체의 발견**은 그래서 매우 중요한 의미를 지닙니다. 그리고 이 발견은 깨어있기의 절차를 충실히 따르지만 한다면 그렇게 어려운 일이 아닙니다. 왜냐하면 이미 우리는 비개인성의 투명한 의식을 기반으로 개인성의 의식을 사용하고 있기 때문입니다. 지금 개인적인 ‘나’라고 여겨지는 마음은 이 비개인성을 기반으로 ‘일어나고’ 있다는 것을 즉각 알아채기만 하면 됩니다. 그렇다면 어떤 과정이 이것을 즉각 알아채게 할까요?

여러분이, 마음의 작용을 살펴 감지(感知)를 발견했다면, 그리고 ‘나’라는 느낌 역시 일종의 감지임이 명확해졌다면, 그 ‘나’가 ‘보여지고 있음’을 알아채기는 어렵지 않습니다. ‘보여지고 있다’는 알아챈, 이것이 바로 비개인성으로 가는 첫걸음입니다.

그래서 깨어있기를 수강한 모든 분들이 바로 이 비개인성을 맞보고 거기에 뿌리를 내릴 수 있도록 하는 모임을 시작하려합니다. 월인에게 주어진 시간은 무한정한 것이 아니기에 그 시간이 끝나기 전에 월인과 인연이 되어진 모든 분들이 이 비개인성을 알아채기를 바라는 마음에서 이 모임을 아래와 같이 시작하려 하니 많은 분들의 참여 바랍니다.

월인 두손모음

비개인적 주체 발견모임

* 이 모임은 이미 비개인성을 맞보거나 거기에 뿌리내리고 있는 사람들이, 아직 그것을 발견하지 못한 사람들을 2주에 한번씩 zoom으로 만나 지속적으로 도움을 주는 체계로 진행될 것입니다.

* 이 모임의 이점은 두 부류의 사람들에게 모두 도움이 될 것입니다. 먼저 비개인성을 발견한 사람에게는 지속적으로 이 발견을 되뇌이게 하여 거기에 뿌리내리는데 도움이 될 것이고, 아직 발견하지 못한 분들은

감지에서 ‘나’의 느낌으로, 그 느낌이 ‘보여짐’으로 나아가게 차근차근 도와줄 것입니다.

여러분 모두 비개인성의 자유를 맛보고 거기에 뿌리내리는데 강력한 도구가 되어줄 이 모임에 많은 참여 바랍니다. 이 참여에서는 겸손할 필요도 부끄러워할 필요도 없습니다. 진리에 대한 추구가 그 모든 것을 잠재우게 하십시오.

자신이 비개인성을 맛보았다고 여겨지면 안내자에 신청하시고, 아직 분명하지 않은 분들은 참가자로 신청 하시기 바랍니다. 그러면 월인님과 상의하여 4월 한달간 조직을 구성하고 시간과 방식을 결정하여 진행하도록 하겠습니다.

모임 일정과 신청방법

. 4월 초에 신청받아 중순부터 조직을 구성하고 5월부터 진행할 예정입니다.

. **안내자로 신청** : 자신이 맛본 비개인성을 잊지않고 온 관심을 거기에 기울일 좋은 기회가 될 것입니다.

. **참가자로 신청** : 감지를 알아채고 ‘나’라는 느낌마저 일종의 감지임을 아는 과정, 그것을 넘어 ‘보여짐’의 비개인성을 맛볼 좋은 기회입니다. 비개인성은 ‘내가 느낀다’가 없습니다. 왜냐하면 ‘느끼는 자’는 개인이기 때문입니다. 여전히 자신이 느끼고 경험하고 있다고 여겨진다면 이 모임에 신청하십시오. ‘내가 느끼고 경험한다’는 의식속에 있기에 ‘내가 괴롭다’가 생겨나기 때문입니다. 그래서 개인성의 한계를 벗어나 비개인성의 무한성 속으로 비상하시기 바랍니다.

. **참가신청** : 02-747-2261

. **참가자격** : 깨어있기를 경험한 모든 분들

. **참가기간** : 5월 1일 ~ 12월 31일(8개월간)

. **참가비용** : 이 모임은 서로에게 도움이 될 것이므로 비용은 없습니다.

. **진행방식** : 안내자 1인과 3~4인의 참가자가 짝을 지어 소모임을 만듭니다.

그후 매월 2회 zoom으로 모든 분들이 함께 모여,

각 안내자 별로 소모임방을 만들고 경험을 전하고 전달받는 시간을 가집니다.

월 1회는 월인님도 참여하여 그달의 경험을 나누고 피드백을 받는 시간을 가질 것입니다.

. **월인님 당부말씀** : “여러분이, 월인에게 주어진 시간을 최대한 활용하시기를 바라는 마음 간절합니다.

여러분 스스로 이 무한성을 경험하고 또 전하는 일에 관심 둘 때 분명 이 일은 인간의 의식을 도약시키는 데 일조하게 될 것입니다.

얼마전 백일학교를 졸업한 이하은 양은 오인회원인 바람님의 딸입니다. 바람님이 졸업식에서 한 말이 생각나는군요. ‘월인님이 연세가 더 들기 전에 하은이에게 이 깨어있기를 경험시키고 싶었다’라고 말이지요. 그렇습니다. 제게 주어진 시간은 그리 많지 않습니다. 이 시간 동안 월인을 많이 활용하시기를 바랍니다.”

※ 2022년 3월 28일 기준

홀로스 공동체 후원 현황

● 공동체학교 후원 내역

- 월정기후원 (매월 20만원. 뒤 숫자는 월 후원 횟수입니다)
 - 일반 (고을54, 여몽48, 원님48, 썬이30, 무유26, 익명A24, 익명B24, 능주24, 솔내음21, 서원24, 기보24, 허유24, 거위24)
 - 기타 (구당63, 가온56, 오경아21, 자현24, 호요2, 조오남, 배성현, 오영순)

◎ 공동체학교 후원 계좌 ◎
 우리은행 1002-135-404042 이원규
 (문의 02-747-2261)

● 홀로스 후원 내역

2/27 장경옥 2만원, 2/28 조조 10만원, 3/2 박영래 2만원, 3/10 류창형 1만원, 3/15 황정희 2만원, 3/21 신재경 1만원, 3/27 장경옥 2만원, 3/28 조경희 10만원

● 홀로스 운영 후원 내역

3/10 선호 1만원

● 깨어있기 영문감수 후원 내역

3/15 황정희 2만원



자승자박하는 마음의 구조를 발견하다(4부)

반여 님 인터뷰

반여 님은 30여 년 직장생활을 끝으로 퇴직후 현재는 부산의 한 전문대학에서 강의를 하고 있습니다. 젊은 시절, 대학을 들어갈 때 우연히 읽은 석지연 스님의 《선으로 가는 길》이 동기가 되어 관심가지게 된 의식세계가 대학시절 유행했던 크리슈나무르티, 라즈니쉬로 이어지고, 이런저런 선도 단체나 깨우침이라는 사람을 찾아 공부를 하다가 2000년 초 찾은 무심선원에서 접한 미네사 월간지를 통해 《깨어있기》를 알게 되었습니다. 그러나 책을 통해 뭔가를 발견하고도, 너무나 오랜 시간 헤맨 여운으로 8여년을 혼자 공부하다 마지막이라는 심정으로 월인 님을 2018년 겨울에야 찾았습니다.

깨어있기 기초, 심화를 듣고서 실마리를 경험하고, 그 이후로 오인회를 통해 공부를 하였습니다. 그 과정에서 자승자박하는 마음의 구조를 경험하고서야, 그토록 오랜 시간의 숙제를 좀 해결했다는 느낌입니다. 지금도 여전히 생각이 올라오고 끌려감도 일어나지만, 크게 문제되지 않는 지극히 평범한 삶을 살고 있습니다.

편집실 '나'는 누구인가요?

반여 이 부분은 사실은 이 공부 하시는 분들의 가장 핵심적인 질문인 것 같습니다. 그래서 이것을 깨어있기 식으로 정의를 내리자면, 주의 에너지가 많이 뭉쳐있는 그 모든 것, 주의 에너지가 머물러 있는 곳이면 다 포괄적으로 '내가 될 수 있다, 이렇게 설명을 드릴 수 있겠습니다. 그래서 주의 에너지가 없다면, 그 자신의 자리에 머물게 되는데 그때는 '내'가 사라지고 '있음'만이 존재하게 되고, 더 투명해지면 어릴 때부터 늘 있어온 의식을 발견하는데 이것을 '진아'라고 합니다. 이것도 '나'지만은 평상시에 사회에서 반응하며 사는 이 '개별성'의 '나'도 그 '나'라고 생각을 하지요, 그래서 '나'에 대해 말을 할 때 선생님이 말씀하신 것 중에서 가장 인상에 남는 것은 "나의 스펙트럼은 넓다, '나'에는 스펙트럼이 있다" 그래서 그냥 주의 에너지가 갈 수 있는 것은 다 '내가 될 수 있다. 이렇게 여겨 집니다. 심하게 말하면 "내가 '나'라고 정의하는 모든 것은 '나'이다" 이렇게도 말할 수 있습니다.

편집실 반여님은 누군가요?

반여 저는 지금 이렇게 하고 있는 것도 ‘나’이고, 말하고 있는 ‘나’를 보고 있는 놈도 ‘나’이고, 내가 느끼는 ‘느낌’도 그리 생각을 하고……. 그래서 꼭 정의를 안내린다면 ‘나’는 없다고 말할 수 있습니다. 다만 ‘나는 없다’는 표현을 너무 오랫동안 하다 보니까 반대로 ‘나는 없다’고 말하고 있는 놈은 또 누구냐 이거죠. 그래서 ‘나’라는 표현은, 니르말라는 ‘나는 없다’ 이런 것으로 책을 여러 권 냈지만, ‘나는 없다’라기 보다는 ‘나는 모든 것이다’라고 표현하는 것이 더 나은 게 아닐까요? 그래서 굳이 ‘나’를 없애려고 난리를 칠 필요도 없었을 것 같습니다. 즉, “나는 모든 것이 될 수 있다” 이렇게 표현하는 게 더 나은 것 같습니다.

종합적으로 보면, 모든 것이 내가 된다는 것은 결국 내가 없다는 것과도 같은 말이지요. 그렇게 말씀하시는 분이 있더군요. 우리식으로 말하면 주의 에너지가 뭉친 곳은 다 주체로 느껴지기 때문에 주의 에너지를 많이 보내면 그것들이 다 ‘내가 되는 거지요.

편집실 모든 것이 ‘나’라면 ‘나’라는 것이 따로 있지 않으니 그러면 ‘나’라는 말도 필요가 없는 게 되지 않을까요?

반여 그렇죠.

편집실 ‘나’와 ‘대상’은, 어떤 관계가 있는지 의식의 분열과 관련해서 말씀 해 주세요.

반여 무명의 바람이 불어 대상이 일어나면 그것과 동시에 ‘나’라는 것이 나타나지요. 주의 에너지가 많이 뭉친 곳을 주체로 느끼게 되고, 그 주체를 말로 표현하게 되는 시점에 ‘나’라는 말을 쓰게 되는 것 같습니다. ‘대상’과 ‘나’는 동시에 일어나고 그 사이에 느낌이 있습니다.

편집실 한쪽이 없으면 다른 한쪽도 있을 수 없다?

반여 그렇죠. 그래서 우리가 연습하는 것 중 대상이 사라지는 연습을 하잖아요? 자기를 대상으로 두고 자기가 자기를 바라보게 되면, “나’라는 느낌이 갑자기 죽고 ‘있음’만 있게 되고, ‘있음’을 좀 더 관찰하게 되면 투명해지면서 거기로 간다.” 이렇게 말씀을 하시는데 문제는 이제 일상생활을 할 때 대상이 사라지는 경우가 별로 없다는 것입니다. 눈을 감으나, 뜨나, 꿈속에 가나, 꿈속을 안 가나 항상 대상이 시각으로 부딪치고, 청각으로 부딪치고, 그 둘이 없으면 마음에서 또 대상을 만들어 버리니까 쉬지 않고 주의가 밖으로 나갈 수밖에 없고, 또 그 대상에 주의 에너지가 흘러가면서 주체가 만들어지고, 그래서 항상 주체와 대상이 존재하게 되니, 무아라는 것을 느끼는 것은 에너지가 정지 됐을 때 아니면 못하는데, 에너지가 전개됐을 때는 자기가 무아의 상태인지를 알지도 못하고 지나가는 것 같아요. 그냥 무심의 상태로 가버리니까. 이러니 이 공부가 굉장히 어려웠던 것 같습니다.

편집실 그러면 어떻게 해서 그것을 파악하게 되신 거죠? ‘나’와 ‘대상’이란 게 상호의존적이고 동시에 존재한다, 그것을 어떻게 파악하게 됐나요?

반여 저의 경우는 그냥 선생님이 시키는 대로 계속 주체를 찾았습니다. 처음에는 대상에서 보는 자를 찾고 경험하며, 그 후에 보는 자를 다시 또 관찰하는 주체를 발견하려 했지요. 느낌도 없고 경험도 할 수 없다는 그 주체를 발견하려는 그런 작업들을 오랫동안 하는 과정에서 제 의도와는 관계없이 일어난 것 같습니다. 이것은 의도한다고 되는 것이 아니기 때문에 저의 의도와 관계없이 그냥 선생님이 시키시는 대로 열심히 하다보니까 거의 오인회를 포기하려는 시점쯤 되니까 보게 된 것 같습니다.

편집실 그게 어떠셨어요?

반여 음…… 간단하게 말씀드리면, 그냥 평상시하는 대로 그 개별성을 지켜보는 것, 또는 주체와 대상 둘다를 지켜보면, 이런 것들이 몽땅 하나로 다, 같은 하나의 장에 나타나는 것을 잠시 봤어요. 그러자 그것을 보는 순간에 느낌이 강하게 온 것은 “아 이게 어렸을 때부터 아무런 것을 배우지 않더라도 쪽 있던 기능이구나.”하는 것이 와 닿았어요. 그 순간 다음부터는 노력을 하지 않더라도 늘 있다는 것을 알겠더라고요. 전에는 선생님이 가리키는 주체를 찾기 위해서 몇 달을 또는 한참을 헤매었다면, 이제 그 노력을 하지 않아도 대상을 보면 즉시 주체도 같이 보이는 거지요. 그래서 제가 이렇게 표현했습니다. “흰백지에 글을 적으면 글과 흰백지가 동시에 보인다. 이게 노력 없이 저절로 보인다.” 이렇게 말이지요. 그런데 그것도 며칠 지나니까 또 그냥 평상시로 돌아오던데, 돌아와도 별 문제가 안 되더라고요. 왜냐하면 통찰로 남아있다 보니까 느낌은 시간이 지나면 줄어들고 사라지지만 통찰은 남아있습니다. 그래서 이렇게 여기까지 오고 있습니다(다음호에 계속).



‘깨어있기’가 깨어있게 한다 (30부)

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 어떻게 지내셨습니까? 이번주는 ‘내가 있는 곳이 느낌의 세계’라는 것을 확인해보기로 했었나요? 어떻습니까?

무연 일단은 감각적 자극에 의한 흔적으로 구분되는 것이 감지이고, 느낌의 세계라는 게 많이 인지가 된 것 같거든요. 내가 있는 자리가 느낌의 세계라고 인식을 하고 보면 느낌의 세계라고 인정은 됩니다. 그런데 일상에서 생활하다 보면 나라는 것과 동일시되어 살아가니까 특별히 인식하기 전에는 느낌이라고 인식하지 못하고 지내는 경향이 있는 것 같습니다.

월인 의식을 하려고 하면 된다는 거죠?

무연 네. 의식을 하고 내가 구분해서 내 어떤 감각을 상대적으로 해석한 감지의 바탕에서 비교하여 나오는 것이라는 식의 인지가 되니까 느낌이라는 것이 인정이 되거든요.

월인 느낌으로 느껴져요?

무연 느낌으로 느껴지고 구별됩니다. 이런 것이 순간순간 보면 내 안에서의 느낌이라고 느껴집니다.

월인 지금 방안의 문이나 천장이나 이런 걸 보면 느낌으로 다가옵니까?

무연 순간에는 안 오고 머리의 뇌에서 해석된 것을 느껴야 느낀다고 할까요?

월인 어쨌든 그러면 느낌으로 와요?

무연 느낌이라고 제가 인정을 하는 거죠.

월인 인정을 하면 눈으로 보이는 것이 좀 달라집니까?

무연 인정을 하면 ‘내가 내 감각에 의해서 구분하고 있구나.’ 그걸 한번 더 리마인드한다고 할까요?

월인 자, 생각으로 보는 것과 느낌으로 보는 것이 차이가 있죠. 감각과 생각의 차이. 일단 감지로는 볼 수는 있는 거잖아요? 감지로 보는 것과 생각으로 보는 것의 차이가 있습니까? 하나의 사물을 보고 생각이 붙었을 때와 생각을 뺐을 때 느낌의 차이가 있어요?

무연 생각을 떼고 보면, 이렇게 감지로 구별이 된다는 것이 생각은 없지만 그런 게 느껴지거든요.

월인 그때 생각을 뺐 느낌이 바로 감지라는 거잖아요. 지금 그 얘기를 하는 거란 말이에요. 그러니까 생각을 떼고 보는 느낌을 얘기하는 거지 생각을 가지고 보는 느낌을 이야기하는 게 아닙니다. 내가 보는 이 세계가 느낌의 세계라고 말하는 것은 생각을 뺐을 때 느낌의 세계를 말하는 거예요.

무연 말로 표현하자면, 생각을 떼고도 구별되는 것이요.

월인 그렇습니다. 이제 그런 게 보이는 거죠? 요새도 후회합니까?

무연 네. 알겠습니다.

월인 그게 와 닿아요? 느낌으로?

무연 생각과 이름을 떼고 구별이 되어서 느낌으로 다가옵니다.

월인 그렇다면 이제, 생각으로 볼 때와 느낌으로 볼 때의 미묘한 차이가 있습니까?

무연 생각과 이름을 떼고 보면 그냥 그 상태에서 말로 표현할 수 없는 느낌이지만, 생각을 집어넣으면 거기에 해석을 더하는 거죠.

월인 예를 들어 문을 보면 문이라는 이름을 떼고 봤을 때 보이는 것과 문이라는 생각을 집어넣고 봤을 때는 미묘한 차이가 보인다는 거죠?

무연 네.

월인 좋습니다. 그렇다면 문이라는 이름을 떼고 본 것이 하나의 느낌이라는 것, 그것이 와 닿는다면 느낌으로 보이는 거예요. 그것이 당연히 느낌의 세계라는 거죠. 그러니까 해석할 필요도 없고 즉각적인 감지로 보이는 겁니다. 감지라는 것도 일종의 느낌이니깐요. 그럼 내가 느낌의 세계 속에 있다는 것이 분명해지죠. 보통은 생각을 가지고 봅니다. 생각을 가지고 보면 당연히 ‘이 세계가 느낌의 세계’라는 것이 와 닿지 않아요. 그냥 생각 속에 있게 되는 거니까.

무연 네. 그리고 해석을 하거든요.

월인 그렇죠. 그러니까 제가 얘기하는 것은 해석을 하지 말고 그냥 감지로 보라는 겁니다. 감지로 바로 볼 수 있습니까?

무연 네. 보려고 하면 봐지는 것 같습니다.

월인 그러면 감지라는 것은 생각과 이름이 없으니까 이미 그것이 느낌이라는 것이 분명하잖아요. 그렇게 감지로 보면 해석할 필요 없어요. 감지로 보면 이 느낌의 세계라는 것이 해석이 필요 없는 곳인 겁니다. 그 말은 어떠세요?

무연 네.

월인 생각 없이 보아져요?

무연 네.

월인 느낌의 세계라는 것은 해석이 필요 없는 세계입니다. 해석을 해서 ‘저건 느낌이야. 감각에 의한 느낌이야.’ 이렇게 해석을 할 필요가 없다는 뜻입니다. 감지로 보면요.

무연 그런데 우리가 ‘나라는 느낌’을 정리해서 보면 대상을 봤을 때 떠오르는 나라의 느낌에 느낌도 있지만 생각도 많이 있잖아요? 그렇게 보다보면 그것을 일부러 느낌이라고 인식 않고 보다가 동일시가 되어 그냥 느낌이라는 생각 없이 봐지는 것 같거든요.

월인 사실은 감지로 바로바로 볼 수가 없기 때문에 그렇게 된다고 할 수 있어요. 보면서 감지로 바로 들어갈 수 있다면 해석이 필요 없는 것인데, 감지로 바로 안 들어가니까 해석이 필요한 거죠. 문을 보면 이름이나 생각이 먼저 떠오르는 것 아니에요? 아니면 감지로 바로 볼 수 있나요?

무연 네. 생각 떼고 보아집니다.

월인 일상에서도요?

무연 아무 생각 없이 있을 때는 그냥 있다가 감지로 보겠다 하면 그렇게 봐지는데, 일상에서 사람들과 있으면 생각이 많이 들어가죠.

월인 그렇다면 사람들과 얘기하지 않을 때는 감지로 있을 수 있어요?

무연 네. 보려고 하면 봐지는 것 같습니다.

월인 일상에서 그렇게 누구와 대화할 필요가 없을 때 그냥 감지로 있어보세요. 감지로 있으면 미묘한 구분이 더 잘 됩니다. 알아채지 못하던 것도 더 알아채지고, 탁탁 느낌이 바로바로 잡히니까요. (다음 호에 계속)

진심직설眞心直說 (20) - 2014년 강의 월인(越因)

올바르게 믿는 마음을 일으켜 진정한 진심에 이르지 못한다 하더라도 그 신심을 일으키면 유익한 일이 있지 않겠냐는 질문에 대승기신론을 인용한 답이 이어집니다.

曰 起信論에云하사대

왈 기신론 운

대답하여 대승기신론에 말하기를

若人 이 聞是法已하고

약인 문시법이

만일 어떤 사람이 이 법을 이미 듣고

不生怯弱하면 當知是人은

불생겁약 당지시인

겁약함을 일으키지 않으면 마땅히 이 사람은

定紹佛種하야 必爲諸佛之所授記니

정소불종 필위제불지소수기

분명 부처의 씨앗을 받아 제불의 수기를 받을 것임을 알라.

믿는 마음이라는 것은 그냥 하는 생각이 아닙니다. “이미 당신은 완전한 부처입니다.”라는 말을 듣고 ‘아 그렇구나!’라고 생각한다고 해서 그것이 믿는 마음인 것은 아니에요. 믿는 마음에는 ‘힘’이 있어요. 확신이지요. 예를 들어, ‘지구는 둥근 모양이고 태양 주위를 돌고 있다’는 지식은 스스로 깨우친 건가요, 아니면 믿는 마음인가요? 믿는 마음이잖아요. 여러분은 지구 밖으로 나가보지 않았어요. 누구나 다 그렇다고 말하고, TV에서도 보여주고, 과학자들이 논리적으로 설명해주니까 여러분 안에 지구는 둥글고 태양 주위를 돌고 있다는 확신이 섰어요. 그러나 그것은 여전히 믿음일 뿐입니다. 더욱이 이치와 메커니즘을 통해 생겨난 믿음은 점점 더 강해집니다. 그래서 공부를 통해서 이해하고 하나씩 경험하면서 믿음이 확실해져 어느 순간 믿음이 성취되면 신성취발심(信成就發心)이 됩니다. 이때부터는 무슨 일이 생겨도 물러서지 않아요. 끝까지 이뤄질 때까지 갑니다. 마치 부산에서 제주도행 표를 사고 배 위에 오른 사람과 같습니다. 그 사람은 더 이상 다른 곳으로 가지 않아요. 믿음이 성취된 사람은 목적하는 곳으로 가게 되어있습니다. 믿음에는 그런 힘이 있어요. 느낌이 있습니다.

믿음이 없는 사람과 있는 사람은 큰 차이가 납니다. 믿음의 힘이 있는 사람은 자기가 믿으며 하는 일에 철저하게 에너지를 쏟을 수 있습니다. 자신감과 같은 거예요. 내 앞에 은산철벽이 있어도 자신감, 즉 할 수 있다는 믿음의 느낌이 있는 사람은 힘들다고 느끼기보다는 어떻게든 뚫고 나가려고 애씁니다. 반면에 자신감이 없는 사람은 낮은 벽 앞에서 물러서고 말지요. 자신감 또한 느낌이에요. 그런데 어떤 힘이 있는 느낌이어서 행동할 수 있는 원천이 됩니다. 초발신심(初發信心)은 바로 이런 힘이 있는 믿는 마음을 말합니다. 아직 깨우치지 않았지만 할 수 있다는 믿음이죠. “내가 어떻게 부처가 될 수 있습니까?”라고 한다면 그 사람은 아직 조사선(祖師禪)에 발심이 안 된 겁니다. 부처는 저 높은 경지라서 오르고 애써야 하며, 죽을 때까지 노력해도 다다르기 힘든 놀라운 상태라고 믿는 믿음으로는 결코 부처라는 것에 이를 수 없겠지요. 그 길을 끝까지 갈 수 없기 때문입니다. 이것은 올바른 믿음이 아닙니다. 부처도 여러분과 똑같은 인간입니다. 똑같이 죽음에 괴로워하고, 병드는 것을 싫어해서 일체의 질병과 고통과 죽음이 없는 세계를 찾겠다며 떠났어요. 그러다가 마침내 병들고 죽고 사라지는 그런 사람이라는 것이 없다는 것을 깨우쳤습니다. ‘나는 그러고 싶지 않다’고 소망했었는데 그런 ‘나’가 없음을 발견한 거예요. 이것이 바로 무아(無我)입니다. 이 길을 끝까지 가려는 사람에게는 올바른 믿음이 중요합니다. 올바른 믿음에는 힘이 있으며, 그럴 때만 드디어 뭔가 시작될 수 있습니다.

만약 사람이 이 법을 듣고 나서 두려운 마음을 일으키지만 앓는다면, 그 사람은 마땅히 부처의 씨앗을 이어받아서 반드시 모든 부처의 수기(授記)를 받게 될 것이라고 했습니다. 수기(授記)는 부처님이 제자들에게 장차 성불할 것이라고 예언하는 것을 말합니다. 겁약(怯弱)을 일으킨다는 것은 겁내고 약한 마음이 드는 것입니다. 해보지도 않고서 ‘이것이 될까?’ 의심하는 마음이죠. 힘들고 어렵다는 느낌에 물러서지 않는 마음이 바로 불생겁약(不生怯弱)입니다. 신심이 생긴 후 겁내고 약한 마음을 일으키지만 앓으면 그 사람은 부처의 씨앗을 이어받은 것과 같다고 했습니다. 우리는 어떤 연습이나 훈련을 하면서 잘 안 되고 지치면 그냥 멈추고 쉬어버립니다. 예를 들어 ‘모든 것이 현상’이라는 말을 듣고 정말 그런지 마음으로 살펴보는 실험을 하면, 현상이라는 것이 애매하고 정말 현상인지 아닌지 판단하기 힘든 시기가 옵니다. 강력한 감정에 사로잡힐 때면 그것이 나 같고, 지금 이야기를 듣고 있는 것이 아무리 봐도 나 같은데, 이것이 어떻게 현상이라는지 도저히 모르겠다는 생각이 일어납니다. 아무리 생각하고 살펴보고 느껴 봐도 이해가 안 된다는 마음이 들면 포기하기 쉬워요. 이제 겨우 시작해 놓고 말입니다. 누구는 15년, 20년을 했는데 이제 겨우 1년도 채 하지 않고 힘들다고 포기하고 말아요. 좀 쉬운 길이 있다고 알려주는데도 말이에요. 20년을 길도 모른 채 해매고 돌아다니다가 어찌어찌 하다가 뒷발로 쥐 잡듯이 겨우 알아채고서, 20년의 방향이 너무 우회의 길이었다는 것을 알고, 이제 사람들에게 핵심적인 것만 알려주는데, 그것마저도 힘들고 이해가 안 된다고 포기한다면 그것이 바로 겁약한 마음입니다. 물론 ‘이게 정말 되는 걸까?’라는 의심은 들 수 있어요. 아직 깨우침이 일어나지 않았는데 어떻게 의심하지 않을 수 있겠어요. 그럼에도 불구하고 한 번 믿기 시작하면 그냥 믿어야 됩니다. 안 그러면 다른 믿을 수 있는 것을 찾아가야 돼요.

그런데 포기하려는 마음 또한 하나의 현상임을 알아차리는 사람이 있습니다. 이런 사람이 정말 샤프한 사람이죠. ‘아 힘들고 어려워. 마음에서 일어나는 모든 것이 현상이라고? 그래, 어떤 느낌이 일어나면 그건 현상이지. 나타난 거니까. 고정된 실체가 아니라 잠시 나타났다가 사라지기 때문에 현상이라고 하지. 그런데 이것이 정말 고정된 실체가 아닌 걸까? 그래도 역시 잘 모르겠어. 아, 힘든데.’ 라고 하는 순간 딱 알아차리죠. ‘힘들다는 마음 역시 마음에 나타난 하나의 현상 아닌가?’라고 의심이 들 때 드디어 자기 자신에 대해 의심하기 시작하는 겁니다. 힘들어 미치겠다고 말하는 ‘자기 자신’을 의심할 때 드디어 본질적인 측면으로 들어가게 되는 거예요. 그렇게 ‘포기하려는 마음’ 또한 하나의 ‘현상’임을 보면 다시 힘내서 계속 할 수 있습니다(다음호에 계속).

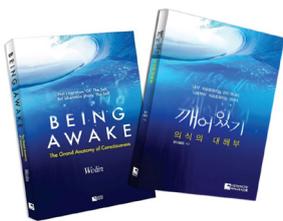
홀로스 공동체 소식

중론강의와 화요일오인회가 진행중입니다.



이번 중론강의에서는 불상부단(不常不斷)에 대해 이야기 되었습니다. 우리가 습관적으로 가지고 있는, 입자적 실체적으로 존재한다는 ‘개념’이 사물에 적용되고, 내면에 적용되고 있는 모습을 살펴보고, 그것이 허구임을 보았습니다. 그 모습은 우리 마음이 현상계를 정적(靜的)으로 보고 있는 측면이며, 더 진실에 가까운 것은 세계의 동적인 모습임을, 그 동적인 모습은 지금 이 순간을 볼 때에만 알아챌 수 있음을 보았습니다. 그래서 선(禪)에서는 늘 이 순간으로 돌아오도록 하는데, 이번 강의에서는 마조와 백장의 일화를 통해 그것을 직관적으로 느껴보았습니다. 참여하신 모든 분들 고맙습니다.

깨어있기 영문본이 출간되었습니다.



60여분의 후원으로 깨어있기 영문판이 출간되었습니다. 모두 감사드립니다. 이 책은 분석적이고 논리적인 서구인들에게 자신의 빛을 밝히는데 많은 도움이 되리라 생각합니다. 여러분의 깊은 관심과 정성어린 후원에 다시 한번 감사드리며 깨어있기가 세계로 뻗어나가기를 기원합니다

졸업식이 진행되었습니다.

지난 12월 100일학교에 입학한 이하은 님은 서강대 경제학과를 재학중 회계사 시험을 준비하는 과정에서 만난 우울과, 그 이전부터 있어온 감정적 어려움을 근본적으로 해결하고자 100일 학교에 입학하였습니다. 이제 100일간의 치열한 자기탐구를 마친 하은님은 마음의 구조를 보고, 그것이 무엇으로 되어있으며, 어떻게 마음의 문제들을 해결해나갈지 바로 보게 되었습니다. 특히나 일상의 작은 사건과 일들을 통해 깊은 통찰을 해내고, 거기서 의미를 발견하여 자신의 문제와 연결시키는 모습이 훌륭하였습니다. 이번 졸업발표는 곧 정리하여 영상으로 올리도록 하겠습니다. .



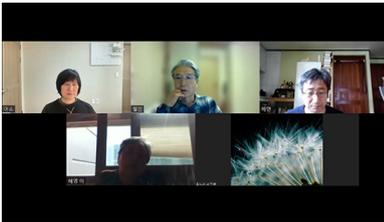
통찰력게임 안내자 교육이 있었습니다.



3월 26일 함양연수원에서 통찰력 안내자 교육이 있었습니다. 오랜만에 본 얼굴들 반가웠습니다. 안내자는 그 역할이 투명한 거울이 되고, 참가자의 느낌의 변화를 민감하게 알아채야 하기에 깨어있는 마음은 기본이 되어야 합니다. 그래서 안내자 역할을 오래 하게

되면 그 어떤 수행을 한 사람보다도 더 투명한 마음으로 초연해지게 됩니다. 초연하다는 것은 결코 마음이 둔해지는 것이 아니라, 상대의 마음을 민감하게 느끼고 공감하되 그것이 느낌임을 알고 거기에 빠지지 않는 것입니다. 그것이 좋은 안내자의 핵심요소입니다. 참여하신 분들 모두 안내자 경험을 통해 참가자의 문제를 해결해주고 또 자신은 초연함을 얻기를 기대합니다.

마스터교육이 진행되었습니다.



3월 깨어있기 마스터과정이 진행되었습니다. 이번 수업의 내용은 ‘오감과 함께 깨어있기’, ‘내가 있음 느끼기’입니다.

생각·감정은 감지가 끼어든 표면의식에 해당되고, 오감은 감각적인 차원으로 내려온 것으로 ‘오감과 함께 깨어있기’를 통해 감각 역시 진정한 내가 아님을 확인할 수 있습니다. 이 작업은 깨어있는 의식이 모든 감각적인 현상과 생각 그리고 감정이 일어나는 움직임들에 상관없이 늘 물들지 않고 있음을 확인시켜줍니다. 비록 내 기준이 있어서 호오의 감정이 일어나지만 이때 중심을 주체로 옮기게 되면 그 기준이 더 이상 내가 아니게 되고 감정이 일어나도 괜찮게 됩니다.

느낌이 희미해지고 사라지는 주의제로와는 다르게, 초점이 현상인 느낌에 가 있더라도 이것이 기준을 가진 개별성으로 ‘보는’ 것이 아니라 ‘보여진다’는 비개별성의 상태이기에 괜찮은 것입니다. 생각이나 마음의 어떤 느낌도 ‘봄’에 의해 다 알아지고 있을 때에는 호오를 경험하고 때로는 주장하면서도 언제든지 멈출 수 있습니다.

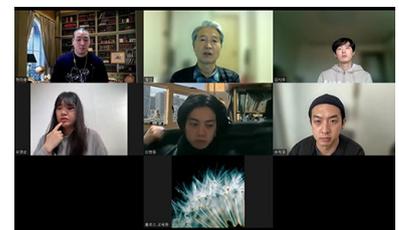
‘내가 있음 느끼기’ 연습을 통해 그 아래 더 근본적인 ‘있음’으로 넘어가게 되고 있음의 느낌을 가능하게 하는 주체를 파악할 수 있습니다. 주체가 확인된 이후에는 나는 비개인성인 ‘봄’이라는 것이 철저해지도록 해야 합니다. 비개인성인 봄에는 집착하거나 저항할 기준이 없습니다. 나는 이제 알았다는 확신이나 믿음도 마음의 내용에 빠져 있는 것이고 진정한 앎은 알았다는 느낌이 없습니다.

의식적으로 이해하지 못하는 느낌을 포함하여 모든 느낌의 아래에는 스토리가 있습니다. 그리고 비록 스토리가 실제 일어난 사건을 반영하는 것일지라도 그 스토리는 마음이 만들어 낸 것이기에 모든 느낌에서 가벼워질 수 있습니다. 가르침을 주시는 월인선생님과 함께 공부하는 도반님들께 감사드립니다. (정리: 해연)

청년모임이 진행되었습니다.

3월 청년모임이 진행되었습니다.

이번 모임에서는 일상에서 부딪히는 감정과 느낌들을 느끼고 알고 있는 마음의 주인이 누구인지 살펴보는 과정을 기반으로 감정적 상황에서의 탐구방법, 반복되는 패턴 넘어서기, 느낌이 주는 신호를 파악하기 등의 주제들을 다루었습니다.



안내자와의 대화속에서 마음의 원리들을 각자의 상황에 맞게 적용하고 실행에 옮겨봄으로써 내 마음의 운전대에 익숙해지는 탐구과정을 경험해 갑니다. 그리고 각자 한 달간 경험한 내용을 토대로 통찰이나 느낌을 나눕니다. 청년들의 지난 한 달간 삶을 정리하고 안내자를 통해 삶의 장애나 문제들을 해결해가는 지혜를 터득해 가는 시간을 만들어가고 있습니다.(정리: 매화)

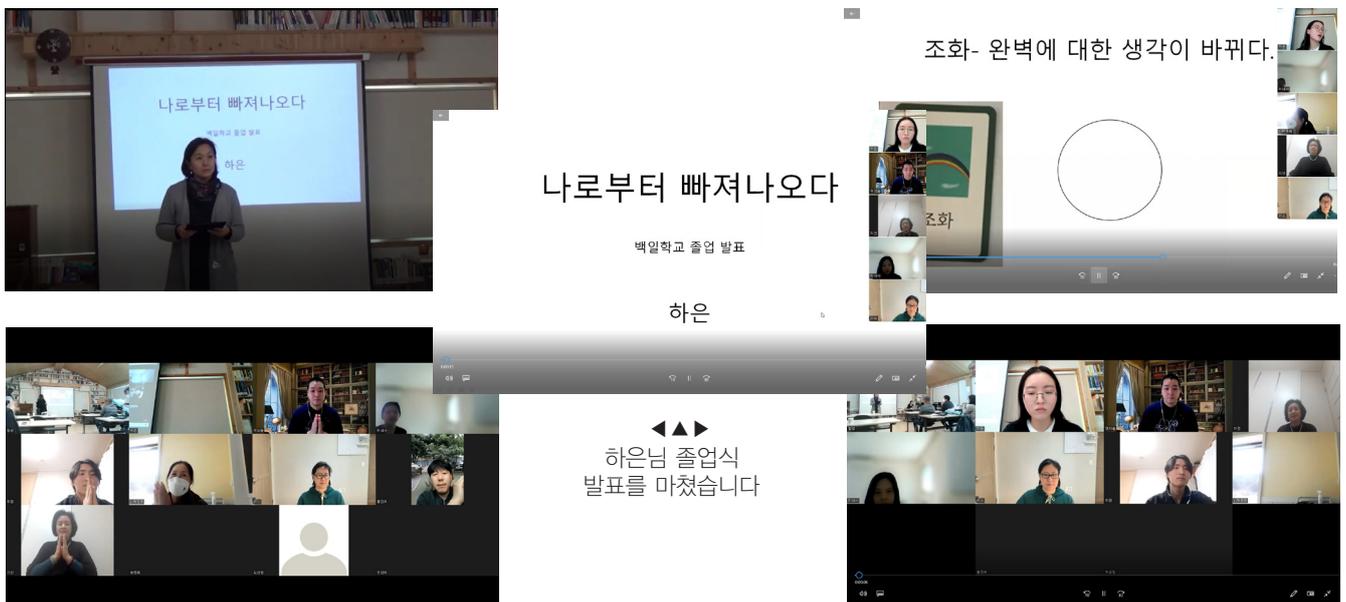
초현의 산중생활



올해는 봄에
여러가지 품종 수선화를
4,000개 정도 심어 보았다



홀로스 공동체 일상





▲ 목련이 피었습니다.
상쾌한 산책을 ▶
태풍이 가족과 함께



▲ 감자를 심었습니다



▲ 여기저기 상사화가 피고 있습니다



◀◀◀
밭을 갈고 새봄에 모종을 심을 준비를 하였습니다. 그리고 지주대를 정리했습니다.

강의 · 도서 구입 안내

1. 영상강의 데이터 목록

영상강의는 USB 메모리에 넣어 제공되며 1강의당 3,000원입니다. 아래는 편의상 강의별 전체 가격만 안내해드린 것이며, 꼭 전 범위가 아니라도 원하시는 강의만 부분적으로도 구입하실 수 있습니다

	제목	강의	가격	데이터 용량	비고
1	진심직설	총 50강	150,000원	60GB	2014.5-2015.6
2	조론	총 52강	156,000원	7GB	2017.4-2018.5
3	주역	총 39강	117,000원	6.3GB	2016.4~2017.1
4	요가수트라	총 82강	246,000원	53GB	2018.8~2021.8

※ 외장하드나 USB를 보내주시면 강의 영상을 저장해서 다시 택배로 보내드립니다.
데이터 용량은 표를 참고하시기 바라며 전체강의를 기준으로 한 것 입니다.

2. 도서 안내

구분	제목	가격
필독 도서	깨어있기™ - 의식의 대해부	12,000원
	관성을 넘어가기™ - 감정의 대해부	10,000원
추천 도서	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 上권	25,000원
	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 中권	25,000원
	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 下권	25,000원
	주역, 심층의식으로의 대항해 (만화)	10,000원
	죽음 속에도 봄이 넘쳐나네	8,000원
	푸른 빈 배 (eBook) 	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 3,000원(제주도 5,500원)을 합산해 입금해주십시오.(주문금액 10만원 이상은 배송비 무료)