

## 개념 이전의 체험

| 용타스님 |

'나'도 없고 '대상'도 없다고 여길 때 나의 의식은 어떤 상태일까? 아주 자연스러운, 너무도 쉬워 모를 수 없는 그것에 대해 이야기합니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서 12부)

## 055. 절체절명의 두 질문

마음은 대상對象에 대한 집착執着으로 구겨지기 시작한다. 구겨짐은 집착의 정도에 비례하여 커진다. 마음속의 모든 고통과 사회적인 모든 싸움의 뿌리는 바로 집착이다. 집착은 이따금 성취의 기쁨을 주지만 거의가 좌절과 분노憤怒로 점철된다. 왜 집착을 하게 될까, 대상에 대한 바른 이해의 부족 때문에 하게 된다. 불교에서 말하는 탐진치貪瞋癡란 집착貪, 분노瞋, 이해부족(痴, 어리석음)을 뜻하며 이것을 일러 사람(중생)을 근본적으로 불행케 하는 세 가지 독毒, 곧 삼독三毒이라 한다. 불교의 수행은 바로 이 삼독三毒을 정화하는 것을 기본 목표로 삼는다.

영성적으로 볼 때 사람의 바람직한 삶과 바람직하지 못한 삶은 삼독三毒을 정화하는 삶이나, 아니면 삼독을 강화하는 삶이나 하는 것에 달려 있다. 탐진치貪瞋癡 삼독三毒이 완벽하게 사라져 크나큰 해탈解脫과 자비慈悲가 인격으로 드러난 상태를 구경각究竟覺이라 한다. 행복이라는 단어를 쓴다면 구경각究竟覺은 지극한 행복을 의미한다.

인생은 보다 높은 행복을 위하여, 행복의 조건이 되는 다양한 가치를 추구하는 과정이다. 다양한 가치 중에서 ‘궁극의 가치’란 무한행복無限幸福, 곧 구경각究竟覺을 결정하는 그 무엇이다. 무한한 행복을 보장받을 수 있는 어떤 ‘그것’이 있다면 ‘그것’은 가히 무한 가치요, 궁극의 가치일 것이다.

세상에는 그것이 유형이든 무형이든 궁극의 길이라는 이름으로 나와 있는 가치체계들이 다양하게 있을 것이다. 용타 역시 ‘궁극의 길’이라는 이름으로 하나의 무형 가치를 세상에 소개하고 있다. 현재 동사

섭수련의 고급과정의 핵심 주제는 바로 이 궁극의 길인 돈망頓忘을 손에 쥐어주는 일이다.

자, 어떨까? 지금 이 글을 접하고 있는 분은 용타가 손에 쥐어 주고자 하는 궁극의 길에 대하여 관심이 있는가? 만일 무한을 결정해 주는 궁극의 길을 손에 쥐고자 한다면 목욕재계沐浴齋戒를 백 번 정도는 해야 하지 않을까? 백번의 목욕재계에 버금가는 두 가지의 마음가짐을 묻고자 한다.

우선 진정 깊은 마음으로 큰 해탈大自由을 원하는가? 깊은 무의식에서도 일체의 유한을 벗어나 무한無限의 피안彼岸에 이르고자 원하고 있는가를 묻는 것이다. 세간世間的의 크고 작은 일들도 얻고자 하는 마음이 간절할 때 잘 이루어지는 법이다. 이 궁극의 가치는 출세간出世間的의 무한가치無限價値이다. 범상한 마음가짐으로 무한가치를 손에 넣을 수는 없을 것이다. 두 번째 물음이다. 진정 깊은 마음으로 궁극에 이르는 길을 찾고 있는가? 두드리면 열린다고 했다. 그 두드림은 얻고자 하는 가치에 상응해야 한다. 얻고자 하는 것이 궁극의 절대가치라면 그 두드림은 하늘에 사무치는 것이라야 한다. 이 두 마음가짐이 지극하다면 용타가 던지는 돈망頓忘 안내를 경청하고 안내하는 대로 실습實習을 하면 된다.

## 056. 〈옴〉-〈옴나〉-〈돈망〉

인생과 역사는 이고득락離苦得樂의 과정, 곧 고통을 떠나고 즐거움을 얻고자 하는 과정이다. 즉 고통은 지양止揚하고 낙樂은 지향志向한다. 이 세상은 고통일까, 낙樂일까? 물론 흑백으로 잘라 말할 상황은 아니다. 느끼는 자의 관점에 따라 고통과 낙의 정도는 다를 것이다. 석가모니

는 참으면서 살아야 하는 땅, 곧 인토忍土라 했고, 혹은 반고반락半苦半樂의 세상이라고 했다. 나의 경우는 상당히 낙관적이다.

이 세상을 굳이 비관적으로 본다면 세상은 가히 지옥이라 해도 될 정도이다. 지상의 곳곳에 절대 빈곤貧困, 절대 무지無知 속에 허덕이는 이가 얼마든지 있고, 암과 에이즈를 비롯한 다양한 질병 속에 허덕이는 이가 얼마든지 있다. 그 위에 빈과 부의 격차, 인종차별, 크고 작은 전쟁, 폭력, 테러, 납치, 범죄 집단의 할거, 종교 편견으로 인한 사회 갈등, 극단적인 쾌락, 지칠 줄 모르는 욕망과 분노가 질펀하다. 나아가 그 무엇보다도 환경오염으로 지구의 종말이 오고 있다는 자각의 소리는 높지만 그지없이 환경이 오염되고 있는 것 등등의 인간고人間苦는 천하에 지천으로 깔려 있다.

어찌됐든 극악의 고통로부터 지고한 낙樂까지 수많은 단계의 고락苦樂 상황들이 있을 것이고, 누구라도 고통로부터는 보다 더 벗어나고자 하고, 보다 지고한 낙樂을 향하여 나아가려 하는 것은 생명의 순리적인 흐름이요 충동일 터이다. 이에 전 역사를 통하여 생명을 가진 모든 존재들은 이고득락의 발걸음을 멈추지 않았고, 이고득락을 위한 유형무형의 문화도구들을 가히 무수하게 개발해 내었다. 정치, 경제, 농업, 공업, 상업, 종교, 철학, 과학, 예술, 윤리, 법률, 기술 등등등. 무수한 제도, 무수한 프로그램들이 개발되고 연구 발전되어 왔다.

돈망頓忘이라는 것도 이 무수한 도구들 중 하나로서, 인간의 모든 고통과 싸움을 근본적으로 해결한다는 신념을 가지고 역사의 현장에 등장한 것이다. 돈망법은 1987년 여름 전남 곡성군에 있는 태안사에서 각성점두覺性點頭라는 이름으로 처음 등장했다. 시간이 지나면서 ‘각성 점두’라는 말이 너무 거칠게 느껴진다는 이유로 다른 이름을 찾던 차 ‘옴’이라는 이름이 채택되었고, 동사섭고급과정同事攝高級課程이라는 수

불성이라는 것은  
그것이 있다고 깨달아야만 존재하겠는가?  
아니면 깨닫지 않아도 존재하겠는가?

련회를 통해 ‘옴’을 경험시키는 과정에 그 편의를 위하여 ‘옴’과 ‘구나’를 통합하여 실습시킬 필요성을 느끼면서 ‘옴나’라는 이름의 초월의식으로 뜻을 확장하였다. 나아가 ‘옴나’에 아공법공我空法空의 의식과정을 동원할 필요를 느끼고 ‘옴나’와 ‘아공법공我空法空’의 통합과정으로 업그레이드되면서 업된 과정의 이름을 돈망頓忘이라 하기에 이른 것이다.

돈망頓忘은 ‘깨달음을 위한 명상법’이라 해도 좋고, ‘순수의식을 체험하는 길’이라 해도 좋고, 깨달음 혹은 순수의식 자체라 해도 된다. 돈망頓忘이란 ‘옴’과 ‘구나’ 혹은 ‘옴나’에 아공我空과 법공法空을 전제시킨 의식 상태를 뜻한다. 즉 돈망頓忘은 아공我空과 법공法空이 전제된 ‘옴나’의 의식 상태이다. 옴나와 돈망은 질적으로는 같지만 양적으로는 큰 차이가 있을 수 있다. 번뇌가 사라진 자의 옴나는 돈망과 양적으로도 차이가 없을 수 있지만 번뇌가 아직 남아 있는 중생일 때는 옴이나 옴나의 명상이 번뇌의 정도만큼 어떤 한계에 묶인 채 체험된다. 이 한계를 벗어나기 위해 아공과 법공이라는 도구를 활용하는 것이다. ‘옴’, ‘옴나’, ‘돈망’은 다 순수의식으로서 심리학적인 개념이지만, 일렸듯이 그중 돈망은 아공이니, 법공이니 하는 존재론적인 개념을 아우르는 개념이라는 것을 유념하는 것이 좋을 것이다.

## 057. 본원本源으로 돌아가는 길

존재계 자체(물자체物自體, Ding an Sich)는 어떤 상태일까? 즉, 나의 주

관적인 해석으로 그려내는 존재계가 아닌, 존재계 그 자체는 어떤 상태일까? 칸트 식으로 묘사하자면, 그것은 초월자<sup>超越者</sup>요, 영원한 피안<sup>非安</sup>이요, 무한 부정<sup>無定</sup>이요, 즉비<sup>卽非</sup>요, 무심한 경지<sup>無心</sup>이요, 무유정법<sup>無有定法</sup>이요, ‘절대 하나’<sup>絕對 하나</sup>요, 분별-시비-집착 너머의 Something이다. 개념 이전의 것, 감각 이전의 것...

그런데 사람은 그 초월자를, 그 절대 하나를 ‘나’와 ‘너’로 나눈다. 주객<sup>主客</sup>의 나뉠이다. 발전의 시작이자 타락의 시작이다. 무규정성<sup>無規定性</sup>에서 규정성<sup>規定性</sup>으로 둔갑한 것이다. 주<sup>主</sup>인 ‘나’는 무수한 ‘너’에 이름을 붙이고 가격을 매긴다. 마음에 드는 존재는 끌어당기려 하고 마음에 들지 않는 존재는 밀어내려 한다. 인력<sup>引力</sup>과 척력<sup>斥力</sup>이다. 욕구<sup>欲</sup>요 집착<sup>執</sup>이다. 욕구대로, 집착대로 성취가 잘 안 된다. 분노, 분노, 분노.... [있다-좋다-싫다-쌍]이다.

들로 나뉠이라는 어리석음이 집착이라는 아들을 낳고, 집착이라는 아들이 분노라는 아들을 낳으니, 어리석음<sup>癡</sup>-집착<sup>貪</sup>-분노<sup>瞋</sup>의 삼대<sup>三代</sup>가 한 소가족을 이룬다. 이것을 탐진치삼독<sup>貪瞋癡三毒</sup>이라 한다. 이 세 가지 독은 대내적으로 고통을, 대외적으로 전쟁을 빚어내어 그 심<sup>心</sup>함<sup>恨</sup>이 더해갈수록 사바세계<sup>娑婆世界</sup>니, 말세<sup>末世</sup>니, 오탁악세<sup>五濁</sup>〈命濁, 衆生濁, 煩惱濁, 見濁, 劫濁〉<sup>惡世</sup>니 한다.

어떠한가, 중생들이여! 살 만한가? 심장에 자라나고 있는 암을 알지 못하고 태평가를 노래하고 있지는 않는가? 단언하건대 이 물음에서 자유로울 자 없다. 태평가의 볼륨이 높은 만큼 위기일 수 있다. 어느 누구도 오탁악세<sup>五濁惡世</sup>의 암흑 속에 침몰되어 있지 않는 자 없다는 것을 깊게 자각해야 한다. ‘나’다, 혹은 ‘너’다를 생각하고 이러니 저러니 하는 것을 당연한 것으로 아는 것이 바로 오탁악세이다. 그나마 마음공부인들이 세상 곳곳에 있어주는 것은 악세의 숨통일 수 있다. 그

러나 마음공부를 삶의 장식품 정도로 여기면서 공부촌工夫村 나들이를 하고 있지는 않는지 살펴야 할 것이다.

악세惡世에서 근본적으로 벗어나는 길은 없을 것인가? 있다. 나뉘기 전으로 돌아가는 것이다. 내가 본래 있었던 곳으로 역행하여 역진입하는 것이다. 돈망頓忘이 바로 오직이라 할 만한 그 절대적인 길이다.

## 058. 믿음 심리

\* 누군가에게 “죽게 될 당신을 살려준다면 당신의 모든 프로젝트 곧 비즈니스, 직장, 식도락행각, 성 행각, 취미활동 등을 포기할 수 있겠는가?”라고 진지하게 묻는다면 아마, 거의 모든 사람이 “예” 라고 답할 것이다. 일단 생명 자체가 그 어떤 것보다 소중하기 때문이다. 당신이 현재 그러한 처지, 곧 죽을 사람인데 그 포기 조건 하에 지금 살고 있는 상황라고 간주하고 돈망과 같은 초월 작업에 들어간다면 좋을 것이다.

\* 옴-나 명상을 위한 한 아이디어.

내 앞의 탁자 위에 존재하는 물컵은 내가 눈을 뜨고 있어야만 존재하겠는가? 아니면 눈을 감아도 존재하겠는가? 물론 눈을 감아도 그 물컵은 존재한다. 만일 눈을 감고 있을 때 존재하지 않는 것이라면 눈을 떠도 존재하지 않아야 한다.

금고 속에 들어있는 금괴는 누군가가 발견해야만 존재하겠는가? 혹은 발견하지 않아도 존재하겠는가? 물론 사람에 의해 발견되지 않는다 해도 금고의 금괴는 존재한다. 마찬가지로 아공, 법공은 어떤 개인

이 그것들을 깨달아야 그러하겠는가? 혹은 깨닫지 않아도 그러하겠는가? 물론 사람의 깨달음 여하와는 상관없이 사실은 아공이요 법공일 뿐이다.

나아가 불성이라는 것은 그것이 있다고 깨달아야만 존재하겠는가? 아니면 깨닫지 않아도 존재하겠는가? 물론 존재하는 사실은 깨달음과는 상관없이 존재하는 것이다.

부처님이 대각을 통하고 보니 세상에 존재하는 것 중에는 부처 아닌 것이 하나도 없다고 하였다. 그렇다면 부처님이 대각을 얻지 못했을 때 세상에 존재하는 것들은 부처가 아니었는가? 물론 부처인 것이다. 오직 부처라는 사실을 주관적으로 어느나 모르냐가 있을 뿐 사실은 알아차림에 관계없이 사실이다.

그렇다면, 아공법공我空法空을 모르더라도, 무비불無非佛을 모르더라도 역사적으로 깨달은 못 성자, 못 현자들이 아공법공我空法空을 말하고 무비불無非佛을 말하니 우리가 그 사실(我空法空이라는 사실, 無非佛이라는 사실)을 모르더라도 일단 믿는 것이 좋겠는가 아니면 스스로 알 때까지 아공법공我空法空이나 무비불無非佛이라는 사실을 믿는 일을 유보하는 것이 좋겠는가? 각자의 선택 문제이기는 하겠지만 믿는 것이 바람직할 것이다.

세상에 믿음 문화가 횡행하는 것이 수용하는 사람에게 해를 주기도 하지만 이익을 주기도 한다. 수용하는 사람이 지혜롭게 믿는다는 전제만 있다면 믿음 문화는 유익하기 그지없다. 내 부모가 정말 나를 낳았을까를 의심하는 아이가 있다고 가정해본다면, 무수히 건너다니는 다



리가 꺼져버릴지 모른다고 건널 때마다 의심하는 사람이 있다고 가정해 본다면, 식당에서 식사를 할 때마다 음식에 독약이 들어있을지 모른다고 의심하는 사람이 있다고 가정해 본다면 어떠한가? 물론 안타까운 일일 것이다. 일상사의 삶이 99% 믿음을 전제하고 있다는 것을 감안해보면 좋을 것이다. 육사외도를 위시한 100여개의 군소 외도들이 득실거리면서 세상 사람들을 현혹하는 시대에 부처가 되신 석가모니는 “스스로의 이성에 납득이 되지 않는 가르침은 일단 받아들이지 말라.”고 세상 사람에게 호소할 정도로 믿음의 태도를 억제했지만, 대승불교 시대가 열리면서 ‘믿음은 공덕의 어머니(信是功德母)’라고 하면서 믿음을 권장하게 된 것을 참고해도 좋을 것이다.

동사섭인은 일단 개념이전의 의식 상태를 경험하기를 원할 것이다. 동사섭 수련의 전 과정에서 개념이전의 체험은 궁극의 과정이요, 이 과정은 여타 다른 과정의 골 백만 배의 중량을 가진 값진 과정이라고 마스터로부터 들곤 하기 때문이다. 그러나 그것은 희망 사항일 뿐 개념 이전의 의식을 체험하는 것은 쉽지 않다. 그 이유는 다양하겠지만, 가장 큰 이유는 안팎으로 존재하는 무수한 사물, 무수한 관념, 무수한 상황을 아공법공(我空法空)으로 인식하지 못하고 실체(實體)로 인식하는 버릇이 뻗속 깊이 길들여져 있기 때문일 것이다. 아공법공의 깨달음을 돕고자 27개의 공리(空理)가 동사섭 과정에 마련되기도 하지만, 있음(有)으로 길들여지고, 있음(有)으로 행복한 사람들에게 그 공(空)한 이치가 깨달아지고 체험되기로는 쉽지 않을 것임은 당연하다. 이에 하나의 묘안은 아직 납득은 못하더라도 아공법공(我空法空)을 믿음으로 강력히 받아들여보는 것이다.

공(空)하다는 것은 실체성(實體性)이 없다는 뜻이다. 실체라는 말의 의미는 존재하는 어떤 것이 다른 존재들과 관계 맺지 않고 따로 존재하며,


시간적으로 자기동일성自己同一性을 지니고 있다는 것이다. 한 시간 전의 '나'와 지금의 '나'가 동일한 존재로서 지속이 되고, 다른 존재와는 상관없이라도 존재하는 '나'인 것이다. 세상사람 누가 얼마나 이 '나'의 실체성을 믿지 않을 수 있겠는가? 더구나 그 '나'로서 사는 현실이 행복하기까지 하고 의미있기까지 하니 말이다. 일단 행복한 것은 좋다. 그러나 석가모니의 두 가지 충고를 유념하는 것이 좋을 것이다. 하나는 보다 지고한 해탈의 경지가 있다는 것, 또 하나는 현재의 복도 인연이 다하면 추락한다는 것이다. 그래서 영성적으로 자각이 온 사람은 100.00%의 순수한 경지를 모질게 지향하는 것이다.

아공我空이 확실한 사실일 터, 일단 깨달음 여하와는 상관없이 대내적으로 '나 없다.'하고 자아를 쓸어버리고, 법공法空이 또한 확실한 사실일 터, 대외적으로 '일체 대상 없다.'하고 온 세상을 쓸어버리는 것이다. 이것이 방하현공放下顯空이라는 공리空理이다. 즉 안으로나 밖으로 내 마음 붙일 것이 없다고 간주하고, 대내적으로나 대외적으로 다 공췌할 때 남아 있음직한 것에 유념해보는 것이다. 물론 이것은 생각해 보는 것이 아니고 명상적으로 가만히 음미할 때 어떤 체험이 따른다는 것을 명심하는 것이 좋다.

자, 안으로 공하니 안으로 마음이 갈 곳이 없고 밖으로도 공하니 마음이 밖으로도 갈 곳이 없다. 이때 나의 의식은 어떤 상태이겠는가? 이것은 다소의 사색적인 도움이 필요한 하겠지만 끝내는 실습을 통하여 확연한 체험으로 수공(점두)되어야 한다. 방해의 99%는 뿌리깊은 아우법유我有法有 의식이다. 안팎으로 아공我空 내지 법공法空하여 내가 마음 붙일 곳이 아무것도 없다고 전제해버리고 아예 주초나 객촉이 없다고 상상하는 것이 좋다.

이 의식意識이 안으로도 가지 않고 밖으로도 가지 않을 때 어떤 상태

인가를 체험적으로 느끼는 것, 이것이 동사섭 문화가 말하는 ‘옴’이요, ‘옴-나’이다.

너무도 아무것 아닐 정도로 쉬운 것을 너무 심각하게 안내하고 있는지 모르겠다고도 생각하니 스스로 실소가 나오기도 한다.(다음 호에 계속) 

• 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **용타 스님** | 1964년 청학스님을 은사로 출가, 1966년부터 1974년까지 고등학교 독일어교사로 교단에 섰으며, 1974년부터 1983년까지 20안거를 성만했다. 미국 삼보사 주지, 성륜문화재단 이사, 재단법인 행복마을 이사장으로 1980년도부터 세상 사람들의 행복과 해탈을 위하여 [동사섭]이라는 마음공부 프로그램으로 32년 동안 수련회를 개최해왔다. 저서로는 『마음 알기·다루기·나누기』, 『10분 해탈』이 있다.

# (재) 행복 마음



## 마음 알기 다루기 나누기

저자 용타 | 출판사 대원사 | 정가 12000원

용타 스님의 『마음 알기·다루기·나누기』 마음 닦는 일에 대한 불교 관점의 입문서이자 지침서다. 불교월간지 『대중불교』 등에 실어온 내용을 정리한 것이다. 행복과 행복의 조건, 생활 불교 어떻게 할 것인가, 안의로의 산책, 명상 잡기에 대한 내용이 담겨 있다.



## 10분 해탈 - 용타 스님의 생활 수행 이야기

저자 용타 | 출판사 불광 | 정가 12000원

생활도 수행이다!

용타 스님의 생활 수행 이야기, 『10분 해탈』 불교의 근본적 가르침뿐 아니라, 선불교를 바탕으로 현대 심리학과 상담학을 끌어들이어 '동사섭(同事攝)'이라는 집단수행프로그램을 만든 저자의, 『마음 알기·다루기·나누기』(대원사, 1997

년)에 이은 두 번째 수행 지침서다.

이 책은 불교 월간지 『불광』에 3년간 연재해온 <생활 수행 이야기>를 엮은 것이다. 매일 1편씩 10분간 읽으면서 해탈을 이루어 궁극의 행복으로 나아갈 수 있도록 이끌고 있다.

## 동사섭 수련프로그램 안내

동사섭(同事攝)이란, 불교의 사섭법(四攝法 : 布施攝 · 愛語攝 · 利行攝 · 同事攝) 중의 한 개념이다. 사섭법이란 보살이 중생을 향하여 경우에 따라서는 베풀고(보시摄), 경우에 따라서는 자애어린 말로 더붙고(애어摄), 또는 이로운 일로 도와주고(이행摄), 나아가 그들과 희로애락을 함께하는(동사섭) 삶의 태도를 말한다. 본 동사섭수련회에서는, 동사섭의 개념을 사섭법 중의 동사섭의 의미를 기본으로 하되 보시, 애어, 이행을 다 아우르며, 세상에 존재하는 유정 무정의 개개가 날날이 우주의 주인공이되 날날이 서로 평등하게 어우러져 서로 영향을 주고받을 때만 존립할 수 있으니 우주 전체가 한 생명체일 수밖에 없다는 일체(一體) 사상을 뜻매김하여 쓰고 있다.

동사섭 수련프로그램은 용타스님이 개발한 마음수련 프로그램이다. 칼 로저스의 엔카운터를 씨앗으로 하여 1980년부터 수련하여 왔다. 현재는 <삶의 5대 원리-정체(正體)·대원(大願)·수심(修心)·화합(和合)·작선(作善)의 원리>를 학습 주제로 하여, 의식의 전개 과정을 일상의 삶 속에서 지인(至人)의 수준으로 나아가도록 이론과 실습의 체계로 수련을 진행하고 있다.

일반과정(5박6일), 중급과정(3박4일), 고급과정(3박4일)으로 나누어 진행하고 있으며, 여름방학과 겨울방학에 중점적으로 진행한다. 평소에는 홀수 달, 셋째 주 월요일에 개설되어 있다.

홈페이지 : <http://www.dongsasub.org>

연락처 055-962-1070 / 이메일 [office@dongsasub.org](mailto:office@dongsasub.org)