

나는 누구인가?

우주 : 존재하는 모든 것의 총체인, 하나의 노래

| 디팩 초프라 | 이현주 옮김 |

우주는 오직 에너지 수프인데 우리의 감각 기준에 의해 그에 반응함으로써 사물이 있고 무언가 존재한다고 여깁니다. 우리의 감각 기준을 넘어서 볼 때 과연 '존재'란 무엇일까요? 그리고 '나'란?(편집자 주).



베 단타에 따르면 사람의 고통에는 다섯 가지 원인이 있다. 첫째, 자기가 누군지 모름. 둘째, 예고 또는 자아상selfimage을 자기 자신과 동일시함. 셋째, 텅없이 사라지고 실재하지 않는 것들에 대한 집착. 넷째, 텅없고 실재하지 않는 것들에 대한 두려움에 휘말림. 다섯째, 죽음에 대한 두려움. 이 다섯 가지 원인들이 모두 첫째 원인-자기가 누군지 모름-에 포함된다고 베단타는 말한다. 나는 누구인가? 이 기본 질문에 답할 수 있으면 다음 질문들에 대한 답도 찾을 수 있을 것이다. 나는 어디에서 왔는가? 무엇이 내 인생의 의미와 목적인가? 나는 죽어서 어디로 가나?

누가 묻기를 “당신 누구요?” 하면 당신은 아마 이렇게 대답할 것이다. “내 이름은 아무개인데 미국인이고. 그리고 이 회사 사장이요.” 하지만 그것들은 당신이 스스로 만든 자아상이거나 당신이 처해 있는 장소, 상황을 가리킬 따름이다. 자기의 자아상이나 자기가 경험하는 내용을 자기 자신과 동일시하는 과정을 가리켜 ‘대상에 의존함object-referral(대상 조회)’이라고 말한다.

당신 ‘몸’을 당신과 일치시켜 이렇게 말할 수도 있다. “이것은 내 몸이다. 살과 뼈가 담겨 있는 이 보자기가 바로 나이다.” 그러나 무엇이 몸인가? 무슨 근거로 그 몸을 당신 것이라고 말하는가? 당신이 ‘당신 것’이라고 말하는 그 몸이 실은 땅, 물, 불, 공기로 끊임없이 돌고 도는 우주의 질료質料들이다. 창밖의 저 나무도 마찬가지다. 어째서 당신은 당신 몸을 당신 것이라고 하면서, 저 별과 달과 창밖의 나무들은 당신 것이라고 하지 않는가? 물론 그것들보다 당신 몸이 당신한테 더 가까이 있는 건 사실이다. 하지만 결국 당신이 알고 있는 것은 당신이 아니라 당신 몸이 자리 잡고 있다고 ‘생각’하는 장소일 뿐이다. 사람이 자기를 가리켜 부르는 ‘나’라는 물건이, 피부로 싸여 있는 그 무엇이, 자기

두뇌 어디엔가 있는 줄로 아는 사람들이 많다. 그것이 가슴이나 배꼽 부근에 있다고 생각하는 사람들도 있다. 그러나 어떤 과학 실험실에서도, 나를 나로 아는 의식의 중심이 어느 시공간에 자리 잡고 있는지를 밝혀내지 못했다.

인도의 베단타 과학과 유대교의 카발라가 흥미로운 통찰을 우리에게 제공한다. 우리가 우리를 우리인 줄로 아는 의식의 중심이 모든 시간과 공간의 중심이라는 것이다. 그것은 모든 곳이면서 아무 데도 아닌 곳everywhere and nowhere이다. 그렇더라도 일단, 당신의 그 얇이 지금 당신 몸 있는 곳에 있다고 가정해 두자. 과연 이 우주에 물리학자들이 말하는 대로 무한한 차원들이 있다면, 그렇다면 그것이 지금 당신이 있는 곳에서 사방으로 무한하게 확장되고 있다는 얘기다. 당신은 지금 우주의 중심에 있다. 하지만 나도 그렇다. 내가 있는 곳에서 사방으로 우주가 끝없이 확장되고 있기 때문이다. 중국의 한 아이로부터, 시베리아의 어느 개로부터, 미국의 한 나무로부터 우주가 무한하게 확장된다. 이것이 진실이다. 나는 지금 여기 있다. 그러나 동시에 다른 모든 곳에 있다. 왜냐하면 공간의 어느 지점에서 봐도 ‘여기’가 ‘거기’이기 때문이다. 당신은 ‘거기’ 있다. 그러나 또한 당신은 모든 곳에 있다. 모든 곳이 ‘그곳’이기 때문이다. 아니면 당신은 어디에도 없다.

달리 말하면 공간의 위치는 우리의 지각知覺에 따른 문제이다. 흔히 달은 가깝고 해는 멀다고 하지만 그건 그렇게 말하는 우리가 있는 특별한 장소에서 볼 때에만 그렇다. 실제로는 위도 아래도, 남도 북도, 동도 서도, 여기도 저기도 없는 데가 공간이다. 그것들은 어디까지나 인간들이 생활을 편리하게 하려고 만든 방향과 장소의 이름일 뿐이다. 우주 만물이 본디 정해진 자리가 없다. 그 어느 것도 여기 있다거나 저기 있다고 또는 특별한 어디에 있다고 말할 수 없다는 얘기다.

그래도 내 눈은 그렇지 않다고 말한다. 나는 여기 있고 당신은 거기, 지금 당신 있는 그곳에 있다. 그러므로 우리 감각을 너무 믿어서는 안 된다. 내 눈은 지구가 평평하다고 말한다. 하지만 아무도 그 말을 믿지 않는다. 우리가 감각으로 경험하는 지구는 한 곳에 정지되어 있다. 그러나 우리는 과학 시간에 배워서, 지구가 자전과 공전을 하며 한 시간에 수천 킬로미터씩 공간 이동을 하는 줄 알고 있다. 내 감각은 저 돌멩이가 단단한 고체라고 말한다. 그러나 그 또한 그렇지 않다. 모든 물질이 원자들로 구성되어 있고 그 원자들은 엄청나게 큰 공간을 엄청난 속도로 회전하는 소립자들로 이루어져 있음을 우리는 안다.

물질계에 대한 우리의 경험이란, 감각을 믿도록 교육받은 우리가 발전시킨 미신에 지나지 않는다. 실제로 우주는 에너지 수프energy soup로 이루어진 하나의 카오스chaos(혼돈)인데, 우리가 다섯 감각으로 그것을 경험하고서 따로 존재하는 물질적 실재라고 생각하는 것이다. 우리의 감각이 질량 없는 에너지를 소리와 진동으로, 모양과 물체로, 질료와 색깔로, 냄새와 맛으로 바꿔놓는다. 이 에너지 수프에 대한 우리의 해석이 현실을 이루고 지각知覺 경험을 만든다. 온통 그렇게 가르치고 그렇게 돌아간다. 덕분에 우리는 자기가 그러는 줄도 모르면서 거의 모든 시간을 그러고 있다. 철학자들은 이것을 ‘사회가 만든 최면’이라고 부른다. 이 최면 상태로 살면서 우리는 ‘물질주의 미신’을 믿게 된다.

우리의 감각만으로 현실을 경험할 때 바로 그 위에 세워지는 것이 물질주의 미신이다. 이런 세계관에서 보면, 눈으로 볼 수 있고 귀로 들을 수 있고 코로 냄새 맡을 수 있고 입으로 맛볼 수 있고 손으로 만질 수 있는 것만이 현실이다. 우리 감각에 잡히지 않는 에너지나 정보는 존재하지 않는다고 생각한다. 그리고 우리의 지능은, 단순하고 고지식

한 논리 체계의 도움을 받아 이 잘못된 현실 인식을 정당화한다.

감각 경험은 전적으로 환각이다. 판타지나 꿈처럼 덧없는 것들이다. 붉은색이라는 게 진짜로 있는 물건인가? 당신이 보는 모든 색깔이 실은 빛의 특별한 파장이다. 그리고 당신이 빛인 줄로 알고 있는 것은 존재하는 무엇의 파편이다. 얼마나 오래 당신이 환각의 세계를 잡고 있을 것 같은가? 당신의 감각으로 시간과 공간에 자리 잡아줄 수 있는 것을 당신 몸이라고 생각할 수도 있을 것이다. 그러나 그 몸은 시간과 공간이라는 경계가 없고 눈에 보이지도 않는 파동의 장場이다.

그러므로 어쩌면 당신이 스스로 만든 자아상은 당신이 아니고 당신 몸 또한 당신이 아닐 것이다. 그러면 적어도 당신의 생각과 느낌을 당신이라고 말할 수 있을까? 하지만 자기 생각과 느낌이 어디서 오는지를 누가 과연 안다고 정직하게 말할 수 있으랴? 그것들은 어디에서 오고 또 어디로 사라지는가?

당신의 경험, 당신의 몸, 심지어 당신의 생각과 느낌이 당신만의 것이라고 배타적인 주장을 할 수 없다면, 그렇다면 무엇을 당신 것이라고 할 수 있겠는가? 여기에서 배단타가 우리를 구원한다. 만일 ‘배타’라는 말을 ‘포용’으로 바꾼다면, 당신은 단지 당신의 경험과 당신의 몸만도 아니고 당신의 생각과 느낌만도 아니다. ‘모든’ 경험들이 당신이고, ‘모든’ 몸들이 당신이고, ‘모든’ 생각과 느낌이 당신이다. 모든 가능성들의 장場이 당신인 것이다.

이 본질적인 당신, 당신의 참 본질이, 자기 자신과 안으로 연결되고 밖으로 마음과 몸이 된 ‘삶의 장’이다. 마음과 몸으로 된 의식 또는 영 spirit이 당신이라는 얘기다. 참 당신은 창조의 모든 소질을 구현시키는 지능으로부터 분리될 수 없다.

실존의 가장 깊은 차원에서는 당신이 ‘존재 자체the Being’이다. 당신

은 아무 데도 없으면서 모든 곳에 있다. 전체 우주cosmos(질서와 조화로서의)가 당신이다. 다른 ‘당신’은 없다. 우주cosmos의 마음이 물리적 우주universe(삼라만상으로서의)를 창조하고, 사람의 마음이 물리적 우주를 경험한다. 그러나 실상인즉, 우주의 마음과 사람의 마음이 둘 다 무한 의식infinite consciousness에 의하여 가능해지는 것이다. 무한 의식이 우리의 근원이고 겉으로 나타나는 모든 출현들이 그 안에 잠재되어 있다.


자기를 관찰하는 무한 의식이 관찰자 또는 영혼soul, 관찰하는 과정 또는 마음mind, 관찰되는 것 또는 몸body과 세계world를 창조한다. 관찰자와 관찰 대상이 서로 사이에 관계들을 창조하는데 그것이 공간이다. 그 관계의 움직임이 사건들을 창조하는데 그것이 시간이다. 그러나 이 모두가 무한 의식 자체일 뿐 다른 무엇이 아니다.

달리 말하면 우리는 관점 하나를 가지고 있는 무한 의식이다. 그런데 우리의 사고 체계가 관찰자와 관찰 대상을 나누어놓는다. 시간과 공간에 의하여 분리된 사물들의 세계로 무한 의식을 쪼개놓는 것이다. 지능이 가짜 이미지들의 울타리 안에, 공간과 시간과 인과 관계라는 숨막히는 그물 안에 우리를 가둔다. 그 결과 힘 있고 무한하고 영원히 소멸되지 않고 자유로운 우리의 진짜 실재와 만날 수 없게 되었다.

우리 모두 지능의 감옥에 갇혀 있다. 그리고 지능의 오류를 한마디로 요약하면, 실재의 ‘이미지’를 실재 자체로 잘못 알고 있는 것이다. 그것이 몸이라는 체적體積 안에, 한평생이라는 짧은 폭 안에, 영혼을 옥여넣고 모든 것이 소멸되지 않을 수 없다는 주문을 외게 한다. 작은 자아self의 ‘이미지’가 경계 없는 큰 자아Self를 그늘로 덮어서, 우리로 하여금 자기의 근원인 무한 의식에서 떨어져 나왔거나 아니면 단절되었다고 느끼게 하는 것이다. 여기에서 두려움이 비롯되고 고통이 싹튼다. 개인의 불안에서부터 인간의 격을 능멸하는 전쟁, 테러리즘 등 집

단적 파국에 이르기까지 인간의 온갖 문제들이 이로써 생겨난다. 지능의 감옥에 갇힌 사람들한테는 실로 모든 것이 고통이다. 그러나 이 고통의 원인은 피하거나 제거될 수 있다. 우리의 참 자아에 대한 무지가 내적 자아를 어둡게 만든다. 하지만 그 무지가 깨어질 때 내적 자아의 힘 있고 무한하고 밝은 본성이 살아난다.

처음에는 이런 말들이 이상하고 추상적으로 들릴지 모르겠다. 그래도 참고 들어서 그 뜻을 이해하면 당신은 더없이 극적인 발견을 하게 될 것이다. 참 당신은 비물질이다. 그러므로 공간, 시간, 물질, 인과 관계 따위에 얽매이지 않는다. 영soul이요 영spirit인 참 당신은 그 모든 것들 너머에 있다. 지금 바로 이 순간에도 당신은 순수 의식의 장에 둘러싸여 있다. 순수 의식이 당신의 몸과 마음을 비춰주고 생기 있게 해준다. 그리고 그것은 힘이 있고 모든 것을 길러내고 상대할 적이 없으며, 경계가 없고 자유롭다. 순수 의식, 영원한 영이 살아있는 모든 것에 생기를 준다는 말은, 그것이 전지전능全知全能(모든 것을 알고 모든 것을 할 수 있음)하고 무소부재無所不在(있지 않은 곳이 없음)하다는 뜻이다.

여기까지 읽은 것만으로도 참 당신의 정체를 조금은 더 이해하게 됐으리라. 이 진실을 온전히 깨달아 알 때 당신은 언제 어디서나 기쁘게 살 것이다. 당신이 원하는 것을 모두 이룰 수 있는 힘뿐 아니라 참된 자유와 은총을 누릴 것이다. 그 어떤 두려움도, 죽음에 대한 두려움조차도 겪지 않게 되리라는 말이다.(끝) 

- 이 글은 『우주 리듬을 따라』에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **디팩 초프라** | 전인적 건강과 인간의 잠재 능력에 관한 연구에서 세계적으로 널리 알려진 지도자이다. 인도 뉴델리에서 태어나 하버드 의대에서 공부했다. 고대 인도의 전통 치유 과학인 आयुर्वेद과 현대 의학을 접목하여 '심신상관의학'을 창안, 대체 의학 분야의 선구자가 되었다.

베스트셀러인 『성공을 부르는 일곱 가지 영적 법칙』The Seven Spiritual Laws of Success』을 포함하여 인간의 마음과 몸과 영의 세계를 폭넓게 다룬 많은 저서와 오디오 프로그램이 있다. 그의 책들은 15개 이상 언어로 번역되었고, 지금도 세계를 두루 다니며 평화, 건강, 행복의 전도사로 활동하고 있다. <뉴스위크>지가 선정한 20세기를 움직인 100인 중 한 명에 선정되기도 했다. 미국 캘리포니아에 위치한 초프라 센터Chopra Center for Well-Being 설립자이자 대표이다.

역자 | **이현주** | 글이 모이면 책을 내고, 부르는 곳이 있으면 찾아가 이야기를 나누며 살고 있다. 그동안 『기독교인이 읽는 금강경』, 『지금도 쓸쓸하냐』, 『예수의 죽음』, 『이현주 목사의 꿈일기』, 『길에서 주운 생각들』, 『장자 산책』, 『대학 중용 읽기』, 『사랑 아닌 것이 없다』 등을 썼으며, 『무위당 장일순의 노자 이야기』가 세상에 나오는 데 산파역을 했다. 『숨겨진 보물을 찾아서』, 『연인자들』, 『바가바드기타』, 『행복하기란 얼마나 쉬운가』 등 수많은 책을 우리말로 옮겼으며, 『바보 온달』, 『궁알 하나에 무엇이 들었을까?』 등의 동화를 쓰기도 했다

추천도서 마음에 닿은 책 Good Book

우주 리듬을 타라

저자 **디팩 초프라** | 역자 **이현주** | 출판사 **산티** | 정가 **15,000원**



세계적 영성이 디팩 초프라가 들려주는 『우주 리듬을 타라』. 이 책은 '자기가 누군지 모른다'는 우리 자신의 문제를 드러내고, '자기가 누군지를 기억'해 넘으로써 그 문제의 답을 찾아가고, '자기가 누군지를 실제로 경험하기' 위해서 몇 가지 연습을 해보는 장들로 구성되어 있다.