

어떤 의식의 상태도 본질과 상관이 없다

| 월인 |

마음은 맑고 깨끗하기도 하고 이런 저런 생각과 감정에 물들어 오염되어 있기도 합니다. 그러나 그 어떤 마음의 상태라 할지라도, 그것이 오염되었든, 또는 깨끗하다 할지라도 의식의 본질은 마음의 상태와 상관없음을 이야기합니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서)

자아는 유용한 도구

자아自我라는 것은 굉장히 중요합니다. 자아를 살리고 북돋아주는 것은 의미 있는 일이에요. 거기에 끌려 다니지만 않으면 됩니다. 왜 의미 있는 일일까요? 자아라는 것은 우리의 경험을 하나의 맥脈으로 연결시켜주는 역할을 하기 때문에 자아가 분명하지 않으면 혼돈 속에 있게 됩니다.

그저 동물적 감각으로 사는 것이 아니라 인간적으로, 의식적으로 살기 위해서는 자아가 꼭 필요합니다. 자면서 꿈꿀 때를 생각해 보세요. 꿈속에서는 많은 경험의 흔적들이 하나의 맥으로 형성되지 않고 단절되어 나타납니다. 그래서 하늘을 날다가 갑자기 땅속으로 들어가서 두더지가 되기도 하고, 또는 물속에 들어가서 해엄을 치다가 갑자기 날기도 하고 그렇습니다. 뭔가 일관적이지 않지요? 자아라는 명확한 중심핵이 제대로 작동하지 않기 때문에 그렇습니다. 꿈속에서는 경험의 흔적들이 사용되기는 하지만 일관적이지 않습니다. 자아라는 핵심, 무게중심이 없기 때문입니다. 모든 것을 지구 중심으로 끌어들이는 힘인 만유인력이 있어서 우리가 서 있을 수 있고, 지구의 모든 생물들이 지구의 핵을 중심으로 살아가기 때문에 질서 잡히고 조화롭게 살아갈 수 있는 것처럼, 우리 내면의 경험도 자아라는 핵심이 있어 그것을 중심으로 모든 것이 연결되기 때문에 일맥이 형성됩니다. 끊임없이 나를 유지하려고 하고, 내가 상처받지 않으려고 하고, 내가 잘나 보이려고 하는 온갖 마음이, 자아라는 일맥을 형성하게 만들어주는 도구입니다. 그러므로 내가 잘났다고 느끼는 것은 쓸모 있는 일입니다. 내가 기쁨

을 느끼고, 외롭게 느끼는 것 또한 쓸모 있는 일입니다. 자아라는 일맥을 형성해서 ‘나’라는 의식을 사용할 수 있게 해주거든요. 지구의 핵을 형성하는 것입니다. 그것이 없으면 꿈속에서처럼 완전한 혼돈입니다. 그런 혼돈된 의식을 가지고 일상을 살아가느니 차라리 의식 없는 동물처럼 자동화된 본능으로 살아가는 것이 훨씬 낫습니다. 인간에게는 의식이 있어서 마음의 그림자 세계를 만들고 자신의 경험을 잘 조율해서 사용합니다. 그런 그림자 세계가 하나의 질서 잡힌 세계로 작용하기 위해서 자아라는 것이 필요합니다. 그리고 내가 잘났고, 내가 상처받고, 또는 내가 기쁘고, 내가 슬프고 하는 그런 모든 경험을 ‘내가 한다.’고 믿음으로써 자아가 형성되어 연속적으로 이어지게 됩니다.

이처럼 자아 자체는 의미 있는 것인데, 문제는 이 자아에 우리의 생명의 힘이 끌려 다닌다는 데에서 발생합니다. 내가 뭔가를 하고 내가 될 이르는 줄 알아요. 정말 내가 이릅니까? 내 과거 경험에 의해서 장착된 자동화된 작용들이 이루는 것입니다. 심장을 내가 움직이나요? 내가 걷습니까? 내가 걸으려면 아기 시절 걷기도 전에 내가 생겨있었어야 합니다. 어릴 적 걸음마를 내가 배웠습니까? 걸음마를 하고나서 나라는 것이 생겼습니다. 그런 것을 잘 살펴보면 내가 한 것이 아무것도 없음을 알 수 있어요. ‘나’라는 느낌의 자아는 그저 경험의 맥을 잇기 위해 만들어진 마음의 기능일 뿐입니다. 과거 경험 모두를 일직선상으로 질서잡기 위한 기능일 뿐인데, 그것을 우리는 진정한 자기라고 믿고 있는 겁니다. 그 믿음에서 벗어나 이런 마음의 과정을 훤히 들여다보면 이제 드디어 마음의 과정에 빠지지 않게 되고 깨침이 일어납니다. 애씀을 벗어나서 중생도 부처도 개념임을, 마음의 내용을 질서잡기 위한 개념임을 발견하는 것이 바로 깨침의 증거가 됩니다. 이상이 믿음(一元論)-수행(二元論)-깨침(不二論)의 3단계 체계입니다.

다시 중생수순衆生隨順으로 돌아와서, 첫 번째 ‘생각되기는 하나(雖念)’라는 말을 통해 무언가 있긴 하니 아무것도 없다는 공소에 집착하지 말라고 일원론에 빠지는 것을 경계했습니다. 두 번째 ‘생각할 수도 없다(無能念)’는 말은 유有에 집착하지 말라는 것인데, 이렇게 말함으로써 이원론에 빠짐을 경계하였습니다. 유有에 집착하는 생각으로는 그것을 알 수가 없으니 생각의 무력함을 깨치라는 거죠. 생각으로 근본을 알려고 애쓰다가 “이것은 생각으로 할 수 있는 것이 아니다.”를 아는 것이 생각의 무력함을 아는 겁니다. 세 번째 ‘생각할 만한 것도 없다(無可念)’는 그것은 생각의 대상을 넘어있으니 생각을 내려놓으라는 말입니다. 나와 대상을 떠나있기 때문에 마음의 개념을 떠나 불이론에 들어가는 것이죠. 마지막 원문을 보면 ‘만약 생각에서 떠난다면 정관正觀에 들어갔다(若離於念, 名爲得入)’라고 말합니다. 여러분 마음을 잘 살펴보세요. 모든 생각이 나타나기 전에 이미 ‘나와 나 아닌 것’이 나눠집니다. 나와 대상, 주체와 객체가 나눠집니다. 그런 다음에 모든 생각과 얻고 잃음이 일어나고, 욕구와 욕구의 대상이 생겨납니다. 그러한 생각과 개념을 넘어서 있는 것이 근본임을 여기서 말하고 있습니다. 이것이 깨침의 순서입니다. 믿음-수행-깨침의 순서처럼 이런 순서를 통해서 가는 것이며, 이것을 수순隨順이라고 합니다.

진여의 체體와 진여의 이름에 대한 내용 이후에 공공과 불공不空에 대한 내용이 이어지는데 먼저 공공에 대해 얘기하겠습니다.

復次此眞如者, 依言說分別, 有二種義. 云何爲二.
부 차 차 진 여 자 의 언 설 분 별 유 이 종 의 운 하 위 이
 一者如實空, 以能究竟顯實故.
일 자 여 실 공 이 능 구 경 현 실 고

二者如實不空, 以有自體具足無漏性功德故.
이 자 여 실 불 공 이 유 자 체 구 족 무 루 성 공 덕 고

다시 이 진여란 언설에 의존하여 분별함에 있어서 두 가지 뜻이 있으니 무엇을 일러 두 가지라고 하는가?

첫째는 여실공如實空이니 결국에는 실체를 나타낼 수 있기 때문이고 둘째는 여실불공如實不空이니 그 자체에 번뇌 없는 본성의 공성을 모두 갖추고 있기 때문이다.

[논論]

공공과 불공不공에 대해서 그 자체가 여실如實하다는 것을 얘기하고 있는데 이후에 자세하게 나오기 때문에 일단 지나가겠습니다.

신념을 주장 말고 실현시켜라

所言空者, 從本以來一切染法不相應故. 謂離一切法差別之相.
소 언 공 자 종 본 이 래 일 체 염 법 불 상 응 고 위 리 일 체 법 차 별 지 상

以無虛妄心念故.
이 무 허 망 심 념 고

공공이라고 말하는 것은 본래부터 일체의 염법과는 상응하지 않기 때문이니 이는 일체법의 차별되는 모양을 떠나 있음을 말한 것이다. 이는 허망한 마음과 생각이 없기 때문이다.

[논論]

염법染法은 이것저것에 물든 것을 말합니다. 능변能遍(능히 분별하는 마음/주관/나)과 소변所遍(분별되는 바/객관/대상)에 대해 앞에서 말했는데, 우리 마음의 기본적인 물뭍은 ‘나’와 ‘대상’이라는 형태입니다. 이것을 경험적으로 파악하면 마음의 근본적인 함정에서 빠져나올 가능성이 커집니다. 감정이 일어날 때를 잘 살펴보면 그 밑에 두 개의 다리가 있습니다. ‘나’와 동일시된 어떤 ‘신념’이 하나의 다리이고, 그것에 반하는 어떤 상황이나 생각 또는 사람이 또 하나의 다리인 ‘대상’입니다. 감정

은 이 두 개의 다리 위에 버티고 서있는 것입니다. 신념에 부딪히는 상황이나 사람은 잠시 옆으로 제쳐두고, ‘나’와 동일시된 신념을 살펴보겠습니다. 신념(信念)은 신(信)(믿음이라는 에너지)과 염(念)(방향타 역할을 하는 생각)으로 나누어 볼 수 있습니다. 그 중 에너지인 신(信)은 단순하지만 매우 중요합니다. 그것은 나중에 상세히 다루기로 하고 먼저 염(念)의 밑바닥으로 내려가 살펴보면, 염(念)은 바로 ‘나’와 ‘대상’으로 나뉩니다. 이 ‘나’와 ‘대상’이 가장 밑바닥에서 생겨나는 오염된 마음, 또는 물든 마음입니다.

순차적으로 다시 설명해보면, 일체의 염법(染法) 중에서 가장 기본이 되는 ‘나’와 ‘대상’이라는 것에 에너지(信)가 붙어 ‘내가 옳다’는 동일시된 신념이 생겨나고, 그 신념에 부딪히는 상황이 발생하면 감정이 일어납니다. ‘감정’까지 일어났을 때는 이미 아주 진하게 물든 현상이 된 것이지요. 그 바로 전에는 ‘내가 옳다’고 여기는 신념으로 물들어 있는 것이고, 그 바로 전에는 ‘나와 대상’에 물들어 있습니다. 신념이라는 것은 항상 이렇게 ‘나와 대상’이라는 재료로 만들어집니다. 예를 들어 볼까요? “사회에서 모든 것이 공평하게 진행되는 것이 옳다.”라고 여기는 생각이 있다고 합시다. 이것을 살펴보면 사회라는 대상으로서의 ‘세계’ 속에서 ‘내’가 이것이 옳고, 저것이 그르다고 말하는 거죠. 어떤 신념의 밑바닥에 있는 가장 기본적인 생각이 나와 대상이라는 겁니다. 모든 염법, 즉 물든 마음의 밑바닥에는 나와 대상이 있고, 그것에 점차 에너지가 붙어 신념이 되고, 부딪히는 상황을 통해 더 진한 물든 마음으로 바뀌어 갑니다. 이 신념이 강하면 강할수록 그에 부딪히면 분노라는 ‘감정’은 더 강하게 올라오며 그것을 ‘주장’하고 투쟁하려 합니다. 물론 이 신념이 나쁘다는 것은 아닙니다. 다만 이 신념을 ‘실현’시키면 될 것을 자신도 모르게 거기에 묶여있으면 그것을 ‘주장’하려는 마음

진여는 일체의 염법, 즉 일체의 물든 현상에
'상응하지 않는다.'고 한 것은 '나와 대상'에 의한 분별에
상응하지 않는다는 뜻입니다. 진여는 물든 마음과 상관이 없어요.
물들었든 물들지 않았든 상관이 없습니다.

에 빠져있게 된다는 것입니다. 이 신념을 '사용하여' 사회에 실현시키
면 됩니다. 그것이 에너지의 '사용'이고, 누군가 그것에 반하면 '분노'
가 일어 강력한 아드레날린을 쏟아내기만 하는 것은 에너지 패턴에 '빠
져있는' 것이지요.

무의식적 무능에서 의식적 유능, 무의식적 유능으로

진여는 일체의 염법, 즉 일체의 물든 현상에 '상응하지 않는다.'고 한
것은 '나와 대상'에 의한 분별에 상응하지 않는다는 뜻입니다. 진여는
물든 마음과 상관이 없어요. 물들었든 물들지 않았든 상관이 없습니
다. 우리는 처음에 자신이 물들었음을 모릅니다. 내가 옳고, 부딪히고,
화가 나고, 싸우고 이럴 때에 자기가 물들었음을 모르다가 자기를 들
여다보기 시작하면 그때 비로소 알게 됩니다. 이 과정을 알고 떨어져
나오는 심리학의 네 가지 과정이 있습니다.

맨 처음 감정에 동일시되어 폭발하는 것은 '무의식적 무능無能'입니
다. 그런 감정을 다룰 능력이 의식, 무의식에 전혀 없어 자동적으로 반
응한다는 뜻입니다. 마치 화내는 기계와도 같이 어떤 말만 들으면 화
가 나고, 어떤 행동을 보거나 상황, 사람을 보면 자동적으로 감정이 올
라오는 상태입니다.

그러다가 자신을 들여다보기 시작하면 다음 단계로 이행합니다. 즉, 감정이 일어나는 원리를 의식적으로 알게 되고 자신이 몰들었음을 알지만 아직 그것을 다룰 능력이 없는 상태가 ‘의식적 무능’입니다. 이때는 자신에게 강한 에너지 폭풍이 일어나 그것에 묶여있다는 것이 자각됩니다. 그러나 거기에서 의식적으로 빠져나오지 못합니다. ‘의식’하지만 아직 그 자동패턴을 멈추지 못합니다. 예를 들어 어릴 때부터 부모로부터 ‘멍청아’라는 소리를 들으며 자랐습니다. 그 소리가 너무 듣기 싫었고 자신을 무시하는 듯한 말투에 화가 났습니다. 그것이 자동화가 되어 그 단어만 들으면 자동으로 화가 올라오게 되었습니다. 그래서 나이 들어 이제 더 이상 나를 ‘멍청이’라 부를 사람도 없고, 무시하는 사람도 없지만 여전히 그 말이 나를 사로잡습니다. 어느날 우연히 친구들이 어울리는 모임에서 한 친구가 어깨를 감싸 안으며 친근하게 ‘멍청이’라며 장난삼아 부르는 말에 갑자기 마음에서 화가 올라옵니다. 이 친구의 의도가 전혀 나를 무시하려하는 것이 아님을 ‘의식적으로 알면서도’ 화가 올라오는 것을 멈출 수 없습니다. 이것이 바로 ‘의식하지만’ 멈출 수 없는 상태를 말합니다.

관찰을 더 깊이 하면 이제 다음으로, ‘의식적으로 애써서’ 그것을 다룰 수 있게 되는 ‘의식적 유능有能’상태로 옮겨갑니다. 이때는 ‘느낌’은 일어나지만 그 느낌이 마음에 일어난 부분적인 ‘느낌’임을 압니다. 느낌과 함께 ‘있을 수 있게’ 된 것입니다. 그는 자신에게 화가 올라오지만 그 느낌을 면밀히 지켜보며 그것과 함께 가만히 있을 수 있게 되었습니다. 그러다 ‘지켜봄’을 놓치면 다시 화는 올라오고 맙니다.

마지막 단계, 이제 더 깊이 들어가서 관성적으로 올라오던 그 느낌이 그저 지나가는 하나의 파도임을 느끼면 무의식적으로도 저절로 그런 일이 일어나지 않는 ‘무의식적 유능’ 상태가 됩니다.

그런데 ‘진여는 일체의 염법과 상응하지 않는다.’는 말은 진여라는 것은 그런 모든 물든 마음 및 의식적 상태와 본질은 전혀 상관없다는 뜻입니다. 물든 마음이 있어도, 없어도 그에 상관없이 있을 수 있다는 말입니다. 이것이 바로 통찰의 힘입니다. 주관적인 측면과 객관적인 측면 두 가지로 얘기할 수 있는데 일체의 차별되는 모양을 떠났다는 것은 객관을 떠나 있다는 말입니다. 즉 대상이라는 것이 없다는 것인데, 이는 허망한 신념이 없기 때문이라고 했습니다. (다음 호에 계속) 

- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.
- 이 글은 《대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 上》에서 발췌하였습니다. 이 책은 2012년 8월부터 2014년 4월까지, 깨어있기 워크숍을 들은 오인회 회원들을 대상으로 진행된 대승기신론 강의를 책으로 엮은 것입니다. 대승기신론은 의식이 펼쳐지는 과정을 과학적이고 치밀하게 분석, 분해한 글인데 제목에 믿을 믿음 자가 붙었다는 것이 흥미롭습니다. 우리의 ‘의식’으로 파악되는 모든 것은 일종의 ‘믿음’이라는 것입니다. 아무리 놀라운 경험을 통해 알아채진 ‘깨달음’이라는 것마저도 표현되는 모든 것은 일종의 ‘믿음’이라는, 불교의 이 ‘혁명적인 선언’을 즐겨 읽어주십시오. 그러하기에 ‘깨달은 개인’이라는 것은 없으며, 이 모두는 우주적 불이부동의 의식 안에 펼쳐지는 ‘현상’임을...

저자 | 월인越因 이원규 | 미내사클럽 대표, 격월간 <지금여기> 발행인, ‘깨어있기’ 워크숍을 진행하고 있으며 ‘통찰력게임’을 보급중이다. 지은 책으로는 《대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 上》(2016), 《깨어있기-의식의 대해부》(2009), 《관성을 넘어가기-감정의 대해부》(2013), 《죽음 속에도 봄이 넘쳐나네》(2008), 《주역-심층의식으로의 대항해》(2009)가 있다.

월인越因은 ‘인연을 넘어서’라는 뜻이다. 이 세상 만물과 우리 내면은 모두 ‘이것이 있음으로 해서 저것이 있다’는 인연법칙의 소산이다. 서로가 서로의 원인이 되어주고 있다. 그 어느 것도 변함없는 제원인인 것은 없다. 우스펜스키의 말대로 ‘미지未知가 미지를 정의하는’ 현상일 뿐. 그것은 외부 물질세계와 내부 정신세계를 망라하여 모두 그렇다. 그런데 이렇게 서로가 서로의 존재를 의존하는 ‘인연’의 ‘뿌리 없음’을 보면 이제 인연을 넘어서게 된다. 인연의 파도를 넘어선 그곳에 근원의 물만이 있을 뿐이다. 그의 모양은 이런 저런 파도로 가득하지만 모양을 넘어선 그곳엔 오직 아무런 모양도 없는 ‘물’만이 존재하는 것과 같다. 우리의 본성은 바로 이 인연의 세계를 넘어서 있다. 그래서 이러한 내용을 말하는 모든 이들을 대신해 월인越因이라 이름하였다. 그 인연의 세계를 넘어 있는 곳을 향하여...