

## 머물지 않는 마음

| 월인 |

자아란 삶을 살아가는 유용한 마음의 도구이며, 그 도구가 잘 쓰이기 위해서는 그 무엇도 아닌 공에 뿌리박을 때 가능하다는 것을 이야기합니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서)

현상과 본질이 다르다면, 눈으로 색을 볼 수 없어야 한다

이제 비일非一, 즉 다름(異)에 대해 설명하겠습니다. 승론외도勝論外道(바이세시카 학파)는 현상과 본성은 다르다는 이뉘를 주장합니다. 색과 색의 본성은 같지 않고 다르며, 원인과 결과 또한 다르다는 것입니다. 앞서 말한 수론외도(상키아 학파)는 원인 속에 결과가 포함되어 있다는 인중유과론因中有果論을 주장했는데, 승론외도는 원인은 원인이고 결과는 결과로 서로 다르며, 현상과 본성 또한 다르므로 다채로운 현상이 존재한다고 얘기합니다. 이 같은 이뉘를 주장하는 승론외도의 주장도 원효는 반박했습니다. 만약에 현상과 본성이 다르다면 색은 색의 본성을 벗어나 있으므로 눈으로 색을 볼 수 없어야 한다고 원효는 말합니다. 색의 본성이라 함은 눈에 보이는 것인데, 각각의 색깔이 색의 본성과 다르다면 색의 본성을 벗어나게 되어 눈에 보이지 않아야 하는데 어째서 눈에 보이느냐고 반박을 한 것입니다. 어떻게 보면 그저 반박을 하기 위한 말 같기도 한데 이 시대를 고려해보면 굉장히 논리적인 반론입니다. 지난 글에서 살펴봤듯이 색깔, 소리와 냄새 등이 모두 파동으로 주파수의 영역을 차지하고 있습니다. 이런 것이 밝혀져 있지 않은 시대에 그런 것을 예를 들어 논증했기 때문에 상당히 논리적이고 할 수 있습니다. 어쨌든 원효는 현상과 본성, 원인과 결과가 서로 다르다는 승론외도의 주장을 논파하고 있습니다.

## 있음도 없음도 아니라 함은 마음이 머물지 못하게 하기 위함

다음으로 유무有無에 대해 살펴보겠습니다. 유有는 ‘모두 같은 것’으로 ‘있다’는 뜻으로 일-의 주장과 비슷하며 이를 항존상恒存相이라고 합니다. 무無는 ‘모두 없다’는 것을 주장하는데 이처럼 ‘모든 것은 텅 비어 있다, 공空이다’라고 말하는 것을 단멸상斷滅相이라고 합니다. 그런데 일체 현상의 본성이 토끼의 뿔처럼 그 실체가 없다면 일체의 현상 또한 없어야 하는데, 현상은 존재하므로 ‘모두 없다’는 것은 틀린 주장입니다. 이것을 단멸상의 오류라고 하여 불교에서는 단멸상을 부정합니다. 힌두교에서는 모든 현상의 근저에는 아트만Atman이라고 하는 참나, 참 존재, 오직 하나의 존재가 있다고 하는데 불교는 이 항존상恒存相 또한 부정합니다. 불교가 항존상과 단멸상을 모두 부정하는 것은, ‘모두 없다’라는 것을 부정한다고 해서 ‘있다’는 것도 아니고, ‘있다’를 부정한다고 해서 ‘없다’는 것도 아니라는 뜻입니다. 다만 불교는 유有도 부정하고 무無도 부정함으로써 의미가 있습니다. 그것을 통해 우리 마음이, 아트만과 같은 참된 자아가 ‘있다’는 것에 머물지 못하게 하며, 아무것도 없다는 ‘단멸상’에 머물지도 못하게 하는 것입니다. 다시 간단하게 말하면 ‘있다, 없다, 같다, 다르다’는 것은 모두 개념일 뿐이며, 진여는 이런 개념에 속하지 않음을 설명하기 위해, 그리고 그 어디에도 마음이 머물거나 집착하지 않도록 하는 실질적인 쓰임을 위해 이렇게 복잡하고 어렵게 설명하고 있는 것입니다.

불교는 또한 둘 다를 허용하거나 둘 다를 부정하는 것도 인정하지 않습니다. ‘현상과 본질이 같기도 하고 다르기도 하다’ 또는 ‘있기도 하

고 없기도 하다’라는 것을 둘다를 허용하는 쌍허(雙許)라고 하며, ‘있는 것도 아니고 없는 것도 아니다’는 것을 둘다를 부정하는 쌍비(雙非)라고 합니다. 불교는 이런 쌍허(雙許)와 쌍비(雙非) 또한 부정합니다. 반야심경에서도 “무무명 역무무명진(無無明 亦無無明盡(무명도 없고, 무명의 다함도 없다))” 이런 식으로 계속해서 부정만 해나갑니다. 인도식으로 따지면 네티 네티(Neti Neti)죠. ‘이것이다’ 하고 긍정하는 것이 없습니다. 왜냐하면 우리는 ‘아니다’를 통해서만 갈 수 있기에 그렇습니다. ‘이것도 아니고 저것도 아니다’라는 작업을 계속하면, 제일 나중에 남는 ‘아무것도 아닌 것’ 마저 아닌 거니까, 그때는 ‘내’가 할 수 있는 것이 아무것도 없겠죠? 결국은 이 작업을 통해서 마음이 어딘가에 집착하는 것을 멈추게 만드는 효과를 나타내게 됩니다.

이런 식으로 계속 부정만 해나가며 마음이 움푹달락 아무것도 못하게 합니다. 여러분의 마음속에 일어나는 그 어떠한 ‘현상’에 대해서도 이런 식으로 접근하세요. 내 안에서 어떤 느낌이 일어나면 “이것은 느낌이므로 진정한 내가 아니야”하는 방식입니다. 손으로 무엇을 잡아서 그 사물에 대해 어떤 느낌이 느껴진다면 그것은 내 손이 아니란 의미지요? 아무것도 잡지 않았을 때는 아무런 느낌도 나지 않기 때문입니다. 마찬가지로 마음에 무엇이 나타나 ‘느껴진다면’ 그것은 마음의 본질이 아니란 뜻입니다. 본질은 마음에 나타나지 않습니다. 마음 자체가 어떻게 마음에 ‘나타나겠어요?’ 그것이 바로 ‘상이 아닌 것도 아니고, 상이 없는 것도 아니다(非非相 非無相)’의 뜻입니다. 마음에 어떤 현상이 일어나면 “이것은 마음에 나타났으니까 내 본질이 아니야” 하고 내려놓을 수 있어야 합니다. 그렇게 하기 위해서 ‘느낌’이라는 것을 파악하는 작업인 감지(感知)™ 연습을 하는 겁니다. 외부 사물로 감지 연습을 하다가 내적인 감지를 찾아 들어가면, 마음 안에서 어떤 생각, 감

정, 미묘한 ‘느낌’이 떠오르는 것을 느낄 수 있게 되고, 느껴지는 것은 ‘내가 아님’이 확연해지면 하나하나 떼어낼 수 있겠죠. 느껴진다는 것은 무언가 두 가지가 ‘만났을 때’ 일어나는 현상입니다. 즉 손으로 무언가를 만질 때 그것이 ‘느껴집니다’. 느낌이 일어나기 위해서는 ‘손’과 ‘무엇’이 나뉘어 있어야 하고, 이때 손은 무엇이 아닌 것이 되지요. 그와 같이 내적 외적으로 느껴지는 ‘느낌’이 있다는 것은 ‘무언가’가 마음에 나타난 것이고, 그것은 마음의 어떤 ‘모습’이라는 것이 파악되면 애써 떼어낼 필요도 없습니다. 왜냐하면 그것이 ‘본질이 아님’이 명확하기 때문이지요. “아, 이걸 느껴지네. 내가 아니구나.” 하게 됩니다. 그렇게 감정도 생각도 진정한 내가 아니죠. 감정이 일어나기 전의 미묘한 무드, 예를 들면 아침에 일어나서 느껴지는 미묘한 짜증이나 지루함 또는 미묘한 상실감 등도 느낌이니까 내가 아닙니다. 이렇게 하나 둘 부정하다 보면 문득 ‘부정하는 자기’가 느껴지게 됩니다. 그때 “아, 이것도 느껴지네. 그러면 이것도 나의 본질이 아니구나!” 하고 툭 떨어뜨리게 되는 것입니다. 누가 떨어뜨리는 것이 아니에요. 떨어뜨리는 작용이 그냥 일어날 뿐입니다. 네티 네티neti neti 하는 작용이 ‘나’란 느낌에 대해서도 작용하는 것입니다.

그래서 진여眞如를 설명할 때 진여는 공췌도 아니고 불공不췌도 아니며, 이것도 아니고 저것도 아니며, 이것이 아닌 것도 아니고 저것이 아닌 것도 아니며, 이것과 저것을 둘 다 갖춘 것도 아니고 둘 다 갖추지 않은 것도 아니며... 이렇게 끊임없이 부정해나가는 과정에서 부정하는 자기 자신마저도 부정될 때, 그때 드디어 아무 데도 갈 수 없는 막다른 골목에 이르게 됩니다. 그것이 바로 백척간두에 선 마음입니다. 더 이상 갈 곳이 없음을 알고 백척간두에서 뛰어내릴 때 비로소 생명이 파악되는 것입니다. 막다른 골목에서 “그 어떤 것도 내가 아니라면

나는 무엇인가?”라는 질문이 자신의 본질을 파악하게 해줍니다. 파악한다고 해서 파악하는 누군가가 있는 것은 아닙니다. 그저 ‘마음의 기능’이 파악하고 사라져갈 뿐입니다. 파악되는 모든 것들, 다시 말해 마음에 잡히는 그 어떤 현상에도 머물지 않게 되는 것뿐이에요. 누가? 누구라고 할 것도 없는 생명의 힘이 말이죠.

보통 ‘자기’라고 말할 때는 생명의 힘이 ‘무언가에 머문 것’입니다. 소도 비빌 언덕이 있어야 한다는 말이 있죠? 이 생명의 힘도 비빌 언덕이 있어야 머물 것 아니에요? 여러분은 마음에 나타나는 현상에 생명의 힘이 강하게 머문 것을 ‘자기’라고 여기고 있습니다. 지금 마음속으로 들어가서 느껴보세요. 마음속에 어떤 ‘중심’이 느껴진다면 그것이 바로 생명의 힘이 머무는 곳입니다. 어떤 것에도 머물지 않는다면 마음은 그냥 평평하게 느껴집니다. 그런데 어떻습니까? 내가 무엇을 주장하거나 누군가와 갈등하고 싸울 때 내 마음속에 어떤 강력한 느낌이 느껴지게 됩니다. 그때 생명의 힘이 거기에 머물러 있는 것이고 그것을 ‘자기’라고 여기는 것입니다. 내 마음을 느껴봤을 때 생명의 힘이 그 어디에도 머물지 않는다면, 오목과 볼록이 없는 마음 상태라고 보면 됩니다. 마음속을 잘 느껴 보세요. 무엇인가 중심 같은 것이 느껴지거나 무게감의 차이가 생겨 내 마음속 어딘가가 더 무겁고 어딘가가 더 가볍게 느껴지나요? 이것이 ‘나’ 같고 저것이 ‘나 아닌 것’ 같나요? 그런 차이가 느껴지거나 불균형이 일어나 있다면 그것은 바로 가장 무거운 부분을 ‘자기’라고 여기며 머물고 있는 중이라고 보면 됩니다.

## 자아라는 무게 중심

이상이 일차적으로 살펴본 부분이고, 두 번째로 그 무게 중심인 ‘자아自我’의 중요한 역할을 살펴보겠습니다. 내 안에서 끊임없이 나타나고 사라지는 경험의 흔적들은 이 자아自我라는 무게중심을 기반으로 질서 있게 정렬됩니다. 그렇게 자아自我를 사용하기 때문에 우리는 정신분열 없이 한 사람인 것처럼 일상을 살아갈 수 있는 것입니다. 이 자아自我라는 무게중심이 사라지면 꿈속의 상태와 비슷해집니다. 꿈속에서는 일관된 한 사람의 자아가 없습니다. 그렇기 때문에 물속을 자유롭게 헤엄쳐 다니다가 갑자기 날개를 달고 하늘을 날기도 합니다. 과거 경험과 몸을 가진 내가 중심이 되는 것이 아니라, 어디선가 보고 들은 것이나 책에서 읽은 것들이 자기 행세를 하고 잠깐 잠깐 중심 역할을 합니다. 만약 꿈속에서도 평상시의 자아가 무게중심으로서의 역할을 한다면 현실성 없는 꿈은 꾸지 않을 것입니다. 일상적인 의식의 세계에서는 대상을 봄으로써 “나는 상처받지 않아야 해, 나를 지켜야 해” 등을 끊임없이 재인식 시키고 있습니다. 매 순간 이렇게 자기강화를 하기 때문에 자아가 미치거나 사라지지 않고 계속해서 중심 역할을 할 수 있습니다. 자아라는 무게 중심이 없는 꿈속에서는 질서 없이 혼돈스럽지만, 깨어있는 낮에는 자아가 태풍의 중심, 수레바퀴의 중심과 같은 역할을 하지요. 바퀴는 가운데가 텅 비어있지만 그 중심이 주변의 바퀴살을 모두 잡아주는 역할을 합니다. 그와 같이 자아도 자세히 살펴보면 실체가 없지만, 모든 경험들이 거기에 끌려들어 가고 있기 때문에 무엇인가 있는 것처럼 느껴지는 것입



니다. 눈을 감고 내면을 살펴보면 그것이 어떤 무게중심으로 느껴지는 거죠. 이 중심을 향해서 나의 모든 살아있는 경험들이 질서 있게 배열 되어 정연해집니다. 그럼으로써 우리가 ‘한 사람’으로 살아갈 수 있는 것입니다. 사실 우리 안에는 수많은 ‘나’라는 것이 있죠. 어릴 때의 ‘나’, 운전할 때의 ‘나’, 강의를 들을 때의 ‘나’, 매 순간마다 다른 ‘나’입니다. 지금 현재의 ‘나’는 6개월 전의 ‘나’, 10년 전의 ‘나’와 비교해 볼 때 몸의 세포, 생각의 내용 모두 달라졌지만 여전히 ‘나’라고 여겨집니다. 그렇게 여겨지는 이유의 핵심은 ‘주체감’과 ‘존재감’<sup>1)</sup>입니다.

### 의식의 본질은 생각할 수도, 느낄 수도 없다

공공에 대해 설명하는 원문 마지막 부분을 보겠습니다.

乃至總說，依一切衆生以有妄心，念念分別，皆不相應，故說  
내 지 총 설 의 일 체 중 생 이 유 망 심 념 념 분 별 개 불 상 응 고 설  
 爲空。若離妄心，實無可空故。  
위 공 약 리 망 심 실 무 가 공 고

이리하여 전체적으로 말하자면 일체의 중생이 망심妄心이 있음으로 해서 생각할 때마다 분별하여 모두 진여와 상응하지 않기 때문에 공공이라고 말하지만, 만약 망심妄心을 떠나면 실로 공공이라고 할 것도 없기 때문이다.

[논論]


모든 현상인 염법染法과 본체는 상응하지 않는데, 본체에는 허망한 신념이 없기 때문이라고 했습니다. 즉 허망한 개념이 없다는 뜻입니

1) 주체감은, 마음이 대상과 나로 나뉘고 그중 나라고 여기는 마음을 더 진하게 만드는 느낌으로 ‘주인’이라는 느낌을 준다. 존재감은 주체와 대상의 분별이 사라지고 그저 존재한다는 느낌만 남은 상태로, 마음의 내용은 아무것도 없으나 내용없는 순수한 의식만 남은 상태이다.



다. 모든 존재하는 것에는 개념이 붙어있지만 진여라는 진실한 본질에는 어떠한 개념도 없습니다.

분별을 떠나 있음을 공췌이라 했는데, 분별을 떠났다는 것은 분별을 위주로 삼는 의식을 떠나있다는 말입니다. 의식이 하는 일은 분별을 통해 구분하는 것입니다. 의식은 이것과 저것을 나누고, 나눈 것을 기반으로 다양한 생각과 감정들을 일으킵니다. 진여의 이름이 공췌인 것은 그러한 분별이 없기 때문인데, 분별이 없으면 의식이 일어날 수 없기에 진여는 의식을 떠나 있습니다. 이것과 저것을 구분하지 못한다면 우리는 그것을 하나로 여깁니다. 그와 같이 내면에 있는 느낌, 생각이나 감정을 구분하지 못한다면 그것을 하나로 여겨 내면에서 분별이 일어나지 않고 의식이라는 것이 일어날 수 없습니다. 의식의 분별 작용의 가장 기본은 '나와 대상'의 분열입니다. 결국 나와 대상의 분열이 없으면 기본적으로 의식이라는 것이 있을 수 없습니다. 지금까지 공부하면서 감정적인 문제나 의식의 여러 가지 문제점이 나와 대상의 분열 때문이라고 얘기했습니다. 그렇다면 “나와 대상의 분열을 없애면 되지 않을까?”라고 생각할 수 있습니다. 없애려면 없앨 수 있겠지만 나와 대상의 분열을 없애면 의식이라는 것이 성립되지 않습니다. 우리가 무언가를 의식하고 알고 느끼고 구분하며 살아가기 위해서는 내면의 분열 곧 나와 대상의 분열이 필수입니다. 그런데 진여, 즉 의식의 본질은 그러한 분별을 떠나있는 공췌이라고 했습니다. 다시 말하면 우리의 본질인 진여라는 것은 분별을 여임으로써 의식을 떠나있기 때문에 우리는 그것에 대해 생각하거나 느낄 수 없습니다. 생각이나 느낌 등의 의식 현상을 일으키는 기본 구조가 분별이므로 분별을 떠난 곳에 있는 의식의 본질인 진여에 대해 생각한다는 것은 있을 수가 없습니다. 그렇다면 생각할 수도 없고 느낄 수도 없는 진여가 있다는 것에도

대체 어떻게 ‘알까요?’ 알 수 없고 느낄 수 없습니다. 그렇지만 정말로  
공공인 것만은 아니라고 이어서 말합니다.(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 신빙 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 읽어주시시오. 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-심층의식으로서의 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 제1원인인 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 넘으신 그곳엔 근원의 물만이 있을 뿐이다. 그의 모양은 이런 저런 파도로 가득하지만 모양을 넘으신 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...