

존재의 평온(6부)

| 진 클라인 | 박승숙 옮김 |

진정한 관찰은 목적 없는 관찰이며, 의도와 결론에 묶이지 않는 그 순수한 관찰을 통해 침묵에 이름을 이야기합니다(편집자 주).



(지난 호에 이어서 6부)

하지만 자신이 스승을 찾을 수는 없지 않습니까? 스승은 나타나는 것 같습니다.

네, 스승이 오는 것이지요. 삶에 의문을 던지고 되돌아보다 보면, 어느 방향으로 가야하는지 알 수 없는 지점에 이르게 되기도 합니다. 이렇게 무르익어 열린 상태가 스승이 나타날 기회인 것입니다.

탐구하는 순간에는 결론과 무관하게 관찰이 일어납니다. 당신은 선이나 한시를 읽는 식으로 당신의 삶을 봅니다. 최종적인 반응은 중시하지 않은 채 순수한 관찰만이 있습니다.

무언가에 중점을 두고 관찰을 하면, “이 사물에 내가 어떻게 반응할 것인가?”가 주안점이 되어버립니다. 하지만 어떤 것도 참고함이 없이 관찰한다면, 관찰은 내적인 태도로 남게 됩니다. 목적 없는 관찰이 곧 자각이라는 내적 상태이며, 그 상태에서는 관찰 대상이 점차 희미해져 태고의 자각상태로 되돌아간다고 할 수 있습니다. 이 원래의 각성상태에 있을 때, 당신이 누군가를 찾도록 이끄는 일종의 예지가 존재하게 됩니다. 혹은 흔히 하는 말로 “누군가가 당신을 찾는다”고도 할 수 있겠습니다.

스승은 관점과 공식화, 혹은 지적인 설명을 제공합니다. 변치 않는 경험과 지적 이해는 함께 작용합니다. 그렇지 않으면 뜬구름 속을 걷는 것과 다름없습니다.

그러나 어떤 지점에서는 지적 이해가 약해지지 않습니까?

지적 이해는 결코 이해할 수 없는 것을 이해하는 데 필요한 올바른 태도를 갖게 합니다. 지적으로 이해함으로써 생겨난 어떤 내적인 태도

가, 사고 과정을 통해서도 결코 대상 없는 의식 상태에 이를 수 없다는 것을 깨닫는 데 도움이 되는 것이죠. 생각의 무력함을 알게 해준다고 할 수 있겠습니다.

그러면 자각 속에서 성장한다 함은...?

당신은 자각하게 ‘되는’ 것이 아닙니다. 당신이 자각이기 때문입니다. 자각함을 인식하는 것은 자각 그 자체에서 오는 것입니다. 의지를 행사하는 ‘나’는 결코 자각을 성취할 수 없습니다. ‘나’라는 것은 생각에 지나지 않기 때문입니다. 그러므로 생각으로는 그 어떤 상태도 아닌 무한성을 끌어낼 수 없다는 것을 알게 되면, 당신은 만들어내고 투사하는 모든 행위를 그치고 고요해집니다. 고요함은 자율성이며, 그 안의 의식은 스스로 전체적이고 온전하다는 것을 자각하고 있습니다. 고요함이란 들락날락하는 상태가 아닙니다.

마음은 지속적으로 일어나지만 일단 자신을 자각으로 알고 나면 무슨 행동을 하든 당신은 자각입니다. 아무것도 아닌 비상태는 사고과정이나 행위, 감정, 욕구에 의해 결코 영향을 받지 않습니다. 이런 것들은 오고 가지만 당신은 존재합니다.

우리는 일종의 배경으로써의 자각을 말할 수도 있습니다. 왜냐하면 처음에는 자각이 마치 당신 뒤에 있는 것처럼 느낄 수도 있기 때문입니다. 하지만 이런 이미지는 사실 정확하지 않습니다. 그 이미지는 방향 없는 것에 방향을 부여하는 것과 같기 때문입니다. 그것은 이 방을 구성하는 여섯 면(천정과 바닥, 네 벽면)과 같습니다. 안정적이지요. 방 안에 있는 대상들은 모두 바뀔 수 있지만 이 여섯 개의 면은 영향을 받지 않습니다. 이처럼 시공간 안에 존재하는 대상들은 구름이 모습을 바꾸듯, 생각, 감정, 욕망이 변하듯 변할 수 있으나 다차원에 존재하는

자각은 이러한 변화가 건드릴 수 없습니다.

그 여섯 표면은 자신의 원래의 지각입니다. 그러므로 당신이 이런 원래의 지각에 더 많이 머물수록 자신을 여자나 남자, 은행계좌가 있는 누구로서 대상화하는 습관에 힘이 덜 실리게 됩니다. 어떻게 행동할지, 어떻게 보일지, 어떻게 반응할지 등 이미지와 관련된 모든 속성을 충족시켜서 여자다워지고 싶어 하는 것은 진정한 여인이 드러나는 것을 가로막습니다. 자신을 여성으로 그리기를 멈춘다면, 필요한 상황에서 진정한 여인의 능력이 생겨납니다. 더는 따라야 할 이미지나 형식이 없기 때문에 모든 것에 열려있게 되어, 모든 상황에 완전히 자연스럽게 적합하게 됩니다.

대상 간의 관계에서는 하나의 대상이 다른 대상과 접촉할 때 늘 긴장이 생겨납니다. 이러한 긴장은 우리가 불안이나 결핍감에서 벗어나려 할 때마다 생겨나며, 대개 큰 부담으로 다가옵니다. 그러나 당신이 변치 않는 각성 속에서 살면 관계는 완전히 다른 질서를 보입니다. 그 저 주는 것, 발산만 존재한다고 말할 수 있겠습니다. 그 관계는 어떤 면에서 분명히 실재하는 깊은 평온함이자 침묵입니다.

많은 사람들이 평생을 이런 느낌 없이 살지 않습니까? 선생님께서는 그것을 의식하지 않고 느낄 수 있습니까?

삶에서 아무 일도 일어나지 않는 순간들, 무언가를 상상 속에서 구체화시켜 그것을 투사하거나 예상하는 것이 아닌 순간들을 당신은 알고 있습니다. 당신은 거기에 있고 아무 일도 일어나지 않습니다. 당신은 침묵에 귀 기울입니다. 아무 일 없음에 귀 기울이다 보면 그 ‘아무 일 없음’이 다시 귀 기울임 자체로 당신을 되돌아가게 만드는 순간이 옵니다. 이러한 귀 기울임 안에, 아무 가감할 것이 없는 자유와 온전함

이 있습니다.

당신이 경험을 구할 때, 당신의 주의를 전체의 일부분으로 제한됩니다. 이런 식으로 주의를 집중하는 것은 삶의 순간에 제동을 겁니다. 그러므로 경험을 추구하기를 그치면, 당신은 열려있게 됩니다. 경험은 그저 정신적인 과정일 뿐입니다. 당신이 경험하고 있는 것이 끝나는 순간 당신은 이것을 알 수 있습니다. 자각할 대상이 없으면 당신은 자각 그 자체로 되돌아갑니다.

사실, 대상 자체는 존재하지 않습니다. 이미 알려진 다른 대상과의 관계 속에서만 나타나기 때문입니다. 그러나 어떤 것을 진정으로 알기 위해서는 다른 무언가에 기대어 관련짓지 말고 자각 자체로 가야 합니다. 대상은 침묵의 표현이기 때문입니다.

마음속에 이미지가 나타나 갈등을 일으킨다면, 당신은 그 갈등이 하나의 관점에서 그 이미지를 보기 때문에 일어난 것임을 이해해야 합니다. 그 이미지에 이름 붙이지 않고 이미지를 고정시키지 않으면서 그대로 내버려둔다면 갈등의 느낌은 떨어져나갑니다. 더는 하나의 의견에 국한시키지 않고 온전하게 보게 됩니다. 전체 배경의 입장에서 이 이미지를 보면 그 이미지는 다른 많은 것들과 완벽히 동시에 나타났다가는, 다시 당신을 고요한 자각으로 되돌려 놓습니다. 바로 이 순간에 변형이 일어납니다.

이 이미지를 다른 이미지와 비교하고 분석해서 갈등을 없애려 한다면 그것은 정신적인 과정으로 머물게 되며, 마음으로는 결코 마음을 바꿀 수가 없습니다. 변형이란 특정 관점에서 만들어진 이미지가 이러한 제한에서 벗어날 때 일어나며, 그 이미지를 둘러싸고 있는 전체 배경 속에서 보일 때 일어납니다.

전체적으로 보는 것에서는 주체도 대상도 없습니다. 당신이 전체

입니다. 당신은 더는 일상적인 마음의 과정, 습관적인 생각 안에 머물지 않습니다. 당신은 르네 구에논René Guénon이 ‘모든 가능성Toute Possibilité’이라고 부르는 것에 열려있습니다. 다시 말해서, 심리학자들이 무의식과 초의식이라 언급한 것이 표면에 떠오릅니다. 이 일이 일어날 때까지는 당신은 자기 기억의 악순환 속에 남아있을 뿐입니다.

예를 들어 몸을 관찰한다고 하면 당신은 우선 표면적으로 긴장과 수축의 정도를 느낍니다. 이것이 느껴지고 나면 곧바로 더 깊은 수준인 원래의 몸을 느끼게 되고, 그렇게 되면 더는 뭔가를 붙들고 있거나 어딘가에 자신을 국한시키지 않습니다. 당신이 자신의 몸에게 몸이 될 기회를 주고 정형화된 양식을 투사하기를 멈춘다면, 몸의 자연스런 본성을 자각하게 됩니다. 하이데거는 이렇게 보는 방식을 ‘기다림 없는 기다림’이라 했습니다. 바로 대상 없는 기다림이지요.

아무런 기대 없이 기다릴 때 진정한 삶이 나타납니다. 원한다고 해서 그렇게 될 수는 없습니다. 그렇게 되면 그것은 그저 기억의 반복에 지나지 않기 때문입니다. 그때 자각은 자유의지에 가려져, 바라고 되어가는 과정 속에 머물 뿐입니다.

대상 없는 기다림 속에 폭 빠져보십시오. 그렇게 할 때, 당신은 취하고 행하고 만들어내는 일을 그만두게 됩니다. 그때 삶이 자생적으로 당신 안에서 창조됩니다. 당신은 완전히 다른 흐름으로 살게 됩니다.

그러나 이러한 일이 일어날 때, 그것을 경험하는 누군가가 있는 것은 아닙니다. 변치 않는 각성 속에는 아무도 존재하지 않습니다.

고통은 침묵 위에 겹쳐진 것입니까?

모든 것이 침묵에서 일어납니다.

깊이 들여다보면 대부분의 '행위'가 반응이라는 것을 알게 될 겁니다.
동기 없는 순수한 관찰, 그것만이 반응에서 자유롭습니다.
반응할 주체가 없기 때문입니다.
그렇게 되면 모든 행동이 순간순간 자발적으로 일어납니다.

그렇다면 침묵은 언제나 변함없는 것이고, 고통은 어찌 보면 외적
extraneous인 겁니까?

고통이라고 하면 그 고통을 느끼는 누군가가 있고 그 '누군가'는 침묵에서 나타납니다. 고통이라는 지각은 일반적으로 우리가 매우 빠른 개념화 과정을 통해 피해버리려 하는 지각입니다. 고통이라는 개념과 고통이라는 지각은 동시에 일어날 수 없기에, 우리는 고통이라는 생각을 놓아버리고 순수하게 감각만을 느껴봐야 합니다. 감각에 깨어있는 상태, 감각을 아는 자가 되면 우리는 고통을 넘어서 있습니다. 정확히 말하면 항존하는 침묵 안에서 고통이 관찰된다는 것입니다.

고통을 다루는 방법에는 여러 가지가 있습니다. 우리는 대개 이러저러하게 고통을 회피하거나 전환시키려 하지만 그렇게 하면 오히려 온 힘을 다해 고통에 개입하게 됩니다. 반면에 그저 관찰하기만 한다면 고통은 자신을 드러낼 수 있게 되어 고통에 고착된 에너지가 유동적이 되면서 바로잡힙니다. 순수하게 바라볼 때는 주체가 없고 방향을 전환시키려는 에고도 없으므로, 갈 곳을 잃은 이 에너지가 다시 전체와 통합됩니다.

고통과 함께 살아가기를 배워야 합니다. 고통을 개념화하지 마십시오. 이것이 무슨 뜻인지 예를 들어보겠습니다. 피로를 느끼고 '피곤해'라고 말한다면, 당신은 즉시 피로와 동일시됩니다. 이렇게 동일시함으로써 당신은 피로하다는 상태에 힘을 보태고 그 상태를 유지시킵니다.

그러나 누워서 피로가 자연스레 표출되도록 내버려두면 피로는 당신의 관찰 대상이 됩니다. 그러면 당신은 더 이상 피로를 만들어내는 공범이 아닌 것이 되고, 피곤한 느낌이 곧 사라져서 다시 기력을 회복하게 됩니다.

다리에 쿡쿡 찌르는 듯한 신경통이 있습니다. 통증에서 한발 떨어져 나와 통증을 관찰하는 것이 낫는 데 도움이 될까요?

그 문제는 요추 4번과 5번 사이에서 생깁니다. 이 부분에 압력이 있다면 먼저 신경을 풀어줘야 합니다. 가장 좋은 방법은 다리를 쭉 펴고 앉아서 골반 부분을 완전히 이완시킵니다. 하지만 움직여서는 안 됩니다. 설명해드리죠.

이런 자세입니다. 눈을 감고, 주의가 온몸을 흐르게 합니다. 이렇게 하면 긴장된 부분을 느낄 수 있습니다. 하지만 결과를 바라진 마십시오. 기대한다는 것은, 느낌이 드러나기 전에 이미 마음이 다른 데로 가 있다는 뜻이기 때문입니다. 그래서 감각보다는 생각 차원에 머물게 합니다. 그러한 기대를 목표 추구end-gaining이라고 말할 수도 있겠습니다. 목표를 추구하는 상태에서 살아선 안 됩니다.

눈을 감으면 나는 여기가 어딘지 정확히 말하지 못합니다. 내 몸 구석구석이 본연의 감각으로 각성되어 깨어있기 때문입니다. 매순간이 목표가 되고 그것이 이뤄집니다.

아침에 일어날 때 저는, 완전히 잠에서 깨어나기 위해서는 어떤 두터운 물질을 뚫고 나와야 하는 듯한 느낌이 듭니다. 저는 왜 그렇게 피곤한 걸까요?

아침에 일어날 때 당신의 의식 속에서 깨어나는 것은 바로 몸입니

다. 그러나 우리가 몸이라고 부르는 것은 뇌에 각인된 패턴입니다. 삶의 몇몇 순간을 캡처하는 일종의 반사식 사진기^{reflex}이지요. 이 사진기가 처음에는 가끔씩 작동하지만, 점점 찾아지다가 끝내는 고정되어 버립니다. 당신은, 이 패턴을 받아들이고 그 패턴의 측면에서 당신의 몸을 생각하는 것입니다. 심리 상태도 그와 다르지 않습니다. 우리는 깨어 있어서도 즉시 우울하게 느낄 수도 있습니다.

매일 밤 여덟 시간 잠을 자야 한다는 생각도 조건지어진 것입니까?

각성될수록 일상적인 사건과 상황들을 비-반응적인 방식으로 대하고, 사건을 그저 일어나는 것으로 온전히 겪어내게 됩니다. 남아있는 것이 없으므로 마음에도 잔상이 없습니다. 반응과 긴장이 남아있지 않기 때문에 잠잘 때면 몸이 완전히 이완되고 그런 상태에서는 4시간 반이나 5시간으로도 충분합니다.

그럼 낮 동안을 의식적으로 살지 않으면 잠을 더 자야 합니까?

그렇습니다. 낮 동안 미뤄둔 것이 꿈의 형태로 나타나기도 합니다.

꿈은 필요한 것인가요?

일반적으로 우리가 꿈이라고 하는 것은 깨어있는 동안 해결되지 않은 것들을 제거하는 것입니다. 그러나 프랑스어로 몽상^{songe}(夢想)이라 하는 것으로 나타난다면 그것은 제거가 아닙니다. 당신의 과거나 미래가 완벽히 동시적으로 나타나게 보일 수 있습니다. 왜냐하면 시공간 속에서 살고 있다는 생각은, 그저 우리가 그러한 조건지어짐 속에서 생각하도록 길들여진 데 기인하기 때문입니다. 사실 사건과 상황은 동시에 일어납니다. 당신이 내일, 4주 뒤, 4년 뒤에 할 일은 이미 이 자

리에 있습니다. 당신의 마음이 순차적으로 지각들을 습득하도록 조직되어 있어서 시간이 나타날 뿐입니다. 시간은 인간의 마음속에서만 존재합니다. 시간은 실질적으론 없습니다.

영적 스승들은 현상세계가 나타났다가 사라지며 개인이 해야 할 일은 아무것도 없다고 합니다. 하지만 우리 대부분은 자신의 삶을 통제해야 한다고 느낍니다.

왜 삶을 통제합니까? 통제할 필요가 없습니다. 삶은 스스로 흘러갑니다. 삶을 통제하려 한다는 것은 기억 속의 삶, 반복되는 삶, 가짐과 되어감의 끊임없는 과정 속에서 살아감을 뜻합니다. 하지만 통제하려는 충동을 일단 놓아버리면 갈등에서 놓여나 삶의 흐름과 하나가 됩니다. 장대한 광경 앞에 선 관찰자가 되십시오. 연극play은 계속되지만 당신은 관중 속에 있습니다. 무대로 올라가 연극에 개입하게 되면 당신은 지는 겁니다.

저는 그동안 억제해온 것을 다시 보게 될까 두려워서 결코 명상을 시도해보지 않았했습니다. 이 반응은 제가 좀 더 깊이 들여다봐야 한다는 신호입니까 아니면 제가 아직 성숙하지 못하다는 뜻입니까?

명상 중에 떠오르는 것은 과거의 잔여물입니다. 이들 잔여물은 생각들의 연상작용을 통해 자리 잡은 에너지이며, 두려움과 불안으로 끌어들이는 에너지입니다. 이 모든 것에 대해 목격자로 남아있으십시오. 선택권이 없는 관찰자 입장에서는, 주의가 어떤 동기도 없이 투명해지며, 모든 조건지어짐이 힘을 잃습니다. 당신은 의식, 무의식, 초의식이 드러나는 것을 발견할 수도 있지만 그러한 것들은 새로운 것이 아니라 과거입니다. 일어나도록 내버려두되 관찰자로 남아있으십시오.

처음에는 관찰자도 지각의 대상입니다. 하지만 나중에는 이 관찰자도 침묵 속에 녹아듭니다. 그러면 당신이 곧 침묵이자 무시간입니다. 지금인 동시에 시간을 떠나있기도 한...

이따금 침묵이 두려운 것은 왜일까요?

두려워하는 그 ‘나’는 누구입니까? 그것은 예고입니다, 우리가 자신에 대해 갖고 있는 이미지입니다. 그것은, 당신이 그것을 놓아버리는 순간, 그것을 관찰하는 순간, 녹아 없어집니다. 순수한 관찰에는 ‘나’라는 이미지가 자리할 공간이 없습니다. 그러니 놓아버리십시오. 모든 상황에서 완전히 자유로워지십시오.

두려움에 사로잡혀 있을 때에는 두려움을 관찰하기가 어렵습니다.

두려움의 메커니즘을 보십시오. 두려움 이전에 무엇이 있는지를 보십시오. 어떤 연관성 때문에 당신이 두려운 상태에 처하게 됐는지를 보십시오. 당신은 어떤 감각을 느끼고 그것에 ‘두려움’이라는 이름표를 붙인 것입니다. 그리고 두려움을 느끼는 ‘나’라는 이미지를 투사하고, ‘두려움’이라는 덩치 큰 사자 앞에서 ‘나’라는 이미지를 어두컴컴한 숲 속에 숨겨버립니다.

자신을 한 남자로, 개인으로 투사하는 것도 두려움에서 비롯됩니다. 개인이 존재하려면 상황이 필요하기 때문입니다. 많은 이들이 고통 받기를 택하고, 가망 없는 조건을 연장하는 쪽을 택하는 것도, 그것이 ‘나’가 매달릴 여지를 주기 때문입니다. ‘나’가 붙잡을 것이 없으면 그 ‘나’는 죽습니다. 우리는 그 죽음에 익숙해져야 합니다!

자신이라는 과거 이미지를 참고하지 말고 매 상황을 새롭게 보십시오. 한 개인을 투사하지 않게 되면 자기 자신에 대한 이미지, 이를테면

남자이고, 지적이며, 어떠한 성격이고, 애인이 많다는 등등의 자기 이미지가 어떻게 됩니까? 당신은 조용하고 예민하지만 특정 대상에 대해 예민한 것이 아니게 되지요. 그러면 그 상황은 어떤 이미지가 아니라 보편의식에 속하게 됩니다.

당신이 두려워하면, 그 ‘나’가 두려움에 관여해서 그것을 의도적으로 놓아버릴 수 없게 합니다. 이 아상我相은 두려움이 지각되는 순간 떨어져나갑니다. 그리고 두려움이 존재하기 위해 이미지로부터 자극이 필요할 때, 이미지가 없다면 두려움도 없습니다.

개인, 분리된 개체라는 생각은 맞지 않습니다. 독립된 개체는 존재하지 않습니다. 당신은 별들과 하나이고, 달과 한 몸이며 동식물, 돌, 사회와 하나입니다. 당신은 전체로부터 독립적으로 존재하지 않습니다.

개인이 존재하는 것이 아니라면, 무엇이 존재하는 것입니까?

생각, 감정, 지각이 존재합니다만 거기에도 개인성은 없습니다. 그 ‘나’는 인간관계에서 통용되는 관습입니다. 개념으로 존재하지 실체는 없습니다.

삶을 받아들이십시오. 일어나게 내버려두십시오. 당신은 당신의 삶이 아닙니다. 관중 속에 앉아서 무대 위 배우를 보고 있는 관찰자일 뿐입니다. 배우는 영웅이나 남편, 고통스러워하는 사람 등을 연기하겠지만 자신이 연기하고 있다는 것을 압니다. 역할과 동일시되어 있지 않습니다. 당신의 삶에서도 그와 다르지 않습니다.

그렇다면 해야 할 것이 없는 겁니까?

해야 할 것은 없습니다. 깊이 들여다보면 대부분의 ‘행위’가 반응이

라는 것을 알게 될 겁니다. 동기 없는 순수한 관찰, 그것만이 반응에서 자유롭습니다. 그때에는 반응할 주체가 없기 때문입니다. 그렇게 되면 모든 행동이 순간순간 자발적으로 일어납니다.

(긴 침묵)

이 같은 모임에서 어떤 결론에 도달하려고 해선 안 됩니다. 말은 이름일 뿐, 진정한 향기는 침묵 속에 있습니다.

저는 침묵 속에서 왜 그리 불편한지 이해할 수 없습니다.

침묵하려고 노력한다면 침묵이 될 수 없습니다. 침묵은 당신의 본성입니다. 원래부터 당신인 것이 되려고 굳이 애쓸 필요가 없습니다. 고요하지 않을 때를 살피십시오. 우리는 침묵으로 머물 때에야 비로소 진정한 의사소통을 말할 수 있습니다. 삶의 아름다움은 소통에 있습니다만 두 대상, 두 개인성, 두 이미지 사이에서 일어나는 그런 종류의 소통은 아닙니다. 두 이미지 사이의 관계, 남자라는 생각과 여자라는 생각의 관계 속에는 의미도 없고 연기도 없습니다.

침묵 속에서는 남자도, 여자도 없이, 사랑만 있습니다. 그때 소통은 교감입니다.

역할 연기는 쉽지만...

역할을 연기하지 마십시오. '나는 남자다'라고 생각한다는 것은 곧 무수한 자질을 갖춰야 한다는 뜻입니다. 자신을 어떻게 드러낼지, 어떻게 말하고 행동할지 등등.. 이 모든 이름표에 얽매어서 심지어 생각까지 남자라는 면에서 하도록 교육받고 자랐을 겁니다. 자신을 부모라고 여기는 것도 마찬가지입니다. 남녀도, 부모도 없습니다. 주변으로 투사하기를 멈추고 기억을 지운 채 매순간 새로이 자신을 확인해보

십시오. 뭐든지 난생 처음 대하는 듯 봐보십시오. 껍질을 벗고 형태 없이, 이름 없이 존재하십시오. 당신은 아름다운 존재입니다, 이것을 확인하는 데는 교육이 필요하지 않습니다. 그저 당신의 본 모습대로, 아름다운 존재로 존재하십시오.

제가 그렇게 행동한다면 아무 보호막이 없고 무방비 상태로 노출된 것 같을 겁니다.

당신은 누구를 보호하고 싶은 겁니까? 지켜야 할 주체는 없습니다.(
다음 호에 계속) 

- 이 글은 『The Ease of Being』에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **진 클라인** Jean Klein | 프랑스 작가, 영적 스승, 아드바이타 베단타Advaita Vedanta(비이원주의) 사상가. “자발적인 내적 고요 상태에서만이 진정한 본성, 순수 의식 자체에 눈뜰 수 있다”고 말했다. 체코 브르노Brno에서 어린 시절을 보내고 빈과 베를린에서 음악과 의학을 공부했다. 1933년에 프랑스로 와서 2차 세계대전 기간 동안 레지스탕스에서 활동했다. 1950년경 인도로 떠나 3년간 요가를 공부했다. 그때 아드바이타의 영적 스승을 만났고, 서양으로 돌아와 가르침을 전파하기 시작했다. 캘리포니아 산타바바라에서 영면에 들었다. 저서로는 『Be Who You Are』, 『Ease of Being』, 『Who Am I? The Sacred Quest』 외 다수가 있다.

역자 | **박승숙** | 〈지금여기〉번역위원