

## 삶은 ‘현존’을 발견하라는 초대

| 인터뷰이 제프 포스터 | 인터뷰어 닉 하이엄 |

무언가를 ‘찾는 행위’가 곧 분리를 일으키며, 분리 속에서는 결코 비이원성을 발견할 수 없지만, 그럼에도 우리의 삶은 불이(不二)를 발견하라고 촉구하는 끊임없는 초대임을 말합니  
다(편집자 주).



## 비이원성이란?

생각이 만들어낸 세계나 말, 언어, 개념의 세계는 대립항(opposite)의 세계입니다. ‘위와 아래’, ‘이것 또는 저것’, ‘옳음과 그름’, ‘백과 흑’, ‘진실과 거짓’, ‘긍정과 부정’, ‘나와 너’, 대립항은 무수히 많습니다. 말과 언어, 사고, 개념의 세계는 확실하게 대립항의 이원적인 세계라고 할 수 있지요. 그러나 실제로 대립항이라는 것이 존재할까요?

비이원성이라는 말을 사용하면서 우리가 정말로 가리키고자 하는 것은 마음이 만들어낸 이러한 모든 대립항을 넘어서는 것입니다. 그런데 비이원성에 대해서 말하려고 시도하는 것 역시 이원론적이라면, 과연 대립항을 넘으신 무엇인가에 대해서 어떻게 말할 수 있을까요?

비이원성(non-duality)이 무엇인지는 말로 설명하기가 매우 어렵습니다. 사실, 불가능하다고 할 수 있지요. 왜냐하면 이원성과 반대되는 의미로 비이원성을 말하는 것이 아니며, 반이원성(anti-duality)의 반대인 친이원성(pro-duality)에 대해서 말하는 것도 아니기 때문입니다. 실제로 우리가 말하는 비이원성은 어떤 것의 대립항이 아닙니다. 그러므로 논리적으로 또는 이성적으로 이해하는 것이 불가능합니다. 이것을 이해하기 위해서는 일반적인 사고와 이해 방식을 넘어서야 합니다.

‘비이원성’은 산스크리트어인 ‘어드바이타(Advaita)’를 번역한 것으로서 단지 ‘둘이 아님[不二]’을 의미하며 삶의 본질적인 유일성(the essential oneness: 전체성wholeness, 완전함completeness, 하나됨unity)을 가리키고 있어서 어떠한 분리 보다 우선하는 지금 여기에 존재하는 전체를 가리킵니다. 어드바이타는 내면성, 말을 넘어서는 사랑, 현재 경험의 순간에 가슴으로 느끼기와 같은 것을 가리킵니다.

또한 우리를 고향으로 데려다 주는 말입니다. 강력한 분리와 다양성이 존재함에도 불구하고 오직 하나의 보편적인 본질, 하나의 실재가 있을 따름입니다. 유일성(unity)만이 유일하게 존재하는 것이며 거기에는 우리도 포함됩니다.

우리가 ‘비이원성’이라고 말할 때 정말로 의미하는 것은 개념과 꼬리표가 나타나기 전, 책상, 의자, 손, 발, 두려움, 나, 너, 과거, 미래 등으로 이루어진 세상을 만들어내는 생각 이전의 바로 지금 이 순간의 삶을 가리킵니다. 생각보다 앞선 삶이란 무엇일까요? 과연 그것에 대해서 이야기할 수 있거나 한 것일까요? 비이원성을 말로 포착하는 것이 가능할까요?

비이원성에 대해서 이야기할 때 때때로 반이원성에 대해서 말하는 것으로 생각할 수 있는데, 우리가 이원성에 반대하거나 이원성이 잘못된 것이며 심지어 위험한 것이라고 생각하는 것처럼 보일 수 있습니다. 그렇게 되면 도식적 사고나 종교성으로 이끌려가게 되고, “당신은 이원적이지만 나는 비이원적입니다! 나는 당신보다 더 비이원적입니다!” 라고 말함으로써 자신이 옳다고 주장하게 될 것입니다. 그것은 비이원성을 종교로 만드는 것입니다. 우리는 비이원성의 진리에 더 관심을 가지고 있습니다.

## 비이원성은 종교나 신념체계인가?

비이원성은 새로운 신념체계나 종교, 생활지침이 아닙니다. 미래에 대해서 어떤 약속도 하지 않습니다. 물론 신념체계나 종교가 될 수도 있겠지요. “자신도 없고, ‘나’도 없으며, 시공간이 존재하지 않고 모든 것이 환상”이라는 것을 믿기 시작하면 비이원성은 새로운 신념체계가

될 수 있습니다.

나 역시 몇 년 전에 비이원성이 나의 새로운 신념 체계가 되는 경험을 했습니다. 당시 나는 내가 모든 신념체계로부터 벗어나 있다고 믿었지만 실제로는 비이원성이 새로운 신념체계가 되었던 것입니다. 어떤 사람이 비이원성을 신념체계로 삼게 되면 자신이 분리된 개인이 아니라고 생각하는 분리된 개인이 됩니다. 그렇게 되면 모든 사람에게 자신이 분리된 개인이 아니라고 말하게 될 것입니다. 은밀하게 자신을 분리된 개인으로 경험하지만 결국 일련의 개념에 집착하게 됨으로써 기존의 모든 이미지를 넘어서서 새로운 자신의 이미지를 가지게 되는 것입니다.

당신은 자신이 분리되지 않았다고 믿고 있지만 여전히 분리감을 느끼며 분리된 자신을 경험합니다. 지적으로 비이원성 개념을 새로운 신념체계로 삼음으로써 자신이 분리되지 않았다고 '믿는 것'과 비이원성이 가리키는 것을 정말로 심오하게 이해하는 것 사이에는 엄청난 차이가 있습니다. 그러므로 중요한 것은 비이원성을 이해하는 것이지만 단순히 비이원성에 대해서 언급하거나 논쟁하는 것이 아닙니다. 격하게 비이원성 개념에 대해서 말하고 논쟁을 벌일 수 있으며 누가 옳고 그른지 누가 더 비이원적인지 말할 수 있겠지만 그것은 사실 요점을 놓치는 것에 불과합니다.

## **비이원적 상태에 도달하거나 영적으로 깨어있는 것이 가능한가?**

우리가 말하고 있는 것을 생각 또는 마음이 자동적으로 일종의 특별한 상태나 경험으로 바꾸어 놓으려고 하는 것을 보면 정말 놀라지

않을 수 없습니다. ‘비이원성’에 대해서 생각하게 되면 그것을 원하게 됩니다. 그리고 다음과 같이 질문합니다. ‘어떻게 하면 비이원성을 얻을 수 있을까? 어떻게 도달할 수 있을까? 어떻게 알 수 있을까? 누가 나를 그곳에 데려다 줄 수 있을까? 누가 내게 전해줄 수 있을까? 누가 내게 비이원성을 가르쳐주고 가져다 줄 수 있을까? 어디서 찾을 수 있을까?’ 그래서 ‘비이원성’이라고 부르는 무엇인가를 찾기 시작하지요. 비이원성을 기대하기 시작하며, 그런 희망을 가지고 살게 됩니다.

이런 일은 반드시 일어나게 되는데 각 개인은 누구나 구도자이기 때문입니다. 분리된 사람은 언제나 무엇인가를 찾고 있어요. 부, 성공, 권력, 명성을 추구하거나 혹은 ‘영적인’ 것을 찾기도 하지만 그마저도 동일한 의미를 갖습니다. 영적인 구도자는 돈, 권력, 성공 대신에 깨어남, 깨달음 또는 비이원적 상태를 추구하지만 마음속에서 일어나는 움직임은 동일한 것입니다.

찾기에는 언제나 시간이 포함되어 있습니다. 우리가 찾는 것은 언제나 미래에 있지요. 흔히 ‘언젠가 나는 비이원성을 찾게 될 거야. 비이원적인 상태에 들어가거나 깨어남을 경험하게 되거나 나의 개인성은 마법처럼 사라져버리게 될 거야’ 라고 말할 수 있습니다. 그러나 지금 멈추시기 바랍니다! 왜냐하면 이미 비이원성을 미래의 목표로 삼고 있기 때문입니다. 멈추어서 살펴보고 어디에서부터 찾기가 시작되었는지 이해해야 합니다.

## 그렇다면 이런 끊임없는 찾기가 다양한 형태를 띠게 된다는 것인가?

그렇습니다. 지나가는 사람 중에 아무나 붙들고 그가 추구하는 것

이 무엇인지 물어보면, 아마도 평화, 행복, 성공, 인기, 권력, 사랑, 수용, 이해, 명성, 영광 같은 것을 찾는다고 할 것입니다. 자신을 ‘영적인 사람’이라고 생각하는 사람은 변성의식 상태나 변형, 또는 깨달음을 경험하는 것을 추구한다고 하거나, 더 이상 아무 것도 찾지 않는다고 할지도 모릅니다!

누구나 무엇인가를 추구합니다. 이는 다양한 형태로 나타나지만 실제로는 모두 동일한 찾기에 해당합니다. 각자 다른 것을 찾고 있는 것처럼 보이겠지만 실제로 마음속으로는 모두 동일한 것을 찾고 있습니다. 근본적으로 모든 사람은 동일한 전체성 (또는 하나됨, 또는 완벽함, 또는 그 외에 다른 말로 표현할 수도 있지만), 이미 여기에 존재하는 그런 전체성을 찾지만 미래의 완벽함을 추구하는 가운데 그 전체성을 무시하게 됩니다. 바로 거기서 모든 문제가 시작됩니다. 미래에 보다 좋은 무엇인가를 찾는 것이 바로 문제인 것입니다. 더욱 훌륭한 순간, 더욱 충만하고 더욱 완벽한 순간이 될 다음 순간을 찾게 됩니다. 그래서 당연한 일이겠지만 비이원성은 당신이 찾고 있는 어떤 것이 됩니다. 비이원성을 새로운 목표로 만들게 되는 것이지요. 그러나 ‘비이원성’이라는 말은 현재적 경험 안에서 바로 그 경험으로서 지금 여기 이미 현존하고 있는 것을 가리킵니다. 우리가 말하고 있는 것은 구도자를 위한 새로운 목표가 아닙니다. 이미 존재하는 삶에 대해서 이야기하고 있는 것이며, 비이원성이란 것은 결국 존재하지 않습니다.

### **‘지금 이대로’의 삶이 이미 완전한 것이라면 우리는 왜 계속해서 무엇인가를 찾는 것인가?**

이 질문에서 실제로 묻고 있는 것은 ‘찾는 사람은 누구인가?’ 하는

당신이 추구하는 전체성이나 완전함은 미래에서 찾을 수 없다는 것입니다.  
모든 사람이 추구하는 전체성은 지금 현재적 경험 속에서 바로 이 순간 여기에 실제로  
있는 것입니다. 당신이 찾고 있는 전체성은 바로 당신 자신인 것입니다.

것입니다. 그 사람은 무엇인가? 그는 어디에 있는가? 지금 나는 찾는  
자를 발견할 수 있을까? 이 찾는 자가 정말로 나일까? 나는 나 자신을  
완성하기 위해서 무엇인가를 찾는 자라고 할 수 있는 분리된 개인처  
럼 보이지만 과연 그것이 정말로 나일까? 이런 찾는 행위가 정말로  
나를 정의하는가? 내가 바로 미래에서 완전함을 찾는 불완전한 그 무  
엇인가? 이러한 모든 다양한 질문을 거치면서 궁극적으로 ‘나는 누구  
인가?’라는 근본적인 질문에 도달하게 됩니다. 결국 모든 것이 이 질  
문으로 이어집니다.

## 그렇다면, 나는 누구인가?

여러 사람에게 이런 질문을 한다면 각자 아마도 자신이 누구라고  
생각하는지에 대한 스토리를 이야기할 것입니다. 그리고 자신이 과거  
에 했던 일과 앞으로 하려고 꿈꾸는 일에 대해 설명할 것입니다. 예를  
들어 아버지 또는 어머니처럼 일상 속 자신의 역할에 대한 이야기를  
할 수도 있을 것이며 혹은 사업가나 제빵사라고 자신이 일하고 생활  
하는 장소에 대해서 말하거나 자녀의 수를 이야기할 수도 있을 것입  
니다. 실제로 과거와 미래에 대한 이야기를 그대로 할 수 있습니다.  
사람들은 기본적으로 과거에 자신이 어떤 사람이라고 생각하고 있었  
는지 앞으로는 어떤 사람이 될 것이라고 생각하는지에 대한 이야기를  
할 것이며, 이것은 지금 이 순간 자신의 현존에 대해서 이야기하는 것

이 아닙니다. 그런데 질문은 ‘지금 당신은 누구입니까?’라는 것입니다. 일반적으로 그런 질문에 대해서 과거에 대한 설명이나 미래에 대한 상상으로 대답하게 됩니다.

우리는 자신에 대해서 생각으로 만들어낸 스토리를 가지고 살고 있습니다. 나는 가게 점원, 의사, 변호사, 예술가, 혹은 영적인 사람입니다. (스스로를 ‘영적인 사람’이라고 믿는 사람은 자신이 한 사람의 개인이 아니며 시간과 공간을 초월했고 아무런 관계도 맺고 있지 않은데 그 이유가 개별적 특징(self)을 가지고 있지 않으며 따라서 타자가 없기 때문이라고 이야기할 수도 있습니다. 이 경우 ‘나의 존재’에 대한 스토리가 특별한 내용을 담고 있음에도 불구하고 그것은 여전히 하나의 이야기에 불과합니다! 당신이 스스로 ‘깨달았다고’ 생각한다면 자신이 더 이상 하나의 이야기를 하고 있지 않으며, 자신이 이야기를 넘어서 있다고 확신하고 있을 수도 있습니다. 그러나 그것 역시 또 하나의 이야기가 아니겠습니까? 우리는 모두 자신이 누구라는 것에 대한 이미지를 가지고 살고 있는 것 같습니다)

## 정체성을 잘못 이해한 경우라고 할 수 있는가?

바로 그것입니다. 자신에 대한 이미지가 진정한 의미에서 자신일까요? 이미지가 당신을 정의하는 것일까요?

이것이 바로 문제인 것입니다. 당신이 자신에 대한 이미지를 가지고 있으면, 그 이미지는 얼마든지 개선될 수 있습니다. 언제나 더 훌륭한 스토리를 가질 수 있지요. 당신이 성공한 여성 사업가로서 많은 돈을 벌고 있다는 것을 정체성으로 가지고 있다면 언젠가 거대한 부를 만들어서 유명한 백만장자가 되기를 바랄 수 있을 것입니다. 자신

이 영적인 사람이라면 언젠가 깨닫게 될 것이라는 스토리를 가질 수도 있을 것입니다.

### **그렇다면 깨달음 역시 또 하나의 스토리라는 말인가?**

사실 그것 역시 ‘나’에 대한 것이며 결국 나 자신의 완성에 대한 것입니다. 깨달음 스토리는 ‘언젠가 복권에 당첨될 거야’ 같은 스토리와 같습니다. 그 스토리 안에서 당신은 언제나 불완전하며 언제나 미래에 있을 완성을 향해 움직이고 있습니다.

어떤 차원에서 현재 우리는 불완전함을 느끼고 있어서 결핍감이나 전체가 아니라는 느낌을 가지고 있습니다. 인정하건 그렇지 않건 모두가 그렇게 느끼고 있습니다. 현재 불완전하다는 느낌, 지금 무엇인가 부족하기 때문에 찾기가 시작되는 것입니다. 그렇게 되면 앞으로 갖게 될 충만함, 완벽함에 대한 충동이 생겨납니다. 미래에 스스로를 완성하고 싶어 하는 무엇인가가 있지만, 그것은 현재의 불완전한 느낌, 일종의 결핍감에서 출발합니다. 결핍감, 이것이 바로 모든 것의 뿌리이고, 모든 사람이 각자 다양한 방식으로 거기서 벗어나려고 애씁니다.

### **결핍감은 사라지지 않는 것 같다. 잠시 없어진 것처럼 보일지 모르나, 곧 다시 돌아온다.**

그렇습니다. 바로 그것이 문제입니다. 자신이 원하는 것을 얻고 그래서 만족한다고 생각하더라도 곧 아주 빨리 불만족스러운 느낌이 다시 나타나기 시작합니다. ‘결국 내가 원했던 것을 얻었지만 그것은 나

를 만족시키지 못하는구나'라는 생각이 들게 되지요. 이 십년 동안 영적인 추구를 한 끝에 마침내 고대하던 깨어남의 경험을 할 수 있겠지만 여전히 완전함을 느끼지 못합니다. 백만 달러를 벌어도 여전히 결핍감을 느낀다는 사실을 알게 될 것입니다. 마침내 자신이 꿈꾸던 사람이 되었지만 여전히 더 많은 것을 원합니다. 이것이 결국 자신을 완성하려고 노력하는 것, 물건을 소유하고 경험을 통해서 스스로를 완성시키려고 노력하는 것의 문제입니다. 언제나 더 많은 것이 있으며 언제나 미래가 있습니다.

### 찾기 또는 결핍감은 어째서 매번 다시 시작되는가?

불교도는 모든 것이 비영속적이라고 받아들입니다. 그러나 한편으로 경이롭고, 지복에 가득하고 명백하게 충족감을 주는 무엇인가가 분명히 있으며 그것은 사라집니다. 당신이 얻은 것은 그것이 무엇이든 언젠가 잃을 수 있습니다. 원하는 만큼 돈을 얻을 수 있겠지만 그것으로 충분하지 않은데 왜냐하면 언제나 더 많은 돈을 원할 수 있기 때문입니다. 더 많은 성공과 명성, 사랑, 영성, 그 밖의 것을 얻을 수 있을 것입니다. 의식 레벨에서 10단계를 성취할 수 있을 것이며 (그것이 무엇을 의미하던 간에) 그렇게 되면 11단계에 도달하기를 원할 것입니다. 당신은 최고의 위치에 도달하기를 원하게 될 것입니다! 자아는 더욱 커지고, 빨라지고, 강해지고, 더 많은 것을 원합니다. 자아는 다른 자아보다 빛나기를 원하고 자신을 완성하고 싶어 하는 것처럼 우리는 기본적으로 어떤 식으로든 특별해지고 싶어 합니다. 무엇인가가 되기를 원하며 아무것도 아닌 것이 되기를 원하지 않습니다. 우리 자신이 누구인지 확신하게 되기를 원하며 자신에 대해서 고정되

고 완벽한 스토리를 갖게 되기를 원합니다. 그러나 그런 스토리들의 특징은 절대로 완벽하게 될 수 없다는 것입니다. 그래서 찾기가 계속 되고 절대로 찾아오지 않을 완벽한 온전함을 지속적으로 느끼게 되기를 기다리고 있습니다.

## 정말 힘들군요!

사람들은 자신이 얼마나 힘든지도 모르는 것 같습니다! 우리는 자동조종장치에 의존해서 살고 있으며 이런 방식의 삶이 무너지지 않을 때까지 우리가 무엇인가를 찾고 있다는 사실에 대해서 의문을 제기하지 않는데, 이처럼 삶이 무 저 내리는 것을 우리는 고통이라고 부릅니다. 모든 것이 당신이 원하는 대로 이루어져서 원하는 것을 모두 얻는다면, 즉 찾기 메커니즘이 당신에게 효과가 있다면, 과연 당신은 자신의 실재에 대해서 질문을 할까요? 빠르건 늦건 언젠가 삶은 당신에게 유리하게 진행되기를 멈춥니다! 그렇게 되면 우리는 우리가 삶을 통제하고 있지 않으며 원하는 것을 얻을 수 없다는 것을 깨닫게 됩니다. 그때 총체적인 찾기 메커니즘이 붕괴되기 시작하고 우리는 고통 받게 됩니다. 고통 받을 때, '이것이 정말로 나란 말인가? 필요하다고 믿어 왔던 이 모든 것이 정말로 내게 필요한 것이었을까?' 같은 질문을 하기 시작합니다.

## 그렇다면 우리 모두가 어떤 식으로는 고통 받고 있다는 것인가?

그렇습니다. 어떤 사람은 극도로 고통 받으며 또 다른 사람은 덜 고통 받는 것처럼 보이지만, 스스로 인식하지 못한다고 해도 각자 자신

의 방식대로 고통 받고 있습니다. 앞에서 말한 것처럼, 궁극적으로 삶은 당신에게 ‘나는 누구인가?’라는 질문을 하도록 만듭니다. 모든 사람이 각자 자신의 방식대로 이 질문과 마주하게 됩니다. 어쩌면 자신이 왜 고통 받는지에 대해서 질문하기 시작할지도 모르며, 앞에서 언급해온 모든 근본적인 가정에 대해서 질문할지도 모릅니다. 대개 사람들은 고통 받음, 고통, 절망을 통해서 비이원성이 담고 있는 메시지에 도달하게 됩니다. 달리 말하자면 어떤 차원에서 찾기가 실패할 때 무엇인가 다른 것이 열리기 시작한다고 할 수 있습니다.

### **고통 받는 구도자에게 비이원성이 제시하는 메시지는 무엇인가?**

당신이 추구하는 전체성이나 완전함은 미래에서 찾을 수 없다는 것입니다. 모든 사람이 추구하는 전체성은 지금 현재적 경험 속에서 바로 이 순간 여기에 실제로 있는 것입니다. 당신이 찾고 있는 전체성은 바로 당신 자신인 것입니다. 생각으로 이해하려고 한다면 이것은 완전히 모순처럼 보이며 우리가 믿도록 조건 지어진 모든 것에 정말로 반대되는 것입니다. 이것은 마음이나 생각으로 이해하는 것과 관련된 것이 아니라 스스로 자신의 경험 속에서 자신을 위해 찾는 것과 관련된 것입니다. 비이원성의 메시지는 구도자에게 아무것도 가져다주지 않습니다. 기껏해야 구도자가 되는 경험을 제공할 뿐이지만 그마저도 환상일 뿐입니다. 그래서 비이원성이 담고 있는 메시지가 보여주는 것은 바로 그런 환상입니다.

## 궁극적으로 우리가 이 메시지를 지적으로 이해할 수 없다면 과연 할 수 있는 일이 있을까?

누구도 당신에게 알려 주거나 가르쳐줄 수 없습니다. 자신의 현재적 경험 속에서 스스로 비이원성을 이해해야 하는데, 비이원성이 바로 전부이기 때문입니다. 다른 사람의 경험을 통해서 이해할 수 없을 것입니다. 그것은 간접적으로 알 수 있는 것이 아니며, 바로 지금 현재의 경험에 대한 것입니다.

그것은 미래에 발견하게 될 어떤 것이 아닙니다. 당신이 찾는 전체성은 생각, 감각, 느낌, 소리, 냄새처럼 이미 현재 존재하고 있는 모든 것으로 나타납니다. 어쩌면 이것이 우리가 찾고 있는 전체성입니다. 그리고 어쩌면 전체성은 당신이 생각하는 것과는 달리 보고, 듣고, 냄새 맡고, 느끼거나 맛볼 수 없는 것일지 모릅니다. 그것은 전체성에 대한 당신의 개념에 불과하지요! 모든 사람은 자신이 가지고 있는 개념으로서의 전체성 (또는 깨달음, 자유, 사랑)을 찾지만 진정한 전체성은 개념이 아닙니다. 진정한 전체성은 개념보다 먼저 존재하는 것입니다. 그리고 여기에 또 하나의 모순이 있습니다. 어쩌면 존재하는 것은 오직 하나의 전체성뿐이며 그 속에서 우리가 나와서 시공간으로 들어가고, 전체성을 찾고 있을지도 모른다는 것이 바로 그 모순입니다! 고향에 있으면서, 우리는 모두 고향을 찾고 있는 것입니다. 모두 고향으로 돌아오려고 노력하지만 이미 고향에 있습니다. 모든 사람은 바로 자신이 찾고 있는 그것이며 단지 그러한 사실을 깨닫지 못하고 있을 뿐입니다. 그러므로 비이원성이 담고 있는 메시지는 이러한 현재의 경험 속에서 영속적인 현재적 완전함을 가리킵니다.

## 우리가 대양을 찾고 있고, 대양의 일부가 되기를 바라는 물결과 같다는 말인가?

네, 훌륭한 은유입니다. 당신은 대양 속에서 자신을 대양으로부터 분리된 것으로 경험하는 물결과 같습니다. 물결은 ‘언제 어디서 내가 대양을 발견할 것인가? 누가 대양을 나에게 가져다 줄 것인가?’라고 질문합니다. 그러나 물결은 처음부터 언제나 대양이었으며, 대양을 찾고 있을 때에도 역시 대양입니다! 결국 대양이 자신을 찾는 것입니다. 대양이 자신을 발견하는 데에 실패한다고 해도 여전히 대양이며, 모든 물결은 백 퍼센트 물입니다. 모든 참된 영적 교사가 수천 년 전부터 우리에게 말하고 있는 것은 당신이 찾고 있는 그것이 바로 당신이라는 것입니다.

비이원성이라는 말은 단지 하나의 단어에 불과하지만 그 단어가 가리키고 있는 것은, 당신이 자신이라고 생각하고 있는 것이 사실은 당신이 아닐 수도 있다는 것입니다. 바로 당신이 상처받고 불완전한 그런 구도자가 아닐 가능성을 말합니다. 당신은 그저 자각(awareness: 의식consciousness, 깨어남awakeness, 존재Being)에 대해서 열려 있는 공간입니다. 그 안에서는 모든 것이 일어났다가 사라집니다. 그 공간은 이미 문제가 해결된 곳입니다. 고향이기 때문입니다.

## 열려있는 공간이라는 말의 의미는 내가 비개인적이라는 것인가 아니면 개인적이라는 것인가?

둘 다 아니지만 둘 다 옳기도 합니다. 이런 질문을 하게 되면 당연한 가지를 선택해야 할 것처럼 생각됩니다. 그러나 공간은 개인적인

것에 반하는 비개인적인 것이 아닙니다. 생각은 여러 대립항을 만들어 내지만 실제로 이들은 대립적인 것이 아닙니다. 공간 안에서 생각이 나타날 때 즉각적으로 위와 아래, 빛과 어둠, 내부와 외부, 비개인성과 개인성 같은 대립항의 세상이 나타납니다. 모든 대립항은 서로 의존합니다. 모든 대립항들은 함께 일어나고 사라지며 열린 공간은 이 모든 것을 담고 있습니다. 개인적 삶의 이야기는 바로 당신 자신인 열려있는 공간 안에서 나타나고 사라집니다. ‘당신’은 당신 안에서 나타나고 사라지는 것입니다! 이것이 공간이 비개인적이라는 것을 의미할까요? 모든 개인적인 이야기가 나타나고 사라진다는 의미에서는 비개인적입니다. 그러나 그와 동시에 개인적인 것에 반대되는 것은 아닙니다. 왜냐하면 그것은 또 다른 이야기일 수 있기 때문입니다! 열린 공간은 어떤 것도 거부하지 않습니다. 앞에서 말한 것처럼 비이원성은 이원성에 반하는 것이 아닙니다. 그것은 열린 공간이며 그 안에서 모든 생각, 느낌, 감각이 나타나고 사라집니다. 그것은 어떤 물결도 거부하지 않는 대양인데 대양 자체가 바로 물결 전체이기 때문입니다. 그러므로 비이원성은 실제로 개인적인 것이나 비개인적인 것이 아니며 나타나고 사라지는 이런 모든 개념을 포함합니다.

## 어떤 것도 개인에게 있어서 새로운 형태의 찾기, 새로운 정체성이 될 수 있을 듯하다

바로 그렇습니다. 그리고 우리가 조심하지 않는다면, ‘비개인적인 공간’ 상태 역시 새로운 형태의 찾기에 먹이감이 될 수 있습니다! ‘언젠가 순수의식의 비개인적인 상태에 도달하거나 그런 상태가 될 수 있을 거야’ ‘다른 모든 사람이 개인성 속에 들러붙어 있지만 나는 그런

상태를 초월했어'라고 하는 것 역시 또 하나의 특별해지는 방식입니다. 이것은 동일한 찾기이며 동일한 게임이며, 보다 정교한 형태를 취하고 있을 따름입니다. 열려있는 공간은 개인, 특정인, 구도자가 도달할 수 있는 어떤 것이 아닙니다. 이런 말에는 '나는 자아(self)를 넘어섰어'라는 말에 사용된 것과 동일한 찾기 메커니즘이 적용되는 것입니다. 오직 자아만이 그런 말을 선언할 수 있습니다! 그것은 하나의 물결이 대양을 넘어섰다고 주장하는 것과 같습니다. 구도자는 매우 교활하지요! 구도자는 이러한 열린 공간에 도달할 수 없는데 그 이유는 자신이 그 열려있는 공간 속에 이미 나타나 있기 때문입니다.

### **왜 우리는 자신에 대해서 무엇인가 스토리를 이야기할 필요성을 느끼는 것일까?**

그렇습니다. 왜 우리는 모든 스토리가 일어나고 사라지는, 그 공간이 될 수 없을까요? 어째서 이런 이야기들 중의 하나에 매달리게 되는 걸까요? 그런데 그와 동시에 우리는 어떠한 스토리도 거부할 필요가 없습니다. 다시 말해서, 조심하지 않으면 비이원성은 단지 '나는 그런 이미지가 아니야!'라는 말처럼 여러 이미지에 대항하는 새로운 형태의 전쟁이 될 것입니다. 그러나 당신이 스스로를 정의하는 그 어떤 것이 아니라고 말하는 바로 그 순간 당신은 또 다시 자신에 대해서 정의를 내리고 있으며, '나는 그것이 아니다! 나는 그것이 아니다!'라고 말할 때마다 또 다시 자신을 정의하게 됩니다. 이제 당신은 찾기 메커니즘의 놀라운 능력을 이해하기 시작하지요. 그것은 정말로 엄청나게 놀라운 것입니다! 그렇기 때문에 '나에 대한 이야기를 말하도록 하자, 어떤 것이라도 좋아! 무슨 이야기든 상관없어!' 라고 하면서 무

엇인가가 되기를 바랍니다.

발견될 수 있도록 언제나 열려있다는 것은 당신이 이미지가 아니라 는 것을 의미합니다. 당신이 어떠한 이미지에도 해당하지 않으며 이 미지를 넘어선 이미지조차 아니라는 것을 말합니다! ‘나는 이미지가 아니다’라는 이미지조차도 아닙니다. 당신은 나타났다 사라지는 것이 아니며 동시에 당신의 현존은 나타났다 사라지는 모든 것으로부터 분 리되지 않는데 이것이 매우 중요합니다. 모든 것이 나타났다 사라지 는 공간처럼 당신의 현존은 그런 모든 것들과 매우 가깝습니다. 그것 은 마치 대양과 물결을 분리할 수 없는 것과 마찬가지로입니다. 그러므 로 궁극적으로 분리된 물결은 없습니다. 대양은 물결의 모습으로 나 타납니다. 대양이 바로 물결입니다. 그러므로 당신은 대양과 구분할 수조차 없습니다.

현재의 경험 속에서 대양의 물결은 생각, 감각, 이미지, 느낌, 소리 로 나타납니다. 결국 현재의 경험 속에서 모든 것은 그저 하나의 물결 입니다. 대양으로서 당신의 현존은 바로 물결입니다! 당신은 생각이나 감각, 이미지가 아닙니다. 그러나 그와 동시에 이런 모든 것이 나 타나고 사라지는 열린 공간으로서의 당신의 현존은 전적으로 이 모든 것과 매우 가깝습니다.

## 그렇다면 자각과 자각의 내용이 동일한 것인가?

그렇습니다. 자각과 자각 속에 나타나는 모든 것은 정말로 가까운 것 입니다! 대양은 물결을 거부할 수 없습니다, 왜 그럴까요? 자각, 전체 성, 하나됨 또는 의식, 우리가 어떻게 부르든 이런 자각이 등장하면서 모든 것이 형상을 띠게 됩니다. 의식은 모든 것 뒤에 놓여있는 텅 비어

있는 배경이 아닙니다. 의식은 마음이 모든 것을 해석하는 방식입니다. 마음은 의식 같은 단어를 사물로 해석하지요. 의식은 사물이 아니라 나타나는 모든 것입니다. 그렇기 때문에 당신은 비이원성에 대해서 말할 수 없습니다! 그렇게 가까운 것에 대해서 말할 수 없습니다.

이런 것을 말로 표현하는 것이 불가능하다는 것을 알고 있으면서도 우리는 여전히 자유롭게 표현할 수 있습니다. 말로 비이원성을 표현할 수는 없겠지만 말을 사용해서 그 의미를 암시할 수 있다는 사실은 잘 알고 있습니다. 우리는 궁극적으로 마음으로 이해할 수 없는 것을 가리키고 있으며, 그것은 붙잡을 수 없습니다.

모든 물결은 대양을 포함하고 있습니다. 사무실에 있든, 명상용 방석에 앉아있든, 슈퍼마켓에 있든, 비이원성에 대한 글을 읽든, 우리가 가리키고 있는 것은 모든 경험 속에 들어있습니다. 극도의 고통이나 강력한 슬픔이 있다고 해도 여전히 대양이 있습니다. 고통으로, 그리고 슬픔으로 나타나는 대양일 뿐입니다. 하나됨은 개별적 경험에 국한되지 않습니다. 하나됨은 모든 경험으로서 스스로를 표현합니다. 그러므로 현재적 경험으로 되돌아와서 대양을 다시 발견할 것이 요청됩니다. 그리고 그런 권유는 언제나 모든 경험 속에, 현재의 경험 속에 들어 있습니다. 이러한 현재의 경험은 자신이 대양이라는 것을 깨닫지 못하고 당신이 계속해서 찾고 있던 바로 그 대양입니다.

지금 이 순간 진정 무슨 일이 일어나고 있습니까? 이 현재라는 경험에서 무엇이 일어나고 있나요? 당신에게 일어나고 있는 스토리를 묻는 것이 아닙니다. 무슨 일이 일어난다고 생각하는지를 묻는 것도 아닙니다. 내가 말하고자 하는 것은 현재 실제로 무엇이 일어나고 있는지 주의 깊게 살펴보라는 것입니다. 현재의 생각, 감각, 느낌으로 돌아와서 진정으로 이런 경험의 물결 속에서 정말로 당신의 현존을

다시 발견하십시오. 진정한 당신은 모든 경험 속에 들어있어야 합니다. 그렇지 않다면, 그것은 진정으로 당신이 될 수 없습니다. 그것이 나타났다 사라지는 것이라면 진정으로 당신의 현존이 될 수 없습니다. 대양으로서 진정한 당신의 현존은 나타나고 사라지지 않습니다.

### **어디에서부터 고통이 현존으로 들어오는가? 우리의 현존이 진실로 완전하다면 왜 고통 받는가?**

고통은 진정으로 당신이 누구라는 것을 잊어버리는 것입니다.

현재의 경험 속에서 이와 같은 완전함, 가까움을 알지 못할 때 우리는 고통 받습니다. 현재 나타나고 있는 모든 물결이 대양의 부분이라서 대양 속에 들어있다는 사실을 알지 못할 때, 우리는 다음 순간에 도달하려 하기 위해서 현재의 순간으로부터 도피하기 시작합니다. 우리는 자신을 전체가 아니거나 어느 정도 부서진 것으로 경험하기 때문에 이 순간으로부터 멀어지려고 시도합니다. 실제로 그런 움직임은 정말로 가능하지 않지만 어떻게든 노력하고 있는데 그 이유는 우리가 그렇게 프로그램 되어있기 때문입니다. 우리는 지금 이 순간으로부터 벗어나서 다음 순간, 내일, 내년, 십 년 후에 도달하려고 노력합니다. 이것을 성취하기 위해서 시간을 사용하기 시작합니다. 이것이 바로 고통의 시작입니다. 현재 일어나고 있는 것으로부터 도피하려고 애를 씁니다. 우리는 현재 경험의 여러 양상으로부터 도망치려 합니다. 현재의 생각, 감각, 감정으로부터 벗어나서 모든 것이 보다 나은 상태에 있는 미래의 어떤 지점에 도달하려고 합니다. 그것이 바로 고통이 전개되는 모습입니다.

고통 속에서 당신은 계속해서 찾기를 추구할 것입니다. 찾기는 우

리의 모든 고통 이면에 있는 기본적인 메커니즘입니다. 우리는 경험 속에서 어떤 요소는 ‘나쁘고’, ‘부정적이고’, ‘어둡고’, ‘위험하고’, ‘불건전하다’ 등의 평가를 하며, 그것은 우리의 조건형성으로 인해서 나타나는 것입니다. 우리는 ‘두려움’, ‘슬픔’, ‘분노’ 등의 꼬리표를 붙여서 부정적이거나, 바람직하지 않거나, 나쁘다고 생각하거나, 최악시하는 가운데 판단합니다. 기본적으로 그런 것들을 불완전함의 표현, 완전함에 대한 위협이라고 판단하는 것입니다. 그 이유는 부정적인 것들의 물결 속에서 완전함을 보지 못하며, ‘부정적’인 물결이라고 여겨지는 것 안에서 대양을 발견할 수 없기 때문에, 우리는 그런 것을 피하려고 노력하며, 그렇게 ‘멀어지려는’ 움직임이 고통을 만들어냅니다. 그렇게 되면 우리는 그런 고통 주위에 여러 스토리와 정체성을 만들어내게 됩니다. ‘아, 나는 나의 고통의 희생자구나. 나는 두려움과 고통의 희생자로구나! 왜 이런 일이 내게 일어나는 것일까? 이런 경험으로부터 어떻게 피할 수 있을까?’와 같은 말을 하게 되지요.

고통은 위대한 스승입니다. 어쩌면 고통은 가장 훌륭한 교사이지만 우리는 종종 그것을 알지 못하는데, 그 이유는 정말로 고통이 무엇인지 모르기 때문입니다. 보통 우리는 고통을 피하고 부정하고 무시하기 위해서 수단과 방법을 가리지 않습니다. 명상을 하고, 술을 마시고, 자신을 유쾌하게 하려고 애를 씁니다. 물론 이런 일들을 한다고 해도 전혀 상관없습니다! 그러나 고통은 언제나 하나의 훌륭한 기회가 됩니다. 당신이 피해서 달아나는 것으로부터 완벽함을 발견하도록 초대되는 것입니다. 현재 당신이 경험하고 있는 것 중에서 만족스럽지 않은 것은 무엇인가요? 생각, 감각, 느낌의 물결 속에서 지금 거부하고 있는 것은 무엇입니까? 근본적으로 당신이 싸우고 있는 것은 무엇입니까? 고통을 받게 되면 반드시 이 질문을 하게 됩니다.

*오직 지금 이 순간만이 존재하는 것입니다. 과거와 미래는 지금 일어나고 있습니다. 이 둘은 현존으로서 현재 속에 나타납니다. 과거에 대한 기억과 미래에 대한 생각이 지금 이 순간 일어나고 있는 것입니다.*

고통의 경험 속에서 당신은 언제나 찾고 있다는 사실을 알게 됩니다. 얼마든지 자신이 아무것도 찾고 있지 않으며 자아로부터 자유롭다고 생각할 수 있지만 고통 받을 때마다 당신은 무엇인가를 찾고 있습니다. 그것은 무엇인가를 추구하고 무엇인가로부터 도피하는 ‘나’에 대한 스토리입니다. 그것은 불완전함이나 무엇인가 잘못되었다는 느낌에 대한 스토리입니다. 그러므로 지금 이 순간 당신이 무엇과 싸우고 있는지 주의 깊게 살펴볼 것을 권유합니다. 이것은 강요가 아닙니다. 당신이 가지고 있는 스토리는 무엇입니까? 당신이 움켜쥐려고 애쓰는 이미지는 무엇입니까? 당신이 지키고자 하는 것은 무엇입니까? 당신이 거부하고 있는 것은 무엇입니까? 당신은 무엇으로부터 도망치고 있나요? 좀 더 깊이 살펴보십시오. 아마도 자신에 대한 이런 모든 이미지는 진정한 당신의 현존이 아닐 것입니다. 어쩌면 이런 스토리들은 당신을 정의하지 못할 것입니다.

우리가 자신의 이미지를 잃지 않으려고 애쓸 때 고통 받습니다. ‘나는 힘이 세, 나는 깨달았어, 나는 성공했어, 나는 사랑하고 있어, 나는 친절해, 나는 행복해’, 이런 류의 이미지는 있는 그대로의 삶과 갈등을 일으킵니다. 그리고 결국 모든 이미지는 있는 그대로의 삶과 갈등을 일으킵니다. 어떤 이미지도 지금 이 순간과 일치할 수 없습니다. 지금 이 순간은 모든 이미지를 태워버리는 불꽃입니다. 지금 이 순간 고통, 슬픔, 두려움이 있을 수 있습니다. 현재 일어나고 있는 일이 일어나지 않았어야 하고, 당신은 행복해야 하고, 모든 고통으로부터 자

유로워야 한다고 말하는 어떠한 이미지도 거짓된 것입니다.

## 그렇게 하는 것이 현존을 더 많이 키우는가?

내가 말하고자 하는 것은 현존을 더 키우려고 애쓰는 것에 대해서 잊어버리라는 것입니다. 그것은 또 다른 형태의 찾기가 될 수 있습니다. 그것은 좋은 생각이지만 동일한 찾기 메커니즘을 사용하고 있는 것입니다. ‘언젠가 나는 현존하게 될 거야!’처럼 말입니다

궁극적으로 당신은 더욱 현존할 수 없는데, 그 이유는 당신이 현존 그 자체이기 때문입니다. ‘비이원성’이라는 말처럼 현존 역시 있는 그 대로의 삶을 가리키는 또 하나의 지침입니다. 진정으로 당신이 누구인지 뒤돌아보도록 하는 또 하나의 지침입니다. 이미 현존이 있으며 오로지 현존만이 있을 뿐입니다. 모든 것은 이미 현존 속에 드러나 있습니다.

오직 지금 이 순간만이 존재하는 것입니다. 과거와 미래는 지금 일어나고 있습니다. 이 둘은 현존으로서 현재 속에 나타납니다. 과거에 대한 기억과 미래에 대한 생각이 지금 이 순간 일어나고 있는 것입니다. 그 모든 것이 지금 일어나고 있는 것입니다. 모든 소리는 현재의 소리입니다. 현재 일어나는 것이 아닌 소리를 듣는 것은 불가능합니다. 과거의 소리를 듣는 것은 불가능하며 미래의 소리를 들을 수 없습니다! 지금 냄새 나는 것이 아닌 것의 냄새는 절대로 맡을 수가 없습니다. 궁극적으로 당신은 지금 현재 보여지는 것이 아닌 것은 절대로 볼 수 없습니다. 이 모든 것이 현재입니다!

그러므로 이것은 분리된 존재가 보다 현재적인 것이 되어 가는 것이 절대로 아니며, 지금 여기에서 현존을 다시 발견하는 것에 대한 것

입니다. 현존이라는 말은 의식, 자각, 존재 같은 다른 말로 표현할 수 있기에 당신이 선호하는 말로 바꾸어 말해도 좋습니다! 당신의 현존은 현존 그 자체인데, 그 이유는 당신이 ‘더욱’ 현재적이 될 수 없기 때문이며, 그것은 물질이 더 많이 혹은 더 적게 ‘대양’이 될 수 없는 것과 마찬가지로이기 때문입니다. 그리고 현존은 언제나 발견되는 것입니다. 삶은 현재의 경험 속에서 현존을 발견하라는 끊임없는 초대입니다. 삶은 지금 이 순간 당신이 진정으로 누군지 발견하라는 끊임없는 초대입니다. 현존을 발견하는 사람은 누구입니까? 당연히 그 질문을 한 사람이지요!(끝) 

- 이 글은 ‘What is non-duality?’에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미대사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

인터뷰이 | **제프 포스터**(Jeff Foster) | 케임브리지 대학에서 천체물리학을 공부했다. 20대 중반, 오랫동안 우울증과 질병에 시달리다가 존재란 과연 무엇인가 하는 영적 추구의 길로 들어섰다. 만물의 비이원성을 명징하게 인식하고, 평범한 것에서 비범한 것을 발견하면서 삶은 원래부터 친밀하고, 열려 있고, 사랑이 넘치고, 자연발생적이라는 점을 재발견하였고, 인간이 겪는 고통의 뿌리를 이해하게 되었다.

현재 세계 각지에서 모임, 수련, 일대일 개인 세션을 하면서 완곡하면서도 직접적으로 현재에 내재된 깊은 수용을 사람들에게 일깨운다. 일상생활, 대인 관계에서 오는 스트레스, 어려움 속에서도, 기존의 자아상, 자신에 대한 선입견을 뛰어넘어 자신이 진정 누구인지를 발견하도록 도와준다. 2012년 와킨 리뷰(Watkin Review)가 선정한 ‘살아있는 세계의 영적 리더 100인’에서 51위로 뽑혔으며, 명단에서 가장 젊은 사람이었다. 4권의 저서가 6개국어 이상의 언어로 번역, 소개되었으며, 2012년에는 신작 『The Deepest Acceptance』이 출간될 예정이다. thisispresence@yahoo.co.uk

인터뷰어 | **닉 하이엄**(Nic Higham) | 비이원성 네트워크(Nonduality Network) 소속.

역자 | **진선** | 「지금여기」 번역위원, 대학에서 불어불문학 전공. 유럽에서 몇 년 살았으며, 프랑스에서 철학과 미술사를 전공. 통역대학원 졸업. 전문 번역가.