근본경험

'깨어있기'와 오인회悟因會(깨어있기 참가자들의 후속 모임. 다양한 연습과 대화들이 이어진다) 공부를 통해 개념과 경험의 세계로부터 자유로워지고 있는 이들을 인터뷰했습니다.

찾는 걸음을 멈출 때 자유는 드러난다(1부)

| 성지 | **오인회 편집부 인터뷰** |

성지 님은 기독교 음악을 전공하고 신앙생활을 하던 중 '변하지 않는 것이 무엇일까?' 하는 질문을 갖고 탐구하다가 백일학교 과정에 참여하게 되었습니다. 그 과정에서 일어난 변화에 대해 들어보았습니다(편집자 주).

편 : 처음 미내사를 어떻게 알게 되었죠?

성 : 의식적인 변화와 발달과정에 대해서 관심 갖고 공부하던 중 Beck & Cowan의 스파이럴 다이나믹스라는 자료를 찾기 위해 검색을 하다가 우연히 〈지금여기〉를 알게 되었고, 제 관심분야였던 신과학,의식개발 등의 내용이라 흥미가 생겼어요. 내용이 좋다 싶어서 구독해볼까 하는 생각이 들었고 어디서 발간했는지 보니까 미내사더라고요. 그렇게 알게 되었어요.

편 : 스파이럴 다이나믹스가 어떤 거죠?

성 : 인간의 발달은 개인의 실존적 문제가 변함에 따라 저수준의 낡은 행동체계에서 보다 새로운 상위체계로 점진적인 변화가 일어나는 과정을 나선형의 소용돌이로 비유해서 설명하는 이론인데요, 국내에서 아직 많이 소개되지 않아서 공식적인 자료를 찾아보기 어려운데 일부를 〈지금여기〉에서 소개하고 있더라구요.

편 : 전에 켄 윌버 공부를 같이 하셨다던데 그건 누구와 같이 하신

건가요?

성 : 아 그건 스터디 모임이었어요. 동호회 모임 같은 거죠.

편 : 언제부터 참가하신 거죠?

성 : 동호회 활동은 재작년 말쯤부터 시작했었고, 그전부터 혼자 책을 보면서 관심을 갖고 있었어요.

편 : 이런 첨단 이론이랄까 켄 윌버에 관해서 최초에 어떻게 해서 관심이 생긴 거예요? 어떤 계기가 있었나요?

성 : 지금까지 살면서 저의 근간을 뒤흔드는 몇 번의 사건이 있었는데요, 그런 경험들을 통해서 이렇게 백일학교까지 오게 되었습니다. 저는 어려서부터 기독교 신앙생활을 해왔습니다. 교회를 진지하게 다니다 보니, 흔들릴 수 없는 신념이나 가치가 생겨났습니다.

그런데 살아가다 보니 그것들이 흔들리는 사건들을 경험하게 되었습니다. 종교적인 신념에서도 그렇고 관계에 대해서 가지고 있던 가치관도 흔들리고 변화하면서 커다란 좌절감과 슬픔, 혼란을 겪었습니다. 그래도 놓지 않았던 것은 그런 일들을 겪을 때마다 질문을 한 것이었어요. '이런 경험들의 의미가 무엇일까' 하고 계속 질문을 던졌습니다. 처음에는 '왜 나한테 이런 일이 일어나지? 정말 이건 변하지 않을 거라 생각했는데 왜 이게 변하지? 도대체 나한테 어떤 교훈을 주려고 하나님께서 이런 상황을 연출하셨을까?' 이런 고민을 했는데 사건이 거듭될 때마다 질문에 대한 대답과 함께 질문 자체도 함께 성장하며 자라났습니다.

편 : 어떤 일이 있었죠?

성 : 스무살때 생애 처음으로 깊은 절망감이라는 것을 느꼈어요. 4년 정도 교제했던 친구와 이별하면서 관계를 다시 회복시켜보려고 모든 노력을 다 했는데도 되돌릴 수 없다는 것을 깨닫고 깊게 절망했습

니다. 그렇게 괴로워하던 와중에도 질문을 던졌습니다. '이런 일들이 왜 일어나는 걸까?' 이유를 찾았습니다. 하지만 알 수 없었죠. 그래서 괴로웠습니다. 그렇게 일년이년 시간이 지나가면서도 계속 질문을 던졌는데 나중에는 질문이 바뀌기 시작했습니다. '그래, 내게 일어난 이 일 역시도 내가 알지 못하는 섭리 속에 있다. 그렇다면 내가 이렇게 괴로워하는 이 상황의 의미는 뭘까?' 하고 생각하기 시작했습니다. 그러면서 이런저런 의미와 이유들을 발견하기도 했습니다.

그런데 지워지지 않는 갈증들이 있었어요. 예를 들어서 이 친구도 저를 진심으로 좋아했고 저도 이 친구를 진심으로 좋아했는데, 그런 마음이 변한다는 게 저를 괴롭혔어요. 그 친구의 마음이 변하고 또 절대 변하지 않을 것 같았던 제 마음도 변하는 것을 보면서 무상하다는 생각이 들었어요. '공허하다. 사람을 어설프게 좋아한 게 아니라 정말로 사랑했는데 이것도 변하는구나.' 더욱 저를 좌절시켰던 것은 남의 마음이 변하는 건 그렇다 쳐도 제 마음도 변한다는 것이었습니다. 사람이 사람을 좋아한다는 것이 이런 거구나, 흔들리고 영원한 게 아니구나. 그런 걸 알게 되었어요. 그것이 저에게는 큰 충격이었어요.

편 : 실연은 다른 사람들도 많이 겪을텐데 왜 그런 거죠?

성 : 저는 진짜 죽을 것 같았어요. 너무 힘들었고 세상이 다 무너지는 것 같았거든요. 그렇게 제가 단단하게 딛고 설 수 있다고 믿었던 믿음들이 흔들리니까 나락으로 추락하는 것 같았던 거죠. 그때부터 큰 불안이 왔어요. 그런 것이 이성 관계에서도 왔지만, 신앙에서도 그랬어요. 신앙생활을 하면서 저는 유독 다른 사람들보다 다양한 교회의 예배에 참석할 기회가 많았어요. 교회에 공연을 하러 다니다 보니 그렇게 된 것도 있고요, 군 생활을 할 때도 교회활동을 계속했는데 군대에 있다보니 교회를 옮기게 된 것도 있어요. 주일이 되면 일단 버스를

타고 나가서 그냥 아무 데나 내려서 예배시간이 되면 거기서 막 뛰어다니다가 눈에 띄는 교회에 들어가서 예배를 드리고 오고 그랬거든요.

편 : 제주도에서요?

성 : 제주도에서도 그랬고, 특별한 사정이 생겨서 타지에 가야 했을 때 주일에 예배를 지켜야 한다는 생각이 강했던 터라 낯선 곳에서 교회가 어디에 있는지, 어떤 교회가 있는지도 모르겠고 예배시간 즈음으로 촉박하게 느껴지니까 막 뛰어다니다가 눈에 보이는 아무 교회나 들어가서 예배드리고 오는 일들도 많았어요.

또 교회에 공연 초청받아서 여기저기 다니면서 목사님 말씀이나 교회의 다양한 모습과 교회문화 그리고 예배형태들을 만나게 되었어요.

어디를 가든 문화도 바뀌고 거기 예배 참석한 사람들도 바뀌고 예배형식도 바뀌고 심지어는 목사님이 바뀔 때마다 성경 말씀에 대한 해석이 달라지는 거예요. 그때 또 궁금했죠. 변하지 않는 게 뭐지? 내가 여기를 왜 뛰어서 갈까? 이런 생각이 들었던 것 같아요.

변하지 않는다고 여겼던 게 두 가지 정도 있었는데 하나는 내 믿음이었고 두 번째는 성경 말씀이었어요. 말씀을 통해서 하나님과 만나는 관계, 그것은 변하지 않는 것 같더라고요. 목사님이 제가 가지고 있는 신앙의 견해와 다른 말씀을 하면 저는 너무나도 괴로웠어요. 앉아서 예배드리기가 불편할 정도였어요. 그럼에도 불구하고 주일예배은 지키고 싶었고, 그건 내가 교회를 가기 위해서가 아니라 하나님과 만나기 위해서라는 생각이 단단하게 생기더라고요. 하나님의 말씀은 변하지 않고 제 믿음도 변하지 않는다고 생각했지요.

그런데 제 믿음이 변한다는 걸 알게 되었어요. 말씀에 대한 해석도 끊임없이 바뀌고 내용 같은 것도 바뀌고 이전에는 내가 이렇게 하는 게 옳다고 생각했지만, 그 이후에는 또 다른 모습으로 하고 있는 식이

었죠. 제가 믿고 있고, 옳다고 확신하는 것들이 변할 수 있다는 걸 알게 되었어요. 여러 곳의 교회들을 다니다가 문득 알게 되었어요.

편 : 어떤 게 변한 거죠?

성 : 지금은 이게 옳지만, 절대적으로 옳지 않을 수 있겠구나 하는 것이요. 그러니까 제가 하나님께 예배드리는 모습이나 제 신앙 등, 하나님을 향한 제 마음이 조금씩 변해요.

편 : 절대적인 믿음, 하나님에 대한 믿음이라든지 공경하는 마음이 옅어지는 건가요?

성 : 그럴 때도 있고 어떤 때는 절대적으로 확고하다는 게 있을 때가 있어요. 그런데 그런 것이 형식일 뿐이구나, 알아차리게 되면서 그냥...

편 : 그것이 어떤 내용이죠?

성 : 교리에 대해서 지켜야 한다는 것.

편 : 십계명 같은 거요?

성 : 그렇죠. 제가 다녔던 보수적인 교회에서는 "다른 종교에 구원이 있는가?"라고 물으면 "없다"고 답해요. 예수님을 통해서만 갈 수 있다고 하지요.

편 : 그런데 그런 믿음이 변했다고요?

성 : 그것이 흔들린 거죠.

편 : 왜죠?

성 : 그러면 평생 교회를 본 적도, 다닌 적도 없이 여기서 농사짓고 잘 살다간 농부 아저씨는 하나님의 섭리와는 별개로 세상을 살았으니 지옥에 가게 되나? 하지만 그렇지 않을 것 같다. 하나님을 떠난 세상 자체가 어떻게 존재할 수가 있을까 같은 의문들이 들었고 하지만 그러면서도 이분법적인 교리, 지옥은 선이 완전히 제거된 악만 남은 세계

이고 천국은 악이 완전히 제거된 선과 같은, 어릴적부터 교육받아온 이분법적인 교리를 벗어나는 것이 죄라는 생각에 스스로의 질문들에 대해서 신비의 영역으로 두자며 묻어두곤 했어요. 하지만 세상의 악이나 선이나 이런 평범한 일상 속에도 하나님의 섭리가 없다고는 생각할 수 없었어요.

편 : 어떻게 해서 그렇게 된 거죠?

성 : 계기가 있었는데 증산도에 몸담고 계시던 분이 어느 날 저한테 와서 시간이 있느냐고 그러더라고요. 그때 할 일이 없어서 이야기를 나누게 되었죠. 그분이 하시는 말을 열심히 듣고, 저도 제 할 말 열심히 하고 몇 시간 대화를 나눴는데 이야기들이 서로 영원한 평행선을 긋고 있더라고요. 그 분이 결국 그 믿음이면 될 것 같다고 그러시고 저도 말씀 잘 들었고 나중에 교회 한번 와보시라고 하면서 헤어졌는데, 그때 제가 느끼게 된 건 내가 믿고 있는 구원의 확신이라든지, 이 신앙, 하나님의 현존을 남에게 전할 수가 없다는 것이었어요. 증명할 수가 없더군요. '신이 있다, 없다'를 남에게 증명할 수가 없다는 것을 느꼈어요. 말로 전할 수가 없구나. 그러고 집에 왔는데 갑자기 "그런데 나는 하나님이 있다는 걸 어떻게 아나?" 이런 질문이 왔어요. 그것이 저에게 굉장히 충격적이었어요. 나는 하나님 봤나? 보지 못했거든요. 하나님의 목소리를 들었나? 듣지 못했어요. 성경 말씀을 봤고 누군가의 입을 통해 전달되는 것을 들었을 뿐, 하나님이 내 삶의 어디에 있지? 분명히 내가 믿고 있는데 어디 계시지? 이렇게 묻게 되었어요. 그런 후에 되게 시름시름 앓았어요.

편 : 그런 의문들은 다른 신자들도 갖고 있지 않나요? 목사님이나 잘 아시는 분께 여쭤보고 해결할 수 있지 않았을까요?

성 : 제가 느낀 것은, 남이 또는 남에게 전할 수가 없다는 거였어요.

계속 그렇게 질문을 던지니까 컵을 봐도 이게 컵인가? 의문이 생기는 거예요.
컵이 뭐지? 컵은 물을 담는 건데 이 컵으로 물을 마실 수도 있지만
사실 흙이라고 말할 수도 있는 거고 이게 나에게 도움을 주는 유익한 도구가
될 수도 있지만 악한 의도로 사용되면 흉기가 될 수도 있는 거고...
생각과 이름, 개념의 세계라는 것의 절대성이 흔들리기 시작한 거였죠.

제가 남에게 제 마음을 전할 수가 없고 남도 저에게 전할 수 없는 것 같아요. 그렇기 때문에 밖에서 해결할 수 있는 문제가 아니라는게 강하게 있었어요. 그리고 보통은 그런 질문들에 대해서 수용하기 어려운 문화이고 위험하게 여기죠. "네 믿음이 흔들리는 거다."라고 말씀하시는 분도 계시고요. 그리고 목사님들은 바빠요. 제가 여쭤보려면 절차가 필요하고 시간 내기가 어려운 것 같아요. 안 그런 분도 계시지만.

어쨌든 그것은 저에게 의미 있는 질문이었어요. 말하자면 여기 핸드폰이나 컵처럼 실체적인 존재로 하나님을 나한테 어떻게 증명할 수 있지? 컵은 만질 수 있지만, 하나님은 만질 수 없잖아. 이렇게 오더라고요. 하나님이 어디 있어? 대답을 못하겠는 거예요. 여기서 엄청나게 충격을 받은 거죠. 대답을 못 했어요. 제가 저한테 묻는데도.

편 : 그런 회의와 의문이 있는데도 계속 교회를 다닌 이유는 뭔가요?

성 : 그냥 막연한 느낌이었던 것 같아요.

편 : 그 당시 그렇게 느꼈던 것이, 하나님에 대한 믿음이 하나의 느낌, 막연한 느낌이었다?

성 : 그렇죠, 신념. 그런데 막연한 느낌으로 끝나는 게 아니라 "내가 대답할 수는 없지만 그래도 계신다"는 믿음이 있었어요.

편 : 그때는 그렇게 넘어갈 수 있었는데 증산도 사람을 만나고 나서 회의가 싹튼 거네요?

성 : 그렇죠. '정말로 실제적인 걸 내놔봐. 내가 믿을 수 있게.' 이렇게 스스로 얘기했거든요. '남한테는 못 전해도 나한테는 전할 수 있잖아. 안다며? 어떻게 아는데?' 이렇게 물어본 거죠.

편 : 그걸 혼자서만 고민했나요?

성 : 나누긴 했는데 만족스럽지 못했어요. 전도사님이나 목사님, 주변에 신앙생활을 같이하는 공동체 구성원들과 나눠 봐도 저를 이해하지 못하겠다는 식으로 바라봤어요. 그때 되게 외톨이 같은 느낌을 받았어요.

편 : 그분들로서는 믿음이 부족하다고 말할 수밖에 없었겠네요.

성 : 그런 경우가 많았죠. 왜 의심하냐고 믿음이 부족하다며 혼내요. 그런데 '좋은 질문이다. 네가 찾아야 한다.'고 말해주신 분도 계셨어요. 스스로 발견해야 한다는 거죠.

편 : 그렇게 말씀해주신 분은 스스로 발견했다는 건가요?

성 : 그건 잘 모르겠어요. 그렇지 않을까요?

편 : 처음으로 돌아가서, 스파이럴 다이나믹스나 켄 윌버에 관심을 갖게 된 시기가 언제쯤이죠?

성 : 2년 전쯤인 것 같아요. 켄 윌버도 소개를 받았어요. 라마나 마하리쉬도 누군가한테 소개를 받았고요.

편 : 그러면 이렇게 신앙에 회의가 들고 이성 쪽의 문제가 생기면서 이런 쪽에 관심을 갖게 된 건가요?

성 : 그때 겪고 나서 답은 그거였어요. 내 삶 전체를 통해 하나님이 증거되었다. 내 삶을 돌아보니 거기에 하나님이 계셨다. 그렇게 와 닿았어요. 그러고 나서 계속 신앙생활을 하다 보니까 다른 종교나 전혀 다른 영역에서 저와 비슷한 고백이라든지 제가 알고 있는 하나님의 이해라든지 이것과 크게 다르지 않은, 이슬람이라든지 힌두교라든지 불

교라든지 이게 언뜻 다르지만, 심층에선 통하는 부분이 있었고 중요한 것은 그들의 경험과 통찰이 제게 와닿는 부분이 많았어요.예를 들면 '내가 어떻게 하면 하나님께 좀 더 온전하게 예배할 수 있을까? 어떻게 하면 내가 죄에서 바로설 수 있을까? 이렇게 고민하면서 혼자 나름대로 찾아가던 과정이 훗날 살펴보게 된 불교식 수행과 많이 유사하게 느꼈어요.

예를 들어 이성에 대한 어떤 마음이 있어요. 저는 지하철을 타고 다니면서 죄책감을 많이 느꼈어요. 왜냐하면 이성에 대해 매력을 느끼고 성적인 충동을 느끼는 것에 대해 '내가 이것밖에 안 되는구나' 하며 죄의식을 느낀 것이죠. 그래서 한동안 천정이나 바닥만 쳐다보거나 눈을 감아 버렸어요. 하지만 아무리 그렇게 해도 눈을 뜨면 또 그 마음이 일어나요. 결국은 그 마음이 내 안에 있기 때문에 눈을 감는다고 해결되지 않는다는 걸 알게 되었고, 그래서 그다음부터는 오히려 보면서 질문을 던졌던 것 같아요. 내가 이성에 대해서 이런 마음을 갖고 있는데 저 사람이, 저 존재가 과연 내가 지금 보고 있는 그 부분의 모습만 갖고 있는가? 이런 질문을 많이 했던 것 같아요. 저 사람 어디서 왔지? 누구의 딸일까? 어디로 갈까? 이런 것들을 스스로에게 물어봤죠. 불교의 탐, 진, 치에 대해서 자유로워지고자 하는 갈망이 제 안에 있던 갈망과 다르지 않다는 걸 느꼈어요.

편 : 믿음이 한번 흔들리고 나서는 다른 종교나 사상에도 폭넓게 관심을 가지고 공부를 하려고 했네요?

성 : 그냥 맞는 말 같았어요(웃음). 교회에서는 교리상으로 다른 종교에는 구원이 없다고 해요. 하지만 그렇게 의식적으로 믿으려고 해도 문제는 저한테는 다른 종교의 사상과 핵심을 전하는 말들이 와 닿는거에요... 그래서 그때 고민을 많이 했어요. 도대체 이게 뭘까? 내가 왜

이러고 있을까?

편 : 그래서 불교에도 관심을 갖게 되고 동양사상에도 관심을 갖게 되고, 켄 윌버 등 다양하게…

성 : 그렇죠. 계기들이 있었는데 가장 주효했던 건 라마나 마하리쉬 책을 읽고 나서 완전히 충격을 받은 일이었어요. "네가 너라고 알고 있는 그런 것들이 너냐?" 딱 이러는데, '그게 정말로 너야? 기억이 너야?' 그런데 그건 없었다가도 생기잖아요? '몸이 너야?' 이런 질문들이 그때는 이해가 안 갔어요. 그런데 그 질문에 제가 대답을 못 하겠는 거예요. 쩔쩔매면서 봤는데, 이해는 되지 않지만, 충격적으로 와 닿았어요. 또 혼란스러웠죠. 나는 교회를 다니는데 왜 다른 종교 성자의 말에 마음이 흔들리지?

저에게 멘토 같은 분이 있는데 그분께 찾아갔어요. 요즘 뭐하냐? 물으시더라고요. 이런 고민하고 있습니다. 나를 이단이라고 하면 어쩔 수 없지만 솔직하게 말했죠. 내 마음이 이런 걸 어떻게 하겠냐고요. 그래서 나는 누구인가? 하는 촌스러운 질문이 나를 뿌리부터 존재기반을 흔드는 것 같다고 그러니까 그분이 웃으시더라구요. "잘하고 있다. 드디어 수평적인 세계에서 수직적인 세계로 들어가는 것 같다. 너 같은 질문을 가져야 한다. 너무 걱정하지 말고 기독교의 깊이는 사실 네가 생각하는 것보다 더 깊을 수 있으니까 마음껏 한번 뛰어놀아봐라. 그리고 지금 네가 궁금해 하는 것들을 켄 윌버라는 사람이 잘 정리해 놨으니 그 사람이 쓴 『무경계』를 한번 읽어보라"고 권해주셨어요. 읽고 나니 이거다 싶었어요. 경계라는 게 정말 와 닿았어요. '아, 내가 여태까지 고민했던 게 바로 이거였구나.' 싶었죠.

무경계를 읽기 전부터 내가 뭔가 목마른데 그게 뭔지를 모르겠다 그래서 관심 가는 데로 책을 닥치는 대로 읽었거든요. 저는 동양철학이

되게 좋았어요. 『논어』를 좋아했는데 구구절절 맞는 말인 거예요. 그렇게 이런저런 책을 읽어가면서 계속 와닿는 부분들이 쌓여가긴 하는데 그래도 계속 목마른 느낌이 있었어요. '뭔가 알겠는데 잘 모르겠다' 이런 느낌이었어요. 다른 종교의 책을 읽는데도 뭔가 와 닿는 게 있고, 과학서적을 읽어도 와 닿는 게 있고, 인문학책을 읽어도 와 닿는 게 있었어요. 이건 뭐지? 그러는데 결국에 모든 것이 사실은 연관되어 있구나, 모든 것이 모든 것과 연관되어 있구나! 이걸 느꼈어요. 그래서 모든 걸 파고드는 사람이 없을까? 이 생각을 했거든요. 이걸 뭐라고 해야 하지? 한마디로 딱 정리되는 키워드를 모르겠어요. 모든 것이 모든 것과 연관되어 있는데 이걸 뭐라고 부르지? 분명히 누군가 정리해 놓은 사람이 있을 텐데, 그래서 그런 것과 관련된 책만 찾아다녔어요. 통섭이라든지 에드워드 윌슨, 통합적인, 모든 것의 이론, 과학이론 같은 것, 모든 것의 역사, 이런 것들을 찾다가 뭔가 알듯하면서도 미진했는데 『무경계』를 읽고 정말로 맞구나 싶었어요.

편 : '정말로 맞다' 는 게 어떤 거죠?

성 : 경계라는 말이 제가 가지고 있던 모든 의문들을 녹여버리는 느낌이었습니다. 계속해서 책을 읽으면서 전혀 다르다고 여겼던 학문이나 종교들이 더 커다란 관점에서 서로 연결되어 있고 통한다는 느낌이 강하게 있었는데 무경계라는 말을 통해서 내가 구분해서 독립적이라고 생각했던 모든 것들이 사실은 마음속 경계일뿐이구나 하고 커다란 생각의 전환이 일어났어요. 우리가 분별한 그 모든 것들이 고정되어있는 실재가 아니라는 것을 그때 처음 경험하게 되었죠. 그래서 그때부터 계속 경계라는 것을 화두처럼 붙잡고 매 순간 경험 속에서 질문을 던졌어요.

예를 들면 한겨울에 한계령에서 등반 훈련을 하고 있을 때 눈바람이

치는 혹한의 날씨였어요. 추워서 너무 힘들다 하는 생각이 들었는데 문득 그때 추위라는 게 있고 나라는 게 있는데 어디까지가 나고 어디까지가 추위인가? 이렇게 생각이 드는 거예요. 추위가 내 몸을 감싼다고 해야 하나? 내 몸을 알게 해주잖아요? 추위나 공기, 옷이 내 몸을 알게 해주잖아요? 또 내 몸이 추위를 인식하게 하는데 이런 것들이 분리되어 있지 않구나. 이걸 그냥 추위라고 이름 붙였을 뿐이지 내 몸을 인식시킨다는 점에서 따로 떨어져 있지 않구나 하는 느낌을 받으면서 아! 그래 그럼 내가 추위도 되는 거구나! 내가 겨울이구나. 마치 제가 겨울 자체가되어버린 듯한 경험도 하게 되었어요.

계속 그렇게 질문을 던지니까 컵을 봐도 이게 컵인가? 의문이 생기는 거예요. 컵이 뭐지? 컵은 물을 담는 건데 이 컵으로 물을 마실 수도 있지만 사실 흙이라고 말할 수도 있는 거고 이게 나에게 도움을 주는 유익한 도구가 될 수도 있지만 악한 의도로 사용되면 흉기가 될 수도 있는 거고, 그러면 하나 안에 선과 악이 다 들어 있는 거죠. 이걸 보면서 아 그렇구나. 분리되어 있지 않구나. 내가 컵이라고 경계 지어 놓았지만, 그 안에 다 들어 있었구나. 이런 걸 느끼게 되었죠.

생각과 이름, 개념의 세계라는 것의 절대성이 흔들리기 시작한 거였죠. 종교적인 사건, 이별의 사건을 통해서 처음으로 절대적인 제 믿음들이 흔들리는 것을 경험하고 이제는 컵 하나를 봐도 의미가 다 흔들려 버리는, 일상의 모든 것들의 의미들이 마치 유리창의 균열처럼 언제 깨질지 모르는 아슬아슬한 순간이었어요. 그렇게 지내다가 질문의 마침표를 찍게 되었던 사건이 바로 라마나 마하리쉬의 책이었어요. 나는 누구인가? 라마나의 질문에 마지막 잎새처럼 벼랑 끝에 있었던 나라는 보루마저 흔들리는 거예요. 나라는 게 그러면 뭐지? 기억인가? 아니면 신념인가? 하지만 이 모든 것들도 제가 어떤 기준이나 어떤 관

'지금도 답답해? 지금도 그게 있어? 딱 이러는데
그 찰나에 그게 끊어진 걸 봤어요. 그런 답답한 마음은 '일어난 마음'이고
'일어나지 않은 본래의 지금 이 순간'에는 답답함이 없다는 것을
그 순간 알아차렸습니다. 지금 여기에는 답답함도 없고 나라는 것도 없고,
그냥 그런 것들이 계속 일어나고 있다는 게 그때 와 닿았어요.

점에서 보느냐에 따라서 바뀌어 버린다는 것을 경험하니까 그런 것들로는 진정 변하지 않는 나에 대한 대답이 안되는 거죠. 모든 것들이 흔들리는 상황 속에서 기억과 생각, 몸이 그대인가? 하고 물어오는 마하리쉬의 칼끝 같은 질문이 세상 어디 숨을 곳 없이 벼랑으로 저를 몰아세웠고 저는 완전히 궁지에 몰려버렸습니다. 이 세상에 더 이상 이 질문을 피할 곳이 없구나 했어요. 그래서 완전히 마음을 결심하게 되었어요. 이제 더 이상은 피할 수가 없다. 내가 이것을 모르면 살아도 산 게 아니다. 내가 누군지도 모르는데, 내가 확실하다고 믿을 수 있는 게 아무것도 없는데 내가 뭘 할 수 있을 거냐? 죽더라도 찾아야겠다. 모든 것이 다 변하는 데 변하지 않는 그것이 뭔지 내가 알아야겠다. 그렇지 않으면 내가 무엇을 해도 헛되다, 영원한 걸 찾자고 했죠.

그래서 모든 일을 다 정리하고 나는 누구인가에 대한 답을 찾아서 이것저것 찾아다니기 시작했습니다. 교회에서 저의 멘토에게 추천을 받아 수련원을 찾아가 기독교의 관상수련을 하기 시작했고 그렇게 기도하면서 마음속 많은 문제들이 해결되고 본질을 찾고자 하는 제 마음도 더욱 확신이 생겨났습니다. 기도를 하면서 별을 보는데 별이 제자리에 있는 것 자체가 너무 신비롭고, 나무가 계절에 맞춰서 자라나는 것들이 너무나 경이롭고, 아름다웠어요. 감사가 충만했고, 모든 것들이 거대한 전체로서 하나의 섭리 속에서 흘러가는 것이 몸으로 느껴졌어요. 그래서 내가 이제는 하나님이든지, 진리든지, 본질이든지 뭐라

고 하든지 그걸 내 발로 찾아가겠다, 모든 세상이 나를 밀어주고 있구나, 발견하라고. 그런 마음이었어요.

편 : 관상기도를 좀 배우다가 혼자서 찾아야겠다고 백두대간을 종주하려고 한 거예요?

성 : 관상기도를 피정을 받고 어떻게 하는지를 배워서 아주 순도 깊게 본질을 찾아서 탐구할 수 있는 시간을 가져야겠다. 가족도 끊고 사람도 끊고 다 끊고 산속을 다니면서 내 마음을 보자. 이런 생각을 그때 했었죠.

편 : 그러던 차에...

성 : 그러던 차에 켄 윌버 모임도 하고 있었고 검색하다가 〈지금여기〉를 알게 되었고 그때 켄 윌버 모임에서 『깨어있기』와 『관성을 넘어가기』를 누가 소개해줬어요.

편 : 누가 소개해 주셨나요?

성 : 박○○님이라고 마인드맵하고 아마 에니어그램 관련해서 강의를 하시는 분인데요. 그분이 켄 윌버모임에서 자기소개하는 시간에 자기소개는 됐고, 자기가 책 장사 하는 사람은 아니지만 이 책은 정말 여러분들이 알아야 하는 책이라고 그러면서 소개를 하는 거예요. 자기는 이 책하고 아무 관련이 없는데, 정말로 자신이 지금까지 뭘 고민했는지 알고 싶으면 이걸 보라고, 이거(『관성을 넘어가기』)는 감정적인 문제를 겪는 사람들이 보면 되는 책이고 이건(『깨어있기』) 머리로 탐구하는 사람들이 보는 책이라고. 둘 다 봐야 한다고. 그렇게 소개를 받고 기억하고 있다가 미내사 클럽 홈페이지에 들어가니까 그 책이 미내사 클럽에서 발행한 거더라고요. 그래서 샀죠. 책값도 너무 싸고. (웃음) 마침 너무 필요한 내용이었어요. 어떻게 이렇게까지 친절하게 설명했을까? 이런 느낌을 받았거든요.

『관성을 넘어가기』를 먼저 봤는데 신념이 변할 수 있다, 내가 믿고 있는 것이 변할 수 있다는 것이 저에게 바로바로 적용되었던 것 같아요. 그때 백두대간 종주 계획 중이었으니까 이 책을 가지고 백두대간을 가면 되겠구나! 생각을 했죠. 그러다가 미내사라는 곳이 어떤 곳인지 궁금한 마음이 들어서 홈페이지를 살펴보다가 강좌를 보기 시작했는데 백일학교를 보게 된 거죠. 처음에는 이름만 백일학교라고 생각했어요. 백일동안 들어가서 배울 수 있는 프로그램이 있을 거라고 생각도 못 했고, 그러기에는 프로그램 비용도 너무 저렴하고 해서요. 그런데도 혹시나 하면서 살펴봤는데 정말 백일동안 지내면서 배울 수 있는 프로그램이더라고요. 프로그램 설명을 읽어보는데 구구절절이 제가 바라던 그런 프로그램인 거예요. 그럼 누가 프로그램을 진행할까 하고 보니까 깨어있기 저자분이 같이 살면서 직접 가르쳐 주신다는 걸 보고, 정말 너무 기뻤습니다. 섭리가 저를 이렇게 인도하는 것같은 느낌을 강하게 받고 백일학교 프로그램을 신청하게 되었습니다. 그게 2013년 3월이었죠. 1년간 백두대간 종주를 준비해서 이제 눈만 녹으면 출발하려고 하고 있을 때였습니다.

편 : 백일학교 일정을 좀 소개해 주시고 거기서 무엇을 배웠는지 말씀을 부탁드리겠습니다.

성 : 백일학교에서의 배움은 크게 네 가지로 나눌 수 있는 것 같아요. 첫째는 백일학교에서 참여하게 되는 여러 가지 프로그램들을 통해서 많은 것들을 배우게 됩니다, 깨어있기, 자연에 말걸기, 자기변형게임 등 다양한 프로그램을 참여하게 됩니다. 백일의 과정에서 깨어있기 기초과정과 심화과정을 각각 2번 정도씩 듣게 되고 계절수업도 한번 참여하게 되죠. 깨어있기와 같은 프로그램에서는 탐구를 위한 핵심적인 개념들을 공부하게 되고 다들 아시다시피 그 시간 동안 순도 깊게

집중해서 프로그램을 진행하면서 많은 체험과 통찰이 있었고, 깨어있기에서 알려주는 다양한 탐구도구에 대해서 개념을 잡고 흡수할 수 있는 시간이 됩니다.

두 번째는 수련원에서 일상적으로 하는 일과들이 있어요. 처음에는 프로그램하면 배우는 것들이 많으니까 아예 깨어있기만 백일 내내 했으면 좋겠다고 생각했어요. 일과라는 게 별로 특별한 게 없잖아요. 계속 연습하고 강의 듣는 게 더 도움이 되지 않나 생각을 했죠. 그렇지만 뭔가 프로그램을 통해서 통찰을 하거나 깨달은 것이 있더라도 이걸 일상에 온전히 적용하려면 시간이 필요하잖아요. 백일학교 일과를 하면서 그 일상에서 같이 있는 분들과 부딪히기도 하고, 일과 부딪히기도 하는 과정을 통해서 배움이 일상에 어떻게 적용될 수 있는지를 발견하고 관성적인 부분들이 다루어지는 숙성의 과정이라는 것을 알게 되었죠.

이것이 정말 도움이 되었다는 것을 제가 백일학교 4기를 졸업하고서 실감했어요. 두 가지의 변화를 느꼈는데 하나는 백 일간 마음을 살펴보는 작업을 지속하다 보니까 이것이 마음에 깊숙이 뿌리내렸다는 것을 알게 되었습니다. 졸업해서도 백일학교 있을 때와 다르지 않게 탐구하는 마음이 노력하지 않아도 계속 이어졌는데 그것이 옅어지거나 흔들리지 않더라고요. 마음을 살펴보는 것 자체가 일상이 되어버렸죠.

그리고 두 번째로 지극히 평범한 일상을 소재로 마음의 본성을 살펴보았던 시간이 마음에 대해서 저를 아주 민감하고 정교하게 다듬어주었어요. 마음을 살펴보는 눈이 전에 비해서 마치 현미경같이 섬세해진 것을 느꼈습니다. 예전엔 주로 커다란 사건을 통해서만 어떤 통찰이나 알아차림이 있었다면 백일학교 과정 이후에는 일상에서 아주 작고 지

극히 평범한 것들에서도 마음의 핵심과의 연관성을 파악하게 되고 통찰이 일어났어요. 주변의 모든 것들이 의식의 본질을 발견하게 되는 힌트였습니다. 백일학교의 평범한 일상이, 매일 식사 준비하고 산책하고 청소하는 이런 일상을 통한 공부가 저에게 커다란 변화를 만들어냈다는 것을 알게 되었습니다. 이런 평범한 일상을 통해서 탐구하는 것의 효과를 절절히 실감했어요.

세 번째로 백일학교에서는 월인 선생님과 매일 아침저녁으로 모임을 하는데 오인회 분들도 아시겠지만 정말로 커다란 도움이 돼요. 뭔가 발견이 되고 통찰이 오거나 프로그램을 통해 정리가 되면 제가 이해한 것, 알아차린 것에 대해서 즉각적인 피드백을 받을 수가 있어요. 스승이 있다는 게 참 중요하다는 걸 알게 된 몇 번의 사건들도 있었는데 제가 혼자서 어떤 생각을 하고 있으면 선생님이 바로 왜 그렇게 생각했지? 하고 물어보시는 거예요. 명쾌하게 설명해주시는데 제가 그걸 혼자서 알아차리려면 엄청나게 헤매고 다니다가 돌고 돌아서 이게 아닌가 보다 그랬을 것을 선생님이 즉각 바로 잡아 주시는 거죠.

편 : 구체적으로 예가 있다면?

성 : 감지에 대해서 살펴보다가 외적 감지와 내적 감지에 대해서 알아차림이 있었어요. 안과 밖이라는 구분이 사실 모두 마음 안에서 일어나는 느낌들이구나 하고 알아차림이 있었죠. 사물은 밖에 있다고 생각하고 제 마음은 안에 있다고 생각하다가 이제는 컵을 보면 컵도 제 마음 안에서 일어나는 느낌이고, 제 감정이나 느낌들도 다 마음 안에서 일어나는 느낌이고, 백일학교에 있는 동물들을 봐도 그게 밖에 있는 게 아니라 모두 내 안에서 일어나는 느낌이구나 하고 느껴지기 시작했어요. 그러다가 이 모든 느낌들이 '내 마음' 속의 느낌이니까 나구나 하고 생각을 하게 되었죠.

근데 이상하게 걸림이 있는 거예요. 백일학교에 태풍이라는 개가 있는데 태풍이를 보면서 '아! 그래 이 느낌이 여기서 느껴지지, 그럼 이게 나구나, 태풍이가 나구나!' 근데 뭔가 이상한 거예요. 태풍이는 분명히 내가 아닌데. 그걸 선생님께 말씀드렸죠. '내적감지도 내안에서 일어나고 외적감지도 내 안에서 일어나니까 다 '나' 아닙니까? 그런데 태풍이가 그래도 저는 아닌 것 같아요. 태풍이는 개인데 내가 아닌데...' 그러니까 선생님이 딱 이렇게 말씀하셨어요. '그걸 왜 너라고 그러니? 느낌이지. 나라고 하니까 이상하지.' 대답을 듣고 나니까 수긍이 가더라고요.

그리고 세 번째로 이건 뭐 배움이라기보다는 장점인데요. 사실 처음 백일학교에서 생활할 적에는 잘 느끼지 못하다가, 잠시 나가서 생활한 후 다시 함양에 들어와서 선생님과 모임을 하면서 느낀 건데, 어떤 의식의 장이 생겨나는 것 같아요. 선생님과 함께 있으면 공부가 잘됩니다. 막연하게 잘되는 느낌이 아니라 의식이 더욱 섬세해지고 공부를 하는데 마음이 잘 모이는 것을 느껴요. 그리고 제일 중요한 것은 선생님과 대화를 하다 보면 저도 모르게 좀 더 본질에 가까운 자리에서 자연스럽게 흘러가는 것을 느끼게 돼요. 물든다고 해야 할까요? 현상을 바라보는 느낌 자체가 달라집니다. 핵심으로 더 접근하게 되는 느낌이 있습니다. 깊이 있게 들여다보는 거라든지 느낌에 대해 살펴보는 것들이 더 수월하고 또는 느낌에서 떠나 있는 게 너무 쉬워집니다. 그래서 '선생님이랑 있으면 공부가 잘되네요, 무언가 이런 에너지 장 같은 것이 있는 것 같아요' 하고 말씀드려보니까 '의식은 아주 미묘한 에너지 차원이라서 함께 있으면 이런 의식의 장이 주고받아 지면서 영향을 끼치는 거다. 그래서 그런 것 같다.' 그런 걸 저는 느끼는 것이 둔한 체질인데도 의식적으로 체감되었습니다.

마지막으로 백일학교에서 스스로의 경험을 매일 정리하는데요. 경험을 의식적인 통찰로 이끌어주는 시간입니다. 선생님께서 늘 '경험이 중요하지만, 경험을 통해서 통찰까지 연결할 수 있어야 한다' 고 말씀하시죠. 의식적인 통찰이 있어야 이것이 내 삶에 직접 적용될 수 있는 힘을 갖게 될 수 있다고 말씀을 하시는데, 매일 선생님과 모임을 하기 전에 아무래도 준비를 하게 됩니다. 그리고 다른 사람들과 나누고 혼자 스스로 주제일기라는 것을 쓰는데 주제일기를 쓰는 과정에서 막연했던 경험이 잘 정돈됩니다. 그래서 경험들이 연속성을 가지고 차곡차곡 정리되고 그렇게 쌓인 경험들이 점점 더 깊은 차원의 통찰로 향하는 문을 열어줍니다.

편 : 백일학교에서 배운 것은 무엇인가요?

성 : 3개월간 4기 백일학교 기간 동안 쌓인 경험의 핵심은 바로 '지금 이 순간의 나' 를 살펴보는 탐구입니다. '나는 누구인가?' 라는 질문을 끊임없이 던져왔지만, 그 질문을 던지는 바로 '그자' 에 대해서는 항상 놓치고 있었어요. 제가 그동안 탐구했던 영역은 항상 '지금 이 순간의 주체' 가 아니라 '주체가 붙잡고 있는 대상' 에 한정되었던 거죠. 질문을 던지는 순간 벌써 이건 하나의 상이고 지나간 과거가 됩니다. 그것이 설령 '나' 라는 것을 붙잡고 탐구하고 있다고 하더라도 '나라는 느낌' 을 잡는다면 그것은 이미 대상이기 때문에 항상 주체인 저는 지금 이 순간을 놓치고 있는 거죠. '나는 누구인가' 라고 물으면서 바로 그 순간의 '묻는 자' 에 대해서는 살펴보지 못했어요.

백일학교 후반부를 지날 때쯤 그런 실시간적인 탐구, 진정한 자아탐구의 진실을 파악하게 되었습니다, 그 질문을 던지는 자가 바로 찾고 있던 대상이었다는 것. 그것이 크게 와 닿았습니다. 그렇다고 해도 그 '나' 로부터 자유로워지지는 않았습니다. 오히려 그런 지금 이 순간의

주체를 잡을 수 없다는 것을 파악하고 난 후로는 나로서 한다는 것을 벗어날 수가 없다는 것을 느끼면서 마음이 답답해졌습니다. 아무것도 안 하려는 것 자체가 역설적으로 아무것도 안 하려고 '하고' 있는 것이기 때문이었죠. 고민하는 것도 나고, 고민 안 하려는 것도 나고… 그래서 거기서 벗어날 수 없다는 느낌을 받았고, 어떻게 할 수가 없었어요. 답답했죠.

편 : 그러면 답답한 게 어떻게 해결이 되었나요?

성 : 백일학교 끝날 때까지 주체를 잡아보려고 노력했지만 그건 잡을 수 없다는 걸 알게 되었어요. 그렇다고 안 잡으려고 하는 것도 해결은 아니었죠. 그렇게 최근까지도 '어떻게 할 수가 없네.' 이런느낌을 받다가 결국 답답함이 해결되었습니다.

현 : 답답함이 어떻게 해결되었죠?

성 : 11월 즈음 선생님과 모임을 하다가, 계속 답답하다 이런 얘기를 했어요. '어떻게 할 수도 없고 어떻게 안 할 수도 없고 나를 벗어날 수가 없습니다. 답답해 죽겠네요.' 이러면서 제가 그 순간에는 정말 답답한 마음으로 얘기를 했어요. 그러자 잠시 있다가 선생님께서 '지금도 답답해?' 물어보셨어요. '지금도 답답해? 지금도 그게 있어?' 딱 이러는데 그 찰나에 그게 끊어진 걸 봤어요. 그런 답답한 마음은 '일어난 마음' 이고 '일어나지 않은 본래의 지금 이 순간' 에는 답답함이 없다는 것을 그 순간 알아차렸습니다. 지금 여기에는 답답함도 없고 나라는 것도 없고, 그냥 그런 것들이 계속 '일어나고 있다' 는 게 그때 와 닿았어요. 지금 여기에는 없죠. 아무것도 없죠. 내가 질문을 던지며 마음을 일으키고 있기 때문에 답답하구나 하는 걸 알아차렸어요. 본래는 그런 게 없다는 것. 그게 탁 와 닿더라고요. 그다음부터는 답답함이 사라졌습니다.

편 : 원래는 그런 게 없었는데 스스로 만들어낸 거다?

성 : 네. 제가 저를 꼬집고 있는데 제가 꼬집고 있다는 걸 잊어버리고 있던 것 같았어요.

편 : 깨어있기에도 참여하셨다고 했는데 거기서는 뭘 배웠나요?

성 : 깨어있기 기초과정에서 의식이 발생하는 과정을 면밀하게 설명을 해주셔서 많이 도움이 되었고요. 원래는 이런 생각으로 살고 있는 이 상태가 당연하게 기본 베이스고 중심이라고 생각하고 살았는데, 그게 아니라 생각이 일어나기 전에 느낌이 있고 느낌이 일어나기 전에 느낌이 없는 그 자리가 있다는 걸 연습을 통해서 많이 알아차리게 된 것 같고요, 기초가 제일 중요한 것 같아요. 의식의 발생과정을 모두 담고 있는 것 같아서 도움이 많이 되었습니다. 그리고 심화과정은 실전으로 적용하는 과정인 것 같아요. 생각이 있음으로 해서 생각이 느낌을 증폭시켜서 감정을 만드는데 이런 것들을 삶에서 어떻게 적용해서 감정에서 자유로워질 수 있을까? 예를 들어서 주의의 에너지는 항상 그 어떤 것에도 물들지 않고 순수하게 지금 이 순간에도 있고. 그리고 깨어있기 계절수업 할 때 삼분열三分裂 강의를 들으면서, '지금 이순간의 나', 나는 누구인가라고 질문하고 있는 바로 그 '나'에 대한 실시간적 탐구에 대해서 알아차림이 있었던 것 같아요.

편 : 어떤 걸 알아챈 거죠, 그땐?

성 : 열중해서 컵을 본다고 하면 컵을 보는 나를 의식하지 못하고 보게 돼요. 삼 분열 연습은, 컵을 본다는 걸 의식하면서 보는 거죠. 근데 '컵을 보고 있는 나'라는 느낌을 살펴보려고 하면 그게 느껴지고, 그러면서 의식하지 못하고 있던 '주체를 또 만들게 돼요'. 그러니까 항상 제가 무언가 관찰하고 있다고 할 때는 '관찰하고 있는 것'이 '주체가 되는 거고 관찰되어지는 것은 그 순간' 대상'이 되어 있는 거예

요. 그게 어떤 사물에만 국한되는 게 아니라 ' 나라는 느낌 '에 있어서도 그게 좀 전까지는 주체였지만 그걸 관찰하는 순간 그것은 대상으로 바뀌고, 또 다른 주체로서 어떤 주체가 생겨나면서 그건 뒤로 물러난다는 걸 그때 연습을 통해서 알게 되었어요. 그래서 항상 제가 탐구하고 있었던 건, "나를 계속 본다고 했지만 '대상으로서의 나' 만 탐구하고 있었지, '주체로서의 나' 는 탐구하지 못하고 있었구나."라는 게 많이 와 닿았던 것 같습니다.

편 : 주체 역할을 하던 '나' 도 관찰하는 순간 하나의 대상이 될 수 있다는 것?

성 : 그렇죠. 그리고 대상이 되었다는 건 이미 진짜 주체는 뒤로 한 발 물러나 있게 된다는 거예요. 그래서 잡으려 하는 순간 이미 그 주체는 계속해서 도망간다는 거죠. 결코 잡을 수가 없구나! 이런 걸 알게 되었어요. (다음 호에 계속됩니다)

• 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.