

백일의 여행, 늘 있는 주체인 관조의 발견과 그것을 넘어가기(2부)

| 헤량스님 |

인생의 불만족과 결핍감으로 외적대상을 추구하던 소녀가 이번 생은 없는 것으로 치고 진리를 추구하겠다고 온 몸과 마음으로 불교에 뛰어 들었습니다.



발표영상

대행스님을 통해 외적추구가 내적추구로 바뀌면서 잠시 기쁨을 맛보았으나 근본적 해결을 보지 못하고 늘 진리에 대한 갈증 속에 있어왔습니다. 그 과정에서 만난 초기불교, 나나난다 스님, Mutual Causality in Buddhism and General System Theory, 이종표 교수 등 그외 전환점이 되어준 몇 가지 사실과 사람들을 통해 깊어지지만 그럼에도 여전히 갈증을 느끼던 스님.

그런 스님이, 백일동안의 탐구를 통해 느끼고 경험한 불교와 깨어있기 이론의 체계적 체험, 그 과정 속에서 몸으로 경험한 '늘 보는 주체'의 발견, 건드릴 수 없는 그것과 그것을 넘어설 준비 상태에 대해 이야기합니다.

**이 글은 지난 7월부터 100일간 함양연수원에서 백일학교를 마친 헤량스님이 100일간의 생활과 거거서 얻은 통찰에 대해 소개한 졸업발표를 녹취한 것임을 알려드립니다(편집자 주).

해량스님 약력

1989년 대행스님 앞으로 출가했고, 1990년에 자운스님의 수계를 받았으며, 한마음 선원에서 17년 동안 안거를 지도하는 역할을 했습니다. 2006년 말에 스리랑카로 유학을 갔고 캘러니아 대학원에 입학하여 MA를 이수하고 M-phil을 거쳐 불교철학 박사학위를 취득했습니다. 2013년에 취득한 이 논문은, 남방에서는 7가지의 청정에 대한 위숫디막가 Visuddhimagga 주석서가 있는데 그 불교 철학에 대한 연구입니다. 그 후 한국에 돌아와서 나루명상센터를 운영했습니다. 한국명상지도자협회 운영위원이고 이종표 교수님과 함께 근본 불교 명상지도 법사로 활동하고 있습니다.

(지난 호에 이어서)

산책길에서 만난 뱀

이때쯤 돼서 또 이런 일이 있었습니다. 선생님과 강아지를 데리고 산책을 갔는데, 저는 뱀과 지렁이를 솔직히 많이 싫어해요. 뱀과 지렁이가 나오면 일단은 “악!” 소리를 지르고 몇 번 놀라는 것을 선생님이 보셨던 거 같아요. 그날 산책 중에 선생님이 갑자기 “어, 여기 뱀 꺾질이 있네.”



그림 17.

이 있네.” 이러시면서 그것을 발로 탁 밟는 거예요. 딱 보니까 나를 속이는 것 같았어요. ‘어, 뱀 같지 않은데요? 노끈 같은데요?’ 이랬더니 “아니, 보세요. 뱀이에요, 뱀이 꺾질을 벗어놓고 간 거예요.” 이러시니까 내가 ‘그런가?’ 싶고, 진짜라고 생각하니 가슴 속에서 막 두려움과 무서움, 징그러움이 올라오고, ‘아닌 것 같은데.’ 이러면 노끈 같고 이

리는 거예요.

이렇게 마음이 왔다 갔다 하니까 선생님이 이제 ‘걸려들었구나.’ 생각하셨는지 이런 저런 말씀을 계속하셨고, 그럴 때마다 내 마음에서 막 저항감이 나는 거예요. 그래서 그만하고 가고 싶다고 했더니 선생님이 “안 됩니다. 그냥 갈 수 없습니다. 그 느낌이 지금도 있나요? 그 느낌을 느끼는 자리에 있어보세요.”라고 강한 어조로 말씀하시는 거예요. 그런데 마음에는 하나도 안 들려요. 징그럽기만 하지. 그래도 선생님이 아주 집요하게 붙잡고 하니까, 어쩔 수 없이 계속 듣고 있는데 선생님이 “오늘 이거 만져봐야 돌아갈 겁니다. 한번 만져보세요. 이 느낌은 그냥 느낌일 뿐이에요.”라고 하셨어요. 안하면 못 돌아갈 것 같아서 그냥 포기하고 할 수 없이 만져보게 되었어요.

그렇게 해서 느낌을 느껴보게 되었는데, 처음에는 뱀 앞의 아스팔트를 만지게 했어요. 그런데 아스팔트는 그냥 아스팔트의 느낌, 눈으로 봤을 때와는 완전히 다른 아스팔트의 느낌, 만지니까 그냥 느낌인 거예요. 그 느낌은 그냥 느껴질 뿐이었어요. 아무것도 아니었어요. 그렇게 느낌에 대해 직관적으로 느낌임을 경험하고 있는데 “자, 이제 뱀 만집니다.”라고 말씀했어요. 그래서 손을 내밀어 “으” 하다가 “만집니다.” 하니까 살짝 만졌는데, 그냥 너무.....

여러분, 뭘 기대하십니까? 그것은 그냥 느낌이었어요. 그냥 그 느낌은 뱀도 아니고 뭐도 아니고, 뱀의 느낌은 다 여기(가슴을 가리키며) 있었지 사실이 아니었어요. 그냥 그것은 손이, 내 살이 닿아서 나는 밋밋한 느낌, 그날 처음으로 생각이 끼어들지 않은 감각적 느낌에 가까운 것을 접하게 된 거예요. 그래서 ‘아, 이런 느낌에다가 언제나 살을 붙이면서 뭔가를 만드는 것은 바로 이 생각이나 마음의 구조 때문이구나. 그리고 내가 아픈 것이라든지 ‘내 인생이 망할 것 같은 이런 느낌’

도 그냥 느낌일 뿐인데, 거기다 살을 붙이고 스토리를 만들어 증폭시키는구나. 이런 구조를 만드는 것은 바로 나 자신이었구나.'라는 생각이 들었습니다.

아침의 통찰 : 느껴지는 것은 '내'가 아니다

그 사건이 일어난 다음부터는 아침마다 통찰이 일어났습니다. 새벽에 저절로 눈이 떠지더군요. 내가 뜨려는 의도를 안 냈는데도 눈이 떠졌어요. 눈은 그냥 떠지고 느낌들이 느껴졌어요. 그냥 몸으로 느껴졌어요. 몸이 그냥 몸으로 느껴지고 어떤 통증이나 아픔 같은 것도 느껴지는데, 거



그림 18.

기다가 이름을 붙이지 않고 그 느낌이 있을 때 그냥 느낌으로 느껴졌어요. 제가 자가면역질환이잖아요. 엄청 아프거든요. 아플 때 진짜 아픈데, 거기에다가 이름을 붙이지 않고 그 느낌을 그냥 느끼는 거예요. 그러면 느낌은 느낌대로 있고, 느낌을 아는 이 마음은 이것대로 있더라는 것입니다. 아픔과 아프지 않음이 동시에 있는 거예요. 그래서 아프지만 조금 있으면 그 아픔이 사라지고, 아픔도 오래 안 가더라고요. 느낌은 오래 가지 않았어요.

그러다보니까 내가 아프다는 것을 붙잡지 않게 되었습니다. 몸은 아파도 마음이 그 아픔에 붙잡히거나 취착하는 구조가 아니니까 아픔이 일어났다가 금방 사라지고 그 다음날 비슷한 시각이 되면 그 느낌이 똑같이 일어나는 거예요. 그런 식으로 이렇게 아픔이 느껴지고 몸이 느껴진 거죠. 그러면서 '아, 이건 느낌이지. 느껴진다는 것은 내가 아

니지.’ 마치 내 손이 이 핸드폰을 딱 잡으면 이것의 느낌이 내가 아니듯 이 그 느낌은 그냥 느낌일 뿐이지, 이것과 이것으로 연緣한 느낌이지, ‘이것이 내 것이 아니라’는 그런 자각들이 계속 들었습니다.

이러한 것이 불교에서 말하는 칠식주이처七識住二處 중에 첫 번째 처라는 생각이 들었어요. 그리고 그 다음부터 기분 나쁜 마음이 일어나거나 좋은 마음이 일어나도 잘 머물지 않게 되었습니다. 물론 좋은 마음도 일어나지만 그 좋은 마음과 나가 하나가 되지 않더군요. 옛날에 어렸을 때는 좋은 마음이 일어나면 그것을 좋아하는 내가 됐는데, 지금은 좋아하는 마음은 좋아하는 마음대로 있고 좋아함에 빠지지 않는 거예요. 물들지 않는 것이지요. 그러니까 마치 공이 물에 떠있고 물속으로 쏙 들어가지 않는 것처럼 언제나 이 모두가 경험만 될 뿐이지 동일시가 일어나지 않았습니다.

그래서 그 다음에도 계속 느낌을 느끼는데, 여기서 빠져나게 하는 것은 의문을 갖는 거였어요. 아플 때 ‘아픔을 느끼는 것은 뭐지?’ 이렇게 느낌을 느끼며 질문을 하면 갑자기 아픔 속에 있다가 아픔에서 빠져나오게 되는 거예요. 그리고 아픔을 지켜보는 자리에 서게 되었습니다. 그리고 아픔도 관찰 대상으로 바뀌었어요. 아픔을 느낌으로 관찰하면 느낌 속에 매몰되지 않고 관찰하는 마음 쪽에 주의가 가니까, 느낌은 느낌대로 경험되지만 여기에 빠지지 않게 되는 것입니다. 이런 일들이 계속 되니까 자연스럽게 몸과 마음이, 좋고 나쁜 거라든지 편안한 마음 등이 경험은 되지만 거기에 빠지지 않게 되고 그것을 느끼는 자리에 머물게 되었어요.

구조를 통해 이해된 주체감

그렇게 ‘이것을 아는 이 마음은 뭐지?’ 이런 식으로 하면서 구조를 통해서 이해된 주체감이라는 통찰로 이어졌어요. 예를 들면, 느낌이란 무엇인가? 느낌은 뭔가 분열되어 있으니까 일어나는 것이잖아요. 나와 대상이 나뉘져 있기 때문에 그 관계 속에서 일어나는 것이지요. 처음에는 구체적인 사물로 했어요. 아까 선생님이 말한 것처럼 이 사물을(휴대폰) 느낌으로 관찰하는 것을 계속하니깐, 이것이 느낌으로 느껴지니까, 이게 내가 아니었거든요. 느껴질 때는 내가 아니었어요. 느껴지는 느낌이었지요. 그러니까 사물을 통해서 느낌을 느낌으로 보는 연습을 계속하게 됐고, 그 다음에 이 내적인 느낌에 적용해 보니까, 내적인 어떤 느낌이 올 때도 이것을 느낌으로 잡는 훈련이 된 것입니다. 이것이 되니까 화난 마음, 슬픈 마음이 일어나도, 이것을 화난 내가 아니라 ‘슬픈 느낌’, ‘화난 느낌’으로 잡게 된 거예요. 그렇게 되니까 느낌에 동일시가 안 일어났어요.

그렇게 계속 하다 보니까 ‘나’라는 것도 잡혀지더군요. ‘나’라는 ‘느낌’이 잡혀지는 거예요. 나라는 느낌이 잡혀지니까 갑자기 ‘이게 뭐지?’라는 생각이 들고 ‘나’에 대해 새롭게 통찰을 하게 됐습

니다. 옛날에는 아픔이라는 경험을 가진 나에 대한 생각이 있었어요. 마음이 늘 여기에(가슴) 머물면서, 이것은 나이고, 또 아픈 나, 슬픈 나라고 여겼지요. 그런데 ‘나’를 대상으로 관찰하니깐 구체적인 나는 찾

구조를 통해 이해된 주체감

느낌이란 무엇인가?

사물을 통해 느낌을 느낌으로 보게 된다

내적인 느낌 역시 느낌이다

‘나’도 느낌이다

그렇다면?

지 못하겠는데 ‘나 같은 느낌’은 있는 거예요. 그리고 전에는 ‘내’가 주체였는데, 이제는 ‘내’가 계속 대상으로 느껴졌습니다. 외부를 볼 때는 주체로 느껴지지만, 이것(스님 자신)을 대상으로 볼 때는 애가(스님 자신) 대상으로 보여지는 거예요. 그러면서 이게(스님 자신) 대상으로 느껴지니까 ‘대상을 아는 것은 뭐지?’ 하는 의문이 들고, 이제 다른 차원의 추구가 일어났습니다.

‘나’ 속에 깊이 동일시되어 있을 때는 이것(스님 자신)이 진짜 ‘나’ 같아요. 그런데 ‘나 같은 느낌’을 느낌으로 느낄 때는, 그 느낌은 느낌대로 있고, 어떤 경험, 혜량스님이라는, 명상아카데미의 무엇이라는 그 경험을 가진 ‘나’도 느껴지는 거예요. 그러면서 ‘나’는 나대로 있고 이것을 느끼는 것이 따로 있는 거예요. 그렇게 계속 나를 관찰하면 ‘나’라는 느낌은 내용이 빠지고 뭔가 투명한 느낌으로 남게 되는 것이지요. 선생님은 이것을 ‘주체감’이라고 표현하시더군요. 그러면 이 주체감을 느끼는 것은 무엇인가? 그것이 바로 진정한 주체라는 것입니다. 그러면 투명한 ‘주체감’이라는 것은 뭐였는가? 그것은 어렸을 때나 지금이나 20대 때나 항상 나 같은 느낌을 주는 느낌이었어요. 한결같은 느낌. 어렸을 때나 지금이나 한결같은 느낌이 있잖아요. 어저께도 오늘도 ‘나’같은 느낌, 이 느낌은 계속 있는 거죠. 변함없는 ‘나’ 같은 느낌이 있는데 경험의 내용은 바뀌거든요.

어렸을 때는 사탕을 좋아하는 나, 스무 살에는 옷을 좋아하는 나가 있었어요. 경험의 내용은 계속 달라지는데, 그 경험을 대상으로 삼아서 이걸 ‘나’라고 취착하는 이런 구조, 그리고 이걸 ‘나’라고 동일시하는 이 구조가 있었던 거죠. 그런데 갑자기 이게 떨어져서 보이게 된 거예요. 아까 그 아픈 느낌과 아픈 느낌을 느끼는 ‘투명한 나(주체감)’가 떨어진 것처럼, 이것을 떨어져서 보게 되었습니다.

파탄잘리가 “무지란 무엇인가? 관찰자와 관찰 대상을 동일한 것이라고 느끼는 동일시다.” 이런 얘기를 하시더군요. 제가 지금까지 그러고 살았던 거예요. 이것(스님 자신)이 관찰대상인데 이 관찰대상을 진짜 나인 줄 착각하고 살았던 거예요. 그런데 이것을 대상으로 계속 보니까, 느낌으로 느껴지면서 점차 그냥 대상이 된 거예요. 이러면서 이제 ‘나’를 대상으로 보게 되면 ‘나’가 색깔이나 현상에 물드는 것이 아니라 약간 투명한 쪽으로 가게 되더군요. 이런 점이 달라진 점이예요.

어릴 적의 나, 지금의 나, 변함없이 한결같은 나 같은 느낌 - 주체감

저 어릴 때 사진이에요. 너무 귀엽죠? 어릴 때의 나, 지금의 나, 변함없이 한결같은 나 같은 느낌. 바로 그 느낌이 주체감이죠. 주체감은 언제나 지금 ‘나’같은 개인적인 느낌은 들지 않아요. 그런데 이 주체감은 언제나 있는 거예요. 그런데 그 주체감이 경험에 몰들 때는 갑자기 개별적인 ‘내’가 되어 버립니다. 거기에는 ‘나’밖에 안 나타나요. 이렇게 ‘내’가 나타나다가 갑자기 주체감을 느끼면, 어느 순간 ‘주체감’과 ‘주체’가 분리가 딱 되었어요. 그래서 이런 상태들 사이를 왔다 갔다 했었어요. 그러는 동안 삶 속에서 이 주체를 안 놓치려고, 그 삼분열 상태(대상-주체감-주체)를 안 놓치려고 옛날엔 노력을 좀 많이 했는데, 갑자기 어느 순간에 더 이상 주체가 잊히지 않게 된 일이 벌어졌어요.



그림 19.

그날도 선생님께서 우리를 압박했어요. 선생님은 가끔 재미있는 실

힘을 하시거든요. 이렇게 하신 거였어요. 이 손가락으로 저 밖의 대상을 가리키면서 “자, 이 대상을 보세요.” 그래요. 그럼 대상과 대상을 느끼는 마음이 생기잖아요. 그러면 그 대상은 내가 아닌 게 되어요. 그러다가 자기의 무릎을 봐요. 탁자도 대상이고, 무릎도 대상이 되잖아요. 그러다가 이렇게(손가락으로 자신의 얼굴을 가리키며) 가리키면 갑자기 대상으로 볼 것이 안보이게 되니 ‘보이지는 않지만 있는 상태’가 됩니다. 이때 ‘나’는 투명한 느낌이 되고 말아요. ‘나’가 대상으로 있는 것이 아니라 투명한 느낌으로 와요. 이 투명한 느낌을 느끼면, 여기서 는 내용이 없고 건더기가 없는 게 느껴져요. 그냥 투명해요. 투명함을 경험하다가 이쪽(프로젝터)으로 딱 방향을 돌리면 거기에는 ‘이것은 무엇이다’라는 경험에 물든 것과 투명함이 동시에 일어나거든요. 이 훈련을 시키신 거예요. 갑자기 훈련을 시키는데 다른 사람들은 다 끄덕이는데 나 혼자 안 됐거든요. 그러니까 화가 확 나더라고요. 그래서 ‘아이, 장난하나?’ 이러면서. 여러분 별거벗은 임금님 아시죠? 임금님이 지금 발가벗고 있는데 “임금님 오늘 옷이 너무 멋있으신데요.”라며 자기를 속이는 것 있잖아요. 내가 볼 때, 이것과 같은 상황이라고 느꼈어요. 그래서 화가 확 나가지고 선생님한테 약간 거칠게 반격을 했어요.

그랬더니 선생님이 “아는 이야기 그만하고 실험을 해보세요.” 하는데 할 수 없이 다시 이렇게(손가락으로 자신의 얼굴을 가리키다가 프로젝터로 돌린) 해보는데, 그 순간 앞에서 말했듯이, 투명함과 프로젝터에 물든 마음이 동시에 일어났어요. (리모컨을 들며) 이 색(사물)을 볼 때, 색은 공간이랑 같이 있잖아요? 깨어있기에서 이런 훈련을 많이 했었어요. 여러분 이 색이 보이시죠? (리모컨을 내리고) 색을 치우면 (리모컨이 있던 자리에) 공간이 드러나잖아요. 그런데 이렇게 하면 (리

모퉁을 다시 들며) 지금은 어떤 게 보이세요? 색과 공간이 같이 보이시죠? 이런 원리예요.

그래서 이 투명한 주의가 딱 보니까 물든 주의 속에 같이 있는 거예요. 투명함이 물듦과 같이 있는 거죠. ‘경험하는 나’ 속에 주체감도 들어있었어요. 그 다음부터는 노력이 필요없이 갑자기 분명해졌어요. 그 전에는 이 상태로 가려면 노력이 필요했거든요. 그런데 이때부터 노력 없이 그저 드러나게 되었어요. 지금은 그냥 대상을 볼 때 언제나 주체감이 같이 확인이 되고 있어요. 그 전에는 ‘대상이 있어요, 대상이 있다는 건 주체가 있다는 거죠.’ 이걸 놓치지 말라고 하셨거든요. 이렇게 하면 주체가 확인되었어요. 예전에는 이렇게 놓치지 않으려고 노력했는데 어찌다 보면 다시 현상에 혹 빠지고 가끔만 나타났어요. 지금은 노력 안 해도 주체감이 늘 드러나고 있는 게 벌어지더라고요.

주체는 개별적이지 않아요. 그것은 개별적이라는 느낌도 없고 나 같은 느낌도 안 들었어요. 그것을 바탕으로 이런 현상과 느낌이 일어난다는 것이 분명해지더군요. 아까처럼 서울에 있으며 일이 많았을 때는 안 났을 거예요. 제가 오온에 취착하고 ‘명상센터 어떻게 하지, 신도를 어떻게 모으지, 돈을 어떻게 벌지’ 늘 이 생각을 하고 살았는데 이제 그 짐이 없으니까 마음이 할 것이 없어졌잖아요? 그러니까 이런 것에 관심이 가면서 추구가 저절로 일어나졌어요. 주체는 개별적이지 않아요. 주시적이라고 말하기도 하고 관조라고 하기도 하지만 그 바탕 위에서 이 모든 현상이 일어나고 있고, 이것을 바탕으로 일어나는 연기된 현상이라는 것이 알아지게 되었어요. 바로 지금 어떤 현상이 있다는 것은 주체로 인해서 연기緣起된 현상이라는 것, 지금 저는 이제 그 주체마저도 넘어가고 있는 과정에 있습니다.

붓다의 사유와 통찰

그동안 저는 부처님이 말씀하신 것들이 이해가 안 되었어요. 그중에 7식주 2처와 8해탈라는 말이 있어요. 그런데 이제 그것들이 조금씩 이해되고 있어요. 이 모두는 내가 취착하고 있는 세계에서 해탈되는 과정인데, 제가 사실은 그런 길을 걷고 있는 것 같아요. 처음에는 외부로부터 벗어나는 것이었어요. 즉, 외부 세계는 그냥 있는 것뿐인데 내가 욕망을 투사해서 ‘이것은 좋은 거야’, ‘이것은 나쁜 거야’라고 취착을 한 것이잖아요. 이것을 벗어나니까 첫번째 해탈인 것입니다. 외적 추구와 내적 추구를 벗어나 자아가 스스로에 대한 통찰을 한 것이죠. 그래서 부처님의 통찰도 자아와 세계에 대한 통찰인 것이고요. 단계적으로 숙고하고 통찰하면서 차근차근 벗어나는 것이 붓다가 말한 7식주 2처, 8해탈이었던 것입니다. 제가 어떤 것을 얻었냐 하면, 2처라는 말에 대한 이해가 왔어요. 식識이 거주하는 곳이 7군데가 있다는 거예요. 보통 사람들은 욕망을 투사해서 외부 세계에 관심을 갖고 있다가 욕망을 배제하면, 욕망을 배제해도 외부 세계에 있는 것은 그대로 있잖아요. 그것을 욕망없이 관찰하는 단계, 이런 것들이 제1처라면, 제가 경험한 감정의 집, 감정이 일어나는 것, 좋은 거나 싫어하는 마음, 편안 한 마음이 일어나는 자체 초점을 두는 것. 우리는 행복한 마음을 언제나 추구하잖아요? 제가 어릴 때 쇼핑하는 것처럼, 무슨 옷을 사면 행복할거야 무슨 가방을 사면 행복할거야. 행복을 쇼핑하는 거죠. 기쁜 것, 마음의 안정을 쇼핑하려고 해요. 저는 그것도 취착 구조라는 생각이 들더군요. 취착 구조라는 것은, 그냥 이걸 빨간색일 뿐이에요. 그런데 거기에 기쁨과 슬픔이 일어나요. 이때 색깔을 빼면 다른 모든 것은 마음에 일어난 것들이거든요. 그런데 그 일어난 감정에 내 마음이 잡

혀 머물렀어요. 그런데 이제 이런 마음이 일어나는 구조를 아니까 대상이 없어지는 거예요. 대상에 취착하는 구조가 아니게 되니까 대상이 마음에 주할 곳이 없어져버린 거죠. 마음이 기쁨에도, 슬픔에도, 아픔에도 취착 안하고 하지만 그래도 이 몸이 있는 거예요. 이 몸이 자아의 거주처라는 게 첫 번째 드는 생각이었어요. 그러다가 나를 대상으로 관찰하면 내용물은 빠지고 투명한 느낌만 남는데 그 느낌은 특정한 곳에 없어요. 전체에 퍼져 있는 것 같아요. 그럴 때 “이 ‘나’는 뭐지?”라고 질문하면, 여러분도 깨어있기에서 배웠듯이 전체주의를 한 것처럼 ‘나’라는 것이 멀리 퍼져 있는 것 같지 않나요? 이렇게 전체에 퍼져 있는 것 같은 느낌이 있는데, 이때 이것을 아는 마음이 또 있잖아요. 거기에 식식이 머문다는 거죠. 이 식처가 마지막에는 식이 있네, 이런 것이예요. 무언가 ‘있다’는 것은 ‘없음’을 전제로 한 있음이잖아요. ‘있음과 없음’이 대비된 그 두 마음, 이 두 가지 거주처가 존재의 기반인 거예요. 자아가 거주하는 거주처인데, 그런 거주처는 사견, 관념의 세계라는 것입니다. 저는 여기까지 통찰이 일어났는데, 이제 더 큰 통찰이 일어나기를 기다리며 탐구하는 과정이고, 앞으로는 그 거주처마저도 없고, 마음은 연기(緣起)되어 일어난다는 것, 그 최종적인 거울마저도 대상과 함께 연기되는 구조를 체험적으로 밝히려 해요.

고집멸도, 사성제

여기 올 때까지 많은 고통을 겪었어요.
 많은 고통을 겪을 때마다 만났던 사람들로
 인해서 고통에 대한 자각이 되고 이해가
 깊어졌어요. 고통은 나의 것이 아니라

Ariya Dukkha 고
Ariya Samudaya 집
Ariya Niroda 멸
Ariya Magga 도

일어난 것이며, 일어난 것은 사라지고 사라지는 동안 있는 것뿐인데, 그것을 '나의 것이야' 하면서 좀 더 키우는 잘못된 길을 겪었던 것 같아요. 그래서 이런 통찰을 통해서 바로 이 고결한 기쁨의 길은 팔정도라는 생각을 했어요.

제가 보여드렸나요? 깨달음을 위한 길, 붓다가 저희와 다를 바 없이 깨달으셨더라고요. 어렸을 때는 감각적 욕망에 계속 취착하는 추구가 있었다가 그것이 유익하지 않다는 걸 깨닫고 수행의 길로 들

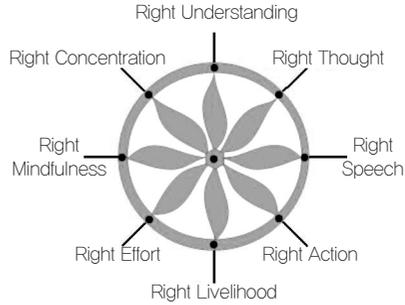


그림 20. 고결한 기쁨의 길 - 팔정도

어셨거든요. 수행의 길에 들어서면서 완전한 길을 가려고 하는 추구가 있었어요. 갑자기 어느 날 양쪽 추구를 다 하다 보니까 자각이 왔던 거예요. 부처가 농경제 때 갯복숭아 나무 아래 앉아서 어릴 적 행복했던 경험들이 생각이 났어요. 혹시 이런 경험이 깨달음을 위한 길이 맞나 스스로 의심을 해요. 깨달음을 위한 길을 이렇게 행복하게 가도 되나 의심을 해요. 그러나 부처님은 이것이 깨달음의 길이라고 확신하면서 그 길을 갔다는 얘기가 있어요. 저는 그것이 감동적이었어요. 내가 함양에 와서 살면서 '이 길은 고결한 기쁨의 길'이라는 생각이 들었어요. 고결한 기쁨의 길은 여덟겹의 길인데 바른 이해 Right Understanding, 외부 대상이 외부 대상이 아니라 나의 느낌, 느낌의 세계이지 실체의 세계가 아니구나, 그런 것에 대한 통찰을 통해서 정명 正命 right livelihood, 바른 생활 방식에 대한 얘기를 합니다. 제가 번거롭고 번잡스럽지 않게 사는 삶을 추구하면서 사람을 많이 안 만나고 자연 속에 있다 보니까, 자연 속의 풍요로움을 경험하면서 이런 통찰들이 일어나는 데 도

움이 됐다는 생각이 들었어요. 그러면서 바로 이런 길이 붓다가 말한 여덟겹의 길이 아닐까 생각이 들었습니다.

Magga 오래된 옛길

공부를 해보니까 이걸 막가Magga라고 하는데 외적 추구를 통해서 내적 추구로 갔고, 내적 추구를 통해 계속 추구심이 일어났는데 그 추구심은 주객의 구조에 대해 무지해서 일어난 것이라고 생각해요. 그리고 이 무지에서 일어난 자



그림 21.

아는 허구라는 것입니다. 저는 지금 그런 탐구 중에 있습니다. 불교 경전을 공부하고 좌선을 하며 그렇게 ‘의도를 가지고 찾으려고 했던’ 수고로운 짐을 지며 가는 것이 아니라, 의도는 모두 사라지고 추구가 쉬어지면서 통찰이 일어나고, 통찰이 일어나는 길에 대한 자각이 일어났어요. 이런 탐구의 길을 먼저 간 성인들에게 감사한 마음이 들어요. 제가 이런 길을 걸어보니까 이 길은 이미 누군가 걸었던 길이었습니다. 경전에서는 ‘오래된 옛길’이라는 말을 쓰거든요. 이 길에서 저는 지금 여러분을 만나고 있습니다. 어렸을 때부터 지금까지 내적 추구를 해오면서 이제 약간 가닥이 잡힌다고 할까, 이 바른 길의 여정 중의 일부가 누군가에게 작은 바른 견해를 갖게 하는 지표가 되기를 희망합니다.

강물이 바다에 이르듯이

오늘의 결론입니다. 강물이 바다에 이르듯이(As the river finds it's

way to the Sea), 개인적인 '내'가 비개인적인 '주체'를 발견했을 때 주체가 확인이 돼요. 그런데 그것이 '나'라는 '느낌'은 안 들어요. 그것이 되니까 언제나 나라는 것에

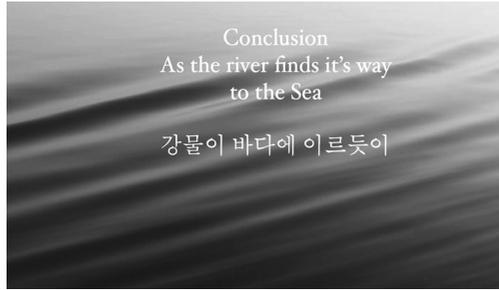


그림 22.

주의가 쏠려서 살았던 것이 그것도 대상이라는 생각이 들면서 지금까지 경험에 물들었는데 경험에 물들지 않게끔 되더라고요. 그러나 가끔 관성적으로 경험에 물든 나가 생겨나기도 하고 그것이 '나' 같아요. 이 '나'라는 집에서 오래 살았거든요. 이것이 여전히 '나' 같지만 '나' 같지 않은 경험도 가끔 생겨납니다. 그래서 개인적인 나가 마지막에는 바다에 이르듯이 비개인적인 나를 발견하는 이 길을 통해 엄청나게 내적인 행복을 맛보고 감사를 맛보고 지금껏 어떤 공부를 통해서도 경험하지 못했던 것들이 경험되고 있다는 얘기를 공유하고 싶었어요. 이것으로 졸업 발표를 마치겠습니다. 긴 시간 들어주셔서 감사합니다. (끝)

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

