

마음 다루기 의식의 확장

‘있는 그대로’의 자유 (1부)

| 토니 크리슈 | 유래현 '지금여기' 번역위원 옮김 |

어느 날 자기라 믿은 모든 것들이 다 태워져 무너지고 그 아래 남은 '아무것도 아님'을 발견하는 사람들의 경이로움에 대해 말합니다(편집자 주).



사라는 고타마 붓다의 삶과 가르침들을 통해 희망 혹은 해방의 가능성을 열핏 엿보았다는 말로 끝맺었다. 나는 이것을 좀 더 알고 싶었다. 하지만 그 전에 확실히 해야 할 것이 있었다. 그것은, 사라가 인간 존재에 대해 통찰한 바대로 말하자면 과연 무엇으로부터 해방되는지, 그리고 그것이 인간 의식의 정상파(定常波)¹⁾라는 개념과 어떻게 연관 지을 수 있는가 하는 것이었다. 아주 간단히는 이렇게 말할 수 있을 것 같다. 즉, 인간의 몸이 과거의 진화를 통해 형성되어, 정의 내릴 수 있고 인식가능한 현재의 형체를 띤 것처럼, 우리의 개인성도 그저 하나의 ‘형체’ 같은 것일 뿐이다라고. 하지만, 그렇게 개인성이라 불리는 것과 우리 스스로를 동일시하게 되면 이 형체 속에 이미 내재되어 있는 파국을 간과하기 쉽다. 몸에 대해서라면 조금 쉽다. 나쁜 건강에 이르게 되어있는 내재된 경향성, 현대사회의 스트레스와 다이어트에 의한 관절염과 심장마비라거나, 사실상 짧다 할 수 있는 삶 끝에 오는 죽음 같은 것. 하지만 영토주의(領土主義)나, 거의 전쟁까지 치닫는 집단 아이덴티티, 우리가 가진 광대한 가능성을 차단해버리는 관점의 협소함, 또 계급구조로 향하는 경향성이라면? 많은 경우 사람들은 이것을 다분히 개인적 결정들에 의해 행해지는 것으로만 생각하지, 부족주의에 뿌리를 두었으며, 우리 가족, 부족, 혹은 종교의 일원이 아닌 여타 모든 사람들과 전투를 벌이려는 물려받은 개인성 구조에 의한 한계로 보지는 않는다.

나는 어떤 사람과 한동안 함께 일한 적이 있는데 그는 이런 얘기를

1) 의식의 정상파(standby wave): 강을 예로 들면 바위가 한 개 강바닥에 놓여있어 끊임없는 물의 ‘정상’파동이 바위 위를 흐른다. 강물이 바위를 만나면 물은 솟아올라 파동이 된다. 수백만의 물분자가 끊임없이 지나가도 그 파동은 지속된다. 그래서 물은 계속 ‘죽어가도’ 그 파동은 남는다. 다른 물입자들이 계속 도착하기에...

들려주었다. 나중에 그의 아내가 될 잭키와 데이트를 시작했을 때였는데, 그는 잭키와 몇 명의 남성 친구들을 태우고 마을을 운전하고 있었다. 문득 그와 친구들은 길 위의 이방인들을 보았다, 젊은 남성들이었다. 그래서 그들은 차에서 뛰어내려 그 낯선 자들을 흠씬 두들겨 패주었다. 차에 다시 올라탄 그는 잭키가 그들이 한 짓을 보고 공포에 질려 있는 것을 알고는 깜짝 놀랐다. 그와 그 친구들에게는 그것이 지극히 당연스러운 행동이었던 것이다.

그렇게 내재된 텃세적 충동성 말고도, 우리는 자신을 좀 못한 존재라거나, 가능성을 갖고 있음에도 그만큼 능력이 없다고 생각하곤 한다. 이것이 우리가 태어난 집합적 문화의 제약된 세계관으로부터 물려받은 것이다. 그것에서 풀려나는 것은 그 물려받은 개인성과 마음이라는 완고한 틀로부터 해방될 때이다. 그것은 조상 세대들에 의해 정상과 내에 깊이 새겨진 관점들, 그것을 가지고 다른 사람들과 생명들을 바라보게 되는 우리 안에 내재된 경향으로부터의 해방이다. 계급질서, 집단 아이덴티티, 부족신, 그리고 다른 집단들을 지배하기 위한 집단의 대형(陰形) 같은 것들이 그들의 가장 중요한 현실이었다.

그것은 내재된 행동적 특성으로부터의 해방이다. 우리가 그 특성을 초월적인 것으로 느낄지라도, 그것은 우리로 하여금 생각이 다른 신념체계를 가진 타인들을 억압하거나 죽이도록 하는 종교적 혹은 정치적 신념체계를 구축하게 만든다.

많은 내재된 신념과 태도들은 매우 미묘해서, 또는 그것이 참인 것처럼 여겨지기 때문에 우리가 어떻게 그것에 붙잡혀 있는지 알 수 없게 된다. 아래는 이것을 묘사하는 짐의 경험 사례다.

가장 이상한 일이 여기서 일어났습니다. 이것을 묘사할 수 있는 단

하나의 방법은 제가 마치 아무도 없는 마을의 특정한 공간에서 있는 것과 같이 느껴졌다고 말하는 정도일 겁니다. 하지만 내가 닫고 서 있는 것은 우리를 괴롭히는 많은 이미지들, 감지된 위협, 공포, 갈망들이었습니다. 그래서 금세 저는 꿈 한가운데 있음을 알아했습니다. 전 그 감지된 위협과, 공포, 희망들에 둘러싸여 있었는데 그것들은 사실 매일 우리에게 항상 부딪혀 오는 것이죠. 그렇게 부딪히는 것은 많은 사람들에게 고통으로 나타납니다. 아마도 생명의 위협에 가까운 것이겠죠. 그래서 어떤 사람들을 자살하게 만들 수도 있습니다.

그렇게 모든 것이 다 저에게 닥쳐오고, 있었는데, 그와 동시에 저는 순수하고도 꾸밈없는 의식으로 남아있을 수 있었습니다. 그런 놀라운 미술적인 느낌은 한번도 경험해 본 적이 없는 것이었습니다. 하지만 덕분에 인간은 왜 그토록 감정과 관념들에 의해 지배되는지 들여다 보고, 궁금해하게 되었죠. 특히, 개인들로서의 우리는 어떻게 매일, 매주, 매해 끝없이 우리를 압박하는 그 이미지들에 의해 그토록 조종당할 수 있을까 생각해 보았습니다. 크고 강한 남성, 아름다운 여성, 큰 가슴과 완벽한 치아 같은 이미지들... 그런 식의 것들 말이예요.

정말 많은 일이 여기서 일어났고 그것들을 모두 기억하거나, 실제 순서대로 기록하는 것은 어렵습니다. 하지만 제가 보기에 (그건 헤쳐나가기 힘들 정도의 믿을 수 없이 강력한 경험이었는데) 이미지들의 영향은 우리에게 깊숙이 스며들어 있었습니다. 그것 때문에 그 많은 여자들이 가슴 보형물을 삽입하고, 그것 때문에 그 많은 남자들이 그들의 페니스를 길게 혹은 크게 해보려는 시도를 하게 되는 것입니다. 그것 때문에 사람들이 어떤 느낌이나 생명력이 없어 섹스가 필요없는 데도 성 능력을 강화하는 약물을 복용하게 되었습니다. 그것 때문에 수백만의 사람들이 신제품을 기다리는 문화가 나타났습니다. 그것 때

문에 우리들 수백만이 소비사회, 즉 끊임없이 어떤 것을 소유하거나, 사거나, 소비자가 되어야 필요를 느끼는 소비 사회 속으로 떠밀려 들어갔습니다.

하지만 모든 형상들을 다 태워버린 후에, 놀라운 일이 하나 일어났죠. 제가 어떤 것의 한 가운데 자리잡았는데 그것을 처음에는 인식할 수 없었기 때문에 다시 한 번 그것에 끌리게 된 것입니다. 무슨 말이나면 그것은 이미지, 감정 등을 차례로 다 태워버린 후 남은 있는 그대로의 저였습니다. 그것이 갑자기 저에게 생생한 현실로 나타났고 그것에 붙잡힌 저는 그 속에 들어가 사라진 것입니다. 제가 사라지게 된 그것은 ‘목적없음’의 자각이었는데, 그것은 사람들이 그 자신과 오늘날의 삶에 대해 어떻게 느끼는지, 그 바닥에 많이 깔려있는 것이라고 제가 느끼는 것입니다. 그것은 또한 소비자가 되어야 한다는 큰 강박관념들 중의 하나이기도 하지요. 형상 속에서 이것은 마치 주위를 둘러보고 이렇게 느끼는 것과 같습니다. “좋아, 나는 이 순수한 의식이다, 그런데 지금 어떻다는 것이냐? 나는 이 상당히 더럽고 흉물스러운 거리와 집들 사이에서 있다. 내가 존재하는 이곳의 게임은 나를 흥분시킬 정도로 대단한 것들이 아니야. 이게 내 전부인가? 다른 건 더 없어?”

이것이 그저 또 다른 느낌이라는 것, 그것이 실제로 있는 것이 아니라 그저 또 다른 관점에 불과하다는 것을 알아채는 데 일생이 걸렸습니다. 단 하나 존재하는 현실은 순수한 현실로서 있는 그대로의 그것, 삶의 놀라운 연극 속에서 어떤 형상이라도 나타날 수 있고 어떤 감정이나 생각으로도 나타나는 그것이었습니다. 아주 끔찍한 실수는 우리가 접하는 그 형태, 생각, 감정들이 지속적인 가치가 있다거나 현실 또는 우리 자신을 반영한 것이라고 믿는 것입니다.

이렇듯, 기묘하게도, 해방은 그 자신으로부터 이루어집니다. 결국

에 그것은 수백만 년 동안 구축되고 경험해 온 생존투쟁적 특성이나 습관적 반응들로부터의 풀려남입니다. 이것들과의 동일시가 너무나 강력하고, 개인적이다 보니 해방은 어려운 것이 되고 말았는데 왜냐 하면 우리는 그렇지 않을 경우 정체성을 잃는다고 느끼기 때문입니다. 그래서 해방은 죽음 혹은 재탄생으로 경험되는 것입니다. 실제 죽는 것은 삶과 마음의 범위에 한정된 시공간 속 존재로서 느껴지는 자기라는 감각입니다. 재탄생은 우리가 알았던 시공간 너머에 존재하며, 경험과 마음의 지속 여부에 제약되지 않는 우리 자신에 대한 깨달음으로 가는 것입니다. 그 존재는 순수 자각이고 모든 종류의 경험과 함께할 수 있습니다.

다음은 어떤 꿈과 그것에 대한 설명인데, 이 생각을 좀 더 분명히 표현하고 있다.

오늘 아침 일어나기 전에 전 어떤 이미지들이 나타나는 자각몽(自覺夢)을 꾸었습니다. 이 이미지들 중에 가장 생생했던 하나는 미로 속에 있는 저 자신이었습니다. 미로의 벽들은 울타리로 되어 있었고 다른 모든 것은 그 바깥에 있었습니다. 하지만 제가 그 경험을 자각하고 있었기 때문에 제가 이 미로를 실험삼아 창조했다는 것을 깨달았습니다.

실험에서의 중요한 포인트는 미로를 충분히 복잡하게 만들어서 길을 찾을 수 없게 만드는 것이었습니다. 아무리 노력해도 나가는 길을 찾을 수 없었습니다. 그래서 그 미로 속에서 길을 잃은 것은 물론이고, 희망이 없다는 느낌마저 느껴졌습니다. 하지만 정신은 맑았기 때문에 이 꿈속의 미로에 의해 생겨난 어려움을 직면해 나갔습니다. 이것이 꿈속 이미지였다는 것을 알고 있었기 때문에 제가 빠져든 이미지를 창

조하고 있는 것이 저 자신임을 쉽게 깨달았습니다. 그렇게 하니 저는 미로를 그냥 초월해 버렸습니다. 말 그대로 저 스스로 만든 이미지에 서 자유로워진 것입니다.

저는 이런 식으로 이미지 바깥으로 나가버리는 실험을 여러 차례 해봤습니다. 워낙 엄청난 경험이고 깨달음이다 보니 그것을 말로 표현할 방법을 찾을 수가 없군요.

확실해진 것은, 모든 꿈들은 우리를 하나의 환경 또는 어떤 종류의 이미지 속에 함몰되게 한다는 것입니다. 대개 우리는 꿈 이미지를 매우 현실적으로 느끼고, 이미지가 현실적이기 때문에 감정을 경험하게 되는데 그것은 우리가 붙잡혀 있는 매우 견고한 감각입니다. 그래서 우리가 만약 꿈속의 감방에 들어가 있다면 거기에는 열쇠 없이는 나갈 수 있는 방법이 전혀 없게 되는 것이죠. 하지만 이미지 너머에 존재하는 자신을 깨닫는다는 것은 거기에 감옥이 없다는 것을 의미합니다. 거기엔 구속이 없습니다. 거기엔 당신을 막을 벽이 없습니다. 그렇다면 꿈의 이미지는 단순히 우리가 불러오고, 동일시되고, 그 속에서 자신을 잃어버리고 붙잡혀 있는 마음과 감정과 생각들 속 이미지 정도에 불과해집니다.

다시 반복하지만 이것은 비상한 경험이었습니다. 물론 그것은 매일의 삶과 연관되어 있지요. 그 경험을 들여다 볼수록 더욱더 깨닫게 되는 것은 가상적으로 말해 이 행성의 모든 사람들은 그 자신의 감정, 생각, 관념의 감옥에 갇혀 있다는 것입니다. 이것을 어떤 정도로든 인식하면 자유의 놀라운 지각을 가지게 됩니다. 우리가 사는 삶이 생각과, 감정과, 성적 추구와, 두려움 혹은 신념의 세계에 붙잡혀 있다는 것을 보는 것은 충격적인 것입니다.

회복된 에덴 동산

인간 역사의 위대한 첫 걸음은 흔히 이야기되곤 하는 불이나 바퀴의 발견이 아니라 자기자각(self awareness)에 대한 깨달음이었다. 역사학자들이 인간 역사를 모양짓는 심리적 요소들에 대해 얼마나 무지한지 알면 놀랄 것이다. 위대한 종교의 사서(史書)는 이것을 알고 있었다. 구약성서를 통해 우리가 들어온 인간의 기원에 대한 상징적 이야기에 따르면 신에 의해 창조된 남성과 여성은 태초에 에덴 동산에 있었다. 이 최초의 인간들은 죄나 죄의식의 부담감을 가지지 않았다. 이것은 자기자각이 없는 동물들에 의해 길러진 어린이들의 상태 바로 그것이다. 인간 사회의 도덕적 문제는 그들의 삶과 관계가 없다. 그들은 자기자각이나 인간의 문화를 가까이 한 적이 없다. 그러한 아이들이 경험하는, 창세기에 묘사된 것과 같은 자연과의 연결감은 특정한 명상 기법을 통해 습관적 반응들을 한동안 내려놓을 수 있게 된 몇몇에 의해 경험될 수 있었다.

50대에 3일간의 집중적 자기자각 코스에 참석했던 빌의 생생한 체험담을 소개한다.²⁾

저는 ‘나는 누구인가?’ 라는 질문을 사용해 왔는데 답을 발견할 수 없었습니다. 둘째 날, 많은 시간 동안 그 방법으로 시도하며 시간을 보낸 후 제가 찾아온 대답이 바로 나 자신이라는 것을 알게 되는 지점에 이르렀습니다. 그것은 지적인 문제가 아니었습니다. 심오하게 느껴지

2) 부처에게는 많은 해가 걸린 일을 빌이 몇 일만에 해낼 수 있었던 이유는 과거의 경험이 길잡이가 되어 그 성취가 더 쉬워졌기 때문이다. 빌은 싯다르타의 경험과 그 이후 존재했던 많은 수행자들로부터 모은 정보들을 종합해 만들어진 테크닉을 그대로 활용했다.

는 통찰이었지요. 그렇다면 자신을 찾는 노력이 왜 필요했던 것일까요? 자신을 찾아 답을 추구하면 할수록 그것은 더 찾기가 어려웠습니다. 그 답은 생각이나 감정이 아니라 제 존재의 경험이었으니까요. 그것을 깨닫고 나니 모든 노력은 떨어져 나갔어요. 그것은 마치 마음의 답을 찾으려 안간힘을 쓰다가 기진맥진해져 기절해버린 것과 같은 것이었죠. 여러 시간 동안 저는 순수한 존재의 단순한 상태 속에 머물렀습니다. 저의 예고는 용해된 것 같았습니다. 하지만 나 자신이라는 독특한 존재는 여전히 거기 있었어요. 생각과 감정들로 이루어진 소위 나의 ‘자아’는 파괴되거나 정복되거나 또는 부인된 것이 아니라 그저 떨어져 나가 버린 거예요. 우리가 잘 때 팔다리가 그런 것처럼. 그것은 죽거나 제거된 것이 아니고 생각과 감정, 진짜 나라고 믿던 몸과의 완벽한 동일시가 녹아 없어진 것 뿐이었습니다. 그 바닥에서 드러난 것은 순수하고 놀라운 나 자신이었습니다.

이 상태에서 에텐 동산으로 들어가는 아주 아름다운 느낌을 받았습니다. 저는 모든 사람이 그 동산 안에 있지만 순수함을 잃어버려서 그것을 알지 못한다는 사실을 깨달았지요. 그들은 그것에 대한 느낌을 너무 많은 말들, 생각들, 견해들, 몸부림들, 태도들, 두려움들, 희망들로 덮어버렸습니다. 저는 우리가 말로 생각과 행동을 마치 레코드처럼 플레이하고 있다는 것을 알아챘죠. 그것은 우리 자신이 아니었어요. 생각들은 그것이 가리키고 있는 현실자체가 절대로 아닙니다. 그것은 사람들 또는 우리가 생각하고 있는 것의 복사본이나 어설픈 복제에 불과해요. 하지만 우리는 생각과 감정을 엄청난 현실로, 진짜 우리들로 착각합니다. 지금 이 상태에서 나는 나 자신이 존재의 텅 빈 자각으로서 있다는 것을 알았습니다. 그것은 천국이었고, 평화였어요. 그것은 모든 노력들 너머에 있는 것이었습니다.

어느 순간 전 '이상한 나라의 앨리스'에 나오는 체셔 고양이의 의미를 깨닫게 되었습니다. 저는 광휘(光輝)와, 스스로 존재하는 부드러운 존재의 기쁨에 접촉하고 있었고 저 자신에 대한 그릇된 관념이 없었어요. 그것은 녹아버리고, 사라졌지요. 그리고 이것이 체셔 고양이에게 일어나고 있는 것임을 알게 된 겁니다. 남은 것은 그저 허공에 걸린 미소뿐이지요. 저는 그런 식으로 느꼈어요, 공간에 걸린 미소처럼.

가장 놀라운 사실은 찾아낸 것이 제가 기대했던 것과 완전히 달랐다는 것이에요. 저는 그것이 뭔가 엄청난 돌파구, 놀랍게 고양된 의식, 거대한 폭발이나 다른 존재방식으로 상승하기, 더 확대된 세계 속에서 나를 잃어버리는 것, 또는 심지어 일상적 감정의 한계로부터 자유로워질 수 있게 해줄 정신의 만취상태 같은 것이라는 생각을 했었습니다만.. 그것은 전혀 그렇지 않았어요. 제가 찾아낸 것은 단순하고, 존재의 일상적인 경험이며, 어떤 걸림도 없는 것이었습니다. 너무 단순하고 아름다워서 저는 눈물이 났어요. 우리 모두 그것을 가지고 있었고 그렇게 가깝게 있었다는 것에 눈물이 났지요. 그것은 그렇게 오래 걸리는 여정이 아니었습니다. 그것은 획득하거나, 쟁취해야만 하는 어떤 것이 아니었습니다. 그것은 우리와 언제나 있어왔지만 우리가 뭔가 복잡한 것을 찾으려 했기 때문에 볼 수 없었던 것이었습니다.

그 단순한 경험의 상태에 있는 동안 저는 평소에 알아챌 수 없는 많은 것들을 관찰할 수 있었습니다. 예를 들어 제가 단순히 존재하고 있을 때는 나의 일상적 행동이나 생각 패턴이 왜곡을 뚫고 들어가 다시 한번 주의의 중심이 되는 것이었습니다. 그것들은 몸이 그렇듯이 생명을 가지고 죽고, 죽음의 고통 속에 경련하는 습관들, 시스템들로 보였습니다. 또한 생각은 흥내쟁이 같은 것임을 알았어요. 잘 들여다보면 생각은 저의 모든 움직임을 따라가서 그것을 흥내 내려 했습니다. 그

것은 마치, 제가 걷고 있는데 다른 기계 인간이 따라 걸으며 제가 하는 모든 것을 흉내 내며, 그런 방식으로 살아있고 실제로 존재하려 시도 하는 것 같았습니다. 하지만 생각은 결코 생명이 될 수는 없지요.

에고나 개성은 사는 동안 학습된 반응들의 연속으로서 존재했습니다. 저는 가끔 사람들이 이 반응을 그 자신이라고 여기는 것, 그리고 그것들에 믿을 수 없을 정도로 집착하는 것을 이해합니다. 그러나 대부분의 경우, 이 반응들은 쓸모있는 것일까요? 비록 어떤 것들은 습관으로써 유용하게 남아 있고, 수정되거나 지워져야 하는 것이긴 하지만 말이에요.

그때부터는 그것들을 컴퓨터 프로그램에 비유하는 것이 딱 맞아 보였습니다. 말하자면 우리는 자동차 운전 프로그램과 같이, 말하는 프로그램을 가지고 있는 것이었습니다. 그리고 사회적 매너와 반응을 관리하는 프로그램도, 만약 프로그램을 개발해 온 그 사람이 그것과 자신을 동일시하게 되면 경험을 통해 그 프로그램을 업그레이드 하거나 그 자신이 그 반응, 즉 프로그램이 아니라는 것을 깨달을 가능성은 줄어듭니다.

본능에서 자아 각성으로의 역사적 또는 혁명적 전환은 엄청난 것이었습니다. 그것은 초기에 우리로 하여금 개인적 아이덴티티를 가질 수 있게 했고, 우리 자신을 이름을 가진 특정 개인으로서 알게하는 경험을 시켜주었으며, 이런 자아감각은 우리 속에 깊이 각인되었습니다. 현재의 심리적 진화단계에서 그것은 너무나 강력해서 많은 사람들은 우리가 원래 개성 없이 존재했던 종(種)이라거나 동물들은 그 개성을 가지고 있지 않다는 것을 믿을 수 없을 정도가 되었습니다.

빌이 묘사한 것을 전세계의 많은 사람들이 경험해 왔다. 모든 문화

에서 그것을 발견할 수 있는데, 특별히 동양의 종교들, 철학자들에게서 그렇다. 많은 분파들과 선(禪) 수행 같은 명상 수련들은 이 상태를 경험하려는 목적을 가지고 있다. 실제로 이 상태는 중요한 것으로 간주된다. 아마도 그 이유는 우리가 이 상태를 경험할 때 생각과 감정 너머의 존재가 있다는 것을 인식하게 되고, 그로부터 자유가 나타나기 때문일 것이다. 사실 우리는 생각과 감정들의 영역이 놀랍도록 제약된 것임을 잘 안다. 그 생각과 감정들을 통해서는 세계의 파편화된 면들만이 지각된다. 이것은 언어의 본성이 매우 견고한 경계를 가지고 어떤 것을 제약하는 것이기 때문일 것이다. 말은 또한 우리가 깨닫거나 생각을 통해 밝혀진 것의 정의일 뿐이다. 그리하여 말로는 도저히 접근할 수 없는 광대한 미지가 남아있다. 우리가 사고할 수 있는 것은 구체화 된 것뿐인데, 그것도 선로를 달리는 열차처럼 상당히 습관적인 방식으로 생각한다.

존재의 단순한 상태는 그러한 말의 제한으로부터 자유롭게 해준다. 생각으로부터 자유롭게 해주고, 우리가 미리 그리하리라 예상하는 방식으로 사람이나 대상을 보는 것으로부터 자유롭게 해준다. 또한 삶을 매우 다르게 보이게 한다.

다음은 성인이 된 여럿의 자녀를 둔 기혼자인 애니가 말하는 그 차이점에 대한 설명이다.

그리고 나서는 바로 마지막 연습 전의 걷기 명상 중에 이 일이 발생했습니다. '무의식이란 이 얼마나 극적인가? 이 타이밍이란!' 전 제 자신이 확장되는 것을 느끼기 시작했죠. 나 자신이 시간을 거슬러 올라가는 것을 느낄 수 있었습니다. 그건 마치 전 과거를 통해 이어져있는 강과 같았어요. 하지만 내 강은 나의 가족을 통해 흐르고 있었습니다.

좀 이상한 역설적인 방법을 통해서 전 과거 몇 백년을 이어내려온 전체 가문으로서 존재했습니다. 그러나 자주 얘기되곤 하는 그런 환생처럼 느껴지진 않았죠, 종종 튀어오르곤 하는 ‘나’ 같은 종류가 아니었어요. 나는 모든 경험을 거슬러 올라갔고, 사람들을 다시는 신뢰하지 않겠다고 다짐했던 먼 과거 어느 시점에 다다랐습니다. 어린애일 때 소외되었던 느낌이 현재 다른 사람과 달라지고 싶다는 바람의 원인이었습니다. 하지만 현생에서의 동떨어짐은 단지 과거로부터 현재까지 이어지는 긴 이야기의 연장일 뿐인 것을 알았습니다. 그렇게 느꼈던 이유는 제가 전에 종교에 대한 신념을 두려움 없이 표현했고, 겁 없이 사랑했으며, 내 느낌을 그대로 드러냈기에 나와 다른 이가 고통 받았던 것입니다. 특히 나의 아이들은 살해되었습니다. 그래서 다시는 그런 일을 감당하고 싶진 않았죠. 또 내가 이웃이라 생각했던 사람들에 의해 받는 종교적 박해는 정말 끔찍하다고 생각하게 되었고, 이제는 항상 내 진짜 자아를 숨기고 살게 되었습니다.


또 저는 다른 사람들로부터 감정적으로나 사회적으로 유리된 채로 살기로 결심했습니다. 옛날에 전 집단 속의 사람들을 사납고, 소름끼치는 야수들이라고 느끼며 분노했습니다. 그들과 어떤 관계도 맺고 싶지 않았죠. 그들처럼 되고 싶지도 않았고요. 우스운 것은 제가 실제로는 60대에 그리고 다시 70대 초반에 선생으로 일했다는 사실이죠. 이것으로 인한 고통이 너무 커서 6년 전부터는 거의 모든 가르치는 일을 그만두게 되었습니다. 친구가 전화를 걸어 부탁하지 않았다면 다시 시작하지도 않았을 것입니다. 그래서 받은 괴로움을 기억하고 있습니다. 전 전화를 내려놓고 잠시 바깥을 걷기 위해 나갈 수 밖에 없었습니다. 이제 저는 느낍니다. 그것이 빠르던 늦던 간에, 이 어려움을 마주하고서라도 이번 생에서 해내야만 할 사명이었다는 것을 말이죠.

과거로 이어지는 이 문제를 보면서 전 화가 났습니다. 제가 마주하고 있던 그 엄청난 일이 몇 백년간 해결된 적도 없었는데 이제 제가 그걸 어떻게 풀어내야 할까요?

저는 그것을 기꺼이 하기로 결정했습니다. 저는 평생 마치 전일성(全一性)과 그 속에 용해되어 있음을 아는 것처럼 느껴왔습니다. 그런데도 좌절하고, 본향으로 돌아가는 방법을 찾을 수 없다는 것에 분노하기까지 했습니다. 이 시간 너머 존재의 각성으로 돌아가게 된 것이 지금 일어난 그대로입니다. 전 집으로 돌아가고 싶었어요. 단지 명상실에서만이 아니라 일상의 삶 속에서 그 전체의 일부가 되고 싶었지요. 하지만 현실로 믿기 어려운, 전체가 되는 순간의 경험들을 가끔 가진 이후로도 그것은 오랜 시간이 걸렸습니다. 이제야 저는 다른 사람들을 거부함으로써 자신을 그 ‘하나’로부터 분리해 왔다는 것을 알겠습니다. 그들도 그 ‘하나’의 일부입니다. 그러니 제가 저 자신을 그것으로부터 격리한 것이지요.

어느 순간 저는 그 시간이라는 강 속의 깊은 곳에 있었습니다. 더 이상의 분리는 없었습니다. 내가 그것이었죠! 내가 사랑입니다. 내가 영원입니다. 나는 언제나 존재해 왔습니다. 가끔 잊어보려고 해봤는데 그렇게 되지가 않습니다. 나 자신으로부터 숨어보려고 해봤는데 절대로 가능하지가 않았습니다. 왜냐하면 내가 어디에나 있기 때문이죠. 다른 사람과 달라짐으로써 저의 사랑을 거둬 들이려고 했던 것입니다. 반생을 고통스럽게 살았던 것이죠. 나는 다시 여기 있습니다. 이 삶 속에서, 다시 해보려고 하면서요. 내가 세상을 창조하는 그것입니다. 나 자신이 누군지 배우면서, 어떻게 창조하는지 배우면서. 나는

다시 한 번 해보렵니다. 내가 삶입니다.³⁾

(다음 호에 계속) 

- 이 글은 Tony Crisp의 'Eye of Dreams'에서 발췌했습니다.
- 이 글은 미래사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **토니 크리습** Tony Crisp | 토니는 지난 50여 년간 사람들의 내면적 삶을 다루는 작가로, 테라 피스트로, 교사로 일해왔다. 특히 그는 우리 일상의 깨어있는 삶 아래 놓여있는 낯선 차원의 세계들로 탐험하는 데 대부분의 생애를 바친 진정한 탐구자이다. 홈페이지 <http://dreamhawk.com>

역자 | **유래현** | 지금여기 번역위원

3) 조앤 C의 집에 대한 꿈의 묘사인, 에덴 동산 경험으로의 또 다른 접근을 보라. 조앤에게 수영장은 이 존재 상태의 회복을 상징한다.