

동일시의 끊어짐 그것이 무아다

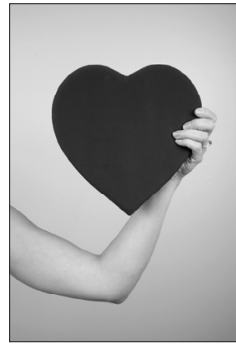
| 오쇼 | 손민규 옮김 |

우리는 무아라 하면 '나'가 느껴지지 않고 없다는 것을 의미한다고 여기서 쉽습니다. 그러나 그것은 매순간 살아갈 중심축도 없다는 의미이며 백치로 돌아간다는 것입니다. 진정한 무아란 동일시의 끊어짐이며, 매순간 일어나는 모든 마음의 현상이, 심지어 '나'라는 느낌마저도 일시적인 중심에 불과하다는 것을 철저히 파악하는 것임을 말하고 있습니다. 그것이 바로 동일시의 끊어짐임을. (편집자 주).



뇌 세포에 기록된 것을 지켜본다고 어떻게 생각의 흐름이 멈출 수 있는가? 생각의 흐름이 멈추는 게 아니다. 지켜보면 동일시의 끈이 끊어지는 것이다. 붓다가 깨닫고 40년을 더 살았지만 붓다의 몸이 없어진 것은 아니다. 붓다는 40년 동안 하루도 쉬지 않고 자신에게 무슨 일이 일어났는지, 그 일이 사람들에게 어떻게 가능한지를 이해시키기 위해 끊임없이 말했다. 그는 말을 하기 위해 마음을 사용했다. 그의 마음이 사라진 것은 아니다. 12년 후 고향에 돌아왔을 때 붓다는 아버지도 알아보고 아내와 아들도 알아보았다. 깨닫고 나서 붓다의 마음도 거기에 있고 기억도 거기에 있었다. 그렇지 않다면 모든 인식이 불가능하다.

사실 마음이 사라지는 것이 아니다. 우리가 '마음이 사라진다'라고 말할 때 이는 동일시가 끊어진다는 뜻이다. 마음은 이렇게, 나는 마음과 떨어져 이렇게 '존재'한다. 연결고리가 끊어진 것이다. 이제 더 이상 마음이 주인 노릇을 못한다. 마음은 하인이 된 것이다. 원래의 제 자리를 찾아간 것이다. 이제 원할 때마다 마음



을 불러내 쓸 수 있다. 이는 마치 선풍기와 같다! 선풍기를 쓰고 싶을 때 스위치를 켜면 선풍기는 활발히 돌아간다. 쓰고 싶지 않을 때 스위치를 끄면 제기능을 멈춘다. 이렇듯 마음도 항상 거기 있다. 존재하기를 멈춘 것이 아니다. 어느 때고 사용할 수 있다. 사라진 게 아니다.

그냥 지켜봄으로써 동일시가 사라지고 마음은 스스로 움직이지 못한다. 동일시가 사라지면 완전히 새로운 존재가 된다. 처음으로 자신의 참나를 알고 본체를 알게 된다. 처음으로 자신이 누구인지를 알게

된다. 이제 마음은 자신이 부리는 하인이 된다. 이는 조종사로서 비행기를 조종하는 것과 같다. 자신이 주인이 되어 여러 계기(計器)들을 다룬다. 여러 계기들에 눈을 맞추지만 자신은 계속해서 깨어 있다. 계기가 자신이 아님을 알고 있는 것이다.

이 마음과 이 몸, 심신의 여러 부분들이 자신을 둘러싸고 있지만 이들 모두 기계로써 작동하고 있음을 본다. 이러한 기계구조 속에서 두 가지 존재 양식이 가능하다. 하나는 참나를 잊고 자신이 기계라고 생각하는 것이다. 이는 속박이요 고통이다. 삼사라(samsara, 즉 이 세상이 그렇다. 다른 하나는 자신과 마음이 다른 존재임을, 자신과 마음이 떨어져 있음을 자각하는 것이다. 마음의 주인이 되어 마음을 이용하면 상황은 180도로 달라진다. 이제 더 이상 기계가 자신이라고 생각하지 않는다. 기계 어느 곳이 고장나면 여기에 얽매이지 않고 고칠 줄 안다. 기계 전체가 사라진다 해도 동요하지 않는다.

붓다의 죽음과 인간의 죽음은 완전히 다르다. 붓다는 죽어도 기계만이 죽는다는 사실을 본다. 쓸 만큼 썼기 때문에 더 이상의 필요가 없어진 것이다. 짐을 내려놓고 자유가 된다. 이제 형상 없이 존재한다. 그러나 인간의 죽음은 완전히 다르다. 인간은 자신이 죽는 줄 알고 울부짖으며 괴로워한다. 이것이 그의 죽음이다. 그 죽음은 처절한 고통이다.


깨닫는다고 해서 마음이 죽고 뇌세포가 죽은 것이 아니다. 오히려 마음과 뇌세포는 더욱 생생하게 살아난다. 갈등이 사라지고 에너지가 넘쳐흐르기 때문이다. 더욱 활기 넘친다. 마음을 더욱 올바르게 정확하게 사용하게 된다. 이제 마음에 얽매이는 일이 없다. 마음은 더 이상 그대를 강요하지 못한다. 그대를 여기저기 끌고 다니지 못한다. 이

제 그대가 주인이다.

어떻게 지켜보는 것만으로 이런 일이 일어날 수 있는가? 지켜보지 않았기 때문에 마음에 얽매이고 세사에 시달렸다. 깨어 있지 못했기 때문에 속박의 굴레를 벗어나지 못했던 것이다. 이제 깨어서 지켜본다면 속박의 굴레는 사라진다. 속박은 각성이 없는 상태일 뿐이다. 다른 것은 필요없다. 무엇을 하든 깨어 있기만 하라!

지금 앉아서 내 강의를 듣고 있는 사람은 깨어서 들을 수도 깨어 있지 못한 상태에서 들을 수도 있다. 깨어 있지 못한 상태에서 들으면 이는 질적으로 완전히 낮은 상태이다. 귀는 듣고 있지만 마음은 다른 것을 한다. 어찌다 몇 마디가 마음속으로까지 들어오기는 하지만 멋대로 해석한다. 자신의 생각을 덧붙인다. 그러면 모든 게 뒤죽박죽이 된다. 듣고는 있지만 많은 부분을 그냥 흘려보내다가 마음에 맞는 것을 받아들인다. 그러면 전부 왜곡되어 버릴 것이다.

깨어 있으면, 깨어 있는 순간 생각은 멈춘다. 깨어 있는 상태에서는 생각을 하지 않는다. 온 에너지가 깨어 있다. 생각으로 흘러갈 수 있는 에너지가 없게 된다. 단 한순간이라도 깨어 있으면 ‘진실로’ 듣는다. 장벽이 없다. 중간에 끼어들어 휘방을 놓는 생각이 없다. 해석할 필요도 없어진다. 직접 와 닿는다.

깨어서 들으면 내가 하는 말이 의미가 있든 없든, 깨어 있음 자체가 의미 있게 된다. 바로 그러한 깨어 있음이 의식의 최고봉이다. 과거가 녹아든다. 미래가 사라진다. 그리고 지금 여기에 있게 된다. 생각이 없어지는 침묵의 순간, 내면 깊은 곳에서 존재의 근원과 하나가 된다. 그 근원이 지복이고 그 근원이 신성神性이다. 따라서 ‘모든 것을 깨어서 하는 것’, 이것만 하면 된다. (끝) 

- 이 글은 『비움』에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **오쇼** | 오쇼의 가르침은 어떠한 틀로도 규정하기 힘들 만큼 다양한 주제를 다루고 있다. 그의 강의는 삶의 의미를 묻는 개인적인 문제에서부터 현대사회가 안고 있는 시급한 정치·사회적인 문제에 이르기까지 거의 모든 주제를 망라한다. 오쇼의 책은 그가 직접 저술한 것이 아니라, 다양한 국적의 청중들에게 들려준 즉흥적인 강의를 오디오와 비디오로 기록하여 책으로 펴낸 것이다. 그는 자신의 강의에 대해 이렇게 말했다. “내가 무슨 말을 하건 그 말은 지금 이 시대의 당신들을 위한 것일 뿐만 아니라 다가오는 미래 세대를 위한 말이기도 하다.”

런던의 『선데이 타임스 Sunday Times』는 20세기를 빛낸 천 명의 위인들 중 한 사람으로 오쇼를 선정했으며, 미국의 작가 탐 로빈스 Tom Robbins는 오쇼를 ‘예수 이후로 가장 위대한 인물’로 평가하기도 했다. 인도의 『선데이 미드데이 Sunday Mid-Day』는 인도의 운명을 바꾼 열 명의 인물을 선정했는데, 그중에는 간디, 네루, 붓다 등의 인물과 더불어 오쇼가 포함되어 있었다. 오쇼는 자신의 일에 대해 새로운 인간이 탄생하도록 기반을 닦는 것이라고 했으며, 이 새로운 인간을 ‘조르바 붓다 Zorba the Buddha’로 부르곤 했다. 조르바 붓다란 니코스 카잔차키스의 소설 속 주인공인 그리스인 조르바처럼 세속의 즐거움을 누리는 동시에, 붓다와 같은 내면의 평화를 경미한 존재를 일컫는다. 오쇼의 가르침에 일관되게 흐르는 정신은, 과거로부터 계승되어온 시대를 초월한 지혜와 오늘날의 과학문명이 지닌 궁극적인 가능성을 한데 아울러 통합하는 것이다.

또한 오쇼는 점점 가속화되는 현대인들의 생활환경에 맞는 명상법을 도입하여 인간의 내면을 변화시키는 데 혁명적인 공헌을 했다. 그의 독창적인 ‘역동 명상법’들은 심신에 쌓인 스트레스를 풀어줌으로써 일상생활 속에서 더 수월하게 평화와 고요함을 경험할 수 있게 해준다.

역자 | **손민규** | 오쇼의 제자로 입문한 후 20여 년 동안 인도를 오가며 여러 스승들을 만나 교류했다. 영혼의 테러리스트로 알려진 유지 크리슈나무르티를 만나 큰 감화를 받았고, 오쇼의 법맥을 이은 끼란지와 12년 동안 친교를 나누며 깊은 가르침을 받았다. 명상서적 전문 번역가로 일하면서 50여 종의 책을 한국에 번역, 소개했다. 현재 오쇼와 끼란지의 가르침에 대해 공부하는 오쇼코리아 oshokorea.com을 이끌고 있다.

비움

내 안의 참나를 만나는 가장 빠른 길

저자 오쇼 | 역자 손민규 | 출판사 태일출판사 | 정가 20,000원



요가 지도자이자 사상가인 오쇼가 파탄살리의 『요가 수트라』를 새롭게 해석한 첫 번째 책이다. 우리 안의 가장 깊은 내면과 만날 수 있는 명상, 요가의 가르침이 들어있다. 보통 요가라고 하면 몸을 움직이는 동작을 먼저 생각하게 되지만, 오쇼는 요가를 ‘내면으로 들어가기’라고 표현한다. 이는 더 이상 희망도 없고 미래도 없고 욕망도 없는 상태이다. 참과 진리만이 우리를 자유롭게 하고 해탈의 문으로 인도한다. 오쇼는 우리가 처음으로 현재와 하나가 되고, 진실과 마주 대할 수 있도록 모든 것을 내려놓고 비우는 훈련을 제시한다.