



사랑이란

논리와 합리만 있는 곳에는 사랑이 없지만

사랑은 논리를 품어안는다. 그리고,

논리가 무한히 깊어지면 사랑이 된다.

- 초현

※ 2023년 1월 30일 기준

홀로스 공동체 후원 현황

백일학교와 오인회, 기타 다양한 활동들은 여러분의 후원으로 무리없이 진행되고 있습니다. 앞으로도 건실하게 유지될 수 있도록 많은 관심 부탁드립니다. 감사합니다.

- 공동체학교 후원 (매월 일정액 후원 횟수)
백랑 50회, 구당 73회, 가온 66회

- 홀로스 후원
12/29 김종주 5만원, 1/2 버들 2만원, 1/9 류창형 1만원, 1/20 신재경 1만원, 1/27 장경옥 2만원

- 홀로스 운영 후원
1/10 선호 1만원, 1/16 정경식 5만원, 1/28 신동주 20만원

- 번뇌즉보리총서 후원
12/31 해연 10만원

◎ 공동체학교 후원 계좌 ◎
우리은행
1002-135-404042 이원규
(문의 02-747-2261)

◎ 번뇌즉보리 총서 후원 계좌 ◎
농협 351-0680-1315-13 이원규

필요액 500만원 | 모금액 297만원

진심직설 上권 출판비 500만원
모금이 완료되고 현재 진심직설
下권을 준비중입니다.



‘깨어있기’가 깨어있게 한다 (40부)

무연 님과의 대답 / 정리: 영채

2013~2014년에 걸쳐 오인회에 참여하였던 무연 님과의 대답을 위주로 오인회에서 진행되는 작업을 소개합니다. 감지에서 감각, ‘나’라는 느낌에까지 이르러 점차 마음에서 일어나는 모든 것들을 하나의 ‘마음속 현상’으로 보는 과정을 세세히 담았습니다.

무연 님은 ‘마음이란 무엇인가’를 탐구하면서, 생각이 어떤 과정으로 일어나는지 궁금했습니다. 우연히 《깨어있기》 책을 만나게 되었고, 책 속의 “우리가 보고 있는 것은 내 마음의 상”이라는 문구가 가슴에 와 닿았다 합니다. 그후 깨어있기 프로그램과 오인회 모임에 참가하면서, 내 마음의 상이 내면에서 언어로 나타난 것이 생각이고, 외부의 움직임으로 표출된 것이 행동이라는 것을 알게 되었습니다. 그리고 이것을 자각하는 것도 자신을 자유롭게 할 수 있는 길 중에 하나라는 것을 알게 되었습니다. 지금은 ‘깨어있기’란 단어가 사람을 깨어있게 만드는 힘이 있다는 것을 느끼면서 지내고 있습니다.

(지난 호에 이어서)

월인 지난 시간에는 뭘 해보시기로 하셨던가요?

무연 어제의 나와 오늘의 내가 변함없는 나라고 여겨지는 그 생각을 빼고 진짜 변함없는 나인지를 살펴보기를 했습니다. 굳이 표현하자면 생각을 빼면 느낌이 일어나기 전에 투명한 상태가 남는 것 같거든요.

월인 지금 이 순간에 ‘어제의 나와 오늘의 내가 똑같애.’라는 그 생각에 힘을 빼면 투명한 느낌이 드는 겁니까?

무연 느낌이라고 표현하기 어려운데 그냥 투명한 또는 캄캄한 상태라고 할까요?

월인 그러니까 ‘어제의 나와 오늘의 나가 똑같다.’라는 생각을 빼면 과연 어제와 오늘이 똑같은 나인가? 이 말이죠. 어떻습니까? 그 생각만 없는 건데.

무연 생각이 없으면 어제의 나와 오늘의 나가 동일하다는 생각이 없는 것이죠.

월인 같다는 느낌도 없어요?

무연 일단 생각이 빠지면 느낌도 그런 게 없는 것 같거든요.

월인 그렇다면 결국 어제의 나와 오늘의 나가 똑같다고 여겨지는 것은 그런 생각이 있기 때문이네요? 생각만 기억으로 다시 불러내지 않으면 동일한 인물이다라는 그런 것들이 없다는거죠?

무연 네. 기억이 어제의 나와 오늘의 나가 동일하다고 하는 요인 중 하나인 것 같거든요. 예를 들면 어제 본 사람이 오늘 또 보면 동일한 사람으로 느껴지지 않습니까? 그것도 결국 기억이 불러내는 거네요.

월인 같은 대상일 경우에 같다고 여기는 생각을 빼고 보면 어떻습니까? ‘저 사람은 내가 어제 본 사람이야.’라는 생각을 빼고 본다면 어떨까요? 그것도 역시 생각이니까. 지금 말씀은 나 자신에 대해서 ‘어제의 나와 오늘의 나가 같다.’라는 생각을 빼니까 같은지는 모르겠다. 그런데 같은 대상을 봤을 때는 ‘저 대상이 어제의 대상과 오늘의 대상이 같아.’라고 여겨지지 않습니까? 그리고 그 생각 때문에 ‘대상에 대해 불러일으켜진 나도 역시 같다.’라는 느낌이 들 수도 있다는 건데요. 그럼 대상을 같은 대상이라고 여기는 그 생각을 뺀다면 어때요? 매일 보는 대상을 감지로 새롭게 보는 것이죠. 살아있는 감지로. 그렇다면?

무연 생각을 빼면 동일하다 동일하지 않다 하는 마음 자체가 안 들거

든요.

월인 그렇죠. 그럼 생각이 중요한 역할을 하네요. 어제의 나와 동일하다고 여기게 만드는. 대상도 마찬가지로요. 그렇죠? 그러니까 우리가 생각에만 끌려 다니지 않으면 ‘같은 사람이야. 변함없는 나야.’라고 여기는 그 마음에 힘이 없어지겠네요. 그렇다면 일단 생각이 빠진 이후에 매 순간순간 대상에 대해 달라지는 나를 느껴볼 수 있었잖습니까? 감지로 보면 대상마다 그 대상에 대해 올라오는 나가 달라지니까. 그렇다면 ‘변함없는 나야.’라는 생각을 빼면 매순간 대상에 따라 나라는 느낌이 달라진다는 것이 캐치가 되고 ‘변함없는 나야.’라는 생각이 빠지면 똑같은 나라고 여겨지는 그 마음이 흐려지고 없어지니까 결국 나라고 여겨지는 느낌은 순간마다 또는 대상마다 달라지는 느낌이 대부분 거의 전부를 차지한다고 할 수 있겠죠. 그렇다면 그것이 느낌이라는 게 더 분명해지지 않습니까? ‘변함없는 나야.’라는 생각만 빠진다면.

무연 네. 맞습니다.

월인 그러면 그걸 지금 자신한테 적용하세요. ‘변함없는 나야.’라는 것은 생각이니까 그것은 우리의 본질을 밝히는 데 중요한 요소는 아니죠. 생각은 그냥 내려놓을 수 있는 거니까. 나타났다 사라지는 거니까요. 생각은 빼보자고요. 생각 자체가 하나의 마음의 현상이잖아요. 그렇죠?

무연 네.

월인 생각은 나의 본질이 아니에요. 그럼 생각을 내려놓을 수 있겠죠. 현상이니까. 생각을 내려놓고 나 자신을 살펴보면 지금 눈에 보이는 저 ‘대상’에 대한 ‘나’가 나타나 있겠죠. 그런데 ‘저 대상이 역시 어제

또는 지난주 그 대상, 그 사람이야.’라는 그 생각을 내려놓고 대상을 보는 것이죠. 지금 그렇게 볼 수 있습니까?

무연 나라는 느낌은 떠오릅니다.

월인 나란 느낌이 떠오르죠. 대상에 대해서 있으니깐. 그런데 ‘저 대상이 똑같은 대상이야. 변함없는 사람이야.’라는 생각을 내려놓자는 거예요. 그건 생각이니까. 생각을 빼고 실체가 뭔지를 보려고 하는 거잖아요? 그럼 ‘저 사람은 변함없는 그때 그 사람이야.’라는 생각을 빼고 보면, ‘변함없는 사람이야.’라는 생각을 가지고 봤을 때 부수적으로 ‘나 역시 같은 사람이야.’라는 생각의 느낌이 올라오는 거니까, 그 생각을 빼보자는 거예요. 그렇게 그 생각을 뺄 수 있다면 ‘나’는 어떻게 느껴집니까? 지금 뺄 수 있습니까? 빼고 한번 느껴보세요.

무연 그냥 대상으로 보이는데요.

월인 ‘그냥 대상’으로 보면 그 대상에 대한 ‘그냥 나’가 있겠죠. 변함없는 나가 아니라 그 대상을 인식하는 나. 우리가 할 것은 두 가지예요. 첫 번째, ‘어제의 나와 오늘의 내가 똑같애.’라는 생각을 지우기. 두 번째, ‘일주일 전의 상대와 오늘의 상대가 똑같애.’라는 생각을 지우기죠. 그리고 저를 봤다가 칼라님을 봤다가 하면서 달라지는 자신의 느낌을 한번 느껴보세요.

무연 대상이 일단 다르게 보입니다.

월인 나라는 느낌은요?

무연 내용도 안 들어가는 것 같은데요.

월인 생각을 빼니까 내용도 안 들어가요?

무연 감지에서 조금 더 빠졌다고 할까요? 나라는 내용이 비슷하긴 한데 내용이 약하다고 할까요?

월인 약해졌지만 대상에 따라 달라집니까?

무연 예. 대상에 따라 내용이 달라집니다. 대상이 달라지니까요. (다음 호에 계속)

진심직설眞心直說 (30) 월인越因

起信論에 名曰眞如하니 不生不滅故요

기신론 명왈진여 불생불멸고

기신론에 진여라 하니 불생불멸하기 때문이다.

대승기신론大乘起信論은 대승大乘, 즉 진리에 대한 믿음을 일으키는 (起信) 논문(論)입니다. 철저하게 논리적이어서 투철한 지혜를 불러일으키는 불교의 중요 경전 중의 하나가 믿음을 일으키는 경전이에요. 믿음은 논리와는 어울리지 않는 것 같아 보이지만, 결국 우리의 앎도 깊숙이 들어가면 일종의 믿음입니다. 그리고 그 앎을 넘어가는 것이 지혜입니다. 진여眞如是 산스크리트어 타타타tathata의 번역어로, 우주 만유에 보편상주하는 불변하는 본체로서 모든 현상의 참모습을 말합니다. 즉 모든 차별을 떠난 모습이 바로 진여예요. 분별과 대립이 모두 사라진 세계입니다. 분별과 대립은 어디에서 옵니까? 경계로 나눈 곳에서 옵니다. 그러니 모든 경계가 사라진 세계가 바로 진여입니다. 거짓이 아닌 진실이란 의미에서 진眞을 썼고, 변하지 않고 늘 똑같은 의미로 여如를 썼으니 변하지 않는 진실, 진리가 바로 진여입니다.

잘 살펴보면, 세상 만물은 감각에 비쳐진 자극으로서의 모습과 그것이 마음에 상相을 만든 감지, 그리고 그것들에 이름이 붙어서 서로 얽힌 생각들, 생각에 의한 좋고 나쁨을 기준 삼은 감정, 이런 것들로 물들어 있습니다. 이것들을 모두 빼버리면 세상 만물이 과연 있을까요? 여러분 마음속에서 일단 감정을 빼보세요. 감정을 빼면 끌리고 밀치는 것이 사라집니다. 그 다음에는 생각을 다 빼보세요. 명확한 분별이 사라집니다. 그 다음에는 감지를 모두 지워보세요. 여러분 눈에 보이는 모든 감지를 지우면 마음도 비어 버립니다. 마음에 시각적 자극은 들어오지만 그것이 마음에 어떤 그림자도 불러일으키지 않아요. 우리가 말하는 감각상태이죠. 이제 그 감각마저 없다고 생각해 보면 과연 세상 만물이 있을까요? 결국 만물이 존재하는 이유는 우리의 감각과 감지와 생각, 그리고 감정들 때문입니다. 그것들을 떠난 곳에 어떤 세상 만물이 있겠습니까? 당연히 탄생과 소멸 또한 없겠죠.

감각과 감지만 지워버려도 탄생과 소멸이 없습니다. 생각은 일어나지도 않아요. 만약에 ‘그래도 있지, 내가 없어져도 탄생과 소멸은 있잖아’라는 생각이 일어난다면 그것 역시 생각이죠. 생각을 지워보세요. ‘그래도 의자에 앉아 있는 어떤 느낌이 있는데?’ 한다면 그것은 감지와 감각이죠. 감지와 감각과 생각을 모두 빼면 뭐가 있겠습니까? 아무것도 없어요. 엄밀히 말하면 없다고도 할 수 없습니다. 이렇게 무언가를 파악해 내는 우리의 감각적인 도구와 마음의 그림으로 그려내는 작용이 멈춘 곳에는 탄생도 죽음도 없습니다. 탄생과 죽음이란 것도 마음의 그림이에요. 파란색 사각형의 플라스틱 휴대폰케이스처럼 나뉘지지 않는 것을 ‘사각’과 ‘파란색’이란 개념으로 따로 떼어내듯이, 어떤 현상을 탄생과 소멸이라는 이름을 붙여서 나누고 있을 뿐입니다. 마음이 경계 지어 놓은 그 모습을 뺀다면, 지금 이 순간 마음속

에서 모든 경계를 멈춘다면, 거기 어디에 탄생과 소멸이 있겠어요. 바로 그 상태를 진여라고 하는 것입니다.

대승기신론에서 생멸의 마음과 진여의 마음을 구별했습니다. 생멸의 마음은 태어남과 죽음이 있다고 믿는 마음이며, 진여의 마음은 있음과 없음을 넘어선 절대이고 불생불멸이라고 했어요. 자 지금 눈을 감고 자기 몸을 느껴보세요. 몸을 촉감으로 느껴보세요. 촉감으로 느끼려고 하지만 대부분 시각적인 상이 따라붙습니다. 지금 앉아 있는 몸의 형상이 느껴지는데, 의자와 앞쪽의 탁자, 그것들이 놓여 있는 방이 시각적 상으로 따라붙을 수 있어요. 만약 촉감으로만 느낀다면 방이 없습니다. 모든 시각적인 상을 지워보세요. 방의 의자에 앉아있는 느낌이 든다면 시각적인 상이 미묘하게 들어가 있다는 뜻입니다. 시각적인 상만이 어떤 공간의 특정한 위치를 자기 위치라고 여깁니다. 촉감에는 그런 것이 전혀 없습니다. 촉감에만 집중해 보세요. 지금 몸에 닿는 것이 전부예요. 그리고 촉감은 몸에 닿는 것과 닿은 몸 자체도 구분이 안 돼요. 구분된다면 그 역시 시각적인 상이 들어간 겁니다. 촉감은 그냥 촉각적인 느낌이 있을 뿐이에요. 탁자에 몸이 닿았다면 그저 딱딱한 느낌이 있을 뿐이죠. 어디에 그 느낌이 있는지도 알 수 없습니다. 내 몸의 엉덩이에 있다는 생각이 든다면 그것은 시각적인 상이 끼어든 것입니다. 그냥 허공중에 느낌이 있을 뿐이에요. 공간의 느낌이 있지만 그 느낌이 있는 곳까지 연결된 것도 없습니다. 촉각적인 느낌은 뭔가 떡엄떡엄해요. 송송 구멍이 뚫린 것 같은 느낌입니다. 왜냐하면 내 몸도 촉각적으로 느끼면 전체가 느껴지는 것이 아니라 어깨에 주의를 주면 발과 허리가 느껴지지 않고, 배에 주의를 주면 다른 곳은 느껴지지 않으며, 몸 전체를 느끼려 하면 뭔가 애매한 느낌이 들

기 때문입니다.

이제 거기에서 촉각적인 느낌마저도 지워보세요. 주의제로 하면 됩니다. 지금 느끼는 것은 그냥 느낌일 뿐입니다. 그 느낌을 없애는 것은 단순해요. 느낌이 일어나려면 에너지가 있어야 하니까 그 기본적인 에너지인 주의를 없애는 겁니다. 지금 마음에 어떤 생각이나 느낌이 일어나도 괜찮아요. 잡생각이 일어나도 괜찮습니다. 그것들은 그저 나타났다 사라질 뿐이에요. 그것들은 내버려두고 촉감에 집중하세요. 촉감에 집중이 되면 거기서 힘을 뺍니다. 주의를 쥐어만 엉덩이가 의자에 닿은 느낌이 느껴지듯이, 주의제로 하면 의식하던 모든 것이 사라집니다. 의식되지 않아요. 마음이 가라앉거나 또는 완전한 정적이 되기도 할 거예요. 그때 생명이 있습니까? 그때는 그런 생각이 떠오르지 않고 몸도 잊혀집니다. 그때 무엇이 생하고 무엇이 멸하겠어요? 분별하는 의식이 없는 곳에는 탄생도 없고 죽음도 없습니다. 오직 지금 이순간의 존재감만 있을 뿐입니다. 그 존재감마저도 사실 미묘한 분별이예요. 느낌이 없는 곳에 무슨 분별이 있고 무슨 생사가 있겠습니까? 물론 쓰임과 용도로서의 생사는 인정해야하겠지요. 누군가 돌아가셨다고 부고장이 오면 찾아가서 같이 슬퍼해야 하지만, 우리 본질에 진짜 생사가 있는지는 자문해봐야 합니다. 누가 죽고 누가 태어납니까? '나'라는 느낌이 느껴지면 그게 곧 탄생이고, 그 느낌이 사라지면 그게 곧 소멸 아닙니까? 그런 마음의 그림으로서의 탄생과 소멸을 넘어선 무슨 생사가 있겠어요. (다음 호에 계속)

홀로스 공동체 소식

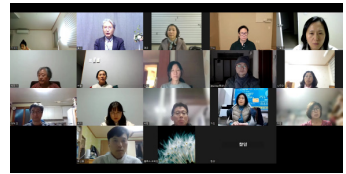
사마디탱크(감각차단탱크) 설치 작업을 시작했습니다

먼저 이를 위해 청향관 다실을 탱크 방으로 인테리어 중입니다. 습기에 손상되지 않도록 타일 작업을 하고, 샤워 부스와 파우더공간 조성. 공간을 완전히 밀폐하고 공기를 신선하게 유지하기 위한 환풍장치, 룸의 온도를 일정하게 유지하기 위한 열교환기 설치 작업 등 모든 작업은 제엽 님의 주도 하에 진행되고 있으며, 3월 안에 끝내고 4월 안에는 탱크까지 모두 준비가 되리라 생각합니다. 여러분의 많은 관심 바랍니다.



중론 강의를 지속되고 있습니다

우리는 사물과 현상을 ‘일정하게 유지되는 무엇’이라고 인식하기 쉽습니다. 그러나 시각의 둔함으로 인해 사물들이 고정된 듯이 보인다 해도 에너지 차원에서 매순간 물의 흐름처럼 바뀐다는 사실은 달라지지 않습니다. 실용적으로는 사물을 고정적으로 보는 것이 유용할지 몰라도, 마음의 자유라는 차원에서는 이렇게 고정적으로 보는 것이 큰 구속을 일으킵니다. 그렇게 고정적으로 보게 하는 중요한 작용이 마음의 이름붙이기인데요. 이름을 떼고 꼬끼오 소리를 들으면 과연 우리는 답의 울음을 ‘꼬끼오’라고 변함없는 소리로 들을까요? 그 답의 소리에는 ‘꼬끼오’란 사실

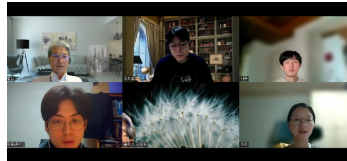


없습니다. 매 순간 달라지는 소리를 우리가 이해하고 소통하기 위해 ‘꼬끼오’란 이름을 붙이고 사용할 뿐이듯이 우리의 감정 역시 ‘분노’나 ‘짜증’이라고 이름을 붙이지만 그 내적인 흐름은 매 순간 달라져서 처음엔 짜증같아 보여도 그 다음 순간에 점차 달라져 무엇인지 모를 에너지 흐름으로 느껴질 수 있습니다. 그래서 생리적으로 아무리 강한 감정이 있어도 그것이 나타난 순간부터 90초가 지나면 사라지고 마는 것입니다. 그러나 이름붙이기 때문에 그 감정이 1시간이고 2시간 동안이나 유지되는 것입니다. 그것을 살펴보았습니다. 더 나아가 ‘나’라는 생각에 붙은 느낌 역시 그와 같아서 ‘꼬끼오’라는 소리가 없듯이, ‘나’라는 마음의 의식적 느낌도 실재하지 않는 ‘이름’뿐임을 지난 중론 시간에 살펴보았습니다.



1월 7일 청년깨어있기 청년모임이 진행되었습니다

이번 달 청년모임에서는 지난 한달간의 주제를 품고 살아가며 경험하고 배운 것들과 어려웠던 것들을 나누는 시간을 가졌습니다. 참여자 중 한 분은 한



달간 주변 사람들과의 관계에서 어려움을 겪었고, 주변 사람들의 안 좋은 패턴을 변화시키기 위해 마찰을 겪었다고 했습니다. 그런 고민을 나누고 선생님께 배우면서 누군가를 변화시키려면 우선 그 사람이 바뀌든 안 바뀌든 나 스스로가 아무 상관도 없는 마음상태가 되어야 한다는 것과 상대보다 낮은 마음의 위치에서 배울 수 있는 자세가 되어야 한다는 것을 배웠습니다. 또한 상대방과 동일시하면서 도움을

줄 수 있는 부분을 발견하되 문제를 효과적으로 해결하기 위해서는 동일시에서 벗어나야 한다는 것 또한 배웠습니다. 그런 과정에서 동일시를 자유롭게 사용하는 방법을 터득하고 나아가 나라고 여기는 동일시된 나가 진정한 나가 아니라는 것을 터득할 수 있다는 것을 배우게 되었습니다.

또 한 참여자는 문제가 생겼을 때마다 원인을 찾고 그것을 탓하는 습관을 발견했다고 했습니다. 하지만 그런 습관에도 문제의 원인을 찾고 반복하지 않을 수 있는 순기능이 있다는 것을 대화를 통해 배울 수 있었습니다. (정리: 의솔)

통찰력게임 안내연습 모임을 시작합니다

매월 마지막 주 일요일에 서울에서 시유 님 주관으로 통찰력게임 모임을 진행합니다. 서로가 돌아가며 안내자 역할을 하면서, 게임을 어떻게 진행하고 질문을 어떻게 하는지 배워가는 모임입니다. 2월 마지막 주 일요일(26일)부터 6개월간 진행되며 정원은 6명입니다. 통찰력게임을 한 번이라도 경험해보신 분은 참가 가능합니다. 회비는 4만원(점심 및 음료, 장소 대여료)이며, 참가 신청 및 문의 사항은 시유 님에게 연락 바랍니다(010-5918-6393).

1월 4일 힐링퀘스트 마스터를 위한 예비모임이 있었습니다

2월부터 본격적으로 진행될 힐링퀘스트 기본과정(1~6회기)을 안내하고 13일부터 진행될 기초과정을 돕기 위해 준비모임을 가졌습니다. 마스터과정에 함께 하고 있는 분들 중 네 분이 참여하여 몇가지 스텝

으로서 자세와 역할을 위한 연습을 하였습니다. 적극적으로 인턴과정에 대비하는 모습 고맙습니다.

1월 13일 힐링퀘스트 2차 기초과정이 진행되었습니다

한 분의 후기를 전합니다.

단비(산림치유사)



치유에 대한 간절함으로 한걸음에 도착한 홀로스 평생교육원. 차에서 내리자 초록향기가 가득하다. 비가 와서 흐린 날씨였지만, 맑은 날의 햇살을 상상할 수 있기에 충분하였고, 잘 가꾸어진 자연 정원을 품은 교육원은 그 자체로도 이미 힐링이었다.

2박 3일의 교육은 참가하신 선생님들의 간단한 소개와 함께 시작되었다. 이론과 자연과의 소통으로 진행되었으며 나는 늘 자연에 머물기를 좋아하였기 때문에 충분히 자연에서 즐길 수 있을 것이라고 예상했었다. 그렇지만 지금껏 경험했던 생각을 버리고 현재의 온전한 느낌과 마주하는 것은 생각처럼 쉬운 일이 아니었다.

교육은 마음 끌리는 곳으로 가서 자연과 교감하며 주제와 연결하는 방식으로 이루어졌는데 처음에는 낯설고 어색한 연습으로 인해 피로감이 느껴졌다. 하지만 연습과 분석이 반복되자 신기하게도 자연과 주제가 연결되는 경험을 하게 되었다. 그리고 시야가 넓어지면서 나의 주제가 선명하게 보이기 시작했다.

월인 님의 질문으로 나의 주제를 바라보게 되었고, 자연에 말걸기를 통해 질문에 대한 답을 찾을 수 있었다. 지극히 짧은 기간의 결과

에 놀라울 뿐이었다.

온전히 프로그램을 이끌어주신 월인 님께 진심으로 감사의 마음을 전하며, 멘토 백량 님 그리고 건강 밥상을 사랑으로 채워주신 향기 님께 감사의 마음을 전한다.

또 스스로없이 함께 마음을 나누어주신 선생님들께도 감사의 마음과 함께 응원의 말씀을 전한다. 힐링퀘스트! 감사합니다.

1월 27일 힐링퀘스트 마스터과정 1/60이 진행되었습니다

마스터과정은 힐링퀘스트를 진행할 안내자를 교육할 수 있는 마스터를 양성하는 과정입니다. 힐링을 일으키는 원리와 그 과정을 세세히 살펴보고 숙지하며, 실제 연습도 하는 전체적인 과정입니다. 한 분의 후기를 공유합니다.



백량 (산림치유복지학과 교수)

이번 마스터과정을 통해서 산림치유지도사들에게 치유 질문을 하는 방법을 가르치는 것은 참가자에게 직접 치유질문을 통해서 치유를 일으키는 것과는 다르다는 것을 알게 되었다.

20년 동안 숲과 강의실을 오가며 숲이 나에게 준 몸, 마음의 치유로 인해 생동감 넘치는 삶을 살면서 숲에서 참가자들에게 치유를 일으키는 것은 자연스럽게 하였으나, 나와 같은 사람을 양성하는 이번 교육 과정은 치유 질문을 위한 이론교육 위주로 된 강의라서 내가 치유를 이끌어내는 이론에 약하다는 것을 알게 된 계기가 되었다.

월인 님께 강의를 들었을 때는 나도 강의를 할 수 있다는 생각은 들

였으나 막상 강의를 해보니 잘 되지 않았다.

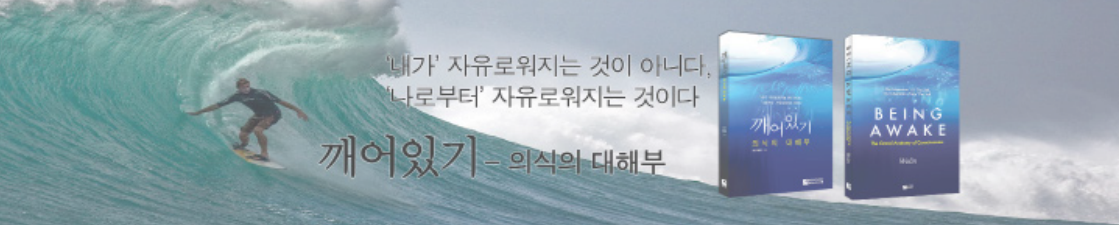
그 이유는 이론에 대해 확실하게 이해하지 못하고 있었다는 것을 깨달았고 앞으로는 힐링퀘스트 관련 이론에 대하여 강의를 할 수 있을 정도로 정확하고 확실하게 습득해야겠다는 생각이 들었다.

그리고 산림치유지도사들이 힐링퀘스트를 통해 숲에서 몸, 마음, 정신적인 치유가 일어나는 메커니즘에 대한 이론을 바탕으로 산림치유를 했으면 하는 것이 간절한 바람이다.

초현의 산중 생활

겨울 정원에 눈이 내렸습니다. 아무도 건지 않은 눈 위를 걸어 봅니다. 자연은 우리에게 늘 고요 속에 풍성한 아름다운 변화를 선사합니다.



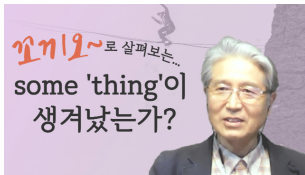


월인의 깨어있기

@being_aware

희망 구독자 1,000,000명

유튜브 채널
바로가기



‘something이 태어났는가?’에 대한 답

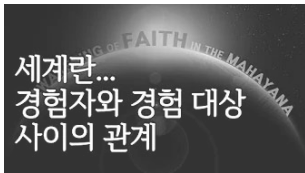
| 중론 강의 (7.관삼삼품)

(2023-01-25 업로드)

만일 생이 유위라면 응당 삼상을 가지리라. 만일 생이 무위라면 어떻게 유위의 상이라고 부르겠는가? (若生是有爲 則應有三相 若生是無爲 何名有爲相/ 중론 원문 7장 1절)



영상 보기



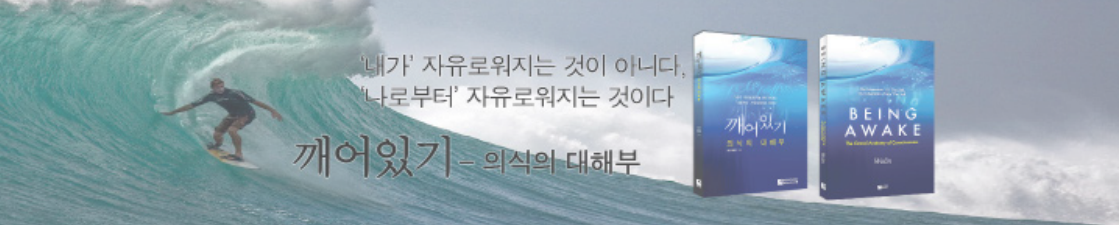
세계는 경험자와 경험 대상 사이의 관계 | 대

승기신론 강의 (2023-01-18 업로드)

진여가 물든 마음을 가르치거나 맑게 하는 과정인 진여熏습眞如熏習의 뜻에는 두 가지가 있는데, 자체상熏습自體相熏習과 용熏습用熏習이 그것입니다. 자체상熏습自體相熏習은 우리 자체가 진여, 즉 진리이기 때문에 스스로를 밝히려는 작용을 하는 것으로 내적인 인因이 됩니다. 반면에 용熏습用熏習은 외부적인 만남을 통한 깨우쳐짐을 뜻하는데 외적인 연緣이 됩니다. 나무 스스로 가진 불에 타는 소인과 나무에 불이 붙게 할 수 있는 성냥이나 불씨 같은 외부의 요인 두 가지로 비유할 수 있겠네요. 내적인 인因과 외적인 연緣이 만나서 인연因緣을 이루어 나무에 불이 붙는 것처럼...more



영상 보기



월인의 깨어있기

@being_aware
희망 구독자 1,000,000명

유튜브 채널
바로가기



끊임없이 변화하는 흐름일 뿐, 고정된 무언은 없다 | 중론 강의 (6.관연염자품)

(2023-01-11 업로드)

만일 하나인데 합하는 것이라면

짜 없어도 합함이 있어야 하고 만일 다르면서 합하는 것이라면 이 역시 짜 없어도 합해야 하리라(若一有合者 離伴應有合 若異有合者 離伴亦應合/ 중론 원문 6장 5절)...more



영상 보기



무명도 진여의 한 표현이다 | 대승기신론 강의 (2023-01-04 업로드)

본질은 현상을 바꾸거나 물들일 수 없고, 현상 또한 본질을 전혀 건드릴 수 없습니

다. 거울 속에 여러 가지 상이 수많은 것 같지만, 그 상은 절대로 거울 자체를 한 점도 건드릴 수 없는 것과 같습니다. 그런데도 진여훈습眞如熏習이라고 말합니다. 이것은 본질이 무명의 현상을 맑게 만드는 작업인데 그것이 어떻게 가능할까요? 여기서 말하는 진여眞如是 본질 그 자체인 절대 진여가 아니라 현상에 드러난 본질의 모습인 생멸문의 진여이기에 가능한 일입니다. 앞서 설명한 진여훈습의 두 가지 내용처럼 불사의업不思議業의 훈습으로 진여본각眞如本覺이 중생을 가르쳐서 열반으로 나아가게 하는 행동을 돕고,...more



영상 보기

강의 · 도서 구입 안내

1. 강의 영상

영상 강의는 1강의당 3,000원입니다. 아래는 편의상 강의별 전체 가격만 안내해드리며, 꼭 전 범위가 아니라도 원하시는 강의만 부분적으로 구입하실 수 있습니다.

강의명	횟수	가격	용량	비고
진심직설	총 50강	150,000원	60GB	2014.5-2015.6
조론	총 52강	156,000원	7GB	2017.4-2018.5
주역	총 39강	117,000원	6.3GB	2016.4~2017.1
요가수트라	총 82강	246,000원	53GB	2018.8~2021.8

2. 도서

	책 제목	가격
필독	깨어있기 - 의식의 대해부	12,000원
도서	관성을 넘어가기 - 감정의 대해부	10,000원
추천 도서	대승, 현상과 본질을 뛰어넘다 (上·中·下권)	각권 25,000원
	주역, 심층의식으로의 대항해	10,000원
	자연에 맡기기	11,000원
	푸른 빈 배 (e북)	7,000원

푸른 빈 배 e북
보러가기



※ 입금처: 농협 053-12-130081 이원규

※ 문의: 02-747-2261

※ 홈페이지, 문자, 전화, 이메일을 이용해 주문하시면 됩니다.

※ 주문하실 때는 휴대폰 번호, 성함을 알려주십시오.