



‘깨어있기’가 깨어있게 한다(32부)

| 무연 | 오인회 편집부 인터뷰 |

2013~2014년에 걸쳐 오인회에 참여하였던 무연 님과의 대담을 위주로 오인회에서 진행되는 작업을 소개합니다. 감지에서 감각, ‘나’라는 느낌에까지 이르러 점차 마음에서 일어나는 모든 것들을 하나의 ‘마음속 현상’으로 보는 과정을 세세히 담았습니다. 관심있게 봐주세요. 이 글을 정리해준 영채 님에게 감사드립니다.

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(편집자주).

(지난 호에 이어서)

무연 지난주는 변함없이 이어지는 것이 무엇이 있는지 살펴보기를 해 보았습니다. 아침부터 저녁까지 변함없이 있는 것. 계속 이어진다는 생각이 그런 것이지 그것을 빼면 없는 것 같은데요.

월인 생각은 생겨났다 사라졌다 끊어짐이 있잖아요? 중간에 조금이라도 끊어지면 그것은 변화가 있는 것입니다. 그럼 어쨌든 계속되지는 않고 생겨났다 사라졌다 하죠? 그럼 생각과 생각 사이에는 어떤 끊어짐이 있다는 것을 아는 마음이 있다는 것 아닙니까?

무연 생각이 일어났다가 끊어지지만 그 내용은 계속 변하는 것 아닙니까? 중간에 끊어졌다는 생각은 안하겠지만 생각이 없는 순간에는 생각이 없다는 그런 생각도 없거든요.

월인 어쨌든 지금 살펴보면 쭉 생각이 나타났다 사라졌다는 걸 알잖습

니까? 생각이 있을 때도 있고, 끊어질 때도 있었다는 것을 아는 것이죠. 그런데 그것을 지나고 나니까 아는데, 그 당시에 몰랐던 이유는, 결국 얇이라는 것이 하나의 분열상태, 즉 그것 역시 일종의 생각 상태니까, 분열이 없어진 그 끊어진 생각들 사이의 공간을 의식적으로는 모를 수밖에 없습니다. 그럼에도 지나고 나면 어쨌든 끊어졌다는 것은 알잖습니까? 그럼 어떻게 알겠어요?

무연 자기가 알고 있는 것이죠.

월인 뭔가 알 수 있다는 토대가 있다는 소리 아닙니까?

무연 그냥 자동으로 알아채고 있는 것 아닌지요?

월인 누가? 어디에서? 무엇에 의해서?

무연 무의식이라고 할까요.

월인 그것은 이름 붙인 거고, 지금 이 순간 직접 자기내면에 물어보세요. 과연 그것은 뭔가? 답을 찾지 마시고 뭔가 파악을 해보세요. 그런 것이 분명히 있었다는 소리 아니에요? 보통 우리가 ‘있다’는 것은, 생각처럼 마음이 분열된 상태가 나타나 있을 때에만 ‘있다’고 하잖아요. 그런 것이 없었던 것은 지나고 나서야 안다는 말이지요. 그것은 토대가 있다는 말이지요. 그 토대는 변함없이 그때도 있었던 것 아닙니까?

무연 알아차리지 못하지만 얇이 있습니다.

월인 이제 우리는 두 가지를 살펴봐야 합니다. 먼저 생각이 끊어졌을 때, 그 당시에는 알아차리지 못했어요. 왜냐하면 생각이 끊어졌다는 것은 또는 마음의 분열이 없었다는 것은 분별의식이라는 현상이 없다는 의미입니다. 의식현상 자체가 이미 마음에 나눠진 것을 기반으로 생겨나는 것입니다. 이렇게 마음이 나눠져야 의식현상이 생기죠? 주



생각이 있을 때와 없을 때가 있었다는 것을
명확히 압니까? 과연 그것을 어떻게 아는지
스스로에게 질문해 봐야 해요.

체와 대상으로. 나뉘지지 않은 상태 이것은 의식적이지 않습니다. 주체와 대상의 분별이 없어져 가면 이게 의식이 희미해지는 거예요. 나누는 마음의 작용이 자꾸 없어진다는 것이죠.

그래서 빈 마음상태로 점차 갈수록 ‘무언가를 안다’는 현상이 사라져가요. 그러다가 마음속 주객이 완전히 하나가 되어버리면 미묘한 분열들은 태극 상태처럼 미묘한 앎이 됩니다. 아는 자도 없고 알려지는 대상도 없는 상태의 앎 같은, 완전히 의식이 끊어지기 직전의 상태 같은 것이지요. 이렇게 미묘한 분열, 미묘한 앎이 있는 상태까지 가서 이것마저도 없어져 하나가 되어 버리면 전혀 의식이라는 것이 없습니다. 거기에는 앎이라는 것이 없죠. 그런 상태로 있다가 또 생각이 생겨나면 또 뭔가 앎이 생겨나고, 생각이 일어나고, 마음의 수많은 현상들이 나타나죠.

지금 생각해보니까 이런 것들의 반복이었지요? 이렇게 생각이 있을 때와 없을 때가 있었다는 것을 명확히 압니까? 만약 명확하지 안다면 스스로에게 질문해 봐야해요. 과연 그것을 어떻게 아는가 말이죠. 앎이라는 것은 항상 분열된 상태 속에서의 현상이예요. 즉, 마음이 이렇게든 저렇게든 나뉘져 있는 상태지요. 생각이든 감정이든 느낌이든 뭔가를 느낀다 할 때도 역시 마음이 나뉘져 있는 상태입니다. 접촉에 의해서 느낌이 생겨난다고 하지 않습니까? 접촉하려면 둘 이상으로 나뉘어야 되겠죠. 그 둘이 만나야 접촉이 생기니까요. 그런 것들이 다 의

식현상이에요. 그래서 의식의 근본은 ‘분별’이라 하는 것입니다. 나눠졌을 때 생겨나는 현상이지요. 그런데 미묘한 얇은 마음이 나눠지지 않았을 때도 있었다는 것을 지금은 알아요. 그때는 얇이 없었지만, 지금은 뭔가 흔적에 의해서 아는 것이죠. 마치 우리가 깊은 잠속에서는 아무런 의식이 없지만 깨고 나면 분명히 잠을 잤다는 것을 아는 것처럼. 잠속에는 모르지만 자고나서 마음이 나눠진 상태로 돌아오면 잤다는 것을 알지 않습니까?

무연 그런데 깨어있으면서 생각이 끊어진 그런 상태는 뭔가 텅 비어있으면서도 비어있다는 상태가 인지가 되지 않습니까? 아무 생각이 없다는 걸 인지하는 것이죠.

월인 만약에 없다는 것을 의식적으로 인지한다면 ‘없다는 느낌’을 인지하는 겁니다.

무연 예. 그런 상태가 있다는 것은 표현은 안 되지만 최종적으로 잠들지 않는 이상 인지가 되거든요.

월인 실시간으로 인지가 돼요? 그 현상이 일어날 때 그 순간?

무연 네. 그렇죠.

월인 지금 한번 들어가 보세요. 지금 들어갈 수 있습니까? 들어가면 손을 들어 표시합니다. (무연 손을 들어 표시) 오케이. 그 상태에서 그것이 인지가 된다 이 말이죠?

무연 아무것도 생각도 안 일어납니다.

월인 오케이. 그 상태를 잘 보세요. 생각이 안 일어난다는 것과 텅 빈 느낌을 느낀다는 것은 좀 다릅니다. 어떤 측면에서는 같은 측면도 있어요. 뭐냐면 마음의 대상이 있다는 것이죠. 생각은 없지만 텅 빈 느낌



이라는 마음의 대상이 있다는 거예요. 자기가 텅 비었다는 것을 알죠. 그것이 바로 생각이 끊어진 어떤 상태를 느끼고 있는 중입니다. 자, 그럴 때 우리는 텅 빈 느낌이 대상이고 그것을 느끼고 있는 것이 주체라고 얘기하는 거예요. 그것은 여전히 투명한 주체와 대상으로 나뉘져 있는 상태라는 것이죠. 그럴 때도 인식은 있는 겁니다. 텅 빈 상태라는 것은 알잖아요. 그것은 아직 끊어진 건 아닙니다. 여전히 나뉘져 있는 상태예요.

그런데 그 상태로 깊이 들어가 보면 텅 빈 느낌을 느낀다는 것 자체가 뭔지 모르는 상태로 들어갈 때가 있어요. 그럴 때 이제 완전히 주체와 대상이 녹아서 하나가 되어가고 있는 중입니다.

무연 그것이 헛갈리는 부분인데요, 텅 빈 상태를 인지하지 못하면 나중에 지나놓고 아는 겁니까?

월인 그렇죠. 그 속에서는 앎이라는 것이 없습니다. 그러니까 실시간적인 앎 자체가 사라져가고 있는 중이에요.

무연 끊어져버리면 끊어졌다는 것을 모르는데, 이것을 어떻게 인지하나 헛갈렸습니다.

월인 그래서 실시간적으로 알 수 없는 겁니다. 지금 이 순간 속에서는 그것을 알 수가 없는 것이죠. 만약에 알고 있다면 역시 마음이 여전히 나뉘진 상태죠. 그런 앎이 사라졌다 이겁니다. 그러나 앎의 작용은 여전히 진행중이에요. (다음 호에 계속) 

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