‘무지개 몸’과 ‘양자 붓다’

현불논단



지승도 교수
한국항공대 소프트웨어학과

새해 벽두부터 첨단 미래 신기술의 각축장인 CES2025(Customer Electronics Show)가 미국 라스베이거스에서 개최됐다. 테마는 ‘몰입’(Dive In)이다. 몰입형 기기를 체험해보니 탄성이 터져 나오지 않을 수 없다. 진짜보다 더 진짜답다. 사전적 의미로 ‘몰입’은 어떤 일에 집중해서 내가 나임을 잊어버리는 심리 상태다.

몰입형 장치는 대부분 특수안경을 중심으로 인간의 보조 역할을 담당해왔다. 하지만 미래 신기술은 그 너머를 꿈꾼다. 몰입의 수단으로 AI와 로봇을 내세운다. 마음(AI)과 몸(로봇)의 결합을 통해 인공존재까지 넘본다. 몰입이 주는 무아지경의 황홀감은 창조를 이끄는 원천이다. 하지만 알아차림을 놓친 몰입에는 ‘자아’라는 치명적 유령이 스며든다.

〈내가 된다는 것〉의 저자인 뇌과학자 아닐 세스는 ‘자아’라는 의식은 몸에서, 몸을 통해, 몸 때문에 발생한다고 주장한다. ‘자아’의 경험은 신체를 통해 이루어진다는 것이다. ‘몸과 마음의 결합을 통한 몰입’을 화두로 전개될 미래 신기술에 대한 기대와 우려가 교차하는 이유다. 이제 몸과 마음의 상호의존성과 ‘무아’의 진리에 대해 2500년이나 시대를 앞서간 불교가 전면에 나설 때이다. 기술은 죄가 없다. 인간의 무명이 문제일 뿐.

우리는 신체를 통해 ‘보는 자신’과 ‘보이는 대상’ 사이의 분리감을 통해 자신과 대상에 몰입한다. 몰입에는 양면성이 존재한다. 긍정적 측면은 ‘무한잠재성’이다. 주객분리의 이원성으로 세계에 대한 다양한 개념과 상상을 불러일으켜 문명 발전에 이바지해 왔음은 주지하는 바이다. 0과 1의 이분법을 토대로 탄생된 IT기술의 빅뱅은 아직도 끝없이 진화 중이다.

몰입형 기기 발전 ‘괄목상대’
몸, 마음 아닌 중첩상태라는
티베트 밀교, 서양학자 주목

반면 부정적 측면은 파멸적이다. 몰입이야말로 모든 고의 근원이다. 몸을 갖는 마음에서 ‘몰입’이 시작되어 ‘실체감’으로 뭉쳐진다. 이 느낌이 ‘자아’로 굳어져서 결국 ‘에고’라는 갑옷으로 무장된다. 실체 없는 주인공이 벌이는 허튼짓으로 고통뿐인 윤회의 공허한 수레바퀴는 끝없이 돌고 돈다.

몸과 마음의 비이원성, 즉 불이는 불교의 일관된 입장이지만, 교리나 수행 차원에서는 대부분 마음을 중심으로 전개돼 왔다. 이제 ‘미세몸’이라는 몸과 마음의 연결고리에 대한 관찰과 제어로써 몸과 마음의 동시 성불을 추구하는 티베트 밀교에 주목할 필요가 있다. ‘자아’에의 몰입을 ‘붓다’에의 몰입으로 대체하는 방편이다.

신비주의로만 여겨왔던 밀교 수행법은 이제 서양학자들도 눈독을 들일 만큼 합리적인 것으로 인식된다. 해탈의 과보는 ‘무지개 몸’이다. 몸(입자)도 마음(파동)도 아닌 중첩상태에 가깝다는 양자역학적 의미로 ‘양자 붓다’(Quantum Buddha)라고도 한다. 물론 환으로 환을 잡는 방편의 하나지만, ‘양자 붓다’ 방편은 불교 대중화는 물론 과학적으로도 의미가 클 것으로 기대된다.

나훈아의 은퇴곡 〈공〉으로 마무리한다. 팬으로서 토를 단다. ‘공’이지만 몰입의 잔재, ‘업’은 생생히 작동되기에, ‘공수래공수거’가 아니라 ‘업수래업수거’다. 꿈이지만 결코 꿈이 아니다.

“살다 보면 알게 돼. 잠시 왔다가는 인생 모든 것이 꿈이었다는 것을….”

불안서 벗어나려면…

세간과 출세간



효록 스님
다르마심리상담명상센터 대표

“요즘 숨도 못 쉴 것 같고 심장이 조이는 느낌이 들어요.” “제가 계엄의 직접적인 피해자도 아닌데 불안해요.” 최근 윤석열 정부의 12·3 비상계엄 선포 이후에 듣는 사례다.

이 비현실적 사건은 국민을 깜짝 놀라게 했고 일상의 안전을 위협했다. 어떤 이는 더 안전한 곳으로 피신했으며, 당황한 나머지 어찌할 바를 몰랐던 사람들도 있었다.

그날 밤 국회가 계엄령을 해제하지 않았더라면 우리는 자유가 아닌 억압된 세상에서 살고 있을 것이다. 하지만 안타깝게도 우리는 여전히 불확실하고 불안한 상황에 놓여 있다. 정부를 지지하거나 반대하는 편으로 분열(분리)되어 투쟁하고 있다.

분열(splitting)은 문제를 낳는다. 자기 내면에서 좋은 면과 나쁜 면을 분리하든, 외부의 대상을 전적으로 선과 악으로 분리하든, 분열은 갈등을 일으킨다. 갈등은 항상 불안을 낳는다. 정신에서 분열이라는 방어기제가 사용되면 처음에는 불안감을 줄이고 자존감을 유지하는 것처럼 느껴질 수 있다. 하지만 분열은 왜곡을 수반하기 때문에 위험하다. 이 방어기제가 사용되는 원인은 무엇일까? 그것은 주양육자(엄마)의 미숙함이나 우울증 또는 일관성 없는 양육방식에서 비롯된다.

두 살배기는 엄마에 대해, 자신을 만족시키는 좋은 엄마(세상)와 좌절시키는 나쁜 엄마라는 분리된 어머니상을 가진다. 그러다가 결국, 아이는 엄마라는 대상이 한결같은 사랑을 주는 분(대상항상성: 대상이 항상 내 안에 있다는 신뢰, 안전한 피난처)이라는 이미지로 통합한다. 즉, 아이는 자신과 엄마의 이미지를 내재화하여 ‘홀로 있을 수 능력’을 획득하게 된다.

비상계엄 이후 불안 호소 사례↑
불안은 억압을 낳으며 악순환
통합으로 나아가는 과정 필요해

하지만 대상항상성이 실패하면 선과 악을 통합하지 못하고 대인관계에서 쉽게 배신하거나 의심하게 된다. 어렸을 때 안전하게 보호받고 자란 사람은 성인이 되어서도 스스로를 보호할 수 있다. 하지만 안정감을 잃은 아이는 나머지 삶 동안 의지할 대상을 찾아 헤맬 수 있다.

불안에 대처하는 주요 방어기제는 억압이다. 불안이 억압되면 의식 영역 밖에 놓이기 때문에 불안하지 않은 것으로 인식된다. 그러나 억압은 또 다른 불안을 낳기 때문에 이 과정을 ‘신경증적 역설’이라고 부른다.

신경증에 기반한 사람은 자신의 문제나 고통이 자기 내면의 갈등 때문이라는 것을 인정하지 않는다. 그들은 모든 것을 대상(음식·날씨·운명 등)이나 다른 사람 탓으로 돌리고 원인과 결과를 인정하지 않으려고 한다. 투사는 가장 미숙하고 병리적인 방어기제로서, 자신이 받아들일 수 없는 감정, 충동, 생각, 문제, 결점 등이 외부에 있다고 믿는다. 이것이 사고(thinking)의 형태로 투사되면 망상이 되고, 지각의 형태로 투사되면 환각이 된다.

우리는 원래 하나에서 출발했으며 하나이다. 남은 과제는 통합이다. 통합은 자기 내면의 무의식적인 상태를 정직하게 알아차림의 빛으로 비춰봐야만 회복할 수 있다. 최근 호흡기 질환의 증가와 불안한 정세가 관련이 있는 것은 아닐까!

社 說

한국불교는 ‘K팝’처럼 될 수 있을까

K-팝, K-드라마, K-무비, K-푸드 등등. 한국의 문화콘텐츠가 세계를 장악한지 10여 년이 됐다. 당장 올해도 넷플릭스에 공개된 드라마 ‘오징어게임2’는 전 세계적으로 인기를 끌고 있다. 방탄소년단(BTS) 멤버 전원이 전역함에 따라 소속사인 하이브 주가 목표가를 28만원에서 30만으로 상향하는 증권보고서가 최근 발표되기도 했다. 이 같은 인기에 문화체육관광부는 올해 6월 ‘비욘드 K 페스타’를 잠실 올림픽공원 일원에서 연다. 한류를 통한 글로벌 문화교류 확대를 위해 열리는 이번 행사는 예산만 80억 원에 달한다.

4차 한류 시대가 열렸지만, 한국불교에 미칠 영향은 아직 미미해 보인다. 옥스퍼드 대학 출판사는 〈옥스퍼드 불교 백과사전〉(이하 백과사전)을 최근 발간했다. 약 1400여 쪽에 달하는 백과사전은 138개의 챕터로 이뤄질 정도로 방대하다. 주요 내용은 경전 해설부터 불교인물, 불교미술, 불교철학, 지역까지 전반을 망라한다. 또한 최근 부각되는 있는 세계화, 의료, 뇌과학, 미디어, 생명윤리 등 응용불교 영역도 다룬다.

옥스퍼드 불교 백과사전에 ‘한국불교’만 누락
일본불교 편중 문제지만, 세계화 현주소 확인

지역 불교의 경우 일본, 중국, 몽골, 티베트, 동남아시아 심지어 미국불교와 서구 유럽불교까지 다루지만 챕터 어느 곳에서도 ‘한국불교’는 찾을 수 없었다. 특히 일본불교에 대한 편중이 심각했는데, 니치렌·스즈키 다이세츠 등 일본불교 법사와 신토(神道)까지 다루고 있다.

사실 인도 지역에서 발생한 불교가 동진(東進)해 중국과 한국, 일본에 전해졌고, 한반도의 불교 역사가 1700년이 됐다는 것은 불교학자라면 상식이다. 그럼에도 백과사전을 편찬하면서 ‘한국불교’ 관련 표제어를 누락했다는 것은 쉽게 납득하기 어렵다. 그렇다고 한국불교학계가 인력풀이 없는 것도 아니다. 옥스퍼드 대학에서 불교철학 박사 학위를 받은 학자와 스님 현직에서 활동 중이기도 하다.

이는 옥스퍼드 대학 출판사에서 발간한 백과사전이 “서구 유럽 불교학계 연구 주제의 한계를 보여준다”는 비판이 한국불교학계에서 제기되는 이유이기도 하다.

〈옥스퍼드 불교 백과사전〉은 한계가 명확한 반쪽 짜리 백과사전임은 분명하다. 그럼에도 ‘한국불교’ 관련 목차가 단 한 개도 존재하지 않았다는 것은 ‘한국불교 세계화’의 현 상황을 여실히 보여주는 단초다.

김난도 서울대 소비자학과 교수의 〈트렌드 2025〉에서는 올해 주목할 트렌드로 ‘그라데이션K’를 꼽았다. 국내 외국인이 증가하며 학교와 일터의 풍경이 바뀌고 있으며, 콘텐츠·음식은 물론 도시의 풍경까지 한국과 세계 문화의 경계가 흐려진다. 그렇기에 저자는 “무엇이 진정으로 한국적인가”에 대한 유연한 담론이 필요하다고 강조한다.

한국불교 역시 세계화의 길이 여기에 있지 않을까. “무엇이 진정한 한국불교인가?” 이 화두를 타파하기 위해서는 다양한 방편들이 필요할 것이다. ‘우보천리(牛步千里)’라고 했다. 소의 걸음으로 차근차근 ‘한국불교 세계화’를 위한 걸음을 내딛자.

현대불교 불교의 생활화 · 현대화 · 세계화 1994년 10월 15일 창간
발행인 : 혜도 스님 대표 겸 편집인 : 한명우 인쇄인 : 배성한
(우)03131 서울시 종로구 율곡로 6길 36, 606호 (운니동, 월드오피스텔) 대표전화(02)2004-8200 / 대표팩스(02)737-0698
편집국 02)2004-8257 회사홈 현불닷컴 www.hyunbul.com
광고국 (02)2004-8204 실시간 뉴스 현불뉴스 www.hyunbulnews.com
FAX (02)737-0698 쇼핑몰 마하몰 www.mahamall.co.kr
현대불교 지사안내
부 산 지 사 : 010-5640-8883 대 구 지 사 : 010-6780-9190
충 청 지 사 : 010-8341-0560 영 주 지 국 : 010-9373-3778
경 남 지 사 : 010-3860-7008 전 북 지 사 : 010-8642-7733
광주전남지사 : 010-2629-1508
구독신청 · 배달안내 (02)2004-8212 구독료 : 1개월 5천원
등록일:2007년 3월 9일 · 등록번호:서울다 07641(주간) 본지는 신문윤리강령 및 그 실천 요강을 준수합니다

종 단 공 고

재)대한불교일붕선교종

종도 모집 안내

재단법인 대한불교 일붕선교종은 1988년 일붕 서경보 스님을 개조로 서울 일붕선원에서 창종된 한국불교 대표 종단입니다. 재단법인으로서 일붕선교종은 국태안민과 남북 평화통일 기원 만등불사, 국군장병 및 사회복지시설 위문 및 지원사업, 종도단합 및 국운 융창기원법회 등 각종 법회와 사회사업을 전개하고 있습니다. 사회 곳곳에서 부처님 가르침을 함께 전할 종도를 모집합니다. 02-991-8175

불기 2569년(2025) 1월 22일

일붕선교종 총무원장 혜일 스님

대한불교삼론종

종도 모집 안내

대한불교삼론종은 고구려 삼론종의 맥을 이어가고 있는 한국불교 대표 종단입니다. 제6세 종정 혜승 스님과 제10대 총무원장 해불 스님을 중심으로 2023년 삼론불교대학을 개교하고 전법 포교에 나설 승단 양성에 역주하고 있으며, 중국 삼론종 발원지 및 사찰들과 결연을 맺고 자비실천에도 앞장서고 있습니다. 전법 포교에 함께 나설 종도를 모집합니다.

불기 2569년(2025) 1월 22일

대한불교삼론종 총무원장 남륜 스님

사)여래불교조계종

종도 모집 안내

사단법인 여래불교조계종은 시대가 요구하는 올바른 불교 모습을 정립하고자 공익법인 여래불교조계종을 창종하고 활발한 활동을 진행하고자 합니다. 불법홍포에 앞장설 전국 종도 스님을 모집하기에 이를 공고합니다. 010-6219-4757

불기 2569년(2025) 1월 22일

여래불교조계종 총무원장 덕평 스님