마음책 다시 읽기 '그대는 꽃입니다' ❸ 당신과 나는 왜 이렇게 다르죠?

▶ 한줄 요약
우리의 인식은 잘못될 수 밖에 없기에 타인을 생각할 때 섣불리 결론을 내려서는 안된다.

관계 어려움 극복, 겸손한 인식서 시작



무의식 안의 씨앗

불교 심리학에 의하면 마음은 두 가지 중요한 부분으로 나눠집니다. 하나는 '심의식'이라고 부르는 것으로 우리가 서로의 말을 듣고 이해할 수 있는 부분의 마음입니다. 다른 하나는 '저장의식' 즉 아뢰야식(alaya viinana)인데, 이것은 우리의 다섯 감각 기관(五根)과 여섯 번째 기관인 의근(意根)과 심의식을 통해 들어오는 모든 경험이 저장되는 무의식의 마음입니다. 이것은 잠자고 있는 씨앗(Skr.bija) 모양을 하고 있습니다.

의식의 저장소에는 온갖 종류의 씨앗이 담겨 있습니다.

첫 번째 씨앗은 우리가 부모와 조상으로부터 물려받은 씨앗입니다. 예를 들어 라이언의 부모는 큰 사업을 성공적으로 경영하고 있습니다. 그런데 아들인 라이언은 항상 음악 분야의 직업에만 매료되었고 부모는 그 이유를 알지 못했죠. 부모의 강력한 반대에도 불구하고 라이언은 바이올리니스트가 되기를 원했습니다. 그런데 나중에 알고 보니 라이언의 삼촌이 매우 재능 있는 굉장한 음악가였다는 겁니다. 라이언이 갖고 태어난 훌륭한 음악적 재능의 씨앗은 바로 삼촌에게서 물려받은 것이죠.

이제는 여러분 자신을 되돌아봅시다. 여러분은 스스로에 대해서 나는 내가 뭘 좋아하는지 잘 안다고 생각할 거예요.

그런데 사실은 자신이 누구인지 뭘 좋아하는지 20~30 퍼센트 정도밖에는 모른답니다. 당신의 저장의식 안에는 조상들이 물려준 많은 경험과 씨앗이 아직까지 발현되지 못한 채 기회를 엿보고 있습니다.

두 번째 씨앗은 지금까지의 삶에서 경험으로 심어진 씨앗입니다. 우리는 그것들을 '새로 심은 씨앗'이라고 부릅니다.

이 씨앗은 우리가 어머니의 자궁에 있을 때부터 심기 시작한 것인데 태중에 있을 때부터 어머니가 경험했던 모든 감정을 이어 받습니다. 태어날 때부터 얻은 모든 삶의 경험은 우리의 저장의식에 들어가 씨앗의 형태로 응결된다고 보면 됩니다. 외부 조건에 따라 특정한 씨앗에 물이 주어지면 그 씨앗은 싹을 틔우고 정신을 형성하는 심의식으로 발현되는 것이죠. 불교 심리학에서는 기쁨, 분노, 슬픔, 갈망, 거만함, 의심, 사랑, 두려움, 시기심, 동정심, 자비심, 평온함, 혼란, 혐오, 증오, 마음챙김 등 적어도 51개의 의식이 있다고 합니다.

다양한 인식의 씨앗

인식은 우리 마음의 51개 의식 중 하나일 뿐이지만 우리를 행복하게도 슬프게도 혼란스럽게도 또는 깨달음을 얻게도 하면서 우리를 꿈틀거리게 합니다. 붓다께서는 우리가 무언가를 감각적으로 경험하게 되면 그 경험은 결코 잊히지 않는다고 하셨어요. 그것들은 모두 저장의식 안에 하나도 빠짐없이 기록되기 때문이죠.

예를 들어 플럼빌리지를 방문한 아나벨이라는 방문객이 나를 만난 후 나의 목소리와 겉모습, 나의 눈과 피부색에서 몇 가지 감각적인 인상을 받았다고 해봅시다. 아나벨의 마음 속에는 나에 대한 인식이 이미 형성되었겠지요. 만약에 아시아 불교국가의 다른 비구니스님과 만난 경험을 가지고 있는 브리짓이라는 방문객이 나를 만났을 때를 봅시다. 그녀의 저장의식에는 이미 비구니스님은 이러이러하다라는 강한 인상을 갖고 있을 거예요. 그래서 브리짓은 아나벨의 인식과는 상당히 다르게 나에 대한 인식을 그녀의 마음 안에 그려 놓았을 거예요.

지금 법당에 앉아서 나의 법문을 듣는 7백 명의 사람들은 나에 대해 7백 가지 다른 인식을 갖고 말할 거예요. 9.11테러가 발생했을 때 3억 인구의 미국인들은 그들의 저장의식에 저장되어 있는 테러리즘과 이슬람세계에 대한 인식의 씨앗을 바탕으로 그들이 경험한 것에 대해 3억 가지의 다른 인식을 갖게 되었을 것입니다.

인식의 작용

당신이 누군가와 사랑에 빠졌다면 당신은 지금 상대방에 대한 당신의 인식과 사랑에 빠져 있는 것입니다. 당신은 아직 그 남자나 여자의 현실적인 모습이나 본성은 모르고 있죠.

사람들은 그들이 삶에서 경험한 내용을 성인이 될 때까지 저장의식 안에 응축된 씨앗 형태로 저장하고 있어요. 만약 당신이 지금 누군가를 만난다면 당신은 어린 시절에 만났던 좋은 사람들의 특성을 무의식적으로 떠올리게 됩니다.

이제 어린아이에서 어른으로 성장한 당신은 그 저장의식에 있는 좋은 이미지를 가진 사람과 사랑에 빠지고 맙니다. 그런 남자나 여자를 보는 순간 사람들은 그에게 빠져드는 감정을 저항할 수 없게 되는 거죠. 사람들은 저장의식 안에 숨어 있던 오래된 이미지를 다시 상기시킨 사람에게 바로 감정이입을 하게 되거든요. 첫눈에 누군가를 사랑하거나 미워하게 되는 것은 대부분 당신이 무의식 안에 갖고 있던 달콤한 기억이거나 고통스런 기억 때문입니다. 그런데 안타깝게도 현실의 그 사람은 완전히 다른 사람일지도 몰라요.

불완전한 외부 인식 체계
불교선 '맹인'의 시각비유
겸손한 인식이 오해 줄여

당신에게는 어린 시절에 당신을 몹시 괴롭히거나 당신을 많이 비난한 사람이 기억에 남아 있을 거예요. 그래서 그 사람과 육체적으로 닮은 사람, 비슷하게 걷거나 말하는 사람, 같은 피부 색깔을 갖고 있는 사람을 보게 되면 즉시 무의식적으로 그 사람에게 혐오감을 느끼게 되죠.

반대의 경우도 있을 수 있어요. 어린 시절에 당신이 사랑한 사람이거나 당신을 사랑했던 사람을 생각나게 하는 누군가를 만나게 되면 당신은 그 사람에게 특별한 감정으로 끌리게 됩니다. 그래서 그 사람과 사랑에 빠지게 되고 마침내 그와 함께 살기로 결정했다면 당신은 무의식 안에 있는 옛날 사람에 대한 좋은 인식과 사랑에 빠진 것입니다. 아직은 현실 속의 그 사람을 제대로 알지 못하는 경우가 있어요. 그래서 마음에 꽃피우기 수행은 사랑하는 사람의 본성을 진실하게 알아가도록 도와 드립니다. 당신이 첫 번째로 인식한 사람이 아닌, 진짜 그 사람이 누구인지를 알도록 도와드리는 거죠.

우리의 인식은 착각을 일으킨다고 붓다께서 말씀하셨습니다. 우리는 어떤 사건이나 사람의 한 부분만을 인식하죠. 그럼에도 불구하고 우리는 새롭게 만난 사람이 우리가 인식한 첫 번째 사람과 완전히 일치한다고 확신해 버립니다. 다른 부분은 모두 마음 안에서 만들어낸 것이고, 우리는 단지 우리가 인식한 일부분과 사랑에 빠진 것인데 말이죠. 당신이 상상했던 것과는 다른 점을 그 사람에게서 발견하게 됐을 때 당신은 아마 속았다고 생각할지도 몰라요. 심지어 그 사람이 당신을 속였다고 생각하겠죠. 대부분의 갈등은 이렇게 상호간에 잘못된 인식과 불완전한 관점에서 비롯됩니다.

당신이 아직 깨달음에 이르지 못한 사람이라면 당신의 저장의식의 씨앗에 따라 사람, 나무, 산, 강, 또는 사건을 인지하게 된다고 붓다께서 말씀하셨어요. 마치 코끼리를 처음으로 만져보는 맹인과 같은 거죠. 첫 번째 사람은 코끼리의 다리를 만져보고 코끼리는 마치 네 개의 기둥과 같다고 확신합니다. 그런데 귀를 만져본 다른 사람은 코끼리가 평평하고 부드러운 카펫 같다고 합니다. 두 사람은 코끼리의 생김새에 대한 서로 다른 의견으로 논쟁하기 시작하죠. 그렇기 때문에 우리는 자신의 견해에 겸손해져야 합니다. 무언가에 대한 견해는 단지 하나의 인식이거든요. 모든 인식은 불완전한 것이죠. 그와 같은 인식이 사물, 상황 또는 사건에 대한 온전한 현실이 될 수는 없습니다.

서로에 대한 오해 풀기

불교의 경전 가르침 중에는 인식이 착각을 일으키는 경우에 대해 자주 언급합니다. 가장 잘 알려진 이야기 중 하나는 길 위에 놓인 한 토막의 밧줄이 뱀으로 인식되는 예입니다. 그와 반대로 인식될 수도 있지요. 진짜로 뱀이 거기 있는데 그것을 한낱 밧줄로 인식하기도 하죠.

아마도 당신은 가끔 동료 중의 한 사람이 하는 말에 화가 날 때가 있을 거예요. 동료가 정말로 당신을 모욕하려고 하는 것처럼 보일 때도 있습니다. 당신은 그 사람이 거만하다고 생각하고 시간이 지날수록 그가 점점 더 미워집니다. 그러나 당신이 그 사람의 말에 반응하지 않는다면 내면에 더 많은 평화와 고요함을 발견하게 될 겁니다. 또 다른 날 다른 경우에 그 사람을 관찰하면 그 사람이 거만하지 않다는 사실을 알게 될지도 모르거든요. 동료는 단지 그때 마음이 너무 조급했고 미숙한 방법으로 말한 것뿐일 거예요. 당신은 전체 그림의 작은 일부분만을 본 것이죠.

당신이 만약에 누군가에게 짜증이 났고 그래서 그 사람 근처에 있고 싶지 않다고 합시다. 당신의 이 짜증은 불완전 하거나 부정확한 인식에 바탕을 둔 것일 경우가 많아요. 당신은 누군가가 당신에게서 무언가를 훔쳐가려 한다거나 당신에 대해서 나쁘게 말한다고 생각할지도 몰라요. 그런데 사실 그렇게 생각하는 당신이 틀렸을지도 모릅니다.

그럼에도 불구하고 당신이 그 사람에게 계속 불친절하게 행동한다면 상황은 더 악화될 거예요. 실제로는 그렇지 않지만 일어날 것이라고 우려한 상황이 벌어질지도 모릅니다.

당신이 먼저 불쾌한 말투로 시작했고 상대방도 불쾌한 말투로 대꾸합니다. 그러면 서로의 상처는 점점 더 커지고 말죠.

누군가에 대해 어떠한 생각을 가질 때 당신이 먼저 기억해야 할 일은 당신의 인식에 대해 매우 겸손해져야 한다는 것입니다. "확실하지는 않지만 제가 보기에 그녀는 별로 똑똑하지 않은 것 같아요." "저는 그가 게으른 사람이라고 생각하지만 그를 더 잘 이해하기 위해서는 많은 시간이 필요할 것 같아요."

당신의 인식은 오해거나 잘못된 해석일 수도 있어요. 어쩌면 그는 당신이 생각하는 그런 사람이 아닐 수도 있으니 절대 결론을 서둘러 내리지 마세요.

또 다른 경우, 당신의 감정이 평화로워졌고 그 사람도 또한 평화로워졌을 때 당신은 그에게 다가가 친절하게 말할 수 있습니다.

"당신이 그렇게 말하고 행동했을 때 저는 충격을 많이 받았고 마음에 상처를 입었어요. 당신이 그렇게 행동한 이유가 있었겠지요. 저에게 그 이유를 좀 말씀해 주시겠습니까? 제가 당신을 잘 이해하기 위해서 그 이유를 알고싶습니다."

이렇게 겸손한 태도로 물어본다면 그 사람은 당신에게 상황을 설명할 기회를 갖게 되고, 그의 말을 들은 후 당신은 '아! 그 사람은 내가 생각한 것처럼 나쁜 사람이 아니었구나.' 라고 깨닫게 됩니다. 그에 대한 당신의 해석이 잘못된 방식으로 이루어졌다는 것을 깨닫게 된다는 것이죠.

자기 자신의 인식을 겸손하게 하면 관계에서 일어나는 많은 어려움을 해결할 수 있습니다. 우리에게 일어나는 모든 충돌은 잘못된 인식을 바탕으로 일어난 것이기 때문이죠.

저자 : 찬콩 스님 〈사유수 펴냄〉

영혼의 세계 빙의

◉ 영가천도는 이렇게 해야 한다! ◉

■ 영가천도를 행하는 사람이 영화 화면 보듯이 훤하게 영가를 볼 수 있어야 한다!
■ 영가의 생각을 환자의 입으로 영가의 이름, 나이, 성별, 빙의, 년수, 살던곳, 가족인지 아닌지를 확인 할 수 있어야 된다.
■ 영가가 몸에 들어온 이유를 말하게 해야 한다.
■ 영가가 병든 상태인지, 다친상태인지등을 확인하여 치료해줄 수 있어야 된다. 그렇지 않으면 환자의 병이 낫지 않는다(영가의 병이 사람에게 옮겨온 경우.)
■ 영가가 무엇을 좋아하는지, 갖고 싶은것, 먹고 싶은것을 물어서 원하는 것을 갖고, 먹게 해주어야 떠난다.
■ 예를들면 소주가 먹고 싶은데 맥주를 주면 영가가 토라져서 천도가 되지 않는다. (환자의 입으로 말한다.)
■ 영가가 알아듣기 쉬운말로 설득을 해야 한다. 어려운 경문을 외우면 영가는 알아듣지 못한다. (살아있는 사람도 어렵게 얘기하면 못 알아듣는다.)
■ 환자의 입을 통해 영가가 떠난다고 말하고 빛을 타고가는 것이 환자가 볼 수 있어야 된다. (빛은 영가가 천상으로 가는 길이다.)
■ 조상영만 천도하면 된다고 생각하는데 영가를 확인해보면 조상령 보다도 타 영가가 훨씬 많은 것을 알 수 있다. (조상영가,전생영가로 인해 잡귀가 들어온다.)
■ **영가 천도제를 하고 나면 곧바로 병이 호전되어야 한다.**
■ '비만'같으면 그 자리에서 살이 빠지는 것이 확인 되어야 하고 육체적인 증상이 곧바로 개선 되어야 한다.
■ 먹는 음식이 절제가 되지않고 살이 찌시는 분.

불임, 자연유산, 우울증, 심장발작, 조울증, 강박증세, 신들림, 불면증, 악몽, 가위눌림, 현대의학으로 진단이 안나는 병, 몸에서 기운이 빠져나가는 병, 근육이 풀어지며 통증으로 고통 받는 분, 몸이 굳어지며 감각이 없는 분, 병원 등을 수 군데 찾아다니고도 못고친 병으로 고생하는 분.

❖ 스님(수행하시는 모든분)오래된 고질병으로 고생하시는분. ❖ ❖ 영가를 확인하면 어마어마한 사실을 알게된다. ❖

풍수에 관한 모든 것 상담 가능 천광수련원 TEL 043) 905-8275 (충북 보은군 내북면 봉황리 223번지)