



G A T S A L TEACHINGS

가찰 법문

제19호

동규가찰링 승가대학 뉴스레터

2007년 1월

편견과 자기안주의 극복 (1부)



*우리가 만나는 모든 사람들이  
근원적으로 우리와 같다는 것을  
우리는 제대로 알아야 합니다.  
즉 그들은 행복하기를 원합니다.*

아마도 오늘 이야기는 자기안주에서 시작해야 할 것 같습니다. 아시아 및 유럽의 일부 지역에 아직도 남아있는 전통사회와 현대사회가 가진 차이점 중 하나는 서구사회가 개인을 지나치게 찬양한다는 것입니다. 아주 흥미로운 현상이지요. 역사를 살펴보면 지금까지 그런 시대는 한 번도 없었습니다. 그것이 진화인지 퇴화인지는 아직 판단할 수 없습니다. 하지만 하나의 출발인 것은 분명합니다. 다만 우리가 이 사회 속에서 태어났기 때문에 그 완전한 모습을 알지는 못하는 것 뿐입니다.

전통사회에서는 한 생명이 태어나면 처음부터 절로 커다란 네트워크의 일부로 진입합니다. 그 네트워크는 국가적인 것이 아닙니다. 개인이 처음 하는 생각은 “ 나는 오스트레일리아 사람이다” 또는 “ 나는 인도사람이다” 가 아니라 자신이 몸담고 있는 지역과 그 안에 있는 사회적 환경, 그리고 가족에 관한 것입니다. 즉 자신들이 동일화하는 대상이지요. 그들은 가족 네트워크의 일부입니다. 가족 네트워크의 일부라는 것은 단지 부모 형제 자매만이 아니라 사촌 이모 육촌 팔촌까지 포함하는 것입니다. 예를 들어 우리가 인도 사람인데 새로운 곳으로 가면 여전히 인도 어딘가에 가족이 있습니다. 그는 그 사람과 7세대 전에 결혼을 했을 수도 있지만 그래도 여전히 가족인 것입니다. 우리는 언제나 누군가와 몇 세대를 거슬러 올라가든 어떤 면으로든 연결되어있는 이런 토대를 가지고 있었습니다. 그러니 네트워크의 구멍 속으로 떨어지기란 매우 어렵습니다. 언제나 누군가 우리를 받쳐주고 돌보아주는 사람이 많이 있습니다.

이런 상황의 한 측면은 우리가 가족이라는 하부조직 네트워크에 속해있기 때문에 (인도에서는 카스트에, 다른 지역에서는 가문에) 우리가 안전하다는 것입니다. 우리는 그 가족과 카스트와 가문에 의무와 책임을 가지고 있습니다. 우리는 우리가 속한 사람들에게 명예감을 가지고 있습니다. 비록 아주 낮은 카스트라 해도 그 카스트에는 자연스럽고 우리가 존중하는 규칙과 법칙이 있습니다. 가족이라는 구조 안에서 우리는 우리가 어디 속하는지 알고 있지요. 어릴 때 우리는 어른들을 존중하고 그분들을 위해 일을 해야 했습니다. 개인적으로 그분들을 좋아하든 않든 말이지요. 우리는 그분들에게 속했고 그분들은 우리에게 속했습니다. 우리에게겐 의무가 있었어요. 우리는 그분들을 돌보고 그분들은 우리를 돌보셨습니다. 그런 후 여자인 경우는 결혼을 해서 집을 떠나고 남자인 경우는 누군가를 집으로 데리고 왔지요. 무엇을 해야 하는지 알았고 우리 나이와 처지에서

무엇이 적합한 행위인지는 언제나 동일했습니다. 이미 정해져있었고 명확했습니다. 이것이 안전감과 소속감을 주었어요.

물론 이것의 부정적인 측면은 시키는대로 해야 한다는 것이었습니다. 완수해야 할 의무도 있었지요. 우리는 자유로운 존재가 아니었고 특히 결혼에 관해서 그랬습니다. 인도에서 결혼은 주로 어른들이 중매를 하고 우리들에겐 선택권이 없지요. 사실 우리가 결혼할 나이는 누구와 결혼할지 신중한 선택을 함에 있어 가장 부적합한 시기입니다. 상식보다는 호르몬에 좌우되는 경우가 많기 때문입니다. 그러므로 가족이 볼 때 사회적으로 또는 점성술적으로 우리에게 적합한 사람이라고 느끼는 사람을 고르도록 하는 게 더 나은 판단이 됩니다. 부모는 경험도 더 많고 감정적으로 깊이 개입해 있지도 않기 때문입니다.

그러므로 이런 연장된 가족 네트워크에 소속된다는 것엔 장단점이 다 있습니다. 이것은 다만 아시아에만 있는 것이 아니라 유럽에서도 100년 전까지는 있었습니다. 우리보다 연장자에게 해야 할 행동, 동등한 사람, 또는 아랫사람에게 해야 할 행동을 알았기에 안전감이 있었습니다. 우리의 위상이나 부모가 선택해준 사람을 좋아하든 싫든 우리는 무엇이 적합한지 알고 있었습니다.

최근 서구에서는 이런 전통이 거의 완전히 깨져버렸습니다. 옛 방식으로 하면 개인은 집단에 속해있었고 자신의 소망이나 욕망은 집단의 그것에 종속되었습니다. 그것에 반항하고 자신의 개인적 소망이 집단의 이해관계에 도움이 되지 않는데도 계속 고집한다면 커다란 범죄였습니다. 그러므로 가족구조에서 쫓겨나고 추방되고 거부되는 것은 최대의 공포였습니다. 그런 후에는 개인에게 지원 체계가 사라지고 어디에도 속하지 않기 때문입니다. 우리는 아무런 보호없이 혼자서 무 상태에 있는 것입니다.

오늘날에는 개인의 컬트가 존재합니다. 중요한 것은 개인입니다. 아무리 나이가 어려도 자신의 전 인생을 관장할 권리는 개인에게 있습니다. 그리고 그런 나이가 점점 더 어려워지고 있는 것을 느끼셨습니까? 너무나 어리고 경험없는 사람들에게 제어권이 주어져 자신의 삶을 안전하게 지킬 지혜조차 없습니다. 그리하여 개개인이 아주 어린 나이에 자아감은 강하지만 다른 사람들과의 상호연결감은 없는 것이 현실입니다.

전통적으로 어린이에게는 부모와 선생님을 존경하라고 가르쳤고 그에 의문을 제기하지 않았습다. 티벳인들 중에도 극히 까다롭고 이기적인 부모를 가진 사람을 저도 알고 있지만 자녀들은 그래도 부모를 사랑합니다. 부모를 존중하고 부모의 문제를 이해하고 공감합니다. 물론 부모도 결점을 가지고 있음을 알고 있지만 그에 상관없이 그들은 여전히 부모인 것입니다. 자신에게 생명을 주고 길러준 어머니 아버지인 것이며 그 부모가 없었더라면 자신들이 이 세상에 없었을 것이기에 감사하는 마음을 가집니다. 이런 감사의 마음, 사람의 존재를 진정 인정하는 품성이 현대사회에 결여되어 있습니다. 사람들이 감사를 느끼는 경우는 매우 드뭅니다. 우리 자신이 모든 것을 할 수 있다고 생각합니다. 하지만 실은 그 누구도 모든 일을 혼자서 할 수는 없습니다. 우리는 누구나 다른 사람에게 의존하고 삽니다.

우리는 지금 모든 사람이 홀로 존재하는 사회에 살고 있습니다. 내가 원하는 것이 중요하지 다른 사람이 필요한 것에 대한 공감, 동감 배려하는 거의 없습니다. 우리가 원하는 것이 누군가를 해칠 수도 있다는 생각도 못합니다. 당연한 권리인 것처럼 우리는 “ 모든 것이 나를 위한 것이고 그렇지 못한 남들은 안됐지만 자기 문제는 자기가 알아서 하라고 해!” 라고 생각하며 충족감을 느껴야 합니다. 우리는 원하는 것은 무엇이든 할 자유가 있습니다. 원하는 것은 무엇이든 다 할 수 있는데 우리는 왜 완전히 행복하지 않을까요? 자신을 영원히 행복하게 해줄 자유를 얻기 위해 그렇게 오랫동안 싸워온 젊은이들에게 왜 자살률이 그렇게 높을까요?

무엇이 잘못된 건가요? 우리의 소비사회는 개인을 숭배하고 특히 성공한 개인을 숭배합니다. 성공한 개인이 되려면 우리는 소비사회가 시키는 대로 해야 합니다. 특정한 방식으로 사물을 보아야 하고, 동일한 종류의 정크 푸드를 먹고 술마시고 담배피며 쿨하게 보여야 합니다. 그렇게 하면 성공을 하고 친구도 많고 영원히 행복할 겁니다. 하지만 그렇게 되지 않습니다. 왜 그럴까요?

어떤 방식으로든 이 “나, 나, 나”에 대한 지나친 강조, “나의 소망, 나의 욕망, 모든 것이 내것”은 잘 되지 않지요. 정신적 질병이 있는 사람은 대체로 자기자신에 집착하고 있습니다. 그것은 그들이 건강하지 못함을 말해주는 징표들의 하나라 할 수 있어요. 그들은 자신을 제외한 어떤 것에 대해서도 말할 수가 없습니다. 그들은 자신에 매혹되었다 할 수 있지만 그들의 관심은 다만 자신의 문제, 정신적 고민, 어린시절 자신에게 일어난 끔찍한 일들, 또는 자신의 끔찍한 인간관계에 있을 뿐입니다. 얼마나 자신에게만 미쳐있는지 다른 무엇도 생각할 수가 없습니다. 무언가 다른 일반적인 주제로 바꾸려 하면 그들은 금방 지루해하고 금방 다시 “나, 나, 나”로 돌아옵니다. 이것은 일종의 노이로제 증상입니다.

사회는 이를 조장하고, 우리가 오직 “나, 나, 나, 나의 소망, 나의 욕망, 나의 야망, 나의꿈만을 생각하게 하고, 그것이 진정 원하는 것이면 가서 획득하라. 다른 무엇도 생각하지 말라. 그런 것들은 중요하지 않으니까”라고 생각하도록 만듭니다. 이것이 잘 되면, 이로 인해 우리가 행복하고 평화롭고 충족을 느끼면 만사 오케이입니다. 하지만 겉으로는 우리가 성공한 것처럼 보여도 실은 그렇게 되지 않습니다. 나는 겉으로는 매우 성공한 것처럼 보이는 사람을 많이 만납니다. 그들은 아름다운 집에, 커다란 벤츠를 몰고 외모도 아름답고 멋집니다. 그들에겐 없는 것이 없지만 그들은 행복하지 않아요. 그들과 5분만 이야기를 하면 다 나옵니다. 그들의 모든 불안 불만 고통 그리고 진정한 자신과는 조금도 관련이 없는, 그들이 유지하려 죽도록 애쓰는 가장된 걸모습. 하지만 그런 것은 다른 사람과 이야기할 수 없어요. 아무도 그런 것을 듣고 싶어하지 않아요. 모든 사람이 자신의 문제만을 말하고 싶어 합니다.

소위 자기안주라고 불리는 문제는 우리가 “나, 나, 나”에 미쳐있을 때, 끝을 모르는 욕망을 만족시킬 수만 있다면 언젠가는 모든 게 제대로 되고 동화책처럼 영원히 행복해지리라 생각하기에 일어납니다. 어린시절 나는 동화책에서 한 왕자가 마침내 공주를 만나 두고두고 행복하게 살았다는 이야기를 읽을 때조차도 언제나 이후 그들은 어떻게 되었을지가 궁금했습니다. 밀월이 끝나면 무엇이 있나? 그때 문제가 시작될 겁니다. 많은 경우 그들은 서로 맞지 않는 인간형들이었거든요. 그런 것은 처음부터 알 수 있습니다.

우리는 행복을 찾음에 있어 전혀 엉뚱한 방향을 보고 있을 수 있습니다. 사회는 이기심이 영원한 충족과 기쁨과 지복을 가져오리라고 말하지만 이것은 사상 최대의 거짓말입니다. 물론 사회가 우리에게 거짓말을 하는 것은 우리가 물건을 사도록, 쳇바퀴 돌리는 다람쥐처럼 아무데도 가지 못하는데도 지쳐 쓰러질 때까지 우리가 계속 달리도록 하기 위해서입니다.

붓다는 욕망이 소금물과 같다 했습니다. 자꾸 마실수록 더욱 갈증을 느끼게 되지요. 갈증은 절대 달래지지 않고 그저 더 목이 마를 뿐입니다. 그러므로 아마도 행복으로 가는 길은 항상 “내가 원하는 것, 나의 행복, 나의 충족, 나의 가능성 실현”만을 생각하지는 않는 데 있을 것 같습니다. 아마도 진정한 만족은 전혀 다른 방향에 있지 않을까요. “나, 나, 내것”에 대한 집착을 놓아버리는 것 아닐까요. 아마도 진정한 행복은 남들을 생각하는데 있을 것 같습니다.

개인의 컬트를 가진 우리 사회는 소외라는 끔찍한 문제를 만들었습니다. 누군가 “남들과 함께 혼자서”라는 책을 썼더군요. 그 제목이 한 마디로 압축해줍니다. 우리는 늘상 무언가 모임을 갖습니다. 바에 가고 아내나 배우자 또는 동반자와 함께 있지만 진정한 연결은 없는 느낌, 주변에 수많은 사람들에게 둘러싸여 있는데 혼자 있는 느낌이 있어요. 그것이 바로

사람들이 함께 모여 술을 마시는 이유입니다. 취해서 자신의 외로움의 소리를 잠재우는 것. 외로운 것이 너무 두렵기 때문에 말이지요. 우리가 다른 모든 사람과 같지 않다고 생각하는 것, 사회가 만든 기준에 부합하지 못하는 것은 매우 고통스러울 수 있어요. 매년 우리는 특정한 방식으로 보기를 기대당하고 사람들은 그에 맞추기 위해 할 수 있는 한 최선을 다합니다. 그리고 다음 해가 되면 우리 모두는 다시 또 다른 방향을 봐야 하고, 새로운 옷들을 사야 합니다. 심지어 반문화쪽까지도 모두 외모가 동일합니다. 진정 독창적인 사람을 발견하는 것은 매우 어렵습니다.

어쨌든 우리는 이런 순환고리에 매어있고 우리자신을 행복하게 하는 일에 몰두해 있습니다. 우리는 이 세상에서 성공한 사람이 되기 위해서 원하는 모든 것을 얻습니다. 그럼에도 불구하고 우리는 점점 자신에게서 소외됩니다. 역설이지요. 사람들이 그렇게 비참하고 쓸쓸하게 느끼는 것은 단지 사회에서 소외되었기 때문이 아니라 자신의 진아로부터도 소외되었기 때문입니다. 그들은 예고의 왜곡된 욕망을 행동으로 표현합니다. 우리를 지배하는 이 예고는 우리 주변에 거미줄을 치는 큰 거미와도 같습니다. 그래서 우리는 점점 더 진정한 자신으로부터 소외되는 거지요. 진정한 자신으로부터 분리될수록 우리는 더욱 주변사람으로부터 분리된 느낌을 가집니다. 그러므로 우리는 집으로 돌아와야 합니다. 진정한 의미의 귀향을 해야 합니다. 마음에 관한 한 우리는 모두 집이 아닌 거리에서 살고 있는 것입니다.

명상은 집으로 오는 방법을 배우는, 자신의 참존재를 배우는 하나의 방식입니다. 내면의 자신과 접촉하기 시작할 때 그 존재는 “나” 나 “내것” 이 아님을 알게 됩니다. 그것이 바로 우리를 모든 존재와 연결시켜 줍니다. 실은 우리는 분리되지 않았었습니다. 우리는 모두 깊이 서로 연결되어 있습니다. 우리가 더욱 안으로 들어갈수록 우리는 자신이 더욱 밖으로 빛을 방사하는 것을 발견합니다. 여기에는 다양한 접근법이 있으므로 우리 모두가 일상생활에서 사용할 수 있는 두 가지를 말씀드리겠습니다. 우선 들이쉬는 숨, 우리의 거짓된 자아를 하나씩 벗겨내는 명상이 있습니다. 하지만 내쉬는 숨, 다른 사람들과 좀더 의미있고 자비로운 방식으로 연결되는 수단도 있습니다. 우리는 각자가 수십억이라는 다른 사람들 중 하나일 뿐임을, 다른 사람도 우리와 동일하게 중요함을 깨달아야 합니다.

우리는 남들과 어떻게 상호연결할까요? 아마도 첫 번째는 남들이 나를 어떻게 생각하는지 걱정하지 않는 것일 겁니다. 다시 한 번 말하지만 그것은 예고의 질병일 뿐입니다. 남들이 우리를 어떻게 생각하는지 누가 상관하겠습니까? 그들은 우리에게 관심이 없어요. 다만 우리가 그들에 대해 어떻게 생각하는지만 걱정하고 있을 뿐입니다.

요점은 남들이 우리를 어떻게 생각하는지 걱정할 필요가 없다는 겁니다. 그들은 우리가 그들에 대해 어떻게 생각하는지에 대해 더 걱정하고 있으니까요. 우리가 해야 할 일은 저 밖에 다른 사람들이 있고 그들이 우리와 같다는 것을 제대로 자각하는 것입니다. 우리가 만나는 모든 사람은 근본적으로 우리가 같습니다. 그들은 행복을 원하고 고통을 원하지 않습니다. 모든 사람은 다 행복을 원합니다. 물론 행복의 정의가 제각각이긴 하겠지요. 하지만 우리는 너무나 혼란 상태에 있어 행복을 얻으려는 단계에서 자주 자신과 주변사람에게 고통을 증대시킵니다. 하지만 그것은 우리의 혼란일뿐 의도는 아닙니다. 우리가 의도하는 것은 어떤 것이든 행복을 만드는 겁니다. 그러므로 우리가 누구를 만나든 그 사실을 의식하고 있어야 합니다.

행복을 원한다는 것, 이것은 모든 사람이 공통으로 가진 것입니다. 단지 인간뿐 아니라 동물 곤충 조류 어떤 존재든 말입니다. 누구든 행복을 원합니다. 그러므로 우리가 누구를 만나든 이 생각을 잊지 말아야 합니다. “우리 모두 행복해지게 하소서!” 소리내어 말할 필요는 없고 그런 선의를 마음속에 간직하면 됩니다. 우리가 그 사람을 좋아하는가 아닌가는 여기서 관련이 없는 일입니다.

남들이 우리를 어떻게 대접하든 그들에게 열려있는 마음은 행복한 마음입니다. 다른 사람들과 연계함에 있어 우리 마음부터 시작한다면, 그들의 행복을 원하고 그들이 우리를 행복하게 하는지 아닌지 걱정하지 않는 것, 그저 우리 입장에서 남들에게 선의를 기원한다면 천천히 우리 마음은 열리기 시작할 겁니다. 그리고 열린 마음은 비록 남들의 고통을 흡수하는 와중에 있다 해도 행복한 마음입니다.

**텐진 팔모** (가찰 범문 제20호에 계속)