

안녕하세요? 오늘 이 시간에 저번 시간에 저희가 심층종교와 신비주의에 관해서 2회에 걸쳐서 이렇게 자세하게 말씀을

드렸는데요. 그 심층종교와 신비주의를 다루면서 인간이 어떤 방식으로든 자신의 내면 깊숙이 들어가서 소위 말해서 종교적

통찰 혹은 자신의 본성에 대한 비범한 앎을 얻게 되는 사건에 대해서 말씀을 드렸습니다. 오늘은 명상과 종교체험이라는

제목으로 그 내면 깊숙이 들어가는 일 혹은 그 사건 자체를 유발하게 되는 여러 가지 수행 방식 혹은 방법에 관한 얘기를

명상이라는 이름으로 정리를 해서 말씀을 드릴까 합니다. 명상이라고 하는 것은 기본적으로 여러 종교 전통들이

발전시켜 온 일종의 내면 탐구의 길입니다. 이 내면 탐구의 길인데 특히나 신비주의적 종교 전통이라고 하는 그러니까

비범한 종교체험 혹은 신비적 합일 체험을 목적으로 삼는 종교 전통에는 반드시 소위 명상이라고 부르는 내면 탐구의

방식이 오랜 기간에 걸쳐서 체계적으로 발전돼 있습니다. 이걸 이제 우리가 관상기도, 카톨릭 전통에서는 관상기도,

Contemplation이라고 부르기도 하고요. 그다음에 보통 일반적으로는 영어 단어로 명상을 Meditation이라고 부르는데

Meditation 혹은 이제 선불교 같으면 선 수행이라고 말하는 것. 이런 여러 가지 얘기들이 결국은 내면 깊숙이 자신의

내면을 들여다보고 그 내면을 들여다본 상태에서 뭔가 일상적인 의식 상태에서 불가능한 종교적인 통찰들을 얻고자

하는 방법이나 방식인 거고 신비주의 종교 전통은 예외 없이 이런 식의 내면 탐구의 길이나 방식들을 발전시켰다. 이렇게

볼 수 있습니다. 이 명상이라고 하는 것을 그러니까 명상이라고 총칭되는 이 내면 탐구의 방법이 밝는 과정을

저희가 크게 3단계로 정리할 수 있겠습니다. 첫 번째는 집중이고요. 두 번째는 비움이고 세 번째는 드러남이라는

이 단어로 정리될 수 있는데요. 이 집중이라고 하는 것은 소위 말해서 인간의 의식이 이제 저희가 일상적인 상태에서

잘 알 수 있지 않습니까? 끊임없이 새로운 생각들 혹은 외부적 자극에 따라서 내 마음이 정처 없이 이렇게 명상

전통에서는 마치 미친 말처럼 이렇게 뛰어다닌다고 표현하는데 이렇게 왔다 갔다 하는 내 마음을 의식의 초점을

어느 한 곳에 분명하게 집중시키는 것을 얘기를 합니다. 이 집중의 방식으로 또 여러 가지 것들이 제시가 되는데요.

자신의 호흡. 이제 숨을 들이마시고 내쉬는 것을 이렇게 곱곰이 지켜본다든지 아니면 소위 이제 상좌 불교에서

발전시킨 비파사나, 지관법이라고 하는데요. 자신의 사고 작용을 멈추고 자신의 의식에서 일어나는 여러 일들을 있는

그대로 지켜본 관하는 방식을 포함해서 대단히 많은 소위 집중의 방식들을 얘기를 하고 있습니다. 이렇게 인간의

의식을 정처 없이 돌아다니는 것들을 잘 조절해서 어느 한 특정한, 이 여러 가지 방식 중에 특정한 대상들을 통해서

집중하는 능력들을 점점 키우게 되면 자연스럽게 평소에 일어나는 사고 작용 혹은 인지 작용, 인식 작용들을 비워내게

됩니다. 그리고 집중과 비움은 사실은 동전의 양면처럼 인간의 의식이 어느 한 지점에 집중력을 키우고 그 집중력을

키우는 과정에서 불필요한 생각들을 깨끗하게 비워내는 것들을 훈련하게 되면 마지막으로 드러남의 단계에서 소위

평상시 의식 상태에서는 인식하지 못했던 의식과 존재의 차원이 이렇게 드러나게 된다고 하는 거죠. 그 드러나는

것들을 의식하게 되면 결국 그것 자체가 신비적 합일 체험을 말씀드릴 때 자세하게 설명했습니다마는 불멸성 혹은 영혼성,

무한성과 같은 존재의 궁극적 본성에 대한 체험적인 앎을 얻을 수 있다라고 하는 게 신비주의 종교 전통이 소위

명상이라고 하는 수행 방식을 통해서 강조하고 있는 거죠. 요컨대, 명상이라고 하는 거는 결국은 인간이 일상적 의식

상태에서 규정하고 있는 자신이라고 하는 자아 정체성 혹은 자기 중심성들을 이런 수행 방식을 통해서 벗어나서 더 큰

우리 자신이 발견하지 못한 자신의 존재 차원 혹은 바깥에 존재의 차원들이 드러나고 그 드러나는 것들을 인식하게 되는

일련의 사건들을 정리해서 말씀을 드릴 수 있는 거겠죠. 그래서 결국은 이 수행이라고 하는 것, 명상이라고 하는 거는

우리의 의식들 혹은 우리의 마음들이 평상시의 의식과 일상적인 의식 상태에서 벗어나게 만든다라고 정리할 수

있는 거고요. 이런 상태에서 이런 계기를 통해서 우리의 깊은 차원의 의식에 비범한 차원이 이렇게 드러나게 되는 걸

우리가 인식하게 되는 사건들을 종교에서는 종교체험, 영어로는 **Religious Experience**라고 부릅니다. 실제로 종교를

구성하는 다양한 요소들에 대한 얘기들이 있는데 예컨대, 제도라든지 교리라든지 의례라든지 종교적인 상징 같은

것들을 얘기한다고 하면 종교체험은 그런 종교를 구성하고 있는 대단히 중요한 요소 중의 하나입니다. 특히나

이 종교체험은 현대에 들어서 개인의 종교적인 열망들이 제도화된 종교하고 이렇게 분리되는 현상들. 예컨대, 저희가

그때 임사 체험하고 윤회론을 설명을 드리면서 이 윤회론과 같은 것. 혹은 임사 체험을 통해서 확인되는 사후세계와 같은

것들이 예전에는 전통적인 종교 교리, 제도화된 종교 안에 짝 묶여 있었다고 보면 현대에서는 그게 이제 분리가 되기

시작을 했거든요. 결국 그런 방식으로 명상이라고 하는 것,

혹은 개인의 종교체험이라고 하는 것도 이제는 특정한 종교

전통이나 교리 체계에 구속되지 않고 자연스럽게 인간의 내면의 깊은 차원을 발견해내는 방식으로써 본격적으로

활용되기 시작했다는 말씀을 드릴 수 있겠죠. 우리나라에서 보면 템플스테이라고 하는 산사에 가서 조용하게 여러 가지

방식으로 자신의 삶을 반추하고 되돌아보는 이 행사가 혹은 이벤트가 광범위하게 인기를 끌고 있는데요. 이게

템플스테이에서 많이 하는 게 명상이라고 보면 이 템플스테이 가는 분들이 단순히 불교 신자들만 가는 게 아니라 여러 종교

전통의 분들이 명상이라고 하는 방식을 통해서 자신의 깊은 차원들, 자신의 존재를 확장시키는 경험들을 하기 위해서

간다라고 하는 거죠. 종교 사회에서 보면 이렇게 인간이 자신의 영혼 혹은 마음의 깊은 차원으로 들어가서

여러 가지 유형의 종교체험을 할 수 있다라고 하는 주장이 자주 그리고 끊임없이 등장합니다. 그중에 대표적인 사례가

스페인의 수녀였던 아빌라의 테레사, 아빌라 지역의 테레사라고 하는 수녀님인데 이 테레사 수녀가 쓴 영혼의

성이라는 책이 있죠. 우리나라에도 번역돼 나와 있는데요. Interior Castle이라고 하는 인간의 마음 혹은 영혼은

여러 방을 가지고 있는 성과, Castle과도 같고 이 여러 방들을 하나하나 인간의 영혼이 들어가서 자신의 영혼 깊숙이

들어 있는 방들을 발견해가는 과정을 영적 성장으로 이렇게 설명을 하고 있는데 이거 굉장히 읽을 만한 책인 거죠.

그리고 또 이런 비슷한 소위 종교체험 혹은 종교체험들을 가능하게 하는 수행이라고 하는 관점에서 제가 주목할 만한

거는 동방정교회의 예수 기도라고 하는 것하고 그다음에 동양 불교 전통의 염불선이라고 하는 게 있습니다. 이거는 인간이

마음을 집중시키고 비워내고 뭔가가 비범한 종교적인 통찰이 드러낼 수 있게 하는 계기로써 이 특정한 어구, 혹은 단어를

반복적으로 활용하는 겁니다. 예를 들어서 예수 기도 같으면 주 예수 그리스도여, 나를 긍휼히 여기소서라고 하는

이 문장을 하루에 수천 번씩 반복하는 거죠. 그다음에 염불선은 저희가 뭐 영화라든지 드라마 같은 데서 많이 알고

있지 않습니까? 나무아미타불 관세음보살과 같은 이 비범한 종교적인 통찰을 담고 있는 문장을 반복적으로 외우는 행위가

결국은 자신의 의식을 집중시키고 비워내고 비범한 종교 통찰이 드러나게 하는 계기로 활용될 수 있습니다. 이런 식의

언어를 활용한 방식 외에도 우리가 불교 사찰에 가면 만다라라고 하는 이제 큰 원형의 그림들을 보거나 혹은

얀트라라고 하는 여러 가지 모양새를 취하는 방식. 이 모든 것들이 결국은 종교 전통, 특히나 신비주의적 종교 전통이

발전시켜온 의식 변형을 통한 비범한 종교적인 통찰의 획득 방식이라고 얘기될 수 있는 거죠. 그다음으로 이런 과정에서

여러 가지 종교체험 혹은 명상 과정을 통해서 수행이 이루어지게 되면 모든 종교 전통들이 또 동시에 뭔가 비범한

사건들, 소위 이제 초자연적인 능력을 포함해서 미래를 본다든지 혹은 자신의 전생들을 들여다본다든지 하는 소위

일상적인 의식 상태에서 일어날 수 없는 초자연적인 능력에 관한 얘기들을 대단히 많이 합니다. 물론 이거의 입증 여부는

과학적 세계관 혹은 비종교적인 세계관에서는 이게 되게 논란의 여지가 있습니다마는 어쨌든 종교 전통에서는

이 명상이 깊어지면서 뭔가 비범한 능력, 불교의 육신통 같은 게 대표적입니다. 그러니까 자신 몸 바깥에 먼 곳에 있는

일들을 알아내는 것부터 시작해서 타인의 마음을 읽는다든지 혹은 미래를 본다든지 뭐 이런 여러 가지 행동이나 이적적인

사건에 관한 얘기들이 모든 종교 전통에 반복적으로 등장한다라는 것도 저희가 기억해둘 필요가 있습니다.

물론 이 대목에서 이제 저희가 간과해서는 안 되는데 이런 식의 비범한 종교체험이 갖는 대단히 심리적인 위안.

더불어서 자신의 과거의 마음의 상처들을 이렇게 깨끗이 씻어낸 카타르시스의 효과들을 아주 강력하게 주기 때문에

사실은 이 종교체험 때문에 종교적인 수행 혹은 종교적인 신행이 더욱더 힘을 받는다고 볼 수 있는데요. 이 종교가

마치 양날의 칼인 것처럼 이 종교체험 자체도 강력한 효과 혹은 강력한 위안을 개인에게 주기 때문에 이 종교체험

자체가 윤리적인 문제를 이렇게 양쪽으로 부정적이거나 긍정적인 방식으로 영향을 미칠 수 있다라고 하는 것도

저희가 기억할 필요가 있습니다. 특히나 앞서 말씀드린 것처럼 이 종교 전통, 수행을 통해서 얻게 되는 비범한 능력

자체가 대단히 비일상적으로 사건으로 보고가 되기 때문에 이거를 실제 목격하거나 그런 능력들을 구현하는 사람들을

직접 보는 일은 굉장히 충격적이거나 놀라울 만한 일일 수 있지 않습니까? 그래서 이제 사실은 종교적 기적이나

이적이라고 하는 게 새로운 신도들을 모으거나 있는 신도들의 신앙심들을 굉장히 강화시키는 요인으로 되지만

또 뒤집어서 보면 바로 그런 이유 때문에 비윤리적인 행위 혹은 일상의 삶들을 훼손시키는 가능성도 있다는 거죠.

그래서 이제 불교 같은 경우가 특히나 명상 수행이라고 하는 과정에서 일어나는 여러 가지 비일상적이거나 비범한 능력에

대해서 매달리지 말고 자신의 참된 본성인 불성을 깨닫는 그 사건 외에는 여하한 명상 과정에서 일어나는 이적적인

거에 주의를 기울이지 말라고 강조하는 이유도 거기에 있습니다. 이제 오늘 여러 가지 명상과 종교체험이라는

이름으로 말씀드렸습니다마는 어쨌든 명상이라고 하는 것은 심층종교 혹은 신비주의에 자신의 마음의 깊은 차원을

드러내는 데 불가결한 요소로써 모든 종교 전통들이 체계적으로 그리고 아주 오랫동안 다양한 방식으로 이렇게

발전시켜왔다고 하는 것을 저희가 기억할 필요가 있고요. 그다음에 특히나 이제 개인이 자신의 체험을 통해서 내면

깊숙이서 종교적 통찰을 얻는다라는 차원에서 현대 사회에서 현대에 이르러 특히나 종교체험이 종교의 굉장한 요소로

부각되고 있다라고 하는 것을 저희가 기억할 필요가 있겠습니다. 이다음 시간에는요. 저희가 이제 신비주의 혹은

심층종교에 관한 얘기를 일단락하고 한국이라고 하는 사회가 얼마나 다종교 사회이고 종교적 관점에서 보면 독특한

사회인지에 대해서 말씀을 드리도록 하겠습니다. 감사합니다.