

제멋대로 움직이는 '마음'의 실체

필자가 대학 다닐 때 어떤 구도단체를 찾아간 적이 있다. 거기에 있는 분이 이렇게 물어봤다. "제가 지금 불편한 자루를 들고 있습니다. 여러분! 이 불편이 보이죠. 그렇다면 여러분의 어떤 것이 이 불편을 보고 있는 것입니까?" 어떤 분이 "눈이 봅니다"라고 답했다. 그러자 "만일 당신의 눈을 뽑아서 불편 앞에 놓으면 볼 수 있습니까?"라고 묻는다. "없습니다"라고 답하자 "그러면 어떤 것이 보는 것입니까?"라고 재차 묻는다. 그러자 "머리가 본다, 마음이 본다, 몸이 본다" 등등의 답이 나왔다. 질문자는 만일 이에 대한 답을 즉각 안다면 그 사람은 깨달은 사람이라는 것이었다. 또 "만일 이곳에 방금 죽은 시체가 있다고 하자, 그러면 그 시체는 눈도 뇌도 아직 완전히 썩지 않았는데 그 시체는 이 불편을 볼 수 있습니까?"라고 묻는다. "못 봅니다." 그렇다면 과연 보는 존재는 어떤 것인가? 이에 대한 답은 당신의 인생을 송두리째 바꿀 수 있는 엄청난 것일지도 모른다.



마음이 뇌에 있다면 뇌에서 벗어나 뇌를 의식할 수 있는 이유는 무엇인가

은 정보를 수집·처리·보관하는 뇌의 고등기능이다"라고 정의하며 마음은 뇌에 있다고 보는 것 같다. 신경과학자들과 뇌과학자들이 일관되게 '마음이란 두뇌의 화학작용, 생리학적 작용에 의해 만들어진 것'이라고 주장하는 것과 일맥상통한다.

이들의 주장처럼 마음은 두뇌에 있는 것일까? 마음이 두뇌에 있다면 두뇌 바깥에서 두뇌를 의식하는 것은 어떻게 설명할 수 있을까? 두뇌를 인식하는 두뇌 밖의 어떤 것은 두뇌의 기능에 속하는 것일까, 아니면 다른 무엇이 있는 것일까?

이러한 질문에 대하여 궁구하면서 마음이 두뇌에 있다고 한정하는 주장은 잘못이라고 유식사상가들은 말한다. 2013년 민족사에서 펴낸 '마음의 비밀'이라는 책에서 저자 요코하마고 이츠는 이렇게 말하고 있다. 그대로 옮겨본다.

"눈앞에 있는 사과를 볼 때 붉고 등

근 형체가 '보이는 것'이고, 그것을 보고 있는 '보는 것'이 있습니다. 나중에 자세하게 설명하겠지만, 사과는 마음 중의 영상으로서 인식되는 것이기 때문에 '보이는 것'은 마음입니다. 물론 '보는 것'도 마음입니다. 따라서 이 둘은 '보이는 마음'과 '보는 마음'이라고 바꾸어 말할 수 있어, '본다'라는 것은 '보이는 마음'을 '보는 마음'이 본다. 즉 '마음이 마음을 본다'는 것입니다. 우리는 '보이는 마음'과 '보는 마음' 중에 전자를 확실하게 볼 수 있습니다.(실제로 사과를 볼 수 있습니다) 그렇지만 후자는 결코 볼 수 없습니다. 왜냐하면 손가락은 다른 사물을 가리킬 수 있지만, 손가락 그 자체를 가리킬 수 없는 것처럼 보고 있는 '보는 것'은 '보는 그 자신'을 볼 수 없기 때문입니다. 만약 '보는 것'이 보일 때는 그것은 이미 '보이는 것'이 되어버리기 때문입니다. 이처럼 '보이는 마음'은 볼 수 없습니다만, '보는

마음'은 결코 볼 수 없다는 사실을 알아차렸을 때 뇌 과학의 연구대상이 될 수가 없는 '마음'이 남게 되는 것입니다."

이와 같이 주장하면서 "마음이 변하면 뇌도 변하고, 뇌가 변하면 마음도 변한다"며 마음과 뇌는 서로 관계적으로 작용한다고 말한다.

유식사상에서 말하는 마음은 사람의 정신작용 전체를 포괄하는 넓은 의미로 본다. 안식(眼識), 이식(耳識), 비식(鼻識), 설식(舌識), 신식(身識), 의식(意識), 말나식(末那識), 아뢰야식(阿賴耶識)이 있다는 것이다. 안이비설신의(眼耳鼻舌身意), 즉 인간의 다섯 가지 감각기관을 통한 인식작용인 오식(五識)과 사고작용인 육식(六識)이다. 여기에 자아집착심인 말나식과 모든 식(識)의 근본바탕이 되는 아뢰야식을 합쳐서 팔식(八識)이 마음이 된다고 한다.

유식사상은 무착(無着)이 도술전에 있는 미륵보살을 친견하여 배운 것으로 무착의 동생 세친(世親)에 의해서 체계가 완성된 불교 철학이다. 불교는 마음공부를 중시하므로 마음이 무엇인지 밝히려고 애를 썼는데 유식사상에서 마음을 궁구하여 이렇게 밝혀놓았지만 마음은 도대체 어디서 온 것인지, 아니면 사람이 생겨나기 전부터 원래 있었던 것인지에 대해서는 제대로 논구(論究)하지 않은 것으로 보인다. 마음이 원래 어디서부터 온 것인지 알아야 정확하게 마음의 정체를 알 수가 있다고 할 터인데 이 점은 미흡한 부분이다. 더욱이 마음과 피의 작용 및 관계에 대해서도 설명하지 않고 있다. 승리제단의 진리는 피와 마음이 같다고 말한다.*

마음은 어디서 나오는가?

먼저 마음은 어디서 나오기를 알아보자. 어떤 이들은 마음은 뇌에 있다고 하고, 심장에 있다고도 하고, 우주심(宇宙心)이라는 용어까지 만들어서 우리 밖에 있는 어떤 존재의 의식으로까지 그 마음의 출처를 확장하기도 한다. 마음은 도대체 어디에 있을까?

KBS는 이러한 물음에 답하기 위하여 '마음'에 대해서 특별기획 다큐멘터리를 방영한 후 이 내용을 책으로 정리하여 2006년에 내놨다. 그 책이 바로 『마음』이다. 이 책에 따르면 '마음

영이 존재하지 않는 마음은 버려야 할 휴지와 같은 것

나라는 의식의 마음은 영이 없는 마음이라는 말씀을 듣고 감탄이 나왔습니다. 이 말씀에 따르면, 마음은 영이 존재하는 마음과 영이 존재하지 않는 마음 두 개뿐입니다. 이 말씀을 듣고 마음이 한결 가벼워졌습니다. 이제부터 항상 마음을 주시하고 두 마음 중에 한 가지 마음, 즉 하나님의 마음만 선택하면 됩니다.

나라는 의식은 영이 존재하지 않는 마음이므로 존재하지 않는다는 것만 알면 되는데 그것이 존재하는 것으로 착각하고 그 마음에 끌려갑니다. 나라라는 의식의 마음은 없다는 것 그것을

아는 순간 행복이 깃들고, 일에 능률도 오르고, 평화와 희열이 샘솟는 마음 속에 안주하게 됩니다. 특히 남에게 잘 보이려고 포장하는 마음, 경쟁하는 마음, 질투의 마음이 올라오면 그것은 존재하지 않는다는 것임을 알고 휴지를 버리듯이 버려야 합니다.

자유율법을 지키는 수행이 깊어지면 3무(無) 행동, 즉 생각 안 할 수 있는 능력, 말 안 할 수 있는 능력, 행동 안 할 수 있는 능력이 필요합니다. 과거, 잡념 등등을 생각 안 할 수 있는 능력, 상대가 아무리 말도 안 되는 소리를 해도 내가 옳으면 그대로 말 안 하고 있

을 수 있는 능력, 상대의 일에 간섭하지 않을 수 있는 능력, 상대가 싸움을 걸어와도 맞대응으로 행동하지 않을 수 있는 능력 등이 썩어야 합니다.

조희성님은 남이아 전분대로 이빨을 무시한 말건 참견하지 말라고 말씀하십니다. 오직 승리하신 하나님만 바라보고 앞으로 나아가라고 말씀하십니다. 제대로 수행을 하는 사람들을 친구로 삼아야 말고 먼 영생길을 수월하게 갈 수 있을 것입니다. 조희성님께서 그토록 친구를 삼기 잘 선택하라고 강조하신 뜻을 이제야 조금 알 것 같습니다.

조희성님은 이기신 하나님이 되시어

우리 인생들에게 하나님이 되어야 구원을 얻는 것인데 그러려면 자유율법을 지켜야 한다고 말씀하시면서 여러 가지 율법을 말씀하셨습니다. 율법 중에는 도무지 남들이 가지 않아 지키기 불가능한 것도 있지만 이기신 하나님은 지키려고 노력만이라도 하면 지킨 것으로 쳐준다니 정성을 다해 지키려고 노력해야 되겠구나하고 다시 한 번 마음을 다져봅니다.

항상 마음을 돌아보고 반대생활로 이기는 생활은 영이 존재하는 하나님 마음을 선택하는 길입니다. 반대생활이 쉽게 안 되면 감사하는 마음, 사랑 하는 마음, 섬기는 마음으로 마음을 점령시켜 항상 이겨야겠다고 다짐해봅니다.*

윤금옥 승사

금주의 말씀 요절

전 세계를 향하여 선포한다 <154> "양심대로 사는 것이 신앙생활"

사람이 어떻게 하여야 신앙생활을 바로 할 수 있을까? 양심대로 살면 신앙생활을 바로 할 수 있는 것이다. 양심대로 살면 하나님의 영이 점점 힘을 얻어서 강해지는고로 마귀의 영을 이길 수 있는 이긴자의 영으로 화하여지는 것이다.

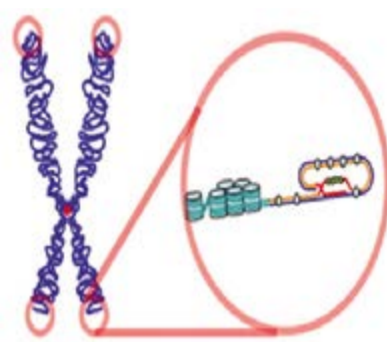
양심에 어긋나는 일이 있으면 여지없이 용납을 하지 않아야 하는 것이다. 그렇게 하면 할수록 양심이 점점

강해지는 것이다. 양심이 강해진다는 것은 하나님의 영이 강해진다는 의미이다.

나를 이길 수 있는 비결이 양심대로 사는 것이요, 양심대로 사는 것이 곧 신앙생활이요, 양심대로 사는 것이 영생의 비결이 되는 것이다. 양심대로 사는 사람에게는 욕심이나 이기적인 마음은 찾아볼 수 없는 것이다.*

텔로미어 과학이 우리에게 중요한 이유

<노화 연구 석학 박상철 전담대 석좌교수 / 세계 최고 장수과학자가 말하는 100세까지 사는 법>이라는 인터뷰 기사가 신동아 2019년 1월호에 실렸다. 이 기사에서 박 교수는 백세인(百歲人; Centenarian)을 비롯하여 장수 노인들을 만나 연구한 결과 장수하는 분들은 열심히 움직이며, 꾸준히 배우고, 인간관계를 잘 유지하고 있는 것 같다고 했다. 그러면서 "나이 들었다고 포기하지 않는 마음 가짐을 가져야 한다"고 강조했다. 이로 볼 때 박 교수가 말한 장수비결은 먹는 것에 있지 않고 마음가짐에 있다는 것을 알 수 있다.



스로 완전히 녹초가 된 그들의 텔로미어는 가설 그대로 분명 짧았다는 것이다. 이로써 텔로미어는 스트레스에 영향을 받는다는 것이 입증되었다.

몸에 좋은 마음

그러나 더욱 중요한 것은 예외가 없는 법칙은 없다고 그들 중에도 다른 평범한 사람들과 비슷한 텔로미어의 길이를 가진 사람들이 있었다는 것이다. 왜 그런가 보았더니 자신의 일을 스트레스로 받아들이는 것이 아니라 감사나 소명, 또는 도전으로 받아들이는 긍정적인 마인드를 가지고 있는 사람들이었다는 것이다. 이는 텔로미어와 텔로머라제가 마음과 긴밀한 관계를 가지고 있다는 것을 증명해 주는 연구이다. 예를 들면 부정적인 생각을 자주 반추하는 것, 생각을 억누르는 것, 냉소적 대담, 또는 패시비즘(비관주의) 등이 텔로미어 길이를 짧게 만든다고 한다. 그러나 마음챙김명상, 자비명상 등을 통해 이를 완화할 수 있다고 하니 분명 텔로미어와 텔로머라제는 마음과 밀접한 관계가 있어 보인다.

위에서 마음먹는 대로 피가 변한다는 것을 세상에서 흔히 일어나는 일에서 알아보았다. 나쁜 마음을 먹으면 몸에 나쁜 피로 변하고, 좋은 마음을 먹으면 몸에 좋은 피로 변하는 것을 알았다. 그렇다면 불로장생을 원한다면 몸에 좋은 마음을 먹어야 한다는 결론이 나온다.*

장수는 마음에 달려 있어

성경 장언서에도 장수의 비결이 마음에 있다고 기록되어 있다. 즉 생명의 근원이 마음에 있다(잠언 4:23)는 것인데 이를 쉽게 말하면 어떤 마음을 먹느냐에 따라 생명이 늘어나기도 하고 줄어들기도 한다고 풀어 쓸 수 있다. 삶의 희망을 가지고 매사에 적극적으로 긍정적으로 도전하는 마음을 가지면 생명력이 늘어나 장수하게 되고, 이와 반대로 삶의 희망을 잃고 소극적 부정적으로 대처하거나 포기하는 마음을 가지면 생명력이 줄어들어 병에 걸거나 심지어 자살하는 등 일찍 죽는 예를 주변에서 많이 볼 수 있다.

이처럼 불로장생을 하려면 마음이 중요한데 최근 텔로머라제를 발견하여 2009년 노벨생리학상을 수상한 엘리자베스 블랙번(Elizabeth Blackburn) 교수도 마음가짐이 텔로미어에 큰 영향을 미친다고 주장한다. 그녀는 건강심리학 교수인 엘리사 에펠(Elissa Epel)과 함께 만성질환을 앓고 있는 자녀를 둔 어머니들의 텔로미어의 길이가 그 연령대의 다른 사람들보다 짧은 것이라는 가설을 가지고 연구를 한 결과 스트레

5지역 3개월 만에 1등

개인 1등 정수윤 승사



5지역 강춘희 권사가 상을 받고 있다

본부제단은 3월 5일 화요일 구역장 회의에서 2월 성적 우수자에게 상금을 주는 시상식이 있었다.

- *지역 1등: 5지역(지역장: 박철수, 지회장: 신순이)
- 2등: 1지역(지역장: 정수윤, 지회장: 박경옥)
- 3등: 4지역(지역장: 박명하, 지회장: 이영애)
- *구역 1등: 45구역(구역장: 신순이)
- 2등: 9구역(구역장: 정수윤)
- 3등: 6구역
- *개인 1등: 정수윤 승사
- 2등: 석선자 권사
- 3등: 강윤민*

승리제단에서는 諸宗教^{제종교} 경전에 예언되어 있는 三神一體一人出된 眞人の 證표인 甘露가 내립니다

삼신일체일인출

진인

감로



2018 승리절 경축행사에서 내린 이슬성신 (우측 광선)



2018 승리절 경축행사에서 내린 이슬성신 (우측 광선)

이슬성신은 삼위일체 하나님의 신(호 14:5)이라 빛의 형상(요한복음 1장)으로 나타난다. 영안이 열린 사람은 이슬성신을 볼 수 있지만 죄인의 눈에는 안 보인다. 대신 죄가 없는 카메라 렌즈에는 찍히는 것이다.

승리제단 홈페이지 www.victor.or.kr